

# ก้าวไปในบุญ

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

ที่ระลึกงานฌาปนกิจ

คุณแม่ทิพวรรณ ต.วัฒนบุตร

วันพฤหัสบดีที่ ๑๑ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๓

# ก้าวไปในบุญ

© พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

ISBN 974-7891-75-1

พิมพ์ครั้งแรก - มีนาคม ๒๕๔๒

พิมพ์ครั้งที่ ๑๓๖ - พฤศจิกายน ๒๕๕๓

๓๐๐ เล่ม

- ที่ระลึกงานฌาปนกิจ  
คุณแม่ทีพวรรณ์ ต.วัดมนบุตร

พิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน โดยไม่มีค่าลิขสิทธิ์

หากท่านใดประสงค์จัดพิมพ์

โปรดติดต่อขออนุญาตที่ วัดญาณเวศกวัน

ต.บางกระทึก อ.สามพราน จ.นครปฐม ๗๓๒๑๐

<http://www.watnyanaves.net>

แบบปก: พระชัยยศ พุทธิวิโร

พิมพ์ที่ บริษัท พิมพ์สวย จำกัด

๕/๕ ถ.เทศบาลรังสฤษฎ์เหนือ

แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

โทร. ๐-๒๙๕๓-๙๖๐๐ แฟกซ์ ๐-๒๙๕๓-๙๖๐๖

[www.dhammadownload.com](http://www.dhammadownload.com)

# อนุโมทนา

ในวาระสำคัญแห่งงานฌาปนกิจศพ คุณแม่ทิพวรรณ ต.วัฒนบุตร ณ เมรุวัดธาตุทอง กรุงเทพมหานคร ในวันพฤหัสบดีที่ ๑๑ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๓ บุตร-ธิดา มีกุศลฉันท์ที่จะจัดพิมพ์หนังสือ *ก้าวไปในบุญ* ของพระเดชพระคุณพระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต) เป็นธรรมทาน เพื่อเป็นที่ระลึก และแจกมอบตอบแทนน้ำใจของท่านผู้มาร่วมงาน พร้อมทั้งเป็นการเผยแพร่หลักธรรมให้อ่านวยประโยชน์สุขแก่ประชาชนกว้างขวางออกไป

การบำเพ็ญธรรมทานอุทิศกุศลในวาระสำคัญนี้ เป็นการแสดงออกซึ่งน้ำใจที่ประกอบด้วยกตัญญูกตเวทิตาธรรมต่อท่านผู้ล่วงลับ และความปรารถนาประโยชน์สุขที่เป็นแก่นสารแก่ประชาชนทั่วไป

ขออำนาจแห่งธรรมทานกุศลจรรยาที่คณะเจ้าภาพได้บำเพ็ญครั้งนี้ จงอำนวยการสุขสมบัติแก่ คุณแม่ทิพวรรณ ต.วัฒนบุตร ในสัมปรายภพ สมตามมโนปณิธานของคณะเจ้าภาพ ตามควรแก่คติวิสัยทุกประการ

วัดญาณเวศกวัน

๙ พฤศจิกายน ๒๕๕๓

# สารบัญ

ไหว้พระประธาน.....	๑
<b>ก้าวไปในบุญ.....</b>	<b>๓</b>
แก้ความเข้าใจ ความหมายของบุญ ที่แคบและเพี้ยนไป.....	๓
ให้ทานอย่างไร จึงจะได้ทำบุญอย่างสมบูรณ์.....	๖
ไปทำบุญอย่างเดียว แต่ได้กลับมาสามอย่าง.....	๘
ถ้าจะทำบุญ ก็ควรทำให้ครบทุกความหมาย.....	๙
หนทางที่จะทำบุญ มีอยู่มากมาย.....	๑๒
ทำบุญ ต้องให้สมบูรณ์ขึ้นไปถึงปัญญา.....	๑๕
บุญที่แผ่แผ่ความสุขออกไป	
ให้ความมั่งงอกงามทั้งแก่ชีวิตของเราและทั่วสังคม.....	๑๖
โยมทำบุญแล้ว พระก็อนุโมทนา	
แต่ถ้าโยมทำบุญเพราะพระชวน อาจจะมีเสียงต่ออเนสนา.....	๑๙
ทำบุญ ทำที่ไหนก็ได้ ไม่ว่าทำอะไร ถ้าทำเป็น ก็ได้บุญ.....	๒๒
ศึกษาบุญไป ให้บุญญะกับปัญญามาบรรจบกัน	
ก็จะมีผลสมบูรณ์ กลายเป็นบุญอย่างสูงสุด.....	๒๕

## ไหว้พระประธาน\*

ญาติโยมจัดงานทำบุญบำเพ็ญกุศลกันวันนี้ โดยปรารภเรื่อง  
อาตมภาพ แต่ก็ได้ขอให้ขยายความหมายเป็นงานบุญสำหรับอุโบสถและ  
วัดนี้ทั้งหมด ในโอกาสที่วัดญาณเวศกวัน ตั้งมาถึงปีที่ครบ ๕ นับแต่ที่  
กระทรวงศึกษาธิการได้ประกาศตั้งเป็นวัดในพระพุทธศาสนา เมื่อวันที่  
๑๙ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๓๗ และบัดนี้ได้มีเสนาสนะสำคัญเกิดขึ้น ซึ่ง  
เพิ่งสร้างเสร็จ คือ อุโบสถหลังที่โยมจัดพิธีทำบุญนี้ อันเป็นผลงานร่วม  
กันของญาติโยม พร้อมทั้งพระประธาน ที่เพิ่งหล่อเสร็จเรียบร้อย แล้ว  
นำมาประดิษฐานในวันที่ ๗ มกราคม และปิดทองเสร็จเมื่อวันที่ ๑๒  
มกราคม ที่ผ่านมานี้

พระประธานนี้ก็สร้างเกือบไม่ทัน เพราะที่วัดนี้ออกจะจุ้งจุ่มมาก ไป  
ดูและแก้ไขเท่าไรก็ไม่พอใจสักที ช่างปั้นใหม่ให้จนในที่สุดดูเหมือนปั้นรวม  
ทั้งหมด ๕ องค์ จึงได้องค์นี้ ซึ่งได้ทราบว่ายอมพอใจทั่วกัน แต่ก่อนนั้นก็  
ยังมีข้อแย้งกันอยู่อีกนิดหนึ่ง คือตอนที่หล่อเสร็จแล้วนำมาประดิษฐาน  
ยังไม่ได้ปิดทอง ก็ทาสีขาวมา โยมก็ชอบมากกว่างามดีเหลือเกิน แต่พอปิด  
ทองไปได้บ้าง โยมก็เริ่มผิดหวังอีก บอกว่าตอนเป็นหลวงพ่อบางามกว่า  
มาก เป็นปัญหาเนื่องจากแสงสะท้อนเป็นเงาแวววาว

อย่างไรก็ดี ตอนนี้อยู่สถาปนิกบอกว่าจะทดลองนำสبودไลท์สาม  
ดวงหรือห้าดวงมาฉายส่องลงดูว่า จะช่วยให้แก้ไขปัญหาเรื่องเงา

---

\* สัมโมทนาโยกถา ในโอกาสที่ญาติโยมจัดงานทำบุญ ในมงคลพระชนมายุครบ ๗๕ ปี มีอุโบสถพร้อมพระประธาน และพระธรรมปิฎกมีอายุครบ ๕ รอบ ณ วันอาทิตย์ ที่ ๑๗ มกราคม ๒๕๔๒ ที่วัดญาณเวศกวัน พุทธมณฑล จ.นครปฐม

สะท้อนออกไปได้แค่นั้นเพียงใด และจะต้องสร้างฐานเสริมถาวรอีก เพราะแทนชุกชีข้างล่างใหญ่ ตอนนี้นำฐานชั่วคราวซ้อนไว้ จะต้องทำใหม่ ถ้าแก้ปัญหาโดยจัดสปอตไลท์ส่องได้ที่ดีแล้ว และออกแบบฐานใหม่นี้โดยฝังสปอตไลท์เข้าไปในฐานนั้น ก็ยังเป็นความหวังว่าจะแก้ปัญหาเรื่องเงาสะท้อนนี้ได้ และทำให้ดูเหมาะสมดียิ่งขึ้น

พระประธานนั้น ข้อสำคัญอยู่ที่เป็นเครื่องสื่อพุทธคุณ คือ พระปัญญาคุณ พระวิสุทธิคุณ และที่เราย้ำกันมากก็คือ พระมหากรุณาคุณ

เวลามาที่พระประธาน ได้กราบไหว้นมัสการ ก็ทำให้จิตใจของเราเบิกบานผ่อนคลาย มีความสุข เราอาจมีจิตใจว่า รุ่งเรืองตร้อนชุ่มฉ่ำมาจากบ้าน หรือจากที่อื่นๆ ภายนอก พอเข้ามาที่วัดแล้ว เห็นพระประธานจิตใจของเราสบาย นั่นก็คือพุทธคุณเกิดผลแก่จิตใจของเรา คือเมตตาเกิดมีผล ทำให้จิตใจของเราสบาย มีความสุข มีปิติ คือความอิ่มใจ และมีความสงบ

พูดโดยทั่วไป พระพุทธรูปนั้นเราสร้างให้มีลักษณะสงบ ยิ้มด้วยเมตตา และมีลักษณะหลุดพ้น เป็นอิสระ ไม่ยึดติดในโลก คือ ท่านพ้นอยู่เหนือโลก แต่เป็นที่พึ่งแก่เรา ถ้าพระพุทธรูปสื่อพุทธคุณอย่างนี้ได้ ก็จะทำให้เกิดผลต่อจิตใจของผู้คนมัสการ ทำให้เกิดบุญกุศล อย่างน้อยก็เกิดปสาทะ ซึ่งเป็นบุญข้อแรกที่จะมีขึ้นในจิตใจของพุทธศาสนิกชน ในเวลาสัมผัสกับพระศาสนา เริ่มแต่ได้พบเห็นพระสงฆ์ ตามหลักที่ว่า *สมณานนฺจ ทสฺสน* การเห็นสมณะเป็นอุดมมงคล เมื่อเห็นสมณะ ก็ทำให้จิตใจผ่อนคลาย นี่เป็นจุดหนึ่งที่บุญกุศลเริ่มตั้งต้นได้ เพราะถ้าจิตใจไม่ผ่อนคลาย คือชุ่มฉ่ำเศร้าหมอง บุญก็เกิดยาก และตัวความผ่อนคลายของจิตใจก็เป็นบุญอยู่ในตัวแล้ว

# ก้าวไปในบุญ

## แก้ความเข้าใจ

### ความหมายของบุญ ที่แคบและเพี้ยนไป

บุญกุศลนี้ มีทางทำให้เกิดขึ้นได้มากมาย แต่ข้อสำคัญอยู่ที่จิตใจของโยมเอง แต่เมื่อเราต้องการให้จิตใจผ่องใส อะไรจะมาช่วยทำให้ผ่องใสได้ ตอนนี้อาอาศัยพระประธาน แต่พระพุทธเจ้าสอนไว้ว่า มีวิธีปฏิบัติหลายอย่างที่จะทำให้เกิดบุญกุศล วันนี้จึงขอพูดเรื่องบุญนิดๆหน่อยๆ เพราะคำว่าบุญเป็นคำสำคัญในพระพุทธศาสนา และเวลานี้ความเข้าใจเกี่ยวกับคำว่า “บุญ” ก็แคบมากหรือบางทีก็ถึงกับเพี้ยนไป

แง่ที่ ๑ ยกตัวอย่าง ที่ว่าบุญมีความหมายแคบลงหรือเพี้ยนไปนี้ เช่น เมื่อเราพูดว่าไปทำบุญทำทาน โยมก็นึกว่าทำบุญคือถวายข้าวของแก่พระสงฆ์ บุญก็เลยมักจะจำกัดอยู่แค่นั้น คือการให้ แล้วก็ต้องถวายแก่พระเท่านั้นจึงเรียกว่า บุญ ถ้าไปให้แก่ชาวบ้าน เช่นให้แก่คนยากจน คนตกทุกข์ได้ยาก เราเรียกว่าให้ทาน ภาษาไทยตอนหลังนี้จึงเหมือนกับแยกกันระหว่างทำบุญกับให้ทาน ทำบุญ คือถวายแก่พระ ให้ทาน คือให้แก่คนยากคนจน โดยเฉพาะคนตกทุกข์ได้ยาก

เมื่อเขียนไปอย่างนี้นานๆ คงต้องมาทบทวนกันดู เพราะความหมายที่เขียนไปนี้กลายเป็นความหมายในภาษาไทยที่บางที่ยอมรับกันไปจนคิดว่าถูกต้องด้วยซ้ำ แต่พอตรวจสอบด้วยหลักพระศาสนาแล้วก็ไม่จริง เพราะว่าทานนั้นเป็นคำกลางๆ

การถวายของแก่พระ ที่เราเรียกว่าทำบุญนั้น เมื่อว่าเป็นภาษาบาลี จะเห็นชัดว่าท่านเรียกว่าทานทั้งนั้น แม้แต่ทำบุญอย่างใหญ่ที่มีการถวายของแก่พระมากๆ เช่นถวายแก่สงฆ์ ก็เรียกว่าสังฆทาน ทำบุญทอดกฐิน ก็เรียกว่ากฐินทาน ทำบุญทอดผ้าป่าก็เป็น บังสุกุลจีวรทาน ไม่ว่าจะถวายอะไรก็เป็นทานทั้งนั้น ถวายสิ่งก่อสร้างในวัด จนถวายทั้งวัด ก็เรียกเสนาสนทาน หรือวิหารทาน ทานทั้งนั้น

ในแง่นี้ จะต้องจำไว้ว่า ทานนี้เป็นเพียงส่วนหนึ่งของการทำบุญ เมื่อเราพูดว่าทำบุญ คือ ถวายของพระ บุญก็เลยแคบลง มาเหลือแค่ทานอย่างเดียว ลืมนี้ไปว่ายังมีวิธีทำบุญอื่นๆ อีกหลายอย่าง นี้ก็เป็นแง่หนึ่งละ

แง่ที่ ๒ ก็คือความแคบในแง่ที่เมื่อคิดว่า ถ้าให้แก่คนตกทุกข์ได้ยากหรือแก่ชาวบ้านก็เป็นทานแล้ว ถ้าเข้าใจเลยไปว่า ไม่เป็นบุญ ก็จะไม่ยอมกันใหญ่ ที่จริงไม่ว่าให้แก่ใครก็เป็นบุญทั้งนั้น จะต่างกันก็เพียงว่าบุญมากบุญน้อยเท่านั้นเอง

การวัดว่าบุญมากบุญน้อย เช่นในเรื่องทานนี้ ท่านมีเกณฑ์หรือมีหลักสำหรับวัดอยู่แล้วว่า

๑. ตัวผู้ให้ คือทนายทนายิกา มีเจตนาอย่างไร
๒. ผู้รับ คือปฎิคาหก มีคุณความดีแค่ไหน

๓. วัตถุ หรือของที่ให้ คือไทยธรรม<sup>๑</sup> บริสุทธิ สมควร เป็นประโยชน์เพียงใด

ถ้าปฏิบัติหาคือผู้รับ เป็นผู้มีศีล มีคุณธรรมความดี ก็เป็นบุญมากขึ้น ถ้าปฏิบัติหาคือคนไม่มีศีล เช่นเป็นโจรผู้ร้าย เราก็ได้บุญน้อย เพราะดีไม่ดีให้ไปแล้ว เขากลับอาศัยผลจากของที่เรารับ เช่นได้อาหารไปกินแล้วร่างกายแข็งแรง ก็ยิ่งไปทำการร้ายได้มากขึ้น กลับเกิดโทษ

วัตถุสิ่งของที่ถวาย ถ้าบริสุทธิ์ ได้มาโดยสุจริต เป็นของที่เป็นประโยชน์ มีคุณค่าแก่ผู้รับไปสมควรหรือเหมาะสมแก่ผู้รับนั้น เช่น ถวายจีวรแก่พระสงฆ์ แต่ให้เสื้อแก่คฤหัสถ์ เป็นต้น ก็เป็นบุญมาก

ส่วนตัวผู้ให้ก็ต้องมีเจตนาที่เป็นบุญเป็นกุศล ตั้งใจดี ยิ่งถ้าเจตนาอันประกอบด้วยปัญญา ก็มีคุณสมบัติดีประกอบมากขึ้น ก็ยิ่งได้บุญมาก

เป็นอันว่า การให้เป็นทานทั้งสิ้น ไม่ว่าจะถวายแก่พระหรือจะให้แก่คฤหัสถ์ชาวบ้าน จึงต้องมาทบทวนความหมายกันใหม่ ว่า

๑. ได้บุญ ไม่ใช่เฉพาะถวายแก่พระ

๒. บุญ ไม่ใช่แค่ทาน

---

<sup>๑</sup>ไทยธรรม มาจากภาษาบาลีว่า *เทยฺยธมฺม* แปลว่า สิ่งที่จะพึงให้ หรือของที่ควรให้

## ให้ทานอย่างไร จึงจะได้ทำบุญอย่างสมบูรณ์

ที่นี้ก็มาดูว่าบุญนั้นแค่ไหน การทำบุญ ท่านเรียกว่า บุญ กิริยา หรือเรียกยาวว่า บุญกิริยาวัตถุ คือเรื่องของการทำบุญ ญาติโยมที่คุ้นวัดจะนึกออกกว่า บุญกิริยาวัตถุมี ๓ อย่าง คือ

๑. **ทาน** การให้ เผื่อแผ่ แบ่งปัน

๒. **ศีล** การประพฤติสุจริต มีความสัมพันธ์ที่ดี ไม่เบียดเบียนกัน

๓. **ภาวนา** ฝึกอบรมพัฒนาจิตใจ เจริญปัญญา

ทานก็เป็นบุญอย่างหนึ่ง ศีลก็เป็นบุญอย่างหนึ่ง ภาวนาก็เป็นบุญอย่างหนึ่ง และสูงขึ้นไปตามลำดับด้วย ศีลเป็นบุญที่สูงกว่าทาน ภาวนาเป็นบุญที่สูงกว่าศีล แต่เราสามารถทำไปพร้อมกันทั้ง ๓ อย่าง

เหตุใดจึงเรียกการถวายของแก่พระที่วัดว่าเป็นการทำบุญ แต่ให้แก่ชาวบ้านเรียกว่าเป็นทานเฉยๆ เรื่องนี้อาจจะเกิดจากการที่ว่า เวลาเราไปถวายพระที่วัด เราไม่ใช่ถวายทานอย่างเดียวเท่านั้นคือ ในเวลาที่เราไปถวายสิ่งของเครื่องไทยธรรม หรือทำอะไรที่วัดนั้น นอกจากทานเป็นอย่างไรที่ ๑ แล้ว

๒. ศีลเราก็ได้รักษาไปด้วย คือเราต้องสำรวมกายวาจาอยู่ในระเบียบแบบแผนวัฒนธรรมประเพณี เรื่องมารยาทอากัปกิริยา และการสำรวมวาจาต่างๆ นี่เป็นศีลทั้งสิ้น และเวลานั้นเรางดเว้นความไม่สุจริตทางกายวาจา ความไม่เรียบร้อย การเบียดเบียนทุก

อย่างทางกายวาจา เราละเว้นหมด เราอยู่ในกายวาจาที่ดั่งงาม ที่  
ประณีต ที่สำรวม ที่ควบคุม นี่คือการเป็นศีล

๓. ในด้านจิตใจ จะด้วยบรรยากาศของการทำบุญก็ตาม  
หรือด้วยจิตใจที่เรามีความเลื่อมใสตั้งใจไปด้วยศรัทธาก็ตาม จิตใจ  
ของเราก็ดีงามด้วย เช่น มีความสงบ มีความสดชื่น เบิกบานผ่อง  
ใส มีความอímใจ ตอนนี้อย่างไรก็ได้ภาวนาไปด้วย ยิ่งถ้าพระได้อธิบาย  
ให้เข้าใจในเรื่องการทำทานนั้นว่าทำเพื่ออะไร มีประโยชน์อย่างไร  
สัมพันธ์กับบุญหรือการปฏิบัติธรรมอื่นๆ อย่างไร ฯลฯ เรามองเห็น  
คุณค่าประโยชน์นั้น และมีความรู้ ความเข้าใจธรรม เข้าใจเหตุผล  
ต่างๆ มากขึ้น เราก็ได้ปัญญาด้วย

ด้วยเหตุที่ว่ามานี้ ก็จึงกลายเป็นว่า เมื่อเราไปที่วัดนั้น แม้  
จะไปถวายทานอย่างเดียว แต่เราได้หมดทุกอย่าง ทานเราก็ทำ ศีล  
เราก็พลอยรักษา ภาวนาเราก็ได้ ทั้งภาวนาด้านจิตใจ และภาวนา  
ด้านปัญญา

เพราะฉะนั้น เมื่อเราไปที่วัด ถ้าเราปฏิบัติถูกต้อง เราจึงไม่  
ได้ถวายทานอย่างเดียว แต่เราได้มาครบ ตอนแรกเราตั้งใจไป  
ถวายทานอย่างเดียว แต่เมื่อไปแล้วเราได้มาครบทั้งสาม ที่นี้เราจะ  
บอกว่า เราไปถวายทานมา เราก็พูดไม่ครบ ก็เลยพูดว่าเราไปทำ  
บุญ เพราะว่าเราได้ทั้งสามอย่าง ที่ว่ามานี้ก็เป็นเหตุให้การถวาย  
ทานอย่างเดียวกลายเป็นมีความหมายเป็นทำบุญ(ครบทั้งสาม  
อย่าง)

เมื่อโยมเข้าใจอย่างนี้แล้ว ต่อไป เวลาไปถวายทานที่วัด ก็ต้องทำให้ได้บุญครบทั้ง ๓ อย่าง คือถวายทานอย่างเดียว แต่ต้องให้ได้ทั้งศีลทั้งภาวนาด้วย อย่างนี้จึงจะเรียกว่า “ทำบุญ” ที่แท้จริง

## ไปทำบุญอย่างเดียว แต่ได้กลับมาสามอย่าง

คราวนี้เราก็มাত্রตรวจสอบตัวเองว่า ทานของเราได้ผล สมบูรณ์ไหม เริ่มตั้งแต่ด้านจิตใจว่าเจตนาของเราดีไหม

เจตนาที่นั่นท่านยังแยกออกไปอีกเป็น ๓ คือ

๑. **บุพเจตนา** เจตนาก่อนให้ คือตั้งแต่ตอนแรก เริ่มต้นก็ตั้งใจดี มีความเลื่อมใส จิตใจเบิกบาน และตั้งใจจริง แข็งแรง มีศรัทธามาก ต่อไป

๒. **มูญจนเจตนา** ขณะถวายก็จริงใจจริงจัง ตั้งใจทำด้วยความเบิกบานผ่องใส มีปัญญา รู้เข้าใจ

๓. **อปราบรเจตนา** ถวายไปแล้ว หลังจากนั้น ระลึกขึ้นเมื่อไรจิตใจก็เอิบอ้อมผ่องใส ว่าที่เราทำไปนี้ดีแล้ว ทานนั้นเกิดผลเป็นประโยชน์ เช่น ได้ถวายบำรุงพระศาสนา พระสงฆ์จะได้มีกำลังแล้วท่านก็จะได้ปฏิบัติศาสนกิจ ช่วยให้พระศาสนาเจริญออกงามมั่นคงเป็นปัจจัยให้สังคมของเราอยู่ร่มเย็นเป็นสุข นึกขึ้นมาเมื่อไรก็เอิบอ้อมปลื้มใจ ท่านใช้คำว่า “อนุสรณ์ด้วยโสมนัส”

ถ้าโยมอนุสรณ์ด้วยโสมนัสทุกครั้งหลังจากที่ทำบุญไปแล้ว โยมก็ได้บุญทุกครั้งทีอนุสรณ์นั้นแหละ คือระลึกขึ้นมาคราวไหนก็ได้บุญเพิ่มคราวนั้น

นี่คือเจตนา ๓ กาล ซึ่งเป็นเรื่องสำหรับทายก

ส่วนปฏิบัติทายก คือผู้รับ ถ้าเป็นผู้มีศีล มีคุณธรรมต่างๆ มาก ก็ถือว่าเป็นบุญเป็นกุศลมาก เพราะจะได้เกิดประโยชน์มาก เช่น พระสงฆ์ เป็นผู้ทรงศีล ทรงไตรสิกขา ท่านก็สามารถทำให้ทานของเราเกิดผลออกเผยออกไปกว้างขวาง เป็นประโยชน์แก่ประชาชน ช่วยให้ธรรมแผ่ขยายไปในสังคม ให้ประชาชนอยู่ร่มเย็นเป็นสุข และดำรงพระศาสนาได้จริง

ส่วนไทยธรรมคือวัตถุที่ถวาย ก็ให้เป็นของบริสุทธิ์ ได้มาโดยสุจริต สมควรหรือเหมาะสมแก่ผู้รับ และใช้ได้เป็นประโยชน์

นี่เป็นองค์ประกอบต่างๆ ที่จะใช้พิจารณาตรวจสอบ และต้องพยายามอย่างที่สุดไปแล้วว่า แม้ว่าเราจะไปทำทานอย่างเดียว ก็ต้องให้ได้ทั้งศีลทั้งภาวนามาด้วย อย่างนี้จึงจะเรียกว่าทำบุญกันจริงๆ ชนิดพูดได้เต็มปาก มิฉะนั้นโยมก็จะได้แค่ไปถวายทานเฉยๆ แล้วก็ไปเรียกอ้อมอ้อมว่าทำบุญ เพราะฉะนั้น ถ้าโยมไปวัดแล้วบอกว่า ฉันไปทำบุญมา ก็จะต้องตรวจดูด้วยว่า เอ..ที่จริงเราได้แค่ทานหรือเปล่า หรือว่าเราได้ครบเป็นบุญเต็มจริงๆ ถ้าเป็นบุญก็คือได้ครบทั้ง ๓ ประการ ทั้งทาน ทั้งศีล ทั้งภาวนา

## ถ้าจะทำบุญ

### ก็ควรทำให้ครบทุกความหมาย

ถึงตอนนี้ ก็เลยถือโอกาสเล่าความหมายของ “บุญ” นิดหน่อย คำว่า “บุญ” นั้นมาจากศัพท์ภาษาบาลีว่า “ปุญญ” ปุญญะนี้แปลว่าอะไรบ้าง

๑. บุญ แปลว่า *ชำระจิตใจให้บริสุทธิ์สะอาด* ใจของเรา กำลังเศร้าหมอง ชุ่มมัวมา พอทำบุญอย่างเช่นถวายทาน เพียงเริ่ม ตั้งใจ จิตใจของเราก็สะอาด บริสุทธิ์ผ่องใสขึ้น

การชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ ก็คือ กำจัดสิ่งเศร้าหมองที่เรียกว่ากิเลสทั้งหลายออกไป เริ่มตั้งแต่ทานก็กำจัดความโลภ ความเห็นแก่ตัว ความมีใจคับแคบตระหนี่หวงแหน ความยึดติดลุ่มหลง ในวัตถุสิ่งของ ทำให้จิตใจเป็นอิสระ พร้อมทั้งจะก้าวต่อไปในคุณความดีอย่างอื่น หรือเปิดช่องให้นำเอาคุณสมบัติอื่นๆ มาใส่เพิ่ม แก่ชีวิตได้ ทำให้ชีวิตจิตใจเฟื่องฟูขึ้น

คนที่ทำบุญคือทำความดี จิตใจก็จะเฟื่องฟูขึ้นในคุณงามความดี เพิ่มพูนคุณสมบัติที่ดีๆ ให้แก่ชีวิตจิตใจของตน บุญนั้น มีมากมาย เดี่ยวจะพูดต่อไป ยิ่งเราทำบุญมาก เราก็เพิ่มคุณสมบัติที่ดีให้แก่ชีวิตของเรามาก

ภาษาสมัยนี้มีคำหนึ่งว่า “คุณภาพชีวิต” คนสมัยโบราณ เขาไม่ต้องมีคำนี้ เพราะเขามีคำว่า “บุญ” อยู่แล้ว คำว่าบุญนี้ ครอบคลุมหมด ทำบุญที่หนึ่งก็เพิ่มคุณสมบัติให้กับชีวิตของเราที่หนึ่ง ทั้งคุณสมบัติในกาย ในวาจา และในใจ ภายของเราก็ประณีตขึ้น วาจาของเราก็ประณีตขึ้น จิตใจของเราก็ประณีตขึ้น ปัญญาของเราก็ประณีตขึ้น ดีเพิ่มขึ้นไปเรื่อยๆ

๒. บุญ แปลว่า *ทำให้เกิดภาวะน่าบูชา* บุญนั้นทำให้น่าบูชา คนที่มีบุญก็เป็นคนที่น่าบูชา เพราะเป็นคนที่มีคุณธรรม มีความดี ถ้าไม่มีคุณความดีก็ไม่น่าบูชา

ที่ว่าบุญชา ก็คือยกย่อง หรือเชิดชู คนที่ทำบุญทำกุศลจิตใจดีงามมีคุณธรรมมาก ก็เป็นคนที่น่าเชิดชู น่ายกย่อง แล้วก็ทำให้เกิดผลที่น่าเชิดชูบูชาด้วย

ไปๆ มาๆ เดี่ยวจะพูดความหมายของบุญมากไป ขอบุญเพียงเป็นตัวอย่าง ให้เห็นว่าที่จริงศัพท์เหล่านี้มีความหมายมากหลายประการ

ความหมายอีกอย่างหนึ่งที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้คือ บุญนั้นเป็นชื่อของความสุข พอทำบุญแล้วจิตใจก็สุขเอิบอิม เป็นความสุขที่ประณีตลึกซึ้ง

การทำบุญเป็นความสุขที่มีผลระยะยาว ไม่เหมือนอาหารที่รับประทาน หรือสิ่งภายนอกที่บำรุงบำเรอกาย พอผ่านไปแล้วก็หมด ก็หาย ความสุขก็สิ้นไป บางทีพอนึกใหม่กลายเป็นทุกข์ เพราะมันไม่มีเสียแล้ว มันขาดไป ต้องหาใหม่ แต่บุญเป็นสุขที่เข้าไปถึงเนื้อตัวของจิตใจ เป็นความสุขที่เต็มอิม ทำให้เกิดปีติในบุญ และเมื่อเราทำไปแล้วมันก็ไม่หมด นึกถึงเมื่อไรก็ใจเอิบอิมผ่องใสเรื่อยไป เป็นความสุขที่ยั่งยืนยาวนาน

อีกประการหนึ่ง บุญ เป็นสิ่งที่พึงศึกษา พระพุทธเจ้าตรัสสอนให้ศึกษาบุญ คำว่า “ศึกษา” ก็คือให้ฝึกขึ้นมาั่นเอง หมายความว่า บุญนี้เราต้องทำให้เพิ่มขึ้นและประณีตขึ้นเรื่อยๆ อย่างที่พูดเมื่อกี้ว่า มันเป็นคนสมบัติ มันเป็นความดี ทางกายบ้าง ทางวาจาบ้าง ทางใจบ้าง รวมไปถึงทางปัญญา เราต้องเพิ่มโดยฝึกขึ้นมา เมื่อฝึกกายวาจา จิตใจ และปัญญา ชีวิตของเราก็ประณีตออกงามขึ้นเรื่อย เรียกว่าเป็นการพัฒนาชีวิตหรือพัฒนาดนเอง

เพราะฉะนั้น บุญนี้อย่าไปยุติหรือหยุดอยู่ เราต้องศึกษา บุญ มีบุญอะไร มีคุณสมบัติความดีอะไรที่เราควรจะทำเพิ่ม เพื่อให้ชีวิตของเราดีขึ้น และทำให้เกิดประโยชน์กว้างขวางออกไป เราก็ก้าวต่อไป มิฉะนั้นเราจะติดอยู่ จมอยู่ หรือว่าชะงักตันอยู่กับที่เท่าเดิม คนที่ทำบุญไม่ควรจะติดอยู่เท่าเดิม แต่ควรจะก้าวหน้าไปในบุญ

นี่เป็นความหมายต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องบุญ นำมาพูดพอให้โยมได้เห็นแนวทาง ความจริงนั้นแต่ละอย่างยังสามารถขยายออกไปได้มาก แต่ให้เห็นเค้าว่าตั้งต้นอย่างนี้

## หนทางที่จะทำบุญ มีอยู่มากมาย

ได้บอกเมื่อกล่าวบุญนั้นมีมาก การทำบุญไม่ใช่เฉพาะทานเท่านั้น พระพุทธเจ้าตรัสไว้โดยสรุปอย่างสั้นที่สุดว่ามี ๓ คือ บุญ กิริยาวัตถุ ๓ ได้แก่

๑. ทาน

๒. ศีล

๓. ภาวนา

อย่างที่พูดไว้ตอนต้นแล้ว

ที่นี้ต่อมาพระอรรถกถาจารย์<sup>๑</sup> คงอยากจะให้ญาติโยมเห็นตัวอย่างมากมาย ท่านจึงขยายความให้กว้างออกไปอีก เพื่อเห็นช่องทางในการทำบุญเพิ่มขึ้น ท่านจึงเพิ่มเข้าไปอีก ๗ ข้อ รวมเป็น

<sup>๑</sup> พระอรรถกถาจารย์ คือ พระอาจารย์ผู้เรียบเรียงคัมภีร์อธิบายความหมายของพุทธพจน์ในพระไตรปิฎก

บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ซึ่งขอนำเอามาทบทวนกับญาติโยม ในฐานะที่เป็นผู้ทำบุญอยู่เสมอ ต่อจากบุญ ๓ คือ ทาน ศีล ภาวนา

๔. **อปจายนมัย** ทำบุญด้วยการให้ความเคารพ มีความอ่อนโยน สุภาพอ่อนน้อม ให้เกียรติแก่กัน เคารพยกย่องท่านผู้มีความเป็นผู้ใหญ่ ผู้สูงด้วยคุณธรรมความดี เป็นต้น หรือที่นิยมกันในสังคมของเรา เคารพกันโดยวิยวุฒิ ซาติวุฒิ และคุณวุฒิ แต่ในทางพระศาสนาถือว่า คุณวุฒิสำคัญที่สุด

อปจายนมัยนี้ก็เป็นบุญอย่างหนึ่ง เพราะเป็นการช่วยกันรักษาสังคมนี้ ให้เราอยู่กันด้วยความสงบร่มเย็น ถ้าสังคมของเราไม่มีการให้เกียรติ ไม่มีความเคารพกัน ก็จะมีวุ่นวายมาก จิตใจก็แข็งกระด้าง ก้าวร้าว กระทบกระแทกกันเรื่อย แต่พอเรามีความเคารพให้เกียรติแก่กัน มีความสุภาพอ่อนโยน จิตใจของเราก็นุ่มนวล การเป็นอยู่ร่วมกันก็ดี บรรยากาศก็ดี ก็จะงดงาม เป็นสุข บุญก็เกิดขึ้น

๕. **ไวยวัจจมัย** ทำบุญด้วยการช่วยเหลือ รับใช้ บริการ คนไม่มีเงินก็ไม่ใช่ว่าทำบุญไม่ได้ ไวยวัจจมัยกุศลนี้ทำได้ทุกคน อย่างสมัยก่อนนี้ก็นิยมมาลงแรงช่วยกันในเวลาทีมงานสวนรวม โดยเฉพาะสังคมไทยสมัยก่อนมีศูนย์กลางอยู่ที่วัด เวลาทีมงานวัด ชาวบ้านก็มาลงแรง ช่วยเหลือ รับใช้ ทำอะไรต่ออะไรคนละอย่างสองอย่าง ให้กิจกรรมสวนรวมที่วัดนั้นสำเร็จด้วยดี

วันนี้ก็เป็นตัวอย่าง หลายท่านมาทำบุญด้วยไวยวัจจมัยกุศล ชนิดพรรณนาได้ไม่มีที่สิ้นสุด คือมาช่วยเหลือรับใช้บริการบำเพ็ญประโยชน์ ไม่ว่าจะเป็นตำรวจ ทหารเรือ ทหารทั้งหลาย หรือว่าเด็กๆ นักเรียน ตลอดจนญาติโยมก็มาทำกันทั้งนั้น ย้อนหลังไป

ก่อนวันนั้นก็มาช่วยกันปลูกต้นไม้ มาทำความสะอาด มาทำถนน ฯลฯ ตลอดจนมาช่วยถ่าयरูปเก็บไว้ ทั้งหมดนี้ก็เป็นไวยวัจจมัยกุศล พุฒสั้นๆ ว่ามาช่วยกัน คือเจตนาที่จะมาบำเพ็ญประโยชน์ ช่วยเหลือ รับใช้ บริการ ทำกิจส่วนรวมให้สำเร็จ เป็นบุญอีกแบบหนึ่ง

๖. **ปัตติทานมัย** ทำบุญด้วยการให้ส่วนบุญ หมายความว่าให้ผู้อื่นมีส่วนร่วมในบุญหรือในการทำบุญด้วย เวลาเราทำความดีอะไรสักอย่างก็ไม่หวังแทนไว้ เราเปิดโอกาสให้คนอื่นได้มีส่วนร่วมบุญด้วยการทำความดีด้วยกัน ทั้งผู้มาร่วม และผู้ให้โอกาส ก็ได้บุญเพิ่มทั้งสองฝ่าย คนที่ให้เขาร่วมตัวเองบุญก็ไม่ได้ลดลง เดียวจะนึกว่าคนอื่นมาแย่งบุญ เปล่า กลับยิ่งได้มากขึ้น เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า คนที่ทำบุญด้วยตน กับคนที่ทำบุญด้วยตน แล้วยังชวนคนอื่นมาทำด้วยนั้น คนหลังได้บุญมากกว่า เมื่อให้ส่วนร่วมแก่ผู้อื่นมาทำความดีด้วยกัน บุญกุศลก็ยิ่งเพิ่มมาก

๗. **ปัตตานุโมทนามัย** ทำบุญด้วยการอนุโมทนาส่วนบุญ คือพลอยชื่นชมยินดี หรือแสดงความยินดี ยอมรับ เห็นชอบในการทำ ความดี คือในการทำบุญของผู้อื่น เมื่อเขาทำบุญทำความดี เราก็พลอยชื่นใจอนุโมทนาด้วย

เช่นสมัยก่อนนี้ เวลาญาติโยมบางท่านไปทำบุญที่วัด ก็อาจจะเดินไปผ่านบ้านโน้นบ้านนี้ พอเดินผ่านบ้านนี้ เห็นคนที่รู้จัก ก็บอกรว่า ฉันไปทำบุญมานะ แบ่งบุญให้ด้วย บ้านที่ได้ฟังก็บอกรว่า ขอโมทนาด้วยนะ นี่คือการปัตตานุโมทนา ซึ่งเป็นการฝึกนิสัยจิตใจ ให้เราพลอยยินดีในการทำ ความดีของคนอื่น ไม่ซึ่งเคียด ริษยาหรือหมั่นไส้ แต่ให้มีจิตใจชื่นบานด้วยการเห็นคนอื่นทำความ

ดี เมื่อเราพลอยชื่นบาน อนุโมทนาด้วย เราก็ได้บุญด้วย นี่คือนุญที่  
เกิดจากการอนุโมทนา

## ทำบุญ ต้องให้สมบูรณ์ขึ้นไปถึงปัญญา

๘. *ธรรมสวนมัย* ทำบุญด้วยการฟังธรรม ธรรมะเป็นเรื่อง  
สำคัญที่จะทำให้เรามีปัญญา ทำให้เรามีหลักในการประพฤติ  
ปฏิบัติและดำเนินชีวิตที่ดี ถ้าเราไม่มีการฟังธรรม ไม่มีการอ่าน  
หนังสือธรรมะ เป็นต้น ความก้าวหน้าในธรรมของเราอาจจะชะงัก  
แล้วการที่จะเจริญในบุญก็จะเป็นไปได้ยาก จึงต้องมีข้อนี้มาช่วย  
ทำนุจูงใจให้มีธรรมสวนมัย คือทำบุญด้วยการฟังธรรม ซึ่งจะ  
ให้รู้หลัก มองเห็นช่องทางแม้แต่ในการทำบุญ เพิ่มขึ้นอีก

๙. *ธรรมเทศนามัย* ทำบุญด้วยการแสดงธรรม การแสดง  
ธรรมให้ผู้อื่นฟังก็เป็นบุญ แต่ในเวลาแสดงธรรมให้ผู้อื่นฟังต้องตั้ง  
ใจให้ถูกต้อง ทำนุว่าถ้ามีเจตนาหาลาก หาเสียง ถือว่าเจตนาไม่ดี  
มุ่งที่ผลส่วนตัว จะไม่มีผลมาก แต่ถ้าตั้งเจตนาว่าเราจะแสดงธรรม  
ไปเพื่อให้โยมได้รู้เข้าใจถูกต้อง ให้มีสัมมาทิฐิ ให้โยมได้รับ  
ประโยชน์ ให้โยมได้พัฒนาชีวิตขึ้นไป ผู้ที่แสดงธรรมก็ได้บุญด้วย

ถึงโยมก็เหมือนกัน ก็ทำบุญข้อธรรมเทศนามัยนี้ได้ โดยนำ  
ธรรมไปบอก ไปเผื่อแผ่ ไปสอนลูกสอนหลาน ให้รู้จักสิ่งที่ถูกต้องดี  
งาม ให้เขาเจริญในทาน ศีล ภาวนาด้วย เริ่มตั้งแต่ไปแนะนำใน  
ครอบครัวของตัวเอง ทำบุญกับลูกกับหลานก็ได้ ด้วยธรรมเทศนา  
มัยนี้ ยิ่งเป็นเรื่องที่ยาก หรือเขาไม่เคยสนใจ เราก็ได้ฝึกตัวเอง หา

ทางที่จะสอนที่จะแนะนำอธิบายให้ได้ผล ทำให้เขามีปัญญา ทำให้เขาทำดี เป็นคนดีได้ ก็ยิ่งได้บุญมาก

๑๐. **ทิวสุขุกรรม** ทำบุญด้วยการทำความเห็นให้ตรง คือให้ถูกต้อง ความเห็นถูกต้องนี้ต้องทำกันอยู่เสมอ ไม่ว่าจะทำอะไร ควรพิจารณาตรวจสอบกิจกรรมทุกอย่างว่า เราทำด้วยความรู้เข้าใจถูกต้องหรือเปล่า เช่นเมื่อทำทานก็พิจารณาว่าเราทำด้วยความเข้าใจถูกต้องไหม เรื่องนี้เป็นไปได้มากกว่า โยมหลายท่านอาจจะทำด้วยความเข้าใจผิดอยู่ก็ได้

ไม่ว่าอะไร เช่นอย่างรักษาศีล บางทีก็รักษาไปตามตัวบทพยัญชนะ หรือตามที่ยึดถือกันมา ไม่เข้าใจจริง เมื่อเราไปฟังธรรม เราก็มาปรับความเห็นของตัวเองให้ถูกต้อง การทำบุญข้ออื่นๆ ก็พลอยถูกต้องไปด้วย เพราะฉะนั้น เรื่องทิวสุขุกรรม หรือการทำความเห็นให้ตรงให้ถูกต้องนี้จึงเป็นเรื่องสำคัญ ต้องพัฒนาอยู่เสมอ ไม่ว่าจะทำอะไร ต้องมีความเข้าใจที่ถูกต้องประกอบอยู่

ทั้งหมดนี้รวมเป็น ๑๐ ข้อ แต่ใน ๑๐ ข้อนี้ ที่เป็นหลัก ก็คือ ทาน ศีล ภาวนา ส่วนที่เติมมา ๗ ข้อนั้นเป็นการขยายจาก ๓ ข้อต้น เพื่อให้เห็นความหมายและช่องทางที่จะทำบุญเพิ่มขึ้น

## บุญที่แก้แผ่ความสุขออกไป

### ให้ความงอกงามทั้งแก่ชีวิตของเราและทั่วสังคม

ข้อที่ขยายเพิ่มขึ้นนั้น *อปจาคยนมัย* ก็ดี *ไวยาวัจจมัย* ก็ดี อยู่ในหมวดศีล คือ การที่มีความสุภาพ อ่อนโยน นบไหว้ ให้เกียรติแก่กัน และการช่วยเหลือรับใช้บริการ ก็เป็นเรื่องด้านความสัมพันธ์กับ

ผู้อื่นในสังคม จึงเป็นเรื่องของศีล จัดอยู่ในหมวดศีล ตอนนี้เรียกว่า สงเคราะห์ คือจัดประเภท

ต่อไป **ปัตติทานมัย** การให้ส่วนบุญแก่ผู้อื่น หรือให้ผู้อื่นมีส่วนรวมบุญนี้จัดอยู่ในทาน จะเห็นว่าทานมีความหมายกว้าง ไม่ใช่เฉพาะให้ของเท่านั้น แต่การให้ความมีส่วนร่วมในการทำ ความดี หรือให้โอกาสผู้อื่นทำความดี ก็เป็นบุญ เป็นการให้ทานชนิดหนึ่งเหมือนกัน รวมทั้ง **ปัตตานุโมทนา** อานุโมทนาบุญที่ผู้อื่นทำ ก็อยู่ในหมวดทานด้วย

ต่อไป ข้อ ๘. **ธรรมสวนมัย** ฟังธรรม ก็ดี ข้อ ๙. **ธรรมเทศนามัย** แสดงธรรมแก่ผู้อื่น ก็ดี รวมอยู่ในข้อ ๓ คือ ภาวนามัย เพราะเป็นการพัฒนาจิตใจ และพัฒนาปัญญา โดยเฉพาะปัญญา ซึ่งจะไปส่งผลแก่ข้อสุดท้ายด้วย

ข้อสุดท้าย คือ **ทิวสุชุกรม** ท่านบอกว่าเข้ากับทุกข้อ เวลาทำบุญทุกอย่างให้มีทิวสุชุกรมประกอบ คือมีความเห็นที่ถูกต้องด้วย มิฉะนั้นบุญของเราก็จะบกพร่อง เพราะอะไร เพราะบางทีเวลาทำบุญนั้น ใจของเราซีกหนึ่งได้บุญ แต่อีกซีกหนึ่งมีโลภะเป็นต้นปนอยู่ นึกถึงบุญแต่ใจประกอบด้วยความโลภ อยากได้ผลตอบแทนอย่างโน้นอย่างนี้ อย่างนี้บุญก็ได้แต่บาปก็ได้ด้วย คือมีโลภะประกอบอยู่ เพราะฉะนั้นจึงต้องระวังเหมือนกัน

แต่ถ้าเรามี ทิวสุชุกรม ประกอบอยู่ คอยทำความเห็นให้ตรง ก็จะไม่แก้ปัญหานี้ได้ คือทำบุญด้วยความเข้าใจว่า ทานนี้ทำเพื่ออะไร เมื่อรู้เข้าใจว่าทานทำเพื่ออะไร แล้วความเห็นของเราถูก

ต้อง บุญของเราที่สมบูรณ์ แล้วบุญนั้นจะมีความหมายที่ครบ ภาย  
วาท จิต ปัญญา

กายก็ทำ ชัดอยู่แล้ว วาทก็เปล่ง เช่นชักชวนกัน ปรีक्षा  
กัน จิตก็สงบผ่องใส มีเจตนาประกอบด้วยศรัทธาเป็นต้น ปัญญา  
ก็มีความรู้เข้าใจ ว่าสิ่งที่ตนทำนี้ทำเพื่ออะไร ยิ่งถ้ามองเห็นความ  
หมายและประโยชน์ชัดเจนแล้ว ก็จะมีจิตใจกว้างขวางและบุญ  
กุศลก็ยิ่งเพิ่ม

อย่างเวลาทำงานนี้เรารู้เข้าใจมองเห็นว่า ที่เราถวาย  
ภัตตาหาร และถวายทุนการศึกษาแก่พระสงฆ์ พระสงฆ์ท่านมี  
หน้าที่อะไร โยมลองถามตัวเอง แล้วก็มองเห็นว่า พระสงฆ์ท่านมี  
หน้าที่เล่าเรียนพระธรรมวินัย มีหน้าที่ที่จะปฏิบัติตามหลักธรรม  
วินัยที่ได้เล่าเรียนนั้นแล้วก็มีหน้าที่ที่จะเผยแผ่ธรรม อ้อ..ท่านมี  
หน้าที่ใหญ่ ๓ อย่างนี้

การที่เราถวายปัจจัยแก่พระสงฆ์นี้ ก็เพื่อให้ท่านมีกำลังไป  
ทำศาสนกิจ คือหน้าที่ ๓ อย่างนั้น เมื่อท่านทำหน้าที่สามอย่างนั้น  
ตัวท่านเองก็เจริญอกงามในไตรสิกขาด้วย ธรรมะที่ท่านได้รู้ได้  
เรียนมากก็จะเกิดประโยชน์แก่ประชาชนกว้างขวางออกไปด้วย แล้ว  
เป็นอย่างไร พระศาสนาของเราก็อยู่ได้ เราได้มีส่วนช่วยพระ  
ศาสนา การที่เราทำบุญนี้ จึงเป็นการช่วยดำรงพระพุทธศาสนาให้  
เจริญมั่นคง

ถึงตอนนี้โยมก็รู้ว่า บุญของเราไม่ได้อยู่เฉพาะแค่พระองค์  
ที่เราถวายเท่านั้น แต่บุญไปถึงพระศาสนาทั้งหมด เมื่อพระศาสนา  
อยู่ได้ ธรรมก็อยู่ได้ แล้วธรรมก็เผยแผ่ออกไป ก็เกิดเป็นประโยชน์

แก่ประชาชน เมื่อประชาชนได้รู้เข้าใจประพจน์ปฏิบัติธรรม สังคมก็ร่มเย็นเป็นสุข สังคมที่อยู่ได้นี้ก็เพราะยังมีคนประพฤติปฏิบัติธรรม รู้ธรรมกันอยู่บ้าง อย่างน้อยก็ยังพอประดับประดองกันไป

เมื่อโยมนี้เห็นว่า ทานที่เราถวายนี้ ให้แก่พระองค์เดี๋ยวนี้ มีผลไปถึงพระพุทธศาสนาและประชาชนทั่วสังคมทั้งหมดด้วย เมื่อมองด้วยความเข้าใจอย่างนี้ ใจก็ยิ่งปลอดโปร่งกว้างขวาง มีปีติอิ่มใจนึกขึ้นมาเมื่อไรก็ยิ่งมีความสุข นี่แหละที่เรียกว่า*ทิวสุกขกรรม* เกิดจากมีปัญญาประกอบเข้ามา บุญก็ยิ่งกว้างขวาง

ยิ่งกว่านั้น ต่อไปมันจะเป็นปัจจัยให้เราเห็นทางทำบุญที่ถูกต้องยิ่งขึ้น ว่าทำบุญอย่างไรจึงจะเกิดประโยชน์เกิดคุณค่ากว้างขวาง โยมก็จะได้ *วิไชยทาน* คือทานที่เกิดจากการวิจยขึ้นมาด้วย คือพิจารณาไตร่ตรองแล้วจึงให้ทาน ทั้งหมดนี้ก็ขอนำมากล่าวให้โยมได้ฟัง ในเรื่องวิธีทำบุญ ซึ่งที่จริงไม่มีที่สิ้นสุด เพราะมีเรื่องที่ควรทราบอีกมาก แต่เราฟังกันไปทีละน้อยๆ ก็จะได้เห็นแนวทางปฏิบัติในการทำบุญมากขึ้นทุกทีๆ

## โยมทำบุญแล้ว พระก็อนุโมทนา

แต่ถ้าโยมทำบุญเพราะพระชวน อาจจะเสี่ยงต่ออเนสนา

เวลาโยมทำบุญเสร็จแล้ว พระก็จะอนุโมทนา ที่ว่าอนุโมทนาก็คือ แสดงความพลอยยินดีด้วยกับโยมที่ได้ทำบุญ เพราะโยมทำดีงามถูกต้องแล้ว พระก็ยอมรับหรือแสดงความเห็นชอบ

ในการอนุโมทนานั้นพระก็จะบอกว่า บุญที่ทำนี้เกิดผลเกิดอานิสงส์อย่างไร ทานมีผลอย่างไร ศีลมีผลอย่างไร ภาวนามีผล

อย่างไร เราเรียกสั้นๆ ว่า “อนุโมทนา” แต่อนุโมนานี้พระจะพูดเมื่อโยมทำแล้ว ว่าที่โยมทำจะเกิดผลอย่างนั้นอย่างนี้ มีผลดีทั้งในโลกนี้และโลกหน้า ดังที่พระพุทธเจ้าก็ได้ตรัสแสดงอานิสงส์ของบุญไว้ หมายความว่า บุญประเภททานก็ดี บุญประเภทศีลก็ดี บุญประเภทภาวนาก็ดี พระองค์ได้แสดงอานิสงส์ไว้

อานิสงส์นั้น พระพุทธเจ้าตรัสเน้นประโยชน์ที่มองเห็นก่อนแล้วจึงลงท้ายด้วยผลในภพหน้า ว่าตายแล้วไปสวรรค์ เช่นในเรื่องศีล พระพุทธเจ้าก็ได้ตรัสอานิสงส์ของศีล ๕ ว่า

๑. คนที่มีศีล อาศัยความไม่ประมาท จะทำให้เกิดโรคะได้มาก คนไม่มีศีล อย่างคนที่เต็มไปด้วยอบายมุข ย่อมปล่อยชีวิตตกต่ำ มัวหมกมุ่นวุ่นวายมัวเมาในเรื่องของสิ่งเหลวไหล จึงไม่เอาใจใส่ ไม่ขยันทำมาหากิน เรียกว่าตกอยู่ในความประมาท ก็เสื่อมทรัพย์อับชีวิต แต่คนที่มีศีล เว้นจากทุจริต เว้นจากอบายมุขและเรื่องชั่วช้าเสียหายแล้ว เมื่อมีความไม่ประมาท ก็ขยันหมั่นเพียรทำ การงาน ใจอยู่กับการประกอบอาชีพ ก็ทำให้เกิดโรคะได้มาก

๒. กิตติศัพท์อันดีงามก็ระบือไป คนที่ประพฤติดีมีศีล มีความสุจริต คนกนิยมชมชอบ ยิ่งสังคมปัจจุบันนี้เราถือเป็นสำคัญมากกว่า ในบ้านในเมืองนี้ทำอะไรจะหาคนที่มีความสุจริตมาบริหารบ้านเมือง ถ้าคนไหนมีศีล สุจริต มีความบริสุทธิ์ มีความซื่อสัตย์ ก็ได้กิตติศัพท์ดีไปด้านหนึ่ง แต่ไม่ได้หมายความว่าทั้งหมดอย่างน้อยด้านศีลก็ได้กิตติศัพท์เป็นเครื่องประดับรองรับตัวเองขึ้นมา เป็นฐานที่สำคัญ

๓. ความมีศีลทำให้มีความแก่กล้า ถ้าเรามีศีล เป็นคนประพฤติซื่อสัตย์สุจริตแล้ว จะเข้าสู่สมาคมนั้นก็มีความแก่กล้า ไม่ครั่นคร้าม

๔. เวลาตายก็มีสติ ไม่หลงตาย ต่อจากนั้น

๕. ข้อสุดท้าย ตายแล้วไปเกิดในสวรรค์

อานิสงส์ ๕ ข้อของความมีศีลนี้เป็นตัวอย่าง พระพุทธเจ้าทรงแสดงอานิสงส์แบบนี้ พระก็อาจจะเอามาเทศน์ หรือพูดขยายให้โยมฟังว่า ทำบุญแล้วเกิดผลอะไร มีอานิสงส์อย่างไร ก็ทำให้โยมมีจิตใจขึ้นบานผ่องใส บุญก็จะมากขึ้น เพราะเกิดความเข้าใจ มีปัญญาประกอบด้วย

แต่ถ้าพระไปพูดก่อน คือไปพูดให้โยมทำบุญ โดยชวนว่า โยมทำโน่นทำนี่แล้วจะได้ผลมากมายอย่างนี้ ๆ ชักเข้าหาตัวก็กลับตรงกันข้าม คือ ถ้าโยมทำบุญก่อน แล้วพระพูดถึงผลดีทีหลัง นี่เป็น **อนุโมทนา** แต่ถ้าพระพูดก่อนเพื่อให้โยมถวาย ก็กลายเป็นเสียต่อ **อเนสนา**

“อเนสนา” แปลว่าการแสวงหาลาภหรือหาเลี้ยงชีพโดยทางไม่ถูกต้อง ทางพระถือว่าเป็นมิจฉาชีพ คำว่ามิจฉาชีพนี้ใช้ได้ทั้งพระทั้งคฤหัสถ์ แต่สำหรับพระ มิจฉาชีพก็ได้แก่การ กระทำจำพวกที่เรียกว่า อเนสนา เช่น พูดล่อ พูดจูง หรือเลียบเคียงให้โยมมาถวายของหรือบริจาคอะไร อย่างนี้เสียมาก เพราะฉะนั้นก็ใช้คำสั้นๆ ว่า ถ้าพูดทีหลัง เป็นอนุโมทนา แต่ถ้าพูดก่อน เสียต่ออเนสนา ตามปกตินั้น พระได้แต่อนุโมทนาเมื่อโยมทำบุญแล้ว อันนี้โยมควรทราบไว้

## ทำบุญ ทำที่ไหนก็ได้ ไม่ว่าทำอะไร ถ้าทำเป็น ก็ได้บุญ

เวลาทำบุญ เราสามารถทำทั้ง ๓ อย่างพร้อมกันอย่างที่ว่าแล้ว ซึ่งก็ควรจะเป็นอย่างนั้น ไม่ใช่ว่าต้องทำเฉพาะทานหรือเฉพาะศีล หรือเฉพาะภาวนา ควรทำที่เดียวพร้อม ๓ อย่างเลย อย่างที่ย้ำไว้ตั้งแต่ต้นแล้วว่า โยมมาถวายทานที่วัด อย่าให้ได้แต่ทานอย่างเดียว ต้องให้ได้ศีลได้ภาวนาด้วยพร้อมกันหมด เราจึงจะพูดได้เต็มปากว่า “ทำบุญ” มิฉะนั้นเราก็ได้แค่ส่วนหนึ่งของบุญคือทานเท่านั้น

ไม่ว่าทำอะไรก็ทำบุญ ๓ อย่างได้พร้อมกัน ไม่เฉพาะไปถวายทานที่วัด แม้แต่ในการประกอบกรงานท่านยังอธิบายไว้เลยว่า อาชีพการงานทั้งหลายที่ญาติโยมทำกันนี้ ก็ทำบุญไปด้วยกันพร้อมทั้ง ๓ อย่างได้ เช่น ในการทำอาชีพการงานนั้น พอได้เงิน โยมก็คิดตั้งใจขึ้นมาว่า โอ..นี่เราได้ทรัพย์เพิ่มขึ้นแล้ว เราจะเอาทรัพย์นี้ส่วนหนึ่ง ไปให้ทาน ทำบุญกุศล ช่วยเหลือเผื่อแผ่แก่เพื่อนมนุษย์ ทำให้เป็นประโยชน์ขึ้นมา พอคิดอย่างนี้จิตใจตั้งงามผ่องใส ท่านเรียกว่า ทานเจตนาเกิดขึ้น ขณะทำอาชีพอยู่นั้นก็ได้ทำทานไปด้วย

เวลาทำงานนั้น ทำด้วยความตั้งใจให้เป็นไปโดยสุจริตทำงานของเราให้ตรงต่อหน้าที่ของอาชีพ ให้ถูกต้องตามจรรยาบรรณ ทำด้วยความตั้งใจตรงตามหน้าที่ของตน โดยสัตย์สุจริตเวลานั้นก็เรียกว่าได้รักษาศีล

เวลาทำงานนั้น ฝึกใจของตัวเองไปด้วย มีความเพียรพยายาม มีสมาธิ ทำจิตใจของเราให้สงบ ให้มีสติ แม้จะมีอารมณ์กระทบกระทั่งเข้ามารบกวน ก็ฝึกใจให้สงบมั่นคงได้ รักษาเมตตา

ไมตรี และความมีใจฟ่องใสเอาไว้ อย่างนี้ก็เรียกว่าได้ทำภาวนาไปในตัว ภาวนาอย่างนี้เป็นส่วนจิต

สูงขึ้นไปอีก ยังสามารถทำภาวนาในส่วนปัญญาด้วย คือทำงานด้วยวิจยารณญาณ พิจารณาไตร่ตรองเหตุผลที่จะให้ได้ผลดีว่าทำงานอย่างไรจึงจะเกิดประโยชน์ที่แท้จริง

สูงขึ้นไปอีก ในภาวนาส่วนปัญญานั้น เมื่อทำงานไป มองเห็นความเปลี่ยนแปลงเป็นไป ของเหตุการณ์กิติ ของผู้คนที่พบเห็นเกี่ยวข้องกับกิติ รู้จักพิจารณา รู้จักมนสิการ ก็เกิดความรู้ความเข้าใจโลกและชีวิตนี้มากขึ้น มองโลกด้วยความเข้าใจรู้เท่าทัน และวางท่าที่ได้ถูกต้อง

ยกตัวอย่าง เช่นคุณหมอด้องสัมพันธ์กับคนไข้ มองคนไข้คนโน้นเป็นอย่างนั้น คนนี้เป็นอย่างนี้ คนนั้นหน้าบึ้งคนนี้น้ำอ้มคนนี้พูดไปแล้วเข้าใจดี คนนี้พูดไปแล้วไม่เอาไหน คนนั้นกำลังใจเข้มแข็งดี คนนี้ไม่มีกำลังใจ เราก็ได้รู้เห็นชีวิตและอาการของผู้คนที่ เป็นไปต่างๆ

เมื่อรู้จักมอง คือมองเป็นประสบการณ์ที่เราได้มีโอกาสพบเห็น ไม่มองในแง่เป็นอารมณ์ที่มากกระทบตัวตน ก็เกิดความรู้เข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง ว่าโลกนี้เป็นอย่างไร ชีวิตเป็นอย่างไร ในจิตใจแทนที่จะเกิดความรู้สึกไม่ดี ก็เกิดปัญญา ทำให้วางใจถูกต้องต่อสิ่งทั้งหลาย ได้ปัญญาภาวนาอีก

อย่างเป็นผู้สื่อข่าวนี้ก็ชัด เมื่อมาที่วัดหรือไปหาชาวที่ไหน

๑. ทำด้วยความตั้งใจว่าเราจะเผยแพร่ข่าวสาร คือให้ข่าวสารหรือให้ความรู้ที่เป็นประโยชน์แก่ประชาชน เมื่อตั้งใจคืออย่างนี้

ก็เป็นทาน คือไม่ใช่คิดแต่เพียงว่าเราจะมาทำอาชีพของเรา วันนี้นี้จะได้เงินเท่าไร ทำอย่างไรจะได้เงินมากๆ ถ้าคิดแบบนี้อย่างเดียว บุญก็ไม่เกิด แต่ในเวลาทำงาน ถ้าเรามีจิตใจเกื้อกูล หวังดีต่อผู้อื่น โดยตั้งใจว่า เราจะหาข่าวสารให้เป็นประโยชน์แก่ประชาชน ที่จะได้รู้ข้อมูลมีปัญญามากขึ้น เมื่อตั้งใจอย่างนี้ ข้อ ๑ คือทานมาแล้ว

๒. ทำหน้าที่ของเราโดยซื่อสัตย์สุจริต เราจะลงข่าวให้ถูกต้อง ให้ตรงตามความเป็นจริง ไม่ให้มีการบิดเบือน ไม่ให้ผิดพลาด จะทำโดยสุจริต นี้ศีลมาแล้ว

๓. ต่อไป เวลาเราไปทำข่าวนี้อาจจะมีการกระทบกระทั่ง คนฝ่ายนั้นฝ่ายนี้อาจจะไม่พอใจ แต่ไม่ว่าจะมีอะไรกระทบกระทั่งมา เราจะฝึใจของเราให้มั่นคง ไม่วู่วาม ถ้าเราฝึใจจิตใจของเราให้เข้มแข็งมั่นคงได้ รับกระทบได้ทุกอย่าง สามารถตั้งตัวอยู่ในสติที่มั่นคง ดำรงกิริยาอาการที่ดีไว้ได้ นี้เราได้แล้วนะ *ภาวนาด้านจิต*

ส่วนปัญญาภาวนานั้นแน่นอน อาชีพของเราเกี่ยวกับข้อมูลความรู้และการใช้ปัญญา เราจะพยายามทำข่าวสารของเรา ให้เป็นไปด้วยวิจรรณญาณ เลือกประเด็นจับประเด็นให้ถูกต้อง สื่อออกไปให้เกิดประโยชน์ได้อย่างแท้จริง ยิ่งใช้ปัญญาเท่าไรก็เกิดประโยชน์มากเท่านั้น นี้ก็ได้*ภาวนาด้านปัญญา*

แต่ปัญญาภาวนาอย่างสำคัญที่ผู้สื่อข่าวมีโอกาสจะได้มาก ดูเหมือนจะมีโอกาสมากกว่าคนอื่น ๆ ก็คือนักข่าวนั้น ได้พบเห็นผู้คนมากมาย ต่างพวก ต่างหมู่ ทุกชั้น ทุกเพศ ทุกวัย ทุกอาชีพ มีนิสัยใจคอต่างๆ กัน พฤติกรรมต่างๆ กัน มีความดีความชั่วไม่เหมือนกัน ความคิดเห็นก็ต่างๆ กัน และเหตุการณ์ก็แปลกๆ

มากมาย ซึ่งถ้ารู้จักไตร่ตรองพิจารณามองด้วยท่าทีที่ถูกต้อง ก็จะทำให้เข้าใจผู้คน ทำให้มองเห็นความจริงของโลกและชีวิต แล้วก็ทำให้สามารถวางใจต่อสิ่งต่างๆ ได้ดี จิตใจจะโปร่งโล่งเป็นอิสระ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทั้งแก่ชีวิตของตนเอง และเป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติหน้าที่ด้วย

ตามที่ว่ามานี้ ผู้สื่อข่าวจึงได้ทำทั้งทานทั้งศีลและภาวนา เป็นอันว่า ที่พระท่านพูดไว้ ทางที่จะให้ทานมีเยอะ เรื่องบุญก็มากมายครอบคลุมไปหมด รวมทั้งคำว่า “คุณภาพชีวิต” ก็อยู่ในบุญหมด คนโบราณจึงไม่ต้องหาคำอะไรมาพูด เขาใช้คำเดียวว่า “บุญ” ก็จบเลย เพราะมันคลุมหมดทุกอย่าง ฉะนั้นข้อสำคัญอยู่ที่พวกเราเองอย่าไปทำให้มันแคบ เวลานี้คำว่าบุญมีความหมายแคบลงเหลือชนิดเดียว และตอนนี้เมื่อทำด้วยปัญญา มีความเข้าใจ ความหมายของบุญก็จะเพิ่มพูนสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

## ศึกษาบุญไป ให้ปัญญาอยู่กับปัญญาบรรจบกัน ก็จะมีผลสมบูรณ์ กลายเป็นบุญอย่างสูงสุด

พูดมายี่ตยาวแล้ว ควรจะจบได้ ขอขำข้อสุดท้ายที่ว่า **ทิวสุขุกรรม** ควรให้มีประกอบกับการทำบุญทุกครั้ง เพราะมันเข้าได้ทุกข้อ เริ่มแต่ทำบุญข้อทานเราก็มีทิวสุขุกรรม เช่นถามตัวเองว่า เรามีความเห็นถูกต้องใหม่ในการทำบุญ เราเข้าใจถูกต้องใหม่ อย่างน้อยรู้ว่าการทำทานมีความมุ่งหมายเพื่ออะไร พระพุทธเจ้าสอนให้เราเห็นว่า ถ้าเราจะถวายสังฆทาน คุณค่าประโยชน์จุดมุ่งหมายของมันอยู่ที่ไหน เมื่อพิจารณาอย่างนี้

๑. ใจของเราจะกว้างขึ้น และบุญก็เพิ่มขึ้น

๒. เราจะพัฒนา จะไม่จมติดอยู่แค่นี้

เป็นอันว่า ทิวชุกุกรรมนี้ เป็นเรื่องใหญ่เรื่องหนึ่ง วันนี้นำมาพูดเป็นเค้าไว้ให้โยมทราบ ว่า ต้องพยายามให้ประกอบกับการทำบุญทุกอย่าง ให้เป็นการกระทำที่มีความเข้าใจรู้เห็นถูกต้อง แล้วก็ปรับจิตใจของเราอยู่เสมอ การที่จะปรับจิตใจได้ถูกต้องก็ต้องต้องเรียนรู้ อยู่เสมอ ต้องฟังต้องอ่านธรรมอยู่เสมอ

ขอพูดเพิ่มอีกนิดหนึ่งสั้นๆว่า บุญที่ท่านยังแบ่งอีกว่า มี ๒ ประเภท คือโอปธิกบุญ กับ นิรูปธิบุญ หรืออินโอปธิกบุญ

โอปธิกบุญ แปลว่า บุญที่ยังมีอุปธิ ยังก่อให้เกิดชั้นรณะ หมายความว่า เป็นบุญของคนที่อยู่ในโลก ซึ่งจิตใจยังหวังผลอย่างนั้น อย่างนี้อยู่ ยังเป็นบุญที่ระคนด้วยกิเลส ท่านยอมให้สำหรับญาติโยม

แต่ท่านเตือนไว้อย่าลืมนะว่าเราจะต้องเดินหน้าต่อไป เพื่อไปให้ถึงอินโอปธิกบุญ คือบุญที่ไม่ประกอบด้วยอุปธิ อันเป็นบุญที่บริสุทธิ์ เกิดจากเจตนาที่ไม่มีกิเลส มีความผ่องใส ทำด้วยจิตใจบริสุทธิ์จริงๆ ตรงตามความมุ่งหมาย คือทำเพื่อความมุ่งหมายของบุญนั้นแท้ๆ ไม่มีโลภะ ไม่มีโทสะ ไม่มีโมหะ

แต่การที่จะฝึกให้ไม่มีโมหะนี้ ต้องทำไปเรื่อยๆ อย่าหยุดก็แล้วกัน ขอให้เดินหน้าไป แล้วก็ถึงบุญที่จะทำให้เราหมดอุปธินี้แน่นอน

บุญตัวสำคัญก็คือปัญญา บุญแปลว่าชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ แต่บุญจะชำระจิตใจได้จริงก็ต้องมาถึงขั้นปัญญา จึงจะชำระด้วยวิปัสสนาให้สะอาดได้จริง ฉะนั้น บุญจึงรวมคำว่าปัญญาอยู่ด้วย และบุญขั้นสูงสุดก็จึงมาถึงปัญญา มาเป็นปัญญา ในที่สุดบุญคุณ

กับปัญญา ก็เลยมาบรรจบกัน

ถ้าโยมทำอะไรแล้ว ได้ทั้งปัญญา ได้ทั้งปัญญา พระพุทธศาสนา ก็เดินหน้าในตัวโยม และโยมก็เดินหน้าในพระพุทธศาสนา เพราะฉะนั้นเมื่อเราทำบุญไป ก็อย่าให้ได้เฉพาะปัญญา แต่ให้ได้ปัญญาด้วย ให้ปัญญากับปัญญามาบรรจบกัน แล้วปัญญาจะมาเป็นตัวทำให้บุญของเรามีผลสมบูรณ์อย่างแท้จริง จนกระทั่งกลายเป็นบุญที่สูงที่สุด คือเป็นอโนปธิกบุญ

วันนี้ก็เลยพูดกับโยมมายืดยาวพอสมควรในเรื่องบุญ เพื่อให้เห็นตัวอย่างว่า เรื่องของถ้อยคำ และกิจกรรมที่เราทำในพระพุทธศาสนานี้ ยังมีอะไรที่ควรจะต้องศึกษาอีกมาก ท่านจึงบอกให้ศึกษาบุญ ดังที่ตรัสไว้ในพระสูตรว่าด้วยบุญกิริยาวัตตฤว่า บุญกิริยาวัตตฤ มีอยู่ ๓ อย่าง คือ

- ๑. ทานมัย บุญกิริยาวัตตฤ
- ๒. ศีลมัย บุญกิริยาวัตตฤ
- ๓. ภาวนามัย บุญกิริยาวัตตฤ

แล้วพระองค์ก็ตรัสเป็นคาถาสรูปท้ายยาวหน่อย แต่ก่อนต้นบอกว่า บุญญเมว โส สิทธิเขยย บุคคลนั้นพึงศึกษาบุญ คือ เรียนรู้ฝึกทำให้ก้าวหน้าต่อไป อย่าหยุดอยู่แค่บุญที่เราทำอยู่เป็นทุนเท่านั้น บุญจึงจะเกิดผลสมบูรณ์อย่างที่ได้กล่าวมา

ได้แสดงธรรมกถาเรื่องบุญมาพอสมควรแก่เวลา ขออนุโมทนาคุณโยมทุกท่านอีกครั้งหนึ่ง ในการที่ได้มาปรารภเหตุการณ์หนึ่งซึ่งจะเรียกว่ากรณีตุ๊กตาแบ่ง หรืออะไรก็แล้วแต่ แล้วมาร่วมกันทำบุญขึ้น

