



**ประโยชน์ ป.ธ.ศ**  
**แปล ไทยเป็นมงคล**  
**สอน วันที่ ๒๕ มกราคม ๒๕๓๕**

๑. ความจริง ร่างกายที่ดีแล้วเป็นอสุขะ ฉันใด แม้ร่างกายที่เป็นอยู่ ก็เป็น อสุขะ ฉันนั้นเหมือนกัน ๆ แต่ลักษณะอสุขะในร่างกายที่เป็นอยู่นี้ย่อมมีปรากฏ เพรา ถูกเครื่องตอบแทนจะมาปกปิดไว้ ๆ ก็ ธรรมดาว่าร่างกายนี้ตามปกติ มีกระดูกเกินกว่า ๓๐๐ ห้องเป็นโครงสร้าง เชื่อมต่อกันด้วยข้อต่อ ๑๘๐ ข้อ ยึดกันอยู่ด้วยเอ็น ๙๐๐ เส้น ชาบด้วยเนื้อ ๙๐๐ ชิ้น หุ้มเป็นนิจ ดูจากชนะแท้ทั้งน้ำมันข้น เป็นที่อาศัยอยู่แห่ง หมู่หานอน เป็นปลอกเกิดแห่งโรคหังหาย เป็นที่ตั้งแห่งธรรมคือความทุกข์หังหาย เป็น ที่ให้หลอกเนื่องจากปากแพล ๗ แห่ง เหมือนฝิเรืองรังแทกพุ่นแล้ว คือ ชี้ตาให้หลอกหักหักสองข้าง ชี้หูให้หลอกหักหักซ่องหู นำมูกให้หลอกหักหักโพรงจมูก อาหาร น้ำดี เสมหะ และเลือดให้หลอกหักหักปาก อุจจาระและปัสสาวะให้หลอกหักหักทวารเบื้องล่าง หยาดแห่งอันไม่สะอาดให้หลอกจากขุมขน ๙๕,๐๐๐ ชุม เป็นที่คอมแห่งแมลงวัน หังหายมีแมลงวันตัวเขียวเป็นตัน ที่พระราชาก็ตี แม้บุคคลผู้ได้ผู้หนึ่งบรรดาคนชั้นต่ำ มีคนเหตุอกไม้และคนจันหาลเป็นตันก็ตี เมื่อไม่น่ารุกรากษา ด้วยไม้สีฟัน น้ำบัวปาก น้ำหากีรษะ น้ำอาบ และผ้าผุ่ง ผ้าห่มเป็นตัน เป็นผู้มีผสมทายบุ่งเหยิง เป็นตาม ธรรมชาติ เที่ยวไปตามบ้าน ก็ย่อมเป็นผู้ไม่แปลกกัน โดยความเป็นผู้มีร่างกายสกปรก เหมือนกัน ๆ ธรรมดาว่า ความต่างกันในร่างกายของพระราชหรือของจันหาล ย่อม ไม่มี เพราะเป็นของไม่สะอาด มีกลิ่นเหม็นและสกปรก ด้วยประการฉนั้น ๆ

๒. ก็ บรรดาพรหมวิหารธรรม ๓ ประการเหล่านี้ พรหมวิหารธรรมแต่ละ ประการมีธรรมที่เป็นข้าศึกข้อละ ๒ ประการ คือ ข้าศึกไกล ๑ ข้าศึกไกล ๑ ฯ ความจริง เมตตาพรหม วิหารธรรม มีราคเป็นข้าศึกไกล เพราเมตตาภรรยาจะมี ส่วนหนึ่งว่าเป็นคุณเสมอ กัน ดูศัตตรูของคนที่ด้อมอยู่ไกล มันย่อมได้ช่องโดยง่าย เพราจะนั้นทำนผู้บำเพ็ญเพียรพึงรักษาให้ดีจากราคนั้น (และ) มีพยาบาทเป็นข้าศึก

ไกล เพราะเมตตา กับพยานาม มีส่วนที่ เป็นของตนขัดแย้งกัน ดูจังหวะของคนที่ซุ่มอยู่ ในปางมีภูษาเป็นต้น เพราะฉะนั้น ท่านผู้บ่าเพ็ญเพียรพึงประพฤติเมตตาไปเด็ด โดยไม่ต้องพรั่นพรึงแต่พยานานั้น ๆ ก็ ข้อที่ว่า บุคคลจักประพฤติเมตตาไปด้วย จักทำอาการโกรธไปด้วยนั้นเป็นฐานะที่ไม่ได้ ๆ กรุณายกให้ท่านรู้ ว่า ไม่ใช่บุคคลเท่านั้นความไม่ได้รู้ทั้งหลายที่พึงรู้ทาง จักชุกอันน่าประถนา น่าครับ น่าพอใจ น่ารื่นรมย์ใจ ประกอบด้วยโลกามิสโดยความ เสียใจว่า ไม่ได้เกิด เมื่อรำลึกถึงรูปารมณ์ ที่ไม่เคยได้มาก่อน ที่ล่วงไปแล้วที่ดับไปแล้ว ที่เปลี่ยนแปลงไปแล้วเกิด โภมนัสสย้อมเกิดขึ้น โภมนัสแบบนี้ เรียกว่า โภมนัสสิงอาทัย เรือน ดังนี้ เป็นข้าศึกไกล เพราจะกรุณา กับโภมนัสสิงอาทัยเรือน มีส่วนเท่านั้นความวิบัติ เหมือนกัน (และ) มีวิเหสาเป็นข้าศึกไกลเพราจะกรุณา กับโภมนัสสึ ส่วนที่ เป็นของตน ขัดแย้งกัน เพราะฉะนั้น ท่านผู้บ่าเพ็ญเพียรพึงประพฤติกรุณาโดยไม่ต้องพรั่นพรึงจาก วิเหสา นั้น ๆ

---

◆◆◆◆◆

ให้เวลา ๔ ชั่วโมง ๑๕ นาที



**ເຄລຍ ປະໂຍດ ປ.ຮ.ຕ  
ແປ່ອ ໄກຍເປັນມຄທ  
ພ.ຕ. ໂຊຕະກ**

๑. ຍເດວ ທີ ມຕສົວໆ ເວຳ ຜົວມານກນປີ ອສຸກເມວາ ۱ ອສຸກລຖ່ຍ່ນ ປ່ເນດັດ  
ອາຄຸນຕຸກເກນ ອລຈຸກເຮັນ ປົງຈຸຈານຸ້າຕາ ນ ປຸ່ມຍາຍຕີ ໧ ປົກຕິຍາ ປນ ອິກໍ ສົວໆ ນາມ ອົດເຮກ-  
ຕີສົດທອງຈິກສຸມສຸສຍໍ ອົດືສົດສົນທີສູງສູງ ນວນຫາຮູສຕົນພັນທຶ່ນ ນາມສະເປີສຕານຸລືຕິຕໍ່  
ອຸລົດທຸງໝາມປົກໄຢນທຶ່ນ ຈົວຍາ ປົງຈຸຈານຸ້າ ຈົກທາວຈິທຸກໍ ເນທຳກາລິກາ ວິຍ ນິຈຸຈົມວິດປົກວິດໍ  
ກົມສຸງພົນເສົວິ່ນ ໂຮຄານໍ ອາຍຕັນ ທຸກຂອ້ມມານໍ ວັດຖຸ ປົບໃກນຸ້າປ່າຍຄຸນໄທ ວິຍ ນວທີ ວິມມູເຫິ  
ສະດຳ ວິສຸສນຸກນໍ ພສສ ຖໍໄກທີ ອົກທີ່ທີ ອົກທີ່ຄຸດໄກ ປຸ່ມວິດ ກົມວິເສົ່ຫິ ກົມຄຸດໄກ  
ນາສປຸງເຫິ ສົງໝາມິກາ ມຸ່ໂຕ ອາຫາປິດຕະເສມຫຼຸກຫຼັກ ອໂທຫວາເຮົ໊ ອຸຈຈາວປຸສສາໄວ  
ນວນຈຸດິຍາ ໂຄນຖຸປະຫສຸເສົ່ຫິ ອສຸຈີເສຫຍຸໂສ ປຸ່ມວິດ ນີ້ຄຸນຖືກາທໄຍ ສມປົງວາເຮັນທີ ຍໍ  
ກົນຕກງູ້ຮຸ້ມຸ່ໂຮວນສືສົມກົງນ້າຫານນິວາສນປາງປຸນທີ່ທີ ອປປົງປິຈົດົດຕໍ່ວາ ພັດຈາໂຕວ  
ພຽສວົງປົກຄົມເກໂສ ຖຸດວາ ດາເນັນ ດານ ວິຈຽນໂຕ ຮາຊາປີ ປຸ່ມຈຸດຫາກຈົມຫາລາທີ່ສູ່  
ອຸພົດໂກນປີ ສມສົວໆປົງຈຸດຕາຍ ນິຫຼືເສົ່ໂສ ໂຮທີ ໧ ເວຳ ອສຸຈິຫຼຸກຄົນປົງຈຸດຕາຍ ຮຸ່ມໂລ ວ  
ຈົມຫາລສຸສ ວ ສົງເຮ ເວມຕຸດໍ ນາມ ນຕຸອີ ໧

(ວິຊາກົມຮຽກ ກາກ ๘ ອສຸກອຸນຫຼາຍການນິຖຸກສ ມັນວິຊາ ໨໕໔໕)

๒. ເອເກດສຸສ ເຈດຸດ ອາສນຸນຫຼຽວເສັນ ເຫວ ເຫວ ປຸ່ມຈຸດິກາ ໧ ເມດຕາພຽມ-  
ວິຫາຮສຸສ ທີ ສມປົງຈີໄຣ ວິຍ ປົງສຸສຸສ ສປັດໂຕ ອຸພົດສຸສຸນສກາຄຕາຍ ຮາໂຕ ອາສນຸນປຸ່ມຈຸດິໂກ  
ໂສ ລໍ່ງ ໂອດາວໍ ລກທີ ຕສຸມາ ຕໂດ ຖຸງ່ ເມຕຸດ ຮັກທິດຫັພາ ປຸ່ມພັດທິກຫານນິຫຼືໂຕ ວິຍ  
ປົງສຸສຸສ ສປັດໂຕ ສກາວິກາຄຕາຍ ພູຍາປາໄທ ຖຽບປຸ່ມຈຸດິໂກ ຕສຸມາ ຕໂດ ນິຫຼືເຍັນ  
ເມຕຸດາຍີຫຼຸພໍ ໧ ເມຕຸດາຍີສຸດິ ຈ ນາມ ໂກປຸງຈົ ກວິສຸດິຕິ ອູ້ຈານເມຕິ ໧ ກຽມາພຽມ-  
ວິຫາຮສຸສ ຈກ່ຽວິວໝົບຍຸຫານໍ ຖຽນ ອູ້ຈານໍ ກົນຕານໍ ມານາປານໍ ມໃນຮານໍ ໂຄນມີສ-  
ປົງຈຸດິສຸດິຕານໍ ອປປົງປິຈາກໍ ວ ອປປົງປິຈາກໂຕ ສມບຸປຸສໂຕ ປຸ່ມພັພ ວ ອປປົງປິຈາກຫຼຸພໍ ອົດິໍ  
ນິຖຸທຶ່ນ ວິປິຣິນທີ ສມນຸສຸຮຣໂຕ ອປປົງຫຼືທີ ໂກມນສຸສໍ ຍໍ ເຂວົງປີ ໂກມນສຸສໍ ອິກໍ ຖະຈິຕິ ເຄຫສີຕໍ່  
ໄກມນສຸສຸນຕິອາທິນາ ແຍັນ ອາດຕໍ ເຄຫສີຕໍ່ ໂກມນສຸສໍ ວິປົດຕິກສຸສຸນສກາຄຕາຍ ອາສນຸນປຸ່ມຈຸດິກໍ  
ສກາວິກສກາຄຕາຍ ວິເຫສາ ຖຽບປຸ່ມຈຸດິກາ ຕສຸມາ ຕໂດ ນິຫຼືເຍັນ ກຽມາຍີຫຼຸພໍ ໧

(ວິຊາກົມຮຽກ ກາກ ۲ ພຽມວິຫາຮນິຖຸກສ ມັນວິຊາ ໨໕໔໔)