



คนเราควรดำเนินชีวิตอย่างไร

ในบทที่แล้วได้อภิปรายเรื่องธรรมชาติของมนุษย์ และได้ชี้ให้เห็นว่ามนุษย์แตกต่างกันไปตามชนิดและปริมาณของกิเลส จนแบ่งประเภทของมนุษย์ให้เป็นประเภทใหญ่ ๆ ไม่ได้ มนุษย์ที่แตกต่างกันนั้นย่อมมีทั้งความดีและความชั่วปนกันอยู่ในตัว พวกที่ดีมาก ชั่วน้อยอาจจัดว่าเป็นคนดี พวกที่ค่อนข้างชั่วมากจัดเป็นคนชั่ว แต่ถ้ามองถึงพวกที่มีดีมีชั่วพอง ๆ กันคงจะจัดเช่นนั้นไม่ได้ เมื่อพิจารณาว่า คนมีดีมีชั่วปนกัน แทนที่เราจะจัดประเภทของคน เราอาจจัดประเภทของการกระทำแทนได้ การกระทำอย่างนั้นคือ อย่างนี้ชั่ว คนควรเลือกกระทำสิ่งที่ดี และเว้นสิ่งที่ชั่ว คนคนเดียวกันจึงอาจเป็นคนดีหรือคนชั่วก็ได้ สุดแต่ว่าในการกระทำนั้น ๆ เขาทำสิ่งที่ดีหรือชั่ว ขอนี้พระพุทธเจ้าได้สอนไว้มาก แต่จะขอนำมาเป็นตัวอย่างเพียงสองสามข้อความ ดังนี้

"คนไม่ชื่อว่าเป็นคนดีเพราะผิวหนัง เพราะคนที่มีแก่นภายใน จึงชื่อว่า เป็นพราหมณ์ ผู้ใดมีบาปกรรม ผู้นั้นแหละชื่อว่าเป็นคนดี" <sup>1</sup>

"มายา มานะ ย่อมไม่เป็นไปในผู้ใด ผู้ใดมีความโลภสิ้นไปแล้ว ไม่มี ความยึดถือว่าเป็นของเรา ไม่มี ความหวัง บรรเทาความโกรธได้แล้ว มีจิตเย็นแล้ว ผู้นั้นชื่อว่า เป็นพราหมณ์ ผู้นั้นชื่อว่า เป็นสมณะ ผู้นั้นชื่อว่า เป็นภิกษุ" <sup>2</sup>

"ผู้มีกายสะอาด มีวาจาสะอาด มีใจสะอาด ไม่มีอาสวะ เป็นผู้สะอาด ถึงพร้อมด้วย ความสะอาด บัณฑิตทั้งหลายกล่าววว่า เป็นผู้ล้างบาปเสียแล้ว" <sup>3</sup>

<sup>1</sup> 27/1330/264 สุต. ขุท. กัมมชลาตก

<sup>2</sup> 25/78/100 สุต. ขุท. อ.

<sup>3</sup> 20/561/307 สุต. อัง. ติก.

"สัตว์ทั้งหลายยอมบริสุทธิด้วยกรรม 5 อย่างนี้ คือ กรรม 1 วิชา 1  
กรรม 1 ศีล 1 ชีวิตอุคม 1 ไม่ใช่บริสุทธิด้วยโคตร ค่ายทรัพย์ เพราะฉะนั้น  
แล บุคคลผู้เป็นบัณฑิต เมื่อเล็งเห็นประโยชน์ของตน พึงเลือกเฟ้นกรรมโดย  
แบบค้าย จะบริสุทธิในกรรมนั้นได้ค้ายอาการนี้" <sup>1</sup>

เมื่อเป็นเช่นนี้ การตอบปัญหาว่าคนเราควรดำเนินชีวิตอย่างไรก็ต้องเปลี่ยนเป็น  
การตอบปัญหาว่า ความประพฤติที่ดีเป็นอย่างไร ได้แก่ ความประพฤติชนิดไรบาง  
ความประพฤติชนิดไรไม่ใช่ความประพฤติดี การตอบปัญหานี้ผู้เขียนจะพูดถึงเฉพาะจริย-  
กรรมในระดับโลกียะเท่านั้น เพราะในระดับโลกุตระ คีชั่วเป็นสมมติบัญญัติ เป็นสิ่งที่  
คนเราสมมติเองด้วยความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนของตน ความประพฤติเช่นนั้นเกินกว่า  
ระดับที่คนส่วนใหญ่จะประพฤติปฏิบัติ ดังนั้นเมื่อพูดถึงชั่วในวิทยานิพนธ์นี้จึงพูดเฉพาะใน  
ระดับโลกียะ ถ้าจะพูดถึงระดับโลกุตระบ้างก็เพียงเพื่อเปรียบให้เห็นว่า ความประพฤติ  
ที่เรียกว่าคีช้วนั้น ถ้อยอะไรเป็นจุดสูงสุด และความประพฤติดังกล่าวอยู่ห่างจากจุดสูงสุด  
มากน้อยเพียงใด

หลักการต่าง ๆ ในพุทธศาสนานั้นมีทั้งโครงและรายละเอียดเหมือนกระจาดหรือ  
ตะกร้าที่มีโครงหยาบ ๆ และมีเส้นตอกเล็ก ๆ สานจนกระทั่งเป็นรูปร่างที่สมบูรณ์ ทั้งเส้น  
ตอกที่เป็นโครงและเส้นตอกที่สานไปตามโครงนั้น ทุกเส้นล้วนมีความจำเป็นทั้งสิ้น จะขาด  
เส้นใดเส้นหนึ่งไม่ได้ การที่จะเข้าใจว่าตะกร้านั้นทำได้อย่างไร เราเข้าใจด้วยการดู  
การขึ้นตอกเป็นโครง และการสานตอกเส้นอื่น ๆ ตามโครงนั้น การเข้าใจคำสอนของ  
พุทธศาสนาก็อาจทำได้ด้วยวิธีเดียวกันคือ ดูโครงกว้าง ๆ เสียก่อน แล้วจึงพิจารณาราย  
ละเอียดซึ่งเกาะยึดอยู่กับโครงนั้น คำสอนที่เป็นโครงของพุทธศาสนา เป็นคำสอนที่เรา  
ได้ยินได้ฟังอยู่บ่อย ๆ เพราะเป็นคำสอนสำคัญ ถ้อยกันว่าผู้ที่เข้าใจพุทธศาสนาได้ ต้อง

<sup>1</sup> 14/739/401 - 402 สุต. มัชฌิม. อุปปริ.

เขาใจคำสอนเหล่านั้น ผู้เขียนเห็นควยวาคำสอนเหล่านั้นสำคัญ แต่ไม่เห็นควยกับการสอน  
 เรื่องดังกล่าวควยการนำมากล่าวย่อ ๆ เช่น พระพุทธเจ้าสอนอริยสัจสี่ มี ทุกข์ สมุทัย  
 นิโรธ มรรค แล้วก็อธิบายแต่ละเรื่องเพียงสั้น ๆ การสอนเช่นนั้นไม่ทำให้เขาใจอริยสัจ  
 สี่เลย ผู้เรียนอาจท่องจำได้ แต่การจำข้อได้ ก็กับการเข้าใจนั้นต่างกัน ศัพท์ต่าง ๆ  
 ที่เป็นชื่อเรียกกรรมสำคัญ ซึ่งเป็นโครงของพุทธศาสนานั้น ล้วนมีความหมายกว้างและซับซ้อน  
 มองได้หลายแง่มุม ถ้าไม่เข้าใจรายละเอียดก็ย่อมไม่รูความหมายที่แท้จริง  
 เช่นคำว่า ทุกข์ หรือคำว่า กรรม เป็นคำที่ทุกคนเคยได้ยิน แต่มักเข้าใจไม่ตรงกัน และ  
 ที่เข้าใจไม่ตรงกันนั้น ส่วนใหญ่มิได้เข้าใจอย่างแท้จริง เมื่อพิจารณาอย่างนี้จะเกิดปัญหา  
 ที่แก้ได้ยากคือ ถ้าศึกษาโครงโดยไม่สนใจรายละเอียดก็ไม่เข้าใจ ถ้าศึกษารายละเอียด  
 โดยไม่ศึกษาโครง ก็ไม่เข้าใจ มติของพุทธศาสนาโดยส่วนรวม ถ้าจะศึกษาทั้งสอง  
 อย่างที่เคียวก็เป็นงานใหญ่ต้องใช้เวลาาก ผู้เขียนเห็นว่าต้องศึกษาทั้งสองอย่างแต่ให้  
 คอยเป็นคอยไป ขอเปรียบเทียบดังนี้ สมมติว่า มีโต๊ะตัวหนึ่ง มีลิ้นชักใหญ่บางเล็กบาง  
 อยู่หลายลิ้นชัก ในแต่ละลิ้นชักมีของต่าง ๆ กัน เราจะศึกษาโต๊ะตัวนี้ได้หลายระดับ  
 กล่าวคือ ในขั้นต้น ดูรวม ๆ ว่ามีรูปพรรณสัณฐานอย่างไร ขั้นต่อไปดูว่ามีลิ้นชักขนาด  
 ต่าง ๆ กันอยู่กี่ประเภท ถ้าจะศึกษาให้ลึกกว่านั้น ก็ต้องเปิดดูของในแต่ละลิ้นชัก แล้ว  
 พิจารณาจนรู้จักธรรมชาติของของเหล่านั้น การดูโต๊ะรวม ๆ ก็คือ ดูคำสอนกว้าง ๆ  
 ของพุทธศาสนา เช่น พิจารณาเห็นว่าพุทธศาสนาสอนเรื่องทุกข์และความดับทุกข์ การดู  
 ว่าลิ้นชักมีขนาดก็เหมือนการแยกคำสอนเป็นเรื่องกลาง ๆ เช่น โลกุตตรธรรม โลกียธรรม  
 การเปิดดูแต่ละลิ้นชักเหมือนการศึกษารายละเอียดแต่ละปัญหา เช่น ทุกข์ กรรม นิพพาน  
 กิเลส เป็นต้น การพิจารณาสิ่งของในแต่ละลิ้นชักก็เหมือนการนำธรรมย่อย ๆ ในแต่ละ  
 เรื่องมาพิจารณาไตรตรอง จะเห็นได้ว่าในบทที่ 2 วิทยานิพนธ์นี้ได้เปิดลิ้นชักที่ว่าควย  
 มนุษย์และความทุกข์ของมนุษย์ไปแล้ว ในบทนี้จะได้เปิดลิ้นชักที่ว่าควยปัญหาการดำเนิน  
 ชีวิตของมนุษย์ และจะเปิดลิ้นชักอื่น ๆ ในบทต่อไป แต่ทุกลิ้นชักก็เป็นเรื่องที่อยู่ในประเภท  
 เดียวกันคือเรื่องจริยธรรมของบุคคล ทั้งในแง่จริยธรรมส่วนบุคคล และจริยธรรมของบุคคล  
 ในสังคม

ตามที่ได้อธิบายมาแล้วในบทที่ 2 จะเห็นว่าบุุคคลยอมมีความทุกข์ด้วยกิเลสตัณหา หง่ปวง เช่น อหังการ มมังการ มานะ ทิฏฐิ การดำเนินชีวิตที่ผิด จึงได้แก่การดำเนิน ชีวิตเพื่อความพ้นทุกข์ วิธีดำเนินชีวิตเพื่อความพ้นทุกข์มีหลักหรือโครงใหญ่อยู่ 3 ประการ คือ เวทนการท้าว (สพฺพปาปสฺสอกรณ) ทำความดี (กุสลสุสฺสอุปฺปทา) ทำจิตใจให้ผองใส (สจิตฺตปริโยทปน) ในการปฏิบัติดังกล่าวนี้ต้องมีคามเพียร 4 ประการ ซึ่งเรียกว่า ปธาน 4<sup>1</sup> ได้แก่ สังวรปธาน คือเพียรระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้น ปธานปธาน เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว ภวานาปธาน เพียรให้กุศลเกิดขึ้น ฉนุรฺกขนาปธาน เพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้ว การปฏิบัติเพื่อละชั่ว ทำดี ทำจิตใจให้ผองใส นั้นยึดหลักอะไร ข้อนี้พระพุทฺธเจ้าได้ให้หลักกว้าง ๆ ไว้คือ ไม่ปฏิบัติทางซึ่งเป็นที่สุดทั้งสองคือ กามสุขัลลิกานุโยค และอตฺตกิลมณานุโยค แต่ให้ปฏิบัติตามทางสายกลาง คือ มัชฌิมาปฏิปทา ได้แก่ มรรคมีองค์ 8 ประการ ดังปรากฏในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร อันเป็นปฐมเทศนา ซึ่งพระพุทฺธเจ้าได้แสดงแก่พระปัญจวัคคีย์ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน เพื่อให้พระปัญจวัคคีย์เจ้าใจคำสอนอันเป็นหัวใจของพุทธศาสนาได้แกอริยสัจสี่ ดังนี้

ภิกษุทั้งหลายที่สุดสองอย่าง อันบรรพชิตไม่ควรเสพ คือ ประกอบตนให้พัวพันด้วยสุขในกามเป็นธรรมอันแล้ว เป็นเหตุตั้งบ้านตั้งเรือน เป็นของคนมีกิเลสหนา ไมใช่ของอริยะ คือผู้บริสุทธิ์ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์กามสุขัลลิกานุโยคนี้ อย่างหนึ่ง ประกอบความเห็ดเห็ดน้อยแก่ตนเปล่า ให้เกิดทุกข์แก่ผู้ประกอบ ไม่ทำผู้ประกอบให้เป็นอริยะ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์อตฺตกิลมณานุโยค นี้ อย่างหนึ่ง อันบรรพชิตไม่ควรเสพ ขอปฏิบัติเป็นสายกลาง ไม่เข้าไปใกล้ที่สุดทั้งสองนี้ เราได้ตรัสแล้ว ทำดวงตาชื่อปริชาญาณ เป็นไปเพื่อความสงบระงับ เพื่อความรู้อยิ่ง เพื่อความรู้ดี เพื่อนิพพานคือสิ้นตัณหาเครื่องรัดรั้ง มัชฌิมาปฏิปทานั้น

<sup>1</sup> 11/230/204 สุต.ที่. ปาฎิก.

เป็นอย่างไร มัชฌิมาปฏิปทานั้นคือ ทางมืองค์ 8 ทำผู้ดำเนินให้เป็นอริยะ  
 อันนี้เอง องค์ 8 นั้นอะไรบาง องค์ 8 นั้น คือปัญญาอันเห็นชอบ 1  
 ความคำวิชอบ 1 วาจาชอบ 1 การงานชอบ 1 เลี้ยงชีวิตชอบ 1 ความ  
 เพียรชอบ 1 ระลึกชอบ 1 ตั้งใจชอบ 1 มัชฌิมาปฏิปทานี้และราโคตรัสรู้  
 แล้ว ทำดวงตา คือปริชาญาณเป็นไปเพื่อสงบระงับ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อ  
 ความรู้ดี เพื่อนิพพาน ภิกษุทั้งหลาย ข้อนี้เป็นของจริงของอริยบุคคล คือ  
 ทุกข์ ความเกิดเป็นทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ ความตายเป็นทุกข์ ความแค้น  
 ใจ ความรำพัน ความเจ็บใจ ความเสียใจ ความคับใจเป็นทุกข์ละอย่าง ๆ  
 ความประจวบด้วยสิ่งไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความปรารถนาไม่ได้สมหวังเป็น  
 ทุกข์ ข้อนี้เป็นของจริงของอริยบุคคล คือเหตุให้ทุกข์เกิดขึ้น ตัณหา คือความ  
 ทะยานอยากอันใด ทำความเกิดอีก เป็นไปกับความกำหนดด้วยอำนาจ ความ  
 เพลิดเพลินในอารมณ์นั้น ๆ ตัณหาเป็นอย่างนี้ กามตัณหา คือความ  
 ทะยานอยากในอารมณ์ที่ใคร่ 1 ภวตัณหา คือความทะยานอยากในความมี  
 ความเป็น 1 วิภวตัณหา คือความทะยานอยากในความไม่มีไม่เป็น 1 ตัณหา  
 3 ประการนี้แล เป็นเหตุให้ทุกข์เกิด ข้อนี้เป็นของจริงของอริยบุคคล คือ  
 ความดับทุกข์ ความดับด้วยไม่ติดยอมอยู่ได้โดยไม่เหลือแห่งตัณหานั้นแล  
 ความสละ ความวาง ความปล่อย ซึ่งตัณหานั้นแล ความที่ตัณหานั้นแลไม่  
 พัวพันติดอยู่เป็นความดับทุกข์ ข้อนี้เป็นของจริงของอริยบุคคล คือทาง  
 ถึงความดับทุกข์ ทางมืองค์ 8 เป็นอริยะนี้แล คือปัญญาอันเห็นชอบ 1 ความ  
 คำวิชอบ 1 วาจาชอบ 1 การงานชอบ 1 เลี้ยงชีวิตชอบ 1 ความเพียร  
 ชอบ 1 ระลึกชอบ 1 ตั้งใจชอบ 1 เป็นทางถึงความดับทุกข์ ภิกษุทั้งหลาย  
 ดวงตา. ญาณ ปัญญา วิทยา แสงสว่างได้เกิดขึ้นแก่เรา 1

<sup>1</sup> 19/1664๗477/ สุต. สัง. มหา.

คำสอนดังกล่าว แม้จะมีจุดหมายสูงถึงขั้นโลกุตระธรรม คือ ความหลุดพ้น แต่เมื่อนำมาพิจารณากับโลกียธรรมแล้วจะเห็นว่า หลักมัชฌิมาปฏิปทา ก็ยังเป็นหลักสำคัญ ในเรื่องการดำเนินชีวิตของปุถุชนนั้น เราจะได้เห็นต่อไปว่า คำสอนของพุทธศาสนายอมรับข้อเท็จจริงที่ความทุกข์ส่วนใหญ่ยังมีกิเลส จึงไม่สอนให้ใช้ชีวิตด้วยการทรมาณตนให้ลำบาก เพราะการทรมาณตนไม่ช่วยให้สามารถละกิเลสซึ่งมีสมุฏฐานอยู่ที่จิตได้ ในทางตรงข้ามมิได้สนับสนุนให้หมกมุ่นในกิเลส แต่ให้พยายามละเสียและคืนแสงหาในนอยลง คำสอนชนิดนี้จึงไม่เอียงสุดไปในด้านใด

### 1. การปฏิบัติตนชั้นมูลฐาน

ความดีความชั่วนั้นถ้าวาโดยปรมาตมไม่มีอยู่ มีแต่สังขตธรรมกับอสังขตธรรม เท่านั้น ความดีความชั่วเป็นเรื่องสมมติบัญญัติ ที่ว่าสมมตินั้นมีไคหมายความว่า เป็นสิ่งที่ต่างคนต่างคิดกันไปเอง ใครเห็นว่าอะไรดีอะไรชั่วก็ได้ตามใจ กล่าวคือ ดีชั่วมิได้ขึ้นอยู่กับความเห็นของตัวบุคคล ความดีความชั่วเป็นสิ่งที่มิได้อยู่แท้ก็เป็นของสมมติ เพราะการกำหนดว่าการกระทำอย่างใดคืออย่างใดชั่วก็ได้โดยมีความหลุดพ้นเป็นเกณฑ์ การกระทำใดที่นำไปสู่ความหลุดพ้น ก็เป็นการกระทำที่ดี การกระทำใดที่นำออกจากความหลุดพ้นเป็นการกระทำที่ไม่ดี ดีและชั่วจึงเป็นสิ่งที่มิระดับมากน้อยต่างกันตามทิศทางว่าจะนำไปสู่หรือนำออกจากความหลุดพ้น แต่เมื่อบุคคลเขาถึงความหลุดพ้นแล้ว ดีหรือชั่วก็ไม่สำคัญอีกต่อไปสำหรับบุคคลผู้นั้น เพราะพ้นจากระดับความดีความชั่วแล้ว กล่าวคือ การกระทำที่ดีเป็นเพียงวิถีไปสู่ความหลุดพ้น มิใช่เป็นจุดหมายในตัว เมื่อถึงจุดหมายแล้วก็ไม่ต้องการหนทางอีกต่อไป หนทางเป็นหนทางที่ดีแก่ผู้ยังไม่หลุดพ้นเท่านั้น เพราะตนยังต้องอาศัยหนทางนั้นไปสู่จุดหมายอยู่ จึงเรียกหนทางนั้นว่าดี คำว่าดีจึงเป็นเพียงคำที่ชี้แสดงการยอมรับว่าทางนั้นเป็นทางที่นำไปสู่ความหลุดพ้น เป็นทางละกิเลส ตัณหาต่าง ๆ

เนื่องจากความดีมีระดับดังกล่าวแล้ว จึงเห็นได้ว่าความดีในระดับที่สูงมากกับในระดับที่ต่ำมาก เมื่อเปรียบเทียบกันก็อาจเรียกความดีในระดับต่ำว่าเป็นความชั่วได้ ดังนั้นดีสำหรับคนหนึ่งจึงอาจเป็นชั่วสำหรับอีกคนหนึ่งได้ แต่ทั้งนี้มิใช่เป็นการตัดสินเอาตามใจ

แต่ศีลสินโดยพิจารณาจากระดับว่าเข้าใกล้หรือห่างไกลจากความหลุดพ้น เช่น การเสพเมถุน เป็นสิ่งที่ไม่ดีแต่พุทธศาสนาก็ยอมให้ปุถุชนปฏิบัติได้โดยมีขอบเขตจำกัดว่าต้องไม่ผิดศีลกาเม- สุมิจฉาจาร แต่สำหรับภิกษุการเสพเมถุนเป็นความชั่ว เพราะจุดหมายในการดำเนินชีวิต ของภิกษุสูงกว่าปุถุชนมาก ธรรมเนียมต่ำสุดที่ภิกษุต้องยึดถือจึงยังสูงกว่าธรรมเนียมธรรมดาทั่ว ๆ ไปของปุถุชน ควดยเหตุนี้พุทธศาสนาจึงแยกโลกุตตรธรรมกับโลกิยธรรมออกจากกัน ในหัวข้อ นี้จะกล่าวถึงการปฏิบัติตนชั้นมูลฐานตามหลักพุทธศาสนา เพื่อเป็นขอบเขตให้เห็นกว้าง ๆ เสียก่อน ในหัวข้อต่อไปจะจำกัดแคบลงเฉพาะการปฏิบัติตนที่ปุถุชนควรปฏิบัติอย่างกว้าง ๆ แล้วจะแจกแจงรายละเอียดปลีกย่อยลงไปอีก เพื่อให้เห็นว่าพุทธศาสนาต้องการให้ปุถุชน ยึดถือธรรมข้อใดเพราะเหตุใด

พระพุทธเจ้าได้บัญญัติข้อธรรมอันเป็นขั้นพื้นฐานหรือเป็นเกณฑ์กำหนดความบุคคลที่จะ เรียกได้ว่าปฏิบัติดีนั้นควรปฏิบัติตนอย่างไร เนื่องจากบุคคลมี 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ อณาการิกบุคคล คือ ผู้ที่เป็นนักบวช และ อาศาริกบุคคล คือ ขรวัสส ไคแกอุมาสก อุบา สีกา ธรรมเนียมพื้นฐานจึงต่างกันเป็นสองประเภท สำหรับบุคคลประเภทแรก มีข้อกำหนด ในการปฏิบัติตนอย่างรัดกุม ทั้งในด้านความประพฤติอย่างหยาบ ๆ ไปจนถึงกิริยามารยาท ไคแกศีลของพระภิกษุ ศีลเหล่านี้เมื่อบุคคลใดปฏิบัติได้แสดงว่าเป็นผู้สูงส่งควบคุมธรรมและ ศีลสำหรับพระนี่เป็นเครื่องช่วยให้พระสามารถบรรลุความเจริญทางคานจิตใจได้อย่างแท้จริง ศีลเหล่านี้มีข้อกำหนดที่ความประพฤติมากจนกระทั่งไม่สามารถปฏิบัติได้ในการดำเนินชีวิตแบบ ปุถุชน แต่เป็นสิ่งเหมาะสมสำหรับผู้ออกบวช เพราะเป็นทั้งเครื่องควบคุมตนเองไม่ให้ ดำเนินชีวิตอย่างโลก ๆ แบบชาวบ้าน และควดยเหตุที่พระต้องฟังชาวบ้าน ศีลเหล่านี้ ก็มีข้อกำหนดที่ไม่ให้ภิกษุต้องเป็นภาระลำบากแก่ชาวบ้านอีกควดย หลักปฏิบัติขั้นพื้นฐานของ นักบวชไคแกศีลชั้นสูง 4 ประเภท หรือที่เรียกว่า ปาวิสุทธิศีล 4 ไคแก

1. ปาฏิโมกขสังวร ส้ารวมในพระปาฏิโมกข์ เว้นข้อที่พระพุทธเจ้าห้าม ทำตามข้อที่พระองค์อนุญาต

2. อินทริยสังวร ส้ารวมอินทริย 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ยินดีในร่ายในเวลาเห็นรูป ฟังเสียง คมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้อง โภฏฐัพพะ รุทธรรमारณควยใจ

3. อาชีวปาริสัทธี เลี้ยงชีวิตโดยทางที่ชอบ ไม่หลอกลวงเขาเลี้ยงชีวิต

4. ปัจจัยปัจจเวกขณะ พิจารณาเสียก่อนจึงบริโภคปัจจัย 4 คือ จีวร บิณฑพาท เสนาสนะ เกสัช ไม่บริโภคด้วยศันทหา <sup>1</sup>

หลักปฏิบัติดังกล่าวนี้เป็นมาตรการที่ตายตัว ไม่ว่าบุคคลใดเมื่อเข้ามาเป็นภิกษุ-บริษัทแล้ว ต้องปฏิบัติตาม เมื่อปฏิบัติไม่ได้ก็ให้ออกไปอยู่ในหมคหิบริษัท คือ ผู้ครองเรือน เพราะถ้าปฏิบัติเช่นนี้ไม่ได้แสดงว่าจิตใจยังหยาบอบข้อมไม่สามารถบรรลุธรรมชั้นสูงต่อไปได้ บุคคลเหล่านี้แม้เป็นพระภิกษุไม่ได้ แต่ก็อาจเป็นคหิบริษัทที่ดีได้ เพราะวัตรปฏิบัติของคหิบริษัทนั้นทำไคงยากกว่าของภิกษุบริษัทมาก การที่ขอปฏิบัติยากต่างกันมากนั้น นอกจากเพื่อเป็นการวางแนวทางให้บรรลุธรรมผลแล้ว คงจะให้ประโยชน์ในด้านสังคมาควย กล่าวคือ ในสังคมาพระจะต้องมีแต่ผู้มีวัตรปฏิบัติเหมือนกัน ถ้าปฏิบัติต่างกันแล้วจะเป็นที่เคื้อครอนแก่ผู้อื่นที่ไม่ปฏิบัติธรรม ทำให้เป็นอุปสรรคแก่การบรรลุธรรมผล ส่วนในสังคมาของปุถุชนนั้นแล้วก็จะไคคการปฏิบัติตนของพระภิกษุเป็นตัวอย่าง ทำให้เกิดความมั่นใจว่าขอปฏิบัติของตนซึ่งง่ายกว่าของภิกษุเป็นสิ่งที่พึงปฏิบัติได้ ไม่เหลือวิสัย ในข้อนี้ภิกษุจึงเป็นครูของปุถุชนไคการปฏิบัติตนให้เป็นตัวอย่าง และเพราะการปฏิบัติตนที่เป็นตัวอย่างนี้ ทำให้ปุถุชนยอมรับภิกษุเป็นครูและกราบไหว้บูชา เชื่อฟังคำสั่งสอนได้ เป็นประโยชน์แก่การสั่งสอนธรรมอื่น ๆ

<sup>1</sup> พ.อ.ทวิช เปล่งวิทยา คบธรรม พระนคร : [ม.ป.ท.] , 2515



ธรรมชั้นพื้นฐานของปุถุชน เป็นธรรมที่ปฏิบัติได้ง่ายและมีผลที่เห็นได้ชัดเจนในชีวิตประจำวัน ธรรมชนิดนี้เมื่อเทียบกับธรรมของภิกษุแล้วก็ต่ำกว่ามาก แต่เมื่อเทียบกับกฎหมายของสังคมทั่ว ๆ ไปแล้วยังสูงกว่ามาก เพราะกฎหมายนั้นบังคับเพียงพฤติกรรมที่แสดงออกมาภายนอก แต่ไม่สามารถทำให้คนบังคับจิตใจของตนเองได้ ส่วนธรรมนั้นสอนให้คนรู้จักบังคับควบคุมจิตใจของตนจึงบังคับได้ดีกว่า ถ้าจะเปรียบเทียบกฎหมายกับธรรมแล้ว ก็อาจจัดได้ว่ากฎหมายเป็นธรรมชั้นต่ำลงไปอีกชั้นหนึ่งสำหรับคนที่มีความประพฤทร้ายอยู่เป็นปกติ แตกกฎหมายที่จะเปรียบเทียบกับธรรมได้เช่นนี้ก็เฉพาะกฎหมายที่ยุติธรรมเท่านั้น การที่พุทธศาสนาดูว่าแม่ในชั้นต่ำก็ต้องสอนให้คนบังคับควบคุมจิตใจของตนเองก็เพราะถือหลักว่า

ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจประเสริฐที่สุด สำเร็จแล้วแต่ใจ  
ถ้าบุคคลมีใจอันโทษประทุษร้ายแล้ว กล่าวอยู่ก็ตาม ทำอยู่ก็ตาม ทุกข  
ยอมไปตามบุคคลนั้น เพราะทุจริต 3 อย่างนั้น เหมือนล่อหมุนไป  
ตามรอยเท้าโค ชูลากเกวียนไปอยู่ ฉะนั้น

ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจประเสริฐที่สุด สำเร็จแล้วแต่ใจ  
ถ้าบุคคลมีใจผ่องใส กล่าวอยู่ก็ตาม ทำอยู่ก็ตาม สุขยอมไปตามบุคคล  
นั้น เพราะสุจริต 3 อย่าง เหมือนงามีปรกติไปตาม ฉะนั้น<sup>1</sup>

หลักปฏิบัติขั้นพื้นฐานสำหรับปุถุชนที่จะเรียกได้ว่าเป็นคนดีนั้นมีสอนไว้มากมายในพระสูตรต่าง ๆ ซึ่งจะได้นำมากล่าวเฉพาะที่เห็นว่าเป็นหลักสำคัญและเป็นเรื่องใหญ่ ๆ เนื่องจากไม่สามารถนำมากล่าวได้ทั้งหมดในวิทยานิพนธ์นี้ แต่ก่อนที่จะพูดถึงรายละเอียดดังกล่าว จะขอนำคำสอนในสาเลยกสูตร ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสกับพราหมณ์และคหบดีชาวบ้านสาละในโกศลชนบท อันเป็นคำสอนซึ่งว่าด้วยความประพฤดิอันควรและไม่ควร

<sup>1</sup> 25/11/13 สุต. ขุท. ธรรม.

## ที่พูดจนฟังยืดยาวปฏิบัติ ดังต่อไปนี้

ความประพฤติไม่เรียบร้อย คือ ความไม่ประพฤตินิยามทางกายมี 3 อย่าง ทางวาจามี 4 อย่าง ทางใจมี 3 อย่าง ความประพฤติไม่เรียบร้อยทางกาย 3 อย่าง คือ

1. เป็นผู้ขาดศรัทธา คือ เป็นคนเหี้ยมโหด มีมือเปื้อนเลือด พอใจในการประหารและการฆ่า ไม่มีความละอาย ไม่มีความเอ็นดูในสัตว์ทั้งปวง

2. เป็นผู้ถือเอาทรัพย์ที่เขามิได้ให้ คือ ลักทรัพย์เป็นอุปกรณ์ เครื่องปล้ำใจของผู้อื่น ที่อยู่ในบ้านหรือที่อยู่ในป่า ที่เจ้าของมิได้ให้ ซึ่งนับว่าเป็นชโมย

3. เป็นผู้ประพฤตินิยามในกามทั้งหลาย คือ ถึงความสมสู่ในพวกหญิงที่มารดา รักษา ที่บิดา รักษา ที่มารดาบิดา รักษา ที่พี่ชาย รักษา ที่พี่สาว รักษา ที่ญาติ รักษา ที่มีสามี ที่อิสริชนหวงห้าม ที่สัสแต่หญิงที่เขาคล้องแล้วควยพวงมาลัย

ความประพฤติไม่เรียบร้อยทางวาจา 4 อย่าง คือ

1. เป็นคนกล่าวเท็จ คือ เป็นคนกล่าวเท็จทั้งร้อย เพราะเหตุตนบาง เพราะเหตุผู้อื่นบาง เพราะเหตุเห็นแก่สิ่งของเล็กน้อยบาง

2. เป็นผู้ส่อเสียด คือ ใฝ่ฟังข้างนี้แล้วนำไปบอกข้างโนนเพื่อทำลายพวกข้างนี้บาง หรือฟังข้างโนนแล้วนำไปบอกข้างนี้บางเพื่อทำลายพวกข้างโนนบาง พวกที่พร้อมเพรียงกันให้แตกกันบาง ส่งเสริมพวกที่แตกกันแล้วบาง ชอบใจในคนที่แตกกันเป็นพวก ยินดีในความแตกกันเป็นพวก และกล่าววาจาที่ทำให้แตกแยกกันเป็นพวก

3. เป็นผู้มัววาจาหยาบ คือ กล่าววาจาหยาบที่เป็นโทษ อันเย็บรอนแก่ผู้อื่น อันชกใจผู้อื่น อันไกลต่อความโกรธ ไม่เป็นไปเพื่อความสงบจิต

4. เป็นผู้กล่าวคำเพื่อเจ้อ คือ พูดในเวลาไม่ควรพูด พูดเรื่องที่ไม่เป็นจริง พูดไม่เป็นประโยชน์ พูดไม่เป็นธรรม พูดไม่เป็นวินัย กล่าววาจาไม่เป็นที่ตั้ง ไม่มีหลักฐานที่อ้างอิง ไม่มีที่สุก ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ โดยกาลไม่สมควร

ความประพฤติไม่เรียบร้อยทางใจ 3 อย่าง คือ

1. เป็นผู้มีจิตใจโหมก คือ เพ่งเล็งทรัพย์สินเป็นอุปกรณ์เครื่องปลื้มใจของผู้อื่นว่า ขอของผู้หนึ่งพึงเป็นของเราเถิด ดังนี้
2. เป็นผู้มีจิตพยาบาท คือ มีความคำริในใจอันชั่วชวาวาขอสัตว์เหล่านี้ จงถูกฆาต บาง จงถูกทำลายบาง จงขาดสูญบาง อย่าให้มีแล้วบาง
3. เป็นผู้มีความเห็นผิด คือ มีความเห็นวิปริตว่า ผลแห่งทานที่ให้แล้วไม่มี ผลแห่งการบชามีไม่มี ผลแห่งการเซนสรวงไม่มี ผลแห่งวิบากกรรมที่ทำดีและทำชั่วไม่มี โลกนี้ไม่มี โลกหน้าไม่มี มารดาไม่มี บิดาไม่มี สัตว์ทั้งหลายที่เป็นอุปาทิกะไม่มี สมณะและพราหมณ์ทั้งหลายผู้ดำเนินชอบปฏิบัติชอบ ผู้ทำโลกนี้และโลกหน้าให้แจจชัดด้วยปัญญาอันยิ่งเอง แล้วสั่งสอนให้ผู้อื่นรู้ ไม่มีอยู่ในโลก

คุณพราหมณ์และคฤหบดีทั้งหลาย ความประพฤติเรียบร้อย คือ ความประพฤติธรรมทางกายมี 3 อย่าง ทางวาจามี 4 อย่าง ทางใจมี 3 อย่าง ความประพฤติเรียบร้อยทางกาย 3 อย่าง คือ

1. เป็นผู้ละจากการฆ่าสัตว์ เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ วางพันธะวางศาสตราเสียแล้ว มีความละอาย มีความเอ็นดู มีกรุณา หวังประโยชน์เกอกุลแก่สัตว์ทั้งปวงอยู่
2. เป็นผู้ละการถือเอาทรัพย์ที่เขามิได้ให้ เว้นขาดจากการลักทรัพย์ ไม่ลักทรัพย์เป็นอุปกรณ์เครื่องปลื้มใจของผู้อื่น ที่อยู่ในบ้านหรือที่อยู่ในป่า ที่เจ้าของมิได้ให้ ซึ่งนับว่าเป็นขโมย

3. เป็นผู้ละการประพฤตินิคมในกามทั้งหลาย เว้นขาดจากการประพฤตินิคมในกามทั้งหลาย คือ ไม่ถึงความสมสู่ในพวกหญิงที่มีมารดา รักษา ที่บิดา รักษา ที่มารดาและบิดารักษา ที่พี่ชายรักษา ที่พี่สาวรักษา ที่ญาติรักษา ที่มีสามี ที่อิสริชนหวงห้าม ที่สุดหญิงที่เขาคลองแล้วควยพวงมาลัย

ความประพฤติเรียบรอยทางวจา 4 อย่าง คือ

1. เป็นผู้ละการพูดเท็จ เว้นขาดจากการพูดเท็จ ไปในที่ประชุมหรือไปในหมฺชน หรือไปในทามกลางญาติ หรือไปในทามกลางขุนนาง หรือไปในทามกลางราชสกุล หรือถูกนำไปเป็นพยาน ถูกถามว่า บุรุษเจริญฺญู เจริญเกิด ทานรเรื่องใด ก็จงบอกเรื่องนั้น เขาเมื่อไม่รู้จักบอกว่าไม่รู้ หรือเมื่อรู้จักบอกรู้ เมื่อไม่เห็นก็บอกว่าไม่เห็น หรือเมื่อเห็นก็บอกว่าเห็น ไม่กล่าวเท็จทั้งรอย เพราะเหตุคนบาง เพราะเหตุคนบาง เพราะเหตุเห็นแกสิ่งของเล็กน้อยบาง

2. เป็นผู้ละวจาส่อเสียด เว้นขาดจากวจาส่อเสียด คือ ได้ฟังข้างนี้แล้วไม่นำไปบอกข้างโนนเพื่อทำลายพวกข้างนี้ หรือได้ฟังข้างโนนแล้วไม่นำมาบอกข้างนี้ เพื่อทำลายพวกข้างโนน สมานพวกที่แตกกันให้คืนบาง ส่งเสริมพวกที่คืนกันให้สนิทสนมบาง ชอบใจพวกที่พร้อมเพรียงกัน ยินดีแล้วในพวกที่พร้อมเพรียงกัน ชื่นชมในพวกที่พร้อมเพรียงกัน

3. เป็นผู้ละวจาหยาบ เว้นขาดจากวจาหยาบ กล่าววจาที่ไม่มีโทษ เพราะหุ ชวนให้รัก จับใจ เป็นของชาวเมือง คนส่วนมากรักใคร่ชอบใจ

4. เป็นผู้ละการพูดเพอเจอ เว้นขาดจากการพูดเพอเจอ พูดในเวลา ที่ควรพูด พูดตามจริง พูดเรื่องที่เป็นประโยชน์ พูดเรื่องที่เป็นธรรม พูดเรื่องที่เป็นวินัย และกล่าววจามีที่ตั้ง มีหลักฐานที่อ้างได้ มีที่สุด ประกอบด้วยประโยชน์ โดยกาลอันควร

ความประพฤดิเรียบร้อยทางใจ 3 อย่าง คือ

1. เป็นผู้ไม่มีความโลภมาก ไม่เพ่งเล็งทรัพย์สินอันเป็นอุปกรณ์เครื่องปลื้มใจของผู้อื่นว่า ขอของผู้อื่นพึงเป็นของเราเถิด ดังนี้
2. เป็นผู้มึจิตไม่พยายาท มีความคำริไนใจไม่ชั่วชววา ขอสัตว์เหลา นึ่งเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่มีความเบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข มีแต่สุข รักษาตนเถิด ดังนี้
3. เป็นผู้มีความเห็นชอบ คือ มีความเห็นไม่วิปริตวา ผลแห่งทาน ที่ไให้แล้วมีอยู่ ผลแห่งการบชามีอยู่ ผลแห่งการเซนสรวงมีอยู่ ผลวิบากแห่งกรรมที่ทำดีและที่ทำชั่วมีอยู่ โลกนี้มีอยู่ โลกหนามีอยู่ มารคามมีอยู่ บิคาามีอยู่ สัตว์ท่งหลายที่เป็นอุปปาทิกะมีอยู่ สมณะและพราหมณท่งหลาย ผู้ค้ำเนินชอบ ปฏิบัติชอบ ผู้ทำโลกนี้และโลกหน้าให้แจจควยปัญญาอันยั้งเอง แลวสอนให้ผู้อื่นรูไคมีอยู่ในโลก <sup>1</sup>

จากคำสอนดังกล่าวจะเห็นไควา พระพทธเจ้าไคสั่งสอนขอควรละและขอควรปฏิบัติท่งทางกาย วาจา และใจ แมโดยสรปอย่างกวาง ๆ เทาที่กล่าวมานั้น ก็พอจะเห็นไคแลววา หากสามารถปฏิบัติไคเพียง เทานั้นก็นับวาเป็นคนดีไค เพราะคนทัวไปมักปฏิบัติไคชั่วครึ่งชั่วควราว หาผู้ปฏิบัติสมาเสมอไคยาก คำสอนโดยสังเขปนี้เมื่อสรปแลวจะเห็นไควาอยู่ในหลัก เวณชัว ทำดี และทำจิตใจให้ผองใส ดังไคกล่าวไวแลวในตอนตนวา เป็นหลักการสำคัญทางความประพฤดิ แต่ขอความตอนนี้แจจแรงละเอียดยขึ้น เนื้อหาตอนที่ จะกล่าวในหัวข้อตอ ๆ ไปในบพนี้จะเป็นการแจจแรงที่ละเอียดยลงไปอีก

<sup>1</sup> 12/484-485/425-429 สุต. มัชฌิม. มุล.

## 2. การเว้นจากความชั่ว

พระพุทธเจ้าได้แสดงอภิสลมูลไว้ว่า ได้แก่ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ทั้ง 3 ประการนี้เกิดขึ้น 3 ทาง คือ ทางกาย ทางวาจา และทางใจ ทั้ง 3 ทางนี้ จำแนกต่อไปเป็นเรื่องสำคัญ ๆ 10 ประการ เรียกว่า อภิสลกรรมบท 10<sup>1</sup> ซึ่งได้แก่

## กายทุจริต 3

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. ปาณาติบาต     | ฆ่าสัตว์         |
| 2. อทินนาทาน     | ลักทรัพย์        |
| 3. กาเมสุมิฉาจาร | ประพฤตินิคมในกาม |

## วจีทุจริต 4

- |                 |             |
|-----------------|-------------|
| 4. มุสาวาท      | พูดเท็จ     |
| 5. บิสุณาวาจา   | พูดส่อเสียด |
| 6. ผรุสวาจา     | พูดคำหยาบ   |
| 7. สัมณัมปลลาปะ | พูดเพ้อเจ้อ |

## มโนทุจริต 3

- |                |                    |
|----------------|--------------------|
| 8. อภิชณา      | โลภอยากได้ของเขา   |
| 9. พยาปาท      | ปองร้ายเขา         |
| 10. มิจฉาทิฎฐิ | เห็นผิดจากคลองธรรม |

---

<sup>1</sup> 35/1028/580-581 อภ. วิ.

ในส่วนที่เป็นความชั่วทางกายตามที่ไดกล่ามาแล้วนั้น เป็นความชั่วที่ร้ายแรง คนที่จะเป็นคนดีได้นอกจากเว้นความชั่วทางกายดังกล่าวแล้ว ยังต้องเว้นความชั่วทางกาย ชนิดอื่นอีก ได้แก่ อายมุข 6<sup>1</sup> คือ คีมนำเมา เทียวกลางคืน เทียวคูกรมหรศพ เล่นการพนัน คบคนชั่วเป็นมิตร เกียรติงานการทำงาน แต่ละอย่างมีโทษ 6 ประการคือ

#### โทษของการคีนำเมา 6 ประการ

1. ความเสื่อมทรพยอันผู้นั้นพึงเห็นเอง
2. กอการทะเลาะวิวาท
3. เป็นบ่อเกิดแห่งโรค
4. เป็นเหตุเสียชื่อเสียง
5. เป็นเหตุไม่รู้จักละอาย
6. เป็นเหตุทอนกำลังปัญญา



#### โทษของการเทียวกลางคืน 6 ประการ

1. ชื่อว่าไม่คุ้มครอง ไม่รักษาตัว
2. ชื่อว่าไม่คุ้มครอง ไม่รักษาบุตรภรรยา
3. ชื่อว่าไม่คุ้มครอง ไม่รักษาทรัพย์สมบัติ
4. เป็นที่ระแวงของคนอื่น
5. คำพูดอันไม่จริงยอมปรากฏในผู้นั้น
6. เหตุแห่งทุกข์เป็นอันมากยอมแวดล้อม

<sup>1</sup> 11/179-184/164-165 สุต. ที่ ปาฎิก. ๑๖๖๐

โทษของการเที่ยวคุมหรสพ 6 ประการ

1. รำที่ไหนดไปที่นั่น
2. ชั้บรองที่ไหนดไปที่นั่น
3. ประโคมที่ไหนดไปที่นั่น
4. เสภาที่ไหนดไปที่นั่น
5. เพลงที่ไหนดไปที่นั่น
6. เถิดเทิงที่ไหนดไปที่นั่น

โทษของการเล่การพนัน 6 ประการ

1. ฐุชณะยอมกอเวร
2. ฐุแพยอมเสียดายทรัพย์ที่เสียบไป
3. ความเลื่อมทรัพย์ในปัจจุบัน
4. ถอยค่าของคนเล่การพนันไปพุดในที่ประชุมฟังไม่ขึ้น
5. ถูกมิตรอำมาตย์หมิ่นประมาท
6. ไม่มีใครประสงค์จะแต่งงานด้วย

โทษของการคบคนชั่วเป็นมิตร 6 ประการ ได้แก่

1. นำให้เป็นนักเล่การพนัน
2. นำให้เป็นนักเล่เจ้าฐุ
3. นำให้เป็นนักเล่เหล่า
4. นำให้เป็นคนลวงฐุอื่นด้วยของปลอม
5. นำให้เป็นคนโกงเขาซึ่งหน้า
6. นำให้เป็นคนหัวไม้



### โทษของความเกียจคร้าน 6 ประการ

1. มักรู้โง่งว่าหนานักแล้วไม่ทำการงาน
2. มักรู้โง่งว่ารอนนักแล้วไม่ทำการงาน
3. มักรู้โง่งว่าเย็นแล้ว แล้วไม่ทำการงาน
4. มักรู้โง่งว่ายังเขายอยู่ แล้วไม่ทำการงาน
5. มักรู้โง่งว่าหิวนักแล้วไม่ทำการงาน
6. มักรู้โง่งว่ากระหายนักแล้วไม่ทำการงาน

เราจะเห็นได้ว่าโทษของอบายมุขที่กล่าวนี้เป็นโทษแก่ตัวเองบ้าง แก่บุคคลแวดล้อมบ้าง แก่สังคมบ้าง ส่วนใหญ่เป็นโทษแก่ตนเองและผู้ใกล้ชิด แต่ก็มักมีผลไปถึงสังคมด้วย เช่น การเล่นการพนัน หรือ คบคนชั่วทำให้เกิดอาชญากรรม ความเกียจคร้านทำให้เศรษฐกิจของสังคมไม่เจริญขึ้น อาจทำให้คนกลายเป็นขโมย เป็นโจร มากขึ้น เพราะความเกียจคร้านในการงานของตนและเพราะผลจากเศรษฐกิจที่ไม่ดี

ความชั่วทางวาจานอกจากวจีทุจริตทั้ง 4 ประการดังกล่าวแล้ว พระพุทธเจ้ายังแสดงความชั่วทางวาจาที่สำคัญอีก 2 ชนิด คือ โอมสวาท 10<sup>1</sup> ไคแก คำพูดที่เสียดแทงให้เจ็บใจ 10 อย่าง คือ เสียดแทงในเรื่อง ชาติ โคตร นาม การงาน ศิลป ไรศ รูปพรรณ กิเลส อามติ คำสบประมาทต่าง ๆ กับถ้อยคำที่แก่งแย่งชิงดีกัน ซึ่งเรียกว่า วิคคาทิกกถา 14<sup>2</sup> ไคแก ทานไมรรุชธรรมวินัย แต่ชาพเจารุชธรรมวินัย ทานรุชธรรมวินัย ไคอย่างไร ทานเป็นผู้ปฏิบัติดี ชาพเจาเป็นผู้ปฏิบัติถูก คำพูดของชาพเจาเบองตนและเบองปลายนั้นตรงกันจึงมีประโยชน์ คำพูดของทานเบองตนและเบองปลายไม่ตรงกันจึงไม่มี

<sup>1</sup> 2/243-254/271-331 วิ. มหา.

<sup>2</sup> พ.อ.ทวีช เปล่งวิทยา คณธรรม พระนคร : [ม.ป.ท.] , 2515

ประโยชน์ คำที่ควรกล่าวก่อนทานกลับนำมากล่าวทีหลัง คำที่ควรกล่าวทีหลังทานกลับนำมา  
กล่าวก่อน คำพูดของข้าพเจ้าเพียงคำเดียวสามารถทำลายคำพูดของท่านที่กล่าวมาแล้วให้  
ลบล้างหมดสิ้น ข้าพเจ้าจับผิดความเห็นของท่านได้แล้ว ท่านเป็นผู้ถูกข้าพเจ้าชมไว้แล้ว  
ท่านจงพยายามแสวงหาความรู้จากสำนักต่าง ๆ มาปลดเปลื้องแก้ไขคำพูดของท่านที่ถูก  
ข้าพเจ้าชมไว้แล้วนี้ด้วย ถ้าท่านยังเชื่อในความสามารถของท่านก็จงแก้ไขมาในบัดนี้"

ความชั่วทางใจนับว่าสำคัญที่สุดเพราะเป็นบ่อเกิดแห่งความชั่วทางวาจาและทางกาย  
เราจะเห็นว่า การฆ่าสัตว์ก็ การพูดเท็จก็ ล้วนมีสาเหตุมาจากภายในใจ เช่น จาก  
ความโกรธ ความโลภอยากได้ของเขา ความหลง เช่น ยึดมั่นในตัวตน อยากให้ตนเป็น  
ที่รัก เป็นต้น จะนำไปกล่าวรวมกับเรื่องการทำจิตใจให้ผ่องใส เพราะจิตใจที่ผ่องใสก็คือ  
จิตใจที่ปราศจากความชั่วต่าง ๆ ทั้งโลก โกรธ หลง นั้นเอง ในตอนต่อไปนี้จะกล่าวถึง  
การทำดีทางกายและทางวาจาซึ่งเป็นเครื่องชักนำบุคคลให้ออกห่างจากความชั่วและมุ่งไปสู่  
ความดี เป็นทางทำให้จิตใจเกิดความผ่องใส ปราศจากกิเลสเสียก่อน

### 3. การทำดี

การทำดีไม่ว่าจะเป็นทางกายหรือทางวาจามีลักษณะเหมือนกัน 4 ประการ คือ  
สุปฏิปันโน ปฏิบัติดี คือ ติดตามคลองธรรม ตามที่พระพุทธเจ้าแสดงไว้ ไม่ใช่ดีทางโลก หรือ  
ดีตามใจตัวเอง อสุปฏิปันโน ปฏิบัติตรง คือ ตรงตามธรรมของพระพุทธเจ้า ทั้งทางกาย  
วาจา ใจ ญายปฏิปันโน ปฏิบัติเพื่อธรรมที่พระอรหันต์บุคคลใดบรรลุ คือ มุ่งปฏิบัติตามทางที่  
พระอรหันต์บุคคลใดปฏิบัติแล้ว สามิฉิปปฏิปันโน ปฏิบัติชอบยิ่ง หมายความว่าปฏิบัติแต่ที่ดีเพียง  
อย่างเดียว ไม่ปฏิบัติผิดหรือชั่ว การทำดีตามลักษณะทั้ง 4 นี้ ประกอบด้วยความตั้งใจดี  
มีธรรมยึดถือ และมุ่งตรงไปสู่จุดหมายตามหลักพุทธศาสนา ดีในที่นี้จึงหมายถึงดีตามที่พระ-  
พุทธเจ้าสอนไว้ เป็นความดีที่เป็นความหลุดพ้น หรือ นำไปสู่ความหลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวง  
ไม่ใช่ดีตามที่คนอื่นหรือตัวนึกเอาเอง ซึ่งเป็น ดี ตามที่อำนาจกิเลสบัญชา ในการปฏิบัติ  
ก็ต้องมั่นคงในธรรมทั้งคัว กาย วาจา และใจ ส่วนวิธีปฏิบัติก็จะพูดอย่างกว้าง และ

คลุมความคิดเรื่องการปฏิบัติในพุทธศาสนาครบถ้วนที่สุด ก็ได้แก่การปฏิบัติมรรค 8<sup>1</sup> แต่การปฏิบัติมรรค 8 นั้นเป็นทางไปสู่ความเป็นอริยบุคคล ถ้าจะพิจารณามรรค 8 ซึ่งแจ่มแจ้งละเอียดลงไปอีกชั้นหนึ่ง ก็ได้แก่ มงคล 38 ประการ<sup>2</sup> ในส่วนที่เกี่ยวกับโลกียกรรม มงคล 38 ประการก็มีทั้งเรื่องจริยธรรมของปัจเจกชน และ จริยธรรมทางสังคม แต่เมื่อแยกจริยธรรมของปัจเจกชนออกมาแล้วก็เห็นว่าเป็นเพียงตัวอย่างของการปฏิบัติที่ดีเท่านั้น ไม่ใช่คำสอนที่เกี่ยวกับการปฏิบัติที่ครบหมดทุกเรื่อง ต้องอาศัยคำสอนเรื่องอื่น ๆ พิจารณาประกอบ คำสอนที่พระพุทธเจ้าสั่งสอนบุคคลต่าง ๆ กัน ก็มักซ้ำกันเป็นบางส่วน สุดแต่จะเห็นว่ากรรมข้อใดเหมาะสมสำหรับบุคคลนั้น ๆ จึงเห็นได้ว่ากรรมที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ในที่ต่าง ๆ ซ้ำกันบ้าง ไม่ซ้ำกันบ้างนั้น เป็นการนำเอาหลักกรรมสำคัญ คือ อริยสัจสี่ มาประยุกต์กับกรณีเฉพาะนั่นเอง ความเข้าใจหลักจึงสำคัญกว่า ดังจะเห็นได้ว่าบรรลอรุรทัตผลนั้น มีสาเหตุที่จดจำคำสอนของพระพุทธเจ้าในที่ต่าง ๆ ไต่ถาม พระอานนท์ซึ่งจำคำสอนของพระพุทธเจ้าไว้ไต่ถามที่สุดกับบรรลอรุรทัตผลหลังพระสาวกอื่น ๆ เป็นจำนวนมาก ดังนั้นการที่จะเข้าใจปรัชญาของพระพุทธเจ้าจึงมีข้อทำได้ด้วยการรวบรวมคำสอนมาไว้ให้ครบถ้วน หากแต่ต้องจับหลักใหญ่ให้ได้ เหมือนคนเข้าใจคณิตศาสตร์ต้องเข้าใจหลัก จะทำแบบฝึกหัดก็เพียงเพื่อให้เข้าใจหลักแจ่มแจ้ง เมื่อเข้าใจแล้วก็แก้ปัญหาคณิตศาสตร์ได้ทุกข้อ คนที่ท่องจำแบบฝึกหัดได้ทุกข้ออาจไม่เข้าใจหลักคณิตศาสตร์เลยก็ได้ ควบเหตุดังกล่าว วิชยานิพนธ์นี้จึงไม่มีความประสงค์จะรวบรวมธรรม แต่จะนำธรรมมาใช้เป็นหลักฐานสนับสนุนหลักการที่เชื่อว่าพระพุทธเจ้ามุ่งหมายจะสอน

การเว้นชั่ว คือ การเว้นจากความเป็นอยู่และความประพฤติอันนำไปผูกพันกับกิเลส ตัณหา ทำให้ห่างจากความหลุดพ้น ความเป็นอยู่และความประพฤติดังกล่าวเกิดจากอกุศลมูล คือ โลภะ โทสะ โมหะ ทั้งสามประการนี้มีอิทธิพลต่อชีวิตได้ก็เพราะอุปาทาน หรือ ความยึดติดในตัวตนของมนุษย์ เมื่อมนุษย์มีความยึดมั่นถือมั่น การเว้นชั่วก็ทำได้ยาก การที่มนุษย์

<sup>1</sup> คูในภาคผนวกที่ 5

<sup>2</sup> คูในภาคผนวกที่ 6

จะหลุดพ้นจากความยึดมั่นถือมั่นนั้นไม่ว่าจะเป็นของยาก ถ้าหากฝึกฝนกันแต่คน แต่เนื่องจากคนทั่วไปในสังคมส่วนใหญ่ยังมีความยึดมั่นและเห็นว่าเป็นของดี จึงสั่งสอนคนรุ่นหลังให้ยึดมั่นอย่างเดียวกัน อีกทั้งระบบการศึกษาที่เกิดจากความคิดของคนเหล่านั้นก็เป็นส่วนสนับสนุนที่สำคัญด้วย จึงทำให้การปฏิบัติตนตามแนวทางไปสู่ความหลุดพ้นกลายเป็นของยาก และการแก้ไขที่จะไม่ไห้คนในสังคมมีความคิดเช่นนี้ก็ยังเป็นของยากยิ่งขึ้นไปอีก

พระพุทธเจ้าเข้าใจสภาวะดังกล่าวนี้เป็นอย่างดี และเห็นว่าจะประกาศหัวใจศาสนาให้ปวงชนทราบเพื่อจะได้ปฏิบัติตนให้หลุดพ้นนั้นเป็นสิ่งเหลือวิสัย ดังจะเห็นได้ว่าพระองค์สอนด้วยวิธีดังกล่าวเฉพาะแก่พระปัญจวัคคีย์ ซึ่งมีพื้นฐานเป็นนักบวชและมีสติปัญญาสุขุมคมภีรภาพอยู่แล้วเท่านั้น ส่วนปวงชนทั่วไปก็สอนธรรมชั้นรอง ๆ ลงไป ส่วนใหญ่สอนวิธีปฏิบัติตนมากกว่าธรรมทั้งหลายที่มีเป็นจำนวนมากก็เหมาะแก่คนที่มีพื้นฐานจิตใจระดับต่าง ๆ กัน สำหรับปวงชนกว่าจะบรรลุลความหลุดพ้นได้ก็ต้องศึกษาและปฏิบัติธรรมชั้นต่ำ ๆ ไปก่อนจนเคยชินแล้วปฏิบัติสูงขึ้นเป็นลำดับ ดังจะเห็นได้ว่าในหลักไตรสิกขา คือ การศึกษาเพื่อความหลุดพ้นนั้น คือ เป็นข้อตน เพราะการปฏิบัติศีลนั้นเป็นการทำให้เกิดความสำรวมทั้งกายกรรม วาจากรรม และมโนกรรม เมื่อปฏิบัติศีลได้จนไม่รู้สึกละอายหรือเห็นเป็นความยากลำบาก จิตใจก็จะไม่ฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์ภายนอกได้ง่าย จึงปฏิบัติสมาธิ คือ การตั้งจิตให้มั่น ปลอดภัยจากกามคุณ และอกุศลกรรมต่าง ๆ ที่เป็นอารมณ์ พ้นจากความกังวลต่าง ๆ เมื่อมีจิตตั้งมั่นดีแล้วจึงเกิดปัญญา ซึ่งได้มาด้วยการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน รู้อย่างแจ่มแจ้งในสภาวะธรรมทั้งปวง เป็นความรู้ออก

ในระดับปวงชนนั้น เพียงฝึกขั้นศีลได้ก็นับว่าเป็นคนดีในสังคมได้ และขั้นศีลนั้นก็มาถึงกับต้องสำรวมมากอย่างสี่ของพระ หรือ ปาวิสุทธศีล 4 ศีลขั้นพื้นฐาน คือ ศีล 5 หรือ ศีล 10 ถ้าปฏิบัติได้กันทุกคนก็นับว่าควบคุมความประพฤติของคนได้กว้างขวางกว่ากฎหมายของสังคมเสียอีก

ในตอนนี้จะเห็นได้ว่าคำว่าศีลที่กล่าวถึงในย่อหน้าที่แล้วมี 2 ความหมาย คือ การศึกษาในขั้นศีลนั้นหมายรวมทั้งข้อพึงละเว้น และ ข้อพึงปฏิบัติ ส่วนความหมายที่สองนั้น ศีลหมายถึงวินัยหรือข้อพึงละเว้นเพื่อให้เกิดความเป็นระเบียบ การที่คนจะดีได้มิใช่เพียงแต่

ละเว้นขอควรละเว้นเท่านั้น แต่ต้องปฏิบัติขอควรปฏิบัติด้วย การละเว้นความชั่วเป็นการทำดีนัยลบ ส่วนการปฏิบัติขอควรปฏิบัติเป็นการทำดีนัยบวก การละเว้นชั่วเป็นการบังคับใจตนไม่ให้ผูกพันกับความชั่ว ส่วนการทำดีเป็นการกลมกลืนจิตใจให้พร้อมที่จะปฏิบัติธรรมขั้นสูงขึ้นไปอีก การทาสีตึกใหม่ต้องขูดเอาสีเดิมออกเสียก่อน เหมือนการที่คนซึ่งต้องการจะไปสู่ความหลุดพ้นต้องขี้อิสระขูดเอาความชั่วอันติดตัวอยู่เดิมออก ขึ้นต่อไปจึงวางพื้นฐานด้วยการปฏิบัติธรรมขั้นพื้นฐาน เหมือนกับการลงสีพื้นก่อนทาสีใหม่ เมื่อลงพื้นดีแล้วจะทาสีตึกให้สวยงามหรือมีลวดลายอย่างไรก็ทำได้ง่าย

การปฏิบัติขอควรปฏิบัติหรือการทำดี เป็นการปูพื้นนิสัยใหม่ไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้นใหม่ได้ หรือเกิดขึ้นได้โดยยาก ในการพูดถึงเรื่องนี้จะทำให้เห็นวาทธรรมที่ควรปฏิบัติเหล่านี้จะช่วยให้คนพณอำนาจโลกะ โทสะ โมหะ ซึ่งเป็นที่มาของความชั่วได้อย่างไร พนจากความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนใดอย่างไร แต่จะพูดเฉพาะในส่วนที่เป็นข้อปฏิบัติของสามัญชน แม้เรื่องที่มีความลึกซึ้งถึงระดับโลกุตตรธรรม ก็จะเป็นเพียงระดับต้น ๆ คือ โลกียธรรม แต่ทั้งนี้มิได้หมายความว่า เป็นการแปลงโลกุตตรธรรมเป็นโลกียธรรม หากแต่เห็นว่าการปฏิบัติดีทั้งหลายนั้นมีระดับ ถ้าปฏิบัติได้เต็มที่ก็อยู่ในชั้นโลกุตตรธรรม หากปฏิบัติได้น้อยก็อยู่ในระดับโลกียธรรม หากมีลักษณะเด็ดขาดว่าปฏิบัติถึงขั้นสูงสุดไม่ได้ ก็ไร้อผลเอาเลยทีเดียว

การทำดีที่จะนำมาพูดในหัวข้อนี้จะพูดเฉพาะส่วนที่เกี่ยวข้องกับการกระทำทางกาย และการกระทำทางวาจา พร้อมทั้งผลที่จะได้รับเท่านั้น ส่วนเรื่องใจจะนำไปพูดในอีกหัวข้อหนึ่งต่างหาก เพราะเป็นเรื่องสำคัญ อันเป็นสาเหตุของการกระทำทางกาย และทางวาจา ไม่ปรากฏภายนอกอย่างการกระทำทางกาย วาจา

### 3.1 การทำดีทางกาย

การดำเนินชีวิตที่เรียกว่า ดีทางกาย ในพุทธศาสนานั้น ผู้เขียนเห็นว่ามีลักษณะ 4 ประการ คือ ง่าย งาม เป็นประโยชน์ และดี คือ เป็นไปเพื่อความละจากโลกะ โทสะ โมหะ แกตนเองหรือแก่ผู้อื่น ชีวิตที่ง่ายได้แก่ชีวิตที่ยึดมั่นในตัวตนน้อย ชีวิตที่ละจากความสุขทางโลกีใหม่มาก ชีวิตเช่นนี้จะต้องการความสุขภายนอกน้อยที่สุด พระพุทธเจ้า

โคกระทำให้ตนเป็นตัวอย่างที่ดีในเรื่องนี้ และได้บัญญัติให้พระสงฆ์ปฏิบัติตาม กล่าวคือ ของ  
 บริโภคที่จำเป็นมี 4 อย่างเท่านั้น ไคแก่ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ เกสัช ดังนั้น  
 มรณวาสที่เป็นพุทธศาสนิกชน ซึ่งจะทำกิเลสของตนให้ลดลงก็อาศัยหลักปฏิบัติเดียวกันได้  
 คือ สิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิตมีเครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่ ยารักษาโรค สิ่งเหล่านี้  
 เป็นสิ่งจำเป็นและควรแสวงหาเท่าที่จำเป็น แต่คำว่าจำเป็นสำหรับนักบวชกับปุถุชนนั้นต่างกัน  
 เช่น อาหาร นักบวชต้องอาศัยข้าวบาณ จำเป็น จึงหมายความว่าเพียงพอสำหรับแต่ละวัน  
 ส่วนชาวบานนั้นต้องเก็บไว้เผื่อวันอื่น ต้องทำบุญให้ทาน ต้องเผื่อแผ่ญาติพี่น้อง เพื่อนฝูง  
 ความจำเป็นของชาวบานจึงต้องคำนึงถึงสิ่งเหล่านี้ด้วย เสนาสนะก็เช่นกันพระพุทธรูป  
 สันนิษฐานพระภิกษุให้นิยามอยู่โคนไม้ มากกว่าจะให้ยึดถือที่พักเป็นหลักแหล่ง เพราะการมี  
 ที่อยู่อาศัยดี ๆ ทำให้เกิดความยึดมั่นและเกิดกิเลสอื่น ๆ ตามมา แต่สำหรับชาวบาน การ  
 มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนไม่ใช่สิ่งที่ไม่ควร แต่ที่ต้องอยู่พอสมฐานะ ไม่สะสมจนเกิดความทุกข์  
 ในการรักษา หรือเกินความจำเป็น ไม่ผูกพันจนกระทั่งต้องตกแดงประดับประดาให้หรูหรา  
 ฟูมเฟือย จึงเห็นได้ว่าชีวิตเช่นนี้ต้องไม่ฟูมเฟือยเกินความจำเป็น แต่ต้องไม่ขาดแคลน  
 ถึงกับเดือดร้อน ความไม่ขาดแคลนนั่นตัวของตัวต้องประมาณเองโดยเอาความไม่ยึดมั่น  
 ถ้อยมั่นเป็นหลัก เพราะถ้าไม่มีหลักดังกล่าวประจำใจแล้วทุกคนจะรู้สึกขาดแคลนตลอดเวลา  
 ความขาดแคลนดังกล่าวเป็นความขาดแคลนสิ่งฟูมเฟือย มิใช่ขาดแคลนสิ่งจำเป็นซึ่งเป็น  
 ความขาดแคลนที่แท้ ในชีวิตแบบพุทธนั้นมีใช้ให้ถึงตัวเองเป็นหลักเพียงอย่างเดียว เพราะ  
 ถ้าเช่นนั้นคนก็อาจพากันเกียจคร้านเสียหมดเพราะทำมาหากินแคพอตัว คำที่เป็นหัวใจการ  
 ดำเนินชีวิตแบบพุทธ ไคแก่ คำว่าสันโดษ ชีวิตที่สันโดษกับเกียจคร้านไม่เหมือนกัน คนที่  
 เกียจคร้านนั้นแม้มีความต้องการหรือจำเป็นก็ไม่พยายามทำ ดังนั้น คนพวกนี้อาจอยาก  
 ร่ำรวยก็ได้ คนที่เกียจคร้านสังคมทั้ง ๆ ที่ตนเองไม่ทำงานตามความสามารถและโอกาสที่  
 มีอยู่ จัดเป็นประเภทเกียจคร้าน คนที่สันโดษนั้นเป็นคนที่มีความต้องการน้อย แต่เป็นคน  
 ขยันขันแข็ง คนพวกนี้มีใช้ขยันเมื่อตนมีความต้องการความมั่งคั่ง แต่ขยันทำตามความสามารถ  
 ของตนเมื่อเห็นว่าผลได้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นด้วย เช่น เมื่อขยันทำงานมีทรัพย์สิน  
 เงินทองเหลือใช้แล้วก็ช่วยเหลือผู้อื่นที่ยากจน หรือ ไม่มีทางทำมาหากิน แต่ไม่ใช่ช่วยคนที่  
 เกียจคร้าน พระพุทธเจ้าโคกลาวถึงเรื่องสันโดษไว้ดังนี้

เมื่อภิกษุสันโดษควยปัจจัยหาโทรมิได้ ทั้งน้อยและหาไคงาย ปรารภ  
เสนาสนะ จีวร ปานะและโกชณะ จิตของเขอกไม่คับแค้น ไม่กระทบ  
กระเทือนทุกทิศ และธรรมเหล่าใดอันภิกษุนั้นกล่าวแล้ว อนฺโถมแกสมณ-  
ธรรม ธรรมเหล่านั้นอันภิกษุผู้ไม่ประมาท มีความสันโดษถือเอาโดยยิ่ง <sup>1</sup>

คุกรจนทะ จีวรใดอันเราอนุญาตแล้วแกพวกเธอ จีวรนั้นควรแกพวก  
เธอเพียงเพื่อเป็นเครื่องบ่าบัดหนาว บ่าบัดร้อน บ่าบัดสัมผัสแห่งเหลือบ  
ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน เพียงเพื่อเป็นเครื่องปกปิดอวัยวะอัน  
ยังความละอายให้กำเริบ

บิณฑบาตใดอันเราอนุญาตแล้วแกพวกเธอ เพียงเพื่อความตั้งอยู่ไคงแห่ง  
กายนี้ เพื่อยังกายนี้ให้เป็นไปไคง เพื่อจะให้ความลำบากสงบ เพื่อจะ  
อนุเคราะห์พรหมจรรย์ ควบคึกว่า เราจักบรรเทาเวทนาเกา จักไม่  
ยังเวทนาใหม่ให้เกิดขึ้น ควบประการคึงนี้ และความเป็นไปแห่งชีวิต ความ  
เป็นผู้ไม่มีโทษและความอยู่สำราญจักมีแกเรา

เสนาสนะใดอันเราอนุญาตแล้วแกพวกเธอ เสนาสนะนั้นควรแกพวกเธอ  
เพียงเพื่อเป็นเครื่องบ่าบัดหนาว บ่าบัดร้อน บ่าบัดสัมผัสแห่งเหลือบ ยุง  
ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน เพียงเพื่อเป็นเครื่องบรรเทาอันตรายอัน  
เกิดแก่ฤดู เพื่อความยินดีในการหลีกออกเรณอยู่

คิลานปัจจัยเภสัชบริขารใดอันเราอนุญาตแล้วแกพวกเธอ คิลานปัจจัย  
เภสัชบริขารนั้นควรแกพวกเธอ เพียงเพื่อเป็นเครื่องกำจัดเวทนาทั้งหลาย  
อันเกิดแต่อาพาธต่าง ๆ ซึ่งเกิดขึ้นแล้ว เพื่อความเป็นผู้ไม่มีความลำบากเป็น  
อย่างยิ่ง คึงนี้ <sup>2</sup>

<sup>1</sup> 21/27/31 สุต. อัง. จตุกก.

<sup>2</sup> 11/113/119-120 สุต. พุ. ปาฎิก.

และในบาลีแห่ง เอกธรรมมีข้อความสรุปได้ว่า

คุณริกะทั้งหลาย เราย่อมไม่เล็งเห็นธรรมอันแม้อย่างหนึ่งที่เป็นเหตุ  
ใต่อกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรือกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เสื่อมไป  
เหมือนความเป็นผู้เกียจคร้าน เหมือนความเป็นผู้มักมาก เหมือนความ  
เป็นผู้ไม่สันโดษ เหมือนการใส่ใจโดยไม่แยบคาย เหมือนความเป็นผู้  
ไม่รู้ลึกทั่ว เหมือนความเป็นผู้มีมิตรชั่ว เหมือนการประกอบอกุศลธรรม <sup>1</sup>

จากข้อความที่ยกมาทั้งหมดนี้ แสดงให้เห็นว่าชีวิตแบบงาย ๆ หรือแบบสันโดษที่  
พระพุทธเจ้าต้องการนั้นเป็นชีวิตที่ไม่เกียจคร้าน หากแต่เห็นว่าการสุขทางกายนั้นมิใช่  
สิ่งควรแสวงหา มีเพียงเพื่อบำบัดความทุกข์ทางกายก็พอแล้ว ควรใช้ชีวิตหาความสุขคือ  
ความพ้นทุกข์ที่แท้จริงอันใดแก่ความสุขทางใจมากกว่า เหตุที่เผลอพัวพันกับวัตถุอันน้อย ๆ ก็  
เพราะการพัวพันกับวัตถุทำให้ต้องแสวงหา ต้องรักษาไว้ ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้ต้องสิ้นเปลือง  
เวลา การหาทรัพย์มากเกินความจำเป็น ทำให้เสียเวลาหาทรัพย์ส่วนเกินนั้น เรียกว่า  
เป็นทาสตัณหาของตัวเอง คือ ถูกความอยากใช้ให้หามา แล้วก็ต้องรักษาไว้ ผู้รักษา  
ทุกขใจควยกลัวรักษาไว้ไม่ได้ ทรัพย์ก็เป็นสิ่งเสื่อมสลายไต่เพราะเป็นสังขตธรรม เมื่อ  
เสื่อมไปแล้วก็หาใหม่อีก เมื่อยังไม่เสื่อมก็ต้องหาวิธีรักษาให้เสื่อมช้า ๆ เป็นอันต้องหาทาง  
กันเรื่อยไปไม่มีโอกาสหยุด กล่าวไต่ว่าเป็นทาสไปตลอดชีวิต พุทธศาสนาสอนให้คนแสวง  
หาเสรีภาพทางใจ แต่คนจะมีเสรีภาพทางใจไต่ต้องมีเสรีภาพทางกายเสียก่อน และ  
เสรีภาพทางกายก็คือการไม่พัวพันกับวัตถุจนเกินจำเป็น ซึ่งจะทำได้ก็โดยใช้ชีวิตงาย ๆ

ลักษณะประการที่สอง ไต่แก่ชีวิตที่อยู่อย่างงาม ความงามทางใจไต่แก่ ความมี  
ปัญญา คือ ความละจากกิเลสตัณหาอันไต่แก่ ราคะ โทสะ โมหะ มานะ ทิฏฐิ ส่วน

<sup>1</sup> 20/62-71/11-13 สุต. อัง. เอก. บาลีแห่งเอกธรรม



ความงามทางกายและวาจา นั้นเป็นเบื้องต้น เป็นการละชั้นที่ง่ายที่สุด ซึ่งเกิดจากการรักษา  
 คีต คีตควบคุมพฤติกรรมที่จะทำให้กิเลสฟุ้งขึ้น เป็นการทำให้คนรู้จักควบคุมตนเอง ทำให้  
 เกิดเป็นนิสัยที่จะทำแต่ความดี นอกจากนั้นคียังควบคุมมิให้คนแสดงสิ่งที่น่าเกลียดให้ปรากฏ  
 แก่ผู้อื่นควย สิ่งที่น่าเกลียดนั้นแม้จะเป็นธรรมชาติของมนุษย์แต่ก็ไม่ใช่สิ่งที่จำเป็นหรือควร  
 นำมาอวด ไม่มีเหตุผลที่ว่าสิ่งที่เป็ธรรมชาติไม่ควรถือว่าน่าเกลียด และสิ่งที่เป็ธรรมชาติ  
 ควรแสดงออกทั้งหมด ตามความเป็นจริงแล้วเราก็ยอมรับกันว่าสิ่งธรรมชาติที่น่าเกลียดมีอยู่  
 เช่น ของเสียด่าง ๆ ที่ขับออกจากร่างกาย เป็นต้น ปัญหาที่คือจะเอาอะไรมากำหนดว่า  
 พฤติกรรมใดน่าเกลียด โดยปรกติไม่มีสิ่งใดน่าเกลียด ไม่มีสิ่งใดน่ารัก แต่คนต้องอยู่รวม  
 กัน และคนที่อยู่รวมกันนั้นก็ยังมีใครหลุดพ้น จะอยู่รวมกันได้ก็คืต้องไม่ทำสิ่งซึ่งผู้อื่นไม่ชอบใจ  
 ในชั้นที่ปฏิบัติไคงาย อาจถือว่าสิ่งใดคนส่วนใหญ่เห็นว่าน่าเกลียดเป็สิ่งไม่ควรทำ ในชั้นที่  
 ปฏิบัติอย่างเข้มงวด การกระทำใดที่มิเห็นว่าน่าเกลียดแม้เพียงคนเดียวก็ไม่ควรทำ เรา  
 จะเห็นไคว่าในการบัญญัติวินัยสงฆ์นั้น แม่คำครหาของชาวบ้าน พระพุทธเจ้าก็ถือเป็นความ  
 จำเป็นที่จะต้องบัญญัติวินัยขึ้น วินัยของสงฆ์จึงเข้มงวด และมีจำนวนมากถึง 227 ข้อ กล่าว  
 คื นักบวชต้องมีวัตรปฏิบัติที่งามกว่าชาวบ้าน ต้องไม่ให้ทั้งนักบวชด้วยกันและทั้งชาวบ้าน  
 ตีฉันทินทาไคเลย ส่วนชาวบ้านนั้นเพียงปฏิบัติศีล 5 ไคก็นับว่าควบคุมพฤติกรรมไคคืแล้ว  
 และถาสามารถปฏิบัติศีลข้ออื่น ๆ ไคด้วยกันนับไคว่าดีงามยิ่งขึ้น คีลที่ไม่ไคให้ผลในคานควบคุม  
 การกระทำที่น่าไปสู่โลกะ โทสะ โมหะ เป็ศีลเพื่อความงาม ความปกติสุขในการอยู่  
 รวมกัน หรืออาจกล่าวไคว่าเป็นมารยาทในการอยู่รวมกันนั่นเอง เช่น การไม่หัวเราะดัง  
 เป็สิ่งควรยึดถือในสังคม โดยเฉพาะในหมู่คนที่ไม่สนิทสนมแล้วยิ่งต้องระวังมาก เพราะ  
 อาจทำให้ผู้อื่นรำคาญ อีกทั้งอาการหัวเราะอาจไม่เป็ที่สบอารมณ์หรือขวางตาผู้อื่น สำหรับ  
 นักบวชการหัวเราะดังนอกจากจะไม่คืควยเหตุดังกล่าแล้ว ยังทำให้เห็นวาติคของในความ  
 สุกสนานทางโลกควย

ชาวบ้านทั่วไปแม้จะไคถือศีลอย่างพระ แต่เราก็ถือมารยาทสังคมซึ่งมีที่มาและ  
 ลักษณะเช่นเดียวกับศีล โดยเฉพาะมารยาทไทย เช่น ที่กล่าวไว้ในเรื่อง สมบัติของผู้ดี ก็  
 ล้วนสอดคล้องกับศีลในพุทธศาสนาทั้งสิ้น อาจกล่าวไคว่าความงามของความประพฤติอย่าง  
 ไทย เป็ความงามตามคติพุทธนั่นเอง ดังนั้น คนทั่วไปที่เป็พุทธศาสนิกชนแม้อถือศีล 5 ไค

ไม่ครบทั้งหมด แต่มักถือศีลข้ออื่น ๆ ในพุทธศาสนาอยู่ โดยเฉพาะในเรื่องมารยาทดังกล่าวแล้ว หลักเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่งาม อาจสรุปเป็นคำพูดสั้น ๆ ได้ว่า คนงามเพราะศีล

ลักษณะประการที่สามของการดำเนินชีวิตที่ดีทั้งกายได้แก่การดำเนินชีวิตให้เป็นประโยชน์แกผู้อื่น บุคคลผู้นับถือพุทธศาสนาเถรวาทมักรู้จักว่าใจแคบ มุ่งความหลุดพ้นแต่ผู้เดียว ไม่นำผู้อื่นให้หลุดพ้นไปด้วย เราอาจแยงความคิดนี้ได้สองประการ คือ ประการแรก ถ้าถือตามหลักกรรมแล้ว ชีวิตของทุกคนเป็นไปตามกรรม ต้องรับผลของกรรม และตนเองเป็นผู้เลือกทำกรรมดีหรือชั่วเอง ถ้าจะหลุดพ้นก็ต้องควยกรรมของตนเอง พระพุทธเจ้าเป็นเพียงผู้แนะทาง ไม่สามารถทำให้ผู้อื่นหลุดพ้นได้ควยวิธีอื่น ดังที่พระพุทธเจ้าได้กล่าวไว้ว่า

ดูกรรมาณพ สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน เป็นทายาทแห่งกรรม มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่ง อาศัย กรรมย่อมจำแนกสัตว์ให้เลวและประณีตได้<sup>1</sup>

กรรมทุกอย่างที่นรชนสั่งสมไว้แล้ว ย่อมมีผลเสมอไป ชั้นชิวากรรมแมจะเล็กน้อย ที่จะไม่ให้ผลเป็นอันไม่มี<sup>2</sup>

บุรุษทำกรรมเหล่าใดไว้ เขาย่อมเห็นกรรมเหล่านั้นในตน ผู้ทำกรรมดี ย่อมได้รับผลดี ผู้ทำกรรมชัวย่อมได้รับผลชั่ว บุคคลหวานพืชเช่นใด ย่อมได้รับผลเช่นนั้น<sup>3</sup>

<sup>1</sup> 14/581/321 สุต. มัชฌิม. อปปริ.

<sup>2</sup> 27/2054/387 สุต. ขุท. จิตตสัมภุตชาดก

<sup>3</sup> 27/294/80 สุต. ขุท. จุลลนันทียชาดก

พระพุทธพจน์ดังกล่าวนี้แสดงให้เห็นว่าบุคคลจะหลุดพ้นหรือไม่อยู่ที่การกระทำของตนเอง ดังนั้น การที่พระพุทธเจ้าได้สั่งสอนธรรมก็เป็นการช่วยให้หลุดพ้นแล้ว ไม่มีวิธีอื่นที่ดีกว่านี้อีก อีกประการหนึ่งพุทธศาสนาเถรวาทสอนให้ทุกคนช่วยเหลือผู้อื่นโดยการให้ทาน ทั้งธรรมทานและอามิสทาน การให้ธรรมทานเป็นการทำให้ผู้รับพ้นทุกข์ในบั้นปลาย ส่วนการให้อามิสทานเป็นการทำให้ผู้รับพ้นทุกข์เฉพาะหน้าหรือทุกข์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน การสอนให้ช่วยเหลือกันเช่นนี้ย่อมแสดงว่าพุทธศาสนาเถรวาทมีได้ใจแคบ

การทำทานมี 2 นัย คือ นัยบวกและนัยลบ การทำทานนัยลบ ได้แก่ การละเว้นการกระทำที่ไม่ดีอื่นจะทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ดังเช่นที่พระพุทธเจ้าสรรเสริญศีล 5 ว่าเป็นมหาทาน ดังที่กล่าวไว้ในปญญาภิสังขตสูตร สรุปได้ดังนี้

คุณภิกษุทั้งหลาย ทาน 5 ประการนี้เป็นมหาทาน อันบัณฑิตพึงรูว่าเป็นเลิศ มีมานาน เป็นเชื้อสายแห่งพระอรียะ เป็นของเกา ไม่กระจัดกระจาย ไม่เคยกระจัดกระจาย อันบัณฑิตไม่รังเกียจ เป็นห่วงบุญห่วงกุศล ทาน 5 ประการเป็นใจน คือ

- |                           |  |
|---------------------------|--|
| 1. เป็นผลละปาณาติบาต      | งดเว้นจากปาณาติบาต                                       |
| 2. เป็นผลละอทินนาทาน      | งดเว้นจากอทินนาทาน                                       |
| 3. เป็นผลละกาเมสุมิฉฉาจาร | งดเว้นจากกาเมสุมิฉฉาจาร                                  |
| 4. เป็นผลละมุสาวาท        | งดเว้นจากมุสาวาท   |
| 5. เป็นผลละการคินนำเมา    | คือสุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท <sup>1</sup> |

<sup>1</sup> 23/129-130/219-221 สุต. อัง. อฎฐก.

ส่วนการทำทานนัยวก ได้แก่ การให้สิ่งที่ดีหรือสิ่งที่ดีขึ้นไม่ว่าจะเป็น  
วัตถุสิ่งของ หรือ เป็นคำแนะนำอันเป็นประโยชน์ รายละเอียดเกี่ยวกับการแยกประเภท  
ของทานตามลักษณะต่าง ๆ ขอให้ท่านเพิ่มเติมในภาคผนวก<sup>1</sup> จะไม่นำมากล่าวในที่นี้  
เพราะมีคัมภีร์วิเคราะห์ปัญหาเรื่องทานโดยตรง แต่จะชี้ให้เห็นว่า ท่านมีความสำคัญต่อการ  
ปฏิบัติปฏิบัติชอบของมนุษย์อย่างไรบ้างเท่านั้น

ท่านหมายถึงการให้และสิ่งที่ให้ แต่การให้และสิ่งที่ให้หาได้เป็นทานไปทั้งหมดไม่  
พระพุทธเจ้าได้กล่าวถึงการให้ที่ไม่เป็นทาน ซึ่งเรียกว่า อสัปปริสทาน 5 ประการดังนี้

คุณลักษณะทั้งหลาย อสัปปริสทาน 5 ประการนี้ 5 ประการเป็นใจ คือ

1. อสัตบุรุษยอมให้โดยไม่เคารพ
2. ให้โดยไม่อ่อนน้อม
3. ไม่ให้ด้วยมือตนเอง
4. ให้ของที่เป็นเดน
5. ไม่เห็นผลที่จะพึงมาถึงให้<sup>2</sup>

ส่วนสิ่งที่ให้ซึ่งไม่ถือว่าเป็นทานก็มีอยู่ 10 ชนิด ได้แก่

1. ให้หญิงเพื่อเป็นภรรยาของชาย
2. ให้แม่โคแกพอโคเพื่อผสมพันธุ์
3. ให้นำเมามีสุราเมรัย
4. ให้รูปภาพ

<sup>1</sup> ดูในภาคผนวกที่ 7

<sup>2</sup> 22/147/175 สุต. อัง. ปัญจก.

5. ไทศาสดราอาวรุท
6. ไทยาพิษ
7. ไทโซทรวนเพื่อนำไปจองจำบุคคลอื่น
8. ไทแม่โกแกพอกโกเพื่อผสมพันธุ์
9. ไทแม่สุกรแกพอสุกรเพื่อผสมพันธุ์
10. ไทซัง ทะนาน เครื่องทวงอันจักใช้โกงกันได้<sup>1</sup>

ทั้ง 10 อย่างนี้ เมื่อพิเคราะห์หัดแล้วจะเห็นได้ว่าสิ่งที่ให้แล้วไม่นับเป็นทานใดแก่สิ่งที่ไม่เป็นแกนสาร สิ่งที่ทำให้มีการเกิดขึ้นอีก สิ่งที่เป็นโทษเป็นภัยแก่ผู้อื่น ส่วนการให้ที่ถือว่าเป็นทานนั้นเรียกว่า สัมปปริสทาน ซึ่งกล่าวไว้ว่าใดแก่

1. ไทของสะอาด
2. ไทของประณีต
3. ไททวมกาล
4. ไทของสมควร
5. เลือกให้
6. ให้เนื่องนิตย
7. เมื่อให้จิตผองใส
8. ให้แล้วดีใจ<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> พ.อ.ทวิช เปล่งวิทยา, คบธรรม พระนคร : [ม.ป.ท.] , 2515  
น. 186-187

<sup>2</sup> 23/127/218 สุต. อัง อัญฐก.

การให้ทานเป็นวิธีสำคัญในการแก้ความโลภ เพราะทำให้หมคนิสัยตระหนี่ เมื่อไม่ตระหนี่ก็ไม่ยึดมั่นว่าสิ่งนั้นของตน สิ่งนี้ของตน เมื่อไม่ยึดมั่นว่าอะไรเป็นของตนได้ การได้มาหรือเสียสิ่งใดไปก็ไม่ทำใหรรู้สึกว่าการได้การเสียนั้นมีตนเป็นผู้ได้เสีย ความยึดมั่นในตัวตนก็น้อยลง เมื่อยึดมั่นในตัวตนน้อยลง ก็ไม่เกิดโทสะ เมื่อมีสิ่งที่ไม่พอใจมากระทบ ไม่เกิดความยินดีจนรู้สึกผูกพันกับสิ่งน่าพอใจที่มากระทบ ดังนั้น ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน ควบความบริสุทธิ์ใจ ความแก่งแย่งชิงดี การทะเลาะวิวาท ก็จะไม่เกิดขึ้น ถ้าทุกคนยึดการทำทานเป็นหลักในชีวิต

ลักษณะประการสุดท้ายคือการดำเนินชีวิตที่ดี การดำเนินชีวิตที่ดีนั้นโดยส่วนรวมของหมายรวมลักษณะสามประการดังที่กล่าวมาแล้วไว้ด้วย ลักษณะประการสุดท้ายที่เรียกว่าดี ในที่นี้หมายถึง ลักษณะที่ทุกคนควรจะยึดถือแม้จะไม่ได้อยู่ในสังคม หรือ ไม่มีใครรู้เห็นก็ตาม เป็นหลักประจำในการดำเนินชีวิตของตน ชรรณในเรื่องนี้ก็เป็นคำสอนที่ปรากฏรวม ๆ ไปกับคำสอนอื่น ๆ และมีรายละเอียดมาก ลักษณะคำสอนของพระพุทธเจ้าดังกล่าวเป็นการยากแก่การจัดประเภทและสรุปเป็นระบบ การจัดประเภทและสร้างระบบพุทธปรัชญาจึงเป็นเรื่องที่แต่ละคนตีความ หรือ จำกัดขอบเขตกันเอาเอง ท่านองเดียวกับที่นักปรัชญาตะวันตกต้องจัดระบบปรัชญาของโสกราตีส หรือ เพลโต ขึ้นเอง จนเกิดเป็นการตีความต่าง ๆ กันมากมาย ถ้าจะว่าในแง่การปฏิบัติ การจัดประเภทใหม่โดยละเอียดก็ไม่ใช่สิ่งจำเป็นแต่ประการใด เพราะการที่พระพุทธเจ้านำธรรมเหล่านั้นไปรวมไว้เป็นหมวดหมู่ก็เพื่อบ่งจะสอนให้ปฏิบัติเป็นการแก้ปัญหาแต่ละกรณีอยู่แล้ว แต่ปัญหาที่ต้องการแก้ในสมัยนี้อาจต่างกับสมัยพุทธกาล ในทางปฏิบัติคนปัจจุบันควรเลือกธรรมจากที่ต่าง ๆ มารวมเป็นหมู่เพื่อใช้แก้ปัญหาเหล่านั้นเป็นกรณี ๆ ไป เช่นเดียวกับที่พระพุทธเจ้าเคยทำเป็นตัวอย่าง เมื่อพิจารณาเช่นนี้แล้วจะเห็นว่าหลักการใช้ธรรมที่สำคัญที่สุดมีไขอยู่ที่ว่าพระพุทธเจ้าสอนให้เอาธรรมข้อใดแก้ปัญหาอะไร แลอยู่ที่ความเข้าใจว่าธรรมดังกล่าวแก้ปัญหานั้นได้อย่างไร เหตุผลจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในการใช้ธรรม ถ้าไม่มีเหตุผลเป็นตัวควบคุมแล้ว คนเราก็อาจปฏิบัติผิดจากที่พระพุทธเจ้ามุ่งหมาย หรือ ปฏิบัติตามเป็นแบบแผนเท่านั้น เป็นการปฏิบัติโดยถือวิธีเป็นจุดหมาย ไม่รู้ว่าสิ่งที่ตนปฏิบัตินั้นเป็นเพียงวิถี เรื่องการใช้เหตุผลพิจารณาก่อนปฏิบัติ นั้น พระพุทธเจ้าได้สอนไว้ในเทศปุตตสูตร หรือ ที่เรียกกันทั่วไปว่า กาลามสูตร ดังนี้

ดูกรชาวกาลามชนทั้งหลาย ท่านทั้งหลาย อย่าได้ถือตามถ้อยคำที่ได้ยิน  
 ได้ฟังมา อย่าได้ถือตามถ้อยคำสืบ ๆ กันมา อย่าได้ยึดถือโดยคัมภีร์  
 ได้ยินว่าอย่างนี้ อย่าได้ยึดถือโดยอ้างตำรา อย่าได้ยึดถือโดยเคาเอาเอง  
 อย่าได้ยึดถือโดยคาดคะเน อย่าได้ยึดถือโดยความตรึกตามอาการ อย่า  
 ได้ยึดถือโดยชอบใจว่าตรงกับทิวะของตน อย่าได้ยึดถือโดยเชื่อว่าผู้พูดสมควร  
 จะเชื่อได้ อย่าได้ยึดถือโดยความนับถือว่าสมณะนี้เป็นครูของเรา เมื่อใด  
 ท่านทั้งหลายพึงรู้อย่างตนเองว่า ชรรณหลานั้นเป็นอกุศล ชรรณหลานั้นมีโทษ  
 ชรรณหลานั้นผิดศีล ชรรณหลานั้นไครสมาทานให้สมบุรณ เป็นไปเพื่อสิ่ง  
 ไม่เป็นประโยชน์ เพื่อทุกข์ ท่านทั้งหลายควรละชรรณหลานั้นเสีย <sup>1</sup>

คำสอนดังกล่าวมีความสำคัญต่อความคงอยู่ของศาสนาและความถูกต้องในด้านการ  
 ปฏิบัติเป็นอย่างยิ่ง เพราะเป็นคำสอนที่ทำให้คนปฏิบัติธรรมโดยการพิจารณาให้เข้าใจเสีย  
 ก่อน ทำให้ไม่นำเอาลัทธิที่ไม่ใช่พุทธศาสนามายึดถือว่าเป็นพุทธศาสนา ไม่หลงเชื่อการตี  
 ความของผู้ได้ง่าย ๆ เพราะอาจเป็นความหลงผิดได้

การอยู่ที่ในพระพุทธศาสนาจึงหมายถึงการปฏิบัติธรรมด้วยเหตุผล แต่หลักดังกล่าว  
 นี้เป็นของยากเพราะเป็นหลักนามธรรม คนทั่วไปเห็นไม่ชัดจึงแยกหมวดธรรมให้ปฏิบัติเป็น  
 กรณีเฉพาะ เช่น อธิบิบาท 4 หรือ อธิบัติ 4 เพื่อความสำเร็จ พรหมวิหาร 4 เพื่อกำจัด  
 พยาบาท เบียดเบียน ริษยา และ อคติ สังคหวัตถุ 4 เพื่อการอยู่ร่วมกัน ขรവാสนธรรม 4  
 เพื่อความเป็นชาวบ้านที่มีความสุข ผู้เขียนเห็นว่าในระดับชาวบ้านหลักการดำเนินชีวิตที่เป็น  
 คุณสมบัติของคนดีนั้นสรุปชัดเจนและปฏิบัติได้ ไม่เหลือวิสัยของปุถุชนก็คือ หลักเบญจธรรม ซึ่ง  
 เป็นธรรมะที่คู่กับเบญจศีล ธรรม 5 ขอบ ในเบญจธรรมใดแก่ เมตตากรุณา สัมมาอาชีพะ  
 สारรวมในกาม มีความสัตย์ มีสติรอบคอบ

<sup>1</sup> 20/505/213 สุต. อัง. ตีก.

จะเห็นได้ว่าทั้งเบญจศีลและเบญจธรรมมีลักษณะเหมือนกัน 2 ประการ คือ พุถึง การกระทำทั้งที่ตั้งใจและประมาท ศีลข้อ 1 ถึงข้อ 4 ในเบญจศีลนั้นอาจเกิดโดยตั้งใจ หรือโดยประมาทก็ได้ และความประมาทมีสาเหตุสำคัญที่สุดคือเครื่องดองของเมา จึงต้อง สอนให้เลี้ยงสาเหตุดังกล่าว ในเบญจธรรมก็เช่นกัน ข้อ 1 ถึงข้อ 4 เป็นการกระทำที่ อาจเกิดขึ้นโดยตั้งใจหรือไม่ก็ได้ แต่การทำความดีนั้นความตั้งใจเป็นสิ่งสำคัญ จึงต้องให้กระทำ โดยรู้ตัวตลอดเวลา เพราะการกระทำที่รู้ตัวนั้นย่อมจะทำให้การกระทำทั้ง 4 ข้อเป็นไป โดยไม่บกพร่อง ควบเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่า สติ หรือ เหตุผล เป็นตัวควบคุมการกระทำที่ ดีทั้งปวง ความมีเหตุผลจึงเป็นลักษณะสำคัญของการทำดีที่สำคัญที่สุด และเป็นหลักสำคัญทั้ง การทำดีทางกายและทางวาจา แต่ที่นำมากล่าวในหัวข้อการทำดีทางกายนี้ก็เพราะการ กระทำทางกายเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดผลได้ทันทีและมีขอบเขตกว้างกว่ามีวิธีแสดงการกระทำ มากกว่าวาจา ในหัวข้อเกี่ยวกับวาจาจะไม่กล่าวเรื่องเหล่านั้นซ้ำอีก แต่จะกล่าวเฉพาะ ลักษณะของวาจาที่ดีเท่านั้น

### 3.2 การทำดีทางวาจา

พระพุทธเจ้าถือว่า วาจา เป็นสิ่งสำคัญสิ่งหนึ่งในจำนวน 3 สิ่งที่เป็นเครื่อง แสดงวามบุคคลดีหรือชั่ว ในศีล 5 วาจาก็เป็นข้อหนึ่งในจำนวนข้อควรละเว้น 5 ข้อ ใน เบญจธรรมและในมงคลสูตรก็มีส่วนที่พูดถึงเรื่องวาจาไว้ ธรรมที่อ้างมาเหล่านั้นทั้งหมด ล้วนเป็นธรรมสำคัญที่คนควรยึดถือปฏิบัติ วาจาสำคัญอย่างไรจึงมีบทบาทถึงเพียงนี้ ถ้า เราพิจารณาจากธรรมหมวดที่เรียกว่า ฆราวาสธรรมจะเข้าใจปัญหานี้ได้ พระพุทธเจ้า สอนว่าคนที่ป็นฆราวาสนั้นขอแรกจะต้องถือ สัจจะ สัจจะทำให้คนคืออย่างไร คนเรานั้น คิดอย่างหนึ่ง พูดอย่างหนึ่ง ทำอย่างหนึ่งใด เราไม่อาจวัดคนว่าดีโดยดูจากการกระทำ เพราะความดีมีใจคุณสมบัติของการกระทำเพียงอย่างเดียว แต่เป็นคุณสมบัติของคนด้วย และคนที่คิดดีก็อาจไม่กล่าวลงมือกระทำตามที่ตนคิด หรืออาจทำไม่ดีตามคนอื่นไปได้ คนชนิด นี้ก็ถือว่ายังไม่ใช่คนดีสมบูรณ์ ความคิดเป็นสิ่งที่ซ่อนอยู่ การกระทำเป็นสิ่งที่ปรากฏ วาจา เกิดหลังความคิด แต่เกิดก่อนการกระทำ ในกรณีที่คนเราทำแล้วจึงพูด เขาจะพูดว่าทำไม เขาจึงทำนั้นคือการอธิบายความคิดมีใจการกระทำ แต่คนที่พูดว่าจะทำอย่างนั้นทำอย่างนี้



อาจทำอย่างนั้นจริง ๆ หรือไม่ก็ได้ อีกประการหนึ่ง คนที่พูดความคิดอย่างนั้นอย่างนี้ ที่จริง อาจไม่ได้คิดอย่างนั้นก็ได้ เมื่อความคิดเปิดเผยด้วยวาจาและการกระทำ และวาจาเป็น สิ่งที่ยกกว่าการกระทำอะไรจะเกิดขึ้น ถ้าเทียบกับเรื่องเวลาคืออดีต ปัจจุบัน อนาคต ความคิดเป็นอดีต วาจาเป็นปัจจุบัน และการกระทำเป็นอนาคต ดังนั้นการที่พระพุทธเจ้า ถือว่าวาจาดีเป็นสิ่งสำคัญก็เพราะ การพูดความจริงคือการพูดตามທີ່คิด เป็นการนำสิ่งที่มี อยู่ในใจจริง ๆ มาเปิดเผย ความคิดกับคำพูดจึงตรงกัน และคนที่พูดจริงเมื่อพูดอย่างไร ก็ต้องทำอย่างนั้น จึงทำนายได้ว่าเขาจะต้องทำอะไร เป็นการคาดคะเนอนาคตได้ คน ที่ถือว่าวาจาดีจึง เป็นคนที่คิดและทำตรงตามที่พูด แต่พระพุทธเจ้าก็ได้ให้ยึดถือแต่วาจาดี อย่างเดียว เพราะถ้าเช่นนั้นคนอาจพูดว่าฉันคิดมาดีแล้วและมาดีจริง ๆ ก็ได้ จึงต้องมี ธรรมข้ออื่นกำกับไว้ ดังที่โลกกล่าวมาแล้วในหัวข้อเวทนามธรรมและทำดีทางกายในส่วนที่เกี่ยวข้อง กับ วาจาด้วยกันก็ได้บัญญัติคุณสมบัติทางวาจาชนิดอื่นไว้ด้วย คือ วาจาเป็นสุภามิต วาจาอัน เป็นที่รัก วาจาอันเป็นประโยชน์ วาจาอันกล่าวด้วยเมตตาจิต วาจาอันเป็นสุภามิต ได้แก่คำพูดที่ไม่ทำให้ตนและผู้อื่นเดือดร้อน ข้อนี้เพื่อไม่ให้เกิดการกระทบกระทั่งกันทางวาจา อันจะนำไปสู่ความคิดอาฆาตมาดร้ายและการทำร้ายกันในสังคม วาจาอันเป็นที่รักได้แก่ ถ้อยคำที่สุภาพอ่อนหวาน ไม่ใช่คำด่า คำส่อเสียด คำพูดเพ้อเจ้อ คำหยาบตาง ๆ ที่ไม่ เพราะเหตุ วาจาอันเป็นประโยชน์ ได้แก่ คำแนะนำให้เกิดความชอบธรรมและความสำเร็จ เช่น การแนะนำสั่งสอนวิทยาการอันนำไปประกอบสัมมาอาชีวะได้ และการอบรมธรรม อันทำให้บุคคลเป็นคนดีหรือนำไปสู่ความหลุดพ้นในที่สุด วาจาอันกล่าวด้วยเมตตาจิต ได้แก่ คำพูดที่เกิดจากเจตนาดี หวังดี หวังใหญ่หวังโตได้รับความสุข ข้อนี้เป็นการควบคุมวาจาตั้งแต่ ขั้นพื้นฐานคือภายในจิตใจ ถ้าคนถือวาจาดีเป็นเบื้องต้น และมีคุณสมบัติทางวาจาอื่น ๆ ประกอบแล้ว คนผู้นั้นย่อมเป็นคนดี ต่อไปนี้จะขอยกคำสอนเกี่ยวกับวาจาดีได้อธิบาย มาแล้วมาเป็นตัวอย่างให้เห็นเจตนาของพระพุทธเจ้าในเรื่องนี้ คือ

บุคคลพึงกล่าวแต่วาจาที่ไม่เป็นเหตุยังตนให้เดือดร้อน และไม่เป็นเหตุ เบียดเบียนผู้อื่น วาจาอันแลเป็นสุภามิต

บุคคลพึงกล่าวแต่วาจาอันเป็นที่รัก ที่ชนทั้งหลายชื่นชมแล้ว ไม่ถือเอา

คำที่ซ้ำหลาย กลาวแต่วาจาอันเป็นที่รักแกชนเหล่าอื่น

คำสัตย์แล เป็นวาจาไม่ตาย ธรรมนี้เป็นของมีมาแต่เกากอน สัตบุรุษ  
ทั้งหลายเป็นผู้ตั้งมั่นแล้วในคำสัตย์ ที่เป็นอรรถและเป็นธรรม

พระพทธเจ้าตรัสพระวาจาใด ซึ่งเป็นวาจาเกษม เพื่อให้ถึงพระนิพพาน  
เพื่อทำที่สุดแห่งทุกข์ พระวาจานั้นแลเป็นสูงสุดกว่าวาจาทั้งหลาย ดังนี้ <sup>1</sup>

คุณภิกษุทั้งหลาย วาจาประกอบด้วยองค์ 5 ประการ เป็นวาจาสุภามิต  
ไม่เป็นทุภามิต และเป็นวาจาไม่มีโทษ วิญญูชนไม่ติเตียนองค์ 5 ประการ  
เป็นไฉน คือ

1. เป็นวาจาที่กลาวถูกกาล
2. เป็นวาจาที่กลาวเป็นสัจ
3. เป็นวาจาที่กลาวอ่อนหวาน
4. เป็นวาจาที่กลาวประกอบด้วยประโยชน์
5. เป็นวาจาที่กลาวด้วยเมตตาจิต <sup>2</sup>

บุคคลควรอนุโมทนาคำที่เป็นสุภามิต ไม่ควรรุกรานในถ้อยคำที่กลาวชั่ว  
ไม่ควรศึกษาความแข็งทื่อ และไม่ควรมีถือความพลั้งพลาด ไม่ควรทับถม  
ไม่ควรข่มขี้ ไม่ควรพูดถ้อยคำเหลวไหล เพื่อรู้ เพื่อเลื่อมใส <sup>3</sup>

<sup>1</sup> 15/740/263-264 สุต. สัง. สคาถ.

<sup>2</sup> 22/198/246 สุต. อัง. ปัญจก.

<sup>3</sup> 20/507/225 สุต. อัง. ติก.

คำพูดบอกเจตนาไม่ได้ และบอกการกระทำว่าจะเป็นอย่างไรก็ได้ ถ้าคนไม่ถือ  
 สัจจะ เหตุที่นักปรัชญาฝรั่งชื่อ มิลล์กับคานท์ มีความเห็นแย้งกันเรื่องเจตนาและผลการ  
 กระทำก็เพราะมุ่งจะหาเกณฑ์มาตัดสินการกระทำให้ได้สมบูรณ์ โดยมีข้อพิจารณาว่า มนุษย์  
 มีใจเกิดมาเพื่อมีลักษณะตรงตามเกณฑ์ดังกล่าว มนุษย์เป็นสิ่งเปลี่ยนแปลงได้ เป็นสิ่งมี  
 เงื่อนไข ดังนั้นเกณฑ์ตายตัวจึงไม่อาจวัดได้ ต้องเป็นเกณฑ์ที่มีเงื่อนไข และเกณฑ์ที่มี  
 เงื่อนไขเช่นนี้ยอมให้ผลเพียงความน่าเชื่อถือว่ามีระดับสูงเพียงใดเท่านั้น มิลล์แย้งคานท์  
 ว่าเจตนาไม่ได้ คานท์แย้งมิลล์ว่าผลคาดไม่ได้ แต่ถาพิจารณาจากทั้งแง่ของมิลล์และ  
 คานท์แล้ว เจตนาที่เห็นเด่นชัดก็มี หาไม่แล้วกฎหมายในปัจจุบันคงเอาเจตนามาเป็น  
 เครื่องกำหนดโทษไม่ได้เลย และผลที่คาดได้ก็มีดังที่มิลล์กล่าววาทฤษฎีวิทยาศาสตร์เจริญขึ้น  
 มาก ๆ คนเราจะคาดผลการกระทำได้ขึ้น และเมื่อนั้นเมื่อผลไม่ดีก็แสดงว่าเจตนาไม่ดี  
 ควบ แต่ถึงกระนั้นความผิดพลาด บกพรอง ความไม่รอบคอบ ก็อาจทำให้เกิดผลเสียโดย  
 ที่มีใจเกิดจากเจตนาไม่ดีได้เหมือนกัน

เกณฑ์ของพระพุทธเจ้าอาจยากตรงที่เราทำให้ทุกคนมีความสัจไม่ได้อีก แต่ถาเรา  
 ยึดถือเกณฑ์กันอย่างจริงจัง มีการให้รางวัลและลงโทษทั้งในทางสังคมและกฎหมาย  
 อบรมสั่งสอนกันอย่างจริงจังในวงการศึกษาก็จะถือสัจกันมากขึ้นได้ ไม่ควรจะต้องว่า  
 ถาทำให้ทุกคนมีสัจไม่ได้ก็ไม่ควรพยายามเสียเลย เพราะถาเป็นเช่นนั้นเราอาจหาเกณฑ์  
 ใด ๆ ในเรื่องใด ๆ ไม่ได้ ดังจะเห็นได้ว่าเกณฑ์เช่นนั้นยังหาไม่ได้เลยไม่ว่าในเรื่อง  
 ใด ๆ จนกระทั่งบัดนี้ ลักษณะปรัชญาของพระพุทธเจ้าในเรื่องนี้คล้ายกับของคานท์มากกว่า  
 มิลล์ คือ พยายามให้แต่ละคนตัดสินตัวเองมากกว่าที่จะหาเกณฑ์มาให้คนอื่นเป็นผู้ตัดสิน คน  
 มีเจตนาอย่างไร พูดจริงหรือไม่ ตัวเองตัดสินได้ เกณฑ์นี้จะใช้ได้ผลด้วยวิธีอบรมสั่งสอน  
 ไม่ใช่ด้วยการกำหนดเป็นควมตามกฎหมายและบังคับเอาอย่างที่เกณฑ์ของมิลล์จะยังให้เกิดขึ้น  
 การพูดเช่นนี้มีใจถือว่ววิธีการของมิลล์ไม่ดี เพียงแต่ต้องการข้อแตกต่างเท่านั้น ในทาง  
 ปฏิบัติ คนมีหลายพวกหลายเหล่า ที่พยายามทำดีด้วยตนเองก็มี ที่พยายามทำชั่วก็มาก

เกณฑ์ตัดสินการกระทำภายนอกอย่างของมิลล์จึงยังเป็นสิ่งจำเป็นอยู่ แต่ก็ต้องไม่  
 ถือว่เป็นเกณฑ์เพียงอย่างเดียวทางจริยธรรม เพราะเกณฑ์นี้ไม่สามารถสร้างคนให้ดีโดย

นิสัยใจ การอาศัยเกณฑ์อย่างของคานท์ หรือของพระพุทธเจ้านั้น แม้มันได้ผลเต็มที่แต่ก็  
 ได้ผลในส่วนหนึ่งอย่างแน่นอน และคนที่ยึดถือเกณฑ์ดังกล่าวก็จะทำดีแม้ไม่มีใครรู้เห็นหรือ  
 ไม่มีกฎหมายบังคับ ความคิดของพระพุทธเจ้ายังถ่วงกว่าคานท์ในข้อที่เอาวาจาอาศัยเป็น  
 เกณฑ์ควย เพราะเราคูณผลการกระทำตรงกับเจตนาหรือไม่ ไม่ได้ แต่เราก็ได้วาจาตรง  
 กับคำพูดหรือไม่ เป็นการตัดข้อสงสัยในเรื่องเจตนาไปไค่มาก ในกรณีที่ไม้อาจรู้เจตนาได้  
 แน่แน่นอน อย่างน้อยคำพูดก็จะพอเป็นเครื่องให้ยึดถือไค่บาง ไม่ถึงกับต้องไปกำหนดศีลชั่วเอา  
 ที่ผลการกระทำเลยที่ไค่ยว และถาคณพูดชั่วเสียแล้ว คนอื่นก็จะไค่ระมัดระวังเพราะอาจทำ  
 ชั่วไค่งาย แม้พูดชั่วแล้วทำดีก็ยงพอเป็นเหตุผลให้สงสัยไค่วาเจตนาอาจไม่ไค่ ซึ่งในกรณีที่  
 คูณลอยางไค่ยวจะทำให้ตัดสินว่าเป็นการกระทำที่ไค่โดยไมค่านึงถึงเจตนา ซึ่งเป็นสิ่งที่มีอยู่  
 เป็นปกติ คยเหตุผลดังกล่าวนี้จึงเห็นไค่วาแม่พระพุทธเจ้าจะพูดถึงเรื่องวาจาไว่นอยกว่า  
 การกระทำ แต่ก็มีไค่ถ้อยวาสำคัญนอยกว่าแต่อย่างไค่ ในเรื่องความสำคัญนั้นทั้ง กาย วาจา  
 และใจ สำคัญเท่ากัน แต่ในเรื่องที่วาอะไรเป็นสาเหตุสำคัญ ถ้อยวาใจเป็นเหตุสำคัญกว่า  
 กายอาจมีผลต่อใจไค่บางแต่ก็ถ้อยวาเพราะใจไปยึดติด แต่ถ้อยวาเป็นอย่างไรแล้ว กายและ  
 วาจาก็ต้องเป็นอยางนั้น

#### 4. การทำจิตใจให้ผองใส

ในหัวข้อที่แล้วไค่กล่าวมาแล้วว่าจิตเป็นตัวนำให้เกิดการกระทำต่าง ๆ ขึ้น ถ้า  
 จิตดี การกระทำก็ไค่ดี จิตชั่ว การกระทำก็ชั่ว คนบางพวกในปัจจุบัน เช่น นักเศรษฐกิจ  
 นักการเมือง นักกฎหมาย เป็นต้น พวกนี้คิดว่าการปรับปรุงในดานวิชาที่ตนชำนาญ เช่น  
 จัดระบบเศรษฐกิจให้ไค่ดี จัดการปกครองที่ยุติธรรม คำนึงการตามกฎหมาย จะทำให้คนมี  
 ความสุข แล้วคนก็จะกลายเป็นคนดีไปไค่ แต่เราจะเห็นวาไม่วางสังคมิไค่ ระบบเศรษฐกิจ  
 หรือกฎหมายแบบไค่ คนแม่จะร่ำรวยก็ไมจำเป็นต้องไค่ ไม่วางปกครองระบบไหนคนพวก  
 ที่มีอำนาจก็ไมเคยอิมอำนาจ และยอมเห็นวาสิ่งที่ตัวทำไปชอบธรรมและยุติธรรม นักกฎหมาย  
 ก็ทำตัวเป็นคนใจแคบที่สุด อะไรที่ผิดจากตัวหนังสือก็ไมยอมคิด ทำตนเสมือนคนโงเงาที่ท่อง  
 ปฏิบัติตามตัวหนังสือ ความรู้เหล่านี้ไมเคยและจะไม่ทำให้คนเป็นคนดีขึ้นไค่เลย เพราะ  
 เหตุที่คนเหล่านี้แม่จะมีความรู้ทางโลกสูงสักเพียงไค่ก็ตาม แต่ก็เป็นเพียงปฏุชนเมื่อพิจารณา

ในแง่ศาสนา เราจะเห็นว่าคนเหล่านี้ยังคงมีความอามัถิต ความซิงดี ความกตจี ความเบียดเบียน ความโลภทองการของผู้อื่นโดยไม่เป็นธรรม ความอาฆาตจองเวร ความอิจฉา ริษยา ความถือตัว ความหลอกลวง ความก้าวร้าว ความโหดเหี้ยม ฯลฯ ในเรื่องความเลวร้ายเหล่านี้มนุษย์ในยุคปัจจุบันซึ่งถือว่าตนเป็นอารยชน มีโคคอยในทางเลวยิ่งกว่าคนป่าคนคอบ หรือมนุษย์โบราณเลย คนร่ำรวย คนมีอำนาจ ไม่ใช่คนดีเพราะความร่ำรวยความมีอำนาจฉนโค การที่จะทำไหคนดีโดยแก้ปัญหาเศรษฐกิจหรือใหอำนาจที่เรียกว่าเสรีภาพมาก ๆ ก็มีโชหนทางที่ถูฉฉฉฉ การทำไหคนเป็นคนที่ต้องแก้ตัวบุคคล การแก้ตัวบุคคลก็ตองแก่อุศลมูล คือ ราคะ โทสะ โมหะ การแก้ปัญหาที่ถูกต้องก็คือไหแต่ละคนพยายามแก้ตัวเอง เพราะไม่มีสิ่งโค คนโค หรืออำนาจโคจะแก้โค คนมีนิสัยชัวจะพยายามเลียงกฎเกณฑ์ระเบียบต่าง ๆ เพื่อทำชัว ไม่มีกฎเกณฑ์โคที่จะบังคับคนทุกคนในทุกขณะโค และกฎเกณฑ์ดังกล่าวก็อาจเป็นสิ่งที่ผู้ไขกฎเกณฑ์ละเมิดเสียเองก็โค เช่น ตำรวจหรือนักกฎหมายอาจเลียงหรือละเมิดกฎหมายเสียเองเป็นตน พระพุทธเจ้าจึงไม่แก้ปัญหาด้วยการสร้างกฎสร้างเกณฑ์ ไม่ตองมีตำรวจไวคอยจับพระหรือฆราวาสที่ไม่รักษาศีล เพราะการทำเช่นนั้นไม่เป็นทางไหคนดีอย่างแท้จริง

ปัญหาคงที่โคกล่าวมาแล้ว ไม่ว่าจะเป็ความกตจี ความโลภ ความถือตัว ความซิงดี ล้วนเป็นเรื่องที่เกิดในใจค่านินไปโดยวางแผนในใจหังฉฉ แต่เนื่องจากคนเราเชื่อความคิดแบบวิทยาศาสตร์ที่วามมนุษย์คอยในอิทธิพลของสิ่งแวดลอมโดยฉฉฉฉมากเกินไป จึงพยายามแก้ปัญหาด้วยการสร้างสิ่งแวดลอมเพื่อจะไหคนดี แต่ถายอมรับเสียว่าเรื่องเหล่านี้เกิดที่จิต แก่ที่จิตโค สิ่งแวดลอมมิใช่เป็นตัวบงการโดยสมบรม ก็แก้ปัญหาที่จิตโค พระพุทธเจ้าเองก็เป็ตัวอย่างไหเห็นว่าคนเราแก่นิสัยตนเองโคโดยไม่ตองพึ่งทรัพย์ฉฉเงินทองและสิ่งภายนอก สิ่งเหล่านั้นเสียอีกที่ไหจิตของคนเราผิดไฉในทางชัวและทำความชัวกันมากขึ้น พระพุทธเจ้ามีความเห็นเกี่ยวกับจิตและความชัวคังนี้

จิตนี้ผู้คอง      แตะวาจิตนั้นแล      เศร้าหมองแล้วควยอุปกิเลสที่จรมมา  
ปฤชณณุมิโคสคั      ยอมจะไม่ทราบจิตนั้นตามความเป็นจริง ฉฉฉฉ      เราจึง



กล่าววาปุตชนผู้มีโคสคัมยอมไม่มีการอบรมจิต <sup>1</sup>

จิตนี้กวัดแกวงเขนวางร หามโคสแนยาก เพราะยังไม่ปราศจากคววม  
กำหนด ปุตชนทังหลายผู้ไมรูเทาทัน พัวพันอยู่ในกามทังหลาย อันลวนแต่  
เป็นของงคววม มีรสอรอยนารินรมย์ใจ เขาเหล่านั้นเป็นผู้แสวงหากาพใหม่  
กระทำแต่สิ่งไรประโยชน์ ซอวาประสงกทุกซ์ ยอมถูกจิตนำไปสูนรกโดยแท้ <sup>2</sup>

ขอคววมทังสองนี้แสดงวาจิตมีสภาพผูกดวง แต่เพราะคววมผูกดวงนั้นเอง  
ก็แปดเปื้อนกิเลสคัมหาโคงาย หรือจะเข้าใจคววมจริงตาง ๆ ก็โคงายเขนกัน สุดแต่วาจะ  
ได้รับการอบรมไปในทางโค เมื่อผูกพันกับกิเลสคัมหาแล้วก็ยังวุ่นวายหนักซันเพราะมีรส  
แปลก ๆ มากมาย ทองแสวงหากิเลสใหม่ ๆ เรือยไป จึงมีสภาพเหมือนสิ่งทังทองกระโคค  
โลคเตนไปตลอดเวลา ในทางกลับกันเมื่อรูสภาวะเขนนี้แล้วพยายามละจากกิเลสคัมหา  
ทังมวล จิตก็จะกลับผูกดวงอย่างเคิมและมองเห็นคววมจริง พนจากมีจฉาทิฏฐิ เกิดลัมมา  
ทิฏฐิซันโคงาย เหมือนกับ "ฉาที่หมคจด ผองใส ซางยอมพ้งนำเอาฉานันใส่ลงในน้ำยอม  
โค ๆ คือ สีเขียว สีเหลือง สีแดงหรือสีชมพู ฉานันพ้งเป็นของมีสีที่เขายอมคิ มีสีสด ซอนัน  
เพราะเหตุอะไร เพราะฉาเป็นของบริสุทธิ์ซันโค เมื่อจิตไม่เสราหมองแล้ว สุกคิเป็นอันหวัง  
โค ฉันัน" <sup>3</sup>

การทำจิตให้บริสุทธิ์ในทางพุทธศาสนานันทองคอยเป็นคอยไป โดยเริ่มตั้งแต่การ  
ทาลายกิเลสหลาย ๆ ที่เห็นโคซคคองแล้วคอย ๆ ทาลายกิเลสทีละเอียคไปเรือย ๆ จนกวา  
จะหมค วิธีการในเรื่องนี้เป็นการศึกษาอบรมคนให้หลุดพน เรียกวาไตรสิกขา โคเก คือ  
สมาธิ ปัญญา ทัง 3 ประการนี้มีลักษณะเขนเคียวกับธรรมอื่น ๆ ของพระพุทเจ้า กล่าว

<sup>1</sup> 20/52/9 สุต. อัง. ทิก. บาลีแห่งเอกธรรม.

<sup>2</sup> 26/399/416 สุต. ขุท. เถร.

<sup>3</sup> 12/91/55 สุต. มัชฌิม. มุล.

คือ แม้จะมีจุดหมายเพื่อความหลุดพ้น แต่นำมาพิจารณาใช้ในขั้นต่ำ ๆ ลงมา คือ ระดับโลกียชนใด

ก่อนที่จะอธิบายเรื่องการไปสู่ความหลุดพ้นหรือการทำจิตใหม่บริสุทธิ์ต่อไป จะอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างธรรมทั้งหมดกับธรรมส่วนที่เรียกว่า ไตรสิกขา เสียก่อนว่า ไตรสิกขา อยู่ในส่วนไหน ธรรมทั้งหมดของพระพุทธเจ้า สรุปแล้วก็ได้แก่อริยสัจสี่ กล่าวคือ ธรรมทั้งหมดรวม 84000 พระธรรมขันธ์ นั้นสอนเรื่อง 4 เรื่อง ได้แก่ ทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ ความดับทุกข์ และทางดับทุกข์ สองเรื่องแรกเป็นการอธิบายธรรมชาติหรือสภาวะที่คนเราต้องค้นคว้าเป็นอย่างไร เกิดขึ้นได้อย่างไร เรื่องที่สามเป็นการอธิบายสภาวะที่พ้นจากการค้นคว้าดังกล่าว และเรื่องสุดท้ายเป็นวิถีทางไปสู่สภาวะที่หลุดพ้นดังกล่าว วิถีทางไปสู่ความหลุดพ้นหรือมรรค 8 นี้ แบ่งออกได้เป็นเรื่อง กาย วาจา ใจ การปฏิบัติทางกาย ได้แก่ สัมมากัมมัฏเฐ คือ งดเว้นจากการกระทำที่ชั่วทั้งปวง สัมมาอาชีวะ ประกอบอาชีพสุจริต การปฏิบัติทางวาจา ได้แก่ สัมมาวาจา คือ เว้นจากพูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ พูดเพ้อเจ้อ ขอร้อง ๆ ที่เหลือเป็นเรื่องของใจ

การปฏิบัติหรือการศึกษาเพื่อความหลุดพ้นตามนัยแห่งพุทธศาสนาก็คือการทำตามมรรค 8 นั้นเอง แต่เป็นการจัดลำดับขั้นของการศึกษาจากภายในหายาก จากภายนอกไปหาภายใน กล่าวคือ เป็นการศึกษาเพื่อกำจัดกิเลสขั้นหยาบ ๆ ไปจนถึงขั้นละเอียด จากกาย วาจา ไปจนถึง ใจ การจัดลำดับขั้นดังกล่าวเรียกว่า ไตรสิกขา สิกขาขั้นต้น คือศีล หมายถึงการฝึกหัดเพื่อให้เป็นผู้ปฏิบัติถูกต้องทางกาย ทางวาจา มีจำแนกเป็นชั้นง่ายและยากเป็นพวก ๆ ไปคือ ศีล 5 ศีล 8 ศีล 10 ศีล 227 ยิ่งฝึกได้มากข้อก็ยิ่งดี สำหรับผู้ที่ไปสู่ความหลุดพ้นก็ต้องปฏิบัติศีลให้ครบถ้วนจึงจะเป็นการสාරรวมกาย วาจา ทำให้เกิดความสงบเรียบร้อยแก่สังคม บุคคลที่เกี่ยวข้อง และสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่แวดล้อม การฝึกหัดให้สාරรวมกาย สාරรวมวาจา เท่ากับหัดบังคับใจตนเองไม่ให้กระทำการที่จะทำให้จิตฟุ้งซ่าน โกรธ เกลียด อิจฉาริษยาและกระทบกระทั่งกับผู้อื่น เมื่อบังคับได้แล้วใจก็จะสงบลง พร้อมทั้งจะฝึกหัดสิกขาขั้นที่สอง คือ สมาธิได้ง่าย เพราะไม่มีเครื่องรบกวนจิตใจ ในขั้นสมาธิเป็นการประพฤติกิจทางจิต คือ ควบคุมจิตไม่ให้มีความคิดนึก ฟุ้งซ่าน เศร้าหมอง เมื่อฝึกฝนจิตได้เช่นนี้แล้วจิตก็พร้อมที่จะปฏิบัติหน้าที่ได้ ในสภาวะเช่นนี้ ความรูต่าง ๆ ที่

ไม่ปรากฏแกจิตเพราะความฟุ้งซ่านต่าง ๆ ปิดบังไว้แต่เดิมาก็จะปรากฏขึ้น เป็นความรู้ที่เป็นจริงในตัว ไม่ผูกพันกับความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน นอกจากนั้นเมื่อจะพิจารณาปัญหาใด ๆ ก็จะได้คำตอบอย่างละเอียด การพิจารณาปัญหาคด้วยสมาธินี้ คือ ปัญญาสิกขา ดังนั้น ปัญญาสิกขานี้เองจึงทำให้เห็นแจ้ง เกิดความเบื่อหน่ายไม่ยอมตกเป็นทาสของกิเลสอีก การหลุดพ้นจากอำนาจกิเลสนี้เรียกว่าความหลุดพ้นหรือ วิมุตติ ภาวะเช่นนี้เป็นเสรีภาพอย่างแท้จริง กล่าวคือ เสรีภาพทั้งหลายที่ผูกกันโดยทั่วไปนั้นขึ้นกับความต้องการหรือค้นหาเป็นใหญ่ อยากจะคิด พูด หรือทำสิ่งที่ตนปรารถนาให้ใดเต็มที่ เมื่อขัดกับความต้องการของคนอื่นก็ต้องยอมลดเสรีภาพลงบ้าง แต่ก็ยังต้องการมาก ๆ อย่างเช่นเค็ม แต่ที่จริงเรารู้สึกว่าขาดเสรีภาพ ก็เมื่อเราต้องการแล้วไม่ได้ แต่ถาเราไม่ได้ในสิ่งที่ไม่ต้องการจะไม่รู้สึกว่าขาดเสรีภาพเลย ถ้าไม่ยึดมั่นในสิ่งใดแม้กระทั่งตัวตนแล้ว ก็ไม่รู้สึกอยากได้อะไรอยากเป็นอะไรอีก ความรู้สึกที่ไม่มีเสรีภาพก็หมดไป เรียกว่ามีเสรีภาพเต็มที่หรือเห็นว่าเสรีภาพเป็นของสมมติบัญญัติก็ได้

เมื่อเกิดปัญญาแล้วความยึดติดในอุปาทานทั้ง 4 จะหมดไป อุปาทานที่ใช้ปัญญาทำลายในขั้นนี้เป็นกิเลสอย่างละเอียด คือ กิเลสที่อยู่ในจิต เช่น คนทั่วไปเมื่อมีเรื่องกระทบใจอาจแสดงความโกรธโดยการกระทำบาง โดยทางหรือวาจาบาง โทสะดังกล่าวนี้เป็นกิเลสชั้นหยาบ เราจะเห็นได้ว่าคนที่รักษาศีลได้ก็สามารถควบคุมกิเลสชนิดนี้ได้ เช่น อาจารย์โกรธ แต่ระงับไว้ ยิ่งรักษาศีลไปได้นาน ๆ ความรู้สึกโกรธรุนแรงก็ลดลงเรื่อย ๆ แต่ก็อาจยังมีอยู่ในลักษณะเป็นความซัดใจ ซุนใจ เมื่อจิตเป็นสมาธิไม่ว่าจะโดยธรรมชาติเมื่อใดมองเห็นแนวทางที่จะพ้นทุกข์ เมื่อเข้าใจธรรม หรือโดยการฝึกจิตให้เป็นสมาธิก็ตาม ความรู้สึกที่เป็นกิเลสอย่างละเอียดนี้จะหมดไป ในสมาธิขั้นต้น ๆ ก็หมดไปชั่วคราวชั่วคราว เมื่อมีสมาธิแข็งกล้าขั้นก็ระงับกิเลสได้นานขึ้น จนกระทั่งในที่สุดสามารถตัดกิเลสได้ทั้งหมด เรียกว่าจิตอยู่ในภาวะสันติคือสงบ ไม่ฟุ้งซ่านด้วยกิเลสทั้งหยาบและละเอียดอีก ภาวะเช่นนี้จะไม่มีการขุ่นเลยเรียกว่า นิพพาน

เท่าที่โลกกล่าวมาแล้วนี้ใครดวงเขาไปในขอบเขตของโลกุตตรธรรมแล้ว วิทยานิพนธ์นี้มีใครมองจะให้เข้าใจถึงขั้นโลกุตตรธรรม แต่การที่นำมากล่าวไว้โดยย่อที่สุดก็เพื่อให้เห็นว่าหลักไตรสิกขานั้นมีจุดหมายไปสู่ความหลุดพ้น ส่วนความหลุดพ้นจะเป็นไปได้อย่างไรนั้น จะ



ไม่นานมากแล้วในที่นี้ คำอธิบายในเรื่องดังกล่าวที่ผู้เขียนเห็นว่าสันแต่ได้ความชัดเจนก็คือ คำอธิบายของท่านพุทธทาสภิกขุ ซึ่งได้แบ่งวิธีไปสู่ความหลุดพ้นสองวิธี คือ วิธีธรรมชาติและวิธีฝึกสมาธิโดยมีหลักวิชา วิธีแรกท่านตั้งชื่อว่า "การทำให้อายุยืนตามวิธีธรรมชาติ" ส่วนวิธีหลังท่านตั้งชื่อว่า "การทำให้อายุยืนตามหลักวิชา" <sup>1</sup> ทั้งสองวิธีนี้เป็นการฝึกเพื่อความ เป็นอริยบุคคล ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ มีคำสอนสำหรับปุถุชน ผู้ที่สนใจอาจศึกษาได้จากขอเขียนของท่านผู้นั้น

ลึกลงไป 3 ไม่ว่างจะเป็นศีล สมาธิ หรือ ปัญญาแล้วแต่มีลำดับขั้นตั้งแต่นานไปหา ยาก หลักไตรสิกขาในระดับง่าย ๆ จึงเป็นหลักที่ปุถุชนนำมาใช้ได้ เช่น ศีล ในระดับ นักบวชซึ่งมีจุดหมายโลกุตตรธรรมมี 227 ข้อ แต่ในระดับปุถุชนถือศีล 5 ศีล 8 หรือ ศีล 10 ตามแต่จะสามารถปฏิบัติได้มากน้อยตามอัธยาศัย ยิ่งปฏิบัติได้มากก็ยิ่งดี เพราะยิ่ง ละโลภะ โทสะ โมหะ ได้มากขึ้น เช่นการปฏิบัติศีล 5 ช่วยให้ละโลภะกับโทสะได้มาก ศีลข้อ 1 ช่วยให้ละโทสะ ข้อ 2 ข้อ 3 ช่วยให้ละโลภะ ข้อ 4 ช่วยให้อายุยืนยาวเมื่อ เกิดความคิดที่ไม่ดีขึ้น ไม่ให้แสดงออกทางวาจาอันจะเป็นการก่อความวิวาทบาดหมางขึ้น อย่างหนึ่ง อีกอย่างหนึ่งการพูดอย่างไรทำให้คิดอย่างนั้นรุนแรงขึ้น เช่น ถ้าเราเกลียดใคร แล้วพูดถึงความเลวของเขา จะยิ่งรู้สึกว่าเขาละเลวมากขึ้นทุกที ถ้าพูดเรื่องกามารมณ์หรือ การเที่ยวเตร่มาก ๆ ก็ยิ่งคิดฝักใฝ่ในเรื่องดังกล่าวมากขึ้น การเว้นจากการพูดชั่วจึงทำให้ ลดความคิดชั่วลงด้วย ส่วนศีลข้อที่ 5 ช่วยไม่ให้คนเรตกเป็นทาสโลภะ โทสะ โมหะ โดยไม่ตั้งใจหรือโดยครองสติไม่อยู่ ถ้าประพฤตศีล 8 ก็ละได้มากขึ้นอีกคือละความผูกพัน ทางกามารมณ์ ละการสนทนากันทางการละเล่น และความสะควกสบายทางกาย เช่น การ นอนที่นอนนุ่ม ๆ ซึ่งทำให้จิตใจคิดฟุ้งซ่านได้ง่าย ศีล 8 จึงละโมหะได้มากกว่าศีล 5

<sup>1</sup> พุทธทาสภิกขุ อินทปัญญา อนุสรณ์นางสรยุทธโยธาทา พิมพ์ในงานฌาปนกิจศพ นางสรยุทธโยธาทา (เนื่องปัทมานนท์) พระนคร : หางหุ้นส่วนจำกัดอรุณการพิมพ์, 2509 น. 95-138.

สมาธิและปัญญาที่มีระดับเช่นเดียวกับศีล เราจะสังเกตได้ว่าในบางขณะเมื่อเราคิดถึงเรื่องหนึ่งเรื่องใด เรามักไม่รู้สึกเรื่องอื่น เช่น ไม่รู้สึกว่ามีความขมขื่นอยู่ข้าง ๆ เมื่อเราดูรูปงาม ๆ ฟังเพลงเพราะ ๆ ในขณะที่จิตใจเราไม่มีความโกรธ ความฟุ้งซ่าน เรามักไม่ไต่ย่นเลี้ยวหรือไม่เห็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัวเรา ในภาวะที่จิตวางจากความฟุ้งซ่านต่าง ๆ เรามักคิดเรื่องหนึ่งเรื่องใดได้อย่างใจจดใจจ่อ และมักแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้รวดเร็ว ปัญหาเดียวกันในขณะที่เราหงุดหงิดหรืออารมณ์เสียเราคิดไม่ออก แต่เวลาที่จิตใจปลอดโปร่งบางครั้งไม่ได้ตั้งใจคิด ก็มองเห็นทางแก้ปัญหานั้นในใจเอง นี่เป็นสมาธิที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติเป็นครั้งเป็นคราว การที่จิตเป็นสมาธิแล้วสามารถแก้ปัญหาได้แสดงว่าเกิดปัญญาตามมาด้วย ในระดับปุถุชนสามารถทำจิตให้วางจากความฟุ้งซ่านต่าง ๆ ได้บ่อยขึ้นเพียงใดก็ยังมีโอกาสพิจารณาความเป็นไปของชีวิตตามความจริงได้มากขึ้น เมื่อเกิดปัญญาเช่นนี้ ความฟุ้งซ่านต่าง ๆ ก็ลดลงเพราะละไค้มากขึ้น โอกาสที่จิตจะเป็นสมาธิก็เพิ่มขึ้นด้วย จึงนับว่าสมาธิและปัญญาเป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกัน ด้วยเหตุที่สมาธิทำให้เกิดปัญญา การบำเพ็ญสมาธิจึงเป็นหลักสำคัญทางศาสนาที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น ดังนั้นจึงมีนวัตรแบบแผนการฝึกสมาธิให้ไค้ผลเร็ว ๆ เช่นเดียวกับเราจัดการศึกษาอย่างมีแบบแผนที่เรียกว่าเป็นการศึกษารูปนัย เพื่อให้เยาวชนได้ความรู้โดยเร็วกว่าให้เป็นไปเองตามธรรมชาติ ส่วนที่ไม่ถึงขั้นฝึกสมาธิอย่างเป็นล่ำเป็นสันก็มีวิธีอื่นที่สอนให้ปฏิบัติกันเป็นประเพณีทางศาสนา เช่น การชวคมนต์ไหวพระเป็นต้น เป็นอุบายให้จิตใจสงบไค้เช่นกัน หลักพุทธศาสนาในเรื่องนี้ ไค้แก่ อนุสสติ คือ การระลึกถึงสิ่งดีงาม ไค้แก่ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ซึ่งเป็นสัญลักษณ์แห่งความดี คือ การละโลภะ โทสะ โมหะ การระลึกถึงพระรัตนตรัยนับว่าเป็นของง่ายและเป็นขั้นมูลฐานที่สุดที่ทำให้จิตเป็นสมาธิ คลายจากความฟุ้งซ่านต่าง ๆ ลง นอกจากพระรัตนตรัยแล้วยังมีอนุสสติอื่น ๆ ที่จะช่วยให้จิตเป็นสมาธิไค้อีก คือ สีลานุสสติ ระลึกถึงศีลของตน จาคานุสสติ ระลึกถึงทานที่ตนบริจาคนแล้ว เหวตานุสสติ ระลึกถึงคุณที่ทำบุญคลให้เป็นเหวดคา มรณานุสสติ ระลึกถึงความตายที่จะมาถึงตน ภายคถาสติ ระลึกถึงกายวาไมงาม นาเกลียด อานาปานสติ ตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก อุปสมมานุสสติ ระลึกถึงคุณพระนิพพานเป็นที่ระงับกิเลสและกองทุกข์ สมาธิและปัญญานี้ปฏิบัติถึงขั้นโลกุตตรธรรม จะตัดสังโยชน์ 10 ไค้ การตัดสังโยชน์จะทำให้คนกลายเป็น

อริยมบุคคลชั้นต่าง ๆ จนเป็นพระอรหันต์ หลุดพ้นในที่สุด แต่ในชั้นสามัญชนก็ช่วยให้คน
 คลายจากความทุกข์ความเดือดร้อนในเรื่องความปรารถนาในของรัก ความพลัดพรากจาก
 ของรัก ความไฉไลไม่พึงปรารถนา ความโกรธแค้นขุ่นเคืองต่าง ๆ มีจิตใจสงบเยือกเย็น
 ลง แก้ปัญหาต่าง ๆ ด้วยความสุ่มรอบคอบ ไม่มุ่งร้ายต่อเพื่อนมนุษย์ พยายามเห็นอกเห็น
 ใจและเข้าใจมนุษย์ด้วยกัน คนที่มีจิตใจเช่นนี้เรียกว่ามีจิตใจของใส คือ พ้นจากความขุ่นมัว
 ด้วยกิเลสตัณหาต่าง ๆ แม้จะไม่สามารถตัดใจเด็ดขาด แต่ก็ทำการต่าง ๆ ด้วยความบริสุทธิ์
 ด้วยความพยายามจะหลีกเลี่ยงออกจากกิเลส ไม่ทำเพราะอำนาจกิเลส ปรุงคิด และพร้อมจะ
 แก้ไข ไม่ยึดมั่นถือมั่นเอาความเห็นของตนเองเป็นใหญ่ ผู้ที่เว้นชั่ว ทำดี และทำจิตใจ
 ใสของใสได้ในชั้นปุถุชนตั้งใดกล่าวมาแล้วทั้งหมดนี้ เมื่ออยู่ในเพศฆราวาสก็นับได้ว่าเป็นคนดี
 ตามหลักพุทธศาสนา แม้จะไม่ถึงขั้นอริยมบุคคล ก็นับว่าเป็นการเพียงพอแล้วที่จะให้สังคม
 สงบสุขได้ ถ้าสามารถทำตนให้ดีได้ถึงขั้นอริยมบุคคลก็ยิ่งดี แต่ถาทำไม่ได้ก็ควรปฏิบัติตน
 ในชั้นปุถุชนให้ดีใกล้เคียงกับที่กล่าวมาแล้วให้ไต่มาที่สุด และเมื่อปฏิบัติได้แล้วเป็นส่วนมาก
 การอยู่ร่วมกันในสังคมให้เป็นสุขก็ง่ายเขา เพียงแต่เพิ่มธรรมสำหรับการอยู่ร่วมกันอีกไม่
 มากนัก คนเราก็มีความสุขได้ ไม่ต้องโทษระบอบการปกครอง หรือเศรษฐกิจกันจนเกิดเหตุ
 อย่างในปัจจุบัน ธรรมสำหรับการอยู่ร่วมกันเป็นอย่างไรจะนำมากล่าวในบทต่อไป