



“หนังสือธรรมะที่เป็นมากกว่าหนังสือธรรมะ”

ป่วยอย่างฉลาด

ข้อปฏิบัติง่ายๆ เพียง ๓ ข้อ
เพื่อชนะทุกขในยามป่วย และก้าวสู่สุขอันเป็นนิรันดร์

พุทธมอญ 

บริษัทสำนักพิมพ์แสงธรรม เชียงใหม่ เพื่อพุทธศาสนา จำกัด
อ่านง่าย เข้าใจง่าย
ปฏิบัติได้จริง
ผลิตองพุทธชัยันต์ ๒๖๐๐ ปี



ธรรมบรรยาย

การดูแลสุขภาพ

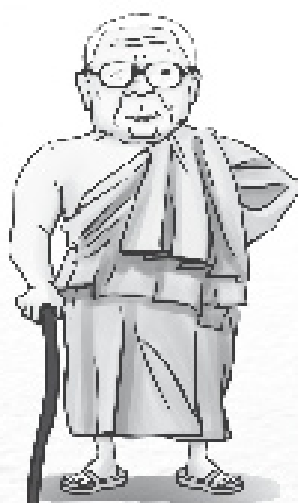
สุขภาพเด็ก

สุขภาพภายใน

เกมธรรมะ



หนังสือคุณภาพในเครือแสงธรรม เชียงใหม่ เพื่อพุทธศาสนา



Phon Sinsin

ป่วยอย่างฉลาด

๓ สิ่งง่าย ๆ ที่ควรทำก่อนตาย
เพื่อความสิ้นทุกข์ หยุดการเวียนว่ายตายเกิด

บรรณาธิการ : ณัฐพันธ์ ปิ่นทวีเกียรติ

พิสูจน์อักษร : ชรัญ มีพันธ์

ภาพหน้าปก : ชัยกาน ทองสิงห์

ภาพประกอบ : ชัยกาน ทองสิงห์, ธนรัตน์ ไททานิช

ออกแบบปก : อิติ สีคะวัฒนะ, ณัฐพันธ์ ปิ่นทวีเกียรติ

บรรณาธิการสาระ : ศักดิ์สิทธิ์ พันธุ์สัตย์

บรรณาธิการศิลปะ : ธนุจิต คำขงเมือง

ออกแบบรูปเล่ม : อิติ สีคะวัฒนะ

ระดมธรรม นำสันติสุข



ชาศกานถ ๒๐๑ พ.ศ. ๒๕๕๑
มรณกาล ๘ พ.ศ. ๒๕๕๖

“ธรรมทานมีผลมากกว่าทานอื่นๆ จริงๆ วัตถุทานก็ช่วยกัน แต่เป็นเรื่องมีชีวิตอยู่รอด อภัยทานก็เป็นเรื่องมีชีวิตอยู่รอด แต่มันยังไม่ดับทุกข์ มีชีวิตอยู่รอดอย่างเป็นทุกข์นะ มันคืออะไร ? เขาให้มีชีวิตอยู่ แต่เขาได้รับทุกข์ทรมานอยู่ นี่มันคืออะไร มันคืออะไร เมื่อรอดชีวิตแล้ว มันจะต้องไม่มีความทุกข์ด้วย จึงจะนับว่าดีมีประโยชน์ ข้อนี้สำคัญ ด้วยธรรมทาน มีความรู้ธรรมะแล้ว รู้จักทำให้ไม่มีความทุกข์ รู้จักป้องกันไม่ให้เกิดความทุกข์ รู้จักหยุดความทุกข์ที่กำลังเกิดอยู่ ธรรมทาน จึงมีผลกว่าในลักษณะอย่างนี้ มันช่วยให้ชีวิตไม่เป็นหมัน วัตถุทานและ อภัยทาน ช่วยให้ออกชีวิตอยู่ บางทีก็เฉยๆ มันสักรว่ารอดชีวิตอยู่เฉยๆ แต่ถ้ามีธรรมทานเข้ามา ก็จะสามารถช่วยให้มีผลดีถึงที่สุดที่มนุษย์ ควรจะได้รับ เพราะฉะนั้น ขอให้สนใจในเรื่องธรรมทาน”

พุทธทาสภิกขุ

คำนำ

พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า “ความทุกข์” อันได้แก่ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความพลัดพราก ความเศร้าโศกเสียใจ รำพึงรำพัน และความไม่สมปรารถนานั้นล้วนเป็นทุกข์ แต่จะมีสักกี่คนที่รู้จักความทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ และหนทางสู่ความดับทุกข์อย่างแท้จริง

ในหนังสือเล่มนี้ หลวงปู่พุทธทาสได้ชี้แนะวิธีง่ายๆ ที่จะชนะความทุกข์ ความเจ็บไข้ เพื่อการไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกไว้ ๓ ข้อ หากเราตั้งใจศึกษาและนำไปปฏิบัติตามแล้ว ความทุกข์ต่างๆ ก็จะไม่เป็นปัญหาอีกต่อไป

ตั้งนี้แล้ว สำนักพิมพ์เสียงเขียน เพียรเพื่อพุทธศาสน์ จึงได้นำพระธรรมเทศนาของหลวงปู่พุทธทาสเรื่องสำคัญนี้มาจัดพิมพ์ใหม่ โดยได้จัดหน้า ทำวรรคตอน ตั้งหัวข้อใหญ่ หัวข้อย่อย ทำบทคัดย่อ เพิ่มเชิงอรรถ เสริมสาระอธิบายข้อธรรม และใส่ภาพประกอบ เพื่อให้ อ่านง่าย เข้าใจง่าย ช่วยย่นระยะเวลาในการอ่าน เข้าถึงแก่นแท้ของธรรมะ และหยิบใช้ได้ทันที มีสุขทันใจ

จึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จักเอื้อประโยชน์ให้ผู้อ่านได้เข้าถึงวิธีชนะความทุกข์ อันเป็นแก่นสำคัญของพระพุทธศาสนา จนกระทั่งปฏิบัติตนและดำเนินไปสู่ความพ้นทุกข์ เข้าถึง “พระนิพพาน” อันเป็นบรมสุขได้ในชาติปัจจุบันนี้ทุกท่านเทอญ

ณัฐพันธ์ ปิ่นทวีเกียรติ

ขอสงวน



โปรดใช้เล่มนี้ให้คุ้มค่าที่สุด & อ่านแล้ว -> แบ่งกันอ่านหลายท่านนะจ๊ะ
อ่านสิบบรอบ หมดสมณะศีลสิบตน สิกขณปัญญา ทพณาการประยุทฺธิใช้ในชีวิตรประจำวัน
จิตรูปร่างสรรพสิ่ง ฉลาดใช้ เสด็จสวัสดิ ชีวิตรักษาทุก ๗๖๖ เมิน
สำนักพิมพ์เสียงเขียน เพียรเพื่อพุทธศาสน์ ประรณนาให้ทุกคนรอบคอบมีความสุข

ความเจ็บไข้มาเดือนให้ฉลาด°

วันนี้เอาดวงจะสอนวิชาะทุกข์ วิชาความเจ็บไข้
ใช้ตั้งใจศึกษาและนำไปปฏิบัติให้ดีละ



นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส ฯ

เอตํ ภยํ มรณํ เปกฺขมาโน

โลกามิสํ ปชฺชเห สนฺติ เปกฺโขติ

ธมฺโม สกฺกจฺจํ โสตพฺโพติ

ณ บัดนี้ จะได้แสดงธรรมเทศนาเป็นเครื่องตักเตือนคนเจ็บไข้
จงตั้งใจฟังตั้งต่อไปนี้

ขึ้นชื่อว่าความเจ็บไข้

พึงเห็นว่าเป็นของธรรมดาที่จะต้องมีมาแก่สังขาร^๑ทั้งหลาย

ไม่ว่าจะเป็นมนุษย์หรือสัตว์ชนิดไหน

เพราะเหตุว่าสังขารทั้งหลายจะต้องมีความเปลี่ยนแปลงไป

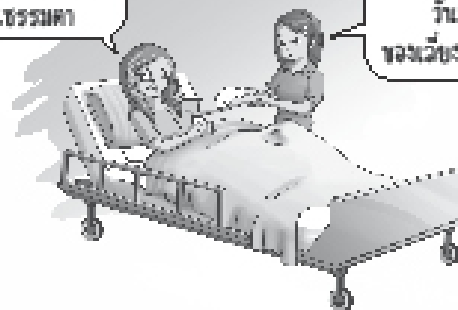
^๑ พระธรรมเทศนาประจำวันเสาร์ ๒๕ เมษายน ๒๕๖๓ จากหนังสือ “คุณพระไม่ตาย” ; หนังสือชุด
มูลนิธิธรรมจักร ของพุทธทาสภิกขุ

^๒ ในบริบทนี้หมายถึง สังขาร ที่แปลว่า ร่างกาย



ความเจ็บไข้เป็นเรื่องธรรมดาของการมีร่างกาย

แม่ก็แก่แล้ว ร่างกายมันก็เสื่อมลงๆ
เจ็บไข้ได้ป่วยเป็นธรรมดา



หนูจะดูแลแม่เองค่ะ
วันนี้หนูเอาหนังสือธรรมะ
ของเวียงเชียงมาให้แม่อ่านด้วยนะคะ

เมื่อมีความเปลี่ยนแปลงแล้ว ก็จะต้องมีการเปลี่ยนแปลงทั้งขึ้นๆ
และลงๆ

เปลี่ยนแปลงไปในทางขึ้นก็คู่สบายดี
แต่ถ้าเปลี่ยนแปลงมาในทางลงก็คือความเจ็บไข้
และเมื่อสังขารทั้งหลายมีอายุมากขึ้นความลำบากแล้ว
ก็มีแค่จะเปลี่ยนแปลงไปในทางเจ็บๆ ไข้ๆ
นี่แหละ คือข้อที่จะต้องมองให้เห็นความเป็นจริงว่า
สังขารทั้งหลายย่อมจะเป็นอย่างนี้เอง

สรุปความได้ว่า ความเจ็บๆ ไข้ๆ นี้ มันเป็นเรื่องธรรมดาของสังขาร
ทั้งหลาย



“ร่างกายเป็นรังของโรค คราบโรคที่ยังมีร่างกาย คำว่าปราศจากโรคภัยนั้นย่อมไม่มี”
เพราะร่างกายอันเกิดจากธาตุ ๔ (ดิน น้ำ ลม ไฟ) ธาตุ ๗๒ (ลม ชน เหน็บ หิน หนอง ฯลฯ) นั้น
มีความเสื่อมไปตลอดเวลา มีความเสื่อมสลายไปในที่สุด ให้หมั่นพิจารณาและยอมรับตามความ
เป็นจริง จนเห็นเป็นเรื่องธรรมดา ปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นในร่างกาย

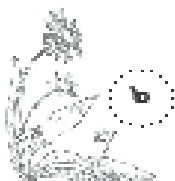
ความเจ็บไข้ สอนให้เห็นทุกข์

สาเหตุเจ็บป่วยคราวนี้ ถือเป็นโอกาสดี
ในการศึกษาและปฏิบัติธรรม



ที่นี่จะได้พิจารณากันต่อไปว่า ความเจ็บไข้นี้มีมาทำไม ? ควรจะพิจารณาให้เห็นว่า ความเจ็บไข้มีมาสำหรับจะตักเตือน ความเจ็บไข้ไม่ได้มาสำหรับให้เป็นทุกข์หรือเสียใจ ไม่ต้องมีเรื่องที่จะต้องเป็นทุกข์ หรือเสียใจ จะเป็นทุกข์หรือเสียใจก็ไม่必有ประโยชน์อะไร เพราะสังขารต้องเป็นอย่างนั้นเอง แต่ที่แท้แล้ว...

ความเจ็บไข้มิได้มาเพื่อให้เป็นทุกข์
หรือเพื่อให้เสียใจ
แต่ว่ามาเพื่อตักเตือนให้ฉลาด
มาเพื่อสั่งสอนให้ฉลาด
หรือว่ามาเพื่อบอกให้เจริญเนื้อเจริญตัว
สำหรับการคับไม่เหลือแห่งความทุกข์



ถ้าต้องการพ้นทุกข์จากความเจ็บไข้ ต้องเตรียมพร้อม “ดับไม่เหลือ”

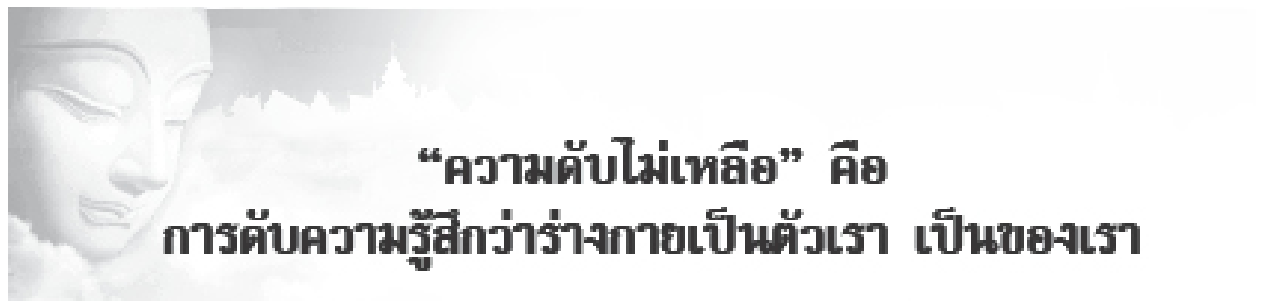


ถ้ายังเวียนว่ายอยู่ในวัฏสงสาร มันก็ต้องเป็นทุกข์ด้วยความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ถ้าจะไม่ให้มีความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ก็ต้องอย่าเวียนว่ายไปในวัฏสงสาร

**เกี่ยวนี้ ความเจ็บไข้ได้มาคักเคียน
ได้มาเสกงให้เห็นแล้วว่ามันเป็นอย่างนี้เอง
ถ้าต้องการจะพ้นจากความเป็นอย่างนี้ คือ ความเจ็บไข้แล้ว
ก็ต้องเตรียมตัวสำหรับ “ความดับไม่เหลือ”**

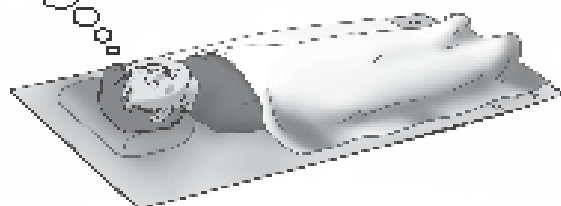


พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า อย่ามัวโลก อย่ามัวธรรม อย่าประมาทในชีวิต ให้คิดถึงความตาย ฝึกจิตใจพร้อมรับความตายไว้เสมอ แล้วจิตใจก็เป็นสุข เพราะร่างกายที่เห็นอยู่นี้ เป็นสมบัติของโลก ร่างกายไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา ร่างกายเสื่อมโทรมลงทุกวัน บังคับให้ทรงตัวไม่ได้ ทำได้เพียงดูแลไปตามหน้าที่ เมื่อร่างกายตายแล้วจิตของเราเท่านั้นที่ต้องเวียนว่ายตายเกิด ไม่มีใครสามารถเอาร่างกายและทรัพย์สินสมบัติทางโลกไปได้ ไม่มีใครช่วยเหลือเราได้ ให้มันพิจารณาละยมรับความจริงจนเห็นความเป็น “ธรรมตา” ปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นทั้งหมด



“ความดับไม่เหลือ” คือ การดับความรู้สึกว่าร่างกายเป็นตัวเรา เป็นของเรา

เราเห็นตามความเป็นจริงแล้วว่า
ร่างกายไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ของเรา มีความเสื่อมสลายไปไหนที่สุด
ตายแล้วก็จะอะไรไปไม่ได้จริงๆ



ความดับไม่เหลือนี้ เป็นความดับของสังขาร อย่ามีเชื้อเหลือมา
เกิดอีกต่อไป ถึงแม้ว่าร่างกายยังไม่ทันจะแตกดับ จิตใจก็สมัคดับ เรียก
ตรงๆ ว่า สมัคตายเสียก่อนตาย เราจะมีอาการปลงลงไปในทุกสิ่ง
ทุกอย่าง ว่าหมดเรื่องแล้ว สิ้นเรื่องกันที่ เราจะต้องรู้สึกว่...

ถ้าจะขึ้นเวียนว่ายอยู่ในวัฏสงสาร
ก็จะต้องเป็นอย่างนี้ไม่มีที่สิ้นสุด

ถ้าต้องการจะหยุดพัก มันก็ต้องไม่เป็นอย่างนี้

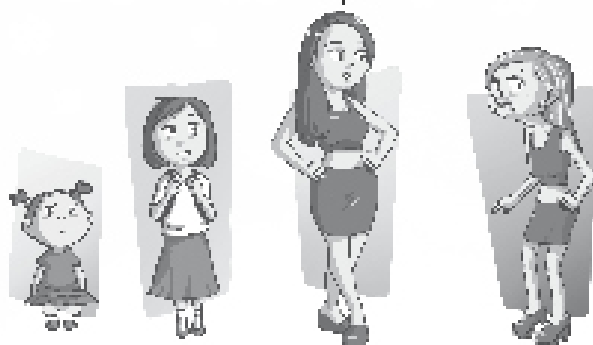
คือดับความรู้สึกของสังขารนั้นๆ ว่าเป็นตัวเราเป็นของเราเสีย

สังขารมีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา ถ้าเราไปยึดถือเอาว่าสังขาร
เป็นของเรา ความเจ็บไข้มันก็จะกลายเป็นของเรา เราก็รู้สึกเป็นทุกข์ เสียใจ
และน้อยใจ ถ้ามาตั้งใจกันเสียใหม่ ให้เด็ดขาดลงไปด้วยสติปัญญา หรือ
ด้วยกำลังจิตอันเข้มแข็งว่าเรื่องของสังขาร ก็จงเป็นไปตามเรื่องของ
สังขาร อย่ามาเป็นเรื่องของเรา



ต้องมองให้เห็นความจริงของร่างกาย จึงจะคลายความยึดมั่นว่าตัวเรา

หากพิจารณาจมองเห็นความจริงของร่างกายแล้ว
ให้มุ่งปฏิบัติธรรมเพื่อความนำทุกข์ทั้งนั้นละ



เรื่องของสังขารข้อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา
แต่เรื่องที่เราปรารถนานั้นเป็นเรื่องทุกข์ เรื่องกับ
เรื่องสงบ เรื่องเย็น เป็นนิพพาน
จึงจะต้องมองให้เห็นอย่างนี้เสียก่อน
จึงจะไม่ถือเอาเรื่องของสังขารมาเป็นเรื่องของเรา

ให้สังขารเจ็บไข้ทำลายไปตามธรรมดา จิตไม่ถือเอาความเจ็บ
ความไข้หรือความตายนั้นเป็นของเรา จิตจะไม่ผูกพันกับความเจ็บไข้และ
ความตาย แต่เปลื้องออกมาเสียสู่ความเป็นอิสระ

นี่แหละ คือคำเตือนของความเจ็บไข้ มันมาเตือน ไม่ได้มา
สำหรับให้เราเป็นทุกข์หรือเสียใจ แต่มาเตือนว่าจงเตรียมตัวไว้ให้พร้อม
สำหรับความดับไม่เหลือแห่งความรู้สึกว่าตัวกูของกู โดยใจความก็คือ
ดับตัวกู ดับของกูเสีย

๓ สิ่ง ต้องเตรียมพร้อมสำหรับ “ความคับไม่เหลือ”

๓ อย่างที่ต้องทำก่อนตาย
ให้พม้พระวิภิกโกถึงและปฏิบัติตามให้ได้นะ



ในการเตรียมตัวเตรียมใจสำหรับจะดับไม่เหลือนี้ จะแยกออกเป็น ๓ อย่าง คือ



เรื่องทางโลก เราได้ทำเสร็จเรียบร้อยและทำดีที่สุดแล้ว
ถ้าตายเมื่อไหร่ เราพร้อมป่วนทางทุกอย่าง

๑. ระลึกเสมอว่า “เรื่องโลกๆ เราก็ได้ทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว”

เรื่องที่หนึ่งให้มีความระลึกว่า เรื่องที่คนเราจะต้องประพาศติกระทำในเรื่องโลกก็ยะวิสัยต่างๆ นานานั้น เป็นเรื่องโลกๆ ทั่วไปนั้น บัดนี้เราได้ทำเสร็จแล้ว ได้ทำครบถ้วนแล้ว ได้เลี้ยงบุตร ภรรยา เพื่อนฝูง มิตรสหาย หรือได้กระทำทุกอย่างแล้ว ที่เป็นเรื่องของโลกๆ ก็ได้ทำเสร็จแล้ว นี่เรื่องหนึ่ง



๑๐

ป่วนอย่างฉลาด



เจริญวาระโยม
ขอให้ถึงพระนิพพานในชาติปัจจุบันะโยมนะ



สาธุ สาธุ สาธุ

๒. ระลึกเสมอว่า “เรื่องบุญ เรื่องกุศล เราก็ได้ทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว”

เรื่องที่สองเรื่องบุญกุศลต่างๆ นานา เรื่องทาน เรื่องศีล เรื่องสังเคราะห์ สาธารณประโยชน์อะไรก็ตามที่เป็นเรื่องบุญ เรื่องกุศล เราก็ได้ทำเสร็จแล้ว ได้ทำเพียงพอแก่อัฏฐภาพแล้ว ได้ทำเหมาะสมแก่การที่ เกิดมาเป็นมนุษย์คนหนึ่งๆ แล้ว ในการทำงานบำเพ็ญกุศลได้มากเพียงไร เราก็ได้ทำเสร็จแล้ว นี่ก็อีกเรื่องหนึ่ง

ค่อย ๆ อ่าน ค่อย ๆ คิด คราคิดคิดขัด หยดหักสักนิด ทำซัดให้สงบ จักพบทางออก
อ่านแล้วคิด คิดให้เข้าใจ เข้าใจแล้วลงมือทำ ทำด้วยสติสัมปชัญญะ
ทำวันนี้ เตียวนี้ ขณะนี้ อย่างรอช้า อย่างผัดวัน อย่างประมาท
คิดเร็ว สุขเร็ว ทำช้า ทุกข์มาก ทุกข์ยาวนาน






มนุษย์โลก เทวโลก พรหมโลก
 มิได้สูญจริง แต่เนืองเวลาสืบนักทุกชั่วชีวิตราว
 ไม่ช้าก็ตองไปเกิดใหม่ จงหมั่นพิจารณาจนเกิดความเบื่อหน่าย
 เพราะเห็นทุกข์ เห็นโทษ เห็นภัยในวัฏสงสารเถิด

สาธุ นวกเราจักปฏิบัติตามที่ระบุดของค์ศรีสุวรรณ
 เนืองระบิบนบทเนืองจุดศัตถ์ว ระบุดาทจักกั

๓. ระลึกเสมอว่า “พอกันทีสำหรับจะเวียนว่ายไปเกิดเป็นมนุษย์ เป็นเทวดา หรือเป็นพรหมด้วยบุญกุศลนั้นๆ”

เรื่องที่สามนี้ ก็คือทำความระลึกว่า มันพอกันทีสำหรับที่จะเวียนว่ายไปในอากาศอย่างนี้ คือมันพอกันทีสำหรับที่จะเวียนว่ายไปในสังสารวัฏ จะเกิดเป็นมนุษย์ คือจะไปเกิดเป็นมนุษย์อีกมันก็ประสบกันอย่างนี้อีก พอกันที แม้จะไปเกิดเป็นเทวดาก็ยังจะต้องตาย ยังจะต้องเป็นทุกข์เป็นร้อนเพราะกิเลส ไม่ได้ไปกว่ามนุษย์ ก็พอกันทีสำหรับที่จะไปเกิดเป็นเทวดา

 หนังสือเล่มนี้บรรจุพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าและพระอริยสงฆ์
 โปรดใช้พระหริศอเล่มนี้ใตภักตประโชษณ่งสูงศต สุนคำที่ศต
 เมื่อไม่อ่านแล้ว กรุณาส่งต่อผู้อื่นเพื่อเป็นการเผยแผ่ธรรมและปำแก้ปัญหามนปารตติภักตน

๑๒๐ ปัวธออย่างฉลาด



เกิดเป็นเทวดาหรือพรหมก็ยังไม่พ้นทุกข์

ถ้าเราทำบุญกุศลไว้ก็ได้เกิดเป็นเทวดานี้แน่นอน แต่ว่าเกิดเป็นเทวดาแล้วไม่ใช่ว่าจะพ้นทุกข์ ยังคงมีกิเลสสำหรับเป็นเหตุให้มีความทุกข์ มีความกลัว มีความเจ็บไข้ในทางจิตใจ คือกิเลสเบียดเบียนอยู่เสมอ ทำบุญเพื่อเกิดเป็นเทวดานี้พอกันที

ที่นี่แม้ว่าจะสูงขึ้นไปกว่านั้น ในบางครั้ง บางคราว บางชาติ เราก็เกิดเป็นพรหม คือเป็นเทวดาชั้นสูงสุด แต่แล้วมันก็ยังมิตัวมีตนสำหรับที่จะต้องตายอยู่นั่นเอง ยังมีความยึดมั่นถือมั่นว่าตัวกู้อยู่ นั่นเอง ยึดมั่นว่าอะไรๆ เป็นของกู้อยู่ นั่นเอง แม้พวกพรหมก็มีตัวกูมีของกูที่เข้มข้น ไม่อยากจะตาย เพราะว่าสบายมากก็เลยไม่อยากจะตาย แต่แล้วมันก็ต้องตาย พวกพรหมก็ยังคงเป็นทุกข์เพราะความตาย เพราะฉะนั้นพอกันทีสำหรับที่จะไปเกิดเป็นพรหม นี้เรียกว่า...

พอกันทีสำหรับที่จะเวียนว่ายไปในสังสารวัฏ
เกิดเป็นมนุษย์อีกก็ไม่ไหว เกิดเป็นเทวดาก็ยังไม่ไหว
เกิดเป็นพรหมก็ยังไม่ไหวอีกอยู่นั่นเอง
เพราะฉะนั้นพอกันทีสำหรับสังสารวัฏ
ขอให้ระลึกอย่างนี้ด้วยอีกเรื่องหนึ่ง

รวมกันก็เป็น ๓ เรื่องด้วยกัน คือระลึกว่า เรื่องโลกๆ ก็ได้ทำเสร็จแล้ว เรื่องบุญกุศลก็ได้ทำเสร็จแล้ว พอกันทีสำหรับการเวียนว่ายไปในสังสารวัฏ



หากไม่ต้องการเวียนว่ายตายเกิดอีก หมั่นระลึก ๓ สิ่งนี้ให้ขึ้นใจ



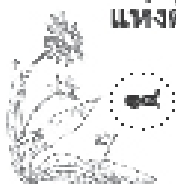
จงทบทวนใหม่อีกครั้งหนึ่ง ในการที่จะระลึกเพื่อความดับ
ไม่เหลือ เพื่อนิพพานนั้น จะต้องระลึกว่า...

๑. เรื่องโลกๆ เราก็ได้ทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว
๒. เรื่องบุญ เรื่องกุศล เราก็ได้ทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว
๓. พอกันทีสำหรับจะเวียนว่ายไปเกิดเป็นมนุษย์ เป็นเทวดา
หรือเป็นพรหมด้วยบุญกุศลนั้นๆ

มีอยู่เป็น ๓ เรื่องดังนี้ ส่วนแต่แสดงว่า

พอกันที สำหรับที่จะทำเรื่องโลกๆ
พอกันที สำหรับที่จะทำบุญทำกุศล
พอกันที สำหรับที่จะเวียนว่ายไปคัมภีร์อำนาจของบุญของกุศล
เราต้องการระหุค เราต้องการระคับไม่เหลือ
เพื่อความไม่เวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป

นี่แหละเรียกว่าหยุดกันทีสำหรับสังสารวัฏ ขอสมัคระดับไม่เหลือ
แห่งตัวกู-ของกู เป็นพระนิพพาน



๑๑

ปทุมอย่างฉลาด

