

## อริยสัจ 4

นำเสนอเมื่อ : 10 ก.ย. 2551

มีความจริงอยู่ 4 ประการคือ การมีอยู่ของทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ ความดับทุกข์ และหนทางไปสู่ความดับทุกข์ ความจริงเหล่านี้เรียกว่า อริยสัจ 4

### 1. ทุกข์

คือ การมีอยู่ของทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ และตายล้วนเป็นทุกข์ ความเศร้าโศก ความโกรธ ความอิจฉาริษยา ความวิตกกังวล ความกลัวและความผิดหวังล้วนเป็น ทุกข์ การพลัดพรากจากของที่รักก็เป็นทุกข์ ความเกลียดก็เป็นทุกข์ ความอยาก ความยึดมั่นถือมั่น ความยึดติดในชั้นทั้ง 5 ล้วนเป็นทุกข์

### 2. สมุทัย

คือ เหตุแห่งทุกข์ เพราะอวิชา ผู้คนจึงไม่สามารถเห็นความจริงของชีวิต พวกเขาตกอยู่ในเปลวเพลิงแห่งตัณหา ความโกรธ ความอิจฉาริษยา ความเศร้าโศก ความวิตกกังวล ความกลัว และความผิดหวัง

### 3. นิโรธ

คือ ความดับทุกข์ การเข้าใจความจริงของชีวิตนำไปสู่การดับความเศร้า โศกทั้งหมด อันยังให้เกิดความสงบและความเบิกบาน

### 4. มรรค

คือ หนทางนำไปสู่ความดับทุกข์ อันได้แก่ อริยมรรค 8 ซึ่งได้รับการหล่อเลี้ยงด้วยการดำรงชีวิตอย่างมีสติความมีสตินำไปสู่สมาธิและปัญญาซึ่งจะปลดปล่อยให้พ้นจากความทุกข์และความโศกเศร้าทั้งหมดอันจะนำไปสู่ความศานติและ ความเบิกบาน พระพุทธองค์ได้ทรงเมตตาแนะนำทางพวกเราไปตามหนทางแห่งความรู้แจ้งนี้