



พุทธมร  ๓๐ ปีแห่งการจากไป

ความเจ็บไข้ มาเตือน ให้ฉลาด

มาเพื่อบอกให้เตรียมเนื้อ
เตรียมตัว สำหรับการดับ
ไม่เหลือแห่งความทุกข์

คู่มือเหนือโรค





ความเจ็บไข้ มาเตือนให้ฉลาด

พุทธทาสภิกขุ



คลิกสั่งซื้อได้ที่นี้



@booktime



เสียงธรรมพุทธทาส



สุภาพใจ

ความเจ็บไข้มาเตือนให้ฉลาด

พุทธทาสภิกขุ

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

พุทธทาสภิกขุ.

ความเจ็บไข้มาเตือนให้ฉลาด.- กรุงเทพฯ : สุขภาพใจ, 2566.

48 หน้า.- (โรงพยาบาล-ระบับสรรพโรค).

1. ธรรมชาติ. I. ชื่อเรื่อง.

294.308

ISBN 978-616-14-0482-6

พิมพ์ครั้งที่ ๑	: ธันวาคม ๒๕๖๖
จัดพิมพ์	: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ บริษัท บুদ্ধ ใจ จำกัด
ประธานกรรมการบริหาร	: บัญชา เฉลิมชัยกิจ
กรรมการผู้จัดการ	: โชนรังสี เฉลิมชัยกิจ
ที่ปรึกษา	: คณิต นนทปารยะ สงวนศรี ตริเทพประติมา
บรรณาธิการบริหาร	: วรุตม์ ทองเชื้อ
บรรณาธิการ	: จิรภิญญา เจษฎาบรรริรักษ์
ศิลปกรรม	: รุ่งฤทัย ศรีสุข
ฝ่ายประสานโรงพิมพ์	: สุรินทร์ บุระณา
ฝ่ายขาย	: มนูญชา ศิริวงษ์
ฝ่ายการตลาด	: ชวิน เฉลิมชัยกิจ อัคคณัฐ ชุมนุช
จัดจำหน่ายโดย	: บริษัท บুদ্ধ ใจ จำกัด

๒๑๔ ถ.พระราม ๒ ซอย ๓๘

บางมด จอมทอง กรุงเทพฯ ๑๐๑๕๐

โทรศัพท์ ๐-๒๕๑๕-๒๖๒๑, ๐-๒๕๑๕-๖๕๐๗

คำนำสำนักพิมพ์

คำถามใหญ่ว่า เราจะอยู่กันอย่างไรในโลกนี้ ทั้งโลกภายนอกอันแวดล้อมตัวเรา โลกภายในที่อยู่กับเราทุกขณะจิต สำนักพิมพ์สุภาพใจตั้งใจชวนทุกคนร่วมตอบคำถามนี้ด้วยตัวเองกับหนังสือธรรมะชุด อยู่กับโลก ซึ่งมีทั้งหมด ๑๐๐ เล่ม แบ่งเป็นคู่มือต่างๆ ให้แต่ละคนสามารถเลือกเป็นแนวทางการใช้ชีวิตอยู่กับโลก ได้อย่างเบิกบานด้วยอำนาจของธรรมะ ทำให้อยู่เป็น อยู่เย็น กระทั่งกิเลสดับไม่เหลือ ได้อยู่เหนือกรรมเหนือโลก ดังที่ท่านอาจารย์พุทธทาสได้กล่าวไว้

เดิมหนังสือชุดนี้ จัดทำขึ้นครั้งแรกเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๔๙ สืบเนื่องจากวาระสำคัญของท่านอาจารย์พุทธทาสภิกขุ สำนักพิมพ์ฯ ได้จัดโครงการ “๑๐๐ ปี ชาตกาล สืบสานปณิธานพุทธทาส” ขึ้น ซึ่งหนึ่งในกิจกรรมของโครงการคือ หนังสือชุด “พุทธทาส ๑๐๐ ปี หนังสือดี ๑๐๐ เล่ม” โดยคัดเนื้อหาสารธรรมสำคัญ โดดเด่น รวมถึงหลักธรรมพื้นฐานที่เข้าใจง่าย จัดทำเป็นหนังสือเล่มเล็ก เพื่อเผยแผ่ธรรมะให้ได้กว้างไกลและเข้าถึงคนหมู่มาก

ครั้งนี้ ปี พ.ศ. ๒๕๖๖ ในวาระ ๓๐ ปีแห่งการจากไปของท่านอาจารย์พุทธทาส สำนักพิมพ์จึงได้นำหนังสือดี ๑๐๐ เล่มนี้มาปรับปรุงรูปเล่ม ให้เป็นหนังสือที่มีตัวอักษรขนาดใหญ่ อ่านง่าย พร้อมเพิ่มเสียงธรรมพุทธทาสหรือเสียงอ่านในเล่ม เพื่อให้สารธรรมเล่มน้อยๆ นี้สามารถเข้าถึงผู้คนได้มากยิ่งขึ้น

หนังสือธรรมะชุด อยู่กับโลก | คู่มือเหนือโรค ประกอบด้วยหนังสือ ๕ เล่ม ได้แก่ ศาสนาคือโรงพยาบาลโลก, ธรรมะคือโอสธสำหรับโลก, ความเจ็บไข้มาเตือนให้ฉลาด, ธรรมะสำหรับคนเจ็บไข้ และยาระับสรรพโรค

ที่ว่า สังขารคือร่างกายคนเรานั้นมีความเสื่อมไป เสื่อมไป เป็นความจริงแท้แน่นอน เราทุกคนจึงต้องเผชิญความเจ็บไข้เป็นธรรมดา มากน้อยตามเหตุปัจจัย ดังนั้นเมื่อความเจ็บไข้มาถึงก็เพียงเพื่อบอกให้เราเตรียมเนื้อเตรียมตัว หรือมาเพื่อจะตักเตือน ธรรมะเล่มนี้ **ความเจ็บไข้มาเตือนให้ฉลาด** จึงเป็นอีกเล่มสำคัญที่จะเป็นคู่มืออยู่กับโลก อยู่กับทุกซ์ที่เข้ามา โดยท่านชี้ว่า “ให้ดูให้ดี มีแต่ได้ ไม่มีเสีย” ดังนั้น ควรใช้โอกาสที่ดีที่สุดนี้ให้ได้หรือให้เป็นกันทุกคน เอาความทุกซ์หรือความเจ็บปวดนั้นมาเป็นอารมณ์ของการศึกษาเรียนรู้ เพราะแม้ในโอกาสแห่งความเจ็บไข้ก็ยังเป็นโอกาสแห่งการบรรลุธรรมได้

สำนักพิมพ์สุขภาพใจ

สารบัญ

พระธรรมเทศนา กัณฑ์ที่ ๑

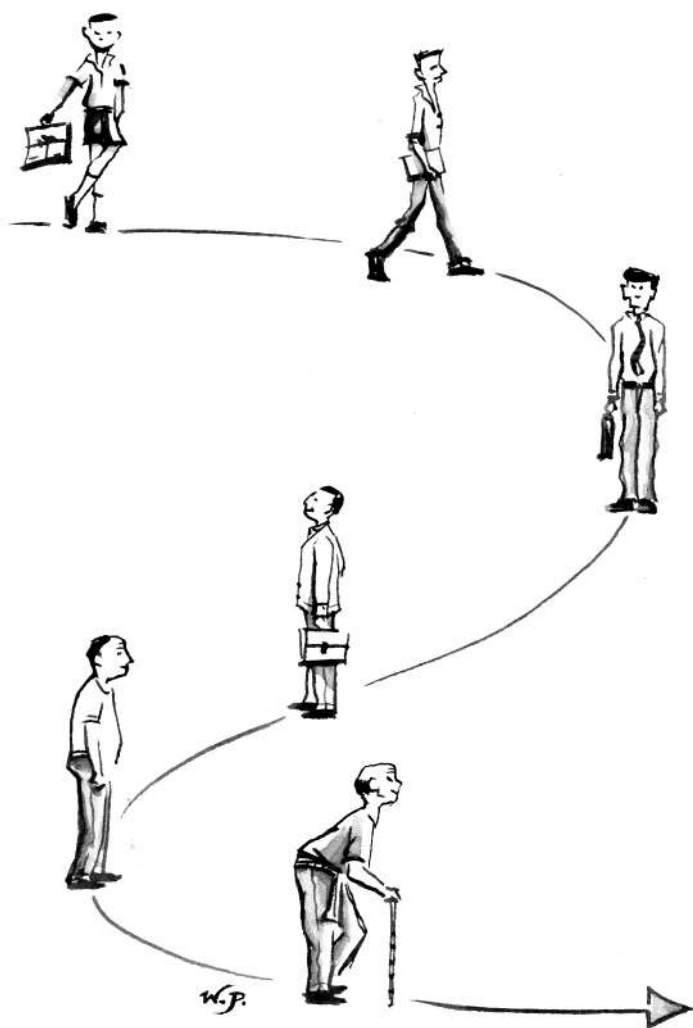
ความเจ็บไข้มาเตือนให้ฉลาด

๗

พระธรรมเทศนา กัณฑ์ที่ ๒

การมีสติสัมปชัญญะต่อสู่ความเจ็บไข้

๒๑



ความเจ็บไข้

มาเตือนให้

ฉลาด



นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส ฯ

เอตํ ภยํ มรณํ เปกฺขมาโน

โลกามิสํ ปชฺहे สนฺติเปกฺโข-ติ

ธมฺโม สกฺกจฺจํ โสตพฺโพ-ติ

ณ บัดนี้ จะได้แสดงธรรมเทศนา เป็นเครื่องตักเตือนคนเจ็บไข้
จงตั้งใจฟังดังต่อไปนี้ :-

ขึ้นชื่อว่าความเจ็บไข้นี้ พึงเห็นว่าเป็นของธรรมดาที่จะ
ต้องมีมาแก่งสังขารทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นมนุษย์หรือสัตว์ชนิดไหน;
เพราะเหตุว่าสังขารทั้งหลายจะต้องมีความเปลี่ยนแปลงไป. เมื่อ
มีความเปลี่ยนแปลงแล้ว ก็จะต้องมีการเปลี่ยนแปลงทั้งขึ้นๆ ลงๆ :
เปลี่ยนแปลงไปในทางขึ้นก็ดูสบายดี; แต่ถ้าเปลี่ยนแปลงไปในทางลง
ก็คือความเจ็บไข้, และเมื่อสังขารทั้งหลายมีอายุมากขึ้นตามลำดับแล้ว



ก็มีแต่จะเปลี่ยนแปลงไปในทางเจ็บๆ ไข้ๆ. นี่แหละคือข้อที่จะต้องมองให้เห็นตามที่เป็นจริง ว่า**สังขารทั้งหลายย่อมจะเป็นอย่างนี้เอง.**

สรุปความได้ว่า *ความเจ็บๆ ไข้ๆ นี้* มันเป็นธรรมชาติของสังขารทั้งหลาย.

ทีนี้จะได้พิจารณากันต่อไปว่า **ความเจ็บไข้นี้มีมาทำไม?** ควรจะพิจารณาให้เห็นว่า**ความเจ็บไข้มีมาสำหรับจะดับเตือน.** ความเจ็บไข้ไม่ได้มาสำหรับให้เป็นทุกข์หรือเสียใจ, ไม่ต้องมีเรื่องที่จะต้องเป็นทุกข์หรือเสียใจ; จะเป็นทุกข์หรือเสียใจก็ไม่มีประโยชน์อะไรเพราะสังขารต้องเป็นอย่างนั้นเอง. แต่ที่แท้แล้วความเจ็บไข้ มิได้มาเพื่อให้เป็นทุกข์ หรือเพื่อให้เสียใจ; **แต่ว่ามาเพื่อดับเตือนให้ฉลาด, มาเพื่อสั่งสอนให้ฉลาด, หรือว่ามาเพื่อบอกให้เตรียมเนื้อเตรียมตัวสำหรับการดับไม่เหลือแห่งความทุกข์.**

ถ้ายังเวียนว่ายอยู่ในวัฏสงสาร มันก็ต้องเป็นทุกข์ด้วยความเกิดความแก่ ความเจ็บ ความตาย; ถ้าจะไม่ให้มีความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ก็ต้องอย่าเวียนว่ายไปในวัฏสงสาร. **เดี๋ยวนี้ความเจ็บความไข้ได้มาดับเตือน** ได้มาแสดงให้เห็นแล้วว่า**มันเป็นอย่างนี้เอง.** ถ้าต้องการจะพ้นจากความเป็นอย่างนี้คือ**ความเจ็บไข้แล้ว** ก็ต้องเตรียมตัวสำหรับ **ความดับไม่เหลือ.**



“

ความเจ็บไข้นี้มีทำไม? . . .
มาเพื่อตักเตือนให้ฉลาด, มาเพื่อสั่งสอนให้ฉลาด,
หรือว่ามาเพื่อบอกให้เตรียมเนื้อเตรียมตัว
สำหรับการดับไม่เหลือแห่งความทุกข์.

”





๑๐๐ เล่ม อยู่กับโลก | คู่มือเหนือโรค

อยู่กับโลก

โลกนี้ หมายถึงโลกภายนอกทั้งหมดที่แวดล้อมตัวเรา
และโลกภายในตัวเรา โลกภายในใจ
ซึ่งขณะนี้เราต่างส่วนต้องการคู่มือที่จะอยู่กับโลกทั้งสอง
ให้อยู่ได้เหนือทุกข์ เหนือโรค เหนือโลกทั้งปวง

ความเจ็บไข้มาเตือนให้ฉลาด

ความเจ็บไข้นี้มีมาทำไม?...

มาเพื่อตักเตือนให้ฉลาด

มาเพื่อสั่งสอนให้ฉลาด

หรือว่ามาเพื่อบอกให้เตรียมเนื้อเตรียมตัว

สำหรับการดับไม่เหลือแห่งความทุกข์



เสียงอ่าน



อักษรใหญ่พิเศษอ่านง่าย



สุภาพใจ

f SukkhapajaiPUB



ทดลองอ่าน



@booktime

AA0358 ศาสนาและปรัชญา



9 786161 404826

www.booktime.co.th

55.-