

บทพนมิตแห่ง

# อริยมรรค



อาจารย์สุภีร์ หุมทอง

บทพนมิตแห่ง

# อริยมรรค



อาจารย์สุภีร์ หุมทอง

**บุพพนิมิตแห่งอริยมรรค**  
อาจารย์สุภีร์ ทุมทอง



**ชมรมกัลยาณธรรม**

**หนังสือดีลำดับที่ ๑๕๒**

จำนวนพิมพ์ ๗,๐๐๐ เล่ม

กรกฎาคม ๒๕๕๔

ชมรมกัลยาณธรรม

๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ

อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐

โทรศัพท์ ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓

ปก-รูปเล่ม : บริษัท วิถีทำ จำกัด โทร ๐๘๖ ๗๘๗ ๘๘๐๐

เพลท : Canna Graphic โทร ๐๘๖ ๓๑๔ ๓๖๕๑

พิมพ์ที่ : บริษัท ทุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด

โทรศัพท์ ๐๒-๘๘๕-๗๘๗๐ - ๓

สัพพทานัง ธัมมทานัง ชีนาติ  
**การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง**

[www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

[www.ajsupee.com](http://www.ajsupee.com)

# คำนำ

หนังสือ “บุพพนิมิตแห่งอริยมรรค” นี้  
เรียบเรียงจากคำบรรยายในหัวข้อ “ศึกษาและ  
ปฏิบัติธรรม” ที่โฮว์รัมเบนซ์ทองหล่อ กรุงเทพฯ  
นำมาจากการบรรยายครั้งที่ ๑๓ เมื่อวันที่อาทิตย์ที่  
๓ เมษายน ๒๕๕๓ เวลา ๐๙.๓๐ - ๑๑.๐๐ น.  
คุณชัชฎาภักดิ์ พงศ์ชยกร และคุณธนภร ต่อศรี  
เป็นผู้ถอดเทป ผู้บรรยายได้นำมาปรับปรุงเพิ่ม  
เติมตามสมควร

เนื้อหาที่บรรยายนั้นกล่าวถึง เครื่องหมาย  
ที่เกิดขึ้นมาก่อน เป็นนิมิตแสดงให้เห็นว่าจะมี

อริยมรรคมีองค์ ๘ เกิดขึ้น ประกอบด้วยเหตุ  
ภายในและเหตุภายนอก มีอยู่ ๗ ประการ คือ

- |                    |   |
|--------------------|---|
| (๑) กัลยาณมิตตตา   | ความเป็นผู้มีมิตรดี   |
| (๒) สีสัมปทา       | ความถึงพร้อมด้วยศีล   |
| (๓) ฉันทสัมปทา     | ความถึงพร้อมด้วย<br>ฉันทะคือความพอใจ                          |
| (๔) อตตสัมปทา      | ความถึงพร้อมด้วย<br>ความรู้สึกว่าตัวเรานั้น<br>สามารถฝึกฝนได้ |
| (๕) ทิฏฐิสัมปทา    | ความถึงพร้อมด้วย<br>ความเห็นที่ถูกต้อง                        |
| (๖) อัปปรมาทสัมปทา | ความถึงพร้อมด้วย<br>ความไม่ประมาท                             |

(๗) โยนิโสมนสิการสัมปทา ความถึงพร้อมด้วย  
โยนิโสมนสิการ

ขออนุโมทนาผู้ที่เกี่ยวข้องในการทำหนังสือเล่มนี้ และขอขอบคุณญาติธรรมทั้งหลายที่มีเมตตาต่อผู้บรรยายเสมอมา หากมีความผิดพลาดประการใด อันเกิดจากความด้อยสติปัญญาของผู้บรรยาย ก็ขอขมาต่อพระรัตนตรัยและครูบาอาจารย์ทั้งหลาย และขอโหสิกรรมจากท่านผู้อ่านไว้ ณ ที่นี้ด้วย

สุภีร์ ทุมทอง

ผู้บรรยาย

๑๖ มีนาคม ๒๕๕๔

# บุพพนิมิตแห่งอริยมรรค

อ.สุภีร์ ทุมทอง  
บรรยายวันที่ ๓ เมษายน ๒๕๕๓  
ที่ไร่ธรรมเบนซ์ทองหล่อ

ขอนอบน้อมต่อพระรัตนตรัย  
สวัสดีครับท่านผู้สนใจในธรรมะทุกท่าน

วันนี้บรรยาย ศึกษาและปฏิบัติธรรม  
ตอนที่ ๑๓ วันนี้จะพูดในหัวข้อ **บุพพนิมิต  
แห่งอริยมรรค** หรือ องค์ธรรมที่เป็นจุดชี้วัด  
เป็นตัวบ่งบอกว่าอริยมรรคจะเกิดขึ้นได้ ใน  
คราวก่อนๆ ได้พูดถึงเรื่องอริยมรรคมีองค์ ๘  
และวิธีการฝึกฝนให้เกิดขึ้น วันนี้จะพูดถึง



บุพพนิมิต เครื่องหมายบ่งบอกว่าอริยมรรค  
จะเกิดขึ้น เป็นไปเพื่อให้อริยมรรคเกิดขึ้น  
หรือทำให้อริยมรรคที่เคยเกิดขึ้นแล้วนั้น  
สมบูรณ์เต็มที

ท่านอุปมาเหมือนกับว่า เวลาที่ดวง  
อาทิตย์จะเกิดขึ้นในตอนเช้า จะมีแสงเงิน  
แสงทองทางด้านทิศตะวันออกมาก่อน ถ้ามี  
แสงขึ้นมาแล้วก็แสดงว่า ลักหน้อยดวงอาทิตย์  
จะโผล่ขึ้นมาอย่างแน่นอนโดยไม่ต้องสงสัย

ในเรื่องนี้ก็เช่นเดียวกัน เราฝึกฝนปฏิบัติ  
ธรรมก็เพื่อให้อริยมรรคเกิดขึ้น เพราะว่า  
อริยมรรคนั้นเป็นทางสายกลาง เป็นทาง  
สายเอก เป็นทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา เป็น

ทางที่ชำระล้างทุกข์และปัญหาทั้งหมดทั้งปวงได้ นอกจากหนทางนี้แล้วไม่มีหนทางอื่น ที่นี้ ตอนนี้หนทางนี้ยังไม่เกิดขึ้น อริยมรรคยังไม่เกิดขึ้น ต้องมีบุพพนิมิตให้เห็นก่อน เรา ฝึกฝนไปจะได้พิจารณาออกมา อ้อ.. ที่เรา ฝึกฝนอยู่นี้ ถูกต้องตามวิถีทางที่อริยมรรค จะเกิดขึ้น ท่านจึงเรียกว่า**บุพพนิมิต** ท่าน ทั้งหลายฟังแล้วเอาไปพิจารณาดู แล้วนำไป ประพฤติปฏิบัติต่อไป

บุพพนิมิตของการเกิดขึ้นแห่งอริยมรรค นั้น พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ ๗ ประการด้วยกัน ผมจะพูดขยายความให้ฟังเท่าที่เวลามี นะครับ

ข้อที่ ๑ กัลยาณมิตตตา ความเป็นผู้มีมิตรดี

ข้อที่ ๒ สีสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยศีล

ข้อที่ ๓ จันทสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยจันทะคือความพอใจ

ข้อที่ ๔ อัตตสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยความรู้สึกที่ว่าตัวเรานั้นสามารถฝึกฝนได้

ข้อที่ ๕ ทิฏฐิสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยความเห็นที่ถูกต้อง

ข้อที่ ๖ อัปปมาทสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

ข้อที่ ๗ โยนิโสมนสิการสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ

ธรรมะ ๗ อย่างนี้ ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า เป็นบุพพนิมิตของการเกิดขึ้นแห่งอริยมรรค อุปมาเหมือนกับในปากฟ้าด้านทิศตะวันออก เวลาที่ดวงอาทิตย์จะเกิดขึ้น จะมีแสงเงิน แสงทองเป็นบุพพนิมิตมาก่อน ฉันทใดก็ฉันทนั้น

## ข้อที่ ๑ กัลยาณมิตตตา

ความเป็นผู้มีมิตรดี

ข้อนี้ คือ มีสหายดี หรือ มีคนที่รู้จักคุ้นเคยที่ดี เป็นบุคคลที่ไว้วางใจได้ **กัลยาณมิตรของเราทั้งหลายคือพระพุทธเจ้า** คำว่า กัลยาณมิตร นี้ไม่ใช่แบบคำที่เราใช้ทั่วไป เราทั่วๆ ไปอาจจะบอกกันว่า โอ้.. คนนี้เป็น กัลยาณมิตร ชักชวนกันไปทำบุญ ชักชวน

กันไปฟังธรรม อะไรต่างๆ เหล่านี้ ก็เป็นคำพูดที่เราใช้กันเท่านั้นเอง แต่กัลยาณมิตรที่แท้จริง ที่พระพุทธเจ้าทรงหมายเอาในที่นี้ คือตัวพระองค์เองนั่นแหละ พระองค์ตรัสว่า

ดูก่อนอานนท์ อาศัยเราตถาคตผู้เป็นกัลยาณมิตรนี้ สัตว์ทั้งหลายที่มีความเกิดเป็นธรรมดา จะพ้นไปจากความเกิดได้ อาศัยเราตถาคตผู้เป็นกัลยาณมิตรนี้ สัตว์ทั้งหลายที่มีความแก่เป็นธรรมดาจะพ้นจากความแก่ได้ อาศัยเราตถาคตผู้เป็นกัลยาณมิตรนี้ สัตว์ทั้งหลายที่มีความตายเป็นธรรมดาจะพ้นจากความตายได้ อาศัยเราตถาคตผู้เป็นกัลยาณมิตรนี้ สัตว์ทั้งหลายที่มีโสกะ ปริหะวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาสะ เป็นธรรมดา จะพ้น

จากโสกะ ปริเทวะ ทุกซ์ โทมน์ส อุปายาสะได้  
นี่เป็นความหมายของกัลยาณมิตรที่แท้จริง  
พระพุทธเจ้านั่นแหละเป็นกัลยาณมิตรของเรา  
ทั้งหลาย

ผู้ที่<sup>๑</sup>เป็นกัลยาณมิตรนี้<sup>๒</sup>หมายความว่า **เป็น**  
**ผู้ที่บอก แนะนำ สั่งสอน ชี้บอกหนทางให้เรา**  
**ถึงความพ้นทุกข์ได้** สัตว์ทั้งหลายมีความเกิด  
และความตายเป็นธรรมดา อาศัยพระพุทธเจ้า<sup>๓</sup>  
ชี้บอกหนทางก็จะพ้นจากความเกิดและความ  
ตาย ถ้าอาศัยคนอื่นนั้น ไม่สามารถที่จะทำให้  
เราพ้นไปได้ ต้องเกิดต้องตายกันไปเรื่อยๆ

สัตว์ทั้งหลายเกิดมาแล้วต้องแก่เป็น  
ธรรมดา มันเป็นกฎธรรมชาติ เป็นไปตาม

กฎของไตรลักษณ์ เป็นธรรมดาของสังขาร  
อย่างนั้น อาศัยคนอื่นคงทำอะไรไม่ได้ ทำ  
อย่างไรจะไม่แก่ เป็นคำถามที่จนปัญญาตอบ  
เหลือเกิน หาทางออกไม่ได้ อาศัยหมอเก่งๆ  
อาศัยยาโน่นยานี้ ยาอายุวัฒนะ หรือยา  
อะไรก็ตาม คงจะไม่ได้สนใจปรารถนา เพราะ  
ผู้ที่เขาทำยาให้เรา ก็ยังไม่พ้นจากความแก่ไป  
ได้ ตัวเรารู้สึกนาก็คงจะต้องแก่เหมือนๆ กับ  
เขานั้นแหละ แต่อาศัยพระพุทธเจ้าผู้เป็น  
กัลยาณมิตร สัตว์ทั้งหลายที่มีความแก่เป็น  
ธรรมดาจะพ้นจากความแก่

พระพุทธเจ้าเป็นผู้ที่พ้นจากความเกิด  
แล้ว พ้นจากความแก่แล้ว พ้นจากความ  
ตายแล้ว เราอาศัยพระองค์เป็นกัลยาณมิตร

ก็สามารถเป็นผู้ที่พ้นจากความเกิด พ้นจากความแก่ พ้นจากความตายได้ เราทั้งหลายเกิดมาแล้ว ก็พากันหลงรักยึดติดสิ่งนั้นบ้าง สิ่งนี้บ้างมากมาย เลยมีโสกะ ปรีทเวะ ทุกซ์ โทมณัส อุปายาสะ เป็นผลติดตามมา ทุกคนคงมีกันอยู่แล้ว แต่ที่นี้ อาคัยพระพุทธรเจ้าผู้เป็นกัลยาณมิตร เราจะพ้นจากโสกะ ปรีทเวะ ทุกซ์ โทมณัส อุปายาสะ ได้ **พระองค์พ้นแล้ว ก็มาช่วยให้เราพ้นไปได้** นี่คือความหมายของกัลยาณมิตร

เราทั้งหลายให้มีพระพุทธรเจ้าเป็นกัลยาณมิตร ถ้าเรายังหลงเชื่อคนนั้นคนนี้ เชื่อหมอดู เชื่อหมอเดา เชื่ออาจารย์โน้นอาจารย์นี้ เชื่อดวงดาวนั้นดวงดาวนี้ ยังหวั่นไหวไปทาง



นั่นทางนี้ ถ้ายังเป็นอย่างนั้นอยู่ คงจะตายเปล่า จะต้องวนเวียนกันต่อไปอีกยาวนาน เพราะยังไม่ได้กัลยาณมิตร **เรามาฟังธรรมจากครูบาอาจารย์ต่างๆ ก็เพื่อให้ได้กัลยาณมิตรคือพระพุทธเจ้า ไม่ใช่ได้ครูบาอาจารย์เป็นกัลยาณมิตรหรอก เพราะทุกคนล้วนแต่ไม่แน่มั่นนอน**

ฉะนั้น เราฟังแล้ว ก็เพื่อเอามาฝึกฝนตนเอง จะได้เข้าใจธรรมะของพระพุทธเจ้า ได้อ่าน ได้ศึกษา ได้เข้าใจเพิ่มเติมขึ้น ครูบาอาจารย์ไหนที่สอนเราให้นับถือพระพุทธเจ้าให้ฟังธรรมะของพระพุทธเจ้า ให้ได้เข้าใจคำสอนเราก็นับถือเป็นครูบาอาจารย์นั้นได้ แต่ผู้ที่ เป็นกัลยาณมิตรที่แท้จริงนั้นมีคนเดียวคือ

## พระพุทธเจ้า

เราทั้งหลายลองไปสังเกตตัวเองดูว่า ได้  
บุพพนิมิตข้อที่ ๑ หรือยัง บางคนบอกว่าเชื่อ  
พระพุทธเจ้า มีพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตร  
กราบท่านอยู่เรื่อยเช้าเย็น แต่เวลาคนอื่นพูด  
ก็หัวนโหนกไปตามเขาอยู่เรื่อย ทำพิธีกรรม  
โน้นพิธีกรรมนี้ ดูฤกษ์งามยามดี มงคลตื่นข่าว  
อะไรต่างๆ มากมาย แค่มมอดดูทักษ์ก็หวาดสะดุ้ง  
บางคนไม่ใช่หมอดู แค่อัจฉกทักษ์ก็สะดุ้งแล้ว  
ต้องถามหาวิธีแก้ไขอะไรต่างๆ

พระพุทธเจ้านั้นบอกว่า แบบนั้นวิชา  
เดรัจฉาน เป็น**เดรัจฉานวิชา** ไม่ใช่ไปทำตาม  
ทำแล้วมีแต่ความหลงมกมาย ขวางความเจริญ

ก้าวหน้าในทางธรรม เราเชื่อเปล่าก็ไม่รู้  
เห็นจะทำอะไรก็ ก็มีฤกษ์งามยามดี พิธีกรรม  
นั้นพิธีกรรมนี้ จะทำงานมงคลก็หาฤกษ์วัน  
นั้นวันนี้ พอได้ฤกษ์ดีเรียบร้อยแล้ว ก็เอา  
พระพุทธรูปไปตั้งไว้เป็นประธานเหมือนกันนะ  
ทั้งๆ ที่พระพุทธรูปเจ้าท่านบอกว่า ฤกษ์ดี ยามดี  
ดูดวงดาว หมอดูอะไรต่างๆ เหล่านั้น เป็น  
เดรัจฉานวิชา อย่าไปทำ เราก็ให้ท่านไปนั่ง  
ดูเราทำสิ่งที่ท่านห้าม

เราลองมาพิจารณาจิตตนเองดู ความ  
รู้สึกที่จะไปยึดถือสิ่งเหล่านั้นมันลดลงหรือเปล่า  
ถ้ามันลดลงแล้วทิ้งไปได้ มาเอาแต่คำสอน  
ของพระพุทธรูปเจ้าล้วนๆ เอาแต่วิธีการฝึกฝน  
เพื่อที่จะให้ถึงความไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ

ไม่ตาย ไม่ต้องโลภะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส  
อุปายาสะ อย่างนี้ก็ได้พุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตร  
มีโอกาที่อริยมรรคจะเกิดขึ้นได้ ดังนั้น เรา  
ศึกษาเรียนรู้อะไรไปเยอะๆ นี้ ไม่ใช่เพื่อจะ  
เชื่อคนนั้นเชื่อคนนี้ แต่เพื่อเอาความเห็นผิดๆ  
ออกไป เอาความเชื่อผิดๆ ออกไป แล้วก็มา  
นับถือพระพุทธเจ้า ถือเอาแต่สิ่งที่พระพุทธเจ้า  
สอน

นี่แหละข้อที่ ๑ กัลยาณมิตรตตา ความ  
เป็นผู้มีมิตรดี มีสหายดี มีมิตรที่เชื่อใจได้  
ไว้วางใจได้ คนที่เราไว้วางใจได้มีคนเดียว  
คือพระพุทธเจ้า ส่วนคนอื่นนี้ไว้ใจไม่ได้หรอก  
เพราะไม่แน่มั่นนอน คุ่มดีคุ่มร้าย ต้องไว้ใจ  
พระพุทธเจ้าเท่านั้น

## ข้อที่ ๒ สีสัมปทา

### ความถึงพร้อมด้วยศีล

ศีลเป็นพื้นฐานที่สำคัญที่สุดในการศึกษาและการปฏิบัติธรรม ถ้าคนไม่มีศีล จะพูดถึงการปฏิบัติธรรมขั้นสูง หรือพูดถึงปัญญาขั้นโน้นขั้นนี้ก็เสียเวลาเปล่า **ศีลนี้ท่านอุปมาเหมือนผืนแผ่นดิน** คนที่จะทำกิจการงานต่างๆ ได้ ต้องอาศัยผืนแผ่นดินในการกระทำ การปลูกต้นไม้ การทำนา หรือแม้แต่จะเดินไปเดินมา ทำกิจธุระประการต่างๆ เราก็ทำบนผืนดิน อาศัยผืนดินแล้วจึงทำ ถ้าผืนแผ่นดินดี เหมาะสม การทำกิจการงานนั้นๆ ก็จะเป็นไปได้โดยสะดวก หรือจะปลูกพืช ถ้าดินดี มีแร่ธาตุดี มีปุ๋ยดี ปลูกต้นไม้ก็โตเร็ว

อะไรทำนองนี้

การที่จิตใจของเราจะเจริญเติบโต ออกงามไปด้วยคุณธรรมต่างๆ มีความกตัญญู กตเวทิตี มีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา มีสมาธิ ปัญญา หรือคุณธรรมอื่นๆ ที่เราเคยได้ฟังมานั้นแหละ การจะมีคุณธรรมเหล่านั้นขึ้นมาได้ ต้องอาศัยพื้นฐานก่อน คือศีล คนใดที่ถึงพร้อมด้วยศีล คนนั้นจะสามารถมีคุณธรรมประการอื่นๆ เพิ่มพูนขึ้นมาได้

**ถ้าคนไม่มีศีล คุณธรรมอื่นๆ ก็เป็นอันหมดหวัง** คงได้เพียงแต่หลอกตัวเองและหลอกกันเองไปวันๆ ฉาบหน้าเอาไว้ให้ดูดี ส่วนภายในนั้นยังคุกรุ่นอยู่ รอเวลาที่จะระเบิด

เท่านั้นเอง แต่ถ้าคนใดเป็นผู้มีศีลแล้ว ก็  
เหมือนกับพื้นแผ่นดินที่ดี คุณธรรมต่างๆ ก็  
จะเจริญก้าวหน้าขึ้นได้

**ศีลหมายถึงสภาวะของจิตที่มีความเป็น  
ปกติ ไม่ถูกความยินดียินร้ายครอบงำ ไม่ถูก  
ทุจริตต่างๆ ครอบงำจนก่อให้เกิดการกระทำ  
ที่ผิดพลาด** งดเว้นการกระทำที่ผิดด้านกาย  
ด้านวาจา ด้านจิตใจ ละทุจริตออกไปได้ ละ  
กายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริตได้ จิตใจที่  
ละสิ่งไม่ดีออกไปได้ เป็นจิตใจที่มีศีล มี  
ความเป็นปกติ ถึงจะยังมีกิเลสอยู่บ้าง ยัง  
มีความไม่ดีอยู่บ้าง ยังต้องฝึกฝนเพื่อละต่อ  
ไปอีก แต่อย่างน้อยก็มีศีลเป็นพื้นฐาน คุณ  
ธรรมอื่นๆ ก็จะเกิดขึ้นได้ การละกิเลสต่างๆ

ก็จะเป็นไปได้

ในตอนต้นๆ นี้ เราไม่ได้ฝึกฝนเพื่อให้ตัวเองเป็นคนดีอะไรมาหรอก ตอนต้นนี้เราฝึกฝนให้ตนเองมีศีลเท่านั้นเอง ศีลนี่เป็นการละของไม่ดี ละบาป ละทุจริตไป ไม่ได้ฝึกฝนให้ตนเองเป็นคนดี แต่ฝึกฝนให้ตัวเองละสิ่งที่ไม่ดีออกไปก่อน เมื่อละสิ่งที่ไม่ดีออกไป ละทุจริตประการต่างๆ ออกไปแล้ว จึงจะเป็นผู้ที่มีความพร้อม ความดีจะเกิดขึ้นได้

เราทั้งหลายคงพยายามเป็นคนดีกันมาก แต่ก็ทำไม่ค่อยได้ เพราะเราไม่ได้ถึงพร้อมด้วยศีล ความชั่ว ความไม่ดี ทุจริตประการต่างๆ เรายังไม่รู้จัก ยังละมันไม่ได้ พอละไม่ได้ คุณ



ความดีต่างๆ ก็เกิดไม่ได้ หรือเกิดขึ้นก็เป็น  
ของปลอมๆ ไม่ใช่ของจริง สมาริก็ปลอมๆ  
ปัญญาปลอมๆ

นี่เป็นบุพพนิมิตข้อที่ ๒ ที่จะทำให้เกิด  
อริยมรรคขึ้น คือ สีสัมปทา ความถึงพร้อม  
ด้วยศีล ข้อแรก คือ กัลยาณมิตรตตา มี  
พระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตร เชื่อมั่นใน  
ปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ฟังคำสั่งสอน  
แล้วเอามาหัดฝึกฝนให้เกิดศีล ให้เกิดความรู้  
เท่าทันความคิดความรู้สึกของตนเอง แล้วละ  
เจตนาที่ไม่ดีออกไป ละกายทุจริต วจีทุจริต  
ละมโนทุจริตออกไป

มโนทุจริตมีอยู่ ๓ อย่าง ข้อที่ ๑ คือ

**อภิขมา** ความเพ่งเล็งอยากได้ของคนอื่นเขา  
อยากได้ไม่รู้จักพอ นี่ต้องละออกไป จิต  
ไม่มีศีล จะทำให้เกิดความรู้สึกอยากได้ไม่รู้  
จักพอสักที ไม่พอใจในสิ่งที่ตนเองมี จิตใจ  
มีความอยากได้อยู่เรื่อยๆ ด้วยอำนาจของ  
ตัณหาที่รุนแรง แบบนี้ไม่ต้องพูดถึงคุณธรรม  
ชั้นสูงอะไร เพราะเป็นไปไม่ได้ ต้องรู้จัก  
ไม่เพ่งเล็ง ไม่อยากได้เป็นเสียก่อน คือ ไม่  
อยากได้ไม่อยากมีจนเกินไป ให้รู้จักลดละ  
พอใจในสิ่งที่ตนเองมี มีความสุขในสิ่งที่  
ตนเองเป็น

มโนทุจริต ข้อที่ ๒ คือ **พยายาม** ความ  
ขัดเคืองใจ ไม่พอใจ ผู้กวเรวคนนั้นคนนี่ที่เรา  
ไม่ชอบ คิดอยากเอาคืน หาทางแก้แค้น

แข่งให้เขาประสบอันตรายหรืออยากให้เขา  
ตายไปเร็วๆ อะไรพวกนี้ การที่ใจยังมีความ  
พยายามอยู่ ก็แสดงให้เห็นว่าจิตไม่มีศีล ยัง  
มีความขัดเคืองใจ ยังผูกเวรกับเขา ไม่อาจ  
ปล่อยวางลงได้

จริงอยู่ว่า เราอาจจะมีความโกรธเกิด  
ขึ้นมาบ้าง หงุดหงิดบ้างไม่พอใจบ้าง ถ้าเกิด  
ขึ้นมาแล้ว เราไม่ผูกเวรใคร ไม่คิดหาทาง  
แก้แค้นเอาคืน หรือไม่ต้องการเบียดเบียนใคร  
อย่างนี้ก็ยังใช้ได้ แต่ถ้ามีความรู้สึกที่อยาก  
จะเอาคืน อยากจะทำร้ายคนอื่น เห็นคนอื่น  
เป็นศัตรูเป็นฝ่ายตรงข้าม ความรู้สึกอย่างนี้  
ต้องละไป มันเป็นความพยายาม ความรู้สึก  
พวกนี้ทำให้จิตไม่ปกติ ไม่มีศีล

มโนหุจจิตข้อที่ ๓ คือ **มิจฉาทิฏฐิ** ความเห็นที่ผิดพลาดจากความเป็นจริง ไม่เชื่อมั่นเรื่องกรรมและผลของกรรม ไม่เชื่อเรื่องการเกิดตายวนเวียนไปตามกรรม เชื่อว่ามีผู้มีอำนาจบันดาลอะไรให้ มีมงคลตื่นข่าว ฤกษ์งามยามดีอะไรเยอะอยู่ อย่างนี้ก็ให้ฟังธรรมะ ฟังพระพุทธเจ้าให้เข้าใจว่าอะไรเป็นอะไร อย่างไหนเป็นความเห็นที่ผิด ก็ให้ละไปเสีย

การละหุจจิตได้นี้แหละ เรียกว่ามีศีล ๓ ประการ ละการฆ่าสัตว์ ละการลักทรัพย์ ละการประพฤตินิดในกาม ละวิหุจจิต ๔ ละการพูดเท็จ ละการพูดคำหยาบ ละการพูดส่อเสียด ละการพูดเพ้อเจ้อ และละมโนหุจจิต ๓ ยังไม่ต้องเป็นคนดีนักก็ได้

แค่ละสิ่งไม่ได้ออกไปก่อน พอละสิ่งไม่ได้ออก  
ไปแล้ว จิตจะมีพื้นฐานที่ดี เหมือนมีแผ่น  
ดินรองรับ ต่อก็คงคุณธรรมอื่นๆ จะเกิดขึ้นได้

### ข้อที่ ๓ ฉันทสัมปทา

ความถึงพร้อมด้วยฉันทะ

ฉันทะ แปลว่า ความพอใจ **ความสุขใจ  
ที่ได้กระทำ หรือสุขใจที่ได้มีโอกาสฝึกฝน  
ตนเองให้ดีขึ้นกว่าเดิม** ความสุขใจความ  
พอใจในสิ่งทำ พอใจที่จะทำให้ดีขึ้นกว่าที่เป็น  
อยู่ เรียกชื่อว่า ฉันทสัมปทา ฉันทะนี้จะ  
แตกต่างจากตัณหา

โดยส่วนใหญ่ เราทั้งหลายจะมีความ

พอใจตามตัณหา คือ ได้สมใจปรารถนาแล้ว จึงพอใจ อย่างนี้เป็นตัณหา แต่ฉันทะนี้มีความพอใจกับสิ่งที่ทำ พอใจกับสิ่งเกิดขึ้น เอาสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นมาเป็นอุปกรณ์ศึกษาเรียนรู้ เป็นจุดตั้งต้นในการพัฒนาตนเองให้ยิ่งขึ้นไป อันนี้เรียกว่าฉันทะ พอใจกับสิ่งที่มันเกิดขึ้น บ้านเมืองเราเป็นอย่างนี้ พอใจมั่ว บางคนไม่พอใจ เป็นอย่างนี้ไม่พอใจต้องเป็นอย่างโน้นจึงจะพอใจ อันนั้นมันตามตัณหา แต่ถ้าเป็นฉันทสัมปทา เอาสิ่งที่มันเกิดขึ้นนั้นแหละ เป็นเครื่องศึกษาเรียนรู้ให้เห็นความจริง พอใจในสิ่งที่ได้ทำ พอใจในการศึกษาเรียนรู้ สิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะดีหรือจะไม่ดี ก็ทำให้เขาเกิดการเรียนรู้ได้

ส่วนคนที่ไม่มีฉันทะเขาจะไม่ค่อยพอใจอะไร พอใจแบบเดียวก็เลิกพอใจแล้ว พอใจตามตัณหา มีลักษณะทำนองว่า ได้สมตามปรารถนาแล้วจึงพอใจ ถ้าไม่ได้สมปรารถนาก็จะไม่พอใจ เวลาจะทำอะไรก็นึกถึงผลตอบแทนก่อนจึงทำ ทำแบบมุ่งเอาผลเฉพาะเจาะจงตามใจตนเอง ซึ่งโดยส่วนใหญ่เราจะเป็นอย่างนั้นกัน แบบนั้นก็คงจะวนเวียนกันไปนานมาก

ตอนนี้พูดถึงบุพพนิมิตของการเกิดอริยมรรค คือ ความพอใจในการทำเหตุที่มันถูกต้องโดยไม่มีหวังผล อะไรก็ตามที่เกิดขึ้นก็พร้อมยอมรับ แล้วพยายามฝึกฝนต่อไปไม่หยุด สุขเกิดขึ้นก็พอใจ ทุกข์เกิดขึ้นก็พอใจ

เจริญขึ้นก็พอใจ มันเสื่อมลงก็พอใจ มันได้  
มาก็พอใจ เสียไปก็พอใจ จะได้เอาสิ่งต่างๆ  
เหล่านั้นมาเป็นเครื่องศึกษาเรียนรู้ให้เห็นว่า  
สิ่งปรุงแต่งทั้งหลายล้วนแต่เป็นของไม่เที่ยง  
เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

นั่งสมาธิแล้วจิตไม่สงบ พอใจใหม่  
พอใจสิ เอามันมาศึกษาเรียนรู้ว่า เออ.. มัน  
ไม่สามารถบังคับบัญชาได้ อยากจะสงบแต่  
มันก็ไม่สงบ นั่งแล้วสงบ พอใจใหม่ พอใจ  
นำมาศึกษาเรียนรู้ให้เห็นความไม่แน่นอนได้  
เหมือนกัน

ส่วนคนไหนที่ยังเป็นไปตามตัณหาอยู่  
นั่งสมาธิแล้ว สงบจึงพอใจ ไม่สงบแล้วเครียด



อย่างนี้ไม่ต้องพูดถึงการปฏิบัติธรรมให้เกิด  
ปัญญาอะไร ไม่ต้องพูดถึงอริยมรรคมีองค์ ๘  
คงจะต้องวนเวียนเข้าๆ ออกๆ กันไปอีก  
ยาวนานเหลือเกิน

## ข้อที่ ๔ อັตตสัมปทา

ความถึงพร้อมด้วยความรู้สึกว่าตัวเรานั้น  
สามารถฝึกฝนได้

คำว่า อັตตะ คือ ตัวเรา ตัวตนนี้แหละ  
เป็นคำเรียกขั้นที่ ๕ ที่ประชุมรวมกัน ที่นี้  
อັตตาดทนจริง ๆ นี่มันไม่มีจริงหรอก เป็นคำ  
สมมติเรียก เรียกกายกับใจ รูปกับนาม ที่  
ประชุมรวมกันขึ้น เวลาฝึกฝนนี้เราฝึกกันที่จิต  
อັตตะคำนี้หมายถึงจิต อັตตสัมปทา คือ ความ

ถึงพร้อมด้วยความรู้สึกว่าคุณเรานั้นสามารถ  
ฝึกฝนได้ **ความเชื่อมั่นว่าจิตเป็นสิ่งที่สามารถ  
ฝึกฝนพัฒนาได้**

เป็นผู้มีความเชื่อมั่นในตนเองว่า แต่เดิม  
เป็นคนมีทุกข์มาก ฝึกฝนให้มีทุกข์น้อยลงจน  
กระทั่งพ้นทุกข์ได้ แต่เดิมนั้นยังมีกิเลสมากอยู่  
สามารถฝึกฝนให้รู้เท่าทันแล้วละกิเลสให้หมด  
ไปได้ แต่เดิมนั้นหลงเยอะอยู่ ก็สามารถ  
ฝึกฝนให้สามารถมีความรู้ตัวละความหลงไปได้  
นี้เรียกว่าอัสสัมชิต

ถ้าพูดภาษาสมัยใหม่ ก็เป็นความเชื่อ  
มั่นในตนเองว่า เราสามารถฝึกฝนได้ เรา  
สามารถทำได้ เราสามารถหมดกิเลสได้ เหมือน

กับที่พระพุทธเจ้าและเหล่าอริยสาวกได้ทำ  
เป็นตัวอย่างแล้ว แต่คำว่า ความเชื่อมั่นใน  
ตัวเอง ในแบบสมัยใหม่ อาจจะเป็นลักษณะ  
มีมานะสำคัญตนอะไรไป แต่ไม่ใช่ เป็นการ  
รู้จักตนเองตามที่เป็นจริงว่าเราสามารถฝึกฝน  
ได้ **จิตนี้สามารถฝึกฝนได้ เพราะจิตนั้นไม่  
ได้เคঁร่าหมองมาแต่เดิม** จิตนั้นโดยธรรมชาติ  
เป็นของสะอาดโปร่งใส แต่เคঁร่าหมองเพราะ  
อุปกิเลสที่จรมาภายหลัง ดังที่พระพุทธเจ้า  
ตรัสว่า **จิตนี้มีธรรมชาติปภัสสร** แต่เคঁร่าหมอง  
ด้วยอำนาจอุปกิเลสที่จรมา พวกปุถุชนที่ไม่  
ได้สดับ **ไม่รู้ข้อเท็จจริงอันนี้** เขาไม่ได้ฝึกจิต  
ฝึกจิตไม่เป็น ไม่มีจิตตภาวนา และว่าจิตนี้  
มีธรรมชาติปภัสสร และจิตได้พ้นจากอุปกิเลส  
ที่จรเข้ามา อริยสาวกผู้ได้สดับ**รู้ข้อเท็จจริงอันนี้**

เขาจึงมีจิตตภาวนา มีการฝึกฝนด้านจิตได้

ความรู้ว่า จิตนั้นสามารถฝึกฝนได้ สามารถป้องกันไม่ให้มีอุปกิเลสเข้าครอบงำ ทำให้พ้นจากกิเลส ให้ชาวสะอาด ผ่องใส เบิกบาน สามารถฝึกให้เกิดศีล เกิดสมาธิ เกิดปัญญา สามารถเห็นความจริงแล้วหลุดพ้นได้ มั่นใจอย่างนี้

จากจิตที่ยังหวั่นไหว ชัดส่าย สามารถฝึกให้เป็นจิตที่ปกติ ปกติได้ด้วยศีล **อาศัยศีลนั้นทำให้จิตมีความเป็นปกติ** ไม่เร่าร้อน วุ่นวาย ไม่หลงไปทำทุจริตต่างๆ ฝึกให้จิตตั้งมั่น **อาศัยสมาธิทำให้จิตตั้งมั่นได้** เป็นจิตใจที่มีความเบิกบาน ผ่องใส ปราศจาก

นิวรรณ์ ผีกให้จิตมีปัญญา **อาศัยปัญญาเห็น  
ความจริงแล้ว จิตก็หลุดพ้นไปจากสิ่งทั้งปวง  
ได้** จิตสามารถฝึกฝนได้อย่างนี้

ท่านทั้งหลายเป็นยังไงกันบ้าง ได้เห็น  
จิตใจตนเองหรือยัง หรือยังรวบรัดเป็นตัวตน  
อยู่อย่างนั้นนั่นแหละ ต้องหัดแยกแยะให้เป็น  
รูปเป็นลักแต่ว่ารูป เวทนาเป็นลักแต่ว่าเวทนา  
สัญญาเป็นลักแต่ว่าสัญญา สังขารเป็นลักแต่  
ว่าสังขาร วิญญาณหรือจิตก็เป็นลักแต่ว่า  
วิญญาณ เวทนา สัญญา สังขาร เหล่านี้เป็น  
สิ่งที่ปรุงแต่งจิต ไม่ใช่จิต เป็นสิ่งที่เกิดขึ้น  
มาเป็นคราวๆ แล้วก็เปลี่ยนไป อย่าไปหลงเชื่อ  
มันมาก ต้องฝึกฝนให้เข้าใจความจริงอันนี้  
จิตนั้นมันไม่ได้เศร้าหมองมาแต่เดิม มันไม่ได้

มีกิเลสมาแต่เดิม มันไม่ได้ทุข์มาแต่เดิม มันไม่ได้ผิดศีลมาแต่เดิม มันไม่ได้ขาดสมาธิมาแต่เดิม ที่มันเศร้าหมองเพราะอุปกิเลสมันจรเข้ามาเป็นครั้งๆ มาแล้วก็ไป ถ้าใครรู้ข้อเท็จจริงอันนี้ ก็จะฝึกฝนให้เห็นความจริงได้ ฝึกฝนให้เกิดศีล เกิดสมาธิ เกิดปัญญาได้

ท่านทั้งหลายเชื่อมั่นใหม่ว่า เราสามารถฝึกฝนได้ ฝึกฝนให้เกิดศีลแล้วจะละทุจจริตได้ ฝึกฝนให้เกิดสมาธิ จิตมีความตั้งมั่นแล้วอาการของการขาดสมาธิหรือนิเวรณต่างๆ ก็จะหมดไป ความยินดียินร้าย ความง่วงเหงา เศร้าซึม หดหู่ ท้อแท้ ฟุ้งซ่านรำคาญใจจะหมดไป ฝึกฝนให้เกิดปัญญา เข้าใจความจริง จะละความเห็นผิด ละความยึดมั่นถือมั่น

จนกระทั่งเป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวงได้ นี่ฝึกได้  
ขนาดนั้น **จิตนี้มันสามารถที่จะฝึกฝน จน**  
**กระทั่งหมดกิเลสได้ เป็นจิตที่หลุดพ้น เป็น**  
**อิสระได้**

ใครเป็นผู้หลุดพ้นละ จิตเป็นผู้หลุดพ้น  
หลุดพ้นได้เพราะอะไร อะไรช่วยให้จิตหลุดพ้น  
ปัญญาช่วยให้หลุดพ้น ปัญญาเปรียบเหมือน  
กับมีดตัดเครื่องผูกต่างๆ ที่มีดจิตอยู่ ปัญญา  
ตัดมันขาดไป จิตก็เป็นอิสระ หลุดพ้นไป

สรุปว่า จิตนี้สามารถฝึกได้ เมื่อฝึกฝน  
แล้วก็จะได้ที่พึงที่ได้แสนยาก ผู้ที่ทำหน้าที่  
ฝึกฝน เป็นนายสารถิ คือพระพุทธเจ้า ส่วน  
เราทั้งหลายเป็นผู้ถูกฝึก เราฟังแล้วก็เอามา

ฝึกฝน จากเดิมเป็นคนมีทุกข์มาก จะได้เป็นผู้มีทุกข์น้อยลง แต่เดิมเป็นพวกขาดสติ มีความหลงลืม มีกิเลสมาก ก็จะเป็นพวกมีสติ ไม่หลงลืม กิเลสลดน้อยลงไปตามลำดับ ในการฝึกฝนนี้เราต้องฝึกฝนเอาเอง จะไปหวังให้คนอื่นเป็นที่พึ่งนี้ย่อมเป็นไปได้ พระพุทธเจ้าตรัสว่า

ตนนั้นแหละเป็นที่พึ่งของตน  
คนอื่นใครเล่าจะเป็นที่พึ่งให้เราได้  
บุคคลมีตนที่ฝึกฝนดีแล้ว  
ย่อมได้ที่พึ่งที่ได้ยากแสนยาก



ตนคือตัวเรานั้นแหละ จิตเรานั้นแหละ เป็นที่พึ่งของตัวเอง คนอื่นใครเล่าจะเป็นที่พึ่งให้เราได้ คนอื่นที่จะเป็นที่พึ่งให้เราได้จริง มันไม่มี **จิตมันยังไม่มีที่พึ่ง จะไปมัววิ่งหาที่พึ่งจากภายนอกนั้นมันไม่ได้ ต้องฝึกฝนตัวจิตนั้นแหละ** พระพุทธเจ้าจึงว่า บุคคลมีตนที่ฝึกฝนดีแล้ว มีจิตที่ได้ฝึกฝนดีแล้วนั้นแหละ ฝึกให้เกิดศีล เกิดสมาธิ เกิดปัญญา จะได้ที่พึ่งที่ได้แสนยาก

แต่เดิมหลงชอบ หลงชัง จ้วงเจีย วนเวียน หดหู่ ท้อแท้ ฟุ้งซ่าน งุนงง สงสัย ก็ฝึกฝนให้พ้นจากอาการพวกนี้ได้ แต่เดิมเห็นอะไรก็ยึดมั่นถือมั่น หลงผิดว่าตัวเราว่าของเราเยอะแยะมากมาย จนก่อให้เกิดการกระทำ คำพูด

ความคิด ที่มันผิดพลาด อย่างที่เราพูดๆ กัน  
อยู่นั้นแหละ ของเราๆ ทั้งนั้นเลยใช่ไหม นั่น..  
เสื้อผ้าของเรา นั่น.. สามีของเรา นั่น.. รถยนต์  
ของเรา นั่น.. บ้านของเรา ซึ่ไป โน่น.. ตึก  
ของเรา นะ ไชว์กันใหญ่ มันหลับตาพูด  
ละเมอพูด พูดไปอย่างนั้นแหละ มีของเขา  
รีเปลา่ ไม่มีหรอก ของเราก็ไม่มี **ขนาดตัวเรา  
นี้ยังไม่ใช่ของเราเลย แล้วสิ่งอื่นภายนอก  
จะเป็นของเรานั้นย่อมเป็นไปได้** ละเมอ  
พูดไปเท่านั้นเอง จิตไม่ได้ฝึกฝน ไม่ได้เห็น  
ความจริง ละความเห็นผิดไม่ได้ มันก็เลย  
วนเวียนกันไปอย่างนั้น แต่เราสามารถฝึกฝน  
ให้มันฉลาดขึ้นได้ จะทำได้ จะทำได้พูด จะได้  
คิดแบบคนฉลาดๆ

พระพุทธเจ้า<sup>นั้น</sup>เป็นนายสารถี<sup>ที่</sup>ฝึกบรู<sup>ษ</sup>ที่  
ยอดเยี่ยมที่สุดแล้ว ตามพระพุทธ<sup>คุณ</sup>ที่ว่า  
อนุตตโร ปุริส<sup>ทัม</sup>มสารถี เป็นนายสารถี<sup>ที่</sup>ฝึก  
บรู<sup>ษ</sup>ที่สมควร<sup>ฝึก</sup>ได้อย่างไม่มี<sup>ใคร</sup>ยิ่งกว่า ตัว  
ปุริส<sup>ทัม</sup>มะ บรู<sup>ษ</sup>ที่สมควร<sup>ฝึก</sup>ได้ คือ เราทั้ง  
หลาย<sup>นี้</sup>แหละ ฝึกแล้วจะได้<sup>ที่</sup>พึง

## ข้อที่ ๕ ทัศนวิสัยสัมปทา

ความถึงพร้อมด้วย<sup>ความ</sup>เห็น<sup>ที่</sup>ถูกต้อง

ความ<sup>เห็น</sup>ที่ถูกต้อง<sup>นั้น</sup>มีตั้งแต่<sup>ชั้น</sup>โลกียะ  
ชั้น<sup>โลก</sup>ๆ ทั่วไป เป็น<sup>สัม</sup>มา<sup>ทิ</sup>ปฏิ<sup>ญาณ</sup>ขั้น<sup>พื้นฐาน</sup>  
จน<sup>ได้</sup>มี<sup>ศรั</sup>ทธา<sup>ใน</sup>คำ<sup>สอน</sup>ของ<sup>พระ</sup>พุทธ<sup>เจ้า</sup> เชื่อ  
มั่น<sup>เรื่อง</sup>กรรม<sup>และ</sup>ผล<sup>ของ</sup>กรรม จน<sup>กระทั่ง</sup>ถึง  
มี<sup>ความ</sup>เห็น<sup>ที่</sup>ถูกต้อง<sup>สอดคล้อง</sup>กับ<sup>ความเป็น</sup>จริง

นี่เรียกว่าทิวฏฐิสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความเห็นที่ถูกต้อง คำว่า ความเห็นที่ถูกต้องนี้ ถูกต้องกับอะไร **ถูกต้องกับความเป็นจริงนั้นแหละ จึงเรียกว่าถูกต้อง**

ถ้ายังมีความเห็นชนิดที่ยึดถืออยู่ แล้ว ก็ทำเพราะเชื่อตามๆ เขาไป เขาบอกว่าดีก็ดีตามเขาไป เขาบอกว่าไม่ดีก็ไม่ดีตามเขาไป ยังไม่เรียกว่าทิวฏฐิสัมปทา แต่เมื่อใดที่มีความเห็นสอดคล้องกับหลักสังขารม จึงเป็นทิวฏฐิสัมปทา

ทาน การให้ นี่มันเป็นเรื่องสมควร เพราะสิ่งต่างๆ ในโลกนั้นไม่ใช่ของเรา เราแค่มารอาศัยเท่านั้นเอง เมื่อเราได้มาแล้วก็ต้อง

ให้ไป จะมายึดถือเอาไว้คนเดียวได้ไหม เรา  
หาเงินเอามาไว้ใช้ หาเงินมาแล้วเอาเก็บไว้ใน  
ธนาคารคนเดียวได้หรือเปล่า

เราในโลกนี้ มันไม่มีอะไรที่เป็นของเรา  
ดังนั้น ได้มาแล้วก็ต้องมีการให้ไป การให้จึง  
เป็นเรื่องสมควร เป็นเรื่องถูกต้อง ถูกต้อง  
กับกฎเกณฑ์ของโลก ถูกต้องกับหลักความจริง  
อย่างนี้เรียกว่ามีความเห็นถูกต้อง

บางคนไม่เข้าใจตรงนี้ พอไม่เข้าใจตรง  
นี้ ก็ต้องอาศัยกิเลสมาล่อใจตัวเอง เธอให้  
ทานนะ เธอจะได้บุญเยอะๆ จะได้ไปเกิด  
ดาวดึงส์ ทำบุญหยอดตู้เสียหน่อยหนึ่ง แล้ว  
ก็จะไปดาวดึงส์กับเขา อย่างนี้พวกมงาย

อยากได้บุญอย่างโน้นอย่างนี้ ต้องเอาบุญมา  
ล่อจึงจะให้ เป็นการเอาบุญกันไป

ผู้ที่มีความเห็นถูกต้องแล้ว ต้องเอา  
อะไรมาล่อไหม ไม่ต้อง เพราะความเห็นถูก  
ถูกกับอะไรล่ะ ถูกกับความจริง ความจริง  
คือสิ่งต่างๆ มันไม่ใช่ของเรา ได้มาแล้ว ไม่  
ใช้แล้ว มีมากเกินไปจนจำเป็นแล้วก็ควรให้ไป มี  
มากก็ควรให้มาก มีน้อยก็ควรให้น้อย อะไร  
ที่ยังให้ไม่ได้ก็ยังไม่ได้ให้ อะไรที่ให้ได้ก็ให้  
มันเป็นเรื่องธรรมดา ไม่ได้ผิดปกติอะไร

เราเกิดมามีชีวิตอยู่ในโลกนี้ สมควรจะ  
กราบไหว้คนอื่น บูชาคนอื่น ก็เป็นเรื่อง  
สมควรเป็นเรื่องถูกต้อง อย่างบูชาพระพุทธเจ้า

สมควรบูชาใหม่ เป็นเรื่องสมควร เราบูชา  
กราบไหว้ นอบน้อม ไม่จำเป็นต้องหลอกตัว  
เองว่า ต้องกราบพระพุทธเจ้านะ ไม่อย่าง  
นั้นแล้ว พระพุทธเจ้าจะหักคอเอา หรือ  
กราบพระพุทธเจ้าจะได้บุญ ไม่ต้องหลอกตัว  
เองขนาดนั้น เพราะความจริงเราทั้งหลายไม่  
ได้เป็นคนใหญ่โตอะไร เกิดมาก็ต้องอาศัย  
คนอื่น ๆ ในการดำรงอยู่ อาศัยพ่อ อาศัยแม่  
อาศัยครูบาอาจารย์ อาศัยคนนั้นคนนี้ จน  
เติบโตขึ้นมา อาศัยผืนแผ่นดินไทย อาศัย  
บริษัท จึงได้มีที่ทำมาหากิน มีที่ปลูกบ้าน จน  
กระทั่งอาศัยพระพุทธเจ้าได้ฟังธรรมะ จึงได้  
เข้าใจความจริงขึ้นมาบ้าง

เราในโลก อาศัยคนนั้นบ้างคนนี้บ้าง

เรามีบุญคุณกับเรา เราก็บูชาคุณ กราบไหว้  
นับถือ สมนครไทม์ สมนครอย่างมาก ดังนั้น  
การมีความเห็นที่ถูกต้อง จึงเห็นว่าสิ่งเหล่านั้น  
เป็นเรื่องธรรมดา พ่อแม่มีบุญคุณกับเรา เลี้ยง  
ดูเรามา เราไม่ได้ใหญ่โตนี้ ท่านดูแลเรามา  
เราก็บูชาท่าน เลี้ยงดูท่านตบพระ ครูบาอาจารย์  
ท่านมีบุญคุณ เราก็นึกถึงคุณท่าน พระมหา  
กษัตริย์มีบุญคุณ เราก็นึกถึงบุญคุณท่าน  
แผ่นดินมีบุญคุณ เราก็นึกถึงบุญคุณแผ่นดิน  
**เพราะเราไม่ได้ใหญ่โตอะไร อาศัยสิ่งต่างๆ  
เหล่านี้ให้มีชีวิตรอด** เราอยากจะทำตัวต้นไม้อะไร  
เราก็ไหว้ได้ เพราะต้นไม้อะไรก็ให้ออกซิเจนแก่เรา  
ให้ความร่มเย็นแก่เรา เราไหว้ต้นไม้อะไรก็ให้  
ออกซิเจน ไม่ต้องบอกว่าผ่านต้นไม้อะไรแล้ว



ต้องไหว้ นะ เพราะไม่อย่างนั้นแล้วผีจะหักคอ  
ไม่ต้องอย่างนั้น

ถ้ามีความเห็นที่ถูกต้องแล้ว การเคารพ  
การบูชา การนับถือคนที่ควรนับถือ ก็เป็น  
เรื่องธรรมดาๆ ไม่ต้องอิงอาศัยความเห็นที่ผิดๆ  
ไม่ต้องอาศัยความมกมายอะไร หรือไม่ต้อง  
อาศัยผลบุญมาล่อแบบยี่นหมุยี่นแมวอะไร  
จนกระทั่งมีความเชื่อมั่นเรื่องกรรมและผล  
ของกรรม เห็นว่าสัตว์ทั้งหลายเป็นไปตาม  
กรรมของตน กรรมจำแนกสัตว์ทั้งหลายให้  
เลวและประณีตแตกต่างกันไป ก็ได้ชื่อว่าเป็น  
ผู้ที่มีความเห็นที่ถูกต้อง เห็นสอดคล้องกับ  
ความเป็นจริง

นี่แหละข้อที่ ๕ เรียกว่าทิวฐิฐิสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความเห็นที่ถูกต้อง ถ้ายังเห็นไม่ถูกต้อง ก็ให้ฟังธรรม แล้วเอาไปพิจารณา หัดฝึกฝน ถ้าอยากจะรู้ว่า ได้มีบุพพนิมิตแห่งอริยมรรคบ้างหรือยัง ก็ดูว่าความเห็นถูกต้องขึ้นใหม่ การกระทำอะไรต่างๆ กระทำไปด้วยความอิสระมัย กระทำตามปัญญา มัย ถ้ายังกระทำเพราะเชื่อคนอื่นอยู่ เธอต้องกระทำพิธีอย่างนั้นะจึงจะดี อย่างนี้จึงจะถูก ถ้าถูกตามเขาอยู่อย่างนี้ ก็ไม่ได้เรื่องอะไร

ส่วนใหญ่ว่าทั้งหลายทำอะไรต่างๆ ตามคนอื่นเขาไปทั้งนั้น แต่งาน ต้องดูฤกษ์ดูยามให้ดีนะ ฤกษ์ดี ยามดี วันนี้นะ ชีวิตคู่ของเธอจึงจะอยู่ได้ตลอดรอดฝั่ง อยู่ได้อย่าง

เป็นสุข ทีนี้ ทุกคู่เขาก็ดูฤกษ์ดูยามกันทุกคู่  
แหละ แล้วเป็นยังไงบ้าง แต่งงานไปแล้ว โอ้..  
อย่าให้พูดเลย อย่างนี้ไปเชื่อคนอื่นเขา เวลา  
นั้นเวลานี้เป็นมงคล เขาว่าอย่างนี้ **ตัวเรา**  
**เป็นอวมงคลตั้งแต่จะไปหามงคลแล้ว มงคล**  
**๓๘ ไม่ยอมทำเอา มันก็วนเวียนไปอย่างนี้แหละ**

ถ้าเป็นผู้ที่มีความเห็นถูกต้องแล้ว จะทำ  
อะไรก็ทำด้วยความรู้ ทำอย่างอิสระ ทำ  
เพราะว่ามันสมควรทำ ไม่ต้องมีอำนาจมาบังคับ  
ไม่ต้องมีเรื่องขลังศักดิ์สิทธิ์ไม่ต้องมีเรื่องได้บุญ  
ไม่ต้องมีเรื่องโน้นเรื่องนี้ มาบีบบังคับตัวเอง  
ไม่ต้องเอาความอยากมาบีบบังคับตนเองให้ทำ  
**เราทำด้วยความเป็นอิสระ ด้วยปัญญา** เมื่อ  
อริยมรรคเกิดขึ้น จิตจะเป็นอิสระ ในตอน

ฝึกฝนก็ต้องมีอิสระมากขึ้น ในการทำ การ พุท การคิดนี้ ไม่ใช่ทำตามคนอื่นเขาไป ไม่ใช่ ทำเพราะเขาว่าดี ไม่ใช่ไม่ทำเพราะเขาว่าชั่ว ไม่ใช่ อย่างนั้น แต่เรามีปัญญา มีความเห็นถูกต้อง เห็นด้วยตนเอง สิ่งนี้ไม่ดีเราก็ละไป สิ่งนี้ถูกต้องสมเหตุสมผลเราก็ทำ

## ข้อที่ ๖ อับปรมาทสัมปทา

ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

อับปรมาทธรรม ธรรมะคือความไม่ ประมาท นี่เป็นธรรมะที่สำคัญมาก เพราะถ้า เราประมาทแล้ว ธรรมะอันอื่นๆ ก็จะไม่ได้รับ การเหลียวแล ไม่ได้รับการศึกษ

ถ้าประมาทเพียงอย่างเดียวนะ ธรรมะ  
อื่นๆ ก็หายไปทั้งหมดนั่นแหละ ท่านมาฟัง  
ธรรมะ ฟังผมบรรยายไป ฟังแล้ว โอ้.. เข้าใจ  
แต่ประมาทไป เลินเล่อไป ลืมตาย ไม่เอา  
ไปพิจารณาพิจารณา ไม่เอาไปปฏิบัติ ไม่เอาไป  
ฝึกฝน ได้ผลไหม ไม่ได้ผลอะไรเลย ท่านมา  
ฟังก็เสียเวลาเปล่า ผมพูดก็เหนื่อยคอบเปล่าๆ  
เสียประโยชน์กันไป มีความประมาทเพียง  
อย่างเดียวเท่านั้น ประโยชน์ที่ควรจะได้ มัน  
ก็หายไปหมด

ถ้าเราฝึกฝนโดยถูกต้อง มีความไม่  
ประมาทเกิดขึ้นมาบ่อยๆ ในจิตนั่นแหละ จึง  
จะเรียกว่าเป็นผู้มีบุญพหุพินิตแห่งอริยมรรค

ความไม่ประมาท คือ การไม่อยู่โดยปราศจากสติ ความมีสติอยู่เสมอ ไม่หลงลืม ไม่มัวเมา ไม่เลินเล่อไป เป็นคนเห็นคุณค่าของเวลา มีอะไรเกิดขึ้นแล้วก็ไม่หลงไหลไปตามสิ่งต่างๆ เหล่านั้น

ตอนนี้ร่างกายท่านยังดีอยู่ ยังแข็งแรง ดีอยู่ ท่านประมาทไป มัวเพลินสบายใจไป ลืมว่าเดี๋ยวสักหน่อยจะป่วย อันนี้ประมาท มัวเมาในร่างกายแล้ว

ตอนนี้เงินเยอะอยู่ มัวเพลินไป ลืมว่า มันไม่แน่ ต่อไปอาจจะเสียเงิน มีเหตุให้หมดเงินไปก็ได้ อันนี้ประมาทมัวเมาในเงินไปแล้ว

ตอนนี้สามียังดีอยู่ ยังเอาใจเรา ทำตามใจเรา มัวเพลินไป ลืมนึกไปว่าเดี๋ยวสักหน่อยเขาจะทิ้งเราไป ไปมีเมียอื่นหรือตายไป หรือไม่ทำตามใจเราแล้ว นี่ก็ประมาทมัวเมาในสามี

ตอนนี้อายุยังน้อยอยู่ ยังทำโน่นทำนี่ไหว มัวเพลินไป ลืมนึกไปว่าต่อไปจะแก่ ต้องเจ็บ ออดๆ แอดๆ แล้วต่อไปจะตาย อันนี้ประมาทในวัย

เราทั้งหลายมีเรื่องประมาทเยอะแยะ แม้แต่การพูดคุยเรื่องคนนั้นคนนี่ อ่านหนังสือพิมพ์ สภากาแพ่ คุยไปคุยมา เมามัน ตกเถียงกันเอาเป็นเอาตาย ลืมตายแล้ว ลืม

ว่าตัวเองและคนอื่นจะต้องตาย เอาอะไรไป  
ด้วยไม่ได้สักอย่างเดียว มาหนึ่งเถียงกันจะ  
ตายแล้ว มันจะมีประโยชน์อะไรเล่า อันนี้  
เรียกว่าประมาท อ่านเรื่องชุบชิบดารา ดารา  
คนนั้นเป็นอย่างนี้ คนนี้เป็นอย่างนั้น เรื่อง  
โหน้เรื่องนี้ ตัวเองล้มตายแล้ว อันนี้ก็ประมาท

เหตุที่ทำให้เราประมาทนี้มีเยอะเหลือเกิน  
สิ่งที่ให้เราหลงลืมตนเอง ขาดสติ มัวเมา  
เพลิดเพลิน สนุกสนาน ลืมแก่ ลืมเจ็บ ลืม  
ตาย ลืมความไม่แน่มั่นนอน ลืมว่าเราจะต้อง  
จากโลกนี้ไป ลืมไปว่าไม่มีอะไรเป็นของของ  
เราสักอย่างเดียว ลืมไปว่าสิ่งต่างๆ มันไม่เที่ยง  
มันเป็นทุกข์ มันไม่ใช่ของเรา ไม่มีใครเป็น  
เจ้าของครอบครองมันได้ การที่เราหลงลืมไป



## เรียกว่าประมาท

เราต้องฝึกฝนให้มีความไม่ประมาทขึ้น ถ้าร่างกายเรายังดีอยู่ ก็ต้องมีสติสัมปชัญญะ มีความรู้ตัว ไม่ประมาท นึกขึ้นมาได้ว่า ตอนนี้นั่งสบายอยู่ ต่อไปไม่สบายก็ได้ เราจะได้เร่งฝึกฝนให้มีสติ มีปัญญา เห็นความจริง จนละความเห็นผิดและความยึดมั่นถือมั่นในร่างกายไป ตอนนี้อย่างนุ่มนวลอยู่ ต่อไปจะต้องแก่ ตอนนี้มีคนชมอยู่ ลักหน้อยจะต้องถูกตำหนิ นินทา เราต้องฝึกฝนไว้ ไม่ประมาทอยู่เสมอ

นี่เป็นธรรมะข้อที่ใหญ่ที่สุดในคำสอนของพระพุทธเจ้า ตอนที่พระพุทธเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพานก็ฝากธรรมะข้อนี้เอาไว้

เพราะเมื่อมีความไม่ประมาท ธรรมะอันอื่นๆ ก็จะได้รับดูแล ได้รับการฝึกฝน ได้รับการนำไปประพฤติปฏิบัติ ทำให้มีขึ้น ให้ ออกงามขึ้นได้ **ธรรมะอื่นๆ ก็จะรวมลงใน ความไม่ประมาทนี้**

พระองค์อุปมาเหมือนกับว่า ในบรรดา รอยเท้าของสัตว์บก รอยเท้าช้างนั้นใหญ่ที่สุด รอยเท้าของสัตว์อื่นๆ ก็รวมลงในรอยเท้าช้าง นี้เอง เหมือนกับความไม่ประมาท เมื่อมีความไม่ประมาท ไม่หลงลืม ไม่เลินเล่อ ไม่ลืมตัว ไม่มัวเมาแล้ว ธรรมะอื่นๆ หิริ โอตตัปปะ คีล สมาธิ ปัญญา สมณะ วิปัสสนา ก็จะมารวมลงในนี้

ในปัจฉิมโอวาท พระองค์ได้สอนธรรมะ  
หัวข้อสุดท้ายฝากเอาไว้ว่า

วชิรมมา สงฺขารา สังขารทั้งหลายทั้ง  
ปวงมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา สิ่งปรุ่่งแต่่ง  
ทั้งหลายนั้นเป็นของไม่แน่มไม่อน เป็นของที่  
ต้องเสื่อมไปเป็นธรรมดา ธรรมชาติของ  
สังขารทั้งหลายนั้นเป็น วชิรมมา คือ มีความ  
เสื่อมไปเป็นธรรมดา มีความแปรปรวนไป  
เป็นธรรมดา

อุปมาแทน สมปะาเทถ เธอทั้งหลาย จง  
ทำกิจทุกอย่างให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาท  
เถิด ตัวความไม่ประมาทนี้ เป็นเครื่องมือที่  
สำคัญมาก ถ้ามีความไม่ประมาท มีสติ มีการ

รู้ตัว มีความระลึกรู้ พิจารณาดูกายดูใจอยู่  
เสมอ ไม่หลงลืมไป เห็นความแปรปรวน  
เห็นความไม่แน่นอนของสิ่งต่างๆ อยู่เสมอ  
คุณธรรมต่างๆ ก็จะเจริญก้าวหน้าได้ ถ้าหาก  
คุณธรรมใดยังไม่มีในตน ก็จะได้รับชวนขยาย  
ศึกษาเรียนรู้ ฝึกฝนปฏิบัติให้ยิ่งขึ้น แต่หาก  
หลงลืม มัวแต่ประมาทไปแล้ว ก็จะไม่รับ  
ชวนขยายทำในกิจที่ควรทำ

ท่านทั้งหลายก็ลองสังเกตดูตัวเองนะ  
เป็นยังไงบ้าง ตื่นเช้าขึ้นมา ลืมตายไปแล้ว  
หรือยัง ส่วนใหญ่พากันวิ่งวุ่นหานั่นหาหนี่ เทียว  
รู้เรื่องความเป็นไปของคนอื่น เทียวรู้ความ  
เป็นไปของบ้านเมือง หาหนังสือพิมพ์มาอ่าน  
ติดตามข่าว ติดตามเรื่องนั่นเรื่องนี่ เพลิดเพลิด

ไปแล้ว ลืมตัวเองไปแล้ว ลืมไปว่า โอ้.. เรา  
เอาอะไรไปด้วยไม่ได้สักอย่าง

ดังนั้น **ต้องมีสติ** มีสัมปชัญญะไว้ให้  
มากๆ ไม่ประมาทไว้ พิจารณาดูกายดูใจ  
ตนเองไว้ มองให้เห็นถึงความไม่แน่ไม่นอน  
ของสิ่งต่างๆ เราจะได้ไม่ประมาท ตอนนี้อยู่  
คืออยู่ อย่าประมาท ต่อไปมันอาจจะไม่ดี ตอน  
นี้มีเงินอยู่ อย่าประมาท ต่อไปอาจจะไม่มี  
ตอนนี้อะไรๆ ยังเป็นของเราอยู่ ต่อไปมันจะ  
จากเราไป รีบฝึกฝน เพื่อรู้ข้อเท็จจริงอันนี้  
จะได้ไม่หลงมัน จะได้ไม่ยึดติดมัน เมื่อมัน  
แตกทำลายไปตามธรรมดาของมัน ก็จะได้  
ไม่เศร้าโศกเสียใจในภายหลัง จนกระทั่งอยู่  
เหนือโลก พ้นจากโลกไปได้

## ข้อที่ ๗ โยนิโสมนสิการสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ

โยนิโสมนสิการ หมายถึง การใส่ใจ  
สนใจโดยถูกต้อง ถูกตามหลักการ ถูกกับ  
เหตุผล ถูกอุบาย ถูกวิธีการ ถูกตรงตามที่  
มันเป็นจริง ถูกตามหลักการที่พระพุทธเจ้า  
สอนเอาไว้ ถูกตามแง่มุมที่จะทำให้เกิดกุศล  
ชั้นต่างๆ จนเกิดปัญญาเห็นความจริง แล้ว  
ก็ทิ้งสิ่งต่างๆ ไปได้ ได้สิ่งที่เป็นแก่นสาร  
อย่างแท้จริง

**สิ่งที่เป็นแก่นสารอย่างแท้จริง คือ ความ  
หลุดพ้นจากสิ่งทั้งปวง** ฉะนั้น โยนิโสมนสิการ  
ที่แท้จริงในที่นี้ คือ การมองในแง่มุมที่ทำให้

เกิดปัญญา ให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องตรงตามที่เป็นจริง โดยเริ่มจากมองในแง่มุมที่จะเกิดสติสัมปชัญญะ เกิดความไม่ประมาท เกิดกุศล เกิดศีล เกิดสมาธิ เกิดปัญญา นี่ก็เป็นส่วนของโยนิโสมนสิการทั้งนั้น

การมองในแง่มุมที่ถูกต้องสอดคล้องกับความเป็นจริง ก็คล้ายๆ กับเราจับวัตถุชิ้นหนึ่งมา **จับมาดู มองมุมนี้ มุมนี้ พิจารณา เห็นความจริงของมัน รู้คุณ รู้โทษ รู้วิธีการ อยู่เหนือมัน แล้วก็ปล่อยไป**

สภาวะอะไรก็ตามที่เกิดขึ้น ไม่ใช่ให้เราไปวิ่งหนีมันหรือไปตะครุบมันไว้ ไม่ใช่ไปทำวนเวียนอย่างนั้น แต่เราจับมา จับมาดู

ไม่ใช่จับมายึดนะ จับมาแล้วก็มองดู มองแ่ง  
นั้นแ่งนี้ เสร็จแล้วก็วางมันลงไป อันใหม่เกิด  
ขึ้นอีก ก็จับมาเหมือนกัน จับมาแล้วก็มองดู  
มองแ่งนั้นแ่งนี้ แล้วก็ปล่อยไป

สิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในกายในใจเรานี้ก็  
เหมือนกันนะ ความสุขเกิดขึ้นก็จับมันมาดู  
ดูให้รู้ว่า โอ้.. นี่มันสุข แล้วก็มองดู มันมี  
ลักษณะอย่างนี้ เราเรียกมันว่าสุข มันเที่ยง  
ไหม มันไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์หรือว่าสุข มัน  
เป็นทุกข์ มันเป็นตัวตนหรือเปล่า บังคับได้  
หรือเปล่า ค่อยๆ มองไป ความทุกข์เกิด  
ขึ้นก็จับมามองดู มองแล้วก็ปล่อยไป สภาวะ  
หรือปรากฏการณ์ทั้งหมดทั้งหมดนั้นแหละ  
ท่านก็พิจารณาดู อย่าจับมายึดนะ ไม่ใช่จับ



มายึดจนตัวเองเป็นทุกข์ไปกับมัน เครียดไป  
กับมัน ไม่ใช่อย่างนั้นนะ จับมาศึกษา มองดู  
มองแ่งนั้นแ่งนี้ แล้วก็ปล่อยไป อีกเหตุการณ์  
หนึ่งก็จับมา จับมาแล้วก็ศึกษา มองดูให้เห็น  
ความจริง แล้วก็ปล่อยไป อย่างนี้ท่านเรียก  
ว่าโยนิโสมนสิการ

ไม่ใช่ปล่อยสิ่งนั้นให้มันมาแล้วก็ไปเฉยๆ  
แบบนั้นมันไม่ได้ความรู้อะไร มันเกิดขึ้น เรา  
ไม่ปล่อยมันไปเฉยๆ จับมาเหมือนกัน แต่  
ไม่ใช่จับมายึด **จับมาดู ดูแล้วก็ปล่อย** อันนี้  
เรียกว่าโยนิโสมนสิการ ซึ่งมีเยอะเยอะหลากหลาย  
หลายวิธีการ แล้วแต่มองในแง่มุมไหนก็ได้  
ที่ทำให้เกิดสติ เกิดปัญญา เกิดความเห็น  
แจ้งตามที่มันเป็นจริง

สมมติว่า มีคนมาโนินทาท่านแล้ว ท่านไม่ชอบใจ อย่างนี้จะมองอย่างไรดี จึงจะเป็นโยนิโสมนสิการ มองได้หลายอย่าง ขอให้มันถูกต้องสอดคล้องกับความเป็นจริง เกิดปัญญาที่ใช้ได้ ถ้ามองว่าไอ้หมอนั้น มันเลวไม่ดี ไม่น่ามาโนินทาเราเลย อย่างนี้ก็กลายเป็นโยนิโสมนสิการ เป็นการยึดถือ ทำให้ตนเองเกิดอกุศล ไปเกลียดคนอื่น

แต่ถ้ามองตามที่มันเป็นจริง คนอื่นโนินทาเรา เราไม่สบายใจ มองว่า อ้าว..ตอนนี้นั้นไม่สบายใจ เมื่อกี้มันยังดีๆ อยู่เลย ตอนนี้นั้นไม่สบายใจ ใจเปลี่ยนไปจากเดิมแล้ว มองดูสักหน่อย มันก็หายไปแล้ว นี่เป็นมุมมองที่จะทำให้เกิดสติสัมปชัญญะว่า **แต่เดิมมันไม่มี**

**แล้วมาขึ้น แล้วไปสู่ความไม่มี** เห็นความ  
ไม่เที่ยง เห็นความแปรปรวน เห็นความ  
บังคับไม่ได้ เห็นความเป็นธรรมดาของสิ่งทั้ง  
หลายทั้งปวง หรือมองว่า เออ.. เรานี้ก็เป็น  
คนธรรมดากับเขาเหมือนกันนะ ยังถูกชาว  
บ้านเขานินทาบ้าง เพราะคนไม่ถูกนินทาไม่มี  
ในโลก เห็นความเป็นของธรรมดาที่อยู่คู่โลก  
อย่างนี้ก็ใช้ได้

ความจริงมันเป็นยังไง เราก็มองให้ถูก  
แ่งมุมของมัน แ่งมุมใด แ่งมุมหนึ่ง ก็เป็น  
โยนิโสมนสิการทั้งนั้น นี่เป็นบุพพนิมิตข้อที่ ๗  
ที่เป็นเครื่องหมายของการเกิดขึ้นแห่งอริยมรรค  
เราทั้งหลายก็ไปฝึกฝนนะ ให้มีสติ สัมปชัญญะ  
ให้มีความรู้ตัวในการทำ การพูด การคิด ตาม

ที่ผมเคยแนะนำไปแล้วนั้นแหละ แล้วลองพิจารณาดูว่ามีบุพพนิมิตนี้เกิดขึ้นบ้างหรือเปล่า ถ้ายังไม่มีก็เอาไปพิจารณา แล้วเพียรฝึกฝนให้มีขึ้น ถ้ามีอยู่แล้ว ก็ให้อยู่ด้วยความปราโมทย์และปีติ ฝึกฝนต่อไปเรื่อยๆ จนกระทั่งเต็มสมบูรณ์ อริยมรรคก็จะเกิดขึ้นได้

วันนี้ได้กล่าวถึงธรรมะ ๗ ประการ ซึ่งเป็นบุพพนิมิตของการเกิดขึ้นแห่งอริยมรรค จะขอสรุปย่อๆ อีกครั้งหนึ่ง

ข้อที่ ๑ **กัลยาณมิตตตา** ความเป็นผู้มีมิตรดี มีสหายดี มีคนคุ้นเคยที่ดี ใฝ่ใจได้ คือ พระพุทธเจ้า คนอื่นอย่าใฝ่ใจนะ ใฝ่ใจพระพุทธเจ้าก็พอ

ข้อที่ ๒ **ศีลสัมปทา** ความถึงพร้อมด้วย  
ศีล มีจิตที่เป็นปกติ สามารถละทุจริตประการ  
ต่างๆ ได้ เป็นพื้นฐานของคุณธรรมอื่นๆ

ข้อที่ ๓ **ฉันทสัมปทา** ความถึงพร้อม  
ด้วยความพอใจ มีความพอใจในการทำเหตุ  
มีความสุขในในสิ่งที่เกิดขึ้น แล้วก็เอาสิ่งนั้น  
เป็นเครื่องมือศึกษาเรียนรู้ต่อไป ทำให้มันดีขึ้น  
พัฒนาขึ้นไปกว่าเดิมนั้น

ข้อที่ ๔ **อัตตสัมปทา** ความถึงพร้อมด้วย  
ความรู้สึกว่าตัวเราหรือจิตนี้สามารถฝึกฝนได้  
แต่เดิมมีทุกข์มาก ฝึกฝนให้ทุกข์น้อยลงได้  
จนกระทั่งถึงความพ้นทุกข์ได้ ตอนนี้มีกิเลส  
เยอะ ง่วงเหงา เศร้าซึม แต่ให้เชื่อมั่นว่า

ถ้าฝึกฝนให้มีสติสัมปชัญญะมากขึ้น อากา  
รเหล่านี้จะหายไปได้ แต่เดิมความทุกข์ครอบงำ  
มาก ก็ให้มีความเชื่อมั่นว่า ความทุกข์นั้น  
มันไม่ได้มีตัวมีตน ไม่ได้เป็นธรรมชาติของจิต  
จิตนั้นเป็นของว่างใส ความทุกข์นั้นเป็น  
อุปกิเลสที่จรเข้ามาเป็นครั้งๆ เท่านั้นเอง  
สามารถฝึกฝนป้องกันและทำให้หมดไปได้

ข้อที่ ๕ **ทิวฏฐิสัมปทา** ความถึงพร้อมด้วย  
ความเห็นที่ถูกต้อง เห็นสอดคล้องกับความ  
เป็นจริง สิ่งที่ถูกต้องก็ฟังจากพระพุทธเจ้า  
นี่แหละ ฟังแล้วก็เอาไปพิจารณา ไปหัดฝึกฝน  
ไปลองสังเกตดู จนกระทั่งเกิดปัญญาเป็นของ  
ตนเอง พอเกิดปัญญาเป็นของตนเองแล้ว การ  
กระทำอะไรต่างๆ ก็จะทำอย่างอิสระ ให้ท่าน

ก็เพราะว่ามันเป็นเรื่องถูกต้อง ให้ได้จึงได้ให้  
ถ้ายังให้ไม่ได้ก็ยังไม่ให้ ไม่มีเรื่องขลัง  
ศักดิ์สิทธิ์ ใ้บุญมาก ใ้บุญน้อย มาหลอก  
ลวงตนเอง ทำสิ่งต่างๆ ด้วยปัญญา เห็นตรง  
ตามเหตุผลของธรรมชาติ เหมาะสมจึงทำ ไม่  
เหมาะสมก็ไม่ทำ ไม่ดีก็เว้นไป ดีก็ทำ ไม่  
ต้องเอาความอยากได้ผลมาบีบบังคับตนเองว่า  
ต้องทำอันนี้จึงจะได้ผลดี ไม่ต้องวุ่นวาย  
ขนาดนั้น

ข้อที่ ๖ **อัปปรมาทสัมปทา** ความถึงพร้อม  
ด้วยความไม่ประมาท มีสติอยู่เสมอ ไม่หลงลืม  
ไม่ขาดสติ ไม่มัวเมา เลินเล่อไป ไม่หลงลืมแก่  
ไม่หลงลืมตาย เห็นคุณค่าของเวลา ไม่ปล่อย  
เวลาและโอกาสให้หมดโดยเปล่าประโยชน์

รีบฝึกฝนเพื่อให้ถึงสิ่งที่ยังไม่ถึง เพื่อให้  
บรรลุสิ่งที่ยังไม่ได้บรรลุ เพื่อกระทำให้แจ้ง  
สิ่งที่ยังไม่ได้กระทำให้แจ้ง ตักเตือนตนเอง  
อยู่เสมอว่า บัดนี้เรากำลังทำอะไรอยู่ ได้ทำ  
สิ่งที่ควรรีบทำแล้วหรือยัง

ข้อที่ ๗ โยนิโสมนสิการสัมปทา ความ  
ถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ คือ การใส่ใจที่  
ถูกต้อง ใส่ใจให้เกิดสติ เกิดสัมปชัญญะ เกิด  
ศีล เกิดสมาธิ เกิดปัญญา ถูกอุบายในการที่  
จะทำให้เห็นความจริงได้

ทั้ง ๗ ข้อนี้ เป็นบุพพนิมิตแห่งการเกิด  
ขึ้นของอริยมรรค หรือทำให้อริยมรรคที่เคย  
เกิดขึ้นแล้วสมบูรณ์เต็มที่ ถ้าแยกออกเป็นกลุ่ม



ก็มี ๒ กลุ่มหลักๆ คือ เหตุภายนอกและเหตุภายใน

**เหตุภายนอกคือกัลยาณมิตตตา** ความเป็นผู้มีมิตรที่ดี มีสหายดี มีคนรู้จักที่ไว้ใจได้ คือ พระพุทธเจ้า นี่เป็นเหตุภายนอก เราเข้าไปหาพระพุทธเจ้า เข้าไปเรียนรู้ เข้าไปฟัง พอได้ยินได้ฟังแล้ว ก็ทรงจำเอาไว้ เอามาฝึกฝน ให้มีเหตุภายใน

เหตุภายในมี ๖ ข้อ เริ่มตั้งแต่ข้อที่ ๒ ถึงข้อที่ ๗ คือ สीलสัมปทา จันทสัมปทา อตตสัมปทา ทิฏฐิสัมปทา อัมปมาทสัมปทา และ โยนิโสมนสิการสัมปทา ๖ ประการนี้เป็นเหตุภายใน ต้องฝึกฝนให้มีขึ้น ถ้าไม่ฝึกก็จะไม่มีขึ้น

ไปฟังพระพุทธเจ้ามาแล้ว เรียนรู้มาแล้ว บางคนท่องได้ตั้งเยอะแล้วนะ ท่องเรื่องโน้นเรื่องนี่ได้ แต่ไม่เอามาฝึก พอไม่เอามาฝึก ก็ไม่มีคิด ไม่มีฉันทะ ข้ออื่นๆ ก็ไม่มี ไม่เกิดคุณธรรมภายในขึ้นมา จึงต้องเอามาฝึกหัด เอามาใส่ใจ ให้เกิดขึ้นมาภายในจิต

## ตอบปัญหาธรรม

**คำถาม** ลักษณะของสภาวะจิตที่เป็นกลางเป็นอย่างไร

**คำตอบ** ลักษณะของสภาวะจิตที่เป็นกลางนี้ ท่านกล่าวถึงจิตที่มีความตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวไปตามอารมณ์ต่างๆ ที่รับรู้ ความ

เป็นกลางของจิตในตอนต้นนี้ เป็นความตั้ง  
มั่นด้วยสมาธิ จิตชนิดนี้จะไม่มีความหวั่นไหว  
รัก ชัง หดหู่ เกียจคร้าน ลังเลสงสัย จะ  
เป็นจิตที่มีลักษณะปลอดโปร่ง ตั้งมั่นเป็นตัว  
ของตัวเอง เบา สบาย อ่อนโยน นุ่มนวล และ  
คล่องแคล่ว สามารถนำไปใช้งานต่างๆ ได้ดี  
จิตนี้สามารถละนิเวรณได้

**นิเวรณ**มีอยู่ ๕ อย่าง คือ ความหลงชอบ  
พอใจ ออยากได้ เรียกว่ากามฉันทนิเวรณ หลง  
ชัง หงุดหงิด ขัดเคืองใจ เรียกว่าพยาบาทนิเวรณ  
ความหดหู่ เชื่องซึม ท้อแท้ ง่วงนอน เรียกว่า  
ถีนมิทธนิเวรณ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ เรียก  
ว่า อุทธัจจกุกกุกจนิเวรณ ความลังเลสงสัยใน  
พระพุทธรเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ หรือใน

ข้อปฏิบัติ เรียกว่าวิจิกิจฉานิรวรณ<sup>๑</sup> เมื่อสามารถ  
ละนิรวรณเหล่านี้ได้ จิตก็ปลอดโปร่ง เบาสบาย  
ไม่ยินดียินร้าย ไม่หลงรักหลงชัง มีความตั้ง  
มั่นเป็นกลาง นี่เรียกว่า**เป็นกลางด้วยสมาธิ**

เมื่อจิตเป็นสมาธิ มีความตั้งมั่นแล้ว  
นำมามองดูกายใจและสิ่งต่างๆ ตามที่มันเป็น  
จริง เห็นว่ามีแต่ของเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป เป็น  
ของเป็นทุกข์ เป็นของที่ไม่มีตัวตน ไม่  
สามารถบังคับไม่ได้ เมื่อรู้เห็นอย่างนี้บ่อยๆ  
จะเกิดความเบื่อหน่าย ไม่อยากได้ อยากจะ  
พ้นจากโลกไป และรู้วิธีที่จะพ้นจากมันไปได้  
ก็ด้วยปัญญาที่แก่กล้า จึงมองดูอยู่เฉยๆ ตาม  
ที่มันเป็น ไม่เข้าไปเกี่ยวข้อง นี่เรียกว่าจิต  
เป็นอุเบกขาในสังขารทั้งหลาย **เป็นกลางด้วย**

**ปัญญา** ที่เป็นเป็นกลางลักษณะเช่นนี้ เพราะได้เห็นสิ่งต่างๆ ตามที่มันเป็นจริงแล้ว เห็นว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

คำว่า เป็นกลาง หรือว่าเฉยๆ นี่ต้องระวังดีๆ นะ บางคนเฉยเมยก็มี เฉยเมยคือไม่สนใจมัน ผมไม่เอาข้างโน้นด้วย ไม่เอาข้างนี้ด้วย ขออยู่เฉยๆ อย่างนี้มันเฉยโง่ ไม่อยากจะรับรู้อะไร ไม่ได้เฉยด้วยสมาธิหรือเฉยด้วยปัญญา ถ้าเฉยด้วยสมาธิ ข้างโน้นก็รับรู้แต่ใจเป็นกลางไม่หลงรักไม่หลงชัง ข้างนี้ก็รับรู้แต่ใจเป็นกลางไม่หลงรักไม่หลงชัง ที่นี้พอเห็นความจริงของทั้งสองข้างนั้นว่า ล้วนแต่เป็นของไร้แก่นสาร มีแต่ของไม่เน่ไม่นอนก็วางเฉยด้วยปัญญาอีกชั้นหนึ่ง

**คำถาม** จิตเป็นกลางจะเกิดกับปุถุชน  
คนธรรมดาทั่วๆ ไป หรือระดับบุคคลที่เป็น  
อริยเจ้าเท่านั้น

**คำตอบ** เกิดได้กับทั้ง ๒ บุคคล พระ  
อริยเจ้าโดยส่วนใหญ่จะอยู่ด้วยจิตที่ตั้งมั่น  
เป็นกลาง โดยเฉพาะพระอนาคามีขึ้นไป ท่าน  
มีสมาธิที่สมบูรณ์แล้ว จิตของท่านก็เป็นจิตที่  
เป็นกลางอยู่เสมอ ส่วนอริยบุคคลขั้นต้น พระ  
โสดาบัน พระสกทาคามี ท่านยังสมาธิไม่  
สมบูรณ์ ก็จะมีหวั่นไหวได้บ้าง ตอนที่ขาดสติ  
หรือตอนที่มัวอารมณ์รุนแรงกระทบเอา

ส่วนปุถุชนทั้งหลายก็แล้วแต่ว่าได้ฝึกจิต  
มากน้อยอย่างไร ถ้าไม่ได้ฝึกจิตเลย คง

หาจิตเป็นกลางยากมาก คงหลงวนเวียนอยู่กับ  
ดี ชั่ว ถูก ผิด หลงรัก หลงชัง ไปเรื่อยๆ ดัง  
นั้น ต้องฝึกให้มีสติมีสัมปชัญญะดีๆ มีความ  
รู้ตัวอยู่เสมอ ละหุจริตไปให้ได้เสียก่อน ให้  
เป็นผู้มีศีล รู้ทันความคิด รู้ทันความรู้สึก  
ของตนเอง เจตนาไหนที่ไม่ดี เห็นแล้วก็ให้  
งดเว้น ไม่หลงทำตามมัน พอมีศีลแล้ว ก็  
ฝึกให้มีสติสัมปชัญญะต่อไปอีก รู้ทันความ  
ยินดีความยินร้าย และรู้จักสภาวะอะไรต่างๆ  
ที่เกิดขึ้น ตรงจุดนี้แหละจิตจะเป็นกลางตั้ง  
มั่นขึ้นมาได้ ใครต้องการให้ตั้งมั่นแนบแน่น  
ก็ฝึกเอา

จิตเป็นกลางนี้เกิดกับปุถุชนธรรมดาก็ได้  
เกิดกับพระอริยเจ้าก็ได้ ผู้ที่มีจิตเป็นกลาง

อย่างสมบูรณ์ที่สุดก็คือพระอรหันต์ ท่านเรียกว่า**ปัจจุเบกขา** มีอุเบกขาในอารมณ์ที่รับรู้ทางทวารทั้ง ๖ อารมณ์มาปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ท่านก็ไม่ชอบ ไม่ชัง ไม่เกิดความยินดียินร้าย ท่านมีปัญญา ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลกแล้ว

**คำถาม** การปกปิดความจริงและการไม่พูดตรงกับความจริง เพื่อให้ผู้อื่นสบายใจ เป็นการกระทำผิดศีลข้อ ๔ หรือไม่

**คำตอบ** การปกปิดความจริงยังไม่ผิดศีลเพราะว่ายังไม่ได้พูด ศีลนี้ดูตอนที่มิเจตนาทำออกมาด้านกายด้านวาจา ท่านปกปิดเอาไว้



ยังไม่ได้พูด ยังไม่ผิดศีลอะไร

การพูดที่ไม่ตรงกับความจริง ความจริง เป็นอย่างหนึ่ง ท่านรู้ว่าความจริงเป็นอย่างนี้ แล้วมีเจตนาพูดให้คลาดเคลื่อนจากความจริง คนอื่นฟังแล้วเชื่อ อันนี้ผิดศีล ข้อที่ ๔

เรื่องนั้นไม่จริง ท่านรู้ด้วยว่าเรื่องไม่จริง ท่านมีเจตนาจะพูดเรื่องนั้น พูดแล้วคนอื่น ได้ฟังแล้วเชื่อ อย่างนี้ครบลักษณะมุสาวาท ฉะนั้น การปกปิดความจริง ยังไม่เป็นมุสาวาท ส่วนการพูดไม่ตรงตามความเป็นจริง เป็นการ ผิดศีลข้อที่ ๔ คนอื่นสบายใจหรือไม่สบายใจ อันนี้ไม่เกี่ยว

ถึงจะอยาก让别人สบายใจ ก็ต้องพูดในสิ่งที่มันเป็นจริงนะครับ ถ้าพูดไม่ตรงกับความเป็นจริงก็เป็นมุสาวาททั้งนั้นแหละ ถ้าพูดเรื่องไหนแล้ว กลัวว่าเขาจะไม่สบายใจ ก็อย่าเพิ่งพูด ไม่พูดก็ยังไม่เป็นไร ไม่บอกความจริงก็ได้ เพราะยังไม่ถึงเวลา หรือบอกแล้ว กลัวเขาจะหัวใจวายไปเสียก่อน อย่างนี้ยังไม่บอกก็ได้

ความจริงแล้ว ถ้ามีโอกาสควรจะบอกความจริงแก่กันและกัน ส่วนใหญ่เราทั้งหลายชอบคิดว่า หากบอกความจริงแล้ว กลัวคนอื่นจะรับไม่ได้ ความจริงนั้นบางทีก็ทำให้เจ็บปวดบ้าง แต่อย่างน้อยก็ได้รับรู้ความจริง จะได้

ยอมรับหรือแก้ไขให้มันถูกต้อง อันนี้ท่านก็ดู  
เอาตามสมควรก็แล้วกันนะ อย่าไปทำผิดศีล  
ก็แล้วกัน

**คำถาม** อานิสงส์ของการสวดมนต์เป็น  
อย่างไร

**คำตอบ** อานิสงส์ข้อแรกคือได้สวดครบ  
ปกติท่านทำอย่างอื่นอยู่ ทำนั่นทำนี่เยอะเยอะ  
ก็ไม่มีโอกาสได้สวด ทีนี้ ท่านถือหนังสือสวด  
มนต์ขึ้นมา ได้อ่าน ได้สวด อันนี้มีอานิสงส์แล้ว  
คือ ได้อ่าน ได้สวด ดีกว่าไปอ่านหนังสือพิมพ์  
หรือไปร้องเพลงเยอะ

ส่วนอาณิสยส์ข้ออื่นๆ ๖ ไม่รู้ว่าสวดแล้วจะ  
ได้หรือเปล่า เวลาสวดตั้งใจมั่นจดจ่อ ก็ทำให้  
จิตไม่ฟุ้งซ่าน เป็นสมาธิดี ๖ ได้นึกถึงคุณของ  
พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เป็นการ  
เจริญพุทธานุสติ ธรรมานุสติ สังฆานุสติ สวด  
แล้วได้เข้าใจคำสอนของพระพุทธเจ้า ทำให้  
ไม่ประมาท ไม่หลงลืม ทำให้เกิดสติ เกิด  
สัมปชัญญะ เกิดสมาธิ เกิดปัญญา อันนี้  
เป็นเรื่องของแต่ละท่านไป บางท่านยิ่งสวด  
ก็ยิ่งเครียดหนักกว่าเดิม เพราะคำสวดเป็น  
คำบาลีไม่เคยอ่าน อ่านไม่ค่อยรู้เรื่อง บาง  
ท่านสวดให้ขลัง ให้ศักดิ์สิทธิ์ ให้เป็นมงคล  
ให้โรคภัยภัย อะไรต่างๆ ทำแบบหลงๆ ไป  
อย่างนี้ก็มี

ดังนั้น อานิสงส์ที่พอเห็นได้จริงๆ คือ  
ได้สวด ไม่เคยสวดก็จะได้สวด ถ้าเคยสวด  
แล้ว การสวดครั้งนี้ก็จะเพิ่มทักษะความ  
ชำนาญในการสวดให้มากขึ้น ต่อไปก็ช่วยให้  
จำได้คล่องปาก แม้ไม่ดูหนังสือ ก็ยังสวดได้  
ส่วนอานิสงส์อื่นๆ ทำให้ได้สติ ได้สัมปชัญญะ  
ได้ศีล ได้สมาธิ ได้ปัญญา นั้นเป็นส่วนตัว  
ของท่าน ท่านก็จะรู้ด้วยตัวของท่านเอง  
เหมือนอย่างท่านมาฟังธรรมนี้ ได้อานิสงส์  
อะไรละ ก็ได้ฟัง ที่เห็นๆ มันมีอยู่เท่านี้  
ส่วนฟังแล้วเข้าใจ มีปีติปลาบปลื้ม อันนี้  
เป็นเรื่องมาทีหลัง มาทีนี้แล้วได้อานิสงส์อะไร  
ก็ได้มา ได้ฝ่าฝืนอุปสรรคต่างๆ นานา กว่า  
จะมาถึงนี้ได้ ได้มีจิตใจเข้มแข็ง เป็นต้น

**คำถาม** ทุกวันนี้บ้านเมืองวุ่นวาย ผมอยากให้อาจารย์สอนธรรมะให้แก่มืออบ เพื่อบ้านเมืองจะได้สงบสุขเสียที

**คำตอบ** เอาละ บ้านเมืองวุ่นวาย ผมจะสอนธรรมะแก่ท่านทั้งหลายที่มา นั่งรวมกันอยู่ที่นี่ ไม่ใช่มีอบโน้นหรืออีก ให้ท่านทั้งหลายคำนึงถึงผลประโยชน์ตนเองเอาไว้เยอะๆ อย่าให้ประโยชน์ตนเสียไป ประโยชน์ตนที่เราควรจะได้ คือ ได้ฟังความจริง แล้วก็นำสิ่งที่ได้ฟังนั้นไปฝึกฝน ให้ได้รับสิ่งที่ประโยชน์ได้คือสติ ได้สมาธิ ได้ปัญญา ได้มองเห็นความจริง ได้ใช้สิทธิ์อันชอบธรรมที่ท่านได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ได้พบพระพุทธศาสนา คือความเป็นอิสระ

สิทธิ์อันชอบธรรมของท่านทั้งหลายนี้ ไม่ใช่ว่า ท่านได้เกิดมาแล้ว ท่านจะได้ครอบครองนั้นครอบครองนี้เยอะๆ ผมมีสิทธิ์ครอบครองสิ่งนั้นสิ่งนี้ มีสิทธิ์ครอบครองอำนาจ ที่ดิน เขวากันไปอย่างนั้น อย่างนี้ มันมั่วไป มันไม่รู้เรื่อง **สิทธิ์อันเดียวที่เราควรได้รับเมื่อเกิดเป็นมนุษย์ ก็คือความหลุดพ้น เป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวง** ทุกคนมีสิทธิ์จะได้สิ่งนี้ ส่วนที่ว่ามีสิทธิ์จะได้ครอบครอง แก้วแหวนเงินทอง ครอบครองแผ่นดิน มีชื่อเสียง มีอำนาจ อย่างนั้นคงตายเปล่า ไม่มีใครมีสิทธิ์เอาอะไรอย่างนั้นไปด้วยได้

สิทธิ์ที่เราควรจะได้ คือ ความหลุดพ้นจากสิ่งต่างๆ เรามาใช้ชีวิตในโลกนี้ เรามี

รถยนต์ เรามีสิทธิ์ที่จะเป็นอิสระจากมันได้  
ไม่ต้องถูกมันครอบงำ เรามีสามี เรามีสิทธิ์  
อิสระจากเขาได้ เรามีสิทธิ์ที่จะไปครอบครอง  
เขาไว้ตลอดไปไหม ไม่ได้ เพราะขนาดตัว  
เราเอง ยังครอบครองตัวเองไม่ได้เลย แต่  
เรามีสิทธิ์ที่จะอิสระจากเขาได้

แต่เราทั้งหลายใช้สิทธิ์ยังงักงันบ้าง ใช้  
สิทธิ์ในการครอบครอง โอ.. อันนี้มันไป มัน  
เป็นไปไม่ได้ ไร้แก่นสารมาก เราไม่มีสิทธิ์  
จะเอาไปได้ แม้แต่ต้นไม้ใบหญ้า ก็ไม่มี  
สิทธิ์จะเอาไป ไม่มีสิทธิ์ครอบครองเป็นเจ้าของ  
เราไปเรียกร้องสิทธิ์ เอาโน่น เอานี้ จึงตาย  
เปล่าเท่านั้นแหละ **สิทธิ์ที่เราควรจะได้ เมื่อ  
มาในโลกนี้ คือ ความหลุดพ้น** ทุกคนมีสิทธิ์



นี้เท่าเทียมกัน อยู่ที่ว่าจะฝึกฝนให้เต็มกำลัง แล้วรับไปหรือเปล่า นี่คือธรรมะอันเป็นแก่นสารที่แท้จริง

ดังนั้น เราต้องรู้จักแก่นสารของสิ่งทั้งหลาย ประโยชน์อย่างแท้จริงคือความหลุดพ้น พระพุทธเจ้าตรัสว่า **ธรรมะทั้งหลายทั้งปวงนั้น มีความหลุดพ้นเป็นแก่นสาร** เรามาอยู่ในโลกนี้ ต้องให้ได้แก่นสารใดๆ ให้ได้รับประโยชน์ตนใดๆ เมื่อได้รับประโยชน์ตนเองแล้ว จะได้ช่วยเหลือคนอื่นได้ด้วยตามสมควรต่อไป

วันนี้สมควรแก่เวลาเท่านี้ นะครับ  
อนุโมทนาทุกท่าน 

ประวัติ

อาจารย์สุภีร์ ทุมทอง



**วันเดือนปีเกิด**

วันที่ ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๑๕

บ้านหนองสะ ต.หนองสะ อ.ลำโรงทาบ

จ.สุรินทร์

**การศึกษา**

- เปรียญธรรม ๔ ประโยค
- ประกาศนียบัตรบาลีใหญ่ วัดท่ามะโอ จ.ลำปาง
- วิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิศวกรรมไฟฟ้า มหาวิทยาลัยขอนแก่น

### งานปัจจุบัน (พ.ศ. ๒๕๕๔)

- อาจารย์สอนพิเศษปริญญาตรี วิชาพระอภิธรรมปิฎก มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาลีศึกษา พุทธโฆส จ.นครปฐม
- บรรยายธรรมะตามสถานที่ต่างๆ ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด
- เผยแพร่ธรรมะทางเว็บไซต์  
[www.ajsupee.com](http://www.ajsupee.com)

รายนามผู้ร่วมศรัทธาพิมพ์หนังสือ  
**“บุพพนิมิตรแห่งอริยมรรค”**

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑	คุณธัญรัตน์ ชีวจิตตินันท์	๑๐,๐๐๐
๒	คุณเอกชัย ตีรุ่งโรจน์	๑๐,๐๐๐
๓	บ.วันทวัน คอนแทคส์ จำกัด	๘,๐๐๐
๔	คุณเกียรติสกันต์ ภูมมารินทร์	๖,๐๐๐
๕	คุณทัศนีย์ กังวิวรรธน	๕,๐๐๐
๖	พันโท วรา อุตระพงศ์	๕,๐๐๐
๗	คุณลัดดาวัลย์ พิพัฒน์พันธ์ และครอบครัว	๔,๔๐๐
๘	คุณณัชชา สิริธัญดร, คุณเสาวภา ศรีศิลป์กิจ, คุณดวงใจ เจริญสุข, คุณรินทร์ภัส ภัทรไพศาลสิน, คุณทัศนีย์ จรรยาเลิศอุตุล, คุณชูเกียรติ ชื่นมณีวงศ์, คุณแม่เนติยา ปัญโญ, ด.ช.ณัฐภัทร - ด.ญ.ธันชชา ภัทรไพศาลสิน	๔,๔๐๐
๙	คุณศุจิกา ชุ่มแอ่น	๓,๕๐๐
๑๐	คุณวันทิวา ประทีปจรัส	๓,๐๐๐
๑๑	เซียงดาวเทค คอมพิวเตอร์	๓,๐๐๐
๑๒	ทพญ.กมลทิพย์ อินทวิเชียร	๓,๐๐๐
๑๓	บ้านขนมندانวัน จ.เพชรบุรี	๓,๐๐๐
๑๔	คุณพิมพ์สิริ อร่ามกุล	๓,๐๐๐
๑๕	คุณสายสุรีย์	๒,๘๐๐
๑๖	คุณก่องพงศ์ บุญรงค์	๒,๕๐๐
๑๗	คุณไพฑูรย์ ศฤงฆารนันท์	๒,๕๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๘	คุณอเนก งามขำ	๒,๒๘๐
๑๙	คุณพัชรมณฑา วาณิชเจริญ	๒,๑๕๐
๒๐	คุณภาณี สมุทรรัตนกุล และครอบครัว	๒,๐๕๐
๒๑	คุณกฤษณา โพธิ์สารัตนะ	๒,๐๐๐
๒๒	คุณสุพิตร พ.ชินวงศ์	๒,๐๐๐
๒๓	คุณรัตนา โสภณศิริ	๒,๐๐๐
๒๔	พ.ต.อ.อรุณ ชุมเกษียณ	๒,๐๐๐
๒๕	ครอบครัวเจริญนาน	๒,๐๐๐
๒๖	คุณวินิต เลิศวีระศิริกุล	๒,๐๐๐
๒๗	คุณวินิต เลิศวีระศิริกุล	๒,๐๐๐
๒๘	จิตกร์ทธารรม	๑,๙๑๐
๒๙	คุณบุญเกิน นัยตระกูล	๑,๖๐๐
๓๐	คุณบรรหาร จีระศรีปัญญา	๑,๕๐๐
๓๑	คุณปราณี ชวนปกรณ์	๑,๐๘๐
๓๒	คุณการุณ อินทรภักดี	๑,๐๐๐
๓๓	คุณพิมพ์กมล	๑,๐๐๐
๓๔	คุณสุชาติดา สิละประสิทธิ์ศักดิ์	๑,๐๐๐
๓๕	คุณกุลนิษฐ์ สุทวิปราโมชานนท์	๑,๐๐๐
๓๖	คุณวิรุณภัทร์ วงศ์รวีวัชร	๑,๐๐๐
๓๗	คุณเบญจมาศ นิมนวลรักษ์	๑,๐๐๐
๓๘	คุณประนอม บุญสร้าง	๑,๐๐๐
๓๙	คุณวาสนา อาษา และครอบครัว	๑,๐๐๐
๔๐	คุณปรีดา รัตนบัลลังก์	๑,๐๐๐
๔๑	คุณอารมณ์ วิทยาลัย	๑,๐๐๐
๔๒	คุณอุตมพร สายเพชร และครอบครัว	๑,๐๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๔๓	คุณเรวัต-คุณวัลยา แสงนิล และครอบครัว	๑,๐๐๐
๔๔	คุณอุดมพร หล่อกิตติยะกุล	๑,๐๐๐
๔๕	คุณวิภา จรรยาภรณ์พงษ์	๑,๐๐๐
๔๖	คุณอุรุตม์ คลังทอง	๙๒๐
๔๗	คุณวิภา ตันทนะเทวินทร์	๙๑๐
๔๘	คุณสุนทรี - คุณชัยยันต์ - คุณชยานันท์ โลหะพันธุ์วงศ์	๙๐๐
๔๙	คุณปภัณธร ผุดผ่องแผ้ว	๘๒๐
๕๐	คุณบุญสม ทัดละมัย	๘๐๐
๕๑	โรงเรียนกวดวิชาบัณฑิตพัฒนาภาษา จ.สระบุรี	๘๐๐
๕๒	คุณนัยรัตน์ ทวีนนททรัพย์	๗๒๐
๕๓	คุณศรีวิไล สุทธิธรรม	๗๑๐
๕๔	คุณจตุพร เทพสืบ, คุณทิพย์วรรณ ศิริสถิตย์ลักษณ์	๖๐๐
๕๕	คุณสุริยะ แก้วมานะประเสริฐ	๕๐๐
๕๖	คุณรุ่งนภา	๕๐๐
๕๗	คุณธำรง กองมณี	๕๐๐
๕๘	คุณชญาดา บินชาซี	๕๐๐
๕๙	คุณภัทรา บุญคุ้ม	๕๐๐
๖๐	คุณวิวัฒนา ธรรมมาวิรุฬห์	๕๐๐
๖๐	พ.ต.อ.สิงขร วิมลธำรง	๕๐๐
๖๑	คุณญาณภัค อวารณ	๕๐๐
๖๒	คุณศิริรัตน์ มหาวานิชย์วงศ์	๕๐๐
๖๓	คุณบรรหาร จิระศรีปัญญา	๕๐๐
๖๔	คุณจำปา ภูษิต	๕๐๐
๖๕	คุณสุมาณี เลิศวุฒิมวงศา	๕๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๖๖	คุณทองสุข เหยบุญเรือง	๕๐๐
๖๗	คุณแม่เทียม แซ่โจ้ว	๕๐๐
๖๘	คุณสุนิสา ปรมารณ	๕๐๐
๖๙	คุณนฤดี ปรมารณ	๕๐๐
๗๐	คุณสุนีย์ ล้ำสุทธิ	๕๐๐
๗๑	คุณประภาลักษณ์ เจียรระโนภรณ์	๕๐๐
๗๒	พ.ต.ท.ศักดิ์ดา ทองพิทักษ์	๕๐๐
๗๓	พ.ต.อ.บุญเสริม - คุณยุพดี ศรีชมภู	๕๐๐
๗๔	คุณอุกฤษณ์ - คุณแซมศักดิ์ อายตวงษ์	๕๐๐
๗๕	คุณเพลินพิศ นวาระสุจิตร์	๕๐๐
๗๖	คุณธนิดา บุลสุข	๕๐๐
๗๗	คุณถนอมศรี จ่างตระกูล	๕๐๐
๗๘	คุณฐาปนีย์ จ่างตระกูล	๕๐๐
๗๙	คุณสุพัทธรา วิศรุตพงษ์	๕๐๐
๘๐	คุณพรระณี เขิดรำไพ	๕๐๐
๘๑	คุณปาริชาติ โมกชมรรคกุล	๕๐๐
๘๒	คุณธรากร เจยเสนานนท์	๕๐๐
๘๓	คุณกัญพิมล เลิศจิระประเสริฐ	๕๐๐
๘๔	คุณจรรยา เหลืองรังสรรค์	๕๐๐
๘๕	คุณสาวิตรี ชาติอุทิศ	๕๐๐
๘๖	คุณสาคร เสนเมืองปัก	๔๖๐
๘๗	คุณอุรุตม์ - คุณอรดิตร คลังทอง	๔๕๐
๘๘	คุณเกียรติชัย ลักคนารจิต	๔๐๐
๘๙	อ.ธิติมา หรือบุญลือ	๔๐๐
๙๐	พ.ต.ท.หญิงประณีต เพ็งระนัย	๔๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๙๑	คุณกัญจน์ณัฐ เทอญชูชีพ	๓๕๐
๙๒	คุณบังอร ทองพัดมู่	๓๓๐
๙๓	คุณชูชาติ แก้วโกมล	๓๑๐
๙๔	คุณสุนิสา คล้ายจินดา	๓๐๐
๙๕	คุณประภาพร ภาตราพูนสินไชย	๓๐๐
๙๖	คุณธัญพร ภู้งบอน	๓๐๐
๙๗	คุณต่อพงศ์ ชิวประวัติวงศ์	๓๐๐
๙๘	คุณสว่าง วรรณคนาพล	๓๐๐
๙๙	คุณบรรหาร จิระศรีปัญญา	๓๐๐
๑๐๐	พระชัยพร จนทวโส	๓๐๐
๑๐๑	คุณสุพัตร ธนะภูมิ	๓๐๐
๑๐๒	คุณปวีรวิภา ปกวัฒนกุล	๓๐๐
๑๐๓	พ.ต.อ.สรรเพชญ์-คุณศรีสมร ศุภวานิช	๓๐๐
๑๐๔	คุณวีไลพร จันทร์สุไร	๓๐๐
๑๐๕	คุณชาติเฉลิม ไพฑูรย์	๓๐๐
๑๐๖	คุณนัชชา-คุณคนภากร-คุณธนกร ดิษยาตติย	๓๐๐
๑๐๗	คุณธนา ศรีนิเวศน์	๒๗๐
๑๐๘	คุณนัฐฐาพร บุญยั้ง	๒๖๐
๑๐๙	คุณมาลีวรรณ บุญวงศ์	๒๖๐
๑๑๐	คุณกัณฑ์ นิสสะ	๒๖๐
๑๑๑	คุณนพรัตน์ โพธิ์แก้วสุกใส	๒๕๐
๑๑๒	คุณเขาวดี แพร์ภัทร	๒๕๐
๑๑๓	คุณมรกต อธิพรพหมาสตร์	๒๔๐
๑๑๔	คุณพัชนี วงศ์จารุเดช	๒๔๐
๑๑๕	คุณศรีวิไล สุทธิธรรม	๒๒๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๑๖	คุณกวีณา สภิตปัญญาพันธ์ุ	๒๒๐
๑๑๗	คุณชนินทร์ ทองพัดมู	๒๒๐
๑๑๘	คุณสุวรรณา ชัยเศวตกานนท์	๒๐๐
๑๑๙	คุณบรรหาร จิระศรีปัญญา	๒๐๐
๑๒๐	คุณสว่าง วรรัตนภาพล	๒๐๐
๑๒๑	คุณสุพัฒน์ วงศ์ลิมปิยะรัตน์	๒๐๐
๑๒๒	คุณอัญชสา พรชอุ่มศรี	๒๐๐
๑๒๓	คุณธัญญพร ต่อวงศ์	๒๐๐
๑๒๔	คุณวิมล พั้วรักษา	๒๐๐
๑๒๕	คุณนัทธมน ธัญญสกุลกิจ	๒๐๐
๑๒๖	คุณนงเยาว์ เสือโต	๒๐๐
๑๒๗	คุณนิยม จิราพงษ์	๒๐๐
๑๒๘	คุณสาลินี จันทร์ทพร	๒๐๐
๑๒๙	คุณเบญจวรรณ ฉิ่งกังวานชัย	๒๐๐
๑๓๐	คุณปานิศกร ตันติวานิชย์พงศ์	๒๐๐
๑๓๑	คุณเบญจวรรณ ฉิ่งกังवाल	๒๐๐
๑๓๒	คุณเพ็ญมา ชงนำชัยมา	๒๐๐
๑๓๓	คุณวิจิตร ศรีทรง	๒๐๐
๑๓๔	คุณสุวรรณา สิริทวีทรัพย์	๒๐๐
๑๓๕	คุณภาคกรณ์ รุจาธนนนท์	๒๐๐
๑๓๖	คุณศรีรัตน์ ปรมากรณ์	๒๐๐
๑๓๗	คุณเสรีภาพ ชาธิพา และคุณประภาพรรณ เหมือนเพชร	๒๐๐
๑๓๘	พ.ต.อ.หญิงประณีต เฟิงระนัย	๒๐๐
๑๓๙	คุณยุภาพร พรสมิทธิ	๒๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๔๐	คุณดุชนี แก้ววรกิจ	๒๐๐
๑๔๑	คุณธัญธร ง้าววิฑูรย์วงศ์	๒๐๐
๑๔๒	คุณเกวลิ์ ตันติกรพรรณ	๒๐๐
๑๔๓	คุณรัตนาพร จันทร์รูป	๒๐๐
๑๔๔	คุณแก้วตา เปี้ยวศักดิ์ศิริกุล	๒๐๐
๑๔๕	คุณรัตนา งามพงศ์พรรณ	๒๐๐
๑๔๖	คุณธีระ - คุณฐาปณี ผดุงวัฒนโรจน์ และครอบครัว	๒๐๐
๑๔๗	คุณประวิทย์ - คุณนาตยา นวาระสุจิตร์	๒๐๐
๑๔๘	คุณสายรุ้ง พิณฑกาญจนพันธุ์	๒๐๐
๑๔๙	ครอบครัวคุณชลิต-คุณองอนงค์ ชีวะประภาพันธ์	๒๐๐
๑๕๐	คุณวฤทธิ์-คุณสงวนวงษ์ พิไลพุทธิเมธ	๒๐๐
๑๕๑	คุณชัชวาล ศรีไสวพร	๑๙๐
๑๕๒	คุณประเสริฐ วะโนปะ	๑๘๐
๑๕๓	พ.ต.อ.บุญเสริม - คุณยุพดี ศรีชมภู	๑๕๐
๑๕๔	คุณสมจิต คักดาทิวากร	๑๕๐
๑๕๕	คุณนัทธมน ธัญญสกุลกิจ	๑๕๐
๑๕๖	คุณบรรหาร	๑๒๐
๑๕๗	คุณรัชณี จุ้ยศิริ	๑๑๐
๑๕๘	คุณสุทธิธิดา โพธิ์กำจร	๑๑๐
๑๕๙	คุณเชียะจิง แซ่ลิ้ม	๑๑๐
๑๖๐	คุณประเสริฐ วะโนปะ	๑๑๐
๑๖๑	คุณจินดา ถาวรพิทักษ์	๑๐๐
๑๖๒	คุณสง่า ปานทวี	๑๐๐
๑๖๓	คุณศุภีพร ศรีทรง	๑๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๖๔	คุณศิริพันธ์ เผือกโสภากา	๑๐๐
๑๖๕	คุณสันทนา ดุขณีวิสูตร	๑๐๐
๑๖๖	คุณวาสนา	๑๐๐
๑๖๗	พ.ต.อ.บุญเสริม - คุณยุพดี ศรีชมภู	๑๐๐
๑๖๘	พ.ต.อ.กิตติพงษ์ วิเศษสงวน	๑๐๐
๑๖๙	คุณอ้อม ศรีเจริญ	๑๐๐
๑๗๐	คุณมะลิ ศรีเจริญ	๑๐๐
๑๗๑	คุณอัจฉรา ศรีเจริญ	๑๐๐
๑๗๒	คุณอัญชลินทร์ ศรีประมาณกุล	๑๐๐
๑๗๓	คุณสุดารัตน์ ถวิลสุข	๑๐๐
๑๗๔	คุณจุไรรัตน์ กัทขลี	๑๐๐
๑๗๕	คุณศิริรัตน์ สรีระเทวิน และครอบครัว	๑๐๐
๑๗๖	คุณธวัช ศักดาทิวากร	๑๐๐
๑๗๗	คุณชัยภัทร วงศ์พรกุล	๑๐๐
๑๗๘	คุณวารุณี อังคุโหมทกุล	๑๐๐
๑๗๙	คุณอารีวรรณ งามโรจน์สวัสดิ์	๑๐๐
๑๘๐	คุณสุรพล เอี่ยมดุงเพชร	๑๐๐
๑๘๑	คุณกนกวรรณ รับพรดี	๑๐๐
๑๘๒	คุณวรุณี - คุณบุญชนิษฐ์ วรวิทยานนท์	๑๐๐
๑๘๓	คุณสายสวาท ยะมะสมิต	๑๐๐
๑๘๔	คุณกรวรรณ รวยอารี	๑๐๐
๑๘๕	คุณสุภาภรณ์ ล้ำเลิศ	๑๐๐
๑๘๖	คุณปัทมา เจริญวารีกุล และครอบครัว	๑๐๐
๑๘๗	คุณสิทธิวรรณ สกุนดา	๑๐๐
๑๘๘	พ.ต.อ.กิตติพงษ์ วิเศษสงวน	๑๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๘๙	คุณเพ็ญจันทร์ เอี่ยมฉ่ำ	๑๐๐
๑๙๐	คุณเอมรี มงคลสุขวัฒน์	๑๐๐
๑๙๑	คุณบุญเลี้ยง - คุณกรรณิการ์ โอฟารพันธุ์สกุล	๑๐๐
๑๙๒	คุณมาลีวรรณ - คุณลัดดาวัลย์ สกุลศึกษาดี	๑๐๐
๑๙๓	คุณแม่สมพร ซามี่	๑๐๐
๑๙๔	คุณสุนันทา จิตตการโกศล	๑๐๐
๑๙๕	คุณสุปกานต์ วิมุตตานนท์	๑๐๐
๑๙๖	คุณสุจิตรา บุญประเสริฐ	๑๐๐
๑๙๗	พ.ท.อนันท์-คุณผอัญญา บุญประเสริฐ	๑๐๐
๑๙๘	คุณพูลลาภ ประจัญบาน	๑๐๐
๑๙๙	คุณแม่อุบลี แซ่ยิ้ม	๑๐๐
๒๐๐	คุณสะอาด พนารังสรรค์	๑๐๐
๒๐๑	คุณอมรรัตน์ พนารังสรรค์	๑๐๐
๒๐๒	คุณเกศริน พนารังสรรค์	๑๐๐
๒๐๓	คุณสรายุทธ พนารังสรรค์ และครอบครัว	๑๐๐
๒๐๔	คุณชู่ยี่ไล แซ่ลิ้ม	๑๐๐
๒๐๕	คุณรักชนก นุสราสุภานันท์	๑๐๐
๒๐๖	คุณภูษิษา วงษ์สังข์	๘๐
๒๐๗	คุณดวง พะวงษ์	๘๐
๒๐๘	คุณบรรเจิด ฟังจะยิ้ม	๘๐
๒๐๙	คุณวรวิภา วรรณวิทยานนท์	๘๐
๒๑๐	คุณธนายุทธ สิรินุตตานนท์	๗๐
๒๑๑	คุณศิริพร แซ่ตั้ง	๖๐
๒๑๒	คุณศิริพร เนตรงามวงศ์	๖๐
๒๑๓	คุณสุรีย์พร จงหอมขจร	๖๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๒๑๔	คุณสุวิษญ์ นันทศิริลักษณ์	๖๐
๒๑๕	คุณอาณิษา โออ่อน	๕๐
๒๑๖	คุณอภิรักษ์ รุจิมิ	๕๐
๒๑๗	คุณนิภาภัทร จางวางคง	๕๐
๒๑๘	คุณเสรี วิริยพิสุทธิ์	๕๐
๒๑๙	คุณนวกชมณ พุ่มสินีล	๕๐
๒๒๐	คุณทิวพร หลวงบำรุง	๕๐
๒๒๑	คุณเลอพงศ์ นวาระสุจิตร	๕๐
๒๒๒	คุณทองใบ เกษศรี	๕๐
๒๒๓	คุณอัษฎลี นวาระสุจิตร	๕๐
๒๒๔	คุณต่อม คลาดโชค	๔๐
๒๒๕	คุณสายรุ้ง ช่างจัด	๔๐
๒๒๖	คุณพิมพ์สิน ศิริโชติชำนาญ	๔๐
๒๒๗	คุณนรรัตน์ ไชยเพชร	๔๐
๒๒๘	คุณเบ็ล	๔๐
๒๒๙	คุณมรกต อินทร์พรหมาสตรี	๔๐
๒๓๐	คุณวิไลชานา ฉายประเสริฐ	๓๐
๒๓๑	คุณนงวรรณ เหมิน	๓๐
๒๓๒	คุณดาวรุ่ง เขยทอง	๓๐
๒๓๓	คุณสมจิต วุฒิวงค์	๓๐
๒๓๔	คุณจินตนา เลหาวิเศษ	๒๐
๒๓๕	ด.ญ.ปิยะดา สุคำหล้า	๒๐
๒๓๖	คุณบุญช่วย มีสม	๑๐
๒๓๗	คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสิทธิ์ ธนพิพัฒน์สังจา	๑๐
<b>รวมศรัทธาทั้งสิ้น</b>		<b>๑๕๔,๘๗๐</b>







### **ชมรมกัลยาณธรรม**

๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ  
อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐  
โทรศัพท์ ๐ ๒๗๐๒ ๗๓๕๓  
โทรสาร ๐ ๒๗๐๒ ๗๓๕๓  
[www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)





[www.ajsupree.com](http://www.ajsupree.com)  
[www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)