

วิจารณ์หนังสือ : Book Review

สุขแท้*

True Happiness

ผู้เขียน: พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ)

Author: Phra Dharmakosacarya (Buddhadasa Bhikkhu)

พระไพศาล จันทรภูมิจิต (วงศ์ภูงา), พระครูสุริยคัมภีร์ญาณ¹ และธีระพงษ์ มีโสง²

Phra Paisan Candadhammo (Wongpunga), Phrakhru Sudhikhambhirayan,
and Teeraphong Meethaisong

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น¹

มหาวิทยาลัยมหาสารคาม²

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Khon Kaen Campus, Thailand

Mahasarakham University, Thailand

Corresponding Author, E-mail: wongpoonga@gmail.com

1. บทนำ

1. ภูมิหลังหนังสือ: หนังสือที่ผู้เขียนจะนำมาวิจารณ์มีชื่อเรื่องว่า สุขแท้ (Phra Dhammakosakaya (Buddhadasa Bhikkhu), 2002 : 9) เป็นหนังสือที่ตีพิมพ์จากการแสดงธรรมบรรยายของพระธรรมโกศาจารย์ (เงื่อม อินทปญโญ) หรือรู้จักในนาม พุทธทาสภิกขุ ในช่วงเช้าพรรษา ระหว่างวันที่ 23 กรกฎาคม-28 สิงหาคม 2516 เป็นหนังสือที่ต้องการจะนำเสนอ มุ่งเน้นให้ผู้ปฏิบัติได้รับความสุขที่แท้จริงตามหลักพุทธศาสนา เริ่มตั้งแต่สุขขั้นพื้นฐานสำหรับคนทั่วไป ไปจนถึงสุขขั้นสูงสุด หนังสือเล่มนี้จัดพิมพ์อยู่ในชุดสุข

ปัจจุบัน ประกอบด้วยหนังสือ 3 เล่ม คือ 1) สุขแท้ 2) สงบเย็น 3) ผลของจิตตภาวนา คือ นิพพาน หนังสือ สุขแท้ พิมพ์ครั้งแรกเมื่อ ธันวาคม 2554 จัดพิมพ์โดยสำนักพิมพ์สุภาพใจ มีจำนวนหน้าทั้งหมด 148 หน้า

2. ภูมิหลังผู้บรรยาย: พระธรรมโกศาจารย์ (เงื่อม อินทปญโญ) หรือรู้จักในนาม พุทธทาสภิกขุ มีนามเดิมว่า เงื่อม พานิช เกิดเมื่อ 27 พฤษภาคม พ.ศ. 2449 ในสกุลของพ่อค้า ที่ตลาดพุมเรียง อำเภอลือชัย จังหวัดสุราษฎร์ธานี ช่วงปลายรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว บิดาของท่านพุทธทาสภิกขุมีเชื้อสายจีน ชื่อ เชียง พานิช

*ได้รับบทความ: 27 ธันวาคม 2561; แก้ไขบทความ: 7 กุมภาพันธ์ 2562; ตอบรับตีพิมพ์: 31 มีนาคม 2563



ประกอบอาชีพหลักคือ การค้าขายของชำแต่ อิทธิพลที่ท่านได้รับจากบิดา คือเรื่องของการสามารถทางด้านกวี และทางด้านช่างไม้มารดาของท่านชื่อ เคลื่อน พานิช อิทธิพลที่ได้รับจากมารดา คือ ความสนใจในการศึกษาธรรมะอย่างลึกซึ้ง อุปนิสัยที่เน้นเรื่องความประหยัด เรื่องละเอียดลออ ในการใช้จ่าย และการทำทุกสิ่งให้ดีที่สุด และต้องทำให้ดีกว่าครูเสมอ ท่านได้เรียนหนังสือเพียงแค่ชั้น ม.3 แล้วต้องออกมาค้าขาย แทนบิดา ซึ่งเสียชีวิตท่านพุทธทาสภิกขุมีน้องสองคน น้องคนโตเป็นชาย ชื่อ ยี่เกย พานิช ซึ่งภายหลังได้เปลี่ยนชื่อเป็น ธรรมทาส พานิช และได้เป็นกำลังหลักของคณะธรรมทานในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา และสนองงานของท่านพุทธทาสภิกขุ ส่วนน้องสาวคนสุดท้องของท่านชื่อ กิมซ้อย พานิช ซึ่งภายหลังแต่งงานและใช้นามสกุลสามีว่า เหมาะกุล

3. โครงสร้างของหนังสือ: สุขแท้มีจำนวนหน้าที่เป็นธรรมบรรยาย 138 หน้า รวมส่วนอื่นๆ และปกจำนวน 148 หน้า หนังสือเล่มนี้ตีพิมพ์จากธรรมบรรยายของท่านพุทธทาสภิกขุเป็นรูปแบบของการวิชันนาพระธรรมเทศนาโดยการยกพุทธภาษิตเป็นหัวข้อบรรยาย เพื่อให้ผู้อ่านได้รับความรู้ความเข้าใจ ส่งเสริมศรัทธา ความเชื่อ วิริยะความพากเพียรเพื่อให้นำไปปฏิบัติสืบทอดให้เจริญงอกงามก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป โครงสร้างเนื้อหาประกอบด้วยสาระสำคัญ 6 บท ได้แก่ 1) นะโมและสรณาคมน์ 2) ความวิเวกเป็นสุข 3) ความไม่เบียดเบียนเป็นสุข 4) ความคลายกำหนดเป็นสุข 5) การนำอสมิมานะออกได้เป็นสุข 6) ความรักเสมอตนไม่มีสุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี พุทธ

ภาษิตทั้งหมดที่ท่านได้กล่าวไว้ในหนังสือเล่มนี้เป็นเรื่องเดียวกันคือความสงบสุข

4. วัตถุประสงค์: หนังสือเรื่องสุขแท้ของท่านพุทธทาส มีวัตถุประสงค์ในการวิชันนาพระธรรมเทศนา เพื่อเป็นเครื่องประดับสติปัญญา ส่งเสริมศรัทธา ความเชื่อและวิริยะความพากเพียรของพุทธบริษัทให้เจริญงอกงามก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป มุ่งเน้นให้ผู้ปฏิบัติได้รับความสุขที่แท้จริงตามหลักพุทธศาสนา เริ่มตั้งแต่สุขขั้นพื้นฐานสำหรับคนทั่วไป ไปจนถึงสุขขั้นสูงสุด

2. เนื้อหาโดยย่อ

เนื้อหาทั้งหมดในหนังสือเล่มนี้เป็นหลักธรรมคำสอนของท่านพุทธทาสที่เกี่ยวกับความสุขสงบ มุ่งเน้นถึงการปฏิบัติให้ได้รับความสุขแท้จริงตามหลักพุทธศาสนา เริ่มตั้งแต่สุขขั้นพื้นฐานไปจนถึงขั้นสูงสุดตามลำดับ ซึ่งมีลำดับขั้นเนื้อหาสอดคล้องกันไปตลอดทั้งเล่มประกอบด้วยสาระสำคัญ 6 บท ซึ่งมีเนื้อหาโดยย่อ ดังนี้

1. นะโมและสรณาคมน์ ท่านพุทธทาสได้กล่าวบรรยายธรรมะในหัวข้อนะโมและสรณาคมน์เป็นความสุขจากการเข้าถึงพระรัตนตรัย ความสำคัญในหัวข้อนี้อยู่ที่การนอบน้อมพระรัตนตรัย และการเข้าถึงพระรัตนตรัยด้วยกาย วาจา ใจ ควรน้อมใจระลึกด้วยสติสัมปชัญญะถึงคุณพระรัตนตรัยเพื่อให้เกิดความเจริญงอกงามก้าวหน้าไปในทางแห่งพระพุทธศาสนาได้อย่างแท้จริง โดยต้องปฏิบัติให้ถูกต้องด้วยความเข้าใจทั้งทางด้านเนื้อหาทั้งภาษาและความหมายด้วยความเคารพนอบน้อมสูงสุด เพื่อให้สำเร็จประโยชน์จากการนอบน้อมนั้น



โดยแท้จริงคำว่าพระรัตนตรัยโดยเนื้อหาสาระนั้น เป็นสิ่งเดียวกันแยกกันไม่ได้คือธรรมะ ธรรมะที่เป็น ความดี เป็นความบริสุทธิ์เป็นความรู้ หรือจะเรียกว่าความสะอาด ความสว่าง ความสงบก็ได้ แต่ถ้าจะแยกในส่วนภายนอกก็สามารถแยกได้ คือ พระพุทธเจ้าเป็นผู้ค้นพบบรรลุธรรมนั้นแล้ว ปฏิบัติ แล้วก็สอนผู้อื่นให้รู้ตาม พระธรรมคือสิ่งที่ท่านค้น พบ รู้ ปฏิบัติแล้วท่านก็สอนด้วย พระสงฆ์ คือผู้ที่ ฟังจากพระพุทธเจ้า แล้วก็รู้ ปฏิบัติตามที่ท่านรู้ ท่านสอน การแยกออกเป็นส่วนๆ เพื่อให้สอนง่าย เรียนง่าย จำง่าย สำหรับเด็กๆ หรือผู้ที่แรกศึกษา

2. ความวิเวกเป็นสุข ท่านพุทธทาสได้ยก พระบาลีในหัวข้อนี้ว่า “สุโข วิเวโก ตถุสสุสสุต ธรรมสสสสโต” ซึ่งแปลว่า วิเวกอันเกิดขึ้นแก่ บุคคลที่ดับธรรมะแล้ว เห็นธรรมะนั้นอยู่ แล้วมีความอิ่มใจอยู่ และการเห็นธรรมะต้องเห็นธรรมะ ที่มีอยู่ในใจไม่ใช่เห็นด้วยตาคำว่าวิเวกหมายถึงไม่มี อะไรรบกวนวิเวกเป็นสุขที่เกิดจากกายวิเวก จิตต วิเวก อุปธิวิเวก ถ้ามีจิตใจสะอาด สว่าง สงบจะได้ รับความรู้สึกจากวิเวก คือความสงบสงัดไม่มีอะไร รบกวนของบุคคลผู้อิ่มแล้วในธรรมที่ตนเห็นแล้ว ซึ่งเป็นสุขเบื้องต้น ท่านได้ขยายความและชี้ให้เห็น ว่า คำว่าวิเวกเกิดจากการทำจิตใจให้ สะอาด สว่าง สงบ ต้องปฏิบัติและรู้ได้ด้วยตนเองจึงจะเกิด ประโยชน์สูงสุด ท่านกล่าวว่าเมื่อปฏิบัติด้วยความ เข้าใจเป็นเบื้องต้นแล้วก็จะเกิดความพอใจสนใจ ยิ่งๆ ขึ้นไปท่านจึงเน้นให้เริ่มต้นทำที่ในจิตใจของ ตนเองทำจิตไว้ให้ดีคุ้มครองจิตไว้ให้ดี ให้เกิดความสุขจากวิเวกก่อน จึงพัฒนาให้เจริญงอกงามในส่วน อื่นๆ ต่อไป

3. ความไม่เบียดเบียนเป็นสุข ท่านพุทธ ทาสได้ยกพุทธภาษิตว่า “อพยาปชมฺสุขิโลกปาณ ญเตสฺส สญญโม” การไม่ถึงซึ่งการประทุษร้ายสำรวม อยู่ในสัตว์ที่มีชีวิตทั้งหลาย เป็นความสุขในโลก เป็นสุขที่เกิดจากการไม่เบียดเบียน ไม่ประทุษร้าย ทั้งทางกาย ทางวาจา ทางใจแก่ผู้ใด แม้แต่ตนเอง ดังนั้นความคิดเบียดเบียนคนอื่นจึงเป็นความทุกข์ คนที่เบียดเบียนผู้อื่นย่อมชื่อว่าเบียดเบียนตนเอง ด้วย ดังนั้นคนเราจะต้องมีความบังคับตัวเองด้วยความสงบไม่ให้มีการกระทบกระทั่งทั้งทางร่างกาย ทางวาจา ทางใจ แก่ใครๆ รวมทั้งตัวเองด้วยในทาง ตรงกันข้ามคือถ้ามีจิตไม่ประทุษร้ายแล้วก็จะกลายเป็นจิตที่ตรงกันข้ามคือมีความรักใคร่ เมตตา กรุณา ปราณี หวังดี หวังความสงบแก่สัตว์ที่มีชีวิต ทั้งหลาย พุทธบริษัทควรจะมีจิตประกอบไปด้วย เมตตาและควรแผ่เมตตาด้วยจิตใจเมตตาจริงๆ และลงมือปฏิบัติให้ได้ตามความหมายของคำแผ่ เมตตานี้ๆ ก็จะมีความสุขจากการไม่เบียดเบียน

4. ความคลายกำหนดเป็นสุข ท่านพุทธ ทาสได้ยกพุทธภาษิตว่า “สุขาวีราคตาโลเก กามานํ สมตักกโมติ” ธรรมเทศนาหัวข้อนี้แสดงถึงความสุข อีกอย่างหนึ่ง ซึ่งมีใจความว่า “ความคลายกำหนด ออกเสียได้ คือการก้าวล่วงเสียได้ซึ่งกามทั้งหลาย ในโลกนี้เป็นความสุข” เป็นความสุขที่เกิดจากการ ก้าวล่วงจากกาม ความอยาก และความใคร่ในกาม ก้าวล่วงกาม หมายถึงก้าวล่วงสิ่งที่เป็นที่ตั้งแห่ง ความอยาก ความใคร่ในสิ่งต่างๆ วีราคะ แปลว่า ความคลายกำหนดปราศจากราคะโดยสิ้นเชิง สำหรับในกรณีนี้มีความหมายถึงปราศจากความ กำหนดในสิ่งที่เป็นที่ตั้งแห่งความกำหนดโดยสิ้นเชิง



ที่ตั้งแห่งความกำหนัดนั้นแม้เป็นเรื่องที่เลยจาก
การมรรณขึ้นไป เช่น รูปราคะ อรูปราคะ จึงกล่าว
รูปราคะไว้ในฐานะเป็นราคะที่จะต้องขจัดออกไป
ด้วยเหมือนกันท่านพุทธทาสกล่าวว่าการละ
ซึ่งกิเลสต่างๆ นั้นให้คนนำไปปฏิบัติตามความ
สามารถก็จะนำสุขมาให้ได้ตามกำลัง ความสามารถ
ของผู้คน

5. การนำอสมิมานะออกได้เป็นสุข ท่าน
พุทธทาสได้ยกพุทธภาษิตในหัวข้อนี้ว่า “อสมิมาน
สส โย วินโย เอตํ เว ปรมํ สุขํ” เป็นสุขที่เกิดจาก
การละความยึดมั่นในตัวตน คือการทำลายเสีย
ซึ่งความสำคัญว่าเป็นตัวเราหรือว่าเราเป็นนั่นเรา
เป็นนี่ฉันมีนั่นมีนี่และทำให้สูญหายไปไม่ให้เกิดขึ้น
ในใจโดยตลอด หรือจะใช้คำว่าละความเป็น
ตัวกู ว่าของกูก็ได้ การนำออกเสียได้ซึ่งการยึดถือ
ว่าตัวกูว่าของกูโดยเด็ดขาดนี้เป็นความสุขอย่างยิ่ง
หรือเป็นบรมสุข ท่านพุทธทาสกล่าวว่ากิเลส
ทั้งหลายออกมาจากต้นตอเดียวกันทั้งหมดคือความ
ยึดมั่นถือมั่นว่าตัวตน ถ้าไม่มีความรู้สึกเป็นตัวตน
แล้วมันก็ไม่อาจจะเกิดความโลภ หรือความโกรธ
หรือเกิดความหลง หรือเกิดราคะ โทสะ โมหะ และ
เกิดกิเลสอื่นๆ พระพุทธองค์ตรัสว่าเป็นความสุข
อย่างยิ่ง ต้องละตัวตนได้สิ้นเชิงจึงจะถือว่าเป็น
ความสุขขั้นสูงสุดที่แท้จริง

6. ความรักเสมอตนไม่มีสุขอื่นยิ่งกว่า
ความสงบไม่มี ท่านได้กล่าวโดยหัวข้อว่า “นตฺถิ
อตฺตสมํ เปมํ” ความรักเสมอด้วยตนไม่มี “นตฺถิ สฺน
ติปริ สุขํ” ความสุขอื่นยิ่งไปกว่าความสงบไม่มี
ความรักเสมอด้วยตนไม่มีเป็นการบอกให้ทราบว่
สิ่งที่เรียกว่าตนนั้นมันมิได้มีอยู่จริง แม้จะรักตน

มากมายอย่างไรก็ไม่ทำให้เกิดความสุขที่แท้จริง
หรือเป็นความสงบได้ ผู้ที่ได้เคยศึกษาเรื่อง ปฏิจ
สมุปบาท มาดีแล้ว ก็ย่อมเข้าใจได้ว่าตนนี้มิได้มีอยู่
จริงอย่างไร ตนนี้เป็นเพียงความรู้สึกที่รู้สึกเอาเอง
ว่าตนว่าของตนถือว่าเป็นมายามีได้มีอยู่จริงและสุข
อื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มีคือถ้าจิตใจสงบจากราคะ
โทสะ โมหะ จะเกิดเป็นความสงบสุข ดังนั้นใคร
มีความรักมากก็มีความทุกข์มากเพราะมีความยึด
มั่นยึดถือมาก ความรักตนนี้เป็นความทุกข์ที่ไม่ควร
จะไปสร้างไปเสริมให้เกิดขึ้นเป็นการสอนสังขธรรม
ในขั้นที่เป็นความจริง ถ้านำไปปฏิบัติอย่างถูกต้อง
ก็จะนำมาซึ่งความสุขแท้จริงตามแนวทางพุทธ
ศาสนาได้

3. บทวิจารณ์

1. จุดเด่น

จุดเด่น ได้แก่ รูปแบบการนำเสนอและ
สำนวนภาษาดี ดังนี้

หนังสือสุขแท้ (Phra Dhammakosakaya
(Buddhadasa Bhikkhu), 2002 : 15) ที่เป็นธรรม
บรรยายของท่านพุทธทาสภิกขุเล่มนี้ ลักษณะ
รูปเล่มหนังสือมีขนาดเล็กกะทัดรัดสำหรับพกพา
ส่วนปกและรูปภาพในเล่มมีสีสันสดใส สวยงามชวน
อ่าน มีรูปภาพสวยงามแทรกในเล่มและมีข้อความ
สำคัญสั้นๆ ที่ตัดตอนจากเนื้อหาเนื้อหาสาระใน
หนังสือโปรยคั่นเนื้อหาไปเป็นระยะๆ สะดุดตาชวน
ให้น่าอ่านน่าติดตามช่วยพักสายตา และทำให้
เนื้อหาไม่ยาวจนเกินไปการจัดรูปแบบหมายเลข
หน้าจะแสดงชื่อหนังสือไว้มุมบนด้านซ้ายของหน้า
ต่อจากหมายเลขหน้า และแสดงชื่อหัวข้อไว้มุมบน



ด้านขวาของหน้ากระดาษก่อนหมายเลขหน้า ทำให้
 ดูน่ายเปิดอ่านและทบทวนได้สะดวก มีแผ่นซีดีเสียง
 บรรยายแนบอยู่ภายในเล่มเพื่ออำนวยความสะดวก
 สะดวกให้ผู้สนใจที่ไม่สามารถอ่านหรือมองเห็น
 เลือกฟังได้ตามสะดวก รูปแบบการนำเสนอเป็นรูป
 แบบของการวิชันนาพระธรรมเทศนาโดยท่านได้ยก
 พุทธภาษิตที่เป็นพุทธอุทานขณะที่พระพุทธเจ้า
 เสวยวิมุตติสุขเมื่อได้ตรัสรู้ใหม่ๆ ขึ้นเป็นบทนำ และ
 บรรยายอธิบายขยายความ ยกตัวอย่างประกอบ
 และมีการสรุปทบทวนเนื้อหาเดิมก่อนบรรยาย
 เนื้อหาใหม่ จุดเด่นของเนื้อหาสาระได้กล่าวถึงหลัก
 ธรรมที่เป็นแก่นแท้และเป็นหัวใจของพระพุทธ
 ศาสนาที่ว่าด้วยความสุขแท้ที่ทุกคนปรารถนา
 สามารถสร้างขึ้นด้วยตนเองและนำไปใช้ปฏิบัติได้
 ด้วยตนเองจุดเด่นที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือท่าน
 ได้นำหลักธรรมขั้นสูงมาบรรยายอธิบายขยายความ
 ได้ชัดเจนแจ่มแจ้งจากเรื่องที่ยากให้เป็นเรื่องง่าย
 ด้วยสำนวนภาษาธรรมดาที่เข้าใจง่ายสำหรับทุกคน
 โดยการนำเสนอหลักธรรมตามลำดับขั้น จากขั้น
 พื้นฐานไปจนถึงขั้นสูงสุดท่านได้แสดงหัวข้อธรรม
 บรรยายที่มีความละเอียดลุ่มลึกเพื่อให้เข้าใจสภาพ
 ธรรมที่มีจริงตามระดับความยากง่ายที่มุ่งเน้นให้
 ผู้ปฏิบัติได้รับความสุขตามระดับการปฏิบัตินั้นๆ
 และเอื้อให้ทุกคนสามารถนำไปปฏิบัติได้ด้วยตนเอง
 ตามสมควรแก่กำลังความสามารถ เมื่อบุคคล
 ได้ศึกษาเรียนรู้และทำความเข้าใจอย่างถ่องแท้
 รู้จักสังเกต พิจารณาให้เห็นธรรมะตามสมควร และ
 สิ่งที่สำคัญที่สุดเบื้องต้นที่จะนำพาให้ทุกคนนำไป
 ปฏิบัติให้สำเร็จประโยชน์ได้อย่างแท้จริงคือ ศรัทธา
 ความเชื่อและวิริยะความพากเพียรที่ประกอบด้วย

ปัญญาของบุคคลนั้นๆ ซึ่งบุคคลสามารถนำไป
 ประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตหลากหลายมิติหลายแง่มุม
 เป็นอีกหนึ่งความพยายามที่จะรวบรวมองค์ความรู้
 เกี่ยวกับหลักธรรม ซึ่งท่านพุทธทาสภิกขุได้บรรยาย
 จากเรื่องง่ายไปสู่เรื่องที่ยาก และยกตัวอย่าง
 ประกอบได้อย่างชัดเจนมีการสรุปเมื่อบรรยายจบ
 แต่ละหัวข้อและทบทวนเนื้อหาเดิมก่อนบรรยาย
 เนื้อหาใหม่เพื่อให้เกิดความเชื่อมโยงและต่อเนื่อง
 ของเนื้อหาเดิมและเนื้อหาใหม่มีลำดับเนื้อหา
 สอดคล้องกันไปตลอดทั้งเล่มมีสำนวนภาษาที่เป็น
 แรงจูงใจชักชวนให้อยากนำไปปฏิบัติ ส่งเสริมเข้าใจ
 ให้เกิดความศรัทธา ความเชื่อ และวิริยะความเพียร
 ของผู้ปฏิบัติ ช่วยบำรุงจิตให้เข้มแข็งเบิกบาน
 ชี้ให้เห็นผลดีมีประโยชน์ที่จะนำไปต่อยอดด้วยการ
 ศึกษาเพิ่มเติมและนำไปปฏิบัติในวิถีชีวิตในปัจจุบันได้
 ดังนั้น จะเห็นได้ว่าธรรมบรรยายของท่าน
 พุทธทาสภิกขุมีลักษณะเฉพาะตัวที่ไม่เหมือนใครคือ
 บรรยายธรรมโดยมุ่งหมายให้ผู้ฟังรู้จักสาเหตุและ
 สามารถแก้ไขปัญหาในการดำเนินชีวิตประจำวันได้
 ครบถ้วนทั้งเรื่องงาน คน ตนเอง ธรรมบรรยายของ
 ท่านพุทธทาสภิกขุเป็นคำสอนเพื่อนสร้างความพร้อม
 ในการรับมือกับเหตุการณ์ต่างๆ ที่จะเป็นปัญหาแก่
 ชีวิตได้ ที่อาจจะเกิดขึ้นได้ตลอดเวลาทุกสถานที่ใน
 ชาตินี้และบนโลกนี้ธรรมบรรยายของท่านจึงไม่อิง
 กระแสสังคม ไม่ขึ้นกับบุคคล แต่ยึดตามพุทธพจน์
 และเคารพความจริงเป็นใหญ่ลักษณะการบรรยาย
 ธรรม มีการกำหนดหัวข้อธรรม สารธรรมที่ต้องการ
 เน้นเป็นการเฉพาะการสอนของท่านพุทธทาสภิกขุ
 ท่านสอนเป็นขั้นเป็นตอนและสอนเป็นเรื่องๆ
 อธิบายขยายความเรื่องต่างๆ ได้ลุ่มลึก และสรุป



ประเด็นต่างๆ ได้ชัดเจน โดยเนื้อหาสาระ แก่นแท้ และความหมายของหลักธรรมที่เกี่ยวกับสุขแท้ในทัศนะของท่านพุทธทาสทั้งหมดที่ได้กล่าวไว้ในหนังสือเล่มนี้ มีความสอดคล้องตรงกับหลักธรรมคำสอนที่เป็นหัวใจและเป็นแก่นแท้ในพระพุทธศาสนาตามพุทธพจน์ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและคัมภีร์ต่างๆ ทุกประการ แต่ท่านได้ถ่ายทอดโดยใช้สำนวนภาษาธรรมดาที่แตกต่างออกไป มีความแปลกหู เช่นคำว่า “ตัวกู ของกู” เพื่อสื่อความหมายให้เกิดความรู้ความเข้าใจและเอื้อไปในทางปฏิบัติของปวงชนทั่วไป สร้างแรงจูงใจ ความเชื่อ และศรัทธาให้สามารถนำไปใช้ปฏิบัติได้ตามกำลังความสามารถ เริ่มจากหลักธรรมขั้นพื้นฐานจนถึงขั้นสูงสุดคือ “นิพพาน” คำว่า “นิพพาน” ในธรรมบรรยายของท่านพุทธทาส จึงไม่ได้หมายถึงเมืองแก้วที่จะได้พบในชาติหน้าหลังจากตายแล้วเพื่อประโยชน์สุขกับชีวิต แต่มีเป้าหมายเดียวกันกับหลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนาที่มุ่งให้คนหลุดพ้นจากกิเลสโดยสิ้นเชิง ซึ่งหลักธรรมทั้งหมดในทัศนะท่านพุทธทาสในหนังสือเล่มนี้สรุปลงในความสงบสุข และความว่าง ดังพุทธพจน์ “สัพเพ ธมมา นาลอภินิเวสยา” (Tripitaka, 12/325/434) สิ่งทั้งปวงไม่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่น เนื้อหาสาระดีดังนี้

“ศรัทธา” เริ่มจากการนำเสนอหลักธรรมเบื้องต้นที่เป็นการสร้างศรัทธา หลักธรรมที่ท่านได้กล่าวไว้ในหนังสือเล่มนี้ เริ่มจากการสร้างความรู้ความเข้าใจขั้นพื้นฐานในการฝึกปฏิบัติตนตามหลักพระพุทธศาสนาเพื่อให้เกิดความสุข ตั้งแต่สุขขั้นพื้นฐานสำหรับคนทั่วไป ไปจนถึงสุขขั้นสูงสุดที่เป็น

แก่นแท้ของหลักธรรมอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาซึ่งท่านพุทธทาสได้แสดงธรรมบรรยายได้อย่างลึกซึ้งที่น้อยคนนักที่จะมีโอกาสได้ฟัง ได้ศึกษา และเรียนรู้จากท่านโดยตรงแต่เมื่อได้ตั้งใจอ่านธรรมบรรยายของท่าน ก็สามารถเรียนรู้ตาม และมีความเข้าใจในแก่นแท้ของความเป็นพุทธบริษัทสัมผัสได้ถึงความลึกซึ้งที่ท่านได้ถ่ายทอดในเรื่องการปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสุขในหลายๆ ระดับจนเกิดศรัทธา ดังข้อความตอนหนึ่งว่า “ถ้าพิจารณา ดูก็เห็นได้ว่า ผู้เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้ชอบได้ด้วยพระองค์เอง ส่วนสรณาคมนั้น เป็นการประกาศออกไปว่า เป็นผู้ถึงซึ่งพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งถึงซึ่งพระธรรมเป็นที่พึ่ง ถึงซึ่งพระสงฆ์เป็นที่พึ่ง (Phra Dhammakosakaya (Buddhadasa Bhikkhu), 2002 : 10) ผู้ปฏิบัติจะต้องปฏิบัติด้วยความเคารพนอบน้อม เข้าใจความหมายและน้อมใจระลึกด้วยสติสัมปชัญญะถึงคุณพระพุทธเจ้า คือใจต้องรู้จักพระพุทธเจ้าจริง จนเกิดความเคารพ ความเลื่อมใสและขอบพระคุณท่านเต็มที่อยู่เสมอ ดังเช่นท่านพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) ได้กล่าวไว้ในหนังสือพุทธธรรมฉบับปรับปรุงมีเนื้อความตอนหนึ่งว่า “ความเคารพนับถือพระรัตนตรัยที่แสดงออกด้วยสรณคมนั้นสำหรับคนทั่วไปก็ดีมีความมีศรัทธาตั้งมั่นไม่หวั่นไหวในพระรัตนตรัยของพระโสดาบันก็ดีเป็นเครื่องแสดงให้เห็นชัดอยู่แล้วว่า คุณธรรมที่เด่นสำหรับพุทธศาสนิกชนในระดับเบื้องต้นนี้ทั้งหมด ได้แก่ ศรัทธา” (Phra Brahmagunaporn (P.A. Payutto), 2012 : 682) ในหัวข้อธรรมนี้ท่านพุทธทาสได้อธิบาย ขยายความได้อย่างละเอียดลึกซึ้ง



ทำให้ผู้อ่านมีความเข้าใจซาบซึ้งและเกิดความรู้สึกซาบซึ้งใจ มีความประทับใจสามารถสร้างแรงจูงใจให้อยากปฏิบัติตามด้วยความเคารพนอบน้อม สามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้องและสำเร็จ ประโยชน์ในการแสดงความนอบน้อม เคารพสูงสุด ด้วยกาย วาจา ใจ พุทธบริษัททั้งหลายที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้องควรที่จะสะสมและปฏิบัติให้ถูกต้องทั้งทาง เนื้อหา ความหมาย และด้านภาษา เพื่อให้เกิดความเจริญงอกงาม ก้าวหน้าไปในทางแห่ง พระพุทธศาสนาได้อย่างแท้จริง

“วิเวก” ท่านพุทธทาสได้ยกพุทธภาษิต ความวิเวกเป็นสุขว่า “สุโข วิเวโก ตุมฺหํสฺส สุตฺตมฺมสฺส ปสฺสโต” แปลว่าวิเวกของบุคคลผู้มีธรรมะ อันสดับแล้ว เห็นอยู่ อิ่มอยู่นี้เป็นสุข ซึ่งปรากฏใน พระไตรปิฎกว่า “ความวิเวกเป็นสุขของผู้ยินดี, และผู้มีธรรมอันสดับแล้ว พิจารณาเห็นอยู่” (Tripitaka, 25/51/6) ซึ่งท่านได้ให้ความหมายที่ชัดเจน และเข้าใจง่าย เช่น วิเวกคือความสงบสงัด ไม่มีอะไรรบกวนของบุคคลผู้อิ่มแล้วในธรรมที่ตน เห็นแล้วเมื่อไม่มีสิ่งรบกวนทางกาย กายก็เกิดความสงบ เป็นสุข นั่นคือวิเวกในส่วนกาย เมื่อไม่มีสิ่งรบกวนทางใจ ใจก็เกิดความว่าง สงบ เป็นสุข นั่นคือวิเวกในส่วนจิต คือความวิเวกจากกิเลส ละกิเลส ได้ก็จะเกิดสุขจากวิเวก และนอกจากนี้ยังมีการสรุป เนื้อความในแง่มุมที่หลากหลาย ยกตัวอย่าง ประกอบ และเน้นลงสู่การปฏิบัติ เช่น “ถ้ามีจิตใจ สะอาด สว่าง สงบ จริตตามสมควรแล้ว หรือจะถึงที่สุดก็ตาม ย่อมได้รับความรู้สึกอย่างหนึ่ง คือสิ่งที่เรียกว่า วิเวก (Phra Dhammakosakaya (buddhadasa bhikkhu), 2002 : 34) มีวิธีการบรรยาย

แบบเชิงชวน สร้างแรงจูงใจให้คล้อยตาม เช่น “ขอให้สนใจคำวิเวก ซึ่งจะหาได้ตรงนี้ ที่นี้และเดี๋ยวนี้ ด้วยการทำจิตใจอย่างนี้, นั่นก็เป็นเรื่องนิพพานตัวอย่าง เป็นนิพพานชิมลอง เป็นของที่ให้ชิมลอง เพื่อจะให้มีมีความพอใจสนใจยิ่งๆ ขึ้นไป (Phra Dhammakosakaya (Buddhadasa Bhikkhu), 2002 : 56) นอกจากนี้ท่านยังได้อธิบาย และสรุปความให้เห็นชัดเจนว่าความวิเวกเป็นความสุขเบื้องต้นที่ทุกคนสามารถเข้าถึงได้ถ้ารู้จักสังเกต และทำความเข้าใจตนเอง ทำความเข้าใจคำว่า อิ่มอยู่ด้วยธรรมะ ความพอใจในธรรมะ จนกระทั่งให้เข้าใจความอิ่มสูงสุด คือไม่มีความต้องการ ไม่มีผู้ต้องการ

“อภัยปัชฌา” ท่านพุทธทาสได้กล่าวถึง หัวข้อความไม่เบียดเบียนเป็นสุข ท่านได้ยกพุทธภาษิตว่า “อภัยปัชฌมฺหํ สุขํ โลกเก ปาณญฺเต สฺสยญฺโม” ซึ่งปรากฏในพระไตรปิฎกว่า “ความไม่เบียดเบียนกันและความสำรวมในสัตว์ทั้งหลาย เป็นสุขในโลก” (Tripitaka, 25/51/6) ท่านได้อธิบายโดยใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายหลากหลาย แง่มุมทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้แจ่มแจ้งสามารถมองเห็นภาพชัดเจน และคล้อยตามว่าความไม่เบียดเบียนคือความไม่ประทุษร้าย หรือเบียดเบียนสิ่งมีชีวิตด้วยกาย วาจา ใจ เป็นความสุขในโลก เช่น “ขอให้อยู่กันด้วยความรู้สึกที่เป็นเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาเป็นพื้นฐาน เราจะมีความรู้สึกอย่างที่ว่ามาแล้ว คือเป็นสุข” (Phra Dhammakosakaya (Buddhadasa Bhikkhu), 2002 : 77) “ตั้งใจไว้ให้ถูกต้อง อย่าให้เป็นไปในทางประทุษร้ายมันก็เย็นขึ้นมาทันที หรือมีความสุขขึ้นมาทันทีที่มีความ



พอใจตนเองขึ้นมาทันที รู้สึกว่าได้ทำความดีความ
พลอดภัยให้แก่ตัวเอง แล้วก็ไม่ได้เกิดกลัวอะไรขึ้นมา
ทันที” (Phra Dhammakosakaya (Buddhadasa
Bhikkhu), 2002 : 67)

“วิราคะ” ความคลายกำหนดเป็นสุข ท่าน
พุทธทาสได้ยกพุทธพจน์ว่า “สุขา วิราคตา โลเก,
กามานํ สมตักกโมติ” ซึ่งปรากฏในพระไตรปิฎกว่า
“ความเป็นผู้มีวิราคะไปปราศแล้ว เป็นสุขในโลก,
ความกำลั่งซึ่งกามทั้งหลาย เป็นสุขในโลก”
(Tripitaka, 25/51/6) ท่านได้อธิบายขยายความไว้
ว่าความคลายกำหนดคือการกำลั่งเสียได้
ซึ่งความใคร่ในกามทั้งหลายในโลกนี้ เป็นสุขละกาม
ได้มากก็มีสุขมาก ละกามได้น้อยก็มีสุขน้อย
ไปจนถึง “วิราคะ” คือปราศจากราคะโดยสิ้นเชิง
ก็เป็นความสุขที่สูงขึ้นไป ท่านได้นำหลักธรรมที่สูง
ขึ้นมาบรรยายด้วยสำนวนภาษาที่เข้าใจง่ายโดยมี
การอธิบายขยายความ ยกตัวอย่างประกอบ เช่น
“ผู้ใดอยากจะใช้ทางหรือวิธีการอันไหน ทำให้จิต
ไม่หงุดหงิดกระตือรือร้นประทุษร้ายสิ่งใดทำได้
เท่าไรมันก็จะมีความสุขเท่านั้น หรือความไม่
กำหนดย่อมใจในสิ่งใด นอกนั้นก็ทำได้ตามสัดส่วน
ที่ตัวจะกระทำได้ แต่ถึงอย่างนั้นคนทั่วไปที่ยังไม่
พระอริยเจ้าชั้นใดๆก็ยังมีทางที่จะทำได้ตามสัดส่วน
ของตน และก็จะได้รับความสุขอันแปลกประหลาด
นี้ที่ไม่เคยรับมาก่อน” (Phar Dhammakosakaya
(Budthatat Bhikkhu), 2002 : 99)

“ละความยึดมั่น ถือมั่น” การนำอัสมิ
มานะออกไปได้เป็นสุข ท่านพุทธทาสได้ยกพุทธ
พจน์ว่า “อสมิมานสส โย วินโย, เอตเวปรมสุขติ”
ซึ่งปรากฏในพระไตรปิฎกว่า “การกำจัดซึ่งอัสมิ

มานะเสียได้, นี้แล เป็นสุขอย่างยิ่ง ฯ” (Tripitaka,
25/51/6) ท่านได้อธิบายขยายความไว้ว่าการละ
อัสมิมานะ คือการไม่ยึดมั่น ถือมั่น ว่าตัวกู ของกู
ละความรู้สึกว่าเป็นตัวตนเสียได้เป็นสุขอย่างยิ่ง
ท่านได้นำหลักธรรมที่สูงขึ้นมาบรรยายด้วยสำนวน
ภาษาที่เข้าใจง่าย โดยมีการอธิบายเปรียบเทียบ
ขยายความ ยกตัวอย่างประกอบให้เห็นภาพชัดเจน
เช่น “ถ้าเรายกก้อนหินก็บอกว่าหนัก แต่ถ้าเผอิญ
หินก้อนนั้นมันเป็นทองคำขึ้นมา มันก็เอาเรียวเอา
แรงที่ไหนก็ไม่รู้มาหอบขึ้นวิ่งแฉ่งไปเลย นี่ก็เพราะ
ความยึดมั่นถือมั่นในก้อนหินนั้นมันมีน้อยหรือมัน
ไม่ค่อยมี แต่พอเห็นมันเป็นทองคำก้อนใหญ่เท่านั้น
เพราะว่ามีความพอใจหลงใหลอะไรมาช่วยกัน
ครอบงำไม่ให้รู้สึกหนัก มีอารมณ์อย่างอื่นที่มาช่วย
ปิดบังความยึดมั่นถือมั่นนี้ หลายอย่างชนิดด้วย
กันไป” (Phar Dhammakosakaya (Budthatat
Bhikkhu), 2002 : 113)

“สันติ” ท่านพุทธทาสได้ยกพุทธภาษิตว่า
“นตถิ อตตสมํ เปม” ความรักเสมอด้วยตนไม่มี
“นตถิสนตติปริสุตติ” ความสุขอื่นยิ่งไปกว่าความ
สงบไม่มี เป็นพระพุทธานุศาสน์ติดต่อกันจากหัวข้อ
แห่งธรรมเทศนาที่เป็นขั้นที่สูงที่ท่านได้กล่าวไว้ต่อ
เนื่อง ทั้งสองอย่างเป็นพุทธภาษิตที่มาคู่กัน ที่ว่า
ความรักอื่นเสมอด้วยตนไม่มี เป็นการบอกให้ทราบ
ว่า สิ่งที่เราเรียกว่า ตน นั้นมันมิได้มีอยู่จริง แม้จะรัก
ตนมากมายอย่างไรก็ไม่ทำให้เกิดความสุขที่แท้จริง
หรือเป็นความสงบได้ ความสงบเป็นความหยุด
รำงับลงของราคะ โทสะ และโมหะดังเช่น “พอพูด
ถึงความสงบก็ต้องแบ่งได้เป็นชั้นๆ ว่าสงบจริงเด็ด
ขาดหรือว่าสงบชั่วคราว หากสงบเล็กน้อยมันก็มี



ความสุขเล็กน้อย สงบมากก็มีสุขมาก (Phra Dhammakosakaya (Buddhadasa Bhikkhu), 2002 : 137) ในการบรรยายท่านได้ใช้ภาษาทางธรรมคำศัพท์บาลี และศัพท์ทางพุทธศาสนา และได้ให้ความหมายอธิบายเพิ่มเติมในประเด็นที่สำคัญ ทำให้ผู้อ่านเข้าใจอย่างต่อเนื่อง หลักธรรมทางพุทธศาสนาที่ท่านได้นำมาแสดงเทศนาและยกมาอธิบายขยายความเหล่านี้ ดังเช่น ท่านพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวไว้ในหนังสือพุทธธรรมฉบับปรับปรุง มีเนื้อความตอนหนึ่งว่า “เมื่อทำลายวงจรในปฏิจลสมุปบาทหลงก็เท่ากับทำลายชีวิตแห่งความทุกข์หรือทำลายความทุกข์ทั้งหมดที่จะเกิดขึ้นจากการ (มีชีวิตอยู่อย่าง) มีตัวตนซึ่งเป็นภาวะที่ตรงกันข้ามอันได้แก่ชีวิตที่เป็นอยู่ด้วยปัญญาอยู่อย่างไม่มีความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนอยู่อย่างอิสระอยู่อย่างประสานกลมกลืนกับธรรมชาติหรืออยู่อย่างไม่มีทุกข์” (Phra Brahmagunaporn (P.A. Payutto), 2012 : 166)

“ความสุขตามทัศนะในพระพุทธศาสนามีความหมายกว้างขวาง แต่หากกล่าวเฉพาะความสุขที่บุคคลทั่วไปรู้จักและสามารถเข้าถึงได้เป็นความรู้สึกลึก (เวทนา) สบายกายหรือสบายใจที่ทำให้เกิดความยินดีและพอใจเมื่อมีการสัมผัสรับรู้ต่อสิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นบุคคลสัตว์สิ่งของรวมไปถึงรูป เสียง กลิ่น รส สิ่งต้องกายและค่านิยมความคิด ความจำหรือความรู้ต่างๆ ที่ปรากฏในใจ ฯลฯ ซึ่งทั้งหมดนี้ภาษาทางศาสนาเรียกว่า “อารมณ์” (สิ่งที่จิตรับรู้) หลักธรรมในพระพุทธศาสนา มองเรื่อง “ความสุข” ว่าไม่ใช่เป้าหมายหรืออุดมคติของชีวิตที่แท้จริง “วิมุตติหรือความหลุดพ้น (จาก

ทุกข์)” ต่างหากที่เป็นเป้าหมายหรืออุดมคติที่แท้จริงความสุขเป็นเพียงองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญยิ่งของจิตที่จะขาดไปเสียมิได้เท่านั้นทัศนะดังกล่าวนี้มีความสำคัญมากทำให้บุคคลมีท่าทีและการปฏิสัมพันธ์ กับเรื่องความสุขได้ถูกต้อง” (Kraisirawuthi, 2013 : 5) ดังนั้น หลักคำสอนที่เป็นหัวใจในพระพุทธศาสนา คือเรื่อง “ทุกข์และความดับสิ้นไปแห่งทุกข์” ตามที่มีพุทธพจน์ตรัสไว้ในพระไตรปิฎกดังนี้ “ในกาลก่อนด้วยในบัดนี้ ด้วยเราย่อมบัญญัติทุกข์และความดับแห่งทุกข์ฯ” (Tripitaka, 12/278/286) ดังนั้น “ภาวะความดับสิ้นไปแห่งทุกข์นี้ หากจะใช้ชื่อเรียกโดยอนุโลมให้เป็นความสุข ก็เรียกว่า “วิมุตติสุข” แต่มีความแตกต่างจากเรื่องความสุขที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนอย่างสิ้นเชิงกล่าวคือไม่ใช่ความสุขที่บุคคลจะปรุงแต่งสร้างสรรค์หรือทำให้เกิดขึ้นได้โดยตรง แต่เป็นความสุขที่จะปรากฏขึ้นเอง ภายหลังจากที่บุคคลสามารถปฏิบัติจนละเหตุแห่งทุกข์ คือ อวิชชา ตัณหาอุปาทาน หรือสังโยชนอันเป็นเครื่องร้อยรัดให้ติดจมอยู่ในกองทุกข์ได้จนหมดสิ้นซึ่งหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ยังได้จำแนกลึกลงไปอีกว่ามีความหยาบ-ละเอียดของการละให้หมดสิ้นไปเป็นขั้นๆ ไปตามลำดับอีกด้วย” (Kraisirawuthi, 2013 : 4) ส่วนเรื่องความสุขนั้นพระพุทธเจ้าก็ได้ตรัสสอนเช่นเดียวกัน แต่เป็นเรื่องที่แตกต่างจาก “ความดับสิ้นไปแห่งทุกข์” โดยเรื่องของความสุขเป็นสิ่งที่บุคคลสามารถปรุงแต่งสร้างสรรค์หรือทำให้เกิดขึ้นได้โดยตรงแม้บุคคลที่มีกิเลสก็สามารถทำได้และยังไม่ใช่สิ่งที่จัดว่าเป็นอุดมคติของชีวิตแต่อย่างใดฐานะสูงสุดของเรื่องความสุขจริงๆ แล้วเป็นองค์



ประกอบสำคัญประการหนึ่งของจิตที่จะขาดเสียมิได้ทั้งในการดำเนินชีวิตเพื่อความเป็นปกติสุขในวิถีของปุถุชนทั่วไปและแม้ในวิถีชีวิตของบุคคลที่มุ่งหวังการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุถึงความดับสิ้นไปแห่งทุกข์

เนื้อหาสาระของหลักธรรมที่ท่านพุทธทาสภิกขุ ได้แสดงไว้ในหนังสือเล่มนี้ล้วนให้ความสำคัญกับความสุขทางใจมากกว่าความสุขทางกายและในบทสุดท้ายของหัวข้อธรรมหนังสือเล่มนี้ ท่านพุทธทาสได้กล่าวว่าธรรมเทศนาทั้งหมดที่เป็นพุทธอุทานที่ท่านได้แสดงไว้ในหนังสือเล่มนี้ เป็นเรื่องเดียวกันคือล้วนแสดงถึงความสุข ความสงบ ไม่ว่าจะเป็น ความวิเวก ความไม่เบียดเบียน ความคลายกำหนด และการละอัสมิมานะออกได้ ธรรมบรรยายของท่านพุทธทาสภิกขุ ในหนังสือเล่มนี้ว่าที่แท้จริงแล้วคำว่า “สุขแท้” และสิ่งที่แฝงอยู่ในธรรมบรรยายของท่านนั้นหมายถึง สงบ เย็น นิพพาน นั่นเอง

2. เห็นด้วยข้อสังเกต

เห็นด้วย: ธรรมบรรยายที่ท่านพุทธทาสภิกขุ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “สุขแท้” เป็นแนวทางและวิธีการ ที่เอื้อให้พุทธศาสนิกชนนำไปแสวงหาความสุขแท้ที่คนทุกคนพึงปรารถนา ผู้วิจารณ์เห็นด้วยอย่างยิ่งเพราะถ้าแต่ละคนได้ศึกษาเรียนรู้และทำความเข้าใจอย่างถ่องแท้ รู้จักสังเกต พิจารณาให้เห็นธรรมะตามสมควรก็จะนำความสุขมาให้ และสิ่งที่สำคัญเบื้องต้นที่จะนำพาให้ทุกคนนำไปปฏิบัติให้สำเร็จประโยชน์ได้อย่างแท้จริงคือ ศรัทธา ความเชื่อและวิริยะความพากเพียรที่ประกอบด้วยปัญญาของบุคคลนั้นๆ หลักธรรมทั้งหลายที่ท่าน

พุทธทาสได้แสดงไว้เป็นแก่นแท้ของหลักธรรมที่จะนำสุขมาให้ ทั้งนี้ในการปฏิบัติเพื่อให้เกิดสุขแท้นั้นขึ้นอยู่กับตัวบุคคลว่ามีพื้นฐานและความเข้าใจมากน้อยเพียงใด ดังเช่น วคิน อินทสระ ได้กล่าวไว้ในหนังสือจริยศาสตร์ (ศาสตร์ที่ว่าด้วยคุณงามความดีและศิลปะในการตัดสินใจ) ข้อความตอนหนึ่งว่า “...ความสุขเป็นความเบิกบานของชีวิต เป็นความสมบูรณ์ของชีวิต แต่ความสุขนั้นต้องมีมูลฐานมาจากคุณธรรม” (Intasara, 2002 : 289) เมื่อมนุษย์เชื่อว่าสิ่งที่ประเสริฐสุดที่ปรารถนานั้นไม่มีอะไรนอกเหนือจากความสุขความสุขที่มนุษย์แสวงหา นั้นย่อมมีความแตกต่างกันไปตามพื้นฐานด้านคุณธรรมของแต่ละคนมีรูปแบบที่เหมือนกันบ้าง ต่างกันบ้างตามความพอใจของแต่ละคนดังนั้นผู้ที่ไม่เสพงาม นั่นคือ “ความคลายกำหนด” หรือผู้ที่ต้องการแสวงหาสุขที่แท้จริงจึงต้องแสวงหาจุดสูงสุดที่สูงกว่านั้น คือ ต้องเจริญจิตสิกขา และการเจริญจิตสิกขาที่วิเศษสุดต้องเริ่มที่ความสงบ นั่นคือ “ยินดีในวิเวก” ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของความเป็นปกติที่เรียกว่า ศีล และความสงบจะสามารถเกิดขึ้นอย่างจริงจังได้ ต้องล้วงลึกเข้าไปจนสามารถวิพากษ์วิจารณ์การติดยึดในตัวตนของเรา ลดคลายความคิดในตัวตน นั่นคือ “การนำอัสมิมานะออกไปได้” จนกระทั่งเห็นว่าตัวตนนั้นเป็นของปลอม นั่นแหละคือปัญญา ดังพุทธพจน์ว่า “ผู้หมายรู้ในสิ่งทั้งหลายว่าเป็นอนัตตาจะลูถึงภาวะที่ถอนเสียได้ ซึ่งอัสมิมานะเป็นนิพพานในปัจจุบันทีเดียว” (Tripitaka, 25/89/128) และเมื่อเข้าใจว่าสิ่งต่างๆ โยงใยถึงกันเป็นอทิปปัจจยตา ปัญญาจะนำไปสู่ความกรุณา คือ ความรัก กล่าวคือ เราจะรักคนอื่น



รักสัตว์อื่น รักธรรมชาติทั้งหมด สุขด้วยปัญญานี้จะทำให้รักผู้อื่นยิ่งกว่าตัวเราเอง รักสัตว์อื่นยิ่งกว่าตัวเราเอง และรักธรรมชาติยิ่งกว่าตัวเราเองจึงจะเป็น “สุขแท้” ตามที่ท่านพุทธทาสได้กล่าวไว้ในหัวข้อธรรม “ความไม่เบียดเบียนเป็นสุข” ซึ่งในทางพุทธศาสนาถือว่า สุขุแท้ที่เกิดขึ้นจากไม่เบียดเบียนเป็นความสุขที่เราอดทนทนเกื้อกูลให้ผู้อื่นมีความสุขด้วย

ผู้วิจารณ์ เห็นด้วยอย่างยิ่งเพราะหลักธรรมทั้งหลายในพุทธศาสนาล้วนแสดงถึงความสงบสุข ทั้งทางกาย วาจาใจ คือให้มีความสำรวม เมื่อมีความสำรวมปราศจากกิเลสทั้งปวงก็จะมี ความสงบสุขไม่มีอะไรมารบกวน ดังเนื้อหาสาระทั้งหมดของธรรมะบรรยายของท่านพุทธทาสตามหลักพุทธศาสนาสามารถกล่าวได้ว่าเป็นหลักธรรมที่แสดงถึงความสุขที่เริ่มจากภายในจิตใจ ซึ่งในทางพุทธศาสนาเรียกว่า “นิรามิสสุข” หมายถึง ความสุขที่ไม่ต้องวิ่งไปหาจากภายนอกแต่เป็นความสุขเกิดจากภายใน ความสุขประเภทนี้เรียกว่านิพพาน สุขคือความสุขที่ไม่มีความเปลี่ยนแปลงดังพุทธภาษิตที่ตรัสไว้ว่า “นิพพานํ ปรมิ สุขํ นิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง” (Tripitaka, 25/204/96)

4. คุณค่าของหนังสือ

คุณค่าของหนังสือเล่มนี้คือเนื้อหาสาระจากหลักธรรมสูงสุดที่เป็นแก่นแท้ของหลักธรรมอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาและเป็นที่ปรารถนาสูงสุดของมนุษย์ทุกคนเป็นหนทางที่จะนำมาซึ่งความสงบสุข และสิ่งที่สำคัญคือผู้อ่านสามารถนำหลักธรรมต่างๆ ที่มุ่งเน้นให้ผู้ปฏิบัติได้รับความสุข

ที่แท้จริงตามหลักพุทธศาสนาที่ผู้อ่านสามารถสามารถนำไปฝึกปฏิบัติได้ด้วยตนเอง นอกจากนี้เนื้อหาสาระตามหลักธรรมที่ท่านได้บรรยายทำให้ผู้อ่านเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่นและอยู่ร่วมกันในสังคมส่วนรวมได้อย่างสงบสุข

หนังสือเล่มนี้สามารถตอบโจทย์ของผู้ที่สนใจ เกี่ยวกับเรื่องของแนวทางในการปฏิบัติให้ได้รับความสุขแท้จริงตามหลักพุทธศาสนาผู้ที่เริ่มสนใจเกี่ยวกับแนวคิดนี้ หนังสือเล่มนี้เป็นจุดเริ่มต้นที่ดี สามารถชี้แนะช่องทางและแนวคิดที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน พร้อมทั้งเป็นช่องทางในการศึกษาเพิ่มเติมสำหรับผู้ที่มีพื้นฐานมาแล้ว มุ่งเน้นการฝึกปฏิบัติทางด้านจิตใจ ให้เกิดปัญญาได้ด้วยตนเอง เพราะถ้าปฏิบัติตามหลักธรรมทั้งหลายตามที่กล่าวมานั้นแล้วก็จะถึงจุดหมาย เดียวกันคือความสุข ถ้าประพฤติปฏิบัติอย่างต่อเนื่องด้วยตนเองแล้ว ย่อมเจริญ งามทั้งทางโลกและทางธรรมจนกลายเป็น “สุขแท้” ด้วยปัญญานั้นเอง หนังสือเล่มนี้ยังเปรียบเสมือนคู่มือเล่มหนึ่ง ที่ช่วยให้ผู้อ่านสามารถกลับมาศึกษาเพิ่มเติมได้ในทุกโอกาสและสามารถทำให้ผู้อ่านได้รับความรู้ความเข้าใจเกิดความศรัทธา ความเชื่อวิริยะความพากเพียรเพื่อเข้าไปปฏิบัติสืบทอดให้เจริญงอกงามก้าวหน้ายิ่งขึ้นไปในพระพุทธศาสนาของสมเด็จพระบรมศาสดาที่มีเป้าหมายสูงสุดคือ “สุขแท้” คุณค่าทางด้านวรรณกรรมของหนังสือเล่มนี้ ในการบรรยายท่านได้ใช้ภาษาที่เป็นคำศัพท์ภาษาบาลีและศัพท์ทางพุทธศาสน์ แต่ท่านได้ให้ความหมายอธิบายขยายความเพิ่มเติมยกตัวอย่างประกอบด้วยสำนวนภาษาธรรมดาที่เข้าใจง่ายในประเด็นที่สำคัญ ใช้ถ้อยคำที่



ลึกซึ่งทำให้เกิดความซาบซึ้งตามหลักธรรม มีการนำเสนอเนื้อหาได้แจ่มแจ้ง และมีการสรุป ทบทวนเนื้อหาที่ได้บรรยายไปแล้วเพื่อเชื่อมโยงให้เกิดความต่อเนื่องและเข้าใจชัดเจน สร้างแรงจูงใจชักชวนให้อยากนำไปปฏิบัติ ส่งเสริมเร้าใจให้เกิดความศรัทธา ความเชื่อ และวิริยะความพากเพียรของผู้ปฏิบัติ ช่วยบำรุงจิตให้เข้มแข็งเบิกบาน ชี้ให้เห็นประโยชน์ที่จะนำไปต่อยอดด้วยการศึกษาเพิ่มเติมและนำไปปฏิบัติในวิถีชีวิตในปัจจุบันได้ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตหลากหลายมิติหลายแง่มุม

5. สรุป

พระพุทธภาษิตที่ท่านพุทธทาสได้แสดงพระธรรมเทศนาไว้ในหนังสือเล่มนี้เป็นพระพุทธอุทาน คือทรงเปล่งออกมาด้วยความรู้สึกในขณะที่เสวย วิมุตติสุขอยู่ ณ ต้นไม้แห่งหนึ่งในวันหนึ่งที่ตรัสรู้แล้วใหม่ๆ พระพุทธอุทานนี้ล้วนแต่แสดงสิ่ง

ซึ่งเป็นสุข พระองค์ไม่ได้ทรงประสงค์ที่จะมีเจตนาที่จะแสดง แต่ว่าเป็นความรู้สึกที่ตรัสดังออกมาจากข้างใน จึงต้องเอ่ยพระโอษฐ์มีเสียงออกมาพุทธภาษิตทั้งหมดที่ท่านได้กล่าวไว้ในหนังสือเล่มนี้เป็นเรื่องเดียวกันคือความสงบสุข เนื้อหาสาระได้กล่าวถึงหลักธรรมที่เป็นแก่นแท้และเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาที่ว่าด้วยความสุขแท้ เริ่มตั้งแต่ความสุขขั้นพื้นฐานที่เป็นการสร้างเสริมศรัทธา ความเชื่อไปจนถึงขั้นสูงสุดตามลำดับ เริ่มจากหัวข้อ นโมและสรณาคมน์ สุขจากการเข้าถึงพระรัตนตรัย ลำดับต่อมาคือความวิเวกเป็นสุข เป็นสุขที่เกิดจากความสงบสงัด สิ่งที่เราเรียกว่าตัวตนนั้นมันมิได้มีอยู่จริง ความรักตนนี้จึงไม่ทำให้เกิดความสุขที่แท้จริง และสุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี ถ้าจิตใจสงบจากราคะ โทสะ โมหะ จะเกิดเป็นความสงบสุข ซึ่งเป็นการนำเสนอหลักธรรมเกี่ยวกับระดับการปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสุขที่สูงตามลำดับ

References

- Intasara, W. (2002). *Ethics*. (The science of virtue and art in decision making). Bangkok : Bannakit Publishing House Co., Ltd.
- Kraisirawuthi, S. (2013). *Happy All Buddhism*. Bangkok : Thammasat University Chulalongkorn University,
- Mahachulalongkornrajavidyalaya. (1996). *Tripitaka*. Bangkok : Mahachulalongkornrajavidyalaya.
- Phra Dhammakosakaya (Buddhadasa Bhikkhu). (2002). *True happiness*. Bangkok : Health Publishing House.
- Phra Brahmagunaporn (P.A. Payutto). (2012). *Buddha's teachings*. Bangkok : Mahachulalongkornrajavidyalaya University.