ใช้ปัญญา

พระอาจารย์สงบ มนสฺสนฺโต

ถาม–ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕

ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่) ต.หนองกวาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ถาม : ข้อ ๒๗๓๑. เรื่อง “เถียงพระพุทธเจ้า”

กราบเท้าหลวงพ่อ ไม่ใช่คำถาม เขียนมาขอบคุณ

ช่วงที่ผ่านมาใช้ปัญญาอบรมสมาธิเสียเป็นส่วนใหญ่ เพราะปัญหาอุปสรรคเข้ามาหลายทาง อาศัยฟังธรรมหลวงพ่อ กับไม่ทิ้งการภาวนา จึงเอาชีวิตผ่านมาได้เป็นวันๆ ไป

บางคืนแม่ป่วยและอ้วกทั้งคืน ถ้าเป็นสมัยก่อน ใจจะตัดพ้อว่าทำบุญแบบไหน ทำไมเจอเรื่องแบบนี้ ปัจจุบันตั้งสติเป็นขณะตลอดคืน มองถุงอ้วกจนเช้าเลย มีบางจังหวะจิตเสื่อม มันโกรธเกรี้ยวว่า บุญบาปไม่มีจริง เอาไม่ลง จิตอีกฟากตบกลับมาเลย เอ็งเป็นใคร เถียงพระพุทธเจ้า

©2026 sa-ngob.com

พอนึกถึงบุญถึงคุณว่าพระพุทธเจ้าไม่โกหกหรอก น้ำตาไหลแล้วหยุดสนิทเลย ยิ่งผ่านทุกข์ สติกลับมากล้าขึ้นมา จึงเขียนมาเพื่อขอบคุณหลวงพ่อ

ตอบ : ไม่มีคำถาม แต่เป็นการเขียนมาบอก คำว่า “เถียงพระพุทธเจ้าๆ” อันนี้มันเป็นธรรมเกิดนะ เป็นบุญกุศลมาก เป็นบุญกุศลขณะคนที่เผชิญวิกฤติ มันไม่มีใครเตือน มันไม่มีใครบอก

เวลาไม่มีใครเตือน ไม่มีใครบอก มันทั้งล้า ทั้งล้า ทั้งเหนื่อย ทั้งขาดสติ ทั้งอมทุกข์ มีใครสะกิดหน่อยเดียวนะ ถ้ามีสติฟื้นมานะ มันจะฟื้นกลับมา

แต่ถ้าคนไม่มีอำนาจวาสนานะ เวลามันคิดถึงความท้อแท้ คิดถึงความทุกข์ความยาก แล้วกิเลสมันกระทืบซ้ำเลย ใช่ๆ เอ็งเกิดมาต้องทุกข์อย่างนี้ เอ็งเกิดมาอย่างนี้ เอ็งมีบาปมาก กิเลสมันก็กระทืบซ้ำอย่างนั้นน่ะ แต่ถ้ามีใครสะกิดขึ้นมา ฟื้นเลยนะ ฟื้นว่า ใช่ เราเห็นนะ เราเห็นนั้นน่ะ เพราะอะไร

เพราะในพระไตรปิฎกนะ เวลาคนที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ เวลาสิ้นชีวิตไป ไปถึงยมบาล เขาต้องไปแบ่งแยกว่าใครทำดีทำชั่วๆ แล้วยมบาลจะถามพวกนี้ เคยเห็นธรรมะไหม เคยเห็นธรรมะไหม

เขาถามประจำนะ เพราะอะไร เพราะมันไม่เคยสนใจเรื่องอย่างนี้ไง ถ้าไม่สนใจเรื่องอย่างนี้

©2026 sa-ngob.com

เคยเห็นธรรมะไหม

บอกไม่เคย

เคยเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตายไหม

เห็น เห็น เห็น

นั่นน่ะธรรมะ

คนเกิด คนตาย คนเกิด คนตาย ไอ้เราเป็นประเพณีเนาะ เวลาเกิดคนจีน โอ้โฮ! ฉลองกันใหญ่โตเลยล่ะ เวลาคนตายนะ มีแต่ความเศร้าสร้อย นี่มันเป็นธรรมๆ ไง

นี่พูดถึงว่า เคยเห็นธรรมไหมๆ ถ้าธรรมมาสะกิดหัวใจแล้วมันจะเข้าใจหัวใจมันได้ไง

ไอ้นี่ก็เหมือนกัน เวลามันทุกข์มันยากขึ้นมา มันมีคำพูดผุดขึ้นมาไง “เอ็งเป็นใคร จะไปเถียงพระพุทธเจ้า”

“เอ็งเป็นใครจะไปเถียงพระพุทธเจ้า” แล้วพอคำนี้มันผุดขึ้นมา น้ำหูน้ำตาไหลเลย

น้ำหูน้ำตาไหล เห็นไหม นี่เวลาธรรมมันเกิด มันเกิดอย่างนี้ เพราะอะไร เพราะก่อนหน้านั้น ก็แม่ ดูแลแม่ เวลาแม่อ้วก แม่ขับถ่ายนะ ต้องเช็ดขี้เช็ดเยี่ยว มันเป็นเรื่องธรรมดา มันเป็นเรื่องธรรมดา

©2026 sa-ngob.com

เวลาหลวงตาพระมหาบัวท่านเล่า สมัยอยู่กับหลวงปู่มั่นไง แล้วหลวงปู่มั่นท่านอยู่บนศาลานะ ท่านก็ถ่ายของท่านกลางศาลา พระเขาพยายามจะทำความสะอาดไง ทีนี้มันยังไม่มีเครื่องทำความสะอาดใช่ไหม เขาก็กำลังจะวิ่งเต้นกันอยู่

หลวงตาพระมหาบัวท่านมาถึงบอกเลย ไอ้พวกนี้มันเข้าไม่ถึงธรรม มันเข้าไม่ถึงหลักธรรมของครูบาอาจารย์ มันไม่เข้าถึงหัวใจไง ท่านไม่ต้องไปหาอะไรเลย ท่านใช้มือกอบเลย ท่านใช้มือท่านนี่กอบเลย

แล้วเวลาอยู่กับหลวงปู่มั่นนะ เวลาหลวงปู่มั่นจะขับถ่าย ท่านจับให้นั่งแล้วถ่ายเลย ท่านเอามือรองรับ แล้วเอาใส่กระโถน

เวลาคนมันถึงธรรมไง ถ้ามันถึงธรรม มันถึงธรรมด้วยสติด้วยปัญญานะ

ไอ้นี่มองถุงอ้วกแม่ทั้งคืนเลย ของเสียออกจากร่างกายนะ มันกลิ่นเหม็น มันเป็นของเสีย แต่ของเสียมันเป็นธรรมดาของคนเฒ่าคนแก่ ของคนเจ็บไข้ได้ป่วย มันเรื่องธรรมดา ถ้าเรื่องธรรมดา ร่างกายของคนมันเป็นอย่างนี้ ถ้ามันมีสติปัญญา มันพิจารณานะ นี่แม่อ้วกนะ แล้วถ้าเราอ้วกล่ะ เราไม่มีหรือ

มีหลายๆ คนมากที่มาหาเรานี่ เวลาอุปัฏฐากพ่อแม่ พ่อแม่เสียชีวิตไปนะ มันยังสดๆ ร้อนๆ ไง มาหาเรานะ บอกว่า อื้อหืม! ละทิ้งหมดเลย จะไม่ยุ่งกับทางโลกเลย

©2026 sa-ngob.com

ปีสองปีหายหมดเลย หายเกลี้ยง

เวลามันคุ้นชินไปแล้วนะ ความคิดมันเป็นอีกอย่างหนึ่งนะ แต่เวลามันสดชื่นขึ้นมาไง

ฉะนั้นบอกว่า สิ่งนี้มันเป็นบุญเป็นกุศลนะ นี่เขาเขียนมาเขาบอกว่าไม่ได้ถาม เขียนมาขอบคุณ

ขอบคุณๆ เพราะอะไร ขอบคุณเพราะว่าสิ่งที่เราพึ่งพาอาศัยอยู่นี้ เราพึ่งพาอาศัย ฟังธรรมๆ แล้วก็จะประพฤติปฏิบัติของเราไป อยู่ได้เป็นวันๆ วันๆ ไปไง แล้วบางคืนอยู่กับแม่

อยู่กับพ่อ อยู่กับแม่ พระอรหันต์ของลูกๆ ถ้าลูกที่มีสติปัญญานะ เขาบอก นี่มันจะเป็นโอกาสทองของเขาเลย โอกาสทองของเขาเพราะเขาจะได้ดูแล เพราะพระอรหันต์ของเขา เขาดูแลพ่อแม่ของเขา

แล้วเวลาพ่อแม่เสียไปแล้วนะ มันชื่นใจ มันชื่นบาน เราทำสิ่งที่ดีที่สุดแล้ว แล้วทำสิ่งที่ดีที่สุดแล้ว พอเราดูแลพ่อแม่ของเราแล้ว เวลาพ่อแม่ตายไปแล้ว

ดูแลพ่อแม่แล้ว จะไม่ให้พ่อแม่ตายใช่ไหม

ไม่ใช่ มันก็ต้องเป็นอายุขัยของท่าน ถ้าอายุขัยของท่านแล้ว เวลาท่านเสียไปแล้ว เราภูมิใจ แล้วเราได้ประพฤติ ได้ปฏิบัติ ได้กระทำ แล้วเรามีบุญกุศลนะ

©2026 sa-ngob.com

เจ็บไข้ได้ป่วยต้องมีคนดูแล เจ็บไข้ได้ป่วยแล้วก็มีคนมาช่วยดูแล อุปัฏฐาก ถ้ามันเป็นไปได้ ถ้ามันเป็นไปไม่ได้ เราก็ดูแลตัวของเราเอง ถ้าดูแลตัวของเราเอง มันไม่มีสิ่งใดตกค้างในใจ มันชื่นใจมาก ชื่นใจมาก

ชื่นใจมากเพราะอะไร

ชื่นใจมากเพราะเราเป็นชาวพุทธ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา แล้วเวลาพระพุทธศาสนาสอน พระอรหันต์ของลูกๆ พระอรหันต์ของลูกเพราะพ่อแม่ให้ชีวิตนี้มา พ่อแม่มีการศึกษามา พ่อแม่ดูแล คุ้มครองดูแลมา ถ้าเราโตขึ้นมา เรามีความสามารถที่จะยืนบนลำแข้งของเราได้แล้ว เรากลับไปดูแลอุปัฏฐากขึ้นมา นี่มันเป็นวงจรชีวิตไง

าวงจรชีวิต ในทางตะวันออก เขาเป็นครอบครัวใหญ่ เขาจะมีการพึ่งพาอาศัยกัน ถ้าพึ่งพาอาศัยกันนะ มันก็มีบุญและบาป เวลาบุญและบาป ในครอบครัวขึ้นมามีความกระทบกระทั่งกันเป็นเรื่องธรรมดา

ถ้าเรื่องธรรมดาแล้ว ถ้าใครที่มีอำนาจวาสนา ศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ใครโกรธ ใครเกลียดเรา เราไม่โกรธ ไม่เกลียดตอบ แต่เราก็ทำคุณงามความดีของเราๆ

แต่ทางโลกเขาบอกว่า เป็นภาวะยอมจำนน เป็นภาวะโดนกดขี่ มันไม่เป็นประชาธิปไตย

©2026 sa-ngob.com

ประชาธิปไตยก็เป็นประชาธิปไตยอันหนึ่ง นั่นวางไว้ แต่มันมีเวรมีกรรมต่อกัน มันจะเป็นประชาธิปไตยอะไร มันมีเวรมีกรรมต่อกัน คนที่มีเวรมีกรรมต่อกัน มันไม่หมดเวรหมดกรรม มันจะมีการกระทำอย่างนั้น

ถ้าเวลาหมดเวรหมดกรรมแล้ว ไอ้คนที่ทำมันก็สังเวชนะ เราไปทำเขาได้อย่างไร เราไปทำเขาทำไม มันไม่เห็นมีอะไรเลย แต่มันเป็นความอยากเท่านั้นน่ะ แต่เวลามันผ่านพ้นไปแล้วนะ มันสังเวชไง

ดูเราถือศีลสิ แม้แต่มดปลวกตัวหนึ่ง เราก็ไม่อยากทำลายเขาใช่ไหม แม้แต่สัตว์ เรายังไม่อยากไปรังแกเขาเลย แต่นี่เรามารังแกมนุษย์ด้วยกันทำไม แต่ตอนที่มันทำมันหลงผิด เห็นไหม

นี่พูดถึงว่า เวลากิเลสมันบังหูบังตานะ แล้วมันคนมีเวรมีกรรมต่อกัน แล้วถ้าเราตอบโต้ เราตอบโต้มันก็เป็นเวรเป็นกรรมต่อเนื่องไป เวรย่อมระงับด้วยการไม่จองเวร แต่ต้องมีสตินะ

แพ้เป็นพระ การแพ้เป็นพระต้องมีสติสัมปชัญญะ แล้วเราระลึกถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราเชื่อมั่นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สิ่งที่เป็นเวรเป็นกรรมก็ชดใช้เขาไปซะ ชดใช้เขาไป

ถ้าเราคุมสติได้ มันก็ทนได้ ถ้าคุมสติไม่ได้ มันก็ฟิวส์ขาด พอฟิวส์ขาดขึ้นมาก็มีผลกระทบกระทั่งกัน มันก็สร้างเวรสร้างกรรมกันต่อไป ไม่ภพนี้ ภพต่อไป มันก็มีของมันต่อเนื่องไป นี่พูดถึงถ้ามันไม่ได้สิ้นสุดไง

นี่พูดถึงว่าผลของวัฏฏะนะ

©2026 sa-ngob.com

แต่เวลาเราประพฤติปฏิบัติ เราจะพ้นเลย วิวัฏฏะ พ้นจากวัฏฏะ พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด แม้แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เทวทัต องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพ้นแล้วแหละ แต่เทวทัตมันมีเวรมีกรรมกันต่อมา ยังสร้างต่อไป

เวลาเราจะพ้นจากวัฏฏะ แต่เศษเวรเศษกรรม ถ้ายังไม่อนุปาทิเสสนิพพาน คือตายพ้นจากธาตุ ๔ นี้ไป มันยังมีผลกระทบ นี่มันเศษบุญเศษกรรม แต่มันจะกระทบในหัวใจดวงนั้นไม่ได้ ในหัวใจดวงนั้น พระเทวทัตทำขนาดนั้นน่ะ

เวลาพระไปถามองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไง

เทวทัตจะมาแล้วนะ

เขาไม่เห็นเราแล้วล่ะ เขามาถึงเราไม่ได้หรอก เพราะเขาสร้างเวรสร้างกรรมไว้มาก

อนันตริยกรรมไง ถึงเวลาแล้วธรณีสูบไปเลย เขาทำของเขาเอง แต่นี่พระพุทธเจ้าก็ผ่อนปรนๆ ไง

นี่ก็เหมือนกัน เราย้อนกลับมา ย้อนกลับมาที่เรา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังมีเวรมีกรรมขนาดนั้น เราจะไม่มีหรือ ถ้าเรามีแล้วเราก็บริหารของเรา เราดูแลของเรา ทำคุณงามความดีของเรา

เพราะเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ มันมีเจ้ากรรมนายเวรอีกมากมายมหาศาล แล้วเราก็มีเวรมีกรรมกับคนอื่นเหมือนกัน เราก็ทำคุณ

©2026 sa-ngob.com

งามความดีของเรา ทำคุณงามความดีของเราอยู่ในหลักเกณฑ์ของเรา ถ้ามีสิ่งใดที่เราเสียสละได้ เราก็เสียสละให้เขาไป ถ้าสิ่งใดที่มันเป็นสิ่งที่เกินเกินกำลัง เกินอำนาจที่เราจะทำได้ เราก็หลบหลีกซะ หลบหลีกเพื่อให้มันดีงามต่อไป

นี่พูดถึงว่าผลของการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะไง

ทีนี้กลับมาที่ผู้ถาม พอมันผ่านทุกข์ผ่านยากตรงนี้ไปแล้วสติมันกลับมา มันสติกลับมา มันถึงชื่นบาน มันเป็นอย่างนี้ไง น้ำหูน้ำตาไหลนะ

กรณีนี้กรณีหนึ่งนะ

อีกกรณีหนึ่ง หลวงตาพระมหาบัว เวลาท่านไปภาวนาของท่านไง เวลาจิตมันชำระล้างเป็นชั้นเป็นตอนเข้าไป เป็นมหาสติ มหาปัญญา ทำลายกามราคะ จบ ว่างหมดเลย มันก็ว่างอยู่อย่างนั้นน่ะ มันมหัศจรรย์ในจิตของตนเองไง ธรรมะมาเตือน ธรรมะมาเทศนาว่าการ ก็นี่ธรรมผุดไง

ที่ว่ามันเกิดขึ้น มันเถียงพระพุทธเจ้าทำไม

แต่เวลาเป็นของท่านนะ นี่เป็นการภายใน สิ่งที่ว่าสว่างไสว ที่มันมหัศจรรย์นั่นน่ะเกิดจากจุดและต่อม

นี่เวลาเตือนนะ เวลาเตือนมันก็มีระดับชั้นไง

©2026 sa-ngob.com

ระดับของเรา ถ้าเรามีสติมีปัญญานะ เราฝึกหัดภาวนาของเรา ถ้าจิตมันสงบ เวลามันผุดขึ้นมานี่ธรรมเกิด ธรรมมาเตือน แล้วธรรมมาสั่งมาสอน มาเทศน์เลยล่ะ

เวลามาเตือนท่าน พอเตือนแล้วท่านก็ยังงง คำว่า “เตือน” เตือนแล้ว เพราะมันสูงส่งกว่ากับวุฒิภาวะของท่าน เพราะอะไร เพราะตอนนั้นท่านพ้นจากกามราคะ แต่ที่เวลาจุดและต่อมมันอรหัตตมรรค

อรหัตตมรรค มรรคของขั้นอรหันต์ไง แล้วถ้ามันพิจารณาไปมันเป็นอรหัตตผล เวลาจิตใจของท่าน เวลาสิ่งที่มาเตือนมันสูงกว่า มันพยายามจะชักนำและดึงขึ้น แต่ท่านบอกว่าเวลามาเตือนแล้วท่านยังงงอยู่นะ

ท่านพูดเอง ถ้าหลวงปู่มั่นอยู่ ท่านจะไปถามหลวงปู่มั่น หลวงปู่มั่นก็จะย้อนให้ท่านทวนกระแสกลับเข้าไปในใจของท่าน ท่านทวนกระแสกลับเข้าไปคำเตือนนั้นน่ะ ท่านจะระลึกได้ ท่านจะรู้ได้ แต่นี่หลวงปู่มั่นท่านนิพพานไปแล้วไง หันรีหันขวางด้วยตนเอง ๘ เดือนน่ะ นั่นคืออะไร นี่มันคืออะไร จุดและต่อม ต่อมอะไร ต่อมอย่างไร ต่อมที่ไหน มันยังต้องหาเหตุหาผลอยู่อย่างนั้นอีกพักใหญ่เลย พอมันย้อนกลับได้ จบ นี่ไง เวลาธรรมะไง

นี่พูดถึงว่าเวลาผู้ที่ประพฤติปฏิบัตินะ แล้วมีคนที่ประพฤติปฏิบัติถ้าไปรู้ไปเห็นสิ่งใด เวลาธรรมผุดขึ้น หรือเวลาเห็นองค์สมเด็จพระ

©2026 sa-ngob.com

สัมมาสัมพุทธเจ้า มีผู้ถามคนหนึ่งว่า เวลาพระพุทธเจ้ามาอย่างนั้นน่ะ มันติมันเตียนพระพุทธเจ้า

ไอ้คำว่า “มาติมาเตียน” เวลาเกิดขึ้น อันนี้เราพยายามระงับ เราพยายามระงับ ถ้ามีสิ่งใดเกิดขึ้นนะ เรามีสติปัญญา เราถามได้ เราถามได้ เราศึกษาได้ เราค้นคว้าได้

อันนี้ไม่ใช่ดูถูก ดูหมิ่นดูแคลน อันนี้มันเป็นการธมฺมสากจฺฉา เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ สนทนาธรรมๆ จิตใจเรามันมืดบอด จิตใจเรามันหมกมุ่นไง กิเลสมันปิดหูปิดตา เวลาทำความสงบของใจเข้ามา พุทธะ พุทธะมันสว่างไสวกลางหัวใจ แล้วถ้ามีอำนาจวาสนา มันจะเกิดเป็นธรรมะ คือการบรรยายธรรมเกิดขึ้นในใจเลย คนไม่เคยเป็น งงๆ นะ แต่ถ้าคนเคยเป็น ระลึกอย่างนั้นได้

แล้วพอมีธรรมเกิดแล้ว มันจะเกิดว่า แล้วมันจริงหรือ แล้วนี่มันคืออะไร สิ่งที่เกิดขึ้นได้ยินนี้มันมาจากไหน อันนี้เป็นกรณีสงสัย แต่ถ้ามันสงสัยในเหตุนั้น เราก็คิด เราก็ถามได้ อย่างนี้ไม่ใช่การสบประมาท อย่างนี้ไม่ใช่เวรใช่กรรม

แต่เวลาคนที่ไปรู้ไปเห็นสิ่งใด มันจะกีด มันจะขวาง มันจะทำลายอันนั้น เห็นไหม เวลามันกีด มันขวาง มันทำลายแล้ว มันจะเกิดมโนกรรมทำให้สิ่งนั้นเวลาเกิดขึ้นมันไม่เป็นประโยชน์กับเราไง แล้วจะเป็นเวรเป็นกรรมต่อไป

ฉะนั้นบอกว่า สิ่งที่จะโต้ จะแย้ง จะเถียง

©2026 sa-ngob.com

ธมฺมสากจฺฉา เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ เราโต้ เราแย้ง เราพิจารณา โต้แย้งแบบการศึกษา โต้แย้งแบบอยากได้ผลประโยชน์ โต้แย้งต้องการให้มีสติมีปัญญา มีปัญญาที่เบิกกว้างต่อเนื่องไป อันนี้ไม่ใช่บาป อันนี้เป็นการศึกษา เป็นการค้นคว้า อันนี้เป็นบุญกุศล

แต่ถ้ามันเป็นบาปเป็นกรรม มันทั้งดูถูก ทั้งดูแคลน แล้วมันจะให้ผลต่อเนื่องไปนะ ให้เราเกิดถีนมิทธะ คือมันเริ่มสงสัย เริ่มขัดแย้ง นี่มันเริ่มปัดแข้งปัดขาแล้ว

กรรมมันแปลก เวลากิเลสมันใช้วิธีการจะทำลายการภาวนาของสัตว์โลกเพื่อให้อยู่ในอำนาจของมันต่อไป เพื่อให้เป็นคนรับใช้มันน่ะ แต่เรามีสติมีปัญญา เราโต้แย้งของเราอย่างนี้

นี่พูดถึงว่าเวลาธรรมมันเกิดนะ

ฉะนั้น เวลาสิ่งที่เกิดขึ้น บอกว่าเวลาที่มันทุกข์มันยาก

มันอยู่ในสถานะแบบนี้ไง เราอุปัฏฐากพระอรหันต์ ดูแลพ่อแม่ของเรานี่เป็นหน้าที่ เป็นหน้าที่ เป็นการสนองบุญคุณ การตอบแทนบุญคุณท่าน การตอบแทนบุญคุณท่าน

แล้วเห็น เห็นไหม เขาบอกว่า เวลาอ้วกออกมา นั่งมองทั้งคืนเลย ถุงน่ะ บรรจุใส่ถุงไว้

ถ้ามันพิจารณาของมันนะ ย้อนกลับมา ร่างกายเราก็เป็นแบบนี้เหมือนกัน มันก็มีสิ่งของเสียอยู่ในร่างกายนี้เหมือนกัน แต่เรายังเป็นหนุ่ม

©2026 sa-ngob.com

เป็นแน่นอยู่ มันยังไม่ถึงเวลาของมัน ถึงเวลาแล้วนะ มันต้องลงรอยนี่เหมือนกัน มันเป็นกงกรรมกงเกวียนไง มันตั้งแต่เกิด แก่ เจ็บ ตาย มันจะเป็นของมันอยู่อย่างนี้

แต่เรา เราชอบแต่สิ่งที่สวยงาม เราชอบสิ่งที่ดีงามไง แต่เวลาชราคร่ำคร่าขึ้นมา มันถึงวาระถึงเวลาของแต่ละบุคคล เวลาของใคร ถ้าพิจารณาอย่างนี้ นี่กายนอก มันยิ่งสลดหดหู่นะ ปัญญามันยิ่งเกิดนะ

ไอ้นี่ปัญญามันไม่เกิด มันแถของมันออกไปไง มันเลยเกิด เกิดธรรมผุดขึ้นมา มันเลยทำให้หูตาสว่าง

อันนี้มันก็เป็นวาสนาของคนนะ มันถึงเกิดขึ้นมาได้ บางคนไม่เคยรู้ ไม่เคยเห็นสิ่งใด นั่นก็วาสนาของแต่ละบุคคล กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา

คนทำบุญกุศล ทำสิ่งใดมา สิ่งที่เวลามันเข้าคับขัน เข้าตาจน มันจะมีสิ่งนี้เข้ามาตอบสนอง กุสลา ธมฺมา เราไม่เคยทำสิ่งใดมา มันแห้งแล้ง เราไม่เคยตอบสนองสิ่งใดมา เวลาเราไปเจอสิ่งใดนะ เราก็ต้องถูต้องไถไปด้วยวิบากกรรมของเรา มันก็ทุกข์ก็ยากของเราไป นี่มันกรรมของคนไง วัดกันเวลามันถึงภายใน อันนี้มันเป็นผลประโยชน์

ฉะนั้น เพียงแต่ว่า พูดว่าเถียงพระพุทธเจ้า เราถึงแจกแจงว่า เวลามันเกิด มันเกิดหลายซับหลายซ้อน เวลาการโต้แย้งเพื่อเหตุเพื่อผลอันนั้นไม่ใช่บาปใช่กรรม แต่เวลาถ้าเราไม่ใช่โต้แย้งด้วยเหตุด้วยผล เราพาลชนอันนั้นเป็นบาปเป็นกรรม

©2026 sa-ngob.com

แล้วถ้ามันเกิดสิ่งใดขึ้นมา เวลาธรรมเกิดๆ ธรรมเกิดไม่ใช่อริยสัจ อริยสัจมันจะเกิดทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ดับ วิธีการดับทุกข์ไง อริยสัจมันเกิดมรรค ๘ ไง ถ้ามรรค ๘ นั้นถึงจะเป็นอริยสัจ ถ้าถึงเป็นอริยสัจ มันถึงจะเป็นวิปัสสนา ถ้าวิปัสสนาแล้วมันถึงจะเป็นภาวนามยปัญญา ปัญญาในพระพุทธศาสนาที่เราพยายามแสวงหากันอยู่นี่ไง จบ

ถาม : ข้อ ๒๗๓๒. เรื่อง “นิ่งนานๆ ทีนี้แล้วก็ง่วง”

กราบหลวงพ่อ สัปดาห์นี้ลูกนั่งสมาธิได้ ๘ นาที จิตจะนิ่ง และนิ่งอยู่อย่างนี้เป็นประมาณ ๕๐ นาที จิตจะเริ่มไม่ใส มีถีนมิทธะเข้ามา ทำให้เริ่มมีความคิดโดยสติควบคุมไม่ได้

ทีนี้ลูกก็เลยเปลี่ยนกรรมฐานเป็นพุทโธถี่ๆ ได้สัก ๑๕ นาที พุทโธเริ่มเร็วและตามทัน พอได้ ๒๐ นาที ถีนมิทธะเข้ามาอีกแล้ว เลยเปลี่ยนไปคิดตามกระดูก (เช่น กระดูกตรงนี้ รูปร่างลักษณะเป็นแบบไหน) สักพักก็ไม่ชัดอีก ลูกก็กลับมาดูจิตอีก

คำถาม

๑. ลูกจะแก้เวลาที่จิตชินกับกรรมฐานแล้วถีนมิทธะเข้ามาได้อย่างไรคะ

๒. ลูกเคยพยายามไม่เปลี่ยนกรรมฐานหลายครั้ง สุดท้ายแล้วก็เอาสติไว้ไม่อยู่ มีครั้งหนึ่งลูกเปลี่ยนกรรมฐาน คุมสติให้ใสไว้ กายหายไป

©2026 sa-ngob.com

เหลือแต่จิตหนึ่ง เลยคิดว่า แล้วถ้าลูกเปลี่ยนบ่อยจะมีข้อเสียไหม ขอบพระคุณค่ะ

ตอบ : ไอ้เวลาเราใช้คำบริกรรม เราภาวนาของเรา เราไม่ต้องไปคาดหวังผลใดๆ ทั้งสิ้น

ถ้าเราคาดหวังผล เห็นไหม เวลาเราทุกข์เรายากขึ้นมา ถ้าเราไม่สนใจในพระพุทธศาสนา เราก็จะอมทุกข์อยู่อย่างนั้นน่ะ เพราะมันไม่มีทางออก เวลาเราทุกข์เรายากขึ้นมา ทุกข์อย่างนี้ทุกข์ในทางโลก ทุกข์ในหน้าที่การงาน ทุกข์โดยวิทยาศาสตร์ ทุกข์โดยฐานะของความเป็นมนุษย์

แต่เวลาเราจะมานั่งสมาธิภาวนา อันนี้เราไปเพิ่มทุกข์มาทำไม เวลาคนโดยทางโลกเขาว่า เราไปเพิ่มทุกข์มาทำไม งานเราก็ทำจบหมดแล้ว ทำไมต้องมานั่งภาวนาไง

ไอ้นี่มันเป็นเพราะว่าเรามีศรัทธามีความเชื่อในพระพุทธศาสนา มีศรัทธามีความเชื่อในพระพุทธศาสนา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า งานที่เราทำกันอยู่นี่ ทำที่ว่าเป็นหน้าที่การงานของเราเพื่อหาอยู่เลี้ยงชีพ อันนี้เป็นงานสาธารณะ เป็นงานเพื่อเลี้ยงชีพในชีวิตประจำวันปัจจุบันนี้ แต่ถ้าคนมีอำนาจวาสนานะ เราจะหาความมั่นคง ความจริงจังในหัวใจของเรา

จิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะมาเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา การเกิดเป็นมนุษย์ ปัจจัย ๔ เป็นเครื่องอาศัยเพื่อดำรงชีพ เราต้องแสวงหามาเพื่อดำรงชีพ ดำรงชีพแล้ว ถ้าเรามีเวลา เรามี

©2026 sa-ngob.com

ศรัทธามีความเชื่อของเรา เราพยายามจะประพฤติปฏิบัติของเราเพื่อสมบัติของเรา

นี่แน่ะ นี่แน่ะ

ไอ้ที่ทำๆ นี่สมบัติสาธารณะ สมบัติของการหาเลี้ยงธาตุขันธ์ หาเลี้ยงชีวิตที่เกิดมาในปัจจุบันนี้ให้มีดำรงชีพอยู่เท่านั้น แต่มันต้องตาย ตายแล้ว จิตที่มันมาเกิดเป็นเรา มาจุติ มาเกิดในครรภ์ มาเป็นเรา เพราะบุญกุศลได้เกิดเป็นมนุษย์ แล้วมันก็ต้องตายไป ตายไปมันก็ไปเกิดอีก นี่สมบัติของจิตดวงนั้น

ฉะนั้น เราเกิดเป็นมนุษย์ไง เกิดเป็นมนุษย์ขึ้นมา เราเกิดเป็นมนุษย์แล้วเราต้องหาปัจจัยเครื่องอาศัยเพื่อดำรงชีพ หน้าที่การงานหามา แต่เราด้วยมีอำนาจวาสนา เราถึงมานั่งสมาธิ ถึงนั่งสมาธิเพื่อหาจิตของตน นี้เป็นงานเฉพาะของหัวใจของตน เป็นสมบัติของเรา ถ้าเป็นสมบัติของเราแล้ว เห็นไหม

ทำไมเราต้องมาทุกข์มายาก การทำมาหาอยู่หากินก็ทุกข์ยาก พอแรงอยู่แล้ว ยังต้องมาทุกข์มายาก

ทุกข์ ทุกข์เพราะเรามีศรัทธามีความเชื่อ เราจะเข้าเผชิญกับสัจจะความจริง

ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ดับ วิธีการดับทุกข์

©2026 sa-ngob.com

วิธีการดับทุกข์ ที่วิธีการที่เราจะไปแสวงหา เราก็พยายามจะต้องมีเครื่องมือ สติ คำบริกรรม แล้วก็ทำความสงบของใจเข้ามา ทำสมาธิ ถ้าสมาธิเกิดขึ้นแล้ว ถ้ามันไปเห็นสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริง มันจะเกิดอริยสัจ เกิดมรรค ๘ เกิดผลประโยชน์กับตน ฉะนั้น เราถึงมาหัดนั่งสมาธิกันอยู่นี่ไง พอนั่งสมาธิแล้ว เราก็อยากได้ อยากได้ให้มันเป็นไปตามสมความปรารถนา

แต่ถ้าเรามีศรัทธามีความเชื่อของเรา เราจะนั่งสมาธิของเรา แล้วเราพยายามทำของเรา เราพยายามทำของเราให้มันเป็นสัจจะเป็นความจริง แล้วไม่ต้องไปคาดไปหมายไง

ฉะนั้น ถีนมิทธะมันจะเกิดไม่เกิด นั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง

แล้วเราจะย้อนกลับมา ย้อนกลับมาถึง วันนี้ทำงานมาเหน็ดเหนื่อยมาก มานั่งสมาธิแล้วมันก็จะสัปหงกโงกง่วง วันนี้ทำงานมาแล้วมันไม่ได้ทำงานมาเหน็ดเหนื่อยจนเกินไป ร่างกายมันไม่บอบช้ำ นั่งสมาธิมันก็เกิดความปลอดโปร่งมากขึ้น เห็นไหม มันมีที่มาที่ไปทั้งนั้นน่ะ

ฉะนั้นว่า คำถามเขาว่า เวลานั่งไปแล้วมันเกิดถีนมิทธะ

คือเกิดความง่วงเหงาหาวนอน เกิดความลังเลสงสัย นิวรณธรรม ๕ นิวรณธรรมมันกางกั้นสมาธิ เราอย่าไปสนใจมัน

©2026 sa-ngob.com

ไอ้นี่มันก็ไปสร้างชื่อเลยนะ ไอ้นี่ชื่อพระเอก ไอ้นี่ชื่อผู้ร้าย แล้วก็วิตกกังวลอยู่อย่างนั้นน่ะ เดี๋ยวมาแล้ว พอนั่งสมาธิ ถีนมิทธะมาแล้ว ผู้ร้ายมาประจำเลย เดี๋ยวๆ ก็ผู้ร้ายมาแล้ว เดี๋ยวๆ ก็ผู้ร้ายมาแล้ว

ไม่ต้องไปสนใจมัน ไม่ต้องสนใจถีนมิทธะ

แต่สงสัยไหม สงสัย

ลังเลไหม ลังเล

ไม่ต้องไปสงสัย เราพยายามกำหนดพุทโธๆ ของเรา ใช้ปัญญาอบรมสมาธิก็ได้ พุทโธถี่ๆ ก็ได้ นี่กรรมฐานไง กรรมฐานห้องใดห้องหนึ่ง คือตัวใดตัวหนึ่ง เอาตรงนั้น

แล้วถ้ามันดื้อมันด้าน ก็มรณานุสติ คิดถึงความตายๆ มันก็กรรมฐานเหมือนกัน เวลาคนต้องตายๆ ต้องตายๆ ตายอย่างเดียวเท่านั้นน่ะ ให้มันหูตาสว่างเลย นี่ถ้าทำของมันได้กรณีอย่างนั้น

นี่พูดถึงว่า เวลาเขาบอกว่าเขาเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา เช่น ไปดูกระดูก ไปดูร่างกาย ไปดูต่างๆ

อันนี้ก็เป็นปัญญาของเรา แต่ทำแล้วมันได้ประโยชน์หรือไม่ได้ประโยชน์ล่ะ เราเอาที่ผลไง เอาที่ทำแล้ววิบากกรรมคือผลของมัน นั่งสมาธิแล้ว ถ้าไม่ได้สิ่งใดเลยนะ มันได้บุญกุศลแล้วแหละ ได้บุญกุศลคือว่าบุญกิริยาวัตถุ เราเสียสละความสะดวกสบายของเราเพื่อมานั่งสมาธิ

©2026 sa-ngob.com

การนั่งสมาธินี้เพื่อบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ให้เป็นจริตเป็นนิสัย ให้ใจดวงนี้มันมั่นคงของมัน

นี่พูดถึงว่า มันได้บุญต่อเมื่อเรานั่ง

มันได้บุญอะไร มันเจ็บมันปวดไปหมดแหละ

เจ็บปวดนั่นแหละบูชา บูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วถ้าจิตมันสงบนะ เพราะเราไม่สนใจสิ่งใดเลย เราไม่สนใจว่ามันเป็นถีนมิทธะ มันจะเป็นนู่นเป็นนี่ เราไม่ตั้งชื่อพระเอก ชื่อผู้ร้าย ชื่อผู้ช่วยคือสติไปตั้งชื่อมันหมดเลย

เราอยู่กับพุทโธๆๆ ของเราไป มันจะอะไรเกิด เราก็พุทโธ ถ้ามันโง่ก็แก้ไขของมันไป ถ้าแก้ไม่ได้ เราก็พลิกแพลง

เพราะเข้าคำถาม

๑. ลูกจะแก้เวลาจิตชินกับกรรมฐาน แล้วถีนมิทธะเข้ามาได้อย่างไรคะ

ถีนมิทธะเข้ามา มันง่วงเหงาหาวนอน มันเพราะอะไร

มันเพราะเราเหน็ดเหนื่อยมาจากหน้าที่การงาน เราทานอาหารมาจนมากมายมหาศาล คนที่ภาวนานะ ธาตุขันธ์ทับจิตๆ

©2026 sa-ngob.com

เวลาครูบาอาจารย์ของเรา การอดนอน ผ่อนอาหาร มันจะบรรเทาธาตุขันธ์ไม่ให้มีกำลังจนเกินไป หิวไหม หิว เหนื่อยไหม เหนื่อย แต่จิตใจของเรามันต้องการความเบาบางไง

นักกีฬาเขาต้องการความฟิต จิตใจของคนก็เหมือนกัน เราก็ย้อนกลับไปสิ อาหารที่เราทานมันมีอะไรบ้าง เป็นไขมัน เป็นสิ่งที่ว่ามันทำให้กดทับธาตุขันธ์

หลายๆ คนมันมีแตกต่างกันไปนะ บางคนทานอาหารแบบนี้แล้วมันเกิดปฏิกิริยาอย่างนี้ บางคนทานแล้วมันไม่เกิด เรื่องอาหาร นี่มันก็เป็นส่วนหนึ่งนะ

เวลามันเกิดสิ่งที่ว่าไม่ประสบความสำเร็จ มันเกิดการโต้แย้งต่างๆ มันต้องย้อนกลับมาที่ศีล

๑. เรื่องศีล

๒. เรื่องอาหาร

แล้วเราดูแลตรงนี้ แล้วถ้าเรากลับมาเรื่องศีล เรื่องอาหารนะ หนึ่งประหยัด ประหยัดมัธยัสถ์ ร่างกายแข็งแรง

ไอ้นี่เอาแต่ความชอบ เอาแต่ความพอใจ สิ่งใดชอบ ต้องการแล้วมันเต็มที่เลย แล้วจะไปนั่งภาวนานะ แล้วก็สัปหงกโงกง่วงไง

©2026 sa-ngob.com

ฉะนั้น เวลาพระ เขาถึงเวลาว่า ถ้ามันไม่ได้ผลแล้วเขาจะย้อนกลับไปที่ศีล ย้อนกลับไปที่ปัจจัยเครื่องอาศัย แล้วพยายามทอนให้มันน้อยลงๆ มันจะขาดแคลนบ้างไม่เป็นไร ต้องการความสุขความสงบของใจมากกว่า

อันนี้ข้อที่ ๑.

๒. ลูกเคยพยายามเปลี่ยนกรรมฐานหลายครั้ง สุดท้ายเอาสติไว้ไม่อยู่ สุดท้ายใช้สติคุมจนเหลือเห็นกาย

ถ้ามันลงสู่สมาธิได้ มันก็เป็นความสุขความสงบนะ แล้วจิตถ้าเห็นกายๆ จะเห็นสิ่งใดก็แล้วแต่ ถ้าเห็นแล้ว ถ้ามันมีความสุข มีความสงบโดยที่ไม่ลังเลสงสัย ก็ไม่มีปัญหา

แต่ถ้ามันไปเห็นสิ่งใดแล้วมันจะเกิดแล้ว ถ้าไม่เห็นอะไรเลยก็ไม่เป็นไร ถ้ามันเห็นแล้วมันจริงหรือไม่จริง เอาแล้ว ทั้งจริงหรือไม่จริง ใช่หรือไม่ใช่

เห็นนิมิต ความเห็นนั้นจริงไหม เห็นจริงๆ แต่ความเห็นนั้นยังไม่จริง ไม่เป็นไร เห็นแล้วก็วางไว้

เราเดินทางไปทำงานแล้วกลับบ้าน เราจะรู้จะเห็นสิ่งใดระหว่างรายทางไปมากมาย แต่เป้าหมายเราก็คือจากที่บ้านเราไปสู่ที่ทำงาน จากที่ทำงานกลับสู่บ้านเรา

©2026 sa-ngob.com

นี่ก็เหมือนกัน เวลาเรากำหนดพุทโธ เราใช้ปัญญาอบรมสมาธิ เป้าหมายของเราก็คือความสงบ เป้าหมายคือจิตให้มันเป็นอิสระ มันไม่มีการครอบงำของกิเลส เห็นไหม คือสัมมาสมาธิ

ถ้ามันได้สมาธิ มันก็มีความสุขความสงบของมัน ถ้ามันไม่ได้สมาธิ เราก็ไปสู่ไม่ถึงเป้าหมายนั้น เราก็ปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ปฏิบัติของเราไปๆ มันไม่ใช่คำนวณแบบคณิตศาสตร์ไง หนึ่งบวกหนึ่งเป็นสอง สองบวกสองเป็นสาม สามบวกสามเป็นสี่

นี่ก็เหมือนกัน ภาวนาไปแล้ว ๕ นาทีจะเป็นสมาธิ ๒๕ นาทีจะเป็นสมาธิ มันไม่ใช่ มันอยู่ที่ว่าจิตมันมีผลกระทบมากน้อยแค่ไหน

ถ้ามันมีผลกระทบมาก มันก็ฟูมาก มันก็ฟุ้งซ่านมาก

จิตมีผลกระทบน้อย มันก็ฟุ้งซ่านน้อย นั่งสมาธิมันก็ง่ายขึ้น

บางทีกิเลสมันดื้อ กิเลสมันได้โอกาส มันพยายามขุดคุ้ยขึ้นมา เราก็ทุกข์ยาก

กิเลสมันเผลอ เราลงสมาธิได้ กิเลสมันเผลอนะ มันไม่เคยตายหรอก กิเลสมันเผลอ เราก็บริกรรมจนจิตมันสงบได้ เออ! มหัศจรรย์

เราฝึกหัด เราขวนขวายของเรา

ฉะนั้นว่า คำว่า “ลูกพยายามไม่เปลี่ยนกรรมฐาน”

©2026 sa-ngob.com

คำว่า “กรรมฐาน” เราเริ่มต้นตั้งแต่ว่าเราจะบริกรรมอะไรเริ่มต้น เราก็อยู่อย่างนั้นตลอดไป เว้นไว้แต่ปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าปัญญาอบรมสมาธิ ปัญญามันจะผุดขึ้นเรื่อยๆ ความคิดมันจะไหลไปเรื่อยๆ แล้วเราจะมีสติตามความคิดนั้นไป

ตามความคิด ถ้าเวลามันหยุด หยุดเดี๋ยวก็คิดอีก แต่มันเห็นคิดและหยุดคิดไง ถ้าเห็นคิดและหยุดคิด มันจะรู้เลย เออ! ความคิดไม่ใช่เรา มันจะเริ่มรู้แล้ว

แต่เมื่อก่อนไม่ใช่ ทุกอย่างเป็นเราหมดเลย แล้วมันทำให้ทุกข์ยากมาก แต่พอมันใช้ปัญญาอบรมสมาธินะ พอมันเท่าทันนะ มันเห็นคิดและหยุดคิด แต่มันชั่วเวลาเล็กน้อย แต่ก็ยังทำต่อเนื่องไปจนมีความชำนาญเป็นปัญญาอบรมสมาธิ

แต่ถ้าเป็นคำบริกรรม บริกรรมต่อเนื่องไป เพราะถ้ามันขาดช่วงนั่นน่ะคือมันมีระยะที่จะแฉลบได้ พุทโธไปเรื่อยๆ พุทโธไปเรื่อยๆ

มันเป็นคนละชนิดไง

ฉะนั้นว่า การเปลี่ยนกรรมฐานบ่อยครั้ง

ถ้ามันเริ่มต้นปฏิบัติสิ่งใด ก็เอาสิ่งนั้นน่ะ แล้วต่อเนื่องไป แล้วถ้าคราวหน้าเปลี่ยนได้ คราวหน้าเราเปลี่ยนเลย นี่ภาวนาพุทโธ คราวต่อไปใช้อานาปานสติ ต่อเนื่องตั้งแต่ต้นจนจบ เราไม่เปลี่ยนมันบ่อยๆ เว้นไว้แต่

©2026 sa-ngob.com

ไปถึงท่ามกลางแล้วมันเจ็บมันปวด มันเกิดวิกฤติ เราจะเปลี่ยนแปลงอย่างไร อันนี้มันเป็นอุบายวิธีการ

นี่พูดถึงว่า ควรทำแบบใด

ไอ้ง่วงๆ ความง่วงมันต้องกลับไปอยู่ที่อาหาร อยู่ที่จิตที่มันหนักหน่วง แล้วฝึกหัดใหม่ การฝึกหัดใหม่มันจะมีอุปสรรคไปทั้งสิ้น

การภาวนาที่ยากที่สุดมีอยู่ ๒ คราว คราวหนึ่งคือคราวเริ่มต้นนี่มันจะเริ่มต้นอย่างไร จับต้นชนปลายไม่ได้เลย แล้วเริ่มต้นอย่างไร

ทิ้งให้หมดเลย เชื่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรม พระสารีบุตร พระโมคคัลลานะประพฤติปฏิบัติธรรมจนมีดวงตาเห็นธรรม

ถ้าเราเชื่อธรรมๆ ก็ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไง เราเชื่อในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วปฏิบัติของเราไป ไม่เชื่อกิเลส ไม่เชื่อที่มันสงสัย ไอ้นู่นใช่ไหม ไอ้นี่ใช่ไหม ไอ้นี่กิเลสทั้งนั้นน่ะ

เราเชื่อโดยหลักกรรมฐาน ๔๐ ห้อง แล้วเรามีความมั่นคง มีสัจจะอยู่อย่างนั้น แล้วปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

เราเป็นคนคนหนึ่งที่มีวาสนานะ เพราะเราเกิดมาเป็นมนุษย์ แล้วได้พบพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาเขาก็เอาไว้บนหิ้ง เอาไว้กราบไว้ไหว้

©2026 sa-ngob.com

เรานี่ เรานับถือพระพุทธศาสนา แล้วเราพยายามค้นคว้า อยู่กับองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พุทโธๆๆ จนเราจะไปเฝ้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์เป็นๆ พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ท่ามกลางหัวใจของเรา ท่ามกลางความรู้สึกของเรา เรามีวาสนา

เราจะมองว่า คนนู้นทำไมเขาไม่ลำบากเหมือนเรา ทำไมไม่ทุกข์ไม่ยากเหมือนเรา เราจะต้องมาบังคับตนให้มันทุกข์มันยาก

เวลาจิตมันสงบ จิตมันมีกำลังนะ เราเป็นชาวพุทธโดยเนื้อแท้ มันจะภูมิใจนะ เราไม่ใช่เป็นชาวพุทธปล่อยชีวิตนี้ไหลไปตามกระแสโลก เราเป็นชาวพุทธที่เรามีพุทธะ เราควบคุมใจของเรา เราเฝ้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโดยพุทธะ โดยสัมมาสมาธิ มันจะมีความมหัศจรรย์ในใจของเราเองไง เห็นไหม เราจะรู้ได้ว่า เราจะเป็นชาวพุทธโดยแก่นแท้ เราจะเป็นชาวพุทธโดยที่ว่าเรามีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ รัตนตรัยอยู่ที่หัวใจของเราเนาะ เอวัง

©2026 sa-ngob.com