

พุทธทาสธรรม(๑๗)  
สุขภาพทางจิตวิญญาณ

*พุทธทาสธรรม(๑๗)*

พุทธทาสธรรม (๑๗)

## สุขภาพทางจิตวิญญาณ

พุทธทาสภิกขุ

พิมพ์ครั้งที่ ๑



จัดพิมพ์โดย :

สำนักพิมพ์สุขภาพใจ

บริษัท ตถตา พับลิเคชั่น จำกัด

จัดจำหน่ายโดย :

สายส่งสุขภาพใจ

บริษัท บুকไทม์ จำกัด

เลขที่ ๑๔/๓๗๐ หมู่ ๑๐ ถ.พระราม ๒ (ซอย ๓๘) แขวงบางมด

เขตจอมทอง กรุงเทพฯ ๑๐๑๕๐

โทรศัพท์ ๐-๒๔๑๕-๒๖๒๑, ๐-๒๔๑๕-๖๕๐๗, ๐-๒๔๑๕-๖๗๗๗

โทรสาร ๐-๒๔๑๖-๗๗๔๔ [www.booktime.co.th](http://www.booktime.co.th)

# สุขภาพทางจิตวิญญาณ

*Thomas Corbin Baker*



## สารบัญ

|  |     |
|--|-----|
| อาการโรคของสัตว์โลกผู้เป็นคนไข้ของอริชชา ..... | ๑   |
| อาการของโรคทางวิญญาณ .....                     | ๓๑  |
| การเข้ามารับรักษาโรค                           |     |
| โดยวิธีการรับนับถือพุทธศาสนา .....             | ๖๗  |
| อนามัยคือการประพตติธรรม .....                  | ๑๐๓ |
| การพัฒนาอนามัย .....                           | ๑๔๙ |

### ภาคผนวก

|  |     |
|--|-----|
| ๑. คนธรรมดา เป็นคนไข้ของอริชชา .....                 | ๑๗๗ |
| ๒. โรค ๓ อย่าง .....                                 | ๑๗๙ |
| ๓. ทางวิญญาณ .....                                   | ๑๘๒ |
| ๔. โรคภัยไข้เจ็บของมนุษย์ทั้งโลก .....               | ๑๘๕ |
| ๕. แพทย์ในทางฝ่ายวิญญาณ .....                        | ๑๘๘ |
| ๖. สิ่งที่ดีที่สุด ที่มนุษย์ควรจะได้รับในสังคม ..... | ๑๙๗ |

Wongkarn 



# อาการโรคของสัตว์โลกผู้ เป็นคนไข้ของอวิชา

ธรรมเนียมของพุทธทาส เดวิดเจอร์ม,  
เรื่องที่ ๓. อาการโรคของสัตว์โลกผู้เป็น คนไข้ของอวิชา  
หน้า ๕๕-๗๗, บรรยายวันที่ ๑ เมษายน ๒๕๑๔





วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๑๔ ของพวกเราที่นี่ ได้ล่วงมาถึง ๔.๓๐ น. แล้ว. ครั้งนี้เป็นกรรบรรยายครั้งที่ ๓ ซึ่งจะกล่าวถึง “อาการโรคของสัตว์โลกผู้เป็น คนไข้ของ อริชชา” สืบเนื่องกันไปจากเรื่องที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น.

พระพุทธเจ้าเป็นนายแพทย์ผู้เชี่ยวชาญรักษาโรคของสัตว์โลกทั้งปวง. สัตว์โลกทั้งปวงเป็นคนไข้ของอริชชา. คนไข้เหล่านั้นมีอาการโรคต่างๆ กัน แม้จะมากมายอย่างไร ก็อยู่ในวิสัยที่พระพุทธเจ้าจะทรงเยียวยาได้. ดังนั้นขอให้ระลึกนึกถึงคำบาลีที่ว่า : “สพฺพญฺญ สพฺพตฺสวํ ชิโน อจฺริโย มม มหาการุณิกโส ตถา สพฺพโลก ติกิจฺจโก”, ไว้อย่างซ้าๆ ซากๆ ว่า “อาจารย์ของเรานั้นเป็นผู้รู้สิ่งทั้งปวง เป็นผู้เห็นสิ่งทั้งปวง เป็นผู้ชนะกิเลส เป็นผู้สอนที่ประกอบด้วยความกรุณาอันใหญ่หลวง เป็นนายแพทย์ผู้รักษาเยียวยาโลกทั้งปวง” ดังนี้.



## อาการโรค ของคนไข้ ของอวิชชา

ทีนี้ เราก็จะดูกันในแง่ที่ว่า สัตว์โลกทั้งปวง ซึ่งเป็นคนไข้ ของอวิชชานั้นมีอาการโรคอย่างไรบ้าง.

อาการโรค มันก็ขึ้นอยู่กับสิ่งที่เรียกว่า “โรค” เมื่อโรค มันมีต่างๆ กันอาการโรคมันก็ต้องมีต่างๆ กันเป็นธรรมดา; นี่ เป็นเรื่องโรคภัยไข้เจ็บทางกาย ทางจิต. ส่วนที่เป็นโรคภัยไข้ เจ็บในทางวิญญาณนั้น ความต่างมันก็มีอยู่ในรายละเอียด ประเภทเบ็ดเตล็ด.

โรคส่วนใหญ่มันเป็นโรคเดียว หรือโรคเหมือนกัน เป็น โรคเดียวที่เราเรียกว่า เป็นโรคทางจิตทางวิญญาณ และที่เรา เรียกว่า เป็นคนไข้ของอวิชชา เพราะว่ามัน มีมูลมาจากอวิชชา มีสมุฏฐานของโรคมาจากอวิชชา ซึ่งเป็นแม่บทของกิเลส ตัณหาทุกชนิด.

ถ้าจะดูกันที่อาการภายนอก มันก็ต่างกันไปบ้าง หรือว่า เราจะแยกดูไปที่ละแ่งที่ละมุม ไม่ดูกันแ่งเดียวเสมอไป ก็จะ เห็นความแตกต่างกัน แม้ว่าจะเป็นคนไข้ของอวิชชาเหมือนกัน หรือว่ามีสมุฏฐานมากอวิชชา ที่เป็นแม่บทของกิเลสพันห้า ตัณหาร้อยแปด แล้วแต่จะเรียกตามภาษาวัตถุ. ในกรณีที่เป็น โรคนี้ ก็มีอาการที่เราเรียกกันตามธรรมดาที่แสดงออกมา คือ ว่าถ้ามีอาการคลั่งอย่างนี้ละก็มีลักษณะของอวิชชาเต็มตัว; เพราะว่าคลั่ง หรือว่าอะไรทำนองนี้ มันไม่รู้สึกรู้สิด.

สัตว์โลกผู้เป็น คนใช้ของอริชชา มีอาการคลั่งอยู่ด้วยกิเลส คือ โลกะ โทสะ โมหะ; มีโลกะ โทสะ โมหะ ชักนำไปหรือบังคับให้ทำ หรือครอบงำอยู่หรืออะไรก็ตาม แล้วแต่จะเรียก มันก็คลั่งไปตามอำนาจของโลกะ โทสะ โมหะ ซึ่งออกมาจากอริชชา.

อริชชา คือปราศจากความรู้ เมื่อมีอะไรเข้ามากระทบจิตใจที่ปราศจากความรู้ มันก็เกิด concept อย่างนั้นอย่างนี้; แต่เมื่อรวมกันแล้ว ก็มีเพียงสามประเภทคือ โลกะ โทสะ โมหะ; บางทีก็เรียกว่า ราคะ โทสะ โมหะ ก็มี, บางทีก็เรียกว่า ราคะ โภคะ โมหะ ก็มี, แต่ที่เรียกกันโดยมากก็ว่า โลกะ โทสะ โมหะ.

ราคะ มันก็รวมอยู่ใน โลกะ, โภคะ-ความโกรธมันก็รวมอยู่ใน โทสะ, โมหะ ก็มักจะเรียกว่า โมหะ แต่เพียงชื่อเดียว. โลกะ หรือ ราคะ นี้มันเหมือนกันตรงที่มีอาการที่จะรวบรวมเข้ามามีตัวหรือกอดรัดไว้กับตัว. ส่วนโทสะ หรือโกรธนั้นมันมีอาการผลัดออกไปจากตัว. ส่วนโมหะ นี้มีอาการเหมือนกับว่ามันไม่รู้จักรัก มันก็สงสัยระแวงพัวพันอยู่รอบๆ สิ่งนั้น ไม่รู้ว่าจะเอาอย่างไรกันแน่แน่ แต่ส่วนใหญ่ก็ไปหลงเวียนอยู่รอบๆ สิ่งเหล่านั้น.

ขอให้นักกำหนดจดจำคำอธิบายสามอย่างนี้ไว้ให้ดีๆ สำหรับพวกคุณที่เป็นนักศึกษา; ชาวบ้านเขาเอาไปปนกันยุ่งหรือบางทีก็แยกกันไม่ออกว่ามันต่างกันอย่างไร. เราอาศัย



หลักทาง logic หรือทางวิทยาศาสตร์พิจารณาดูแล้วจะเห็นได้ชัดว่า : พวก โลกะนั้นเป็นพวกที่จะดึงเข้ามาติดไว้กับตัว, พวก โทสะ มีแต่จะผลักดันให้ออกไป หรือทำลายเสียไม่ให้เห็นปรากฏ, พวก โมหะ มันก็พัวพันอยู่รอบๆ ด้วยความสนใจด้วยความสงสัย.

อย่างนี้มันไม่มีทางจะปนกันได้ แก้กิเลสจะมีมากชื่อ ตั้งร้อยตั้งพัน เราก็สามารถที่จะเอามา จัดกลุ่มให้เหลือเพียงสามประเภทได้. ก็เป็นอันว่าเราเข้าใจเรื่องกิเลสที่เป็นประธาน ซึ่งแบ่งออกไปเป็นสามอย่างนี้ได้ดี.

สัตว์โลกมีอาการคลั่งอยู่ด้วย โลกะ โทสะ โมหะ เหมือนคนไข้ที่มีอาการคลั่ง. คลั่งทางร่างกาย ทางจิต นั้นมันเห็นง่าย มีอาการเห็นง่าย แต่คลั่งทางวิญญาณนี้ไม่เห็นได้ง่าย สำหรับผู้ที่ไม่มีธรรมจักรู ดั่งนั้นจึงเห็นเป็นไม่คลั่ง.

แต่อย่าลืมนะว่า เราเองถ้ายังเป็นปุถุชนอยู่เพียงใดก็จะมีอาการคลั่งอยู่ด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง ทั้งกลางวันกลางคืน; แม้นอนหลับแล้วก็ยังคลั่งอยู่ได้สำนึก หรือด้วยความฝัน. ดั่งนั้นขออย่าได้ประมาท ดูมันให้ดี ๆ ว่ามันมีอาการคลั่งอยู่ตลอดเวลาที่มันมีอาการของความโลภ ความโกรธ ความหลง เข้าครอบงำแล้วยังแถมอยู่ได้สำนึก คือไม่ค่อยจะรู้สึก; หมายความว่ามันพร้อมที่จะออกมาเป็นเต็มสำนึกอยู่เสมอ.

จิตได้สำนึกก็เต็มอยู่ด้วย โลกะ โทสะ โมหะ แล้วแสดงออกมาด้วยอาการเต็มสำนึกเป็นคราวๆ และเป็นอย่างๆ แล้วแต่ว่าอารมณ์อะไรจะเข้ามากระทบ. อารมณ์ที่น่ารักก็ทำให้เกิดความรัก, อารมณ์ที่น่าเกลียด มันก็ทำให้เกิดความเกลียด, ที่นี้อารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความหลงไหลมันก็ทำให้หลงไหล.

ชาวบ้านชาววัดพูดถึง โลกะ โทสะ โมหะ กันจนดื่นไปหมด. แต่พวกคุณก็อาจจะเห็นว่ามันเป็นเรื่องครีคระพันสมัยอีกเหมือนกัน เพราะเป็นเรื่องของชาวบ้านชาววัด คนแก่ยายแก่ตาแก่พูด.

แต่ถ้าเรามองดูในตัวของตัวเองภายในจิตใจของตัวเอง ก็พบว่ามันก็ยังมึนสิ่งนี้เดือดพล่านอยู่ในจิตใจ คือคดล่งอยู่ในภายในเป็นเรื่องทางวิญญาณ แต่ก็ขอให้สะดุ้งว่า เรายังมีโรคทางวิญญาณอยู่.

## โลกะ โทสะ โมหะเป็นเหตุของอาการไข้ ที่วนเวียนอยู่ตลอดเวลา

เรื่อง โลกะ โทสะ โมหะ นี้ เป็นเรื่องที่จะต้องสนใจมากต่อไปเรื่อยๆ ไม่มีหยุด แม้กระทั่งว่าจะหมดกิเลส หมดโลกะ โทสะ โมหะ ก็ยังต้องสนใจในฐานะที่มันหมดไปแล้ว. เดี่ยวนี้มันยังมีอยู่ ยังมีความเคยชินที่จะเกิดอยู่ในได้สำนึก รู้จักมัน



เสียให้ดีๆ จะได้ผลคุ้มค่าในการที่ได้ลงทุนศึกษาพุทธศาสนาด้วยความยากลำบาก หรือว่าด้วยเจตนาดี.

สัตว์โลกมีอาการคลั่งอยู่ด้วย โลกะ โทสะ โมหะ แล้วก็มีอาการเพื่อไปตามอำนาจของ โลกะ โทสะ โมหะ ที่มันทำหน้าที่ของมันเต็มที่ กลายเป็นวิภวูฏะขึ้นมา. ถ้าคุณรู้จักกิเลส คือ โลกะ โทสะ โมหะ คุณก็ต้องรู้จักเรื่องของวิภวูฏะ ซึ่งเป็นความหมุนเวียนของกิเลสนี้.

ที่เขาพูดว่า “วิภวูฏะ” หรือว่า วิภวูฏสงสาร พวกคุณนักเรียน นักศึกษาสมัยใหม่ ก็ชักจะรู้สึกว่ามันเป็นคำครีคระอีก; ก็เลยมีความเฉยเมยที่จะเข้าไปรู้ให้ชัดว่า “มันคืออะไร” ถ้ารู้เมื่อไรก็จะรู้ว่าสิ่งที่เรียกว่าวิภวูฏะหรือวิภวูฏสงสารนั้นมันมีอยู่ในตัวเรานี่เองแทบตลอดเวลา.

วิภวูฏะ แปลว่า วงกลม สงสาร แปลว่า เวียนว้าย วิภวูฏสงสาร แปลว่า เวียนว้ายอยู่ในวงกลม. วงกลมนี้ประกอบด้วย ส่วน ๓ ส่วน คือ:-

ส่วนที่ ๑ ได้แก่ กิเลส : โลกะ โทสะ โมหะ อย่างที่กล่าวแล้ว ส่วนที่ ๑ นี้เป็นเหตุให้กระทำ ส่วนที่ ๒ ที่เรียกว่า “กรรม”.

ส่วนที่ ๒ คือสิ่งเรียกว่า “กรรม” กรรมดีกรรมชั่ว กรรมไม่ดีไม่ชั่ว อะไรก็ตาม นี่มันทำตามอำนาจของกิเลส ส่วนที่ ๒ คือกรรม นี้ก็เป็นเหตุให้เกิดส่วนที่ ๓ ที่เรียกว่า “วิบาก”.

ส่วนที่ ๓ คือ ผลกรรม เรียกว่า “วิบาก” เป็นผลกรรมที่ทำให้เกิดความรู้สึกเป็นสุข หรือเป็นทุกข์. แต่ว่าผลกรรมนี้มัน

ไม่หยุดอยู่แค่นั้น พอเรารู้สึกเป็นสุขหรือทุกข์ มันก็เกิด concept อันใหม่ ที่จะเป็นกิเลสอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมาอีก :-

รู้สึกเป็นสุขขึ้นมา มันก็เกิดกิเลสที่จะขยายความสุขนั้น, หรือว่าถ้าเป็นทุกข์มันก็เกิดกิเลสประเภทโกรธ ประเภทโทสะ ขึ้นมา ก็จะทำกรรมไปตามอำนาจของโทสะนั้น ต่อไป เช่น ไปตีไปฆ่าเขา เป็นต้น.

ผลกรรม ทำให้เกิดกิเลสอีก-กิเลสก็ทำให้มีกรรม หรือมี การกระทำความกรรมขึ้นมาอีก -การทำความทำให้เกิดผลอีก-ผล กรรมก็ทำให้เกิดกิเลสอีก; มันเป็นวงกลมที่ซ้ำกันลงไป แต่ว่า รูปว่างมันต่างกัน. เพราะฉะนั้น มันจึงมีลักษณะเหมือนกับ เป็นห่วงของวงกลม ที่เกี่ยวกันเป็นลูกโซ่อยู่ในจิตใจของเราเป็น ประจำวัน. นี่คือวัฏฏะ หรือวัฏฏะสงสาร มีอาการเหมือนกับ เพ้อ คือเป็นเรื่อยไปไม่มีหยุด แต่แล้วเราก็ไม่เคยเอาใจใส่กับ สิ่งเหล่านี้ซึ่งเป็นโรคร้าย.

บางทีเราจะรู้สึกว่า มันเป็นเรื่องสนุกเสียด้วยซ้ำไป ที่ได้ เกิดกิเลส เกิดราคะ เกิดความรู้สึกทางกามารมณ์ มันก็ สนุกสนานไป; แม้จะเกิดกิเลสประเภทโทสะ โกรธ มันก็สนุก ไปอีกแบบหนึ่งตามประสาทของยักษ์มาร หรือภูตผีปีศาจ. เพราะฉะนั้น มันจึงมีการทะเลาะวิวาทกัน ตีกัน อะไรงันแม้ใน มหาวิทยาลัยอย่างที่คุณคุณก็เคยได้เห็นได้ยิน.

นี่มันไม่ใช่เรื่องเล็กน้อยสำหรับสิ่งที่เรียกว่าวัฏฏะนี้ ไม่ เช่นนั้นมันจะเป็นวงกลมไปไม่ได้มันจะขาดตอน; กิเลสมันมี



อาการที่หลอกให้ใจให้หลง หลงว่าเป็นของดี มันจึงส่งวนกันไป เป็นวงกลม ไม่ขาดตอนได้.

ผู้ที่เรียกตัวเองว่า นักศึกษา ยกพวกตีกันบ้าง หรือทำอะไรที่น่าเกลียดน่าชัง มากขึ้นทุกที ตามยุคสมัยใหม่ นี้ ก็เพราะเหินห่างจากศาสนา ซึ่งเป็นข้าศึกของกิเลส. ไปรับเอาอารยธรรมบ้าง บอๆ ของต่างประเทศมาเชิดชู ยึดถือจนลืมตัวมันก็ได้เป็นโรคของกิเลส มีอาการคลั่ง ด้วย โลภะ โทสะ โมหะ, มีอาการเพื่อไปด้วยอำนาจ โลภะ โทสะ โมหะ ที่มันเวียนเป็นวงกลมให้ทำกรรม-ให้รับผลกรรม-ให้เวียนมาก่อกิเลสใหม่ เรื่อยไปอย่างนี้. นี่เป็นตัวอย่างของอาการโรค ของคนไข้ ของอวิชชา.

## การพูดในรูปอุปมา ทำให้จำง่าย

อยากจะบอกให้ทราบเสียตอนนี้เลยว่า ทำไมเราจึงพูดเป็นรูปอุปมาเช่นนี้ อุปมาเหมือนโรค เหมือนอะไรเหล่านี้ ก็เพราะมันจำง่าย, เป็นวิธีที่ใช้มาแต่โบราณกาลก่อนพระพุทธเจ้า. พระพุทธเจ้าก็ใช้วิธีอุปมา เพราะว่ามันจำง่าย แล้วมันไปเข้าเรื่องกันกับเรื่องที่เป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน ทำให้จำง่าย. เพราะฉะนั้นอย่าได้เห็น หรือรู้สึกไปว่าเป็นเรื่องแกล้งพูดหรืออุปมากันสนุกๆ หรือแปลกๆ หาเรื่องที่จะอุปมากันเสียเรื่อย; มันก็ถูกเหมือนกัน หาเรื่องที่จะอุปมา ก็เพื่อว่าหาเรื่องที่จะช่วยให้เกิดความจำได้ง่ายแล้วก็จำได้ไม่ลืม จึงเปรียบอาการ



ป่วยด้วยโรคของกิเลสเหมือนกับอาการป่วยซึ่งมีอาการคลั่ง  
อาการเพ้อของโรคนั้นๆ.

ที่นี้ ก็อยากจะเปรียบด้วยอาการกินของแสง. เมื่อการ  
แพทย์ยังไม่เจริญในสมัยโบราณ เรื่องของแสงนี้สำคัญมาก  
ทำให้ตายคาที่ได้เหมือนกัน; แต่มาถึงการแพทย์ในสมัย  
ปัจจุบันนี้ ความรู้ก้าวหน้า กำจัดอันตรายจากการกินของแสง  
นี้ได้มากจึงไม่ค่อยจะสนใจกัน จนแทบจะไม่มีอะไรแสง.

แต่ผมยังอยากจะบอกให้ทราบว่าเป็น เรื่องของแสงนี้เป็น  
เรื่องใหญ่ เป็นปัญหาใหญ่ที่จะต้องระมัดระวัง; เพราะว่า คำว่า  
ของแสงไม่ได้หมายความถึงของที่จะกินเข้าไปทางปากอย่าง  
เดียว มันจะกินเข้าไปทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย  
ทางผิวหนัง อะไรก็ได้ คนโบราณเขาจึงว่าของแสงเป็นของที่  
น่ากลัว.

คนที่เป็โรคอัมพาตอยู่บ้าง ลองไปกินน้ำมะพร้าวอ่อน  
ก็ซั๊กคาปาก, คนเป็นโรคกระเพาะบางชนิด กินกุ้งเข้าไปจะปวด  
ท้องแทบจะขาดใจตายอยู่ที่ตรงนั้น. นี่เป็นตัวอย่างของแสง  
ทางปาก ซึ่งยังมีกระเทบกระทั่ง ทางตา ทางหู ทางอะไรอีกมาก  
ที่ทำให้มันมีอาการทนมาน เจ็บปวด หรือว่าถึงกับทำให้โรค  
ภัยลุกลามยิ่งขึ้นไป.



## โรคทางวิญญาณมีของแสง คืออายตนะ ๖

สำหรับโรคทางวิญญาณมีของแสงก็คือ อารมณ์ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ มีอยู่ ๖ ทาง เขาเรียกกันว่า อารมณ์ ๖ หรืออายตนะภายนอก ๖; นี่ก็เป็นคำแปลคำใหม่สำหรับพวกคุณอีก ก็ขอให้จำไว้อีก เรื่องมันจะได้ค่อยลง, เรื่องที่จะศึกษา หรือสงสัย หรือลำบาก มันจะได้ค่อยลงๆ ถ้าเราจำคำเหล่านี้ไว้ให้ดีๆ.

อารมณ์ ๖ คือ อารมณ์ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ อารมณ์ทางตาก็คือ รูป อารมณ์ทางหูก็คือ เสียง อารมณ์ทางจมูกก็คือ กลิ่น อารมณ์ทางลิ้นก็คือ รส ที่รู้สึกขึ้นที่ลิ้น อารมณ์ทางกายก็คือ สิ่งที่สัมผัส อยู่ทางผิวหนัง อารมณ์ทางจิตก็คือ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นมาในจิต; เป็น ๖ อย่าง นี้เรียกว่า อารมณ์.

คำว่า อารมณ์ แปลว่า ที่ยึดที่หน่วง “อารมณ์” ภาษาบาลีแปลว่า เข้าไปยึดหน่วง ที่เข้าไปเกาะเกี่ยว, มันเป็นสิ่งหรือเป็นที่ที่จิตจะเข้าไปเกาะเกี่ยว ยึดหน่วงพัวพัน. คำว่า อารมณ์แปลว่าอย่างนี้ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส นี่เป็นอารมณ์สำหรับที่จิตจะเข้าไปเกาะเกี่ยว.

อย่าเอาไปปนกับคำว่า อารมณ์ในภาษาไทยใหม่ๆ ที่เขาใช้กันอย่างอื่นเช่น อารมณ์เสีย อารมณ์ดี อารมณ์ร้าย นั้นก็อีกความหมายหนึ่ง ซึ่งหมายถึงพวก emotion พวกอะไรไป

ทำนองนี้.

อารมณ์ในทางภาษาศาสตร์นี้ เขาหมายถึงของข้างนอกที่มันจะกระทบกันเข้ากับของข้างใน ของข้างในคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ของข้างนอกคือ รูปเสียง กลิ่น รส สัมผัส รั้มมารมณณ์ เป็นคู่กัน.

นี่ก็คือตัวการใหญ่ในเรื่องของมนุษย์ ถ้าไม่มีสิ่งเหล่านี้ มนุษย์ก็มีขึ้นมาไม่ได้มีชีวิตอยู่ไม่ได้ หรือว่าไม่เกิดกิเลสไม่เกิด ความทุกข์อะไรได้ มันไม่ใช่เรื่องเล็กน้อย เขาเรียกมันว่าเป็นเรื่องใหญ่.

คำว่า “เรื่องใหญ่” มีชื่อเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า “อินทรีย์”, อินทรีย์ คำนี้แปลว่า ใหญ่ หรือ สำคัญ คือ เรื่องใหญ่. อินทรีย์ ในภาษาบาลีไม่ใช่ชนกอินทรี หรืออะไรทำนองนั้น; แต่หมายถึง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ที่เป็นตัวการสำคัญเป็นเรื่องใหญ่. อินทรีย์เกี่ยวกินเหยื่อ อันได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสเข้า แล้วมันก็ก่อเรื่องให้เกิดกิเลส เว้นไว้แต่ว่าจะควบคุมอินทรีย์นั้นไว้ได้ดีเสียก่อน.

ที่นี้คนมีโมหะ มีอวิชชา ไม่รู้จักควบคุม ก็ปล่อยไปตาม เรื่องของอินทรีย์นี้แล้วก็ไปกินของแสงลงทางวิญญาณเข้า. รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส รั้มมารมณณ์นี้ ที่จริงมันก็เป็นของจำเป็นที่ชีวิตจะต้องมี; แต่เดี๋ยวนี้เราไม่มอง ไม่รู้สึกในแง่ นั้น มันรู้สึกในแง่เพื่อ หรือแ่งเกิน คือเป็นของเอร็ดอร่อยไปเสีย.



มันเหมือนกับเรากินข้าว กินอาหารประจำวันนี่ ถ้าเรา กินอย่างอาหารมันก็ดี กินถูกต้องอย่างกินอาหารมันก็ดี; แต่ ที่นี้เรากินอย่างเหยื่อ ไม่กินอย่างอาหาร กินเพื่อให้อร่อยลิ้น กิน อย่างพิถีพิถัน ต้องขับรถยนต์ไปตั้งครึ่งชั่วโมง เพื่อจะไปกิน อาหารอร่อย กลางวัน ที่ร้านนั้นร้านนี้ แทนที่จะไปกินอาหาร จานละ ๕๐ สตางค์ ที่โรงเรียนหรือออฟฟิศนั่นเอง.

ถ้ากินถูกต้อง คือ เพียงความอยู่ได้ของร่างกาย เรียกว่า “กินอาหาร”, ถ้ากินด้วยกิเลส ตัณหา เพื่อเอร็ดอร่อย เพื่อกิเลส ตัณหานั่นเอง ก็เรียกว่า “กินเหยื่อ”; ดังนั้นกินเหยื่อก็คือกิน ของแสดง. ถ้ากินอาหารนั้นก็เป็นของธรรมดา คนไข้ก็ต้องกิน อาหาร, ถ้ากินผิดก็กลายเป็นกินเหยื่อ หรือกินของแสดง.

ที่โรงพยาบาลเขาก็ระมัดระวังให้คนไข้ได้กินอาหารที่ถูกต้อง ไม่ต้องการให้กินเหยื่อ เหยื่อคือของแสดง โรคทาง วิญญาณมีของแสดงก็คือ “เหยื่อ” ที่เข้ามาทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี้.

ขอให้จำคำว่า “อายุตนะ” นี้ไว้ให้ดีๆ สำหรับจะได้ ศึกษาต่อไปอย่างละเอียด มันมีเรื่องมาก; ในที่นี้เรามองมันใน ฐานะเป็นของแสดง.

## คนไข้ของอวิชาชาไม่ชอบกินยาของหมอที่แท้จริง

ต่อไปก็อยากจะแนะนำให้เห็นว่า คนไข้ของอวิชาชา นี้ มีอาการที่ไม่ชอบกินยาของหมอที่แท้จริง หรือหวังดี กลับไปชอบกินยาของหมอคดโกงหลอกหลวง เหมือนกับเห็นกงจักรเป็นดอกบัว.

โดยทั่วไปเราก็เห็นว่า คนไข้ทางร่างกาย ทางวัตถุ ตามธรรมดา นี้เขาไม่ชอบไปโรงพยาบาล; โดยเฉพาะในสมัยก่อนนี้เกลียดกลัวโรงพยาบาล ก็ไปหาหมอกกลางบ้านซึ่งส่วนมากก็เป็นผู้ที่หลอกหลวงโดยรู้ตัวบ้าง ไม่รู้ตัวบ้าง คือเขาไม่เจตนา ก็มี เพราะเขาไม่มีความรู้ เขาก็ทำไปตามความงมงาย ความมึนงง. คนไข้ที่เป็นชาวบ้าน หรือชาวบ้านที่เป็นคนไข้ นั้น ก็ตายเสียเป็นส่วนมาก เพิ่งจะนิยมไปโรงพยาบาลกันเมื่อไม่นานมานี้; ก่อนนั้นก็มีแต่หมอพื้นบ้าน ที่ทำไปตามบุญตามกรรม คนไข้ก็ติดหมออย่างนั้น ไม่ยอมรับการรักษาแบบใหม่ เพราะเขาว่ามันผิด หรือมันทำให้ตาย. ถ้าแม่เดี๋ยวนี้ก็ยังมียุคที่คนไข้ชอบไปหาหมอเถื่อน เห็นกงจักรเป็นดอกบัว; แบบนี้มันกำลังยุ่งกันมากขึ้น เพราะว่าหมอเถื่อนหรือหมอแท้ก็ปนกันยุ่งมากขึ้นทุกที.

ฝ่ายหมอแท้ที่มีความรู้จริง ก็ยังมีแยกออกไปว่า เป็นผู้ที่มิเมตตากรุณา หรือว่าเป็นผู้เห็นแก่เงิน; หมอที่มีความรู้จริง แต่เห็นแก่เงินก็มีเหมือนกัน, พวกชาวบ้านที่เป็นคนไข้ก็เลย



กวัดแกว่งไม่รู้ว่าจะเอาอย่างไรกันแน่; แต่ว่าส่วนใหญ่ก็ยังคงมาย  
ไปหาหมอรตน์น้ำมนต์ หาหมออะไรอย่างนั้นมากกว่าที่จะไปหา  
หมอที่เป็นวิทยาศาสตร์ ไปหาหมอไสยศาสตร์ดีกว่าไปหาหมอ  
วิทยาศาสตร์.

หมอวิทยาศาสตร์นี้ก็มักจะพูดในทำนองให้เขากลัวมาก  
ขึ้น หรือไม่หายกลัว, ส่วนหมอไสยศาสตร์นั้น เขามีการพูดหรือ  
อะไรที่แสดงให้เขาหายกลัวเดี๋ยวนั้น สบายใจไปเดี๋ยวนั้น อย่าง  
นี้เป็นต้น. คนไข้ก็เลยรวนเร หรือเวียนหัว ไปเอาของผิดแทน  
ของถูก ไปเอาของช่วยไม่ได้มาแทนของที่ช่วยได้ อยู่อย่างนี้.  
นี่คือข้อที่ว่าคนไข้ของอวิชชานี้เป็นเสียอย่างนี้.

ในทางวิญญาณก็เหมือนกัน สัตว์โลกที่มีความเจ็บไข้  
ทางวิญญาณก็ไม่ค่อยไปหาพระพุทเจ้า เพราะว่าเขาไม่รู้. จง  
ดูซิพวกคุณมีที่องค์ที่มาศึกษาธรรมะนี้ นอกนั้นอีกมากมาย ไม่  
สนใจในเรื่องธรรมะของพระพุทเจ้า ซึ่งเป็นเหมือนยาเหมือน  
หมอ. ชาวบ้านในสมัยพุทธกาลก็มีเป็นส่วนมากที่ไม่สนใจใน  
ธรรมะในฐานะที่เป็นยาแก้โรคทางวิญญาณ เขาก็เลยไปถือ  
ไสยศาสตร์เช่นเดียวกัน หาที่พึ่งดับทุกข์ทางไสยศาสตร์เชื่อถือ  
ศักดิ์สิทธิ์ เชื่ออะไรไปตามเรื่อง ไปบุญชายัญ ฆ่าคนบุญชายัญ นี้ก็มี  
ในประวัติศาสตร์ของศาสนาในอินเดีย.

คนไข้ของอวิชชามีอะไรมากเกินไปถึงขนาดนี้ มันมี  
อาการชนิดที่ผิดๆ นี้, ผิดเนื่องต่อกันไปเป็นสาย, เมื่อมันผิด  
อย่างนี้แล้วก็ไปผิดอย่างโน้นอีก, มันผิดอย่างโน้นแล้วก็ผิด

อย่างโน้นต่อไปอีก. นี่อาการของโรคมันก็ผิดต่อๆ กันไป.

## คนไข้ของกิเลสมีอาการวิปริตต่างๆ มาก

ที่นี่ มองดูอาการของคนไข้ของกิเลส อีกทางหนึ่ง ซึ่งคุณควรจำไว้ เป็นคำในพระบาลี ในพระคัมภีร์ เป็นรูปพระพุทธภาสิตว่า “กลางคืนอัดควัน กลางวันเป็นไฟ”, เป็นวลีที่ควรจำไว้ตลอดชีวิตว่า “กลางคืนอัดควัน กลางวันเป็นไฟ” ถ้ามีกิเลสเต็มที่มีนาก็มีอาการอย่างนี้: กลางคืนก็วิตกกังวลครุ่นคิด นอนไม่หลับ นอนหลับยาก แต่มันก็ต้องทนนอน เพราะมันเป็นกลางคืน, พอกลางวันสว่างขึ้นมันก็เป็นไฟ คือว่าทำไปตามอำนาจของกิเลส.

แม้ในเรื่องธรรมดาที่ไม่เกี่ยวกับโรคกิเลสนี้ มันก็มีอาการอย่างนี้อยู่แล้ว : มนุษย์เรากลางคืนก็นอนคิดว่า พรุ่งนี้จะหากินอย่างไร? จะทำอย่างไร? พอสว่างขึ้นก็รีบทำ ไปทำงานที่ออฟฟิศ ไปทำอะไรที่ไหนก็ตามใจ ตามธรรมดามันก็เป็นอย่างนี้อยู่แล้ว. พอมีโรคกิเลสเข้ามาครอบงำ ก็เป็นอย่างนั้นรุนแรงมากขึ้น : กลางคืนก็นอน ทรมานใจ กลางวันก็ทรมานกาย. นี่แหละรวมเรียกว่า “กลางคืนอัดควันกลางวันเป็นไฟ”

อย่างลืมเสียว่า ให้มองดูตัวเองด้วย ว่า กลางคืนคิดด้วยอำนาจของกิเลสหรือว่าคิดตามความรู้สึกที่ผิดชอบชั่วดี มีเหตุผลพอสมควร; และพอกกลางวันมันเป็นไฟด้วยอำนาจของ



กิเลส หรือว่าเป็นไปตามหน้าที่การงาน ที่มีสติปัญญาถูกต้อง พอสมควร. แต่ถึงอย่างไรก็ขออย่าให้รวมอยู่ในคำว่า “กลางคืนอันควั่น กลางวันเป็นไฟ”. แต่ว่าอัตตควั่นนี้ ก็อย่าให้ถึงกับเป็นทุกข์ทรมาน, เป็นไฟก็อย่าให้ถึงกับเผาผลาญ ให้มีธรรมคุ้มครอง ควบคุม ให้การอัตตควั่น หรือการลุกเป็นไฟนี้ให้ถูกต้อง ก็กลายเป็นสิ่งที่มีทุกข์น้อย หรือไม่มีความทุกข์ไปในที่สุด. ให้มันหยุด “อัตตควั่น” หยุด “เป็นไฟ” ได้ในที่สุด คือให้มีแต่ธรรมะ หรือมีสติปัญญาที่ถูกต้อง ที่เรียกว่ามีธรรมะนี้อยู่ตลอดเวลา อย่าให้เลยไปเป็นอัตตควั่นหรือเป็นไฟ.

เดี๋ยวนี้คนไข้ของอริชชาในโลกทั้งโลก มันอัตตควั่นและ เป็นไฟ กลางคืนก็นอนคิดว่าจะทำอะไร? จะใช้ลูกระเบิดชนิดไหน? เครื่องบินชนิดไหนไปโยนใส่พวกข้าศึกให้มันตายให้หมด. พอกกลางคืนมันก็ไปทำอย่างนั้นจริงๆ; ถ้าอย่างนั้นมันก็มากเกินไป โลกนี้มันก็มีความทุกข์มหาศาลมากขึ้น. นี่คือการที่เรียกว่า “กลางคืนอัตตควั่นกลางวันเป็นไฟ”.

ที่นี่ จะดูกันที่เนื้อที่ตัวบ้าง ว่า สัดส่วนที่ประกอบกันขึ้น เป็นร่างกาย ที่เรียกว่า “ธาตุ” นี้กำลังวิปริต. แพทย์แผนโบราณ เขาเข้าใจใช้คำว่า ธาตุ ขึ้นหน้า : ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม. ส่วนพวกคุณเรียนมหาวิทยาลัย เป็นแพทย์สมัยใหม่ ก็หัวเราะเยาะตามเคย เพราะความที่ไม่เข้าใจตรงตามที่เป็นจริง. แพทย์สมัยโบราณนี้มีมาตั้งพันปีหรือว่ามีพันปีก็ได้ ที่เริ่ม รู้จักว่าจะอะไรเป็นอะไรในการเยียวยารักษาโรค.



การแพทย์สมัยใหม่นี้เพิ่งก้าวหน้าจริงจังในระยะสักสิบๆ ปี หรือสักร้อยปีนี่แยกตัวออกมาเด็ดขาดจากแพทย์สมัยโบราณ แพทย์สมัยโบราณเขาเรียกมันว่า ธาตุ: ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม; ที่ยังเหลืออยู่กระทั่งเดี๋ยวนี้ก็อาศัยหลักอันนี้. จะกินยา จะทำยาขึ้นกิน มันก็จะต้องนึกถึงเรื่องธาตุนี้ไว้ก่อน.

ถ้าว่ามีโรคอะไรเกิดขึ้น เขาจะใช้คำว่า “ธาตุกำลังวิปริต” ผิดส่วนในระหว่างธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม. หมอจีนหรือหมอไทยก็ถือหลักอันนี้; จับชีพจร เขาก็จับเพื่อให้รู้ว่าธาตุอะไรมันหย่อน ธาตุอะไรมันเกิน ไม่ใช่อย่างที่พวกคุณจับชีพจรเพื่อรู้การเต้นของหัวใจว่าผิดปกติอย่างไร.

พวกคุณที่ไม่รู้เรื่องแล้วไปดูหมิ่นว่าเขา ที่เขาใช้คำว่าธาตุ. พวกนักวิทยาศาสตร์ก็ดูหมิ่นคนโบราณ ที่ใช้คำว่า “ธาตุ” หรือพูดด้วยคำว่าธาตุ. พอพูดว่าธาตุดินธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ก็ไปเข้าใจว่า ดินคือดิน น้ำคือน้ำ ลมคือลม อะไรอย่างนี้แยกออกไปเป็นส่วนๆ ไป ซึ่งความรู้สมัยใหม่นี้ก็ส่อไปในทางให้เห็นว่ามันไม่แยกกัน; เช่นในโลหิตซึ่งเป็นน้ำเหลวนั้น แพทย์โบราณก็ว่าเป็นธาตุน้ำ. แต่ในโลหิตนั้น ถูกแล้วมีของแข็งมีของเหลวมีอุณหภูมิซึ่งเป็นธาตุไฟ มีแก๊สซึ่งอาจจะเหยียดอยู่ในโลหิตนั้น; ในโลหิตเพียงอย่างเดียวก็มีทั้ง ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม. เยื่อเนื้ออะไรบางอย่างที่มีอยู่ในโลหิตนั้นก็เป็นธาตุดิน, ความเป็นน้ำใสก็เป็นธาตุน้ำ, อุณหภูมิของโลหิตก็เป็นธาตุไฟ, แก๊สระเหยได้ในโลหิตมันก็เป็นธาตุลม. คุณก็หัวเราะเยาะ



เขาที่ไปเรียกเป็น ดิน น้ำ ลม ไฟ แยกกันเป็นอย่างๆ อยู่ข้างนอก.

ที่จริงคำว่าธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม เขาก็มีหลักอย่างเดียวกันกับสมัยใหม่ สมัยวิทยาศาสตร์นี้ : ธาตุดินคือของแข็ง, ธาตุน้ำคือคุณสมบัติที่มันเปลี่ยนรูปได้ไปตามสิ่งที่ห่อหุ้ม คือความหมายของคำว่า cohesion ของที่มันเปลี่ยนรูปได้ตามสิ่งที่ห่อหุ้ม เป็นลักษณะเฉพาะของน้ำ น้ำมันเปลี่ยนรูปเกาะยึดตัวมัน แล้วมันก็ยังเปลี่ยนรูปไปตามสิ่งที่ห่อหุ้ม ลักษณะที่มันเกาะตัวกันอยู่เป็นของเหลวได้นี้เป็นธาตุน้ำ, ธาตุไฟ คืออุณหภูมิมันเอง, ธาตุลม ก็คือการระเหยของแก๊ส.

หมอแผนโบราณที่ศึกษาน้อย เขาแยกออกเป็น ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ก็น่าหัวเราะ; แต่หลักในทางศาสนาทางภาษาบาลี ก็มีคำอธิบายที่มันไม่ขัดกันกับความรู้สมัยใหม่. เดี่ยวนี้เราก็เห็นชัดอยู่ว่า ความวิปริตของร่างกายที่เป็นโรคนั้นมันมีหลักพื้นฐาน หรือ element อันนี้. สี่อย่างนี้ไม่ปรกติแล้ว เช่น อุณหภูมิมันมากไป หรือน้อยไป, หรือความระเหยของอุณหภูมิหรือแก๊สนั้น มันไม่ถูกต้องตามธรรมชาติ มันจึงมีอาการเป็นโรคขึ้นมา เพราะความวิปริตของธาตุ ความไม่ถูกต้องตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาติของสิ่งที่เรียกว่าธาตุ ที่ประกอบกันเข้าเป็นร่างกายนี้. เดี่ยวนี้คนเรามีอะไรที่ทำให้เกิดความวิปริตอย่างนั้นมากขึ้น มันก็เป็นเรื่องของกิเลส.

ทางธรรม ก็มีธาตุ แบ่งออกไปอีกสองธาตุ คือ ธาตุจิต และธาตุว่าง. ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม และยังมีอากาศ ธาตุ และวิญญาณธาตุอีก รวมเป็นหกธาตุ ประกอบกันอยู่เป็น คนๆ หนึ่ง. อากาศในที่นี้หมายถึง ว่าง ไม่ใช่ธาตุลม; vacuum ที่เป็นส่วนประกอบที่มีอยู่ในร่างกายนี้มันเป็นอากาศธาตุตาม ความหมายของทางฟิสิกส์, แล้ววิญญาณธาตุนั้นคือธาตุจิตใจ ธาตุความรู้สึก รวมกันเป็นหกธาตุ ประกอบกันอยู่เป็น คนๆ หนึ่ง.

พอความไม่ถูกต้อง หรือความไม่สมดุลย์ ระหว่างธาตุ ทั้งหกนี้เกิดขึ้นในร่างกายของคนๆ หนึ่งนี้ ก็มีอาการของโรค ไม่ ทางกายก็ทางจิต ไม่ทางจิตก็ทางวิญญาณ. ดังนั้นจึงมีโรค ทางวิญญาณนี้อยู่เป็นส่วนใหญ่ เพราะความไม่ปกติ ไม่ถูกต้องของสิ่งที่ประกอบกันขึ้นเป็นคน และโดยเฉพาะอย่างยิ่งก็คือ วิญญาณธาตุคือจิตใจ มันไม่ประกอบอยู่ด้วยความถูกต้อง มีอริชชาครอบงำมากเกินไป จึงเป็นโรคทางวิญญาณอยู่ แทบตลอดเวลา. นี่เป็นเหตุให้เราเรียกว่า “เป็นคนไข้ของ อริชชา” เพราะอริชชาครอบงำวิญญาณธาตุเสียเรื่อยไป มันเกิดขึ้นในตัวมันแล้วก็ครอบงำมัน.

สิ่งที่เรียกว่า กิเลส ตัณหา นี้ก็ไม่ได้เกิดจากอะไร เกิดใน จิต เกิดจากจิตและกัณฑ์จิตนั้น ทำลายจิตนั้นให้กร่อนไป. เหมือนกับการเกิดสนิม เกิดที่เหล็กแล้วก็กัดเหล็กนั่นเอง. ฉะนั้น เมื่อเรารู้เรื่องส่วนประกอบที่ประกอบกันขึ้นมาเป็น



มนุษย์คนหนึ่งนี้ให้ถูกต้อง ที่เรียกว่าธาตุหนึ่งๆ นี้, แล้วก็ทำให้มันถูกต้อง มันก็จะมีความสบาย. แต่เดี๋ยวนี้มีอาการที่เรียกว่าธาตุวิปริตกันเสียเรื่อย ทั้งทางกาย ทั้งทางจิต นี่ก็เป็นอาการของโรคอันหนึ่งของโรคทางวิญญาณ.

## โรคทางวิญญาณ มีอุปทานเป็นเชื้อโรค

ที่นี่ จะดูกันถึงเชื้อโรคบ้าง ในคำอุปมาในภาษาธรรมนี้ “ร่างกายนี้ประกอบอยู่ด้วยเชื้อโรค” คล้ายๆ กับว่าเป็นของประจำเอาเสียเลย หมายถึงโรคทางวิญญาณ. แม้โรคทางฟิสิกส์อย่างของพวกคุณนี้ก็เถอะ ผมก็อยากจะพูดว่า มันก็มีเชื้อโรคประจำอยู่ในร่างกายนี้ แต่มันไม่ถึงขนาดที่จะเป็นอันตราย มันจึงไม่ปรากฏไม่เป็นปัญหาขึ้นมา; ต่อเมื่อรับมันเข้าไปมาก หรือมัน develop ขึ้นในภายในมากมันจึงจะเป็นอันตราย เราก็ถือว่ามันมีเชื้อโรคอยู่ในร่างกายตลอดเวลาเหมือนกันแม้โรคทางกาย. ส่วน โรคทางวิญญาณนี้ มันมีความเคยชินของเชื้อโรคนี้ จนมันเหมือนกับว่า มีอยู่ตลอดเวลา.

เชื้อโรคที่เกิดโรคทางวิญญาณนี้ เราอยากจะเรียกมันว่า “อุปทาน”. ขอให้จำคำว่า “อุปทาน” ไว้ในฐานะที่เป็นเชื้อ เพราะคำว่า มันมันแปลว่าเชื้อ, คำว่าอุปทานนี้ แปลว่า “เชื้อ”.

ไม้ฟืนนี้เป็นอุปทานของไฟ, น้ำมันเชื้อเพลิงจึงเป็นอุปทานของไฟ คือเป็นเชื้อของไฟ; คำว่า “อุปทาน” แปลว่า

เชื้อ. ในที่นี้เอาจมาเป็นเชื้อโรคทางวิญญาณ หล่อเลี้ยงโรคทางวิญญาณไว้เรื่อย แต่อย่าเอาไปปนกับคำว่า อุปาทาน ตามภาษาชาวบ้านพูด : อุปาทานทำให้ จิตวิปริต เป็นฮิสทีเรีย เป็นอะไรทำนองนั้น ไม่ใช่อย่างนั้น. คำว่า อุปาทาน เขาแปลว่า เชื้อที่หล่อเลี้ยงอะไรไว้ไม่ให้มันหยุดหรือสิ้นสุดลงไปได้ เช่น น้ำมันหล่อเลี้ยงไฟนี้.

ทางวิญญาณนี้อุปาทานมันหล่อเลี้ยงโรคทางวิญญาณ, เชื้ออุปาทานนี้มันหล่อเลี้ยงโรคทางวิญญาณ มันเป็นเชื้อของโรคทางวิญญาณ. อุปาทานก็คือความเข้าใจผิดแล้วก็มันหมายในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่เรียกว่า “ความยึดมั่น” : ยึดมั่นในกามารมณ์, ยึดมั่นในความคิดความเห็นของตัวเอง, ยึดมั่นในสิ่งที่ทำมาจนชิน ตั้งแต่อ่อนแต่ออก, แล้วก็ยึดมั่นว่า ตัวกู-ของกู นี้, มีอยู่ ๔ อย่างไปหารายละเอียดอ่านเพิ่มเติมจากคำบรรยายปีก่อนๆ ที่เขาพิมพ์ไว้แพร่หลาย. เฉพาะที่นี้เดี๋ยวนี้อยากจะพูดให้เห็นว่า มันเป็นเชื้อโรคทางวิญญาณหล่อเลี้ยงโรคทางวิญญาณ.

ทุกคนเคยชินในความมีเชื้อนี้ : ยึดมั่นอยู่ในทางกามารมณ์ พอวิเวกของกามารมณ์ผ่านมาก็ตะครุบเอาทันที. หรือว่ายึดมั่นในทาง ทิฏฐิ-ในความคิดเห็น ไม่ยอมแพ้ ไม่ยอมทุกอย่าง. ยึดมั่นเพราะอุปาทาน อันนี้มันก็โง่ เคยทำอะไรมาแต่อ่อนแต่ออก แล้วก็ยึดมั่นอย่างนั้นอยู่เรื่อย. โดยเฉพาะในเรื่องไสยศาสตร์ ถูกสอนให้ผิดมาอย่างไร แล้วมันก็ผิดมาเรื่อย



เช่น กลัวผี กลัวว่า นี้อีกอยู่ในพวกนี้ ที่ถูกทำให้ใจกลัวผีมาตั้งแต่เล็ก มันก็ยังกลัวอยู่จนกระทั่งเดี๋ยวนี้ มันไม่ใช่เรื่องเล็กน้อย. โดยเฉพาะความยึดมั่น ว่าตัวกู-ของกูนี้ มันก็ยิ่งเจริญงอกงามขึ้นทุกวันๆ เชื้อโรคมันหล่อเลี้ยงโรคทางวิญญาณไว้ไม่มีสิ้นสุด. ไม่รู้จะเอา germicide อันไหนไปฆ่ามันได้ ก็ต้องเอาธรรมะของพระพุทธเจ้า อย่างที่เราจะได้เรียนกันต่อไป. นี้เรียกว่าเรา มองดูโรคทางวิญญาณ ในส่วนที่เป็นเชื้อ กล่าวคือ อูปาทาน.

## โรคทางวิญญาณรักษายาก เพราะมีสิ่งสกปรกมาก

ต่อไป เรามองดูมันในแง่ของความสะอาด คนเจ็บคนไข้ ต้องได้รับการรักษาความสะอาดเป็นอย่างดี. ที่นี้คนเจ็บคนไข้ของอวิชชาทางวิญญาณนี้ มันยากที่จะทำให้สะอาดได้. ไม่เหมือนกับโรคทางกาย. เอนั้นเอนี้มาทำให้มันสะอาดชะล้างให้มันสะอาด.

โรคทางวิญญาณนี้มันมีความสกปรก ทางวิญญาณ ก็คือ กิเลสอีกนั่นแหละรวมอยู่ที่ โลภะ โทสะ โมหะ, จะแยกแฉกเป็นรายละเอียดเป็นอย่างไร. นั้น มันก็ได้ก็อย่างก็ได้ หลายสิบอย่างก็ได้.

ตัวอย่างที่เขาเขียนไว้ในพระคัมภีร์ เรียกว่า “มลทิน” หรือของสกปรก นี้ระบุเป็น : ความโกรธ เป็นความสกปรก, ความขี้เหนียว เป็นของสกปรก; ความลบหลู่บุญคุณคนอื่น, ความ

ริษยาคนอื่น, ความมายาสาไถย, การพูดเท็จ, ความปรารถนา  
 เลว ปรารถนาผิด กระทั่งมัจฉาทิฏฐิ ความโง่ ความเห็นผิด,  
 ความอื้ออวด. นี่เป็นตัวอย่างของสิ่งที่เรียกว่ามลทิน หรือของ  
 สกปรกที่มันติดอยู่ที่ตัวเช่นเดียวกับของสกปรก : ขี้เหงื่อขี้ไคล  
 ซึ่งเป็นของสกปรกอยู่ที่ร่างกาย; แต่นี้เป็นของสกปรกทาง  
 วิญญาณ มันติดอยู่ที่ดวงวิญญาณ.

ถ้าเราไม่พยายามชำระของสกปรก เหล่านี้ออกไปบ้าง  
 คนไข้ก็แย่. เหมือนคนไข้ที่โรงพยาบาล เขาก็ชำระล้างให้  
 ร่างกายสะอาดอยู่เป็นปกติ; คนไข้ทางวิญญาณก็ต้องพยายาม  
 ชำระชะล้างของสกปรกของจิตนี้อยู่เป็นประจำเหมือนกัน  
 ด้วยการสำรวม ด้วยการระวัง ด้วยการละ ด้วยการทำที่มันตรง  
 กันข้ามไว้เสมอ. ฉะนั้นเรื่องรักษาโรค มันก็ต้องมีวิธีครบถ้วน  
 เหมือนกันหมด : ชัดถุ ชะล้างสิ่งสกปรกออกจากตัวอยู่เสมอ.

## ยังมีสิ่งสกปรกเบ็ดเตล็ดให้เกิด

### โรคทางวิญญาณอีก

ที่นี่ มันยังมีของหลุมๆ หยิมๆ ที่เรียกว่า อุกิเลส ซึ่ง  
 จำแนกออกไปมากมายอีก; ไปหาอ่านดูเองบ้าง, นี่เป็นเพียง  
 แต่ชี้ให้ดูเป็นตัวอย่าง เพื่อแนะนำให้รู้วิธีพอที่จะศึกษาด้วย  
 ตนเอง.



ที่นี้ของเบ็ดเตล็ดเล็กๆ น้อยๆ ที่น่าจะเอามาพูดให้ได้ยินอีกก็คือ โรคทางวิญญาณนี้มันก็มีซีกกลาก. คำว่า “ซีกกลาก” หมายถึง คั่น แต่มันไม่ใช่คั่นเฉยๆ พอไปเกาะเข้าก็ยิ่งสนุก ยิ่งอยากจะให้มันมี รู้สึกว่าอร่อย นี่เป็นแง่ที่เขาสอนให้ดูกันมาก ในหมู่ผู้ปฏิบัติธรรม เพราะว่า กิเลสทั้งหลายมันจะมีอาการเหมือนกับซีกกลาก ยิ่งไปเกาะเข้ามันก็ยิ่งคั่น ยิ่งชวนให้เกาะ คือยิ่งไปเพิ่มกิเลส.

เรามีกิเลสที่แรกก็น้อยๆ เมื่อเป็นเด็กเกิดมา แล้วทำไมกิเลสมันขยายตัวมากออกไปได้ก็เพราะมันมีอาการเหมือนซีกกลาก ยิ่งมีกิเลสมันยิ่งสนุก ยิ่งคั่นยิ่งเกาะยิ่งเกาะยิ่งสนุก ก็ยิ่งปล่อยให้มันลุดลามา; โดยเฉพาะกิเลสประเภท ราคะ โลกะ นี้ยิ่งมีมันยิ่งสนุก คนก็เลยชอบมีซีกกลากซีกลื้อนอะไรเอาไว้ที่ตัว.

นี่มันเป็นปัญหายุ่งยากของ การรักษาโรคทางวิญญาณหรือกิเลส เพราะว่ากิเลสมันมีอะไรของมันล่อให้สนุกสนานอยู่เสมอ เขาเรียกว่า “อัสสาทะ” อัสสาทะแปลว่า ความอร่อย. ของเลว ของผิด มันก็มี อัสสาทะ ที่จะล่อให้คนพอใจ แล้วติดอร่อย แล้วก็เอามากขึ้นกว่าเดิม. ที่นี้ความทุกข์มันก็มีอัสสาทะคือมันมีเหยื่อล่อให้คนอยากทำสิ่งที่เป็นทุกข์; ส่วนนั้นเขาเรียกว่า “อัสสาทะ” -เหยื่อล่อที่มีความเอร็ดอร่อย เหมือนเหยื่อที่ล่อให้ปลากินเบ็ด.

ปลาตัวหนึ่งเคยกินเบ็ด ติดเบ็ดแล้วหลุดไปได้ มันก็เข็ดไปประเดี๋ยวเดียว เดี่ยวมันก็มากินเบ็ดอีก เพราะมันทนเหยื่อ



ล่อไม่ได้ หรือเพราะความหิว ที่มันเป็นเหตุให้ทนเหยื่อล่อไม่ได้ ทนความยั่วยวนของเหยื่อไม่ได้; อย่างนี้เราเรียกว่าเป็นโรคซึ่กลากแล้วก็ทางวิญญาน.

ซึ่กลากที่มันเกิดอยู่ตามตัว หรือบนหัวบนอะไรนี้ มัน เป็นซึ่กลากทางร่างกาย; ในที่สุดมันก็มีซึ่กลากทางจิตใจ จิตใจ มันมีอาการคัน แล้วมันก็ชอบ ได้แกกเกิลสทั้งหลายอีกเหมือนกัน.

โรคทางวิญญานนี้เป็นได้มากกว่าโรคทางร่างกาย; โรคทางร่างกายมันเห็นง่าย แล้วเราก็อยากจะรักษาซึ่กลากกันโดยมาก. แต่ทางจิตใจนี้เราไม่รู้สึ่ก ก็เลยปล่อยไว้จนงอกงาม ลูกกลมใหญ่โต.

กิเลสมันทำหน้าที่ของมันได้ทุกอย่าง; ที่ร้ายกาจที่สุด อีกอย่างหนึ่งก็คือว่า “มันตอก” หรือว่า “มันตริง” หรือว่า “มันลงหมุด” ยึดแน่นไว้กับความทุกข์หรืออารมณ์ที่มาทำให้เกิด ความทุกข์.

กิเลส-กิเลสนี้มันมีอาการเหมือนกับตอกตะปู หรือว่า ตริงไว้ด้วยหมุด บักเสียบไว้ให้มันติดอยู่ที่นั่น เหมือนเอาหลาว เสียบปลาให้มันติดอยู่กับดินนั้น. จิตหรือวิญญานของคนมัน จึงติดแน่นอยู่กับโลก หรือความทุกข์.

นี่เรียกว่าเรามันถอนตัวออกมาจากความทุกข์ได้ยาก เพราะเหตุนี้ คือติดอยู่ในวัฏฏสงสารเหมือนที่กล่าวแล้วข้างต้น นั้น หลุดออกมาได้ยาก ไม่สามารถที่จะทำลายวัฏฏสงสารให้



หยุด ให้แตกกระจายออกไป มันก็ติดแน่นไปกับวิญญูสงสาร เป็นวงกลมด้วยแรงเหวี่ยงของวิญญูสงสารที่มีความดึงดูดมาก.

ทั้งหมดนี้เป็นตัวอย่าง ที่แสดงพอให้คุณสังเกตได้ จับฉ่ายเอาได้ว่า อาการของโรคทางวิญญาณเป็นอย่างไร. สัตว์โลกเป็นคนไข้ของอวิชชา คือเป็นโรคทางวิญญาณ ก็มีอาการ ล้วนแต่น่ากลัว แสดงให้เห็น นับตั้งแต่มีการคลั่ง การเพ้อ การกินของแสดง การโง่ไปหาวิธีแก้ที่มันผิดๆ มาตามลำดับ จนกระทั่งติดแน่นอยู่กับโรคจนถอนไม่ออก.

ขอให้คิดดูให้ดีๆ ถ้าเข้าใจสิ่งเหล่านี้แล้ว คุณจะเข้าใจ พระพุทธศาสนากันได้ง่าย; รู้จักพระพุทธเจ้าได้ดี เพราะว่า ท่านเป็น “สัพพโลกติกิจจโก” -ผู้รักษาเยียวยาโรคทางวิญญาณของสัตว์ทั้งปวง แล้วก็รู้จักยาของท่าน คือ พระธรรม หรือพระศาสนาที่จะเยียวยาโรคของสัตว์โลกทั้งปวง.

เวลาของเราก็หมดสำหรับวันนี้ ขอยุติไว้ที่.







# อาการของโรคทางวิญญาณ

ธรรมโฆษณ์ของพุทธทาส, เตกิจจกรรม, ลำดับที่ ๑๗.ง บนพื้นสีแดง  
เรื่องที่ ๔ อาการของโรคทางวิญญาณ, หน้า ๗๗ - ๑๐๖, บรรยายวันที่ ๒ เมษายน ๒๕๑๔



วันที่ ๒ เมษายน ๒๕๑๔ สำหรับพวกเราที่นี้ได้ล่วงมาถึงเวลา ๔.๓๐ น.แล้ว เป็นวันที่ ๔ ของการบรรยาย. วันนี้จะได้กล่าวถึง อาการของโรคทางวิญญาณ ที่ปรากฏออกมาในสายตาของโลกยุคปัจจุบัน.

เกี่ยวกับเรื่องนี้ต้องทำในใจอยู่เสมอถึงข้อที่ว่า ความทุกข์ เปรียบเหมือนโรค, กิเลสเปรียบเหมือนสมุฏฐานของโรค, ความไม่มีกิเลส หรือนิพพานเปรียบเป็นความหายโรค ไม่มีโรค; มรรค มีองค์แปดประการ คือ วิธีการรักษา เยียวยาโรค ทำโรคให้หายไป.

พระพุทธเจ้าทรงตั้งอยู่ในฐานะเป็นนายแพทย์ ผู้เชี่ยวชาญรักษาโรคทางวิญญาณโดยเฉพาะนั้นแก่สัตว์โลกทั้งปวง.

ดังนั้นขอให้เราระลึกถึงด้วยความรู้สึกบุญคุณของพระองค์อยู่เป็นปกติว่า สัพพัญญู สัพพทสฺสาวี ชิโน อัจฉริย



म्म มหาการุณิโก สตถา สัพพโลกติกิจจโก; -อาจารย์ของเรา  
นั้นเป็นผู้รู้สิ่งทั้งปวง เป็นผู้เห็นสิ่งทั้งปวง เป็นผู้ชนะมาร เป็นผู้  
สั่งสอนซึ่งประกอบไปด้วยกรุณาใหญ่ เป็นผู้เชี่ยวชาญรักษาโรค  
ของสัตว์โลกทั้งปวง ดั่งนี้อยู่เป็นประจำ.

## อาการของโรคทางวิญญาณ แสดงออกทางกาย และจิต

สำหรับในวันนี้จะได้พูดถึง อาการของโรค ให้เห็น  
ชัดเจนยิ่งขึ้นไปอีก ทั้งนี้เห็นว่าเป็นเรื่องสำคัญที่สุดในระยะ  
แรก คือถ้าไม่รู้จักรื่องโรค ก็ไม่มีทางที่จะรู้จักเรื่องการรักษา  
โรค. เราต้องรู้จักปัญหาให้เป็นที่ประจักษ์เสียก่อน เราจึงจะแก้  
หรือสะสางปัญหาเหล่านั้นได้; เพราะฉะนั้น ขอให้ตั้งใจฟังอีก  
ครั้งหนึ่งถึงเรื่องอาการหรือลักษณะอาการของโรคที่ปรากฏอยู่ใน  
โลกนี้ ในยุคปัจจุบันนี้.

และขอเตือนอยู่เสมอว่า อย่าได้ลืมหลักเรื่องโรคในทาง  
กาย ทางจิต ทางวิญญาณ; โรคทางกายก็เสียบแท่งร่างกาย,  
โรคทางจิตก็เสียบแท่งจิต, โรคทางวิญญาณก็เสียบแท่ง  
วิญญาณ ให้มีสภาพผิดปกติ. เพราะฉะนั้น คำว่า “โรค” ใน  
ความหมายที่สรุปสั้นที่สุดในส่วนที่เป็นเหตุก็คือ ความผิด  
ปกติ.



ความผิดปกตินั้น เรียกว่า โรค มีผลเป็นการเสียเบี่ยง  
ทวนทรมานเนื่องจากความผิดปกตินั้น; การเป็นโรคทางกาย ก็  
มีความผิดปกติทางกาย เสียเบี่ยงทางกาย, โรคทางจิต  
นอกจากจะเสียเบี่ยงทางจิตแล้ว มันยังจะเสียเบี่ยงลงมาถึง  
ทางกายด้วย เพราะมันย่อมแสดงออกมาทางกายไม่อย่างใด  
ก็อย่างหนึ่ง; ส่วนโรคทางวิญญาณก็ไม่ไกลกว่านั้น มีความผิด  
ปรกติทางวิญญาณแล้ว มีความทวนทรมานทางวิญญาณ มันก็  
แสดงออกมาทางจิต แสดงออกมาทางกายในที่ที่สุด.

ดังนั้น เราจะเห็นได้ว่า โรคทางวิญญาณนี้มันมีความ  
สำคัญในฐานะเป็นต้นตอที่มาของโรคทั้งหลายเหล่านี้ด้วย.

## อวิชชาเป็นต้นเหตุของโรคทางวิญญาณ

ที่นี้ มนุษย์ทั้งหลายในโลกนี้เป็นคนไข้ของอวิชชา ซึ่ง  
เป็นโรคทางวิญญาณ, อวิชชาเป็นต้นเหตุของโรคทางวิญญาณ  
โดยมันปรุงขึ้นมาเป็นกิเลสต่างๆ; ที่จะต้องจำไว้ให้มั่นคงก็คือ  
ว่า : อวิชชาปรุงให้เกิดตัณหา ตัณหาปรุงให้เกิดอุปาทาน; นี้เรา  
พูดอย่างหลักคร่าวๆ ไม่ชอยให้ละเอียดมากกว่านี้. อวิชชา คือ  
สภาพปราศจากความรู้ ปรุงให้เกิดความอยาก ไปตามความ  
ไม่รู้ นั้น; เมื่ออยากในสิ่งใดก็ยึดมั่นในสิ่งนั้น นี้เรียกว่า  
อุปาทาน.



อวิชชา-ปราศจากความรู้ ทำให้อยากไปตามความไม่รู้ ก็คืออยากไปตามความโง่. ส่วนความต้องการที่ไม่เกี่ยวกับความโง่นั้น ไม่เรียกว่าตัณหา; คงหมายถึงแต่ความต้องการที่มันเนื่องมาจากความโง่ กำลังเป็นไปตามอำนาจของความโง่คืออวิชชา นี่คือนั่นที่เรียกในภาษาบาลีว่า “ตัณหา” ในกรณีของเราที่กำลังพูดกันอยู่.

คำว่า ตัณหา ในภาษาไทยตามธรรมดา มีความหมายแคบหรือเป็นอย่างอื่นเพ่งเล็งอย่างอื่น. หมายถึงความต้องการทางกิเลส ทางกามารมณ์รุนแรง นี้เรียกว่าตัณหาในทางภาษาไทย. แต่คำว่า “ตัณหา” ในทางภาษาบาลี ที่เป็นหลักธรรมนั้น มันต้องการอะไรก็ได้ ถ้าต้องการด้วยความโง่.

อันแรกก็ต้องการกามารมณ์ด้วยความโง่. แล้วก็ต้องการความเป็นนั่นเป็นนี่ ให้มีชีวิตอยู่นี้ด้วยความโง่, จนกระทั่งต้องการความไม่เป็นนั่นเป็นนี่ ไม่ต้องการมีชีวิตอยู่ก็เป็นความต้องการเหมือนกัน แต่ด้วยความโง่; ดังนั้นมันจึงกว้างครอบคลุมไปหมด ในบรรดาความต้องการด้วยความโง่ทั้งหลาย นี้เรียกว่าตัณหา.

ถ้าจะเปรียบอวิชชาเหมือนเชื้อโรคที่ได้รับครั้งแรก เดี่ยวนี้มันก็ขยายตัวงอกงามออกมา ถึงขนาดที่จะเป็นเรื่องเป็นราว. ที่นี้ความต้องการ ซึ่งที่แท้ก็เรียกกันว่าความอยากด้วยความโง่นี้ มันก็ปรุงไปตามเรื่องราวของมัน : อยากในสิ่งใดก็ยึดมันถือมันในสิ่งนั้น; ฉะนั้นสิ่งที่จะให้มันอยาก มันจึงมีมากนับไม่ไหว

ก็เลยมีความยึดมั่นถือมั่นในรูปร่างต่างๆ กันมากมาย.

ทีนี้ เมื่อไปยึดเข้าที่ในสิ่งใด ก็จะเป็นทุกข์เพราะสิ่งนั้น  
ความเป็นทุกข์มันจึงเลยมีมาก ไปตามความมากของสิ่งที่ไป  
ยึดมั่นถือมั่น :-

ยึดมั่นด้วยอำนาจการมรณ์ หรือทางกามารมรณ์ก็ไป  
อย่างหนึ่ง, ยึดมั่นในทางความคิดความเห็นที่ผิดๆ ของตัวนั้น  
ก็ไปอย่างหนึ่ง, ยึดมั่นในทางการกระทำที่ทำมาเป็นนิสัยก็  
อย่างหนึ่ง, กระทั่งยึดมั่นตัวกู-ของกู ยึดมั่นสิ่งใดก็ยึดมั่นเอา  
มาเป็นตัวกูบ้างเป็นของกูบ้าง.

นี่มันมีต่างๆ กันอยู่อย่างนี้ เรียกว่า อูปาทาน-ความยึด  
มั่นถือมั่น ในสิ่งใดสิ่งหนึ่งเฉพาะกรณีที่เกิดขึ้นทางตาบ้าง ทาง  
หูบ้าง ทางจมูกบ้าง ทางลิ้นบ้าง ทางผิวหนังบ้าง ทางใจบ้าง.  
ถ้าจะศึกษาพุทธศาสนาต้องเข้าใจสิ่งเหล่านี้เป็นพื้นฐาน ไม่  
อย่างนั้นจะเข้าใจไม่ได้.

อวิชชาปรุงรุดต้นหา ตัณหาก็เป็นเหตุให้เกิดอูปาทาน  
งอกงามออกไปในสิ่งใด แล้วก็ไปเป็นทุกข์เพราะอูปาทานนั้น,  
เหมือนที่เราสวดมนต์อยู่ทุกวันว่า สงฺฆิตเตน ปณฺจูปาทาน-  
กฺขนฺธา ทุกฺขา-โดยสรุปแล้ว เบญจขันธ์ที่ประกอบอยู่ด้วยความ  
ยึดมั่นนั้นแหละเป็นตัวทุกข์. เบญจขันธ์ ก็คือตัวเรา ขณะ  
หนึ่งๆ ที่มีความยึดมั่น ถ้าเบญจขันธ์ คือ ร่างกาย จิตใจนี้ ยัง  
ไม่มีความยึดมั่นถือมั่นเกิดขึ้น มันก็ยังไม่เป็นทุกข์. เมื่อเบญจ-  
ขันธ์ คือ ร่างกายจิตใจนี้ประกอบอยู่ด้วยความยึดมั่นถือมั่น



คือมีความยึดมั่นถือมั่นอยู่ในจิต แล้วก็ยึดมั่นสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ก็คือ ชัณห์ อีกเหมือนกัน อย่างใดอย่างหนึ่ง; นี้ก็เลยเป็นความทุกข์ขึ้นมา.

สิ่งที่อยู่ข้างนอกตัวเรานั้น ทำให้เกิดความทุกข์ไม่ได้ ไม่เกิดอยู่ตามปรกติ; ต่อเมื่อใดจิตไปยึดมั่นถือมั่นสิ่งเหล่านั้นที่อยู่นอกตัวเรา มันก็กลายมาเป็นสิ่งที่อยู่ในตัวเรา คือในความรู้สึกนึกที่เรากำลังคิดอยู่ นี่เรียกว่ามันปรุงแต่งความคิดที่เรียกว่าสังขารชั้นนี้ขึ้นมา; ร่างกายจิตใจทั้งหมดนี้ก็ประกอบอยู่ด้วยความยึดมั่นในสิ่งนั้น มันก็เลยมีความทุกข์ขึ้นมาแบบใดแบบหนึ่งในหลายๆ แบบ ชนิดที่เป็นทุกข์โดยส่วนตัวก็เกิดก่อนทุกข์ที่มันที่มีความยึดมั่นถือมั่น.

## อุปาทาน เป็นเหตุให้มีกรรม

ที่นี้ ความยึดมั่นที่เป็นตัวกิเลสนี้ มันยังมีอำนาจออกเงยออกไป ถึงขนาดที่เป็นเหตุให้มีกรรมกระทำที่เรียกว่ากรรม. การทำกรรมนี้ก็ทำไปตามความเียงความอยากของความเียง; มันก็ไม่คิดอะไรมาก นอกจากเอาแต่ประโยชน์. กรรมนั้นก็เลยเนื่องไปถึงบุคคลอื่น คือ ไปเกี่ยวข้องกันกับบุคคลอื่น ทำให้คนอื่นหรือสิ่งคมพลอยเดือดร้อนไปด้วย; ถ้ากระทำกันมากๆ คน มันก็เดือดร้อนกันทั้งโลก.

นี่คือโลก หรือสัตว์โลก ทั้งปวงกำลังมีความทุกข์กันอยู่

โดยที่ตัวเองเป็นผู้กระทำขึ้นแก่ตัวเอง ก็มี, และโดยที่การกระทำของคนนั้น มันเกี่ยวข้อไปถึงคนอื่น ๆ ก็มี; มันก็มีการเป็นทุกข์ทรมาน ที่เนื่องมาจากการทำผิดร่วมกันในโลก. ฉะนั้น เราต้องมองดูให้กว้างหมด ทั้งความทุกข์ที่เป็นส่วนตัว และเป็นส่วนสังคม.

ที่นี่ ถ้ามองให้ดีก็จะพบว่ามันเนื่องกัน การที่ใครคนใดคนหนึ่งจะทำให้สังคมเดือดร้อนนั้น มันต้องเป็นเรื่องที่ตัวเองทำผิด และเดือดร้อนอยู่แล้ว; ในบางกรณีมันก็พลอยเดือดร้อนออกไปถึงคนอื่นโดยตรง เช่นเขาต้องการอะไรด้วยกิเลสตัณหา แล้วไปลักขโมย ไปฆ่า ไปเบียดเบียน ไปล่วงเกินของรักอะไรอย่างนี้. แต่ถ้ามันอยากมากกว่านั้น มันต้องการจะกอบโกย มันก็มีการกระทำที่เป็นการกอบโกยระหว่างบุคคล ระหว่างหมู่คณะ ระหว่างประเทศชาติ หรือระหว่างมุมโลกอีกโลกหนึ่ง กระทำแก่อีกซีกโลกหนึ่ง.

นี่คุณคิดดู เป็นปัญหาใหญ่เล็กเท่าไร เมื่อคนซีกโลกหนึ่งมันต้องการจะทำการกอบโกยเอาเปรียบคนอีกซีกโลกหนึ่ง มันก็เดือดร้อนด้วยกันทั้งโลก ทั้งสองฝ่าย. มันมีมูลมาจากกิเลส ซึ่งจะเรียกว่าตัวเล็กๆ อวิชชาของคนเพียงคนเดียวนี้ก็ได้.

ตรงนี้อาจจะแนะนำว่า คนที่ไม่รู้เขาจะเห็นว่ากิเลสนี้เป็นของเล็ก เป็นตัวเล็ก หรือเป็นคำพูดคำเดียว; แต่ที่จริงแล้วกิเลสมันไม่ใช่ตัวเล็ก ไม่ใช่ของเล็ก มันใหญ่กว่าโลก. โลกนี้เป็นเหยื่อของกิเลส ฉะนั้นกิเลสจึงตัวใหญ่กว่าโลก. แต่คนที่ไม่



ได้ศึกษา ไม่ได้มองเห็นตัวกิเลส จะเข้าใจไปว่ากิเลสตัวเล็กๆ แต่แล้วก็อยู่ในคน; บางทีตัวเองมองไม่เห็น คิดว่ามันเล็กเท่าเชื้อโรค; อย่างนั้นมันก็ถูกเหมือนกัน แต่มันไม่ถูกตามที่มันเป็นจริงแก่ทางจิตใจหรือทางวิญญาณ. มันถูกเท่าที่ความคิด หรือสายตาของคนที่ไม่รู้นั้นมองเห็น.

นี่ก็เรียกว่าเป็นอวิชชาด้วยเหมือนกัน ซึ่งเป็นเหตุให้เข้าใจผิด มีความประมาท. ดังนั้นถ้าพวกคุณที่ต้องการจะรู้พุทธศาสนา จะต้องรู้จักสิ่งที่เรียกว่ากิเลสนี้ให้มันถูกต้อง โดยขนาดมาตรฐาน โดยฤทธิ์เดชพิษสง หรืออะไรของมันก็ตาม. ฉะนั้นจึงยอมเสียเวลาพูดมากเกี่ยวกับเรื่องนี้ก่อน และได้พูดมาถึง อากาธของโรคครั้งหนึ่งแล้ว. เดียวนี้ก็จะพูดให้ชัดเจนไปในข้อที่ว่า มันแสดงออกมา ให้เห็นได้ในทางสายตา แล้วก็ในยุคปัจจุบันนี้ด้วย.

ที่ได้พูดยกตัวอย่างเหล่านี้ หรือเปรียบเทียบในลักษณะนี้ แล้วเอาเหตุการณ์ในปัจจุบันมาพูดนี้ ก็เพื่อให้เข้าใจชัดให้มันเป็นเรื่องอยู่ในวิสัยที่จะต้องรู้ ที่จะต้องปฏิบัติจะต้องเกี่ยวข้องด้วย ที่เรียกว่า practical นี้ให้มันมาก ไม่เช่นนั้นมันจะเป็นเรื่องหลับตาพูด คือพูดไปแต่คำพูดอย่างมงาย.

## อาการของโรคทางวิญญาณที่ปรากฏในปัจจุบัน

ขอให้ทบทวนในเรื่องอาการของโรคที่ปรากฏในสหายตาของเราในยุคปัจจุบันนี้ให้มากพอ แต่ก็มีเวลาพูดกันเพียงหัวข้อพอสังเขปได้เท่านั้น โรคที่คนทั่วโลกกำลังเป็นกันอยู่คือ :-

**โรคที่ ๑. อาการอันแรก** ก็อยากจะเรียกว่า **อาการของโรคเป็นทาสของวัตถุ**. ถ้าเรียกตามภาษาศาสตร์ ก็เรียกว่าเป็นทาสของอารมณ์ หรืออย่างที่พูดกันให้ชัดลงไปอีกก็ว่า เป็นทาสของเนื้อหนัง สวามีภักดีบูชาวัตถุ บูชาเนื้อหนัง หมายถึงวัตถุของกามารมณ์

ภาษาศาสตร์นี้ เมื่อเราพูดว่า เนื้อหนัง เราไม่ได้หมายถึงตัวเนื้อหนัง; แต่เราหมายถึงกามารมณ์ เพราะว่ากามารมณ์ทุกชนิดมันก็ต้องอาศัยเนื้อหนังเป็นที่ตั้ง เป็นที่ทำงาน แล้วก็เพราะความสุข หรือความเอร็ดอร่อยนั้นมันเป็นเรื่องฝ่ายเนื้อหนัง ไม่ใช่ความสงบสุขฝ่ายวิญญาณ. นี่ก็เลยเรียกมันว่า เนื้อหนังสั้นๆ ก็ได้ เนื้อหนังก็เป็นวัตถุเพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า บูชาวัตถุก็ได้ ที่เรียกกันเดี๋ยวนี้ว่า วัตถุนิยม ก็เล็งถึงส่วนนี้.

เมื่อไปหลงวัตถุนิยมก็ไม่บูชาเรื่องทางวิญญาณ ที่เรียกว่ามโนนิยม หรืออะไรก็แล้วแต่จะเรียก; เป็นโรคบูชาวัตถุ ก็เพราะว่าวัตถุนั้นให้ความเอร็ดอร่อยแก่เนื้อหนัง และก็ไม่ใช่ความสงบ เพราะมันเป็นความหลงในรสอร่อยของเนื้อหนัง ส่วนร่างกายก็ไม่สงบ จิตก็ไม่สงบ. แต่ที่นี้ คนเรามันทน เพื่อ



ความอ้อยทางเนื้อหนังจึงทนความยากลำบากนานาประการ  
แล้วก็โดยไม่รู้สึกรู้ตัว.

ขอให้มองดูที่โลกในปัจจุบันนี้ทั้งโลก เป็นทาสของวัตถุ  
หรือทางเนื้อหนังกันมากขึ้นๆ เขาจะไม่คิดถึงสิ่งอื่นสิ่งใดหมด  
นอกจากประโยชน์จากวัตถุหรือเนื้อหนัง; เพราะฉะนั้นจึงตั้ง  
หน้าตั้งตากอบโกยวัตถุในประเทศตนไม่พอ ก็ต้องไปกอบโกย  
เอาจากประเทศอื่น ถ้าเขาไม่ยอมให้ ก็ต้องมีแผนการ หรือมี  
อุบายอย่างใดอย่างหนึ่ง ที่จะปราบปรามหรือที่จะเอามา  
โดยตรง โดยอ้อม โดยไม่รู้ตัว.

นี่เพราะต่างฝ่ายต่างบูชาวัตถุ กระทบต่อกันและกัน  
ในลักษณะอย่างนี้ โลกนี้จึงเป็นโรคที่เสียบ่าง เมาลน อยู่ทั่วทุก  
หัวระแหง โดยเฉพาะอย่างยิ่งก็คือ ภัยที่เกิดมาจากการแย่งชิง  
หรือสงครามนี้มันก็ทั่วทุกหัวระแหง. คนที่ไม่ร่วมสงครามก็  
พลอยได้รับความเดือดร้อนทั่วกันไปหมด แล้วมันก็มีโรคอื่นๆ  
ปลีกย่อยรวมอยู่ในนั้นด้วย.

ภัยของสงครามนี้ทำให้เกิดโรคกลัว โรคทนทรมานอีก  
นานประการ เป็นเหตุให้ฉวยโอกาสเอาเปรียบผู้อื่น ทำคอ-  
ร์ปชั่น นี้ก็มียี่ดยาวออกไป; อย่างนี้อ่าอย่าเข้าใจว่าไม่เกี่ยวกับ  
เรื่องทางศาสนา ไม่เกี่ยวกับเรื่องทางธรรม อย่าเห็นว่ามันเป็น  
เรื่องของโลก ทางโลก ไม่เกี่ยวกับเรื่องทางธรรม ที่จริงนี่คือ  
เรื่องที่เป็นใจความสำคัญของเรื่องทางธรรม คือกิเลสกำลัง  
แสดงบทบาทเต็มทีระบอบไปทั่วโลก; มันออกไปจากจิตใจ



ของคนที่ไม่ประกอบไปด้วยกรรมไม่มีกรรม มันก็ออกมาเป็น  
ปฏิกิริยาขยายตัวออกไปเรื่อย จนทำให้เดือนร้อนกันไปทั่วโลก;  
ก็หมายความว่าแต่ละคนเดือดร้อนและก็ไม่ใช่เดือดร้อนแต่เจ้า  
ตัวคนเดียว หรือพวกเดียว พลอยเดือนร้อนกันทั่วไปหมด.

นี่ขอให้จำชื่อว่า “โรคเป็นทาสของวัตถุ” หรือ เป็นทาส  
ของเนื้อหนัง เป็นอาการของโรคอันแรก ที่กำลังระบาด อย่าง  
น่ากลัวที่สุด.

**โรคที่ ๒.** อยากจะระบุชื่อว่า “โรคเกลียดพระเจ้า  
หรือเกลียดพระธรรม”. พระธรรม กับพระเจ้านั้นแทนกันได้  
ถ้าหากว่าเราถือเอาความหมายของคำว่าพระเจ้าให้ถูกต้อง;  
อย่าเป็นพระเจ้าของเด็กๆ พระเจ้าของคนเขลาว่าเอาเอง ที่เป็น  
เหมือนกับบุคคลอย่างนั้นอย่างนี้ : โกรธก็ได้ เกลียดใครก็ได้  
โมโหโทโสก็ได้. พระเจ้าอย่างนั้นเป็นพระเจ้าที่เขาพูดกันอีกรูป  
หนึ่งต่างหาก, สำหรับคนโง่ก็ต้องพูดอย่างนั้น; ถ้าสำหรับคน  
ฉลาดฟังก็ต้องพูดอย่างอื่นให้มันดีกว่านั้น.

พระเจ้านั้นต้องเป็นสิ่งที่มีความสูงส่ง นี่แง่ที่สำคัญ,  
แล้วก็เป็นต้นตอที่มาของทุกสิ่ง, ควบคุมทุกสิ่งอยู่ในที่ทั้งปวง;  
เป็นบุคคลมันทำไม่ได้ แต่ต้องเป็นอะไรที่เก่งกว่าบุคคล  
มากมายหลายร้อยหลายพันเท่า. ฉะนั้น เราต้องถือเอาใจ  
ความว่า ได้แก่ พลัง หรือ อำนาจอะไรอย่างหนึ่ง ซึ่งทำหน้าที่  
นั้น หรือมีหน้าที่นั้นอยู่ตามธรรมชาติ หรือว่ามีปกติเป็นอย่าง  
นั้นก็แล้วกัน ในทางพุทธศาสนาเราเรียกว่าพระธรรม.



คำว่า “พระธรรม” มีความหมายกว้าง กว้างจนไม่มีปากจะพูด ไม่มีเวลาพอที่จะพูด คือ เป็นทุกสิ่ง เป็นต้นตอที่มาของทุกสิ่ง แล้วก็เป็นสิ่งสูงสุด ไม่มีอะไรมาหักล้างได้ แล้วควบคุมสิ่งทั้งปวงอยู่ เพราะสิ่งทั้งปวงก็คือ ธรรม หรือ พระธรรมนั้นอีกเหมือนกัน. พระธรรมในฐานะที่เป็นตัวธรรมชาติ, พระธรรมในฐานะเป็นตัวกฎของธรรมชาติ, พระธรรมในฐานะที่เป็นการประพุดิกระทำหน้าที่ของสัตว์ที่ต้องทำหน้าที่ตามกฎของธรรมชาติ, พระธรรมเป็นผลที่เกิดมาตามสมควรในการกระทำ. ได้อธิบายไว้ในการบรรยายคราวอื่นๆ ละเอียดแล้วไปหาอ่านดู; เราเรียกว่า พระธรรม ในเมื่อพวกอื่นเขาจะเรียกว่า พระเจ้า ก็ตามใจ.

เดี๋ยวนี้มนุษย์เป็นโรคเกลียดพระเจ้า หรือเกลียดพระธรรม ไม่เคารพพระเจ้าหรือพระธรรมยิ่งขึ้นทุกที; เพราะไปเป็นทาสของวัตถุเสียแล้ว ไปบูชาวัตถุเสียแล้ว ไม่มีพระเจ้าหรือพระธรรมที่ถูกต้อง ก็ตั้งพระเจ้าเอาเองใหม่ ตั้งศาสนาเอาเองใหม่ บัญญัติพระธรรมเอาเองใหม่ตามอำนาจของกิเลส. ทีนี้ ก็เลยตั้งศาสนาที่เห็นแก่ประโยชน์ขึ้นมา ศาสนาประโยชน์เรียกอย่างนี้ได้ คือว่า ได้-นั่นแหละถูกต้อง-นั่นแหละ ดี ได้-มาเป็นของกู นั่นแหละยุติธรรม.

เดี๋ยวนี้แต่ละคนถือศาสนาอย่างนี้กันมากขึ้น. คุณสังเกตดูในหมู่พวกเราเริ่มไปถือศาสนา ที่ว่า “ได้-เป็นของกู” นั่นแหละถูกต้อง หรือดี หรือยุติธรรม; ในหมู่คณะหนึ่งๆ ก็ถือ

กันอย่างนั้น, ประเทศหนึ่งๆ ก็คืออย่างนั้น, กลุ่มประเทศแต่ละกลุ่มก็ถืออย่างนั้น; ก็เรียกว่าตั้งศาสนากันขึ้นมาใหม่ เป็นศาสนาประโยชน์, ศาสนาของวัตถุ ยื้อแย่งกันทางวัตถุ ได้-นั้นแหละถูกต้อง ได้-มาเป็นของเรานั้นแหละถูกต้อง. เป็นโรคเกลียดศาสนา เกลียดพระเจ้าอย่างถึงขนาด แล้วก็ไปสร้างพระเจ้า หรือศาสนาขึ้นมาจากกิเลสของตัวเอง เป็นศาสนาวัตถุนิยม เป็นศาสนาประโยชน์; แล้วโรคอันนี้ก็ยิ่งมากขึ้นๆ ลูกถามมากขึ้น จนเหนียวรังไม่ไหว แก้ไขไม่ไหวยิ่งขึ้นทุกที.

ผมอยากจะกล่าวเป็นส่วนตัวสักหน่อยว่า ผมเฝ้าสังเกตดูลักษณะอย่างนี้มาเป็นเวลา ๒๐-๓๐ ปีแล้ว พบว่ามันแรงขึ้นทุกที่รุนแรงยิ่งขึ้นทุกที; ศาสนาประโยชน์ ศาสนาวัตถุ ศาสนาเนื้อหนังขึ้นมาเจริญ แ่นหนาขึ้นมาในโลกทุกที. ศาสนาที่แท้จริงศาสนาของพระธรรม ของพระเจ้าที่แท้จริง กำลังดับเลื่อนไปทุกที. อย่างที่พวกคุณมาสนใจกันไม่กี่คนนี้ รู้สึกว่ามันออกจะเป็นของแปลก ในเมื่อส่วนใหญ่เขาต้องการในเรื่องทางวัตถุ ทางวัตถุนิยม ซึ่งมันตรงกันข้าม หรือเป็นข้าศึกแก่กันและกันกับพระศาสนา หรือพระธรรมที่แท้จริง.

เราควรจะรู้จักโรคของโลก อันนี้ไว้ว่า กำลังเป็นโรคเกลียดพระเจ้าเกลียดศาสนา เกลียดพระธรรม หันหลังให้พระธรรม หันหลังให้ศาสนา, หันหน้าไปหาวัตถุนิยมซึ่งไม่ควรจะเรียกว่าพระเจ้า ควรจะเรียกว่าภูตผีปีศาจ. ถ้าเป็นพระเจ้านี่ก็เป็นพระเจ้าอย่างภูตผีปีศาจ มันก็มีพระเจ้าได้เหมือนกัน. ถ้า



เราเป็นสัตว์บุรุษยึดความดี ความถูกต้อง ความยุติธรรมเป็นหลักกันแล้ว มันก็ต้องมีพระเจ้าหรือพระธรรมตามแบบมโนนิยมดั้งเดิม.

**โรคที่ ๓.** อยากจะระบุ เป็นโรคปลีกย่อยออกไปจากสองโรคข้างต้น คือโรคขยายการกินการอยู่ การกินดีอยู่ดี ออกไปอย่างไม่มีขอบเขต จนกลายเป็นอบายมุข. การอยู่ดีกินดีกลายเป็นอบายมุข ฟังดูก็น่าหวั่น หรือน่าขัน หรือไม่น่าจะเป็นไปได้.

ตรงนี้คุณต้องเข้าใจคำที่มันอาจจะสับสนกันอยู่ได้สองคำ คือคำว่า “กินดีอยู่ดี” กับคำว่า “กินอยู่พอดี”, กินอยู่พอดีนั่นไม่เป็นไร ไม่อันตรายอะไร แล้วไม่ขยายออกไปได้; ส่วนคำว่า กินดีอยู่ดี นั้นมันไม่จำกัด มันขยายออกไปได้จนถึงจุดอันตราย.

เดี๋ยวนี้เด็ก ๆ ของเรา หรือว่านักศึกษาของเราก็ตาม เขามุ่งหมายการอยู่ดีกินดีกันทั้งนั้น. พุดอย่างนี้ไม่ใช่แก๊งพุดสပ်ประมาท เขาต้องการจะมีเงิน มีทรัพย์ มีเกียรติ มีลูกมีเมีย หรือว่ามีอะไรที่ดี หรืออย่างน้อยก็ต้องการกินดีอยู่ดีทางปากทางท้อง. ที่นี้มันควบคุมไม่ได้ เพราะสิ่งที่เรียกว่ากิเลส หรือตัณหา หรืออวิชชา นั้นมันขยายตัวออกไปได้ไม่มีขอบเขต, การกินดีอยู่ดีของมนุษย์มันก็ขยายออกไปอย่างไม่มีขีดขั้น.

เรื่อง อาหารการกิน เรื่องการแต่งเนื้อแต่งตัว เรื่องที่อยู่อาศัย เรื่องอะไรต่างๆ นั้นมันก็ขยายออกไปเรื่อยๆ. ดูเหมือนเขา

จะวางมาตรฐานกันให้มนุษย์คนหนึ่ง มีรถยนต์อย่างน้อยคันหนึ่ง มีตึกหลังหนึ่ง ช่างในตึกนั้นเต็มไปด้วยเครื่องสำราญขนาดนั้นๆ; เขามุ่งหมายที่จะให้มันเป็นอย่างนี้ เข้าใจกันว่าอย่างนี้มันเป็นศาสนาพระศรีอารีย์. นั่นแหละคือผลของอิริชชา ซึ่งมันจะเป็นไปไม่ได้ และโดยเฉพาะมันจะเป็นเรื่องสมำเสมอกันทุกคนไม่ได้ เพราะคนมีกรรมต่างกัน มีเหตุปัจจัยอะไรต่างกัน; อย่างนี้มันจะเหมือนกันไม่ได้. ที่นี้จะเอาให้เหมือนกันให้ได้ ก็ต้องจัดต้องบังคับมันก็ยุ่ง.

เรื่องการอยู่ดีกินดีที่วุ่น แทนที่จะเป็นการให้ความสงบสุข มันกลายเป็นให้ความยุ่งยาก ให้ทรมานใจ ให้ทรมานกาย จนขยายวงออกไปถึงขนาดทำให้คนอื่นพลอยลำบาก; แทนที่จะเป็นการอยู่ดีกินดี มันกลับกลายเป็นอบาย หรือนรกอยู่ในนั้น อยู่ในเรื่องที่เรียกว่า กินดีอยู่ดี นั้น.

พวกเขาบป ทำชั่ว ทำคอร์ปชั่น มันก็เอาไปเพื่อจะกินดีอยู่ดี ตามความหมายของมัน ไม่ต้องการจะเอาไปทำอย่างอื่นไม่ได้ต้องการจะเอาไปใช้อย่างอื่น หรือเอาไปที่ไหน มันต้องการจะเอาไปเพื่อการกินดีอยู่ดีตามความหมายของตัวเองเท่านั้น แล้วก็คอร์ปชั่น เพราะว่ามันไม่ได้, ไม่ทันใจ. ครั้นได้ตามที่ต้องการแล้ว ก็เอาไปหลอกตัวเองให้โง่มากขึ้น คือให้หลงในเรื่อง รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส มากขึ้น; แล้วมันก็เป็นอบายอยู่ที่นั่น เป็นนรกอยู่ที่นั่น คือร้อนอยู่ด้วยอำนาจของกิเลสอยู่ที่นั่นมากกว่าเดิม ราคะ โทสะ โมหะ มีมากขึ้นกว่า



เดิม ความมัวเมาในกามารมณ์มากขึ้นกว่าเดิม.

การอยู่ดีกินดีกลายเป็นอบาย กลายเป็นนรกที่สวยงาม อยู่ในนั้น แต่มันก็เป็นนรก เพราะว่ามันเป็นการทรมาน. ถ้าเป็นการอยู่ดีกินดีตามแบบโลกอย่างนี้แล้วละก็ เรียกว่า อันตราย. ถ้ากินอยู่พอดีตามหลักของพระพุทธศาสนาหรือ ศาสนาไหนก็ตาม ก็ต้องการจะกินอยู่พอดีตามที่พระเจ้า บัญญัติไว้; อย่างนี้ไม่มีอันตราย ไม่มีใครเดือดร้อน มีแต่จะ เหลือกินเหลือใช้ แล้วเอาไปสงเคราะห์ผู้อื่น เอื้อเพื่อเผื่อแผ่เจือ จานแก่บุคคลอื่นได้มากขึ้น ไม่เห็นแก่ตัว ไม่หวังไว้เพื่อตัว จน ไม่รู้ว่าจะเอาไปไหน.

**โรคที่ ๔.** อยากจะระบุ **ความไม่สันโดษ.** โรคความ ไม่สันโดษไม่ว่าในอะไร หรือไม่ว่าในเวลาไหน เมื่อไม่สันโดษ, ไม่รู้สึกอึดอย่างที่เรียกว่าสันโดษ มันก็ต้องรู้สึกหิว. คุณจำคำ สอนคำนี้ไว้ให้ดี เพราะในประเทศไทยนี้เองที่กำลังจะเข้าใจคำ ว่าสันโดษนี้ผิด. รัฐบาลสมัยหนึ่ง ขอร้องและห้ามไม่ให้สอน เรื่องสันโดษแก่ประชาชนพวกพระก็เลยงงกันไปหมด แต่มีพระ บางส่วนเหมือนกันที่เห็นด้วยเห็นตามนั้น เพราะเข้าใจคำว่า สันโดษผิด.

คำว่าสันโดษแปลว่ายินดีด้วยสิ่งที่กำลังมีอยู่ ตามตัว หนังสือแปลว่าอย่างนั้น นั่นแหละคือ ความรู้สึกอึด ถ้าเราไม่ ยินดีด้วยสิ่งที่กำลังมีอยู่ เราก็กินเท่านั้นไม่มีปัญหา เพราะ ฉะนั้นสันโดษทำให้อึด; แต่มิได้หมายความว่า ทำให้หยุดทำ

อะไร หรือหยุดแสวงหาต่อไป, เรามีอะไร เราทำอะไรได้  
เท่าไร เราก็ควรจะพอใจในสิ่งนั้น มันจะได้เป็นการอึดอุมอยู่  
ตลอดเวลา. แต่ถ้าได้อะไรมาเท่าไร เวลาไหนก็ตามแล้วไม่  
พอใจ ไม่ยินดี ไม่รู้สึกอึดอุมเลย มันก็เป็นจิตใจที่พร่อง ที่ว่าง ที่  
กลวง ที่หิวอยู่เสมอ; นั่นแหละคือความเป็นเปรต ซึ่งมีความ  
หมายเป็นความหิวอยู่เสมอ.

มนุษย์มีความหิวอยู่เสมอ แม้จะมีของเต็มบ้านเต็ม  
เมือง มีอะไรมากมายจนไม่รู้ว่าจะบริโภคใช้สอยอย่างไร มันก็  
ยังหิวอยู่เสมอ; ฉะนั้น จึงมีการคอร์ปชั่นใหญ่หรือไกล หรือลึกลับ  
ออกไปอีก เพื่อความเป็นเปรตของคน คือหิวมากออกไป. ไป  
หาอ่านดูเรื่องสันโดษที่เขียนไว้โดยละเอียดในการบรรยาย  
คราวอื่นๆ.

สรุปใจความว่า ต้องการให้รู้สึกอึดอุมอยู่เสมอ ให้มี  
เรี่ยวแรงทางกาย ทางจิต ทางวิญญาณ เข้มแข็ง เพราะอึดอุม  
อยู่เสมอ ที่จะทำให้ความก้าวหน้าต่อไปด้วยอำนาจของปัญญา.  
เดี๋ยวนี้คนขยันตัวเป็นเกลียว เพราะอำนาจของความหิว ความ  
ต้องการด้วยอำนาจของความงมงายบังคับ ไม่ใช่ด้วยอำนาจ  
ของปัญญา; อย่างนี้สันโดษไม่ได้จริง. ถ้ามีปัญญาอยู่แล้วจะ  
หยุดอยู่หนึ่งๆ ไม่ได้ มันต้องทำหน้าที่การงาน; เมื่อทำได้เท่าไร  
มันก็อึดอุมอึดอุมใจเท่านั้น.

อย่าที่วัดนี้ ผมถือหลักว่า “เสร็จทุกวัน”, งานนี้ทำนี้เสร็จ  
ทุกวัน. อย่างสร้างอาคารหลังหนึ่งกินเวลาหลายๆ ปี เราก็เสร็จ



ทุกวัน แล้วก็อิมใจทุกวัน ไม่ใช่รอไปอีกหลายๆ ปี จนกว่า  
อาคารมันจะเสร็จ แล้วจึงจะอิมใจ; อย่างนั้นมันคงเหนื่อยตาย  
เสียก่อน หรือเป็นโรควิปริตทางจิต ทางวิญญาณ เป็นบ้า หรือ  
ตายเสียก่อน หรือเป็นโรคทางร่างกายตายเสียก่อน. เพราะ  
ฉะนั้นเราเสร็จทุกวัน สบายใจทุกวัน อิมใจทุกวัน แล้วก็ทำ  
สนุกไปทุกวัน, รุ่งขึ้นมันก็เหมือนกับเรื่องที่ตั้งต้นใหม่อีก แล้ว  
มันก็เสร็จในวันนั้นอีก แล้วก็สบายใจทุกวัน; ลักษณะของ  
ความสันโดษเป็นอย่างนี้ มันหล่อเลี้ยงให้ชุ่มชื้น.

เดี๋ยวนี้คนเป็นโรคไม่สันโดษ ไม่รู้จักกับความอิมหรือ  
ความพอ หิวเป็นเปรตอยู่เสมอ เป็นอย่างนี้กันทั้งโลกมากขึ้น.  
นี่เป็นโรคทางวิญญาณที่กำลังเผาโลกอยู่ในปัจจุบันนี้ : เผา  
ทางวิญญาณ แล้วเป็นเหตุให้เผาทางกาย ทางภายนอกทาง  
วัตถุออกมา เป็นสงคราม หรือเป็นอะไร ทำให้เกิดการแก่ง  
แย่งช่วงชิงกันต่อไปอีก.

**โรคที่ ๕.** อยากจะระบุชื่อว่าเป็นโรคของการพัฒนา  
สิ่งที่ไม่จำเป็นต้องพัฒนา หรือทำสิ่งที่ไม่จำเป็นจะต้องทำ  
มากขึ้นทุกที.

พวกคุณเป็นนักศึกษาอย่ามทราบดีว่า โลกกำลังก้าวหน้า  
มากในทางการศึกษาการค้นคว้า การประดิษฐ์ จนกระทั่งทำ  
ขนาดหนัก เรียกว่าอุตสาหกรรม; แต่แล้วก็ขอให้ดูผลที่เกิดขึ้น  
อีกทางหนึ่ง จากการทำมันก้าวหน้าเกินขอบเขต หรือว่า  
ก้าวหน้าไปในทางที่ไม่จำเป็น มันก็เนื่องมาจากเรื่องที่ว่ามา



แล้ว คือไม่สันโดษ มันต้องการไม่มีขอบเขต. คำว่าไม่มีขอบเขตหมายความว่า มันเกินความจำเป็น; เมื่อมันต้องการเกินความจำเป็นมันก็ค้นคว้าประดิษฐ์ประดอยเกินความจำเป็น. ของเกินจำเป็นก็ออกมา แล้วมันก็ยิ่งมากขึ้นๆ เกินจำเป็นมากขึ้น. นี่เป็นมูลเหตุของความไม่สงบในหมู่มนุษย์.

การก้าวหน้าทางวิชาแพทย์ มันก็ก้าวหน้ามาก มากอย่างน่าอัศจรรย์ ขนาดที่จะเปลี่ยนเครื่องอะไหล่ของคนเหมือนกับเปลี่ยนเครื่องอะไหล่รถยนต์; อย่างนี้มันก็จะทำได้. แต่แล้วอย่าลืมนะว่า มันไม่ได้ทำให้มนุษย์มีความสุข แต่ทำให้ยุ่งมากขึ้นเกินความจำเป็น ไม่ยอมตายในกรณีหรือในสถานะที่ควรจะยอมตาย อย่างนี้ก็เป็นเรื่องยุ่งมากขึ้น บ้ามากขึ้น.

ยกตัวอย่างเช่น เปลี่ยนหัวใจ อย่างนี้มันได้ผลไม่คุ้มค่าของความยุ่งยากลำบาก มันยังไม่ถึงเวลา เอาไว้ทีหลังก็ได้. อย่าไปสร้างความยุ่งให้มันเกิดขึ้นมากเกินความจำเป็น ควรจะแก้ไขส่วนที่จำเป็นที่ควรจะแก้ไข โดยที่มันไม่เกิดความยุ่งยากลำบาก; แล้วเมื่อถึงเวลาตาย ก็ควรให้มันตายไปด้วยความสงบ อย่าไปกระตุ้นไว้ อย่าให้มันตายไม่ลง.

เรื่องทางแพทย์นี้ มันอาจจะเลยเถิดไปถึงกับจะคอยกระตุ้นหล่อเลี้ยงไว้ จนตายไม่ลง แล้วมันก็ตายอย่างไม่รู้ว่าจะตายเมื่อไร ตายในลักษณะอย่างไร คือตายไม่ได้สติ; อย่างนี้เป็นสิ่งที่ไม่พึงประสงค์ในทางฝ่ายศาสนา ที่เขาต้องการให้คน



ตายอย่างมีสติ ตายอย่างชนะความตาย. เดียวนี้เขากลับไป  
หล่อดีงไว้ ไสนั้นไสนี้ ฉิดโน่นฉิดนี้ไว้ให้มันซึ่มกระทือ แล้ว  
มันตายเมื่อไรก็ไม่รู้ มันตายอย่างผู้แพ้ ผู้ไม่รู้สึกรู้ตัว; ในทาง  
สมัยใหม่เขาจะถือว่าดี หรืออะไรก็ตามใจ ผมไม่ทราบไม่สนใจ  
ด้วย. แต่ถ้าทางธรรมทางศาสนาแล้ว เขาถือว่าเสียหาย เพราะ  
ไม่ได้ตายด้วยสติสัมปชัญญะ ด้วยความรู้สึกรู้ตัวหรืออย่าง  
เอาชนะความตาย; ทางธรรมะต้องการให้มีสติทำกาละ-คือ  
ตายนี้ รู้สึกรู้ตัวอยู่แล้วก็ดับจิต, ดับลงไปเหมือนกับเราปิดสวิทช์  
ไฟหรือดับตะเกียง; อย่างนี้เขาถือว่าเป็นผู้ล้มตา เป็นผู้มีแสง  
สว่าง เป็นผู้มีชัยชนะต่อความตาย.

เมื่อมันไม่ควรจะอยู่ แล้วจะอยู่ไปทำไม? ดังนั้นการที่ไป  
ประดิษฐ์ประดอยในส่วนนี้ ก็เรียกว่าเป็นส่วนเกิน. พวกที่มีเงิน  
จะเปลี่ยนหัวใจเพื่อมีอายุอยู่ต่อไปอีกสองสามเดือนสองสามป  
ก็เพื่อสนุกสนานเท่าเดิม หรือเพื่อเิงเท่าเดิมไม่เห็นมีประโยชน์  
อะไร; ทางศาสนาจึงถือว่ามันเกินไป มันฝืนความประสงค์ของ  
พระเจ้า.

พวกคริสเตียนเขาก็ต่อต้าน หรือคัดค้านในการทำสิ่งที  
เกินไปอย่างนี้ แต่เขาให้เหตุผลเพียงว่า มันขัดความประสงค์  
ของพระเจ้า; คนก็ไม่เชื่อฟัง. ถ้าทางศาสนาพุทธ จะให้เหตุผล  
บ้าง ก็เรียกว่าฝืนธรรมชาติ ผิดความมุ่งหมายของพระธรรม  
มันก็เหมือนกัน; แต่ที่แท้มันคือโง่ ไปทำส่วนเกินมากเกินไป  
ทำแต่ส่วนพอดี ดีกว่าจะได้เอาเวลานั้นไปใช้ประโยชน์อย่างอื่น

แล้วก็ไม่ต้องมีอาการชนิดที่เรียกว่ามันเกินไป มันทุเรศเกินไป.

ที่พูดนี้ไม่ใช่จะแกล้งตีเตียน พูดไปเพียงให้เห็นในส่วนเกินที่ก้าวหน้าจนเกินไป ในทางที่ยังไม่ควรจะก้าวหน้า; ควรจะก้าวหน้าในส่วนที่ควรจะก้าวหน้าให้มากกว่านั้น แล้วให้ประกอบอยู่ด้วยธรรมะ คือว่ามีจิตใจที่มีสติสัมปชัญญะ มีเหตุผล ไม่มีอวิชชาแทรกแซง.

ที่นี้ ก็มาถึงเรื่องทางวัตถุต่างๆ ไป ไม่เฉพาะแต่การแพทย์ การประดิษฐ์ประดิษฐ์อะไรต่างๆ ที่เขาประดิษฐ์กันขึ้นมากมาย นั้นมันเพื่อส่วนเกิน. มนุษย์วิ่งออกไปสู่ส่วนเกินอย่างวิ่งที่เดียว มิได้หยุด หรือมิได้เดินไปช้าๆ แต่มันวิ่งออกไปสู่ส่วนเกิน ก็คือโลกนี้มันวิ่ง มันหมุนอย่างหมุนจี๋ มันก็วิ่งยุ่งมาก มีส่วนเกินมากเท่าไรก็มีความทุกข์มากเท่านั้น.

ขอให้ไปสังเกตดู ผลผลิต ผลประดิษฐ์ขึ้นมาต่างๆ นี้ มีส่วนเกินมากยิ่งขึ้นทุกที. เด็กๆ มันก็โง่ หรือหลง มาแต่ในท้อง : เช่น เกิดมาก็ต้องมีโทรทัศน์ ต้องมีตู้เย็น ต้องมีรถยนต์ ต้องมีตึกอะไรอย่างนี้ มันก็วางมาตรฐานอย่างนั้นมาแต่ในท้อง; พอเกิดมา สීමตาขึ้นมามันก็เห็นสิ่งเหล่านี้. แต่คนโบราณไม่ต้องการสิ่งเหล่านี้ อยู่ได้โดยไม่ต้องการสิ่งเหล่านี้; ถ้าหากว่าสิ่งเหล่านี้มันทำให้เกิดความยุ่งยากลำบากมาก ก็ไม่ต้องการ.

คนสมัยนี้หาว่าคนโบราณโง่ครึคระ ไม่ก้าวหน้า, คนโบราณเขาไม่ได้หลงมากในเรื่องส่วนเกิน เขาต้องการแต่เพียงเท่าที่มันพอดี ที่อยู่ได้อย่างผาสุก. ถ้าก้าวหน้าก็ก้าวหน้าไป



อย่างมีเหตุผลที่มันมี คือก้าวหน้าไปอย่างช้าๆ ทีละนิดๆ มันไม่ได้วิ่งจี๋ หรือกระโดดพรวดพราดจะไปโลกพระจันทร์ หรืออะไรทำนองนี้; มันทำให้เปลืองหรืออะไร เกินกว่าที่ควรจะเป็นเปลือง แล้วมันก็ทำให้เกิดความยุ่งยากลำบากเกินกว่าที่ควร จะยุ่งยากลำบาก; เพราะมันเห็นแก่ตัวมากขึ้น มันก็เลยไม่เอื้อเพื่อผู้อื่น จะปล่อยให้ผู้อื่นนอนตายเกลื่อนไปหมดก็ได้ โดยที่เราจะไปทำส่วนเกินส่วนเพื่อเหล่านั้นด้วยเงินของเราเอง ไม่เอาไปเอื้อเพื่อเจือจานกัน.

คุณไปพิจารณาดูตามตัวอย่างนี้ จะพบว่าส่วนเกินนั้น มันให้โทษลึกซึ้ง และทำให้ผู้เป็นเจ้าของส่วนเกินนั้นหิวเป็นเปรตอยู่เสมอด้วยเหมือนกัน มีความต้องการอย่างไม่มีหยุดพัก เรียกว่าเห็นกงจักรเป็นดอกบัว. โวหารนี้จำไว้ด้วย “เห็นกงจักรเป็นดอกบัว” นี่กำลังมีมากขึ้นในโลกนี้; ไปเห็นสิ่งที่มันจะล้างผลาญมนุษย์ว่า มันเป็นสิ่งที่ก้าวหน้า หรือเป็นความเจริญ นี้เรียกว่าเห็นกงจักรเป็นดอกบัว.

**โรคที่ ๖.** อยากรจะระบุว่า โรคความเห็นแก่ตัวข้างเดียว ยิ่งก้าวหน้าตามแบบของชาวโลกนี้เท่าไร ก็ยิ่งเพิ่มความเห็นแก่ตัวเท่านั้น.

การศึกษาก็เพิ่มความเห็นแก่ตัว การกีฬา ก็เพิ่มความเห็นแก่ตัว; นี่รากฐานมันเป็นอย่างนี้. ทีนี้การประกอบการทำงานอะไรต่อไปข้างหน้าก็เป็นการเห็นแก่ตัวเพราะเป็นโรคเห็นแก่ตัวชนิดขั้นสูง; หมายความว่ามันเกินขอบเขต หรือว่าถึง

ขีดสูงสุด ตามองไม่เห็นผู้อื่นแล้ว เห็นแก่ตัวเท่านั้น มันก็เลยเห็นแก่ตัวมากขึ้นๆ. เพราะฉะนั้น การที่จะทำอะไร จะศึกษาเล่าเรียนอะไรก็ตาม สมัยโบราณเขาให้ภาวนาให้ว่าคาถา ที่จูงใจตัวเอง ให้มองเห็นความจริง ความถูกต้อง ความยุติธรรม, ให้นึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วทำสิ่งนี้เพื่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ด้วยซ้ำไป ไม่ใช่เพื่อความเห็นแก่ตัว.

อย่างคุณเข้ามาเรียนวิชาแพทยกับอาจารย์ พอวันที่แรกเริ่ม อาจารย์จะให้นึกถึงพระเจ้า นึกถึงความจริง ความถูกต้อง ความยุติธรรม ความอะไรที่เขาเรียกว่าพระธรรม แล้วเราก็จะทำสิ่งนี้ตามที่เป็นธรรม เพื่อความเป็นธรรม; แล้วเราก็เป็นแพทย์ที่มีอุดมคติ ออกมาเพื่อช่วยเพื่อนมนุษย์ ให้ไม่มีความทุกข์เกี่ยวกับโรคทางกายนี้. อย่างนี้เห็นค่าจ้างรางวัลนั้นเป็นซีฝุ่นอยู่ใต้ฝ่าเท้าเสมอ, เห็นการได้ทำหน้าที่ตามอุดมคติเป็นสิ่งสูงสุดอยู่บนศีรษะ บุษบาอยู่อย่างนี้, มันก็ไม่มีช่องทางที่จะเห็นแก่ตัว มันก็เจริญไปได้เหมือนกัน; ได้ประโยชน์ก้าวหน้าหรือเจริญไปได้ ต้องการทรัพย์ก็ได้ทรัพย์ตามที่ควรจะได้ เพราะว่าเป็นแพทย์ผู้เสียความทุกข์ยากของคนอื่น ไม่ใช่เป็นพ่อค้า; อย่างนี้ก็เลยไม่เห็นแก่ตัว ที่จะก่อรูปร่างขึ้นมา.

จะเล่าเรียนอะไรก็ตาม เขาจะให้บูชาพระก่อนเสมอ เพื่อย่อมความไม่เห็นแก่ตัวไว้ทุกวันๆ. เดียวนี้มันหลับตาทำอะไรอย่างเครื่องจักร พอพูนความเห็นแก่ตัวอย่างเครื่องจักร;



โลกมันจึงเป็นโลกของพวกเขาฤดูผีปีศาจที่เห็นแก่ตัว ไม่ดูหน้าใคร. นี่เรียกว่าเป็นโรคเห็นแก่ตัว ชักชวนกันมาเป็นพวก ก็เพื่อเห็นแก่พวก เพื่อจะไปทำลายพวกอื่น มีเชื้อโรคมาตั้งแต่กองเชียร์ในสนามกีฬาของมหาวิทยาลัย นี่คือน้ำเชื้อ (germ) ของความเห็นแก่ตัว. รวมพวกกันเพื่อจะทำลายพวกอื่น หรือเพื่อจะข่มขู่พวกอื่น ยกย่องส่งเสริม หรืออะไรแก่พวกตัวเท่านั้น. นี่เป็นการศึกษาที่ผิด เพราะมันเพิ่มความเห็นแก่ตัว.

**โรคที่ ๗. อยากจะระบุ โรคที่ไม่รู้จักบุญคุณของพ่อแม่ หรือผู้มีบุญคุณ.** เพราะมีแต่ความก้าวหน้าทางวัตถุ ทางวิทยาศาสตร์ เห็นการที่ลูกเกิดมาจากพ่อแม่นี้เป็นของธรรมดา เหมือนกับผลไม้ ต้นผลไม้สืบพันธุ์ อย่างนั้นก็เลยไม่มีช่องว่างที่จะเห็นว่า พ่อแม่เป็นผู้มีบุญคุณเหลือล้นแก่ชีวิตของเรา. มนุษย์คล้ายเครื่องจักรมากขึ้น ไม่มีความรู้สึกทางจิต ทางวิญญาณ พ่อแม่ก็เลยไม่มี; เหมือนกับลูกผลไม้ที่ออกมาจากต้นไม้ มันก็ไม่ถือว่าต้นไม้เป็นเหมือนพ่อแม่ คล้ายๆ กันอย่างนั้น; มันเหมือนเครื่องจักร.

ที่นี้ มนุษย์ที่พัฒนา ทางจิตทางวิญญาณสูง มันควรจะมีความรู้สึกอะไรที่ลึกกว่านั้น คือเห็นว่ามีพ่อแม่ พ่อแม่มีบุญคุณ มีความเป็นพ่อแม่. ถ้าไม่มีความเป็นพ่อแม่ มันก็เหมือนสุนัขและแมว ที่ไม่เห็นความเป็นพ่อแม่. พ่อแม่ก็ไม่ต้องมีบุญคุณ ไม่ดูสุนัขและแมวเป็นต้นนั้นเป็นตัวอย่าง. ถ้ามนุษย์ต่างจากสัตว์เหล่านั้นก็ต้องมีพ่อแม่, มีสถาบันพ่อแม่ สูงสุด

ประเสริฐสุดอยู่บนศีรษะ และมีบุญคุณอย่างยิ่ง. เรายอมตายก็ได้ อย่าว่าแต่จะยอมเสียของรักเสียของอะไรเพื่อตอบแทนบุญคุณพ่อแม่เลย.

เดี๋ยวนี้คนหนุ่มสาวไม่เป็นอย่างนั้น เห็นแก่ตัวกู เห็นแก่ประโยชน์ของกุทางเนื้อหนัง เลยไม่เคยตามใจพ่อแม่ในเรื่องนี้; มันก็พอดีกัน ครั้นตกไปถึงชั้นลูก ชั้นหลาน ชั้นเหลน มันก็เป็นอย่างนี้มากขึ้น สถาบันพ่อแม่จะหายไป; คุณคอยสังเกตดู.

นักเรียนไปเรียนเมืองนอก กลับมาก็หาว่ามีบุญคุณต่อพ่อแม่ เพราะทำให้พ่อแม่มีชื่อเสียง นี่เป็นเรื่องที่เขาเล่าเป็นความจริง ไม่ใช่เป็นนิทานกุข่าว; แทนที่พ่อแม่จะมีบุญคุณแก่ลูก ลูกกลับกลายเป็นผู้ที่มีบุญคุณแก่พ่อแม่.

**โรคที่ ๘.** อยากรจะระบุ ว่า โรคที่ถือว่า **ครูบาอาจารย์เป็นลูกจ้างไม่ใช่ผู้มีบุญคุณ.** โรคนี้ระบาดมาจากเมืองนอกเข้ามาเมืองไทย : ครูบาอาจารย์ก็เป็นลูกจ้างมากขึ้น ทำความเคารพอย่างครูบาอาจารย์ ไม่มีสถาบัน ครูบาอาจารย์ไม่มี มีแต่สถาบันลูกจ้างสอนหนังสือ; แล้วสัตว์ทั้งหลายจะเป็นอย่างไร มันไม่มีครูบาอาจารย์ที่จะชักนำในทางวิญญาณ หรือจูงในทางวิญญาณ.

สำหรับครูบาอาจารย์เหมือนกัน เป็นสถาบันที่ตกต่ำลงไปทุกที เพราะมันออกมาจากวัฒนธรรมที่ไม่เห็นว่า ครูบาอาจารย์มีบุญคุณสูงสุด คือเป็นผู้นำทางวิญญาณ จนเขาจะทำอย่างไรกับครูบาอาจารย์ก็ได้. เรื่องทางเมืองนอกเมืองนา



มันก็ปรากฏอยู่เป็นประจำวัน; คุณไปดูเอาเองก็แล้วกัน. นี่ผม  
ระบุว่าเป็นโรคอกตัญญู เชื้อโรคของความอกตัญญูมันระบาด  
ไม่รู้ว่าคุณพ่อแม่ ไม่รู้คุณครูบาอาจารย์.

**โรคที่ ๙. อยากระบุ่ว่า ความไม่เคารพคนเฒ่าคนแก่  
พระเจ้าพระสงฆ์.** วัฒนธรรมโบราณ คนเฒ่าคนแก่ ได้รับความ  
เคารพยกย่อง แม้จะเป็นคนยากจนเข็ญใจ หรือคนบ้าๆ  
บอๆ อะไรก็ตามใจ ความเป็นคนเฒ่าคนแก่ของเขานั้น เขายก  
ให้เป็นสถาบันที่ว่า คนหนุ่มสาวจะต้องเคารพ นี่คือ แก่ทาง  
ร่างกาย. ทีนี้ถ้าแก่ทางวิญญาณ คือเป็นสมณพราหมณ์ เป็น  
พระเจ้าพระสงฆ์ก็ยิ่งต้องเคารพ. เดี่ยวนี้คนแก่ถูกมองในแง่ที่  
น่ารังเกียจ จนกระทั่งแม้แต่พ่อแม่ของตัวเองนั้นแหละ; พอ  
แก่เฒ่าขึ้นมา ลูกหลานก็มองว่าเป็นสิ่งที่น่ารังเกียจ น่าจะหลีกเลี่ยง  
ไปเสียให้พ้น เห็นพระเจ้าพระสงฆ์เป็นคนครีครวล้ำสมัย.

ถ้ามองกันที่ถูกต้องแล้ว มันต้องไม่ใช่อย่างนั้น คน  
เฒ่าคนแก่นั้น แม้เขาจะไม่มีอะไรกับเราก็ตามใจ แต่ว่าเขา  
เกิดก่อนเรา เห็นโลกก่อนเรา. ถ้าเราเคารพคนเฒ่าคนแก่อยู่  
เราก็จะสนใจเอื้อเฟื้อต่อคนเฒ่าคนแก่ รับฟังความคิดความเห็น  
ของคนเฒ่าคนแก่ ซึ่งเขาคงจะบอกอะไรให้แก่เราได้ไม่น้อย  
เหมือนกัน.

คุณอย่าลืมห้อเท็จจริงที่ว่า วิชาความรู้ในโลกมนุษย์  
มันสืบมาจากคนที่เกิดที่แรกเสมอ; แม้ทางวิทยาศาสตร์ขนาด  
ไปโลกพระจันทร์ได้ มันก็งอกงามออกมาจากความรู้ขั้นต้นๆ



ของคนที่เกิดก่อนตายก่อน จนไม่รู้ว่าที่ร้อยก็พันปีมาแล้ว ไม่ใช่เพิ่งมาตรัสรู้เอาเองได้เดี๋ยวนี้. ฉะนั้นการรับฟังคนที่เกิดก่อน แล้วก็ให้เกียรติแก่คนที่เกิดก่อนนั้น เขาถือกันว่าเป็นสถาบันศักดิ์สิทธิ์อันหนึ่ง.

สำหรับพระเจ้าพระสงฆ์นั้น หมายความว่าท่านเกิดก่อนในทางฝ่ายวิญญาณ แต่ทั้งหมดนี้ไม่ต้องนับรวมคนที่บกพร่อง; เพราะพระเจ้าพระสงฆ์ที่ปลอมตัวบวชก็มี พระเจ้าพระสงฆ์ที่เหลวไหลก็มี. เมื่อเราพูดว่าพระเจ้าพระสงฆ์ ก็หมายถึงว่าเป็นสถาบันที่ถูกต้อง แต่เอาเถอะอย่างน้อยก็ขอให้ถือว่าเป็นสัญลักษณ์ เช่นเดียวกับธงชาติเป็นสัญลักษณ์ของชาติ. เราเคารพผ้าชีวรีผืนนั้นในฐานะเป็นสัญลักษณ์ของชาติ.

ที่นี่ คนที่แก่หง่อม มีร่างกายที่น่าเกลียดนั้นแหละ เป็นสัญลักษณ์ของความที่เกิดก่อนเรา แก่ก่อนเรา เห็นโลกก่อนเรา หรืออะไรเหล่านี้, หรืออย่างน้อยพระเจ้าพระสงฆ์ หรือผ้าเหลืองนี้ ก็เป็นสัญลักษณ์ของความสงบ. ถ้าเราเหลือบเห็นพระสงฆ์ เราก็นึกถึงความสงบ แล้วเราก็บูชาบุคคลที่สนใจในความสงบ หรือมีความสงบ; ถ้าอาการอย่างนี้ยังมีอยู่ คือเคารพคนเฒ่าคนแก่พระเจ้าพระสงฆ์ในศาสนาแล้ว โลกก็ไม่กระโจนไปสู่กองไฟได้ง่ายเหมือนเดี๋ยวนี้ เพราะมันยังมีจิตใจที่อ่อนโยน ไม่กระด้าง.

**โรคที่ ๑๐.** อยากจะระบุนุอาการเล็กๆ น้อยๆ ต่อไปอีก คือเป็น **โรคชอบเพื่อนอันธพาล** มากกว่าชอบเพื่อนที่เป็น



**สัตบุรุษ.** โรคนี้มันพื้กตัวขึ้นมาอย่างที่ไม่ทันจะรู้สึกตัว หรือไม่  
น่าจะเป็น เมื่อตกอยู่ใต้อำนาจของกิเลสอย่างโรคที่หนึ่งที่แรก  
แล้ว มันก็ชอบเพื่อนที่ส่งเสริมกิเลสด้วยกัน คือ ความเป็นอันธ-  
พาล. มันน่าประหลาด ที่เด็ก ๆ รุ่นหลังนี้ชอบเกรงกเมะเหรง  
ข่มเหงผู้อื่น แล้วออกไปเป็นเด็กอันธพาล; จำนวนจึกโกจักก็  
มันก็มากขึ้น เกิดพริบขึ้นมาอย่างนี้, เป็นโรคชอบเพื่อนอันธ-  
พาลมากกว่าเพื่อนที่เป็นสัตบุรุษ เพื่อนที่สงบถูกต้องเรียบบ่อย  
ถูกมองไปในแง่ครีคระ. อาการที่มีความโลดโผน อันธพาล ชก  
ต่อย ตีรันฟันแทง จนกระทั่งฆ่ากันด้วยอาวุธเปิด อย่างนี้มัน  
กลายเป็นสิ่งที่นิยมชมชอบ กลายเป็นแฟชั่นขึ้นมา.

**โรคที่ ๑๑.** อยากจะระบุว่า “**โรคไม่รู้จักรักศิลปะของ  
พระเจ้า**” เป็นคำบัญญัติเฉพาะ “ไม่ชอบศิลปะของพระเจ้า”  
พระเจ้าคือธรรมชาติ. ไม่ชอบศิลปะตามแบบตามธรรมชาติ ตาม  
มาตรฐานธรรมชาติ ซึ่งมีลักษณะแห่งความสงบ ไปคิดประดิษฐ์  
ศิลปะแบบต่างๆ แบบใหม่ๆ. นี้คุณรู้ดีกว่าผมก็ได้; ศิลปะแบบ  
หลังๆ นี้ เป็นศิลปะ (art) อะไรที่คนอื่นดูไม่ออก นอกจากคนที่ไม่  
บ้าหลงมันเท่านั้น. มันมีกฎเกณฑ์ศึกษากันอย่างนั้นอย่างนี้  
อย่างโน้น ตั้งพักตั้งนานกว่าจะไปเข้าใจศิลปะอันนั้น แล้วชอบ  
ศิลปะอันนั้นได้ : ศิลปะเสียเวลา ศิลปะที่ไม่มีประโยชน์ ศิลปะที่  
ทำให้บ้ามากขึ้น เพื่อฝันมากขึ้น ไม่มีความสงบ ไม่เป็นไปเพื่อ  
ความสงบ เป็นศิลปะเสพติดเหมือนกับสูบกัญชាយาฝิ่น; ไปหลง  
ในศิลปะประดิษฐ์ใหม่นั้น. ส่วนศิลปะความงามตามธรรมชาติ

ของดินฟ้าอากาศ ของดวงดาว ดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์ ทะเล ภูเขา นี้ไม่มีใครชอบ ซึ่งมีลักษณะของความสงบนั้น.

เขากลับไปประดิษฐ์ศิลป์ที่ทำให้เพื่อน เลื่อนลอยไปตามความโง่ ความหลงงูชาสิ่งแปลกประหลาด แล้วก็ไปเรียกว่าศิลป์ หรือความงาม; ถ้าเป็นไปอย่างนี้มากขึ้น มันก็จะเห็นทางเหินห่างจากความสงบมากขึ้น จะไปสร้างความคิดฝันใหม่ๆ ที่มันไหลไปด้วยอำนาจของอวิชาชา กิเลส ตัณหา แปลกๆ เท่านั้นเอง. เขาจะเรียกว่าด่าหรืออะไรก็ตามใจ หรือเขาจะรุมกันด่าผมตอบก็ตามใจ. ผมต้องพูดอย่างนี้ว่า มนุษย์กำลัง เป็นโรคไม่ชอบศิลป์ของพระเจ้า แต่ชอบศิลป์ที่เลื่อนลอยไปตามอำนาจของอวิชาชา ที่อยากจะทำอะไรแปลกๆ.

**โรคที่ ๑๒.** อยากจะระบุถึง **โรคที่ไม่มีศีลข้อกาเมสุมิจฉาจาร.** กาเมสุมิจฉาจาร นั่นคือ ศีลที่ห้ามไม่ให้ล่วงเกินของรักของผู้อื่น; โดยเฉพาะวัตถุแห่งกามารมณ์ของผู้อื่นนั่นแหละ เช่น บุตร ภรรยา เรารู้กันดี. เดียวนี้เขาจะยกเลิกศีลข้อนี้กันมากขึ้นทุกทีในโลกนี้. เพราะคนไทยไปตามกันพวกฝรั่ง เรื่องศีลข้อกาเมสุมิจฉาจารก็ค่อยๆ จางๆ ไป ตามแบบพวกที่หลงวัตถุนิยม. การประพฤติประทุษร้ายภรรยาของผู้อื่นนี้จะไม่ถือกันว่าเป็นความผิดแล้ว กำลังจะไม่ถือว่าเป็นความผิดแล้ว เพราะความลุ่มหลงในกามารมณ์หนักขึ้น ก็จะไม่แลกเปลี่ยนภรรยากันเฉพาะวันเฉพาะคืน เพื่อกามารมณ์ที่มีรสแปลกออกไป; นี่ก็เป็นลักษณะที่เรียกว่า จะไม่มีศีลข้อ



กาเมสุมิจจาจารกันแล้ว. เดียวนี้เจริญด้วยเครื่องคุมกำเนิดทางวัตถุ ทางการปฏิบัติอะไรก็ตามเกิด คนหนุ่มคนสาวก็ไม่ต้องกลัวโทษที่จะเกิดมาจากข้อกาเมสุมิจจาจารยิ่งๆ ขึ้น. โรคไม่มีศีลข้อที่ ๓ นี้ก็จะหนักขึ้นๆ ในโลกนี้ ทั้งคนโสดและทั้งคนที่มีความครอบครัว.

ที่นี้จิตใจมันก็เสื่อมทรามตกต่ำ, จิตใจที่มันเสื่อมทรามตกต่ำนี้มันทำอะไรได้ทุกอย่าง มันจึงมีการรอดอวัยวะที่ไม่ควรรอด, ใช้เครื่องนุ่งห่มที่ไม่เป็นเครื่องนุ่งห่มแต่สื่อแสดงอวัยวะที่ไม่ควรสื่อแสดง. เพื่อประหยัดเวลา คุณไปดูภาพยนตร์ที่อยู่ในตึกโรงหนังแล้วลองอ่านข้อความนั้นดู. นั่นคือการรอดอวัยวะที่ไม่ควรจะรอด เพราะจิตใจมันตกไปเป็นทาสของกามารมณ์ จะยกเลิกศีลข้อที่ ๓ ข้อกาเมสุมิจจาจาร. ความมีจิตทรามนี้ระบาคออกไป ไม่มีหิริ ไม่มีโอตตปปะมากขึ้นโลกนี้ก็เป็นโลกของภูตผีปีศาจอีก.

**โรคที่ ๑๓. โรคสุดท้าย** อยากรจะระบุ **โรคประชาธิปไตยชนดิที่เชือดคอตัวเอง.** โลกเรากำลังบูชาลัทธิประชาธิปไตย แต่เป็นประชาธิปไตยของคนที่เป็นทาสวัตถุ เป็นทาสของกามารมณ์ มันก็ชวนกันเฮ้ไปยกวัตถุ หรือกามารมณ์ขึ้นเป็นพระเจ้า; มันก็เป็นประชาธิปไตยในทางเป็นทาสของกามารมณ์ของวัตถุ. ประชาธิปไตยนั้นมันดีต่อเมื่อมันเป็นธรรมาธิปไตยคือบูชาพระธรรม บูชาพระเจ้า และเป็นประชาธิปไตยอิสรภาพเสรีภาพ; เพราะว่า พระเจ้า หรือพระธรรมนั้นแหละช่วยให้เรา



มีเสรีภาพจากอำนาจของกิเลส. เดิมนั้นเราได้ประชาธิปไตยมาสำหรับทำอะไรตามชอบใจไปในทางเป็นทาสของกิเลส นี้เรียกว่า ประชาธิปไตยชนิดเชือดคอตัวเอง ให้มนุษย์สูญเสียความเป็นมนุษย์ที่มีมนุษยธรรม แล้วก็เฮกันไปในทางที่เห็นแก่ตัวอย่างที่ว่ามาแล้ว; เพราะว่าทุกคนเป็นโรคเห็นแก่ตัวอยู่แล้ว พอได้ประชาธิปไตย ก็เฮไปในทางเห็นแก่ตัว. เพราะทุกคนเป็นโรคเห็นแก่ตัว การประชุมในที่ประชุมนั้น มันก็โหวตไปทางทำตามความเห็นแก่ตัว; นี่ก็คือ เชือดคอตนเอง.

โลกกำลังมีความทุกข์ยากลำบากเพราะเศรษฐกิจ เพราะสงคราม เพราะอะไรมากขึ้น ก็เพราะประชาธิปไตยทำไปเพื่อประโยชน์แก่เนื้อหนัง ทำไปเพื่อส่วนเกินที่ไม่ควรจะมี เหมือนที่ว่ามาแล้วในข้อต้นๆ; ผลสุดท้ายยอดของประชาธิปไตย ก็คือลัทธิแบบ ฮิปปี้อิสม, ไม่ได้หมายถึงตัวฮิปปี้ แต่หมายถึงความหมายของลัทธิฮิปปี้อิสม คือการบูชาประชาธิปไตยในทางเนื้อหนังของตนเอง มีปรัชญาของตัวเอง เพื่อให้เป็นอิสระในการที่จะบูชากิเลส ไปตามอำนาจของกิเลส ที่ผมเรียกเองว่าฮิปปี้อิสมตามความหมายของพวกฮิปปี้.

การศึกษา การก้าวหน้าของการศึกษา กระทั่งประชาธิปไตยนี้ ที่มันเดินไปผิดทาง มันเดินไม่ถูกทาง มันก็เพื่อเชือดคอตัวเองด้วยการเป็นทาสของอารมณ์มากขึ้น; ธรรมะหรือศาสนาเข้าไปไม่ได้ในรัฐสภาของพวกที่เป็นประชาธิปไตยชนิดนี้, ไม่มีพระเจ้า ไม่มีศาสนา ไม่มีธรรมะในสถานนั้นๆ. นี่ไม่ใช่



คำดำ เป็นเพียงคำแถลงตามความรู้ลึกที่มองเห็นจากการสังเกตมาเป็นปีๆ ๑๐ ปี ๒๐ ปี ๓๐ ปี ผากไปให้คุณคิดดูด้วย; เพราะเป็นโรคที่ร้ายที่สุดของโลกในปัจจุบันนี้ คือโรคประชาธิปไตยชนิดที่เชือดคอตัวเอง, มียอดสุดของอุดมคติ หรือปรัชญา เป็นฮิปปี้อิสม ตามใจตนเองด้วยเรื่องทางเนื้อหนัง.

วันนี้เราได้พูดกันมาจนเกินเวลาไปบ้างแล้ว เพื่อให้มันหมดตัวอย่างที่อยากจะยกมาให้เห็นว่า โรคที่กำลังลุกลามอยู่ในโลก แสดงอาการปรากฏออกมาให้เห็นได้ในสายตาของโลกยุคปัจจุบันนี้ อย่างน้อยที่สุดก็มีอยู่อย่างที่ได้ยกมาให้เห็นเป็นตัวอย่างนี้.

นี่ก็มีต้นตอมาจากความเป็นคนไข้ของอวิชชา ขยายอาการออกไปเป็นต้นหา เป็นอุปาทานตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ซึ่งคุณต้องการจะเรียน จะศึกษาจะเข้าใจ จึงได้มากันถึงที่นี่; ดังนั้นจึงต้องพูดถึงเรื่องที่มีมันเป็น practical จริงๆ อย่างนี้ สำหรับที่จะรักษา เยียวยา แก้ไข ตามวิถีทางของพระพุทธศาสนา. จะชอบหรือไม่ชอบ จะเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ผมไม่ถือเป็นหลักสำคัญ; ผมจะพูดแต่ที่ผมเห็นว่าควรจะพูด หรือมีเหตุผล ในการที่จะแก้ไขโลกให้ดีขึ้น, รักษาเยียวยาโรคให้ดีขึ้นตามความมุ่งหมายของพระพุทธองค์ ซึ่งเป็นนายแพทย์ผู้เยียวยารักษาโรคทางวิญญาณของสัตว์โลกนี้ อยู่ตลอดกาลปาวสานต์.

นกก็ร้องพอดี วันนี้แปลว่าหมดเวลา ขอยุติไว้เท่านี้ก่อน.







# การเข้ามารับรักษาโรค โดยวิธีการรับนับถือพุทธศาสนา

ธรรมโมฆะของพุทธทาส, เดกัจจกรธรรม, ลำดับที่ ๑๗.ง บนแถบพื้นแดง  
เรื่องที่ ๕ การเข้ามารับรักษาโรค โดยวิธีการรับนับถือพุทธศาสนา  
หน้า ๑๐๗ - ๑๓๖ , บรรยายวันที่ ๓ เมษายน ๒๕๑๔



วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๑๔ สำหรับพวกเราที่ได้ล่วงมาถึงเวลา ๔.๓๐ น. แล้ว. วันนี้จะได้พูดถึงเรื่อง การรักษาโรคในหัวข้อว่า การรับนับถือศาสนา. ขอให้ระลึกถึงหัวข้อใหญ่ของเรื่องอยู่เป็นประจำว่า เรากำลังพูดถึงเรื่องการรักษาเยี่ยวยาโรคของสัตว์โลกทั้งปวง โดยนายแพทย์คือ พระพุทธเจ้า.

เราได้พูดถึงถึงเรื่องสัตว์โลกทั้งปวงเป็นคนไข้ของ อวิชชา, และพูดถึงถึงอาการโรคของความเป็นคนไข้ของ อวิชชา ว่าอาการโรคที่ปรากฏอยู่ในสายตาของคนในยุคปัจจุบันนี้ แล้วก็จะได้พูดถึงถึงการรักษาโรคต่อไป ในเมื่อเราพูดถึงถึงโรคพอสมควรแล้ว.

ขอให้นึกถึงพระพุทธองค์ ผู้ตั้งอยู่ในฐานะที่เป็นนายแพทย์ผู้เยี่ยวยาโรคด้วยการจำหัวข้อในบาลีนั้นอย่างขึ้นใจ ว่า



สพฺพญญู สพฺพทสฺสาวี ชิโน อัจริโย มม มหาการุณิกโก  
สตถา สพฺพโลกตักฺขโก -อาจารย์ของเรานั้นเป็นผู้รู้สิ่งต่างๆ  
ทั้งปวง เป็นผู้เห็นสิ่งทั้งปวง เป็นผู้ชนะมาร เป็นผู้สั่งสอน ที่  
ประกอบไปด้วยความกรุณาอันใหญ่หลวง เป็นนายแพทย์ผู้  
รักษาเยียวยาสตีวโลกทั้งปวง ดังนี้. นี่เป็นเหมือนกับมนต์ศักดิ์  
สิทธิ์ ถ้าท่องและระลึกอยู่เสมอจะช่วยได้มาก ช่วยให้เกิดความ  
เลื่อมใสมั่นคงในพระพุทธเจ้า และก็เลยออกไปถึงพระรัตนตรัย  
เป็นลำดับ; นั่นเป็นเรื่องรู้จักพร้อมกันไปในตัวทุกอย่าง : เรื่อง  
เกี่ยวกับโรค เกี่ยวกับสมมุติฐานของโรค เกี่ยวกับความไม่มี  
โรค การรักษาเยียวยาให้เกิดความไม่มีโรค ซึ่งมีพร้อมอยู่ใน  
คาถานี้.

## ศึกษาพุทธศาสนา ต้องสนใจภาษาบาลีด้วย

เมื่อตั้งใจ จะศึกษาพุทธศาสนา ก็ต้องสนใจคำบัญญัติ  
เฉพาะ หลักการที่ใช้กันอยู่ในทางศาสนานี้กันบ้างตามสมควร.  
ภาษาบาลีมีประโยชน์อยู่หลายอย่าง อย่างที่ไม่ค่อยจะสังเกต  
เห็นกัน คือว่ามันช่วยให้จำได้ง่ายแม่นยำขึ้น เพราะเป็นคำ  
สั้นๆ. แต่ประโยชน์ที่สำคัญนั้นคือมันเปลี่ยนแปลงยาก; เรา  
ถือภาษาบาลีไว้เป็นหลัก เมื่อแปลไปสู่ภาษาต่างๆ นั้น มัน  
เลือนได้. ถ้าเรารักษาภาษาบาลีเดิมไว้ได้ มันก็เลือนไม่ได้  
เพราะมันจะวกกลับมาหาภาษาบาลีเดิมเรื่อยไป; ถ้าขึ้นแปล

เป็นภาษาปัจจุบันต่อๆ กันไป มีการเลื่อนออกไปทุกที. ฉะนั้น จำภาษาดั้งเดิมไว้บ้างเท่าที่จะทำได้ เพื่อประกันความที่มัน ค่อยๆ เลื่อนออกไป.

อีกอย่างหนึ่งความรู้ ของเรายังไม่กว้างขวางในตอน แรก แล้วมันจะค่อยๆ กว้างขวางออกไป โดยที่วากกลับไป ทบทวนความหมายของคำในภาษาบาลีนั้นเรื่อยๆ ไป. แม้แต่ คำว่า “พระพุทธเจ้า” อย่างนี้ เราควรจะต้องสนใจให้เกิด ความรู้ความเข้าใจ ในความหมายของคำๆ นี้ยิ่งขึ้นทุกทีๆ. อย่างว่าแต่พวกคุณที่เพิ่งจะสนใจในเวลาอันสั้นนี้; แม้แต่ผมที่ สนใจมาเป็นเวลา ๔๐ ปี ๕๐ ปีแล้ว ก็รู้สึกว่าคุณเข้าใจนั้น มันมิได้หยุด มันยังขยายออกไปได้ คือมีความเข้าใจแจ่มชัดลึก ซึ้งกว้างขวางออกไปเรื่อย จนกระทั่งบัดนี้.

นี่ก็เป็นหลักสำคัญอันหนึ่งซึ่งขอให้ถือไว้ปฏิบัติจน ตลอดชีวิต เมื่อยังรักที่จะเป็นพุทธบริษัทในพระพุทธศาสนา; เพราะฉะนั้น หัวข้อการศึกษาของเราในวันนี้ในคราวนี้ก็เกี่ยวกับคานานี้เป็นหลัก. รวมความแล้วก็คือ สัพพโลกติกิจจโก - อาจารย์ของเราเป็นนายแพทย์ ผู้รักษาโรคของสัตว์โลกทั้งปวง. ทีนี้เราจะพูดถึงเนื้อเรื่องที่จะพูดต่อไป ครั้งที่แล้วๆ มากก็พูดถึง โรคโดยละเอียด ทีนี้จะเริ่มพูดกันถึงเรื่องการลงมือรักษาโรคกัน บ้าง.



## เรื่องที่ ๑ การรับนับถือศาสนาเป็นวิธีรักษาโรค

เริ่มด้วยเรื่องแรกที่สุดก็คือคำว่า การรับนับถือพระศาสนา, การรับนับถือพระศาสนา<sup>นี้</sup> คือการแก้ไขเยียวยารักษาโรคของโลกเป็นระยะตั้งต้นเริ่มแรก. โรคมี ๑๓ ชนิด ที่ส่ออาการให้เห็นในปัจจุบันเป็นอย่างน้อย ที่เราได้พูดกันมาแล้ว.

เมื่อได้พูดกันถึงการรักษาเยียวยาต่อไป ก็อยากจะพูดถึง ข้อบกพร่องของการเยียวยารักษาโรค<sup>นี้</sup>ก่อน เพื่อเป็นเครื่องเปรียบเทียบในระหว่างเหตุการณ์ ทั้งทางวัตถุและทางวิญญาณ.

ข้อแรก อยากจะพูดถึงว่าในวงการแพทย์ปัจจุบัน ก็ชวนชวายกันแต่เรื่องโรคในทางร่างกาย ทางฝ่ายกาย ทางฝ่ายฟิสิกส์ กันอย่างละเอียดลออกว้างขวางก้าวหน้าออกไปไกลมาก จนจะเรียกว่า อยู่ในสภาพที่เกินไปทางหนึ่ง แล้วก็พร่องไปทางหนึ่ง; โดยเฉพาะข้อ<sup>นี้</sup> ก็คือการที่ไม่ป้องกันโรคทุกชนิดด้วยการแก้ไขในทางวิญญาณ คือไม่สนใจโรคทางวิญญาณอย่างที่เคยพูดมาแล้ว ในฐานะเป็นเครื่องป้องกันโรคทางร่างกาย.

ถ้าคนเราไม่เป็นโรคทางวิญญาณ คือ มีสติสัมปชัญญะ สมบูรณ์ มีความคิดเห็นถูกต้อง มีการเป็นอยู่ถูกต้อง การเป็นโรคทางกายจะน้อยลงแทบจะหมดไปอย่างที่พูดกันมาแล้ว. ข้อที่ไม่สนใจเกี่ยวกับโรคทางวิญญาณ<sup>นี้</sup> ละเลยความรู้

เรื่องโรคทางวิญญาณ ไม่เอามาใช้เป็นเครื่องป้องกัน, หรือ แม้แต่การแก้ไขโรคทางฝ่ายร่างกายมันก็เพิ่มโรคทางกายนี้ให้มากขึ้น โดยให้มันแปลกๆ ออกไป อย่างไม่มีที่สิ้นสุด.

ถ้าจะถามกันว่า ทำไมโรคแปลกๆ ใหม่ๆ มันเกิดขึ้นในโลกเรื่อย จนการค้นคว้าไล่ไม่ค่อยจะทันอย่างนี้? พวกที่เป็นนักวัตถุนิยมก็จะพูดว่า เพราะว่าโรคมันเปลี่ยนแปลงทางวัตถุ; นั่นก็มีส่วนถูกอยู่มาก. แต่อีกส่วนหนึ่งผมอยากจะขอให้เขาไปคิดว่ามันมีส่วนที่เกี่ยวกับวิญญาณและจิตใจอยู่มาก. เมื่อทางวัตถุเปลี่ยน ทางวิญญาณก็เปลี่ยนเหมือนกัน; แต่ทางวิญญาณนั้นนอกจากจะเปลี่ยนแล้ว มันก้าวหน้าในทางเป็นโรคมากขึ้น.

มนุษย์เป็นโรคทางวิญญาณมากขึ้นๆ คือทำความโลก โกรธ หลงมากขึ้น, มีความเป็นอยู่ที่ไม่ประกอบด้วยธรรมมากขึ้น, มันจึงเป็นวิญญาณที่หิวกระหายหรือว่าทนทมมาน. เมื่อมาประกอบกันเข้ากับความปลอดภัยทางวัตถุสมัยใหม่ โรคใหม่มันก็เกิดขึ้นมา ฉะนั้นจึงมีปัญหาเพิ่มขึ้น. ถ้าเรามีการแก้ไขหรือมีการป้องกันทางวิญญาณ โรคทางกายนี้ก็ยังคงน้อยลง; โดยเฉพาะอย่างยิ่ง โรคทั้งหลายที่มาจากความหิวกระหายทางวิญญาณ คือความวิตกกังวล การอยู่ด้วยจิตที่เร่าร้อน.

ที่นี่ ข้อที่สองอยากจะพูดนอกเรื่องไปนิดหนึ่งว่า การที่หลับตาจะแก้ไขกันแต่ในทางวัตถุ แล้วยังไปแก้ไขไม่มีขอบ-



เขต; แม้กระทั่งอันธพาล คนอันธพาลในโลก นี่ก็เป็นจรรยา  
ของวงการแพทย์ ที่จะต้องแก้ไขไม่เลือกหน้า. อันนี้จะถูกต้อง  
หรือไม่ถูกต้อง ก็เอาไปคิดดูก็แล้วกัน. แต่ผมมองมันในแง่ที่  
เสียเวลา เหมือนกับรักษาเชื้อโรคไว้ให้คงมีอยู่ในโลก. วงการ  
แพทย์เสียเวลาไปในการช่วยเหลือคนอันธพาลนี่คงจะมากไม่  
น้อยเหมือนกัน, แล้วกลับจะเห็นเป็นว่ามีค่าความสำคัญเท่ากัน  
อย่างนี้.

คนอันธพาลนั้นหมายถึงคนเป็นโรคทางวิญญาณแก้จัด  
เกินไป; แล้วเรารักษาเชื้อโรคทางวิญญาณไว้ ด้วยการช่วย  
คนอันธพาลไว้. ถ้าถือตามหลักศาสนาก็ต้องเมตตากรุณา  
ช่วยเหลือกันทั่วไป นั่นมันก็เป็นการถูกต้องอย่างยิ่ง; แม้แต่  
มหาโจรก็ต้องเอามาช่วยชีวิตให้มันรอดไว้ เพื่อจะจับมาใส่คุก  
ใส่ตะรางต่อไป. พร้อมกันนั้นมันก็ทำให้เกิดปัญหายุ่งยาก ใน  
ทางมีเชื้อโรคทางวิญญาณได้มาก; ทั่วโลกก็นิยมกันอย่างนั้น.  
คนที่เป็นวิกลจริตด้วย ประกอบอาชญากรรมอย่างยิ่งด้วย ก็ยัง  
ได้รับการแก้ไขเยียวยารักษาด้วยความเมตตาปรานีเหมือนกัน  
และยังหาช่องทางที่จะช่วยคนชนิดนี้ไว้ ถ้ามีเหตุผลทางการ  
เมืองแล้วก็ยิ่งเอากันใหญ่; นี้เพียงพอนี้ก็พอ, ไม่ต้องพูดมาก  
กว่านี้.

ที่ว่าเพราะเราเสียเวลาในการแก้ไขทางฝ่ายกาย กระทั่ง  
ถึงอันธพาลนี้ แต่ไม่แก้ไขโรคทางวิญญาณ ให้แก่พวกอันธ-  
พาลเหล่านั้น นี่เป็นต้นตอที่มาของโรคทั้งทางวิญญาณและทั้ง



ทางร่างกาย; นี่ถือเป็นข้อบกพร่อง หรือเป็นช่องโหว่อันหนึ่ง ซึ่งทำให้โลกนี้มีโรคมากขึ้นทั้งทางกายและทั้งทางวิญญาณ ถ้าไม่นึกถึงข้อนี้กันบ้าง ผลก็จะมีขึ้นว่าภาระหนักของวงการแพทย์จะมีมากขึ้น, มีความยุ่งยากมากขึ้น. และในเมื่อแพทย์เองก็เป็นโรคทางวิญญาณกันแล้ว ความยุ่งยากก็เพิ่มมากกว่านั้นอีก; เช่นจะมีนายแพทย์ซูดริดยิ่งขึ้นไปกว่าที่แล้วมา นี่เป็นต้น. ขอให้นึกถึงข้อนี้กันบ้าง.

## เราต้องรับนับถือศาสนา เพราะชีวิตเป็นอยู่ด้วยจิตใจ

ที่นี้จะพูดกันถึงเรื่องการรับนับถือศาสนาต่อไป เราตั้งปัญหาขึ้นมาสั้นๆ ลุ่นๆ ว่า ทำไมเราจึงต้องรับนับถือศาสนา หรือต้องสนใจกับสิ่งที่เรียกว่าศาสนา? ถ้าตอบอย่างกำปั้นทุบดิน แต่ก็ไม่เสีย logic ในข้อที่ว่า ชีวิตนี้มันเป็นอยู่ หรือเป็นการเดินทางด้วยจิตใจ; ดังนั้นเราต้องรู้เรื่องของจิตใจ. ศาสนานี้แหละคือความรู้และหลักปฏิบัติในเรื่องเกี่ยวกับจิตใจ. ขอให้คิดดูให้ดีว่า ชีวิตของคนเรานี้มันเป็นอยู่หรือเจริญไปด้วยจิตใจ ไม่ใช่ด้วยร่างกาย; แต่คนก็มองเห็นว่า ด้วยร่างกาย สนใจแต่เรื่องร่างกาย และสนใจแต่เรื่องที่จะบำรุงรักษาแก้ไขทางร่างกาย จนศาสนาไม่มีช่องที่จะเข้ามาเกี่ยวข้องได้ด้วย.



คุณลองนึกถึงผู้ที่ศึกษาก้าวหน้าแผนใหม่นั้น แม้ในวงการแพทย์ของพวกคุณก็จะพบข้อเท็จจริงข้อนี้ : คือสนใจแต่เรื่องทางร่างกาย จนศาสนาไม่มีช่องเข้ามาเกี่ยวข้องได้ด้วยไม่ก็คนที่จะมาสนใจอย่างนี้อย่างพวกคุณ.

ในเมื่อกล่าวรวมกันทั่วไปหมด ก็จงเข้าใจว่า เรื่องชีวิตนี้เป็นเรื่องของจิตใจ, เรื่องทางฝ่ายวิญญาณโดยตรง; ฉะนั้นเราต้องสนใจกับเรื่องทางศาสนา. แม้พระเยซูตอบต่อพญามารก็ว่า “ชีวิตมิได้อยู่ด้วยข้าวปลาอาหาร ชีวิตอยู่ด้วยพระธรรมของพระเจ้า”. นี่พูดกันคนละทางเลย.

ขอให้ศึกษาข้อนี้กันเสียให้มากด้วย ว่า “ชีวิตไม่ได้อยู่ด้วยข้าวปลาอาหารแต่อยู่ด้วยพระธรรม, ของพระธรรม” หรือของพระเจ้าก็ตามใจ แล้วแต่จะเรียก; ถ้าไม่อย่างนั้นแล้วมันก็ทิ้งศาสนากันหมด ไม่ว่าศาสนาไหน. ศาสนาคริสต์นิกายก็กำลังถูกทิ้ง เพราะเขาเห็นว่า เขามีชีวิตอยู่ได้ด้วยข้าวปลาอาหาร ไม่ได้มีชีวิตอยู่ด้วยพระธรรมของพระเจ้า, พวกพุทธบริษัทก็กำลังหลงวัตถุนิยม : ถือศาสนาพอเป็นพิธี ในใจก็ไม่ได้ถือเลย; ใครเอาเงินมาให้สักหน่อย ก็จะทิ้ง พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์กันหมด.

## ศาสนาช่วยแก้ไขปัญหาทางฝ่ายวิญญาณได้

ศาสนาเป็นเรื่องของการแก้ไขปัญหาทางฝ่ายวิญญาณ

เช่นเดียวกับเรื่องอื่นๆ; เช่น เรื่องเศรษฐกิจ เป็นต้น เขาแก้ปัญหาทางวัตถุ. พวกที่หลงทางวัตถุก็พูดอย่างพวกคอมมิวนิสต์พูด, พวกคอมมิวนิสต์นั้น dialectic materialism ว่าร่างกายดีแล้ว จิตใจไม่ต้องกลัว มันดีเอง เป็นสุขเอง. ส่วนพวกมโนนิยม ทางฝ่ายศาสนานี้ไม่ยอมรับ ไม่ยอมเชื่ออย่างนั้น กลับพูดตรงข้ามว่า “จิตใจต้องดีเสียก่อน ความสุขทางร่างกายหรืออะไรที่น่าปรารถนาทางร่างกาย จึงจะมีขึ้นมาได้ แล้วไม่เป็นทุกข์ด้วย” นี้พูดอย่างขัดขวาง อย่างตรงกันข้ามอยู่อย่างนี้.

ที่นี้เราก็ตูยในพวกที่ว่าโดยหลักส่วนใหญ่ต้องเป็นพวกมโนนิยม ถือจิตใจเป็นสำคัญกว่าร่างกาย, ถือว่าร่างกายเป็นไปตามอำนาจของจิตใจ; นี้เป็นหลักพุทธศาสนาที่คุณจะต้องจำไว้. ให้ถือว่า ทุกอย่างเป็นไปในอำนาจของจิตใจ รวมทั้งร่างกายด้วย เราจึงจัดการที่จิตใจเป็นข้อใหญ่; ฉะนั้นจึงมีเรื่องทางศาสนาเกิดมาอีกระบบหนึ่งซึ่งว่าที่แท้แล้ว ควรจะไปด้วยกันทั้งทางกายและทางใจ แต่ให้ทางใจเป็นฝ่ายนำ ให้ร่างกายเป็นฝ่ายตาม นี้คือหลักพระศาสนาที่ถูกต้องอย่างนี้ ซึ่งจะสามารถเป็นเครื่องเยียวยารักษาโรคของสัตว์โลกได้จริง.



## “ศาสนา” มีความหมายเป็นการหนีภัย ทางวิญญาณ

ที่นี่ อยากจะพูดสักนิด ถึงคำว่า “ศาสนา-ศาสนา” นี้, “ศาสนา” นั้นตัวหนังสือ แปลว่า คำสั่งสอน; แต่ตัวแท้จริงของมันไม่ใช่เพียงแต่ตัวคำสั่งสอน แต่เป็นตัวการหนีภัย หนีอันตรายทางจิต ทางวิญญาณ. คำสั่งสอนเป็นแต่คำพูด ที่นี้ คนก็เผลอจนใจ ว่าศาสนาคือคำสั่งสอน; ตัวศาสนาแท้ๆ คือ การหนีภัย หนีอันตรายทางวิญญาณ.

พระพุทธเจ้าท่านเรียกระบบนี้ว่า “พรหมจรรย์” ไม่เคยเรียกว่าศาสนา ในครั้งพุทธกาล มันจับปลัดจับปลุกกันอย่างไรมักรู้ เอาสิ่งนี้มาให้นามใหม่่ว่าศาสนาในภาษาไทย แล้วก็ไปถือตามความหมาย ตามตัวหนังสือ ว่าเป็นคำสั่งสอน; ศาสนาเลยเหลือแต่คำสั่งสอน เช่นพระไตรปิฎกเป็นต้น นั่นมิใช่ตัวศาสนาแท้.

ตัวศาสนาแท้ คือการหนีอันตราย หนีภัยทางวิญญาณ คือการดิ้นรนต่อสู้ หรือแม้แต่แสวงหาวิชาความรู้ก็เพื่อสิ่งนี้, ดิ้นรนต่อสู้ไปจนกว่าจะปลอดภัยในทางวิญญาณ. นี่คือตัวสิ่ง ที่เรียกว่าศาสนา.

ที่นี้ถ้ามองให้กว้างขึ้นไปอีก ตัวศาสนาในความหมาย ที่ถูกต้อง ไม่ใช่ตัวหนังสือ, แต่คือสัญชาตญาณของการหนีภัย

ดั้งเดิม นั่นเอง. สิ่งที่มีชีวิตแล้ว มันก็มีความรู้สึก ที่จะอยู่ จะรอด จะไม่ตาย; พอมีอันตรายมา มันก็ดิ้นรนและหนี. นี่เป็นสัญชาตญาณของการหนีภัย; ไปศึกษาดูจากวิชาเรื่องจิตวิทยาโดยละเอียด. เดียวนี้เป็นที่ยอมรับกันว่า สิ่งที่มีชีวิตย่อมมีสัญชาตญาณแห่งการหนีภัย.

ที่นี้ภัยมันมีทั้งทางกายและทางจิต ก่อนนี้ไม่รู้เรื่องทางจิต ก็หนีภัยกันแต่ทางกาย สัตว์เดรัจฉานยังรู้จักหนีภัยแต่ทางร่างกาย, คนสมัยป่าเถื่อนสมัยแรกๆ ที่จะมาเป็นคนนี้ ก็รู้จักแต่ทางร่างกาย; ฉะนั้นก็หนีภัยกันแต่ทางร่างกาย. เมื่อทางร่างกายปลอดภัยพอสมควรแล้ว คนจึงเรียนรู้ว่า อ้าว, มันยังมีภัยอันใหญ่หลวงอีกอย่างหนึ่ง คือภัยที่อยู่ข้างใน ภัยทางจิต คือกิเลสที่เป็นเหตุให้เกิดความทรมานอยู่คนเดียวนี้ โดยไม่มีใครมาเกี่ยวข้อง, ภัยจากอันตรายภายในคือกิเลส มนุษย์เริ่มรู้จัก. เพราะฉะนั้น สิ่งที่เราเรียกว่าศาสนาก็เกิดขึ้นโดยสมบูรณ์ ในความหมายเดิมที่ว่าหนีอันตราย ทั้งทางกายและทั้งทางจิตใจที่ว่าทางวิญญาณ.

ผมขอร้องให้ถือหลักอันนี้ว่า นี่คือรากฐานของศาสนา; เพราะคนส่วนมากเขาไม่ยอมเชื่อ หรือคัดค้านด้วยซ้ำไป ว่าจะให้สัตว์เดรัจฉานมีศาสนาด้วยนั้นไม่ได้. ผมว่าได้ คือสัญชาตญาณแห่งการหนีภัย; มันรู้เท่าไรมันก็ทำเท่านั้น, มันทำได้เท่าไร นั่นก็คือศาสนาของมันเท่านั้น เพื่อมีชีวิตรอด.



จะยกตัวอย่างให้เห็นว่า เบี้ยว ปุ่มด แผลง นี้รู้จักหนีภัย  
วิ่งลงรูปร่าง ลงน้ำบ้าง ไปไหนต่อไหนที่มันจะปลอดภัยได้แล้ว  
มันก็ต้องทำละ; สัญชาตญาณอันนั้นเป็นรากฐานของการมี  
ศาสนา คือการหนีภัยในทางวิญญาณต่อมาในชั้นหลัง; แต่  
ความหมายคงเดิม คือการหนีอันตราย นี่คือตัวศาสนา.

เราบวช เราเรียน เราปฏิบัติจนบรรลุ มรรค ผล นิพพาน  
นี่ก็เพื่อ “หนีอันตรายทางวิญญาณ” คำเดียวเท่านั้น. ให้รู้จัก  
ศาสนาลึกถึงรากฐาน คือสัญชาตญาณแห่งทางเอาตัวรอด จึง  
จะเข้าใจศาสนาถูกต้อง.

ปัญหาต่อมา เมื่อมนุษย์เริ่มรู้สึกเรื่องภัยทางวิญญาณ  
นี้แล้ว มันก็ยังทำไม่ได้ง่ายนัก; มนุษย์ไม่สามารถควบคุม  
สัญชาตญาณที่จะสูงขึ้นมา คือสัญชาตญาณหนีภัยอย่าง  
มนุษย์นี้. มนุษย์ควบคุมสัญชาตญาณส่วนสูงนี้ไม่ได้ ก็เลย  
ย้อนกลับไปมีสัญชาตญาณระดับต่ำ คือระดับสัญชาตญาณ  
อย่างสัตว์อยู่ตามเดิมเป็นส่วนใหญ่. นี่เป็นเหตุให้เกิดการ  
เบียดเบียนกัน มนุษย์ควบคุมความรู้สึกฝ่ายสูงไม่ได้ ความ  
รู้สึกฝ่ายต่ำก็ครอบงำ มันก็เบียดเบียนกันเอาเปรียบกันอย่าง  
สัตว์นั่นเอง. ในร่างกายมนุษย์นี้เป็นสัตว์ คือการเบียดเบียนกัน  
ระหว่างมนุษย์; ศาสนาก็ยิ่งจำเป็นที่จะต้องมียิ่งขึ้นมาอีกเพื่อ  
จะช่วยควบคุมสัญชาตญาณของมนุษย์นี้ ให้ยังคงมีอยู่ได้ อย่า  
ให้ไปเป็นสัญชาตญาณอย่างสัตว์.

พวกมีปัญหาในรุ่นแรกๆ ในระยะแรกๆ ก็เริ่มหาวิธี

ต่างๆ นานา ให้มนุษย์มีจิตใจอย่างมนุษย์, คือจิตใจสูงๆ สูงขึ้นทุกที. อย่าไปเป็นจิตใจต่ำๆ ต่ำลงไปอย่างสัตว์อย่างเดิม. ฉะนั้นจำไว้ง่ายๆ ว่า คำว่า “มนุษย์” นี้แปลว่า “ใจสูง” หรืออย่างน้อยเพื่อเอกเทศเหล่ากอของผู้ที่มีใจสูง คือมนุษย์คนแรกๆ ที่เริ่มมีใจสูง มนุษย์คนหลังๆ ก็จะมีใจสูงยิ่งๆ ขึ้นต่อไป จึงเรียกว่ามนุษย์. ถ้าใจต่ำก็ย้อนไปหาสัตว์ไปหาความเป็นสัตว์

## ศาสนาเกิดขึ้นมาตามรสนิยมของท้องถิ่น

ที่นี้ จิตใจเราคอยมีแต่จะลงไปทางต่ำ เหมือนกับปลา มันจะลงน้ำอยู่เรื่อย; เราก็ต้องมีสิ่งต้านทาน, ระบบต้านทานคือศาสนา. นี่จึงเกิดปัญหาทางศาสนาขึ้นมา, เกิดศาสนาขึ้นมาตามระดับ และตามความเหมาะสมของสถานการณ์. สถานการณ์นี้ก็หมายถึงมนุษย์ที่อยู่ในท้องถิ่นที่ต่างกัน ในยุคสมัยที่ต่างกัน; เพราะฉะนั้น ศาสนาจึงไม่เหมือนกัน โดยข้อปลีกย่อย หรือโดยลักษณะภายนอก. เราจึงมีศาสนาตั้งมากมาย; เดียวนี้ลองนับดูได้ตั้งสิบกว่าศาสนา :-

ทางฝ่ายตะวันออกสุดแถวโน้น ก็มีศาสนาที่เก่าแก่อย่าง ลัทธิเต๋า ของเหลาจื้อ, ของขงจื้อ, ซินโต ของญี่ปุ่น. ขยับเข้ามาตรงกลางที่อินเดียก็มี ศาสนาพราหมณ์โบราณ, ศาสนาพุทธ ศาสนาไชนะ ซึ่งเป็นคู่แข่งชั้นของศาสนาพุทธ, ศาสนาฮินดูสมัยใหม่. ต่อไปทางตะวันออกก็ยังมีศาสนาไซโรอัสเตอร์



บรมโบราณ ของเปอร์เซีย, กระทบมีศาสนายิว แล้วก็ศาสนา คริสเตียน, ศาสนาที่คลอตอออกมาจากหลักการอันนี้ คือศาสนา อิสลาม ศาสนาบาฮออิใหม่ๆ นี่เป็นต้น; นี่ก็ตั้งสิบสองศาสนา ส่วนปลีกย่อยยังมีอีกมากกว่านี้, ที่ปรากฏเด่นๆ ในโลกเวลานี้ มีตั้ง ๑๒ ศาสนา.

นี่ทำไมศาสนาจึงมาก และต่างกันโดยข้างนอก ข้างใน เหมือนกัน? ข้างในเป็นระบบที่จะหนีอันตรายทางวิญญาณทั้ง นั้น ในท้องถิ่นนั้น หรือในยุคนั้นสมัยนั้น, เขามีความคิดเห็น อย่งไรเขาก็พูดไว้อย่างนั้น. ที่มนุษย์มีต่างๆ กันก็รับเลือกเอา ต่างๆ กัน; แม้แต่กินอาหารนี้ คนเราก็เลือกเอาตามรสนิยมน.

การถือศาสนา ในโลกนี้เขาก็เลือกเอาตามรสนิยมน แล้ว บางทีก็มีเหตุผลอื่นแทรกแซงบ้าง เช่นการถูกบังคับ การเผยแพร่เพื่อการเมืองนี้ก็เหมือนกัน; แต่ว่าส่วนใหญ่ส่วนสำคัญ มันอยู่ที่เลือกตามรสนิยมนเพื่อให้มีศาสนา ทำให้มีศาสนาที่ เหมาะแก่รสนิยมนของคนต่างๆ นานาชนิด. แต่แล้วไปดูให้ดี ถะอะว่าเรามีความมุ่งหมายที่จะให้คนเราเป็นอยู่ด้วยความสุข สุขกายสุขใจ เย็นอกเย็นใจ, ไม่ร้อนด้วยความงั ก่อนแล้วก็ไม่ ร้อนด้วยความโลภ ความโกรธ คือไม่เป็นคนไข้ของอวิชชา, ไม่ ถูกเสียบแทงอยู่ด้วยโรคนานาชนิดที่เกิดมาจากกิเลส ที่เกิดมา จากอวิชชา. ขอให้มองดูด้วยสายตาว่างๆ อย่างนี้ก่อน ใน วันแรกที่เราพูดกันเรื่องสิ่งที่เรียกว่าศาสนา.



## ศาสนามีพระเจ้าหรือไม่มีพระเจ้ายกมีหลักการเดียวกัน

ที่นี้ ศาสนาบางศาสนามีพระเจ้า บางศาสนาไม่มีพระเจ้า; พวกที่ถือศาสนามีพระเจ้ายกก็ว่าเขาเองว่า ถ้าศาสนาไหนไม่มีพระเจ้าศาสนานั้นก็ยังไม่ใช่ศาสนา; นี้พูดอย่างลำเอียงอย่างเข้าข้างตัว. ผมถือเอาความหมายว่าสิ่งที่เรียกว่า ศาสนา หรือ religion นี้ เป็นเพียงระบบการหนีอันตรายทางจิตทางวิญญาณ จะมีพระเจ้ายกก็ได้ ไม่มีพระเจ้ายกก็ได้; โดยปากพูด.

แต่ที่จริงแล้วมีพระเจ้ายกกันทั้งนั้นแหละ ไม่ว่าศาสนาไหน แต่ไม่เรียกว่าพระเจ้ายกมี เพราะว่ามันมนุษย์เราจะมีความรู้สึกโดยสัญชาตญาณเหมือนกันว่า มีสิ่งสูงสุด : สิ่งสูงสุด ซึ่งเป็นต้นเหตุในสิ่งทั้งปวง และควบคุมสิ่งทั้งปวงนั้นต้องมี. แม้ในพระพุทธศาสนานี้ก็ถือว่าต้องมี ธรรมหรือธรรมชาติประเภทหนึ่ง ซึ่งมีอำนาจเหนือธรรมชาติทุกสิ่ง เหนือสิ่งทั้งปวง เป็นที่ออกมาแห่งสิ่งทั้งปวง ควบคุมสิ่งทั้งปวง และมีอำนาจครอบคลุมอยู่เหนือสิ่งทั้งปวงในที่ทุกหนทุกแห่งนี้ก็มี; แต่เราไม่เรียกว่าพระเจ้า เราเรียกว่าธรรมหรือธรรมะ ชื่อนั้นๆ ตามชื่อ.

นี่โดยพถุตินัย ก็มีพระเจ้ายกอยู่ด้วยกันทั้งนั้น ในสิ่งที่มีชีวิตและความรู้สึกแต่โดยนิตินัย คือการบัญญัติ บัญญัติเอา



ตามใจชอบ : มีพระเจ้าอย่างนั้น มีพระเจ้าอย่างนี้, ไม่มีพระเจ้าอย่างนั้น ไม่มีพระเจ้าอย่างนี้. ทีนี้เมื่อปล่อยให้พวกที่ถือพระเจ้าอย่างบุคคลพูด เขาก็พูดว่าพระเจ้านี้มีแต่อย่างที่เขาถือ คือเป็นบุคคล มีหน้าตาเหมือนคน มีจิตใจ มีรัก มีเกลียด มีโกรธเหมือนคน; นี้ก็ได้แต่พวกเขา. เรายอมรับไม่ได้; พระเจ้าอย่างนั้นเราเรียกว่าพระเจ้าของคนเล็กๆ ของคนที่มีความรู้สึกอย่างเด็กๆ.

Personal god พระเจ้าอย่างเหมือนกับบุคคล เหมือนของเด็กๆ; พระเจ้าที่แท้จริงนั้นต้องเป็น impersonal จะทำอะไรก็แล้วแต่จะเรียก หรือเรียกไม่ถูกด้วยซ้ำไป. เราเรียกว่า impersonal ไม่ใช่อย่างบุคคล, ต้องเป็นอย่างพระเจ้า; พระเจ้าที่แท้จริงเป็นอย่างนี้และมีอยู่โดยทั่วไป.

บางพวกเขาเอาไปทำเป็นเหมือนบุคคลเสีย ให้มีอำนาจอย่างบุคคล; กฎธรรมชาตินี้มันลงโทษคนทำผิด ให้รางวัลคนทำถูก คล้ายๆ กับว่าบุคคล. นี้เขาจะไปพูดกับคนมีการศึกษาน้อย ในป่าในดงในยุคในถิ่นที่เหมาะสมอย่างนั้น เขาก็พูดอย่างให้เป็นบุคคล.

แต่ถ้าในถิ่นในประเทศที่เจริญด้วยวิชาความรู้มานาน เป็นพันๆ ปี เขาก็ไม่พูดอย่างนั้น; ฉะนั้น ในประเทศอินเดียซึ่งเจริญด้วยความรู้ทางวิญญาณ มานานแล้วจึงไม่พูดพระเจ้าอย่างบุคคลขึ้นมา เช่นพุทธศาสนา ศาสนาไฮนเดอ อะไรอย่างนี้เป็นต้น. แต่สำหรับกลุ่มชนที่ยังโง่งมอยู่อย่างเดิม คือมวลชน

ส่วนใหญ่ของมนุษย์นี้ ยังโง่อยู่ตามเดิม ก็พูดในรูปของบุคคลขึ้นมา; ฉะนั้น เขาอำนาจหรือธรรมชาติอะไรมาทำให้เป็นบุคคลขึ้นมา, เขาเรียกว่าทำให้เป็นบุคคลลาธิษฐานขึ้นมา, personification-พูดที่เป็นนามธรรม ให้กลายเป็นเหมือนกับเป็นคนขึ้นมา นี่เป็นปัญหายุ่งยากลำบากที่ทำให้เกิดการโต้แย้งโต้เถียง เสียเวลาเปล่า.

เราก็คือว่าพูดอย่างคนก็พูดไปซิ, ถ้าพูดอย่างไม่ใช่คนพูดก็พูดไปซิ; แต่ให้มันมีหลักการปฏิบัติชนิดที่แก้ไขความชั่วทั้งหลายในจิตใจได้ก็แล้วกัน. แล้วถือเอาหลักที่มันแก้ไขความชั่วร้ายในจิตใจได้นี้ เรียกมันว่า ศาสนา หรือ religion, ให้เป็น religion กันหมด. อย่าไปแบ่งออกว่าศาสนาบางศาสนา ไม่ใช่ religion คือไม่ใช่ศาสนา อย่างนี้ไม่ได้ มันเป็นไปได้, มันเป็นศาสนาด้วยกันทั้งนั้น เพราะมุ่งหมายการกำจัดความทุกข์ในจิตใจด้วยกันทั้งนั้น. ที่พูดให้มีพระเจ้าหรือไม่มีพระเจ้านั้นแล้วแต่ความจำเป็นของท้องถิ่น ของยุคของสมัย.

ศาสนาโบราณมันก็มีมาตั้งแต่อย่างน้อยผมคิดว่าหลายพันปี ตั้งต้นตั้งแต่ ๘,๐๐๐ ปี มากก็ได้ ที่ว่ามนุษย์เริ่มเจริญด้วยเรื่องทางจิตใจขึ้นมาบ้างแล้ว; แล้วก็มา มีศาสนา ที่เกือบจะเป็นพุทธศาสนาขึ้นมาในอินเดีย ในยุคก่อนพุทธกาลประมาณสัก ๕-๖ ร้อยปี เรียกว่ายุคอุปนิษัท. เริ่มเห็นสิ่งที่เป็นนามธรรมมากขึ้น แล้วก็เกิดพุทธศาสนาขึ้นมาเต็มรูปเมื่อ ๒๕๐๐ ปีมานี้. ต่อมาก็เกิดศาสนาคริสต์นิกาย ๕๐๐ ปีต่อมา, ต่อมา



ประมาณสัก ๕๐๐ ปีมาก็เกิดศาสนาอิสลามเป็นต้น; มันต่างกันตั้ง ๕๐๐ ปี ๕๐๐ ปี. ท้องถิ่นหรือถิ่นที่เกิดนั้นก็ห่างไกลกัน วัฒนธรรมต่างกัน อะไรต่างกัน มันก็เหมือนกันไม่ได้โดยพูดข้างนอก แต่ความมุ่งหมายข้างในเหมือนกัน คือจะกำจัดเสีย ซึ่งกิเลสร้าย คือมารหรือซาตานในจิตใจ.

ผมขอร้องให้ทุกคนมีใจกว้าง มองสิ่งที่เรียกว่าศาสนา อย่างนี้ แล้วก็จะไม่ถือเขาถือเรา. ถ้าคุณเรียกแพทย์ถึงที่สุด คุณจะพบเองว่า บางทีเราก็มีทางแก้โรคอย่างเดียวกัน โดยวิธีที่ต่างกัน ตามที่จะมีให้ ตามที่จะหาได้; ถ้าคุณไม่มีหยูกยา เครื่องไม้เครื่องมืออะไรเลย คุณจะต้องรักษาโรคนี้ด้วยทาง บำบัดทางฟิสิกส์ล้วนๆ : เรื่องเย็นเรื่องร้อน เรื่องกระดูก กระชาก อะไรไปตามเรื่อง ดีกว่าจะไม่รักษาเสียเลย หรือรู้เท่านั้นก็รักษาเท่านั้น, ถ้ารู้มากไปก็รักษาให้ลึกซึ่งขึ้นไป แต่ก็ด้วยความมุ่งหมายอย่างเดียวกัน; เพราะฉะนั้นอย่าไปดูถูกกัน. วิชาการแพทย์สมัยโบราณก็รู้เท่านั้น แล้วก็อย่าไปดูถูกเขา; มีแต่ช่วยกันปรับปรุงแก้ไขให้มันทันสมัยขึ้นจะดีกว่า.

ศาสนาก็เหมือนกัน หลายพันปีมาแล้ว แล้วก็ตามลำดับๆ มันก็ต้องต่างกัน; บางทีมองด้วยสายตาบัจจุบันแล้วก็จะคิดนั้นงงงาย. ที่จริงมันก็ไม่ใช่งมงาย มันฉลาดที่สุด แล้วเป็นบรรพบุรุษของคนฉลาดเดี๋ยวนี้ ซึ่งสู้ต่อกันมาตามลำดับ ดีขึ้นๆ. แม้พุทธศาสนาเราเมื่อพูดตรงๆ ไม่เข้าใครออกใคร ก็ได้รับระบบปฏิบัติของลัทธิอื่นที่มีมาอยู่ก่อนพุทธศาสนานั้น

เข้ามา; เช่นระบบศีลห้านี้ มันเก่าแก่โบราณโบราณ จนไม่รู้ว่ามีมาแต่ครั้งไหน. เรื่องศีลห้า ก็มาอยู่เป็นหัวใจสำคัญแม้ในพระพุทธศาสนา, คำว่ากิเลส, คำว่านิพพาน; เขาก็พูดถึงกันอยู่แล้วแต่กาลก่อน เขาเข้าใจไม่ถูกต้องไม่ถึงที่สุด พุทธศาสนา มาทำให้ถึงที่สุด.

ถ้ามองอย่างนี้แล้ว จะเห็นว่าเป็นเครือข่ายกันมาตลอดทั้งโลก ทุกยุคทุกสมัย เช่นวิวัฒนาการของมนุษย์ ของมนุษยชาติ; อย่าวาของพวกนั้นพวกนี้ ซึ่งเป็นการเห็นแก่ตัวถือพวกถืออะไร; ใช้คำว่ามนุษยชาติทั้งหมดไม่ยกเว้นใคร ได้วิวัฒนาการทางความรู้ ทางการศึกษา เรื่องจิตเรื่องวิญญาณนี้มาตามลำดับๆ ๗ จนกระทั่งสูงสุด. ส่วนข้อที่ศาสนาสูงสุดแล้ว ทำไมบางคนยังไม่ยอมรับ? นี่ก็คือโง่, ย้อนกลับไปเป็นคนโง่ หรือว่าเพราะทนอำนาจการยั่วยวนของวัตถุนิยมสมัยปัจจุบันไม่ไหว สมัครไปถือลัทธิวัตถุนิยมนั้นเป็นศาสนาเสีย.

นี่ก็เห็นได้ว่า แม้มีพุทธศาสนาที่ดีที่สุด ที่สูงสุดอยู่แล้ว คนก็ยังไม่เอาหรือว่าไม่สนใจ; ไปเป็นทาสของกิเลสตัณหามากขึ้น แล้วธรรมชาติก็ลงโทษให้เดือดร้อนระส่ำระสายกันทุกหัวระแหง ด้วยสงครามบ้าง ด้วยเหตุอย่างอื่นบ้าง. แต่รวมความแล้วก็ได้ความว่า ด้วยอำนาจของกิเลสที่ทวีขึ้นในโลกมากขึ้นนั่นเอง.

นี่เราพูดกันให้เข้าใจสิ่งที่เรียกว่าศาสนา และคุณสมบัติของศาสนา ที่มันจำเป็นแก่สิ่งที่มีชีวิตคือมนุษย์.



ในวันแรกนี้ ผมขอรับรองให้คุณดูศาสนาอย่างกว้างๆ อย่างที่เรียกว่า outline นี้เพื่อจะให้เห็นทั้งหมด ไม่ใช่รายละเอียด; แต่ว่าเห็นในหลักการทั้งหมดหรือเค้าโครงทั้งหมดของสิ่งที่เรียกว่าศาสนา : ตั้งแต่มนุษย์เริ่มมีสิ่งที่เรียกว่าศาสนาขึ้นมา ในทางฝ่ายวิญญาณ สืบต่อจากฝ่ายร่างกาย ซึ่งเปี้ยวหรือปุ่ มด แมลง อะไรมันก็มีกัน มันรู้จักกลัวรู้จักหนีเอาตัวรอดทั้งนั้น. เดี่ยวนี้เราเป็นมนุษย์ ก็มีเรื่องเอาตัวรอดในฝ่ายจิต ฝ่ายวิญญาณ สมแก่นามว่ามนุษย์กันบ้าง ไม่เช่นนั้นก็เป็นสัตว์เดรัจฉานนั่นเอง.

ผู้ไม่มีธรรมะส่วนนี้ ก็คือสัตว์เดรัจฉาน ซึ่งมีหลักการแต่โบราณโบราณไม่รู้ครั้งไหนพูดไว้ว่า : -การกินอาหาร -การแสวงหาความสุขจากการนอน -การรู้จักชี้ขลาดต่ออันตราย แล้ววิงหนี -การประกอบเมถุนธรรม คือการสืบพันธุ์, ๔ อย่างนี้มีได้เสมอกันในระหว่างมนุษย์กับสัตว์; ธรรมะเท่านั้นที่ทำความผิดแปลกแตกต่างจากสัตว์ ปราศจากธรรมะเสียแล้วคนกับสัตว์ก็เท่ากัน, นี่มีอยู่ในรูปภาษาโบราณ ก่อนภาษาสันสกฤต มาเป็นภาษาสันสกฤต มาเป็นภาษาบาลี.

ในพุทธศาสนาก็มี : อาหารนินทา ภยเมถุนบุญ สามาถ-ถเมตปไปสู่กิ นรานํ ธมฺโม หิ เตสํ อธิโก วิเสโส ธมฺเมน ีนา ปสู่กิ สมานา อยู่ในรูปอินทรวិเชียรฉันท. นี่มันบอกความแตกต่างระหว่างมนุษย์กับสัตว์เดรัจฉาน ตรงที่มนุษย์มีธรรม คือมีระบบปฏิบัติทางจิตใจให้สูงๆ ขึ้นไป; พอไม่มีธรรม หรือเอา

ธรรมชาติออกไปเสีย สิ่งที่เหลือก็เท่ากัน ระหว่างมนุษย์กับสัตว์  
เดรัจฉาน.

นี่เรามองในแง่นี้ศาสนาที่ถูกต้อง ก็คือ สิ่งที่ทำให้มนุษย์  
ผิดแผกแตกต่างจากสัตว์เดรัจฉาน โดยความเป็นอยู่ โดย  
อาศัยสัญชาตญาณแห่งการเอาตัวรอดและหนีภัยด้วยกันทั้ง  
นั้น.

## พระศาสดาเป็นดุจแพทย์ ช่วยรักษาโรคไม่ให้ เบียดเบียนทั้งตนและผู้อื่น

เดี๋ยวนี้ก็พูดในรูปของอุปมาว่า ว่าการตกอยู่ภายใต้  
อันตรายนี้เป็นเหมือนกับเป็นโรค ต้องการหาย มีพระศาสดา  
แห่งศาสนานั้นๆ เป็นเหมือนนายแพทย์ ช่วยรักษาโรคหรือ  
อันตรายอันนี้ให้เรา; ถ้ามองอย่างนี้ก็ทำให้เกิดความเห็นอก  
เห็นใจรักใคร่แก่กันและกันในกลุ่มมนุษย์ทุกชาติทุกศาสนา และ  
ก็เลยลงไปถึงสัตว์เดรัจฉานด้วย.

ผู้ที่มีศาสนาที่แท้ ถือความเห็นอกเห็นใจ แม้แก่สัตว์  
เดรัจฉาน จึงไม่มีการเบียดเบียนทั้งมนุษย์ทั้งสัตว์เดรัจฉาน,  
หรือว่ารู้ไปได้เท่าไรว่ามันมีสิ่งที่มีชีวิต มีความรู้สึกอยู่ที่ไหน  
เท่าไรมันก็เห็นใจหมดนั่นเลย : มีเมตตา มีความรักไม่มี  
ขอบเขต. อันนี้ก็เป็นหลักของศาสนาทั่วไปทุกศาสนา ให้



มนุษย์มีความรักใคร่กัน; ยิ่งกว่านั้นก็เลยลงไปถึงสัตว์เดรัจฉาน เราถือว่าถ้าเราทำบุญให้ร้ายต่อสัตว์เดรัจฉาน ไม่เท่าไรก็ต้องทำบุญให้ร้ายต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน เพราะฉะนั้นตัวของ ความเมตตาทำบุญ ให้ไกลลงไปถึงสัตว์เดรัจฉาน เช่นมด แมลง อย่างนี้.

คุณอย่าเข้าใจว่าเป็นเรื่องมงาย ที่จะไปปรานีแก่มด แมลง; ถ้าจะไปฆ่ามดฆ่าแมลง ต้องฆ่าด้วยความจำเป็น หรือว่ามันหมดทางแล้ว. อย่าไปทำโดยจิตใจที่โหดร้าย หรือไปตี ราคามดแมลงว่าไม่มีค่า. ในบางครั้งเราต้องกินต้องถ่ายทั้งที่เป็นพระนี่ ฆ่าตัวพยาธิในท้องนี้ ก็ทำไปด้วยความรู้สึกเมตตาทำบุญ; แต่ว่ามันจำเป็นที่จะต้องทำอย่างนั้น ต้องเสียสละฝาย นั้นเพื่อเอาฝายนี้ชีวิตรอด. พระก็ฉันยาถ่าย ที่ฆ่าตัวพยาธิในท้องเหมือนกัน ไม่ถือว่าเป็นผิดวินัยหรือร้ายกาจอะไร; แต่ต้องตั้งใจให้ถูกต้องตามหลักของศาสนา นี้เรียกว่าเมตตาทำบุญ ที่มีมูลมาจากความเห็นภาวะที่น่าสงสารอย่างเดียวกันหมดทั่วถึงกันหมด มันเป็นมูลฐานของสิ่งที่เรียกว่าศาสนา.

รวมความแล้วก็คือความไม่เบียดเบียน; ถ้ามองดูผลแล้ว เป็นความไม่เบียดเบียน. ความไม่เบียดเบียนนี้มีสองอย่าง : ไม่เบียดเบียนตัวเอง, และไม่เบียดเบียนผู้อื่น. ถ้าเราโง่เมื่อไร เราเบียดเบียนตัวเองเมื่อนั้น; ความโลภ ความโกรธ ความหลง เกิดขึ้นเมื่อไร มันเบียดเบียนตัวเองเมื่อนั้น. เราอย่าเบียดเบียนตัวเอง เราก็ทำลายความโกรธ ความหลงไป แล้วไม่



เบียดเบียนผู้อื่นอีก; เพราะว่าเบียดเบียนผู้อื่นนั้น มันทำลงไป เพราะว่ามีความโลภ ความโกรธ ความหลง ซึ่งเบียดเบียนตัวเรา. เราทำลายตัวตนนี้เสีย มันก็ไม่เบียดเบียนตัวเราและไม่เบียดเบียนผู้อื่น; นั้นเป็นยอดสุดของศาสนาทุกศาสนา.

คำโบราณจนไม่รู้ว่าจะกล่าวกันไว้แต่ครั้งไหนว่า อหิสา ปรโม ธมฺโม -ความไม่เบียดเบียนเป็นบรมธรรม, เป็นคำที่เกิดในประเทศอินเดีย ต้องใช้ภาษาอินเดีย แต่ไม่รู้ว่าจะกล่าวกันไว้แต่ครั้งไหน ดึกดำบรรพ์ยิ่งกว่าดึกดำบรรพ์. คำว่า “ไม่เบียดเบียน” มันขยายความออกมาดีขึ้นๆ ดีขึ้น จนไม่เบียดเบียนตัวเรา ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่เบียดเบียนโดยประการทั้งปวง นี่เป็นบรมธรรม คือธรรมะสูงสุด เป็น summum bonum สำหรับมนุษย์. ถ้าเรารู้หลักอันนี้แล้ว ถือเพียงข้อเดียวเท่านั้น มันก็เป็นอันถือหมดทุกศาสนา ทุกข้อทุกแง่ทุกทรง, คืออย่าทำให้เกิดการเบียดเบียนตัวเองด้วยความโง่ หรือความโลภ ความหลงก็ตามใจ และมันก็ไม่มีการเบียดเบียนใครได้แม้แต่มดแมลง.

## หลักพุทธศาสนา มีไตรรัตน์เป็นวัตถุประสงค์ ศาสนาอื่นก็มีทำนองเดียวกัน

ที่นี้ outline ของเรา จะขยายออกไปถึงข้อที่ว่า วัตถุประสงค์ที่เป็นหลักในศาสนา โดยเฉพาะพุทธศาสนา ก่อน. เรา



เรียกว่าไตรรัตน์ หรือรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์; ให้สังเกตคำว่าไตร ซึ่งแปลว่าสามนั้น. คำนี้มีนัยประหลาดอย่างไรก็ไม่รู้ ไปใช้เป็นจำนวนสำหรับจับหรือนับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ สูงสุดเสียมากมายจะว่าเป็นทุกศาสนาก็ได้ :-

อย่างไรในศาสนาคริสต์ียน หรือเครือเดียวกับคริสต์ียนก็มี trinity ความเป็นสาม, ความเป็นสามในคริสต์ียนก็คือพระเจ้า พระจิต และพระบุตร; มี ๓ ที่สำคัญที่สุดในศาสนาคริสต์ียน.

ศาสนาในอินเดียแต่โบราณมาจนถึงปัจจุบันก็มี ตริมูรติ แปลว่าวัตถุสำคัญในศาสนา ๓ อย่าง คือพระเจ้าสามองค์ : พระเจ้าผู้สร้างโลกองค์หนึ่ง, พระเจ้าผู้ควบคุมโลกองค์หนึ่ง, พระเจ้าผู้ทำลายโลกนี้องค์หนึ่ง. พระเจ้าองค์ที่สร้างโลกก็สร้างขึ้นมาใหม่, องค์ผู้ควบคุมก็ควบคุมต่อไป, องค์ที่ทำลายก็ทำลายอีก, แล้วก็สร้างขึ้นมาใหม่อีก. พระเจ้าสามองค์มีเท่านี้คือสิ่งที่มีอำนาจสูงสุด, มีอำนาจจริงๆ สูงสุดในการที่กระทำให้มีโลกนี้ขึ้นมา แล้วควบคุมโลกให้เป็นไปตามกฎ แล้วก็ทำให้โลกสิ้นสุดไปเป็นคราวๆ เป็นคราวๆ เขาเรียกว่าพระเจ้า : พระพรหมสร้างโลก, พระนารายณ์ควบคุมโลก, พระอิศวรทำลายโลก, อะไรก็แล้วแต่จะบัญญัติ.

แต่ในที่นี้เอามาพูดก็เพื่อให้นึกถึงจำนวนสาม มันเป็นจำนวนศักดิ์สิทธิ์ประหลาดชอบกล โดยมนุษย์เอามาใช้มากในลักษณะอย่างนี้ มันเกิดเป็นจำนวนเลขที่ศักดิ์สิทธิ์ขึ้นมา แล้ว

มันเป็นความจริงทั้งนั้น. แต่ว่าหลักการใหญ่ มันคงอยู่ที่ตรงที่ พวกเรากำลังพูดกันอยู่นี้คือ มีนายแพทย์ที่จะรักษาโรค, มีอุปกรณ์ที่จำเป็นแก่การรักษาโรค แล้วก็มีผู้ปฏิบัติงาน หรือว่า รวมทั้งสถานพยาบาล ออฟฟิศอะไรด้วย.

พระพุทธเจ้าเป็นผู้ให้กำเนิดรักษาโรค เหมือนนายแพทย์ใหญ่, พระธรรมนี้รวมทั้งการรักษาโรค วิธีการรักษา หยูกยาที่จะใช้รักษาโรค, คณะสงฆ์ทั้งหมดก็เหมือนกับ ออฟฟิศ หรือสำนักงาน หรือสถาบันที่จะดำเนินงาน มันก็ครบ ในการที่จะล้างผลาญโรคให้หมดไปจากโลก.

ศาสนาคริสต์ียนเขาก็มีพระบิดาเป็นต้นตอให้กำเนิด เป็นเหมือนกับบุคคล เขาพูดประเภทมีบุคคล และมีพระจิตที่จะให้มาเป็นพระบุตร หรือว่าเป็นศาสตาศาพยากรณ์องค์ไหน ก็ตาม เช่นพระเยซูเป็นต้น เป็นพระบุตร.

พระจิตที่เรียกว่า Holy ghost ผมว่านี่แหละคือ ตัวพระธรรมซึ่งในพุทธศาสนาเรียกว่าพระธรรม, อาจารย์ผู้สอน ศาสนาคริสต์ียนบางคนไม่ยอมรับฟัง ไม่เชื่อ แล้วยังไปเขียน ล้อผมก็มี คือเขาไม่มีวิธีมองอะไรสักอย่าง เหมือนพวกเรา. พระจิตนั้นเขายอมรับว่าไม่ใช่บุคคล เป็นสภาพอะไรอย่างหนึ่ง; พระบิดาเป็นบุคคล, พระบุตรเป็นบุคคล. แต่พระจิตที่จะทำให้มีการสัมพันธ์กันทั่วถึงอย่างนี้ เขาว่าวิญญาณศักดิ์สิทธิ์หรือผีศักดิ์สิทธิ์อะไรอย่างนั้น; แต่เวลานั้นแหละคือพระธรรม ถ้าขาดพระธรรมแล้ว มันก็ไม่มีความหมายอะไร.



พระธรรมที่เรียกในคัมภีร์ตอนอื่นว่าแสงสว่าง the light หรือเรียกที่ตอนอื่นว่า the word คำพูด นั้นแหละคือ พระธรรม, นั้นแหละคือ พระจิต; ยิ่งคิดยิ่งมองเห็นว่า มันมีความหมายลึก อยู่ที่คำๆ นี้. ฉะนั้นในศาสนาคริสต์ียนก็มีพระบิดาเป็นต้น กำเนิดเหมือนกับสิ่งทั้งปวง แล้วก็มีเครื่องอุปกรณ์สำหรับใช้ คือพระจิต และก็มีคนที่ เป็นพระบุตร เป็นยุคๆ เป็นสมัยๆ ไป สมัยหนึ่งมาถึงพระเยซู ก็ครบที่จะเยียวยารักษาโรคของโลก เหมือนกัน. พระเยซูเอาอำนาจอะไรมารักษาโรค เขาว่า อำนาจศักดิ์สิทธิ์ พูดเป็นทำนองศักดิ์สิทธิ์; นั้นแหละคือพระจิต และนั่นแหละคือตัวแท้ของพระธรรม. ที่เรียกว่า trinity ของ คริสต์เตียน ก็มีความหมายอย่างเดียวกับพระรัตนตรัยของเราย อย่างนั้น; แต่จะให้เหมือนกันดิกทุกคำพูดไม่ได้ เพราะนั่นเขา พูดกันแบบบุคคลาธิษฐานกันไปตามแบบของเขา.

เราพูดกันแบบธรรมมาธิษฐานตามแบบของเรา, แม้ว่า จะพูดตามแบบบุคคลาธิษฐานบ้าง เราก็พูดอย่างตามแบบ ของเรา. นี่ก็เป็นอันหนึ่งซึ่งต้องรู้ไว้ว่าแต่ละศาสนาต้องมีอะไร จะเรียกว่าอะไรดี คือสิ่งศักดิ์สิทธิ์สูงสุด ประเสริฐที่สุด จำเป็น ที่สุด คำคำที่พูดอะไรนั้น ต้องมีสิ่งนั้น. เรามีพระรัตนตรัย ใน เมื่อคริสต์เตียนเขามี trinity แปลเป็นไทยว่า ตรีเอกานุภาพ, แล้วแต่จะแปล มันอยู่ที่คนแปลต่างหาก, แปลผิดก็มี แปล ภาษาศาสนาคริสต์เียนมาเป็นภาษาไทยผิดๆ ก็มี. เขาแปล ตามตัวพยัญชนะมากเกินไป. เรื่องนี้มีเรื่องมากที่จะพูดกัน ไว้

โอกาสอื่น.

## ศาสนาย่อมมีความศักดิ์สิทธิ์ให้คนเลื่อมใส

เดี๋ยวนี้ต้องการให้ทุกคนมองเห็น โดยเฉพาะพวกคุณที่เพิ่งเข้ามาสู่ความสนใจอันนี้ ศาสนาต้องมีสิ่งศักดิ์สิทธิ์, มันอยู่ได้ด้วยสิ่งศักดิ์สิทธิ์. สิ่งศักดิ์สิทธิ์นี้ใช้ได้ทั้งคนมีปัญญาและทั้งคนโง่ : คนโง่ก็เชื่อความศักดิ์สิทธิ์ไปตามแบบคนโง่, คนมีปัญญาก็ถือให้มันมีความศักดิ์สิทธิ์สูงสุดไปตามแบบของคนมีปัญญา.

พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ที่ คนโง่ถือ ก็ศักดิ์สิทธิ์ไปตามแบบของคนโง่ งามาย, พวกที่ปัญญาถือ ก็เป็นพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ บริสุทธิ์สะอาดเกลี้ยงเกลา แจ่มใส ชัดเจน; แต่แล้วก็ต้องมีความศักดิ์สิทธิ์ด้วยกัน. ถ้าไม่มีความศักดิ์สิทธิ์แล้วก็จะไม่มีใครสนใจและนับถือ.

คนมีปัญญามองเห็นคุณค่าของพระรัตนตรัยอย่างถูกต้อง ในแง่ของ logic ในแง่ของวิทยาศาสตร์ ในแง่ของอะไรก็ตาม; ยิ่งไปดูเข้าก็ยิ่งพบความมีค่าน่าสนใจ เขาก็นับถือเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่สะอาดบริสุทธิ์. ที่นี้คนโง่มองไม่เป็น ช่วยไม่ได้ที่มองไม่เป็น ทำอย่างไรๆ ก็มองอย่างนี้ไม่เป็น ก็ต้องมองไปอีกแบบหนึ่งตามความเชื่อว่าศักดิ์สิทธิ์ นี้เป็นหลัก. ฉะนั้นวัตถุในศาสนาจึงไปอยู่ในรูปของสิ่งศักดิ์สิทธิ์อย่างม गयाไปทีก่อน ไป



พลางก่อน, สำหรับคนที่ยังมงาย ยังแก้ไขไม่ทัน.

อย่าไปดูถูกเขา ในการที่เขาไหว้วัตถุในศาสนา ในฐานะเป็นของศักดิ์สิทธิ์ไปพลางก่อน; เช่นเอาพระพุทธรูปไปเป็นเครื่องวาง ไปเป็นอะไรทำนองนี้, เอาผ้าเหลืองเป็นสัญลักษณ์ของความประเสริฐสูงสุด มันก็ได้เหมือนกัน; เพราะมองไม่เห็นลึกกว่านี้ ก็เอาวัตถุศักดิ์สิทธิ์ เป็นของศักดิ์สิทธิ์ เป็นตัวศาสนาไปก่อน. เราก็ไม่ไปติเตียนเขา แต่เรารักเขา เ็นดูเขา สงสารเขา ช่วยแก้ไขเขา ให้มีความสว่างไสวขึ้นมาตามลำดับ; ไม่เท่าไรเขาก็จะรู้เหมือนเรา. ถ้าเรามัวไปดูหมิ่นดูถูกเขา ก็ไม่มีวันที่จะทำให้เขารู้เหมือนเรา, ก็มีแต่การทะเลาะวิวาท โดยจะผิดความมุ่งหมายของศาสนา ที่ต้องการให้เป็นไปเพื่อความสันติภาพ มันกลายเป็นไปเพื่อความเบียดเบียนซึ่งกันและกันเสีย.

การที่เราเข้ามาจับนับถือศาสนา เข้ามาสนใจในการรักษาโรคทางวิญญาณนี้ มันต้องมีหลักการอย่างนี้ แล้วยกแน่นอนที่จะต้องไปยึดหลักในสิ่งที่ควรยึดเป็นหลัก ด้วยสุดชีวิตจิตใจเลย ก็เรียกว่าศักดิ์สิทธิ์ขึ้นมา, พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ก็กลายเป็นของศักดิ์สิทธิ์ขึ้นมา ทั้งแก้ปัญหาชน และทั้งแก้ผู้ที่ไม่ใช่ปัญญาชน.



## การยอมรับนับถือศาสนา เริ่มแรกเรียกว่า สรณาคมน์

ที่นี้ก็มาถึงระยะเริ่มแรก ที่เราจะเข้าสู่ระบบการอันนี้ หลักการอันนี้ เรามีระบบการที่เรียกว่า สรณาคมน์ จะโดยรูป พิธีรตองก็ตาม จะโดยรูปการกระทำที่ถูกต้องแท้จริงก็ตาม จะต้องมียสิ่งทีเรียกว่าสรณาคมน์; อาคมแปลว่ามาถึง สรณแปล ว่าที่พึ่ง; เราไม่แปลก็ได้ เราเรียกว่าสรณะเฉยๆ สรณะก็รู้ๆ กัน อยู่แล้วว่่าที่พึ่ง. สรณาคมน์ แปลว่า การมาสู่หรือมาถึงที่พึ่ง. ก่อนนี้เราไม่สนใจก็ตามใจ แต่ถ้าเราจะนับถือพุทธศาสนา, เราก็ต้องมาสู่สิ่งที่เป็นสรณะนี้ คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์.

ทีแรกก็มาอย่างพิธีรตองว่า พุทธัง สรณัง คัจฉามิ จัป เด็กตัวเล็กๆ มาเป็นพุทธมามกะ มาว่า formula อันนี้เป็ นพิธีรตองไปตามเรื่อง; ต่อมาโตขึ้น โตขึ้นก็เข้าใจๆ แล้วก็ปฏิบัติ ไป. เพราะฉะนั้นการถึงสรณะ มีตั้งแต่พิธีรตองอย่างจำเป็น คือ ว่ามันทำอะไรมากกว่านั้นไม่ได้ หรือเป็นในลักษณะที่มงาย แล้วค่อยดีขึ้นๆ กระจ่างขึ้นแจ่มใสขึ้น.

อย่างพวกคุณรู้หลักพุทธศาสนา รู้วิธีปฏิบัติ แล้วปฏิบัติ อย่างปัญญาชนนี้ก็เป็ นสรณาคมน์ที่ดีที่ถูกต้อง ทีประเสริฐ ที จำเป็นแก่มนุษย์ทุกคน ถึงแล้วหรือยัง คุณก็ไปตรวจสอบดูตัว



เองก็แล้วกัน ไม่ใช่หน้าที่ของผมจะพูดเรื่องส่วนตัวของคุณ, แต่ขอเตือนว่า นี่เป็นสิ่งที่ต้องทำและทำเอง. ที่พูดหลักเกณฑ์ต่างๆ ให้ฟัง นี่สำหรับไปทดสอบตัวเองว่า ได้มีสรณาคมน์แล้วหรือยัง; ถ้ามีแล้ว มีกี่มากน้อย ไปถึงไหนแล้ว ไปถึงตรงกลางหรือไปถึงยอดสุดแล้ว ซึ่งเราจะได้พูดกันให้ละเอียด.

ที่เราพูดกันแต่โดยใจความ ก็เป็นเรื่องให้เข้าใจในสิ่งที่จะเป็นที่พึ่งได้ แล้วก็ทุ่มเทกำลังใจทั้งหมดทั้งสิ้นลงไปในเรื่องนั้น แล้วจะเกิดเป็นการเริ่มต้นการรักษาโรคทางวิญญาณขึ้นมาทันที; ฉะนั้นขอให้เข้าใจวิธีการที่จะรับนับถือพุทธศาสนาเป็นก้าวแรก ของการที่เข้ามาสู่การรักษาโรคทางวิญญาณ.

การรับนับถือศาสนานี้ที่ใช้หัวข้อนี้มันกว้าง ความหมายมันกว้าง : นับตั้งแต่เริ่มสนใจ, เริ่มแสวงหาการรักษาโรคนี้, แล้วรับการรักษาโรคนี้อยู่ จนกระทั่งปลอดโรคนี้, นี้เรียกว่าการรับนับถือศาสนาทั้งนั้น. มันมีได้ตั้งแต่ระยะเริ่ม ยังไม่รู้จัก, เริ่มสนใจ, แล้วก็เริ่มติดตามไปจนกระทั่งรู้จัก ซึ่งเรียกว่าแสวงหา.

## หลักการรักษาโรคโดยวิธีของศาสนาได้แก่ ปรียติ, ปฏิบัติ, ปฏิเวธ

สิ่งที่เรียกว่าศาสนา เพื่อประโยชน์แก่การรักษาโรคนี้ อาจแบ่งได้ตามนัยะที่พวกอรรถกถาจารย์แบ่งไว้ :- ปรียติ



ศาสนา หมายถึงการศึกษาเล่าเรียน, -ปฏิบัติศาสนา หมายถึง การประพฤติปฏิบัติไปตามที่เล่าเรียน, -ปฏิเวธศาสนา หมายถึง การได้ผลของการปฏิบัติ ตามที่ปฏิบัติได้เท่าไร. นี้ก็มี ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ เป็นตัวศาสนา : การเตรียมตัวเข้ารับการรักษาโรคนี้ ก็คือปริยัติศาสนา, การรับการศึกษาโดยตรงมันก็คือ การปฏิบัติศาสนา นับตั้งแต่ถือสรณาคมน์ มีปฏิบัติศีล สมาธิ ปัญญา จนกระทั่งบรรลุมรรค ผล นิพพานแล้ว, การหายจากโรคเป็นปฏิเวธศาสนา หมายถึงมรรค ผล นิพพาน. -เตรียมตัว กันค้นคว้าหาวิธีการรักษาโรคเป็นปริยัติ -ลงมือรักษาโรคก็เป็น ปฏิบัติ -หายจากโรคก็เป็นปฏิเวธ. มีอยู่สาม : -ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ ควรจะจำไว้ด้วย; ถ้าจำข้อเหล่านี้ไว้ได้ จะสะดวกในการที่จะศึกษาอะไรต่อไป.

ถ้าอะไรก็จำไม่ได้สักคำหนึ่ง หรือไม่สนใจจำแล้วคุณะ ยิงยุงหัว, จะเวียนหัวแม้ที่สุดคุณอาจจะยอมแพ้ คือไม่ยอมจะ ศึกษามันอีก ปล่อยไปตามบุญตามกรรมเลย. ฉะนั้นสิ่งใดที่ ควรจดควรจำ ก็ควรจดควรจำให้แม่นยำ โดยเฉพาะหัวข้อที่สำคัญอย่างที่ได้พูดมาแล้ว ซึ่งไม่ใช่มันมีมากมายนัก. ขอให้ จำเท่าที่จำเป็นจะต้องจำ สำหรับที่จะไปคิดไปนึกไปศึกษา ไป พิจารณาอยู่เสมอเป็นประจำวัน ทบทวนอยู่เป็นประจำวัน.

สิ่งที่ยุ่งยากราวกับว่าจะจำไม่ได้ ถ้าจะจำก็จำได้, ถ้ารักจริงก็จำได้ กระทั่งจำได้ทั้งไตรปิฎกนี้; เพราะสิ่งต่างๆ แม้มันมากมายนับไม่ไหวก็ตามที่ แต่เขาจัดระบบให้มาอยู่เป็นพวกๆ



classify หรือว่า systematise เสีย เข้ามาเป็นพวกๆ จะเหลือ  
น้อยเข้าๆ : เหลือสาม เหลือสอง เหลือหนึ่ง.

ความรู้ทางธรรมทางศาสนานี้ก็เหมือนกันให้ใช้วิธี  
สังเคราะห์ synthesis หรือ synopsis หรืออะไร, มันก็จะเหลือ  
น้อยเข้าๆ จนเหลือคำเดียว เช่นว่า “ดับทุกข์” เพียงคำเดียว  
แล้วก็ค่อยๆ ขยายออกไปว่าทำอะไร, แล้วต้องรู้อะไรบ้าง  
มันก็มากออกไปๆ ตัวศาสนาคือตัวดับทุกข์.

นี่เราพูดกันถึงวิธีการก้าวเข้ามารับการรักษาโรคทาง  
วิญญาณในพระพุทธศาสนาตามระบบที่นายแพทย์ใหญ่ คือ  
องค์พระศาสดา ที่เป็นผู้เชี่ยวชาญรักษาโรคของสัตว์โลกทั้งปวง  
ได้วางไว้อย่างไร; เรียกสั้นๆ ว่า วิธีการรับนับถือพระพุทธ  
ศาสนา โดยเฉพาะ.

*เวลาของเราก็สิ้นสุดลงสำหรับวันนี้เพียงเท่านี้.*







# อนามัยคือการประพฤติธรรม

ธรรมโมฆะของพุทธทาส, ค่ายธรรมบุตร  
ลำดับที่ ๓๗ บนแถบสีน้ำเงิน,  
เรื่องที่ ๒๑. อนามัยคือการประพฤติธรรม, บรรยาย อบรมคณะพัฒนาอนามัย  
ที่ค่ายธรรมบุตร, ๒ กรกฎาคม ๒๕๑๒



ท่านผู้สนใจในธรรมทั้งหลาย,

ท่านคงจะมีความฉงนบ้างว่า ในการประชุมอบรมต่างๆ อย่างที่ทำที่นี่ ทำไมจึงต้องมีพระมาพูดเรื่องธรรมะในพุทธศาสนาด้วย. นี่ก็เป็นข้อที่จะต้องทำความเข้าใจกันด้วยเหมือนกัน; หลายครั้งหลายหนมาแล้ว มีการประชุมที่นี่ เพื่ออบรมลูกเสือก็มี ครูก็มี อย่างอื่นก็มี; อาตมาเคยถูกขอร้องให้มาบรรยายธรรมะครั้งหนึ่งเสมอเป็น อย่างน้อย, บางคนอาจจะคิดไปว่าเป็นเรื่องเกินความจำเป็น หรือว่าทำเพียงพอเป็นพิธี ให้พิธีมันหรูหราขึ้น ที่จริงมันควรจะ มองกันให้ลึกกว่านั้น. ขอให้พิจารณาไปโดยลำดับๆ.



## ทุกอย่าง คือ ธรรมะ

การบรรยายธรรมะนั้น ส่วนใหญ่มีความมุ่งหมายจะให้คนรู้จักใช้ตัวเองในทางที่ถูกต้อง ให้ถูกต้องแล้วให้สมบูรณ์ด้วย. คนที่ไม่รู้ธรรมะย่อมไม่รู้ทุกอย่าง หรือย่อมมีอุปสรรคเกิดขึ้นทุกอย่าง เพราะว่าทุกอย่างมันคือธรรมะ. ท่านอาจจะแปลกหูในคำพูดที่ว่า ทุกอย่างคือธรรมะ. ถ้าแปลกหูก็ฟังไว้ หรือฟังไปเรื่อยๆ ว่าไม่มีอะไรที่ไม่ใช่ธรรมะ เพราะว่าคำๆ นี้เป็นคำที่ประหลาดที่สุดในภาษาบาลี ไม่มีอะไรที่ไม่ใช่ธรรมะ ดี ชั่ว ผิด ถูก รูปธรรม นามธรรม อะไรก็ตาม ล้วนแต่เรียกว่าเป็นธรรมชนิดหนึ่งทั้งนั้น เพราะฉะนั้น เราจะต้องรู้จักธรรมะในแง่ที่สมบูรณ์ ซึ่งจะได้ว่ากันต่อไป.

สำหรับการพัฒนานั้น สิ่งที่เรียกว่า การพัฒนานี้มันก็เป็นธรรมะด้วย การทำให้เจริญนั้น มันก็เป็นตัวธรรมะอย่างหนึ่งด้วย. ที่นี้ ธรรมบรรยายมันช่วยได้ในสองแง่ : แง่ที่ ๑ ก็คือธรรมะจะช่วยพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น. เมื่อบุคคลมีจิตใจสูงขึ้น ย่อมทำการพัฒนาไม่ว่าในด้านไหน ได้ดี; มีจิตใจที่ประกอบไปด้วยธรรมะแล้ว ย่อมไม่อาจจะพัฒนาอะไรได้. ฉะนั้น ธรรมะที่มันช่วยให้พัฒนาจิตใจ เมื่อจิตใจมีการพัฒนาแล้ว ก็พัฒนาอะไรก็ได้ น้อยอย่างหนึ่ง. อีกอย่างหนึ่ง ธรรมะนั้นให้กำลังใจในการพัฒนา; คนที่ไม่มีธรรมะย่อมไม่มีกำลังใจ ไม่มีความกระตือรือร้นในการที่จะทำการพัฒนา.



นี่เรียกว่า ธรรมะมีอยู่หลายอย่าง หลายแง่ หลายชั้น หลายมุม เอาจมาเป็นตัวเรื่องเสียเลยก็ได้ เอาจมาเป็นเครื่องมือ หรืออุปกรณ์อย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้. หมายความว่า การรู้ ธรรมะทำให้มีจิตใจสูงขึ้น ก็ได้อันสูงส่งอย่างหนึ่ง, แล้วการ รู้จักใช้ธรรมะให้เกิดกำลังใจ เกิดความสนุกสนานในการที่จะ ทำการงาน นั้นมันก็อีกอย่างหนึ่ง; เป็นสองอย่างด้วยกัน. แล้ว คนเราก็ยังขาดอยู่ในสองอย่างนี้; จิตใจไม่สูงพอ ไม่รับผิดชอบ ในความเป็นมนุษย์ของตน ไม่คิดที่จะทำการงานตามหน้าที่ ของมนุษย์, หรือถึงกับไม่รู้ว่าจะต้องทำอะไรด้วยซ้ำไป. หรืออีก อย่างหนึ่ง ทำงานไม่สนุก, ทำงานอย่างฝืน อย่างขอไปที อย่าง เสียไม่ได้. ในการทำงานส่วนตัวก็ตาม หรือแม้ที่สุดแต่การถูก เรียกประชุม มาปรึกษาหารือ หรือเพื่อการอบรมอะไรก็ตาม ไม่รู้สึกสนุกเลย; เพราะขาดธรรมะ อย่างนี้ก็มี. ขอให้เข้าใจ ไว้ว่า ธรรมะนั้นเป็นตัวเรื่องก็ได้ เป็นอุปกรณ์ของเรื่องก็ได้.

## อย่าเป็นคนทำโลกให้รก

ที่นี้ต่อไป ก็อยากจะพูดถึงคำว่า “พัฒนา” ถ้าเป็นอย่าง เทศน์บนธรรมมาสน์ วันนี้ก็เป็นการเทศน์โดยหัวข้อว่า - น ลียา โลกวทุมโน. เป็นภาษาบาลี.

คำนี้ถ้าแปลตามตัวหนังสือก็แปลว่า : อย่าเป็นคนทำ โลกให้รก, แต่เขาเอาความกันว่า “อย่าเป็นคนรกโลก” . ภาษา



บาลีเมื่อเอามาแปลเป็นภาษาไทย ย่อมมีความหมายได้เป็นสองอย่างสามอย่างเสมอ. มันเกี่ยวกับแง่ของภาษา วิธีของภาษา ไวยากรณ์ของภาษา. โลกวิทัศนโน แปลว่า ทำโลกให้รักก็ได้, เป็นคนรักโลก หรือ เป็นเครื่องรักของโลกก็ได้. เออบาลีเป็นหลักว่า อย่าเป็นคนรักโลก; แต่ตัวหนังสือ มันว่า วิทัศนนะ โลกวิทัศนนะ – อย่าทำให้โลกเจริญ. คำว่าเจริญหรือวิทัศนะนั้นนั้น หมายถึง รัก; เราจะต้องรู้ว่า มันหมายถึงอย่างไรกันแน่ ก็ต้องมองกันต่อไป ในความหมายของคำว่ารัก เดี่ยวจะงงกันหมด.

ขอให้เข้าใจว่า คำว่า วิทัศนนะ แปลว่า รัก, รกหนาขึ้น มีมากขึ้น หนาขึ้น รกขึ้น นี้ก็เรียกว่า วิทัศนนะ. มาเป็นไทย แปลว่า พัฒนา, แต่ภาษาเดิมเป็นคำกลาง ๆ แปลว่า มันรกหนาขึ้นก็แล้วกัน : รกหนาด้วยหญ้า ด้วยพงที่ไม่มีประโยชน์อะไร; นี้ก็เรียกว่าวิทัศนนะด้วยเหมือนกัน เช่นผมยาวจนต้องตัด อย่างนี้ก็เรียกว่า รก. “ผมมันรก” ภาษาบาลีเป็นอย่างนั้น ความหมายของคำว่า รก มันก็เกิดเป็นสองอย่าง ขึ้นมา : คือ รกด้วยสิ่งที่มีประโยชน์ หรือว่า รกด้วยสิ่งที่ไร้ประโยชน์. ถ้ารกด้วยสิ่งที่มีประโยชน์เราก็พอใจ เพราะว่าตรงตามความหมายของคำว่า พัฒนาอย่างที่เราต้องการ; ถ้ามันรกไปด้วยสิ่งที่ไร้ประโยชน์เราก็ถือว่าเป็นโทษ.

ที่นี้ มนุษย์นี้มีเต็มไปอยู่ในโลก หรือว่าโลกมันเต็มไปด้วยมนุษย์. ถ้ามนุษย์เป็นผู้ไม่มีประโยชน์ก็เรียกว่าเป็นคนรก

โลก โลกนี้รักไปด้วยมนุษย์ที่ไร้ประโยชน์. ถ้าหากว่าคนมันดี ก็เรียกว่า โลกนี้รักไปด้วยคนที่มีประโยชน์ ก็เรียกว่าโลกมันเจริญ. แต่แล้วความหมายทางธรรมมันยังมีลึกไปกว่านั้นอีก; ที่เราพูดกันว่ามีประโยชน์ มีประโยชน์ นั้นแหละระว่างให้ดี; บางที่อาจจะรกรุงรัง, หรือว่าเพิ่มปัญหา เพิ่มภาระ เพิ่มความยุ่งยากไปเสียอีกก็มี. นี่ก็เป็นสิ่งที่ต้องระว่างอย่าให้มันขัดกันขึ้นมาได้.

สมมติว่าเขาเอาของใช้ไม่สอย ที่แพงที่ทันสมัยไม่มีประโยชน์อะไร มาใส่ให้คุณเต็มไปทั้งบ้าน, แล้วคุณก็ใช้มันไม่ได้; มันก็ไม่มีประโยชน์อะไร มันก็รกรบ้านเปล่าๆ , ราคาเป็นแสน เป็นล้าน เป็นร้อยล้าน อะไรก็มี. มันก็รกรบ้านเปล่าๆ มันก็กลายเป็นรกรไปด้วยสิ่งที่ไม่ใช่ประโยชน์อีกเหมือนกัน.

ที่นี้ ถ้าว่าใช้มันเป็น ใช้ได้ทุกอย่างเลย; แต่ที่นี้ มันมาก มันเกินจำเป็น มันเกินฐานะ สิ่งเหล่านั้นมันก็ทำให้คุณปวดหัว แม้แต่จะเก็บรักษาเช็ดถูมัน ก็ไม่ไหวแล้ว; นี่มันเกินฐานะ หรือเกินความจำเป็น. สิ่งนั้นก็ดีหรือมีประโยชน์อย่างที่เขารู้อย่างนี้เหมือนกัน; แต่ถ้า มองดูให้ดี มันกลายเป็นมาเพิ่มให้เกิดความทุกข์. นี่ดูความหมายของคำว่า พัฒนาหรือพัฒนา หรือวิวัฒนะ ในภาษาบาลีมันเป็นอย่างนี้.

ถ้าเรา มีแต่เพียงพอเหมาะพอดี กับความเป็นอยู่หรือความเป็นไป ก็ ไม่ทำให้ปัญหายุ่งยากเกิดขึ้น. นี่เราจะเห็นวิแวได้ว่า สิ่งที่มีประโยชน์ หรือสำเร็จประโยชน์ ไม่เป็นความ



ทุกซึ้นมานั้น มันอยู่ที่พอดี; ตามหลักของพุทธศาสนาที่ว่า มันต้องมีความพอดี มากไปก็ไม่ได้ น้อยไปก็ไม่ได้. ที่เราจะทำให้มัน พัฒนานั้นจะทำอย่างไร จะให้มันมาก ไม่มีขอบเขต อย่างที่ว่า, หรือว่าจะทำให้มันพอดี; เป็นสิ่งที่จะต้องคิดกันให้มาก มันต้องพอเหมาะพอดีไปด้วยสิ่งที่มีประโยชน์.

ที่นี่ ถ้าพูดกันอีกแง่หนึ่ง ที่ว่าพอเหมาะพอดี หรือมีประโยชน์ของคนพวกหนึ่งอาจจะไม่จำเป็นเลยสำหรับคนบางพวก; เช่นในเรื่องสิ่งของต่างๆ ที่ชาวบ้านจะต้องมี ไม่จำเป็นที่พระเจ้าจะต้องมี ขึ้นเอามาใส่ไว้ในวัด มันก็รกเปล่าๆ เหมือนกัน. หรือว่าวัตรธรรมดาสาญญ รกไปด้วยอะไรหลายๆ อย่างก็ไปดูก็แล้วกัน; แต่พระอรหันต์ท่านก็ไม่ต้องการสิ่งเหล่านี้เลย อย่างนี้เป็นต้น. มันก็กลายเป็นของรกสำหรับพระอรหันต์ไปอีก.

รกอย่างไม่มีประโยชน์ นี้เรียกว่า วัชณา หรือวัชณะนั้น, มันแปลว่า รก; แล้วเราจะเอาประโยชน์จากอันนี้ ก็ต้องเอาอย่างว่า รกด้วยสิ่งที่มีประโยชน์. แต่เมื่อ รกแต่สิ่งที่มีประโยชน์แล้ว มันต้องรกแต่พอดี; ไม่ใช่เอาอะไรมาใส่มาสู่มั่ววจนเต็มบ้านเต็มเรือน ถึงหลังคา, ล้วนแต่มีประโยชน์ทั้งนั้น มันก็ไม่มีที่นอน ไม่มีที่เดิน อย่างนี้เป็นต้น. เพราะคำว่า วัชณานี้ มันมีความหมายเปิดให้เป็นอย่างยิ่ง : อย่างหญ้ารกเป็นพวงบุกเข้าไปไม่ไหว อย่างนี้ก็เรียกว่า มันวัชณา, ผมยาวจนรุงรัง รุ่มร่ามเป็นปศาจ อย่างนี้ก็เรียกว่า มันวัชณาเหมือนกัน ในเรื่องเส้นผมจนมันต้องตัด. นี้เราเอาเป็นที่แน่นอนกันว่า; จะ



ต้องรักด้วยสิ่งที่มีประโยชน์ และพอดี หรือตรงกับความต้องการของเรา หรือของสังคมของเรา.

## คำว่า”พัฒนาอนามัย”

สำหรับคำว่า อนามัย ไม่ใช่เป็นคำใหม่ เป็นภาษาบาลี ซึ่งท่านก็เห็นอยู่แล้วว่ามันเป็นภาษาบาลี. ภาษาบาลีนี้ในรูปคำว่า อนามัย นี้ เป็นคำที่ใช้มาแล้วตั้ง ๒ - ๓ พันปี เป็นอย่างน้อย. เพราะเราไปอ่านหนังสือเก่าๆ พบเรื่องราวของคำว่า อนามัยนี้ ในหนังสือขนาดก่อนพุทธกาลประมาณสองพันปี สามพันปีมาแล้ว คนทักกัน ก็ทักกันด้วยคำๆ นี้.

ถ้าเราสนใจสักหน่อย เมื่อไปฟังเทศน์เวสสันดรชาดก ตอนที่มีการทักกันระหว่าง อัจจุตฤกษ์กับชูชก. หรือระหว่าง เวสสันดรกับฤกษ์ หรืออะไรก็ตาม; คำแรกที่เขาทักกันจะพูดว่า “ กจจิ โภโต อนา ” ซึ่งแปลว่า อนามัยของท่านยังดีอยู่หรือ ? อนามัย นี้ไม่ใช่คำในสองสามวันนี้ เป็นคำที่เขาใช้พูดกันอยู่จริง ในรูปนี้ คือคำว่า “อนามัย”.

ในกรณีทักกันนั้น คำว่า อนามัย หมายถึงปกติภาวะ ที่ทำให้มนุษย์ ไม่ต้องทน; พูดเป็นคำนิยาม ก็ต้องพูดอย่างนี้ มันรุ่มร่ามอย่างไรอยู่. ปกติภาวะที่ทำให้มนุษย์ไม่ต้องทน; คำว่า “ทน” นี้ คงเข้าใจกันได้แล้ว ทนเพราะมันเจ็บปวด ไม่สะดวก ไม่สบาย หรือไม่มีอะไรอย่างใดอย่างหนึ่งจนต้องทน ; ถ้ามี



ปกติภาวะ ที่เรียกว่าอนาถมัยนั้น มันไม่มีอะไรที่ต้องทน. เขาไม่ได้หมายความว่าเฉพาะแต่ว่า โรคภัยไข้เจ็บอย่างเดียว มันหมายถึง ความปกติของร่างกายทุกชนิด. ถ้าโรคภัยมันมีอยู่ละก็ต้องเกิดการทน; แต่ว่าถ้าต้องทน เราก็เรียกว่า โรคชนิดหนึ่งได้เหมือนกัน.

อนาถมัย แปลว่า ปกติภาวะที่ไม่รู้สึกว่ามีโรค. นี่คืออนาถมัย ใครๆ ก็ต้องการ, โดยธรรมชาติก็ต้องการ ปกติภาวะอันนี้. คุณไปนึกเอาเองก็แล้วกันว่า พอมีอะไรผิดปกติขึ้นมา มันต้องทนทันที : เช่นเดียวมันก็จะปวดปัสสาวะขึ้นมาแล้ว มันต้องทน; หรือจะปวดอุจจาระขึ้นมาแล้ว มันก็ต้องทน; แล้วมันต้องไปจัดการให้หายภาวะที่ต้องทน, เพื่อไม่ต้องทน ให้หายภาวะที่ต้องทน; หรือมันเกิดเป็นโรคอะไรขึ้นมา อย่างแม้ที่สุดแต่มันเมื่อไหร่ เราก็ต้องทน. มันต้องแก้ไขให้ปราศจากภาวะที่ต้องทน; ฉะนั้น ปกติภาวะที่ให้มนุษย์ไม่ต้องทนนั้นแหละคืออนาถมัย.

เมื่อเรามี อายุมากเข้า เช่น แก่ ซรา มากเข้า ก็มีเรื่องที่จะต้องทนมากเข้า เพราะว่าอนาถมัยมันเสื่อมไป. เดียวนี้เอากัน แต่ว่าคนหนุ่มๆ และปัญหาเฉพาะหน้าคือเรื่องโรคภัยไข้เจ็บ, เรื่องที่ทำให้เกิดความยุ่งยากขึ้นในตัว ในครอบครัว เราจะสนใจมันในลักษณะที่ว่า จะทำให้สูญเสียภาวะที่ต้องทน.

แต่บัดนี้เรามุ่งหมายกันเฉพาะเรื่องโรคภัยไข้เจ็บ และทุกๆ อย่างที่มันเนื่องอยู่กับโรคภัยไข้เจ็บ; มันก็เลยเนื่องมาถึง

เรื่อง กิน อยู่ นุ่งห่ม หลับนอนอะไรๆ ทุกๆ อย่างไปหมด ที่มัน  
เนื่องกันอยู่กับโรคภัยไข้เจ็บ, ถ้าทำผิดแล้วมันก็เกิดโรคภัยไข้  
เจ็บ; ฉะนั้น สิ่งใดที่มันเนื่องกันอยู่กับโรคภัยไข้เจ็บ เราจะ  
ควบคุมมันให้ได้ ก็เรียกว่า เป็นผู้มีอนามัย.

เดี๋ยวนี้ เราก็มองเห็นในเรื่อง ความสะอาดซึ่งเป็นปัจจัย  
สำคัญของความไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ, ความรู้ความฉลาดที่จะ  
ป้องกันทางมาของความเสื่อมสุขภาพ ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดโรคภัย  
ไข้เจ็บทุกอย่าง; รวมเป็นคำว่าอนามัย; แล้วก็ไม่ควรถือว่าเป็น  
เรื่องใหม่ๆ เพิ่งนึกกันขึ้นมา. แต่ให้รู้ไว้ว่า มันเป็นเรื่องจำเป็น  
มีความสำคัญแก่มนุษย์มา ตั้งแต่มนุษย์เริ่มรู้จักความเป็น  
มนุษย์; แต่ไม่มีหลักฐานชัดโดยเหตุที่ว่า มันไม่มีอะไรบันทึกอยู่  
เป็นลายลักษณ์อักษร ในสมัยหมื่นปี หรือก็หมื่นปีมาแล้ว.  
อย่างที่จะมีเป็นลายลักษณ์อักษร บันทึกเรื่องอะไรเหล่านี้ให้  
เรารู้ได้ นี่ก็เพียงสองสามพันปีมานี้เอง, แต่มันก็นานโขอยู่.  
ฉะนั้น ขอให้เข้าใจว่า เรากำลังทำกันอยู่กับเรื่องที่มนุษย์ได้เคย  
ทำมาแล้ว ในฐานะเป็นเรื่องที่สำคัญ.

ในท้องถื่นของเราจะต้องมีการนำ ในการพัฒนาเรื่อง  
อนามัยนี้ มันก็เป็นปัญหาที่จะต้องพิจารณาดูว่า; มันทำเพื่อแก้  
ความล้มหลังป่าเถื่อน, หรือว่าทำเพื่อความเจริญที่สูงขึ้นไปจาก  
ระดับธรรมดา. ถ้ามัน เป็นการทำเพียงว่าแก้ไข ความป่าเถื่อน  
ที่ต่ำมาก มันก็เป็นเรื่องน่าละอายอย่างยิ่ง; ถ้าเป็นการกระทำ  
เพื่อพัฒนาให้มันสูงขึ้นกว่าระดับธรรมดา มันก็น่าชื่นใจ หรือ



น่าพอใจ. เหมือนในเรื่องที่จะมาขอร้งกันให้ทำส้ม, ทำอะไร  
อย่างนี้ ไปคิดดูเองก็แล้วกัน; อย่างนี้มันยังอยู่ในระดับที่ยังไม่  
พ้นไปจากความเป็นป่าเถื่อน. จะต้องทำให้พ้นสูงกว่าป่าเถื่อน  
หรือว่ายังไม่สูงพ้นระดับธรรมดา ก็เขยิบขึ้นไปหน่อยอย่าถึง  
ระดับธรรมดานัก, ให้ดีกว่าธรรมดาขึ้นไปสักหน่อย.

มีหินอยู่แผ่นหนึ่งอยู่ที่สุโขทัย พบอยู่ในบริเวณเขตพระ  
ราชฐานสมัยพระร่วง, เป็นหินแผ่นขนาดเท่าโต๊ะ มีรูตรงที่แห่ง  
หนึ่ง คล้ายๆ พอจุโธส้มแห่งหนึ่ง แล้วก็มีรางยาวออกไป.  
เมื่อแรกพบ เถียงกัน วิจารณ์กันต่างๆ นานา ครั้งแรกก็มองไป  
ในแง่เป็นวัตถุศักดิ์สิทธิ์ เช่นโสมสูตร, คินานโรธณี, ที่รดน้ำ  
พระพุทธรูป หรือเทวรูปอะไร. ในที่สุด หลายปีเข้า มาพบความ  
จริงว่ามันเป็นแผ่นหินที่ปิดส้ม ; เลยหัวเราะกันใหญ่ว่า เรื่อง  
ส้มแบบปิดแมลงวัน หรือปิดอะไรนี้ เคยมีมาแล้วตั้งแต่สมัย  
สุโขทัย ตั้ง ๘๐๐ ปีมาแล้ว. ลองคิดดูซิ นี่ก็แปลว่า เขารู้จักใช้  
ส้ม ชนิดที่มีอนามัยมาแล้วด้วยเหมือนกัน ในสมัยสุโขทัยนั้น.

ที่นี้คนที่หลัง เป็นคนมักง่าย หรือเป็นคนอะไรก็ตาม ไม่  
สนใจ ใช้ส้มธรรมชาติ เรียกราดไป; มันก็เป็นเรื่องถอยหลังเข้า  
คลอง. ถอยหลังไปสู่ความป่าเถื่อน, ฉะนั้น เราจะมาอวดดีไม่ได้  
เราจะอวดดี อวดเก่งกว่าบรรพบุรุษในเรื่องชนิดนี้คงไม่ได้, มัน  
เป็นความเหลวไหลของลูกหลานชั้นหลัง, หรือว่าความบังเอิญ  
เป็น หรืออะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งทำให้ความเคยเจริญ เคย  
ก้าวหน้าแล้วชะงักสูญหายไป; ต้องมารื้อฟื้นกันใหม่. มันก็



ไม่ใช่เรื่องที่เราควรจะนึกไปในทางอวดดีได้, ควรจะนึกไปในทางที่  
น่าสลดหรือสังเวช มากกว่า.

ที่นี้ คำว่า อนามัย กับคำว่า พัฒนา มันมาด้วยกัน ก็  
อยากจะพูดถึงคำว่าพัฒนาต่อไปอีกสักหน่อย. การพัฒนา  
อนามัยนี้ อย่าเข้าใจว่า มันจะเป็นเรื่องที่ทำได้ตามลำพัง, แล้ว  
มันคงจะไม่มีปัญหาเพียงแต่เรื่องทำส้วม ทำบ่อน้ำ หรือทำ  
อะไรทำนองนี้; ถึงแม้ว่าในวันนี้ เราจะมีได้มีความมุ่งหมาย ที่  
จะทำความเข้าใจกันในขอบเขตที่กว้างขวางทั้งหมด; แต่มันก็  
จำเป็นที่จะต้องรู้. เพราะว่าสิ่งที่เรียกว่าอนามัยนั้น มันมิได้มี  
แต่ทางร่างกาย มันมีทางจิตใจด้วย; ถ้าอนามัยในทางจิตมัน  
เสื่อมแล้ว อนามัยทางกายมันก็สูญเสียไปทันที นี่เป็นเรื่องที่  
มองข้ามกันไปเสียมาก.

อนามัยทางกายก็มีมาก ไม่ใช่เพียงแต่เรื่องส้วมเรื่อง  
บ่อน้ำ มันมีมากอีกหลายสิบอย่าง; แต่ว่าทั้งหมดนั้น มันก็ยัง  
ขึ้นอยู่กับอนามัยทางจิต. ถ้าอนามัยทางจิตดี อนามัยทางกาย  
ก็จะดี อนามัยทางจิตเสีย มันจะเสียหมด.

พวกโยคีที่มีอนามัยทางจิตสูง, เขาอยู่อย่างไม่รู้จั๊กกับ  
โรคภัยไข้เจ็บ กินอาหารดิบๆ ก็ได้, กินใบไม้อะไรดิบๆ ก็ได้, กิน  
ของแข็งชนิดที่คนธรรมดาอย่าอย่าไม่ออกก็ได้ แล้วผ้าก็ไม่ค่อยจะ  
นุ่ง, อยู่ในป่าที่ไม่มีบ้านเรือนปิดบัง ปกปิดมิดชิดอะไร; แต่  
เนื่องจากอนามัยทางจิตสูง เพราะเขาฝึกเฉพาะ ก็เลยไม่มีโรค  
ภัยไข้เจ็บรบกวนเหมือนกัน ไม่รู้จั๊กกับหยูกยาที่เรา รู้จั๊กกันนี้



อย่างยาปวดท้องปวดหัวนั้นไม่มีความหมายสำหรับคนพวกนั้น. อนามัยทางจิตของเขาแข็งแกร่ง จนไม่มีโอกาสที่จะปวดท้อง ปวดหัว.

ไปคิดดูให้ดีเถิด อาการปวดท้อง ปวดหัวนี้มาจากอะไร? มันมาจากร่างกายที่มัน ไม่มีอนามัยเพียงพอ ถูกแดดถูกฝนทนไม่ได้; หรือน้ำย่อยอาหารไม่แข็งแรงพอ มันย่อยอาหารไม่ได้. พวกนั้นแข็งแรงจนกินยาพิษได้ มันก็เลยมีอะไรแข็งแรงไปหมด; โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องโลหิต ความต้านทานในโลหิตสูงมาก. ในทางร่างกายก็สามารถต้านทานเชื้อหนอง ในทางเชื้อโรคอะไรต่างๆ ที่จะเข้าไปได้; แล้วมันก็ถูกหยุด ถูกระงับได้. ในทางจิต มันก็ต้านทานมาก ไม่รู้จักเกลียด ไม่รู้จักกลัว ไม่รู้จักโกรธ ไม่รู้จักรัก ไม่รู้จักยินดียินร้ายทั้งนั้นแหละ; เพราะฉะนั้น คนเหล่านี้จึงไม่มีวิตกกังวล.

พวกเขาดีเหล่านั้นไม่มีได้ ไม่มีเสีย, จิตอยู่ในสภาพที่ไม่มีได้ ไม่มีเสียกับใคร, ก็เลยไม่มีเศร้า ไม่มีรัก ไม่มีขึ้น ไม่มีลง ไม่มีฟู ไม่มีแฟบ; ฉะนั้น ก็เลยไม่รู้จักวิตกกังวล. ก็เลยไม่รู้จักเป็นโรคกระเพาะ ไม่ย่อยอาหาร นอนไม่หลับ ปวดหัว ความดันโลหิตสูง อะไรทำนองนี้ไม่มี, ไม่รู้จักกัน. เพราะอาการเหล่านี้มาจากความตกต่ำของโลหิต ของความต้านทานของโลหิต ของกำลังของโลหิต หรือความผิดปกติของมันสมอง.

เดี๋ยวนี้เรามีอนามัยทางจิตเลวลงๆ ทุกๆ ชั่วอายุคน, ร่างกายมันก็เลวลงๆ มันก็ต้องการความช่วยเหลือจาก

ภายนอก ทางการแก้ไข หรือหยุดยาอะไรก็ตามมากขึ้น, โรคภัยไข้เจ็บอะไรก็มีมากขึ้น และแปลกออกไปทุกทีๆ จนความรู้หรือการค้นคว้าเรื่องป้องกันโรคภัยไข้เจ็บนี้ มันตามหลังโรคอยู่เรื่อย เพราะมันอ่อนแอไปในลักษณะอื่นยิ่งๆ ขึ้นไปอีก.

นี่จะเห็นได้ว่า อนามัยทางกายมันขึ้นอยู่กับอนามัยทางจิต. ถ้าเราจะมาแก้แก้ไขแต่อนามัยทางกาย มันก็เป็นเรื่องน่าหัว ที่จะมาแก้กันแต่ปลายเหตุ ไม่เหลียวดูต้นเหตุ; ไม่ค้นคว้าต้นเหตุ มาแก้แต่ปลายเหตุ มันก็มีปัญหามากขึ้นๆ มากขึ้นๆ จนทำไม่ไหวในที่สุด. ฉะนั้น ควรจะฟังควรจะต้องศึกษาธรรมะกันบ้าง ในฐานะเป็นเครื่องช่วยอนามัยทางจิต นั้นแหละ จะเป็นการพัฒนาอนามัยทางกายพร้อมกันไปในตัว จึงเป็นอันว่า เราต้องทำพร้อมกันไปทั้งสองอย่าง. ปัญหาเฉพาะหน้าของเรามี ในการที่จะต่อสู้มัน พร้อมกับการตัดต้นเหตุของมัน; ในที่เฉพาะหน้าเรา จะต้องแก้ไขมัน และพร้อมกันนั้น เราจะต้องมีความรู้เท่าทันที่จะป้องกันมัน จึงจะเป็นไปได้.

ที่นี่ เราพิจารณาดูแล้ว เรียกว่าเรายังล้าหลัง แม้อาการภายนอก ที่เป็นปลายเหตุนี้ก็ยังไม่ถึงขั้นน่ากลัว. ประชาชนของเราส่วนใหญ่ยังไม่รู้ว่า แม้โรคคอหิวด์เป็นต้นนี้ มันมีเชื้อโรค; เพิ่งจะรู้จักเมื่อเร็วๆ นี้ แล้วยังไม่รู้กันเพียงไม่กี่คน, คนที่ไม่รู้และไม่ยอมเชื่อก็ยังมีอยู่อีกมาก. เขาเชื่อว่ามันเป็นผีบันดาล, หรือว่ามันเป็นอาการของผีให้ร้าย เทวดาให้ร้าย จึงเป็นอหิวาต์, คิดดูซิ มันก็เป็นหน้าที่ของท่านทั้งหลายซึ่งเรียกว่า ผู้นำท้องถิ่นจะ



ต้องชี้แจงเขาให้ดีๆ ให้เขาเข้าใจว่านั่นมันเป็นเรื่องที่น่าหัวเราะสำหรับคนที่ยังไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไร.

เราจะต้องมองให้ลึกเข้าไป ถึงต้นเหตุของโรคภัยไข้เจ็บทางกาย, และมองให้ลึกเข้าไปถึงขนาดที่ว่า นี่มันก็ยังมาจากการที่จิตใจของมนุษย์นี้มันเลวลง มันเข้มแข็งไม่พอ ร่างกายอ่อนแอลง จนไม่มีกำลังจิตพอที่จะต่อสู้ตัวมันเองได้. เรายังมีหน้าที่ที่จะต้องทำอยู่อีกหลายระดับ ให้ลึกเข้าไปๆ. สิ่งใดจำเป็นก่อน, หรือจะเกิดโรคภัยไข้เจ็บ, จะเป็นตายกันพรุ่งนี้ มะรืนนี้; นี่จะต้องทำก่อน แล้วก็ทำไปตามลำดับ, ให้ลึกเข้าไปถึงส่วนลึก จนกระทั่งถึงเรื่องทางจิต ทางวิญญาณ.

คำว่า “พัฒนาอนามัย” นั้น ควรจะศึกษาให้สูงขึ้นไปจนถึงพัฒนาอนามัยทางจิต อันเป็นต้นเหตุของอนามัยทางกายด้วยเสมอไป. การพัฒนาทุกสาขาไม่ใช่เฉพาะสาขาอนามัย มันมีเรื่องทั้งอนามัยทางกายและทางจิต, และยังมีขอบเขตที่ว่ากว้างออกไป ที่ว่าเป็นเรื่องของบุคคลเพียงคนเดียวหรือเป็นเรื่องของสังคมทั้งหมดอีกด้วย. ฉะนั้น จึงต้องรู้ให้พอที่จะทำให้สำเร็จประโยชน์ได้; และถ้าพัฒนาในทางวิญญาณได้ มันจะป้องกันได้กว้างขวาง มากกว่าที่จะพัฒนาทางจิตอย่างเดียว; และมันจะเป็นการปฏิบัติธรรมะในพุทธศาสนา อย่างสมบูรณ์พร้อมกันไปในตัว.

## พัฒนาอนามัย ก็เป็นการประพฤติธรรม

นี่อาจจะฟังไม่เข้าใจก็ได้ หรือว่าไม่เห็นด้วยก็ได้ ที่ว่าการปฏิบัติหน้าที่ให้ถูกต้อง ในเรื่องพัฒนาอนามัยทางจิต แล้วก็สืบต่อลงมาถึงทางกายนี้ มันเป็นการปฏิบัติธรรมะในพุทธศาสนาโดยเฉพาะ พร้อมกันไปในตัว. การทำร่างกายให้ดี ทำจิตใจให้ดี นี่แหละคือการประพฤติธรรม.

ที่นี้ มีไม่กี่คน ที่จะมองเห็นว่า การทำร่างกายให้ดี ทำจิตใจให้ดี อย่างนี้แหละคือการประพฤติธรรม; โดยมากก็รู้สึกกันแต่ว่าประพฤติธรรมะก็ต้องไปที่วัด ต้องไปฟังเทศน์ ต้องไปให้ทาน ต้องไปสร้างโบสถ์ สร้างวิหาร จะต้องไปนั่งวิปัสสนาจึงจะเป็นการปฏิบัติธรรม. นั่นมันนึกเอาเองตามประสาคนที่ไม่เห็น ส่วนลึกของข้อเท็จจริงของธรรมชาติ.

ธรรมะ มันอยู่ที่การทำให้ได้ขึ้นมา ที่เราเรียกว่า พัฒนาทั้งทางกายและทางจิต; กายก็คือร่างกาย จิตก็คือใจนี้. การที่จะแก้ไขกายและจิตสองอย่างนี้ให้มันดีขึ้นมา นี่เรียกว่าการปฏิบัติธรรม. โดยเนื้อแท้ที่ว่าไปเที่ยวสร้างโบสถ์ สร้างวิหาร ไปเที่ยวได้ทำบุญกันใหญ่โตนั้น มันก็เพื่อผลคือว่า จะทำให้ร่างกายและจิตใจของมนุษย์มันดีขึ้น แต่แล้วมันก็ไม่ได้ทำ. สร้างวัดเฉยๆ, สร้างโบสถ์เฉยๆ, ฟังเทศน์เฉยๆ, ฟังเฉยๆ ไม่รู้เรื่องรู้ราว ไม่ได้ปฏิบัติอะไร มันก็เลยตายด้านหมด.



ที่นี่ เรามาพูดถึงสิ่งที่มันจริงจังว่า คือไม่ต้องพูดถึงโบสถ์วิหาร หรือไปนั่งวิปัสสนาเลย; พูดถึงการ แก้ไขสิ่งต่างๆ ภายในตัวเรา, โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือ ร่างกายกับจิตใจเรานี้ให้มันดีขึ้นๆ; นั่นแหละคือการปฏิบัติธรรมะในพุทธศาสนา. ฉะนั้น การพัฒนาร่างกายหรือจิตใจอะไรก็ตามนี้ มันก็เป็นการปฏิบัติธรรมะในพระพุทธรศาสนา. การที่แก้ไขอนามัยทางกายก็ดี ทางจิตก็ดี ให้มีอนามัยทั้งสองทางนี้ดีขึ้นนั่น นี่คือการปฏิบัติธรรมในพระพุทธรศาสนา.

เอาตามไม่กลัวว่า ใครจะว่าอะไรก็ตามใจ; ก็อยากจะพูดยืนยันอยู่อย่างนี้ว่า : ไม่ต้องไปที่วัดก็ได้ ไม่ต้องไปสร้างโบสถ์ สร้างวิหารอะไรที่ไหนก็ได้ ถ้าอยากจะปฏิบัติธรรมในพุทธศาสนานั้น จงทำไปในทางที่แก้ไขร่างกายและจิตใจให้มันดีขึ้น, ทำกันจริงๆ จังๆ ในการแก้ไขร่างกายและจิตใจ ให้มันดีขึ้น. นี่แหละ จะเป็นการปฏิบัติธรรมในศาสนา. เป็นตัวการปฏิบัติธรรมในพุทธศาสนา; ทำที่นี้ก็ได้ ที่ไหนก็ได้ ที่วัดก็ได้ ที่บ้านก็ได้; ก็ทำให้มันมีผลกว้างออกไปถึงขนาดที่ว่า มีผลเพื่อสังคมด้วย อย่าเพื่อตัวเองคนเดียว.

นี่ถ้าท่านฟังดูจนเข้าใจแล้ว จะเห็นว่าในการที่เอาใจใส่เรื่องอนามัยให้ดีขึ้น มันก็เป็นการปฏิบัติธรรมในพุทธศาสนาด้วยเหมือนกัน, อย่าคิดเขลาๆ ตื้นๆ เพียงว่า โอ๊ย, มันเป็นเรื่องที่เขาบังคับให้ทำ หรือเขาชักชวนกันให้ทำเพื่อประโยชน์เพียงว่า จะอยู่กันสบายสักหน่อย โรคภัยไข้เจ็บน้อยสักหน่อย. นี่ก็

เป็นคนที่ไม่เห็นอย่างสั้นๆ ตื้นๆ โนแ่งตื้นๆ ไม่มองให้ลึก ให้เห็นว่า การแก้ไขนี้เป็นการแก้ไขที่มุ่งหมายจะให้มนุษย์ดีขึ้น ทั้งในทางกายและทางจิต.

การที่รู้ว่าใช้เจ็บเป็นอย่างไร, แก้ไขได้อย่างไร, นี่มันก็เป็นความฉลาด; ถ้ามีความฉลาด ก็เรียกว่า มันดีขึ้นแล้วในทางจิตใจ. แล้วทาง ร่างกายก็แก้ไขให้มันดี ไปตามที่เรารู้; มันก็ดีขึ้นๆ ทั้งทางกายและทางจิตใจ, ก็เรียกว่าปฏิบัติธรรมในพุทธศาสนาได้.

อยากจะพูดว่า สิ่งที่เรียกว่า การทำบุญ. ทำบุญ นั้นแหละ ก็คือการพัฒนา เป็นการช่วยกันพัฒนา. ถ้าผิดจากนี้แล้วไม่ใช่การทำบุญ. อยากจะพูดตรงๆ อย่างนี้ ถ้ามันเป็นการทำบุญที่แท้จริง มันต้องเป็นการทำที่มีการพัฒนา, หรือช่วยให้มีการพัฒนา; อย่างเช่นเราทำบุญ เหมือนที่ทำๆ กันอยู่ จะทอดกฐิน ทอดผ้าป่า สร้างวัดวาอะไรนี้ ไปมองดูเถิด มันมุ่งหมายการพัฒนาทางกายและทางจิตของมนุษย์ทั้งนั้นแหละ จะสำเร็จหรือไม่สำเร็จนั่นมันอีกเรื่องหนึ่ง.

อย่างการทำบุญนี้ มันทำออกไปเพื่อให้เพื่อนมนุษย์ได้รับประโยชน์มีความเจริญขึ้น อย่างน้อยก็ทางร่างกาย มีการสร้างศาลา สร้างบ่อน้ำ สร้างอะไร ก็เป็นการทำบุญ เพื่อให้มนุษย์ได้รับประโยชน์ทางร่างกาย. ทีนี้มันไม่ใช่แต่เพียงทางร่างกาย; การทำบุญนั้น มันมีการทำให้มีการสั่งสอน มีการแนะนำ มีการถือศีล มีการปฏิบัติธรรม มันก็ทำให้มีจิตใจดีขึ้น,



และในบางแง่ มันก็เป็นการชักชวนกันมากๆ ช่วยกันพัฒนา. การทำบุญตามวัดวาอารามอะไรต่างๆ นี้ แล้วผู้ทำนั้น ทำด้วยหวังว่าทั้งตัวเองและเพื่อนมนุษย์จะดีขึ้น; อย่างนี้ มันก็เป็นการพัฒนาอย่างยิ่งทั้งกายและทางวิญญาณ; ถ้าผิดจากนี้ไม่ใช่การทำบุญ.

ถ้าผิดจากการพัฒนาไปแล้ว ไม่ใช่การทำบุญ มันเป็นการค้ากำไร; ไม่ใช่การทำบุญ เช่น เราสร้างวัด โดยคิดว่าเราจะได้สร้างสวรรค์วิมานอย่างนี้ มันก็เป็นการค้ากำไรเกินควร ไม่ใช่การทำบุญ; แต่ถ้าเราสร้างวัดเพื่อให้มนุษย์ดีขึ้น รวมทั้งตัวเราเองด้วย อย่างนี้เรียกว่าเป็นการทำบุญที่แท้จริง เพราะมันเป็นการพัฒนา. ส่วนผู้ทำบุญสักนิดหนึ่งแล้วจะเอาวิมาน จะเอาสวรรค์ นี่มันเป็นเรื่องละเมอเพ้อฝัน, เรื่องทำบุญอย่างลมๆ แล้งๆ ไม่ใช่บุญจริง; แต่คนชอบอย่างนั้น เขาก็ต้องพูดอย่างนั้น. ถ้าทำบุญจริงมันก็ต้องเป็นการกระทำที่มีการพัฒนาแก่ร่างกายและจิตใจของมนุษย์โดยตรง; ไม่ต้องเป็นเรื่องสวรรค์วิมาน ซึ่งมันมีการเพ้อไปด้วยกามคุณ หรือกามารมณ์ จนไม่เป็นการพัฒนาและไม่เป็นอนามัยที่ดี.

สมมติว่ามันจะเป็นได้จริง ตามที่เขาพูดกันว่า ทำบุญไปได้วิมาน แล้วก็มีนางฟ้าเป็นบริวารเป็นร้อยเป็นพันอย่างนี้ มันก็ตายหมด; เพราะผู้ชายคนหนึ่งจะไปอยู่กับผู้หญิงเป็นร้อยๆ พันๆ อย่างนี้มันก็ต้องตาย มันยิ่งกว่าไม่มีอนามัย; มันก็เป็นคนละเรื่อง. แต่ทว่า ถ้าเราสร้างโบสถ์ สร้างวิหารอะไร



ก็ตาม เพื่อแก้ไขทางจิตใจทำมนุษย์ให้เห็นแก่ตัวน้อยลง. นี่เป็นการพัฒนาทางจิตอย่างสูง แล้วก็เพื่อประโยชน์แก่คน แม้เพียงว่า ให้คนไปนั่งพักผ่อนหย่อนใจในวัดที่สร้างขึ้น; นี่มันก็เป็นการพัฒนาอนามัยทางกาย. ทุกอย่างมันต้องเป็นการพัฒนาที่ถูกต้องตามความหมาย มันจึงจะเป็นการทำบุญ; ถ้าไม่เช่นนั้นมันเป็นเรื่องหลอกกันให้ทำบุญ หรือว่าเป็นการค้ากำไรเกินควร.

นี่ถ้าเมื่อพูดถึงอนามัยทางจิต อนามัยทางวิญญาณกันแล้ว ก็ต้องนึกให้กว้างถึงอย่างนี้ เพราะมันเป็นปัจจัยสำคัญของอนามัยทางร่างกาย. ถ้าคนมีจิตใจสูง มีอนามัยทางจิตจนมีจิตใจสูง ก็จะชิงกันสร้างสังคมสาธารณะ. คุณมองเห็นไหม? ถ้าคนมีจิตใจสูงไม่เห็นแก่ตัว จะชิงกันสร้างสังคมสาธารณะ. แต่เดี๋ยวนี้สร้างสังคมใช้เองก็ยังไม่ทำ เพราะมันมีความเห็นแก่ตัวมาก, มันมีความเห็นแก่ตัวสองชั้น.

คนที่เราไปชวนเขาให้สร้างสังคมให้ถูกอนามัยใช้ เขาก็ไม่ยอมทำ; อย่างนี้ทั้งๆ ที่เขาก็เป็นคนเห็นแก่ตัว; แล้วสร้างนี่ก็สร้างเพื่อตัวเขา เขาก็ยังไม่ยอมทำ; เรียกว่า เขามีความเห็นแก่ตัวสองชั้นหรือสองชั้น คือมันมากเกินไป. แปลว่า จิต นั้นไม่มีความสูงในทางอนามัยเสียเลย ไม่มีความสูงในทางจิตใจเสียเลย; มันเป็นจิตที่สกปรก ตกต่ำ มีดมัว เศร้าหมอง เเราอ่อนเป็นอันธพาล.

แต่ ถ้าจิตใจนั้นถูกแก้ไขให้ดีขึ้นโดยธรรมะ มันก็จะเป็น



จิต ที่มีอนามัยทางจิต มีความถูกต้องทางจิต มันก็จะชิงกันสร้าง  
สัวม; แม้เป็นสัวมสาธาณะ ไม่ใช่เพื่อใช้เอง อื่นๆ ก็เหมือน  
กัน. ถ้าคนมีอนามัยทางจิตดี มีธรรมะ มีความถูกต้องทางจิต  
มีความปกติทางจิตแล้ว; จะฟังสิ่งต่างๆ เข้าใจ, แล้วก็จะชิงกัน  
ปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้องหรือควรปฏิบัติ.

ถ้าเป็นเรื่องพัฒนา มันก็ต้องเป็นการปฏิบัติธรรม นี่คือ  
หัวข้อในตอนนี ถ้ามีการปฏิบัติธรรม มันก็ต้องเป็นการ  
พัฒนา : ไม่ว่าทางกายก็ทางจิต หรือทั้งสองทาง ไม่แก่ตนเอง  
ก็แก่ผู้อื่น หรือสังคม; ถ้าไม่เช่นนั้น ไม่ใช่การปฏิบัติธรรม.

อาตมาอยากจะขอรับรองว่าให้ทุกๆ ท่านที่มานี้ เข้ามา  
เกี่ยวข้องกับกิจการอนามัย ในฐานะเป็นการปฏิบัติธรรม ไม่ใช่  
เป็นการจำใจที่จะต้องทำ เพราะกลัวโรคอหิวาห์; อย่างนั้น  
ไม่ใช่การปฏิบัติธรรม; มันชี้ขาด มันกลัวตาย แล้วมันจึงทำ,  
หรือว่า เพราะเจ้านายบังคับ; อย่างนี้มันใช้ไม่ได้. จะต้องเข้ามา  
เกี่ยวข้องกับงานเหล่านี้ ในฐานะที่มันเป็นการปฏิบัติธรรมใน  
พุทธศาสนา หรือตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอนให้ปฏิบัติธรรม.

## จะปฏิบัติธรรม ต้องรู้จักกรรม

ที่นี่ อยากจะพูดถึง คำว่า ธรรม กันเสียสักหน่อย เมื่อ  
ตะกั๊กได้พูดกันแล้วบ้าง อย่าหาว่าดูถูก ดูหมิ่นเลย อยากจะพูด  
ว่าเพื่อนมนุษย์ของเรา นี้ ยังรู้จักสิ่งๆ ที่เรียกว่ากรรมนี้น้อยไป;

บางทีก็น้อยมากจนน่าสงสาร ธรรมอยู่ที่วัด พระธรรมอยู่ที่วัด บางทีก็อยู่ในโบลาน อยู่ในหนังสือ อยู่บนธรรมมาสน์ ไม่รู้ว่า ธรรมะนั้นมันคือทุกสิ่งและโดยเฉพาะอย่างยิ่ง คือหน้าที่.

ขอให้เข้าใจไว้ให้ถูกต้องว่า ธรรมะที่แท้จริงนั้น คือ หน้าที่ที่มนุษย์ต้องกระทำ : หน้าที่ที่มนุษย์จะต้องกระทำต่อตัวเอง คือต่อเนื้อตัวของตัวเอง ต่อลูก ต่อเมีย ต่อครอบครัว ต่อเพื่อนมนุษย์ ต่ออะไรทั้งหมดนี้ หน้าที่นี้แหละคือธรรม. เราต้องทำหน้าที่นี้ จึงจะเป็นการปฏิบัติธรรม; แต่แล้วก็ไม่มีความรู้พอ ไม่มีความเข้าใจพอว่า ธรรมะนั้นคือหน้าที่. เราจะต้องกินอยู่ให้ถูกต้อง จะต้องถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะให้ถูกต้อง จะต้องนุ่งห่มให้ถูกต้อง จะทำอะไรให้ถูกต้องตามหน้าที่ที่มนุษย์จะต้องทำตามกฎของธรรมชาติ ตามที่ธรรมชาติระบุไว้ ให้ทำสิ่งเหล่านี้ ทุกๆ อย่างให้ถูกต้อง, นั่นแหละคือธรรม, คือการปฏิบัติธรรม, นั่นคือตัวธรรม.

ถ้าจะพูดให้มากไป มันจะกินเวลามาก จึงจะสรุปสั้นๆ คำว่า “ธรรม, ธรรม” นี้ว่า ถ้าเอาตัวภาษาบาลีเป็นหลัก เพราะคำนี้เป็นภาษาบาลี คำว่า ธรรมๆ คำเดียวนี้ หมายถึงตัวธรรมชาติ ทั้งหมดด้วย, แล้วหมายถึง กฎของธรรมชาติ ซึ่งมีอยู่ในตัวธรรมชาติเหล่านั้นด้วย, แล้วก็หมายถึง หน้าที่ที่มนุษย์ทุกคน จะต้องทำให้ถูกต้องตามกฎของธรรมชาตินั้นด้วย, นี่คือนิยามที่สำคัณมันอยู่ตรงนี้; แล้วก็จะได้เกิดผลขึ้นมาจากการกระทำหน้าที่นั้น ก็เรียกว่าธรรมอีกเหมือนกัน. คำว่าธรรม มันมี



#### ๔ ความหมายลึกๆ :-

๑. ธรรมชาติ หมายถึง รูปธรรม นามธรรม แผ่นดิน โลกที่เราเห็นๆ อยู่ จิตใจหรือชีวิตของสิ่งที่มีชีวิต นี้ก็เรียกว่านามธรรม, รูปธรรม นามธรรมนี้คือตัวธรรมชาติ : เป็นสัตว์ เป็นคน เป็นต้นไม้ เป็นก้อนดิน ก้อนหิน อะไรก็ตามเป็นธรรมชาติ เป็นรูปธรรม นามธรรมทั้งหมด นี้ก็เรียกว่าธรรมเหมือนกัน คือธรรมชาติ.

๒. ในธรรมชาติทั้งหมด มีกฎเกณฑ์ที่ตายตัวว่า; นั้นต้องเป็นอย่างนั้น มาปนเข้ากับอันนี้นั้นต้องเป็นอย่างนั้น, มาผสมเข้ากับอันนั้นต้องเป็นอย่างนั้น. แล้วจะเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างนั้น, มีกฎที่ตายตัว; นี้เราเรียกว่า กฎของธรรมชาติ. กฎของธรรมชาตินี้ ภาษาบาลีก็เรียกว่า ธรรม เหมือนกัน.

๓. ที่นี้กฎของธรรมชาติมีอยู่อย่างนี้ มนุษย์ต้องทำตาม หลบหลีกเลี่ยงไม่ได้ หลบหลีกเลี่ยงเป็นเกิดเรื่อง ที่จะต้องทน. ถ้าทำผิดจะมีเรื่องที่ต้องทน; ทำถูกไม่มีเรื่องที่ต้องทน. นี้เรียกว่า หน้าที่มนุษย์ต้องทำหน้าที่ของตนตามที่กฎธรรมชาติต้องการ.

๔. เมื่อทำหน้าที่ตามที่กฎธรรมชาติต้องการแล้ว ก็เกิดผลจากการทำหน้าที่นั้น. คำว่า “หน้าที่” นี้มันมีตั้งแต่ต่ำที่สุดไปจนถึงสูงที่สุด; หน้าที่ทางกายต้องกินอาหาร ต้องอาบ ต้องถ่าย ต้องนุ่งห่ม ต้องทำอะไรให้มันถูกต้อง นี้หน้าที่ทางกายแล้วหน้าที่ทางจิตใจ ก็ต้องรู้จักตั้งจิต ดำรงจิต ผูกฝนจิต อย่างนั้นๆ ให้ถูกต้องตามหน้าที่; มิฉะนั้น มันจะเป็นไฟ หรือเป็นนรกขึ้น

มาในจิต ถ้าทำถูกต้องตามหน้าที่ ผลก็เกิดเป็นสวรรค์ขึ้นมาในจิตใจของเรา.

ที่นี่ เนื่องจากเราอยู่คนเดียวในโลกไม่ได้ ธรรมชาติมันบังคับว่า คนอยู่คนเดียวในโลกไม่ได้ ต้องนึกถึงหน้าที่ ที่เราจะต้องทำแก่สังคมอีก มันก็เลยเป็นหน้าที่ส่วนตัว, หน้าที่เกี่ยวกับสังคม, หน้าที่เกี่ยวกับร่างกาย, หน้าที่เกี่ยวกับจิตใจ, ทั้งหมดนี้เรียกว่า หน้าที่ คำเดียวเท่านั้น. หน้าที่นั้นคือธรรม ฉะนั้นหน้าที่ทางอนามัยก็คือธรรมชนิดหนึ่ง แต่พวกอนามัยกลับไม่เรียกว่าธรรม; ฉะนั้น หน้าที่ทางอนามัยก็คือธรรมชนิดหนึ่ง แต่พวกอนามัยกลับไม่เรียกว่าธรรม; ไปเรียกว่าอนามัย เรียกว่าทำส่วน เรียกว่าทำบ่อน้ำ เรียกว่าอะไรก็ตามใจ. แต่โดยธรรมชาติแล้ว อันนั้นแหละคือธรรมชาติที่มนุษย์จะต้องทำ แล้วก็เรียกว่า ธรรม เรียกว่าหน้าที่ที่มนุษย์จะต้องปฏิบัติ คือปฏิบัติธรรม จะต้องทำ ไม่ทำไม่ได้; ถ้าไม่ทำ ธรรมชาติก็ลงโทษ, ไม่ทำพระเจ้าลงโทษ.

สิ่งที่เรียกว่า ธรรม นั้นคือหน้าที่, สิ่งที่เรียกว่า หน้าที่ นั้นคือธรรม; ฉะนั้น สิ่งที่เรียกว่า อนามัย ก็คือธรรมะแขนงหนึ่งในหลายๆ แขนง ที่จำเป็นแก่มนุษย์. อย่าตะให้มันกระเด็นออกไป ในฐานะเป็นกิจการอนามัย. จงดึงมันเข้ามาหาสิ่งที่เรียกว่า ธรรม ในฐานะเป็นธรรม, เป็นหน้าที่ที่จะต้องทำ, เป็นธรรมะแขนงหนึ่งของธรรมะทั้งหลาย.

อย่าสนใจกับอนามัยในฐานะเป็นอะไรก็ไม่รู้ ที่มนุษย์



คิดค้นขึ้นมา แยกขึ้นมาพูดเอาเอง; ที่จริงมันเป็นของธรรมชาติ ธรรมชาติกำหนดไว้ ธรรมชาติระบุไว้ ธรรมชาติควบคุมอยู่; ไม่ทำไม่ได้; และเมื่อทำไปตามนี้ จะได้ชื่อว่าปฏิบัติธรรมตามหลักพุทธศาสนา : คือว่า มันดีขึ้น พัฒนาขึ้น ทั้งทางกายและทางจิต นี่คือการปฏิบัติธรรมในพุทธศาสนา.

ขอให้มองเห็น ให้ยุติธรรมกันอย่างนี้ จะได้รักงานนี้ จะได้สนุกในการทำงานนี้ ไม่ใช่ฝืนใจทำ มันเป็นเรื่องที่น่าทำอย่างยิ่ง, ชวนทำอย่างยิ่ง, ทำแล้วภาคภูมิใจอย่างยิ่ง; เพราะว่า เป็นการปฏิบัติธรรมตามความประสงค์ของพระพุทธรเจ้า; หรือ ถ้าพูดอย่างกว้างขวาง ก็คือว่าตามที่ธรรมชาติมันต้องการ.

ถ้าพูดอย่างอุปมาอีกที ก็ว่าตามที่พระเจ้าเรียกกร้องศาสนาที่เขาถือพระเจ้า เขาก็พูดว่าพระเจ้าเรียกกร้อง, หน้าที่ที่มนุษย์ควรทำทั้งหมดนี้ เขาว่าพระเจ้าเรียกกร้อง ว่าเราจงมาทำหน้าที่ ที่พระเจ้าเรียกกร้อง. แต่ถ้าเราเป็นผู้ที่ไม่ถือศาสนา มีพระเจ้าหรือไม่ถือศาสนาอะไรเลย เราก็ยังหลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะมันเป็นสิ่งที่ธรรมชาติเรียกกร้อง, ลองไม่ทำดูซิ มันจะเกิดอะไรขึ้น เพราะว่าธรรมชาติมันมีอำนาจมากยิ่งกว่าสิ่งใดๆ ไม่มีสิ่งใดจะมีอำนาจเหนือธรรมชาติ.

ธรรมชาตินั้นแหละคือตัวพระเจ้า คือตัวพระธรรม หรือคือตัวอะไรๆ ที่นับถือกันอย่างยิ่ง หรือกลัวกันอย่างยิ่ง แล้วความโง่ทำให้ไม่กลัว แล้วก็พากันไม่ปฏิบัติ; เมื่อไม่ปฏิบัติ; มันก็มีผลเกิดขึ้นมาอย่างน่าเศร้า น่าละอาย.

สรุปความว่า พัฒนาอนามัยนั้น คือการปฏิบัติธรรมใน  
พระพุทธศาสนา.

## พระพุทธเจ้า ทรงเป็น จอมนักพัฒนา

ที่นี้ อยากจะขอรับรองให้ถึงพระพุทธเจ้าบ้าง พระพุทธ-  
เจ้าทรงเป็นจอมหรือเป็นใจของนักพัฒนา; ฟังดูแล้วไม่น่าเชื่อ  
เพราะความอวดดีหรือความเข้าใจผิดของเราว่า เราเป็นนัก  
พัฒนา เลยเห็นพระพุทธเจ้าไม่ได้เกี่ยวข้องกับการพัฒนา.

ขอให้มองตามความที่กล่าวมาแล้วว่า : ธรรมะทั้งหมด  
เป็นการพัฒนา, การปฏิบัติธรรมทั้งหมดนั้นแหละเป็นการ  
พัฒนา. พระพุทธเจ้าเป็นจอมใจของนักพัฒนา ทั้งทางกาย  
และทั้งทางจิต, มีระเบียบวินัย ที่เป็นอนามัยทั้งทางร่างกายมาก  
กว่าที่พวกคนเหล่านี้ปฏิบัติกันเสียอีก. ไปอ่านดูในสิกขาวิ-  
นัยที่เกี่ยวกับรักษาร่างกายให้ถูกอนามัย อย่างนี้มีมาก : เช่น  
ถ่ายอุจจาระแบ่งแรงก็เป็นอาบัติ. ส่วนพวกชาวบ้านนี่ไม่ค่อยพูด  
ถึงเรื่องนี้เลย, นักอนามัยชาวบ้านนี่ก็ไม่เคยพูดถึงเรื่องนี้.

ยังมีอะไรอีกมาก ที่พระพุทธเจ้าบัญญัติไว้ในสิกขาบทที่  
จะต้องปฏิบัติเพื่ออนามัยเท่านั้น. แต่พระพุทธเจ้าไม่ได้ทำอะไร  
เพียงเท่านั้น; เพราะว่าเป็นนักพัฒนาจิต, และเพราะว่าทุกอย่าง  
มันขึ้นอยู่กับจิต ทุกอย่างที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์ มันขึ้นอยู่กับสิ่งๆ  
เดียวที่เรียกว่าจิต; ฉะนั้น ท่านจึงมุ่งพัฒนาจิต; เมื่อจิตพัฒนา



แล้วมันก็ควบคุมทุกสิ่งให้เป็นการพัฒนาไปหมด ทั้งทางกาย ทางอะไร.

ถ้าเราจะพูดกันถึงพระพุทธรเจ้าในลักษณะนี้แล้วละก็ พูดกันหลายวันหลายเดือนก็ไม่จบ แต่พูดได้ทันทีเลย พูดได้ว่า พระพุทธรเจ้าท่านเป็นจอมใจแห่งนักพัฒนาก็ตาม นักเศรษฐกิจก็ตาม นักอะไรก็ตาม ฉะนั้น เราต้องนึกถึง การพัฒนาจิต ตามความประสงค์ของพระพุทธรเจ้ากันด้วย.

นี่ถ้าเราไปทำกับประชาชน กับชาวบ้านของเรา; ถ้าจิตใจของเขาต่ำ เขาจะไม่เล่นด้วยกับคุณ. เขาจะหาหนทาง หลบเลี่ยงเบี่ยงบ่าย อย่างที่เรียกว่า “เหมือนกับจับปูใส่กระด้ง” อยู่เสมอไป. เราต้องไปพัฒนาจิตใจของเขาให้สูงขึ้นมาบ้าง ตามสัดส่วน ที่เราจะไปทำกันต่อไป; เขาก็จะหันมาหาเรา, เขาจะนึกสนุกในการทำงาน. เพราะว่าถ้าจิตมันดีแล้ว ทุกอย่างมันดีเองหมด, แล้วการทำงานมันสนุกด้วย. ถ้าจิตมันต่ำแล้ว การงานมันน่าเบื่อระอา; ผู้ที่มีจิตใจต่ำ จะเห็นการงานเป็นของน่าเบื่อ น่าระอา; ถ้ามีจิตใจสูงแล้ว การงานเป็นของน่าสนุก เพราะว่าการงานนั้นเป็นการปฏิบัติธรรม.

การงานเป็นการปฏิบัติธรรมนี้ ขอให้ท่องเป็นมนต์ไว้สัก บทหนึ่ง; ว่าการงานนั้นคือการปฏิบัติธรรม. บอกลูกบอกหลาน บอกลูกแดงๆ เลี้ยวๆ มาเถียงกันเท่าไรก็เอา พิสูจน์ได้ ทุกเมื่อว่า : “การงานนี้คือการปฏิบัติธรรมตามแบบของ พระพุทธรเจ้า”; ที่บ้านก็ได้ ที่วัดก็ได้ ที่ทุ่งนาก็ได้ ที่ไหนก็ได้ ใน





ห้องน้ำก็ได้ ห้องส้วมก็ได้; ขอให้ทำหน้าที่หรือการงานให้ถูกต้อง ก็จะเป็นการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา. แล้วลูกเด็กๆ ของเราก็จะมีพื้นฐานทางจิตใจที่ดี, มีอนามัยทางจิตใจที่ดี, แล้วก็จะพูดกันง่ายในเรื่องอื่น รวมทั้งเรื่องอนามัยทางร่างกายด้วย.

เดี๋ยวนี้จิตใจมันกำลังเป็นโรค โรคทางจิต โรคความโลภ ความโกรธ ความหลง, โรคอะไรแล้วแต่จะเรียกกัน; แต่มันสรุปรวมอยู่ที่โรคๆ เดียวกัน คือโรคเห็นแก่ตัว. กิเลสทั้งหมดที่เป็นโรคทางจิต มีหลายร้อยหลายพันชนิด รวมแล้วเป็นโรคอย่างเดียว คือโรคเห็นแก่ตัว : ความโลภก็เพราะว่าเห็นแก่ตัว, ความโกรธก็มาจากเหตุที่มันเห็นแก่ตัว มันจึงโกรธได้, ความหลงความเียง มันก็เพราะเรื่องเห็นแก่ตัว. กิเลสทั้งหมดมันสรุปอยู่ที่เห็นแก่ตัว, มีความยึดมั่นถือมั่นโดยเป็นตัวกู - ของกู โรคมันอยู่ที่โรคนี้โรคเดียว. ถ้าแก้ไขโรคทางจิตนี้ให้หายไปได้ มันก็จะมีอนามัยทางจิตดีขึ้น; นอนหลับสนิท ไม่สะดุ้ง ไม่หวาดเสียว ไม่ซีโกธร ไม่วิตกกังวล อะไรอย่างนี้; แล้วก็จะมีโรคทางกายอีกเยอะแยะ : ไม่มีโรคปวดหัว ไม่มีความดันโลหิตสูง ไม่มีโรคลำไส้ตลอดกาลอะไรอย่างนี้.

นี่เรื่อง พัฒนาทางจิตซึ่งเป็นสิ่งๆ เดียวที่เป็นต้นเหตุของการพัฒนาทุกๆ แขนง ทุกสาขา ถ้าเราชักชวนให้เพื่อนมนุษย์ของเราเข้าใจเรื่องนี้ มันจะสนุกในการพัฒนา; ไม่มีใครต่อต้าน ไม่มีใครคอยขัดคอ ขัดขา. อย่าไปชวนกันแต่เพียงว่า มันเป็น



ของที่จะต้องทำตามทางราชการขอร้องหรือบังคับ, หรือว่าถ้าไม่ทำอหิวาต์ก็จะกินเรา อะไรทำนองนี้; อย่างนั้นก็พูดได้เหมือนกัน พูดไปได้, แต่ว่าอย่าให้มันเพียงเท่านั้น.

ให้เขาเห็นว่า นี่คือการปฏิบัติธรรมที่แท้จริง, ให้เขาเห็นว่า นี่แหละคือการทำบุญกุศลที่แท้จริง ไม่ใช่ครึ่งๆ กลางๆ แล้วก็แท้จริงด้วย; ไม่ต้องเสียเวลา เป็นหลายฝักหลายฝ่ายไปทำบุญที่วัด ทำงานที่บ้านอะไรอย่างนี้ นั่นมันเป็นความเข้าใจผิด ทำงานที่ไหน มันเป็นการทำบุญที่นั่น. ขอให้งานนั้น มันเป็นงานที่ต้องทำไปตามหน้าที่ ที่ธรรมชาติต้องการ ตามที่ธรรมชาติต้องการ; มีการทำงานที่ไหน ก็มีการทำบุญที่นั่น, แล้วเป็นการทำบุญจริงๆ เสียด้วย; ไม่ใช่บุญชนิดที่มาหลอกเอาเหยื่อมาล่อหรืออะไร ให้มันยุ่งกันไปหมด.

ก็เป็นอันว่า นอกจากจะไปชักชวนกันไปทำงานเกี่ยวกับอนามัยแล้ว, เป็นการปฏิบัติธรรมะไปในตัว, เป็นการสอนศาสนาไปในตัว, เป็นการรู้จักพระพุทธเจ้ามากขึ้นพร้อมกันไปในตัว, นั่นมันเป็นของสูงสุด. และให้ถือไว้ว่าพระพุทธเจ้าเป็นหัวหน้าพัฒนาการ เป็นจอมใจของนักพัฒนา; พัฒนาทั้งทางกาย พัฒนาทั้งทางจิต แล้วก็มุ่งพัฒนาทางจิต เพราะว่าจิตเป็นที่รวมยอดของสิ่งทั้งปวง.

เดี๋ยวนี้ลูกหลานของเรา หรือเพื่อนฝูงของเรา ไม่มีจิตที่เจริญแล้ว : คือไม่มีจิตที่ถูกพัฒนาแล้ว; เป็นโรคเห็นแก่ตัวจัด มันไม่ยอมฟังเสียง; แม้แต่ให้ทำประโยชน์แก่ตัวเขาเอง ก็ยังไม่



ยอมทำ อย่างที่พูดมาแล้วว่า ให้ทำส้วมใช้เองมันก็ยังไม่ยอมทำ; แล้วเหตุไฉน จะไปทำส้วมสาธารณะได้. ฉะนั้น ต้องมาพิจารณากันในข้อที่ว่า มันกำลังเป็นโรคชนิดหนึ่ง ที่เป็นอุปสรรคแก่การพัฒนาอย่างยิ่ง : คือโรคเห็นแก่ตัว. มันต้องพัฒนาจิตเสียก่อน ให้ความเห็นแก่ตัวซาลงไป ซาลงไป ก็จะง่ายแก่การพัฒนาที่แท้จริงทุกอย่าง.

## ความเห็นแก่ตัวจัด ก็สูญเสียอนามัยทางจิต

เดี๋ยวนี้มันมีความเห็นแก่ตัวจนถึงขนาดว่า จะไม่ยอมทำอะไรให้เหน็ดเหนื่อย, ให้ผู้อื่นมาทำให้. เห็นแก่ตัว; แล้วก็ขยันทำเอาเองเพราะเห็นแก่ตัว นี่ยังดีนะ. เดี่ยวนี้มันเห็นแก่ตัวขนาดสองซบสองซ้อน ถึงขนาดว่าไม่ยอมทำ แต่จะให้ผู้อื่นมาทำให้; มันเหมือนกับคนทั่วๆ ไป ไม่ยอมทำอะไรจะรอแต่ให้รัฐบาลมาทำให้. จะเป็นเรื่องถนนหนทาง จะเป็นเรื่องเหมืองเรื่องฝาย เรื่องอะไรก็ตามใจ จะรอแต่ให้รัฐบาลทำให้ หรือว่ารอให้คนอื่นมาทำให้; อย่างนี้มันเห็นแก่ตัวสองซ้อน.

ถ้าเห็นแก่ตัวชั้นเดียว มันก็ขยันทำเพื่อเห็นแก่ตัวกู - ของกู นี้ก็ยังมี; เห็นแก่ตัวสองชั้นนี้ มันซีเกียจ, ไม่อยากทำ ไม่อยากเหนื่อย ไม่อยากขยับกาย, รอให้คนอื่นมาทำให้; ครั้นไม่มีใครเขามาทำให้ก็โพนทะนาว่าว่า. นี่เป็นเรื่องที่มีจิตใจตกต่ำ สูญเสียอนามัยทางจิตอย่างสิ้นเชิง; แล้วคนชนิดนี้จะมี



การพัฒนาอะไรไม่ได้ เพราะว่าเป็นคนที่มีกิเลสเป็นพระเจ้า ไม่ใช่มีธรรมะเป็นพระเจ้า; เพราะมีกิเลสเป็นตัวเขา มีกิเลสเป็นพระเจ้า.

ถ้าเราถามกิเลสดูว่า เกิดมาทำไม? สมมติว่า, หรือว่า ถ้าเป็นเรื่องจริง ที่เราทำได้. เราถามกิเลสดูว่า เกิดมาทำไม? กิเลสก็จะบอกไปตามภาษากิเลส : เกิดมาเพื่อเอา เพื่อได้ เกิดมาเพื่อกาม เพื่อกิน เพื่อเกียรติ; กิเลสมันก็จะว่าอย่างนี้ : ว่า เกิดมาเพื่อ กิน กิน กิน เล่น เล่น, เกิดมาเพื่อกาม เพื่อกามารมณ์, เกิดมาเพื่อเกียรติ มีหน้ามีตา อะไรอย่างนี้.

แต่ถ้าเราจะถามธรรมะ หรือถามพระธรรมดูบ้างว่า เกิดมาทำไม? พระธรรมก็จะตอบว่า เกิดมาเพื่อสิ่งดีที่สุดในมนุษย์ควรจะได้; เรื่องกิน เรื่องกาม เรื่องเกียรตินั้น ยังไม่ใช่สิ่งดีที่สุดในมนุษย์ควรจะได้ ซึ่งถ้าว่าไปแล้ว มันเป็นเรื่องสัญชาตญาณอยู่มาก.

เกิดมาเพื่อกินนี้ เป็นสัญชาตญาณอันหนึ่ง สัตว์เดรัจฉานก็ทำเป็น. เกิดมาเพื่อกามารมณ์ บางทีก็ไม่มีอะไรดีไปกว่าสัตว์เดรัจฉาน แม้ว่าจะมีอะไรๆ แปรลกกันโดยรูปร่าง แต่ความหมายอย่างเดียวกัน. หรือว่า เกิดมาเพื่อเกียรติที่เขาพูดถึงกันนัก มันก็ยังไม่สูงอะไรนัก เพราะมันเป็นเรื่องที่หลงใหลชนิดหนึ่ง. มันควรจะต้องมีอะไรที่ดีกว่านั้น ถึงเป็นเกียรติก็ไม่ใช่เกียรติที่ควรหลงใหล. ถ้าว่ามันมากนักแล้ว มันก็จะเหมือนกับว่า สุนัข, ที่พอเราตบมือ มันก็กระโดดสูงขึ้น

มาทันที; แปลว่า เขาจะให้ทำอะไรก็ได้. ถ้าว่าเขาเกียรติถึงขนาดนั้นแล้ว มันก็ไม่ใช่เกียรติแล้ว. เดียวนี้ก็ชอบให้คนอื่นมาประจบ มายกยอปอปั้น มายุ มาเสริม มาใส่หาง ตามภาษาที่บ้านเราเรียกกัน มันจึงจะทำ; นี่ไม่ไหว. ถ้าไม่มีใครมายกมายอ อย่างนี้ก็ไมยอมทำ; อย่างนี้ก็ไมไหว. ฉะนั้น คำว่าเกียรติชนิดนั้นมันใช้ไม่ได้.

ถ้ามันเป็นเกียรติที่ถูกต้องบริสุทธิ์สมกับคำว่า เกียรติ มันก็ควรจะเกี่ยวกับธรรมะอีกเหมือนกัน; ประพฤติถูกต้อง จึงจะเป็นที่นิยมยกย่องของคนทั้งหลาย แล้วเป็นเกียรติอย่างนี้ มันก็ยังพอฟัง. แต่ว่าถ้าเป็นไปเพื่อหลงไหล เพื่อหลงอยู่ในเกียรติ มันก็ใช้ไม่ได้อีกเหมือนกัน; เพราะมันทำให้นอนไม่หลับได้เหมือนกัน.

คนเป็นโรคเส้นประสาท เพราะเกียรติยศ นี้มากเหมือนกัน, เป็นโรคเส้นประสาท หรือเป็น บ้าวิตกจริต เพราะเกียรตินี้มีมากเหมือนกัน; เพราะเรื่องกิน เรื่องกาม เรื่องไม่พอกิน เรื่องกามไม่ได้อย่างที่ต้องการแล้ว เป็นโรคประสาทโรคจิตนั้นก็มียูกอยู่แล้ว. แต่เป็นเรื่องเพราะไม่มีเกียรติ เพราะไม่มีเกียรติกลัวเสียเกียรติ นอนไม่หลับ เป็นโรคเส้นประสาท อย่างนี้ก็มียูกอยู่มาก. ดูให้ดีเถอะ; มันเป็นคนหรือเป็นโทษ? ฉะนั้น ต้องไม่หลง ต้องไม่เป็นที่ทาสของมัน จึงจะเรียกว่าเป็นเกียรติ. ถ้าไปหลงในเรื่องเกียรติจนนอนไม่หลับแล้ว มันก็ไม่มีอนามัยเหลือ : เพราะจะเป็นโรคจิตโรคเส้นประสาทหรือจะต้องตาย ไม่มี



อนามัยเหลืออยู่เลย.

การที่กิเลสมาเป็นนาย แล้วปล่อยให้เป็นทาสของกิเลส เรื่องกิน เรื่องกาม เรื่องเกียรติ อะไรเหล่านี้ ไม่มีอนามัยเหลือ เป็นเรื่องผิดอนามัยไปหมด ไม่มีธรรมะเหลืออยู่เลย.

ถ้าถามธรรมะว่า เกิดมาทำไม? ก็ตอบได้ว่า เกิดมาเพื่อ ให้ทำสิ่งดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะทำ; นี่แหละคือธรรมะ. สิ่งนี้เรียกว่า ธรรมะ, คือหน้าที่ที่มนุษย์ควรทำหรือต้องทำ, เราเกิด มานี้เพื่อทำหน้าที่ ที่มนุษย์ควรทำ; และนั่นแหละสิ่งที่ดีที่สุดที่ มนุษย์ควรทำหรือต้องทำ. ถ้าอธิบายออกไปอีกก็คือว่า มี อนามัยทางจิต; ถ้ามีอนามัยทางจิต จะไม่มีความเห็นแก่ตัว จะ นอนหลับสนิท จะมีจิตใจสะอาด จิตใจสงบ นอนหลับสนิท เยือกเย็นเป็นสุข นี่คือนามัยทางจิต.

นี่คือผลของหน้าที่ ที่ถูกต้องที่มนุษย์จะต้องทำ. เราจะ ไปชวนเขาพัฒนาทางอนามัย เราก็จะต้องพัฒนาตัวเราเอง ก่อน ให้ถูกต้องทางอนามัยเสียก่อน; และโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ก็ทางจิตด้วย. เราเป็นคนมีใจคอปกติ เยือกเย็น เป็นสุขทางจิต มีทางร่างกาย ที่เราแสดงเป็นพยานได้ ว่าเราเป็นผู้มีความสุข ทั้งในทางกายและทางจิต; เขาก็จะเชื่อเรา. ถ้าเราเป็นผู้มีความสุข ทั้งในทางกายและทางจิต; เขาก็จะเชื่อเรา. ถ้าเรามีอะไรที่ ตัวเรา ซึ่งมันแสดงค้ำกันอยู่ละก็ เขาจะไม่เชื่อเรา. เช่นอย่าง อาตมาอ้วนอย่างนี้ จะไปแนะนำให้คนอื่นลดความอ้วนเขาคงไม่ เชื่อ; เพราะว่าอาตมาก็ลดความอ้วนให้ตัวเองไม่ได้. ฉะนั้น

เราจะต้องทำได้เป็นพยานอยู่ เพราะว่าเราหรือครอบครัวของเรา หมู่คณะของเรา มีความรุ่มเย็นเป็นสุข เขาก็ทำตามทันที.

## ถามตัวเองก่อน เกิดมาทำไม ?

นี่เราจะต้องมีความเข้าใจถูกต้องในข้อที่ว่า เราเกิดมาทำไม? ทุกคนต้องมีความเข้าใจให้ถูกต้องว่า เกิดมาทำไม? ที่นี่ จะตอบอย่างกำปั้นทุบดินว่า เกิดมาเพื่อมีอนามัยดี ทั้งทางร่างกายและทางจิต อย่างนี้ถูกต้องที่สุดเลย. ฉะนั้นเกิดมาเพื่อมีอนามัยดี ทั้งทางกายและทางจิตใจ; อนามัยทางจิตดีนั้นถ้ามันถึงยอดสุด คือนิพพาน : คือความหมดกิเลส.

อนามัยทางกาย ก็นับว่าเอาละพอละ มีความสบายทางกาย; เพราะว่าโรคทางกาย ทางจิต ทางวิญญาณมันไม่มีร่างกายสดชื่นแจ่มใส แม้แต่ตายก็ยิ้มตาย มันก็หมดปัญหา; ไม่มีใครว่าเราได้. จึงขอให้เราหัดคิดว่า เราเกิดมาทำไม นี่ให้ถูกต้อง; แล้วจะเข้าใจคำว่าอนามัยดีหมด เพราะ เกิดมาเพื่อมีอนามัยดีทั้งทางกายและทั้งทางจิต.

เดี๋ยวนี้เรามีความคิดสับสน สับสนทั้งทางร่างกายและทางจิต มีความเชื่อหรืออะไรก็สับสนปนกัน ยุ่งไปหมด ความทุกข์ ความสุข หรือนิพพาน. มีก็คนที่รู้จักว่า นิพพานคือยอดสุดของอนามัยทางจิต. เขาจะพูดว่าสุข สุข นี้ ไม่มีอะไรจะสูงสุด ไม่มีอะไรยิ่งกว่าความสุข เพราะไม่รู้จักรว่า นิพพาน คือ



อะไร? มีความหมายอย่างไร?

อาตมากำลังมาบอกว่า นิพพานนั้นแหละคือยอดสุดของอนามัยทางจิต คือตั้งรากฐานเป็นพื้นฐานของอนามัยทางกายด้วย. มันต้องมีความเย็นออกเย็นใจ จึงจะมีความเยือกเย็นทางร่างกาย. อย่าเข้าใจว่ามีความเยือกเย็นทางร่างกายก่อนแล้วจะมีความเยือกเย็นทางใจ; นั้นมันเป็นไปไม่ได้. อย่างนั้นมันเป็นวัตถุนิยมอย่างที่เราคอมมิวนิสต์เขาพูดถึง ให้กายดีเสียก่อนแล้วใจจะดี นี่เป็นอุดมคติของพวกเขาวัตถุนิยม ที่เป็นคอมมิวนิสต์ เป็นหัวใจ. แต่ว่าถ้าให้ จิตดีเสียก่อนแล้วร่างกายจะดีเอง นี่คือธรรมะในพระพุทธศาสนา; หรือศาสนาไหนก็ตาม ต้องแก้ไขทางจิตใจให้ดีเสียก่อน โดยมีอนามัยทางจิตให้ดีเสียก่อน แล้วอนามัยทางกายจะดีไปตาม. ความเป็นไปทางจิตถูกต้องให้ดีเสียก่อน ความเป็นไปทางบ้านเรือนร่างกายทางภายนอกก็จะดีไปตาม.

ได้พูดมาแล้วว่า ความรู้ทางธรรมะ นี้มันช่วยการพัฒนาเป็นตัวการพัฒนา ก็อยากจะแนะที่ตรงนี้เลยว่า ให้เข้าใจคำ ๓ คำนี้ให้ถูกต้อง : คำว่า ความทุกข์ คำหนึ่ง ความสุข คำหนึ่ง แล้วคำว่า นิพพาน อีกคำหนึ่ง ช่วยจำไว้ให้ดีๆ : ความทุกข์คำหนึ่ง ความสุขคำหนึ่ง นิพพานคำหนึ่ง มันไม่ใช่อันเดียวกัน. แต่เดี๋ยวนี้เอามาปนกันยุ่ง เพราะว่าคำพูดทำให้เข้าใจผิด คำพูดมันสับสน คำพูดที่พูดกันอยู่นี้มันสับสน ในวัดเขาก็พูดกันสับสน ไปๆ มาๆ ปนกันยุ่ง.



สิ่งที่ ๑ ความทุกข์หมายความว่า มันต้องทน ทนยาก เหลือทน กระทั่งทนไม่ไหว เรียกว่าความทุกข์. ความทุกข์คือสิ่งที่ทนยาก ทนอย่างเหลือทน กระทั่งทนไม่ไหว กระทั่งตาย.

สิ่งที่ ๒ ความสุข นั้นทนง่าย น่ายทน แล้วก็ชวนให้ทน. ความสุขนั้นมีทนง่าย; เพราะมันสนุกในการทน มันจึงน่ายทน แล้วมันชวนให้ทน.

สิ่งที่ ๓ คือ นิพพาน นี้ไม่ต้องทนอะไรเลย. แล้วไปดูความแตกต่างของมันซิ ความทุกข์นี้มันต้องทน เหมือนกับเอาไฟเผา เอาไฟลน เหมือนถูกอะไรที่มันดำอะไรแทงอยู่เสมอ ต้องทนถึงขนาดนี้เป็นความทุกข์ : ส่วนความสุขนั้นทนเหมือนกัน แต่มันทนง่าย แล้วมันสนุกในการทน มันชวนให้ทน มันน่ายทน.

เปรียบเทียบเห็นง่ายๆ อย่างว่าเป็นคนขอทานนี้ มันทนยาก แต่ถ้าเป็นเศรษฐี เป็นนายกรัฐมนตรี เป็นอะไรอย่างนี้ มันน่ายทน มันน่ายทน. เป็นนายกษ มันต้องทน; แต่ก็เห็นอยู่ของมัน ต้องทน มีมีภาวะที่จะต้องทน แต่มันน่ายทนและมันชวนทน. ถ้าเป็นสัตว์นรกมันก็เหลือทน; แต่ถ้าเป็นเทวดาในสวรรค์ อิมเอบ ด้วยกามารมณ์ มันก็น่ายทนหรือชวนทน. แต่แล้ว มันก็มีภาระทนอยู่ตลอดเวลา เหมือนกัน; ต้องทน ไม่ใช่ไม่ทน. กินของขมก็ต้องทน กินของหวานก็ต้องทน. ไม่เชื่อไปลองดู แต่ว่ากินของหวานนั้นมันไม่รู้สึกลงใจในความที่ต้องทน; เพราะมันชวนให้กิน กินเข้าไปๆ มาก มันก็ต้องตายเหมือนกัน.

การบริโภคกามารมณ์ ที่ถือกันว่าเป็นเรื่องวัตถุประสงค์



ของความเหงาไหลโคลย์ยอนี้ เพื่อผลของกามารมณีนี, ได้มา  
กินเข้าไปชิ มันก็ต้องทน ทนหลายๆ แง่, แล้วทนในทางจิตทาง  
วิญญาณด้วย. ฉะนั้น สิ่งที่เราเรียกว่าความสุขก็คือสิ่งที่ต้องทน;  
แต่ว่ามันทนง่าย หรือน่าทน หรือชวนทน. ส่วนนิพพานนั้นไม่  
ต้องทนอะไรเลย มันต้องต่างกันลิบถึงขนาดนี้.

ที่นี่ เรามองดูในเรื่องอนามัย เราจะแก้ไขให้ไปในทางที่  
ไม่ต้องทนอะไรเลย. อย่าลืมคำพูดที่ได้กล่าวในตอนต้นว่า  
อนามัยคือปกติภาวะที่มนุษย์จะไม่ต้องทนอะไรเลย; นั่นเป็น  
เจตนารมณ์ของความหมายของคำๆ นี้. เราจะต้องแก้ไขไม่ให้  
ต้องมีการทน ไม่อ้อรอยเราก็ต้องทน อ้อรอยเราก็ต้องทน; แต่ถ้า  
เราเลิกไปเสียหมดได้ ทั้งอ้อรอยทั้งไม่อ้อรอย : นั่นแหละคือไม่  
ต้องทน.

ความเป็นอยู่ที่สายกลาง หรือตรงกลางอย่างยิ่ง  
หมายความว่า นิพพาน ไม่ได้ ไม่เสีย ไม่สุข ไม่ทุกข์ ไม่อะไรทุก  
อย่างเลย ไม่มีอะไรที่เป็นคู่ๆ จึงจะไม่เป็นเรื่องทน. จิตในขณะ  
ที่เราไม่ขมไม่หวานนั้นแหละไม่ต้องทน ถ้าขมก็ต้องทนขม ถ้า  
หวานก็ต้องทนหวาน. อนามัยที่ถูกต้องแท้จริงต้องเป็นภาวะที่  
ไม่ต้องทน. ที่ปราศจากความทน จึงจะเป็นอนามัยที่แท้จริง ที่  
ทำให้มีความปกติสุข ได้รับสิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้รับ.

ถึงแม้ว่า การทำส้วม การทำปอน้ำ การทำความสะอาด  
บ้านเรือน จะเป็นเรื่องเบื้องต้นก็ตาม แต่เจตนารมณ์ของมัน  
เป็นไปเพื่อไม่ต้องทน; ฉะนั้น อย่าไปทำจนต้องทน หรือหลงใน

การทน หรือชวนทน เติลิตเปิดเปิงไปทางโน้น; หรือว่าปล่อย  
ปลະละเลยในการต้องทน จนไม่ไหว จนเหม็นอ้อไปหมด !  
อย่างนี้มันก็ไม่ได้. มันต้องอยู่ในระดับที่ไม่มีการต้องทน.

ดังที่พูดมาเมื่อกี้ที่ว่า ถ้ามันเพ้อมากไป เปลืองมากไป  
หรือเต็มรุ่งรังไปหมดด้วยเครื่องวัตถุอนามัย เต็มบ้านเต็มเรือน  
มันก็อยู่ไม่ได้บ้านนั้น. มันยังจะต้องมีความต้องทนอะไร ๆ,  
มันเลยต้องทนทางเศรษฐกิจ มันต้องทนทางเก็บรักษา มันก็  
เกินไป; เอาแต่ว่ามันเป็นภาวะที่ไม่ต้องทน ตามกฎเกณฑ์ของ  
ธรรมชาติเป็นอนามัยที่ดี. เราไม่ได้พูดถึงตั๋ยั้น, ไม่ได้พูดถึง  
เครื่องล้างชาม, ไม่ได้พูดถึง เครื่องสำรวยสำอางอะไรเลย;  
เพราะ มันไม่ได้เกี่ยวกับอนามัย; มันเกี่ยวกับการสะดวงสบาย  
หรือเป็น การตามใจกิเลส อย่างอื่น, แล้วมันต้องทนต้องหาเงิน  
มามาก ๆ ต้องเก็บรักษามาก ต้องลำบากมาก มันก็กลายเป็น  
เรื่องต้องทน อย่างทนนหวน.

เดี๋ยวนี้เราจะไม่ทนทั้งขมและหวาน, จะปราศจากความ  
ทนโดยประการทั้งปวง จึงจะเรียกว่า ตรงตาม spirit ของคำว่า  
อนามัย; ไม่ทรมานกาย ไม่ทรมานจิต ให้มีความพักผ่อนทั้ง  
ทางกายและทางจิต นั้นแหละคือความหมายของคำว่า  
นิพพาน; ฉะนั้น สิ่งที่เรียกว่าอนามัย ก็คือปัจจัยแห่งความไม่  
ต้องทน.

เอาตมาก็ไม่รู้ว่าจะใช้คำพูดอะไรให้มันรัดกุมกว่านี้. สิ่ง  
ที่เรียกว่าอนามัยนี้คือ ปัจจัยแห่งความไม่ต้องทน; ถ้าไม่ต้อง



ทนแล้วก็เบ็ญสุขเลิศ เป็นนิพพาน; ถ้ายังต้องทนชม ทนหวาน อยู่แล้ว ไม่ไหวทั้งนั้น มันใช้ไม่ได้ทั้งนั้น.

สรุปความว่า รวมความกันที่ว่าเรื่อง อนาคตนี้ ไม่ใช่ เรื่องของเด็กๆ; และไม่ใช่เรื่องของชาวบ้านร้านตลาด, ทำ เพียงป้องกันแมลงวันหรืออะไรทำนองนั้น. มันเป็นการ ประพฤติธรรมอย่างสูง คือทำไปเพื่อให้ถึงภาวะที่ไม่ต้องทน ซึ่ง มีความหมายอย่างเดียวกันกับนิพพาน. เด็วนี้มันเป็นไปไม่ได้ มันติดขัดอยู่ตรงที่คนเป็นโรคทางวิญญาณ, มนุษย์กำลังเป็น โรคทางวิญญาณ; คือความเห็นแก่ตัว แม้จะชักชวนทำสัวมใช้ เอง ก็ไม่เอา; อย่าว่่าถึงจะทำสัวมสาธารณะเป็นต้นเลย. นั้นแหละคือโรคทางวิญญาณ โรคเห็นแก่ตัวจัด; นี่เป็น สิ่งที่น่า หัวเราะที่สุดในโลก คือการที่ต้องขอร้องให้ทำอะไรเพื่อตัวเอง.

คุณไปคิดดูเถอะ อย่าว่่าเอาตมาประชิดแตกตันอะไรเลย สิ่งที่น่าหัวที่สุดคือ การขอร้องให้ทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ตัว เอง; ต้องให้คนอื่นมาขอร้องชักชวนชี้ชวนบังคับให้ทำสิ่งที่เป็น ประโยชน์แก่ตัวเอง นี่อะไรจะมาน่าหัวเท่าสิ่งนี้ไม่มี. ฉะนั้น ควรจะเลิกกันเสียที สิ่งที่น่าหัวกันที่สุดนี้เลิกกันเสียที. ไปบอก ญาติโยม มิตรสหาย ลูกเล็กเด็กแดงอะไรให้เลิกกันเสียที, ให้ เลิกภาวะที่ต้องให้ผู้อื่นมาขอร้องชี้ชวนให้ทำทุกสิ่งที่เป็น ประโยชน์แก่ตัวเองนี้ มันน่าละอายที่สุดในโลก, แล้วก็ยัง น่า ขบขัน น่าหัวเราะที่สุดในโลกด้วย.

ทุกคนก็เห็นแก่ตัวอยู่แล้ว ควรจะเห็นแก่ตัวให้ถูกทาง ก็

ทำประโยชน์แก่ตัวก็แล้วกัน, ความเห็นแก่ตัวนั้นมันเป็นต้นทุน พอแล้ว ทำทุกอย่าง ทำอะไรสักชนิดหนึ่งก็ให้เป็นการทำลาย ความเห็นแก่ตัว. พวกเด็กๆ จะช่วยทำความสะอาดอะไรสักชนิด หนึ่ง ก็ให้มุ่งว่าเราจะทำลายความเห็นแก่ตัว ให้มีจิตใจดีขึ้น, แล้วส่วนนอกนั้นเป็นผลพลอยได้เล็กๆ น้อยๆ และให้ถือว่า เวลานั้นแหละคือการปฏิบัติพระธรรมในพระพุทธศาสนา, ศาสนาทุกศาสนา ไม่เฉพาะแต่พุทธศาสนา ต่างมุ่งหมาย ทำลายความเห็นแก่ตัว.

อย่าเข้าใจผิด อย่าไปดูถูกศาสนาอื่น เพราะว่าที่เป็น เนื้อแท้ ที่เป็นหัวใจของศาสนา ทุกศาสนานั้น มุ่งกำจัดทำลาย ความเห็นแก่ตัวทั้งนั้น, ไปศึกษาดูให้ดีเถอะ นอกนั้นเป็นเรื่อง ฝอย เรื่องปลีกย่อย; อย่าไปเอาเข้ามาเป็นหลัก; หลักใหญ่ นั้น เขาให้ทำลายความเห็นแก่ตัว. ศาสนาพุทธสอนให้ทำลาย ความเห็นแก่ตัว จนไม่มีตัว จนหมดตัว เป็นพระอรหันต์ไปเลย.

ศาสนาต่างๆ ที่มีพระเจ้า ศาสนาคริสต์ อิสลามอะไร ก็ตาม เขามีพระเจ้า เขาว่าเอาตัวไปให้พระเจ้าเสีย, เอาตัวไป ให้พระเจ้าเสีย อย่ามีตัวของตัวเป็นอันขาดแล้วก็ ทำตาม พระเจ้าสั่ง ก็เลยทำอย่างที่ว่านี้ : เป็นการพัฒนาทั้งทางกาย และทางจิตตามที่พระเจ้าสั่ง. มันก็ไม่มีปัญหาอะไร? เพียงแต่ พูดคำเดียวว่า นี่เป็นเรื่องพระเจ้าสั่งไปทำสัมม ทำบ่อน้ำ ทำ อะไรก็ตาม เขาก็ทำกันฟรีไปเลย. เดียวนี้ไม่มีใครนับถือ พระเจ้า ไม่รู้จักพระเจ้า ไม่รู้จักหัวใจของศาสนาของตัว เลย



ต้องเข็นกันเหมือนอย่างที่เขาเข็นครกขึ้นภูเขา.

ทีนี้ ถ้าจะให้ดีถึงที่สุด ก็ต้องคิดว่า เราเกิดมาเพื่อส่วนรวม เกิดมาเพื่อผู้อื่น; อย่ามีตัว อย่ามีความเห็นแก่ตัว นั้นแหละเป็นเรื่องจบ เป็นเรื่องที่สุดสุดของมนุษย์ ไม่มีอะไรดีที่สุดยิ่งกว่านั้นอีกแล้ว. พระพุทธเจ้าท่านเกิดขึ้นเพื่อผู้อื่น ท่านทำเพื่อผู้อื่น, เรื่องของตัวเป็นเรื่องเล็กน้อย แล้วก็สอนให้ทุกคนเห็นแก่ผู้อื่น; พอเห็นแก่ผู้อื่น มันทำชั่วไม่ได้ แล้วการทำความประโยชน์แก่ผู้อื่น มันเป็นการทำดี ทำให้ตัวมีกินมีใช้ พร้อมกันไปในตัว. ฉะนั้น จึงไม่ห่วงตัว โดยฝากไว้กับการเห็นแก่ส่วนรวมนั้นแหละทั้งหมดเลย.

ถ้าเราทำเพื่อประเทศชาติ มันต้องมีกินมีใช้ด้วย เพราะว่าประเทศชาติมันรวมทั้งเราด้วย; แล้วเราก็ทำเพื่อประเทศชาติ มันจะอดไปได้อย่างไร. ชีวิตนี้ต้องจบลง โดยบทสุดท้ายว่า เพื่อผู้อื่นจึงจะสมบูรณ์. ไม่มีใครฝันอย่างนี้ ไม่มีใครหวังอย่างนี้ และไม่กล้าหวังอย่างนี้, หวังแต่เรื่องตัวกู - ของกูทั้งนั้น จะเหลือมรดกทิ้งไว้ให้ลูกหลานของกูเท่านั้น ไม่เพื่อผู้อื่น; กูตายไปแล้ว สิ่งเหล่านี้ก็ต้องเป็นของลูก ของหลาน ของกู ไม่มีเพื่อผู้อื่น; นี่มันเป็นเรื่องที่เกิดสครอบงำมากเกินไป.

ไปดูภาพเขียนในตึก ที่ในวัดก็จะพบภาพ ภาพที่น่าสะอิดสะอูดตาว่า ชีวิตมนุษย์เป็นฉากๆ ฉากๆ มานั้น รวมมี ๑๐ ฉากด้วยกัน. ฉากที่ ๔ นั้น หมดตัวเองเลย ว่างเลย ไม่มีตัวเอง ไม่มีตัวกูที่จะไปหาความสุข ความเอร็ดอร่อยอะไรที่ไหนแล้ว, เป็น

ภาพความว่าง กลมไปเลย. อีก ๒ ภาพ ก็คือ momentum – เป็นแรงงานสติปัญญาเมตตาเหลืออยู่ เป็นภาพสุดท้าย คือ เที้ยวแจกของ เที้ยวสองตะเกียง เที้ยวแจกของให้ผู้อื่น เที้ยวสองตะเกียงผู้อื่น เป็นภาพสุดท้ายของชีวิต.

นี่ ชีวิตที่สมบูรณ์ ต้องจบลงด้วยคำว่า ผู้อื่น. นี่เรื่องอนามัย เรื่องอะไรก็ตาม เรื่องธรรมะ เรื่องอะไรต้องเป็นความมุ่งหมายที่เห็นแก่ผู้อื่น; ถ้ายังคงเห็นแก่ตัวแล้ว มันไปไม่รอด, มันเป็นอุปสรรคอย่างยิ่ง; มันก็ถึงขนาดที่ว่า ชักชวนให้ทำส้วมใช้เองก็ยังไม่เอา เพราะความเห็นแก่ตัว. แต่ถ้าเห็นแก่ผู้อื่นแล้วจะ ทำส้วมสาธารณะก็ได้ แล้วตัวเองก็ใช้ได้.

นี่ความมุ่งหมายของธรรมะ ของกฎของธรรมชาติเป็นอย่างไร เป็นเรื่องอนามัยทางจิตอย่างสูงสุด. ผู้ที่เจริญอนามัยทางจิต ย่อมเจริญอนามัยทางกายด้วย เพราะมันเป็นของเล็ก น้อยแฝงอยู่ในเรื่องของจิต. ที่นี่ก็เกิดภาวะที่ไม่ต้องทนอะไรเลย สมตามความหมายของคำว่า อนามัยอย่างถูกต้องและสมบูรณ์; ถูกต้องนั้นก็ถูกต้องละ, แต่ก็สมบูรณ์ด้วย คือถูกต้องหมด. นี่เราจะใช้ได้แค่ไหน ต้องใช้วิจารณญาณดู; อะไรเป็นเบื้องต้น อะไรเป็นเรื่องริเริ่มลงมือก็ทำไป; แต่ทำให้ถูกความหมายเกิด มันจะเป็นเรื่องเดียวกันหมด.

พระพุทธเจ้าท่านว่า ทำบุญสักบาทหนึ่งหรือสักสตางค์หนึ่ง มันก็ได้ผล ได้ผลเหมือนกับทำบุญสักล้านหนึ่ง ๒ - ๓ ล้าน, ขอให้มีความเข้าใจความเห็นแก่ตัวเถอะ ให้เขาเป็น



เศรษฐกิจทำบุญเป็นล้านๆ, ขอให้ทำลายความเห็นแก่ตัวเถิด ถ้าเขาเป็นชาวบ้าน ทำบุญเพียง ๑๐ สตางค์ ก็เพื่อทำลายความเห็นแก่ตัวเถิด แล้วก็ได้บุญเท่ากัน.

นี่เรื่องต่างๆ มันทำได้แบบนี้ รวมทั้งเรื่องอนามัย; จึงหวังว่า ท่านทั้งหลายผู้เป็นหัวหน้าท้องถิ่นของกิ่งพัฒนาอนามัยนี้ จะได้ เอาคำตอบของอาตมาไปคิดไปนึกดู; มันจะช่วยให้เกิดกำลังใจในการทำงานต่อไป, แล้วมันจะเป็นการพัฒนาจิตใจของท่านด้วย, ให้มีอนามัยในทางจิตดีด้วย, มันก็หมดเรื่องเท่านั้นเอง: เกิดมาก็หมดเท่านั้นเอง. จิตเมื่อมีอนามัยดี มีธรรมะแล้ว มันก็จะไม่มีตัวตน ไม่มีตัวกู ไม่มีชองกู. อย่านำให้ถึงล้างหู ด่าใส่หน้า ปัญหามันก็หมด, อยากรู้เรื่องล้างหูละ ก็ไปดูภาพที่ในตึกโรงมหรสพทางวิญญาณ.

ขอยืนยันในที่สุุดจบนี้ว่า ธรรมะจำเป็นในทุกกรณี, แม้ในกรณีของการพัฒนาอนามัย. โลกกำลังอยู่ในฐานะที่ว่า ต้องรบกันไปพลาง แลกเปลี่ยนธรรมะกันไปพลาง ให้ไปอ่านเรื่องนี้ดู เถอะตามหนังสือที่แจกไป.

ขอยุติคำบรรยายวันนี้ ด้วยการกล่าวคำสวัสดิ์แก่ท่านทั้งหลายทุกคน.









# การพัฒนาอนามัย

ธรรมเนียมของพุทธทาส, ค่ายธรรมบุตร  
ลำดับที่ ๓๗ บนแถบพื้นสีน้ำเงิน, เรื่องที่ ๒๔. การพัฒนาอนามัย,  
โอวาทที่ศนาจรแก่คณะกำนันพัฒนาอนามัย, ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๑๕



นี่จะพูดกันเรื่องพัฒนาอนามัย เรื่องอนามัยนี้เป็นเรื่องเก่าแก่ในพระคัมภีร์ก็มีคำพูดว่า “อนามัย” เข้าใจว่าเขาเยี่ยมมาแต่ในบาบิโลน. ในคัมภีร์ ในพระไตรปิฎก คำว่าอนามัยนี้ ในเมืองไทยจะต้องใช้คำนี้ ให้เป็นคำแปลของคำฝรั่ง. เดิมเขาใช้คำว่าอนามัยเป็นคำที่มีอยู่เก่าแก่ในพระคัมภีร์ไม่ได้ตั้งใหม่ ถึงตั้งใหม่ก็ตั้งไม่ได้และไม่ดี; เรื่องตั้งใหม่นี้ผู้เอากของเก่ามาใช้ให้ถูกต้องไม่ได้.

อนามัย หมายถึงการบริหารควบคุมกันไปกับธรรมชาติ อย่างถูกต้อง และมีความเหมาะสม; จะเรียกว่ามีความสบายก็ยังไม่ถูก จะต้องเรียกว่ามีความเหมาะสม : เหมาะสมมันก็สบาย, พอไม่เหมาะสมมันก็ไม่สบาย. เรื่องอนามัยนี้มันแล้วแต่ธรรมชาติ เราจะต้องทำให้ถูกต้องตามความต้องการของธรรมชาติ มันจึงสบายจึงจะแข็งแรง จึงจะไม่เกิดโรคภัยไข้เจ็บ



ขึ้นมา. บางคนคิดว่า เราทำให้ดีกว่าธรรมชาตินี้มันพูดกันคนละที่, ความคิดมันพูดกันคนละที่.

คำว่า ธรรมชาติ นั้น มีความหมายลึกซับซ้อนมาก; หมอที่เก่งๆ พูดว่า เราหาได้รักษาโรคอะไรหายไม่ ที่จริงเพียงให้โอกาสธรรมชาติมันรักษาตนเอง; เช่นเราเป็นแผล นี่แผลมันเป็นเอง มันหายเองโดยธรรมชาติ. เราเพียงแค่ป้องกันไว้อย่าให้เป็นหนองเป็นอะไรขึ้นมา อย่าให้เชื้อโรคเข้ามา; เราช่วยเหลือธรรมชาติแล้วธรรมชาติมันก็ทำหน้าที่ของมันเอง. เมื่อเป็นหัดนี้ใครรักษามันได้ เชื้อไวรัสใครไปทำลายมันได้; มันต้องเป็นไปตามธรรมชาติจนครบกำหนดแล้วมันหายเอง; แต่ว่าระวังอย่าให้มันเป็นอื่นแทรกเข้ามาแล้วก็แล้วกัน รักษาป้องกันอย่าให้อื่นแทรกเข้ามา. ธรรมชาตินั้นแหละคือธรรมะ, ธรรมะอย่างกว้างๆ อย่างทั่วถึง, ธรรมะก็เป็นกฎธรรมชาติ ประพฤติให้ดี ประพฤติตามธรรม ประพฤติตามธรรมะนั้นก็คือประพฤติ ธรรมชาติเหมือนกัน.

ถ้าในทางศาสนาเขามองอย่างนี้ ไม่ใช่ว่าธรรมชาติแล้ว เขาจะเป็นคนป่าคนดง ถ้าไม่นั่งผ้าอะไรเช่นนั้น. ธรรมชาตินี้ลึกซึ้ง มีตั้งแต่ต่ำที่สุดจนถึงสูงสุดคือบวรลุนิพพาน, นิพพานนั้นคือ ธรรมชาติ; นั่นแหละถ้าทำถูกต้องตามเรื่องแล้ว มันไปได้ไกลจนถึงบวรลุนิพพาน.

มองในแง่ธรรมชาตินี้ วิชาอนามัยนี้ ก็เป็นวิชาธรรมะ ชนิดหนึ่งเหมือนกัน; ที่ถูกคนต้องการธรรมตามธรรมชาติ แล้ว

คนเราจะสบาย. เวลานี้ก็มี อนามัยทั้งทางกายและทางจิต, ที่นี้  
อบรมกันแต่เรื่องทางกาย หรือทางฝ่ายวัตถุ : เป็นบ้าน เป็น  
เรือน เป็นส้วม เป็นน้ำกินน้ำใช้ อาหาร อะไรพวกนี้; นี้อามัย  
เกี่ยวแก่ร่างกายก็ต้องทำได้ดีนะ ทำให้มันถูกต้อง.

ที่นี้ เรื่องทางจิต ก็มีอนามัยทางจิต ซึ่งกำลังสนใจกัน  
มาก พวุงนี้หมอดั่งหลายสิบคนมาที่นี้ จะมาคุยกันเรื่องนี้ เรื่อง  
อนามัย แต่ว่าเรื่องทางจิต อนามัยทางจิต.

ที่เราพูดกันแต่เรื่องอนามัยทางกาย มันเป็น ก.ข. ก.กา  
ถ้าทำไม่ถูกต้องก็ มันไม่ไหวละ ไม่รู้เรื่อง ก.ข. ก.กา จะอ่าน  
หนังสือรู้เรื่องหรือ ? ทำเรื่องอนามัยทางวัตถุร่างกายให้ดีเสีย  
ก่อน แล้วเรื่องทางจิตก็ค่อยทำต่อไป แล้วจะค่อยง่ายเข้า.  
เรื่องทางจิตนั้นยังไม่รู้ประสีประสาทั้งนั้น เรื่องนี้ประชาชนชาว  
ไทยของเรายังล้าหลัง เราก็ต้องช่วยกัน. เราคุยได้ที่เดียวว่า  
เรื่องทางจิต คนไทยเรา หรือฝ่ายตะวันออกเรานี้เก่งกว่าฝรั่ง;  
แต่ถ้าเรื่องทางกายทางวัตถุ ฝรั่งเก่งกว่าเรา. ส่วนที่เรายังไม่เก่ง  
จึงต้องช่วยทำให้มันถูกต้อง ให้มันเพียงพอเสีย ให้มีความเป็น  
อยู่ทางวัตถุทางร่างกายนี้ถูกต้อง.

เรื่องทางกายทำให้พอดี ถ้าถูกต้องมันก็พอดี; ถ้ามากเกินไป  
ละก็น่าหัว มันจะกลายเป็นเรื่อง เป็นทุกข์ เป็นอะไรต่อไปแล้ว.  
จะพูดถึงเรื่องที่เกิด เช่นว่า อนามัยดีจนทุกคนเกิดมารอด รอด  
หมดไม่ตาย, เด็กๆ เกิดมารอดหมดไม่ตายสักคนเดียว; แล้ว  
คนอายุยืน ๑๐๐ ปี คิดดูอะไรมันจะเกิดขึ้น จะไม่มีข้าวกิน จะ



ไม่มีที่อยู่. นี่มันยังไม่รอดหมด ยังต้องคุมกำเนิดกันแล้วไม่ใช่หรือ? เมื่อสัก ๒๐ ปีมานี้มีสถิติว่าเด็กรอดตาย ๓๐ เปอร์เซ็นต์เท่านั้นแหละ, เด็กที่เกิดมามี้นรอดตาย ๓๐ เปอร์เซ็นต์เท่านั้น นอกนั้น ๗ คนมันตายไป ใน ๑๐ คน. เดียวนี้การอนามัยดีขึ้นถึงเท่านั้นแต่ยังไม่ถึง ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ดี ก็ชักจะลำบาก จะต้องติดตามกันไปหมด แต่ก็น่าหัว มีความก้าวหน้าทางสุขภาพอนามัยเพื่อการคุมกำเนิด.

เรื่องคุมกำเนิด เป็นเรื่องที่จะต้องพิจารณา ไม่ใช่ให้ลืความสามารถ มันอยู่ในเรื่องที่เราเรียกว่าอนามัยเหมือนกัน; นี่หมายความว่าลืมหูลืมตากันได้บ้างแล้วละ พวกเรานี้ลืมหูลืมตาในเรื่องอนามัยกันได้แล้ว. ปัญหาที่ยุ่งยากมากขึ้น ที่ประสงค์จะให้ถูกต้องพอเหมาะพอดี เกินก็ไม่ได้ขาดก็ไม่ได้ นั่นถ้าถือหลักของพุทธศาสนาจะต้องถือว่าพอดีคือ มัชฌิมาปฏิปทา. คำสำคัญที่สุด เรื่องมัชฌิมาปฏิปทา คือพอดีไม่เกินไปขาด ไม่ตึงไม่หย่อน : ความถูกต้องพอดี แม้แต่การกินอยู่ก็ต้องพอดี อย่าให้มันตีจนเกิน หรือว่าตีจนไม่มีขอบเขต มันจะกลายเป็นเรื่องกิเลสไปเลย.

ส่วนใหญ่คำพูดที่กว้างที่สุด ก็ เป็นอยู่ให้พอดี นี่แหละถูก กินอยู่ให้พอดี; แต่เรา กินดีอยู่ดี มักจะเกิน; นี่มันเกี่ยวข้องกันอยู่. เวลานี้มันหลงไหลในกินดีอยู่ดีกันเกินไป คนเราจึงเดือดร้อนมาก, จะเอาตามแบบที่เขานิยมว่า ถ้าจะรู้ว่ามีการดี เขาว่าต้องกินดีอยู่ดี; แล้วตัวเองก็ลำบาก หาไม่ทันก็ไปซื้อโกง



ไปคอร์ปชั่นเอามามันเป็นเสียอย่างนั้น; มันเกินไป. พระพุทธเจ้าสอนว่าให้กินอยู่พอดี คำพูดนี้ชัดอยู่แล้ว : มตตญฺญตา จ ภตฺตสฺมี - ความเป็นผู้รู้ประมาณในการบริโภค; คนเคยบวชเคยเรียนก็ได้ยิน ให้กินอยู่พอดี ให้ถูกต้องตามประมาณคือพอดี.

เวลานี้ เขาจะตักเตือนกันว่าให้กินดีอยู่ดี แล้วก็ไม่ใช่ขอบเขตว่าเท่าไร คนมันก็จะเอากันให้สุดเหวี่ยง : เป็นพลตำรวจก็อยากมีตู้เย็น อยากมีรถยนต์ แล้วก็ทำให้ตนลำบากทุกคนพลอยลำบาก. ถ้าว่าขนาดตำรวจจะมีตู้เย็น จะมีรถยนต์จะมีตีกแล้วก็ลำบากทั้งนั้น; เพราะ กินดีอยู่ดีจนไม่มีขอบเขต. พวกเราก็เหมือนกัน ช่วยกันชี้แจงกันให้ดีๆ : ให้กินอยู่พอดี อย่าให้กินดีอยู่ดี จนไม่มีขอบเขตจำกัด นี่ก็เรียกว่าเป็นเรื่องมัชฌิมาปฏิปทา. ทำข้อนี้แหละสบาย ทุกคนสบาย ไม่เบียดเบียน; พอมัน ขาด หรือ เกิน แล้ว ก็ยุ่งละ เพราะผิดกับธรรมชาติ.

นี่พูดถึงเรื่องอนามัย ให้เราตั้งใจไปพิจารณากันว่า มันยังขาดอยู่. มันยังขาดอยู่ โดยเฉพาะ เรื่องความสะอาดเรียบร้อยนี้ ยังไม่ค่อยจะพอ, คงจะพูดกันมาแล้วในเรื่องวิชาหรือหลักการ เรื่องสิ่งแวดล้อม เรื่องน้ำ เรื่องบ้าน เรื่องเรือน เรื่องอาหาร คงพูดกันมาแล้ว ก็ยืนยันว่าถูกต้องที่สุดเลย และอยากจะทำพูดกันเรื่องนี้อีกที.

ให้แก้ไขให้ปรับปรุง ให้มันถูกต้องพอดี ให้มันถึงระดับมาตรฐาน; ไม่ใช่อยู่ดีจนเกิน มันไม่ใช่เกินไป, ให้อยู่ในอัตรา



เฉลี่ยว่าให้อยู่ดีกินดีนั้นแหละ แต่ว่าให้มันพอดี เรียกว่ากินอยู่พอดี. ครั้นพูดอย่างนี้ก็ว่าไม่ได้ ต้องการให้ทำห้องน้ำแบบโมเสส, เครื่องสำอางอย่างนั้น; มันมันเกินไป. เอาแต่เพียงว่าให้มันปลอดภัยจากโรค มันก็ไม่สู้เท่าไร แต่ชาวบ้านก็ยังไม่มีใครเอา เพราะชาวบ้านนั้นคิดไม่เป็นในเรื่องนี้ เพราะเคยทำมาพรรคนั้น เคยพูดแต่ว่าไปทุ่งไปถ้ำอยู่อุจจาระปัสสาวะกันตามธรรมชาติ ซึ่งไม่ถูกแล้วสำหรับสมัยนี้.

ธรรมชาติมันเปลี่ยนแปลง คนมันมากกว่าสมัยก่อน ทำอย่างนั้นไม่ได้แล้ว; เช่น เมื่อก่อนนั้น มีที่ดินไร่หนึ่งก็อยู่กันสักคนสองคนเท่านั้น ทำอย่างนั้นก็ทำได้. เดี่ยวนี้ ไร่หนึ่งอยู่กัน ๑๐ คน ๒๐ คน จะทำอะไรอย่างนั้น มันทำไม่ได้; เหมือนในตลาดอย่างนี้ ไร่หนึ่งมีคนอยู่ ๔๐๐ คน. นี่บอกไว้ให้รู้ว่าจะทำอะไรอย่างแต่ก่อนหาได้ไม่ มันเดือดร้อน หรือว่าเดือดร้อนเป็นอันตรายนแล้ว และเราก็จะเสียเวลา ถ้าการจัดเรื่องอาบน้ำเรื่องถ่าย เรื่องกิน เรื่องอยู่ ไม่เรียบร้อย ไม่ถูกต้อง มันจะทำให้เสียเวลา เสียเวลาการงาน; แล้วนอกจากเสียเวลาแล้วก็ทำให้เราไม่สะดวก ทำให้ลำบากมาก, แล้วจะเกิดโรคภัยไข้เจ็บบางอย่างที่ไม่ควรเกิด. ต้องหาวิธีอย่างไรพูดให้ชาวบ้านเชื่อเรื่องนี้เสียที่ ต้องใช้เวลาบ้างเหมือนกัน ต้องใช้เวลานาน เขาก็ค่อยเชื่อทีละนิดๆ.

เมื่อก่อนแถวนี้เอาตมาอยู่ ราว ๓๐ ปีมาแล้ว ให้กินยาควินิน ยาสีชาๆ เขาไม่เอา ไม่กิน ไม่ยอมกิน ไม่เอา, ให้ก็ไม่

เอา ให้กินก็ไม่กิน แถวนี่ให้กินควินิน เป็นไม่กิน. เมื่อก่อนนั้น ไม่กิน ยาแอสไพริน ก็ไม่กิน; แล้วทีหลัง บังคับกันบ้าง, ขอร้องกันบ้าง หลอกกันบ้าง ก็ค่อยๆ กิน. ทีหลังก็ชอบ แล้ว เวลาจะไปเที่ยวข่าว หรือไปหาบของ ต้องกินยาควินินเม็ดหนึ่ง; ไปอยู่ในเอนวันหนึ่ง ตอนเย็นกลับบ้าน ต้องกินยาแอสไพรินเม็ด สองเม็ด บอกว่ามันไม่เมื่อย มันนอนหลับ ไม่อย่างนั้นมันเมื่อย นอนไม่หลับ.

พอเมื่อยขึ้นมาเขากินยาแอสไพรินเม็ดสองเม็ด มันหาย เมื่อยและนอนหลับ สว่างก็มีแรงดี; เวลาจะลงไปในนากินยา ควินิน ไม่ใช่แอสไพริน ๑ เม็ด มันจะทำให้ไม่ไข้ ไข้ไม่ออก. มันคงเป็นทั้งยาธาตุ เป็นทั้งยาอะไร ช่วยได้หลายอย่าง มันไม่ใช่ในระหว่างที่ไปทำงาน, ระหว่างที่ไปหาบข่าว เที่ยวข่าว ก็ไม่ เป็นไข้ในระหว่างนั้น. ผัวเมียสองคน ถ้าเจ็บไข้ไปเสียคนหนึ่ง ก็ลำบากมาก เพราะเป็นคนจน. ทีหลังเขาชอบแล้วกินยานี้ แล้วไม่ไข้ นอนกลางคืนก็หลับสบาย ไม่ไข้ พอสว่างขึ้นมาก็มี แรง ไปทำงาน เสร็จแล้วก็ไม่ใช่ ก็เลยกล้ากินพวกยาเม็ดขาวๆ.

เมื่อก่อน เอาไปให้ไม่กิน บังคับให้กินก็ไม่กิน กลัว ต้อง หลอก ต้องเอาปนกับยาเขียว ยาไทยๆ ใส่ให้กิน; พอกินแล้ว มันหายดี ถามว่ายาอะไร ทีหลังก็ค่อยบอก ก็หาญกิน. ญาติ โยมไกลๆ ห่างๆ ออกไป ยังคงเป็นอย่างนี้อยู่ ยังมีอยู่มาก พวก ตลาตนั้นพอค่อยยังชั่วแล้ว เพราะคุ้นเคยกับหมอ คุ้นเคยกับ การให้ยาตามแบบปัจจุบันกันบ้างแล้ว แต่ตามไร่ตามนา



ยังไม่หาญกิน; เข้าใจว่าอีกไม่กี่ปีก็หมดละแบบนี้ นี่เมื่อ ๓๐ ปีมาแล้ว เดียวนี้ไม่มีแล้ว หมดแล้ว รู้จักกินยาที่เคยเข็ดมาก่อนๆ ที่หมอมให้ นั้น ยาที่ก่ลัวกันก่อนๆ นั้น.

เรื่องอย่างที่เราเล่านี้ มันต้องใช้เวลา ต้องหลอกกันอย่างนี้; เรื่องสัวม เรื่องบ่อน้ำก็เหมือนกัน ต้องใช้เวลา ต้องพยายามกันหลายๆ ปี กว่าเราจะเชื่อ, หรืออย่างว่าทำบ้านเรือนให้สะอาด เลี้ยงเปิด เลี้ยงไก่ ทำอะไรให้สะอาดและเรียบร้อย แล้วก็ยังไม่ค่อยจะเชื่อ. ถ้าลูกบ้านอนามัยดีและแข็งแรงดี และอะไรดีทั้งหมด กำหนด ผู้ใหญ่บ้านก็ไม่ค่อยมีเรื่องมาก ต้องการอะไรก็ได้. ถ้าลูกน้องมัวแต่เจ็บไข้ กำลังมันจะมาจากไหน เรื่องนี้ไม่ใช่เรื่องของการปกครองบ้านเมืองอย่างเดียว ต้องเป็นเรื่องสุขภาพอนามัยของบุคคลด้วย.

ความจริงยังขาดเรื่องสำคัญอีกเรื่องหนึ่ง คือเรื่องอนามัยทางจิตต้องทำต่อไป; ทำอนามัยทางกายให้ดีเสียก่อนเป็นพื้นฐานก่อน แล้วต่อไปก็แก้ไขอนามัยทางจิต. เด็กที่เกิดมาจิตไม่สมประกอบก็มีมาก เรียกว่าเกิดมาแล้วไม่ได้รับการอบรมที่ดี จิตใจมันเปลี่ยนแปลงไปในทางไม่สมประกอบ : มันดื้อบ้าง ซี้คร้านบ้าง ไม่รักดีบ้าง ปัญหาจึงมีมาก. ถ้ามีเด็กเท่าไรก็เป็นอันธพาลเท่านั้น มี ๑๐๐ คนเป็นอันธพาลเสีย ๕ คน กำหนดที่สุดปล้ำละ.

ทางกายไม่ดีเป็นเพราะอนามัยทางจิตไม่ดีด้วย; อนามัยทางกายมันไม่ดีทุกคนละก็ต้องแก้ไข; จะช่วยกันทำอะไรก็ทำ

ไม่ได้ มันไม่มีแรง ไม่มีความมานะพยายาม. คนเราถ้าร่างกายไม่สมบูรณ์ คืออนามัยไม่ดีไม่สมบูรณ์ จิตใจจะอ่อนเพลีย ไม่อยากจะทำอะไร ไม่อยากจะทำอะไร. สังเกตดูเกิดไม่อยากจะทำอะไร อยากแต่จะนอนเท่านั้น; จะขี้ขังขี้ขัง ทำอะไรสนุกสนาน ก็เมื่อร่างกายมันสบายอยู่. ฉะนั้นจึงต้องรักษาร่างกายให้สบายอยู่เสมอ จึงจะสนุกสนานในการทำงาน; ถ้ามันเป็นโรคอืดๆ ผอมเหลืองอะไรแล้ว ทำอะไรก็ไม่สนุก จะให้ทำงานมันก็ไม่ทำ; บางทีจะคิดว่านอนตายไปเสียดีกว่า ความเสื่อมมันก็เกิด. ร่างกายต้องดี และจิตใจถูกต้อง จึงจะสนุก ในการทำงาน; ให้ทุกคนไปสังเกตข้อนี้. เวลาไหนทำงานสนุกมันมือไปเลย เวลานั้นร่างกายสบาย จิตใจก็ดี จิตใจโปร่งไม่หงุดหงิด. เราก็ต้องการเท่านั้นแหละ ตลอดเวลาให้อยู่กันดี มีความเจริญ มีความก้าวหน้าให้เป็นมนุษย์ อย่าเป็นแคคน, เป็นคนมันไม่ต้องมีอะไรดีนัก ถ้าเป็นมนุษย์มันต้องมีอะไรดี.

นี่พูดอีกนิตหนึ่งก็ได้ว่า พระพุทธเจ้านี้เป็นนักอนามัย ถ้าใครเคยบวชเคยเรียน และเคยเรียนวินัย และเรียนจริงๆ จะพบเองแหละ; เท่าที่เขาเอามาให้นักเรียนเรียนในโรงเรียนนักรธรรมนี้ก็มามากแล้ว แล้วยังอยู่ในพระไตรปิฎกเองก็ยังมีที่ว่า พระพุทธเจ้าบัญญัติสิกขาต่างๆ ไว้ เกี่ยวกับอนามัยมีมาก. รวมทั้งทำร่างกายให้สะอาด.

เรื่องบริหารร่างกายให้ดีก็ประหลาด พระพุทธเจ้าให้ทำ



เว็จกุฎี คือสั้วม ท่านเรียกว่าเว็จกุฎี ตามปกติต้องมีเว็จกุฎี; ที่วัดที่อาศัยอยู่นั้น ไม่ใช่ว่าจะเที่ยวให้ไปเที่ยวถ่ายตามชอบใจ, ไม่ได้ บังคับว่าวัดจะต้องมีเว็จกุฎี คือสั้วม แล้วยัง มีข้อระเบียบปลีกย่อยว่า ต้องทำอย่างนั้นๆ ทำอย่างนั้นๆ ทำอย่างนั้นในเรื่องเว็จกุฎี อีกหลายอย่าง : นับตั้งแต่เรื่องความสะดวก เรื่องการใช้ เป็นวินัย มีมากในวินัย, เป็นเรื่องเบ็ดเตล็ดๆ เล็กๆ น้อยๆ เกี่ยวกับเรื่องอื่นๆ ก็ยังมีอีก. นอกจากเกี่ยวกับความสะดวกแล้ว ยังเกี่ยวกับความประหยัด ความปลอดภัยนี่ยังมีอีกเล่า. เรื่องของการทำสั้วมให้เรียบร้อยนี้ ก็เอาทางวินัยเป็นเกณฑ์ตั้งสองพันกว่าปีมาแล้ว. ถ้าเราพูดกันแบบนี้แล้วมันน่าหัว เรื่องที่มันเคยมี เคยทำกันมาแล้วตั้งสองพันห้าร้อยปีมาแล้ว มาพูดกันอีกเล่า แล้วมันต้องบังคับ มันน่าหัวใหญ่.

เรื่องนี้เคยพูดกันทีหนึ่งแล้ว ต้องบังคับให้ทำประโยชน์แก่ตัวเอง มันน่าหัวไหมคนเรา? คิดแล้ว คนโง่ หรือคนดี หรือคนบ้า ต้องบังคับให้ทำประโยชน์แก่ตัวเอง; นี่คิดดูบ้าง. เวลานี้ก็หนักอกหนักใจอยู่แก่พวกกำนัน ต้องบังคับลูกบ้านให้ทำประโยชน์ให้ตัวเอง แล้วยังไม่ค่อยยอมเลย มันก็น่าหัว เป็นเรื่อง น่าอาย ด้วย. อยู่อย่างไรงันจนเขาต้องบังคับให้ทำประโยชน์ให้ตัวเอง ไม่ใช่ว่ามันได้ประโยชน์แก่กำนันสักที่ มันได้ประโยชน์แก่ตัวเอง แก่เจ้าของบ้านผู้ทำเอง มันยังไม่ค่อยเอา; นี่ก็เรียกว่ามันอันธพาลทางวิญญาณ ไม่ใช่อันธพาลทางร่างกาย แต่ว่าเป็นอันธพาลทางวิญญาณ คือโง่. โง่ คือ นี้ เรียก

ว่าเป็นอรรถพาลทางวิญญาณ ประชาชนโดยมากยังเป็นอรรถพาลทางวิญญาณ เห็นได้จากเรื่องทางอนามัยเป็นต้น ที่ต้องบังคับ.

นี่พูดให้เขาฟังก็ดีเหมือนกัน ให้เขาอายุ เรื่องเป็นอรรถพาลทางวิญญาณ จนต้องบังคับให้ทำประโยชน์ให้ตัวเอง หนักเข้าก็ต้องบังคับให้กินข้าว. เรื่องที่ทำให้แก่ตัวเอง ก็เป็นเรื่องที่ทำให้อยู่สบาย คิดดูเถอะ จะต้องใช้วิธีพูดจาให้เข้าใจ; เรื่องบังคับกันนี้ เป็นเรื่องที่ทำให้เกิดเรื่องที่ ๒ ที่ ๓ ลำบาก. เรื่องใช้อำนาจนี้แล้วจะไปไม่ค่อยรอด มันต้องใช้ความเข้าใจอย่างถูกต้อง; หลักธรรมนี้ก็เหมือนกัน พระพุทธเจ้าทรงใช้อย่างที่ทำให้มีความเข้าใจอย่างถูกต้อง เป็นสัมมาทิฐิ ต้องทำเองทั้งนั้น.

เวลานี้เรามีปัญหาที่เรื่องปราบคอมมิวนิสต์ ปราบอะไรต่ออะไรกันนั้น มัน ขาดความเข้าใจกันอย่างถูกต้อง มันไม่พอเป็นเพราะต่างคนต่างเอาอำนาจเข้าว่ากัน เอากำลังเข้าว่ากัน มันก็เลยเดือดร้อนทั้งสองฝ่าย. พวกฝรั่งเดี๋ยวนี้ก็กำลังไหวตัวเปลี่ยนแปลง ในทางที่จะทำความเข้าใจกันมากขึ้น โดยเฉพาะเรื่องศาสนา ก่อน ศาสนาก็ไม่เข้าใจกัน; มันเกลียดกัน แข่งขันกันทางทำลาย. ศาสนาเองยังเป็นอย่างนี้ ชาวบ้านจะว่าอย่างไร; ศาสนาเป็นของสูงสุด ยังเป็นอรรถพาลเสียเอง เบียดเบียนหรือเกลียดกัน และคิดทำลายกัน, นี่ก็กำลังทำความเข้าใจในระหว่างศาสนา ให้เข้าใจกันก่อน แล้วเรื่องที่ไม่ใช่ทางศาสนา ก็จะเข้าใจกันต่อไป ก็จะไปได้ดี. เรื่องที่ใน



ภายในก็เหมือนกัน จะทำกับผู้ที่อกรร่ำย หรือจะทำกับคนปกติ ก็ต้องทำความเข้าใจกัน; ต้องทำอย่างพลเรือน อย่าเอาอย่างทหาร.

การทำความเข้าใจซึ่งกันและกันยังไม่พอ แม้ว่าเพียงให้ทำส้วมให้เรียบร้อยก็ยังไม่เข้าใจ เรื่องอื่นๆ นั้นมันยากกว่านี้มาก. ตามความเห็นของอาตมาเห็นว่าต้องไปคิดหาทาง หาอุบายที่จะทำความเข้าใจกันให้ยิ่งๆ ขึ้นไป; ในการปกครองลูกบ้านนี้ก็ดี ใน เรื่องอนามัยนี้ก็ดี เรื่องการศึกษาที่ดี อะไรนี้ก็ดี มันต้องอาศัยความเข้าใจอันถูกต้อง แล้วก็อยากสมัครจะทำเอง; ถ้าเป็นเรื่องบังคับก็เหมือนจับปูใส่กระดัง เรื่องนิดเดียวก็กระทบกระทั่งแล้ว. ถ้าเป็นพุทธบริษัทอยู่แล้วละก็ ช่วยบอกกันด้วยว่า พระพุทธเจ้าบัญญัติเรื่องส้วมมาตั้ง ๒๕๐๐ ปีแล้วไว้ย, ถ้าว่าเขาเป็นพุทธบริษัท อุบาสก อุบาสิกาละก็ จงเห็นแก่พระพุทธเจ้าบ้างสิ เรื่องส้วม เรื่องน้ำ เรื่องบ่อ เรื่องอะไรอย่าให้มีปัญหา; พระพุทธเจ้าได้บัญญัติไว้ในวินัยให้ภิกษุทำอย่างดีที่สุด ๒๕๐๐ ปีมาแล้ว.

ถึงแม้ว่าเป็นศาสนาคริสต์นิกาย ถ้าลูกบ้านเป็นคริสเตียน หรือลูกบ้านเป็นอิสลามก็เหมือนกันแหละ ทั้งพระเยซู ทั้งพระนาบีโมหมัด ทั้งนั้นเลย ล้วนมุ่งหมายจะทำเรื่องความสะอาดเป็นข้อใหญ่ มีอยู่มากในคำสอนในวินัยเหล่านั้น. นี่อะไรช่างมาถอยหลังถึงขนาดนี้; เราไปโลกไปหลงเรื่องกิน เรื่องอะไร เรื่องแต่จะทำให้เกิดกิเลสทั้งนั้น. ทีี่เรื่องที่จะทำให้อยุ่มาสุกนี้



ไม่ค่อยเอาใจใส่กัน แกล้งปล่อย แกล้งให้มันเลื่อนๆ เสีย. เหมือนกับว่าธรรมชาติ. ธรรมชาตินี้มันสบาย, นั่งกลางดินมันสบาย ตามธรรมชาติมันสบาย; แต่เราจะมีสุขตามธรรมชาติไม่ได้ละ มันคนละเรื่อง.

นั่งตามธรรมชาตินี้มันสบาย สบายกว่าบนเรือน นั่งนอนตามธรรมชาติสบาย อาตมาชอบตามธรรมชาตินี้ พื้นดินดี แต่อย่าทำให้สกปรกเสีย. พื้นดินดีๆ ถ้ามาเที่ยวถ่ายไปทั่ว มันก็สกปรกหมดแล้ว พอฝนตกมันก็สกปรกหมด แล้วมีเชื้อโรคปากขอบ้างอะไรบ้าง แล้วมันมีกลิ่นเหม็นโช้เหม; อย่าทำลายธรรมชาติที่สบายสะอาดเสีย ทำส่วนให้ดี ทำบ่อน้ำให้ดี มันสบาย; ต้องการเท่านั้นแหละ; ช่วยกันรักษาต้นไม้ธรรมชาติ ป่าไม้อะไรนี้ให้มันเป็นเรื่องอนามัย ถ้ารักนักก็มองไม่เห็นป่าไม้.

ถ้าไม่มีป่าไม้ ก็ตายหมด คนเรา; การที่ชอบป่าไม้ หรือว่า สงวนป่าไม้นี้ ทำตรงตามประสงค์ของพระพุทธเจ้า บอกให้รู้จักด้วย. พระศาสดาทุกองค์ตรัสรู้อยู่ป่าอย่างนี้ ศาสดาพุทธ ศาสดาอิสลาม ตรัสรู้ในป่าทั้งนั้น ไม่เคยตรัสรู้ ในบ้าน ในเมือง ไม่ใช่บนบ้านบนเรือน; ป่ามันมีประโยชน์ทำให้เกิดจิตใจอย่างลึกซึ้ง.

พระพุทธเจ้านั้นประสูติกลางดิน ตายกลางดิน ตรัสรู้กลางดิน อยู่กลางดินทั้งนั้น ไม่มีใครสนใจทั้งเพ; นั่งกลางดินนี้เหมือนนั่งอาสนะของพระพุทธเจ้า. ขอให้ไปอ่านดูพระพุทธประวัติ พระพุทธเจ้าประสูติกลางดิน ประสูติกลางทางเดิน



ขณะกำลังเดินทางจะไปเมืองหนึ่ง ประสูติกลางคืน นี้ก็เรียกว่า เกิดกลางคืน. พอตระสูก็รู้กลางคืน ที่โคนต้นไม้ริมตลิ่งริมฝั่ง แม่น้ำเนรัญชรา ตรัสรู้กลางคืน มีหญ้าคารองนั่งหน้อยเท่านั้น. ถึงเวลานิพพาน ก็นิพพานกลางคืน ไม่ใช่นิพพานบนศาลาหรือบนกุฏิ บนอะไร; ไม่ใช่. นิพพานกลางคืน เกิดกลางคืน ตรัสรู้กลางคืน ตายกลางคืน ทั้งนั้น, แล้วส่วนมากก็อยู่กลางคืน. พระสูตรทั้งหลายที่ตรัสสอนสาวก ก็ตรัสกลางคืน มานั่งคุยก็นั่งคุยกันที่กลางคืน ตามเขาคันคั่วไว้; หรือว่าเมื่อเดินทางเมื่อครั้งไปอินเดีย อาตมาก็ไปดูกุฏิของพระพุทธเจ้า ก็เป็นพื้นดิน; แล้วทำไมจะไม่อยู่กลางคืนเล่า เมื่อกุฏิก็อยู่บนพื้นดินที่บนเขาดิขกฏุมบดี เมืองสาวัตถิมบดี กุฏิของพระพุทธเจ้าอยู่บนพื้นดิน.

เราจะต้องคิดถึงข้อนี้ไว้ คือขอบรรรมชาติให้มากๆ; อย่างที่เรากำลังนั่งอยู่กลางคืนตามธรรมชาติ นั่งกลางคืนที่ไร่นี้ก็ถึงพระพุทธเจ้า นี้ถึงพระศาสดาองค์อื่นๆ ล้วนอยู่กลางคืน ประสูติกลางคืน ตรัสรู้กลางคืน อย่างนี้แล้วปัญหามีไม่มากไม่ต้องคอยปรับเหมือนเขาอื่น. ต้องการมากเกินไป มันก็ต้องหาไม่ทันมันก็เลยโง่ง; นี้เกินพอดี. ทุกอย่างมันต้องอยู่ในลักษณะแค่พอดี ทางร่างกายก็ให้ถูกต้องทางจิตใจก็ให้ถูกต้อง.

ถ้าว่าประชาชนของเรามีความเข้าใจในข้อนี้ข้อเดียวเท่านั้นแหละ จะเบาอกเบาใจกำนันผู้ใหญ่บ้านอีกมาก; ถ้ารักความถูกต้องตามทางศาสนาสอนแล้ว ปัญหาจะเหลือน้อย

ทันที. ถ้าเชื่อตามศาสนาก่อน จะมีความถูกต้องทางกินทางอยู่ ทางรักษาความสะอาด ทางการศึกษาเล่าเรียน ทางความอดกลั้นอดทน ทางทุกอย่างแหละ เกือบจะไม่มีอะไรเหลือเป็นปัญหาเลย; ถึงแม้เรื่องทำมาหากินก็มีสอน ธรรมะทางศาสนาก็มีสอน เรื่องทำมาหากิน, แต่ไม่ใช่ว่าต้องสอนละเอียด เพราะว่าเรื่องนี้ชาวบ้านเขารู้อยู่แล้ว.

ศาสนาก็สอนเรื่องให้มีจิตใจดี ลงมาถึงให้ร่างกายดี เคยได้ยินกันบ้างไหม? เป็นคนไทยหรือเป็นอิสลามก็ตาม; เป็นคนไทยมาบวชต้องเคยอ่านวินัย ว่าถ่ายอุจจาระเบ่งแรง เป็นอาบัติทุกกฎ เคยได้ยินไหม? พระวินัยข้อนี้ หรือใครจำได้บ้าง? ที่ว่าถ่ายอุจจาระเบ่งแรงเป็นอาบัติก็เพราะมันผิดอนามัย แม้ไม่ล้างก็เป็นอาบัติ แต่ถ้าเบ่งแรงเป็นอาบัติเพราะเหตุไร? นั่นแหละเพราะผิดอนามัย มันจะเป็นโรคครีตีสี่ดวงนั้น; การถ่ายอุจจาระพรวดพราดเบ่งแรง จะเป็นโรคครีตีสี่ดวง จะมีเขียนไว้ในวินัยเสรีจว่า ถ่ายอุจจาระห้ามไม่ให้เบ่งแรง. เดี่ยวจะคิดว่า พระพุทธเจ้านี้แกลั้งว่กัถันกอนามัยจะไม่วู้ ท่านเป็นห่วงหมอ.

ข้อความมืออยู่ว่า สัพพโลกติกิจจโก มีอยู่เป็นคำบาลีในพระวินัยปิฎก คือมีพระภิกษุองค์หนึ่ง รักษาอนามัยดี สบายดี กล้าหาญดี สรรเสริญพระพุทธเจ้าว่าทรงเป็นนายแพทย์ผู้เยียวยาโรคของสัตว์โลกทั้งปวง ภิกษุรูปนี้ว่า พระพุทธเจ้าเป็นนายแพทย์ ผู้เยียวยาโรคของสัตว์โลกทั้งปวง สัพพโลกติกิจจโก



มหากรุณิก สตุธา - พระศาสดาของเรามีกรุณาใหญ่หลวง เป็นนายแพทย์ผู้รักษาโรคของสัตว์โลกทั้งปวง.

พระพุทธเจ้าทรงเป็นนายแพทย์ คิดดู; ก็มีเรื่องสัวม เรื่องอะไรมีมากกว่า เดียวนี้เสียอีก มันแน่นอนละ สมัยนั้นต้องใช้ล้างแน่นอน. ศาสดาทุกศาสนาย่อมบัญญัติเรื่องนี้แหละ เพราะมันไม่สะอาด เครื่องมือทำความสะอาดสมัยโน้นไม่มี; สมัยนี้อาจจะเปลี่ยนแปลงได้ ถ้ามีสิ่งใดมาใช้แทนน้ำได้ และสะอาดเหมือนกัน ก็ใช้ได้ดี; ไม่ใช่ถือตามตัวอักษรไปเสียหมด แต่ว่าเมื่อถ่ายอุจจาระเสร็จแล้ว จะต้องทำความสะอาดถึงที่สุด. นี่เป็นเรื่องอนามัย.

แล้วท่านยังตรัสว่า ถ้าพุทธบริษัทถือธรรมะในศาสนา กันให้ครบตามหน้าที่ของตัว ปัญหาที่เกือบจะหมด ปัญหาทางการปกครองก็ดี ทางการศึกษาก็ดี ทางอนามัยก็ดี การอะไรทั้งหมด มันเกือบจะหมดปัญหาไปเลย. ที่นี้ต่างก็นับถือศาสนากันอยู่แล้ว ก็ลองหันมาสนใจปฏิบัติทางศาสนาไม่ดี หรือ ?

ขอให้กำนันผู้ใหญ่บ้านช่วยกันพยายามทำให้ประชาชนสนใจปฏิบัติตามศาสนากันให้มากขึ้น นั่นแหละ ปัญหามันจะหมดไปมากทีเดียว ถึงแม้จะเรื่องสัวมนี่ก็จะพูดกันง่ายขึ้น; ของพระพุทธเจ้าทำไว้ดี ว่าไว้ชัดเจน ถ้านับถือพระพุทธเจ้าก็ต้องทำตาม. เรียกกลับมา นับถือพระพุทธเจ้ากันเสียใหม่ให้ถูกต้อง แล้วทุกๆ อย่างมันจะเป็นไปด้วยดี : การทำมาหากินก็ดี

การศึกษาก็ดี การเล่าเรียนก็ดี การอยู่เป็นหมู่เป็นสังคมก็ดี มันจะดีขึ้นมาทั้งทางจิตทั้งทางร่างกาย ทั้งทางร่างกายทั้งทางจิต มันสัมพันธ์กันไป.

นี่เรียกว่าเราพูดกันเรื่องพิเศษ เรียกว่านอกหลักวิชา ตามรายการที่เขามีสมาทางราชการ นี่พูดว่าจะต้องรู้ถึงกรวากของเรื่องนี้ เรื่องมันอยู่ที่จิตใจ ถ้าจิตใจมันดีอะไรมันก็ดี ดีทุกอย่าง.

อาตมาก็พูดแต่อย่างนี้ แล้วก็อยากให้ทุกคนรู้ว่าในฐานะเป็นพุทธบริษัท หรือว่า ศาสนาคริสต์ อิสลามอะไรก็ตาม ศาสดาเขาต้องการอย่างนี้ ทีนี้ เราทำตนเป็นลูกศิษย์ของพระ ศาสดาให้ถูกต้องมากขึ้นเท่านั้น แล้วปัญหามันหมด. นี่มันมีปัญหาลงไปทุกด้าน ทุกด้าน ทุกด้าน หลายๆ ด้าน ก็แก้ไม่ไหว มันมากด้านนัก; นี่ถ้าว่า รู้จักหวั่นเกรงของมันก็แก้มันตรงนั้นทีเดียว ตรงอื่นมันก็พลอยหมดนั้นแหละ.

ที่สวนโมกขณี มุ่งหมายจะแก้ หัวใจ คือเรื่องทางจิตทางวิญญาณ; ที่ทำไว้ที่ต่างๆ ทั่ววัดนี้ เพื่อว่าคนเข้ามาในวัดนี้แล้ว จะเกิดความเข้าใจเรื่องในทางจิตใจ; และสำคัญที่สุด ให้ใจมันดีให้มันถึงความสงบสุขตรงนี้ ตรงที่นั่งตรงนี้แหละ สบายดีไม่ต้องมีอะไรสักนิดเดียว ไม่ต้องมีอะไรมาบำรุงบำเรอ มันก็สบาย. เพราะเหตุอะไร? มันอยู่ที่จิตใจ.

ขอให้เราเห็นแก่จิตใจมากสักนิด อย่าเห็นแก่ร่างกายให้มาก; ถ้าเห็นแก่ร่างกาย ไม่เท่าไรก็ทำชั่ว. ถ้าเห็นแก่จิตใจมัน



ไม่มีโอกาส ไม่มีทางที่จะทำชั่วเพราะจิตใจมันไม่ต้องการอะไรมากมาย มันต้องการแต่ความถูกต้องอย่างเดียว. เวลานี้ประชาชนจะเป็นโรคเส้นประสาทกันเสียทั้ง ๑๐๐ เปอร์เซนต์แล้ว, ระวังให้ดี ๆ เอะ มันทำจิตใจไม่ถูก แล้วกำหนดจะปกครองไหวหรือ ? ปกครองคนที่เป็นโรคเส้นประสาทกันทั้งบ้านทั้งเมือง มันจะไม่ไหว, พุดกันไม่รู้เรื่อง.

ทำให้เขาปฏิบัติให้ถูกต้องทั้งกายทั้งใจ โดยเฉพาะทางศาสนา คนจะไม่เป็นโรคประสาทมากขึ้น มันเป็นที่จำเป็นก็ต้องเป็น. คนเขาไม่รู้จักรอกนามัยทางจิตใจนี่มันสำคัญ, โรคประสาทมันเป็นก็เพราะว่า มีความโลภ ความโกรธ ความหลง มากเกินไป ตลอดเวลานั้นแหละ; จิตอย่างนี้มันเป็นกันทุกคน.

โรคเส้นประสาทมันทรมาณเมื่อเป็นเข้าแล้ว เนื่องจากมีความโลภ ความโกรธ ความหลง ติดต่อกันอยู่ตลอดเวลา และนานเกินไปก็ต้องเป็นโรคเส้นประสาท; อย่างน้อยมีความหลงคือ วิตกกังวล ติดต่อกันนานก็ต้องเป็นโรคเส้นประสาท เพราะไม่รู้จักรกบัดเป้าให้จิตใจไม่วิตกกังวล. เมื่อมานั่งตรงนี้จิตใจมันเกลี้ยง ถ้าไม่เกลี้ยงจะไม่รู้สึกสบาย; ถ้าใครมานั่งตรงนี้รู้สึกสบาย ต้องเป็นที่แน่นอนว่าหัวใจมันเกลี้ยง มันเกลี้ยงจากความโลภ ความโกรธ ความหลง ไปพักหนึ่ง แล้วมันสบาย.

ที่นี้ ถ้ามีโลภ โกรธ หลง ตลอดวันตลอดคืน เนื้อๆ อ่อนๆ เรื่อยๆ หลายๆ คื่น หลายๆ เดือน หลายๆ ปี ก็ต้องเป็น

โรคเส้นประสาท; นี่ก็เรียกว่าอนามัยทางจิตมันเสียไปแล้ว ทำผิดแล้ว ก็ต้องเป็นโรคเส้นประสาท นับว่าก็ต้องบ้า, หรือบางทีมันฆ่าตัวตายโดยไม่ต้องบ้าก็ได้ เพราะทำอะไรไม่ถูกขึ้นมา. เดียวนี้มันฆ่ากันง่ายๆ ไม่มีเหตุผลที่จะต้องฆ่าก็ฆ่ากันง่ายๆ, แล้วไม่มีเหตุผลที่จะต้องฆ่าตัวเอง มันก็ฆ่าตัวเองง่ายๆ; นี่มันเป็นเรื่องอนามัยทางจิต ทางวิญญาณเสียหมดแล้ว ทางร่างกายมันก็เสียตาม ปัญหาเหล่านี้มีมากแก่ผู้ปกครอง กำหนาก็ดี ผู้ใหญ่บ้านก็ดี หรือว่านายอำเภอ ผู้ว่ากรกดี มันจะลำบากเรื่องนี้แหละ; เรื่องประชาชนพลเมืองไม่มีจิตใจสมประกอบ.

นี่เรามุ่งหมายจะพูดกันในเรื่องอนามัยทางกาย ก็พูดกันไปแต่เรื่องทางกาย มีทางจิตบ้างเพราะเกี่ยวเนื่องกัน แล้วยังมีเรื่องอื่นอีกที่มันเนื่องกัน; แต่ผลสุดท้ายนั้นมารวมอยู่ที่เรื่องเดียว ว่าต้องปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักของศาสนา ให้เกิดความพอดี; ความพอดีคือหัวใจของศาสนา.

เมื่อนั่งตรงนี้ได้ความรู้สูงสุดสักข้อหนึ่งไม่ได้หรือ ? ข้อเรื่องที่ว่าตักกัณฑลัตถุ - ของกูเข้ามา เราก็เป็นทุกข์ จิตใจกระวนกระวายแล้ว พอเราไม่มีจิตใจกังวลเรื่องตักกัณฑลัตถุ - ของกู เราก็สบาย อย่างนี้ก็สบายแล้ว; นี่แหละ ธรรมะทั้งหมดในพระคัมภีร์ ไม่มีกิเลส ว่างจากกิเลส ไม่ยึดมั่นถือมั่นชั่วขณะหนึ่งแล้ว ก็มีความสุขชั่วขณะหนึ่ง.

ฝนจะตกแล้ว. นั่งตรงนี้ก็ดี ที่อื่นก็ดี ตั้งใจจะสอนเรื่องนี้



ทั้งเพ. ภาพทั้งหมดในตึกนั้น ก็ตั้งใจจะสอนเรื่องนี้ สอนเรื่อง  
ไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าตัวกู - ของกู แล้วตรงโน้นมีสระ มีมะพร้าว  
ต้นหนึ่งเห็นหรือไม่? ทุกคนแหละเคยเห็นและเคยจำติดตา  
แล้วมีประโยชน์. ต้นมะพร้าวอยู่ตรงนั้นแล้วที่นั่นไม่ใช่ น้ำ;  
มะพร้าววนาพิเกร์ ต้นเด็วโนเน่ กลางทะเลซี้ฝั่ง ผนตกไม่ต้อง  
ฟ้าร้องไม่ถึง กลางทะเลซี้ฝั่ง ถึงได้แต่ผู้พันบุญ. ต้นมะพร้าว  
เขาหมายถึง นิพพาน น้ำ เขาหมายถึง วัฏฏสงสาร คือ เวียน  
ว่ายตายเกิด, เด็วดี เด็วชั่ว เด็วบุญ เด็วบาป เด็วสุข  
เด็วทุกข์.

นิพพานคือขึ้นพ้นไปเลย มันจึงไม่สุข ไม่ทุกข์ ไม่ได้ไม่ชั่ว  
ไม่บุญไม่บาป นั่นนะคือไม่ทุกข์. จำภาพต้นมะพร้าวติดตา มัน  
จะได้เตือนเวลาที่เกิดยุ่งยากใจ. มะพร้าวนั้น ผนตกไม่ต้อง  
ฟ้าร้องไม่ถึง คือมันไม่มีความทุกข์ไปถึงนิพพานได้; ความสุข  
ความทุกข์มันอยู่แต่ในน้ำ ใน วัฏฏสงสาร - ทะเลซี้ฝั่ง ทะเลซี้-  
ฝั่งนั้นเด็วเป็นน้ำเหลว เด็วเป็นของแข็ง พอร้อนเป็นน้ำเหลว  
พอเย็นเป็นของแข็ง; ทะเลซี้ฝั่งมันเวียนว่ายขึ้นลงๆ ขึ้นลงๆ.

อาตมาอุตุส่าห์ทำสระนั้น ลงทุนหลายสตาจค์กว่าจะ  
เกิดสระนั้น ไม่ใช่มันเป็นอยู่เอง. มันต้องทำเช่นเดียวกับภาพ  
ต้องเขียนต้องทำขึ้นด้วยเจตนา จะทำสระให้มีมะพร้าวต้นหนึ่ง  
อยู่กลางสระ ให้คนมาแล้วดูติดตากลับไป, ให้จิตใจที่มีความ  
สุขมันอยู่ได้กลางความทุกข์. ความดับทุกข์มันอยู่ตรงกลาง  
ความทุกข์นั้นแหละ อย่าไปหาที่อื่นเลย; พอเราทำจิตผิต มัน



เป็นทุกข์ทันที, พอเราทำจิตถูกมันก็ไม่เป็นทุกข์ทันที; ตรงนั้นแหละ ตรงแห่งเดียวกันนั้น ที่เดียวกันนั้น ให้รู้จักแก้ปัญหาตรงนั้นเอง.

เย็นที่สุดอยู่กลางเตาหลอมเหล็ก เตาหลอมเหล็กมันร้อนจัด ถ้าเราดับได้มันเย็นที่สุดเลย; ตรงอื่นมันร้อนน้อย ถ้าดับได้มันก็เย็นน้อย, ตรงไหนร้อนมากดับได้มันก็เย็นมาก. ถ้าเป็นวิญญูสงสารละก็ต้องดับทุกข์ แล้วก็ไปนิพพานไปตรงนั้นแหละ; อย่าไปแยกกันเสียให้ไกล มันจะหาไม่พบ. ฉะนั้นเราดับทุกข์อยู่กับบ้าน; ถ้าดับแล้วตัวก็จะไม่รู้จักรับกัน, ความทุกข์อยู่ที่ตรงไหน ก็ต้องดับที่ตรงนั้น ต้องการจะสอนอย่างนี้.

เรื่องศาสนา มันก็ยังคงจะเข้าใจผิดกันอยู่ตอนนี้ แยกไปไว้คนละทาง พระพุทธเจ้าตรัสไม่เหมือนกับที่ตัวเราพูด, เราพูดว่าสวรรค์อยู่บนโน้น นรกอยู่ใต้ดินไม่ใช่หรือ? ที่ว่าสวรรค์อยู่ข้างบนโน้น ทีนี้เขาไปเที่ยวค้นจนทั่ว เขาไปทั่วแล้วก็ไม่เห็นสวรรค์กันสักที. มันหาข้างบนไม่ มันไม่มีทั้งข้างล่าง เพราะว่ามันกลม ข้างบนคือมันออกไปจากส่วนกลาง ข้างล่างเข้าไปหาศูนย์กลางคือแผ่นดิน.

พระพุทธเจ้าตรัสว่า สวรรค์อยู่ที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นรกก็อยู่ที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ. พระพุทธเจ้าพูดก็พูดอย่างนี้มีข้อความในพระบาลี สวรรค์อยู่ที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นรกก็อยู่ที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ; ทำให้ถูกต้องนั้นแหละ. ถ้าทำถูกก็เป็นสวรรค์ ทำผิดก็เป็นนรกตรงนั้นนั่นแหละ, เล่นเอานรก



ไว้ทางโน้น เอาสวรรค์ไว้ทางนี้ นี่มันทำไม่ถูก. ปู่ยาตายายก็พูดไว้ดีแล้ว สวรรค์ในอก นรกในใจ นี่ถูกมาก, สวรรค์อยู่ในอก นรกอยู่ในใจนี้. แต่พระพุทธเจ้ายังพูดดีกว่านั้น ว่าอยู่ที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ. ๖ อย่างนี้เท่านั้น จะเป็นนรกขึ้นมาเมื่อใดก็ได้ เป็นสวรรค์ขึ้นมาเมื่อใดก็ได้ แล้วแต่จะทำถูกหรือทำผิด.

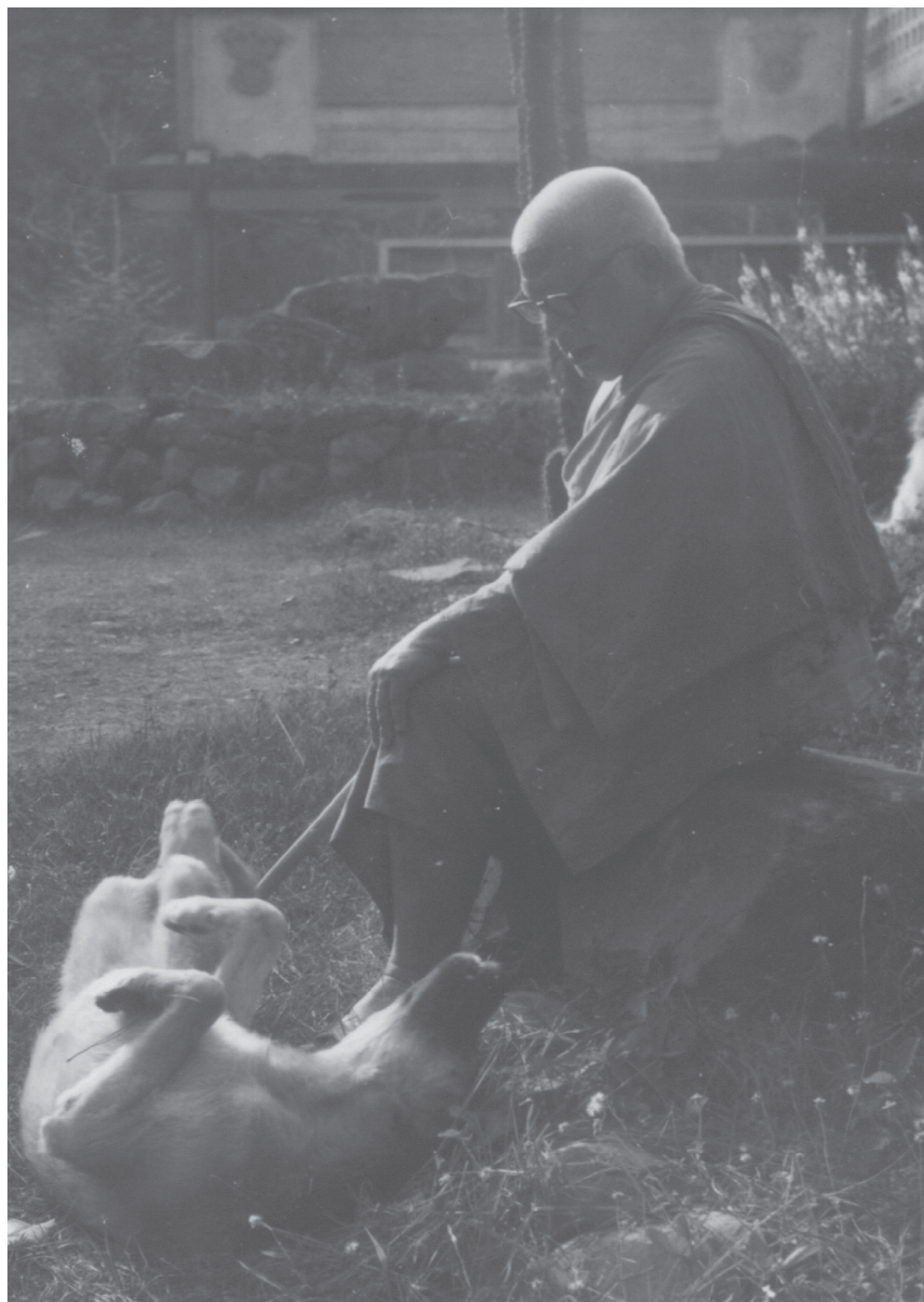
สอนอย่างพระพุทธเจ้าทำให้คนเชื่อกรรม และมองเห็นว่าทำได้ ปฏิบัติได้ จะตกนรกกันจริงๆ ก็ได้ จะได้สวรรค์กันจริงๆ ก็ได้; เป็นอย่างนี้ไม่ม่งมาย ก็นับว่าดีแล้ว ทำให้ใจคอปกติ. ใจคอปกติหมายความว่าจิตใจดี อนามัยทางจิตดี อนามัยทางกายก็ดี แล้วเราก็ทำอนามัยทางวัตถุให้ดี ก็แปลว่าดีหมดแล้ว, ทางใจดี ทางกายดี วัตถุเครื่องอยู่ที่อาศัยดี ก็ดีหมด นี่มันเป็นอนามัย, ก็ต้องให้ดี ๓ ดี. ต้องให้ร่างกายอนามัย เกี่ยวกับ วัตถุก็ให้ดี เกี่ยวกับ ร่างกายก็ให้ดี เกี่ยวกับ จิตใจก็ให้ดี ก็รู้เท่านั้น; ถ้าไปศึกษาเล่าเรียนก็รู้เท่านั้น. จะพูดให้ฟังได้เพียงเท่านั้น เพราะรู้เท่านั้น.

ขอให้ทุกๆ คนสำเร็จประโยชน์ในการที่มาที่นี่ ให้ได้ความรู้ ให้ได้ความเข้าใจ ให้ได้แสงสว่าง ไปปฏิบัติหน้าที่ของตนให้มีความเจริญก้าวหน้าทุกทิพารাত্রีกาลเทอญ.

เวลานี้เท่านั้นต้องยุติ.







# ภาคผนวก



## ๑. คนธรรมดา เป็นคนไข้ของอวิชา

เมื่อเราพูดถึงโรครทางวิญญาณแล้ว ทุกๆ คนก็เป็นคนไข้หมด เว้นแต่พระอริยเจ้า ปุถุชนคนธรรมดาสามัญ ซึ่งยังไม่ใช่เป็นพระอริยเจ้าก็เป็นคนไข้ทั้งหมด เป็นพระอริยเจ้าก็เริ่มเป็นคนหายโรค จนกระทั่งหายเด็ดขาด คือเป็นพระอรหันต์.

ในที่นี้ เราจะพูดกันอย่างในฐานะคนธรรมดาสามัญที่เป็นคนไข้ เป็นคนมีโรคด้วยกันทั้งนั้น, ดังนั้นเราจะเรียก คนไข้ทั้งโลกนี้ ว่า เป็นคนไข้ของอวิชา, คุณควรจะทำวิธีนี้ไว้ว่า “เป็นคนไข้ของอวิชา”.

อวิชา เป็นภาษาบาลี อวิชา เป็นภาษาไทย. ถ้าเรายังเป็นคนธรรมดาก็หมายความว่า เรายังมีอวิชา ถ้าเราเป็นคนผิดธรรมดา ก็หมายความว่า เหนือธรรมดาสูงไปกว่าธรรมดาก็เป็นคนมีวิชา, วิชานี้มีรากศัพท์เดียวกับ เวชชี หรือ เวชช หรือ เวชชกมม ซึ่งแปลว่าหมอ มาจากคำว่า “ผู้รู้” คือรู้ในสิ่งที่มนุษย์ควรจะรู้หรือพอจะรู้หรือพอจะหากินได้.

วิชา แปลว่า ความรู้ เวชช ก็แปลว่า ผู้มีความรู้ พวกผู้มีความรู้, แล้วแต่จะไปอยู่ในรูปของเอกวจนะ หรือพหุวจนะ. แต่ความรู้นี้ไม่มุ่งหมายเฉพาะรู้เรื่องดับทุกข์, มันรู้ทั่วไปก็ได้. ฉะนั้นเราเอาคำว่า ผู้เชี่ยวชาญสัตว์โลกทั้งปวงนี้ดีกว่า เพราะแน่นอนว่า เป็นผู้มีความรู้ชนิดที่จะดับความทุกข์ของโลกได้.



วิชา ตัวนี้ควรจะเขียนให้ ช. สองตัวซ้อนกันอยู่เสมอ มันจะได้ผิดแปลกแตกต่างออกมาเสียจากคำว่า วิชา ในภาษาไทย, วิชาเลข วิชาการฝีมืออะไรก็ตาม อย่างนั้นมันไม่ใช่ วิชา ในที่นี้ ซึ่งรู้เรื่องความดับทุกข์ จนดับทุกข์ได้.

สัตว์โลกทั้งปวงเป็นคนไข้ของอวิชา อวิชา คือ ภาวะที่ปราศจากวิชาแม้จะรู้แต่รู้ผิดก็เรียกว่าปราศจากวิชา, ไม่รู้เสียเลยก็เรียกว่าปราศจากวิชา. ต่อเมื่อได้รู้เรื่องนี้อย่างถูกต้องถึงขนาดที่รู้ด้วยใจจริงอยู่ในใจ เป็นความรู้สึกของใจ เป็น intuition รู้สึกอยู่ด้วยใจจริงๆ; อย่างนี้จึงจะเรียกว่าวิชาในที่นี้.

ถ้ารู้เพราะท่องจำ หรือจดไว้ นี้ก็ยังไม่ใช่วิชา อย่างเราจะมีพระไตรปิฎกซึ่งจะซื้อมาเมื่อไรก็ได้ มันก็ยังไม่มียุทธศาสตร์ขึ้นมาได้ แม้จะอ่านจนทั่วถึงตลอดพระไตรปิฎก แต่ถ้าไม่รู้ซึมซาบถึงความทุกข์ ความดับทุกข์ มันก็ยังไม่มียุทธศาสตร์. เพราะฉะนั้นการที่พวกคุณอุตสาหะจดจำ หรือจำจดใส่สมุดลงไปนี้ ก็ยังไม่แน่ว่าจะมีวิชา มันต้องเอาไปกระทำให้ปรากฏแจ่มแจ้งในความรู้สึก จนจิตใจเปลี่ยนแปลง แล้วจึงจะเรียกว่า เริ่มมีวิชา.

เราจะพูดกันถึงคนไข้ของอวิชา ก็คือคนไข้ของไม่ความรู้ หรือปราศจากความรู้ที่ถูกต้อง นี้เรียกว่าเป็นคนไข้ของอวิชาไปหมด. วิชา คือ ความรู้ตามหลักในพระพุทธศาสนา นี้หมายถึงความรู้เรื่องความดับทุกข์ หรือ แก่ไขความทุกข์ อย่างที่เป็นคุณบทของพระพุทธองค์ที่ว่า : เป็นนายแพทย์ผู้



เยียวการรักษาโรคของโรคทั้งปวง. ต้องรู้จักการรักษาเยียวยาโรคนั้นให้หายไป แล้วรู้จักความหมายของโรคนั้น คือไม่มีทุกข์แล้ว อย่างนี้เรียกว่ามีวิชา.

ธรรมโฆษณ์ของท่านพุทธทาส, เดกัจฉกธรรม, ลำดับที่ ๑๗.ง บนแถบพื้นที่สีแดง, เรื่องที่ ๒, สัตว์โลกที่เป็นคนไข้ของอวิชชา, แสดงวันที่ ๓๑ มีนาคม ๒๕๑๔, หน้า ๓๑-๓๒.

## ๒. โรค ๓ อย่าง

การเป็นโรคนั้น เราอาจจะจำแนกให้สิ้นเชิงได้โดยจัดเป็น ๓ ประการด้วยกัน คือการเป็นโรคทางกาย ทางร่างกาย ซึ่งเราเห็นกันอยู่ทั่วไป นี้อย่างหนึ่ง. ที่สูงขึ้นไปกว่านั้นอีกชั้นหนึ่ง ก็คือการเป็นโรคทางจิต ที่นี้เราลองคิดกันดูว่าจะมีโรคอะไรอีกใหม่ ที่สูงไปกว่าโรคทางจิต ? ถ้าเข้าใจความซึ้งนี้จะได้มาก. ในบัดนี้ ตามทางธรรมหรือทางปรัชญาที่เกี่ยวกับศาสนา ได้มีการบัญญัติคำขึ้นใช้อีกคำหนึ่ง ซึ่งเป็นคำสำหรับเรียกโรคในทาง ซึ่งเราเรียกกันไปทีก่อนว่า ทางวิญญาณ. อาตมาเองก็ยังไม่ทราบว่าจะใช้คำว่าอะไรดี. โรคทางกายนั้นคงใช้คำว่า Physical Disease โรคทางจิตก็คือ Mental Disease ต่อมาถึงโรคประเภทสุดท้ายนี้ เรียกว่า Spiritual Disease. คำนี้ ตามธรรมดาหรือถ้าเป็นคนธรรมดา ก็มักจะเข้าใจไปว่า เป็นเรื่องผี



เรื่องสาง หรือเรื่องอะไรทำนองนั้น, แต่ความจริงนั้น Spiritual Disease นี้ มิได้หมายถึงโรคเกี่ยวกับผีสางอะไรทำนองนั้นเลย. มันหมายถึงโรคที่เกี่ยวกับกิเลสแผลดเผา! ถ้าจะชี้ที่ตัวจริงของโรคนี้ก็คือ ความทนทรมานทางจิตที่เกิดมาจากกิเลส. แต่โรคนี้ปรากฏทางจิตหรือวิญญาณล้วนๆ ซึ่งตรงกับคำว่า Spiritual. ซึ่งสูงไปกว่าคำว่า Mental. เพราะคำว่า Mental นั้น กระเดียดไปทางเกี่ยวพันกับ Physical อยู่มาก โรคทางกายคือความเจ็บไข้ทางกาย, โรคทางจิต ก็คือความป่วยในทางจิต, แต่โรคทางวิญญาณ นี้ยิ่งไปกว่านั้น; แม้ไม่ป่วยทางกาย ไม่ป่วยทางจิต แต่ถ้ายังมีกิเลสต้นหาวิชชาอยู่แล้ว ก็ถือว่าเป็นคนป่วยในทาง Spirit หรือวิญญาณ ๑ อยู่ด้วยกันทุกคน วิชาคือความไม่รู้ ต้นหาคือความอยาก อุปทานคือความยึดมั่น เหล่านี้เป็นเครื่องทำให้คนเรตกอยู่ในสภาพของความป่วยในทางวิญญาณ. สิ่งนี้ยิ่งไปกว่าความป่วยทางจิต.

คำว่าจิต หรือวิญญาณนี้ ออกจะปนกันยุ่ง ฉะนั้นอย่าไปยึดถือถ้อยคำนัก, ขอให้ยึดถือกิริยาอาการที่เกิดขึ้นจริงๆ ก็แล้วกัน; ถ้าป่วยทางกายก็ไปรักษาพยาบาลที่โรงพยาบาลทั่วๆ ไป, ถ้าป่วยทางจิต ก็ไปโรงพยาบาลพิเศษ เช่นที่ปากคลองสาน เป็นต้นโดยเฉพา. แต่ถ้าเป็นทางวิญญาณ หรือ Spiritual แล้ว ก็ต้องไปหาโรงพยาบาลของพระพุทธเจ้าโดยตรง อย่างนี้เป็นต้น. ถ้าเราเข้าใจว่าโรคของคนทุกคน มีอยู่เป็น ๓ ชั้นดังนี้แล้ว เราก็จะรู้จักอานิสงส์ รู้จักประโยชน์ รู้จักความสำคัญ

ของพระพุทธศาสนายิ่งขึ้นทันที. เมื่อเป็นดังนี้ เราจะเห็นได้ว่าการที่จะแก้ปัญหาในการเป็นโรคทางวิญญาณนี้ มันเหลือวิสัยที่ศีลธรรมสากลทั่วไป จะช่วยแก้ไขได้ ต้องอาศัย

๑. คำว่าวิญญาณโดยทั่วไป ตรงกับคำว่า Consciousness. ที่ตรงกับคำว่า Spirit เป็นคำพิเศษของฝ่ายพวกที่ถือว่า มี เจตภูต หรือตัวตน, มิใช่ศัพท์ทางพุทธศาสนาโดยตรง พุทธศาสนาปฏิเสธตัวตน ทำนองนั้น. หลักธรรมในพระพุทธศาสนา ในส่วนที่เป็นขั้นสูง คือส่วนที่สามารถจะกำจัดกิเลสตัณหาได้จริงๆ เท่านั้น เป็นเครื่องเยี่ยวยารักษา. นี่แหละ จะทำให้เราสนใจในตัวพุทธศาสนายิ่งขึ้น : เราจะมองเห็นความที่ศาสนาหรือพุทธศาสนามีสภาพอยู่เหนือกว่าศีลธรรมสากลทั่วไป. ดังที่กล่าวมาแล้วในข้างต้นว่า ใจความสำคัญของพระพุทธศาสนานั้น คือวิชาและระเบียบปฏิบัติจนเกิดความรู้อันถูกต้องว่าอะไรเป็นอะไร ถ้ารู้ถูกต้องแล้ว อย่างน้อยก็รู้ว่าสิ่งทั้งปวงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา; ใครไปยึดถือว่าเป็นตัวตน หรือของตน เข้า มันก็เป็นความทุกข์; แม้ที่สุดแต่ใครไปหลงใหล หลงรัก หลงซัง มันเข้า ก็เป็นความทุกข์; เราเรียกความทุกข์ หรือความทรมานอันนี้เองว่าเป็นโรคทางวิญญาณ, ซึ่งสัตว์กำลังเป็นกันอยู่ทุกรูปทุกนาม.

ธรรมโฆษณ์ของพุทธทาส, ตูลากาธิกธรรม เล่ม ๑, ลำดับที่ ๑๖ บนแถบพื้นสีแดง,  
คำบรรยาย ตูลากาธิกธรรม ครั้งที่ ๓/๒๕๔๙ เรื่อง อุปทานสี่  
พระอริยวินัย (พุทธทาส อินทปัญโญ)บรรยายอบรมผู้ที่จะเป็นผู้พิพากษา  
ณ ห้องบรรยาย ของ เนติบัณฑิตยสภา, ๗ พฤษภาคม ๒๕๔๙. หน้า ๕๐-๕๒



### ๓. ทางวิญญาณ

การบัญญัติคำว่า “ทางวิญญาณ” นี้บัญญัติเฉพาะเพื่อให้ทำความเข้าใจในหมู่พวกเรา.

เราเปรียบเทียบกันอยู่ ๓ ชนิดคือ ทางร่างกาย ทางจิต และทางวิญญาณ; ไม่ได้ถือตามคำที่เขาใช้ในวิชาความรู้ของศาสตร์อื่น หรือที่เป็นสากลสมัยนี้, เพราะว่าเขาไม่มีทางวิญญาณ. ความหมายของพวกเรามีแต่ในทางศาสนาเท่านั้น; ในศาสนาทั่วไป จิตวิทยาทั่วไป นั้น ไม่มีคำว่าทางวิญญาณ.

ถ้าจะถือตามหลักที่ใช้กันอยู่ ถ้อยคำที่ใช้กันอยู่ พอดีเปรียบเทียบได้ : ทางกาย คือทางวัตถุหรือ Physical, ทางจิต หรือ Mental, และทางวิญญาณ หรือ Spiritual; เรื่อง Spiritual ถูกตัดออกไป ไม่รวมอยู่ในวิชาความรู้ที่ชาวโลกเขาชวนขวายกันอยู่ ทั้งในทางวิทยาศาสตร์ ในทางจิตวิทยา หรือแม้ในทางปรัชญาฝ่ายตะวันตก. แต่ตัวจริง หรือเรื่องจริง หรือของจริง มี ๓ อย่าง; มิใช่มี ๒ อย่าง.

ถ้าหันมาทางภาษาบาลีก็ไปอีกทางหนึ่ง ที่จะพูดถึงแต่เรื่องทางกาย-ทางจิต เท่านั้น. ในทางจิตของภาษาบาลี คือทางวิญญาณ; ส่วนทางกายหมายถึงทาง Physical และ Mental รวมกัน; ส่วนทางโลกเรียก Mental Physical ก็เลยไขว้กันยุ่งไปหมด. เราจึงต้องเอาตามสะดวกของเรา ที่ว่ามีทั้งทางกาย ทางจิต และทางวิญญาณ.

เพื่อเข้าใจได้ง่ายๆ ทันที จะใช้วิธียกตัวอย่างไว้เป็น เครื่องเปรียบเทียบเพื่อจำง่าย ด้วยเรื่องโรค : ในขั้นแรกปัญหา โรคทางร่างกายแท้ๆ เรียกว่า โรคทางกายมีการบำบัดทางฟิสิกส์ บางทีก็หายไปได้. ขั้นที่ ๒ โรคทางระบบประสาทเกี่ยวกับ พฤติของจิต ของสมอง Mental นั้น ต้องมีวิธีอย่างอื่น ซึ่งเรา เรียกกันว่า วิธีเกี่ยวกับโรคจิต ต้องจัดโรงพยาบาลขึ้นโดยเฉพาะ เรียกว่าโรงพยาบาลโรคจิต, ปัญหาส่วนนี้เรียกว่า ปัญหาโรคทางจิต, แต่พอถึงขั้นที่ ๓ เรียกว่าโรคทางวิญญาณ.

โรคทางวิญญาณนี้ หมายความว่าคนที่ไม่ป่วยเลย ทั้ง ทางกายและทางจิต, ไม่ไปโรงพยาบาลทั้งทางกาย และไม่ไป โรงพยาบาลทั้งทางโรคจิต, มีปัญญาที่มีการศึกษาดีมีทรัพย์สมบัติ มีเกียรติยศชื่อเสียง; แต่เป็นโรคทางวิญญาณ, โดยเฉพาะก็คือความโกรธความหลงขึ้นมา มันก็แผดเผา หรือทิ่มแทงทางจิตใจของบุคคลเหล่านั้น; อย่างนี้ทางศาสนาเรียกว่า เป็นเรื่องทางวิญญาณ เป็นโรคทางวิญญาณเป็นปัญหาทาง วิญญาณ.

โรคทางวิญญาณนี้ถือว่าเป็นกันทุกคนในหมู่ปุถุชน, ขึ้น เชื่อว่าปุถุชนแล้วก็เป็นกันทุกคน เป็นโรคทางวิญญาณ; ส่วน โรคทางกายหรือทางจิตนั้นเป็นบ้างบางคนเป็นบางครั้งบาง คราว ไม่เป็นทุกคนและตลอดกาลเหมือนโรคทางวิญญาณ. คำว่า “โรค” มีทั้งทางกาย ทางจิต และทางวิญญาณ; แล้ว ปัญหาอื่นๆ ก็มีครบหมด, แม้พูดว่าความสุขก็เป็นความสุข



ทางเนื้อหนัง, ความสุขทางจิตก็คือที่ได้อย่างออกอย่างใจ, ความสุขทางวิญญาณนั้นคือความสงบ ความสะอาด ความสว่าง. ลำพังความสุขทางจิตนั้น คือความลุ่มหลงอยู่ในสุขเวทนา; สุขเวทนานั้นก็เป็นเครื่องเบียดเบียนทำให้เกิดตัวกู-ของกูอยู่ตลอดเวลา. ถ้าเป็นความสุขทางวิญญาณ ก็หมายความว่าหมดกิเลส มีความสุขสงบตามแบบของการหมดกิเลส, นี้เรียกว่าเป็นความสุขทางวิญญาณ. ขอให้ใช้หลัก ๓ ชั้นอย่างนี้เสมอไป.

ศาสนาคริสต์เรียน ศาสนาพราหมณ์ประเภทเวทานตะนี้ เขาใช้ spiritual นี้กันทั้งนั้น, สูงไปจาก Mental. แต่แล้วนักเขียน นักพูด นักแปล ก็ตาม ที่ยังไม่คุ้นเคยกับเรื่อง Spiritual นี้เขาเอาคำ Mental มาใช้กับทางวิญญาณ. ฉะนั้นคำบรรยายหรือปาฐกถาทิ้งปวงที่พูดถึงเรื่องวิญญาณ ฝรั่งบางคนแปลเป็น Mental ไป. เราก็มองเขาไม่ได้ เพราะเขาตีความหมายของเขาอย่างนั้น, เขามีความหมาย ๒ อย่างเท่านั้น.

อีกคำหนึ่งซึ่งทำความสับสนมากที่สุดคือ Moral ที่แปลว่า ศีลธรรม บางทีเอาใช้แทนคำ Spiritual ก็มี; ในหนังสือบางประเภท หรือพูดโดยทั่วไป ที่พูดคลุมหมดอย่างนี้ เรียกว่าทาง Moral. ขอให้รู้ไว้อย่างหนึ่งเถิดว่า มีความหมายอย่างเดียวกับทางวิญญาณ คือไม่ใช่ทางวัตถุก็แล้วกัน. รู้สึกว่าคำมันยุ่ง; เพราะหลายพวกหลายแขนงวิชาปนๆ กันไป, เพราะเรียนกันมาคนละอย่าง. เราต้องทำความเข้าใจเฉพาะของเรา เรื่องของ

เรามี ๓ ชั้น คือทางกาย ทางจิต และทางวิญญาณ.

ธรรมเนียมของพุทธทาส, ลำดับที่ ๓๘ บนแถบพื้นสีน้ำเงิน,  
เรื่องที่ ๓. ความว่างจากตัวกู คือการพักผ่อนทางวิญญาณ  
บรรยาย ๗ สิงหาคม ๒๕๑๒, หน้า ๔๐-๔๒.

## ๔. โรคภัยไข้เจ็บของมนุษย์ทั้งโลก.

องค์การระหว่างชาติถือเป็นปัญหาสำคัญที่จะทำให้คน  
ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ. เรื่องนี้มันมีหลายแง่ซับซ้อนกันอยู่, ถ้าเป็น  
เลห์เหลี่ยมทางการเมือง เพื่อหาพรรคพวก ทำเป็นคนใจบุญ  
แต่ก็กลายเป็นหน้าเนื่อใจเสือ อย่างนี้ก็ไม่ใช่ความบริสุทธิ์หรือ  
ความถูกต้อง, มันก็มาจากการที่บังคับจิตใจไม่ได้อีกเหมือนกัน.  
มันเป็นการแสวงหาประโยชน์อะไรอย่างหนึ่ง, เป็นการลงทุน  
ค่า เพื่อเอาผลที่มากกว่าทุนที่ลงไป.

ที่นี้เราจะดูกันในแง่ที่ทำไปโดยบริสุทธิ์ใจ ก็เห็นได้ว่า  
เขาเหล่านั้นล้มไปว่า ไม่ได้มองเห็นความลับอันหนึ่งที่ว่า โรค  
ภัยไข้เจ็บนี้มันมาจากการที่มนุษย์บังคับจิตใจไม่ได้. ผมพูดเช่นนี้  
มันอยู่ในลักษณะที่จะต้องถูกกล่าวหาว่า บ้าบอหรือว่าเข้าข้าง  
ตัว, หรือมองอะไรด้านเดียวเรื่อยไป. แต่ผมขอให้ทุกๆ องค์เอา  
ไปคิด. ที่ว่าโรคภัยไข้เจ็บทุกชนิดมีมูลมาจากจิตที่บังคับไม่ได้,  
และว่า โรคทางกายนี้ มันมีมูลมาจากโรคทางจิต โรคทาง



วิญญาณ; คือคนเรามั่นใจ จึงเป็นโรคทางวิญญาณมันก็มีโรคภัยไข้เจ็บทางจิต หรือทางกายมาก.

เมื่อคนเราวิตกกังวล หิวเป็นเปรตอยู่เสมอในทางวัตถุนิยม นี่เป็นโรคทางวิญญาณแล้ว, แล้วไม่เท่าไร มันก็มาเป็นโรคทางจิต ทางกาย; เป็นโรคประสาทเป็นโรคจิตแล้วก็เป็โรคทางกาย เช่นโรคกระเพาะอาหาร โรคความดันโลหิตสูง นี่มันมีมูลมาจากที่ระบบทางจิตเสียไป. ระบบทางจิตเสียไป เพราะระบบทางวิญญาณมันเสียไป. มันมีความหิวทางวิญญาณ ขนาดหิวเป็นเปรตอยู่เสมอ, มนุษย์นอนสะดุ้งอยู่ทั่วโลกนอนไม่หลับอยู่ทั่วโลก. มันเป็โรคทางวิญญาณ, แล้วมาเป็นโรคทางจิต คือเป็นโรคประสาท หรือโรคจิต แล้วก็มาเป็นโรคทางกาย.

คุณไปถามหมอก็กั้แล้วกัน ถ้านอนไม่หลับเป็นระยะยาว มันก็ต้องเป็นโรคกระเพาะอาหารไม่ดีเริ่มเสียขึ้นมา, แล้วก็เป็โรคความดันโลหิตสูง แล้วก็เป็โรคเส้นประสาท เป็นโรคเส้นโลหิตในสมองตีบตัน เป็นอัมพาต หรืออะไรทำนองนั้น. แม้โลกทางวัตถุล้วนๆ เช่นที่ผมเคยพูดให้ฟังหลายครั้งหลายหนแล้วว่า ให้ดูให้ดีแม้แต่ว่าทำมีดบาดมือ เดินตกลงบนนอกชาน, ก็เพราะเป็นโรคทางวิญญาณคือสะเพร่า, ขาดธรรมะที่เรียกว่าสติสัมปชัญญะ; ขาดธรรมะ นั้นแหละ คือโรคทางวิญญาณ, แล้วก็ทำมีดบาดมือ เดินตกลง, คิดดูเถิด มันน่าสงสาร.

แต่แล้วก็เห็นได้อย่างน่าอัศจรรย์ว่า โรคภัยไข้เจ็บ



ทั้งหมดมันมาจากโรคทางวิญญาณ. โรคทางวิญญาณนั้น ต้องแก้ไขได้ด้วยเรื่องทางจิต คือบังคับจิตให้ได้. บังคับจิตให้อยู่ในอำนาจ ให้อยู่ในร่องในรอยของธรรมะ, แล้วโรคทางวิญญาณก็จะหายไป. มีสติสัมปชัญญะดี มีปัญญา ความเข้าใจถูกต้องดี มีความเข้มแข็งทางจิตดี, โรคทางกายก็หายไปหมด. เดียวนี้เรามาช่วยกันๆ ให้เป็นทาสของวัตถุนิยม, มาช่วยกันโดยตรงโดยอ้อม, โดยรู้สึกตัวโดยไม่รู้สึกรู้ตัว, ให้ทุกคนตกเป็นทาสของวัตถุนิยมของภุมติปีศาจแห่งวัตถุ, มันก็เป็นโรคทางวิญญาณมากขึ้นๆ เหลือคนหนา, โรคภัยไข้เจ็บมันก็มีมากขึ้นทั้งทางกายทางจิตเหลือคนหนาไปตามกัน. มนุษย์มีโรคภัยไข้เจ็บมากขึ้นแล้วก็แปลกๆ ออกไป.

อย่าเข้าใจว่าการค้นคว้าทางแพทย์เจริญ นี้จะทำมนุษย์ให้รอดตายหรือพ้นภัยจากโรคได้. มันมีชนิดที่เรียกว่า ตัวตายตัวแทน, เอาชนะโรคนี้ได้ โรคอื่นเกิดขึ้น, เอาชนะโรคนี้ได้ อีก โรคอื่นเกิดขึ้นอีก, เพราะว่าโรคภัยไข้เจ็บนี้มันมีเหตุมีปัจจัยของมัน. มนุษย์เปลี่ยนไป เหตุปัจจัยมันก็เปลี่ยนไป, มันก็เกิดโรคอย่างอื่นซึ่งไม่เคยมีในตำรา, มันจะเป็นอย่างนี้เรื่อยไป; และแม้จะมีชีวิตอยู่ ยังไม่ตาย ก็อยู่ด้วยความ **ทนทรमानทางวิญญาณ**. แม้ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บอย่างอื่นก็มีโรคภัยไข้เจ็บทางวิญญาณ ที่เป็นการทนทรमानอย่างยิ่ง. การที่จะแก้ไขบำบัดโรคภัยไข้เจ็บของมนุษย์ทั้งโลก โดยเฉพาะกรณีก็ตาม, ต้องแก้ไขทางจิตหรือทางวิญญาณเสียก่อน. นี่คือวิธีการที่จำต้อง



พุทธทาสธรรม(๑๗)

๑๘๘

สุขภาพทางจิตวิญญาณ

ประยุกต์อย่างยิ่ง, ประยุกต์ธรรมะเข้ากับชีวิตของมนุษย์.

ธรรมโฆษณ์ของพุทธทาส, ลำดับที่ ๑๙.ก บนแถบพื้นสีแดง,

-เรื่องที่ ๔๑ -อานาปานสติประยุกต์ (ต่อ)

๒๑ พฤษภาคม ๒๕๑๒ หน้า ๗๗๙ -๗๘๑.

## ๕. “แพทย์ในทางฝ่ายวิญญาณ”

อรรถกถาทั้งหลาย ได้เรียกพระพุทธรเจ้าโดยชื่อชื่อหนึ่ง  
ว่า เป็นแพทย์ทางฝ่ายวิญญาณ.

บัดนี้ท่านได้ยินคำว่า “แพทย์ในทางฝ่ายวิญญาณ”  
แล้ว; อนาคตมาก็จะกล่าวไปตามตัวหนังสือ ท่านอาจไม่เข้าใจใน  
ทันทีก็ได้ จึงต้องการคำอธิบายบ้าง.

ตามความหมายของพระพุทธรเจ้าที่ได้ตรัสธรรมไว้บาง  
หมู่ และตามอรรถกถาที่ต้องการจะอธิบายธรรมะหมู่นั้น เกิด  
มีหลักที่ถือกันว่า มีโรคภัยไข้เจ็บอยู่ ๒ ประเภท คือ โรคทาง  
กาย กับ โรคทางจิต. บาลีใช้คำว่า “โรคทางจิต” ในครั้งกระนั้น;  
แต่เดี๋ยวนี้คำว่าโรคทางจิตนี้มันมีความหมายไม่ตรงกับโรคทาง  
จิต ในสมัยอรรถกถาหรือสมัยพุทธกาล. โรคทางจิตในสมัย  
พุทธกาล หมายถึงโรคทางความคิดเห็น หรือทางกิเลสต้นเหตุ  
แต่ก็เรียกว่าโรคทางจิตใจ.

เดี๋ยวนี้เราเอาคำว่า “โรคทางจิต” ไปใช้กับโรคทางจิต ตามธรรมดา ที่เนื่องกันอยู่กับร่างกาย ซึ่งไปปนกันอยู่กับโรคทางกาย จึงเป็นเหตุให้ไม่เข้าใจโรคทางฝ่ายวิญญาณ; เพราะฉะนั้นจึงขอบัญญัติคำกันขึ้นมาใหม่เป็น ๓ คำว่า : โรคทางกาย หรือ Physical disease โรคทางจิตหรือ Mental disease, สองอย่างนี้เอาไว้ในฝ่ายโรคทางกายหมดแล้ว ก็มีคำว่า Spiritual disease, นี้แหละคือ โรคในทางวิญญาณ ซึ่งตรงกับทางจิตในสมัยพุทธกาล.

คำว่า Spiritual และ Mental นี้ต่างกันไกลลิบ. Mental หมายถึงจิตที่เกี่ยวข้องกันอยู่กับกาย สัมพันธ์กันกับกาย ถ้าหากเราเป็นโรคทาง Mental นี้ก็ไปโรงพยาบาลประสาท หรือโรงพยาบาลบ้านสมเด็จฯ มันก็เป็นเรื่องของโรคทาง Mental มิได้เป็นโรคทาง Spiritual นั้น.

คำว่า “วิญญาณ” ในที่นี้ไม่ได้หมายความว่าวิญญาณ ภูตผีปิศาจ ถูกผีสิง อะไร ทำนองนั้น ไม่ใช่; แต่หมายถึงวิญญาณหรือจิต หรือมโนส่วนลึก ที่มันเป็นโรคได้ด้วยอำนาจของกิเลส โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ก็คืออวิชชาหรือมิจฉาทิฏฐิ, ถ้าเป็นจิตที่ประกอบอยู่ด้วยอวิชชาหรือมิจฉาทิฏฐิ แล้วก็เป็นโรคทางวิญญาณ คือเห็นผิด. เห็นผิดเป็นเหตุให้พูดผิด คิดผิด ทำผิด แล้วก็เป็นโรค ตรงที่ทำผิด คิดผิด พูดผิด.

ท่านจะเห็นได้ทันทีว่า Spiritual disease โรคทางวิญญาณนี้เป็นกันทุกคน ไม่ยกเว้นใคร; ส่วน Physical



disease ,Mental disease นั้นเป็นกันบางคนและเป็นบางเวลา และเรื่องมันก็ไม่มากมายเสียหายใหญ่โตอะไรนัก คือมันไม่ทำให้ใครเป็นทุกข์อยู่ทุกกลมหายใจเข้าออกได้เหมือนกับโรคทางวิญญาณ.

โรคทาง Physics หรือทาง Mental นี้ไม่เกี่ยวกับกับพุทธศาสนา ซึ่งเป็นยาแก้โรคทางวิญญาณ; หรือไม่เกี่ยวกับกับพระพุทธเจ้าที่เป็นแพทย์ในทางวิญญาณโดยตรงมันจึงเหลือแต่โรคที่อรรถกถาเรียกว่า “โรคทางจิต”; หรือในบัดนี้ เราต้องบัญญัติลงไปว่า Spiritual disease และเรียกว่า “โรคทางวิญญาณ” ดีกว่า.

เรื่องนี้ทำให้อาตมานึกถึงข้อที่อรรถกถาเรียกพระพุทธเจ้าว่า “เป็นแพทย์ทางวิญญาณ” ก็รู้สึกต่อไปว่าถือเอาแนวนี้พูดกันรู้เรื่องง่ายกว่า. โดยเหตุที่คนทุกคนเป็นโรคทางวิญญาณ จึงทุกคนต้องรักษาเยียวยาในทางวิญญาณ นั่นแหละคือธรรมะ, นั่นแหละคือพุทธศาสนากำมือเดียว, ที่จะต้องเข้าให้ถึง คือเอามาใช้ มากิน มาเยียวยารักษาโรคให้จนได้.

.... ....

ที่ต้องสนใจต่อไปอีกก็คือว่า มนุษย์เราสมัยนี้ไม่สนใจในเรื่องโรคทางวิญญาณ เพราะฉะนั้นจึงเป็นโรคทางวิญญาณกันหนักขึ้นทั้งทางส่วนตัว และส่วนรวม; เพราะเมื่อทุกคนเป็นโรคทางวิญญาณกันแล้ว โลกนี้ทั้งโลกก็เป็นโรคทางวิญญาณ

ไปหมดเป็นโลกที่มีโรคทางจิตทางวิญญาณ เพราะฉะนั้นสิ่งที่เรียกว่าวิกฤตีกาลถาวรก็เข้ามาแทนที่ของสันติภาพถาวร. จะปลุกปล้ำกันอย่างไร? มันก็ไม่ใช่สันติภาพ แม้ชั่วขณะขึ้นมาได้ อย่าพูดถึงสันติภาพถาวรให้ป่วยการ. เพราะว่าทั้งสองฝ่ายเป็นโรคทางวิญญาณ คือทั้งฝ่ายที่เรียกตัวเองว่าเป็นฝ่ายถูกและเรียกฝ่ายอื่นว่าเป็นฝ่ายผิดนั้น; ทั้งสองฝ่ายนั้นเป็นโรคทางวิญญาณ จึงมีแต่เรื่องที่จะสร้างความทุกข์ขึ้นทั้งแก่ตัวเองและแก่ผู้อื่น เป็นเหมือนเครื่องจักรผลิตความทุกข์ขึ้นมาในโลก แล้วโรคทางวิญญาณนี้จะสงบได้อย่างไร.

การแก้ไขมีอยู่ว่า ต้องทำให้ทุกคนในโลกนี้หยุดเป็นโรคทางวิญญาณ แล้วจะมีอะไรมาแก้? การแก้มันก็ต้องมีหยูกยาที่มีไว้เฉพาะโรคนี้ คือธรรมะกำมือเดียวในพระพุทธศาสนาที่จะต้องเข้าไปถึงให้ได้. นั่นแหละคือคำตอบที่ว่า ทำไมพุทธศาสนาจึงไม่เป็นที่พึงแก่คนในโลกนี้ ให้เต็มตามความมุ่งหมายของพระพุทธศาสนาได้; ทั้ๆ ที่เราถือกันว่า เดียวนี้พระพุทธศาสนาเจริญแพร่หลายมากขึ้นกว่าแต่ก่อนหรือมีส่วนเข้าใจถูกต้องกัน ยิ่งขึ้นกว่าแต่ก่อน.

จริงอยู่ในข้อที่ว่ามีการศึกษาพุทธศาสนามาก และเข้าใจกันมากขึ้น; แต่ถ้าไม่รู้ลึกว่าตัวเองกำลังเป็นโรคทางวิญญาณแล้ว จะเอาพุทธศาสนาไปกินไปใช้ได้อย่างไร. ถ้าเราไม่รู้ลึกว่าป่วย เราก็ไม่มาหาหมอ เราก็ไม่กินยา นี่ใครๆ ก็เห็นกันอยู่.



ที่นี้คนเราในโลกโดยมาก ส่วนมากก็เป็นอย่างนี้ คือ เป็นเรื่องเห่อยา ไปฟังธรรมะไปศึกษาธรรมะในฐานะที่เป็นยา แต่ก็ไม่รู้สึกรู้สีกว่าตนเป็นโรค; ไปเอามาไว้เพียงสำหรับเก็บไว้ให้ รก รุงรัง, หรือไว้พูดไว้เถียงกันเล่น จนกลายเป็นทะเลาะวิวาท ไปก็มี, นี่แหละธรรมะ ยังไม่เป็นที่ฟังให้แก่โลกได้เต็มที่ ก็ เพราะเหตุนี้.

ถ้าเราจะตั้งกลุ่มพุทธบริษัทขึ้นอย่างที่เป็นเดี๋ยวนี้ ก็ควร จะรู้ความมุ่งหมายที่แท้จริง ให้กิจการนี้ดำเนินไปตรงจุด : คือ โดยประการที่ธรรมะนี้จะช่วยรักษาเยียวยาโรคทางวิญญาณ ได้โดยตรงและโดยเร็ว, อย่าให้พวกรู้ว่าไม่รู้ว่าไปทางทิศไหน. ขอให้เป็นไปในรูปที่ว่าเป็นยาอมฤตคักคัทธิเพียงกำมือเดียว แล้วใช้ให้มันถูก ใช้ให้มันตรง มันก็จะแก้โรคได้หมด; แล้วการ ที่ตั้งกลุ่มหรือสมาคมขึ้นมาอย่างนี้ จะเป็นบุญกุศลอย่างยิ่ง หรือเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง; เพราะฉะนั้นขอให้เราทำให้สำเร็จ ประโยชน์อย่างยิ่ง, อย่างให้เป็นที่น่าหัวเราะเยาะแต่ประการ ใดแม้แต่นิดเดียว.

.... ....

ที่นี้ข้อที่ว่าเป็น โรคทางวิญญาณนั้นคืออย่างไร? แล้ว จะรักษากันด้วยธรรมะกำมือเดียวอย่างไร? เราจะวินิจฉัยกัน ต่อไป.

คำว่า “โรคทางวิญญาณ” นั้น ก็คือโรคที่มีเชื้ออยู่ที่

ความรู้สึกว่า-ตัวเรา ว่าของเรา หรือว่า-ตัวกู หรือว่า-ของกูนั้น  
เอง ที่มีอยู่ในใจ ประจำอยู่ในใจเป็นเชื้อโรคอยู่; แล้วก็เบิกบาน  
ออกมาเป็นความรู้สึกว่าตัวกู-ของกู แล้วก็เห็นแก่ตัว แล้วก็ทำ  
ไปตามอำนาจความเห็นแก่ตัว; มันจึงเป็นเรื่องความโลภ ความ  
โกรธ ความหลง ทำให้เดือดร้อนกันทั้งตัวเองและผู้อื่น. นี่คือ  
อาการของโรคทางวิญญาณมันเป็นอยู่ภายใน; ฉะนั้น ให้เรียก  
กันเพื่อจำง่ายว่าโรค ตัวกู-ของกู จะดีกว่า ง่ายกว่า.

พวกเรามีโรค “ตัวกู-ของกู” กันอยู่ทุกคน แล้วก็รับเชื้อ  
นี้เพิ่มเติมเข้ามาทุกคราวที่เห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส  
สัมผัส ทางผิวหนัง และคิดไปในใจตามประสาทคนไม่รู้. เขา  
เรียกว่า รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธัมมารมณ ๖ อย่าง : คู่  
กันกับ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ๖ อย่างด้วยเหมือนกัน. คือ  
ว่ามีการรับเชื้อหรือสิ่งแวดล้อมที่จะทำให้เป็นโรคนี้ ที่ปรุงแต่ง  
ให้เป็นโรคนี้อยู่ทุกคราวที่มีการเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส  
ฯลฯ.

เราจะต้องรู้จักเชื้อ คือ ความยึดมั่นถือมั่น ซึ่งเรียกโดย  
ภาษาบาลีว่า “อุปทาน”. อุปทาน แปลว่าความยึดมั่นถือมั่น  
ความยึดมั่นถือมั่นมี ๒ อย่าง : คือยึดมั่นว่าเรา และยึดมั่นว่า  
ของเรา.

“ยึดมั่นว่าเรา” นั่น คือรู้สึก ว่า เราเป็นเรา เราเป็นอย่างนั้น  
เราเป็นอย่างนี้ เราเป็นลูกผู้ชายแท้ใครไม่ได้ อะไรทำนองนี้; นี้  
เรียกว่าเรา.



ที่นี้ “ของเรา” คือว่านั่นของเรา นั่นของที่เรารักที่เราชอบ แม้ที่เราเกลียดก็ถือว่าเป็นศัตรูของเรา; นี้เรียกว่าเป็นของเรา

ถ้าเรียกอย่างบาลีก็เรียกว่า “อัตตา” นี้คือ ตัวเรา, “อัตตนิยา” นี้คือของเรา. ถ้าเรียกกว้างออกไปอย่างที่ใช้เรียกในทุกแขนงของปรัชญาในอินเดียแล้ว เขาเรียกว่า อหังการ นี้คือตัวเรา, มมังการ นี้คือ ของเรา. อหังการ แปลว่าทำความรู้สึกของเรา เพราะคำว่า อหัง แปลว่าเรา, และมมังการ แปลว่าทำความรู้สึกของเราเพราะคำว่า มมะ แปลว่า ของเรา.

ความรู้สึกว่าเป็นอหังการ มมังการ นี้คือตัวอันตรายที่ร้ายกาจที่สุด หรือตัวสิ่งที่เป็นพิษที่ร้ายกาจที่สุด ซึ่งเราเรียกว่าโรคในทางวิญญาณ ในที่นี้; ซึ่งทุกแขนงของปรัชญา หรือธรรมะในอินเดียครั้งพุทธกาลต้องการจะกวาดล้างสิ่งนี้ด้วยกันทั้งนั้น; แม้จะเป็นลัทธิอื่นนอกไปจากพุทธศาสนา ก็ต้องการจะกวาดล้างสิ่งที่เรียกว่า อหังการ และมมังการนี้ทั้งนั้น. มันมาผัดกันตรงที่ว่า ถ้ากวาดล้างสิ่งนี้ออกไปแล้วเราไปเรียกมันใหม่ว่าตัวตนที่บริสุทธิ์ หรืออัตมันที่ต้องการ เพราะไม่ต้องการจะยึดถือตัวตนหรือของตนอะไรขึ้นมาอีก เลยจัดเป็นความว่างที่สุดที่เรียกว่านิพพาน. อย่างในบทที่ว่า นิพพานัมปรมฺ สุญญํ ซึ่งแปลว่า ว่างที่สุดนั่นแหละคือนิพพาน ก็แปลว่าว่างจากตัวกู ว่างจากของกู โดยเด็ดขาดโดยประการทั้งปวงไม่เหลือเยื่อใย นั่นแหละคือนิพพานหรือความหายจากโรคทางวิญญาณ.



ในเรื่องความรู้สึกว่าตัวกู-ของกูนี้ มันมีความลับมาก ถ้าไม่สนใจจริงๆ แล้ว ก็เข้าใจไม่ได้ว่ามันเป็นตัวการของความทุกข์ หรือเป็นตัวการของโรคทางวิญญาณ.

สิ่งที่เรียกว่าอัตตาหรือตัวตนนี้ มันก็ตรงกับคำว่า Ego ในภาษาลาตินที่รู้จักกันดี ถ้าความรู้สึกที่เห็นแก่ตัวเกิดขึ้น เราเรียกว่า Egoism; เพราะว่าถ้ารู้สึกว่ามีตัวเราแล้ว มันก็ต้องคลอດความรู้สึกว่าของเรานี้ออกมาด้วยเป็นธรรมดา ช่วยไม่ได้. เพราะฉะนั้นความรู้สึกว่าตัวตน และของตนรวมกันนั้น คือ Egoism. ความรู้สึกที่เป็นตัวตน หรือ Ego นี้กล่าวได้ว่าเป็นของธรรมชาติธรรมดาที่ต้องมีอยู่ในสิ่งที่มีชีวิต แล้วยังแถมเป็นศูนย์กลางด้วย.

Ego ถ้าแปลเป็นภาษาอังกฤษก็ต้องแปลว่า Soul คืออัตตา และมันก็ตรงกับภาษากรีกว่า Kentricon ซึ่งแปลเป็นภาษาอังกฤษว่า Centre, คำ Kentricon นี้ตรงกับคำว่า Centre ในภาษาอังกฤษ ซึ่งแปลว่าศูนย์กลาง. เมื่อ Ego และ Kentricon คือสิ่งๆ เดียวกันแล้ว Soul อัตตานี้ก็เป็นสิ่งที่ถือกันว่าเป็นศูนย์กลางของสิ่งที่มีชีวิต เป็น Nucleus ที่จำเป็นสำหรับสิ่งที่มีชีวิต; เพราะฉะนั้น จึงเป็นสิ่งที่เราไม่สามารถเอาออกไปได้ หรือเราไม่สามารถจะเว้นจากสิ่งนี้ได้สำหรับคนธรรมดา.

เป็นอันว่า ทุกคนที่เป็นปุถุชน จะต้องมีความรู้สึกที่เป็น Egoism อยู่เป็นประจำ; แม้ไม่แสดงออกมาให้เห็นชัดตลอดเวลาก็จริง แต่ก็แสดงออกมาทุกคราวที่ได้เห็นรูป ฟังเสียง



ดมกลิ่น ลิ้มรส สัมผัสทางผิวหนัง หรือนึกอะไรขึ้นในใจ. ฉะนั้น  
ทุกคราวที่มันเกิดเต็มรูปขึ้นมา เป็นความรู้สึกว่า ตัวกู-ของกู ให้  
ถือว่าเป็นโรคโดยสมบูรณ์แล้ว. จะโดยอาศัยการเห็นรูป หรือ  
ฟังเสียง หรือดมกลิ่น หรือลิ้มรส หรืออะไรก็ตาม ถ้าในขณะที่  
นั้นเกิดความรู้สึกตัวว่าตัวกู-ของกูแล้วละก็ ถือว่าเป็นโรคโดย  
สมบูรณ์; คือมันเกิดความรู้สึกที่เห็นแก่ตัวจัดขึ้นมา.

ตอนนี้เราไม่เรียกว่า Egoism แล้ว แต่เราจะไปเรียกว่า  
Selfishness หรืออะไรทำนองนั้น คือมันเป็น Egoism ที่เด็ด  
พล่านและโน้มไปในทางต่ำ, หรือผิด, หรือข้างเห็นแก่ตัวจนไม่  
ดูหน้าใคร คือไม่เห็นแก่ผู้อื่น, ฉะนั้นมันจึงทำอะไรที่เป็นไป  
ข้างเห็นแก่ตัวหมด เป็นความโลภ ความโกรธ ความหลง ที่  
ปรารถนาตัวเองหมด. นี่คืออาการของโรค แสดงออกมาเป็น  
Selfishness แล้วมันก็ทำอันตรายผู้อื่น และรวมทั้งตัวเองด้วย  
คือเป็นอันตรายแก่โลกมากที่สุด.

ที่โลกเรากำลังลำบากยุ่งยากอยู่เดี๋ยวนี้มันก็ไม่มีอะไร  
นอกไปจากเพราะสิ่งที่เรียกว่า Selfishness คือความเห็นแก่  
ตัวของแต่ละคน ของแต่ละฝ่ายที่คุ่มกันเป็นพวกๆ อยู่ในโลก  
ในเวลานี้ : การที่ต้องรบกันอย่างไม่อยากจะรบ ก็จำต้องรบ  
กันนี้มันก็เพราะบังคับสิ่งนี้ได้หรือทนต่ออำนาจของสิ่งนี้ไม่  
ได้ มันจึงเกิดเป็นโรคขึ้นมา.

โรคเห็นแก่ตัวนี้มันตั้งขึ้นได้ คือมันรับเชื้อเข้ามาแล้วก่อ  
เป็นโรคขึ้นมาได้ก็เพราะว่าทุกคนไม่รู้จั๊ก สิ่งซึ่งเป็นเครื่อง

ตำนานโรค กล่าวคือหัวใจของพุทธศาสนา.

ธรรมเนียมของพุทธทาส, ธรรมบรรยายระดับมหาวิทยาลัย เล่ม ๒,  
ลำดับที่ ๓๖.ก บนแถบพื้นสีน้ำเงิน, เรื่องที่ ๑ ใจความทั้งหมดของพุทธศาสนา  
ชุดแก่นพุทธศาสตร์ คำบรรยาย ที่ราชแพทยาลัย ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล  
คำบรรยายชุดนี้ ได้รับรางวัลในการประกวดหนังสือดีจาก องค์การยูเนสโก  
เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๐๘, ๑๗ ธันวาคม ๒๕๐๔, หน้า ๙-๑๖.

## ๖. สิ่งที่ดีที่สุด ที่มนุษย์ควรจะได้รับในสังคม.

สิ่งที่ดีที่สุด ที่มนุษย์ควรจะได้รับ ในสังคมนั้น อยากจะ  
ให้รู้จักแบ่งแยกออกเป็นชั้นๆ ตามที่จะมองเห็น ข้อนี้จะต้องใช้  
หลักเกณฑ์อันหนึ่ง ซึ่งอาจจะมองเห็นได้, และอาจจะยอมรับ  
ได้ว่าหลักเกณฑ์สำหรับวัดภูมิฐาน หรือชั้นของมนุษย์นั้น เรา  
จะมีกันสัก ๓ อย่าง หรือ ๓ ระดับ : คือ ระดับทางกายคือทาง  
วัตถุ นี้อย่างหนึ่ง, ระดับทางจิต นี้ก็อย่างหนึ่ง, และอีกระดับ  
หนึ่ง ไม่รู้จะเรียกว่าระดับอะไรดี ก็เลยเรียกว่า ระดับวิญญาณ  
คือหมายถึงระดับสติปัญญา. คำในภาษาต่างประเทศที่เป็น  
ภาษาสากล เขาเรียกระบบนี้ว่า ระบบ Spiritual ซึ่งไม่รู้จะแปล  
เป็นภาษาไทยว่าอะไรดี; แต่เมื่อดูที่เนื้อหาของเรื่องแล้วก็คือ  
ระบบสติปัญญา.

เอาตามเคยให้ตัวอย่าง ที่จะเข้าใจได้ง่ายๆ เกี่ยวกับ ๓  
ระบบนี้, ๓ ระดับนี้ว่าถ้าเราเป็นโรคทางกาย เราไปที่โรง



พยาบาลทางกายโดยตรง. ถ้าเรามีโรคทางจิต เราก็ไปที่โรงพยาบาลโรคจิตโดยตรง. แต่ถ้าเราเป็นโรคทางระบบ Spiritual หรือทางวิญญาณทางสติปัญญา นี้ เราก็ต้องไปโรงพยาบาลของพระพุทธเจ้า. มันอยู่ที่ไหน และมีอยู่อย่างไรก็ตามใจ ที่พอจะเป็นโรงพยาบาลของพระพุทธเจ้า เพื่อจะแก้ไขกิเลสและความทุกข์ได้ แล้วก็ไปที่นั่น.

ถ้าจะเปรียบเทียบกันดู ให้ท่านทั้งหลายเข้าใจ ก็พอจะเปรียบเทียบได้ว่าเรามีโรคทางกายก็แก้ไขกันทางวัตถุหรือทางกาย; หายแล้ว มันยังมีโรคทางจิตใจเหลืออยู่ เราเป็นคนใจคอไม่ปกติ ฟุ้งซ่านง่าย อย่างนี้เป็นต้น เราก็ไปหาการเยียวยาในทางจิต. ถ้าเป็นโรคทางจิต อย่างที่สมัยปัจจุบันนี้เขาเรียกกัน ซึ่งเป็นระบบประสาท หรืออะไรมากกว่านั้น ก็ไปโรงพยาบาลโรคจิต. แต่ว่าเมื่อเราไม่ต้องไปทั้งสองโรงพยาบาลนั้นแล้วมันยังมีโรคอะไรเหลืออยู่ นี่แหละจะต้องไปโรงพยาบาลของพระพุทธเจ้า เพื่อจะแก้ไขโรค; เช่นโรคมีจิตวิญญู ความคิดความเห็นผิดพลาดจากความจริง, มีอวิชชา มีโมหะ มีอุปาทาน ทำให้เกิดความทุกข์; แม้จะมีกินมีใช้ร่ำรวยแล้ว, ร่างกายก็สบายดีอำนาจวาสนาก็มี, แล้วทำไมมันจึงยังเป็นทุกข์? นี่ก็เพราะว่ามันเป็นโรคป่วย, เป็นความป่วยในทางวิญญาณ เรียกชื่ออย่างนี้ไปที่ก่อน จะใช้คำฝรั่งก็ไม่ได้ ทั้งที่เขามีกันอยู่ทั่วโลก เราจึงเรียกว่าเป็นโรคทางวิญญาณ.

ที่นี่ สิ่งที่ดีที่สุดของมนุษย์นี้ มีทั้งระดับทางกาย ระดับ

ทางจิต และระดับทางวิญญาณ; จะยกเอาความสุขขึ้นมาเป็นที่ตั้ง จะเห็นได้ง่าย ว่าเราจะต้องมีความสุขกันให้ได้ ทั้งระดับทางกาย ระดับทางจิต ระดับทางวิญญาณ จึงจะเรียกว่าได้รับสิ่งที่ดีที่สุด ครบถ้วนตามที่มนุษย์ควรจะได้รับ.

ความสุขทางกายนั้นคือ กายไม่ถูกกระทบกระทั่งเบียดเบียนบีบคั้น. อาตมาใช้คำอย่างนี้ก็คิดว่าพอแล้ว สำหรับทำความเข้าใจกันในที่นี้. ถ้าเราพูดว่าความสุขทางกายก็เพราะว่ากายไม่ถูกกระทบกระทั่งเบียดเบียนบีบคั้น : เช่นว่าไม่ยากจน ไม่อดอยาก ไม่ป่วยไข้ ไม่ขาดแคลนขัดสนอะไรๆ ในทางร่างกาย เราก็เรียกว่า เรามีความสุขทางร่างกาย; เพราะว่าการร่างกายของเราไม่ถูกบีบคั้น.

ที่นี้ ความสุขทางจิตนั้น ก็เพราะว่า จิตของเราไม่ถูกบีบคั้น. จิตของเราเป็นปกติ, จิตของเราถูกบีบคั้นอยู่ ด้วยสิ่งที่ทางศาสนาเรียกว่า นิรวรณคือว่าเราจะมีจิตใจโปร่งสบายเยือกเย็นอยู่ไม่ได้; เพราะถูกบีบคั้น ด้วยการบีบคั้นทางจิตใจที่เรียกว่า นิรวรณ :-

นิรวรณที่ ๑ คือความรู้สึกที่ตกไปในทางกามารมณ์ คือเรื่องเพศ : เราอยากจะนั่งเล่นเย็นๆ ใจ ก็ไม่ได้; ความรู้สึกทางเพศ มันบีบคั้น นี้ก็เป็นนิรวรณที่ ๑;

บางทีก็เป็น ความรู้สึกทางความโกรธ ขัดแค้น เกลียขัดขัง หงุดหงิดอยู่; นี่มันก็เป็นนิรวรณที่ ๒; และบางทีก็เป็นภาวะที่จิตหดหู่ ห่อเหี่ยว ละเหี่ยว ละห้อย ไม่สดชื่นแจ่มใส คือจิตมัน



แพลงไป นี่ก็เป็น นีวรณที่ ๓ ที่บีบคั้นจิตไม่ให้มีความสุข;

ที่นี้บางที มันก็เป็นความรู้สึกของจิตที่ฟุ้งซ่าน คือฟุ้งมาก  
เกินไป เป็นความฟุ้งซ่าน หาความสงบสุขไม่ได้ นี่ก็มีอยู่เป็น  
 นีวรณที่ ๔;

นีวรณสุดท้าย คือ นีวรณที่ ๕ นั่น คือความรู้สึกที่ไม่  
 แนใจ เป็นความลังเลสงสัย แม้แต่ในชีวิตของตนเอง มีความ  
 ลังเลในการกระทำกรงาน การเป็นอยู่ของตนเอง, ลังเลใน  
 สมรรถภาพ หรือหลักประกันภัยอะไรของตนเอง; มันมีแต่  
 สงสัยสงสัย ไม่แนใจอยู่อย่างนี้ ถึงกับขนาดที่จะสงสัยว่าเดี๋ยว  
 นี้ความเป็นคนเป็นมนุษย์ของเรานี้ มันถูกต้องดีแล้วหรือ? เรา  
 ได้ความเป็นมนุษย์ที่ดี ที่ถูกต้องที่สมบูรณ์แล้วหรือ? มันยังม  
ีความลังเลอยู่อย่างนี้ จิตใจก็ถูกบีบคั้น.

ถ้าจิตใจมัน ถูกบีบคั้นอยู่ด้วยนีวรณทั้งห้าประการ  
 เหล่านี้แล้ว เราก็ไม่มีความสุขในทางจิต; ต่อเมื่อใดไม่มีอะไรบีบคั้น  
 จิต, หรือกระทั่งว่าไม่มีโรคทางจิตตามที่หมอเขาเรียกๆ กัน ก็  
 เรียกว่าเรามีความสุขทางจิตได้. เรามีความสุขขึ้นมา ได้สอง  
 อย่างแล้ว คือทางร่างกาย ก็พอจะมีความสุข ทางจิต ก็พอจะ  
 มีความสุข.

สิ่งสุดท้าย ความสุขในทาง Spiritual หรือทางวิญญาณ  
 นั้น ก็คือความรู้หรือสติปัญญาของเรา ไม่ถูกบีบคั้น. ถ้าความ  
 รู้หรือสติปัญญาของเราถูกบีบคั้น เราก็เป็นผู้มีความทุกข์อีก  
 แบบหนึ่ง ซึ่งลึกซึ้งละเอียดอ่อนมาก; เพราะมีความเข้าใจไม่

ถูกต้อง ในสิ่งทั้งปวง ความคิดก็ไม่มีทางที่จะสงบมีแต่ความ  
รบกวน วุ่นวาย นั่นเป็นความทุกข์ในทางสติปัญญา เรียกว่าง่าย ๆ  
ก็ว่า มันเป็นมิจฉาทิฏฐิ.

เมื่อใดมีมิจฉาทิฏฐิ ก็คือมีโรคทางวิญญาณ มีความ  
ทุกข์ในทางวิญญาณ; เมื่อใดไม่มีมิจฉาทิฏฐิ มีแต่สติปัญญาที่  
ถูกต้องครบถ้วนทุกประการแล้วก็เรียกว่าสัมมาทิฏฐิ; ไม่มีการ  
ถูกบีบคั้น ในทางสติปัญญา หรือทางวิญญาณแล้วเราก็มี  
ความสุขอย่างี่สาม, คือความสุขในทางสติปัญญา หรือทาง  
วิญญาณแล้ว เราก็มีความสุขอย่างี่สาม, คือความสุขในทาง  
สติปัญญา มันก็จับกันเท่านั้น. เมื่อความสุขทางกาย ก็มี  
ความสุขทางจิตก็มี ความสุขในทางสติปัญญาอันสูงสุดนี้ก็มี ก็  
เรียกว่าได้รับสิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้รับ.

ที่นี้ อะไรเล่า ที่จะทำให้ได้รับความสุขทั้งสามประการ  
นี้? อาตมาอยากจะระบุไปยังสิ่งที่เรียกว่า ศาสนา ด้วยอีก  
เหมือนกัน; เพราะศาสนาเท่านั้นที่จะทำให้คนเรา ได้รับความ  
รู้สึกเป็นสุข ไม่ถูกบีบคั้นทั้งทางกาย ทั้งทางจิตและทั้งทาง  
วิญญาณ. ที่นี้ คนบางพวกก็จะคัดค้านว่า เรื่องทางกาย, ความ  
สุขทางกายนี้เรามีวิชาที่มีปัญญาหาเงิน หาทรัพย์สมบัติมาแล้ว  
เราก็อยู่ได้โดยสะดวกสบาย โดยไม่ต้องอาศัยศาสนา มิใช่  
หรือ? คำพูดอย่างนั้น มันก็มีทางที่จะทำให้คนเห็นด้วยอยู่  
มาก; แต่อาตมาบอกว่ามันไม่พอ.

แม้เราจะมีความรู้วิชาชีพ วิชาทางเศรษฐกิจ ทางผลิต



ทางอะไรก็ตามมากมายแล้ว; อย่าคิดว่าเราจะฟันปัญหาในทางวัตถุ หรือทางร่างกาย; เพราะว่าเราจะต้องมีความทุกข์ ในขณะที่ประกอบอาชีพนั้นเอง. ต้องมีศาสนาเข้ามาช่วยเกี้ยวข้อง ทำให้จิตใจไม่ต้องเป็นทุกข์ ในขณะที่ทำการทํางานทำการผลิต; เพราะมันจะมีการที่ไม่ประสบความสำเร็จ, หรือว่ามันก็ต้องมีความเจ็บป่วยในทางกาย ที่หมอ แพทย์ก็ไม่อาจจะรักษาให้หายได้, หรือในระหว่างที่มันยังรอเวลาเพื่อการหาย มันก็มีความทุกข์ทรมานทางกาย. เราต้องอาศัยหลักของพระศาสนา มา เพื่อจะขจัดความทุกข์ เกี่ยวกับปัญหาเหล่านี้ออกไปเสีย จึงจะเป็นผู้ที่เรียกว่า มีความสุขในทางกายได้โดยสมบูรณ์.

อย่าเข้าใจว่า มีทรัพย์สมบัติ มีอำนาจวาสนาถึงที่สุดแล้ว ปัญหาทางร่างกาย ก็จะมีหมดไป. มันยังมีความเจ็บไข้ได้ป่วย ซึ่งใครๆ ก็บังคับมันไม่ได้; เพราะมันเป็นธรรมชาติ. ต้องอาศัยความรู้ทางธรรมะ มาทำจิตใจเสียใหม่ อย่าให้ความเจ็บป่วยตามธรรมชาตินี้ ทรมานจิตใจได้. นี่จึงถือว่า แม้แต่ความสุขในทางกาย ในระดับต่ำๆ ต้นๆ นี้ ก็ยังต้องอาศัยสิ่งที่เรียกว่า ศาสนามาประคับประคองอยู่ดี.

## อยู่ในโลกด้วยมีความสุข ต้องมีศาสนา

ช่วยสรุปความให้สั้นที่สุดว่า ท่านจะอยู่ในโลกนี้โดยไม่



ต้องเกี่ยวกับศาสนานั้น ดูจะยาก; เพราะว่าโลกนี้เองมันเป็นตัวปัญหา ที่ทำให้เกิดนั่นเกิดนี่ขึ้นมาซึ่ง ความรู้ของโลกๆ มัน ขจัดไปไม่ได้. ต้องอาศัยความรู้ทางศาสนา : รู้จักปลง รู้จัก ปลด รู้จักปล่อยวาง รู้จักไม่ยึดมั่นถือมั่น มันจึงจะทำให้มีความสุขอยู่ในโลกนี้ได้; ถ้ามีฉะนั้นแล้ว ก็จะมีอยู่ในโลกนี้ ด้วยความ พ่ายแพ้ไม่ประสบชัยชนะ.

ขอให้เข้าใจถูกต้องเสียใหม่ว่า เรื่องทางศาสนานั้นเขา ไม่ได้บอกว่าให้ออกไปเสียจากบ้านเรือน ไปบวชกันเสียให้หมด ไม่เคยมีอย่างนี้เลย; แต่กลับไปมีว่าท่านจะอยู่ในโลกนี้ ในบ้านเรือนอย่างนี้ได้. แต่ต้องมีหลักสำหรับยึดถือในการประพฤติกระทำอย่างนี้ๆ ในโลกนี้ ก็จะไม่มีความสุขอยู่ ในโลกนี้ด้วยชัยชนะโลก. อย่าพ่ายแพ้แก่โลกก็แล้วกัน.

ดังนั้นจึงเห็นได้ว่า เรื่องของศาสนานั้น ไม่ใช่ต้องการจะ ต้อนคนออกไปเสียจากโลกให้หมด จนไม่มีฆราวาสเหลืออยู่ในโลกนี้เลย; แต่มีธรรมะสำหรับฆราวาสที่จะอยู่ในโลกนี้ อย่างที่มีชัยชนะ, ตามที่ฆราวาสเขาจะชนะได้อย่างไร. นี้เห็น ได้ว่า แม้แต่ปัญหาทางกายแท้ๆ ก็ต้องแก้ด้วยสิ่งที่เรียกว่า ศาสนา.

ที่นี้ เรื่องที่สูงขึ้นไปถึงทางจิตนั้น ก็ยังต้องการสิ่งที่เรียกว่าศาสนามากขึ้น. เราต้องการให้จิตนี้ปกติมากเท่าไร; ก็ยัง ต้องอาศัยวิธีการทางศาสนามากขึ้นเท่านั้น, เพื่อให้จิตนี้มันอยู่ในในสภาพที่ปกติ ไม่เป็นโรคทางจิต ไม่เป็นโรคทางประสาท,



ป้องกันการเกิดโรคทางจิต หรือโรคทางประสาทหรืออาจจะ  
แก้ไขเยียวยา โรคทางจิตหรือทางประสาท ที่เกิดขึ้นแล้วนั้น;  
เรียกว่ายังเป็นเรื่องทางจิตเท่าไร ก็ยังต้องการสิ่งที่เรียกว่า  
ศาสนาเท่านั้น.

ที่นี่ เมื่อไปถึงสิ่งสุดท้าย คือเรื่องทางสติปัญญา แล้วก็  
เป็นเรื่องของพระศาสนาโดยตรง ที่ต้องอาศัยสิ่งที่เรียกว่า :-  
วิชา ญาณทัสสนะ มรรคญาณ ผลญาณ อะไรก็ตาม, แล้วแต่  
จะเรียก ซึ่งเป็นความรู้สูงสุด เป็นความถูกต้องถึงที่สุดในทาง  
สติปัญญา; เพื่อว่าจิตใจนี้ อย่าได้มีความรู้สึกที่เป็นทุกข์เลย.

มนุษย์สามารถจะอยู่ในโลกนี้ได้ โดยไม่ต้องมีความรู้สึก  
ว่าเป็นทุกข์เลย เพราะความสมบูรณ์ถึงที่สุดของมนุษย์นั้น;  
เพราะว่าเขาได้รับสิ่งที่ดีที่สุด ที่เป็นเครื่องมือให้มนุษย์ได้ถึง  
ภาวะอันนี้. พระอรหันต์ทั้งหลายจึงได้รับสมัญญาว่าเป็นผู้ถึงที่  
สุดของความเป็นมนุษย์, เป็นผู้เต็มเปี่ยมของความเป็นมนุษย์;  
เพราะว่าอยู่เหนือปัญหา เหนือความทุกข์ โดยประการทั้งปวง  
คือทั้งทางกาย ทั้งทางจิต และทั้งทางสติปัญญา ดังที่กล่าว  
แล้ว.

ดังนั้น อาตมาจึงให้คำตอบ ซึ่งเป็นคำนิยาม เมื่อถูก  
ถามว่า ศาสนาคืออะไร? ก็ตอบว่า ศาสนาคือสิ่งที่ทำให้มนุษย์  
ได้รับสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับมนุษย์ ตามที่เขาควรจะได้.

คำว่า สิ่งที่ดีที่สุดสำหรับมนุษย์ควรจะได้ นี้ ดูพวกเราไม่  
ค่อยจะสนใจกัน; ฉะนั้น ขอให้สนใจกันให้พอสมควรก็จะเกิด

ความกระตือรือร้นในการที่จะได้ สิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้รับ จากพระศาสนา. วิชาความรู้ทางจิต ทางปรัชญาของพวกเขา ตะวันตก ซึ่งถือกันว่าเป็นตำรับสากลนั้นเขาก็มีค่าๆ นี้ใช้มานานมาแล้ว, และใช้ไปทั่วทุกสาขาวิชาทางปรัชญา, คือทางสิ่งที่ลึกซึ้งในทางจิตใจ. เราเรียกมันว่า สิ่งที่ดีที่สุดของมนุษย์ ด้วยเหมือนกันนิยมใช้เป็นคำสากล ด้วยภาษาละตินว่า Summum bonum แปลว่า ความดีสูงสุดของมนุษย์.

ถ้าเราจะสนใจ ถึงความดีสูงสุดของมนุษย์กันบ้างก็คงจะทำให้เกิดความกระตือรือร้น ไม่หยุดเฉยอยู่เพียงเท่านั้น, และคำว่า “ความดี” ในที่นี้ ก็มีความหมายเป็นพิเศษ ไม่ใช่ความดีสำหรับให้หลงใหล ให้ยึดมั่นถือมั่น แล้วหลงใหลในความดีนั้น; เป็นการพูดแทน ในความหมายต่างๆ ไปว่าสิ่งสูงสุดที่มนุษย์ควรจะได้ นั่นคืออะไร. แต่มีข้อเพื่อให้มนุษย์ไปยึดมั่นถือมั่นอยู่ที่นั่น; เพียงแต่ให้รู้ว่าที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้ นั่นมันคืออะไร? มันก็คือ จิตที่หลุดพ้น ไม่ไปยึดมั่นถือมั่นอะไร แม้ในความดีสูงสุดนั้น. นั่นแหละจึงจะเป็นการได้ ที่ดีที่สุดของมนุษย์. ที่เกิดมามีสติปัญญา อันไม่มีขอบเขตจำกัด สำหรับมนุษย์เรา.

ธรรมนิยามของพุทธทาส, อะไรคืออะไร?, ลำดับที่ ๑๗.๓ บนแถวพื้นสีน้ำเงิน  
เรื่องที่ ๕ ศาสนาคืออะไร?

บรรยายเมื่อวันที่ ๒๒ เมษายน ๒๕๒๑, หน้า ๑๒๑-๒๓๐.

