

วินัยและคุณธรรม สำหรับพัฒนาตน

- พุทธทาสภิกขุ -



สวนโมกข์ทุกที่
พุทธทาสทุกคน

วินัยและคุณธรรม สำหรับพัฒนาตน

โดย
พุทธทาสภิกขุ

ธรรมะใกล้มือ
ลำดับที่ ๑๒ ประจำปี ๒๕๕๘

ธรรมะใกล้มือ งานธรรมบรรยายของพุทธทาสภิกขุ
ที่ไม่เคยจัดพิมพ์มาก่อน

วินัยและคุณธรรม สำหรับพัฒนาตน

โดย พุทธทาสภิกขุ

ISBN 978-616-7574-27-1

พิมพ์ครั้งที่ ๑ • พฤศจิกายน ๒๕๕๘

จำนวนพิมพ์ ๔,๐๐๐ เล่ม

ถอดคำบรรยาย โสภา

ตรวจทาน สุริยนต์ กาชาณี

ภาพปก จักรพงษ์ วงศ์ไชย

จัดพิมพ์ มูลนิธิหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

พิมพ์ที่ บริษัท ฐานการพิมพ์ จำกัด

สมทบการผลิต ๒๐ บาท

ประสงค์พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

หรือเผยแพร่ในวาระต่างๆ ติดต่อได้ที่

หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

สวนวชิรเบญจทัศ (สวนรถไฟ) ถนนนาคนครไพ สาย ๒

แขวงจตุจักร เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร ๑๐๙๐๐

โทรศัพท์ ๐ ๒๙๓๖ ๒๘๐๐ • โทรสาร ๐ ๒๙๓๖ ๒๙๐๐

info@bia.or.th • www.bia.or.th • www.life-brary.com

๒๒ ๑๖/๘/๒๕๖๑ (๑๑)

ธรรมทาน กับ การทำนุบำรุง

ที่ใครจะรู้ว่า ต่างกันอย่างไร ลองแยกเล่มหนังสือ ออกดู จะเห็นว่า มีอยู่สองอย่าง คือ กระดาษที่ใช้พิมพ์ กับความรู้นี้ หรือคุณธรรมทั้งหลาย ที่มีอยู่ในหนังสือเล่มนั้น. การ ทำนุบำรุงหนังสือ ย่อมหมายถึง การทำคุณธรรม ด้วยเอาคุณธรรมด้วย การ พร้อมทั้งการยกกระดาษ ~~และ~~ ^{อัน} ในการทำ นุบำรุงหนังสือ อยู่ด้วยทั้งนี้.

ส่วนการธรรมทาน ย่อมไม่เปลี่ยนเช่นนั้น ความรู้ นั้นให้เปล่า ก็ดีแล้ว, ส่วนกระดาษหรือวัตถุอื่น ๆ ที่ใช้ ตาธรรมนั้น มัก ต้อง ขอคืน เช่นเดียวกับวัตถุอื่น ๆ ที่ ใช้ ให้แล้วแกวไปถวายพระที่วัด. ขอคืน เพาะด้วย ต้อง ไล่ไปถวาย อีกหลายครั้ง! จนกว่าจะถึงดังที่วัด.

งานธรรมทาน มักถูกแทนที่เป็นการทำนุบำรุงไป. ขอจบพิจารณาด้วยดี ทั้งสองอย่าง, จะได้เห็นใจ กันดี, ~~และ~~ ^{และ} ร่วมมือกันได้.

ขอเชิญร่วมสมทบสร้างทำ/ส่งธรรม

ธรรมะใกล้มือ

ของท่านอาจารย์พุทธทาส

ที่สวนโมกขพลาราม ท่านอาจารย์พุทธทาสริเริ่มทดลองการเผยแผ่ธรรมในลักษณะต่างๆ โดย “หนังสือธรรมะเล่มน้อย” ถือเป็นหนึ่งในนั้น มีทั้งเป็นเรื่องๆ เป็นเฉพาะกิจเฉพาะกาล และ ต่อเนื่องกันเป็นชุด เช่น ชุดหมุนล้อ ชุดลอยปทุม ฯลฯ

เมื่อเริ่มการก่อสร้างหอจดหมายเหตุฯ ที่กรุงเทพฯ มูลนิธิฯ ได้เริ่มพิมพ์และเผยแผ่ “ธรรมะใกล้มือ” เป็นรายเดือนเพื่อส่งธรรมของพระพุทธรองค์ที่ท่านอาจารย์ทำไว้สู่สังคม มีผู้เข้าร่วมสมทบสร้างทำและส่งธรรมอย่างต่อเนื่องตลอดมากกว่า ๕ ปีแล้ว

บัดนี้ ได้เวลาปรับปรุงใหม่ให้เหมาะสมขึ้น โดยตลอดปีพุทธศักราช ๒๕๕๙ จะทยอยจัดพิมพ์รายเดือนในชุด “ศีลธรรมกลับมาเกิด” เพื่อร่วมกันเร่งระดมให้ศีลธรรมกลับมา ก่อน

ที่โลกาจะวินาศตามที่ท่านอาจารย์พุทธทาส
ย้ำเตือนไว้ก่อนที่จะจากไป

จึงขอเชิญชวนท่านทั้งหลายในการช่วยกัน
“เร่งระดมธรรม” ด้วยการ “สมทบสร้างทำ”
และ “ส่งธรรม” ไกลมือให้ทั่วไทย ด้วยการ
เป็นเจ้าของภาพหรือสมาชิกในการพิมพ์เผยแพร่และ
ส่งต่อยังกลุ่มเป้าหมายต่างๆ ให้ทั่วประเทศ
เช่น วัดวาอาราม สถานศึกษา สถานที่ทำงาน
ของรัฐและเอกชน องค์กรสาธารณประโยชน์
ชุมชนท้องถิ่นบ้านเกิด ตลอดจนสถานพักพิง
และพยาบาลต่างๆ

ทั้งเฉพาะเรื่อง เฉพาะเล่ม ทั้งเป็นคาบ
๓ เดือน ๖ เดือน หรือ ตลอดปี ๑๒ เดือน
ตามกำลังและศรัทธา เพื่อการกลับมาของ
ศีลธรรมในสังคมไทยที่กำลังวิกฤตเข้าทุกที
หากไม่ช่วยกันตั้งแต่บัดนี้.

หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ



วินัยและคุณธรรม สำหรับพัฒนาตน

ธรรมบรรยายแก่ข้าราชการครู
จากสำนักงานศึกษาธิการ เขต ๔
วันที่ ๒๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๓๔

ท่านผู้ทำหน้าที่ครูบาอาจารย์ และท่านสาธุชน
ผู้สนใจในธรรมทั้งหลาย

อาตมาขอแสดงความยินดีในการมาของ
ท่านทั้งหลาย สู่สถานที่นี้ในลักษณะอย่างนี้ คือ
แสวงหาความรู้ทางธรรมะ เพื่อนำไปประกอบใน
หน้าที่การงานของตนให้มีผลดี เป็นสิ่งที่มีเหตุผล
ควรแก่การอนุโมทนา

อาตมาขออนุโมทนาและสนองความ
ประสงค์อันนั้น ตามที่จะทำได้เพียงไร แต่ขอ
ทำความเข้าใจบางอย่างเล็กน้อยว่า ทำไมจึงมา
พูดกันเวลาอย่างนี้ เพราะเหตุว่าเวลาอย่างนี้คือ

๐๕.๐๐ น. นี่เป็นเวลาที่เราสร้างกาย จิตใจ ยังใหม่
พร้อมที่จะรับสิ่งใหม่ๆ ถ้าสายไปหรือกลางวัน
แล้ว มันก็เหมือนกับภาชนะที่บรรจุอะไรมาแล้ว
เต็มลงไปยาก จิตใจยังว่างอยู่อย่างนี้มันเติมง่าย

ขอให้รู้จักใช้เวลาอย่างนี้ เป็นการประจำ
ตลอดเวลา ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนลองใช้เวลา ๐๕.๐๐ น.
ให้เป็นประโยชน์เถอะ จะเป็นการเพิ่มอายุให้ตนเอง
ให้มากออกไปอย่างน้อยวันละชั่วโมงสองชั่วโมง
เป็นเวลาพิเศษ ที่จะเรียกกันว่าเป็นนาฬิกาทอง หรือ
อะไรทำนองนั้นก็ได้อ เพื่อนของเราที่กำลังหลับอยู่
ก็ใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ให้มีค่าที่สุด มันก็เท่ากับ
เพิ่มชีวิตให้ยาวออกไปอีกนั่นเอง จะได้ใช้โลกเวลา
๐๕.๐๐ น.ให้เป็นประโยชน์อยู่จนเป็นนิสัย

เวลาพิเศษนี้ก็เป็นที่ไปตามธรรมชาติ ดอกไม้
ป่าเริ่มบานเวลาอย่างนี้ สัตว์ทั้งหลายก็ตื่นจาก
หลับ ไก่ก็ขัน อย่างนี้เป็นต้น และพระพุทธเจ้า
ท่านก็ตรัสรู้เวลาอย่างนี้ เป็นที่คาดคะเนได้ว่าแม้
พระศาสดาแห่งศาสนาอื่นก็ได้ใช้เวลาอย่างนี้ เป็น
เวลาตรัสรู้ด้วยเหมือนกัน โดยเฉพาะศาสดาของ
หมู่ชนที่เป็นผู้เคลื่อนที่อยู่เสมอ

จึงขอเสนอให้สนใจแก่เวลา ๐๕.๐๐ น.
นี้เป็นพิเศษและลองใช้ให้เป็นประโยชน์ นี่มีอะไร
ตื่นขึ้นมาก็บันทึกความคิดนึกที่ใหม่ๆ แล้วก็บันทึก
เอาไว้ หรือรวบรวมความรู้เก่าๆ บันทึกเอาไว้ หรือ
จะคิดนึกพิเศษออกไปก็เป็นผลดีทั้งนั้น เรียกว่า
เพิ่มอายุให้แก่ชีวิต ซึ่งมีค่ามาก

ส่วนตัวอาตมานั้นมันไม่มีเรื่องอะไร
เนื่องจากว่าเวลาอื่นๆ ไม่มีแรง ไม่มีเรี่ยวแรง
เรี่ยวแรงลดลงๆ มันตั้ง ๑๐ ปีมาแล้วที่เรี่ยวแรงเริ่ม
ลดลง เยียวยาแก่ไขอะไรก็ไม่ค่อยได้ผล เลยถือเสีย
ว่ามันเป็นบาปเพราะมีอายุเกินกว่าพระพุทธเจ้า
มาห้าหกปีแล้ว มันจะรักษาอะไรไหวละ ก็ต้องไป
ตามเรื่องของมัน

ฉะนั้นเวลาที่พอจะมีแรงบ้างก็คือเวลา
อย่างนี้ เพราะฉะนั้นถ้ามีใครมาขอให้พูดจาอะไร
บ้างก็ใช้พูดเวลาอย่างนี้ โดยเฉพาะเรื่องที่เป็นขึ้น
เป็นอัน มีความลึกกลับ ละเอียดซับซ้อนก็ยิ่งต้อง
ใช้เวลาอย่างนี้ กลางวันใช้ไม่ได้ ไม่มีแรง บังคับ
มันมันก็วิงเวียนหรือจะเป็นลมเป็นแล้ง

ทีนี้ก็มาถึงเรื่องที่จะพูดจากัน ทีแรกก็ไม่ทราบว่าจะพูดเรื่องอะไรดี เห็นพระบันทึกไว้ว่า ท่านทั้งหลายเป็นผู้ชวนขวยทำหน้าที่แสวงหา วินัยและคุณธรรมเพื่อการพัฒนาตน หรือแสวงหาธรรมะเพื่อพัฒนาตน ก็เลยถือเอาคำนี้เป็นหัวข้อสำหรับการบรรยาย

คือบรรยายธรรมะในฐานะเป็นวินัยก็มี เป็นคุณธรรมก็มี สำหรับการพัฒนาตน เมื่อมีหัวข้ออย่างนี้ก็พยายามทำความเข้าใจกันไปตั้งแต่ต้นว่า พัฒนาตน พัฒนาตน ว่าตนนั้นคืออะไร อยู่ที่ไหน ลองเอามาดูสิ ถ้าเอามาให้ดูไม่ได้ มันก็ไม่สามารถที่จะพัฒนาตน

จึงต้องทำความเข้าใจกันกับคำว่าตน ตนนั้นแหละให้เป็นที่ชัดเจนแจ่มแจ้งเสียก่อน อันนี้ตน ตนนี้มันเป็นปัญหายืดเยื้อมาแต่ครั้งพุทธกาล เป็นพันๆ ปี มากระทั่งเดี๋ยวนี้ พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า ไม่ใช่ตน คือสิ่งที่คนทั้งหลายทั้งปวงเรียกว่า ตนๆๆ นั้น ท่านก็บอกว่ามันไม่ใช่ตน ท่านว่าจะพูดว่าตน มันก็ตนตามความหมายของคนเหล่านั้น หรือว่าถ้าพระพุทธเจ้าเองจะต้องตรัสกับคน

เหล่านั้น ในคำพูดภาษาพูดของคนเหล่านั้นท่าน
ก็ใช้คำว่าตนด้วยเหมือนกัน

มันจึงเกิดเป็นปัญหาขึ้นว่าทำไมบางเวลา
พระพุทธเจ้าปฏิเสธว่ามีแต่สิ่งที่มีใช้ตน ในบางเวลา
พระองค์เองก็ต้องตรัสว่าตนๆ รักษาตน เป็นที่พึ่ง
แก่ตน พัฒนาตน ให้เรารู้ว่ามันเป็นเรื่องสำหรับ
พูดจากับคนธรรมดาที่ยังมีตน

เมื่อคนธรรมดาเขาไม่รู้หรือโง่มาตั้งแต่
ก่อนหน้านั้นเป็นพันๆ ปีมาแล้ว เพิ่งจะมาพูด
คำอื่นเขาก็ไม่ฟังถูก มันก็ต้องพูดในแบบที่แจก
แบ่งแยกออกไปจากกันให้รู้ว่าตนนั้นมันคืออะไร
ถ้าเราจะพูดกันให้สั้นที่สุด มันพูดว่าพัฒนาชีวิต
นี้มองเห็นง่ายกว่าสิ่งที่เรียกว่าตน แม้แต่ชีวิตก็
ยังไม่ใช่เห็นได้ง่ายๆ นึก

ตามหลักทางธรรมะ จึงระบุสิ่งที่เรียกว่า
ชีวิตนั้นไปยังขั้นที่ห้า ที่เรียกว่าขั้น ๕ พอพูด
ว่าขั้น ๕ เต็มๆ สมัยนี้ก็แลบลิ้นหลอกให้เป็นคำ
ครีคระของคุณยาย คนแก่วัด ก็ไม่อยากจะสนใจ
เรื่องมันก็จบกันก็ไม่ต้องพูดกัน

“

มโนนั้น

ถ้ามันทำหน้าที่คิด

ก็เรียกมันว่าจิต

ถ้ามีหน้าที่รู้จักอารมณ์

ที่มากกระทบ

ก็เรียกว่าวิญญาณ

ถ้ามันทำหน้าที่รู้แจ้งสิ่งต่างๆ

ที่มากกระทบจากภายนอก

หรือเกิดขึ้นภายในก็ดี

ก็เรียกมันว่ามโน

”

ฉะนั้นเราสังเกตดูปัญหาเหล่านี้ บางพวก
ถือว่าชีวิตคือตน บางพวกถือว่าจิตนั้นคือตน บาง
พวกหรือโดยมากหรือทั้งหมดก็ว่าได้ที่ไม่รู้เรื่องนี้
ก็ว่ารู้แล้วก็คือขั้นที่ห้าเป็นตัวตน คือร่างกาย ๑
ระบบจิตที่รู้สึกกับเวทนา ๑ ระบบจิตที่สำคัญ
มันหมายถึงไปจากนั้น ๑ ระบบจิตที่คิดนึกลง
ไปอย่างไร สำคัญมันหมายถึงไปอย่างไรต่อจาก
สัญญาอันอื่นอีก ๑ แล้วก็วิญญาณ คือสิ่งที่รู้จักรู้แจ้ง
สิ่งต่างๆ ที่มากระทบได้ รูปนั้นเป็นเพียงเหมือนกับ
เปลือก สืออย่างที่เป็นจิตใจนั้นเป็นเหมือนกับเครื่อง
ข้างใน รวมกันเป็น ๕ ส่วน แล้วก็เรียกว่าขั้น ๕

เมื่อเราจะเรียกว่าชีวิตก็หมายถึงว่าทั้ง
๕ นั้นทำงานร่วมกัน และทั้งหมดนั้นจิตมันเป็น
ใหญ่เป็นประธานเหนือสิ่งเหล่านั้นก็มักจะพูดเอา
จิตเป็นคำเดียวว่าเป็นที่รับความหมายของ คำว่า
ชีวิต แล้วชีวิตก็หมายถึงการที่สิ่งเหล่านั้นยังเป็นอยู่
ยังไม่ตาย ยังทำหน้าที่ได้ นี่คือชีวิตในทางธรรมะ

ในกรณีอย่างนี้จะเอาคำว่าชีวิตในภาษา
วิทยาศาสตร์ หรือภาษาอะไรเป็นต้นมาใช้
ไม่ได้ ต้องเอาสิ่งที่เรียกว่าชีวิตในภาษาธรรมะ

ก็คือการดำรงชีวิตนั่นเอง วิทยาศาสตร์ให้ความหมายแก่คำว่าชีวิตไปในทางวัตถุอย่างเดียว ไม่เกี่ยวกับจิตใจ

เมื่อเชื้อวุ้นหรือโพรโทพลาส (*Protoplast*) ในเซลล์ เซลล์หนึ่งยังสดอยู่ยังไม่เน่าไม่ตาย ก็เรียกสิ่งนั้นว่าชีวิต มันเป็นเรื่องวัตถุเกินไป จนไม่ได้ความหมายอะไร เราไม่เอามาใช้กับภาษาธรรมะ จะใช้คำว่า เป็นอยู่ เป็นอยู่ มันก็ยังไม่รู้ว่าอะไร สิ่งที่ระบุงลงไปที่การดำรงชีวิตให้รอดอยู่นั้นแหละคือชีวิต การดำรงชีวิตนั้นแหละคือชีวิต ถ้าเอาชีวิตเป็นตนก็หมายถึงการดำรงตน

แต่เดี๋ยวนี้ก็อยากจะพูดคำที่จริงกว่านั้น ตามหลักธรรมะของพระพุทธองค์ว่า ไม่มีสิ่งใดที่เป็นตนโดยแท้จริง มีแต่สมมติให้ ก็สมมติกันมาก่อนหน้านั้นก่อนพระพุทธเจ้าเกิดอีก ใช้เป็นภาษาพูดธรรมดาสามัญไปแล้วเรียกว่า โปรี – ภาษาชาวบ้าน โลกีย์วิญญูติ – เป็นภาษาพูดของโลก เรียกว่า ตน ตน ตน แต่โดยเนื้อแท้สิ่งที่จะเป็นตน ตน นั้นหาได้มีไม่ เพียงแต่เอาความหมายของคำคำนี้มาเป็นตนในความรู้สึกเท่าที่จะรู้สึกได้

โดยสัญชาตญาณที่เด็กทารกก็รู้สึกได้แล้ว ก็พูดออกมาอย่างนั้นว่า ตน เช่น เด็กทารกอยู่ในท้องก็ไม่มีตน พอออกจากท้องมารดา ก็เริ่มทำหน้าที่ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจที่เรียกว่าอายตนะ และเมื่อทำหน้าที่ทางอายตนะแล้วมันก็มีผลแก่ความรู้สึก เป็นความรู้สึกอรร้อยในบางคราว อรร้อยๆ มันก็มีความเข้าใจ หลงใหลยึดมั่นในความอรร้อย แล้วก็เกิดความรู้สึกว่าตนอรร้อยขึ้นมาเอง

คำนั้นใช้สมมติแทนทั้งหมดว่ากูอรร้อย ถ้าไม่อรร้อยก็ กูไม่อรร้อย คำว่ากูในภาษาธรรมดา หรือค่อนข้างหยาบคายนั้นก็คือตนในที่นี้ มาจากความรู้สึกอันเกิดมาจากการเสวยอารมณ์เต็มที่ ในความเป็นบวกหรือความเป็นลบ ถ้าเป็นบวก กูก็ชอบ ถ้าเป็นลบกูก็ไม่ชอบ อย่างนี้ นี่คือที่มาของคำว่าตน

เมื่อระบบประสาทมันทำงานตามหน้าที่ของมัน ความโง่ของเราก็ไปแย่งเอามาว่า เป็นหน้าที่ของตัวกู ว่าตน เช่นตาเห็นรูป มันก็ระบบของตาเห็นรูปแล้วมันก็รู้สึกต่อสิ่งเหล่านั้น นับ

ตั้งแต่รู้จักสีหรือมิติอะไรต่างๆ จนกระทั่งรู้จักว่า
รูปนั้นเป็นรูปของอะไร เป็นรูปของซี่หมาหรือ
ดอกกุหลาบ รู้จักอย่างนี้ระบบตาเป็นผู้รู้จัก แต่
คนก็ว่าถูกรู้จัก หู ระบบหูได้ยินเสียงก็ว่าหูได้ยิน
เสียง ระบบจมูกได้กลิ่นก็ว่าหูได้กลิ่น มันเข้ามา
ยึดเอาไปทุกๆ ระบบ

ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ใจคิดหรือ
จิตคิดมันก็ว่าหูคิด นี่คือการเอาธรรมชาติซึ่งไม่ใช่
ตนมาเป็นของตน แล้วก็ลองคิดดูเองว่ามันจะ
ต่างกันก็มากน้อย ที่การรู้สึก ว่า ตาเห็นรูปกับหู
เห็นรูป มันจะต่างกันมาก ถ้าเป็นว่าระบบตาเห็น
รูปก็จัดการไปตามสมควร แต่ถ้าหูเห็นรูปมันเลย
ไปถึงเกิดความยินดีหรือความไม่ยินดี มันก็เกิด
การกระทำไปตามนั้น

โดยเฉพาะอย่างลิ้นนี้ ถ้าลิ้นไม่อร่อย
มันก็แก้ไขเดิมนั้นเดิมนี่ได้ แต่ถ้าหูไม่อร่อย
มันก็ไล่แม่ครัวออก มันก็เป็นต่างกันมาก
ดังนั้นจงรู้จักให้มันแน่ชัดลงไป ที่ว่าภาษาพูดที่
เราพูดกันอยู่ที่นี่ มันเป็นภาษาสมมติ เป็นภาษา
สมมติ

ดังนั้นสมมติตามความรู้สึกของสัญชาตญาณความรู้ที่ยังไม่รู้ ความรู้ที่ยังไม่มีวิชา ความรู้ที่ถูกต้อง ความรู้สึกไปตามสัญชาตญาณตามธรรมดาที่รู้สึกเป็นตน แล้วก็ยังรู้สึกมีความหมาย เป็นคู่ๆ สวยไม่สวย ไพเราะไม่ไพเราะ หอมเหม็น เป็นคู่ๆ คู่ๆ แต่ถ้าเอาธรรมะเป็นหลักแล้วมันเป็นเพียงปฏิภิกิริยาของสิ่งเหล่านั้นส่งเป็นทอดๆ กันมาหาใช้ตัว หาใช้ตนที่ไหนไม่

นี่เป็นสิ่งที่ควรจะรู้ว่าเราจะพูดกันในแง่ไหน ในภาษาไหน คือพูดกันในแง่ของชาวบ้าน บุญชนธรรมดาว่ามีตน หรือจะพูดกันในแง่ของธรรมะอันลึกซึ้งในพระพุทธศาสนา ว่าไม่มีตน มีแต่สิ่งปรุงแต่งตามธรรมชาติเป็นระบบๆ ไป คือตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มีความรู้สึกอย่างไรก็ปรุงแต่งส่งต่อๆ กันไปจนเกิดความรู้สึกเป็นทุกข์หรือไม่เป็นทุกข์ก็แล้วแต่เรื่อง

ดังนั้นในการพูดว่าพัฒนาตนมันจึงพัฒนาชีวิต พัฒนาจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งพัฒนาขั้นทั้งห้า ที่เป็นที่ยอมรับของสิ่งที่เรียกว่ามีชีวิต อาตมาขอยืนยันว่า ถ้าไม่รู้เรื่องขั้น ๕ เป็นอนัตตาก็

“

อย่าไปเข้าใจผิดว่า
ความสุขไม่ใช่ปัญหา
ไม่เป็นปัญหา
นั่นแหละตัวปัญหา
ความยุ่งยากลำบาก
เกิดมาจากความสุขนี้
จะยุ่งยากลำบาก
กว้างขวางกว่าความทุกข์
เสียด้วยซ้ำไป

”

ไม่มีทางที่จะเข้าถึงหัวใจของพุทธศาสนา หัวใจของพระพุทธศาสนาก็คือบอกให้รู้ว่าชั้น ๕ เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตน แต่ละชั้นๆ ไม่ใช่ตน

จะเป็นพุทธศาสนาอย่างเถรวาทอย่างพวกเรานี้ก็ดี หรืออย่างมหายาน จีน ญี่ปุ่น เกาหลีเหนือขึ้นไปถึงอินเดียครั้งโบราณโน้นก็ดี เขาเรียกมหายาน มันก็ย้ำข้อนี้ที่ว่าชั้นทั้งห้าไม่ใช่ตน แม้จะได้พูดเรื่องอื่นเสียยืดยาวๆ มันก็ในที่สุดต้องจบลงด้วยการรู้ว่าชั้น ๕ มีใช่ตน

มหายานอย่างใหม่ในจีน ในทิเบตก็มี ก็พูดไปเถอะอยากจะพูดอย่างไรก็พูดไป แต่แล้วในที่สุดมันก็ต้องมาสิ้นสุด สูงสุดที่ว่าชั้น ๕ มีใช่ตน เมื่อมีใช่ตนมันจะทำไปอย่างถูกต้องต่อธรรมชาติซึ่งมีใช่ตน ถ้าเห็นว่าตนมันก็ทำลงไปผิดจากธรรมชาติที่แท้จริงซึ่งมีใช่ตน มันเลยกลายเป็นความยากลำบากที่ตรงนี้ ที่คนจะรู้จักพระพุทธศาสนาหรือไม่ก็อยู่ที่ว่ารู้จักชีวิตหรือชั้น ๕ นี้เป็นตนหรือมีใช่ตน

ดังนั้นถ้าเราจะพัฒนาตนให้มันหลงยิ่งขึ้นไปจนเป็นตนยิ่งๆ ขึ้นไปมันก็เป็นการพัฒนาที่จะ

ไม่ได้ประโยชน์อะไร แต่ถ้าพัฒนาชีวิตในฐานะที่เป็นชีวิตหรือเป็นขั้นทั้งห้าให้เจริญๆ สูงยิ่งขึ้นไปมันก็เป็นประโยชน์ ฉะนั้นคำว่าพัฒนาตนนี้เป็นคำที่ควรจะสนใจว่าในความหมายไหน พุดกันอย่างชาวบ้านกลางถนน หรือจะพุดกันอย่างเป็นผู้รู้ หรือเป็นนักศึกษา หรือเป็นพระอริยเจ้า ท่านพุดกันอย่างไร

เดี๋ยวนี้เอาตมาก็พุดไปตามหลักของพระพุทธศาสนาว่า พัฒนาตนมันก็คือพัฒนาขั้นทั้งห้า หรือว่าจะเรียกไปถึงสิ่งอื่นๆ ที่เป็นคำแทนอันนี้ได้ ที่เรียกว่าเป็นขั้น ๕ โดยตรงนั้น ก็อย่างที่พุดมาแล้วโดยย่อ ว่าชีวิตของคนแบ่งออกเป็น ๒ ชิก ชิกวัตรร่างกายชิกหนึ่ง และชิกจิตใจอีกชิกหนึ่ง วัตรร่างกายเป็นเหมือนเปลือก เป็นเหมือนโครงนอกเป็นที่ตั้งอาศัยของสิ่งที่สำคัญกว่าที่อยู่ข้างใน

ถ้าเปรียบกับรถยนต์สักคันหนึ่ง ระบบโครงสร้างเป็นคันรถคือรูป ส่วนระบบเครื่องยนต์ ระบบความร้อน ระบบหล่อลื่นอีกหลายๆ ระบบนั้น มันเป็นส่วนที่เป็นจิตใจ ทางธรรมะก็คล้ายๆ กัน

คือส่วนระบบวัตถุหรือกายมีหนึ่งเท่านั้น ระบบ
จิตใจมีถึงสี่ รวมกันเป็นห้า

ขอให้สังเกตศึกษาจากตัวจริง เพราะถ้า
ไปมัวศึกษาจากหนังสือหรือคำสอนในโรงเรียน
ก็ไม่อาจจะรู้ ไม่อาจจะรู้ ตัวจริงก็คือดูสิว่ามันมี
ระบบร่างกาย สำหรับพร้อมที่จะรับภาระหน้าที่
ต่างๆ ของจิตใจ ที่นี้ระบบจิตใจมันก็มีได้หลาย
แง่หลายมุม สิ่งที่เราเรียกว่าใจ ใจหรือมโน มโนนั้น
ถ้ามันทำหน้าที่คิดก็เรียกมันว่าจิต ถ้ามีหน้าที่
รู้จักอารมณ์ที่มากกระทบก็เรียกมันว่าวิญญาณ
ถ้ามันทำหน้าที่รู้แจ้งสิ่งต่างๆ ที่มากกระทบ
จากภายนอกหรือเกิดขึ้นในภายในก็ตีก็เรียก
มันว่ามโน

ฉะนั้นคำ ๓ คำว่า จิตก็ดี ใจก็ดี มโนก็ดี
มันหมายถึงสิ่งเดียวกันที่ทำหน้าที่ต่างๆ กัน เมื่อ
มันทำหน้าที่รู้สึกต่อเวทนาที่เกิดขึ้นเพราะการ
สัมผัสสิ่งต่างๆ ก็เรียกว่าระบบเวทนา ครั้นมี
เวทนาแล้วจิตมันก็สำคัญมันหมายลงไปทีเวทนา
นั้นว่าเป็นอะไร เป็นอย่างไร เพื่อประโยชน์อะไร
แล้วก็จนกระทั่งมันเกิดความยึดมั่นถือมั่น ระบบ

ที่สำคัญมันหมายถึงสิ่งที่เข้ามากระทบว่าเป็นอะไร
เรียกว่าสัญญา

ถ้ามีสัญญาในสิ่งที่มากระทบมาก รู้
ทุกๆ เรื่องก็ได้ที่เกี่ยวกับสิ่งที่เข้ามากระทบมันก็
เกิดความอยากความต้องการไปตามสมควรแก่
สัญญานั้น ถ้าเป็นบวกก็อยากจะเอา อยากจะ
ได้ อยากจะมี ถ้าเป็นลบก็อยากจะฆ่า อยากจะ
ทำลายอย่างนี้เรียกว่าสังขาร สังขารคือการปรุง
แต่งความคิดนี่ออกมาใหม่ แล้วความคิดนี้ก็
ปรุงแต่งต่อไปจนเป็นการกระทำกรรม กรรมก็
เรียกว่าสังขารในที่นี้

ส่วนที่มันทำหน้าที่เพียงรู้จักว่าอะไรๆ
ที่มากกระทบทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ระบบนี้
เรียกว่าวิญญาณ เลยเรียงลำดับเอาไปไว้สุดโต่ง
เพราะว่าวิญญาณ วิญญาณนี้มันทำหน้าที่หลาย
หน ก็เลยได้เป็น ๕ ประการ

ระบบกายเรียกว่ารูป ระบบจิตทั้งสี่คือ
เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มีอยู่แก่คนทุกคน
ทำหน้าที่อยู่ตลอดเวลา ถ้าไม่รู้จักมันก็ไม่รู้จะพูด

กันอย่างไรแล้ว ไม่มีความสนใจพอที่จะรู้จักชั้นธ
ทั้งห้า มันก็พูดไปตามภาษาไม่รู้ เป็นตัวตน เป็น
ตัวกูเป็นอย่างนั้น กูเห็น กูได้ยิน กูอะไรต่างๆ กู
เสวยเวทนา กูคิดนึก กูสำคัญมั่นหมาย เป็นตัว
ตนไปทั้งนั้น

แม้แต่รูปร่างกายก็กู ยึดถือว่าเป็นตัวตน
ร่างกายเป็นตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นที่ตั้ง
แห่งความรู้สึกทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มัน
ก็ถือเสียว่าร่างกายนั้นมันก็รู้สึกอะไรได้ คือเริ่ม
มีตัวมีตนอยู่ที่ร่างกาย ร่างกายจึงรู้สึกอะไรได้
ก็เกิดความยึดมั่นถือมั่น ที่เรียกว่าอุปาทานใน
สิ่งทั้ง ๕ นี้

คือร่างกายนี้เป็นตัวกูก็ได้ เพราะมันทำ
อะไรได้มากเหมือนกัน หรืออย่างน้อยก็เป็นที่ตั้ง
แห่งชีวิต เวทนามันรู้สึกได้ สัญญามันสำคัญ
มั่นหมายได้ สังขารมันคิดนึกอะไรได้ วิญญาณ
รับอารมณ์ได้ เป็นตัวกูกันไปหมด นี้เรียกว่าชั้นธ
ทั้งห้าเป็นตัวตน เข้าใจอย่างนั้น เชื่อถืออย่างนั้น
พูดจากันอย่างนั้น มาตั้งแต่ก่อนพุทธกาลนูน จะ
ก่อนเท่าไรก็พันปีก็บอกไม่ได้หรอก

“

ความเป็นบวก
ก็เป็นปัญหา
ความเป็นลบ
ก็เป็นปัญหา
ความไม่แน่ว่าบวกว่าลบ
มันก็เป็นปัญหา
ผู้ใดแก้ปัญหาคได้
ผู้นั้นเป็นมุนษย์ประเสริฐ
เป็นอริยบุคคล

”

แต่ว่าก่อนๆ มนุษย์สมัยนั้นได้สำคัญเอา
ชั้นร้งทั้งห้านี้ว่าเป็นตัวตน ตัวตน ตัวตนตลอดมา
และก็มีคำสอนในลักษณะที่ว่ามันเป็นตัวตนจะ
ต้องทำอะไร พอพระพุทธเจ้าเกิดขึ้นท่านก็สอน
ในทางตรงกันข้ามว่าชั้นร้งทั้งห้านี้ไม่ใช่ตัวตน นี่
ท่านเริ่มสอนเป็นเรื่องที่ ๒ หลังจากการตรัสรู้แล้ว
แสดงธรรมจักร แล้วก็แสดงอนัตตลักขณสูตรที่
ว่าชั้นร้ง ๕ มิใช่ตน โดยความประสงค์อย่างเดียว
ก็คือว่าอย่าได้เกิดความทุกข์ขึ้นในจิตใจ เอาอะไร
เป็นตัวตนมันก็เกิดความหนักใจขึ้นเพราะสิ่งนั้น

เอาร่างกายเป็นตัวตนมันก็มีความหนัก
มีปัญหิต่างๆ เกี่ยวกับร่างกาย เอาเวทนาเป็น
ตัวตนมันก็เป็นทาสของเวทนาเหมือนที่คนทั้ง
โลกกำลังเป็นอยู่ เหมือนคนทั้งโลกกำลังเป็น
ทาสของเวทนา ขวนขวายทุกอย่างทุกประการ
ศึกษาเล่าเรียนประกอบกรงานได้เงินได้ปัจจัย
มาเพื่อไปซื้อหาเวทนาอันเป็นสุข จะหาอย่าง
จริงๆ จังๆ มีครอบครัวมีอะไรเป็นหลักฐาน หรือ
ว่าเที่ยวหาอย่างคนโง่ก็สุดแท้เถอะ มันก็เป็นทาส
ของเวทนาทั้งนั้น เรียกว่าเป็นทาสกันอย่างไม่มีการ
สิ้นสุดจริงๆ ขึ้นไป

เรียกอีกภาษาหนึ่งที่ว่ามันหลงบวก บ้าบวก
อะไรๆ ก็ให้เป็น *Positive* ให้พร ให้พร ให้เป็น
Positive หมดทุกๆ กระเป๋าดันี้วไปเลย นี่เรียก
ว่ามันหลงบวก มันหลงเวทนาบวก หลงสิ่งที่เป็น
ปัจจัยแก่เวทนาบวกอยู่เป็นประจำ ดังนั้นเมื่อพูด
ตรงๆ มันก็หิวๆ ในเวทนาบวกอยู่ตลอดเวลา เมื่อ
ทำอะไรไปตามความหิว ความต้องการที่เรียกว่า
ตัณหา เลยทำผิดๆ ไม่ดับทุกข์ได้ไปตามอำนาจ
ของอวิชชา นี่จึงเรียกว่ามันหลงบวก

ที่นี้อีกทางหนึ่งตรงกันข้ามมันก็ให้ความ
หมายแก่ความเป็นของลบ เป็นลบ เป็น *Negative*
นั่นมันก็เกลียด มันก็กลัว มันก็มีจิตประทุษร้าย
เอามาโกรธ เอามาแค้น เอามาแก้แค้น เอามา
อะไรต่างๆ แล้วมันให้ความสำคัญมันหมายแก่
ความเป็นบวก มันให้อภัยแก่ใครไม่ได้ มันถ่อม
ตัวไม่ได้ มันอะไรไม่ได้ เพราะมันหลงลบ

หลงบวกก็ไปทางบวก หลงลบก็ไป
ทางลบ ถ้าไม่เป็นบวกหรือไม่เป็นลบมันก็โง่
เท่าเดิม โง่เท่าเดิมนเวียนสงสัยอยู่ที่ไหนๆ
เวทนาบวกให้กิเลสเกิดกิเลสบวก คือโลภะ

ราคา โลกที่จะเอาราคากำหนดยินดี และชื่อ
อื่นๆ อีกมาก

กิเลสประเภทบวกก็หลงบวก กิเลส
ประเภทลบหลงลบก็เกิดกิเลสที่ชื่อว่าโทสะ
ประทุษร้าย โกรธให้ความโกรธ ชื่ออื่นๆ อีกมาก
ถ้ามันไม่บวกไม่ลบมันก็โง่เท่าเดิมก็คือว่าโมหะ
โมหะ ไม่ได้รู้อะไรอย่างถูกต้องตามที่เป็นจริง
แต่มันก็ยึดมั่นถือมั่นว่าจะต้องมีอะไรดี มีอะไร
วิเศษ มีอะไรประเสริฐ หรือมันยึดมั่นในสิ่งที่มัน
ไม่รู้จักนั้นแหละ นี่เรียกว่าแบบกิเลสประเภทโมหะ

แล้วก็ตกอยู่ภายใต้การบีบคั้น ของกิเลส
๓ ประเภทคือ ราคา โทสะ โมหะ แล้วมันจะมี
ความถูกต้องได้อย่างไร เมื่อไม่มีความถูกต้องมัน
ก็เกิดเป็นปัญหาขึ้นมาทันที คือเดือดร้อนแก่ผู้ที่มี
ปัญหา สิ่งที่ทำให้เกิดความเดือดร้อนทนอยู่ไม่
ได้นี้เราเรียกว่าปัญหา มีอยู่แก่ใครคนนั้นก็ดิ้นรน
เพื่อจะแก้ปัญหาก็จะให้หมดปัญหา เป็นปัญหา
อย่างคำถามเป็น *Question* ก็มี เป็นปัญหาอย่าง
รบกวนคือเป็น *Problem* ก็มี มันเป็นปัญหาไป
เสียทั้งนั้น

อย่าไปเข้าใจผิดว่าความสุขไม่ใช่ปัญหา
ไม่เป็นปัญหา นั่นแหละตัวปัญหา ความยุ่งยาก
ลำบากเกิดมาจากความสุขนี้จะยุ่งยากลำบาก
กว้างขวางกว่าความทุกข์เสียด้วยซ้ำไป เพราะ
มันมีได้ไม่มีที่สิ้นสุด มันขยายตัวออกไปได้ไม่มี
ที่สิ้นสุด มันรัก มันหวง มันวิตกกังวล มันอาลัย
อาวรณ์ สารพัดอย่าง

แล้วความสุขนี้ไม่เท่าไรหรอกก็กลายเป็น
ความทุกข์เพราะว่ามันไม่เที่ยง ก็เลยเป็นปัญหา
ซ้ำเข้าไปอีก เพราะฉะนั้นเราจึงมีปัญหา ความ
เป็นบวกร์ก็เป็นปัญหา ความเป็นลบก์ก็เป็นปัญหา
ความไม่แน่ว่าบวกร์ว่าลบมันก็เป็นปัญหา ผู้ใด
แก้ปัญหาก็ได้ ผู้นั้นเป็นมนุษยประเสริฐ เป็น
อริยบุคคล

ในความหมายของทุกๆ ศาสนา อริยบุคคล
ก็คือผู้ที่ชนะความเป็นปัญหาทั้งบวกร์และลบ
ทั้งไม่บวกร์ไม่ลบ ถ้าทำได้อย่างนี้ก็เป็นการพัฒนา
ชีวิตได้จริงถึงที่สุด หรือเรียกอย่างภาษาคนไม่รู้
ก็ว่าพัฒนาตัวเอง พัฒนาตนเอง พัฒนาภูมิต้องได้
ถึงที่สุด

แต่ถ้ายังมีความเห็นว่าตัวกู้อยู่เท่าไร
เพียงไรมันก็ยึดเอาสิ่งเหล่านั้นเป็นของกู แล้ว
มันก็แบกของกู มันก็หนักแก่ตัวกู เป็นธรรมดา
ถ้ารู้สึกว่าเป็นตัวตน อะไรเข้ามาเกี่ยวข้องกับมันก็
เอามาเป็นของตน ที่มันเดือดจัดก็เป็นตัวกู ตัวกู
อะไรมาเกี่ยวข้องกับมันก็เรียกว่าของกู บุตรภรรยา
ของกู มิตรสหายของกู ศัตรูของกู ความแค้น
เจ็บ ตายของกู มันก็พลอยเป็นของกู เรื่องของ
ตัวกูและของกูมันมากมายมหาศาล ก็เป็นทุกข์
ทรมานกันไป

เมื่อใครไม่อยากจะรู้ ไม่อยากจะดับทุกข์
ก็ได้ ก็เชิญตามสบาย แต่ถ้าใครอยากจะรู้ อยาก
จะเข้าใจก็ต้องศึกษาธรรมะ คือพัฒนาให้เกิดความ
รู้ ให้เกิดการกระทำอันถูกต้อง หรือจะเรียกว่า
อะไรดี เรียกว่าพัฒนาตัวกูก็ได้เหมือนกัน พัฒนา
จนรู้ๆ จนหมดตัวกู

ถ้าพัฒนาตัวตนก็คือพัฒนาให้มันหมดตัว
ตน ถ้าไม่ใช่ตนมีชีวิตมีขั้น ๕ ก็พัฒนาชีวิต
พัฒนาขั้น ๕ ให้จนหมดปัญหา ให้หมดความ
ทุกข์ ก็เรียกว่ามันไม่มีตัวตนอยู่ตลอดเวลา ถ้ามี

“

ชีวิตที่ก๊าดเจ้าของ
มันเป็นชีวิตของคนโง่
ไม่รู้จักชีวิต
ตามที่เป็นจริง

”

ตัวตนอยู่ก็พัฒนาให้หมดตัวตนเสียก่อนมันจะได้
รู้ตามที่เป็นจริงว่าอะไรเป็นอะไร รู้จักสิ่งทั้งหลาย
ทั้งปวงโดยความเป็นธรรมชาติหรือว่าเป็นธาตุ
ธา-ตุ ถ้าเป็นธาตุตามธรรมชาตินั้น

รู้จักสิ่งที่เป็นธรรมชาติใน ๔ ความหมาย
ความหมายที่ ๑ เป็นธรรมชาติ เป็นตัวธรรมชาติ
ไม่มีอะไรที่มีใช้ธรรมชาติ พวกนักวิทยาศาสตร์
มันจะว่ามีสิ่งที่เหนือธรรมชาติ ก็ตามใจมันเถอะ
เพราะมันเรียนรู้แต่เรื่องฝ่ายวัตถุ มันเอาเรื่อง
ฝ่ายจิตใจเป็นเหนือธรรมชาติไปเสีย ทางธรรม
ทางพุทธศาสนานี้จะเป็นวัตถุหรือเป็นจิตใจ มัน
ก็เป็นธรรมชาติ เป็นธรรมชาติ ไม่ยกเว้นให้เป็น
เหนือธรรมชาตินั้นมันไม่มี นี่รู้จักธรรมชาติใน
ความหมายที่หนึ่ง

แล้วก็รู้จักกฎของธรรมชาติ ว่าใน
ธรรมชาติทั้งหลายต้องมีกฎ ต้องมีกฎ กฎของ
ธรรมชาติจึงเป็นเรื่องที่ ๒ มีอำนาจเฉียบขาดหรือ
ว่าตรงไปตรงมา ทำนองพระเป็นเจ้าเฉียบขาด
สูงสุด ซึ่งสิ่งมีชีวิตจะต้องเชื่อฟังแต่อ่อนนอนไม่
ได้เพราะไม่รับสินบน เพราะไม่มีความรู้สึกลอย่าง

บุคคล กฎของธรรมชาติไม่ได้มีความรู้ เฉียบขาด
อำนาจเฉียบขาดแต่ก็อ่อนวอนไม่ได้

ถ้าจะอ่อนวอนให้ได้โดยเรียกว่าอ่อนวอน
ก็ต้องรู้ความหมายที่ ๓ คือหน้าที่ **หน้าที่ตามกฎ
ของธรรมชาติ** การที่พยายามปฏิบัติหน้าที่ หน้าที่
ตามกฎของธรรมชาติให้ถูกต้องเป็นการอ่อนวอน
ที่แท้จริง ไม่ใช่ขงอ่อนวอนแต่ปากขอให้เป็นอย่าง
นั้น ขอให้เป็นอย่างนี้ นั่นก็เป็นเรื่องอ่อนวอนไป
อีกแบบหนึ่ง คล้ายๆ ว่าพระเจ้าเป็นบุคคล

แต่เดี๋ยวนี้เราถือว่าถ้ากฎของธรรมชาติ
ไม่ใช่บุคคล เป็นพระเจ้ายกก็ได้แต่ไม่ใช่อย่างบุคคล
จึงอ่อนวอนไม่ได้ด้วยการเช่นสรวงบูชาอะไร
นอกจากว่าบูชาด้วยการทำหน้าที่ ทำหน้าที่
ปฏิบัติหน้าที่ ปฏิบัติหน้าที่ หรือปฏิบัติธรรมคือ
หน้าที่ตามกฎของธรรมชาติ

แล้วความหมายที่ ๔ ก็คือผลที่เกิดมา
จากหน้าที่ เพราะว่าถ้าทำหน้าที่แล้วมันก็ต้องมี
ผลอย่างใดอย่างหนึ่ง ทำหน้าที่ผิดมันก็ผลออกมา
ผิด ทำหน้าที่ถูกผลก็ออกมาถูก แก้ไขเปลี่ยนแปลง

อะไรไม่ได้เป็นกฎของธรรมชาติตายตัว

จึงได้หลักที่จะเป็นความรู้ที่สำคัญ
๔ ประการ ๑. ตัวธรรมชาติแท้ๆ ๒. ตัวกฎของ
ธรรมชาติซึ่งบังคับ สิ่งสถิตบังคับอยู่ในสิ่งทั้งปวง
๓. หน้าทีตามกฎของธรรมชาติ ซึ่งสิ่งที่มีชีวิตจะ
ต้องปฏิบัติให้ถูกต้องโดยทุกประการ อันที่ ๔.
ก็คือผลที่จะมาเกิดมาจากหน้าที นี้ก็คือหลักพื้น
ฐานที่ถ้าเข้าใจแล้วจะเข้าใจพระพุทธศาสนาได้
อย่างเต็มที่

ตัวธรรมชาติภาษาบาลีก็เรียกธรรมหรือ
ธรรมะ กฎของธรรมชาติก็เรียกว่าธรรมหรือ
ธรรมะ หน้าทีตามกฎของธรรมชาติก็เรียกว่า
ธรรมหรือธรรมะ ผลเกิดจากหน้าทีก็เรียกว่าธรรม
หรือธรรมะ คำว่าธรรมเพียงคำเดียวในภาษาไทย
ในภาษาบาลีว่าธรรมะ มีสี่ความหมาย มีสี่ความ
หมายจะต้องรู้ทั้งสี่ความหมายและจะต้องปฏิบัติ
ให้ถูกต้องตามกฎเกณฑ์ทั้งสี่ความหมาย

ที่เป็นภายนอกเป็นสากลจักรวาลก็ดู
เอาเองเถอะตามที่เรียนมา มีดวงอาทิตย์ มีดวง

ดาวต่างๆ ดาวพระเคราะห์เป็นบริวาร และไม่รู้จะ
กี่ระบบๆ สุริยจักรวาล ทั้งหมดนั้นเป็นธรรมชาติ
ตามธรรมชาติ เป็นไปตามธรรมชาติ มีเหตุปัจจัย
ปรุงแต่งของธรรมชาติ ปรุงธรรมชาติแล้วก็เกิดขึ้น
นี้เรียกว่าธรรมชาติ

แล้วก็มีกฎของธรรมชาติควบคุมสิ่ง
เหล่านั้นอยู่ สิ่งเหล่านั้นต้องเป็นไปตามกฎ
แม้จะหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงเคลื่อนที่อย่างไร
ก็เป็นไปตามกฎของธรรมชาติ แล้วมันก็ทำ
หน้าที่ตามที่กำหนดไว้โดยกฎของธรรมชาติ
มันจึงยังอยู่ หรือว่ามันไม่ชนกันแหลกลาญ
ไปหมด และก็มีผลปฏิกิริยาออกมา เป็นฟ้า
เป็นฝน เป็นฤดูกาล เป็นอะไรที่เนื่องมาถึงโลก
เรา ที่โลกอื่นก็เป็นไปในโลกอื่นอย่างอื่น นี่เป็น
ผลของมัน

แล้วอะไรจะไปต่อต้านมันได้เล่า มัน
ครอบงำจักรวาลอย่างนี้ แต่ว่ามันไม่สำคัญ
คือมันยังไม่เกี่ยวกับตัวเราโดยเฉพาะ เรามาดู
กันที่เกี่ยวกับตัวเราโดยเฉพาะในอัฐภาพหนึ่งๆ
ในร่างกายของคนคนหนึ่งเรียกว่าอัฐภาพหนึ่งๆ

น้ำมันก็มีธรรมะ ๔ ความหมายนี้อย่างครบถ้วน มีตัวธรรมชาติ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง กระดูก เอ็น เนื้อ ตับ ไต ไข้ พุง ซึ่งเป็นตัวกายล้วนๆ นี้ก็เรียกว่าเป็นธรรมชาติ

แล้วมันก็มีกฎเกณฑ์บังคับควบคุมสิ่งเหล่านี้ของมันจึงทำหน้าที่ มันจึงเคลื่อนไหว มันจึงเปลี่ยนแปลง มันจึงสร้างสรรค์ได้ในตัวมันเอง แล้วมันก็มีหน้าที่ตามกฎของธรรมชาติ เช่น หัวใจก็ต้องมีหน้าที่สูบฉีดโลหิต ปอดก็ทำหน้าที่สูบฉีดอากาศ มันก็เป็นหน้าที่ที่มันทำของมันตามธรรมชาติก็มากมายมหาศาล

แล้วเหลือไว้ให้เป็นหน้าที่ของเรา โดยเฉพาะก็ไม่น้อยเหมือนกัน รู้จักหาอาหาร รู้จักกินอาหาร รู้จักบริหารทุกสิ่งทุกอย่าง ทุกประการ จะอาบ จะถ่าย จะกิน จะอะไรก็ต้องมีหน้าที่ หน้าที่ หน้าที่ซ้อนๆ กันอยู่ เพราะมันเป็นหน้าที่ตามธรรมชาติ ถ้าทำหน้าที่เหล่านี้ถูกต้องก็ไม่มีปัญหา ถ้าทำหน้าที่เหล่านี้ผิดมันก็เกิดปัญหาขึ้นมาคือความทุกข์

“

ถ้าคน
มันหมดความเห็นแก่ตัว
เสียแล้ว
ศาสนามันก็ว่างงาน
ไม่ต้องใช้หรอก
ก็เป็นอันระงับไป

”

พูดได้อีกคำหนึ่งว่าชีวิตมันก็จะกัดเจ้าของ
ชีวิตที่ประกอบอยู่ในธรรมชาติ ๔ ความหมายนี้
ลองทำกับมันไม่ถูกเหอะ มันไม่เรียกว่าพัฒนา
ถ้าทำกับมันไม่ถูกมันกลับตรงกันข้าม มันก็จะมี
ผลเกิดขึ้นมาเป็นชีวิตที่กัดเจ้าของ ไม่ต้องมีอะไร
ที่ไหนมาตัวชีวิตนั้นแหละมันจะกัดเจ้าของ เพราะ
ว่าทำผิดแล้วมันก็มีตัวกู ของกู มีกิเลสตัณหา
สารพัดอย่างมากมาย

ความรักกัดทั้งสองชนิด จะรักกามารมณ์
หรือรักโดยธรรมะมันก็กัด ความโกรธมันก็กัด
ความเกลียดมันก็กัด ความกลัวมันก็กัด ความ
ตื่นเต้นมันก็กัด ความวิตกกังวลมันก็กัด ความ
อาลัยอาวรณ์มันก็กัด ความอิจฉาริษยามันก็กัด
ความหวงมันก็กัด ความหึงมันก็กัด ถึงขนาดฆ่า
ล้างโคตรกันเลย นี่ชีวิตมันกัดเจ้าของ

ถ้าสนใจได้อย่างนี้ เข้าใจได้ถึงอย่างนี้ก็
เรียกว่ารู้จักปัญหาอันแท้จริง รู้จักเหตุผลของ
การพัฒนาและก็จะสามารถทำการพัฒนาได้จริง
พัฒนาๆ มีความถูกต้อง ถูกต้องจนชีวิตไม่กัด
เจ้าของคนนั้นก็รอดตัวไป เกิดมาทั้งที่ชีวิตไม่กัด

เจ้าของ ชีวิตที่กีดเจ้าของมันเร็วกว่าสุนัข ชีวิตที่เร็วกว่าสุนัข เพราะว่าสุนัขมันยังไม่เคยกีดเจ้าของ

ชีวิตที่กีดเจ้าของมันเป็นชีวิตของคนโง่ ไม่รู้จักตัวชีวิตตามที่เป็นจริง อย่าว่าแต่จะพัฒนาเลย เพียงที่จะป้องกันไม่ให้เกิดความเลวร้ายเหล่านี้มันก็ป้องกันไม่ได้ เพราะมันไม่รู้ธรรมชาติ เพราะมันอวดดีเห็นธรรมะเป็นของศรีศระสำหรับคนโง่ มันไม่รู้ว่าธรรมะคือตัวปัจจุบัน ปัจจุบันที่ไม่เคยเปลี่ยนเป็นอดีตคือมีความเป็นอย่างไร มีกฎเกณฑ์อย่างไร มีหน้าที่อย่างไร ไปทำกับมันไม่ถูกมันก็กีดเอา นี่ใช้คำง่ายๆ อย่างนี้ ก็คือเป็นทุกข์นั้นแหละ

พวกฝรั่งที่เข้ามากันที่นี่ทุกเดือน เดือนละร้อยกว่าคนนี่มันชอบใจคำนี้มากที่สุด ถ้าเขามาชอบใจเอาตามเป็นส่วนตัว เขาก็จะยกคำนี้ขึ้นพูดว่าเขาได้พบชีวิตใหม่ หรือวิถีแห่งชีวิตอันใหม่ สามารถทำให้ชีวิตไม่กีดเจ้าของ ท่านลองไปคิดดู ใคร่ครวญดูว่าความหมายของคำคำนี้มันมีความหมายอย่างไร ชีวิตธรรมะก็คือรู้จักตัวชีวิต รู้จักชีวิตมันก็ปฏิบัติถูกต้องชีวิต ชีวิตก็ไม่กีดเจ้าของ

แต่เป็นที่น่าขันที่ว่าคนสนใจธรรมะน้อยที่สุด คนในโลกนี้มันสนใจธรรมะน้อยที่สุด ๒๔ ชั่วโมงสนใจธรรมะสัก ๕ นาทีก็จะแทบจะไม่มีอย่างเช่นให้เวลาพูด ๑ ชั่วโมงมันคุ้มกับเรื่องของธรรมะอันมหาศาลไหม นี่มันก็แสดงว่าอยู่ในจำพวกที่ให้ความสนใจแก่ธรรมะน้อยเหมือนกัน ฉะนั้นอาตมาจึงคิดว่าเราจะต้องพูดกันทุกวัน และวันละหลายๆ ชั่วโมง จัดการศึกษาให้ถูกต้องก็ต้องให้ถูกต้องตามระบบของธรรมชาติ

ฉะนั้นให้ปฏิบัติอยู่ตลอดเวลาปรึกษาหารือช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ครูก็ช่วย พ่อแม่ก็ช่วย ใครก็ช่วย ให้ลูกเด็กๆ มันรู้ธรรมะแล้วมันปฏิบัติถูกต้อง ปฏิบัติถูกต้อง แล้วมันก็จะหมดปัญหา มันจะปฏิบัติถูกต้องต่อธรรมะโดยใจความสำคัญก็คือมันไม่หลงใว์ว่าตัวกู ไม่หลงใว์ว่าของกู

ปัญหาสำคัญในโลกทั้งโลกนี้มันอยู่ที่นี้มันมีความเข้าใจว่าตัวกู ว่าของกู แล้วมันก็เห็นแก่ตัว ความรู้สึกว่ามีตัวเฉยๆ นั้นไม่เท่าไรไม่กั๊ด แต่พอว่าเห็นแก่ตัวมันจะเริ่มกั๊ดละ รู้สึก

ว่าเป็นตัวตนเป็น *Self* เฉยๆ ตามสัญชาตญาณ
มันยังไม่กัด พอมันกลายเป็น *Selfish, Selfish*
ขึ้นมามันกัดทันที รู้จักป้องกัน *Self* ที่อย่าให้
กลายเป็น *Selfish*

เดี๋ยวนี้คนพอออกจากห้องแม่ก็เริ่มมี
การกลายของ *Self* เฉยๆ ว่าตัวกูเฉยๆ เป็นเห็น
แก่ตัว เห็นแก่ตัว เห็นแก่ตัว ลูกเด็กๆ มันยังรู้จัก
จะเอาเปรียบ รู้จักจะเอาให้มาก มันรู้จักอิจฉา
น้อง สารพัดอย่างที่เป็นความเห็นแก่ตัวและมัน
ก็มากขึ้น มากขึ้น มากขึ้นจนเห็นแก่ตัวจนเป็น
ปัญหาในโลก

ดูเอาเองปัญหาในโลกมาจากความเห็น
แก่ตัว ประเทศมหาอำนาจนั้นมันก็เห็นแก่ตัว
ประเทศเล็กๆ กระจ้อยร่อยก็พลอยเห็นแก่ตัว
ตามกันเขาไปด้วย เศรษฐีก็เห็นแก่ตัว ขอทานก็
เห็นแก่ตัว คนมั่งมีก็เห็นแก่ตัว คนยากจนก็เห็น
แก่ตัว นายจ้างก็เห็นแก่ตัว ลูกจ้างก็เห็นแก่ตัว
แล้วมันจะเกิดอะไร ต่างฝ่ายต่างต่อสู้ต่างฝ่าย
ต้องการจะเอาประโยชน์มากมาย

เมื่อไม่มาเป็นลูกจ้างนายจ้างกันมันก็ไม่มีความขัดแย้งยังไม่เกิดความเห็นแก่ตัว พอได้เกิดมาจับคู่กันเป็นลูกจ้างเป็นนายจ้างแก่กันและกันเท่านั้น ฝ่ายนายจ้างก็จะเอาเปรียบและประโยชน์ให้มาก ลูกจ้างก็จะเอาเปรียบเอาประโยชน์ให้มาก มันก็เลยขัดแย้งกัน เป็นปัญหาโลกแตกไม่สามารถจะขจัดไปได้จนกระทั่งบัดนี้

ปัญหาทางการเมืองนั้นดูให้ดี ปัญหาทางระหว่างนายจ้างกับลูกจ้างนั้นสำคัญที่สุด ไม่เป็นเหตุให้ยุติปัญหาใดๆ ได้เพราะทุกคนเห็นแก่ตัว เห็นแก่ตัวแล้วมันก็ขี้เกียจทำงาน แต่มันจะเอาประโยชน์ มันก็อิจฉาริษยา มันก็จองหอง มันก็ไม่สามารถคิด มันก็ขบถทรยศอะไรต่างๆ กระทั่งมันรับจ้างเลือกผู้แทน

มันเป็นเรื่องของความเห็นแก่ตัว มันไม่อยากจะทำอะไร มันก็เลยคิดรวลัดปล้นจิตดีกว่าไม่ต้องเหนื่อยโหลโคลย้อย มันก็เพิ่มขึ้น เพิ่มขึ้นด้วยความเห็นแก่ตัวมันก็ทำลายความปกติ สร้างมลภาวะ สร้างมลภาวะนานาชนิดที่เป็นปัญหาจนเหลือความสามารถ

“

เมื่อจะพัฒนาตัว
ก็จงพัฒนา
ไปในทางทำลาย
ความเห็นแก่ตัว

”

สร้างปัญหาหาเสพติดจนเหลือความสามารถจะขจัดป้องกัน ทำลายป่าทำลายธรรมชาติจนเหลือที่จะป้องกัน ทำลายสิ่งที่เขาสร้างไว้ดีแล้วจนเหลือที่จะป้องกัน เห็นแก่ตัวมันก็ไปลองความสุขที่ไม่เคยลองอย่างโง่เขลามันก็ได้เป็นโรคเพราะกามารมณ์ ลำไพนั่นแหละได้เป็นโรคเอดส์ที่หมาก็ไม่เป็น คิดดูเถอะคนต้องไปเป็นโรคที่หมาก็ไม่เป็น โรคเอดส์ ชิฟิลิส โคโนเรียอะไรก็ตามที่หมาไม่เป็น แล้วคนไปรับมาเป็น เลยสมน้ำหน้าพวกเห็นแก่ตัวนั้น

ถ้าครูเห็นแก่ตัวอะไรจะเกิดขึ้นลองคิดดูจะทำนาบนหลังลูกศิษย์สบายไปเลย ถ้าหมอเห็นแก่ตัวก็ทำนาบนหลังคนเจ็บ ถ้าตุลาการเห็นแก่ตัวก็ทำนาบนหลังจำเลย ถ้าพระเจ้าพระสงฆ์เห็นแก่ตัวก็ทำนาบนหลังทายกทายิกา จะไม่มีอะไรที่ไม่เป็นการเอาเปรียบ มันจะมีการเอาเปรียบแล้วก็เกิดปัญหา แล้วตัวเองก็วินาศ

คนเห็นแก่ตัวหนักเข้า หนักเข้า หนักเข้ามันจะตกไปเป็นบ้าไปอยู่โรงพยาบาลบ้า อีกทางหนึ่งมันเดือดจัดไปในทางหนึ่งมันก็ฆ่าพ่อ

ฆ่าแม่ ฆ่าลูก ฆ่าเมีย ฆ่าตัวเองตายตามไปในที่สุดเพราะความเห็นแก่ตัว มหาเศรษฐีก็ยิ่งเห็นแก่ตัว ฆ่าตัวเองตายเพราะความเห็นแก่ตัวมันหลงทาง เดียวนี้เราก็กเห็นแก่ตัวบำรุงบำเรอตัวซื้อหาของใหม่มาสับเปลี่ยนของเก่า จนเต็มไปด้วยของเกินเต็มไปในบ้านในเรือน ไปสำรวจดูในบ้านของคุณอะไรเกินเอาทิ้ง อะไรเกินเอาทิ้งจะเหลือไม่ก็อย่าง

เดี๋ยวนี้ยังพร้อมที่จะเตรียมเงินไว้หาซื้อของที้ออกมาใหม่ทั้งทีของเก่ามันใช้ได้ รถยนต์ก็จะเปลี่ยนใหม่ ตู้เย็นก็จะเปลี่ยนใหม่ ทีวีก้จะเปลี่ยนใหม่พร้อมอยู่เสมอ ในระบบอุตสาหกรรมจึงรุ่งเรืองๆ เพราะคนพร้อมที่จะเปลี่ยนของใหม่อยู่เสมอ หมดความเห็นแก่ตัวเมื่อไรไม่เกิดความเลวร้ายเหล่านี้

ช่วยคิดข้อนี้หน่อย ถ้าไม่มีความเห็นแก่ตัวใครจะทำผิดกฎหมาย มันจะไม่มีใครฆ่าใคร ไม่มีใครขโมยของใคร ไม่มีใครทำกาเมต่อใคร ไม่มีใครโกหกหลอกลวงใคร ไม่ประทุษร้ายผู้อื่นด้วยความเมาของตัวนี้เรียกว่าไม่เกิดคดีอาชญา

ถ้าใครตำนก็ยกให้ ยกให้ มันได้บุญ
เลยให้มันได้สบาย ใครเอาเปรียบมันก็ยกให้
อภัยให้มันไม่ไปฟ้องทางแพ่ง คดีทางแพ่งทุก
อย่างมันก็ไม่เกิด ถ้าไม่มีความเห็นแก่ตัว มันก็
ไม่เกิดคดีทางแพ่ง ในทางอาญา เอากฎหมาย
ไปทิ้งทะเลเสียก็ได้ เอาศาลไปทิ้งทะเล เอาคุก
เอาเรือนจำไปทิ้งทะเลเสียก็ได้ถ้าคนมันไม่เห็น
แก่ตัว ถ้ามันเห็นแก่ตัวแล้วมันก็เพิ่มขึ้นๆ กระทั่ง
ว่าพระศาสนาก็ไม่ต้องมีหรอก เพราะพระศาสนา
ก็เกิดขึ้นมีขึ้นเพื่อกำจัดความเห็นแก่ตัวของมนุษย์
มาแต่ดึกดำบรรพ์

ดังนั้นถ้าคนมันหมดความเห็นแก่ตัวเสีย
แล้ว ศาสนามันก็ว่างงานไม่ต้องใช้หรอกก็เป็น
อันระงับไป ถ้าไม่เห็นแก่ตัวแล้วกฎหมายก็ไม่ต้อง
มี ศาสนาก็ไม่ต้องมี ก็อยู่กันเยือกเย็นเป็นสุขอย่าง
ศาสนาพระศรีอริยเมตไตรย ศาสนาพระศรีอาริย์
ไม่มีใครเห็นแก่ตัว มีแต่คนคอยช่วยเหลือผู้อื่น มี
ความเป็นเพื่อนสูงสุด

เมตไตรยะ แปลว่า **เกื้อกูลแก่ความเป็น**
มิตร ศรี นั้นชั้นเลิศ **อริย** แปลว่า **ชั้นประเสริฐ**

ศรียเมตไตรยนี้ ศรียเมตไตรย -ความเป็นมิตรสูงสุด มันก็เกิดเพราะความไม่เห็นแก่ตัว ไม่มี ความเห็นแก่ตัว มีแต่ผู้ที่คอยจะช่วยเหลือ ถ้า ระบบอุดมคติโพธิสัตว์มันก็ช่วยเหลือผู้อื่นจนไม่ เห็นแก่ชีวิตของตัวเอง นี่แหละธรรมะมันสูงสุด เมื่อจะพัฒนาตัวก็จงพัฒนาไปในทางทำลาย ความเห็นแก่ตัว

ทำลายความเห็นแก่ตัวคือปฏิบัติทาง กรรมฐานภาวนา ซึ่งมีเทคนิคเฉพาะอธิบายจบใน ชั่วโมงไม่ได้ละ ค่อยแสวงหาชวนขวยเอา ศึกษา เอา ปฏิบัติอยู่เรื่อยๆ ไป มันก็จะเจริญก้าวหน้า ไปในทางพัฒนาตัวให้หมดตัว พัฒนาตัวให้หมด ความเห็นแก่ตัว พัฒนาชีวิตขั้นนี้ทั้งห้าให้หมด ความยึดมั่นถือมั่น แล้วมันก็ไม่มีการใดๆ ไม่มี กิเลสใดๆ ไม่มีความรัก ความโกรธ ความเกลียด ความกลัว ความตื่นเต้น ความอิจฉาริษยา วิตก กังวล อาลัยอาวรณ์

ถ้าไม่มีปัญหานี้มนุษย์ประเสริฐ อริยมมนุษย์ ถ้าสูงสุดถึงที่สุดก็เรียกว่าเป็นพระอรหันต์ เป็น มนุษย์ผู้มีความเต็มแก่ความเป็นมนุษย์เพราะ

สามารถพัฒนา พัฒนาได้โดยแท้จริง พัฒนาตัว
จนหมดตัว พัฒนาระบบทุกระบบให้มันถูกต้อง
ระบบวัตถุในบ้านเรือนถูกต้อง ระบบร่างกายถูก
ต้อง ระบบจิตใจถูกต้อง ระบบสติปัญญาของจิตใจ
ถูกต้อง เอาทั้ง ๔ ระบบเกิด

วัตถุมันต้องมี บ้านเรือน เครื่องใช้ไม่สอย
อาหารมันก็ต้องมี ร่างกายก็ต้องถูกต้องสุขภาพ
อนามัยดี จิตก็ต้องมีสุขภาพอนามัยดี สติ-
ปัญญาก็ถูกต้อง รู้แต่ในความจริงความถูกต้อง
พัฒนาไปได้ ดังนั้นมันก็หมดปัญหาไม่มีความ
เห็นแก่ตัว เดียวนี้ทั้งโลกละ มันยังเห็นแก่ตัว
ยิ่งศึกษามากยิ่งเห็นแก่ตัวลึก เพราะไม่มี
ศาสนาควบคุม คนก็มีโอกาสเห็นแก่ตัวลึกๆ
ยิ่งขึ้นไป

ยิ่งเรียนยิ่งเห็นแก่ตัวลึก ในการศาสนา
มันจึงหมดเข้าไปเกี่ยวข้อง เขาแยกศาสนาออก
ไปจากการศึกษา การศึกษาก็พริ้งเรียนมากยิ่งขึ้น
ฉลาดมากก็ยิ่งเห็นแก่ตัวลึก บนโลกนี้จะต้องมี
ปัญหาด้วยความเห็นแก่ตัวไม่มีที่สิ้นสุด มีสงคราม
เย็นอยู่เป็นประจำตลอดเวลา มีสงครามร้อนอยู่

เป็นคราวๆ เพราะความเห็นแก่ตัว ซึ่งไปดูเอาเอง
เห็นได้เอง เข้าใจได้เอง

ขอให้ท่านทั้งหลายพัฒนาให้เกิดความ
ถูกต้อง ถูกต้องตามกฎหมายเกณฑ์ของพระศาสนา ให้
ถูกต้องทาง *Philosophy* ถูกต้องทาง *Logic* นั้น
อย่าเอามาใช้เลยใช้กันไม่ได้ เพราะมันไม่ใช่ความ
ถูกต้อง แท้จริงมันเป็นเรื่องอ้างเหตุผล อ้างอะไร
กันตามความคิดของตัว มีข้อขัดแย้งตลอดเวลา

ขอให้ ความถูกต้องทางหลักของ
พระพุทธศาสนาคือไม่มีใครเดือดร้อน มีแต่ผู้ได้
รับประโยชน์ด้วยกันทั้ง ๒ ฝ่าย ทั้งฝ่ายตนเอง
และฝ่ายผู้อื่น นี้เรียกว่าความถูกต้องตามหลักแห่ง
พระศาสนา ขอให้การพัฒนานำมาสู่ผลอันนี้อยู่
ตลอดเวลา ยิ่งศึกษามากยิ่งลดความเห็นแก่ตัว ยิ่ง
ศึกษามากยิ่งลดความเห็นแก่ตัว ปัญหาในโลกก็
หมดไป เวลาที่ท่านกำหนดให้ ๑ ชั่วโมงก็หมดแล้ว

ขอแสดงความหวังว่าท่านทั้งหลายจะ
ประสบความสำเร็จในเรื่องนี้ ด้วยการฝึกฝนจิตใจ
อบรมจิตใจตลอดเวลา ช่วยเหลือซึ่งกันและกันให้มี

ความก้าวหน้าในทางจิตใจ โดยลดความเห็นแก่ตัว
ลดความเห็นแก่ตัว ให้ลูกเด็กๆ นักเรียนที่จะตาม
มาทีหลังลดความเห็นแก่ตัว ลดความเห็นแก่ตัว
มันก็จะได้รับผลสูงสุดดังที่กล่าวมาแล้ว

ดังนั้นขอแสดงความยินดีอีกครั้งหนึ่งใน
การมาที่นี่ เพื่อแสวงหาความรู้ทางธรรมะ ขอ
อนุโมทนาให้ท่านทั้งหลายจงประสบความสำเร็จ
ประโยชน์ในความประสงค์อันนั้น มีความสุข
สวัสดิ์ก้าวหน้าในหน้าที่การงานของตนอยู่ทุก
ทิพาราตรีกาลเทอญ.

ขอยุติการบรรยาย.

วินัยและคุณธรรมสำหรับพัฒนาตน

โดย พุทธทาสภิกขุ

ธรรมบรรยายแก่ข้าราชการครู จากสำนักงานศึกษาธิการ
เขต ๔ เมื่อวันที่ ๒๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๓๔



ดาวน์โหลดไฟล์เสียง

sound.bia.or.th/catalogue.php?item_code=4115340828000



ดาวน์โหลดอีบุ๊ก

life-brary.com/categories/ธรรมประยุกต์-เพื่อชีวิตและสังคม/196-978-616-7574-27-1.html

อธิบายศัพท์

สังขาร^๑ โดยภาษาบาลีแปลว่า กระทำพร้อม สំ แปลว่า พร้อม, ขาร คือ การ, สังขารก็แปลว่า กระทำพร้อม กระทำครบ ก็คือ ปຽง เราเรียกสั้นๆ ว่า ปຽง ถ้ามีการกระทำครบถ้วนจนให้เกิดสิ่งใดสิ่งหนึ่งขึ้นมา เราเรียกว่า ปຽง แยกได้ ๓ ทิศทาง ๑. สิ่งที่ปຽงแต่งสิ่งอื่นคือผู้ปຽง ก็เรียกว่าสังขาร ๒. มันถูกปຽงแต่งคือถูกสิ่งอื่นปຽง ก็เรียกว่าสังขาร ๓. กิริยาอาการของการปຽง ก็เรียกว่าสังขาร

สัญญา^๒ ตามตัวหนังสือ แปลว่า รู้พร้อม เป็นความรู้สึกตัวอยู่ เพราะความมีสติสมปฤติอยู่ ยังกำหนดสิ่งต่างๆ ได้ว่าอะไรเป็นอะไร เมื่อรูป กลิ่น เสียง หรืออะไรเกิด ก็จำได้ว่าเป็นรูปอะไร เป็นเสียงอะไร เป็นกลิ่นอะไร นี้เรียกว่า สัญญา

^๑ พุทธทาสภิกขุ. ธรรมโฆษณของพุทธทาส **ฟ้าสาบระหว่าง ๕๐ ปี ที่สวนโมกข์ (ตอน ๑).** ๒๕๔๘. หน้า ๔๔๕.

^๒ พุทธทาสภิกขุ. ธรรมโฆษณของพุทธทาส **ตุลาการกรรม (เล่ม ๑).** ๒๕๔๕. หน้า ๙๘ - ๙๙.

รายนามผู้สนับสนุนการผลิต

คุณกนกพร อัมพวัน

คุณกฤษฎา หลีอาภรณ์

คุณกัลยาณี เสนาสุ

คุณคำเตียง และ คุณอภิรัตน์ รัตนอภิรมยกิจ

คุณจรรยา - คุณสัมพันธ์ กล้าเถื่อน

คุณจารุณัน โชคเจริญวานิช

คุณจิตรลดา หาญรวงศ์ชัย

คุณชนิชา เอกธนาพงศ์ และครอบครัว

คุณชมพูนุช มดทองคำ และ คุณสุรางค์ อัครนิโรจน์

คุณชูลี แก้วสนธิ และ บุตร หลาน

คุณเชษฐ์ อ่ำพลศักดิ์

คุณณัฐชาติ คำศิริตระกูล

คุณदनัย อมรพัชระ

คุณทิวา จิรพัฒน์กุล

พล.ต.ต.চারंग แสงวงวัฒน์กุล

คุณนันทกร ฉัตรชัยสกุล

คุณบรรจวบ - คุณน้อมใจ พงษ์พานิช

ร.ต.อ.ประเสริฐ เตียงพาณิชย์

คุณปรีชา - คุณสุกัญญา คงธนารัตน์

คุณปรียา เกตุทัต

คุณปิ่น สิงห์อำไพ

คุณปิยะรัตน์ ฐิตะวีระชาติ

คุณพรศรี บุญบรรเจิดศรี

คุณพร้อม จุฑะเตมีย์

คุณไพลิน จิรพัฒน์กุล

คุณภูวเดช ห่อเพชร
คุณมารยาท อุ่นพันธ์
คุณโมรีรัตน์ บุญญาศิริ
คุณรัชพันธ์ เต็มธนศักดิ์
อุปาสิกาคุณรัฐจวน อินทรกำแหง
คุณรุ่งศักดิ์ และ คุณวนิดา คำศิริตระกูล
คุณลักษณะ ตันทรศนีย์
คุณวิลาวรรณ แซ่อื้อ
คุณวิไลพร พูนพนิช
คุณวีรমন รามางกูร
คุณสมจิต เลี้ยงโชคชัย
นพ.สมชัย วงศ์เวชสวัสดิ์
คุณสรวิศ ชัยโรจน์
คุณสุดคณิง บุญรอด
คุณสุพัตรา ปิ่นรอด
คุณอรอนงค์ สอาดพรรค
คุณอรัญญา ดำรงค์วัฒนโกคิน
บริษัท พอเพียงเทคโนโลยี จำกัด
บริษัท อเจลลัส อินเทอแรคทีฟ จำกัด

ร่วมสนับสนุนการผลิตธรรมะใกล้มือได้ที่
หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ
โทร. ๐ ๒๙๓๖ ๒๘๐๐ ต่อ ๕๑๐๑ หรือ ๕๑๐๒



life-brary.com

ห้องหนังสือและสื่อธรรมออนไลน์
เว็บไซต์ของโลกธรรมะ
นำเสนอสื่อสร้างปัญญา
เพื่อการอ่าน แนะนำ วิचारณ์
ค้นหา และแบ่งปันความรู้
ด้านหนังสือและสื่อธรรมที่น่าสนใจ
เข้าถึงได้ทุกที่ ที่มีอินเทอร์เน็ต

.....

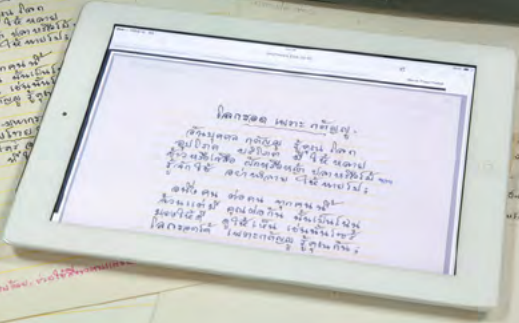
ชุมชนแลกเปลี่ยน เรียนรู้
ของผู้สนใจในธรรม
และพัฒนาคุณภาพชีวิต



ถ่ายก่อนถ่าย!
อย่าลืมกดปุ่ม
ถ่ายก่อนถ่าย!
อย่าลืมกดปุ่ม

มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์
ศูนย์วิทยุกระจายเสียง FM 100.5 MHz
www.bia.or.th

ปิดกรอบ เพชร กษัตริย์
สิ่งมีชีวิต กษัตริย์ ผู้คน โลก
อยู่ใต้อาณาธิปไตย ผู้คน โลก
ผู้ร่วมชีวิต ผู้คน โลก ผู้คน โลก
ผู้ร่วมชีวิต ผู้คน โลก ผู้คน โลก
ผู้ร่วมชีวิต ผู้คน โลก ผู้คน โลก



อย่าลืมกดปุ่ม
ถ่ายก่อนถ่าย!
อย่าลืมกดปุ่ม

- อ่าน -

จดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ
archives.bia.or.th



- ฟัง -

ธรรมบรรยายพุทธทาสภิกขุ
sound.bia.or.th



ท่จดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ หรือ
สวนโมกข์กรุงเทพ ได้ดำเนินการภายใต้แนวคิด
“ศูนย์การเรียนรู้และสถานบริการด้านศาสนธรรม
อันรื่นรมย์” (Spiritual Fitness & Edutainment
Center) เป็นกำลังเพื่อการเข้าถึงธรรม
ผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย และครอบคลุมกลุ่ม
เป้าหมาย ตั้งแต่เด็ก เยาวชน วัยรุ่น วัยทำงาน
ไปจนถึงผู้สูงอายุ

ท่กิจกรรมเข้าร่วมได้โดยไม่มีค่าใช้จ่าย
ผู้สนใจ สามารถติดตามรายละเอียดได้ที่:

- www.bia.or.th
- fb.com/buddhasaarchives
- twitter.com/buddhasa





กิจกรรมประจำวัน

๑. สวดมนต์ทำวัตรเช้า-เย็น
๒. สัมผัสธรรมผ่านนิทรรศการนิพพานจำลอง



กิจกรรมประจำสัปดาห์

๑. สมาธิภาวนาอานาปานสติ
๒. เพลิดเพลินนำชม เรียนรู้ปริศนาธรรม
ในสวนโมกข์กรุงเทพ (ทุกวันเสาร์ อาทิตย์)
๓. โยคะและปราณายามะในสวนธรรม (ทุกวันพุธ
และวันพฤหัสบดี)
๔. อานาปานสติ ๑๖ ชั้นกับพุทธทาสภิกขุ (ทุกวันพุธ
และวันพฤหัสบดี)



กิจกรรมประจำเดือน

๑. ธรรมะในสวนตักบาตรเดือนเกิด
๒. ฉลาดทำบุญกับสวนโมกข์
๓. การเจริญสติแบบเคลื่อนไหวตามแนวหลวงปู่เทียณ
๔. เข้าถึงใจสร้างสุข
๕. ความตายออกแบบได้
๖. จิตว่างจิตรุ่ง
๗. ดนตรีมีธรรม
๘. ดอกไม้ภาวนา
๙. ดูหนังหาแก่นธรรม
๑๐. ถักไม้กวาดภาวนา
๑๑. ไทเก๊ก โยคะ สมาธิ
๑๒. ธรรมโฆษณศึกษา
๑๓. ธรรมนิทรรศการ
๑๔. ธรรมะบำบัดความป่วย
๑๕. ปั่นไอติมชิมความสุข
๑๖. เพ็ญภาวนาชาคริยานุโยค
๑๗. เพ็ญธรรมนำปัญญา ธรรมะเพื่อเยาวชน
๑๘. ฟังธรรมตามกาลและธรรมบรรยายภาคภาษาอังกฤษ
๑๙. ฟังเสียงในจิตใจ
๒๐. ฟ้าสายทางการไหว้พระสวดมนต์
๒๑. มาตาภาวนา

- ๒๒. วันแห่งสติ หมู่บ้านพลัม
- ๒๓. เวทีธรรม ธรรมวาที
- ๒๔. ศิลป์ภาวนา
- ๒๕. อบรมหลักสูตรคู่มือมนุษย์
- ๒๖. อานาปานสติจากพระโอรุ์
- ๒๗. อานาปานสติจากพระโอรุ์ (วันอาทิตย์ สัปดาห์ที่ ๕)
- ๒๘. อานาปานสติแบบย่อ (โกเอนก้า)
- ๒๙. อานาปานสติสำหรับเยาวชน (โกเอนก้า)



- ๑. เทศกาลเจริญสติและสวดมนต์รับปีใหม่
- ๒. งานบุญประเพณี วันมาฆบูชา วิสาขบูชา อาสาฬหบูชา
- ๓. งานบุญล้ออายุ

ลงทะเบียนออนไลน์: register.bia.or.th

สอบถามเพิ่มเติม โทรศัพท์ ๐ ๒๙๓๖ ๒๘๐๐

โทรสาร ๐ ๒๙๓๖ ๒๙๐๐ ทุกวัน ๙.๐๐ ถึง ๑๗.๐๐ น.

สมัครรับธรรมะทุกเช้าทาง SMS กด *4552333000

แล้วโทรออก (เฉพาะเครือข่าย AIS) ไม่เสียค่าบริการ



#instaDham

“เพราะธรรมะมีอยู่ในทุกที่ ...

BIA จึงอยากชวนทุกคนมาร่วมกันฝึกมองโลก
อย่างเป็นธรรมผ่าน APP: instaDham ที่มีธรรม
คำสอนจากพระอาจารย์ รวบรวมไว้ให้หยิบใช้
ใส่ธรรม และแบ่งปันกันเรียนรู้ ให้ธรรมะไปอยู่
ในชีวิตประจำวันอย่างเป็น รูป-ปะ-ธรรม
ให้ดวงตาเห็นธรรมจากโลกสมมติ (Online)
จนหวังว่าดวงตาจะเห็นธรรมในโลกจริง

หรือถ่ายรูปแล้วเขียนธรรมะที่เห็นไว้ใต้ภาพ
พร้อมระบุสถานที่ แล้ว #instadham หรือลง
facebook แล้วโพสมาที่ instaDham
เราจะคัดเลือกเพื่อรวมเป็นปฏิทิน / หนังสือภาพ
ฉบับพิเศษ ที่ธรรมมาจากทุกคน หรือกิจกรรม
ด้านอื่น เพื่อเป็นประโยชน์ต่อไป
...เมื่อดวงตาเห็นรูป ดวงตาจึงเห็นธรรม”





ใบสมัครสมาชิกกระถินมือ

วันที่สมัคร

ชื่อ - นามสกุล*

ที่อยู่สำหรับจัดส่ง ชื่อหมู่บ้าน/อาคาร เลขที่ หมู่ที่

ซอย ถนน ตำบล/แขวง

อำเภอ/เขต จังหวัด รหัสไปรษณีย์

โทรศัพท์* มือถือ* Email*

สมัครใหม่ ๑ ปี (๑๒ เดือน) ๓๐๐ บาท ๑ ปี (๑๒ เดือน) ๓๐๐ บาท

๒ ปี (๒๔ เดือน) ๖๐๐ บาท ๒ ปี (๒๔ เดือน) ๖๐๐ บาท

เริ่มตั้งแต่เดือน ถึง พ.ศ.

โอนเงินค่าสมทบการผลิตมาที่

ชื่อบัญชี “มูลนิธิหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญญ์” บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๑๑๑-๒-๙๖๒๙๕-๘ ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาสำนักวิจัย

พร้อมทั้งส่งหลักฐานใบโอนและแบบฟอร์มต้นฉบับ โดยวิธีใดวิธีหนึ่ง ดังนี้

๑. ทางไปรษณีย์ ส่งมาที่ ฝ่ายผลิตหนังสือและสื่อธรรม (ธรรมะอิเล็กทรอนิกส์)

หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญญ์ สภานาจิรเบญจทัต (สวนรถไฟ) ถนนนิคมรถไฟสาย ๒

แขวงจตุจักร เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร ๑๐๙๐๐

๒ ทางโทรศัพท์ ๐ ๒๙๓๖ ๒๖๘๘ เขียนหัวโทรศัพท์ถึง สุรพันธ์ วรรณคำ

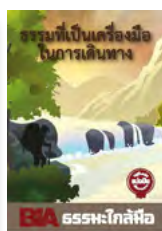
๓. อีเมล bookclub@bia.or.th

หมายเหตุสำหรับสมาชิกเก่า

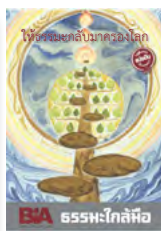
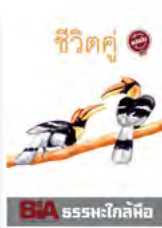
* หากท่านต้องการเปลี่ยนแปลงที่อยู่ในการจัดส่งหนังสือ กรุณากรอกแบบฟอร์มต้นฉบับแล้วส่งกลับมาตามที่อยู่ต้นฉบับ

* หากท่านต้องการต่ออายุสมาชิกหนังสือธรรมะอิเล็กทรอนิกส์ กรุณาโอนเงินสมทบการผลิต ตามรายละเอียดต้นฉบับ

รายชื่อหนังสือธรรมะใกล้มือ ๒๕๕๗



รายชื่อหนังสือธรรมะใกล้มือ ๒๕๕๘



กสิกรรม
วิกรม อภิรักษ์
BIA
BOOK
Club
สวนโมกข์กรุงเทพ



บริการ
จัดส่งหนังสือ
ทางไปรษณีย์
ทั่วประเทศ

facebook.com/bookclub.bia

facebook.com/buddhadasaarchives

ติดต่อสอบถาม: ห้องหนังสือและสื่อธรรม

เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๗.๓๐ น. ทุกวัน

โทร. ๐๒ ๙๓๖ ๒๘๐๐ ต่อ ๕๑๐๑ หรือ ๕๑๐๒

โทรสาร ๐๒ ๙๓๖ ๒๖๘๘

อีเมล bookclub@bia.or.th

“

... ถ้าพัฒนาตัวตน
ก็คือพัฒนา
ให้มันหมดตัวตน
ถ้าไม่ใช่ตน
มีชีวิตมีชั้น ๕
ก็พัฒนาชีวิต
พัฒนาชั้น ๕
ให้จนหมดปัญหา
ให้หมดความทุกข์ ...

”

