



คู่มือมนุษย์

พุทธทาสภิกขุ เขียน

เรียบเรียงโดย อาจารย์สุภกัญญา ชวนิชย์*
รายการหนังสือสื่อความรู้ ช่วงหนังสือชวนคุย
ออกอากาศทางสถานีวิทยุ FM 97.75 Mhz.
“คลื่นสี่ขาของชาวพุทธ” ครั้งที่ 2

คุณปุ่น จงประเสริฐ ผู้ก่อตั้งองค์การฟื้นฟู
พุทธศาสนา ได้กล่าวว่า หากท่านผู้ใดไม่มีเวลาอ่านหนังสือ
ธรรมะเล่มอื่น ๆ ก็ขอให้อ่านให้ได้สักเล่ม และยิ่งอ่านเร็ว
เท่าไรก็จะเป็นประโยชน์แก่ชีวิตเร็วเท่านั้น เพราะท่าน
จะได้รู้เคล็ดลับของการมีชีวิตอยู่ในโลกนี้อย่างไม่มี
ความทุกข์ มีแต่ความสุขทางใจ

บทกวีธรรม

เป็นมนุษย์ เป็นได้ เพราะใจสูง

เหมือนหนึ่งยุง มีดี ที่แววขน
ถ้าใจต่ำ เป็นได้ แต่เพียงคน
ยอมเสียที่ ที่ตน ได้เกิดมา
ใจสะอาด ใจสว่าง ใจสงบ

ถ้ามีครบ ควรเรียก มนุสสา
เพราะทำถูก พุศฺถูก ทุกเวลา
เปรมปรีดา คั้นวัน สุขสันต์จริง
ใจสกปรก มีดมัว และร้อนร่ำ
ใครมีเข้า ควรเรียก ว่าผีสิง
เพราะพุดผิด ทำผิด จิตประเวง
แต่ในสิ่ง นำตัว ก้าวอบาย
คิดดูเถิด ถ้าใคร ไม่อยากตก
จงรีบยก ใจตน รีบชวนขวย
ให้ใจสูง เสียได้ ก่อนตัวตาย
ก็สมหมาย ที่เกิดมา อย่าเชื่อนอเย

ธรรมกวีเอกท่านนี้ยังได้รับการยกย่องจากยูเนสโก
ให้เป็นบุคคลสำคัญของโลกด้านส่งเสริมสันติธรรม
สันติธรรม วัฒนธรรม ความสัมพันธ์และความเข้าใจอันดี
ของมวลมนุษยชน นั่นก็คือ ท่านพุทธทาสภิกขุ ในผลงาน
ชิ้นเอก “คู่มือมนุษย์” ที่มีผู้นำไปแปลเป็นภาษาต่างประเทศ
หลายภาษา

พุทธศาสนา คือ วิชารวมทั้งระเบียบปฏิบัติ
สำหรับให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ท่านพุทธทาส กล่าวว่า...
หลักคำสอนของพระพุทธองค์นั้นล้วนแต่เป็นการบ่งระบุ
ให้เรารู้ว่าอะไรเป็นอะไรโดยถูกต้องถึงที่สุดอย่างแท้จริง
เช่น หลักอริยสัจ 4

อริยสัจ ข้อที่หนึ่ง คือ ทุกข์ ท่านเปรียบเทียบว่า
สิ่งปรุ้งแตงทั้งปวงเป็นทุกข์ เป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์ใจ
แต่คนทั้งหลายไม่รู้ไม่เห็นว่าสิ่งทั้งปวงเป็นความทุกข์
จึงได้มีความอยากในสิ่งเหล่านั้น แต่ถ้ารู้และเข้าใจจริง ๆ ว่า
นั่นคือความทุกข์ ก็ไม่น่าอยาก ไม่น่ายึดถือ ไม่น่าผูกพัน
ตัวเองเข้ากับสิ่งใด ๆ

อริยสัจ ข้อที่สอง คือ สมุทัย ท่านก็เปรียบเทียบ
ให้เข้าใจว่า ความอยากนี่แหละเป็นเหตุของความทุกข์
เมื่อคนทั้งหลายไม่เข้าใจเช่นนั้น ก็จึงมักมีความอยากนั้น
อยากนี่ร้อยแปดพันประการ

*รองอธิการบดีฝ่ายนโยบายและแผน และ รักษาการ ผู้อำนวยการสำนักการคลังและทรัพย์สิน
มหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย

อริยสัจ ข้อที่สาม คือ นิโรธหรือนิพพาน ก็คือ การดับความอยากเสียให้สิ้น เป็นความไม่มีทุกข์ ซึ่งคนทั้งหลายยังไม่รู้จักเข้าไปใหญ่ ทั้งๆที่เป็นสิ่งที่อาจรู้ได้ในที่ทั่วๆไป คือพบได้... ตรงที่ความอยากมันดับลงไปนั่นเอง แต่ก็ด้วยความไม่รู้... จึงไม่มีใครปรารถนาที่จะดับความอยาก ไม่ปรารถนานิพพาน เพราะไม่รู้ว่าจะอะไรคือนิพพาน

อริยสัจ ข้อที่สี่ คือ มรรค คือวิธีดับความอยากนั้น ๆ เสีย แต่ก็เพราะไม่มีผู้เข้าใจว่าการกระทำอย่างนี้เป็นการดับความอยาก จึงไม่มีใครสนใจเรื่อง อริยมรรคมีองค์แปด ซึ่งเป็นสิ่งที่ประเสริฐที่สุดในบรรดาวิชาความรู้ของมนุษย์เราในโลกนี้

ท่านพุทธทาสกล่าวว่ “พุทธศาสนา แปลว่า ศาสนาของผู้รู้” เพราะ พุทธะ แปลว่า ผู้รู้ คือ รู้ความจริงของสิ่งทั้งปวงได้ถูกต้อง เพราะฉะนั้น พุทธศาสนาจึงเป็นศาสนาที่อาศัยสติปัญญา หรืออาศัยวิชาความรู้ที่ถูกต้องเพื่อทำลายความทุกข์ และต้นเหตุของความทุกข์เหล่านั้น

และมีคำกล่าวในพระพุทธานุญาตว่า.....ถ้าข้าศึกตีสิทธิ์ในแม่น้ำคงคา จะทำให้คนหมดบาป หมดทุกข์ได้แล้ว พวกเต่า ปู ปลา หรือหอยที่อาศัยอยู่ในแม่น้ำหรือสระศักดิ์สิทธิ์นั้น ก็คงจะหมดบาปหมดทุกข์ไปด้วยในน้ำนั้นเหมือนกัน หรือถ้าหากว่าคนจะพ้นทุกข์ได้ด้วยการบวงสรวงบูชาอ่อนวอนแล้ว โลกนี้ก็จะไม่มีใครมีความทุกข์เลย เพราะใครๆ ต่างก็บูชาอ่อนวอนเป็น ...

ท่านพุทธทาสได้อธิบายถึง ความเหมือนและความต่างระหว่าง ศาสนากับศีลธรรม ว่า ศาสนา มีความหมายกว้างขวางกว่า ศีลธรรม เพราะศีลธรรมหมายถึง ข้อปฏิบัติเกี่ยวกับประโยชน์สุขในขั้นพื้นฐานทั่วไป และมีตรงกันแทบทุกศาสนา แต่ศาสนาจะหมายถึงระเบียบปฏิบัติในขั้นสูง ผิดแปลกแตกต่างกันไปเฉพาะศาสนาหนึ่งๆ แม้ศีลธรรมจะทำให้คนดี มีการปฏิบัติที่ไม่เบียดเบียนตนและผู้อื่นตามหลักสังคัมทั่วไป แต่เมื่อได้ปฏิบัติครบถ้วนแล้วคนก็ยังไม่วุ่นวายจากความเกิดแก่ เจ็บและตาย และยังไม่พ้นทุกข์จากการเบียดเบียนของกิเลส อันได้แก่ โภคะ โทสะและโมหะ ในขณะที่ขอบเขตของพระพุทธานุญาตนั้น จะไปไกลกว่า และมุ่งหมาย

โดยตรงที่จะกำจัดกิเลสดังกล่าว ซึ่งศีลธรรมจะทำได้ไม่ถึง

ชุดข้อธรรมเรื่องของ หลักไตรลักษณ์ ซึ่งเป็นหลักสำคัญอีกประการหนึ่ง ที่เราต้องรู้และเชื่อมโยงได้อันได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ท่านว่าถ้าไม่รู้ ไม่เข้าใจ ข้อธรรมชุดนี้ก็ไม่รู้จักพุทธศาสนา เพราะเป็นการประกาศความจริงที่ว่า สิ่งปรุงแต่งทั้งปวงไม่เที่ยง สิ่งปรุงแต่งทั้งปวงเป็นทุกข์ สิ่งทั้งปวงไม่ใช่ตัวตน กล่าวคือ อนิจจังคือ สิ่งทั้งปวงเปลี่ยนแปลงเรื่อย ไม่มีอะไรเป็นตัวเองที่หยุดอยู่แม้ชั่วขณะ ทุกขัง คือ สิ่งทั้งปวงมีลักษณะเป็นความทุกข์ ทรมานอยู่ในตัวมันเอง มีลักษณะดูแล้วน่าซังน่าเบื่อ น่าระอาทั้งนั้น อนัตตา เป็นการบอกให้รู้ว่า บรรดาสิ่งทั้งปวง ไม่มีอะไรที่เราควรจะไปยึดถือด้วยจิตใจว่าเป็นตัวเรา เป็นของเรา ถ้าไปยึดถือก็ต้องเป็นทุกข์

ทั้งสามหลักนี้ จะไปเชื่อมโยงกับอริยสัจสี่ได้ลงตัว ต้องหมายความว่า เป็นการเห็น จนรู้สึกว่ามีอะไรที่น่ายึดถือ ท่านพุทธทาสยังได้แสดงหลักสำคัญที่ทำให้เข้าใจชัดเจน ในเรื่อง ความเข้าใจกับความเห็นแจ้ง ท่านกล่าวว่า... “ความเข้าใจที่อาศัยการคำนึงเอาตามหลักเหตุผล กับ ความเห็นแจ้งอย่างที่เรียกว่าเห็นธรรม นั้น ในทางธรรมะแล้วต่างกันเป็นคนละเรื่อง เพราะการเห็นธรรมนั้นไม่อาจจะเห็นได้ด้วยการคิดไปตามเหตุผล แต่ต้องเห็นแจ้งด้วยความรู้สึกในใจจริงๆ คือ ต้องเป็นสิ่งที่เราชิมชาบมาแล้ว ด้วยการผ่านผจญสิ่งนั้น ๆ มาด้วยตนเอง หรือด้วยการมีจิตใจจดจ่ออยู่กับสิ่งนั้น ๆ โดยอาศัยการเฝ้าฟังดูอย่างพิจารณา จนมีความรู้สึกเบื่อหน่ายไม่หลงใจในสิ่งนั้นด้วยความรู้สึกแท้ของตนเอง” ท่านว่าลักษณะสามัญเช่นนี้ พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนมากกว่าคำสอนอื่นๆ

นอกจากหลักอริยสัจ 4 ไตรลักษณ์แล้ว ยังมีข้อธรรมอีกชุด นั่นคือ หลักเรื่องไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ว่า... ศีล นั้นเป็นการเตรียมเบื้องต้น เป็นการควบคุมกาย วาจา เพื่อให้เรามีการเป็นอยู่อย่างผาสุกอันจะช่วยให้อารมณ์เป็นปกติ ซึ่งอารมณ์สงบของศีลนั้นมีหลายประการแต่ที่สำคัญที่สุดคือ เป็นไปเพื่อให้เกิดสมาธิ เพราะศีลนั้นจะเป็นความสงบของจิต และเป็นเครื่อง

เจริญของสมาธิ ส่วนอานิสงส์อื่นๆ เช่น ให้เป็นสุข หรือ ให้ไปเกิดเป็นเทวดาในสวรรค์นั้น พระพุทธเจ้าไม่ทรงมุ่งหมายโดยตรง สมาธิ นั้นก็เช่นกัน เป็นการควบคุมที่จิตที่ใจ เพื่อให้จิตนั้น อยู่ในสภาพที่สามารถทำหน้าที่ ให้เป็นประโยชน์ที่สุด คือ ไม่มีความเห็นผิด ไม่มีความเศร้าหมอง ไม่มีความฟุ้งซ่าน เรียกว่าเป็นการอบรมจิต หรือฝึกฝนจิตให้ถึงที่สุด ท่านจึงจัดว่า สมาธิเป็นลักษณะของมหาบุรุษ ซึ่งไม่ว่าจะเป็นมหาบุรุษทางโลกหรือทางธรรม ล้วนต้องมีสมาธิเป็นคุณสมบัติประจำตัวทั้งสิ้น ปัญญา พระพุทธองค์ตรัสไว้ชัดเจน ว่าเมื่อจิตเป็นสมาธิแล้ว ย่อมเห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามที่เป็นจริง หมายถึง อารมณ์ที่จิตประกอบด้วยสมาธิในลักษณะที่พร้อมจะปฏิบัติหน้าที่ ปัญหาต่าง ๆ ที่สะสมอยู่ได้จิตสำนึกนั้น จะมีคำตอบโผล่ออกมาเฉย ๆ ท่านพุทธทาสก็ได้อธิบายว่า...แม้ว่าจะไม่เกิดสภาวะ “คำตอบโผล่

ออกมา” เราก็ยังมีอีกวิธีหนึ่ง คือ การน้อมจิตไปสู่การพิจารณาปัญหาที่เรากำลังมีอยู่ และการพิจารณาด้วยกำลังของสมาธิในลักษณะนี้เอง เรียกว่า “ปัญญา” ดังนั้นปัญญากับสมาธิ จึงเกี่ยวข้องกันเสมอ ความไม่เที่ยงของสรรพสิ่งทั้งหลายนี้ มีสอนกันมาก่อนพระพุทธเจ้า แต่ไม่ได้ขยายความลึกซึ้งเหมือนพระพุทธองค์ เรื่องทุกข์ก็เช่นกัน ไม่ลึกซึ้งถึงที่สุด ไม่ประกอบด้วยเหตุผล และไม่สามารถชี้ถึงวิธีดับทุกข์ที่สมบูรณ์จริง ๆ ได้ เพราะยังไม่รู้จักทุกข์อย่างเพียงพอ เท่ากับการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า

ท่านพุทธทาสได้เขียนไว้ในท้ายคำอนุโมทนาของหนังสือเล่มนี้ว่า “...ข้าพเจ้าขอแสดงความหวังอย่างยิ่งไว้ในที่นี้ด้วยว่า หนังสือเล่มนี้ จักเป็นบันไดขั้นต้นหรือเป็นหนังสือเล่มแรก ที่ถ้าศึกษาให้ละเอียดลออแล้ว จะสะดวกแก่การศึกษาธรรมะในขั้นสูงเรื่องอื่น ๆ ที่ข้าพเจ้าเคยแสดงไว้ในที่ต่าง ๆ สืบไปโดยแน่นอน”