



พุทธทาสภิกขุ

# คัมภีร์มโนสงฆ์

๗ ฉบับสมบูรณ์


หนังสือธรรมะเล่มแรก  
เพื่อศึกษาธรรมะในขั้นสูงต่อไป

จัดวรรคตอนใหม่  
ให้อ่านง่ายขึ้น  
โดย  
“เข้หนึ่เเอง”



# คู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์

โดย  
พุทธทาสภิกขุ

 [www.dhammadownload.com](http://www.dhammadownload.com) คลิกสั่งซื้อได้ที่นี้

 @booktime

ปรับปรุงใหม่ โดย  
“เซ่นนั้งเอง”

  
สุขภาพใจ

# คู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์

พุทธทาสภิกขุ

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : กันยายน ๒๕๔๗

จัดพิมพ์ : สำนักพิมพ์สุภาพใจ

บริษัท ตาตา พับลิเคชั่น จำกัด

คณะที่ปรึกษา : เกียรติ ปรัชญาศิลปินุฒิ, กิตติ ปิยพสุนทนา

ประธานกรรมการบริหาร : บัญชา เฉลิมชัยกิจ

กรรมการผู้จัดการ : ไชนรังสี เฉลิมชัยกิจ

บรรณาธิการบริหาร : วรุฒม์ ทองเชื้อ

บรรณาธิการ : สนม นิลวรรณ

ปก : วิโรจน์ จีรวิทยาภรณ์

ศิลปกรรม : รัตนา จีรวิทยาภรณ์

พิสูจน์อักษร : รักษก จงชนะภักดี

ฝ่ายโรงพิมพ์ : สมจิต มณีอุปถัมภ์

ฝ่ายการตลาด : ศุภวรรณ คุ่มภัย, อัครคุณัฐ ชูมณูม

ฝ่ายขาย : มนูญชยา ศิริวงษ์, เฉลิมชัย แก้วเรือง,

อุตร บุญญาชัย

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พุทธทาสภิกขุ

คู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์. - กรุงเทพฯ : สุภาพใจ, 2549.

344 หน้า.

1. ธรรมะกับชีวิตประจำวัน. I. ชื่อเรื่อง.

294.3144

ISBN 974-7363-21-6

จัดจำหน่าย : สายส่งสุภาพใจ

บริษัท บ็อค ไทม์ จำกัด

๑๔/๓๗๐ หมู่ ๑๐ ถ.พระราม ๒ ซอย ๓๘

แขวงบางมด เขตจอมทอง กรุงเทพฯ ๑๐๑๕๐

โทรศัพท์ ๐-๒๔๑๕-๒๖๒๑, ๐-๒๔๑๕-๖๕๐๗

โทรสาร ๐-๒๔๑๖-๗๗๔๔

www.booktime.co.th

พิมพ์ที่ : ฝ่ายโรงพิมพ์ บริษัท ตาตา พับลิเคชั่น จำกัด

โทรศัพท์ ๐-๒๔๑๖-๓๒๙๔



พิมพ์บนกระดาษถนอมสายตา

" Green Read by Thai Paper "

ช่วยถนอมสุขภาพสายตาและลดแสงสะท้อนในการอ่าน

www.thaipaper.com

## ถ้อยแถลง

เนื่องจากธรรมเนียมบรรยายของพระเดชพระคุณพระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) ซึ่งตั้งใจจะให้เป็นที่**คู่มี**ของ**มนุษย์** **ทุก ๆ คน** โดยการบรรยายผ่านทาง**การอบรม**ผู้ที่**จะเป็น**ผู้**พิพากษา** โดยหวังว่า ถ้าท่านที่จะเป็นผู้พิพากษาจะเป็นปุชฌัญญุบุคคลผู้มีเจตนาอันบริสุทธิ์ผุดผ่องมุ่งรักษา“อุดมคติ”ของผู้รักษาความเป็นธรรมหรือผู้คุ้มครองธรรมโดยปราศจาก“อคติ ๔”นั้น ย่อมเป็นเสมือนหนึ่งอริยบุคคล หรืออย่างต่ำที่สุดก็กัลยาณปุถุชน ด้วยการละสักกายทิฏฐิ วิจิกิจจา สิล্পพตปรามาส เท่าที่พระโสดาบันท่านละได้ ก็เป็นกำลังอันเพียงพอที่จะตัดหนทางของ“อคติ”ได้โดยสิ้นเชิง ในปี พ.ศ. ๒๔๙๙ และปี ๒๕๐๐ ติดต่อกัน และเนื่องกันในสมัยที่ยังเป็นพระอริยนั้นทมนั้นนั้น จะสมบูรณ์ได้จริงต้องบรรยายถึง ๒๐ ครั้ง. ดังนั้นเมื่อจะจบการบรรยายในปี พ.ศ. ๒๕๐๐ ท่านจึงกล่าวว่า : **แม้การบรรยายชุดนี้มี ๑๐ ครั้งจะเป็นเรื่องติดต่อกันมาโดยลำดับ เป็นรูปโครงแนวสอนอันใหม่ อีกอันหนึ่งก็ตาม ก็ขอได้โปรดถือว่าเป็นคำอธิบายข้อความที่ได้บรรยายชุดที่ ๑ เมื่อปีกลายนี้ เพราะได้ประกอบเพิ่มเติมให้ชัดแจ้งยิ่งขึ้นไปอีกด้วย ไม่ใช่เป็นเรื่องหนึ่งต่างหาก ที่จะแยกออกไปเป็นเอกเทศ ;** อาตมาขอยุติการบรรยายแห่งการอบรมในครั้งนี้ โดยขอฝากกับท่านนักศึกษาทั้งหลาย ในข้อที่ต้องคิดว่า

เรามีปัญหายุ่งยากเกิดขึ้นเพราะความเข้าใจผิดในสิ่งต่าง ๆ ในถ้อยคำต่าง ๆ ในหลักเกณฑ์ต่าง ๆ, แม้แต่เรื่องของเราเองในตัวของเราเอง ดังที่บรรยายมาแล้วทั้ง ๑๐ ครั้ง หรือรวมเป็น ๒๐ ครั้งกับที่แล้วมา<sup>๑</sup> .... ดังนี้.

ฉะนั้นในการปรับปรุงใหม่ครั้งนี้ จึงได้จัดทำ“คู่มือมนุษย์” ฉบับสมบูรณ์ และฉบับปฏิบัติธรรม ออกมาพร้อมกันทั้ง ๒ ชุด เพื่อท่านผู้ศึกษาจะได้เข้าถึงความลับของธรรมชาติที่เป็นเครื่องผูกพันตัวเราให้ติดอยู่กับโลก หรือความทุกข์ตลอดเวลานั่นเอง. มันเป็นความลับของธรรมชาติที่เป็น“ตัวเราเอง” และที่เกี่ยวกับตัวเราเอง ซึ่งคู่มือมนุษย์ทั้ง ๒ ชุดนี้จะช่วยให้รู้จักและเข้าใจได้แม้ว่าจะยังไม่“เห็นแจ้ง”ลงไปโดยเด็ดขาด ; แล้วจะเชื่อหรือไม่ว่าถ้าได้ปฏิบัติไปจนกระทั่งเกิดความเห็นแจ้งว่าสิ่งทั้งปวงคืออะไรเสียแล้ว ก็ไม่มีความจำเป็นจะต้องปฏิบัติอะไรอีกต่อไป, และเมื่อรู้ว่าสิ่งทั้งปวงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เด็ดขาด สิ้นเชิงลงไปจริงๆ แล้วนั้น ย่อมหมายถึงที่สุดของความรู้และการปฏิบัติ, เพราะว่าความรู้นั่นเองเป็นตัวทำลายกิเลสไปในตัว จนหมดไปในตัวแล้วการเบื้อหน่าย - คลายกำหนด และความหลุดพ้นที่เรียกว่า นิพพิทา วิราคะ และวิมุตตินั้น ย่อมเกิดขึ้นเองโดยอัตโนมัติ อันเป็นการรู้ผลของการหมดกิเลสไปในตัว.

เรามีหน้าที่ที่จะต้องทำความเพียรหรือปฏิบัติ ก็แต่ขั้นที่ว่า

---

<sup>๑</sup> คู่มือมนุษย์ ฉบับปฏิบัติธรรม หน้า ๔๒๔-๔๒๕ จัดพิมพ์โดย สำนักพิมพ์สุภาพใจ พ.ศ. ๒๕๔๙

เรายังไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไรเท่านั้น, โดยเฉพาะอย่างยิ่งก็คือไม่รู้ว่  
สิ่งทั้งหลายทั้งปวง เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ; เพราะฉะนั้น  
ท่านผู้สนใจศึกษาต้องเข้าใจให้ได้ว่า ท่านไม่ต้องทำความพยายาม  
ในข้อที่จะให้ความรู้ นั้นทำลายกิเลส : จงพยายามแต่เพียงให้เกิด  
ความรู้ว่าสิ่งทั้งปวงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ขึ้นมา  
ให้ถูกต้องตามที่เป็นจริงคือยิ่งกว่าที่รู้ ๆ กันอยู่ตามธรรมดา  
โลก หรือตามที่ตนเข้าใจว่า“รู้” ! ด้วยการสืบสาววิธีรู้ และ  
วิธีปฏิบัติ ให้ออกไปจากหลักที่ว่า เราจะต้องรู้ว่า“อะไรเป็นอะไร”  
เท่านั้น, ซึ่งทั้งวิธีที่จะรู้ และวิธีปฏิบัติอย่างถูกต้องสมบูรณ์ทั้งหมด  
นั้น ท่านจะหาพบได้ในคำบรรยายชุด“คู่มือมนุษย์”ทั้ง ๒ ชุดนี้  
เอง ; และเมื่อได้รู้ว่าสิ่งทั้งปวงคืออะไร ก็ย่อมหมายถึงการ  
บรรลุผลขั้นใดขั้นหนึ่ง หรือถึงที่สุด เพราะว่าหลักคำ  
สอนของพระพุทธเจ้าทั้งพระไตรปิฎก ก็ล้วนแต่ระบุให้รู้ว่าอะไร  
เป็นอะไร เท่านั้นเอง. ดังนั้น ด้วยเวลาเพียง ๑๐ ชั่วโมงใน  
ปี พ.ศ. ๒๔๙๙ นั้น จึงไม่เพียงพอที่จะบรรยายให้สมบูรณ์ได้  
ต้องนำมาบรรยายต่อในปี พ.ศ. ๒๕๐๐ อีก ๑๐ ครั้งให้เป็นการ  
ต่อเนื่องกันไป ขอได้โปรดเข้าใจเจตนาและความมุ่งหมายของ  
องค์บรรยายด้วย

แต่ว่าองค์บรรยายจะมุ่งหมายโดยเฉพาะแต่ผู้ที่จะเป็น  
ผู้พิพากษาเท่านั้นก็หาไม่ได้ ! แม้ นักกฎหมายอื่น เช่นอัยการ  
ทนายความ เป็นต้น, ตลอดจนนักการเมือง นักปกครอง นักบริหาร  
ทุกระดับ หรือทุกอาชีพนั้นแหละ, เลยไปถึงบรรพชิต ภิกษุ สามเณร  
อุบาสก อุบาสิกาด้วยก็ได้ : หากผู้ใดเป็นอยู่ด้วยการพยายาม

ละกิเลสหรือสังโยชน้อยู่โดยปรกติแล้ว ย่อมหมดความลังเลในการละความเห็นแก่ตัว, ละการลังเลในการบำเพ็ญความดี ไม่มีความสงสัยในระเบียบปฏิบัติสำหรับการบรรลุถึงความดี และไม่มุงงายไปตามความยึดถือต่าง ๆ ซึ่งไร้เหตุผล.

เมื่อเป็นเช่นนี้ การไม่เห็นแก่ตัว ย่อมป้องกัน**ฉันทาคติ** หรือ**โทสาคติ**, ความไม่มุงงาย ย่อมป้องกัน**ภยาคติ - ลำเอียงเพราะกลัว** หรือ**โมหาคติ - ลำเอียงเพราะความไม่รู้** ความ**โง่เขลา**ได้ ดังนี้เป็นต้น ; เพราะการผลอตัวตกเป็นฝ่ายแพ้แก่กิเลส แล้วต้องเสียใจทีหลังนั้น ไม่ใช่เรื่องเล็กน้อยเลย ! จึงจำเป็นที่จะต้องป้องกันเสียก่อนที่มันจะเป็นอย่างนั้น ด้วยการยึดมั่นในหลักของพุทธศาสนาโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องของสังโยชน์ ๑๐ ประการ อันเป็นกิเลส - เครื่องผูกพันคนทุกคนให้ติดอยู่ในวิสัยของโลก และเป็นโลกียภูมิ. ฉะนั้นถ้าหักเครื่องผูกพันเหล่านั้นออกไปเสียได้“จิต”จะค่อยๆ หลุดออกจากโลกตามลำดับ ; เมื่อตัดได้หมด ก็เป็นอันว่า“จิต”หลุดออกมาสู่**ความอยู่เหนือโลก เป็นโลกุตตรภูมิโดยสมบูรณ์ !**

ดังนั้น ธรรมบรรยาย ๒ ชุดนี้จึงเป็นเสมือน“**คู่มือมนุษย์**”ในการเดินออกจากโลกียภูมิ ไปสู่โลกุตตรภูมิ อันเป็นสิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้รับในชีวิตนี้ จึงจะไม่เสียที่ที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์นั่นเอง.

“เช่นนั้นเอง”

๒๔ ก.พ. ๔๙

# ตุลาการภิธรรม

ว่าด้วย

วิชาที่บอกว่า อะไรเป็นอะไร

บรรยายอบรมผู้ที่จะรับการโปรดเกล้าฯ  
เป็นตุลาการ รุ่นปี ๒๕๕๙

ปรับปรุงใหม่ โดย  
“เขนนั่นเอง”

# สารบัญ

ถ้อยแถลง .....	๓
ครั้งที่ ๑ ใจความสำคัญของพุทธศาสนา.....	๙
ครั้งที่ ๒ ไตรลักษณ์.....	๓๙
ครั้งที่ ๓ อุปาทานสี่ .....	๗๓
ครั้งที่ ๔ ไตรสิกขา .....	๑๐๑
ครั้งที่ ๕ เบญจขันธ์ .....	๑๓๑
ครั้งที่ ๖ สมาธิและวิปัสสนา ตามธรรมชาติ .....	๑๖๕
ครั้งที่ ๗ สมาธิและวิปัสสนา ตามหลักวิชา ในรูปเทคนิค .....	๒๐๑
ครั้งที่ ๘ อริยบุคคล กับ การละกิเลส.....	๒๓๗
ครั้งที่ ๙ พุทธศาสนา กับคนทั่วไป .....	๒๘๑
ครั้งที่ ๑๐ ตุลาการ ตามอุดมคติ แห่งพระพุทธศาสนา .....	๓๑๓

คำบรรยาย ตูลากาภิธรรม ครั้งที่ ๑

เรื่อง

## ใจความสำคัญของพุทธศาสนา

พระอริยหนันทมูณี (พุทธทาส อินทปัญโญ)

บรรยาย อบรมผู้ที่จะเป็นผู้พิพากษา

ณ ห้องบรรยาย ของ เนติบัณฑิตยสภา

๒ พฤษภาคม ๒๕๕๕

“

เมื่อการปฏิบัติกรรมฐานภาวนานั้น ได้เป็นไปจนกระทั่งเกิดความเห็นแจ้งสิ่งทั้งปวงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาเด็ดขาด สิ้นเชิงลงไปจริงๆ แล้วนั้น ย่อมหมายถึงที่สุดของความรู้และการปฏิบัติ, เพราะว่าคุณรู้เช่นนั้นย่อมทำลายกิเลสเองในตัว จนหมดไปในตัว !

เราไม่ต้องทำความพยายามในข้อที่จะให้ความรู้นั้นทำลายกิเลส ; เราพยายามแต่เพียงให้เกิดความรู้อันนั้นขึ้นมา คือให้เป็นความรู้ที่ว่าจะอะไรเป็นอะไร ถึงที่สุดจริงๆ เท่านั้น, โดยสรุปก็คือความรู้ว่าสิ่งทั้งปวงเป็นอนิจจังทุกขังอนัตตานั้นเอง !

”

# ใจความสำคัญของพุทธศาสนา

ท่านที่จะเป็นผู้พิพากษาทั้งหลาย,

หัวข้อที่อาตมาได้รับมอบหมายสำหรับการอบรมในที่นี้ นั่นคือ **หลักพระพุทธศาสนา, วิธีการปฏิบัติ และศีลธรรม.** จากหัวข้อนี้ เราจะเห็นได้ว่าการแยกเป็น **พุทธศาสนา และศีลธรรม**; ทั้งสองหัวข้อนี้ กล่าวได้ว่าเป็น **วิชาความรู้ที่จำเป็นแก่บุคคลทั่วไปทุกประเภท.**

แต่สำหรับในวันแรกนี้ อาตมาอยากจะชี้ให้เห็น **ความแตกต่าง** ในระหว่างของสองสิ่งนี้เป็นส่วนใหญ่, เพราะฉะนั้นจึงให้หัวข้อคำอบรมในวันนี้ว่า **พุทธศาสนานั้น คืออะไร ?** แต่ถึงอย่างนั้น

ก็ยิ่งอยากจะทำ การเปรียบเทียบเบื้องต้น ในระหว่างสิ่งที่เรียกกันว่า **ศาสนา** กับ **ศีลธรรม** พอเป็นหลักประกันความปนเปื้อนเสียก่อน.

พอได้ยินคำว่า “**ศาสนา**”, ท่านทั้งหลายก็คงจะรู้สึกหรือสันนิษฐานเอาได้ว่าคำว่า **ศาสนา** มีความหมายเป็นไปได้กว้าง หรือลึกกว่าคำว่า **ศีลธรรม**.

- คำว่า **ศีลธรรม** หมายถึงข้อปฏิบัติซึ่งเกี่ยวกับประโยชน์สุขในโลกนี้ ในชั้นที่เป็นพื้นฐานทั่วไปมากกว่าอย่างอื่น, และศีลธรรมเป็นหลักปฏิบัติที่กล่าวได้ว่า มีอยู่ตรงๆ กันทั่วๆ ไปแทบทุกศาสนา.

- ส่วนคำว่า **ศาสนานั้น** หมายถึงระเบียบวิธีปฏิบัติในชั้นสูง และมีความผิดแผกแตกต่างกันออกไปโดยเฉพาะ เป็นศาสนาหนึ่งๆ ที่เดียว.

ที่เห็นได้ชัดๆ ง่ายๆ เราจะเห็นได้ว่าคำว่า “**ศีลธรรม**” ย่อมหมายถึงระเบียบการปฏิบัติเพียงพอที่เราจะเรียกได้ว่า เป็นการทำให้เป็นคนดี เช่นมีศีล มีสัจจะ มีกตัญญู กตเวที, มีการปฏิบัติที่ไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนหรือคนอื่น ตามหลักที่สังคมต่างๆ ปรารถนา. แต่เมื่อได้ปฏิบัติครบถ้วนตามนั้นแล้ว คือมีศีลธรรมดีแล้ว **ปัญหาที่ยังคงมีเหลืออยู่ว่า คนนั้น - ยังไม่พ้นทุกข์ หรือหมดปัญหาที่เกิดมาจากความเกิด - แก่ - เจ็บ - ตาย, ยังไม่พ้นทุกข์ ไม่พ้นจากการเบียดเบียนของกิเลส โดยเฉพาะคือ โลกะ โทสะ โมหะ ; อำนาจของศีลธรรม ได้สิ้นสุดลงเสียก่อน**

ที่จะกำจัดโลภะ โทสะ โมหะให้สิ้นไปได้, และไม่สามารถจะกำจัดความทุกข์อันเกิดจากความเกิด - แก่ - เจ็บ - ตายเป็นต้น ไปได้.

ส่วนขอบเขตหรือหน้าที่ของศาสนานั้น ยังไปได้ไกลต่อไปอีก, **โดยเฉพาะพุทธศาสนาของเรา** ย่อมมุ่งหมายโดยตรงที่จะกำจัดกิเลส คือโลภะ โทสะ โมหะ ให้สิ้นเชิง หรือดับความทุกข์ทั้งหลายที่จะเกิดเป็นปัญหาขึ้น จากความเกิด - แก่ - เจ็บ - ตายเป็นต้น ให้สูญสิ้นไป. สิ่งที่เราเรียกว่า **ศาสนา** ไปไกลกว่า **ศีลธรรม** เช่นนี้, จึงเป็นการชี้ให้เห็นชัดๆ ว่า ศาสนากับศีลธรรมนั้น ต่างกันอย่างไร? **โดยเฉพาะพุทธศาสนา** **ไปได้ไกลกว่าศีลธรรม** **สากลของโลกทุกๆ ไปอย่างไร?**

เมื่อเราเข้าใจความแตกต่างระหว่างคำว่า **ศาสนา** กับคำว่า **ศีลธรรม** ดังนี้แล้ว, เราจะได้สนใจกับสิ่งที่เรียกว่า **พุทธศาสนา** โดยเฉพาะ กันสืบไป.

เมื่อตั้งปัญหาว่า **พุทธศาสนา** **คืออะไร?** อาตมาอยากจะให้คำจำกัดความ หรือบทนิยามที่เหมาะสมที่สุดว่า **พุทธศาสนา** **คือวิชา** **รวมทั้งระเบียบปฏิบัติสำหรับจะ** **ให้รู้ว่า** **อะไร** **เป็นอะไร,** เท่านั้นเอง! ผู้ที่จำเป็นจะต้องรับการอบรมทางพุทธศาสนา อาจจะเข้าใจว่า : ถ้าอย่างนั้น “ตัวเอง” ก็เป็นผู้ที่ไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไรไป ดั่งนั้นหรือ? อาตมาก็อยากจะยืนยันว่า **มันเป็นอย่างนั้น - จริงๆ !!!**

ถ้าใครรู้ว่า **“อะไรเป็นอะไร”** โดยถูกต้องครบถ้วนลึกซึ้งถึงที่สุดแล้ว คนนั้นชื่อว่า **รู้พุทธศาสนา** **ถึงที่สุด** ด้วยเหมือนกัน !!

ขอให้ทำความเข้าใจในคำจำกัดความที่ว่า **พุทธศาสนา คือวิชา และระเบียบปฏิบัติสำหรับให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ให้มากเป็นพิเศษ** ; ที่ได้วางหลักเกณฑ์ดังนี้ ก็เพื่อประโยชน์ที่จะให้ท่านทั้งหลายเข้าใจพุทธศาสนาได้โดยเร็ว, หรือโดยง่ายนั่นเอง ! ไม่ใช่เป็นการเล่นโวหารให้เปลืองเวลา, และว่าโดยที่แท้จริงแล้ว ก็เป็น**คำจำกัดความที่ถูกต้องที่สุด ตามความมุ่งหมายของพระพุทธเจ้า** หรือของพระพุทธศาสนา.

คำว่า**ให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร**นั้น มีความหมายลึกซึ้งมาก. เต็มวันท่านทั้งหลายลองพิจารณาดูว่า เรารู้จักว่าอะไรเป็นอะไรกันหรือเปล่า ? แม้แต่จะรู้สึก ว่า ตัวของตัวเองนั้นเป็นอะไร ? ชีวิตคืออะไร ? การงานคืออะไร ? หน้าที่หรืออาชีพคืออะไร ? แม้ที่สุดแต่เงินทอง ทรัพย์สินสมบัติ ข้าวของ เกียรติยศ ชื่อเสียง เหล่านี้คืออะไร ? ก็ตาม ; ถ้าใครกล้ายืนยันว่า รู้ถึงที่สุดว่าสิ่งเหล่านี้คืออะไร, ก็ลองพิจารณาดูให้ดีๆ หรือฟังคำอธิบายดูต่อไป ว่าความหมายอันแท้จริงแล้ว สิ่งเหล่านี้คืออะไรกันแน่ !

ถ้าจะกล่าวโดย**โวหารธรรมะ** ว่าใครเป็น**ผู้รู้ธรรมะ**แล้ว, ก็ต้องกล่าวว่า**เขารู้ว่าสิ่งทั้งปวงคืออะไร** ; คือถ้าผู้ใดรู้ว่าสิ่งทั้งปวงคืออะไร, ผู้นั้นจะเป็นผู้รู้พุทธศาสนา, รู้หมดจนสิ้นเชิง ก็เท่ากับว่ารู้พุทธศาสนาหมด - จนสิ้นเชิงได้. เมื่อเรารู้ว่าอะไรเป็นอะไรจริงๆ แล้ว เราย่อมไม่ปฏิบัติผิดต่อสิ่งทั้งปวง, แต่ย่อมปฏิบัติถูกต้องสิ่งทั้งปวง ; เมื่อปฏิบัติถูกต้องสิ่งทั้งปวงแล้ว ก็เป็นอันแน่นอนอนว่า ความทุกข์จะเกิดขึ้นไม่ได้.

เดี๋ยวนี้เรายังไม่รู้จักสิ่งทั้งปวงถูกต้องตามที่เป็นจริง ว่ามันเป็นอะไร, เราจึง**ปฏิบัติผิด**ต่อสิ่งทั้งปวงไม่มากก็น้อย ความทุกข์ก็เกิดขึ้นตามส่วน ; ตัวอย่างเช่น ไม่รู้จักว่าชีวิตนี้คืออะไร, หน้าทำการงานคืออะไร, เราย่อม**ปฏิบัติผิด**ต่อสิ่งเหล่านี้ และความทุกข์ก็ต้องเกิดขึ้นตามส่วนที่ไม่รู้ ! การที่รู้ว่าสิ่งทั้งปวงคืออะไรนั้น เป็นเครื่องช่วยให้เราปฏิบัติถูกต้องต่อสิ่งทั้งปวงโดยตรง.



**เมื่อกล่าวถึงการปฏิบัติตามหลักของพุทธศาสนา หรือจะเรียกว่าการปฏิบัติพุทธศาสนาก็ตาม ย่อมเป็นการปฏิบัติเพื่อให้รู้สิ่งทั้งปวงตามที่เป็นจริงนั่นเอง ; เพราะถ้าเราปฏิบัติจนถึงกับรู้ว่าสิ่งทั้งปวงคืออะไรเสียแล้ว ก็ไม่มีความจำเป็นจะต้องปฏิบัติอะไรอีกต่อไป !**

ขอให้ฟังให้ชัดเจนหรือให้ดีในที่ตรงนี้อีกครั้งหนึ่ง ว่าการปฏิบัติของเรานั้น เราปฏิบัติเพื่อให้รู้ว่า สิ่งทั้งปวงคืออะไร, ตามที่เป็นจริงอย่างไร ? เท่านั้น ; ถ้าวางได้ในเรื่องนี้แล้วการปฏิบัติก็ไม่จำเป็นอะไรต่อไปอีก. การปฏิบัติอย่างที่เรียกกันว่า ปฏิบัติศีล - สมาธิ - ปัญญา, ปฏิบัติกรรมฐานภาวนาอะไรก็ตาม ; ทั้งหมดนั้น ล้วนแต่มุ่งผลในที่สุด **เพื่อให้รู้ว่าสิ่งทั้งปวงคืออะไร ?**

เมื่อรู้ว่า สิ่งทั้งปวงคืออะไร, ก็ย่อมหมายถึงการบรรลุมรรคผล

**ขั้นใดขั้นหนึ่งหรือถึงที่สุด !** เพราะว่าความรู้นั้นเอง **เป็นตัวทำลายกิเลสไปในตัว, และเป็นการ“รู้ผล”ของการหมดกิเลสไปในตัว.**

เมื่อรู้ว่าสิ่งทั้งปวงเป็นอะไรจริงๆ แล้ว การเบื่อหน่าย - คลายกำหนด, และความหลุดพ้น ที่เรียกนิพพิทา วิราคะ และ วิมุตตินั้น **ย่อมเกิดขึ้นเองเป็นอัตโนมัติ ไม่ต้องทำความเพียรหรือปฏิบัติอะไร ต่อไปอีก !** เรามีหน้าที่ที่จะทำความเพียรหรือปฏิบัติ **ก็แต่ขั้นที่ว่า เรายังไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไรเท่านั้น,** โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ก็คือ **ไม่รู้ว่าจะสิ่งทั้งหลายทั้งปวง เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ;** นี่เป็นการกล่าวตามหลักพระพุทธศาสนา.

เมื่อการปฏิบัติกรรมฐานภาวนานั้น ได้เป็นไปจนกระทั่งเกิดความเห็นแจ้งสิ่งทั้งปวงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาเด็ดขาด ลึกลงไปจริงๆ แล้ว **นั้นย่อมหมายถึงที่สุดของความรู้อะไรและการปฏิบัติ,** เพราะว่า **ความรู้เช่นนั้นย่อมทำลายกิเลสเองในตัว จนหมดไปในตัว !** เราไม่ต้องทำความพยายามในข้อที่จะทำให้ความรู้นั้นทำลายกิเลส ; เราพยายามแต่เพียง**ให้เกิดความรู้** อันนั้นขึ้นมา คือให้เป็นความรู้ที่ว่าอะไรเป็นอะไร ถึงที่สุดจริงๆ เท่านั้น ; โดยสรุป ก็คือความรู้อะไรทั้งปวงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นั้นเอง.

เหมือนอย่างเดี๋ยวนี้ เราไม่รู้ว่าจะชีวิตนี้ หรือสิ่งทั้งปวงนี้ หรืออะไรๆ ที่เรากำลังหลงรักใคร่ยินดีนี้ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา, **แล้วก็หลงรัก ยินดี ติดพัน ยึดถือในสิ่งเหล่านั้น ;** ครั้นเรารู้

# คู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์

คู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์ และ คู่มือมนุษย์ ฉบับปฏิบัติธรรม  
หนังสือสำคัญอันชาวโลกจักต้องมีไว้ศึกษาคู่กัน

เล่มแรก **คู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์** บรรยายเมื่อ พ.ศ. ๒๔๙๙ ตามคำอาราธนาของ ฯพณฯ ศ.สัญญา ธรรมศักดิ์ ผู้มีแนวคิดให้มีการบรรยายธรรม โดยท่านพุทธทาสภิกขุในกรุงเทพมหานครหลายครั้ง ครั้งนี้ (พ.ศ. ๒๕๔๙) เป็นที่มาของหนังสือที่ใครก็ตาม อาชีพใดก็ตามอ่านแล้วเกิดประโยชน์ เป็นเล่มที่ได้รับความนิยมและกล่าวถึงเป็นอันมาก

เล่มที่สอง **คู่มือมนุษย์ ฉบับปฏิบัติธรรม** บรรยายเมื่อ พ.ศ. ๒๕๐๐ เป็นเล่มที่มีการค้นพบตามคำบรรยายท้ายเล่ม ว่าเป็นเล่มประกอบเพิ่มเติมให้คำบรรยายในคู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์ ชัดแจ้งยิ่งขึ้น

คู่มือมนุษย์ ฉบับปฏิบัติธรรม มีการทำเชิงอรรถเชื่อมโยงกับคู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์ ทำให้สะดวกแก่การค้นหา

คู่มือมนุษย์เล่มแรกทำให้ได้รับประโยชน์มากแก่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ แต่ถ้าจะให้ครอบคลุมตามเจตนาขององค์บรรยาย ต้องเพิ่มเติมบรรณาสอดคล้องด้วยเล่มที่สอง



สุภาพใจ

