

พระธรรม

พยางค์ต้อง
นั้นมียู ๔
ประการคือ
ความถูกต้อง
ของพิธี ความ
ศรัทธา ความเห็น

อะไรที่เรียกว่าพิธีถูกต้อง ฐานะไหนอะไรอย่างถูกต้อง ที่นี้ถูกต้อง
คือไปถึงใจความต้องการ ความไม่ผิด ความเหมาะสม เนี้ยู้ว่าอะไรเป็น

อะไรที่มันกับประเพณีได้ถูก
ต้อง นี้เรียกว่าความ

ถูกต้องของ
ความต้องการ
เรียกว่าสัมมา-
สังกัมไป เมื่อ
รู้้อย่างนี้แล้ว
การพูดจา
สัมมาวาจา
ว่าสัมมากัม
เรียกว่าสัมมา
วาจาอะไรคือ
ต้อง กระทำอย่างถูกต้อง อยู่อย่าง
ให้รู้สึกตัวอยู่เสมอว่ามันถูก
มันลงไปในความ
ว่าอริยุง-

ในทุกแห่งทุกมุม

มันก็ถูกต้องเรียกว่า
การกระทำทางกายที่ถูกต้องเรียกว่า

มัน โศ

การเอียง

ชีวิตที่ถูกต้อง

ชาชีโว มันถูกต้อง แล้ว

ความเพียร กำลังใจที่ทางเพียร

มันถูกต้อง

ไปถึงสัมมา

ความเพียร

ถูกต้อง แล้วก็คือศรัทธา

ถูกต้อง

มุ่งหมายถูก

ต้อง กระทำอย่างถูกต้อง อยู่อย่าง

ถูกต้อง

อันสุดท้ายสมาธิคือ

ความมีใจ

ให้รู้สึกตัวอยู่เสมอว่ามันถูก

ถูกต้อง

ถูกต้อง ก็จะเป็นความถูกต้อง ๔ ประการ นี้เรียก

สมาธิ

มันลงไปในความ

ถูกต้อง

ก็คือสิ่งที่เรียกว่าธรรมะ

นั่นเอง

ว่าอริยุง-

มรรค

สัมมาสัมภาณี

สัมมาสัมภาณี

สัมมาสัมภาณี

สัมมาสัมภาณี

สัมมาทิฐิ

สัมมาสังกัมโป

สัมมาวาจา

สัมมาสัมมัณโศ



BIA ธรรมะใจกลั่นใส

www.dhamma4u.com

ธรรมะเล่มน้อย

เป็นหนังสือธรรมะขนาดพกพา รายเดือน ๑๒ เล่ม ๑๒ เดือน เพื่อเจริญสติและแสวงหาปัญญาเบื้องต้นสำหรับผู้ไม่มีเวลาศึกษาเนื้อหาโดยละเอียด

สามารถมีส่วนร่วมได้โดย

๑. ผู้ที่อ่านแล้วคิดว่าดีมีประโยชน์ โปรดส่งมอบให้แก่ผู้อื่นต่อ เปรียบดังท่านให้ทาน

๒. สนับสนุนการจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่มน้อยตามกำลัง

๓. เลือกจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่มน้อย เพื่อเผยแผ่ในวาระต่าง ๆ เช่น งานวันขึ้นปีใหม่ งานเฉลิมฉลอง งานบุญ งานวันเกิด งานสมรส งานศพ ฯลฯ โดยสามารถเลือกเอาเฉพาะส่วนที่เป็นธรรมบรรยายและพิมพ์บางส่วนเพิ่มเติมได้

ธรรมะดี ๆ มีติดตัวไว้ เพื่อเจริญสติและปัญญา

ร่วมเป็นเจ้าของภาพ
พิมพ์ธรรมะเล่มน้อยได้ที่
หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ
โทร. ๐ ๒๙๓๖ ๒๘๐๐



BUDDHADĀSA INDAPASSO ARCHIVES

หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

พระธรรม ในทุกแง่ทุกมุม

โดย
พุทธทาสภิกขุ

ลำดับที่ ๘ ปี ๒๕๕๕
www.dhamma4u.com



ธรรมเทศนาเนื่องในวันอาสาฬหบูชา
วันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๖๘
ผู้ถอดคำบรรยาย คุณสิริพร เอกวารานุกุลศิริ
ผู้ตรวจทาน คุณวาสนา สมเนตร์



พระธรรม ในทุกแงทุกมุม

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺสฯ	
โย จ พุทฺธณฺจ ธมฺมณฺจ	สงฺฆณฺจ สรณฺ คโต
จตตาริ อริยสจฺจานิ	สมฺมปฺปณฺญาเย ปสฺสตี
ทุกฺขํ ทุกฺขสมฺบุตฺตํ	ทุกฺขสฺส จ อติกฺกมํ
อริยณฺจภูจฺจกิกํ มคฺคํ	ทุกฺขุปสมคามินํ
เอตํ โข สรณํ เขมํ	เอตํ สรณมฺุตตมํ
เอตํ สรณมคมม	สพฺพทุกฺขา ปมฺุจฺจตี-ตี





ณ บัดนี้จะได้รับประทานวิสาขนา พระ
ธรรมเทศนาของพระผู้มีพระภาคเจ้า เพื่อ
เป็นเครื่องประดับสติปัญญา ส่งเสริมศรัทธา-
ความเชื่อ และวิริยะ-ความพากเพียร ของ
ท่านทั้งหลายผู้เป็นพุทธบริษัท ให้เจริญอก
งามยิ่งๆ ขึ้นไป ในทางแห่งพระศาสนา ของ
สมเด็จพระบรมศาสดา อันเป็นที่พึ่งของเรา
ทั้งหลาย

ธรรมเทศนาในวันนี้เป็นธรรมเทศนา
พิเศษ บรรณเหตุอาสาฬหบูชาดังที่ท่านทั้ง
หลายก็ทราบกันได้เป็นอย่างดีอยู่แล้ว โอกาส
นี้จะได้รับวิสาขนา ในข้อธรรมะที่จะส่งเสริม
การทำอาสาฬหบูชาให้มีผลยิ่งๆ ขึ้นไปจนถึง
ที่สุด ขอให้ท่านทั้งหลายจงตั้งใจฟังให้สำเร็จ
ประโยชน์ โดยเฉพาะท่านที่มาจากถิ่นไกลจะ





ต้องได้รับประโยชน์เต็มหรือคุ้มกันกับการมา
การกระทำในสถานที่เช่นนี้ ท่านทั้งหลายก็จะ
รู้สึกได้เองว่ามันผิดกับที่กระทำอย่างที่เคยทำ
มาในที่อื่นๆ คือทำในบ้านในเมือง บัดนี้ให้มา
ทำในป่ามันก็เข้ารูปกันกับเรื่องของพระพุทธ-
จริยา ดังที่เป็นมาแต่ครั้งพุทธกาล ขอให้ทำใน
ใจเหมือนกับว่าได้ไปดูได้ไปเห็นกิจกรรมนั้นๆ
ในสมัยครั้งพุทธกาลที่กระทำกันในป่า แล้วก็
พยายามทำจิตใจให้เหมาะสมกันกับที่ว่าเรา
จะทำอย่างนี้คือทำในป่า

ที่นี่เมื่อพูดถึงวันที่กำหนดไว้ วันนี้เรียกว่า
วันอาสาฬหบูชา ซึ่งเห็นได้ว่าเป็นวันที่ระลึก
ถึงพระธรรม วันวิสาขบูชาเป็นวันที่ระลึกถึง
พระพุทธเจ้า เพราะเป็นวันที่ประสูติ ตรัสรู้
และปรินิพพาน ส่วนวันอาสาฬหบูชาเป็นวัน





ที่ทรงแสดงพระธรรมเป็นครั้งแรก มีผู้รู้ธรรม
เป็นครั้งแรก เลยเรียกว่าเป็นวันพระธรรม, ต่อ
มาถึงวันมาฆบูชาเรียกว่าเป็นวันพระสงฆ์ คือ
มีพระสงฆ์เกิดขึ้นเป็นคณะ เป็นคณะสงฆ์ที่
เป็นปึกแผ่นแล้ว ประชุมกันเป็นครั้งพิเศษ มี
พระพุทธองค์ทรงประทับเป็นประธาน แสดง
โอวาทปาฏิโมกข์ เป็นการประดิษฐานคณะ
สงฆ์ลงในโลกนี้

นี้ขอให้จำความหมายของวันทั้ง ๓ วัน
นี้ไว้ให้เป็นอย่างดี คือ วันวิสาขบูชามาก่อน
เป็นวันพระพุทธ วันอาสาฬหบูชาตามมาเป็น
วันพระธรรม วันมาฆบูชาตามมาเป็นวันพระ
สงฆ์

๔





บัดนี้ กล่าวได้ว่าเรากำลังทำพิธีบูชาในวันพระธรรม บูชาแก่พระธรรม ดั่งนั้นเรื่องที่จะพูดกันให้เป็นพิเศษก็คือเรื่องพระธรรมนั่นเอง อาตมาก็จะได้วิสาขนาไปตามสติกำลังซึ่งยังมีน้อย แต่ถ้าท่านทั้งหลายตั้งใจฟังให้สำเร็จประโยชน์ก็อาจจะสำเร็จประโยชน์ได้เหมือนกัน

เรากำลังพูดกันถึงเรื่องของพระธรรมในทุกแง่ทุกมุม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในแง่มุมที่จะเป็นประโยชน์แก่ตนเอง หรือแก่ท่านทั้งหลาย หรือแก่สัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ ที่จะรับประโยชน์จากพระธรรมได้ในลักษณะเช่นไร เดียวนี้เขาจะวินิจฉัยกันในลักษณะที่เป็นเรื่องของคน เป็นเรื่องของมนุษย์ เป็นเรื่องของการดับทุกข์ของมนุษย์ ไม่ใช่เป็นเรื่องของ





พระคัมภีร์หรือสิ่งที่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับมนุษย์
คำว่า *พระธรรม* พระธรรมนี้ มักจะได้ยินแปล
กันว่า คำสั่งสอนของพระพุทธรเจ้าแต่โดยเนื้อ
แท้นั้นคำว่า *ธรรม* หรือ *ธรม* หรือ *ธมม* คำนี้ไม่
ได้แปลว่าคำสั่งสอน คำว่า *ศาสน* ต่างหากที่แปล
ว่า คำสั่งสอน คำว่า *ธรรมะ* นี้แปลว่า *ทรงไว้*
ซึ่งผู้ปฏิบัติ ธาตุหรือใจความของคำว่าธรรมะ
นั้นคือคำว่าทรงไว้ ทรงไว้ ยกไว้ ชูไว้ ไม่ให้ตก
จม ***พระธรรมจึงเป็นสิ่งที่ทรงผู้ปฏิบัติไว้ไม่
ให้ตกจมลงไปในกองทุกข์***

ฉะนั้นควรจะเข้าใจกันเสียใหม่ว่าคำว่า
พระธรรมนั้นจะต้องแปลว่าข้อปฏิบัติ หรือ
ความรู้ก็ได้ ข้อปฏิบัติก็ได้ที่ทำให้ไม่จมลงไปใน
กองทุกข์



ทีนี้ถ้าจะขยายความออกไปให้เป็นเรื่อง
ของธรรมดาสามัญ อะไรเล่าที่จะทำผู้ปฏิบัติ
ไม่ให้จมลงไปในกองทุกข์ สิ่งนั้นก็คือน้ำที่
หน้าที่ น้ำที่ของเขานั่นเอง น้ำที่ของเขา
ที่ปฏิบัติดีแล้วนั่นเอง จะทรงผู้นั้นไว้ไม่ให้ตก
จมลงไปในกองทุกข์ ดั่งนั้นในประเทศอินเดีย
เขาแปลคำว่าธรรมะนี้ว่าหน้าที่ หน้าที่ ใน
ฐานะเป็นเจ้าของภาษาเก่าแก่โบราณแต่เดิม
มาแปลธรรมะว่าหน้าที่ และถือว่าเกิดก่อน
พระพุทธเจ้า เพราะคำว่าธรรมะนี้มีมนุษย์พูด
กันแล้วตั้งแต่พระพุทธเจ้ายังไม่เกิด และก็
หมายถึงหน้าที่ที่จะต้องประพฤติปฏิบัติเพื่อ
เอาตัวรอดหรือดับทุกข์ให้ได้ เมื่อพูดถึงหน้าที่
ก็ต้องรู้ให้ตลอดไปถึงข้อที่ว่ามันทรงผู้ทำ
หน้าที่ไว้ไม่ให้ตกจมลงไปในกองทุกข์ ท่าน



จงถือเอาความหมายนี้ให้ดีๆ แล้วเอาไปใช้ให้สำเร็จประโยชน์ตามนั้น คือทรงตัวท่านผู้ปฏิบัตินั้นไว้ไม่ให้จมลงไปในกองทุกข์ ดังนั้นเราจึงมีระบบที่จะต้องเรียนให้รู้ให้เข้าใจ แล้วก็ประพฤติปฏิบัติให้ถูกต้องตามนั้น แล้วก็ดับทุกข์ได้ นี่คือพระธรรม ความรู้จากการปฏิบัติที่ดับทุกข์ได้เรียกว่าพระธรรม

ที่นี้ลองพิจารณาดูให้ดีเถิดว่าเมื่อเป็นอย่างนี้แล้ว มันเป็นหน้าที่หรือมิใช่หน้าที่เล่า เราต้องเรียนให้รู้ ต้องปฏิบัติให้ได้ ต้องดับทุกข์ให้ได้ การดับทุกข์นั้นเป็นหน้าที่หรือไม่ ทุกคนก็พอจะทราบได้เอง เว้นแต่มันไม่รู้อะไรเอาเสียเลย ว่าหน้าที่ก็เป็นเรื่องที่ทำสำหรับเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง มันก็ด้วยกันนั้นแหละ หน้าที่





สำหรับเลี้ยงปากเลี้ยงท้องก็เป็นธรรมชาติด้วย
เหมือนกัน หน้าทีนั้นช่วยให้รอดชีวิต เมื่อมี
ชีวิตอยู่แล้วก็จะได้ปฏิบัติหน้าที่ที่สูงขึ้นไป สูง
ขึ้นไป จนดับทุกข์ได้สิ้นเชิงเรียกว่าบรรลุมรรค
ผล นิพพาน

ท่านทั้งหลายจะต้องมองเห็น เข้าใจ
ยอมรับ เชื่อว่าหน้าที่ของเรานั้นมีอยู่เป็น ๒
ชั้น หรือเป็น ๒ ระดับ หน้าที่อันดับแรกก็คือ
หน้าที่ที่จะต้องให้รอดชีวิตอยู่ได้ นี่ก็มีการ
กระทำที่มากมายกว้างขวางเหมือนกันที่จะ
ทำให้รอดชีวิตอยู่ได้, ครั้นรอดชีวิตอยู่ได้แล้ว
ก็มีหน้าที่ที่จะต้องดับทุกข์โดยประการทั้งปวง
จนกว่าจะถึงสุดยอดของความดับทุกข์ ที่เรียก
ว่าบรรลุมรรค ผล นิพพาน





นี่เข้าใจเสียอย่างนี้ว่า ขึ้นชื่อว่าหน้าที่
หน้าที่แล้วเป็นธรรมดา เพราะว่าหน้าที่นั้น
แหละช่วยไม่ให้จมลงไป ในกองทุกข์คือความ
ตาย เมื่อปฏิบัติอยู่อย่างถูกต้องมันก็ไม่ตาย
นับตั้งแต่ว่าจะต้องมีอาหารกิน จะต้องบริหาร
ร่างกาย มีที่อยู่อาศัย ที่ต้องทำทุกอย่าง
เพื่อบริหารร่างกาย การกินอาหาร การถ่าย
อุจจาระ การถ่ายปัสสาวะ การ... เบ็ดเตล็ด
ทุกอย่างที่ทำนั้นแหละ มันช่วยให้รอดชีวิต
ต้องจัดไว้ในฐานะเป็นหน้าที่ เป็นหน้าที่ที่เพื่อ
รอดชีวิต เมื่อเราได้ทำหน้าที่เหล่านี้โดยครบ
ถ้วนแล้วมันก็รอดชีวิต รอดชีวิตแล้วยังจะต้อง
ทำอะไรต่อไป ปัญหามันก็มีอยู่ ว่าเขามีความ
ทุกข์อย่างไรเหลืออยู่ มีปัญหาอย่างไรเหลืออยู่
ก็จะต้องกำจัดให้ความทุกข์นั้นให้หมดไป ทีนี้





ก็กลายเป็นเรื่องทางจิตทางใจขึ้นมา คือเรื่อง
ความโลภ ความโกรธ ความหลงหรือกิเลส
อย่างอื่นต่างๆ นานาที่ทำให้เป็นทุกข์ ฉะนั้น
จึงมีหน้าที่จะต้องดับเสียซึ่งกิเลสตัณหาเหล่า
นั้นเพื่อให้หมดจากความทุกข์ ที่นี้มันก็ต้อง
ทำต่อไปอีกขั้นหนึ่ง

ไม่ใช่ว่ามีเงินมาก มีอำนาจมาก มีอะไร
มากแล้วจะไม่เป็นทุกข์ มันยังเป็นทุกข์อยู่ด้วย
กิเลสตัณหานานาสารพัดอย่าง จะมีเงินสัก
เท่าไร มีอำนาจสักเท่าไร เกียรติยศชื่อเสียงสัก
เท่าไร มันก็ยังมี ความโลภ ความโกรธ ความ
หลงที่ทำให้เป็นทุกข์ อย่าวว่าแต่มนุษย์ธรรมดา
ในโลกนี้เลย แม้พวกเทวดาในสวรรค์มันก็ยัง
เป็นทุกข์เพราะกิเลสตัณหานั้น ถ้ายังมีทุกข์อยู่
โดยประการใด ก็ยังมีหน้าที่ที่จะต้องประพฤติ





ปฏิบัติเพื่อดับทุกข์ สรุปลความสั้นๆ ว่า **ธรรมะ**
เป็นเครื่องดับทุกข์ สำหรับผู้ที่มีความทุกข์

ถ้าใครมันโง่เขลาจนถึงกับไม่รู้จักรว่าเป็น
ทุกข์ มันก็ต้องทนทุกข์ไปโดยไม่รู้สึกรว่าเป็น
ทุกข์ นี่เป็นของที่มีได้ มันไม่รู้จักรว่าอันนี้เป็น
ความทุกข์มันก็ทนทุกข์ไป ทนทุกข์ไป อยู่
อย่างเป็นทุกข์ไปจนตาย โดยไม่รู้สึกรว่าทน
ทุกข์อย่างนี้มันก็ยังมีแต่เราคงจะไม่เป็นถึง
อย่างนั้น ขอให้มองเห็นความทุกข์ที่มีอยู่จริง
นับตั้งแต่ความรบกวนของนิเวศทั้ง ๕ แล้ว
ก็การแผดเผาของกิเลส โลภะ โทสะ โมหะ
ทั้งสาม และความที่ยังละไม่ได้ แม้พยายาม
อยู่ มันก็ยังมีกิเลสตัณหาซึ่งเหนียวแน่นมันก็
เป็นความทุกข์ มองเห็นให้ชัดเสียก่อนว่าความ
ทุกข์นั้นมีอยู่อย่างไร ถ้าไม่เห็นว่าเป็นความ





ทุกข์ คือหรือมีความทุกข์มันก็ไม่ต้องทำอะไร
ในเรื่องเกี่ยวกับธรรมะ เพราะธรรมะนี้มันเป็น
เครื่องดับทุกข์โดยตรง เพราะฉะนั้นสิ่งแรกที่
จะต้องรู้จักก็คือเรื่องความทุกข์นั่นเอง

ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงทรงนำมาตรัสเป็น
เรื่องแรกของอริยสัจสี่ คือเรื่องความทุกข์ เรื่อง
เหตุให้เกิดทุกข์ เรื่องความดับทุกข์ เรื่องทาง
ให้ถึงความดับทุกข์เป็น ๔ เรื่องด้วยกัน เรื่อง
แรกคือเรื่องความทุกข์ ถ้าใครยังไม่มองเห็นว่า
เป็นทุกข์หรือมีความทุกข์ ก็ไม่ต้องๆ ไม่ต้อง
สนใจธรรมะหรอก คือมันสนใจไม่ได้หรอก
เพราะมันไม่มีความรู้สึกว่าเป็นทุกข์ แต่โดย
ปกติพอจะเห็น พอจะรู้สึกกันได้ไม่มากก็น้อย
แล้วก็รู้จักมาก มากยิ่งๆ ขึ้นไป *นิเวศน์รบกวน*
เป็นประจำวัน ๕ อย่าง คือ ความรู้สึกไปใน





ทางกามารมณ์ทางเพศ นี้อย่างหนึ่ง ความรู้สึกก็อดขัดใจไม่ชอบอะไร นี้อีกอย่างหนึ่ง การที่จิตหลุดลอยกำลัง นี้อย่างหนึ่ง การที่จิตพุ่ง่านเตลิดเปิดเปิงไปนี่ก็อย่างหนึ่ง แล้วก็ความล้งเลงสยในความปลอดภัย ไม่แน่ใจในความปลอดภัยในความถูกต้อง ไม่แน่ใจในการกระทำของตนว่าจะถูกต้อง มันก็ล้วนแต่เป็นเครื่องรบกวนจิตใจ อย่างนี้ต้องพยายามหาทางกำจัดให้หมดสิ้นไป

ก็มาถึงกิเลสตัวใหญ่ๆ คือ โลภะ มีความโง่ยึดถือตัวตนหรือเห็นแก่ตนมากมันก็มีความโลภที่จะเอามาเป็นของตน เมื่อไม่ได้อย่างใจ มันก็เกิดความโกรธ และเมื่อไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไรแน่นอนมันก็สงสัยวนเวียนอยู่ที่นั่นเอง เรามีปัญหากันอย่างนี้ ขอให้สังเกตดูให้ดีๆ





ถ้าไม่เข้าใจว่ามันมีปัญหาอยู่อย่างนี้ มันก็ไม่ว่าจะเอาธรรมะไปทำอะไร

เอาละ, ทีนี้เอาธรรมะจะช่วยบอกให้ บอก ล้วงหน้าให้ว่าธรรมะนี้ จะมีประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับทำให้ชีวิตนี้ไม่เป็นทุกข์ หรือว่าเมื่อเราจะต้องทำการงานในหน้าที่ของมนุษย์อยู่ เป็นปกติ ถ้ามีธรรมะมันจะช่วยทำให้ไม่เป็นทุกข์ การงานที่เป็นทุกข์นั้นแหละถ้าทำจิตใจเสียใหม่ให้ถูกต้องมันก็จะไม่เป็นทุกข์ เพราะรู้สึก ว่าไอ้การงานหรือหน้าที่นั้นมันเป็นธรรมะ ได้ ประพฤติธรรมะก็พอใจ ก็ทำงานสนุกโดยไม่ต้องเป็นทุกข์ แต่หลายคนคงไม่เชื่อ เพราะ รู้จักแต่จะชี้เกี้ยวในการงาน หลบหลีกในการงาน เห็นการงานเป็นของทรมานเหงื่อ ไหลไคลย้อย ก็เห็นว่าการทำงานนี่จะเป็นสุข





ไปไม่ได้ แต่จะขอบอกว่าถ้าดำรงจิตใจให้ถูกต้อง ให้มีความเข้าใจถูกต้องว่าหน้าที่การงานทั้งหลายนั้นเป็นธรรมชาติ คือสิ่งที่จะช่วยให้รอด สิ่งที่จะช่วยให้เรารอดนั้นนะคือหน้าที่การงานนั่นเอง หน้าที่การงานนั้นแหละเป็นพระเจ้าที่จะช่วยให้รอด ก็เลยสนุก พอใจในการทำงาน ถ้าเหงื่อไหลออกมาก็รู้สึกพอใจว่าทำงานได้มาก เหงื่อมันก็กลายเป็นน้ำมนต์ที่เยือกเย็นรดบुकคณนั้นให้มีกำลังใจสำหรับที่ประพฤติปฏิบัติต่อไปยิ่งๆ ขึ้นไป มันก็เลยได้ผลเป็นการทำงานสนุก เป็นสุขอยู่ในการทำงาน นี่แหละดูให้ดีเถอะว่าใครบ้างที่ไม่ต้องทำงาน

ถ้ายังต้องทำงานก็จงรู้จักทำจิตใจให้การทำงานนั้นเป็นที่ตั้งแห่งความพอใจ แล้วก็มีความสุขเป็นสุขอยู่ในขณะที่ทำการงาน มีผลคือทำให้





การงานนั้นทำได้มาก แล้วก็ลุล่วงไปด้วยดี ไม่มี
ปัญหา มีความสุขอยู่ตลอดเวลา นี่ขอให้ท่าน
ทั้งหลายมีความเข้าใจในสิ่งที่เรียกว่าธรรมะ
ธรรมะ ในลักษณะอย่างนี้กันเถิด ก่อนแต่ที่
จะทำการงานก็รู้จักทำจิตใจอย่างนี้ จะได้ไม่
เป็นทุกข์ เมื่อทำการงานอยู่อย่างเหน็ดเหนื่อย
ก็ระลึกให้ได้แบบนี้แล้วก็ได้ไม่เป็นอย่างทุกข์

ขอให้กำหนดใจความสำคัญให้ได้ว่า
ธรรมะคือหน้าที่ ธรรมะคือหน้าที่ ถ้าเรารู้จัก
หน้าที่ในฐานะเป็นธรรมะแล้วจะทำงานสนุก
พอใจอยู่ว่าได้ประพฤติธรรมะ คือความถูก
ต้องแล้วก็มีความสุขเพราะความพอใจนั้น ความ
สุขย่อมเกิดมาจากความพอใจเท่านั้นนะ นี่ขอ
ให้ช่วยจำไว้เป็นหลักทั่วไป สิ่งทีเรียกว่าความ
สุขนั้นจะต้องมาจากความพอใจ ถ้าพอใจ
น้อยก็ความสุขน้อย พอใจมากก็ความสุขมาก





พอใจอย่างถูกต้องบริสุทธิ์ ก็เป็นความสุขที่ถูกต้อง
ต้องบริสุทธิ์ ถ้าเป็นความพอใจอย่างคดโกง
อย่างบาป อย่างอกุศลมันก็ไม่ใช่อย่างนั้น
คือมันเป็นความสุขชนิดที่หลอกลวง เป็น
ความสุขชนิดที่ไม่ใช่ความสุขที่แท้จริง เรียก
ว่าความพอใจบริสุทธิ์ ความสุขก็บริสุทธิ์ ถ้า
ความพอใจไม่บริสุทธิ์ เพราะมันเป็นเรื่องราว
เรื่องอกุศล มันก็เป็นสุขชนิดของคนพาล ของ
คนอันธพาล เป็นความสุขชนิดที่เป็นบาป เป็น
อกุศล แล้วมันก็ไม่ไม่รอด ในที่สุดมันก็จะจมอยู่
ในกองทุกข์

ขอให้ท่านทั้งหลายสังเกตดูให้ดี ว่าเรา
เกิดมาแล้วต้องทำหน้าที่การงานเพื่อรอด
ชีวิต ทีนี้ธรรมะนั้นนะคือหน้าที่ ธรรมะนั้น
แหละช่วยให้พอใจในการทำการงาน ไม่ต้อง





เป็นทุกข์ ไปนึกถึงคนทำงานหนัก คนแจวเรือจ้าง คนถีบสามล้อ คนกวาดถนน ล้างท่อถนน คนทำงานหนักเหล่านี้ ถ้าเขาพอใจในหน้าที่นั้นๆ มันก็ไม่เป็นทุกข์ ก็ทำได้อย่างสนุกสนานร่าเริงเหมือนชาวอินเดีย ชาวนาทั่วๆ ไป ตักน้ำในบ่อขึ้นมารดนาได้ทั้งวัน ทั้งวัน ทั้งวัน ตลอดฤดู นี่มันไม่เป็นทุกข์ เพราะว่าเข้าไปในถิ่นนั้นได้ยินแต่เสียงร้องเพลงทุกคนร้องเพลงแล้วก็ตัก... ตักน้ำในบ่อขึ้นมารดนา ไหลไปตามหัวคันนา ลงปรี่ลงไปทั่วตลอดผืนนา ไม่มีความทุกข์เลย ตักน้ำทั้งวันๆ กว่าจะหมดฤดูทำนา รุ่งทำนาครั้งที่สอง คือทำนาที่ไม่มีฝน ก็ทำได้ดี ทำได้มาก ทำได้รอดตัว นี่ถ้าว่ามันพอใจในการทำงานแล้วมันก็ไม่เป็นทุกข์ ขอให้รู้จักทำให้การงาน





หรือหน้าที่นั้นเป็นความพอใจ แล้วก็เป็นความ
สุข และเป็นความสุขที่ประหลาดที่สุด คือเป็น
ความสุขที่ไม่ต้องใช้เงิน ทำให้เกิดความพอใจ
ได้ก็เป็นสุข ก็เป็นสุข อิ่มอยู่ด้วยความสุข ไม่
ต้องการจะไปทำอบายมุขที่ไหนเพราะมันมี
ความสุขอย่างเต็มที่เสียแล้วในจิตใจ อิ่มอก
อิ่มใจในการได้ทำหน้าที่การงาน

ขอให้ทุกคนรู้จักสิ่งที่เรียกว่า **หน้าที่** กับ
สิ่งที่เรียกว่า **ธรรมะ ๒** สิ่งนี้เป็นสิ่งเดียวกัน
คือสิ่งที่จะช่วย**ให้รอด** ช่วย**ให้รอด**ชีวิตก็ทำ
หน้าที่แบบที่**ช่วย**ให้รอด**ชีวิต** ช่วย**ให้รอด**จาก
ความทุกข์ทั้งหลาย ก็ทำหน้าที่แบบให้บรรลु
มรรค ผล นิพพาน มันมีอยู่ ๒ ขั้นตอนอย่างนี้
นี้แหละคือ**พระธรรม**





วันนี้เป็นวันพระธรรม วันนี้เป็นวันพระธรรม ขอให้นึกถึงพระธรรมว่าพระธรรมนั้นคืออะไร และให้รู้ได้ว่าเห็นได้แจ่มแจ้งว่า พระธรรมนั้นคือสิ่งที่จะช่วยให้รอด รอดทั้งชีวิตและรอดทั้งจากความทุกข์ชนิดที่เป็นกิเลส เป็นเรื่องของจิตใจ เรียกว่าง่าย ๆ ก็ว่าให้รอดทั้งทางกายและให้รอดทั้งทางจิต **นี่คือธรรมะ**

เดี๋ยวนี้เป็นที่น่าเสียดายที่ว่าเราไม่สนใจธรรมะกันในลักษณะอย่างนี้ ไม่มีความรู้สึกอย่างนี้ต่อสิ่งที่เรียกว่าธรรมะ สิ่งทีเรียกว่าธรรมะก็เลยไม่ค่อยจะมี ไม่รักที่จะทำการงานให้สนุกและเป็นสุข จนต้องมีคนอื่นมาชักชวน จนต้องมีโครงการหรือคณะไหนมาล่อหลอกให้ขยันทำงาน นึกแล้วก็น่าหัวที่ว่า เดี่ยวนี้เขามีองค์การพัฒนา เป็นนักศึกษาบ้าง มีใช้บ้าง





องค์การที่พัฒนาตามถิ่นต่างๆ เมื่อดูโดย
ใจความแท้ๆ แล้วก็คือเพื่อหลอกคนให้ทำงาน
คนนั้นมันโง่สักเท่าไรต้องให้คนอื่นมาหลอกให้
ตัวทำงานเพื่อช่วยตัวเอง มันโง่ก็มากน้อย มัน
ต้องมีคนมาหลอกให้ทำงานเพื่อช่วยตัวเอง นี่
คือมันไม่มีธรรมะมันไม่รู้ธรรมะ เพราะถ้ามันรู้
มันก็จะต้องทำงานสนุกสนานโดยไม่ต้องมีใคร
มาหลอก



ถึงพวกเราก็เถอะ พระเถรนี่เถอะก็เป็น
นักหลอกนะนี่ หลอกคนให้มีธรรมะ หลอกคน
ให้ทำงาน เพราะว่าเขาไม่ชอบ เขาไม่มี จะใช้
คำว่าหลอกมันก็มากไปหน่อย แต่มันก็ยังอยู่
ในเรื่องหลอกนั่นแหละ หลอกให้คนมีธรรมะ
หลอกให้คนรักษาศีล หลอกให้คนประพฤติ
ธรรมะ มีหน้าที่หลอก เพราะว่าคนเหล่านั้น





มันอยู่ในสภาพที่น่าสงสารเกินไป จนต้องมี
คนมาหลอกให้ช่วยตัวเอง หลอกให้ช่วยตัว
เองมันน่าสงสารเท่าไร ขอให้เข้าใจกันอย่าง
แจ่มแจ้งจนถึงกับว่าอย่าต้องมีการกระทำใน
ลักษณะเช่นนี้เลย จงพอใจอย่างยิ่งในการ
ทำสิ่งที่เป็น การช่วยตัวเองคือทำหน้าที่ของ
มนุษย์นั้น นี่ธรรมะ ธรรมะคือหน้าที่ หน้าที่
คือสิ่งที่จะช่วยผู้หนึ่งให้รอดจากความทุกข์
แต่เป็นสิ่งที่เขาจะต้องทำเอง

มีพระบาลีอยู่แล้วว่ากิจกรรมนี้เป็นสิ่งที่
เธอทั้งหลายจะต้องทำเอง ตถาคตทั้งหลาย
เป็นแต่ผู้ชี้ทางเท่านั้น พระพุทธเจ้าจะมาช่วย
ทำให้ไม่ได้ ได้แต่เป็นผู้ชี้ทาง แล้วคนเหล่านั้น
ก็ทำเอง ทำหน้าที่ตามที่ชี้ทางแล้วก็ดับทุกข์
ได้ ข้อนี้เป็นไปได้ทั้งฝ่ายเลี้ยงชีวิตอย่างชาว





โลก และฝ่ายที่ดับกิเลสดับความทุกข์อย่าง
ชาววัด พระพุทธเจ้าท่านก็ทรงชี้ทางเรื่อง
เป็นอยู่อย่างอยู่ในโลก ทางสังคมในโลกนี้
ก็มีเหมือนกัน แต่มันไม่ใช่หน้าที่โดยตรงของ
ท่าน หน้าที่โดยตรงของท่านก็จะช่วยชี้ในเรื่อง
ของจิตใจที่เป็นนามธรรม เป็นด้านลึกคือเรื่อง
ดับทุกข์หรือดับกิเลส ท่านก็ได้แต่เป็นผู้ชี้ทาง
ตุมฺเหหิ กิจฺจํ อาตบฺปี –ความเพียรเป็นสิ่งที่
ท่านทั้งหลายต้องทำเอง อภฺชาตาโร ตถาคตา
–พระตถาคตทั้งหลายเป็นแต่ผู้ชี้ทาง

ฉะนั้นเราได้ยินได้ฟังมามากมายในเรื่อง
ที่เกี่ยวกับธรรมะ แต่แล้วมันก็เป็นที่น่าสังเวช
ที่ว่าไม่ได้เอามาใช้เป็นประโยชน์อะไร ฟัง
ไว้ในฐานะเป็นของศักดิ์สิทธิ์ แล้วก็เกณฑ์
ให้เป็นของศักดิ์สิทธิ์ เกณฑ์ให้ช่วยทั้งที่ไม่
ต้องทำอะไร นี่เกณฑ์ให้พระธรรมมาช่วยทั้ง





ที่ไม่ต้องทำอะไร อ่างให้พระธรรมเป็นของ
ศักดิ์สิทธิ์แล้วก็มาช่วย อ่างพระพุทธรเจ้าเป็น
ของศักดิ์สิทธิ์แล้วก็มาช่วย อ่างพระสงฆ์ให้เป็น
ของศักดิ์สิทธิ์แล้วก็มาช่วย อย่างนี้มันไม่ใช่...
ไม่ใช่ความถูกต้อง ไม่ใช่เรื่องในพระพุทธร-
ศาสนา เรื่องความศักดิ์สิทธิ์ เรื่องช่วย... ให้
สิ่งศักดิ์สิทธิ์ช่วยนั้นมันเป็นเรื่องของคนโง่ ที่
มันช่วยตัวเองไม่ได้ แล้วมันไม่มีความคิดนึก
ที่จะเข้าใจในการที่จะช่วยตัวเอง มันก็ยินดี
ทำพิธีรีตองตามแบบไสยศาสตร์ เพื่อให้สิ่ง
ศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายช่วย แล้วมันช่วยได้ก็มาก
น้อยละลองคิดดู อย่างมากก็จะทำให้สบายใจ
ไปพักๆ หลอกให้สบายใจไปได้พักๆ หนึ่ง
มันช่วยไม่ได้จริง เพราะว่าสิ่งที่จะช่วยได้จริง
นั่นคือหน้าที่ *หน้าที่* หน้าที่คือการทำงานที่จะ
ต้องทำ เพื่อชีวิตรอดอยู่และเพื่อดับทุกข์ได้





ด้วยโดยประการทั้งปวง หน้าที่คือสิ่งที่ต้อง
ทำหรือจำเป็นสำหรับสิ่งที่มีชีวิต ทำแล้วมัน
รอด ครั้นรอดแล้วมันก็ทำหน้าที่ที่สูงขึ้นไป
ดับกิเลส ดับทุกข์ บรรลุมรรค ผล นิพพาน ก็
ถึงที่สุด สุดยอดของความเป็นมนุษย์ ไม่มีอะไร
จะไปอีกแล้ว เมื่อบรรลุนิพพานแล้วมันก็เป็น
จุดจบที่จะไป ไปยิ่งกว่านั้นไม่ได้อีกแล้ว

ฉะนั้นขอให้มองดูให้ดีๆ อย่าเข้าใจผิด
ต่อสิ่งที่เรียกว่ามรรค ผล นิพพาน คนสมัย
นี้เห็นเป็นของเหมือนกับว่ามีไว้พอเป็นพิธี
บางพวกก็ถือว่าไม่มีประโยชน์อะไร แม้ที่เป็น
นักศึกษา ที่เรียกตัวเองว่านักศึกษา หรือได้
รับเกียรติยศว่าเป็นนักศึกษา มันก็ไม่ว่าการ
บรรลุมรรค ผล นิพพานนั้นคืออะไร บางทีเอา
ไปหัวเราะเยาะล้อเล่นเสียด้วยซ้ำไป มันก็เลย
เป็นหมันเปล่า ควรจะรู้ว่ามรรคผลนิพพานนั้น





นะคือมันจุดขั้นสุดท้ายของมนุษย์ ของความ
เป็นมนุษย์จะต้องไปให้ถึง บรรลุมรรค ผล
นิพพานแล้วอยู่เหนือความทุกข์ทั้งปวง อยู่
เหนือปัญหาทั้งปวง เป็นความเต็มเปี่ยมของ
ความเป็นมนุษย์ ไม่มีอะไรยิ่งไปกว่านั้นแล้ว
เรียกว่าจบกันที่นั่น วุสิตฺ พรหมจริยํ –ในบาลี
เรียกว่าทางพรหมจรรย์จบแล้ว หมายความว่า
ว่าการที่จะต้องทำเพื่อความดี ความงาม
ความประเสริฐอะไร จบกันแค่นี้เอง คือการ
บรรลุพระอรหันต์เพราะความหมดกิเลส

ที่นี้ก็มาดูกันถึงเรื่องที่ว่าวันนี้เป็นวัน
อาสาฬหะ มีความหมายสำคัญตรงที่ว่า
พระพุทธองค์ทรงแสดงอริยสัจสี่ นำด้วย
อริยมรรคมีองค์แปด เพราะว่าการจะเข้า
มาสู่อริยสัจสี่นั้นนะมันต้องมาด้วยทาง
อริยมรรคมีองค์แปด คืออย่าไปโง่หลงให้





สุดโต่งในฝ่ายทำตนให้ลำบาก ในฝ่ายที่
หลงใหลอยู่ในกามารมณ์ อย่าไปหลงอยู่
ในกามารมณ์ซึ่งเรียกว่า ปฏิปทาเปียก
แฉะ แล้วก็อย่าไปหลงใหลในการทำตนให้
ลำบากโดยไม่มีเหตุผลอะไร และมันไม่จำเป็น
ที่จะต้องทำตนให้ลำบาก ทำตนให้
ลำบากเปล่าๆ เรียกว่า ปฏิปทาใหม่เกรียม
อาคัพหปฏิบัติ - ปฏิบัติเพื่อทำตนให้จม
อยู่ในกองกาม นี้เรียก ปฏิปทาเปียกแฉะ ที่นี้
ไปหลงตรงกันข้ามทรมาณตนให้ลำบากโดย
คิดว่าทำลายตน ทำลายตน ทรมาณตนลง
ไปได้เท่าไรกิเลสจะลดน้อยลงไปเท่านั้น ก็
เลยบำเพ็ญตบะชนิดที่ทรมาณตน นี้เรียกว่า
นิชฌานปฏิบัติ - ปฏิปทาใหม่เกรียม อย่าง
หนึ่งเปียกแฉะ อย่างหนึ่งใหม่เกรียมนี้ไม่เอา
เอาแต่ที่ตรงกลาง ที่พอดี ผู้ที่ลุ่มหลงอยู่ใน





กามารมณฺ์เขาเรียกว่าปฏิบัติเป็ยกแฉะ ผู้ที่
 ทรมาณตนให้ลำบากเปล้าๆ ก็เรียกว่าปฏิบัติ
 ไหม้เกรียม สองอย่างนี้เว้นเสียแล้วก็อยู่ตรง
 กลางเดินเข้ามาตรงกลางเรียกว่า **มัชฌิมา-
 ปฏิปทา** คือการกระทำให้ถูกต้อง ถูกต้อง ถูก
 ต้อง ถูกต้องทุกอย่างที่**ควรจะถูกต้อง**

ในที่นี้พระองค์ตรัสว่า ได้รู้พร้อมเฉพาะ
 ด้วยตนเอง ไม่ได้ฟัง ไม่ได้ยินได้ฟังมาแต่ผู้
 อื่น **ทางถูกต้องนั้นมีอยู่ ๘ ประการคือ ถูก
 ต้องของทิวฐิติ** -ความคิด ความเห็น ความ
 เชื้อ ความเข้าใจ อะไรก็เรียกว่าทิวฐิตินี้ถูกต้อง
 รู้อะไรเป็นอะไรอย่างถูกต้อง, ที่นี้ก็ถูกต้อง
 ต่อไปถึงไ้อ้ความต้องการ ความใฝ่ฝัน ความ
 ปรารถนา เมื่อรู้ว่าอะไรเป็นอะไรแล้วมันก็
 ปรารถนาได้ถูกต้อง นี้เรียกว่า**ความถูกต้อง
 ของความต้องการ** เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ,





เมื่อรู้อย่างนี้แล้วการพูดจามันก็ถูกต้องเรียกว่าสัมมาวาจา, การกระทำทางกายก็ถูกต้องเรียกว่าสัมมากัมมันโต, การเลี้ยงชีวิตก็ถูกต้องเรียกว่าสัมมาอาชีโว มันถูกต้อง, แล้วก็ถูกต้องต่อไปถึงสัมมาวายามะคือความพากเพียรกำลังใจที่พากเพียรนั้นถูกต้อง มุ่งหมายถูกต้อง, กระทำอย่างถูกต้อง อยู่อย่างถูกต้อง, แล้วก็สติ - ความระลึกควบคุมตนให้รู้สึกตัวอยู่เสมอนั้นก็ถูกต้อง, อันสุดท้ายสมาธิ คือ ความปักใจมันลงไปในความถูกต้อง ก็เลยเป็นความถูกต้อง ๘ ประการ นี้เรียกว่าอัฐ-
ฐังคิกมรรค ก็คือสิ่งที่เรียกว่าธรรมะนั้นเอง ธรรมะที่จะต้องรู้ จะต้องประพฤติ จะต้องปฏิบัติมันเอง เป็นความถูกต้อง ๘ ประการ ช่วยจดจำไว้ให้ดีๆ





ที่สวดมนต์กันได้อยู่ ท่องกันได้อยู่ก็มีอยู่
มาก แต่บางคนก็ยังไม่เข้าใจชัด ก็เข้าใจเสียให้
ชัดว่าต้องอยู่ด้วยความถูกต้อง ๘ ประการ ถูก
ต้องในความคิดเห็น ถูกต้องในความปรารถนา
ถูกต้องในการพุดจา ถูกต้องในการประพฤติ
กระทำ ถูกต้องในการดำรงชีวิต ถูกต้องใน
ความพากเพียร ถูกต้องในความมีสติ และถูก
ต้องในความมีสมาธิ นี้ ๘ ถูกต้องนี้เป็นหัวใจ
เลิศสุดของพระธรรม แต่เราก็ไม่ได้สนใจ
ให้สมกันกับที่เป็นของประเสริฐเลิศยิ่งเลิศ
ที่สุด มีบาลีกล่าวว่า โย จ พุทธญจ ธมฺมญจ
สงฺฆญจ สรณํ คโต - ผู้ใดถือพระพุทธ พระ
ธรรม พระสงฆ์เป็นสรณะ, จตตาริ อริยสจ-
จานิ สมฺมปฺปญฺญา ย ปสฺสตี - เห็นอริยสัง-
สี่ อยู่ตามที่เป็นจริง, ทุกฺขํ ทุกฺขสมฺบุปฺปาทํ





ทุกขสฺส จ อติกุภมํ อริยญฺจฏฺฐจํคิํ มคคํ
 ทุกขุปสมคามินิํ - ความทุกข์ก็ดี เหตุให้เกิด
 ทุกข์ก็ดี ความดับทุกข์ก็ดี มรรคมีองค์แปด
 ทำให้ถึงความดับทุกข์ก็ดี ผู้ใดเป็นอย่างนี้,
 เอตํ โข สรณํ เขมํ เอตํ สรณมุตฺตมํ - นั่นเป็น
 สรรณะอันประเสริฐ เอตํ สรณมากมม สพฺพ
 ทุกฺขา ปมฺจุจติ - ครั้นมีสรณะอย่างนี้แล้ว
 จะดับทุกข์ทั้งปวง จะพ้นจากทุกข์ทั้งปวง

อริยมรรคมีองค์แปด เป็นวันที่พระองค์
 ทรงนำมาแสดงในวันนี้ ในวันคล้ายวันนี้แต่
 เราเรียกว่าวันนี้กันจนเคยชินไปแล้ว วันนี้คือ
 วันอาสาฬหะ ที่จริงมันก็คือวันคล้ายกับวัน
 นี้ วันคล้ายกับวันนี้คือเป็นวันเพ็ญอาสาฬหะ
 พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงปฐมเทศนาเริ่ม
 ด้วยอริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ แล้วแสดง
 อริยสัจสี่ ซึ่งก็ประกอบด้วยอริยมรรคมีองค์





แปดประการอีกนั่นเอง ไปๆ มาๆ มันก็สำคัญ
อยู่ที่อริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ การรู้เรื่องดับ
ทุกข์ ทุกข์ยังไม่ดับ ต้องมีการปฏิบัติตามมรรค
มีองค์แปดประการ ทุกข์จึงดับ, รู้เรื่องทุกข์
ทุกข์ก็ยังไม่ดับ, รู้เรื่องสมุทัย ทุกข์ก็ยังไม่ดับ,
รู้เรื่องทุกขนิโรธ ทุกข์ก็ยังไม่ดับ แต่ต้องปฏิบัติ
อริยมรรคมีองค์ ๘ ประการนี้ให้ครบถ้วนให้
สมบูรณ์แล้วทุกข์ก็จะดับ พระองค์ทรงแสดง
ในวันที่คล้ายกับวันนี้ คือวันที่พระจันทร์เพ็ญ
ในกลุ่มหมู่ดาวฤกษ์ชื่ออาสาฬหะ ที่เรียกว่า
อาสาฬหะนะเป็นชื่อดาวหมู่หนึ่ง พระจันทร์
เข้าไปเพ็ญในระหว่างที่อยู่ในกลุ่มดาวฤกษ์นี้
แล้วก็เรียกว่าเพ็ญอาสาฬหะ คือวันคล้ายกับ
วันนี้ เพราะฉะนั้นเราจึงถือเอาวันที่คล้ายกับ
วันนี้ประกอบพิธีอาสาฬหบูชา





ขอให้มีความเข้าใจอย่างถูกต้อง มุ่งหมาย
อย่างถูกต้อง ประพฤติกระทำ ให้ถูกต้อง อย่า
ให้เป็นเหมือนนกแก้วนกขุนทอง อย่าให้เป็น
เหมือนหุ่นยนต์ แล้วแต่เขาจะซึกไป คือเราจะ
ต้องมีจิตใจ เข้าใจอย่างชัดเจน อย่างถูกต้อง
ว่าวันนี้มันมีความสำคัญอย่างไร ว่ามีความ
สำคัญว่าทรงแสดงเรื่องดับทุกข์ด้วยประการ
ทั้งปวง แล้วก็ดับทุกข์นั้นน่าจะดับอย่างไร
คือเดินตามอริยมรรคมีองค์แปด แล้วก็ดับ
ทุกข์ได้ นี่คือธรรมะที่เป็นเครื่องดับทุกข์ เป็น
พรหมจรรย์ที่จะเป็นเครื่องดับทุกข์ แล้วก็
เป็นหน้าที่ของมนุษย์ ที่จะต้องประพฤติปฏิบัติ
เพื่อดับทุกข์นี้ให้ได้ ไม่อย่างนั้นมันก็เสียทีที่
เกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาเป็นมนุษย์ดับทุกข์
ของมนุษย์ไม่ได้แล้ว ก็จะเสียทีที่เกิดมาเป็น
มนุษย์ มันก็สักแต่ว่าเกิดมาเท่านั้นเอง





ฉะนั้นขอให้สนใจในอริยมรรคมีองค์แปด โดยรายละเอียดหาศึกษาได้จากหนังสือหน้าหา มีคัมภีร์ที่ได้กระทำกันขึ้นไว้ แต่มีคนสนใจน้อยมาก ขอให้ไปสนใจกันเสียใหม่ในเรื่อง *อัฐังคิกรมรรค* - ความถูกต้อง ๘ ประการนั้น พอรู้สึกว่าคุณถูกต้องก็พอใจ พอพอใจก็เป็นสุข มันก็อยู่ด้วยความสุข ไม่ต้องไปกินเหล้าเมายาหาความสุขอะไรอีก เพราะมันเป็นสุขเสียแล้ว ข้อนี้มีความสำคัญ ขอให้สนใจ ถ้ามันเป็นสุขและพอใจเสียแล้ว มันไม่ต้องไปสูบฝิ่นกินยา ไม่ต้องไปเสพเฮโรอีน ไม่ต้องไปกามารมณ์เรียงมย์อะไรที่ไหนอีก เพราะมันเป็นสุขเสียแล้ว เพราะฉะนั้นขอให้ทำให้ได้ชนิดที่มันเป็นสุขเสียแล้ว คือพอใจในธรรมะที่ตนประพฤติปฏิบัติอยู่อย่างถูกต้อง ไม่ว่าจะผู้หญิงไม่ว่าผู้ชาย มีการปฏิบัติธรรมะอยู่อย่าง





ถูกต้อง แล้วพอใจ แล้วเป็นสุข มันก็ไม่มีความคิดที่จะไปเล่นไพ่ หรือว่าจะไปตีมน้ำเมา ไปเที่ยวกลางคืน หรือไปทำอะไรต่างๆ อย่างที่เขากระทำกัน ซึ่งคนเหล่านั้นเขาก็ว่าเขาไปหาความสุขในบ่อนการพนัน ในเที่ยวกลางคืน ดูการละเล่น หรือแม้แต่สุขจากกินกันใหญ่ สนุกสนานด้วยการกินเพื่อหาความสุข จนกระทั่งได้เป็นโรคเพราะการกิน ขอให้ดูให้ดี มันเป็นเรื่องของความผิด คือมันไม่ถูกต้อง ถ้ามันถูกต้องมันก็แก้ปัญหาได้ ฉะนั้นเราจึงอยู่ด้วยความถูกต้องชนิดที่แก้ปัญหาของเราได้อยู่ทุกวันๆ

อย่าให้ถึงกับใครต้องให้มีใครมาจ้างหรือมาลอกให้ทำงานเพื่อช่วยตัวเอง เป็นเรื่องที่กำลังมีปัญหา ประชาชนบางแห่งบางถิ่น ต้องไปช่วยลอกให้ทำงานเพื่อช่วยตัวเอง





ให้พัฒนาเพื่อช่วยตัวเอง น้ำมันไกลไปเสียมาก
แล้ว มันไกลจากธรรมะไปเสียมากแล้ว ถ้ารู้จัก
ว่าธรรมะคือหน้าที่ก็ไม่ต้องหลอก เพราะรัก
ธรรมะก็ทำหน้าที่ เมื่อทำหน้าที่มันก็รอด รอด
ทั้งทางกายและรอดทั้งทางจิต **ความรอดใน
พุทธศาสนารอดเพราะการปฏิบัติถูกต้อง**
ไม่ต้องพึ่งพาผีसांगเทวดา พระเจ้า พระอะไร
แต่ประการใด ไม่ต้องพึ่งพาสิ่งภายนอกเหล่า
นั้นแต่ประการใด และจัดไว้ว่าเป็นไสยศาสตร์
ไม่มีเหตุผลเป็นเรื่องของคนที่ประกอบอยู่ด้วย
อวิชชา มองเห็นชัดว่าหน้าที่ที่ตกลงไปอย่าง
นี้มันมีผลอย่างนี้ หน้าที่ที่ตกลงไปอย่างนี้มัน
มีผลอย่างนี้ ชัดเจนอย่างนี้ แล้วก็มันได้รับ
ผลนั้น รอดๆ รอดชีวิตก็รอด รอดจากกิเลส
รอดจากความทุกข์ก็รอด รอดจนถึงที่สุดเลย
ความรอดในพระพุทธานามิมาจากการ





กระทำอันถูกต้อง คือธรรมะ ธรรมะ ธรรมะ
ขอให้เข้าใจคำว่าธรรมะไว้ในฐานะเป็นสิ่งที่ช่วยให้อรุด อย่ามัวหลอกลูกเด็ก ๆ ว่าธรรมะคือคำสั่งสอน มันยังเข้าใจผิดกันใหญ่ ธรรมะมันคือสิ่งที่ช่วยให้อรุด คำสั่งสอนนะมีคำอื่นใช้ คือคำว่าศาสนะบ้าง อะไรก็ยังมีอีกหลายคำ แปลว่าคำสั่งสอน แต่ตัวธรรมะที่แท้จริงไม่ใช่ตัวคำสั่งสอน เป็นตัวหน้าที่ เป็นตัวความรู้ แล้วปฏิบัติตามหน้าที่ รู้แล้วปฏิบัติตามหน้าที่ นั่นแหละคือตัวธรรมะ นั่นเรียกสั้น ๆ ว่าหน้าที่ก็แล้วกัน รู้เรื่องหน้าที่ แล้วก็ปฏิบัติหน้าที่ให้ถูกต้อง สมบูรณ์ไปด้วยความถูกต้องก็พอใจ พอใจแล้วก็มีความสุข ยกมือไหว้ตัวเองได้ นั่นคือสวรรค์ในขั้นต้น ใครอยากได้สวรรค์ที่แท้จริงที่นี่และเดี๋ยวนี้จงกระทำหน้าที่ของตน อย่าให้บกพร่องจนยกมือไหว้ตัวเองได้ นั่นแหละ





คือสวรรค์ที่แท้จริง ที่นี้และเดี๋ยวนี้ สวรรค์ต่อ
ตายแล้วนั้นน่ะมันก็ขึ้นอยู่กับสวรรค์นี้แหละ
ถ้ายกมือไหว้ตัวเองได้มีสวรรค์ที่นี้แหละตาย
แล้วไม่ต้องสงสัย ก็ต้องได้สวรรค์แน่นอน แต่
สวรรค์ต่อตายแล้วนี้ยังไม่ต้องนึกถึงก็ได้ นึกถึง
แต่สวรรค์ที่นี้ที่จะทำให้ตัวเองยกมือไหว้ตัว
เองได้

ทำการงานตลอดวันถูกต้องตลอดวัน พอ
ค่ำลงจะนอนก็ใคร่ครวญดู โอ้, มีแต่ความถูก
ต้อง แล้วก็ยกมือไหว้ตัวเอง พอใจ อิมอกอิมใจ
เป็นสวรรค์เสียก่อนแต่จะนอนแล้วก็นอนหลับ
นี่สวรรค์จริง สวรรค์ไม่หลอก สวรรค์ชนิดที่
เป็นสันติภูมิกะ - มองเห็นได้ด้วยตนเอง แต่
ว่าจะต้องเพิ่ม เพิ่มการยกมือไหว้ขึ้นอีกอย่าง
หนึ่งนะ เขาจะยกมือไหว้พระพุทธรูปที่หนึ่ง
ยกมือไหว้พระธรรมที่หนึ่ง ยกไหว้พระสงฆ์





ยกมือไหว้พระสงฆ์ที่หนึ่ง นี่ขอแถมพก ว่า
ยกมือไหว้ตัวเองอีกที่หนึ่ง ถ้ายกมือไหว้ตัว
เองนั่นแหละคือจริง ไ้ยกมือไหว้พระพุทธ
พระธรรม พระสงฆ์นะ โดยมากเป็นแต่พิธีทั้ง
นั่นแหละ ทำพอเป็นพิธีทั้งนั้นแหละไม่มีความ
รู้สึกในใจอะไร แต่ถ้าสามารถยกมือไหว้ตัวเอง
ได้นี่ไม่ใช่พิธี เพราะมันต้องมองเห็นเสียก่อน
ว่าได้ทำถูกต้องอย่างไรจึงยกมือไหว้ตัวเอง
ได้ ก็เลยเป็นการยกมือไหว้ที่จำเป็นกว่า หรือ
ว่าการยกมือไหว้พระพุทธ พระธรรม พระ
สงฆ์นั้นมันรวมอยู่ในการยกมือไหว้ตัวเอง ตัว
เองประพตติถูกต้องตามคำของพระพุทธ
พระธรรม พระสงฆ์แล้วมันจึงจะยกมือไหว้
ตัวเองได้ ทีนี้ยกมือไหว้ตัวเองได้ เท่ากับไหว้
พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และไหว้ทุกสิ่ง
ที่ควรจะไหว้

๔๐





ขอให้พยายามเถอะ ให้พอใจในตัวเอง มีความสุข พอถึงปิดวันหนึ่งจะสิ้นวันแล้ว จะหลับจะนอนแล้วก็ใคร่ครวญดูให้ดี ให้พบแต่ความถูกต้อง พอใจ ยกมือไหว้ตัวเอง อย่างนี้เรียกว่ามีสวรรค์ที่แท้จริงไปพลาง ไปพลาง แล้วก็เลื่อนขึ้นไป เลื่อนขึ้นไป คือว่าให้ความถูกต้องนั้นมันเลื่อนขึ้นขึ้นไป ถูกต้องเลื่อนขึ้นขึ้นไปจนเป็นความถูกต้องที่ทำลายกิเลส ที่ละกิเลส ทำกรรมฐาน ทำวิปัสสนา ทำอะไรก็ได้แล้วแต่ที่มันเป็นการละกิเลส แล้วมันก็จะไปถึงจุดจบ ดับทุกข์ทั้งปวงได้

นี่คือว่ามีพระธรรม มีพระธรรมคือความถูกต้อง พระธรรมคือความถูกต้อง ในการรู้ ในการปฏิบัติที่ถูกต้องเรียกว่าพระธรรม ถ้าถามว่าพระธรรมคืออะไร ก็อยากจะให้ถือกันว่าพระธรรมคือความรู้และการปฏิบัติที่ถูกต้อง





ที่ดับทุกข์ได้ อย่าพูดสั้นๆ ง่ายๆ โง่ๆ ว่าพระ
ธรรมคือคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า แล้วก็
ไม่ได้บอกว่าสอนว่าอะไร นั่นนะมันเป็นเรื่อง
ที่น่าสงสาร ไม่รู้ว่าพระพุทธเจ้าสอนว่าอะไร
บอกแต่ได้ว่าพระธรรมคือคำสั่งสอนของ
พระพุทธเจ้า ที่จริงมันก็ไม่ถูกทั้งพยัญชนะ
และอรรถะ โดยพยัญชนะตัวธรรมะไม่ได้แปล
ว่าคำสั่งสอนเลย แปลว่าสิ่งที่ทรงผู้ปฏิบัติไว้
ธรร แปลว่าทรงไว้ โดยความหมายก็คือว่าช่วย
ให้ดับทุกข์ได้

จงบอกเด็กๆ ว่าธรรมะนะคือความรู้
และการปฏิบัติที่ถูกต้อง ที่ดับทุกข์ได้ นี่สอน
เด็กๆ ให้รู้แต่เพียงว่าธรรมะคือคำสั่งสอน
ของพระพุทธเจ้า มันก็ตายด้านอยู่แค่นั้นเอง





ไม่รู้ว่าจะสอนว่าอะไร นี่คนแก่คนเฒ่า พระเจ้า
พระสงฆ์ ช่วยระวังให้ดีๆ ช่วยพูดกันเสียใหม่
ให้ถูกต้องว่าธรรมะนั้นคืออะไร แล้วสอนเด็กๆ
ให้มันเข้าใจอย่างถูกต้องไปเสียแต่แรก มันก็
จะเริ่มมีธรรมะ จะเริ่มมีจุดตั้งต้นของธรรมะ
ที่จะได้เจริญงอกงามยิ่งๆ ขึ้นไปตามหนทาง
ของธรรมะในพระพุทธศาสนา สรุปลงเป็นใจ
ความเรียกว่า *อภฺยจฺจํคิกมรรค* มรรคแปลว่า
หนทาง หนทางประกอบด้วยความถูกต้อง
๘ ประการ หนทางนั้นคือสิ่งที่ประกอบด้วย
ความถูกต้องแปดประการ มีจิตใจรู้และปฏิบัติ
ตามนั้นแล้วเรียกว่าเดินไปตามทางนั้น ไปถึง
จุดหมายปลายทางคือความดับทุกข์ได้โดย
ประการทั้งปวง





เอาละ, วันนี้เราก็มามาทำพิธี ประกอบพิธี
อาสาฬหบูชา เป็นที่ระลึกแก่พระธรรมอีก
ครั้งหนึ่งในวันนี้ อีกครั้งหนึ่งในวันนี้ ขอให้
พระธรรมเป็นพระธรรม ให้พระธรรมได้เป็น
พระธรรม คือเป็นความถูกต้องที่อยู่ที่เนื้อ ที่
ตัว ที่กาย ที่วาจา ที่ใจนั้นแหละ พระธรรม
จะเป็นพระธรรม ทำแต่เพียงเป็นพิธีนั้นนะ
มันก็ได้ผลน้อยมาก บางทีก็จะน่าหัวเราะด้วย
ซ้ำ แต่ก็มีประโยชน์ในข้อที่ว่าหากกระทำให้
มันยำ ให้มันแน่นมากทั้งทางกาย ทางวาจา
ทางจิตใจ เช่นจะทำพิธีเวียนประทักษิณ
อาสาฬหบูชาอย่างที่จะทำในวันนี้ ก็ขอให้
ทำด้วยจิตใจที่แจ่มแจ้งถูกต้องในสิ่งที่เรียกว่า
พระธรรม มีความแจ่มแจ้งอย่างนี้อยู่ในใจแล้ว
ถือรูปเทียนเดินเวียนประทักษิณนั้นแหละ
สมบูรณ์ที่สุด แต่ถ้าจิตใจเลือนลอยไม่รู้อะไร





อยู่ที่ไหน มันก็เป็นพอพิธีข้างนอกเท่านั้นเอง
อย่างดีจะมีประโยชน์แก่ลูกเด็กๆ พอจะได้
จำไว้ว่าเขาทำกันอย่างไร เป็นจุดตั้งต้น

ถ้าจะทำให้เป็นประโยชน์โดยแท้จริง
แก่ทุกคนแล้ว ทุกคนจงมีจิตใจเข้าใจในสิ่งที่
เรียกว่าพระธรรม ดังที่อาตมาได้กล่าวมาแล้ว
มีความเข้าใจแจ่มแจ้งนั้นอยู่ในจิตใจ สงบสติ
อารมณ์เป็นสมาธิ แม้กำลังเดินอยู่ แม้กำลัง
เดินอยู่ สงบสติอารมณ์เป็นสมาธิ ในความ
ถูกต้อง ๘ ประการนั้น มีสติเดิน ด้วยใจที่
รู้สึกอยู่ต่อความถูกต้องแปดประการนั้น นี้
เรียกว่าทำกรรมฐานเมื่อเดิน ทำกัมมัฏฐาน
ทำวิปัสสนาเมื่อเดิน เมื่อเดินก็ทำได้
อย่างนี้ จิตใจมีกำหนดถูกต้องอยู่ จะเดินอยู่ จะนั่ง
อยู่ จะนอนอยู่ จะยืนอยู่ก็เรียกว่าเป็นการทำ
ทั้งนั้น





พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้ประหลาด
มากมายยิ่งกว่านั้นว่า เมื่อมีจิตเป็นสมาธิ
ประกอบด้วยฌานอย่างนี้เรียกว่า... เมื่อเดิน
อยู่ก็เรียกว่าจงกรมทิพย์ เมื่อนั่งอยู่ก็เรียกว่า
อาสนทิพย์ เมื่อนอนอยู่ก็เรียกว่าเสนาสนทิพย์
เดิน ยืน นั่ง นอน เป็น เป็นที่นั่ง ที่นอน ที่ยืน
ที่เดิน ทิพย์ทั้งนั้นเลย หมายความว่ายังไม่ถึง
ชั้นพระอรหันต์ ยังเป็นเพียงชั้นทิพย์ คือว่า
ชั้นที่ดีกว่าธรรมดา กว่าธรรมดา อย่างมากก็
จะเรียกว่าเป็นเทวดาในชั้นพรหม ไม่หลงใน
กามารมณ์ ไม่มีกามารมณ์มาเกี่ยวข้อง อยู่
แต่กับด้วยธรรมะที่บริสุทธิ์ผุดผ่อง ก็เรียกว่า
เป็นเทพชั้นพรหม เป็นเทวดาชั้นพรหม มีจิต
เป็นสมาธิ เดิน ยืน นั่ง นอน อยู่ ก็เรียกว่าเป็น
พรหม เดิน ยืน นั่ง นอน อยู่ นี้ขอให้นึกถึง





ข้อนี้แล้วเอาข้อนี้มาใช้ ในการที่จะเดินเวียน
ประทักษิณ ให้จิตใจแจ่มแจ้งอยู่ในอริยมรรคมี
องค์แปด ก็จะเป็นวิปัสสนายิ่งกว่าเรื่องทิพย์ๆ
นั้นเสียอีก ถ้าเราไม่มีทำอะไรเพียงแต่กำหนด
อยู่ด้วยฌาน มันก็เป็นทิพย์ เดินทิพย์ นั่งทิพย์
นอนทิพย์ ยืนทิพย์ แต่ถ้าว่ามันมีจิตใจแจ่มแจ้ง
อยู่ด้วยอริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ มันกลายเป็น
เป็นเรื่องของวิปัสสนา รู้เรื่องความทุกข์ เหตุ
ให้เกิดทุกข์ ความดับทุกข์ ทางให้ถึงความดับ
ทุกข์ มันก็เลยดีกว่ากันอย่างมากมาย

จึงขอให้ท่านทั้งหลายมีจิตที่ตั้งไว้ดี แจ่ม
แจ้งอยู่ในอริยสัจสี่หรือในอริยอัฏฐังคิกมรรค
ก็ตาม แล้วก็เดินเวียนประทักษิณ จะเป็นการ
ปฏิบัติสมาธิวิปัสสนาในขณะเดินนั้นด้วย ได้
ผลมาก และจะเป็นการบูชาพระคุณของ





พระศาสดาอย่างสูงสุดในขณะนั้นด้วย มันก็มี
ประโยชน์เหลือที่จะกล่าวแล้ว นี่เป็นการแสดง
ธรรมเทศนาเพื่อให้รู้ให้เข้าใจ เพื่อเป็นการ
เตรียมๆ เตรียมจิตใจของท่านทั้งหลายให้
เหมาะสมที่จะประกอบพิธีอาสาฬหบูชาที่นี้
ในวันนี้ให้เข้าถึงแก่นสารของเรื่องในลักษณะ
เช่นนี้ แล้วก็กล่าวได้ว่า ได้ผลคุ้มค่า แม้จะ
มาจากที่ไกล ให้ไกลกว่านี้สัก ๓-๔ เท่าก็คุ้ม
ค่า ร้อยเท่าพันเท่าก็คุ้มค่า ถ้าหากว่าสามารถ
ทำจิตใจได้อย่างนี้แล้วเดินเวียนประทักษิณ

การแสดงธรรมเทศานี้สมควรแก่เวลา
แล้ว สมควรแก่อัฐตภาพร่างกายที่กำลังไม่
สบาย นี้ปวดสะเอวเต็มทนแล้ว เลยต้องขอยุติ
การเทศนา ขอให้ได้ผลเป็นที่หวังได้ว่า ท่าน
ทั้งหลายมีใจถูกต้องแจ่มกระจ่างในเรื่องของ



พระธรรมคือหน้าที่ คืออริยอัฏฐังคิกมรรค
ใช้ได้เป็นหลักทั่วไป เคารพบูชาในพระธรรม
นี้ แสดงอาการเคารพบูชาทุกวิถีทาง โดยปาก
ก็พูดกล่าวตามคำบูชา โดยกิริยาอาการก็เดิน
เวียนประทักษิณสูงสุด โดยจิตใจก็น้อมระลึก
นึกถึงอยู่ในจิตใจอย่างแจ่มแจ้ง เรียกว่าบูชา
ครบทั้งกาย ทั้งวาจา ทั้งจิตใจ เป็นการรวบรัด
อย่างยิ่งที่ให้สิ่งที่เรียกว่าความถูกต้องนั้นมา
อยู่ในตัวเรา อาตมาขอยุติการบรรยายธรรม
เทศนา ด้วยความสมควรแก่เวลาและจะได้
เตรียมการพิธีบูชาสืบต่อไปในบัดนี้
เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

รายชื่อหนังสือธรรมะเล่มน้อย

๑๒ เล่ม เมื่อปี ๒๕๕๓ ประกอบด้วย

๑. ความสุขปีใหม่...กึ่งให้ดีกว่าปีเก่า
๒. เป้าหมายชีวิตและสังคม
๓. อุดมคติของโพธิสัตว์
๔. ยอดแห่งความสุข
๕. การเป็นพุทธบริษัทที่ถูกต้อง
๖. วิปัสสนาระบบลัดสั้นสำหรับประชาชนทั่วไป
๗. ทำบุญ ๓ แบบ
๘. แม่คือผู้สร้างโลก
๙. บุตรที่ประเสริฐที่สุด
๑๐. การดำรงจิตไว้อย่างถูกต้อง
๑๑. ทุกอย่างเป็นเช่นนั้นเอง
๑๒. ดอกสร้อยแสดงธรรม ๒๔ ฉากของชีวิต

๑๒ เล่ม เมื่อปี ๒๕๕๔ ประกอบด้วย

๑. ชีวิตใหม่เมื่อปีใหม่
๒. ความรักผู้อื่น
๓. โลกบ้าหรือธรรมะบ้า
๔. การชนะโลก
๕. อริยมรรคมีองค์แปด
๖. การศึกษาและการรับปริญญาในพระพุทธศาสนา
๗. วิธีทำสมาธิเบื้องต้น
๘. สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงเคารพ
๙. อิศราภาพหรือเสรีภาพในทางธรรม
๑๐. การเมืองเรื่องศีลธรรม
๑๑. ปัญญาดีกว่าศาสตราวุธ
๑๒. ผู้ทรงเปิดให้สัตว์โลกเห็นทั่วกันหมด

๑๒ เล่ม สำหรับปี ๒๕๕๕ ประกอบด้วย

๑. การมีอายุครบรอบปี...เป็นเช่นนั้นเอง
๒. สิ่งที่เป็นคู่ชีวิต
๓. มาฆบูชา วันนี้เป็นการกระทำเพื่อบูชาพระอรหันต์
๔. ความถูกต้องของการศึกษา
๕. ความหมายและคุณค่าของคำว่า "ลืออายุ"
๖. การทำงานนั้นคือการปฏิบัติธรรม
๗. เศรษฐศาสตร์ของชาวพุทธ
๘. พระธรรมในทุกแห่งทุกมุม
๙. มีอชวาทำบุญอย่าให้มีอชวายรู้
๑๐. ปวารณา คือเครื่องหมายแห่งคนดี
๑๑. ประโยชน์ของความกตัญญู
๑๒. ภูมิต่าง ๆ และแนวครองชีวิต

กสิกรรม ฉบับพิเศษ
พระพรหม อริสงครัมภ์



BIA BOOK Club

สวนโมกข์กรุงเทพ



บริการ
จัดส่งหนังสือ
ทางไปรษณีย์
ทั่วประเทศ

[email bookclub@bia.or.th](mailto:bookclub@bia.or.th) • facebook.com/bookclub.bia

facebook.com/buddhadasaarchives

สอบถาม ฦกภัทร เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.

โทรศัพท์ ๐.๒๙๓๖.๒๘๐๐ ต่อ ๗๑๐๘ • โทรสาร ๐.๒๙๓๖ ๒๙๐๐

กิจกรรมของสวนโมกข์กรุงเทพ

การบริหารงานทางธรรมให้เกิดการมีส่วนร่วมในธรรมในหลากหลายลักษณะ อาทิ ทำเอง ร่วมมือกันทำ และธรรมภาคีทำให้ ทำขึ้นภายในและภายนอกทั้งที่เป็นกิจกรรมประจำและทำเป็นครั้งคราว โดยกิจกรรมบางส่วนที่เกิดขึ้นภายในประกอบด้วย ดังนี้

การเจริญสติภาวนา : สวดมนต์ทำวัตรและเจริญจิตตภาวนา ทุกวัน เวลา ๑๗.๓๐ - ๑๘.๓๐ น. • สมาธิภาวนา ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๗.๐๐ น. • อานาปานสติภาวนากับพุทธทาสภิกขุ โดยกลุ่มอยู่เย็นเป็นประโยชน์ ทุกวันพุธ, พุธที่สิบตี เวลา ๑๗.๐๐ - ๑๘.๓๐ น. • เจริญสติแบบเคลื่อนไหว ทุกวันเสาร์, อาทิตย์ สัปดาห์ที่ ๒ ของเดือน เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๗.๐๐ น. • วันแห่งสติกับชาวคณะหมู่บ้านพลัมประเทศไทย ทุกวันเสาร์ สัปดาห์ที่ ๓ ของเดือน เวลา ๐๗.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.

การบริหารเพื่อจิตตภาวนา : โยคะในสวนธรรม โดยสถาบันโยคะวิชาการ • โยคะภาวนากับชีวิตสิกขา โดยครูดล เครือข่ายชีวิตสิกขา • อานาปานสติกับไทเก๊ก โดยคณะครูสุพล โล่ห์ชิตกุล • สมหายใจ ดนตรีชีวิต โดย อ.ดุขฎิ พนมยงค์

อบรมเพื่อพัฒนาชีวิต : สวนโมกข์เสวนา • เพลินธรรม นำชม • ธรรมนิทรรศการ เป็นต้น


สาระธรรมบันเทิง : ดูหนังหาแก่นธรรม ทุกวันอาทิตย์ที่ ๔ ของเดือน เวลา ๑๗.๐๐ น. • เพลินเพลงในสวนธรรม

ธรรมะใกล้มือ

- สมัครรับ SMS ข้อธรรมฟรี เฉพาะเครือข่าย AIS
กด *455233300 แล้วกดโทรออก
- ธรรมะ “Twitter” ที่ www.twitter.com/buddhadasa
- ธรรมะดีดี (D³) รับ “ข้อธรรม” และ “เสียงธรรม”
www.facebook.com/buddhadasaarchives
www.facebook.com/bookclub.bia
www.dhamma4u.com
www.bia.or.th
www.life-brary.com
- แอปพลิเคชันบนสมาร์ตโฟน ทั้ง iOS และ Android
 - BIA Dhamma eTravel : เที่ยวทั่วไทยให้ถึงธรรม
เปิดพื้นที่ธรรมในหัวใจสำหรับผู้ปฏิบัติธรรมมือใหม่
 - BIA Meditation : สงบจิต พินิจ ภาวนา
สัมผัสสมาธิกับการดับเสียงธรรมชาติ

ธรรมะในสวน ตักบาตรเดือนเกิด

- ทุกวันอาทิตย์แรกของเดือน ที่สวนโมกข์กรุงเทพ
- บูชาพระรัตนตรัย รับศีล และฟังธรรม ตักบาตรแบบครั้ง
พุทธกาล แล้วร่วมกรวดน้ำแผ่เมตตา ร่วมกินข้าวกันบาตร
- เจริญสติภาวนา และกิจกรรมมหรสพเพื่อปัญญา



ธรรมะ
คือความรู้
และการปฏิบัติที่ถูกต้อง
ที่ค้นพบได้ด้วย