



BIA

เป้าหมายของชีวิต

และสังคม



www.dhamma4u.com

ธรรมะใกล้มือ

ลำดับที่ **๒** / ๕๓

ธรรมะเล่มน้อย

เป็นหนังสือธรรมะขนาดพกพารายเดือน ๑๒ เล่ม ๑๒ เดือน เพื่อเจริญสติและแสวงหาปัญญาเบื้องต้น สำหรับผู้ไม่มีเวลาศึกษาเนื้อหาโดยละเอียด สามารถมีส่วนร่วมได้โดย

๑. ผู้ที่อ่านแล้วคิดว่าดีมีประโยชน์ โปรดส่งมอบให้แก่ผู้อื่นต่อ เปรียบดังท่านให้ทาน

๒. สนับสนุนการจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่มน้อยตามกำลัง

๓. เลือกจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่มน้อย เพื่อเผยแผ่ในวาระต่าง ๆ เช่น งานวันขึ้นปีใหม่ งานวันเกิด งานสมรส งานเฉลิมฉลอง งานบุญ งานศพ ฯลฯ โดยสามารถเลือกเอาเฉพาะ ส่วนที่เป็นธรรมบรรยายและพิมพ์บางส่วนเพิ่มเติมได้

ธรรมะดี ๆ มีติดตัวไว้ เพื่อเจริญสติและปัญญา

ร่วมเป็นเจ้าของภาพพิมพ์ธรรมะเล่มน้อยได้ที่

หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

โทร. ๐ ๒๙๓๖ ๒๘๐๐



BUDDHASSA INDAPANNO ARCHIVES FOUNDATION

มูลนิธิหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

เป้าหมายของชีวิตและสังคม

พุทธทาสภิกขุ

ครั้งที่ ๑ วันที่ ๔ กันยายน พ.ศ.๒๕๖๗

คำชี้แจง

.....

“เป้าหมายของชีวิตและสังคม” เป็นเรื่องแรก ในชุดธรรมะบรรยายที่ท่านพระอาจารย์พุทธทาสแสดงไว้ระหว่างวันที่ ๔-๒๙ กันยายน พ.ศ.๒๕๒๗ ณ สวนโมกขพลาราม ไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี ตามคำอาราธนาของโครงการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนจริยศึกษา ของสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ กระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งได้จัดพิมพ์เผยแพร่เป็นชุดประเดิมโดยสำนักพิมพ์นิพพาน ในหนังสือชุด “ธรรมะสำหรับครู” และจัดพิมพ์ครั้งที่ ๒ โดยสำนักงานคณะกรรมการการประถม

ศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๒๙

เป้าหมายของชีวิตและสังคม

.....

ครั้งที่ ๑ วันที่ ๔ กันยายน พ.ศ.๒๕๒๗

การบรรยายเกี่ยวกับองค์มรรคจบไปแล้ว ที่นี้
ก็จะได้บรรยายเรื่องนานาชนิดเกี่ยวกับจริยธรรม
ตามหัวข้อที่ได้มอบให้อาตมาชุดหนึ่ง.

เรื่องแรกของคุณนั้นก็หัวข้อว่า **เป้าหมาย
ของชีวิตและสังคม** นี้มีปัญหานิดหน่อย; เป้าหมาย
ของชีวิตนั้นก็เป็นเรื่องบุคคลของสังคม คือส่วน
รวม แปลว่าให้พูดเรื่องเป้าหมายของบุคคลและ
เป้าหมายของสังคม เข้าใจว่าอย่างนี้. เป้าหมาย
ชีวิตบุคคลและเป้าหมายสังคมแล้ว มันตอบ
สั้นๆ ได้เลยว่า **เป้าหมายของชีวิตก็คือ สันติสุข**

ของบุคคล, เป้าหมายของสังคมก็คือสันติภาพ
ของสังคม นั่นเอง.

พุทธศาสนาสอนทั้งบุคคลและสังคม

มีผู้พูดกันบ่อย ๆ ว่าพุทธศาสนาไม่ค่อยพูด
ถึงเรื่องสังคมพูดแต่เรื่องการหลุดพ้นของบุคคล
เกือบทั้งนั้น. ข้อนี้ก็ขอยืนยันว่ามีจริง ในพระคัมภีร์
นั้นมีเรื่องความรอดส่วนบุคคล, ส่วนสังคมนั้นมี
บ้างไม่ใช่ไม่มีเสียเลย; แม้ที่สุดแต่เรื่องสำหรับ
ฆราวาสล้วน ๆ ก็ยังมีอีกส่วนหนึ่งแต่มันไม่มาก
จึงไม่ควรถือว่า พูดแต่เรื่องบุคคล; แล้ว ก็มัก
จะเข้าใจผิดต่อพุทธศาสนาว่าสอนให้หนีเอาตัว
รอดผู้เดียว ข้อนี้ไม่ถูกต้องอย่างยิ่ง.

พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า
ท่านมุ่งหมายอย่างที่เราได้เห็นว่า : เพื่อประโยชน์
สุขแก่มหาชนทั้งเทวดาและมนุษย์, คิดดูซิว่าจะ

มีสังคมไหนใหญ่ยิ่งไปกว่าทั้งเทวดาและมนุษย์ พระองค์ตรัสว่าธรรมวินัยนี้ ตั้งขึ้นเพื่อประโยชน์แก่มหาชน ทั้งเทวดาและมนุษย์. ท่านทั้งหลายจงสืบธรรมวินัยนี้ไว้เพื่อประโยชน์ทั้งเทวดาและมนุษย์; นี่มันสังคมหมดทั้งเทวดาและมนุษย์. ฉะนั้นถ้าเราถือว่าพระพุทธศาสนาเป็นเรื่องสอนให้เอาตัวรอดคนเดียว, แม้ในหมู่คนไทยชาวพุทธก็ชอบพูดอย่างนั้นว่า *หนีไปเพื่อเอาตัวรอดคนเดียว* ถ้าใครไปบวช; *อย่างนี้ก็เรียกว่าไม่ถูกต้อง*, หลับตาพูดเกินไป. บางคนชัดไปถึงกับว่าพระพุทธเจ้าหนีออกบวชเป็นการทิ้งสังคม, คือทิ้งความรับผิดชอบมากอย่างนี้, ขอเลิกพูดกันที.

การที่บุคคลคนหนึ่งออกไปบวชก็เพื่อจะรู้ความพันทุกข์และสามารถจะช่วยผู้อื่นให้ดับทุกข์ได้ด้วยถ้าตนรู้แล้ว, ถ้าไม่บวชมันก็จ้วงเจีย ไม่มี

ความรู้ที่จะช่วยผู้ใด. ฉะนั้นตัวเองต้องทำได้เสียก่อน; เหมือนกับคนว่ายน้ำได้เสียก่อนจึงจะช่วยคนตกน้ำได้แบบนี้. เพราะฉะนั้นขออย่าได้พูดเมื่อใครออกไปบวชว่าหนีเอาตัวรอด, ซึ่งลักษณะเป็นคำประณามๆ อยู่นิดหน่อย คือเห็นแก่ตัว, เห็นแก่ตัวนี้ไม่ใช่เจตนารมณ์ของพุทธศาสนา.

พุทธศาสนาต้องการจะทำประโยชน์แก่ทั้งเทวดาและมนุษย์ เช่น ออกบวชเป็นพระพุทธรเจ้าแล้วก็ทำประโยชน์ทั้งแก่เทวดาและมนุษย์, เป็นพระอรหันต์แล้วก็ทำหน้าที่ของพระอรหันต์ที่เป็นประโยชน์ทั้งแก่เทวดาและมนุษย์; เป็นอันว่าเราไม่มีข้อขัดแย้งกันในส่วนนี้.

ข้อที่ว่าพูดถึงเรื่องสังคมน้อยไป ก็เพราะข้อเท็จจริงอันหนึ่งซึ่งท่านทั้งหลายทราบโดยไม่ต้องมีใครมาบอกอีก : **ถ้าบุคคลดีแล้ว สังคมจะเลว**

ได้อย่างไร; เพราะสังคมย่อมประกอบขึ้นด้วยบุคคลแต่ละคน ๆ. ฉะนั้นสนใจทำให้บุคคลแต่ละคนดีก็แล้วกัน สังคมก็ดีเอง. เราอาจจะหวังไปตามลำดับในเมื่อบุคคลดีแล้วครอบครัวก็ดี-ทั้งครอบครัว ประกอบด้วยบุคคล-ครอบครัวทุกครอบครัวดี-หมู่บ้าน ๆ นั้นก็ดี. ทีนี้เมื่อหมู่บ้านทุกหมู่บ้านดี บ้านเมืองจังหวัดมันก็ดี, เมื่อทุกจังหวัดทุกบ้านเมืองดี ประเทศชาติก็ดีเอง; ดังนั้นท่านจึงพูดเจาะจงบุคคลซึ่งเป็นพื้นฐานของสังคม. ทีนี้เป้าหมายของชีวิตและสังคมก็คือบุคคลมีสันติสุข, สังคมก็มีสันติภาพ. สรุปความได้อย่างนี้.

หลักปฏิบัติสำหรับสันติสุขส่วนบุคคล

ทีนี้พิจารณาถึงเรื่องฝ่ายบุคคล คือ คำว่า

บุคคลดี, ดีในที่นี้หมายถึง อยู่ในความถูกต้อง ตามหลักอริยมรรค ที่เราได้บรรยายอภิปรายกัน มาแล้วอย่างเพียงพอ, หรือจะใช้คำสั้น ๆ ว่า ไตรสิกขาก็ได้; นั่นก็คืออริยมรรคนั่นเอง. สิกขา ๓ ออกไปเป็นมรรคมืองค์ ๘ ร่นเข้าเป็นสิกขา ๓.

ที่นี้ผลที่จะเกิดขึ้นเป็นบุคคลดีมีได้ทั้งอย่าง ในโลกและเหนือโลก. โลกิยะ แปลว่า อยู่ใน โลก, โลกุตตระ แปลว่า อยู่เหนือโลก. บุคคลดี ที่เป็นอย่างวิสัยโลก คือผู้ที่เป็นอยู่ด้วยความรู้สึก ว่ามีตัวตน, มีภาระของตนก็มีตัวตนสำหรับเวียน วายตายเกิดอย่างนี้, ก็ต้องตรัสอย่างหนึ่ง, ตรัส ไว้อย่างหนึ่งในมรวาสธรรมก็มุ่งหมายให้มีทรัพย์ สมบัติพอตัว, ให้มีเกียรติยศชื่อเสียงพอตัว, ให้ มีเพื่อนที่ดี เป็นกัลยณมิตรที่ดีพอตัว. ลองคิด ดูเถอะ ถ้าเป็นอย่างในโลกมันก็ไปได้อย่างนั้น,

ถ้าเป็นอย่างเหนือโลก ก็ไปจนถึงไม่มีตัวตน,
เป็นคำสอนชุดไม่มีตัวตน แล้วก็ไปถึงนิพพาน.

ที่นี้ก็จะพูดกันสักหน่อยว่า ที่อยู่ในโลกแล้ว
ก็ดี, คืออย่างบุคคลดีในโลกนั้น. เอาเครื่องวัดกัน
ที่เขา มีทรัพย์สมบัติ เกียรติยศชื่อเสียง และมิตร
สหายที่ดี พอ ๆ ตัว; ข้อนี้ก็สำเร็จได้ด้วยฆราวาส
ธรรม ๔ ประการ, ธรรมะประกอบอิทธิบาท ๔
เป็นต้น. บุคคลจะบรรลุเป้าหมายอย่างวิสัยโลก
ได้โดยมีธรรมะสำหรับคฤหัสถ์สำหรับปฏิบัติหลาย
หมวดหลายข้ออยู่เหมือนกัน. ดูได้ในหนังสือแบบ
เรียน. ถ้าเอามาจารย์ในอีกมันก็เสียเวลา, ก็
อยากจะชี้แนะหมวดที่สำคัญที่สุดสักหมวดหนึ่ง
คือ หมวดที่เรียกว่าฆราวาสธรรม, นี้เป็นคำตรัส
ไว้.

พระองค์ได้ตรัสฆราวาสธรรม, ธรรมสำหรับ

ฌราวาสไว้เป็น ๔ อย่างคือ **สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ** ซึ่งในหลวงได้ทรงประกาศให้ใช้เป็นหลักในการปฏิบัติเมื่อไม่นานมานี้, นั้นเรียกว่า ฌราวาสธรรม. ที่นี้ความหมายของคำๆ นี้อาจจะมองกันไม่ครบถ้วน. อยากจะพูดให้เข้าใจเสียเลย ว่า **ฌราวาสธรรมแปลว่าธรรมะสำหรับฌราวาส.** ธรรมะสำหรับฌราวาสนี้สำหรับฌราวาสจะเป็นอย่างไร? ก็สำหรับฌราวาสจะได้บรรลุถึงผลที่ดีที่สุดสำหรับเป็นฌราวาส, **จะช่วยให้เป็นฌราวาสที่ดีที่สุด** และสำหรับฌราวาสจะใช้ประพฤติปฏิบัติเพื่อยกตัวให้พ้นจากความเป็นฌราวาส เช่นเป็นพระอรหันต์ก็ได้. ข้อนี้ไม่ค่อยพูดกัน, ตัวหนังสือก็อำนวยความสะดวกอย่างนั้น.

ฌราวาสธรรม ธรรมสำหรับฌราวาส, สำหรับเป็นฌราวาสที่ดีที่สุด, และสำหรับพ้นจาก

ความเป็นฌราวาส. ถ้าเป็นพุทธบริษัทแท้จริง
 ย่อมต้องการจะพ้นจากความเป็นฌราวาส คือ
 เป็นอริยบุคคล, กระทั่งเป็นผู้หมดกิเลสเป็นต้น.
 ฌราวาสธรรม ๔ นี้ขอให้ช่วยสนใจ จะแก้ปัญหา
 ทุกปัญหา คือ ให้สิ่งที่ควรละได้หมด, และ
 ทำให้เกิด ให้มี ให้เจริญ ในสิ่งที่ควรทำ, ให้เกิด
 ให้มี ให้เจริญได้หมดเหมือนกัน.

อยากจะทำให้รู้จักธรรมข้อนี้แล้วให้สำเร็จประ
 โยชน์เต็มตามความจริง ตามค่าของธรรมหมวด
 นี้, ๔ คำง่าย ๆ **สังจะ ทมะ จันตี จาคะ** นี้
 เป็นธรรมที่เหมาะสำหรับฌราวาส, แล้วยังมีพุทธ
 ภาษิตเนื่องกันกับธรรมะ ๔ ประการนี้อีก
 บทหนึ่งแต่ไม่ค่อยเอามาพูดกัน คือบทที่ว่า
**อิงฆ อญญะปี ปุจฺจนฺตฺตฺ สมน พฺราหฺมณเ ยถิ
 สจฺจา ทมา จาคา ขนฺตยา ภิชฺโยธ วิชฺชตีติ.** นี้

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ให้ไปถามสมณพราหมณ์
เหล่าอื่นเป็นอันมากดูเถิดว่า สำหรับฌราวาสแล้ว
มีธรรมะไหนยิ่งไปกว่าธรรมะ ๔ ประการนี้คือ
สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ.

ควรจะถือเอาประโยชน์จากความเป็นฌราวาส
คือ ฌราวาสที่ดีเต็มทีของความเป็นฌราวาส,
และเป็นฌราวาสที่เลื่อนชั้นพ้นไปจากการเป็น
ฌราวาส ไปเป็นอริยบุคคลจนเป็นพระอรหันต์
ซึ่งเป็นส่วนของโลกุตตระคือ เหนือโลก.

อิทธิบาท ๔ นั้นก็เป็นธรรมมะเครื่องมือต่อ
ไปอีก จะพยายามทำอะไรสักอย่างให้สร้างอิทธิ
บาท เพื่อกิจการอันนั้นให้เต็มที่ **ฉันทะ-พอใจใน**
สิ่งที่ทำ. วิริยะ-ความเพียร, จิตตะ-เอาใจใส่ทำ,
วิมังสา-สอดส่องกระทำ. อยากจะกระทำ, แล้วก็
พากเพียรกระทำ, แล้วก็เอาใจใส่สอดส่องกระทำ

มันก็สำเร็จ. ธรรมะเหล่านี้จึงควรจะทราบไว้ว่า มันเป็นธรรมะประเภทเครื่องมือ.

เช่นเราอยากจะมีศีลก็ต้องมีสัจจะ **ขันตี ทมะ จาคะ** ในการทำให้มีศีล คือมีความจริงใจที่จะมีศีล, บังคับตัวเองให้มีศีล, แล้วให้อุดกัสนอดทนจากความลำบากบ้างเนื่องจากการมีศีล, แล้วก็ **จาคะ** คือเสียสละหลังจากอดทน แล้วก็มีการเสียสละออกไปๆ ทำให้ต้องอดทนน้อยเข้า มันก็เลยไม่มีทุกข์มากเกินไป.

การประพฤติพรหมจรรย์ ตามหลักพระพุทธศาสนานั้นถูกกล่าวหาว่าเคร่งเครียด เป็นทุกข์ ทรมาณอีกแบบหนึ่ง **ข้อนี้ไม่จริง.** ไม่ควรกล่าวหากันถึงขนาดนั้น. แต่ควรจะพูดตามที่เป็นจริงว่า ถ้าทำให้ถูกต้องตามวิธีของพุทธศาสนาแล้ว การประพฤติพรหมจรรย์ก็มีความสุขสบายพร้อม

กันไปในตัวการปฏิบัติ; เพราะมีหลักที่ดีและเพียงพอ. และก็เป็นที่เทคนิคอันสมบูรณ์อยู่ในเรื่องนั้น, คือมีสัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ. ไม่ว่าเรื่องอะไรจะกลายเป็นเรื่องง่ายที่ทำได้สะดวกสบายไปหมด. แล้วก็มีอิทธิบาททั้ง ๔ เป็นต้นช่วยประกอบในแต่ละขั้นตอนแต่ละขั้นตอนทุกขั้นตอนอีกที่หนึ่ง. นี้เรียกว่าประสบความสำเร็จในส่วนชีวิตส่วนบุคคล, ทำบุคคลนั้นให้มีสันติสุขอย่างบุคคล.

บุคคลคืออย่างโลกุตระก็ปฏิบัติสูงขึ้นไป

ที่นี้เป็นอย่างโลกุตระคือเหนือโลก, **โลกุตระ** แปลว่าเหนือโลก. คำว่า **เหนือโลก** ถ้าไม่ได้ศึกษาความหมายมาข้างแล้วก็จะเข้าใจไม่ได้, จะเข้าใจตามภาษาคนพูดที่ว่าขึ้นไปเหนือโลก, ขึ้น

ไปเหนือโลก พันอวกาศขึ้นไปอีกเรียกว่าเป็นเหนือโลก; ไม่ใช่หมายความอย่างนั้น. คำว่าเหนือโลกอยู่ที่นี้และเดี๋ยวนี้เหนือโลกได้คือสิ่งแวดล้อมทั้งหลายเรียกว่าโลก.

สิ่งที่แวดล้อมเราอยู่ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เรียกว่าอารมณ์, ฆราวาส ๖ อายตนะนี้แล้วก็เรียกว่าโลกมันมากระทบ, แล้วสิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลมากในการที่จะทำให้ยินดี ยินร้าย ชอบ ไม่ชอบ รัก โกรธเกลียด กลัว อะไรอยู่นี้ มันเป็นสิ่งที่เสียหายเลวร้าย; เพราะว่าเราอยู่ใต้โลกก็อยู่ใต้อิทธิพลของสิ่งเหล่านี้.

พูดให้ชัดก็ว่าเราอยู่ใต้อิทธิพลของรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์; มันเข้ามาบังคับขับไสให้เป็นไปตาม อวิชชา ความโง่

ความเขลา จนเกิดกิเลสแล้วก็ทำกรรมอัน
เป็นทุกข์; ถึงแม้ว่าจะเข้ามาเป็นที่พอใจ น่ารัก
น่าพอใจ มันก็เป็นที่ตั้งแห่งความหลงใหลจนถึง
เกิดกิเลสและเป็นทุกข์; แม้ว่าจะเข้าไปในลักษณะ
ที่ไม่น่าพอใจ น่าเกลียด มันก่อให้เกิดกิเลส
และเป็นทุกข์ เพราะว่าเรามีจิตใจต่ำอยู่ภายใต้
อิทธิพลของทุกอย่างในโลก. **ถ้ามีจิตใจอยู่เหนือ
สิ่งเหล่านี้แล้วนั้นแหละคือเหนือโลก.**

จะนั่งอยู่ที่นี้ก็ได้อีก, กำลังทำอะไรอยู่ก็ได้,
ถ้าทำได้แม้อยู่ในคุกในตารางก็ทำได้. **จิตใจอยู่
เหนืออำนาจบีบบังคับของอารมณ์ต่างๆ ๖ ทาง
ที่มากกระทบ; หมายความว่าเหนือโลกกันที่นี้** คือ
ร่างกายยังคงอยู่ในโลก แต่จิตใจอยู่เหนืออิทธิพล
ของโลก เป็นพระอรหันต์ นั่นคือถึงที่สุด **มีจิต
อยู่เหนือความต้องการ เหนือความหวัง เหนือ**

ความอยาก **เหนือทุกๆ อย่าง**, มันก็ผิดจาก
 พวกเรา. พวกเราทำอะไรก็ทำด้วยความอยาก
 ทำด้วยความต้องการ ทำด้วยความหวัง มันก็
 เหนือใจด้วยเหนือกายด้วย.

ถ้าเป็นผู้เหนือโลกแล้ว มันมีธรรมชาติอัน
 หนึ่ง **ไม่ต้องทำการงานด้วยความอยาก** ความ
 ต้องการหรือความหวัง; แต่ทำด้วยสติปัญญา
 หน้าที่, สติปัญญามันรู้หน้าที่ที่ควรกระทำ. แล้ว
 อีกอย่างหนึ่งคนมีชีวิตนี้มันอยู่นิ่งไม่ได้, คนยังมี
 ชีวิตมันอยู่นิ่งไม่ได้มันต้องทำอะไรสักอย่างหนึ่ง
 แล้วปัญญามีพอก็ทำให้รู้จักเลือกที่เราควรจะทำ
 อะไร. ดังนั้นพระอรหันต์หลายๆ องค์ก็ทำอะไร
 ไม่เหมือนกัน; แต่ที่ท่านทำตามที่ควรจะทำ
 เสมอเพราะไม่มีตัวเอง, ไม่มีที่ตั้งแห่งประโยชน์
 ของตัว **ไม่มีความเห็นแก่ตัว** เรียกว่าทำตาม

หน้าที่ของตนที่อยู่ในฐานะอย่างไร, ทำแล้วก็เลิกกันไม่ได้หวังจะเอาผลอะไรตอบแทนมา. นี้เรียกว่าทำตามหน้าที่เหมือนเครื่องจักร ก็ได้ผลแก่ผู้ที่อยู่ข้างเคียง. ข้อนี้เป็นได้ก็ต่อเมื่อเห็นธรรมะสูงสุด คือ สุตท้ายที่เรียกว่าสุญญตาหรือ ตถตา. ศึกษาให้เข้าใจข้อธรรมะเช่น สุญญตา, ตถตา.

จิตรู้ถึง เข้าถึงแจ่มแจ้ง ในคำว่าสุญญตา คือสิ่งทุกอย่างว่างจากความหมายแห่งตัวตน, เรียกว่า ว่าง; สุญญตา-ความว่าง, ว่างจากความหมายแห่งความเป็นบุคคล ไม่ต้องถือว่าเป็นบุคคล, ไม่อาจจะถือว่าเป็นบุคคล. ถ้ามองเห็นสิ่งทุกอย่างในลักษณะอย่างนี้ก็เรียกว่าผู้นั้นเห็นสุญญตา, เห็นสุญญตาคือความว่างแล้วก็จะเหมือนอย่างว่าจะอยู่เหนือโลกทันที, โลกทั้งโลกมันจะเป็นของว่างไป ว่างจากความหมายแห่งตัว

คน ที่เป็นที่ตั้งแห่งความยึดถือ. ผู้ที่ถึงสุญญตาก็เลยไม่มีปัญหาอะไรแต่แล้วยังเคลื่อนไหวอย่างที่ว่าคือธรรมชาติมันอยู่นิ่งไม่ได้มันจะต้องทำ.

ทีนี้มีปัญญาวริสุทธิ์ สะอาด, ปัญญานั้นก็เลือกทำตามที่ควรจะทำ, พระอรหันต์จึงทำการงานด้วยเหมือนกันแล้วแต่ท่านคิดว่าควรจะทำอะไร. เดี่ยวนี้มีจิตใจอยู่เหนือความต้องการ, ถ้าทำอะไรต้องทำด้วยปัญญาที่รู้ในหน้าที่. ดังนั้นจึงมีคำกล่าวไว้ชัดๆ ว่า พระอรหันต์ทำกรรมไม่ได้, การกระทำของพระอรหันต์นั้นจัดเป็นกรรมไม่ได้ เพราะไม่มีเจตนา ก็เป็นกิริยาเหมือนเครื่องจักร. เดี่ยวนี้มีจิตอยู่เหนือความต้องการเหนือความยึดถือว่าตัวตน, มันก็เป็นอย่างนี้เอง.

คำว่าตถตาๆ นี้เป็นคำที่ฟังแล้วเหมือนกับพูดเล่นว่า เช่นนั้นเอง. ตถตา-ความเป็นเช่นนั้น

เอง, ท่านเห็นความเป็นเช่นนั้นเองในทุกสิ่ง que เข้า
 มากระทบ : เห็นของสวยก็เช่นนั้นเองเลยไม่
 ครอบงำหัวใจท่าน, เห็นของไม่สวยมันก็เช่นนั้น
 เอง ไม่ครอบงำหัวใจท่านให้หงุดหงิด, พบกัน
 เข้ากับสิ่งสวยหรือไฟเราะหรือหอมหวาน หรือ
 อร่อย อะไรก็ตามก็เช่นนั้นเอง, เลยไม่เกิดความ
 ยินดีหรือยินร้ายในสิ่งเหล่านั้น.

ที่แปลกไปกว่านั้นอีกก็คือว่าไม่มีอะไรนำ
 อัจฉรย์, จะไม่มีอะไรนำอัจฉรย์. เราคน
 ธรรมดาไม่มีอะไรนำอัจฉรย์จนแตกตื่นจนแห่ไปดู.
 ที่เดี๋ยวนี้ที่กำลังฮิตก็เรื่องไสยบาบา นำอัจฉรย์แห่
 กันไปดู. แต่ถ้าเป็นผู้มองเห็นตถตาแล้วมันก็
 เหมือนกับสิ่งอื่นทุกสิ่ง, ไม่มีอะไรที่น่าประหลาด
 หรือนำอัจฉรย์จนเป็นของอัจฉรย์; แม้ของ
 ฝีมือประณีตศิลป์ที่เป็นฝีมือการแกะสลัก การ

อะไรต่างๆ บางชิ้นบางอันนั้นเป็นของนำอัศจรรย์ แต่ว่าเป็นเช่นนั้นเองสำหรับผู้ที่มีใจหลุดพ้นแล้ว.

ใครมีความแตกตื่น อัศจรรย์ในสิ่งใด จนยุ่งยากไปหมดก็ขอให้ขจัดออกไปเสียด้วยความรู้ เรื่องตถตา หรือสุขุญตาก็ได้เหมือนกัน. คำมันต่างกันแต่ความหมายนั้นไปทำนองเดียวกัน ว่างจากตัวตน, มันเป็นเช่นนั้นเอง, ว่างจากตัวตนของมันหรือของใครแล้วมันเป็นเช่นนั้นเอง, ตามกฎแห่งอิทัปปัจจยตา, แล้วก็เลยอยู่ในโลกนี้ โดยที่ไม่ต้องมีความรัก ไม่มีความโกรธ ไม่มีความเกลียด ไม่มีความกลัว ไม่มีความวิตกกังวล ไม่มีความอภัยอาวรณ์ ไม่คิดยึดครองอะไร ไม่หมายมั่นให้สิ่งใดเป็นไปในอำนาจของตนเลยเฉยได้.

เดี๋ยวนี้ความตกต่ำเสื่อมทรามของธรรมะ

ชนิดนี้มันมากขึ้น คือศีลธรรมหายไปจน
 อาชญากรรมเต็มบ้านเต็มเมือง, ที่เห็นได้จาก
 หนังสือพิมพ์เรื่องที่ไม่ควรจะมามันก็ยังมากัน
 เรียกว่ามันไม่ประสีประสาต่อสิ่งที่เรียกว่าเช่นนั้น
 เองเสียเลย. เห็นสุญญตา, เห็นตถตา แล้วก็
 ไม่มีอะไรจะทำให้เป็นทุกข์ได้. ถ้ามีจิตเข้มแข็ง
 พอจะเห็นตถตา ที่เจ็บป่วย, เจ็บ เจ็บเป็นแผล
 เจ็บ มันก็ตถตา, มันไม่เจ็บเหมือนกับปุถุชนที่
 รู้สึกว่ากูเจ็บ. เป็นพระอรหันต์ไม่มีตัวกูสำหรับ
 จะเจ็บ มันก็เป็นแต่เพียงการรู้สึกของระบบ
 ประสาท. ของระบบประสาทล้วนๆ มันรู้สึก.
 แต่ความหมายที่ว่าเป็นตัวกูเจ็บนั้นมันไม่มี; ดัง
 นั้นจึงเจ็บน้อย.

ข้อนี้พระพุทธเจ้า ได้ตรัสเปรียบไว้ว่าความ
 รู้สึกครั้งแรกเหมือนกับลูกศรดอกเล็ก ๆ ไม่มียา

พิษอะไรมาถูกเข้าแล้ว, ที่น้ำมัน เกิดอุปาทานรับเอาเป็นตัวกู เป็นความเจ็บของกู กลัวตายอย่างยิ่ง, นี้ เป็นลูกศรดอกที่สองที่ใหญ่มาก. แล้วก็อาบยาพิษด้วย : มีลูกศรอยู่สองชนิดอย่างนี้ที่มากกระทบโลก แต่ละวัน ๆ แต่ละคน ๆ ฉะนั้นถ้ารู้สึกเพียงว่าอันแรกนั้นเป็นเพียงธรรมชาติปรากฏแก่ระบบประสาทมันก็เช่นนั้นเอง; มองเห็นความเป็นเช่นนั้นเอง ว่าในโลกมันเป็นอย่างนี้ ประสาทมันมีหน้าที่ต้องรู้สึกอย่างนี้, เมื่อมีอะไรมาเชือดมาฉีกเข้ามันก็รู้สึกอย่างนั้น ๆ, อย่าให้เลยขึ้นมาเป็นตัวกูหรือเป็นของกู. นี้เรียกว่าถูกแต่ลูกศรดอกเล็ก ๆ ไม่มียาพิษ ดึงออกก็หมดเรื่อง. แต่ถ้าว่ามันมีวิชาปรุงแต่งความคิดเป็นตัวกูจะตายขึ้นมา หรือว่าคิดเอาเองก็แล้วแต่จะคิด แล้วสันนิษฐานว่ามันต้องมียาพิษ ต้อง

ร้ายแรง ต้องอะไรต่างๆ แล้วมันก็กลายเป็น
ดอกศรดอกหนึ่ง คือทั้งใหญ่ทั้งอาบยาพิษ
คือให้ความทุกข์ทรมาน.

คำว่าความทุกข์มันต้องมาจากความยึดถือว่า
ตัวกู-ของกู ถ้าอะไรเกิดขึ้นแก่ร่างกายยกให้เป็น
ของร่างกาย, จิตอย่าเพลอ อย่าโง่ไปเอามาเป็น
ของตัวกู-ของกูมันก็ไม่มี ความหมายอะไร. นี่เรา
จะเห็นได้ว่ามันคนละชนิด.

ผู้อยู่ในโลก อะไรมากระทบชนิดหนึ่งก็เป็น
เรื่องเป็นราวหมด ทั้งในทางดีทางร้าย; ถ้าเห็น
ธรรมะตถตา สุตญตถาแล้ว ไม่มีอะไร, ไม่มีอะไร
ใหญ่, ไม่มีอะไรใหญ่ ไม่มีอะไรเล็ก, ไม่มีอะไรดี
ไม่มีอะไรชั่ว, ไม่มีอะไรได้ ไม่มีอะไรเสีย, ไม่มี
อะไรกำไร ไม่มีอะไรขาดทุน, คือมันไม่มีทั้งหมด
เลยเพราะมันไม่มีตัวกู, มันไม่มีตัวกูซึ่งเป็นที่ตั้ง

แห่งความรู้สึกอย่างนั้น. เพราะฉะนั้นจึงมีคำพูด
 ในบาลีในอรรถกถาในหนังสือชั้นหลังมีแน่; เช่น
 ว่า พระอรหันต์ไม่หัวเราะอย่างนี้ ไม่มีอะไรทำให้
 พระอรหันต์หัวเราะได้ เพราะมันเป็นเช่นนั้นเอง
 ไปหมด. ไม่มีอะไรมาทำให้พระอรหันต์สะดุ้งกลัว
 วังหนี่ได้

สันติสุขส่วนบุคคลทั้งในและเหนือโลก

ลองเปรียบเทียบดูว่ามันแตกต่างกัน
 อย่างไร? ในโลกกับเหนือโลกมันต่างกันอย่างไร :
ผู้มีจิตใจอยู่ในโลกก็รับอารมณ์เอามายินดียินร้าย
เป็นตัวเป็นตน เป็นทุกข์ทรมาน; ผู้ที่มีจิตอยู่
เหนือโลกเห็นเช่นนั้นเองแก่ทุกสิ่ง que เข้ามา
เกี่ยวข้อง, แล้วมันก็ไม่เกิดความรู้สึกโกรธ
เกลียดกลัว เป็นต้น ไม่น่าขัน ไม่น่ารู้สึกว่

นำฉันในอะไร. พระอรหันต์จึงมีอะไรแปลกกว่า
 คนธรรมดา, เช่นไม้หัวเราะเป็นต้น, เช่นไม้ฝัน
 เป็นต้น.

สรุปความก็คือถ้าอยู่เหนือโลกแล้ว ทุกข์ไม่
 เป็น, เป็นทุกข์ไม่เป็น คือทุกข์กับเขาไม่เป็น.
 เขาเป็นทุกข์กันไปเกิดแต่เราเป็นทุกข์กับเขาไม่
 เป็น เพราะมีจิตใจที่อยู่เหนือโลก; เรียกว่าบุคคล
 ดีในชั้นโลกุตตระ ซึ่งบุคคลดีในชั้นโลกเป็นอย่าง
 นี้ไม่ได้, ยังไม่เป็นอย่างนี้ ยังมีสิ่งที่รักที่ยึดถือ
 ที่ตั้งแห่งการเห็นแก่ตัว; ดังนั้นเขาจึงหัวเราะ
 บ้างจึงร้องไห้บ้างแล้วแต่กรณี. แต่ผู้ที่จิตใจอยู่
 เหนือโลกแล้วไม่อาจหัวเราะ ไม่มีอะไรทำให้
 หัวเราะได้ ไม่มีอะไรทำให้ร้องไห้ได้, บอกกัน
 เพียงเท่านั้นก็พอแล้ว อาจจะเล็งเอาความหมาย
 ได้เอง.

เรียกว่า**ผู้ที่ทุกข์ไม่เป็น** เป็นทุกข์ไม่เป็นอีกต่อไป; แม้จะมีความเจ็บปวด มีความอะไรเหมือนๆ ผู้อื่นแต่ก็เป็นเพียงผิวนอก ที่ระบบประสาทหรือความรู้สึกของฝ่ายวัตถุร่างกาย, เรียกว่าอย่างมากที่สุดก็ถูกลูกศรดอกเล็กๆ ไม่มียาพิษอะไรเท่านั้นเอง เรียกว่า**ถูกลูกศร ดอกที่ ๑** แล้วก็**ไม่ถูกลูกศรดอกที่ ๒** ซึ่งทำให้เป็นทุกข์จนตายหรือเจียนตาย นี่คือ**บุคคลดี มีสันติสุข ส่วนบุคคล สันติสุขอย่างอยู่ในโลก** ก็อย่างที่ว่าแล้ว :
 เพลิดเพลินยินดีไปด้วยทรัพย์สมบัติ เกียรติยศ ชื่อเสียง มิตรสหายอะไรต่างๆ

ถ้าว่า**ชั้นเหนือโลก**ก็เป็นอย่างว่า : ไม่มีอะไรที่ต้องรักต้องเกลียด ต้องยินดียินร้าย เห็นสิ่งทั้งปวงเป็นเช่นนั้นเอง คือว่างจากตัวตนตลอดเวลา. ในข้อนี้ ท่านใช้คำว่า**โลกว่าง** คือ

โลกทั้งโลก ดังเช่นจะเอาอะไรมาพิจารณากัน ที่
 อย่างในโลกนี้ทั้งหมดเลย : ดวงอาทิตย์ ดวงจันทร์
 พื้นแผ่นดิน โลก สัตว์ คน ต้นไม้, ทุกอย่างมัน
 ว่าง ว่างจากตัวตน กระทั่งในตัวผู้มันเองก็มี
 ความว่างจากตัวตน. เห็นความว่างจากตัวตนมัน
 ก็คงที่. นี้เรียกอีกอย่างหนึ่งว่าเห็นความเป็นเช่น
 นั่นเอง คือความว่างนั่นเอง. นี้เรียกว่าอย่าง
 เหนือโลก, เหนือโลกก็ต้องที่นี้และเดี๋ยวนี้.

ถ้าวิสัยโลกมันก็กำลังขลุกลง อยู่กับโลก
 อย่างฟ่ายแพ้, ถ้าเหนือโลกก็กำลังขลุกลงอยู่กับโลก
 แต่อย่างไม่มีฟ่ายแพ้ อยู่เหนือเสมอ.

บุคคลที่มีทั้งอย่างวิสัยโลกและอย่างวิสัย
 เหนือโลกเรียกว่าสันติสุขส่วนบุคคล. จะตอบ
 คำถามข้อแรกที่ว่าเป้าหมายของชีวิตจะใช้คำว่า
 บุคคลก็ได้. ในที่นี้หมายถึงชีวิตแต่ละชีวิตมีความ

มุ่งหมาย มีความมุ่งหมายที่จะให้ขึ้นมาถึงขั้นนี้, ขั้นที่เป็นทุกข์ไม่ได้ไปอีกต่อไป. แต่ว่าเรามักจะพูดกันผิดๆ แล้วก็ว่าเอาเอง อย่างโลกเป็นอย่างนี้ อย่างโลกุตตระเป็นอย่างอื่น อยู่ที่ไหนก็ไม่ว่า, ต้องหลังจากตายแล้ว ต้องไปอยู่ที่โลกอื่น ไปอยู่โลกอื่นก็เป็นโลกนั้นอีก ฉะนั้นมันต้องเหนือโลก ไปอยู่ที่ไหนก็ไม่มีโลกที่นั่น นี่เรื่องสันติสุขส่วนบุคคล พูดกันสั้นไปแล้ว.

สันติภาพส่วนสังคม.

ที่นี้ก็มาถึงเรื่องสันติภาพของสังคม ใช้คำว่าสันติภาพมันเข้าใจง่ายสำหรับสังคม, สันติสุขใช้สำหรับบุคคล, สันติภาพใช้สำหรับสังคม.

ที่นี้ก็พิจารณากันไปตามลำดับว่าสังคม ๆ คืออะไร? อยากจะใช้คำนิยามว่า บุคคลที่สอง

จากตัวเราขึ้นไปนั่นคือสังคม, จะเป็นบิดามารดา บุตรภรรยา อะไรเป็นบุคคลที่สองออกไปเรื่อย ๆ จนถึงทุกคนในโลกนั้นเป็นสังคม. ที่พุทธศาสนา นี้หมายช่วยทั้งโลก ช่วยทั้งสากลจักรวาล ทั้ง เทวดาและมนุษย์ ก็เรียกว่ามีเจตนารมณ์เพื่อ สังคม ช่วยทั้งโลก ช่วยทั้งสากลจักรวาล ทั้ง เทวดาและมนุษย์ ก็เรียกว่ามีเจตนารมณ์เพื่อ สังคมอย่างเต็มที่.

แต่เดี๋ยวนี้เราไม่พูดถึงหลักศาสนา พูดถึง หลักธรรมชาติ ธรรมดานี้ เราอยู่คนเดียวในโลก ไม่ได้ หรือไม่มีพ่อแม่เกิดให้ก็ไม่มีตัวตนอย่างนี้ ออกมา. ดังนั้นมันต้องอาศัยผู้อื่น, ต้องอาศัยผู้อื่นซึ่งเป็นบุคคลที่สองขึ้นไปไม่อย่างใดก็อย่าง หนึ่ง. ฉะนั้นผู้ที่เห็นแก่สังคมน้อยอย่างน้อยที่สุด ต้องมีความรู้สึกที่เราอยู่คนเดียวในโลกไม่ได้. ถ้า

ได้, สมมติว่าเขาจะยกโลกทั้งหมดให้เราคนเดียว แล้วให้เราอยู่คนเดียวเราก็อยู่ไม่ได้เป็นบ้าตาย **จึงต้องมีเพื่อนอยู่ด้วย ที่เรียกว่าสังคม.** ดังนั้น จึงต้องดำเนินชีวิตสังคม, แล้วก็มองดูให้ละเอียด ลงไปอีก ก็จะพบว่าทุกคนมีปัญหาเหมือนกัน.

ทุกคนมีปัญหาเหมือนกัน ปัญหาสำคัญ อย่างยิ่ง ก็คือ **ปัญหาที่เกิดมาจากความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย.** สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยของมัน ไม่มาคอยสนองความต้องการของเรา, ทุกคนมีปัญหาอย่างนี้, ลูกเล็กเด็กแดงก็มีปัญหาอย่างนี้ หนุ่มสาวก็มีปัญหาอย่างนี้ คนแก่คนเฒ่าก็มีปัญหาเหมือนกัน **ที่ว่าลำบากอยู่ด้วยเรื่องความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย; ดังนั้นจึงใช้คำว่า เป็นเพื่อน เกิด แก่ เจ็บ ตาย กันเสียเลย. เมื่อทุก**

คนเป็นอย่างนี้มันก็เป็นเรื่องที่หัวอกเดียวกัน มีปัญหาอย่างเดียวกัน ก็ควรจะวิ่งเข้าหากัน หาวิธีบรรเทาความทุกข์เหล่านั้น เราจึงต้องอยู่กันอย่างสังคม.

หลักปฏิบัติเพื่ออยู่เป็นสุขสงบในสังคม.

หลักธรรมง่าย ๆ ที่เรียกว่า**ทิศทั้ง ๖** ไปหา ดูจากหนังสือแบบเรียนนักธรรมง่าย ๆ. นั่นแหละ คือภาวะของสังคมในลักษณะที่พระพุทธเจ้าตรัส มองไปข้างหน้าก็คือ**บิดามารดา พี่ป้า** น้ำอามองไปข้างหน้านั้นก็**สังคม**. มองไปข้างหลัง **บุตร ภรรยา ลูก หลาน เหลน** มองข้างหลัง สังคมข้างหลัง. สังคมข้าง**ซ้าย**, เบื้องซ้ายคือ มิตรสหายทั้งหลายทั้งหมด คือสังคมทาง**ซ้ายมือ**, ทางขวาก็คือ**ครูบาอาจารย์, ผู้นำทางวิญญูณ**.

สังคมข้างบนคือพระเจ้าพระสงฆ์พระศาสนา.
สังคมข้างใต้ข้างล่างก็คนที่ด้อยกว่าต่ำกว่า ถ้า
เป็นสมัยโบราณก็เรียกว่าทาสหรือกรรมกรทาส

สังคมแบ่งไปตามทิส ได้ ๖ ทิส ทิสข้อนี้
ฟังดูคล้ายกับจะไม่มีควมสำคัญอะไรนัก แต่ขอ
ให้สังเกตศึกษาเถอะมีความสำคัญที่สุด คือเราจะ
ต้องปฏิบัติให้ถูกต้องแก่สังคมทั้ง๖ทิส : ทิส
เบื้องหน้า บิดา มารดา, ทิสเบื้องหลัง บุตร
ภรรยา, ทิสเบื้องซ้ายมิตรสหาย, ทิสเบื้องขวา
ครูบาอาจารย์, ทิสเบื้องบนพระเจ้าพระสงฆ์
สมณะชีพราหมณ์ไปทางฝ่ายจิตฝ่ายวิญญูณ,
ทิสเบื้องล่างก็คือคนที่เขาอยู่ในฐานะต่ำกว่า จะ
โดยอะไรก็ตามเขาอยู่ในฐานะที่ต่ำต้อย.

ใครประพฤติถูกต้องทั้ง ๖ ทิสแล้วก็เรียกว่า
ไม่บกพร่องในทางสังคม, ไม่มีความบกพร่องใน

ทางสังคมแล้ว ต่างฝ่ายต่างก็ตอบแทนแก่กัน
 อย่างถูกต้อง เช่น **ทิสเบื้องหน้า** บิดามารดาเรา
 เป็นลูก ก็ต่างฝ่ายต่างทำหน้าที่ต่อกันอย่างถูก
 ต้อง. **ทิสเบื้องหลัง** บุตรภรรยา ก็ทำหน้าที่ต่อกัน
 อย่างถูกต้อง, **ทิสเบื้องซ้าย** มิตรกับมิตรทำ
 หน้าที่อย่างถูกต้อง, **ทิสเบื้องขวา** ครูบาอาจารย์
 กับศิษย์ก็มีหน้าที่ทำกันถูกต้อง, **ทิสข้างบนสมณ**
พราหมณ์, ก็มีการทำหน้าที่ต่อกันและกันอย่าง
 ถูกต้อง.

นี่คือหลักเกี่ยวกับสังคม ตามหลักพระพุทธ
 ศาสนาแล้วก็ไม่ต้องเรียนอย่างที่เราเรียน, เรียน
 เรื่องสังคมศาสตร์เป็นปีๆ พุศก็วันๆ ก็ไม่รู้จบ
 นั้นมันยังเอาอะไรไม่ได้, ยังเป็นเรื่องชนิดที่ยัง
 ต้องพิสูจน์กันอยู่อีกต่อไป. แต่ถ้าเอาตามหลัก
 พุทธศาสนากันแล้วก็ ๖ ทิศทางนี้มีหน้าที่อย่างนี้

ต่อกัน, มีหน้าทีนั้นๆ ต่อกัน. ทำให้ดีแล้วก็จะเป็นการประพตติถูกต่อสังคม.

อย่าลืมว่าสังคมนี้ประกอบขึ้นด้วยบุคคล, แต่ละคนๆ ทำหน้าที่ของตนอย่างถูกต้อง, เป็นบุคคลดี, เป็นบุคคลดีแล้วก็มีครอบครัวดี มีหมู่บ้านดี มีบ้านเมืองดี มีประเทศดี. กระทบมีโลกทั้งโลกดี. เพราะว่าหน่วยประชาชนในโลกแต่ละหน่วยๆ นั้นดี; เพียงแต่ทุกคนดีเท่านั้นมันจะแก้ปัญหาได้หมดทั้งของบุคคลและของสังคม. ถ้าได้อย่างนี้ก็เรียกว่าได้สิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้.

ถ้าเขาถามว่าที่ว่าดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้ นั่นคืออะไร? ก็ตอบอย่างนี้อย่างกำปั้นทุบดินนี้ คือสันติสุขส่วนบุคคล และสันติภาพส่วนสังคม; นี่สิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้. เกิดมาที่หนึ่งอย่า

ให้เสียที่ที่เกิดมา ขอให้ได้สิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควร
จะได้

สิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้.

ที่นี้พิจารณาคำนี้กันต่อไปอีกหน่อย. **สิ่งที่ดีที่สุด**
ที่สุดของมนุษย์ ถ้ามองในแง่การกระทำ ก็
กระทำเพื่อให้ได้สันติสุขส่วนบุคคล, และ
สันติภาพส่วนสังคม, ให้ทั้งบุคคลและสังคมมี
ภาวะอยู่เหนือกิเลสและเหนือความทุกข์. ฉะนั้น
ให้อยู่เหนืออำนาจของกิเลส, แล้วมันก็อยู่เหนือ
อำนาจของความทุกข์เป็นธรรมดา. นี้เรียกว่าสิ่ง
ที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้, อยู่เหนือกิเลส เหนือ
ทุกข์แล้วบุคคลก็จะมีสันติสุข สังคมก็จะมี
สันติภาพ. ถ้าเหนือกิเลส หมายความว่ามันหมด
แม่บทของกิเลสคืออวิชา, ไม่มีอวิชาแล้วมัน

ตลอดกิเลสใดๆ ออกมาได้. กิเลสทั้งหลายมัน ออกมาจากอวิชชา **ไม่รู้สิ่งที่ควรรู้ตามที่เป็นจริง** : อย่างเห็นอะไรน่ารักมาก็รัก, เห็นอะไรน่าเกลียดมาก็เกลียด, เห็นอะไรน่ากลัวมาก็กลัว, อย่างนั้นคือไม่เห็นตามที่เป็นจริง ก็เลยต้อง กระโดดโลดเต้น หัวเราะบ้าง ร้องไห้บ้าง ตามอารมณ์ที่มากกระทบ.

เรียกได้อีกอย่างหนึ่งว่า**ไม่มีตัวตนที่จะยึดถือ** **ภาวนั้น**, ภาวนีที่กล่าวนั้นคือไม่มีความรู้สึกว่าตัวตนหรือของคนสำหรับจะยึดถือ ในสัตว์บุคคล หรือสังขารใดๆ, **ไม่มีตัวตนที่จะยึดถือ** นี้คงจะพึงยากสำหรับคนทั่วไป; เพราะว่าคนทั่วไปมีตัวตนที่กำลังยึดถืออยู่, เป็นตัวตนบ้าง เป็นของของคนบ้างแล้วเขาทำเพื่อให้ได้ตัวตนที่ถูกใจของคนที่ถูกใจ, อย่างนั้นมันจมอยู่ในโลก ดีที่สุด

อย่างโลก ๆ. ถ้าจะเหนือโลกก็จะมีอะไรยึดถือไว้ว่าเป็นตัวตน, ไม่มีตัวตนที่จะยึดถือ, จิตว่าง จากกิเลสทั้งปวง ว่างจากอวิชชา, ว่างจาก ตัณหา อุปาทาน ว่างจาก โลภะ โทสะ โมหะ, อย่างที่พูดถึงวันก่อนว่าเป็นปริยญาในพระพุทธศาสนา. การสิ้นราคะ โทสะ โมหะ คือปริยญา ในพระพุทธศาสนา.

ทีนี้เขาทำสิ่งที่ควรทำด้วยความปลัดดันของธรรมะ, ไม่มีตัวตนที่เป็นกิเลส ซึ่งเป็นเหตุปลัดดันให้ทำแล้วเดี๋ยวนี้, แต่มีธรรมะมาเป็นเครื่องปลัดดันเชื้อเชิญให้กระทำ; เพราะวก่อนแต่จะถึงที่สุดเช่นนี้, ก่อนแต่จะเป็นพระอรหันต์นี้ ก็ได้ฝึกฝนอบรมศีล สมาธิ ปัญญา เมตตา กรุณา ทุกอย่างทุกชนิดมาอย่างเต็มที่, แม้เป็นพระอรหันต์แล้วอำนาจหรืออิทธิพลของสิ่งที่เคย

ประพฤติปฏิบัติมานานก็ยังเหลืออยู่ เช่นเมตตา เป็นต้น. พระอรหันต์ไม่ต้องมีตัวตนสำหรับจะทำงาน เพื่อจะได้นั้นได้นี้, แต่ท่านมีเมตตาเหลืออยู่ในจิตใจ, ไม่มีเจตนาจะทำเพื่อตนเอง แต่จะอาศัยอำนาจของเมตตาที่มันนำหน้า, เหมือนเมื่อเราพายเรือเร็ว ๆ จนเรือวิ่งฉิวแล้วยกพายขึ้นเสีย เรือก็ยังคงวิ่งต่อไป. นั่นแหละด้วยอำนาจ **MOMENTUM** ในตัวมัน, มันก็ยังวิ่งไปได้อีก.

พระอรหันต์หมดกิเลสแล้วไม่มีแรงแห่งกิเลสผลักดันแล้ว, แต่ยังมี **MOMENTUM** เหลือมาจากกรรมที่เคยอบรม เช่น ปัญญาบ้าง เมตตาบ้าง กรุณาบ้าง อันนั้นแหละผลักดันให้ทำไป; แต่ว่าไม่ใช่ด้วยเจตนาจะทำ, ไม่ได้กระทำเพื่อตัว : อย่างนี้ก็เลยไม่เรียกว่าทำกรรม พระ

อรหันต์จึงเป็นผู้ไม่กระทำความกรรม. กรรมใหม่ก็ไม่ทำ, กรรมเก่าก็สิ้นแล้ว, ทำหน้าที่ตามหน้าที่. นี้ธรรมชาติเป็นผู้ทำหรือเป็นผู้จัดให้ทำ, ไม่ใช่มีตัวตนที่ต้องรู้สึกสำนึกในหน้าที่; ถ้าอย่างนั้นมันเป็นตัวตน.

หน้าที่ของคนมีตัวตน ก็ต้องทำซึ่งแม้เหนื่อยหรือไม่น่าทำก็ต้องทำ เพราะมันบังคับให้ทำ. ส่วนหน้าที่ตามธรรมชาติ. โดยเฉพาะของผู้ที่มีจิตหลุดพ้นแล้วมันเป็นหน้าที่ตามธรรมชาติก็ยังคงทำไปได้ตามสมควรหรือพอเหมาะพอดี คำว่าทำหน้าที่เพื่อหน้าที่นี้เป็นธรรมะสูงสุด. เรามีแต่ทำหน้าที่เพื่อประโยชน์อย่างใดอย่างหนึ่งแก่ตัวเราหรือแก่ของเรา ทำหน้าที่เพื่อหน้าที่ที่บริสุทธิ์ล้วนๆ นั้นมันสูงขึ้นไป.

ที่นี้ความไม่มีกิเลส ไม่มีความทุกข์นี้มีอยู่

จริง, มีอยู่ในจิตใจจริง, รู้สึกได้จริง, ไม่ต้องมา
 คำนวณโดยวิธีนั้นนี้ว่า คนนี้จะเป็นพระอรหันต์
 หรือไม่ โดยไม่รู้เรื่องพระอรหันต์กันทั้งสองคน
 แล้วก็มาวินิจฉัยว่าเป็นพระอรหันต์หรือไม่, หรือ
 แต่งตั้งคนอื่นให้เป็นพระอรหันต์. อย่างนี้มันเป็น
 เรื่องไม่ไหว, เป็นเรื่องที่มีไม่ได้.

ผู้ที่มีจิตใจเหนือโลก เหนือกิเลส นี้รู้ได้เอง
 ด้วยตนเอง. เห็นอยู่ด้วยตนเอง, รู้สึกอยู่ด้วย
 ตนเอง อย่าง สันติภูริโกว่า กิเลสมันยังอยู่อย่าง
 นี้. ถ้ากิเลสไม่มีก็รู้ได้ด้วยตนเองว่ากิเลสไม่มี,
 หรือถ้ามีแต่บางอย่าง, อย่างนั้นอย่างนี้ก็มิ,
 อย่างนั้นอย่างนี้อีกอย่างหายไปแล้ว, นี้รู้ได้ด้วย
 ตนเองอย่างนี้ เรียกว่า ผู้ที่อยู่เหนือกิเลสและ
 เหนือทุกข์.

สิ่งที่ดีที่สุดคือนิพพาน มิใช่สวรรค์

ที่นี้ก็เปรียบเทียบกับกันดูสำหรับคำว่าสวรรค์, สวรรค์ ก็เป็นที่ต้องการมากที่สุด, แม้ในหมู่พุทธบริษัทก็ต้องการสวรรค์คือที่สมบูรณ์ไปด้วยกามารมณ์อันเป็นทิพย์. นี่สวรรค์อย่างนี้เต็มไปด้วยตัวตน, เต็มไปด้วยกิเลสสำหรับจะบังคับผู้นั้นให้เข้าไปตามอำนาจกิเลส. สวรรค์จึงยังคงเป็นเพียงของเด็กเล่น, ของเล่นสวยๆ หรือของกินอร่อยๆ ที่เราใช้ยั่วเด็กให้ทำอะไรก็ได้.

มีเรื่องสวรรค์ที่จะกระตุ้นให้คนทำความดีตามแบบนั้นๆ แล้วก็ผลเพียงได้เสวยกามารมณ์อันเป็นทิพย์, ยิ่งเพิ่มพูนกิเลสมากยิ่งขึ้นกว่ากามารมณ์ธรรมดา. กามารมณ์ตามธรรมดาในโลกนี้มันก็ส่งเสริมกิเลสเสียเหลือประมาณแล้ว. ถ้ากามารมณ์มันเป็นทิพย์ได้อย่างใจยิ่งขึ้น

ไปอีก มันก็ต้องเสริมความเห็นแก่ตัวหรือกิเลส
เห็นแก่ตัวหรือกิเลส. ฉะนั้นมันจึงมีความทุกข์
อย่างละเอียด, ยึดถือสิ่งที่ถูกใจอย่างนั้นไว้ด้วย
ความยึดถือ เป็นของหนักอกหนักใจแล้วก็ไม่ดับ
ทุกข์อะไรได้. ฉะนั้นบนสวรรค์จึงหาการปฏิบัติ
เพื่อดับทุกข์ได้ยาก. แต่มีมากในมนุษย์ที่กำลัง
เป็นทุกข์อยู่ตามธรรมชาติ. เมื่อรู้จักทุกข์ดีนรณ
เพื่อจะดับทุกข์ สวรรค์ก็ยกไว้ให้เป็นของเด็กเล่น
หรือของคนปัญญาอ่อน เพื่อจะได้ยึดเหนี่ยวไป
ก่อน, ยึดเหนี่ยวไปก่อน, ใต้ไปก่อนเพื่อออกไป
สู่นิพพาน.

นิพพานไม่ใช่เป็นของสำหรับเด็กเล่น หรือ
ของคนปัญญาอ่อน แต่เป็นของพระอรหันต์ผู้มี
สติปัญญา. นิพพานนี้แปลว่าเย็น. เย็นก็คือไม่มี
ของร้อน. เมื่อไม่มีของร้อนก็เรียกว่าเย็น คือ

ไม่มีความทุกข์เลย : แม้ที่สุดแต่รู้สึกเย็นตา
 เย็นใจในบางเวลานี้ ก็สงเคราะห์เข้าไปใน
 นิพพาน, เป็นนิพพานน้อยๆ นิพพานตัวอย่าง
 นิพพานชั่วขณะๆ. แต่พอมีกิเลสเกิดขึ้นในใจก็
 ร้อนเป็นไฟ นั่นก็ต้องหมดนิพพาน.

ถ้ากิเลสมันหมดเหตุหมดปัจจัยหรือมันจะไป
 สักระยะหนึ่ง ก็เป็นนิพพานน้อยๆ อีก; นี่ขอให้
 มองเห็น. เมื่อไรกิเลสมิได้มีในจิตใจ เมื่อนั้น
 เป็นอย่างไร? กิเลส นั่นคือไฟ เมื่อไม่มีไฟมันก็มี
 ความเย็น ก็เย็นๆ ร้อนๆ, เย็นๆ ร้อนๆ กัน
 ไปเรื่อย ๆ. ขณะที่มิกิเลสก็ร้อน, ว่างจากกิเลสก็
 เย็น; สำหรับบุคคลเย็นเด็ดขาดได้เมื่อเป็นพระ
 อรหันต์. ที่นี้เย็นไม่เด็ดขาดยังมีร้อนแทรกแซง
 บ้างนั้นก็คือบุคคลที่ต่ำลงมาจากพระอรหันต์,
 กระทั่งถึงปุถุชนเต็มขั้นนี้มันจะมีร้อนมากกว่า

เย็น, มันมีเวลาที่ร้อนมากกว่าเย็น. แต่ถึง
 อย่างไรก็ดี เพราะกิเลสนี้ไม่ใช่เป็นของตายตัว
 อย่างพื้นฐาน เกิดดับ-เกิดดับ; ฉะนั้นบางครั้ง
 มันบังเอิญได้อารมณ์บางอย่าง กิเลสไม่เกิดเองก็
 มี ว่างจากกิเลสมันก็เย็น. นี้เรียกว่าเย็นชนิดนี้
 ควรจะรู้จัก, เพราะว่าเรารอดตาย ไม่เป็นบ้าหรือ
 อะไรอยู่นี้ก็เพราะนิพพานชนิดนี้ คือ ระยะเวลาที่มัน
 ว่างจากกิเลสมันพอมืออยู่บ้าง.

ทุกคนจงพิจารณาดูตนเอง ไม่ว่าใครสักคน
 หนึ่ง แม้แต่คนที่โง่ที่สุดมันก็ยังมีระยะที่กิเลส
 ไม่ได้เกิดขึ้นเผาผลาญจิตใจ, นั่นเป็นสิ่งที่หล่อ
 เลี้ยงชีวิตไว้. ถ้ากิเลสเกิดขึ้นเผาผลาญจิตใจอยู่
 ตลอดเวลา เหมือนกับอย่างไฟอยู่ตลอดเวลา มัน
 ก็ไหม้เกรียม, มันอยู่ไม่ได้.

เพราะฉะนั้นขอให้เราสนใจในเวลาที่จะจิตโปร่ง

สบาย เกลี้ยง เย็น หยุด กันไว้บ้าง จะเป็นเค้า
 เงื่อนให้ได้ว่าจักนิพพานที่แท้จริงได้ง่ายเข้า,
 นิพพานแท้จริงมันเด็ดขาดไม่เปลี่ยนแปลง,
 นิพพานชั่วขณะชั่วคราวนี้มันเปลี่ยนแปลงแต่
 รสชาติมันเหมือนกันแหละ, คือความว่างจาก
 กิเลส กิเลสไม่เกิดเวลาไหนมันก็มีความเย็นใน
 รสชาติของนิพพานนั้น, คือกิเลสส่วนใดดับไป
 ไฟชนิดนั้นก็ไม่มีมาอีกจนกว่ากิเลสมันจะดับ
 ทุกชนิด.

อย่าเข้าใจผิดว่านิพพานนั้นต้องรออีก
 หมื่นชาติแสนชาติ. เดียวนี้ได้แต่ตั้งจิตอธิษฐาน
 ไว้ว่าขอให้เป็นปัจจัยแห่งนิพพานในอนาคตกาล
 เบื้องหน้าโน้นเทอญ. นี้คนนี้ไม่รู้ว่ายี่สิบทุกวัน
 แต่ละวันก็อยู่ด้วยอาศัยพระนิพพานชั่วคราว.
 จงขยายนิพพานชั่วคราวให้ยาวออกไป ให้ยาว

ออกไป ให้มีมากขึ้นๆ ในวันหนึ่งๆ เวลาที่จิตสงบเย็นให้มันมีมากขึ้นๆ, นั่นคือการขยายนิพพานออกไป. ถ้าฉลาดหรือเอาจริงมันก็ทำได้ทันทีในชีวิตนี้ไม่ต้องรอชีวิตอื่น. ชีวิตอื่นนั่นมันเป็นสิ่งที่รับประกันไม่ได้, แล้วมันก็ไม่มีปัญหาอะไร. เดียวนี้เรามันเป็นทุกข์กันอยู่ที่นี้มันก็ต้องดับทุกข์กันที่นี่.

จงขอบคุณธรรมชาติที่จัดให้มีนิพพานชั่วคราวนี้เกิดขึ้นได้ในจิตใจของบุคคลเป็นขณะๆ ตามมากตามน้อย, เวลาไหนที่จิตใจโปร่งไม่มีกิเลสเลย จงศึกษาเถิดว่าภาวะนั่นมันเป็นความหมายแห่งนิพพาน แม้แต่เป็นของน้อยๆ เป็นของชั่วขณะเล็กๆ ก็ยังมีความหมายแห่งนิพพาน. นี้เราจะต้องรู้บุญคุณของนิพพาน. อย่าเข้าใจผิดต่อนิพพานว่าไม่เกี่ยวกับเรา หรือว่ายังอีกไกลนัก

จะทำให้ตัวเราไม่ได้รับประโยชน์จากคำสอนข้อนี้.

เป้าหมายของชีวิตสำเร็จได้ด้วยมีจริยธรรม.

สรุปความว่า เป้าหมายของชีวิตคือสันติสุขส่วนบุคคล, เป้าหมายของสังคมคือสันติภาพของสังคม, เป้าหมายที่พึงปรารถนานี้ สำเร็จได้โดยขึ้นอยู่กับการมีจริยธรรมอย่างถูกต้อง. คำว่าจริยธรรมสามารถขยายความหมายจนไปถึงปฏิบัติเพื่อนิพพาน. ถ้ามีจริยธรรมอย่างถูกต้องก็จะได้รับผลทั้งส่วนบุคคลและส่วนสังคม; ที่เรียกว่าสันติสุขของบุคคลก็ต้องมีการประพฤติปฏิบัติที่ถูกต้อง เพื่อความเป็นอย่างนั้น; ที่ว่าสันติภาพของสังคมก็ต้องเป็นสังคมที่มีการประพฤติถูกต้อง เพื่อความเป็นอย่างนั้น. ทั้งหมดนี้ขึ้นอยู่กับการมีจริยธรรมอย่างถูกต้อง, จริยธรรมหรือ

จะเรียกชื่ออย่างอื่นก็ได้.

เดี๋ยวนี้เรากำลังเรียกชื่อว่าจริยธรรม แล้วกำลังชวนขวาศึกษาเพื่อจะวางแผนวางโครงการหลักสูตร, ก็ขอให้กระทำในใจมุ่งหมายถึง ผลสุดท้ายของความมีจริยธรรมไว้เป็นเครื่องชักจูง, จะทำให้มีกำลังใจมาก ทำสนุก กล้าหาญ ระวังในการกระทำ, เข้าใจว่างานที่จะทำก็คงจะสำเร็จได้. นี่มีการเป็นอยู่อย่างถูกต้องแล้วก็จะหมดปัญหา. ฟังคุณคล้ายกับพูดเล่น คือคำที่พระองค์ตรัสเมื่อจวนๆ จะปรินิพพานแล้วว่า ถ้าภิกษุเหล่านี้จักเป็นอยู่กันอย่างถูกต้องแล้ว โลกไม่ว่างจากพระอรหันต์. ถ้าภิกษุเหล่านี้จักเป็นอยู่กันอย่างถูกต้องแล้วโลกจะไม่ว่างจากพระอรหันต์, ใช้คำง่าย ๆ ใช้คำว่าถูกต้อง, เป็นอยู่อย่างถูกต้อง ก็คือจริยธรรมที่เราหมายเอาอริยมรรคมีองค์ ๘

ถ้าดำเนินชีวิตอยู่อย่างอริยมรรคมีองค์ ๘ นั้น
 แหละ คือการเป็นอยู่อย่างถูกต้อง. ตรัสว่า :
อิเม สุกกตฺต ภิภขุ สมฺมา วิหเรยฺยํ สฺสณฺณโต
โลโก อรหนฺเตหิ อสฺส. พุ่ดกับคน ๆ หนึ่งชื่อ
 สกั้ททะว่า สุกั้ททะ ถ้าพระภิกษุเหล่านี้คือ
 ทั้งหมดเหล่านี้ จะเป็นอยู่โดยชอบไซ้ร้ โลกก็จะ
 ไม่ว่างจากพระอรหันต์. คำนี้ไม่ได้หมายความว่า
 ใช้เฉพาะที่นั่นและครั้งนั้น. คำตรัสนี้เป็นหลัก
 ทั่วไป ที่ไหน เมื่อไร ก็ได้. แต่ขอให้มีการเป็น
 อยู่อย่างถูกต้อง, ระบบจริยธรรมทั้งหลายก็ไม่
 นอออกไปจากการเป็นอยู่อย่างถูกต้อง ๘
 ประการนั้นแหละ ที่สรุปรวมความถูกต้อง.

ฉะนั้น ขอให้สนใจจริยธรรม ในชื่อต่าง ๆ ที่
 ถอดออกมาจากอริยมรรคมีองค์ ๘. เราจะถอด
 ออกมาสักร้อยหรือสองร้อยชื่อก็ได้ มันก็ยิ่ง

ละเอียดออกไป แต่กลัวว่ามันจะมากนัก, เพียง
๕๐ กว่าช็อกก็ดูช็อกจะเวียนหัวแล้ว.

การบรรยายนี้ก็สมควรแก่เวลาขอยุติการ
บรรยายครั้งนี้ไว้แต่เพียงเท่านี้.

.....

รายชื่อหนังสือธรรมะเล่มน้อย

๑๒ เล่ม เมื่อปี ๒๕๕๒ ประกอบด้วย

๑. ปีใหม่ ต้องดีกว่า ปีเก่า ๒. น้ำพริกถ้วยเดียว แก้ปัญหาได้หมดทั้งโลก ๓. กรรมในพระพุทธศาสนา ๔. นิพพานสำหรับทุกคน ๕. มาเป็นพุทธศาสนิกชนเถิด ๖. กาลามสูตรช่วยด้วย! ๗. ศึกษาวิจารณ์ ๘. โลกอาจรอดได้ แม้เพราะกตัญญูกตเวที ๙. ดับไม่เหลือ ๑๐. เสี่ยงแห่งความไม่มีทุกข์ ๑๑. เสี่ยงแห่งความสงบ ๑๒. อาหารใจ

๑๒ เล่ม สำหรับ ปี ๒๕๕๓ ตามลำดับเดือน ประกอบด้วย

๑. ความสุขปีใหม่...กลิ้งให้ดีกว่าปีเก่า ๒. เป้าหมายชีวิตและสังคม ๓. อุดมคติของโพธิสัตว์ ๔. ยอดแห่งความสุข ๕. การเป็นพุทธบริษัทที่ถูกต้อง ๖. วิปัสสนาระบบลัดสั้นสำหรับประชาชนทั่วไป ๗. ทำบุญ ๓ แบบ ๘. แม่คือผู้สร้างโลก ๙. บุตรที่ประเสริฐที่สุด ๑๐. ดำรงจิตไว้อย่างถูกต้อง ๑๑. ทุกอย่างเป็นเช่นนั้นเอง ๑๒. ดอกสร้อยยแสดงธรรม ๒๔ ฉากของชีวิต



ธรรมะใกล้มือ

- สมัครรับ SMS ข้อธรรมฟรี เฉพาะเครือข่าย AIS
กด *455233300 แล้วกดโทรออก
- ธรรมะ “Twitter” ที่ www.twitter.com/buddhadasa
- ธรรมะดีดี (D³) รับ “ข้อธรรม” และ “เสียงธรรม”
www.facebook.com/buddhadasaarchives
www.facebook.com/book.bia
www.dhamma4u.com
www.bia.or.th
www.life-brary.com
- แอปพลิเคชันบนสมาร์ตโฟน ทั้ง iOS และ Android
 - BIA Dhamma eTravel : เที่ยวทั่วไทยให้ถึงธรรม
เปิดพื้นที่ธรรมในหัวใจสำหรับผู้ปฏิบัติธรรมมือใหม่
 - BIA Meditation : สงบจิต พินิจ ภาวนา
สัมผัสสมาธิกับการดับเสียงธรรมชาติ

ธรรมะในสวน ตักบาตรเดือนเกิด

- ทุกวันอาทิตย์แรกของเดือน ที่สวนโมกข์กรุงเทพ
- บูชาพระรัตนตรัย รับศีล และฟังธรรม ตักบาตรแบบครั้ง
พุทธกาล แล้วร่วมกรวดน้ำแผ่เมตตา ร่วมกินข้าวกันบาตร
- เจริญสติภาวนา และกิจกรรมมหรสพเพื่อปัญญา



กระทรวงศึกษาธิการ วัฒนธรรม กีฬา วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี

หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ



เป็นที่รวบรวม ดูแล รักษาและจัดระบบบริการการศึกษา ค้นคว้า เอกสารต้นฉบับและสื่อการศึกษาการเผยแพร่ต่างๆของท่านพุทธทาส ตลอดจนการให้บริการ ร่วมมือสนับสนุนการศึกษา ค้นคว้าวิจัย พัฒนาเผยแพร่และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ด้านศาสนธรรม การจัดกิจกรรม เพื่อเสริมสร้างสติปัญญาและจิตใจ ให้เจริญเติบโตจนกล้าแข็งในความ ถูกต้องและดีงามอย่างริเริ่ม จนสามารถเป็นผู้ที่อยู่เย็นและเป็น ประโยชน์ยิ่งขึ้น