



การชณะโลก



www.dhamma4u.com

BIA ธรรมะใกล้มือ
ลำดับที่ ๔ ปี ๒๕๕๔

ธรรมะเล่มน้อย

เป็นหนังสือธรรมะขนาดพกพา ทยอยเดือน ๑๒ เล่ม ๑๒ เดือน เพื่อเจริญสติและแสวงหาปัญญาเบื้องต้น สำหรับคนไม่มีเวลาดึกษาเนื้อหาโดยละเอียดสามารถมีส่วนร่วมได้โดย.

๑. ผู้ที่อ่านแล้วคิดว่าดีมีประโยชน์ โปรดส่งมอบให้แก่อื่นต่อ เปรียบตั้งให้ทาน.

๒. สนับสนุนการจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่มน้อยตามกำลัง.

๓. เลือกจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่มน้อย เพื่อเผยแผ่ในวาระต่าง ๆ เช่น งานวันขึ้นปีใหม่ งานวันเกิด งานสมรส งานเฉลิมฉลอง งานบุญ งานศพ ฯลฯ โดยสามารถเลือกเอาเฉพาะส่วนที่เป็นธรรมบรรยาย และพิมพ์บางส่วนเพิ่มเติมได้.

ร่วมเป็นเจ้าของภาพพิมพ์ธรรมะเล่มน้อยได้ที่
หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ
โทร ๐-๒๕๓๖-๒๕๐๐

รายชื่อหนังสือธรรมะเล่มน้อย

๑๒ เล่ม เมื่อปี ๒๕๕๒ ประกอบด้วย

๑. ปีใหม่ ต้องดีกว่าปีเก่า ๒. น้ำพริกถ้วยเดียว แก้ปัญหาได้ทั้งหมด ๓. กรรมในพระศาสนา ๔. นิพพานสำหรับทุกคน ๕. มาเป็นพุทธศาสนิกชนเถิด ๖. กาลามสูตรช่วยด้วย ! ๗. ศึกษาวิจารณ์ ๘. โลกอาจรอดได้เพราะกตัญญูกตเวที ๙. ตับไม่เหลือ ๑๐. เสียงแห่งความไม่มีทุกข์ ๑๑. เสียงแห่งความสงบ ๑๒. อาหารใจ.

๑๒ เล่ม สำหรับปี ๒๕๕๓ ประกอบด้วย

๑. ความสุขปีใหม่...ก็สั่งให้ดีกว่าปีเก่า ๒. เข้าหมายชีวิตและสังคม ๓. อุดมคติของโพธิสัตว์ ๔. ยอดแห่งความสุข ๕. การเป็นพุทธบริษัทที่ถูกต้อง ๖. วิปัสสนาระบบลัดสั้นสำหรับประชาชนทั่วไป ๗. ทำบุญ ๓ แบบ ๘. แม่คือผู้สร้างโลก ๙. บุตรที่ประเสริฐที่สุด ๑๐. ดำรงจิตไว้ได้อย่างถูกต้อง ๑๑. ทุกอย่างเป็นเช่นนั้นเอง ๑๒. ดอกสร้อยแสดงธรรม ๒๔ ฉากของชีวิต.

๑๒ เล่ม สำหรับปี ๒๕๕๔ ตามลำดับเดือนประกอบด้วย

๑. ชีวิตใหม่เมื่อปีใหม่ ๒. ความรักผู้อื่น ๓. โลกบ้าหรือธรรมะบ้า ๔. การชนะโลก ๕. อริยมรรคมีองค์แปด ๖. การศึกษาและการรับปริญญาในพระพุทธศาสนา ๗. วิธีทำสมาธิเบื้องต้น ๘. สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงเคารพ ๙. อิศรภาพหรือเสรีภาพในทางธรรม ๑๐. การเมืองเรื่องศีลธรรม ๑๑. ปัญญาดีกว่าศาสตร์อาวุธ ๑๒. ผู้ทรงเปิดให้สัตว์โลกเห็นทั่วกันหมด.



BEDDHADĀSA INDAPASSO ARCHIVES

หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

การชนะโลก

พุทธทาสภิกขุ

www.dhamma4u.com

วันที่ ๒๔ เดือนกันยายน พ.ศ.๒๕๒๘.

ถอดเทปโดย ธรรมภาณีผู้ไม่ประสงค์ออกนาม

ตรวจทานโดย คุณวิภาวดี สุนันทวงศ์

การชนะโลก

กระผมขอแสดงความยินดีอนุ-
โมทนา ต่อพระราชกฤษฎีกาที่ลาบวช ทั้งหลาย
ขอแสดงความยินดีในการที่ท่านทั้งหลาย
ได้รับโอกาสได้มีโอกาสดำบวช และที่จะ
ได้ฝึกฝน พระธรรมในพระพุทธศาสนา
เพื่อประโยชน์หลายอย่างหลายประการ
โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ก็คือ จะเป็นผู้สืบอายุ
พระศาสนา ไม่เคยบวช ไม่ค่อยจะรู้หน้าที่
ในการที่จะช่วยสืบอายุพระศาสนา ถ้าเคย
บวช เคยได้ยินได้ฟัง ได้เล่าเรียนรู้อบรมรู้ ก็
สามารถที่จะสืบอายุพระศาสนา ไม่ว่าจะ
ยังคงอยู่เป็นบรรพชิต หรือแม้ที่สุดจะออก

ไปครองเรือน ฆราวาสผู้ครองเรือนก็มีหน้าที่ที่จะต้องสืบอายุพระศาสนาด้วยเหมือนกัน และก็ได้เป็นมาแล้วตลอดเวลา.

สำหรับการบวชนี้ ถ้าว่าโดยเนื้อแท้ ก็เป็นเรื่องของผู้ต้องการจะสละความเป็นอยู่อย่างวิสัยโลกออกไปสู่ชีวิตแบบที่สูงกว่าธรรมดาโลก ในขั้นปลายในเบื้องต้น ปลายแห่งชีวิตทั้งนั้น นี่เป็นธรรมเนียม อายุมากเข้าแล้วก็บวช เพื่อแสวงหาความสุขในขั้นปลายแห่งชีวิตจากการบวช แต่บัดนี้มันก็เกิดมีขนบธรรมเนียม ประเพณี ขึ้นในประเทศไทยเรา ให้คนหนุ่มบวชชั่วคราว มันก็ไม่ขัดแย้งอะไรกัน ไม่ได้เป็นการฝืนคำสั่งสอน หรืออะไรทำนองนั้น เพราะว่า

ได้ศึกษาสิ่งที่จะทำให้เป็นมนุษย์อย่างถูกต้องต่อไป แม้จะสึกออกมาเป็นฆราวาส ก็จะเป็นมนุษย์ที่ไม่มีปัญหาโดยทุกทิศทุกทาง มันคืออย่างนั้น และอีกทางหนึ่งเท่าที่เราทราบมา แม้ในประเทศอินเดีย ก็มีระเบียบให้คนหนุ่มออกไปอยู่ในลักษณะที่เป็นการศึกษาฝึกฝนอย่างยิ่ง คือไปเข้าอาศรมในทางศาสนา ฝึกฝนเรื่องทางกาย ทางวาจา ทางใจ ชนิดที่สูงขึ้นไปกว่าธรรมดา จนอาจารย์ผู้เป็นหัวหน้าผู้ฝึก บอกว่า พอแล้ว คุณกลับไปได้ แล้วกลับไปบ้าน ได้ชื่อว่า เป็นบัณฑิตกลับมา คือ มีความรู้พอตัวที่จะดำเนินชีวิต เป็นมนุษย์ที่ดีที่สุด เขาเรียกว่า เป็นบัณฑิต.

เดี๋ยวนี้ก็ยังมีระเบียบแบบนี้ชัด
ใช้อยู่ แม้ว่าจะไม่มากมาย เพราะว่าการศึกษาสมัยใหม่มันเข้ามาแทรกแซงแล้ว
มันก็เป็นเรื่องบัณฑิตแบบใหม่ไปหมด แต่
แบบเก่าเขาก็เรียกว่าบัณฑิตด้วยเหมือนกัน นี่ก็หมายความว่า คนหนุ่มออกไป
ศึกษา ฝึกฝน เรื่องที่ควรจะศึกษาฝึกฝน
โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ก็คือให้เป็นมนุษย์ที่ดี
ที่สุดที่จะดีได้เท่านั้นเอง นั่นแหละความ
ประสงค์มุ่งหมาย.

ถ้าสมมติว่าจะไปเป็นพ่อบ้าน ก็จะไปเป็นพ่อบ้านที่ดี จะไปเป็นพลเรือนก็ไป
เป็นพลเรือนที่ดี จะไปเป็นอะไรก็ตาม จะ
ไปเป็นหน้าที่ตำแหน่งใดในโลก ก็จะเป็น

ได้อย่างดี เพราะเหตุไร เพราะเหตุว่าเคยฝึกฝนสิ่งทีควรจะฝึกฝน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การบังคับตัวเอง คือบังคับกาย วาจาใจ ได้สำเร็จ เป็นผู้คล่องแคล่วในการที่จะบังคับจิต ซึ่งจะบังคับกาย บังคับวาจาด้วย ทำให้ไม่เกิดโทษขึ้นมา เพราะเหตุนั้น.

ดังนั้นคนชนิดนี้ จึงมีประโยชน์ แม้ในความเป็นฆราวาส สำหรับเรื่องการบวชนี้ เราจะถือเอาความมุ่งหมายอย่างนี้เป็นหลัก สำหรับราชภักฏ์ทั้งหลาย แต่ถ้าโดยหลักทั่วไป มันหมายถึอบวชเลย บวชไปเลย อย่างนั้นมันก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง ไปหมดเว้นหมดจากความเป็นฆราวาส ไปเป็นบรรพชิตจนตลอดชีวิต นั่นก็เป็นอีกเรื่อง

หนึ่ง ถ้าทำได้ก็ทำ และทำต่อไป ถ้าทำไม่ได้ จำเป็นจะต้องสีก จำเป็นต้องลาสิกขาออกไปเป็นฆราวาสนั้น ก็ทำให้ดีที่สุด รู้สึกว่า สาม สี่ เดือน นี้ยังน้อยไป ยังมีการฝึกที่น้อยไป แต่เมื่อมันมีธรรมเนียมบวชเพียงสามสี่เดือน ก็พยายามใช้เวลาให้ดีที่สุด ในการที่จะฝึกฝนปรับปรุงตัวเองให้ได้รับประโยชน์สมตามความมุ่งหมาย.

ผมอยากจะใช้คำรวมกันไม่ว่าจะเป็นบรรพชิต หรือจะเป็นฆราวาส ใช้คำรวมกัน ใช้คำนั้นก็คือว่า การชนะโลก *ชนะโลกไม่พ่ายแพ้แก่โลก* ชนะโลก อยู่อย่างบรรพชิตก็เป็นการชนะโลกโดยเด็ดขาด โดยสูงขึ้นไป แม้ว่าจะออกไปเป็นฆราวาสก็

ต้องมีการชนะโลกตามสมควรแก่อัตตภาพ
 ของตน ๆ ถ้าพ่ายแพ้แก่โลก มันก็คือความ
 วินาศ **แม้ฆราวาสนั้นแหละ ฆราวาสที่
 พ่ายแพ้แก่โลก ก็หมายความว่า พ่ายแพ้
 แก่กิเลส ก็ทำไปในลักษณะที่ทำตัวเองให้
 ต่ำ ตกต่ำ ตกต่ำไปกว่าระดับความเป็น
 มนุษย์ที่ควรจะเป็น** อย่างนี้ก็เรียกว่าไม่
 ชนะโลก หรือพ่ายแพ้แก่โลก.

แม้ว่าเราจะลาสิกขาเป็นฆราวาส
 ก็จะมีต้องมีหลักปฏิบัติว่าเราจะออกไปเป็น
 ผู้ชนะโลก **ไม่ให้โลกครอบงำย้ายเรา เสีย
 หายหมด แต่จะกระทำสิ่งทุกอย่างให้เป็นไป
 เพื่อความเจริญรุ่งเรืองสวัสดิมีชัย แก่ชีวิต
 จิตใจทั้งแก่ตนเองและแก่ผู้อื่น** นี่แหละคือ

ชนะโลก.

เราจึงมีการบวชได้แม้ชั่วคราว และเพื่อฝึกฝนการชนะโลก ซึ่งจะต้องศึกษากันเสียแต่บัดนี้ *อยากจะพูดว่า การที่มาอยู่อย่างนี้ อบรมอย่างนี้ ฝึกฝนอย่างนี้ เรื่องกินเรื่องอยู่เรื่องใช้เรื่องสอยเรื่องอะไรต่าง ๆ นี้ ล้วนแต่ฝึก เพื่อชนะโลก* ที่จะบังคับกิเลสได้ จะไม่ปล่อยให้กิเลสครอบงำ ย่ำยี และไปทำในสิ่งที่ไม่ควรจะทำ เช่น อบายมุข เป็นต้น แปลว่า จะได้ฝึกความเป็นอยู่อย่างต่ำ ซึ่งเป็นธรรมชาติ หรือใกล้ชิดกับธรรมชาติที่สุด ตัวอย่างประจักษ์อยู่เดี๋ยวนี้แล้วว่า เดี่ยวนี้ เรากำลังนั่งกลางดิน เราไม่ต้องนั่งบนตึก บนเก้าอี้ บนอะไรที่มัน

มีราคาเป็นล้าน ๆ เหมือนที่เขาทำกันอยู่ในมหาวิทยาลัยต่าง ๆ นั้นไม่เป็นการศึกษาในส่วนนี้ เดียวนี้เรานั่งกลางดิน ถ้าใครยังไม่ทราบ ก็ควรทราบเถอะว่า พระพุทธเจ้าท่านประสูติกลางดิน เมื่อตรัสรู้ก็ตรัสรู้กลางดิน นั่งกลางดินตรัสรู้ ไม่ใช่ตรัสรู้ในมหาวิทยาลัยอะไรที่ไหน แล้วท่านก็สอนส่วนมากก็เมื่อนั่งกันอยู่กลางดิน เมื่อเดินทางไปได้ ถ้าว่ากุฏิวิหารที่ใช้กันอยู่ก็เป็นพื้นดิน นี่สอนกลางดิน อยู่กลางดิน ปฏิบัติงานกลางดิน แล้วในที่สุดก็นิพพานกลางดิน.

ช่วยเอามือคลำดิน เอามือลูบดิน ให้มีความรู้สึกนึกถึงพระพุทธเจ้าว่าแผ่นดินนี้ เป็นที่ประสูติ เป็นที่ตรัสรู้ เป็นที่

สั่งสอน เป็นที่อยู่อาศัย เป็นที่ปรินิพพาน
แผ่นดิน โคนต้นไม้ มีแถมเข้ามาหน่อยว่า
เป็นโคนต้นไม้ ประสูติก้โคนต้นไม้ ตรัสรู้
ก็โคนต้นไม้ สอนโดยมากเลือกใต้ต้นไม้
และนิพพานในที่สุดก็ใต้ต้นไม้ แต่ไม่สำคัญ
เท่ากับกลางดิน.

เราจงพยายามดำรงชีวิตใกล้ชิดกับ
แผ่นดินให้มากเท่าที่จะมากได้ เพราะว่ามัน
เป็นการใกล้ธรรมชาติ อย่างธรรมชาติ คุ่น
เคยกับธรรมชาติ เมื่อคุ่นเคยกับธรรมชาติ
แล้ว มันก็ง่ายในการที่จะศึกษาธรรมะ
ปฏิบัติธรรมะ และรู้ธรรมะ เพราะว่าธรรมะ
นี้มันเป็นเรื่องของธรรมชาติ ให้เข้าใจกันไว้
ดี ๆ ว่า มองในแง่หนึ่ง แล้วจะเห็นได้ทันทีว่า

ธรรมะเป็นเรื่องของธรรมชาติ ธรรมะคือ
 ตัวธรรมชาติทั้งหลาย ตัวธรรมชาติทั้งหลาย
 เป็นรูปธรรม นามธรรม สังขตธรรม อสังขต-
 ธรรม อะไรก็ตาม ที่เป็นตัวธรรมชาตินั้นนะ
 เรียกว่า ธรรมในภาษาบาลี เรียกธรรมเฉย ๆ
 ธรรมะเฉย ๆ.

ที่นี้ **ตัวกฎของธรรมชาติ** ในฐานะ
 ที่เป็น**สังขธรรม** มันก็เป็นกฎของธรรมชาติ
 ที่จะดับทุกข์หรือจะเกิดทุกข์ หรือจะอะไร
 ก็ตาม มันเป็นไปตามกฎของธรรมชาติ กฎ
 ของธรรมชาตินี้ ในภาษาบาลี ก็เรียกว่า
 ธรรม คำเดียวกันอีก.

ที่นี้ก็มาถึง**หน้าที่ที่จะต้องประพฤติ**
ปฏิบัติให้ดับทุกข์ได้ มันต้องปฏิบัติให้ถูก

ต้องตามกฎของธรรมชาติ ซึ่งเราจะต้องฝึก
กันอยู่เสมอ ฝึกทำหน้าที่ให้ถูกต้องตามกฎ
ของธรรมชาติ หน้าที่อันนี้ ก็เรียกในภาษา
บาลีว่า ธรรม คำเดียวกันอีก แต่หมายถึง
ปฏิบัติธรรม ปฏิบัติธรรมในที่สุดมันได้
ผลมาตามควรแก่**การปฏิบัติ** จะเป็นเรื่อง
โลกก็ดี เป็นเรื่องธรรมะ เป็นเรื่องมรรคผล
นิพพานก็ดี ผลของการปฏิบัติตามหน้าที่นี้
ก็เรียกโดยบาลีว่า ธรรม ธรรมคำเดียวกัน
อีก.

นั่นแหละขอให้รู้เถิดว่า **ธรรมะทั้ง**
สี่ความหมายนี้ มันเป็นเรื่องของธรรมชาติ
ตามธรรมชาติ ธรรมดาทั่วไป เรียกว่า
สภาวะธรรม กฎของธรรมชาติ เรียกว่า

สังจธรรม หน้าที่ตามกฎของธรรมชาติ เรียกว่า **ปฏิบัติธรรม** ผลที่ได้รับจากการปฏิบัติ เรียกว่า **ปฏิเวธธรรม** ทั้งสี่อย่างนี้ ในภาษาบาลี เรียกว่า ธรรม คำเดียว ซึ่ง แสดงให้เห็นว่า มันเป็นเรื่องของธรรมชาติ.

ฉะนั้นเราจะมาอยู่ทดลองเป็นอยู่อย่างใกล้ชิดกับธรรมชาติที่สุด อย่างว่ามาพักค้างอยู่ที่นี่ ก็ฝึกฝนอะไรหลาย ๆ อย่าง ที่ให้มันลดลงไปอยู่ในระดับธรรมชาติ จะเป็นการฉันอาหารก็ดี การอยู่ก็ดี การทุกอย่างแหละ ดูเอาเถอะ เราจะมีลักษณะชนิดที่ใกล้ชิดธรรมชาติ นั่งกลางดิน โคนต้นไม้ ใกล้ชิดธรรมชาติยิ่งกว่าจะนั่ง จะอยู่ จะเรียนบนตีกราคาเป็นล้าน ๆ มันยิ่งไกล

ธรรมชาติ.

เรามาฝึกฝน การที่จะเอาชนะ
ความรู้สึกต่าง ๆ ซึ่งเป็นกิเลส ซึ่งล้วนตี
ตนออกห่างจากธรรมชาติ เพราะว่ากิเลส
มันต้องการสวยงาม สนุกสนาน เอ็ดดอระอย
ผิดธรรมชาติ ไกลธรรมชาติ ที่นี้ก็มาฝึกมา
ฝน การชนะกิเลส โดยการเป็นอยู่ให้ใกล้
ชิดธรรมชาติ จึงขอบอกกล่าวว่า ตลอด
เวลาที่อยู่ที่นี้ จงพยายามเป็นอยู่อย่างใกล้
ชิดธรรมชาติ อย่างน้อยที่สุดว่า ฉันท้าว
ด้วยมือ อย่างนี้มันเหมือนกับพระพุทธเจ้า
อย่างยิ่ง พระพุทธเจ้าฉันอาหารด้วย
พระหัตถ์ด้วยมือ ไม่มีช้อนส้อมตลอด
เวลา และไม่มีอะไร ๆ อีกมาก เหมือนที่

เรามี พระพุทธเจ้าไม่เคยใช้รถยนต์ พระพุทธเจ้าไม่มีอะไร แม้ที่สุดแต่ว่า คิมตัดเล็บสวย ๆ สะดวก ๆ เหมือนที่เราใช้กันอยู่นี้ พระพุทธเจ้าไม่เคยมีไม่เคยรู้จัก.

เราจะให้มันง่าย ให้มันต่ำลงไป มีการกิน การอยู่ การใช้ การปฏิบัติต่าง ๆ ให้ใกล้ชีวิตธรรมดา ผลที่สุดมันก็กล่าวได้ว่า มีชีวิตอยู่ได้โดยแทบจะไม่ต้องใช้เงิน ไม่ต้องใช้เงินเลยก็ยังอยู่ได้ บางรูปเขาปฏิบัติอยู่อย่างไม่ต้องใช้เงินเลย แม้แต่ค่าถ่านไฟฉายก็ไม่ซื้อ ให้มันได้มากก็ได้มาตามที่ว่าไม่มีการใช้เงิน เอากันอย่างนั้น อย่างนี้ก็เป็นการใช้เงินอย่างแรง ซึ่งจะเอาไปใช้ได้เมื่อออกไปเป็นฆราวาส มันก็จะใช้เงินน้อยที่สุด จะ

สามารถเป็นอยู่ได้โดยใช้เงินน้อยที่สุด
หรือในบางอย่างบางกรณีหรือโดยมาก ไม่
ต้องใช้เงินเลย **นี่เรียกว่ามันเอาชนะโลก
เอาชนะกิเลส เอาชนะปัญหาในโลก.**

ฉะนั้นขอให้เห็นว่าเป็นการฝึกที่มี
ค่ายิ่งกว่าที่จะไปสอบไล่ได้เกียรตินิยม
ปริญญาบัตร ประกาศนียบัตร อะไรไปเสีย
อีก **ขอให้ได้ธรรมะตามหลักเกณฑ์ของ
พระพุทธเจ้ามาอยู่กับเนื้อกับตัวเรื่อย ๆ ไป
จนตลอดเวลา แล้วก็จะติดเป็นสันดาน
แล้วก็จะเป็นอย่างที่ได้โดยง่ายในโลกนี้ โดย
ไม่ต้องมีความทุกข์ ให้เป็นอย่างที่
เรียกว่าชนะโลก ชนะโลก อย่าให้ต้อง
ร้องไห้ อย่าให้ต้องฆ่าตัวตาย เพราะพ่าย**

แพ้แก่ปัญหาในโลก นี่เรียกว่าการบวช
แบบนี้ การบวชแบบพระราชกฤษฎีกาที่จะบวช
ชั่วคราว ไม่ใช่บวชตลอดไป ซึ่งจะเป็นอีก
ความหมายหนึ่ง แม้จะบวชชั่วคราวก็ยัง
ได้อะไรมหาศาล มากมายมหาศาล คือได้
รับการฝึกฝนได้รับความรู้สำหรับจะเป็น
ผู้ปฏิบัติอยู่อย่างชนะโลก อย่างชนะโลก
จำไว้คำหนึ่งด้วย ถ้าเราเป็นผู้ชนะโลก เรา
ก็จะอยู่ในโลกสบาย สงบเย็นเป็นสุขไม่มี
ปัญหาอะไร.

ถ้าเป็นผู้พ่ายแพ้แก่โลก มันก็พ่าย
แพ้แก่กิเลส มันเต็มไปด้วยความทุกข์
ทรมาน ถูกบีบคั้น ถูกอะไรด้วยในสิ่งที่
เรียกว่ากิเลส แล้วเอาชนะมันไม่ได้ บางที

ยิ่งประชด ยิ่งทำให้มันเลว มันชั่วหนักขึ้นไปอีก อย่างนี้มันก็เรื่องฉิบหายหมด วินาศหมด ไม่มีอะไรเหลือในการที่จะดำรงชีวิตอยู่ในโลกนี้ ทั้งหมดนี้เราจะเรียกสั้น ๆ ว่าการบวชแบบนี้ คือ บวชแบบชั่วคราว.

ทีนี้ถ้าจะถามว่าทำไม ทำไมจะต้องบวช เนื่องจากอะไร ก็บอกมาแล้วเป็นคร่าว ๆ ในเบื้องต้นแล้วว่า เพราะมันยังขาดผู้มีคุณธรรม ยังขาดความเป็นผู้ที่มีคุณธรรมสำหรับจะเป็นมนุษย์ที่ถูกต้อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ชายนี้ ก็เพื่อจะเป็นพ่อบ้านที่ดี คุณธรรมสำหรับการเป็นพ่อบ้านที่ดี มีอยู่หลายอย่างหลายประการ เพราะยังขาดคุณธรรมข้อนั้นแหละ เราจึงต้องออกมา

ฝึกฝนแม่ในระหว่างที่เรียกว่าบวช คือฝึก
ฝนการบังคับตัวเอง ฝึกฝนกำลังจิตให้มี
กำลังจิตเข้มแข็งมากพอ ให้มีความอดกลั้น
อดทน ให้ทำอะไรทุกอย่างที่มันเป็นการ
บีบคั้นกิเลส ไม่ให้กิเลสมันบีบคั้นเรา พอ
บ้านที่ดี ไม่ใช่่ง่าย จะต้องมีความรู้เพียงพอ
จะต้องมีสติสัมปชัญญะเพียงพอ จะต้องมี
ความอดกลั้นอดทนเพียงพอ มีสมาธิเพียง
พอ ตามสมควรแก่กรณี

ฉะนั้นอย่าเห็นว่า การบวชสามสี่
เดือนนี้มันจะพอ ผมคิดว่ามันจะได้เพียง
เค้าเงื่อนเพียงเค้าเงื่อนสำหรับศึกษาต่อไป
นี้ก็นับว่าดีที่สุดแล้ว โอกาสสามสี่เดือนนี้
ศึกษาให้รู้เรื่องราว ให้รู้เหตุผล ให้รู้เค้าเงื่อน

ของการที่จะเป็นมนุษย์ผู้ชนะโลก แล้วก็ต้องศึกษาฝึกฝนต่อไปแม้จะกลับไปเป็นฆราวาสแล้ว มันก็ยังต้องทำอยู่นั้นแหละ ต้องทำการศึกษาฝึกฝนต่อ นี่ไม่ต้องพูดถึงธรรมะทั้งหมดในพระศาสนา เพียงแต่ธรรมะสำหรับการเป็นฆราวาสที่สมบูรณ์นี้ก็ยังคงศึกษากันถึงขนาดนี้ เผลอว่ามันมาตรงกันกับเรื่องของพระธรรม ที่จะอยู่อย่างในเพศบรรพชิตมันก็มีธรรมะมากมายหลายอย่างหลายประการ บางทีก็ตรงกันเลย บรรพชิตก็ใช้ธรรมะนั้น ฆราวาสก็ใช้ธรรมะนั้น ศึกษาฝึกฝนให้มองเห็นให้เข้าใจ และรวบรวมเข้าไว้ นี่เรียกว่า เพราะเหตุที่เรายังขาดคุณสมบัติ สำหรับ

จะเป็นมนุษย์ที่ดี หรือจะพูดให้ชัดเจนไปว่า สำหรับผู้ชายที่จะเป็นพ่อบ้านที่ดี เพราะเหตุมันขาดสิ่งเรานี้ เราจึงต้องทำ คือ ทำการศึกษา.

แต่ถ้าไม่มาบวชก็ไม่รู้จะไปศึกษาที่ไหนอย่างไร และไม่สะดวก และไม่ครบถ้วน ไม่บริบูรณ์เหมือนกับว่ามาบวช ศึกษาอย่างเป็นพระก็ศึกษาส่วนนั้น แต่ว่าคุณธรรมเหล่านี้ มันไปใช้ได้แม้เมื่อลาสิกขาไปแล้ว สัจจะ ทมะ ชั้นดี จาคะ เข้าใจว่าเคยเรียนกันมาแล้ว อย่างนี้พระก็ใช้ พระก็ใช้อย่างยิ่งจึงจะก้าวหน้าในหน้าที่ การงานการปฏิบัติ มีสัจจะ มีทมะ มีชั้นดี มีจาคะ และธรรมะหมวดนี้ มีชื่อเรียก

ว่า **ฆราวาสธรรม** หมายความว่า ฆราวาสธรรมจำเป็นจะต้องมีธรรมะเหล่านี้ หรือจะให้ดีกว่านั้นก็เป็นธรรมะสำหรับฆราวาส ที่จะใช้ยกตนเองจากระดับต่ำ ขึ้นไปสู่ระดับสูง หรือพ้นจากความเป็นฆราวาสนั่นเอง ถ้าฆราวาสต้องการที่จะเจริญในทางจิตใจเหนือความเป็นฆราวาส ก็ใช้ฆราวาสธรรมนี้แหละ ศีกษาคู จะช่วยฆราวาสพ้นจากความ เป็นฆราวาส ไม่ใช่ว่าจะสำหรับจะจมอยู่ในความเป็นฆราวาส อย่างนั้นมันไม่ไหวหรอก มันไม่ได้มีแผนการ หรือหลักการอะไรที่จะให้คนจมอยู่ในความเป็นฆราวาส มีแต่จะให้สูงขึ้นมา ๆ จนพ้นจากระดับนั้น มีจิตใจสูงกว่าระดับนั้น นี่คำ

ว่าฌราวาสธรรมควรมีความหมายอย่างนี้ ไม่ใช่สำหรับจมอยู่ในฌราวาส แต่จะหลุดออกไปได้จากความเป็นฌราวาส การบวชของเราก็เลยเป็นการฝึกฝนครบถ้วนที่จะอยู่เป็นฌราวาส ที่จะอยู่เป็นบรรพชิตก็ได้ เป็นฌราวาสก็ได้.

เราก็ขอพูดถึงอานิสงส์ใหญ่หลวงของการบวชเสียเลย ว่าการบวชนี้ จะต้องได้อานิสงส์รวบยอดใหญ่ ๆ สามประการ คือ ตัวเราเองได้คือประการแรก ประการที่สอง คือญาติทั้งหลาย มีบิดามารดา เป็นต้น หรือผู้มีพระคุณทั้งหลายพลอยได้ ประการที่สาม คือพระศาสนา หรือโลก ประการทั้งปวงนี้พลอยได้.

ข้อแรกที่เราผู้ที่บวชทั้งหลายพลอย
 ได้ อย่างที่ว่ามาแล้วตลอดเวลา ถ้าบวชจริง
 เรียนจริง ปฏิบัติจริง ได้ผลจริง แล้วมันก็ได้
 ผลอย่างที่ว่า สำหรับตัวเรา เป็นการได้ใน
 สิ่งที่ดีที่สุด ที่มีค่ามากเหลือที่จะตีค่ากันได้
 ได้สิ่งที่ดีจนเหลือการที่จะตีค่า เขาเรียกว่า
 หาค่าไม่ได้ หมายความว่า อยู่เหนือการตี
 ค่า **ขอให้เราบวชจริงเรียนจริงปฏิบัติจริง
 ได้ผลจริง เราก็จะได้รับสิ่งที่อยู่เหนือการ
 ตีค่า** นี่ขอให้อุตส่าห์อดกลั้นอดทนขอให้
 ทำได้ มันคุ้มค่าเหลือเกิน.

ที่นี้ สำหรับบิดามารดา หรือผู้มี
 พระคุณทั้งหลายจะพลอยได้รับนั้นนะ มัน
 ก็เป็นสิ่งผูกพันมนุษยสิ่งหนึ่งด้วยเหมือนกัน

เรามีบิดามารดาเป็นเจ้าหนี้บุญคุณ เราเป็นหนี้บุญคุณ เราต้องตอบแทน การตอบแทนอย่างอื่นนั้น มันไม่ดีเท่า หรือไม่สูงเท่าการบวชในพระพุทธศาสนา ซึ่งจะตั้งจะจงบิดามารดามาใกล้ชิดกับศาสนามากขึ้น.

สมัยก่อนเขาใช้คำพูดว่า เป็นญาติในพระศาสนามากขึ้นมันก็ถูกมันเกี่ยวข้องกับพระศาสนามากขึ้น ทั้งทางด้านวัตถุ ทั้งทางจิตใจ ก่อนนี้พ่อแม่ไม่ค่อยเข้าวัด พอลูกมาบวชอยู่ในวัด ก็เข้าเฝ้า เข้าเียน แล้วก็ต้องศึกษาอะไรอีกหลาย ๆ อย่าง และถ้าว่าลูกสามารถก็ยิ่งดีใหญ่ คือจะไปช่วยแนะนำสั่งสอนชักจูงชี้แจงป้องกันอะไร ให้บิดามารดารู้ธรรมะมากขึ้น และปลอดภัย

จากกิเลสมากขึ้น.

นี่เป็นการตอบแทนพระองค์อย่าง
สูงสุด คือเราทำให้บิดามารดาปลอดภัย
จากกิเลสมากขึ้น ขอให้ช่วยนึกไว้ด้วย ถ้า
มีความกตัญญูต่อบิดามารดาขอให้ช่วยนึก
ไว้ด้วย ว่าเราได้บวชทั้งนี้ เรายังมีหน้าที่
ส่วนหนึ่งคือ จะทำให้บิดามารดาปลอดภัย
จากกิเลสมากขึ้น สบายมากขึ้น มีความ
ผาสุกในทางธรรมะมากขึ้น ข้อนี้อย่าลืม ๆ
เพราะมันทำได้พร้อมกันไปในตัว ถ้ามีเวลา
มีโอกาสก็ชี้แจงแนะนำ หรือแม้แต่ทำตัว
อย่างที่ดีให้ดูอยู่ทุกวัน มันก็เหลือเกินแล้ว
ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบให้เป็นตัวอย่างอยู่ทุก
วัน ๆ บิดามารดามาเห็นเข้าก็พอใจ ยิ่งกว่า

จะพอใจ มีความศรัทธาปสาทะในธรรมะ
เลื่อมใสในศาสนายิ่งขึ้น.

ฉะนั้นคำว่า **บวชเพื่อทดแทน
พระคุณบิดามารดา** นี้ เป็นสิ่งที่มีเหตุผล
ไม่ใช่คำพูดเหลวไหล ไม่ใช่คำพูดอ้างกัน
สนุก ๆ ต้องเป็นเรื่องที่เป็นไปได้จริง ๆ
ญาติทั้งหลาย แม้แต่ญาติห่าง ๆ อะไร
ก็ตาม ไม่จำเป็นเฉพาะบิดามารดาหรอก
ขอให้ได้รับประโยชน์จากการบวชของเรา
ด้วย นี่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งข้อที่สอง.

ข้อที่สาม **นั่นว่าให้พระศาสนาได้
รับประโยชน์ให้โลกทั้งโลกได้รับประโยชน์
พระศาสนาได้รับประโยชน์** คือมีคนบวช
สืบอายุพระศาสนา บวชก็วันก็เดือนก็ปี

มันก็สี่บอายุพระศาสนาเท่านั้นวันเท่านั้น
เดือนเท่านั้นปี ขออย่างเดียวคือว่าให้มัน
บวชจริงเรียนจริงปฏิบัติจริง ได้ผลจริง สอน
สี่บ ๆ กันไปจริง แล้วทำอย่างสุดความ
สามารถ.

บวชสามเดือนเสร็จไป แล้วสึกไป
เป็นฆราวาสก็ทำอย่างนี้อีก มันคงทำอย่าง
นี้อยู่อีก ยังใช้ธรรมะที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมา
ให้เป็นประโยชน์แก่ทุกคน ตามธรรมชาติ
ของพระธรรมซึ่งจะช่วยผู้ที่มีธรรมะนั้น
แหละให้รอดจากความทุกข์ทั้งปวง นี่คือ
พระศาสนาได้รับการสี่บอายุพระศาสนา
จากเราผู้กำลังบวชอยู่ และจากเราผู้แม่
จะลาสิกขาออกไปแล้ว ก็เพราะเราไปเป็น

อุบาสกอุบาสิกา เป็นฆราวาสที่ดี ทำสิ่งที่
เป็นประโยชน์แก่พระศาสนาอยู่ตลอดเวลา
นี้พระศาสนาได้รับประโยชน์คือมีผู้สืบอายุ
พระศาสนา แต่ถ้ามันบวชไม่จริงเหลวไหล
มันมีผลในทางตรงกันข้าม แล้วขอให้กลัว
กันให้มากอย่าได้ไปข้องแวะเลย ที่นี้ที่ว่า
ประโยชน์จะได้แก่สัตว์โลกนี้ มันเป็นการที่
มองเห็นได้ไม่ยากนัก.

**ถ้าศาสนามันยังมีในโลก โลกนี้มัน
ก็ปลอดภัย** เหมือนกับการบวชเป็นการ
ทำให้ศาสนายังมีอยู่ในโลก แล้วคนที่อยู่ใน
โลกก็พลอยได้รับประโยชน์จากพระศาสนา
หรือจากพระธรรม นี่มันเป็นอนุภาพอัน
ศักดิ์สิทธิ์ของพระธรรม เพราะถ้ามีอยู่ใน

โลกก็คุ้มครองโลก แล้วเราทำให้มีอยู่ในโลก โลกก็พลอยได้รับประโยชน์ สัตว์โลกทั้งโลกพลอยได้รับประโยชน์จากการที่เราสืบอายุพระศาสนาไว้ในโลก เรื่องนี้ไม่ใช่เล็กน้อย ถ้ามองเห็นแล้วก็จะเกิดกำลังใจมหาศาลในการที่จะประพฤติให้ดีที่สุด ให้เป็นการบวชจริง เรียนจริง ปฏิบัติจริง ได้ผลจริง แล้วก็เผยแผ่สอนต่อ ๆ กันไปจริง ๆ.

ทุกคนทำการเผยแผ่ได้ ไม่ต้องเป็นพระนักเทศน์ ผู้บรรยายอันมีชื่อเสียงหรือก ขอแต่ให้เราปฏิบัติธรรมะอยู่กับเนื้อกับตัว แล้วแสดงให้ผู้อื่นเห็น นั่นแหละเป็นการเผยแผ่ที่ประเสริฐที่สุด คือเขาเห็นแล้ว เขาพอใจ เขานับถือ เขาอดรนทนอยู่

ไม่ได้เขาก็ต้องทำตาม เรียกว่าเผยแพร่อย่าง
 หุบปาก หุบปากเงียบ แสดงธรรมะอยู่ที่
 เนื้อที่ตัวอย่างยิ่งตลอดเวลา คนเห็นเขาก็
 เลื่อมใส จะเลื่อมใสมากกว่าคนที่พูดมากเสีย
 อีก เป็นการเผยแพร่ด้วยการทำตัวอย่างให้ดู
 เป็นผู้มีความสุขให้ดู ว่าอยู่อย่างนี้ อยู่อย่าง
 นี้มันมีความสุข คนเขาก็พากันทำตาม การ
 เผยแพร่อย่างลึกซึ้งคือการเผยแพร่อย่างนี้ ซึ่ง
 ได้เป็นมาแล้วตั้งแต่ครั้งพุทธกาล.

ในครั้งพุทธกาล การเผยแพร่โดยการ
 เป็นผู้มีความสุขให้ดู เทียบไปในโลกให้ชาว
 โลกได้เห็น ตัวอย่างของผู้ที่เอาชนะความ
 ทุกข์ได้ ก็มาหันมานับถือพระพุทธศาสนา
 กันมากมาย ไม่ได้มีการเทศน์วิทฺย หรือ

พิมพ์หนังสือมากมายมหาศาลอย่างเดียวกันนี้
ในครั้งพุทธกาลก็ได้ทำการเผยแพร่มา
อย่างประสบความสำเร็จ ฉะนั้นขออย่าได้
ท้อถอยว่า เราไม่มีอะไรทำจะไปเผยแพร่
อย่างไรได้ เราปฏิบัติธรรมะให้ดู นั่นแหละ
คือการยอด นั่นคือยอดสุดของการเผยแพร่
การเผยแพร่ชั้นสุดยอด คือการปฏิบัติธรรมะ
ให้ดู มีความสุขให้ดู.

เอาละเป็นอันว่า การบวชของเรา
มีโอกาที่จะได้รับอานิสงส์ประเสริฐที่สุด
ถึงสามประการ คือว่าเราเป็นเหมือนกันว่า
เกิดใหม่ได้สิ่งที่ดีที่สุด เกิดใหม่ในอริยชาติ
แล้วก็ญาติทั้งหลายบิดามารดาเป็นต้น ก็
พลอยได้รับธรรมะ กุศลมหาศาล และ

พระศาสนาและโลกทั้งปวงก็พลอยได้รับการสืบต่ออายุและการอยู่กันอย่างสงบสุขมันเกินค่านะ แม้ว่าจะต้องอดทนอดกลั้นอยู่ไปจนตลอดชีวิต ก็ยังเกินค่า นี่บวชสามเดือนทำได้แบบนี้ มันก็เรียกว่า ได้ผลมหาศาลเหมือนกัน เป็นเรื่องที่จะต้องตัดสินใจเอาเอง.

ในที่สุดมันก็ต้องพูดว่า ต้องจริงคำเดียว คือจะได้รับประโยชน์ตามนั้น ตามที่พูดมานั้น ก็ด้วยสิ่งที่เรียกว่าจริง จริงคำเดียว คือขอให้บวชจริง บวชจริงๆ เคารพระเบียบวินัยของการบวชจริงๆ ไม่ใช่บวชเล่นบวชหลอกบวชลวงอะไร บวชจริง แล้วก็ปฏิบัติจริง มอบกายถวายชีวิตให้แก่การ

ปฏิบัติเลย เรียกว่า ปฏิบัติจริง เอาเรียนจริง
ก่อน บวชจริง แล้วก็เรียนจริง อะไรมีเรื่อง
ที่จะต้องเรียนก็ต้องเรียนจริง เรียนอย่าง
ที่เรียกว่าพอใจ แล้วก็ปฏิบัติจริง ปฏิบัติ
สุดกำลังความสามารถ ครั้นปฏิบัติจริงมัน
ก็ได้ผลจริง ได้ผลจริงก็เป็นการตอบแทน
มหาศาล และก็เพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่นก็
แนะนำสั่งสอนไปตามที่จะทำได้ เรารู้เท่า
ไหร่เราก็มีสิทธิที่จะบอกกล่าวสั่งสอนแก่ผู้
อื่นเท่านั้นแหละ แม้จะไม่สูงสุดหรือหมด
ทั้งพระศาสนา ก็เอาเท่าที่เรารู้เราเข้าใจเรา
ปฏิบัติได้ เรามีความชอบธรรมที่จะพูดจะ
บอกจะสอนไปตามที่เรามีอยู่ อย่างนี้ไม่มี
ทางติเตียน ผมอยากจะพูดว่าแม้บวชวัน

เดี๋ยวก็สอนได้ แม้เพิ่งบวชได้วันเดียวแต่ถ้ามีความรู้จริงที่ปฏิบัติได้จริงแล้วก็ทำอยู่ก็บอกได้บอกตามที่เราทำได้ เท่าที่เราทำได้ ฉะนั้นต่อไปไม่ต้องท้อใจที่ว่าจะสอนใครไม่ได้ มันมีการสอนได้ด้วยการทำให้ดู แล้วก็พูดตามที่อยู่เท่าไร.

ทีนี้มีหมวดธรรมะที่อยากจะฝากไว้ ฝากไปให้ ฝากไปเลยในคราวเดียวกันว่า หมวดธรรมะเล็ก ๆ หมวดหนึ่งในนวกโฆวาทที่เรียกว่า **อปันณกปฏิบัติ** เข้าใจว่าเคยผ่านกันมาแล้วทั้งนั้น ก็บวชมาหลายวันแล้ว ตั้งครึ่งพรรษาแล้ว คงจะผ่านธรรมะในนวกโฆวาทตามสมควร**อปันณกปฏิบัติ**:-
อินทริยสังวร, โภชเน มัตตัญญูตา, ชาคริ-

ยานุโยค พระพุทธเจ้าทรงแสดงอานิสงส์ไว้
 ไว้ในพระบาลีข้อนี้ว่า **โยนิ วสฺส อารทฺธา**
โหติ อาสวานํ ขยาย ผู้ได้ประพฤติปฏิบัติ
 สามอย่างนี้ การเกิดหรือกำเนิดของบุคคล
 นั้นปรารถนาความสิ้นอาสวะแล้ว มันเป็น
 หมวดธรรมะที่ประหลาดที่แสดงไว้ ดูแล้ว
 ไม่เท่าไร แต่ทรงแสดงไว้ว่าสิ้นอาสวะ แต่
 แล้วในที่สุดมันก็มาตรงกับเรื่องฌราวาส
 อย่างยิ่ง ถ้าฌราวาสประพฤติปฏิบัติธรรมะ
 หมวดนี้อยู่ ก็เป็นการปรารถนาเพื่อความสิ้น
 อาสวะ ด้วยเหมือนกันไม่เร็วก็ช้า.

ขอให้สนใจเป็นพิเศษเถิดว่า
อินทริยสังวร สำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
 อย่าให้ผิดพลาดได้ จากการที่ว่า ตา หู จมูก

ลิ้น กาย ใจ รับอารมณ์ รูป เสียง กลิ่น รส
 โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ เรามี ตา หู จมูก
 ลิ้น กาย ใจ เป็นธรรมตา ดังนั้นมันต้องมี
 การรับอารมณ์ทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ.

แต่ถ้าเราไม่มีสติปัญญา ไม่มีธรรมะ
 ไม่มีความรู้ อันนั้นมันจะเป็นเหตุให้ทำ
 ผิด ให้เกิดกิเลส และเป็นทุกข์ สำรวม ตา
 หู จมูก ลิ้น กาย ใจ คือ มีสติ ปัญญา ศึกษา
 มาในเรื่องของความรู้ว่ามันเป็นธรรมชาติ
 เช่นนั่นเอง ไม่ใช่ตัวตนอะไรที่ไหน และที่ว่า
 มันเป็นสิ่งที่จะต้องควบคุมให้ถูกต้อง การดู
 ด้วยตา การฟังด้วยหู การดมด้วยจมูก การ
 ลิ้มด้วยลิ้น การสัมผัสด้วยผิวหนัง การรู้สึก
 ด้วยจิตใจ ต้องมีสติ ปัญญา มาทันเวลาที่มี

การกระทบ อย่าไปรักที่มันน่ารัก อย่าไป
โกรธ เกลียด สิ่งที่มันน่าโกรธ น่าเกลียด
หรือแม่ที่มันน่ากลัว ถ้าไปรัก ไปโกรธ ไป
เกลียด ไปกลัว แล้วมันล้มละลายแล้ว
จิตใจไม่อยู่กับเนื้อกับตัวแล้ว เพราะจิตใจ
ไปเป็นทาสของสิ่งเหล่านั้นเสียแล้ว ถ้ามี
สติปัญญาพอ มันก็จะรู้ว่า ใ้่น่ารักมันก็รัก
แต่ว่าน่ารัก ถ้าไปรัก มันก็ไปหลงใ้ เป็น
ทาสของมัน ไปโกรธ ไปเกลียด เหมือนกัน
ก็ไม่ต้อง แล้วก็มีจิตใจอยู่ตรงกลาง เป็น
อิสระ มีจิตใจอยู่ตรงกลาง ไม่รัก ไม่โกรธ
ไม่เกลียด ไม่กลัว ไม่อะไรหมด ถ้ามีสติ
ควบคุมได้อย่างนี้ ก็เรียกว่า สාරวมอินทรีย์
ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไว้ได้ แล้วคุณก็ลอง

คิดดูเถิดว่า มันจะมีประโยชน์ก็มากน้อย.

เดี๋ยวนี้ที่มันฆ่าฟันกันตาย มันฆ่าตัวเองตาย ยิงตัวเองตาย ยิงเมียตาย ยิงลูกตาย มันก็ล้วนแต่มาจากการที่สำรวม ตา หู จมูก ลิ่น กาย ใจ ไว้ไม่ได้ ถ้าสำรวม ตา หู จมูก ลิ่น กาย ใจ ไว้ได้ เรื่องเล่านี้มันก็ไม่ไม่มี มันก็ไม่มี ขอให้คิดดู.

ฉะนั้น ขอให้เห็นชัดแล้วก็ถือไว้ให้เคร่งครัดว่า แม้ไปเป็นฆราวาสแล้วก็ต้องสำรวม ตา หู จมูก ลิ่น กาย ใจ เมื่อฆราวาสสำรวมอยู่ไว้อย่างนี้ การปฏิบัติของเขาเป็นไปเพื่อการสิ้นกิเลสตามสมควรแก่เหตุการณ์ ตามสมควรแก่กรณี นี้ข้อที่หนึ่งว่าต้องสำรวมระวัง ตา หู จมูก ลิ่น กาย ใจ.

ข้อที่สองว่า โภชเน มัตตัญญุตารู้
ประมาณในการบริโภค ไม่ใช่เรื่องเล็ก ๆ
น้อย ๆ ที่ใครเห็นเป็นเรื่องเล็กน้อยนั้นมัน
วินาศทุกคนเลย ไ้คนที่มันต้องวินาศทาง
เศรษฐกิจ หรือวินาศทางการทำชั่วหรือ
ทุจริตต่าง ๆ นานา ก็เพราะมันไม่รู้จัก
ประมาณในการบริโภค มันอยากกิน อยาก
เล่น อยากมี อยากใช้อะไรเกินฐานะของ
ตน ท่านสอนให้รู้ความพอดี คือ ไม่น้อย ไม่
ขาด และไม่เกิน.

แล้วคำว่า การรู้ประมาณในการ
บริโภค และการบริโภคคำเดียวนี้ มันขยาย
เนื่องออกไปถึงว่า การที่จะหามาบริโภค
การที่จะเก็บไว้บริโภค และการที่จะใช้

จ่ายบริโภค การที่จะแจกปันไปให้เพื่อนฝูง
ได้พลอยบริโภค หรือว่าการเสียสละตาม
หน้าที่ของมนุษย์ ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์
มันก็อยู่ในคำว่า บริโภคไปหมด.

ฉะนั้นต้องรู้จักความถูกต้องดีกว่า
ในเรื่องทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการบริโภค การ
หามาก็ดี การเก็บไว้ก็ดี การใช้สอยก็ดี
การจะเจียดไปช่วยเหลือผู้อื่นก็ดี ล้วนแต่
รวมอยู่ในคำว่า บริโภค ของบุคคลนั้น
ต้องทำให้ถูกต้อง จำเป็นสำหรับฆราวาส
แม้พระก็จำเป็น พระที่ไม่ถูกต้องในการ
บริโภค กิเลสก็ครอบงำ เดียวก็อยู่ไม่ได้
เดียวก็ทำผิด ทั้งที่อยู่ได้แต่ก็ทำสิ่งที่ไม่ควร
จะทำ ยิ่งเป็นฆราวาสด้วยแล้วยิ่งจำเป็น

อย่างยิ่ง ที่จะต้องมีความถูกต้องเกี่ยวกับการบริโภคน้ำมัน เพราะว่าการบริโภคน้ำมันเป็นของธรรมดาสามัญ จำเป็นที่สุดสำหรับมนุษย์ มนุษย์จะอยู่โดยไม่บริโภคไม่ได้ มันก็ต้องมีการบริโภคที่ถูกต้อง คือ รู้ความพอดี นี่ข้อที่สอง ลองเป็นอยู่อย่างนี้ มันลดกิเลส ๆ ฉะนั้นธรรมะข้อนี้ มันเป็นการปรารถนาเพื่อการสิ้นอาสวะ แม้แก่ของฌราวาส.

นี่ข้อสุดท้ายเรียกว่า **ชาคริยานุโยค** ประกอบความเพียรของบุคคลผู้ตั้งอยู่เสมอ คำว่าตั้งในที่นี้ไม่ใช่ตั้งตม ไม่ใช่แตกตื่น เป็นการตื่น จากหลับ จากกิเลส จากความโง่ จากอวิชชา เป็นผู้ตั้งอยู่ ตรงกัน

ข้ามจากการหลับ มันทำอะไรไม่ได้ ถ้าคน
 มันตื่นอยู่ มันก็ทำอะไรได้ ฉะนั้น**เราเป็น**
คนตื่นอยู่ แต่มันมีความตื่นจากกิเลส จาก
อวิชชา ดังนั้นมันจึงไม่ใช่เพียงแต่ว่าตื่นอยู่
 อย่างนี้ มัน**ต้องมีจิตใจสดใส แจ่มใส ชุ่ม**
ชื้น เบิกบาน เยือกเย็น มีจิตใจชนิดนั้น จึง
 เรียกว่า ตื่นอยู่ ด้วยความตื่นที่ถูกต้อง ไม่
 หลับด้วยกิเลส ด้วยอวิชชา.

ส่วนการจะนอน ถึงเวลานอนก็นอน
 ก็คงต้องนอน ไม่ใช่ว่าจะไม่นอน ตาม
 ธรรมดาที่นอน ก็หลับตามธรรมดาที่ควร
 จะมี แต่อย่าให้มันมาก ให้เวลาที่มันตื่น
 อยู่มากกว่าตามธรรมดา เวลาจะนอนก็มี
 สตินอน จนตลอดเวลานอน ตื่นขึ้นมาก็มี

สติรับช่วงกันต่อไปใหม่ มันก็เลยมีสติเป็น
 เครื่องตื่นอยู่ตลอดเวลา **สตินั้นแหละเป็น**
เครื่องตื่น เมื่อไหร่มีสติเมื่อนั้นถือว่าตื่นอยู่
 เมื่อไหร่ขาดสติ เมื่อนั้นชื่อว่าหลับ อย่าง
 นี้จำเป็นไหม จำเป็นสำหรับฆราวาสไหม
 จำเป็นเท่ากันเลย ไม่ว่าจะ เป็นพระ หรือ
 ว่าเป็นฆราวาส ต้องมีสติเป็นเครื่องตื่นอยู่
 อย่างนี้ มันจึงจะทำอะไรไม่ผิด ก็เลยมีผล
 ดังว่า ถ้าตื่นอยู่อย่างนี้มันไม่เกิดกิเลสได้
 มันบรรเทาภิเลส มันลดกิเลส มันก็เป็นไป
 เพื่อความสิ้นอาสวะ **โยนิ วสส อารทฐา**
โหติ อาสวานํ ขยาย โยนิของเขาปรารภ
 เพื่อความสิ้นอาสวะแล้ว.

ฉะนั้นขอจำกัดความคำว่า **อาสวะ** ก็

แปลว่า **สิ่งเศร้าหมอง**ที่ไม่ควรจะมีทุกชนิด
 ทุก ๆ ชนิดเลย ฆราวาสก็มีอาสวะอย่าง
 ฆราวาส บรรพชิตก็มีอาสวะอย่างบรรพชิต
 ใคร ๆ ก็มีอาสวะตามแบบของตน เหมือน
 กันหมด อาสวะคือเครื่องเศร้าหมองแก่
 จิตใจ แก่นิสัยสันดาน สติปัญญา ทำให้เศร้า
 หมองก็เรียกว่าอาสวะทั้งนั้น.

ฉะนั้นก็ขอให้ศึกษาอย่างดีที่สุด
 ถ้าอย่างไร ๆ ก็ต้องให้ได้ธรรมะหมวดนี้
 สามข้อนี้ ติดไปกับชีวิตตลอดเวลา เรียกว่า
อปันณกปฏิบัติ ก็จะเป็นภิกษุ
 บรรพชิตที่ดีตลอดเวลา ถ้าจะกลับออกไป
 เป็นฆราวาสก็จะดีที่สุด ดีที่สุด จนถึงกับ
 พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าปรารภความสิ้น

อาสวะ ได้เรียนนักรธรรมก็ขอให้เรียนรู้เรื่อง
นั้น ๆ ให้ดี ๆ ทำความเข้าใจดี ๆ แล้ว
ก็จดจำให้ดี ๆ เอาไปใช้ให้ได้ให้สำเร็จ
ประโยชน์.

การที่เราบวชจริง เรียนจริง ปฏิบัติ
จริงได้ผลจริง สอนต่อ ๆ กันไปจริง ๆ นี้อย่าง
น้อยก็ขอให้เป็นไปตาม *อปัณณกปฏิบัติ*
สามประการนี้เถิด มันเหลือประมาณแล้ว
เรียกว่าประโยชน์เหลือหลาย เหลือที่จะ
กล่าวแล้ว ส้ารวม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
นี้ มีผลถึงความเป็นพระอรหันต์ รู้ประมาณ
ในการบริโภค อยู่อย่างกิเลสไม่ครอบงำ
ย้ายได้ ตื่นอยู่เสมอเป็นการป้องกันไม่
ให้มีความผิดพลาดได้ จำเป็นที่สุดแม้แต่

ฆราวาส ฉะนั้นช่วยจำให้ดีกว่าเรียนนักธรรม
ตรี หมวดสาม เรื่อง *อปัณณกปฏิปทา* มัน
มีเรื่องเนื้อหา สาระมากมายถึงอย่างนี้.

ที่นี้เวลายังมีเหลืออยู่อีกบ้างก็จะ
พูดถึงว่าฆราวาสนี้ไม่ใช่ว่าจะมีธรรมะต่ำ ๆ
เตี้ย ๆ โง่ ๆ เก่า ๆ อย่างฆราวาส มันมี
เรื่องที่น่าอัศจรรย์ที่ว่า ฆราวาสกลุ่มหนึ่ง
ไปทูลถามพระพุทธเจ้า ไปขอร้องให้ทรง
แสดงธรรมะที่เป็นประโยชน์แก่ฆราวาส
พระพุทธเจ้าทรงตรัสเรื่อง *สุญญุตตา*
สุญญุตตปปฏิสังยุตตา *สุตตันตา* คือ บท
สูตรทั้งหลายที่เกี่ยวข้องกับสุญญุตตา คือ
ความว่าง เตียนนี้เขาว่า ไม่ ๆ เอามาสอน
ไม่ได้ เรื่องความว่างเอามาสอนฆราวาส

ไม่ได้ แล้วทำไมพระพุทธเจ้าตอบอย่างนั้น
สอนอย่างนั้น นี่เพราะว่าเราไม่เข้าใจเรื่องนี้.

ความว่างนี้มันกินความมากแต่
สรุปแล้วก็คือว่า ไม่มีอะไรที่ยึดถือโดย
ความเป็นตัวตน เป็นของของตน ถ้าจิตไม่
ยึดถือจิตก็ว่าง เรียกว่า ความว่างของจิตที่
ไม่ยึดถืออะไรโดยความเป็นตัวตน มองอีก
ทางหนึ่งคล้ายว่าสูงไปสำหรับฆราวาส แต่
มองอีกทางหนึ่งก็รู้ว่า เหตุการณ์เลวร้าย
ทั้งหลายมันมาจากความยึดถือว่าตัวตน
ว่าของตนทั้งนั้น แม้จะเป็นฆราวาสก็จง
บรรเทาความยึดมั่นถือมั่นเรื่องตัวตนของ
ตนนี้ให้มากเท่าที่จะมากได้ มันไม่มีอะไร
เสียหาย ไม่เสียหาย อย่าเข้าใจผิดว่า เมื่อ

ไม่ยึดมั่นถือมั่นแล้ว จะไม่ทำอะไร จะไม่ทำ
 ประโยชน์อะไร มันไม่ทำด้วยความยึดมั่น
 ถือมั่น แต่มันทำด้วยสติปัญญา จะทำงาน
 ทำการ ทำมาเลี้ยงหาชีวิตก็เถอะ ขอให้ทำ
 ด้วยสติปัญญา อย่าทำด้วยความยึดมั่นถือ
 มั่น มันเป็นทุกข์ตลอดเวลา ถ้ายึดมั่นถือ
 มั่นสักว่าจะทำ มันก็เป็นทุกข์แล้ว ทำอยู่
 ก็เป็นทุกข์แล้ว ทำได้แล้วก็ยังเป็นทุกข์อยู่
 เพราะมีความยึดมั่นถือมั่น มันหนักอยู่บน
 จิตใจ มันกดทับจิตใจตลอดเวลา.

แล้วให้รู้ว่า ธรรมะสูงนี้ จะต้องใช้
 แม่แก่เด็ก ๆ ความไม่ยึดมั่นถือมั่นนี้ให้ใช้
 ให้มีแม่แก่เด็ก ๆ เพราะเด็ก ๆ ก็มีปัญหา
 อย่างเดียวกัน เด็กคนไหนขี่ไกรธ ขี่โมโห

คือ เด็กคนนั้นมันมีความยึดมั่นถือมั่นมาก ถ้ามันลดความยึดมั่นถือมั่นได้มันจะดีลดลง มันจะโมโหน้อยลง จะซีไกรธน้อยลง มันจะร้องไห้น้อยลง เมื่อของแตกของหาย มันไม่ร้องไห้ เมื่อมันสอบไล่ตกมันก็ไม่ต้องเป็นทุกข์ มันเรียนใหม่ได้ นี่เรียกว่า แม้แต่เด็ก ๆ ยังมีเรื่องที่เป็นทุกข์ เพราะความยึดมั่นถือมั่น เราเห็นเด็ก ๆ ที่มันดีอบิตามารดา ไม่รู้คุณของบิตามารดา ไม่รู้สมัครสमानสามัคคีในหมู่เพื่อนฝูง เพราะมันมีความยึดมั่นถือมั่น คือ ความเห็นแก่ตัว.

ความเห็นแก่ตัวนี้เป็นเหตุให้เกิดอาชญากรรมมากมายมหาศาลทั่วไปทุกอย่าง ถ้าลดความเห็นแก่ตัวลงไปได้ มัน

ก็เกือบจะไม่มีเรื่องราวอะไร มีความโลภก็เพราะความเห็นแก่ตัว มีความโกรธก็เพราะความเห็นแก่ตัว มีความโง่งก็เพราะความเห็นแก่ตัว เรียกว่า โลภะ โทสะ โมหะ มันเกิดขึ้นมาเพราะความเห็นแก่ตัว คือ จิตที่มันยึดมั่นถือมั่น เป็นอุปาทาน.

เราอย่าทำอะไรด้วยอุปาทาน ทำด้วยสติปัญญา มีหลักจำง่าย ๆ ว่า ถ้าเราจะถือศีลอย่างถือด้วยความยึดมั่นถือมั่น มันจะเป็น **สีลัพพตปรามาส** มันจะไม่ได้ผลแล้วมันจะบ้า ถ้าถือศีลก็ถือด้วยสติปัญญา เรียกว่า สมာทานศีล สมาทานจตุรงค์ สมาทานสมาธิ สมาทานแปลว่า ถือเอาอย่างดี ถือเอาด้วยสติปัญญา แต่ถ้าถือ

ด้วยอุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่น แล้วมันเป็นเรื่องผิด เป็นเรื่องโง่ เป็นเรื่องหลง เป็นเรื่องมืด เป็นเรื่องที่ทำให้ผลร้าย.

ฉะนั้นอย่าทำอะไรด้วยอุปาทาน ยึดมั่นถือมั่นด้วยความโง่ แต่ทำอะไรก็ให้ทำด้วยสมาทาน คือดำเนินไปด้วยสติ ปัญญา เรื่องนี้การศึกษาในโลก ก็ยังสอนกันอยู่ผิด ๆ หรือขัดกันกับหลักอันนี้ เขาสอนให้เด็กยึดมั่นถือมั่น ให้มุมนานะ ให้หวังอย่างยิ่ง ให้ทะเยอทะยานอย่างยิ่ง แล้วก็จะได้ดี อย่างนี้มันผิดหลักธรรมะหมด เราจะสอนให้เด็กรู้จักทำแต่พอดี ด้วยสติ ปัญญา ทำไปตามสบาย นอนหลับสนิท ไม่ต้องเป็นโรคประสาทตั้งแต่เล็ก.

ฉะนั้นอย่าทำด้วยความยึดมั่นถือมั่น หรืออุปาทาน แต่ทำด้วยสติปัญญาที่ต้อง เรียกว่า สมาทาน ถ้าใครถือศีลอย่างอุปาทาน แล้วมันไม่มีผลอะไร นอกจากยกหูชูหาง ข่มผู้อื่น ไม่ได้มีผลอะไร ถ้าถือศีลด้วยสมาทานจะได้ผลดีตามความมุ่งหมายของศีลทุก ๆ ประการอย่างนี้ รู้ไว้ว่า เรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่นนั้น จำเป็นสำหรับทุกคน แม้ที่ลุดกับลูกเด็ก ๆ อย่าให้เขาต้องเป็นเด็กคือ โกรธเก่ง ร้องไห้เก่ง เห็นแก่ตัวเก่ง มันเป็นเรื่องของความยึดมั่นถือมั่นทั้งนั้น เมื่อเด็ก ๆ ก็ต้องได้รับการฝึกฝนอย่างนี้ ผู้ใหญ่ก็ไม่ต้องพูดถึง ขอให้รู้ในหลักหลักที่เป็นใจความสำคัญของพระพุทธศาสนา

คือ เรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่นหรือสูญญตา ตามที่พระพุทธเจ้าท่านได้ตรัสสอน เรื่องความยึดมั่นถือมั่นนี้ **สัพเพ ธัมมา นาลัง อภินิเวสายะ**.

ผมสำรวจดูในพระบาลีในพระไตรปิฎก มีผู้มาทูลถามตั้งเก้ารายสิบราย เรื่องอะไรเป็นบทสรุปของพระพุทธศาสนา ซึ่งตรัสว่า **สัพเพ ธัมมา นาลัง อภินิเวสายะ** แต่แล้วเป็นฆราวาสทั้งนั้นเลย ในเก้ารายสิบรายที่มาทูลถาม เป็นฆราวาสทั้งนั้น กระทั่งเป็นพระอินทร์ ไม่มีพระ บรรพชิตไปทูลถามเลย นี่แสดงว่าในครั้งกระโน้น ฆราวาสเขามีการปฏิบัติธรรมะในระดับสูง ในเรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยเหมือน

กัน ไม่ได้ทิ้งไว้ให้เป็นเรื่องของพระโดย
ส่วนเดียว เอาเป็นว่า เราได้มารู้เรื่องราว
เหตุการณ์เลวร้ายทั้งหลายมาจากความยึด
มั่นถือมั่น ซึ่งเป็นเหตุให้เห็นแก่ตัว แล้วก็มี
โลภะ โทสะ โมหะ สารพัดอย่าง ทำให้เกิด
ความยุ่งยากลำบาก.

ในที่สุดนี้ ก็พูดกันสักข้อหนึ่งถึงเรื่อง
ฆราวาสธรรมอีกเรื่องว่า ฆราวาสธรรม
สี่ประการนั้นแหละ สำหรับฆราวาสยก
ตัวขึ้นมาจากความเป็นฆราวาส มาเป็น
พระอริยบุคคล เป็นพระอริยเจ้า ไม่ใช่ให้
ฆราวาสจมปลักอยู่ในความเป็นฆราวาส
โดยธรรมะสี่ประการนั้น.

ฉะนั้นเราต้องสอนเรื่องนี้กันให้ถูก

ต้อง จงปฏิบัติเรื่องนี้กันให้ถูกต้อง ก็จะเป็นผู้เดินถูกทาง คือเกิดมาเดินถูกทาง ถ้าไม่ได้มาบวช ไม่ได้มาเรียน ไม่ได้ศึกษาเรื่องเหล่านี้ มันจะเหมือนกับคนหลับตา เดินไม่ถูกทาง พอมีความรู้เรื่องนี้พอสมควรแล้ว มันก็กลายเป็นเดินถูกทาง เพื่อว่าเราจะได้ไม่หลงทางของมนุษย์ ฟังดูมันก็น่าหวั เป็นมนุษย์ที่ไม่หลงทางของความเป็นมนุษย์ เป็นมนุษย์โง่ มันก็หลงทางของความเป็นมนุษย์นั่นเอง มันเป็นมนุษย์ไม่ได้ แล้วมันก็ไม่ได้สิ่งที่ดีที่สุด ที่มนุษย์ควรจะได้รับ มันไม่ได้สิ่งที่ดีที่สุด ที่มนุษย์ควรจะได้ นี้ มันน่าละอายสักเท่าไร.

เราก็อย่าเป็นผู้หลงทางของความ

เป็นมนุษย์ ให้เราเดินทางถูกหนทางของ
ความเป็นมนุษย์ ตามลำดับ ตามลำดับ
มา เหมือนอย่างที่ว่ามาแล้ว การบวช
ของเรา นี้ แม้จะบวชระยะสั้น ก็ขอให้ได้
สำเร็จประโยชน์ในการที่จะได้ไม่หลงทาง
ของมนุษย์ มีอะไร ๆ ที่จะต้องศึกษา และ
ปฏิบัติเหมือนอย่างทีกล่าวมาแล้ว.

ข้อความที่ผมหวังจะพูด ตั้งใจจะ
พูดให้แก่พระราชกัญฑ์ทั้งหลาย สรุปความ
ว่าขอแสดงความยินดีในการที่ได้มีโอกาส
บวช แล้วตั้งใจอย่างแน่วแน่มั่นคง ที่จะ
ศึกษาธรรมะที่เหมาะสมแก่ความเป็น
ราชกัญฑ์ แล้วก็จะได้ผลว่าจะอยู่ต่อไปมัน
ก็อยู่ได้ หรือว่าจะลาสิกขาออกไปมันก็ยัง

ได้รับผลเต็มที่ดีที่สุดกว่าที่จะไม่ได้เรียนรู้อะไร หรือไม่ได้ศึกษาอบรมอย่างนี้เลย เอาละ เอาเป็นมันว่า เราได้พยายามกันอย่างดีที่สุดแล้ว ในการที่จะชำระปัญหาต่าง ๆ ของความเป็นมนุษย์นี้ให้มันหมดสิ้นไป ผมขอยุติการบรรยายในวันแรกไว้เพียงเท่านี้ ขอให้กำหนดใส่ใจไปทุกข้อ ถ้ากลัวจะลืมก็จดไว้ แล้วไปใคร่ครวญต่ออีกโดยละเอียด ก็จะสำเร็จประโยชน์ตามความประสงค์มุ่งหมายของการอบรมนี้ทุก ๆ ประการ.

ขอยุติการบรรยายในวันนี้.

รายชื่อผู้สนับสนุนพิมพ์ธรรมะเล่มน้อย เล่มนี้

๕,๐๐๐ เล่ม

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

๒,๐๐๐ เล่ม

ครอบครัววิลกระจำง

๑๐๑ - ๓๐๐ เล่ม

เครือข่ายชีวิตศึกษา, ธนิต มาศรีนวล, นางลักขณ์ เกษม-
ไพบุลย์สุข, นภมาศ ลัดพลี, ปราโมทย์ ศักดิ์กำจร, ปรีชา-
สุกัญญา คงธนรัตน์, วิทยา สิทธิวิเศษ, รัตนา พงษ์พานิช,
สรวิชัย ลดาวัลย์, อนิณฺธิตา อุ่นทรัพย์

๑ - ๑๐๐ เล่ม

ครอบครัวพงศ์เศรษฐไพศาลและครอบครัววิศาลโลภะ,
ครอบครัวอัศวปรีชาวงศ์และครอบครัวชนะเสวี, ครอบครัว
เชื้อประกอบกิจ, กชกร-ณัฐสุดา-ธนวัฒน์ พิสุทธิกุล, กนกนุช
สุวรรณโสภา, กรณิต บุญญาสถิตสถาพร, กัญญา นาคไยยธรรม,
กิมหว่า อุสายพันธ์, ไกรยศ เกียรติสุนทร, ขวัญจิต มงคล-
ประดิษฐ์, จรวย เตชะเลิศ, จรียา พงษ์ประภาพันธ์, จันทา
สมตน, จารุกิตต์ รัตนนาคะ, จิราภรณ์ จรูญชาติ และ

ธนาชัย เอรಾವัน, ชญาณี สุวรรณมาศ, ขวิลวิทย์ สาคร, ชุตติพร
ทองสำริ, ฌลัท เกตุ, ฌฐวดี-วิลเลียม เซลเมล, ดวงพร
อภิกันตพันธ์, น.อ.(พิเศษ) อมรเดช - พยุงศรี มังตรีสรรค์,
นฤมล มีลาภ, นันทา ศรีประเวช, บจ.โอโอทรี บิวตี้
เซ็นเตอร์, บัญชรี อุโปโคตร, ปทิตตา โชติวัฒน์, ปริภัทร
วิลามาศ และครอบครัว, พ.อ.หญิง มลิวลัย ศรีแฮม, พงษ์พร
วงศ์ประทีปศิริ, พรรณิภา - วริศรา เจียมจินตนากรมย์, พรศรี
วิริยะกิจไพบูลย์, พิมพ์ปภัสสร อุทัยแสงสุข, เพชรรัตน์
กียรติไพบูลย์, มยุรี องคมงคล และครอบครัว, ยุพิน - วรรศ
สาประเสริฐ, ยุวดี เพ็ชรผดุง, รจนา สิการ, ระวีวรรณ เสขะ-
นันท์, รัชฎา ศิระอาภรณ์, วนิตา สุขถาวรธรรม, วิมล
จันทร์สุวรรณ, วิมลพัชร คำพงษ์พี, วิไลพร พูนพนิช, ศศิการ์ต์
หิรัญธัญญรักษ์, สวรรธณ เจริญธรรม, สอวาง ไกรฤกษ์, สุกัญญา
นิยมตรุษ, สุกดา ผ่องปิยะสกุล, สุเทพ - สันธยา สันติโชติ-
นันท์, สุพณี อนุมาณ, สุภกิจ - สุรัตน์ - สาธิตา - คณธัช
สุขพงษ์, สุภาณี ศรีไพบูลย์, เสาวลักษณ์ สิทธิประยูร,
อชิรญาณ ธนพงศ์กรสกุล, อัจฉรา-ศิริพร ผดุงสัตยาวงษ์,
อัญชลี ศิริสมแทน, อัญรัช นิตุธร, อารีย์ สิทธิถาวรวงศ์, ผู้
ไม่ประสงค์ออกนาม

ธรรมะใกล้มือ

โครงการ “ธรรมะ 4U” กับ AIS

- รับฟังธรรมะกด *272 โทรออก
- สมัครรับบริการข้อความธรรมะ *298*272#โทรออก



โครงการชุมชนธรรมะออนไลน์

- ธรรมะ “Twitter”
<http://twitter.com/buddhadasa>
- ธรรมะดีดี (D³)
รับ “ข้อธรรม” และ “เสียงธรรมะ”
- ธรรมะ Facebook
Facebook buddhadasa Archives
www.dhamma4u.com
www.bia.or.th



ธรรมะในสวน ตักบาตรเดือนเกิด

- ทุกวันอาทิตย์แรกของเดือน ที่สวนโมกข์กรุงเทพ
- บูชาพระรัตนตรัย รับศีล และ ฟังธรรม ตักบาตรแบบ พุทธกาล แล้วร่วมกรวดน้ำแผ่เมตตา ร่วมกินข้าวกันบาตร
 - เจริญสติภาวนา และกิจกรรมมรสพเพื่อปัญญา



ภาพปริศนาธรรม
ที่สวนโมกข์กรุงเทพ
วาดโดย

จากภาพไทย ชุด หนวดเต่า เขากระต่าย นอกบ
มุ่งอธิบายเรื่อง ทุกข์และควมดับทุกข์
: กลุ่มจิตรกรไทย