



วิทยาลัยสงฆ์นครพนม

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Nakhon Phanom Buddhist College

Mahachulalongkornrajavidyalaya University



คณะพุทธศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์นครพนม

Dhamma in English

ธรรมะภาคภาษาอังกฤษ

โดย พระมหาสุรเพชร วชิรญาโน





ChatGPT

Gemini

CiCi

Deepseek

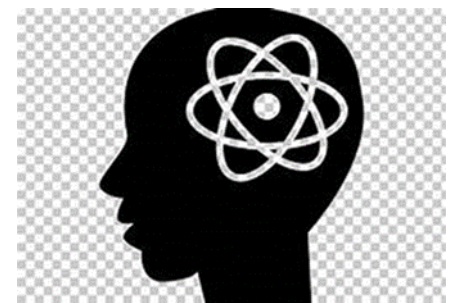


www.nkpbuddhism.com

www.nkpbuddhism.com

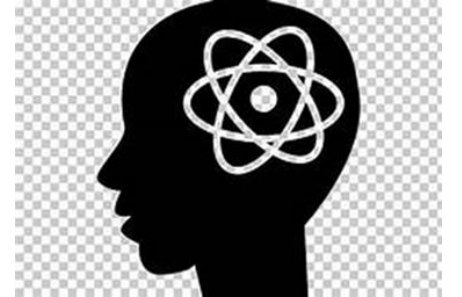


วิทยาลัยสงฆ์นครพนม
Nakhon Phanom Buddhist College



1. The Four Noble Truths

- Suffering
- Cause of suffering
- Cessation of suffering
- Paths leading to cessation of suffering



อธิบายอริยสัจ ๔

ทุกข์ (Suffering) : หมายถึงความทุกข์ทั้งปวงที่เกิดขึ้นในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นความเจ็บปวดทางกาย ความเศร้าโศกทางใจ หรือความไม่สบายใจจากความอยากได้อะไร

สมุทัย (Cause of suffering) : คือสาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ซึ่งก็คือตัณหาหรือความอยากได้อะไรมีนั่นเอง

นิโรธ (Cessation of suffering) : หมายถึงความดับทุกข์ คือการดับกิเลส ตัณหา และความอยาก ซึ่งเป็นสาเหตุของทุกข์

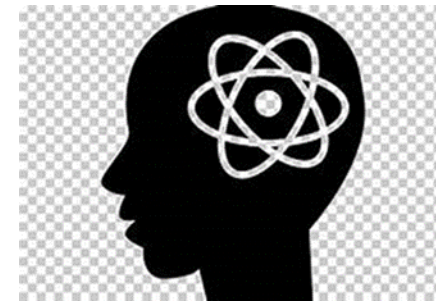
มรรค (Paths leading to cessation of suffering) : คือหนทางที่นำไปสู่ความดับทุกข์ หรือคืออริยมรรคมีองค์แปด ซึ่งเป็นแนวทางปฏิบัติเพื่อให้บรรลุถึงนิโรธ อริยสัจทั้ง 4 นี้เป็นหลักธรรมสำคัญในพระพุทธศาสนา ที่อธิบายถึงความจริงของชีวิตและแนวทางในการดับทุกข์ สรุปลง่ายๆ:

ทุกข์ : มีทุกข์

สมุทัย : ทุกข์เกิดจากอะไร

นิโรธ : ทุกข์ดับได้

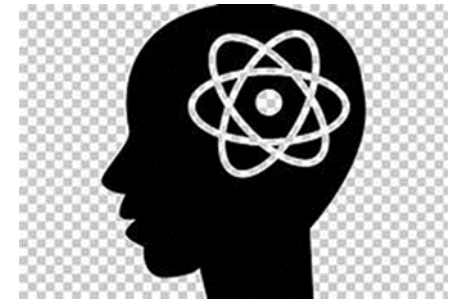
มรรค : วิธีดับทุกข์



<https://orionphilosophy.com/the-four-noble-truths-in-buddhism/>

The Four Noble Truths: A Buddhist Path To The End of Suffering

อริยสัจจ ๔ :หนทางแห่งพุทธศาสนาสู่การดับทุกข์



คำอธิบายความหมาย

อริยสัจ ๔ : คือหลักธรรมสำคัญที่สุดในพระพุทธศาสนา เป็นความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบและตรัสรู้

หนทางแห่งพุทธศาสนา: หมายถึงแนวทางปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า เพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดคือการดับทุกข์

การดับทุกข์: หมายถึงการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นความทุกข์ทางกาย หรือทุกข์ทางใจ

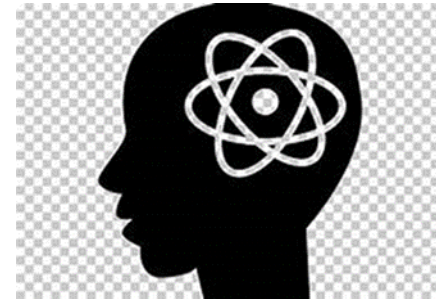
สรุป: ข้อความนี้เป็นการสรุปหลักธรรมสำคัญของพระพุทธศาสนา โดยเน้นย้ำว่า อริยสัจ ๔ เป็นแนวทางที่นำไปสู่การดับทุกข์ ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดของการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา อริยสัจ ๔ ประกอบด้วย

ทุกข์: สิ่งมีชีวิตย่อมมีความทุกข์

สมุทัย: เหตุแห่งทุกข์ คือ ตัณหาหรือความอยาก

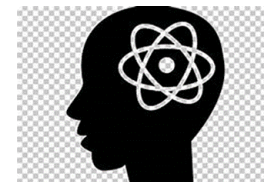
นิโรธ: การดับทุกข์ คือ การดับตัณหา

มรรค: ทางดับทุกข์ คือ อริยมรรคมีองค์แปด

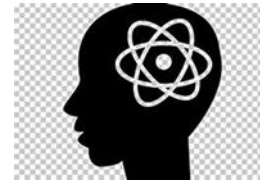


To some people, Buddhism provides a guide to life. It helps us view suffering, attachment, life, death, and morality in different ways.

The Four Noble Truths are a core part of this Buddhist philosophy and **focus on our human existence and the path to liberation and peace**. These principles, first taught by the Buddha over 2,500 years ago, provide a clear and practical framework for understanding some of the causes of suffering and our ways to **overcome** them.



สำหรับบางคน พุทธศาสนาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ช่วยให้เรา
มองเห็นความทุกข์ ความยึดติด ชีวิต ความตาย และศีลธรรมใน
มุมมองที่แตกต่าง อริยสัจจทั้งสี่เป็นส่วนสำคัญของปรัชญานี้ และ
มุ่งเน้นที่การดำรงอยู่ของมนุษย์และเส้นทางสู่การหลุดพ้นและความ
สงบ หลักการเหล่านี้ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงสอนไว้เมื่อกว่า 2,500 ปีที่
แล้ว เป็นกรอบแนวคิดที่ชัดเจนและปฏิบัติได้จริง เพื่อทำความเข้าใจ
สาเหตุของความทุกข์บางประการและ
วิธีการเอาชนะความทุกข์เหล่านั้น



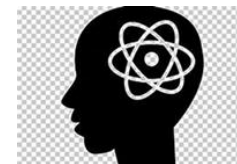
The first Noble Truth is the acknowledgment of suffering (dukkha) as an inherent part of life. (อินฮิเรนท์, คุณสมบัติประจำตัว) (acknowledgment (n) การยอมรับ)

This suffering is not just physical pain or emotional distress but also includes a fundamental dissatisfaction with life, even in moments of pleasure.

The Buddha, while travelling among the people, observed that all living beings experience suffering through birth, aging, sickness, and death, as well as through the various challenges and disappointments that arise over the course of life.

This recognition of suffering is not meant to be pessimistic; it's supposed to help us accept that life is full of sources of suffering and

not resist them or pretend they don't exist.



อริยสัจข้อแรกคือการยอมรับความทุกข์ (dukkha) ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ความทุกข์นี้ไม่เพียงแต่ความเจ็บปวดทางกายหรือความทุกข์ทางใจเท่านั้น แต่ยังรวมถึงความไม่พอใจพื้นฐานต่อชีวิต แม้ในช่วงเวลาแห่งความสุข พระพุทธเจ้า ในขณะที่เสด็จจาริกไปในหมู่ชน ได้ทรงสังเกตเห็นว่าสรรพสัตว์ทั้งหลายประสบกับความทุกข์ผ่านการเกิด แก่ เจ็บ ตาย รวมถึงความท้าทายและความผิดหวังต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต การยอมรับความทุกข์นี้ไม่ได้หมายความว่าต้องมองโลกในแง่ร้าย แต่เพื่อช่วยให้เรายอมรับว่าชีวิตเต็มไปด้วยแหล่งที่มาของความทุกข์ และ

ไม่ต่อต้านหรือแกล้งทำเป็นไม่รู้



The second Noble Truth identifies the origin of suffering, which the Buddha attributes to craving (tanha), desire, and attachment.

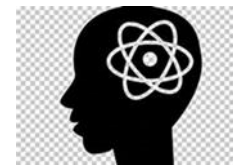
This craving arises from desires for pleasure, material goods, and eternal life, as well as an aversion to unpleasant experiences.

The Buddha taught that these desires can create a cycle of suffering, as they lead to actions that create dissatisfaction and pain. Understanding this cause of suffering is part of the answer to breaking the cycle and moving toward enlightenment and a life of peace.

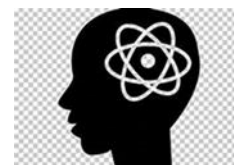
Attributes ระบุว่า

aversion (อะเวอ'เชิน) n. ความรังเกียจ, ความไม่ชอบ, ความไม่พอใจ

eternal (อีเทอ'เนิล) adj., n. (สิ่งที่) ชั่วนิรันดร์, ชั่วกาลปาวสาน , ตลอดไป, ไม่มีการเปลี่ยนแปลง



อริยสัจข้อที่ ๒ ระบุดังต้นกำเนิดของความทุกข์ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงระบุว่า
เกิดจากความทะยานอยาก (ตัณหา) ความปรารถนา และความยึดมั่น ความ
ทะยานอยากนี้เกิดจากความปรารถนาในความสุข สิ่งของ และชีวิตนิรันดร์
รวมทั้งการไม่ชอบประสบการณที่ไม่พึงประสงค์ พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า
ความปรารถนาเหล่านี้สามารถสร้างวงจรแห่งความทุกข์ได้ เนื่องจากนำไปสู่
การกระทำที่ก่อให้เกิดความไม่พอใจและความเจ็บปวด การทำความเข้าใจ
สาเหตุของความทุกข์นี้เป็นส่วนหนึ่งของคำตอบในการทำลายวงจรและก้าว
ไปสู่การตรัสรู้และชีวิตแห่งความสงบ

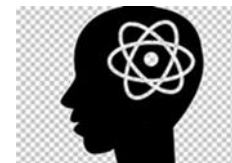


The third Noble Truth is the realization that the avoidance of suffering is actually possible.

The Buddha taught that by ridding ourselves of craving and attachment, we can achieve Nirvana, a state of ultimate peace and liberation.

This truth offers hope and emphasizes that suffering is not an inevitable part of existence but something that can be overcome through proper understanding and practice.

inevitable (อินเอฟ'วิทะเบิ้ล) adj. ซึ่งหลีกเลี่ยงไม่ได้



อริยสัจข้อที่ ๓ คือการตระหนักรู้ว่าการหลีกเลียงความทุกข์
เป็นไปได้จริง พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า โดยการกำจัดความ
ทะยานอยากและความยึดมั่น เราสามารถบรรลุนิพพาน ซึ่ง
เป็นสภาวะแห่งความสงบและการหลุดพ้นสูงสุด ความจริงข้อ
นี้ให้ความหวังและแน่วแน่นยำว่าความทุกข์ไม่ใช่ส่วนหนึ่งของการ
ดำรงอยู่ที่หลีกเลียงไม่ได้ แต่เป็นสิ่งที่สามารถเอาชนะได้ผ่าน
ความเข้าใจและการปฏิบัติที่ถูกต้อง



The fourth Noble Truth outlines the path to breaking free from suffering, known as the Noble Eightfold Path.

This path through The Four Noble Truths provides practical guidelines for ethical conduct, mental discipline, and wisdom, encompassing right understanding, right intention, right speech, right action, right livelihood, right effort, right mindfulness, and right concentration. This is the path that, when followed, we can find the necessary qualities to overcome suffering.

encompassing ครอบคลุม, รวม, รวมเข้าไว้ทั้งหมด

