

อาหารใจ





อาหารใจ

จากคติธรรม ของ พุทธทาสภิกขุ



อาหารใจ

จากคติธรรม ของ พุทธทาสภิกขุ



จัดพิมพ์โดย

กองทุนศูนย์สืบอายุพระพุทธศาสนา วัดชลประทานรังสฤษฎ์

กองทุนห้องสมุดศาลาจำปรัตน์ วัดชลประทานรังสฤษฎ์

กองทุนเสถียรธรรม เสถียรธรรมสถาน



ท่านผู้ใดเห็นคุณค่าของหนังสือนี้

ประสงค์จะช่วยเผยแพร่เป็นธรรมทาน

ติดต่อโดยตรงได้ที่

ศูนย์สืบอายุพระพุทธศาสนา วัดชลประทานรังสฤษฎ์

อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

โทร.๕๘๓-๔๒๔๓, ๕๘๔-๓๐๗๔



อาสาสมัครจัดทำต้นฉบับคอมพิวเตอร์ : ดร.ธนาธิง เสือวรรณศรี และคณะ

แม่พิมพ์ โดย สุนทรพิฟิล์ม โทร.๘๐๓-๒๒๔๙

พิมพ์ที่ บริษัท เอส.อาร์.พรินต์ติ้ง จำกัด โทร.๕๘๓-๙๐๐๑, ๕๘๔-๒๒๔๑

อาหารใจ

จากคติธรรม ของ พุทธศาสนิกชน



- อารัมภบท -

โลกในอนาคต นับวันแต่จะเป็นไปในทางที่มนุษย์เรา
จักต้องมีกรรมะ เป็นเครื่องพยุ้งใจมากขึ้นกว่าที่แล้ว ๆ มา
มิฉะนั้นแล้วจักระส่ำระสาย เหมือนคนที่ขาดอาหาร หาก
ต้องเสียชีวิตลง ก็จะเป็นการตายที่น่าตำหนิ หรือน่าสมเพช
มากเกินไป ฯ

เมื่อเราไม่อาจแก้ไขตัวโลกเอง เพราะมันเนื่องกับคน
หมู่มาก มันเหลือความสามารถของเรา, เราก็ยังมีทางที่จะ
แก้ไขในด้านใน คือหมั่นมาจัดการกับตัวเราเองเป็นส่วนตัว
ซึ่งเราสามารถจะแก้ไข จัดทำเองได้โดยอิสระ เพราะไม่
ต้องเนื่องด้วยผู้อื่น และจะเป็นไปได้ถึงที่สุดเด็ดขาดลำพัง
เราเอง ฯ

การรู้จักให้ “อาหารใจ” แก่จิตใจของเรา จนเกิดความสะอาด สว่าง และสงบ เป็นที่ปลอดภัยแก่ตัวเอง ที่จะอยู่ไปในโลกเช่นทุกวันนี้ จึงเป็นสิ่งที่น่าประทับใจ เป็นกุศลหรือความฉลาดแก่เราอย่างใหญ่หลวง และทั้งจักเป็นของถูกต้องเสมอไปทุกกรณี ฯ

ท่านผู้ใด มีความรู้สึกอยู่ว่า ธรรมะที่เป็นอาหารใจยังเป็นของสำคัญต่อชีวิต ยิ่งไปกว่าอาหารทางกายอยู่เพียงใดแล้ว โลกนี้จักไม่เป็นของร้อนสำหรับท่านผู้นั้น และทั้งหวังได้ว่าผู้นั้นจะสามารถมีชีวิตอยู่ในโลกนี้ ได้อย่างสดชื่นแม้ในทุกๆ กรณี ที่โลกจะเปลี่ยนแปลงหรือมีอันเป็นไป ฯ

ธรรมบรรยาย ที่ยังเป็นเพียงคำสั่งสอนอยู่นั้น ยังไม่สามารถช่วยผู้ใดให้ได้รับผลสูงสุดของธรรมะได้. ถ้าเมื่อใด คำสั่งสอนเหล่านั้นมีผู้เห็นด้วย และพากันปฏิบัติตาม เมื่อนั้นคำสั่งสอนจะกลายรูปเป็นองค์พระธรรม ชนิดที่สามารถคุ้มครองผู้ปฏิบัตินั้น ให้พ้นจากอันตรายที่เบียดเบียนจิตได้เหมือนร่มใหญ่ๆ ช่วยคุ้มฝนให้ในฤดูฝนฉะนั้น ฯ

หวังว่าท่านทั้งหลาย จักพากันใช้ธรรมะให้เป็นอาหารใจ เหมือนกับที่ใช้ข้าว ปลา เนื้อ ผัก ผลไม้ เป็นอาหารกายกันอยู่ทุกคน. ทั้งนี้เพื่อประโยชน์เกื้อกูล แก่ความเป็นมนุษย์ของตนๆ สืบไปตลอดกาลนาน ฯ

— พุทฺธมม อภิธาน —



อาหารใจ

- ๑ -

ความอึดอับด้วยอารมณ์ทางรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสนั้น เป็นอาหารฝ่ายโลก, ส่วนความอึดอับด้วยปิติ ปราโมทย์ อันเกิดจากความที่ใจสงบจากอารมณ์รบกวนนั้น เป็นอาหารฝ่ายธรรม ฯ

- ๒ -

อุดมคติของชีวิต คือความถึงที่สุดแห่งอารยธรรม ทั้งฝ่ายโลกและฝ่ายธรรม เพราะฉะนั้นชีวิตย่อมต้องการอาหาร ทั้งฝ่ายโลกและฝ่ายธรรม. ถ้ามีเพียงอย่างเดียว ชีวิตนั้นก็มีความเป็นมนุษย์เพียงครั้งเดียว หรือซีกเดียว ฯ

เราหาความสำราญให้แก่กายของเราได้ไม่สู้ยากนัก แต่หาความสำราญให้แก่ใจนั้นยากเหลือเกิน. ความสำราญฝ่ายกายเห็นได้ง่าย รู้จักง่าย; ความสำราญฝ่ายใจนั้นตรงกันข้ามทุกอย่าง แม้อย่างนั้นก็ไม่มีใครเชื่อเช่นนี้ก็คนนัก เพราะเขาเชื่อว่า เมื่อกายสำราญแล้ว ใจก็สำราญเอง. ไม่มีความสำราญที่ไหนอีก ฯ

ความสำราญทางกาย หรือฝ่ายโลกนั้น ต้อง“ดื่ม” หรือต้อง“กิน”อยู่เสมอ จึงจะสำราญ. แต่ที่แท้มันเป็นเพียงการระงับ หรือกลบเกลื่อนความหิวไว้ทุกคราวที่หิวเท่านั้น. ส่วนความสำราญฝ่ายใจหรือฝ่ายธรรมนั้น ไม่ต้อง“ดื่ม”ไม่ต้อง“กิน” ก็สำราญอยู่เอง เพราะมันไม่มีความหิว. ไม่ต้องดื่ม-กิน เพื่อแก้หิว ฯ

พวกที่นิยมความสำราญกายในทางโลก กล่าวว่า“ใจอยู่ในกาย”: แต่พวกที่นิยมความสำราญใจในทางธรรม กล่าวว่า“กายอยู่ในใจ” พวกแรกรู้จักโลกเพียงซีกเดียว. พวกหลังอยู่ในโลกนานพอจนรู้จักโลกดีทั้งสองซีก ฯ

ขณะเมื่อพวกที่ชอบสำราญกายกำลังปรนเปรอให้

เหยื่อแก่ความหิวของเขาอย่างเต็มที่อยู่นั้น พวกที่ชอบ
สำราญใจกำลังเอาชนะความหิวของเขาได้ด้วยการบังคับ
อินทรีย์ จนมันดับสนิทสงบเย็น อยู่ภายใต้อำนาจของเขา
เอง ฯ

- ๗ -

พวกแรกเข้าใจเอาคุณภาพของการให้“สิ่งสนองความ
อยาก”แก่ความหิวของตน ว่าเป็นความสำราญ พวกหลัง
เอาคุณภาพของการที่ยังไม่ต้องให้“สิ่งสนองความอยาก”
เท่าใดยิ่งดี ว่าเป็นความสำราญ. พวกหนึ่งยังแพ้ตณหามาก
เท่าใดยิ่งดี. อีกพวกหนึ่งยังชนะตณหามากเท่าใดยิ่งดี ฯ

- ๘ -

พวกที่ชอบสำราญกาย ย่อมยอมแพ้ตณหาอยู่เองแล้ว
โดยไม่รู้สีกตัว. เขาทำเองและชักชวนลูกหลานให้หาความ
สำราญกายอย่างเดียว เพราะไม่รู้จักสิ่งอื่นนอกจากนั้น ฯ

- ๙ -

พวกที่ตั้งหน้าแต่จะหาอะไรมาให้ได้ตามที่ตนอยากนั้น
ครั้งได้เครื่องสำราญกายมา ใจก็ยังไม่สงบสุข เพราะมันยัง
อยากได้ของแปลกของใหม่อยู่เสมอไป คือได้เพียงความ
สำราญกายชั่วเล่น เหมือนกินข้าวมือหนึ่ง ก็สงบความหิว
ไปได้ชั่วมือหนึ่ง ฯ

พวกที่หลงความสำราญกาย เมื่อความหม่นหมองใจเกิดขึ้น ก็มีแต่ซัดเอาว่าตนเป็นคนมีกรรม หรือโชคร้าย ไม่เหมือนคนอื่นเขา. เมื่อต้องเจ็บป่วยตามธรรมดาของสังขารก็น้อยใจโชคตัวเองอย่างหาที่เปรียบมิได้. เมื่อยังแสวงหาโชคโดยทางใดก็ไม่ได้เสียเลยแล้ว ก็เหมาเห็นไปว่า ในโลกนี้ไม่มีความยุติธรรม มีแต่ความดูร้าย ๆ.

คนที่ปล่อยตัวให้ใจหม่นหมองไปเพราะมัวเมาวัตถุ ในที่สุดก็ต้องมอบตัวให้แก่ธรรมชาติฝ่ายต่ำ ประกอบกรรมชนิดที่โลกไม่พึงปรารถนา ต่อสู้สิ่งที่ตนเรียกว่าโชคชะตาไปเรื่อย ๆ. อย่างดีที่สุดในที่คนพวกนี้จะทำได้ ก็เพียงแต่เป็นผู้ทนระทมทุกข์อยู่ ด้วยการแข่งด่าโชคชะตาของตนเองเท่านั้น ๆ.

ในสโมสร หรือสมาคมของพวกที่แสวงกันแต่ความสำราญทางกาย ซึ่งกำลังร่าเริงกันอยู่นั้น พวกเทพยดาขอมรู้ดีว่า เป็นการเล่นละครย่อมสีหน้าก็มี หลงละเมอทำ ๆ ไป ทั้งที่ตัวเองหลอกตัวเอง ให้เห็นว่าเก๋ ว่าสุข ก็มาก ๆ.

บางคนต้องร้องไห้และหัวเราะสลับกันทุกวัน ๆ วันละหลาย ๆ ครั้ง จิตใจฟูขึ้นและเหี่ยวห่อลง ขึ้น ๆ ลง ๆ ตามที่

กระเป่าพองขึ้นหรือยุบลง หรือตามแต่จะได้เหยื่อที่ถูกใจ และไม่ถูกใจ ฯ

- ๑๔ -

ใจของพวกนี้ ยังเหลืออยู่นิดเดียว. เสมอเท่าที่เขารู้สึก, จึงทำให้เขาเข้าใจว่า“ใจอยู่ในกาย” คือแล้วแต่กาย หรือ สำคัญอยู่ที่กาย; เพราะต้องต่อเมื่อเขาได้ความสำราญกาย เต็มที่แล้วต่างหาก ใจของเขาจึงจะเป็นอย่างที่เขาถือว่า “เป็นสุข” ฯ

- ๑๕ -

แม้บางครั้งคนพวกนี้จะเอ่ยถึงความสำราญใจกันบ้าง ก็เพียงการหลงดูเอาความสำราญฝ่ายกายขึ้นมาแทนเท่านั้น คำว่า“สำราญใจ”ของเขา เป็นคนละอย่างจากความ สำราญในฝ่ายใจอันแท้จริง; จะสำราญใจได้อย่างไร ในเมื่อ ใจถูกทำให้ พองขึ้น-ยุบลง, พองขึ้น-ยุบลงอยู่เสมอ. ความ พองขึ้นก็ตาม ยุบลงก็ตาม ย่อมเป็นสิ่งทรมานใจให้ เหน็ดเหนื่อยเท่ากัน, เพียงแต่เป็นรูปร่างที่ต่างกันเท่านั้น ฯ

- ๑๖ -

สำหรับผู้นิยมทางฝ่ายสำราญกายนั้น ลาก ยศ สรรเสริญ และความเพลิดเพลิน ทำให้ให้พองเบ่ง, เสื่อม ลาก เสื่อมยศ ถูกสบประมาท และหาความเพลินมิได้ ทำให้ให้ยุบเหี่ยว. แต่ทั้งสองอย่างนี้ทำความหวั่นไหวโยกโคลง



ชาวบ้าน - ชาววัด

พุทธทาสภิกขุ

อันชาวบ้าน ทำงาน เพื่อกาม-เกียรติ
ส่วนชาววัด มุ่งขจัด ไปท่าเดียว

จึงเกิดความ ตึงเครียด จนสิ้นเสียว
มิให้เกี่ยว เกียรติ-กาม มุ่งงามธรรม

จึงเกิดมี เครื่องวัด วัดชาวบ้าน
ส่วนเครื่องวัด ชาววัด, วัดกิจกรรม

ด้วย“เงิน”“งาน” “อดอยาก” หรือ“อิมหนา”?
ว่าเขาทำ ให้ว่างได้ เท่าไรแล

ถ้าชาววัด ฮึดฮัด มุ่งกาม-เกียรติ
ถ้าชาวบ้าน เกียจคร้าน งานเขียนแฮ

มันน่าเกลียด แสนกล คนต่อแหล
ก็มีแต่ ทุกข์ทน หม่นหมองไป

จึงขอให้ ชาวบ้าน เป็นชาวบ้าน
ให้ชาววัด เป็นชาววัด ขจัดไกล

ผสมผสาน เกียรติ-กาม ตามวิสัย
เพื่อพ้นภัย เกียรติ-กาม งามนั้กเอย ฯ

หนักอกหนักใจให้แก่จิตใจ เท่ากัน ฯ

- ๑๗ -

เมื่อเขาได้สมอยาก เขาก็ได้ความหวั่นไหว! เมื่อไม่ได้ก็ได้รับความหวั่นไหว! เมื่อมีดমনหนักเข้าก็แน่ใจลงไปเสียว่าความอรร้อย หรือขณะที่อรร้อยนั้นแหละเป็น“พระนิพพาน”ของชีวิต. แต่ที่จริงเขาผู้นั้นยังไม่ได้ถอยห่างออกมาจากกองทุกข์แม้แต่นิดเดียว มันเป็นเพียงความสำคัญผิด ที่จะมัดตรึงตัวเอง ให้ติดจมอยู่กับบ่อโคลนนั่นตลอดเวลาเท่านั้น ฯ

- ๑๘ -

ผู้ที่มีดวงตาแห่งปัญญาจงพิจารณาสืบไปเถิดว่าความสำราญทางฝ่ายโลกหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าฝ่ายกายหรือวัตถุ นั้น คืออะไร? และเมื่อได้หมกมุ่นมัวแต่แสวงอาหารให้แก่กายทำเดี๋ยวแล้วจะเป็นอย่างไร? ถ้ารู้จักความสุขเฉพาะในด้านนี้ด้านเดียว มันเป็นการรู้จักโลกเพียงซีกเดียวอย่างไร ฯ

- ๑๙ -

ผู้ที่รู้จักโลกดีแล้วนั้น ย่อมบูชาความสำราญทางธรรมหรือทางฝ่ายใจอันแท้จริงเป็นสิ่งสำคัญ; และถือเอาส่วนกายหรือวัตถุ เป็นเพียงเครื่องอำนวยความสะดวก ในฐานะเป็นคนรับใช้ สำหรับคอยรับใช้ในการแสวงหาความสำราญ ในฝ่ายจิตเท่านั้น ฯ

- ๒๐ -

ผู้ที่รู้จักโลกดีทั้งสองด้าน ย่อมมีอุดมคติว่า“กายอยู่ในใจ”คือแล้วแต่ใจ กายเป็นของนิดเดียว และยังจำต้องอาศัยใจ ซึ่งทรงอำนาจสิทธิ์ขาด ทั้งมีคุณภาพที่สูงสุดอยู่ทุกๆ ประการ และทุกๆ เวลา. แสวงหาอาหารให้ดวงใจดีกว่า ฯ

- ๒๑ -

ความเจริญออกงามทางฝ่ายใจนั้นยังไปได้ไกลอีกมากมายนัก, กว่าที่จะถึงพระนิพพานเมื่อไร นั้นแหละจึงจะหมดขีดขั้นของทางไป; และเมื่อลุล่วงแล้ว ก็ยังเป็นอุดมสันติสุขอยู่ตลอดอนันตกาลอีกด้วย ฯ

- ๒๒ -

ความเจริญทางกายนั้น ไม่มีทางไปอีกต่อไป มันสูงสุดได้เพียงแค่อิ่มหนำพีมันด้วยรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และด้วยอารมณ์ทางใจบางอย่าง เช่นความทะนงในยศ คักดีเป็นต้น เท่านั้น ฯ

- ๒๓ -

ไม่มีใครเคยทำให้เกิดความอิ่มความพอ ในเรื่องทางโลกียวิสัยได้เลย แม้ในอดีต ในปัจจุบัน และอนาคต. เพราะว่าทางฝ่ายนี้ต้องการ“ความไม่รู้จักพอ” นั่นเอง เป็นเชื้อเพลิงอันสำคัญแห่งความสำเร็จ ถ้าพอเสียเมื่อใดก็หมดความสำเร็จ. ใครจะชวนชวยอย่างไร ก็ไม่อาจได้ผล

สูงไปกว่า “การสยบชบซิม อยู่ท่ามกลางกองเพลิงแห่งการ
ถูกปลุกเร้าของตัณหา” ซึ่งเมื่อใดม้อยหรือลึงก็จำต้องหาเชื้อ
เพลิงมาเพิ่มให้ใหม่อีก และไม่มีเวลาที่จะรู้จักอิมรู้จักพอ ฯ

- ๒๔ -

การแสวงหาอาหารทางฝ่ายใจ เพื่อดวงใจนั้น เป็นสิ่ง
ที่มีค่า นำทำกว่า เป็นศิลปะกว่า เป็นอุดมคติที่สูงกว่า ทำ
ยากหรือน่าสรรเสริญกว่า หอมหวานกว่า เยือกเย็นกว่า ฯลฯ
กว่าการแสวงหาทางฝ่ายกาย เพื่อกาย โดยทุกๆ ปริยาย ฯ

- ๒๕ -

การแสวงหาความสำราญทางฝ่ายกาย เป็นต้นเหตุ
แห่งสงคราม, การแสวงหาความสำราญทางฝ่ายจิตเป็นต้น
เหตุแห่งสันติภาพ. ถ้าโลกยังบูชาลัทธิวัตถุนิยม มัวแสวง
แต่ความสำราญทางกายฝ่ายเดียวอยู่เพียงใด ก็ไม่มีหวังใน
สันติภาพ แม้จะเปิดสภาสันนิบาตชาติเพื่อสันติภาพขึ้นอีก
สัก ๑๐ สันนิบาตก็ตาม ฯ

- ๒๖ -

นักวัตถุนิยมเห็นกายเป็นใหญ่ ย่อมเสียสละได้ทุกอย่าง
เพื่อให้กายหรือโลกของตนอิมหมีพิมัน ส่วนนักจิตนิยม
เห็นแก่จิตเป็นใหญ่ ย่อมเสียสละได้ทุกอย่างเหมือนกัน
เพื่อแลกเอาความสงบเยือกเย็นของจิต ฯ

- ๒๗ -

ผู้แสวงความสำเร็จทางกายนั้น การแสวงของเขา จำเป็นอยู่เอง ที่จะต้องกระทบกับผู้อื่น เพราะความสำเร็จ กายนี้เป็นของต้องเนื่องด้วยการเสียสละของผู้อื่น หรือการ สนับสนุนของสิ่งอื่น ที่แวดล้อมอยู่โดยรอบ. เมื่อความเห็น แก่ตัวมีอยู่ ก็ต้องมีการกระทบกันเป็นธรรมดา ฯ

- ๒๘ -

การสงคราม ก็คือการปะทะของคนหลายคนที่ต่างฝ่าย ต่างมีความเห็นแก่ตัวเพื่อความสำเร็จทางโลกียวิสัยนั่นเอง สงครามโลกนั้น ก็เป็นเพียงความเห็นแก่ตัวของคนหลาย ชาติรวมกันเท่านั้น ไม่ต่างอะไรกันเลย ฯ

- ๒๙ -

การแสวงหาความสุขทางฝ่ายจิตนั้น จะไม่กระทบ กระทั่งใครเลยแม้แต่น้อย เพราะเหตุว่า มีอะไรๆ ให้แสวง อยู่ในตนผู้เดียวเสร็จ ไม่ต้องเนื่องด้วยผู้อื่น และมีแต่จะ เสียสละให้ผู้อื่น ฯ

- ๓๐ -

การกระทบกระทั่งระหว่างบุคคล หรือแม้การกระทบ กระทั่งระหว่างส่วนรวม ซึ่งเรียกว่าการสงครามก็ตาม ไม่ สามารถเกิดจากผู้แสวงหาความสุขทางจิต เช่นเดียวกับที่ ไฟไม่สามารถเกิดจากความเย็น ฯ

การแสวงหาอาหาร ทางฝ่ายกาย ง่ายหรือตื่น, และ
เป็นต้นเหตุแห่งสงคราม. การแสวงหาอาหารทางฝ่ายใจ
ยากหรือลึก, และเป็นต้นเหตุแห่งสันติภาพ. แต่กระนั้น
มนุษย์ในโลกนี้ ส่วนมากก็ปล่อยตนไปตามสัญชาตญาณ
หรือธรรมชาติฝ่ายต่ำมากเกินไป จนเห็นมีแต่ผู้ถือลัทธิวัตถุ
นิยมกันเกลื่อนโลก ฯ

ยี่งนานวันเข้าเพียงใด วิธีแสวงหาอาหารทางใจก็ยิ่ง
ลบลือนหายไปจากความทรงจำ และการเอาใจใส่ของ
มนุษย์มากขึ้นเพียงนั้น, ในที่สุดก็ไม่มีอะไรเหลืออยู่ในมัน
สมองของมนุษย์ นอกจากความเป็นทาสกามหรือความเห็น
แก่ตัว นั่นแหละ คือสมัยที่ไฟประลัยกัลป์จะล้างโลก ฯ

ผู้แสวงสุขทางใจในโลกนี้ มีอยู่เพียงไม่กี่คนก็ตาม ก็
เป็นเหมือนลูกตุ้มที่คอยถ่วงโลกไว้มิให้หมุนไปถึงยุคมิคสัญญี
พินาศด้วยไฟประลัยกัลป์เร็วเกินไปเพียงนั้น ฯ

พวกแสวงสุขทางฝ่ายจิต ควรจะพูดกับผู้อื่นได้โดย
ชอบธรรมว่า “เรายอมรับว่าเป็นลูกตุ้มจริง แต่ว่าเป็นลูก
ตุ้มที่ถ่วงมิให้พวกท่านวิ่งเข้าไปสู่อุโมงไฟเร็วเกินไป ถ้าพวก



พระเจ้าองค์เดียว

พุทธศาสนิกชน

พระศาสนา สัมพันธ์ คือมรรคา
เพื่อมนุษย์ ได้เป็นสุข ทุกนิกาย

พระเจ้าแท้ มีแต่ พระองค์เดียว
เป็นทางตรง มุ่งไป สู่ไถ่วัลย์

ไม่มีข้อ ขัดแย้ง แบ่งพวกพรรค
นี้แหละหนา พวกเรา มา รวมกลม

การเรียกชื่อ ต่างกัน นั้นไม่แปลก
คือธรรมธาตุ หนึ่งแน่ เป็นแท้เดียว

ที่ชักพา นำมนุษย์ สู่จุดหมาย
เราทั้งหลาย ชวนกันมา ปรึกษากัน

ทางจึงมี แต่ทางเดียว เป็นแน่นมั่น
เป็นนิรัน- ดรสสุข แก่ทุกคน

มนุษย์รัก ร่วมสุข ทุกแห่งหน
แห่งปวงชน เพื่อบูชา พระเจ้าเดียว

แต่เนื้อใน ไม่อาจแยก เป็นส่วนเสี้ยว
ทุกคนเหนียว เป็นที่พึ่ง จึงรอดเอย ฯ

ข้าพเจ้าจะพลอยเป็นอย่างท่านไปเสียด้วย, เชื่อแน่ว่า โลกคงจะแตกดับเร็วกว่าที่พวกข้าพเจ้าจะแยกเป็นอยู่เช่นนี้” ๕.

- ๓๕ -

พระพุทธรองค์ทรงเป็นนายกแห่งสมาคมผู้แสวงสุขทางใจเพียงพระองค์เดียวและสมัยเดียวก็ชื่อว่าเป็น“โลกนาถ”ที่พึงของโลกหลายสมัย เพราะว่าเป็นอิทธิพลแห่งธรรมะที่พระองค์ทรงเปิดเผยไว้ในโลก ได้ถ่วงโลกไว้มิให้หมุนไปหาความแตกดับ จนแม้ที่สุดแต่คนที่ไม่เคยได้ยินชื่อของพระองค์ก็ยิ่งพลอยมีส่วนได้รับผลนั้นด้วย ๕.

- ๓๖ -

เมื่อโลกละทิ้งการแสวงหาอาหารทางใจ มารับเอาแต่อาหารทางกายมากขึ้นเช่นทุกวันนี้ พระพุทธรองค์ก็ทรงช่วยอะไรไม่ได้ เพราะโลกเป็นฝ่ายที่ทิ้งหลักการของพระองค์เสียเอง ๕.

- ๓๗ -

ตราบใดพุทธบริษัททุกคน ยังภักดีต่อการแสวงหาความสุขทางใจกันอยู่ นับว่า ตระกูลของพระองค์ยังไม่ขาดทายาทเสียทีเดียว และจะยังเป็นเหมือนลูกตุ่มน้อยๆ ที่เหลืออยู่ เพื่อความปลอดภัยของตัวมันเอง และเพื่อโลกด้วย แม้ขณะที่พวกอื่นเขาอาจกำลังจงเกลียดจ้งซังพวกนี้อยู่ ๕.

พุทธบริษัทต้องถือว่า กายอยู่ในใจ อาหารใจสำคัญ ยิ่งกว่าอาหารทางกาย และยังคงภักดีต่อลัทธิแสงสุกทางใจอยู่เสมอ การเป็นพุทธบริษัทแต่ปากหรือพิธีนั้น ไม่ทำให้เป็นพุทธบริษัทได้เลย พุทธบริษัทที่แท้จะกลายเป็นนักนิยมวัตถุ หรือถือลัทธิหลงชาติ เพราะเห็นแก่วัตถุ ไปไม่ได้ ฯ

พุทธบริษัทที่รีๆ ขวางๆ นั้น ยิ่งจะร้ายไปกว่าผู้ที่ไม่ได้เป็นพุทธบริษัท! เมื่อเกิดมิลक्षणณ์พุทธบริษัทที่แท้จริง เท่านั้นที่จะเป็นผู้ที่เหลืออยู่ แม้นี้ก็เป็อนานิสงส์แห่งการนิยมอาหารทางใจ ฯ

โลกกับธรรม จะเป็นอันเดียวกันไม่ได้ โดยที่โลกเป็นฝ่ายนิยมวัตถุ ธรรมเป็นฝ่ายนิยมความเป็นอิสระเหนือวัตถุ; และความเป็นอิสระเหนือวัตถุนี้อเอง คืออาหารของดวงใจ ฯ

กายต้องการอาหารทางฝ่ายโลก, ใจต้องการอาหารฝ่ายธรรม ผู้ที่เห็นว่าใจเป็นใหญ่ หรือเป็นสิ่งที่อิงอาศัยของกาย ย่อมแสวงหาอาหารให้กายเพียงสักว่าให้มันเป็นอยู่ได้ (ยาบนมัตต) เท่านั้น เวลานอกนั้น ใช้แสวงหาอาหารให้แก่ใจอย่างเดียว ฯ

อันความเป็นอิสระเหนือวัตถุนั้นเห็นได้ยาก ตรงที่ตามธรรมดา ก็ไม่มีใครนึกว่าตนได้ตกเป็นทาสของวัตถุแต่อย่างใด, ใครๆ ก็กำลังหาวัตถุมากิน มาใช้ มาประดับเกียรติยศของตน และบำเรอคนที่ตนรัก และถือว่าทำอย่างนั้นตนได้เป็นนาย มีอิสระเหนือวัตถุแล้ว, ส่วนความหม่นหมองทางใจ ที่เกิดขึ้นมากมายหลายประการนั้น หามิใครคิดไม่ ว่านั่นเป็นอิทธิพลของวัตถุที่มันกำลังครอบงำย่ำยีตนเล่นตามความพอใจของมัน ฯ

ดวงใจ ได้เสียความสงบเย็นที่ควรจะได้ไปจนหมด ก็เพราะความโง่งมของเจ้าของเองที่ไปหลงบูชาวัตถุ จนทำให้กลายเป็นของมีพิษขึ้นมา. ดวงใจที่สงบเย็นแท้จริง ก็ไม่อาจพีกตัวเจริญงอกงามขึ้นมา, เพราะขาดการบำรุงด้วยอาหารโดยที่เจ้าของไม่เคยคิดว่า มันต้องการอาหารเป็นพิเศษยิ่งกว่ากาย ฯ

สัญชาตญาณฝ่ายต่ำทั้งหลาย ชวนกันขึ้นไปนั่งบัลลังก์บัญชาการเต็มที่ ออกคำสั่งทั้บถมความต้องการของดวงใจที่เป็นไปอย่างปกติแท้จริงดั้งเดิม หรือที่เรียกว่าธรรมชาติฝ่ายสูง ที่เป็นชั้นปรมาตมธรรม จนทำให้ดวงใจชนิดที่กล่าวนี้

ไม่ปรากฏ. เขาจึงเฝ้าสาละวนแต่จะแสวงอาหารตามอำนาจ
ของความรู้สึกฝ่ายต่ำ หรือที่เรียกในที่นี้ว่า“กาย” อยู่ร่ำไป ฯ

- ๔๕ -

เมื่อใดขาดอาหารใจ แม้แต่ที่เป็นเบื้องต้นเสียเช่นนี้แล้ว
ก็ยอมไม่มองงามพอที่จะแจ่มใส ส่องแสงให้ผู้นั้นมองเห็น
และถือเอาอุดมคติแห่งความสุขทางใจได้ ชีวิตก็เป็นของ
มืดมน ต้องร้องไห้ ทั้งที่ไม่รู้ว่ามิอะไรมาทำเอา ฯ

- ๔๖ -

เด็กๆ ที่เกิดมาไม่อาจสำนึกได้เอง ในปริยายเช่นว่านี้.
การศึกษาระยะเท่านั้น ที่จะช่วยได้ในเบื้องต้น. การศึกษา
จนรู้ธรรมะทางฝ่ายหลักวิชาเป็นอาหารของดวงใจในขั้นแรก,
ชั้นกลางคือการย่อยหลักวิชานั้นๆ ออก ด้วยมันสมองของ
ตนเอง, ครั้นได้ความโปร่งใจความเยือกเย็นอะไรมานั่น
เป็นอาหารชั้นปลาย. เมื่อได้ส่งเสริมให้เจริญ จนสามารถ
ทำพระนิพพานให้ปรากฏ จึงจะนับว่าถึงที่สุด ฯ

- ๔๗ -

ปริยัติธรรมในส่วนหลักวิชานั้น ช่วยสะกิดใจให้รู้สึก
ในเบื้องต้นว่า เรามีกายสองซีก คือซีกรูปกายและธรรมกาย
รูปกายเจริญได้ด้วยคามิบิดามารดาเป็นแดนเกิด เติบโต
ขึ้นได้ด้วยปัจจัย เช่น ข้าว ปลา อาหาร, ส่วนธรรมกายนั้นมี
กาย วาจา ใจ ที่สุจริตผ่องใส เป็นที่ตั้งปรากฏ มีผลของ

ความสุจริตอิสระ เป็นอาหารที่จะบำรุงให้เติบโตสืบไป ฯ

- ๔๘ -

ปริยัติธรรม ยังทำให้เรารู้สึกสืบไปเป็นลำดับว่า ถ้าบำรุงกันแต่รูปร่างอย่างเดียว มันก็จะอ้วนพีแต่ซิกเดียว, อิกซิกหนึ่ง ซึ่งเป็นซิกใจจะยังคงเหี่ยวแห้งอยู่ ผลที่ได้คือร่างกายที่สมบูรณ์ แต่ใจเต็มไปด้วยความหม่นหมอง และฝ้ายพอม ฯ

- ๔๙ -

คนเราเมื่อยังเด็ก ความหม่นหมองมิปรากฏนัก เพราะมีผู้เลี้ยงดูให้ และกายก็ยังมีได้ขยายตัวเต็มที่ จนสามารถรับความรู้สึกสุดขีดได้ทุกอินทรีย์ (คือเต็มที่ทั้งทางตา ทางหู ฯลฯ ทางใจ) ครั้นเมื่อกายเจริญเต็มที่เข้า ความหม่นหมองก็เกิดมากขึ้นเพราะขาดดุลยภาพ กล่าวคือทางรูปร่างโตใหญ่ขึ้น แต่ทางธรรมกายไม่เจริญให้เสมอคู่เคียงกัน ฯ

- ๕๐ -

โดยสรุป ปริยัติธรรมช่วยให้เราทราบว่ เราจะต้องประพฤติธรรม เพื่อฝ้ายธรรมกายของเรา มิฉะนั้นเราจะตายด้านไปซิกหนึ่ง. เมื่อเรารู้ปริยัติพอควรแล้ว เราก็ได้อาหารของดวงใจในส่วนหลักวิชา และเป็นพื้นฐานของการปฏิบัติ นั่นคือสัมมาทิฏฐิหรือรุ่งอรุณ ได้ปรากฏแก่เราแล้ว ในระยะเริ่มแรก ฯ



ยาระงับสรรพทุกข์

พุทธทาสภิกขุ

ต้น“ไม่รู้-ไม่ชี้” นี้เอาเปลือก
“อย่างนั้นเอง” เอาแต่ราก ฤทธิมันแรง

ต้น“ช่างหัวมัน” นั้นเลือก เอาแก่นแข็ง
“ไม่มีกู-ของกู” แสง เอาแต่ใบ

“ไม่นำเอา-นำเป็น” เฟินเอาดอก
ทกอย่างนี้ อย่างละซัง ตั้งเกณฑ์ไว้

“ตายก่อนตาย” เลือกออก ลูกใหญ่่า
“ดับไม่เหลือ” สิ่งสุดท้าย ไข่เมล็ดมัน

หนักทกซัง เท่ากับ ยาทั้งหลาย
“สพเพ ธมฺมา นาลํ อภินิเวสยา” อัน

เดล้ำกันไป เสกคาถา ที่อาถรรพณ์
เป็นธรรมชั้น ทฤทัย ในพุทธนาม

จัดลงหม้อ ใส่น้ำ พอท่วมยา
หนึ่งช้อนชา สามเวลา พยายาม

เคี้ยวไฟกล้ำ เหลือได้ หนึ่งในสาม
กินเพื่อความ หมตสรรพโรด เป็นโลกอุดร

- ๕๑ -

ปฏิบัติธรรมคือตัวการปฏิบัตินั้นได้แก่การบังคับอินทรีย์ เพื่อเอาชนะอินทรีย์, ชนะได้เท่าใด ความเยือกเย็นพร้อม ทั้งความรู้แจ้ง ก็เกิดขึ้นเท่านั้น. ความเยือกเย็นเกิดจาก ความที่อินทรีย์สงบราบัง, ความเห็นแจ้งความจริงในตัวเองปรากฏ เพราะไม่ถูกมานแห่งความก่อกวนทางอินทรีย์ บิดบังเช่นแต่ก่อน ฯ

- ๕๒ -

วิธีเอาชนะอินทรีย์ ตามหลักแห่งพุทธศาสนาได้แก่ การบังคับตัวเองให้งดเว้นจากสิ่งชั่ว บังคับตัวเองให้ทำแต่ สิ่งที่ดีเข้าแทน, และต่อจากนั้นพยายามหาวิธีชำระจิตให้เป็นอิสระจากต้นเหตุแห่งความหม่นหมอง ทั้งที่เปิดเผย เห็นได้ง่ายๆ และที่ไม่ง่าย คือที่มันเคยชินอยู่ในสันดาน อัน เป็นเหมือนเชื้อที่ก่อเกิดของกิเลสได้ตลอดเวลา ฯ

- ๕๓ -

กล่าวอีกอย่างหนึ่ง วิธีเอาชนะอินทรีย์ ได้แก่การ บังคับกาย และวาจาให้อยู่ในอำนาจ เรียกว่า“ศีล” บังคับ จิตให้อยู่ในอำนาจ เรียกว่า“สมาธิ”, และใช้จิตที่อยู่ใน อำนาจแล้วให้เข้าถึงความจริงที่ยากที่ลึกลับปรากฏแจ่มแจ้ง เรียกว่า“ปัญญา” กล่าวคือ ปัญญาชนิดที่สามารถควบคุม อินทรีย์ให้เป็นไปตามในทางถูกอย่างเดียว ฯ

- ๕๔ -

การบังคับหรือควบคุมอินทรีย์ ทำให้ดวงใจได้รับความ
สะบักสะบอมน้อยลง, วัตถุหรืออารมณ์ทั้งหลายมีพิษสง
น้อยเข้าหรือหมดไป เพราะค่าที่เราสามารถบังคับตัวเองไว้
ในภาวะที่จะไม่หลงไหลไปตาม ทั้งในทางชอบและทางชัง.
เมื่อใจเราได้รับความพักผ่อนอย่างพาสูก เนื่องจาก
การบังคับอินทรีย์ของเราเช่นนี้แล้ว ชื่อว่าเราได้รับอาหารของ
ดวงใจในสวนการปฏิบัติ อันเป็นอุปกรณ์ให้ได้รับอาหารชั้น
สูงสืบไป ฯ

- ๕๕ -

ปฏิเวธธรรม หรือธรรมในสวนการรู้แจ้งแทงตลอด
ในสิ่งที่เคยหลงไหลไม่รู้เท่าทันมาก่อน เป็นความรู้ชนิดที่จะ
ตัดรากเหง้าความหม่นหมองของดวงใจเสียโดยประการทั้ง
ปวง เช่น ความสงสัย ความเข้าใจผิด หลงรัก หลงชัง ฟุ้ง
ซ่าน ฯลฯ แล้วทำความโปร่งใจเยือกเย็นใจ ให้เกิดขึ้นใน
ระดับสูงสุด ฯ

- ๕๖ -

ปริยัติธรรม เป็นเพียงการรู้อย่างคาดคะเน ด้วยเหตุ
ผลล่วงหน้าไปก่อน, ส่วนปฏิเวธธรรม เป็นผลที่ปรากฏแก่ใจ
สมจริงตามที่เรียนรู้ทางหลักวิชา สวนการปฏิบัติเป็นการ
แทงตลอดมานอวิชา คือความเียงหลง ซึ่งข้อนี้เป็นของ

เฉพาะตัวอย่างยิ่ง ฯ

- ๕๗ -

น่าอัศจรรย์มาก คนที่บ้าคลั่งอาจารย์รักษาโรคในตัวเอง ด้วยการยอมรับฟังวิธีการรักษามาจากผู้อื่น แล้วเฝ้ารักษาตัวเอง พิจารณาตัวเองไปเรื่อยๆ อย่างค่อยเป็นค่อยไป จนหายได้ในที่สุด ฯ

- ๕๘ -

ผู้ที่รู้ว่าตนกำลังติดขัดในปัญหาชีวิต คือความที่ชีวิต ถูกกีดขวางด้วยความหม่นหมองอยู่เสมอ ตั้งแต่ชนิดที่หยาบที่สุด จนถึงที่ละเอียดที่สุดนั้น อาจผ่านปัญหานั้นไปได้ โดยการพยายามคิดค้นเอาเองบ้าง ไต่ถามท่านผู้รู้มาคิดค้นบ้าง เมื่อค้นพบต้นเงื่อนถูกต้อง ก็ผ่านปัญหาทั้งหมดไปได้ ได้รับความแจ่มแจ้ง โปร่งเบา ปรากฏกับใจเอง เป็นความสุข ฯ

- ๕๙ -

ผลอันจัดเป็นอาหารของดวงใจในส่วนปฐิเวณ ที่ได้แก่ความสุขอันเกิดจากความพอใจในการที่จะสะสางปัญหาที่ยากๆได้สำเร็จ เป็นความรู้แจ้งนั้น ก็เป็นอีกขั้นหนึ่ง เป็นของพิเศษเกินกว่าวิสัยนักการค้า หรือผู้นิยมวัตถุจะเห็นว่านั่นเป็นความสุขไปได้ ฯ

- ๖๐ -

ศิลปินที่แท้จริง ย่อมหาความสุขได้จากความพอใจตัว

เอง ในการที่ทำงานอันยากๆ สำเร็จ มิได้พอใจในเงินหรือรางวัลที่ได้รับ ซึ่งเป็นวิสัยของนักการค้า ศิลปินแห่งการสะสางปัญหาชีวิต อันยุ่งยาก ก็ทำนองเดียวกัน ฯ

- ๖๑ -

ผลอันเป็นอาหารของดวงใจในส่วนปฏิบัติ ซึ่งเมื่อได้แทงตลอดปัญหาทั้งปวงในชีวิตถึงที่สุด ไม่มีอะไรเหลือจริงๆ ก็คือการพบกันเข้ากับพระนิพพาน และหากเป็นการแทงตลอดที่ถึงขีดระยะหนึ่งๆ ช่างต้นๆ นั่นก็คือมรรค ผลขั้นหนึ่งๆ นั่นเอง ฯ

- ๖๒ -

เมื่อใจได้อาหารเป็นลำดับมา จนลู่ถึงพระนิพพาน คือการดับกิเลสสิ้นเชิงแล้ว ต่อจากนั้นก็เป็นที่มิรสของพระนิพพานเป็นอาหาร. ศานติเป็นรสของพระนิพพาน! และใจที่มีศานตินั้นเป็นอาหาร !

- ๖๓ -

ศานติ หมายถึงความเยือกเย็นอันเกิดจากการที่จิตลู่ถึงพระนิพพาน หรือสภาพอันหนึ่งซึ่งเป็นสภาพแห่งความว่างโปร่ง เป็นอิสระเหนือสิ่งทั้งหลาย:- เหนือรูปธรรมนามธรรม เหนือกฎแห่งรูปธรรมนามธรรมทั้งหมด และเป็นสิ่งที่ใครๆ จะบัญญัติติกฎเกณฑ์อะไรให้ไม่ได้เลย เว้นแต่เป็นการบัญญัติอย่างสมมติๆ กันไปที่ ฯ

- ๖๔ -

เมื่อเราอาบน้ำ เราได้รับความเย็นของน้ำหรือรู้สึกเย็นเพราะน้ำ, เมื่อใจลูถึงพระนิพพาน มันย่อมเยือกเย็น เพราะความเย็นของพระนิพพานนั่นเอง ความเยือกเย็นอันนี้เป็นยอดอาหารชั้นพิเศษของดวงใจ ฯ

- ๖๕ -

ความหม่นหมองต่างๆ ของดวงใจนั้นถูกสลัดทิ้งเสีย ได้หมดแล้ว ตั้งแต่ได้รับอาหารชั้นปฎิเวรชั้นสูง, มาบัดนี้ยังได้รับความเยือกเย็นของพระนิพพานเข้าอีก จึงเป็นการยากที่จะกล่าวให้เป็นที่เข้าใจกันอย่างทั่วไป ว่ารสชาติอย่างนี้ในขณะเช่นนี้ จะเป็นอย่างไร เพราะเป็นสิ่งที่แม้ยากพูดให้ฟัง ก็ไม่รู้จะพูดอย่างไร ฯ

- ๖๖ -

อย่าว่าแต่รสชาติของพระนิพพานเลย แม้เพียงแต่รสวิเวก หรือรสสมาธิขั้นต้นๆ ก็เป็นของยากที่จะอธิบาย ว่ามันมีรสเป็นอย่างไรเสียแล้ว เพราะเป็นรสที่ต้องจัดว่าเป็นรสแปลกใหม่อีกรสหนึ่ง จากบรรดารสทั้งหลายที่คนธรรมดาเคยรู้รสกันมา ในวงโลกियารมณฺ์ ฯ

- ๖๗ -

สำหรับคนที่ไม่เคยกินของหวานเลย ใครๆก็ไม่อาจจะอธิบายให้ทราบได้ว่า รสหวานนั้นเป็นอย่างไร, คงได้แต่ว่า



เป็นมนุษย์ หรือ เป็นคน ?

พุทธทาสภิกขุ

เป็นมนุษย์ เป็นได้ เพราะใจสูง
ถ้าใจต่ำ เป็นได้ แต่เพียงคน

ใจสะอาด ใจสว่าง ใจสงบ
เพราะทำถูก พูดถูก ทุกเวลา

ใจสกปรก มีดมัว และร้อนร่ำ
เพราะพูดผิด ทำผิด จิตประวิง

คิดดูเถิด ถ้าใคร ไม่อยากตก
ให้ใจสูง เสียได้ ก่อนตัวตาย

เหมือนหนึ่งยุง มีดี ที่แวขน
ย่อมเสียวที่ ที่ตน ได้เกิดมา

ถ้ามีครบ ควเรียม มนุสสา
เปรมปรีดา คินวัน สุขสันต์จริง

ใครมีเข้า ควเรียม ว่าผีสิง
แต่ในสิ่ง นำตัว กลัวอบาย

จงรีบยก ใจตน รีบขานขวาย
ก็สมหมาย ที่เกิดมา อย่าเชื่อนอเอย ฯ

“หวาน-หวาน” อยู่อย่างเดิม. นี่เองคือความเป็นปัจเจกตั้ง หรือความที่อธิบายให้ชัดไม่ได้ในเรื่องรส, รสของพระนิพพาน ก็ทำนองเดียวกัน เป็นแต่ยังอธิบายยากขึ้นไปกว่ารสตาม ธรรมดา นั้นหลายเท่านั้น, แม้แต่ในทางเปรียบเทียบหรือ คาดคะเน ฯ.

- ๖๘ -

คนที่ไม่เคยลิ้มรสหวานเลย ก็ไม่ควรจะตั้งเถียงว่า รสหวานไม่มีในโลก, และทางที่ดีที่สุด เขาควรใช้ความ พยายามจนหาน้ำตาลมาชิมดูได้ด้วยตนเอง ก็จะได้รู้ว่า หวาน- หวาน นั้นเป็นอย่างไร ฉะนั้นใครที่ยังไม่ลูถึงนิพพาน ก็ไม่ ควรปฏิเสธรสของพระนิพพาน แต่ควรที่จะตะเกียกตะกาย จนได้ชิมรสของพระนิพพานด้วยตนเองฉนั้น ฯ.

- ๖๙ -

น้ำกับบก ติดต่อกันอยู่ ห่างกันชั่วแต่เพียงเส้นริมน้ำ เส้นเล็กๆ เท่านั้น แต่ปลาก็ไม่อาจรู้หรือแม้แต่คาดคะเน ว่าบกเป็นเช่นไรได้เลย. พระนิพพานเป็นฝั่งเกาะที่รอดพ้น แต่บ่อยคนมักจะว่ายออกไปถึงเกาะนั้น; ดูจพวกนกที่ติด บ่วงแล้ว น้อยตัวมักจะหลุดออกไป ไม่ต้องตกเป็นเหยื่อ ของนายพราน, ฉะนั้นก็ฉนั้น ฯ.

- ๗๐ -

ผู้ตกโลก หรือจมโลก ก็คือผู้รู้จักแต่โลก หรือกามคุณ

ซึ่งเรียกในที่นี้ว่า อาหารกาย หรือ โลภียะ นั่นเอง. เมื่อรู้จัก
แต่อย่างเดียวเสียเช่นนี้ ก็มักจะไมยอมเชื่อว่า บก หรือ
โลกุตตระ นั้นมีอยู่ ณ ที่ใด อีกเช่นเดียวกับปลา ฯ

- ๗๑ -

การที่จะเดินทางไปสู่บกนั้น ผู้เดินต้องกินอาหารของ
ดวงใจ ดังกล่าวแล้วเป็นลำดับ. การที่ไม่ค่อยมีใครใน
บัดนี้สนใจเรื่องอาหารของดวงใจ ก็เพราะไม่เคยรู้ว่า มี “บก”,
หรือคิดที่จะเดินไปสู่ “บก” กันนั่นเอง ฯ

- ๗๒ -

อาหารของดวงใจ มีหลายชั้น มีรสชาติต่างๆ กัน
เพราะฉะนั้นในยุคหนึ่งๆ ย่อมจะมีผู้แสวงและกำลังเสพอยู่
ในชั้นต่างๆ เป็นธรรมดา, ดังเราจะเห็นได้แม้ในโลกนี้ว่า
บางคนหาได้ตกโลกเต็มทีหรือจมมิดเหมือนบางคนไม่ ฯ

- ๗๓ -

ถ้าจะสมมติภาพขึ้นริมฝั่งทะเล จะเห็นว่าบางพวกตก
น้ำจมมิดอยู่, บางพวกชูศีรษะร้อนขึ้นเหนือน้ำได้ มองดู
รอบๆ สังเกตหาฝั่งบกอยู่, บางพวกมองเห็นฝั่งแล้ว, บาง
พวกกำลังว่ายน้ำมุ่งหน้าเข้าหาฝั่ง, บางพวกใกล้ฝั่งเข้ามามาก
แล้ว, บางพวกถึงที่ตื้นยืนถึง เดินตะคุ่มๆ เข้ามาแล้ว, บาง
พวกเดินท่องน้ำเพียงแค่ว่าเข้ามาแล้ว, บางพวกนั่งพัก
อย่างสบาย หรือเที่ยวไปอย่างอิสระบนบก! เราเองอยู่

ในจำพวกไหน ? ย่อมไม่มีใครรู้ได้เท่าตัวเราเอง ฯ

- ๗๔ -

ตลอดเวลาที่มนุษย์ ยังคงได้รับรสจากพุทธวจนะอยู่เพียงใด คงจะมีสักพวกหนึ่ง โดยเฉพาะก็คือพวกที่มีอาหารกายสมบูรณ์ จนอึดอัดเพราะความซ้ำซาก และหมดทางไปในเบื้องสูงเข้าแล้ว, เขาจักเกิดมีความสนใจในคุณภาพอันสูงสุดของโลกุตตรอาหาร หยิบเอาลัทธิ“มโนนิยม” ขึ้นมาพิจารณาดูบ้างเป็นแน่ เพราะยังมีทางไปได้สูงอีกมากนัก ฯ



พุทธศาสนาได้ให้อะไรแก่คนเรา

- พุทธศาสนาให้ก้าวเท้าที่ถูกต้อง ก้าวแรกแก่เด็กา
- พุทธศาสนาให้วิธีการบังคับตัวเอง ที่จำเป็นอย่างยิ่งแก่คนหนุ่มสาว
- พุทธศาสนาให้เคล็ดแห่งความสำเร็จและความไม่มีทุกข์ในการแสวงหาโลกียสุขแก่พ่อบ้านแม่เรือน
- พุทธศาสนาให้โลกุตตรสุข หลังจากผ่านโลกียสุขมาแล้วแก่คนเฒ่าคนแก่

พุทธทาสภิกขุ



ชีวิต สูง สุด

พุทธทาสภิกขุ

การกระทำ การพูด หรือการคิด
ไม่มีความ ทamayมั่น ชันใดา

จงกระทำ ด้วยจิต ที่แจ่มใส
ด้วยจิตใจ เตือดตุ อุปาทาน

อัน“ตัวกู” “ของกู” ดูให้เหิน
เอามาเป็น “ตัวกู” ดูอันธพาล

ว่ามันเป็น สิ่งปรุ้งแต่ง แห่งสังขาร
คือหน้าด่าน ฉ้อธรรมชาติ : ฉลาดโกง ฯ

ใครชินมี ชิวิต ชนิดนั้น
ตกกลางคืน ยิ่งอัดควัน ชันสุดโต่ง

ตกรรก ทั้งวัน ควันโขมก
จนเข้าโลง ไม่เคยมี ที่เยือกเย็น

จงคิด-พูด-ทำ ด้วยใจ ใสสะอาด
สิ่งใดา ชนะได้ ทุกประเดัน

ใจฉลาด ใจสงบ เมื่อพบเหิน
ชีวิตเช่น- นี้สูงสุด, มนุษย์เออย.

วัฒนธรรมชาวพุทธไทย



๑. ขยันขันแข็ง, ก้าว, ยอมตายถ้าถูกรุกรม.
๒. สุภาพ, อ่อนโยน, เชื่อฟังผู้เฒ่าผู้แก่.
๓. กตัญญู : รับรู้คุณ
แม้สิ่งไม่มีชีวิต แม้อุปสรรคศัตรู.
๔. มีศีล-มีสัตย์, เปิดเผย-บริสุทธิใจ.
๕. ประหยัด-สันโดษ,
รู้จักทำสิ่งร้ายให้กลายเป็นดี.
๖. มีเมตตา-กรุณา, มีน้ำใจ-ไม่มีเขา ไม่มีเรา.
๗. อดกลั่น-อดทน ด้วยใจแฉ่มใส,
คอยได้-รอได้
๘. เป็นฝ่ายยอมได้-ให้อภัยได้
เพื่อให้อะไร่า มันลงกันได้.
๙. ไม่ตามใจกิเลส แต่เลือกข้างถูกรุกรม.
๑๐. มีแบบฉบับในเรื่อง กิน-อยู่-หลับ-นอน
เกิด-แก่-เจ็บ-ตาย เป็นของชาวพุทธเอง.