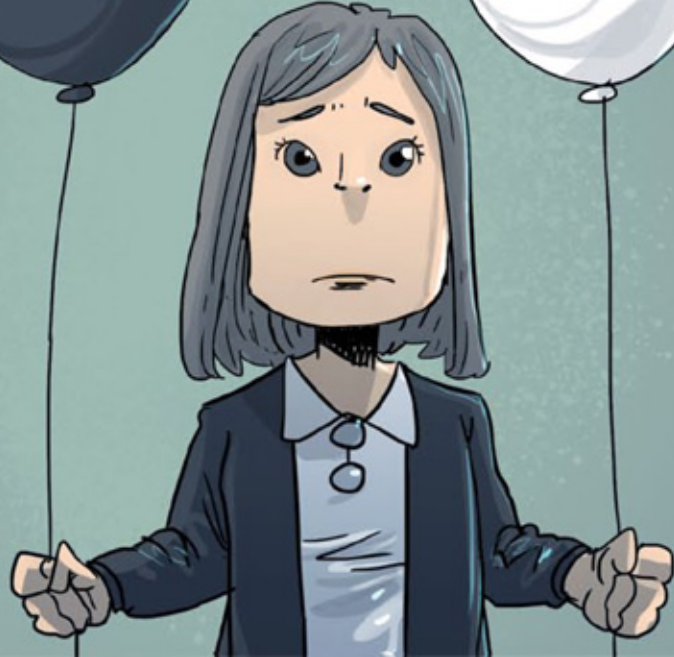




ธรรมะ ธรรมทาน

คุณทุกข์.. เพราะใคร ?  
แล้วจะทุกข์.. ไปทำไม ??



นักเขียนรางวัล Silver Award จาก International Manga Award 4th

# สุขทุกข์ของเรา ? ฝากไว้ที่ใคร

BY THE DUANG



Available on the  
App Store

# ของขวัญแต่การปล่อยวาง ปลดปล่อยพันธนาการแห่งจิต

ขอมอบแต่

.....  
.....  
.....  
.....

ด้วยความปรารถนาดีจาก

.....  
.....  
.....  
.....





## สุขทุกข์ของเรา ? ฝากไว้ที่ใคร



เรื่อง  
ภาพประกอบ  
บรรณาธิการบริหาร  
บรรณาธิการจัดการ  
ที่ปรึกษาบรรณาธิการ  
ผู้บริหารฝ่ายธรรมทาน  
ที่ปรึกษาฝ่ายประชาสัมพันธ์

ชัยวัฒน์ ทองคำบรรจง  
วีระชัย ดวงพลา  
ชัยวัฒน์ ทองคำบรรจง  
วชิราภรณ์ เตชะวิเชียร  
ภรณ์รณัฐ สติรกุล  
วารุณี ไทยประดิษฐ์  
ดร.วิลาลักษณ์ ไตศุกุลวรรณ

จัดพิมพ์โดย : สำนักพิมพ์ A THING BOOK  
บริษัท แอสมีเดีย จำกัด ตู้ปณ.300 ปณศ.รองเมือง กทม. 10330  
โทรศัพท์ 086-3343166 ,086-3555007  
Email:athingbook@hotmail.com Website: www.athingbook.com  
แผนก/พิมพ์ : บริษัท พรินท์ซิติ จำกัด โทร 02-2159988

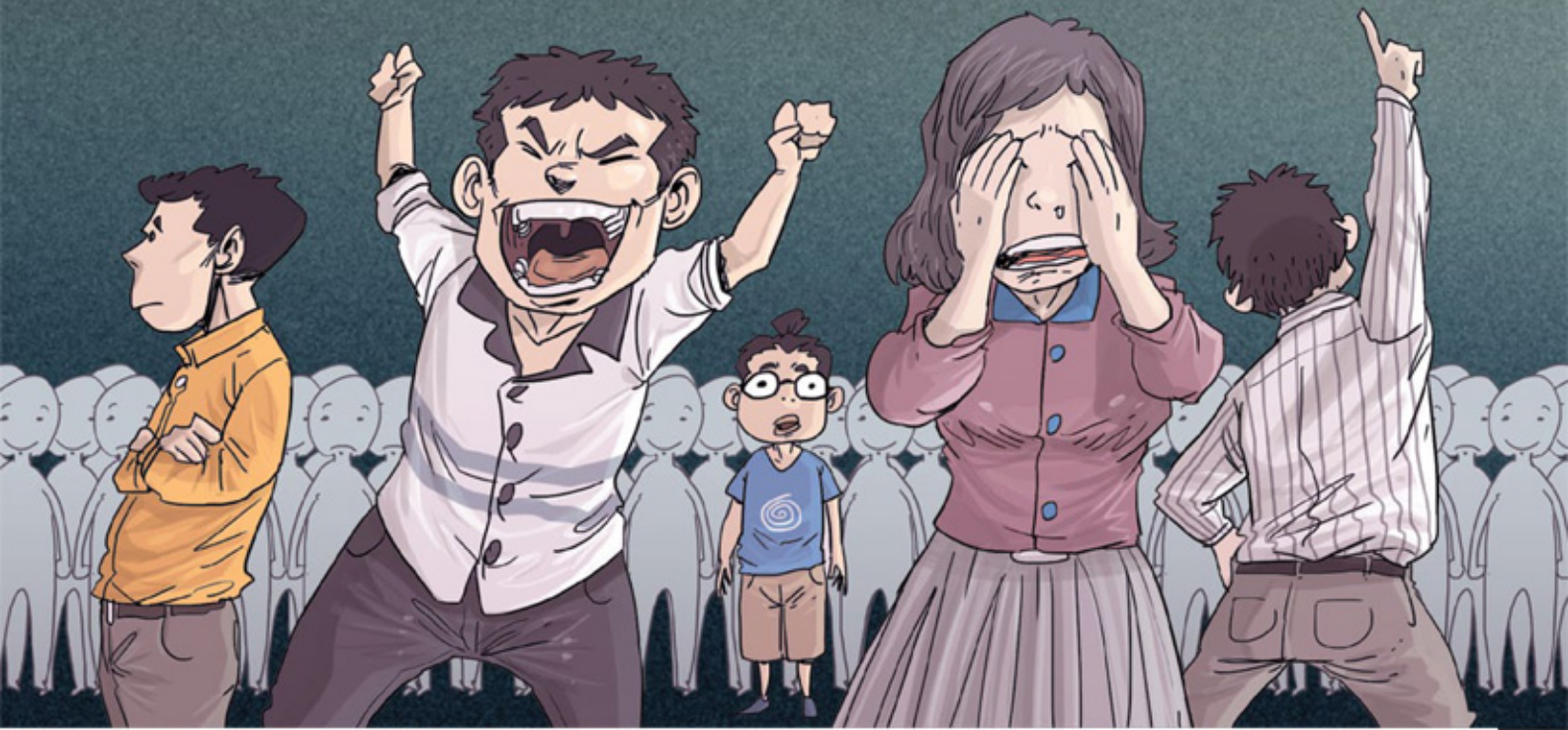


Available on the  
**App Store**



สนใจสั่งซื้อเพื่อแจกเป็นธรรมทาน ในราคาเล่มละ 8 บาท ติดต่อได้ที่ 086-3343166 ,086-3555007

ในชีวิตของคนเราผ่านพบเรื่องราวต่างๆมากมาย  
บ้างทำให้ทุกข์ บ้างทำให้สุขคละปนกันไป  
เวลาทุกข์ก็ทุกข์กันเต็มที่ เวลาสุขก็สุขจนไม่รู้ตัว..



แล้วเรารู้กันไหมว่า..  
ความสุข คือสิ่งไหน?  
ความทุกข์เพราะเหตุเช่นไร?  
แล้วเพราะใคร..?  
เชื่อกันไหมครับว่า  
ความสุข ความทุกข์ของคนในปัจจุบัน  
ส่วนใหญ่กลับไม่ได้ขึ้นอยู่กับตนเอง...!!!



ความสุขขึ้นอยู่กับคนอื่นมองว่า  
เราดี เราเด่น เราเก่ง เรารวย  
เราอยาก让别人ยอมรับตัวเรา  
จนเราลืมที่จะยอมรับตัวเอง



อีกทั้งความคิดของคนเรานั้น ก็แตกต่างกันออกไป จึงเป็นไปได้ยากมาก  
ที่จะให้ทุกคนมาเข้าใจ ยอมรับ และเห็นด้วยกับทุกสิ่งที่เราทำ  
แล้วพอมีคนว่าเราไม่ดี ไม่เด่น ไม่เก่ง ไม่รวย หรือว่าไม่ยอมรับเรา  
เราก็เป็นทุกข์...



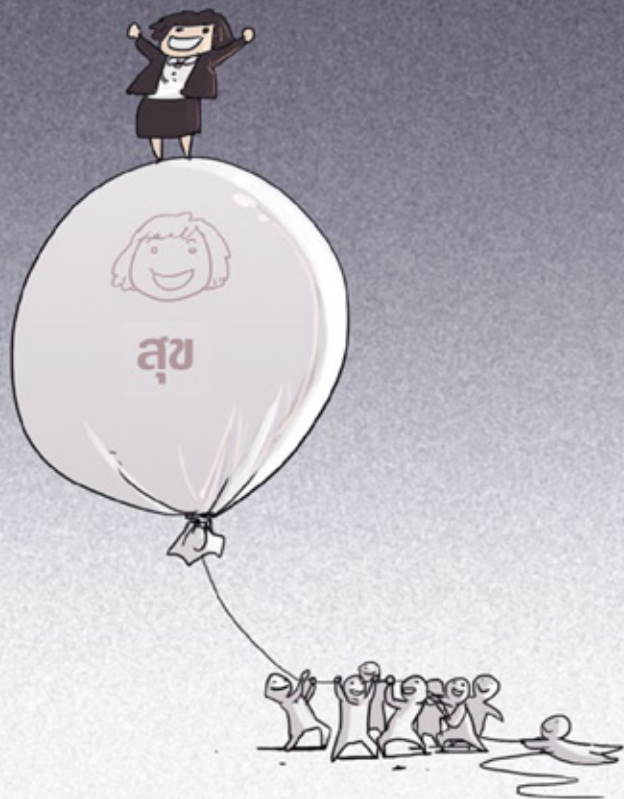
ชีวิต ความเชื่อ และการกระทำของเรา จึงต้องขึ้นอยู่กับคนอื่นเสมอ  
จนเราแทบจะไม่เคยรู้ตัวกันเลยว่า เราเองต่างหากที่ทำให้ตัวเองเป็นทุกข์  
เราเองต่างหากที่คอยตั้งเงื่อนไขกับการมีความสุขของตัวเอง  
จนไม่เคยมองเห็นความสุขง่ายๆ ที่มีกันอยู่แล้ว ทำให้ต้องทุกข์กันต่อไป





“ฉันจะมีความสุขได้ ต่อเมื่อเขาพูดดีกับฉัน”  
พอเขาพูดไม่ดีเมื่อไหร่ ก็ต้องทุกข์กันทันที

“ฉันจะมีความสุขได้ ต่อเมื่อเขาทำดีกับฉัน”  
พอเขาทำไม่ดีเมื่อไหร่ ก็ต้องทุกข์กันอีกแล้วทันที



ทั้งๆที่การใช้ชีวิตของคนเรานั้น  
จะให้แค่คนทำดี มีแต่คนมาพูดดีกับเราเสมอจะเป็นไปได้อย่างไร  
ย่อมมีทั้งคนทำดีบ้าง ร้ายบ้าง มีคนชมบ้าง ว่าบ้าง สลับกันไป  
แล้วแต่เหตุที่เป็นมาจึงเกิดผลต่างๆที่เป็นไป เป็นเรื่องธรรมดา...  
แล้วโยคนเราต้องไปเอาอะไรกับสิ่งที่แสนจะเป็นธรรมดาเหล่านั้นด้วย



การใช้ชีวิตด้วยการฝากสุขทุกข์ของตัวเองไว้กับคนอื่นแบบนี้  
ก็เหมือนการทำตัวเป็นกาฝากของคนอื่น  
พอเขาให้หน้าเลี้ยงเรา อนุญาตให้เรามีความสุขได้  
เราจึงเบ่งบานหรือมีความสุขได้



อ๊ะ  
อะไป

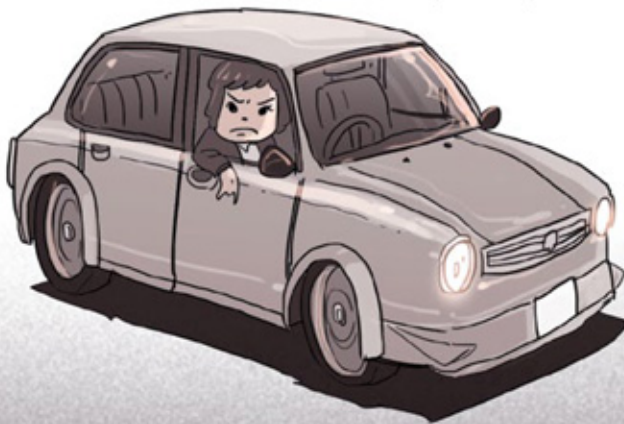
เย้!  
มีความสุข  
แล้ว

พอเขาไม่ให้น้ำเลี้ยงเรา ไม่อนุญาตให้เรามีความสุข  
เราก็เหี่ยวเฉาหรือทุกข์ตรม  
เพราะกาฝากไม่อาจแบ่งบานหรือมีความสุขด้วยตัวเองได้

ฉันไม่อยาก  
มีความสุข  
เลย



สมมติว่าเราไปเติมน้ำมัน เจอเด็กปั๊มบริการเราไม่ดี แล้วเราหงุดหงิด...  
ก็เหมือนว่า เราได้ฝากความสุขทุกข์ของเราเองไว้ที่เด็กปั๊มเพียงคนเดียว  
ชีวิตนี้มันไม่ใช่ของเราอีกแล้วหรือนี้  
ต้องรอให้เด็กปั๊มอนุญาตให้มีความสุขได้ ทำดีกับเรา  
เราถึงจะมีความสุข  
พอเขาทำไม่ดีเราก็ต้องทุกข์ หงุดหงิดใจ



ถามว่าเป็นธรรมดาไหม  
ที่เด็กบีมในสังคมย่อมมีทั้งที่บริการดี และบริการไม่ดี  
แล้วเราก็อ่อมเจอทั้งดีและไม่ดีบ้างเป็นธรรมดา  
นั่นสิ.. แล้วโย เราต้องไปเอาอะไรกับเรื่องที่เป็นธรรมดาเหล่านั้นด้วย



คิดดูแล้วก็ตลก

คนเราพร่ำบอกว่า อยากมีความสุข  
แต่กลับดันเอาความสุขของตัวเอง  
ไปฝากไว้ที่คนอื่นเสมอ....

นั่นมันสุขทุกข์  
ของฉันนี่  
ทำไมอยู่กับ  
ทุกคนล่ะ ?



แล้วคุณล่ะ  
รู้ตัวกันบ้างหรือเปล่าว่า  
สุข-ทุกข์ของคุณฝากไว้ที่ใคร...??  
แล้วจะเอาไปฝากไว้ทำไม.....??





“เราทุกข์เพราะใคร..?  
แล้วเราจะทุกข์ไปทำไม..?  
ยึดติดแล้วดีอะไร..?  
ยึดเอาไว้ได้จริงๆหรือ..?”

“สงสัยมัย?ธรรมะ” และ  
“สงสัยมัย?ธรรมะ ฉบับ รู้ทันทุกข์”

หาคำตอบของธรรมะที่แท้จริงได้แล้ววันนี้  
ที่ซีเอ็ดบุ๊คเซ็นเตอร์และร้านหนังสือชั้นนำทั่วประเทศ  
หรือ ที่เว็บไซต์ [www.athingbook.com](http://www.athingbook.com)



E-Book App : [ATHINGBOOK](http://athingbook.com)

**FREE DOWNLOAD!!**



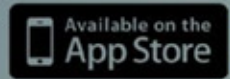
ดกดจกด

Available on the  
**App Store**



# โครงการ “ธรรมะธรรมทาน เพื่อสังคมปล่อยวาง”

A THING BOOK ขอเชิญร่วมแบ่งปันธรรมะให้สังคม  
ในหนังสือชุด ธรรมะธรรมทาน ของ The Duang



ตอน ปล่อยวางยังไงดี ธรรมะ



ตอน จุดเทียนยังไงให้ชีวิต



ตอน ทุกข์-สุขยังงั้นใจเรา



ตอน รู้-ละยังไงในเวลาชีวิต



ตอน สุขทุกข์ของเราฝากไว้ที่ใคร



ตอน คิดยังไงไม่ให้ทุกข์

**เพียงเล่มละ 8 บาท**

ไม่จำกัดจำนวนขั้นต่ำในการสั่ง จัดส่งฟรีทั่วประเทศ

ไม่ต้องใช้เงินมากมาย คุณก็แจกธรรมทานได้

**ติดตามอ่านตอนใหม่มา ได้ทุกเดือนนะครับ...**

ติดต่อร่วมแจกธรรมทานได้ที่ [www.athingbook.com](http://www.athingbook.com)

Ins 086-334-3166 ,086-355-5007 Email: [athingbook@hotmail.com](mailto:athingbook@hotmail.com)

Dhammaintrend ร่วมเผยแพร่และแบ่งปันเป็นธรรมทาน