



โครงการ
ใจ อ่อนโยน



โครงการ
ใจ อ่อนโยน
๑๐๐ ปี
ชาติกาล
๒๕๖๓-๒๕๖๕

ความอ่อนใจ

นิพนธ์ ใจอ่อนโยน





ความอึ้งใจ

พุทธทาสภิกขุ



สำนักพิมพ์สุภาพใจ

คำนำสำนักพิมพ์

๒๗ พฤษภาคม ๒๕๔๙ จะครบรอบ ๑๐๐ ปี ชาตีกาล ของ ท่านอาจารย์พุทธทาสภิกขุ หลายหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้จัดทำโครงการที่เป็น ประโยชน์ต่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา โดยเฉพาะงานด้านการพัฒนา บุคลากร ให้มีความรู้ความเข้าใจในหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา ตาม ปณิธานของท่านอาจารย์พุทธทาส

สำนักพิมพ์สุภาพใจก็ได้จัดทำโครงการ “๑๐๐ ปี ชาตีกาล สืบสาน ปณิธานพุทธทาส” มีวัตถุประสงค์จะจัดพิมพ์หนังสือของท่านอาจารย์ ภายใต้ กรอบแนวคิด “พุทธทาส ๑๐๐ ปี หนังสือดี ๑๐๐ เล่ม” โดยคัดเลือกหนังสือ ที่เป็นความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับศาสนา ชีวิต และสังคมเพื่อสร้างองค์ความรู้ พื้นฐานแก่ผู้อ่านเป็นหลัก แต่ก็จะมีหนังสือที่มีเนื้อหาลึกซึ้ง รวมทั้งประวัติ ชีวิตและงานของท่านอาจารย์รวมอยู่ด้วย

ความอึ้งใจ เล่มนี้ อยู่ในชุด *ธรรมะสุขใจ* เป็นหนังสือดี ๑ ใน ๑๐๐ เล่ม ที่สำนักพิมพ์ฯ ตั้งใจทำเพื่อถวายเป็นอาภริยาบูชาต่อท่านอาจารย์ พุทธทาสในโอกาส ๑๐๐ ปี

เนื้อหาในเล่มเป็นการบรรยายแก่พระภิกษุผู้จำพรรษาในสวนโมกข์ แนะนำให้รู้จักวิธีหาอาหารวิญญาน หรือวิธีทำใจให้เป็นสุข พร้อมทั้งชี้ให้เห็น ว่าหากสามารถทำใจให้เป็นสุข หรือให้เอิบอึ้งได้ ก็จะสามารถเข้าถึง เป้าหมายสูงสุดของพุทธศาสนาได้ไม่ยาก

สำนักพิมพ์สุภาพใจ

สารบัญ

ถ้าเข้าใจเรื่องอิม จะรู้พุทธศาสนาทั้งหมด.....	๑
เรื่องทางจิตใจ แบ่งเป็นสองเรื่อง.....	๒
พุทธบริษัทควรตั้งปัญหาขึ้นว่า ทำอย่างไรจึงจะมีความอิม.....	๓
พิจารณาดูให้ดีจะเห็นว่า จิตใจมันหิวอยู่เสมอ.....	๔
พุทธศาสนาสอนให้รู้จักความอิม.....	๕
ทั้งพระทั้งฆราวาส ควรรู้จักทำตนเป็นผู้อิมทางวิญญาน.....	๖
ทำให้ “อิม” ทั้งทางกาย ทางจิตก็พอแล้ว.....	๗
ฝึกอิมมาตลอดพรรษา แม้ออกพรรษาแล้วก็ควรพบความอิมต่อไป....	๘
จัดวัดเป็นโรงมหรสพทางวิญญานก็เพื่อความอิม.....	๑๐
ขอให้ชวนชวายเป็นเรื่อง “ความอิมทางวิญญาน”	๑๑
ขอให้เดินทางถูกกันเสียบ้างเถิด.....	๑๒



ความอึดใจ

การพูดที่นี้จะพูดแต่เรื่องเกี่ยวกับตัวกู ของกู และเฉพาะเรื่องเป็น ที่รวม เป็นใจ ความของหลักพระพุทธศาสนา แต่ไม่ได้อยู่ในคำที่เขาพูดกันในคัมภีร์ ในโรงเรียน อะไรทำนองนี้ คำพูดเหล่านี้เข้าใจกันน้อย แล้วก็ไม่ค่อยสนใจกันด้วย เพราะเขาเห็นว่าไม่มีในคัมภีร์ ไม่มีในแบบเรียน ไม่ขลัง ไม่ใช่

คำสูง เขาไปเข้าใจกันเสียอย่างนี้ เลยทำให้ไม่รู้เรื่อง ไม่เข้าใจตัวพุทธศาสนาโดยตรงอย่างถูกต้องลึกซึ้ง เพราะฉะนั้นตอนหลังนี้ จึงได้เปลี่ยนเป็นพูดเรื่องธรรมดา ๆ คำธรรมดา ๆ ให้เข้าใจกันง่าย ๆ เช่นอย่างวันนี้ก็อยากจะพูดเรื่องที่เราเรียกว่า **“ความอึดที่ไม่ต้องกิน”**

ถ้าเข้าใจเรื่องอึด จะรู้พุทธศาสนาทั้งหมด

ความอึด, ที่จริงถ้าเข้าใจ เรื่องความอึด คำเดียวอย่างเพียงพอทั่วถึงแล้ว ก็รู้พุทธศาสนาหมดได้เหมือนกัน เพราะว่าธรรมะนี้มีคำตรงที่ “ทำให้ใจคนรู้สึกอึด” แต่ครั้งพูดอย่างนี้กลายเป็นไม่มีค่าสำหรับพวกที่ยังติดในถ้อยคำ พวกหัวเก่านี้ ถ้าเราจะพูดแต่เพียงว่า “พุทธศาสนาทำให้คนรู้สึกอึดก็มีเท่านั้นเอง” คนพวกที่ยึดมั่นถือมั่นหัวเก่า ก็ว่าไร้สาระ พูดอย่างนี้ไร้สาระก็เลยไม่มีใครได้พูดกันในลักษณะอย่างนี้

คนเดี๋ยวนี้โดยมากโง่ดักดาน จนขนาดไม่รู้เลยว่า **อึดนี่คืออะไร** อยู่บ้านก็รู้แต่เรื่องว่ากินแล้วอึดกินแล้ว อึดอึด แล้วก็รู้แต่เรื่องความอึดในเรื่องกิน นี้เลยไม่รู้เรื่องเกี่ยวกับ **ความอึดชนิดหนึ่งซึ่งไม่ต้องกิน** ซึ่งเป็นเรื่องทางธรรมะ อึดธรรมะ **ความอึดทางธรรมะ** ความอึดทางวิญญูณอะไรอย่างนี้ นี่เป็นเหตุให้ไม่ได้พูดกันถึงเรื่องความอึดทางวิญญูณ หรือทางธรรมะ

ถ้าจะเข้าใจให้ง่ายขึ้น ก็ลองนึกดูเถอะว่า ความอึดนี้มีอยู่กี่แบบ อย่างน้อยก็มี **๒ แบบ : คือ อึดที่ต้องกิน** แล้วจึงอึด นี้อย่างหนึ่ง และ**อึดที่ไม่อยาก** หรือเราไม่อยากจะกินก็อึด นี้ก็อีกแบบหนึ่ง คือไม่ต้องกิน อย่างหลังนี้คือว่าอึดอย่างธรรมะ อย่างพุทธศาสนามีไว้ให้เรา แต่อึดอย่างที่ต้องกินเข้าไปนั้นต้องกินเข้าไปให้อึด ๆ แล้วเดี๋ยวจะหิวอีก กินให้อึดอีก นี้ไม่เกี่ยวกับพุทธศาสนา เป็นเรื่องธรรมดา เรื่องโลก เรื่องวัตถุ เรื่องสังขาร และเห็นได้ง่าย พอพูดว่าอึดก็มักจะนึกถึงกินแต่อึดชนิดนี้

เรารู้แล้วว่า **อิมนั้นคือไม่หิว** ทีนี้ถ้าทำอย่าให้มันหิว มันก็อิม เรื่องทางจิต ทางวิญญาณนี้ทำได้ เพราะไม่ใช่เรื่องทางร่างกาย ทำให้จิตไม่รู้สึกริวอะไรเลยนี้ทำได้ ทำให้เกิดความรู้สึกเหมือนกับอิมอยู่ตลอดเวลา พอใจอยู่ตลอดเวลา ภาษาบาลีว่า **ปิติ** แปลว่า **ความอิม ไม่ใช่คำว่าสันโดษ** หรืออะไรทำนองนั้น อย่าไปเข้าใจผิดในเรื่องคำ แล้วถ้าแปลเป็นภาษาฝรั่งยิ่งยุ่งใหญ่ ไม่รู้ว่าจะใช้อะไรดี คำว่า "อิม" ในภาษาฝรั่งดูจะไม่มีด้วยซ้ำไป ที่มันจะตรงกับคำว่าอิมนี้ ที่มีใช้กันมากกว่า contentment ซึ่งจะใช้หมายว่าอิม ในที่สุดจะใช้เป็นว่า "พอใจ" หรือ "สันโดษ" อะไรไปก็ได้

ความอิม ไม่ใช่พอใจ แต่มันหยุดหิว ในทางธรรมะนี้ เราสามารถทำให้ความหิวหยุดลงได้ ระวังลงไปได้ แล้วก็มีความอิมอยู่เสมอ ส่วนความอิมทางร่างกาย ทางเนื้อหนังนั้น เอาไว้คนละเรื่อง หิวก็กิน เข้าไปได้ตามสมควร ไม่มีก็หามา พอหิวก็กินแต่พอทำให้อิมพอสมควร ไม่ใช่ตะกละ ก็หมดปัญหาเรื่องนี้ เพราะว่าเราต้องทำงาน อยู่หนึ่งไม่ได้อยู่แล้ว ทำงานเพื่อหาอาหารแล้วก็กินให้อิม

เรื่องทางจิตใจ แบ่งเป็นสองเรื่อง

๑. **เรื่องที่เนื่องกับร่างกายโดยตรง** ก็ไปอย่างหนึ่ง เรื่องที่เกิดขึ้นทางร่างกาย ก็ต้องแก้ไขทางร่างกายอยู่มาก ทางระบบประสาทก็เป็นทางจิตอยู่มาก ความต้องการเงินทอง หรือการที่ถึงขนาด ถึงขีดที่จะต้องมีการสืบพันธุ์หรืออะไรทำนองนี้ มันก็มีการหิวไปตามแบบนั้น ถ้าเป็นเรื่องธรรมชาติธรรมดาแล้ว ๆ ก็ไม่ร้ายกาจอะไรนักก็แก้ไขไป ด้วยการไปหามาให้ สนองความต้องการตามสมควร ความหิวชนิดนี้ไม่ใช่เรื่องทางวิญญาณ

๒. **เป็นเรื่องทางวิญญาณแท้** เราต้องการจะหยุดความหิว ความต้องการเสียเลย แต่มันสูงกว่า คำว่าจิต โดยเราใช้คำว่าทางวิญญาณ ไม่ใช่ทางจิต เพราะคำว่าทางจิตนี้เขาเอาไปใช้ต่ำ ๆ เสียแล้วในภาษาไทย ภาษาบาลี ทางจิต เขามายถึงสูงสุด ไม่ต้องไปพูดถึงทางวิญญาณก็ได้ แต่ในภาษาไทย ทางจิตเอาไปใช้ต่ำ ๆ เกี่ยวกับระบบประสาท เกี่ยวเนื่องกับร่างกายเป็นส่วนมาก เราจึงต้องมีคำว่า "ทางวิญญาณ" ซึ่งมันละเอียดออกไป ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป

พุทธศาสนาทำให้คนไม่รู้สึกอยากทางวิญญาณ เพราะฉะนั้นจึงทำให้คนอิมทางจิต ทางวิญญาณอยู่ตลอดเวลา แม้ทางร่างกายจะหิวก็กิน หิวก็กินอยู่ตลอดเวลาที่ช่างมัน แต่ในทางจิตใจทางวิญญาณแท้ ๆ นั้นอิมอยู่ตลอดเวลา ถึงแม้ผู้เป็นฆราวาส หรือผู้ที่ละลาสิกขาออกไปเป็นฆราวาสก็ตาม ต้องรู้จักเคล็ดลับข้อนี้ ที่ล้ำค่ามาก ให้จิตใจมันอิมอยู่ตลอดเวลาที่อยาก หรือทำไม่ได้ **ควรต้องศึกษาเป็นพิเศษ** เมื่อกำลังอยากได้เงินบ้าง กำลังอยากได้ยศ ได้เกียรติบ้าง แล้ว**ทำอย่างไรจึงจะให้จิตใจมันอิมอยู่ตลอดเวลา** นี่เป็นปัญหาที่หนักมาก ปัญหาที่อยากมาก ถ้าได้มีธรรมะในพุทธศาสนาเพียงพอ ก็ทำได้ แต่ชาวบ้านเขาไม่เชื่อว่าทำได้ เขาก็เลยไม่สนใจ

พุทธบริษัท ควรตั้งปัญหาขึ้นว่า ทำอย่างไร จึงจะมีความอึด

ชาวบ้านเขาไม่สนใจเรื่องจิตว่าง
เรื่องอะไรต่าง ๆ นี้ เขาไม่สนใจ เพราะ
เขาหาว่าทำไม่ได้ ถ้าพุทธบริษัททำไม่ได้
หรือไม่ทำเสียเลย นี่คือ**ความล้มละลาย**
ความล้มเหลว ความตกต่ำของ
พุทธบริษัทเอง ถ้าพวกอื่นที่ไม่ใช่
พุทธบริษัทเกิดมีทำได้ หรือทำได้บ้าง
ขึ้นมาละก็ขายหน้าเขาตาย การที่เขา
มีใจคอสงบเสงี่ยมคงที่ คงเส้น คงวา
สม่ำเสมอ ไม่ทุกซั่มร้อนอยู่เสมอ นี่ก็
มีเหมือนกันในลัทธิอื่น หรือในวัฒนธรรมที่ดี ๆ
ของพวกฝรั่งก็มีเหมือนกัน แต่ไม่ได้หมายถึง
พวกวัตถุนิยมอย่างเดียวนี่ หมายถึงการศึกษาค้นคว้าของทางตะวันตก ที่เคยไปไกลถึงขนาดว่า เราควร
มีใจคอปรกติ ไม่หวั่นไหว ยึดได้ในทุกกรณี มีเหมือนกัน แต่สำหรับ**พุทธศาสนามีคำสอนอยู่อย่างเต็มที่** มี
ความมุ่งหมายอยู่อย่างเต็มที่ แต่เราปล่อยให้เลื่อนไป โดยละเลยกันเสีย เราต้องตั้งปัญหาขึ้นใหม่ว่า ทำ
อย่างไร เราจึงจะมีความอึด ทำอย่างไรเราจึงจะมีความอึดทางวิญญานในทางจิตใจอยู่ตลอดเวลา เรื่อง
อะไรนอกนั้นก็ทำไปตามธรรมดาไม่มีปัญหาอะไร



มันต้องไม่ถือว่าทิว เมื่อใจมันอึดอยู่ตลอดเวลา แม้ทั้งหิวข้าวก็เป็นของขบขันไป ไปหามากินเสีย
ก็แล้วกัน หากไม่มีจะกิน ก็ไม่ควรจะสะเทือน หัวเราะไปจนตาย ดีกว่าที่จะเป็นทุกข์กระวนกระวาย ถ้ามี
กำลังใจเข้มแข็ง มีปัญญา มีญาณทัสนะ มีอะไรเพียงพอ มันก็ทำได้เหมือนกัน มันต้องไม่มีความทุกข์
เหมือนอย่างที่เราพูดว่า แม้ว่าเราจะวิ่งหนีเสือก็ไม่ต้องกลัว จะขึ้นต้นไม้ให้พ้นเสือ ก็ไม่ต้องกลัว ในทางจิตใจ
ไม่ต้องกลัว หรือพลาดตกลงมาเสือกัดกินหมดไปเลย ก็ไม่ต้องเป็นทุกข์ นี่จะมีจิตใจอย่างนี้จะได้
หรือไม่? แม้เป็นจิตใจของพระอรหันต์อยู่มาก แต่เราลองทำอย่างบ้าบิ่นดูบ้างก็ยังได้เหมือนกัน

ปลุกชนเรานี้ ถ้าทำอย่างบ้าบิ่น เราก็ไม่กลัวเหมือนกัน ไม่เป็นพระอรหันต์ แต่กลับพยายามทำให้
ได้รับผลประโยชน์คล้าย ๆ กัน อย่างที่วิ่งหนีเสือ ก็วิ่งด้วยสติปัญญา มีสติสัมปชัญญะ ไม่ใช่วิ่งด้วยความ
ขลาด ความกลัว จนล้มลุกคลุกคลานอย่างนี้ หรือขึ้นต้นไม้ก็ขึ้นด้วยสติสัมปชัญญะ เห็นเป็นก็พาไป
เสียเลย ไม่ต้องขึ้นด้วยความกลัว เป็นทุกข์ตัวลั่นขวัญหนี แล้วตกลงมาพลาดลงมาเสือกัดได้ แล้วมัน
กินไปเลย นี่ก็ไม่ต้องกลัวจนกระทั่งดับจิตก็ไม่ต้องทุกข์ นี่เป็น**เรื่องที่ทำได้ในทางจิตในทางวิญญาน** ที่
อบรมฝึกฝนถึงขนาดหรือถึงที่

นี้แสดงให้เห็นว่า **เรื่องจิต หรือเรื่องวิญญาณนี้** เราอย่าเพิ่งไปเข้าใจว่าเรารู้หมดแล้ว มันยังมีเหลืออยู่ ถึงขนาดที่ว่าต้องกระทำกันไป จนถึงกับว่าไม่ต้องเป็นทุกข์กันเลย ในทางบวกทาง positive นี้ ถึงกับว่าเราอิมอยู่เสมอ อิมอยู่เสมอ อิมอยู่เสมอ ไม่มีทางขาดแคลนทางวิญญาณ แม้ว่าขาดแคลนทางวัตถุนอดอาหารตาย ก็ไม่มีการขาดแคลนทางวิญญาณ ทางวิญญาณยังคงอิมอยู่เสมอ แล้วคงไม่มีที่ไหนในโลกนี้ ในเมืองไทยนี้ที่ว่าพระเจ้าจะต้องถึงขนาดอดตาย ไม่มีอะไรจะกินนี้ มีไม่ได้ แต่ถ้าจะมีได้ มันก็ต้องนิกอย่างนี้คือ ยังอิมอยู่ได้ มันมีอะไรอยู่อย่างหนึ่งที่ทำให้อิมอยู่ในทางจิต ทางวิญญาณในส่วนลึก แล้วถ้าเข้าใจเรื่องนี้ก็คือ เข้าใจพุทธศาสนาอย่างขิงอย่างลึก และทั้งหมดเลย ธรรมะที่แท้จริงจะทำให้มนุษย์อิมอยู่เสมอในทางจิตใจ

พิจารณาดูให้ดี จะเห็นว่าจิตใจมันหิวอยู่เสมอ

เดี๋ยวนี้ดูเถอะ **ในทางจิตใจมันหิวอยู่เสมอ** ไม่ใช่หิวอาหาร เพราะอาหารมีกิน มันไม่ใช่หิว กามารมณ์ เพราะว่ามันเบื่อ มันเหนื่อยเสียแล้ว จะเนื่องด้วยเหตุใดก็ตาม มันไม่หิวเรื่องกามารมณ์ แต่ มันหิวอะไรชนิดหนึ่งซึ่งบอกไม่ถูก ถ้าจะพูดกันตรง ๆ ก็คือ **หิวความเด่น** หรือหิวความดีความเด่น ของตัวกู **ตัวกูมันหิวความเด่น** หรือความดี หรือความอะไรก็ตาม ที่มันชอบใจ แต่มันไม่รู้จักยังไม่รู้จัก นี่เป็นความหิวอย่างร้ายของผู้ที่ไม่หิวข้าว ไม่หิวกามารมณ์ ไม่หิวอะไรแล้ว แต่มันหิวอย่างทรมาณอย่างสูงสุด อยู่ **ตัวกูมันหิวความเด่น** นี่มันเป็นเหตุพาลหาเรื่องหิวไปได้หมด จะเด่นทางโน้น จะเด่นทางนี้ จะเด่นทางนั้น จนกระทั่งจะเด่นทางกิน เด่นทางกามารมณ์ หรือว่าเด่นทางความเป็นใหญ่เป็นโต ความมีเกียรติ กระทั่งมันไม่รู้ว่าจะเด่นอะไรเพียงแต่รู้ว่าเป็นความเด่น

ส่วนใหญ่ที่จะเป็นได้ง่าย เป็นได้มากก็คือ หิวที่จะให้ทุกคนเขายอมแพเรา ให้ทุกคนยอมนับถือบูชาเรา นี้ดูจะเป็นความหิวที่ไม่ขาดสาย ถ้าความหิวอย่างนี้มี ก็ไม่มีวันอิม เมื่อไม่ต้องการมัน มันก็อิมทันทีแล้ว นี่จึงเรียกว่าเป็นความหิวที่ทรมาณที่สุด ถ้าทำลายเสียได้ก็มีความอิมทันที หิวอย่างนี้เราไม่ต้องเอาอะไรมาให้มันกิน ความหิวชนิดนี้ไม่ต้องเอาอะไรมาสนอง มาบ่อนมาเลี้ยง มาบ่าเรออะไรมันอีก มันเป็นความหิวที่ต้องทำลายความหิวเสีย ด้วยสติปัญญาแล้วมันก็อิมขึ้นมาทันที

ถ้าเราหิวข้าว ก็ต้องกินข้าว หรือหิวความรู้อีกทางเพศ ก็ต้องสนองด้วยการกระทำอย่างนั้น มันคนละเรื่อง แต่มันเป็นเรื่องของทฤษฎี **เรื่องทางวิญญาณที่เป็นเรื่องของทฤษฎี** เรื่องทางวัตถุก็เป็นเรื่องของวัตถุ ไม่ใช่ธรรมะ เรื่องทางวัตถุเป็นเรื่องตามธรรมชาติ เรื่องหิวทางวัตถุนั้นก็หาอะไรกิน หรือว่าหิวทางจิตตามธรรมดา ก็ต้องหาอะไรกิน หาอะไรมาสนองอย่างนี้ส่วนเรื่อง**หิวทางทฤษฎี** นี้จะไปหาอะไรมาสนอง มาเลี้ยงมันไม่ได้ **ต้องฆ่าความหิวเสียเอง** เพราะมันไม่ใช่เรื่องทางวัตถุที่จำเป็นจะต้องกินเข้าไปเลี้ยงร่างกายอะไรนี้ มันเป็นเรื่องคนละอย่าง มันเป็นเรื่องของทฤษฎีที่เข้าใจผิด เรียกว่า “ภวทฤษฎี” ทฤษฎีในความเป็น



ภวทิกฺขุ ทิกฺขุในความเป็น คือจะเป็นดีเป็นเด่น จะยกหูชูหาง จะเป็นอะไรทำนองนี้ เรียกว่า ภวทิกฺขุ, ภว + ทิกฺขุ ก็ทิกฺขุในเรื่องเป็น พอมีมาแล้วก็เกิดดีดีหา ชนิดภวดีดีหา แล้วก็หิวอย่างที่ไม่ทำอะไรจะมาระงับได้ เมื่อให้กินจนอิมในทางปากทางท้อง ให้สมบุญด้วยกามารมณ์จนเป็นของทิพย์ของสวรรค์ไปแล้วก็ยังไม่อิม เพราะเป็นเรื่องของ ภวทิกฺขุ หรือแม้ภวทิกฺขุ อยากเด่นอยากสูงอยู่เรื่อย อยากสูงกว่าคนอื่นอยู่เรื่อย อยากให้ทุกคนยอมแพ้อีกให้ทุกคนบูชาให้เกียรติยศอยู่เรื่อย นี่ก็ระงับไม่ได้ ทรมานไปจนตายไม่มีอะไรอิม

ถ้าจะไม่ให้หิว จะให้อิมก็ต้องฆ่าความหิวเสีย **เมื่อความหิวไม่มี ความอิมก็มีมาเองอย่างอัตโนมัติ**

นี่แหละเรื่องความอิมแบบที่ประหลาด ที่ไม่มีใครสนใจกัน และเป็นหัวใจอันสำคัญของพุทธศาสนา เมื่อเรานั่งทำงานอยู่ที่โต๊ะทำงานที่ออฟฟิศ อย่าหิวทางวิญญาณอย่างนี้ แล้วงานที่ทำไป ๆ ก็เป็นผลดีพร้อมกันไป ทางร่างกาย ทางวัตถุก็มีความสำเร็จประสบความสำเร็จ อยากได้เงิน ก็มีเงิน อยากได้เกียรติ ก็มีเกียรติ และฝึกทำจิตใจไป ก็ไม่หิว และไม่เป็นทุกข์ **ไม่ตกนรกทั้งเป็น** โดยมากไม่รู้จักแบ่งแยกกันออกไปเป็นพวก ๆ ไม่รู้ว่าพวกไหนจะต้องจัดการอย่างไร เลยนกันยุ่ง ที่นี้ก็แก้ไม่ตก แก้ไม่ถูก นี่หมายถึงฆราวาส ฆราวาสต้องทำงานอย่างฆราวาสที่ออฟฟิศ ที่โน่นไร ในนา ในสวน ในอะไรก็สุดแท้ แม้ในที่ทำงานของฆราวาส เขาก็**ต้องรู้จักทำตนให้อิมทางวิญญาณ** แล้วก็ทำงานไปตามสติปัญญาปัญหาทั้งหมด เรียกว่าเป็นคนอิมอยู่ได้

พุทธศาสนา สอนให้รู้จักความอิม

ที่นี่ แม้ไม่ใช่เป็นคนอย่างนั้น **ไม่ใช่ฆราวาส ก็ยังมีปัญหาอย่างเดียวกัน** เพราะพระเถระก็ยังทะเลาะทะเลาะกัน ยังหิวอยู่อย่างเดียวกัน หิวความดี ความเด่น ต้องหยุดมันเสีย งานประจำวันที่ต้องทำทางกายทางอะไรนี้ ก็ต้องทำกันไป ถึงเวลาไปฉันอาหาร ก็ต้องไป ทุก ๆ เวลา ทุก ๆ ขณะ ทุก ๆ อิริยาบถ ก็อย่าได้เกิดความหิวทางวิญญาณ ในเรื่องดี เรื่องเด่น เรื่องภวทิกฺขุ ภวดีดีหา อย่างนี้เป็นคนอิม เมื่ออิมแล้วก็ไม่ต้องพูด มันหมดปัญหา

พุทธศาสนาหรือคำสอนของพระพุทธเจ้า **ทำให้คนมีความอิม** ได้รับความพอใจอยู่ตลอดเวลา ความทุกข์ไม่มี ปัญหาไม่มี ความตายก็พลอยไม่มีปัญหาไปด้วย เพราะ**มันอิมอย่างนี้ได้จนกระทั่งตาย** พอตายแล้วก็ไม่รู้สึกรังอะไรก็เลิกกัน แต่ต้องไม่มี ความกระหายที่จะเกิดใหม่ ภพหน้าชาติหน้าก็ไม่มีอีก เพราะว่าหยุดอยู่ที่ความอิม ไม่มี ความหิวในการที่จะเกิดใหม่ ฉะนั้นธรรมะนี้เป็นความอิมที่ประหลาด อิมนิรันดร อิมตลอดกาลนิรันดร เป็นของที่ไม่เกิด ไม่ดับ ไม่เหมือนกับเรื่องหิวข้าว หิวกามารมณ์ ซึ่งเป็นเรื่องเกิดเรื่องดับ ๆ แต่ถ้าอิมเพราะว่าตัดภวดีดีหา ภวทิกฺขุได้ ก็เรียกว่าอิมนิรันดร ความหมายของนิพพานนี่คืออิมนิรันดร ถ้าอยากจะทำรู้จักนิรันดร หรืออมตะ หรืออะไรแล้วอยากอิมนิรันดรอะไรกันบ้าง ละก็ จะต้องสนใจเรื่องอย่างนี้

ทำอย่างไรจึงจะเป็นอมตะ หรือ immortal ทำอย่างไรจึงจะเป็นนิรันดร์ eternal eternity? นี่คนทั่วไปฟังไม่ถูก ไม่เข้าใจได้ว่า เรามีอายุไม่กี่ปีจะตาย แล้วจะไม่ตายได้อย่างไร? จะเป็นนิรันดร์ได้อย่างไร? ตัวนั้นแหละคือตัวที่ไม่เข้าใจคำว่า “อมตธรรมในพุทธศาสนา” นี่ก็คือความโง่มาก

ที่พูดคำว่า “ออก” ออกนี้ ออกจากความตายเพื่อหาอมตธรรม พบอมตธรรมแล้วไว้อย่างไร! ก็เอามาบอก มาปันกัน เอามาแจกกัน นี่เช่นในเรื่อง อุปติสสะ โกลิตะ คือพระสารีบุตร พระโมคคัลลานะ ออกหาอมตธรรม พบแล้วมาบอกมาแจกกันนี้ ฟังดูให้ดี ๆ เขาพบอมตธรรม ได้พบความเป็นนิรันดร์ หรือชีวิตนิรันดร์ อย่างพระเยซูเรียกอย่างนี้ เขาพบกันได้สำหรับมนุษย์เรา ๆ ที่มีอายุไม่เกินร้อยปีนี่ ก็ต้องอาจหมายถึงความถึงความอึดชนิดนี้ มันเป็นนิรันดร์ หรือความเป็นอยู่ชนิดอึดเพราะไม่ยอมทำอะไร นี่คือชีวิตนิรันดร์ ไม่เปลี่ยนแปลง เพราะไม่มีเหตุไม่มีปัจจัย ใครถึงชีวิตนิรันดร์แล้ว ถ้าดับก็ดับแต่ร่างกายเท่านั้น สภาพความอึด หรือชีวิตนิรันดร์ยังอยู่ อึดอยู่เรื่อยไป ร่างกายแตกตาย ก็แตกตายไป ตัวเราก็มิได้มี แต่ว่าสิ่งที่เป็นอมตะหรือเป็นนิรันดร์คงมีอยู่

ทั้งพระทั้งฆราวาส ควรรู้จักทำตนเป็นผู้อึดทางวิญญาน



ที่นี่ ก็อยากจะรวบรัดเรื่องให้มันเหลือแต่เพียงว่า จะสึกออกไปก็ตาม จะอยู่ต่อไปก็ตาม จงรู้จักทำตนให้เป็นคนมีความอึดในทางวิญญานกันเสียบ้าง อย่างน้อยก็จะเป็นการได้ถึงตัวพุทธศาสนาไปเรื่อย ๆ ไม่เสียที่ที่มีชีวิตอยู่ หรือบวชอยู่ก็ไม่เสียที่ ถ้าได้ความอึดชนิดนี้อยู่ละก็เรียกว่าไม่เสียที่ปัญหาที่เท่านี้ ความเป็นพระอรหันต์ที่เรียกว่าสูงสุด ก็สูงสุดเพียงเท่านี้ คืออึดนิรันดร์โดยแท้จริง ถ้ายังไม่เป็นความอึดสมบูรณ์โดยแท้จริง ก็ยังไม่เป็นพระอรหันต์ เพียงรอง ๆ ลงมา ถ้าไม่ได้เสียเลยก็เป็นปุถุชนอย่างเลวมาก ถ้าได้บ้างก็เป็นปุถุชนอย่างดีหน่อย

ขอให้ระวัง **อย่ามีความหิวทางวิญญาน** จะเป็นผู้ตกนรกทั้งเป็น จะเป็นเปรต **ที่เรียกว่าเปรตนั้น**ไม่มีอย่างอื่น เปรตก็มีท้องเท่าภูเขา ปากเท่ารูเข็มอย่างนี้ คือความหิวทางวิญญาน เพื่อดี เพื่อเด่นเท่าภูเขา แล้ว**โอกาสที่จะมีจะเป็นได้ มันเท่ารูเข็ม** มันก็มีความอึดไม่ได้ เปรตจึงหิวเรื่อย ก็ได้แก่**คนทุกคนในโลกนี้ที่กำลังหิว** ไม่ใช่โลกอื่น ไม่ใช่ต่อตายแล้ว ไม่ใช่อุปปาติกะอย่างที่เขาพูด ๆ กัน หรือไม่ใช่ขอทิสมานกายอะไรที่ไหน ที่แท้ก็คือคนที่หิวอยู่เรื่อยนั่นเอง ถ้าเป็นสัตว์ชนิดอื่นไปแล้ว ก็ไม่มีความแปลกประหลาด เพราะเป็นธรรมดาของสัตว์ชนิดนั้นไปเสีย ไม่เกี่ยวกับเรา ที่เกี่ยวกับเราก็โดยเหตุที่ว่า **เรานี่จะเป็นเปรตโดยไม่รู้สีกตัว** คือหิวอะไรในทางจิตทางวิญญานอยู่เรื่อย ไม่มีวันอึดเสียเลย **ขอให้ทุกคนเข้าใจคำใหม่ที่ว่า “อึด”** นี้ขึ้นมาอีกสักคำหนึ่ง

ที่นี้อาจจะพูดทบทวนคำที่กล่าวเมื่อตะกี้ที่ว่า
ไม่มีใครสนใจเรื่องคำว่าอิมนี้ หรือว่า **พุทธศาสนา**
มีให้สูงสุดแค่อิมนี้ นี่เข้าใจไม่ได้แล้วไปถือ
เสียว่าเป็นเรื่องต่าเกินไป หรือที่พูดนี้ไม่จริง
เดี๋ยวนี้พวกเราที่นี้ก็ถูกหาว่าพูดไม่จริงอยู่เรื่อย
และมากขึ้น นี่เป็นเพราะเราพูดด้วยสำนวน
ที่เขาไม่เคยฟัง



พุทธศาสนาไม่มีอะไรมาก มีแต่
“อิม” เท่านั้นเอง และถ้าเราจะเข้าใจกัน
ได้บ้างก็จงเข้าใจอย่างว่านี่ ถ้าว่าหยุดความ
กระหายหยุดอยากเสียได้มันก็อิม ดับต้นหา
เสียได้ด้วยประการทั้งปวง นี่คืออิม และไม่เป็นปรตด้วย **อย่าไปเรียนอะไรมาเลย เรียนแค่ให้รู้จักทำให้**
อิมก็พอแล้ว หยุดความอยากเสียก็ยังอิม ไม่เหมือนเรื่องทางกาย ถ้าเรื่องทางวิญญาณนี้ไม่ทำอย่างนั้น
ไม่ทำสนองมันอย่างนั้น ไม่มันแต่สนองความต้องการอยู่อย่างนั้น แต่ว่าหยุดความอยาก หรือหยุดด้
อยากเสียมันก็อิม

เรามีสองอิมก็พอแล้ว ทางร่างกายก็ทำให้กินมาอิม ๆ เป็นประจำวันไป ทางจิตทางวิญญาณ ก็
หยุดความกระหายเสียมันก็อิม นี่มันเป็นความอิมทั้งทางกายและทางวิญญาณก็สบาย ปัญหาทั้งหมด
พุทธศาสนาก็จะมีเท่านั้นเอง

ทำให้ “อิม” ทั้งทางกายทางจิตก็พอแล้ว

ระยะนี้ได้ข่าวว่า คนเขาตำมอย่างรุนแรงว่า ผมทำพุทธศาสนาให้หมดราคา เขาพูดอย่างนี้
ทำพุทธศาสนาให้เป็นของตกต่ำไป หมดราคาไป ทำให้ไม่ใช่พุทธศาสนาไปเสียเลยด้วยซ้ำ ในเรื่องที่ผม
พูด ๆ มาแล้ว แต่ผมจะยังคงพูดอย่างนี้อีก คงจะมากไปอีกด้วยซ้ำว่า **พุทธศาสนาไม่มีอะไร มีแต่ “อิม”**
เท่านั้น นี่ขอให้พยายามเข้าใจให้ได้ แล้วบอกต่อ ๆ กัน ให้ทำให้อิมทั้งทางกายทั้งทางจิต ก็พอแล้ว ในที่นี้
จะใช้คำหยาบอีกแล้ว ไหน ๆ เขาก็อุปโลกน์ให้เราเป็นคนพูดคำหยาบ ก็จะพูดหยาบทั้งนั้น เมื่อมนุษย์กิน
อิมทางปาก ทางท้องแล้ว ก็ยังหิวกระหายทางวิญญาณ กระหายจะดี จะเด่น ตัวกูอยากจะทำกุ ชูหาง
ไม่ได้ยกชูหางก็หิว เรียกว่าอิมแต่ทางกาย หิวทางวิญญาณ เพราะฉะนั้นจึงเร็วกว่าสัตว์เดรัจฉาน
มนุษย์นี้เร็วกว่าสัตว์เดรัจฉานกันตรงนี้

สัตว์เดรัจฉานไม่มีหิวทางวิญญาณ มีแต่หิวทางร่างกาย พอได้กินอิมแล้ว ก็เสร็จเรื่องหมด
ปัญหาไป เพราะทางวิญญาณมันไม่หิว ส่วนมนุษย์นั้นพออิมทางกาย ทางเนื้อหนังแล้ว ยังหิวทาง
วิญญาณเท่าภูเขาอยู่ แต่ได้มาเพียงเท่ารูเข็ม นี่เรียกว่าหิวแรง ฉะนั้นมนุษย์จึงเร็วกว่าสัตว์เดรัจฉาน ถ้า

หากว่าไม่ทำให้รู้จักอ้อมทางวิญญาน **มนุษย์ต้องรู้จักทำให้เกิดความอ้อมทางวิญญาน** จึงจะไม่เลวกว่าสัตว์เดรัจฉาน และจะเก่งกว่า ดีกว่า สูงกว่า ประเสริฐกว่า ถ้าทำได้ สัตว์เดรัจฉานไม่หิวทางวิญญาน เพราะธรรมชาติช่วยไม่ถือว่าเก่ง ไม่ถือว่าประเสริฐ วิเศษ ธรรมชาติให้ความโง่มา สำหรับไม่รู้จักหิวทางวิญญาน ส่วน**มนุษย์นี่ก็มีกรรมที่ธรรมชาติให้สติปัญญา**มาให้รู้จักดี รู้จักชั่ว รู้จักสุข รู้จักทุกข์



มนุษย์คนแรกกินผลไม้ต้นนั้นเข้าไป ทำให้รู้จักดี รู้จักชั่ว รู้จักสุข รู้จักทุกข์ อะไรทุก ๆ อย่างนี้มันเกิดหิวทางวิญญานขึ้นมา ก็เลยทนทรมานตลอดกาล **จึงต้องแก้ปัญหานี้ให้ได้** ให้สมกับที่เป็นมนุษย์จริง ๆ หากมีปัญญาพอที่จะหยุดหิวทางวิญญาน ก็จะได้ดีกว่าสัตว์เดรัจฉาน สมกับที่เรียกว่ามนุษย์ ถ้าไม่เช่นนั้นก็เป็นคนที่สู้สัตว์เดรัจฉานไม่ได้ เพราะสัตว์เดรัจฉานมีการไม่ทรมานทางวิญญาน ทรมานแต่เรื่องทางร่างกาย หรือจิตใจเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เกี่ยวกับร่างกาย ทางทฤษฎี ทางวิญญาน ทางส่วนลึกนั้นสัตว์เดรัจฉานไม่มีปัญหา ไม่มีความทุกข์ร้อนที่เฝ้าอยู่ตลอดเวลาในส่วนลึกที่ทำให้เป็นเปรตนั้นไม่มี เพราะมันมีความเป็นสัตว์เดรัจฉานเสียแล้ว ไม่ต้องมีความเป็นเปรต

ที่นี้ **ปัญหามันเหลืออยู่ที่พวกเราเฉพาะที่เป็นมนุษย์นี้** ที่เรียกตัวเองว่ามนุษย์ จะเป็นมนุษย์ก็ต้องเป็นมนุษย์ที่แปลว่า “มีใจสูง” แปลง่าย ๆ ว่ามีใจสูง คำว่ามนุษย์อาจแปลว่า**เหล่ากอของพระมनुก็**ได้ ถ้าเป็นเหล่ากอของพระมनुจริง ก็ต้องมีใจสูงอีกนั่นเอง ต้องมีใจสูง คืออย่าให้น้ำท่วม น้ำคือความหิวทางวิญญาน ซึ่งเปรียบเหมือนน้ำท่วมได้ นี่ก็คือว่าเป็นมนุษย์ ปัญหาทั้งหมดไปได้ มีเท่านั้น พุทธศาสนามีเท่านั้น มีแปดหมื่นสี่พันพระธรรมขันธ์ ก็เป็นคำอธิบายสำหรับให้เป็นอย่างนี้ เพียงเท่านั้น

พุทธศาสนา แปดหมื่นสี่พันพระธรรมขันธ์ ก็คือ คำอธิบายว่าทำอย่างไรจึงจะอ้อม นี้บอกให้รู้เพื่อสำเร็จประโยชน์ในการทำให้อ้อมค่าเดียวเท่านั้น หยุดอยาก หยุดหิวทางวิญญาน แล้วเป็นผู้อ้อมอยู่ตลอดเวลาตลอดกาล และเป็นอมตะด้วย เพราะฉะนั้น ดูภาพ immortal อย่างที่พวกจีนเขาเขียน ตัวโต ๆ อ้วน ๆ บ้าง สำหรับภาพอ้อมนี้ เรากำลังจะเขียนอีกสักตัวสองตัวที่ฝาผนังด้านหนึ่ง เขาเรียกว่า immortal ตัวโตสักเท่าตุ่ม รูปร่างเป็นตุ่มนี้มีความหมายที่ว่าได้ความสมบูรณ์ ความเต็ม

ฝึกความอ้อมมาตลอดพรรษา **แม้ออกพรรษาแล้วก็ควรพบความอ้อมต่อไป**

เมื่อตะกี้ที่ว่าจะพูดสรุปเรื่องเกี่ยวกับออกพรรษา ก็เป็นเรื่องความอ้อม อยู่มาพรรษาหนึ่งแล้ว ออกพรรษาแล้วควรจะพบกับความอ้อมบ้าง หยุดหิวทางวิญญานเสียบ้าง ที่ได้พรรษาหนึ่งจะได้เป็นพรรษาหนึ่งจริง ๆ คือดีขึ้น มีความอ้อมทางวิญญานเพิ่มขึ้น อย่าเอาไปปนกับ “ความอ้อมทางข้าวสุก” ฟรุ้งนี้จะตักบาตรรับบาตรกันหลาย ๆ บาตรอีก อย่าเอาไปปนกันกับความอ้อมอย่างนั้น ถ้าเป็นอ้อมทางวิญญานก็ไม่มีวัตถุ ไม่มีข้าวสาร ไม่มีข้าวสุก ไม่มีขนม ไม่มีอะไร เพราะว่าหยุดความหิวเสีย

กามตัณหาก็หยุดไป ภวตัณหาก็หยุดไป วิภวตัณหาก็หยุดไป แม้ชั่วคราวยังดี ตลอดเวลาที่มันหยุดก็ไม่หิว ไม่หิวก็อึด พอไม่หยุดมันเกิดมาอีก ก็หิวอีก มันก็มีความทนทาน เหมือนกับคนรถทั้งเป็น เป็นเปรด

อย่าทำเล่นกับคำพูดเพียงคำเดียวว่า “อึด” คำนี้มีความหมายลึกมาก ลึกถึงความหมายของพุทธศาสนาทั้งหมด พระธรรมอันสูงสุด ก็สูงสุดเมื่อทำให้มนุษย์รู้จักอึด ถ้าหยุดอยากเสียได้ก็เลยอึด **ดับกิเลสให้หมดสิ้นก็คือหยุด** **อยาก ไม่มีอยากก็อึด** เพราะฉะนั้นคำว่าพระอรหันต์ควรจะแปลว่าผู้อึด ครั้นแปลอย่างนี้ก็เข้าใจกันเป็นเรื่องอาหารการกินไปเสียอีก มักเข้าใจผิดกันได้อย่างนี้เสมอ



คำพูดอย่างภาษาธรรมดาฟังดูไม่น่าปรารถนา แล้วยิ่งพูดว่าไม่อึด ไม่หิว อย่างนี้มันยิ่งแห้งแล้ง ยังมีเรื่องอะไรที่น่าปรารถนาอีก ลูฟังว่า “อึด” คำเดียวนี้ไม่ได้ แล้วก็ใช้สำนวนว่า **“อึดตลอดกาลนิรันดร”** หรือมีชีวิตอยู่ตลอดกาลนิรันดร การพูดในแง่ positive อย่างนี้ดีกว่าในแง่ negative แต่ที่จริงเรื่องนี้ไม่ใช่ positive ไม่ใช่ negative ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง แต่เมื่อเราจะพูดกับมนุษย์ธรรมดาที่พอใจใน positive เราก็พูดว่าอึด หรือพูดว่าไม่ตาย **รู้ความหมายของมันให้ดี ๆ จึงจะเข้าใจได้ดีในคำว่า “อึด”** เมื่อจะกินก็กินให้อึด เมื่อจะนอนก็นอนให้อึด จะทำอะไรก็ทำให้อึด อย่างนี้ในทางวัตถุก็ทำไปได้ แต่ในทางวิญญาณ**ต้องตัด ต้องหยุดความกระหายหรือความหิวเสีย จึงจะอึด**

เราเกิดมานี้ ก็เพื่อให้อึดกันทั้งนั้น ทั้งทางกาย และทางวิญญาณ ปัญหาทางร่างกายหาข่าวกินนี้ไม่มีปัญหา และเรียกว่าไม่มีปัญหาได้เลย ปัญหาที่จะเหลือมีแต่ “อึดในทางวิญญาณ” ซึ่งยังอึดกันไม่ค่อยจะได้ ได้น้อย ได้ยาก และยิ่งแถมพูดกันไม่ค่อยรู้เรื่อง

ขอให้พยายามเป็นผู้ที่อึดทางวิญญาณให้สุดความสามารถ แล้วการงานก็ทำไปเถอะ เพื่อประโยชน์ผู้อื่น ภาพจับวัว (ภาพปริศนาธรรม อยู่ในโรงมหรสพทางวิญญาณ สนวนโมกข์) ๑๐ ภาพ นั่นก็ใช้เป็นอุปมาได้อีก ที่เขียนให้ดูภาพที่หลังจากจับวัวได้นั้นเป็นภาพเป่าปี่ ซิว เป็นอุปมาว่า **มีความได้ตามต้องการพอแล้ว ตัวต้นมันก็วางไป** เกิดมาใหม่เป็นคนทำเพื่อช่วยผู้อื่น ทำประโยชน์เพื่อผู้อื่น เทียวสองตะเกียง เทียวแจกของ **นิงานของคนอึด** ดูให้สมกับรูปที่เขียน *คนท้องโตเท่าโอ่ง เทียวแจกของสองตะเกียงเพราะมีความอึด จึงมีแจกให้* ไม่ใช่ท้องโตหมายถึงภูเขา แต่หมายถึง มีอะไรดีอีกมากพอที่จะแจกคนอื่น เพราะฉะนั้นเราหยุดหิวเสีย **แล้วก็อึด อึดแล้ว ก็ทำงานเพื่อคนอื่น** เรื่องก็จบ

พูดไปพูดมากวนอยู่ที่คำว่าอึดคำเดียว อึดแล้วจะทำอะไรก็ได้ นี่ลองคิดดู ไกลจะเลิกแล้ว จะจบแล้วว่า เราใช้คำว่า “อึด” คำเดียวมันพอจริง ๆ อย่างนี้ เขาจะหาว่าเราทำลายพุทธศาสนาให้หมดคำก็ตามใจเขา ในที่นี้เราอยากให้ทุกคนคิด และเข้าใจว่า **มีเท่านั้นจริง ๆ** ที่ไปเรียนกันมาก ๆ เรียนโน้น เรียนนี้ให้มันมาก นั่นเป็นพวกบ้าหอบฟาง บ้าหอบฟางคือหอบเอาไปไม่มีที่สิ้นสุด หอบฟางไปไม่มีที่สิ้นสุดที่มาเรียนรู้อีกว่า “อึด” คำเดียวนี้พอแล้ว **อึดเสียก่อนเถอะแล้วจะหอบฟางเล่นบ้างก็ได้** แต่ตลอดเวลาที่หอบฟางอยู่นั้นต้องอึด **ต้องให้อึดอยู่เสมอ จะหอบฟางเล่นบ้างก็ได้ แล้วเอาไปแจกเขา**

จัดวัดเป็นโรงมหรสพทางวิญญาณก็เพื่อความอืม

ทีนี้จะพูดถึงว่า วัดเราเป็นโรงมหรสพทางวิญญาณ อยู่ตลอดทั้งวัด ทิวทั้งวัด มีต้นไม้ มีก้อนหิน มีธรรมชาติ มีความสวยงามสงบ ที่เป็นอย่างนี้แหละ เราจะรู้สึกว่ามันเยือกเย็น ความทิวทิวไปหมดเอง เลย ทำไมพวกคุณจึงไม่ถือว่านี้เป็นสัญลักษณ์ของความอืม? นี่คือนิยามสัญลักษณ์ของความอืม เย็นสบาย เจริญ สงบดี สะอาดดี แจ่มใสสว่างดีอย่างนี้ คุณต้องเข้าใจต่อไปถึงว่า “อืม” นั่นคือมหรสพทางวิญญาณ ที่เรียกว่า **อืมนั้นคือมหรสพทางวิญญาณ** ถ้าใครไม่เ็ง เข้ามาในวัดนี้จะแลเห็นมหรสพทางวิญญาณ ทิวไปทั้งวัด ก้อนหินก็ตาม ต้นไม้ก็ตาม ดอกไม้ก็ตาม แมลงก็ตาม เข้า ๆ ผมเดินดูหญ้าดูใบไม้ เท่านั้น ก็รู้สึกว่า แหม..มีให้ดูมากจริง น่าดู ชวนให้ดู และพอใจไปทุกอย่าง นี่ก็เป็นอืมชนิดหนึ่งเหมือนกัน

อยากจะทำหรืออยากจะทำขึ้นขึ้นว่า เดินดูอะไรเล่นตามสนามหญ้าตอนเช้า ๆ มันก็อืมประหลาด ชนิดหนึ่งเหมือนกัน ถ้าเราได้ความอืมชนิดนี้ แล้วเราจะต้องทำอะไรอีกทำไม ในเมื่อมันเป็นความอืม ชนิดหนึ่ง ซึ่งน่าพอใจดีแล้ว จะต้องทำอะไรให้ยุ่งยากลำบากเกินไปทำไม หาได้ง่าย ๆ แล้ว

ข้อนี้ ผมจึงอยากจะทำแนะว่า ควรจะสนใจธรรมชาติบ้าง พระเถระควรจะสนใจลงไปถึงธรรมชาติที่ แท้เหล่านี้ ก้อนหิน ก้อนดิน ก้อนกรวด ใบหญ้า อด แมลง ดอกไม้ อะไรก็ตาม ลองลดตัวเองลงไปสนใจ ดูบ้าง มันมีให้สนใจและมีให้อืมอย่างยิ่ง อย่างที่ไม่ต้องลำบากมาก ไม่ต้องไปหาอะไรลำบากก็อืมและ พอใจได้ พวกที่เขาเป็นนักธรรมชาติ นักเลงธรรมชาติ เขาสนุกสบายพอใจอยู่กับธรรมชาติเหล่านี้ ก็อย่า ไปว่าเขา ธรรมชาติทำให้เขาอืม หรือสบายโดยลงทุนน้อยที่สุดไปที่ไหนก็ได้ ส่วนการ**ทะเยอทะยานเพื่อ** **กินดีอยู่ดีจะมีเกียรตินี้ หรือจะให้ใครยอมแพ้ให้ใครเทิดทูนบูชา**นี้ มันบ้า มันเป็นเรื่องที่ทำให้หัวไม่มีที่ **สิ้นสุด**

เข้า ๆ เดินไปบิณฑบาต เดินชมก้อนหิน ก้อนดิน ก้อนกรวด ใบหญ้าน้ำค้าง อด แมลง ปู ปลา แล้วเดินเรื่อย ชมไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะเป็นมิตรเป็นเกลอกับพวกเหล่านี้ แล้วจะเต็มไปด้วยความสบาย ตา สบายใจ เป็นความอืมไปหมดทุกหัวระแหง ไม่ว่าจะเหลือวไปทางไหน ไม่มีความขาดแคลน มีแต่สิ่ง ที่ช่วยทำให้จิตใจของเราอืมหรือสบายได้ทั่วไปหมด คือพอใจก็แล้วกัน ในแง่ใดแง่หนึ่งก็พอใจ ไม่ต้องมี เหลือกีเลสที่สวยงาม ๆ ก้อนกรวดธรรมดา ดินธรรมดา ใบไม้ธรรมดา ของธรรมดาที่มี ๆ อยู่ นั่นแหละ ถ้า สนใจด้วยใจที่อืมและถูกวิธีละก็สนุกทั้งนั้น และดูมันแปลกประหลาดออกไปทุก ๆ วัน แต่สังเกตดูไม่มี ใครจะไปมองมันเลย

คนที่ปลูกดอกไม้สวย ๆ นี้ก็ปลูกไว้วัดคน สร้างความทิวในการที่ตัวยังมีของดี ของเด่นอะไร ก็ ทิวเรื่อยเสียเหมือนกัน ถึงจะปลูกดอกไม้ก็แปลก ก็ร้อยต้น ก็พันต้น มันก็ทิวเรื่อย แต่ถ้าปลูกไว้ดูสัก ต้น แล้วศึกษา แล้วจะพอใจกระทั่งใบ กระทั่งราก กระทั่งมันไม่มีดอก ก็ยังเป็นทีพอใจ อย่างนี้ช่วยไป ในทางอืมนี้ได้จากธรรมชาติ เป็นเกลอกับธรรมชาติ ได้รับความสบายใจจากธรรมชาติ ถ้าเราคอยแต่จะ ใช้มันเป็นเครื่องอวด มันก็ให้เราเป็นทาสปลูกมัน เป็นทาสกิเลสตัณหาอย่างหนึ่งที่ว่าเรามีของดีของสวย สำหรับอวด อย่างนี้ก็แยเลย ยิ่งทำยิ่งแย ยิ่งทำยิ่งแย มันควรจะเข้าไปในทางที่หยุด และพอใจ ยินดี อะไรที่พอใจง่าย ๆ ไม่ต้องวิ่งไปดูที่ไหน ให้เสียเงินให้ลำบาก



สิ่งที่จะเดินดู นั่งดู มันมี
เต็มไปหมดในโลกนี้ แล้วก็มีความ
เพลิดเพลิดไปได้จนตลอดชีวิต
อย่างนี้มันดี คือไม่ลำบาก ไม่เสีย
เงิน ไม่ลำบาก ไม่ยุ่งยาก มันเป็น
สิ่งที่ให้อิ่มได้ มีแต่ใครต้องการ
หรือไม่ต้องการเท่านั้นเอง ถ้าใคร
ไม่ต้องการผมก็บอกไม่ถูก คือพูด
กันไม่ถูก เพราะฉะนั้นจึงถือว่า
เราอาจจะอิ่มได้ด้วยการดู
การศึกษา การเป็นเกลอกันกับ
ธรรมชาติ แล้วจะมีอิ่มได้
เหมือนกัน และยังฉลาดมากขึ้น

ไปอีก คือลงทุนน้อยที่สุด แล้วอิ่มได้มากที่สุด ดีกว่าไปเรียนบาลีจนเป็นวัณโรคตาย เรียนภาษาอังกฤษ
จนเป็นโรคเส้นประสาท ไม่หาย อย่างนี้ดีกว่าทั้งนั้นเรียนธรรมะที่ทำให้รู้จักอิ่มเสียก่อน ที่นี้พอเรียน
ธรรมะ รู้จักวิธีปฏิบัติให้มันอิ่มแล้ว ไปเรียนบาลีก็ไม่เป็นวัณโรคตาย หรือเรียนภาษาอังกฤษก็ไม่ต้อง
เป็นโรคเส้นประสาท เพราะความอิ่มทางวิญญาณนี้ก็มีในทางที่ว่าป้องกันโรค เป็นอำนาจต้านทานโรค

ขอให้ชวนขยายเรื่อง “ความอิ่มทางวิญญาณ”

ขอให้รับชวนขยาย และรับเอาใจใส่เรื่อง “ความอิ่มทางวิญญาณ” เสียก่อน แล้วค่อย ๆ
ชวนขยายเรื่องนั้นเรื่องนี้ ซึ่งหุรหุราตามโลกนิยมแล้วจะไม่ใช่เป็นอะไร ก็เลสก็ไม่รบกวน ร่างกายก็ไม่เป็น
อันตราย เมื่อจิตใจมันปรกติ หรือมันอิ่มนี้เรียนได้เร็ว นี้ผมเป็นคนบอก และยืนยันว่าจิตใจในสภาพที่
ปรกติที่เรียกว่าอิ่มนี้เรียนอะไรก็เรียนเร็ว คนอื่นเรียนไปจนตายก็ไม่ใคร่รู้ เราเรียนปีเดียวก็รู้ หรือเรียน
ครึ่งปีก็รู้ คนที่จิตใจหิวไม่รู้จักอิ่ม ให้เรียนอะไรจนตายก็ไม่รู้ เพราะจิตไม่เป็นจิตที่ประกอบด้วยคุณสมบัติ
ของจิต แต่เป็นจิตที่หิวเรื่อยจนไม่ใช่จิต เพราะฉะนั้นอย่าทำอะไร อย่าเรียนอะไร ด้วยความหิวทาง
วิญญาณ แต่ให้ทำอะไร ๆ ด้วยความอิ่มทางวิญญาณอยู่เสมอไป

ถ้ามีเรื่องหิวก็ให้มีแต่หิวข้าว หิวก็กิน กินแล้วก็หาย แล้วก็ประทับประคองจิตใจ ให้มีความอิ่ม
ทางวิญญาณอยู่เสมอ นี่สบายหมด ทำประโยชน์ตนก็สบาย ทำประโยชน์ผู้อื่นก็สบาย ไม่ทำอะไรก็สบาย
เป็นเรื่องสบายไปหมด นี้แหละคือพุทธศาสนา เรียกว่าไม่มากมาย แต่ว่ายิ่งกว่ามากมาย ไม่มีอะไรมากมาย
แต่ว่ายิ่งใหญ่โต หรือเป็นเรื่องลึกซึ้งทั้งนั้น นี้ในคำ ๆ เดียวนี้ใครจะไปเผยแพร่พุทธศาสนาทั่วโลก ไปพูดเรื่อง
อิ่มกันดีกว่า เขาก็จะสนใจ แล้วก็บอกว่าเรื่องอิมนี้ทำให้สมบูรณ์ให้ถูกต้อง ให้เข้าใจดี พุทธศาสนาจะ

ช่วยให้เกิดความอึดที่แท้จริง แล้วมนุษย์ก็ไม่ต้องรบกันเหมือนที่รบกันอยู่เดี๋ยวนี้ เพราะมีความหิวทาง วิญญาณ ออยากดี ออยากเด่น เพราะกลัว กลัวจะไม่ได้ดีไม่ได้เด่น คนก็คิดทำลายผู้อื่นป้องกันไว้ก่อน ก็ เลยรบกันเรื่อยไป แล้วไม่รู้จะโทษใคร เมื่อเป็นกันเสียอย่างนี้ทั้งโลก ก็ไม่รู้จะโทษใคร ไม่มีฝ่ายไหนถูก ฝ่ายไหนผิด เป็นเปรตที่มีความหิว แล้วรบกันทั้งสองฝ่าย นี่ต้องโทษว่ากรรมของโลกนี้เอง **บาปกรรม ของโลกนี้เอง เพราะมนุษย์เดินทางผิด**

ขอให้เดินทางถูกกันเสียบ้างเถิด

มนุษย์ในโลกส่วนใหญ่เดินทางผิด ก็เลยได้รบกันเรื่อยจนกว่าจะเอื่อม แล้วจะได้คิดกันใหม่ เพื่อ เดินทางถูก แล้วจึงจะหยุดรบกันที่ พอนานเข้าเพล่อีก เพล่อีก เพลอที่ละน้อย เพลอที่ละน้อย จนเดิน ผิดทางอีก แล้วก็รบกันอีก มันดูจะเป็นธรรมดาของมนุษย์อยู่อย่างนี้

ทีนี้ใครจะเป็นคนมีโชคดี? ในเมื่อเขาเดินทางผิดทาง เราเดินเสียให้ถูกทาง เมื่อคนส่วนมากเขา เดินทางผิดทาง เราเดินให้ถูกทาง เราก็เป็นคนโชคดี ไม่มีใครมาทำอะไรเราได้ **จะมาฆ่าเราให้ตาย ก็ยังไม่ทำ ให้เราเป็นทุกข์ได้**

ออกพรรษาแล้ว ก็ขอให้ออกพรรษาดด้วยความที่มีอะไรดีขึ้น สูงขึ้น เต็มขึ้น มากขึ้น จนเรียกว่า อึดขึ้นแล้ว คุณนาคะเสน (พระภิกษุชาวอินเดีย) เข้าใจไหม? จะค้ำก็ค้ำชช ช่วยเอาไปเผยแพร่ที่อินเดีย เอาเรื่องอึดนี้ไปเผยแพร่ที่อินเดีย ทำให้ชาวอินเดียอึดเหมือนอย่างเมื่อครั้งพระพุทธเจ้า ถึงไม่ได้กินข้าว เพราะอินเดียไม่มีข้าวพอจะกินก็ยังไม่อึด วินาทีสุดท้ายก็ยังอึด

เรื่องทางวิญญาณยังหิวนี้ **มนุษย์ต้องจัดการกันเป็นพิเศษ พระพุทธศาสนามีแต่เรื่อง "อึด" คำ เดียวเว้ย! ใครสนใจหรือไม่สนใจก็ตามใจ**

ทีนี้ใครจะมาคุยกันเรื่องวิปัสสนาที่แท้จริง ก็คือเรื่องทำให้ "อึด" ถ้ายังทำให้อึดไม่ได้ ก็ไม่ใช่ วิปัสสนาที่แท้จริง ฟังดูมันซักจะพูดทะเล้งมากขึ้น ให้เขาดำเอามากขึ้น เพราะขึ้นพูดตามแบบฉบับอยู่ มัน มากมาย มันอึดมค้อม มันเขินเขื่อ มันตั้งแปดหมื่นสี่พันพระธรรมขันธ์ มันมากนัก พูดว่า "ไม่มี ศาสนา" พูดว่า "ไม่ต้องทำอะไร" นี่ก็อย่างเดียวกัน คือถูกดำ ถ้าเขาสนใจสักหน่อยก็จะพูดว่า "ไม่มี อะไรอีก นอกจากอึด" ทำให้อึด ให้เกิดความอึดทางวิญญาณขึ้นมา ก็เป็นโรงมหรสพทางวิญญาณอยู่ใน ความ "อึด" เวย์!

ใครรู้จักกรรมชาติ คนนั้นก็อึด ขอให้พยายามทำวัดนี้ทั้งวัดให้เป็นเครื่องสอน สอน สอน การทำ ให้อึด หรือเป็นมหรสพทางวิญญาณ

พอกันทีสำหรับวันออกพรรษา ขอให้เตือน ๆ กันว่า **ให้รู้จักอึดกัน เสียบ้างเถิด**





ที่เรียกว่าเปรดนั้น ก็ไม่มีอย่างอื่น :

เปรดก็มีท้องเท่าภูเขา ปากเท่ารูเข็มอย่างนี้ คือความหิวทางวิญญาณ
เพื่อดี เพื่อเด่น **เท่าภูเขา** แล้วโอกาสที่จะมี จะเป็นได้ มัน**เท่ารูเข็ม** มันก็มีความอึดไม่ได้
เปรดจึงหิวเรื่อย ก็ได้แก่คนทุกคนในโลกนี้ที่กำลังหิว ไม่ใช่โลกอื่น ไม่ใช่ต่อตายแล้ว
ไม่ใช่อุปปาทิณะอย่างที่เขาพูด ๆ กัน หรือไม่ใช่ขอทิสมานกายอะไรที่ไหน
ที่แท้ก็คือคนที่หิวอยู่เรี่ยมันเอง

พุทธทาสภิกขุ



เดิมชื่อ **เงื่อม นามสกุล พานิช**

บุตรนายเซียง และนางเคลื่อน พานิช

เกิดเมื่อ

วันอาทิตย์ที่ ๒๗ พฤษภาคม ๒๔๔๙

ขึ้น ๗ ค่ำ เดือน ๗ ปีมะเมีย ณ หมู่บ้านกลาง ตำบลพุ่มเรียง (ที่ตั้งเดิมของจังหวัดไชยา ก่อนเปลี่ยนชื่อเป็น “สุราษฎร์ธานี”) ได้รับการตั้งชื่อว่า ด.ช.เงื่อม พานิช มีน้อง ๒ คน คือนายยีเกี้ย หรือ ธรรมทาส และนางกิมซ้อย ด.ช.เงื่อม ได้รับการศึกษาเบื้องต้นแบบโบราณด้วยการเป็น “เด็กวัด” ที่วัดพุ่มเรียง ใกล้บ้าน ก่อนกลับมาอยู่บ้านและเข้าเรียนชั้นประถมศึกษาที่โรงเรียนวัดโพธาราม จนถึงชั้นมัธยม จากนั้นย้ายมาเรียนมัธยมปีที่ ๒ ที่โรงเรียนสารภีอุทิศ ตำบลตลาด อำเภอไชยา

พ.ศ.๒๔๖๕

ออกจากโรงเรียนมาช่วยมารดาทำการค้า เนื่องจากบิดาถึงแก่กรรมด้วยโรคลมปัจจุบัน

พ.ศ.๒๔๖๙

บวชก่อนเข้าพรรษาเมื่อ ๒๙ กรกฎาคม ได้นายา “อินุทปญฺโญ”

พ.ศ.๒๔๗๑

สอบได้นักธรรมเอก

พ.ศ.๒๔๗๒

เป็นครูสอนนักธรรม ที่โรงเรียนนักธรรม วัดพระบรมธาตุไชยา (นายยีเกี้ย “ธรรมทาส” น้องชายเปิดคณะธรรมทานขึ้นต้น โดยเปิดหีบหนังสือธรรมะให้คนยืมอ่านที่ร้านไชยาพานิช)

พ.ศ.๒๔๗๓

เรียนบาลีที่วัดปทุมคงคา กรุงเทพฯ เขียนบทความขึ้นแรกชื่อ “ประโยชน์แห่งทาน” พิมพ์ในงานพระราชทานเพลิงศพพระอุปัชฌาย์ ปลายปีสอบได้เปรียญธรรม ๓ ประโยค

พ.ศ.๒๔๗๕

เดินทางกลับพุ่มเรียง เข้าอยู่วัดร้างตระพังจิก อันเป็นจุดเริ่มต้นสวนโมกขพลาราม เมื่อ ๑๒ พฤษภาคม (เดือนกรกฎาคม คณะธรรมทาน ตั้งขึ้นอย่างเป็นทางการจะลักษณะ)

พ.ศ.๒๔๗๖

ออกหนังสือพิมพ์พุทธศาสนารายตรีมาส

พ.ศ.๒๔๘๖

วางเงินซื้อที่ดินบริเวณวัดธารน้ำไหล เมื่อ ๑๘ มีนาคม

พ.ศ.๒๔๘๗

ย้ายมาจำพรรษาที่สวนโมกขพลารามแห่งใหม่ บริเวณธารน้ำไหล เขาพุทธทอง (สวนโมกข์ปัจจุบัน)

พ.ศ.๒๕๓๖

มรณภาพ ๘ กรกฎาคม เวลา ๑๑.๒๐ น.

พ.ศ.๒๕๔๘

องค์การยูเนสโก แห่งสหประชาชาติ ประกาศยกย่องให้เป็น “บุคคลสำคัญของโลก” ผู้มีผลงานดีเด่น ประจำปี ๒๕๔๙-๒๕๕๐

พ.ศ.๒๕๔๙

ครบรอบ ๑๐๐ ปีชาตกาล

ตลอดเวลาที่บวชอยู่ ๖๗ ปี พุทธทาสภิกขุ ปฏิบัติตามพระธรรมวินัยอย่างเคร่งครัด ศึกษาพระไตรปิฎกจนแตกฉาน และทำงานด้านการเผยแผ่อย่างเต็มกำลัง จนมีผลงานปรากฏเป็นที่ชื่นชมอย่างมากมาย เฉพาะงาน "ธรรมโฆษณ์" ที่มีประมาณ ๗๓ เล่ม ถือว่าเป็นคัมภีร์ที่จะเป็นแบบสำหรับผู้ต้องการศึกษาพระพุทธศาสนาได้เป็นอย่างดี นอกจากนั้นก็ยังมีหนังสือธรรมะเล่มอื่น ๆ อีก เช่น **คู่มือมนุษย, แก่นพุทธศาสน์, ตัวกู-ของกู, ชุมนุมเรื่องสั้น, ชุมนุมเรื่องยาว, ชุมนุมอภิลักขิตกาลพจน์ (ชุมนุมข้อคิดวันสำคัญ) หลักระพุทธศาสนา, ศึกษาธรรมอย่างถูกวิธี** ฯลฯ จำนวนหลายร้อยเรื่อง ก็ได้รับความสนใจเป็นอย่างมาก จนได้รับฉายา เป็น "ผู้ปฏิรูปแนวทางการสอนธรรมะ" ช่วงศตวรรษที่ ๒๔-๒๕ อย่างแท้จริง

นอกจากการทำหนังสือและการบรรยายธรรมที่ท่านทำเป็นหลักแล้ว ท่านยังได้พัฒนาอาคารสถานที่ในสวนโมกข์ให้เป็นแหล่งศึกษาและปฏิบัติธรรมอย่างแท้จริงเพิ่มขึ้นด้วย เช่น โรงมหรสพทางวิญญาณ, สวนโมกข์นานาชาติ, ธรรมาศรมธรรมาดา และธรรมาศรมธรรมุต เป็นต้น ซึ่งปัจจุบันก็ยังมีชาวไทยและชาวต่างชาติไปศึกษาและปฏิบัติธรรมเป็นจำนวนมาก

ประณิธาน ๓ ประการ ชื่อของฝากไว้กับอนุชน

- ๑) การแก้ใจนิวาส ของสำนักสงฆ์
 พุ. อธิปปัจจยต
 ตตต
 สีสต
 ซึ่งคิดไปก็ไม่เห็นแก่ตัวทุกระดับ.
 ซึ่งเป็นที่มาของทุกสำนัก.
- ๒) การทศคามเทใจระหวางศาสนา
 ยิงจะต้องมีหลายศาสนา
 ต้องทศคามเทใจเพื่อร่วมมือกัน
 ทำการช้อย มนุษยชาติ
 อย่างเปรียบ เปรียบ เพื่อนทศคามเทใจ
 สิริ ยุคนี้จะมีเพียง ศาสนาเดียว
- ๓) ออกมาเสียจากจุดจรัศตนิยม
 วิกฤตนิยม เป็นความรู้ที่ขาดสติปัญญา
 เป็นทศคามเทใจมากสิ้นทุก
 สติปัญญาที่อายุนตาเพื่อกรรม
 ฟ้าจรัศตเพียงแต่รู้ใช้สติ
 ฟ้าจรัศตอยู่คนเพื่ออำนาจ สติปัญญา
 ความรู้ที่เห็นรุ่งอรุณหรือจรัศต
 สารีวเมื่อใด โลกก็เป็นนครอมตมหนักพจน