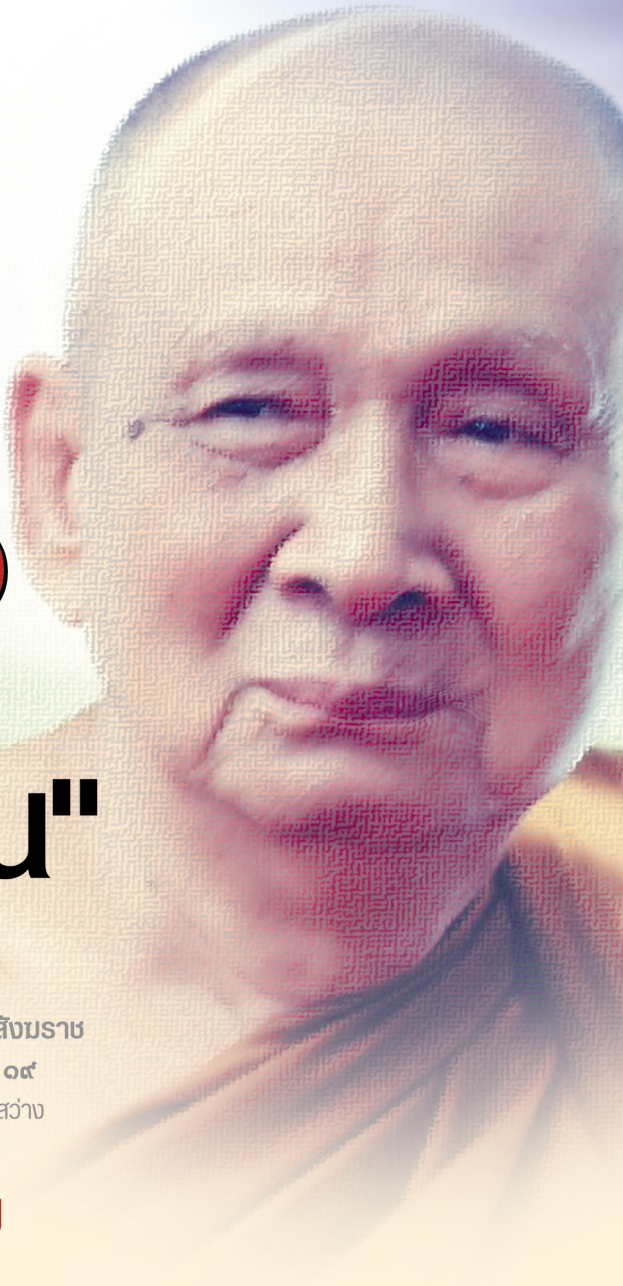


A close-up portrait of a Buddhist monk with a shaved head and a gentle expression, wearing traditional orange robes. The background is a soft-focus landscape with mountains and a blue sky with clouds.

๑๐๐

อมตะธรรม

นำคนธรรมดาเป็น

"ยอดคน"

ที่แท้จริง

เมตตาธรรม อมตะคำสอนของ

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช

สกลมหาสังฆปริณายก องค์ที่ ๑๙

ที่จะนำพาทุกคนไปสู่ความสุข สมบูรณ์ สว่าง

มีคุณค่าที่ได้เกิดมาในชาตินี้

โดย ธรรมะปัญญา

พระธรรมวรคติ



“พุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่ง ซึ่งเป็นที่คุ้นหูคุ้นใจคนจำนวนมากคือ บทที่ว่า ‘สัพพะทานัง ธัมมะทานัง ชินาติ’ แปลความว่าการให้ธรรมย่อม ชนะการให้ทั้งปวง และเพราะพุทธศาสนิกชนจำนวนมาก ไม่น้อย มีศรัทธา เชื่อในคุณแห่งการให้ธรรมเป็นทาน หากแม้สามารถก็จะพากัน พิมพ์หนังสือธรรมแจกเป็นธรรมทานซึ่งเชื่อว่าเหนือการให้ทั้งปวง

อันคำว่า ‘ธรรม’ นั้น แท้จริงมีความหมายเป็นสองอย่างคือทั้งธรรม ที่ดีและที่ชั่ว หนังสือธรรมมิได้แสดงแต่ธรรมที่ดี แต่แสดงธรรมที่ชั่วด้วย ผู้ประพจน์ธรรมหรือผู้มีธรรมนั้นก็คือผู้ประพจน์ธรรมที่ดี ไม่ประพจน์ ธรรมที่ชั่ว ผู้ประพจน์ธรรมที่ดีเรียกได้ว่าเป็นสัตบุรุษ

ผู้ให้ธรรมทั้งด้วยการให้หนังสือธรรม และทั้งปฏิบัติด้วยตนเองให้ ปรากฏเป็นแบบอย่างที่ดีงาม เป็นแบบอย่างของสัตบุรุษกล่าวว่าเป็นผู้ให้ เหนือการให้ทั้งปวง”

สมเด็จพระญาณสังวร

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



๑/๑๔๒ หมู่ ๙ ถ.วงแหวนรอบนอก ต.ท่าวังตาล อ.สารภี จ.เชียงใหม่ ๕๐๑๔๐
โทรศัพท์ ๐-๕๓๐๒-๑๓๒๐ โทรสาร ๐-๕๓๐๒-๑๓๒๑

๑๐๐ อมตะธรรม นำคนธรรมดาเป็น “ยอดคน” ที่แท้จริง

โดย ธรรมะปัญญา

© สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามทำการลอกเลียนไม่ว่าส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้ นอกจากจะได้รับอนุญาต

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

ธรรมะปัญญา

๑๐๐ อมตะธรรม นำคนธรรมดาเป็น “ยอดคน” ที่แท้จริง.-กรุงเทพฯ : บารมีธรรม, ๒๕๕๗.

๑๖๐ หน้า

๑. ธรรมกับชีวิตประจำวัน. ๒. พุทธศาสนา-หัวข้อธรรม. I. ชื่อเรื่อง.

๒๕๕๗.๓๑๔๔

ISBN : ๙๗๘-๖๑๖-๒๕๒-๒๖๙-๕

จัดพิมพ์โดย



บริษัท แฮปปี้บุ๊ก พับลิชชิง จำกัด

๔ ถนนรามอินทรา แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๕๑๐

โทรศัพท์ ๐-๕๓๐๒-๑๓๒๐ โทรสาร ๐-๕๓๐๒-๑๓๒๑

Homepage : <http://www.happybookpublishing.com>

พิมพ์ที่

บริษัท โรงพิมพ์มิตรสัมพันธ์กราฟฟิค จำกัด

๕๒๐-๕๓๐ ซอยเพชรเกษม ๔ ถนนเพชรเกษม

แขวงท่าพระ เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพฯ ๑๐๖๐๐

จัดจำหน่ายโดย



บริษัท อมรินทร์ บুক เซ็นเตอร์ จำกัด

๑๐๘ หมู่ที่ ๒ ถนนบางกวย-จตุรนต์

ต.มหาสวัสดิ์ อ.บางกวย จ.นนทบุรี ๑๑๑๓๐

โทรศัพท์ ๐-๒๔๒๒๓-๙๙๙๙ โทรสาร ๐-๒๔๔๙๙-๙๕๖๑-๓

Homepage : <http://www.nailin.com>

ราคา ๑๕๐ บาท

• **ที่ปรึกษาเกิดติดัคคี.** พระอาจารย์ภาสกร ภูริวฑฺฒโน พระอาจารย์เกียรติณรงค์ กิตติวฑฺฒโน พลเอกกิตติ รัตนฉายา
ภาณุพงศ์ ศักดาทร อ.ดร.พิสิฐ โคตรสุโพธิ์ นายแพทย์ปรีชา สิริจิตราภรณ์ • **บรรณาธิการบริหาร.** ภัทระ ฉลาดแพทย์
• **รองบรรณาธิการบริหาร.** ไธดา ฉลาดแพทย์ • **ผู้ช่วยบรรณาธิการบริหาร.** ภานุศร เครือปัญญาดี • **บรรณาธิการ.** อีร์ ฉลาดแพทย์
• **ผู้อำนวยการฝ่ายผลิต.** ปณิชา เครือปัญญาดี • **ผู้จัดการฝ่ายผลิตและบรรณาธิการ.** สุกฤดา พลอยเหลี่ยม • **ผู้ช่วยบรรณาธิการ.**
ภัทริชา ชัยเพชร • **กองบรรณาธิการ.** นพมาศ วรรณวงศ์ กฤษฏา แสงฉาย • **ฝ่ายกราฟิกและรูปเล่ม.** กราฟิก เอ้าส์ บุกเวิร์ม
พับลิชชิง นพพล ปัญญาคำ ทฤดมมณียกยอ คิลป์ สุขน • **การตลาด กิจกรรมพิเศษ.** วาสนา ชัดศรี จารุวรรณ สุดสงวน วรพล ไร่แดง

สังฆราชาสดุดี



วันที่ ๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๖ นับเป็นวันมหามงคลที่สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (สุมังคโล ปุณฺณโก) ผู้เป็น ประมุขแห่งคณะสงฆ์ไทยได้เวียนมาบรรจบครบรอบ ๑๐๐ ปี นับได้ว่าเป็น ช่วงเวลามหามงคลแก่พุทธศาสนิกชนไทยอีกวาระหนึ่ง

คุณงามความดีของพระองค์นั้นยิ่งใหญ่มหาศาล พระองค์มิได้ แต่ปฏิบัติในสิ่งที่เป็นคุณอนันต์ต่อพระพุทธศาสนาเท่านั้นแต่ทรงมี พระคุณูปการที่เป็นประโยชน์อนันต์ต่อประเทศชาติและสังคมอีกด้วย ซึ่งเป็นที่น่าเศร้าเสียใจอย่างยิ่งต่อคนไทยทั้งประเทศและต่อวงการ พระพุทธศาสนาเมื่อคล้ายหลังเพียงไม่นานพระองค์ก็ได้สิ้นพระชนม์ ลงอย่างสงบ ในวันที่ ๒๔ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๖

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ทรงเป็นแบบอย่างของผู้มีปัญญาสูง ทรงนิพนธ์เรื่องราวต่างๆ อันเป็นคุณประโยชน์ต่อชาติบ้านเมือง สังคมและทุกๆ ด้านไว้เป็นอันมาก ทั้งที่เป็นตำรา พระธรรมเทศนา งานแปลเป็นภาษาต่างประเทศ และหนังสือทั่วไปมากมาย

พระองค์ทรงเรียบเรียงหลักวากยสัมพันธ์ ภาค ๑-๒ สำหรับใช้เป็นหนังสือประกอบการศึกษาของนักเรียนบาลี ทรงอำนวยการจัดทำปทานุกรมบาลี ไทย อังกฤษ สันสกฤต ฉบับพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ

หนังสือประเภทพระธรรมเทศนานั้นเรียกได้ว่ามีอยู่เป็นจำนวนมาก อีกทั้งทรงริเริ่มและดำเนินการให้แปลตำราทางพระพุทธศาสนาจากภาษาไทยเป็นภาษาอังกฤษเพื่อใช้ในการศึกษาพระพุทธศาสนา เช่น นวโกวาท การทำวัตรสวดมนต์ ๔๕ พรรษาพระเจ้า พระพุทธเจ้า สิ่งสอนอะไร (ไทย-อังกฤษ) วิธีปฏิบัติตนให้ถูกต้องทางธรรมะ พระพุทธศาสนากับสังคมไทย และอื่นๆ อีกมากมาย

คำสอนของสมเด็จพระสังฆราชฯ เป็นคำสอนที่ใช้ภาษาเรียบง่าย มีความงดงาม ชวนให้น้อมนำเข้ามาสู่จิตใจอันนำไปสู่การปฏิบัติที่ดีงาม

โดย ๑๐๐ คำสอนที่รวบรวมมาในหนังสือเล่มนี้แต่ละคำสอนเป็นข้อความสั้น ไม่เกินหนึ่งหน้า จัดแบ่งเป็นหมวดตามประเภทคำสอนที่พระองค์ท่านได้กล่าวไว้ ว่าด้วยชีวิตความเป็นมนุษย์ ความเป็นคนดี หลักของกฎแห่งกรรม ความสุขที่แท้ ความดีงาม ความเมตตา และชัยชนะแห่งชีวิตที่แท้จริง ซึ่งผู้เขียนได้ขอกล่าวอธิบายเบื้องต้นไว้พอสังเขปในแต่ละหมวดธรรมก่อนจะนำเข้าสู่คำสอนอันทรงคุณค่าที่สมเด็จพระสังฆราชฯ ได้ประทานไว้

ผู้เขียนขอกราบถวายบังคมบูชาคำสอนของพระองค์ด้วยจิตน้อมเกล้าคารวะในคุณงามความดีที่พระองค์ได้สั่งสอนหลักธรรมอันเป็นประโยชน์ต่อสังคมทุกหมู่เหล่า คำสอนและบทพระนิพนธ์ต่างๆ ที่ได้รวบรวมมานี้ถือได้ว่าเป็นประโยชน์อย่างแท้จริงกับทุกคนทุกท่านที่จะได้รับสิ่งดีงามเหล่านี้ไปศึกษาและปรับใช้ในการพัฒนาชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ผู้เขียนและทางสำนักพิมพ์ขอน้อมส่งพระองค์สู่พระนิพพานด้วยจิตคารวะอย่างสูงสุด

ธรรมะปัญญา

คำนำสำนักพิมพ์

หนังสือ “๑๐๐ อมตะธรรม นำคนธรรมดาเป็น ‘ยอดคน’ ที่แท้จริง” เล่มนี้ถูกจัดทำขึ้นโดยมีความตั้งใจอย่างแรงกล้าในการรวบรวมหลักธรรมคำสอนที่ล้ำค่าจากสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (สुวฑฒนมหาเถระ) ซึ่งสิ้นพระชนม์อย่างสงบเมื่อวันที่ ๒๔ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๖ เพื่อประโยชน์แก่เหล่าพุทธศาสนิกชนทั่วหล้า

บุญกุศลที่เกิดขึ้นจากหนังสือเล่มนี้ ขอถวายเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา และอริยสังฆบูชา โมทนาในพระคุณความดีบารมีทั้งปวงของสมเด็จพระองค์ปฐมพระบรมสัมมาสัมพุทธเจ้า และพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์ ตลอดจนถึงสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์ปัจจุบัน พระธรรมเจ้า และพระอริยสังฆเจ้าทุกพระองค์

ขอพระบารมีแห่งสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (สुวฑฒนมหาเถระ) โปรดบันดาลให้ผู้อ่านทุกท่าน และครอบครัว ประสบแต่ความสุข ความเจริญ ทั้งปวงเทอญ

บรรณาธิการสำนักพิมพ์



สารบัญ

๑๐ พระโอวาท ๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

๑๒ หมวดที่ ๑ ชีวิต

คำสอนสมเด็จพระสังฆราชฯ ที่ ๑-๑๐

๒๙ หมวดที่ ๒ ครอบครัว

คำสอนสมเด็จพระสังฆราชฯ ที่ ๑๑-๑๘

๔๐ หมวดที่ ๓ ความเป็นคนและการอยู่ร่วมกัน

คำสอนสมเด็จพระสังฆราชฯ ที่ ๑๙-๒๕

๕๙ หมวดที่ ๔ ความเป็นคนดี

คำสอนสมเด็จพระสังฆราชฯ ที่ ๒๖-๓๒

๖๙ หมวดที่ ๕ คนโง่ คนมีปัญญา และการใช้ปัญญา

คำสอนสมเด็จพระสังฆราชฯ ที่ ๓๓-๔๐

๙๔ หมวดที่ ๖ กฎแห่งกรรม

คำสอนสมเด็จพระสังฆราชฯ ที่ ๔๑-๕๗

๑๐๒ หมวดที่ ๗ ความสุขและความทุกข์

คำสอนสมเด็จพระสังฆราชฯ ที่ ๕๘-๖๘

๑๒๔ หมวดที่ ๘ การสร้างบุญบารมี

คำสอนสมเด็จพระสังฆราชฯ ที่ ๖๙-๘๖

๑๓๙ หมวดที่ ๙ ความเมตตา

คำสอนสมเด็จพระสังฆราชฯ ที่ ๘๗-๙๑

๑๔๔ หมวดที่ ๑๐ วัชชนะและเกียรติภูมิของชีวิต

คำสอนสมเด็จพระสังฆราชฯ ที่ ๙๒-๑๐๐

๑๕๖ บทสรุป

พระโอวาท
๑๐๐ บทพระนิพนธ์
สมเด็จพระญาณสังวร
สมเด็จพระสังฆราช
สกลมหาสังฆปริณายก





หมวดที่ ๑

ชีวิต

การเกิดมามีชีวิตของมนุษย์นั้นเรียกได้ว่าเป็นของยาก ซึ่งครั้งหนึ่งพระสารีบุตรเคยทูลถามพระพุทธองค์ว่า “การจะเป็นมนุษย์นั้นมีโอกาสมากน้อยเพียงใดพระพุทธเจ้าข้า”

พระพุทธองค์ไม่ตรัสอะไรเลยแต่ทรงใช้นิ้วมือแตะลงบนพื้นดินแล้วชูขึ้น แล้วจึงค่อยตรัสตอบกับพระสารีบุตรว่า “มีเพียงแค่นี้เท่านั้นเอง... สารีบุตร” ซึ่งนั่นหมายถึงว่าสรรพสัตว์ที่ต้องไปเวียนว่าย ตาย เกิดในภพภูมิต่างๆ มีจำนวนมากเทียบเท่ากับดินทั่วพื้นปฐพี แต่ที่สามารถเกิดเป็นมนุษย์ได้ มีเพียงแค่นิดดินที่ติดที่ปลายนิ้วของพระพุทธองค์เท่านั้นด้วยเหตุนี้ในพระไตรปิฎกจึงมีพระพุทธพจน์ว่า

“กิโณ มนุสสะ ปฏิลาลो” การเกิดเป็นมนุษย์นั้นเป็นลาภอย่างยิ่งหรือเป็นเรื่องที่ยากยิ่ง

คำถามที่คนเราถามกันครั้งแล้วครั้งเล่าอันเรียกได้ว่าเป็น “คำถามแห่งชีวิต” ก็คือ “คนเราเกิดมาทำไม” จุดมุ่งหมายของการเกิดมาก็คือเพื่อการพัฒนาตนเองให้เป็นคนชั้นยอด เมื่อการเกิดเป็นมนุษย์เป็นของยากเช่นนี้แล้ว หากได้เกิดมาจึงต้องเรียนรู้และหมั่นพัฒนาชีวิตเพื่อไปให้ถึงที่สุดของความเป็นมนุษย์ให้ได้

คนเราเกิดมามีหลากหลายรูปแบบคือเป็นทั้งทรชน ปุณฺณ นรชน และอริยชนหรือคนที่ลอยพ้นกิเลสขึ้นไป

“ทรชน” ก็คือคนที่เกิดมาแล้วมีจิตใจใฝ่กระทำการต่างๆ ไปในทางที่ชั่ว ชีวิตยืดยาวแต่เรื่องที่ไม่เหมาะสม ไม่เป็นประโยชน์ นอกจากสร้างความทุกข์ยากให้ตนเองแล้วยังสร้างความเดือดร้อนให้ผู้อื่นต่อไปอีกไม่รู้จักจบสิ้น

“ปุณฺณ” ก็คือคนที่เกิดมาแล้วได้ใช้หรือดำเนินชีวิตไปตามกระแสของชีวิต คือมีความพึงพอใจในความสุขที่สัมผัสได้ทั้ง ๖ อันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และจิต การยินดีในสิ่งเหล่านี้คือสังเกตได้จากการนิยมชมชอบในกิจกรรมบันเทิงทั้งหลาย ซึ่งคนที่เป็นปุณฺณเป็นคนที่มิอัตราส่วนเยอะที่สุดในสังคม หมายความว่ากลุ่มคนเหล่านี้สามารถถดถอยไปสู่ความชั่วได้หรือพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้นไปได้ แล้วแต่ว่าคนผู้นั้นได้เลือกเส้นทางการปฏิบัติตนในการดำรงชีวิตแบบใด

“นรชน” หรือ **“กัลยาณชน”** หมายถึงคนที่เกิดมาแล้วมีจิตใจใฝ่ดี นอกจากมุ่งเน้นกระทำให้ตนให้เกิดประโยชน์แล้วยังมุ่งทำประโยชน์เพื่อผู้อื่นด้วย เพราะคนคนนั้นมีจิตสำนึกอยู่แก่ใจว่าตนเองจะเกิดมาได้ต้องพึ่งพาคนอื่นให้เกิดมา นั่นคือพ่อแม่

เมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องได้รับการอบรมเลี้ยงดูสั่งสอนโดยอาศัยผู้อื่น
ประคับประคองให้เติบโตใหญ่ หากโดนทอดทิ้งเสียตั้งแต่แรกเกิดย่อมไม่พ้น
ความตาย

คนดีในความหมายของพระพุทธศาสนาจึงต้องมีคุณธรรมประจำ
อยู่ข้อหนึ่งเสมอก็คือ “ความกตัญญูรู้คุณ” และหาทางตอบแทนพระคุณ
ผู้อื่นจึงจะได้ชื่อว่าเป็น “นรชน” การเป็นคนดีที่รู้จักฟังคนอื่นและทำให้
คนอื่นได้ฟังบ้างนี่คือเป้าหมายของการเกิดมาของคนดีๆ

“อริยชน” หรือ **“อารยะชน”** อริยชนหมายถึงคนที่สามารถรับรู้
ถึงความทุกข์ เข้าใจความทุกข์ เข้าใจว่า **“ชีวิตนี้เป็นความทุกข์”** จึงหา
หนทางดับทุกข์นั้นเสียให้สิ้นไป ต้นเหตุแห่งการเกิดทุกข์ก็คือ กิเลสตัณหา
ทั้งหลายหรือความอยากทั้งหลาย ดังที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ประสบความสำเร็จในเรื่องดังกล่าว

พระพุทธองค์มีพระอุทานออกมาเมื่อขณะตรัสรู้่ว่า

“ดูก่อนนายช่าง เราแสวงหานายช่างผู้สร้างเรือนคือตัณหา เมื่อ
ไม่พบจึงต้องท่องเที่ยวไปตลอดชาติสังสารวัฏ มิใช่น้อย การเกิดบ่อยๆ
เป็นทุกข์