



# วิถิ

## ความตาย

ความตายไม่ใช่เรื่องที่น่ากลัว  
ความตายเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องประสบพบเจออย่างแน่นอน  
ไม่วันใดก็วันหนึ่ง ไม่เว้นแม้แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

พุทธทาสภิกขุ



หนังสือคุณภาพในเครือเสียงเซียง เพียรเพื่อพุทธศาสน์



# วิธีชนะ ความ



Whom's 2014/15

# ธรรมทาน นำสันติสุข

ชาตกาล ๒๗ พ.ศ. ๒๕๕๙

มรณกาล ๘ ก.ค. ๒๕๖๖



“ธรรมทานมีผลมากกว่าทานอื่นๆ จริงๆ วัดอุทานก็ช่วยกัน แต่เป็นเรื่องมีชีวิตอยู่รอด อภัยทานก็เป็นเรื่องมีชีวิตอยู่รอด แต่มันยังไม่ดับทุกข์ มีชีวิตอยู่รอดอย่างเป็นทุกข์นะ มันดีอะไร ? เขาให้มีชีวิตอยู่ แต่เขาได้รับทุกข์ทรมานอยู่ นี่มันดีอะไร มันดีอะไร เมื่อรอดชีวิตแล้ว มันจะต้องไม่มีความทุกข์ด้วย จึงจะนับว่าดี มีประโยชน์ ข้อนี้สำคัญ ด้วยธรรมทาน มีความรู้ธรรมะแล้ว รู้จักทำให้ไม่มีความทุกข์ รู้จักป้องกัน ไม่ให้เกิดความทุกข์ รู้จักหยุดความทุกข์ที่กำลังเกิดอยู่ ธรรมทานจึงมีผลกว่าในลักษณะอย่างนี้ มันช่วยให้ชีวิตไม่เป็นหมัน วัดอุทานและอภัยทาน ช่วยให้ออดชีวิตอยู่ บางทีก็เฉยๆ มันสักรว่ารอดชีวิตอยู่เฉยๆ แต่ ถ้ามีธรรมทานเข้ามา ก็จะสามารถช่วยให้มีผลดีถึงที่สุด ที่มนุษย์ควรจะได้รับ เพราะฉะนั้น ขอให้สนใจในเรื่องธรรมทาน”

พุทธทาส อินทปัญโญ

พุทธทาส อินทปัญโญ.

# งานสังฆการสร้างหนังสือ เป็นธรรมทาน



ท่านที่ถวายหนังสือธรรมะ หรือพิมพ์หนังสือธรรมะแจกเป็นธรรมทาน  
ขอให้ท่านจงเกิดความภาคภูมิใจเถิดว่า ท่านได้ทำสิ่งที่มีคุณค่า ๔ มงคล  
ดังต่อไปนี้

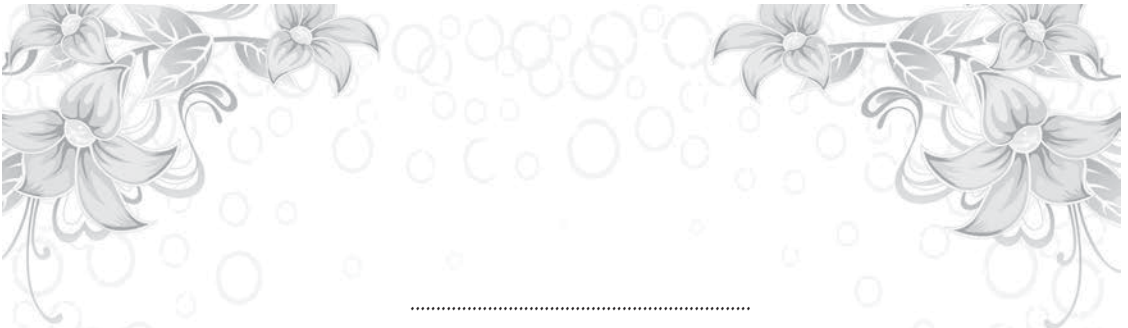
๑. ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนร่วมในการรักษาพระพุทธศาสนาให้มีความยั่งยืน วัฒนาถาวร
๒. ได้ชื่อว่าเป็นผู้บำเพ็ญทานบารมีที่ยอดเยี่ยมคือ ธรรมทานบารมี
๓. ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนร่วมในการเผยแผ่หลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า
๔. ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนร่วมในการสร้างความเห็นที่ถูกต้อง (สัมมาทิฏฐิ)
๕. ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนร่วมในการส่งเสริมการปฏิบัติธรรมกรรมฐาน
๖. ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนร่วมในการเสริมสร้างสันติภาพ และสันติสุขแก่ชาวโลก
๗. ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมอันดีงาม
๘. ได้ชื่อว่าเป็นผู้ส่งเสริมในการเลือกสรรสิ่งที่ดีให้แก่ผู้รับ (เป็นผู้ให้ที่ดี)
๙. ได้ชื่อว่าเป็นผู้แสดงออกถึงน้ำใจอันดีงามของกัลยาณมิตร (มิตรที่ดี)

ท่านที่ได้บำเพ็ญธรรมทานบารมีดังกล่าวมาแล้ว ย่อมประสบแต่ความสุข  
ความเจริญรุ่งเรือง ทั้งในชาตินี้และชาติหน้า และเป็นผู้ปราศจากทุกข์ โศก โรคภัย  
ทั้งปวง

อกุขรา เอกิ เอกภจ พุทธรูป สมิ ลียา\*  
สร้างอักษรธรรมหนึ่งอักษร เท่ากับสร้างพระพุทธรูปหนึ่งองค์

\*(ที่มา : ศาสตราจารย์ ฉบับพระปัญญาสามิ, ๒๕๐๔)





.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



ข้าพเจ้าขอตั้งจิตอุทิศผล  
 ถึงบิดามารดาครูอาจารย์  
 คนเคยร่วมทำงานการทั้งหลาย  
 ทั้งเจ้ากรรมนายเวรและเทวัญ

บุญกุศลนี้แผ่ไปให้ไพศาล  
 ทั้งดูกหลานญาติมิตรสนิทกัน  
 มีส่วนได้ในกุศลผลบุญฉัน  
 ขอให้ท่านได้กุศลผลนี้เทอญ



# คำนำ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า สรรพสิ่งทุกอย่างล้วนเกิดจากเหตุปัจจัย เพราะสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี ความตายก็เช่นเดียวกัน ซึ่งเหตุปัจจัยที่ทำให้มีความตายคือ “การเกิด” เพราะมีการเกิดจึงมีการตาย ถ้าไม่มีการเกิดก็ไม่มีการตาย อันเป็นที่มาของประโยคที่ว่า ถ้าไม่อยากตายก็ต้องไม่เกิดอีก

เมื่อมีการเกิดก็ต้องมีการตาย นี่เป็นกฎของธรรมชาติที่ต้องเป็นไปตามนั้น โดยที่ใครหรือสิ่งใดก็มีอาจเปลี่ยนแปลงได้ ความเกิดจึงเป็นจุดเริ่มต้นของการเดินทางไปสู่ความตาย และแม้ว่าทุกคนจะรู้ในกฎข้อนี้ดี แต่จะมีใครสักกี่คนที่ยอมรับในกฎเกณฑ์นี้ได้ โดยมากเห็นแต่คนอยากเกิดแต่ไม่อยากจะตายด้วยกันทั้งนั้น

ความที่อยากจะเกิดแต่ไม่อยากจะตายนี้ ถือเป็นความต้องการที่สวนกระแสกฎของธรรมชาติ และเมื่อธรรมชาติเปลี่ยนแปลงไปตามกฎซึ่งขัดกับความต้องการของเรา สิ่งที่เกิดขึ้นก็คือ เราเป็นทุกข์ ทุกข์อันเกิดจากการฝ่าฝืนกฎธรรมชาติ ดังนั้น ความเข้าใจถึงกฎของธรรมชาติและการปฏิบัติต่อกฎของธรรมชาติได้อย่างถูกต้อง จึงเป็นกุญแจดอกสำคัญที่จะนำไปสู่ความสิ้นทุกข์ สิ้นสุดการเวียนว่ายตายเกิดในที่สุด

หนังสือ “วิธีชนะความตาย” เล่มนี้ เป็นบทพระธรรมเทศนาอันทรงคุณค่าของหลวงปู่พุทธทาสที่ฝากไว้เป็นมรดกธรรมแก่โลก ซึ่งท่านได้ชี้ทางแห่งการเข้าถึงความเป็นจริงของกฎธรรมชาติ และหลักการปฏิบัติต่อธรรมชาตินั้นอย่างถูกต้อง อันจะเป็นผลให้เราเข้าถึง เข้าใจ วางใจ ยอมรับ และสามารถเอาชนะความทุกข์ได้ทุกประการ แม้กระทั่งความทุกข์จากความตาย

ข้าพเจ้าจึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้ จักเอื้อประโยชน์สุขให้กับทุกท่านได้อย่างดียิ่ง จนกระทั่งเข้าถึงความพ้นทุกข์ มีชัยชนะเหนือความตาย เข้าสู่พระนิพพานได้ในชาติปัจจุบันนี้ทุกท่านเทอญ

ณัฐพันธ์ ปิ่นทวีเกียรติ

# วิชณะความตาย\*



นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส ฯ  
อตุถิ อุนฺหิสฺสุวิชโย ธมฺโม โลกเ อนฺตุตโร  
สพฺพสตุตฺทิตฺตถาย ตํ ตวํ คณฺหาหิ เทวเตตติ  
ธมฺโม สกุกจํ สโตพฺโพ-ติ

ณ บัดนี้ จะได้วิสาขนาพระธรรมเทศนา เพื่อเป็นเครื่องประดับสติปัญญา ส่งเสริมศรัทธา ความเชื่อ และวิริยะ ความพากเพียรของท่านทั้งหลายผู้เป็นพุทธบริษัท ให้เจริญงอกงามก้าวหน้า ในทางแห่งพระพุทธศาสนาของพระบรมศาสดา อันเป็นที่พึ่งของเราทั้งหลาย กว่า จะยุติลงด้วยเวลา

\* พระธรรมเทศนาแสดงในงานฉลองอายุของอุบาสิกาผู้หนึ่ง เมื่อ ๒๔ มกราคม ๒๕๐๘ ที่จังหวัดเพชรบุรี

# ธรรมะกันตาย พระพุทธเจ้าเคยแสดงแก่เทวดา



หัวข้อธรรมเทศนาในวันนี้ ดังที่ได้ยกขึ้นไว้นั้น มีอยู่ว่า...

## “อตฺถิ อุนฺหิสฺสวฺชโย ธมฺโม โลกเ อนฺุตฺตโร”

มีใจความว่า ธรรมะซึ่งเป็นเหมือนผ้าประเจียด\* นั้นมีอยู่ในโลก

เนื่องด้วยการบำเพ็ญกุศลในวันนี้ เป็นการบำเพ็ญกุศลเพื่อความยืดยาวของอายุ เป็นเหตุให้ระลึกนึกถึงสิ่งซึ่งจะอำนวยให้สำเร็จตามความประสงค์นั้น สิ่งที่จะอำนวยให้สำเร็จประโยชน์เช่นนี้ มิได้มีสิ่งอื่น นอกจากธรรมะซึ่งเป็นเหมือนผ้าประเจียด

ดังที่มีเรื่องเล่ากันในคัมภีร์พิเศษบางแห่งว่า เมื่อเทวดาตนหนึ่งเดือดร้อน เนื่องด้วยจะถึงคราวสิ้นสุดลงแห่งอายุ ได้ดิ้นรนมีประการต่างๆ ไม่มีใครจะช่วยให้ความเดือดร้อนนั้นระงับไปได้ ในที่สุดได้เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้า และพระองค์ได้ตรัสถึงธรรมะข้อนี้ คือข้อที่ขึ้นด้วยบทว่า “อตฺถิ อุนฺหิสฺสวฺชโย ธมฺโม โลกเ อนฺุตฺตโร” อันเป็นที่รู้จักกันทั่วไปในหมู่พุทธบริษัทชาวไทยเรา

\* ผ้าประเจียด หมายถึง ผ้าแดงลงเลขยันต์ ใช้ผูกคอหรือต้นแขน เป็นเครื่องรางป้องกันอันตราย



## เชื่ออะไรต้องมีเหตุผล

เรื่องที่กำลังจะเล่านี้ จะเท็จจะจริงอย่างไรไม่สำคัญ คือไม่ต้องเชื่อตามเรื่องนั้นๆ ก็ได้ หากแต่จะ ต้องพิจารณาด้วยปัญญาของตนเองว่า เรื่องทำนองนี้จะเป็นไปได้หรือไม่ นี่เป็นกฎเกณฑ์ของพุทธบริษัททั้งหลาย

พุทธบริษัททั้งหลายไม่เชื่อตามที่บุคคลอื่นบอก การที่เป็นดังนี้ ก็เพราะปฏิบัติตามคำสั่งของพระพุทธเจ้าที่ว่า “อย่าเชื่อตามบุคคลอื่น” ดังที่ปรากฏอยู่ในบาลี เช่น กาลามสูตร\* เป็นต้น ซึ่งมีคำตรัสไว้ว่า  
อย่าเชื่อด้วยเหตุที่ว่า ผู้นี้เป็นครูของเรา  
หรืออย่าเชื่อโดยเหตุที่ว่า คำกล่าวนี้มีอยู่ในปิฎก

เราควรจะคิดดูให้ดีว่า การที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ดังนี้ มีความมุ่งหมายอย่างไร “อย่าเชื่ออะไรโดยที่ไม่มีเหตุผล แต่เพียงว่า ผู้นี้เป็นครูของเรา” นี่ย่อมหมายความว่า แม้พระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เป็นครูของเรา แต่เหตุใดพระพุทธองค์จึงตรัสไม่ให้เชื่อ ข้อนี้เป็นหลักของพุทธศาสนาซึ่งเป็นอย่างนั่นเอง

\* กาลามสูตร (อ่านว่า กา-ลา-มะ-สุต) คือ พระสูตรที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่ชาวกาลามะ หมู่บ้านเกษตรปัตติยนคม แคว้นโกศล เป็นหลักแห่งความเชื่อที่พระพุทธองค์ทรงวางไว้ให้แก่พุทธศาสนิกชน ไม่ให้หลงเชื่อสิ่งใดๆ อย่างงมงาย ไร้เหตุผล โดยไม่ใช้สติปัญญาพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริง ถึงคุณหรือโทษ หรือดีไม่ดี ก่อนที่จะปักใจเชื่อ มีอยู่ ๑๐ ประการ (อ่านต่อ หน้า ๙)

## แม่คำของพระพุทธรองค์ ท่านก็ห้ามเชื่อ หากยังไม่ได้พิจารณาจนเห็นจริง

เมื่อพระพุทธรองค์ยังทรงมีชีวิตอยู่ ได้ตรัสไว้ในท่านองนี้ จนถึงกับมีการถือกันเป็นหลักทั่วไป แม้พระสารีบุตรก็ยังได้ยืนยันข้อนี้แก่พระพุทธรเจ้า ในที่เฉพาะพระพักตร์ว่า “ข้าพระพุทธรองค์มิได้เชื่อพระผู้มีพระภาคเจ้าดอก แต่จักเชื่อความเห็นแจ้งของตนเอง ด้วยตนเอง” พระพุทธรองค์ได้ทรงสาธุ

และข้อที่ตรัสว่า อย่าเชื่อเพราะเหตุว่าข้อความนี้มีในปิฎก (ไม่ได้พูดถึงไตรปิฎก เพราะว่ายังมิได้มีการจัดเป็นพระไตรปิฎก จึงได้ตรัสแต่เพียงว่า อย่าเชื่อ เพราะเหตุที่ข้อความนี้มีในปิฎก) ข้อนี้ก็เหมือนกันกับที่ตรัสว่า...

**อย่าเชื่อแม้แต่พระองค์เองตรัสในทันที  
จะต้องพิจารณาดูให้เห็นตามที่เป็นจริง  
เชื่อด้วยสติปัญญาของตน แล้วจึงเชื่อตามที่ตรัสนั้น  
หรือตามที่มีอยู่ในปิฎกทั้งหลาย**

เป็นอันว่า ข้อแรกที่สุด เราจะต้องพินิจพิจารณาดูว่า สิ่งนี้จะเป็นอย่างไร จะควรเชื่อหรือไม่



กาลามสูตร มีอยู่ ๑๐ ประการ ได้แก่ ๑. อย่าเพิ่งเชื่อตามที่ฟังๆ กันมา ๒. อย่าเพิ่งเชื่อตามที่ทำต่อๆ กันมา ๓. อย่าเพิ่งเชื่อตามคำเล่าลือ ๔. อย่าเพิ่งเชื่อโดยอ้างตำรา ๕. อย่าเพิ่งเชื่อโดยนิกคตา ๖. อย่าเพิ่งเชื่อโดยคาดคะเนเอา ๗. อย่าเพิ่งเชื่อโดยนิกคิตตามแนวเหตุผล ๘. อย่าเพิ่งเชื่อเพราะถูกกับทฤษฎีของตน ๙. อย่าเพิ่งเชื่อเพราะมีรูปลักษณะที่ควรเชื่อได้ ๑๐. อย่าเพิ่งเชื่อเพราะผู้พูดเป็นครูบาอาจารย์ของตน

# ธรรมะที่สามารถป้องกันความตายมีอยู่ในโลก ข้อนี้ก็อย่าเพิ่งเชื่อ



ข้อที่กล่าวว่า เทวดาเดือดร้อนด้วยการที่จะต้องสิ้นอายุ แล้วไปทูลขอวิธีที่จะระงับความเดือดร้อนนี้ พระพุทธองค์ได้ตรัสคำดังกล่าวนี้ จะเป็นสิ่งที่เป็นไปได้เพียงไรนั้น...

**เราต้องพิจารณาดู  
ถ้าถือว่าเรื่องนี้เป็นเรื่องที่ได้มีขึ้นจริงๆ  
คำกล่าวนี้ก็ระบุดอกอยู่ในตัวแล้วว่า  
“ธรรมะซึ่งเป็นเหมือนผ้าประเจียดนั้น มีอยู่ในโลกนี้”  
ธรรมะซึ่งเป็นเหมือนผ้าประเจียด หมายความว่า  
ธรรมะซึ่งสามารถจะป้องกันอันตราย แม้กระทั่งความตาย**



ธรรมะ เป็น ปัจจัตตัง คือ เป็นสิ่งที่รู้ได้เฉพาะตน ปฏิบัติเอง พิจารณาเอง รู้เอง เห็นเอง เข้าถึงเอง พันทุกข์เอง ไม่สามารถให้ใครปฏิบัติแทนกันได้ พระพุทธองค์จึงตรัสว่า “ท่านจงลองมาดูเถิด” ว่าสิ่งที่พระพุทธองค์ตรัสสอนนั้นเป็นความจริงไหม พันทุกข์ได้จริงไหม เป็นเหตุเป็นผลจริงไหม เมื่อเข้ามาศึกษา ปฏิบัติ และพิจารณาด้วยตนเองแล้ว ก็จะได้คำตอบ

## ป้องกันตายมิได้ ๒ แบบ ไม่ให้ตายก่อนอายุขัย ไม่ให้ตายอย่างเด็ดขาด

เมื่อพูดถึงสิ่งซึ่งป้องกันความตาย คนก็จะพากันสงสัยว่า จะป้องกันได้อย่างไร

สิ่งซึ่งจะป้องกันความตายนั้น มีอยู่ ๒ ความหมาย

๑. ความหมายหนึ่งก็คือ **อย่าให้ตายก่อนอายุขัย** นี้ หมายความว่า ให้อยู่ไปจนถึงสิ้นอายุขัย เท่าที่จะอยู่ได้เพียงไร นี้ก็อย่างหนึ่ง

๒. อีกอย่างหนึ่งนั้น เป็นการป้องกันโดยสิ้นเชิง คือ **ไม่ให้เกิดความตายโดยประการทั้งปวง** นี้เป็นธรรมะสูงสุด

เมื่อเข้าถึงธรรมะสูงสุดนั้นแล้ว  
คนนั้นจะไม่มีวันเกิด ไม่มีความแก่ ไม่มีความตาย  
เพราะถอนอุปาทาน\* ว่า “เรา” ว่า “ตัวเรา” หรือ “ของเรา”  
เสียได้ ไม่มีตัวเรา ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล  
ตัวตนของเรา หรือของเขานั่น  
เมื่อเป็นดังนี้ ก็ไม่มีความตาย  
เป็นผู้อยู่เหนือความตาย พ้นจากความตายโดยสิ้นเชิง

\* “อุปาทาน” คือ ความยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวกู เป็นของกู ซึ่งเป็นเหตุแห่งทุกข์ทั้งปวง  
อ่านเพิ่มเติมได้ในธรรมบรรยายของหลวงปู่พุทธทาส **คู่มือมนุษย์ ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย**  
เล่ม ๓ : อุปาทาน ๔ (อำนาจของความยึดติด) โดย สำนักพิมพ์เสียงเขียน

## ป้องกันตายไม่ว่าแบบไหน ต้องอาศัยธรรมะเหมือนกัน



ธรรมะเป็นเครื่องกำจัดเสีย หรือป้องกันเสียซึ่งความตาย มีอยู่สองความหมายดังนี้ แต่เหมือนกันตรงที่เรียกว่า “ธรรม” เหมือนกัน

๑) จะป้องกันความตายได้ ชั่วที่จะให้อยู่ไปจนถึงอายุขัยนั้น  
ก็ต้องใช้ “ธรรมะ”

๒) จะป้องกันไม่ให้ตายเลยโดยประการทั้งปวง  
คือ กลายเป็นผู้รู้จักหรือถึงความไม่ตายที่เรียกว่า “นิพพาน”

ไปนี้ ก็ต้องใช้สิ่งที่เรียกว่า ธรรม  
เพราะฉะนั้น ควรจะได้พิจารณากันถึงสิ่งที่เรียกว่า “ธรรม” นี้  
ว่ามีอะไรบ้าง และจะป้องกันความตายได้อย่างไร

อาตมาอยากจะทำให้ท่านสาธุชนทั้งหลาย ได้ทราบถึงความหมาย  
ของคำว่า “ธรรม” ไว้ให้สมบูรณ์ที่สุด เพื่อประโยชน์แก่การศึกษาธรรมะ  
ต่อไปข้างหน้า

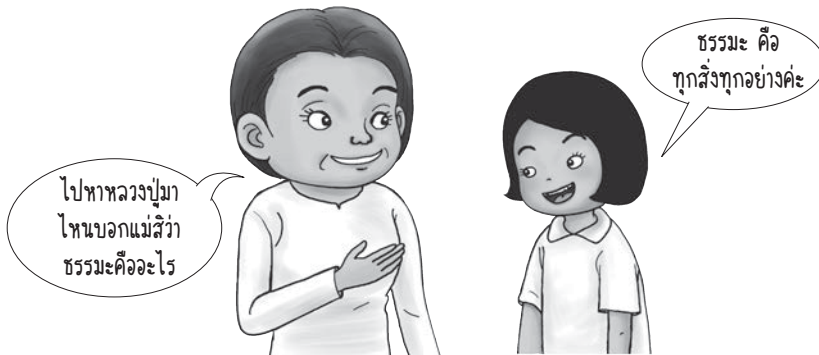
# “ธรรม” คำเดียวสั้นๆ

## แต่มีทศวรรษด้วยความหมายหลากหลายขยับ

คำว่า “ธรรม” โดยความหมายทั่วๆ ไปนั้น มีทางที่จะพิจารณาได้ดังนี้ ตามภาษาบาลี คำๆ นี้ นับว่าเป็นคำประหลาดพิเศษที่สุด หรือจะถือว่า พิเศษ ประหลาดที่สุดในโลกก็ยิ่งได้ เพราะ...

คำว่า “ธรรม” คำเดียวสั้นๆ  
หมายถึง ทุกสิ่งไม่ว่าอะไรหมด  
ใคร ในภาษาไหน มีคำเช่นคำนี้บ้าง  
คือ คำเดียวหมายถึง สิ่งทุกสิ่งไม่ว่าอะไรหมด

แต่ในภาษาบาลีนี้มี และเราก็รับเอามาใช้ในภาษาไทยของเรา โดยไม่ต้องแปล เรียกว่า “ธรรม” ไปตามเดิม ตามภาษาบาลี



“เราต้องเรียนธรรมะตัวจริงจากรูป นาม กาย ใจ” — จากหนังสือพุทธทาสตอบคำถาม, พุทธทาสภิกขุ

# “ธรรม” ความหมายที่ ๑ คือ ตัวธรรมชาติ หรือ สภาวะธรรม

คำว่า “ธรรม”  
มี ๓ ความหมาย  
จำได้ไหม



จำได้ครับ ๑. ตัวธรรมชาติ ๒. กฎธรรมชาติ  
๓. หน้าที่ที่ต้องปฏิบัติ ตามกฎธรรมชาติครับ



เมื่ออยากจะทราบว่า คำว่า “ธรรม” ได้เล็งถึงอะไรแล้ว ก็มีทาง  
ที่จะพิจารณาได้ดังนี้

**นัยที่ ๑) “ธรรม” คือ ตัวธรรมชาติ หรือสภาวะธรรม**  
นัยอันแรก คำว่า “ธรรม” นี้ หมายถึง ธรรมชาติทุกสิ่งทุกอย่าง  
ซึ่งในทางวัดวาของเรา มักจะเรียกว่า “สภาวะธรรม”  
ธรรมที่เป็นอยู่เอง หรือสิ่งที่เป็นอยู่เอง  
ถ้าเรียกโดยภาษาชาวบ้าน หรือนักศึกษาอย่างปัจจุบัน  
ก็ต้องเรียกว่า “ธรรมชาติ”

นัยที่แรก หมายถึง ตัวธรรมชาติทั้งหลาย ทุกสิ่งทุกอย่าง  
ไม่ยกเว้น จะเป็นรูปธรรม นามธรรม หรือความคิด ความนึกอะไร  
ก็ตาม ซึ่งมีอยู่แก่สัตว์ทั้งหลายตามธรรมชาติแล้ว เรียกว่าธรรมชาติ  
ทั้งนั้น แต่ภาษาบาลีเรียกว่า “ธมฺม” เฉยๆ

## “ธรรม” ความหมายที่ ๒ คือ สัจธรรม หรือ กฎของธรรมชาติ

นัยที่ ๒) “ธรรม” คือ สัจธรรม หรือ กฎของธรรมชาติ

นัยที่ ๒ คำว่า “ธรรม” หมายถึง กฎของธรรมชาติ  
ขึ้นชื่อว่า ธรรมชาติทั้งหลาย ย่อมมีกฎอยู่ในตัวมันเอง  
เช่น สิ่งที่เราเรียกว่า ธาตุดิน ธาตุไฟ ธาตุลม ธาตุน้ำ เหล่านี้  
เป็นธรรมชาติ แต่ในสิ่งนั้นๆ มีกฎของธรรมชาติ  
ว่าจะต้องเป็นอย่างไร

เช่น ถูกความร้อนเข้าจะเป็นอย่างไร ถูกความเย็นเข้าจะเป็น  
อย่างไร หรือว่าสังขารร่างกายของเรา หรือของสัตว์ทั้งหลายก็ตาม  
แม้ที่สุดแต่ต้นไม้ที่เป็นของธรรมชาติก็ตาม ย่อมมีกฎเกณฑ์อยู่ในสิ่ง  
นั้นๆ ว่าร่างกายนี้จะต้องเป็นอย่างนั้น จะต้องเป็นอย่างนี้ ต้นไม้ ภูเขา  
ก้อนอิฐ ก้อนหิน ทุกสิ่งทุกอย่าง ก็มีกฎเกณฑ์ว่า จะต้องเป็นอย่างนั้น  
อย่างนี้ ส่วนที่เป็นกฎเกณฑ์นี้ เราเรียกว่า กฎของธรรมชาติ แต่กฎ  
ธรรมชาติชนิดนี้ ในภาษาบาลีก็คงเรียกเพียงสั้นๆ ว่า “ธมฺม” หรือ “ธรรม”  
เฉยๆ อย่างเดียวกัน หรือที่เรามักจะเรียกกันตามภาษาชาวบ้านว่า  
ว่า “สัจธรรม” เมื่อเราเรียกว่า สภาวะธรรม เราหมายถึง ตัวธรรมชาติ  
เมื่อเราเรียกว่า สัจธรรม เราหมายถึง กฎเกณฑ์ธรรมชาติ



กฎของธรรมชาติ หรือกฎธรรมดาสรรพสิ่ง คือ “พระไตรลักษณ์” อนิจจัง  
(ความไม่เที่ยง) ทุกขัง (ความทุกข์) อนัตตา (ความไม่ใช่ตัวตน) อ่านเพิ่มเติมได้ในธรรม  
บรรยายของหลวงปู่พุทธทาส คู่มือมนุษย์ ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย เล่ม ๒ : ไตรลักษณ์  
(ลักษณะสามัญของสิ่งทั้งปวง) โดย สำนักพิมพ์เสียงเขียน



## “ธรรม” ความหมายที่ ๓ คือ การปฏิบัติตามกฎของธรรมชาติ

นัยที่ ๓) “ธรรม” คือ หน้าที่ที่มนุษย์ต้องปฏิบัติให้ถูกต้องตามกฎของธรรมชาติ

นัยที่ ๓ นั้น คำว่า “ธรรม” หมายถึง  
หน้าที่ที่มนุษย์จะต้องประพฤติ ปฏิบัติให้ถูกต้อง  
ตามกฎของธรรมชาติ อย่างนี้เราเรียกว่า “ปฏิบัติธรรม”  
แต่ภาษาบาลีก็คงเรียกว่า  
“ธมฺม” หรือ “ธัมมะ” เฉยๆ อยู่นั่นเอง

มนุษย์เกิดมามีกฎของธรรมชาติครอบงำอยู่ มนุษย์มีหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติให้ถูกต้อง ตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาตินั้นๆ นับตั้งแต่หน้าที่ที่จะแสวงหาอาหารให้มีชีวิตเป็นอยู่ ตลอดถึงหน้าที่ต่างๆ ที่จะต้องประพฤติปฏิบัติต่อสัตว์ ต่อบุคคลที่มาเกี่ยวข้องด้วย จนกระทั่งถึงหน้าที่สูงสุด คือ กระทำตนให้พ้นจากความทุกข์โดยประการทั้งปวง



การปฏิบัติให้ถูกต้องตามกฎของธรรมชาติ สามารถปฏิบัติได้ด้วย “การเจริญวิปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความเป็นจริงของสรรพสิ่งว่าเป็น “ไตรลักษณ์” อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จนเกิดปัญญา รู้แจ้งความเป็นจริง อ่านเพิ่มเติมได้ในธรรมบรรยายของหลวงพ่อดุสิตทาส คู่มือมนุษย์ ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย เล่ม ๖ : สมภาติ และ วิปัสสนา ตามธรรมชาติ (การทำให้รู้แจ้งตามวิธีธรรมชาติ) และ คู่มือมนุษย์ ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย เล่ม ๗ : สมภาติ และ วิปัสสนา ตามหลักวิชาในรูปเทคนิค (การทำให้รู้แจ้งตามหลักวิชา) โดย สำนักพิมพ์เสียงเขียน

# การปฏิบัติเพื่อพระนิพพาน ต้องอนุโลมตามกฎธรรมชาติ



แม้ที่สุดแต่การปฏิบัติเพื่อให้ถึงพระนิพพาน  
ก็ยังเรียกว่า **หน้าที่** ของมนุษย์อยู่นั่นเอง และหน้าที่ทั้งหมดนี้  
ล้วนแต่จะต้องอนุโลมให้เป็นไปตามกฎของธรรมชาติ  
จะฝืนกฎของธรรมชาติไม่ได้

การที่มนุษย์มีความทุกข์ ก็เป็นไปตามกฎธรรมชาติ การที่มนุษย์  
มีหน้าที่ที่จะต้องเอาชนะความทุกข์ให้ได้ จึงต้องเป็นไปตามกฎของ  
ธรรมชาติด้วย ไม่ว่าจะเป็นไปในทำนองตรงกันข้าม

ดังนั้น จึงชื่อว่า “หน้าที่” แล้ว จะต้องอนุโลมตามกฎของ  
ธรรมชาติทั้งนั้น



“นิพพาน ในภาษาธรรมะนั้น หมายถึง ความดับสิ้นสุดลงแห่งกิเลสและ  
ความทุกข์โดยประการทั้งปวงและอย่างแท้จริง เมื่อใดมีการดับแห่งกิเลสและความทุกข์  
อย่างแท้จริง เมื่อนั้นเป็นนิพพาน” — จากหนังสือธรรมะ ๙ ตา, พุทธทาสภิกขุ

## ธรรมะที่แปลว่า “หน้าที่” มีความสำคัญกว่าคำแปลอื่นๆ

ดังนั้น เป็นอันว่า คำว่า “ธรรม” หรือ “ธรรมะ” เพียงคำเดียว นี้ หมายถึงของ ๓ อย่างโดยสมบูรณ์ คือ **ตัวธรรมชาติ** อย่างหนึ่ง, **กฎของธรรมชาติ** นั้นอย่างหนึ่ง, **หน้าที่ที่ต้องปฏิบัติตามกฎธรรมชาติ** นั้นอีกอย่างหนึ่ง

ท่านสารุชนทั้งหลายพิจารณาดูเองก็แล้วกันว่า คำๆ นี้ เป็นที่ น่าประหลาดมหัศจรรย์สักเท่าไร เพราะว่าได้รวมสิ่งทุกอย่างไว้ในคำเดียว ที่สำคัญที่สุดก็คือ สิ่งที่เราเรียกว่า **หน้าที่ที่มนุษย์จะต้องปฏิบัติตามกฎของธรรมชาติ**

ดังนั้น ถ้าเราจะศึกษาดูถึงตำราอันว่าด้วยถ้อยคำ แม้ที่มีอยู่ ตั้งแต่ก่อนพุทธกาลโน้น คำว่า “ธรรม” นี้ เขาก็แปลกันว่า “หน้าที่” หรืออีกอย่างหนึ่งก็ว่า ถ้าไม่เอาศาสนาเป็นเกณฑ์ เอาเพียงภาษาพูด โดยทั่วๆ ไปเป็นเกณฑ์ ถ้ามว่า “ธรรมะ” คืออะไร ในปทานุกรมเก่าๆ เหล่านั้น ก็แปลคำว่า “ธรรม” ว่า “หน้าที่” ข้อนี้ทำให้เราเห็นได้ว่า...

ในบรรดาคำแปล หรือความหมายของคำว่า “ธรรม”  
ทั้งสามอย่างนั้น คำแปลอย่างสุดท้าย  
คือที่แปลว่า “หน้าที่” นั้น สำคัญกว่าคำแปลทั้งหลาย  
เพราะเหตุว่า **เราจะรอดจากความทุกข์ เอาชนะความทุกข์ได้**  
ก็เพราะการทำตามหน้าที่ให้ถูกต้องของธรรมชาติ

# จะปฏิบัติตามกฎของธรรมชาติได้ถูกต้อง ต้องรู้เรื่องธรรมชาติและกฎธรรมชาติ



แต่ถึงอย่างนั้น เราก็ต้องรู้เรื่องของธรรมชาติ จะต้องรู้กฎเกณฑ์ของธรรมชาติไว้ด้วย เราจึงจะสามารถปฏิบัติให้ถูกต้องตามกฎธรรมชาติแล้วเอาชนะทุกๆ ได้ เมื่อเป็นดังนี้ จะเห็นได้ทันทีว่า...

**ถ้าเราปฏิบัติถูกต้อง ก็หมายความว่า  
เรามีความรู้เรื่องธรรมชาติ  
และเรื่องกฎเกณฑ์ของธรรมชาติไปด้วยในตัว  
โดยไม่ต้องสงสัย**

ยกตัวอย่างเช่น เรารู้จักทำมาหากิน ประกอบอาชีพให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี อย่าได้เข้าใจว่า เรามีความรู้เพียงหน้าที่อันนี้ แท้จริงในความรู้อันนั้น มันมีความรู้เรื่องธรรมชาติรวมอยู่ด้วย แต่ความรู้หน้าที่ที่จะต้องปฏิบัตินั้น เป็นส่วนสำคัญ เราจึงเพ่งเล็งกันแต่ความรู้เรื่องหน้าที่ หรือทำหน้าที่ให้สำเร็จก็แล้วกัน อย่างนี้ใช้ได้ในกรณีอย่างโลกๆ ทั่วๆ ไป

## จะเข้าถึงความดับทุกข์ ต้องศึกษากฎของธรรมชาติให้ลึกซึ้ง

แต่ถ้าในกรณีที่เกี่ยวข้องกับความทุกข์ หรือความดับทุกข์ในขั้นสูงสุดแล้ว จะต้องสนใจเรื่อง *ตัวธรรมชาติ* และ *เรื่องตัวกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ* ให้มากเป็นพิเศษ

ดังนั้น เราจึงได้ศึกษา เรื่องขันธ<sup>๑</sup> เรื่องธาตุ เรื่องอายตนะ หรืออะไรทำนองนี้ ซึ่งเป็นตัวธรรมชาติ กันอย่างละเอียดลอบ แล้วก็ศึกษากฎของธรรมชาติ เช่น เรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา กันอย่างละเอียดลอบ แล้วจึงศึกษาเรื่องการปฏิบัติเพื่อพ้นทุกข์ ตามกฎธรรมชาตินั้นๆ เช่น เรื่องอริยมรรคมีองค์แปด<sup>๒</sup> เป็นต้น กันอย่างละเอียดลอบ เราจึงสามารถเอาชนะความทุกข์ได้เป็นลำดับๆ จนกระทั่งบรรลุถึงธรรมะสูงสุด คือ “นิพพาน” ดังนี้

นี่ เราจะเห็นได้ว่า “ธรรม” คำเดียว เป็นคำประหลาดมหัศจรรย์อย่างไร และจะเป็นสิ่งที่มีอานุภาพอย่างยิ่ง

ถึงกับสามารถปะทะความตาย เป็นเหมือนผ้าประเจียดต่อสู้กับมัจจุราชทั้งหลายได้อย่างไร ก็จะได้ดูกันต่อไป

“ธรรม” คำเดียว เป็นคำมหัศจรรย์  
มีอานุภาพอย่างยิ่งค่ะ



<sup>๑</sup> ขันธ ๕ คือ ร่างกายและจิตใจ (รูปธรรม นามธรรม) ติดตามอ่านหัวข้อนี้ได้ใน คู่มือมนุษย์ ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย เล่ม ๕ : เมตตยขันธ (คนเราคิดอะไร) โดย สำนักพิมพ์เสียงเขียน

<sup>๒</sup> อริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นการปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์ สรุปโดยย่อ คือ “ไตรสิกขา” ศีล สมาธิ ปัญญา ติดตามอ่านหัวข้อนี้ได้ใน คู่มือมนุษย์ ฉบับอ่านง่าย เข้าใจง่าย เล่ม ๔ : ไตรสิกขา (ขั้นของการปฏิบัติศาสนา) โดย สำนักพิมพ์เสียงเขียน

# ความเป็นความตายของมนุษย์ ขึ้นอยู่กับการปฏิบัติหน้าที่ให้ถูกต้องตามกฎหมายชาติ

คนเรา ถ้าไม่ทำหน้าที่ที่เรียกว่า “ธรรม” แล้ว จะต้องตาย เช่น ไม่หามาหากิน ก็จะต้องตาย ไม่ว่าจะป็นสัตว์มนุษย์ หรือสัตว์เดรัจฉาน การไม่หามาหากิน เป็นการไม่ปฏิบัติธรรมะอย่างยิ่ง หรือเป็นการปฏิบัติผิดธรรมะอย่างยิ่ง ในเมื่อธรรมะแปลว่า หน้าที่ตามกฎหมายของธรรมชาติ ผู้ที่ไม่หามาหากินจึงต้องตาย นี้เรียกว่า ไม่มีธรรมะจึงต้องตาย

แต่ถ้ามีธรรมะเข้ามา คือ ทำหน้าที่ของตนให้บริสุทธิ์บริบูรณ์แล้วไซ้ เขาก็ไม่ต้องตาย นี้เรียกว่า ธรรมะเป็นเหมือนผ้าประเจียดสามารถปะทะกับความตาย ยังบุคคลนั้นให้มีชีวิตรอดอยู่ได้ ดังนี้

ที่นี่ การประพาดิทางธรรมจรรยาทั่วๆ ไป ที่เกี่ยวกับสังคมก็เหมือนกันอีก เป็นหน้าที่ที่แต่ละคนจะต้องประพาดิ จะต้องปฏิบัติเมื่อไม่ประพาดิ ไม่ปฏิบัติ ก็คือไม่มีธรรมะ

**ไม่มีธรรมะ** ก็เหมือนไม่มีผ้าประเจียด

สำหรับปะทะกับความตาย

**เขาจึงต้องตาย** บางทีก็ตายโดยทางร่างกาย

บางทีก็ตายโดยทางวิญญาณ คือ **ตายจากคุณความดี**

คือ ไม่มีอะไรเหลืออยู่ ที่จะเป็นความดีสำหรับเป็นมนุษย์อีกต่อไป นี้ก็เรียกว่า ความตาย รวมความแล้วก็ว่า ขาดธรรมะแล้ว ก็จะต้องตาย

# ปฏิบัติหน้าที่ตามธรรมะ ช่วยชะลอความตายจากโรคร้าย

ที่นี่ ก็มาถึงเรื่องโรคร้ายไข้เจ็บ

ถ้าคนเรามี**ธรรมะ** ในความหมายที่ว่า  
เป็นหน้าที่ตามธรรมชาติแล้ว  
คนนั้นก็ยากที่จะมี**โรคร้ายไข้เจ็บ**  
หรือยากที่จะตายด้วยโรคร้ายไข้เจ็บ

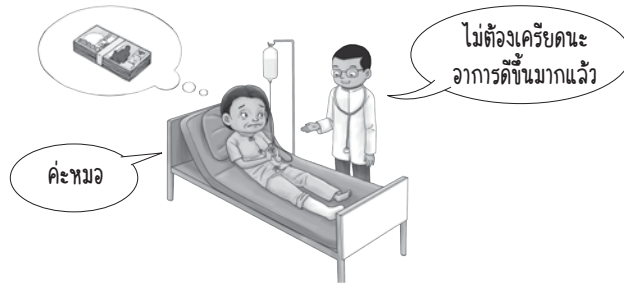
สิ่งที่เรียกว่า โรคร้ายไข้เจ็บนั้น เมื่อกกล่าวโดยทั่วๆ ไปแล้ว ย่อมพอที่จะกล่าวได้ว่า มีอยู่ ๒ อย่างคือ โรคทางกาย และ โรคทางวิญญาณ

**โรคทางกาย** นั้นได้แก่ ความเจ็บไข้ทางกายทั่วๆ ไป นั้นอย่างหนึ่ง รวมทั้งความเจ็บไข้ที่เนื่องด้วยโรคเกี่ยวกับจิต ที่เราต้องไปส่งโรงพยาบาลโรคจิต นี่อีกอย่างหนึ่ง ทั้งสองนี้ก็รวมเรียกว่า **โรคทางกาย**

หรือถ้าไม่ยากเรียกรวมกัน ก็จะแยกออกเป็น ๓ อย่างก็ได้ **โรคทางกาย** อย่างหนึ่ง **โรคทางจิต** อย่างหนึ่ง **โรคทางวิญญาณ** อีกอย่างหนึ่ง **โรคทางกาย** ก็รักษาที่โรงพยาบาลตามปกติ **โรคทางจิต** ก็ไปโรงพยาบาลโรคจิต ส่วน **โรคทางวิญญาณ** นั้น ต้องไปโรงพยาบาลของพระพุทธเจ้า

**โรคทางวิญญาณ** หมายความว่า ร่างกายก็สบายดี จิตใจก็ปกติดี มีอนามัยแข็งแรงดี มีทรัพย์สมบัติ เกียรติยศชื่อเสียงพอตัว แต่แล้วก็ยังต้องนำตาไหลอยู่บ่อยๆ ส่วนนี้เรียกว่า “**โรคทางวิญญาณ**” ต้องไปรักษาที่โรงพยาบาลของพระพุทธเจ้า แต่แล้วก็ไม่มีอะไรอื่นนอกจากธรรม

# คนเจ็บป่วยเพราะทำผิดหน้าที่ ตามธรรมชาติ



ที่นี่ เรามาคิดกันดูใหม่ สำหรับโรคที่เรียกกันว่า...

## โรคทางกาย หรือ โรคทางจิต นั้น

ก็มีมูลมาจากการขาดธรรมด้วยเหมือนกัน

และจะหายได้ด้วยการมีธรรม ยิ่งกว่าการกินหยูกกินยา

โดยแน่นอน คือว่า คนเราจะเจ็บป่วยอะไรขึ้นมา

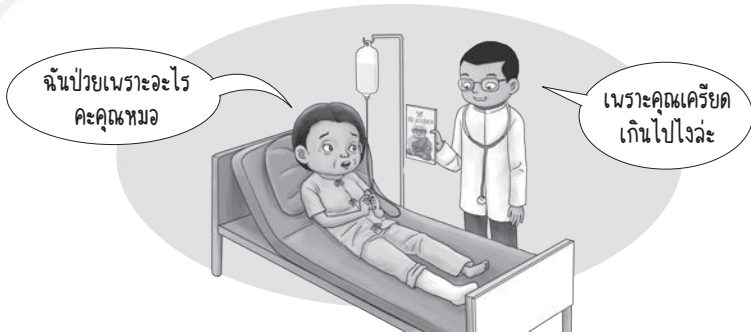
ก็เนื่องจากการทำผิดหน้าที่ตามธรรมชาติ

ยกตัวอย่างตั้งต้น ตั้งแต่เพราะไม่ระวัง จึงได้มีการเจ็บป่วย เป็นบาดแผลอย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น นี้เรียกว่า ขาดสติสัมปชัญญะ ก็ต้องเจ็บเนื้อเจ็บตัว เรียกว่า ขาดธรรมที่ชื่อว่า “สติสัมปชัญญะ” ซึ่งเป็นหน้าที่ที่มนุษย์จะต้องมี

ที่นี่ คนเรายังมีโรคอื่นอีกหลายอย่าง นับตั้งแต่ที่เรารู้จักกัน มากๆ เช่น โรคประสาท โรคความดันโลหิตสูง แม้โรคเบาหวาน โรคกระเพาะอาหาร เขามักจะคิดกันเสียว่า นั่นมันเป็นโรค แล้วก็จะต้อง รักษา ตามวิธีของการรักษาโรค เขาลืมไปเสียว่า อาการชนิดนั้น เกิด ขึ้นมาเพราะขาดธรรม



# โรคภัยเชื่อมสัมพันธ์กับจิต



คนเราเป็นโรคกระเพาะอาหารเพราะขาดธรรมชาติข้อนี้ไม่ได้หมายความว่าแค่เพียงว่า เป็นผู้ไม่ระมัดระวังอาหารการกิน แต่ข้อนี้หมายความว่า...

**คนโดยมากเมื่อขาดธรรมชาติแล้ว ย่อมมีจิตใจเศร้าหมอง มีจิตใจวิตกกังวล วิตกกังวลด้วยความยึดมั่นถือมั่น ในเรื่องตัวตนหรือของตนมากเกินไป นอนหลับไม่สนิท กระทั่งนอนไม่หลับ กระทั่งอยู่ด้วยความวิตกกังวล เป็นการทนทรมาน ความวิตกกังวลนี้ ทำให้นอนหลับยาก และเมื่อเป็นไปมากเข้าๆ ก็มีผลทางร่างกาย ทำให้เกิดโรค**

นับตั้งแต่โรคกระเพาะอาหารเป็นต้นไป เพราะว่าความวิตกกังวลนั้น ทำให้เสียโลหิตที่หล่อเลี้ยงร่างกายไปเป็นอันมาก เพราะไปถูกทำลายเสียมากมายที่ส่วนสมอง ส่วนกระเพาะที่จะย่อยอาหาร ก็ขาดแคลนโลหิต นานเข้ากระเพาะอาหารก็ผิดปกติ คนเราก็เป็นโรคกระเพาะอาหารชนิดที่รักษาได้แสนยาก เหลือที่จะรักษาได้โดยง่าย จนหมดศรัทธา จนตายไปก็มี

# ป่วยซ้ำซาก รักษาไม่หาย เพราะไม่ได้รักษาด้วยธรรมะ

นี่ไม่ใช่โรคทางกายล้วนๆ พิจารณาดูจะเห็นได้ว่า เพราะขาดธรรม เพราะโรคทางวิญญาณเป็นต้นเหตุ เราจึงเป็นโรคทางกาย เช่น โรคกระเพาะอาหาร เป็นต้น

หรือว่า ถ้าความวิตกกังวลนั้น ได้ทำให้เราวิกลจริต ต้องส่งไปโรงพยาบาลโรคจิต หรือโรงพยาบาลทางประสาทก็ตาม นี่มันก็ไม่ใช่ว่าเรื่องทางกายล้วนๆ มันเป็นเรื่องของโรคทางวิญญาณที่ทำให้เกิดอาการชนิดนั้นขึ้นมา ต้องวิกลจริต ต้องไปโรงพยาบาลประสาทอย่างซ้ำๆ ซากๆ ไม่มีวันหาย ก็เพราะว่า ต้นเหตุอันแท้จริงไม่ได้รักษา คือ ไม่ได้รักษาโรคทางวิญญาณ ให้เป็นคนหยุดความวิตกกังวลเสีย ดังนั้น...

จะรักษาโรคประสาท

หรือโรคความดันโลหิตที่กันสักเท่าไรๆ

มันก็ไม่มีการหายได้

เว้นเสียแต่ว่า

จะได้รักษาโรคทางวิญญาณ

คือ มี**ธรรมะเป็นเครื่องกำจัด**

**ความวิตกกังวล**เสียได้

ไม่ต้องกินยาอะไร

โรคภายนอกเหล่านั้นก็หายไปเอง เป็นอย่างนี้



นี่เรียกว่า โรคทั้งหลายมีมูลมาจาก โรคทางวิญญาณ คือ การขาดธรรมนั่นเอง

## มีธรรมะในใจ ที่ป่วยก็หาย ที่จะตายก็รอด



หายใจเข้า...นุท  
หายใจออก...โซ  
ใจสงบ ใจที่รับรู้  
ใจดวงใส รู้สึคดีจัง

การแก้ไขโรคในทางวิญญูณนั้น เป็นหน้าที่  
มนุษย์ละเลยหน้าที่ จึงต้องได้รับโทษ  
คือ ความทุกข์ หรือ ความตาย  
แต่ถ้าไม่ละเลยหน้าที่ คือ มีธรรมะในส่วนนี้แล้ว  
ก็ไม่เป็นโรคและไม่ตาย

ดังนั้น จะพิจารณากันเท่าไรๆ ก็จะมีพบได้ว่า โรคทั้งหลายเกิด  
มาจากการที่มนุษย์ทำผิดหน้าที่ตามธรรมชาติทั้งนั้น ไม่ว่าจะโรคอะไร

แม้ที่สุดแต่ทำมีดบาดมือ ให้เป็นแผลเจ็บปวดขึ้นมา ก็เพราะ  
ทำผิดหน้าที่ ที่จะต้องมีสติสัมปชัญญะ ดังที่กล่าวแล้ว นับตั้งแต่โรค  
อย่างต่ำที่สุด จนถึงโรคอย่างสูงที่สุด ล้วนแต่เป็นเรื่องทำผิด เพราะ  
ไม่มีสติสัมปชัญญะบ้าง เพราะความเข้าใจผิดอย่างใดอย่างหนึ่งบ้าง  
เพราะความไม่รู้ในสิ่งที่ควรรู้เสียเลย โดยประการทั้งปวงบ้าง นี้เรียก  
ว่าเป็น โรคทางวิญญูณ ทั้งนั้น

ถ้าเราเอาใจใส่ให้มากที่สุด ในหน้าที่ของตนในส่วนนี้ คือ มี  
ธรรมะในส่วนนี้แล้ว คนเราก็จะเจ็บไข้ได้ป่วยยากที่สุด และเมื่อคนเรา  
เจ็บไข้ได้ป่วยแล้ว ก็จะหายได้โดยง่ายที่สุด

# เข้าถึงธรรมชาติ จะแคล้วคลาดจากตายและโรครภัย



เดี๋ยวนี้ เรามีความเจ็บ ความไข้ แล้วเราไม่รู้จักรักษาอย่างไร  
ไม่รู้จักกำจัดโรคนั้นออกไปได้โดยวิธีใด เพราะไม่รู้ธรรมะ เพราะไม่รู้  
หน้าที่ หารู้ไม่ว่า โรครภัยทั้งหลาย เกิดจากความวิตกกังวล แล้วก็  
ไม่ได้กำจัดความวิตกกังวล

ตัวเป็นโรคกระเพาะอาหาร เพราะมีความวิตกกังวลเป็นต้นเหตุ  
แต่แล้วก็ไม่สนใจที่จะรักษาโรคกระเพาะอาหารด้วยการทำลายความวิตก  
กังวล กลับไปสร้างความวิตกกังวล ในด้านกิจการงาน การเงิน การ  
อะไรต่างๆ ให้มากขึ้นอีกทางหนึ่ง มันก็ไม่มีทางจะหายได้

โรคทั้งหลายมีมูลมาจากความไม่เป็นปกติ  
ของส่วนประกอบของร่างกายซึ่งเป็นธรรมชาติ  
และเป็นไปตามกฎธรรมชาติทั้งนั้น ไม่ว่าโรคอะไร  
ฉะนั้น ถ้าผู้ใดได้เข้าถึงความจริงข้อนี้ มีธรรมะกันจริงๆ  
ในข้อนี้แล้ว ก็ยากที่จะเจ็บไข้หรือยากที่จะตายได้

# ธรรมะก็ชนะความตาย จากโรคร้ายและการถูกฆ่า



นี่แหละ คือ ข้อที่มีธรรมะเป็นเหมือนผ้าประเจียด ที่จะปะทะ มัจจุราชทั้งหลายไว้ ไม่ให้ครอบงำบุคคลนั้น นี้เรียกว่า ปะทะมัจจุราช ในด้านที่เป็นโรคร้ายไข้เจ็บ

ที่นี่ จะพิจารณากันถึงความตาย ที่จะมามีมาโดยทางสังคม เช่น จะถูกเขาฆ่าตาย การจะถูกเขาฆ่าตายนั่น ลองคิดดูเถิดว่ามีมูลมาจากอะไร ถ้าไม่ใช่จากการขาดธรรมะ เพราะ...

การขาดธรรมะนั้น ทำให้เป็นผู้ประพฤติด้อย่างสะเพร่า  
จนเกิดเรื่องเกิดราว ถูกเขาฆ่าตาย  
หรือการขาดธรรมะนั้น ทำให้เป็นเจ้าโทสะ  
ไปทะเลาะวิวาท ทำให้เขาถูกฆ่าตาย  
หรือว่า การขาดธรรมะนั้น สร้างเวรสร้างภัย  
ด้วยการเบียดเบียนผู้อื่น เอาเปรียบผู้อื่น ช่มเหิงผู้อื่น  
เพราะขาดธรรมะนั้น จะทำให้ถูกเขาฆ่าตาย

## ปฏิบัติดีตามธรรมะ ก็ยากที่จะตาย



และยังมีอีกมากมายหลายอย่างหลายประการ นับตั้งแต่เป็นคนไม่กตัญญูทวดเวที่ต่อบุคคลผู้มีพระคุณ ก็ยังเป็นเหตุให้บุคคลสาบแช่งและทำผิดเรื่อยไป จนถูกคนใดคนหนึ่งฆ่าตาย แม้แต่สุนัขที่เลี้ยงไว้ นั่นเอง ก็ยังจะกัดบุคคลชนิดนี้โดยไม่ต้องสงสัย นี้เรียกว่า เพราะขาดธรรมะ จึงเปิดโอกาสแห่งความตาย อันจะมีมาจากทางสังคม ด้วยเหตุนี้

หากมีธรรมะ เป็นผู้ประพฤติดี ประพฤติถูกต้อง ตามหน้าที่ที่มนุษย์จะต้องประพฤติแล้ว ก็ยากที่จะตายได้ เพราะเหตุฉะนั้นแหละ จึงสมกับข้อที่กล่าวไว้ในเรื่องนี้ว่า **ผู้ประกอบไปด้วยธรรมะ ไม่มีการตาย อันมิใช่กาละ** คือ ยังไม่ถึงอายุขัยนั่นเอง

นี้เรียกว่า ความตายโดยทั่วๆ ไปตามธรรมดา พวกที่เขามีธรรมะ เป็นหลักประกันย่อมมีความเชื่อมั่นในใจว่า จะอยู่ไปจนถึงที่สุดแห่งอายุขัย สุดเหตุสุดปัจจัยของสังขารด้วยกันทั้งนั้น

# การปฏิบัติธรรมะ คือ การสร้างผ้าประเจียดคุ้มภัย



เป็นอันว่า...

**ธรรมะ** คือ หน้าที่ที่มนุษย์จะต้องปฏิบัติให้ถูกต้อง  
ตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาตินั้น  
**เป็นเหมือนผ้าประเจียดที่จะปะทะอันตราย**  
**คือ มัจจุราช โดยตรงได้**

คำว่า “ผ้าประเจียด” ในที่นี้ อาตมาหมายถึง เครื่องรางอันศักดิ์สิทธิ์ ที่บุคคลมีแล้ว จักป้องกันตัวให้ปราศจากอันตราย แม้แต่ความตาย ดังที่บุคคลเขาใส่ผ้าประเจียด แล้วก็ทำการต่อสู้กันเพื่อเอาชัยชนะ ด้วยหวังว่าผ้าประเจียดนั้น จักเป็นเครื่องคุ้มครอง แต่นั่นเป็นเรื่องของเด็กอมมือ ผ้าประเจียดชนิดนั้น ยังไม่ยึดถือเป็นสาระอะไรได้มากนัก แต่ผ้าประเจียดคือธรรมะนี้ คุ้มได้จริงๆ นี้เรียกว่า คุ้มความตาย ตามความหมายตามธรรมดา ได้ส่วนหนึ่งแล้ว

ที่นี้ ก็ยังเหลือแต่ส่วนสูงสุด คือ จะทำให้ไม่มีความตายโดยประการทั้งปวงเสียเลย ซึ่งเป็นธรรมะชั้นสูง อันเราจะต้องศึกษากันไป