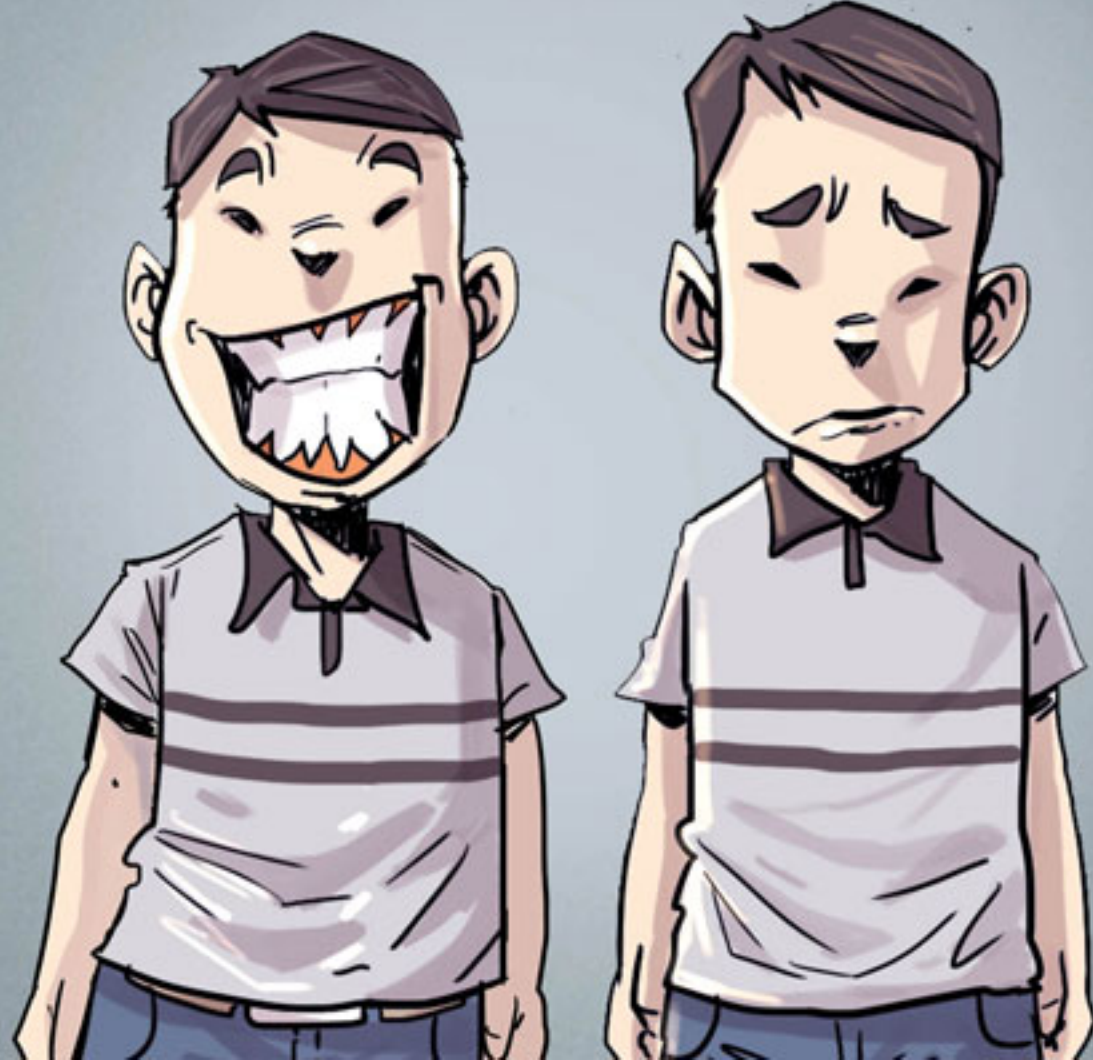




อรรถ: อรรถกถา

ความทุกข์-ความสุข
เกิดขึ้นที่ไหน เพราะเหตุใด ?



นักเขียนรางวัล Silver Award จาก International Manga Award 4th

ทุกข์-สุข ยังไง ? ไม่จริง!

BY THE DUANG



ของขวัญแต่การปล่อยวาง ปลดปล่อยพันธนาการแห่งจิต

ขอมอบแต่

.....

.....

.....

.....

ด้วยความปรารถนาดีจาก

.....

.....

.....

.....

.....





ทุกข์-สุข ยังไง ? ในใจเรา



เรื่อง
ภาพประกอบ
บรรณาธิการจัดการ
ที่ปรึกษาบรรณาธิการ
ผู้บริหารฝ่ายธรรมทาน
ที่ปรึกษาฝ่ายประชาสัมพันธ์

ชัยวัฒน์ ทองคำบรรจง
วีระชัย ดวงพลา
วชิราภรณ์ เตชะวิเชียร
ภรณ์รณัฐ สติรกุล
วารุณี ไทยประดิษฐ์
ดร.วิไลลักษณ์ ไตรศุกลวรรณ

จัดพิมพ์โดย : สำนักพิมพ์ อะริงก์
บริษัท แอสมีเดีย จำกัด ตูโปน.300 ปณศ.รองเมือง กทม. 10330
โทรศัพท์ 086-3343166 ,086-3555007
Email: athingbook@hotmail.com Website: www.athingbook.com
แผนก/พิมพ์ : บริษัท พรินท์ซี้ดี จำกัด โทร 02-2159988

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



ในชีวิตของคนเรา
ย่อมเจอทั้งเรื่องราวที่ทำให้มีความสุข
และเรื่องราวที่ทำให้มีความทุกข์
ทุกคนต่างปรารถนาความสุข
ไม่ยากให้ชีวิตมีความสุข



แต่เราเคยถามตัวเองกันไหมว่า...
ทุกข์-สุขในใจเรานั้นเกิดขึ้นมาจากสิ่งใด
และเกิดขึ้นมาเพราะเหตุใด..??





นี่มัน
สั้นไป
!!



สมมุติว่าคุณมีไม้ยาวท่อนหนึ่ง
หากคุณอยากให้ไม้ที่คุณมีอยู่มันยาวกว่านี้...
คุณก็จะรู้สึกว่ามีไม้ที่คุณมีอยู่มันสั้นเกินไป
แล้วคุณก็ไม่มีความสุขกับไม้ที่คุณมีอยู่...

จนต้องขวนขวายหาไม้ที่ยาวกว่าเดิม
หาเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จนกว่าจะพอใจ...



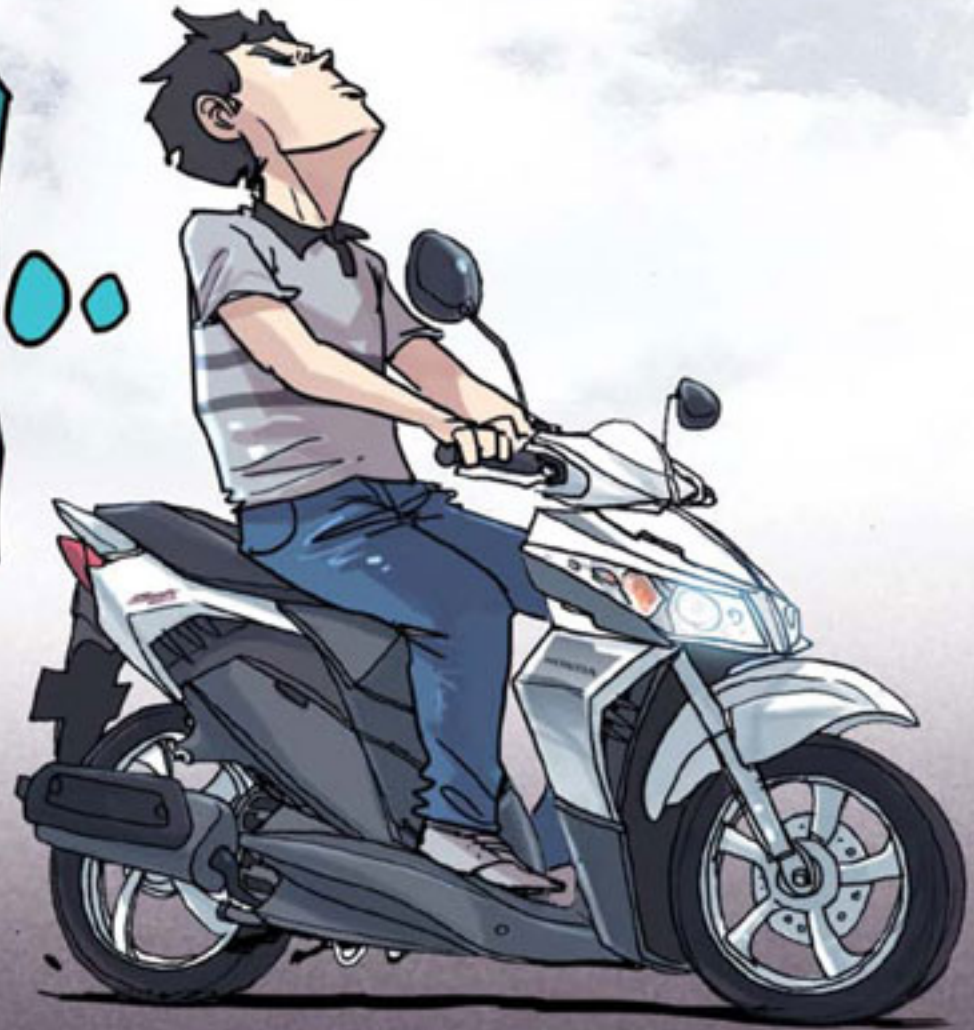
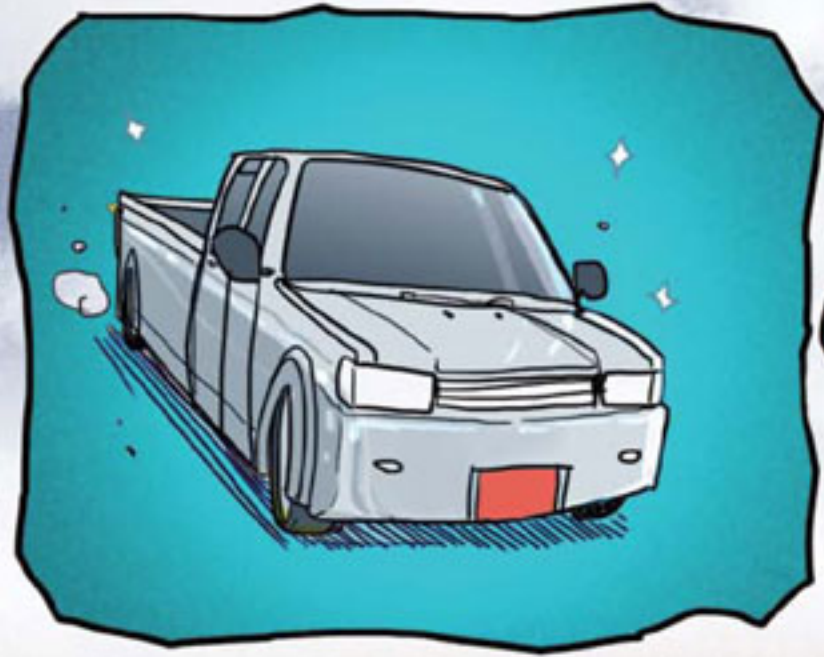
แต่ต่อให้มีเพิ่มมากขึ้นเท่าไร ด้วยใจที่ยังไม่รู้จักพอ
แล้วคุณจะมีความสุขได้อย่างไร

**“มันไม่สำคัญว่าเรามีมากเท่าไร
แต่มันสำคัญอยู่ที่ว่าเรารู้จักพอแค่ไหน”**

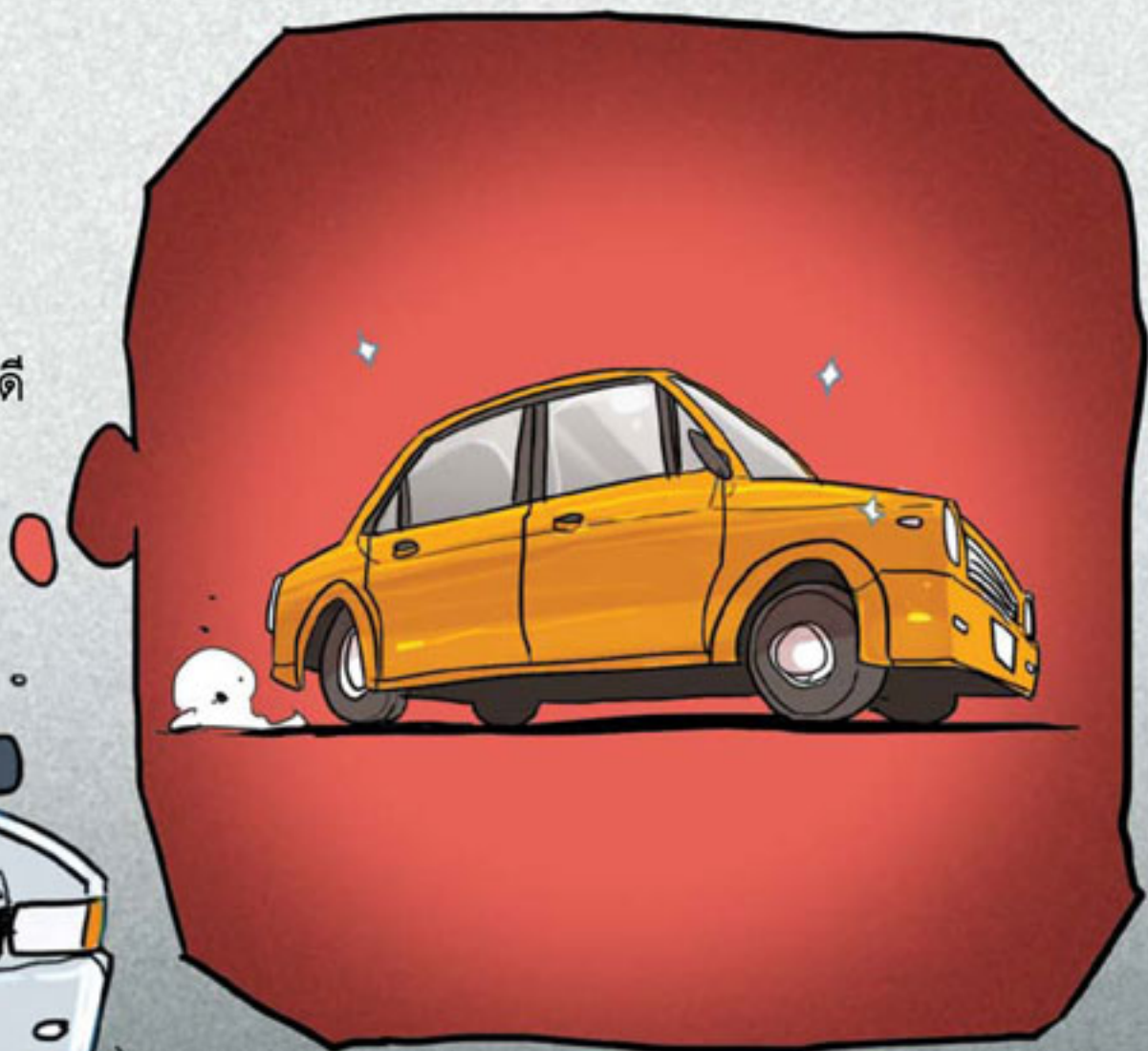
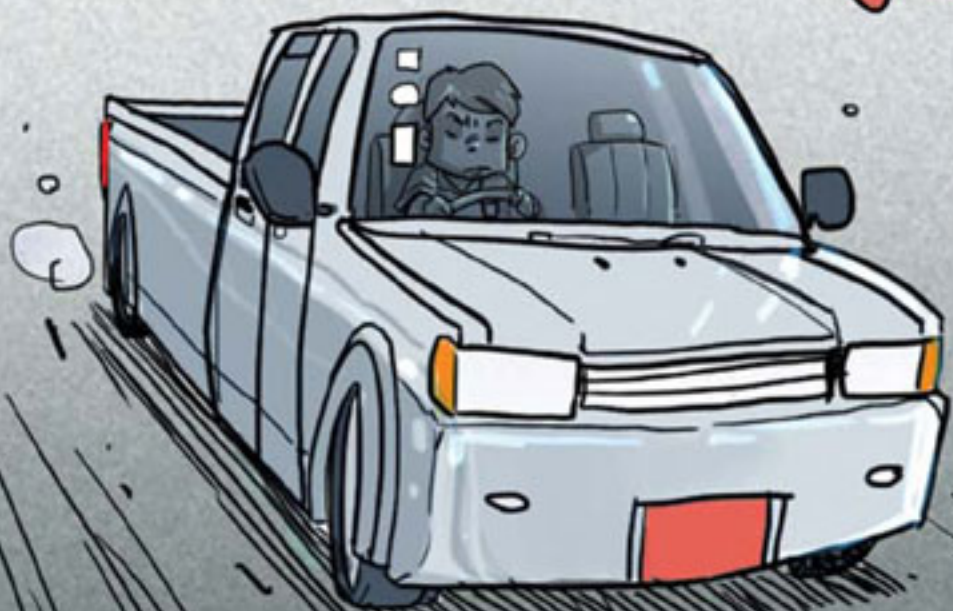
หากคนเรารู้จักความพอเมื่อไหร่ คุณก็จะพบกับ
ความสุขที่มีอยู่แล้วในใจคุณทันที

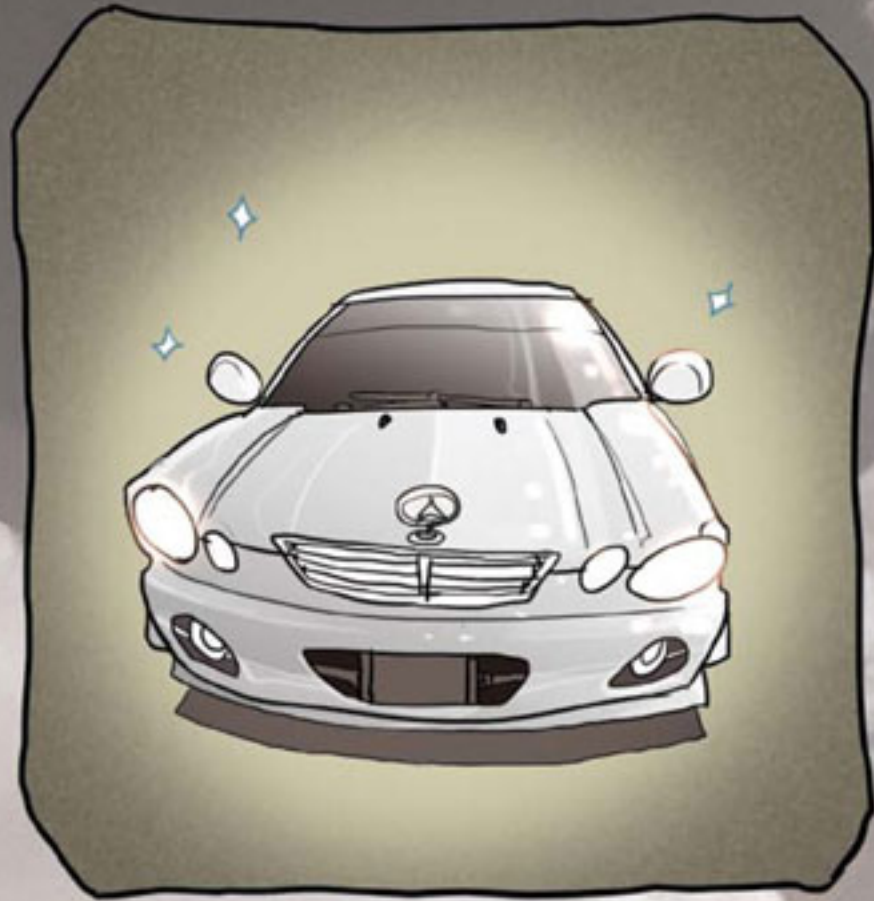


สมมติว่าคุณกำลังขี่มอเตอร์ไซด์
แต่ในใจคุณกลับอยากได้รถกระบะ
คุณก็จะไม่มีความสุขกับสิ่งที่คุณมีอยู่



ต่อมาคุณสู้สุดส่ำห่ำล่ำบักเก็บเงิน
จนซื้อรถกระบะตามความอยากได้สำเร็จ
แต่ในตอนนั้นพอได้ขับรถกระบะ
ในใจคุณก็กลับอยากได้รถเก๋ง
คุณก็ยังไม่มีความสุขกับรถกระบะที่คุณมีอยู่ดี





ต่อมาคุณก็พยายามลำบาก
เก็บเงินอีกครั้งจนซื้อรถเก่งได้
แต่ในตอนนั้นพอได้ขับรถเก่งเข้าจริงๆ
ในใจก็กลับอยากได้รถเบนซ์
คุณก็ยังคงไม่มีความสุขกับรถเก่ง
ที่อุตส่าห์ลำบากเก็บเงินซื้อมา



ของที่อยากได้
เราก็มีเยอะแล้ว
นี่นา...

ทำไม
ยังรู้สึกเหมือนว่า
ขาดอะไรอีกนะ
?

หากเรายังไม่รู้จักคำว่า “พอ”
แล้วเราจะมีความสุขไปได้อย่างไร.. ?

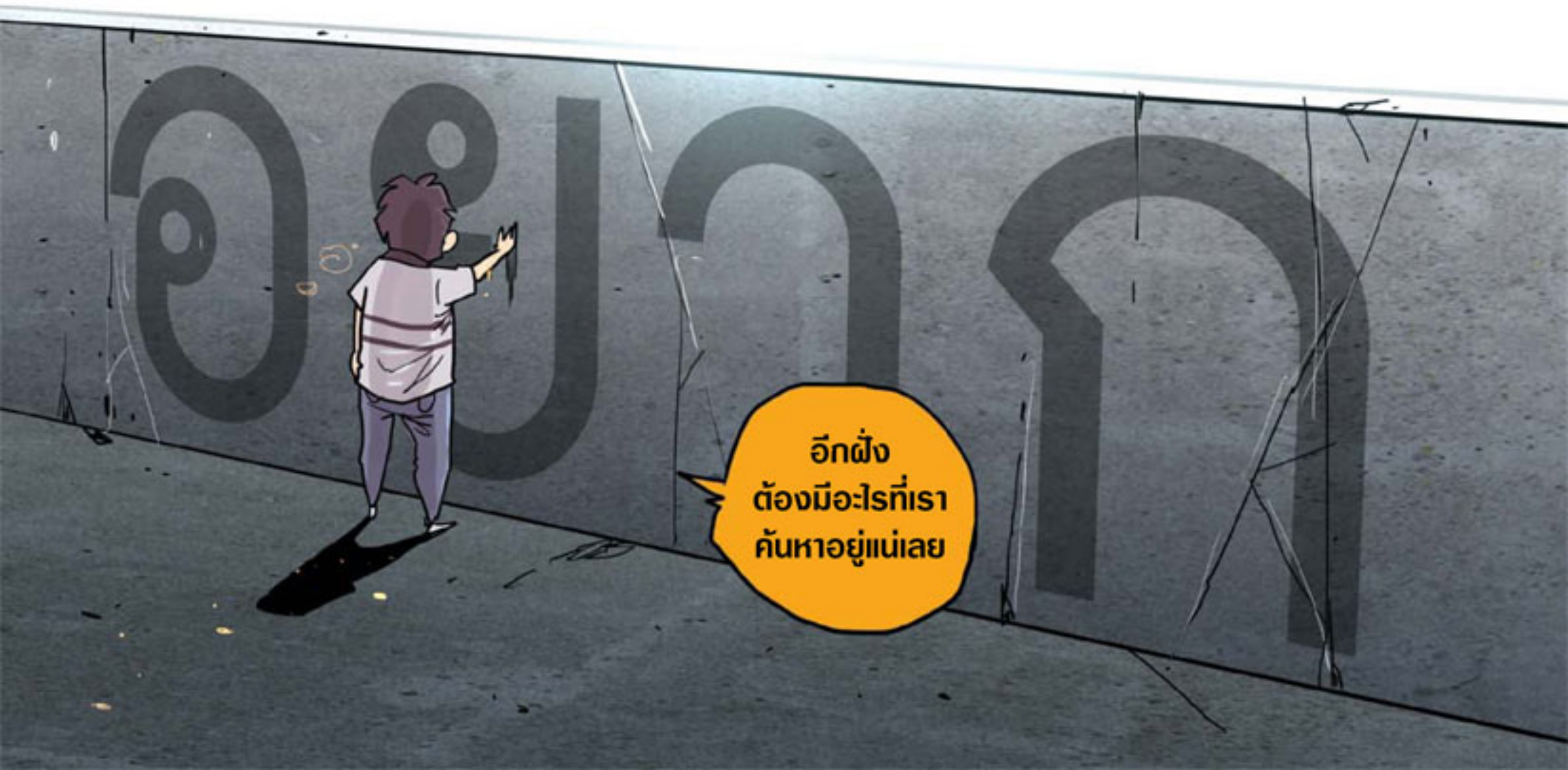
ลองใคร่ครวญดูซิครับ
เรากำลังทำทุกอย่าง
เพื่อสนองความอยาก
ที่ไม่เคยพอกันอยู่รึเปล่า



มันเหี่ยวร่วงตามความอยาก
ตามหาความสุขจากภายนอก
แล้วจะไปเจอความสุขแท้จริง
ที่อยู่ภายในใจไปได้อย่างไร



เพราะความสุขที่แท้จริงนั้น
มีพร้อมอยู่ภายในใจกันอยู่แล้ว
แต่เพราะกำแพงความอยากที่ไม่เคยพอ
เข้ามาบดบังจึงทำให้คนเรา
มองไม่เห็นความสุขภายในใจของตนเอง



อีกฝั่ง
ต้องมีอะไรที่เรา
ค้นหาอยู่นั่นเลย



ขอเพียงรู้จัก

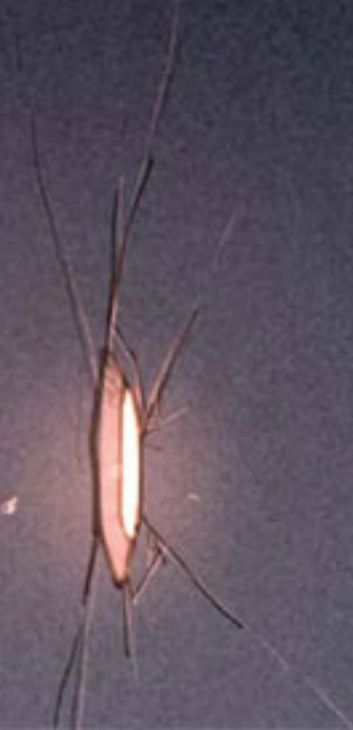
ความพอเพียง พอประมาณ และพอดี
เราก็จะรู้ได้เองว่า อะไรคือการกระทำเพื่อความพอดี
อะไรคือการกระทำเพื่อสนองความอยาก

คนเราควรมีความสุขอยู่กับความพอในใจของตนเอง
มีความสุขกับสิ่งที่ตนเองมีอยู่ เป็นอยู่

และหลงเหลืออยู่

หากรู้จักความพอในใจได้เช่นนี้

“ความทุกข์ที่เกิดจากใจทั้งหมดจะเกิดขึ้นได้อย่างไร...??”



ดังนั้น...
ก่อนที่จะถามว่าทำยังไง เราจะมีความสุขได้...?
ลองถามตัวเองดูก่อนเถิดว่า



แล้วคุณหล่ะ “รู้จักพอแล้วหรือยัง?”





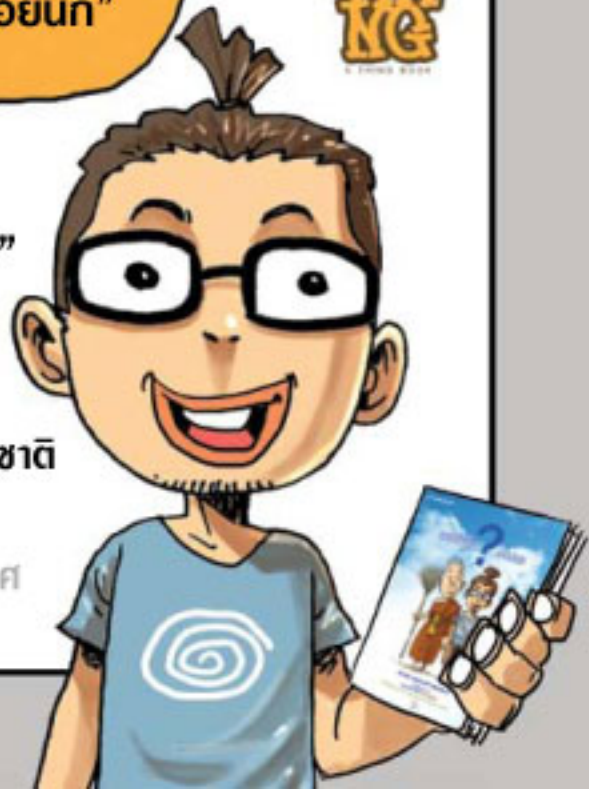
“การทำบุญสมัยนี้ มักเป็น
การทำบุญที่ลงทุนมาก
แต่ได้ผลบุญน้อยนัก”



“สงสัยมัย? ธรรมะ”
หนังสือธรรมะ
ยอดเยี่ยมแห่งปี

ธรรมะ คือ ความเป็นธรรมชาติของธรรมชาติ
หาคำตอบของการทำบุญที่แท้จริงได้แล้ววันนี้
ที่ซีอีดับเบิลยูเคเซ็นเตอร์ และร้านหนังสือชั้นนำทั่วประเทศ
หรือ ที่เว็บไซต์ www.athingbook.com

หนังสือเล่มนี้ได้รับแรงบันดาลมาจากพระนิพนธ์ใน สมเด็จพระญาณสังวร
สมเด็จพระสังฆราช เพื่อให้สังคมไทยเข้าใจ วิธีการสร้างบุญบารมีอย่างแท้จริง





โครงการ “ธรรมะธรรมทาน เพื่อสังคมปล่อยวาง”

A THING BOOK ขอเชิญร่วมแบ่งปันธรรมะให้สังคม
ในหนังสือชุด ธรรมะธรรมทาน ของ The Duang



ตอน ปล่อยวางยังไฉน



ตอน จุดเทียนยังให้ชีวิต



ตอน ทุกข์-สุขยังงใจเรา



ตอน รู้-ละยังงในเวลาชีวิต

เพียงเล่มละ 8 บาท

ไม่จำกัดจำนวนขั้นต่ำในการสั่ง จัดส่งฟรีทั่วประเทศ

ไม่ต้องใช้เงินมากมาย คุณก็แจกธรรมทานได้

ติดตามอ่านหนังสือชุด ธรรมะธรรมทาน ตอนใหม่ๆ ได้ทุกเดือนนะครับ...

ติดต่อร่วมแจกธรรมทานได้ที่ www.athingbook.com

Ins 086-334-3166 ,086-355-5007 Email: athingbook@hotmail.com

