

พ ๓ ๕ ๓ ๑ ๔ ๓ ๓ ๔

រតនៈបុប្ផ



คู่มือมนุษย์

ฉบับสาระสำคัญในการศึกษาพระพุทธศาสนา

พุทธทาสภิกขุ



สถาบันหนังสือธรรม

จัดพิมพ์เพื่อเผยแพร่พระพุทธศาสนา



พระธรรมโกศาจารย์

ท่านเจ้าประคุณหลวงพ่พุทธทาสภิกขุ
สวนโมกขพลาราม อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี

คำอนุโมทนาเกี่ยวกับผู้มีมนุษย

ตามที่ คุณปุ่น จงประเสริฐ ผู้ก่อตั้งองค์การฟื้นฟูพุทธศาสนา ได้ยื่นใจความและคัดลอกคำไม่จำเป็น ในคำบรรยายหลักพระพุทธศาสนา เล่ม ๑ แห่งชุดตุลาการภิธรรม ของข้าพเจ้าให้เหลือวัฏฏม และเปลี่ยนแปลงถ้อยคำจากคำวัด ๆ มาเป็นคำบ้าน ๆ เพื่อสะดวกแก่ผู้ที่ไม่คุ้นกับภาษาวัด โดยเฉพาะคือภาษาบาลี ดังที่ปรากฏเป็นหนังสือเล่มนี้ เพื่อเผยแพร่ไปในหมู่คนที่หาเวลาดูว่างได้ยาก แล้วจัดพิมพ์ขึ้นเผยแพร่ในนามขององค์การฟื้นฟูพุทธศาสนา โดยวิธีชักชวนผู้มีศรัทธาบางท่านหรือบางพวก บางคณะ ให้ช่วยกันออกทุนจำนวนหนึ่ง ๆ จัดพิมพ์ขึ้นแจกจ่าย ไม่มีการจำหน่ายที่เป็นการมุ่งค้าหากำไร เพื่อให้เป็นการช่วยกันเผยแพร่ธรรมตามที่ข้าพเจ้าแสดงอย่างกว้างขวางออกไปอีกทางหนึ่งนั้น

ข้าพเจ้าได้พิจารณาถึงเจตนาดี และการกระทำอันนี้แล้ว ขออนุโมทนาในการกระทำของบรรดาท่านทั้งหลายนี้ด้วย เป็นอย่างสูง ข้าพเจ้าขอแสดงความหวังอย่างยิ่งไว้ในที่นี้ด้วยว่า หนังสือเล่มนี้จักเป็นบันไดขั้นต้น หรือเป็นหนังสือเล่มแรก ที่ถ้าศึกษาให้ละเอียดลออแล้ว จะสะดวกแก่การศึกษาธรรมะในขั้นสูงเรื่องอื่น ๆ ที่ข้าพเจ้าเคยแสดงไว้ในที่ต่าง ๆ สืบไปโดยแน่นอน

พุทธทาส อินทปัญญ

(พุทธทาส อินทปัญญ)

โมกขพลาราม ไซยา

๒ มกราคม ๒๕๐๑

คำนำ

ในบรรดาหนังสือธรรมะราว ๕๐ เล่ม ขององค์การฟื้นฟูพุทธศาสนา หนังสือ “คู่มือมนุษย์” ได้รับความนิยมชมชอบจากชาวพุทธอย่างกว้างขวางมากที่สุด ถึงกับมีผู้นำเอาไปแปลเป็นภาษาต่างประเทศ เช่น ในสิงคโปร์ อเมริกา ลาว และในประเทศไทยเอง ทั้งนี้ก็เพราะว่าท่านพุทธทาสได้บรรยายเรื่องอันสำคัญที่สุดที่มนุษย์ทุกคนควรจะมี และควรจะมีปฏิบัติตามให้ได้ จึงจะไม่เสียชาติที่เกิดมาเป็นมนุษย์ พบพระพุทธรูปศาสนา

หากท่านผู้ใดไม่มีเวลาอ่านหนังสือธรรมะเล่มอื่น ๆ ก็ขอให้หาโอกาสอ่าน “คู่มือมนุษย์” อย่างน้อยสักครั้งหนึ่ง ยิ่งได้อ่านเร็วเท่าใดก็จะเป็นประโยชน์แก่ชีวิตของท่านเร็วขึ้นเท่านั้น เพราะท่านจะได้รู้เคล็ดลับของการมีชีวิตอยู่ในโลกนี้อย่างไม่มีความทุกข์ มีแต่ความสุขทางใจ ทั้งนี้ก็เนื่องจากหลักธรรมที่แสดงไว้ในหนังสือเล่มนี้ จะทำให้ผู้อ่านได้พบกับความเป็นอิสระทางใจอย่างแท้จริง ซึ่งท่านไม่เคยได้พบมาก่อน

หนังสือเล่มนี้จะชี้ให้เห็นด้วยว่า พุทธศาสนาที่แท้ นั้น พระพุทธเจ้าเริ่มสอนเรื่องอะไร และผลของการปฏิบัติตามคำสอนจะเป็นอย่างไรที่สุด หากคำสอนของผู้ใดผิดไปจากหลักที่อธิบายไว้ในหนังสือเล่มนี้ ก็ถือได้ว่านั่นไม่ใช่คำสอนของพระพุทธเจ้า

ปุ่น จงประเสริฐ
องค์การฟื้นฟูพุทธศาสนา

สารบัญ

เรื่องที่ ๑ :	ท่านชอบพุทธศาสนาในเหลียมไหน	๑
เรื่องที่ ๒ :	พุทธศาสนาุ่งชื่ออะไรเป็นอะไร	๗
เรื่องที่ ๓ :	ลักษณะสามัญของสิ่งทั้งปวง (ไตรลักษณ์)	๑๓
เรื่องที่ ๔ :	อำนาจของความยึดติด (อุปาทาน)	๑๙
เรื่องที่ ๕ :	ชั้นของการปฏิบัติศาสนา (ไตรสิกขา)	๒๗
เรื่องที่ ๖ :	คนเราติดอะไร (เบญจขันธ์)	๓๗
เรื่องที่ ๗ :	การทำให้รู้แจ้งตามวิธีธรรมชาติ	๔๓
เรื่องที่ ๘ :	การทำให้รู้แจ้งตามหลักวิชา	๕๙
เรื่องที่ ๙ :	ลำดับแห่งการหลุดพ้นจากโลก	๗๗



ทำไมข้าพเจ้าจึงต้องพยายามเป็นมนุษย์ให้ได้

“คนไม่มีศาสนา” แม้ว่าบิดามารดาและบรรพบุรุษของข้าพเจ้า จะนับถือพุทธศาสนา เมื่อเยาว์วัยข้าพเจ้าก็เคยไปวัดทำบุญไหว้พระกับท่าน แต่ก็ไม่รู้ความหมายของการกระทำนั้นเลย แต่เมื่อข้าพเจ้าเติบโตเป็นผู้ใหญ่ครั้งหนึ่งเคยคิดว่าศาสนาไม่จำเป็นแก่คนเราเลย โดยคิดว่า คนเราหากมีเงินเพื่อซื้อหาสิ่งที่ตนปรารถนา ก็เป็นการเพียงพอแล้ว และยิ่งเห็นไปว่าหากไม่มีศาสนาเข้า จะเป็นการเพิ่มภาระหน้าที่โดยไม่จำเป็นเลย ข้าพเจ้าจึงกลายเป็นคนไม่มีศาสนาอยู่ระยะหนึ่ง

“คนเราเกิดมาทำไม ?” ต่อมาข้าพเจ้าเกิดความคิดขึ้นว่า คนเรานี้ไม่เห็นมีอะไร วันหนึ่ง ๆ เข้าชั้นก็ กิน-ทำงาน-เที่ยวเตร่ เสพกาม-นอน ไข้ ๆ ซาก ๆ ไม่เห็นมีแก่นสารอะไรเลย ถ้าเป็นเช่นนั้นคนเราเกิดมาทำไม ? ทุกวันนี้เรามีชีวิตอยู่เพื่ออะไรกันแน่? ข้าพเจ้าตั้งปัญหาถามตนเองและปัญหาอื่น ๆ อีกมากมาย เช่นว่า ชีวิตคืออะไร? ทำอย่างไร? จึงจะได้หรือพบสิ่งที่ชีวิตต้องการนั้น? แต่ข้าพเจ้าก็ไม่สามารถตอบปัญหาชีวิตดังกล่าวได้

“คู่มือมนุษย์ ของ ท่านพุทธทาสภิกขุ ปลายปี พ.ศ. ๒๕๐๑” ข้าพเจ้าโชคได้อย่างประหลาดที่ได้พบหนังสือเล่มนี้ ชื่อแปลกที่ “คู่มือมนุษย์” มนุษย์จำเป็นต้องมีคู่มือด้วยหรือ? ข้าพเจ้าเป็นมนุษย์หรือเปล่า? ขณะนั้นข้าพเจ้าเข้าใจเอาง่าย ๆ ว่าคนคือมนุษย์ มนุษย์ก็คือคนไม่ต่างกัน (ซึ่งความจริงต่างกันไกล) ข้าพเจ้า

ได้อ่านเพียงจบแรก ข้าพเจ้าก็ได้แนวคำตอบในปัญหาชีวิตดังกล่าว เป็นแนวทาง ๆ ขึ้นมาบ้าง แต่เมื่อได้อ่านเที่ยวต่อ ๆ ไป **คำตอบในปัญหาชีวิตดังกล่าวก็กระจ่างขึ้นทุกที**

คุณค่าของศาสนาหรือธรรมะ เมื่อข้าพเจ้าได้ศึกษา “คู่มือมนุษย์” และงานของท่านพุทธทาสภิกขุมาพอสมควรแล้ว ข้าพเจ้าจึงรู้ว่า เดิมข้าพเจ้าเป็นอะไรก็บอกไม่ถูก แต่ก็เหมือนกับสัตว์เดรัจฉานอยู่ ๔ ประการ คือ รู้จักแต่เรื่องกลัว กิน นอน เสพกาม และคิดแต่เรื่องทรัพย์สิน เงินตรา และอุปกรณ์ ให้ได้สิ่งดังกล่าวเท่านั้น แต่เมื่อข้าพเจ้าได้ศึกษาธรรมะ จึงทราบว่า ทรัพย์เป็นเพียงเครื่องนำมาซึ่งความปลื้มใจแบบชาวโลกเท่านั้น แต่ไม่ทำให้คนแตกต่างจากสัตว์เดรัจฉาน

“มนุษย์คือใคร?” มนุษย์คือผู้มีใจสูง ชนิดที่กิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ท่วมทับไม่ได้ เมื่อท่วมทับไม่ได้ เขาผู้มีใจสูงก็เป็นผู้ชนะทุกข์หรือปราศจากทุกข์โดยสิ้นเชิง ดังนั้น สิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์เราควรจะได้ นั่นก็คือ ความไม่มีทุกข์ โดยเป็นมนุษย์ให้สมบูรณ์นั่นเอง

บัดนี้ข้าพเจ้าภาควิไม้อย่างเหลือเกินที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ สัมตามความหมายของคำ ๆ นี้ และได้พบพระพุทธศาสนา ตรงกันข้าม หากข้าพเจ้าไม่ได้พบพระพุทธศาสนา หรือแนวทางชีวิตดังกล่าวมาแล้ว **ข้าพเจ้าก็เสียชาติเกิด.**

วิโรจน์ ศิริธู

ประธานมูลนิธิเผยแพร่ชีวิตประเสริฐ (ผชป.)

คู่มือมนุษย์

ฉบับสาระสำคัญในการศึกษาพระพุทธศาสนา

พุทธทาสภิกขุ





បើក មនុស្ស ឬ ម៉ែ កុមារ ?

បើក មនុស្ស មើល តែ ពេល ក្រុម
 មេ ឬ ម៉ែ កុមារ ឬ ម៉ែ កុមារ ក៏ ឆ្ងល់ អស់ ហើយ.
 តើ កុមារ ត្រូវ មើល តែ តែ ម៉ែ ឬ កុមារ
 មុន មេ ឬ កុមារ ត្រូវ មើល តែ ម៉ែ ឬ កុមារ.

ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ
 ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ
 ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ
 ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ.

ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ
 ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ
 ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ
 ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ.

ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ
 ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ
 ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ
 ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ.

ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ ក្រុម កុមារ

คู่มือมนุษย์

เรื่องที่ : ๑

ท่านชอบพุทธศาสนาในเหลื่อมไหน



ถ้าเราเปิดดูหนังสือทุกเล่ม ที่เขียนกันในสมัยปัจจุบันอันว่าด้วยต้นเหตุของการเกิดศาสนาแล้ว ก็จะเห็นว่าเขาเขียนได้เหมือน ๆ กัน คือ ตรงกันที่ว่า คนป่าดั้งเดิมกลัวฟ้าผ่า ฟ้าร้อง กลัวความมืด กลัวพายุ กลัวสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่เหนือความเข้าใจ หรือความต้านทานของคนป่าเหล่านั้น และวิธีจะหลบหนีอันตราย ก็คือต้องแสดงอาการยอมแพ้ หมอบราบอ่อนนอบนุชา แล้วแต่คนฉลาดที่สุดในสมัยนั้นเห็นว่าจะต้องทำตามที่ตนนึกว่าสิ่งศักดิ์สิทธิ์ หรือผีเหล่านั้นจะชอบใจ นี่นับว่าศาสนาเกิดขึ้นมาในโลกด้วยอำนาจของความกลัว และมีการปฏิบัติไปตามความกลัว. ๑

ความกลัวของคนชั้นหลัง ๆ เลื่อนสูงขึ้นมาถึงกลัวความทุกข์ ชนิตที่อำนาจทางวัตถุ ช่วยเหลือไม่ได้ เช่น ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ความหม่นหมองมืดมัวเพราะอำนาจของความอยาก

ความโกรธ ความหลงผิด ซึ่งแม้คนจะมีอำนาจหรือมีเงินทองสักเท่าไร ก็ไม่สามารถจะระงับอาการอันโหดร้าย ของความทุกข์เหล่านี้ได้; ประเทศอินเดียเป็นประเทศเจริญด้วยนักคิด นักค้นคว้า ผู้มีสติปัญญาทั้งหลายจึงมีผู้ละทิ้งการไหว้บรรดาสังคักศีลพิธี มา เป็นการค้นหาวิธีเอาชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตาย หรือเอาชนะ ความอยาก ความโกรธ ความหลงผิดให้ได้. นี่นับว่าเป็น**บ่อเกิด** ของศาสนาที่สูงขึ้นไปในทางปัญญา ในที่สุดก็ได้พบวิชาที่เอาชนะความเกิดแก่เจ็บตาย หรือชนะกิเลสต่าง ๆ ได้. ๒

สำหรับพระพุทธศาสนาก็มีมูลมาจากความกลัวแบบหลัง นี้เหมือนกัน : **พระพุทธเจ้า**เป็นผู้พบวิธีที่จะเอาชนะสิ่งที่คนกลัว ได้เต็มตามความประสงค์ และเกิดวิธีปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์ชนิด ที่เรียกว่า**พุทธศาสนา** พุทธศาสนาแปลว่าศาสนาของผู้รู้ เพราะ **พุทธ**แปลว่าผู้รู้ คือ รู้ความจริงของสิ่งทั้งปวงว่าอะไรเป็นอะไร จึงสามารถปฏิบัติต่อสิ่งทั้งปวงได้ถูกต้อง เพราะฉะนั้น **พุทธศาสนา** จึงเป็นศาสนาที่อาศัย**สติปัญญา**; หรืออาศัย**วิชาความรู้**ที่ถูกต้อง เพื่อทำลายความทุกข์ และต้นเหตุของความทุกข์นั้น. ๓

การทำพิธีรีตอง เพื่อบูชาบวงสรวงอันฉนวนบรรดาสังคักศีลพิธีนั้น ไม่ใช่พุทธศาสนา พระพุทธเจ้าไม่รับเข้ามาไว้ในศาสนาของพระองค์เลย เพราะเป็นสิ่งที่น่าขบขัน น่าหัวเราะ และถือเอาเป็นที่พึ่งอันแท้จริงไม่ได้; พระพุทธเจ้าทรงปฏิเสธการกระทำเช่นนั้นโดยสิ้นเชิง. ๔

มีคำกล่าวในพระพุทธศาสนาว่า “ความรู้ ความฉลาด และความสามารถที่จะทำให้สำเร็จประโยชน์นั้นแหละ เป็นตัว ถูกที่ที่ค้อยู่ในตัวมันเองแล้ว คงดาวในท้องฟ้าจะทำอะไรได้ : ประโยชน์ที่ควรจะได้ก็จะผ่านพ้นคนโง่ ๆ ที่มัวแต่นั่งคำนวณ คง ดาวในท้องฟ้าไปเสียสิ้น” ดังนี้; และว่า “ถ้าน้ำศักดิ์สิทธิ์ ในแม่น้ำคงคา ฯลฯ จะทำให้คนหมดบาปหมดทุกข์ได้แล้ว พวก เต่า ปู ปลา หรือหอยที่อาศัยอยู่ในแม่น้ำหรือสระศักดิ์สิทธิ์ นั้น ก็จะหมดบาปหมดทุกข์ไปด้วยน้ำนั้นเหมือนกัน”; หรือ “ถ้าหากว่าคนจะพ้นทุกข์ได้ด้วยการบวงสรวงบูชาอันวอน เขา ๆ แล้ว ในโลกนี้ก็จะไม่มีใครมีความทุกข์เลย เพราะว่า ใคร ๆ ต่างก็บูชาอันวอนเป็น”.

๕

โดยเหตุที่ยังมีคนที่มีความทุกข์ทั้งที่ได้ทำการไหว้บูชา หรือ ทำพิธีต่าง ๆ อยู่ จึงถือว่าไม่เป็นหนทางที่จะเอาตัวรอดได้ ฉะนั้น เราจะต้องพิจารณาโดยละเอียดลออให้รู้ให้เข้าใจว่าอะไร เป็น อะไร แล้วปฏิบัติต่อสิ่งนั้น ๆ ให้ถูกต้อง.

๖

พุทธศาสนาไม่ประสงค์การคาดคะเน หรือทำอย่างที่เราเรียกกันว่าเผื่อจะเป็นอย่างนี้ : เราจะทำไปตรง ๆ ตามที่มองเห็น ด้วยปัญญาของตัวเอง โดยไม่ต้องเชื่อคนอื่น. แม้จะมีคนอื่นมา บอกให้ก็ไม่ได้หมายความว่าต้องเชื่อเขาทันที : เราจะต้องฟัง และพิจารณาจนเห็นจริงว่าเป็นสิ่งที่เป็นไปได้แล้วจึงจะเชื่อ และ พยายามทำให้ปรากฏผลด้วยตนเอง.

๗

ศาสนาเหมือนกับของหลายเหลี่ยม : ดูเหลี่ยมหนึ่งมันก็เป็นไปอย่างหนึ่ง ดูอีกเหลี่ยมหนึ่งมันก็ไปอีกอย่างหนึ่ง, แล้วแต่ว่าบุคคลนั้นจะถือหลักการคิดในแนวไหน ก็จะได้เห็นศาสนาเดียวในลักษณะที่แตกต่างกันได้; แม้พุทธศาสนาก็ตกอยู่ในลักษณะเช่นนี้. ๘

คนเราย่อมเชื่อความคิดความเห็นของตัวเอง เพราะฉะนั้น **ความจริงหรือสัจจะสำหรับคนหนึ่ง ๆ นั้น มันอยู่ตรงที่ว่าเขาเข้าใจและมองเห็นเท่าไรเท่านั้นเอง;** สิ่งที่เราเรียกว่า “ความจริง” ของแต่ละคนจึงไม่เหมือนกัน. คนเราเข้าถึงปัญหาหนึ่ง ๆ ได้ตั้งลึกกว่ากัน หรือด้วยลักษณะที่ต่างกัน และด้วยสติปัญญาที่ต่างกัน. สิ่งใดที่อยู่เหนือสติปัญญาความรู้ความเข้าใจของตนหรือตนยังไม่เข้าใจ คนนั้นก็ไม่ได้ถือว่าเป็นความจริงของเขา. ถ้าเขาจะพลอยว่าจริงไปตามผู้อื่น เขาก็รู้สึกอยู่แก่ใจว่าไม่เป็นความแท้ ความจริงของเขาเลย. ๙

ความจริงของคนหนึ่ง ๆ นั้นจะเดินคืบหน้าได้เสมอตาม สติปัญญา ความรู้ความเข้าใจที่เพิ่มขึ้นทุก ๆ วัน จนกว่าจะถึงความจริงขั้นสุดท้าย. คนเรามีการศึกษามาต่างกันและมีหลักพินิจพิจารณาลำสำหรับจะเชื่อต่าง ๆ กัน ฉะนั้น ถ้าเอาสติปัญญาที่ต่างกันมาดูพุทธศาสนา ก็จะเกิดความคิดเห็นต่างกันไป; ทั้งนี้เพราะว่าพุทธศาสนาก็มีอะไร ๆ ครบทุกอย่างที่จะให้คนดู. ๑๐

ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว พุทธศาสนาก็คือวิถีปฏิบัติเพื่อเอาตัวรอดจากความทุกข์ โดยการทำให้รู้ความจริงว่าอะไรเป็นอะไรตามที่พระพุทธเจ้าท่านทรงทำได้ก่อนและได้ทรงสอนไว้. แต่คัมภีร์ทางศาสนานั้นย่อมมีอะไร ๆ เพิ่มขึ้นได้ทุกโอกาสที่คนชั้นหลัง เขาจะเพิ่มลงไปได้. พระไตรปิฎกของเราที่ตกอยู่ในฐานะอย่างเดียวกัน : คนชั้นหลัง ๆ เพิ่มเติมข้อความเข้าไปตามความเห็น ว่าจำเป็นสำหรับยุคนั้น ๆ เพื่อจะช่วยให้คนมีศรัทธามากขึ้น หรือกลัวบาปกรรมมากขึ้น ซึ่งอาจจะมากเกินไปจนขอบเขตจนกระทั่งเกิดการเบียดเบียนกันใหญ่.

๑๑

ทั้งหมดนี้เป็นการชี้ให้เห็นว่า สิ่งที่เราเรียกว่าพุทธศาสนา นั้นมีลักษณะหลายเหลี่ยมหลายมุม เหมือนกับภูเขาสูงเตี้ยมองจากทิศต่าง ๆ กัน ก็เห็นรูปต่าง ๆ กัน ได้ประโยชน์ต่าง ๆ กัน แล้วแต่ใครจะมองอย่างไร. แม้พระพุทธศาสนาจะมีมูลมาจากความกลัว ก็ไม่ใช่ความกลัวที่โง่เขลาของคนป่าคนเถื่อน จนถึงกับนั่งไหว้รูปเคารพหรือไหว้สิ่งที่มีปรากฏการณ์แปลกๆ; แต่เป็นความกลัวชนิดที่สูงด้วยสติปัญญา คือ กลัวว่าจะไม่ได้รอดพ้นไปจากการบีบคั้นของเวทนา เกิด แก่ เจ็บ ตาย หรือความทุกข์ทั้งหลายที่เรามองเห็น ๆ กันอยู่.

๑๒



พุทธศาสนาตัวแท้ไม่ใช่หนังสือ ไม่ใช่คัมภีร์ ไม่ใช่เสียง
บอกเล่าตามพระไตรปิฎกหรือตัวพิธีรีตองต่าง ๆ ซึ่งไม่ใช่ตัวแท้
ของพระพุทธศาสนา ตัวแท้ต้องเป็น**ตัวการปฏิบัติด้วยกาย วาจา**
ใจ ชนิดที่จะทำลายกิเลสให้ย่อยหรือสิ้นไปในที่สุด : ไม่จำเป็นต้อง
เนื่องด้วยหนังสือ ด้วยตำรา ไม่ต้องอาศัยพิธีรีตอง หรือสิ่ง
ภายนอก เช่น ฆีตางเทวดา แต่ต้องเนื่องด้วยกายวาจาใจโดยตรง
คือ ต้องบากบั่นกำจัดกิเลสให้หมดสิ้น จนเกิดความรู้แจ้งใส
สามารถทำอะไรให้ถูกต้องได้ด้วยตนเอง ไม่มีความทุกข์เกิดขึ้นตั้ง
แต่ต้นจนอวสาน. นี่แหละคือตัวแท้ของพระพุทธศาสนา. ๑๓

กิเลสคู่

คู่เสียดี ที่แท้ แพ้กิเลส

นำสมเพช เตือนเท่าไร ก็ไม่เห็น

ว่าเป็นโทษ กิเลส อยู่เข้าเย็น

จะอดเป็น ปราชญ์ไป ทำไมนา

คันธรรมะ หาทางออก อุ้มกิเลส

นำสมเพช จริง ๆ เทียววิงวาท

ตำรานี้ ตำรานั้น สรรพมา

ได้เป็นข้า กิเลสไป สมใจเฮย ฯ





၁၂၇၈ ခုနှစ်

มีปากช่อง ใจช่อง นันทวงค์
ไม่เกิดทุกข์ เพราะยังมีฉัน ฉันเฝ้า
ว่าฉันจะ พาสอบกับ ทารกแสง
อย่างจะเฝ้า ว่าฉันหลอก ยอช้อยเคย
อย่างยังมี สิ่งใดๆ ด้วยใจ
ว่ารัก ของๆ อยู่เฉยๆ
ปากพูดว่า รักๆ อยู่เฉยๆ
ใจยังเป็น เป็นปากเฝ้าเฝ้าพวกเธอ ๆ

Autism Spectrum

คู่มือมนุษย์

เรื่องที่ : ๒

พุทธศาสนามุ่งอะไรเป็นอะไร



พุทธศาสนา คือ วิชารวมทั้งระเบียบปฏิบัติ สำหรับจะ
ให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร. ขอให้เข้าใจในคำจำกัดความนี้ให้มากเป็น
พิเศษ เพื่อที่จะเข้าใจพุทธศาสนาได้โดยเร็วและโดยง่าย. ๑๔

ท่านทั้งหลายลองพิจารณาดูว่า ท่านรู้จักอะไรเป็นอะไร
กันหรือเปล่า. แม้จะรู้ว่าตัวเองเป็นอะไร, ชีวิต การงาน หน้าที
อาชีพร เงินทองข้าวของ เกียรติยศ ชื่อเสียงคืออะไรก็ตาม ใคร
กล้ายืนยันว่ารู้ดีที่สุดบ้าง. ถ้าเรารู้ว่าอะไรเป็นอะไรจริง ๆ แล้ว
เราย่อมไม่ปฏิบัติผิดต่อสิ่งทั้งปวง. เมื่อปฏิบัติถูกแล้วก็พ้นอัน แ่
นอนว่าความทุกข์จะเกิดขึ้นไม่ได้. เตือนนี้เรายังไม่รู้ว่ามีน เป็น อะไร
เราจึงปฏิบัติผิดไม่มากนักน้อย; ความทุกข์ก็เกิดขึ้นตามส่วน. การ
ปฏิบัติหลักของพระพุทธศาสนาก็คือปฏิบัติเพื่อให้รู้ว่าสิ่งทั้งปวง คือ
อะไร; เมื่อรู้แจ้งแท้จริงก็ย่อมหมายถึงการบรรลุมรรคผลขั้นใด ขึ้น

หนึ่งหรือถึงขีดสุด เพราะความรู้มันเองเป็นตัวทำลายกิเลสไป
ตัว.

๑๕

เมื่อรู้อะไรทั้งปวงเป็นอะไรจริง ๆ แล้ว ความเบื่อหน่าย
คลายความอยาก และความหลุดพ้นทุกขย่อมจะเกิดขึ้นเองโดย
อัตโนมัติ : เราทำความเพียรปฏิบัติก็แต่ขั้นที่ยังไม่รู้อะไรเป็นอะไร กัน
เท่านั้น โดยเฉพาะก็ในขั้นที่ยังไม่รู้ว่ามีสิ่งทั้งหลายนี้ไม่เที่ยง ไม่ใช่ ตัว
ตน. ขณะนี้เราไม่รู้ว่าชีวิตหรือสิ่งทั้งปวงที่เรากำลังหลงรักใคร่ ยินดี
นี้ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จึงหลงรัก ยินดี ติดพัน ยึด
ถือในสิ่งเหล่านั้น. ครั้นรู้จริงตามวิธีของพระพุทธศาสนา คือ มอง
เห็นชัดว่าสิ่งทั้งปวงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่มีอะไร น่า
ผูกมัดตัวเราเข้าไปกับสิ่งนั้น ๆ จริง ๆ แล้ว จิตก็จะเกิดความ
หลุดพ้นจากอำนาจครอบงำของสิ่งเหล่านั้นขึ้นมาทันที.

๑๖

ขอยืนยันในคำจำกัดความข้อนี้ว่า เป็นคำจำกัดความที่
เพียงพอและเหมาะสม สำหรับท่านทั้งหลายจะเอาไปใช้สำหรับ
ดำเนินการปฏิบัติของตน; เพราะเหตุว่าหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า
ทั้งพระไตรปิฎก ก็ล้วนแต่เป็นการบ่งระบุให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไรเท่านั้น
เอง เช่น หลักเรื่องอริยสัจ ๔ ประการ ซึ่งจะนำมาเปรียบกับคำ
จำกัดความดังกล่าว เพื่อดูว่าจะลงรอยกันได้เพียงใด.

๑๗

อริยสัจข้อที่ ๑ แสดงว่าสิ่งปรุงแต่งทั้งปวงเป็นทุกข์.
นี่ก็คือบอกตรง ๆ ว่า สิ่งทั้งปวงเป็นอะไรนั่นเอง. สิ่งปรุงแต่ง ทั้ง
ปวงเป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์ใจ แต่คนทั้งหลายไม่รู้ไม่เห็นว่าเป็น

ทั้งปวงเป็นความทุกข์ จึงได้มีความอยากในสิ่งเหล่านั้น. ถ้ารู้ว่ามีมันเป็นทุกข์ ไม่น่าอยาก และไม่น่ายึดถือ ไม่น่าผูกพันตัวเอง เข้ากับสิ่งใดแล้ว เขาก็จะไม่อยาก. ๑๙

อริยสัจข้อที่ ๒ แสดงว่าความอยากด้วยอวิชชา นั้นเป็นเหตุของความทุกข์. คนทั้งหลายก็ยังไม่รู้ ไม่เห็น ไม่เข้าใจว่าความอยากนี้แหละเป็นตัวเหตุของความทุกข์ใจ จึงได้พากันอยากนั้นอยากนี้เรื่อยแปดพันประการ เพราะไม่รู้ว่าคุณอยาก ด้วยอำนาจอวิชชา นั้นคืออะไร. ๑๙

อริยสัจข้อที่ ๓ แสดงว่านิโรธหรือนิพพานคือการดับความอยากเสียให้สิ้น เป็นความไม่มีทุกข์. คนทั้งหลายยังไม่รู้จักกันใหญ่ ทั้ง ๆ ที่เป็นสิ่งที่อาจรู้ได้ถึงในที่ทั่ว ๆ ไป คือ พบได้ตรงที่ความอยากมันดับลงไปในตนเอง. นี่คือการไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไร จึงไม่มีใครปรารถนาที่จะดับความอยาก ไม่ปรารถนานิพพาน เพราะไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นนิพพาน. ๒๐

ที่นี้ก็มาถึง **อริยสัจข้อที่ ๔** ที่เรียกว่ามรรค อันได้แก่วิธีดับความอยากนั้น ๆ เสีย. ไม่มีผู้ใดเข้าใจว่าการทำอย่างนี้เป็นวิธีดับความอยาก ไม่มีใครสนใจเรื่องอริยมรรคอันมีองค์ ๘ ประการซึ่งดับความอยากเสียได้; ไม่รู้จักว่าอะไรเป็นที่พึ่งแก่ตนเอง, อะไรควรชวนชวายเป็น, จึงไม่สนใจกับเรื่องอริยมรรคของพระพุทธเจ้าซึ่งเป็นสิ่งที่เลิศประเสริฐที่สุดในบรรดาวิชาความรู้ของมนุษย์เราในโลกนี้. นี่แหละคือการไม่รู้อะไรอย่างน่าหวาดเสียว.