

Morals By Buddhadasa



1. การเรียนรู้ (Learning)

-Knowing everything is useless unless knowing one's self.

(รู้อะไรร้อยแปด แต่ยังไม่รู้จักตนเอง นี้เรียกว่ายังไม่รู้)

-Once we have learned and understood ourselves life is peaceful

(ถ้าเราเรียนรู้ เราเข้าใจแล้ว ชีวิตนี้เป็นสุข)

-Not sticking in the already possessed knowledge is the real knowledge.

(มีความรู้อะไรแล้วไม่ติดอยู่ในความรู้นั้น “นี่คือความรู้”)

-Make your time precious by gaining more knowledge.

(จงใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ ด้วยการหาความรู้ใส่สมอง)

-Any development is useless without mind development

(การพัฒนาอะไรๆ ถ้าไม่พัฒนาจิตใจคนแล้ว มันไปไม่รอด)

-Do not believe in anything before realizing it yourself.

(อย่าเชื่ออะไร ก่อนที่เราจะเอาไปคิด ให้เข้าใจด้วยตนเอง)

-Keep yourself awoken and freshen.

(จงปลุกตนเอง เสกตนเองอยู่เสมอ)

-To gain more and more knowledge is a crucial matter of life.

(หมั่นแสวงหาวิชาใส่ตัว เป็นเรื่องสำคัญสำหรับชีวิต)

-Dharma study is the key to solve life problems.

(การศึกษาธรรมะช่วยให้เรามี เครื่องมือสำหรับแก้ปัญหาชีวิต)



2. ปล่อยวาง (Let it go)

- Nature is fairness and always be.
(ธรรมชาติเป็นสังขัตติธรรม เป็นสิ่งที่อยู่อย่างนั้นตลอดเวลา)
- Nothing sees to your need.
(ไม่มีอะไร เป็นไปตามที่เราต้องการ)
- All are up to rules of nature.
(ทุกสรรพสิ่ง ล้วนเป็นไปตามกฎธรรมชาติ)
- Ordinarily everything must be in its own way.
(ธรรมดาทุกสิ่ง ย่อมเป็นเช่นนั้นเอง)
- Everything is a mixture, no purity. Lacking any of its portions, it can't exist.
(สิ่งทั้งหลายล้วนแต่เป็นของผสม ไม่มีเนื้อแท้ ส่วนผสมขาดตกบกพร่อง มันก็ทรงอยู่ไม่ได้)
- What belongs to you may not be with you forever.
(เรามีอะไรก็อย่าไปคิดว่า มันจะอยู่กับเราตลอดไป)
- Today this thing is with you but later it may be away from you.
(สิ่งนี้ วันนี้มันอยู่กับเรา แต่ในเวลาต่อไป มันอาจจะไม่อยู่กับเราก็ได้)
- The more concerning with anything the more suffering with it.
(มีความยึดถือในเรื่องอะไรมาก ก็ต้องมีความทุกข์ในเรื่องนั้นมาก)
- Seizing either anyone or anything is passion.
(ความยึดถือ ไม่ว่าจะสิ่งใดๆ เป็นไปเพื่อกิเลสทั้งนั้น)
- Today you are with me. Tomorrow you may not.
(วันนี้เจ้าอยู่กับฉัน วันพรุ่งนี้...ไม่แน่)



3. สร้างสุข (Creating Happiness)

-The real happiness is the state without suffering.

(สุขที่แท้ คือ ทุกข์ที่ดับไป)

-What is happiness ? It is the reduction of suffering.

(สุขนั้นคืออะไรเล่า สุขนั้นคือทุกข์ที่ลดลง)

-One can find happiness from what causes suffering.

(หาความสุขได้ จากสิ่งที่เป็นทุกข์)

-The real happiness is living adequately and sufficiently.

(ความสุขที่แท้ คือ การมีชีวิตอยู่กับความพอดี)

-The real happiness is the peaceful mind without desire.

(ความสุขที่แท้ คือ จิตสงบ จิตสว่างจากกิเลส)

-The permanent happiness does not depend on attraction or motivation.

(ความสุขที่ถาวร ไม่ต้องอาศัยเครื่องล่อ เครื่องจูงใจ)

-Peacefulness is the state of happiness within the mind.

(ความสงบ เป็นสุขอยู่ในใจ)

-Those who create peace are happy.

(ผู้กระทำความสงบ ย่อมเป็นสุข)

-Happiness based on materials is unstable and easily changeable: practicing Dharma leads to real happiness in life.

(สุขที่อาศัยไม่เที่ยง แปรเปลี่ยนง่าย การปฏิบัติธรรม ย่อมเป็นเหตุให้เกิดความสุขในชีวิตอย่างแท้จริง)

-We are happy because of our own doings, We also suffer because of our own doings.

(เราเป็นสุขเพราะตัวเราทำ เราเป็นทุกข์เพราะตัวเราทำ)



4. เข้าใจทุกข์ (Understand Suffering)

-Suffering comes from our own thoughts.

(ทุกข์เกิดที่ความคิด)

-Suffering comes from the inexperienced.

(ทุกข์ เกิดจากการไม่รู้เท่าทัน)

-Suffering comes from the incapability of thinking. If one can think effectively, he will live happily.

(ทุกข์เพราะคิดไม่เป็น ถ้าคิดเป็นแล้วจะมีความสุข)

-Learn to focus to the suffering and live happily.

(มองทุกข์ให้เห็น จึงเป็นสุข)

-We are suffered because we are lack of apologies.

(เราเป็นทุกข์ เพราะเราขาดการให้อภัย)

-We are suffered because we misunderstand that everything lasts forever.

(เราเป็นทุกข์ เพราะเรานึกว่า มันไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย)

-To get and to lose always comes together just as to be full and to be empty.

(มันเป็นของคู่กัน การมี การไม่มี มันก็คู่กัน)

-We will never decide to be away from the suffering unless we touch it.

(ถ้าไม่เห็นความทุกข์แล้ว ก็ไม่คิดจะหลีกเลี่ยงทุกข์)

-A mind without the wisdom is suffered

(ถ้าจิตยังไม่ถึงปัญญา เราก็ยังมีความทุกข์)

-Suffering is the great lesson of life. It provokes us to move on.

(ความทุกข์ เป็นบทเรียนที่ประเสริฐของชีวิต เป็นเหตุกระตุ้นเตือน ให้ก้าวไปข้างหน้า)

-If we realize that suffering hurts us, do not give it to the others.

(ถ้ารู้ว่าความทุกข์ไม่เป็นที่พอใจของเรา เราก็อย่าให้ทุกข์นั้นแก่ใครเป็นอันขาด)

-Unless a man sees suffering existing in the happiness, he will be drunk in the happiness.

(คนเราถ้าไม่เห็นความทุกข์ในความสุข ก็จะหลงในความสุข)

-We can never force anything happen as we wish. Try to understand the way of nature, and then we will be peaceful.

(จะไปบังคับอะไรให้ได้ดังใจเราไม่ได้เข้าใจธรรมชาติว่าเป็นเช่นนั้น ธรรมชาติเราจะจะไม่ทุกข์)

5. สุขด้วยการให้ (Happiness Caused by Giving)

-The mind with the thought of giving is more pleasant than that with the thought of taking.

(จิตที่คิดจะให้ สบายกว่าจิตที่คิดจะเอา)

-One's mind must not be focused on "taking", but rather on "giving".

(อย่าคิดในเรื่อง "เอา" ให้คิดในเรื่อง "ให้")

-Happiness is not far away if we know how to give and share with each other.

(ความสุขอยู่ไม่ไกล ถ้าเราให้กันและกัน)

-Giving is receiving. Taking is receiving nothing.

(การไม่ให้ คือ การไม่ได้อะไร)

-The more you give, the more you get.

(ยิ่งให้ ยิ่งได้)

-If we are happy, we must let others be also happy. If we are comfortable, we must let others be also comfortable.

(เราสุขให้คนอื่นสุขด้วย เราสบายก็ให้คนอื่นสบายด้วย)

-Don't seek happiness on others' suffering.

(อย่าแสวงหาความสุข บนความทุกข์ยากของบุคคลอื่น)

-Everybody must work for "giving" but not for satisfying one's desire or gaining something.

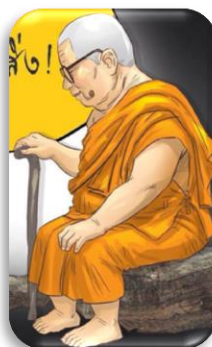
(ทุกคนต้องทำงานเพื่อ "ให้" อย่าทำงานเพื่อหวัง เพื่อมี)

-We are born into this world to help and enhance each other to achieve the desired happiness and full development.

(เราเกิดมาเพื่อช่วยเหลือกัน สร้างสรรค์กัน ให้มีความสุขความเจริญสมปรารถนา)

-In seeking happiness, one must not think only of oneself, but also think of others so that both we and they achieve happiness.

(การหาความสุข อย่าคำนึงถึงเฉพาะตนเอง แต่จงคำนึงถึงเพื่อนร่วมโลกด้วย ให้เรา-เขา สุขไปด้วยกัน)



6. ละกิเลสในใจ (Get Rid of the Passion in Mind)

-To possess, to belong to, and to be are the happiness that can never last.

(การได้ การมี การเป็น ทำให้เกิดความเพลิดเพลินชั่วครว)

-The passion deserved to be killed is in our minds. We must get rid of it greediness and
angriness, then we will be peaceful

(กิเลสที่ควรฆ่า อยู่ที่ตัวเรา ฆ่ามันเสีย คือ “ฆ่าความโลภ ฆ่าความโกรธ” แล้วเราก็สบาย)

-We must fight with the devil tempting our mind every time.

(เราต้องต่อสู้กับธรรมชาติฝ่ายต่ำ ที่มารบกวนจิตใจเราตลอดเวลา)

-A man who has a good life must live with conquer to the devil mind.

(คนที่เราจะมีชีวิตอยู่อย่างดีนั้น ต้องอยู่อย่างชนะ ชนะต่อธรรมชาติฝ่ายต่ำ)

-To look at others' mistakes can increase those of one's own.

(ผู้ดูความผิดของคนอื่น ทำให้ความผิดของตนเจริญขึ้น)

-The fake happiness is the one of the objects.

(ความสุขจอมปลอม คือ ความสุขที่เกิดจากวัตถุ)

-Admiration and fortune are just the cover of our minds. If we cling to them, we can never be
free from the suffering and troubles.

(เพราะลาภสักการะ เป็นเครื่องหุ้มห่อจิตใจ มัวเมาอยู่ในเรื่องสักการะเหล่านั้น จึงไม่พ้นจากความ
ทุกข์ ความเดือดร้อน)

-Strip of the possessions as the snake sloughs.

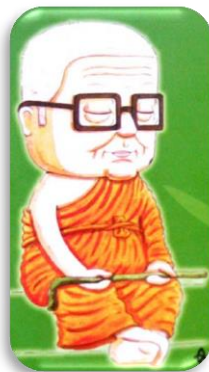
(จงทิ้งกิเลส ให้เหมือนงูทิ้งคราบ)

-Do not allow the passion over you because it is no good.

(อย่าทำอะไรตามใจกิเลส เพราะกิเลสไม่เคยปรานีใคร)

-Keep reminding yourself about what you are trying to free from.

(เราจะละอะไร จะเลิกอะไร ก็ต้องเตือนตัวเองไว้ทุกลมหายใจ)



7. ใฝ่เมตตา (Be Kind, Always)

-What we want, others do too.

(เมื่อเราต้องการอะไร คนอื่นเขาก็ต้องการอย่างนั้น)

-If we want happiness, we must help others to be happy.

(เมื่อเราต้องการความสุข ก็ต้องช่วยให้คนอื่นเป็นสุข)

-We must keep in mind that other people's happiness is ours.

(ให้เห็นความสุขของเพื่อนมนุษย์ เหมือนกับความสุขของตนเอง)

-Those who want to harm others, they put themselves in distress.

(คิดเบียดเบียนเขามันเป็นทุกข์ คิดเมตตาเขาเราเป็นสุข)

-Those who are kind-hearted, are always happy while awake and asleep.

(บุคคลที่มีเมตตา นั้น กลับเป็นสุข ตื่นเป็นสุข)

-The world will survive with love, and will be destroyed with hatred.

(โลกอยู่ได้ด้วยความรัก โลกถูกทำลายเพราะความเกลียดชัง)

-Love and kindness are man's best tools.

(ความรักความเมตตา เป็นเครื่องมือที่สำคัญที่สุด)

-Those who are always kind to others, have no enemies.

(คนผู้มีใจ ประกอบด้วยเมตตาที่กว้างขวาง ย่อมไม่มีศัตรู)

-Teachers never die, they will always remain in their students' mind.

(คนที่เป็นครูจะไม่มีวันตาย จะอยู่ในความทรงจำของศิษย์ตลอดเวลา)



8. ค้นหาตัวเอง (Searching for Oneself)

-Keep considering to, warning, and improving yourself.

(หมั่นพิจารณาตนเอง เตือนตนเอง แล้วแก้ไขตนเอง)

-Without reflecting yourself, you will never see your mistakes.

(ไม่มองตัวเองก็ไม่เห็นโทษของตัวเอง)

-The value of life is at life's moral.

(คุณค่าของชีวิตอยู่ที่คุณธรรม)

-In Buddhism, a man is taught to know himself as well as what is happening to him.

(ธรรมะในพระพุทธศาสนา สอนให้รู้จักตัวเอง ให้รู้จักสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเอง)

-Keep reminding yourself that “time is passing and what you are doing” so that you can make yourself fruitful

(จงเตือนตนอยู่เสมอว่า “วันเวลาล่วงไปๆ บัดนี้เราทำอะไรอยู่” จะได้ใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์)

-It is human's responsibility to destroy the devil in one's self and others'.

(หน้าที่ของเราทุกคน คือ ต้องทำลายสิ่งชั่วร้ายในตัวของเราและบุคคลอื่น)

-Raise your mind up from the devils. Then, raise the others'.

(จงยกระดับจิตใจของตนให้สูงขึ้น พ้นจากสิ่งชั่วร้าย แล้วช่วยเหลือผู้อื่นต่อไป)

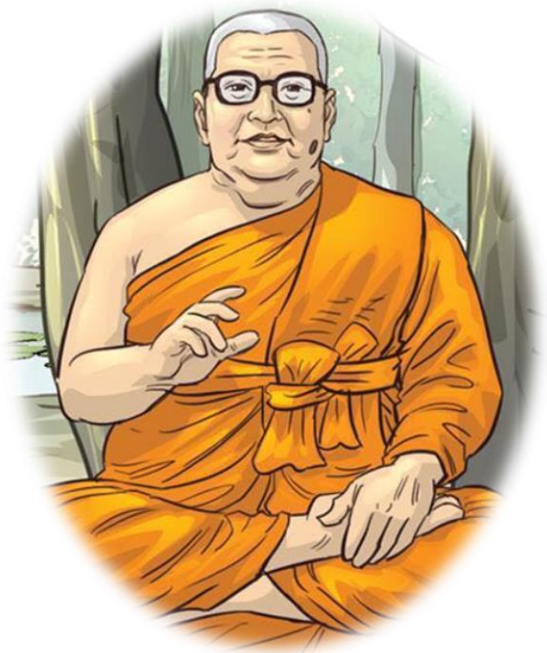
-The mind is everything. It's all in the state of mind.

(สำคัญอยู่ที่ใจของเรานั้นเอง อะไรๆ ก็อยู่ที่ใจทั้งนั้น)



๑. ไม่หวั่นเกรงต่อปัญหา (Do not Fear for problems)

- Being Disengagement with thinking.
(หลุดพ้นด้วยคันคิด)
- Problems in life conquered by Dharma.
(ปัญหาชีวิต ต้องพิชิตด้วยธรรมะ)
- Difficult route makes man's strong path.
(ทางที่ลำบาก เป็นทางสร้างชีวิตคนให้แกร่ง)
- People without trouble and struggle will not be great.
(คนเราถ้าไม่มีความลำบาก ไม่มีการต่อสู้ แล้วมันจะเก่งได้อย่างไร)
- Only deed can make man good or bad.
(การกระทำอย่างเดียว ทำให้คนเราดีก็ได้ ทำให้เราชั่วก็ได้)
- When something happened, we should think how it happened.
(เมื่อมีอะไรเกิดขึ้นก็ควรคิดว่า มันเกิดขึ้นจากอะไร)
- Make suffering as teachers and lessons.
(จงเอาความทุกข์เป็นครู เอาความทุกข์เป็นบทเรียน)
- Find faults from yourself, not from others.
(หาผลที่ตัวเอง อย่าไปหาผลจากสิ่งภายนอก)



10. ปัญญาคือความสำเร็จ (Wisdom Leads to Success)

-Knowing oneself leads to wisdom.

(เกิดปัญญาเมื่อรู้จักตัวเอง)

-If our action is supported by intelligence, the results will be good.

(ถ้าเรามีสติปัญญาหนุนหลังการกระทำ ผลการกระทำนั้นย่อมเรียบร้อย)

-The one who casts either a spell or magic on your life, surely is you-yourself.

(สิ่งที่จะคลั่งบันดาลชีวิตคนเรา ให้เป็นไปต่างๆ นานาได้นั้น จริงแท้แน่นอนก็คือ “ตัวเราเอง”)

-Having wisdom to protect oneself is having Dharma at heart.

(มีปัญญารักษาตน คือการมีพระประจำใจ)

-Thinking you know not. Stop thinking then you know. Relying on thought then you know.

(คิดเท่าไรๆ ก็ไม่รู้ ต่อเมื่อหยุดจึงรู้ ได้รู้ แต่ต้องอาศัยความคิดนั้นแหละจึงรู้)

-In our lives, anything that happened we have to fight with wisdom. Do not run away.

(ในชีวิตของเรา อะไรดีๆ ที่เกิดขึ้น “เราต้องต่อสู้ด้วยสติปัญญา” อย่าได้คิดหนี)

-Man can err, if not perfected by wisdom

(คนเราก็ต้องมีผิดพลาดบ้าง ถ้ายังไม่สมบูรณ์ด้วยสติปัญญา)

-Don't only grow up by age, grow up by wisdom.

(อย่าเพียงแต่เพิ่มอายุ ต้องเพิ่มปัญญาด้วย)

-Knowledge is gained from textbooks. Wisdom is gained from experiences.

(ความรู้ได้จากตำรา ปัญญาได้จากประสบการณ์)

-Practice Dharma and you will be wise.

(จะเกิดปัญญาถ้าปฏิบัติธรรม)



Jirawan

Wattana

Sasikan

Jaemmuean

Taweetrap

Atchariyatin