



# ๑๐๐๐ บท พระนพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก







**สมเด็จพระญาณสังวร**

**สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก**





## พระธรรมวารคดี

พุทธศาสนสุภาชิตบทหนึ่ง ซึ่งเป็นที่ค้ำชูค้ำใจคน  
จำนวนมาก คือบทที่ว่า สพุพทานํ ธมฺมทานํ ชินาติ แปล  
ความว่าการให้ธรรมย่อมชนะการให้ทั้งปวง และเพราะพุทธ  
ศาสนิกชนจำนวนมาก ไม่น้อย มีศรัทธาเชื่อในคุณแห่งการให้ธรรม  
เป็นทาน จึงแม้สามารถก็จะพากันพิมพ์หนังสือธรรมแจกเป็น  
ธรรมทานซึ่งเชื่อว่าเหนือการให้ทั้งปวง

อันคำว่าธรรมนั้น แท้จริงมีความหมายเป็นสองอย่าง  
คือทั้งที่ดีและที่ชั่ว หนังสือธรรมมิได้แสดงแต่ธรรมที่ดี แต่  
แสดงธรรมที่ชั่วด้วย ผู้ประพฤติธรรมหรือผู้มีธรรมนั้นก็คือ  
ผู้ประพฤติธรรมที่ดี ไม่ประพฤติธรรมที่ชั่ว ผู้ประพฤติธรรม  
ที่ดีเรียกได้ว่าเป็นสัตบุรุษ

ผู้ให้ธรรมทั้งด้วยการให้หนังสือธรรม และทั้งปฏิบัติ  
ด้วยตนเองให้ปรากฏเป็นแบบอย่างที่ดีงาม เป็นแบบอย่าง  
ของสัตบุรุษ กล่าวว่าเป็นผู้ให้เหนือการให้ทั้งปวง

สมเด็จพระญาณสังวร

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

ที่ พ ๐๓๓๘/๒๕๕๖



สำนักเลขานุการสมเด็จพระสังฆราช  
วัดบวรนิเวศวิหาร กรุงเทพมหานคร

๑๖ สิงหาคม ๒๕๕๖

เรื่อง ประธานอนุญาตให้จัดพิมพ์พระนิพนธ์ เรื่อง " พระโอวาทภาคพระนิพนธ์ " และ  
" พระโอวาทภาคพระพุทธพจน์ "

เจริญพร นายสุทธิรักษ์ สุขธรรม - นายวิชาวุธ สุขธรรม

อ้างถึง หนังสือที่ .....ธ ๐๘๑/๒๕๕๖ ลงวันที่ ๗ สิงหาคม ๒๕๕๖

ตามหนังสือที่อ้างถึงกราบทูลสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหา  
สังฆปริณายก ขอประธานอนุญาตจัดพิมพ์พระนิพนธ์ เรื่อง " พระโอวาทภาคพระนิพนธ์ " และ  
" พระโอวาทภาคพระพุทธพจน์ " เพื่อแจกเป็นธรรมทาน เนื่องในวโรกาสเจ้าพระคุณสมเด็จพระ  
สังฆราชทรงเจริญพระชันษา ๑๐๐ ปี ในวันที่ ๓ ตุลาคม ๒๕๕๖ นี้ เพื่อเป็นการเผยแผ่พระธรรม  
คำสั่งสอนของสมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ทรงเป็นพระบรมครูของเทวดาและ  
มนุษย์ทั้งหลาย เพื่อเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติอันจะยังประโยชน์ต่อมวลมนุษยชาติสืบไป  
รายละเอียดแจ้งแล้วนั้น

ได้นำความขึ้นกราบทูลทรงทราบฝ่าพระบาทแล้ว ทรงอนุโมทนาและประธาน  
อนุญาตให้จัดพิมพ์บทพระนิพนธ์ ดังกล่าวได้

จึงเจริญพรมาเพื่อโปรดทราบ.

ขออำนาจพร

(พระเทพสารเวที)

ผู้ปฏิบัติหน้าที่เลขานุการสมเด็จพระสังฆราช

โทร. ๐-๒๒๘๑-๒๘๓๑-๓

โทรสาร ๐-๒๒๘๐-๐๓๔๓

# สังฆราชาสดุดี



เนื่องในวโรกาสวันประสูติของ สมเด็จพระญาณสังวร (สุวฑฺฒนมหาเถร) สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก พระประมุขแห่งคณะสงฆ์ไทยได้เวียนมาบรรจบครบรอบ ๑๐๐ พรรษาในวันที่ ๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๖ นับว่าเป็นปีมหามงคล ยิ่งที่เจริญพระชนมายุ ๑๐๐ พรรษา ยิ่งทำความปลาบปลื้มปีติ ยินดีเป็นอย่างยิ่ง มาสู่พุทธศาสนิกชนชาวไทยอีกวาระหนึ่ง

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก องค์ที่ ๑๙ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ ทรงมิได้ปฏิบัติ พระองค์อันเป็นคุณประโยชน์แก่พระพุทธศาสนาเท่านั้น แต่ทรงมีพระคุณูปการเป็นอเนกอนันต์ต่อสังคมและประเทศชาติอีกด้วย

ดังนั้นในวโรกาสที่พระองค์ทรงมีพระชนมายุครบรอบ ๑๐๐ พรรษาในปีนี้ พุทธศาสนิกชนสำนักในพระเมตตาคุณของ เจ้าประคุณสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ที่มีต่อคณะสงฆ์และพุทธศาสนิกชนชาวไทย

ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรมในนามพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย สิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย ได้โปรดดลบันดาลอภิบาลรักษา สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ทรงมีพระชนมายุยืนนาน สถิตเป็นร่มโพธิ์ร่มไทรเนืองนาบุญเป็นตราประทับแห่งคุณธรรม ส่องสว่างในดวงจิตของพุทธศาสนิกชนสืบไปชั่วกาลนาน







# พระโอวาท

ภาค ๑๐๐ บทพระนิพนธ์

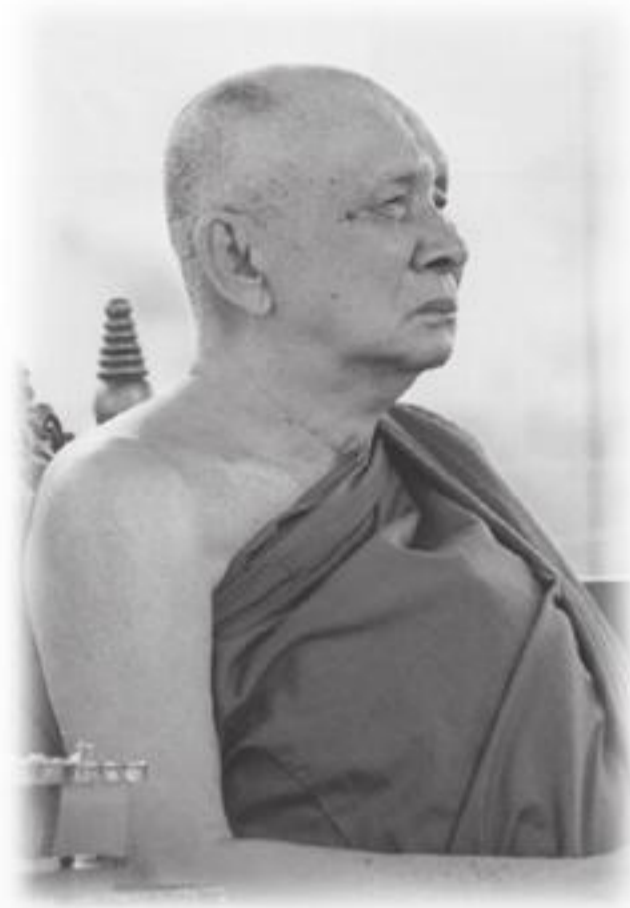
สมเด็จพระญาณสังวร

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก





๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๑

พระพุทธศาสนานั้น ถือใจเป็นสำคัญที่สุด ถือว่าใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน ทุกสิ่งสำเร็จด้วยใจ เมตตากุณาก็สำเร็จด้วยใจ เมตตากุณามีได้สำเร็จด้วยอะไรอื่น

ดังนั้น ความช่วยเหลือต่าง ๆ แม้จะเป็นการปฏิบัติดี แม้เกิดจากใจที่รู้สึกว่าเป็นหน้าที่บ้าง เป็นสิ่งที่พึงทำเพื่อรักษาหน้าตาของตนเองบ้าง มิใช่เป็นการกระทำที่เกิดจากใจที่มีความสงสารที่มีความปรารถนาจะให้เกิดความสุขแก่ผู้รับ เช่นนี้การกระทำนั้น มิใช่เป็นความเมตตากุณา เมตตากุณาเป็นเรื่องของใจจริงๆ.



พระนิพนธ์

๒

พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้ทุกคนมีศีล และมีจิตใจงดงาม เพราะจะมีความสุขและอยู่ด้วยกันเป็นสุขจริง ๆ ทุก ๆ คนต้องการสุขด้วยกันทั้งนั้น ไม่มีใครปฏิเสธ แต่ทำไมไม่เดินในทางของความสุข ไปเดินในทางของความทุกข์ แล้วก็ร่ำร้องว่าไม่มีความสุข

ความเป็นเช่นนี้ก็กล่าวได้ว่า เพราะใจของคนยังมีติดมิด จึงเดินเข้าไปหากองไฟ ด้วยอาการที่ร่ำเริงเบิกบาน เหมือนแมลงเม่าบินเข้าหากองไฟ พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงธรรมเป็นดวงประทีปส่องให้มองเห็นทางที่ถูกต้อง สำหรับคนที่มีจักชู้จักได้มองเห็นและเดินถูกทาง.



พระนิพนธ์

### ๓

พระพุทธเจ้าได้ทรงวางหลักไว้ว่า ไม่ทำความชั่วทั้งปวง  
ทำความดีให้ถึงพร้อม ทำจิตของตนให้ผ่องแผ้ว

ผู้ที่สามารถรักษาจิตของตนได้ ย่อมสามารถที่จะปฏิบัติ  
พระโอวาทนี้ได้ เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ได้อานิสงส์ ๒ อย่าง คือ ปิดทาง  
อดีตกรรมที่ไม่ดีหากจะมี เปิดทางปัจจุบันกรรมที่ดี ในเรื่องเช่นนี้  
ใจจึงเป็นใหญ่ เป็นหัวหน้า ใจนั่นเองโน้มไป โอนไป อดีตกรรมใดๆ  
ที่จะให้ผลโดยอาศัยใจ ไม่มีอำนาจโดยลำพังตนเองเลย แต่อาจมี  
อำนาจครอบงำใจที่อ่อนแอ หากใจมีกำลังแล้ว ใจย่อมชนะกรรมที่  
เกี่ยวแก่ใจทุกอย่าง.

## ๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์



ทุกคนต้องการความสุข ความสบายใจ ด้วยกันทั้งนั้น แต่ทุกคนก็ยังไม่ได้รับสิ่งที่ต้องการ เพราะใจยังมีความปรารถนาต้องการ หรือความโลภนี้แหละอยู่เป็นอันมาก โดยที่ไม่พยายามทำให้ลดน้อยลง

เห็นจะด้วยมิได้คิดให้ประจักษ์ในความจริงว่า ความโลภคือเหตุใหญ่ประการหนึ่งซึ่งนำไปให้ทุกข์ ให้เดือดร้อน ให้ไม่มีความสุขความสบายใจอันเป็นอยู่อย่างมากรั่วไปในทุกวันนี้ แม้ทำสติพิจารณาให้ดีจะเห็นได้ไม่ยากนัก.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์



ผู้ที่เป็นคนดี...ย่อมสามารถนำตนไปสู่ความดีความงามต่างๆ  
ได้ นำตนไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองได้ และสามารถนำผู้อื่นไปสู่ความ  
ดีงามต่าง ๆ ได้ นำผู้อื่นไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองได้ด้วย

ท่านจึงกล่าวว่า...“คนที่ฝึกดีแล้ว เป็นแสงสว่าง เป็นเครื่อง  
ส่องทาง เป็นเครื่องนำชีวิต เป็นเครื่องยังชีวิตให้สว่าง”

ถ้าต้องการเป็นแสงสว่างทั้งของตนเองและของผู้อื่น ก็ต้อง  
ฝึกตนให้เป็นคนดี หนีให้ไกลจากความโลภโกรธหลงให้มากที่สุด.



## ๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๒

มงคล คือ เหตุให้ถึงความเจริญนั้น มี ๒ อย่าง คือ มงคล  
ภายนอกอย่างหนึ่ง มงคลภายในอย่างหนึ่ง

มงคลภายนอกนั้น ได้แก่ สิ่งที่ตามองเห็น เรื่องที่หูได้ยิน  
และสิ่งต่าง ๆ ที่ประสบทางจุก ทางลิ้น ทางกาย ตลอดจนถึงที่  
ปรากฏแก่ใจ ซึ่งสมมติกันถือว่าเป็นมงคล คือเหตุที่ให้ถึงความเจริญ

ส่วนมงคลภายในนั้น ทางพระพุทธศาสนามุ่งถึงความ  
ประพฤดีประพฤดีชอบของตนเอง ที่เป็นส่วนเหตุอันจะให้เกิดผล  
คือความสุขความเจริญ.



พระนิพนธ์

๗

ผู้ที่มีความดีเพียงพอ นั้น จะเป็นที่พึ่งของตนเองได้ ย่อม  
สามารถมีผู้อื่นเป็นที่พึ่งได้ ผู้ไม่มีผู้อื่นเป็นที่พึ่ง คือผู้ที่ไม่มีความดี  
เพียงพอที่ผู้อื่นจะแลเห็นความดีนั้น ไม่แลเห็นความสมควรที่จะ  
พึ่งให้ความช่วยเหลือ

เมื่อผู้ที่ไม่มีความดีเพียงพอ นั้น ได้รับความเดือดร้อนด้วย  
เรื่องใด ก็ย่อมไม่มีผู้ยินดีช่วยเหลือ ถ้าอย่างหนักแม้ถึงตาย ก็ย่อม  
ขาดผู้อื่นยื่นมือเข้าช่วย เปรียบดังตคน้ำก็ไหล ตกไฟก็ไหม้ หมาย  
ความว่า...เมื่อมีอันตรายก็ไม่มีผู้ใดช่วย ดังนั้น จึงต้องทำตนให้เป็น  
ที่พึ่งของตน ก่อนที่จะหวังพึ่งผู้อื่น ไม่ว่าในเรื่องใด ๆ ทั้งสิ้น.

## ๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



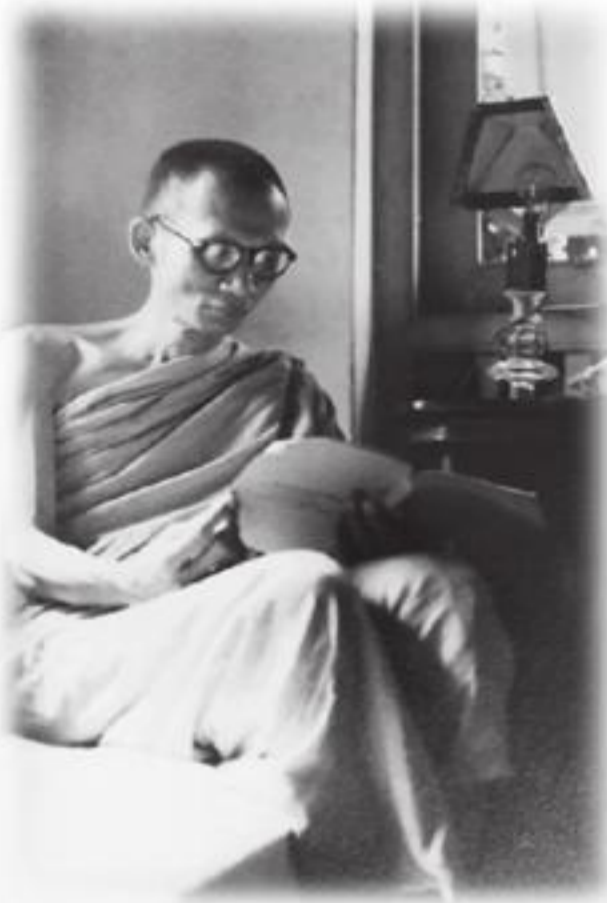
พระนิพนธ์



ในชีวิตมนุษย์... ความเจริญรุ่งเรือง ร่มเย็นเป็นสุขก็ตาม  
ความตกต่ำทุกข์ร้อนก็ตาม ย่อมเกิดจากกรรม ย่อมมีกรรมเป็นเหตุ  
ให้เกิดอย่างแน่นอนเสมอไป

ผลดีทั้งปวงย่อมเกิดจากกรรมดี มีกรรมดีเป็นเหตุ  
ผลไม่ดีทั้งปวงย่อมเกิดจากกรรมไม่ดี มีกรรมไม่ดีเป็นเหตุ  
กรรมของผู้ใด ผลย่อมเป็นของผู้นั้น ผลจักไม่เป็นของผู้อื่น  
ผู้ใดทำกรรมดี ผู้นั้นย่อมจักได้รับผลดี เป็นความเจริญรุ่งเรือง  
ร่มเย็นเป็นสุข ผู้ใดทำกรรมไม่ดี ผู้นั้นย่อมได้รับผลไม่ดี เป็นความ  
ตกต่ำ และเป็นความทุกข์ร้อน.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๑

อันความดีนั้น ย่อมเป็นอาการ เป็นอิสริยยศ (ยศคือความ  
เป็นใหญ่) ของคนดี เพราะคนดีย่อมเห็นความดีนี้แหละ เป็นยศ  
อันยิ่งใหญ่ และย่อมพอใจประดับความดีนั้นเป็นอาการ จึงกล่าว  
ได้ว่าความดีนั้นเป็นอิสริยากรณ์ของคนดี

บัญญัติ (คือการสมมติแต่งตั้ง) นั้น มิใช่ความจริง ถ้ามี  
หลงในบทบัญญัติเสีย ก็จะไม่พบความจริง และจะเป็นคนดีจริง  
ไม่ได้ คนดีจริงทั้งปวงจึงเป็นผู้มองเห็นทะลุบัญญัติถึงความจริงที่เป็น  
สาระโดยแท้.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

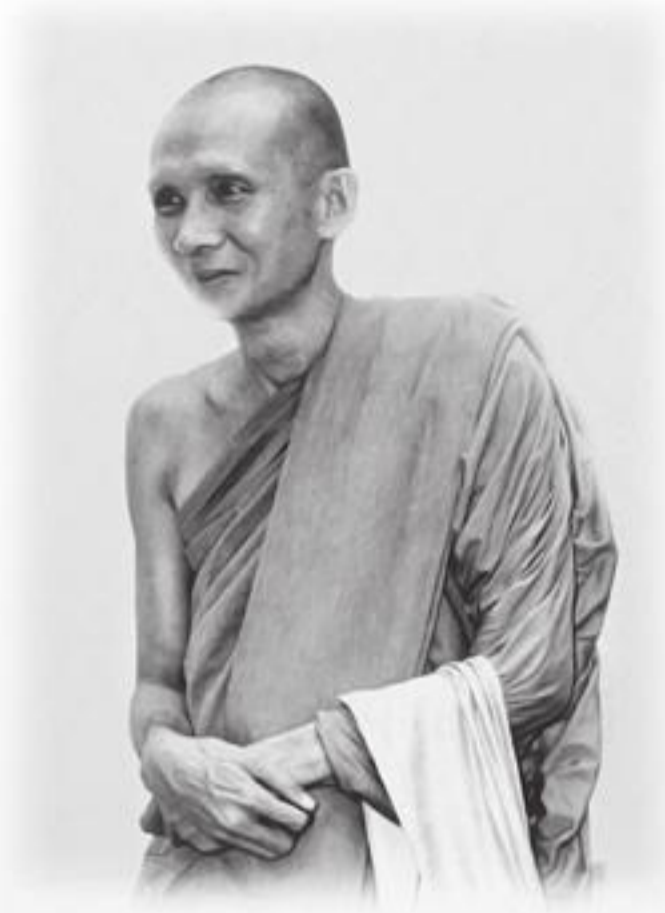


พระนิพนธ์

๑๐

ความดีนั้น เกิดจากกรรม (การงาน) ที่ดี ดังที่พระพุทธเจ้า  
ได้ตรัสไว้ ความว่า คนเป็นคนดีเพราะกรรม เป็นคนถ้อยก็เพราะ  
กรรม ฉะนั้น เมื่อละเลิกกรรมที่ชั่วผิด ทำกรรมที่ดีที่ชอบ ก็ได้เป็น  
คนดีแล้ว

แต่คนที่ทำกรรมชั่วผิด แม้จะได้รับบัญญัติ (แต่งตั้ง) ว่าดี  
อย่างไร ก็หาชื่อว่าเป็นคนดีไม่ ผู้ที่รู้และคัดค้านเป็นคนแรกก็คือ  
ตนนั่นเอง เว้นไว้แต่จะมีตาใจบอดไปเสียแล้ว ด้วยความหลงตนไป  
อย่างยั้งนั้นแหละ จึงจะไม่รู้.



พระนิพนธ์

๑๑

มิตรเป็นเรื่องสำคัญของบุคคล และยอดของมิตรก็คือธรรม  
ที่พึงอบรมให้มีอยู่ในจิตใจ เพราะธรรมย่อมเป็นมิตรประจำตน  
ไม่มีพรากออกไปจากตนได้ กลับย่อมช่วยตนอยู่เสมอ

แต่เมื่อว่าถึงบุคคลด้วยกัน มิตรที่ดีเป็นผู้ฟังปรารภนา ทั้ง  
ในเวลาปกติ ทั้งในเวลาคับขัน ลักษณะของมิตรที่ดีประการหนึ่ง  
อันจะขาดเสียมิได้ก็คือ ปัญญา มิตรผู้มีปัญญา ย่อมจะสามารถให้  
คำแนะนำที่ถูกต้อง ให้เกิดประโยชน์ ปราศจากโทษ ส่วนมิตรที่  
ขาดปัญญา แม้จะปรารภนาดี ก็เหมือนมุ้งร้าย.



พระนิพนธ์

## ๑๒

การที่จะให้ใครช่วยเหลือทำอะไร ต้องเลือกคนที่มีปัญญา ที่รู้จักผิดถูก ควรไม่ควร มิใช่ว่าถ้าเขามุ่งดีปรารถนาดีแล้ว เป็นมอบ การงานให้ทำเรื่อยไป เพราะถ้าเป็นคนขาดปัญญา แม้จะทำด้วยความ ตั้งใจช่วยจริง แต่ก็อาจจะทำการที่เป็นโทษแม้อย่างอุกฤษฏ์ก็ได้

คนเรานั้นนอกจากจะมีปัญญาแล้ว ยังต้องมีความคิดอีก ด้วย จึงจะเอาตัวรอดได้จากอันตรายต่าง ๆ ในโลก วิสัยของบัณฑิต คือคนที่ฉลาดนั้น ย่อมไม่ยอมแพ้หรืออับจนต่อเหตุการณ์ทั้งหลาย ที่รัดรีงเข้ามา ย่อมใช้ความคิดคลี่คลายเอาตัวรอดปลอดภัยให้จงได้ และเป็นธรรมดาอยู่ ที่คนฉลาดกว่าย่อมเอาชนะคนที่ฉลาดน้อยกว่าได้.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๑๓

คนที่มีบุญนั้น บุญย่อมคอยจ้องที่จะเข้ามาช่วยอยู่แล้ว เพียงแต่เปิดโอกาสให้เข้ามาช่วย คือเปิดใจรับนั่นเอง การเปิดใจรับก็คือ เปิดอารมณ์ที่หุ้มห่อออกเสียแม้ชั่วขณะหนึ่ง ด้วยสติที่กำหนดทำใจตามวิธีของพระพุทธเจ้า

เมื่อบุญได้โอกาสพรั่งพรูเข้ามาถึงใจ หรือไหลล้นขึ้นมาได้แล้ว จิตใจจะกลับมีความสุขอย่างยิ่ง อารมณ์ทั้งหลายที่เคยเห็นว่าดี หรือร้าย ก็จะกลับเป็นเรื่องธรรมดาของโลก.





พระนิพนธ์

๑๔

ทางพระพุทธศาสนาสอนให้ทุก ๆ คนพิจารณาให้ทราบ  
หลักกรรมเนื่อง ๆ เพื่อเป็นผู้ไม่ประมาท พยายามละกรรมชั่ว  
ประกอบแต่กรรมดี เพราะทุก ๆ คนสามารถละกรรมที่ชั่ว ประกอบ  
แต่กรรมที่ดีได้

การที่ยังปฏิบัติดังกล่าวไม่ได้ ก็เพราะยังประมาท มิได้  
พิจารณาให้รู้ตระหนักในหลักกรรม และไม่เชื่อกรรม ไม่เชื่อผล  
ของกรรม ไม่เชื่อความที่สัตว์มีกรรมเป็นของตน ต่อเมื่อเป็นผู้ไม่  
ประมาท และมีศรัทธาความเชื่อดังกล่าว จึงจะละกรรมชั่ว ทำ  
กรรมดีได้ตามสมควร

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๑๕

พื้นแผ่นดิน แม่น้ำ ภูเขา ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ คนเรามี  
ปัญญาถมทำให้เป็นถนน ขุดให้เป็นแม่น้ำลำคลอง ทำสะพานข้าม  
แม่น้ำใหญ่ สร้างทำนบกั้นน้ำ ขุดอุโมงค์ทะเลภูเขา เรียกว่าใช้  
กรรมปัจจุบันปรับปรุงธรรมชาติ ฉันท

ความขรุขระของชีวิตเพราะกรรมเก่าก็ฉันทนั้น เหมือนความ  
ขรุขระของแผ่นดินตามธรรมชาติ คนเราสามารถประกอบกรรม  
ปัจจุบัน ปรับปรุงสกัดกั้นกรรมเก่า เหมือนอย่างสร้างทำนบกั้นน้ำ  
เป็นต้น เพราะคนเรามีปัญญา.



พระนิพนธ์

๑๖

ความเชื่อกรรม ถ้าเชื่อให้ถูกทาง ก็จะแก้ความเชื่อโชคลางต่าง ๆ ได้เป็นอันมาก และสำหรับคนเรามีปัญญาสร้างกรรมใหม่ ๆ ขึ้นได้ดี ๆ มีพระธรรมของพระพุทธเจ้าปฏิบัติรักษาอยู่ ก็เป็นผู้มีสรณะกำจัดทุกข์ภัยต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี

คนทุกคน ถ้ารู้ภาวะของตนและรับเอาบาปบุญมาถือตามควรแก่ภาวะ เช่นว่ารับศีล ๕ มาเท่านั้น หรือรับศีลข้อใดข้อหนึ่งเป็นเวลาสักเท่าใดก็ตาม ก็ถือเพียงนั้นว่าเป็นบุญหรือบาปของตน นอกนั้นไม่ต้องคำนึงถึง เพราะมิได้รับมาถือ ก็จะไม่เดือดร้อนเพราะไปคิดถึงบุญบาปในเรื่องมากมายที่ตนมิได้รับมาถือไว้.



พระนิพนธ์

๑๗

ใจของเราทุกคนนี้สำคัญนัก สติก็สำคัญนัก ปัญญาที่สำคัญนัก เมตตากรุณาก็สำคัญนัก ทั้งหมดนี้ไม่ควรแยกจากกัน มีใจก็ต้องให้มีสติ ต้องให้มีปัญญา ต้องให้มีกรุณา ประคับประคองกันไปให้เสมอ อย่าให้มีสิ่งอื่นนอกจากสติปัญญาและเมตตากรุณาเข้ากำกับใจ

สติและปัญญาพร้อมเมตตากรุณานั้น เมื่อเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับใจ จะทำให้มีสัมมาทิฏฐิ...ความเห็นชอบได้ ตรงกันข้าม...แม้ใจขาดสติปัญญาและเมตตากรุณา ก็จะทำให้ใจมีมิจฉาทิฏฐิ...ความเห็นผิดได้ง่าย.

## ๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๑๘

เมตตา ความมีจิตเอ็นถินด้วยความปรารถนาสุขแก่ผู้อื่น  
สัตว์อื่น เป็นความรักที่เอ็นถิน ไม่ใช่ร้อนรน เหมือนอย่างมารดา  
บิดารักบุตรธิดา

ถ้าได้อบรมเมตตาให้มีประจำจิตใจ ก็จะเป็นอาหารใจที่พิเศษ  
เพราะเมื่อใจได้บริโภคมเมตตาอยู่เสมอ จะเป็นจิตใจที่ระงับโทสะ  
พยาบาท มีความสุขเอ็นถิน ทำให้ร่างกายมีความสุขเอ็นถินไปด้วย ได้  
ในคำว่าทำใจให้สบาย ร่างกายก็สบาย แม้จะขาดวัตถุไปมากหรือ  
น้อยก็ไม่เป็นทุกข์.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

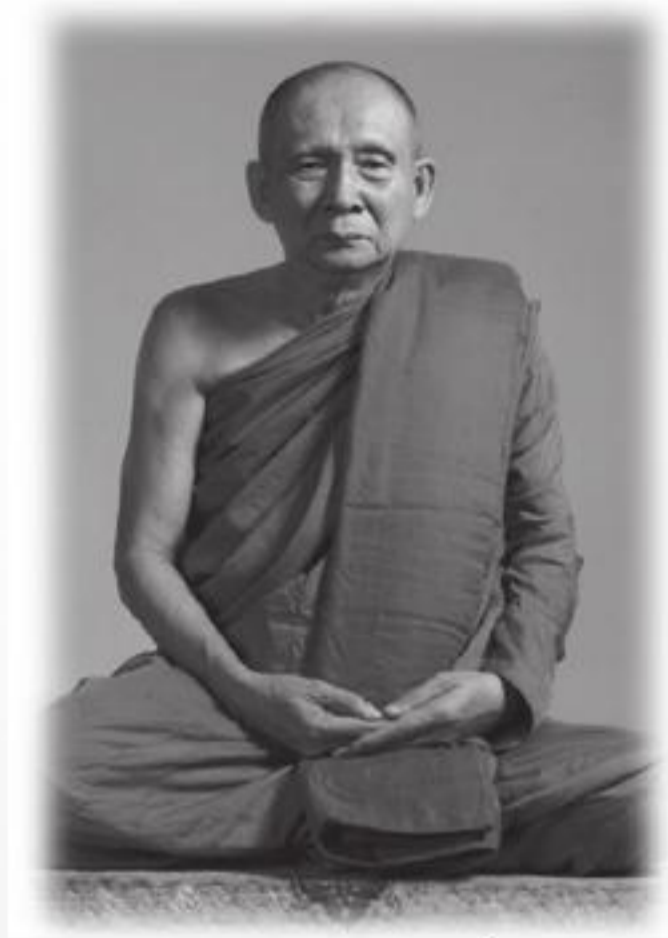
๑๙

ภาวะทางใจที่เกิดขึ้นทุก ๆ อย่าง เกี่ยวแก้ววิธีคิด หรือทาง  
ที่คิดเป็นสำคัญ คือ สุดแต่จะใช้ความคิดไปในทางไหน หรือตั้งคำที่  
พูดกันว่าสุดแต่จะมองในแง่ไหน ในแง่ดีหรือในแง่ร้าย พฤติการณ์  
ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแก่ตนเองและแก่ผู้อื่น ย่อมมองไปได้หลายแง่

ทางพระพุทธศาสนากล่าวได้ว่าสอนให้มองในแง่ของความ  
จริงเป็นอย่างไร ผิด ถูก ชั่ว ดี มีโทษมีคุณอย่างไร ตามที่เป็นจริง  
เมื่อพบความจริงแล้ว ก็ถึงวาระว่าจะใช้ความคิดอย่างไรจึงจะเป็น  
ประโยชน์ขึ้นมา.

## ๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๒๐

ธรรมะเป็นเครื่องอบรมจิตให้มีมนุษยธรรม รู้จักเคารพในสิทธิแห่งมนุษยชนทั่วไป ให้ประกอบด้วยเมตตาธรรมตลอดถึงในสัตว์เดรัจฉาน และให้มีhiri (ความละเอียดใจต่อความชั่ว) โอตตัมปะ (ความเกรงกลัวต่อความชั่ว) ทั้งให้รู้จักรักษาจิตใจ รู้จักทำความสงบให้แก่จิตใจ รู้จักทำใจให้เป็นสมาธิ

นอกจากนี้ ธรรมะยังเป็นเครื่องอบรมปัญญา คือ รู้จักบาปบุญคุณโทษ ให้รู้จักตนเอง ไม่หลงตนลืมนตน เพราะมัวเมาไปในโลกียสมบัติต่าง ๆ ตลอดถึงให้มีความรู้ยิ่งขึ้นไปกว่านั้น.



พระนิพนธ์

๒๑

อันคนที่ทำงานที่เป็นคุณ ให้เกิดประโยชน์ ย่อมจะต้อง  
ประสบถ้อยคำถากถาง หรือการขัดขวางน้อยหรือมาก

ผู้มีใจอ่อนแอก็จะเกิดความย่อท้อไม่อดทนที่จะทำดีต่อไป  
แต่ผู้ที่มีกำลังใจย่อมจะไม่ท้อถอย ยิ่งถูกค่อนแคะก็ยิ่งจะเกิดกำลังใจ  
มากขึ้น คำค่อนแคะกลายเป็นพาหนะที่มีเดชะแห่งการทำความคิด  
แม้พระพุทธเจ้าก็ยังถูกคนที่ริษยามุ่งร้าย จ้างคนให้ตามด่าว่าใน  
บางครั้ง.





พระนิพนธ์

๒๒

ถ้าเป็นเรื่องจริง เมื่อถึงเวลาที่ควรตีก็ต้องตี เมื่อถึงเวลาที่ควรชมก็ต้องชม แต่ถ้าเป็นเรื่องไม่จริง ก็ไม่ควรพูดแท้ และแม้เป็นเรื่องจริงหากไม่ถึงเวลาที่ควรตีหรือชม ก็อย่าไปตีหรือชม นิ่งเสียดีกว่า

ฉะนั้น ความมีกาลัญญูตา ในที่นั้น ๆ จึงเป็นหลักสำคัญ คือ เวลาที่ควรนิ่งก็นิ่ง เวลาที่ควรพูดก็พูด หรือเวลาที่ควรอุเบกขาก็วางอุเบกขา เวลาที่ไม่ควรอุเบกขาก็พูดออกไป สุดแต่ว่าเวลาไหนจะควรตีหรือชม.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๒๓

คนที่ทำดีไม่น้อย เป็นทุกข์เพราะการทำดีของตน ที่ไม่กล้าที่จะทำดีก็มี แต่คนทำดีที่ยังเป็นทุกข์ดังกล่าว ก็เพราะยังทำไม่ถึงความดีแห่งจิตใจของตนเอง จิตใจจึงยังมีความยินดียินร้ายไปตามอารมณ์ที่มากกระทบจากคนทั้งหลาย หากได้เล็งเห็นว่าเรื่องของคนทั้งหลายนั้น เป็นเรื่องของโลก ถ้าตนเองมีจิตมั่นคงไม่หวั่นไหว ก็ไม่ต้องเป็นทุกข์เพราะเรื่องของคนอื่น

การปฏิบัติทำจิตใจของตนให้มั่นคงดังนี้ เป็นการสร้างความดีให้แก่จิตใจ เป็นตัวความดีที่เป็นแก่นแท้ของความดีทั้งหลาย ซึ่งจะป้องกันความทุกข์กระทบกระเทือนใจได้ทุกอย่าง.



พระนิพนธ์

๒๔

ศรัทธาความเชื่อของคนนั้น ถ้าเชื่อผิดก็เท่ากับก้าวไปใน  
ทางผิดครึ่งทางแล้ว ถ้าเชื่อถูกก็เท่ากับก้าวไปในทางถูกครึ่งทาง  
แล้วเช่นเดียวกัน

ฉะนั้น พระพุทธศาสนาจึงได้สอนย้ำให้เชื่อกรรม หมายถึง  
ความดีความชั่ว ว่ามีผลที่ผู้ทำจะต้องเป็นผู้รับ เมื่อเชื่อดังนี้แล้ว  
ก็จะไม่ก้าวไปในทางชั่วหรือในทางอันตรายแน่.



พระนิพนธ์

๒๕

ศรัทธาที่ถูกต้อนั้น เกิดจากศึกษาให้รู้ให้เข้าใจธรรมโดยถูกต้อง เมื่อมีใครมาอ้างว่าพระพุทธเจ้าตรัสอย่างนั้น อย่างนี้ จะได้อะไรบ้างได้เองว่าจริงหรือไม่ เป็นสัทธรรมปลอม หรือสัจธรรมจริง เทียบเหมือนว่าเป็นพระจริง หรือเป็นพระปลอม

ความดีที่จะทำให้สำเร็จการชงะนั้น ก็ต้องใช้ปัญญาค้นหา คือวิธีชนะที่จะไม่ต้องเบียดเบียนใคร เป็นความดีขั้นตรี ถ้าเป็นการชนะชนิดที่เกื้อกูลเขาอีกด้วย โดยเฉพาะทำให้เขาซึ่งเป็นคนไม่ดี เลิกละความไม่ดีของเขา หรือกลับเป็นคนดี ก็นับว่าเป็นความดีขั้นโท ส่วนความดีขั้นเอกก็คือความดีที่ชนะความชั่วของตนเอง.



พระนิพนธ์

๒๒

ภาระในจิต แม้จะเป็นเรื่องที่ดีนำประโยชน์ที่เปรียบเหมือน  
ก้อนทองเหมือนกัน ถ้าใจแบกไว้...ไม่รู้จักแบ่งแจกแจงจัดหน้าที่  
ปฏิบัติให้เบา ก็จะเป็นเครื่องหนักใจ คนเราเป็นทุกข์ใจจนถึงเป็น  
โรคประสาทเพราะความหนักใจดังนี้มีมิใช่น้อย คือมีแต่สุขเรื่อง  
เข้ามา ไม่รู้จักแบ่งเบาให้แก่ตนเอง

อีกอย่างหนึ่ง ก้อนทองในใจ คือ ทรัพย์ของคนตระหนี่  
เหนียวแน่น หมายถึงก้อนทองที่ยกไม่ขึ้นเพราะหนักมากเกินกำลัง  
ทรัพย์ของคนตระหนี่มากนั้น แม้จะน้อยก็หนักมาก หยิบยกไม่ขึ้น  
ตกว่ามีเหมือนไม่มี ไม่เกิดประโยชน์แก่ตนแก่ผู้อื่น.

## ๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

## ๒๓

โลกธรรม อันหมายถึงเรื่องราวที่ก่อให้เกิดสุขเกิดทุกข์ ที่ชอบใจหรือไม่ชอบใจ บางคราวก็มีมาเหมือนน้ำท่วม ที่เรียกว่า อุทกภัย

อันที่จริง ทั้งความสุขทั้งความทุกข์ เป็นอุทกภัยเหมือนกัน ถ้ามีสิ่งที่เป็นเกราะเป็นที่พึ่งของใจดีแล้ว ก็ไม่เดือดร้อน

การทำใจก็คือการให้เป็นเกราะที่พึ่งของใจนี้เอง คนมีบุญ ก็คือคนที่มีเกราะของใจดี ที่ได้สร้างสมมาแล้ว และกำลังสร้างสมอยู่



พระนิพนธ์

๒๘

ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนไว้ มีประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติ  
ในการดำเนินชีวิตทุกอย่าง แต่จะต้องมีความเข้าใจมุ่งหมาย และ  
รู้จักใช้ปฏิบัติให้เหมาะ

ฉะนั้น ผู้ที่เข้าใจพระพุทธศาสนาดี ย่อมจะปฏิบัติธรรมได้  
อย่างเหมาะสม จะไม่จนทั้งทรัพย์ภายนอก ทั้งทรัพย์ภายใน ดังที่  
มีตัวอย่างอยู่ไม่น้อย ไม่ต้องพูดถึงทางธรรม แม้ทางโลกโดยตรง  
เช่นการค้า ถ้าดำเนินไปอย่างไม่เข้าใจ ไม่ฉลาด ก็ขาดทุนเสียหาย.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๒๙

อันเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นแก่ชีวิต มีอยู่เป็นอันมาก ที่บังเกิดขึ้นโดยไม่รู้ไม่คิดมาก่อน แต่เมื่อเป็นเหตุการณ์ที่จะต้องเกิดก็เกิดขึ้นจนได้

ถ้าหากใครมองดูเหตุการณ์ต่าง ๆ เหล่านั้นอย่างของเล่น ๆ ไม่จริงจัง ก็ไม่เกิดทุกข์เดือดร้อน หรือจะเกิดบ้างก็เกิดอย่างเล่น ๆ ถ้าจะหนีเหตุการณ์เสียบ้าง ก็เหมือนอย่างหนีไปเที่ยวเล่น หรือไปพักผ่อนเสียครั้งคราวหนึ่ง.





พระนิพนธ์

๓๐

ความฉลาดนั้น ย่อมเกิดจากการใช้ความคิดประกอบด้วย ปัญญาตัวเอง คนที่ฉลาด อย่างต่ำย่อมจะคิดเอาเปรียบคนอื่น คิด ช่มเหงคะเนงร้ายต่อคนอื่น

แต่คนที่มีความคิดอย่างถูกต้อง อันเป็นความฉลาดที่แท้ ย่อมจะไม่เอาเปรียบหรือคิดช่มเหงเบียดเบียนใคร แต่ในขณะเดียวกันก็ไม่ยอมให้ใครช่มเหงได้สำเร็จ คือว่าไม่คิดเบียดเบียนใครด้วย ไม่ยอมให้ใครเบียดเบียนได้ด้วย จึงเป็นคนที่เรียกว่าฉลาดเต็มที่

ส่วนคนที่ยอมให้เขาช่มเหงเบียดเบียนนั้น น่าจะเรียกว่า ฉลาดครึ่งเดียว หรืออาจไม่ฉลาดก็ได้.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๓๑

ผู้ให้อภัยง่าย ก็คือไม่โกรธง่ายนั่นเอง ดังนั้น ผู้ที่ปรารถนา  
จะฝึกจิตไม่ให้โกรธง่าย จึงควรต้องฝึกตนให้เป็นผู้มีเหตุผล เคารพ  
เหตุผล นั่นคือให้คิดหาเหตุผล เพื่อให้เกิดความเห็นอกเห็นใจผู้ที่  
ตนอยากจะโกรธ เมื่อเห็นอกเห็นใจด้วยเหตุผลแล้วจะได้ไม่โกรธ  
จะได้ให้อภัยให้ในความผิดพลาดหรือบกพร่องของเขา กล่าวอีกอย่าง  
หนึ่งก็คือ ให้คิดหาเหตุผลเพื่อให้เกิดเมตตาในผู้ที่ตนอยากจะโกรธ  
นั่นเอง.



พระนิพนธ์

๓๒

จิตที่ความใสสะอาดบริสุทธิ์ประภัสสร ไม่อาจปรากฏได้เลย คือจิตของผู้ที่ยังเกลือกไถลกับกิเลสมากมาย กิเลสยังปกคลุม หุ้มห่อจิตอยู่แน่นหนา มากทั้งโลภะ มากทั้งโทสะ มากทั้งโมหะ ผู้มีจิตเช่นนี้ย่อมเป็นเหตุแห่งความเดือดร้อนนานาประการ ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น จิตเช่นนั้นจึงเป็นที่น่ารังเกียจ

กิเลสเป็นเครื่องเศร้าหมอง ความเศร้าหมองไม่ทำให้ผู้ใด เป็นสุข ทำให้มีความทุกข์ความร้อนเท่านั้น ที่ความร้อนยังมีอยู่ใน ทั่วโลกทุกวันนี้ก็เพราะคนยังยอมให้กิเลสเข้าครอบงำจิตใจอยู่อย่าง หนาแน่น ความทุกข์ความร้อนที่เกิดแก่โลกให้รู้ให้เห็นประจักษ์อยู่ คือกระจกส่องให้เห็นความหนาแน่นของกิเลสที่เข้ามาห้อมล้อม จิตใจของผู้คนทั้งหลาย.

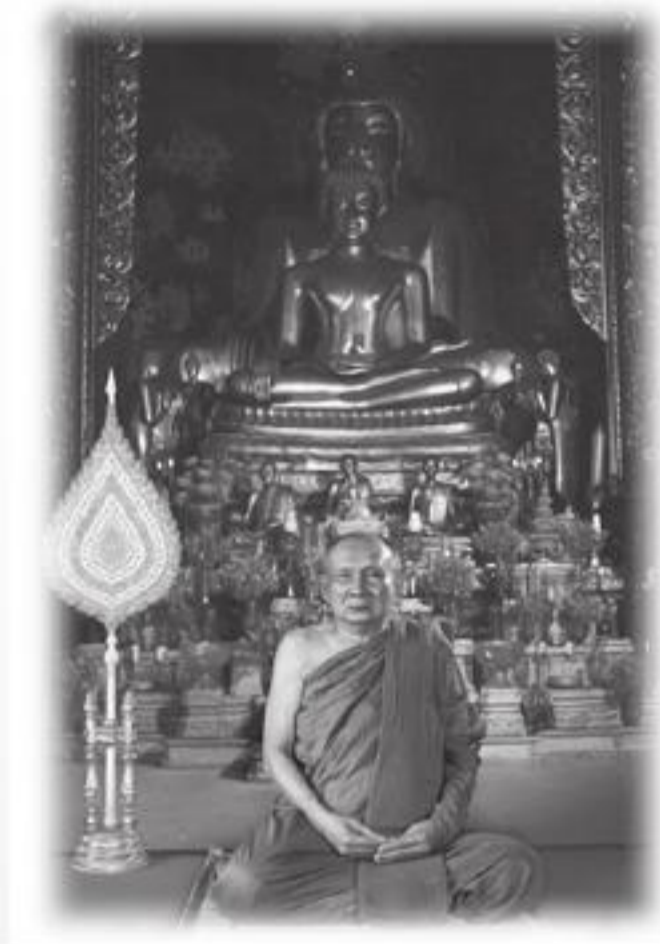


พระนิพนธ์

๓๓

คนดีหรือไม่ดี มีความเหมือนกันอยู่ประการหนึ่ง คือชอบคนอื่นที่ดี จึงจะชอบเลี้ยงดูบุตรหลานให้เป็นคนดี ให้คบคนดี มีสังคมที่ดี และตนเองก็ภูมิใจที่จะมีคนดีเป็นมิตรสหาย และภูมิใจที่จะได้อยู่ในสังคมคนดี โดยที่จะลืมความจริงที่สำคัญไป คือ คนดีนั้นย่อมไม่ปรารถนาจะมีคนไม่ดีอยู่ร่วม

คนดีย่อมหลีกเลี่ยงคนไม่ดี เพราะคนดีย่อมรู้ว่า คนไม่ดีย่อมทำให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนวุ่นวายต่าง ๆ นานา ดังนั้นแม้ปรารถนาจะมีสังคมที่ดี จึงต้องอบรมตนเองให้เป็นคนดี ให้กิเลสอยู่ไกลให้น้อยที่สุดเท่าที่จะสามารถทำได้ คนดีเท่านั้นที่จะเป็นที่พึงได้ การมีคนดีเป็นมิตรจึงจำเป็นอย่างยิ่ง.



พระนิพนธ์

## ๓๔

ธรรมดาผู้เป็นปุถุชน ความปรารถนาต้องการย่อมบังเกิดขึ้นได้เสมอ วิธีปฏิบัติที่ถูกต้องก็คือ เมื่อความปรารถนาต้องการเกิดขึ้นเมื่อใด ให้ทำสติพิจารณาใจตนเองอย่างผู้มีปัญญา อย่าคิดเอาเองว่าใจเป็นอย่างไร จะต้องพบความจริงแน่นอนว่า ใจเป็นทุกข์ ใจเร่าร้อนด้วยอำนาจความปรารถนาต้องการที่เกิดขึ้นนั้น ใจจะไม่สงบเย็นด้วยอำนาจความปรารถนาต้องการที่เกิดขึ้นโดยเด็ดขาด

วิธีดับความปรารถนาต้องการก็คือ หัดเป็นผู้ให้บ่อย ๆ ให้เสมอ ๆ การให้กับการดับความปรารถนาต้องการ จะเกิดขึ้นพร้อมกันเสมอ ถ้าการให้นั้นเป็นการให้เพื่อลดกิเลสคือความโลภในใจตน มิได้เป็นการให้เพื่อหวังผลตอบแทนที่ยิ่งกว่า.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๓๕

การใคร่ครวญหาเหตุผลในเรื่องความคิด ก็คือการใช้ความคิดใคร่ครวญพิจารณาหาเหตุผลว่า ทำไมจึงคิดเช่นนั้น อะไรทำให้คิดเช่นนั้น ขณะที่ใจไปคิดหาเหตุผลเช่นนี้ ความคิดเดิมอันเป็นเหตุให้เกิดอารมณ์กิเลสใดก็ตามจะลดความแรงลง เมื่อความคิดนั้นลดความแรงลง ผลอันเกิดจากความคิดนั้นก็ลดความแรงลงด้วย เพราะอารมณ์กิเลส มีโลภ โกรธ หลง เป็นต้น เป็นผลความคิดเป็นเหตุ.



พระนิพนธ์

๓๖

คนดีนั้น ท่านกล่าวว่า...เป็นผู้ที่ตกน้ำไม่ไหล ตกไฟไม่ไหม้  
นี่มิใช่เรื่องอภินิหาร ถ้อยคำที่ฟังแล้วเหมือนเป็นเรื่องอภินิหารนั้น  
ความจริงมีความหมายธรรมดา แต่ความหมายนั้นแอบแฝงอยู่  
เบื้องหลังเท่านั้น

ผู้ที่ตกน้ำไม่ไหล คือ น้ำไม่พัดพาไปถึงให้ได้รับอันตราย ก็  
ไม่ได้หมายความว่าน้ำหยุดไหล แต่หมายความว่ามิให้ผู้ช่วยนำขึ้นให้  
พ้นจากน้ำได้ ผู้ที่ตกไฟไม่ไหม้ ก็ไม่ได้หมายความว่าไฟไม่ไหม้ร่างกาย  
จริง ๆ แต่หมายความว่ามิให้ผู้ช่วยให้พ้นจากไฟ หรือช่วยดับไฟให้  
ตนจึงพ้นภัยอันเกิดจากไฟนั้น

ความหมายที่แท้จริงของตกน้ำไม่ไหล ตกไฟไม่ไหม้ ก็คือ  
ถึงคราวตกทุกข์ได้ยากก็จะมีผู้ช่วย หรือมีเหตุการณ์มาทำให้สวัสดิ์ได้



พระนิพนธ์

## ๓๗

การทำความดีอย่างสบาย ๆ อย่างมีอุเบกขา คือทำใจเป็นกลาง วางเฉย ไม่หวังผลอะไรทั้งสิ้น การตั้งความหวังในผลของการทำดีนั้นเป็นธรรมดาของสามัญชนทั่วไป ซึ่งก็ไม่ผิด แต่ก็จะถูกต้อกว่า หากจะไม่ตั้งความหวังเลย

การทำความดีหรือทำบุญกุศลที่จะส่งผลสูงสุด ต้องเป็นการทำด้วยใจที่ว่างจากกิเลส คือ ความโลภ ความโกรธ และความหลง ความผูกพันในผลที่จะได้รับ เป็นทั้งความโลภและความหลง จึงไม่อาจให้ผลสูงสุดได้ แม้จะให้ผลตามความจริงที่ว่า ทำดีจักได้ดี แต่เมื่อเป็นความดีที่ระคนด้วยโลภและหลง ก็ย่อมจะได้ผลไม่เท่าที่ควร มีความโลภมาบั่นทอนผลนั้นเสีย.





พระนิพนธ์

๓๘

ทำกรรมดีแล้วใจจักไม่ร้อน เพราะไม่ต้องวิตกกังวลว่าจะ  
ได้รับผลไม่ดีต่าง ๆ ความไม่ต้องหวาดวิตกหรือกังวลไปต่าง ๆ นั้น  
นั่นแหละเป็นความเย็น เป็นความสงบของใจ เรียกได้ว่าเป็นผลดี  
ที่เกิดจากกรรมดี ซึ่งจะเกิดขึ้นทันตาทันใจทุกครั้งไป เป็นการทำดี  
ที่ได้ดีอย่างบริสุทธิ์แท้จริง

ส่วนผลปรากฏภายนอก เป็นลาภยศสรรเสริญต่าง ๆ นั้น  
มีช้ามีเร็ว มีทันตาทันใจ และไม่ทันตาทันใจ จนเป็นเหตุให้เกิด  
ความเข้าใจผิดกันมากมายว่า ทำดีไม่ได้ดีบ้าง ทำชั่วได้ดีบ้าง.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๓๙

พรหมวิหารธรรม คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ก็เป็น  
เรื่องของใจ จึงมีความพิเศษสุด

ผู้มีบุญ มีปัญญา มีใจเข้มแข็งมั่นคงด้วยสัจจะ สามารถ  
อบรมพรหมวิหารธรรมตั้งแต่ฐานถึงยอดได้ในเวลารวดเร็ว ไม่จำเป็นต้อง  
ต้องเนิ่นช้า สำคัญที่พึงต้องมี คือ มีศรัทธาตั้งมั่นว่า พรหมวิหาร  
นั้นมีคุณประโยชน์แก่ชีวิตอย่างแท้จริง ไม่เช่นนั้นแล้ว สมเด็จพระ  
บรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าก็จักไม่ทรงแสดงไว้ว่าเป็นธรรมเครื่อง  
อยู่ของพรหม จึงพึงน้อมใจรับปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธ  
องค์ ในเรื่องการอบรมพรหมวิหารธรรมนี้



พระนิพนธ์

๕๐

“อุเบกขา” เป็นธรรมสำคัญหมวดหนึ่ง คือ “พรหมวิหารธรรม” มนุษย์ก็ได้ชื่อว่าเป็นพรหม แม้มีธรรมหมวดนี้สมบูรณ์ คือ มีพร้อมทั้งเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา

อุเบกขา หมายถึง การวางใจเป็นกลาง วางเฉย ไม่ยินดี ยินร้าย จึงไม่หวั่นไหวด้วยความยินดีหรือยินร้าย หวั่นไหวเพราะความยินดีแม้มาก ย่อมเป็นเหตุให้ฟุ้ง หวั่นไหวเพราะความยินร้ายแม้มาก ย่อมเป็นเหตุให้เครียด อุเบกขาจึงเป็นธรรมโอสถ เครื่องรักษาโรคทางจิตทั้งสอง คือทั้งโรคฟุ้งและโรคเครียด ท่านผู้มีปัญญา เห็นความศักดิ์สิทธิ์ของธรรมโอสถนี้ จึงสนใจอบรมอุเบกขา เพื่อรักษาใจให้ปราศจากโรค ให้เป็นใจที่สมบูรณ์สุขอย่างแท้จริง.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๕๑

เราทุกคนเดี๋ยวนี้เกิดมา มีศาสนา ที่นับถือศาสนาสืบกันมา เหมือนอย่างมีบิดามารดา คนที่มีมรรยาท ย่อมไม่ลบลู่ดูหมิ่นที่ นับถือของใคร ๆ ไม่ดูหมิ่นวัตถุที่เคารพในศาสนานั้น ๆ ไม่กล่าวหา ศาสนาหรือวัตถุที่เคารพของใครว่าไม่ดี

คิดดูเถิด หลักมรรยาทอันดีของคนธรรมดาสามัญนี่เองเป็น ดั่งนี้ คนยิ่งสูงกว่าคนธรรมดาสามัญ ก็ควรที่จะยิ่งมรรยาทละเอียด มากขึ้น แต่ถ้าเสียมารยาทไปเสียแล้ว ก็ตกต่ำไปยิ่งกว่าคนธรรมดา สามัญเสียอีก.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๔๒



มาร แปลว่า ผู้ฆ่า ผู้ทำลายล้าง  
มารข้างนอก คือ ผู้มุ่งทำลายล้างข้างนอก  
มารข้างใน คือ กิเลสในใจของตนเอง เป็นต้นว่า ความรัก  
ความชัง ความหลง ซึ่งบังใจเราไม่ให้เกิดปัญญาในเหตุผล เมื่อ  
ชนะมารในใจของตนได้แล้ว มารข้างนอกก็ทำอะไรไม่ได้

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๔๓

พระพุทธเจ้าได้ทรงชนะ คือทรงชนะพระภุชยของพระองค์  
แล้ว ด้วยพระบารมีคือความดีที่ทรงสร้างมาจนบริบูรณ์

ใครมีเรื่องจะต้องผจญใจ ก็ให้ระลึกถึงพระพุทธเจ้าผู้ทรง  
พิชิตมารดังกล่าวนี้เถิด จะสามารถชนะใจตนเอง และจะเอาชนะ  
เหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ แต่ขอให้ระลึกถึงด้วยความตั้งใจจริงจนเกิด  
ความสงบ แล้วจักเห็นหนทางชนะขึ้นเองอย่างน่าอัศจรรย์.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๔๔

คติธรรมดาที่ไม่มีใครเกิดมาในโลกนี้ จะหนีไปให้พ้นได้ คือ ความแก่ ความตาย แต่คนโดยมากพากันประมาทเหมือนอย่างว่า ไม่แก่ ไม่ตาย น่าที่จะรีบทำความดี แต่ก็ไม่ได้ทำ กลับไปทำความชั่ว ก่อความเดือดร้อนให้แก่กันและกัน ต่างต้องเผชิญทุกข์เพราะกรรม ที่ก่อให้แก่กันอีกด้วย

ฉะนั้นก็น่าจะนึกถึงความแก่ ความตายกันบ้าง เพื่อจะได้ ลดความมัวเมาและทำความดี.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๔๕

หน้าที่ของคนเราที่จะพึงปฏิบัติต่อชีวิต ร่างกาย คือบริหาร รักษาให้ปราศจากโรค ให้มีสมรรถภาพ และรีบประกอบประโยชน์ ให้เป็นชีวิตดี ชีวิตที่อุดม ไม่ให้เป็นชีวิตชั่ว ชีวิตเปล่าประโยชน์ (โมฆะชีวิต) และในขณะเดียวกัน ก็ให้กำหนดรู้คุณธรรมตาของชีวิต เพื่อความไม่ประมาท

พระพุทธเจ้าตรัสห้ามมิให้ทำลายชีวิต ร่างกาย ถ้าจะเกิดความอยาก ความโกรธ ความเกลียด ในอันที่จะทำลายชีวิตร่างกาย ก็ให้ทำลายความอยาก ความโกรธ ความเกลียด นั้นแหละเสีย.



๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๕๖

อันความรัก หรือที่รัก เมื่อผู้ใดมีร้อยหนึ่ง ผู้นั้นก็มีทุกซ์  
ร้อยหนึ่ง รักเก้ายสิบ แแปดสิบ เจ็ดสิบ หกสิบ ห้าสิบ เป็นต้น จำนวน  
ทุกซ์ก็มีเท่านั้น ถึงแม้มีรักเพียงอย่างหนึ่ง ก็มีทุกซ์อย่างหนึ่ง ต่อเมื่อ  
ไม่มีรักจึงจะไม่มีทุกซ์

ผู้หมดรักหมดทุกซ์นั้น พระพุทธเจ้าตรัสเรียกว่า  
“เป็นผู้ไม่มีศอก ไม่มีธุลีใจ ไม่มีค้ำแค้น”



พระนิพนธ์

๔๗

พระพุทธเจ้าได้ตรัสเตือนให้เกิดสติขึ้นว่า...ความทุกข์นี้มี  
เพราะความรัก มีรักมากก็เป็นทุกข์มาก มีรักน้อยก็เป็นทุกข์น้อย  
จนถึงไม่มีรักเลย จึงไม่ต้องเป็นทุกข์เลย.

แต่ตามวิสัยโลกจะต้องมีความรัก มีบุคคลและสิ่งที่รัก ใน  
เรื่องนี้พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้มีสติควบคุมใจ มิให้ความรักมี  
อำนาจเหนือสติ แต่ให้สติมีอำนาจควบคุมความรัก ให้ดำเนินใน  
ทางที่ถูกต้อง และให้มีความรู้เท่าทันว่าจะต้องพลัดพรากรักสักวันหนึ่ง  
อย่างแน่นอน เมื่อถึงคราวเช่นนั้นจักได้ระงับใจลงได้.



พระนิพนธ์

๔๘

ชีวิตในชาติหนึ่ง ๆ กับทั้งสุขทุกข์ต่าง ๆ เกิดขึ้นเพราะกรรม  
ที่แต่ละตัวตนทำไว้ ฉะนั้น ตนเองจึงเป็นผู้สร้างชาติคือความเกิด  
และความสุขทุกข์ของตนแก่ตนหรือผู้สร้างก็คือตนเอง แต่มิได้ไป  
สร้างใครอื่น เพราะใครอื่นนั้น ๆ ต่างก็เป็นผู้สร้างตนเองด้วยกัน  
ทั้งนั้น จึงไม่มีใครเป็นผู้สร้างให้ใคร และเมื่อผู้สร้างคือคนสร้างให้  
เกิด ก็เป็นผู้สร้างให้ตายด้วย

ทำไมผู้สร้างคือตนเอง จึงสร้างชีวิตที่เป็นทุกข์เช่นนี้เล่า  
ปัญหานี้ตอบว่า สร้างขึ้นเพราะความโง่ ไม่ฉลาด คือ ไม่รู้ว่าการ  
สร้างนี้คือการสร้างทุกข์ขึ้น ถ้าเป็นผู้รู้ฉลาดเต็มที่ ก็จะไม่สร้างสิ่ง  
ที่เกิดมาต้องตาย.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๔๙

การคบหาสมาคมกันระหว่างบุคคลนั้น ท่านสอนให้เลือกคบ คือ ให้คบแต่บัณฑิตอันหมายถึงคนดี ไม่ให้คบคนพาลอันหมายถึงคนไม่ดี เพราะเมื่อคบกันก็หมายถึงว่าจะต้องมีวิสาสะ คือความคุ้นเคยไว้วางใจกัน ถ้าไปไว้วางใจในคนไม่ดีก็จะเกิดอันตราย จึงได้ตรัสเตือนไว้ว่าภัยเกิดจากวิสาสะ

ไม่ต้องกล่าวถึงบุคคลอื่น แม้ตนเองจะไว้วางใจตนเองเสมอไปได้ หรือถ้ายังมีกิเลส คือ โสภ โกรธ หลงอยู่ จะไว้วางใจที่มีกิเลสดังกล่าวนี้หาได้ไม่ ฉะนั้น เมื่อไม่ควรจะไว้วางใจตนเองได้เสมอไปแล้ว จะไว้วางใจผู้อื่นโดยไม่เลือก ไม่พิจารณาได้อย่างไร.



พระนิพนธ์

๕๐

อันมูลเหตุที่ทำให้เกิดความตึงเครียดขึ้นนั้น โดยตรงที่สุดก็คือ  
ตัณหา ความทะยานอยากในจิตใจของบุคคล หรือกล่าวอีกอย่าง  
หนึ่งได้แก่ โลภะ โทสะ โมหะ กิเลสเหล่านี้เป็นไฟเผาโลกอยู่ทุก  
กาลสมัย และเป็นนายที่บงการมนุษย์ให้เบียดเบียน ทำลายล้าง  
กันและกัน แม้บุคคลจะมีอำนาจครอบงำผู้อื่นได้มากมาย แต่ก็ต้อง  
เป็นทาสของตัณหา จึงได้ชวนชวายเป็นเพื่อหักล้างผู้อื่นลงไปให้ย่อยยับ  
โดยที่ไม่พยายามหักตัณหาในใจของตนเองลงไปเลย

เมื่อเป็นเช่นนี้ความสงบก็เกิดขึ้นได้โดยยาก ยิ่งแก้ด้วยวิธี  
เพิ่มเติมตัณหาให้แก่ตนและหักล้างผู้อื่นให้จำยอม ก็ยิ่งเพิ่มความ  
ไม่สงบ เพราะไม่มีใครยินยอมแก่กัน ต้องพากันพยายามป้องกันตน  
หรือคิดหักล้างเป็นการตอบแทนกันอยู่ตลอดเวลาไป.



พระนิพนธ์

๕๑

ทางที่ถูกควรจะทำเอาชนะอุปสรรคในทางที่ชอบ และพยายาม  
รักษาส่งเสริมความดีของตน คิดให้เห็นว่า เราทำความดีก็เพื่อ  
ความดี มิใช่เพื่อให้ใครชม ใครจะชมหรือติ เราก็ก็นิยามไม่ควรรับหรือ  
ปฏิเสธ ควรนำมาคิดสอบสวนตัวเราเองดู เพื่อแก้ไขตัวเราเองให้  
ดีขึ้น แต่ไม่รับมาเป็นเครื่องหลอกตัวเองว่าวิเศษเพราะเขาชม หรือ  
เลวทรามเพราะเขาติ เขาจะว่าอย่างไรก็ช่างเขา เราจะดีหรือไม่ดี  
ก็อยู่ที่การกระทำของเราเอง.



พระนิพนธ์

๕๒

โดยมากอุปสรรคต่าง ๆ เป็นเรื่องหยุมหยิมเล็กน้อย ไม่มี  
สาระ แต่มักจะรับเข้ายึดถือเป็นอารมณ์กวนใจให้เดือดร้อนไปเอง  
จนถึงให้ทอดทิ้งความดี ถ้าเป็นอย่างนี้ก็ไม่ใช่เป็นความฉลาด แต่  
เป็นความเขลาของเราเอง และทางพระพุทธศาสนาเรียกว่าเป็นผู้แพ้  
ส่วนการชนะนั้น ก็มีได้ประสงค์ให้ชนะในทางก่อเวร แต่  
มุ่งให้เอาชนะตนเอง คือ ชนะจิตใจที่ใฝ่ชั่วของตน และเอาชนะ  
เหตุการณ์แวดล้อมที่มาเป็นอุปสรรคแห่งความดี เพื่อที่จะรักษา  
และเพิ่มพูนความดีของตนให้ดียิ่ง ๆ ขึ้น.



พระนิพนธ์

## ๕๓

การพัฒนา ซึ่งมีความหมายถึงการสร้างเสริมปรับปรุงให้ดีขึ้น เป็นกิจที่ควรทำ เพราะบ้านเมืองจะเกิดความเจริญก็ด้วยการพัฒนาในส่วนต่าง ๆ ที่ยังด้อยความเจริญอยู่ แต่ก็ต้องพัฒนาคนด้วย ในการพัฒนาคน ก็จำต้องพัฒนาให้ถึงจิตใจ ถ้าคนมีจิตใจไม่เจริญ ก็ยากที่จะพัฒนาส่วนอื่น ๆ ให้เกิดผลสำเร็จได้.

หลักพัฒนาคนของพระพุทธเจ้า คือ ธรรมะเหล่านี้ เป็นเครื่องพัฒนาคนให้เป็นอริยบุคคลหรืออารยชนคือคนเจริญ

คิดดูง่าย ๆ คนที่ไม่มีสมบัติผู้ดี ไม่มีหิริโอตตปปะ มีจิตใจที่ทราม จะเป็นคนเจริญได้อย่างไร.





พระนิพนธ์

๕๔

คนพาลนั้น อาจจะเป็นคนพาลภายในคือตนเองก็ได้ กล่าวคือตนเองนั้นแหละ เมื่อทำผิด พุตผิด คิดผิด ก็เชื่อว่าเป็นพาลเหมือนกัน เมื่อเป็นเช่นนี้ ก็ให้พิจารณาดูตนให้เป็นอัตตัตถุญ คือรู้ตนว่าเป็นอย่างไร ตนทำผิด พุตผิด คิดผิดหรือไม่ ถ้าปรากฏว่าตนเป็นดังนั้น ก็พึงรู้ว่าตนนั้นแหละเป็นพาล

เมื่อเป็นเช่นนี้ ก็ต้องสละการทำผิด พุตผิด คิดผิดนั้นเสีย ไม่คบเอาไว้ เมื่อเช่นนี้ก็เชื่อว่าจะไม่คบตนเองที่เป็นคนพาล คือสละความเป็นพาลของตนเสีย นี้ก็เชื่อว่าจะไม่คบคนพาลประการหนึ่งด้วย.



พระนิพนธ์

๕๕

ผู้ชนะนั้นมักเข้าใจว่าตนเองเป็นผู้ได้ แต่โดยที่แท้เป็นผู้เสีย คือ เสียไมตรีจิตของอีกฝ่ายหนึ่งหมดสิ้น หรือจะเรียกว่าได้ก็คือได้ เหว เพราะผู้แพ้ก็จะผูกใจเพื่อจะเอาชนะต่อไป จึงเป็นอันว่าไม่ได้ ความสุขด้วยกันทั้งสองฝ่าย

ส่วนผู้ที่ละได้ทั้งแพ้และชนะ จึงจะได้ความสงบสุข ทั้งนี้ก็ ด้วยการไม่ก่อเรื่องที่จะต้องเกิดมีแพ้มีชนะกันขึ้น แต่เมื่อจะต้อง ให้มีเรื่องให้แพ้ฝ่ายหนึ่ง ชนะฝ่ายหนึ่ง ก็ควรจะต้องมีใจหนักแน่น พอที่จะเผชิญผลได้ทุกอย่าง และสามารถที่จะเห็นความจริงว่า แพ้ เป็นพระชนะเป็นมาร ทั้งนี้ก็ต้องชนะตนเอง คือชนะใจตนเอง ด้วย.



พระนิพนธ์

๕๖

การทำอะไรทุก ๆ อย่างที่อำนวยความสะดวกก็จะต้องมีการเสียสละบ้าง ไม่มากก็น้อย ดังเช่นจะทำทาน ก็ต้องเสียสละทรัพย์ ทั้งนี้ก็เพราะเห็นว่า บุญข้อนี้นี้มีค่าสูงกว่าทรัพย์ที่สละไป การทำประโยชน์อื่น ๆ ทุกอย่างก็เป็นเช่นเดียวกัน

การรักษาเกียรติเป็นการรักษาธรรมอย่างหนึ่ง จะก้าวหน้าหรือถอยหลังด้วยเกียรติหรือเพื่อเกียรติ ก็เป็นสิ่งที่พึงสรรเสริญเท่ากัน ดังเรื่องราชสีห์ถอยหลังให้แก่สุกรตัวเพื่อนคุณ (อุจจาระ) ไม่ยอมต่อสู้ด้วย ในนิทานสุภาสิต.



พระนิพนธ์

## ๕๗

ความเคารพในธรรม คือหน้าที่ที่รู้อยู่แล้ว เป็นหลักสำคัญ  
อันหนึ่ง ซึ่งทำให้ผู้ใหญ่เป็นที่เคารพของผู้ nhỏได้โดยทั่วไป

อีกอย่างหนึ่ง ธรรมคือคุณความดี ตรงกันข้ามกับอธรรม  
คือความชั่ว ซึ่งโดยมากก็รู้กันอยู่ ฉะนั้น เมื่อเคารพในความรู้  
หมายความว่าเมื่อรู้ว่าไม่ดีก็ตั้งใจเว้น เมื่อรู้ว่าดีก็ตั้งใจทำ ดังนี้  
เรียกว่าเคารพในธรรมที่รู้โดยตรง ซึ่งทำคนให้เป็นคน (เป็นมนุษย์  
โดยธรรม).



พระนิพนธ์

๕๘

มีคนไม่ใช่บ่อย ที่เรียนรู้มากมาย อะไรดี อะไรชั่ว รู้ทั้งนั้น แต่ไม่ทำดี หรือทำก็ทำสิ่งไม่ดี เรียกว่าใช้ความรู้นั้นช่วยตัวเองไม่ได้ ก็เพราะขาดความเคารพในธรรมที่รู้ คือไม่ปฏิบัติให้สมควรแก่ความรู้นั่นเอง

พระพุทธศาสนาสอนให้คนเข้าใจในกรรมนั้น ไม่ได้สอนให้คนกลัวกรรม เป็นทาสของกรรม หรืออยู่ใต้อำนาจกรรม แต่สอนให้รู้จักกรรม ให้ควบคุมกรรมของตนในปัจจุบัน กรรมคือการอะไรทุกอย่างที่คนทำอยู่ทุกวันทุกเวลา ประกอบด้วยเจตนา คือ ความตั้งใจ.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๕๙

ผู้ประพฤตินุจจาริต แม้จะพูดว่ารักตนก็ไม่เชื่อว่ารักตน เพราะตนเองทำความทุกข์ให้แก่ตน เหมือนอย่างคนเกลียดกันทำให้แก่กัน ส่วนผู้ประพฤตีสุจจาริต แม้จะไม่พูดว่ารักตนก็เชื่อว่ารักตน เพราะตนเองทำความสุขให้แก่ตน เหมือนอย่างคนที่ชอบกันทำให้แก่กัน

อีกอย่างหนึ่ง คนที่ประพฤตินุจจาริต แม้จะมีพลเสนารักษา ก็ไม่เชื่อว่ารักษาตน เพราะเป็นการรักษาชั้นนอก ไม่ใช่ชั้นใน ส่วนผู้ประพฤตีสุจจาริต แม้จะไม่มีพลเสนารักษา ก็เชื่อว่ารักษาตน เพราะเป็นการรักษาชั้นใน แม้จะไม่มีการรักษาชั้นนอก.



พระนิพนธ์

๖๐

วิธีปฏิบัติถึงพระพุทธเจ้าเป็นสรณะนั้น ให้ตั้งใจระลึกถึงพระพุทธคุณข้อใดข้อหนึ่ง หรือระลึกถึงโดยสรุปว่า พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้จริง ทรงบริสุทธิ์จริง ทรงมีพระกรุณาจริง พระพุทธเจ้าก็ปรากฏขึ้นในพระคุณ ความว่าเหว่หวาดกลัวทุกอย่างจะหมดสิ้นไปจากจิตใจ หรือถ้ามีความหม่นหมองอยู่อย่างใดอย่างหนึ่ง ก็จะหายไปสิ้น จะหายจากความอึดอันตันใจ จะเห็นทางออกอย่างดีที่สุด นี่เป็นพุทธานุภาพที่มีจริง

ข้อสำคัญให้ตั้งใจถึงพระองค์ให้เป็นสรณะของตนให้จริง พระองค์ก็จะมาเป็นสรณะได้จริง.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๖๑

ทุกคนในโลกต่างต้องถ้อยที ต้องพึ่งพาอาศัยกันในทางใดทางหนึ่งทั้งนั้น จึงควรปฏิบัติตนในทางที่จะชื่อว่ารักษาไว้ทั้งตนทั้งผู้อื่น คือด้วยวิธีที่แต่ละคนตั้งใจปฏิบัติกรณียะคือกิจของตน ควรทำหน้าที่เป็นต้นให้ดี และด้วยความมีน้ำใจที่อดทนไม่คิดเบียดเบียนใคร มีจิตเมตตาเอ็นดูอนุเคราะห์ เมื่อตั้งใจปฏิบัติกรณียะ กอปรด้วยมีน้ำใจดังกล่าว ก็ชื่อว่ารักษาตนทั้งผู้อื่น เป็นผู้รักษาไว้ได้ทั้งหมด.





พระนิพนธ์

๖๒

คนมีอำนาจเหนือกรรม อาจควบคุมกรรมของตนได้ แต่ทั้งนี้  
ต้องไม่ลืมว่า จะต้องควบคุมจิตเจตนาของตนได้ด้วย โดยตั้งมั่น  
แน่วแน่อยู่ในธรรม เช่น เมตตา สติ ปัญญา สัจจาธิษฐาน เป็นต้น  
อันเป็นส่วนจิต และศีลอันหมายถึงตั้งเจตนา เว้นการที่ควรเว้น  
ทำการที่ควรทำ ในขอบเขตอันควร

ผู้ที่ทำกรรมดีอยู่มากเสมอ ๆ จึงไม่ต้องกลัวกรรมชั่วใน  
อดีตหากจะมี กุศลของตนก็จะชูก่อให้มีความสุขความเจริญสืบ  
ต่อไป และถ้าได้แผ่เมตตาจิตอยู่เนือง ๆ ก็จะระงับคู่แข่งอดีตได้  
อีกด้วย ระงับได้ตลอดถึงปัจจุบัน.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๖๓

สิ่งที่ทำให้จิตใจคนมีตนนั้น ก็คือ รากะ โทสะ โมหะ หรือ โลก โกรธ หลง ทำจิตใจให้เร่าร้อนอยู่ในกาม (สิ่งที่ใคร่ปรารถนา พอใจทั้งหลาย) ด้วยความหวัง ทำให้ประพฤตินิสิตหรือคลองธรรม ที่ชอบ โอสถที่จะแก้ความมีใจมืดมิดของคนได้ ก็คือธรรมเท่านั้น พระพุทธเจ้าได้ทรงพยายามให้คนบริโภครธรรมด้วยวิธีต่าง ๆ แต่คน มักจะไม่บริโภครธรรม เพราะเห็นว่าขมฝืดไม่อร่อย.



พระนิพนธ์

๖๔

ที่ว่าถ้ามีศีลธรรม จะอยู่ในหมู่คนไม่ได้ จะต้องหลบไป  
อยู่คนเดียว นั่น จึงผิดไปเสียแล้ว เพราะเมื่อพิจารณาเหตุตามเป็นจริง  
แล้ว กลับเห็นว่า จะต้องหลบไปอยู่คนเดียว เพราะไม่ถือศีลธรรม  
มากกว่า

คนที่อยู่ด้วยกันได้ เพราะถือศีลธรรมต่อกัน แม้หมู่โจรจะ  
ปล้นคนอื่นก็ต้องไม่ปล้นตัวเอง จึงคุมกันเป็นหมู่อยู่ด้วยกันได้ แปล  
ว่าต้องมีศีลธรรมต่อกันนั่นเอง.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๖๕

คนโง่นั้น เมื่อยังยอมอาศัยปัญญาของคนฉลาดอยู่ ก็ยังพอรักษาตนอยู่ได้ แต่เมื่อโง่เกิดอวดฉลาดขึ้นมาเมื่อใด ก็เกิดวิบัติเมื่อนั้น และเมื่อถึงคราวคับขันซึ่งจะต้องแสดงวิชาเอง คนโง่ก็จะต้องแสดงโง่ออกมาจนได้ ฉะนั้น ถึงอย่างไรก็สู้หาวิชาใส่ตนให้เป็นคนฉลาดขึ้นเองไม่ได้ ทั้งคนดีมีวิชา ถึงจะมีรูปร่างไม่ดี ก็จะต้องได้ดีในที่สุด.



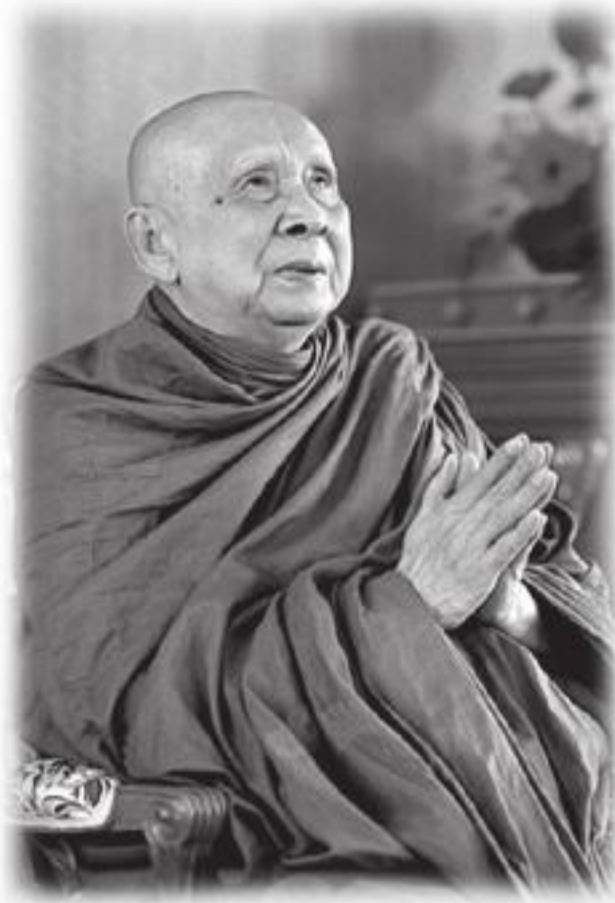
พระนิพนธ์

๖๖

เรื่องราวอะไรสมควร อะไรไม่สมควรนั้น ถ้าคนเรามีสติรู้จัก  
ตนตามเป็นจริง ไม่หลงตน ไม่ลำเอียงแล้ว ก็รู้ได้โดยไม่ยาก บางที  
หลอกคนอื่นได้ แต่หลอกตนเองหาได้ไม่ เช่น คนที่รู้ถือว่าตนเอง  
เป็นอย่างไร แต่เที่ยวพูดโอ้อวดคนอื่นว่าวิเศษต่าง ๆ แต่บางทีหลอก  
ตนเองให้หลงไปสนิท แต่หลอกคนอื่นไม่ได้ เช่น คนที่หาได้มีความ  
วิเศษอันใดไม่ แต่เข้าใจตนเองว่าวิเศษ แล้วแสดงตนเช่นนั้น ส่วน  
คนอื่นเขารู้ว่าเป็นอย่างไร จึงหัวเราะเอา

หากได้มองดูความเป็นไปต่าง ๆ กันของคนในทางที่น่า  
หัวเราะดังนี้ ก็น่าจะมีความทุกข์น้อยลง แต่การมองดูคนอื่นนั้นสู้  
มองตนเองไม่ได้ เพราะตนเองต้องรับผิดชอบต่อตนเองโดยตรง.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๖๗

คนที่อ่อนแอยอมแพ้อุปสรรคง่าย ๆ ส่วนคนที่เข้มแข็งยอม  
ไม่ยอมแพ้ เมื่อพบอุปสรรคก็แก้ไขไป รักษาการงานหรือสิ่งมุ่งจะ  
ทำไว้ด้วยจิตใจที่มุ่งมั่น ถืออุปสรรคเหมือนอย่างสัญญาณไฟแดง ที่  
จะต้องพบเป็นระยะ ถ้ากลัวจะต้องพบสัญญาณไฟแดงตามถนนซึ่ง  
จะต้องหยุดรถ ก็จะไปข้างไหนไม่ได้ แม้การดำเนินชีวิตก็ฉนั้น ถ้า  
กลัวจะต้องพบอุปสรรค ก็ทำอะไรไม่ได้.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๖๘

ความดีนรณเพื่อให้ได้สมดังความปรารถนาต้องการ มิใช่  
ความสุข มิใช่ความสงบ แต่เป็นความทุกข์ เป็นความร้อน เป็น  
ความวุ่นวาย

มีคนเป็นจำนวนมากไม่น้อย ที่ทั้งชีวิตไม่ได้พบความสุขความ  
สงบเลย เพราะมัวปล่อยใจให้เป็นทาสของความโลภ ไม่รู้จักทำสติ  
พิจารณาให้เห็นโทษของความโลภ แล้วพยายามละมันเสีย ดับเสีย.



พระนิพนธ์

๖๙

สมัยนี้มีผู้ชอบกล่าวว่า เงินไม่มี เกียรติไม่มี นั่นไม่ใช่ความถูกต้อง เป็นความรู้สึกของคนบางคนเท่านั้น คนบางคนที่มีความเห็นผิดเป็นชอบเท่านั้น ที่จะมีความรู้สึกว่า คนไม่มีเงินเป็นคนไม่มีเกียรติ

เงินกับเกียรติมิใช่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มิใช่เป็นสิ่งที่แยกจากกันมิได้ คนไม่มีเงิน แต่มีเกียรติก็มีอยู่ ความสำคัญอยู่ที่ว่า เงินที่มีหรือที่ได้มานั้นเป็นเงินที่จะทำให้เกียรติยศชื่อเสียงสิ้นไปหมดไปหรือไม่ ควรจะพิจารณาให้รอบคอบในเรื่องนี้ โดยเฉพาะผู้ที่ยังคำนึงถึงชื่อเสียงเกียรติยศของตนและของวงศ์ตระกูล.





พระนิพนธ์

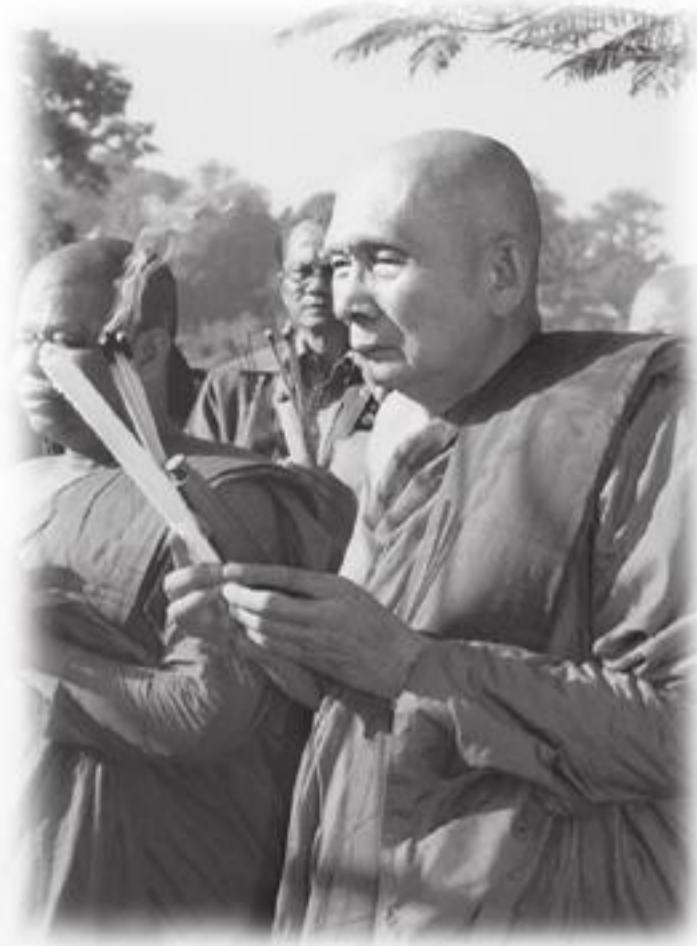
๗๐

ผู้มีธรรมถือเหตุผลเป็นสำคัญเสมอ ไม่ว่าจะใครจะทำผิดมา  
แล้วมากน้อยเพียงไหน หากเห็นเหตุผลที่กระทำไปเช่นนั้น จัก  
อภัยให้ได้อย่างง่ายดาย

การตั้งใจจริงที่จะไม่โกรธพร้อมกับใช้ปัญญาหาเหตุผลมา  
ประกอบเพื่อไม่ให้เกิดความโกรธ ก็คือ การตั้งใจจริงที่จะเข้าใจ  
เหตุผลความจำเป็นของคนอื่นที่ทำความชั่วให้โกรธ และเมื่อเห็น  
เหตุผลความจำเป็นของเขาแล้ว ก็จะอภัยให้ได้ ไม่โกรธ

การฝึกใจไม่ให้โกรธ จึงเท่ากับเป็นการฝึกให้อภัยในความ  
ผิดของผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นผู้ที่รู้จักหรือไม่รู้จักก็ตาม.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๗๑

การเพ่งดูผู้อื่นทำให้ตนเองไม่เป็นสุข แต่การเพ่งใจดูตนเอง ทำให้เป็นสุขได้ แม้กำลังโกรธมาก หากเพ่งดูใจตนเองให้เห็นว่า กำลังโกรธมาก ความโกรธก็จะลดลง เมื่อความโกรธน้อย หากเพ่งดูใจตนเองให้เห็นว่ากำลังโกรธน้อย ความโกรธก็จะหมดไป

จึงกล่าวได้ว่า ไม่ว่าจะมียารมณใดก็ตาม โลกหรือโกรธหรือ หลงก็ตาม หากเพ่งดูใจตนเองให้เห็นอารมณนั้นแล้ว อารมณนั้นจะ หมดไป ได้ความสุขมาแทนที่ ทำให้มีใจสบาย.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๓/๒

เมตตากรุณาเป็นความรู้สึกตรงกันข้ามกับความโกรธ  
การเจริญเมตตา จึงเป็นการแก้ความโกรธที่ได้ผล ผู้เจริญ  
เมตตาอยู่เสมอ เป็นผู้ไม่โกรธง่าย ทั้งยังมีจิตใจเยือกเย็นเป็นสุข  
ด้วยอำนาจของเมตตาอีกด้วย.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๗/๓

กิเลสเป็นโรคร้ายทางใจที่มีได้ร้ายน้อยกว่าโรคร้ายทางกายที่ร้ายที่สุด จะกล่าวว่าโรคร้ายทางใจ มีโทษร้ายแรงยิ่งกว่าโรคร้ายทางกายก็ไม่ผิด เพราะผู้ตายไปจริง ๆ ด้วยโรคร้ายทางกาย นั้น ดีกว่าผู้ที่ตายแล้ว ในทางชื่อเสียงและคุณงามความดี ด้วยโรคร้ายทางใจ.

ความคิดนั้น ไม่ว่าจะความคิดดีหรือความคิดชั่ว เมื่อคิดขึ้นแล้วจะไม่ลบหายไปจากจิตใจ ความคิดดีก็จะฝังลงเป็นพื้นฐานที่ดี ความคิดชั่วก็จะฝังเป็นพื้นฐานที่ชั่ว คิดดีนานก็จะฝังลงเป็นฐานที่ดีมาก คิดช้วนานก็จะฝังลงเป็นพื้นฐานที่ชั่วมาก การพยายามควบคุมความคิดให้ถูกต้องไว้เสมอ เป็นสิ่งที่ควรทำด้วยกันทุกคน.



พระนิพนธ์

๗๔

การแก้โทษะได้ ก็เท่ากับแก้ความผูกโกรธหรือผูกเวรได้  
เป็นการสร้างอภัยทานขึ้นแทน

อภัยทานก็คือการยกโทษให้ คือการไม่ถือเอาความผิดหรือ  
การล่วงเกินกระทบบกระทั่งว่าเป็นโทษ อันอภัยทานนี้เป็นคุณแก่ผู้  
ให้ยิ่งกว่าแก่ผู้รับ.



พระนิพนธ์

๗๕

เมตตา มีความหมายว่า ปราบปรามให้เป็นผู้สุข เป็นความหมายใกล้เคียงทำนองเดียวกับสงสารที่ไม่อยากให้เป็นทุกข์ เมื่อใดเกิดความรู้สึกสงสารจริงใจ ไม่อยากเห็นความทุกข์ของใครก็ตาม ก็เข้าใจได้ว่า เมื่อนั้นเมตตาได้เกิดขึ้นแล้ว

กรุณา มีความหมายว่า พยายามช่วยด้วยใจจริงให้พ้นทุกข์ ให้เป็นผู้สุข และไม่ว่าเมื่อพยายามช่วยแล้ว จะเกิดผลขึ้นแก่ผู้รับ ความกรุณาเพียงใดหรือไม่ ก็เป็นกรุณาจริง อันเกิดแต่เมตตาจริง.



พระนิพนธ์

๓๖

ความมีอายุยืน มีสุขภาพพลานามัยสมบูรณ์แข็งแรง ย่อม  
เกิดแต่ความไม่เบียดเบียน

ความมีอายุยืน มีสุขภาพพลานามัยสมบูรณ์แข็งแรง เป็น  
ผลที่ตรงกับกรรมที่เป็นเหตุคือความไม่เบียดเบียนกัน

ความไม่เบียดเบียน เป็นการทำให้มีความสุข ความเจริญ  
ในอายุ ความมีอายุยืน มีสุขภาพพลานามัยสมบูรณ์แข็งแรง เป็น  
ความสุข ความเจริญอายุ

ผู้ทำเหตุคือความไม่เบียดเบียน ก็ย่อมได้รับผลเป็นผู้มี  
อายุยืน มีสุขภาพพลานามัยสมบูรณ์แข็งแรง ผลย่อมตรงต่อเหตุ  
ดังนี้.



พระนิพนธ์

## ๓๗

ความมีปัญญา ย่อมเกิดแต่การปฏิบัติอบรมจิตให้สงบ จิตสงบเพียงไร ปัญญาย่อมยิ่งเพียงนั้น และเมื่อจิตวุ่นวายเพียงไร ปัญญาย่อมหย่อนเพียงนั้น

ปัญญาเป็นความฉลาดที่เกิดแต่เรียนและคิด จิตที่สงบจะทำให้ใช้ความคิดได้อย่างดี ต้องการจะคิดเรื่องใดให้แตกฉานรู้จริงด้วยตนเอง มิใช่เป็นเพียงความรู้ของคนอื่น

จิตที่สงบก็จะทำให้เป็นปัญญาขึ้นมาได้ แต่จิตที่ไม่สงบ วุ่นวายจะทำไม่ได้ ผู้มีปัญญาจึงเป็นผู้มีจิตสงบ แม้ปรารถนาจะเป็นผู้มีปัญญา พึงทำใจให้สงบ คือ สงบจากความโลภ ความโกรธ ความหลง ปรารถนาเป็นผู้มีปัญญาเพียงไร พึงทำใจให้สงบเพียงนั้น.





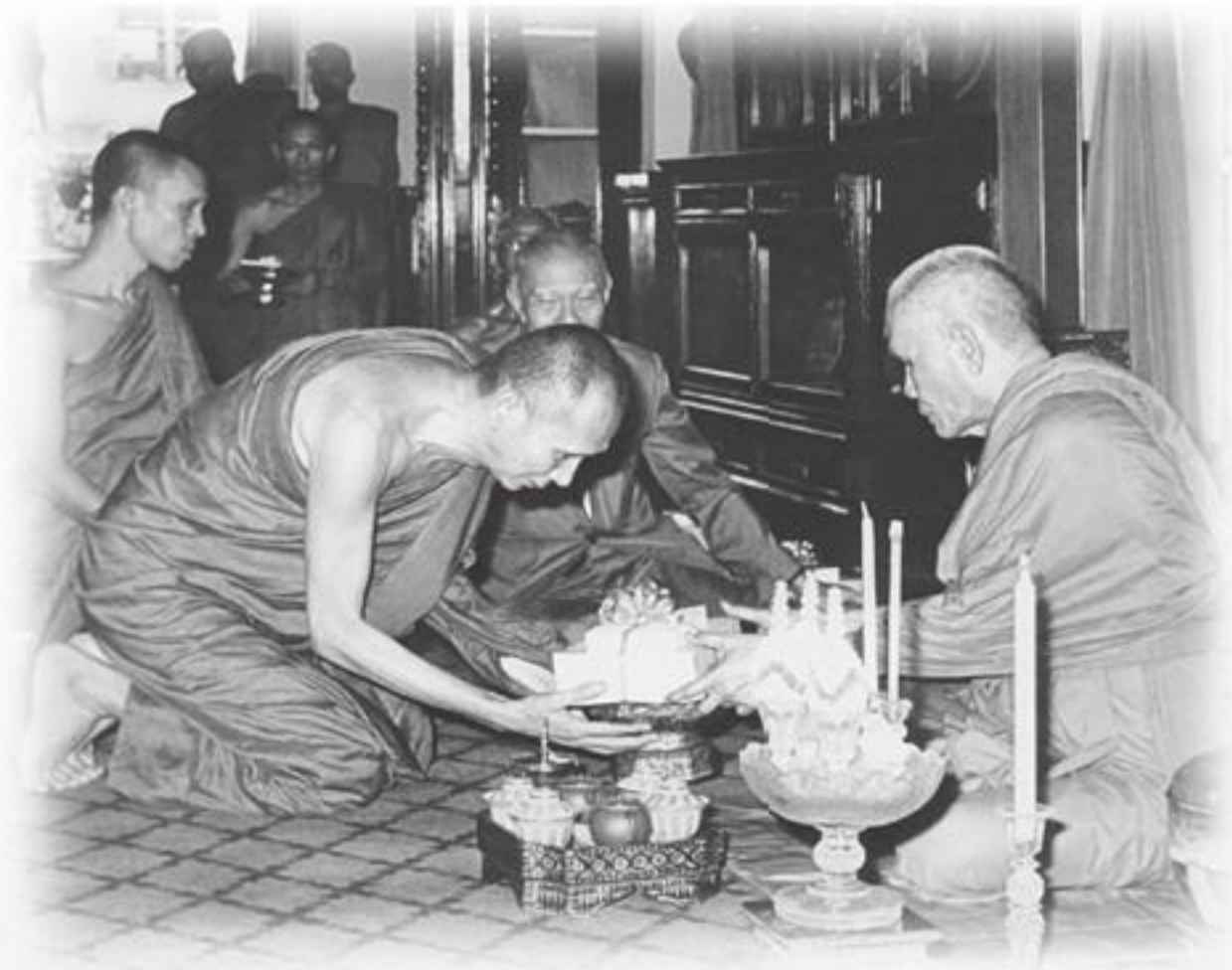
พระนิพนธ์

๗๘

ปัญญาเกิดแต่การเรียนรู้และคิด

เรียนนั้น หมายถึงทั้งเรียนด้วยหู เรียนด้วยตา คือฟังที่มีผู้สอนก็ได้ อ่านที่มีผู้เขียนก็ได้ เห็นที่ปรากฏให้เห็นก็ได้ เรียนดังกล่าวทุกอย่างต้องเรียนและคิดจนเป็นปัญญา จึงจะได้ประโยชน์จริงจากการเรียน

อะไร ๆ มากมายที่ได้พบ ได้เห็น ได้ยิน ได้ฟังอยู่ไม่ว่างเว้น แม้ใช้ความคิดประกอบความรู้ทางพระพุทธศาสนา ที่ได้ศึกษาแล้ว ย่อมได้ปัญญาเห็นจริงได้ แม้ทำให้เนื่อง ๆ.

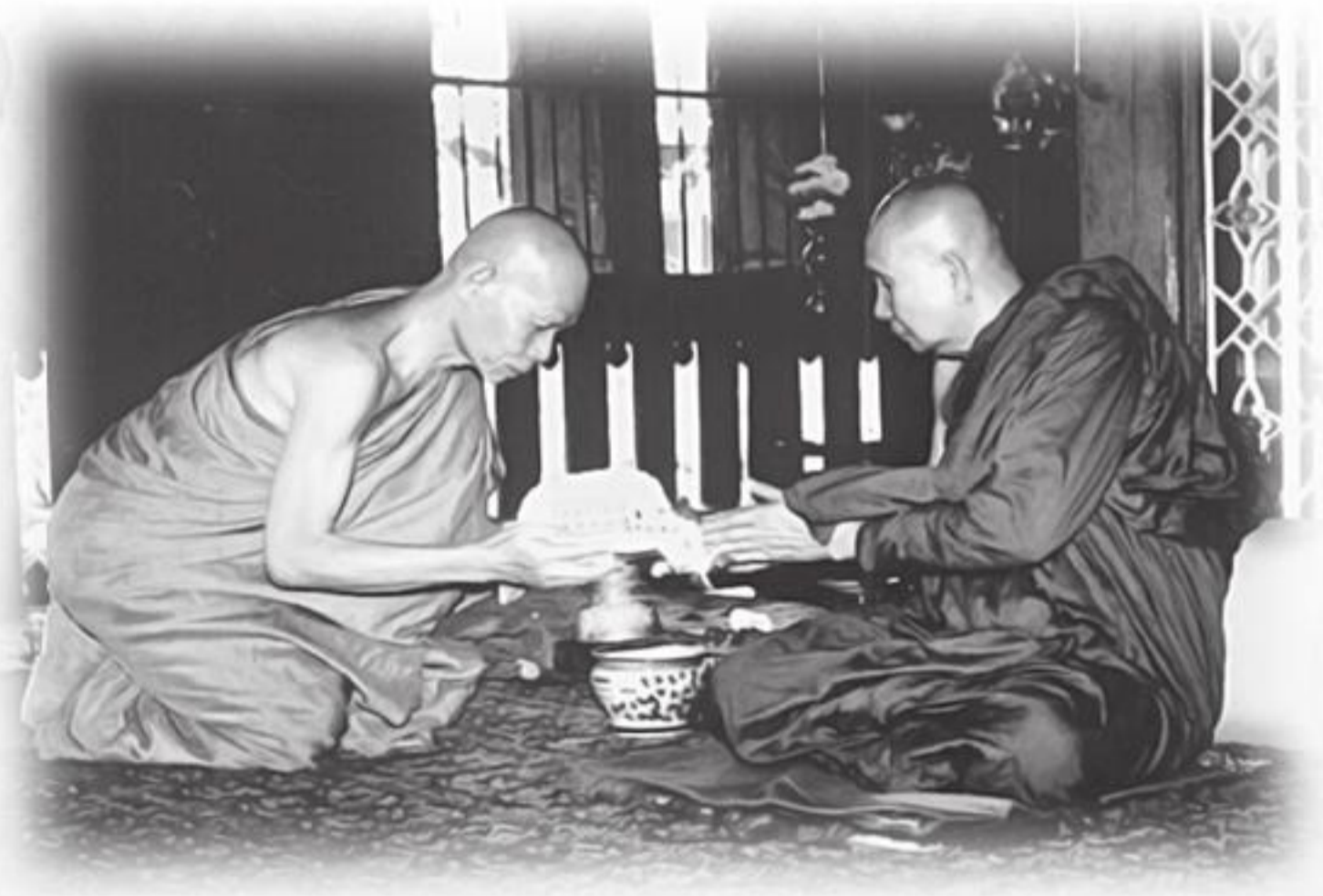


พระนิพนธ์

๗๙

ความปลงใจเชื่อให้จริงในเรื่องกรรม และการให้ผลของกรรม มีผลใหญ่ยิ่ง จะทำให้กลัวการทำกรรมไม่ดี เมื่อไม่ทำกรรมไม่ดี ผลไม่ดีย่อมไม่เกิดขึ้นแก่ตน ความสบายทั้งปวงย่อมมีมา ความไม่เข้าใจในเรื่องกรรม และการให้ผลของกรรม มีโทษสถานเดียว ไม่มีคุณเลย ไม่ว่าจะป็นกรรมของตัวเอง หรือกรรมของผู้อื่นก็ตาม

ผู้มีปัญญาแม้พอสมควร จึงพยายามทำความเข้าใจในเรื่องของกรรม หรือแม้ไม่เข้าใจจริงก็ใช้วิธีเชื่อไว้ก่อน ซึ่งก็เป็นการแสดงความเป็นผู้มีปัญญา ยิ่งกว่าผู้ที่ปฏิเสธไม่ยอมเชื่อเลย.



พระนิพนธ์

๘๐

ผู้มีปัญญา เห็นค่าของตนที่ฝึกแล้ว ย่อมยินดีที่จะเผชิญ  
ความยาก ความยากแม้มากมายเพียงไรก็ตาม ย่อมให้ผลเป็นความ  
มีค่าแห่งจิตใจตน เป็นความมีค่าแห่งตนเอง เป็นผลที่คุ้มกับความ  
ยากลำบาก ที่ต้องต่อสู้เพื่อให้การฝึกตนนั้นเป็นไปด้วยดี มีผล  
สำเร็จสมดังความมุ่งมาดปรารถนา

“บัณฑิตหรือคนดีมีปัญญา ย่อมกล้า ย่อมพร้อม ที่จะรับ  
ความยากทั้งหลาย เพียงเพื่อได้มีโอกาสฝึกตน”



พระนิพนธ์

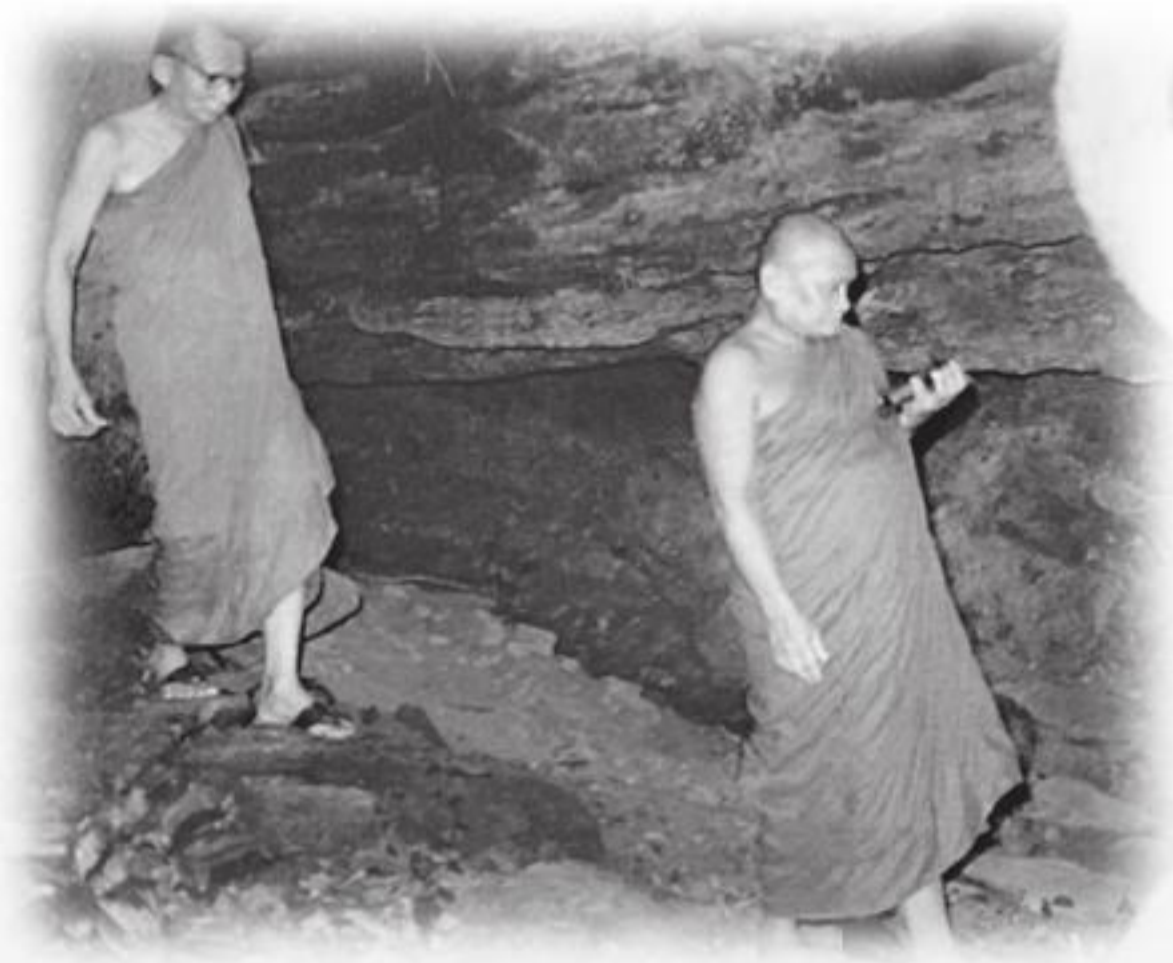
๘๑

ผู้ที่จะยอมเป็นที่พึ่งของผู้ใดคนหนึ่ง คือ จะให้ผู้ใดพึ่ง จะต้องเห็นสมควร นั่นก็คือ...จะต้องเห็นว่าผู้ที่ตนจะให้พึ่ง ให้ความช่วยเหลือนั้น มีความเหมาะสมที่จะได้รับความช่วยเหลือในเรื่องใดหรือไม่ ถ้าไม่เห็นความสมควรก็คงไม่ช่วย

นี่คือพุทธศาสนสุภาษิตกล่าวว่...

“ตนแลเป็นที่พึ่งของตน”

ผู้มีปัญญาเห็นความหมายของพุทธภาษิตนี้ จึงตั้งใจทำตน ให้เป็นที่พึ่งของตน คือทำตนให้เป็นคนดี นั่นแหละเป็นประการสำคัญ.



พระนิพนธ์

๘๒

ความสามารถรักษาจิตใจ รักษาวาจา รักษาการกระทำให้เป็นไปเพื่อไม่ก่อทุกข์โทษภัยแก่ผู้อื่น ไม่เรียกว่าเป็นการทำเพื่อผู้อื่น ไม่เรียกว่าเป็นการถือว่าผู้อื่นเป็นที่รักของตน แต่เป็นการทำเพื่อตนเอง เป็นการถือว่าตนเป็นที่รักของตนอย่างยิ่ง ไม่มีความรักอื่นเสมอด้วยความรักตน

ผู้ที่สามารถรักษากายวาจาใจของตนให้ดีได้นั้น ก็คือ “ผู้ที่รักตนอย่างยิ่ง” นั่นเอง เพราะรักตนอย่างยิ่งจึงประพฤติปฏิบัติดีเพื่อให้ตนเป็นคนดี.



พระนิพนธ์

๘๓

เมื่อจะคิดชั่ว พุดชั่ว ทำชั่ว เมื่อใด ขอให้นึกถึงตนเอง นึกว่า  
ตนเป็นที่รักของตน จึงไม่ควรทำลายตน เหมือนตนเป็นที่รังเกียจ  
เกลียดชังอย่างยิ่ง จนถึงกับต้องทำลายเสีย

การคิดชั่ว พุดชั่ว ทำชั่ว เป็นการทำลายตนอย่างแน่แท้  
สังคมแห่งมนุษยชาติ บางคราวสงบเย็น บางคราวเดือดร้อนวุ่นวาย  
ก็เพราะมีความดีความชั่วเป็นปัจจัยสำคัญ

พระพุทธศาสนาจึงมุ่งแนะนำสั่งสอนให้ประกอบความดี  
ละเว้นความชั่ว และอบรมจิตใจให้ผ่องแผ้ว ซึ่งจะผลักดันให้ทำ  
ความดี ส่วนจิตใจชั่วทราม ย่อมนำไปสู่สร้างความชั่วเสียหาย ทั้ง  
แก่ตนเอง ทั้งแก่ผู้อื่น



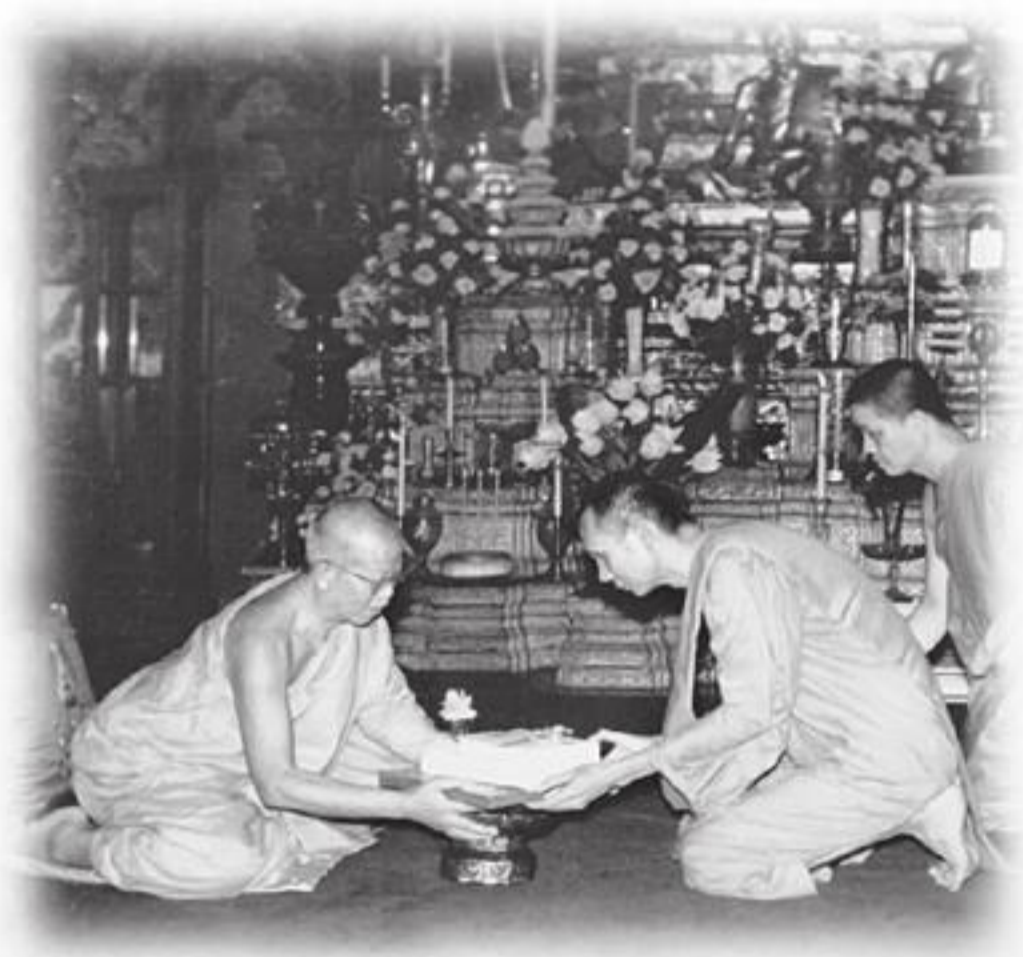
พระนิพนธ์

๘๔

พุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่งกล่าวไว้ แปลความว่า “**ตนเที่ยว  
เป็นคติของตน**” คือตนนั้นแหละจักเป็นผู้พาตนไป ไปดีไปชั่ว ไป  
สว่างไปมืด ไปอย่างไรก็ได้ทั้งนั้น แล้วแต่ตนจะพาไป

ที่มักกล่าวกันว่า คนนั้นพาคนนี้ไปดีไม่ดีนั้น ไม่ถูกต้องตาม  
ความจริง ไม่มีผู้ใดจะพาใครไปไหนได้ นอกจากเจ้าตัวเองจะเป็น  
ผู้พาตัวเองไป ผู้อื่นเป็นเพียงส่วนประกอบเท่านั้น แม้ตัวเองไม่พา  
ตัวเองไปดีแล้ว ก็ไม่มีผู้ใดอื่นสามารถพาไปดีได้อย่างแน่นอน หรือ  
แม้ตัวเองไม่พาตัวเองไปชั่วแล้ว ก็ไม่มีผู้ใดอื่นจะสามารถพาไปชั่ว  
ได้อย่างแน่นอน.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

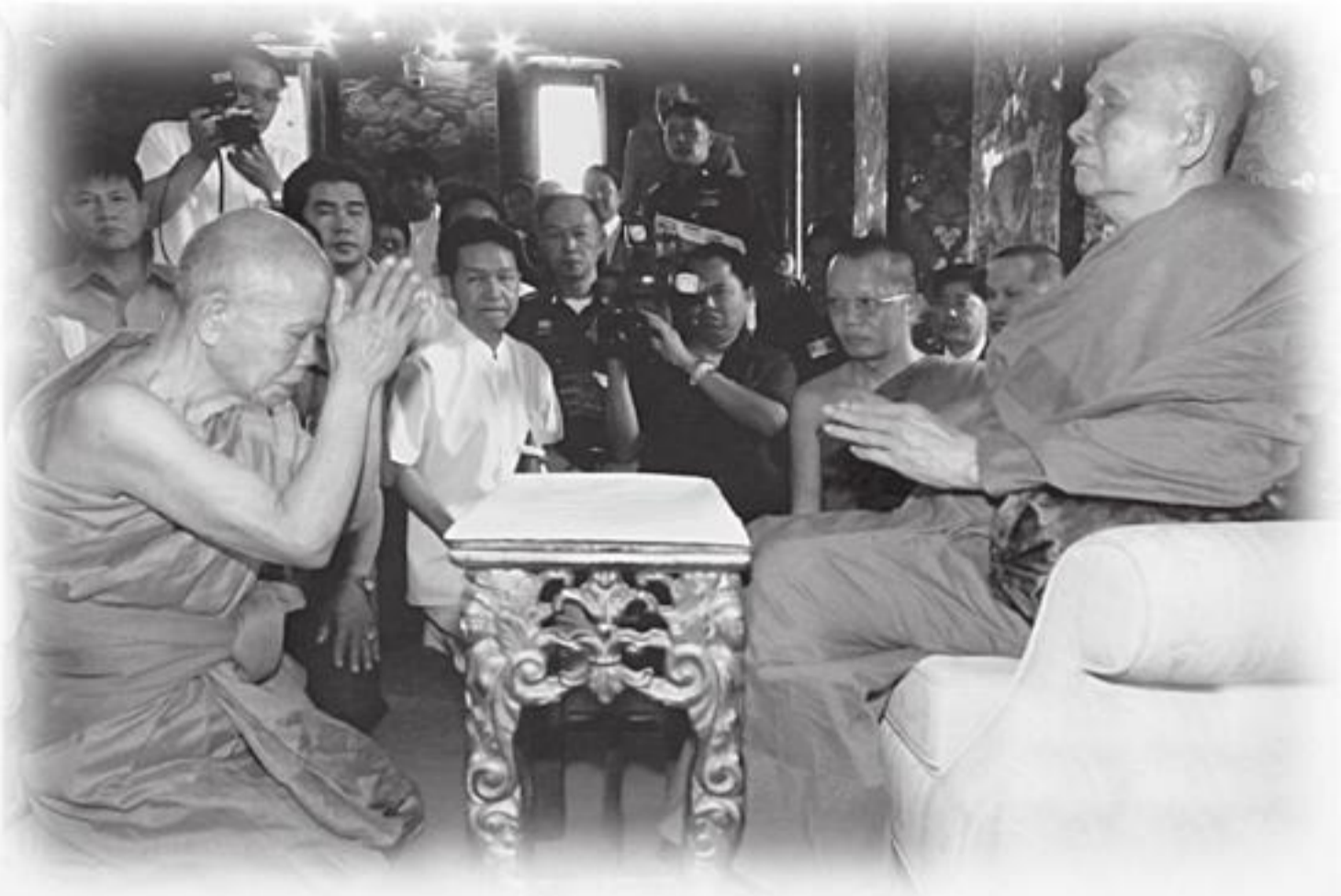


พระนิพนธ์  
๘๕

ความสงบอย่างยิ่งของใจ ย่อมมีอยู่ได้เป็นปกติ ด้วยอำนาจ  
ของอุเบกขาที่แท้จริงในพรหมวิหาร ผู้มีใจยังไม่เป็นอุเบกขา บางที  
ก็สามารถแสดงอุเบกขาให้ปรากฏภายนอกได้

หลายคนเคยพูดว่า “ฉันอุเบกขา” นั้นไม่หมายถึงว่า ผู้พูด  
มีใจเป็นอุเบกขาในพรหมวิหารธรรม แต่หมายถึงการกระทำ  
เท่านั้นที่ไม่ยุ่งเกี่ยวในเรื่องนั้นเรื่องนี้เป็นเรื่อง ๆ ไป ความสงบเป็น  
ปกติของใจด้วยอำนาจของอุเบกขานั้นหาไม่มี.





พระนิพนธ์

๘๖

ผู้ที่รักษาตนได้ คือผู้ที่มีความดี ที่กล่าวว่า รักษาตนได้นั้น พุทให้ยาวออกไป คือมีความดีรักษาตนอยู่นั่นเอง ไม่ได้หมายความว่า เป็นอย่างอื่น

ไม่มีผู้ใดจะสามารถรักษาตนได้ ถ้าไม่มีความดี ถ้าไม่ได้ กระทำความดีอย่างเพียงพอ ธรรมย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม คือ ผู้ประพฤติธรรมย่อมมีความดีรักษา ย่อมเป็นผู้ที่รักษาตนได้

ดังนั้น สิ่งซึ่งต้องทำที่เป็นความสำคัญ สำหรับทุกคนที่ ต้องการรักษาตน คือ ความดี.



พระนิพนธ์

๘๗

พุทธภาษิตบทหนึ่งกล่าวไว้...แปลความว่า “ความหมดจด  
จากกิเลสทั้งปวง เป็นความดับจากทุกข์ทั้งหลาย”

กิเลสทั้งปวง คือ ความโลภทั้งปวง ความโกรธทั้งปวง ความ  
หลงทั้งปวง ทุกข์ทั้งหลายคือทุกข์ทุกประการ ถ้าจะกล่าวเป็นเหตุ  
เป็นผล ต้องกล่าวว่า กิเลสเป็นเหตุ ทุกข์เป็นผล คือ ความโลภ  
ความโกรธ ความหลง เป็นเหตุ ความทุกข์เป็นผล

ผู้มีกิเลสคือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ต้องมีความ  
ทุกข์ ผู้มีกิเลสคือ ความโลภ ความโกรธ ความหลงมาก ก็มีทุกข์มาก  
ผู้มีกิเลสคือ ความโลภ ความโกรธ ความหลงน้อย ก็มีทุกข์น้อย

ผู้หมดจดแล้วจากกิเลสทั้งปวง คือ ไม่มีความโลภ ความ  
โกรธ ความหลงเลย จักไม่มีทุกข์ คือ มีความดับจากทุกข์ทั้งหลาย.

## ๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๘๘

กิเลสคือความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นความเศร้าหมองมีความร้อนอยู่ในตัวเต็มที่ เปรียบได้ดังถ่านไฟก้อนใหญ่ที่ลูกไฟลงร้อนแรงเต็มที่ ผู้ใดไม่หลบหลีกให้ห่างไกลพ้นไปจริงแล้วผู้นั้นย่อมต้องได้กระทบความร้อนแรงนั้น เข้าไปใกล้เพียงใดก็จะกระทบร้อนเพียงนั้น

ใกล้จนขีด ก็จะไม่เหมือนกับเห็นถ่านไฟสีแดงดงาม แล้วยื่นมือเข้าไปจับต้องสัมผัส ย่อมต้องถึงกับพองไหม้ ถลอกปอกเปิก ได้เลือด ได้น้ำเหลือง แม้ถอยห่างออกได้บ้าง เปลวความร้อนแห่งไฟแรงที่จะกระทบก็จะลดน้อยตามระยะที่ถอยห่างนั้น.

## ๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๘๙

ใจไกลจากกิเลสเพียงไรก็มีความสุขเพียงนั้น มีความเบิกบานแจ่มใสเพียงนั้น กิเลสก็เหมือนเครื่องพรางตาทั้งหลาย ย่อมทำให้ไม่แจ่มใส ทำให้มืดมัว กิเลสปกคลุมใจหนาแน่นมาก ก็ทำให้ใจมืดมัวมาก ดังที่ท่านเปรียบกิเลสเช่นเมฆบนท้องฟ้า

จิตเช่นดวงอาทิตย์ ดวงอาทิตย์มีความสว่างเจิดจ้าอยู่ในตัว เมฆเคลื่อนเข้าบดบัง ก็จะทำให้ความสว่างไม่ปรากฏ จิตที่กิเลสเข้าปกคลุมก็จะเศร้าหมอง ทั้งที่จิตมีความบริสุทธิ์ส่องใสอยู่ในตัวเต็มที ดังที่ท่านกล่าวว่า “จิตที่แท้นั้นมีความประภัสสร”

๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

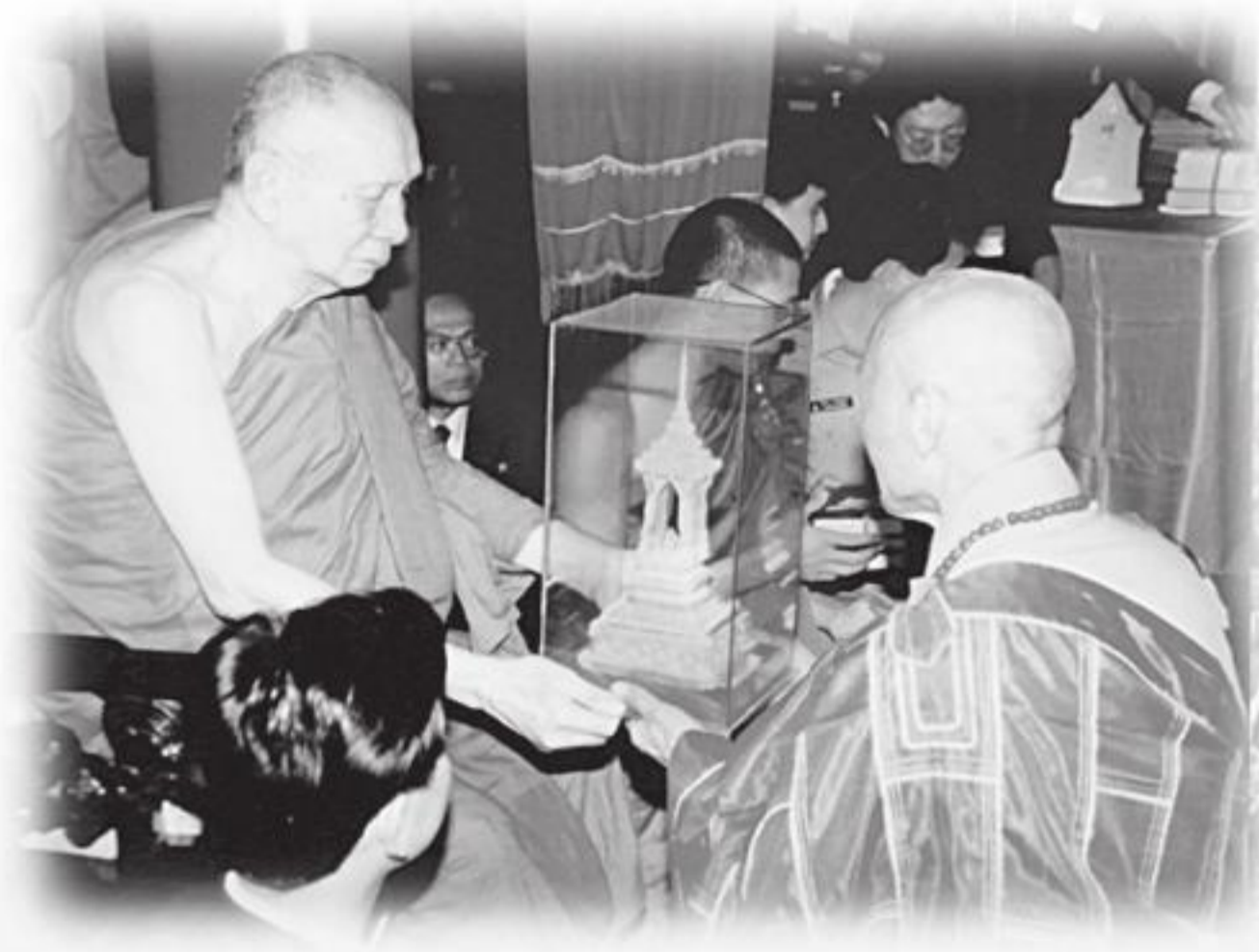


พระนิพนธ์

๙๐

จิตที่มีความสงบ มีความบริสุทธิ์ก็ด้วยมีศีลเป็นที่รองรับ หรือเป็นพื้น ท่านจึงเปรียบศีลเป็นเช่นแผ่นดิน อันเป็นที่ดำรงอยู่ ของสรรพสัตว์ในโลก และของสิ่งทั้งปวง

ศีลเป็นเช่นแผ่นดิน เพราะศีลเป็นที่รองรับกุศลกรรมทั้งปวง แม้ปราศจากศีลเป็นแผ่นดินรองรับ กุศลธรรมก็ตั้งขึ้นไม่ได้ ตั้งอยู่ ไม่ได้ ต้องมีศีลเป็นแผ่นดินรองรับ กุศลธรรมทั้งหลายจึงจะตั้งขึ้น ได้ นอกจากศีลความบริสุทธิ์ของจิต ต้องมีสมาธิเป็นส่วนสำคัญ เพราะสมาธิจักทำให้จิตบริสุทธิ์จากนิวรณ์ทั้งหลาย ความบริสุทธิ์ จากนิวรณ์นั้นเป็นบาทของปัญญา.

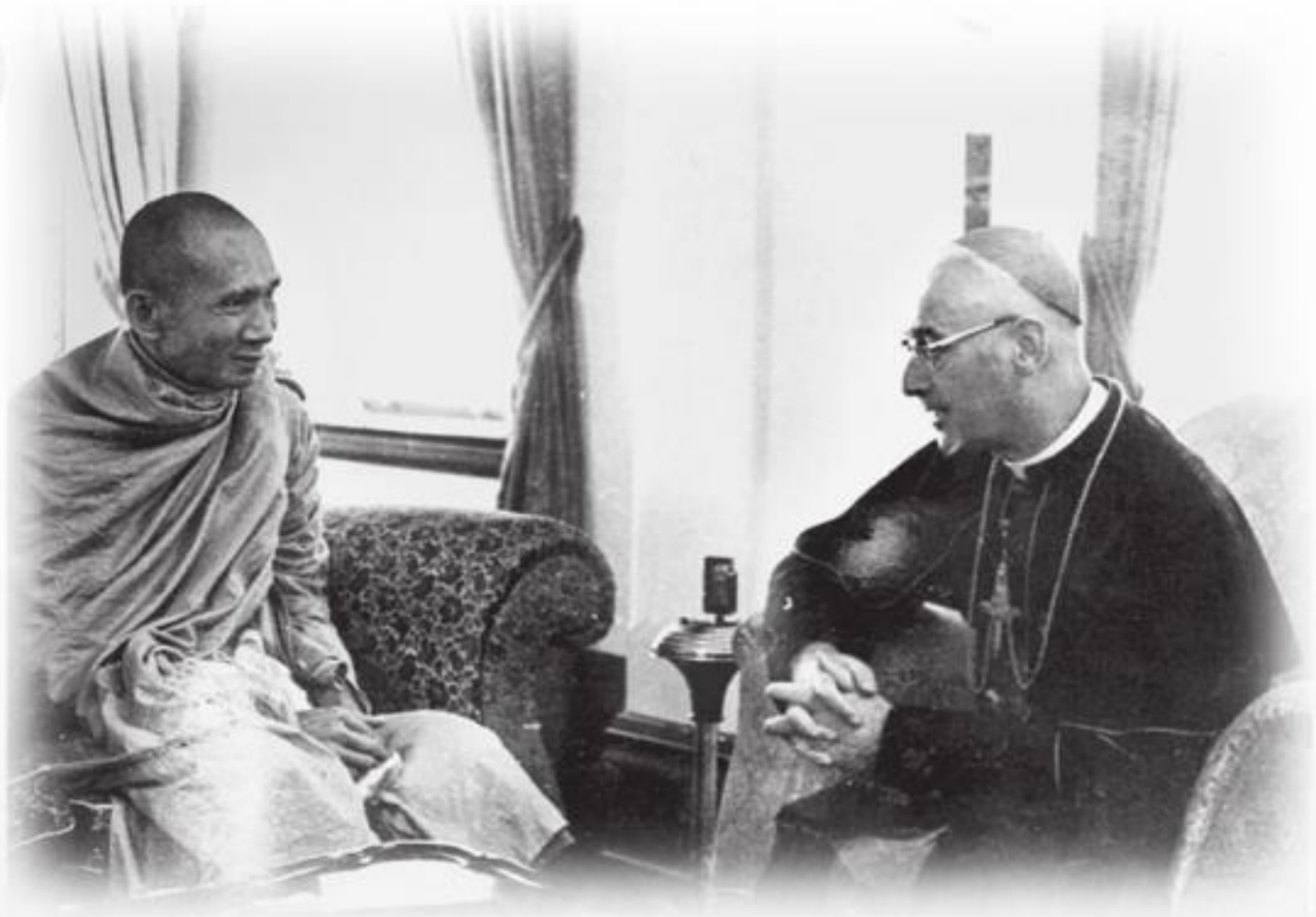


พระนิพนธ์

๙๑

ความยึดมั่นถือมั่น เป็นความไม่ถูกต้อง พระพุทธเจ้าจึง  
ทรงสอนให้ละ แต่เมื่อยังละความยึดทุกอย่างไม่ได้ ก็พึงทุ่มเทจิตใจ  
ให้ยึดมั่นการทำความดี ยึดมั่นความเชื่อในผลของการทำความดีว่า  
ทำดีจักได้ผลดีจริง มีความยึดมั่นความเชื่อในผลของการทำความ  
ชั่ว ว่าทำชั่วจักได้ผลชั่วจริง

ความยึดมั่นเช่นนี้ จักเป็นทางนำไปดี ให้ได้ทำดี ไม่ทำ  
ไม่ดี ซึ่งก็ย่อมจักนำไปพันทุกข์โทษภัยของกรรมไม่ดี ได้รับแต่คุณ  
ประโยชน์สารพัดของกรรมดี.



พระนิพนธ์

๙๒

ผู้มีปัญญามาก เป็นผู้ไม่ใช้เล่ห์เหลี่ยม เพราะผู้มีปัญญา  
มากนั้น ไม่จำเป็นต้องใช้เล่ห์เหลี่ยมอันเป็นกลโกง เป็นความไม่  
สุจริต ผู้มีปัญญาสามารถใช้ปัญญาแก้ไขจัดการเรื่องราวทั้งหลาย  
ให้เป็นไปได้อย่างถูกต้องด้วยดี

ผู้มีปัญญารังเกียจการใช้เล่ห์เหลี่ยม ไม่ยินดีจะใช้เล่ห์เหลี่ยม  
แต่รู้จักเล่ห์เหลี่ยม เพราะปัญญาเป็นแสงสว่าง ย่อมนำให้รู้ ให้เห็น  
ให้เข้าใจทุกสิ่งทุกอย่างได้ชัดเจน มากน้อยตามความมากน้อยของ  
ปัญญา.

๑๐๐ บทพระนิพนธ์  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์  
๙๓

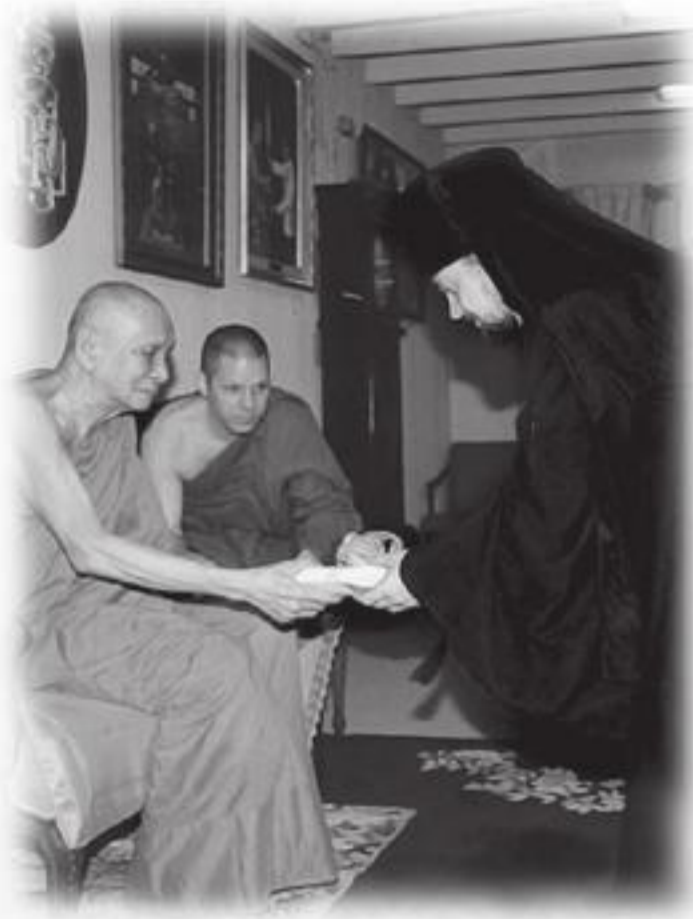
ชัยชนะทางใจนั้น ทุกคนมีอยู่เสมอ ในเรื่องนั้นบ้าง ในเรื่อง  
นี้บ้าง เป็นชัยชนะเล็ก ๆ น้อย ๆ และชัยชนะที่ยิ่งใหญ่ต่าง ๆ กัน

เมื่อใดความโลภเข้าใกล้ แม้สามารถหนีไกลจากความโลภ  
ได้ด้วยปัญญา คือด้วยเหตุผล...เมื่อนั้นเป็นชัยชนะ

เมื่อใดความโกรธเข้าใกล้ แม้สามารถหนีไกลจากความโกรธ  
ได้ด้วยปัญญา คือด้วยเหตุผล...เมื่อนั้นเป็นชัยชนะ

เมื่อใดความหลงเข้าใกล้ แม้สามารถหนีไกลจากความหลง  
ได้ด้วยปัญญา คือด้วยเหตุผล...เมื่อนั้นเป็นชัยชนะ.





พระนิพนธ์

๙๔

จิตใดเป็นจิตของบัณฑิต คือผู้มีปัญญาแห่งธรรม ผู้ได้  
ศึกษาธรรม ได้ปฏิบัติธรรม ได้รับผลแห่งธรรมปฏิบัติ มีสมบัติที่  
เป็นธรรม คือ “ธรรมสมบัติ” จิตนั้นมีคุณลักษณะเปรียบได้ดั่ง  
ภูเขาหินแห่งทิบ ไม่หวั่นไหวในโลกธรรม อันผู้อยู่ในโลกจะต้องพบ  
เป็นธรรมดา เพราะเป็นสิ่งที่มิประจำโลกทั้งฝ่ายดีและฝ่ายชั่ว คือ  
ทั้งลาภ ความเสื่อมลาภ ยศ ความเสื่อมยศ นินทา สรรเสริญ สุข  
ทุกข์

ผู้มีใจเป็นบัณฑิต เฝียบพร้อมด้วยคุณลักษณะแห่งบัณฑิต  
แม้ต้องเผชิญโลกธรรมทั้ง ๘ นี้อย่างใดอย่างหนึ่ง ไม่ว่าจะฝ่ายดีหรือ  
ฝ่ายชั่ว ย่อมมีใจตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว.

## ๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๙๕

ทาน คือ การให้สิ่งที่สมควรแก่ผู้ที่สมควรให้ และการให้แก่ผู้ที่สมควรได้รับ ความสมควรเป็นความสำคัญอย่างยิ่งประการหนึ่ง เมื่อพระพุทธเจ้าทรงสอนให้เป็น “ผู้ให้” นั้น ย่อมมิได้ทรงหมายถึงให้โดยไม่พิจารณาความสมควร แต่ย่อมทรงหมายถึงความสมควรให้สิ่งที่สมควรแก่ผู้ที่สมควรแก่สิ่งนั้น ผู้รับไม่ปฏิเสธที่จะรับ และเห็นค่าของสิ่งที่จะได้รับนั้น รับแล้วจะเป็นคุณประโยชน์ แม้การดูว่าตำหนิตีเดียณผู้ที่สมควรได้รับการดูว่าตำหนิตีเดียณ เพื่อเป็นการช่วยเหลืออบรมบ่มนิสัยให้เป็นคนดี พระพุทธเจ้าทรงถือว่า เป็นทาน เป็นธรรม เป็นธรรมทานที่ทรงกล่าวไว้ว่า ยิ่งกว่าทานทั้งปวง.



พระนิพนธ์

๙๖

ศีลเป็นฐาน ปัญญาเป็นยอด

ผู้มีศีล คือ ผู้มีฐานที่จะรองรับสิ่งดีงามทั้งหลายทั้งปวงได้  
และในบรรดาสิ่งดีงามทั้งหลายทั้งปวงนั้น มีปัญญาเป็นสิ่งสูงสุด  
สิ่งดีงามทั้งหลายทั้งปวงมีศีลเป็นฐาน เกิดแต่ศีล ๕ เป็นต้น

ศีล ๕ ย่อมเป็นฐานให้เว้นจากการเบียดเบียนทำลายชีวิต

เว้นจากการเบียดเบียนถือเอาทรัพย์สินของของผู้อื่น

เว้นจากการประพฤตินิดประเวณี

เว้นจากการเจรจาให้เกิดความเข้าใจผิดจากความจริง

เว้นจากเหตุแห่งความมัวเมาคือสุราเมรัย

สิ่งที่ศีลทำให้เว้นได้ทั้งปวง ล้วนเป็นความไม่ดีไม่งาม การ  
เว้นสิ่งที่ไม่ดีงาม ก็คือความดีงาม.



พระนิพนธ์

๙๗

ผู้ใดมีสมาธิรวมแห่งจิต มีความตั้งมั่นแห่งจิต ผู้นั้นจะสามารถตรึงตรองให้เกิดความเข้าใจอย่างแจ่มชัดในเรื่องทั้งปวง เป็นเหตุผล เป็นปัญญา โดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นปัญญาที่นำพาให้พ้นทุกข์ ตั้งแต่พ้นทุกข์เล็กน้อยจนถึงพ้นทุกข์ใหญ่ยิ่ง จนถึงความพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิง

ทุกชีวิตเมื่ออุบัติขึ้นแล้ว ไม่ว่าจะคน ไม่ว่าจะสัตว์ จะต้องพบความทุกข์มากน้อยหนักเบาต่าง ๆ กัน ปัญญาเท่านั้นที่จะทำให้สามารถเปลื้องความทุกข์ สลัดความทุกข์ได้ มิให้ความทุกข์ทับถมจิตใจ เป็นความพ้นทุกข์ ไกลทุกข์ อย่างสิ้นเชิง เหล่านี้ปัญญาทำได้ทั้งสิ้น ปัญญามีระดับใดก็จะจัดการกับความทุกข์ได้ระดับนั้น.



พระนิพนธ์

๙๘

พุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่ง กล่าวว่า

“คนฉลาดกล่าวว่า ปัญญาประเสริฐเหมือนพระจันทร์  
ประเสริฐกว่าดาวทั้งหลาย แม้ศีลสิริและธรรมของสัตบุรุษ ย่อม  
ไปตามผู้มีปัญญา”

ผู้มีปัญญา คือ ผู้มีเหตุผล รู้ถูก รู้ผิด รู้ดีรู้ชั่ว รู้ควรรู้ไม่ควร  
รู้อย่างถูกต้องจริง มิใช่อ้างประมาณไปตามอำนาจของอคติ คือ  
โลก โกรธ หลง แม้ประกอบด้วยอคติ ความลำเอียงเพราะโลก  
เพราะโกรธ เพราะหลง เพราะกลัว ย่อมไม่เป็นไปอย่างถูกแท้.



พระนิพนธ์

๙๙

สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงมีพระพุทธานุศาสนีว่า “ปัญญาเป็นเครื่องวินิจฉัยสิ่งที่ฟังแล้ว เป็นเครื่องเพิ่มพูนเกียรติคุณและชื่อเสียง คนผู้ประกอบด้วยปัญญาในโลกนี้ แม้ในความทุกข์ก็หาความสุขได้”

ปัญญา หรือสัมมาปัญญา มีคุณสถานเดียว เพราะเมื่อใช้คำว่าปัญญา ย่อมหมายถึงปัญญาในธรรม ซึ่งจะเกิดได้ก็ต่อเมื่ออาศัยจิตบริสุทธิ์ จิตบริสุทธิ์สะอาดระดับใด ปัญญาจะรู้ชัดจริงในระดับนั้น จิตเศร้าหมองขุ่นมัว...ปัญญาก็จะเป็นเช่นนั้นด้วย คือเมื่อจิตเศร้าหมอง ปัญญาก็จะหมอง คือไม่ใสสว่าง.

## ๑๐๐ บทพระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



พระนิพนธ์

๑๐๐

ในบรรดาความไม่ประมาททั้งหลาย ความไม่ประมาทในความคิด เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด เป็นต้นสายของความไม่ประมาททั้งปวง

ความคิดเป็นเรื่องของใจ และใจนั้นท่านก็แสดงไว้แจ่มชัดว่าเป็นใหญ่ เป็นประธาน ทุกสิ่งสำเร็จด้วยใจ การพูด การดู การฟัง การทำ เป็นไปตามที่ใจคิดทั้งนั้น ความคิดให้เกิดความเห็นชอบ คือความคิดด้วยอาศัยเหตุผล อาศัยปัญญา ให้ตรงให้ถูกต้องตามความจริง ความจริงเป็นอย่างไรต้องอาศัยปัญญา ต้องไม่ประมาทปัญญา คิดให้เห็นตามความจริงนั้น ไม่คิดให้เห็นผิดจากความเป็นจริง.



## ปณิธานของธรรมสภาและสถาบันหนังสือธรรม



สำนักพิมพ์ธรรมสภาก่อตั้งขึ้นเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๓๐ มีปณิธานในการเผยแพร่พระพุทธศาสนา ตามเจตนารมณ์ของท่านเจ้าคุณพระสุธรรมเมธี (นายบันลือ สุขธรรม ป.ธ.๘) อดีตเจ้าคณะ จังหวัดอุตรดิตถ์ ผู้ก่อตั้งธรรมสภา อันเป็นธรรมสภา แห่งแรกของประเทศไทย สมัย จอมพล ป. พิบูลสงคราม เป็นนายกรัฐมนตรี ได้รับพระมหากรุณาธิคุณจาก สมเด็จพระนางเจ้ารำไพพรรณี พระบรมราชินีในรัชกาลที่ ๗ ทรงเปิดทองลูกนิมิตเอก ในวันที่ ๓ พฤศจิกายน ๒๕๔๒

สืบเนื่องตามกาลเวลา ในยุคก่อนปีพุทธศักราช ๒๕๓๐ หนังสือธรรมะที่ได้จัดพิมพ์จำหน่าย ในท้องตลาด ส่วนมากมีเนื้อหาสาระและมีคุณค่าเป็นอย่างมาก แต่ไม่มีผู้คนสนใจเท่าที่ควร เป็นเพราะรูปเล่มส่วนใหญ่ไม่มีความสวยงาม ไม่มีคุณสมบัติที่จะดึงดูดประชาชนให้สนใจหนังสือธรรมะ ทำให้ในอดีตหนังสือธรรมะไม่ได้รับความนิยมเป็นที่แพร่หลาย

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ธรรมสภาและสถาบันหนังสือธรรม ได้ตั้งปณิธานภายใน ๑๐ ปี จะต้องเปลี่ยนวัฒนธรรมการเผยแพร่หนังสือธรรมะให้มีรูปแบบสวยงาม น่าจับต้อง เป็นที่สนใจของประชาชน และจะทำให้หนังสือธรรมะขึ้นชั้นโชว์ตามร้านหนังสือชั้นนำ ติดอันดับ Best Seller เหมือนหนังสือชนิดอื่นทั่ว ๆ ไปที่วางจำหน่ายอยู่ จึงได้พัฒนารูปแบบปกและรูปเล่มให้มีความน่าสนใจอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลาถึง ๑๐ ปี และตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๔๐ เป็นต้นไป ทำให้ประชาชนเปลี่ยนวัฒนธรรมการอ่านมาสนใจหนังสือธรรมะเพิ่มมากขึ้น ธรรมสภามีความภูมิใจที่ได้นำเสนอและพัฒนาการอ่านหนังสือธรรมะของประชาชน ดังที่ท่านจะเห็นได้ในปัจจุบัน

ตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๔๐ ที่ผ่านมา ธรรมสภาได้ตั้งปณิธานให้หนังสือธรรมะเป็นหนังสือที่มีคุณภาพดี และราคาถูก จะพัฒนาหนังสือและสื่อธรรมะให้ประชาชนส่วนใหญ่ของประเทศพูดเป็นเสียงเดียวกันว่า “หนังสือธรรมะ ทั้งสวยทั้งดี มีคุณภาพ และราคาเหมาะสม”

ในปีพุทธศักราช ๒๕๕๐ เป็นต้นไป เป้าหมายของสำนักพิมพ์ธรรมสภา และสถาบันหนังสือธรรม คือการเผยแพร่ธรรมะที่ส่งเสริมให้ประชาชน ลด ละ เลิก อบายมุข และสิ่งเสพติดทั้งหลาย เพื่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงามและการนำมาซึ่งความสุขของมนุษยชาติ

ธรรมสภาได้ตั้งปณิธานไว้ว่า ในปีพุทธศักราช ๒๕๖๐ ประชาชนชาวไทยจักมีอิสระปราศจากความมั่งงาย ปราศจากสิ่งเหลวไหล และจะส่งเสริมให้อบายมุขหมดไปจากประเทศไทย ซึ่งอาจจะเป็นไปได้ แต่ขอให้ลดลง ๆ เรื่อย ๆ รวมถึงการสนับสนุนให้ประชาชนมีศีลธรรม มีวัฒนธรรมของชาวพุทธ และมีความปิติในการปฏิบัติธรรม เพื่อความสุขของชีวิต และเพื่อความสุขของสังคมโดยทั่วกัน

ด้วยความสุจริต หวังดี

ธรรมสภาปรารถนาให้โลกพบกับความสงบสุข





สถาบันหนังสือธรรม เป็นองค์กรเอกชนที่ก่อตั้งขึ้นเพื่อสืบทอดและเผยแพร่พระพุทธศาสนา สานต่อเจตนารมณ์หลวงปู่พุทธทาสภิกขุ แห่งสวนโมกขพลาราม หลวงพ่อปัญญาันทภิกขุ องค์ประธานสถาบันหนังสือธรรม และท่านเจ้าคุณพระสุธรรมเมธี ป.ธ. ๘ (นายบันลือ สุขธรรม) ผู้ให้กำเนิดธรรมสภา สถาบันหนังสือธรรม และ ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา [www.thammasapabooks.com](http://www.thammasapabooks.com)

กิจกรรมของสถาบันหนังสือธรรม [สื่อสารข้อมูลได้ที่ www.facebook.com/thammasapa](http://www.facebook.com/thammasapa)

๑. โครงการ พบพระ พบธรรม พระเถระแสดงธรรม ณ ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ทุกวันเสาร์ เวลา ๑๕.๐๐-๑๗.๐๐ น. สอบถามองค์บรรยายธรรมที่ ๐๘๖-๐๐๓๕๔๗๘
๒. โครงการ อยู่กันด้วยความรัก จัดกิจกรรมเพื่อสาธารณกุศล ช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติและช่วยเหลือชุมชนในถิ่นทุรกันดาร จัดกิจกรรมวันเด็กแห่งชาติทุกปี โทร. ๐๘๖-๐๐๓๕๔๗๘
๓. ธรรมสถาน “สวนมฤตดาธรรมาราม” อบรมการเรียนรู้ชีวิตตามธรรมใน ๑ วัน ทุกวันเสาร์ต้นเดือน เวลา ๐๘.๐๐-๑๖.๐๐ น. สอบถามองค์แสดงธรรมและเข้าร่วมกิจกรรมที่ โทร. ๐๘๖-๐๐๓๕๔๗๘
๔. กองทุน “คลังธรรมทาน” บริจาคหนังสือเป็นสาธารณกุศล เพื่อประโยชน์แก่สาธารณชน โดยแจ้งความจำนงเป็นจดหมายขอรับบริจาคได้ที่ธรรมสภา และสถาบันหนังสือธรรม
๕. หอสมุดธรรมสมาธิ ห้องสมุดธรรมะและนั่งสมาธิภาวนา พร้อมกับฟังธรรมะในสวนได้ร่มเงาไม้ตามธรรมชาติ สถานที่รื่นรมย์ ณ สวนมฤตดาธรรมาราม เปิดบริการ ๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น. สอบถามข้อมูลเพื่อขอใช้สถานที่เพื่ออบรมฟรี โทร ๐๒-๔๘๒-๑๑๙๖, ๐๘๗-๙๐๘๑๑๙๘ [www.thamsamati.com](http://www.thamsamati.com)
๖. เรือนทานวันพระ ขอเชิญรับประทานอาหารฟรี ตั้งแต่เวลา ๐๗.๐๐-๑๓.๐๐ น. ทุกวันพระ ณ ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ถ. บรมราชชนนี ๑๑๙ กทม. ๑๐๑๗๐ โทร ๐๘๑-๗๓๕-๑๗๖๖
๗. โครงการ ตักบาตรหนังสือธรรมะ โดยร่วมถวายหนังสือธรรมะแก่พระภิกษุ สถานศึกษา วัด และโรงเรียน ที่แจ้งความจำนงขอรับหนังสือบริจาคมาที่ธรรมสภา หนังสือธรรม โทร. ๐๘๖-๐๐๓-๕๔๗๘



การพิมพ์หนังสือธรรมเป็นอนุสรณ์ นอกจากเป็นการจัดทำสิ่งซึ่งมีประโยชน์ ที่คงอยู่ยืนนานแล้ว ยังเป็นการบำเพ็ญธรรมทานที่พระพุทธเจ้าตรัสว่าเป็นทานอันยอดเยี่ยมอีกด้วย ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ ชื่อว่า ได้มีส่วนร่วมในการเผยแพร่ธรรม อันจะอำนวยประโยชน์ที่แท้จริงแก่ประชาชน ท่านที่ประสงค์จัดพิมพ์หนังสือธรรมะที่ดีและมีคุณภาพ เพื่อมอบเป็นที่ระลึกในโอกาสของงานประเพณี อันเป็นการใช้จ่ายเงินอย่างมีคุณค่าและเกิดประโยชน์อย่างสูงสุด โปรดติดต่อที่.....โรงพิมพ์พระพุทธศาสนา ธรรมสภา เลขที่ ๑-๑๒ ถนนบรมราชชนนี ๑๑๙ แขวงศาลาธรรมสพน์ เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๗๐ โทร. ๐๒-๘๘๘-๗๙๔๐, ๐๘๙-๒๑๐๕๑๓๓ โทรสาร. ๐๒-๔๔๑-๑๔๖๔ [www.thammasapa.com](http://www.thammasapa.com)



# พระธรรมวารคดี

พุทธศาสนสุภาชิตบทหนึ่ง ซึ่งเป็นที่คุ้นหูคุ้นใจคนจำนวนมาก คือบทที่ว่า สัพพทานิ ธมฺมทานิ ชินาติ แปลความว่าการให้ธรรมย่อมชนะการให้ทั้งปวง และเพราะพุทธศาสนิกชนจำนวนมากไม่น้อยมีศรัทธาเชื่อในคุณแห่งการให้ธรรมเป็นทาน จึงแม้สามารถก็จะพากันพิมพ์หนังสือธรรมแจกเป็นธรรมทานซึ่งเชื่อว่าเหนือการให้ทั้งปวง

สมเด็จพระญาณสังวร

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



## หนังสือกองทุนธรรมทาน

- ลำดับที่ ๑. พระมหากษัตริย์ยอดกตัญญู
  - ลำดับที่ ๒. วิธีสร้างบุญบารมีและชีวิตนี้สำคัญนัก
  - ลำดับที่ ๓. คู่มือมนุษย์ของท่านพุทธทาสภิกขุ
  - ลำดับที่ ๔. มงคลชีวิต ๓๘ ประการ ของท่านปัญญาอันนทภิกขุ
  - ลำดับที่ ๕. บทสวดพระพุทธคุณ หลวงพ่อจรัญ ฐิตธัมโม
  - ลำดับที่ ๖. ๑๐๐ บท พระนิพนธ์ สมเด็จพระญาณสังวรฯ
- ท่านสาธุชนที่สนใจร่วมจัดพิมพ์เป็นธรรมทาน โปรดติดต่อที่ กองทุนธรรมทาน ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา โทร ๐๘๘-๒๑๐-๕๑๓๓ , ๐๒-๔๔๑-๑๕๓๕