



# ชีวิตมีธรรม

## แม้ราตรีเดียวก็ประเสริฐ



เขมรังสี ภิกขุ

# ปฏิทิน 2563 • 2020 Calendar

| มกราคม  |     |     |     |     |     |     | กุมภาพันธ์ |     |     |     |     |     |     | มีนาคม |     |     |     |     |     |     | เมษายน |     |     |     |     |     |     | พฤษภาคม |     |     |     |     |     |     |
|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| January |     |     |     |     |     |     | February   |     |     |     |     |     |     | March  |     |     |     |     |     |     | April  |     |     |     |     |     |     | May     |     |     |     |     |     |     |
| อา      | จ   | อ   | พ   | พฤ  | ศ   | ส   | อา         | จ   | อ   | พ   | พฤ  | ศ   | ส   | อา     | จ   | อ   | พ   | พฤ  | ศ   | ส   | อา     | จ   | อ   | พ   | พฤ  | ศ   | ส   | อา      | จ   | อ   | พ   | พฤ  | ศ   | ส   |
| Sun     | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun        | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun    | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun    | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun     | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat |
|         |     |     | 1   | 2   | 3   | 4   |            |     |     |     |     |     |     |        |     |     |     |     |     |     |        |     |     |     |     |     |     |         |     |     |     |     |     |     |
| 5       | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  | 11  | 2          | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 2      | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 6      | 7   | 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13      | 14  | 15  | 16  | 17  | 18  |     |
| 12      | 13  | 14  | 15  | 16  | 17  | 18  | 9          | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  | 15  | 9      | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  | 15  | 13     | 14  | 15  | 16  | 17  | 18  | 19  | 20      | 21  | 22  | 23  | 24  | 25  | 26  |
| 19      | 20  | 21  | 22  | 23  | 24  | 25  | 16         | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  | 22  | 16     | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  | 22  | 20     | 21  | 22  | 23  | 24  | 25  | 26  | 27      | 28  | 29  | 30  |     |     |     |
| 26      | 27  | 28  | 29  | 30  | 31  |     | 23         | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  |     | 23     | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  | 29  | 27     | 28  | 29  | 30  |     |     |     |         |     |     |     |     |     |     |

| พฤษภาคม |     |     |     |     |     |     | May |     |     |     |     |     |     | มิถุนายน |     |     |     |     |     |     | June |     |     |     |     |     |     | กรกฎาคม |     |     |     |     |     |     | July |     |     |     |     |     |     | สิงหาคม |  |  |  |  |  |  | August |  |  |  |  |  |  |
|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------|--|--|--|--|--|--|--------|--|--|--|--|--|--|
| อา      | จ   | อ   | พ   | พฤ  | ศ   | ส   | อา  | จ   | อ   | พ   | พฤ  | ศ   | ส   | อา       | จ   | อ   | พ   | พฤ  | ศ   | ส   | อา   | จ   | อ   | พ   | พฤ  | ศ   | ส   | อา      | จ   | อ   | พ   | พฤ  | ศ   | ส   | อา   | จ   | อ   | พ   | พฤ  | ศ   | ส   |         |  |  |  |  |  |  |        |  |  |  |  |  |  |
| Sun     | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun      | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun  | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun     | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun  | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat |         |  |  |  |  |  |  |        |  |  |  |  |  |  |
|         |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |          |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |  |  |  |  |  |  |        |  |  |  |  |  |  |
|         |     |     |     | 1   | 2   | 3   |     |     |     |     |     |     |     |          |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |  |  |  |  |  |  |        |  |  |  |  |  |  |
| 4       | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  |     |     |     |     |     |     |     |          |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |  |  |  |  |  |  |        |  |  |  |  |  |  |
| 11      | 12  | 13  | 14  | 15  | 16  | 17  |     |     |     |     |     |     |     |          |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |  |  |  |  |  |  |        |  |  |  |  |  |  |
| 18      | 19  | 20  | 21  | 22  | 23  | 24  |     |     |     |     |     |     |     |          |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |  |  |  |  |  |  |        |  |  |  |  |  |  |
| 25      | 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 31  |     |     |     |     |     |     |     |          |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |  |  |  |  |  |  |        |  |  |  |  |  |  |
|         |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |          |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |     |     |     |         |  |  |  |  |  |  |        |  |  |  |  |  |  |

| กันยายน |     | September |     |     |     |     |     | ตุลาคม |     | October |     |     |     |     |     | พฤศจิกายน |     |     |     |     |     | ธันวาคม |     |     |     |     |     |   |
|---------|-----|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|--------|-----|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|---------|-----|-----|-----|-----|-----|---|
| อา      | จ   | อ         | พ   | พฤ  | ศ   | ส   | อา  | จ      | อ   | พ       | พฤ  | ศ   | ส   | อา  | จ   | อ         | พ   | พฤ  | ศ   | ส   | อา  | จ       | อ   | พ   | พฤ  | ศ   | ส   |   |
| Sun     | Mon | Tue       | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun | Mon    | Tue | Wed     | Thu | Fri | Sat | Sun | Mon | Tue       | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun | Mon     | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat |   |
|         | 1   | 2         | 3   | 4   | 5   | 6   |     |        | 1   | 2       | 3   | 4   |     |     |     |           |     |     |     |     |     |         | 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6 |
| 7       | 8   | 9         | 10  | 11  | 12  | 13  | 5   | 6      | 7   | 8       | 9   | 10  | 11  | 2   | 3   | 4         | 5   | 6   | 7   | 8   | 7   | 8       | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  |   |
| 14      | 15  | 16        | 17  | 18  | 19  | 20  | 12  | 13     | 14  | 15      | 16  | 17  | 18  | 9   | 10  | 11        | 12  | 13  | 14  | 15  | 14  | 15      | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  |   |
| 21      | 22  | 23        | 24  | 25  | 26  | 27  | 19  | 20     | 21  | 22      | 23  | 24  | 25  | 16  | 17  | 18        | 19  | 20  | 21  | 22  | 21  | 22      | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  |   |
| 28      | 29  | 30        |     |     |     |     | 26  | 27     | 28  | 29      | 30  | 31  |     | 23  | 24  | 25        | 26  | 27  | 28  | 29  | 28  | 29      | 30  | 31  |     |     |     |   |

ชีวิตมีธรรม  
แม้ราตรีเดียวก็ประเสริฐ



เขมรังสี ภิกขุ

# ชีวิตมีธรรม

แม้ราตรีเดียวก็ประเสริฐ

เขมรังสี ภิกขุ

พิมพ์ครั้งที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๒ จำนวนพิมพ์ ๕๐,๐๐๐ เล่ม



## จัดพิมพ์เป็นธรรมทานโดย

วัดมเหยงคณ์ ตำบลหันตรา อำเภอพระนครศรีอยุธยา

จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๐๐๐

โทรศัพท์ : ๐๘๒-๒๓๓-๓๘๔๘

e-mail : watmahaeyong@gmail.com

กรุณาเพิ่มเพื่อนทางไลน์ เพื่อรับข่าวสาร

[www.watmahaeyong.org](http://www.watmahaeyong.org)

## ติดตามข่าวสาร สารธรรม และกิจกรรมของวัดมเหยงคณ์

๑



### Facebook :

(๑) วัดมเหยงคณ์ ข่าวสด สารธรรม

(๒) วัดมเหยงคณ์ ชัมโมวาท

Line ID : @mhy2527

หรือ สแกน QR Code

๒



### สมัครเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

วัดมเหยงคณ์ที่กลุ่มคอร์สกรรมฐาน

Line ID : @mhy95

หรือ สแกน QR Code



### ออกแบบ / จัดทำรูปเล่ม / พิสูจน์อักษร

คณะศิษย์ฆราวาสกัลยาณธรรม

(หนังสือชมรมฯ ลำดับที่ ๓๙๙)

## พิมพ์ที่

บริษัทชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด โทร. ๐-๒๘๘๕-๗๘๗๐-๓







พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า  
“ภิกษุทั้งหลาย ความเป็นอยู่  
แม้เพียงวันเดียวของพวกเธอ  
ผู้ดำรงอยู่ในปัญญาสัมปทาเช่นนี้  
ประเสริฐกว่า  
การมีชีวิตอยู่ตั้งร้อยปี  
ของผู้ไร้ปัญญา”





# ชีวิตมีธรรม แม้ราตรีเดียวก็ประเสริฐ

นะมัตถุ รัตตะนะตะยัสสะ ขอถวายความ  
นอบน้อมแด่พระรัตนตรัย ขอความผาสุก ความเจริญ  
ในธรรม จงมีแก่ญาติสัมมาปฏิบัติธรรมทั้งหลาย

ต่อไปนี่ก็ฟังตั้งใจฟังธรรมะ อันเป็นการได้สั่งสม  
บุญกุศลอีกประการหนึ่ง เรียกว่า ฌัมมัสสนมัย  
บุญสำเร็จจากการฟังธรรม จะยังจิตให้ผ่องใส ใจ  
เบิกบาน กำจัดความสงสัย ได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยได้ฟัง  
สิ่งที่ได้ฟังแล้วก็จะได้เข้าใจแจ่มชัดขึ้น เรามีชีวิตอยู่



ก็ต้องอยู่ด้วยการสั่งสมบุญกุศล ยิ่งเราได้มาอยู่ในวัด  
ก็ได้มีโอกาสสั่งสมบุญหลายประการ ขอจำแนกอธิบาย  
ตามบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ประการ ดังนี้



## บุญกิริยาวัตถุ ๑๐

ตอนเข้าก็ได้มีการสั่งสม คือ (๑) **ทานมัย** บุญ  
สำเร็จจากการบริจาคทาน (๒) **สีลมัย** บุญสำเร็จ  
จากการรักษาศีล สมาทานศีล ๘ บ้าง ศีล ๕ บ้าง  
(๓) **ภาวนามัย** บุญสำเร็จด้วยการเจริญภาวนา  
คือการที่เราได้ตั้งใจมาอบรมกาย วาจา ใจ ของเรา  
(๔) **อปจายนมัย** บุญสำเร็จจากการอ่อนน้อม ได้มี  
การกราบไหว้ เคารพบูชา ทำวัตรสวดมนต์ สรรเสริญ  
คุณของพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ **บูชา** จะ  
**บูชา** นียานัง **เอตัมมังคะละมุตตะมัง** การบูชาบุคคล  
ที่ควรบูชา เป็นมงคลอันสูงสุด

(๕) **เวยยาวัจฉัย** บุญสำเร็จจากการชวนช่วย  
ช่วยเหลือการทำงานที่ชอบที่ควร แม้เพียงการได้ช่วย  
กวาดช่วยถู ช่วยล้างถ้วยล้างชาม ช่วยยก ช่วยจัด  
ก็นับว่าเป็นบุญ การพูดจา สุภาพ อ่อนโยน เพื่อ  
เกื้อกูลต่อผู้อื่น ส่งเสริมการกระทำเพื่อเกื้อกูลต่อผู้อื่น  
ก็เป็นบุญเกิดขึ้น

(๖) **ปัตติทานมัย** บุญสำเร็จจากการอุทิศส่วน  
กุศล เช่น การอุทิศบุญกุศลให้แก่ญาติที่ล่วงลับไปแล้ว  
การแบ่งบุญ ให้บุญแก่ผู้อื่นที่มีชีวิตอยู่

(๗) **ปัตตานุโมทนามัย** บุญสำเร็จจากการ  
อนุโมทนา อนุโมทนาสาธุการ ในบุญ ในกุศล ใน  
ความดีที่ผู้อื่นได้ทำ ชื่นชมในความดีที่เขาทำ เห็นเขา  
ให้ทาน เห็นเขารักษาศีล เห็นเขาเดินจงกรม นั่งสมาธิ  
เห็นเขาช่วยงานพระศาสนา ก็อนุโมทนาสาธุ

(๘) **ธัมมเทศนามัย** บุญสำเร็จจากการแสดงธรรม แม้ว่าเราไม่ได้มีโอกาสแสดงอย่างพระ แต่เราก็มีการบอกกล่าว สั่งสอน แนะนำบุคคลอื่น ให้รู้ให้เข้าใจในธรรมก็ดี หรือสนับสนุนจัดให้มีการได้แสดงธรรม ให้มีการสั่งสอนธรรม ก็เรียกว่า ธัมมเทศนามัย บุญสำเร็จจากการให้ธรรมะ

(๙) **ธัมมัสสวนมัย** เป็นบุญที่เกิดจากการได้ฟังธรรม

(๑๐) **ทิฏฐุชุกัมม** บุญจากการมีความเห็นถูกต้องพิจารณา แล้วก็เกิดความรู้ความเข้าใจในธรรมยิ่งขึ้น เข้าใจว่าบุญเป็นบุญ บาปเป็นบาป การให้ทาน การบูชา การภาวนา การรักษาศีลเป็นบุญ การฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การประพฤติดิฉันในกาม เหล่านี้เป็นบาป มีความเห็นตรงยิ่งขึ้น ก็ได้สั่งสมบุญกุศลต่างๆ



## ทานบดี ๔ ประเภท

พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงบุคคลได้บำเพ็ญกุศล  
ในการให้ทาน ทรงแบ่งบุคคลออกเป็น ๔ ประเภท  
ด้วยกัน คือ

๑. บุคคลบางคนให้ทานด้วยตนเอง แต่ไม่  
ชักชวนผู้อื่น ตนเองให้ บริจาค ทำทาน แต่ไม่ชักชวน  
คนอื่นให้มีส่วนร่วมทำด้วย เมื่อไปเกิดในภพใด ก็จะเป็น  
ผู้ที่สมบูรณ์ในทรัพย์สมบัติ แต่ขาดบริวาร รวย  
อยู่คนเดียว มีทรัพย์ แต่ไม่มีบริวาร อาจจะไม่มียาดี  
หรือมิตรสหาย อยู่ตัวคนเดียว เหตุเพราะขาดการ  
ชักชวนผู้อื่นให้ทำทาน ทำเองส่วนตัวเท่านั้น

๒. บางคนไม่ได้ให้ทานด้วยตนเอง แต่ว่าชักชวน  
ผู้อื่นให้ทำทาน เทียบปาวประกาศ ร้องเชิญชวน  
ให้คนอื่นทำบุญ ให้ทาน ทอดกฐิน ผ้าป่า อะไรต่างๆ  
สารพัดอย่าง แต่ตนเองไม่เคยสละเลย แต่ชวนให้  
คนอื่นทำ ตัวเองไม่ยอมสละ ไม่ยอมบริจาคน เมื่อไป  
เกิดขึ้น ณ ภพภูมิใด ย่อมไม่ได้โภคทรัพย์สมบัติ เกิด  
เป็นคนไม่มีทรัพย์ เป็นคนจน แต่ได้บรืวารสมบัติ  
มีพวกพ้องมาก มีบริวารมาก แต่ตนเองยากจน

๓. คนบางคนไม่ได้ให้ทานด้วยตนเอง แล้วก็  
ไม่ชักชวนให้ผู้อื่นให้ด้วย ตนเองก็ไม่ได้ทำ และไม่ชวน  
คนอื่นให้ทำด้วย เมื่อไปเกิดในภพใหม่ ก็เป็นคนที่ไม่ได้  
โภคสมบัติ แล้วก็ยังขาดบรืวารสมบัติ เรียกว่า จนด้วย  
ไร้ญาติขาดมิตรด้วย ตัวคนเดียว จนอยู่คนเดียว ยากไร้  
อยู่คนเดียวอย่างนั้น แบบนี้ก็ถือว่าแย่กว่าแบบอื่น

๔. บางคนนั้นให้ทานด้วยตนเอง แล้วก็ชักชวน  
ผู้อื่นด้วย ตนเองก็ทำด้วย ชวนคนอื่นให้ทำด้วย เมื่อ  
ไปเกิดภพใหม่ ย่อมเป็นผู้ที่ได้ทั้งโภคสมบัติและบริวาร  
สมบัติ เกิดมาเป็นคนสมบูรณ์ มั่งคั่งในทรัพย์ พร้อม  
ด้วยบริวาร ญาติมิตร พวกพ้องมากมาย เพราะ  
ทำเหตุไว้อย่างนั้น ดังตัวอย่าง บุรุษบัณฑิตผู้หนึ่ง



## บัณฑิตผู้ฉลาดในทาน

ในครั้งนั้น มีบุรุษบัณฑิตผู้หนึ่งได้ฟังพระพุทธเจ้า  
แสดงธรรมถึงบุคคลที่ให้ทานด้วยตนเองด้วยและ  
ชักชวนให้ผู้อื่นให้ด้วย แล้วมีจิตใจเลื่อมใสศรัทธา  
ได้กราบอาราธนาพระสงฆ์ อันมีพระพุทธเจ้าเป็น  
ประมุข ไปฉันภัตตาหารที่บ้านของตนเอง ในวันรุ่งขึ้น  
เมื่อนิมนต์ไว้แล้ว จากนั้นก็กลับมาบ้าน มาป่าวประกาศ  
เชิญชวนมหาชนทั้งหลายว่า “ข้าพเจ้าได้นิมนต์

พระสงฆ์อันมีพระพุทธเจ้าเป็นประมุข จะมาฉันทัตตาหารที่บ้านของข้าพเจ้าในวันพรุ่งนี้ ขอเชิญชวนท่านทั้งหลายได้มีส่วนแห่งบุญกุศล บริจาคทรัพย์ตามกำลังศรัทธา ใครจะบริจาคข้าวสาร จะบริจาคถั่ว งา หรือจะบริจาคสิ่งของอะไรก็แล้วแต่ จะเป็นสิ่งใดก็ได้ ข้าพเจ้าจะนำมารวมกัน แล้วจะปรุงเป็นภัตตาหารถวายพระสงฆ์”

ก็ปรากฏว่า มหาชนได้ฟังคำประกาศแล้ว เกิดศรัทธา คนนั้น คนนี้ ก็ร่วมบริจาคหลายอย่างเป็นข้าวสารบ้าง เป็นวัตถุอื่นๆ บ้าง ต่างๆ กันไป

มีเศรษฐีผู้หนึ่ง เห็นบุรุษบัณฑิตมาร้องเชิญชวนอยู่หน้าร้านของตัวเอง ก็รู้สึกไม่พอใจว่า เจ้านี่ เทียมมาชวนคนอื่น ตัวเองจะทำบุญก็ทำไปเฉพาะตนสิ มีทรัพย์แค่ไหนก็ทำเฉพาะตนแค่นั้น เทียมมาบอกให้



คนอื่นเขาไปทำด้วย มารบกวนผู้อื่น วุ่นวาย รู้สึก  
ไม่พอใจ แต่ก็เสียไม่ได้ ยังรักษาหน้าอยู่ เกรงว่าคนอื่น  
จะเห็นว่า ตนเป็นเศรษฐี เขามาร้องชวนทำบุญถึง  
หน้าร้าน จะใจจืด ไม่ให้อะไรบ้างเลย ก็จะดูกระไรอยู่  
จึงให้ทานแบบจำใจให้ไป

โดยใช้ ๓ นิ้ว หยิบข้าวสารหยิบมือหนึ่งให้ หยิบ  
ถั่วมาหยิบมือหนึ่ง ส่วนพวกน้ำผึ้ง น้ำอ้อย ที่ใส่ขวดไว้  
เกรงว่าถ้าเทให้ อาจจะเทไปมาก ก็เลยต้องเอาขวด  
ไปจ่อไว้กับฝาหม้อ แล้วก็ให้มันหยดลง พอได้สัก  
๒-๓ หยด ก็ให้ทานไป ปรากฏว่า คนทั้งหลายได้เห็น  
ดังนั้นก็ดีใจ โพนทะนากันว่า เศรษฐีขี้เหนียว  
เลยให้ชื่อเศรษฐีนี้ว่า *พิพาลปทกะ* ผู้มีเท้าเหมือนแมว  
คือเบามาก หมายถึงว่า หยิบมือหยิบนิดเดียว เรียกว่า  
ศรัทธา น้อยเหลือเกิน



เมื่อบุรุษบัณฑิตได้รับของที่เศรษฐีบริจาคให้มาก็แยกไว้ต่างหาก เศรษฐีหยิบข้าวสารมาหยิบมือหนึ่ง ถ้วยมาหยิบมือหนึ่ง น้ำอ้อยมา ๒-๓ หยด ก็แยกไว้ต่างหาก เศรษฐีก็มองเห็นว่า นายบุรุษบัณฑิตนี้ แยกของตัวเองไว้ต่างหาก ก็เลยให้คนใช้ติดตามไปดูว่า บุรุษนี้ จะเอาของของเราไปทิ้งให้เสียหายหรืออย่างไร

ปรากฏว่า บุรุษบัณฑิตนั้น นำสิ่งของที่ขนทั้งหลายได้บริจาคมา เอามารวมกลุ่มกันไว้ แต่ก็แยกประเภท เช่น อันไหนเป็นข้าว เป็นถั่ว แยกก่อนเสร็จแล้วก็เอามารวม แล้วก็เอาสิ่งของที่เศรษฐีให้ได้แก่ น้ำผึ้ง น้ำอ้อย ๒-๓ หยด เอามาเคล้าสิ่งของทั้งหมด ข้าวสารที่เศรษฐีหยิบมาหยิบมือหนึ่งก็ดี ถ้วยมาหยิบมือหนึ่งก็ดี ก็เอามาเคล้ารวมกันทั้งหมด แล้วจึงปรุงเป็นอาหาร

แล้วบุรุษนั้นก็กล่าวคำอธิษฐานต่างๆ ว่า “ขอให้  
กุศลผลบุญ จงได้ทั่วถึงกันทั้งหมด” คนใช้แอบดู  
ได้เห็น ได้ยินแล้ว ก็กลับมาบอกเศรษฐี เศรษฐีก็คิดว่า  
เดี๋ยวเถอะ วันรุ่งขึ้น ถ้าหากว่าเจ้าบุรุษบัณฑิตผู้นี้  
เอาเราไปพนทนาว่าเป็นเศรษฐีขึ้นเหนียว ให้ข้าวสาร  
เพียงหยิบมือหนึ่ง ให้ถั่วหยิบมือหนึ่ง กับน้ำผึ้งแค่  
๒-๓ หยด เราจะฆ่ามันเสีย แอบเอากริช (มีด) ไปที่  
โรงครัวในวันนั้น คิดว่าถ้าบุรุษนี้พนทนาตน ก็  
จะฆ่าเขาเสีย

นี่เป็นตัวอย่างว่า คนเราโดยมาก ไม่ได้มองว่า  
ตนเองทำผิดทำถูกแค่ไหนอย่างไร จ้องแต่จะจับผิด  
คนอื่น

เมื่อถึงเวลา บุรุษบัณฑิตนั้นก็ได้นำสิ่งของต่างๆ  
ที่ปรุงเสร็จเรียบร้อยแล้ว เตรียมพร้อมไว้ เมื่อพระ

ภิกษุสงฆ์มาถึงที่บ้าน โดยพระพุทธเจ้าเสด็จเป็น  
ประมุข บุรุษบัณฑิตก็ได้กล่าวคำถวายทานว่า  
“ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ อันมีพระพุทธเจ้าเป็นประมุข  
ภัตตาหารเหล่านี้ ข้าพระองค์ได้มาโดยได้บอกชักชวน  
มหาชนทั้งหลาย ได้ร่วมบุญกันมา มากบ้าง น้อย  
บ้าง ตามกำลังศรัทธา ขอน้อมถวายแด่พระสงฆ์ อันมี  
พระพุทธเจ้าเป็นประธาน ขอบุญกุศลเหล่านี้ จงได้  
จงถึงแก่บรรดามหาชนทั้งหลาย โดยถ้วนหน้ากัน  
(คือได้เสมอกัน) เทอญ”

พอเศรษฐีตื่นมาแล้วได้ฟังเช่นนั้นก็เกิดร้อนใจว่า  
บัณฑิตผู้นี้ เขาก็ไม่ได้มาโพนทนาเรา แต่เขากลับ  
อธิษฐาน ขอให้เราและทุกคนได้บุญเสมอกัน ถ้วนหน้า  
กันแก่ทุกคนที่ร่วมทำบุญมา ไม่ได้แบ่งว่าคนไหน  
ให้มากให้น้อยเลย ตัวเองก็เกิดความร้อนใจว่า เรา  
มาคิดร้ายต่อคนที่เขาไม่ได้คิดร้ายต่อเรา เขาเป็น

คนดี แต่เรากลับคิดไม่ดีกับเขา เกิดเกรงกลัวอาญาที่จะตกลงมาที่ตนเอง คิดว่า ถ้าเราไม่ขอโทษ อาชญาจากเทวดาคงจะมาตกลงที่ศีรษะของเราเป็นแน่ จึงได้เข้าไปหมอบแทบเท้าของบุรุษบัณฑิต เอ่ยว่า “ขอให้ท่านอดโทษให้ข้าพเจ้าด้วย”

บุรุษบัณฑิตก็ถามว่า “อะไรกัน ท่านเศรษฐี” เศรษฐีก็เล่าความจริงให้ฟังว่า “เราพกมีดมาแล้วคิดว่า ถ้าท่านมาโพนทนาเรา ว่าให้ท่านมาเพียงเล็กน้อย เราก็จะฆ่าท่านเสีย แต่เมื่อเห็นท่านพูดโดยเมตตา ไม่ได้รังเกียจเรา แล้วก็ยังอธิษฐานให้เกิดผลบุญโดยเสมอทั่วหน้ากัน เราก็เลยเกิดความเกรงต่ออาชญาของเทวดา เพราะฉะนั้น ขอให้ท่านได้อดโทษให้ด้วย” บุรุษได้ฟังก็บอกว่า “ฉันอดโทษให้ท่าน”





## พระพุทธโฆษาท

ณ ที่นั่นเอง พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า

มววมณฺเฏ ปุณฺณสฺส

น มตฺตํ อากมิสฺสติ

อุทพินฺนํ นีปาเตน

อุทกฺกมฺโหปี ปุรติ

อาปุรติ อีโร ปุณฺณสฺส

โลกํ โลกปี อาจินํ

บุคคลไม่ควรดูหมิ่นบุญว่า บุญมีประมาณน้อย  
จักไม่มาถึง แม้หม้อน้ำยังเต็มด้วยหยาดน้ำที่ตกลงมา  
(ทีละหยดๆ) ได้ฉันใด อีรชน (ชนผู้มีปัญญา) สั่งสม  
บุญแม้ทีละน้อยๆ ย่อมเต็มด้วยบุญได้ ฉะนั้น



พระพุทธองค์ตรัสว่า ไม่ควรดูหมิ่นบุญว่าเล็กน้อย  
ที่จะไม่มาถึงตน แต่ถ้าหากผู้ใดสั่งสมบุญแม้ทีละเล็ก  
ทีละน้อย ก็ย่อมจะเต็มด้วยบุญนั้นได้ เหมือนภาชนะ  
ที่รองน้ำไว้ ฝนตกลงมาทีละหยาดๆ ทีละน้อยๆ มัน  
ก็เต็มได้เหมือนกัน ฉะนั้น บุคคลจึงไม่ควรดูหมิ่น  
บุญกุศล จะเล็กจะน้อย ให้เราทำไป มีน้อย ทำน้อย  
แต่เราทำด้วยจิตเลื่อมใสใจศรัทธา ก็ได้บุญได้กุศลมาก  
เพราะฉะนั้น เราก็ต้องสะสมบุญกุศลไว้

ในครั้งนั้น ท่านเศรษฐีฟังธรรมแล้ว ได้เกิดดวงตา  
เห็นธรรม บรรลุโสดาปัตติผล พระธรรมเทศนาได้  
เป็นประโยชน์แก่บริษัทที่มาชุมนุมเป็นอันมาก

และเราก็จะต้องเป็นผู้เว้นบาปด้วย บางคน  
ทำบุญทำกุศลจริง ให้ทาน บำเพ็ญทาน จะมีบุญอะไร  
ก็ทำ แต่ว่าก็ยังไม่ยอมรักษาศีล ไม่ยอมเว้นบาป

มีโอกาสมองได้ก็โง่ มีโอกาสฆ่าได้ก็ฆ่า มีโอกาส  
โกหกหลอกลวงได้ก็โกหก เรียกว่า บางคราวก็ทำบุญ  
บางคราวก็ทำบาป อย่างนี้แล้ว บุคคลนั้นก็ต้องไป  
เผชิญกับสุข ทุกข์ คละเคล้ากันไป คราวใดบาปให้ผล  
ก็ประสบความทุกข์ คราวใดบุญให้ผล ก็ประสบความสุข

ฉะนั้น ชีวิตของคนเรา มันก็เลยลุ่มๆ ดอนๆ  
อย่างนี้ เพราะว่า ในอดีตทำบุญมาบ้าง ทำบาปมาบ้าง  
เพราะฉะนั้น บุคคลควรจะต้องมั่นคงในการรักษา  
ศีลไว้ ทำบุญด้วย เว้นบาปด้วย รักษาศีลของเราให้  
มั่นคง โดยเฉพาะศีล ๕ เว้นฆ่าสัตว์ เว้นลักทรัพย์  
เว้นประพฤติดิฉินในกาม เว้นโกหกหลอกลวง เว้นสุรา  
เมรัย อย่างการใช้คำพูด ต้องรักษาสัจจะ พูดตรง  
พูดความจริง หรือบางทีมีความจริงบางอย่างที่ไม่ควร  
พูด ก็ไม่พูด เพราะพูดแล้วทำให้เขาเดือดร้อน จึงต้อง  
เลือกกาลที่ควร



## พระติสสเถระ

ตั้งเรื่องพระติสสเถระ พระติสสเถระท่านศึกษาในวิธีการปฏิบัติกรรมฐาน แล้วท่านก็ปลีกออกไปอยู่ป่า เพื่อบำเพ็ญเพียร ท่านมีความคุ้นเคย ไปมาหาสู่กับนายช่างแก้ว ซึ่งเป็นช่างเจียรระไนแก้วเพชรพลอยคุ้นเคยกันมาเป็นเวลา ๑๒ ปี ในวันหนึ่ง พระติสสเถระก็ไปเยี่ยมที่บ้านของนายช่างแก้ว ในขณะที่นายช่างเจียรระไนแก้วกำลังนั่งหันเนื้ออยู่ต่อหน้าพระติสสเถระ มือก็เปื้อนเลือดของเนื้อสัตว์ (เนื้อสด) วันนั้นพอดีมีราชบุรุษของพระเจ้าปเสนทิโกศลได้นำแก้วมณีดวงหนึ่งที่พระราชานำมามอบให้นายช่างได้เจียรระไน ราชบุรุษได้นำแก้วมณีมาส่งให้ นายช่างก็รับแก้วมณี ในขณะที่มือก็ยังเปื้อนเลือดอยู่ รับแล้วก็เอาแก้วมณีวางไว้ตรงนั้น แล้วตัวเองก็เข้าไปหลังบ้านเพื่อไปล้างมือก่อน

พอออกมาก็ไม่เห็นแก้วมณี ก็ตกใจ ถามภรรยา ภรรยาก็บอกไม่รู้ไม่เห็น ถามบุตรทุกคนก็ไม่มีใครรู้ใครเห็น นายช่างก็เลยเกิดความสงสัยว่า อาจจะเป็นพระติสสะที่หยิบแก้วมณีไป เพราะก็ไม่มีใครคนอื่นแล้ว ก็มีแต่พระเท่านั้นที่นั่งอยู่ตรงนี้ ก็สอบถามท่านว่า ได้เห็นแก้วมณีบ้างไหม ท่านเอาแก้วมณีไปหรือเปล่า ท่านก็บอกว่า ท่านไม่ได้เอาแก้วมณีไป

ความจริงคือ นกกระเรียนที่นายช่างแก้วเลี้ยงไว้ มันเห็นแก้วมณีที่เปื้อนเลือด นึกว่าเป็นชิ้นเนื้อ นึกว่าเป็นอาหาร มันก็เลยกลืนแก้วมณีลงไปเลย พระติสสะท่านก็เห็นแล้วว่า นกกระเรียนกลืนแก้วมณีลงไป แต่ครั้นนายช่างมาถาม ท่านก็ไม่บอกความจริง เพราะถ้าบอกไป นกกระเรียนต้องโดนฆ่าแน่ นี่คือท่านรักษาศีลด้วยชีวิต ไม่ยอมบอกแม้เป็นความจริงที่จะทำให้ชีวิตอื่นต้องพินาศ แม้นายช่างแก้วจะคาดคั้น

ท่านก็บอกเพียงว่า ท่านไม่ได้เอาไป แต่ท่านก็ไม่  
บอกว่า แก้วมณี ตอนนี้อยู่ในท้องนกกกระเรียนนะ  
ความจริงอย่างนี้ท่านบอกไม่ได้ บอกแล้วทำให้คนอื่น  
เดือดร้อน ท่านไม่ยอมเสียศีล

ในที่สุด นายช่างแก้วก็เลยคิดว่า ต้องเป็นพระ  
ติสสะนี่แหละ ที่เอาแก้วมณีไป เขาโกรธ จึงไปเอาเชือก  
เอาไม้มาขันศิรชะ ขันชะเนาะ แล้วก็ใช้ไม้บิดเข้าไป  
พระติสสะท่านได้รับความเจ็บปวด ทุกข์ทรมาน แต่  
ท่านก็ไม่ยอมบอก พอขันชะเนาะแน่นมากๆ เข้า  
เลือดก็ไหล ไหลมาที่ศิรชะ ไหลออกทางหู ทางปาก  
ทางจมูก ท่านทนเสวยทุกขเวทนามาก แม้กระนั้น  
ท่านก็ไม่พูด นี่คือพระอริยะ ยอมตายเพื่อรักษาศีล

เมื่อท่านเสียเลือดมาก ท่านก็ล้มลง เลือดไหล  
รินไป นกกกระเรียนจะมากินเลือด นายช่างแก้วกำลัง

โมโหอยู่แล้ว ก็เลยเตะนกกกระเรียนทีเดียว นกกระเด็น  
แน่นิ่งไป เมื่อพระติสสะเห็นนกแน่นิ่งไป ก็ถามว่า  
นกนั้นตายแล้วหรือ นายช่างบอกว่า นกตายแล้ว  
รวมทั้งท่านก็ต้องตายด้วยเหมือนกัน พอรู้ว่า  
นกตายแล้ว พระติสสะจึงบอกความจริงว่า แก้วมณีอยู่  
ในห้องนกกกระเรียนนั้นแหละ เมื่อนายช่างแก้ผ้าห้อง  
นกกกระเรียน เขาก็พบแก้วมณีจริงๆ



## โทษของวิญญู

พอรู้ว่าพระติสสะไม่ได้เป็นผู้เอาแก้วมณีไป  
ตัวเองไปเข้าใจผิดท่านเอง ทำร้ายท่าน จนท่าน  
เสียเลือดมาก เลือดไหลออกมามากมาย ก็เกิดความ  
สำนึกผิด เข้าไปกราบเท้าขอโทษท่าน พระติสสะ  
ท่านก็ยกโทษให้ บอกว่า อย่าคิดมากไปเลย ถือว่าเป็น  
เรื่องโทษของวิญญู เป็นเรื่องของกฎแห่งกรรม อาตมา

มีกรรมมา ก็ต้องมาเสวยผลกรรม ท่านไม่โกรธอะไร  
ถือว่าเป็นเรื่องของเวรกรรม เป็นเรื่องของวิญญูะ จริงๆ  
แล้ว ท่านคิดอย่างนั้นก็ถูก เพราะว่าท่านต้องมีกรรม  
ในอดีตไว้ จึงต้องมาถูกระทำ ท่านเข้าใจ จึงให้อภัย

นายช่างเจียรระไนแก้วก็บอกท่านว่า ขอให้  
พระคุณเจ้ามารับอาหารที่บ้านเหมือนเดิม ท่านก็เลย  
พูดว่า อาตมาเห็นโทษของการเข้าสู่สกุลโดยตรง  
นี้แหละ เป็นโทษของการที่พระเข้าสู่สกุลโดยตรง  
จึงต้องเป็นอันตรายอย่างนี้ อาตมาจึงขอต้งอิชฐาน  
ธุดงค์ว่า ต่อไปนี้ อาตมาจะไม่เข้าสู่สกุลใดๆ จะไป  
รับอาหารด้วยลำแข้งตัวเองในที่ต่างๆ จะยืนอยู่  
นอกบ้านนอกชายคาเท่านั้น ต่อมาไม่นาน พระติสสะ  
ท่านก็มรณภาพ เพราะได้รับบาดเจ็บมาก นายช่าง  
แก้วก็เสียชีวิตเหมือนกัน

ภิกษุทั้งหลายก็ได้สนทนากันถึงเรื่องนี้ แล้วก็ไ้กราบทูลถามคติของคนทั้งหลายเหล่านี้ พระพุทธเจ้าท่านก็ได้ตรัสว่า กำเนิดคติของสัตว์ทั้งหลาย ก็มีเป็นไปต่างๆ

สัตว์บางพวกก็กำเนิดในครรภ์ บางพวกก็กำเนิดในนรก เพราะทำบาป บางพวกทำกรรมดี ก็เกิดบนสวรรค์ ส่วนผู้ที่ไม่มีอาสวะ ย่อมปรินิพพาน ปราภฏว่า นกกระเรียนที่ถูกนายช่างเตะจนตาย ก็เกิดในครรภ์ของภรรยาคนช่างนั้นเอง ตายตรงนั้น แล้วเกิดในครรภ์ของภรรยา ส่วนนายช่างแกว่นั้นก็ไปตกนรก อำนาจที่ทำกรรมไม่ดีกับพระอริยะไว้ แม้ท่านจะอธิษฐานให้ แต่ว่า เขาได้ทำร้ายผู้บริสุทธิ์ จึงต้องตกนรก ส่วนพระตีสสะ ท่านก็ปรินิพพาน พ้นจากทุกข์ทั้งปวง





## กำเนิดทั้ง ๔

กำเนิดชีวิตของสัตว์ทั้งหลาย มีอยู่ ๔ แบบ  
ด้วยกัน คือ

**ชลาพุชะกำเนิด** เกิดในครรภ์ เช่น มนุษย์ใน  
ปัจจุบัน พวกสัตว์ที่เลี้ยงลูกด้วยนม ส่วนมากจะ  
เกิดในครรภ์ เช่น หมู หมา วัว ควาย อยู่ในมดลูก  
ออกมาเป็นตัว

**อณฺฑชะกำเนิด** เกิดในไข่ มีสัตว์บางชนิดเกิด  
ในไข่ เช่น พวกจิ้งจก ตั๊กแตน งู เป็ด ไก่

**สังเสทชะกำเนิด** เกิดในที่โสโครก ในที่ยาง  
เหนียว ที่โสโครก มันก็เกิดมีชีวิตสัตว์ขึ้นมาได้ บางที  
ก็เกิดมีหนอนขึ้นมา อย่างเช่น ศพ ที่งาเอาไว้ มันก็มี  
หนอนขึ้นมาได้ หรือว่าสัตว์เล็กๆ ในน้ำคร่ำ มันจะมี

พวกสัตว์เกิดขึ้นมา มันไม่ต้องมีพ่อแม่ มันเกิดอาศัย  
น้ำโสโครกนั้น

**โอปปาติกะกำเนิด** เกิดขึ้นผุดโตทีเดียว เกิดมา  
ก็โตสมบูรณ์แบบเลย อย่างพวกเทวดา พอเกิดแล้ว  
ก็มีรูปร่างสมบูรณ์แบบ พวกสัตว์นรก พวกเปรต เขา  
เกิดก็เกิดไปเลย เกิดเป็นสัตว์นรก หน้าตาแบบไหน  
ก็เสวยผลกรรมในนั้น เกิดเป็นเปรตก็รูปร่างอย่างนั้น  
เสวยผลกรรมอย่างนั้น เกิดเป็นเทวดา เสวยวิมาน  
ก็มีรูปร่างอย่างนั้น

ชีวิตของสัตว์ทั้งหลาย ก็เวียนว่ายตายเกิดกันไป  
อย่างนี้ เราทุกคนนี้ก็เกิด-ตาย ตาย-เกิด มานับไม่ถ้วน  
แล้วก็ต้องเกิดต่อไป ถ้าหากเรายังมีอาสวกิเลส  
การเกิดทุกคราว เป็นทุกข์รำไป ความเกิดมาแล้วก็  
ส่งให้ความแก่ ความแก่ก็ส่งให้ความเจ็บ ความเจ็บ

ก็ส่งให้ความตาย ชีวิตต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย  
ต้องพลัดพราก ต้องทุกข์ยากลำบากนานัปการ  
เพราะฉะนั้น ถ้าเรามีชีวิตอยู่อย่างไม่ใช่ผู้ชวนขาย  
พากเพียรในการสั่งสมบุญกุศล ก็ถือว่า เราปล่อยให้  
ชีวิตผ่านไปอย่างน่าเสียดาย

ฉะนั้น การที่เรามีชีวิตอยู่ด้วยการปฏิบัติธรรม  
ทำให้ชีวิตในวันนั้น เวลานั้น เป็นชีวิตที่มีคุณค่า  
มีสาระ ยิ่งปฏิบัติ ได้ปัญญา แม้มีชีวิตเพียงวันเดียว  
ก็ประเสริฐกว่าผู้มีชีวิตเป็นร้อยปี แต่ไม่มีธรรม คำนี้  
พระพุทธองค์ตรัสไว้ ในเรื่องพระขานุกโณทัญญเถระ





## พระขานุกโณทัญญเถระ

พระขานุกโณทัญญเถระ ท่านศึกษาเกี่ยวกับ  
กรรมฐานที่จะปฏิบัติให้เข้าถึงซึ่งอรหัตตผล แล้วท่าน  
ก็ออกไปสู่ป่า ประพฤติปฏิบัติเจริญภาวนา จนในที่สุด  
ท่านก็ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์รูปหนึ่ง คนที่ปรารถนา  
ความเพียรอย่างต่อเนื่อง เติบจนกรม นั่งปฏิบัติ  
ก็กำหนดดูรูป ดูนาม ดูสภาวะในกายในใจตนเอง ที่สุด  
ก็เกิดญาณปัญญา เห็นรูปเห็นนาม เห็นสภาวะเกิด  
ดับ เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ถอนอาสวกิเลสได้

เข้าใจสภาพความเป็นจริงของชีวิต ชีวิตนี้เป็น  
เพียงสักแต่ว่าธาตุ ธรรมชาติ มีความเกิดขึ้นเป็น  
ธรรมดา มีความดับไปเป็นธรรมดา ที่รู้สึกเป็นตัวเรา  
เป็นของเรา เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นความยึดมั่น  
ถือมั่น ในความเห็นผิด เมื่อปฏิบัติเข้าไปรู้แจ้ง ท่าน

ก็จะเห็นว่า ชีวิตนี้เป็นเพียงสักแต่ว่าธรรมชาติ ที่เปลี่ยนแปลง เกิดดับ บังคับไม่ได้ ไม่ใช่ตัวเราของเรา ละความยึดมั่นถือมั่น ทำลายอวิชชาหมดสิ้นไปจากจิตใจ ท่านก็ค้นพบว่าจิตใจของท่านไม่มีทุกข์ เมื่อสิ้นชีวิตก็ดับขันธปรินิพพาน

พระขานุกโกณฑัญญะ ซึ่งเป็นพระอรหันต์รูปหนึ่ง เมื่อท่านปฏิบัติสำเร็จเป็นพระอรหันต์ ท่านก็เดินทางกลับมา เพื่อจะมาราบมูลพระพุทธเจ้า ถวายรายงาน ว่า ท่านได้ปฏิบัติสำเร็จเป็นพระอรหันต์ ระหว่างเดินทางมา เหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า ท่านก็แวะพักที่แห่งหนึ่ง ในป่านั้น การพักของพระอรหันต์ก็โดยที่ท่านจะเข้าฌานสมาบัติ ดับความรู้สึก ไม่รับรู้อะไรทั้งหมด ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สงบนิ่ง แนบแน่นในอารมณ์เดียว นั่งนิ่งอยู่ในท่านั้น

วันนั้นปรากฏว่า พวกโจรกลุ่มใหญ่ ได้ปล้น ได้จี้  
ได้ทรัพย์ แล้วก็หนีเข้าไปอยู่ในป่า ไปถึงตรงนั้น โจรก็  
พักเหมือนกัน ก็เอาห่อทรัพย์ที่ตนเองปล้นมาได้ ไป  
วางบนศีรษะของพระขานุกุณฑลัญญะ คนโน้นก็มาวาง  
คนนี้ก็มาวางข้างๆ คือเข้าใจว่าท่านเป็นตอไม้ เพราะ  
ท่านนั่งนิ่งๆ บริเวณตรงนั้นก็คงไม่สว่างนัก โจรก็เอา  
ห่อของวาง ทีนี้โจรมันมีมากด้วยกัน มันก็มาวางสุ่มๆ  
ทรัพย์สมบัติที่ปล้นมา วางคลุมปิดตัวท่านหมดเลย  
แล้วโจรก็นอนพักอยู่บริเวณตรงนั้นตลอดทั้งคืน

พอรุ่งสว่าง พวกโจรก็เตรียมจะเดินทางต่อไป  
มันก็ช่วยกันหยิบห่อทรัพย์ที่ตนเองวางไว้ ก็จึงเห็น  
พระอยู่ข้างใน มันก็ตกใจ จะวิ่งหนี คงนึกว่าเป็นผี  
นึกว่าโดนผีหลอก พระขานุกุณฑลัญญะก็บอกว่า  
เราเป็นบรรพชิต เราไม่ใช่โอปปาติกะ อย่ากลัวเลย  
พวกโจรก็เลยเกิดความเลื่อมใสศรัทธาว่า พระรูปนี้

มีอานุภาพมาก นั่งนิ่งอยู่ได้ทั้งคืน โดยที่เราไม่รู้เลยว่า มีพระนั่งอยู่ ก็เลยเข้าไปกราบขอขมาลาโทษ ท่านก็ให้อภัย พวกโจรเลยขอบวช พระขานุกุณฑลัญญะ ก็เลยพาพวกโจรนั้นมาเฝ้าพระพุทธเจ้า เพื่อจะได้ขอบวช

พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า “**ภิกษุทั้งหลาย ความ เป็นอยู่แม้เพียงวันเดียวของพวกเธอ ผู้ดำรงอยู่ใน ปัญญาสัมปทาเช่นนี้ ประเสริฐกว่า การมีชีวิตอยู่ ตั้งร้อยปีของผู้ไร้ปัญญา**”

มีชีวิตอยู่วันเดียว ถ้าหากว่า อยู่ด้วยปัญญาอย่างนี้ มองเห็นโทษเห็นภัยของการทำชั่ว เห็นโทษเห็นภัย แห่งวิภวสงสาร ชีวิตน้อมเข้ามาสู่ทางธรรม ที่จะ ประพฤติปฏิบัติธรรม การมีชีวิตอยู่โดยมีปัญญาอย่างนี้ แม้มีชีวิตอยู่เพียงวันเดียว ก็ประเสริฐกว่าชีวิตที่อยู่



อย่างคนไม่มีธรรมเป็นร้อยปี อยู่อย่างไม่มีธรรม เป็น  
ร้อยปี ไม่ประเสริฐอะไรเลย

แล้วพระองค์จึงได้ตรัสเป็นคาถาว่า  
โย จ วสสสत् ชีเว เป็นอาทิ

ซึ่งแปลเป็นใจความว่า “ผู้ใดไร้ปัญญา ใจ  
ไม่มั่นคง พึ่งมีชีวิตอยู่ถึงร้อยปีก็ไม่ประเสริฐ ส่วนผู้มี  
ปัญญา มีมาน แม้มีชีวิตอยู่เพียงวันเดียวก็ประเสริฐ  
กว่า”



## วันนี้เราทำอะไรอยู่

ฉะนั้น ท่านทั้งหลายฟังคำสอนอย่างนี้แล้ว ก็  
มาพิจารณาถึงตัวเราว่า เรามีชีวิตอยู่ เรามีลมหายใจ  
ผ่านไปทุกวันๆ เรามีชีวิตอยู่อย่างประเสริฐไหม

ชีวิตของเราอยู่ในธรรมหรือไม่ หรืออยู่ด้วยบาป ใน  
วันหนึ่งๆ เราทำบุญหรือทำบาป ถ้าเราพิจารณาว่า  
ชีวิตเราวันนี้ วันๆ หนึ่ง เดียวก็ทำบาป เดียวก็โกหก  
หลอกลวง เดียวก็ทุจริตข้อนั้นข้อนี้ ก็ต้องสำนึกว่า  
นี่เรามีชีวิตอยู่อย่างไม่ประเสริฐเลย อยู่มานานเท่าไร  
ก็ยังเพิ่มบาปให้ตัวเองเท่านั้น เกิดมาทั้งที ไม่ได้สร้าง  
ความดี ไม่ได้พัฒนาตัวเองให้สูงส่ง ให้เจริญในธรรม

เมื่อพิจารณา แล้วได้ข้อคิด ก็เลิกละความ  
ประพฤติดีเล่านั้น หันเข้าสู่ทางธรรม ขำระกาย  
วาจาของตน ให้สะอาด ด้วยศีล สมาทาน เว้นการ  
ฆ่าสัตว์ เว้นการลักทรัพย์ เว้นประพฤติดีกในกาม เว้น  
การโกหก หลอกลวง หยาบคาย ส่อเสียด เพ้อเจ้อ  
แล้วก็ฝึกจิตใจของตนเอง ให้เกิดสติ สมาธิ ปัญญา  
เจริญภาวนาอยู่เสมอ แข่งกับเวลา แข่งกับชีวิตที่  
ค่อยๆ หดไป สั้นไป อยู่ทุกขณะ อย่างไม่มีโอกาส

จะกลับคืน ชีวิตมันไหลไป เหมือนกระแสน้ำ ที่ไม่มี  
วันหวนกลับคืนมาได้

กาลเวลาผ่านไปผ่านไปทุกนาที  
กลืนกินชีวิตนี้ไปทุกขณะ  
เราทำอะไรเป็นแก่นสารบ้างล่ะ  
หรือแค่เกะกะเกิดแก่เจ็บตาย

ชีวิต ถ้าเกิดมาแล้วไม่ได้สั่งสมคุณงามความดี  
มันก็แค่ แก่ แล้วก็เจ็บ แล้วก็ตาย เกิดมาก็เป็นเพียง  
กองกระดูก ถมทับแผ่นดินหมดไป จิตวิญญาณต่อไป  
ก็ไปสวຍกรรมในอบายภูมิ มีดมนต่อไป ถ้าเรารู้แบบนี้  
เราต้องพยายามทำชีวิตของตนให้มีสาระ สาระของ  
ชีวิตอยู่ที่คิดดี ทำดี พูดดี ทำหน้าที่อย่างถูกต้อง ตาม  
ครรลองประโยชน์ตนและคนอื่น ทำชีวิตของตนให้  
มีสาระ ให้มีประโยชน์ ให้มีคุณค่า ให้ได้ประโยชน์

ตนเอง ให้ได้ประโยชน์คนอื่น ชีวิตมันก็มีสาระขึ้น

**ประโยชน์ตนเอง** ก็คือได้สั่งสมบุญกุศลต่างๆ ความดีต่างๆ แต่ละวันๆ บำเพ็ญกุศลต่างๆ **ประโยชน์ผู้อื่น** ก็คือได้ช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น ช่วยผู้อื่นให้ได้รับประโยชน์ เรามาช่วยวัด ช่วยศาสนา ช่วยสังคม ในทางที่ถูกต้อง นี่แหละทำให้ชีวิตเรามีสาระ ในส่วนตัวของตน ก็พยายามฝึกฝนอบรมเจริญสติสัมปชัญญะ ไว้เนืองๆ เสมอๆ ให้จิตเข้าถึงความสงบ ให้จิตเข้าถึงปัญญา

ความสงบมี ๒ อย่าง คือ

**สงบจากอารมณ์** คือ ทำสมาธิ จิตนิ่ง ไม่ไหวไปรับอารมณ์ต่างๆ จิตอยู่ในอารมณ์เดียว นี่เรียกว่าสงบจากอารมณ์ ยังเป็นสมถกรรมฐาน

สงบจากกิเลส คือ จิตสะอาดบริสุทธิ์ขึ้น แบบนี้เป็นวิปัสสนากรรมฐาน คือแม้จิตจะรับอารมณ์ต่างๆ รับรู้สี เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ัมมารมณฺ แต่่ว่าสะอาดในการรับอารมณ์ หรือว่าสงบจากกิเลส สงบจากอกุศลธรรม ไม่ใช่ว่านิ่งเฉยๆ ยังรับ ยังรู้ ยังดู เท้าทันต่อสภาวะ อะไรจะมากกระทบที่กาย เช่น เย็นมากกระทบ ร้อนมากกระทบ ก็กำหนดรู้ ความตึง ความหย่อน ความไหว ความสบาย ไม่สบาย ก็กำหนดรู้ เรียกว่า จิตไม่ได้สงบจากอารมณ์ ยังรับอารมณ์ต่างๆ แต่ว่าสงบจากกิเลส เพราะว่าจิต เวลา กำหนดรู้ มีการละความยินดี ละความยินร้าย กำหนดด้วยใจ เป็นกลาง วางเฉย เป็นปกติอยู่

แม้ว่าจิตจะรับอารมณ์ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เสียงดังมา ได้ยิน สติระลึก รู้รู้สึกอย่างไร กำหนดรู้ ตาเห็นรูป กำหนดรู้ ดูใจ

ตนเอง รักษาใจตนเองไม่ให้เกิดราคะ โทสะ มานะ  
ทิฐิ รักษาใจของตนเองเป็นกลาง วางเฉยเป็นปกติ  
ก็จะเข้าถึงซึ่งความสงบจากกิเลส เมื่อมีสติปัญญาเกิดขึ้น  
ละความยินดี ยินร้าย เรียกว่า สงบจากกิเลส ซึ่งเป็น  
เหตุแห่งความบริสุทธิ์ เหตุแห่งความดับทุกข์

ฉะนั้น ขอให้ท่านทั้งหลายได้สั่งสมบุญกุศล  
ทำความดีกันอย่างต่อเนื่องไว้

ตามที่ได้แสดงมาก็พอสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้  
แต่เพียงเท่านี้ ขอความสุขความเจริญในธรรม จงมี  
แก่ทุกท่าน เทอญ.



พึงฝึกจิตใจของตนเอง  
ให้เกิดสติ สมาธิ ปัญญา  
เจริญภาวนาอยู่เสมอ  
แข่งกับเวลา แข่งกับชีวิต  
ที่ค่อยๆ หดไปสิ้นไป อยู่ทุกขณะ  
อย่างไม่มีโอกาสจะกลับคืน  
ชีวิตมันไหลไป เหมือนกระแสน้ำ  
ที่ไม่มีวันหวนกลับคืนมาได้





# กำหนดการปฏิบัตัธรรมเนียมบวชนกัมภาวนา ปี ๒๕๖๓

ณ วัดมเหยงคณ์ ต.หันตรา อ.พระนครศรีอยุธยา จ.พระนครศรีอยุธยา

| ที่ | วันสำคัญ                          | พิธี           | กำหนดวันบวช และ ลาสิกขา                                                                      |  |
|-----|-----------------------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| ๑   | วันมาฆบูชา                        | บวช<br>ลาสิกขา | วันศุกร์ที่ ๗ ก.พ. ๖๓ (ขึ้น ๑๔ ค่ำ เดือน ๓)<br>วันจันทร์ที่ ๑๐ ก.พ. ๖๓ (แรม ๒ ค่ำ เดือน ๓)   |  |
| ๒   | วันสงกรานต์                       | บวช<br>ลาสิกขา | วันเสาร์ที่ ๑๑ เม.ย. ๖๓ (แรม ๔ ค่ำ เดือน ๕)<br>วันอังคารที่ ๑๔ เม.ย. ๖๓ (แรม ๗ ค่ำ เดือน ๕)  |  |
| ๓   | วันวิสาขบูชา                      | บวช<br>ลาสิกขา | วันจันทร์ที่ ๔ พ.ค. ๖๓ (ขึ้น ๑๓ ค่ำ เดือน ๖)<br>วันพฤหัสบดีที่ ๗ พ.ค. ๖๓ (แรม ๑ ค่ำ เดือน ๖) |  |
| ๔   | วันเฉลิมพระชนมพรรษา<br>พระราชนิยา | บวช<br>ลาสิกขา | วันพุธที่ ๓ มิ.ย. ๖๓ (ขึ้น ๑๓ ค่ำ เดือน ๗)<br>วันอาทิตย์ที่ ๗ มิ.ย. ๖๓ (แรม ๔ ค่ำ เดือน ๗)   |  |
| ๕   | วันอาสาฬหบูชา<br>และวันเข้าพรรษา  | บวช<br>ลาสิกขา | วันศุกร์ที่ ๓ ก.ค. ๖๓ (ขึ้น ๑๔ ค่ำ เดือน ๘)<br>วันจันทร์ที่ ๖ ก.ค. ๖๓ (แรม ๒ ค่ำ เดือน ๘)    |  |
| ๖   | วันเฉลิมพระชนมพรรษา<br>ร.๑๐       | บวช<br>ลาสิกขา | วันเสาร์ที่ ๒๕ ก.ค. ๖๓ (ขึ้น ๖ ค่ำ เดือน ๙)<br>วันพุธที่ ๒๘ ก.ค. ๖๓ (ขึ้น ๑๐ ค่ำ เดือน ๙)    |  |
| ๗   | วันแม่แห่งชาติ                    | บวช<br>ลาสิกขา | วันเสาร์ที่ ๔ ส.ค. ๖๓ (แรม ๕ ค่ำ เดือน ๙)<br>วันพฤหัสบดีที่ ๑๓ ส.ค. ๖๓ (แรม ๑๐ ค่ำ เดือน ๙)  |  |

|    |                          |                |                                                                    |                                                 |
|----|--------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| ๘  | วันออกพรรษา              | บวช<br>ลาสิกขา | วันพญัสถีที่<br>วันอาทิตย์ที่ ๑ ต.ค. ๖๓<br>วันอาทิตย์ที่ ๔ ต.ค. ๖๓ | (ขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑)<br>(ขึ้น ๓ ค่ำ เดือน ๑๑) |
| ๙  | วันคล้ายวันสวรรคต<br>ร.๙ | บวช<br>ลาสิกขา | วันเสาร์ที่ ๑๐ ต.ค. ๖๓<br>วันพุธที่ ๑๔ ต.ค. ๖๓                     | (แรม ๙ ค่ำ เดือน ๑๑)<br>(แรม ๑๓ ค่ำ เดือน ๑๑)   |
| ๑๐ | วันปิยมหาราช             | บวช<br>ลาสิกขา | วันศุกร์ที่ ๒๓ ต.ค. ๖๓<br>วันจันทร์ที่ ๒๖ ต.ค. ๖๓                  | (แรม ๘ ค่ำ เดือน ๑๒)<br>(แรม ๑๑ ค่ำ เดือน ๑๒)   |
| ๑๑ | วันพ่อแห่งชาติ           | บวช<br>ลาสิกขา | วันศุกร์ที่ ๔ ธ.ค. ๖๓<br>วันจันทร์ที่ ๗ ธ.ค. ๖๓                    | (แรม ๕ ค่ำ เดือน ๑)<br>(แรม ๘ ค่ำ เดือน ๑)      |
| ๑๒ | วันขึ้นปีใหม่            | บวช<br>ลาสิกขา | วันพญัสถีที่ ๓๑ ธ.ค. ๖๓<br>วันอาทิตย์ที่ ๓ ม.ค. ๖๔                 | (แรม ๓ ค่ำ เดือน ๒)<br>(แรม ๖ ค่ำ เดือน ๒)      |

■ บวชเกษมมภาวนาในช่วงเทศกาล (วันสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และ วันประเพณีไทย)

• พิธีบวช มีวันละ ๓ รอบ คือ

- ๑ เวลา ๑๒.๐๐ น. (วันแรกเวลา ๑๐.๐๐ น.)
- ๒ เวลา ๑๕.๓๐ น. ๓ เวลา ๒๑.๐๐ น. [ผู้จะบวชตอนบ่ายและค่ำได้  
ต้องไม่ได้รับประทานอาหาร ในเวลาวิกาล (เลยเที่ยงวัน)]

• พิธีลาสิกขา มีวันละ ๑ รอบ คือ เวลา ๐๖.๐๐ น.

■ บวชเกษมมภาวนาประจำวัน (นอกเทศกาล) บวชได้ทุกวัน • พิธีบวชเวลา ๐๙.๐๐ น.

# กำหนดการอุปสมบทหมู่พระภิกษุ ประจำปี ๒๕๖๓

ณ วัดมเหยงคณ์ ต.หันตรา

อ.พระนครศรีอยุธยา จ.พระนครศรีอยุธยา

| ที่ | เดือน      | วันพิธีอุปสมบท                                             |
|-----|------------|------------------------------------------------------------|
| ๑   | มกราคม     | วันอาทิตย์ที่ ๕ มกราคม ๒๕๖๓                                |
| ๒   | กุมภาพันธ์ | วันอาทิตย์ที่ ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓                            |
| ๓   | มีนาคม     | วันอาทิตย์ที่ ๑ มีนาคม ๒๕๖๓                                |
| ๔   | เมษายน     | วันอาทิตย์ที่ ๕ เมษายน ๒๕๖๓                                |
| ๕   | พฤษภาคม    | วันอาทิตย์ที่ ๓ พฤษภาคม ๒๕๖๓                               |
| ๖   | มิถุนายน   | วันเสาร์ที่ ๖ มิถุนายน ๒๕๖๓                                |
|     |            | วันอาทิตย์ที่ ๒๘ มิถุนายน ๒๕๖๓<br>(บวชอยู่จำพรรษา ๓ เดือน) |
| ๗   | ตุลาคม     | วันเสาร์ที่ ๓ ตุลาคม ๒๕๖๓                                  |
| ๘   | พฤศจิกายน  | วันอาทิตย์ที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๓                             |
| ๙   | ธันวาคม    | วันพุธที่ ๒ ธันวาคม ๒๕๖๓ (ชาวศรีลังกา)                     |
| ๑๐  | ธันวาคม    | วันอาทิตย์ที่ ๖ ธันวาคม ๒๕๖๓                               |

หมายเหตุ : อุปสมบทแล้ว ต้องเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน  
ในวันถัดไป จนถึงวันลาสิกขา

สมัครได้ที่ : คุณสมพงษ์ คงศิริถาวร โทร. ๐๘-๑๘๕๓-๕๖๖๙

# กำหนดการอบรมวิปัสสนากรรมฐาน

ประจำปี ๒๕๖๓

ณ สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด  
วัดมเหยงคณ์

|        |                                                 |
|--------|-------------------------------------------------|
| คนใหม่ | วันเสาร์ที่ ๑๑ - วันอาทิตย์ที่ ๑๙ มกราคม ๒๕๖๓   |
| คนใหม่ | วันเสาร์ที่ ๒๒ - วันเสาร์ที่ ๒๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ |
| คนเก่า | วันอาทิตย์ที่ ๑ - วันอาทิตย์ที่ ๘ มีนาคม ๒๕๖๓   |
| คนใหม่ | วันศุกร์ที่ ๓ - วันศุกร์ที่ ๑๐ เมษายน ๒๕๖๓      |
| คนใหม่ | วันเสาร์ที่ ๒๓ - วันอาทิตย์ที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๓  |
| คนเก่า | วันเสาร์ที่ ๑๓ - วันอาทิตย์ที่ ๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๓ |
| คนใหม่ | วันเสาร์ที่ ๑๘ - วันอาทิตย์ที่ ๒๖ กรกฎาคม ๒๕๖๓  |
| คนใหม่ | วันเสาร์ที่ ๒๒ - วันอาทิตย์ที่ ๓๐ สิงหาคม ๒๕๖๓  |
| คนเก่า | วันเสาร์ที่ ๑๙ - วันอาทิตย์ที่ ๒๗ กันยายน ๒๕๖๓  |
| คนใหม่ | วันเสาร์ที่ ๓ - วันอาทิตย์ที่ ๑๑ ตุลาคม ๒๕๖๓    |
| คนใหม่ | วันเสาร์ที่ ๗ - วันอาทิตย์ที่ ๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๓ |
| คนเก่า | วันเสาร์ที่ ๑๒ - วันอาทิตย์ที่ ๒๐ ธันวาคม ๒๕๖๓  |

## หลักเกณฑ์การรับสมัคร

- รับสมัครเฉพาะผู้มีความตั้งใจจริงๆ ในการจะอบรมเจริญสติปัญญา เท่านั้น
- รับรุ่นละ ๑๐๐ ท่าน ทั้งชาย-หญิง ทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต
- คนใหม่ เข้ารอบ คนใหม่
- คนเก่า เข้ารอบ คนเก่า
- คนใหม่ คือผู้ที่ยังไม่เคยเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คอร์ส ๗ วันขึ้นไป ที่มี พระภาวนาชมคุณ (สุรศักดิ์ เขมรังสี) เป็นพระวิปัสสนาจารย์
- คนเก่า คือผู้ที่เคยผ่านการเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คอร์ส ๗ วันขึ้นไป ที่มี พระภาวนาชมคุณ (สุรศักดิ์ เขมรังสี) เป็นพระวิปัสสนาจารย์

## หมายเหตุ

- สมัครเข้าปฏิบัติได้เพียงปีละ ๑ ครั้งเท่านั้น **ทั้งคนเก่าและคนใหม่** เพื่อเผื่อแผ่ให้ทั่วถึงกัน เนื่องจากมีผู้สนใจสมัครเข้าปฏิบัติกรรมฐานเป็นจำนวนมาก แต่ท่านสามารถสมัครเข้าปฏิบัติได้ตามสาขาของวัดมเหยงคณ์ หรือที่อื่นๆ ที่มี พระภาวนาชมคุณ (สุรศักดิ์ เขมรังสี) ไปเป็นพระวิปัสสนาจารย์

## เปิดรับสมัคร

- เปิดรับสมัครก่อนวันเข้าอบรม ๓ เดือน (ในแต่ละคอร์ส จองได้ล่วงหน้าไม่เกิน ๓ เดือน ตัวอย่างเช่นเข้าอบรมเดือนเมษายน ให้เริ่มสมัครได้ตั้งแต่ ๑ มกราคม ๒๕๖๒ เป็นต้นไป)

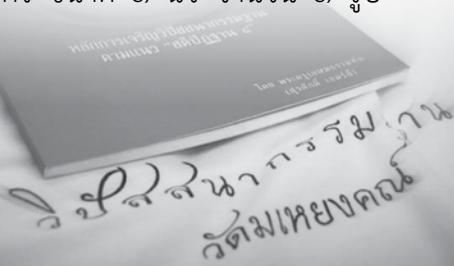
## การสมัคร

- การสมัครต้องกรอกใบสมัครล่วงหน้า  
ขอใบสมัครได้ที่ วัดมเหยงคณ์  
(แผนกบริหารกรรมฐาน)
- E-mail : watmahaeyong@gmail.com  
www.watmahaeyong.org  
หรือที่ Line Id : @mhy95  
หรือ สแกน QR Code



## หลักฐาน

- สำเนาบัตรประชาชน / รูปถ่าย สำหรับติด  
ใบสมัคร ขนาด ๑ นิ้ว จำนวน ๑ รูป



## วันเปิดการอบรม

- ลงทะเบียนเข้าปฏิบัติ เวลา ๐๗.๐๐-๐๘.๓๐ น.
- ปฐมนิเทศ เวลา ๐๘.๐๐ น.
- พิธีเข้ากรรมฐาน เวลา ๐๘.๓๐ น.

## วันปิดอบรม

- พิธีออกกรรมฐาน เวลา ๐๖.๓๐ น.

## หมายเหตุ

- ผู้เข้าอบรมต้องไปให้ทันตามเวลาที่กำหนดในวันเปิดอบรม และต้องอยู่ปฏิบัติจนครบถึงวันปิดอบรม
- เมื่อสมัครเข้าอบรมแล้ว ต้องการจะยกเลิกต้องแจ้งให้ทางวัดทราบอย่างช้าก่อนกำหนดเปิดอบรม ๗ วัน มิฉะนั้นจะถูกตัดสิทธิ์ในครั้งต่อไป



# กำหนดการอบรมวิปัสสนากรรมฐาน

ปี ๒๕๖๓

ใช้วิดิทัศน์ และ ซีดี เสียงธรรม

ของ พระภวนาชมคุณ (หลวงพ่อสุรศักดิ์)

ณ สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด

วัดมเหยงคณ์



|   |                                                       |
|---|-------------------------------------------------------|
| ๑ | วันพฤหัสบดีที่ ๑๓ - วันพฤหัสบดีที่ ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ |
| ๒ | วันเสาร์ที่ ๒๑ - วันอาทิตย์ที่ ๒๙ มีนาคม ๒๕๖๓         |
| ๓ | วันอังคารที่ ๒๓ - วันอังคารที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๓       |
| ๔ | วันเสาร์ที่ ๑๗ - วันอาทิตย์ที่ ๒๕ ตุลาคม ๒๕๖๓         |
| ๕ | วันเสาร์ที่ ๒๑ - วันอาทิตย์ที่ ๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๓      |

หมายเหตุ : รับเฉพาะผู้ปฏิบัติเก่าที่ผ่านการเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน  
คอร์สของหลวงพ่อสุรศักดิ์ มาแล้วอย่างน้อย ๓ ครั้ง

สมัครได้ที่ : แผนกบริหารกรรมฐาน วัดมเหยงคณ์

Line id : @mhy95

หรือ สแกน QR Code



# กำหนดการอบรมวิปัสสนากรรมฐาน

## คอร์สพิเศษเฉพาะคณะ

ณ สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด วัดมเหยงคณ์

| วันที่             | คณะผู้เข้าอบรม                                                                                        | สมัครที่/โทรศัพท์                                                                    |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| ๗ - ๑๔<br>ก.ค. ๖๓  | เฉพาะนักศึกษา<br>พระอภิธรรม                                                                           | คุณวันทนี บุตรงามดี<br>โทร. ๐๘-๑๙๐๗-๓๙๘๘<br>คุณรัชณี กิรติไพศาล<br>โทร. ๐๘-๑๗๐๑-๐๘๙๔ |
| ๑ - ๘<br>ส.ค. ๖๓   | เฉพาะหน่วยงานคุณธรรม<br>และจริยธรรม<br>คณะแพทยศาสตร์<br>ศิริราชพยาบาล<br>มหาวิทยาลัยมหิดล<br>กรุงเทพฯ | รศ.พญ.วลัยลักษณ์ ชัยสุตร<br>โทร. ๐๘-๙๐๔๔-๙๘๙๘                                        |
| ๑๔ - ๒๑<br>ส.ค. ๖๓ | เฉพาะทีมงาน<br>คณะการบินไทย                                                                           | คุณน้ำเพชร ศรีขาว<br>โทร. ๐๙-๒๔๒๐-๙๗๙๗                                               |
| ๒ - ๙<br>ก.ย. ๖๓   | เฉพาะทีมงาน<br>ชมรมกัลยาณธรรม                                                                         | ชมรมกัลยาณธรรม<br>โทร. ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓                                                   |
| ๑๐ - ๑๓<br>ก.ย. ๖๓ | เฉพาะคณะชมรมศึกษา<br>และปฏิบัติธรรม<br>ธนาคารแห่งประเทศไทย                                            | คุณพรนภา ลีลาพรชัย<br>โทร. ๐๘-๒๖๔๕-๕๘๕๘<br>คุณปัทมพร ชนะนนทกร<br>โทร. ๐๖-๑๘๗๑-๐๙๔๒   |



กำหนดการอบรมวิปัสสนากรรมฐาน  
ประจำปี ๒๕๖๓  
ณ สาขาวัดมเหยงคณ์ และที่อื่นๆ



- ณ ศูนย์วิปัสสนายุวพุทธฯ เขมรังสี (ศูนย์ ๔)  
สาขาวัดมเหยงคณ์ ๑๔  
ต.บ้านซุง อ.นครหลวง จ.พระนครศรีอยุธยา ๑๓๒๖๐  
วันที่ ๔-๑๑ มกราคม ๒๕๖๓  
สมัครที่ ศูนย์วิปัสสนายุวพุทธิกสมาคม  
แห่งประเทศไทย (ศูนย์ ๑)  
ฝ่ายกิจกรรม โทรศัพท์ ๐-๒๔๕๕-๒๕๒๕

- **ณ สำนักกรรมฐาน ภูธารธรรม สาขาวัดมเหยงคณ์ ๑๒**  
ต.วะตะแบก อ.เทพสถิต จ.ชัยภูมิ  
วันที่ ๑๖-๒๓ มกราคม ๒๕๖๓  
สมัครที่ แผนกบริหารกรรมฐาน วัดมเหยงคณ์  
โทรศัพท์ ๐-๓๕๘๘-๑๖๐๑-๒, ๐๘-๒๒๓๓-๓๘๔๘

- **ณ อุทยานแห่งชาติเขาลำปี-หาดท้ายเหมือง จ.พังงา**  
ต.ท้ายเหมือง อ.ท้ายเหมือง จ.พังงา ๘๒๑๒๐  
วันที่ ๑๘-๒๖ มกราคม ๒๕๖๓  
สมัครที่ ชมรมพุทธรักษาเพื่อพระพุทธศาสนา  
๖๕/๕๖๔ หมู่บ้านภูเก็ตวิลล่าสวนหลวง ซอย ๑๗  
หมู่ ๒ ตำบลวิชิต อ.เมือง จ.ภูเก็ต ๘๓๐๐๐  
คุณณัฐกานต์ ร่วมยอด โทรศัพท์ ๐๙-๙๕๖๕-๑๙๙๓  
reumyod@gmail.com

- **ณ สำนักกรรมฐาน ดอยเวียงโขง**  
**สาขาวัดมเหยงคณ์ ๕**  
ต.เวียง อ.เชียงแสน จ.เชียงราย ๕๗๑๕๐  
วันที่ ๓๐ มกราคม-๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓  
สมัครที่ แผนกบริหารกรรมฐาน วัดมเหยงคณ์  
โทรศัพท์ ๐-๓๕๘๘-๑๖๐๑-๒, ๐๘-๒๒๓๓-๓๘๔๘

- ณ พุทธคยา ต้นพระศรีมหาโพธิ์ สถานที่ตรัสรู้  
ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า  
ประเทศอินเดีย  
วันที่ ๑๑-๑๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓  
ติดต่อสอบถาม สมัครได้ที่  
คุณสุปราณี (ติม) เจริญศรีสมจิตร  
โทรศัพท์ ๐๘-๕๑๘๑-๕๔๕๘, ๐๘-๗๐๘๗-๕๗๕๖

- ณ สำนักกรรมฐาน ปรมัตถภาวนา (ดอยภูโอบ)  
สาขาวัดมเหยงคณ์ ๒  
ต.สะलग อ.แมริม จ.เชียงใหม่ ๕๐๓๓๐  
วันที่ ๘-๑๕ มีนาคม ๒๕๖๓  
สมัครที่ แผนกบริหารกรรมฐาน วัดมเหยงคณ์  
โทรศัพท์ ๐-๓๕๘๘-๑๖๐๑-๒, ๐๘-๒๒๓๓-๓๘๔๘

- กรรมฐานที่เมืองเพิร์ท ประเทศออสเตรเลีย  
Jhana Grove Meditation Retreat Centre 283  
Kingsbury Dr, Serpentine, NSW, 2041  
วันที่ ๑๖-๒๓ มีนาคม ๒๕๖๓

- **กรรมฐานที่เมืองซิดนีย์ ประเทศออสเตรเลีย**  
10/37 Nicholson st, Balmain East, NSW, 2041  
วันที่ ๒๗-๓๐ มีนาคม ๒๕๖๓

- **ณ “สันติภาวนา” สันติบุรี**  
๑๒ หมู่ที่ ๓ ถนนห้วยค้อย-สบเปา ต.เวียงชัย  
อ.เวียงชัย จ.เชียงราย ๕๗๒๑๐  
วันที่ ๓๐ ตุลาคม-๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๓  
สมัครที่ คุณศรีจันทร์ บุริวงษ์  
โทรศัพท์ ๐๘-๑๙๔๐-๙๗๕๔

- **ณ สำนักกรรมฐาน ท่งหินเทิน สาขาวัดมเหยงคณ์ ๑**  
ต.ปางสวรรค์ อ.ชุมตาบง จ.นครสวรรค์ ๖๐๑๕๐  
วันที่ ๑๗-๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๓  
สมัครที่ แผนกบริหารกรรมฐาน วัดมเหยงคณ์  
โทรศัพท์ ๐-๓๕๘๘-๑๖๐๑-๒, ๐๘-๒๒๓๓-๓๘๔๘

- ณ สำนักกรรมฐาน เจติยบรรพต (ภูผาผึ้ง)  
สาขาวัดมเหยงคณ์ ๘

ต.สารภี อ.โพธิ์ไทร จ.อุบลราชธานี ๓๔๓๔๐

วันที่ ๒๔-๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๓

สมัครที่ แผนกบริหารกรรมฐาน วัดมเหยงคณ์

โทรศัพท์ ๐-๓๕๘๘-๑๖๐๑-๒, ๐๘-๒๒๓๓-๓๘๔๘

- วัดไพรพุทธรังสี สาขาวัดมเหยงคณ์ ๔

ต.ข้าวเม่า อ.อุทัย จ.พระนครศรีอยุธยา ๑๓๐๐๐

วันที่ ๔-๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๓

สมัครที่ สำนักงาน วัดไพรพุทธรังสี

โทรศัพท์ ๐๖-๑๕๔๒-๒๙๔๑

คุณปริยอร ร่มโพธิ์ภักดี (น้ำ)

โทรศัพท์ ๐๘-๔๕๒๖-๘๖๗๐

- ณ สำนักกรรมฐาน ภูธารธรรม สาขาวัดมเหยงคณ์ ๑๒

ต.วະตะแบก อ.เทพสถิต จ.ชัยภูมิ ๓๖๒๓๐

วันที่ ๒๒-๒๙ ธันวาคม ๒๕๖๓

สมัครที่ แผนกบริหารกรรมฐาน วัดมเหยงคณ์

โทรศัพท์ ๐-๓๕๘๘-๑๖๐๑-๒, ๐๘-๒๒๓๓-๓๘๔๘





# กำหนดการกิจกรรม ปฏิบัติธรรม และงานบุญ

ประจำปี ๒๕๖๓

ณ วัดมเหยงคณ์ และสาขา



| ที่ | กิจกรรม<br>ปฏิบัติธรรม และงานบุญ                        | วัน เดือน ปี                                                        |
|-----|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| ๑   | งานอุทิศกุศลแด่บรรพชน<br>กรุงศรีอยุธยา<br>(ณ วิังโบราณ) | วันพฤหัสบดีที่ ๒ ม.ค. ๖๓                                            |
| ๒   | งานบุญเดือนเกิด                                         | ทุกวันอาทิตย์ ต้นเดือน                                              |
| ๓   | อุปสมบทหมู่ พระภิกษุ                                    | ประจำทุกเดือน<br>(เว้นในพรรษาเพราะมีบวช<br>อยู่จำพรรษา ๓ เดือน)     |
| ๔   | บรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน                                  | โกนหัว วันพุธที่ ๑ เม.ย. ๖๓                                         |
| ๕   | บวชศีลจาริณี - บวชชีน้อย                                | พิธีบวช วันเสาร์ที่ ๔ เม.ย. ๖๓<br>ลาสิกขา วันอาทิตย์ที่ ๑๙ เม.ย. ๖๓ |
| ๖   | ทอดผ้าป่าประจำปี                                        | วันอาทิตย์ที่ ๑๒ เม.ย. ๖๓                                           |
| ๗   | โครงการสามเณร<br>ปลูกปัญญาธรรม ปี ๙                     | วันศุกร์ที่ ๑๗ เม.ย.<br>- วันอาทิตย์ที่ ๑๗ พ.ค. ๖๓                  |

| ที่ | กิจกรรม<br>ปฏิบัติธรรม และงานบุญ                                          | วัน เดือน ปี             |
|-----|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| ๘   | ทอดกฐินสามัคคี<br>วัดมเหยงคณ์                                             | วันอาทิตย์ที่ ๔ ต.ค. ๖๓  |
| ๙   | ทอดกฐินสามัคคี สำนักฯ<br>ดอยเวียงโขง (สาขาที่ ๕)<br>อ.เชียงแสน จ.เชียงราย | วันศุกร์ที่ ๓๐ ต.ค. ๖๓   |
| ๑๐  | อุปสมบทหมู่ชาวศรีลังกา                                                    | วันพุธที่ ๒ ธ.ค. ๖๓      |
| ๑๑  | งานบุญแทนคุณแผ่นดิน<br>อุทิศกุศลแด่บรรพชน                                 | วันพฤหัสบดีที่ ๓ ธ.ค. ๖๓ |
| ๑๒  | ทอดผ้าป่าสามัคคี ปีใหม่                                                   | วันศุกร์ที่ ๑ ม.ค. ๖๔    |

ขอเชิญฟังรายการธรรมสุปฏิปันโน

เสียงธรรมจากวัดมเหยงคณ์

ปรารภธรรมโดย

พระภาวนาชมคุณ วิ. (สุรศักดิ์ เขมรสี)

ทางสถานีวิทยุทหารอากาศ ๐๑ มินบุรี

คลื่น ๙๔๕ ระบบ AM ทุกวัน

วันเสาร์ - วันอาทิตย์ เวลา ๐๔.๐๐-๐๕.๐๐ น.

วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา ๐๖.๐๐-๐๗.๐๐ น.



หากประสงค์จะทำบุญสนับสนุนการให้ธรรมเป็นทาน

ขอเชิญท่านอุปถัมภ์รายการได้ตามกำลังศรัทธา

โดยส่งเป็นธนาคัต/ตัวแลกเงิน/เช็คขีดคร่อม

ในนามของวัดมเหยงคณ์

หรือโอนเข้าบัญชีธนาคารกรุงเทพ

สาขาตลาดเจ้าพรหม ประเภทสะสมทรัพย์

ชื่อบัญชี วัดมเหยงคณ์

บัญชีเลขที่ ๔๗๘-๐-๖๑๖๖๗๐



## โครงการศึกษา-ปฏิบัติ-เผยแผ่ ธรรมะของวัดมเหยงคณ์

๑. จัดให้มีการเรียน การสอนพระปริยัติธรรม ทั้งแผนกบาลี-บาลีศึกษา, แผนกนักธรรม-ธรรมศึกษา, แผนกพระอภิธรรม
๒. จัดอบรมวิปัสสนากรรมฐาน รุ่นระยะเวลา ๙ วัน เป็นประจำทุกๆ เดือน ทั้งบรรพชิต และคฤหัสถ์ รุ่นละ ๑๐๐ ท่าน
๓. จัดอบรมปฏิบัติธรรม บวชนกขัมมภาวนา ในวันสำคัญชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และวันประเพณีไทย ปีละ ๑๒ ครั้ง
๔. บวชถือศีล ปฏิบัติธรรม เป็นประจำทุกวัน
๕. อุปสมบทหมู่ เพื่ออบรมวิปัสสนากรรมฐาน ทุกเดือน
๖. บรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน
๗. บวชศีลจาริณี - ชี้น้อย
๘. อบรมปฏิบัติธรรมพิเศษ ให้กับหน่วยงานทั้ง ภาครัฐและเอกชน ที่ขอเข้าอบรมเป็นคณะ
๙. เผยแผ่ธรรมทางสื่อวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือ ซีดี อินเทอร์เน็ต

วัดมเหยงคณ์เพิ่มช่องทาง  
การรับข่าวสารและกิจกรรม  
ผ่าน Facebook

.....



ให้สมัครเฟสบุ๊ก แล้วพิมพ์คำว่า  
วัดมเหยงคณ์ ข้าวสด สารธรรม  
แล้วกดถูกใจด้านบนเมนูเพจ เพื่อรับข่าวสารธรรมะ

วัดมเหยงคณ์เพิ่มช่องทาง  
การรับข่าวสารและกิจกรรม  
ผ่าน Facebook

.....



ให้สมัครเฟสบุ๊ก แล้วพิมพ์คำว่า  
วัดมเหยงคณ์ ธรรมโมวาท  
แล้วกดถูกใจด้านบนเมนูเพจ เพื่อรับข่าวสารธรรมะ



# ขอเชิญร่วมสร้าง อุโบสถปราสาทพระบรมธาตุเจดีย์ มหาวิหาร วัดมเหยงคณ์

## ความสำคัญ

อุโบสถปราสาทพระบรมธาตุเจดีย์มหา  
วิหาร วัดมเหยงคณ์ นอกจากจักเป็นพุทธศาสน  
สถานประกอบสังฆกรรม ประดิษฐานพระบรม  
สารีริกธาตุ และพระพุทธรูปล้ำค่าควรแก่การ  
สักการะสูงสุดแล้ว ยังจะเป็นการสืบสานเอก  
ลักษณ์ภูมิปัญญาที่เป็นเลิศอันเป็นมรดกที่ทรง  
คุณค่า ซึ่งมีความงามวิจิตรแห่งสถาปัตยกรรม  
ไทยสมัยอยุธยาให้ฟื้นคืนกลับมา เพื่ออนุชน  
คนรุ่นหลังได้ศึกษาและร่วมภาคภูมิใจ ในความ  
เป็นไทยที่มีศิลปวัฒนธรรมล้ำเลิศ (อริยธรรม)  
บังเกิดพลังศักดิ์สิทธิ์เหนี่ยวนำหล่อหลอมดวงจิต  
น้ำใจ ให้เกิดความรัก ความสามัคคี ของชน  
ในชาติ ยังความสงบ ร่มเย็น เป็นสุข เจริญ  
รุ่งเรือง สืบไป 



ขอเชิญบริจาค  
โดยโอนเงินเข้าบัญชีธนาคารชื่อบัญชี  
“สร้างอุโบสถวัดมเหยงคณ์”



๑. ธนาคารกสิกรไทย สาขาถนนโรจนะ  
เลขที่บัญชี ๔๕๒-๒๖๒-๖๗๘๙
๒. ธนาคารกรุงไทย สาขาตลาดหัวรอ  
เลขที่บัญชี ๒๖๕-๐๑๖-๖๑๑๘
๓. ธนาคารกรุงเทพ สาขาตลาดเจ้าพรหม  
เลขที่บัญชี ๔๗๘-๐๙๐-๘๗๒๑
๔. ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาอยุธยา  
เลขที่บัญชี ๕๗๕-๔๒๗-๘๗๘๕
๕. ธนาคารออมสิน สาขาลองสวนพลู  
เลขที่บัญชี ๐๒๐๐-๗๕๖๘-๐๕๒๘

# แผนที่วัดมเหยงคณ์



## วัดมเหยงคณ์

ต.หันตรา อ.พระนครศรีอยุธยา จ.พระนครศรีอยุธยา

โทรศัพท์ : ๐๓๕-๘๘๑-๖๐๑-๒, ๐๘๒-๒๓๓๓-๓๘๔๘

[www.watmahaeyong.org](http://www.watmahaeyong.org)

e-mail : [watmahaeyong@gmail.com](mailto:watmahaeyong@gmail.com)



ဘုရားရှိခိုးကျောင်း



## มูลนิธิสุปฏิปันโน

เมื่อปี ๒๕๕๒ มูลนิธิสุปฏิปันโน ตั้งขึ้นภายใน  
วัดมเหยงคณ์ ตำบลหันตรา อำเภอพระนครศรีอยุธยา  
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ตามดำริของท่านเจ้าคุณ  
พระภาวนาเกษมคุณ วิ. (หลวงพ่อสุรศักดิ์ เขมรังสี)  
เจ้าอาวาสวัดมเหยงคณ์ ประธานกรรมการ และ  
คณะกรรมการมูลนิธิ โดยมีวัตถุประสงค์จะให้เป็  
องค์กรสาธารณกุศล ที่ดำเนินงานเพื่อ

- ส่งเสริมการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน และ  
บวชนกขัมมภาวนา
- สืบสานการศึกษาพระปริยัติธรรมแขนงต่างๆ
- สร้างสรรค์กิจกรรมสาธารณกุศล สงเคราะห์-  
อนุเคราะห์ชุมชนในสังคม

ทั้งนี้เพื่อจรรโลงสืบทอดอายุพระพุทธศาสนา  
สร้างศรัทธา สามัคคีธรรม

นำความสงบร่มเย็น สู่สังคมไทยให้เกิดสันติสุข  
ตามวิถีพุทธโดยแท้

ตั้งแต่ปี ๒๕๕๒ เป็นต้นมา มูลนิธิฯ ได้ดำเนินงาน  
จัดกิจกรรมสาธารณกุศล และร่วมมือกับองค์กร  
ต่างๆ ดำเนินงานที่เป็นสาธารณประโยชน์ อาทิ :-

## ด้านส่งเสริมการปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐาน



ในแต่ละปี ได้สนับสนุนการจัดอบรมกรรมฐาน  
ทั้งที่สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด วัดมเหยงคณ์  
และสำนักปฏิบัติกรรมฐานในต่างจังหวัด เป็นประจำ  
ทุกเดือน



## ด้านสืบสานการศึกษา พระปริยัติธรรมแขนงต่างๆ



ได้สนับสนุนการเรียนการสอนพระปริยัติธรรม  
แขนงต่างๆ ไว้ดังนี้

- ถวายนิตยภัต และค่าพาหนะพระอาจารย์ผู้สอน



- ถวายทุนการศึกษาแต่ผู้สอบผ่านปรียัติธรรม  
ทุกแขนง
- อุปถัมภ์บำรุงการจัดการเรียน - การสอน  
ปรียัติธรรม
- จัดหาอุปกรณ์ - ตำราเรียน อำนวยความสะดวก  
ให้ผู้เรียน



## ด้านสร้างสรรค์กิจกรรมสาธารณกุศล สงเคราะห์ – อนุเคราะห์ ชุมชนในสังคม



มูลนิธิฯ ได้ดำเนินกิจกรรมตามโครงการต่างๆ  
ดังนี้

- จัดงานสวดถวายพระไตรปิฎก เพื่อยกย่องเชิดชู  
พระไตรปิฎกซึ่งเป็นคัมภีร์สูงสุด ที่รวบรวม  
หลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา





- โครงการ “ปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมเยาวชน” มอบชุดขาวเข้าโรงเรียนวิถีพุทธ
- โครงการ “๑ วัน แห่งการเรียนรู้ ศิลปะการฝึกจิตเพื่อชีวิตอันประเสริฐ” เป็นโครงการวิปัสสนากรรมฐานที่สนับสนุนให้ชาวพุทธมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมมหากุศล ได้เรียนรู้กายใจตามความเป็นจริง
- ร่วมกับชมรมกัลยาณธรรม จัดงานแสดงธรรมอบรมภาวนา และปฏิบัติธรรม
- โครงการ “บำรุงขวัญปันกำลังใจให้ผู้สูงอายุ-ผู้พิการ” ร่วมกับองค์การบริหารส่วนจังหวัดพระนครศรีอยุธยา



- โครงการ “ช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติภายในประเทศ”
- โครงการ “ปรมัตถบารมีทาน” ร่วมกับโรงพยาบาลพระนครศรีอยุธยา รับบริจาค โลหิต - อวัยวะ - ร่างกาย ให้เลือด เหมือนให้ชีวิต แก่เพื่อนร่วมโลก
- สนับสนุนการเผยแพร่ธรรมในรายการ “ธรรมสุปฏิปันโน” ทางสถานีวิทยุทหารอากาศ 01 มินบุรี

ท่านสามารถร่วมบริจาค  
สนับสนุนกิจกรรมของมูลนิธิสุปฏิปันโน ได้ที่

ธนาคารกรุงไทย สาขาตลาดหัวรอ

ชื่อบัญชี “มูลนิธิสุปฏิปันโน”

เลขที่บัญชี 265-0-09997-6

กรุณาส่งสำเนาใบโอนเงิน

หรือสอบถามรายละเอียดได้ที่

สำนักงานมูลนิธิสุปฏิปันโน อาคารเกษมธรรมทัต

วัดมเหยงคณ์ ต.หันตรา อ.พระนครศรีอยุธยา

จ.พระนครศรีอยุธยา 13000

โทร. 083-079-9302

อีเมล spn12082552@hotmail.com

Line id : spn0830799302

เสฏฐนทโท เสฏฐมุเปติ ฐานิ

ผู้ให้สิ่งประเสริฐ ย่อมถึงฐานะที่ประเสริฐ

จาก พุทธสุภาษิต

“กาลเวลาผ่านไปผ่านไปทุกนาที  
กลืนกินชีวิตนี้ไปทุกขณะ  
เราทำอะไรเป็นแก่นสารบ้างล่ะ  
หรือแค่เกะกะเกิดแก่เจ็บตาย”

[www.watmahaeyong.org](http://www.watmahaeyong.org)  
e-mail : [watmahaeyong@gmail.com](mailto:watmahaeyong@gmail.com)