เทศน์เช้า วันที่ ๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๙

พระอาจารย์สงบ มนสฺสนฺโต

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

ตั้งใจฟังธรรมะ ฟังธรรมะเพื่อหัวใจดวงนี้ให้มันฉลาดขึ้นมา

หัวใจอยู่กับเรา แต่เราคุมหัวใจของเราไม่ได้ หัวใจของเราคุมเราไง

ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว

ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าต้องการให้นายนั้นฉลาด ถ้านายนั้นฉลาดขึ้นมา มีสติมีปัญญาขึ้นมา ของทุกอย่างเราทำขึ้นมาจากมือของเรา กรรมดี กรรมชั่ว เราได้สร้างของเรามาทั้งนั้น พันธุกรรมของจิตๆ เพราะอะไร

เพราะแต่ละภพแต่ละชาติเกิดแล้วเกิดเล่า แต่ละภพแต่ละชาติได้สร้างสมสิ่งใดในหัวใจดวงนั้น ถ้าสร้างสมสิ่งใดในหัวใจดวงนั้น ถ้าเป็นบาปเป็นกรรม นรกอเวจี อย่างน้อยก็อบายภูมิ สิ่งที่เป็นสัจธรรมเป็นความจริงเป็นอย่างนั้น

©2026 sa-ngob.com

ฉะนั้น เราเกิดเป็นมนุษย์เป็นการยืนยันว่า เราก็ได้สร้างคุณงามความดีมาพอสมควร เราถึงได้มาเกิดเป็นมนุษย์ไง แต่ถ้าคนที่สร้างบุญกุศลของเขามา เขาเกิดมาเขาคาบช้อนเงินช้อนทอง นั่นมันก็เป็นบุญเป็นกรรมของเขา เราเอาแต่ผลกรรมของเราไง

ของของใครก็เรื่องของเขา ของเรามันทุกข์มันสุขในหัวใจของตนไง

แต่เราไม่รู้จักหัวใจของตนไง เราปิดบังมันไว้ แล้วแสวงหา จะหาความสุขๆ ไง ถ้าหาความสุขมาด้วยความทุจริต หาความสุขมาด้วยการเหยียบย่ำทำลายเขามา มันเป็นบาปเป็นกรรมทั้งนั้นน่ะ แล้วมันไม่มีความสุขหรอก มันรื่นเริงต่อเมื่อมันฉลองตอนที่มันทำงานสำเร็จเท่านั้นน่ะ แต่เวลากรรมมันตามมาแล้วคอตก

ทำงานมาด้วยกันทั้งนั้นน่ะ สุดท้ายเราติดคุกอยู่คนเดียว ไอ้พวกนั้นมันล่อไปหมดไง

เราไปทำสิ่งนั้นขึ้นมาทำไมล่ะ นั่นมันคุกมันตะรางนะ กรรมมันยังมาไม่ถึง คนทำชั่วๆ ขึ้นมา เวลามีพรรคมีพวกขึ้นมา เขาช่วยเหลือเจือจานกันได้ แต่กรรมอันนั้นมันให้ผลทั้งนั้นน่ะ เวลากรรมมันให้ผลมันคอตกเพราะอะไร เพราะใครก็ช่วยไม่ได้

เวลากรรมมันให้ผลๆ มันเป็นบาปเป็นกรรม มันบีบคั้นหัวใจของเราทั้งนั้นน่ะ

©2026 sa-ngob.com

ฉะนั้น เวลาฟ้าหลังฝน ฟ้าหลังฝนมันชุ่มชื่น ชื่นใจทั้งนั้นน่ะ เวลาสิ่งที่กรรมมันให้ผลไปแล้วไง สิ่งที่เรามีสติมีปัญญา เราจะไม่ทำอย่างนี้ เราจะไม่ทำอย่างนี้ไง แล้วคิดได้ไหม กินเหล้าเมายานั่นน่ะ ครั้งนี้ครั้งสุดท้าย ไม่กินอีกแล้วล่ะ เดี๋ยวมันก็กินอีกแล้ว มันหักห้ามตัวมันไม่ได้เพราะอะไรล่ะ

นี่ไง พันธุกรรมของจิตไง จิตใจมันอ่อนแอไง มันไม่สร้างสติ สร้างปัญญาขึ้นมาในหัวใจของตนไง

สิ่งนั้นมันเป็นประโยชน์กับใคร มันไม่เป็นประโยชน์กับใคร เราเห็นหมดน่ะ เราเห็น เห็นไหม เวลาเขามีปัญหากัน มีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกัน เราก็เห็น แล้วเวลาเราทำ เราก็เป็นอย่างนี้ แล้วทำไปทำไมล่ะ

เวลาคุณงามความดีของเรา เห็นไหม มงคลชีวิต พ่อแม่เป็นพระอรหันต์ของลูก ออกจากบ้านออกจากเรือนนะ ดูแลพ่อแม่ให้เรียบร้อยก่อน กลับจากที่ทำงานแล้วเข้าไปกราบพ่อกราบแม่ไง พ่อแม่มีความชื่นใจทั้งนั้นน่ะ ไม่ต้องการอะไร ไม่ต้องการอะไรเลย ต้องการให้เอ็งกลับบ้าน ไม่ต้องการให้เอ็งไปเหลวแหลกไง แค่กลับบ้านมา อยู่ในสายตาพ่อแม่ พ่อแม่พอใจแล้ว แค่นั้นน่ะ แล้วเราทำคุณงามความดี มงคลชีวิตไง บอกคนนี้คุ้มครองดูแลชีวิตของเรา

แล้วเรามีสติมีปัญญาขึ้นมา เราทำคุณงามความดีของเราๆ เราทำทุกอย่างแล้วพร้อมแล้วทั้งนั้นน่ะ สุดท้ายแล้วทุกคนต้องตายเปล่า

©2026 sa-ngob.com

เราเกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านประพฤติปฏิบัติมาแล้ว ท่านถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้ ท่านมีความสุขของท่านนะ เศรษฐีธรรม อยู่ในป่าในเขาองค์เดียว มีแต่ความสุข ความสงบของท่าน ไอ้เราเศรษฐีทางโลก ดูแลรักษาทรัพย์สมบัติเป็นภาระหน้าที่

รูปอันวิจิตร ของอันวิจิตรไม่ใช่กิเลส ตัณหาความทะยานอยากของคนต่างหากเป็นกิเลส

ถ้าเรามีสิ่งใด เราก็มีของเราโดยทรัพย์สินของเรานั่นแหละ แต่อย่าให้จิตใจมันไปยึดมั่นถือมั่นให้เป็นความทุกข์ขึ้นมา เราวางไว้นั่น รักษาหัวใจของตนให้ดีงามขึ้นมาให้มันมีความสุขขึ้นมา

เศรษฐีธรรมๆ เขาไม่ต้องการสิ่งใดเลย เพราะอะไร เพราะหัวใจมันเป็นธรรม ไอ้นี่หัวใจเรามันเป็นธรรมไหม มันเป็นธรรมมันต้องคิดถึงความสุขให้ใจเราเป็นสุขสิ เวลามันคิดแล้วทำไมมันทุกข์มันยากล่ะ

มันทุกข์มันยาก มันคือกิเลส กิเลสมันให้ผลความทุกข์อันนั้นน่ะ กิเลสเป็นตัวยุ ตัวแหย่ ตัวทำลาย ทำลายล้าง ทำลายล้างเป็นผลงานของมันนะ เพราะอะไร เพราะเราอยู่ในอำนาจเขาตลอดไง ผลของวัฏฏะๆ กิเลสมันครอบงำมาตลอดไง

นี่ไง เวลาจะฝึกหัดปฏิบัติขึ้นมา มันต้องชนะเป็นชั้นเป็นตอนขึ้นไปไง ปัจจัตตัง สันทิฏฐิโก เราเองเป็นผู้ที่ชนะ เราเองต่างหากที่รักษาหัวใจของเราได้ เราเองต่างหาก เห็นไหม

©2026 sa-ngob.com

หลวงตาพระมหาบัวท่านสอนไง วินัยนี่ตีมือไว้เลย ผัวะ! อย่าๆๆ วินัยมันห้ามไว้ไง ไม่ๆๆ ใจมันจะไปจับอะไร ไม่ๆ มันจะรักษาหัวใจของมัน

ถ้าไม่ มันก็ไม่สุมฟืนสุมไฟในใจของตัว

ถ้าทำ มันมีแต่ฟืนแต่ไฟ แต่ปรารถนาความสงบสุข มันขัดแย้งกันไง

ครูบาอาจารย์ท่านดูมนุษย์ ดูคน ดูอย่างนี้แหละ เขาทำความดีของเขา ความดีของเขามันจะสะสมเข้าไปในหัวใจของเขา เขาทำความดีของเขา มันเปลือกภายนอกไง มันเป็นเงา มันเป็นการแสดงออก

ตาเป็นหน้าต่างของใจ มันคิดอะไร มันทำอะไร แล้วมันจะรักษาหัวใจของมันอย่างไร แต่ถ้าซื่อสัตย์สุจริตนะ โอ้โฮ! องอาจกล้าหาญ ผู้มีศีลไง จะเข้าสังคมไหนก็ได้ สังคมไหนเข้าได้ทั้งนั้นน่ะ เพราะอะไร เพราะมือมันไม่มีแผล

ถ้ามันมีแผลนะ มันหวาดมันระแวงไปทั้งนั้นน่ะ แล้วมันต้อง แหม! ปั้นหน้า หน้าซื่นอกตรม แล้วว่าความสุข

ความสุขมาจากไหน

ความสุข เศรษฐีธรรม หลวงปู่มั่นอยู่ในป่า อยู่โคนไม้ เป็นการยืนยันไงว่าข้อเท็จจริงมันเป็นแบบนี้ แล้วมันเป็นแบบนี้ได้อย่างไรล่ะ

©2026 sa-ngob.com

เป็นแบบนี้เพราะวิหารธรรมไง ธรรมทั้งแท่ง ใจเป็นธรรม มันไม่ไปไขว่คว้าใดๆ ทั้งสิ้น

แล้วไปไขว่คว้า ภาษาธรรมนะ ไม่ใช่ภาษากิเลส ภาษาธรรม ไอ้โง่นั่นมันฟืนมันไฟทั้งนั้นน่ะ ไอ้นี่มันทองทั้งแท่งอยู่แล้ว วิหารธรรม มันสมบูรณ์แบบของมันอยู่แล้ว จะไปไขว่คว้าอะไร ใครอยากไปก็ไอ้โง่

แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไง อาสวักขยญาณ ทำลายอวิชชาในหัวใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๔๕ ปีนั้นน่ะเผยแผ่ธรรมๆ นั่นน่ะปรารถนาให้คนมีความสุข

ทุกคนปรารถนาความสุข เกลียดความทุกข์ แต่หาความสุขของตัวเองไม่เจอ แล้วหาความสุขของตัวเองไม่ได้ สุมแต่ฟืน สุมแต่ไฟ ความสุขๆ มันจะสุขที่ไหนล่ะ

เรานั่งหัวเราะได้เลย

สุมแต่ฟืน สุมแต่ไฟ เดี๋ยวไฟมันก็ลุกโชน ไฟมันก็ไหม้ อารมณ์โลภ โกรธ หลง เดี๋ยวก็เต็มที่ในหัวใจดวงนั้น แล้วจะเอาความสุขมาจากไหน กวนใจให้มันขุ่น กวนใจให้มันทุกข์มันยากอยู่นั่น เราจะเอาความสุขมาจากไหน

ถ้ามีขอบมีเขตของมันนะ มีศีลมีธรรม อุบาสกมีศีล เขามีรั้วรอบขอบชิดของเขา แล้วรั้วรอบขอบชิด กรรมฐานเมื่อก่อนคุยนักคุยหนาเลย คนจะมากมายขนาดไหน ใครทำของตกได้คืนหมด ไม่มีการลัก ไม่มีการ

©2026 sa-ngob.com

ขโมย ไม่มีแตะของใครเลยล่ะ ถ้ามันมีรั้วรอบขอบชิดของมัน ของไปตกไว้ตรงไหนมีเจ้าของ ไม่มีใครจับ แล้วเขามาประกาศหาเจ้าของ

ไอ้นี่ถ้าเป็นทางโลกเป็นอย่างนั้นไหม มันเป็นไปไม่ได้เพราะมันไม่มีรั้วรอบขอบชิดไง มันไม่มีศีลมีธรรมในหัวใจของมันไง

ถ้ามีศีลมีธรรมในหัวใจ วัดกรรมฐานๆ ไปทำของตกที่ไหน ได้คืนหมดน่ะ แต่เดี๋ยวนี้ไม่ต้องไปตก มันไปล้วงเอาที่บ้านเลย

ถ้าเรามีศีลมีธรรมนะ นั่นมันเป็นวัตถุน่ะ ก็บอกไง มันเป็นแค่วัตถุ มันจะมีความสุขความทุกข์ให้ใครได้ไง มันก็ต้องหัวใจของเรานี่สิ หัวใจเรามันมีคุณค่านี่ไง

เวลาเดี๋ยวนี้ ที่เวลาเกิดนะ สิ่งที่เกิดมา สิ่งที่เกิดมาด้วยความยึดมั่นถือมั่นทั้งนั้นน่ะ แล้วชีวิตต้องเป็นอย่างนั้น แล้วก็คิดว่านั่นคือผลประโยชน์ของตน แต่มันให้โทษมากมายมหาศาล

เรามาวัดมาวาไง เสียสละ เขาว่าไอ้โง่ ของหามาแล้วเสียสละทำไม กูน่ะฉลาด

กูเลี้ยงหัวใจของกู เจตนาไปวัดไปวา เจตนาเกิดจากจิต นั่นแหละจิตดวงนั้น คำว่า “ทำบุญๆ” ฝังดินไว้ก็ฝังหัวใจดวงนั้นไว้ ไง พันธุกรรมของจิตมันเริ่มต้นจากตรงนั้นไง พันธุกรรมของจิตถ้ามันคิดได้ ทำได้ มันรักษาของมันได้ พันธุกรรมของจิตมันดีงามขึ้นมาไง ถ้าฝึกหัดปฏิบัติขึ้นมาให้มันเป็นจริตเป็นนิสัย ฟังเทศน์พระพุทธเจ้าครั้งเดียวเป็นพระ

©2026 sa-ngob.com

อรหันต์เลย เพราะอะไร เพราะความพร้อม ความพร้อมของหัวใจที่ได้สร้างสมมา

ไอ้พวกสัตตรสวัคคีย์ ฉัพพัคคีย์ในสมัยพุทธกาล ไปทำลายล้าง ไปทำลายล้างจนมีวินัยขึ้นมา ๒๑,๐๐๐ ข้อนี่ไง แล้วถ้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังไม่ปรินิพพาน ยังจะมีมาอีกเรื่อยๆ นะ เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบัญญัติขึ้นมา บัญญัติขึ้นมาเป็นกฎหมาย

นี่ไง เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรินิพพานไง พระผู้เฒ่าไง “ดี องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรินิพพานไปแล้ว ดีแล้ว ไม่มีใครคอยตอกคอยย้ำ คอยติ คอยเตียน คอยลงแส้”

พระกัสสปะเป็นหัวหน้า ฟังแค่นั้นสะเทือนใจมาก สะเทือนใจมากว่า สิ่งที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประทานให้มันมีคุณค่าแค่ไหน สำหรับคนที่เป็นไข้ แล้วพยายามจะรักษาไข้ของตัวให้หาย นั่นน่ะคือยาทั้งนั้นน่ะ คือยอดของยาทั้งนั้นน่ะ

แต่ไอ้คนที่ดื้อไข้ไง ไข้มันครอบงำแล้วว่าความเป็นไข้จะเป็นความสุขไง องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรินิพพานไปแล้ว ดีแล้วแหละ จะได้ไม่มีคนลงแส้ ไม่มีคนบัญญัติขึ้นมาอีก

พระกัสสปะสะเทือนใจอันนั้นน่ะ ตั้งใจไว้เลย เผาศพแล้วจะทำสังคายนา แล้วทำสังคายนาแล้วต้องท่องจำกันไว้มาไง ว่าสิ่งนี้เป็นธรรมและวินัยที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอบรมบ่มเพาะสอนไว้

©2026 sa-ngob.com

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรินิพพานไปไม่ถึง ๗ วัน มันมีคนคิดอย่างนี้แล้วไง มันต้องมีการแตกแยก มันต้องมีความระยำตำบอนขึ้นมามากมายมหาศาล

นี่บัญญัติไว้ พระอรหันต์ ๕๐๐ องค์ทำสังคายนา แล้วบัญญัติไว้ว่าไม่แก้ไข ไม่เปลี่ยนแปลง มันถึงเป็นเถรวาท เถระ ๕๐๐ องค์ พระอรหันต์สังคายนามา แล้วเราเถรวาทถืออย่างนั้น ลัทธิศาสนาอื่นเขาไปของเขาตามของเขา

แต่การทำดีไง ทำดี ทุกคนทำดีที่ไหนก็ทำได้ ถ้ามีวาสนา แต่นี่มันเป็นรั้วรอบขอบชิดไง เป็นทฤษฎี เป็นธรรมและวินัย เป็นศาสดา เคารพไม่เคารพไง

ถ้าเคารพบูชาไง หลวงตาพระมหาบัวท่านสอนไง

“ไม่เหยียบหัวพระพุทธเจ้า”

คือไม่เหยียบหัวข้อห้ามของพระพุทธเจ้า แล้วอวดรู้อวดเก่ง ไอ้พวกเหยียบหัวพระพุทธเจ้าแล้วแสดงธรรม แต่ถ้าเป็นธรรมๆ เราเคารพบูชา เก็บหอมรอมริบ อย่างเช่นหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านเก็บหอมรอมริบของท่าน ท่านไม่ทะลุทะลวงออกไปทางโลกทั้งนั้น ไม่ไป เป็นแบบอย่าง มันหาได้ยากไง

©2026 sa-ngob.com

กึ่งพุทธกาล ศาสนาจะเจริญอีกหนหนึ่ง เจริญแบบผู้ที่มาฝึกหัดปฏิบัติขึ้นมา แล้วเป็นของจริงแล้วประกาศ ให้โลกพิสูจน์ว่ามันมีหรือไม่มีไง

“มันไม่มี ความดี ทำดีไม่ได้ดี ทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป”

เรื่องของเขา นั่นคือหัวใจที่มันสุมฟืนสุมไฟของมัน ถ้าเรามีวาสนามันเกิดจากใจเรานี่แหละ กูไม่เชื่อมึง กูเชื่อความจริง กูเชื่อผลการปฏิบัติของกู กูเชื่อการกระทำของกู ถ้าเราทำของเรา ปัจจัตตัง สันทิฏฐิโก องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนไปที่นั่น

ปริยัติ เรียนมาเท่าไรๆ มันควบคุมหัวใจตัวเองไม่ได้หรอก ปริยัตินะ มันเรียนมาขนาดไหนมันก็เรียนมาเป็นความจำ ทรงจำธรรมวินัยเท่านั้นน่ะ

ถ้าปฏิบัติ ถ้าเอ็งทำไม่ได้ เอ็งก็ทำสมาธิไม่เป็น

ถ้าเอ็งทำได้ จิตเอ็งสงบเข้ามา เอ็งก็เห็นคุณค่า

ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ

นี่ไง มัคโค ทางสายกลางในพระพุทธศาสนา มันจะไม่เกิดขึ้นมาในหัวใจเอ็งแน่นอน เกิดขึ้นไม่ได้ เอ็งก็เป็นแบบโลกนี่ไง ทางสองส่วน ดีกับชั่ว ถูกหรือผิด แล้วตะบี้ตะบันกันเข้าไป

©2026 sa-ngob.com

แต่ถ้าเป็นสัจจะเป็นความจริงนะ ทำความสงบของใจเข้ามา จิตสงบแล้ว หลวงปู่มั่นเริ่มสอน สอนอย่างนี้ เวลาเห็นพระ “จิตเป็นอย่างไรๆ จิตมันสงบสุขหรือไม่”

ถ้ามันตอบไม่ได้คือมันไม่มีไง

จิตเป็นอย่างไร สมาธิเป็นอย่างไรว่ามา

ว่างๆ ว่างๆ

มึงไปหาสัญญีแพทย์ไป มันวางยาสลบไง มันวางสลบทุกคนเลย ผ่าตัด

ว่างๆ ว่างๆ

ว่างเพื่อไม่ให้มีจากความเจ็บปวดไง แต่สัมมาสมาธิไม่เป็นอย่างนั้น จิตเป็นหนึ่ง ไม่พาดพิงอารมณ์ใดๆ ทั้งสิ้น แล้วมีกำลัง แล้วมีวาสนามีครูบาอาจารย์ที่ดี น้อมไปให้เห็นสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริง

ไอ้ทางภาคทฤษฎีมันสติปัฏฐาน ๔ คิดเอา จินตนาการเอา นึกเอา อารมณ์คาดหมายไป ขนาดนี้ยังมหัศจรรย์นะ ขนาดนั้น อู้ฮู! บรรลุธรรมเปรี้ยงปร้างๆๆ เลยล่ะ

มันไร้สาระ มันเป็นไปไม่ได้หรอก เอ็งบรรลุเท่าไร เอ็งก็เสื่อมเท่านั้น เอ็งรู้เท่าไร เดี๋ยวเอ็งก็ลืมหมด มันเป็นไปไม่ได้

©2026 sa-ngob.com

ทางสายกลางในพระพุทธศาสนา ทำความสงบของใจของเราให้ได้ ทำความสงบของใจแล้วมันสุขสงบ เห็นไหม หลวงปู่มั่นเริ่มตรงนี้ จิตเป็นอย่างไร แล้วจะนอนตายที่นี่ใช่ไหม

สมาธิแก้กิเลสไม่ได้ ถ้าคนได้สมาธิมันมีความสงบสุขของมัน มันก็ติดของมัน มันพอใจของมัน วาสนาแค่นั้นไง

ถ้ามีครูบาอาจารย์ชักนำขึ้นมา น้อมไปในแนวทางสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริง มันเห็นแล้วมันสะเทือนกิเลส มันเห็นแล้วมันสะดุ้งกลัว พอมันเห็นแล้ว ทางสายกลางในพระพุทธศาสนา

แล้วเห็นจริงไม่จริงล่ะ แล้วเห็นแล้วเป็นอย่างไรล่ะ เห็นไหม

ธมฺมสากจฺฉา เอตมฺมงฺคลมุตฺตมไง

หลวงปู่มั่นท่านตรวจสอบ ตรวจสอบอย่างนี้

หลวงตานี่ ก.ไก่ ก.กา ว่ามา ไอ้ลูกศิษย์ลูกหาที่นักปฏิบัติทั้งหลาย ก.ไก่ ก.กาว่ามา จิตเป็นอย่างไร โลกเป็นอย่างไร ธรรมเป็นอย่างไร กิเลสเป็นอย่างไร กิเลสน่ากลัวไหม

กิเลสในหัวใจของมนุษย์น่ากลัวที่สุด กิเลสของใคร กิเลสของมัน ใครสร้างกรรมก็กรรมของเอ็งทั้งนั้นน่ะ ของคนอื่นไม่เกี่ยว ใครสร้างคุณงามความดี มันก็เป็นของคนคนนั้นไง ปัจจัตตัง สันทิฏฐิโกไง

©2026 sa-ngob.com

ฟังธรรมๆ เพื่อหัวใจของเรา ฟังธรรมๆ เพื่อการฝึกหัดปฏิบัติขึ้นมา ให้เราเป็นชาวพุทธ ให้เห็นหนทางของชีวิต ให้เห็นหนทางของพาชีวิตนี้ ไม่ให้มันทุกข์มันยากจนเกินไป ด้วยสติด้วยปัญญาของเราเอง เอวัง

©2026 sa-ngob.com