



คู่มือมหาวิทยาลัย
ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย



วัฒนธรรมเพื่อการพัฒนาตน
สู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์



ใจคือความสำคัญของพระพุทธศาสนา



พุทธทาสภิกขุ



อ่านสิบรอบ คิดสิบหน ฝึกฝนปัญญา ฉลาดใช้ เฉลียวคิด ชีวิตมีสติ สนุก สุข สงบ เย็น

คู่มือมนุษย์ ๑

ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย
เรียบ

ใจความสำคัญ ของพุทธศาสนา

(พุทธศาสนาผู้บวชหรือเฝ้าพระนิมิต)



พุทธศาสนิกชน.

ผู้ประพันธ์: อ. วิฑูรย์



Dhamma Guide : D.G. วิฑูรย์ ปัทมคัมภีร์

อรรถกถาแปล : อ. วิฑูรย์ คำทองเมือง

ภาพประกอบ : สมภาร กนกพิลา

บรรณาธิการสาร : ศักดิ์สิทธิ์ หันสุโขทัย

บรรณาธิการศิลป์ : อ. วิฑูรย์ คำทองเมือง

รูปเล่ม/จัดพิมพ์ : จ.วิฑูรย์ ปี ๒๕๖๒





အထက်ဖော်ပြပါအတိုင်း အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြချက်များကို အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြပါမည်။

[illegible]

John W. Burt

คำนำสำนักพิมพ์

ธรรมบรรยายชุด “**คู่มือมนุษย์**” ของพระเดชพระคุณ พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ) หรือ หลวงปู่พุทธทาสภิกขุ แห่งสวนโมกขพลาราม อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นหนึ่งในผลงานซึ่งถือว่าเป็นเพชรน้ำเอกที่ได้รับการยอมรับและเป็นที่นิยมชมชอบจากชาวพุทธอย่างกว้างขวาง จนมีการนำไปแปลเป็นภาษาต่างๆ ในหลายประเทศ ทั้งนี้ก็เพราะว่าท่านหลวงปู่พุทธทาสภิกขุได้บรรยายเรื่องที่สำคัญที่สุดที่มนุษย์ทุกคนควรจะต้องรู้ และควรจะต้องปฏิบัติตามให้จงได้ เพื่อความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบอย่างแท้จริง

ธรรมบรรยายชุดนี้ หลวงปู่พุทธทาสได้บรรยายอบรมผู้ที่ได้รับการโปรดเกล้าฯ เป็นตุลาการ รุ่นปี ๒๕๔๔ ณ ห้องบรรยายของเนติบัณฑิตยสภา ระหว่างวันที่ ๒ - ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๔๔ รวมทั้งหมด ๑๐ ครั้ง ๑๐ หัวเรื่อง ดังนี้

ครั้งที่ ๑ : ใจความสำคัญของพุทธศาสนา

(พุทธศาสนามุ่งชี้อะไรเป็นอะไร) (๒ พ.ค. ๒๕๔๔)

ครั้งที่ ๒ : ไตรลักษณ์ (ลักษณะสามัญของสิ่งทั้งปวง) (๔ พ.ค. ๒๕๔๔)

ครั้งที่ ๓ : อุปาทานสี่ (อำนาจของความยึดติด) (๗ พ.ค. ๒๕๔๔)

ครั้งที่ ๔ : ไตรสิกขา (ขั้นของการปฏิบัติศาสนา) (๘ พ.ค. ๒๕๔๔)

ครั้งที่ ๕ : เบญจขันธ์ (คนเราติดอะไร) (๙ พ.ค. ๒๕๔๔)

ครั้งที่ ๖ : สมาธิและวิปัสสนาตามธรรมชาติ

(การทำให้อารมณ์นิ่ง ตามวิธีธรรมชาติ) (๑๑ พ.ค. ๒๕๔๔)

- ครั้งที่ ๗ : สมานธิและวิปัสสนาตามหลักวิชาในรูปเทคนิค
(การทำให้รู้แจ้งตามหลักวิชา) (๑๔ พ.ค. ๒๕๕๙)
- ครั้งที่ ๘ : อริยบุคคลกับการละกิเลส
(ลำดับแห่งความหลุดพ้นจากโลก) (๑๗ พ.ค. ๒๕๕๙)
- ครั้งที่ ๙ : พุทธศาสนากับคนทั่วไป
(พุทธศาสนาสอนศิลปะการเป็นคน) (๑๗ พ.ค. ๒๕๕๙)
- ครั้งที่ ๑๐ : ตูลาการตามอุดมคติแห่งพระพุทธศาสนา
(ภาครูปความ) (๒๒ พ.ค. ๒๕๕๙)

ด้วยทาง สำนักพิมพ์เสียงเสียง เพียรเพื่อพุทธศาสน์ ได้เล็งเห็นถึงคุณค่าและประโยชน์สุขที่ผู้อ่านจะได้รับจึงได้นำธรรมบรรยายชุด “คู่มือมนุษย์” ทั้ง ๑๐ หัวเรื่องมาจัดพิมพ์ใหม่ โดยจัดแยกเป็น ๑๐ เล่มตามหัวข้อ เพื่อความสะดวกแก่ผู้อ่านไม่ต้องถือหนังสือเล่มหนา ในการจัดพิมพ์คู่มือมนุษย์ครั้งนี้ได้เน้นให้เป็นฉบับที่อ่านง่าย เข้าใจง่าย โดยได้เพิ่มภาพประกอบพร้อมคำการ์ตูน ชูคำเด่น เน้นข้อความ สร้างหัวข้อหน้า แบ่งวรรคตอน ขยายขึ้นบรรทัดใหม่ หน้าใหม่ ใส่สีสัน เสริมธรรมให้ผู้อ่านอ่านได้เข้าใจง่ายยิ่งขึ้น เมื่ออ่านไปที่ละเล่มทีละหัวเรื่องแล้วจะทำให้เราเข้าใจหลักธรรมคำสั่งสอนและหลักปฏิบัติที่ถูกต้องทางพุทธศาสนาเพิ่มมากขึ้นทีละขั้น

หนังสือ “คู่มือมนุษย์ ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย เรื่อง **ใจความสำคัญของพุทธศาสนา (พุทธศาสนามุ่งชี้อะไรเป็นอะไร)**” เล่มนี้ เป็นการนำเสนอใจความสำคัญโดยย่อของพุทธศาสนาอย่างเรียบง่าย และชัดเจนที่สุดแก่บุคคลทั่วไปทุกประเภท

ตั้งคำถามของท่านพุทธทาสภิกขุที่ว่า...

**“ถ้าใครรู้ว่าอะไรเป็นอะไรโดยถูกต้องครบถ้วนลึกซึ้งยิ่งที่สุด
แล้ว คนคนนั้นได้ชื่อว่ารู้พุทธศาสนามากที่สุดเหมือนกัน”**

ดังนั้นจึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้จะช่วยเป็นคู่มือชี้ทาง
ให้เราทุกคนได้พบเจอแสงสว่างแห่งชีวิต เพื่อมุ่งสู่เส้นทางแห่งการดับทุกข์
อย่างสิ้นเชิง สมกับที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ในที่สุด

**ขอความเจริญในธรรมจงมีแก่ทุกท่าน
สำนักพิมพ์เลี้ยงชีพ เพียรเพื่อพุทธศาสนา**



บทนำ

โปรดใช้เล่มนี้ให้คุ้มค่าที่สุด & อ่านแล้ว -> แบ่งกันอ่านหลายท่านนะจ๊ะ

อ่านสิบรอบ รวบรวมธรรมะจิตสิบพัน ผิดพันปัญญา พัฒนาการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

จิตมีสติสัมปชัญญะ รู้เท่าทันสรรพสิ่ง ฉลาดใช้ เติบโตชีวิต ชีวิตจากสนุก สุข สุขบ เป็น เติบโตพร้อมใจท่าน

สำนักพิมพ์เลี้ยงชีพ เพียรเพื่อพุทธศาสนา โปรดณาให้ทุกคนรอบคอบด้วยความสุข

กราบนมัสการและกราบสวัสดี ผู้มีบุญทุกท่าน

“มนุษย์ จำต้องมี **“คู่มือมนุษย์”** ด้วยหรือ??”

หลายๆ ท่านอาจจะเกิดความสงสัยขึ้นมาในใจ เมื่อได้เห็น
หนังสือชื่อแปลกๆ เล่มนี้ล่ะครับ

“เอ๊ะ!! แล้ว มนุษย์ คืออะไร??”

“แล้วเราเป็น มนุษย์ หรือเปล่า??”

“เราไม่ใช่ มนุษย์ หรือ??”

“คนคือมนุษย์?? มนุษย์ก็คือคนนี่??”

หากคุณเข้าใจง่ายๆ แบบนี้แล้วละก็...

“หนังสือคู่มือมนุษย์” ของท่านพุทธทาสภิกขุ

ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย โดย

สำนักพิมพ์เสียงเชียง เพียรเพื่อพุทธศาสนา

ที่คุณถืออยู่ในมือเล่มนี้จะทำให้คำถามของคุณได้รับความ
กระจ่างชัดมากขึ้นเรื่อยๆ จนคุณต้องอุทานออกมาว่า...

“เราต้องกลับไปเป็น มนุษย์ ให้ได้!!” ในที่สุด

 **สงฆ์พิมพ์เสียง** 

สารบัญ

ศาสนา และ ศีลธรรม เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน ๘

ที่สุดของพุทธศาสนา

คือ การสอนให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ๑๑



รู้ว่าอะไรเป็นอะไรนั้น คือ รู้ถึงทั้งปวงตามความเป็นจริง ๑๔

๑๙ คำสอนทั้งหมดในพุทธศาสนา แม้ “อริยสัจจ ๔”
ก็สอนให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร

เย ธมฺมา เหตุปฺปภวา ก็สอนให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ๒๗



เป้าหมายในการออกบวชของพระพุทธเจ้า
ก็เพื่อจะได้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ๓๑



หลัก “พระไตรลักษณ์” ก็มุ่งสอนให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ๓๓

“โฆวาทปฏินิโมกข์” ประธานของคำสอนทั้งหมด
ก็สอนให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ๓๗



๔๗ ปฏิบัติจนรู้แจ้งว่าอะไรเป็นอะไร คือรู้แจ้งในพุทธศาสนาทั้งหมด

๕๓ ฐี “แวงเล่าชาดก” : สุนัขชาดก ว่าด้วยหมูตัวราชสีห์

๖๑ ฐี “ธรรมะสวัสดิ์” : วิธีปฏิบัติเมื่อถูกคำว่า

๖๘ ฐี “เสกมณตไล่ใจ”



ใจความสำคัญของ พระพุทธศาสนา*

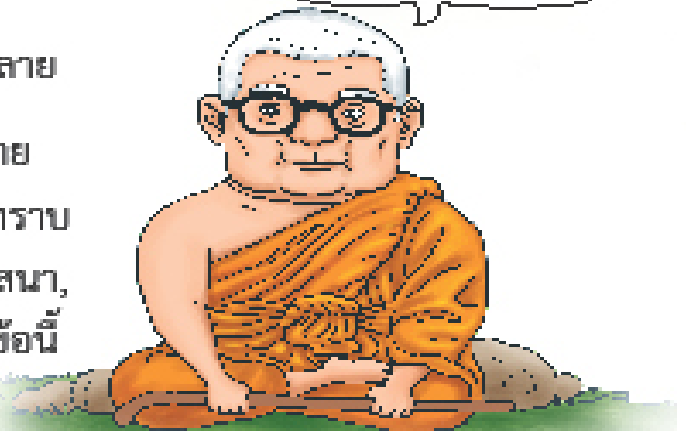
๑. ศาสนา และ ศีลธรรม เป็นสิ่งจำเป็น สำหรับทุกคน

ท่านที่จะเป็นผู้พิพากษาทั้งหลาย

หัวข้อที่อาตมาได้รับมอบหมาย

สำหรับการอบรมในที่นี้นั้น เป็นที่ทราบ
กันอยู่แล้วว่า คือ “หลักพระพุทธศาสนา,
วิธีการปฏิบัติ และศีลธรรม” จากหัวข้อนี้
เราจะเห็นได้ว่าการแยกเป็น...

ศาสนาและศีลธรรม
จำเป็นสำหรับคนทุกประเภท



พุทธศาสนา และ ศีลธรรม ทั้งสองหัวข้อนี้ กล่าวได้ว่า
เป็นวิชาความรู้ที่จำเป็นแก่บุคคลทั่วไปทุกประเภท และจำเป็น
แก่บุคคลที่กำลังจะปฏิบัติหน้าที่ ซึ่งเป็นหน้าที่สำคัญโดยตรง
ของคนทุกๆ ประเภทด้วย

แต่สำหรับในวันแรกนี้ อาตมาอยากจะชี้ให้เห็นความแตกต่าง
ในระหว่างของสองสิ่งนี้เป็นส่วนใหญ่ เพราะฉะนั้น จึงให้หัวข้อคำอบรม
ในวันนี้ว่า “พุทธศาสนานั้นคืออะไร??”

*บรรยายอบรมผู้ที่จะเป็นผู้พิพากษา ณ ห้องบรรยายของเนติบัณฑิตยสภา

๒ พฤษภาคม ๒๕๔๔ ขณะดำรงสมณศักดิ์ที่ พระอริยบัณฑิต

ศาสนา มีความหมายกว้างขวางกว่า ศีลธรรม

เพื่อเราจะได้เข้าใจสิ่งที่เรียกว่า พุทธศาสนา ให้ชัดเจนเป็นประการแรก แต่ถึงอย่างนั้นก็ยังอยากจะทำการเปรียบเทียบเบื้องต้น ในระหว่างสิ่งที่เรียกกันว่า “ศาสนา” กับ “ศีลธรรม” พอเป็นหลักประกันความปนเปื้อนเสียก่อน พอได้ยินคำว่าศาสนา ท่านทั้งหลายก็คงจะรู้สึกหรือสันนิษฐานเอาได้ว่า...

คำว่า “ศาสนา” มีความหมายเป็นไปได้กว้างหรือลึกกว่า

คำว่า “ศีลธรรม”



คำว่า ศีลธรรม หมายถึง จอปฏิบัติซึ่งเกี่ยวกับประโยชน์สุขในโลกนี้ในชั้นที่เป็นพื้นฐานทั่วไปมากกว่าอย่างอื่น และศีลธรรมเป็นหลักปฏิบัติที่กล่าวได้ว่ามีอยู่ตรงๆ กันทั่วๆ ไปแทบทุกศาสนา ส่วนคำว่า ศาสนา นั้นหมายถึง ระเบียบวิธีปฏิบัติในชั้นสูง และมีความผิดแผกแตกต่างกันออกไปโดยเฉพาะเป็นศาสนาหนึ่งๆ ที่เดียว

ที่เห็นได้ชัดๆ ง่ายๆ เราจะเห็นได้ว่า คำว่า ศีลธรรม ย่อมหมายถึง ระเบียบการปฏิบัติเพียงเท่าที่เราจะเรียกได้ว่า เป็นการทำให้เป็นคนดี เช่น มีศีล มีสัจจะ มีกตัญญูกตเวที มีการปฏิบัติที่ไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนหรือคนอื่น ตามหลักที่สังคมทั่วๆ ไปต้องการ

พุทธศาสนาไปได้ไกลกว่าศีลธรรมสากล ถึงกับพ้นทุกข์ได้เด็ดขาด

แต่เมื่อได้ปฏิบัติครบถ้วนตามนั้นแล้ว คือ**มีศีลธรรมดีแล้ว** ปัญหาที่ยังคงมีเหลืออยู่ว่า **คนนั้นยังไม่พ้นทุกข์** หรือหมดปัญหาที่เกิดมาจากความเกิดแก่เจ็บตาย ยังไม่พ้นทุกข์ **ไม่พ้นจากการเบียดเบียนของกิเลส โดยเฉพาะคือ โภคะ โทสะ โมหะ**

อำนาจของศีลธรรมได้สิ้นสุดลงเสียก่อนที่จะกำจัด โภคะ โทสะ โมหะ ให้สิ้นไปได้ และไม่สามารถจะกำจัดความทุกข์อันเกิดจากความเกิดแก่เจ็บตาย เป็นต้นได้ ส่วนขอบเขตหรือหน้าที่ของศาสนานั้น ยังไปได้ไกลต่อไปอีก โดยเฉพาะ...

พุทธศาสนาของเราย่อมมุ่งหมายโดยตรงที่จะกำจัดกิเลส คือ โภคะ โทสะ โมหะให้สิ้นเชิง หรือดับความทุกข์ทั้งหลายที่จะเกิดเป็นปัญหาขึ้นจากความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นต้น ให้สูญสิ้นไป

สิ่งที่เรียกว่าศาสนาไปได้ไกลกว่าศีลธรรมเช่นนี้ จึงเป็นการชี้ให้เห็นได้ชัดๆ ว่า ศาสนากับศีลธรรมนั้นต่างกันอย่างไร โดยเฉพาะ พุทธศาสนาไปได้ไกลกว่าศีลธรรมสากลของโลกทั่วๆ ไป อย่างไร

เมื่อเราเข้าใจความแตกต่างระหว่างคำว่า ศาสนา กับคำว่า ศีลธรรม ดังนี้แล้ว เราจะได้สนใจกับสิ่งที่เรียกกันว่า พุทธศาสนา โดยเฉพาะกับสืบไป

๒. ที่สุดของ พุทธศาสนา คือการสอนให้รู้ว่า อะไรเป็นอะไร



เมื่อตั้งปัญหาว่า พุทธศาสนาคืออะไร อาตมาอยากจะให้คำ
จำกัดความหรือบทนิยามที่เหมาะสมแก่ท่านทั้งหลายในที่นี่ ที่สุดว่า...

**พุทธศาสนา คือ วิชาการทั้งระเบียบปฏิบัติ
สำหรับจะให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร เท่านั้นเอง**

ผู้ที่จำเป็นจะต้องรับการอบรมทางพุทธศาสนาอาจจะเข้าใจว่า
ถ้าอย่างนั้นตัวเองก็เป็นผู้ที่ไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไรไป ดังนั้นหรือ

อาตมาก็อยากจะยืนยันว่าเรื่องมันเป็นอย่างนั้นจริงๆ ถ้าใครรู้ว่า
อะไรเป็นอะไรโดยถูกต้องครบถ้วนลึกซึ้งถึงที่สุดแล้ว คนนั้นชื่อว่ารู้พุทธ-
ศาสนาถึงที่สุดด้วยเหมือนกัน

เมื่อรู้ว่าอะไรเป็นอะไร ก็เข้าใจพุทธศาสนาได้ง่าย



ขอให้ทำความเข้าใจในคำจำกัดความที่ว่า พุทธศาสนา คือวิชา
และระเบียบปฏิบัติสำหรับให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ให้มากเป็น
พิเศษ ที่ได้วางหลักเกณฑ์ดังนี้ ก็เพื่อประโยชน์ที่จะให้ท่าน
ทั้งหลายเข้าใจพุทธศาสนาได้โดยเร็ว หรือโดยง่ายนั่นเอง
ไม่ใช่เป็นการเล่นโวหารให้เปลืองเวลา และว่าโดยที่แท้จริงแล้ว
ก็เป็นคำจำกัดความที่ถูกต้องที่สุดตามความมุ่งหมาย
ของพระพุทธเจ้า หรือของพระพุทธศาสนา

คำที่ว่า ให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร นั้น มีความหมายลึกซึ้งมาก เดียวนี้
ท่านทั้งหลายลองพิจารณาดูว่า เรารู้จักว่าอะไรเป็นอะไรกันหรือเปล่า
แม้แต่จะรู้จักว่า ตัวของตัวเองนั้นเป็นอะไร ชีวิตนี้คืออะไร การงานคือ
อะไร หน้าที่หรืออาชีพคืออะไร แม้ที่สุดแต่เงินทองทรัพย์สินสมบัติ ข้าวของ
เกียรติยศชื่อเสียงเหล่านี้คืออะไรก็ตาม ถ้าใครกล้ายืนยันว่ารู้อะไรที่สุดว่า
สิ่งเหล่านี้คืออะไร ก็ลองพิจารณาดูให้ดี ๆ หรือฟังคำอธิบายดูต่อไปว่า
ตามความหมายอันแท้จริงแล้ว สิ่งเหล่านี้คืออะไรกันแน่

รู้จัก ปฏิบัติถูก ทุกๆไม่เกิด

ถ้าจะกล่าวโดยโวหารธรรมะว่าใครเป็นผู้รู้ธรรมแล้ว ก็ต้องกล่าวว่าเขาารู้ว่าสิ่งทั้งปวงคืออะไร คือถ้าผู้ใดรู้ว่าสิ่งทั้งปวงคืออะไร ผู้นั้นจะเป็นผู้รู้พุทธศาสนา ถ้ารู้หมดจนสิ้นเชิง ก็เท่ากับว่ารู้พุทธศาสนาหมดจนสิ้นเชิงได้



เมื่อเรารู้ว่าอะไรเป็นอะไรจริงๆ แล้ว

เราย่อมไม่ปฏิบัติผิดต่อสิ่งทั้งปวง

แต่ย่อมจะปฏิบัติถูกต่อสิ่งทั้งปวง

เมื่อปฏิบัติถูกต่อสิ่งทั้งปวงแล้ว

ก็เป็นอันแน่นอนว่าความทุกข์จะเกิดขึ้นไม่ได้

เดี๋ยวนี้เรายังไม่รู้จักสิ่งทั้งปวงถูกต้องตามที่มันเป็นจริงว่ามันเป็นอะไร เราจึงปฏิบัติผิดต่อสิ่งทั้งปวงไม่มากก็น้อย ความทุกข์ก็เกิดขึ้นตามส่วน

ตัวอย่างเช่น ไม่รู้จักว่าชีวิตนี้คืออะไร หน้าที่การงานคืออะไร เราย่อมปฏิบัติผิดต่อสิ่งเหล่านี้ และความทุกข์ก็ต้องเกิดขึ้นตามส่วนที่ไม่รู้ การที่รู้ว่า สิ่งทั้งปวงคืออะไรนั้น เป็นเครื่องช่วยให้เราปฏิบัติถูกต่อสิ่งทั้งปวงโดยตรง

๓. รู้ว่าอะไรเป็นอะไรนั้น คือ รู้สิ่งทั้งปวงตาม ความเป็นจริง



เมื่อกล่าวถึงการปฏิบัติตามหลักของพุทธศาสนา หรือจะเรียกว่า การปฏิบัติพุทธศาสนาก็ตาม ย่อมเป็นการปฏิบัติเพื่อให้รู้สิ่งทั้งปวงตามที่เป็นจริงนั่นเอง เพราะว่าถ้าเราปฏิบัติจนถึงกับรู้ว่า สิ่งทั้งปวงคืออะไร เสียแล้ว ก็ไม่มีความจำเป็นจะต้องปฏิบัติอะไรอีกต่อไป ขอให้ฟังให้ชัดเจนหรือให้ดี ในที่ตรงนี้อีกครั้งหนึ่ง ว่า...

การปฏิบัติของเรานั้น
เราปฏิบัติเพื่อให้รู้ว่า สิ่งทั้งปวงคืออะไร
ตามที่เป็นจริงอย่างไร เท่านั้น
ถ้าลงได้ในเรื่องนี้แล้วการปฏิบัติก็ไม่จำเป็นอะไรต่อไปอีก