



การศึกษาเชิงวิเคราะห์ต่อวิทยมรรค : กรณีการดำเนินชีวิต
ในพระพุทธศาสนา ฝ่ายเถรวาท

พระสังฆาตย์ สิริกัญโท (มุดขุนทด)

  294.3144
29A5741911 ๕541ก
2544
Title: การศึกษาเชิงวิเคราะห์ต่อวิทยมรรค:กรณีการดำเนินชีวิต
ในพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท น.2
ห้องสมุด มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

พิมพ์และจัดพิมพ์ด้วยเงินอุดหนุนของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สาขาวิชาพุทธศาสนานิตยปริทัศน์

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พุทธศักราช ๒๕๕๔



การศึกษาระดับปริญญาโท : ธรรมเนียมการดำเนินชีวิต
ในพระพุทธศาสนา ฝ่ายเถรวาท

		๐ 294.3144 ส541ก 2544 ฉ.2
Title: การศึกษาระดับปริญญาโท : ธรรมเนียมการดำเนินชีวิต ในพระพุทธศาสนา ฝ่ายเถรวาท		
ห้องสมุด มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย		

พระสังฆาจารย์ สิริจันทโร (มุตขุณหุต)

294.3144
ส 541 ก ฉ.2
๒3 มี.ย. 57

เลขทะเบียน	5741911
เลขเรียกหนังสือ	๒๙๔ 3144 ส 541 ก ฉ.๒
วันที่	23 มี.ย. 57

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชา พุทธศาสนาและปรัชญา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

พุทธศักราช ๒๕๔๔

สิ่งพิมพ์นี้เป็นสมบัติของห้องสมุด บมร.

ผู้ใดพบอยู่ในที่อื่นไม่สมควร

โปรดนำมาส่งที่แผนกห้องสมุดด้วย ขอขอบคุณ

**AN ANALYTICAL STUDY OF THE NOBLE EIGHTFOLD
PATH IN THE WAY OF LIFE.**

Phra Sangwan Sirichantho [Moonkunthod]

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

For the Degree of Master of Arts

Department of Buddhism and Philosophy

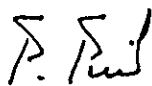
Graduate School

Mahamakut Buddhist University

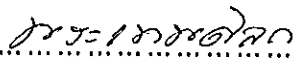
B.E. 2544 [2001]

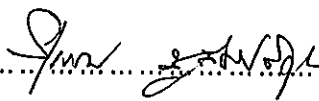
หัวข้อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาเชิงวิเคราะห์ต่อริยมรรค:กรณีการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนา
ชื่อนักศึกษา : พระสังวาลย์ สิริจินุโท (มุลขุนทศ)
สาขาวิชา : พุทธศาสนาและปรัชญา
อาจารย์ที่ปรึกษา : ดร. สุธรรม ชุตัตย์สกุล ป.ช. ๔., ศน.บ., M.A., Ph. D.
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม : ผ.ศ. วิเชียร ชามุตรบุญเทริก ป.ช. ๘, ร.บ., M.A.
ปีการศึกษา : ๒๕๔๓

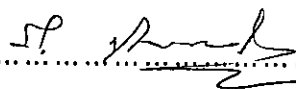
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้
เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต



.....รักษาการคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(พระมหา ดร.ไพฑูรย์ รุจิमितโต)

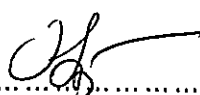
คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์


.....ประธานกรรมการ
(พระเทพดิลก)


.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(ดร. สุธรรม ชุตัตย์สกุล)


.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(ผ.ศ. วิเชียร ชามุตรบุญเทริก)

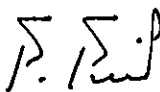

.....กรรมการ
(ร.ศ. สุเชาวน์ พลอยชุม)



.....กรรมการ
(พระมหา ดร. สุวิน สัจจวิสุทธิ)

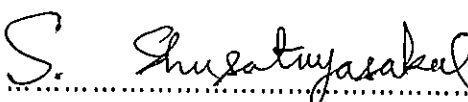
ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย


Thesis Title : An analytical Study of the Noble Eight fold Path:
In the Way of life.
Student's Name : Phra Sangwan Sirichantho [Moonkhunthod]
Department : Buddhism and Philosophy
Thesis Advisor : Dr. Sutham Shusatayasakul Pali 4., B.A., M.A., Ph.D.
Thesis Co - Acvisor : Assit Prof. Wichien Charputpuntarik Pali 8., B.A., M.A.
Academic Year : B.E. 2543 [2000]

Accepted by the Graduate School, Mahamakut Buddhist University in Partial
Fulfillment of the Requirements for the Master's Degree.

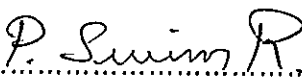

.....Acting Dean of Graduate school
[Ven. Phramaha Dr. paitoon Rucimitto]

Thesis Committee

.....Chairman
[Ven. Phra Debdilok]


.....Advisor
[Dr. Sutham Shusatayakul]


.....Co - Advisor
[Assit Prof. Wichien Charputpuntarik]


.....Member
[Assoc. Prof. Suchao Ploychum]


.....Memb
[Ven. Phramaha Dr. Suvin Saccavijjo]

(ก)

หัวข้อวิทยานิพนธ์ : การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องอริยมรรค : กรณีการดำเนินชีวิต
ชื่อนักศึกษา : พระสังวาลย์ สิริจันทโร (มุลขุนทด)
สาขาวิชา : พุทธศาสนาและปรัชญา
อาจารย์ที่ปรึกษา : ดร. สุธรรม ชุสดียศกุล ป.ธ. ๔., ศน.บ., M.A., Ph.D.,
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม : ผ.ศ. วิเชียร ชานุกรบุญทริก ป.ธ. ๘., ร.บ., M.A.,
ปีการศึกษา : ๒๕๔๓

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องนี้มีความมุ่งหมายเพื่อการศึกษาถึงหลักธรรมในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเพื่อวิเคราะห์ถึงสาเหตุและผลของ อริยมรรค กรณีในการดำเนินชีวิตว่ามีความสำคัญและพิเศษอย่างไรในแง่มุมต่าง ๆ ของการดำเนินชีวิต ที่คนในสังคมชาวพุทธได้ยอมรับนับถือปฏิบัติเอาเป็นเป้าหมายสูงสุดของการดำเนินชีวิตในทางมัชฌิมาปฏิปทาของอริยมรรค กรณีการดำเนินชีวิตว่ามีการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดนั้นอย่างไร การได้รู้ถึงสาเหตุ และผลของอริยมรรคในการดำเนินชีวิตนี้ ย่อมเป็นกุญแจสำคัญที่สุดที่จะนำไปแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตให้ถูกต้องที่มนุษย์เราทุกคนต้องประสบกับปัญหาในการดำเนินชีวิตนานาประการ อริยมรรค กรณีในการดำเนินชีวิตนั้นเกิดจากหลาย ๆ สาเหตุ ทั้งที่ตนเองสร้างขึ้น ซึ่งเป็นสาเหตุภายในและที่เกิดจากสาเหตุภายนอก ชีวิตของมนุษย์จึงตกอยู่ในภาวะลำบากตลอดเวลา

การศึกษาวិเคราะห์เรื่องนี้ใช้วิธีวิจัยจากเอกสาร คือ ศึกษาค้นคว้าจากคัมภีร์ทางพุทธศาสนาเป็นหลัก และมีตำราอื่น ๆ ประกอบบ้าง เฉพาะคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา มีพระไตรปิฎกเป็นหลักสำคัญ นอกจากนั้นยังมี คัมภีร์อรรถกถา ฎีกา และตำราชั้นหลัง ๆ อันเป็นมติของท้าวผู้รู้ทางพระพุทธศาสนาที่มหาชนยอมรับ เมื่อศึกษาวิเคราะห์เปรียบเทียบแล้ว ผู้เขียนก็ได้แสดงมติไว้บ้างตามที่เห็นสมควร เมื่อได้ศึกษาวิเคราะห์แล้ว ได้พบว่าปัญหาเรื่องการดำเนินชีวิตมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับชีวิตมนุษย์อย่างแนบสนิทในทุกยุคทุกสมัย หรือเป็นปัญหาที่มนุษย์นั้น ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้เอง ผลของการวิจัยพอสรุปได้เป็นประเด็นดังนี้

(ข)

อริยมรรค ๘ ประการในการดำเนินชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท สามารถศึกษาและปฏิบัติได้ในสองระดับ คือ ในระดับแรกเป็นวิถีชีวิตของฆราวาสที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของการศึกษาใน หลักสามประการ คือ ทาน ศีล และภาวนา เน้นในหลักฆราวาสธรรม ที่เป็นผลประโยชน์สำหรับการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน และเป็นหลักประกันสำหรับชีวิตที่ดีในอนาคต ให้ได้รับความสุขความเจริญในสัมปรายภพเบื้องต้น

ส่วนระดับที่สองคือวิถีชีวิตของพุทธศาสนิกที่มีความพร้อมสูงที่มีใช้ผู้ครองเรือนซึ่งเป็นนักบวช หรือบรรพชิต ด้วยการศึกษปฏิบัติให้ได้ประโยชน์อย่างสูง คือ การดับทุกข์ ดับกิเลส ตัดกระแสของการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏสงสาร เข้าถึงความสุขอันถาวรด้วยการปฏิบัติในศีล สมาธิ และปัญญา เป็นการพัฒนาจิตให้มีคุณภาพ มีสมาธิมั่นคงแน่วแน่ และวิปัสสนาภาวนา เป็นการพัฒนาปัญญาให้เกิดความรู้ และเข้าใจในสภาวธรรมตามความเป็นจริง และเป็นปัญญาที่ทำให้พ้นทุกข์ได้อย่างแท้จริง

นอกจากนี้พระพุทธศาสนายังแสดงว่า การดำเนินชีวิตในทางที่ถูกต้อง และสามารถดับทุกข์ให้หมดสิ้นได้นั้นย่อมมีได้ด้วยการปฏิบัติ ตามหลักอริยมรรคมีองค์ ๘ หรือการดำเนินชีวิตให้สมบูรณ์เต็มที่เป็นทางเดียวเท่านั้นที่จะนำไปสู่การดำเนินชีวิตและดับทุกข์ได้จริง เมื่อปฏิบัติได้ตามหลักการนี้สมบูรณ์แล้ว ผู้นั้นย่อมดำเนินชีวิตด้วยความสุขสมบูรณ์ได้อย่างแท้จริง

(๙)

Thesis Title : **An analytical Study of The Noble Eight fold Path
: In The Way of Life**

Student's name : **Phra Sangwan sirichantho (Moonkhunthod)**

Department : **Buddhism and Philosophy**

Thesis Advisor : **Dr. Sutham Shusatayasakul Pali 4., B.A., M.A., Ph.D.**

Thesis Co - Advisor : **Assit Prof. Wichien Charbutbundarik Pali 8., B.A., M.A.**

Academic year : **B. E. 2543 { 2000 }**

Abstract

The objective of this research is a study of stable Dhamma in Buddhist scripture for analysis of cause and result of the noble path on life. How important and special the noble path effects the way of Buddhist life till they accept to practice as the high goal of middle life way and how to practice for achieve the highest aim the knowledge of cause and most the important result of the noble path is the key to solve the problem to lead the correct life. That everyone must face and lead inner and order caused the human life to difficult condition. This analytical study use descriptive research by study and searching Buddhist scripture as the main point and other text as the details. Buddhist scripture is tri pitaka as the pole and beside a commentary scripture sub commentator and the text that public Buddhist expert accept the result of analytical study found that the living problem connect with the human life very closely in every ages or it is the problem that the human being cannot escape the result can conclude as the noble path on life follow theravada Buddhism can study and practise as two levels.

The first level is layman life level which stand on the three basic of study such as donation. Sila and Bhavana Dhamma the good future life which will be happy and growth the second level is the monk life level to study extinguish to get high benefit and defilement as extinguish his sorrows and cut the birth death eyelet to get the

(3)

permanent happiness by practice sila samadhi and enlightenment. It is the effective mind development and vipassana development is the intellectual development to have the knowledge and understand the real Dhamma and it is intellect that help trusty to extinguish suffering. Besides this Buddhism just show that the correct way of living and extinguishing tautly the suffering by practice follow this is only one way to the noble eight fold path which leading leading to the perfect life as only one way to extinguish the real sorrow satiable that person will lead the real happy life.

(จ)

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ เรื่องการศึกษาเชิงวิเคราะห์อริยมรรค : กรณีการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนาเถรวาทนี้สำเร็จลงได้ ก็เพราะได้รับความกรุณาจากหลายฝ่าย คือ เพื่อนสหธรรมิก ที่ให้กำลังใจเสมอมา โดยเฉพาะท่านอาจารย์ ผ.ศ. วิเชียร ชานุตรบุญตริก ป.ศ. ๘ M.A. ที่ท่านได้เมตตาสละเวลารับเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาพร้อมให้ พร้อมทั้งได้ให้คำแนะนำในการเขียนวิทยานิพนธ์ และขอขอบใจที่ได้รับความกรุณาจากท่าน อาจารย์ ดร. สุธรรม ชุติชัยกุล ป.ศ. ๔, ศน.บ.,M.A.,Ph.D. ที่ได้ให้ความเมตตาสละเวลาเป็นที่ปรึกษาในการเขียนวิทยานิพนธ์ และได้ชี้แนะแนวทางในการเขียนให้ และขอกราบขอบพระคุณท่าน พระมหา ดร. ไพฑูรย์ รุจิमितโต รักษาการคณบดีบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัย ขอกราบขอบพระคุณ พระครู ดร. สุกิจ สมจิตโต ที่ได้เมตตา ตรวจสอบรูปแบบการพิมพ์ให้ และขอขอบใจผู้ตรวจวิทยานิพนธ์ทุกท่านที่ได้สละเวลาอ่าน และตรวจสอบงานวิจัย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณขอขอบใจที่ได้ให้ความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง และขอขอบพระคุณขอขอบใจอาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัยทุกท่านซึ่งผู้วิจัยถือว่า คณาจารย์ทุกท่านเป็นผู้ให้ประสบการณ์และแสงสว่างทางปัญญา ผู้วิจัยได้จดจำนำเอาความรู้เหล่านั้นมาเป็นประโยชน์และแนวทางการทำงานวิจัยในครั้งนี้

สำหรับผู้มีพระคุณอันสูงยิ่งที่ผู้วิจัยจะละเลยการกล่าวถึงมิได้ คือ พระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณ พระราชดิลก (สฤษดิ์ โชติปญฺโญ ป.ศ.๘), เจ้าอาวาสวัดพระยาขัง ราชเทวี กรุงเทพฯ ฯลฯ และรองเจ้าคณะภาค ๕ (ช) ที่ท่านได้เมตตาชี้แนะแนวทางให้และยังได้ให้ที่พักพิงอาศัย ในการที่ผู้วิจัย ได้เข้ามาศึกษาตั้งแต่เริ่มต้นเข้ารับการศึกษาในบัณฑิตวิทยาลัยจนสำเร็จตามหลักสูตรของบัณฑิตวิทยาลัยในครั้งนี้ และขอขอบคุณเพื่อนสหธรรมิกทุกท่านในวัดพระยาขังและวัดอื่นที่ผู้วิจัยไม่ได้กล่าวถึงที่เป็นกำลังใจ และได้ให้กำลังใจเสมอมา

ความคิดใด ๆ แห่งวิทยานิพนธ์นี้ ขอน้อมเป็นสักการะพระคุณของพระพุทธศาสนาที่เป็นสถานที่ให้ความร่มเย็นเสมอมา คุณบิดามารดา คุณอุปัชฌาย์ อาจารย์ และคุณของผู้มีพระคุณทุกท่านที่ได้ให้กำเนิดพร้อมความแนะนำและได้ให้แสงสว่างแก่ผู้วิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณและขอบใจในทุกท่านที่กล่าวนามมาแล้วนั้น และที่ยังไม่ได้กล่าวถึงเป็นอย่างยิ่งไว้ ณ โอกาสนี้และจะขอจารึกความทรงจำนี้ไว้ในใจนานชั่วชีวิตจะหาไม่

พระสังฆาลย์ สิริจินโท (มุลขุนทด)

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(ก)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(ข)
กิตติกรรมประกาศ	(ค)
สารบัญคำย่อ	(ง)
บทที่ ๑ บทนำ	๑
ความนำ	๑
ความเป็นมาของปัญหา	๒
วัตถุประสงค์	๓
ขอบเขตของการวิจัย	๓
วิธีการดำเนินการวิจัย	๔
ประโยชน์คาดว่าจะได้รับ	๔
บทที่ ๒ อริยมรรค คือ มัชฌิมาปฏิปทาของการดำเนินชีวิต	๕
ความเบื้องต้นเกี่ยวกับมัชฌิมาปฏิปทา	๕
มรรคประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ	๖
สัมมาทิฐิ	๑๐
สัมมาทิฐิ แบ่งเป็น ๒ ประเภท	๑๕
สัมมาสังกัปปะ	๑๖
สัมมาวาจา	๒๒
ลักษณะของสัมมาวาจา	๒๔
วจีทุจริต ๔	๒๕
สัมมากัมมันตะ	๓๐
สัมมาอาชีวะ	๓๒

อาชีพที่เป็นมิจลาอาชีพะ	๓๔
สัมมาวายามะ	๓๘
ปธาน ๔	๔๐
สัมมาสติ	๔๓
สติปัญญา ๔	๔๔
สัมมาสมาธิ	๕๐
คุณของสมาธิ	๕๓
ย่ออริยมรรค ๘ ลงในไตรสิกขา	๕๕

บทที่ ๓ ผลการศึกษาอริยมรรค ในวิถีทางการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนา	๕๘
องค์ประกอบที่ ๑ สัมมาทิฏฐิ	๕๘
องค์ประกอบที่ ๒ สัมมาสังกัปปะ	๖๐
องค์ประกอบที่ ๓ - ๔ - ๕ สัมมาวาจา, สัมมากัมมันตตะ, สัมมาอาชีพะ	๖๐
องค์ประกอบที่ ๖ สัมมาวายามะ	๖๑
องค์ประกอบที่ ๗ สัมมาสติ	๖๒
องค์ประกอบที่ ๘ สัมมาสมาธิ	๖๒
เอกภาพของมรรค ๘	๖๓
บุญ หรือ ความดีที่สำเร็จด้วยการให้ทาน	๖๕
ประเภทของทาน	๖๖
การให้ทานตามหลักพระพุทธศาสนา	๖๗
อานิสงส์การให้ทาน	๖๘
ศีลมัย บุญสำเร็จด้วยการรักษาศีล	๖๙
การจัดระดับของศีล	๗๐
ประเภทของศีล	๗๑
การรักษาศีล	๗๑
ศีลพื้นฐาน องค์ประกอบของศีล ๕ องค์ประกอบ ปาณาติบาต	๗๒
จุดประสงค์ของการบัญญัติศีลข้อปาณาติบาต	๗๔
โทษของปาณาติบาต	๗๔

คีลข้อ ๒ อทินนาทาน องค์ประกอบอทินนาทาน	๗๓
จุดประสงค์ของการบัญญัติคีลข้ออทินนาทาน	๗๗
คีลข้อที่ ๓ กามสุมิจณาจาร	๗๘
จุดประสงค์ของการบัญญัติคีลข้อ ๓	๗๘
โทษของกามสุมิจณาจาร องค์ประกอบ กามสุมิจณาจาร	๗๙
คีลข้อที่ ๔ มุสาวาท	๘๐
จุดประสงค์การบัญญัติคีลข้อ มุสาวาท	๘๑
โทษมุสาวาท องค์ประกอบของมุสาวาท	๘๑
คีลข้อที่ ๕ สุราเมรยมัชฌมปาหัญจานา	๘๓
โทษของคีลข้อ ๕ องค์ประกอบของคีลข้อ ๕	๘๓
โทษของความเป็นผู้มีศีลวิบัติ	๘๔
อานิสงส์ของความเป็นผู้มีศีล	๘๕
ภาวนา บุญสำเร็จด้วยการ ภาวนา	๘๖

บทที่ ๔ บทสรุปผลของการวิจัย และข้อเสนอแนะ	๘๘
บทสรุป	๘๘
สรุปผลการวิจัย ลงในหลัก อริยสัจ ๔	๙๑
ข้อเสนอแนะ	๙๒
บรรณานุกรม	๙๔
ประวัติผู้วิจัย	๙๖

ขุ. ฐ.	ขุททกนิกาย	ธัมมปท	สุตตันตปิฎก
ขุ. สุ.	ขุททกนิกาย	สุตคนิบาต	สุตตันตปิฎก
ขุ. อิติ.	ขุททกนิกาย	อติวุตตก	สุตตันตปิฎก
ขุททก. อ.	ขุททกปาฐ	อัญญกถา	สุตตันตปิฎก
ขุ. อุ.	ขุททกนิกาย	อุทาน	สุตตันตปิฎก
ที. สี.	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	สุตตันตปิฎก
ที. ม.	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	สุตตันตปิฎก
ที. ปา.	ทีฆนิกาย	ปาฎีกาวรรค	สุตตันตปิฎก
ที. อ.	ทีฆนิกาย	อัญญกถา	สุตตันตปิฎก
นิส. อ.	นิทเทส	อัญญกถา	
ปญจ. อ.	ปัญจกปกรณ	อัญญกถา	
ปฎิ. ส.	ปฎิสัมภิตามรรค		
ปฎิ. ส. อ.	ปฎิสัมภิตามรรค	อัญญกถา	
ม. ม.	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปิณณาสก	สุตตันตปิฎก
ม. มุ.	มัชฌิมนิกาย	มูลปิณณาสก	สุตตันตปิฎก
ม. อุ.	มัชฌิมนิกาย	อุปรปิณณาสก	สุตตันตปิฎก
มจกต	มัจจลัตถทีปนี		
มโน. ปุ. ปฐม.	มโนรณปุรณี	ปฐมวรรค	
วินย.	วินัยปิฎก		
วินย. อ.	วินัย	อัญญกถา	
วินย. ฎีกา.	วินยญญกถา	ฎีกา	
วิ. มหาวิ.	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์	
วิ. มหา	วินัยปิฎก	มหาวรรค	
วิสุทธี.	วิสุทธีมรรค		
วิสุทธี.อ.	วิสุทธีมรรค	อัญญกถา	
วิสุทธี. ฎีกา.	วิสุทธีมรรค	มหาฎีกา	
ส. ส.	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	สุตตันตปิฎก

ลี้. ม.	สังยุตตนิกาย	มหาวรรค	สุตตันตปิฎก
ลี้. ข.	สังยุตตนิกาย	ชั้นธวารวรรค	สุตตันตปิฎก
ลี้. สพ.	สังยุตตนิกาย	สพายนวรรค	สุตตันตปิฎก
ลี้. นี.	สังยุตตนิกาย	นิทานวรรค	สุตตันตปิฎก
สงฺคณฺี. อ.	ธัมมสังคณฺี	อัญญาถา	
อภิ. วิ.	อภิธัมมปิฎก	วิภังค์	
อภิ. ย.	อภิธัมมปิฎก	ยมก	
อภิ. สํ.	อภิธัมมปิฎก	ธัมมสังคณฺี	
อภิ. ป.	อภิธัมมปิฎก	ปิฎฐาน	
อญ. ทุกฺก.	อังกุตตรนิกาย	ทุกกนินบาต	สุตตันตปิฎก
อญ. อญฺฐก.	อังกุตตรนิกาย	อัญญนินบาต	สุตตันตปิฎก
อญ. ติกฺก.	อังกุตตรนิกาย	ติกกนินบาต	สุตตันตปิฎก
อญ. ฉกฺก.	อังกุตตรนิกาย	ฉกกนินบาต	สุตตันตปิฎก
อญ. จตฺก.	อังกุตตรนิกาย	จตฺกนินบาต	สุตตันตปิฎก
อญ. ทสก.	อังกุตตรนิกาย	ทสกนินบาต	สุตตันตปิฎก
อญ. ปญฺจก.	อังกุตตรนิกาย	ปญฺจกนินบาต	สุตตันตปิฎก
อญ. สตฺตก.	อังกุตตรนิกาย	สํตตกนินบาต	สุตตันตปิฎก
อญ. อ.	อังกุตตรนิกาย	อัญญกนินบาต	สุตตันตปิฎก
อญ. เอก.	อังกุตตรนิกาย	เอกนินบาต	สุตตันตปิฎก
อญ. เอกาทส	อังกุตตรนิกาย	เอกาทสกนินบาต	สุตตันตปิฎก
อิติ. อ.	อิติวุตตก	อัญญาถา	

บทที่ ๑

บทนำ

๑. ความนำ

การดำรงชีวิตอยู่ในโลกของมวลมนุษย์ เต็มไปด้วยปัญหาต่าง ๆ ปัญหาเหล่านั้น เป็นปัญหาใหญ่บ้าง ปัญหาเล็กน้อยบ้าง เป็นปัญหาการครองชีพบ้าง ปัญหาทางสังคม บ้าง ปัญหาทางการเมืองบ้าง แต่บุคคลแต่ละคนก็ประสบปัญหาไม่เหมือนกัน เช่น บางคนประสบปัญหาทางเศรษฐกิจ บางคนก็ประสบปัญหาทางการเมือง นอกจากปัญหาที่กล่าวข้างต้นนั้นแล้ว มนุษย์ยังต้องประสบปัญหาที่เกิดจากภัยธรรมชาติต่าง ๆ เช่น อุทกภัย ภัยแล้ง อัคคีภัย เป็นต้น ปัญหาเหล่านี้ ล้วนเป็นสิ่งบั่นทอนความปึกติสุขของมนุษย์ แต่มนุษย์ก็ยังไม่อาจหาวิธีการเอาชนะปัญหาอุปสรรคเหล่านั้นลงให้เด็ดขาดได้ ปัญหาอีกประการหนึ่ง ที่คอยบั่นทอนความปึกติสุขของมนุษย์ไป คือ ปัญหาที่มาจากภายในของตัวเรา อันได้แก่ ความอยากได้ ความปรารถนา ความต้องการที่ไม่มีขีดจำกัดของมนุษย์แต่ละคนเอง ปัญหาต่าง ๆ ดังที่กล่าวมาแล้ว และที่ยังไม่ได้กล่าวถึงอีกมากนั้น นอกจากจะบั่นทอนความเป็นอยู่อย่างปึกติสุขของมนุษย์แล้วยังก่อให้เกิดภาวะที่ไม่พึงปรารถนา แก่มนุษย์อีก ได้แก่ภาวะที่เรียกกันว่า การดำเนินชีวิตที่ผิดพลาด

วิทยานิพนธ์เรื่องนี้ จะได้ศึกษาวิเคราะห์ เรื่อง“ อริยมรรค : ธรรมเนียมการดำเนินชีวิต” ตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เพราะเห็นว่า คำสอนในพระพุทธศาสนานั้น ได้สอนเรื่องการดำเนินชีวิตในอริยมรรคไว้ละเอียดลึกซึ้ง อีกทั้งพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่คนไทยส่วนมากยอมรับนับถือ และเป็นศาสนาที่ดำรงมั่นคงอยู่ในประเทศไทย มาตั้งแต่สมัยสุโขทัยเป็นราชธานี จนกระทั่งถึงปัจจุบัน

๒. ความเป็นมาของปัญหา

ปัจจุบันการศึกษาพระพุทธศาสนาในประเทศไทยและในหลาย ๆ ประเทศในโลก ที่มีความเจริญก้าวหน้าทางด้านการศึกษา ได้รับความสนใจอย่างกว้างขวาง ทั้งจากวงการศาสนาเอง และวงการศึกษาทั่วไป การศึกษาก็เป็นไปในแง่ของศาสนาโดยตรง และในแง่ของปรัชญา การเผยแพร่หลักธรรม และการศึกษา การเรียนรู้หลักธรรม ได้มีการปรับปรุงขบวนการตลอดจนการจัดเนื้อหาให้ถูกต้องเหมาะสมกับวุฒิภาวะของผู้เรียน และเหมาะสมกับกาลสมัยอยู่เรื่อยมา ทั้งนี้ เพื่อให้ผู้ศึกษาในแต่ละระดับ สามารถเรียนรู้และเข้าใจได้ ทั้งสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ตามสมควร และทั้งเพื่อให้บรรลุเป้าหมายแห่งการดำเนินชีวิตอย่างดีที่สุด อย่างไรก็ตาม เมื่อมองจากสายตาและความรู้สึกของผู้ให้การศึกษา และผู้ศึกษาเองแล้ว อาจกล่าวได้ว่า การศึกษาคำสอนในพระพุทธศาสนายังมีปัญหาอยู่มาก แม้แต่ในหมู่พระภิกษุสามเณรเอง ซึ่งเป็นผู้เกี่ยวข้องใกล้ชิดโดยตรง ก็ยังมีปัญหาอยู่เช่นกัน ทั้งนี้เพราะว่าคำสอนในพระพุทธศาสนานั้นมีนัยหลายหลาก เป็นธรรมลึกซึ่งละเอียดอ่อน ทั้งเป็นเรื่องที่เป็นนามธรรม คำสอนหลายอย่างจึงยังต้องการคำอธิบายที่ชัดเจนยิ่งขึ้น หรือต้องการตีความโดยวิเคราะห์จากหลักคำสอนนั่นเองประการหนึ่ง และจากภาษาที่ใช้อธิบายคำสอนอีกประการหนึ่ง ทั้งนี้เพื่อให้ได้ซึ่งอรรถและสาระที่กระชับแจ่มแจ้ง และเป็นแนวเดียวกัน

หลักคำสอนในพระพุทธศาสนานั้นมีมาก และเกี่ยวกับทุกแง่มุมของการดำเนินชีวิต แต่ทั้งหมดนั้นสามารถสรุปลงได้เป็นสองประเด็นหลัก คือ ธรรมอันเป็นคำสอนที่แสดงถึงความเป็นจริงแห่งมวลรวมของสิ่งทั้งหลาย อันได้แก่ คำสอนที่เป็นสมมติสัจจะ กับอีกส่วนหนึ่งซึ่งเป็นหลักคำสอนแสดงถึงข้อควรประพฤติปฏิบัติทั้งปวง ได้แก่ ส่วนที่เป็น จริยธรรม ซึ่งเป็นได้ทั้งสมมติสัจจะ และปรมาตตสัจจะ หลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนา ที่แสดงในอริยมรรคของการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานของความเป็นจริงที่มนุษย์ทุกคนต้องการได้สัมผัสแน่นอนประการหนึ่ง และแสดงเรื่องอริยมรรค : ๘ ประการในการดำเนินชีวิต อันเป็นไปตามสภาวะของมันเองประการหนึ่ง คำสอนเรื่อง

อริยมรรค : กรณีการดำเนินชีวิตนี้จึงมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับมนุษย์โดยตรง มนุษย์จะหลีกเลี่ยงจากการดำเนินชีวิตไปไม่ได้เลย

คำสอนเรื่องการดำเนินชีวิตที่มีความสัมพันธ์กับมนุษย์โดยตรง ยังโยงเข้าไปสู่หลักแห่งจริยศาสตร์ แต่พุทธศาสนาได้สอนเรื่องการดำเนินชีวิตของมนุษย์ไว้อย่างสมบูรณ์ในอริยมรรค ส่วนคำสอนเรื่องการดำเนินชีวิตอันเป็นไปตามสภาวะ แสดงไว้ทั้งในแง่ศาสนาและปรัชญา อย่างไรก็ตามเรื่องอริยมรรค: กรณีการดำเนินชีวิตทั้งสองประเด็นนี้ พระพุทธเจ้าเอง ไม่ได้มุ่งสอนไปในทางปรัชญา หากแต่ทรงสอนเพื่อการปฏิบัติตามจริง เพื่อการดำเนินชีวิตที่ถูกค้องได้จริง

๓. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑) เพื่อศึกษาวิเคราะห์เรื่องอริยมรรค : กรณีการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนา ฝ่ายเถรวาท ที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่น ๆ
- ๒) เพื่อแสดงให้เห็นถึงความจริงในการดำเนินชีวิต ซึ่งเป็นปัญหาของมนุษย์ทั้งมวลในโลก
- ๓) เพื่อจะได้ทราบลักษณะของแนวทางดำเนินชีวิต และปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักคำสอนเรื่องอริยมรรค

๔. ขอบเขตของการวิจัย

เนื่องจากคำสอนเรื่องอริยมรรค : กรณีการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนา เป็นหลักที่มีขอบเขตกว้างขวาง เป็นคำสอนที่ปรากฏเป็นความจริงที่กายและใจ พุทธศาสนิกชนส่วนมากจึงยังไม่เข้าใจความจริงในเรื่องการดำเนินชีวิตนี้เท่าที่ควร หรือเข้าใจคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริงออกไป ดังนั้น ผู้วิจัยเลือกกำหนดความหมาย อธิบายความแตกต่าง และขบวนการทั้งสองประเด็นนี้เป็นหลัก โดยวิเคราะห์จากคัมภีร์ต่าง ๆ ตลอดจน

หนังสือและเอกสารที่ท่านผู้รู้ได้แสดงทรรศนะไว้แล้ว ทั้งนี้โดยยึดหลักคัมภีร์พระไตรปิฎกเป็นสำคัญ

อนึ่ง การทำวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ มุ่งศึกษาวิเคราะห์คำสอนเรื่องอริยมรรคเฉพาะกรณีการดำเนินชีวิตที่ปรากฏตามหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาทเท่านั้น และการศึกษาวิเคราะห์ตั้งอยู่บนพื้นฐานแห่งสมมติฐานที่บทวิจัยนี้ได้กำหนดไว้แล้วเป็นสำคัญ

๕. วิธีดำเนินการวิจัย

๕.๑ รวบรวมข้อมูลจากหลักฐานคำสอนดั้งเดิม คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา และฎีกา

๕.๒ รวบรวมข้อมูลจากหนังสือและเอกสารอื่น ๆ อันเป็นผลงานการค้นคว้าของท่านผู้รู้ทางพระพุทธศาสนา อันเป็นที่ยอมรับกันในวงการนักวิชาการและบุคคลทั่วไป

๕.๓ ศึกษาข้อมูลจากแหล่งทั้งสองนั้น นำมาวิเคราะห์และสรุปข้อมูลทั้งหมดที่ได้จากการศึกษาค้นคว้า ประกอบกันกับทรรศนะของผู้วิจัย

๕.๔ สอบถามความเห็น จากท่านผู้รู้ที่มีความเชี่ยวชาญ ในหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา

๖. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๖.๑ ทำให้เข้าใจเรื่องอริยมรรค: กรณีการดำเนินชีวิตตามแนวความคิด และคำสอนในพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาทได้ถูกต้อง

๖.๒ ทำให้เข้าใจแนวทางปฏิบัติ ตามแนวคำสอนในพระพุทธศาสนาได้ถูกต้อง

๖.๓ การวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่สนใจศึกษาค้นคว้าต่อไป

บทที่ ๒

อริยมรรค คือ มัชฌิมาปฏิปทาของการดำเนินชีวิต

ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับมัชฌิมาปฏิปทา

มัชฌิมาปฏิปทา หรืออริยสัจข้อสุดท้าย คือ มรรค เป็นประมวลหลักความประพฤติปฏิบัติ หรือระบบจริยธรรมทั้งหมดในพระพุทธศาสนา เป็นคำสอนภาคปฏิบัติที่จะช่วยให้การดำเนินสู่จุดหมายตามแนวทางของกระบวนการที่รู้เข้าใจแล้วนั้น เป็นผลสำเร็จขึ้นมาในชีวิตจริง หรือเป็นวิธีการใช้ กฎเกณฑ์แห่งกระบวนการของธรรมชาติให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิตจนถึงที่สุดของ มรรคในมัชฌิมาปฏิปทา

พุทธพจน์จากปฐมเทศนาหรือธัมมจักกัปปวัตตนสูตร แสดงความหมาย เนื้อหา และจุดหมายของมัชฌิมาปฏิปทาไว้โดยสรุปครบทั้งหมด ดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย ที่สุดสองอย่างนี้ บรรพชิตไม่พึงเสพ กล่าวคือ การหมกมุ่นด้วยกามสุขในกามทั้งหลายอันเป็นการชั้นต่ำ ชั้นตลาค ของปुरुชน มิใช่ อริยะ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ อย่างหนึ่ง และการประกอบความลำบากเดือดร้อนแก่ตน อันเป็นทุกข์ ไม่เป็นอริยะ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ อย่างหนึ่ง”

“ตถาคตได้ตรัสรู้แล้ว ซึ่งทางสายกลางที่ไม่ข้องแวะที่ สุดสองอย่างนั้น อันเป็นทางที่สร้างจักขุ (การเห็น) สร้างญาณ (การรู้) เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน” “ก็ทางสายกลางนั้น.....เป็นไฉน? ทางนั้น คือมรรคาอันเป็นอริยะ มีองค์ประกอบ 8 ประการ ได้แก่

สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ
 สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ”^๑

ที่ควรสังเกตคือ ความเป็นทางสายกลาง นั้น เป็นเพราะไม่เข้าไปข้องแวะที่สุดสองอย่าง (แต่ไม่ใช่อยู่กลางระหว่างที่สุดทั้งสอง) คือ

๑. กามสุขัลลิกานุโยค การหมกมุ่นอยู่ด้วยกามสุข

๒. อัตตกิลมณานุโยค การประกอบความลำบากเดือดร้อนแก่ตนเอง

โดยเหตุที่ทางสายกลางเป็นทางที่มีจุดหมายแน่ชัด หรือความเป็นทางสายกลางขึ้นอยู่กับความมีเป้าหมายที่แน่ชัด ผู้ปฏิบัติจึงต้องรู้จุดหมายจึงจะเดินทางได้ คือเมื่อจะเดินทางก็ต้องรู้ว่าตนจะไปไหนด้วยเหตุนี้ ทางสายกลางจึงเป็นทางแห่งปัญญา และจึงเริ่มต้นด้วยสัมมาทิฐิ คือเริ่มต้นด้วยความเข้าใจปัญหาของคนและรู้จุดหมายที่จะเดินทางไป

โดยนัยนี้ทางสายกลางจึงเป็นทางแห่งความรู้และความมีเหตุผลเป็นทางแห่งการรู้เข้าใจ ยอมรับและกล้าเผชิญหน้ากับความจริง เมื่อมนุษย์มีความรู้ความเข้าใจและกล้าเผชิญหน้ากับความจริง ของโลกและชีวิตแล้ว มนุษย์จึงจะสามารถจัดการกับชีวิตด้วยมือของตนเอง หรือสามารถดำเนินชีวิตให้ถูกต้องจึงามกันได้เอง โดยไม่ต้องหวังพึ่งอำนาจศักดิ์สิทธิ์ฤทธานุภาพลบล้างกาลจากภายนอก และเมื่อมนุษย์มีความมั่นใจด้วยอาศัยปัญญาเช่นนี้แล้ว มนุษย์ก็จะไม่ต้องไปหมกมุ่นวุ่นวายอยู่กับสิ่งที่หวังกังวลว่า จะมีอยู่นอกเหนือวิสัยของมนุษย์ ทำที่แห่งความมั่นใจเช่นนี้แหละคือลักษณะอย่างหนึ่งของความเป็นทางสายกลาง ผู้เดินทางสายกลาง เมื่อเข้าใจปัญหาและกำหนดรู้แนวแห่งจุดหมายแล้วก็จะมีความรู้ความเข้าใจตามมาอีกด้วยว่า ทางสายกลางสู่จุดหมายนั้น คือทางดำเนินชีวิตที่ไม่ตีราคาคุณค่าตัวค่าถึงกับยอมสยบจมลงในกระแสโลก ปลดปล่อยชีวิตให้เป็นที่แห่งอามิสที่เป็นเหยื่อล่อของโลก เป็นอยู่ด้วยความหวังที่จะได้เสพรสอร่อยของโลก ถ้ายึดถือ โดยยอมให้สุขทุกข์ ความดีงาม และคุณค่าแห่งชีวิตของตนขึ้นต่อวัตถุ และความผันผวนแปรปรวนของเหตุปัจจัยต่าง ๆ ในภายนอกอย่างสิ้นเชิง ไม่ให้ชีวิตมีอิสระ

^๑ วินย. ๔ ๑๓ / ๑๘, ส.ม. ๑๙ / ๑๖๖๔ / ๕๒๘.

ภาพ เป็นตัวของตัวเองมีคุณค่าในตัวของมันเองโดยไม่ต้องขึ้นต่อโลกร่ำ ไปเสียบ้างเลย ทางดำเนินชีวิตที่เป็นสายกลางนั้น นอกจากไม่เอียงสุดทางวัตถุ จนเป็นทาสของวัตถุ หรือขึ้นต่อวัตถุสิ้นเชิงแล้ว ก็ไม่เอียงสุดทางจิตด้วย คือมิได้เห็นว่าคุณสิ่งทุกอย่างขึ้นต่อการบำเพ็ญเพียรและผลสำเร็จทางจิตฝ่ายเดียวจนปล่อยปละละเลยไม่เอาใจใส่สภาพทางวัตถุและร่างกาย กลายเป็นการประกอบความลำบากเดือดร้อนแก่ตนเอง

ดังนั้น ทางดำเนินชีวิตนี้มีลักษณะไม่เบียดเบียนทั้งตนเองและผู้อื่นเป็นไปด้วยการรู้เข้าใจสภาพที่เป็นอยู่ตามที่เป็นจริง ทั้งทางวัตถุและทางจิตใจ แล้วปฏิบัติด้วยความรู้เท่าทันพอสมควรปัจจัยและสอดคล้อง พอเหมาะพอดี ที่จะให้ได้ผลตามจุดหมายของการดำเนินชีวิต

มรรคมีองค์ ๘ คือทางให้บรรลุถึงความดับทุกข์ หรือที่เรียกกันทั่วไปว่า มรรค ถ้าปราศจากมรรคเสียแล้ว ความดับทุกข์ก็มีขึ้นไม่ได้ มรรคจึงเป็นเหตุแห่งนิโรธ ทำนองเดียวกัน สมุทัย เป็นเหตุแห่งทุกข์ มรรคกับสมุทัยจึงเป็นคู่ปรับของกันและกัน เหมือนโรค กับยาป้องกัน มรรคเพิ่มขึ้นมากเท่าไร สมุทัยก็ลดลงมากเท่านั้น เมื่อมรรครวมตัวกันขึ้นถึงความเจริญสูงสุด สมุทัยก็ดับไปโดยสิ้นเชิง

มรรคประกอบด้วยองค์ ๘ มีดังนี้

- | | |
|------------------|---|
| ๑. สัมมาทิฐิ | ปัญญาอันเห็นชอบ คือเห็นอริยสัจ ๔. |
| ๒. สัมมาสังกัปปะ | ความคำริชอบ คือคำริออกจากกาม ๑ คำริในอันไม่พยายาบท ๑. คำริในอันไม่เบียดเบียน ๑. |
| ๓. สัมมาวาจา | เจรจาชอบ คือเว้นจากวจีทุจริต ๔. |
| ๔. สัมมากัมมันตะ | ทำกรงานชอบ คือเว้นจากการทุจริต ๓. |
| ๕. สัมมาอาชีวะ | เลี้ยงชีวิตชอบ คือเว้นจากเลี้ยงชีวิตโดยทางที่ผิด |
| ๖. สัมมาวายามะ | เพียรชอบ คือเพียรในที่ ๔ สถานที่เรียกว่าปธาน ๔. |
| ๗. สัมมาสติ | ระลึกชอบ คือระลึกในสติปัฏฐานทั้ง ๔. |
| ๘. สัมมาสมาธิ | ตั้งใจไว้ชอบ คือเจริญฌานทั้ง ๔. |

ในองค์มรรคทั้ง ๘ นั้น เห็นชอบ ดำริชอบ สงเคราะห์เข้าในปัญญาศึกษา วาจาชอบ การงานชอบ เลี้ยงชีพชอบ สงเคราะห์เข้าใน สีสติศึกษา เพียรชอบ ระลึกชอบ ตั้งใจชอบ สงเคราะห์เข้าในจิตตศึกษา

มรรค แปลว่า ทาง, หมายถึงทางปฏิบัติ หรือทางดำเนินชีวิต มรรค ๘ นี้ มีชื่อต่าง ๆ อีกหลายอย่างที่ควรทราบไว้ พร้อมทั้งเหตุผลที่ว่า เหตุใดจึงเรียกชื่ออย่างนั้น ก็เพราะเพื่อสะดวกในการศึกษาต่อไปข้างหน้า ชื่อที่ควรสนใจไว้ มีดังนี้

“ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา” แปลว่า ปฏิปทาอันยังผู้ปฏิบัติให้ถึงซึ่งความพ้นทุกข์ หมายความว่า เป็นทางสายเดียวที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุถึงนิพพาน หรือถึงนิโรธอันเป็นความดับทุกข์อย่างสนิท พระพุทธเจ้าทรงบรรลุถึงนิพพานก็ด้วยทางสายนี้ พระอรหันต์ทั้งหลายก็ปฏิบัติตามทางสายนี้จึงบรรลุนิพพาน

“มัชฌิมา ปฏิปทา” แปลว่า ทางสายกลาง หมายความว่า ทางปฏิบัติของบรรดาเจ้าลัทธิอื่น ๆ เมื่อว่าโดยย่อแล้วมีอยู่ ๒ แบบ คือ แบบกามสุขัลลิกานุโยค (การประกอบตนให้มัวเมาอยู่ในกาม) กับแบบอัสคติกิลมัตถานุโยค (การทรมานตนให้ได้รับความลำบากเกินไป) พวกแรกหย่อนยานเกินไป พวกหลังตั้งเกินไป ส่วนมรรค ๘ นี้ เป็นข้อปฏิบัติพอเหมาะ ไม่ตั้งเกินไป ไม่หย่อนเกินไป จึงเรียกว่า ทางสายกลาง

“อัฐสังกิมรรค” แปลว่า มรรคมืองค์ ๘ หมายความว่า เป็นข้อปฏิบัติครบกัน ๘ ข้อ

“อริยมรรค” แปลว่า ทางอันประเสริฐ ทางของพระอริยะ ทางสู่ความเป็นอริยชน คือข้อปฏิบัติทั้ง ๘ นี้ ผู้ใดปฏิบัติได้อย่างสมบูรณ์ จิตใจผู้นั้นก็จะหมดกิเลสเครื่องเศร้าหมอง เปลี่ยนสภาพปุถุชน (คนกิเลสหนา) เป็นอริยชน (คนประเสริฐ) เช่นคั่งพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลาย

พ.อ. ปิ่น มุกกันต์ ได้ให้ความหมาย องค์แห่งมรรค และความหมายของมรรคไว้ในหนังสือ แนวสอนธรรมะ ว่า

องค์แห่งมรรค เราจะได้พบสำนวนเทศนาใช้คำว่า มรรคมืองค์แปดบ้าง ซึ่ง เป็นคำแปลออกจากพระบาลีว่า อัญฐังกิกมรรค ข้อนี้หมายความว่า มรรค เป็นทางเอกมีสายเดียวเท่านั้น แต่ที่ท่านว่ามืองค์แปดนั้น หมายถึงว่ามีเงื่อนไขในทางปฏิบัติ ๘ ข้อ ต้องปฏิบัติควบกันให้สมบูรณ์ทั้งแปดข้อ จึงจะได้ผลเต็มที่ คล้ายกับถนนสายหนึ่ง มีส่วนประกอบแปดอย่าง เช่น พื้นถนน ผิวถนน ขอบถนน ไหล่ถนน ทางเท้า คูระบายน้ำ ฯลฯ แต่ความจริงสิ่งเหล่านี้ รวมกันแล้วก็เป็นถนนสายเดียวนั่นเอง

นอกจากนี้ขอให้ทราบด้วยว่า มรรคทั้งแปดนี้ เป็นแม่บทแห่งการปฏิบัติของพุทธศาสนิกชน ทุกเพศ ทุกวัย ทุกระดับ บรรดาธรรมปฏิบัติทั้งสิ้นในพระพุทธศาสนาทุกข้อมรวมลงในมรรคแปดนี้ทั้งสิ้น ถ้าข้อใดอนุโลมลงในมรรคแปดนี้ไม่ได้ ข้อนั้นไม่ใช่คำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นเพียงกาฝากในพระพุทธศาสนา^๒

เมื่อมรรค ๘ เป็นทางสายเอกในพระพุทธศาสนา มรรค ๘ แต่ละข้อจึงมีความหมาย ทั้งเบื้องต่ำทั้งเบื้องสูง ที่ชาวพุทธทุกระดับดำเนินตามได้ พอเหมาะกับความสามารถของตน เหมือนกับรัฐบาลตัดถนนไว้สายหนึ่ง จากกรุงเทพฯ - หนองคาย ยาวหลายร้อยกิโลเมตร แต่ราษฎรคนใดจะเดินไปตามถนนนั้น สั้นยาวแค่ไหน ก็แล้วแต่ความประสงค์และความสามารถของผู้นั้น การดำเนินตามมรรค ๘ นี้ก็เหมือนกัน ผู้ปฏิบัติตามได้น้อยก็ได้ผล คือเป็นคนดีชั้นสามัญที่เรียกว่า กัลยาณบุรุษ เป็นคนดีที่โลกสรรเสริญ มีความทุกข์เดือดร้อนเบาบาง ผู้ปฏิบัติตามได้มากก็เป็นคนดีชั้น

^๒ พ.อ. ปิ่น มุกกันต์, หนังสือ แนวสอนธรรมะ, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ คลังวิทยา ๒๕๑๔.) หน้า ๑๒๗.

ประเสริฐ ที่เรียกว่า อริยชน เป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี จนถึง พระอรหันต์ พันทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง

๑. สัมมาทิฏฐิ

สัมมาทิฏฐิ เป็นองค์ประกอบสำคัญของมรรค ในฐานะที่เป็นจุดเริ่มต้นของการ ปฏิบัติธรรม หรือเป็นขั้นเริ่มแรกในระบบการศึกษาตามหลักการของพระพุทธศาสนา และเป็นธรรมที่ต้องพัฒนาให้บริสุทธิ์ชัดเจน เป็นอิสระมากขึ้นตามลำดับ จนกลายเป็น การตรัสรู้ในที่สุด ดังนั้นการสร้างเสริมสัมมาทิฏฐิจึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง

ดังพุทธพจน์ที่ได้กล่าวแสดงเกี่ยวกับสัมมาทิฏฐิไว้อยู่หลายประการ ดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์อุทัยอยู่ ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อน เป็น บุญนิมิตฉันใด สัมมาทิฏฐิก็เป็นตัวนำ เป็นบุญนิมิตเพื่อการตรัสรู้ตามเป็น จริงซึ่งอริยสัจ ๔ ประการ ฉะนั้น ภิกษุผู้มีสัมมาทิฏฐิ ย่อมเป็นอันหวังสิ่ง นี้ได้ คือจักรู้ชัดตามเป็นจริงว่า ทุกข์คือดังนี้...ความดับทุกข์คือดังนี้... ปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์คือดังนี้”

“ภิกษุทั้งหลาย บรรดาองค์มรรคเหล่านั้น สัมมาทิฏฐิเป็นตัวนำ สัมมาทิฏฐิเป็นตัวนำอย่างไร ? (ด้วยสัมมาทิฏฐิ) จึงรู้จักมิจฉาทิฏฐิ ว่าเป็นมิจฉาทิฏฐิ รู้จักสัมมาทิฏฐิ ว่าเป็นสัมมาทิฏฐิ รู้จักมิจฉาสังกัปปะ ว่าเป็นมิจฉาสังกัปปะ รู้จักสัมมาสังกัปปะ ว่าเป็นสัมมาสังกัปปะ รู้จักมิจฉาวาจา... สัมมาวาจา...มิจฉากัมมันตะ...สัมมากัมมันตะ” ฯลฯ^๑

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมาทิฏฐิเป็นหัวหน้าอย่างไร ? เมื่อเป็นสัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะจึงพอเหมาะได้, เมื่อมีสัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจาจึงพอเหมาะได้, เมื่อมีสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะจึงพอเหมาะได้, เมื่อมี

^๑ ส.ม.๑๙ / ๑๗๒๐ / ๕๕๒.

^๒ ม.อ.๑๔ / ๒๕๔ - ๒๘๐ / ๑๘๐ - ๑๘๗.

สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะจึงพอเหมาะได้, เมื่อมีสัมมาอาชีวะ
 สัมมาวาชามะจึงพอเหมาะได้, เมื่อมีสัมมาวาชามะ สัมมาสติจึงพอเหมาะ
 ได้, เมื่อมีสัมมาสติ สัมมาสมาธิจึงพอเหมาะได้, เมื่อมีสัมมาสมาธิ สัมมา
 ญาณจึงพอเหมาะได้, เมื่อมีสัมมาญาณะ สัมมาวิมุตติจึงพอเหมาะได้, โดย
 นัยดังนี้แล พระเสขะผู้ประกอบด้วยองค์ ๘ จึงกลายเป็นพระอรหันต์ผู้
 ประกอบด้วยองค์ ๑๐”^๕

“ข้อที่ภิกษุทำลายอวิชชา ยังวิขาให้เกิด ทำให้แจ้งซึ่งนิพพานได้ ด้วยทิว
 ที่ตั้งไว้ชอบ ด้วยมรรค ภาวนาที่ตั้งไว้ชอบ นี่เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ นั่นเป็น
 เพราะเหตุใด? ก็เพราะตั้งทิวไว้ชอบแล้ว”^๖

“เราไม่เห็นธรรมอื่นแม้สักอย่าง ซึ่งจะเป็เหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดได้
 เกิดขึ้น หรือกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เป็นไปเพื่อความเพิ่มพูนไพบูรณ์
 เหมือนอย่างสัมมาทิฏฐินี้เลย”^๗

มีข้อความในพระไตรปิฎก แสดงหลักการสร้างเสริมสัมมาทิฏฐิไว้ดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย ปังจัยเพื่อความเกิดขึ้นแห่งสัมมาทิฏฐิ มี ๒ ประการดังนี้
 คือ ปรโตโฆสะ และโยนิโสมนสิการ”^๘

๑. ปรโตโฆสะ เสียงจากผู้อื่น การกระตุ้นหรือชักจูงจากภายนอก เช่น การสั่ง
 สอนแนะนำ การถ่ายทอด การโฆษณา คำบอกเล่า ข่าวสาร ข้อเขียน การชี้แจง
 อธิบาย การเรียนรู้จากผู้อื่น ในที่นี้หมายเอาเฉพาะส่วนที่ติงาม เฉพาะอย่างยิ่งการรับฟัง
 ธรรม ความรู้ คำแนะนำจากบุคคลอื่น เป็นกัลยาณมิตร

^๕ ม.จ.๑๔/๒๗๙/๑๘๗.

^๖ ส.ม.๑๙/๔๓/๑๓, ๒๘๑/๔๐.

^๗ อ.จ.ติ.๒๐/๑๘๒/๔๐.

^๘ อ.จ.ท.๒๐/๓๗๑/๑๑๐.

ข้อแรกนี้ เป็นองค์ประกอบฝ่ายภายนอก ได้แก่ปัจจัยทางสังคม เรียกว่า ง่าย ๆ ว่า วิธีการแห่งศรัทธา

๒. โยนิโสมนสิการ การใช้ความคิดถูกวิธี ความรู้จักคิด คิดเป็น หรือคิดอย่างมีระบบ หมายถึง การรู้จักมอง รู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลาย และโดยวิธีคิดหาเหตุผล สืบค้นถึงต้นเค้า สืบให้ตลอดสาย แยกแยะสิ่งนั้น ๆ ออก ให้เป็นคามสภาวะ และตามความสัมพันธ์สืบทอดแห่งเหตุปัจจัย โดยไม่เอาความรู้สึกด้วยตัณหาอุปาทานของคนเข้ามาจับ

ข้อสองนี้ เป็นองค์ประกอบฝ่ายภายใน ได้แก่ปัจจัยภายในตัวบุคคล อาจเรียกว่า ง่าย ๆ ว่า วิธีการแห่งปัญญา

สัมมาทิฐิ ปัญญาอันเห็นชอบ คือ เห็นอริยสัจ ๔ นั้น หมายความว่า ปัญญาที่รู้เห็นถูกต้องซึ่งความจริงที่เที่ยงแท้ ไม่แปรผัน ๔ อย่าง คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค สัมมาทิฐิในองค์มรรค เป็นดวงตา คือเครื่องเห็น สัมมาทิฐิ เห็นสัมมาทิฐิ คือ ดวงตาเห็นธรรม หมายความว่า ปัญญาอันเห็นชอบในองค์มรรคนี้ รู้เห็นซึ่งสัมมาทิฐิ อันเป็นตัวมรรคสัจ ในอริยสัจ ๔ ที่ควรรู้ควรเห็น

คำว่า ทิฐิ เป็นคำกลาง ๆ อาจหมายถึงทิฐิที่ดีก็ได้ หมายถึงทิฐิที่ไม่ดีก็ได้ ถ้าเป็นความเห็นที่ดี คือความเห็นที่ถูกต้อง เรียกว่า สัมมาทิฐิ ถ้าเป็นความเห็นที่ไม่ดี คือ เห็นผิด เรียกว่า มิจฉาทิฐิ

ทิฐิ คือ ความเห็นของแต่ละคนนี่เอง จุดเริ่มต้นแห่งความประพฤติของคน ใครมีมิจฉาทิฐิคือเห็นผิดเป็นชอบ เขาก็จะเดินไปในทางผิด กลายเป็นคนชั่ว อันธพาล เป็นโจร ถึงความวิบัติย่อยยับในที่สุด ใครมีสัมมาทิฐิ คือความเห็นถูกต้อง อะไรผิดก็เห็นว่าผิด อะไรถูกก็เห็นว่าถูก เขาก็จะเดินไปในทางที่ถูกต้อง มีความสุขความเจริญยิ่งขึ้น

เพราะฉะนั้น ในการดำเนินตามมรรคข้อต้น อันเป็นก้าวแรก พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ปรับปรุงความคิดเห็นให้ถูกต้องก่อน คือเป็นคนมีสัมมาทิฐิ อย่าเป็นคนมิจฉาทิฐิ ความเห็นชอบ คือความเห็นที่ถูกต้อง ความเข้าใจถูกต้อง เช่น เห็นและเชื่อ

ว่า บุคคลทำดีย่อมได้รับผลดี ทำชั่วย่อมได้รับผลชั่ว บาปบุญมีจริง นรกสวรรค์ในโลกอื่นมีจริง มารดาบิดา ครู อาจารย์ เป็นผู้มีพระคุณจริง เป็นต้น

ความเห็นถูกต้องตามคลองธรรมเช่นนี้ เป็นสัมมาทิฐิเบื้องต้น ถ้าบุคคลที่เห็นไม่ตรงแม้ในเรื่องเบื้องต้นเช่นนี้แล้ว ก็เป็นการยากที่จะก้าวหน้าในคุณธรรมอันสูงขึ้นไป คนที่ไม่เชื่อเรื่องทำดีได้รับผลดี ทำชั่วได้รับผลชั่วนั้น ใจยอมไม่มั่นในการทำความดี ละเว้นความชั่ว ทำตนให้ตกเป็นเหยื่อของการล้งเลอยู่ตลอดเวลา อาจทำชั่วได้เต็มที่เมื่อมีโอกาส แต่ถึงคราวจะทำดีก็ทำหยาบ ๆ ทำอย่างล้งเลว่า สิ่งนี้จะได้ผลดีจริงหรือไม่ เพราะตนไม่เชื่อเป็นทุนอยู่แล้ว

การทำชั่วบ่อย ๆ โดยไม่กลัวเกรงต่อผลชั่วเพราะไม่เชื่อนั้น เป็นการเบียดเบียนตนเอง ที่ว่าเบียดเบียนตน เพราะทำให้กระแสดិតของตนตกลงต่ำทุกที ๆ ที่ทำชั่ว มีความหม่นหมอง ความเคียดแค้นใจเป็นมิตรเป็นสหาย ไม่มีความโปร่งใจ เพราะตนของคนย่อมรู้คืออยู่ว่า นั่นคือกรรมชั่ว แต่ฝืนทำเพราะต้านทานกระแสกิเลสที่ไหลท่วมทับจิตไม่ได้ กรรมชั่วที่ตนทำนั้นย่อมกลับมาให้โทษแก่ตน เหมือนคนปลุกพืชชนิดใด ย่อมได้ผลแห่งพืชชนิดนั้น เมื่อถึงคราวกรรมชั่วให้ผลย่อมตกต่ำเคียดแค้น ไม่มีใครช่วยได้ อย่างนี้เรียกว่าเบียดเบียนตนเอง ส่วนเบียดเบียนผู้อื่นนั้น เพราะก่อสิ่งอันไม่ปรารถนาให้แก่ผู้อื่น ทำลายผลประโยชน์ของผู้อื่น ทางร่างกายบ้าง ทางทรัพย์สินบ้าง เช่นการฆ่า การลักขโมย เป็นต้น สังคมย่อมเคียดแค้นวุ่นวายเพราะการกระทำของบุคคลผู้ทำชั่วนั้น ความเบียดเบียนเป็นอธรรม

ส่วนบุคคลผู้เชื่อเรื่องทำดี ย่อมได้รับผลดี ทำชั่วได้รับผลชั่ว ย่อมเกลงกลัวต่อผลชั่ว และมั่นในการทำดี แม้ขณะทำดีจะมีอุปสรรค เช่น ถูกใส่ร้ายได้รับความลำบากเพียงใดเพราะความริษยาของผู้อื่น หรือเพราะนายผู้มีใจยุติธรรม อุคมด้วยอคติ หรือต้องประสบอุปสรรคอื่น ๆ เช่นความจน ความเจ็บเป็นอาทิกี่ไม่ทอดย หนักนั้นทำความดีต่อไปอย่างไม่หยุดยั้ง เพราะเชื่อมั่นว่าแม้ความดีจะยังให้ผลไม่ได้ในชาตินี้ แต่กรรมดีที่ตนทำลงไปแล้วย่อมจะต้องให้ผลแก่ตนอย่างแน่นอนในภายหน้า ความเชื่อมั่นอย่างนี้เป็นขุมกำลังใจอันมหิมาให้ก้าวหน้าในความดี คนอย่างนี้เป็นประโยชน์มากทั้งแก่ตน ครอบครัว ญาติ พี่น้อง และสังคม ประเทศชาติ ประเทศชาติต้องการคนที่มั่นในในความดี แต่คนที่จะเป็นอย่างนั้นได้ ต้องมีความเห็นชอบเสียก่อน คือเห็นว่า ทำดี

ต้องได้ดี ทำชั่วต้องได้ชั่ว และใจกว้างพอที่จะสละผลแห่งความดีให้แก่ผู้อื่นบ้าง เช่น การทำความดีของเรา ย่อมมีผลเป็นความสุขแก่ผู้อื่นด้วย คนที่ทำความดีได้ยั่งยืนมั่นคง ไม่กลับกลอกก็เพราะมี สัมมาทิฐิ ความเห็นถูกเห็นตรงเป็นเครื่องหนุน คนที่จะประกอบกิจการงานให้ดีก็ต้องมีสัมมาทิฐิเป็นเครื่องนำ คือ พิจารณาให้เห็นว่า งานอย่างใดควรทำ อย่างใดไม่ควรทำ แม้งานที่ควรก็ต้องตรงให้ลึกซึ่งลงไปอีกว่า งานอย่างไหนควรทำก่อน อย่างไหนควรทำทีหลัง ควรทำด้วยอุบายอย่างไรจึงจะให้ผลสำเร็จสมประสงค์ในเวลาอันเหมาะสม ไม่ทำอะไรซ้ำเกินไปจนล่วงกาล เป็นต้น

คนที่มีความเห็นว่า มารดาบิดาไม่มีคุณอะไรแก่ตน ตนเกิดมาโดยกระบวนการธรรมชาตินั้น เป็นความเห็นผิดอย่างยิ่ง ส่วนมากคนที่มีความเห็นอย่างนั้นก็คือผู้ที่ยังไม่มีลูก ยังไม่เคยได้เป็นมารดาบิดาของใคร ถ้าเขาเคยเป็นบิดามารดาของลูก ถ้าเขาเคยเป็นมารดาบิดาของลูกแม้สักคนเดียว เขาก็จะเปลี่ยนความคิดเห็นเช่นนั้นทันที เพราะเขาจะารู้ชัดด้วยตนเองว่า มารดาบิดาต้องลำบากเพียงไรในการมีลูกหนึ่งคน ต้องมีคุณธรรมมากมายหลายประการในการเลี้ยงดูลูกให้เจริญเติบโตขึ้นมาได้ คนที่มีความเห็นผิดคิดว่า มารดาบิดาไม่มีบุญคุณ ย่อมปฏิบัติตนไปในทางเนรคุณต่อท่าน ไม่ยอมทำสิ่งที่ควรทำแก่ท่าน คนอย่างนั้นย่อมเสื่อมจากคุณความดีต่าง ๆ ไม่มีใครอยากคบหาสมาคมด้วย ตนเองก็ไม่มีคุณธรรมอะไรเป็นเครื่องจรรโลงใจ ในที่สุดก็ตกนรกทั้งในโลกนี้และโลกหน้า

ส่วนผู้ที่มีความเห็นชอบว่า บิดามารดามีคุณยอมปฏิบัติตนต่อท่านในทางสำนึกคุณ ทดแทนคุณ และบูชาคุณท่าน ได้รับยกย่องจากหมู่มนุษย์ว่าเป็นคนดี มีกตัญญูกตเวทิตาธรรม มองหน้าใคร ๆ ได้สนิท หมู่มนุษย์พร้อมกันให้เกียรติคนเช่นนั้น ใจของเขาย่อมชุ่มฉ่ำอยู่ด้วยคุณธรรม รู้สึกตนว่าได้ทำสิ่งที่ควรกระทำ ดีเทียบตนเองไม่ได้ ผู้รู้ใคร่ครวญแล้วสรรเสริญ เป็นทางแห่งความเจริญก้าวหน้าในชีวิต ได้ขึ้นสวรรค์ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า

การไม่เชื่อเรื่อง นรก สวรรค์ ในโลกหน้า ท่านก็จัดว่าเป็นความเห็นผิดเหมือนกัน คัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเป็นอันมากยืนยันความมีอยู่จริงแห่งนรกสวรรค์ในโลกหน้า คือหลังจากที่ตายไปแล้ว ย่อมไปสู่คติตามกรรมของตน คนที่ไม่เชื่อเรื่องนรก

สวรรค์ ไม่ถือกันว่าเป็นคนเลวถ้ายังไม่ทำกรรมเลย แต่ความไม่เชื่อไม่ประโยชน์อะไรแก่เขา มีแต่จะเกิดโทษแก่เขา เช่น อาจทำชั่วได้ เมื่อแน่ใจว่าไม่มีใครรู้เห็น ความกลัวบาปกรรมก็มีน้อย อาจทำอะไรเพื่อเอาตัวรอดไปวัน ๆ เมื่อเขาจะทำความดีก็ทำเพื่อผลประโยชน์ของตนเอง เช่น เพื่อลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เฉพาะหน้าเท่านั้น การสั่งสมความดีของเขาย่อมเปลือง เพราะเห็นว่าเปล่าประโยชน์ มีความสุขไปเฉพาะชาตินี้ก็พอแล้ว ไม่มีโครงการระยะยาวสำหรับชีวิต

ผู้มีความเห็นชอบว่า นรก สวรรค์ในโลกหน้ามีอยู่จริง ย่อมเกรงกลัวต่อบาปกรรม ไม่ปรารถนาทำแม้ในที่ลับ อันตนแน่ใจว่า ไม่มีใครรู้เห็น มั่นในความดีเป็นผู้มีโครงการระยะยาวสำหรับชีวิต พอใจในการสั่งสมบุญกุศล และสติปัญญา เพื่อเป็นอุปนิสัยปัจจัยไปภายหน้า

สัมมาทิฐิ แบ่งเป็น ๒ ประเภทหรือ ๒ ระดับ คือ

๑. โลกียสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบระดับโลกีย์คือ ยังเนื่องในโลก ขึ้นต่อโลก ได้แก่ ความเห็น ความเชื่อ ความเข้าใจเกี่ยวกับโลกและชีวิตที่ถูกต้องตามหลักแห่งความดี เป็นไปตามคลองธรรม หรือสอดคล้องกับศีลธรรม โดยทั่วไปสัมมาทิฐิประเภทนี้เกิดจาก ปรโตโฆสะ คือ ปัจจัยภายนอก หรือองค์ประกอบทางสังคม ด้วยอาศัยศรัทธาเป็นเครื่องเชื่อมโยงหรือชักนำ^๑ เฉพาะอย่างยิ่งเกิดจากการหล่อหลอมกล่อมเกลாத่างสังคม เช่น การอบรมสั่งสอนทางศีลธรรม การถ่ายทอดวัฒนธรรม เป็นต้น และในเมื่อเป็นความรู้ความเข้าใจที่สอดคล้องกับความเป็นจริง ตามธรรมชาติของธรรมชาติ โลกียสัมมาทิฐินี้ จึงอาจเชื่อมต่อให้ก้าวไปยังโลกุตตรสัมมาทิฐิได้ด้วย

๒. โลกุตตรสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบระดับโลกุตตระ คือเหนือโลก ไม่ขึ้นต่อโลก ได้แก่ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับโลกและชีวิตถูกต้องตามความเป็นจริง หรือรู้และเข้าใจตามสถานะของธรรมชาติ พุคง่าย ๆ รู้ว่าเข้าใจธรรมชาตินั่นเอง สัมมาทิฐิประเภทนี้ เกิดจาก โยนิโสมนสิการ ซึ่งเป็นองค์ประกอบภายใน หรือปัจจัยภายในตัว

^๑ ที.ธ.๑ / ๒๘๕, ม.ธ.๑ / ๑๘๒, ธง.ธ.๒ / ๒๒, อิติ.ธ.๒๙๓.

บุคคล โปรดโฆสะที่ตีหรือกัลยาณมิตร อาจช่วยได้เพียงด้วยการกระตุ้นให้บุคคลนั้นใช้ โยนิโสมนสิการแล้วรู้เห็นเข้าใจเอง หมายความว่า สัมมาทิฏฐิประเภทนี้ : ไม่อาจเกิดขึ้นได้เพียงด้วยการรับฟังแล้วเชื่อตามคนอื่นด้วยศรัทธา เพราะต้องเป็นการรู้จักที่ตัวสถานะเอง ต้องเอาธรรมชาตินั้นเองเป็นข้อพิจารณาโดยตรง สัมมาทิฏฐิตามความหมายอย่างที่สองนี้ ที่ท่านจัดเป็นโลกุตตรนั้น หมายเอาเฉพาะที่เป็นความรู้ความเข้าใจชัดเจนแจ่มแจ้ง ถึงขั้นเป็นมรรคเป็นผลทำให้เป็นอริยบุคคลเท่านั้น แต่ภระนั้นก็ตาม สัมมาทิฏฐิที่เป็นมรรคเป็นผลนั้น ก็สืบเนื่องไปจากสัมมาทิฏฐิแบบเดียวกัน ที่เป็นของปุถุชนนั่นเอง

สัมมาทิฏฐิระดับสมบุรณ์จริง ๆ คือ การเห็นชอบในอริยสัจ ๔ ประการ ตามลำดับของการปฏิบัติใน สีล สมาธิ ปัญญา หรือ อริยมรรค หรือ มรรคมืองค์ ๘ ประการนี้เองจนเกิดปัญญาเห็นชอบตามความเป็นจริง ผลจากความเห็นชอบที่สำคัญคือ ญาณ หรือปัญญาอันเป็นตัวมรรคที่สมบุรณ์เต็มเปี่ยม ทำลายอวิชชา ดับกิเลสหมดไปจากใจอย่างแท้จริง อย่างที่พระพุทธเจ้าทรงสัมผัส พระอรหันต์ หรือพระอริยบุคคล แม้แต่สาวุชนทั่วไปซึ่งเป็นคนดี ได้สัมผัสกันมา ตามกำลังความสามารถของแต่ละบุคคลด้วย

พ.อ. ปิ่น มุทุกันต์ ได้ให้ความหมายของสัมมาทิฏฐิ ในหนังสือแนวสอนธรรมะไว้ว่า

- ก. ความหมายเบื้องสูง หมายถึง มีญาณ รู้อริยสัจ ๔ คือ รู้จักทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ด้วยญาณนี้เอง เป็นสัมมาทิฏฐิอย่างสูง
- ข. ความหมายเบื้องต่ำ สัมมาทิฏฐิ หมายถึงความเห็นถูกต้องตามคลองธรรมเช่นเห็นว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เห็นว่า บุญบาป มีจริง ฯลฯ การปฏิบัติเกี่ยวกับสัมมาทิฏฐิของตานั้น เมื่อสรุปหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา มีความโดยย่อดังนี้
ถ้าตนเป็นผู้มีสัมมาทิฏฐิอยู่แล้ว ก็พึงประทับประคองสัมมาทิฏฐินั้นไว้ และเพิ่มพูนให้สมบุรณ์ยิ่งขึ้น

ถ้าคนมีทิวฐวิปลาศคือเห็นคลาดเคลื่อนไป ก็พึงทำทิวฐิของตนให้ตรง ที่เรียกว่า ทิวฐุชุกรม โดยวิธีสามอย่าง คือ ชัมมานุสสรณะ คินนีกทบทวน ข้อธรรมคำสอน (เช่น นึกไปตามคำสวดมนต์) ชัมมัสสวนะ พิงกรรม (เช่น พิงเทศน์ พิงบรรยายธรรม) และชัมมสากัจฉา สันทนาธรรม, กิจกรรมทั้งสามนี้ เป็นทิวฐุชุกรม คือ วิธีตัดทิวฐิให้ตรงตามทำนองคลองธรรม^{๑๐}

๒. สัมมาสังกัปปะ

สัมมาสังกัปปะ ความคำริชอบก็คือความคิดชอบ คิดในทางที่มีประโยชน์แก่ตน และผู้อื่น วางแนวจิตของตนไว้ในทางที่จะก่อให้เกิดประโยชน์ จิตวิทยาบอกว่า ความคิดของคนมีอิทธิพลต่อชีวิตเป็นอันมาก คนคิดอย่างไรบ่ค่อย ๆ ในที่สุดก็เป็นอย่างที่เขาคิด ทั้งนี้เพราะพลังจิตของเขานั้นเองผลักดันให้เป็นไป

สัมมาสังกัปปะนี้ มีคำจำกัดความแบบทั่วไปตามคัมภีร์ ดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมาสังกัปปะ เป็นไหน ? เนกขัมมสังกัปปี อพยาบาทสังกัปปี อวิหิงสาสังกัปปี นี้ เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ”^{๑๑}

นอกจากนี้ยังมี พุทธพจน์จำกัดความ แยกแยะออกเป็นระดับ โลเกียะ และระดับ โลกุตตระ ดังนี้

^{๑๑} ที.ม.๑๐ / ๒๙๙ / ๓๔๘.

^{๑๐} หนังสือแนวสอนธรรมะ, อ่างแก้ว, หน้า ๑๒๙.

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมาสังกัปปะ เป็นไหน ? เรากล่าวว่าสัมมาสังกัปปะ มี ๒ อย่าง คือสัมมาสังกัปปะที่ยังมีอาสวะ ซึ่งจัดเป็นฝ่ายบุญ อำนวยวิบากแก่ชั้นอย่างหนึ่ง กับสัมมาสังกัปปะที่เป็นอริยะ ไม่มีอาสวะ เป็นโลกุตตระ และเป็นองค์มรรคอย่างหนึ่ง”

“สัมมาสังกัปปะ ที่ยังมีอาสวะ...คือ เนกขัมมสังกัปปี อพยายามสังกัปปี...”

“สัมมาสังกัปปะ ที่เป็นอริยะ ไม่มีอาสวะ เป็นโลกุตตระ เป็นองค์มรรค คือ ความตริก (ตักกะ) ความนึกคิด (วิตักกะ) ความดำริ (สังกัปปี) ความคิดแน่วแน่ (อปัปนา) ความคิดปักแน่นแน่น (พยัปนา) ความเอาใจจดจ่อ วิถีสังขาร ของบุคคลผู้มีจิตเป็นอริยะ มีจิตไร้อาสวะ มีอริยมรรคเป็นสมังคี ผู้กำลังเจริญอริยมรรคอยู่...”^{๑๒}

ในที่นี้ เพื่อที่จะให้รวบรัดขึ้น จะทำความเข้าใจกันแต่เพียงคำจำกัดความแบบทั่วไป ที่เรียกว่า เป็นชั้นโลกิยะเท่านั้น ตามความจำกัดความแบบนี้ สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริชอบ หรือความนึกคิดในทางที่ถูกต้อง ตรงข้ามกับความดำริผิดที่เรียกว่า มิจฉาสังกัปปะ ซึ่งมี ๓ อย่าง คือ

๑. กามสังกัปปี หรือ กามวิตก คือความดำริที่เกี่ยวข้องกับกาม ความนึกคิดในทางที่จะแสวงหา หรือหมกมุ่นพัวพัน ติดข้องอยู่กับสิ่งสนองความต้องการทางประสาททั้ง ๕ หรือสิ่งสนองตัณหาอุปาทานต่าง ๆ ความคิดในทางเห็นแก่ตัว เป็นความนึกคิดในฝ่ายราคะ หรือ โสภะ

๒. พยายามสังกัปปี หรือ พยายามวิตก คือ ความดำริที่ประกอบด้วยความเคียดแค้นชิงชัง ชัดเคือง ไม่พอใจ คิดเห็นเพ่งมองในแง่ร้ายต่าง ๆ มองคนอื่นเป็นศัตรูผู้มากระทบกระทั่ง เห็นสิ่งทั้งหลายเป็นไปในทางขัดอกขัดใจ เป็นความนึกคิดในฝ่ายโทสะทางถูกกระทบ (ตรงข้ามกับเมตตา)

^{๑๒} ม.อ.๑๕ / ๒๖๑ - ๓ / ๑๘๒.



เลขทะเบียน	5741911
เลขเรียกหนังสือ	๒๙๓.๓๓๓๓ ๘๕๓๓๓ ๑๒
วันที่	๒๓.๓.๖๖

วิหิงสาสังกัปปี หรือ วิหิงสาวิตก คือ ความคำริในทางที่จะเบียดเบียน ทำร้าย ตั้ครอน และทำลาย อยากไปกระทบกระทั่งรบบรานผู้อื่น อยากทำให้เขาประสบความทุกข์ ความเดือดร้อน เป็นความนึกคิดในฝ่ายโทสะ (ตรงข้ามกับกรุณา)

ความคำริหรือแนวความคิดแบบนี้ เป็นเรื่องปกติของคนส่วนมาก เพราะธรรมชาติ เมื่อปุถุชนรับรู้อารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง จะด้วยการเห็น การได้ยิน ได้สัมผัสก็ตาม จะเกิดความรู้สึกอย่างใดอย่างหนึ่งในสองอย่าง คือ ถ้าถูกใจ ก็ชอบ คิดใจ อยากได้ พัวพัน คล้อยตาม ถ้าไม่ถูกใจ ก็ไม่ชอบ ชัดใจ ชัดแย้ง เป็นปฏิปักษ์ จากนั้นความคำรินึกคิดต่าง ๆ ก็จะดำเนินไปตามแนวทางของความชอบและไม่ชอบนั้น ด้วยเหตุนี้ ความคิดของปุถุชนโดยปกติ จึงเป็นความคิดเห็นที่เอนเอียงไปข้างใดข้างหนึ่งเป็นต้น

สัมมาสังกัปปะ ความคำริ ในวงวานทั่วไปสมัยนี้เรียกว่า ความคิดริเริ่ม ได้แก่ความคิดที่จะทำโน่นทำนี่ ให้มีความก้าวหน้าเรื่อยไป หรือความคิดในทางที่ชอบ ความคำริชอบก็คือ ความคิกชอบ คือคิดในทางที่มีประโยชน์แก่ตนและแก่ผู้อื่น ในด้านของความเป็นจริงคือ อาการของจิตที่ วิชชา ปัญญา ทำหน้าที่แทนอวิชาภายในจิตของคน มีความคิดเห็นต่อการดำเนินชีวิต วางแนวจิตของตนไว้ในทางที่จะก่อให้เกิดประโยชน์ จิตวิทยาบอกว่า ความคิดของคนมีอิทธิพลต่อชีวิตจิตของเขาเป็นอันมาก คนคิดอย่างใดบ่อย ๆ ในที่สุดก็จะเป็นอย่างที่เขาคิด ทั้งนี้ เพราะพลังจิตของเขานั้นเองผลักดันให้เป็นไป บุคคลมีกระแสจิตพุ่งแรงในทางใด วิธีชีวิตของเขาย่อมหันเหไปในทางนั้น ในทางเดียวกันนั้น ย่อมมีบุคคลเดินอยู่มากด้วยกัน ใครมีกระแสความคิดแรง ย่อมมีความพยายามสูง ประกอบสติปัญญาที่เขามีอยู่ ย่อมก้าวล้ำหน้าผู้ที่เดินอยู่ในแนวเดียวกัน เมื่อเรารู้ว่าความคิดของเรามีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิต และอนาคตของเรามากอย่างนี้ควรหรือไม่ที่เราจะสร้างความคิดของเราให้ดี วางแนวจิตของเราให้ถูกต้อง เพื่อให้เข้าใจง่ายขึ้น และเพื่อผลในทางปฏิบัติของการดำเนินชีวิต ผู้วิจัยขอแยกกล่าวเป็นเรื่อง ๆ พอเป็นแนวทางดังนี้

สิ่งพิมพ์นี้เป็นสมบัติของห้องสมุด มจร.

ผู้ใดพบอยู่ในที่อื่นไม่สมควร

โปรดนำมาส่งที่แผนกห้องสมุดด้วย ขอขอบคุณ

๑. ความตั้งใจในทางดี คือ คนที่จะทำอะไรให้ดีขึ้น ครั้นแรกต้องมีความตั้งใจให้ดีเสียก่อน หลังจากนั้นมีความเห็นถูกต้องแล้วว่า สิ่งนั้นดี ก็เริ่มตั้งใจ คนเราทุกคนจะต้องมีความตั้งใจ ถ้าไม่ตั้งใจในทางดี ก็ต้องตั้งใจในทางชั่ว แต่ทุกคนยอมรับว่า การตั้งใจในทางดี ย่อมจะดีกว่าการตั้งใจในทางชั่ว พยายามให้กระเสจติของเราพุ่งไปในทางดี จะมองคนอื่นก็พยายามมองเห็นความดีของเขา ถึงเขาจะมีความชั่วอยู่บ้างก็ตาม ความตั้งใจในทางดีนั้น เช่น ตั้งใจอยู่เสมอว่าจะเป็นคนดี เป็นพระดี เป็นสามี หรือเป็นภรรยาที่ดี และตั้งใจที่จะทำความดี การที่เราจะเป็นคนดีนั้น ไม่ต้องเอาตัวไปเทียบกับใคร และไม่ต้องเอาใครมาเทียบกับตัว แต่เราใช้วิธีเทียบกับตัวเราเอง คือตัวเราวันนี้กับตัวเราเมื่อวานนี้เป็นอย่างไร ปีนี้กับปีก่อนตัวเราเป็นอย่างไร เราดีขึ้นหรือเลวลง หรือยังเหมือนเดิม เราอาจจะเอาเรื่องหลาย ๆ เรื่องที่เกี่ยวข้องกับตัวเราโดยตรงยกขึ้นพิจารณา เช่น ทางเศรษฐกิจ สุขภาพทางกาย ทางจิต ความรู้ ความสามารถ มนุษยสัมพันธ์ ความก้าวหน้าในหน้าที่การงานที่ประสงค์ ฯลฯ

พอจะเห็นได้แล้วว่า ความคิดมีความสำคัญอย่างมาก จึงจำเป็นอย่างมากที่จะต้องตั้งความคิดในทางที่ดีที่ชอบ วิถีชีวิตของคน การดำเนินชีวิตจะเปลี่ยนไปทันทีถ้าความคิดเปลี่ยนไป ไม่ว่าจะทางดีหรือทางชั่ว

๒. ความคิดในการที่จะต่อสู้กับอันตรายต่าง ๆ ชีวิตทุกชีวิต ย่อมได้พบกับอุปสรรคบ้าง น้อยบ้าง ถ้าเคิบโตขึ้น มีตำแหน่งยศศักดิ์สูงขึ้น อุปสรรคก็ย่อมจะใหญ่ขึ้นตามกัน งานใหญ่ อุปสรรคก็ใหญ่ คนที่ฝ่าฟันอุปสรรคไปได้ นั่น ต้องมีความคิดในทางต่อสู้ ไม่ใช่คิดในทางเลียงหนี เมื่อบุคคลคิดในทางสู้ พลังจิตนั้นเองจะช่วยหนุนให้พลังกายพร้อมในการที่จะต่อสู้ อุปสรรคนั้น เป็นเครื่องทดลองกำลังใจ กำลังความสามารถของคน มันเหมือนเทพธิดาที่มาในรูปของมารร้าย เมื่อเห็นเราสู้ จะแพ้หรือชนะไม่สำคัญ ความสำคัญอยู่ที่เราสู้ เทพธิดาจะเผยตัวจริงให้เห็น ทำให้เราชื่นใจ

เมื่ออุปสรรคอันหนักหน่วงได้ผ่านพ้นไปแล้ว เหลือไว้แต่ความทรงจำในความสำเร็จของเรา เราจะชื่นใจไปตลอดชีวิตเมื่อนึกถึงมัน ถ้าไม่สำเร็จ ก็เป็นบทเรียนอันดียิ่งของชีวิตให้เราได้เรียนรู้ว่า ทำไมเราจึงไม่ประสบความสำเร็จในเรื่องนั้น ทำให้เราหาข้อบกพร่องของตัวเราเอง และคิดหาวิธีการใหม่เพื่อความสำเร็จในก้าวต่อไป

เพราะฉะนั้น เมื่อเห็นทางดีแล้ว จึงไม่ควรย่อท้อต่ออุปสรรค ต้องมีความคิดในการต่อสู้
 ความคิดของคนเรานั้น มีความสำคัญต่อชีวิตทั้งชีวิต พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์
 ทรงย้ำเรื่องความสำคัญของจิตหรือความคิดไว้มากมาย นักปรัชญาทั้งหลาย เมื่อศึกษา
 แนวคิดของพระองค์แล้ว ก็จัดพระองค์ไว้ในประเภท นักปรัชญาจิตวาท หรือจิตนิยม
 คำสอนของพระองค์ท่าน บ่งบอกถึงความสำคัญของความคิดมีมากด้วยกัน ขอบกมา
 เพียงเล็กน้อย ดังนี้

“มโนปุพฺพคมมา ธมฺมา มโนเสฏฺฐา มโนมยา
 มนสา เจ ปทฺถฐฺเณ ภาสตี วา กโรตี วา
 ตโต นํ ทกฺขมณฺเวติ จกฺกํ ว วโหโต ปทํ
 สิ่งทั้งหลายทั้งปวงมีความคิดเป็นประธาน สำคัญที่ความคิด ย่อมสำเร็จได้
 ด้วยความคิด ถ้าคนไม่คิดดี ย่อมพูดไม่ดี และไม่ทำดี หลังจากนั้นความ
 ทุกข์ก็ตามมา เหมือนล้อเกวียนตามรอยเท้าโคที่ลากเกวียนไป”^{๑๓}

สัมมาสังกัปปะเป็นองค์มรรคองค์หนึ่ง ที่มีความสำคัญไม่น้อยกว่า องค์มรรค
 องค์อื่น ๆ มีอานุภาพกำจัดทุกข์ ก่อให้เกิดสุขประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติ ตามสมควรแก่
 การปฏิบัติ

การอบรมสัมมาสังกัปปะ จึงเท่ากับการพัฒนาตนให้สมบูรณ์ อันมีความหลุด
 พันต่าง ๆ เป็นผล

^{๑๓} พุ.ธ.๒๕ / ๑๕.

๓. สัมมาวาจา

มนุษย์เราที่เกิดมาในโลกนี้ จะต้องอาศัยวาจาเป็นเครื่องสื่อสัมพันธ์ในการที่ตัวเราเองหรือบุคคลอื่นที่อยากจะสื่อความหมายออกมา ให้สังคมและมวลชนได้เข้าใจในเจตนารมณ์ของตัวเราและบุคคลอื่นว่า เราจะพูดอะไร จะต้องการสิ่งไหน ที่เป็นจุดประสงค์ของเราและผู้อื่น ในการที่จะได้รู้จุดประสงค์และความหมายที่เราจะสื่อความหมายต่อกัน ดังนั้น วาจาจึงเป็นสิ่งสำคัญมากในการสื่อสาร ที่จะนำตัวเราและบุคคลอื่นได้รู้เจตนาในความหมายนั้น ๆ แต่ในหลักฐานทางคัมภีร์ ท่านรวมองค์มรรคทั้ง ๓ ข้อนี้ ประกอบด้วย สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ เป็นขั้นสี่ด้วยกัน จึงรวมมากล่าวไว้พร้อมกัน ปราภฏคำจำกัดความทำนองยกตัวอย่าง ดังนี้

๑. “ภิกษุทั้งหลาย สัมมาวาจา เป็นไหน ? นี้เรียกว่า สัมมาวาจา คือ

- ๑) มุสาวาทา เวมณี เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ
- ๒) สุปีณา วาจา เวมณี ” วาจาสื่อเสียด
- ๓) ผรุสยา วาจา เวมณี ” วาจาหยาบคาย
- ๔) สัมผัสปลลาปา เวมณี ” การพูดเพื่อเชื่อ”

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมากัมมันตะ เป็นไหน ? นี้เรียกว่า สัมมากัมมันตะ คือ

- ๑) ปาณาติปาตา เวมณี เจตนางดเว้นจากการตัดรอนชีวิต
- ๒) อทินนาทานา เวมณี ” การถือเอาของที่เขามิได้ให้
- ๓) กามสุมิจฉารรา เวมณี ” ประพฤติผิดในกามทั้งหลาย”

ภิกษุทั้งหลาย สัมมาอาชีวะ เป็นไหน ? นี้เรียกว่า สัมมาอาชีวะ คือ อริยสาวกละมิจฉาอาชีวะเสย^{๑๔} หาเลี้ยงชีพด้วยสัมมาอาชีวะ”^{๑๕}

^{๑๔} ม.ญ.๑๔ / ๒๗๕ / ๑๘๖.

^{๑๕} ที.ม.๑๐ / ๒๗๙ / ๓๔๘.

ผู้วิจัยจะขออธิบายแต่ละหัวข้อเป็นข้อ ๆ ก่อน เพื่อความเข้าใจและเห็นได้ชัดขึ้น

วาจา จึงหมายถึง การเจรจา หรือการแสดงเจตนาของตนให้คนอื่นเข้าใจ โดยตรง ได้แก่ การพูด อย่างที่คนเราพูดกันด้วยปากอยู่ทั่วไปนั่นเอง โดยอ้อม ได้แก่ การแสดงออกแทนคำพูดทุกวิธี เช่น การใช้ใบ้ การส่ายหน้าเมื่อปฏิเสธ พยักหน้าเมื่อรับการบอกกล่าวด้วยอักษร เช่น การเขียนหนังสือ การทำเครื่องหมายด้วยภาพ หรือด้วยแสงสี การแสดงโดยปฏิญญา เช่น การครองผ้ากาสาวะอย่างนักบวช การแสดงเครื่องแบบอย่างทหาร การแต่งเครื่องแบบตำรวจ การแสดงตัวเป็นข้าราชการ กิริยาเหล่านี้ ถ้าทำให้ผู้อื่นเชื่อว่าตนเป็นเช่นนั้น ท่านว่าก็อนุโลมเป็นวาจา

สัมมาวาจา คือ การเจรจาชอบ หรือ การแสดงออกของความไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง ออกมาในตอนแรก ๆ คือ ไม่พูดไปด้วยความโลภ โกรธ หลง พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เว้นสิ่งที่ควรเว้นก่อน เมื่อใดเว้นสิ่งที่ควรเว้นแล้ว เมื่อจำเป็นต้องพูด บุคคลที่ควรพูดอยู่ดี แปลความอีกทีว่า บุคคลควรพูดเท่าที่จำเป็นต้องพูด และแม้จำเป็นต้องพูดก็ควรพูดให้ถูกกาลเวลาอีกด้วย ไม่พูดพร่ำเพรื่อ จนวาจาของตนไม่มีราคา และไม่มีใครถือเป็นประมาณ

การใช้วาจาเป็นจุดสำคัญอย่างยิ่งจุดหนึ่งในชีวิตของมนุษย์ เพราะมนุษย์จะได้รู้ความประสงค์ของกันและกันได้โดยทางเดียว คือ ทางวาจาท่านั้น วาจาเป็นสื่อระหว่างตัวเรากับคนอื่น เช่น

การเรียนรู้วิชาความรู้ก็ใช้วาจา

การสอนวิชาความรู้ก็ใช้วิชา

การก่อตั้งครอบครัวก็ใช้วาจา

การทำมาค้าขายก็ใช้วาจา

การประชุมปรึกษาหารือก็ใช้วาจา

การแพทย์ก็ใช้วาจา (ระหว่างหมอ พยาบาล คนไข้)

การคมนาคมก็ใช้วาจา (เช่น เครื่องหมายจราจร โทรเลข ไปรษณีย์)

การเลือกตั้งก็ใช้วาจา (เช่น บัตรที่ลงคะแนนนั้นแทนคำพูด)

การปกครองประเทศก็ใช้วาจา (กฎหมายเป็นสิ่งแทนคำพูด)
 การอุตสาหกรรมและเศรษฐกิจก็ใช้วาจา (เช่น เครื่องหมายการค้า)
 การเมืองระหว่างประเทศก็ใช้วาจา
 การบวชในพระพุทธศาสนาก็ใช้วาจา
 การบริหารพระศาสนาก็ใช้วาจา^{๑๖}

รวมความว่า กิจการทุกอย่างมีวาจาเป็นมูลฐาน ใช้วาจาเป็นหลักทั้งนั้น คนที่ไม่ตระหนักในการใช้วาจา ย่อมมีทางเสื่อมเสียได้รอบด้าน อาจทำให้ตนเองเสื่อมจากผลประโยชน์ก็ได้ อาจทำให้ครอบครัว สังคม ตลอดจนประเทศชาติล่มจมได้ ลงได้วาจาเหลวแหลกเพียงอย่างเดียว ชีวิตทั้งชีวิตก็จะล่มเหลวตามไปด้วย เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าของเราจึงทรงสอนให้ปรับปรุงวาจาของตน เป็นจุดหนึ่งในแปดจุด ที่เรียกว่า มรรคแปด

หลักการปรับปรุงตนในข้อนี้ คือทำตนเป็นคนมีสัมมาวาจา อย่าเป็นคนมี มิจฉาวาจา

ลักษณะของสัมมาวาจา มีดังนี้

ความหมายเบื่องสูง

ความหมายเบื่องต่ำ

ลักษณะของสัมมาวาจา ทั้งเบื่องสูงเบื่องต่ำ มีความหมายอย่างเดียวกัน คือการเจรจานั้นจะต้องปราศจากวาจาชั่ว ที่เรียกว่า วจีทุจริต ๔ คือ

๑. มุสาวาท พูดเท็จ ใช้คนอื่นหลงผิดจากความเป็นจริง
๒. ปิสุณา วาจา พูดส่อเสียด ทำให้คนแตกกัน
๓. ผรุสา วาจา พูดคำหยาบช้า ลามก คำทรมาน

^{๑๖} หนังสือแนวสอนธรรมะ, อ้างแล้ว, หน้า ๑๓๑.

๔. สัมผัสปลลาปา พุคพล่อย ๆ เพื่อเจ้า ไม่มีสาระ

รวมความว่า สัมมวาจาที่นั่นท่านมิได้บังคับว่าจะต้องพูดเรื่องนั้นเรื่องนี้ คำนั้นคำนี้ หรือ ภาษานั้นภาษานี้ กำหนดแต่ให้เป็นวาจาที่บริสุทธิ์ขั้นพื้นฐาน คือ ไม่ใช่วจิตุจริตทั้ง ๔ อย่างดังกล่าวแล้ว

เมื่อเว้นวจิตุจริต ๔ แล้ว ทรงสอนให้พูดวจิตุจริต ๔ คือ พูดจริง พูดประสาน สามัคคี พูดอ่อนหวาน และพูดมีประโยชน์ มีปัญญา รู้ว่าพูดอย่างไรเป็นโทษ พูดอย่างไรเป็นคุณ โดยเริ่มเป็นสัมมวาจา จากการเว้น จากการพูดเท็จ คือไม่ตรงตามที่ตนได้เห็น ได้ยิน ได้ทราบ ได้รู้มา อาจจะพูดมากไป หรือน้อยไปกว่าที่เป็นจริงก็ได้

วจิตุจริต ๔

๑. คำเท็จ (มุสาวาท) คือการกล่าวให้คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง ทั้ง ๆ ที่รู้ความจริงนั้นอยู่ ส่วนผู้ไม่รู้ความจริง กล่าวคลาดเคลื่อนไปเพราะความเข้าใจผิดไม่เป็นมุสาวาท มุสาวาทมีองค์ประกอบ ๔ อย่าง คือ

๑) เรื่องไม่จริง

๒) คนรู้ที่อยู่ว่า เป็นเรื่องไม่จริง และคิดจะกล่าวให้คลาดเคลื่อน

๓) มีความพยายามในการกล่าวให้คลาดเคลื่อน

๔) ผู้ฟังรู้เรื่องเข้าใจตามที่บุคคลผู้นั้นพูด

เมื่อครบ ๔ อย่างนี้ คีลข้อเว้นมุสาวาทของเขาย่อมขาดไป

ส่วนโทษของคำเท็จนั้น ท่านกล่าวว่า คำเท็จจะมีโทษมากหรือน้อย ก็สุดแล้วแต่แต่ประโยชน์ของผู้อื่น มากก็มีโทษมาก ทำลายประโยชน์ของเขาน้อยก็มีโทษน้อย การกล่าวเล่นเพื่อความสนุกสนาน แม้จะคลาดเคลื่อนจากความจริงก็มีโทษน้อย โทษของคำเท็จที่เห็นได้ชัดก็คือ ทำให้ขาดความเชื่อถือ ผู้กล่าวเท็จเนื่อง ๆ ย่อมเป็นที่คูหมั่นของผู้อื่น ไม่มีใครเชื่อถือถ้อยคำ แม้จะพูดจริงในบางครั้งว คนอื่นก็เหมาเอาว่ากล่าวเท็จเหมือนกัน เช่น นิทานเรื่อง เด็กเลี้ยงแกะกับหมาป่า

โทษของการพูดเท็จนั้นมีมาก เป็นพยานเท็จในศาล อาจต้องติดคุกติดตะราง กล่าวเท็จใส่ร้ายผู้มีความดีคุณต้องตกนรก กล่าวเท็จหลอกลวงเพื่อนฝูง อาจต้องเจ็บตัวประหารกัน สามีภรรยา กล่าวเท็จต่อกัน อาจต้องทะเลาะกันอย่างรุนแรงถึงต้องหย่าร้างกัน

๒. คำส่อเสียด (ปิสฺฐวจา) คำส่อเสียด คือคำพุดขยุ่ง โดยการนำความข้างนี้ไปบอกข้างโน้น นำเอาความข้างโน้นไปบอกข้างนี้ เพื่อให้เขาแตกกัน หรือด้วยหวังว่าคนจักเป็นที่รักของผู้นั้นด้วยอาการอย่างนี้ คำส่อเสียดประกอบด้วยองค์ ๔ คือ

- ๑) คนอื่นที่ฟัง ทำให้แตกกันได้
- ๒) มีเจตนาในการทำให้เขาแตกกัน
- ๓) ความพยายามอันสืบเนื่องมาจากเจตนา
- ๔) ผู้รู้ความนั้น

ตามลักษณะแห่งองค์ดังกล่าวมา ถ้าบุคคลพูดไปตามธรรมดาของตน หรือพูดด้วยความหวังดี ไม่มีเจตนาให้แตกกัน แต่เขาแตกกันเองเพราะคำพุดของบุคคลนั้น วาจานั้นไม่เป็นปิสฺฐวจา

อนึ่ง ผู้พุดมุ่งพุดให้เขาแตกกัน ถ้าเขารู้เรื่องนั้น แต่ยังไม่แตกกันตราบใดกรรมบถยังไม่ขาด (หมายถึงศีลกรรมบถยังไม่ขาด) ตราบนั้น แต่เมื่อเขาแตกกัน ศีลกรรมบถย่อมขาดทันที โทษของปิสฺฐวจา (คำส่อเสียด) คำส่อเสียดมีโทษน้อย ถ้าคนที่ถูกทำให้แตกกันมีคุณน้อย และมีโทษมาก ถ้าคนที่ถูกทำให้แตกกันมีคุณมาก เมื่อเขายังไม่แตกกัน มีโทษน้อย เมื่อเขาแตกกัน มีโทษมาก

๓. คำหยาบ (ผรุสฺวจา) คำหยาบ มีหลายลักษณะ เช่น

๑) คำด่า หมายถึงกดให้เขาค่ำกว่าที่เป็นจริง เช่น เขาเป็นคน ว่าเขาเป็นหมา เป็นวัว เป็นควาย เป็นต้น

๒) คำประชด หมายถึง ยกให้เขาสูงกว่าที่เป็นจริง เช่น เขาเป็นคนธรรมดา เรียกเขาว่าแม่คุณหญิง

๓) คำกระแทกแตกคั้น หรือเสียดสี หมายถึงพุดอ้อมให้ผู้ฟัง หรือผู้ที่ถูกพุดถึง รู้สึกตัวด้วยวิธีอันหยาบคาย เช่น เห็นเด็กกินอาหารก็บอกว่า “กินเข้าไปซิกินเข้าไป ของมันมีมากน่ะนี่”

๔) คำกระทบ พูดถึงสิ่งหนึ่งเพื่อกระทบบุคคลหนึ่ง เช่น เห็นคนอ้วนเตี้ยและหัวล้านเดินมา แกล้งพูดให้เขาได้ยินว่า ดวงอาทิตย์ขึ้นบนไทกระเทียม หรือหัวกระเทียมเดินได้ เป็นต้น

คำเหล่านี้จะเป็นคำหยาบก็ต่อเมื่อออกมาจากเจตนาที่หยาบของผู้พูด หรือต้องมีเจตนาร้าย พูดเพื่อให้เขาเจ็บใจเพื่อจะได้สมใจตัวที่มีเจตนาร้ายต่อเขาอยู่แล้ว โทษของคำหยาบ ท่านกล่าวว่า คำหยาบมีโทษน้อยเพราะคนที่ถูกพูดคำหยาบมีคุณน้อย คำเช่นนั้น ถ้าพูดกับคนที่มีคุณมากก็มีโทษมาก อีกอย่างหนึ่ง คำหยาบที่มีองค์ประกอบไม่พร้อมคือไม่ครบทั้ง ๓ องค์ มีโทษน้อย ส่วนคำหยาบที่ครบทั้ง ๓ องค์ คือกรรมบถขาดมีโทษมาก

ที่กล่าวนี้เฉพาะในทางธรรม ส่วนในทางโลกนั้น คำหยาบให้โทษที่มองเห็นชัด เช่นเป็นมูลเหตุให้ทะเลาะกัน เบียดเบียนกัน ประหัตประหารกันจนต้องเสียชีวิตก็มี ต้องขึ้นโรงขึ้นศาล เสียเวลาทำมาหากิน เสียทรัพย์สินเงินทอง คำหยาบทำลายเกียรติยศของผู้พูดและผู้ที่ถูกพูดถึง ทำลายความรู้สึกที่ดีของผู้อื่น ทำลายความสุขความรื่นรมย์ใจของผู้ได้ยินได้ฟัง คำหยาบจึงไม่ดี ท่านถือเป็นวิจตุจริต ควรเว้น

๕. คำเพื่อเจ้อเหลวไหล (สัมผัปปลาป) คือ คำพูดไร้สาระ พูดเล่น สรวลเสเฮฮา เรียกว่า คำเพื่อเจ้อ (สัมผัปปลาป) เหลวไหล คำเหล่านี้ส่วนมากออกจากบุคคลผู้มีใจคะนอง หรือปรารถนาให้สนุกสนานกัน ท่านจัดเป็นวิจตุจริตในฐานะทำให้เสียเวลาเปล่า ไม่ได้รับประโยชน์ของถ้อยคำ เพราะการเจรจาขอมุ่งเอาประโยชน์ของถ้อยคำ

สัมผัปปลาป มีองค์ประกอบ ๒ คือ

๑) ความต้องการพูดเรื่องที่หาประโยชน์มิได้

๒) การพูดเรื่องอย่างนั้นออกมา

โทษของสัมผัปปลาป คำเพื่อเจ้อมีโทษน้อย เพราะอาเสวนะน้อย คือ อบรมสั่งสมน้อย มีโทษมาก เพราะอาเสวนะมาก คืออบรมสั่งสมมาก ทำมาก หนึ่ง มีโทษน้อย เพราะคนอื่นมิได้ถือเอาตาม มีโทษมากเพราะเขาถือเอาตาม หมายความว่า เขาเชื่อ

โทษที่เห็นได้ชัดอีกอย่างหนึ่งของคำพ้อเจ้อก็คือ ทำผู้พูดให้เป็นที่เบือนหน้าของผู้อื่น คำพูดของเขาไม่มีค่า ทำให้ตัวผู้พูดเนือง ๆ ไม่มีค่าไปด้วย คำพ้อเจ้อ อาจเป็นที่พอใจของคนอื่นที่ชอบพ้อเจ้อด้วยกันบ้างชั่วครู่ชั่วคราว แต่ก็ไม่วายนึกคูหมั่นอยู่ในใจ ผู้คำพูดสุภาพิตไม่ได้ มีผลเป็นประโยชน์ยั่งยืน

เมื่อบุคคลเว้นคำพูดไม่ดี ๔ ประการดังกล่าวมาแล้ว สิ่งที่ต้องทำต่อไปก็คือ พุดวาจาที่ดี ๔ ประการ คือ ๑. พุดจริง ๒. พุดประสานสามัคคี ๓. พุดอ่อนหวาน ๔. พุดวาจาสุภาพิต พุดมีประโยชน์

พุดจริง คำจริง คือคำที่ตรงตามความเป็นจริง ไม่เจตนากล่าวให้คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง ยกเว้นความเข้าใจผิด แต่ผู้มีปัญญาย่อมกล่าวความจริงให้ถูกกาล ถูกสถานที่และถูกบุคคล คำจริงนั้น จึงสัมฤทธิ์ผลสมความมุ่งหมาย คำจริงที่ไม่ถูกกาล สถานที่และบุคคลอาจให้โทษแก่ผู้กล่าวได้

พระพุทธเจ้าทรงยกย่องความจริงไว้มาก ทรงอนุโมทนาข้อความที่ว่า

(สจฺจํ เว อมตา วาจา) คำจริงเป็นวาจาที่ไม่ตาย และ

(สจฺจํ อตฺเต จ อหุ สนฺโต ปตฺติภูริตา) สัตบุรุษย่อมดำรงมั่นอยู่ใน
สัจจะที่เป็นประโยชน์และเป็นธรรม^{๑๗}

คำจริงทำบุคคลผู้พูดให้น่าเชื่อถือ แต่คนส่วนมากมักไม่กล้าพูดความจริงบางอย่างที่เห็นว่าจะทำให้ตนค้อย มักปกปิดความจริงเช่นนั้น แต่มักชอบเปิดเผยความจริงที่จะทำให้ตนเด่น พุดอีกอย่างว่า คนส่วนมากมีปกปิดปกปิดความจริงอันเป็นความผิดพลาดบกพร่อง หรือเป็นความโง่เขลาของคน นำมาเปิดเผยเฉพาะความจริง อันเป็นความดีงาม ความฉลาด หรือคุณสมบัติของตน บางคนพุดถึงสิ่งเหล่านี้เสียจนคนอื่นเอือมระอา รู้สึกรังเกียจที่จะฟัง

^{๑๗} ส.ส.๑๕ / ๒๗๘.

พระพุทธเจ้า ทรงสอนภิกษุสาวกของพระองค์ให้เปิดเผยความจริงที่เป็นความชั่วของตนแก่ภิกษุอื่น ที่เรียกว่า “ การปลงอาบัติ หรือแสดงอาบัติ ” และทรงให้ปกปิดความจริงอันเป็นคุณความดีของตน คือ ไม่ให้บอกแก่ใคร ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งแก่อนุสัมบัน (ผู้ที่ไม่ใช่ภิกษุทั้งปวง) ถ้าบอกคุณความดีชั้น ฌาน มรรค ผล นิพพาน เรียกว่า อวดคุณวิเศษ แม้มีอยู่จริงก็เป็นอาบัติปาจิตตีย์ ถ้าคุณเหล่านั้นไม่มีอยู่จริง เรียกว่า อวดอุตตริมนุสสธรรม เป็นอาบัติหนัก ถึงปาราชิก คือขาดจากความเป็นพระภิกษุ

สรุปว่า การพูดความจริงนั้นเป็นสิ่งที่ดี แต่ต้องระวังบ้างเหมือนกัน คือต้องพูดให้ถูกกาล บุคคล สถานที่ มิฉะนั้น อาจเกิดโทษแก่ผู้พูดเสียก่อน ที่ความจริงนั้นจะบันดลประโยชน์ให้เกิดขึ้น อีกอย่าง ผู้มีปัญญาควรจะพูดความจริงเฉพาะที่เห็นว่าจะเกิดประโยชน์ ถ้าเห็นว่า พูดไปไร้ประโยชน์ ینگเสียดีกว่า

ส่วนคำประสานสามัคคี เมื่อธรรมิกบุคคล “ ผู้ประพฤติธรรม ” เว้นจากคำต่อเสียดแล้ว ก็ควรพูดคำอันเป็นไปเพื่อสามัคคี คือนำเอาความดีของบุคคลต่าง ๆ มาเล่าสู่กันฟัง หรือนำเอาข้อความซึ่งบุคคลผู้หนึ่งพูดถึงอีกผู้หนึ่งในทางดีมาเล่าให้ผู้ซึ่งจะแตกกันฟัง ทำให้เขาได้มองเห็นความดี หรือเจตนาดีของอีกฝ่ายหนึ่ง ทำให้ทั้งสองชื่นชมต่อกัน สมานสามัคคีเข้ากันได้ ตามปกติ คนที่จะเริ่มแตกกัน ถ้ามีคนยุก็จะได้แตกกันเร็วขึ้น ถ้ามีคนสมานก็จะกลับสนิทสนมกันเข้าได้ การสนิทสนมกันเข้าได้ ย่อมเป็นคุณมากกว่า การแตกสามัคคีกัน โทษของการแตกสามัคคีและคุณของความสามัคคีมีอย่างไร เห็น ๆ กันอยู่แล้ว

คนที่แตกกันแล้ว เมื่อเวลาเนิ่นนานไป ย่อมมีจิตส่วนหนึ่งที่อยากจะปองดองกัน แต่ยังไม่รู้วิธีเข้าหากัน เพราะมีทิฐิมานะบ้าง เพราะความละเอียดบ้าง พอมีคนสมานก็ยินดีปองดองกัน และนี่ก็ขอขอบคุณผู้สมานอยู่ไม่วาย กล่าวโดยเฉพาะ สามเณร ภรรยา ที่มีบุตรด้วยกันและแตกร้างกัน เพราะความเข้าใจผิดต่อกันอย่างใดอย่างหนึ่ง ถ้าใครสามารถพูดสมานให้เข้ากันได้ ย่อมเป็นประโยชน์แก่เขาทั้งสองและลูก ๆ ของเขาด้วย เขาจะเคารพ รัก นับถือ ผู้สมานไปตลอดชีวิต ถ้าเขาเป็นคนดี

ส่วนคำอ่อนหวาน คือคำที่ถูกต้องผู้ฟังโดยไม่เป็นโทษแก่ผู้ฟัง เช่น คำยกย่องชมเชยตามเป็นจริง ลองนึกเทียบดูว่า คำคำบางคำ สร้างความเจ็บใจให้แก่ผู้ถูกตำมา แม้จะล่วงไปแล้วตั้ง ๒๐ ปี ก็หาลืมไม่ ระลึกขึ้นมาทีไรก็อดขมขื่นเจ็บซ้ำทุกครั้งไป ฉะนั้น คำยกย่อง คำให้กำลังใจบางคำก็ฉนั้น ให้ความชื่นบานปีติสุข แก่ผู้ได้รับชมไปตลอดชีวิต เป็นกำลังใจ ให้ทำความดี ให้รักความก้าวหน้า การให้กำลังใจคน เป็นกุศลมหาศาล การทำลายกำลังใจคน ก็เป็นการสร้างบาปให้แก่ตนและคนอื่น ฉะนั้น แม้ไม่มีอะไรจะให้เขา ถ้าสามารถพุดจาให้กำลังใจกับเขาได้ เขาก็พอใจ ความอ่อนหวานเป็นคุณสมบัติของคนกล้าหาญและผู้ดี ความถ่อมตนแสดงถึงความเป็นผู้สุภาพ และมีจิตใจสูง เป็นต้น คนที่มีปกติถ่อมตน ย่อมเป็นคนอ่อนหวานเสมอ รู้จักให้เกียรติคนที่ควรให้เกียรติ เกรงใจคนที่ควรเกรงใจ ความอ่อนหวานนุ่มนวลในการพุดจาปราศย ย่อมดึงดูดใจของผู้อื่นให้รักใคร่เอ็นดู เคารพนับถือ ตรงกันข้ามกับคำหยาบคาย ทำให้คลายความเคารพ นับถือ คลายความรักใคร่เอ็นดู

รวมความว่า สัมมาวาจา คือการเว้นวจีทุจริต ๔ และพุดจาที่ควรพุด ๔ การกล่าวธรรม พุทธธรรม สอนธรรม จัดเป็นสัมมาวาจาอย่างสูง ทำให้ผู้พุดและผู้ฟัง ประสพบุญเป็นอันมาก และอาจทำให้ได้บรรลุมรรคผลนิพพานได้ สัมมาวาจา จึงจัดเป็นองค์หนึ่งของอริยมรรค นำไปสู่ความดับทุกข์

๔ สัมมากัมมันตะ

กัมมะ หรือ กรรม แปลว่า การงาน การทำงาน งานที่ทำ

กัมมันตะ หมายถึง เป็นผู้มีงานทำ คือ ชาวพุทธจะต้องเป็นคนทำงาน มีงานทำทุกคน ไม่ใช่ปล่อยตัวให้เป็นคนว่างงาน หรือเป็นคนเกียจคร้านงานการไม่ทำ

งานที่ว่านี้ หมายถึงงานทั่วไป ซึ่งคนเราจำต้องทำงานตามสมควรแก่วัยและสุขภาพ ตลอดจนหน้าที่ของแต่ละคน เช่น การเรียน การสอน การทำนา การทำสวน การค้า การเล่นกีฬา การบันเทิง การท่องเที่ยว การรับจ้าง ฯลฯ จนกระทั่งถึงการบำเพ็ญสมณธรรม การทำตนให้หลุดพ้นจากวัฏฏสงสาร

ดังนั้น ตัวคนเรานี้ธรรมชาติสร้างมาให้ทำงานได้หลายอย่าง ทำงานที่ดีก็ได้ ทำงานที่ไม่ดีก็ได้ อย่างเช่นมือของเรา จะใช้พนมไหว้พระก็ได้ จะใช้กำเข้าชกต่อยใครก็ได้ จะใช้ถือจอบถือเสียมขุดดินก็ได้ จะใช้เดินทางไปทำบุญก็ได้ จะใช้เดินไปทำบาปก็ได้

เมื่อเป็นเช่นนี้ คนที่รู้ไม่เท่าทันตัวเอง จึงหลงใช้ตัวเองทำงานผิด ๆ เป็นการปล้นตัวเอง ฝังตัวเอง คนเราที่ตายเพราะคนอื่นฆ่า มีเมียน้อย ส่วนมากนั้นตายเพราะตัวเองเช่นฆ่าตัวเอง คนที่ต้องรับโทษเพราะคนอื่นใส่ความก็มีน้อย คนที่หาความชั่วความผิดมาใส่ตัวเองแล้วต้องรับโทษก็มีมาก ในทำนองเดียวกัน คนที่ได้ดีมีชื่อเสียง ไปสวรรค์ ไปนิพพาน เพราะพึ่งผลการทำงานของคนอื่นก็มีส่วนน้อย แต่ส่วนมากได้บรรลुकุณวิเศษสมปรารถนาเพราะผลการทำงานของตนเอง

ด้วยเหตุนี้ พระศาสดาของเราจึงทรงแสดงจุดสำคัญในการปฏิบัติไว้ ๓ จุด คือ การทำงาน การปฏิบัติในเรื่องนี้ก็คือให้เป็นคนมีงานดี หรือมีสัมมาสัมมันตะ อย่างเป็นคนมีมิจฉากัมมันตะ สัมมาสัมมันตะ การงานชอบ หรือ การประพฤติชอบ เป็นการใช้ชีวิตอย่างมีปัญหา เป็นกำลังมากพอต่อการควบคุมอาการของความโลภ โกรธ หลง เอาไว้ ไม่ให้มีกำลังมากพอต่อการประทุษร้ายต่อชีวิต ทรัพย์สิน คู่ครองของคนอื่น จะพบว่า ความผิดต่อชีวิต ทรัพย์สิน คู่ครอง ล้วนเป็นการกระทำด้วยแรงดันของความโลภ โกรธ หลง ที่แรงจนสร้างปัญหาให้แก่คน และสังคม สัมมาสัมมันตะนั้น จึงแสดงให้เว้นจาก การฆ่า การลักทรัพย์ การประพฤติผิดจากกาม การพูดเท็จ การดื่มของมึนเมาต่าง ๆ

รวมความว่า สัมมาสัมมันตะ คือ การงานชอบ เป็นมรรคองค์หนึ่งซึ่งเป็นเครื่องกำจัด อกุศล เช่น ความเกียจคร้าน เจริญ กุศล เช่น ความเพียร มีคุณสมบัติในการกำจัดทุกข์เล็ก ๆ น้อย ๆ เช่น ความทุกข์ในเรื่องความขาดแคลนทรัพย์สิน ไปจนถึงทุกข์ในสังสารวัฏ การเวียนว่ายตายเกิด ทำให้ทางแห่งสังสารวัฏสั้นเข้า เพราะความกระทำชอบของผู้มีปัญหาในการประกอบกระทำ

๕ สัมมาอาชีพะ

สัมมาอาชีพะ การเลี้ยงชีพชอบ การเลี้ยงชีพ จัดเป็นสำคัญอย่างหนึ่งทั้งในหมู่ มนุษย์ และหมู่สัตว์ดิรัจฉาน เพราะปราศจากการเลี้ยงชีพเสียแล้ว ชีวิตย่อมดำรงอยู่ไม่ได้ ถ้าการเลี้ยงชีพนั้นฝืดเคือง ชีวิตย่อมเป็นไปลำบาก เหมือนพายเรือในโคลนตม

ในจำพวกดิรัจฉาน ไม่มีการเลือกทางเลี้ยงชีพ เพราะธรรมชาติแต่งมาอย่างไร มัน ก็เป็นอยู่อย่างนั้น เช่น สุนัข สุกร แพะ แกะ วัว ควาย ช้าง ม้า นก หนู เป็นอาทิ เมื่อพันปีก่อนเป็นอย่างไร เดียวนี้ก็เป็นอย่างนั้น ไม่ได้เปลี่ยนแปลงไปในทางก้าวหน้า กว่าบรรพบุรุษของมัน เพราะปัญญาของสัตว์ดิรัจฉานนั้นมีน้อยเกินไป

ส่วนในหมู่มนุษย์ได้มีการเปลี่ยนแปลงก้าวหน้ามาเรื่อย ๆ ผิดจากบรรพชนเป็น อันมาก แล้วมนุษย์ได้เลือกทางเลี้ยงชีพต่าง ๆ กัน เช่น ฟืน้องท้องเดียวกัน บางคนเป็น ครู บางคนเป็นพ่อค้าแม่ค้า บางคนเป็นทหาร บางคนเป็นตำรวจ เป็นช่าง ฯลฯ การตกลงใจ หรือการตัดสินใจที่สำคัญที่สุดในชีวิตของมนุษย์มีอยู่สองครั้ง คือ

ครั้งแรก การตัดสินใจ หรือการตกลงใจว่า จะทำงานอะไรเลี้ยงชีพ กล่าวอย่าง สั้น ๆ ว่า การตกลงใจเลือกการประกอบอาชีพ

ครั้งที่สอง การตัดสินใจเลือกบุคคลมาเป็นคู่ชีวิต หรือการตัดสินใจเลือกคู่ครอง ผู้ซึ่งจะมาเป็นมารดาหรือบิดาของลูก ๆ

ถ้าตัดสินใจเลือกถูกทั้งสองครั้ง ก็เป็นความเจริญรุ่งโรจน์ของชีวิต ถ้าตัดสินใจ ผิดทั้งสองครั้ง ก็เป็นความเดือดร้อนล่มจมไปทั้งชีวิตเหมือนกัน ถ้าตัดสินใจถูกครั้งหนึ่ง ความเจริญก้าวหน้าก็ไปได้เพียงครั้งเดียวของความเจริญทั้งหมด ที่บุคคลผู้นั้นพึงจะมี หลักสำคัญในการเลือกอาชีพอย่างหนึ่งก็คือ จงหางานที่ทำให้เพลิดเพลิน เพราะนั่นเป็น สิ่งจำเป็นชิ้นแรก ที่จะก้าวไปสู่ความสำเร็จในการทำงาน

มนุษย์จะได้รับความสำเร็จในการประกอบอาชีพทุกชนิด ถ้าเรามีความพอใจ มี ความกระตือรือร้น เพลิดเพลินในอาชีพที่ทำ เพราะเมื่อพอใจและมีความสุขในการ ประกอบการงานอาชีพใด เขาย่อมมีความเพียรบากบั่น เอาใจจดจ่อ ใส่ใจ และมีความ ไคร่ครวญพิจารณาด้วยดีซึ่งงานนั้น แม้แต่งานซ่อมรองเท้า ถ้าเขามีความพอใจ เขาย่อม



ทำได้ดี ถ้าเขาทำได้ดีก็จะมีคนนิยมมาชอมกันมาก ทำให้เขามีรายได้มากขึ้น และตั้งตัวได้ในที่สุด แต่แม้จะเป็นงาน อธิบติ ถ้าผู้ันั้นไม่ชอบ ไม่รักงานนั้น ก็ทำให้ดีไม่ได้ ช่างชอมรองเท่าที่ติ ย่อมดีกว่าอธิบติที่เลว เพราะอธิบติที่เลวยอมทำงานให้เสีย การได้งานอาชีพเหมาะสมกับอุปนิสัยและความสามารถของคนนั้น ทำให้งานดี ใจสบาย มีความสุข และทำให้อายุยืนในที่สุด บุคคลผู้ได้ทำงานที่เหมาะสมกับอุปนิสัย และความสามารถของคนนั้น นับว่าได้รับพรอันประเสริฐแห่งชีวิตแล้ว มีคนจำนวนอีกจำนวนไม่น้อย แม้เป็นผู้มีสติกริปัญญา เมื่อไปหางานทำ มักจะถามหัวหน้าสำนักงานว่า มีงานอะไรให้เขาทำบ้าง เป็นทำนองว่า งานอะไรก็ได้เขาทำได้ทั้งนั้น ขอเพียงให้ได้เงินเดือนที่เขาพอใจเท่านั้น ข้อบกพร่องในเรื่องนี้มีอยู่ ๒ ประการ คือ

ประการแรก เขาควรเจาะจงงานที่เขาต้องการทำ เพราะเป็นไปไม่ได้ที่เขาจะทำงานได้ทุกอย่าง ถ้าสมมติว่าเขาทำได้ก็ทำให้ดีไม่ได้ ประการที่สอง เขาควรสร้างความพอใจ หรือภูมิใจในงานมากกว่ามุ่งเอาเงินเดือนแพง ๆ เพราะเงินเดือนแพงจะไม่ช่วยให้เขามีความสุขขึ้นได้เลย

คนส่วนมากทำงานเพื่อเงิน และเมื่อได้เงินแล้วก็นำไปสู่จุดมุ่งหมายอื่นต่อไป เช่น แสวงหาความเพลิดเพลินทางคา หู จมูก ลิ้น กายหรือทางเนื้อหนัง เงินนั้นไม่กลับมาเพื่องานอีก อันนี้ทำให้งานเลวลง และในขณะเดียวกันก็ต้องเพิ่มเงินให้มากขึ้น เพราะเขาทำงานมานาน หรือเพราะกฎของระบบงานนั่นเอง จะต้องเพิ่มเงินเดือนทุกปีให้แก่คนทุกคนผู้ที่ไม่มีความชั่วปรากฏ เขามีได้เอาเงินนั้นมาใช้เพื่อให้งานของเขาดีขึ้นเลย คนที่ไม่ชอบงานของตนจนถึงขั้นเกลียด หรือรู้สึกว่สติปัญญาของเขาถูกนำไปใช้ในทางที่ผิดเสียแล้วนั้น จะทำงานให้ดีได้อย่างไรเมื่องานเลวลง ตัวเขาเองก็ไม่มี ความภูมิใจ ผู้บังคับบัญชา และคนทั้งหลายก็มองเขาในด้านลบ หรือคำหนิ เขาไม่ได้รับการยกย่องจากสังคมของเขา ในที่สุดก็เหลวทั้งงานและคนเพราะฉะนั้น การตัดสินใจเลือกงานอาชีพ จึงสำคัญประการแรกในวิถีชีวิตของคน อย่าจำใจต่อทำงานที่ตนไม่ชอบ ในเรื่องนี้ แม้จะต้องขัดใจผู้ปกครองบ้างก็ต้องยอม ในที่สุดท่านจะเห็นใจเราเอง

อีกอย่างหนึ่ง ทางทำมาหากินที่สุจริตในโลกนี้มีมากมาย ผู้มีความสามารถควรเว้นอาชีพที่คนทำกันอยู่คายนึ้นสิ้นหลวมแล้ว ถ้าเป็นไปได้ ควรเลือกประกอบอาชีพที่มี

คนทำน้อย ถ้ายิ่งทำเป็นคนแรกได้ก็ยิ่งวิเศษ มีความหมายมาก และไม่ต้องไปยื้อแย่งกับใคร

อาชีพที่เป็นมิจฉาอาชีพะ

พระพุทธเจ้าทรงแสดงการค้าขาย ๕ อย่างว่า เป็นมิจฉาวิชชา คือการค้าขายที่ผิด อุบาสกไม่ควรประกอบการค้าชนิดนั้น ๆ คือ

๑. ค้าขายเครื่องประหาร (รวมทั้งเครื่องมือประหารมนุษย์ และสัตว์ทั่ว ๆ ไป)
๒. ค้าขายมนุษย์ (สมัยโบราณมีการค้าขายทาสกัน เหมือนค้าขายสัตว์ และสิ่งของ)
๓. ค้าขายสัตว์เป็น สำหรับฆ่าเป็นอาหาร เช่น ไก่ สุกร ปลา ฯลฯ
๔. ค้าขายน้ำเมา
๕. ค้าขายยาพิษ^{๑๔}

“คำว่า อุบาสกในพระบาลีนี้ หมายถึงผู้นับถือพระพุทธศาสนาทั้งหมด หรือว่า เฉพาะผู้เคร่งครัดในศีล ๕ ศีล ๘ ถ้าหมายถึงผู้นับถือพระพุทธศาสนา หรือนับถือพระรัตนตรัยทั้งหมด บางท่านแสดงความคิดเห็นว่า จะมีเป็นการตัดทางอาชีพของเขาไปหรือไม่? ในข้อสองนั้นไม่สงสัย แต่อีก ๔ ข้อที่เหลือดูไม่น่าจะเสียหายอะไร ถ้าค้าขายโดยสุจริต กล่าวคือไม่ฉ้อโกงใคร ตัวอย่าง เช่น ค้าขายปิ่น มืด ดาบ เครื่องดักสัตว์ หรือเครื่องมือจับปลา (ในข้อ ๑) ค้าขายไก่ สุกร ปลา ในข้อ ๓ ค้าขาย สุรา เบียร์ ในข้อ ๔ และค้ายาพิษ แม้ยาแก้ปวดเมลง ยาฆ่าหนู ฆ่าปลวก หรือยาเบื่อสุนัข ก็น่าจะรวมอยู่ในประเภทยาพิษเหมือนกัน ยาพวกนั้น ถ้าคนกินเข้าไปก็อาจตายได้ (ในข้อ ๕)

ความจริงอีกด้านหนึ่ง ซึ่งควรมอง คือ ในสังคมมนุษย์นี้มีอาชีพอยู่มากมายเป็นหมื่น ๆ ชนิด ผู้ที่ประกอบอาชีพทางการค้า แม้จะไม่ค้าขาย ๕ อย่างนี้ ก็ยังมีสินค้านั้น ๆ อีกมากมายหลายร้อยอย่าง อันเป็นทางให้ประกอบอาชีพหาสินทรัพย์ได้

^{๑๔} อญ.ปญจก.๒๒ / ๒๓๒.

เช่น ขายผัก เนื้อที่ชำแหละแล้ว ขายผ้า เครื่องอุปโภคบริโภคอย่างอื่นอีกนับไม่ถ้วน เช่น ข้าวสาร นม เนย นอกจากอาชีพการค้าแล้ว ยังมีอาชีพอื่น ๆ ให้เลือกทำอีกหลายอย่าง

เพราะเหตุไรจึงทรงมีพุทธมคิว่า อุบาสก (ผู้นับถือพระรัตนตรัย) ไม่ควรทำการค้าขาย ๕ อย่างนี้

ตอบโดยสันนิษฐานว่า

๑. เพื่อป้องกันการคิดเตือนจากคนทั้งหลายว่า “ คุณเถิด คุณสาวกของพระโคตม ยังประกอบการค้าขายเครื่องประหารมนุษย์และสัตว์, ยังค้าขายทาส, สัตว์เป็นอันเขานำไปฆ่าเป็นอาหาร, น้ำเมา และยาพิษ...

๒. เพื่อความสบายใจของอุบาสก (ผู้นับถือพระรัตนตรัย) เอง ก็ไม่ต้องเดือดร้อนใจในภายหลัง บางท่านเคยเลี้ยงสุกรขาย ขายเขาไปทีไรใจแป้วและไม่สบายใจทุกครั้ง เพราะว่าคนซื้อพามันไปทำอะไร ในที่สุดต้องเลิกการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตใจนั้น ความสบายใจของตนมีความสำคัญอยู่มาก คนที่มีเรื่องวิตกกังวลอยู่เสมอ ๆ หรือแทบทุกวันนี้ ยากที่จะก้าวหน้าในการพัฒนาทางจิต

๓. นักปราชญ์ทั้งหลายมีความเห็นพ้องต้องกันว่า เพื่อความสบายใจทั้งปัจจุบันและอนาคต ควรเว้นการอาชีพที่เป็นไปเพื่อการเบียดเบียนตนและผู้อื่น ฯลฯ^{๑๔}

อาชีพอื่นที่สุจริต ไม่ผิดกฎหมายและศีลธรรม ถือว่าเป็นสัมมาอาชีพ การประกอบอาชีพใดก็ตาม ถ้าสุจริตในอาชีพนั้นก็ถือว่าเป็นมิจฉอาชีพ เช่น ข้าราชการ พ่อค้า แม่ค้า ครูอาจารย์ ว่าโดยลักษณะของอาชีพแล้วดี แต่ถ้าไปทำทุจริตเข้า อาชีพนั้นกลายเป็นมิจฉอาชีพ เช่น พ่อค้าขายยา แต่ขายยาปลอม ค้าขายของอื่น ๆ ก็เหมือนกัน แสดงของเทียมว่าเป็นของแท้ หลอกคนซื้อผู้ไม่รู้ว่าเป็นเรื่องนั้น ถือว่าเป็นการโกง พวกข้าราชการทุจริตต่อหน้าที่เบียดเบียนบังผลประโยชน์ของทางราชการมาเป็นของตน

^{๑๔} วศิน อินทสระ, หลักคำสอนสำคัญในพระพุทธศาสนา, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ มหามกุฏราชวิทยาลัย๒๕๓๕) หน้า ๑๙๓ - ๑๙๔.

หรือกรณีอื่น ๆ อันรวมลงในเรื่องทุจริตพวกครูโง่งชั่วโง่งสอน ทำอาชีพที่หน้า
สรรเสริญของคน ให้ทุจริตเป็นมิจฉาชีพ

สาวกของพระอริยะ เว้นมิจฉาชีพต่าง ๆ แล้วประกอบแต่สัมมาชีพ ทำอาชีพ
ของคนให้บริสุทธิ์สะอาดที่เรียกว่า อาชีวะปาริสุทธิ เป็นองค์ศีลสำคัญข้อหนึ่งในศีล ๔
คือ

๑. อินทริยสังวรศีล ตำรวมอินทริย์ ๖ คือ ระวังตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่
ให้ยินดีอินร้าย เมื่อได้เห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องโศภณูปพะ และรู้
อารมณ์ทางใจ

๒. ปาฏิโมกขสังวรศีล ตำรวมระวังในศีลปาฏิโมกข์ คือเว้นข้อห้าม ทำตามข้อ
ที่พระพุทธองค์ทรงอนุญาต

๓. อาชีวะปาริสุทธิศีล ศีลที่เกี่ยวกับอาชีวะ เลี้ยงชีพบริสุทธิ์ ผ่องใส ไม่ทำอาชีพ
ของคนให้เศร้าหมอง

๔. ปัจจยปัจจเวกขณะศีล การพิจารณาปัจจัย ๔ ก่อนบริโภค ใช้สอย ไม่
บริโภคใช้สอยด้วยคัมहा เรียกว่า ปัจจยสันนิสิตศีล แม้พระภิกษุก็อาจทำอาชีพของตน
ให้เศร้าหมองได้ เพราะการไม่สำรวมระวังแสวงหาปัจจัย ๔ โดยไม่ชอบด้วยธรรม
นิยมของภิกษุ เช่น ขอบปัจจัย ๔ ต่อบุคคลที่ตนไม่ควรขอ เช่นขอต่อผู้ซึ่งไม่ใช่ญาติ
และผู้ซึ่งมิได้ปวารณา (เปิดโอกาส) ไว้

ภิกษุผู้ต้องการให้อาชีวะบริสุทธิ์ ต้องเว้นความประพฤติกุศลกลวงต่าง ๆ อัน
เกี่ยวกับอาชีพการแสวงหาปัจจัย เช่น การพูดอวดอุตตริมนุสสรธรรมอันไม่มีจริงในตน
กล่าวคือเรื่องฉาน เรื่องวิโมกข์ สมာธิ สมาบัตติ มรรค ผล นิพพาน เว้นการพูดเคาะ
พูดเลียบเคียง แกล้งทำเป็นเคร่ง เพื่อให้ได้ปัจจัย ๔, พูดต่อลาภด้วยลาภ พูดให้ทายก
เจ็บใจ เพื่อให้เขาจำใจให้ การได้ปัจจัยมาด้วยอาการอย่างนี้ เป็นอาชีวะวิบัติของพระ
ภิกษุ

ปัจจัยที่จักได้มาโดยบริสุทธิ์สำหรับภิกษุนั้น ท่านแสดงไว้ ๓ ทาง คือ

๑. ได้มาโดยการบิณฑบาต ถือว่าเป็นปัจจัยที่บริสุทธิ์อย่างยิ่ง แต่การบิณฑบาต
นั้นต้องบิณฑบาตอย่างภิกษุ คือ เทียบเดินรับอาหารโดยการสำรวม มีสติสัมปชัญญะ

แผ่เมตตาแก่บุคคลทั่วไป ไม่ใช่แข่งกันกับภิกษุสามเณรรูปอื่น การแย่งอาหารบิณฑบาตกันเป็นอาชีวิบัติ เป็นมิจฉาชีพ

๒. ได้มาโดยการเลื่อมใสของทายกแล้วนำเอาอาหารมาถวาย คือ เขาอาจเลื่อมใสในอาชาระมรรยาท เลื่อมใสในความรู้ความสามารถ ในรุดงค์คุณ เป็นต้น แล้วนำปัจจัยมาถวาย

๓. ได้มาโดยมีผู้เลื่อมใสในธรรมเทศนา ซึ่งผิดถูก ชั่วดีให้เขาเห็น เขาได้เว้นสิ่งที่ควรเว้น ประพฤติสิ่งที่ควรประพฤติ ให้เห็นผลดีจากการประพฤติเช่นกัน

ภิกษุผู้ไม่มีศีลธรรมอันสมควรแก่ภาวะของตน รับประทานของคฤหัสถ์มาบริโภค ท่านเรียกว่า บริโภคอย่างขโมย เพราะตนไม่มีสิทธิ์ที่จะบริโภคปัจจัยเช่นนั้น ภิกษุผู้มีศีลเท่านั้นมีสิทธิ์บริโภคได้ ผู้ประกอบมิจฉาชีพนั้น ทำให้สังคมมนุษย์วุ่นวายสับสน เช่น พวกโจร หรือผู้มีอาชีพอันเกี่ยวกับการเบียดเบียนอย่างอื่น เช่น ขาขายยาเสพติดให้โทษ มีเฮโรอีน ยาบ้า ฯลฯ เป็นต้น รวมความว่า มิจฉาชีพ เป็นการทำลายคนและสังคม ส่วนสัมมาชีพเป็นการช่วยเหลือบำรุงคนและสังคม ยากจนอยู่ในสัมมาชีพ ประเสริฐกว่ามั่งมีอยู่ในมิจฉาชีพ ยอมอดตายดีกว่าลักขโมยของผู้อื่นมาบริโภค ถ้ามนุษย์เรามีอุดมคติอันสมควรแก่ศักดิ์ศรีของมนุษย์เช่นนี้สังคมมนุษย์เราจะเป็นสังคมที่ประเสริฐ เราสามารถพัฒนาสังคมให้เจริญเติบโตได้อย่างรวดเร็ว และไปสู่ทางที่ดีด้วย มิจฉาชีพเป็นอุปสรรคสำคัญอย่างหนึ่งของการพัฒนาสังคม ส่วนสัมมาชีพเป็นประโยชน์เกื้อกูลอย่างยิ่งต่อการพัฒนาสังคม



๖ สัมมาวายามะ

สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ จัดเป็นคุณธรรมสำคัญยิ่งประการหนึ่ง เป็นคุณธรรมที่ศาสนาของทุกศาสนายกย่อง นักปราชญ์ทั้งปวงสรรเสริญ

องค์มรรคข้อนี้ เป็นข้อแรกของหมวดสมาธิ หรือ อธิจิตตสิกขา มีคำจำกัดความตามพระสูตร ดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมาวายามะ เป็นไฉน ? นี้เรียกว่าสัมมาวายามะ คือ ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้

๑) สร้างฉันทะ พยายาม ระดมความเพียร คอยเร้าใจไว้ มุ่งมั่น เพื่อ (ป้องกัน) อ“ภิกษุทั้งหลาย สัมมาวายามะ เป็นไฉน ? นี้เรียกว่า สัมมาวายามะ คือ ภิกษุในพระกุศลธรรมอันเป็นบาปที่ยังไม่เกิด มิให้เกิด ขึ้น

๒) สร้างฉันทะ พยายาม ระดมความเพียร คอยเร้าจิตไว้ มุ่งมั่น เพื่อละ อกุศลธรรมอันเป็นบาปที่เกิดขึ้นแล้ว

๓) สร้างฉันทะ พยายาม ระดมความเพียร คอยเร้าจิตไว้ มุ่งมั่น เพื่อ (สร้าง) กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

๔) สร้างฉันทะ พยายาม ระดมความเพียร คอยเร้าจิตไว้ มุ่งมั่น เพื่อ ความดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย เพื่อภิญโญภาพ เพื่อความไพบุลย์ เจริญ เต็ม เปี่ยมแห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว”^{๒๐}

ในอิทธิธรรมมีความจำกัดเพิ่มอีกแบบหนึ่ง ดังนี้

“สัมมาวายามะ เป็นไฉน ? การระดมความเพียร (วิริยารัมภะ) ทางใจ ความก้าวหน้า ความบากบั่น ความขมกัเขม้น ความพยายาม ความอดสาหะ

^{๒๐} ที.ม.๑๐ / ๑๙๙ / ๓๔๘, ม.ม.๑๒ / ๑๔๙ / ๑๒๔.

ความฮึกฮูด ความเข้มแข็ง ความมั่นคง ความก้าวหน้าไม่ลดละ ความไม่ทอกร
 ทิ้งฉันทะ ความไม่ทอดทิ้งธุระ การแบกทูนเอาธุระไป วิริยะ วิริยอินทรีย์ วิ
 ริยพละ สัมมาวายามะ วิริยสัมโพชฌงค์ ที่เป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค
 นี้เรียกว่า สัมมาวายามะ”^{๒๑}

แสดงความจริงใจของความสำนึก บาป บุญ คุณโทษ คือ สามารถหยั่งเห็น
 โทษของความผิดของจิตที่ถูกปรุงด้วยกิเลส และคุณของจิตที่ถูกปรุงด้วยกุศลธรรม
 แสดงความมุ่งมั่นในการป้องกันบาปที่ยังไม่เกิดไม่ให้เกิดขึ้น ลดละสงบ บรรเทาบาปที่
 เกิดขึ้นแล้วภายในจิต พยายามเสริมสร้างกุศลความดีให้เพิ่มขึ้นภายในจิต กุศลความดีที่
 มีอยู่แล้วมากหรือน้อยก็ตาม พยายามรักษาไว้ แล้วเพิ่มพูนขึ้นไปตามลำดับ จนกว่า
 ความชั่วจะหมดไป และความดีจะสมบูรณ์

ความเพียร เป็นคำกลาง ๆ และเป็นคาบสองคมอยู่ สุดแล้วแต่บุคคลจะใช้ความ
 เพียรไปในทางใด ถ้าใช้ไปในทางที่ชอบก็เป็นสัมมาวายาโม มีความสุข ความเจริญเป็น
 ผล ถ้าใช้ไปในทางไม่ชอบ เป็นมิถิลาวายาโม เช่น ความพยายามของโจรก็มีความทุกข์
 ความคำทรมานเป็นผล วายามะ และ วิริยะ มีความหมายอย่างเดียวกัน ต่างแต่พยัญชนะ
 เท่านั้น ในพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้า พระสาวก และนักปราชญ์ทั้งหลาย ได้
 สรรเสริญความเพียรไว้มาก ตัวอย่าง เช่น

“ท่านทั้งหลาย เห็นความเกียจคร้าน เป็นภัย เห็นความเพียรเป็นธรรมเกษม
 คือปลอดภัยแล้ว จงเป็นผู้มีความเพียรสม่ำเสมอเถิด นี่เป็นพุทธศาสน์ (การ
 พร่ำสอนของพระพุทธเจ้า)”^{๒๒}

^{๒๑} อภ.วิ.๓๕ / ๑๘๑ / ๑๔๐, ๕๘๖ / ๓๒๐.

^{๒๒} พุ.จริยา.๓๓ / ๕๙๕.

ปธาน ๔ หรือ ความเพียร ๔ อย่าง

สัมมาวายามะ ตามคำจำกัดความในพระสูตรนั้น เรียกชื่ออีกอย่างหนึ่งว่า สัมมัปปธาน หรือ ปธาน ๔ และมีชื่อเรียกเฉพาะสำหรับความเพียรแต่ละขั้นนั้นว่า

๑. สังวรปธาน เพียรระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้นในสันดาน ตัดเป็น สังวระ แปลว่า ระวัง ตำรวม ปธาน แปลว่า เพียร พากเพียร ตั้งใจ เมื่อนำมาต่อกันเข้า เป็น สังวรปธานแปลตามศัพท์ว่า เพียรระวัง หมายความว่า ตั้งใจพากเพียร ตำรวมระวัง ในขณะที่ตาเห็นรูป หูฟังเสียง เป็นต้น มิให้บาปกรรมหรือกุศลกรรม คือความไม่ดี เช่น โลก โกรธ หลง เกิดขึ้นในสันดาน คือ จิตใจ

อธิบายหมวดกรรมว่า ปธาน ศัพท์นี้ โดยพยัญชนะ แปลว่า ความทรง หรือ ความตั้งไว้ทั่ว โดยอรรถหมายถึง ความเพียรที่ตั้งไว้ในใจ เป็นกรรมเครื่องกำจัดความเกียจคร้าน อุดหนุนกำลังกาย ใจ ให้เข้มแข็ง อคทนฟันฝ่าอุปสรรคนานาชนิด สามารถประกอบกิจที่ไม่เหลือวิสัยให้สำเร็จได้

แต่เพราะปธาน ความเพียรนี้ อาจเป็นไปได้ทั้งฝ่ายดีและฝ่ายไม่ดี มีอุปมาเหมือนมิดและขวาน ถ้านำไปใช้งานก็มีประโยชน์ ถ้านำไปประหารกันก็ย่อมมีโทษ ฉะนั้น

๒. ปหานปธาน ตัดบทเป็น ปหานะ แปลว่า ละ ตัด กำจัด ทำลาย, ปธาน แปลว่าเพียร พากเพียร ตั้งใจ เมื่อต่อกันเข้าเป็นปหารปธาน แปลว่า เพียรละ หมายความว่า ตั้งใจพากเพียรละ เพียรพยายามตัด กำจัด หรือทำลายบาปกรรม หรือ อกุศลกรรม เช่น ความโลภ เป็นต้น ที่เกิดขึ้นในจิต

๓. ภาวนापธาน ตัดบทเป็น ภาวนา แปลว่า ทำให้เกิดขึ้น ทำให้เจริญขึ้น ปธาน แปลว่า เพียร พากเพียร ตั้งใจ เมื่อต่อกันเข้าเป็น ภาวนापธาน แปลว่า เพียรทำให้เกิดขึ้น เพียรทำให้เจริญมากขึ้น หมายความว่า ตั้งใจพากเพียรทำกุศลกรรม คือ ความดี เช่น ความไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง หรือ ศีล สมาธิ ปัญญา หรือว่า โพชฌงค์ ๗ มีสติเป็นต้น ให้เกิดขึ้น

๔. อนุรักษ์นาปธาน คัดบทเป็น อนุรักษ์นา แปลว่า การตามรักษา การ
 ประดับประคอง ปธาน แปลว่า ความเพียร พากเพียร ตั้งใจ เมื่อค่อกันเข้าเป็น อนุ
 รักษานาปธาน แปลว่า ความเพียรตามรักษา หมายความว่า ตั้งใจพากเพียรตามรักษา
 กุศลธรรม คือ ความดีที่เกิดขึ้นในจิตแล้ว มิให้เสื่อมลงไป ประดับประคองความดีที่
 เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นมิให้ผันเพี้ยน ทำให้เจริญงอกงามไพบุลย์บริบูรณ์ยิ่ง ๆ ขึ้น

ในพระบาลีนิมิตใช้ศัพท์ว่า สัมมา แปลว่า โดยชอบ เข้ามามากับไว้ข้างหน้า
 ศัพท์ว่า ปธาน เป็นรูปศัพท์ว่า สัมมปธาน แปลว่า ความเพียรที่ตั้งไว้โดยชอบ หมาย
 ถึงความเพียรฝ่ายดี ๔ อย่าง

ความเพียรทั้ง ๔ อย่างนี้ เป็นความเพียรที่ดี ที่ชอบ ควรประกอบให้มีในคน
 องค์ประกอบมี ๔ อย่าง คือ

- ๑) ทำความพอใจให้เกิดขึ้น ไม่เบื่อหน่ายระอา ไม่เกียจคร้าน
- ๒) พยายามเรื่อยไป ไม่ทำ ๆ หยุด ๆ
- ๓) ปราศจากความเพียร คือ เริ่มทำความแกล้วกล้าทันที ไม่ต้องชักช้า ไม่ต้อง
 หวาดหวั่นพรั่นพรึง
- ๔) ประคองจิตให้มั่นในการระวัง ในการละ ในการเจริญ ในการรักษา เป็นต้น

ความเกียจคร้านเป็นภยันัน เป็นความจริงอย่างยิ่ง เพราะเป็นบ่อเกิดแห่งหายนะ
 นานาประการ บรรดาสิ่งที่น่ากลัว และควรขับออกไปจากตัวของบุคคลผู้หวังความ
 เจริญในการดำเนินชีวิตนั้น ความเกียจคร้านควรจะเป็นสิ่งแรก

คนที่ทำตัวเกียจคร้าน ไม่อยากทำมาหากิน คนงานที่เกียจคร้าน พ่อ แม่ ลูก ที่
 เกียจคร้าน ฯลฯ ไม่เป็นที่ต้องการของใคร ๆ ทั้งนี้ รวมความว่า ความขี้เกียจเป็น
 ความไม่ดียิ่งในตัวตน เป็นสิ่งที่น่ากลัว เป็นภัย เป็นหายนะซึ่งควรขับไล่ให้ออก
 ไปจากตัวตน เมื่อยอมให้ความเกียจคร้านเข้าครอบงำแล้ว ความเสื่อมต่าง ๆ ก็คืบคลาน
 เข้ามาในชีวิตของบุคคลผู้นั้นอย่างแน่นอน

ส่วนความเพียร (ชอบ) เป็นธรรม คือปลอดภัย เช่น ปลอดภัยจากความคิดเตียน
 จากบัณฑิต จากความลุ่มจม เสื่อมเสียตำราวม ความเพียรเป็นที่พึ่ง เป็นธรรมช่วยส่ง

เสริมยกฐานะของคนต่ำค้ำยให้สูงศักดิ์ ยกคนเลวให้เป็นคนดี หนุนคนผู้ที่บกพร่องทางสติปัญญาให้สมบูรณ์ขึ้น เป็นต้น

เหมือนดังพุทธพจน์ที่ว่า “ บุคคลจะล่วงทุกข์ได้ด้วยความเพียร ”^{๒๓}

พระบรมศาสดาทรงเรื่องนี้ เพราะมีผู้มาถามว่า บุคคลจะล่วงทุกข์ได้อย่างไร ตรัสตอบว่า บุคคลจะล่วงทุกข์ได้เพราะความเพียร ตัวอย่างเช่น ความทุกข์เพราะความยากจน จะล่วงได้เพราะความเพียรในการงาน ขยันทำมาหากินในทางสุจริต ความทุกข์เพราะความโง่เขลา จะล่วงพ้นได้ด้วยความขยันหมั่นเพียรในการศึกษาเล่าเรียน แสวงหาวิชาความรู้อยู่เสมอ ให้เพิ่มพูนขึ้นเรื่อย ๆ ไม่รู้จักหยุด ในการแสวงหาความรู้นั้น บัณฑิตรู้สึกตนเหมือนจะไม่แก่ไม่ตาย ในการรีบทำความดี บัณฑิตขอมรู้สึกตนเหมือนจะมีชีวิตอยู่อีกเพียงวันเดียว คือรีบทำ

การทำความเพียรชอบ สามารถทำลายความวิตกกังวลลงได้ เพราะธรรมชาติของจิตใจมีกฎอันแน่นอนตายตัวอยู่อย่างหนึ่งคือ ไม่อาจคิดอะไรคราวละสองอย่างได้ คือ ไม่อาจมีอารมณ์สองอารมณ์ในขณะเดียวกัน มันต้องเกิดขึ้นทีละอย่าง จิตไม่อาจคิดสองสิ่งในขณะจิตเดียว เมื่อเป็นดังนี้ ขณะที่เราคิดเรื่องงาน ทำงานอย่างเอาใจจดจ่ออยู่ อารมณ์อย่างอื่นก็ไม่อาจเข้ามาได้ ความทุกข์ ความกังวล หนี้สินต่าง ๆ จะไม่มารบกวนเรา ขณะที่ยุ่งอยู่กับงานด้วยจิตใจจดจ่อ การทำงานด้วยวิริยะอุตสาหะ จึงเป็นอุบายอันดียิ่งที่จะขับไล่อารมณ์ร้าย หรือความทุกข์ร้อนออกไปจากใจของเรา เมื่อนานเข้าจิตได้พลัง เพิ่มพลังมากขึ้น ๆ จนบุคคลผู้นั้นเป็นผู้ทุกข์ไม่เป็น หรือไม่มีเวลาสำหรับทุกข์

รวมความว่า ความเพียรชอบในการตั้งตัว คือ ความเพียรในการงานที่สุจริต และความเพียรในการละความชั่วประพฤติกวามดี รักษาความดีให้ยั่งยืนนั้น เป็นองค์มรรคข้อหนึ่ง มีอานุภาพในการกำจัดทุกข์ นำไปสู่ความสุข ความเจริญทั้งในการ

^{๒๓} ส.ส. ๑๕ / ๓๑๕.

ดำเนินชีวิตส่วนตัว สังคม ประเทศชาติ และเป็นมรรคาไปสู่ความดับทุกข์ในสังสารวัฏ
คือ นิพพาน

๗) สัมมาสติ

มรรคข้อนี้ ในพระบาลีมัคควิภังคสูตร อธิบายว่า การระลึกในสติปัญฐาน ๔
คือ ระลึกใน กาย เวทนา จิต และธรรม ให้รู้ตามเป็นจริง เพื่อไม่หลงในสิ่งเหล่านั้น
เพื่อเข้าใจแจ่มแจ้งในเรื่องของกาย เรื่องของความรู้สึก (เวทนา) เรื่องของจิต และเรื่อง
ของธรรมที่เกี่ยวกับจิต กล่าวคือ ปราภฏการณ์อันเกิดขึ้นกับจิต ให้รู้ว่อย่างไหนทำให้
จิตเสื่อม อย่างไหนทำให้จิตเจริญ เช่น นิ वर्ณ ๕ ทำให้จิตเสื่อม โภชณงค์ ๗ ทำให้
จิตเจริญ เป็นต้น

สัมมาสติ เป็นองค์มรรคข้อที่ ๒ ในหมวดสมาธิ หรือ อธิจิตตสิกขา มีคำจำกัด
ความตามพระสูตร ดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมาสติ เป็นไหน? นี้เรียกว่าสัมมาสติ คือ ภิกษุในธรรม
วินัยนี้

๑) พิจารณาเห็นกายในกาย มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัด
อภิชฌา และโทมนัสในโลกเสียได้

๒) พิจารณาเห็นเวทนาทั้งหลาย มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัด
อภิชฌาและโทมนัสในโลกนี้เสียได้

๓) พิจารณาเห็นจิตในจิต มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา
และโทมนัสเสียได้

๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ
กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกนี้เสียได้”^{๒๔}

^{๒๔} ที.ม.๑๐ / ๒๙๙ / ๓๔๙, ม.ญ.๑๔ / ๗๐๔ / ๔๕๔.

คำจำกัดอีกแบบหนึ่ง ที่ปรากฏในคัมภีร์อภิธรรม ดังนี้

“สัมมาสติ เป็นไหน ? สติ คือ การคอยระลึกถึงอยู่เนื่อง ๆ การหวดระลึก (กัถิ) สติ คือ ภาวะที่ระลึกได้ ภาวะที่ทรงจำ ภาวะที่ไม่เลื่อนหาย ภาวะที่ไม่ลืม (กัถิ) สติ คือ สติที่เป็นอินทรีย์ สติที่เป็นผล สัมมาสติ สติสัมโพชฌงค์ ที่เป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า สัมมาสติ”^๕

สติปัฏฐาน ๔

๑. กายานุปัสสนา สติกำหนดพิจารณากายเป็นอารมณ์ว่า กายนี้สักว่ากาย มิใช่สัตว์ บุคคล ตัว ตน เรา เขา เรียกกายานุปัสสนา

๒. เวทนานุปัสสนา สติกำหนดพิจารณาเวทนานุปัสสนา คือ สุขทุกข์ และไม่ทุกข์ไม่สุข เป็นอารมณ์ว่า เวทนานี้ก็สักว่าเวทนา มิใช่สัตว์ บุคคล ตัว ตน เรา เขา เรียกว่า เวทนานุปัสสนา

๓. จิตตานุปัสสนา สติกำหนดพิจารณาใจที่เศร้าหมอง หรือฟุ้งเฟ้อ เป็นอารมณ์ว่า ใจนี้ก็สักว่าใจ มิใช่สัตว์ บุคคล ตัว ตน เรา เขา เรียกจิตตานุปัสสนา

๔. ธรรมานุปัสสนา สติกำหนดพิจารณาธรรมที่เป็นกุศล หรืออกุศล ที่บังเกิดขึ้นกับใจเป็นอารมณ์ว่า ธรรมนี้ก็สักว่าธรรม มิใช่สัตว์ บุคคล ตัว ตน เรา เขา เรียกธรรมานุปัสสนา^๖

ก่อนจะพิจารณาความหมายของสัมมาสติ ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ นี้เห็นว่าควรทำความเข้าใจ และอธิบายเป็นข้อ ๆ ให้เข้าใจ ดังนี้

๑. กายานุปัสสนา ได้แก่ร่างกายที่ยังเป็นและที่ตายแล้ว กายที่ยังเป็นมีลมหายใจเข้าออก มีอริยาบทใหญ่ มีกิริยาอาการย่อย มีอวัยวะต่าง ๆ มีธาตุ เมื่อธาตุลมดับ

^๕ อภ.วิ.๓๕ / ๑๘๒ / ๑๕๐, ๕๘๗ / ๓๒๑.

^๖ ที.มหา.๑๐ / ๓๒๕.

ร่างกายก็ตาย ไม่ช้าก็พุงอง เน่าเปื่อย หากถูกเผา ถูกฝัง หรือทิ้งไว้นานเข้า ก็สลายปน
 ปี้ ไม่มีอะไรเหลือ อนุปัสสนา ได้แก่การตามดู คือดูด้วยสติ มิใช่ดูด้วยตา เมื่อรวมเข้า
 เป็น กายานุปัสสนา แปลว่า การตามดูร่างกาย หมายความว่า ใช้สติกำหนดพิจารณาดู
 ร่างกายเฉพาะลมหายใจ หรือเฉพาะอริยาบทใหญ่ มีการยืน เดิน นั่ง นอน เป็นต้น
 หรือเฉพาะกิริยาอาการย่อย มีการกิน การถ่าย เป็นต้น หรือเฉพาะอวัยวะ มีผม ขน
 เล็บ หนัง หรือเฉพาะธาตุที่มี คิน น้ำ ไฟ ลม หรือเฉพาะร่างกายที่ตายแล้ว พุงอง
 ขึ้นอืด เป็นต้น ดูจนจิตสงบเป็นสมาธิ และเกิดปัญญาเห็นกายทั้งภายใน และภายนอก
 ทั้งที่กำลังเกิด ทั้งที่กำลังดับ ถอนความยึดมั่นในร่างกายเสียได้ มีสติปรากฏที่กายว่า
 กายนี้สักว่ากาย มิใช่สัตว์ บุคคล ตัว ตน เรา เขา บรรเทาความยึดมั่นในร่างกายให้สิ้น
 ไป

กายานุปัสสนาสติปัญฐานี้ ทรงสอนให้มีสติกำหนดลมหายใจเข้าออก เรียกใน
 ภาษาบาลีว่า อานาปานสติ วิธีเจริญ อานาปานสติสมาธินี้ คลุมเอาสติปัญฐานทั้ง ๓
 ข้างปลายไว้ด้วย คือ เจริญอานาปานสติสมาธิอย่างเดียวก็นับว่า ได้เจริญเวทนานุปัส
 สนา จิตตานุปัสสนา และธัมมานุปัสสนา ไปด้วย

จะเห็นว่า อานาปานสติสมาธินั้นคลุมเอาสติปัญฐานทั้ง ๔ ไว้ด้วยดังกล่าว
 แล้ว พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงยกย่องอานาปานสติสมาธิไว้มาก เช่น

“ภิกษุทั้งหลาย เมื่อตถาคตยังเป็นโพธิสัตว์อยู่ก่อนแต่ตรัสรู้ ตถาคตอยู่ด้วย
 วิหารธรรมคือ อานาปานสติสมาธินี้แหละเป็นส่วนมาก เพราะอานาปานสติ
 นี้เอง กายของตถาคตก็ไม่ลำบาก จักษุก็ไม่ลำบาก จิตก็หลุดพ้นจากอาสวะ
 „๒๗

“ภิกษุทั้งหลาย ถ้าพวกอัญญเดียรธีย์ปริพาชกถามว่า “ตลอดพรรษา พระ
 สมณ โคดมอยู่ด้วยวิหารธรรมอะไรส่วนมาก ? เธอทั้งหลายพึงตอบว่า
 “พระผู้มีพระภาคอยู่ด้วยวิหารธรรมคือ อานาปานสติ เป็นส่วนมาก ”๒๘

๒๗ ส.ม.๑๙ / ๔๐๑.

๒๘ ส.ม.๑๙ / ๔๐๒.

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในศาสนานี้ ย่อมเจริญโพชฌงค์ ๗ ไปด้วยกันกับอานาปานสติ อันอาศัยวิเวก อาศัยความคลายกำหนด และอาศัยความดับทุกข์ น้อมไปเพื่อการปล่อยวาง อานาปานสติที่ภิกษุอบรม ทำให้มากแล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก”^{๒๘}

ท่านว่า ผู้เจริญก็มีมาตรฐานอย่างอื่น เมื่อบรรลอรหัตผลแล้ว อาจสามารถกำหนดอายุของตนได้บ้างไม่ได้บ้าง แต่ผู้เจริญอานาปานสติสมาธิ ย่อมสามารถรู้วันนิพพานของตนอย่างแน่นอน ดังเช่นพระเถระรูปหนึ่งสวดปาฏิโมกข์ในวันเพ็ญอุโบสถแล้ว ออกมาขึ้นคูดวงจันทร์ตรวจดูอายุสังขารของตน รู้ว่าจักสิ้นอายุนิพพานในวันนี้ จึงถามภิกษุผู้ห้อมล้อมอยู่ว่า เคยเห็นภิกษุนิพพานอย่างไรบ้าง? ภิกษุทั้งหลายตอบว่า ท่านที่นั่งนิพพานในอากาศก็เคยเห็น ที่นั่งคู้บัลลังก์นิพพานในอากาศก็เคยเห็น พระเถระจึงว่า ข้าพเจ้าจักเดินจงกรมนิพพาน ดังนี้ แล้วจึงขีดเครื่องหมายลงบนพื้นดิน พุคกับภิกษุทั้งหลายว่า ข้าพเจ้าจักเดินจากตรงนี้ไปที่สุดโน้นแล้วเดินกลับมา พอถึงที่ตรงนี้ก็จักนิพพาน ท่านทำได้ตามที่พูดนั้น อานาปานสติ มีอานิสงส์มาก ดังพรรณนามา^{๓๐}

แสดงให้เห็นว่า อานิสงส์ของการเจริญอานาปานสติปัญญาสมาธินั้น มีอานิสงส์มากจริงตามที่ พระพุทธพจน์ที่อ้างไว้ และปราชญ์ผู้รู้ทั้งหลายได้กล่าวมา

๒. เวทนานุปัสสนา ได้แก่ ความรู้สึกเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือไม่ทุกข์ไม่สุข ซึ่งเกิดขึ้นจากการกระทบทางกายหรือทางใจ อย่างไม่ค่อยหนึ่ง เมื่อต่อเข้ากับ อนุปัสสนา เป็น เวทนานุปัสสนา แปลว่า การตามดูเวทนา หมายความว่า ใช้สติกำหนดพิจารณาดูเวทนาที่เป็นปัจจุบัน จนจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ และเกิดปัญญาเห็นเวทนาทั้งภายใน ทั้งภายนอก ทั้งที่กำลังเกิด และที่กำลังดับ มีสติปรากฏที่เวทนาว่า เวทนานี้ลึกกว่าเวทนา มิใช่สัตว์ บุคคล ตัว คน เรา เขา บรรเทาความยึดมั่นในเวทนาให้สิ้นไป

^{๒๘} ส.ม. ๑๙ / ๓๙๕.

^{๓๐} หลักคำสอนสำคัญในพระพุทธศาสนา, อ้างแล้ว, หน้า ๒๓๘.

เวทนานุปัสสนา คือการพิจารณาเวทนา การตามดูเวทนาของตน ตามรู้เวทนา
 ของตน กล่าวคือ ความรู้สึกของตน เช่น

- ๑) เมื่อเสวยสุขเวทนา ก็รู้ว่าเสวยสุขเวทนา (รู้สึกสุข)
- ๒) เมื่อเสวยทุกขเวทนา ก็รู้ว่าเสวยทุกขเวทนา (รู้สึกทุกข์)
- ๓) เมื่อเสวยอทุกขมสุขเวทนา (อุเบกขา) ก็รู้ว่าเสวยอทุกขมสุขเวทนา (รู้สึก
 เฉย ๆ)
- ๔) เมื่อเสวยสุขเวทนา ทุกขเวทนา หรือ อทุกขมสุขเวทนา อันเจือด้วยอามิส ก็

สุข โสมนัส และทุกขโทมนัส อันเกิดขึ้นเพราะอาศัยความพอใจใน รูป
 เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เรียกว่า สุขเวทนา หรือ ทุกขเวทนาที่เจือด้วยอามิส
 เมื่อบุคคลพิจารณาเวทนา (ความรู้สึก) อยู่อย่างนี้ ย่อมเห็นธรรมดาอย่างหนึ่ง คือความ
 สิ้นไป ความเสื่อมไป ความเกิดขึ้นแล้วดับไปของเวทนา เขาเห็นแจ้งว่า ลักแต่ว่า
 เป็นเวทนา ซึ่งเกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยและดับไปตามเหตุปัจจัย จึงกลายเป็นผู้ไม่ยึดมั่น
 ถือมั่นอะไร ๆ ในโลก มีชีวิตเบาสบาย

๓. จิตตานุปัสสนา ได้แก่ ความคิดที่เปลี่ยนไปตามอารมณ์ต่าง ๆ เช่น รัก ชัง
 หลง หายรัก หายชัง หายหลง เป็นต้น เมื่อเข้าต่อกับ อนุปัสสนา เป็น จิตตานุปัสสนา
 แปลว่า การตามดูจิต หมายความว่า ใช้สติกำหนดพิจารณาจิตที่เป็นปัจจุบัน จนจิตตั้ง
 มั่นเป็นสมาธิ และเกิดปัญญาเห็นจิตทั้งภายใน ทั้งภายนอก ทั้งที่กำลังเกิด และกำลังดับ
 มีสติปรากฏที่จิตว่า จิตนี้สักว่าจิต มิใช่สัตว์ บุคคล ตัว ตน เรา เขา บรรเทาความยึด
 มั่นในจิตให้สิ้นไป

จิตตานุปัสสนา คือ การพิจารณาจิต ตามดูจิตของตน เช่น

- ๑) จิตมีราคะ หรือปราศจากราคะ ก็รู้
- ๒) จิตมีโทสะ หรือปราศจากโทสะ ก็รู้
- ๓) จิตมีโมหะ หรือปราศจากโมหะ ก็รู้
- ๔) จิตหดหู่ หรือฟุ้งซ่าน ก็รู้

๕) จิตเป็นมหัคคตะ (จิตมีเมตตาเป็นต้น กว้างใหญ่เป็นอัมปมัญญา) หรือจิตเป็นอมหัคคตะ (จิตแคบ) ก็รู้

๖) จิตต่ำ หรือจิตสูง ก็รู้

๗) จิตตั้งมั่น หรือไม่ตั้งมั่น ก็รู้

๘) จิตหลุดพ้น หรือไม่หลุดพ้น ก็รู้

เมื่อบุคคลพิจารณาจิต ตามคูจิตอยู่เช่นนี้ ย่อมเห็นธรรมดา คือความสิ้นและความเสื่อมในจิต เธอย่อมเห็นจิต สักแต่ว่าจิตเกิดขึ้น และดับไปตามเหตุปัจจัย จึงเป็นผู้ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรในโลก มีชีวิตเบาสบาย

๔. ชัมมานุปัสสนา ได้แก่ เนื้อความ หรือเรื่องต่างๆ ที่รู้ด้วยจิต เช่น นิเวศน์ เบญจขันธ์ อายตนะ โพชฌงค์ อริยสัจ เมื่อต่อเข้ากับ อนุปัสสนา เป็น ชัมมานุปัสสนา แปลว่า การตามดูธรรม หมายความว่า ใช้สติกำหนดพิจารณาธรรมที่เป็นปัจจุบัน จนจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ และเกิดปัญญาเห็นธรรมทั้งภายใน ทั้งภายนอก ทั้งที่กำลังเกิด และทั้งที่กำลังดับ มีสติปรากฏอยู่ที่ธรรมว่า ธรรมนี้ดีกว่าธรรม มิใช่สัตว์ บุคคล ตัว ตน เรา เขา บรรเทาความยึดมั่นในธรรมให้สิ้นไป

ชัมมานุปัสสนา คือการพิจารณาธรรม ตามดูธรรมทั้งส่วนอกุศล และกุศลที่เกิดขึ้นในจิตของตน ทรงแสดงไว้หลายอย่าง ดังนี้

๑) นิเวศน์ ๕ คือ กามฉันท์ พยาบาท ดินมิทระ อุทธีจกุกุกุจะ วิจิกิจฉา เมื่อมีอยู่ในจิตก็รู้ว่ามิอยู่ เมื่อไม่มีอยู่ก็รู้ว่าไม่มีอยู่

๒) ขันธ์ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทรงสอนให้รู้จักขันธ์ ความเกิดขึ้นแห่งขันธ์ และความดับแห่งขันธ์

๓) อายตนะภายใน ๖ ภายนอก ๖ อายตนะภายใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อายตนะภายนอก ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ชัมมารมณฺ์ ทรงสอนให้รู้จักตา กิเลสที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยตาและรูป แล้วผูกพันสัตว์ไว้ในภพ (หู จมูก ฯ ก็ทำนองเดียวกัน) ทรงสอนให้รู้จักวิธีจะไม่ให้กิเลสเกิด และวิธีละกิเลสซึ่งเกิดขึ้นแล้ว เพราะอาศัย ตา หู รูป เสียง เป็นต้นนั้น ตลอดทั้งให้รู้จักวิธีทำมิให้กิเลสที่ละได้แล้วเกิดขึ้นอีก

๔) โภชฌงค์ ๗ โภชฌงค์ คือ องค์แห่งธรรมอันเป็นปัจจัยอุดหนุนให้ตรัสรู้ หรือรู้ธรรมอันสูงสุด มี ๗ หัวข้อ คือ ๑.สติความระลึกได้ ๒.สัมมวิชัย การเลือกเฟ้นธรรม ๓.วิริยะ ความเพียร ๔.ปีติ ความเอิบอิ่ม ๕.ปีสัทธา ความสงบกายสงบจิต ๖.สมาธิ ความตั้งมั่นแห่งจิต ๗.อุเบกขา ความวางเฉย

ทรงสอนให้ตามพิจารณาธรรมเหล่านี้ ให้รู้ชัดว่ามีอยู่หรือไม่มีอยู่ในจิต ให้รู้ความเกิดขึ้นแห่งโภชฌงค์ที่ยังไม่เกิด และรู้วิธีทำให้โภชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้วถึงความบริบูรณ์

๕. อริยสัจ ๔ เห็นอริยสัจ ๔ ตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์ นี่เหตุให้เกิดทุกข์ นี่ความดับทุกข์ นี่ทางให้ถึงความดับทุกข์

ทั้ง ๕ นี้ เป็นธัมมานุปัสสนาสติปัญญา ทรงสอนให้พิจารณา นีวรณ ๖ ชั้น ๖ อย่างคนละ โภชฌงค์ และอริยสัจ

ธรรม ๔ อย่างนี้ มีกายานุปัสสนา เป็นต้น เรียกชื่อว่า สติปัญญา เพราะเป็นสติที่ตั้งมั่น คือ สติกำหนดคิดตามพิจารณาคุณานะ ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นอารมณ์ ไม่พลั้งเผลอทุกขณะ

สติปัญญา ๔ นี้ เป็นทางปฏิบัติอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ เพื่อความก้าวล่วง ความเศร้าโศก เพื่อความดับทุกข์โทมนัส เพื่อบรรลุดุธรรมชั้นสูง เพื่อทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน สำหรับเวไนยสัตว์ทั้งหลาย

พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตตญาโณ) ได้กล่าวสรุปไว้ว่า

กาย เวทนา จิต ธรรม ๔ อย่าง ก็คือ ชีวิตของคนแต่ละคนนั่นเอง การใช้คุณธรรม ๓ ประการ คือ สติ สัมปชัญญะ ความเพียร เพ่งพินิจพิจารณาจนปัญญาพัฒนามาถึงรู้เห็นความจริงของโลกชีวิตว่า กาย เวทนา จิต ธรรม

ในด้านของความเป็นจริงที่แท้จริงแล้วไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตนเราเขา อย่าง
ที่หลงเข้าใจผิดกัน^{๑๑}

คนส่วนมากแม้อายุมากแล้วก็ยังมีความรู้สึกทำนองเดียวกันกับเด็กที่ติดของเล่น
เพียงแต่ว่าของนั้นใหญ่ขึ้น เช่น รถยนต์ บ้าน กองทราย เป็นต้น แม้มนุษย์จะมีชีวิตสืบ
ทอดกันลงมานับเป็นเวลาล้าน ๆ ปีแล้ว แต่จิตของมนุษย์ก็ยังเยาว์อยู่มาก ยังเขลาต่อ
ปัญหาชีวิต ส่วนหนึ่งเพราะมนุษย์อวดคิดว่าตัวรู้ในสิ่งที่ตนไม่รู้เลย อวดคิดว่าตนฉลาดใน
สิ่งที่ตนยังเขลาอยู่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องปัญหาชีวิตและขบวนการแห่งจิตของตน
จึงหลงไหลมัวเมาอยู่ในของเด็กเล่นมากกว่าการแสดงหาสาระตลึงแห่งชีวิต ประมาทอยู่
ในเงามืดแห่งหายนะต่าง ๆ เพราะขาดสติชอบ (สัมมาสติ) พอสติจะเกิดขึ้นบ้างก็ถูก
มอมเมาให้เป็นมิจนสติเสีย การระลึกนั้นจึงดำเนินไปในทางที่ผิด

สัมมาสติ ความระลึกชอบจะช่วยแก้ปัญหาเรื่องนี้ได้ จึงจัดเป็นมรรคานำไปสู่
ความพ้นทุกข์ได้อีกองค์หนึ่ง

๘ สัมมาสมาธิ

สัมมาสมาธิ เป็นองค์มรรคข้อสุดท้าย และเป็นข้อที่มีเนื้อหาสำหรับศึกษามาก
เพราะเป็นเรื่องของการฝึกอบรมจิตในขั้นลึกซึ้ง เป็นเรื่องละเอียดประณีต ทั้งในด้านที่
เป็นเรื่องของจิตอันเป็นของละเอียด และในด้านของการปฏิบัติที่มีรายละเอียดกว้างขวาง
ซับซ้อน เป็นสนามรวมของการปฏิบัติ

คัมภีร์รุ่นอรุณฤคธา ระบุนุความหมายจำกัดลงไปอีกว่า สมาธิ คือ ภาวะมีอารมณ์
หนึ่งเดียวของกุศลจิต และไขความออกไป หมายถึงการดำรงจิตและเจตสิกไว้ใน
อารมณ์หนึ่งเดียว อย่างเรียบ สม่่าเสมอ และด้วยดี^{๑๒}

^{๑๑} พระราชธรรมนิเทศ, (ระแบบ สุตญาณโณ). โลกและชีวิต. (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ศิว
การพิมพ์ ๒๕๔๑) หน้า ๘๘.

“สัมมาสมาธิ” ตามคำจำกัดความในพระสูตรทั่วไป เเจาะจงว่า ได้แก่สมาธิตาม
แนวฉาน ๔ ดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมาสมาธิ เป็นไฉน ? (คือ) ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑) สงัดจากกามทั้งหลาย สงัดจากอกุศลธรรมทั้งหลาย บรรลุฉาน ซึ่งมี
วิตก วิจารณ์ มีปีติและสุข เกิดแต่วิเวกอยู่

๒) บรรลุทุติยฉาน ซึ่งมีความผ่องใสแห่งจิตในภายใน มีภาวะใจเป็น
หนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ เพราะวิตกวิจารณ์ระงับไป มีแต่ปีติและ
สุข เกิดแต่สมาธิอยู่

๓) เพราะปีติจางไป เธอจึงมีอุเบกขาอยู่ มีสติสัมปชัญญะ และเสวยสุข
ด้วยกาย บรรลุตติยฉานที่พระอรหันต์ทั้งหลายกล่าวว่า “เป็นผู้มีอุเบกขา สติ
อยู่เป็นสุข”

๔) เพราะละสุขละทุกข์ และเพราะโสมนัสโทมนัสดับหายไปก่อน จึง
บรรลุจตุตถฉานอันไม่มีทุกข์ ไม่มีสุขมีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่”^{๓๓}

“สัมมาสมาธิ เป็นไฉน ? ความตั้งอยู่แห่งจิต ความตั้งแน่วแห่งจิต ความ
มั่นคงไปแห่งจิต ความไม่ส่ายไป ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่มีใจไม่
ซัดส่าย ความสงบ (สมถะ) สมาธินทรีย์ สัมมาสมาธิ สมาธิสัม
โพชฌงค์ ที่เป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรคอันใด นี้เรียกว่า
สัมมาสมาธิ”^{๓๔}

ว่าโดยสาระสำคัญ สมาธิที่ใช้ถูกทาง เพื่อจุดหมายในทางหลุดพ้น เป็นไปเพื่อ
ปัญญา ที่รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง มิใช่เพื่อผลในทางสนองความอยากของคน
เช่น อวดฤทธิ์ อวดความสามารถ เป็นต้น นั่นเอง เป็นสัมมาสมาธิ คั้งหลักการที่ท่าน

^{๓๓} ที.ม.๑๐ / ๒๙๙ / ๓๔๙, ม.ญ.๑๒ / ๑๔๙ / ๑๒๕.

^{๓๔} อภิ.วิ.๓๕ / ๑๘๓ / ๑๔๐, ๕๘๙ / ๓๒๒.

แสดงไว้ ผู้ปฏิบัติธรรมสามารถเจริญวิปัสสนาได้ หรือ เพื่อสร้างปัญญาที่รู้แจ้ง อันเป็นสมาธิในระดับระหว่างขณิกสมาธิ กับอุปปจารสมาธิ เท่านั้น^{๓๕}

สัมมาสมาธิ การตั้งใจมั่นชอบ คือ ทำจิตให้สงบ ตั้งมั่นเป็นสมาธิ จนได้อุปปนาสมาธิ ที่เรียกว่า ได้บรรลุฌานที่ ๑ ที่ ๒ ที่ ๓ และที่ ๔ ตามลำดับ กำจัดนิวรณ์ธรรม คือ ธรรมที่ก่อกวนจิตไม่ให้บรรลุความดี ๕ ประการเสียได้ คือ

- ๑) กามฉันทะ ความรักใคร่ด้วยอำนาจความพอใจ
- ๒) พยาบาท ปองร้ายผู้อื่น
- ๓) ถีนมิตฺตะ ความง่วงเหงาซึ่มเซา
- ๔) อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านรำคาญ
- ๕) วิจิกิฉณา ความลี้เลศสงสัย

สมาธิมีความสำคัญต่อการทำงานทุกชนิด และเป็นที่อยู่อันสงบสุขของใจ ไม่มีที่ใด จะให้ความสงบสุขแก่ดวงจิตอันไม่มีโทษเท่ากับสมาธิ คนทำงานถ้าทำด้วยใจที่เป็นสมาธิก็เหนื่อยน้อย และได้ผลมาก มีความเพลิดเพลินและความสุขในงานเป็นอย่างดี ตรงกันข้ามกับความฟุ้งซ่าน ซึ่งทำให้เหนื่อยหน่ายได้งานน้อย

สมาธิเป็นพื้นฐานแห่งความสำเร็จทุกอย่าง แต่คนส่วนมากพอได้ยินคำว่า สมาธิ ใจก็หนีไปถึง ฌาน วิปัสสนาชั้นสูง ซึ่งเห็นว่าสูงเกินไปสำหรับตน คนทำไม่ได้ ไม่มีเวลาทำ ขัดกับการงานและเวลาประกอบอาชีพ

ความจริงแล้ว สมาธิต้องใช้ในการงานทุกอย่าง ไม่ว่าจะงานสูงต่ำอย่างไร จะต่างกันก็แต่ว่า จะต้องใช้สมาธิสูงต่ำเพียงใด คนจะเขียนหนังสือ ถ้าใจไม่เป็นสมาธิ คอยแต่วอกแวกอยู่แล้วก็เขียนไม่ได้ ถ้าขืนเขียนไปเพราะจำเป็นก็ผิดมาก อย่างว่าแต่เขียนหน้าหนึ่งเลย แม้เขียนเพียงบรรทัดเดียวก็ให้สมบูรณ์ได้ยาก งานศิลปะ วิทยาศาสตร์ กรรมกร ครู ฯลฯ ล้วนต้องใช้สมาธิในการทำทั้งนั้น

สมาธิ คามตัวอักษร แปลว่า ความตั้งมั่น หมายถึงความตั้งมั่นแห่งจิต มีความมั่นคง เสาเรือนที่ปักลงมั่นย่อมรับน้ำหนักได้ดี ไม่โยกคลอนฉุนใด ดวงจิตที่มั่นคงด้วย

^{๓๕} ปฏิธ.๑.๑๕๐, ที.ปา.๑๑ / ๒๘๘ / ๒๓๑.

กำลังสมาธิที่ฉันนั้น ย่อมไม่หวั่นไหว แม้มีอารมณ์ภายนอกมากระทบ ก็รักษาปกติภาพของดวงจิตไว้ได้ ดวงจิตอย่างนี้มีคุณค่ามาก

การปฏิบัติธรรมในการดำเนินชีวิตเพื่อความสิ้นทุกข์ตามแนวอริยมรรคมีองค์ ๘ นี้ จะต้องปฏิบัติไปพร้อมกันทุกข้อ ไม่ใช่ปฏิบัติไปทีละข้อ จะบกพร่องข้อใดข้อหนึ่งไม่ได้ อุปมาเหมือนคน ๘ คน ช่วยกันหามของหนัก ที่ ๘ คนพอกไหว หากคนใดคนหนึ่งออกเสียขณะที่ยังหามของหนักอยู่ ของนั้นยังไม่ไปถึงปลายทาง อีก ๗ คน ก็หามไปไม่รอด ของนั้นก็ยังไม่ถึงที่หมายตามกะเกณฑ์ไว้ ต่อเมื่ออีกคนหนึ่งที่ยุคไปนั้นเข้ามาช่วยหามต่ออย่างเต็มกำลังอีก การแบกหามสิ่งของนั้น ก็จะไปถึงที่หมายได้

คุณของสมาธิ

สมาธิ มีคุณเอนกอนันต์สุดจะพรรณนาได้ เรียกว่ามีคุณเป็นอุปการะในการงานทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นงานหยาบ หรืองานละเอียด งานทางโลกหรือทางธรรม คนมีสมาธิย่อมสามารถทำงานให้สำเร็จได้ดีกว่าคนสมาธิไม่ดี ในกรณีที่มีสติปัญญา และความสามารถเหนือกว่าอยู่แล้ว ถ้าเขามีสมาธิดีด้วย ย่อมสามารถก้าวล้ำหน้าผู้อื่นในการงาน นักพูดนักแสดงที่มีสมาธิดี ย่อมสามารถพูดและแสดงได้ดีกว่านักพูดหรือนักแสดงที่มีใจฟุ้งซ่าน

ฝ่ายทางการปฏิบัติธรรมนั้น สมาธิมีความสำคัญยิ่ง จัดเป็นสิกขาหนึ่งในสาม หรือหลักคำสอนทั้งหมดของพระพุทธเจ้า ย่อลงเป็นไตรสิกขา คือ สีล สมาธิ และปัญญา ผู้ปฏิบัติพระพุทธศาสนา ต้องปฏิบัติควบกันไปทั้งสามอย่าง มุ่งสู่วิมุตติ ความหลุดพ้น สีลเป็นคุณเครื่องทำลายกิเลสอย่างหยาบ สมาธิทำลายกิเลสอย่างกลาง ปัญญาทำลายกิเลสอย่างละเอียด

เปรียบด้วยตัวบ้าน สีล เปรียบเหมือนพื้นบ้านที่สะอาด สมาธิ เปรียบเหมือนฝา ประตู และหลังคา ส่วนปัญญาเปรียบเหมือนแสงสว่างภายใน

บ้านที่ขาดเครื่องมุงบัง ไม่อาจป้องกันพายุฝน หรือลมแดดได้ ทำให้เจ้าของบ้านเดือดร้อนหนักใจ ใจที่ไม่มีสมาธิ ย่อมไม่อาจป้องกันความเดือดร้อนเพราะพายุฝนลมแดด กล่าวคือ โลกธรรมอันซัดสาดเข้ามากระทบใจอยู่เสมอได้ โลกธรรมคือความสม

หวังผิดหวังใน ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ซึ่งมีปกติกระแทกกระทั้นดวงจิตของมนุษย์อยู่เสมอ ดวงจิตที่มีสมาธิเป็นเครื่องป้องกัน ย่อมเป็นเหมือนบ้านที่มีเครื่องมุงบังเรียบร้อยมิดชิดดี การเห็นตามความเป็นจริง ทำให้บุคคลหายหลง หายเมา หายยึดมั่น ถือมั่น เพราะความไม่ยึดมั่น ถือมั่น ความอยากอยู่อยากเป็น ความร่าในภพก็ไม่มี ความเกิดแก่ เจ็บ ตาย ก็ดับไป ความระหกระเหินในสังสารวัฏก็สิ้นสุดลง เป็นความปลอดโปร่ง สุขใจอย่างยิ่ง

สัมมาสมาธิมีคุณานิสงส์เป็นเอกคังพรรณนา ผู้ใคร่ความสุข สงบ จึงควรอบรมสัมมาสมาธิให้เกิดในใจของคน เพราะสัมมาสมาธิ เป็นเรือนพักอันวิเศษสุดของดวงจิต แม้พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า และพระอรหันต์สาวกทั้งหลาย ก็ทรงอาศัย และอาศัยเรือนพักคือสมาธินี้เนื่อง ๆ คราวใดที่ท่านต้องการพักผ่อน ท่านก็พักผ่อนในสมาธินี้ สมาธิจึงเป็นองค์สำคัญสุดท้ายของอริยมรรคมีองค์ ๘ มรรคมีองค์ ๘ รวมย่อลงใน สิกขา ๓ ดังนี้

๑) สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ (การพูดชอบ การทำชอบ และการเลี้ยงชีพชอบ) รวมลงใน สิลสิกขา

๒) สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ (ความเพียรชอบ สติชอบ และสมาธิชอบ) รวมลงใน จิตตสิกขา

๓) สัมมาทิฎฐิ สัมมาสังกัปปะ (ความเห็นชอบ ความดำริชอบ) รวมลงใน ปัญญาสิกขา

รวมความว่า มรรคมีองค์ ๘ เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับไตรสิกขา คือ สิลสมาธิ ปัญญา อันเป็นหลักคำสอนทั้งหมดในพระพุทธศาสนาที่พึงอบรมสั่งสอนเป็นประจำ สำหรับคนทั่วไป แต่ถ้าผู้ใดสามารถก็ควรบำเพ็ญประโยชน์ให้มากขึ้น ไปอีกตามหลัก สังคหวัตถุ เป็นต้น

ข้ออริยมรรค ๘ ลงในไตรสิกขา

อริยมรรคทั้ง ๘ นั้น เมื่อย่อแล้ว ก็รวมลงในไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และ ปัญญา

ในพุทธธรรมฉบับขยายความของพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้อธิบายไตรสิกขาไว้ว่า

๑. อธิศีลสิกขา หรือ ศีล การฝึกความประพฤติทางกาย วาจา และอาชีวะ ได้แก่ รวมเอาองค์มรรคข้อ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ เข้ามา โดยสาระก็คือ การดำรงตนด้วยดีในสังคม รักษาระเบียบวินัย ปฏิบัติหน้าที่และความรับผิดชอบทางสังคมให้ถูกต้อง มีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีงาม เกื้อกูลเป็นประโยชน์ ช่วยรักษาและส่งเสริมสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะหน้าที่ทางสังคม ให้อยู่ในภาวะเอื้ออำนวยแก่การที่ทุก ๆ คนจะสามารถดำเนินชีวิตที่ดีงาม หรือปฏิบัติตามมรรคกันได้ด้วยดี

๒. อธิจิตตสิกขา หรือ สมาธิ คือ การฝึกในด้านคุณภาพและสมรรถภาพทางจิต ได้แก่การรวมเอาองค์มรรคข้อ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ เข้ามา คือ การฝึกให้จิตใจเข้มแข็ง มั่นคง แน่วแน่ ควบคุมตนได้ดี มีสมาธิ มีกำลังใจสูง ให้เป็นจิตที่สงบ ผ่องใส เป็นสุข บริสุทธิ์ ปราศจากสิ่งรบกวน หรือทำให้เศร้าหมอง อยู่ในสภาพเหมาะแก่การใช้งานมากที่สุด โดยเฉพาะการใช้ปัญญาอย่างลึกซึ้ง และตรงตามความเป็นจริง

๓. อธิปัญญาสิกขา หรือ ปัญญา คือ การฝึกปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จนถึงความหลุดพ้น มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใส เบิกบานโดยสมบูรณ์ ได้แก่รวมเอาองค์มรรคข้อ สัมมาทิฏฐิ และสัมมาสังกัปปะ สองอย่างแรกเข้ามา คือ การฝึกอบรมให้เกิดปัญญาบริสุทธิ์ที่รู้แจ้งชัดตามสภาพของความเป็นจริง ไม่เป็นความรู้ ความคิด ความเข้าใจที่ถูกบิดเบือน ย้อมสีอำพราง หรือพร่ามัว เป็นต้น เพราะอิทธิพลของกิเลสมีอวิชชาและตัณหาเป็นผู้นำ ที่ครอบงำจิตอยู่ การฝึกปัญญาเช่นนี้ต้องอาศัยการฝึกจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใสเป็นพื้นฐาน เมื่อปัญญาที่บริสุทธิ์รู้เห็นตามเป็นจริงที่เกิดขึ้นแล้ว ก็กลับช่วยให้จิตนั้นสงบ มั่นคง บริสุทธิ์ ผ่องใสอย่างแน่นอนยิ่งขึ้น และส่งผลออกไปในการดำเนินชีวิต คือ ทำใจวางใจ วางท่าที มีความสัมพันธ์กับสิ่งทั้ง

หลายอย่างถูกต้อง และใช้ปัญญาที่บริสุทธิ์ ไม่เอนเอียง ไม่มีกิเลสแอบแฝงนั้น คิดพิจารณาแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ทำกิจทั้งหลายในทางที่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขอย่างแท้จริง^{๓๖}

พระราชธรรมนิเทศ (ระเบียบ ฐิตญาโณ) ได้กล่าวไว้ในหนังสือโลกและชีวิต ในโครงสร้างของไตรสิกขาว่า

เมื่อเรามองจากโครงสร้างของไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ตามความเข้มข้นของปัญญาทำนองรุ่งอรุณ ที่ส่วนมืดค่อย ๆ ลดลง ส่วนสว่างค่อย ๆ เพิ่มขึ้น พอถึงจุดสมบูรณ์ ความสว่างเกิดขึ้นเต็มที่ อย่างที่พระพุทธเจ้าทรงปรารภปัญญาที่เกิดขึ้นภายในพระทัยของพระองค์ เมื่อมาถึงความสมบูรณ์เต็มที่ ตามพระพุทธอุทานข้อที่ ๓ ความว่า

“เมื่อไตรธรรมทั้งหลายปรากฏแก่พราหมณ์ ผู้มีเพียงพองอยู่ พราหมณ์นั้นย่อมกำจัดมารพร้อมทั้งเสนาลงไปได้ ดุจพระอาทิตย์อุทัยกำจัดมืด ทำอากาศให้สว่าง ฉะนั้น”^{๓๗}

อาจารย์ วศิน อินทสระ ได้ให้ความหมายของมรรค ๘ ที่ย่อลงในไตรสิกขาไว้ว่า

“มรรคมืองค์ ๘ เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา อันเป็นหลักคำสอนทั้งหมดในพระพุทธศาสนา”^{๓๘}

^{๓๖} พระธรรมปิฎก, (ป.อ. ปยุตฺโต). หนังสือพุทธธรรม ฉบับขยายความ, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๔๒) หน้า ๙๑๔ - ๙๑๕.

^{๓๗} หนังสือโลกและชีวิต, อ่างแล้ว, หน้า ๙๐.

^{๓๘} หลักคำสอนสำคัญในพระพุทธศาสนา, อ่างแล้ว, หน้า ๒๕๙.

ศีล สมาธิ ปัญญา^{๓๙} ทางศาสนาเรียกว่า ไตรยาน คือ ยานพาหนะ ๓ คัน สำหรับขนส่งบุคคลผู้ปฏิบัติให้ไปสู่แดนที่ชอบ เป็นยานอันศักดิ์สิทธิ์รับคนได้ทั่วโลก ผู้ไปในยานนี้ไม่ต้องเบียดเสียดกัน ยืน เดิน นั่งนอน ได้อย่างสบาย ได้รับความสุขกาย สุขจิต ไม่ต้องเสียค่าโดยสาร และทุกคนมีสิทธิ์ขึ้นได้ ไม่มีใครหวงห้าม ไม่ว่า คนหนุ่ม คนสาว คนแก่ ผู้ดี เชื้อใจ ขึ้นได้ทั้งนั้น เมื่อขึ้นไปในยานนั้นแล้ว ย่อมมีเกียรติเท่าเทียมกันหมด เมื่อขึ้นสู่ยานนี้แล้ว ยานย่อมนำส่งถึงผลที่ดีเสมอกันหมด จึงเป็นยานวิเศษในโลก

อีกอย่างหนึ่ง ไตรยาน แปลว่า ยานพาหนะที่ไปได้ ๓ แห่ง คือ ขับไปสู่ยังโลกมนุษย์ก็ได้ ยังโลกสวรรค์ก็ได้ ไปสู่นิพพานก็ได้ ถ้ารักษาเพียงสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ ก็ไปสู่มนุษย์หรือสวรรค์ ถ้าบำเพ็ญให้บริสุทธิ์เต็มที่ ก็ไปสู่นิพพานทีเดียว^{๔๐}

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ว่า บรรดาปราชญ์และท่านผู้รู้ในพระพุทธศาสนาทั้งหลาย ได้สรุปและลงความเห็นของอริยมรรค หรือ มรรคมีองค์ ๘ ประการ ไปในแนวเดียวกันทั้งหมด คือ สรุปลงในไตรสิกขา หรือ สิกขา ๓ ดังนั้น หัวใจของพระพุทธศาสนาก็คือ ศีล สมาธิ ปัญญา นั่นเอง

^{๓๙} พระพรหมมุนี, (ผิน สุวใจ) หนังสือชุดธรรมนิพนธ์ มรรคธรรม, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย ๒๕๔๑) หน้า ๔๐ - ๔๑.

บทที่ ๓

ผลการศึกษาริยมรรค ในฐานะวิถีทาง การดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนา

จากที่ได้ศึกษามาแล้วในบทที่ ๒ จะเห็นได้ว่า คำสอนเรื่องริยมรรค หรือ มรรค ๘ ในพระพุทธศาสนานั้น เป็นหลักปฏิบัติ ที่สามารถนำมาปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของชีวิตได้ทั้งในระดับสูง และระดับต่ำ ประโยชน์ในระดับสูงก็คือพระนิพพาน หรือความหลุดพ้น อันเป็นที่หมายสูงสุด หรือที่พระพุทธศาสนาเรียกว่า ประโยชน์สูงสุด (ปรมัตถะ) ประโยชน์ระดับต่ำ คือ ผลดี หรือความสำเร็จในการดำเนินชีวิตของสามัญชนทั่วไป ในการที่หลักวิจัยนี้ จะศึกษาเฉพาะกรณีการนำมรรค ๘ มาปฏิบัติในฐานะที่เป็นวิถีการดำเนินชีวิตสำหรับสามัญชนทั่วไป

ฉะนั้น ริยมรรค ในฐานะวิถีทางการดำเนินชีวิต จึงหมายถึงองค์ประกอบของการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ๘ ประการ ตามหลักพระพุทธศาสนา ซึ่งจักได้ทำการวิเคราะห์ต่อไปในบทนี้

องค์ประกอบที่ ๑ สัมมาทิฏฐิ

คำสอนเรื่องมรรค ๘ แสดงให้เห็นว่า พระพุทธศาสนาถือว่า ความรู้หรือความเข้าใจที่ถูกต้อง (สัมมาทิฏฐิ) มีความสำคัญเป็นอันดับแรก ในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง พระพุทธศาสนาจึงเปรียบเทียบ สัมมาทิฏฐิ เสมือนเป็นแสงเงินแสงทองของวันใหม่ เป็นตัวนำ และเป็นหัวหน้าในกระบวนการคิดและกระบวนการกระทำที่ถูกต้องทั้งปวง เพราะเมื่อมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องนั้น ๆ เป็นอันดับแรกแล้ว กระบวนการต่าง ๆ ที่จะตามมาในเรื่องนั้น ๆ ก็ย่อมจะถูกต่องไปตามกัน กล่าวอีกอย่างหนึ่งก็คือ เมื่อเริ่มต้น ณ จุดเริ่มต้นที่ถูกต้องแล้ว ก้าวต่อ ๆ ไปก็ย่อมจะไม่ผิดพลาด และย่อมจะนำไปสู่จุดหมายที่ถูกต้องในที่สุด

ความรู้หรือความเข้าใจที่ถูกต้องที่เรียกว่า สัมมาทิฏฐินั้น คืออะไร? ความหมายโดยรวมก็คือ ความรู้ หรือ ความเข้าใจในอริยสัจ ๔ อริยสัจ ๔ นั้น กล่าวโดยสรุปก็คือ เรื่องทุกข์ และการดับทุกข์ และเรื่องทุกข์นั้นกล่าวโดยสรุปก็คือ เรื่องของ เบญจขันธ์ หรือเรื่องของตัวเอง

ฉะนั้น จึงสรุปได้ว่า สัมมาทิฏฐิ ก็คือความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องของชีวิต โดยเห็นว่า ชีวิตนั้นเป็นเรื่องของทุกข์ หรือปัญหาที่เราจะต้องแก้ไข ไม่มีชีวิตใดที่ไม่มีทุกข์ หรือไม่มีปัญหา ทุกข์หรือปัญหาจึงเป็นธรรมชาติหรือธรรมชาติของชีวิต ความรู้หรือความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องของชีวิต หรือเรื่องทุกข์ตามหลักของสัมมาทิฏฐินั้น ต้องรู้ให้ครบวงจร หรือรู้ตลอดสาย คือ

๑. รู้สภาพความทุกข์ หรือสภาพของปัญหาว่าเป็นอย่างไร
๒. รู้สาเหตุของการเกิดขึ้นของความทุกข์ หรือปัญหานั้น ๆ ว่า คืออะไร
๓. รู้สภาพของการดับทุกข์ หรือการแก้ปัญหานั้น ๆ ได้ว่า เป็นอย่างไร หรือก่อให้เกิดผลอย่างไร
๔. รู้วิธีการสำหรับดับทุกข์ หรือแก้ปัญหานั้น ๆ ว่า จะต้องทำอย่างไรจึงจะดับทุกข์หรือแก้ปัญหานั้นได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

กล่าวโดยสรุป ความรู้หรือความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องทุกข์ หรือปัญหาที่เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ ก็คือ รู้ทั้งกระบวนการเกิด และกระบวนการแก้ปัญหานั้น ๆ อย่างถูกต้อง ที่ในพระบาลีเรียกว่า รู้ทั้งสมุทัยวาร และนิโรธวาร

ในฐานะที่เป็นองค์ประกอบประการแรกของการดำเนินชีวิต เรื่องของสัมมาทิฏฐิ จึงหมายถึงการแสวงหาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตได้ถูกต้อง และวิธีที่จะได้มาซึ่งความรู้ที่ถูกต้องนั้น พระพุทธศาสนาก็มีคำแนะนำ หรือชี้แนะไว้อย่างครบถ้วน เช่น การเสวนากับบัณฑิต การฟังธรรม การสนทนาธรรม การเข้าไปหาสมณะ หรือผู้รู้ เป็นต้น

ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องนั้น เป็นเสมือนประตูที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ เพราะ การรู้ผิด ก็เหมือนเข้าประตูผิด โอกาสที่จะก้าวต่อไปสู่ความสำเร็จ จึงเป็นไปได้ และ พระพุทธศาสนาถือว่า ความรู้ที่ถูกต้องคือจุดเริ่มต้นของกระบวนการที่ถูกในขั้น ต่อ ๆ ไป

องค์ประกอบที่ ๒ สัมมาสังกัปปะ

ตามหลักมรรค ๘ แสดงว่า เมื่อมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องแล้ว คนเราก็ย่อม จะคิดในทางที่ถูกต้อง ที่เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ ความหมายโดยรวมของสัมมา สังกัปปะ ก็คือ

คิดในทางที่จะไม่ก่อให้เกิดทุกข์ หรือความเดือดร้อนทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น กล่าวให้สั้น เข้ามาก็คือ คิดตามทำนองคลองธรรม หรือคิดอยู่ในกรอบของศีลธรรมนั่นเอง

ตามหลักของมรรค ๘ แสดงให้เห็นว่า ความคิดที่ถูกต้องเป็นขั้นตอนที่ต่อเนื่อง มาจากความรู้ที่ถูกต้อง กล่าวสั้น ๆ ก็คือ ความคิดที่ถูกต้อง เกิดจากความรู้ที่ถูกต้อง และความคิดที่ถูกต้องก็จะนำไปสู่การกระทำที่ถูกต้องต่อไป

องค์ประกอบที่ ๓ - ๔ - ๕ สัมมาวาจา, สัมมากัมมันตะ, สัมมาอาชีวะ

องค์ประกอบทั้ง ๓ นี้ อาจกล่าวรวมกันไปได้ ในฐานะที่เป็นขั้นตอนของการ กระทำด้วยกัน คือ การพูด การลงมือกระทำ และการดำเนินชีวิตในภาพรวม

ตามหลักมรรค ๘ ถือว่า เมื่อคนเราคิดดี คิดถูกต้อง ก็ย่อมจะพูดดี พูดถูกต้อง คือ สัมมาวาจา ทำดีทำถูกต้อง คือ สัมมากัมมันตะ รวมไปถึงการดำเนินชีวิตต่าง ๆ ก็ ย่อมจะดีหรือถูกต้องไปด้วย (สัมมาอาชีวะ) เพราะการพูดที่ดี การกระทำที่ดี และการ แสดงออกในลักษณะอื่น ๆ ก็ดี พระพุทธศาสนาถือว่า เป็นการกระทำหรือแสดงออก ตามความคิด เมื่อคิดดี คิดถูก ก็ย่อมพูดดี พูดถูก ทำดีทำถูก เมื่อคิดผิด ก็ย่อมพูดผิด ทำผิด

ฉะนั้น ความหมายโดยรวมขององค์ประกอบทั้ง ๓ ประการนี้ ก็คือ กระทำการต่าง ๆ ในทางที่ถูกที่ควร ตามทำนองคลองธรรม หรืออยู่ในกรอบของศีลธรรม

ตามนัยของมรรคทั้ง ๕ ข้อตามที่กล่าวมานี้ แสดงว่า ความรู้ และความคิดที่ถูกต้องย่อมจะก่อให้เกิดการกระทำที่ถูกต้องตามมา กล่าวอีกนัยหนึ่ง ก็คือ การกระทำที่ถูกต้อง เกิดจากความรู้ และความคิดที่ถูกต้อง

องค์ประกอบที่ ๖ สัมมาวายามะ

พระพุทธศาสนาถือว่า เมื่อคนเรามีความรู้ ความคิด และการกระทำในทางที่ถูกต้องแล้ว ความพยายามที่ถูกต้อง คือ สัมมาวายามะ ก็จะเกิดตามมา

ความพยายามนั้น มีลักษณะเป็นความคิด หรือเป็นพลังทางจิตอย่างหนึ่ง ที่จะช่วยเสริมให้การกระทำมีความรุนแรง หรือเข้มข้นยิ่งขึ้น จนกระทั่งดำเนินไปถึงเป้าหมาย หรือบรรลุผลตามที่ต้องการได้ ความคิดในลักษณะดังกล่าวนี้ เป็นความคิดริเริ่ม ส่วนความคิดแบบสัมมาวายามะนั้น เป็นความคิดเสริม หรือแรงกระตุ้นที่ช่วยกระตุ้นให้ความคิดริเริ่ม ซึ่งก่อตัวเป็นการกระทำแล้วนั้น ดำเนินไปไม่ขาดตอน และมีพลังจนบรรลุเป้าหมายได้ในที่สุด

ฉะนั้น ความคิดเสริม หรือพลังกระตุ้น จึงมีความสำคัญต่อกระบวนการสร้างความสำเร็จในการกระทำต่าง ๆ

ตามหลักของมรรค ๘ ให้นัยแก่เราว่า ความพยายามที่ถูกต้อง เป็นผลต่อเนื่องมาจากความรู้ ความคิด และการกระทำที่ถูกต้อง เมื่อคนเรารู้ถูก คิดถูก และทำถูกแล้ว ความพยายามในทางที่ถูกต้องก็ย่อมจะตามมา เพื่อให้บรรลุผลตามความมุ่งหวัง ความหมายโดยรวมของสัมมาวายามะ คือ พยายามที่จะป้องกัน และกำจัดความชั่ว พยายามที่จะรักษาและเพิ่มพูนความดี กล่าวโดยสั้น ๆ ก็คือ ความพยายามละชั่วทำดีนั่นเอง

องค์ประกอบที่ ๗ สัมมาสติ

ความหมายโดยรวมของสัมมาสติ คือ ระลึกรู้สึกถึงความเป็นไปของตนเองอยู่เสมอทั้งในความเป็นไปทางกาย และทางใจ การระลึกรู้สึกตัวอยู่เสมอนี้ เป็นลักษณะของความไม่ประมาท หรือไม่ผลอตัว ไม่ลืมตัวในทุกอิริยาบถนั่นเอง

ความมีสติ หรือความไม่ประมาท เป็นผลสืบเนื่องมาจากสัมมาวายามะ เมื่อคนเรามีความพยายามในเรื่องใด ก็ย่อมจะทำให้ต้องมีความละเอียดถี่ถ้วนในเรื่องนั้น ยิ่งมีความละเอียดถี่ถ้วนในเรื่องใดมาก ก็ย่อมจะทำให้มีสติ คือ ระลึกร้อยรอบคอบรอบค้ำในเรื่องนั้นมากยิ่งขึ้นตามลำดับ สตินอกจากจะเป็นผลสืบเนื่องมาจากความพยายามแล้ว ยังเป็นพลังช่วยเสริมให้ความพยายามเป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องยิ่งขึ้นด้วย

องค์ประกอบที่ ๘ สัมมาสมาธิ

ความหมายโดยรวมของสัมมาสมาธิ ก็คือ การมีความจดจ่อแน่วแน่ในทางที่ถูกต้อง หรือ ความมีจิตใจแน่วแน่อยูในสิ่งที่กำลังกระทำอยู่ กล่าวสั้น ๆ ก็คือ ความมีจิตใจแน่วแน่มั่นคง แต่ในที่นี้หมายถึงความมีจิตใจแน่วแน่มั่นคงในทางที่ดีเท่านั้น หรือเรียกทับศัพท์ว่า การมีสมาธิชอบ

ความมีสมาธิเกิดจากความมีสติ ยังมีสติมั่นคง ก็ยังมีสมาธิแน่วแน่ ความมีสติจึงเป็นฐานของการสร้างสมาธิ จิตใจที่มีสมาธิเป็นจิตใจที่มีพลัง และเป็นพลังที่ช่วยทำให้มรรคข้ออื่น ๆ มีพลังยิ่งขึ้นด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง พระพุทธศาสนาถือว่า สมาธิที่ถูกต้องก่อให้เกิดปัญญาที่ถูกต้อง และปัญญาที่ถูกต้องเท่านั้น ที่จะนำไปสู่ผลดี หรือผลที่ถูกต้องทั้งปวง ทั้งผลในทางโลกและผลในทางธรรม

ตามหลักของมรรค ๘ นั้น จึงถือว่า ความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง คือสัมมาทิฐิ นับเป็นองค์ประกอบที่สำคัญเป็นอันดับแรก เพราะเป็นจุดเริ่มต้นของกระบวนการที่ถูกต้อง หากจุดเริ่มต้นผิดพลาด ก็จะทำให้เกิดความผิดพลาดทั้งกระบวนการ ถ้าจุดเริ่มต้นถูกต้อง ทั้งกระบวนการ ก็จะดำเนินไปอย่างถูกต้อง ส่วนสัมมาสมาธินั้น ถือว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญขั้นสุดยอด เพราะเป็นขั้นตอนที่ก่อให้เกิดพลังขั้นสุดยอด คือ

ปัญญาที่ถูกต้อง (สัมมาปัญญา, สัมมาญาณ) อันเป็นเครื่องมือที่จะนำไปสู่ผลขั้นสุดยอด ทั้งในทางโลกและในทางธรรม แต่ว่ามรรค หรือองค์ประกอบแต่ละข้อก็มีส่วนสำคัญต่อกันและกัน เพราะต่างก็อาศัยซึ่งกันและกัน จึงทำให้องค์ประกอบแต่ละข้อเป็นไปได้อย่างสมบูรณ์

เอกภาพของมรรค ๘

พระพุทธศาสนาถือว่า มรรค ๘ นั้น คือ มรรควิธีที่จะทำให้บรรลุผลดีสูงสุดในการปฏิบัติธรรม โดยที่ผู้ปฏิบัติจะต้องปฏิบัติตามองค์ประกอบแต่ละข้ออย่างครบถ้วน กระทั่งองค์ประกอบทั้ง ๘ ข้อ หลอมลงเป็นอันเดียวกัน ความสัมฤทธิ์ผลสูงสุดจึงจะบังเกิดขึ้นตามธรรมชาติของมันเอง

องค์ประกอบทั้ง ๘ ข้อของมรรค ๘ นั้น เมื่อกล่าวโดยลักษณะแล้ว ก็สรุปลงในหลักการสำคัญ หรือหลักใหญ่ของพระพุทธศาสนา ๓ ประการคือ สีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งถือว่าเป็นข้อสรุปของคำสอนทั้งหมดในพระพุทธศาสนา กล่าวคือ

สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สงเคราะห์ หรือจัดเข้าในหลักการ หรือคำสอนประเภท ปัญญา

สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สงเคราะห์ หรือจัดเข้าในหลักการ หรือคำสอนประเภท สีล

สัมมาวาขามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ สงเคราะห์ หรือจัดเข้าในหลักการ หรือคำสอนประเภท สมาธิ

ฉะนั้น หลักมรรค ๘ เมื่อกล่าวโดยสรุป ก็คือ เรื่องของปัญญา สีล และสมาธิ และการปฏิบัติตามหลัก ปัญญา สีล สมาธิ ดังกล่าวอย่างครบถ้วนกลมกลืน เป็นอันเดียวกันนั่นเองที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา คือการปฏิบัติสายกลาง ซึ่งพระพุทธศาสนาถือว่า เป็นมรรควิธีอันถูกต้องทางเดียวเท่านั้น ที่จะทำให้บรรลุผลที่ถูกต้องสมบูรณ์ได้อย่างแท้จริง

เมื่อนำหลักมรรค ๘ มาประยุกต์ใช้กับการดำเนินชีวิตของคนทั่วไป หรือที่เรียกว่า วิธีชีวิตตามหลักมรรค ๘ ดังที่กล่าวมาข้างต้นแล้ว ก็สรุปได้ว่า

การดำเนินชีวิตตามหลักมรรค ๘ นั้น ต้องเริ่มต้นด้วยการมีความรู้และความคิดที่ถูกต้อง เกี่ยวกับชีวิตทั้งในส่วนตัว และส่วนที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่น (สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ) เพราะการมีความรู้ และความคิดเกี่ยวกับชีวิตที่ถูกต้อง จะเป็นกรอบ หรือเป็นแนวทางให้เรากระทำการต่าง ๆ ในทางที่ถูกต้องต่อไป

เมื่อมีความรู้และความคิดที่ถูกต้องแล้ว ก็ต้องพยายามควบคุม พฤติกรรม หรือการกระทำในด้านต่าง ๆ ของตนให้อยู่ในกรอบของความถูกต้องดีงาม หรือกรอบของศีลธรรม คือ ไม่เพียงแต่รู้ดี และคิดดีเท่านั้น แต่ต้องทำดีตามที่รู้ และคิดด้วย (สัมมาวาจา, สัมมากัมมันตะ, สัมมาอาชีวะ) นอกจากจะมีความรู้ดี คิดดี และทำดีดังกล่าวแล้ว ควรจะต้องพยายามพัฒนาคุณธรรม และพัฒนาจิตใจควบคู่กันไปด้วย นั่นคือ หักปลูกฝังความพยายามในทางที่ชอบ หักฝึกสติเพื่อให้เป็นคนมีสติ มั่นคงรอบคอบ และหักพัฒนาจิตใจให้เป็นคนมีจิตใจที่สงบแน่วแน่ (สัมมาวายามะ, สัมมาสติ, สัมมาสมาธิ) คุณธรรมเหล่านี้ จะก่อให้เกิดพลังปัญญาที่ชัดเจน แจ่มใส ซึ่งจะเป็นสิ่งที่จะช่วยเสริมให้การรู้ การคิด และการกระทำ มีพลัง มีความถูกต้อง ชัดเจนยิ่งขึ้น

กล่าวโดยสรุป วิธีชีวิตตามหลักมรรค ๘ นั้น คือ ชีวิตที่มีหลักสำคัญในการดำเนินชีวิต ๓ ประการ คือ

หลักความรู้ (ปัญญาศึกษา)

หลักการกระทำ (ศีลศึกษา)

หลักพัฒนาจิตใจ (จิตตศึกษา)

โดยที่หลักสำคัญทั้ง ๓ ประการนี้ จะต้องดำเนินไปพร้อมกัน จึงจะก่อให้เกิดความสมดุลแก่ชีวิต ที่เรียกว่าความพอเหมาะพอดี หรือที่เรียกว่า การดำเนินชีวิตแบบสายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทา)

ชีวิตที่เดินสายกลางนั้น นับได้ว่าเป็นชีวิตที่ดี หรือเป็นชีวิตที่มีความสุขได้ในระดับหนึ่ง โดยเฉพาะก็คือความสุขในระดับโลกียะ หรือความสุขแบบชาวโลกทั่วไป ฉะนั้น วิธีชีวิตตามหลักมรรค ๘ จึงอาจเรียกได้ว่า เป็นชีวิตในอุดมคติแบบพุทธ เพราะเป็นชีวิตที่ดำเนินไปอย่างมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับชีวิตในทุก ๆ ด้าน

เป็นชีวิตที่มีพฤติกรรมอันพึงปรารถนา คือ กระทำแต่ในสิ่งที่ดีงาม สมบูรณ์ด้วยคุณธรรม และมีความสุข ผลรวมของสิ่งเหล่านี้เอง คือ สันติสุขของชีวิต อันเป็นภาวะที่มนุษย์ทุกคนปรารถนา หรือพยายามแสวงหา

จากการศึกษาคำสอนเรื่องอริยมรรค หรือ มรรค ๘ ในฐานะเป็นวิถีของการดำเนินชีวิตดังกล่าวมาแล้วข้างต้น พบว่าหลักคำสอนเรื่องอริยมรรค ได้ให้หลักการดำเนินชีวิตไว้อย่างครบถ้วน ครอบคลุมคำสอนเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตด้านต่าง ๆ ที่พระพุทธศาสนาได้กล่าว หรือสอนไว้ในที่ต่าง ๆ เพราะแนวทางในการดำเนินชีวิตตามที่พระพุทธศาสนาสอนไว้ในที่ต่าง ๆ ดังกล่าวนั้น ก็สรุปลง หรือรวมอยู่ในหลักการสำคัญของอริยมรรค ๓ ประการ คือ

- หลักความรู้ (อธิปัญญาสิกขา)
- หลักการกระทำ (อธิศีลสิกขา)
- หลักพัฒนาจิต (อธิจิตตสิกขา)

นี้เอง เพียงแต่ในคำสอนบางหมวดอาจให้รายละเอียด หรือ ขยายความให้รายละเอียดออกไปเท่านั้น ดังจะขอนำคำสอนเรื่อง บุญกิริยาวัตถุ ๓ มาแสดงให้เห็น เป็นตัวอย่าง บุญกิริยาวัตถุ ๓ คือ ทานมัย สีลมัย ภาวนามัย ซึ่งถือว่าเป็นหลักการดำเนินชีวิตที่ดีสำหรับชาวโลกตามแนวพระพุทธศาสนา

บุญหรือความดีที่สำเร็จด้วยการให้ทาน

ทาน หมายถึง การให้ การเสียสละ การเผื่อแผ่แบ่งปัน การอนุเคราะห์ ช่วยเหลือผู้ยากไร้ขาดแคลน

คำว่า “ทาน” ที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ตามหลักธรรมโดยเฉพาะในมงคลสูตร หมายถึงการให้ เผื่อแผ่แบ่งปัน บริจาคสงเคราะห์ และบำเพ็ญประโยชน์ ซึ่งถือว่าเป็นมงคลประการหนึ่ง^๖ ส่วนในสังคหวัตถุ อันประกอบด้วย ทาน ปิยวาจา อตถจริยา และสมานัตตคา หมายถึง การเอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ การเสียสละ การแบ่งปัน

^๖ พ.ท.๒๕ / ๕ / ๓.

การช่วยเหลือเกื้อกูลด้วยสิ่งของ ตลอดจนการให้ความรู้ และการแนะนำสั่งสอน เป็น
 ธรรมสร้างมหาเสน่ห์แก่ผู้ให้ สร้างความสัมพันธ์หรือก่อประโยชน์ให้เกิดแก่ผู้รับ โดย
 ไม่หวังสิ่งตอบแทน^๑

การให้ดังกล่าวมา เป็นการให้ด้วยการเสียสละสิ่งของ ด้วยจิตที่ยิน
 คีเพื่อมุ่งคุณธรรมทางพระพุทธศาสนาในระดับสูง ซึ่งการให้ทานเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิด
 บุญแก่ผู้กระทำเป็นเบื้องต้นของคุณธรรมอื่น ๆ เช่น การรักษาศีล เจริญภาวนา ที่จะ
 บังเกิดสูงยิ่งขึ้นไป

ประเภทของทาน

การให้ทานในพระพุทธศาสนา แบ่งได้เป็นหลายประเภท ในการแบ่งโดยทั่วไป
 มีวิธีดังนี้

การแบ่งตามประเภทของสิ่งของที่จะให้ สามารถแบ่งได้ ๒ ประเภท คือ

๑) อามิสทาน การให้วัตถุสิ่งของ

๒) ธรรมทาน การให้ธรรม การให้ความรู้ การให้คำแนะนำ^๒

อามิสทาน การให้วัตถุสิ่งของ ได้แก่การบริจาคทาน สละสิ่งของต่าง ๆ ทั้งที่
 เป็นของเล็กบ้าง เป็นของใหญ่บ้าง มีค่าน้อยบ้าง มีค่ามากบ้าง อันเป็นไปเพื่อประโยชน์
 และความสุข โดยหวังจะอนุเคราะห์ สงเคราะห์ ด้วยความเมตตา กรุณาต่อสรรพสัตว์
 หวังเป็นการสมัคสมานสามัคคี ในหมู่ญาติและบุคคลทั่วไป และหวังจะบูชาในทานแก่
 ผู้มีพระคุณ ได้แก่ มารดา บิดา ครู อาจารย์ และสมณผู้ทรงศีล เป็นต้น

ธรรมทาน การให้ธรรม ให้ความรู้ ให้การแนะนำอบรมสั่งสอน โดยมุ่งที่จะ
 เป็นประโยชน์แก่บุคคลอื่น ให้รู้จักความดี ความถูกต้อง บาปบุญ คุณโทษ แนะนำทาง
 สวรรค์นิพพาน เพื่อให้ชีวิตการเป็นอยู่อย่างมีความสุข โดยมีหวังสิ่งตอบแทนใด ๆ ทั้ง

^๑ ที.ปา.๑๑ / ๑๔๐ / ๑๖๗.

^๒ อจ.ทุกก. ๒๐ / ๓๘๖ / ๑๑๔.

สิ้น พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า การให้ธรรมเป็นทาน เป็นสิ่งที่เลิศ ประเสริฐกว่าการให้
 ทุกอย่าง ดังพุทธพจน์ “สพฺพทานํ ชมฺมทานํ ชินาติ การให้ธรรมเป็นทาน ย่อมชนะ
 การให้ทั้งปวง”^๕

การให้ทานตามหลักพระพุทธศาสนา

ลักษณะการให้ทานที่ดีตามหลักพระพุทธศาสนา เรียกว่า การให้อย่างสัตบุรุษ
 เป็นการกำหนดอาหาร และคุณสมบัติต่าง ๆ ของผู้ให้ นอกเหนือจากการนึกถึงความ
 ต้องการของผู้รับ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ และปรากฏในหมวดธรรมหลายหมวด คือ

หมวดหนึ่งมี ๕ คือ

- | | |
|---|--------------------------|
| ๑) ให้โดยเคารพ | ๒) ให้โดยอ่อนน้อม |
| ๓) ให้ด้วยมือของตน | ๔) ให้มิใช่ตั้งทิ้งขว้าง |
| ๕) ให้โดยเข้าใจถึงผลที่จะตามมา ^๖ | |

อีกหมวดหนึ่งมี ๕ คือ

- | | |
|---------------------------------------|----------------------|
| ๑) ให้โดยศรัทธา | ๒) ให้โดยเคารพ |
| ๓) ให้โดยกาลอันควร | ๔) ให้โดยจิตไม่แงงอน |
| ๕) ให้โดยไม่กระทบผู้อื่น ^๗ | |

^๕ พุ.ธ.๒๕ / ๓๔ / ๖๓.

^๖ อัง.ปญจก.๒๒ / ๑๔๗ / ๑๙๒.

^๗ อัง.ปญจก.๒๒ / ๑๔๘ / ๑๙๒.

อีกหมวดหนึ่งมี ๘ คือ

- | | |
|------------------------|-----------------------------------|
| ๑) ให้ของสะอาด | ๒) ให้ของปราณีต |
| ๓) ให้ถูกกาล | ๔) ให้ของสมควร |
| ๕) ให้ด้วยวิจาร์ญาณ | ๖) ให้เนื่อง ๆ |
| ๗) ให้เพื่อทำจิตผ่องใส | ๘) ให้แล้วเบิกบานใจ ^{๑๕} |

อานิสงส์การให้ทาน

ในการให้ทานตามหลักทางพระพุทธศาสนาอย่างถูกต้องย่อมมีผลมาก พระพุทธเจ้าได้แสดงอานิสงส์แห่งสัพปุริสทาน ไว้ในปัญญาจกกนิบาต อังคุตตรนิกาย ดังนี้

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลให้ทานด้วยความเชื่อแล้ว ในที่ที่ผลแห่งทานนั้นเกิดขึ้นแก่เขา เขาย่อมเป็นผู้มั่งคั่ง มีทรัพย์มาก และเป็นผู้มีรูปงามนำดู น่าชม ประกอบด้วยความเป็นผู้มีศิวพรณงามอย่างยิ่ง

บุคคลให้ทานด้วยความเคารพแล้ว ในที่ที่ผลแห่งทานนั้นเกิดขึ้นแก่เขา เขาย่อมเป็นผู้มั่งคั่ง มีทรัพย์มาก มีโภคมาก และเป็นผู้มีรูปงามนำดู และเขามีบุตร ภรรยา ทาส คนรับใช้หรือกรรมกร ก็ตาม บุคคลเหล่านั้นย่อมสนใจฟัง ย่อมเงื้อหูฟัง ย่อมตั้งจิตรับรู้ (คำสั่ง)

บุคคลให้ทานตามกาลแล้ว ในที่ที่ผลแห่งทานนั้นเกิดขึ้นแก่เขา เขาย่อมเป็นผู้มั่งคั่ง มีทรัพย์มาก มีโภคมาก และความต้องการทั้งหลายของเขาที่เกิดขึ้นตามกาล ย่อมบริสุทธ^{๑๖}

บุคคลให้ทานด้วยจิตอนุเคราะห์ ในที่ที่ผลแห่งทานนั้นเกิดขึ้นแก่เขา เขาย่อมเป็นผู้มั่งคั่ง มีทรัพย์มาก มีโภคมาก และจิตใจของเขาอ่อนนุ่มไปเพื่อบริโภคในทรัพย์นั้น

^{๑๕} อ.จ. อ.ก. ๒๓ / ๑๒๗ / ๒๔๘.

บุคคลให้ทานไม่กระทบตน ไม่กระทบคนอื่น ในที่ที่ผลแห่งทานนั้นเกิดขึ้นแก่เขา เขาย่อมเป็นผู้มั่งคั่ง มีทรัพย์มาก มีโภคมาก และความลุ่มจมแห่งโภคของเขาย่อมไม่มาจากที่ไหน ๆ คือ จากไฟ จากน้ำ จากพระราชา จากโจร หรือจากทายาท ซึ่งไม่เป็นที่รัก”^{๑๖}

ศีลมัย บุญสำเร็จด้วยการรักษาศีล

พระพุทธศาสนาถือว่า ศีล เป็นเรื่องว่าด้วยความสัมพันธ์ระหว่างคนกับคน คนกับสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ เพื่อให้เกิดความสมดุลในระหว่างธรรมชาติ ทำให้คนแตกต่างจากสัตว์ ประเสริฐกว่าสัตว์โลกทุกชนิด คนจึงต้องมีศีล

ความหมายของ “ ศีล ”

ศีล หมายถึงการตั้งใจงดเว้นจากความชั่ว คือบังคับตัวเองไม่ให้กระทำความชั่ว รักษากาย วาจา ให้เรียบร้อยตามสมควรแก่ภาวะ คือความเป็นของ ๆ คน เช่นผู้เป็นคฤหัสถ์ งดเว้นจากการฆ่า การลัก การลวงประเวณี การพูดเท็จ การเสพของมีนมารวม ๕ ข้อ เป็นอย่างน้อย ถ้าเป็นบรรพชิต งดเว้นจากโทษที่ทรงบัญญัติห้ามไว้ แต่ต้องปฏิบัติตามข้อที่ทรงอนุญาตด้วย จึงจะชื่อว่าเป็นผู้มีศีล

ศีล เป็นบ่อเกิดแห่งคุณธรรมทั้งปวง เป็นความงามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง และงามในที่สุดแห่งธรรมในทางพระพุทธศาสนา ด้วยเหตุนี้ ท่านผู้รู้ทั้งหลาย จึงได้ให้ความหมายของศีลในแบบต่าง ๆ

ศีล คือ เจตนาที่จะระวังรักษาความประพฤติทางกาย วาจา ให้เรียบร้อยปราศจากโทษ”^{๑๗}

^{๑๖} อภ.ปญจก.๒๒ / ๑๔๘ / ๑๙๒.

^{๑๗} พระราชวรมณี, หนังสือพุทธธรรม ฉบับขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๓

ศีล คือ การสำรวมระวังรักษากาย วาจา ของคนให้เรียบร้อย ไม่สร้างปัญหาให้
แก่ตน แก่คนอื่น อันเป็นอาการของความรู้บาปบุญ คุณโทษ มีความเมตตาในคนสัตว์
ไม่โลภอยากได้ของ ๆ คนอื่น^{๑๘}

ดังนั้น ศีล จึงหมายถึง หลักความประพฤติที่ดีงาม หรือที่เป็นไปโดยปกติ
สามารถช่วยให้ดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างถูกต้อง เพื่อเข้าถึงจุดหมายที่ดีงามโดยลำดับ จน
ถึงจุดหมายสูงสุดของชีวิต ทำให้สังคมอยู่ร่วมกันด้วยดี มีความสงบสุข ทำให้กิเลสเบา
บางลง ปรับตัวเองด้วยการแสดงออกทางกาย วาจา ให้เอื้อแก่สภาพความเป็นอยู่ อัน
เป็นขั้นตอนในการพัฒนาตนเอง หรือพัฒนาในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ให้เป็นที่รอง
รับกุศลธรรมทั้งปวง

การจัดระดับของศีล

ศีลแบ่งออกได้ ๒ ระดับ คือ

๑) ศีลในระดับธรรม หมายถึง ข้อแนะนำสั่งสอน อันเป็นหลักความประพฤติ
ระดับกาย ระดับวาจา และระดับอาชีวะ โดยถือเอาภาวะที่ควรจะมีจะเป็นตามหลัก
ธรรมชาติ และบัญญัติไปตามกฎธรรมดาของธรรมชาติ ซึ่งผู้ปฏิบัติ หรือผู้ฝืนยอมได้
รับความดีหรือความชั่วโดยตรง ด้วยตนเอง

๒) ศีลในระดับวินัย หมายถึง แบบแผน ข้อบังคับ ที่บัญญัติ หรือกำหนดขึ้น
ไว้เป็นทำนองกฎหมาย เพื่อกำหนดความประพฤติของบุคคล ในชุมชน หรือชุมชนนั้น
ๆ โดยเฉพาะผู้ละเมิดกฎบัญญัติแห่งศีลระดับนี้ จะมีความผิดตามกฎหมายของหมู่คณะ
ที่วางไว้

กล่าวโดยสรุป คือ ศีลในระดับธรรม เป็นเรื่องธรรมชาติล้วน ๆ และศีลใน
ระดับวินัย เป็นเรื่องของสังคมที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์

^{๑๘} พระราชธรรมนิเทศ, หนังสือโลกและชีวิต, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ พรวดีการพิมพ์
๒๕๔๑) หน้า ๘๓.

ประเภทของศีล

ศีลในพระพุทธศาสนามีหลายประเภท ซึ่งพระพุทธเจ้าได้แสดงไว้เพื่อให้เหมาะสมกับบุคคลที่แตกต่างกันไป เพราะมนุษย์มีระดับแห่งการพัฒนาตนเองไม่เหมือนกัน และเพื่อเข้าถึงธรรมที่แตกต่างกัน โดยเปรียบเทียบกับบัว ๔ เหล่า ได้แก่

บัวที่อยู่ในโคลนตม บัวใต้น้ำ บัวเสมอน้ำ และบัวที่โผล่ขึ้นเหนือน้ำแล้ว เมื่อกล่าวโดยย่อ ศีล แบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ

- ๑) อากาเรียศีล คือ ศีลสำหรับผู้ครองเรือน ได้แก่ ศีล ๕ ศีล ๘
- ๒) อนากาเรียศีล คือ ศีลสำหรับบรรพชิต ได้แก่ ศีล ๒๒๗ ของพระภิกษุ ศีล ๑๐ ได้แก่ศีลของสามเณร รวมทั้งจตุศีล มัชฌิมศีล และมหาศีล เป็นต้น

การรักษาศีล

ในการรักษาศีลนั้น มีหลักเกณฑ์อยู่ที่เจตนา หรือความตั้งใจในการรักษา หรือ การที่จะสำรวมระวัง กล่าวคือ การสำรวมระวังคอยปิดกั้นหลีกเลี่ยง ไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้น พระอรหันตญาณจารย์ได้จำแนกวิธีการรักษาศีล ที่เรียกว่า วิริติ ไว้ ๓ ประการ คือ

๑) สมปัตตวิริติ เว้นสิ่งประจวบเฉพาะหน้า คือ งดเว้นขณะเผชิญหน้ากับเหตุการณ์นั้น ๆ อันเป็นทางที่จะก่อให้เกิดความชั่วขึ้น เช่น เมื่อมีช่องทางที่จะโกงบุคคลอื่น ได้ก็ไม่โกง หมายถึง การรักษาโดยสมาทานสิกขาบท เพียงนึกพิจารณาขึ้นว่า สิ่งนั้นไม่สมควรกระทำ แล้วงดเว้นเสียได้ไม่กระทำผิด

๒) สมาทานวิริติ การเว้นด้วยการสมาทานศีล คือ ตั้งเจตนาไว้ก่อน โดยเปล่งวาจาขอสมาทานจากพระสงฆ์ หรือผู้ทรงศีลเป็นข้อ ๆ แล้วงดเว้นตามที่สมาทานนั้น

๓) สมุจเฉทวิริติ เว้นได้โดยเด็ดขาด คือ การเว้นความชั่วของพระอริยบุคคลทั้งหลาย อันประกอบด้วยอริยมรรค ซึ่งขจัดกิเลสที่เป็นเหตุแห่งความชั่วนั้น ๆ เสร็จสิ้นแล้วไม่เกิด แม้แต่ความคิดที่จะประกอบกรรมชั่วนั้นเลย^{๑๕}

^{๑๕} สงฺคณี.๑. ๑๘๘.

ศีลพื้นฐาน

ศีลพื้นฐานที่ท่านจัดเป็นหลักแห่งความประพฤติพื้นฐานสากล เรียกว่า ศีล ๕ และเป็นหลักที่กล่าวได้ว่า ศีล ๕ นั้นเป็นพื้นฐานของความดีงามครั้งแรกด้านจิตใจของมนุษย์ เพื่อเป็นระเบียบสร้างสังคมที่เรียบร้อยอยู่ร่วมกันด้วยความสุข เป็นสภาพเกื้อกูลแก่การดำเนินชีวิต

องค์ประกอบแห่งศีล ๕ หรือสิกขาบท ๕ คือ

- | | | |
|---------------------------|--------|---|
| ๑) ปาณาติปาตา | เวรมณี | เว้นจากการปลงชีวิต |
| ๒) อทินนาทานา | เวรมณี | เว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เขาไม่ได้ให้ |
| ๓) กามสุมิจจาจารา | เวรมณี | เว้นจากการประพฤตินอกใจในกาม |
| ๔) มุสาวาทา | เวรมณี | เว้นจากการพูดเท็จ |
| ๕) สุราเมรยมัชชปมาทัฏฐานา | เวรมณี | เว้นจากการดื่มสุราเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ^{๒๐} |

องค์ประกอบของปาณาติบาต

ศีลข้อที่ ๑ ปาณาติบาต มีองค์ ๕ คือ

- | | |
|---|-------------------------|
| ๑) สัตว์มีชีวิต | ๒) รู้ยู่่าสัตว์มีชีวิต |
| ๓) จิตคิดจะฆ่า | ๔) มีความพยายาม |
| ๕) สัตว์ตายด้วยความพยายามนั้น ^{๒๑} | |

^{๒๐} ที.ปา.๑๑ / ๒๘๖ / ๒๔๗ : อัง.ปฎุจก.๒๒ / ๑๗๒ / ๒๒๗.

^{๒๑} อิติ.อ. ๑๙๙ - ๓๐๔.

สัตว์ทุกชนิดไม่ว่าจะเล็กหรือใหญ่ ไม่ว่าจะมนุษย์หรือสัตว์ดิรัจฉาน เมื่อมีชีวิตมาแล้วย่อมรักชีวิตของตนคือเจตจำนงอันแรงกล้าที่จะดำรงชีวิตของตนไว้ให้นานแสนนาน ต้องการบริหารชีวิตของตนให้สุขสำราญ ปราศจากโรคภัยและการถูกเบียดเบียน ใครมาเบียดเบียนก็คือผู้ขัดขืน เพื่อถนอมชีวิตของตนไว้ คือสัญญาตมฺหาณในการคุ้มครองรักษา คนนั้นคิดมาพร้อมกับการมีชีวิตของสัตว์ทั้งปวง ตัวของเราเองก็เป็นที่รักของเรา ใครมาปองร้ายทำอันตรายให้ได้รับบาดเจ็บ เราารู้สึกเดือดร้อนเป็นทุกข์ บางทีไม่ใช่ตัวเราเอง แต่เป็นที่รักของเรา เช่น ลูก เมีย พ่อ แม่ พี่ น้อง หรือญาติสนิท มิตรสหายของเรา เมื่อถูกทำร้ายเบียดเบียน เรายังเดือดร้อนด้วย คนอื่นเขาก็เหมือนเรา แม้แต่สัตว์ตัวเล็ก ๆ ขึ้นไปจนถึงสัตว์ใหญ่ ๆ มันก็รักชีวิตของมันเหมือนกับมนุษย์เราเหมือนกัน

ด้วยเหตุดังกล่าวมานี้ พระพุทธเจ้าจึงตรัสสอนไว้ว่า

“ มองไปทุกทิศแล้ว ไม่เห็นใครในที่ไหนอันจะเป็นที่รักยิ่งกว่าตน คนอื่นก็รักตนของเขาเหมือนกัน เพราะฉะนั้น ผู้รักตนจึงไม่ควรเบียดเบียนผู้อื่น ”^{๒๒}

“ สัตว์ทั้งปวงสะดุ้งหวาดเสียวต่ออาชญา กลัวภัยที่จะมาถึงตน บุคคลยกตนขึ้นมาเป็นตัวอย่าง (ว่าเรารักความสุข เกลียดความทุกข์) แล้วไม่ควรฆ่าเอง และไม่ควรเป็นเหตุให้คนอื่นฆ่ากัน ”^{๒๓}

พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ ฐิตญาโณ) ได้กล่าวไว้ในหนังสือโลกและชีวิตไว้ว่า

“ คนสัตว์ที่ถูกฆ่า มีขนาด มีคุณใหญ่หรือมากไหม ? เจตนาในการฆ่ามันแรงไหม ความพยายามมากไหม ” หากมากหมดท่านจัดว่า เป็นบาปหนัก เช่น ฆาตกรฆ่าพ่อแม่ของตน เป็นต้น^{๒๔}

^{๒๒} ส.ส. ๑๕ / ๑๐๙.

^{๒๓} พ.ธ. ๒๕ / ๓๒.

^{๒๔} หนังสือโลกและชีวิต, อ่างแล้ว, หน้า ๑๑๔.

จุดประสงค์ของการบัญญัติศีลข้อปาณาติบาต

- ๑) เพื่อให้คนมีเมตตา กรุณา ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน
- ๒) เพื่อความปลอดภัยในชีวิต
- ๓) เพื่อสร้างพื้นฐานทางจิตใจที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลกัน
- ๔) เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

โทษของปาณาติบาต

ปาณาติบาต จะมีโทษเล็กน้อย ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ ดังนี้

- ๑) ความใหญ่หรือเล็กของสัตว์ที่ถูกฆ่า
- ๒) ความมีคุณมาก หรือน้อย
- ๓) ความพยายามในการฆ่า

บุคคลที่ทำปาณาติบาตเนื่อง ๆ กระทำเป็นอาจิม ยังต้องประสบกับโทษอีกหลายอย่าง เช่น

- ๑) ทำตนให้เป็นที่หวาดหวั่นของคนอื่น สัตว์อื่น ไม่เป็นที่เอ็นใจแก่ผู้เข้าใกล้
- ๒) สัมมอกุศลกรรม หมักหมมด้วยอาสวะ^{๒๕}

^{๒๕} วติน อินทสระ, ประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๔
(กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย ๒๕๓๔) หน้า ๑๖๑ - ๑๖๒.

ศีลข้อที่ ๒ อทินนาทาน

อทินนาทาน หมายถึง การที่ไม่เอาของที่เขาไม่ได้ให้ หรือไม่ลักขโมย ได้แก่ ความประพฤติ หรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นทางด้านทรัพย์สิน และกรรมสิทธิ์

พ.อ. ปิ่น มุกขนันต์ ได้อธิบายลักษณะการกระทำผิดศีลข้อนี้ว่า

โจรกรรม หมายถึง การกระทำด้วยลักษณะ ๑๔ อย่าง คือ ลัก ฉก กรรโชก ปล้น ตู๋ ฆ้อ หลอก ตระบัด เบียดบัง ถับเปลี่ยน ถักลอบ ขักขอก ลวง ปลอม

อนุโลมโจรกรรม หมายถึง การกระทำด้วยลักษณะ ๓ อย่าง คือ

- ๑) การสะสมใจ ได้แก่ การสนับสนุน
- ๒) ปอกลอก ได้แก่ การคบคนอื่นด้วยหวังทรัพย์
- ๓) รับสินบน ได้แก่ การกระทำที่ผิดต่อหน้าที่

ฉาชาโจรกรรม หมายถึง การกระทำด้วยลักษณะดังนี้ คือ

- ๑) ผลาญ ได้แก่ การทำความเสียหายให้แก่ทรัพย์สินของผู้อื่น
- ๒) หยิบฉวย ได้แก่ การถือเอาด้วยความมั่งง่าย^{๒๖}

องค์ประกอบของ อทินนาทาน

ศีลข้อที่ ๒ อทินนาทาน มีองค์ ๕ คือ

- ๑) ของผู้อื่นหวงแหน
- ๒) รู้ว่าเขาหวงแหน
- ๓) จิตคิดจะลัก

^{๒๖} พ.อ.ปิ่น มุกขนันต์, คำบรรยายพุทธศาสตร์, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ สำนักพิมพ์คดั่ง
วิทยา ๒๕๐๕) หน้า ๑๘๗.

๔) มีความพยายาม

๕) ลักขณมาด้วยความพยายามนั้น^{๒๓}

ทรัพย์สิน สมบัตินั้น มิได้เกิดขึ้นแก่บุคคลโดยง่าย เขาต้องใช้ความพยายาม ออกแรงกายใช้สมอง หรือมีการรับผิดชอบมากในการให้ทรัพย์บังเกิดขึ้น เพื่อนำมาอุปการะในการเลี้ยงตน บิดา มารดา บุตร ภรรยา ของตน หรือบำเพ็ญให้เป็นสุข บางคนต้องทำงานทั้งกลางวันทั้งกลางคืน เช่น ผู้มีอาชีพขับรถรับจ้าง เป็นต้น ต้องอดหลับอดนอนเสี่ยงอันตรายต่าง ๆ เพื่อให้ได้ทรัพย์มา บางคนก็ทำงานในป่าเขา บางคนก็ มีอาชีพออกจับปลาในท้องทะเล บางคนก็ทำงานก่อสร้าง เป็นกรรมกรแบกหามของหนัก เอาคอกและหลังเป็นเครื่องรองรับอิฐ หิน ปูน ทราย เพื่อให้ได้ทรัพย์มา บางคนก็เป็นชาวนา ต้องกรำแดดกรำฝน แขน้ำ เอาหลังสู้ฟ้า เอาหน้าสู้ดิน ทนต่อขุลง ล้น ปลิง และสัตว์เลื้อยคลานอย่างอื่น เช่น งู เป็นต้น

คนมีอาชีพอื่น ๆ นอกจากที่กล่าวมา ก็ต้องเหน็ดเหนื่อยทั้งสิ้น ทุกสาขาอาชีพก็ต้องอดทนในอาชีพของตน ต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ต้องแก้ปัญหา ต้องเสี่ยงอันตราย กว่าจะได้ทรัพย์สิน เงินทอง มาใช้จ่าย และเก็บไว้เวลาเจ็บป่วยไข้ และใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ทรัพย์สมบัติเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดขึ้นได้ยาก เมื่อได้มาแล้วเจ้าของย่อมหวงแหน ต้องการเก็บไว้เพื่อเป็นประโยชน์แก่ตน แก่ผู้อื่นเป็นที่รักของตน หรือแก่ผู้ที่ตนเต็มใจให้ ถ้าถูกช่วงชิงไป โดยวิธีใดวิธีหนึ่ง เจ้าของทรัพย์ย่อมเสียดาย เกิดความทุกข์ ความเดือดร้อน บางครอบครัวไม่มีทรัพย์อื่นสำรองไว้ จำเป็นต้องไปกู้หนี้ยืมสิน เขา มาชดเชยทรัพย์ที่สูญหายไป ทำมาหาได้ใหม่ต้องเอามาแบ่งใช้หนี้อันเป็นภาระหนักแก่ครอบครัว การลักขโมยจึงเป็นเรื่องของคนโลก เห็นแก่ได้โดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนของผู้อื่น นำคำหนี พระพุทธเจ้าท่านทรงดำหนิไว้แรงมากกว่าโจร เป็นเสนียดจัญไรในโลก (โจรา โลกสมิมพุพฺพา)^{๒๔} คนอื่นเขาทำมาหากินโดยสุจริต อาบเหงื่อต่างน้ำ กลางคืนต้องคิด กลางวันต้องลงมือทำงาน โจรที่เที่ยวแย่งชิง เที่ยวปล้นเขา

^{๒๓} พ.วิติ.ช.๒๙๙.

^{๒๔} ส.ส.๑๕ / ๖๐.

แสดงถึงความสิ้นคิด หมดหนทาง ลดเกียรติแห่งความเป็นมนุษย์ของตนเองลง คนที่ขอทานยังมีเกียรติกว่าพวกขโมย^{๒๙}

พระราชธรรมนิเทศ(ระเบียบ ฐิตญาโณ) ได้อธิบายการกระทำผิดศีลข้อ อทินนาทาน ว่า

ทรัพย์นั้นเจ้าของเขาหวงแหน เรารู้ว่าทรัพย์นั้นเจ้าของเขาหวงแหน มีเกยยจิตคิดจะลัก ทำความพยายามจะลักด้วยวิธีใดก็ตาม แล้วได้ทรัพย์นั้นมาครอบครองเป็นของตน แม้ชั่วระยะสั้น ๆ ก็ตาม^{๓๐}

จุดประสงค์ของการบัญญัติศีลข้ออทินนาทาน

- ๑) เพื่อให้มีความซื่อสัตย์ ประกอบอาชีพสุจริต
- ๒) เพื่อให้เกิดความมั่นใจในกรรมสิทธิ์ของตน
- ๓) เพื่อเคารพสิทธิของผู้อื่น
- ๔) เพื่อให้เกียรติแก่ตนเอง
- ๕) เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

ส่วนโทษของอทินนาทานนั้น มากหรือน้อยขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ ดังนี้

- ๑) ของเล็กหรือใหญ่มีค่าน้อยหรือมาก
- ๒) เจ้าของเป็นบุคคลมีคุณมาก
- ๓) ความพยายามในการลักมีมากหรือน้อย

^{๒๙} วศิน อินทสระ, หลักคำสอนสำคัญในพระพุทธศาสนา, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ มหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๓๔) หน้า ๑๖๕.

^{๓๐} หนังสือโลกและชีวิต, ช้างแก้ว, หน้า ๑๑๔.

ศีลข้อที่ ๓ กามสุมิจฉาจาร

กามสุมิจฉาจาร คือ ไม่ประพฤตินอกในกามทั้งหลาย หมายถึง ประพฤติหรือดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นทางด้านคู่ครอง บุคคลที่รักหวงแหนไม่ประพฤตินอกประเพณีทางเพศ ไม่นอกใจคู่ครองของตน ลักษณะบุคคลที่ต้องห้าม ในการประพฤตินอกศีลข้อนี้ คือ

- ๑) หญิงมีสามีแล้วประพฤตินอกทางกามกับชายอื่น
- ๒) ชายลอบประพฤตินอกทางกามกับหญิงมีสามีแล้ว
- ๓) ชาย (มีภรรยาแล้วหรือไม่ก็ตาม) ลอบประพฤตินอกทางกาม กับหญิงที่มารดา บิดา เป็นต้น คู่ครองดูแลอยู่
- ๔) หญิง (มีสามีแล้วหรือไม่ก็ตาม) ลอบประพฤตินอกทางกามกับนักบวชในศาสนา
- ๕) ชาย (มีภรรยาหรือไม่ก็ตาม) ลอบประพฤตินอกกับสตรีที่เป็นนักบวชในศาสนา
- ๖) ชายหรือหญิงลอบประพฤตินอกทางกามกับเพศตรงข้าม ซึ่งมีกฎหมายคุ้มครอง^{๓๑}

จุดประสงค์ของการบัญญัติศีลข้อกามสุมิจฉาจาร คือ

- ๑) เพื่อให้เกิดความซื่อสัตย์ไว้วางใจกัน และไม่แตกร้างกัน
- ๒) เพื่อความเคารพในสิทธิของกันและกัน
- ๓) เพื่อสร้างความอบอุ่นและมั่นคงในครอบครัว
- ๔) เพื่อป้องกันความสับสนในประเพณี
- ๕) เพื่ออยู่ร่วมกันได้อย่างสันติสุข

^{๓๑} อิติ.ข.๓๐๐.

โทษของกามสุมิจนจาร

การประพฤตินิสิตคือกามสุมิจนจารมีโทษมากหรือน้อยย่อมขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ และยังสามารถกล่าวถึงโทษแห่งการประพฤตินี้ ดังนี้

- ๑) นำผู้ประพฤตินี้ไปสู่อบายภูมิ
- ๒) ถูกบัณฑิตติเตียน
- ๓) ตั้งคมไม้ไว้วางใจ
- ๔) นำมาซึ่งความประทุษร้ายชีวิต

องค์ประกอบของ กามสุมิจนจาร

- ๑) อคมนิยัตถุ ได้แก่สตรีหรือนุรุษที่ไม่ควรละเมิด
- ๒) จิตคิดจะเสพ
- ๓) มีความพยายามในการเสพ
- ๔) ยังมีคัคคืออวัยวะสืบพันธุ์ให้ถึงกัน^{๓๒}

ศีลข้อนี้ ท่านห้ามเอาไว้เพื่อป้องกันความสำส่อนทางเพศ ที่มีอยู่ดาษดื่นในหมู่สัตว์ดิรัจฉาน เห็นว่ามนุษย์เป็นสัตว์ที่สูงอยู่แล้ว จึงไม่ควรทำเช่นนั้น และเพื่อป้องกันความรุ่มรวย การเบียดเบียนกันเพราะเรื่องกามเป็นเหตุ จะเห็นได้ว่า ข้าราชการฆ่ากัน ทำร้ายร่างกายกัน การแตกร้างกัน ซึ่งปรากฏในหน้าหนังสือพิมพ์รายวันนั้น มีศีลข้อกามสุมิจนจารเป็นเหตุอยู่ไม่น้อย หญิงยอมหวงชายผู้เป็นสามีคน ชายยอมหวงหญิงผู้เป็นภรรยาของตน มารดาบิดายอมหวงธิดาของตน เมื่อธิดาเหล่านั้นยังอยู่ในวัยกำลังศึกษา หรือแม้พ้นวัยการศึกษาแล้ว แต่ยังไม่ได้ทำพิธีแต่งงานให้ถูกต้องตามกฎหมายอย่างถูกต้อง หรือตามประเพณีนิยม เมื่อใครไปล่วงละเมิดในบุคคลอันเป็นที่รักที่หวง

^{๓๒} ประวัติพระพุทธศาสนา, อ้างแล้ว, หน้า ๑๖๗.

แห่นคังกล่าว เชื่อว่าละเมิดสิทธิของบุคคลอื่น ซึ่งเขามีสิทธิ์ครอบครองโดยธรรม ทำให้เจ้าของสิทธิรู้สึกเจ็บช้ำน้ำใจ เป็นการทำให้ลายน้ำใจกัน ให้ก่อเหตุก่อศัตรูคู่แค้น มีการเบียดเบียนกันขึ้น ทำให้สังคมวุ่นวาย ไม่ปกติสุข

ความสุขทางกามนั้นไม่มีมากพอที่บุคคลจะลงทุนสร้างบาป ก่อกรรม เพื่อแลกเอามันมา ผู้มีจิตใจสูงแล้วไม่ยอมรับความสุขทางกามแม้จะได้มาโดยสุจริตก็ตาม ไม่ต้องกล่าวถึงกามชนิดที่เป็นมิถิณาจาร

พระราชธรรมนิเทศ ได้กล่าวถึงผิติดศีลข้อนี้ ในหนังสือโลกและชีวิตว่า

“ สตรีที่มารดา รักษา บิดา รักษา ท่านทั้งสองรักษา พี่สาวน้องสาวดูแล ญาติรักษา ตระกูลรักษา ธรรมเนียมรักษา เช่นนี้ นักบวชสตรีประเภทต่าง ๆ ”
สตรีนอกจากนั้น ใครล่วงละเมิด ท่านจัดเป็นกามสุมิถิณาจารทั้งนั้น^{๓๓}

ศีลข้อที่ ๔ มุสาวาส

มุสาวาส หมายถึง ความประพฤติกหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นด้วยวาจาเท็จ โทหก หลอกหลวง คัดรอนประโยชน์ หรือแก่งแย่งทำลาย

ลักษณะการกระทำที่ผิติดศีลข้อนี้ พ.อ. ปิ่น มุทุกันต์ ได้จำแนกอธิบายไว้ว่า มุสาวาส หมายถึง การพูดเท็จ อันทำให้ศีลขาดมี ๗ ลักษณะ คือ

- | | |
|--------------------------|--------------|
| ๑) ปด | ๒) ทนสาบาล |
| ๓) มารยา | ๔) ทำเล่ห์ |
| ๕) ทำเลศ | ๖) เสริมความ |
| ๗) อำคความ ^{๓๔} | |

^{๓๓} หนังสือโลกและชีวิต, อ่างแล้ว, หน้า ๑๑๕.

^{๓๔} คำบรรยายพุทธศาสตร์, อ่างแล้ว, หน้า ๑๔๘.

อนุโตมมุตสา หมายถึง การพูดประชด การพูดเสียดสี ปฏิสสวะ หมายถึง การ
สัญญาทำกับผู้อื่นด้วยการพูด แล้วไม่ปฏิบัติตาม

จุดประสงค์ของการบัญญัติศีลข้อมุตสาวาท

- ๑) เพื่อให้เกิดความซื่อสัตย์ไว้วางใจกัน
- ๒) เพื่อความสามัคคีในหมู่คณะ
- ๓) เพื่อป้องกันการยุบยงส่อเสียด และการนินทา
- ๔) เพื่อให้เกิดความกล้าหาญเชื่อมั่นในตนเอง

โทษของมุตสาวาท

- ๑) ทำให้ขาดความเชื่อถือ
- ๒) ได้รับความหมิ่นเหยียดหยามจากคนอื่น
- ๓) เป็นคนขลาด
- ๔) ทำให้เป็นคนไร้เกียรติ^{๓๕}

องค์ประกอบของ มุตสาวาท

- | | |
|------------------|--|
| ๑) เรื่องไม่จริง | ๒) จิตคิดจะกล่าวให้คนเลว |
| ๓) มีความพยายาม | ๔) ผู้อื่นเข้าใจผิดตามที่พูดนั้น ^{๓๖} |

^{๓๕} พ.อุติ. ๓๐๐.

^{๓๖} หนังสือ ประวัติพระพุทธศาสนา, อ่างแก้ว, หน้า ๑๓๘.

พระพุทธเจ้า ทรงสอนให้เว้นสิ่งที่ควรเว้นก่อน เมื่อใดสิ่งที่ควรเว้นแล้ว เมื่อจำเป็นต้องพูด บุคคลย่อมพูดวาจาที่ควรพูดอยู่ดี หรือ บุคคลต้องพูดเท่าที่จำเป็นต้องพูด และแม้จำเป็นต้องพูด ก็ควรพูดให้ถูกต้องตามกาลเวลาอีกด้วย ไม่พูดพร่ำเพรื่อจนวาทะตนเองไม่มีราคา ไม่มีใครถือเป็นประมาณ

การเว้นจากการพูดที่เจ้านั้น คือ เว้นจากการพูดเท็จ ๑, เว้นจากการพูดส่อเสียด ๑, เว้นจากการพูดคำหยาบ ๑, เว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ ๑, หรือเรียกอีกอย่างว่า สัมมวาจา หรือ วชิสุจริต ๔ ถ้าเป็น วชิสุจริต ก็เป็นคำตรงกันข้าม วชิสุจริต ๔ นั้น คือ พูดจริง พูดประสานสามัคคี พูดอ่อนหวาน และพูดมีประโยชน์

ส่วนวชิสุจริต ๔ นั้น คือ พูดคำเท็จ กล่าวมุสาวาท การกล่าววาทะเคลื่อนจากความ เป็นจริง ทั้ง ๆ ที่รู้ความจริงนั้นอยู่ ส่วนผู้ไม่รู้อุจความจริงเมื่อได้ฟังผู้กล่าววาทะเคลื่อนครั้งแรก ก็กล่าววาทะเคลื่อนไปตาม เพราะความเข้าใจผิดหรือเห็นผิด ไม่เป็นมุสาวาท มุสาวาทมีองค์ประกอบ ๔ อย่าง คือคำที่ตรงกันข้ามดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น เมื่อครบ ๔ อย่างนี้ คือลข้อมุสาวาทของเขาย่อมขาด

คำเท็จจะมีโทษมากหรือน้อย ก็สุดแล้วแต่ประโยชน์ของผู้อื่นที่การกล่าวเท็จจะหักล้างได้นั้น คือถ้าทำลายประโยชน์ของผู้อื่นมากก็มีโทษมาก ทำลายประโยชน์ของเขาน้อยก็มีโทษน้อย ทำนองเดียวกัน การกล่าวเล่นเพื่อความสนุกสนาน แม้จะคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง ก็มีโทษน้อย โทษของคำเท็จที่เห็นได้ชัดก็คือ ทำให้ขาดความเชื่อถือ ผู้กล่าวเท็จเนื่อง ๆ ย่อมเป็นที่ดูหมิ่นของผู้อื่น ไม่มีใครเชื่อถือถ้อยคำ แม้จะพูดจริงในบางคราว คนอื่นก็เหมาเอาว่ากล่าวเท็จเหมือนกัน เช่นนิทานเรื่องเด็กเลี้ยงแกะกับหมาป่า เป็นต้น

ศีลข้อที่ ๕ สุราเมรัยมัชฌปมาทัญฐานา

สุราเมรัยมัชฌปมาทัญฐานา คือ ไม่เสพของมีนเมา ได้แก่ความประพฤติกหรือ การดำเนินชีวิตที่ปราศจากความประมาท พลาดพลั้งมีวเมา เนื่องจากการใช้สิ่งเสพติด ที่จะทำให้เกิดเสียสติสัมปชัญญะ

จุดประสงค์ของการบัญญัติศีลข้อนี้ คือ

- ๑) เพื่อสนับสนุนศีล ๔ ข้อข้างต้น
- ๒) เพื่อให้มีสติ ป้องกันอุบัติเหตุ
- ๓) เพื่อไม่ให้เกิดการวิวาท
- ๔) เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรค

โทษของสุราเมรัยมัชฌปมาทัญฐานา

- | | |
|-----------------------|--------------------------------------|
| ๑) เสียทรัพย์ | ๒) ก่อการทะเลาะวิวาท |
| ๓) เป็นบ่อเกิดแห่งโรค | ๔) เสียเกียรติยศชื่อเสียง |
| ๕) ทำให้ไม่รู้จักอาย | ๖) บั่นทอนกำลังปัญญา ^{๓๗} . |

องค์ประกอบของ สุราเมรัยมัชฌปมาทัญฐานา

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| ๑) สิ่งนั้นเป็นของเมา | ๒) จิตใคร่จะดื่ม |
| ๓) มีความพยายาม | ๔) กลืนให้ล่วงลำคอเข้าไป |

^{๓๗} ที่.ปา.๑๑ / ๑๗๘ / ๑๙๖.

ในบรรดาศีล ๕ ข้อนั้น ผู้หวังความเจริญ และความดี พึงงดเว้นเสียจากสุรา เมรัยอันเป็นสิ่งเสพติดต่าง ๆ เป็นเหตุให้ละเมิดศีลข้ออื่น ๆ ได้ เนื่องจากขาดสติ ดัง พุทธพจน์ว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ถูกแล้ว แม้เราก็ไม่เคยเห็นไม่เคยได้ยินข้อที่ว่า บุรุษ ละเว้นแห่งความประมาท คือ (การดื่ม) น้ำเมา และเมรัย และถูกพระราชอาจับฆ่า หรือของจำ เนรเทศหรือลงโทษ หรือลงโทษอย่างอื่น ตามสมควร เพราะเหตุมีเจตนา เว้นจากที่ตั้งแห่งความประมาท คือ (การดื่ม) น้ำเมา คือ สุรา และเมรัย โดยที่แท้ กรรมชั่วของบุรุษนี้ ประกอบเนื่อง ๆ ซึ่งที่ตั้งแห่งความประมาทคือ (การดื่ม) น้ำเมา คือ สุราเมรัย จึงฆ่าหญิงบ้าง ชายบ้าง จึงถือเอาสิ่งของที่เขามิได้ให้จากบ้านบ้าง จากป่าบ้าง ด้วยอาการ แห่งขโมย จึงก้าวล่วงภรรยาบุคคลอื่น บุตรของบุคคลอื่น จึงหักราน ประโยชน์ของคฤหัสถ์บ้าง บุตรของคฤหัสถ์บ้าง ด้วยการพูดปด เขาย่อมถูก พระราชาจับ ฆ่าหรือของจำ เนรเทศหรือลงโทษ อย่างอื่นตามสมควรแก่ เหตุ เพราะเหตุที่ตั้งแห่งความประมาท คือ(การดื่ม)น้ำเมา คือสุราเมรัย ”^{๘๔}

โทษของความเป็นผู้มีศีลวิบัติ

บุคคลไม่สำรวมในศีล กล่าวคือ ละเมิดศีล ประพฤติชั่ว ไม่ดำรงตนให้สมกับ มนุษยภาวะ ย่อมจะได้รับผลแห่งความประพฤติกิเลสศีลนั้น ดังนี้

- ๑) ทำให้เสื่อมจากลาภ โภคทรัพย์สมบัติทั้งหลาย
- ๒) เกียรติศัพท์อันชั่วของผู้ทุจริต ย่อมกระหน่อนไป
- ๓) ทำให้มีความเก้อเจินในที่ประชุม
- ๔) เป็นผู้หลงลืมสติ เมื่อถึงแก่ความตาย

^{๘๔} อัง.ปญจก.๒๒ / ๑๗๘ / ๒๓๒.

๕) เมื่อตายจากโลกไปแล้ว ย่อมเข้าถึงอบาย ทุกคติ วินิบาต^{๓๙}

อานิสงค์ของความเป็นผู้มีศีล

ควบคุมกาย วาจา และใจ ไม่ให้ล่วงละเมิดผิดปกตวิสัย ด้วยการไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น บุคคลผู้รักษาศีลได้สมบูรณ์ อย่างสม่ำเสมอ ย่อมได้รับผลแห่งการรักษาศีล คือ

- ๑) ทำให้ไม่ประมาทในชีวิต
- ๒) เกียรติศัพท์อันดีย่อมพุ่งขจรไป
- ๓) เป็นผู้อาจแก้แค้นล้างแค้นในที่ประชุม
- ๔) เป็นผู้ไม่หลงลืมสติในกาลเวลา
- ๕) เมื่อตายแล้วย่อมไปเกิดในสุคติ โลกสวรรค์^{๔๐}

ผลของศีลก็คือไม่มีความเคียดแค้น เมื่อพิจารณาผลแห่งการมีศีล พระพุทธเจ้า ตรัสสรรเสริญบุคคลผู้มีศีลว่า กลิ่นกายของภิกษุผู้มีศีล ยังสามารถทำความปราโมทย์ให้แก่ทวยเทพทั้งหลาย จะป่วยกล่าวไปใยกับกลิ่นแห่งศีล ที่สามารถครอบงำสมบัติแห่งคันธชาติทั้งปวง ซึ่งพุ่งขจรไปในที่ทวนลม และตามลม บุคคลที่มีศีลจะเป็นที่รัก เป็นที่ชอบใจ เป็นที่เคารพ เป็นที่ยกย่องของบุคคลอื่น

ดังนั้น ศีล เป็นหลักปฏิบัติที่เป็นธรรมชาติ ซึ่งบุคคลใดปฏิบัติได้ก็เป็นความดี เป็นคุณธรรมที่ทำลายกิเลส ดังที่ปรากฏในญาณกลาว่าด้วยความรู้คือญาณ ซึ่งพระพุทธเจ้าแสดงถึงความสำคัญของศีลว่า

^{๓๙} ที.ม.๑๐ / ๗๙ / ๙๐ - ๙๑.

^{๔๐} ที.ม.๑๐ / ๘๐ / ๑๐๒.

“ คีลเห็นปานนี้ ย่อมเป็นไปเพื่อความไม่เดือดร้อนแห่งจิต เพื่อความ
ปราโมทย์...เพื่อความตรัสรู้...เพื่อนิพพานโดยส่วนเดียว ”^{๔๑}

คีล จึงเป็นคุณธรรมที่นำไปสู่นิพพาน

ภาวนา บุญสำเร็จด้วยการภาวนา

ภาวนา คือการฝึกจิตนี้เอง ภาวนาเรียกได้หลายอย่าง เช่น การฝึกจิต การเจริญ
กรรมฐาน การทำสมาธิ การเจริญวิปัสสนา เหล่านี้เรียกว่า ภาวนา ทั้งสิ้น

การฝึกอบรมส่วนใหญ่เป็นการฝึกภาวนา ซึ่งต้องมีศีลเป็นพื้นฐาน ภาวนา ตรง
กับศัพท์สมัยใหม่ก็คือ พัฒนา นั่นเอง พระพุทธเจ้าตรัสคำว่า จิตตภาวนา ก็คือ การ
พัฒนาจิต นั่นเอง ประเทศชาติเจริญได้ โดยอาศัยการพัฒนาจิตใจ ชีวิตจิตใจของคน
เราจะเจริญรุ่งเรืองได้ ต้องมีการพัฒนาอันนั้น การพัฒนาประเทศ จะพัฒนาเจริญเท่าใด
ก็ตาม ถ้าใจของคนในชาติไม่พัฒนาแล้ว ก็ไปไต่ยาก

ภาวนานี้แปลว่า ทำให้มี ทำให้เป็น ทำให้เกิด ก็คือ ทำจิตของเราให้เป็นธรรม
ชาติที่สะอาด สงบ สว่าง จิตของเราจะสะอาดได้ ก็ด้วยอำนาจของศีล สงบด้วยอำนาจ
ของสมาธิ และสว่างได้ด้วยอำนาจของปัญญา การฝึกจิตในพระพุทธศาสนานั้น ก็เพื่อ
ให้จิตของเรามีคุณภาพ มีสมรรถภาพ และมีสุขภาพ โดยให้จิตของเรา สงบ สว่าง มี
คุณภาพขึ้น ลดความวุ่นวายลงไป ส่วนคืออย่างอื่นจะตามมาเอง

การฝึกจิตและปัญญา นี้ คือฝึกอบรมจิตใจให้เจริญขึ้นด้วยคุณธรรมต่าง ๆ ให้เข้ม
แข็งมั่นคง หนักแน่น และให้มีปัญญารู้เท่าทันสังขาร พุคอย่างสมัยปัจจุบันว่า รู้เท่าทัน
โลกและชีวิต หรือมีโลกทัศน์และชีวทัศน์ที่ถูกต้อง ภาวนานี้ก็คือสมาธิ และปัญญาใน
ไตรสิกขา พุคเต็มว่า สมาธิภาวนา และปัญญาภาวนานั่นเอง แต่ไม่เน้นแต่ละอย่างให้

^{๔๑} ชุ.ปฎิ.๓๑ / ๘๐ / ๔๓.

เด่นชัดนัก จึงเอามากล่าวในหัวข้อเดียวกัน มีความหมายคุมตั้งแต่สัมมาวาจาที่ให้เพียร
 ละกิเลส เพียงอบรมปลูกฝังกุศลธรรมในหมวดสมาธิ จนมาถึงการมีสัมมาทิฐิและ
 ความดำริชอบ ประกอบด้วย เมตตา กรุณา เป็นอันเห็นชัดว่า พระพุทธเจ้าเมื่อทรง
 ฟ้อนกระจายจุดหมายของชีวิตหรือจุดหมายของการปฏิบัติธรรมออกเป็นระดับต่าง ๆ
 จนถึงขั้นต้น ๆ แล้วก็ทรงฟ้อนจัดระบบวิธีดำเนินชีวิต หรือวิธีปฏิบัติธรรมให้สอดคล้อง
 กันด้วย ในระบบที่ฟ้อนลงมานี้ เน้นข้อปฏิบัติเบื้องต้นที่เกี่ยวกับการแสดงออก ทาง
 วาจาการปฏิบัติต่อกัน ตามที่กล่าวมาแล้ว ก็จะเห็นได้ว่า เรื่องทาน และศีล ก็รวมอยู่ใน
 หลักการของอริยมรรคข้อ หลักการกระทำ เรื่องภาวนาก็รวมอยู่ในหลักการข้อ หลัก
 พัฒนาจิตใจ และการที่เราจะประพฤติปฏิบัติตามหลักการทั้ง ๒ ข้อดังกล่าวได้ถูกต้อง
 ครบถ้วน ก็ต้องอาศัยหลักความรู้ คือ ต้องศึกษาเรียนรู้ความเข้าใจอย่างถูกต้องก่อนเป็น
 ประเดิม ฉะนั้น จึงกล่าวได้ว่า หลักอริยมรรคเป็นหลักการดำเนินชีวิตที่ดี ที่ครอบคลุม
 พฤติกรรมของชีวิตทุกด้าน .

บทที่ ๔

บทสรุป ผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

๔.๑ บทสรุป

จากผลการวิจัยที่กล่าวมาแล้วในบทที่ ๓ สรุปได้ว่า คำสอนเรื่องอริยมรรค หรือ มรรค ๘ นั้น พระพุทธศาสนา ถือว่าเป็นวิถี หรือเป็นหลักปฏิบัติเพื่อความสัมฤทธิ์ผล ในการดำเนินชีวิต ทั้งในระดับโลกุตตระ และโลกียะ เพราะเป็นคำสอนที่ประมวลหลักการสำคัญในการดำเนินชีวิตไว้อย่างงดงาม คลุมครบถ้วน คือ

หลักความรู้

หลักการกระทำ

หลักการพัฒนาจิตใจ

การศึกษาเชิงวิเคราะห์ เรื่องอริยมรรคกรณีการดำเนินชีวิต เป็นหลักคำสอนของ พระพุทธศาสนาซึ่งเป็นศาสนาประเภทเทวนิยม (Atheism) เป็นศาสนาที่ไม่ยอมรับว่ามี พระเจ้าเป็นผู้สร้างโลก และสร้างสรรพสิ่งต่าง ๆ ไม่สอนว่ามีเทพเจ้าเป็นจุดศูนย์กลาง พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่ค้นพบกฎของสังขธรรม โดยญาณวิถีแห่งการตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง ซึ่งเป็นพระบรมศาสดาของพุทธศาสนา และได้สอนเน้นหนักในเรื่องศีลธรรม จริยธรรม และปัญญาให้บุคคลที่ประพฤติชั่วหรือกระทำความผิดพลาดที่เล็กน้อยขึ้นไป จนถึงความผิดพลาดอย่างมหันต์ ซึ่งอาจรวมไปถึงปัจจัยหลาย ๆ อย่าง ทั้งปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายใน กระทั่งความประมาทของตนเองและบุคคลอื่น ๆ สามารถที่จะ กลับตัวได้ โดยประพฤติปฏิบัติให้ถูกต้องได้ ตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธ ศาสนา และไม่ปล่อยตัวปล่อยใจทำผิดพลาดยิ่งขึ้น

ตลอดเวลาที่พระพุทธเจ้าทรงเสด็จโปรดเวไนยสัตว์ในชนบทน้อยใหญ่ต่าง ๆ นั้น หลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น ตลอดระยะเวลา ๔๕ พรรษา ที่พระองค์ได้

แสดงหลักธรรมคำสอนไว้โดยอเนกปริยาย ทั้งนี้ก็เพื่อให้เหมาะสมกับจริตนิสัยของแต่ละบุคคลนั้น ๆ จึงกล่าวได้ว่า หลักธรรมคำสอนของพระองค์สำหรับอริยมรรคกรณีการดำเนินชีวิต สอนให้ใช้ชีวิตที่ถูกต้อง ถูกต้อง และดำเนินชีวิตให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข หลักธรรมของพระพุทธเจ้า เป็นหลักธรรมคำสอนตั้งแต่ระดับล่างหรือระดับพื้นฐาน ไปจนถึงระดับสูงสุด คือสามารถดับเพลิงกิเลสอันได้แก่ ดับความโลภ ความโกรธ ความหลงได้อย่างหนึ่ง และดับซึ่งความทุกข์ คือ การเวียนว่ายตายเกิด อยู่ในวัฏสงสารได้ ในที่สุดก็สามารถบรรลุเป็นผลสำเร็จในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องตาม อริยมรรคกรณีการดำเนินชีวิตได้อย่างหนึ่ง

หลักธรรมคำสอนในอริยมรรคกรณีการดำเนินชีวิต มีมากมายก็จริง แต่ก็พอสรุปเป็นประเด็นที่สำคัญได้ดังต่อไปนี้

๑. อริยมรรค กรณีการดำเนินชีวิต สอนให้รู้แจ้งเห็นจริงในอริยสัจ ๔ อันเป็นหลักธรรมสำคัญในอริยมรรคกรณีการดำเนินชีวิต หลักธรรมปฏิบัติทุก ๆ ข้อ ในอริยมรรค การดำเนินชีวิตสงเคราะห์ลงในอริยสัจ ๔ คือ ๑. ความทุกข์ ๒. เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ๓. ความดับทุกข์ ๔. ทางดำเนินเพื่อดับความทุกข์ รวมทั้งให้รู้จักข้อปฏิบัติที่จะให้ถึงความดับทุกข์ด้วย

๒. อริยมรรคกรณีการดำเนินชีวิต สอนเรื่องกฎแห่งกรรม ที่พระพุทธศาสนา สอนหลักความจริงว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นคนหรือสัตว์ หรือสิ่งของเป็นรูปธรรม หรือนามธรรม เป็นวัตถุ หรือเป็นเรื่องจิตใจ ไม่ว่าจะชีวิตหรือโลกที่แวดล้อมอยู่ก็ตาม ทั้งหมดล้วนเป็นไปตามธรรมดาแห่งเหตุปัจจัย เป็นเรื่องของปัจจัยสัมพันธ์ ธรรมดาที่ว่านี้มองด้วยสายตาของมนุษย์ เรียกว่า กฎธรรมชาติ ภาษาบาลีว่า นิยาม แปลว่า กำหนดอันแน่นอน หรือแนวทางที่แน่นอน หรือความเป็นไปอันมีระเบียบแน่นอน เพราะปรากฏให้เห็นว่า เมื่อมีเหตุปัจจัยอย่างนั้น ๆ แล้ว ก็จะมีความเป็นไปอย่างนั้น ๆ แน่นนอน

๓. อริยมรรคกรณีการดำเนินชีวิต สอนให้รู้ความจริงแท้ ในหลักสังสารวัฏการเวียนว่ายตายเกิด พระพุทธศาสนาจึงสอนเน้นให้เห็นถึงความสำคัญของกรรมเป็นอย่างมาก ดังพุทธพจน์ที่คุ้นกันคือว่า “กมฺมุนา วตฺตตี โลโก” แปลว่า โลกเป็นไปตามกรรม หรือ โลกเป็นไปเพราะกรรม

๔. อริยมรรคกรณีการดำเนินชีวิต สอนไม่ให้เชื่ออะไรงมงายไร้เหตุผล ให้ใช้ปัญญาคิดหาเหตุผลและใช้ปัญญากำกับอยู่เสมอ อริยมรรคในการดำเนินชีวิตสอนว่าปัญญาเป็นเครื่องส่องทางนำพาชีวิตให้ประสบผลสำเร็จในการดำเนินชีวิตให้เจริญพัฒนา ยิ่ง ๆ ขึ้น การพัฒนาปัญญา คือการสดับตรับฟัง คิด พิจารณา พิสูจน์ แล้วลงมือปฏิบัติฝึกอบรมเพื่อให้เกิดปัญญาขึ้น

๕. อริยมรรค กรณีการดำเนินชีวิต สอนให้เห็นความสัมพันธ์ทางสังคมกับจริยธรรมภาคปฏิบัติทางสังคม การบำเพ็ญความดีงามต่อสังคม การแสดงออกถึงความบริสุทธิ์ จริ่งใจ มั่นคง ยั่งยืน ตลอดถึงงานด้านสังคมสงเคราะห์ ไม่ว่าในรูปของท่านหรืออัครสาวกก็ตาม จะต้องเป็นไปโดยบริสุทธิ์ใจ และมีเมตตากรุณาเป็นพื้นฐานอยู่ในใจ

๖. อริยมรรคการดำเนินชีวิต สอนให้ดำเนินชีวิตตามพุทธปฏิปทาที่คนมั่งมีทรัพย์ที่ร่ำรวยขึ้นมาด้วยความขยันหมั่นเพียรโดยทางสุจริตชอบธรรม และใช้ทรัพย์นั้นทำสิ่งที่ดีงาม บำเพ็ญประโยชน์ ยกย่องความเป็นคนดีมีประโยชน์เหนือความมั่งมีทรัพย์ โดยเฉพาะจะต้องฝึกสอนอบรมอนุชนคนรุ่นใหม่ให้มีค่านิยมที่จะเห็นเป็นความดีงาม ความสามารถอันน่าภาคภูมิใจ ต่อเมื่อได้สร้างสมโภคทรัพย์นั้นด้วยความเพียรโดยสุจริต และมีความตั้งใจมุ่งหมายที่จะใช้ทรัพย์นั้นทำสิ่งที่ดีงาม บำเพ็ญประโยชน์

๗. ระดับสูงสุด คือ คัดรากเง่าของสังสารวัฏ เพื่อบรรลुประโยชน์สูงสุดตามแนวทาง ๘ ประการ คือ เห็นชอบ, ดำริชอบ, เจรจาชอบ, ทำการงานชอบ, พยายาม

ชอบ, เลี้ยงชีวิตชอบ, ระลึกชอบ, ตั้งใจชอบ แนวทาง ๘ ประการนี้ ก็คือ มรรคมีองค์ ๘ ที่เรารู้จักกันนั่นเอง

๘. อริยมรรคในการดำเนินชีวิต สอนให้ปฏิบัติตอบแทนพระคุณของ มารดา บิดา ให้ท่านเป็นสุข เพราะท่านเป็นผู้มีพระคุณอย่างสูงสุด เป็นผู้ให้กำเนิดเรามา ได้ชื่อว่าเป็นพรหมของบุตรธิดา คุณของบิดามารดาประกอบด้วยพรหมวิหารธรรม เป็นทั้งพรหม ทั้งเทพ ทั้งเทวดา ทั้งบูรพาจารย์ของบุตรธิดา ไม่มีจิตประทุษร้าย เพราะท่านทั้งสองเป็นทั้งอาจารย์องค์แรกที่อบรมสั่งสอนบุตรธิดาก่อนอาจารย์อื่น ๆ ทั้งหมด บุตรธิดาจึงสำนึกในพระคุณของท่านด้วยการปฏิบัติบำรุงรักษาให้ท่านเป็นสุข จนสุดความสามารถของตน

๙. อริยมรรค ๑๐ ประการในการดำเนินชีวิต สอนในทางจริยธรรมให้ดำเนินชีวิตเป็นระบบ ว่าโดยเนื้อหาแล้ว เป็นระบบการดำเนินชีวิตที่ดีงาม หรือระบบการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในพุทธศาสนา แล้วไปถึงการอบรมจิต การปลูกฝังวางรากฐานคุณธรรมในจิตใจ และการสร้างฉันทสสนะต่าง ๆ ที่เป็นเรื่องของปัญญาภาวนาในขั้นสูง เป็นเครื่องมือฝึกคุณธรรมทั้งทางกาย ทางวาจา และทางจิตใจ หรือมองในทางไตรสิกขาว่า ศีล สมาธิ ปัญญา ครอบคลุม

๔.๒ สรุปผลการวิจัย “อริยมรรคในการดำเนินชีวิต” ลงในหลักอริยสัจ ๔

อริยมรรคในการดำเนินชีวิต ตามหลักอริยสัจ นอกจากเป็นคำสอนที่ครอบคลุมหลักธรรมทั้งหมดในพระพุทธศาสนา ทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ ดังกล่าวมาแล้ว ยังมีคุณค่าเด่นอีกหลายประการ ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

๑. อริยมรรคในการดำเนินชีวิต ถู้อตามหลักอริยสัจ เป็นวิธีการแห่งปัญญา ซึ่งดำเนินการแก้ไขปัญหา ตามระบบแห่งเหตุผล เป็นระบบวิธีแบบอย่าง ซึ่งวิธีการแก้ปัญหาคิด ๆ ก็ตาม ที่จะมีคุณค่าและสมเหตุสมผล จะต้องดำเนินไปในแนวเดียวกันเช่นนี้

๒. อริยมรรคในการดำเนินชีวิต เป็นการแก้ปัญหาและจัดการกับชีวิตของคน ด้วยปัญญาของมนุษย์เอง โดยนำเอาหลักความจริงที่มีอยู่ตามธรรมชาติมาใช้ประโยชน์ ไม่ต้องอ้างอำนาจสถาบันศาลของตัวการพิเศษเหนือธรรมชาติ หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใด ๆ

๓. อริยมรรคในการดำเนินชีวิต เป็นความจริงที่เกี่ยวกับชีวิตของทุก ๆ คน ไม่ว่าจะมนุษย์จะเคลียดออกไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธกับสิ่งที่อยู่ห่างไกลตัว กว้างขวางมากมายเพียงใดก็ตาม แต่ถ้าเขายังจะต้องมีชีวิตของตนเองที่มีคุณค่า และสัมพันธกับสิ่งภายนอกเหล่านั้นอย่างมีผลดีแล้ว เขาจะต้องเกี่ยวข้องและใช้ประโยชน์จากหลักความจริงนี้ตลอดไป

๔. อริยมรรคในการดำเนินชีวิต เป็นหลักความจริงกลาง ๆ ที่คิดเนื่องอยู่กับชีวิต หรือเป็นเรื่องของชีวิตเองแท้ ๆ ไม่ว่าจะมนุษย์จะสร้างสรรค์ศิลปวิทยาการ หรือดำเนินกิจการใด ๆ ขึ้นมาเพื่อแก้ปัญหา และพัฒนาความเป็นอยู่ของตน ไม่ว่าจะศิลปวิทยาการ หรือกิจการต่าง ๆ นั้น จะเจริญขึ้น เสื่อมลง สูญสลายไป หรือเกิดมีใหม่มาแทนอย่างไรก็ตาม หลักความจริงของอริยมรรคในการดำเนินชีวิตตามหลักอริยสัจนี้ก็จะคงยืนยง ใหม่ และใช้ประโยชน์ได้ตลอดทุกกาล

๔.๓ ข้อเสนอแนะ

อริยมรรค กรณีการดำเนินชีวิต พระพุทธเจ้าทรงสอนเกี่ยวกับการแก้ปัญหาภายในทางจิตปัญญาเป็นหลัก และมีคำสอนด้านนี้มากมาย ส่วนการแก้ปัญหาภายนอกด้านคำสอนระดับศีล ทรงสอนแต่หลักกลาง ๆ ที่เนื่องด้วยธรรมชาติของมนุษย์ เช่น การไม่ควรทำร้ายเบียดเบียนกันทั้งทางชีวิตร่างกาย ทรัพย์สิน สิ่งหวงแหน ด้วยกาย หรือด้วยวาจา และการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เป็นต้น ส่วนรายละเอียดคนนอกเหนือจากนั้นเป็นเรื่องแตกต่างกันไปตามปัจจัยอื่น ๆ ในสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องของต่างถิ่นต่างยุคสมัยไม่เหมือนกัน เป็นเรื่องของมนุษย์ที่รู้หลักการทั่วไปของการแก้ปัญหา รู้หลักเกณฑ์วิธีการจัดการแก้ไขตามเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องนั้น ๆ ไม่ใช่เรื่องที่จะไปวางบทบัญญัติไว้ให้มนุษย์เป็นการตายตัว

ปัญหาเร่งด่วนที่ผู้วิจัยเห็นว่ามีความจำเป็น และควรรีบทำการศึกษาในปัจจุบัน คือการประยุกต์อริยมรรคในการดำเนินชีวิต เพื่อเป็นหลักปฏิบัติในสถาบันต่าง ๆ ของ สังคมและส่วนรวม โดยการกำหนดขอบเขตการศึกษาออกเป็น ส่วน ๆ ดังนี้

๑. อริยมรรคกรณีการดำเนินชีวิตกับการแก้ไขวิกฤติการณ์ทางสังคม
๒. อริยมรรคในการดำเนินชีวิตกับการแก้ไขปัญหาทางเศรษฐกิจในสังคมและ ส่วนรวม
๓. อริยมรรคกรณีการดำเนินชีวิตกับการแก้ไขปัญหาทางสถาบันครอบครัว
๔. อริยมรรคกรณีการดำเนินชีวิตกับการพัฒนาการทางการเมือง
๕. อริยมรรคกรณีการดำเนินชีวิตกับการพัฒนาการทางการศึกษา เป็นต้น

บรรณานุกรม

พระไตรปิฎก

การศาสนา, กรม. พระไตรปิฎกฉบับหลวง. เล่มที่ ๑, ๔, ๕, ๖, ๘, ๑๐, ๑๑, ๑๒, ๑๓, ๑๔, ๑๕, ๑๖, ๑๗, ๑๘, ๒๐, ๒๒, ๒๓, ๒๔, ๒๕, ๓๐, ๒๕, ๓๖, กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา, พ.ศ. ๒๕๒๕.

หนังสือ

- กองศาสนศึกษา. พุทธประวัติ. ปีพัฒนาการสงฆ์ ๒๕๓๗ - ๒๕๓๘ ฝ่ายวิชาการ กองการศาสนา, กระทรวงศึกษาธิการ, กรุงเทพฯ: พิมพ์ที่โรงพิมพ์การศาสนา, ถนน บำรุงเมือง ซ้ำงวัดสระเกษ, พ.ศ. ๒๕๓๗.
- คุณ โทจันทร์, ร.ศ.พุทธศาสนากับชีวิตประจำวัน. ภาควิชาปรัชญาและศาสนา มหาวิทยาลัยขอนแก่น. กรุงเทพฯ: พิมพ์ที่ โอ. เอส. พรินติ้งเฮ้าส์, เขตบางกอกน้อย พ.ศ. ๒๕๓๗
- จ่านง ค์ ทองประเสริฐ. ศาสนาปรัชญาประยุกต์. กรุงเทพฯ: พิมพ์ครั้งที่ ๒ จัดพิมพ์โดยบริษัท ต้นอ่อน แกรมมี่ จำกัด ๒๐๕ / ๑ อาคารซีมิคทาวเวอร์บี (ชั้น ๑๔) สุขุมวิท ๒๑ แขวง คลองเตยเหนือ เขตคลองเตย, พ.ศ. ๒๕๓๘
- ชัยวัฒน์ อัมพัฒน์, ร.ศ. จริยศาสตร์. ภาควิชาปรัชญา คณะมนุษยศาสตร์. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, พ.ศ. ๒๕๓๘.
- ชัยวัฒน์ อัมพัฒน์, ร.ศ.- วิชา สุนิวัคูปต์, ผ.ศ.หลักการดำเนินชีวิตในสังคม. กรุงเทพฯ: ภาควิชา ปรัชญา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, พ.ศ. ๒๕๓๕.
- เซอร์ เอควิน อาร์โนลด์. ประทีปแห่งทวีปเอเชีย. กรุงเทพฯ: พิมพ์ครั้งที่ ๑๑ ที่โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, พ.ศ. ๒๕๔๐.

- ญาณสังวร, สมเด็จพระ (เจริญ สุวฑฺฒโน). หลักพระพุทธศาสนา. พิมพ์ถวายในงานฉลองอายุครบ ๖๐ ปี. กรุงเทพฯ: พิมพ์ครั้งที่ ๕ โรงพิมพ์ มกุฏราชวิทยาลัย, พ.ศ. ๒๕๔๐.
- เดือน คำดี, ร.ศ. ดร. ศาสนศาสตร์. ภาควิชาปรัชญาและศาสนา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย เกษศาสตร์, พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๔๑.
- ทวี ผลสมภพ, ร.ศ. ปรัชญาศาสนา. ภาควิชาปรัชญา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๕ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๐.
- ทวี ผลสมภพ, ผ.ศ. ปรัชญาอักษรธรรม. ภาควิชาปรัชญา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์รุ่งศิลป์การพิมพ์, ถนนนพนาคร บางรัก. ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๒๘.
- เทพวิสุทธิญาณ, พระ (อุบล นนฺทโก). ป.ธ. ๘, ธรรมภาคปริเฉทที่ ๑. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ มหามกุฏราชวิทยาลัย, พิมพ์ครั้งที่ ๕ / ๒๕๓๘.
- ธรรมปิฎก, พระ (ป.อ. ปยุตฺโต). พุทธธรรม ฉบับขยายความ. มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์. กรุงเทพฯ: พิมพ์เผยแพร่, พ.ศ. ๒๕๓๘.
- ธรรมปิฎก, พระ (ป.อ. ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. กรุงเทพฯ: พิมพ์ที่โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, วัดมหาธาตุ ท่าพระจันทร์. พ.ศ. ๒๕๓๘.
- ปิ่น มุกข์นิต. พ.อ. คำบรรยายพุทธศาสตร์. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สำนักพิมพ์คลังวิทยา, พ.ศ. ๒๕๐๕.
- ปิ่น มุกข์นิต. พ.อ. แนวสอนธรรมะ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คลังวิทยา, พ.ศ. ๒๕๑๔
- พรหมมุนี, พระ (ผิน สุวโจ). ชุดธรรมนิพนธ์มรรคธรรม. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ มหามกุฏราชวิทยาลัย, พ.ศ. ๒๕๔๑.

- ราชธรรมนิเทศ, พระ (ระเบียบ จิตตญาณ). โลกและชีวิตในวิถีแห่งธรรม. ศูนย์ส่งเสริม
พระพุทธศาสนาแห่งประเทศไทยกองทุนรัตนานุภาพ, กรุงเทพฯ: พิมพ์
ที่ศิริการพิมพ์, ลาดพร้าว ๘๗ บางกะปิ พิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน.
พ.ศ. ๒๕๔๑.
- วชิรญาณวโรรส, สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยา. พุทธประวัติ. เล่ม ๑, กรุงเทพฯ:
พิมพ์ครั้งที่ ๔๕ โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, พ.ศ. ๒๕๒๓.
- วศิน อินทสระ. หลักคำสอนสำคัญในพระพุทธศาสนา. พุทธปรัชญาเถรวาท. กรุงเทพฯ:
สำนักพิมพ์บรรณาคาร ๒๓๖ เวียงนครเขมม, พ.ศ. ๒๕๓๕.
- วศิน อินทสระ. จริยศาสตร์. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์บรรณาคาร ๒๓๖ เวียงนครเขมม,
พิมพ์ครั้งที่ ๒ พ.ศ. ๒๕๒๕.
- วิชัย สุธีรชานนท์. สิ่งสำคัญและจำเป็นของคนไทย. ทพบุลี : โรงพิมพ์วิทยาลัยครูเทพ
สตรี, พ.ศ. ๒๕๒๑.
- เสถียร โพธิ์นันทะ. ประวัติศาสตร์ พระพุทธศาสนา. ฉบับมุขปาฐะ ภาค ๑ - ๒,
กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ มหามกุฏราชวิทยาลัย, พ.ศ. ๒๕๔๐.
- สมักร นูราวาส. พุทธปรัชญา มองจากทรรศนะทางวิทยาศาสตร์. กรุงเทพฯ:
พิมพ์ที่สำนักพิมพ์สยาม, ถนนเฟื่องนคร กันยายน พ.ศ. ๒๕๓๗.
- สุชีพ ปุญญานุภาพ. พระไตรปิฎกฉบับสำหรับประชาชน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหามกุฏ
ราชวิทยาลัย, ในพระบรมราชูปถัมภ์. พิมพ์ครั้งที่ ๑๖ / ๒๕๓๕.
- สุนทร ณ รั้งยี, ร.ศ. ดร. พุทธปรัชญาพระไตรปิฎก. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาจุฬาลง
กรณราชวิทยาลัย, พ.ศ. ๒๕๔๑.

วิทยานิพนธ์

เกษม สัตยชญโต, (ลักษณะวิลาศ) พระมหา. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องทุกข์ในพระ
พุทธศาสนา.” วิทยานิพนธ์ ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สภาการศึกษามหา
มกุฏราชวิทยาลัย. พ.ศ. ๒๕๓๒.

ภายิต สุภาสิตโต, (สุขวรรณคดี) พระมหา. “ชีวิตในอุดมคติตามพระคัมภีร์ของพุทธ
ปรัชญาเถรวาท.” วิทยานิพนธ์ ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหา
มกุฏราชวิทยาลัย. พ.ศ. ๒๕๔๒.



ประวัติผู้วิจัย



ชาติภูมิ

ชื่อ พระสังวาลย์ สิริจันท (มุลขุนทศ)

เกิด ๒๘ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๘๘ ณ ต. กุมภวาปี อ. กุมภวาปี จ. อุครธานี
ที่อยู่ปัจจุบัน วัดศรีสุทธาราวาส ต. กุดป่อง อ. เมือง จ. เลย

การศึกษา

พ.ศ. ๒๕๓๒ สอบได้ได้นักธรรมชั้นเอก จากธรรมสนามหลวง แผนก ธรรม
อ. กุมภวาปี จ. อุครธานี

พ.ศ. ๒๕๓๔-๓๕ รักษาการเจ้าอาวาสวัดศิริตาลทอง อ. กุมภวาปี จ. อุครธานี

พ.ศ. ๒๕๓๖ เป็นเจ้าอาวาสวัดศิริตาลทอง อ. กุมภวาปี จ. อุครธานี

พ.ศ. ๒๕๔๑ ปริญญาตรี ศาสนศาสตรบัณฑิต คณะ ศาสนาและปรัชญา
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย, วิทยาเขตศรีล้านช้าง, จ. เลย

พ.ศ. ๒๕๔๑ เข้าศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชา พุทธศาสนาและปรัชญา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย, รุ่นที่ ๑๑

พ.ศ. ๒๕๔๔ สำเร็จปริญญาโท ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต
สาขา พุทธศาสนาและปรัชญา วัดบวรนิเวศวิหาร ก.ท.ม.

หน้าที่การงาน

พ.ศ. ๒๕๓๗ ปัจจุบัน : เจ้าอาวาสวัดประชานิมิต ต. กุดป่อง อ. เมือง จ. เลย
ถึงปัจจุบัน

พ.ศ. ๒๕๔๑ ปัจจุบัน : เจ้าคณะตำบลกุดป่อง (ธ) อ. เมือง จ. เลย ถึงปัจจุบัน

พ.ศ. ๒๕๓๖ - ๒๕๔๓

ปัจจุบัน : ครูสอนปริยัติธรรม, กรรมการตรวจธรรมสนามหลวง
ประจำจังหวัดเลย ถึงปัจจุบัน

สิ่งพิมพ์นี้เป็นสมบัติของห้องสมุด มจร.

ผู้ใดพบอยู่ในที่อื่นไม่สมควร

โปรดนำมาส่งที่แผนกห้องสมุดด้วย ขอบคุณ