

เทศน์เช้า วันที่ ๒๔ กรกฎาคม ๒๕๔๕

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

วันเข้าพรรษามันก็พูดถึงเปรียบก็เหมือนนักเรียนเปิดเทอม นักเรียนเปิดเทอม ปิดเทอม เห็นไหม เวลาปิดเทอม เวลาพระออกพรรษาแล้วรุ่งคักไป เวลาเข้าพรรษาก็เหมือนเปิดเทอม เวลาเข้าพรรษาแล้วเข้าไปหาครูบาอาจารย์เพื่อไปสอบถามธรรมกันไง ศึกษาธรรมะกับครูบาอาจารย์ ในพรรษา ๓ เดือนนี้จะไม่ไปไหน

แล้วก็เร่งความเพียร เร่งความเพียรหมายถึงว่าอยู่ในที่เดียวมันสามารถเร่งความเพียรได้ แต่ถ้ามันไปเรื่อยๆ มันก็ทำความเพียรอย่างหนึ่ง รุ่งควัดร เห็นไหม ในคราวเข้าพรรษา แล้วเข้าพรรษานี้ พระอยู่กับที่เพื่อจะประพฤติปฏิบัติ

รัฐบาลเขาจะหยุดให้เป็นวันหยุดราชการ เพื่อจะให้เราได้ทำบุญกุศล แต่ก่อนนั้นชาวพุทธเราหยุดวันพระ วันพระนี่เป็นวันทำบุญกุศล แต่เพื่อเป็นสากล เห็นไหม หยุดวันเสาร์ วันอาทิตย์ วันเสาร์ อาทิตย์ก็หยุดไปกับเขา

แต่ถ้าวันพระนี่มันหยุดแล้วมันได้ ๒ อย่าง ได้หยุดตัวเราเองด้วย ได้หัวใจหยุดด้วย แต่ถ้าวันเสาร์-อาทิตย์มันหยุดเฉพาะร่างกายได้พักผ่อน แต่หัวใจมันไม่ได้บุญกุศลไง ไม่ได้โอกาสทำบุญกุศล แต่ถ้าเวลาหยุดวันพระ เรามีโอกาสทำบุญทำกุศลของเราขึ้นมาด้วย บุญกุศลเป็นอาหารของใจ

เวลาเข้าพรรษา-ออกพรรษา วันแล้ววันเล่า ปีแล้วปีเล่ามา ตั้งแต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรินิพพานจนป่านนี้มันก็ยังทำเป็นประจำอยู่อย่างนี้ ๒,๐๐๐ กว่าปียังทำมา ชีวิตเราไม่ถึงหรอก ชีวิตเราอย่างมากที่สุด ๑๐๐ กว่าปี เห็นไหม เวลาเวียนตายเวียนเกิดไปใน ๑๐๐ กว่าปีนั้น มันก็เวียนอยู่ในวัฏฏะนี้ อยู่ในเวลานี้

อันนี้ก็เหมือนกัน ในการเข้าพรรษา-ออกพรรษานี้ก็เพื่อเราจะได้ทำบุญกุศลไป ได้เปลี่ยนโอกาส ได้นักขัตฤกษ์ ได้พลิกเพลงเปลี่ยนวิธีการของเรา วิธีการของใจ ใจมันหมักหมมอยู่ในนั้น มันไม่มีโอกาสแก้ไข

เวลาคนตายคนเกิด มันเกิดตายไปตามธรรมชาติของมัน มันเหมือนกับไม่มีโอกาสแก้ไข ในคนตายคนเกิดนั้นไม่มีโอกาสแก้ไข เพราะตัวเราเองไม่รู้ใจ ตัวเองไปตามกระแสของกรรม กรรมมันพัดไปขนาดไหนก็ไปตามกระแสของกรรม ไม่เข้าใจ

แต่ธรรมะนี้สอนให้ทะลุออกไป ให้พยายามทำบุญกุศลเพื่อใจ เพื่อให้เกิดดี เห็นไหม ทำบุญกุศล รู้หรือไม่รู้เนี่ย บุญนี้มันเป็นบุญกุศลอยู่แล้วโดยธรรมชาติของมัน แต่ปัญหาที่ว่า การจะชำระกิเลส มันต้องศึกษาไปอีกชั้นหนึ่ง เห็นไหม รู้หรือไม่รู้เราทำไปนี้ได้หมด

คนไปทำบุญ พ่อแม่พาลูกพาหลานไปทำบุญ ลูกหลานได้บุญหมด แต่ลูกหลานมันไม่รู้เรื่องเลย มันมาเล่นของมัน เห็นไหม บุญกุศลไม่เท่ากัน เหมือนกับเราเปิดประตูบ้าน ถ้าเราเปิดได้กว้าง อากาศจะเข้าได้มาก เข้าได้ออกสะดวกสบาย

เจตนาของใจ พ่อแม่อยากทำบุญกุศลพาลูกมา ลูกมาเที่ยวมาเล่น แต่ลูกก็มาทำบุญกับพ่อแม่ บุญถึงได้ไม่เหมือนกัน เจตนาไม่เหมือนกัน เห็นไหม แต่ได้บุญโดยธรรมชาติของมัน ธรรมชาติคือได้อยู่โดยธรรมชาติของมัน มากน้อยอยู่ที่เจตนาของการเปิดใจ ถ้าเจตนาเปิดใจมาก มันก็ได้มาก เจตนาเปิดใจน้อยก็ได้น้อย

ความศรัทธาของใจ เห็นไหม “ถ้าเราทำบุญควรทำบุญที่ไหน?”

“ควรทำบุญที่เธอพอใจ” นี่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกพระเจ้าพิมพิสาร “เธอควรทำที่เธอพอใจ”

“แต่ถ้าพูดถึงผลบุญล่ะ?”

“ถ้าอย่างนั้นต้องพูดกันถึงเนื่อนาบุญ” เห็นไหม เนื่อนาบุญดี พืชผลลงไปมันจะเจริญงอกงาม เนื่อนาไม่ดี พืชผลของเราจะไม่เจริญงอกงาม มันจะเกิดไม่เกิดนั้นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง เห็นไหม ถ้าจะเลือกผล เรื่องของผล เห็นไหม เลือกผลของมันที่เราจะได้ผลมากหรือผลน้อย นั้นอยู่ที่ว่าการกระทำของเรา

เราถึงต้องแสวงหา การแสวงหาของเราเป็นผู้มีปัญหา คนจะบอกว่าคิด ใครบอกว่าทำไม ทำบุญกุศลแล้วต้องคิดอย่างนั้นเรื่องของเข เรื่องของคนว่า เห็นไหม เวลาเรื่องประพจน์ปฏิบัติ ต้องไม่มีต้นหาความทะยานอยากถึงประพจน์ปฏิบัติ ใครประพจน์ปฏิบัติคนนั้นเป็นคนมีต้นหาความทะยานอยาก

ต้นหาเป็นมรรค ความดี เห็นไหม กรรมเป็นการกระทำทั้งหมด ทำดีก็เป็นทำดี ทำชั่วก็เป็นทำชั่ว เวลาทำความชั่ว ทำอยู่ในโลกของเขานี้ทำกันได้ เวลาเราจะทำบุญกุศล เห็นไหม เขากิดเขาวางเพราะอะไร เพราะมันไปขวางตาเขาไป เขาอยู่ของเขาตามสะดวกสบายของเขา เขาอยู่ตามประสาของเขา แต่คนมันทำความดีให้เขาเห็น เขารับไม่ได้ ความรับไม่ได้ของเขา เห็นไหม

ถึงบอกว่าทำไมคนนั้นต้องคิด คนนั้นต้องพยายามแสวงหาตรงนั้น การแสวงหาเป็นสิ่งที่ดี เป็นมรรค เราต้องกระทำ เราต้องพยายามแสวงหาของเรา เพื่อหาบุญกุศลของเรา เห็นไหม อาหารวางอยู่ตรงหน้า ทุกคนไม่เคยมีใครหยิบอาหารกินเลย กลัวเสียมารยาท โอ้เราก็ไม่กล้าหยิบกินเขาไปด้วย คนหนึ่งไม่กล้าหยิบกิน

นี่เหมือนกัน การแสวงหาของเรา การทำบุญของเรา เราไม่กล้าทำ เราทำของเราไม่ได้ ถ้าทำของเราไม่ได้ มันก็จะไม่ได้ผลของเรา ถ้าเราทำผลของเราได้ เห็นไหม นั่นนะการกล้ากระทำ ประเพณีของชาวพุทธมันไม่เก้อเงินใจ เราทำบุญกุศลของเราแล้วมันไม่เก้อเงินใจ ความไปของเรา ความเคยชินของเรา เราทำของเราบ่อยๆ ถ้านานๆ ไปทำหนหนึ่ง มันก็เก้อเงินของมัน

ย้อนกลับมาในเรื่องหัวใจ ถ้าหัวใจไม่เคยคิดไม่เคยนึกถึงความบุญกุศลเลย มันก็คิดประสาของมันไป ความคิดประสามัน เห็นไหม กิเลสอยู่ปากคอก กิเลสอยู่ความคิด เริ่มออกความคิด พอความคิดออกไป มันคิดตามประสามันความพอใจของมัน มันไม่คิดพยายามจะตัดแปลงตน

ความคิดตัดแปลงตนนั้น คือ เห็นไหม คือนั้นตัดแปลงตนเข้ามา ตัดแปลงหัวใจของเราเข้ามาให้มีศีล พอมีศีลขึ้นมา จิตมันเริ่มสงบขึ้นมา มันเริ่มมีหลักใจขึ้นมา มันจะเริ่มเป็นการภาวนาของมัน ศีล สมาธิ ปัญญา เกิดสมาธิจิตตั้งมั่น คนตั้งมันอยู่ คนพลุกพล่านอยู่ เราทำอะไรไม่ได้หรอก เวลาคนเรที่ตั้งมัน เราอยู่เฉยๆ เราจะเห็นภาพชัด ภาพที่จะไหวขึ้นมาข้างหน้าเรา เราจะเห็นภาพชัด

นี่ก็เหมือนกัน จิตมันหมุนของมันตลอดเวลา มันคิดของมันตลอดเวลา มันแสวงหาของมันตลอดเวลา มันหมุนไปตามธรรมชาติของมัน เห็นไหม มันไม่เคยหยุดคิด มันถึงไม่เห็นความคิดเริ่มต้น ความคิดเริ่มต้นนี้มาจากไหน ความคิดนี้มาจากไหน แล้วความคิดนี้มันให้ผลกับ..

เวลาเราอยู่ในวง เห็นไหม อยู่ในหมู่เพื่อน ความคิดนี้ไม่ค่อยมี เราเพิดเพลินไปกับความคิด แต่อยู่คนเดียวความคิดมันจะหยุดตลอดเวลา นี่ความคิดมันมาจากไหน? แล้วเวลาเราไม่คิดมันไปไหน? เห็นไหม ความคิดย้อนมา แล้วความคิดมันเกิดขึ้นมาได้อย่างไร?

มันเป็นธรรมชาติของมัน ความคิดความเกิดขึ้นมา นี่ธรรมชาติเกิดดับของมัน แต่การใส่กิเลสเข้าไป หรือใส่บุญกุศลเข้าไป กิเลสหรือบุญใจ บุญกุศลหรือกิเลสมันออกไปคนละเรื่องไป ถ้าเป็นกิเลสมันก็คิดไปตามประสามัน คิดตามประสามันนะ ไปตามประสาทของเขา เขาจะพาคิดไปของเขา คิดแต่ความต้องการของเขา

แต่ถ้าบุญกุศล เห็นไหม เพื่อบุญกุศล เพื่อความสงบของใจ ความสุขหาได้ในตัวของเรา นี่ความสุขนี้หาได้ในหัวใจของเรา ความพอใจนะ คนเรานั้นหยาบ มันจะมองไม่เห็นตรงนี้ ความมองไม่เห็น คนละเอียดเข้าไปจะเห็นในเรื่องของใจของเรา แสวงหาทุกอย่างขึ้นมาก็เพื่อความพอใจ แสวงหาขึ้นมาเพื่อความสุขของใจ

ใจต้องการแล้วถึงคิดออกไป ใจคิดออกไปแล้วถึงได้มีการกระทำ การกระทำขึ้นมาเพื่อบำรุงบำเรอความคิด บำรุงบำเรอกิเลส แต่เราไม่เข้าใจว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ว่าโลกยกย่อง สิ่งนั้นเป็นโลกสรรเสริญ เห็นไหม การแสวงหาเงินทอง การพยายามสร้างฐานะนี้เป็นสิ่งที่โลกสรรเสริญ เป็นโลกที่ว่ายกย่องกัน นับถือกันว่าสิ่งนั้นประสบความสำเร็จ

แต่ในทางธรรมบอกไว้ สิ่งนั้นเป็นเครื่องอยู่อาศัย ทุกคนต้องอาศัยมัน เป็นหน้าที่การงาน หน้าที่การงานเป็นส่วนหนึ่ง แต่ความทุกข์ความร้อนในหัวใจนี้เป็นอีกส่วนหนึ่ง เห็นไหม ส่วนที่ความทุกข์ความร้อนในหัวใจนั้น มันเป็นส่วนหนึ่งที่ว่าเราจะต้องบำรุงรักษาของเราเหมือนกัน ถ้าเราบำรุงรักษา

คนที่ละเอียดอ่อนเข้าไป ความละเอียดอ่อนเข้าไปมันจะเห็นเรื่องของใจ เรื่องของการกระทำของเรา ถ้าการกระทำของเรา เห็นไหม กระทำหาความที่เราแสวงหาของเรา มันไปหามา

เพื่อเครื่องอยู่อาศัยอันหนึ่ง แสวงหาเมื่อความทุกข์ด้วยอันหนึ่ง เพราะมันไม่พอใจสิ่งที่มันได้มา โดยไม่พอใจของมัน มันต้องการสิ่งที่มากกว่านั้น

หน้าที่การงานแสวงหาอันเป็นหน้าที่ ไม่เป็นกิเลส แต่ความแสวงหาสิ่งที่เกินกว่านั้น เห็นไหม สิ่งที่ไม่เป็นความคิด ไม่เป็นสมประโยชน์แล้วมันพยายามแสวงหา นั่นนะต้นหาความทะยานอยาก คืออยากในสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ อยากในสิ่งที่ว่ามันต้องการเกินกว่าเหตุ

ถ้าทางโลกเขาว่าตั้งเป้าหมายไว้แล้วถึงจะถึงเป้าหมายหมด ตั้งเป้าหมายไว้ เป้าหมายนี้เป็นสิ่งที่พึงไม่ได้ เป้าหมายนี้เป็นของอนิจจัง เห็นไหม สิ่งที่เป็นอนิจจังกับอธิฐานบารมี องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะตรัสรู้ธรรมขึ้นมาได้ ปรารถนาเป็นพระพุทธเจ้า ปรารถนาพุทธภูมิขึ้นมา ก่อน

แล้วปรารถนาพุทธภูมิแล้วพยายามสร้างสมคุณงามความดีของเราเข้ามา สร้างสมคุณงามความดีเข้ามา สะสมมาๆ เห็นไหม จน ๑๐ ขาติสุดท้าย สละหมดนะ ลูกเมียก็สละหมด สละเพื่อสะท้อนหัวใจ

หัวใจนี้เป็นสิ่งที่เก็บความทุกข์ไว้ทั้งหมด หัวใจนี้สะสมแต่ความทุกข์ไว้ ความสุขมีแต่พอประมาณ พอประมาณเท่านั้น จนมาศึกษาธรรม เห็นไหม ความสงบของใจ เรานั่งอยู่ที่ไหนก็แล้วแต่ กำหนดพุทโธพร้อมกับลมหายใจเข้าออก กำหนดพุท กำหนดโธ จิตมันอยู่คงที่ของมัน มันจะอึดเต็มได้ตรงนี้

อาหารของใจ อาหารของปากกินทุกวัน อาหารของปากนี้กินวันละหลายๆ รอบ แต่อาหารของใจไม่มีใครเคยสามารถรู้เรื่องของใจ ไม่มีใครสามารถจะรู้เรื่องให้มันอึดเต็มของมันได้ มันอึดเต็มของมันได้ มันมีสมาธิขึ้นมา มันสุขใจได้ ความสุขอันนี้เกิดขึ้นจากความอยู่ในหัวใจของเรา ไม่ต้องลงทุนนะ นั่งเฉยๆ การทำธุรกิจนี้ต้องลงทุน ต้องค้าขาย มีความทุกข์ยาก ต้องพยายาม กระเสือกกระสนไป แต่สิ่งที่ทำได้เห็นไหม

นั่นนะเข้าพรรษาเข้าพรรษาอย่างนี้ เข้าพรรษาเข้ามาเพื่อถึงตัวเรา ถ้าใจมันเห็นตัวเราเข้ามา มันพยายามทำความสงบของใจเราเข้ามา จิตมันสงบเข้าไปๆ เห็นไหม นี่ศีล สมาธิ เกิดสมาธิแล้ว ฝึกปัญญา ฝึกปัญญาใคร่ครวญจากภายใน ปัญญาที่เราเรียนกันมาทางโลก ปัญญาอย่างนี้เป็นสุตมยปัญญา คือการศึกษา คือการจดจำมา

แต่ปัญญาโดยเฉพาะบุคคล ปัญญาสมุจเฉทปหานกิเลสนี้มันเกิดขึ้นมาจากภายในหัวใจ ภาวนามยปัญญา ปัญญาอันนี้เกิดขึ้นมาแล้วสมุจเฉทปหาน มันทำลายกิเลส มันเหมือนกับระเบิด เห็นไหม ระเบิดทำลายสิ่งใดก็แล้วแต่ มันทำลายวัตถุสิ่งที่มีมันจะระเบิดด้วย ตัวระเบิดก็ทำลายตัวมันเองด้วย

อันนี้ก็เหมือนกัน ในปัญญามันเกิดขึ้น ภาวนามยปัญญาเกิดขึ้นแต่ละขั้นแต่ละตอนขึ้นมา มันทำลายกิเลสออกไป แล้วมันหมดไปกับบุคคลคนนั้นไง มันถึงเป็นว่าเป็นปัจเจก ตั้ง เห็นไหม มันถึงเป็นเรื่องส่วนบุคคล

ธรรมะเป็นสาธารณะ ธรรมะที่เราคุยกัน ธรรมะที่เราเห็นเห็นความเสื่อมสภาพทั่วๆ ไปของโลก นั่นเป็นสาธารณะ สิ่งที่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติในเรื่องของโลกเขา แต่ธรรมะส่วนบุคคล ธรรมะเห็นตามความเป็นจริง เห็นไหม ธรรมะที่ในหัวใจนี้เข้าใจตามหลักการความเป็นจริง แล้วมันสลัดทิ้งตามความเป็นจริง สิ่งใดมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นต้องบอบสลายเป็นธรรมดา แม้แต่ความคิดอันนี้มันก็ทำลายความคิดกันเอง ถ้าเราเจอเป็น

เจอเป็นคือมัชฌิมาปฏิปทาไง เจอปัญญาเข้าไปตรงจุดของกิเลส เห็นไหม กิเลสมันอยู่ตรงไหน เจอความคิดเข้าไปตรงนั้น ทำลายความคิดตรงนั้น เห็นไหม เจอเข้าไป มัชฌิมาปฏิปทาพอดีกับความนึกคิดของเรา แล้วสมุจเฉทปหานทำลายความคิดของเราออกไป ระเบิดออกไป

มรรค ๔ ผล ๔ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกิทาคามิมรรค สกิทาคามิผล อนาคามิมรรค อนาคามิผล ทำไมโสดาปัตติมรรคเกิดขึ้นมาแล้วไม่ทำลายกิเลสตลอดไป มันทำลายในขั้นตอนของมัน มันระเบิดกิเลสออกไปเป็นโสดาปัตติผล

สกิทาคามิมรรค เห็นไหม ระเบิดกิเลสออกไปเป็นสกิทาคามิผล อนาคามิมรรค อรหัตมรรค มันระเบิดกิเลสออกไปแล้ว มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ เป็นบุคคลที่ ๕ เห็นไหม บุคคล ๘ จำพวกที่หมุนออกไป แล้วบุคคลที่ ๕ อรหัตมรรค-อรหัตผล แล้วผู้ที่พ้นออกไปเป็นนิพพานออกไป จิตมันพ้นไปอย่างนั้น

ในพรรษาๆ หนึ่ง คนตั้งเป้าหมายอย่างนี้ แล้วพยายามประพฤติปฏิบัติเข้าไป เราทำบุญกุศล เห็นไหม ผู้มีศีลหาเลี้ยงชีพด้วยปัสถ์แข้ง ไม่ประกอบมีอาชีพะ เห็นไหม อาชีพะคือการบิณฑบาต เห็นไหม ภิกขาจาร บิณฑบาตไป แล้วเราส่งเสริมผู้ที่ประพฤติปฏิบัติ

พระเจ้าพิมพิสารบอกกับเจ้าชายสิทธัตถะ เห็นไหม “ออกไปประพฤติปฏิบัติแล้วได้ธรรมให้กลับมาสอนด้วย” ๖ ปีพระพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมแล้วกลับไปสอนพระเจ้าพิมพิสาร องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นพระอรหันต์ พระเจ้าพิมพิสารเป็นพระโสดาบันขึ้นมา

นี่ก็เหมือนกัน เราศึกษามา เราทำบุญกุศลขึ้นมา บุญกุศลของเรา ขอให้ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติธรรมนั้น พยายามประพฤติปฏิบัติธรรมให้ได้ผลขึ้นมา ผลนั้นเกิดจากการสนับสนุนของเรา เห็นไหม บุญกุศลเกิดจากการสนับสนุนของเรา สิ่งที่เราสนับสนุนไปนั้นเป็นบุญกุศลของเราไหม?

ผู้ที่ทำคุณงามความดีแล้วส่งเสริม เหมือนเราส่งเด็กศึกษาเล่าเรียน เห็นไหม เด็กเรียนจบมาแล้วเด็กทำงาน เด็กคนนั้นมีอาชีพขึ้นมาจาก การส่งเสริมของเรา อันนี้ก็เหมือนกัน บุญกุศลเกิดตรงนี้ เห็นไหม เกิดจากการเราส่งเสริม เราพยายามประพฤติปฏิบัติของเรา เพื่อให้ถึงคุณงามความดี ถ้าถึงคุณงามความดี เราได้ส่วนบุญกุศลนั้นด้วย จรรโลงศาสนาไว้ตามความเป็นจริงใจ

ศาสนาอยู่ที่ใจ ใจเข้าใจหลักความจริงแล้วใจปล่อยวางตามความจริงทั้งหมด แล้วเข้าใจหมด เห็นไหม นั่นนะอธิบายเรื่องของภาวะจิต ความหลบลี้ เล่ห์เหลี่ยมของจิต เห็นไหม ความบิดเบือนในหัวใจที่จิตมันบิดเบือน มันปกปิดใจไว้ เราจะไม่รู้หรอก ครูบาอาจารย์สามารถชี้นำเราได้ สามารถบอกเราได้ สามารถชี้บอกกิเลสให้ ถึงตรงนั้นแล้วต้องเลี้ยวซ้าย ถึงตรงนั้นต้องเลี้ยวขวา เป็นอย่างนั้นจริงๆ นะ เวลาจิตมันพิจารณาเข้าไปแล้วมันจะมีเล่ห์เหลี่ยมของมัน เราจะหลบลี้กลียอกอย่างใดของมันขึ้นไป แล้วมันจะมาปฏิบัติทางถึงที่สุดแล้ว ทำลายกิเลสออกไปได้

นี่ตั้งเป้าตรงนี้คือบุญกุศลกันแท้จริง บุญกุศลคือการปล่อยวางกิเลสทั้งหมด ใจจะสุขมาก นี่คือการประพฤติปฏิบัติของเรา ศีล สมาธิ ปัญญา ทาน ศีล ภavana เห็นไหม ให้ทานแล้วหัดมีสติมีปกติของใจ แล้วหัดภาวนาขึ้นมาเพื่อใจของเรา เอวัง