



**BIA**

# ยอดแห่งความสุข



[www.dhamma4u.com](http://www.dhamma4u.com)

ธรรมะใกล้มือ

ลำดับที่ ๔ / 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



BUDHDASSA INDRAPANNO ARCHIVES FOUNDATION

มูลนิธิหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

# ยอดแห่งความสุข

พุทธทาสภิกขุ

บรรยายเมื่อวันที่ ๓๑ เดือนธันวาคม พ.ศ. ๒๕๒๒

## ยอดแห่งความสุข

.....

ณ บัดนี้ จะได้วิชันนาพระธรรมเทศนาเพื่อเป็นเครื่องประดับสติปัญญา ส่งเสริมศรัทธา-ความเชื่อ, และวิริยะ-ความพากเพียร ของท่านทั้งหลายผู้เป็นพุทธบริษัท ให้เจริญงอกงามก้าวหน้า ในทางแห่งพระศาสนาของพระบรมศาสดาอันเป็นที่พึ่งของเราทั้งหลาย

สิ่งที่เรียกว่า “ความสุข” ย่อมแตกต่างกันเป็นชั้นๆ เช่นเดียวกับคำว่า “อาหาร” อาหารของคนชั้นต่ำ-กลาง-สูง หรือคนต่างชาติ ต่างมุมโลก ย่อมแปลกกัน แต่ก็เรียกว่าอาหารด้วยกัน. นี้ฉันใด คำว่า “สุข” ก็ฉันนั้น; ย่อมแตกต่างกันตามความเหลื่อมล้ำต่ำสูงของความรู้สึกร่างกายในใจเป็นคนๆ หรือชั้นๆ ไปคือ ๑. สุขของปุถุชน ๒. สุขของกัลยาณปุถุชน และ ๓. สุขของ

พระอริยเจ้า หรือของผู้ที่มีความรู้ลึกสูงสุดด้วย  
ปัญญา

เมื่อถือตามหลักนี้ ถ้าเราก่อพระเจตีย์แห่ง  
ความสุข เราจะได้ ความไม่เบียดเบียนกันและ  
กันเป็นฐานรากพระเจตีย์, ความไม่กำหนดหรือไม่  
เป็นทาส อยู่โดยน้ำใจ ในสิ่งอันชั่วยวน ซึ่งมีอยู่ในโลก  
ตามธรรมดาโลกนี้ เป็นองค์เจตีย์, และได้ความ  
ไม่มีความสำคัญว่า เราเป็นตัวเป็นตนนี้เป็นยอด  
พระเจตีย์

### สุขที่เป็นรากฐาน

ความไม่เบียดเบียนกันและกัน คือความไม่  
เบียดเบียนทั้งตนและผู้อื่น. เหตุย่อมให้เกิดผล  
การเบียดเบียนท่าน เป็นเหตุให้เกิดการเบียดเบียน  
ตอบ, และกลายเป็นการเบียดเบียนกันไปมา  
จนกลายเป็นคนที่ต้องระแวงภัยหวาดหวั่นอยู่

เสมอ แม้แต่นอนหลับอยู่ก็ไม่วายฝันไปใน  
 ทำนองชั่วร้าย การเบียดเบียนท่าน จึงคือการ  
 เบียดเบียนตนเอง เป็นการเผาตนเองทั้งที่  
 บางคราวฝ่ายที่ถูกเบียดเบียนยังไม่ว่าใคร  
 เบียดเบียน หรือคิดตอบแทนผู้เบียดเบียนก่อน  
 ก็เริ่มเป็นผู้หวาดหวั่นระแวงภัยเสียแล้ว

การเบียดเบียนตนโดยส่วนเดียว เช่นการ  
 ดื่มน้ำเมา การละเลยอนามัย เป็นต้น แม้ไม่  
 เนื่องถึงผู้อื่นอย่างตรงไปตรงมา ก็มีการ  
 เบียดเบียนแฝงอยู่อย่างลับ. เช่นการเป็นคนรก  
 โลก เป็นที่ขยะแฉะระแวงภัยของเพื่อนบ้าน  
 ใกล้เคียง เป็นการทำให้บุตรภรรยาหรือวงศ์  
 ตระกูลค่อยๆ กลายเป็นตระกูลที่ไร้ค่า ไร้สุข.  
 จึงเป็นอันว่า เราต้องรับรองว่าพระพุทธรูปที่  
 ตรัสว่า ความมัจฉัย สรรวมระวางเป็นอย่างดี  
 ในสัตว์มีชีวิตทั้งหลายนั้น ย่อมหมายถึงความ

เบียดเบียนอันลึกลับข้อนี้ด้วย มิได้หมายเฉพาะแต่ การฆ่าฟันเบียดเบียนกันโดยตรงๆ อย่างเดียว.

ความสุขอันเกิดแต่ความไม่เบียดเบียนกัน และกัน คือความที่สมาคมกันได้อย่างเยือกเย็น สนิทสนม มองคูกันด้วยสายตาอันแสดงความรัก ไม่ต้องเมินหน้าหรือหลบตากันในเมื่อสวนทาง กัน, เข้ากันได้สนิทเหมือนน้ำกับน้ำมัน, ไม่ต้อง เบียดกันกันอยู่ดูจู้จี้จุกจิกกับน้ำ, น้ำให้เกิดความรู้สึกจุกว่า คนทั้งโลกล้วนแต่เป็นบิดามารดาญาติ พี่น้องของตนเองไปทั้งนั้น. ไม่ต้องระแวงภัยทั้ง หลับและตื่น

นี่คือความสุขอันผลิตออกมาจากการไม่ เบียดเบียนแผ่ซ่านอยู่ทั่วโลกเป็นรากฐานของ ความสุขซึ่งสูงยิ่งขึ้นไป สันติสุขของโลก เท่าที่ โลกทั่วไปทั้งหมดต้องการ ก็คือความสุขข้อนี้

**การที่พระองค์ไม่ทรงยกเอาแก้วแหวนเงิน**



ทอง บุตรภรรยา บ้านช่องที่สวยงามว่าเป็น “ความสุขของโลก” ก็เพราะว่านั่นเป็นเพียงความเพลิดเพลินหรือความสะดวกสบายเท่านั้น ยังไม่เป็นตัวความสงบสุขอย่างชัดเจนเหมือนการไม่เบียดเบียนกัน และเมื่อสิ่งเหล่านี้ จะเป็นความสุขแม้แต่ในวิสัยโลกก็ไม่ได้เสียแล้ว จึงเป็นอันว่า จะเป็นตัวความสุข วิสัยธรรมที่สูงขึ้นไปกว่าไม่ได้โดยเอง.

เมื่อถือเอาผู้มีปัญญาผู้ยิ่งเห็นจริงเป็นหลัก การบัญญัติความสุขชั้นต่ำที่สุด ก็ทำได้เพียงแต่การารไม่เบียดเบียนเท่านั้น; จะต่ำลงมาอีกจนถึงเงินทอง-บุตร-ภรรยาสามีนั้น หาได้ไม่ เพราะไม่ใช่สุขสงบ, เป็นสุขที่เฟลอน, หรือเป็นเพียงความเพลิดเพลินของชีวิตเท่านั้น เว้นแต่จะให้ปุถุชนเราตามธรรมดาทั่วไปบัญญัติ. นั่นแหละสิ่งเหล่านั้นจึงจะถูกยกมาเป็นความสุข

ประเภทหนึ่งด้วย และนี่เป็นการแสดงให้เห็นอีกครั้งหนึ่งว่า แม้สิ่งที่เรียกว่าสุขด้วยกัน แต่ต่างกันเป็นคนละอัน ตามความรู้สึกที่เหลื่อมล้ำต่ำสูงของผู้ฟังเอง

### สุขในชั้นกลาง

เมื่อเขยิบสูงขึ้นไปจนถึงขั้นนี้ ด้วความสุขได้แก่ ความคายออกเสียได้ ซึ่งการยึดถือเอาด้วความกำหนักรักอันมีอยู่ในสิ่งยั่วยวนในโลกนี้, ตลอดถึงสิ่งอันเป็นที่ตั้งแห่งความรักตามธรรมดา

บรรดาสิ่งอันเป็นที่ตั้งแห่งความใคร่ จะเป็นพวกรูปธรรม คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส หรือที่เป็นพวกนามธรรม เช่น ยศศักดิ์ สรรเสริญ กิตติ ที่เป็นที่ตั้งแห่งความกำหนักรักนั้น เป็นเหมือนเหยื่ออันหุ้มเบ็ดไว้; ความสุขอัน

เกิดจากสิ่งนี้ จึงเป็นสุขปลอม ไม่จีรังยั่งยืน, เป็นเพียงความเพลิดเพลินหรือสุขที่เป็นไปกับ ด้วยเหื่อ. **พระพุทธองค์จึงไม่ทรงยกขึ้นเป็น ความสุข** เพราะทรงหมายเฉพาะสุขที่แท้จริง คือไม่มีเหื่อล่อ ซึ่งอย่างต่ำที่สุดได้แก่ความไม่ เบียดเบียนกัน. และข้อนี้ก็เครื่องแสดงให้ เรายังทราบน้ำใจของท่านผู้เป็นอริยเจ้าได้อย่าง ดี ว่าท่านเพ่งมองความสุขกันโดยเหลื่อมไหน.

สิ่งที่นำรักนำฟูใจทั้งหลาย ที่เรียกว่า กามคุณ เป็นเหตุให้เกิดความสุข แต่ต้องอาศัยกำหนด ความรัก ความยั่วยวน ความพอใจเข้าช่วย จึง จะเป็นความสุขไปได้. เมื่อมีความสมหวังก็ เคยชิน เบื่อและแส่หาใหม่สืบไป จึงเป็นของ เพลิดเพลินอยู่เสมอ, และชั่วขณะเหมือนของยืมผู้อื่น เขามา.

และเมื่อกำลังเขามาแล้วหลงรักอยู่ ก็ต้องอุทิศ

หัวใจตนให้เป็นเหมือนเจียงรองสับเนื้อ ยอมรับ  
ทุกๆ ประการเพื่อบำรุงบำเรอของรักจนกว่าจะ  
เบื่อหน่าย, และพร้อมกันนั้น ยังเป็นทางเกิดขึ้น  
แห่งความหึงหวง อิจฉาริษยา ซึ่งเป็นเครื่องเผา  
ลนอีกเป็นอย่างมาก

และยิ่งในเมื่อยังไม่ได้ ยังกำลังปรารถนา  
จ้องมองอยู่แล้วดูเหมือนว่าภายในใจจริงนั้น มิได้  
มีมนุษยธรรมอาศัยอยู่เลย เพราะบรรจุเต็มไป  
ด้วยไฟฟ้า คือทะยานอยากและการค้ำึงหา  
อุบายที่จะให้ได้สมอยากเท่านั้น.

แต่ว่าความรู้สึกทั้งสามอย่างนี้ มักไม่มีใครมี  
ใครมองในแง่ร้าย; กลับมองไปในแง่ดี คือเห็น  
เป็นความสามารถบ้าง, ความอดสาหะบ้าง, และ  
อะไรต่ออะไรอีก ตามที่นิยมกันในหมู่มชนผู้มี  
ความรู้สึกอยู่ในระดับเดียวกัน, ไม่ว่า แก่ หนุ่ม  
นักศึกษา หรือมิใช่นักศึกษา ก็เป็นได้เสมอกัน.

และกล่าวกันว่าเป็นความสุขทั้งที่มันเผาถนอยู่นั่นเอง. ส่วนพระพุทธรองค์ทรงหมายอาการตรงข้าม คือ ความไม่เผาถนเพราะกามคุณ ว่าเป็นความสุข.

การมีชีวิตอยู่ด้วยความไม่กำหนดรักในสิ่งที่น่ารัก เป็นความเยือกเย็น, เป็นชีวิตที่มีญาณทัตสนะคือความรู้จักกามคุณอย่างชัดเจนจริงเป็นผู้นำ มิใช่ค้นหาเป็นผู้นำ การรู้จักกามคุณ คือรู้ว่ามันเกิดมาจากอะไร, มันเคลือบหุ้มอยู่ด้วยอะไร, จึงชนะใจคนเป็นจำนวนมากได้ มันจะไม่มีพิษสงต่อเมื่อเรารู้จักมันให้ซาบซึ่งอย่างไร, หรือกล่าวสรุปอย่างสั้นๆ ว่า ความจริงมันคืออะไรกันแน่. เมื่อรู้จักมันดีแล้ว จะทำให้ไม่อยากจะทำให้ไม่อยากจะลิ้มตัว หรืออย่างต่ำที่สุดก็ไม่กลืนลงไปทั้งเบ็ด ด้วยการสุขเอาอย่างไว้ความรู้สึก; เพราะฉะนั้นจึงเป็นความสุขบริสุทธิ์

สะอาด จืด และเย็นอย่างยิ่ง เป็นอิสระอย่างยิ่ง  
 ความกำหนัดรักเป็นบ่อเกิดของความโศก  
 ความกลัว ความระแวง ความอาลัย ความสะดุ้ง  
 ความหึง ฯลฯ; เพราะฉะนั้นในนาที่แห่งความรัก  
 ก็คือนาที่แห่งความชั่วร้าย ที่ออกนามมาแล้วไม่  
 อย่างใดก็อย่างหนึ่ง ในทำนองอันตรงข้าม นาที่  
 แห่งความจิตสนิทจากความรัก ก็คือนาที่แห่ง  
 ความโปร่งโล่งเยือกเย็นของใจนั่นเอง.

ชีวิต หรือคนเรา ก็คือลูกบอลหรือลูกกอล์ฟ  
 ซึ่งมีความอยาก, ความโง่, อุปาทาน เป็นผู้ตีให้  
 กลิ้งไปกลิ้งมาในสนาม กล่าวคือ วัฏสงสาร. จะ  
 เป็นสุขหรือสนุกอะไรในการเป็นลูกบอล; แต่ถึง  
 กระนั้นเราก็ไม่รู้สึกเกลียด เพราะเราไม่รู้จักรว่า  
 มันกำลังเป็นอย่างไรกันนั่นเอง. เรายังคิดปัญหา  
 ชีวิตของเราไม่ได้เลยว่า คนเราคืออะไร? เมื่อ  
 เป็นเช่นนี้ เราก็ต้องกระดอนไปกระดอนมา

โลด ๆ เต็ม ๆ ไปตามที่เรานึกอยากสนุก เหมือน  
รับประทานแกง ที่ทั้งอร่อยและเผ็ดยิ่งกว่าเผ็ด,  
จนกว่าเราจะรู้จักดีว่า กามคุณหรือสิ่งยั่วยวน  
ความอยากนั้น คืออะไรกันแน่.

เราลืมตาขึ้นมาในโลกนี้และพบ “กามคุณ”  
ในฐานะเป็นสิ่งที่เรารู้จักมันแต่เพียงว่าเป็น “สิ่ง  
ที่น่ารักจริงๆ” เท่านั้น เราไม่เห็นและไม่ทราบ  
ว่า มันเกิดขึ้นมาอย่างไร, เพื่ออะไร มีอะไรแฝง  
อยู่ข้างใน, เป็นต้น. จึงติดเบ็ดหมดอิสรภาพ ไม่  
มีส่วนเหลือแม้แต่นิดเดียว.

พระองค์จึงตรัสว่า “ความอยาก ดึงจูงไปได้  
รอบๆ ซึ่งคนเรา” หมายความว่า เราแพ้โดย  
ประการทั้งปวง แต่เมื่อชนะสิ่งที่น่ารัก เป็น  
อิสระ มีตนเป็นของตน (มิใช่ตนของความ  
อยาก) เมื่อนั้นจึงจะเยือกเย็นไม่เผาผลาญ, ไม่  
ชอกช้ำ เหมือนเขียงสับเนื้อ, และนั่นคือความ

สุข, ความสุขที่พระพุทธองค์ทรงหมายถึงใน  
ขั้นนี้.

จอมวิรบุรุษที่ชนะคนทั้งโลก แต่อาจมาแพ้ผู้  
หญิงคนเดียว ก็เพราะตนของตนไม่มี, มีแต่ตน  
ของความอยาก, เพราะฉะนั้น ตนของความ  
อยากจึงไม่ใช่ตนอันแท้จริง, ตนของความไม่  
อยากต่างหากเป็นตนอันแท้จริง. เหตุนั้นในหมู่  
ชนผู้ยังมีตัวตน คือยังไม่เป็นพระอรหันต์ ยังถือ  
ลัทธิมีตัวตนจะต้องยึดถือเอาตัวตนให้ถูกต้อง จึง  
จะได้ตัวตนที่เยือกเย็น เป็นที่พึ่งแก่ตนได้.

ข้อที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “ตนเป็นที่พึ่งของ  
ตน” ก็หมายถึงตัวตนอันแท้จริงนี้, เพราะตัวตน  
เป็นของความอยาก ย่อมมอบทุกข์ให้ตนโดย  
ส่วนเดียวรำไป. การคายออกเสียซึ่งความ  
กำหนัดรักที่เราเคยมีไว้สำหรับรัก และอยาก จึง  
เป็นทางแห่งความสุข, และการคายออกเสียได้



ก็คือความสุขอันเยือกเย็น อย่างแท้.

เราเป็นผู้ชนะความอยากได้ ก็ด้วยการปฏิบัติธรรมตามหลักแห่งพระพุทธโอวาท ซึ่งเป็นเรื่องหนึ่งจากเรื่องนี้, ซึ่งรวมความสั้นๆ ได้ว่า ความมีสติระลึกได้ทันทั่วทั้งที่ ก่อนแต่จะพบกันเข้าหรือกำลังพบกันอยู่กับอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความอยากนั้นๆ เพื่อเป็นผู้ไม่หลงใหลมึตมน จนจิตบังคับจิตและกายไว้ไม่ได้ ซึ่งเราเรียกว่า บังคับตนไว้ไม่ได้ ถึงกับยอมมอบตนให้ไปเป็นสิทธิ์แก่อารมณ์นั้น.

เมื่ออยู่ในที่เฉพาะหน้าอารมณ์ เราทำบาทเรียนแห่งการข่มจิต วางเฉยกำหนดจิตไว้ โดยประการที่ความรู้จักผิดชอบชั่วดียังคงมีอยู่ในจิต หรือถึงกับกับความเยือกเย็นยังคงมีอยู่ในจิต.

ในที่ลับหลังอารมณ์ เราจะปลุกมโนคติเป็นอารมณ์ต่างๆ แล้วพิจารณามันไปโดยละเอียด

ในสายแห่งความจริง จนเห็นทะลุเข้าไปถึงความ  
 ที่มันเป็น “ดอกไม้แห่งผู้ล้างผลาญคุณความดี  
 หรือธรรมชาติฝ่ายสูง” ซึ่งเป็นเหยื่อล่อดึงเราไป  
 เป็นการพว่เวลาอันมีค่าของเราให้สิ้นเปลืองไป  
 ด้วยความมัวเมาเป็นชาติๆ จนเป็นผู้ชนะ  
 อารมณ์, หรืออย่างที่เราเป็นบุคคลาธิษฐานว่า  
 “ทำพญามารเจ้าของดอกไม้ให้หมดอายุที่จะ  
 ล่อลวงจนต้องนั่งกอดเข่า” ดังนั้นก็เชื่อว่าเป็นผู้  
 ก้าวล่วงเสียซึ่งอารมณ์ และนั่นคือความสุขที่แท้  
 จริงขั้นหนึ่ง แต่จะเป็นที่แจ่มแจ้งและที่  
 ปรารถนาของคนทั่วไปได้หรือไม่ นั่น ได้แสดง  
 เหตุผลไว้ข้างหน้าแล้ว.

ดังกล่าวมาแล้วนี้ คงชวนให้เกิดปัญหาว่า  
 ถ้าปราศจากความรักและความอยากเสียแล้ว เรา  
 จะมีชีวิตอยู่ได้อย่างไร? คำตอบ คือ ก่อนนี้ชีวิต  
 เราถูกความอยากขึ้นนั่งบัลลังก์เป็นนายหรือผู้

บัญชาการ. เราทำทุกอย่างด้วยความอยากบังคับ, หรือมิฉะนั้นก็คลุกเคล้าไปด้วยความอยาก. แต่เดี๋ยวนี้เราจะให้ความรู้สึกชนิดที่ดั่งงาม เช่น ความรู้จักหน้าที่ของชีวิต ความรู้จักหนีธรรมชาติ ความกตัญญูกตเวที ความเมตตากรุณา ความเคารพตนเอง และประชาชน เหล่านี้เป็นต้น เป็นผู้นั่งบัลลังก์แห่งชีวิตประจำวันของเรา : ในขณะที่ทำงานอาชีพหรือหน้าที่ที่ดี ในเวลาบริโภคผลงาน หรือเวลาพักผ่อนหย่อนใจ เล่นสนุกก็ดี, โดยเราปราบปรามตัวความทะเยอทะยานอยาก เหวี่ยงลงมาเสียจากบัลลังก์ตำแหน่งผู้บงการในใจเรา.

เราจะเห็นได้ง่ายในระหว่างคนสองคน คนหนึ่งกินอาหารด้วยความอยาก หมายถึงอยากในรส หรือรสตัณหา, ไม่ใช่ความหิวตามธรรมชาติ, ต้องมีพิธีประดักประเดิด ใส่น้ำมันนี่, ทำอย่าง

นั่นอย่างนี้ มีมารยาสาไถยในการกิน คนครัวหรือบุตรภรรยาถูกตำว่าแตกตัน.

อีกคนหนึ่งกินอาหารเพียงด้วยความรู้สึกถึงหน้าที่ บริหารกายตามธรรมชาติ แม้อาหารจะเลวทรามจืดชืดเพียงไร ก็บริโภคได้อย่างเยือกเย็น; หากเป็นสิ่งที่เนื่องมาจากความไม่รู้เท่าถึงการของคนครัวคนใช้ อย่างมากก็เพียงแต่ถูกเรียกมารับคำสั่งสอนชี้แจง ด้วยวาจาอันอ่อนหวาน ไม่มีการสาเดเท หรือแตกตันคุด่าอย่างอื่นใด. นี่ก็เป็นเครื่องแสดงว่า แตกต่างกันเพียงไร ในระหว่างการกินด้วยความอยากและการกินด้วยความรู้สึกที่ติงาม ดังกล่าวแล้ว.

ในการเล่น หรือแม้การงาน อันเป็นหน้าที่ต้องรับผิดชอบ ในฐานะเป็นหัวหน้าก็อย่างเดียวกัน ซึ่งเราจะต้องระวังในการเคลื่อนไหวทุกๆ อิริยาบถ อยู่ในความควบคุมของความ

รู้สึกที่ดิ่งามต่าง ๆ ชนิดเหล่านั้นเสมอ. อย่าให้ความอยากอย่างนั้นอย่างนี้ โผล่ขึ้นเหนือหัวใจเป็นอันตราย การงานนั้นจะดำเนินไปด้วยดี, หลีกเลียงอุปสรรคและความผิดพลาดได้คล่องแคล่ว; เนื่องจากความรู้สึกที่ดิ่งามเหล่านั้นย่อมเรียกร้องมาซึ่งคุณสมบัติอย่างอื่น ๆ เช่น ความมีสติสัมปชัญญะ, ความหยั่งถึงเหตุผล เป็นต้น อย่างเพียบพร้อมเสมอ.

ผู้กระทำก็เข็อกเย็นทั้งก่อนทำ กำลังทำ และทำเสร็จแล้ว; ใ้ว่าความอยากจะจูงให้ทำเร็วหรือบังคับบัญชาผู้อื่นได้ดีก็หาไม่, เพราะนั่นเป็นความฉลาดซึ่งเกิดออกมาจากความรู้สึกอันดิ่งามดังกล่าวต่างหาก; ส่วนความอยากมีแต่ความแพศณา เท่านั้น

เหล่านั้น คือ นิमितของความสุข อันเกิดจากความมีชีวิตอยู่ด้วยความปราศจากความ

อยากและระคะ

## สุขที่เป็นสุดยอด

สุขที่กล่าวมาแล้วในชั้นสอง อาจทำให้ทำ  
สงสัยว่า จะยังมีความสุขเท่าไหนอีก ซึ่งสูงขึ้น  
ไปกว่าการชนะตนในเรื่องความรักและความ  
อยากนั้น ๆ

ควรทราบว่า เท่าที่กล่าวมาแล้ว เป็นความ  
สุขที่ยังไม่หลุดพ้นไปได้จากความโง่หลงว่า  
“อัตตา” คือยังมีความสำคัญตนเป็นตนอยู่,  
เป็นสุขอย่างอัตตาซึ่งทำให้มีความสำคัญตนว่า  
อย่างนั้นอย่างนี้ ถือเขาถือเราอยากเกิดอยาก  
เป็นอย่างไม่รู้จักสิ้นสุด.

แม้เกิดมาได้รับความสุขสองอย่างที่กล่าวมา  
แล้วข้างต้น ก็ยังต้องเวียนเกิด แก่ เจ็บ ตาย  
บริหารกาย บริหารทุกข์ คือขันธ ซึ่งในระยะนั้นก็

ประสบกันกับความโศก ปรีทเวะ ร่ำไรร่ำพัน  
 อยากแล้วไม่ได้เหมือนอยาก; แม้ในสิ่งเป็นกุศล  
 หรือเป็นไปตามทำนองคลองธรรม, จิตก็มีความ  
 รู้สึกว่าตนเป็นอึดตาอยู่เพียงใด ก็ยังไม่อาจหยุด  
 เวียนว้ายไปในวัฏสงสาร หรือสัมพันธ์กับความ  
 ตายอยู่เพียงนั้น. สุขอย่างอึดตาจึงไม่ใช่ยอดสุข.  
 แต่เมื่อใดกล่าวล่วงถึงจิตอนัตตา จึงจะเป็นยอด  
 สุข เพราะเป็นที่สุดแห่งความทุกข์ หรือความวิ้ง  
 ไปวิ้งมาในวัฏสงสารของชีวิต.

สุขประการสุดท้ายนี้ นอกจากไม่สู้จะเป็นที่  
 ปรารถนาของคนทั่วไปโดยมากแล้ว ยิ่งกว่านั้น,  
 ยังเป็นสุขที่ชนเหล่านั้นจะฟังไม่ออกหรือยังไม่  
 เข้าใจอีกโสดหนึ่ง สุขนี้ จะเข้าใจและปรารถนาก็  
 เฉพาะแต่ผู้ที่ผ่านความสุขประเภทต้นมาแล้ว.

ตัวอย่างง่าย ๆ เช่นในพวกของเล่น, เด็ก ๆ  
 ชอบเล่นตุ๊กตาหรือรถไฟ, หนุ่มสาวชอบฟุตบอล,

และเบสบอล, คนสูงอายุชอบเล่นกอล์ฟ หรือ เทนนิส. ทั้งนี้ก็เพราะความคะนองมีระดับต่างๆ กัน. เด็กๆ จะไม่เข้าใจเลยว่า เล่นกอล์ฟสนุก อย่างไรได้, และผู้ใหญ่ก็ไม่ปรารถนาจะเล่น ตีกตาอีก. นี่เพราะความรู้สึกในภายในต่างกัน ฉะนั้น การจะเข้าใจและปรารถนาความสุขเป็น ชั้นๆ ก็ฉนั้นนั่น, ยิ่งแล้วแต่ความรู้สึกต่อโลกที่ตน มีอย่างสูงต่ำตื้นลึกหนาบางเพียงไรนั่นเอง.

**“สุขอย่างอนัตตา”** ประเภทนี้ ก็คือผลของ การที่นำออกเสียได้จากภายใน ซึ่งความรู้สึก สำคัญว่า **“ตน”** มีอยู่ เป็นอยู่, เช่นนั้น เช่นนี้. ถ้าความสำคัญว่า **“ตน”** มีอยู่ ตัวตนก็มีสำหรับ คนผู้นั้น : มีความสำคัญว่าฉันเป็นฉัน, ท่านก็เป็นท่าน, ตนของใครก็ตนของผู้นั้น. ความรู้สึก อันนี้ เกิดจากความโง่ ความเขลาไม่รู้รู้สึกความจริง ของบุคคลผู้นั้นเอง, เพราะฉะนั้น **“ตน”**



ก็คือสิ่งที่ถูกสร้างขึ้นด้วยความโง่เขลา.

เมื่อหายโง่เขลา “ตน” ก็หายไปเอง ปรากฏเป็น “ไม่ใช่ตน” “ไม่มีตน” (อนัตตา), มีแต่สิ่งที่เป็นไปตามเหตุปัจจัย หรือ “เป็นไปตามเรื่อง” ของมันเท่านั้น, จะเป็นฝ่ายพวกกาย หรือพวกจิตใจ (mental) ก็ตาม จะกล่าวโดยส่วนรวมหรือแยกกล่าวเป็นส่วนๆ ก็ตาม, “ตัวตน” ไม่มีในมนุษย์เรา, แต่เมื่อเรายังไม่รู้ เราก็ก็นึกว่า “ตัวตน” มี เช่นเด็กๆ ที่เห็นเครื่องจักรในนาฬิกาพกเป็นครั้งแรกก็เข้าใจว่ามันมีชีวิต มีตัวตนเหมือนกัน

ต่อไป, เมื่อความสำคัญว่าตัวตนมีอยู่ภายในก็เกิดความรู้สึกว่านี่เป็นเรา นั่นเป็นเขา ขึ้นโดยลำดับ, มองเห็นว่าเป็นตนคนละตน จะรู้สึกเป็นคู่เปรียบ. ฝ่ายดีเป็นคู่สำหรับรักใคร่หึงหวง, ฝ่ายร้ายก็เป็นคู่สำหรับแข่งขันแย่งชิงทำลายล้าง.

ถ้าความโง่เขลา (อวิชา) มีมาก ก็มีความรู้สึกได้แม้ในสิ่งอันหาชีวิตวิญญูณมิได้. เช่น เด็ก ๆ เล็ก ๆ คิดว่าตุ๊กตาก็เป็นคนเหมือนกับตนเหมือนกัน, และเด็กอีกคนหนึ่งหยุดร้องไห้ เมื่อพี่เลี้ยงตีเสาเป็นการลงโทษเพราะทำให้เด็กเจ็บ(โดยเด็กไปโดนเข้าเอง) ดังนี้ เป็นต้น. นี่คือ บ่อเกิดของการเห็นแก่ตน (selfish)

ต่อไป, เมื่อสำคัญว่าตนเป็นคนมีอยู่แล้ว ก็คลอความสำคัญว่า “ของตน” ออกมาอีก จึงมีความรู้สึกว่า เงินของตน ทอง บุตร ภรรยา มิตรสหาย ชื่อเสียง เกียรติยศ ฯลฯ ของตนๆ สิ่งที่คุณต้องบริหารจึงไม่มีเพียงตนอย่างเดียว ต้องบริหารไปทุกๆ อย่างที่เป็นของตนด้วย. บางที่ส่วนที่เป็น “ของตน” กลับมีน้ำหนักยิ่งกว่าส่วนที่เป็น “ตัวตน” เองเสียอีก ดังจะเห็นได้ในรายที่คู่รักถึงกับเสียสละชีวิต หรือความสุข

ส่วนตนเอง, หรือบิดามารดาจะรู้สึกห่วงลูกน้อยๆ มากกว่าตนในคราวรับภัยพิบัติ เช่น อัคคีภัย อุทกภัย เป็นต้น

ต่อไป, เมื่อความรู้สึกว่าตนและของคนฝ่ายหนึ่ง, กับรู้สึกว่าเขา และของเขาอีกฝ่ายหนึ่ง; มานะ, ความสำคัญตนและท่านในจุดมุ่งหมายจะเปรียบก็เกิดเป็นความรู้สึก ดีกว่า, เสมอกัน, เลวกว่า, ก็เกิดขึ้น. ต่อนั้นก็เกิดความรัก โกรธเกลียด กลัว ริษยา ยินดีด้วย ฯลฯ ขึ้นพร้อมบริบูรณ์, เพราะความเห็นแต่แก่ตนและพวกของตน และความไม่เห็นแก่ท่านและพวกของท่านเสียเลยเหล่านี้.

“อวดตา” อ่อนกำลังลงไปเท่าไรก็แปลว่าฉลาดขึ้นเท่านั้น ความเห็นแต่แก่ตนถ้ายเดียวก็น้อยลงไปเท่านั้น, ความหลงใหลมัวเมาก็เบาบางไปเท่านั้น, ภาระหนักหรือ “ก้อนหินแห่งชีวิต”

ก็เบาลงเท่านั้น, ซึ่งกล่าวในที่สุดก็คือ ความทุกข์ จะเบาบางลงเท่านั้นเอง. เมื่อใด “อตฺตา” หมดไป “อนตฺตา” ก็เกิดขึ้นแทนซึ่งแปลว่า วิชชา หรือแสงสว่างเกิดขึ้นถึงที่สุด ก็หมดทุกข์โดยประการทั้งปวง, เนื่องจากเป็นผู้เห็นคำตอบอย่างแจ่มแจ้งของปัญหาชีวิตทุกข้อทุกกระทง : คนเราคืออะไร? เกิดมาทำไม? ชีวิตคืออะไร? จะครองชีวิตหรือทำในใจต่อโลกนี้อย่างไร? เหล่านี้

เมื่อมีคำตอบอย่างแจ่มแจ้งถูกต้อง เพราะความเห็นแจ้งชัดด้วยปัญญา แล้วการครองชีวิตที่เราเคยรู้สึกว่าเป็นของหนักและมีดมนก็กลายเป็นเบาสบาย และไม่มีความสงสัยเกิดขึ้นหรืออยู่ในใจแม้แต่น้อย. และทั้งหมดนี้ เป็นของที่ ไม่ต้องมีเจตนาให้กลับกลายเป็นไปเอง เช่นเดียวกับเราจุดไฟขึ้น ความมืดก็หาย

และแสงสว่างก็เกิดขึ้นแทน ฉะนั้น.

ชีวิตแห่ง “อนัตตา” หรือชีวิตปราศจากความรู้สึกว่า “ในโลกนี้มีสภาพที่เป็นตัวตนหรืออัตตา” นั้นย่อมไปคนละสาย หรือมีภาวะตรงกันข้ามกับชีวิตแห่ง “อัตตา” เช่นสว่างกับมืด

ก่อนนี้เคยมีลมหายใจอยู่ด้วยความอยากในสิ่งที่ตนชอบ, เดียวนี้มีลมหายใจอยู่ด้วยความเป็นอิสระ ไม่มีสิ่งที่ตนอยาก, สิ่งที่ตนเคยอยากกลับกลายเป็นสิ่งที่จะได้มาหรือไม่ได้ก็เท่ากัน เป็นหรือตายเท่ากัน, ไม่มีอะไรเกิด ไม่มีอะไรตาย มีแต่สิ่งที่หมุนกลิ้งไปตามเรื่องของมันด้วยกันทั้งนั้น.

ก่อนนี้เคยเสพรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เพราะความกำหนัดรัก เดียวนี้เสพแต่บางสิ่งบางอย่าง เพียงเพื่อให้ร่างกายตั้งอยู่ได้ หรือตามธรรมชาติของชีวิต. ก่อนนี้มีชีวิตอยู่เพื่อดูตุ้มสิ่ง

ที่ตนอยาก, เดี่ยวนี้<sup>๑</sup>อยู่ไปพลา<sup>๒</sup>ง คุณดี<sup>๓</sup>มรส<sup>๔</sup>แห่ง  
สันติสุขอันเยือกเย็นไปพลา<sup>๒</sup>ง จนกว่าจะถึงกาล  
อวสานของวัตถุธาตุ ที่ประชุม<sup>๕</sup>มั่ว<sup>๖</sup>สุม<sup>๗</sup>กัน<sup>๘</sup>ขึ้น<sup>๙</sup>เป็น  
ร่างกาย<sup>๑๐</sup>นี้<sup>๑๑</sup>เท่านั้น.

แต่สำหรับผู้ที่ยังไม่ลู่<sup>๑</sup>วง<sup>๒</sup>อนัตตา<sup>๓</sup> ก็มีชีวิตไป  
พลา<sup>๒</sup>ง ศึกษาเรื่องความจริงอันนี้ไปพลา<sup>๒</sup>ง; กิจ  
นอกนั้น เป็นเพียงอุปกรณ์<sup>๑</sup>เพื่อให้ชีวิตตั้งอยู่<sup>๒</sup>ได้  
เพื่อการศึกษา หรือกิจการบางอย่างซึ่งเป็นส่วน  
น้อย ก็เพื่อตอบแทนหนี้<sup>๑</sup>ธรรมชาติ<sup>๒</sup> ค่า<sup>๓</sup>ที่<sup>๔</sup>ให้<sup>๕</sup>เรามี  
ชีวิตอยู่ในโลก<sup>๑</sup>ได้, จนกว่าเราจะหลุด<sup>๒</sup>ไป<sup>๓</sup>จาก<sup>๔</sup>กรอบ  
วง<sup>๑</sup>ของ<sup>๒</sup>ธรรมชาติ<sup>๓</sup>, คือ<sup>๔</sup>ขณะ<sup>๑</sup>ที่<sup>๒</sup>เรา<sup>๓</sup>ศึกษา<sup>๔</sup>พบ<sup>๕</sup>ยอด  
ของ<sup>๑</sup>ความจริง<sup>๒</sup>แล้ว.

ชีวิต<sup>๑</sup>แห่ง<sup>๒</sup> “อนัตตา”<sup>๓</sup> หรือ<sup>๔</sup>ชีวิต<sup>๑</sup>ที่<sup>๒</sup>นำ<sup>๓</sup>ออก<sup>๔</sup>เสีย  
ได้<sup>๑</sup>ซึ่ง<sup>๒</sup>ความ<sup>๓</sup>สำคัญ<sup>๔</sup>ว่า “คน<sup>๑</sup>มี” “คน<sup>๒</sup>เป็น” ซึ่งการ  
ตัด<sup>๑</sup>ราก<sup>๒</sup>เหง้า<sup>๓</sup>ของ<sup>๔</sup>ความ<sup>๑</sup>ทุกข์<sup>๒</sup>ความ<sup>๓</sup>ชั่ว<sup>๔</sup>ร้าย<sup>๑</sup>ทุก  
ประการ<sup>๑</sup>แห่ง<sup>๒</sup>ชีวิต<sup>๓</sup>เสีย<sup>๔</sup>ได้นั้น ย่อม<sup>๑</sup>ปลด<sup>๒</sup>อด<sup>๓</sup>ไป<sup>๔</sup>ร่ง<sup>๑</sup>จาก

ความทุกข์ ทั้งนี้เป็นสัญชาตญาณ (instinct) แลที่คนเราก่อสร้างกันขึ้นเพื่อปรนปรือค้นหา.

ที่เป็นสัญชาตญาณ เช่นเรามีความรู้สึกในใจ ว่านั่นเพศชายนี่เพศหญิง, ซึ่งก่อให้เกิดปัญหา อันตรายและศีลธรรมระหว่างเพศ ตลอดถึงบท ฝึกใจให้สงบจากอดีตารมณฺ์ถึงเพศตรงข้าม แม้ที่เป็นมโนคติ แต่เมื่อเห็น “อนัตตา” นำความรู้สึกว่าตนออกเสียได้ จนความรู้สึกว่าตัวตนของตนหายไปจากจิตแล้ว ความรู้สึกว่าเป็นเพศหญิงหรือเพศชายก็พลอยอันตรธานไปด้วย ไม่มีส่วนเหลือ, ในโลกนี้ เลยไม่มีหญิงหรือชาย สำหรับผู้นั้นเป็นผู้พัวอยู่เหนือเพศหรือลึงค์ ที่ชาวโลกรู้จักกันจนต้องเดือดร้อนรุงรังเพราะเรื่องนี้.

จิตใจของผู้เห็นอนัตตาไม่ถูกรบกวนแม้แต่น้อย โดยปัญหาระหว่างเพศ, หรืออันตรายระหว่างเพศ. ในขณะที่ผู้อื่นถูกกามารมณฺ์

รังควานจิตใจจนเหี่ยวแห้ง; แต่ผู้ที่กำลังสดชื่น  
เยือกเย็น มองเห็นโลกโดยประการที่ไม่ทำให้  
ยินดียินร้ายด้วยโลกธรรมได้อยู่เสมอ.

ดังนั้นเราจะเห็นได้ว่า การที่กามระคาย  
หน้าไปไม่มีวิเวกนั้น มิใช่เพราะมันถูกข่มขู่หรือ  
ป้องกันไว้, ที่แท้เป็นเพราะมันถูกตัดราก  
ไม่มีเชื้อเหลืออยู่เลยนั่นเอง, เรียกว่าเป็นการ  
ตัดอย่างสมุจเฉตปหาน. แม้สิ่งที่น่าพอใจอย่าง  
อื่น ซึ่งนอกจากกามารมณ์ระหว่างเพศ ก็ทำนอง  
เดียวกัน คือว่าเมื่อตัวตนที่เป็นผู้เสวยอารมณ์  
ไม่มีเสียแล้ว สิ่งอื่นแม้มีก็เท่ากับไม่มีอยู่เอง.

**จงใคร่ครวญดูเถิด!** เมื่อตะปูหรือลูกศรภายใน  
จิต กล่าวคือราคะถูกเพิกถอนขึ้น ทำลายล้าง  
เสียอย่างไม่มีเชื้อเหลือเช่นนี้แล้ว มันจะเป็น  
ความสุขอย่างเยือกเย็นแสนที่จะเย็นสักเพียงไร?  
ควรจะเรียกการนำออกเสียได้ซึ่งความสำคัญในใจ



ว่า “เรามี” “เราเป็น” (อัสมิมานะ), ว่า “นั่นเป็น  
ยอดสุขเวทย์” ได้หรือไม่?

ถ้ามีการสงสัยอยู่อีก เราจะได้พิจารณากัน  
ในแง่แห่งความขลาดกลัวสับสนไป. ความเป็นผู้  
สะอึก ความเป็นผู้หวาดเสียวระแวงภัย และ  
ความเป็นคนมีความรู้สึกแต่ในอันจะหนีหรือ  
ป้องกันตัวเป็นปรกติ เหล่านี้ย่อมทรมาณจิตหรือ  
รบกวนทำลายประสาทของเราเพียงใด ก็พอจะ  
ทราบกันได้อยู่แล้ว.

สัญญาชาตญาณ ๓ อย่างนี้ คือธรรมชาติของ  
มนุษย์ผู้ยังมีราคะ โทสะ โมหะ, หรือกล่าวอีก  
อย่างหนึ่งว่า ยังนำอัสมิมานะออกมาจากจิตไม่  
ได้ แม้จะฝึกข่มจี หรืออาศัยความกักขฬะอย่าง  
อื่นมากลบเกลื่อน; เช่น โจรใจบาปทารุณ ไม่  
แสดงอาการกลัว ก็เป็นเพียงภายนอก ส่วน  
ภายในยังมีบริบูรณ์เพียงแต่ซ่อนไว้เท่านั้น

ส่วนผู้ลู่ถึง “อนัตตา” ย่อมมีเส้นขนและ  
 ผมอันตกราบสนิททั้งในที่มืดที่แจ้ง ทั้งในขณะ  
 เจียบสัจด์ หรือมีเสียงกระโถ้กกระต๋ากออกมา.  
 ความสะดุ้งไม่เกิด เพราะหมดเชื้อแห่งการสะดุ้ง,  
 ไม่รู้สึกหวาดเสียว เพราะไม่มีตัวตนที่จะเป็นผู้  
 หวาดเสียว ความรู้สึกว่าจะหนีหรือป้องกันตัว  
 ให้ทันท่วงที่ไม่เกิด เพราะไม่มีใครเป็นผู้รู้สึก  
 ว่าใครจะเป็นผู้ลอบทำร้ายและใครเป็นผู้ถูกทำร้าย  
 จะมีการทำร้ายหรือไม่มีการทำร้าย ก็ไม่แตกต่าง  
 ะไรกันเลย สำหรับความรู้สึกของผู้นั้น.

ขณะที่ผู้หนึ่งกำลังอกสันห้วนไหวอยู่ในที่มืด  
 เปลี่ยว แม้มีลมโกรกเย็น; แต่อีกผู้หนึ่งรู้สึกโปร่ง  
 โล่ง ชุ่มชื้น ไม่รู้สึกว่าจะแตกต่างอะไรเลย ใน  
 ระหว่างเสียงคำราม ที่ส่งออกมาจากป่ารกใน  
 รัตริอันมืดมิดและเปลี่ยวผู้เดียว กับเสียงดนตรี  
 ในที่ประชุมแห่งการเลี้ยง, นี้ แง่แห่งความกลัว.

ทั้งนี้ก็เพราะหมดอัสมิมานะที่เป็นต้นเหตุแห่ง  
ความรู้สึกว่า นั่นผู้ทำร้าย นี่ผู้ถูกทำร้ายเป็นต้น.

ใคร่ครวญดูเถิด! เมื่อเครื่องขู่ขวัญ หรือ  
รบกวนประสาทในภายในของเขา ถูกรื้อทิ้งออก  
มาหมดทั้งกระบิเช่นนี้แล้ว ชีวิตนั้นจักสดใส  
และร่าเริงเยือกเย็นแสนที่จะเย็นสักเพียงไร?  
ควรจะเรียกการนำอัสมิมานะออกเสียจากใจได้ว่า  
“นั่นเป็นยอดสุขเว้ย!” ได้หรือไม่?

ถ้ายังมีข้อสงสัยอยู่อีก, เราจะได้พิจารณา  
กันในแง่แห่งความโกรธ ความรำคาญ ความเบื่อ  
หน่าย และอื่นๆ ซึ่งเป็นพวกโทสะด้วยกันสืบไป  
: ความรู้สึกจืดจาง เบื่อหน่าย ผลักดันต้านทาน  
ต่ออารมณ์ที่เราเกลียดหรือโกรธเหล่านี้ ก็คือกอง  
ไฟที่ลุกวู่วามหรือกรุ่นอยู่ในภายใน, แผลดเผาทั้ง  
กายและจิตให้ทรุดโทรม จึงหมดความสุข.  
แม้ว่าความโกรธทำให้ได้ด่าว่าเข็มนตีผู้อื่นสมใจ

อยาก เป็นความเพลินไปครู่หนึ่งก็จริง ก็คงยังเป็นการแผดเผาและทำให้ทรุดโทรมอยู่นั่นเอง.

ความโกรธจะทำให้ต้องมานั่งกอดเข้าเสียวใจ ในภายหลัง เพราะผู้โกรธแล้วย่อมมาได้แม้กระทั่งบิดามารดาของตนเอง ย่อมมีคมิตต่อคำตอบหรือคำตอบที่ดั่งาม เพิ่งจะมานึกคำแย้งหรืออุบายดี ๆ เมื่อหายโกรธแล้ว, แต่ผู้ไม่โกรธย่อมนึกได้ในขณะนั้น แม้ที่สุดแต่นักกีฬาที่ไม่รู้จักโกรธก็เท่ากับเขาได้เต็มสูงกว่าอีกฝ่ายหนึ่งหลายสิบเปอร์เซ็นต์แล้ว ตั้งแต่เริ่มลงมือเล่น.

ส่วนผู้ถึงผู้ถึงขีดแห่ง “อนัตตา” สามารถขยับ “ตัวตน” ให้สาบสูญไปได้แล้ว จะไม่มีความรู้สึกว่ามีผู้เอาเปรียบและถูกเอาเปรียบ, มีผู้ริษยาหรือถูกริษยา ฯลฯ เหล่านี้เป็นต้น; ความโกรธจึงไม่อาจเกิด; เช่นเดียวกับไฟ ไม่อาจเกิดจากไม้ขีดไฟที่ถูกแช่น้ำจนเปื่อยหลุดไปหมดแล้ว.

คนไม่โกรธ ก็คือผู้ที่ไม่รู้จักแพ้ ไม่มีใครมาทำให้แพ้ได้, เพราะเมื่อไม่โกรธไปตามอารมณ์ที่ผู้อื่นส่งมา หรือที่เกิดขึ้นเอง, เรื่องนั้นหรือส่วนนั้น ก็เท่ากับไม่มีอะไรเกิดขึ้น; นี่กล่าวเฉพาะในแง่แห่งความโกรธ ขณะที่ผู้อื่นกำลังมีไฟระอุเป็นควันกลุ่มอยู่ในภายในหรือออกมาภายนอกแล้ว แต่อีกผู้หนึ่งกำลังหลับสนิท, กำลังทำหน้าที่ของตนเพลิน, กำลังคิดหาทางช่วยเหลือผู้โกรธ ฯลฯ มีดวงตาชุ่มไปด้วยความสงสารผู้หลงโกรธ หรือกำลังยิ้มแย้มอยู่ทั้งภายนอกและภายใน.

นี่เราจะเห็นคุณานิสงส์ แห่งการตัดความโกรธหรือโทสะ ได้อย่างสมุกเฉียบพานว่า เป็นความเยือกเย็นแสนที่จะเย็นเพียงไร. จงใคร่ครวญดูเถิด! เมื่อกองไฟและเชื้อเพลิงสำหรับไฟ ถูกทำลายสาบสูญไปจากจิตใจพร้อมกัน ตั้งแต่เมื่อความรู้สึกว่า “อิตตา” ได้ถูก

ทำลายแล้ว อะไรเล่าจะอาจช่วยให้จิตนั้นชุ่ม หรือ แม้แต่กำเริบนิคหน้อยได้เล่า? ควรเรียกการนำ อัสมิมานะออกเสียจากใจได้ว่า “นั่นเป็นยอดสุข เว้ย!” ได้หรือยัง?

ถ้ายังมีความสงสัยอยู่อีก, เราจะได้พิจารณากันเป็นครั้งสุดท้ายในแง่ความมัวเมาหลงผิดเป็น ถูก (โมหะ) ไม่รู้สิ่งทีควรจะรู้ (อวิชชา) สืบไป : ผู้ที่มีความรู้อย่างแจ่มแจ้ง เป็นแสงสว่างส่อง ให้มองเห็นและตัดสินใจลงไปได้ว่า ตามความเป็นจริงแล้ว โลกนี้เป็นอัตตาหรืออนัตตา แล้ว นั้น ชื่อว่าถึงยอดสุดแห่งความรู้ทีควรรู้

อะไรคือสิ่งทีควรรู้? คือ ความรู้ชนิดทีเมื่อรู้ แล้วมีความเขือกเย็นชุ่มชื้น อย่างทีกล่าวมาแล้ว เกิดขึ้นจากความทีได้รู้ นั้น. ถึงขั้นไหนจึงเรียกว่ายอด? ถึงขั้นทีเป็นความสุขอย่างแท้จริงไม่คืนคลาย ไม่กลับกำเริบหวนไหว. หหมดความสงสัย

มีความพอใจ จนไม่มีความอยากรู้สิ่งอื่นใดเกิดขึ้นอีก แม้พยายามจะสงสัย หรืออยากรู้ นั่นคือความรู้อย่างแจ่มแจ้งว่า “สิ่งทั้งปวงเป็นอนัตตา”

ที่กล่าวว่า สิ่งทั้งปวงเป็นอนัตตานั้น เป็นอย่างไร? “เป็นอนัตตา” คือสภาพที่เราถือหรือเรียกว่า “ตัวตนของเรา” นั้น มันไม่มีอยู่ในสิ่งนั้นๆ ทุกๆ สิ่ง แม้ในยอดแห่งความรู้ หรือยอดแห่งผลที่ประสงค์ที่เรียกต่างๆ กัน ตามความหมายแห่งลัทธิว่า “นิพพาน” บ้าง “ปรมาตมัน” บ้าง ก็ไม่ใช่ตัวตน หรือมีตัวตน นับประสาอะไรกับโลกที่เป็นตัวมาจะเป็นตัวตนได้.

โดยนัยดังกล่าวนี้ เราสรุปได้ว่า

“ยอดของความรู้ที่ควรรู้” ก็คือการรู้เท่าทันต่อสิ่งที่เคยหลงว่าเป็นตัวตน ว่าไม่เป็นตัวตน หรือมีตัวตนนั่นเอง.

เปลี่ยนจากความโง่หลงว่า “มีอัตตา” มาเป็นความเห็นอย่างรอบรู้ และแจ่มแจ้งว่า “ไม่มีอัตตา”

ดังนั้น ความรู้นี้เกิดขึ้น ความไม่รู้ (อวิชชา) ก็หายไป ราคะ โทสะ โมหะ ซึ่งเกิดขึ้นจากความไม่รู้เป็นมูลฐาน ก็พลอยถูกโค่นทำลายสาบสูญไปด้วย จึงไม่มีการหลงผิดเป็นลูก ไม่หลงไหลมัวเมา

ความรู้สึกว่า “อัตตา” ซึ่งเป็นเหมือนตุ๊กกระจกในนัยน์ตา ถูกลอกออกอย่างเกลี้ยงเกลา, ญาณทัสนะ หรือดวงตาที่แจ่มใสก็ทำหน้าที่เห็นได้อย่างถูกต้องตามที่เป็นจริง รู้จักโลก โดยประการที่มันไม่อาจย้ายจิตใจให้ทุกข์ทรมานใหม่ได้อีกตลอดกาลาวสาน. นั่นคือแสงสว่างชนิดที่อาจส่องลงไปได้ถึงที่ที่แสงอาทิตย์ซึ่งเรารับรองกันว่าไม่มีแสงอะไรยิ่งกว่าส่องไปไม่



ถึง

ความโง่ถูกเพิกถอน กวาดทิ้งหมดไปจาก  
ดวงจิต ความฉลาดแผ่รัศมีออก สร้างความ  
เยือกเย็น, เย็นโดยไม่ต้องรดน้ำ, แต่เย็นกว่า  
รดน้ำอยู่โดยรอบ เช่นเส้นรัศมีของดวงไฟ และ  
นั่นคือยอดแห่งความสุข ซึ่งพระพุทธองค์ผู้เป็น  
บิดาของโลกได้ทรงวางไว้เป็นบทเรียน สำหรับ  
เราทั้งหลายผู้ยอมตนเป็นสาวกผู้ทำตาม โดยน้ำ  
ใสใจจริง, จะต้องพยายามเอาด้วยคุณค่าแห่งการ  
ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ทุกๆ เมื่อ

ขอให้ท่านเขยิบการถืออัครตาของท่านให้สูง  
ขึ้นเป็นลำดับๆ : จงมองให้เห็น แล้วพราก  
ความรู้สึกว่า “ของตน” ออกมาเสียจากสังขาร  
ร่างกาย มายึดเอา คีล สมาธิ ปัญญา เมื่อถึง  
ยอดของปัญญา มันก็จะพรากจากที่นั่นมายึดถือ  
เอาที่มรรคและผลขั้นต้นๆ เป็นลำดับจนถึงชั้น

ยอด ท่านจะหมดอะไรที่จะยึดถือต่อไปเอง.

เมื่อไม่ยึดถือ “ตน” ก็ไม่มี; เพราะ “ตน” เกิดมาจากการหลงยึดถือ. นั่นก็คือการมองเห็นแล้วปล่อยวาง “อัตตา” เสียได้. ถึงความรู้สึก “อนัตตา” ได้เสวยผลสูงขึ้นมาตามลำดับดังกล่าวมาแล้ว; ซึ่งถ้ามองย้อนหลังลงไปตามที่ผ่านมา ก็จะได้พบได้ด้วยตนเอง ไม่ต้องเชื่อตามผู้อื่นว่า นี่คือ “ยอดแห่งความรู้” และ “ยอดแห่งความสุข” อันแท้จริง ตามที่พระพุทธองค์ทรงวางไว้อย่างแน่แท้.

.....

## 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](http://www.twitter.com/buddhadasa)
- ธรรมะดีดี (D<sup>3</sup>) รับ “ข้อธรรม” และ “เสียงธรรม”  
[www.facebook.com/buddhadasaarchives](http://www.facebook.com/buddhadasaarchives)  
[www.facebook.com/book.bia](http://www.facebook.com/book.bia)  
[www.dhamma4u.com](http://www.dhamma4u.com)  
[www.bia.or.th](http://www.bia.or.th)  
[www.life-brary.com](http://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 ถูกต้องและดีงามอย่างริ้นรมย์ จนสามารถเป็นผู้ที่อยู่เย็นและเป็น ประโยชน์ยิ่งขึ้น