

เอกสารประกอบการบรรยาย

การสอบวัดความรู้แบบองค์รวม (Comprehensive Test)



ฝ่ายวิชาการ การวัดและการประเมินผลการศึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมกาย แคลิฟอร์เนีย (Dhammakaya Open University)
โทร 02-901-1013, 086-326 3833

คำนำ

เอกสารฉบับนี้เป็นการสรุปย่อจากเนื้อหา 26 รายวิชา ของหลักสูตรปริญญาตรี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักศึกษาอ่านทบทวนก่อนสอบวัดระดับความรู้แบบองค์รวม โดยคณะผู้จัดทำได้ตั้งใจสรุปสาระสำคัญของเนื้อหาในวิชาต่าง ๆ เพื่อสะดวกแก่นักศึกษาในการทวนความรู้ก่อนเข้าสอบ แต่หากนักศึกษามีเวลามากพอก็ควรที่จะอ่านทบทวนแต่รายวิชาจากตำราหนังสือเพื่อความเข้าใจอย่างแจ่มชัด

ฝ่ายวิชาการ การวัดและการประเมินผลการศึกษาหวังเป็นอย่างยิ่งว่าเอกสารฉบับนี้ จะอำนวยความสะดวกต่อนักศึกษานำไปใช้ให้เกิดผลสัมฤทธิ์และสอบได้คะแนนในระดับดีถึงระดับดีเยี่ยมตามความคาดหวัง

ฝ่ายวิชาการ การวัดและการประเมินผลการศึกษา

กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2556

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	1
สารบัญ	2
MD 101 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับสมาธิ	3-11
MD 102 หลักการเจริญสมาธิภาวนา	12 - 21
MD 203 อุปสรรคและวิธีแก้ไขในการทำสมาธิ	22 – 32
MD 204 เทคนิคการทำสมาธิ	33 – 43
MD 305 หลักสมถวิปัสสนากัมมัฏฐาน	44 – 54
MD 306 สมถกัมมัฏฐาน 40 วิธี (1)	55 – 64
MD 407 สมถกัมมัฏฐาน 40 วิธี (2)	65 – 72
MD 408 วิปัสสนากัมมัฏฐาน	73 - 92
GL 101 จักรวาลวิทยา	93 -104
GL 102 ปรโลกวิทยา	105 - 122
GL 203 กฎแห่งกรรม	123 - 132
GL 204 ศาสตร์แห่งการเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า	133 - 142
GL 305 ปฏิปทาหม่าปู้ชี่นิยาจารย์	143 – 151
DF 101 การทำหน้าที่กัลยาณมิตรเบื้องต้น	152 - 165
DF 202 ทักษะการทำหน้าที่กัลยาณมิตร	166 - 182
DF 404 ศาสนศึกษา	183 – 210
GB 101 ความรู้พื้นฐานทางพระพุทธศาสนา	211 - 251
GB 102 สูตรสำเร็จการพัฒนาตนเอง	252 - 261
GB 203 สูตรสำเร็จการพัฒนาสังคมโลก	262 - 267
GB 304 สูตรสำเร็จการพัฒนาองค์กรและเศรษฐกิจ	268 - 277
GB 405 ประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนา	278 - 290
GB 406 สรรพศาสตร์ในพระไตรปิฎก	291 – 332
SB 101 วิถีชาวพุทธ	333 - 355
SB 202 วัฒนธรรมชาวพุทธ	356 - 371
SB 303 แม่บทการการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา	372 - 401
SB 304 ชีวิตสมณะ	402 - 416

MD 101

**สมาธิ 1 : ความรู้เบื้องต้น
เกี่ยวกับสมาธิ**

บทที่ 1

สมาธิคืออะไร

ลักษณะของใจ

1. ธรรมชาติของใจ ใจเป็นธรรมชาติที่กวัดแกว่ง ดิ้นรน รักษายาก ห้ามยาก ไม่สามารถจะตั้งอยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งได้นาน มักตกไปในอารมณ์ที่น่าใคร่

2. คุณลักษณะของใจ มีกิริยาอาการลักษณะที่อยู่ดังต่อไปนี้

1. ทुरुจฉม เที่ยวไปไกล
2. เอกจร เที่ยวไปดวงเดียว
3. อสรีร ไม่ใช่ร่างกาย
4. คุหาสย มีถ้ำ คือ ร่างกายเป็นที่อยู่อาศัย

สมาธิคืออะไร

ความหมายในเชิงลักษณะผลของสมาธิ คือ อากาโรที่ใจตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวอย่างต่อเนื่อง หรืออากาโรที่ใจหยุดนิ่งแน่วแน่นไม่ซัดส่ายไปมา

ความหมายในเชิงลักษณะการปฏิบัติ คือ ความตั้งมั่นของจิต หรือภาวะที่จิตแน่วแน่นต่อสิ่งที่กำหนด

ความหมายในเชิงปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย คือ การทำใจของเราให้หยุดนิ่ง อยู่ภายในกลางกายของเรา กล่าวคือการดึงใจกลับเข้ามาสู่ภายใน อยู่กับเนื้อกับตัวของเราในอารมณ์ที่สบาย เป็นการดึงใจที่ซัดส่ายไปในอารมณ์ต่าง ๆ ให้มามีอารมณ์เดียว ใจเดียว

พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) อธิบายการทำสมาธิไว้ว่า คือ การทำให้ความเห็น ความจำ ความคิด ความรู้ รวมหยุดเป็นจุดเดียวกัน ซึ่งวิธีการเกิดสมาธิ คือ ฝึกใจให้หยุดนิ่งอยู่ภายใน

ลักษณะของใจที่เป็นสมาธิ

ลักษณะของใจที่เป็นสมาธิเบื้องต้น มีลักษณะหรือคุณสมบัติ 3 ประการคือ บริสุทธิ ตั้งมั่น ควรแก่การงาน

ลักษณะของใจที่เป็นสมาธิระดับอัปปนา คือ ตั้งมั่น บริสุทธิ ผ่องใส เรียบเสมอ ปราศจากสิ่งที่จะทำให้มัวหมอง นุ่มนวล ความแก่การงานและมันคง

บทที่ 2

ประเภทและระดับของสมาธิ

ประเภทของสมาธิ

1. สัมมาสมาธิ คือ จิตไม่ฟุ้งซ่าน ตั้งมั่นแห่งจิตโดยชอบ ทำให้สามารถเข้าสู่พระนิพพานได้
2. มิจฉาสมาธิ คือ จิตตั้งมั่นในสิ่งที่ผิด ทำให้ใจซัดส่าย ฟุ้งซ่าน ใจตรึงในกาม ไม่สามารถทำให้กิเลสเบาบางลงได้ และไม่ใช้หนทางที่จะทำให้บรรลุเป้าหมายคือ มรรคผลนิพพานได้

ประเภทของสมาธิจำแนกตามการวางใจ ที่ตั้งของใจขณะเจริญสมาธิ 3 ประเภท ดังนี้

- | | |
|--------------------------------------|----------------|
| 1. วางใจไว้นอกร่างกาย | เป็นมิจฉาสมาธิ |
| 2. วางใจไว้ส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย | เป็นสัมมาสมาธิ |
| 3. วางใจไว้ที่ศูนย์กลางกาย | เป็นสัมมาสมาธิ |

ระดับของสมาธิ

1. ขณิกสมาธิ คือ อาการที่ใจสงบนิ่งอยู่กับอารมณ์ชั่วขณะหนึ่ง เช่น 5 - 10 นาทีแล้วค่อยคิดฟุ้งซ่านออกไป
2. อุปจารสมาธิ คือ อาการที่ใจสงบนิ่งได้นานกว่าขั้นแรก อาจประมาณ 5 - 10 นาที หรือนานกว่านั้น เป็นสมาธิที่เกือบจะแน่นอน แต่ยังไม่ถึงขั้นนิมิต
3. อัปปนาสมาธิ คือ อาการที่ใจสงบนิ่งนานตามที่เรากำลังต้องการ เป็นขั้นที่แน่นอนถึงนิมิต

บทที่ 3

รูปแบบของการฝึกสมาธิ

รูปแบบการฝึกสมาธิ

การฝึกสมาธิมีอยู่หลายรูปแบบ ดังนี้

1. สมาธินอกพระพุทธศาสนา เช่น

- โยคะ คือ การออกกำลังกายและสงัดใจไปยังส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเพื่อให้ผ่อนคลาย
- สมาธิแบบ TM คือ การท่อง "มนตรา" ซ้ำ ๆ ในใจเพื่อให้เกิดความผ่อนคลายและให้จิตนิ่ง

2. การฝึกสมาธิในพระพุทธศาสนา แบ่งได้ 3 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

- การฝึกสมาธิในพระพุทธศาสนาวัชรยาน สมาธิแบบทิเบต การฝึกคือหลอมรวมร่างกาย ความคิดและประสาทสัมผัสเข้าด้วยกันด้วยดวงจิตที่มีสติควบคุมจดจ่อ เป็นอารมณ์เดียวและต้องทำตามขั้นตอนให้ครบถ้วนคือ การพักผ่อน การกำหนดลมหายใจ การฝึกความสงบ การภาวนา การเพ่งกสิณ (กสิณแสงสว่าง)

- การฝึกสมาธิในพระพุทธศาสนาเถรวาท สมาธิแบบเซน มุ่งเน้นความสงบทางใจ โดยการนั่งนิ่ง ๆ แล้วนำคำภาวนาขบคิดจนเกิดความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับความสว่าง สงบ และความยินดี

- การฝึกสมาธิในพระพุทธศาสนาเถรวาท การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ การฝึกคือเอาสติอยู่ที่ลมหายใจเข้าออก โดยภาวนา “พุท โธ” กำกับและเดินจงกรม

การฝึกสมาธิเพื่อการเข้าถึงพระธรรมกาย

การที่จะเข้าถึงพระธรรมกายต้องนำใจมาวางหยุดนิ่งที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 ซึ่งวิธีการมีหลายวิธี จะเลือกวิธีไหนก็ได้ แต่ทุกวิธีมีอารมณ์เดียว คือ ต้องมีอารมณ์ดี อารมณ์สบาย แล้วก็ต้องนำใจให้กลับมาหยุดนิ่งอยู่ภายใน พอหยุดถูกส่วนก็จะเข้าถึงพระธรรมกายในที่สุด

การฝึกสมาธิเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย เป็นการฝึกสมาธิในพระพุทธศาสนา โดยการผสมผสานวิธีต่าง ๆ เข้ากันอย่างลงตัว กล่าวคือ

1. การกำหนดบริกรรมนิมิตเป็นดวงแก้ว กลมใสเป็น 1 ในกสิณ 10 คือ อาโลก-กสิณ (กสิณแสงสว่าง)
2. การกำหนดบริกรรมภาวนาว่า สัมมา อะระหัง เป็น 1 ในอนุสติ 10 คือ พุทธานุสติ (มีระลึกถึงพระพุทธเจ้า)
3. การกำหนดในศูนย์กลางกายฐานที่ 7 ซึ่งเป็นที่สุดของลมหายใจ เป็น 1 ในอนุสติ 10 (มีสติกับลมหายใจ)

บทที่ 4

ลักษณะบุคคลที่สามารถฝึกสมาธิได้

บุคคลที่สามารถฝึกสมาธิได้

บุคลิกภาพของบุคคลที่สามารถฝึกสมาธิได้

บุคคลแม้จะมีบุคลิก ลักษณะประจำตัวที่แตกต่างกัน แต่ทุกบุคลิก ก็สามารถฝึกสมาธิได้ทั้งสิ้น เพราะเมื่อคนทั้งหลายเหล่านี้ได้ลงมือฝึกสมาธิอย่างถูกวิธีและทำอย่างจริงจังแล้ว ก็จะสามารถรับรู้ถึงผลแห่งการเข้าถึงธรรมภายในได้ทั้งสิ้น เพราะสมาธิเป็นของกลางไม่เกี่ยวข้องกับศาสนาและความเชื่อใด ๆ

อารมณ์ของบุคคลที่สามารถฝึกสมาธิได้

อารมณ์เป็นสิ่งที่อยู่คู่กับจิตใจมนุษย์ บุคคลหนึ่งอาจจะมีอารมณ์หลากหลายในแต่ละสถานการณ์ ซึ่งแต่ละอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปนั้นเป็นธรรมชาติของใจที่มักจะเปลี่ยนซัดส่ายไปในอารมณ์ต่าง ๆ นั้นเอง

แต่สมาธิเป็นสิ่งที่จะนำบุคคลให้เข้าไปสู่ความมีอารมณ์เดียวกัน คือ สงบ

บุคคลที่ไม่สามารถฝึกสมาธิได้

1. คนที่เป็นบ้า คนประเภทนี้ไม่สามารถควบคุมสติของตนได้ เพราะเป็นผู้ที่ขาดสติสัมปชัญญะ ไม่สามารถรับรู้และเข้าใจเรื่องราวใด ๆ ได้เลย

2. คนตาย

3. คนที่ไม่ได้ทำ บุคคลประเภทนี้สามารถแก้ไขได้ด้วยการเอาใจใส่ ให้ความสนใจ และให้คุณค่ากับการฝึก เลิกที่จะเกียจคร้าน เมื่อเป็นเช่นนี้ก็สมารถที่จะฝึกได้

บุคคลที่สามารถฝึกสมาธิได้ดี

คนที่จะสามารถฝึกสมาธิได้ดี ต้องทำใจให้ปลอดโปร่ง ปล่อยวางภารกิจทั้งปวง พร้อมทั้งมีศีลและสามารถรักษาศีลให้บริสุทธิ์ได้ตามสภาวะของตน

บทที่ 5

ประโยชน์ของสมาธิกับชีวิตประจำวัน

ประโยชน์ของสมาธิที่มีต่อผู้ครองเรือน

1. เป็นอิสรภาพภายในที่แท้จริง คือ สามารถละความรู้สึกสับสนวุ่นวายภายนอกเข้าสู่ภายในได้สบาย ๆ ไม่เครียดเกร็ง จึงทำให้สามารถทำงานได้มากกว่า ทนได้มากกว่า และเครียดน้อยกว่า
2. สามารถแยกแยะและมองเห็นความแตกต่างระหว่างหน้าที่กับความรู้สึกยึดติดได้เป็นอย่างดีในเรื่อง “ของเขา” “ของเรา”
3. ใจเย็นกว่า เผชิญสถานการณ์บีบคั้นได้ ปรับอารมณ์หรือคืนสู่ความเป็นปกติได้นานกว่า
4. เตือนตนได้ โดยเฉพาะความน้อยเนื้อต่ำใจ ลดระดับความอิจฉา ความพยายามหลงใหลเรื่อย ๆ
5. สามารถรับฟังความคิดเห็น ดิชมของคนอื่นได้เสมอ นำส่วนดีมาปรับใช้ ผิดก็พร้อมแก้ไขเสมอ
6. มีความฉับไวและเฉียบคมในการทำงาน การตัดสินใจ มุมมองริเริ่มสร้างสรรค์พัฒนาให้ดีขึ้นเรื่อย ๆ
7. มีความเข้าใจในเรื่องของวัฏสงสารและวงจรชีวิตที่สอดคล้องกับการกระทำ จึงทำให้เป็นคนไม่ประมาท มีความเข้าใจและตั้งมั่นในคุณธรรม ศีลธรรม และคุณงามความดี
8. เมื่อรู้จักหน้าที่จึงเป็นผู้มีความรับผิดชอบ ไม่เกียจคร้าน ไม่เกียจงาน ไม่ก้าวท้าว และไม่เบียดเบียนในการสร้างความดี
9. มักมีสุขภาพแข็งแรงกว่าคนในวัยเดียวกัน ในสภาพแวดล้อมเหมือน ๆ กัน ทั้งนี้เพราะไม่เครียด และเข้าใจในเรื่องของการพุ่มพักใจ
10. สมาธิที่ทำอย่างสม่ำเสมอ อย่างสุนทรีย์ ส่งผลให้อารมณ์ดี แก่ช้า และเป็นที่รักของคนรอบข้าง

ประโยชน์ของสมาธิกับชีวิตครอบครัว

1. ลดช่องว่างและความก้าวร้าวภายใน
2. มีความเข้าใจต่อคนรอบข้างได้มากขึ้นเรื่อย ๆ
3. มีความอดทน และสามารถรอคอยเวลาที่เหมาะสมได้ดีกว่า
4. ส่งทอดและรองรับความรัก ความเมตตา ความเข้าใจได้ดี
5. เกิดบรรยากาศที่ดีขึ้นภายในครอบครัว

ประโยชน์ของสมาธิและสุขภาพ

ร่างกายของมนุษย์ประกอบด้วย 2 ส่วนใหญ่ ๆ คือ ส่วนที่เป็นรูปหรือร่างกาย (นั่นคือรูป) และส่วนที่เป็นนามหรือจิตใจ ได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ดังนั้นเมื่อร่างกายได้รับการอบรมหรือฝึกฝนให้มีความสงบและมีสมาธิอันตั้งมั่น ย่อมจะนำไปสู่ความเป็นผู้มีปัญญา มีความสมบูรณ์ทางจิตใจและส่งผลดีต่อร่างกายด้วย

ดังนั้นการจะมีชีวิตอย่างมีความสุขได้ ไม่เพียงร่างกายจะมีสุขภาพพลานามัยแข็งแรงเท่านั้น จิตใจจะต้องมีความสะอาด บริสุทธิ์ ผ่องใสอีกด้วย

บทที่ 6

ประโยชน์ของสมาธิในพระพุทธศาสนา

ประโยชน์ของสมาธิในพระไตรปิฎก มีดังนี้

1. ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร อานิสงส์ของการทำสมาธิ 5 ประการ คือ

- (1) ทำให้ได้จักขุ คือ มีดวงตาเห็นธรรม
- (2) เกิดญาณ คือ ได้ญาณทัสสนะ ซึ่งเป็นเครื่องมือที่จะเข้าไปรู้แจ้งเรื่องราวต่าง ๆ
- (3) เกิดปัญญา คือ ทำให้ได้ปัญญา มีความฉลาดรอบรู้มากขึ้น
- (4) เกิดวิชา คือ มีความรู้แจ้งอย่างน้อย 3 ประการ คือ
 - (4.1) รู้แจ้งเรื่องราวทั้งในอดีตชาติและในอนาคตของตน
 - (4.2) รู้แจ้งการเกิดการตาย ว่าสัตว์เหล่านี้ตายแล้วไปไหน เกิดที่ใด
 - (4.3) รู้แจ้งในการกำจัดกิเลสภายในของตนเอง
- (5) ได้อาโลกิ คือ แสงสว่าง ใจจะเกิดแสงสว่างที่จะช่วยในการเห็นสิ่งต่าง ๆ

2. ในสมาธิสูตร อานิสงส์ของสมาธิมี 4 ประการ คือ

- (1) พบสุขทันตาเห็น
- (2) ได้ญาณทัสสนะ
- (3) มีสติสัมปชัญญะ
- (4) กำจัดอาสวกิเลสได้

ประโยชน์ของสมาธิตามทัศนะของพระมหาเถระ

1. ทำให้มีความสามารถในการทำงานเหนือผู้อื่น โดยสิ่งนี้นักทำงานปรารถนาอย่างยิ่ง คือ

- (1) ทำงานได้โดยไม่รู้สึกเหน็ดเหนื่อยหรือเบื่อหน่าย
- (2) ทำงานได้รอบคอบเกิดประโยชน์และมีผลเสียหายน้อย
- (3) คาดการณ์ล่วงหน้าได้แม่นยำ

2. ทำให้ใจมีพลัง อภิญญา 6 ประการ เป็นความรู้ที่เกิดจากพลังใจที่สูงส่ง ที่เป็นผลพลอยได้จากการทำสมาธิในระดับสูง โดยผลของการทำสมาธิที่จะเจริญตามลำดับขั้นของความบริสุทธิ์ของใจดังต่อไปนี้คือ

- (1) เมื่อใจบริสุทธิ์ถึงขั้นหนึ่ง จะบรรลุอิทธิวิธีหลายประการ
- (2) จะฟังเสียงทั้งสอง คือ เสียงทิพย์ และเสียงของมนุษย์ทั้งที่ไกลและใกล้ด้วยหูทิพย์อันบริสุทธิ์ที่เกินกว่าหูของมนุษย์จะฟังได้
- (3) จะกำหนดรู้ใจของสัตว์อื่นของบุคคลอื่นด้วย
- (4) จะระลึกชาติก่อนได้มาก
- (5) จะเห็นหมู่มสัตว์ที่กำลังตาย กำลังเกิด
- (6) จะหมดกิเลสด้วยปัญญาของตนเอง

3. มีภพอันวิเศษเป็นที่อยู่ พระเทพญาณมหามุนี ให้ทัศนะในเรื่องภพไว้ว่า “ภพอันวิเศษนี้คือพระนิพพาน” เป็นภพที่วิเศษกว่าภพใด ๆ ทั้งสิ้น ไม่มีการเวียนว่ายตายเกิดในอายตตนิพพาน มีแต่ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานแล้ว ผู้หลุดพ้นจากกิเลสจากอาสวะ

4. สามารถเข้านิโรธสมาบัติได้ การเข้าถึงนิโรธสมาบัติคือ การเข้านิพพานทั้งที่ยังมีชีวิตอยู่ นิพพานชนิดนี้เรียกว่า นิพพานเป็น หรือที่เรียกว่า **สุอุปาทิเสสนิพพาน** ซึ่งอยู่ในกายมนุษย์นี้ ผู้ที่ทำสมาธิได้ระดับนี้จะสามารถนั่งสมาธิได้ตลอด 7 วัน 7 คืน โดยไม่รับประทานอาหารแต่อย่างใด แต่อยู่ได้ด้วยปีติ คือ สุขจากการทำสมาธิ เราสามารถเข้าหาความสุขในนิพพานนี้ได้ โดยต้องฝึกใจให้ใจหยุดใจนิ่งให้ได้เสียก่อน

บทที่ 7

บทฝึกสมาธิในชีวิตประจำวัน

เพื่อให้การฝึกสมาธิในแต่ละวันดำเนินไปควบคู่กับวิถีชีวิตประจำวันได้อย่างดี พระเทพญาณมหามุนี จึงได้ให้วิธีการฝึกสมาธิในแต่ละวันเรียกว่า “การบ้าน” สำหรับนักเรียนอนุบาลฝึกในชั้นวิชา ที่จะป็นสื่อในการฝึกใจของเราให้เป็นสมาธิได้ดีขึ้น

การบ้าน 10 ข้อ คือ เทคนิคสู่ความสุขภายใน หากทำได้ครบทั้ง 10 ข้อ ความสุข ความรุ่งเรืองของชีวิตย่อมเป็นไปได้ ไม่ช้าเกินรอ ลงมือทำเมื่อไร ความสุข ความสงบ ความรุ่งเรือง จะค่อย ๆ เป็นไปที่ละน้อย ๆ อย่างแน่นอน และผู้ประพฤติ ผู้ปฏิบัติตามจริงจะรู้ได้ด้วยตนเอง

การบ้าน 10 ข้อ

ได้แก่

1. นำบุญไปฝากคนที่บ้าน
2. จดบันทึกผลของการปฏิบัติธรรม
3. ก่อนนอนนึกถึงบุญที่ส่งสมมาทั้งหมด
4. หลับในอุ้งแห่งทะเลบุญ
5. ตื่นในอุ้งแห่งทะเลบุญ
6. เมื่อตื่นแล้วรวมใจเป็นหนึ่งกับองค์พระ 1 นาที ใน 1 นาที ให้นึกว่าเราโชคดีที่รอดตายมาอีกหนึ่งวัน ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงมีความสุข อันตัวเรานั้น ตายแน่ ตายแน่
7. ทั้งวันให้ทำความรู้สึกที่ว่าตัวเราอยู่ในองค์พระ องค์พระอยู่ในตัวเรา ตัวเราเป็นองค์พระ องค์พระเป็นตัวเรา
8. ทุก 1 ชั่วโมง ขอ 1 นาทีเพื่อหยุดใจ นึกถึงดวง องค์พระหรือทำใจนิ่ง ๆ ว่าง ๆ ที่ ศูนย์กลางกายฐานที่ 7
9. ทุกกิจกรรมตั้งแต่ตื่นนอน ไม่ว่าจะเป็นการล้างหน้า อาบน้ำ แต่งตัว รับประทานอาหาร ล้างจาน กวาดบ้าน ออกกำลังกาย ขับรถ ทำงาน ให้นึกถึงดวงหรือองค์พระไปด้วย
10. สร้างบรรยากาศให้ดี สดชื่น ด้วยรอยยิ้มและปิยวาจา

MD 102

สมาธิ 2 : หลักการ

เจริญสมาธิภาวนา

บทที่ 1

หลักการปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสร้างบารมีมานานนับได้ 20 อสงไขยแสนมหากัป เมื่อบารมีเต็มเปี่ยมแล้ว ในภพชาติสุดท้ายจึงได้บรรลุเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยหนทางที่พระองค์ทรงค้นพบนั้น เรียกว่า **มัชฌิมาปฏิปทา** คือ ทางสายกลาง เป็นหนทางหรือข้อปฏิบัติที่ไม่ตั้งเกินไปจนสร้างความลำบากแก่ตน ไม่หย่อนเกินไปจนเป็นการพอกพูนกามกิเลส ซึ่งก็คือ อริยมรรคมีองค์ 8

พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ได้ปฏิบัติธรรมเข้าถึงพระธรรมกายแล้ว ได้ค้นพบว่า ทางสายกลาง หรือมัชฌิมาปฏิปทา อันประกอบด้วย **มรรคมีองค์ 8** มิได้หมายถึงความประพฤติทั่วไปเท่านั้น แต่ยังหมายถึงการฝึกใจที่ดำเนินไปตามมรรคมีองค์ 8

ท่านได้อธิบายไว้ในพระธรรมเทศนาเรื่อง ธรรมจักกัปปวัตตนสูตร ว่า

“นี่ที่ไปถึงพระตถาคตเจ้าอย่างนี้ไปถึงธรรมกายเช่นนี้ไม่ได้ไปทางอื่นเลย ไปทางปฐมมรรค ไปกลางดวงธรรมานุสัสสนาสติปัฏฐาน ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ

ดวงศีลคืออะไร

ดวงศีล นะคือ สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว อริยมรรค 3 องค์นี้เรียกว่า ดวงศีล

ดวงสมาธิ สัมมาวาจาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ อริยมรรคอีก 3 องค์

ดวงปัญญา สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปป เป็น 8 องค์ในอริยมรรคนั้นทั้งสิ้น”

การฝึกใจตามเส้นทางสายกลางนั้น พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) สรุปว่า คือ การทำให้ “หยุด” เพียงอย่างเดียวและการจะทำให้หยุดให้เกิดขึ้นนั้น ต้องเอาใจให้เข้าถึงเฉพาะซึ่งกลาง คือ ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 เพราะเป็นหนทางทำให้เข้าถึงพระธรรมกายและพระนิพพานได้ในที่สุด

วิธีปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย

มี 2 แบบ คือ

แบบที่ 1 กำหนดบริกรรมนิมิต เป็นดวงแก้วหรือองค์พระอย่างใดอย่างหนึ่ง โดยจะใช้ควบคู่กับบริกรรมภาวนาก็ได้

แบบที่ 2 วางใจนิ่ง ๆ เฉย ๆ อยู่ในกลางท้องที่ศูนย์กลางกาย โดยไม่กังวลว่าตรงฐานที่ 7 หรือไม่ กำหนดไปเรื่อย ๆ พอใจหยุดนิ่งถูกส่วน ก็จะเข้าถึงปฐมมรรคเอง ซึ่งจะอยู่ในลักษณะของการวางใจนิ่ง ๆ เฉย ๆ อย่างเดียวก็ได้ หรือจะใช้ควบคู่กับบริกรรมภาวนาก็ได้

บทที่ 2

การปรับกาย

การปรับกาย หมายถึง การปรับร่างกายให้เหมาะสมกับการทำสมาธิ ปรับจรรยาและใจมีความสัมพันธ์กัน และพร้อมที่จะเป็นฐานรองรับสภาวะธรรมภายในที่เกิดขึ้น

ถ้าหากว่าเราดูเบาไม่ได้ทำความเข้าใจเรื่องการปรับกายก็จะเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรมในครั้งต่อ ๆ ไป

ทำนึ่งในการทำสมาธิ

1. ทำนึ่งขัดสมาธิ เป็นท่าที่นึ่งทำสมาธิที่เหมาะสมที่สุด เพราะทำให้ไม่เมื่อยเร็ว เผลอสติได้ยาก ร่างกายไม่โยกเอน ช่วยให้หาศูนย์กลางกายได้ง่าย เป็นท่าที่สง่าและสงบ
2. มือขวาทับมือซ้าย ปลายนิ้วชี้มือขวาจรดกับนิ้วหัวแม่มือข้างซ้ายมีประโยชน์ คือ
 - (1) หายใจได้สะดวก ไม่ติดขัด ช่วยให้กายตั้งตรง นิ่งได้ทน ไม่ปวดเมื่อย
 - (2) ขณะเผลอเพ่งจิตเบาไป ปลายนิ้วทั้งสองจะเลื่อนมาชนกันเองโดยอัตโนมัติ ทำให้รู้ตัวเร็ว
3. ตั้งกายตรง ทำให้หาศูนย์กลางกายได้ง่าย นิ่งได้ทนไม่ปวดเมื่อยง่าย ช่วยให้การโคจรของโลหิตและลมหายใจไม่ติดขัด
4. ดำรงสติมั่น คือ ต้องการให้มีสติ ถ้าขาดสติหรือฟั่นเฟือนก็ไม่สามารถฝึกสมาธิได้

วิธีปรับร่างกายให้เหมาะสม

วิธีการหลับตา

1. หลับตาเบา ๆ พอสบาย ๆ คล้ายกับตอนที่จะนอนหลับ โดยปิดหนังตาเพียงเบา ๆ
2. อย่าเม้มตาแน่น อย่าบีบหัวตา และอย่ากดลูกนัยน์ตา
3. การวางเปลือกตาให้เป็น ถ้าถูกส่วนแล้ว จะเป็นแค่แตะไม่ถึงกับติด
4. ลืมไปเลยว่า เรามีลูกนัยน์ตา

บทที่ 3 การปรับใจ

การปรับใจ หมายถึง การเปลี่ยนแปลงสภาวะใจให้เหมาะสมต่อสภาวะความเป็นสมาธิ คือ การเปลี่ยนแปลงใจให้มีสภาวะเบิกบาน สะอาด บริสุทธิ์ ผ่องใส ปลอดโปร่ง โล่ง เบา

วิธีการปรับใจ มี 2 แบบคือ

การปรับใจในการดำรงชีวิตประจำวันและการปรับใจในขณะทำสมาธิ ดังนี้

1. วิธีการปรับใจในการดำรงชีวิตประจำวัน ซึ่งมีวิธีการดังต่อไปนี้

- หัดมองโลกตามความเป็นจริง
- มองมนุษย์ทุกคนเป็นเพื่อนร่วมโลก
- มองโลกให้ว่างเปล่า
- คิด พูด ทำ ในเรื่องละเอียด
- เลือกรักและมองแต่สิ่งที่ดี

2. การปรับใจขณะทำสมาธิ หากใจยังไม่พร้อม มีวิธีปรับใจเพื่อให้ใจเกิดความสบาย 2 ระดับ คือ

- ความสบายเบื้องต้น เกิดจากการไม่เกร็ง ไม่ตึง นิ่ง ๆ เฉย ๆ ไม่สุข ไม่ทุกข์
- ความสบายที่แท้จริง เป็นผลต่อจากการรักษาอารมณ์สบายเบื้องต้นให้ต่อเนื่องกัน คือ อารมณ์ที่นิ่ง ๆ เฉย ๆ ต่อเนื่องกันไม่เผลอ ในที่สุดก็จะเข้าถึงความสบายที่แท้จริง

วิธีการในการปรับใจนี้มีหลายวิธี ซึ่งผู้ปฏิบัติสามารถเลือกมาใช้ให้เหมาะสมกับจริต อธิษาศัยของตนคือ

- ทำให้ใจนิ่ง ๆ ว่าง ๆ เฉย ๆ
- นึกถึงธรรมชาติ
- แผ่เมตตา
- ทุกสิ่งอยู่ในกฎไตรลักษณ์
- นึกถึงเรื่องที่ทำให้ใจสบาย

การปรับใจตามแนวทางของคุณยายอาจารย์มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง

1. เวลานั่งเข้าที่ธรรมะแล้ว เรื่องทุกอย่างทิ้งให้หมด มีธรรมะอย่างเดียว เรื่องอื่นพักไว้ก่อน
2. การปรับใจจะต้องปรับใจนอกรอบด้วย คือ ต้องพยายามนึกถึงธรรมะทุกอิริยาบถ
3. ธรรมะเป็นของเยือกเย็น ห้ามบังคับหรือใช้กำลัง ต้องใจเย็น ทำใจให้อารมณ์ดี อารมณ์สบาย

บทที่ 4

นิมิตและการนิกนิมิต

นิมิต คือ เครื่องหมายสำหรับทำให้จิตกำหนดประโยชน์ของนิมิตมีไว้เพื่อเป็นที่ยึดที่เกาะของใจเช่นเดียวกับคำภาวณา ทำให้ใจไม่ซัดส่าย หยุดนิ่งอยู่ภายใน แล้วนำไปสู่เป้าหมายคือ เข้าถึงปฐมมรรคภายในซึ่งเป็นดวงธรรมเบื้องต้น

นิมิต แบ่งเป็น 3 ประเภท คือ

1. **บริกรรมนิมิต** คือ นิมิตขั้นเตรียม เช่น ดวงกสิณที่เพ่งดู ลมหายใจที่กำหนด เป็นต้น
2. **อุคคหนิมิต** คือ นิมิตติดตา บริกรรมนิมิตที่เห็นแม่นยำกลายเป็นภาพติดตาติดใจ
3. **ปฏิภาคนิมิต** คือ นิมิตเสมือน นิมิตที่เป็นภาพที่สามารถนึกขยายหรือย่อส่วนได้

นิมิตที่ไม่ควรนึกถึง ทำให้ใจของเราไม่สงบ แบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท คือ

1. ภาพที่เกี่ยวกับกาม
2. ภาพที่เกี่ยวกับพยาบาท
3. ภาพที่เกี่ยวกับการเบียดเบียน

สาเหตุที่แนะนำให้ใช้นิมิตเป็นดวงแก้วและองค์พระใส

1. การวางดวงแก้วไว้ที่ศูนย์กลางกายตลอดวัน ทำให้ใจของเราอยู่ที่ศูนย์กลางกายง่ายขึ้น
2. จะทำให้ใจเป็นบวกหรืออย่างน้อยที่สุดเป็นกลาง ๆ คือ ช่วยให้ออกเป็นกุศล
3. ดวงแก้วเป็นของที่ใส สะอาด บริสุทธิ์ ดวงแก้วจะนำใจของเราให้สะอาดและบริสุทธิ์
4. สำหรับองค์พระแก้วใสก็คล้ายคลึงกับสภาวะธรรมภายใน

การนิกนิมิต สามารถแบ่งการนึกได้ตามลักษณะ ดังต่อไปนี้

1. **สัณฐาน** หรือรูปร่างของนิมิต จะเป็นรูปร่างอย่างไรก็ได้ ที่สามารถทำให้ใจของเราสบายและสงบ แต่ที่แนะนำควรจะเป็นองค์พระหรือดวงแก้ว
2. **สี** สัน ของนิมิตจะเป็นสีอะไรก็ได้ แต่ที่แนะนำให้ใช้ คือ สีใส
3. **ขนาด** ของนิมิตจะเล็กหรือใหญ่ก็ได้
4. **ตำแหน่ง** ของการนึก ให้วางนิมิตไว้ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 เหนือสะดือ 2 นิ้วมือ

วิธีการนิกนิมิต

1. นึกกำหนดนิมิต เป็นดวงแก้วกลมใส
2. เทคนิคการนิกนิมิต การเห็นเริ่มจากการนึกก่อน ถ้านึกได้ก็เห็นได้
3. นึกอย่างสบาย ๆ เพราะใจเป็นธาตุสำเร็จอยู่แล้ว สร้างความมั่นใจต่อ ๆ ไป
4. ถ้าใจยังไม่พร้อมที่จะนึก อย่าเพิ่งนึก ให้วางใจเฉย ๆ จงคอยด้วยใจที่เยือกเย็น วางใจในที่สบาย ๆ
5. การนึกให้นึกอย่างธรรมดา ๆ ดูธรรมดาเหมือนดูทีวีทัศน์ นึกเหมือนนึกถึงสิ่งที่เราคุ่นเคย
6. ตรีภพอ้อมแอ้ม ๆ อายอ้อมแพ้ว ให้ใจของเราคุ้นเคยอยู่กับศูนย์กลางกาย
7. ให้นึกอย่างต่อเนื่องคล้าย ๆ กับเรานึกถึงของที่เรารัก นึกให้มีความเพลิดเพลิน ไม่ต้องมีความรู้สึกที่เราถูกบังคับให้ภาวนา
8. หากนิมิตอยู่ข้างหน้า และใจสบายกับนิมิตที่อยู่ตรงหน้านั้น ก็เอาใจไว้ตรงนิมิตนั้นไปก่อน แต่เรารู้เป้าหมายแล้วว่า ต้องมาอยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7
9. การเห็นของละเอียดจะต้องค่อยเป็นค่อยไป ค่อย ๆ ชัดขึ้น จากมืดมิดก็สว่างขึ้น แล้วก็เห็นเหมือนลืมตาเห็น กระทั่งเรากับสิ่งที่เห็นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน นี่คือ หยุดอย่างสมบูรณ์ 100 เปอร์เซ็นต์
10. วิธีรักษานิมิตให้ดูเฉย ๆ แม้หายก็ช่าง

สาเหตุที่นิกนิมิตไม่ออก

1. ไม่คุ้นกับการนิกนิมิต
2. ไม่เข้าใจคำว่า นึกอย่างสบาย ทำให้ไปเพ่ง คือกดลูกนัยน์ตาลงไปดู
3. อารมณ์หยาบ เพราะมีความคิดค้างค้ำอยู่ในใจ

วิธีแก้ไข

1. ถ้าไม่คุ้นกับการนิกภาพองค์พระหรือดวงแก้ว ให้ทำใจนิ่ง ๆ เฉย ๆ สบาย ๆ
2. ถ้ากดลูกนัยน์ตาลงไปดู ให้หยุดการนึกแล้วเปลี่ยนมาใช้การวางใจเฉย ๆ แทน
3. ถ้าอารมณ์หยาบให้ทำใจเฉย ๆ ไปก่อน ยังไม่ต้องนึกนิมิต

บทที่ 5 การใช้คำภาวนา

ภาวนา แปลว่า ธรรมที่ควรกระทำให้เจริญขึ้น คือ ให้เกิดขึ้นบ่อย ๆ ในสันดานของตน การภาวนาจะช่วยส่งเสริมให้ใจเกาะเกี่ยวติดแน่นอยู่กับศูนย์กลางกายฐานที่ 7 ได้อย่างมั่นคงและต่อเนื่อง คำที่ใช้ภาวนานั้นมีมากมาย แต่พระมงคลเทพมุนี ท่านได้เลือกและให้ใช้คำว่า “สัมมา อะระหัง”

ความหมายของคำว่า สัมมา อะระหัง

สัมมา แปลว่า ถูกต้อง ดีงาม ที่ถูกที่ชอบ

อะระหัง แปลว่า ห่างไกลจากสิ่งชั่วร้าย บาปอกุศล

สัมมา อะระหัง แปลรวมว่า ทำแต่สิ่งที่ถูกต้องดีงาม และไกลจากสิ่งที่ชั่วร้าย บาปอกุศล ความโลภ ความโกรธ ความหลง

สัมมา อะระหัง สรุปโดยรวมหมายถึง การเข้าถึงสิ่งอันประเสริฐ หรือสิ่งที่ประเสริฐสูงสุด ที่มนุษย์จะพึงเข้าถึงได้ คือ พระธรรมกายในตัวเอง

ดังนั้นคำว่า สัมมา อะระหัง จึงเป็นถ้อยคำที่ถูกกลั่นกรองคัดเลือกแล้ว เพื่อนำมาใช้เป็น คำภาวนาที่เหมาะสมที่สุดในการภาวนา

วิธีการภาวนา

1. ภาวนาที่ศูนย์กลางกาย
2. ภาวนาคลายเสียงที่ละเอียดอ่อน
3. ภาวนาเรื่อยไป
4. ภาวนาเหมือนกับขี่จักรยานใหม่ ๆ ก็ขี่แล้วล้ม ทำไปเรื่อย ๆ ก็ขี่ได้
5. สิ้นสุดการภาวนา เมื่อใจสงบนิ่ง ไม่อยากภาวนาต่อ

บทที่ 6

การรักษาสมาธิ

การประคองรักษาสมาธิ มีความสำคัญเกื้อหนุนให้การนั่งสมาธิในรอบต่อ ๆ ไปได้ผลดี การที่เรารักษาสมาธิของเราให้ต่อเนื่อง จะทำให้ใจของเรามีความละเอียดประณีตไปตามลำดับ จนเมื่อใจของเรามีความละเอียดเพียงพอก็จะเข้าถึงธรรม

สิ่งที่เหมาะสมและไม่เหมาะสมต่อการเจริญสมาธิภาวนา

สิ่งที่จะช่วยทำให้รักษาสมาธิของเราไว้ได้ คือ ช่วยรักษานิมิตในการทำสมาธิตั้งแต่เบื้องต้น จนถึงขั้นเป็นปฏิภาคนิมิต แบ่งออกเป็น 7 หัวข้อ คือ

1. อาวาส คือ ที่อยู่ ที่อาศัย ที่หลับและที่นอน สถานที่ที่อยู่มีผลต่อความละเอียดของใจ ลักษณะของพื้นที่ที่เป็นสปปายะจึงควรมีลักษณะสะอาด มีระเบียบเรียบร้อย

2. โคจร คือ บุคคลหรือสถานที่ที่ควรไปมาหาสู่

สถานที่ที่ไม่ควรไปมี 6 ประการได้แก่

- (1) สถานที่ที่เที่ยวกกลางคืน
- (2) สถานที่ที่มีการละเล่น
- (3) สถานที่ที่มีการเล่นการพนัน
- (4) สถานที่ที่บุคคลเสพสุรา
- (5) สถานที่ที่มีคนพาล
- (6) สถานที่ที่เป็นที่รวมของคนเกียจคร้าน

3. ภัสสะ คือ ถ้อยคำ

4. ปุคคละ คือ บุคคล

5. โภชนะ คือ อาหาร

6. อุตฺตุ คือ ฤดู

7. อิริยาบถ คือ การเดิน นั่ง นอน

บทที่ 7

เทคนิคการวางใจ

การวางใจ หมายถึง การนำใจของเรามาตั้งไว้ ณ ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 เพื่อให้ใจของเราเข้าถึงสมาธิและเข้าถึงเส้นทางสายกลางอันเป็นเส้นทางเข้าถึงพระธรรมกายในที่สุด การวางใจไว้ถูกที่จึงมีความสำคัญมาก

ฐานที่ตั้งของใจทั้ง 7 ฐาน

- ฐานที่ 1 ปากช่องจมูก
- ฐานที่ 2 เพลาตา
- ฐานที่ 3 กลางก๊กศีรษะ
- ฐานที่ 4 ช่องเพดาน
- ฐานที่ 5 ปากช่องคอ
- ฐานที่ 6 ศูนย์กลางกายระดับสะดือ
- ฐานที่ 7 ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 เนื้อสะดือ 2 นิ้วมือ

การนำใจไว้ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 อย่างเบาสบาย

การวางใจที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 นอกจากต้องไม่ทิ้งหลักสบาย ๆ เบา ๆ อย่างต่อเนื่องแล้ว ก็ไม่ควรกังวลกับศูนย์กลางกายมากเกินไปให้ประมาณว่าอยู่กลางห้องของเรา

เทคนิคการวางใจ

1. วางใจนิ่ง ๆ นุ่ม ๆ สบาย ๆ
2. ทำใจหลวม ๆ เหมือนใส่เสื้อผ้าหลวม ๆ ทำหลวม ๆ สบาย ๆ
3. อารมณ์ที่หยุดนิ่งจะคล้าย ๆ กับตอนใกล้จะหลับ ต่างแต่ถ้าหลับจะขาดสติ
4. ให้แตะแผ่ว ๆ เข้ากลางของกลางนิ่ง ๆ

วิธีสังเกตการวางใจ

การวางใจ มี 3 ลักษณะ คือ

1. วางใจเบาเกินไป หรือวางใจหย่อนเกินไป จะขาดสติ เผลอเรื่อยไปคิดเรื่องอื่น
2. วางใจหนักเกินไป คือ ตั้งใจมากเกินไป จะก่อให้เกิดความตึงเครียด
3. วางใจพอดี ถ้าวางใจพอดีจะไม่ตึงไม่หย่อน ไม่มีอาการเครียดและเผลอสติ ใจจะสบายมีความสุขทุกครั้งที่นั่ง การวางใจพอดี เกิดจากการปรับใจทุกครั้งที่นั่ง

การวางใจเมื่อใจหยุดนิ่งแล้ว

พอใจเราหยุดนิ่งได้ถูกส่วน ภายจะเบา ใจจะเบา ร่างกายรู้สึกเป็นปล่อง เป็นช่อง เป็นโพรง ลงไป พอถูกส่วนก็จะมีดวงใส ๆ ปรากฏเกิดขึ้นมาในกลางหยุดนิ่ง เกิดขึ้นที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 เมื่อถึงดวงใส ก็ตะปะไปตรงจุดกึ่งกลาง ตะเบา ๆ สบาย ๆ นิ่ง ๆ อย่างตั้งใจมาก เอาแต่ตั้งใจมัน ทำไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ จรดให้ต่อเนื่องอย่างสบาย ๆ

เทคนิคการปรับใจวางใจให้เข้าสู่ภายใน

1. ในการปรับใจให้หยุด ต้องไม่เร่งประสบการณ์ ไม่ตั้งใจมากเกินไป มีแต่ใจที่หยุดนิ่งเฉย
2. เมื่อใจเราได้อารมณ์ที่นิ่ง ๆ เฉย ๆ ต่อเนื่องแล้ว เกิดความสว่างขึ้นมา แม้ยังไม่เห็นอะไรเลย ยังเป็นภาพขาว ๆ กระจ่าง ๆ เราก็กักขาตรงนั้นไว้ให้ต่อเนื่อง เตียวจะพัฒนาเอง
3. รักษาอารมณ์นิ่งเฉย ๆ ไปเรื่อย ๆ จะเกิดประสบการณ์อะไรก็หนึ่งอยู่ตรงนั้น พอถูกส่วนมาก ๆ เข้า อาจจะเห็นเป็นดวงใส ๆ สว่าง ๆ ขยายออกมาจากกลางนั้น ใสสว่างกระจ่างขึ้นมา
4. เมื่อเรามองดวงใสไปเรื่อย ๆ จะเห็นเป็นจุดเล็ก ๆ ใส ๆ กลางดวงธรรม เราก็มองไปเรื่อย ๆ
5. มองเฉย ๆ หยุดนิ่งเฉย ๆ เตียวอารมณ์มันจะปรับไปเอง เตียวประสบการณ์ทุกอย่างจะเกิดขึ้นเอง
6. ทำไปสบาย ๆ ไม่ต้องรีบร้อน หยุดนิ่งเฉยให้ได้นาน ๆ แล้วใจของเราจะดำเนินไปตามลำดับ เข้าไปสู่ภายใน ใสสว่างเพิ่มมากขึ้นโดยไม่ต้องใช้ความพยายามใด ๆ ทั้งสิ้น

วิธีฝึกวางใจในชีวิตประจำวัน

ในการฝึกสมาธิในชีวิตประจำวันเพื่อให้คุ้นกับการวางใจ ให้ฝึกเอาใจหยุดนิ่งไปที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 ตลอดเวลา ไม่ว่าจะทำอะไรก็ตาม ให้ทำอย่างสบาย ๆ มีสติ และสม่ำเสมอ แล้วหมั่นสังเกตและปรับกาย วาจา ใจ ของเราตลอดเวลา จนกระทั่งใจอยู่ในสภาวะที่พอเหมาะพอดีแล้วใจจะถูกส่วนเอง และในไม่ช้าก็จะเข้าถึงสิ่งที่มีอยู่ในตัว

นอกจากนี้ การทำกรบ้าน 10 ข้อ ก็สามารถช่วยทำให้ตัวของเรารู้สึกคุ้นกับการวางใจไว้ ณ ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 ถือเป็นบทฝึกอย่างดีเยี่ยม ในการฝึกรักษาใจให้ได้ตลอดทั้งวัน

ผลเสียจากการวางใจไม่เป็น

การวางใจนี้สำคัญมาก ถ้าใครวางใจไม่เป็น สิบปีก็ไม่ได้ผล บางคนตลอดชีวิตไม่พบเลย แสงสว่างเป็นอย่างไร และถ้าเราไม่ฝึกจรดที่ศูนย์กลางกายตลอดเวลา เวลานี้จะรวมได้ช้า ต้องมัว บัดของเก่าออกทำให้เสียเวลา

ดังนั้นเราจึงต้องหมั่นตรวจตราดูตัวเองอย่างสม่ำเสมอ สังเกตว่าทำอย่างไรจึงจะเข้าถึงตรงจุดที่สบาย โลง โปรง เบา สังเกตแล้วทำให้ได้ ให้หมั่นสังเกตว่าเรามีข้อบกพร่องอะไร พบแล้วต้องแก้ไข เมื่อทำได้เช่นนี้ เราก็คงหวังในการปฏิบัติธรรม

MD 203

**สมาธิ 3 : อุปสรรคและ
วิธีแก้ไขในการทำสมาธิ**

บทที่ 1

อุปสรรคในการปฏิบัติธรรม

อุปสรรคต่อจิตที่เป็นสมาธิ

“ปภัสสรมิตฺถํ ภิกฺขเว จิตฺตํ ตยฺจ โข อาคนฺตฺเกหิ อุปฺกุกฺกิลเสหิ อุปฺกุกฺกิลฺลิจฺฐํ” แปลว่า “ภิกษุทั้งหลาย จิตนี้ธรรมชาติเป็นประภัสสร แต่จิตนี้เศร้าหมองไปเพราะกิเลสทั้งหลายที่จรมา”

(อังกุตตรนิกาย เอกนิบาต. มก. เล่ม 32 ข้อ 50 หน้า 95)

กิเลสที่ครอบงำจิตของสัตว์โลกอยู่นั้น มีอยู่ 3 ชนิด คือ

1. กิเลสอย่างหยาบ คือ กิเลสทุจริตที่พุ่งออกมาทางกายและวาจา
2. กิเลสอย่างกลาง คือ กิเลสที่รุ่มจิตใจให้เดือดร้อนกระวนกระวาย ได้แก่ กิเลสพวก

นิวรณ์

นิวรณ์ แปลว่า เครื่องกั้น เครื่องกั้นหรือเครื่องขัดขวาง คือ กิเลสที่ปิดกั้นใจไม่ให้บรรลุความดี มีอยู่ 5 อย่างคือ

- (1) กามฉันทะ = ความรักใคร่ในทางกาม เปรียบเสมือนลูกหน้
- (2) พยาบาท = การปองร้าย ความอาฆาต เปรียบเสมือนโรค
- (3) ถีนมิตฺตะ = ความท้อแท้ ความง่วงซึม เปรียบเสมือนการถูกจองจำในเรือนจำ
- (4) อุทฺธจฺจุกุกฺกัจจะ = ความฟุ้งซ่าน ความรำคาญ เปรียบเสมือนการเป็นทาส
- (5) วิจิกิฉณา = ความลังเลสงสัย เปรียบเสมือนการเดินทางไกลกันดาร

3. กิเลสอย่างละเอียด คือ อนุสัยกิเลสที่นอนสงบนิ่งอยู่ในชั้นธัมมทานของแต่ละบุคคล ผู้ซึ่งยังไม่หมดกิเลส

เมื่อจิตแน่วแน่เป็นสมาธิระดับหนึ่งแล้ว สมาธินั้นอาจจะถอยลง เพราะในขณะที่ปฏิบัติเราจะพบเจออุปสรรคขั้นต่อไปเรียกว่า อุปกิเลส

อุปกิเลส แปลว่า เครื่องเศร้าหมอง สิ่งที่ทำให้ใจเศร้าหมอง ในที่นี้หมายถึง กิเลสที่เกิดขึ้นในขณะที่นั่งสมาธิ มี 11 ประการ คือ

1. วิจิกิฉณา ความลังเลสงสัย ไม่แนใจ
2. อมนสิการ ความไม่ใส่ใจไว้ให้ดี
3. ถีนมิตฺตะ ความท้อแท้ ความเคลิบเคลิ้ม ง่วงเหงาหาวนอน
4. ฉมฺภิตตฺตตะ ความสะดุ้งหวาดกลัว
5. อุพฺพิละ ความตื่นเต้นด้วยความยินดี
6. ทุกฺกุจฺจลละ ความไม่สงบกาย
7. อัจจรรทฺทวิริยะ ความเพียรจัดเกินไป

8. อติสิ้นวิริยะ	ความเพียรย่อหย่อนเกินไป
9. อภิชัปปา	ความอยาก
10. นานัตตสัญญา	ความนึกคิดในสิ่งต่าง ๆ เรืองราวต่าง ๆ
11. รูปานัง อตินิชฌายิตัตตะ	ความเพ่งต่อรูปหรือเพ่งในนิมิตนั้นเกินไป

บทที่ 2

กามฉันทะและวิธีแก้ไข

กามฉันทะ คือ ความพอใจรักใคร่ ความปรารถนา เพลิดเพลินอยู่ในกามคุณ 5 คือ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ธรรมารมณ์

กาม แบ่งออกเป็น 2 อย่าง คือ

1. วัตถุกาม หมายถึง รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ซึ่งเป็นสิ่งภายนอก
2. กิเลสกาม หมายถึง ความรักใคร่ ความพอใจ หรือความยินดีที่มีอยู่ในจิตใจ

สาเหตุของการเกิดกามฉันทะ

1. สุขนิมิต การกำหนดว่าสวยงาม แบ่งเป็น 2 ส่วนคือ
 - การกำหนดว่าสวยงามในอวัยวะแต่ละส่วน
 - การกำหนดว่าสวยงามโดยส่วนรวม
2. อโยนิโสมนสิการ ความคิดโดยไม่แยบคาย ไม่ใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองให้เห็นคุณและโทษ

วิธีแก้ไขกามฉันทะ

ตามคัมภีร์ในอรรถกถา

1. การเรียนอสุกนิมิต คือ ศึกษาความไม่งามในร่างกาย
2. การประกอบเนือง ๆ ในอสุกภาวนา
3. ความเป็นผู้คุ้มครองทวารในอินทรีย์ คือ การสำรวจตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ โดยอาศัยสติเป็นตัวกำกับ
4. ความเป็นผู้รู้ประมาณในโภชนะ
5. ความเป็นผู้มีกัลยาณมิตร
6. การกล่าวถ้อยคำแต่ที่เป็นสัปปายะ

ตามหลักปฏิบัติ

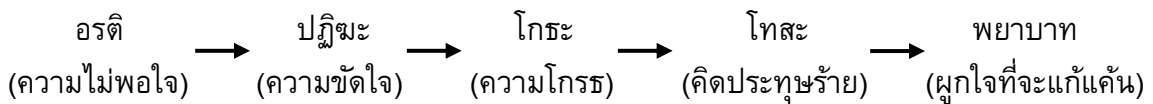
1. ใช้การพิจารณาถึงความจริงที่ว่ากามคุณทั้งหลายนั้น มีสุขน้อย มีทุกข์มาก
2. พิจารณาถึงความที่สิ่งทั้งหลายมีความแปรปรวนไปตลอดเวลา
3. พิจารณาถึงคุณของการออกจากกาม หรือประโยชน์ของสมาธิ

บทที่ 3

พยาบาทและวิธีแก้ไข

พยาบาท แปลว่า เครื่องทำความพินาศ คือ ความคิดร้าย ความรู้สึกไม่ชอบใจสิ่งทั้งหลาย ทั้งปวง ได้แก่ ความขุ่นใจ ความขัดเคืองใจ ความไม่พอใจ ความโกรธ ความผูกโกรธ ความเกลียด ความผูกใจเจ็บ การมองในแง่ร้าย การคิดร้าย มองเห็นคนอื่นเป็นศัตรู

สาเหตุของพยาบาท คือ ปฏิฆะนิमित การกระทบกระทั่งทางจิต การเกิดพยาบาทขึ้น นอกจากจะเกิดจากปฏิฆะนิमितแล้ว หากศึกษาวงจรของกิเลส จะพบว่า มีจุดเริ่มต้นจากสาเหตุ เล็ก ๆ คือ ความไม่พอใจ แล้วค่อย ๆ ขยายตัวเป็นปฏิฆะ โทสะ โทสะ และพยาบาทในที่สุด ดัง แผนภาพ



วิธีแก้ไขพยาบาท

1. การกำหนดนิमितในเมตตาเป็นอารมณ์
2. การประกอบเนือง ๆ ซึ่งเมตตาภาวนา
3. การพิจารณาถึงความที่สัตว์มีกรรมเป็นของ ๆ ตน
4. การทำให้มากซึ่งการพิจารณา
5. ความมีกัลยาณมิตร
6. การพูดแต่เรื่องที่เป็นที่สบาย

บทที่ 4

ถิ่นมิถนะและวิธีแก้ไข

คำว่า ถิ่นะ หมายถึง ความหดหู่

คำว่า มิถนะ หมายถึง ความเคลิบเคลิ้ม

ถิ่นมิถนะ คือ ความง่วงเหงาหาวนอน หดหู่ เชื่องซึม เป็นเหตุให้เกิดความหมดอาลัย ความเกียจคร้าน ความไม่กระตือรือร้น ปล่อยปละละเลยไปตามยถากรรมในการนั่งสมาธิ อากาศ ง่วง ทำให้เกิดอาการเคลิ้มหลับ โงกเงก บางที่ทำให้อยากเลิกนั่ง เพราะรู้สึกรำคาญที่ง่วง บางทีก็อยากจะนอนหลับ ไม่อยากนั่งสมาธิ

สาเหตุของถิ่นมิถนะ

1. อรติ ความไม่ยินดี คือไม่ยินดีในการทำงาน หรือในการทำสมาธิ เป็นต้น
2. ตันที ความเกียจคร้าน
3. วิชัมภิตา ความอ่อนเพลีย การบิดกายชี้เกียด
4. ภัตตสัมมทะ การเมาอาหาร บริโภคเกินความพอดี
5. เจตโส ลินัตตัง การที่จิตหดหู่ จิตท้อแท้

ในทางปฏิบัติ มีสาเหตุอีกคือ

1. การพักผ่อนไม่เพียงพอ
2. การที่ร่างกายอ่อนล้า เนื่องจากการทำงานที่ต้องใช้แรงกายหรือใช้ความคิดมากเกินไป

วิธีแก้ไขถิ่นมิถนะ

- **นិรวรณพหาวรรค** ใช้วิธียะ ความเพียรอย่างเด็ดเดี่ยว บากบั่นก้าวไปข้างหน้า กิเลสเหล่านี้ก็แพ้ได้

- **โมคคัลลานสูตร** พระพุทธองค์ทรงให้วิธีแก้ง่วงแก่พระมหาโมคคัลลานะ 8 ประการ คือ

- | | |
|--------------------|---------------------------|
| 1. ให้มีสัญญา | 5. ให้ลุกขึ้นยืน |
| 2. ให้นึกถึงธรรมะ | 6. ให้ทำในใจถึงอาโลกสัญญา |
| 3. ควารสวตมณฑ์ | 7. เดินจงกรม |
| 4. เอามือยอนช่องหู | 8. ให้สำเร็จสี่หิไสยาสน์ |

- **อรรถกถา ทีฆนิกาย มหาวรรค ธรรม 6 ประการ** คือ

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| 1. การกำหนดนิมิตในโกชณะส่วนเกิน | 4. การอยู่กลางแจ้ง |
| 2. การผลัดเปลี่ยนอิริยาบถ | 5. การหมั่นเข้าหากัลยาณมิตร |
| 3. การใส่ใจถึงอาโลกสัญญา | 6. การเจรจาแต่เรื่องที่เป็นที่สบาย |

บทที่ 5

อุทธีจกุกุกจะและวิธีแก้ไข

อุทธีจจะ หมายถึง ความฟุ้งซ่าน อึดอัด กัดกั้ม กังวล ทำให้เกิดความเครียด ความหงุดหงิด

กุกุกจะ หมายถึง ความรำคาญใจ ความวิตกกังวล ทำให้อึดอัด กั้มใจ

อุทธีจกุกุกจะ คือ ความฟุ้งซ่านและรำคาญใจ

ความฟุ้ง มี 3 ประเภท คือ ฟุ้งเป็นภาพ, ฟุ้งเป็นเสียง, ฟุ้งทั้งภาพและเสียง

ความฟุ้งมีระดับที่แตกต่างกัน คือ

1. ฟุ้งหายาบ คือ ความฟุ้งที่บังคับไม่ได้ เป็นภาพและเสียง หรือเป็นทั้งภาพและเสียง
2. ฟุ้งละเอียด คือ ใจหยุดนิ่ง แต่เริ่มคิดว่าจะนึกอะไร หรือบางคนคิดว่าใจนี้ขนาดนี้

แล้วไม่เห็นอะไร

สาเหตุของอุทธีจกุกุกจะ

- เจตโสอวุบสมะ คือสภาวะความไม่สงบของใจ ความไม่เข้าไปสงบแห่งจิตด้วยสมณะและวิปัสสนา

- ปลิโพธ เหตุทำให้ใจฟุ้งซ่าน นิ่งสมาธิไม่ได้ผล ซึ่งมีอยู่ 10 ประการ คือ

ปลิโพธ	ความกังวลห่วงใยใน
อวาสปลิโพธ	ที่อยู่
กุกปลิโพธ	ตระกูล
ลามปลิโพธ	การได้ทรัพย์สมบัติ
คณปลิโพธ	หมู่คณะ
กัมมปลิโพธ	กิจการงานต่าง ๆ
อัทรานปลิโพธ	การเดินทาง
ญาติปลิโพธ	เครือญาติ
อาพาธปลิโพธ	ความป่วยไข้
คันทปลิโพธ	การศึกษาเล่าเรียน <input type="checkbox"/>
อิทธิปลิโพธ	อิทธิฤทธิ์ <input type="checkbox"/>

นอกจากนี้พระพุทธองค์ก็ทรงชี้แจงว่า เกิดจากสาเหตุ 5 ประการ ดังนี้ คือ

1. ไม่คุ้มครองในทวารอินทรีย์ทั้งหลาย
2. ไม่รู้ประมาณในโภชนะ
3. ไม่ประกอบความเพียรเป็นเครื่องดีนอยู่
4. ไม่เห็นแจ้งในกุศลธรรมทั้งหลาย
5. ไม่ประกอบการเจริญโพธิปักขิยธรรมทั้งกลางวันและกลางคืน

วิธีแก้ไขอุทธรณ์จกุกุกจะ

- ตามคัมภีร์ ในอรรถกถา ธรรม 6 ประการ คือ

1. ความสดับมาก
2. ความสอบถาม
3. ความชำนาญในวินัย
4. ความคบผู้เจริญ
5. ความมีกัลยาณมิตร
6. การเจรจาแต่เรื่องที่เป็นที่สบาย

- ตามหลักปฏิบัติ

1. ให้ดูไปเรื่อย ๆ โดยไม่ปฏิเสธภาพที่เกิดขึ้น โดยไม่ต้องคิดอะไรเลย
2. นึกนิมิตดวงแก้วและปริกรมภาวนา แทนการคิดฟุ้งซ่านไปในเรื่องราวต่าง ๆ
3. ใส่ฐานของใจทั้ง 7 ฐาน คือ ฝึกให้รู้จักทางเดินของใจบ่อย ๆ ให้คล่องจะทำให้ใจไม่ค่อยฟุ้ง
4. ถ้าฟุ้งมาก ให้ลืมตาดูดวงแก้ว พอหายฟุ้งก็ค่อย ๆ น้อมใจไปหยุดหนึ่งที่ ศูนย์กลางกายฐานที่ 7
5. พิจารณาความเป็นจริงของชีวิตว่า สรรพสัตว์ สรรพสิ่งทั้งหลาย ล้วนเกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วเสื่อมสลายไป ทุกอย่างไม่เที่ยง เป็นอนัตตา ทำให้เรารู้ว่าเรามีชีวิตเพื่อการหยุดนิ่งเท่านั้น

บทที่ 6

ความเครียด ความตึงและวิธีแก้ไข

สาเหตุของความเครียด ความตึง มีหลายประการ เช่น

1. ตั้งใจมากเกินไป
2. เอาลูกนัยน์ตา กดลงไปดูในท้อง
3. บังคับใจ เวลากำหนดปริกรรมนิมิต เพื่อเห็นภาพดวงแก้วหรือองค์พระให้บังเกิดขึ้น

กลางกาย

4. เอาจริงเอาจัง เวลานั่ง คิดว่าเป็นภาระ เป็นหน้าที่ ก็พยายามที่จะทำให้สมาธิเกิด
5. ตั้งใจจะนั่งให้ทำสวย ทำให้ไปติดอยู่กับเรื่องของกิริยาท่าทางมากกว่าเรื่องของใจ
6. ความเครียดที่เกิดความอยากนั่ง
7. เกิดจากการ ลุ้น เร่ง เฟ่ง จ้อง
8. มีกังวลเล็ก ๆ อยู่ภายในเล็ก ๆ

วิธีแก้ไข ความเครียด ความตึง

สาเหตุ	วิธีแก้ไข
นั่งแล้วตึง	<ol style="list-style-type: none">1. ถ้านึกนิมิตแล้วตึง ให้หลับตาไม่ต้องนึกอะไร2. เอาใจวางนิ่ง ๆ ตรงไหนก็ได้ นิ่ง ๆ เฉย ๆ ให้ลูกนัยน์ตาตั้งอยู่ที่ตั้งดั้งเดิม3. ถ้านึกศูนย์กลางกายแล้วตึง ให้นึกว่านั่งอยู่ในศูนย์กลางกายที่ขยายโตเท่าห้องหรือโตไปจรดขอบฟ้า4. ถ้าอยากเห็น ให้ทำแต่ความรู้สึกว่า มีองค์พระ มีดวงแก้วในตัว5. คิดว่าเราจะมานั่งพักผ่อน6. อย่าตั้งใจมาก ให้ทำเฉย ๆ อย่าเฟ่ง จ้อง ต้องนั่งให้หน้ายิ้ม ๆ สดชื่นเบิกบาน
นั่งแล้วลุ้น เร่ง เฟ่ง จ้อง	<ol style="list-style-type: none">1. ทำใจให้นิ่งนุ่มอย่างเบาสบาย2. อย่ากังวลเรื่องการเห็นภาพ3. วางใจนิ่ง ๆ ในกลางท้องที่เรามั่นใจว่า คือ ศูนย์กลางกายฐานที่ 74. ให้มุ่งที่ใจหยุดแทนการมุ่งเห็นภาพ5. ทำใจหยุดนิ่งเฉย มองเรื่อยไป ไม่ต่อต้านทุกความคิด
กดลูกนัยน์ตา	<ol style="list-style-type: none">1. ปรับการเปิดเปลือกตา และฝึกมองเหม่อ ๆ2. ฝึกกำหนดใจไปตามฐานทั้ง 73. นึกว่าตัวเราใสเป็นเพชร และอยู่ในศูนย์กลางกายที่ขยายสุดขอบฟ้า4. เอาใจหยุดนิ่งเฉย ๆ อยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 □

สาเหตุ	วิธีแก้ไข
ดิ่งที่หัวตา	<ol style="list-style-type: none"> 1. เบื้องต้นทำสบาย ๆ ให้นึกว่านั่งเล่น ๆ นั่งคิดอะไรเพลิน ๆ 2. มีความรู้สึกว่าจะตรงไหนที่เราวางใจสบาย นั่นคือ ศูนย์กลางกาย 3. ให้เรานึกขยายใจออกไป แล้วจะคลาย สบายมากขึ้น

บทที่ 7

อุปสรรคต่าง ๆ และวิธีแก้ไข

ลักษณะของอุปสรรคต่าง ๆ

ความมืด

ในการนั่งสมาธิ ภาพที่เห็นภาพแรกคือ ความมืด มืดมัวและจะเริ่มพู่เห็นภาพ อาจจะเป็นภาพที่เราคุ้นเคย สิ่งที่ค้างอยู่ในใจ ซึ่งทำให้เบื่อบ่อยและอยากเลิกนั่งเสีย

กังวลเรื่องลมหายใจ

ในการนั่งสมาธิ บางท่านรู้สึกอึดอัด เพราะลมหายใจจากที่เคยหายใจ เข้าสั้น ออกยาว เข้ายาว ออกสั้น แล้วรู้สึกเหมือนลมหายใจจะหยุด จึงคิดกลัวตายขึ้นมา

เรื่องการเห็นนิมิต

เมื่อทำสมาธิไปเรื่อย ๆ บางท่านเห็นภาพนิมิตเกิด เกิดเป็นเรื่องเป็นราวก็มี หรือมีภาพเหตุการณ์ต่าง ๆ แล้วเป็นภาพที่ชัดเจนทีเดียว แจ่มแจ้ง คล้าย ๆ เป็นญาณทัสสนะที่เกิดขึ้น บางท่านพอเห็นดวงหรือองค์พระนิต ๆ หน่อย ๆ แล้วภาพมันแฉลบเป็นภาพเยอะเยอะขึ้นมา ไปติดใจผูกพันกับภาพเหล่านี้ นึกว่าเป็นจริงเป็นจัง แล้วก็ไปคิดเองสารพัด ผลการปฏิบัติธรรมก็ไม่ก้าวหน้า สุขจากสมาธิก็ไม่ได้ด้วย และยังทำให้หึดอันตันใจไปเล่าให้ผู้อื่นฟังต่อ ซึ่งก่อให้เกิดความเข้าใจผิดได้

เห็นนิมิตนอกตัว

เห็นภาพนิมิตดวงแก้ว องค์พระ หรือนิมิตอื่น ๆ เช่น ความสว่าง ดวงดาว ดวงอาทิตย์ ปรากฏอยู่ตรงหน้าระดับสายตา หรือรู้สึกว่าเห็นแต่ไม่รู้ว่าจะอยู่ตรงไหน แต่ไม่ใช่ภายในตัว

ความลึกลับสงสัย

นิเวศน์ตัวนี้ คือ วิจิกิจฉา ความลึกลับสงสัย มีตั้งแต่ความลึกลับสงสัยในเรื่องธรรมะทั่ว ๆ ไป เช่น เรื่องนรกสวรรค์มีจริง หรือบุญบาปมีจริงหรือไม่ เป็นต้น รวมทั้งความลึกลับสงสัยเมื่อเกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัติสมาธิ

สาเหตุที่ทำให้เกิดวิจิตรจินดา คือ **อโยนิโสมนสิการ** การไม่ใช้ปัญญาพิจารณาสภาพธรรม หรือสภาพความเป็นจริงของสิ่งทั้งหลาย

ประเภทของสาเหตุความลึกลับ มีดังนี้ คือ

1. เกิดจากความรู้ที่ได้จากการฟัง
2. เกิดจากการอ่าน
3. เกิดจากการเข้าใจผิด

ความกลัว

ขณะนั่งสมาธิบางคนรู้สึกเหมือนตกจากที่สูงหรือตกเหว บางคนถูกดูดลงไป บางคนรู้สึกตัว ขยาย ขนลุก น้ำตาไหล หัวใจเต้นแรง ฯ เมื่อเกิดอาการเหล่านี้หลายท่านจึงกลัวเพราะไม่รู้ว่าอะไรจะเจออะไรข้างใน จึงทำให้กลัวการนั่งสมาธิ

ความตื่นเต้น

มักเกิดกับนักปฏิบัติธรรมที่ทราบถึงลักษณะสภาวะใจที่เป็นไปตามขั้นตอนต่าง ๆ ที่ได้จากการเรียน การฟังมามาก ส่งผลให้เมื่อเกิดประสบการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ที่ไปฟังหรือได้ศึกษามา ทำให้เกิดอาการดีใจ และตื่นเต้น อันส่งผลให้ใจไม่นิ่งเป็นหนึ่งเดียว

ความอึดอัด

อาการดังกล่าวเกิดเพราะการนั่งอยู่ในที่อากาศไม่ระบาย นั่งในท่าไม่ถูกต้อง หรือบางคนก็ใส่เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มไม่เหมาะสม เช่น นุ่งกางเกงยีนส์รัดเกินไป หนาเกินไป หรือสวมเสื้อผ้าสั้นเกินไป ยาวเกินไป หรือประณีตเกินไป ทำให้ต้องคอยระมัดระวังในการนั่งเสียจนไม่สามารถรวมใจให้สงบได้

วิธีแก้ไข

อุปสรรค	วิธีแก้ไข
ความมืด	<ol style="list-style-type: none"> 1. อย่าไปคาดหวังอะไร ทำปัจจุบันให้ดีที่สุด 2. ให้กำลังใจตัวเอง ยิ่งมืดก็แสดงว่ายิ่งใกล้สว่างแล้ว 3. ทำใจให้สบาย ๆ ไม่ช้าความมืดนั้นก็ค่อย ๆ สว่างขึ้น 4. เพียรพยายามทำต่อไปทุกวัน 5. หยุดแล้วไม่เห็นภาพ ก็อย่าไปรำคาญ หรือหงุดหงิด 6. ทำนิ่ง ๆ นุ่ม ๆ ต่อเนื่องไปเรื่อย ๆ เดี่ยวแสงสว่างจะเกิดขึ้นเอง
กังวลเรื่อง ลมหายใจ	<ol style="list-style-type: none"> 1. หากเราไม่สนใจ ลมหายใจที่รู้สึกว่ายาวก็หายไปใน ทำใจสบาย ๆ 2. กำหนดจิตไว้ ณ ที่สุดของลมหายใจซึ่งก็คือศูนย์กลางกาย 3. ถ้าหากลมจะหยุด แปลว่า ใจกำลังจะหยุด ดวงธรรมกำลังจะเกิดขึ้น <input type="checkbox"/>
เรื่องการเห็นนิมิต	<ol style="list-style-type: none"> 1. อย่าไปติดใจ 2. อย่าไปติดตามภาพเหล่านี้จะได้หายไป

เห็นนิมิตนอกตัว	การเห็นนิมิตนอกตัว ให้ถือเป็นจุดเริ่มต้น ยังไม่ใช่จุดที่แท้จริง แต่ถ้าจุดเริ่มต้นทำให้ใจเราสบาย ก็ไม่ผิดวิธีอะไร
ความลึกลับ	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทำใจให้หยุดนิ่งเฉย ๆ ไม่กำหนดอะไรเลย 2. ขอให้เชื่อมั่นในการเห็น และรักษาการเห็นให้ต่อเนื่อง 3. เมื่อเกิดความสงสัยในศูนย์กลางกาย อย่าไปมัวเสียเวลาค้นหา 4. ไม่ว่าจะมีความสงสัยอะไรเกิดขึ้นทำเฉย ๆ เรามีหน้าที่ดูประสบการณ์ที่เกิดขึ้น 5. ถ้าใจหยุดไม่สมบูรณ์ ไม่ต้องไปกังวลในประสบการณ์ ดูไปก่อนเรื่อย ๆ
ความกลัว	<ol style="list-style-type: none"> 1. เวลาใจกำลังลง ให้ดูเฉย ๆ นิ่งสบาย ๆ ปล่อยอารมณ์พุ่ง เกรียดทิ้งลงไปแล้ว 2. ทำตัวเหมือนผู้เฒ่าโลก ดูเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นด้วยใจปกติ เป็นกลาง ๆ ไม่ยินดียินร้าย 3. อย่ากลัว อย่าขยับ อย่าดัน ให้ทำเฉย ๆ เต็มใจสวาง 4. เจอเหตุการณ์อะไรให้เฉย ๆ อย่าฝัน อย่าตั้งคำถาม และแสวงหาคำตอบ 5. รู้สึกตัวหนัก ๆ อย่าลืมตา อย่าขยับตัว แล้วก็ไม่ต้องกลัวอะไรทั้งนั้น
ความตื่นเต้น	<ol style="list-style-type: none"> 1. ตื่นเต้นดีใจ เมื่อเห็นภาพดวง ภาพเลี้ยวหายไป ให้ “วางใจเฉย ๆ” 2. อาการลมจะหยุดมันรู้สึกอึดอัดนิดหน่อย ให้นิ่งเฉย ๆ เต็มใจจะดี 3. เมื่อตื่นเต้น ให้ทำความรู้สึกว่าธรรมดา ๆ แล้วความรู้สึกจะค่อย ๆ หายไป
ความอึดอัด	ถ้านั่งรู้สึกอึดอัดมากแสดงว่าทำผิดวิธีตั้งแต่ต้น ให้ลุกขึ้นเปลี่ยนอิริยาบถหรือปรับอารมณ์ให้สบายก่อนนั่ง ถ้านั่งดีมาตลอดแล้วอึดอัดภายหลัง แสดงว่าสภาพใจกำลังจะเปลี่ยน ห้ามลุกเด็ดขาด เพราะถ้าผ่านด่านนี้ได้จะสำเร็จ ถ้ายอมแพ้ พอใจกำลังจะรวมถึงจุดใกล้ดี จะเจอประสบการณ์นี้อีก และจะติดอยู่ตรงนี้ไม่ก้าวหน้าสักที <input type="checkbox"/>

MD 204

สมาธิ 4 : เทคนิค

การทำสมาธิเพื่อให้

เข้าถึงพระธรรมกาย

บทที่ 1

อิทธิบาท 4

ธรรมที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ

1. ฉันทะ ความพอใจรักใคร่ในการทำความดี การปฏิบัติธรรม

ฉันทะ แปลว่า ความพอใจรักใคร่ หมายความว่า พอใจ รักใคร่ที่จะทำความดี ด้วยความเต็มใจและตั้งใจอย่างแรงกล้า

พระมงคลเทพมุนีให้ความหมายโดยสรุปไว้คือ “ปักใจ” คือ “ต้องปักใจรักการนี้จริง ๆ ประหนึ่งชายหนุ่มรักหญิงสาว ใจจดจ่อต่อหญิงคู่รัก ฉะนั้น”

พระเทพญาณมหามุนี ได้กล่าวสอนแนวทางการวัดฉันทะในใจเราว่ามีมากแค่ไหนให้ถามตัวเองว่า “เรารักในการเข้าถึงพระธรรมกายมากแค่ไหน” เป็นการให้บททวนถึงฉันทะและประเมินตัวเองบ่อย ๆ

2. วิริยะ ความเพียร ความกล้าที่จะผจญกับอุปสรรคทุกชนิด ศัตรูทำร้ายวิริยะ คือ อบายมุข

วิริยะ โดยคำศัพท์แล้วมาจากคำว่า วีระ แปลว่า กล้า ก็คือ มีความกล้าที่จะผจญกับอุปสรรคทุกชนิด

พระมงคลเทพมุนี ท่านได้ให้คำจำกัดความไว้ว่า “บากบั่น” ท่านได้ขยายความไว้ว่า “ต้องบากบั่นพากเพียรเอาจริงเอาจัง”

วิริยะมี 3 ระดับคือ

1. วิริยะระดับเบื้องต้น คือ การเริ่มต้นทำสมาธิตั้งแต่เริ่มนั่งบ้างไม้นั่งบ้าง แต่ก็เริ่มต้นด้วยการเปลี่ยนแปลงตัวเองด้วยการนั่งที่ละน้อย
2. วิริยะระดับกลาง เป็นการนั่งสมาธิทุกวันไม่ขาด
3. วิริยะระดับสูง คือ การทำสมาธิอย่างเอาชีวิตเป็นเดิมพัน

3. จิตตะ เอาใจฝักใฝ่ในสิ่งนั้น ไม่วางธุระ มีใจจดจ่อ ไม่ออกแวก เรียกว่าตั้งใจทำ จิตตะ หมายถึง มีใจจดจ่อ ไม่ออกแวก เรียกว่า ตั้งใจทำ

พระมงคลเทพมุนี ได้ให้ความหมายโดยสรุปไว้คือ “วิจารณ์” ท่านได้ขยายความว่า “วิจารณ์ตรวดูการปฏิบัติให้ถูกต้อง ตามแนวสอนของอาจารย์ให้ดีที่สุด”

4. วิมังสา ตริตตรองพิจารณาเหตุผล โดยใช้ปัญญาเปรียบเทียบทั้งเหตุ ทั้งผลในความดีที่ตนกระทำ

วิมังสา แปลว่า ความตริตตรองพิจารณาเหตุผลในสิ่งนั้น ๆ

พระมงคลเทพมุนี ได้ให้ความหมายโดยสรุปไว้คือ “ทดลอง” ได้แก่ หมั่นใคร่ครวญสอดส่องดูว่า วิธีการที่ทำไปนั้นมีอะไรขาดตกบกพร่องบ้างรีบแก้ไข อย่างนั้นไม่ดีเปลี่ยนอย่างนี้ลองดูใหม่

บทที่ 2

หลักสำคัญของการนั่งสมาธิ

สติ คือ ความระลึกนึกได้ถึงความผิด-ชอบ-ชั่ว-ดี เป็นสิ่งกระตุ้นเตือนให้คิดพูดทำในสิ่งที่ถูกต้องทำให้ไม่ลืมตัว ไม่เผลอตัว ใช้ปัญญาพิจารณา ใคร่ครวญสิ่งต่าง ๆ ได้

หน้าที่ของสติ

1. สติเป็นเครื่องทำให้เกิดความระมัดระวังตัว ป้องกันภัยที่จะมาถึงตัว
2. สติเป็นเครื่องยับยั้ง ไม่ให้ตกไปในทางเสื่อม ไม่ให้มัวเมาลุ่มหลงในสิ่งที่เป็นโทษต่อตนเอง
3. สติเป็นเครื่องกระตุ้นเตือนให้ชวนช่วยในการสร้างความคิด
4. สติเป็นเครื่องเร่งเร้าให้มีความขะมักเขม้น
5. สติเป็นเครื่องทำให้เกิดความสำนึกในหน้าที่อยู่เสมอ
6. สติเป็นเครื่องทำให้เกิดความละเอียดรอบคอบในการทำงาน

คำอุปมาสติ

สติเหมือนเสาหลัก ปักแน่นในอารมณ์ คือ คนที่มีสติเมื่อจะไตร่ตรองคิดในเรื่องใด ใจก็ปักแน่นคิดไตร่ตรองในเรื่องนั้นอย่างละเอียดถี่ถ้วน

สติเหมือนนายประตู คือ คอยเฝ้าดูสิ่งต่าง ๆ ที่จะผ่านเข้ามา สติจะใคร่ครวญทันทีว่าควรปล่อยให้ผ่านไปหรือควรหยุดไว้ก่อน

สติเหมือนขุนคลัง เพราะคอยตรวจตราอยู่ทุกเมื่อ ว่าบุญ บาปของเราเป็นอย่างไร ไม่ยอมให้บาปมีมากขึ้น

สติเหมือนหางเสือ เพราะสติจะเป็นตัวควบคุมเส้นทางดำเนินชีวิตของเราให้มุ่งตรงไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ ไม่ให้ตัวของเราไปทำสิ่งที่ไม่ควร

ประโยชน์ของสติ

1. ควบคุมรักษาสภาพจิตใจให้อยู่ในภาวะที่เราต้องการ
2. ทำให้ร่างกาย และจิตใจอยู่ในสภาพเป็นตัวของตัวเอง
3. ทำให้ความคิด และการรับรู้ขยายวงกว้างออกไปได้โดยไม่มีสิ้นสุด
4. ทำให้การพิจารณาสืบค้นด้วยปัญญาดำเนินไปได้เต็มที่
5. ชำระพฤติกรรมทุกอย่าง ทั้งกาย วาจา ใจ ให้บริสุทธิ์

หลักการฝึกสติ

1. กำหนด
2. จดจ่อ
3. ต่อเนื่อง
4. เท่าทัน

สติกับการฝึกสมาธิ

สติในการฝึกปฏิบัติสมาธินี้ เป็นการสังเกตดูสิ่งต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในความคิด โดยวางใจเป็นกลางไม่ปรุงแต่งภาพ การมีสติจะรักษาภาพนิมิต รักษาอารมณ์เบาสบายได้อย่างต่อเนื่อง

สบาย

อารมณ์สบาย คือ การหยุดนิ่งเฉย ๆ มีอารมณ์อยากทำต่อไปเรื่อย ๆ เป็นอารมณ์ที่เราพึงพอใจ

ประเภทของความสบาย

1. ความสบายที่เราสร้างขึ้น
2. ความสบายที่เกิดขึ้นเอง
 - ความสบายในระดับเบื้องต้น คือ สบายอยู่ในระดับที่ไม่ทุกข์
 - ความสบายในระดับเบื้องต้น คือ อารมณ์สบายต่อเนื่องกัน นิ่ง ๆ เฉย ๆ ต่อเนื่องกันไม่ผลอ ในที่สุดก็จะเข้าไปถึงความสบายที่แท้จริงซึ่งอยู่เบื้องลึก

วิธีทำใจให้สบาย

1. ทำใจหลวม ๆ ให้ลืมทุกสิ่งทุกอย่าง ทิ้งไปให้หมด
2. ใจสบาย ร่างกายก็สบาย หากตึงเครียด ให้ปรับอารมณ์ให้สบายก่อน อย่ากลัวเสียเวลา
3. ไม่คิดถึงสิ่งที่ทำให้ใจเศร้าหมองขุ่นมัว
4. ทำใจให้แช่มชื่น เบิกบาน สะอาด บริสุทธิ์และผ่องใส
5. เมื่อสบาย ดวงแก้วจะใสแจ้ว นิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางกาย รู้สึกไม่ได้ใช้กำลัง
6. ให้รักษาอารมณ์สบายก่อนที่จะนั่ง จนเกิดความรู้สึกอยากนั่ง เห็นไม่เห็นเป็นเรื่องรอง
7. การทำสมาธิต้องรักษาอารมณ์สบายให้แช่มชื่นเบิกบาน ตั้งแต่ตื่นนอนกระทั่งเข้านอน
8. อารมณ์สบายจะต้องฝึกกันทั้งวันและทุกวัน อารมณ์สบายจะเกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติ

ประโยชน์ของความสบายต่อการทำสมาธิ

1. ความสบายทำให้ลมหายใจละเอียด
2. ความสบายทำให้ไม่เกิดความห่วง หรือติดกับกายหยาบจนส่งผลถึงอารมณ์

บทที่ 3

หัวใจแห่งความสำเร็จของการเข้าถึงธรรม

สิ่งที่ทำให้ประสบความสำเร็จในการเข้าถึงธรรมมี 2 อย่างคือ วิธีการถูกต้อง และต่อเนื่อง
สม่ำเสมอ

วิธีการถูกต้อง

สิ่งสำคัญที่จะทำให้เราทราบว่าการทำถูกวิธีการแล้วคือ การสังเกต ควรหมั่นสังเกตหาเหตุแห่ง
ความบกพร่อง และปรับปรุงแก้ไขเรื่อยไป โดยใช้วิธีสังเกตในเรื่องต่อไปนี้ คือ

1. การปรับกาย
2. การหลับตาเบา ๆ พอสบาย ๆ
3. การนึกนิมิต
4. การใช้คำภาวนา
5. ทำใจเย็น ๆ ไม่เร่งเกินไป
6. เมื่อใจหยุด สังเกตดูว่า ใจไม่อยากจะภาวนา อยากจะวางเฉย ๆ ที่ศูนย์กลางกายฐาน

ที่ 7

สังเกตกับความพอดี

ในการปฏิบัติธรรมจำเป็นต้องสังเกตเพื่อให้เกิดความพอดี ซึ่งความพอดีตรงกับคำว่า
ทางสายกลาง หรือ มัชฌิมาปฏิปทา นั่นคือหนทางเข้าสู่ความสงบนิ่งภายใน เข้าถึงธรรมะภายใน
โดยให้สังเกตว่า เมื่อนั่งแล้วเราสบายใจ อยากอยู่กับอารมณ์นี้นาน ๆ ไม่เร่งร้อน ไม่เร่งรีบ นี่คือ
ความพอดีอย่างแท้จริง เราจะพบได้เมื่อใจหยุด คือ เราพอดีอย่างเบื่องต้น ค่อย ๆ ประคองใจไป
ไม่ช้าใจมันจะหยุดหนึ่งที่เราเรียกว่า ถูกส่วน ถูกส่วนก็คือความพอดี

ความต่อเนื่อง

ความต่อเนื่องสม่ำเสมอเป็นหัวใจของการเข้าถึงธรรม เพราะเป็นการทำให้จิตใจเราถูกขัด
ให้สะอาด ให้บริสุทธิ์เพิ่มขึ้นและทำให้ใจคุ้นกับศูนย์กลางกายฐานที่ 7

บทที่ 4

เทคนิคการวางใจในขณะฟังธรรม

การฟังธรรมช่วยยกระดับจิตใจมนุษย์ได้สูงสุด จนกระทั่งหมดกิเลส เป็นพระอรหันต์ (ธรรมในที่นี้ หมายถึง สิ่งที่ดีงาม ตั้งแต่เรื่องคุณธรรม เรื่องของการทำความดี เรื่องที่ฟังแล้วทำให้ใจสูงขึ้น)

นอกจากนี้การฟังธรรมเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ยากสำหรับมนุษย์ มีพุทธพจน์ได้กล่าวไว้ว่า

“กิญเณ มนุสฺสปฏิลาโก กิญจ มจฺจานชิวิตํ

กิญจ สทฺธมฺมสฺสวณํ กิญเณ พุทฺธานมฺปทาโท”

“ความได้อัตภาพมนุษย์ เป็นการยาก, ชีวิตของสัตว์ทั้งหลาย เป็นอยู่ยาก

การฟังพระสัทธรรมเป็นของยาก การอุปบัติขึ้นแห่งพระพุทธเจ้าทั้งหลายเป็นการยาก”

อ้างอิงจาก ขุททกนิกาย ธรรมบท, มก. เล่ม 42 หน้า 329.

ปัจจัยแห่งความสำเร็จของการฟังธรรม

1. ผู้แสดงธรรม เป็นผู้มีความสามารถในการแสดงธรรมให้ผู้ฟังเข้าใจได้ง่าย
2. ผู้ฟังต้องมีความพร้อมในการฟังธรรม
3. อุปนิสัยของผู้ฟังที่สั่งสมมาในอดีตที่สั่งสมมาในภพก่อน พระพุทธเจ้าได้จัดแบ่งอุปนิสัยที่สั่งสมไว้ในภพก่อน ๆ ที่มีผลต่อการฟังธรรมไว้ดังนี้
 - **อุคฆฏิตัญญบุคคล** คือ บุคคลที่ตรัสรู้ธรรมในขณะที่ยกหัวข้อขึ้นแสดงธรรม
 - **วิปจิตัญญบุคคล** คือ บุคคลตรัสรู้ธรรม ต่อเมื่อท่านแจกแจงความโดยพิสดาร คือ ต้องมีการอธิบายขยายความ
 - **เนยยบุคคล** คือ บุคคลตรัสรู้ธรรมตามลำดับขั้นตอน ต้องเรียน ต้องสอบถาม ต้องใส่ใจโดยแยบคาย เมื่อได้ศึกษาไตร่ตรองจนเข้าใจ จึงนำไปปฏิบัติ และบรรลุธรรมได้
 - **ปทปรมบุคคล** คือ บุคคลผู้ฟังมาก พุดมาก ทรงจำมาก สอนมาก ยังไม่ตรัสรู้ธรรมในชาตินั้น
4. การสั่งสมนิสัยในปัจจุบัน โดยมีผล 5 แปลว่าธรรมเป็นกำลัง 5 ประการคอยปรับสภาพจิตของผู้ฟังธรรมให้มีการปรับ การพัฒนา ได้แก่
 - ศัทธา** ความเชื่อมั่นในพระพุทธคุณ ในตัวผู้แสดงธรรม
 - วิริยะ** ความกล้าหาญ เข้มแข็งทางกายและจิต จนสามารถขจัดความเกียจคร้าน ความเห็นแก่ความสะดวกสบายให้คลายลงไปตามลำดับ
 - สติ** ความระลึกได้ จนกลายเป็นผู้มีความตื่นตัวทุกขณะ
 - สมาธิ** ความตั้งใจมั่น มีกำลังเพิ่มขึ้นจนสามารถขจัดความฟุ้งซ่าน ความซัดส่ายของจิต จนสามารถสงบนิรโรค 5 ประการ ไปได้ตามลำดับขั้นตอนของสมาธิ

ปัญญา ความรอบรู้ที่จะขจัดความไม่รู้ออกไป จนมีความรู้เห็นตามความเป็นจริง

การปล่อยใจตามเสียงผู้นำ

เสียงของผู้นำสมาธิเป็นสิ่งสำคัญ เพราะผู้ฝึกใหม่ย่อมติด ย่อมพอใจ ย่อมชอบที่จะปล่อยใจไปตามเสียงต่าง ๆ ไปตามเรื่องราวต่าง ๆ ที่มาจากภายนอกอยู่แล้วเป็นปกติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเวลาหลับตา

เทคนิคของการปล่อยใจตามเสียงผู้นำสมาธิภาวนา

1. เปิดเสียงให้พอได้ยิน ไม่ดังเกินไป ไม่ค่อยเกินไป
2. ไม่คิดโต้แย้ง หรือไม่เกิดความลังเลสงสัยในคำพูดนั้น
3. ฟังไปเรื่อย ๆ ทำตามไปเรื่อย ๆ
4. ขณะฟัง ให้ทำความรู้สึกประหนึ่งว่าเสียงนั้นไหลผ่านสองหูของเรา
5. ทำตามเสียงที่แนะนำไป ทำได้แค่ไหนให้พอใจแค่นั้น
6. อย่างกังวลว่าทำไม่ได้

ดังนั้น การฝึกสมาธิด้วยการฟังเสียงผู้นำทำให้ได้ผลเร็ว และไม่เกิดความเครียดจากการใช้ความพยายาม หรือบังคับตนเอง เป็นหนทางที่จะทำให้สามารถเข้าถึงธรรมะภายในได้

บทที่ 5

การเห็นกับความใจเย็น

การเห็นภาพภายใน

การเห็นด้วยตากับการเห็นด้วยใจ

1. สิ่งที่คล้ายกัน คือ จะต้องมีส่วนสว่าง ทั้งการเห็นภาพภายนอกและการเห็นภายใน
2. สิ่งที่แตกต่างกัน คือ การเห็นภายนอก เห็นได้ทันทีที่ลืมตา แต่การเห็นภายในจะค่อย ๆ เห็น ชัดน้อยกว่าลืมตาเห็น ชัดเท่าลืมตาเห็น แล้วก็ชัดยิ่งกว่าลืมตาเห็น
3. วิธีการเห็นที่แตกต่างกัน การเห็นด้วยตา อยากรู้ชัดต้องเพ่ง ต้องจ้อง แต่การเห็นด้วยใจ ถ้าเพ่ง จ้อง ผลที่ได้คือ มองไม่เห็น เพราะแสงสว่างภายในจะเกิดขึ้นได้ ใจต้องหยุด ใจต้องนิ่ง

การเห็นด้วยใจ มี 3 ระดับ คือ

1. ชัดน้อยกว่าลืมตาเห็น
2. ชัดเท่ากับลืมตาเห็น
3. ชัดมากกว่าลืมตาเห็น

สิ่งที่ช่วยให้การเห็นภายในดีขึ้น

1. ความต่อเนื่อง ต้องมีชั่วโมงวางใจให้มาก ๆ นึกถึงบริกรรมนิมิตบ่อย ๆ ในทุกอิริยาบถ
2. ความสบาย ความสบายใจจะช่วยให้การนึกถึงภาพนั้นได้ต่อเนื่อง

การดูกับการเห็นภาพภายใน

1. อย่าไปเน้นให้ชัด ดูเฉย ๆ อย่างเดียว มีให้ดูแค่นั้นก็ดูแค่นั้น
2. เวลาดูเหมือนเราเดินเล่น มีอะไรให้ดูก็ดูไป ดูแล้วเฉย ๆ ไม่ต้องคิดอะไร
3. เมื่อเกิดความมืดก็ดูความมืด หรือรูปทรงอื่น ๆ ก็ดูเรื่อยไป มีแสงสว่างก็ดูตรงกลาง
4. ถ้าเห็นแต่เศียรพระ เราก็มองเศียร มองไปเรื่อย ๆ เดี่ยวก็เข้ากลางองค์พระได้อย่างสบาย
5. เกิดความสว่าง ทำใจเฉย ๆ ไม่ตื่นเต้น ไม่ดีใจจนเกินไป รักษาหยุดกับนิ่งไว้นาน ๆ
6. เมื่อเห็นแล้วหายอย่าเสียตาย
7. เมื่อใจเริ่มคุ้นกับภาพภายใน ชัดบ้าง ไม่ชัดบ้าง ก็ดูไปเรื่อย ๆ ถ้าเป็นแสงสว่างก็จากแสงน้อยไปจนแสงมาก เมื่อเราเฉย ๆ ไม่ปฏิเสธภาพที่เกิดขึ้น ไม่ปรุงแต่ง ใจก็จะเริ่มหยุดนิ่ง

ความใจเย็น

ใจเย็น หมายความว่า ใจที่สุขุมรอบคอบ มีพลัง มีสติ มีปัญญา มีความคิดอ่านด้วยความเบิกบาน ไม่มีความเครียด ความเบื่อก ใจเยือกเย็นสบาย มีความสุขในทุกอิริยาบถ

เทคนิคการสร้างความใจเย็น

1. จะไม่ลุ่มนอนอยากได้เร็ว ๆ ไม่เร่งร้อน เร่งรีบ ไม่กลัวช้า ไม่กลัวไม่ทันใจ
2. ให้คิดว่ากำลังสะสมความดี ความเบาสบาย ความสุข โดยไม่คำนึงถึงเรื่องผล
3. การปฏิบัติธรรมรีบเร่งร้อนไม่ได้ ต้องทำสมาธิทุกวัน แล้วใจก็จะบริสุทธิ์มากขึ้น
4. ให้วางเฉย ๆ แล้วใจจะละเอียดเอง จำอารมณ์นั้นไว้
5. หากมีความคิดเกิดขึ้น ให้คิดว่า ความคิดอะไรเกิดขึ้นมากี่ช่วง เราอย่าไปฝืนสิ่งนั้น
6. ฝึกทำความพอใจในประสบการณ์ทุกประสบการณ์

ความใจเย็นกับการเห็นภาพภายใน

ผู้ปฏิบัติต้องมีความใจเย็น คือ มีความรู้สึกเกิดขึ้นมาในใจว่า เรามีหน้าที่ที่จะภาวนาเราไปเรื่อย ๆ จะนึกออกหรือไม่ออก จะเห็นหรือไม่เห็นก็ไม่เป็นไร และเมื่อนึกถึงนิมิตดวงใสได้ ก็ไม่มี ความกังวลว่าดวงใสจะเกิดขึ้นชัดเจนเหมือนลืมนตาเห็นเมื่อไหร่ไม่กังวล ไม่เป็นทุกข์ ไม่วิตกกังวล ไม่ซ้ำพอใจสบาย ใจเป็นกลาง ๆ ก็จะหยุดนิ่งอยู่ภายในเอง

บทที่ 6

ประสบการณ์ภายใน

ประสบการณ์ภายใน (Inner experience)

หมายถึง สิ่งที่ปรากฏขึ้นในสมาธิ ทั้งที่ปรากฏเป็นลักษณะของสภาวะอารมณ์ หรือ สภาวะธรรมในแต่ละระดับ แบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

1. ระดับแรก ประสบการณ์ภายในก่อนที่จะเข้าถึงดวงปฐมมรรค
2. ระดับที่สอง ประสบการณ์ภายในตั้งแต่ดวงปฐมมรรคถึงกายต่าง ๆ ทั้ง 18 กาย
3. ระดับที่สาม ประสบการณ์ในระดับการศึกษาวิชาธรรมกาย

ลักษณะของประสบการณ์ภายใน

เมื่อเราได้พยายามฝึกใจจนกระทั่งใจเริ่มนิ่งหยุด ประสบการณ์ของการฝึกใจจะค่อย ๆ ปรากฏขึ้นตั้งแต่ หยุด นิ่ง ไปเรื่อย ๆ กายและใจจะเริ่มละเอียดอ่อน กายขยาย มีความสุข เห็น ความสว่าง ตกศูนย์ จนกระทั่งเห็นดวงปฐมมรรคหรือดวงธรรม

ความสำเร็จของการเข้าถึงธรรม

- **คุณค่าของประสบการณ์ภายใน** ไม่ว่าประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจากการนั่งสมาธิจะเป็นอย่างไร ทุก ๆ ประสบการณ์ล้วนแต่เป็นสิ่งที่มีความค่าทั้งสิ้น เพราะเป็นเครื่องวัดสภาพใจของเราว่า ช่วงไหนจิตของเราบริสุทธิ์มากหรือน้อย

- **ความสำเร็จของการเข้าถึงธรรม** พระเทพญาณมหามุนี ได้อธิบายขั้นตอนแห่งความสำเร็จของการเข้าถึงธรรมไว้ดังนี้

1. ความคิดที่อยากจะปฏิบัติธรรม อยากเข้าถึงธรรมกาย
2. คิดแล้วทำ
3. นั่งขัดสมาธิกันแล้วก็หลับตาเบา ๆ
4. หลับตาแล้วก็นึกถึงคำภาวนา หรือนึกนิมิต หรือวางใจนิ่ง ๆ เฉย ๆ
5. พอเรานั่ง เรานั่งภาวนาไป เต็มพุงบ้าง ไม่พุงบ้าง
6. นั่งไปเรื่อย ๆ พุงน้อยลง หลับน้อยลง ตึงน้อยลง ท่อน้อยลง
7. จนกระทั่งความพุง ความม่วง ความท้อหมดไป
8. ตัวเริ่มขยาย เริ่มโปร่งขึ้น หายใจรู้สึกสะดวกขึ้น คล่องขึ้น โปร่ง ไม่อึดอัด รู้สึกตัวมันบาง ๆ
9. รู้สึกว่าร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงขยายบ้าง ยึดขึ้นหรือย่อลง หรือมีความรู้สึก เค้างคว้าง เอียงไปเอียงมาโคลงเคลงบ้าง ขนลุกบ้าง
10. ไปต่อไปเรื่อย ๆ จนกระทั่งหายไปเลย เหมือนอยู่ในกลางอวกาศโล่ง ๆ

11. นิ่งอย่างเดียว เดี่ยวความสว่างก็ค่อย ๆ มา ความสว่างเดี่ยวมา เดี่ยวหาย
12. ความสว่างอยู่นานขึ้น มีความรู้สึกเวลาหมดไปเร็ว อยากนิ่งนาน ๆ
13. ความสว่างค่อยเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ จนกระทั่งสว่างไปหมด มีความสุขอึดอึด เบิกบาน
14. ทำไปเรื่อย ๆ จะสำเร็จเป็นขั้นตอน จนกระทั่งเห็นจุดเล็กกลางความสว่างที่สว่างจ้ามาก

ประเภทของประสบการณ์ภายใน

1. ประสบการณ์ภายในเมื่อใจเริ่มหยุด เช่น ตัวโยก ตัวโคลง ตัวยืด ตัวย่อ ตัวโล่ง ๆ โปร่ง ๆ เห็นแสงสว่าง
2. ประสบการณ์ภายในเมื่อใจตกศูนย์ คือ ใจจะตกวูบลงไปเหมือนตกจากที่สูง
3. ประสบการณ์ภายในเมื่อใจหยุด คือ เข้าถึงดวงปฐมมรรคจนกระทั่งเข้าถึงกายต่าง ๆ
4. ประสบการณ์ภายในพิสดาร คือ นิ่งแล้วเห็นผี กะโหลก เป็นต้น

การประดับประดาประสบการณ์ภายใน

1. เวลานิ่งให้นิ่งอย่างมีศิลปะ คือ รู้จักทำให้ศูนย์กลางกายคืนเคยและยอมรับใจเราได้
2. เมื่อเห็นทางเดินให้ตั้งใจไปก่อน ต้องเข้าสบาย ๆ เชื่อมั่นในสิ่งที่ดี
3. เวลาเห็นองค์พระภายใน อย่าขัดใจท่าน ตามใจท่าน ดูอย่างสบาย ๆ
4. ทุกประสบการณ์ ใจต้องนิ่ง ไม่กระเพื่อมเลย
5. เปลี่ยนอิริยาบถ แม้จิตหยาบกว่าเดิมก็ไม่กังวล เริ่มต้นใหม่อย่างง่าย ๆ และไม่เสียดาย

การพัฒนาประสบการณ์ภายใน

1. เอาสิ่งล่าสุดเป็นจุดเริ่มต้นใหม่
2. ถ้าเกิดฟุ้งก็ให้ดูไปเรื่อย ๆ ไม่ต้องคิดอะไรเลย
3. เมื่ออารมณ์สบายต่อเนื่องสม่ำเสมอ พอถูกส่วนใจก็หยุด ตกศูนย์วูบเข้าไป ดวงธรรมก็เกิด
4. วิธีการปฏิบัตินั้น ต้องทำอย่างสบาย ๆ
5. ตัดความกังวลอะไรต่าง ๆ ให้มันคลี่คลายออกไปให้หมด

บทที่ 7

ประสบการณ์การเข้าถึงธรรม

มีกระโถนเป็นนิมิต	อุบาสิกาทองสุข สำแดงปั้น
แบ่งเวลาปฏิบัติ ขึ้นชื่อว่าไม่มีเวลาไม่มีในโลก	คุณยายอาจารย์มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ชนนakyung
มีแม่ไก่เป็นครู	คุณยายปุกหนึ่งเหมือนแม่ไก่กกไข่
เด็กน้อยนั่งทน	หนูตัน ต่อสู้ไม่ยอมแพ้กับความปวดเมื่อยเล็ก ๆ น้อย ๆ
ไม่จำกัดด้วยเวลาและสถานที่	ยืนยันคำสอน “อกาลโก”
เด็ก 4 ขวบ สอนพี่สาววัย 5 ขวบนั่งสมาธิ	น้องชายบอก Yes ต้อง just say yes
ทำอะไรก็ได้ยกเว้นคิด	คุณอีริค เลอวีน สอนง่าย ๆ ว่า ทำอะไรก็ได้ ยกเว้นคิด
นักมวยเก่า	ยอมนั่งปล่อยชีวิตสักครั้งหนึ่ง ความสำเร็จก็จะ เกิดขึ้นได้
แม่สอนลูก	หยุดนิ่งเฉย ๆ เดี่ยวก็จะเข้าถึงเอง
สอนแม่ให้เห็นพระ	นี่ก็อย่างง่ายก็เห็นอย่างง่าย
ประสบการณ์ต่างศาสนา ต่างเชื้อชาติศาสนา	ก็สามารถเข้าถึงธรรมกายได้

MD 305

**สมาธิ 5 : หลักสมถ-
วิปัสสนากัมมัฏฐาน**

บทที่ 1

กัมมัฏฐานและวิธีปฏิบัติในพระไตรปิฎก

ความหมาย

<p>แปลตามตัวคือ ที่ตั้งแห่งการงาน หรือที่ตั้งแห่งการกระทำ</p> <p>แปลตามคัมภีร์วิสุทธิมรรคคือ อารมณีกัมมัฏฐาน 40 อย่างเพื่อการบรรลุสมาธิ</p> <p>แปลตามคัมภีร์ธัมมัตถสังคหะคือ ที่ตั้งของการกระทำ คือการเจริญภาวนา</p>
<p>ความหมายคือ การอบรมจิต อันได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. อารมณฺ์ หรือวัตถุที่ใช้ฝึกจิต 2. วิธีการเจริญสมาธิ

คำอื่นที่เกี่ยวข้อง

สมาธิ	ระดับของจิต และวิธีที่กำหนดขึ้น เพื่อก่อให้เกิดจิตระดับนั้นขึ้นมา
ภาวนา	การสะสมคุณธรรมทั้งหลายไว้ในตน เพื่อที่จะบรรลุนิพพาน

จุดมุ่งหมาย

ทำให้จิตสงบจากกิเลส
ทำให้หลุดพ้นจาก ทุกข์*
หลุดพ้น เข้าสู่ นิพพาน

***ทุกข์** แบ่งเป็น

ทุกข์ประจำ	เกิด แก่ เจ็บ ตาย
ทุกข์จร	<p>โสกะ ความโศก ความแค้นใจ ความกระวนกระวาย</p> <p>ปริเทวะ ความคร่ำครวญ รำพึงรำพัน</p> <p>ทุกขะ ความเจ็บไข้ได้ป่วย</p> <p>โทมนัสสะ ความน้อยใจ ความคับแค้นใจ</p> <p>อุปายาสะ ความท้อแท้ กลุ้มใจ</p> <p>อัปปีเยหิ สัมปโยคะ ความขัดข้องหมองมัว ตรอมใจ จากที่ไม่เป็นที่รัก</p> <p>ปิเยหิ วิปโยคะ ความโศกเมื่อพลัดพรากจากของรัก</p> <p>ยัมปิจฉัง น ลกฺติ ความหม่นหมองจากการปรารถนาสิ่งใดแล้ว ไม่ได้สิ่งนั้น</p>

วิธีปฏิบัติ

วิธีธรรมชาติ หลักการของจิต เปลี่ยนแปลงไปโดย ลำดับชั้น ดังนี้	ปราโมทย์ ความปลาบปลืม บันเทิงใจ	ปัสสัทธิ ร่างกายผ่อนคลาย สงบ จิตใจสบาย	สุข	สมาธิ
	เหตุที่มาของปราโมทย์ - การประพฤติปฏิบัติตั้งมั่นในศีล - การได้ศึกษาธรรมะ ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม - ความสามัคคี ประองตองกัน - การสำรวมอินทรีย์			
อิทธิบาท 4	ฉันทะ	วิริยะ	จิตตะ	วิมังสา
สติปัญญา การใช้สติเป็นตัวนำ	กายานุปัสสนา การตามเห็นกายในกาย รู้ทันสิ่งที่เกิดขึ้นจาก อาการต่าง ๆ ของกาย	อานาปานสติ - กำหนดลมหายใจเข้า-ออก กำหนดอิริยาบถ - ยืนเดินนั่งนอน มีสติสัมปชัญญะ - กำหนดรู้การเคลื่อนไหว ปฏิกลุมนสิการ - พิจารณาร่างกายเป็นสิ่งสกปรก ธาตุมนสิการ - พิจารณาร่างกายประกอบขึ้นจากธาตุ 4 หนวสีวถิกา - กำหนดรู้ร่างกายเปรียบกับซากศพค่อย ๆ เน่าเป็นระยะเวลา 9 ระยะเวลา		
	เวทนานุปัสสนา การตามเห็นเวทนาใน เวทนาที่เกิดขึ้นคือ รู้ว่า กำลังรู้สึกสุข ทุกข์ หรือ เจ็บ ๆ	เวทนา หมายถึง ความเสวยอารมณ์ มี 3 อย่างคือ สุขเวทนา - ความรู้สึกสุข สบาย ทางกายหรือใจ ทุกขเวทนา - ความรู้สึกทุกข์ ไม่สบาย ทางกายหรือใจ อทุกขมสุขเวทนา - ความรู้สึกไม่ทุกข์ ไม่สุข เจ็บ ๆ		
		อามิส หมายถึง เยื่อล่อ คือกามคุณ 5 สุขที่ไม่มีอามิส คือ สุขที่เกิดจากใจสงบ		
		จิตตานุปัสสนา การตามเห็นจิตในจิตคือ เห็นว่าจิตกำลังเป็นอย่างไร		
	ธัมมานุปัสสนา การตามเห็นธรรมใน ธรรม คือ ตามเห็นธรรม ที่เกิดขึ้นในจิตของตน มี การพิจารณา 5 อย่างคือ	นิวรรณ์ - รู้ชัดว่ามีนิวรรณ์ 5 อยู่ในจิตหรือไม่ ขันธ - กำหนดรู้ว่า ขันธ 5 แต่ละอย่างคืออะไร เกิดขึ้นและ ดับไปอย่างไร อายตนะ - รู้ชัดในอายตนะภายใน-ภายนอกแต่ละอย่าง รู้ชัดในสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดและเกิดแล้ว โพชฌงค์ - รู้ชัดในขณะนั้น ๆ ว่าโพชฌงค์ 7 มีอยู่ในจิตใจ หรือไม่ จะเกิดหรือบริบูรณ์ขึ้นได้อย่างไร อริยสัจ - รู้ชัดอริยสัจ 4 แต่ละอย่าง		

บทที่ 2

สมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา

กัมมัฏฐาน	สมถกัมมัฏฐาน	วิปัสสนากัมมัฏฐาน
ความหมาย	วิธีการฝึกจิตเพื่อให้จิตสงบตั้งมั่นเป็นสมาธิ	คือ วิธีการปฏิบัติเพื่อให้รู้แจ้ง เห็นจริงในนามรูป ไตรลักษณ์ อริยสัจ 4
อารมณ์	กสิณ 10 อสุภะ 10 อนุสติ 10 พรหมวิหาร 4 อรุณ 1 อาหาเรปฏิกูลสัญญา 1 จตุธาตววัตถาน 4	ขั้น 5 อายตนะ 12 ธาตุ 18 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท
ผล สามารถเข้าถึง อัปนาสมาธิที่ ทำให้จิตสงบ จากปริยฐาน กิเลสระดับกลาง	<p>องค์ฌาน 5 เกิดขึ้นข่มนิวรณ์ 5</p> <p>วิตก - จดจ่ออยู่ในอารมณ์เดียว ไม่แว้ง ไม่เคลิ้ม</p> <p>วิจาร์ - ประคองจิตให้มั่น ขจัดความ ลังเลสงสัย</p> <p>ปีติ - ปลาบปลื้มอímเอิบ ขจัดความ พยาบาท</p> <p>สุข - ความสุขใจ ขจัดความฟุ้งซ่าน รำคาญใจ</p> <p>เอกัคคตา - จิตเป็นสมาธิ ขจัดกาม ราคะ</p>	<p>เห็นไตรลักษณ์</p> <p>อนิจจัง - ถูกบังคับด้วยสันตติ (ความสืบท่อเนื่อง)</p> <p>ทุกขั - ถูกบังคับด้วยอิริยาบถ (บริหารอิริยาบถ คือ กินข้าว ออกกำลังกาย)</p> <p>อนัตตา - ถูกบังคับด้วย ขณสัญญา (การกำหนดหมายว่าร่างกายเป็นก้อนเป็น กอง)</p>
	<p>ฌาน คือภาวะที่จิตสงบประณีตอยู่ในอัปนาสมาธิ</p> <p>รูปฌาน 4 ระดับมีองค์ฌานแตกต่างกัน</p> <p>ปฐมฌาน - มีองค์ฌาน 5 (ครบ)</p> <p>ทุติยฌาน - มีองค์ฌาน 3 (ปีติ สุข เอกัคคตา)</p> <p>ตติยฌาน - มีองค์ฌาน 2 (สุข เอกัคคตา)</p> <p>จตุตถฌาน - มีองค์ฌาน 2 (อุเบกขา เอกัคคตา)</p> <p>อรูปรฌาน - 4 ระดับ</p>	<p>ละสังโยชน์ (กิเลสที่ผูกใจสัตว์)</p> <p>-----สังโยชน์เบื้องต่ำ-----</p> <p>สักกายทิฏฐิ - เห็นผิดว่ากายเป็นของเรา</p> <p>วิจิกิจฉา - ความลังเลสงสัย</p> <p>สีลัพตปรามาส - ยึดมั่นในศีลพรต</p> <p>กามราคะ - ความยินดีกำหนดในกาม</p> <p>ปฏิฆะ - ความขัดเคืองใจ</p> <p>-----สังโยชน์เบื้องสูง-----</p> <p>รูปราคะ - ยินดีในรูปฌาน</p>

	<p>อากาสาัญญาตนะ วิทยาณัญญาตนะ อาภิญญัญญาตนะ เหนวสัญญาหาสัญญาตนะ</p>	<p>อรูปราคะ - ยินดีในอรูปรมาณ มานะ - ความถือตัว เปรียบเทียบตนกับ คนอื่น อุทธัจจะ - ความสัตสายฟุ้งซ่าน อวิชชา - ความไม่รู้ในอริยสัจ 4</p> <p>ผลคือเปลี่ยนจากปุถุชนเป็นอริยชน พระโสดาบัน - ละสังโยชน์ 3 อย่าง (สักกาย วิกิภย สัลลัพตย) พระสกทาคามี - ทำราคะ-โทสะ-โมหะ เปาบางลง พระอนาคามี - ละสังโยชน์เพิ่ม 2 อย่าง (กามราคะ และปฏิมะ) พระอรหันต์ - ละสังโยชน์ได้สิ้นเชิง</p>
	<p>อภิญา 5 อิทธิวิธี - มีฤทธิ์ คือ ญาณสำเร็จตามที่ ตนอธิษฐาน อธิษฐานิทธิ - ฤทธิ์แสดงโดยไม่ เปลี่ยนร่าง วิภพนิทธิ - ฤทธิ์แสดงโดยเปลี่ยน ร่าง มโนมยิทธิ - ฤทธิ์แสดงโดยเนรมิตร่าง เหมือนทุกประการของตนปรารถนาให้ ร่างไปภพภูมิใดก็ได้ ทิพพโสตญาณ - มีหูทิพย์ เจโตปริยญาณ - รู้วาระจิต ปุพเพนิวาสานุสติญาณ - ระลึกชาติ ได้ ทิพพจักขุญาณ - ตาทิพย์และญาณอีก 2 อย่าง (ยถากัมมุปกญาณ - รู้ผลกรรมในอดีต ของสัตว์ อนาคตังสญาณ - รู้ภพภูมิในอนาคต ตามผลกรรมที่สัตว์นั้นทำ)</p>	
ความแตกต่าง	สมถกัมมัญฐาน	วิปัสสนากัมมัญฐาน
ลักษณะ	มีความไม่ฟุ้งซ่านเป็นลักษณะ	มีความรู้แจ้งสมาธิธรรมตามความเป็นจริงเป็นลักษณะ
กิจ	กำจัดนิวรณ์ 5	กำจัดความไม่รู้ คือ อวิชชา
เหตุใกล้ให้เกิด	ความสุข	สมาธิ
องค์ธรรม	เอกัคคตาเจตสิก	ปัญญาเจตสิก
อารมณ	กสิณ อสุภะ อนุสติ พรหมวิหาร อรูปกัมมัญฐาน อาหारेปฏิกุลสัญญา จตุธาตุมัตถาน	ขันธ อายตนะ ธาตุ อินทรีย์ อริยสัจ ปฏิจจสมุปบาท

จิต	มหัคคจิต	โลกุตตระ
ผล	รูปฌาน 4 อรูปฌาน 4	มรรค 4 ผล 4 นิพพาน 1
อาหิสงส์	ปัจจุบัน ทำให้จิตเป็นสุข เยือกเย็น ได้ อภิญา 5 แสดงฤทธิ์ อนาคต เกิดในสุคติพรหมโลก	ได้อภิญา 6 คือ ถึงขั้นสุดท้ายได้อาส- วักขยญาณ หมตกิเลส ไม่ต้องเวียนว่าย ตายเกิดอีก
ปหาน	วิกขัมภนปหานด้วยอำนาจฌานจิต	สมุจเฉทปหาน ด้วยมหัคคจิต ปฏิบัติสัทธีปหาน หมตกิเลส นิสสรณปหาน ด้วยนิพพาน
ที่มา	มีทั้งในและนอกพระพุทธศาสนา	มีอยู่เฉพาะในพระพุทธศาสนา

บทที่ 3

สมถะและวิปัสสนาตามหลักคำสอนของพระมงคลเทพมุนี

สมถกัมมัฏฐาน	วิปัสสนากัมมัฏฐาน
<ul style="list-style-type: none"> - สมถะ แปลว่า สงบ หรือแปลว่า หยุด โดยต้องหยุดที่ศูนย์กลางกาย จนกระทั่งเห็น จำ คิด รู้ รวมกันเป็นหนึ่งเดียว - วิธีการทำใจหยุด ใช้บริกรรมนิมิตควบคู่กับ บริกรรมภาวนา เข้าสืบแล้วเห็นศูนย์จะพบผล ของสมถะเบื้องต้น คือ ดวงธรรม - ดวงธรรมมีชื่อเรียกหลายชื่อ ได้แก่ ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดวงปฐมมรรค ดวงเอกายนมรรค ดวงปฐมฌาน ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกาย มนุษย์ - สมถะแบ่งเป็น 2 ระดับ คือ สมถะโดยปริยายเบื้องต้น (ตั้งแต่บริกรรมนิมิต ถึง ปฏิภาคนิมิต) สมถะโดยปริยายเบื้องสูง (ดวงปฐมมรรคขึ้นไป) 	<ul style="list-style-type: none"> - วิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ การเห็นวิเศษ เห็น แจ่มเห็นต่าง ๆ ในรูป โดยสามัญลักษณ์ะณะว่าเป็น ของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา - ต้องเห็นด้วยธรรมจักษุของพระธรรมกาย รู้ด้วยญาณทัสสนะของพระธรรมกาย ตั้งแต่ กาย ธรรมโคตรภูทั้งหยาบ และละเอียด จนกระทั่งถึง กายพระอรหัตทั้งหยาบและละเอียด - เสร็จกิจสืบทกไม่ตกกันดารเรียกว่า นิพพานก็ได้ เป็นการพิจารณาอริยสัจ 4 ในกายต่าง ๆ จนกระทั่งบรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคลและหมต กิเลสในที่สุด

เข้าถึงกาย 8 กาย กายมนุษย์ (+ละเอียดย) กายทิพย์ (+ละเอียดย) กายรูปพรหม (+ละเอียดย) กายอรุปรหม (+ละเอียดย)	เข้าถึงกายอีก 10 กาย กายธรรมโคตรภู (+ละเอียดย) กายธรรมพระโสดา (+ละเอียดย) กายธรรมพระสกทาคา (+ละเอียดย) กายธรรมพระอนาคา (+ละเอียดย) กายธรรมพระอรหัต (+ละเอียดย)
--	--

บทที่ 4

กิจเบื้องต้นก่อนการเจริญกัมมัฏฐาน

ตั้งอยู่ในศีลอันบริสุทธิ์	ศีล 5 ศีล 8 ปาฏิสุทศีล		
ตัดมหาปัลลิว 10 ประการ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค	ปัลลิว คือ ความกังวล เป็นสิ่งหน่วงเหนี่ยวใจให้พะวักพะวน ไม่ปลอดโปร่ง		
	อวาส - ที่อยู่อาศัย	อัทธานะ - การเดินทางไกล	
	กุละ - ตระกูล	ญาติ - ญาติสนิทมิตรสหาย	
	ลาก - สิ่งของเครื่องใช้	อาพาธ - ตนเองป่วยไข้	
	คณะ - ลูกศิษย์ที่ต้องสั่งสอน	คันทะ - ปริยัติ สิ่งที่เราเรียน	
	กรรม - การงานต่าง ๆ	อิทธิ - ฤทธิ์ของปุถุชน	
เข้าไปหากัลยาณมิตร ผู้ให้กัมมัฏฐาน	มาตรฐาน 6 อย่างของสำนักปฏิบัติธรรม 1. ไม่มีนิสัยว่าร้ายโจมตีการปฏิบัติธรรมของสำนักอื่น 2. ไม่บังคับ ช่มชู้ให้เชื่อตาม 3. มีศีลและมารยาทตั้งตามพระธรรมวินัย 4. มีการบริโภคน้ำมันเหมาะสม 5. สถานที่ปฏิบัติธรรมเหมาะสม 6. เจ้าสำนักรักในการปฏิบัติธรรม		
เว้นสถานที่ที่ไม่เหมาะ แก่การเจริญสมาธิ	ลักษณะอวาสที่ไม่เหมาะสม		
	มหาวาส ที่กว้างใหญ่โต	หาวาส ที่กำลังสร้างใหม่	ชราวาส ที่ชำรุดทรุดโทรม มาก
	ปถุนิสฺสิตตุดต์ ที่ติดกับถนนหนทาง	โสณูที ที่ใกล้สระน้ำ	ปถุนี ที่ใกล้สวนผัก
	ปูบผ	ผล	ปฏฐนียตา

	ที่ใกล้สวนดอกไม้	ที่ใกล้สวนผลไม้	ที่คนชอบมากกราบไหว้
	นครสนุหิสนุสิตดา ที่ติดกับตัวเมือง	ทารุสนุหิสนุสิตดา ที่ติดกับป่าไม้พิน	เขตตสนุหิสนุสิตดา ที่ใกล้กับที่นา
	วิสกาคาน์ ปุคคาลาน์ อตฤติดา ที่มีบุคคลไม่ถูกกันอยู่	ปฏฏนสนุหิสนุสิตดา ที่อยู่ใกล้ท่ารถ ท่าเรือ	ปัจจนตสนุหิสนุสิต ดา ที่ติดกับชายแดน
	รชชสีมนครสนุหิสนุ สิตดา ที่เป็นชายแดน ประเทศ	อสปายดา ที่ไม่สัปปายะ	กลุยามมิตดาน์ อลาโก ที่หากุลยามมิตร ไม่ได้
	ลักษณะอาวาสที่เหมาะสม		
	หนทางไปมาสะดวก	ไม่มีเสียงอึกทึก	ไม่มีสัตว์ร้าย
	มีปัจจัย 4	มีพระภิกษุพหูสูต	
ตัดความกังวล เล็ก ๆ น้อย ๆ	ปลงผม ตัดเล็บ ปลงหนวดให้ เรียบร้อย	ปะชุนจีวรที่สีกรอให้เรียบร้อย	
	จัดการข้อมสีจีวรที่ดูเก่า	ซักจีวรสกปรกให้สะอาด	
	ชำระล้างเครื่องใช้สอยที่ดูสกปรก		
มีอชฌาสัย 6 ประการ ของพระโพธิสัตว์	อโลภชฌาสัย ไม่โลภ	อทิสชฌาสัย ไม่โกรธ	อโมหชฌาสัย ไม่หลง
	เนกขัมมชฌาสัย มีนิตยในการออกบวช	ปวิเวกชฌาสัย มีนิตยปลีกวิเวก	นิสสรณชฌาสัย มีนิตยออกจากทุกข์
การรับกัมมัญฐาน	ถวายตนแต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า หรือแก่พระอาจารย์		

บทที่ 5
จริตกับการปฏิบัติกัมมัฏฐาน

จริต คือ ความประพฤติจนเคยชินเป็นนิสัย อันเป็นพื้นฐานใจของแต่ละคน

ลักษณะเป็น เครื่องสังเกต จริต	อิริยาบถ นั่งนอนยืนเดิน อาการต่างๆ	กิจจะ ลักษณะ การทำงาน	โภชนะ อาหาร และ การบริโภค	ทัสสนะ การดูฟังตมกีน สัมผัสลูปไล้	ธัมมวปวัตติ ความประพฤติ ดี-เลว	กัมมัฏฐาน ที่เหมาะสม*
ราคะจริต	เรียบร้อย นุ่มนวล ไม่รีบร้อน	งานสะอาด สวยงาม เป็นระเบียบ	ชอบรสหวาน มัน อร่อย สีสันท่ากิน	ชอบของสวย งาม ไพเราะ ตกลงขบขัน	เจ้าเล่ห์โอ้อวด ถือตัว แง้งอน พิธีพิถันชอบยอ	อสุภะ 10 กายคตาสติ 1
โทสะจริต	ไปพรวดๆ รีบร้อน กระด้าง	งานสะอาด แต่ไม่เรียบร้อย ไม่สำรวม มุ่งแต่ สิ่งที่ปรารถนา	ชอบเปรี้ยว เค็ม ขม ผาดจัด รับประทานเร็ว คำโต	ชอบดูชกต้อย	มักโกรธ ผูกโกรธ ลบหลู่บุญคุณ ตีเสมอ ริษยา	วรรณกสิณ 4 พรหมวิหาร 4
โมหะจริต	เชื่องซึม เหม่อลอย	งานหยาบ ไม่ถี่ถ้วน คั่งค้าง เอาดีไม่ได้	ไม่เลือกอาหาร อย่างไร้ไหนก็เอา ทานมูมมาม	เห็นดีก็ว่าดีด้วย เห็นไม่ดีก็ว่า ไม่ดีตาม	ง่วงเหงาหาว นอน ไม่เป็น เรื่องเป็นราว ช่างสงสัย เข้าใจอะไรยาก	อานาปานสติ
วิตกจริต	เชื่องช้า คล้ายโมหะจริต	งานไม่เป็นสำ จับจดแต่พูดเก่ง คิดไว พุดไว	ไม่แน่นอน อย่างไร้ไหนก็ได้	เห็นตาม หมุ่มมาก	ฟุ้งซ่านโลเล เดี๋ยวรัก เดี๋ยวเกลียด คลุกคลีกับหมู่ คณะ	อานาปานสติ
สัทธาจริต	แช่มช้อย ละม่อมละมุน	เรียบร้อย สวยงาม เป็นระเบียบ	หวาน มัน หอม	ชอบของ สวยงามเรียบๆ ไม่โลดโผน	เบิกบานในการ ทำบุญ	อนุสติ 6
พุทธิจริต	ว่องไว เรียบร้อย	งานเรียบร้อย เป็นระเบียบ และเป็น ประโยชน์	เปรี้ยว เค็ม เผ็ด ขม พอกลมกล่อม ไม่จัดนัก	ดูด้วยความ พินิจพิเคราะห์	ว่าง่ายไม่ถือ มีสติสัมปชัญญะ มีความเพียร รู้เร็ว	มรณานสติ อุปสมานุสติ อหาเรปฏิกูล จตุธาตุง

* อรูปกัมมัฏฐาน 4 - กุศลสิกขา 4 - อาโลกสิกขา - อากาสสิกขา
กัมมัฏฐาน ทั้ง 4 อย่างนี้เหมาะกับทุกจริต

สาเหตุที่มี จริตต่างกัน	การประกอบกรรมในอดีตชาติ	ภพภูมิ ก่อนมาเกิด	ธาตุทั้ง 4
ราคะจริต	ขณะบำเพ็ญบุญกุศล จิตปรารถนาเรื่องลาภ ยศ สรรเสริญ เกิดตัณหาราคะ เป็นทิวฏฐียึดมั่น	จากสวรรค์ เปรต อสุรกาย	ธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ เสมอกัน
โทสะจริต	- ขณะบำเพ็ญบุญกุศล จิตเกิดโทสะ มีความขุ่นเคือง - ชาติก่อนมาด้วยการฆ่า การทำลาย การจองจำ	จากนรก	ธาตุไฟ และ ลม มีกำลังมาก
โมหะจริต	- ขณะบำเพ็ญบุญกุศล ทำสักแต่ทำ ทำตามกันมา ไม่เห็นค่าของบุญ ฟุ้งซ่าน นึกถึงเล่ห์กลในการทำบุญ - ชาติก่อนดื่มน้ำเมามาก ไม่ชอบศึกษา	จากสัตว์เดรัจฉาน	ธาตุดิน และ น้ำ มีกำลังมาก
วิตกจริต	ขณะบำเพ็ญบุญกุศล - นึกถึงกามคุณ (กามวิตก) - เกลียดชังปองร้าย (พยาบาทวิตก) - คิดเบียดเบียนทำร้าย (วิหิงสาวิตก)		
สัทธาจริต	ขณะบำเพ็ญบุญกุศลมากไปด้วยความเลื่อมใสใน พระรัตนตรัย ตลอดจนเลื่อมใสเพราะ - เพราะเห็นรูปสมบัติสวยงาม - เพราะเห็นความประพฤติเรียบร้อยในพระธรรมวินัย - เพราะได้ยินกิตติศัพท์ว่าดีอย่างนั้นอย่างนี้ - เพราะได้ฟังธรรมของผู้ฉลาดที่แสดง	ส่วนมากมาจาก สวรรค์	
พุทธิจริต	ขณะบำเพ็ญบุญกุศล - ระลึกในผลของกรรม สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน - ตนสักเป็นเพียงรูป-นาม สังขารไม่เที่ยง เป็นอนัตตา - อริชฐานด้วยผลบุญขอให้เป็นคนมีปัญญา	ส่วนมากมาจาก สวรรค์	

คู่แห่งจริต

ในจริตทั้ง 6 อย่าง ทำนสงเคราะห์กันด้วยความเสมอภาคกันได้เป็น 3 คู่ คือ
ราคะจริต กับ สัทธาจริต

ราคะย่อมแสวงหาในทางกามคุณ สัทธาก็แสวงเหมือนกัน แต่แสวงหาบุญ คือ กุศลกรรม
มีทาน ศีล ภาวนา เป็นต้น

ราคะติดใจในสิ่งที่ไร้ประโยชน์ฉันทันใด สัทธาก็เลื่อมใสในสิ่งที่เป็ประโยชน์ฉันทันนั้น

โทสจริต กับ พุทธิจริต

โทสะมีการเบื่อหน่ายด้วยอำนาจแห่งโมหะคือ เบื่อหน่ายในสิ่งที่ไม่ชอบ ถ้ายังชอบอยู่ก็ไม่เบื่อหน่าย ซึ่งเป็นทางให้ถึงอบาย ส่วนพุทธิจริตนั้น ก็เบื่อหน่ายเหมือนกัน แต่ว่าเบื่อหน่ายด้วยอำนาจแห่งปัญญา ซึ่งเป็นทางให้ถึงสวรรค์ ตลอดจนถึงพระนิพพานก็ได้

โมหจริต กับ วิตกจริต

โมหะมีอาการฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ ส่วนวิตกก็คิดอย่างนี้ อย่างนั้น หรืออย่างโน้น อันเป็นอาการคิดพล่านไปเช่นเดียวกัน

MD 306

สมาธิ 6 :

สมถกัมมัฏฐาน 40 วิธี (1)

บทที่ 1

กสิณ 10

กสิณ 10 หมายความว่า สัญลักษณ์แต่ละชนิดจะต้องถือว่าเป็นตัวแทนทั้งหมด ซึ่งมีคุณสมบัติเหมาะสมกับส่วนที่สอดคล้องกัน เมื่อกล่าวถึงในพระไตรปิฎก คำนี้มีความหมาย 3 ประการ คือ

1. **มณฑลของกสิณ** คือ วงกลมที่ใช้เป็นเครื่องหมาย (มณฑล หมายถึง วงกลม)
2. **นิมิตของกสิณ** คือ สัญญาณเครื่องหมาย หรือมโนภาพที่ได้รับจากการเพ่งเครื่องหมาย
3. **ฌาน** อันเป็นผลที่ได้รับจากนิมิตนั้น

ประเภทของกสิณ

แบ่งกสิณ 10 ชนิด ตามที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็น 3 กลุ่มคือ

1. **ภูตกสิณ** คือ ธาตุทั้ง 4 ดิน น้ำ ลม ไฟ
2. **วรรณกสิณ** คือ สีทั้ง 4 เขียว เหลือง แดง ขาว
3. **เสสกสิณ** คือ อากาศ และ ที่ว่าง

กสิณ	บริกรรมนิมิต	บริกรรมภาวนา	อัครนิมิต	ปฏิภาคนิมิต
ปฐวีกสิณ หรือกสิณดิน	ดินสีอรุณ ในภาตตะกะรำ	ปฐวี ๑ ดิน ๑	ดินเหมือนในภาต	ดินใส ไม่ต่างพร้อย
อาโปกสิณ หรือกสิณน้ำ	น้ำสะอาดในขัน	อาโป ๑ น้ำ ๑	น้ำในภาชนะ ชัดเท่าตาเห็น	วงใสเหมือน พัดแก้วมณี
วาโยกสิณ หรือกสิณลม	ลมที่มาสัมผัสกาย ลมที่ยอดไม้	วาโย ๑ ลม ๑	ไอน้ำน้ำตก ควันที่หวนไหว	เกลียวหรือกลุ่ม กองที่นิ่งใสเป็น แก้ว
เตโชกสิณ หรือกสิณไฟ	เปลวไฟในเตา	เตโช ๑ ไฟ ๑	เปลวไฟคุ	เปลวไฟนิ่งหรือ สว่างไสว
สีลกสิณ หรือกสิณสีเขียว	วงกลม ใบไม้ ดอกไม้ ตามสี	สีล ๑ เขียว ๑	วงกลม ใบไม้ ดอกไม้ ตามสี ชัดเจน เหมือนตาเห็น	ใสเหมือนแก้วมณี ตามสี
ปีตกสิณ หรือกสิณสีเหลือง		โลहित ๑ แดง ๑		
โลหิตกสิณ หรือกสิณสีแดง		ปีต ๑ เหลือง ๑		
โอทาทกสิณ		โอทนต์ ๑ ขาว ๑		

หรือกสิณสีขาว				
อากาศกสิณหรือ กสิณที่ว่าง	รูปา ช่องหน้าต่าง กำแพงเจาะรู	โอภาโส ๆ ที่ว่าง ๆ	เป็นช่องว่าง มีขอบเขตเหมือน นิมิต	ช่องว่างขยาย ไม่มีขอบเขต
อาโลกกสิณ หรือกสิณแสงสว่าง	ดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์ ดวงแก้ว	อาโลโก ๆ สว่าง ๆ	แสงสว่างเหมือน บริกรรมนิมิต	เป็นกลุ่มก้อน มีแสงสว่างรุ่งโรจน์

คุณลักษณะพิเศษของกสิณ 10

กสิณมีลักษณะพิเศษหลายประการ เช่น เมื่อได้รูปมาน 4 จากการเพ่งกสิณอย่างหนึ่งแล้ว ถ้าต้องการอุคคหนิมิต ปฏิภาคนิมิตจากกสิณอีก 9 อย่างที่เหลือ ก็ไม่ต้องจัดทำองค์กสิณขึ้นใหม่ ให้มองดูสิ่งอื่น ๆ ตามธรรมชาติแล้วบริกรรมตามสิ่งที่เราเพ่ง

กสิณเป็นกัมมัฏฐานที่ทำให้ถึงฌานเร็วกว่ากัมมัฏฐานอื่น ๆ และพระพุทธองค์ทรงยกย่องโอทาทกกสิณ (กสิณสีขาว) ว่าเลิศกว่ากสิณสีอื่น เพราะทำให้จิตใจของผู้ที่เจริญกสิณนั้นผ่องใส ทั้งยังทำให้ผู้เจริญทราบเหตุการณ์ต่าง ๆ คล้ายผู้ทรงอภิญญาทั้งที่ยังไม่ได้อุคคหนิมิต

บทที่ 2
อนุสติ 6

อนุสติ คือ การตามระลึกถึงเนื่อง ๆ เสมอ ๆ ในธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือ การตามระลึกถึงสิ่งใด ๆ ที่จะก่อให้เกิดความตั้งมั่นแห่งสติ โดยสิ่งนั้น ๆ เป็นกุศลหรือนำไปสู่กุศลธรรมแล้วก่อให้เกิดสติฝ่ายดี

อนุสติ	ระลึกถึง	บริกรรม นิมิต	บริกรรม ภาวนา	อุคคหนิมิต	ปฏิภาคนิมิต
พุทธานุสติ คือ การตามระลึกถึง คุณของพระสัมมาสัม- พุทธเจ้าเป็นอารมณ์	พระพุทธเจ้า -อรหัง -สัมมาสัมพุทธโ -วิชาจรณสัมปันโน -สุคโต -โลกวิทู -อนุตตโร ปุริสทัมม- สารถี -สัตถาเทวมนุสสานัง -พุทธโ -ภควา	พระพุทธรูป	บทสรรเสริญ พระพุทธคุณ	พระพุทธรูป ชัด เจ น ทั หลับตาลืมตา	พระพุทธรูป แก้วใส
ธัมมานุสติ คือ การตามระลึกถึง คุณของพระธรรมเป็น อารมณ์ มี 3 ประการ คือ ปรียัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ	พระธรรม -สวากขาโต ภควตา ธัมโม -สันทิฏฐิโก -อกาลิโก -เอหิภัสสิโก -โอปนยิโก -ปัจจุตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ	คัมภีร์ พระไตรปิฎก ดวงธรรม	บทสรรเสริญ พระธรรมคุณ	นิมิตติดนแน ชัด เจ น ทั หลับตาลืมตา	นิมิตกลั่นเป็น แก้วใส
สังฆานุสติ คือ การตามระลึกถึง คุณของพระสงฆ์เป็น อารมณ์ มี 2 จำพวก คือ สมมติสงฆ์และ	อริยสงฆ์ -สุปฏิปันโน -อุชุปฏิปันโน -ญายุปฏิปันโน -สามจีปฏิปันโน	พระสงฆ์องค์ ใดองค์หนึ่ง	บทสรรเสริญ พระสังฆคุณ		

อริยสงฆ์	-อาหุเนยโย -ปาหุเนยโย -ทักษิณเยโย -อัญชลีกรรมโย -อนุตตริง ปุญญักเขต- ตัง โลกัสสะ				
ศีลानุสติ คือ ตามระลึกถึงศีลที่ ตนรักษาไว้โดยปราศ จากโทษเนื่อง ๆ	ศีลที่รักษา -ต้องไม่มีศีลขาด ศีล ทะลุ ศีลต่าง ศีลพร้อย -ไม่มุ่งหวังโลกียสมบัติ -ไม่มีใครสามารถจับผิด ได้ -วิญญูชนสรรเสริญ -ต้องรู้ว่าเอื้อต่อสมาธิ	ดวงศีล	“สีล สีล” หรือ “ศีล ศีล”		
จาคานุสติ คือ ระลึกถึงการ บริจาค การสละของ ตนด้วยความบริสุทธิ์	การบริจาค -วัตถุได้มาโดยชอบ -บริบูรณ์ด้วยเจตนา 3 -พ้นจากความตระหนี่	วัตถุทาน	“ปริจาค์ ๆ” หรือ “ทา น์ ทาน์”		
เทวดานุสติ คือ การระลึกถึง คุณธรรมของตนโดย เปรียบเทียบกับ เทวดา พรหม ที่ บริบูรณ์ด้วย สปัปฺริส รัตนะ 7 และสัทธรรม	กุศลกรรมของ ตน เปรียบกับเทวดา	ผู้มีคุณธรรม ตั้งเทวดา	“เทวดา” หรือ “เทวดา”		

บทที่ 3 มรณานุสติ

มรณานุสติ คือ การระลึกถึงความตายเป็นอารมณ์ เป็นกัมมัฏฐานที่เอื้อต่อการปฏิบัติ กัมมัฏฐานอื่น ๆ ที่เรียกว่า **สัพพัตถกัมมัฏฐาน** เพราะมีอุปการะมาก

วิธีเจริญมรณานุสติ

มีอยู่ 4 ประเภทคือ

1. เกี่ยวเนื่องด้วยทุกข์กังวล
2. เกี่ยวเนื่องด้วยความกลัว
3. เกี่ยวเนื่องด้วยอุเบกขา
4. เกี่ยวเนื่องด้วยปัญญา

ความตาย ที่ใช้ในการเจริญสติ

สมุทเจตมรณะ - การปรินิพพานของพระอรหันต์ (ดับทุกข์สิ้นเชิง)
ขนิภมรณะ - การเกิดขึ้น ตั้งอยู่ เสื่อมสลาย
สมมติมรณะ - ความตายที่ชาวโลกสมมติกันเอง
ชีวิตินทรีย์ปัจเจกมรณะ - ความตายในภพหนึ่ง ๆ แบ่งตามกาลได้ 2 อย่างคือ กาลมรณะ (ตายเพราะสิ้นบุญ สิ้นอายุ) อกาลมรณะ (ตายในเวลาไม่ควรจะตาย)

การเจริญมรณานุสติเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย

ระลึกถึงความตายพร้อมบริกรรมว่า “มรณํ มรณํ” หรือ “ตาย ตาย” ไว้ที่ศูนย์กลางกาย จนใจรวมถูกส่วนตกศูนย์เข้าถึง “ดวงปฐมมรรค” ได้ ต่อจากนั้นก็ดำเนินจิตเข้ากลางจนเข้าถึงพระธรรมกายในที่สุด

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ไม่สามารถทำให้ได้ฉฉาน ทำให้ถึงเพียง “อุปจารสมาธิ”

บทที่ 4 กายคตานุสติ

กายคตานุสติ คือ การระลึกถึงส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ซึ่งเป็นที่ประชุมกันด้วยโกฏฐาสะ 32 หรือ อากา 32 เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ทวัตติงสากการกัมมัฏฐาน

อากา 32 ได้แก่

ผม – เกสา	ขน – โลมา	เล็บ – นขา	ฟัน – ทันดา
หนัง – ตะโจ	เนื้อ – มังสั	เอ็น – นหารู	กระดูก – อัฏฐิ
เยื่อในกระดูก – อัฏฐิมิญฺชัง	ม้าม – วังกัง	หัวใจ – หทยัง	ตับ – ยกนัง
พังผืด – กิโถมกัง	ไต – ปิหกัง	ปอด – ปปีผาสัง	ไส้ใหญ่ – อันตัง
ไส้หน้อย – อันตะคุดนัง	อาหารใหม่ – อุทริยง	อาหารเก่า – กรีสัง	น้ำดี – ปิตตัง
น้ำเสลด – เสมหัง	น้ำเหลือง – ปุพฺโพ	น้ำเลือด – โลหิตัง	น้ำเหลือง – เสโท
น้ำมันขัน – เมโท	น้ำตา – อัสนุ	น้ำมันเหลว – วสา	น้ำลาย – เขโพ
น้ำมูก – สิงฆาณิกา	น้ำไขข้อ – ลสิกา	น้ำมูตร – มุตตัง	เยื่อในสมอง – มัตตะเก มัตถุลลุงคัง

กิจเบื้องต้นก่อนเจริญกายคตาสติ

มี 2 ประการใหญ่ ๆ

1. อุดคทโกศลละ คือ ความฉลาดในการศึกษา 7 อย่าง คือ

วจสา การสาธยายด้วยวาจา

มนสา การพิจารณาด้วยใจ

วิถณโต การพิจารณาโดยสัจว่า อากาหรืออวัยวะนั้น ๆ มีสีอะไร

สัณฐานโต การพิจารณาความเป็นรูปร่างสัณฐาน

ทิสโต การพิจารณาโดยทิศทางที่เกิด

โอกาสโต การพิจารณาที่ตั้ง

ปริจเฉทโต การพิจารณาโดยกำหนดขอบเขต

2. มนสิการโกศลละ ความฉลาดในการพิจารณา 10 อย่าง

อนุปุพฺพโต การพิจารณาโดยลำดับ

นาตีสิมโต การพิจารณาโดยไม่รีบร้อนนัก

นาตีสณิกโต การพิจารณาโดยไม่เผลอซำหนัก

วิกเขปปฏิพาหนโต การพิจารณาโดยบังคับจิตไม่ให้ซัดสายไปในที่อื่น

ปัณณัตติสมติกกมโต การพิจารณาโดยก้าวล่วงบัญญัติ

อนุพัพพมูญจนโต การพิจารณาโดยทั้งโกฏฐาสะที่ไม่ปรากฏ โดยทั้งสี่ สำนฐาน
ที่เกิด ที่ตั้ง ขอบเขต ตามลำดับ

อัปนาโต การพิจารณาโกฏฐาสะอย่างใดอย่างหนึ่งให้เข้าถึงอัปนา

ตโย จ สุตันตา การพิจารณาในพระสูตร 3 อย่างคือ อริจิตตสูตร สีติภาวนาสูตร
และโพชฌงค์โกศลสูตร

บทที่ 5

อานาปานสติและอุปสมานุสติ

อานาปานสติ

ความหมาย

อานาปานสติมาจากคำ 3 คำได้แก่ อานะ คือ ลมหายใจเข้า อปานะ คือ ลมหายใจออก สติ
คือ ความระลึก

ในคัมภีร์มหานิทเทศกล่าวว่ อานาปานสติ หรือ อานาปานัสสติ คือ การระลึกอยู่ในลม
หายใจเข้าออก หรือสติที่เกิดขึ้นโดยมีการระลึกอยู่ในลมหายใจเข้าออก

การเจริญอานาปานสติเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย

ขั้นตอนการกำหนดลมหายใจมีอยู่ 4 ขั้นตอนคือ

1. **คณหา** คือ การนับ ในช่วงแรกของการทำความเพียร ควรเริ่มต้นด้วยการนับก่อน
เวลานับก็ไม่พึงนับให้ต่ำกว่า 5 และไม่พึงนับให้เกิน 10 และไม่ควรรับให้ขาดช่วง
ควรรับให้ต่อเนื่อง
2. **อนุพันธนาหัย** คือ การติดตาม การกำหนดรู้ตามลมเข้าและลมออกทุก ๆ ขณะ
โดยไม่พลั้งเผลอ ทุกขณะที่หายใจเข้าออก ก็รู้ว่าลมหายใจเข้าออกนั้นสั้นหรือยาว
3. **มุสนาหัย** คือ การกระทบ เมื่อสติอยู่กับลมหายใจแล้ว ไม่ต้องนับอีก แต่ให้ดูการ
กระทบต่อจุดกระทบ
4. **ฐปนนาหัย** คือ ลมหยุด ขั้นนี้ใจรวม ลมหายใจเริ่มหยุด เมื่อปฏิบัติต่อไปเรื่อย ๆ ลม
ก็จะละเอียดขึ้น ๆ ๆ จนเหมือนลมหายไป ไม่กระทบเลย

นิมิตของอานาปานสติ

1. **ปริกรรมนิมิต** คือ ลมหายใจเข้าออก
2. **อุคคหนิมิต** เช่น ปุยนุ่น ปุยสำลี ดวงดาว พวงแก้วมณี เป็นต้น
3. **ปฏิภาคนิมิต** คือ ลมหายใจเข้าออกที่ปรากฏเป็นเหมือนดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์ ดวงแก้ว
มณี เป็นต้น

อานาปานสติกับจริต เหมาะกับผู้ที่มีโมหจริตกับวิตกจริต

อุปสมานุสติ

ความหมาย

คำว่า อุปสม ให้คำจำกัดความว่า สัพพทุกขอุปสม ซึ่งหมายถึงความสงบแห่งทุกข์ทั้งปวง คำนี้หมายถึงพระนิพพาน

อุปสมานุสติ หมายถึง การระลึกลักษณะทุกอย่างของพระนิพพาน มีพระนิพพานเป็นอารมณ์ เป็นกัมมัฏฐานสำหรับพระสาวกผู้มีสติปัญญาเฉียบแหลม

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคให้วางอุปสมานุสติไว้หลังอานาปานสติ

คุณลักษณะของพระนิพพาน มี 29 ประการคือ

มทนิมุตโน	ย้ายีความมัวเมาต่าง ๆ
ปีปาสวินโย	บรรเทาเสียซึ่งความกระหายในกามคุณอารมณ์
ออลยสมุคฺชาโต	ถอนเสียซึ่งความอาลัยในกามคุณอารมณ์
วฏฺฏปฺจเจโท	ตัดเสียซึ่งการเวียนไปในวัฏฏะทั้ง 3 ให้ขาด
ตณฺหฺกฺขโย	สิ้นแห่งตัณหา
วิราโค	ปราศจากราคะ
นิโรโธ	ดับแห่งตัณหา
ฐวุ	ตั้งมั่นอยู่เสมอ
อชฺชรี	ไม่มีความแก่
นิปฺปปณฺจํ	ปราศจากปัจจัยธรรม คือ ตัณหา มานะทิฏฐิ ที่ทำให้วัฏสงสารกว้างขวาง
สจฺจํ	มีความจริงแน่นอน
ปาริ	ข้ามพ้นจากฝั่งแห่งวัฏทุกข
สุทฺทุกฺทสํ	ผู้มีปัญญาน้อยย่อมเห็นได้ยาก
สิวิ	สบายปราศจากกิเลส
อมตํ	ไม่มีความตาย
เขมํ	ปราศจากอาลัย
อพฺภุตํ	มหัศจรรย์ยิ่ง
อนิติกํ	ไม่มีภัยอันร้ายแรงที่นำความเสียหายมาสู่
ตาณํ	ช่วยรักษาสัตว์ไม่ให้ตกอยู่ในวัฏสงสาร
เลณํ	หลบภัยต่าง ๆ
ทีปํ	พ้นจากการท่วมทับของไอฉะทั้ง 4
วิสุทฺธิ	บริสุทธิ์จากกิเลส

วรฺ	สัปปุรุษพึงปรารถนา
นิปฺณิ	สุขุมละเอียด
อสงฺขตฺ	ไม่ถูกปรุงแต่งด้วยปัจจัยทั้งหลาย
โมกฺโข	พ้นจากกิเลส
เสฏฺฐโฐ	ควรสรรเสริญโดยเฉพาะ
อนฺุตฺโต	หาที่เปรียบไม่ได้
โลกฺสุสนฺโต	สิ้นสุดแห่งโลกทั้ง 3

การเจริญอุปสมานุสติเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย

บริกรรมคุณของพระนิพพานคำใดคำหนึ่ง เช่น “นิพพานํวรฺ” ให้เหมือนดั่งอยู่ที่ศูนย์กลางกายจนใจสงบ คำภาวนาหายไป (เนื่องจากนิพพานเป็นสภาวะที่ลึกซึ้ง ยากที่จะกำหนดนิมิตใดได้ จึงไม่ต้องกำหนดบริกรรมนิมิตใด ๆ ทั้งสิ้น)

เมื่อคำบริกรรมหายไป ใจสงบนิ่งตั้งมั่นอยู่ที่ศูนย์กลางกาย ใจก็รวมตกศูนย์เข้าถึง “ดวงปฐมมรรค” แล้วเข้าถึงพระธรรมกายในที่สุด

MD 407

สมาธิ 7 :

สมถกัมมัฏฐาน 40 วิธี (2)

บทที่ 1

อสุภะ 10

อสุภะ คือ การพิจารณาซากศพ ในลักษณะต่าง ๆ กัน 10 ลักษณะ ให้เห็นความน่าเกลียด ไม่สวยงาม โดยมุ่งหมายถึง ความไม่งามของร่างกายของคนที่ยาตายไป การเจริญอสุภกัมมัฏฐานนี้เป็นอุปการะแก่คน ราคจริต

วิธีการเจริญอสุภกัมมัฏฐาน

วิธีไปคู่อสุภะ

1. บอกแก่พระเถระหรือพระภิกษุผู้มีชื่อเสียงรูปใดรูปหนึ่งก่อนแล้วจึงไป เพื่อท่านจะได้คอยช่วยเหลือ หรือหากเกิดข้อกล่าวหา ก็จะทำให้รอดพ้นได้
2. สังเกตดูสภาพแวดล้อมโดยรวม เพื่อลดการสะดุ้งหวาดกลัว
3. การพิจารณาซากศพ คือ ต้องยืนอยู่เหนือลม ยายืนใกล้หรือไกลเกินไป และศพที่ใช้ในการพิจารณาควรเป็นเพศเดียวกัน

วิธีการพิจารณาอสุภะ ด้วยอาการ 11

อสุภะ 10 พิจารณาซากศพตามอาการ 11 แบ่งเป็น 2 ขั้นตอนคือ อาการ 6 และอาการ 5 ตามลำดับ

อาการ 6	อาการ 5
สี - วัย - สันฐาน - ทิศ - ที่ตั้ง - ขอบเขต	ข้อต่อ - ช่อง - หลุม - ที่ดอน - รอบ ๆ ด้านของศพ

วิธีการเจริญอสุภะ 10 เพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย

เมื่อผู้ปฏิบัติเข้าถึงปฏิภาคนิมิตในการพิจารณาศพแต่ละประเภทแล้ว จากนั้นศพจะค่อย ๆ กลั่นตัวใสขึ้น จนใจรวมตกศูนย์เข้าถึงดวงปฐมมรรค

อสุภะ 10	บริกรรมนิมิต	บริกรรมภาวนา	อุคคหนิมิต	ปฏิภาคนิมิต
อุทฺธมาตกอสฺภ	ศพชั้นอืด	อุทฺธมาตกั ปฏิภูถฺลั ๑	ศพชั้นอืด ชัดเจน	คนอ้วนนอน
วินิลกอสฺภ	ศพสี เขียวคล้ำ	วินิลกั ปฏิภูถฺลั ๑	ศพสี เขียวคล้ำ	รูปปั้นกำมะหยี่ สีเขียวแดง
วิปฺพพทกอสฺภ	ศพมีน้ำเหลืองไหล	วิปฺพพทกั ปฏิภูถฺลั ๑	ศพมีน้ำเหลือง ไหลเยิ้มชัดเจน	คนร่างกาย สมบูรณ์นอน
วิจฺฉิทฺทกอสฺภ	ศพแยก เป็นชิ้นส่วน	วิจฺฉิทฺทกั ปฏิภูถฺลั ๑	ศพแยกชิ้น ส่วนชัดเจน	

วิภชายิตตท อสก	ศพทูกสัต์วักัดกน	วภชายิตตท ปฏฐกฏลั ๑	ศพทูกสัต์วักัด กนชัต์เจน	ศพมร้รังกาย สมบรณ
วภชิตตทอสก	ศพทูกระจาย เรยราด	วภชิตตท ปฏฐกฏลั ๑	ศพทูกระจาย เรยราดชัต์เจน	
หตวภชิตตท อสก	ศพทูกสับพัน	หตวภชิตตท ปฏฐกฏลั ๑	ศพมร้ร้วรอยทูก สับพัน	
ลโหิตทอสก	ศพมร้เล็ดไหล	ลโหิตท ปฏฐกฏลั ๑	ศพมร้ เล็ดไหล	รูปนัันก้ามะหยี่ สเีแดง
ปุกุทอสก	ศพมร้หนอนชััน	ปุกุท ปฏฐกฏลั ๑	ศพมร้หนอนไต่ ไปมา	กอนเมลลิตช้าว สาลล
อฏฐฐกอสก	กระตุก	อฏฐฐก ปฏฐกฏลั ๑	กระตุกเปันทอน	รังกายสมบรณ

ตัวอย่างบุคคลที่เจริญอสุภกัมมัฏฐาน

ในสมัยพุทธกาลมีตัวอย่างของบุคคลที่เจริญอสุภกัมมัฏฐาน จนใจหยุดนิ่งบรรลุนิรกรรมหลายท่าน ในที่นี้จึงยกมาเป็นตัวอย่าง ดังต่อไปนี้

1. พระมหากาลบรรลุนิรหัตต์เพราะดูศพไฟไหม้
2. พระยสกุลบุตรเจริญอสุภกัมมัฏฐานไว้ในชาติอดีตทำให้บรรลุนิรกรรมในชาติปัจจุบัน
3. พระเถระได้อสุภกัมมัฏฐานในร่างกายของหญิงบรรลุนิรกรรมเป็นพระอรหันต์

บทที่ 2

พรหมวิหาร 4

พรหมวิหาร 4 คือ ธรรมเครื่องอยู่ของพรหม ธรรมประจำใจอันประเสริฐ ธรรมประจำใจของผู้มีคุณความดียิ่งใหญ่ ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา

พรหมวิหาร 4	สัตว์ที่ใช้เป็นอารมณ์	ประหาร	ข้าศึกไกล	ข้าศึกใกล้
เมตตา	ปิยमानปัสตวบัญญัติ สัตว์อันเป็นที่รัก	โทสะ มุ้งร้าย	ราคะ	พยาบาท
กรุณา	ทุกขิตสตวบัญญัติ สัตว์ที่กำลังได้รับทุกข์	วิหิงสา เบียดเบียน	โทมนัส	วิหิงสา
มุทิตา	สุขิตสตวบัญญัติ สัตว์ที่กำลังมีความสุข	อิจฉา ริษยา	โสมนัส	อวด
อุเบกขา	มัชฌัตตสตวบัญญัติ สัตว์ที่ไม่ทุกข์ไม่สุข	อคติ ลำเอียง	ราคะปฏิฆะ	ปฏิฆะ

เมตตา

เมตตา คือ ความปรารถนาดี ควรรักใคร่ในสัตว์ทั้งหลาย เป็นธรรมชาติที่เกิดขึ้นในใจ มีสภาวะปราศจากความโกรธ แบ่งเป็น 2 ประเภทคือ

- เมตตาอโทสะ คือ เมตตาแท้ เป็นความปรารถนาดีต่อสัตว์ทั้งหลาย อย่างแท้จริงโดยไม่ยึดถือว่าผู้หนึ่งมีความสัมพันธ์กับเราอย่างไร

- ตัณหาเปมะ คือ เมตตาเทียม เป็นความปรารถนาดี เพราะมีความรักใคร่ยินดีชื่นชม ยึดถือว่าผู้หนึ่งผู้นี้เป็นผู้ที่เรารักใคร่

สัมสัมเมตตา คือ ความเมตตาขั้นสูงสุด ที่มีความเมตตาเสมอกันไม่ว่าจะเป็นคนที่เรารัก คนที่เราเฉย ๆ หรือแม้กระทั่งคนที่จ้องแค้นกับเรา

การบรรลุมาน จะบรรลู่ถึงทุกขนิมานและตติยนิมาน เป็นขั้นสุดท้าย แต่ไม่ถึงขั้นจตุตถนิมาน

กรุณา

กรุณา คือ ความห่วงใยเมื่อเห็นผู้อื่นมีทุกข์ คิดหาทางช่วยเหลือปลดเปลื้องจากทุกข์นั้น หรือความสงสารคิดจะช่วยให้พ้นทุกข์ มี 2 อย่างคือ

- กรุณาแท้ คือ แม้ว่าจะมีความสงสารหรือเคยช่วยเหลือแล้ว แต่ใจมีแต่ความแค้นขึ้น ผ่องใส

- **กรุณาเทียม** คือ เมื่อมีความสงสารหรือเคยช่วยเหลือผู้ได้รับความยากลำบาก ใจยอม เสร้าโศก เตือดร้อน ชุนมัว

การเจริญกรุณาถึงขั้นสี่มสัมภท

ผู้ปฏิบัติต้องทำกรุณาในบุคคล 4 จำพวก คือ ตนเอง คนที่รัก คนที่เป็นกลาง ๆ คนที่เป็น ศัตรู จนกระทั่งจิตมีความเสมอกัน

การบรรลุฌานโดยทำนองเดียวกันกับเมตตาภาวนาทุกประการ

มูทิตา

มูทิตา คือ ความพลอยยินดีรื่นเริงบันเทิงในความสุขของผู้อื่น มี 2 อย่างคือ

- **มูทิตาแท้** คือ แม้จะมีความรื่นเริงบันเทิงใจต่อสัตว์ที่มีสุขอยู่ หรือจะได้รับสุขต่อไป ข้างหน้าก็ดี จิตใจก็มิได้มีการยึดถือหรืออยากโอ้อวดต่อผู้อื่นแต่อย่างใด มีแต่ความเบิกบานแจ่มใส เป็นมหากุศลจิต

- **มูทิตาเทียม** คือ แม้มีความยินดีปรีดาก็จริง แต่ก็มีกรยึดถือ อยากได้ดีมีหน้ามีตาซ่อน อยู่ในจิต

การเจริญมูทิตาถึงขั้นสี่มสัมภท

ทำจิตให้เสมอกันในบุคคล 4 จำพวก คือ คนที่รักมาก คนเป็นกลาง ๆ คนคู่เวร และตนเอง การบรรลุฌานโดยทำนองเดียวกันกับเมตตาภาวนาทุกประการ

อุเบกขา

อุเบกขา คือ การมีใจวางเฉยในสัตว์ทั้งหลาย ไม่มีอาการของเมตตา กรุณา มูทิตา คือ ไม่น้อมไปในความปรารถนาดี ไม่น้อมไปในการบำบัดทุกข์ ไม่น้อมไปในการชื่นชมยินดีในความสุข ความเจริญของเหล่าสัตว์แต่อย่างใดทั้งสิ้น มีอยู่ 2 อย่าง คือ

- **อุเบกขาแท้** เป็นการวางเฉยด้วยอำนาจของภาวนาสมาธิ สามารถวางเฉยต่อบุคคลอันเป็นที่รักและคนคู่เวรที่มีสุขหรือมีความทุกข์ได้

- **อุเบกขาเทียม** เป็นการวางเฉยที่ปราศจากปัญญา เป็นไปด้วยอำนาจโมหะ เป็นอัญญา นุเบกขา

การเจริญอุเบกขาถึงขั้นสี่มสัมภท

เป็นการทำจิตให้เสมอกันในบุคคลเหล่านี้คือ คนเป็นกลาง ๆ คนที่รัก เพื่อนที่รักมาก คนเป็นคู่เวร และตัวเอง แล้วเจริญนิมิตนั้นให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ในไม่ช้าก็จะบรรลุถึงจตุตถฌานหรือ ปัญจฌาน

การเจริญอุเบกขาภาวนาเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย

ผู้เจริญอุเบกขาแท้จริงได้นั้นจะต้องเข้าถึง กายรูปพรหมเป็นอย่างน้อย แล้วเจริญให้ถึงปัญจฌมานอันประกอบด้วย อุเบกขาและเอกัคคตาแผ่ออกไป

บทที่ 3

อรุปกัมมัฏฐาน

อรุปกัมมัฏฐาน คือ การเอาอารมณ์ที่ไม่ใช่ “รูปฌาน” เป็นที่ตั้งแห่งการเจริญสมาธิ ผู้ที่เจริญอรุปกัมมัฏฐานได้ต้องเป็น รูปาวจรปัญจฌมานลาภี คือ บุคคลที่ได้ฌาน 5 มาแล้ว และมีวิสัภาวะ

วิสัภาวะ หรือความชำนาญในฌานมี 5 ประการ คือ

- | | |
|-----------------|--------------------------|
| 1. อาวัชชนวสี | ชำนาญในการระลึก |
| 2. สมาสัชนวสี | ชำนาญในการเข้าฌาน |
| 3. อธิษฐานวสี | ชำนาญในการกำหนดเวลาเข้า |
| 4. วุฏฐานวสี | ชำนาญในการกำหนดเวลาออก |
| 5. ปัจจเวกชนวสี | ชำนาญในการพิจารณาองค์ฌาน |

อรุปกัมมัฏฐานที่บุคคลเจริญนั้นมี 4 ประการ ได้แก่

- | | |
|--------------------|---|
| 1. อากาสปัญญุต | เป็นอรุปกัมมัฏฐานให้ถึง อากาสนัญญาตนฌาน |
| 2. อากาสนัญญาตนฌาน | เป็นอรุปกัมมัฏฐานให้ถึง วิญญาถัญญาตนฌาน |
| 3. วิญญาถัญญาตนฌาน | เป็นอรุปกัมมัฏฐานให้ถึง อากิญจัญญาตนฌาน |
| 4. อากิญจัญญาตนฌาน | เป็นอรุปกัมมัฏฐานให้ถึง เนวสัณญานาสัณญายตนฌาน |

การเจริญอรุปกัมมัฏฐานในวิชชาธรรมกาย

การเจริญอรุปกัมมัฏฐานได้ ต้องเข้าถึงกายอรุปรหมเสียก่อน แล้วอาศัยกายอรุปรหมนั้นเจริญอรุปกัมมัฏฐาน

ทั้งรูปฌานและอรุปรหมที่อยู่ในกายต่าง ๆ ถ้าใช้กายมนุษย์ กายทิพย์ กายพรหม กายอรุปรหม เข้าฌาน เรียกว่า โลกียฌาน ผลที่ได้คืออภิญญา 5 ได้แก่ ตาทิพย์ หูทิพย์ ระลึกชาติได้ รู้วาระจิต ทำฤทธิ์ได้หลายอย่างและอยู่ในภูมิของสมณะ

บทที่ 4

อาหาเรปฏิกูลสัญญา

อาหาร หมายถึง สิ่งที่น่าผลมาให้แก่ตน เป็นคำบ่งถึงการดำรงชีพของสัตว์ทั้งหลาย พระพุทธองค์ตรัสไว้มี 4 อย่างคือ

1. กวฬิงการอาหาร อาหาร คือ คำข้าว ใต้แก่ อาหารที่เราบริโภคทุกมื้อทุกวัน
2. ผัสสาหาร อาหาร คือ ผัสสะหรือสัมผัสต่าง ๆ ที่กระทบอายตนะ 6
3. มโนสัญเจตนาหาร อาหาร คือ ความนึกคิดทางใจ
4. วิญญาณาหาร อาหาร คือ วิญญาณเป็นปัจจัยหล่อเลี้ยงให้เกิดนามรูป

ปฏิกูลสัญญา หมายถึง การกำหนดหมายว่าเป็นสิ่งปฏิกูล

อาหาเรปฏิกูลสัญญา หมายถึง การพิจารณาความเป็นปฏิกูลในอาหาร เป็นกัมมัญฐานที่มีความละเอียดลึกซึ้ง ต้องใช้ปัญญาในการพิจารณา ดังนั้นจึงเหมาะกับคน พุทธิจริต

วิธีการเจริญอาหาเรปฏิกูลสัญญา โดยพิจารณาดังนี้

1. คมนโต : (เป็นปฏิกูล) โดยการไปสู่สถานที่ที่มีอาหาร
2. ปรีเยสนโต : โดยการแสวงหา
3. ปริโภคโต : โดยการบริโภค
4. อายาสโต : โดยที่อยู่
5. นิธานโต : โดยเป็นที่หมักหมม รวมกัน
6. อปริปกุกโต : โดยยังไม่ย่อย
7. ปริปกุกโต : โดยย่อยแล้ว
8. ผลโต : โดยผลที่สำเร็จ
9. นิสุสนทโต : โดยการหลั่งไหล
10. สมมกขนโต : โดยความแปดเปื้อน

การเจริญอาหาเรปฏิกูลสัญญาเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคอธิบายว่า จะบรรลุได้เพียง “อุปะจารสมาธิ” เท่านั้น แต่ในวิชาธรรมกายอธิบายว่า เมื่อจิตสงบเป็นอุปะจารสมาธิแล้วให้เราน้อมเอาอาหารใหม่หรืออาหารเก่ามาเป็น “บริกรรมนิมิต” ที่ศูนย์กลางกายจนภาพติดแน่นเป็น “อุคคหนิมิต” จนกลั่นตัวใสเป็น “ปฏิภาคนิมิต” จนจิตรวมเป็นหนึ่งตกศูนย์เข้าถึง “ดวงปฐมมรรค” ที่แท้จริงเป็นอัปปนาสมาธิได้

บทที่ 5

จตุธาตुวัตถาน

จตุธาตुวัตถาน คือ การพิจารณา ธาตุทั้ง 4 (ดิน น้ำ ลม ไฟ) ที่ปรากฏในร่างกาย จนกระทั่งเห็นเป็นแค่เพียงกองแห่งธาตุโดยปราศจากความจำว่าเป็นหญิง ชาย เรา เขา สัตว์ บุคคล

ผู้เจริญจะต้องทำการพิจารณาธาตุ 4 ที่มีอยู่ภายในตน ได้แก่

1. ปฐวีธาตุ : มีลักษณะเป็นก้อนเป็นแท่ง เช่น ผม ขน เล็บ เอ็น กระดูก มี 20
2. อาโปธาตุ : มีลักษณะเหลวและไหลได้ เช่น ดี เลือด เหงื่อ มันทัน มี 12
3. เตโชธาตุ : คือไออุ่นในร่างกาย มี 4
4. วาโยธาตุ : คือลมที่อยู่ในร่างกาย มี 6

วิธีการเจริญกัมมัฏฐาน

1. วิธีพิจารณาโดยย่อ ในมหาสติปัฏฐานสูตร พระพุทธองค์ทรงอุปมาเหมือนคนฆ่าโค ขาย เมื่อฆ่าเสร็จแล้วย่อมต้องเชือดชำแหละแยกส่วนต่าง ๆ ของร่างกายโคเอาไว้เป็นนอย่าง ๆ

2. วิธีพิจารณาโดยพิสดาร มีดังนี้

- พิจารณาโดยสัมภารสังเขป คือ พิจารณาโกฏฐาสทั้งหลายเข้าเป็นหมู่ ๆ ตามอาการของธาตุนั้น ๆ
- พิจารณาโดยสัมภารวิภัติ คือ พิจารณาจำแนกโกฏฐาสแห่งธาตุนั้นออก กำหนดอาการไปที่ละอย่าง
- พิจารณาโดยสลักขณสังเขป คือ พิจารณาโกฏฐาสทั้งหลายเข้าเป็นหมู่ ๆ ตามลักษณะของธาตุนั้น
- พิจารณาโดยสลักขณวิภัติ คือ พิจารณาจำแนกโกฏฐาสแห่งธาตุนั้น ๆ ออก โดยกำหนดลักษณะไปที่ละอย่าง

การเจริญจตุธาตुวัตถานเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย

คัมภีร์วิสุทธิมรรค บรรลุได้เพียงอุปจารสมาธิ

ส่วนในวิชาธรรมกาย เมื่อใจสงบเป็นอุปจารสมาธิแล้ว จากนั้นก็ทำใจนิ่ง ๆ ไว้ที่ ศูนย์กลางกายเท่านั้น จนใจรวมหยุดนิ่งถูกส่วนตกศูนย์เข้าถึง ดวงปฐมมรรค แล้วเข้าถึง พระธรรมกายในที่สุด

MD 408

สมาธิ 8 :

วิปัสสนากัมมัฏฐาน

บทที่ 1

ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับวิปัสสนา

หลักการปฏิบัติสมถะ

ลักษณะของใจ พระมงคลเทพมุนีท่านอธิบายลักษณะของใจ คือ เห็น จำ คิด รู้ และบอก ที่อยู่ของใจไว้ว่าอยู่ที่เบาะน้ำเลี้ยงหัวใจ ซึ่งอธิบายเพิ่มเติมดังนี้

	<p>ความสำคัญของศูนย์กลางกาย</p> <p>ฐานที่ 1 : เป็นทางเข้าออกของกายสังขาร คือ ลมหายใจ</p> <p>ฐานที่ 2 : เป็นศูนย์รวมของการได้กลิ่น</p> <p>ฐานที่ 3 : เป็นศูนย์รวมของการเห็น</p> <p>ฐานที่ 4 : เป็นศูนย์รวมของการได้ยิน</p> <p>ฐานที่ 5 : เป็นศูนย์รวมของการรับรส</p> <p>ฐานที่ 6 : เป็นศูนย์รวมของสัมผัส</p> <p>ฐานที่ 7 : เป็นศูนย์รวมของใจ</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ดวงเห็น อยู่ท่ามกลางกาย คือ อยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 - ดวงจำ อยู่ที่กลางเนื้อหัวใจซ้อนอยู่กับดวงจิต - ดวงคิด อยู่ท่ามกลางดวงจิต ลอยอยู่ท่ามกลางเบาะน้ำเลี้ยงหัวใจ - ดวงรู้ อยู่ท่ามกลางดวงวิญญาณ 	

หลักการเจริญวิปัสสนา

วิปัสสนา หมายถึง ความเห็นอันวิเศษ

ภูมิของวิปัสสนา คือ พื้นเพของวิปัสสนากาวานา มี 6 อย่างได้แก่

1. ชั้นธ 5 คือ กองธ 5
2. อายตนะ 12 คือ สะพานเครื่องเชื่อมต่อให้เกิดความรู้ มี 12
3. ธาตุ 18 คือ สิ่งที่ทรงสภาพของตน มี 18
4. อินทรีย์ 22 คือ ความเป็นใหญ่ มี 22
5. อริยสัจ 4 คือ ความจริงอันประเสริฐ มี 4
6. ปฏิจจสมุปบาท 12 คือ ความประชุมพร้อมด้วยเหตุผลมี 12

ชีวิตคือรูปนาม สามารถแบ่งแยกชีวิตออกได้เป็น 2 ระดับคือ

1. สมมติสัจจะ ความจริงโดยสมมติ เป็นความจริงที่ผู้คนในสังคมใดสังคมหนึ่งบัญญัติสมมติ แต่งตั้ง วางกำหนดกฎเกณฑ์ เป็นของไม่คงที่ เปลี่ยนแปลงได้ เพื่อสื่อความหมายให้เข้าใจตรงกัน

2. ปรมัตถสัจจะ ความจริงโดยแท้ เป็นธรรมชาติที่มีอยู่จริงตามสภาวะลักษณะ ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นได้ แบ่งออกเป็น 2 ระดับคือ

- สภาวะสัจจะ เป็นความจริงแท้ ตามสภาวะของสรรพสิ่งต่าง ๆ นั้น ทั้งเป็นฝ่ายรูปธรรมและนามธรรม

- อริยสัจจะ คือ ธรรมที่เป็นจริงสำหรับพระอริยบุคคลโดยเฉพาะ ได้แก่ อริยสัจ 4

บทที่ 2

กิเลส

กิเลส คือ ธรรมเป็นเครื่องเศร้าหมอง ได้แก่ โลก โกรธ หลง แบ่งเป็น 9 หมวด 55 ประเภท

อาการของโรคทางกายมี 7 อย่างคือ เจ็บ ปวด แสบ ร้อน เย็น คับ ซา

อาการของโรคทางจิตมี 3 อย่างคือ หิว (โลภะ) ร้อน (โทสะ) มีด (โมหะ)

อาสวะ 4	โอฆะ 4	โยคะ 4
<p>กิเลสหมักดองอยู่ในกระแสจิต ทำให้วิภวัญจะทุกข์ยาวนานไม่มีกำหนด</p> <p>1. กามาสวะ : ตัดใจแสวงหากามคุณ 5</p> <p>2. ภวาสวะ : ชอบใจยินดีในอรรถภาพของตน</p> <p>3. ทิฏฐาสวะ : ตัดใจในความเห็นผิด</p> <p>4. อวิชชาสวะ : จมอยู่ในความไม่รู้</p>	<p>กิเลสเหมือนห้วงน้ำ ท่วมทับสัตว์ทั้งหลายให้จมลงในวิภวัญสงสาร ไม่ให้ไผ่ล้นพ้น</p> <p>1. กาโมฆะ : ห้วงแห่งกาม</p> <p>2. ภโวฆะ : ห้วงแห่งภพ</p> <p>3. ทิฏฐโฆฆะ : ห้วงแห่งความเห็นผิด</p> <p>4. อวิชโฆฆะ : ห้วงแห่งความหลง</p>	<p>เครื่องประกอบเหล่าสัตว์เข้าในวิภวัญ ไม่ให้หลุดพ้นไปได้</p> <p>1. กามโยคะ : ตรึงติดกับกามคุณ</p> <p>2. ภวโยคะ : ตรึงติดกับความยินดีในภพ</p> <p>3. ทิฏฐิโยคะ : ตรึงติดกับความเห็นผิด</p> <p>4. อวิชชาโยคะ : ตรึงติดกับความหลง</p>

<p style="text-align: center;">คันธ์ะ 4</p> <p>เครื่องร้อยรัดผูกมัดเป็นปมระหว่างจุดกับปฏิสนธิให้เกิดติดต่อกันไปเรื่อยๆ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. อภิขฌากายคันธ์ะ : ผูกมัดกับความยินดีชอบใจ อยากรได้ 2. พยาบาทกายคันธ์ะ : ผูกมัดกับความโกรธคิดปองร้าย 3. สีสัพพตปรามาสกายคันธ์ะ : ผูกมัดกับความชอบใจเมื่อทำชั่ว 4. อิทังสัจจากิณิเวสกายคันธ์ะ : ผูกมัดให้ชอบทำชั่วอย่างรุนแรง 	<p style="text-align: center;">อุปาทาน 4</p> <p>เครื่องยึดมั่นในอารมณ์ของตน ไม่ยอมปล่อยให้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. กามอุปาทาน : ความยึดมั่นในวัตถุทุกามทั้ง 6 2. ทิฏฐอุปาทาน : ความยึดมั่นในความเห็นผิด 3. สีสัพพตอุปาทาน : ความยึดมั่นในการปฏิบัติที่ผิด 4. อัตตวาอุปาทาน : ความยึดมั่นในขั้นที่ 5 ว่าเป็นของตน
<p style="text-align: center;">ทิวรณะ 6</p> <p>ธรรมที่เป็นเครื่องห้ามหรือกั้นความดี</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. กามฉันททิวรณะ : ขัดขวางไว้เพราะชอบใจอยากได้ในกามคุณ 2. พยาบาททิวรณะ : ขัดขวางไว้เพราะความไม่ชอบใจในอารมณ์ 3. ถีนมิตทิวรณะ : ขัดขวางไว้เพราะความหดหู่ท้อถอยในอารมณ์ 4. อุทธัจจกุกกุกจทิวรณะ : ขัดขวางไว้เพราะความฟุ้งซ่านรำคาญใจ 5. วิจิกิจฉานทิวรณะ : ขัดขวางไว้เพราะความลังเลสงสัย 6. อวิชชานทิวรณะ : ขัดขวางไว้เพราะความลังเลสงสัย 	<p style="text-align: center;">อนุสัย 7</p> <p>กิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในขั้นสันดานของสัตว์ทั้งหลาย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. กามราคานุสัย : สันดานที่ชอบใจในกามคุณอารมณ์ 2. ภวราคานุสัย : สันดานที่ชอบใจในอัตภาพของตน 3. ปฏิฆานุสัย : สันดานที่โกรธเคือง ไม่ชอบใจในอารมณ์ 4. มานานุสัย : สันดานที่ทะนงตน ถือตัว ไม่ยอมลงแก่ใคร 5. ทิฏฐานุสัย : สันดานที่มีความเห็นผิด 6. วิจิกิจฉานุสัย : สันดานที่มีลังเลและสงสัยไม่แน่ใจ 7. อวิชชานุสัย : สันดานที่มีความลุ่มหลงมัวเมา ไม่รู้ความจริง
<p style="text-align: center;">สังโยชน์ 10</p> <p>เครื่องผูกสัตว์ทั้งหลายไม่ให้ออกไปจากวัฏทุกข์ได้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. กามราคสังโยชน์ : ผูกสัตว์ไว้โดยอาการที่ติดในกามคุณอารมณ์ 	<p style="text-align: center;">กิเลส 10</p> <p>ธรรมที่ทำให้เศร้าหมองและเร่าร้อน</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. โลกกิเลส : เศร้าหมองเพราะชอบใจในอารมณ์ 6

<p>2. รูปร่างลักษณะ : ผูกสัตว์ไว้โดยอาการที่ติดในรูปภาพ</p> <p>3. อรูปร่างลักษณะ : ผูกสัตว์ไว้โดยอาการที่ติดในอรูปร่าง</p> <p>4. ปฏิษัณลักษณะ : ผูกสัตว์ไว้โดยอาการที่โกรธ</p> <p>5. มานลักษณะ : ผูกสัตว์ไว้โดยอาการเยอหยิ่งถือตัว</p> <p>6. ทิฏฐิลักษณะ : ผูกสัตว์ไว้โดยอาการเห็นผิด</p> <p>7. สิลัปปตปราคาสลักษณะ : ผูกสัตว์ไว้โดยอาการที่ปฏิบัติผิด</p> <p>8. วิจิกจฉาลักษณะ : ผูกสัตว์ไว้โดยอาการที่สงสัยลังเลในสิ่งที่ควรเชื่อ</p> <p>9. อุทัจฉลักษณะ : ผูกสัตว์ไว้โดยอาการที่ฟุ้งซ่าน</p> <p>10. อวิชชาลักษณะ : ผูกสัตว์ไว้โดยอาการที่หลงใหลไม่รู้จักความจริง</p>	<p>2. โทสกิเลส : เศร้าหมองเพราะไม่ชอบใจในอารมณ์ 6</p> <p>3. โมหกิเลส : เศร้าหมองเพราะความมัวเมาลุ่มหลง</p> <p>4. มานกิเลส : เศร้าหมองเพราะความทะนงถือตัว</p> <p>5. ทิฏฐิกิเลส : เศร้าหมองเพราะความเห็นผิด</p> <p>6. วิจิกจฉากิเลส : เศร้าหมองเพราะความลังเลสงสัย</p> <p>7. ถีนกิเลส : เศร้าหมองเพราะเหตุที่ถ้อยจากความเพียร</p> <p>8. อุทัจฉกิเลส : เศร้าหมองเพราะเกิดฟุ้งซ่านในอารมณ์</p> <p>9. อหิริกกิเลส : เศร้าหมองเพราะไม่ละอายในการทำบาป</p> <p>10. อนัตตตปปกิเลส : เศร้าหมองเพราะไม่เกรงกลัวผลบาป</p>
---	---

ระดับของกิเลส

อนุสัยกิเลส นองอยู่ในขั้นธันดาน ไม่ปรากฏ
 ปริยฐานกิเลส ปรากฏขึ้นทางใจ
 วิติกมมกิเลส มีกำลังแรงมาก ล่วงออกมาทางกายวาจา

ตระกูลของกิเลส

ตระกูล	รติ	อิจฉา	มหิจฉา	ปาปิฉฉา	โลภะ	อภิชฌา	อภิชฌา
โลภะ	ความ ชอบใจ	ความ ต้องการ	ความ มักมาก	ความ อยากได้ โดยวิธี สกปรก	ความ อยากได้ โดยวิธี ทุจริต	ความ เพ่งเล็ง ทรัพย์ ผู้อื่น	วิสมโลภะ โลภอย่างแรง จนแสดงออก มา
ตระกูล โทสะ	อหริ ความไม่ชอบ		ปฏิฆะ ความ ขัดใจ	โกรธะ ความโกรธ เดือดดาล		โทสะ ความคิด ประทุษร้าย	พยาบาท ผูกแหว จองแหว
ตระกูล โมหะ	อวิชชา ความไม่รู้ในความจริงของชีวิต			โมหะ ความหลงผิด ไม่รู้ตัว		มิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิดจากความจริง	

กิเลสในกายต่าง ๆ			
ในกายอรุปรพรม	ในกายรูปพรหม	ในกายทิพย์	ในกายมนุษย์
กามราคานุสัย	ราคะ	โลภะ	อภิชฌา
ปฏิฆานุสัย	โทสะ	โทสะ	พยาบาท
อวิชชานุสัย	โมหะ	โมหะ	มิจฉาทิฏฐิ

บทที่ 3 กรรม – วิบาก

กรรม หมายถึง การกระทำที่ประกอบด้วยเจตนา

“เจตนาหิ ภิกขเว กम्मํ วทามิ เจตยิตฺวา กम्मํ กโรติ กาเยน วาจาเยน มนสาติ...”

“ภิกษุทั้งหลาย เจตนาอันเอง เราเรียกว่า กรรม บุคคลจงใจแล้ว จึงทำด้วยกาย วาจา ใจ”

อ้างอิงจาก อภิธรรมปิฎก กถาวัตถุ, สยามรัฐ เล่มที่ 37 ข้อ 1281 หน้า 422.

กรรมแบ่งตามประเภท

ตามความหนักเบา	ให้ผลตามกาล	ให้ผลตามหน้าที่
<ol style="list-style-type: none"> 1. ครุกรรม – กรรมหนัก 2. อาจิณณกรรม - กรรมเสพคุ่น 3. อาสันนกรรม - กรรมใกล้ตาย 4. กตัตตากรรม - กรรมสักแต่ทำ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทิฏฐธรรมเวทนียกรรม - ให้ผลในชาตินี้ 2. อุปปัชชเวทนียกรรม - ให้ผลในชาติหน้า 3. อปรปรียายเวทนียกรรม - ให้ผลในชาติต่อ ๆ ไป 4. อโหสิกรรม - กรรมเล็กให้ผล 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ชนกกรรม - กรรมนำไปเกิด 2. อุปัตถัมภกกรรม - กรรมสนับสนุน 3. อุปปีฬกกรรม - กรรมบีบคั้น 4. อุปฆาตกรรม - กรรมตัดรอน

ความหมายของวิบาก

หมายถึง ผลที่เกิดขึ้น ผลของกรรม

ลักษณะการให้ผลของกรรม

1. กรรมดำ มีวิบากดำ
2. กรรมขาว มีวิบากขาว
3. กรรมทั้งดำทั้งขาว มีวิบากทั้งดำทั้งขาว
4. กรรมไม่ดำไม่ขาว มีวิบากไม่ดำไม่ขาว

การหยุดให้ผลของกรรม

1. หมดแรง คือ ให้ผลจนสมควรแก่เหตุแล้ว
2. มีกรรมอื่นเข้ามาแทรก
3. ผู้ทำกรรมได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์

บทที่ 4 ภพภูมิ

ภพภูมิ คือ โลกหรือสถานที่ที่เป็นที่อยู่ของสรรพสัตว์ผู้ที่ยังไม่เข้าสู่นิพพานมีอยู่ 31 ภูมิ คือ อบายภูมิ 4 กามสุคติภูมิ 7 รูปภูมิ 16 อรูปภูมิ 4

ลักษณะของภพภูมิในทางพระพุทธศาสนา

จักรวาลหลาย ๆ จักรวาลที่มารวมตัวกัน พระพุทธองค์ตรัสเรียกว่า โลกธาตุโดยในจุฬนีสสูตร ได้กล่าวถึงลักษณะของจักรวาล 3 อย่างคือ

1. โลกธาตุมีขนาดเล็ก เรียกว่า สหัสสิจุพนิกาโลกธาตุ มี 1,000 จักรวาล
2. โลกธาตุขนาดกลาง เรียกว่า ทวิสหัสสิมัชฌิมิกาโลกธาตุ มี 1,000,000 จักรวาล
3. โลกธาตุขนาดใหญ่ เรียกว่า ดิสหัสสิมหาสหัสสิโลกธาตุ มี แสนโกฏิ หรือล้านล้าน

จักรวาล

ในทางพระพุทธศาสนาได้พูดถึงโครงสร้างจักรวาลว่า ทุก ๆ จักรวาลประกอบด้วยไตรภพ คือ กามภพ รูปภพ อรูปภพ เหมือนกัน

บทที่ 5

ขั้นที่ 5

ขั้นที่ 5 คือ กองแห่งรูปธรรมและนามธรรม 5 หมวด ประกอบด้วยรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ที่ประชุมกันเข้าเป็นหน่วยรวม

ธรรมชาติของขั้นที่ 5 ได้แก่

1. มีการเกิด – ดับ อยู่ตลอดเวลา
2. มีสภาพเป็นไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

องค์ประกอบของขั้นที่ 5

1. **รูปขั้นที่ 5** คือ กองแห่งธรรมชาติที่ต้องแตกสลายไปด้วยเหตุต่าง ๆ มีหนาวและร้อน เป็นต้น รูปหรือร่างกายมีส่วนประกอบสำคัญ 2 อย่างคือ

- **มหาภูตรูป 4** แปลว่า รูปที่เป็นใหญ่ปรากฏชัดเจน ได้แก่ ชาติดิน ชาติน้ำ ชาติไฟ ชาติลม

- **อุปาทายรูป** หมายถึง รูปที่อาศัยมหาภูตรูปเกิด (คุณสมบัติที่มีอยู่ในรูป) ถ้าไม่มีมหาภูตรูป อุปาทายรูปก็มีไม่ได้

2. **เวทนาขั้นที่ 5** หมายถึง การเสวยอารมณ์ การรับอารมณ์ การรู้อารมณ์ แบ่งออกเป็น 3 อย่างคือ สุขเวทนา (ความรู้สึกสุข) ทุกขเวทนา (ความรู้สึกทุกข์) อทุกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกไม่สุขไม่ทุกข์)

3. **สัญญาขั้นที่ 5** หมายถึง ความจำได้หมายรู้ คือ จำรูป จำเสียง จำกลิ่น จำรส จำสัมผัส เกิดจากการทำงานของใจบันทึกภาพไว้

4. **สังขารขั้นที่ 5** หมายถึง ความคิดปรุงแต่งจิตให้คิดไปในเรื่องราวต่าง ๆ ซึ่งแบ่งเป็น 3 ประเภทคือ ความคิดดี(กุศลสังขาร) ความคิดชั่ว(อกุศลสังขาร) ความคิดไม่ดีไม่ชั่ว เป็นกลาง ๆ (อัพยกตสังขาร)

5. **วิญญาณขั้นที่ 5** หมายถึง ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ ความรู้แจ้งอารมณ์ ความรับรู้เรื่องราวต่าง ๆ คือ ความรู้แจ้งทวารทั้ง 6

ประเภทของขั้นที่ 5

1. **ขั้นที่ 5 ที่ประกอบด้วยอุปาทาน** ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ที่แท้จริง เป็นขั้นของปุถุชน หรือแม้พระอริยเจ้าที่ยังไม่หมดกิเลส ก็ยังมีอุปาทานขั้นนี้อยู่ แต่เบาบางมาก มี 4 อย่างคือ

- กามอุปาทาน ธรรมชาติที่ยึดมั่นอยู่ในกามคุณ 5 คือ กามตัณหา
- ทิฏฐอุปาทาน ธรรมชาติที่ยึดมั่นอยู่ในทิฏฐิ คือ ความเห็นผิด

- สีสัพัตตูปาทาน ธรรมชาติที่ยึดมั่นอยู่ในการปฏิบัติผิด
- อัตตวาทุปปาทาน ธรรมชาติที่ยึดมั่นอยู่ในรูปนามขั้น 5 ว่าเป็นตัวเป็นตน

2. ขั้น 5 ที่ไม่ประกอบด้วยอุปาทาน เป็นของพระอรหันต์เท่านั้น

ขั้น 5 ตามทัศนะของพระมงคลเทพมุนี

พระมงคลเทพมุนีสอนให้เห็นว่าขั้น 5 ไม่ว่าจะเป็นของมนุษย์ เทวดา หรือภพภูมิอื่น ๆ ต่างเป็น ภาวะหวั่นไหว ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เพราะฉะนั้นท่านจึงสอนให้ปล่อยวางขั้น 5 และกลับขั้น 5 ให้สะอาดบริสุทธิ์ จนกระทั่งบรรลุนิพพานเป็นพระอรหันต์

บทที่ 6

อายตนะ 12

มีความหมาย 3 นัยคือ

1. ธรรมที่มีสภาพคล้ายกับว่ามีความพยายามเพื่อยังผลของตนให้เกิดขึ้น
2. ธรรมที่ทำให้จิตใจและเจตสิกให้กว้างขวางเจริญขึ้น
3. อวัยวะที่ต่อระหว่างจิตกับอารมณ์

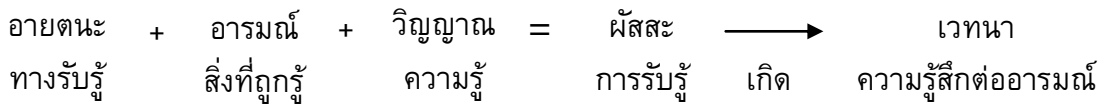
คุณสมบัติสำคัญ

1. อายตนะภายใน เป็นที่เกิดแห่งวิถิจิตอยู่เสมอ
2. อายตนะภายใน เป็นที่อยู่ของวิถิจิต
3. อายตนะภายใน เกิดขึ้นอยู่ในสัตว์ทั่วไป
4. อายตนะภายนอก เป็นที่ประชุมของวิถิจิตทั้งหลาย
5. อายตนะทั้งภายในและภายนอกนี้ เป็นเหตุให้วิถิจิตเกิด

ประเภทของอายตนะ

ภายใน	ภายนอก
ประสาทตา	รูปอายตนะ - รูป
ประสาทหู	สีททายตนะ - เสียง
ประสาทจมูก	คันธทายตนะ - กลิ่น
ประสาทลิ้น	รสทายตนะ - รส
ประสาทกาย	โผฏฐัพพทายตนะ - สัมผัส
รูปเป็นปัจจัย	ธัมมทายตนะ - สิ่งที่ได้ยินมา

กระบวนการรับรู้



อายตนะ 12 ตามทัศนะของพระมงคลเทพมุนี

ท่านให้ความหมายไว้ว่า **ตั้งจุด** หรือ **บ่อเกิด** ดังนี้

“บ่อเกิดของตาตั้งจุดรูป บ่อเกิดของหูตั้งจุดเสียง บ่อเกิดของจมูกตั้งจุดกลิ่น บ่อเกิดของลิ้นตั้งจุดรส บ่อเกิดของกายตั้งจุดสัมผัส บ่อเกิดของใจตั้งจุดธรรมารมณ์ ”

ท่านขยายความคำว่าอายตนะออกไปอีกว่า อายตนะ มีอยู่ 2 แบบ คือ

1. โลกายตนะ เป็นอายตนะในภพ 3 โลกันต์ที่ตั้งจุดสรรพสัตว์ไปตามภพภูมิต่าง ๆ ตามอำนาจของบุญและบาป
2. ธรรมายตนะ คือ อายตนะนิพพานที่ตั้งจุดสรรพสัตว์ที่หมดกิเลส

บทที่ 7

ธาตุ 18

ความหมาย

ธาตุ คือ สภาวะที่ทรงลักษณะเฉพาะของตนเอาไว้ เป็นสิ่งที่เป็มูลเดิมของสัตว์ และสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย มี 18 ประการ ธาตุทั้ง 18 นี้ ไม่มีการเปลี่ยนแปลง ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ชีวะ เป็นสภาวะแท้ ๆ

ตารางธาตุทั้ง 18

ธาตุกระทบ	ธาตุรับ	ธาตุรู้
อายตนะภายนอก 6	อายตนะภายใน 6	เกิดการกระทบของอวัยวะภายนอกกับอายตนะภายใน
รูปธาตุ	จักขุธาตุ	จักขุวิญญาณธาตุ
สีทธาตุ	โสตธาตุ	โสตวิญญาณธาตุ
คันธธาตุ	ฆานะธาตุ	ฆานวิญญาณธาตุ
รสธาตุ	ชีวหาธาตุ	ชีวหาวิญญาณธาตุ
โผฏฐัพพธาตุ	กายธาตุ	กายวิญญาณธาตุ
สัมผัสธาตุ	มโนธาตุ	มโนวิญญาณธาตุ

บทที่ 8
อินทรี 22

อินทรี 22 คือ ธรรมชาติที่เป็นใหญ่ในหน้าที่ของตน ๆ สิ่งอื่น ๆ จะทำหน้าที่แทนไม่ได้

หมวด	อินทรี 22	ผู้เป็นใหญ่ใน	องค์ธรรม	หน้าที่
หมวด อายตนะ	จักขุอินทรี	การเห็น	จักขุประสาท	รับสี
	โสตอินทรี	การได้ยิน	โสตประสาท	รับเสียง
	ฆานินทรี	การรู้กลิ่น	ฆานประสาท	รับกลิ่น
	ชีวหินทรี	การรู้รส	ชีวหาประสาท	รับรส
	กายอินทรี	การสัมผัส	กายประสาท	รับสัมผัส
	มโนอินทรี	การรับอารมณ์	จิตทั้งหมด	รู้อารมณ์
หมวด ภาวะ	อิตถินทรี	ความเป็นหญิง	อิตถิภาวะรูป	ทรงไว้ลักษณะกิริยาอาการหญิง
	ปุริสินทรี	ความเป็นชาย	ปุริสภาวะรูป	ทรงไว้ลักษณะกิริยาอาการชาย
	ชีวิตินทรี	การรักษารูปและนาม	ชีวิตรูปและชีวิตินทรีเจตสิก	รักษารูปและนาม
หมวด เวทนา	สุขินทรี	การเสวยความสุขกาย	เวทนา – สุขสหคตกายวิญญูณจิต 1	สบายกาย
	ทุกขินทรี	การเสวยความทุกข์กาย	เวทนา – ทุกสหคตกายวิญญูณจิต 1	ทุกข์กาย
	โสมนัสสินทรี	การเสวยความสุขใจ	เวทนา – โสมนัสสหคตจิต 62	ดีใจ
	โทมมัสสินทรี	การเสวยความทุกข์ใจ	เวทนา – โทสมูลจิต 2	เสียใจ
	อุเบกขินทรี	การเสวยอารมณ์ที่เป็นกลาง	เวทนา – อุเบกขาสหคตจิต	วางเฉย

หมวด พระ	สัทธินทรีย์	ความเชื่อ	เวทนา – โสภณจิต 91	เลื่อมใสในสิ่งที่ควร
	วิริยินทรีย์	ความเพียร	วิริยะ – วิริยสัมปยุตตจิต 105	ความเพียร
	สตินทรีย์	การระลึกรวบรวม	สติ – โสภณจิต 91	ความระลึกได้
	สมาธินทรีย์	การตั้งมั่นแห่งจิต	เอกัคคตา – จิต 72	ตั้งมั่นแน่วแน่
	ปัญญินทรีย์	การรู้ตามความเป็นจริง	ปัญญา – ญาณสัมปยุตตจิต 105	รู้ไตรลักษณ์
หมวด โลกุตตระ	อนัญญัตถัญญัสสามิตินทรีย์	การรู้แจ้งอริยสัจ 4 ที่ตนไม่เคยรู้	ปัญญา - โสดาปัตติมรรคจิต	รู้นิพพานตัดอกุศล 5
	อัญญินทรีย์	การรู้แจ้งอริยสัจ 4 ที่ตนรู้	ปัญญา - โสดาปัตติมรรคหัตตมรรค	รู้นิพพานตัดอกุศลไปในลำดับญาณ ปัญญาเจตสิก
	อัญญาตาวินทรีย์	การรู้แจ้งอริยสัจ 4 สิ้นสุดแล้ว	ปัญญา – อรหัตตผล	รู้นิพพานตัดอกุศลทั้ง 12 ชนิดโดยสิ้นเชิง

บทที่ 9 อริยสัจ 4

อริยสัจ 4 คือ ความจริงอันประเสริฐ ความจริงของพระอริยะ ความจริงที่ทำให้บุคคลผู้เข้าถึงให้เป็นอริยบุคคล ความจริงอันทำให้บุคคลผู้ปฏิบัติตามห่างไกลจากข้าศึก

องค์แห่งอริยสัจ

1. ทุกขอริยสัจ

ชาติทุกข์ : ความเกิดเป็นทุกข์

ชราทุกข์ : ความแก่เป็นทุกข์

มรณทุกข์ : ความตายเป็นทุกข์

โสภทุกข์ : ความโศกเป็นทุกข์

ปริเทวทุกข์ : ความคร่ำครวญรำพันเป็นทุกข์

ทุกข์ : ความทุกข์กาย เป็นความทุกข์ที่ทำให้จิตใจสลดหดหู่

โทมนัสทุกข์ : ความทุกข์ใจ

อุปายาสทุกข์ : ความคับแค้นใจที่เกิดขึ้นจากภยภีติ

อัปปิเยหิ สัมปโยคทุกข์ : ความต้องประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก

ปิเยหิ วิปโยคทุกข์ : ความต้องพลัดพรากกับสิ่งอันเป็นที่รัก

ยัมปิจฉัง น ลภติทุกข์ : ความปรารถนาสิ่งใดแล้ว ไม่ได้สิ่งนั้นสมปรารถนา

2. สมุทัยอริยสัจ คือ การเกิดขึ้นของทุกข์ มาจากตัณหา

ตัณหา คือ ความดิ้นรนทะยานอยาก

กามตัณหา : อยากได้ออยากมีในกามคุณ

ภวตัณหา : อยากเป็น

วิภวตัณหา : ไม่อยากเป็น

3. นิโรธอริยสัจ คือ ความดับทุกข์ เพราะความสิ้นไปของตัณหา ความหมายเดียวกับคำว่า นิพพาน

ตทังคนิโรธ : ความดับกิเลสได้ชั่วคราว

วิกขัมภนนิโรธ : ดับหรือข่มกิเลสด้วยกำลังญาณ

สมุทเจตนนิโรธ : ความดับกิเลสอย่างเด็ดขาดด้วยกำลังแห่งอริยมรรค

ปฏิบัติสัสสัทธินิโรธ : ความดับกิเลสอย่างสงบไม่ต้องชวนชววยเพื่อการดับอีก

นิสสรณนิโรธ : ภาวะแห่งการดับกิเลสได้ยั่งยืนตลอดไปถาวร

4. มรรคอริยสัจ ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ คือ มัชฌิมาปฏิปทา ประกอบด้วยองค์ 8

สัมมาทิฐิ : ความเห็นถูกต้องตามความจริง

สัมมาสังกัปปะ : ความดำริชอบ ได้แก่

- เนกขัมมสังกัปปะ : ดำริที่จะปลีกตัวออกมาจากอารมณ์ยั่วชวนต่าง ๆ
- อภัยปาทสังกัปปะ : ดำริในการไม่พยายาท
- อวิหิงสาสังกัปปะ : ดำริในความไม่เบียดเบียน

สัมมาสติ : สติชอบ ระลึกชอบ ได้แก่

- กายานุปัสสนา : พิจารณากาย
- เวทนานุปัสสนา : พิจารณาเวทนา ว่าสุข ทุกข์ หรือไม่สุขไม่ทุกข์
- จิตตานุปัสสนา : พิจารณาจิตว่ามี ราคะ โทสะ โมหะหรือไม่
- ธัมมานุปัสสนา : พิจารณาธรรมทั้งที่เป็นกุศล อกุศล และ อพยากฤตว่ามีอยู่ใน

ตนหรือไม่

สัมมาวาจา : ไม่พูดเท็จ ส่อเสียด คำหยาบ เพื่อเจ้อ

สัมมากัมมันตะ : ไม่ฆ่า ไม่ลัก เว้นจากอพรหมจรรย์

สัมมาอาชีวะ : ประกอบตนอยู่ในสัมมาอาชีพ

สัมมาวายามะ : ความเพียรชอบ ได้แก่

- สังวรปธาน : เพียรระวังบาปอกุศลไม่ให้เกิด
- ปหานปธาน : เพียรละบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว
- ภาวนापธาน : เพียรให้กุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น
- อหุรัคขนาปธาน : เพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้ว

สัมมาสมาธิ : การทำสมาธิในทางที่ถูกต้อง มี 3 ระดับ

- ขณิกสมาธิ : สมาธิชั่วขณะ
- อุปจารสมาธิ : สมาธิเฉียดฉาน
- อัปปนาสมาธิ : สมาธิแน่วแน่ หรือสมาธิในฉาน

เมื่อมรรคทั้ง 8 รวมตัวกันเข้าเป็นมัคคสมังคี ก่อให้เกิด สัมมาญาณ คือ ความรู้ชอบ

และเกิดญาณต่อ ๆ กันมาคือ

- โคตรภูญาณ : ญาณคร่อมระหว่างปุถุชนกับอริยชน
- มรรคญาณ : ญาณในมรรค ทำหน้าที่ตัดกิเลสให้ขาด
- ผลญาณ : ญาณในผล รู้ถึงผลแห่งการตัดกิเลส
- ปัจจเวกขณญาณ : การพิจารณากิเลสที่ละแล้ว และที่ยังไม่ได้ละ

กิจในอริยสัจ 4

คือ หน้าทีในอริยสัจ 4 รวมเรียกว่า ไตรปริวัฏ ทวาทสากการ แปลว่า รอบ 3 อาการ 12 หมายถึง ญาณในอริยสัจ 4 ซึ่งมีอรรคเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ประดุจดั่งดุมเกวียน กำเกวียน และกงเกวียน จึงได้ชื่อว่า พระธรรมจักร

รอบ 3 อาการ 12	สังขญาณ	กิจญาณ	กตญาณ
	พระปรีชาญาณอันตรัสรู้ซึ่งอริยสัจด้วยพระองค์เอง	พระปรีชาญาณอันแทงตลอดในกิจแห่งอริยสัจ 4	พระปรีชาญาณอันรู้แจ้งกิจแห่งอริยสัจ 4 อันกระทำเสร็จแล้ว
ทุกข์	ยอมรับว่าความทุกข์แห่งชีวิตมีอยู่จริง ชีวิตคลุกเคล้าไปด้วยความทุกข์จริง	ปริญญาเยยธรรม : รู้ว่าความทุกข์เป็นสิ่งที่กำหนดความรู้ คือ ควรทำความเข้าใจ	รู้ว่าได้กำหนดรู้แล้ว หรือทำความเข้าใจแล้ว
สมุทัย	ยอมรับว่าสมุทัยคือตัณหาเป็นเหตุให้เกิดทุกข์จริง	ปหาตัพพธรรม : รู้ว่าสมุทัยคือตัณหาเป็นสิ่งที่ควรละ	รู้ว่าละได้แล้ว
นิโรธ	ยอมรับว่านิโรธคือความทุกข์มีอยู่จริง ความทุกข์สามารถดับได้จริงโดยการดับตัณหา	สังจิกาทัพพธรรม : รู้ว่านิโรธทำให้แจ้งขึ้นในใจ	รู้ว่าได้ทำให้แจ้งแล้ว
มรรค	ยอมรับว่ามรรคมีองค์ 8 เป็นทางนำไปสู่ความดับทุกข์จริง	ภาเวตัพพธรรม : รู้ว่ามรรคเป็นสิ่งที่ควรบำเพ็ญให้เกิดมี	รู้ว่าได้เจริญอบรมให้เต็มที่แล้ว

พระธรรมจักร แบ่งออกเป็น 2 ประการคือ

1. **ปฏิเวธญาณธรรมจักร** ได้แก่ พระญาณอันตรัสรู้อริยสัจ 4 มีปริวัฏฏ์ 3 มีอาการ 12 ประหารข้าศึก คือ กิเลสเสียได้ เป็นสมุจเฉตปหาน ขาดจากสันดานแห่งพระองค์แล้ว และนำมาซึ่งอริยผล

2. **เทศนาญาณธรรมจักร** ได้แก่ พระญาณอันอบรมด้วยพระมหากรุณาธิคุณ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสเทศนาอริยสัจ มีปริวัฏฏ์ 3 มีอาการ 12 ยังสาวกทั้งหลาย มีพระอัญญาโกณฑัญญะ เป็นประธานให้ได้สำเร็จอริยมรรคอริยผล ตัดกิเลสเป็นสมุจเฉตปหาน

บทที่ 10
ปัจฉิมพบาท

ปัจฉิมพบาท คือ การเกิดขึ้นร่วมกันของธรรม 12 ประการ ดังนี้

อวิชชา เกิด	ความไม่รู้ ไม่รู้ในทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค	
สังขาร เกิด	ความคิดปรุงแต่ง ความจงใจที่ประกอบด้วยเจตนา	
	แบ่งตามช่องทางทางการแสดงออก กายสังขาร - ปรุงแต่งกาย วจีสังขาร - ปรุงแต่งวาจา จิตตสังขาร - ปรุงแต่งใจ	แบ่งตามส่วนดีไม่ดี ปุญญาภิสังขาร - ความคิดปรุงแต่งส่วนดี อปุญญาภิสังขาร - ความคิดปรุงแต่งส่วนไม่ดี อเนญชาภิสังขาร - ความคิดปรุงแต่งจิตอันมั่นคงของผู้ได้บรรลุรูปสมบัติ (เฉพาะ จิตตสังขาร)
วิญญาณ เกิด	ความรู้แจ้งอารมณ์ต่าง ๆ	
	จักขุวิญญาณ - ทางตา โสตวิญญาณ - ทางหู ฆานวิญญาณ - ทางจมูก ชีวหาวิญญาณ - ทางลิ้น กายวิญญาณ - ทางกาย มโนวิญญาณ - ทางใจ	แบ่งตามการข้ามภพข้ามชาติ วิถีวิญญาณ - วิญญาณ 6 ปฏิสนธิวิญญาณ - วิญญาณทำหน้าที่เชื่อมต่อภพ

นามรูป เกิด	นาม คือ นามขันธ์ 3 หรือ นามธรรม 5 อย่าง		รูป คือ มหาภูตรูป 4 + อุปทายรูป 24
	เวทนาขันธ์	เวทนา - ความเสวยอารมณ์	
	สัญญาขันธ์	สัญญา - ความจำได้หมายรู้	ปฐวีธาตุ - ธาตุดิน อาโปธาตุ - ธาตุน้ำ เตโชธาตุ - ธาตุไฟ วาโยธาตุ - ธาตุลม
	สังขารขันธ์	เจตนา - ความตั้งใจ ผัสสะ - ความกระทบหรือสัมผัส มนสิกา - ความกระทำไว้ในใจ	
สฬายตนะ เกิด	แดนติดต่อกัน 6 แแดน หรือ อายตนะภายใน 6 เพื่อต่อกับอายตนะภายนอก 6	จักขวยตนะ - อายตนะคือตา โสตตนะ - อายตนะคือหู ฆานายตนะ - อายตนะคือจมูก ชิวหายตนะ - อายตนะคือลิ้น กายายตนะ - อายตนะคือกาย มหายตนะ - อายตนะคือใจ	
ผัสสะ เกิด	ความถูกต้องหรือกระทบ หมายถึง อาการที่จิตหรือวิญญาณถูกต้องหรือกระทบกับอารมณ์ คือสิ่งเร้าแล้วเป็นปัจจัยให้เกิดความรู้สึกเป็นสุขหรือทุกข์หรือเฉย ๆ	จักขุสัมผัส - กระทบทางตา โสตสัมผัส - กระทบทางหู ฆานสัมผัส - กระทบทางจมูก ชิวหาสัมผัส - กระทบทางลิ้น กายสัมผัส - กระทบทางกาย มโนสัมผัส - กระทบทางใจ	

<p>เวทนา เกิด</p>	<p>ความเสวยอารมณ์ คือ ความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์ หรือรู้สึกเฉย ๆ</p> <p>แบ่งตามลักษณะ</p> <p>สุขเวทนา - สุขกาย</p> <p>โสมนัสเวทนา - สุขใจ</p> <p>ทุกขเวทนา - ทุกข์กาย</p> <p>โทมนัสเวทนา - ทุกข์ใจ</p> <p>อุเบกขาเวทนา - ไม่สุขไม่ทุกข์</p>	<p>แบ่งตามแดนเกิด</p> <p>จักขุสัมผัสสชาเวทนา - เวทนาจากการสัมผัสทางตา</p> <p>โสตสัมผัสสชาเวทนา - เวทนาจากการสัมผัสทางหู</p> <p>ฆานสัมผัสสชาเวทนา - เวทนาจากการสัมผัสทางจมูก</p> <p>ชีวหาสัมผัสสชาเวทนา - เวทนาจากการสัมผัสทางลิ้น</p> <p>กายสัมผัสสชาเวทนา - เวทนาจากการสัมผัสทางกาย</p> <p>มโนสัมผัสสชาเวทนา - เวทนาจากการสัมผัสทางใจ</p>
<p>ตัณหา เกิด</p>	<p>ความทะยานอยาก</p> <p>แบ่งตามอาการเกิด</p> <p>กามตัณหา - อยากได้อะไรก็มี</p> <p>ภวตัณหา - อยากเป็น</p> <p>วิภวตัณหา - ไม่อยากเป็น</p>	<p>แบ่งตามแดนเกิด</p> <p>รูปตัณหา - ความทะยานอยากได้ในรูป</p> <p>สีตตตัณหา - ความทะยานอยากได้ในเสียง</p> <p>คันธตัณหา - ความทะยานอยากได้ในกลิ่น</p> <p>รสตัณหา - ความทะยานอยากได้ในรส</p> <p>โณภูมัตตัณหา - ความทะยานอยากได้ในสัมผัส</p> <p>ธัมมตัณหา - ความทะยานอยากได้ในธรรมารมณ์</p>
<p>อุปาทาน เกิด</p>	<p>ความยึดมั่นถือมั่นในเวทนาที่ชอบหรือซึ่ง จนเกิดความหลงติด</p>	<p>กามอุปาทาน - ความยึดมั่นในกาม</p> <p>ทิฏฐูปาทาน - ความยึดมั่นในทิฏฐิ</p> <p>ศีลัพพตูปาทาน - ความยึดมั่นในศีลพรต</p> <p>อัตตวาตูปาทาน - ความยึดมั่นในวาทีว่ามีอัตตา</p>

<p>ภาพ เกิด</p>	<p>ความมีความเป็น ภาวะแห่งชีวิต คือ ความ มีขั้นหรือมีนามรูป เพราะชีวิตต้องตกอยู่ในภพทั้ง 3 อย่างใดอย่างหนึ่งเสมอ</p>	<p>กามภพ - ภาพที่เป็นกามาวจร รูปภพ - ภาพที่เป็นรูปาวจร อรุภพ - ภาพที่เป็นอรุปาวจร</p>
<p>ชาติ เกิด</p>	<p>ความเกิดของสัตว์ หรือความปรากฏแห่งขั้น</p>	
<p>ชราและมรณะ เกิด</p>	<p>ชรา คือ ความแก่ ความเฒ่า ความคร่ำคร่าของสัตว์ มรณะ คือ ความจู่ติ ความเคลื่อนไป ความทำลายไป ความหายไป ความตาย ความแตกแห่งขั้น ความทอดทิ้งร่างกาย</p>	

ปัจจัยสมุปบาทในฐานะเป็นวิภวัญญะ

พระพุทธศาสนาแสดงวิภวัญญะ คือ อาการวนเวียนแห่งชีวิตที่ดำเนินไป เป็นเหตุเป็นผลสืบ
ช่วงต่อกันไว้ 3 อย่าง

1. กิเลสวิภวัญญะ คือ แรงผลักดันของกิเลส อันเป็นเหตุให้เกิดการกระทำต่าง ๆ ได้แก่ อวิชชา
ตัณหา อุปาทาน

2. กรรมวิภวัญญะ คือ การกระทำต่างพร้อมทั้งเจตนา หรือเจตจำนง ซึ่งก่อให้เกิดผลต่อไป ได้แก่
สังขาร ภพ(ส่วนที่เป็นกรรมภพ)

3. วิปากวิภวัญญะ คือ สภาพ หรือความเป็นไปอันเป็นผลของกรรม ได้แก่ วิญญูญาณ นามรูป
อายตนะ ผัสสะ เวทนา ภพ(ส่วนที่เป็นอุปัตติภพ)ชาติ ชรามรณะ

GL 101
จักรวาลวิทยา

บทที่ 1

ความรู้เบื้องต้นวิชาจักรวาลวิทยา

จักรวาลวิทยา หมายความว่า ความรู้ที่ว่าด้วยเรื่องโลก และบริเวณโดยรอบของโลก
จักรวาลวิทยาเชิงวิทยาศาสตร์ หมายถึง วิทยาศาสตร์ที่ว่าด้วยการกำเนิด และโครงสร้าง
ของจักรวาล

จักรวาลวิทยาเชิงพุทธศาสตร์ หมายถึง การศึกษาเรื่องความเป็นไปของโลก จักรวาล
และสิ่งมีชีวิต ตั้งแต่การเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และเสื่อมสลายไป

โลก แบ่งเป็น 3 โลก ได้แก่

1. สัตวโลก ได้แก่ จิตใจ หรือ เห็น จำ คิด รู้ ของสรรพสัตว์ทั้งหลาย
2. ชั้นโลก ได้แก่ ชั้นที่ 5 ของสรรพสัตว์ของมนุษย์จนถึงกายธรรมอรหันต์
3. อากาศโลก ได้แก่ สิ่งแวดล้อมขยายใหญ่โตขึ้นไปเรื่อย ๆ ไม่มีที่สิ้นสุด

โลกนี้ คือ โลกทั้ง 3 คือ สัตวโลก ชั้นโลก โอกาสโลก และสถานที่อยู่อาศัยของสัตวโลก
รวมถึงร่างกาย และจิตใจของเรา และสรรพสัตว์ทั้งหลาย

โลกหน้า หรือที่เรียกว่า ปรโลก มีความหมาย 2 ประการ คือ

1. ชีวิตหลังความตาย
2. สถานที่สถิตของชีวิตหลังความตาย

หลักการเตรียมความพร้อมอย่างถูกต้องสู่โลกหน้า มีหลักปฏิบัติที่สำคัญ 4 ประการ คือ มี
ศรัทธามั่นในเรื่องกรรม ตั้งใจรักษาศีลอย่างเคร่งครัด ตั้งใจให้ทานอย่างเต็มที่ และต้องทำภาวนาให้
ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

จำแนกนิยามออกได้ 5 ประการ คือ

1. อุดุนิยาม คือ กฎธรรมชาติที่ครอบคลุมเกี่ยวกับวัตถุที่ไม่มีชีวิตทุกชนิด
2. พีชนิยาม คือ กฎธรรมชาติที่ครอบคลุมเกี่ยวกับสิ่งมีชีวิตทั้งพืช และสัตว์
3. จิตนิยาม คือ กฎธรรมชาติที่เกี่ยวกับกลไกการทำงานของจิต
4. กรรมนิยาม คือ กฎการให้ผลของกรรม
5. ธรรมนิยาม คือ ความเป็นเหตุเป็นผลของสิ่งทั้งหลาย กฎ 4 ข้อข้างต้นสรุปรวมลงใน

ข้อนี้

แหล่งที่มาของความรู้เรื่องจักรวาลวิทยาได้มาจากการศึกษาทางจิต โดยความรู้แจ้ง
เรียกว่า วิชา 3 ประกอบด้วย

1. ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ คือ ความรู้ที่ทำให้สามารถระลึกชาติในอดีตได้

2. จตุปบาทญาณ คือ ความรู้ที่ทำให้รู้การเกิด การตายของสัตว์โลกทั้งหลายด้วยกรรมอะไร

3. อาสวักขยญาณ คือ ปัญญาหยั่งรู้ที่ปราบกิเลสอาสวะให้หมดสิ้นไป

จุดมุ่งหมายของการศึกษาจักรวาลวิทยา เพื่อให้เกิดความเบื่อหน่ายในความเสื่อมของโลก และเพื่อไม่ให้มนุษย์ตกอยู่ในความประมาท จะได้ใช้วันเวลาที่มีอยู่อย่างจำกัด ด้วยการทำทาน รักษาศีล และเจริญสมาธิภาวนา เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของชีวิต คือ พระนิพพาน ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในโลกใบนี้อีกต่อไป

บทที่ 2

องค์ประกอบของจักรวาล

ธาตุ หมายถึง สิ่งที่เป็นองค์ประกอบขั้นต้นสุดของสรรพสิ่งทั้งหลาย ทั้งที่มีชีวิต และไม่มีชีวิต โดยไม่สามารถจะแยกให้เล็กหรือละเอียดลงไปได้อีก และทำหน้าที่ทรงไว้หรือทำให้สิ่งทั้งหลายดำรงอยู่ได้

ในทางพระพุทธศาสนา แบ่งธาตุออกเป็น 2 กลุ่ม คือ ธาตุ 4 และ ธาตุ 6

ธาตุ 4 ภูตรูป 4 หรือมหาภูต 4 ประกอบด้วย ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม เป็นองค์ประกอบพื้นฐานของทั้งคน สัตว์ และสิ่งของในจักรวาล

ธาตุ 6 ประกอบด้วย ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ธาตุอากาศ และธาตุวิญญาณ ดังมีลักษณะ และคุณสมบัติ ดังนี้

1. ธาตุดิน (ปฐวีธาตุ) มีลักษณะแข็งแข็งทำให้สิ่งต่าง ๆ มีลักษณะแข็ง
2. ธาตุน้ำ (อาโปธาตุ) มีลักษณะไหลลื่นหรือเกาะกุมรวมตัวได้
3. ธาตุไฟ (เตโชธาตุ) มีลักษณะเป็นไอ ได้แก่ ौर้อน (อุณหเตโช) และไอเย็น (สีตเตโช) ทำให้วัตถุต่าง ๆ สุก และละเอียดนุ่มนวล
4. ธาตุลม (วาโยธาตุ) มีลักษณะเคร่งตึง (วิตถัมภนาวาโย) และเคลื่อนไหว (สมิรณวาโย) ทำให้ตั้งวัตถุสิ่งของต่าง ๆ อยู่ได้มั่นคง และทำให้วัตถุสิ่งของเคลื่อนจากที่เดิมไปได้
5. อากาศธาตุ มีลักษณะเป็นช่องว่าง ทำให้เกิดช่องว่าง
6. วิญญาณธาตุ มีลักษณะเฉพาะในคน และสัตว์ที่มีชีวิตเท่านั้น ทำหน้าที่รับรู้สิ่งต่าง ๆ ได้

จุดมุ่งหมายของการศึกษาเรื่องธาตุ

1. เพื่อให้เข้าใจว่าสิ่งทั้งหลายเกิดจากการรวมตัวกันของธาตุทั้งหลาย ซึ่งมีสภาพไม่คงทนถาวร ต้องผุพังไปในที่สุด

2. เพื่อความปล่อยวางไม่ยึดมั่นถือมั่น

3. เพื่อการเจริญภาวนาหาหนทางพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด

สัดส่วนของธาตุนำมาซึ่งความแตกต่าง ซึ่งสัดส่วนของธาตุแต่ละชนิดมีไม่เท่ากัน และบริสุทธิ์ไม่เท่ากัน สิ่งที่ทำให้ธาตุในตัวไม่บริสุทธิ์ได้แก่ โลภ โกรธ และหลง ส่วนบุคคลมีศีลธรรมมาก ธาตุในตัวย่อมบริสุทธิ์มาก เพราะศีลธรรมจะช่วยชำระความโลภ โกรธ หลง ให้เจือจาง และหมดไปในที่สุด

ธาตุเปลี่ยนแปลงได้ ขึ้นอยู่กับกิเลสที่มีอยู่ในใจ ถ้ามีมากความบริสุทธิ์ของธาตุก็มีน้อย กลายเป็นธาตุสกปรก แต่ถ้ากิเลสมีน้อย ธาตุก็บริสุทธิ์มากเป็นธาตุที่สะอาด หากต้องการให้ธาตุบริสุทธิ์ ทำได้โดยการทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนาอย่างจริงจัง

บทที่ 3

โครงสร้างของจักรวาล

จักรวาลทางวิทยาศาสตร์ได้เสนอว่า โลกเป็นดาวเคราะห์ที่โคจรรอบดวงอาทิตย์ซึ่งเป็นดาวฤกษ์แมื่อดวงอาทิตย์จะเป็นศูนย์กลางของระบบสุริยะ แต่ดวงอาทิตย์เป็นหนึ่งในบรรดาดาวฤกษ์อีกนับหลายล้านดวงที่รวมตัวกันเป็นกาแล็กซี หรือดาราจักร ที่เรียกว่า Milky Way หรือที่เรียกว่าทางช้างเผือก ในจักรวาลมีประมาณแสนล้านกาแล็กซี

โลกธาตุ ซึ่งหมายถึง กลุ่มจักรวาล พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงค้นพบว่าจักรวาลมีนับไม่ถ้วน เรียกว่า **อนันตจักรวาล** จัดกลุ่มจักรวาลออกเป็น 3 กลุ่ม คือ 1. สหัสสิจฺจุพนิกาโลกธาตุ(เล็ก) มีพันจักรวาล 2. ทวิสหัสสิชฺฉมิมิกาโลกธาตุ (กลาง) มีล้านจักรวาล 3. ติสหัสสิมหาสหัสสิโลกธาตุ (ใหญ่) มีแสนโกฏิจักรวาล

จักรวาลทางพุทธศาสตร์มีองค์ประกอบเหมือนกันหมดทุกประการ ประกอบด้วย ดวงอาทิตย์ ดวงจันทร์ เขาสิเนรุ ทวีปทั้ง 4 มหาสมุทรทั้ง 4 สวรรค์ 6 ชั้น พรหมโลก อรูปพรหม และอบายภูมิ

สิ่งต่าง ๆ รอบเขาสิเนรุ

ได้แก่ ทวีปทั้ง 4

1. **ปฐพีทวีป** อยู่ด้านทิศตะวันออก มีพื้น และแสงสะท้อนเป็นสีเงิน รูปหน้าเป็นพระจันทร์ครึ่งเสี้ยว หรือเหมือนมะนาวตัด

2. **อปรโคยานทวีป** อยู่ด้านทิศตะวันตก มีพื้นเป็นแก้วผลึก มีแสงสะท้อนเป็นแสงสีใส รูปหน้าทรงกลมเหมือนพระจันทร์วันเพ็ญ

3. **อุตตรกรูทวีป** อยู่ด้านทิศเหนือ มีพื้นเป็นทองคำ และแสงสะท้อนเป็นแสงสีทอง รูปหน้าเป็นสีเหลี่ยม

4. **ชมพูทวีป** อยู่ด้านทิศใต้ มีพื้นเป็นมรกต แสงสะท้อนเป็นสีเขียว รูปหน้าเป็นรูปไข่

ที่ตั้งอยู่เบื้องบนเขาสีเนรุ ได้แก่ สวรรค์ 6 ชั้น ได้แก่ จาตุมหาราชิกา ดาวดึงส์ ยามา ดุสิต นิมมานรดี และปรนิมมิตวสวัตดี ถัดจากสวรรค์ 6 ชั้น คือ พรหม และอรุปรหม

ที่ตั้งอยู่เบื้องล่างเขาสีเนรุ

เป็นที่อยู่ของสัตว์ฝ่ายทุกคติโดยส่วนใหญ่ ได้ภูเขาสีเนรุจะมีภูเขา 3 ลูก เรียกว่า เขาดรีกฎ เป็นที่อยู่ของอสูร ซอกเขาแต่ละลูกซึ่งมีระดับต่ำกว่าที่อยู่ของอสูรจะเป็นที่อยู่ของเปรต อสุรกาย ได้ อสุรกายลงไปจะเป็นที่อยู่ของนรกขุมใหญ่ทั้ง 8 ขุม รอบ ๆ นรกแต่ละขุมจะมีนรกขุมบริวาร (อุสสทนรก) ถัดจากขุมบริวารออกไปอีก จะเป็นนรกขุมย่อย (ยมโลก)

ภพ แปลว่า โลกเป็นที่อยู่ของสัตว์ ภาวะชีวิตของสัตว์ คือ กามภพ รูปภพ และอรุปรภพ กามภพ คือ ที่อยู่ของผู้ที่ยังเสวยกามคุณ ภูมิที่อยู่ในภพนี้มีทั้งหมด 11 ภูมิ ได้แก่ มนุสสภูมิ 1 อบายภูมิ 4 และเทวภูมิ 6 รูปภพ คือ ที่อยู่ของรูปพรหม อยู่ในภูมิที่สูงกว่าเทวโลกมีทิพยสมบัติทั้งหลายที่มีความสวยงามประณีตกว่าในเทวโลก อรุปรภพ คือ ที่อยู่ของอรุปรหม อยู่ในภูมิที่สูงขึ้นไปกว่ารูปภพ มีทิพยสมบัติทั้งหลายมีความสวยงามกว่าในรูปภพ

ภูมิ แปลว่า พื้นเพ ที่ดิน แผ่นดิน ที่อยู่อาศัยของสัตว์ทั้งหลาย แบ่งออกเป็น 31 ภูมิ

บทที่ 4

การกำเนิดจักรวาล โลก และมนุษย์

จักรวาล โลก สรรพสัตว์และสรรพสิ่งทั้งหลาย มีขั้นตอนความเป็นมาที่ยาวนาน มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา ในทางพระพุทธศาสนามีหน่วยวัดเวลาดังกล่าว

หน่วยวัดเวลา

อายุกับ คือ อายุขัยของสัตว์ที่เกิดในภุมินั้น ๆ

อัตรกับ คือ เวลาตั้งแต่มนุษย์อายุ 1 อสงไขยปี แล้วค่อยลดลงจนถึงอายุ 10 ปี แล้วเพิ่มขึ้นถึง 1 อสงไขยปี

อสงไขยกับ คือ 64 อัตรกับ

มหากกับ คือ 4 อสงไขยกับ หรือ 256 อัตรกับ มีช่วงระยะเวลาดังนี้คือ

1. สวรรค์อสงไขยกับ คือ ระยะเวลาเมื่อกับเสื่อม
2. สวรรค์อสงไขยกับ คือ ระยะเวลาเมื่อกับอยู่ในระหว่างพินาศ
3. วิวัฏอสงไขยกับ คือ ระยะเวลาเมื่อกับกำลังเจริญ
4. วิวัฏอสงไขยกับ คือ ระยะเวลาเมื่อกับอยู่ในระหว่างเจริญ

ความเชื่อเรื่องกำเนิดโลก

ศาสนาประเภทเทวนิยม เชื่อว่าพระเจ้าสร้างทุกสรรพสัตว์และสรรพสิ่ง

วิทยาศาสตร์ ตั้งข้อสันนิษฐานกันไปต่าง ๆ นานา

พระพุทธศาสนา โลกเกิดขึ้นเอง ไม่มีใครสร้าง

การอุบัติขึ้นของจักรวาล โลก มนุษย์ และสรรพสิ่ง

มนุษย์ยุคแรก เป็นพรหมที่หมดบุญหรือสิ้นอายุจากชั้นอภิสราพรหม (พรหมชั้นทุติย-
ฉาน) เกิดแบบโอบปาดิกะ ไม่มีเพศ มีรัศมีสว่าง เหาะได้ และมีปิตีเป็นอาหาร

โลกมีสัณฐานแบน สามารถไปมาหาสู่กับสวรรค์ได้ แต่ต่อมาจึงค่อย ๆ เปลี่ยนรูปทรงและเคลื่อนตัวห่างออกจากสวรรค์ไปตามบาปอกุศลที่มนุษย์สร้าง แล้วก็เริ่มฟูขึ้น เมื่อถึงระดับหนึ่งก็หดตัวเป็นทรงรี แล้วกลายเป็นทรงกลมในที่สุด

อาหารในยุคแรก คือ ง้วนดิน ซึ่งมีรสเป็นที่ถูกใจของมนุษย์ยุคนั้นและเนื่องจากง้วนดินเป็นอาหารหยาบ ทำให้รัศมีกายหายไป ความมืดจึงเกิดขึ้น ทำให้เกิดสุริยเทพบุตรพร้อมด้วยดวงอาทิตย์ขึ้น อีกทั้งมนุษย์ยังมีผิวพรรณที่เศร้าหมองและเหาะไม่ได้อีกต่อไป และจากบาปกรรมที่ก่อขึ้น ง้วนดินก็กลายเป็นกระบิดิน แต่ยังคงมีรสอร่อย และจากกระบิดิน กลายเป็นเครีอดิน และกลายเป็นข้าวสาลี

เกิดอวัยวะภายในกายมนุษย์ อาหารที่บริโภคเข้าไปมีกากเกิดขึ้น จึงมีช่องทางขับถ่ายคือ ทวารหนักและทวารเบา แต่เนื่องจากกรรมที่เคยประพฤติดีศีลข้อกาเมฯ ของชาติในอดีตส่งผลทำให้มนุษย์มีอวัยวะเพศต่างกัน

เมื่อมีเพศต่างกันเป็นเพศหญิงเพศชาย ทำให้มีการเสพเมถุน เนื่องจากการเสพเมถุนเป็นสิ่งแปลกใหม่ ทำให้มนุษย์ส่วนมากไม่เห็นด้วยจนกระทั่งพากันขับไล่

การสร้างที่อยู่อาศัย เมื่อการเสพเมถุนกรรมถูกรังเกียจและขับไล่มนุษย์จึงสร้างบ้านเรือนเพื่อปกปิด และมีการตั้งครุฑเกิดขึ้น เมื่อสร้างบ้านจึงเกียจคร้านออกไปหาข้าวสาธิตน้อย ๆ จึงเก็บข้าวสาธิตมาเพื่อสะสมไว้ ยิ่งความโลภมากความประณีตของอาหารก็ยิ่งน้อย ข้าวสาธิตจึงเริ่มเสื่อมคุณภาพลง ในที่สุดก็ไม่งอกออกมาอีก

เกิดระบอบการปกครองแรกของโลก

เนื่องจากมีการลักขโมย มนุษย์จึงตกลงให้มีการตั้งผู้ทำหน้าที่ปกครองพวกตนขึ้นเป็นหัวหน้า จะได้วางกฎข้อบังคับต่าง ๆ เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข

กำเนิดสัตว์ เมื่อกิเลสเพิ่มมากขึ้น สัตว์ต่าง ๆ จึงเกิดขึ้น ซึ่งเป็นผู้ที่เคยอยู่ในอบายภูมิของจักรวาลอื่น เนื่องจากยังไม่หมดกรรมจึงถูกลมกรรมพัดจากจักรวาลที่ถูกทำลายนั้นไปบังเกิดในจักรวาลต่าง ๆ ที่ยังไม่ถูกทำลาย แล้วมาบังเกิดเป็นสัตว์ในจักรวาลที่ไปบังเกิดใหม่นั้น โดยสัตว์ที่เกิดขึ้นครั้งแรกก่อนสัตว์ชนิดอื่นทุกชนิด คือ ช้างและม้า โดยเกิดแบบโอบปาดิกะ

มนุษย์เริ่มกินเนื้อสัตว์ ด้วยความที่เคยผูกเวรกันทำให้มีความคิดอยากจะฆ่า ตอนแรกไม่ได้คิดจะเอามาทำเป็นอาหาร แต่เมื่อลองนำมาประกอบเป็นอาหารก็ติดในรส อยากกินอีก จึงลงมือฆ่าเพื่อนำมาเป็นอาหาร แล้วขยายวงกว้างไปอย่างแพร่หลาย จึงกินเนื้อสัตว์กันเรื่อยมา

บทที่ 5

ความเสื่อมของจักรวาล

โลกเสื่อมตั้งแต่เริ่ม คือ พอมนุษย์เกิดโลกก็เสื่อม เริ่มจากการลักขโมยข้าวสาธิต ครั้นเจ้าของจับได้ก็ว่ากล่าวตักเตือน แล้วก็ปล่อยไปแล้วก็ลักขโมยอีก เมื่อจับได้ก็ปฏิเสธ จึงทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท และทำร้ายร่างกายกันนับแต่นั้นมามนุษย์ก็เริ่มใช้ความรุนแรงและทำผิดศีลต่าง ๆ เรื่อยมา

ลำดับเหตุการณ์ของความเสื่อม

ความเสื่อมปรากฏขึ้นตั้งแต่เริ่มแรกแล้วโดยเริ่มปรากฏเมื่อมนุษย์เริ่มมีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และความเสื่อมนั้นเกิดขึ้นทั้งแก่สิ่งแวดล้อมและตัวมนุษย์เองดังที่กล่าวไปแล้ว ต่อจากนั้นความเสื่อมก็ปรากฏขึ้นเรื่อยมา ดังนี้

หลังจากที่มนุษย์มีผิวพรรณต่างไปจากเดิม เพราะมนุษย์กินวันดินเข้าไป ทำให้วันดินซึ่งเป็นอาหารชนิดแรกที่มนุษย์บริโภคจึงหายไป

เมื่อวันดินได้อันตรธานหายไป ก็ได้ปรากฏอาหารชนิดอื่นขึ้นมาแทน คือ กระบิดิน และเมื่อมนุษย์มีผิวพรรณดีกับผิวพรรณเลวมากยิ่งขึ้น จึงส่งผลให้เกิดมีมานะถือตัวและการดูถูกดูแคลนมากขึ้นตามไปด้วย และเป็นเหตุให้กระบิดินก็ได้อันตรธานหายไป

เมื่อกระบิดินและเครื่องดินหายไปตามลำดับแล้ว ได้ปรากฏข้าวสาลีขึ้น ต่อมาเมล็ดและต้นข้าวสาลีเล็กลง คุณค่าทางอาหาร และรสได้เสื่อมลงตามลำดับ

เมื่อข้าวสาลีหายากขึ้น มนุษย์จึงได้มีการขโมยข้าวสาลีของผู้อื่น จึงได้เกิดมีการทะเลาะวิวาท และตั้งแต่นั้นเป็นต้นมามนุษย์ก็เริ่มใช้ความรุนแรงต่อกันเรื่อยมา

ความเสื่อมเริ่มจากผู้ปกครอง หลังจากเกิดการทะเลาะวิวาทขึ้นในหมู่มนุษย์ มนุษย์จึงปรึกษาให้มีการเลือกตั้งผู้ปกครองขึ้นเป็นกษัตริย์ เพื่อทำหน้าที่ว่ากล่าว ติเตียนและลงโทษผู้กระทำผิด

ความเสื่อมขั้นวิกฤติ เมื่อมนุษย์มีอายุเหลือเพียง 10 ปี มีการสมสู่กันไม่เลือกหน้า ฆ่ากันดูจเห็นกันและกันเป็นเช่นเนื้อ ช่วงของการเช่นฆ่ากันนี้เรียกว่า **สัตถันตรกัป** จะกินเวลา 7 วัน มนุษย์กลุ่มหนึ่งคิดจะประกอบกุศลกรรม งดเว้นจากกรรมปาณาติบาต ทำให้อายุ และผิวพรรณเจริญขึ้นและมีอายุมากขึ้นเป็นลำดับ

สาเหตุแห่งความเสื่อม มีสาเหตุมาจากมนุษย์ คือ เกิดจากการกระทำของมนุษย์ทั้งสิ้น และผู้ที่รับผลของการกระทำมากที่สุดก็คือมนุษย์เช่นกัน

วิธีปกป้องโลกและทำให้โลกเจริญขึ้น มนุษย์ต้องปฏิบัติกุศลกรรมบถ คือ ทางแห่งกุศลกรรม อันเป็นความดี และเป็นทางนำไปสู่สุคติ ซึ่งมี 10 ประการ โดยจัดแบ่งการกระทำออกเป็น 3 ทาง คือ ทางกาย ทางวาจา และทางใจ

ประโยชน์ของการเข้าใจเรื่องความเจริญและความเสื่อมของมนุษย์

- 1) ทุกคนต้องรีบทำแต่กรรมดีตั้งแต่วันนี้
- 2) ต้องไม่ก่อกรรมชั่วใหม่อย่างเด็ดขาด
- 3) ต้องไม่อยู่เฉย ๆ โดยไม่สร้างกรรมดีอะไรเลย
- 4) ต้องใช้ร่างกายอันเป็นที่อาศัยของใจให้คุ้มค่าที่สุด

บทที่ 6

การแตกทำลายของจักรวาล

สาเหตุแห่งการแตกทำลายของจักรวาล

เกิดจากไฟ น้ำ และลมประลัยกัลป์ที่เกิดจากแรงกรรมของสัตว์โลก ซึ่งสิ่งที่ทำลายโลก ขึ้นอยู่กับจิตใจมนุษย์ คือ

ไฟเกิดจากกิเลสตระกูล โทสะ

น้ำเกิดจากกิเลสตระกูล ราคะ

ลมเกิดจากกิเลสตระกูล โมหะ

โลกจะถูกทำลายด้วยไฟเป็นสิ่งแรก และจะถูกทำลายเป็นครั้ง ๆ ไป ถึง 7 ครั้ง ในครั้งที่ 8 โลกจะถูกทำลายด้วยน้ำ หลังจากนั้นถูกทำลายด้วยไฟอีก 7 ครั้ง แล้วถูกทำลายด้วยน้ำอีก จะเป็นเช่นนี้จนกระทั่งครั้งที่ 64 โลกจึงจะถูกทำลายด้วยลม 1 ครั้ง หลังจากนั้นจึงเริ่มมีการเกิดขึ้นของโลกและจักรวาลใหม่ และก็จะเป็นอย่างนี้ไม่มีที่สิ้นสุด

เมื่อรวมจำนวนที่โลกถูกทำลายด้วยสิ่งต่าง ๆ ใน 64 ครั้ง จะถูกทำลายด้วยไฟ 56 ครั้ง ถูกทำลาย ด้วยน้ำ 7 ครั้ง และถูกทำลายด้วยลม 1 ครั้ง

สาเหตุที่มนุษย์ทราบว่าจะโลกจะถูกทำลาย เนื่องจากก่อนที่โลกจะถูกทำลายแสนปีจะมี เทวดาประเภทหนึ่งเรียกว่า **โลกพยุหเทวดา** นุ่งห่มผ้าสีแดงมาประกาศให้มนุษย์ทราบและแนะนำ ให้มนุษย์อย่าประมาท เร่งสร้างบุญกุศลเพื่อจะได้ไปเกิดในภูมิที่พ้นจากความพินาศนี้

ขอบเขตการทำลายโดยไฟ

ซึ่งจะทำลายภพภูมิต่าง ๆ 14 ภพภูมิ คือ

1. ภพอบายทั้ง 4 ได้แก่ นรก เปรต อสุรกาย และเดรัจฉาน

2. ภพมนุษย์

3. ภพสวรรค์ทั้ง 6

4. ภพของพรหมที่ได้ปฐมฌาน 3 ได้แก่ พรหมปาริच्छชา พรหมปุโรหิตา และมหาพรหมมา

การที่โลกถูกทำลายด้วยไฟนั้น เริ่มจากไม่มีฝนตกเป็นเวลายาวนาน ต่อมาดวงอาทิตย์ดวง ที่ 2 ปรากฏขึ้น ทำให้โลกและจักรวาลมีดวงอาทิตย์ถึง 2 ดวง น้ำตามแหล่งต่าง ๆ เหือดแห้ง มี เพียงน้ำในแม่น้ำ 5 สาย คือ แม่น้ำคงคา ยมูนา อจิรวดี มหิ และสรภูเท่านั้น มนุษย์ต่างเร่งสร้าง บุญกุศล บำเพ็ญภาวนาจนได้ฌานสมาบัติ ตายแล้วไปเกิดในพรหมโลก

ดวงที่ 3 ปรากฏ น้ำในแม่น้ำ 5 สายเหือดแห้งหมด

ดวงที่ 4 ปรากฏ น้ำในมหาสมุทรจักรวาลและสระน้ำในป่าหิมพานต์แห้งหมด

ดวงที่ 5 ปรากฏ น้ำในมหาสมุทรแห่งหมด
ดวงที่ 6 ปรากฏ น้ำเหือดแห้งหมดจากแผ่นดินและภูเขากลายเป็นฝุ่นฟุ้งทั่วไป
ดวงที่ 7 ปรากฏ โลกธาตุทั้งแสนโกฏิจักรวาลลุกเป็นไฟพร้อมกัน หลังจากไฟมอดดับ
เหลือเพียงอากาศว่างเปล่า เกิดความมืดทั่วจักรวาล

ขอบเขตการทำลายโดยน้ำ

ซึ่งจะทำลายภพภูมิต่าง ๆ 17 ภพภูมิ คือ

1. ภพอบายทั้ง 4
2. ภพมนุษย์
3. ภพสวรรค์ทั้ง 6
4. ภพของพรหมที่ได้ปฐมฌาน 3
5. ภพของพรหมที่ได้ทุติยฌาน 3 ได้แก่ พรหมปริตตภา พรหมอัปปมาณภา และพรหม
อาภัสสรา

การที่โลกถูกทำลายด้วยน้ำนั้น ยังคงมีดวงอาทิตย์ดวงเดียว เริ่มจากมีเมฆที่มีฤทธิ์เป็นกรด
เกิดขึ้น แล้วฝนจึงตกลงมาทำให้กลายเป็นน้ำกรดที่มีฤทธิ์รุนแรง ซึ่งมีฤทธิ์กัดละลายทุกสิ่งทุกอย่าง
จนสูญสลายไม่มีเหลือ ระดับน้ำจะสูงขึ้นไป สิ่งทั้งหลายที่จมน้ำหรือถูกท่วมถึงก็จะถูกกัดละลายจน
หมดสิ้น ต่อมาก็เหลือเพียงอากาศว่างเปล่า มีดมืดโสมงเตียนไม่เหลือสิ่งใด ๆ

ขอบเขตการทำลายโดยลม

ซึ่งจะทำลายภพภูมิต่าง ๆ 20 ภพภูมิ คือ

1. ภพอบายทั้ง 4
2. ภพมนุษย์
3. ภพสวรรค์ทั้ง 6
4. ภพของพรหมที่ได้ปฐมฌาน 3
5. ภพของพรหมที่ได้ทุติยฌาน 3
6. ภพของพรหมที่ได้ตติยฌาน 3 ได้แก่ พรหมปริตตสุภา พรหมอัปปมาณ
สุภา และพรหมสุภิกินหา

เมื่อจักรวาลถูกทำลายด้วยลม โลกยังคงมีดวงอาทิตย์ดวงเดียวเช่นที่เคยเป็นมา แต่เริ่ม
จากมีลมเกิดขึ้น ในช่วงแรกเป็นเพียงลมอ่อน ๆ แล้วจึงแรงขึ้นตามลำดับ และแรงขึ้นจนพัดสิ่ง
ต่าง ๆ หลุดลอยขึ้นไปในอากาศ ด้วยอำนาจพยุรณเรณมหาศาล ทำให้สิ่งต่าง ๆ ที่ถูกพัดแหวก

ละเอียดยิ่งไม่เหลือสิ่งใด ๆ เลย สิ่งทั้งหลายกระทบกระทั่งกันจนแตกละเอียดยิ่งเป็นผุยผง จนกระทั่ง
ลมสงบ เหลือเพียงความเว้งว่าง มีมิติของท้องจักรวาล

เหตุที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงถึงการทำลายของโลก เพื่อให้เกิดความเบื่อหน่ายใน
การเวียนว่ายในสังสารวัฏ สิ่งทั้งหลายล้วนไม่เที่ยงแท้ถาวร ไม่มีผู้ใดสามารถเป็นเจ้าของหรือ
ครอบครองสิ่งใดได้ตลอดไป แม้จะเกิดเป็นท้าวสักกะ เป็นพรหม เป็นพระเจ้าจักรพรรดิ ก็ไม่พ้น
จากทุกข์ได้เพราะยังไม่ได้แทงตลอดธรรม 4 ประการ คือ อริยศีล อริยสมาธิ อริยปัญญา และอริย-
วิมุตติ ซึ่งถ้าหากผู้ใดแทงตลอดในธรรมทั้ง 4 ประการนี้ ก็ชื่อว่าตรัสรู้แล้ว ไม่ต้องบังเกิดอีกต่อไป
เป็นการปลอดภัยอย่างแท้จริง

บทที่ 7

กรณีศึกษาการเวียนว่ายตายเกิดของสัตว์โลก

ภพมนุษย์เปรียบเสมือนตลาดกลางในการค้าบุญค้าบาป ดังนั้นเมื่อสิ่งใดที่เราทำลงไปไม่ว่า
จะเป็นบุญหรือบาปก็ตาม ย่อมมีผลด้วยกันทั้งสิ้น เมื่อทำสิ่งที่เป็นบุญ ผลก็เป็นบุญ เป็นความ
ผาสุก ในทางกลับกันถ้าทำในสิ่งที่เป็นบาป ผลที่ได้ก็เป็นบาปเป็นความทุกข์ทรมานต่าง ๆ ทั้งนี้
ขึ้นอยู่กับว่าผู้เป็นเจ้าของชีวิตจะลิขิตชีวิตของตนให้เป็นเช่นไร

หลังจากละโลกไปแล้วแต่ละชีวิตก็มีภพภูมิที่ไปแตกต่างกัน ซึ่งอาจจะเป็นภพภูมิที่ดีกว่า
ภพภูมิที่ตนเคยอยู่ก่อนจะมาเป็นมนุษย์ หรือต่ำกว่าก็ได้ ขึ้นกับบุญบาปที่แต่ละคนได้กระทำใน
ขณะที่เป็นมนุษย์ และเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ชัดเจนยิ่งขึ้นจึงต้องศึกษากรณีตัวอย่างใน
กรณีศึกษาที่มีในโรงเรียนอนุบาลฝันในฝันวิทยา โดยคุณครูไม่ใหญ่

บทที่ 8

สรุปสาระสำคัญจากการศึกษาจักรวาลวิทยา

ศาสนาพราหมณ์ (ฮินดู) เชื่อว่าพระเจ้าเป็นผู้สร้างโลก

ศาสนาคริสต์ เชื่อว่าพระเยซูทรงสร้างโลก

ศาสนาในยูดาเยา เชื่อว่าพระเจ้าสร้างโลก

ศาสนาอิสลาม เชื่อว่าพระอัลเลาะห์สร้างโลก

การแบ่งยุคในการอธิบายเรื่องโลกและจักรวาล

แบ่งออกเป็น 3 ยุค

- ยุคเทววิทยา เป็นยุคแรก นักศาสนาเห็นว่า พระเจ้าเป็นผู้สร้างโลก
- ยุคอภิปรัชญา นักปรัชญาอธิบายโดยกล่าวถึง สรรพสิ่งเกิดจากกฎธรรมชาติ เป็นนามธรรมรู้ได้ด้วยหลักตรรกศาสตร์
- ยุควิทยาศาสตร์ อ้างข้อมูลเชิงรูปธรรมที่ได้มาจากการสังเกต และพิสูจน์ทดลอง ส่วนพระพุทธศาสนา แม้จะถูกจัดอยู่ในยุคปรัชญา แต่มีเหตุผลที่ชัดเจนเข้ากับหลักวิทยาศาสตร์ สามารถพิสูจน์ได้

พระสูตรสำคัญในวิชาจักรวาลวิทยา

1. อัคคัญญสูตร พระสูตรที่ว่าด้วยเรื่องการทำเนิตนมนุษย์ สรรพสิ่งทั้งหลายในจักรวาล
2. จักกวัตติสูตร พระสูตรที่แสดงถึงความเสื่อมถอยของอายุมนุษย์อันเนื่องมาจากศีลธรรม
3. สุริยสูตร แสดงถึงการแตกทำลายของโลก และจักรวาล

GL 102
ปรโลกวิทยา

บทที่ 1 องค์รวมแห่งปรโลก

ปรโลกวิทยา หมายถึง การศึกษาสภาพชีวิตความเป็นอยู่ของสรรพสัตว์ทั้งหลายที่อยู่ในภพภูมิอื่นที่นอกเหนือจากภพมนุษย์ ซึ่งปรโลกตกอยู่ในกฎของไตรลักษณ์และเป็นส่วนหนึ่งของสังสารวัฏ หรือวัฏสงสาร อันได้แก่ ภพ 3 กำเนิด 4 คติ 5 วิญญาณฐิติ 7 สัตตาวาส 9

วัฏสงสาร ซึ่งสามารถจำแนกเป็น 3 ประเภท คือ

1. **เหฏฐิมสงสาร** คือ โลกเบื้องต่ำ ซึ่งมีอยู่ 4 ภูมิ ได้แก่ นรก เปรต อสุรกายและสัตว์เดรัจฉาน
2. **มัชฌิมสงสาร** คือ โลกเบื้องกลาง มีอยู่ 7 ภูมิ คือ มนุสสภูมิและเทวภูมิ 6
3. **อุปริมสงสาร** คือ โลกเบื้องสูง เป็นที่อยู่ของรูปพรหมผู้ได้บรรลุรูปฌานสมาบัติตั้งแต่ปฐมฌานเป็นต้นไป

ปรโลกตกอยู่ในกฎของไตรลักษณ์

ปรโลกเป็นสถานที่หมุนเวียนให้สรรพสัตว์ทั้งหลายที่ประกอบกุศลกรรม และอกุศลกรรม ได้วนเวียนไปมา ตามแต่อกุศล และกุศลที่ได้สั่งสมไว้ครั้งเป็นมนุษย์ เป็นกฎธรรมชาติที่ไม่มีผู้ใดหลีกเลี่ยงไปได้ มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และเสื่อมสลายไปในที่สุด

สถานที่ตั้งของปรโลกอยู่ในภพ 3

1. ที่ตั้งปรโลกฝ่ายสุดดี หมายถึง สถานที่ที่ดี ที่ใครได้อยู่แล้วย่อมเป็นสุข เป็นสถานที่ที่สัตว์โลก ที่ประกอบกรรมดีจะไปถือกำเนิดใหม่หลังจากตายแล้ว ได้แก่

1. มนุสสภูมิ มี 1 ภูมิ
2. เทวภูมิ มี 6 ภูมิ
3. รูปภูมิ มี 16 ภูมิ
4. อรูปภูมิ มี 4 ภูมิ

2. ที่ตั้งปรโลกฝ่ายทุกดี หมายถึง สถานที่ที่เต็มไปด้วยความทุกข์ ที่สัตว์โลกซึ่งทำกรรมชั่วจะไปถือกำเนิดใหม่หลังจากละโลกนี้ไปแล้ว การแบ่งภูมิต่าง ๆ ในทุกดีอาจเปรียบได้กับการแบ่งแดนต่าง ๆ ในเรือนจำ ซึ่งแบ่งแดนกักขังนักโทษตามความหนักเบาของโทษแต่ละคน ได้แก่

1. นิรยภูมิ ตั้งอยู่ที่เขตรัฐภูมิ 8 ชุมใหญ่ (มหานรก)
2. ดิรัจฉานภูมิ อยู่ภพเดียวกับมนุษย์
3. เปตติวิสัยภูมิ อยู่ในชอกเขตรัฐภูมิ มี อยู่ซ้อนทับกับภูมิมนุษย์ก็มี
4. อสุรกายภูมิ อยู่ในชอกเขตรัฐภูมิ มี อยู่ซ้อนทับกับภูมิมนุษย์ก็มี

การเดินทางไปสู่ปรโลก ลักษณะของอารมณ์ก่อนตายของผู้จะเดินทางไปสู่ปรโลก

1. กรรมมารมณ เป็นอารมณ์ของกรรมที่ตนเคยทำไว้มาปรากฏให้เห็นในขณะที่จิตกำลังใกล้ตาย

2. กรรมนิमितตารมณ เป็นอุปกรณ์ที่ตนใช้กระทำดีหรือชั่วในอดีตมาปรากฏให้เห็น

3. คตินิมิตตารมณ เป็นนิमितต่าง ๆ ที่จะบ่งบอกถึงภพภูมิที่ตนจะต้องไปเกิด

เตรียมความพร้อมก่อนเดินทางไปสู่ปรโลก ด้วยการสั่งสมบุญ

บุญ คือ พลังงานบริสุทธิ์ชนิดหนึ่งที่เกิดขึ้นในใจ ทุกครั้งที่ตั้งใจจะละชั่ว ทุ่มเททำความดี และกลั่นใจให้ใส มีผลทำให้คุณภาพของจิตดีขึ้น สูงขึ้น คุณสมบัติของบุญมี 2 ประการ คือ

1. สามารถสะสมได้ 2. สามารถอุทิศให้ผู้ล่วงลับได้แม้อยู่ในที่ไกลถึงต่างภพ

สั่งสมบุญด้วยการทำทาน คือ การให้ เพื่อขจัดความตระหนี่ของผู้ให้ และเพื่อสงเคราะห์ผู้รับ

สั่งสมบุญด้วยการรักษาศีล คือ ความเป็นปกติของมนุษย์ เป็นคุณธรรมที่ทำให้เป็นมนุษย์ ที่เรียกว่า **มนุษยธรรม**

สั่งสมด้วยการทำภาวนา การทำสมาธิเจริญภาวนาเป็นความดีขั้นสูงสุด เมื่อใจสงบจะพบกับความสว่างที่เรียกว่า ปัญญา และจะสามารถมองเห็นสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริงได้

การพิสูจน์ปรโลก

วิธีการพิสูจน์ มีอยู่ 2 วิธีใหญ่ คือ 1) พิสูจน์ตอนมีชีวิตอยู่ด้วยพุทธรวิธี 2) พิสูจน์ตอนตาย ซึ่งการพิสูจน์แบบพุทธรวิธีนั้นทำได้ด้วยการเจริญสมาธิภาวนาตามแบบพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ทำให้บรรลุคุณวิเศษ ที่เรียกว่าวิชา 3 อันประกอบด้วย

1. ปุพเพนิวาสานุสติญาณ คือ ความรู้ที่ทำให้สามารถระลึกชาติในอดีตได้

2. จุตูปปาตญาณ คือ ความรู้ที่ทำให้รู้การเวียนว่ายตายเกิดของสัตว์โลก

3. อาสวักขยญาณ คือ ปัญญาหยั่งรู้ที่ปราบกิเลสอาสวะให้หมดสิ้นไป

บทที่ 2 อบายภูมิ

1. **นिरยภูมิ หรือ โลกนรก** หมายถึง โลกที่ไม่มีความสุขสบาย เป็นปรโลกฝ่ายหุคตภูมิ ที่มีโทษแห่งการกระทำอกุศลหนักที่สุดในบรรดาอบายภูมิทั้งหลาย ซึ่งโลกนรกประกอบด้วย

มหานรก หมายถึง นรกขุมใหญ่ เป็นนिरยภูมิที่มีขนาดใหญ่ที่สุด และมีโทษหนักที่สุด ตามลำดับขุม ตั้งอยู่ที่เขาพระสุเมรุ ที่มีเขาตรีภูมิรองรับอยู่ มหานรกจะตั้งอยู่ที่เขาตรีภูมิอีกชั้นหนึ่ง มีทั้งหมด 8 ขุม ดังนี้

ขุมที่ 1 สัตว์วิมพานรก หมายถึง มหานรกที่ไม่มีวันตาย อายุ 500 ปีนรก (1 วัน 1 คีตนรก = 9 ล้านปีมนุษย์) บุพกรรม เพราะทำกรรมปาณาติบาตเป็นส่วนมาก

ขุมที่ 2 กาศสุดตมมหานรก หมายถึง มหานรกด้ายดำ อายุ 1,000 ปีนรก (1 วัน 1 คีตนรก = 36 ล้านปีมนุษย์) บุพกรรม เพราะทำกรรมลักทรัพย์เป็นส่วนมาก

ขุมที่ 3 สังฆาฏมมหานรก หมายถึง มหานรกที่ถูกภูเขาเหล็กบดขยี้ร่างกาย อายุ 2,000 ปีนรก (1 วัน 1 คีตนรก = 144 ล้านปีมนุษย์) บุพกรรม เพราะประพฤติดีในกามเป็นส่วนมาก

ขุมที่ 4 โรจรัมมหานรก หมายถึง มหานรกที่เต็มไปด้วยเสียงร้องระงมครวญครางอย่างน่าเวทนา อายุ 4,000 ปีนรก (1 วัน 1 คีตนรก = 576 ล้านปีมนุษย์) บุพกรรม เพราะประกอบวจีกรรมชั่วเป็นส่วนมาก

ขุมที่ 5 มหาโรจรัมมหานรก หมายถึง มหานรกที่เต็มไปด้วยเสียงร้องระงมครวญคราง อายุ 8,000 ปีนรก (1 วัน 1 คีตนรก = 2,304 ล้านปีมนุษย์) บุพกรรม เพราะชอบเสพสุรา ยาเสพติด ต่าง ๆ เป็นส่วนมาก

ขุมที่ 6 ตาปนมหานรก หมายถึง มหานรกที่ทำให้เร่าร้อน อายุ 16,000 ปีนรก (1 วัน 1 คีตนรก = 9,216 ล้านปีมนุษย์) บุพกรรม เพราะทำกรรมเกี่ยวกับการพนันเป็นส่วนมาก

ขุมที่ 7 มหาตาปนมหานรก หมายถึง มหานรกที่เต็มไปด้วยความเร่าร้อนอย่างมากมาย อายุครึ่งอันตรกัป บุพกรรม เพราะเป็นนักเลงอบายมุข ชอบเที่ยวกลางคืน

ขุมที่ 8 อเวจีมหานรก หมายถึง มหานรกที่ปราศจากคลื่น อายุประมาณ 1 อันตรกัป บุพกรรม เพราะทำกรรมหนัก คือ ฆ่าบิดา ฆ่ามารดา ฆ่าพระอรหันต์ ทำสงฆ์ให้แตกกัน และทำพระพุทธเจ้าให้ห่อพระโลหิต

อุสสทนรก (นรกขุมบริวาร)

คือ นรกที่เป็นขุมบริวาร มีขนาดเล็กกว่ามหานรก และ การทัณฑ์ทรมานเบากว่า มหานรก ขุมหนึ่ง ๆ จะมีอุสสทนรกตั้งอยู่โดยรอบทั้ง 4 ทิศ ทิศละ 4 ขุม รวมเป็น 16 ขุม โดยอุสสทนรกทั้ง 4 ขุมในแต่ละทิศ มีชื่อเรียกเหมือนกัน ต่างกันเพียงความหนักเบา ดังนี้

ขุมที่ 1 คุณนรก คือ นรกอุจจาระเน่า

ขุมที่ 2 กุกกุพนรก คือ นรกขี้เถ้าร้อน

ขุมที่ 3 อสิปัตตนรก คือ นรกป่าไม้ดาบ

ขุมที่ 4 เวตรณีนรก คือ นรกแม่น้ำเค็มมีหนามหวาย

เมื่อสัตว์นรกได้ถูกลงทัณฑ์ทรมานในอุสสทนรกเป็นระยะเวลาที่ยาวนานมาก จนกระทั่งกรรมเบาบางแล้ว ก็ต้องไปตัดสินคดีในยมโลกต่อไป

ยมโลกนรก เป็นสถานที่วินิจฉัยบุญบาปของสัตว์นรก และลงโทษสัตว์นรกที่มาจากมหานรก ผ่านอุสสทนรกมายังยมโลก นอกจากนี้ยังเป็นสถานที่ตัดสินบุญบาปของผู้ที่ตายจากเมืองมนุษย์ที่มีลักษณะของใจที่ไม่หมองไม่ใสอีกด้วย เมื่อตัดสินแล้วก็จะส่งไปตามภพภูมิต่าง ๆ ยมโลกเป็นศูนย์กลางของการเชื่อมต่อระหว่างภพมนุษย์กับภูมิอื่น ๆ

เจ้าหน้าที่ในยมโลก ส่วนใหญ่เป็นกุมภัณฑ์ คือ ยักษ์ชนิดหนึ่ง อยู่บนสวรรค์ชั้นจาตุมหาราชิกา เป็นอดีตมนุษย์ที่มีนิสัยมักโกรธ แต่ก็ทำบุญด้วย เจ้าหน้าที่พวกนี้จะหมุนเวียนกันมาทำหน้าที่เป็นช่วง ๆ ดังนี้

พญาอมราช เป็นกุมภัณฑ์ชั้นดี มีหน้าที่วินิจฉัยบุญบาปของสัตว์นรก

สุวรรณเลขา เป็นกุมภัณฑ์ชั้นดี มีหน้าที่ตรวจบัญชีบุญที่ทำจากแผ่นดินทองคำ

สุวานเลขา เป็นกุมภัณฑ์ชั้นดี มีหน้าที่ตรวจบัญชีบาปที่ทำจากหนังสัตว์

ยมทูต มีหน้าที่ไปปรับตัวผู้หมดอายุขัยในโลกมนุษย์หรือรับผู้ที่มาจากอุสสทนรกมาสู่ยมโลก

เจ้าหน้าที่ยมโลกทั่วไป เป็นกุมภัณฑ์ทั่วไป มีหน้าที่ควบคุมสัตว์นรก และลงโทษสัตว์นรก

ยมโลกเป็นบริวารของมหานรก ซึ่งมหานรกแต่ละขุม มียมโลกล้อมรอบทิศละ 10 ขุม มีจำนวนทั้งหมด 320 ขุม มีชื่อเรียกแตกต่างกันตามลักษณะการทรมาน และมีชื่อเหมือนกันกับยมโลก 10 ขุม ในทิศอื่น และในขุมอื่น ๆ ยมโลก 10 ขุม มีชื่อเรียก ดังนี้

ขุมที่ 1 โลหกุมภินรก นรกหม้อเหล็กร้อน

ขุมที่ 2 สิมพลินรก นรกป่าไม้จ้าว

ขุมที่ 3 อสินขนรก สัตว์นรกมีรูปร่างพิกลพิการ

ขุมที่ 4 ตามโพทกนรก มีหม้อเหล็กต้มน้ำทองแดงอยู่มากมาย

ขุมที่ 5 อโยคุพนรก เต็มไปด้วยก้อนเหล็กแดงลุกเป็นไฟ

ขุมที่ 6 ปิสสกปัพพตนรก มีภูเขาใหญ่ตั้งอยู่ทั้ง 4 ทิศ กลิ้งบดสัตว์นรก

ขุมที่ 7 รุสนรก สัตว์นรกมีความหิวกระหายน้ำมาก

ขุมที่ 8 สิตโลสิตนรก เต็มไปด้วยน้ำเย็นยะเยือก

ขุมที่ 9 สุนัขนรก เต็มไปด้วยสุนัขนรก ซึ่งมี 5 พวกคือ 1) สุนัขนรกดำ 2) สุนัขนรกขาว 3) สุนัขนรกเหลือง 4) สุนัขนรกแดง 5) สุนัขนรกต่าง

ขุมที่ 10 ยันตปาสาณนรก มีภูเขา 2 ลูก กระแทกกันไม่หยุดหย่อน

โลกันตนรก (นรกขุมพิเศษ) อยู่นอกจักรวาลอยู่ระหว่าง โลกจักรวาล 3 โลก เปรียบเหมือนมีดอกบัว 3 ดอกมาชิดติดกัน จะเกิดช่องว่างตรงกลาง บริเวณช่องว่างในตรงกลางนั้นเรียกว่า โลกันตนรก บุญกรรม คือ เมื่อครั้งเป็นมนุษย์ เป็นคนประพฤติชั่วช้า ทำร้ายทรมานบิดามารดา หรือเป็นพวกมีจกาทิฏฐิ ไม่เชื่อนรก ไม่เชื่อสวรรค์ ทำบาปกรรมชั่วช้าเป็นประจำ อีกประการหนึ่ง เป็นคนปากกล้า ด่าว่าบิดามารดา ปู่ย่าตายาย พี่ชาย พี่สาว ด้วยคำเจ็บแสบ หรือพองุนโกรธ ขึ้นมาก็ด่าว่าไม่เลือกหน้าไม่ว่าจะเป็นผู้เฒ่าผู้แก่ แม่ผู้ทรงศีล เช่น สมณะ ชีพราหมณ์ พระภิกษุสงฆ์ สามเณร

2. เปตติวิสัยภูมิ คือ ที่อยู่ของเปรต อยู่ในใต้เขตรีกฎ แต่อยู่ในชอกเขตรีกฎ และยังมีเปรตบางประเภทที่อยู่ปะปนกับภพมนุษย์ด้วย โดยเปรตมีความเป็นอยู่อย่างหิวโหยอดอยาก อายุของเปรตนั้นไม่แน่นอน ขึ้นอยู่กับวิบากกรรมที่ตนกระทำ การเกิดเป็นเปรตกล่าวโดยรวม ๑ มี 2 ประเภท คือ

1. เปรตที่มาจากภูมิอื่น ๆ เช่น มาจากมหานรก อุตสนนรก ยมโลกแล้วจึงมาเป็นเปรต
2. เปรตที่มาจากภูมิมนุษย์ ซึ่งครั้งเป็นมนุษย์ มีความตระหนี่ มีความโลภเป็นเจ้าเรือน เมื่อตายแล้วก็มาเกิดเป็นเปรตทันที

ชนิดของเปรต มี 4 จำพวก คือ

1. ปรทัตตูปชีวิกเปรต เป็นเปรตที่เลี้ยงชีวิตอยู่โดยอาศัยอาหารที่ผู้อื่นให้โดยการเช่นไหว เป็นต้น เป็นเปรตพวกเดียวที่สามารถรับผลบุญที่บุคคลอื่นอุทิศไปให้ได้
 2. ขุปปีปาสิกเปรต เป็นเปรตที่อดอยากอยู่เป็นนิตย์
 3. นิชฌามัตถนิกเปรต เป็นเปรตที่ถูกไฟเผาให้เร่าร้อนอยู่เสมอ
 4. กาลกัญชิกเปรต เป็นเปรตในจำพวกอสุรกาย หรือเป็นชื่อของอสุรกายที่เป็นเปรต
- ซึ่งบรรดาพระโพธิสัตว์ทั้งหลาย นับตั้งแต่ได้รับพุทธพยากรณ์เป็นต้นไป จะเกิดเป็นปรทัตตูปชีวิกเปรตเท่านั้น เปรต 12 ตระกูล ได้แก่ วันตาสาเปรต กุณปะชาทาเปรต คุธขาทาเปรต อัคคิ-ชาลมุขาเปรต สุจิมุขาเปรต ตัณฑหาชิตาเปรต นิชฌามักกาเปรต สัพพังคาเปรต ปัพพตังคาเปรต อชครเปรต มหิทธิกาเปรต และเวมานิกเปรต

3. อสุรกายภูมิ ซึ่งเป็นสถานที่ปราศจากความร่าเริง อยู่ในใต้เขาสินธุ อยู่ในชอกเขาอีกชั้นหนึ่ง อยู่ในภูมิเดียวกับเปรต อกุศลกรรมที่ทำให้เกิดมาเป็นอสุรกาย คือ ความโลภ ความอยากได้ของผู้อื่นในทางมิชอบ

อสุรกายมีรูปร่างลักษณะคล้ายเปรต เวทนาที่ได้รับก็คล้ายคลึงกันมาก แม้แต่ที่อยู่อันเป็นที่ตั้งของภูมิอสุรกายก็อยู่ที่เดียวกัน คือ อยู่ใต้เขาสิเนรุ อยู่ในชอกเขาอีกชั้นหนึ่ง อยู่ในภูมิเดียวกับเปรต ความแตกต่างระหว่างเปรตกับอสุรกาย คือ เปรตต้องประสบทุกข์เวทนา เพราะความอดอยากอาหาร ส่วนอสุรกายต้องประสบทุกข์เวทนา เพราะความหิวกระหายน้ำ

4. ตีรัจฉานภูมิ คือ โลกของสัตว์ผู้ไปโดยขวาง หรืออีกนัยหนึ่ง คือ ขวางจากมรรคผลนิพพาน คือ ไม่สามารถบรรลุมรรคผลนิพพานในชาตินั้นได้ ซึ่งอาศัยอยู่ในโลกมนุษย์ เป็นโลกของสัตว์ที่มีความยินดีในเหตุ 3 ประการ ได้แก่ กามสัญญา รู้จักเสวยกามคุณ, โจรสัญญา รู้จักกินและนอน, มรณสัญญา รู้จักกลัวตาย แบ่งเป็น 4 ประเภท คือ

1. อปทตีรัจฉาน ไม่มีเท้า ไม่มีขาเลย ได้แก่ ปลา งู ไส้เดือน เป็นต้น
2. ทวิปทตีรัจฉาน มี 2 ขา ได้แก่ นก เป็ด ไก่ เป็นต้น
3. จตุปทตีรัจฉาน มี 4 ขา ได้แก่ ช้าง ม้า โค เป็นต้น
4. พหุปทตีรัจฉาน มีขามาก ได้แก่ กุ้ง แมงมุม ตะขาบ เป็นต้น

สัตว์ที่มาจากตีรัจฉานภูมินี้ ส่วนใหญ่มาจากกิเลสตระกูลโมหะ ส่วนอีกพวกหนึ่ง เมื่อพ้นกรรมจากนรกแล้ว เศษกรรมก็นำให้มาเป็นสัตว์ตีรัจฉาน

บทที่ 3

มhusสสภูมิ

มhusสสภูมิ หมายถึง ที่อยู่ของผู้มีใจสูง กล่าวคือ มีความรู้จักผิดชอบชั่วดี ฐานะบาป เข้าใจในสิ่งที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์ เข้าใจในสิ่งที่ควรและไม่ควร เป็นลูกของเจ้ามhus เป็นต้น

มhusสสภูมิ อยู่บนพื้นดินลอยอยู่กลางอากาศ ในระดับเดียวกับไหล่เขาพระสุเมรุ ตั้งอยู่ในทิศทั้ง 4 ของเขาพระสุเมรุ เรียกว่า ทวิป มีชื่อและที่ตั้ง ดังนี้ 1) ปุพพิเทททวิป (ตั้งอยู่ทิศตะวันออก) 2) อปรโคยานทวิป (ตั้งอยู่ทิศตะวันตก) 3) ชมพูทวิป (ตั้งอยู่ทิศใต้) 4) อุตตรกฐทวิป (ตั้งอยู่ทิศเหนือ)

อายุมนุษย์ ทวิปทั้ง 4 ในช่วงที่มีมนุษย์ต้นกัป ทุกทวิปมีอายุถึงอสงไขยปีทั้งสิ้น เพราะจิตใจของคนในสมัยนั้นมีกิเลสเบาบาง จึงเป็นเหตุให้อายุมนุษย์ยืนยาว ต่อมาเมื่อมนุษย์มีอกุศลจิตเกิดขึ้นทำให้อายุลดลงตามลำดับ มนุษย์ในอุตตรกฐทวิปจะคงที่อยู่ 1,000 ปี ปุพพิเทททวิปคงที่อยู่ 700 ปี อปรโคยานทวิปคงที่อยู่ 500 ปี ส่วนชมพูทวิปจะลดลงจนกระทั่งเหลือ 10 ปี

ก็เกิดการฆ่าฟันกันเองตลอด 7 วัน ในขณะนั้นจะมีมนุษย์บางกลุ่ม เริ่มประกอบกุศลอีกครั้ง ทำให้อายุขัยของมนุษย์เพิ่มขึ้นจนถึงอสงไขยปี

ลักษณะพิเศษ 3 ประการของมนุษย์ในชมพูทวีป คือ

1. สุรภาวะ มีจิตใจกล้าแข็งในการบำเพ็ญทาน ศีล ภาวนา
2. สติมั่นคง มีสติตั้งมั่นในคุณพระรัตนตรัย
3. พรหมจริยवास สามารถประพฤติพรหมจรรย์ คือ อุปสมบทได้

ซึ่งพระโพธิสัตว์ทั้งหลาย เลือกชมพูทวีปมาตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยมนุษย์แบ่งเป็น 4 จำพวกคือ

ประเภทที่ 1 บุคคลผู้มีตมามิตไป คือ บุคคลที่เกิดในตระกูลต่ำ มีปัจจัย 4 อย่างหายาบ และยังประพฤติผิดศีลผิดธรรม เมื่อละโลกไปแล้วไปเกิดในอบายภูมิ

ประเภทที่ 2 บุคคลผู้มีตมาสว่างไป คือ บุคคลที่เกิดในตระกูลต่ำ แต่มีความตั้งใจในการประกอบกุศลกรรมด้วยกาย วาจา ใจ อย่างต่อเนื่อง เมื่อละโลกนี้ไปก็ได้บังเกิดในสวรรค์

ประเภทที่ 3 บุคคลผู้สว่างมาแต่มีตไป คือ บุคคลที่เกิดในตระกูลสูง มีปัจจัย 4 อันประณีต แต่ประกอบอกุศลกรรม เมื่อตายไปก็บังเกิดในอบายภูมิ

ประเภทที่ 4 บุคคลผู้สว่างมาสว่างไป คือ มนุษย์ผู้ที่เกิดในตระกูลสูง มีปัจจัย 4 อันประณีต และได้ประกอบกุศลกรรมอย่างเต็มที่ เมื่อตายไปย่อมไปบังเกิดในสุคติโลกสวรรค์

เหตุที่ทำให้มาเกิดเป็นมนุษย์ คือ ศีล 5 ซึ่งเป็นคุณธรรมเบื้องต้นของการที่จะทำให้เกิดเป็นมนุษย์ หรือที่เรียกกันว่า มนุษยธรรม คือ ธรรมะที่ทำให้เป็นมนุษย์

บทที่ 4

เทวภูมิ

เทวภูมิ เป็นปรโลกฝ่ายสุคติ เป็นสถานที่อันเป็นที่อยู่ของผู้ที่เพิลิตเพลินยั้งในกามคุณ ทั้ง 5 อันเป็นทิพย์ เทวะมี 3 ประเภท คือ

1. อุปัตติเทวะ ได้แก่ เทวดาโดยกำเนิด
2. สมมติเทวะ ได้แก่ เทวดาโดยสมมติ
3. วิสุทธิเทวะ ได้แก่ เทวดาที่บริสุทธิ์หมดกิเลสแล้ว หมายถึง พระอรหันต์เท่านั้น

โดยคำแปลข้างต้น หมายถึง เฉพาะอุปัตติเทวะเท่านั้น

กลางบอกเหตุที่จะทำให้จตุตจจากสวรรค์ มีอยู่ 5 ประการ คือ 1) ดอกไม้ที่ประดับจะเหี่ยวแห้งลง 2) ภูเขาที่พื้หม่นหมองลงไปเรื่อย ๆ 3) มีหยาดเหงื่อออกจากรักแร้ทั้งสอง 4) ผิวพรรณก็จะเศร้าหมองลงไปเรื่อย ๆ และ 5) เทวดาไม่ยินดีในทิพอาสน์ของตนได้

เหตุให้ได้นามของชาวสวรรค์มีอย่างน้อย 5 ประการ ดังนี้ 1) เกิดขึ้นตามชื่อในขณะที่สังสมบุญ 2) เกิดตามกรรมที่ประพฤติ 3) เกิดตามวัตถุทานที่นำไปถวายสงฆ์ 4) เกิดตามบุญพิเศษที่ได้ทำครั้งเป็นมนุษย์ 5) เกิดขึ้นโดยตำแหน่ง

ลำดับการทำความดีของมนุษย์ 1) ทำความดีเพราะความกลัว 2) ทำความดีเพราะหวังสิ่งตอบแทน 3) ทำความดีเพราะหวังคำชม 4) ทำความดีเพื่อความดี

เทวภูมิมี 6 ชั้น ประกอบด้วย

จาตุมหาราชิกาเทวภูมิ เป็นสวรรค์ชั้นที่ 1 ในบรรดาสวรรค์ทั้ง 6 ชั้น ชั้นนี้จะมีหลากหลายมากที่สุด มีท้าวมหาราชทั้ง 4 เป็นผู้ปกครอง ตั้งอยู่ที่เขาสินธุ และเป็นเหมือนเมืองประเทศราชของสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ อายุ 500 ปีทิพย์ (9 ล้านปีมนุษย์)

นอกจากนี้ยังมีเทวดาชั้นต่ำที่มีวิมานอยู่บนพื้นดินที่มนุษย์อยู่ มีชื่อเรียกดังนี้ ภูมิเทวา เป็นเทวดาที่อาศัยอยู่บนพื้นมนุษย์ รุกขเทวา เป็นเทวดาที่อาศัยอยู่ตามต้นไม้ อากาศเทวา เป็นเทวดามีวิมานอยู่กลางอากาศ สูงจากพื้นดินประมาณ 1 โยชน์

สวรรค์ชั้นนี้ มีการเกิดถึง 4 แบบเรียงตามกำลังบุญจากมากไปน้อย

1. เกิดแบบโอปปาติกะ คือ การเกิดแบบไม่ต้องมีบิดามารดาเป็นแดนเกิด เกิดแล้วโตทันที เป็นพวกเทพบุตร เทพธิดา ชั้นสูง
2. สังเสทชะ คือ การเกิดในเหงื่อไคล น้ำหมักหมม การเกิดแบบนี้มีทั้ง ครุฑ นาค ยักษ์
3. ชลาพูชะ คือ การเกิดจากครรภ์มารดา มีการครองเรือนเหมือนมนุษย์
4. อัณฑชะ คือ การเกิดในฟองไข่ แล้วก็เป็นตัว

การปกครองของสวรรค์ชั้นจาตุมหาราชิกา

1. ท้าวธตรฐ (ตะวันออก) ปกครองเทวดา 3 พวก ได้แก่ คนธรรพ์ วิทยาธร กุมภัณฑ์
2. ท้าววิรูปหก (ทิศใต้) ปกครองพวกครุฑ
3. ท้าววิรูปักษ์ (ตะวันตก) ปกครองพวกนาค
4. ท้าวเวสสุวรรณหรือท้าวกุเวรมหาราช (เหนือ) ปกครองยักษ์ซึ่งเกิดได้ 3 แบบคือ โอปปาติกะ ชลาพูชะ และสังเสทชะ

สวรรค์ชั้นจาตุมหาราชิกา จัดอยู่ในภพภูมิ คือ ภพยังข้องเกี่ยวกับการเสพกามอยู่ในสวรรค์ชั้นนี้มีการเสพกามเช่นเดียวกับมนุษย์ แต่ที่มีความละเอียดอ่อนกว่า และการบริโภคกามแต่ละชั้นก็แตกต่างกัน การบริโภคกามของสวรรค์ชั้นนี้ ก็คล้ายมนุษย์และมีน้ำเป็นที่สุด

ดาวดึงส์เทวภูมิ

เป็นสวรรค์ชั้นที่ 2 ผู้ปกครองภพ คือ ท้าวสักกเทวราช หรือพระอินทร์ มีความหมาย 2 นัย นัยหนึ่ง มีความหมายว่า เป็นที่เกิดของบุคคล 33 คน ส่วนอีกนัยหนึ่ง มีความหมายว่าเป็นพื้นดินที่ปรากฏเป็นครั้งแรกก่อนพื้นดินส่วนอื่น เพราะภูมินี้อยู่ บนยอดเขาสิเนรุ มีพระธาตุจุฬามณีเป็นบุญสถานอันศักดิ์สิทธิ์ อายุ 1,000 ปีทิพย์ (36 ล้านปีมนุษย์)

เมื่อละโลกไปแล้ว หากไปเกิดบนสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ถ้าไปเกิดบนแท่นบรรทมจะเป็นภรรยา ถ้าเกิดข้างแท่นบรรทมจะเป็นพนักงานภูษามาลา ถ้าเกิดบริเวณวิมานก็เป็นบริวาร และถ้าเกิดเป็นบุตร ก็จะมานอนหนุนตัก

การบริโภคคาม ยังคงเป็นแบบมนุษย์ มีน้ำเป็นที่สุด แต่มีการเกิดแบบเดียว คือ แบบโอปปาติกะ

ยามาเทวภูมิ

หมายถึง ที่อยู่ของเทวดาที่มีความสุขอันเป็นทิพย์ หรืออีกความหมายหนึ่ง คือ เป็นที่อยู่ของเทวดาซึ่งมีท้าวสุยามาเทวราชเป็นผู้ปกครอง อายุ 2,000 ปีทิพย์ (144 ล้านปีมนุษย์) สวรรค์ชั้นนี้ สูงกว่ายอดเขาสิเนรุ 42,000 โยชน์ ไม่มีดวงอาทิตย์ ดวงจันทร์ เพราะที่ตั้งอยู่เหนือวงโคจรของดวงอาทิตย์ และดวงจันทร์ เทวดาจะรู้วันรู้คืนได้ต้องดูจากดอกไม้ทิพย์ ถ้ากำลังบานก็แสดงว่าเป็นเวลาเช้า ถ้าดอกไม้หุบแสดงว่าเป็นเวลาเย็น

การบริโภคคาม ไม่มีการเสพเมถุน เพียงแค่สัมผัสกอดรัดกัน ไม่มีการเกิดแบบขลาปุชะ อณฑชะ สังเสทชะ มีแต่การเกิดแบบโอปปาติกะอย่างเดียว

ดุสิตาเทวภูมิ

มีความพิเศษกว่าสวรรค์ทุกชั้น เนื่องจากเป็นที่ประทับของพระบรมโพธิสัตว์ทั้งหลาย อยู่เหนือสวรรค์ชั้นยามา 42,000 โยชน์ อายุ 4,000 ปีทิพย์ (576 ล้านปีมนุษย์) มีวิมานของท้าวสันต-ดุสิตเป็นศูนย์กลางของสวรรค์ แล้วก็แบ่งออกเป็น 4 เขต ดังนี้

เขตที่ 1 เป็นที่อยู่ของพระอริยเจ้า พระโสดาบัน พระสกิทาคามี

เขตที่ 2 เป็นที่อยู่ของนิยตโพธิสัตว์ คือ ได้รับพยากรณ์จากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและจะได้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างแน่นอน

เขตที่ 3 เป็นที่อยู่ของอนิยตโพธิสัตว์ คือ ยังไม่ได้รับพยากรณ์จากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ยังต้องสร้างบารมีอีกมาก

เขตที่ 4 เป็นที่อยู่ของเทพทั่วไปที่มีกำลังบุญถึง

โครงสร้างของวิมาน มีอยู่ 3 ส่วนหลัก คือ ถ้าทำทานมากส่วนฐานล่างจะใหญ่โต ถ้ารักษาศีลมากส่วนกลางจะใหญ่โต ถ้าทำภาวนามากส่วนบนก็จะใหญ่โต

เหตุที่เหล่าพระบรมโพธิสัตว์ท่านเลือกสวรรค์ชั้นนี้ มีอย่างน้อย 3 ประการ คือ 1) อายุทิพย์ ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป 2) สามารถจุติลงมาได้ตามใจปรารถนา 3) สนทนาธรรมได้ตามอัธยาศัย

การบริโภคราก ไม่มีการเสพเมถุน เพียงแค่สัมผัสกอดรัดกันแบบหลวม ๆ คล้ายแบบเพื่อน แต่คิดแบบภรรยาสามี และมีการเกิดแบบโอปปาติกะเพียงอย่างเดียว

นิมมานรดีเทวภูมิ

เป็นภูมิที่เทวดามีความสุขความเพลิดเพลินในกามคุณทั้ง 5 ที่ตนเนรมิตได้ตามปรารถนา หรืออีกความหมายหนึ่ง คือ ที่อยู่ของเหล่าเทวดา ผู้มีท้าวสุณิมิตเป็น ผู้ปกครอง อายุ 8,000 ปีทิพย์ (2,304 ล้านปีมนุษย์) อยู่เหนือสวรรค์ชั้นดุสิต 42,000 โยชน์

การบริโภคราก ไม่มีการเสพเมถุนแบบมนุษย์ เพียงแค่สัมผัส จับมือ ตะแคง แล้วมีความพึงพอใจด้วยกันทั้งสองฝ่าย และมีการเกิดแบบโอปปาติกะเพียงอย่างเดียว

ปรนิมมิตวสวัตตีเทวภูมิ

เป็นภูมิที่เทวดามีความสุขในกามคุณทั้ง 5 เป็นอย่างยิ่ง โดยมีเทวดาองค์อื่นเนรมิตให้ตามความปรารถนา หรืออีกนัยหนึ่ง คือ ที่อยู่ของเหล่าเทวดาผู้มีท้าวปรนิมมิตวสวัตตีเทวราชเป็น ผู้ปกครอง อยู่เหนือสวรรค์ชั้นนิมมานรดี 42,000 โยชน์ อายุ 16,000 ปีทิพย์ (9,216 ล้านปีมนุษย์)

การบริโภคราก ไม่มีการเสพเมถุนแบบมนุษย์ ไม่มีน้ำเป็นที่สุด เพียงแค่มองตากันเฉพาะผู้ที่ต้องการจะเป็นภรรยาสามีกัน แล้วก็มี ความพึงพอใจกันทั้งสองฝ่าย สามารถอธิษฐานรวมวิมานกันได้ และมีการเกิดแบบโอปปาติกะเพียงอย่างเดียว

พรหมภูมิ

พรหมภูมิ หรือ พรหมโลก คือ ภพที่อยู่ของรูปพรหม อยู่สูงขึ้นไปกว่าเทวภูมิ กล่าวคือ สูงกว่าสวรรค์ชั้นปรนิมมิตวสวัตดี ขึ้นไปอีก 5 ล้าน 5 แสน 8 พันโยชน์ มีทิพยสมบัติที่ประณีตกว่าในเทวภูมิ

พรหม คือ ผู้ที่มีความเจริญอยู่ด้วยคุณพิเศษ มีฌาน เป็นต้น รูปร่างไม่ปรากฏว่าเป็นหญิงหรือชาย เพราะไม่มีกามฉันทะอย่างหยาบ หมดความจำเป็นในการบริโภคอาหาร ด้วยเหตุว่ามีฌานสมบัติเป็นอาหาร สรีระร่างกายและใบหน้ากลมเกลี้ยงสวยงามมาก มีรัศมีสว่างไสวกว่ารัศมีของพระอาทิตย์และพระจันทร์หลายพันเท่า มองดูไม่รู้เลยว่าเป็นส่วนรอยต่อของอวิยะ ระดับชั้นของรูปพรหม มีดังนี้

ปฐมฌานภูมิ 3 เป็นสถานที่อยู่ของผู้ที่ได้ปฐมฌาน ตั้งอยู่ในพื้นที่ระดับเดียวกัน

1. พรหมปาริสาชชาภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมที่ได้ปฐมฌานอย่างสามัญ อายุ 21 อัตรกัป ไม่มีอำนาจพิเศษ เป็นบริวารของมหาพรหม
2. พรหมบุโรหิตาภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมที่ได้ปฐมฌานอย่างกลาง อายุ 32 อัตรกัป พรหมชั้นนี้เป็นบุโรหิตหรือเป็นที่ปรึกษาของมหาพรหม
3. มหาพรหมาภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมที่ได้ปฐมฌานอย่างแก่ อายุ 1 มหากัป และยังเป็นที่อยู่ของท้าวสหัมบดีพรหม ซึ่งเป็นผู้ทูลอาราธนาให้พระพุทธองค์ทรงแสดงธรรมโปรดเวไนยสัตว์อีกด้วย

การจัดแบ่งสถานที่อยู่ของพรหม คือ พรหมที่มีบุญมาก จะอยู่ที่ศูนย์กลางภพ ส่วนพรหมที่มีกำลังฌานรองลงไปจะอยู่ถัดออกไปโดยรอบ สำหรับการจัดแบ่งสถานที่อยู่ของพรหมในทุติย-ฌานภูมิและตติยฌานภูมิก็ใช้หลักการเดียวกันนี้

ทุติยฌานภูมิ 3 เป็นสถานที่อยู่ของผู้ที่ได้ทุติยฌาน ตั้งอยู่ในพื้นที่ระดับเดียวกัน สูงขึ้นไปกว่าชั้นปฐมฌาน

4. ปริตตภาภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมที่ได้ทุติยฌานอย่างอ่อน อายุ 2 มหากัป
5. อัปพมาณาภาภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมที่ได้ทุติยฌานอย่างกลาง มีรัศมีหาประมาณมิได้ อายุ 4 มหากัป
6. อาภัสสรภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมที่ได้ทุติยฌานอย่างแก่ มีประกายรุ่งโรจน์แห่งรัศมีนานาแสง อายุ 8 มหากัป

ตติยฌานภูมิ 3 เป็นสถานที่อยู่ของผู้ที่ได้ตติยฌาน ตั้งอยู่ในพื้นที่ระดับเดียวกัน สูงขึ้นไปกว่าชั้นทุติยฌาน

7. ปริตตสุภาภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมที่ได้ตติยฌานอย่างอ่อน มีรัศมีรวมกันอยู่เป็นวงกลม อายุ 16 มหากัป

8. อัปป์มาณสุภาภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมที่ได้ตติยฌานอย่างกลาง มีรัศมีสวยงามหาประมาณมิได้ อายุ 32 มหากัป

9. สุภิกขณหาภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมที่ได้ตติยฌานอย่างแก่ มีรัศมีสวยงามตลอดทั่วร่างกาย อายุ 64 มหากัป

จตุตถฌานภูมิ 7 เป็นสถานที่ที่อยู่ของผู้ที่ได้จตุตถฌาน ตั้งอยู่ในพื้นที่ระดับเดียวกัน สูงขึ้นไปกว่าชั้นตติยฌาน

10. เวหิปผลาภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมที่มีผลแห่งฌานอย่างไพบุลย์ คือ เป็นผลของกุศลที่มีนกงไม่หวั่นไหวเป็นพิเศษ อายุ 500 มหากัป

11. อสัณฺณิสัตตาภูมิ เป็นสถานที่ที่อยู่ของพรหมที่ไม่มีนามชั้นชั้น มีแต่รูปชั้นชั้น คือ ดับความรู้สึกข้างนอกหมด แต่กิเลสยังไม่ได้ดับ เรียกอีกอย่างว่า **พรหมลูกฟัก** จัดว่าเป็นอาภัพสัตว์ คือ ไม่สามารถตรัสรู้ได้ในชาตินั้น อายุ 500 มหากัป

สุทธาวาสภูมิ 5 เป็นที่อยู่ของผู้ที่ได้บรรลุเป็นพระอริยเจ้าชั้นอนาคามี มีกำลังอินทรีย์แก่ขึ้นตามลำดับ แบ่งออกเป็น 5 ชั้น

12. อวิหาสุทธาวาสภูมิ มี สัทธินทรีย์แก่กล้า อยู่จนครบอายุขัยจึงจุติ อายุ 1,000 มหากัป สำหรับพรหมชั้นสูงที่เหลืออีก 4 ชั้น อาจไม่ได้อยู่จนครบอายุขัย มีการจุติได้ก่อน

13. อตปฺปาสุทธาวาสภูมิ มีวิริยินทรีย์แก่กล้า อายุ 2,000 มหากัป

14. สุทฺธสสุทธาวาสภูมิ มีสตินทรีย์แก่กล้า บริบูรณ์ด้วยจักษุทั้งหลาย อายุ 4,000 มหากัป

15. สุทฺธสิสุทธาวาสภูมิ มีสมาธินทรีย์แก่กล้า มีทั้งปสาทจักษุ ทิพยจักษุ ปัญญาจักษุ มีกำลังมากกว่าสุทฺธสพรหม แต่ธัมมจักษุมีกำลังเสมอกัน อายุ 8,000 มหากัป

16. อภินิฏฐสุทธาวาสภูมิ มีปัญญินทรีย์แก่กล้า รูปพรหมชั้นที่ 1 ถึงชั้นที่ 4 ในสุทธาวาสภูมิ ขณะที่ยังไม่เป็นพระอรหันต์ เมื่อจุติในชั้นของตนแล้วจะเลื่อนไปบังเกิดในชั้นสูงขึ้นไป ไม่เกิดซ้ำภูมิหรือไม่เกิดในภูมิต่ำกว่า แต่สำหรับอภินิฏฐพรหมจะไม่ไปบังเกิดในภูมิอื่น จะต้องปรินิพพานในภูมินี้อย่างแน่นอน

อภินิฏฐสุทธาวาสภูมิ มีปูชนียสถานสำคัญแห่งหนึ่ง คือ **ทุสสเจติย์** ที่บรรจุเครื่องฉลองพระองค์ของเจ้าชายสิทธัตถะ โดยฌกัการพรหมได้นำเอาเครื่องบริขารทั้ง 8 ถวาย แต่เจ้าชายสิทธัตถะ และรับเอาเครื่องฉลองพระองค์ไปบรรจุไว้ สุทธาวาสภูมิ 5 จะมีขึ้นเมื่อมีพระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นเท่านั้น

อย่างไรก็ดี การมีชีวิตที่ยืนยาวอยู่บนพรหมโลก กลับเป็นการตัดโอกาสตนเองในการลงมาสั่งสมบุญบารมีในเมืองมนุษย์ พรหมในหลาย ๆ ชั้นหมดโอกาสได้พบพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในสังสารวัฏอยู่ร่ำไป จนกว่าจะได้พบพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ฟังธรรมบุญบารมีเต็มเปี่ยม จึงจะหลุดพ้นจากทุกข์ได้

บทที่ 6

อรุปรพรมภุมิ

อรุปรพรมภุมิ คือ ภพที่อยู่ของอรุปรพรม สูงกว่าอกนิฏฐสุทธาวาสภุมิขึ้นไปอีก 5 ล้าน 5 แสน 8 พันโยชน์ มีทิพยสมบัติทั้งหลายที่มีความสวยงามประณีตกว่าในรูปภพมากมาย หลายเท่า

อรุปรพรมมีกายอันสวยงาม ประณีตกว่าอรุปรพรม ฌานที่บังเกิดขึ้นเรียกว่า **อรุปรฌาน** เป็นฌานที่มีความมั่นคงไม่หวั่นไหว พรหมชนิดนี้จัดว่าเป็น **อภัพพัตว์** ไม่สามารถมาตรัสรู้ได้ในชาตินั้น

ระดับชั้นของอรุปรพรม

มีทั้งหมด 4 ชั้น แบ่งตามระดับความแก่อ่อนของกำลังฌาน ดังนี้

1. อากาธานัญญาตณภุมิ คือ ภุมิสำหรับผู้บรรลุนิพพานจากอากาธานัญญาตณฌาน เป็นผู้เกิดจากฌานที่อาศัยอากาศไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์ อายุ 20,000 มหากัป
2. วิญญาณัญญาตณภุมิ คือ ภุมิสำหรับผู้บรรลุนิพพานจากวิญญาณัญญาตณฌาน เป็นผู้เกิดจากฌานที่อาศัยวิญญาณไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์ อายุ 40,000 มหากัป
3. อากิญจัญญาตณภุมิ คือ ภุมิสำหรับผู้บรรลุนิพพานจากอากิญจัญญาตณฌาน เป็นผู้เกิดจากฌานที่อาศัยความว่างยิ่งกว่าอากาศ (อวกาศ) เป็นอารมณ์ อายุ 60,000 มหากัป

อาหารดาบส กาลามโคตร เมื่อละโลกมาแล้วก็บังเกิดเป็นอรุปรพรมในชั้นนี้

4. เหนสัณฺฐานาสัณฺญาตณภุมิ คือ ภุมิสำหรับผู้บรรลุนิพพานจากเหนสัณฺฐานาสัณฺญาตณฌาน เป็นผู้เกิดจากฌานที่อาศัย ความรู้สึกหนึ่งสนิท มีแต่สัณฺญาอย่างละเอียดเป็นอารมณ์ อายุ 84,000 มหากัป

อุททกดาบส รามบุตร เมื่อละโลกแล้วก็มาบังเกิดเป็นอรุปรพรมในชั้นนี้

อรุปรพรมมีอายุขัยยืนยาวนานมาก จึงยากที่จะมีโอกาสได้พบพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โอกาสที่จะหลุดพ้นจากวัฏสงสารยากมากกว่าอรุปรพรมหลายเท่านี้ จึงได้ชื่อว่าเป็นอภัพพัตว์ เมื่อถึงคราวหมดบุญ จากอรุปรพรมแล้ว ก็ยังต้องมาเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสารต่อไปอีก

บทที่ 7

โลกุตรภูมิ

โลกุตรภูมิ คือ ภูมิหรือชั้นที่พ้นจากภพ 3 คือ กามภพ รูปภพ อรูปภพ หมายถึง ระดับจิตของพระอริยบุคคลที่พ้นจากกิเลสโดยเด็ดขาดตามลำดับ และรวมถึงอมตมหานิพพานด้วย ได้แก่ มรรค 4 ผล 4 และนิพพาน 1 หรือเรียกว่า โลกุตรธรรม 9

ปุถุชน คือ ผู้ที่ยังหนาแน่นด้วยกิเลส

อริยบุคคล คือ ผู้ไกลจากกิเลส มีโสดาปัตติมรรค เป็นต้น

อนุสัย คือ กิเลสที่แฝงตัวนอนเนื่องอยู่ในสันดาน

สังโยชน์ คือ กิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ หรือธรรมที่มัดใจสัตว์ไว้กับทุกข์ มี 10 ประการ

โสดาบันโลกุตรภูมิ คือ ภูมิพ้นจากภพ 3 ชั้นที่ 1 จัดเป็นทักขิไณยบุคคลหนึ่งใน 8 จำพวกปิดอบายได้อย่างเด็ดขาด ซึ่งพระโสดาบันสามารถละสังโยชน์เบื้องต่ำได้ 3 ชนิด คือ สักกายทิฏฐิ คือ ความเห็นเป็นเหตุถือตัวตน วิจิกิจฉา คือ ความสงสัยในพระรัตนตรัย และ สิลัพพตปรามาส คือ ความยึดมั่น

พระโสดาบัน มี 3 ประเภทคือ

1. **เอกพีธีโสดาบัน** จะเกิดเพียงชาติเดียว แล้วก็บรรลुरुหัตผล ปรีณิพพาน

2. **โกลังโกลโสดาบัน** จะเกิดมาอีกเพียง 2 - 3 ชาติเท่านั้น แล้วก็บรรลुरुหัตผล ปรีณิพพาน

3. **สัตตักขัตตุปรมโสดาบัน** คือ จะเกิดอีกไม่เกิน 7 ชาติ แล้วก็บรรลुरुหัตผล ปรีณิพพาน

สกิทาคามีโลกุตรภูมิ คือ ภูมิพ้นจากภพ 3 ชั้นที่ 2 จะเกิดอีกเพียงชาติเดียว นอกจากจะสามารถละสังโยชน์เบื้องต่ำได้ 3 ชนิดเหมือนพระโสดาบันแล้ว ยังสามารถละสังโยชน์เบื้องต่ำได้อีก 2 ชนิดที่เหลือ ได้แก่ กามราคะ คือ ความพอใจในกาม และปฏิฆะ คือความ กระทบกระถังทางใจ ให้เบาบางลง ความบริสุทธิ์ ก็จะมีมากขึ้นตามลำดับ มี 5 ประเภทคือ

1. ผู้ถึงพระสกิทาคามีในมนุษย์โลก แล้วไปอุบัติในเทวโลก แล้วกลับมาบรรลุเป็นพระอรหันต์ในมนุษย์โลก

2. ผู้ถึงพระสกิทาคามีในมนุษย์โลก แล้วบรรลุพระอรหัตผลในมนุษย์โลก

3. ผู้ถึงพระสกิทาคามีในมนุษย์โลก แล้วบรรลุพระอรหัตผลในเทวโลก

4. ผู้ถึงพระสกิทาคามีในเทวโลก แล้วบรรลุพระอรหัตผลในเทวโลก

5. ผู้ถึงพระสกิทาคามีในเทวโลก แล้วบรรลุพระอรหัตผลในมนุษย์โลก

อนาคามีโลกุตรภูมิ คือ ภูมิที่พ้นจากภพ 3 ชั้นที่ 3 จะไม่กลับมาเกิดในกามภูมิอีก และสามารถละอนุสัยได้เด็ดขาดเพิ่มอีก 2 ชนิด จากพระโสดาบัน และพระสกิทาคามี ได้แก่ กามราคะ

นุสัย คือ ความยินดีพอใจในกาม ปฏิฆานุสัย คือ การติดอยู่ในความไม่พอใจในอารมณ์ที่มากระทบ เมื่อละโลกแล้วจะเกิดในพรหมชั้นสุทธาวาส แบ่งเป็น 5 ประเภทคือ

1. **อันตรารปรีหิพพายี** สำเร็จเป็นพระอรหันต์ และดับขันธุ์เข้าสู่พระนิพพานภายในครั้งแรกของพรหมสุทธาวาส

2. **อุพหัจจปรีหิพพายี** สำเร็จเป็นพระอรหันต์ และดับขันธุ์เข้าสู่พระนิพพาน ภายในครั้งหลังของพรหมสุทธาวาส

3. **อสังขารปรีหิพพายี** คือ สำเร็จเป็นพระอรหันต์อย่างสะดวกสบาย ไม่ต้องใช้ความเพียร มาก ก็ดับขันธุ์เข้าสู่พระนิพพาน

4. **สสังขารปรีหิพพายี** สำเร็จเป็นพระอรหันต์ในภพนั้น โดยต้องใช้ความเพียรพยายามอย่างแรงกล้าจึงจะดับขันธุ์เข้าสู่พระนิพพาน

5. **อุทธังโสโตกนิฏฐคามิ** จะบังเกิดในพรหมสุทธาวาสชั้นต่ำสุด คือ ชั้นวิหาสุทธาวาส จากนั้นจึงจุติในพรหมสุทธาวาสในชั้นสูงขึ้นไปตามลำดับ คือ อตปปา สุตัสสา สุตัสสี แล้วสำเร็จเป็นพระอรหันต์ในอกนิฏฐพรหม

อรหัตโลกุตรภูมิ คือ ภูมิที่พ้นจากภพ 3 ชั้นสูงสุด เป็นผู้ควรแก่การบูชา สามารถกำจัดกิเลสที่ยังเหลืออยู่ในสันดานได้หมด และสามารถละสังโยชน์เบื้องสูงอีก 5 ชนิด คือ รูปราคะ คือ ความพอใจในรูปฌาน อรูปราคะ คือ ความพอใจในอรูปฌาน, มานะ คือ ความถือตัว, อุทัจจะ คือ ความฟุ้งซ่านแห่งจิต และอวิชชา คือ ความไม่รู้ตามความเป็นจริง

พระอรหันต์ผู้เป็นอริยบุคคลอันสูงสุดในพระพุทธานุศาสนานั้น แบ่งออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ ประเภทที่ 1 เจโตวิมุตติ คือ การหลุดพ้นจากกิเลส ด้วยอำนาจสมณะนำหน้า และประเภทที่ 2 ปัญญาวิมุตติ การหลุดพ้นจากกิเลส ด้วยอำนาจวิปัสสนาหน้า

บทที่ 8 นิพพาน

ในพระไตรปิฎกปรากฏมีพุทธวจนะของพระบรมศาสดายืนยันว่า นิพพานมีอยู่จริง โดยปรมัตถสัจจะที่สามารถถูกต้องได้ด้วยกาย (ธรรมกายและนามกาย)

นิพพาน หมายถึง ความสงบ ว่างเปล่าจากขั้นห้าและกิเลสอาสวะอันเป็นเหตุแห่งทุกข์ทั้งปวง แบ่งนิพพานธาตุ 2 ประเภท ตามคัมภีร์อิติวุตตกะ ได้แก่

1. **สอุปาทิเสสนิพพานธาตุ** ได้แก่ นิพพานยังมีเบญจขันธ์เหลือ หมายถึง ดับกิเลส แต่ยังมีเบญจขันธ์เหลือ ได้แก่ นิพพานของพระอรหันต์ผู้ยังมีชีวิตอยู่ ตรงกับคำว่า กิเลสปรินิพพาน (ดับกิเลสสิ้นเชิง)

2. **อนุปาทิเสสนิพพานธาตุ** ได้แก่ นิพพานไม่มีเบญจขันธ์เหลือ หมายถึง ดับกิเลสไม่มีเบญจขันธ์เหลือ ได้แก่ นิพพานของพระอรหันต์เมื่อสิ้นชีวิต ตรงกับคำว่า ชันธปรินิพพาน (ดับขันธ์ 5 สิ้นเชิง)

ข้อสรุปในส่วนของภาคปฏิบัติมีดังนี้ อนุปาทิเสสนิพพาน คือ สถานที่อันเป็นที่ประทับของพระพุทธเจ้า เรียกว่า आयตตนิพพาน ส่วนสอุปาทิเสสนิพพาน คือ พระพุทธเจ้าที่ประทับอยู่ในอายตตนิพพานนั้น เรียกว่า พระนิพพาน (คือ พระธรรมกายที่ประทับอยู่ ณ อายตนะนั้น)

คุณลักษณะที่น่าปรารถนาของนิพพาน

1. นิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง ไม่มีสุขอื่นที่ยิ่งกว่า (นิพพานัน ปรมํ สุขํ, นิพพาน สุขชา ปรํ นตถิ)
2. นิพพานเที่ยง ยั่งยืน มั่นคง ไม่แปรปรวน ไม่สูญหาย
3. นิพพานไม่ถูกปรุงแต่ง เพราะเว้นจากปัจจัยปรุงแต่ง คือ เว้นจากความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

การเตรียมตัวไปนิพพาน คือ การบำเพ็ญบารมีเพื่อไปนิพพานของท่านผู้รู้ 4 ประเภท คือ

1. พระสัมมาสัมพุทธเจ้าใช้ระยะเวลาอย่างน้อย 4 อสงไขย กับอีกแสนมหากัป อย่างสูงสุด 16 อสงไขย กับอีกแสนมหากัป แล้วแต่ประเภทของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อขนสรรพสัตว์ให้พ้นจากทุกข์ไปสู่นิพพาน

2. พระปัจเจกพุทธเจ้าใช้เวลา 2 อสงไขยกับอีกแสนมหากัป เพื่อต้องการตรัสรู้ธรรมด้วยพระองค์เอง แต่มิได้ขนสรรพสัตว์เข้าสู่นิพพาน

3. พระอัครสาวกชายชวาใช้เวลา 1 อสงไขยกับอีกแสนมหากัป ตรัสรู้ตามพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อช่วยพระพุทธรองค์ในการขนสรรพสัตว์เข้าสู่นิพพาน

4. พระอรหันตสาวกปกติ เช่น พระอสีติมหาสาวก เอตทัคคะผู้เป็นเลิศด้านต่าง ๆ พระอรหันต์ทั่วไป ใช้เวลาแสนมหากัป

คุณความดีอย่างยิ่งยวดที่ท่านผู้รู้เหล่านั้นบำเพ็ญมาในอดีตเพื่อเตรียมไปนิพพาน คือ บารมี 10 ได้แก่ ทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี ปัญญาบารมี วิริยบารมี ขันติบารมี สัจจบารมี อริชฌานบารมี เมตตาบารมี และอุเบกขาบารมี

ข้อปฏิบัติที่จะนำเราไปสู่พระนิพพาน คือ การภาวนาให้ตรงทางอริยมรรคมีองค์ 8 อันเป็น ทางปฏิบัติสายกลางนั่นเอง

GL 203
กฎแห่งกรรม

บทที่ 1

ความรู้เบื้องต้นเรื่องกฎแห่งกรรม

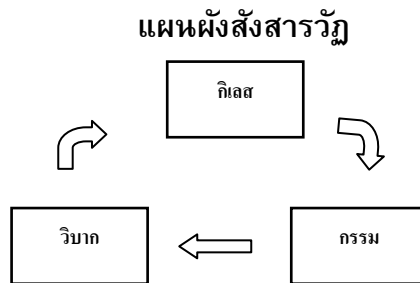
สังสารวัฏ หรือ วัฏสงสาร หรือวัฏวนแห่งชีวิต คือ วงจรชีวิตหลังความตายของสรรพสัตว์ที่เวียนว่ายตายเกิดไปสู่ปรโลกจากภพนี้ไปสู่ภพหน้าและภพต่อ ๆ ไป เวียนว่ายตายเกิดไปจนกว่ากิเลสจะหมด

กระบวนการที่ทำให้เกิดสังสารวัฏนั้น คือ

กิเลส แปลว่า ความเศร้าหมองที่ทำให้จิตใจขุ่นมัวไม่บริสุทธิ์

กรรม แปลว่า การกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจ ทั้งดีและชั่ว

วิบาก แปลว่า ผลที่เกิดขึ้นจากการกระทำ



พระพุทธองค์ ได้ทรงค้นพบวงจรสังสารวัฏในวันตรัสรู้ เพราะทรงบรรลุวิชชา 3 ได้แก่ ปุพเพนิวาสานุสติญาณ จุตูปปาตญาณ และอาสวักขยญาณ

กรรมและการให้ผลของกรรมเป็นอนิจจัง คือ เป็นเรื่องซับซ้อนไม่อาจแยกแยะได้ด้วยตาเปล่า หรือคิดค้นเดาด้วยสติปัญญา

คำนิยาม

1) อกุศล หมายถึง การกระทำที่ตั้งใจและไม่ตั้งใจ และไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

2) อกุศล หมายถึง การกระทำด้วยความประมาท ทำให้เดือดร้อนทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

3) อกุศล หมายถึง การทำความดี ยิ่งทำยิ่งสุขกายสุขใจ เป็นทางมาแห่งบุญ

4) อกุศล หมายถึง รู้ทั้งรู้ว่าผิดแล้วยังทำ อันเป็นทางมาแห่งบาปอกุศล

กฎแห่งกรรม คือ กฎแห่งการกระทำเป็นกฎแห่งเหตุและผล เป็นกฎของธรรมชาติ เป็นกฎเหล็กที่ครอบคลุมทุกสรรพชีวิตที่เวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ

เจตนา คือ กรรมที่เกิดทางกาย ทางวาจาและทางใจ ซึ่งกรรมทั้งหลายถูกเก็บสั่งสมรวมที่จิตวิญญาณ และมีเกณฑ์ตัดสินกรรมดี กรรมชั่ว ดังนี้

- 1) พิจารณาที่ผลสุดท้ายของการกระทำ
- 2) พิจารณาที่ต้นเหตุของการกระทำ

ลักษณะกรรมและการให้ผลของกรรม

- 1) กรรมดำมีวิบากดำ หมายถึง ผู้มีกุศลเจตนาก่อให้เกิดอกุศลกรรม
- 2) กรรมขาวมีวิบากขาว หมายถึง ผู้มีกุศลเจตนาก่อให้เกิดกุศลกรรม
- 3) กรรมทั้งดำทั้งขาว มีวิบากทั้งดำทั้งขาว หมายถึง ผู้มีทั้งกุศลเจตนา และอกุศลเจตนา ซึ่งกุศลเจตนาก่อให้เกิดกุศลกรรม ส่วนอกุศลเจตนาก่อให้เกิดอกุศลกรรม
- 4) กรรมไม่ดำไม่ขาว มีวิบากไม่ดำไม่ขาว เป็นไปเพื่อความสันกรรม หมายถึง พระอรหันต์ คือ ผู้ที่ละบุญบาปทำให้ท่านหลุดพ้นเข้าสู่พระนิพพาน

พระพุทธองค์ตรัสถึงการดับกรรมไว้ว่า ความดับแห่งกรรมย่อมเกิดขึ้น เพราะความดับแห่งผัสสะโดยอาศัยอริยมรรคมีองค์ 8 ประการ

มิจฉาทิฎฐิบุคคล แบ่งเป็น 3 กลุ่มใหญ่ คือ

- 1) **หัตถิกทิฎฐิ** เชื่อว่า ผลของกรรมไม่มี ชอบคิดหาเหตุผล ตี้อรรถ ทำตัวเป็นข้าศึกต่อพระอรหันต์
- 2) **อภิกิริยทิฎฐิ** เชื่อว่า บุญและบาปไม่มี ปฏิเสธกฎแห่งกรรมและศีลธรรมอย่างสิ้นเชิง
- 3) **อเหตุกทิฎฐิ** เชื่อว่า ไม่มีเหตุปัจจัยที่ทำให้ใจเศร้าหมองหรือบริสุทธิ์ ชีวิตเป็นไปตามดวง จึงไม่คิดพัฒนาตนด้วยกรรมดี

บทที่ 2

หลักกรรมของพระพุทธศาสนา

หลักกรรม สรุปได้ว่าทุกการกระทำ ไม่ว่าจะเป็นกรรมดีหรือกรรมชั่วล้วนให้ผลทั้งสิ้น พระสูตรที่กล่าวถึงกฎแห่งกรรมที่ชัดเจน คือ จูฬกัมมวิภังคสูตร ดังพุทธพจน์ต่อไปนี้คือ “สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน เป็นทายาทแห่งกรรม มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย กรรมย่อมจำแนกสัตว์ให้เลวและประณีตได้”

ในพุทธพจน์นี้มีถ้อยคำที่มีนัยสำคัญที่น่าสนใจอยู่หลายคำซึ่งจะขอนำมาขยายความเพิ่มเติม เพื่อให้ให้นักศึกษาได้เข้าใจยิ่งขึ้นดังนี้

เป็นทายาทแห่งกรรม หมายความว่า สัตว์ทั้งหลายเป็นเจ้าของกรรม

มีกรรมเป็นกำเนิด หมายความว่า คนเราเกิดมาเพราะยังมีกรรมอยู่
มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ หมายความว่า สิ่งที่ทำให้เราตกต่ำยำแย่หรือมีชีวิตที่ดี ก็คือกรรมที่เรา
ทำ

มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย หมายความว่า กรรมดีที่เราทำนั้นจะเป็นที่พึ่งของเราตลอดชีวิต
แม้ละโลกแล้วก็ยังเป็นที่พึ่งได้ และจะเป็นที่พึ่งตลอดไปทุกภพทุกชาติ

บทที่ 3

กรรมหมวดที่ 1 กรรมให้ผลตามหน้าที่

กรรมให้ผลตามหน้าที่ ภาษาบาลีเรียกว่า กิจจตุกะ มีอยู่ 4 ประเภท ดังนี้

1. **ชนกกรรม** หมายถึง กรรมที่ทำหน้าที่นำสัตว์ไปเกิดในภพภูมิต่าง ๆ การที่สัตว์โลก
จะเกิดขึ้นมาได้ ในภพ 3 เช่น สัตว์เดรัจฉาน มนุษย์ เทวดา เป็นต้น ย่อมเกิดขึ้นด้วยอำนาจแห่ง
ชนกกรรมทั้งสิ้น

ชนกกรรมจึงเป็นใหญ่ในการนำสัตว์ไปเกิด กรรมอื่นจะมาแทรกแซงแย่งทำหน้าที่ไม่ได้
เพราะชนกกรรมทำหน้าที่ตามลำพังในขณะนั้น เปรียบเสมือนมารดากำลังคลอดทารก ย่อมทำ
หน้าที่คลอดเพียงคนเดียว คนอื่นจะมาแย่งหน้าที่คลอดร่วมด้วยในขณะนั้นไม่ได้

2. **อุปถัมภ์ภกกรรม** หมายถึง กรรมที่ทำหน้าที่อุปถัมภ์ค้ำชูกรรมอื่น คือ การเข้าไปค้ำชู
กรรมของสัตว์ทั้งหลายที่เกิดในภพภูมิต่าง ๆ ให้ได้รับความทุกข์และความสุขตามสมควรแก่กรรม
ของตน เช่น ถ้าชนกกรรมแต่งให้สัตว์เกิดมาดี อุปถัมภ์ภกกรรมก็จะสนับสนุนให้ดียิ่งขึ้นไป แต่ถ้า
ชนกกรรมแต่งสัตว์ให้เกิดมาไม่ดี อุปถัมภ์ภกกรรมก็จะสนับสนุนหรือซ้ำเติมให้สัตว์ยำแย่ หรือทุกข์
ยิ่งขึ้นไปอีก

3. **อุปปีพกกรรม** หมายถึง กรรมที่ทำหน้าที่บีบคั้น ตัดรอนผลของกรรมอื่นที่มีสภาพ
ตรงกันข้ามกับตน เช่น ถ้าชนกกรรมทำให้เกิดมาดี อุปถัมภ์ภกกรรมก็สนับสนุนให้สัตว์นั้นดียิ่งขึ้น
แต่อุปปีพกกรรมจะทำหน้าที่บีบคั้นเบียดเบียนสัตว์นั้นให้ลำบากตกต่ำ แต่หากว่าชนกกรรมแต่ง
สัตว์ให้เกิดมาไม่ดีและอุปถัมภ์ภกกรรมก็เข้าสนับสนุนซ้ำเติมให้สัตว์นั้นตกต่ำและลำบากยิ่งขึ้น
ในขณะที่อุปปีพกกรรมจะเข้าไปสนับสนุนช่วยเหลือสัตว์นั้นให้มีความสุขความเจริญ

4. **อุปฆาตกรรม** หมายถึง กรรมที่มีหน้าที่เข้าไปตัดรอนกรรมอื่น ๆ ที่มีสภาพตรงกัน
ข้ามกับตนให้สิ้นลงอย่างเด็ดขาดในปัจจุบันทันด่วน จึงมีชื่อเรียกกรรมนี้อีกอย่างหนึ่งว่า
อุปัจเจกกรรม

อุปฆาตกรรมจึงเป็นปฏิปักษ์ หรือตรงข้ามกับชนกกรรมและอุปัตถัมภกกรรม แต่จะสนับสนุนอุปปีฬกรรม โดยจะทำหน้าที่เข้าไปตัดรอนชนกกรรมและอุปัตถัมภกกรรม เช่น ชนกกรรมชักนำให้มาเกิดเป็นมนุษย์ผู้สมบูรณ์พร้อม อุปัตถัมภกกรรมก็สนับสนุนให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป แต่อุปฆาตกรรมจะเข้าทำการตัดรอน เช่น ทำให้ล้มจม หรือเสียชีวิต เป็นต้น

ความแตกต่างกันของอุปปีฬกรรมกับอุปฆาตกรรม คือ อุปปีฬกรรมจะค่อย ๆ เบียดเบียนอย่างช้า ๆ ไม่รวดเร็วฉับพลัน ส่วนอุปฆาตกรรม จะตัดรอนเด็ดขาดในปัจจุบันทันด่วน ไม่ช้าเหมือนอุปปีฬกรรม

บทที่ 4

กรรมหมวดที่ 2 กรรมให้ผลตามลำดับ

กรรมให้ผลตามลำดับนี้ ภาษาบาลีเรียกว่า ปากทานปริยายจตุกะ มีอยู่ 4 ประเภท ดังนี้

1. **ครุกรรม** หมายถึง กรรมที่กำลังแรงมากหรือกรรมที่หนักมาก ให้ผลแก่ผู้เป็นเจ้าของกรรมเป็นลำดับแรก โดยกรรมอื่น ๆ ไม่สามารถขวางกั้นการให้ผลของครุกรรมได้ แบ่งออกเป็น 2 ฝ่าย คือ

ครุกรรมฝ่ายอกุศลกรรม มี 2 ชนิด ได้แก่

1. **นิตยมิจฉาทิฏฐิกรรม** คือ การที่มีความเห็นผิดอย่างแรงกล้า มี 3 อย่าง คือ นัตถิกิฏฐิ อเหตุกิฏฐิ อภิริยาภิฏฐิ

2. **อนันตริยกรรม** คือ กรรมหนัก 5 ประการ คือ มาตุฆาต ปิตุฆาต อรหันตฆาต โลหิตุปบาทและสังฆเภท

มาตุฆาต และปิตุฆาต หมายถึง มารดาและบิดาผู้ให้กำเนิดเท่านั้น ซึ่งไม่ว่าผู้ฆาจะทราบหรือไม่ทราบว่าผู้ที่ตนฆาหรือใช้ให้คนอื่นไปฆานั้น เป็นมารดาหรือบิดาของตนก็ตาม ก็จัดเป็นอนันตริยกรรมทั้งสิ้น ซึ่งมีเงื่อนไขอยู่ว่าทั้งผู้ฆาและมารดาหรือบิดาจะต้องเป็นมนุษย์ด้วยกันทั้งสองฝ่าย จึงจะเป็นอนันตริยกรรม

อรหันตฆาต แม้ท่านจะบรรลุเป็นพระอรหันต์แต่ยังไม่ได้บวชก็จัดเป็นอนันตริยกรรม ไม่ว่าจะฆาหรือฆาหรือไม่ก็ตาม ทั้งผู้ให้ฆาและผู้ถูฆาก็ถือว่าได้ทำอนันตริยกรรมด้วยกันทั้งสองฝ่าย ซึ่งมีเงื่อนไขอยู่ว่าในการฆานั้น ผู้ฆาและพระอรหันต์ที่ถูกฆาจะต้องเป็นมนุษย์ด้วยกันทั้งสองฝ่าย จึงจัดเป็นอนันตริยกรรม

โลหิตุปบาท คือ การทำร้ายพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ให้พระโลหิตห้อในพระวรกาย ทั้งนี้เป็นเพราะพระวรกายของพระพุทธองค์เป็น **อเททกาย** คือ เป็นพระวรกายที่ไม่แตกทำลายด้วยคนอื่น

ในขณะที่ทรงพระชนม์ชีพอยู่ เว้นไว้แต่พระพุทธรูปทรงมีพุทธานุญาตให้กระทำเพื่อรักษา แม้ว่า จะมีผู้ประทุษร้ายพระองค์ด้วยอาวุธหรือวิธีการใด ๆ ก็จะมีเพียงอาการห่อพระโลหิตเท่านั้น ซึ่งก็ ถือว่าเป็นอนันตริยกรรม

สังฆเภท คือ การกระทำที่ทำให้พระภิกษุแตกกัน ผู้กระทำจะต้องเป็นพระภิกษุเท่านั้น ซึ่งการสังฆเภทจะสมบูรณ์ได้ก็ต่อเมื่อกระทำเหตุครบ 5 ประการ คือ

1. กัมเมนะ คือ การกล่าวยุยงให้พระภิกษุสงฆ์แยกออกกระทำสังฆกรรมอีกกลุ่มหนึ่งต่างหาก

2. อุทเทสเณะ คือ การกล่าวยุยงให้พระภิกษุสงฆ์แยกออกไปสวดพระปาติโมกข์อีกกลุ่มหนึ่งต่างหาก

3. โวหารันโต คือ การกล่าวเภทกรวัตถ์ทั้ง 18 ประการ

4. อนุสาวเนนะ คือ การกล่าวให้ภิกษุถือลัทธิของตนซึ่งเป็นลัทธิที่ผิดจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

5. สลากัคคาเหนะ คือ การกล่าวตู่พระพุทธรูป

จากการกระทำเหตุ 5 ประการทำให้มีภิกษุแยกออกจากสงฆ์ คือ 9 รูปก็ดี หรือเกินกว่า 9 รูปก็ดี ไปทำสังฆกรรมต่างหาก ในกรณีเช่นนี้ได้ชื่อว่าแตกแยกออกจากกัน และพระภิกษุที่เป็นตัวการในเรื่องนี้ ย่อมได้ชื่อว่ากระทำสังฆเภท ต้องอนันตริยกรรม

แต่ถ้าในกรณีที่ภิกษุทั้งหลายที่ได้รับการยุยงจากภิกษุผู้มุ่งจะทำสังฆเภทแล้ว ไม่ได้เชื่อถ้อยคำและทำตามพระภิกษุผู้มุ่งจะทำสังฆเภท ไม่จัดเป็นอนันตริยกรรม

อนันตริยกรรมทั้ง 5 ประการนี้ มาตุฆาต ปิตุฆาต อรหันตฆาต และโลหิตุปบาท เป็นสาธารณอนันตริยกรรม คือ เป็นอนันตริยกรรมที่ทำได้ทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต ส่วนสังฆเภท เป็นอสาธารณอนันตริยกรรม คือ เป็นอนันตริยกรรมที่เฉพาะพระภิกษุเท่านั้น

อนันตริยกรรมทั้ง 5 ประการนี้ มีเรียงลำดับจากโทษหนักไปเบาได้ดังนี้ สังฆเภท (โทษหนักสุด) โลหิตุปบาท อรหันตฆาต มาตุฆาตและปิตุฆาต กรณีทำทั้งมาตุฆาตและปิตุฆาตจะดูว่าบิดาหรือมารดา ใครมีศีลมากกว่า แต่หากมีศีลเท่ากัน มาตุฆาตจะมีโทษหนักกว่าเพราะมารดามีคุณมากกว่าเนื่องจากต้องรักษาครรภ์นานกว่าจะคลอดออกมา

ครุกรรมฝ่ายกุศลกรรม คือ กรรมที่เป็นบุญหนัก มหัคคตกุศล 9 ประการ ได้แก่ รูปกุศล 5 ประการ และอรูปกุศล 4 ประการ โดยที่มหัคคตกุศลทั้ง 9 ประการนี้ เกิดจากการบำเพ็ญสมถกรรมฐาน

2. **อาสันนกรรม** หรือ ยथाสันนกรรม หมายถึง กรรมที่บุคคลได้กระทำไว้แล้วในเวลาใกล้จะตาย หรือกรรมที่ระลึกถึงในเวลาใกล้ตาย ซึ่งมีลำดับการให้ผลเป็นที่ 2 รองจากครุกรรม

3. **อาจิณณกรรม** คือ กรรมที่กระทำอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำหรือทำบ่อย ๆ ทั้งทางกาย ทางวาจาและทางใจ เมื่อทำบ่อย ๆ ก็จะกลายเป็นอาจิณณกรรม บางครั้งอาจเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า **พหุลกรรม** อาจิณณกรรมนี้ให้ผลเป็นลำดับที่ 3 ถัดจากครุกรรม และอาสันนกรรม

4. **กัตตตากรม** หรือ **กฏัตตาวาปนกรรม** คือ กรรมที่แต่ละคนได้กระทำมาแล้วทั้งในอดีตชาติและในปัจจุบันชาติ ซึ่งยังไม่ถึงขั้นเป็นครุกรรม อาสันนกรรม และอาจิณณกรรม เป็นเพียงกรรมที่ผู้กระทำไม่มีเจตนา หรือไม่ได้มีความตั้งใจที่จะกระทำ จึงไม่ส่งผลรุนแรงเท่ากับการกระทำที่มีเจตนาแรงกล้า

บทที่ 5

กรรมหมวดที่ 3 กรรมให้ผลตามกาลเวลา

การให้ผลของกรรมตามกาลเวลา ภาษาบาลีเรียกว่า **ปากกาลจตุกะ** มีอยู่ 4 ประเภท ดังนี้

1. **ทิฏฐุธรรมเวทนียกรรม** หมายถึง กรรมที่ให้ผลในปัจจุบัน คือ ให้ผลในชาติเป็นกรรมที่ให้ผลรวดเร็วเป็นปัจจุบันทันด่วน เป็นกรรมที่ให้ผลทันตาเห็น ถ้าไม่ได้ให้ผลในปัจจุบันชาตินี้ ก็จะกลายเป็นอโหสิกรรม ทิฏฐุธรรมเวทนียกรรมเกิดจากเจตนาที่ประกอบอยู่ในปฐมชวนจิตดวงที่ 1 มี 2 ประเภท ได้แก่

1. **ปรีภักกทิฏฐุธรรมเวทนียกรรม** กรรมที่บันดาลให้ได้รับผลในปัจจุบันชาตินี้ทันที ภายใน 7 วัน

2. **อปรีภักกทิฏฐุธรรมเวทนียกรรม** คือ กรรมที่บันดาลให้ได้รับผลหลังจากที่ทำได้แล้วเกิน 7 วัน

2. **อุปัชชเวทนียกรรม** หมายถึง กรรมที่ให้ผลในชาติหน้า เป็นกรรมที่บุคคลกระทำแล้วย่อมได้รับผลแห่งกรรมที่ตนทำไว้ในชาติหน้าอย่างแน่นอน และเป็นกรรมที่เกิดด้วยอำนาจเจตนาที่อยู่ในชวนจิตดวงที่ 7

3. **อปรปริยายเวทนียกรรม** หมายถึง กรรมที่ให้ผลในชาติต่อ ๆ ไป คือ ตั้งแต่ชาติที่ 3 เป็นต้นไปเกิดด้วยอำนาจของเจตนากรรมในชวนจิตดวงที่ 2 ถึงดวงที่ 6

4. **อโหสิกรรม** คือ กรรมที่ให้ผลเสร็จแล้ว หรือเป็นกรรมที่รอให้ผลอยู่ แต่ไม่มีโอกาสให้ผล หากว่าล่วงเลยเวลาในการให้ผลก็จะเป็นอโหสิกรรมไป คือ เลิกให้ผล เพราะไม่มีโอกาสให้ผลได้ทั้งอดีต ปัจจุบัน และอนาคต

บทที่ 6

ทฤษฎีเรื่องการล้างบาปในพระพุทธรศาสนา

ศาสนาคริสต์ มีผู้นับถือมากเป็นอันดับหนึ่งของโลก เป็นศาสนาเทวนิยม (Monotheism) มีความเชื่อเรื่องการนับถือพระเจ้าองค์เดียว คือ ยะโฮวาห์ (Jehovah) เป็นผู้ทรงสร้างทุกสรรพสิ่งในสากลจักรวาล มีพิธีกรรมที่สำคัญในเรื่องการล้างบาปดังนี้

พิธีรับศีลล้างบาป หรือศีลจุ่ม (Baptism) คือ พิธีกรรมที่ทำเมื่อตอนเป็นทารก หรือเมื่อเข้าเป็นคริสตศาสนิกชน เพราะเชื่อว่ามนุษย์มีบาปติดตัวมาทุกคน จึงต้องทำพิธีชำระล้างบาปที่ติดมา แต่กำเนิด กระทำเพียงครั้งเดียวเมื่อเข้าเป็นคริสตศาสนิกชน ศีลนี้สำคัญที่สุด ผู้ใดไม่ได้รับศีลล้างบาป จะไม่ได้ชีวิตนิรันดร

พิธีศีลแก้บาป (Penance) คือ พิธีสารภาพบาปที่ตนทำไว้แก่บาทหลวง

ศาสนาพราหมณ์-ฮินดู เป็นศาสนาที่เก่าแก่มากที่สุดในโลกศาสนาหนึ่ง เป็นศาสนาพหุเทวนิยมนับถือพระเจ้าหลายองค์ แต่เทพผู้เป็นใหญ่มี 3 องค์ คือ พระพรหมผู้สร้างโลก พระศิวะผู้ทำลาย และพระวิษณุผู้รักษาสังต่าง ๆ ให้เป็นปกติ เทพทั้ง 3 องค์รวมกันเรียกว่าตรีมูรติ

ขั้นตอนพิธีกรรมการล้างบาปไม่ค่อยละเอียดนัก ทราบเพียงว่า ศาสนิกของศาสนาพราหมณ์ในสมัยก่อน ถือว่าการได้ลงอาบน้ำชำระกายในแม่น้ำคงคา เป็นการชำระมลทินก่อให้เกิดความบริสุทธิ์ เพราะถือว่าแม่น้ำคงคาเป็นแม่น้ำศักดิ์สิทธิ์ที่ไหลมาจากพระโอษฐ์ของพระพรหมหรือพระศิวะที่สถิตอยู่บนเขาไกรลาส

ศาสนาพุทธ เป็นศาสนาที่มุ่งสอนให้คนทุกคนมีความประพฤติดีงามทั้งกาย วาจา และใจ โดยมีเป้าหมายสูงสุด คือ การกำจัดกิเลสอาสวะให้หมดสิ้นไป โดยนัยนี้ถือว่าการล้างบาปในตัวอยู่แล้ว

พระพุทธรศาสนาปฏิเสธทฤษฎีที่ว่า บาปของคนหนึ่งจะตกทอดไปยังอีกคนหนึ่งได้ และปฏิเสธทฤษฎีที่ว่าบาปที่คนหนึ่งทำแล้วจะมีผู้หนึ่งผู้ใดมาไถ่ถอนให้ได้

วิธีการแก้ไขบาปที่เกิดจากการทำชั่วที่เรียกว่า การละลายบาป ก็คือ การตั้งใจทำความดีสั่งสมบุญให้มากเข้าไว้ ให้บุญกุศลนั้นมาเจือจางบาปลงไป มุ่งเน้นให้ผู้ประพฤติกระทำตนให้สะอาดบริสุทธิ์ทั้งกาย วาจา ใจ ด้วยการกำจัดกิเลสอาสวะ โดยปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์ 8

บทที่ 7

กรณีศึกษาเรื่องกฎแห่งกรรม

มนุษย์และสรรพสัตว์ทั้งหลายมีความแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับกรรมดีและกรรมชั่วที่ตนได้กระทำไว้ ซึ่งอาจแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท คือ

1. พวกที่หมดกิเลสแล้ว บุคคลพวกนี้ไปนิพพานและไม่ย้อนกลับมาเกิดอีก

2. พวกทำความชั่วเอาไว้มาก บุคคลพวกนี้ตายแล้วไปนรก และถูกทัณฑ์ทรมานเป็นเวลายาวนาน พอหมดกรรมก็กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก แต่เป็นมนุษย์ที่ไม่สมบูรณ์ เพราะยังมีเศษกรรมติดตัวมาและต้องรับเศษกรรมอีก

3. พวกทำความดีเอาไว้มาก บุคคลพวกนี้ตายแล้วไปสวรรค์ พอหมดกำลังบุญส่วนนั้น บุญส่วนที่ยังเหลืออยู่ก็ส่งให้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก เพราะยังไม่หมดกิเลส และเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์พร้อม

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่สอนเรื่องกรรมว่า สัตว์ทั้งหลายล้วนเป็นไปตามกรรม ดังกรณีศึกษาจาก Case Study ในโรงเรียนอนุบาลฝันในฝันวิทยาที่ทุกท่านคุ้นเคยเป็นอย่างดี

บทที่ 8

บทสรุปสาระสำคัญของกฎแห่งกรรมเชิงสัมพันธ

กฎแห่งกรรมกับหลักสัมมาทิฏฐิ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงรู้ว่าสรรพสัตว์ที่ยังประสบทุกข์อยู่เพราะมีความเห็นไม่ถูกต้อง ดังนั้นจึงทรงปลุกฝังให้มนุษย์มีความเห็นถูกต้องซึ่งเป็นเรื่องที่ส่งผลต่อการสร้างกรรมดีโดยตรง มีอยู่ 10 ประการ ได้แก่ การแบ่งปันสิ่งของให้ผู้อื่น การสงเคราะห์ช่วยเหลือกัน การยกย่องบูชาบุคคลที่มีคุณงามความดี กรรมดีกรรมชั่วที่ทำไปแล้วมี โลกนี้มี โลกหน้ามี สำนึกพระคุณของมารดาบิดามี การเกิดแบบโอปปาติกะมี สมณพราหมณ์ผู้ประพฤติดีปฏิบัติชอบมี

หลักกฎแห่งกรรม มีปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกฝ่ายพระสุตต ดังต่อไปนี้

จูปัทมมวิภังคสูตร ว่าด้วยกฎแห่งกรรม พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสถึงกฎแห่งกรรม ดังนี้ “สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน เป็นทายาทแห่งกรรม มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย กรรมย่อมจำแนกสัตว์ให้เลวและประณีตได้”

มหากัมมวิภังคสูตร ว่าด้วยกฎแห่งกรรม พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสถึงบุคคล 4 จำพวก
คือ

(1) บุคคลบางคนในโลกนี้ มีความเห็นผิดอยู่ในโลกนี้ เขาตายแล้ว ย่อมเข้าถึงอบาย ทุกคติ
วินิบาต นรก

(2) บุคคลบางคนในโลกนี้ มีความเห็นผิดอยู่ในโลกนี้ เขาตายไปแล้ว ย่อมเข้าถึงสุคติโลก
สวรรค์

(3) บุคคลบางคนในโลกนี้ มีความเห็นถูก เขาตายไปแล้ว ย่อมเข้าถึงสุคติโลกสวรรค์

(4) บุคคลบางคนในโลกนี้ มีความเห็นถูก เขาตายไปแล้ว ย่อมเข้าถึงอบาย ทุกคติ วินิบาต
นรก

โณลกสูตร ว่าด้วยการให้ผลของกรรม คือ บุคคลทำกรรมเช่นใด ย่อมเสวยผลกรรมนั้น
อย่างนั้น

สรุปสาระสำคัญของความรู้ความเข้าใจเรื่องกฎแห่งกรรม มีดังต่อไปนี้

1. ถ้ายังไม่หมดกิเลสต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสารอย่างไม่มีกำหนด
2. ยังมีวิบากกรรมทั้งดีทั้งชั่วอีกเป็นจำนวนมากนับไม่ถ้วนรอคิวส่งผล ฉะนั้นให้พยายาม
แก้ไขปัญหาด้วยวิธีการตามหลักไตรสิกขา
3. การมาเกิดเป็นมนุษย์อีกเป็นของยาก
4. ตั้งแต่ชาตินี้เป็นต้นไป จะต้องดำเนินชีวิตให้ได้ท่องเที่ยวอยู่ในสุคติภูมิอย่างเดี่ยวจนเข้าสู่
พระนิพพาน
5. ยึดมั่นในอุดมการณ์ชาวพุทธ คือ ละชั่ว ทำดี ทำใจให้ใส

GL 204

**ศาสตร์แห่งการเป็น
พระสัมมาสัมพุทธเจ้า**

บทที่ 1

ปฐมบทว่าด้วยศาสตร์แห่งการเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ศาสตร์แห่งการเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า หมายถึง

1. ระบบวิชาความรู้ที่ว่าด้วยความเป็นผู้ตรัสรู้ธรรมทั้งปวงด้วยพระองค์เองโดยชอบหรือโดยถูกต้อง
2. วิชาที่ว่าด้วยการประมวลเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
3. การศึกษาว่าทำอย่างไรจึงจะเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้

ความจริงเรื่องจักรวาล โดยสภาพความเป็นจริงของจักรวาลก็มีวัฏจักรของตัวเอง อันได้แก่ การเกิดขึ้น ตั้งอยู่และเสื่อมสลายไปในที่สุด ซึ่งหมุนเวียนไม่มีที่สิ้นสุด ดังนั้นเราจะเห็นว่า เรากำลังอยู่ในยุคขนาดใหญ่ ที่ต้องวนเวียนตายเกิดอย่างไม่รู้จบสิ้น

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงค้นพบความจริงที่ว่า สรรพสัตว์ทั้งหลายถูกกักขังวนเวียนอยู่ในภพทั้ง 3 อันเป็นยุคขังสรรพสัตว์ และทรงแนะแนวทางในการดับทุกข์ นำพาสรรพสัตว์ทั้งหลายให้หลุดพ้นจากการคุมขังในภพ 3 พ้นจากความทุกข์อันแสนทรมาณในการดำเนินชีวิตอยู่ในสังสารวัฏ

บทที่ 2

ธรรมชาติของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

พระพุทธรูป หมายถึง ความดีและคุณประโยชน์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ยิ่งใหญ่มาก จนทำให้ท้าวสักกเทวราชผู้ยิ่งใหญ่และเหล่าเทวาทั้งหลาย แม้แต่พรหมรวมทั้งมนุษย์ให้ความเคารพพระพุทธรูปได้แก่

1. พระวิสุทธิคุณ หมายถึง ความบริสุทธิ์ใจของพระพุทธรูปที่ปราศจากกิเลสทั้งปวง
2. พระปัญญาคุณ หมายถึง ความมีปัญญาที่ทรงรอบรู้ในธรรมทั้งปวง ที่เกิดจากการตรัสรู้ของ พระพุทธรูปเอง
3. พระกรุณาคุณ หมายถึง ความมีเมตตากรุณาที่คิดช่วยให้สรรพสัตว์ทั้งหลายให้พ้นทุกข์ โดยการสั่งสอนให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องโลกและชีวิตแก่สรรพสัตว์ทั้งหลาย

พุทธรูป 9 ประการ ประกอบด้วย

1. อรหุ แปลว่า ทรงเป็นผู้ห่างไกลจากกิเลส
2. สัมมาสัมพุทธโฆ แปลว่า เป็นผู้ตรัสรู้ชอบโดยพระองค์เอง ด้วยการอาศัยธรรมจักขุ

3. วิชาจรรณสัมปันโน แปลว่า เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ
 4. สุคโต แปลว่า ผู้เสด็จไปดีแล้ว คือ ไม่ทรงกลับมาสู่กิเลสอีก หรือผู้เสด็จไปเพื่อประโยชน์แก่ตนและผู้อื่น
 5. โลกวิทู แปลว่า ผู้รู้แจ้งโลก คือ ทรงรู้ทุกสิ่งทุกอย่างในภพ 3
 6. อนุตตโร ปุริสทัมมาสารถิ แปลว่า พระพุทธองค์ทรงเปรียบเสมือนสารถิผู้ฝึกสอนคนเป็นอย่างดี
 7. สัตถา เทวมนุสสานัง แปลว่า ทรงเป็นพระบรมครูของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย
 8. พุทฺโธ แปลว่า ทรงเป็นผู้รู้ คือ รู้แจ้งในสิ่งทั้งปวง ผู้ตื่น คือ ตื่นจากกิเลสอาสวะทั้งหลาย ผู้เบิกบาน คือ ทรงมีพระทัยผ่องแผ้วสะอาดบริสุทธิ์
 9. ภควา มีความหมาย 2 นัย คือ นัยที่ 1 ทรงเป็นผู้หักวัฏสงสาร คือ สามารถออกจากภพ 3 ไปสู่พระนิพพานได้ และนัยที่ 2 คือ ทรงเป็นผู้จำแนกธรรมทั้งหลายให้เห็นชัดเจน เข้าใจได้ง่าย
- พระสัมมาสัมพุทธเจ้า หมายถึง พระมหาบุรุษ ผู้ประกอบด้วยกายลักษณะมหาบุรุษอันมีพระธรรมกายซ่อนอยู่ภายใน เป็นผู้ห่างไกลจากกิเลส ผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เป็นครูของมนุษย์และเทวดา เป็นศาสดาเอกของโลก

การบังเกิดขึ้นของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นการยาก เพราะต้องเป็นผู้มีหัวใจยิ่งใหญ่สุดประมาณ มีความตั้งใจและมุ่งมั่นในการสร้างบารมีโดยไม่ท้อถอย เห็นภัยในวัฏสงสาร และต้องสร้างบารมีเป็นเวลายาวนานมาก นอกจากนี้ยังทำให้โลกได้ อนุตตริยะ คือ ได้สิ่งที่ยอดเยี่ยม 6 อย่าง ได้แก่

1. ทัสสนาอนุตตริยะ การเห็นยอดเยี่ยม คือ การเห็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
2. สวานาอนุตตริยะ การฟังยอดเยี่ยม คือ การได้ฟังพระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
3. ลาภานุตตริยะ การได้ยอดเยี่ยม คือ การได้ศรัทธาเชื่อในคุณของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
4. สิขานุตตริยะ การศึกษายอดเยี่ยม คือ การได้ฝึกตนตามไตรสิกขา
5. ปาจริยานุตตริยะ การรับใช้ยอดเยี่ยม คือ การได้รับใช้พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ด้วยการฝึกตนตามหลักไตรสิกขา
6. อนุสสตานุตตริยะ การหมั่นระลึกถึงยอดเยี่ยม คือ การหมั่นระลึกถึงพระคุณของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

พุทธเขต หรือเขตของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มีอยู่ 3 เขต ได้แก่

1. ชาติเขต คือ เขตที่ตรัสรู้

2. อาณาเขต คือ เขตแห่งอำนาจ เป็นสถานที่ที่อาณาภาพของพระปรีตรแผ่คุ้มครองแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายทั่วทั้งอาณาเขต
3. วิสัยเขต คือ เขตแห่งอารมณ์หรือความหวัง

เหตุที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ทรงอุบัติขึ้นพร้อมกัน เพราะ

1. ตรัสรู้ธรรมเดียวกันและเหมือนกันทั้งหมด
2. ทำให้พุทธบริษัท 4 แยกออกเป็น 2 ฝ่าย
3. แผ่นดินไม่อาจรองรับได้
4. ไม่ชื่อว่า เป็นบุคคลผู้ประเสริฐ เป็นเอกบุคคผล
5. เป็นสภาพปกติของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกพระองค์

กัปที่มีพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบังเกิดขึ้น

1. สุกุยกัป หมายถึง มหากัปที่ว่างเปล่าจากมรรคผลนิพพาน คือ ไม่มีพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบังเกิดขึ้นในโลก
2. อสุกุกัป หมายถึง มหากัปที่ไม่ว่างเปล่าจากมรรคผลนิพพาน คือ มีพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบังเกิดขึ้น ได้แก่ สารกัป (1 พระองค์) มัณฑกัป (2 พระองค์) วรกัป (3 พระองค์) สารมัณฑกัป (4 พระองค์) ภัทรกัป (5 พระองค์)

ประเภทของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

1. พระปัญญาธิกพุทธเจ้า คือ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ทรงมีปัญญาแก่กล้า มีระยะเวลาสร้างบารมี 20 อสงไขย กับอีกแสนมหากัป คือ ดำริในพระทัย 7 อสงไขย เปล่งวาจา 9 อสงไขย ได้รับความพยากรณ์ 4 อสงไขยกับแสนมหากัป
2. พระสัทธาธิกพุทธเจ้า คือ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ทรงมีศรัทธามาก มีระยะเวลาสร้างบารมี 40 อสงไขย กับอีกแสนมหากัป คือ ดำริในพระทัย 14 อสงไขย เปล่งวาจา 18 อสงไขย ได้รับความพยากรณ์ 8 อสงไขยกับแสนมหากัป
3. พระวิริยาธิกพุทธเจ้า คือ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ทรงมีความเพียรมาก มีระยะเวลาสร้างบารมี 80 อสงไขย กับอีกแสนมหากัป คือ ดำริในพระทัย 28 อสงไขย เปล่งวาจา 36 อสงไขย ได้รับความพยากรณ์ 16 อสงไขยกับแสนมหากัป

ความแตกต่างของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มีอยู่ 8 อย่าง คือ อายุ ปมาณ (ความสูง) ตระกูล ปธาน (การบำเพ็ญเพียร) รัศมียาน (พาหนะที่ทรงประทับในวันออกบวช) โพธิพฤกษ์ และ บัลลังก์ (ที่ประทับในวันตรัสรู้)

บทที่ 3

คุณสมบัติและคุณธรรมที่ทำให้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

พุทธการกธรรม คือ ธรรมที่ทำให้ได้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ธรรมอันบ่มพระโพธิญาณ ที่รู้จักกันโดยทั่วไป คือ คำว่า บารมี

บารมี หมายถึง การสร้างคุณความดีอย่างยิ่งยวด โดยเอาชีวิตเป็นเดิมพัน จนกระทั่งกลายเป็นนิสัยดี ๆ เข้าไปอยู่ในใจ ทำลายกิเลสให้หมดไปจากใจมี 3 ระดับ คือ บารมีอย่างต่ำเรียกว่า **บารมี** บารมีอย่างกลางเรียกว่า **อุปัชฌายะบารมี** และบารมีอย่างสูงสุดเรียกว่า **ปรมาตถบารมี** มีอยู่ทั้งหมด 10 ประการคือ

1. ทานบารมี คือ การให้สิ่งของต่าง ๆ ของตนแก่ผู้อื่น
2. ศีลบารมี คือ การรักษากาย วาจาให้เรียบร้อย สะอาดบริสุทธิ์
3. เนกขัมมบารมี คือ การออกบวช
4. ปัญญาบารมี คือ ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง
5. วิริยบารมี คือ ความเพียร ในการสร้างบารมีโดยไม่ย่อหย่อน
6. ขันติบารมี คือ ความอดทนอดกลั้น
7. สัจจบารมี คือ มีความจริงใจในสิ่งที่ตั้งใจทำ
8. อธิษฐานบารมี คือ การวางจุดหมายของตนไว้แน่นอน
9. เมตตาบารมี คือ ความรักและปรารถนาดีต่อสรรพสัตว์ทุกชีวิต
10. อุเบกขาบารมี คือ การวางใจเป็นกลาง

อริยาศัยของพระโพธิสัตว์

1. เนกขัมมฉฬสสัย หมายถึง มีความพอใจในการออกบวช
2. วิเวกฉฬสสัย หมายถึง มีความพอใจในที่เงียบสงัด
3. อโลภฉฬสสัย หมายถึง มีความพอใจในการบริจาค
4. อโทสชฉฬสสัย หมายถึง มีความพอใจในความไม่โกรธ
5. อโมหฉฬสสัย หมายถึง มีความพอใจในการทำลายโมหะ
6. นิสสรณฉฬสสัย หมายถึง มีความพอใจในการออกจากภพ

ธรรมสโมธาน เป็นคุณสมบัติพื้นฐานของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกพระองค์จะต้องมี ซึ่งมีทั้งหมด 8 ประการ คือ 1) เป็นมนุษย์ 2) เป็นชายแท้ 3) มีอริยาศัยพระอรหันต์อย่างแรงกล้า 4) ได้พบพระสัมมาสัมพุทธเจ้า 5) ได้บรรพชา 6) มีอภิญญาและฌานสมาบัติที่เชี่ยวชาญ 7) ได้ทำสิ่งที่เหนือกว่ามนุษย์ทั่วไป 8) มีความพอใจในพุทธภูมิ

พุทธภูมิธรรม เป็นลักษณะพิเศษสำหรับผู้ที่ปรารถนาพุทธภูมิ อันยิ่งใหญ่ 4 ประการคือ

1. อุตสาหะ คือ มีความเพียรติดแน่นในใจอย่างมั่นคง
2. อุมมัตตะ คือ มีปัญญาสอนตนเองและคนอื่นติดแน่นในใจอย่างมั่นคง
3. อวิฎฐานะ คือ มีการอธิษฐานจิตติดแน่นในใจอย่างมั่นคง
4. หิตจริยา คือ เป็นผู้มีเมตตาติดแน่นในใจอย่างมั่นคง

ลักษณะมหาบุรุษ 32 ประการ คือ สิ่งที่สุดยอดกว่าลักษณะทั้งปวง เป็นร่างกายที่ดีที่สุด มีลักษณะงดงาม มีอานุภาพมาก มีเรี่ยวแรงมากกว่ากายใด ๆ ในโลกนี้ และซ้อนกับพระธรรมกายภายในได้สนิทพอดี

บทที่ 4

ก่อนจะเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์ปัจจุบัน

พระโพธิสัตว์ คือ มนุษย์ธรรมดาคนหนึ่ง แต่ด้วยประสบการณ์และการสั่งสมบุญบารมีมาตลอดจากการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารนี้ จึงทำให้เกิดปัญญา เมื่อประสบเหตุการณ์สะตูดใจ จึงพินิจคิดว่า โลกใบนี้มีแต่ความทุกข์ที่ต้องวนเวียนอยู่อย่างไม่จบสิ้น จึงเกิดความคิดที่จะหลุดพ้นออกไปจากวัฏสงสารนี้ และจะไม่ไปลำพังพระองค์เดียว แต่จะพาสรรพสัตว์ทั้งหลายให้หลุดพ้นออกไปด้วย จากนั้นก็เร่งทำความเพียรสร้างความคิดเรื่อยมา ด้วยเหตุนี้จึงได้นามตามคุณธรรมว่า **พระโพธิสัตว์** แปลว่า สัตว์ผู้มุ่งการตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

น้ำใจพระโพธิสัตว์

อุปมาที่ 1 แม้ว่าจักรวาลจะหนาแน่นไปด้วยป่าไม้ที่มีหนามต้นแหลมคม ท่านก็จะเดินลุยไปด้วยเท้าเปล่าไปจนสุดปลายทาง

อุปมาที่ 2 แม้ว่าจักรวาลเต็มไปด้วยถ่านเพลิงที่ร้อนระอุ ท่านก็จะเดินลุยไปด้วยเท้าเปล่าไปจนสุดปลายทาง

อุปมาที่ 3 แม้จักรวาลเต็มไปด้วยภูเขาเหล็กถูกเป็นไฟ ระหว่างซอกเขาเต็มไปด้วยน้ำทองแดงเดือดพล่าน ท่านก็จะแหวกว่ายจนสุดหมื่นจักรวาล

ประเภทของพระโพธิสัตว์ มี 2 ประเภท คือ

1. อนิยตโพธิสัตว์ คือ พระโพธิสัตว์ที่ยังไม่ได้รับพุทธพยากรณ์ จากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ก่อนจึงยังไม่แน่ว่าจะได้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

2. นียตโพธิสัตว์ คือ พระโพธิสัตว์ที่ได้รับพุทธพยากรณ์ จากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ก่อนแล้ว ย่อมได้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแน่นอน

พระสมณโคดมสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงมีพระปัญญาแก่กล้าจะต้องสังขมบารมีทั้งหมด 20 อสงไขยกับอีกแสนมหากัป เริ่มจากดำริไว้ในใจ 7 อสงไขย ต่อมากลับบอกคนอื่น ต้องสร้างบารมีอีก 9 อสงไขย เมื่อได้สร้างบารมีมาอย่างต่อเนื่องจนได้คุณลักษณะพร้อมที่จะได้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็ได้รับพุทธพยากรณ์ และจะต้องสร้างบารมี 4 อสงไขยกับอีกแสนมหากัป

เมื่อพระโพธิสัตว์ได้รับการพยากรณ์จากพระที่บังกรสัมมาสัมพุทธเจ้าว่าในอนาคตจะได้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างแน่นอน ได้ยกฐานะจากอนิยตโพธิสัตว์เป็นนิตยโพธิสัตว์แล้ว พระองค์สามารถที่จะเป็นพระอรหันต์ได้เลย แต่ด้วยน้ำใจอันยิ่งใหญ่ที่ไม่ต้องการพันทุกข์เพียงคนเดียว พระองค์ยังคงสร้างบารมีอย่างเด็ดเดี่ยวต่อไป จนในพระชาติสุดท้ายที่เกิดเป็นพระเวสสันดร ทรงสร้างมหากาพย์อย่างยิ่งใหญ่ที่ทำให้พระสัมมาสัมโพธิญาณของพระองค์เต็มเปี่ยม แล้วพระองค์ก็ได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในพระชาติต่อมา

บทที่ 5

พุทธประวัติพระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์ปัจจุบัน ช่วงปฐมกาล

ช่วงปฐมกาล เป็นช่วงเวลาเริ่มต้นตั้งแต่พระโพธิสัตว์จุติลงมาจากสวรรค์ชั้นดุสิต ลงมายังชมพูทวีป เพื่อมาตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งก่อนที่ท่านจะจุติท่านได้พิจารณาปัญญามหาวิโลกนะ 5 ประการ คือ

ตรวจดูกาล คือ ตรวจดูอายุมนุษย์ในยุคนั้นว่าต้องอายุไม่เกินแสนปี และไม่ต่ำกว่าร้อยปี

ตรวจดูทวีป คือ พระองค์จะไม่เกิดในทวีปทั้ง 3 แต่จะเกิดในชมพูทวีปเท่านั้น

ตรวจดูประเทศ คือ ตรวจดูประเทศที่เหมาะสมจะเป็นถิ่นกำเนิดของพระองค์ คือ มัชฌิมประเทศ

ตรวจดูตระกูล โดยท่านจะเลือกมาเกิดในตระกูลสูงที่สุดในยุคนั้น

ตรวจดูพุทธมารดา คือ มีศีล 5 ไม่ขาดเลย และบำเพ็ญบารมีปรารถนาเป็นพุทธมารดา มาแสนกัป

เมื่อพระโพธิสัตว์ได้พิจารณาปัญญามหาวิโลกนะ 5 อย่างนี้แล้ว จึงได้จุติแล้วถือปฏิสนธิในพระครรภ์ของพระมหามายาเทวี ในการประสูติของพระองค์ยังโลกธาตุสะเทือนเลื่อนลั่น และยังมีสิ่งคู่บุญที่เกิดร่วมพระองค์ มีอยู่ด้วยกัน 7 สิ่งคือ พระนางพิมพา, เจ้าอานันทะ, ฉันทะอำมาตย์ กาลุทายีอำมาตย์, พญาม้ากัณฐกะ, ต้นมหาโพธิ์พฤกษ์ และขุมทรัพย์ทั้ง 4 ขุม

พระองค์ได้รับการเลี้ยงดูอย่างสะดวกสบาย ด้วยบุญญาธิการที่ทรงสั่งสมมานานแสนนาน แม้พระเจ้าสุทโธทนะพระราชบิดาจะทรงทำทุกวิถีทางที่จะเห็นยวรั้งเจ้าชายสิทธัตถะไว้ เพื่อให้ได้ครองราชสมบัติต่อจากพระองค์ เพราะทรงหวังพระราชหฤทัยเกรงจะเป็นไปตามคำทำนายของพราหมณ์โกณฑัญญะ แต่กระนั้นบุญบารมีในตัวได้ทรงกระตุ้นเตือนให้พระองค์ทรงเกิดความเบื่อหน่าย และยังได้เห็นเทวทูตทั้ง 4 คือ คนแก่ คนเจ็บ คนตาย และสมณะ พระองค์จึงได้สละทุกสิ่งเพื่อแสวงหาประโยชน์ยิ่งใหญ่ว่า คือ การหลุดพ้นจากกองทุกข์

หลังจากที่ได้สละทุกสิ่งออกบวช สมณะสิทธัตถะได้แสวงหาครูอาจารย์จนในที่สุดได้เรียนอยู่ในสำนักกอาฬารดาบส กาลามโคตร แต่ก็ยังไม่พบสิ่งที่ต้องการจึงไปสู่สำนักอุทกดาบส รามบุตร แต่ก็ยังไม่พบสิ่งที่พระองค์ทรงค้นหา และเที่ยวจาริกไปจนถึงตำบลอุรุเวลาเสนานิคม และพักอยู่สถานที่นั้นที่มีอุปมา 3 ข้อ ทำให้พระโพธิสัตว์ได้เกิดความคิดจะบำเพ็ญกุศกริยา โดยมีปัญจวัคคีย์ทั้ง 5 คู่ออย่างใกล้ชิด ตลอดระยะเวลา 6 ปี แต่หลังจากที่บำเพ็ญเพียรอย่างหนักก็ไม่สามารถบรรลุธรรมได้ จึงได้หวนรำลึกเมื่อครั้งงานแรกนาขวัญที่ทรงนั่งขัดสมาธิ บรรลุปฐมฌาน พระองค์จึงได้ตกลงใจว่าทางนี้ คือ ทางเพื่อตรัสรู้ จึงทรงเลิกบำเพ็ญกุศกริยาแล้วหันมาดำเนินตามทางสายกลาง

บทที่ 6

พุทธประวัติพระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์ปัจจุบัน ช่วงมัชฌิมกาล

ปัญจวัคคีย์ทั้ง 5 ผู้คอยอุปฐากมาตลอด 6 ปี เมื่อสมณะสิทธัตถะเลิกทำกุศกริยาก็ก่เชื่อมศรัทธาหนีกลับไปยังป่าอิสิปตนมฤคทายวัน

ในวันตรัสรู้แม้พญามารจะยกทัพมามากแต่ก็ยังตั้งใจมั่นทำความเพียรต่อ จนกระทั่งพญามารต้องถอยทัพกลับไป และพระมหาบุรุษก็หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในที่สุด

ปฐมเทศนา ด้วยพระมหากรุณาธิคุณอันไม่มีประมาณของพระพุทธองค์ที่มีต่อสรรพสัตว์ทั้งหลาย จึงปรารถนาจะให้สรรพสัตว์ทั้งหลายได้ฟังคำสอนอันประเสริฐรู้ความจริงของชีวิต จะได้หลุดพ้นอย่างเช่นพระองค์ จึงตรววจดูสัตว์โลกด้วยพระญาณของพระองค์แล้วทรงพบว่ามนุษย์ทั้งหลายมีอุปนิสัยต่าง ๆ กัน แบ่งเป็น 4 ประเภทคือ 1) อุกมฤตัญญู คือ ผู้มีปัญญาเฉียบแหลม 2) วิปจิตัญญู คือ ผู้มีปัญญาระดับปานกลาง 3) เนยยะ คือ ผู้ที่พอจะแนะนำได้ 4) ปทปรมะ คือ ผู้ด้อยปัญญา

พระองค์ได้แสดงธรรมโปรดปัญจวัคคีย์ทั้ง 5 เป็นครั้งแรก โดยแสดงธรรมที่มีชื่อว่า “ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร” ได้แก่ ทางสุดโต่ง 2 สายที่บุคคลไม่ควรเสพ แต่ให้ปฏิบัติตามทางสายกลาง

คือ มรรคมืดองค์ 8 ก็จะทำให้ความจริงของชีวิตทั้งหมดเรียกว่า อริยสัจ 4 ทำให้โกณฑัญญะได้บรรลุ โสดาปัตติมรรค จากนั้นทรงแสดง “อนัตตลักขณสูตร” ที่แสดงถึง ชั้นที่ 5 ทำให้ปัญจวัคคีย์ได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์

ในวันเพ็ญเดือนมาฆะ พระพุทธองค์ทรงแสดงโอวาทปาฏิโมกข์ในท่ามกลางที่ประชุมสงฆ์ ซึ่งถือว่าเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา ซึ่งมีสาระสำคัญแบ่งเป็น 3 ส่วนคือ

1. อุดมการณ์หรือเป้าหมายสูงสุดของชีวิต คือ ความอดทน พระนิพพานเป็นเยี่ยม ผู้ทำร้ายและเบียดเบียนผู้อื่นไม่ชื่อว่าเป็นสมณะ

2. หลักการดำเนินชีวิตของชาวพุทธ คือ การไม่ทำบาปทั้งปวง การทำกุศลให้ถึงพร้อม การทำจิตให้ผ่องใส

3. วิธีการที่จะนำไปสู่การบรรลุถึงอุดมการณ์และหลักการดำเนินชีวิต คือ การไม่กล่าวร้าย ไม่ทำร้าย สรรวมในพระปาฏิโมกข์ เป็นผู้รู้ประมาณในภัตตาหาร อยู่ในที่นั้งที่นอนอันสงัด และประกอบความเพียรในอธิจิต

ตลอด 45 พรรษา พระองค์ไม่ได้ทรงอยู่หนึ่งเฉย ทรงเสด็จพุทธดำเนินจาริกไปยังสถานที่ต่าง ๆ เพื่อทรงเผยแผ่พระพุทธศาสนา แม้หนทางจะยากลำบากพระองค์ก็ไม่เคยหยุดที่จะทำหน้าที่เป็นครูของโลก สั่งสอนสรรพสัตว์ตลอดพระชนม์ชีพ จนกระทั่งเสด็จดับขันธปรินิพพาน

บทที่ 7

พุทธประวัติพระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์ปัจจุบัน ช่วงปัจฉิมกาล

เมื่อพระองค์ทรงตรัสรู้แล้วก็ได้ทรงบำเพ็ญพุทธกิจ 5 ประการ คือ เวลาเช้าเสด็จบิณฑบาต เวลาเย็นทรงแสดงธรรมโปรดชาวโลก เวลาค่ำประทานโอวาทแก่เหล่าภิกษุ เวลาเที่ยงคืนทรงพยากรณ์ปัญหาแก่เทวดา เวลาย่ำรุ่งทรงตรวจดูสัตว์โลกที่ควรเสด็จไปโปรด

พระพุทธองค์ทรงบำเพ็ญพุทธกิจทั้ง 5 ประการนี้ ด้วยพระพุทธรักษาครบทั้ง 3 อย่าง

1. พุทธัตถจริยา หมายถึง ทรงบำเพ็ญประโยชน์ในฐานะเป็นพระพุทธเจ้า
2. ญาติตถจริยา หมายถึง ทรงบำเพ็ญประโยชน์แก่พระญาติ
3. โลกัตถจริยา หมายถึง ทรงบำเพ็ญประโยชน์แก่ชาวโลก

ตลอด 44 พรรษาของพระพุทธองค์ได้ทรงทำเช่นนี้ต่อเนื่องโดยไม่เห็นแก่ความเหน็ดเหนื่อย แม้ในพรรษาสุดท้ายพระชนมายุจะชราลงมากแล้ว พระวรกายเกิดความเจ็บป่วยอย่างแรงกล้า แต่ด้วยความอดทนอดกลั้นและพระมหากรุณาธิคุณอันไม่มีประมาณ พระองค์ก็ยังคงจาริกไปยังสถานที่ต่าง ๆ เพื่อโปรดสรรพสัตว์ในช่วงสุดท้ายของพระชนม์ชีพ

ปัจฉิมวาจา

1. ธรรมและวินัย จะเป็นศาสดาแทนพระองค์
2. ภิกษุผู้แก่กว่า เรียกภิกษุผู้อ่อนกว่า ว่า “อาวุโส” ส่วนภิกษุผู้อ่อนกว่า เรียกภิกษุผู้แก่กว่า ว่า “ภันเต” หรือ “อายุสมา”
3. ถ้าสงฆ์ปรารถนาจะถอนสิกขาบทเล็กน้อย ก็อนุญาตให้ถอนได้
4. ให้พระอานนท์ลงพรหมทัณฑ์แก่จันนภิกษุ ด้วยการไม่ให้คณะสงฆ์ว่ากล่าว ตักเตือนสั่งสอนและคบหาสมาคมด้วย

พระพุทธองค์ได้ตรัสเป็นครั้งสุดท้ายว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราขอเตือนพวกเธอทั้งหลายว่า สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลาย จงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด”

บทที่ 8

วิธีสู่ความเป็นพุทธะ

พุทธะ หมายถึง ความเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน หรือผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานภายใน

มัชฌิมาปฏิปทาวิธีสู่ความเป็นพุทธะ

มัชฌิมาปฏิปทา หมายถึง ข้อปฏิบัติสายกลางเพื่อความหลุดพ้น ประกอบด้วยองค์ 8 คือ

1. สัมมาทิฐิ คือ ความเห็นชอบ คือ ความเข้าใจถูกต้องเรื่องโลกและความเป็นไปของชีวิต
2. สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริชอบ คือ คิดในทางมีคุณประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น
3. สัมมาวาจา คือ การพูดชอบ คือ การเว้นการพูดเท็จ เว้นการพูดส่อเสียด เว้นจากการพูดคำหยาบ เว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ
4. สัมมากัมมันตะ คือ การงานชอบ คือ เว้นจากการฆ่าสัตว์ เว้นจากการลักทรัพย์ เว้นจากการประพฤตินอกใจ
5. สัมมาอาชีวะ คือ การเลี้ยงชีพชอบ
6. สัมมาวายามะ คือ ความเพียรชอบ คือ ความเพียรเพื่อกำจัดกิเลสให้หมดสิ้นไป
7. สัมมาสติ คือ การระลึกชอบ คือ ระลึกในกาย เวทนา จิตและธรรมให้รู้ตามความเป็นจริง
8. สัมมาสมาธิ คือ สมาธิชอบ

GL 305

ปฏิปทาฆาปฐนียาจารย์

ประวัติ พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ผู้ค้นพบวิชชาธรรมกาย

ชีวิตในปฐมวัย

พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) หลวงปู่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ท่านมีชื่อเดิมว่า สด มีแก้วน้อย เกิดวันศุกร์ที่ 10 ตุลาคม พ.ศ. 2427 ตรงกับวันแรม 6 ค่ำ เดือน 11 ปีมอก ฦ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี โยมพ่อชื่อเงิน แซ่จิว โยมแม่ชื่อสุดใจ มีแก้วน้อย ครอบครัวของท่านเป็นคนหบดี ทำการค้าในคลองสองพี่น้องและอำเภอกัลเ็ียง ท่านเป็นคนที่สอง จากพี่น้องทั้งหมด 5 คน

คุณสมบัติของหลวงปู่

1. เมื่อแรกเกิดท่านมีความอดทนเป็นเลิศ
2. สอนตัวเองได้ตั้งแต่เด็ก
3. ยินดีในการประพฤติพรหมจรรย์
4. มีใจเด็ดเดี่ยวมั่นคง
5. ตั้งมั่นในพระรัตนตรัย
6. มีเมตตา
7. ใจกว้างเลี้ยงลูกน้อง
8. ขยันประกอบสัมมาอาชีพ
9. มีปัญญาเฉลียวฉลาด

ออกบวช

1. ปฏิญาณบวชตลอดชีวิต เมื่ออายุย่างเข้า 19 ปี จากเหตุการณ์ที่คลองบางอีแทน ทำให้ท่านเกิดธรรมสังเวชและอธิษฐานจิต ขอให้ได้บวชตลอดชีวิต

2. ท่านอุปสมบท เมื่อเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2449 ณ วัดสองพี่น้อง โดยมีพระอาจารย์ดี วัดประตูลำธาร เป็นพระอุปัชฌาย์ บวชแล้วท่านก็ขวนขวายศึกษาธรรมะจนสามารถท่องบทสวดมนต์และพระปาฏิโมกข์ได้หมด พรรษาแรกท่านเรียนทั้งคัมภีร์และวิปัสสนาธุระควบคู่กันไป

3. การศึกษาด้านปริยัติ (คัมภีร์) ท่านทุ่มเทให้กับการศึกษาเล่าเรียนอย่างเต็มที่ที่มีความจำดีจึงสามารถเรียนมูลกัจจายน์ได้ถึง 3 จบ เรียนพระธรรมบท 8 ภาค มังคลัตถปิณีและสารสังคหะจนชำนาญและสอนคนอื่นได้

4. การศึกษาด้านปฏิบัติ (วิปัสสนาธุระ) ในพรรษาที่ 11 หลวงปู่หยุดเรียนด้านคัมภีร์แล้วก็มุ่งปฏิบัติด้านวิปัสสนาธุระอย่างจริงจัง

การบรรลุธรรม

ท่านบรรลุธรรมในวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 10 (ปี พ.ศ. 2460) ในพระอุโบสถ วัดโบสถ์บน บางคูเวียง เมื่อบรรลุธรรมแล้วท่านได้สอนธรรมที่ท่านได้รู้ได้เห็นอยู่ประมาณ 4 เดือน มีพระภิกษุที่สามารถปฏิบัติธรรมตามอย่างท่านได้ 3 รูป และคฤหัสถ์อีก 4 คน ซึ่งเป็นการเผยแผ่วิชชาธรรมกายเป็นครั้งแรก

เป็นเจ้าของาวาสวัดปากน้ำ

ท่านได้รับมอบหมายจากพระธรรมปิฎก (เพื่อน ดิสสทัตตเถระ) วัดพระเชตุพนฯ พระอาจารย์ของท่าน ซึ่งได้เล็งเห็นถึงคุณสมบัตินี้ดีของหลวงปู่ให้ท่านย้ายไปเป็นเจ้าอาวาสที่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ซึ่งขณะนั้นวัดอยู่ในสภาพกิ่งวัดร้าง ทรุดโทรม ซึ่งท่านมีความคิดที่จะฟื้นฟูวัดปากน้ำให้เจริญรุ่งเรืองยิ่งขึ้น

ผลงานและคุณูปการต่อพระพุทธศาสนา

1. การค้นพบวิธีการเจริญภาวนาเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย
2. หลักฐานธรรมกาย จากการค้นพบวิชชาธรรมกายกลับคืนมาอีกครั้งหนึ่ง หลังจากที่สูญหายไปนับพันปี
3. การปกครอง โดยท่านยึดหลักพรหมวิหาร 4 ปกครองให้ทุกคนมีความสุข พร้อมเพรียงกัน สามัคคีกัน
4. การศึกษาพระปริยัติธรรม ท่านพยายามสนับสนุนให้ทุกคนได้มีโอกาสศึกษาเล่าเรียนพระปริยัติธรรม และทุกรูปต้องปฏิบัติธรรมควบคู่ไปด้วย ดังคำที่ว่า “ปริยัติเป็นยาทา ภาวนาเป็นยากิน”
5. การเผยแผ่ ท่านมุ่งมั่นในการเผยแผ่จนมีศิษยานุศิษย์เป็นจำนวนกว่าแสนคน
6. การสาธารณูปการ ท่านได้สร้างเสนาสนะและถาวรวัตถุไว้เป็นประโยชน์แก่พระพุทธศาสนาไว้มากมาย
7. ตั้งโรงครัว ซึ่งท่านไม่ต้องการให้พระภิกษุสามเณรลำบาก หรือมีความกังวลเรื่องภัตตาหาร
8. เกียรติคุณและสมณศักดิ์ ผลงานที่ท่านได้สร้างความเจริญรุ่งเรืองแก่พระพุทธศาสนา และวัดปากน้ำมาโดยตลอด ทำให้ท่านได้รับการประกาศเกียรติคุณและสมณศักดิ์มากมาย

อุปสรรคและการต่อสู้

เมื่อท่านมาอยู่ที่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญใหม่ ๆ ท่านได้เริ่มปราบปรามเหล่าพระภิกษุสามเณรที่มีความประพฤติไม่ดีต่าง ๆ ทำให้ท่านถูกตั้งทำร้ายถึงขั้นส่งคนมาตักยิง แต่ด้วยอานุภาพวิชชาธรรมกายที่ท่านเข้าถึง ทำให้ท่านไม่เป็นอันตราย

เกี่ยวกับวิชชาธรรมกาย ในระยะแรกมีผู้ไม่รู้ได้คัดค้านท่าน กล่าวหาว่าท่านอวดอุตริ บัญญัติคำๆ ธรรมกาย ขึ้นใช้เอง เมื่อท่านได้ยืนก็กลับยืนรับด้วยอาการสงบ และยังคงดำเนินตามปฏิปทาสุดหน้าต่อไป คำว่าถอยหลังไม่เคยใช้ ซึ่งท่านมีคติประจำใจว่า “พระเราต้องไม่สู้ไม่หนีชนะทุกที”

อาพาธและมรณภาพ

ท่านเริ่มอาพาธเป็นโรคความดันโลหิตสูง จนกระทั่งเมื่ออาพาธหนักท่านได้เรียกหลวงพ่อดีงเล็กเข้าไปพบ เพื่อสั่งให้เผยแพร่วิชาธรรมกายและเมื่อท่านมรณภาพแล้วให้เก็บสรีระของท่านไว้ไม่ต้องเผา

ก่อนที่หลวงปู่ท่านจะมรณภาพ ท่านได้ให้โอวาทกับศิษย์ผู้ใกล้ชิดหลายคนว่า “ให้เผยแพร่วิชาธรรมกายต่อไป” เสมือนพินัยกรรมอันศักดิ์สิทธิ์ที่ท่านให้ไว้ ท่านมรณภาพที่วัดปากน้ำภาษีเจริญ เมื่อวันที่ 3 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2502 เวลา 15.05 น. สิริรวมอายุได้ 74 ปี 3 เดือน 24 วัน 53 พรรษา

วัตรปฏิบัติและปฏิบัติ

วัตรปฏิบัติประจำวันของหลวงปู่ ได้แก่

1. กิจวัตรประจำวัน เช่น ท่านตื่นประมาณตี 3 ตี 4 แล้วนั่งสมาธิ ลงฉัน เทศน์สอน ตรวจโรงเรียนทำวิชา เป็นต้น
2. ทำวัตรสวดมนต์ ซึ่งท่านทำมิได้ขาดตั้งแต่แรกอุปสมบท
3. สรรวมระวางในพระปาฏิโมกข์
4. ปลงอาบัติ เพื่อตัดกังวล
5. ดูแลความเป็นอยู่ในวัด ให้ทุกรูป ทุกคนอยู่อย่างมีความสุข
6. เทศนาสั่งสอนธรรม จนมีผู้ปฏิบัติตามแล้วบรรลุเป็นจำนวนมาก
7. ทำวิชา คือ การทำงานทางจิตชั้นสูง

วัตรปฏิบัติด้านการประพฤติธรรม

1. เป็นคนจริง
2. มีความเพียรสม่ำเสมอ
3. ประพฤติตรงต่อหนทางพระนิพพาน
4. อธิศีล คือ ท่านรักษาศีลอย่างเคร่งครัด
5. ความกตัญญูกตเวที
6. เห็นคุณค่าในสิ่งเล็กน้อย
7. ความประหยัด
8. มีความมักน้อย สันโดษ
9. มีวาจาสุภาสิต
10. มีมหากรุณา
11. มีความอ่อนน้อมถ่อมตน

ปฏิบัติ

1. เผยแผ่วิชชาธรรมกายไปทั่วโลก
2. ไปถึงที่สุดแห่งธรรม
3. ผู้สืบทอดปฏิบัติปฏิบัติ ก่อนที่หลวงปู่จะมรณภาพ ท่านให้โอวาทกับศิษย์ว่า ให้เผยแผ่วิชชาธรรมกายต่อไปและรอผู้ที่จะมาสืบทอด ซึ่งอุบาสิกาจันทร์ ชนนุกอง ได้ยึดมั่นและทุ่มเทสอนสมาธิเผยแผ่วิชชาธรรมกาย โดยมีพระเทพญาณมหามุนี (หลวงปู่ธัมมชโย) เป็นผู้นำในการสานต่อมโนปณิธานของหลวงปู่วัดปากน้ำ

ธรรมานุภาพ

สัมมาปฏิบัติวิชาธรรมกาย

1. สัมมาสมาธิ หลวงปู่ท่านชี้ชัดลงไปว่าสัมมาสมาธินั้น ผู้ปฏิบัติต้องน้อมนำใจมาตั้งไว้ภายในศูนย์กลางกายฐานที่ 7 เมื่อน้อมนำใจมาไว้ ณ จุดนี้ก็คือ ทางสายกลาง หรือมัชฌิมาปฏิบัติ อริยมรรคมีองค์ 8 นั้นเอง
2. สัมมาอะระหัง เป็นคำที่หลวงปู่ใช้สำหรับบริการภavana ในการบำเพ็ญสมณธรรม ประกอบกับน้อมนำใจมาไว้ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 เมื่อใจหยุดถูกส่วนก็จะเข้าถึงพระธรรมกายได้
3. หยุดเป็นตัวสำเร็จ คือ ให้น้อมนำใจมาหยุดไว้ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 พระอรหันต์ทั้งหมดในสากลโลก ท่านจะเข้าพระนิพพานต้องไปทางนี้ทางเดียวเท่านั้น

อานุภาพวิชาธรรมกาย

1. สิ่งมหัศจรรย์ในวันเวียนเทียน ซึ่งพระเดชพระคุณหลวงปู่ท่านได้อาราธนาพระนิพพานให้มาปรากฏในพิธีเวียนเทียน เพื่อจะได้เห็นอานุภาพของวิชาธรรมกาย ซึ่งหลายท่านเห็นพระพุทธรูปลอยอยู่ในอากาศในลักษณะต่าง ๆ กัน
2. อานุภาพพระของขวัญ ผู้ที่ได้รับพระของขวัญไปแขวนประจำตัว ต่างก็ประสบความสำเร็จ และอภินิหารของพระของขวัญกันมากมายหลายแบบ จึงมีคนเดินทางมาขอรับมากมาย
3. ยุทธการปลดระเบิด สมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 หลวงปู่ท่านคุ้มครองศิษย์ที่ได้ธรรมกายทุกคนให้ใช้วิชาธรรมกาย ช่วยประเทศด้วยการซ่อนเมือง ซ่อนจุดยุทธศาสตร์ที่สำคัญ และปลดระเบิด เป็นต้น

หลวงปู่มีแต่คาถา “หยุด”

อานุภาพ ความศักดิ์สิทธิ์ หรืออภินิหารของหลวงปู่ เกิดจากการฝึกเจริญสมาธิภาวนาจนใจบริสุทธิ์ หยุดนิ่ง เข้าถึงพระธรรมกาย มิได้เกิดขึ้นลอย ๆ โดยปราศจากการประกอบเหตุ หลวงปู่เคยบอกว่า “วัดปากน้ำไม่มีคาถา ไม่มีน้ำมนต์ มีแต่หยุดในหยุด”

1. รักษาโรคภัยไข้เจ็บ ด้วยวิธีแก้กรรม
2. เอาชนะไสยเวท
3. หน้าเป็นทอง
4. ผลไม้โตเร็ว
5. ญาณทัสสนะ ท่านมีญาณหยั่งรู้เหตุการณ์ต่าง ๆ กล้าพูดและกล้าบอกสิ่งที่เห็น
6. หลวงปู่เข้าฝัน คุณนายฉลวยเป็นผู้มีจิตศรัทธาในพระพุทธศาสนา เห็นวัดปากน้ำ มีความอุดมสมบูรณ์แล้ว จึงคิดจะหยุดการทำบุญที่วัดปากน้ำ ต่อมาคืนหนึ่งฝันเห็นหลวงปู่มา บิณฑบาต คุณนายฉลวยจึงล้มเลิกความคิดนั้น

พระธรรมเทศนาพระมงคลเทพมุนี

พระธรรมเทศนาของหลวงปู่วัดปากน้ำ เป็นพระธรรมเทศนาที่ทรงคุณค่าอย่างยิ่ง เนื้อหาโดยส่วนมากจะแสดงแนวทางการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงพระธรรมกาย และหลักในการดำเนินชีวิตให้ถูกต้องตามเป้าหมายของการเกิดมาเป็นมนุษย์

1. จริงแค่ชีวิต หลวงปู่วัดปากน้ำท่านกล่าวไว้ว่า การเข้าถึงพระธรรมกายต้องปฏิบัติอย่างจริงจัง ถ้าไม่ได้ไม่ลุกจากที่ ถามว่าจริงแค่ไหน แค่ชีวิตซี
2. จิตเกษมผ่องใส เงินไหลเข้ามาเอง ถ้าว่าผู้ครองเรือนต้องการให้มั่งมีเงินทอง อย่ากระทบกระเทือนใจกัน ทำใจให้ใสอย่างเดียว เงินทองไหลมาเป็นมงคลแท้
3. ชาติธรรม มนุษย์เกิดขึ้นเพราะอาศัยชาติธรรมเป็นตัวผลิตขึ้น
4. ความประมาท-ความไม่ประมาท ความประมาท คือ เผลอไป ความไม่ประมาท คือ ความไม่เผลอ อธิศีล อธิจิต อธิปัญญา
5. วาจาไพเราะของพ่อแม่ พ่อแม่ตำลูก เพื่อไม่ให้ทำชั่วอย่างนี้ เป็นวาจาไพเราะของพ่อแม่
6. ฐานที่ 7 ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 นั้นเป็นสิ่งสำคัญ จะเกิดมาเป็นมนุษย์โลกก็ต้องเกิดที่ศูนย์ จะไปนิพพานก็ต้องเข้าศูนย์เหมือนกัน แบบเดียวกัน
7. ถูกสับ ถึงศูนย์ ตกศูนย์ คือ ใจหยุด พอใจหยุดเรียกว่าเข้าสับ เห็นเป็นดวงใสเท่าดวงจันทร์ดวงอาทิตย์ ผุดขึ้นที่ใจหยุดนั้น
8. ตรัส อนัตตา เพื่อให้หา อัตตา พระพุทธองค์ตรัสถึง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เพื่อให้ค้นหา นิจจัง สุขังและอัตตา ซึ่งก็คือ ธรรมกายนี้เองที่เป็นตัวนิจจัง สุขัง อัตตา
9. โลกอยู่เย็นเป็นสุขได้เพราะทาน ถ้าไม่ให้ทานแล้ว โลกก็เดือดร้อน
10. บุญติดทุกกาย บุญบริจาคเพียงครั้งเดียว ติดเป็นดวง ๆ ไปขนาด 1,000 วา พระนิพพาน บุญจะไหลมาติดอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ใสบริสุทธิ์ปราศจากมลทิน

ประวัติ คุณยายอาจารย์มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง ผู้สืบสานวิชชาธรรมกาย

ช่วงแรกของชีวิต

วัยเด็กของคุณยาย คุณยายท่านเกิดเมื่อวันขึ้น 10 ค่ำ เดือนยี่ ปีระกา พ.ศ. 2452 ตรงกับวันที่ 19 มกราคม 2452 ท่านเป็นลูกคนที่ 5 จากพี่น้องทั้งหมด 9 คน คุณพ่อชื่อพลอย คุณแม่ชื่อพัน ในครอบครัวชาวนาฐานะปานกลาง แห่งอำเภอนครไชยศรี คุณยายท่านมีเพื่อนมาก เพื่อน ๆ ต่างก็รักท่านทุกคน ท่านไม่ได้เรียนหนังสือ จึงอ่านไม่ออก เขียนไม่ได้

ความคิดอย่างนักสร้างบารมีในวัยเด็ก คุณยายท่านคิดจะไปให้ถึงดวงตะวัน ซึ่งเป็นความคิดที่แตกต่างจากคนทั่วไป และท่านเป็นคนขยันมาก จนได้ฉายาว่า “แข้งเหล็ก”

แรงบันดาลใจให้เดินสู่เส้นทางธรรม เกิดจากคุณพ่อของท่านแข่งท่านว่า ขอให้หุหนวก 500 ชาติ ท่านจึงตั้งใจจะขอขมาคุณพ่อ แต่คุณพ่อเสียชีวิตก่อน คุณยายจึงคิดจะตามหาคุณพ่อเพื่อขอขมา แม้คุณพ่อจะจากโลกนี้ไปแล้วก็ตาม

การแสวงหาธรรม คุณยายได้ยินข่าวร่ำลือว่าหลวงปู่ วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ สามารถไปนรก-สวรรค์ได้ ท่านจึงตัดสินใจจะเรียนธรรมปฏิบัติกับหลวงปู่ ท่านไปสมัครทำงานบ้านที่บ้านคุณนายเลียบ อุปัฏฐากสำคัญของวัดปากน้ำ จนได้รับความไว้วางใจเป็นอย่างมาก

ศึกษาวิชชาธรรมกาย คุณยายทองสุข ท่านได้ไปสอนธรรมปฏิบัติที่บ้านคุณนายเลียบ คุณยายจึงไปปรนนิบัติท่านเพื่อหวังให้ท่านสอนธรรมปฏิบัติ คุณยายทองสุขเอ็นดูคุณยายมากจึงสอนธรรมปฏิบัติให้ จนกระทั่งคุณยายได้เข้าถึงพระธรรมกายภายใน

พบพ่อ เมื่อคุณยายเข้าถึงพระธรรมกายแล้ว คุณยายทองสุขจึงพาไปช่วยพ่อ ซึ่งกำลังถูกทณฑ์ทรมานให้ตีมน้ำทองแดงร้อนแรง คุณยายอาศัยพระธรรมกายแนะนำให้พ่ออาราธนาศีล 5 พระธรรมกายก็ช่วยพ่อขึ้นสวรรค์

ชีวิตในวัดปากน้ำ

คุณยายทองสุขท่านพาคุณยายไปพบหลวงปู่ หลวงปู่ท่านพูดว่า “มีงมมาช้าไป” แล้วท่านก็ส่งเข้าโรงงานทำวิชาในวันนั้นเลย

ก้าวไปสู่การทำวิชา คุณยายท่านตรีกกรรมะตลอดทุกอิริยาบถ จนท่านได้นั่งที่เตียงขาดรู้ “ขาดรู้” คือ การทำใจให้หยุดนิ่งสนิทสมบูรณ์ได้ร้อยเปอร์เซ็นต์

คุณยายทำวิชา จนกระทั่งท่านได้รับความไว้วางใจจากหลวงปู่ให้เป็นหัวหน้าเวรกะ 2 เมื่อคุณยายทำวิชาได้ 2 ปี ก็เกิดสงครามโลกครั้งที่ 2 หลวงปู่ให้ลูกศิษย์ที่ทำวิชาได้คล่องช่วยกันปิดระเบิด ซึ่งคุณยายก็เป็นหนึ่งในนั้น

เป็นหนึ่งในไม่มีสอง หลวงปู่ท่านได้รำพึงท่ามกลางนักรบกองทัพธรรมว่า “ลูกจันทร์นี่ เป็นหนึ่งในไม่มีสอง” ซึ่งหลวงปู่ท่านพูดครั้งเดียวในชีวิตของท่าน

สืบสานวิชาธรรมกาย

คำบัญชาของหลวงปู่วัดปากน้ำ ซึ่งท่านสั่งไม่ให้คุณยายไปไหน ให้รอผู้จะมาสืบทอดวิชาธรรมกายในวันข้างหน้าต่อไป

พบผู้สืบทอด คือ พบพระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโย ขณะนั้นท่านเป็นนักศึกษาอยู่ที่มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

อานุภาพของคุณยาย มีมากมาย เพราะอานุภาพของพระธรรมกายที่คุณยายเข้าถึงนั้น ไม่มีประมาณ

เคารพคำยาย หลวงพ่อธัมมชโยศึกษาวิชาวิชาธรรมกายกับคุณยายจนคล่องแคล่วและชำนาญ ท่านอยู่ในโอวาทคุณยายอย่างไม่มีเงื่อนไขตลอดเวลา

ตามหมู่คณะ คุณยายกับหลวงพ่อธัมมชโย ได้นั่งสมาธิช่วยกันตามหมู่คณะ มาสร้างบารมีด้วยกันมากที่สุดเพื่อให้งานเผยแผ่วิชาธรรมกายไปทั่วโลกจะได้บรรลุผลสำเร็จ

กำเนิดบ้านธรรมประสิทธิ์ เมื่อมีคนมานั่งสมาธิกับคุณยายมากขึ้น หลวงพ่อธัมมชโยกับหลวงพ่อดัตตชีโวจึงชวนคุณยายสร้างบ้านใหม่ชื่อ “ธรรมประสิทธิ์”

วางแผนให้ศิษย์ประพฤติพรหมจรรย์ คุณยายได้รณรงค์ให้ทุกคนประพฤติพรหมจรรย์ ท่านจะพยายามสรรเสริญคุณของการประพฤติพรหมจรรย์บ่อย ๆ

คุณยายสร้างคน ท่านใช้ชีวิตฝึกคนที่เป็นต้นแบบไว้ก่อน และตั้งใจสอนสมาธิอย่างเอาจริงเอาจัง ซึ่งก่อนนั่งสมาธิท่านจะอบรมทั้ง ๆ ที่ยังหลับตาอยู่เพื่อเตือนสติ

หลวงพ่อธัมมชโยบวชอุทิศชีวิต หลังจากท่านเรียนจบปริญญาตรี สาขาวิชาเศรษฐศาสตร์เกษตร จากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ท่านตกลงใจที่จะบวชอุทิศชีวิต ในวันที่ 27 สิงหาคม พ.ศ. 2512 ซึ่งตรงกับวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 9 ณ พัทธสีมาวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ มีพระเทพวรเวที (สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า) เป็นพระอุปัชฌาย์ และมีฉายาว่า “ธัมมชโย” แปลว่า “ผู้มีชัยชนะด้วยธรรมกาย”

คุณยายผู้ให้กำเนิดวัดพระธรรมกาย

หาที่สร้างวัด คุณยายดำริที่จะสร้างวัดเพื่อรองรับผู้จะมาปฏิบัติธรรมและงานเผยแผ่วิชาธรรมกาย จึงไปขอซื้อที่ดินจากคุณหญิงประหยัด แพทย์วงศาวิสุทธาธิบดี ซึ่งท่านได้ยกให้ฟรีเป็นที่ดิน 196 ไร่ 9 ตารางวา

ขุดดินก้อนแรก ในวันมาฆบูชา ตรงกับวันที่ 20 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2513 คุณยายจะเป็นผู้วางแบบแผนในหลาย ๆ เรื่อง โดยมีหลวงพ่อธัมมชโยรับเป็นธุระเรื่องก่อสร้าง

หลวงพ่อดัตตชีโววชอุทิศชีวิต ในวันที่ 19 ธันวาคม พ.ศ. 2514 ณ พัทธสีมาวัดปากน้ำ
ภาษีเจริญ

ยุคเริ่มต้นของงานเผยแผ่ เมื่อสร้างวัดได้มากพอสมควรแล้ว หลวงพ่อธัมมชโยมีดำริจะ
อบรมสั่งสอนธรรมะทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ โครงการอบรมธรรมทายาทและอุปสมบทหมู่
จึงเกิดขึ้นเป็นครั้งแรกเมื่อปี พ.ศ. 2515

คุณยายผู้มองการณ์ไกล โดยท่านตั้งกฎระเบียบในวัดด้วยตนเองทั้งหมด เพื่อให้อยู่
ร่วมกันอย่างมีความสุข

คุณยายสอนศิษย์ นอกจากจะอบรมศิษย์แล้ว คุณยายยังอบรมคนงานในวัดด้วย

คุณยายผู้เปี่ยมด้วยความเคารพ ท่านเคารพต่อระเบียบวินัย และมีความอ่อนน้อมถ่อมตน
อย่างเสมอต้นเสมอปลายด้วย แม้ท่านจะเป็นผู้วางกฎระเบียบเอง แต่ท่านก็เคารพและปฏิบัติตาม
ระเบียบวินัยอย่างเคร่งครัด

บูชาคุณหลวงปู่วัดปากน้ำ นอกจากหลวงพ่อดัตตชีโวจะบูชาธรรมหลวงปู่วัดปากน้ำด้วย
การมุ่งมั่นปฏิบัติธรรมอย่างเอาชีวิตเป็นเดิมพันแล้ว ท่านยังได้หล่อรูปเหมือนหลวงปู่ด้วยทองคำ
เพื่อเป็นการแสดงความกตัญญูทศเวทและเพื่อให้เป็นที่สักการะของเหล่าศิษยานุศิษย์อีกด้วย

สร้างมหาธรรมกายเจดีย์แหล่งรวมคนดีนับล้านคน เพื่อเป็นแหล่งรวมคนดีให้มาประพฤติ
ปฏิบัติธรรมให้เข้าถึงพระธรรมกายกันให้มากที่สุด

คุณยายละสังขาร เมื่อวันที่ 10 กันยายน พ.ศ. 2543 รวมอายุได้ 92 ปี

DF 101

**การทำหน้าที่กัลยาณมิตร
เบื้องต้น**

บทที่ 1

กัลยาณมิตร คืออะไร

ความหมายของคำว่า “ กัลยาณมิตร ”

ความหมายโดยศัพท์

กัลยาณมิตร มาจากคำว่า “กัลยาณ” สมาสกับคำว่า “มิตร” คำว่า “กัลยาณ” แปลว่า งามดี และ “มิตร” หมายถึง เพื่อนรักใคร่คุ้นเคย ดังนั้นกัลยาณมิตรจึงมีความหมายว่า เพื่อนที่ดี เพื่อนที่งาม หรือเพื่อนที่รักใคร่คุ้นเคยที่ดี เพื่อนรักใคร่ คุ้นเคยที่งาม

ความหมายจากพระไตรปิฎก

“กัลยาณมิตร” ในพระไตรปิฎกแสดงให้เห็นถึง ความเป็นกัลยาณมิตรและการเข้าหาบุคคลที่เป็นกัลยาณมิตร ซึ่งพระพุทธองค์ทรงใช้คำว่า “กัลยาณมิตรตตา”

ในพระอภิธรรมปิฎกอธิบายถึงความเป็นผู้มีกัลยาณมิตร หรือที่เรียกว่า “กัลยาณมิตรตตา” ว่าจะต้องรู้จักเข้าไปคบหากันดี และประพฤติปฏิบัติตามคนดีนั้นนั่นกล่าวคือ เมื่อเรารู้ว่าบุคคลใดเป็นบุคคลมีศรัทธา มีศีล เป็นพหูสูต มีจาคะ มีปัญญา เราจะต้องเข้าไปคบหากับบุคคลดังกล่าวนี้ พร้อมทั้งปรับปรุงตนเองทั้งกายและใจให้เป็นคนดีตามด้วย เราจึงจะได้ชื่อว่า “กัลยาณมิตรตตา”

ความหมายโดยลักษณะของการทำหน้าที่

กัลยาณมิตรโดยลักษณะของการทำหน้าที่ หมายถึง บุคคลผู้มีความตั้งใจประพฤติปฏิบัติธรรม ทำหน้าที่ของชาวพุทธที่ดี เพื่อยังประโยชน์ให้ถึงพร้อมทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

ลักษณะของกัลยาณมิตร

ลักษณะกัลยาณมิตรโดยยึดหลักของประโยชน์

ซึ่งประโยชน์ที่จะได้รับจากการมีกัลยาณมิตรหรือจากการทำหน้าที่กัลยาณมิตร ต้องเป็นประโยชน์ ที่จะต้องนำไปสู่ความดี เป็นไปในทางสร้างสรรค์ ไม่ผิดกฎหมายบ้านเมือง หรือผิดต่อศีลธรรมอันดีในสังคม

ลักษณะกัลยาณมิตรโดยยึดหลักของการให้คำแนะนำพร่ำสอน

ต้องดูว่า คำพร่ำสอนของกัลยาณมิตรนั้นจะต้องเป็นไปในทางที่นำไปสู่ความหลุดพ้นจากสิ่งชั่วร้ายและสิ่งไม่ดีทั้งหลาย จะต้องช่วยบรรเทากิเลส ได้แก่ โลภะ โทสะ โมหะ ให้เบาบางลง

ลักษณะกัลยาณมิตรโดยยึดหลักของการทำงานร่วมกัน

ผู้ที่จะเป็นกัลยาณมิตรจะต้องมีการทำงานร่วมกันหรืออยู่ด้วยกันอย่างเอื้ออาทร ต่างช่วยเหลือซึ่งกัน และกัน

ลักษณะกัลยาณมิตรโดยยึดหลักของความเป็นผู้สม่ำเสมอหรือความเสมอต้นเสมอปลาย

ผู้ที่จะเป็นกัลยาณมิตรนั้นต้องมีพฤติกรรมที่ตัวอย่างสม่ำเสมอ หรือมีความเสมอต้นเสมอปลายจนทำให้บุคคลทั้งหลายมีความมั่นใจว่า ผู้ที่มาเป็นกัลยาณมิตรให้ นั้น น่าเชื่อถือและไว้วางใจได้

ประเภทของกัลยาณมิตร

กัลยาณมิตรในทางโลก

หมายถึง กัลยาณมิตรที่เป็นมิตรที่ดี คอยให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ หรือสามารถเป็นที่พึ่งได้ในเรื่องทั่วไปในทางโลก

กัลยาณมิตรในทางธรรม

หมายถึง กัลยาณมิตรหรือมิตรที่ดี ที่คอยให้คำแนะนำเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่ดียิ่งมา ด้วยการนำธรรมะมาใช้ มุ่งเน้นเพื่อยกระดับจิตใจของผู้ได้รับคำแนะนำให้สูงขึ้น

ตัวอย่างของการเป็นกัลยาณมิตร

การทำหน้าที่กัลยาณมิตร ไม่เพียงให้คำแนะนำหรือช่วยเหลือก็อภูลให้ประสบความสำเร็จ ความเจริญในภพชาตินี้เท่านั้น ยังสามารถช่วยให้มีชีวิตในภพชาติเบื้องหน้าหรือมีชีวิตหลังความตายแล้วดีอีกด้วย

สำหรับตัวอย่างของการทำหน้าที่กัลยาณมิตรสามารถศึกษาอย่างละเอียดได้จากวิชา DF101 การทำหน้าที่กัลยาณมิตร หัวข้อ 1.4 ตัวอย่างของการเป็นกัลยาณมิตร

บทที่ 2

ความสำคัญของกัลยาณมิตร

ความจำเป็นต้องมีกัลยาณมิตร

การมีกัลยาณมิตรนั้นเป็นทั้งหมดของชีวิตอันประเสริฐ การได้คบกัลยาณมิตรจะเป็นหนทางนำไปสู่การได้ประสบความสำเร็จอันสูงสุดในชีวิตทั้งทางโลกและทางธรรม

ทางโลก - ประสบความสำเร็จในการครองเรือน

ทางธรรม - นำไปสู่การได้บรรลุมรรคผลนิพพาน

คุณค่าของกัลยาณมิตร

กัลยาณมิตรเป็นทั้งหมดของพรหมจรรย์

กัลยาณมิตรเป็นนิมิตแห่งอริยมรรค

คบกัลยาณมิตรทำให้อริยมรรคบริบูรณ์

กัลยาณมิตร คือ ต้นทางแห่งการเจริญโพชฌงค์ 7 (โพชฌงค์ คือองค์ธรรมที่นำไปสู่การ ตรัสรู้ 7 ประการ คือ สติ ธัมมวิจยะ (การสอดส่องเลือกเฟ้นธรรม) วิริยะ ปิตี ปัสสัทธิ (ความสงบจากกิเลส) สมာธิ และอุเบกขา)

ประโยชน์ของกัลยาณมิตรต่อโลกในพระไตรปิฎก

การรู้จักคบคนเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่ง เพราะเมื่อเราคบกับใครเหมือนกับเราได้เป็นส่วนหนึ่งในชีวิตของกันและกัน ชีวิตดำเนินได้ถูกต้องหรือผิดพลาดจะมีผลต่อทั้งสองฝ่าย ใครก็ตามที่ได้คบหากับบัณฑิตผู้เป็นกัลยาณมิตรชีวิตเหมือนมีโชคอย่างมหาศาล เพราะบัณฑิตจะเป็นผู้คิด พุด และกระทำแต่กรรมดี ๆ เป็นบุญกุศล เมื่อเรามีโอกาสได้คบคนอย่างนี้แล้ว จะทำให้เราได้โอกาสสั่งสมบุญบารมีเพิ่มพูนตามไปด้วย เท่ากับว่าได้ก้าวสารพัดนึกที่ทรงคุณค่าสูงสุดของชีวิต

การที่บุคคลจะพบกับความก้าวหน้าในชีวิต จำเป็นจะต้องคบหากัลยาณมิตร และหากเมื่อพบผู้เป็นกัลยาณมิตรก็ควรที่จะเข้าหา ทำความสนิทสนมคุ้นเคย เพราะเราเองจะได้มีกัลยาณมิตรคอยชี้แนะประคับประคองให้อยู่บนเส้นทางของความดีได้

บทที่ 3

หลักธรรมในการเป็นกัลยาณมิตร

คุณสมบัติของกัลยาณมิตร

1. **ปิโย** แปลว่า น่ารัก เป็นที่สบายใจเมื่อเข้าใกล้
 2. **ครุ** แปลว่า น่าเคารพ หมายถึง เป็นผู้ที่ถูกมองไปด้วยคุณธรรมความดีจนเป็นที่ทราบโดยทั่วไป
 3. **ภาวนีโย** แปลว่า น่าเทิดทูน หมายถึง ความรู้สึกชื่นชมที่เกิดขึ้นภายในและอดไม่ได้ที่จะนำคุณธรรมความดีของกัลยาณมิตรมากล่าวเล่าขานให้หมู่ญาติทั้งหลายได้รับฟังอย่างไม่รู้เบื่อ
 4. **วัตตัจจะ** แปลว่า ฉลาดปราสาสอนให้ได้ผล หมายถึง มีความสามารถพูดโน้มน้าวให้หมู่ญาติ หรือคนรอบข้าง ทำตามในสิ่งที่ดีงาม
 5. **วจนัทขโม** แปลว่า อดทนต่อถ้อยคำของหมู่ญาติหรือคนรอบข้าง หมายถึง พร้อมทั้งจะรับฟังคำปรึกษาซักถามอยู่เสมอ
 6. **คัมภีรัญจะ** **กะถัง** **กัตตา** แปลว่า สามารถแถลงเรื่องที่ลึกล้ำ สามารถนำเรื่องที่ยากมาอธิบายให้เห็นภาพพจน์เข้าใจได้ง่าย
 7. **โน จักฺฐาเน** **นियोชะเย** แปลว่า ไม่ชักนำไปในทางเสื่อม ประพฤติตนอยู่ในทำนองคลองธรรม ไม่ทำเรื่องที่เป็นความเสื่อม
- ผู้ที่จะสามารถทรงคุณสมบัติเหล่านี้ได้จำเป็นต้องมีคุณธรรมพื้นฐาน 3 ประการคือมีปัญญา มีความกรุณา และมีความบริสุทธิ์ รongรับอยู่ การจะได้ปัญญา กรุณา และบริสุทธิ์อย่างครบถ้วน นอกจากจะต้องศึกษาธรรมะให้แตกฉานแล้ว ยังจะต้องหมั่นทำทาน รักษาศีล และฝึกสมาธิภาวนาเป็นประจำ

ตัวอย่างประกอบในการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

1. อุบาสกยอดกัลยาณมิตร (จากเรื่องบัณฑิตสามเณร)
อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมจากวิชา DF101 การทำหน้าที่กัลยาณมิตร บทที่ 3
2. ลูกสะใภ้ยอดกัลยาณมิตร (จากเรื่องนางจุฬาสุกัททา)
อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมจากวิชา DF101 การทำหน้าที่กัลยาณมิตร บทที่ 3

วิธีสังเกตผู้ที่ควรคบหาเป็นกัลยาณมิตร

1. มิตรผู้ให้ของที่ให้ได้ยาก
2. รับทำกิจที่ทำได้ยาก
3. อุดหนุนถ้อยคำที่อดใจได้ยาก
4. บอกความลับของตนแก่เพื่อน
5. ปิดความลับของเพื่อน
6. ไม่ละทิ้งในยามวิบัติ
7. เมื่อเพื่อนสิ้นโภคทรัพย์ก็ไม่ดูหมิ่น

มิตรแท้มี 4 ประเภท คือ

1. มิตรมีอุปการะ
2. มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์
3. มิตรแนะนำประโยชน์
4. มิตรมีความรักใคร่

อาณิสงส์การเป็นกัลยาณมิตร

1. ย่อมได้เกิดในสถานที่ที่รุ่งเรืองด้วยศีล สมာธิ ปัญญา
2. ย่อมมีบุตรภรรยา ตลอดจนบริวารชน ที่ตั้งอยู่ในโอวาท
3. ย่อมเป็นผู้มีเสน่ห์ เป็นที่รักนับถือของมหาชน
4. ย่อมเป็นผู้มีความทรงจำดี ปฏิภาณว่องไว และปัญญาดี
5. ย่อมมีอาชีพและกิจการเป็นหลักฐานมั่นคงตลอดไป
6. ย่อมปลอดภัยจากอัคคีภัย โจรภัย อุทกภัย ราชภัย และศัตรูหมู่พาลทั้งหลาย
7. ย่อมเป็นผู้มีร่างกายแข็งแรง สมส่วน สง่างาม มีอำนาจมาก
8. ย่อมมีจิตใจมั่นคง เข้มแข็ง อุดหนุน มีเหตุผล ไม่หวั่นไหวในโลกธรรม
9. ย่อมไปบังเกิดในสวรรค์ เมื่อยังไม่หมดกิเลส
10. ได้ดวงตาเห็นธรรม บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย

บทที่ 4

การทำหน้าที่กัลยาณมิตรต่อตนเอง

การฝึกฝนตนของกัลยาณมิตร

สัปติสัทธิ 7 ประการ คุณธรรมของผู้ที่จะเป็นกัลยาณมิตรของโลก

ธัมมัญญู	รู้จักธรรม ต้องมีธรรมะประจำใจที่สามารถเป็นแนวทางในการสอนตนเองและคนอื่นได้
อัตถัญญู	รู้จักอรรถ ทำความเข้าใจในเนื้อความต่างๆ ได้อย่างแตกฉานจนสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างถูกต้อง
อัตถัญญู	รู้จักตน คือรู้จักที่ต่ำที่สูง ควรไม่ควร รู้จักกำลังของตนเอง ว่ามีความรู้ความสามารถเพียงไร
มัตถัญญู	รู้จักประมาณ บริหารตนเองได้ มีความมักน้อยสันโดษ ไม่ฟุ้งเฟ้อ
กาลัญญู	รู้จักกาล รู้จักบริหารเวลาให้กับตนเอง
ปริสัจญู	รู้จักบริษัทหรือสังคม รู้จักการวางตัว ต้องศึกษามารยาทหรือขนบธรรมเนียมวัฒนธรรมของแต่ละสถานที่นั้น ๆ ให้เข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง จะได้ปฏิบัติตัวได้ถูกต้อง
บุคคลปริปริญญู	รู้จักบุคคล วิเคราะห์คนได้ถูกต้องตามหลักจริตอัธยาศัยนิสัยหรือธาตุของผู้ร่วมสนทนา

สติ สัมปชัญญะ เป็นธรรมที่มีอุปการะมาก

หิริ โอตตัปปะ ธรรมะค้ำครองโลก ค้ำตน

ขันติ โสรจจะ ธรรมะที่จะทำตนให้ดังงาม

ความอดทนมี 4 ประการคือ

1. ทนต่อความลำบากตรากตรำ
2. ทนต่อความเจ็บป่วยไข้
3. ทนต่อความเจ็บใจ
4. ทนต่ออำนาจกิเลส

กุศลกรรมบถ 10 ประการ (กายสุจริต 3 วจีสุจริต 4 มโนสุจริต 3)
ละอคติธรรม 4 ประการ (ฉันทาคติ โทสาคติ โมหาคติ ภยาคติ)

ประธาน ความเพียร 4 อย่าง

สังวรประธาน	เพียรระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้นในสันดาน
ปหานประธาน	เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว
ภาวนาประธาน	เพียรให้กุศลเกิดขึ้นในสันดาน
อนุรักษนาประธาน	เพียรรักษากุศลที่เกิดแล้วไม่ให้เสื่อม
พรหมวิหารธรรม	(เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา)
อภิณหปัจจเวกขณะ	คือ ธรรมที่กัลยาณมิตรต้องหมั่นพิจารณา

กัลยาณมิตรในอุดมคติของชาวโลก

กัลยาณมิตรในอุดมคติ คือ เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา

บุคคลผู้เป็นกัลยาณมิตรต้องเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยคติธรรมอันเป็นกุศลด้วยสติ รู้สิ่งที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์แห่งสัตว์ทั้งหลายตามเป็นจริงด้วยปัญญา เป็นผู้มั่งใจแน่นอนในกุศลธรรมเหล่านั้นด้วยสมาธิ ย่อมกีดกันสัตว์ทั้งหลายจากสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แล้วชักนำเข้าไปในสิ่งที่เป็นประโยชน์ด้วยวิริยะ ดังนั้น บุคคลเป็นที่รัก เคารพ ยกย่อง เป็นผู้ว่ากล่าวผู้อดทนถ้อยคำผู้กระทำถ้อยคำอันลึกซึ้ง และไม่ชักนำในฐานะที่ไม่ควร

บทที่ 5

การทำหน้าที่กัลยาณมิตรต่อคนอื่น

หลักการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

ไม่สร้างความเดือดร้อน

แนะนำธรรมะและแจ้งข่าวบุญ

ชี้ให้เห็นคุณค่าของบุญ

ประเภทของบุญ คือ การแนะนำให้ผู้อื่นเข้าใจเรื่องการทำบุญในพระพุทธศาสนา ว่ามีด้วยกัน 10 ประการ คือ บุญกิริยาวัตถุ

บุญกิริยาวัตถุ 10

- | | |
|--------------------|--|
| 1. ทานมัย | บุญที่สำเร็จด้วยการให้ |
| 2. สีลมัย | บุญที่สำเร็จด้วยการรักษาศีล |
| 3. ภาวนามัย | บุญที่สำเร็จด้วยการเจริญภาวนา |
| 4. อปจายนมัย | บุญที่สำเร็จด้วยการประพฤติอ่อนน้อมถ่อมตน |
| 5. เวชยาวัจจมัย | บุญที่สำเร็จด้วยการให้ความช่วยเหลือ ขวนขวายในกิจการงานที่ถูกที่ควร |
| 6. ปัตติทานมัย | บุญที่สำเร็จด้วยการอุทิศส่วนบุญส่วนกุศลให้แก่ผู้อื่น |
| 7. ปัตตานุโมทนามัย | บุญที่สำเร็จด้วยการอนุโมทนาในการทำบุญหรือแสดง |
| 8. ฐัมมัสสวนมัย | บุญที่สำเร็จด้วยการฟังธรรม |
| 9. ฐัมมเทศนามัย | บุญที่สำเร็จด้วยการแสดงธรรม |
| 10. ทิฏฐุชุกัมม | บุญที่สำเร็จด้วยการทำความเห็นให้ถูกต้องตรงตามความเป็นจริง (มีสัมมาทิฏฐิ) |

การทำบุญทั้ง 10 วิธี สามารถย่อเป็นบุญกิริยาวัตถุ 3 ได้ คือ ทาน ศีล ภาวนา

ศีล และ กุศลกรรมบถ บทฝึกตนในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

กัลยาณมิตรควรแนะนำบุคคลอันเป็นที่รักให้รู้จักการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธวิธี คือการรักษาศีล การรักษาศีล 5 ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์คือการสร้างความมั่นใจให้กับชีวิตในสังสารวัฏ และต้องประกอบกุศลกรรมบถ 10 ประการควบคู่กันไปด้วย

การวางตัวของกัลยาณมิตร

บุคลิกภาพเป็นความประทับใจอันดับแรกของคนเราเมื่อได้พบเห็น ดังนั้นเราจึงควรรักษาสุขภาพร่างกายของเราให้สดชื่นแข็งแรงอยู่เสมอ แต่งกายให้เหมาะสม ดูสุภาพ ให้มีกิริยาอาการที่สุภาพ น่ารัก น่าเลื่อมใส มีรอยยิ้มที่เบิกบานแจ่มใส เราควรมีสติสำรวมระวัง ถึงแม้เราจะสนทนากับหมู่ญาติของเราที่คุ้นเคย แต่อย่าลืมว่าเรากำลังทำหน้าที่เป็นตัวแทนของพระพุทธศาสนา เพื่อสร้างเสริมศรัทธาของเขาให้เกิดขึ้น ให้เราสร้างจิตสำนึกอยู่ตลอดเวลาว่าเรากำลังเข้าไปหาญาติของเราคนหนึ่ง ซึ่งเรารักและเป็นห่วงเป็นใย เป็นกันเองกับเขา แต่ก็อยู่ในสถานะอันเหมาะสม

ถ้อยคำที่ควรพูดในการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

- | | |
|----------------|---|
| 1. อับปิจจกถา | ถ้อยคำที่ชักนำให้มีความปรารถนาน้อย |
| 2. สันตุฏฐิกถา | ถ้อยคำที่ชักนำให้สันโดษยินดีในปัจจุบันตามมีตามได้ |

- | | |
|-----------------------|--|
| 3. ปวีเนกกา | ถ้อยคำที่ชักนำให้สังัดกาย สังัดใจ |
| 4. อสังักคคกา | ถ้อยคำที่ชักนำไม่ให้ระคนด้วยหมู่คณะ |
| 5. วิริยารัมภกา | ถ้อยคำที่ชักนำให้ปรารภความเพียร |
| 6. สีลกา | ถ้อยคำที่ชักนำให้ตั้งอยู่ในศีล |
| 7. สมาธิกา | ถ้อยคำที่ชักนำให้ทำใจสงบ |
| 8. ปัญญาภา | ถ้อยคำที่ชักนำให้เกิดปัญญา |
| 9. วิมุตติกา | ถ้อยคำที่ชักนำให้ทำใจให้หลุดพ้นจากกิเลส |
| 10. วิมุตติญาณทัสสนกา | ถ้อยคำที่ชักนำให้เกิดความรู้ความเห็นในภาวะที่ใจพ้นจากกิเลส |

วาจาสุภาษิตกับการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

1. ต้องเป็นคำจริง ไม่ใช่คำพูดที่ปั้นแต่งขึ้น เป็นคำพูดที่ไม่คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง ไม่บิดเบือนจากความจริง ไม่เสริมความ ไม่อำความ ต้องเป็นเรื่องจริง
2. ต้องเป็นคำสุภาพ เป็นคำพูดไพเราะ ไม่เป็นคำหยาบ คำด่า คำประชดประชัน คำเสียดสี คำหยาบนั้นฟังก็ระคายหู แค่คิดถึงก็ระคายใจ
3. พูดแล้วก่อให้เกิดประโยชน์ เกิดผลดีทั้งแก่คนพูดและคนฟัง ถึงแม้คำพูดนั้นจะจริงและเป็นคำสุภาพ แต่ถ้าพูดแล้วไม่เกิดประโยชน์อะไร กลับจะทำให้เกิดโทษ ก็ไม่ควรพูด
4. พูดด้วยจิตเมตตา พูดด้วยความปรารถนาดี อยากให้คนฟังมีความสุข มีความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป ในข้อนี้หมายถึงว่า แม้จะพูดจริง เป็นคำสุภาพ พูดแล้วก่อให้เกิดประโยชน์ แต่ถ้าจิตยังคิดโกรธมีความริษยา ก็ยังไม่สมควรพูด เพราะผู้ฟังอาจรับไม่ได้
5. พูดถูกกาลเทศะ แม้ใช้คำพูดที่ดี เป็นคำจริง เป็นคำสุภาพ เป็นคำพูดที่มีประโยชน์ และพูดด้วยจิตที่เมตตา แต่ถ้าผิดจังหวะ ไม่ถูกกาลเทศะ ผู้ฟังยังไม่พร้อมที่จะรับแล้ว จะก่อให้เกิดผลเสียได้ เช่น จะกลายเป็นประจานกันหรือจับผิดไป

พูดถูกเวลา (กาล) คือรู้ว่าเวลาไหนควรพูด เวลาไหนยังไม่ควรพูด ควรพูดนานเท่าไร ต้องคาดผล ที่จะเกิดขึ้นไว้ด้วย

พูดถูกสถานที่ (เทศะ) คือรู้ว่าในสถานที่เช่นไร เหตุการณ์แวดล้อมเช่นไรจึงสมควรที่จะพูด หากพูดออกไปแล้วจะมีผลดีหรือผลเสียอย่างไร เช่น มีความหวังดีอยากเตือนเพื่อนไม่ให้ดื่มเหล้า แต่ไปเตือนขณะเพื่อนกำลังเมาอยู่ในหมู่เพื่อนฝูงทำให้เขาเสียหน้า อย่างนี้นอกจากเขาจะไม่ฟังแล้ว เราเองอาจเจ็บตัวได้

คนฉลาดไม่ใช่เป็นแต่พูดเท่านั้น ต้องนิ่งเป็นด้วย คนที่พูดเป็นนั้น ต้องรู้ในสิ่งที่ไม่ควรพูดให้ยิ่งกว่าสิ่งที่ควรพูด

ลักษณะของทูตที่ดี (ทูตสันติ)

1. รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ไม่ด่วนปฏิเสธ
2. เมื่อถึงคราวพูดก็สามารถทำให้ผู้อื่นฟัง
3. รู้จักกำหนดขอบเขตของการพูดให้กะทัดรัด
4. จำเนื้อความทั้งหมดที่จะพูด
5. เข้าใจเนื้อความทั้งหมดโดยละเอียดตามความเป็นจริง
6. ทำให้ผู้อื่นเข้าใจตามได้
7. ฉลาดในการพูดที่เป็นประโยชน์และมีใช้ประโยชน์
8. ไม่พูดชวนให้เกิดการทะเลาะวิวาท

บทที่ 6

การปลูกฝังอุดมการณ์เพื่อความเป็นกัลยาณมิตร

กัลยาณมิตรกับความเป็นพระโพธิสัตว์

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้เป็นยอดกัลยาณมิตรของโลก ท่านสร้างบารมีโดยเอาชีวิตเป็นเดิมพัน ทำหน้าที่กัลยาณมิตรให้แก่ตนเองและผู้อื่น สละได้ทุกอย่างทุกอย่างแม้กระทั่งชีวิต เพื่อให้ได้มาซึ่งสัมพัญัตถุญาณอันประเสริฐ

กัลยาณมิตรกับสันติภาพโลก

กัลยาณมิตรเป็นทางสว่างแก่ชีวิต ในโลกนี้มีเพียงกัลยาณมิตรเท่านั้นที่จะสามารถปลุกชาวโลกให้ตื่นจากความหลงใหลในเบญจกามคุณ ไม่หลงไปในกระแสวัตถุนิยม สันติภาพโลกเป็นจริงได้เมื่ออาศัยกัลยาณมิตร

อุปสรรคของการเป็นกัลยาณมิตร

เป้าหมายชีวิตไม่ชัดเจน

การตั้งเป้าหมายไว้ในทางที่ถูกต้องเป็นจุดเริ่มต้นให้เราดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง ซึ่งทางพระเรียกว่า ตั้งตนชอบ เป้าหมายนั้นมี 2 อย่าง คือ เป้าหมายทางโลกกับเป้าหมายทางธรรม เป้าหมายทางโลกคือการศึกษาเล่าเรียน การประกอบอาชีพการงาน แต่เป้าหมายทางธรรมคือการบรรลุมรรคผลนิพพาน

ขาดกำลังใจ

อุปสรรคในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรอย่างหนึ่งคือ ขาดกำลังใจ ซึ่งสาเหตุที่ขาดกำลังใจ เพราะอยู่ห่างไกลจากหมู่คณะบ้าง ห่างจากการฟังธรรมจากครูบาอาจารย์บ้าง ทำให้ขาดจิตสำนึก ความเป็นกัลยาณมิตรผู้มีหัวใจโพธิสัตว์

วิธีสร้างกำลังใจตามพุทธวิธี มีปรากฏในสังคิตติสูตร ดังนี้

1. สปัปฺริสสังเสวะ [การคบสัตบุรุษ] หมายถึงการรู้จักเข้าหาครูอาจารย์ ไปมาหาสู่เป็นประจำ คบหาบัณฑิตนักปราชญ์หรือเพื่อนกัลยาณมิตรที่มีกำลังใจสูงส่งกว่าเรา
2. สัทธัมมัสสวนะ [การฟังพระสัทธรรม] ต้องหาโอกาสฟังธรรมเป็นประจำ ทั้งจากครูอาจารย์ จากเพื่อนกัลยาณมิตร เพื่อตอกย้ำเป้าหมายและมโนปณิธาน
3. โยนิโสมนสิการ [การกระทำไว้ในใจโดยแยบคาย] ต้องหมั่นตรึก หมั่นตรองด้วยจิตเป็นกุศล เพิ่มพูนความเมตตาและมหากรุณาต่อสรรพสัตว์เอาไว้ เกิดมาทั้งที่ต้องช่วยกันขึ้นนำสิ่งดี ๆ ให้แก่ชาวโลก เมื่อเรามีโอกาสรู้ก่อน ก็ควรแนะนำผู้อื่นให้รู้ตาม
4. ธัมมานุชฌิมปฏิบัติ [การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม] ต้องเคร่งครัดในการปฏิบัติธรรม ทำตนเป็นต้นแบบที่ดี แม้ว่าเราอาจทำหน้าที่กัลยาณมิตรยังได้ไม่สมบูรณ์ แต่ความประพฤติหรือคุณธรรมของเราเองก็สามารถเป็นตัวอย่างที่ดี อันจะนำไปสู่การเอาเยี่ยงอย่างของผู้ได้พบเห็น

ขาดความอดทน

เป็นไปได้ที่การทำหน้าที่กัลยาณมิตรมีสิทธิ์ล้มเหลว เพราะทำไปได้ระดับหนึ่งแล้ว จะคลายความเพียร แม้จะมีมโนปณิธาน มีอุดมการณ์และเป้าหมายชีวิตที่ชัดเจน แต่เมื่อขาดความอดทนเสียแล้ว ก็มีโอกาที่จะหยุดทำหน้าที่กัลยาณมิตรได้ เพราะการทำหน้าที่กัลยาณมิตรนั้น เปรียบเหมือนการพายเรือ ทวนกระแสน้ำเชี่ยว จำเป็นต้องอาศัยสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง พลังใจที่แข็งแกร่ง ทนต่อสภาวะธรรมของโลก ที่เชี่ยวกรากด้วยความไม่รู้และไม่เข้าใจของคนทั่วไป

ความอดทนกับหัวใจในการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

พระเทพญาณมหามุนี (หลวงพ่อัมมชโย) กล่าวถึงความอดทนในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรเอาไว้ว่า

“ความอดทนเป็นดั่งเสาเข็มของบ้าน เป็นรากฐานแห่งความสำเร็จทั้งหลายทั้งปวง”
ดังนั้น เมื่อพบเจออุปสรรค ปัญหา การวิพากษ์วิจารณ์อันใด จะต้องไม่หวั่นไหว ไม่ท้อแท้ ไม่พ่ายแพ้ ในเมื่อเราปรารถนาให้โลกสงบสันติ ให้มนุษยชาติได้เข้าถึงธรรมกาย ขอจงเข้มแข็ง อดทน เอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ด้วยการทำความดี

บทที่ 7

พระสัมมาสัมพุทธเจ้ากับการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

คุณสมบัติของกัลยาณมิตรตามแบบอย่างพระพุทธองค์

- มีความกรุณาเป็นพื้นฐาน
- ไม่ถือตัวไม่หยิ่งยโส
- มีความอดทน
- มีความยุติธรรม ไม่เห็นแก่หน้า
- มีความรอบคอบ
- มีความประพฤติหน้าเคารพบูชา
- รู้จักภูมิสติปัญญาของนักเรียน

แบ่งบุคคล 4 ประเภทตามระดับสติปัญญา คือ

- 1. อุกมภูติปัญญา** ผู้สามารถรู้ได้ฉับพลัน เพียงแต่ยกหัวข้อขึ้นแสดงก็รู้ได้ทันที เปรียบเหมือนบัวพิน้ำ รอแต่แสงแดดเท่านั้นเมื่อรับแสงแดดจะบานทันที
- 2. วิปจิตปัญญา** ผู้สามารถรู้ได้ต่อเมื่อมีการอธิบายขยายความของหัวข้อที่ยกขึ้นไว้เปรียบเหมือนบัวปริมน้ำ วันรุ่งขึ้นจะพิน้ำ และจะบานเมื่อได้รับแสงแดด
- 3. เหนยยะ** (ผู้พอแนะนำได้) ผู้สามารถเข้าใจได้ เมื่อยกหัวข้อขึ้นแสดงอธิบายความอย่างละเอียด แล้วก็มีการซักถามทบทวนอีกครั้งหนึ่ง จึงจะเข้าใจได้ เปรียบเหมือนบัวอยู่ใต้พื้นผิวน้ำ วันต่อ ๆ ไปก็จะขึ้นเหนือน้ำ รับแสงแดดแล้วก็บาน
- 4. ปทปรมะ** (ผู้มีบทยเป็นอย่งยิ่ง) หมายถึงผู้ต้องซ้ำทบทวนมากจึงจะเข้าใจได้ เปรียบเหมือนบัวที่ยังติดดิน ถ้าไม่ได้รับการประคบประหงมเป็นพิเศษ อาจจะเป็นภักษาแห่งปลาและเต่าได้

วิธีการสอน 3 แบบ (ปาฏิหาริย์ 3)

การสอนแบบอิทธิปาฏิหาริย์

การสอนด้วยการใช้ความสามารถพิเศษเพื่อปราบคนร้าย ๆ ที่ไม่ยอมรับคำสอนง่าย ๆ ให้สิ้นพยศ

การสอนแบบอาเทศนาปาฏิหาริย์

การสอนโดยวิธีดักใจ วิธีนี้พระองค์ทรงใช้กับบุคคลประเภทอุกมภูติปัญญา และวิปจิตปัญญา

การสอนแบบอนุสาสนีปาฏิหาริย์

การสอนด้วยการบรรยายลำพังพระองค์เดียว หรือการบรรยายแบบโต้ตอบสนทนา

พุทธวิธีการตอบปัญหา

1. เอกังสพยากรณียปัญหา ปัญหาที่แก้โดยส่วนตัวเดียว
2. ปฏิปุจฉาพยากรณียปัญหา ปัญหาที่ย้อนถามแล้วจึงแก้
3. วิภัชชพยากรณียปัญหา ปัญหาที่ต้องจำแนกแล้วจึงแก้
4. ฐปณียปัญหา ปัญหาที่ควรงดเสีย เป็นปัญหาที่ไม่ควรตอบ ไม่เป็นไปเพื่อประโยชน์ทั้งต่อผู้ถามและผู้ตอบ ไม่เป็นไปเพื่อความเบื่อหน่าย คลายกำหนด เพื่อบรรลุมรรคผลนิพพาน จึงไม่ควรตอบ และไม่จำเป็นต้องไปแสวงหาคำตอบ

บทที่ 8

ประสบการณ์จากการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

พระเดชพระคุณพระเทพญาณมหามุนี (หลวงพ่อธัมมชโย) ให้โอวาทแก่กัลยาณมิตรเอาไว้ว่า

“ฉันชื่อว่ากัลยาณมิตรแล้ว เปรียบเหมือนตั้งดวงแก้ว ดวงแก้วที่ส่องนำทาง นำแสงสว่างสู่ชีวิตอื่นอีกนับหมื่นนับแสน ให้ก้าวเข้ามาสู่โลกแห่งสันติสุขอันไพบูรณ์ที่ยิ่งใหญ่ไพศาล ไม่ว่าจะพบเจอคนประเภทไหน อุปสรรคขัดขวางมากเพียงใดก็ตาม กัลยาณมิตรที่รักของหลวงพ่อก็จะมีกำลังใจที่เข้มแข็ง มีกิริยา วาจาที่งดงาม ให้สมกับผู้มีธรรมะเป็นอาภรณ์.....”

วันวานที่ผ่านพ้น วันนี้ที่มีอยู่ และวันพรุ่งที่กำลังจะมาถึง ชีวิตของเราได้ถูกวางไว้ ณ จุดไหน จงใช้เวลา ใช้ชีวิตให้มีคุณค่าสูงส่ง ดำรงสถานะของผู้ให้ไว้เสมอ เมื่อนั้นความปลื้มปิติโสมนัสจะบังเกิดแก่ใจ แล้วจงก้าวเดินต่อไปด้วยความเชื่อมั่น พร้อมกับใบหน้าที่ยิ้มแย้ม ด้วยใจที่เปี่ยมไปด้วยความรัก ความจริงใจ และอภัยทาน.....”

DF 202
ทักษะการทำหน้าที่
กล้าถามมิตร

บทที่ 1

ทักษะการทำหน้าที่กัลยาณมิตรเบื้องต้น

ความพร้อมและความต้องการของบุคคลทั่วไปที่เราจะไปทำหน้าที่กัลยาณมิตร

ความพร้อม 4 ประการ คือ

พร้อมสมบัติ

พร้อมกำลังใจ

พร้อมความรู้ความสามารถ

พร้อมความปลอดภัย

วิธีเติมเต็มความบกพร่อง 4 ประการ ได้แก่

1. ทาน คือ การให้ แบ่งปัน
2. ปิยวาจา คือ การให้คำพูดที่เป็นกำลังใจ
3. อุตถจริยา คือ การให้ความช่วยเหลือด้วยการกระทำ
4. สمانัตตตา คือ มีความจริงใจให้การสนับสนุนกันอย่างเสมอต้นเสมอปลาย

ความต้องการเบื้องต้นของผู้ครองเรือน

ความสุขของภคินี ประกอบด้วยธรรมชาติ 4 ประการ

1. อัถติสุข ความสุขเกิดจากการมีทรัพย์
2. โภคสุข ความสุขเกิดจากการได้จ่ายทรัพย์
3. อนนสุข ความสุขจากการไม่มีหนี้
4. อนวัชชสุข ความสุขจากการทำงานไม่มีโทษ

พระพุทธศาสนาได้จำแนกความสุขไว้อีก 2 ประการ คือ

- ◎ ความสุขที่อิงอามิส คือ ความสุขที่อาศัยวัตถุ
- ◎ ความสุขที่ไม่อิงอามิส คือ ความสุขที่ไม่ต้องอาศัยวัตถุ

ธรรมชาติของบุคคลที่เราจะไปทำหน้าที่กัลยาณมิตร

บุคคล 4 ประเภท ที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ มีดังนี้

- ◎ บุคคลผู้อับปัญญา เรียกว่า “ปทปรมะ” เทียบกับบัวจมน้ำ

● บุคคลผู้พอจะแนะนำให้เข้าใจได้ต่อ ๆ ไป เรียกว่า “เหยยะ” เทียบกับบัวงามใต้พื้นน้ำ จักบานวันต่อ ๆ ไป

● บุคคลผู้เข้าใจต่อเมื่อได้อธิบายความ เรียกว่า “วิปจิตัญญู” เทียบกับบัวปริ่มน้ำ จักบาน ต่อวันรุ่งขึ้น

● บุคคลผู้รู้เข้าใจได้จับพลันแต่พอยกหัวข้อขึ้นแสดง เรียกว่า “อุคฆฏิตัญญู” เทียบกับ บัวพิน้ำ

การทำหน้าที่กัลยาณมิตรจำเป็นต้องเข้าใจในจริตของแต่ละบุคคล จึงจะทำให้การทำหน้าที่ กัลยาณมิตร เช่น การจะเลือกหัวข้อธรรมะไปแนะนำหรือถ่ายทอด จะได้ตรงตามลักษณะอุปนิสัย และจริตของแต่ละบุคคล ซึ่งพระพุทธองค์ทรงจำแนกไว้ 6 ประเภท ได้แก่

1. ราคจริต ชอบความสวยความงาม เป็นคนเรียบร้อย ขอบกพรอง คือ มักมีความ โลก มีความถือตัว และทำอะไรเชื่องช้า
2. โทสจริต มีนิสัยโกรธง่าย มักหงุดหงิด ใจร้อน ริษยา มีการทำงานไม่เรียบร้อย
3. โมหจริต มักเป็นคนเขลา งมงาย รู้และเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ได้ช้า เป็นคนดีอีร์
4. วิตกจริต เป็นคนคิดฟุ้งซ่าน ใจไม่อยู่นิ่ง ชอบพูดมาก ชอบมั่วสุม และเกียจคร้าน
5. สัทธาจริต เป็นคนซื่อ ไม่มีแฉงอน เชื่อง่ายและสอนง่าย มักไม่เป็นตัวของตัวเอง
6. พุทธิจริต เป็นคนเฉลียวฉลาด ไม่เชื่อสิ่งใดง่าย ๆ ขยันขันแข็ง

หลักมนุษยสัมพันธ์ในการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

1. ทิศเบื้องหน้า บิดามารดา

หน้าที่ของมารดาบิดา คือ การอนุเคราะห์บุตร 5 ประการ	บุตรมีหน้าที่ปฏิบัติ ต่อมารดาบิดา 5 ประการ
1. ห้ามไม่ให้ทำชั่ว	1. ท่านเลี้ยงเรามา เราจักเลี้ยงท่านตอบ
2. ให้ตั้งอยู่ในความดี	2. ช่วยทำกิจการงานของท่าน
3. ให้ศึกษาศิลปวิทยา	3. ดำรงวงศ์ตระกูล
4. หาภรรยาหรือสามีที่สมควรให้	4. ประพฤติตนให้เป็นผู้สมควรรับมรดก
5. มอบทรัพย์สมบัติให้ในเวลาอันสมควร	5. เมื่อท่านล่วงลับไปแล้วทำบุญอุทิศให้ท่าน

2. ทิศเบื้องขวา ครูอาจารย์

ครูอาจารย์พึงอนุเคราะห์ศิษย์ 5 ประการ	ศิษย์มีหน้าที่ปฏิบัติต่อครูอาจารย์ 5 ประการ
1. แนะนำดี	1. ลูกศิษย์นรับ
2. ให้เรียนดี	2. เข้าไปคอยรับใช้ใกล้ชิด

3. บอกศิษย์ด้วยดีในศิลปวิทยาทั้งหมด	3. เชื่อฟัง
4. ยกย่องให้ปรากฏในเพื่อนฝูง	4. ปรนนิบัติรับใช้
5. ทำความป้องกันในทิศทั้งหลาย	5. เรียนศิลปวิทยาโดยเคารพ

3. ทิศเบื้องหลัง บุตร ภรรยา

สามีมีหน้าที่จะต้องปฏิบัติต่อภรรยา	หน้าที่ของภรรยาพึงปฏิบัติต่อสามี
1. ยกย่องว่าเป็นภรรยา	1. จัดการงานดี
2. ไม่ดูหมิ่น	2. สงเคราะห์คนข้างเคียงสามี
3. ไม่ประพฤตินอกใจ	3. รักษาทรัพย์ที่สามีหามาได้
4. มอบความเป็นใหญ่ให้	4. ไม่ประพฤตินอกใจสามี
5. ให้เครื่องแต่งตัว	5. ขยันไม่เกียจคร้านในกิจทั้งปวง

4. ทิศเบื้องซ้าย มิตรสหาย

บุคคลพึงปฏิบัติหน้าที่ต่อมิตรสหาย	หน้าที่ของเพื่อนพึงปฏิบัติต่อเพื่อน
1. ให้ปัน	1. รักษามิตรผู้ประมาทแล้ว
2. เจรจาถ้อยคำเป็นที่รัก	2. รักษาทรัพย์ของมิตรผู้ประมาท
3. เป็นผู้มิตินเสมอ	3. เมื่อมิตรมีภัย สามารถเป็นที่พึ่งได้
4. ช่วยเหลือประโยชน์ของเพื่อน	4. ไม่ละทิ้งในยามวิบัติ
5. ไม่แก้งกล่าวให้คลาดจากความเป็นจริง	5. นับถือตลอดถึงวงศ์ตระกูลของมิตร

5. ทิศเบื้องล่าง ลูกน้องหรือคนใช้

หน้าที่ของนายพึงปฏิบัติต่อลูกน้อง และคนรับใช้ 5 ประการ	ลูกน้องและคนรับใช้พึงอนุเคราะห์ คือ ปฏิบัติต่อเจ้านาย 5 ประการ
1. จัดการงานให้ทำตามสมควรแก่กำลัง	1. เริ่มทำการงานก่อนเจ้านาย
2. ให้อาหารและรางวัล	2. เลิกทำงานที่หลังนาย
3. รักษาในคราวเจ็บไข้	3. ถือเอาแต่ของที่นายให้
4. ให้อภัยตามโอกาส หรือให้มีเวลาพัก	4. ทำการงานให้ดีขึ้น
5. ให้อภัยพิเศษ ในโอกาสพิเศษ	5. เรียนศิลปวิทยาโดยเคารพ

6. ทิศเบื้องบน สมณพราหมณ์

หน้าที่ของบุคคลอันพึงปฏิบัติ ต่อสมณพราหมณ์	พระสงฆ์ผู้เป็นทิศเบื้องบนย่อมอนุเคราะห์ คือ ปฏิบัติต่อญาติโยม
1. ปฏิบัติต่อท่านด้วยจิตใจเมตตา	1. ห้ามทำความชั่ว
2. พுகกับท่านด้วยจิตเมตตา	2. ให้ตั้งอยู่ในความดี
3. คิดต่อท่านด้วยจิตเมตตา	3. อนุเคราะห์ด้วยน้ำใจงาม ด้วยความปรารถนาดี
4. ให้การต้อนรับท่านด้วยความเต็มใจ	4. ให้ได้ฟังสิ่งที่ดี เป็นประโยชน์ที่ยังไม่ได้ฟัง
5. ให้อำมิสทานเนื่อง ๆ คือบำรุงด้วยปัจจัย 4	5. อธิบายสิ่งที่เคยได้ฟังมาแล้วให้แจ่มแจ้ง
	6. บอกทางสวรรค์ให้

บทที่ 2

ทักษะการทำหน้าที่กัลยาณมิตรทางกาย

พฤติกรรมและการแสดงออกภายนอกของมนุษย์

พระพุทธศาสนาได้จำแนกอธิบาย ถึงพฤติกรรมของมนุษย์ ที่แสดงออกมาจากธรรมชาติของมนุษย์ ทั้งส่วนที่เป็นร่างกายและส่วนที่เป็นจิตใจ ว่ามีส่วนประกอบขึ้นมาอย่างไร อะไรคือสิ่งที่มนุษย์ได้รู้สึกรับรู้สิ่งภายนอกที่มากระทบหรือกระตุ้นจนเกิดความรู้สึกขึ้นภายใน และมีการแสดงออกเป็นพฤติกรรมภายนอกซึ่งอธิบายไว้ในหมวดธรรมว่าด้วยขันธ์ 5 ดังนี้

1. รูป วัตถุประกอบขึ้นเป็นรูปร่าง เช่น ส่วนประกอบของร่างกาย
2. เวทนา ความรู้สึก รับรู้ ทำให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกตอบสนองเป็นความสุข ทุกข์ เป็นต้น
3. สัญญา ความจำได้หมายรู้ กำหนดจำในสิ่งที่เกิดขึ้นต่าง ๆ ดังกล่าว
4. สังขาร สภาพที่ปรุงแต่ง เป็นสภาพที่ปรุงแต่งทั้งทางกาย วาจา ใจ ให้เกิดมีการกระทำขึ้น
5. วิญญาณ การรู้แจ้งอารมณ์ โดยอาศัยนามรูป

องค์ประกอบของตัวมนุษย์ทั้งร่างกายและจิตใจ เกิดจากการรวมกันขึ้นขององค์ประกอบ 5 อย่าง ทำให้เกิดการรับรู้ในสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ

การเตรียมกายและกิริยาอาการภายนอก

การเตรียมกาย หมายถึง การเตรียมตัวเรื่องการแต่งกาย บุคลิกภาพ อาการกิริยาภายนอก ให้เรียบร้อย เหมาะสมกับการจะไปเป็นกัลยาณมิตรให้กับบุคคลอื่น

ก. **เตรียมบุคลิกภาพ** การแต่งกายที่สุภาพ สะอาด เรียบร้อย เหมาะสมกับเวลาและสถานที่ จะเป็นสิ่งที่สร้างศรัทธาให้แก่ผู้พบเห็นได้ และควรมีลักษณะดังนี้ คือ

1. **แต่งกายสุภาพ** ควรพิจารณาเครื่องแต่งกายทั้งสีและแบบ ให้ดูสุภาพเรียบร้อย เหมาะสมกับวงสังคมที่เราเข้าไป เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มไม่จำเป็นต้องมีราคาแพง แต่ขอให้สะอาด

2. **แต่งกายสะอาด** ควรแต่งให้ดูแล้วสบายตา และไม่มีกลิ่นรบกวนผู้ที่เราเข้าไปสนทนาด้วย

3. **แต่งกายเหมาะสมกับกาลเทศะ** โดยแต่งกายให้เหมาะสมกับสถานที่ และวงสังคมที่เข้าไป

ข. การยิ้ม

การยิ้ม มีมากมายหลายชนิด เช่น

1. ยิ้มชวนทำความดี เป็นยิ้มที่ยิ้มอย่างจริงจัง เป็นยิ้มที่ชวนทำความดี โดยไม่ต้องการสิ่งใดตอบแทน
2. ยิ้มให้เกียรติ เป็นการยิ้มแบบยกย่อง ให้การยอมรับนับถือ
3. ยิ้มพิมพิใจ เป็นรอยยิ้มซึ่งทำให้ผู้รับประทับใจ
4. ยิ้มกระซิบมิตร เป็นรอยยิ้มที่สร้างมิตร

ค. **การไหว้** เป็นการแสดงความเคารพ ทำได้หลายวิธี ตามโอกาส ดังนี้

การประนมมือ (อัญชลี) หมายถึง การกระพุ่มมือทั้งสองประนมหว่างอก เป็นการแสดงความเคารพเสมอด้วยดวงใจ จัดเป็นการแสดงความเคารพทั่วๆ ไป ใช้ในขณะนั่งฟังพระสงฆ์เจริญพระพุทธมนต์ ฟังเทศน์ รับพรพระ สนทนากับพระภิกษุ

สำหรับท่านี้ ยังใช้สำหรับการแสดงอาการรับไหว้จากผู้ที่มียุอายุอ่อนกว่า ที่แสดงการไหว้ต่อตัวเรา อีกด้วย

การไหว้ หมายถึง การยกกระพุ่มมือที่ประนมแล้วนั้นขึ้นจรดหน้าผาก เป็นการแสดงความเคารพที่สูงขึ้นไป คือ เคารพต่อพระสงฆ์ หรือผู้หลักผู้ใหญ่ เป็นต้น

ง. การเดิน

ข้อควรปฏิบัติในการเดิน มีดังนี้

ถ้าเดินตามลำพัง ให้เดินอย่างสุภาพ หลังตรง ช่วงก้าวไม่ยาวหรือสั้นเกินไป ไม่เดินเหลียวหน้าเหลียวหลัง แกว่งแขนพองาม ไม่เดินลากเท้า สำรวมท่าเดินให้เรียบร้อย ถ้าเดินกับผู้ใหญ่ ให้เดินเยื้องไปทางซ้ายข้างหลังท่าน เว้นระยะห่างประมาณ 2-3 ก้าวไม่

เดิน เหมือนเดินตามลำพัง ให้อยู่ในลักษณะนอบน้อมสำรวม ถ้าเห็นว่าเดินในระยะใกล้ มือควรประสานกัน

จ. การนั่ง

1. นั่งเก้าอี้ ให้นั่งตัวตรง หลังพิงพนักเก้าอี้ เท่าขีด
2. นั่งกับพื้น นิยมนั่งพับเพียบ
3. นั่งตามลำพัง ให้นั่งพับเพียบในลักษณะสุภาพ ยืดตัว ไม่ต้องเก็บปลายเท้า

อย่าเหยียดเท้า

4. นั่งต่อหน้าพระภิกษุสงฆ์ หรือผู้ใหญ่ ให้นั่งพับเพียบเช่นเดียวกับนั่งตามลำพัง แต่น้อมตัวเล็กน้อย ต้องเก็บปลายเท้ามือประสานกัน

บทที่ 3

ทักษะการทำหน้าที่กัลยาณมิตรทางวาจา

หลักการทำหน้าที่กัลยาณมิตรด้วยวาจา

ลักษณะของนักการทูตที่ดีนั้น มีดังนี้

1. ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ไม่ด่วนปฏิเสธ
2. เมื่อถึงคราวพูดก็สามารถทำให้ผู้อื่นฟัง
3. รู้จักกำหนดขอบเขตของการพูดให้กะทัดรัด
4. จำเนื้อความทั้งหมดที่จะพูด
5. เข้าใจเนื้อความทั้งหมดโดยละเอียดตามความเป็นจริง
6. ทำให้ผู้อื่นเข้าใจตามได้
7. ฉลาดในการพูดที่เป็นประโยชน์และมีใช้ประโยชน์
8. ไม่พูดชวนให้เกิดการทะเลาะวิวาท

ลำดับขั้นตอนและการเตรียมตัวเพื่อการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

- การกล่าวสวัสดิทักทายผู้ที่เราไปพบ และไหว้อย่างพองาม
- การกล่าวทักทายผู้ที่เราไปพบ
- การแนะนำตัวเอง
- บอกจุดประสงค์และเหตุผลที่มาพบ

- การทำความรู้จัก สร้างบรรยากาศที่เป็นมิตร
- สันทนาธรรม
- สรุปเนื้อหาที่คุย ให้จบลงในเวลาที่เหมาะสม
- มอบของฝากที่เหมาะสม
- การอนุโมทนาบุญก่อนกลับ
- การอวยพรที่ออกจากความปรารถนาดี
- การอำลากลับโดยการไหว้และกล่าวสวัสดิลากลับ

สิ่งที่พึงตระหนักในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรประการหนึ่ง คือ การเตรียมข้อมูลและเนื้อหาธรรมะที่จะนำไปถ่ายทอดแนะนำแก่บุคคลทั้งหลาย ผู้ที่จะไปทำหน้าที่กัลยาณมิตร ควรจะมีความรู้ในหัวข้อธรรม ดังต่อไปนี้

1. การทำทาน
2. การรักษาศีล
3. การเจริญภาวนา

การพูดดีและพูดเป็นในการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงให้หลักในการพูดไว้ 5 ประการ คือ

1. พูดด้วยจิตเมตตา
2. พูดแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์
3. พูดถ้อยคำที่ไพเราะ
4. พูดถ้อยคำที่เป็นจริง
5. พูดถูกกาลเทศะ

บทที่ 4

ทักษะการทำหน้าที่กัลยาณมิตรทางจิตใจ

ความรู้เรื่องหัวใจเพื่อการสร้างให้เกิดกำลังใจ

ใจทำหน้าที่ประสานงานกับประสาททั้ง 5 คือ

1. บังคับใช้ประสาททั้ง 5 (ประสาทตา หู จมูก ลิ้น กาย)
2. รับรู้สิ่งที่เกิดขึ้นกับประสาททั้ง 5 ด้วยอาการ 4 อย่าง คือ เห็น จำ คิด รู้

หากใจของเราคิดดี ย่อมเป็นเหตุให้บุคคลนั้นพูดดี ทำดีตามไป แต่ถ้าใจคิดไม่ดี ย่อมเป็นเหตุให้บุคคลนั้นพูดชั่ว ทำชั่วตามไป ผู้ที่ฝึกใจให้ตั้งมั่นได้เป็นนิตย์ ย่อมเป็นผู้มีใจผ่องใสเข้มแข็ง มีความเห็นถูกต้องตามความเป็นจริง แต่สิ่งที่ทำอันตราย คอยรังควานให้ใจลำบาก อ่อนแอ เศร้าหมอง เรียกว่า กิเลส กิเลสต้นเหตุให้คนทำชั่วทุกอย่าง เป็นมูลเหตุแห่งบาปทุกชนิด เราจำเป็นต้องตั้งใจปฏิบัติธรรมตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อสร้างบุญขึ้นในใจให้มีกำลังใจเหนือกิเลสให้ครบทั้ง 3 ประการ คือ ทาน ศีล ภาวนา และคอยเสริมสร้างกำลังใจบุญเหล่านี้ให้เข้มแข็ง ยิ่งขึ้น จนสามารถทำลายล้างกิเลสได้อย่างเด็ดขาด ใจจึงจะปลอดภยันประสาทสันติสุขได้อย่างแท้จริง เพราะฉะนั้น หน้าทีกัลยาณมิตรก็คือ หน้าทีจะไปยกระดับจิตใจชาวโลกให้สูงขึ้น หน้าทีนี้จึงเป็นหน้าทีอันสูงส่ง เพราะเป็นหน้าทีของผู้ชี้ทางบุญให้กับชาวโลกทั้งหลาย

การเตรียมจิตใจก่อนการไปทำหน้าที่กัลยาณมิตร

นั่งสมาธิทำใจให้หยุดนิ่งอย่างน้อยครึ่งชั่วโมง ใจของเราจะได้ผ่องใสบริสุทธิ์ และเกิดความปรารถนาดีมีกำลังใจที่จะนำสิ่งอันเป็นมงคลไปสู่บุคคลที่เรารู้จักซึ่งเขากำลังรอเราอยู่

ทั้งนี้ เราจะทำหน้าที่กัลยาณมิตรให้บริบูรณ์ ด้วยกำลังใจอันเข้มแข็ง ไม่ย่อท้อหรือทอดทิ้ง ไม่ให้อุปสรรคเพียงน้อยนิด มาทำลายความปรารถนาดีอันแน่วแน่ในดวงใจของเราได้เลย

ในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรนั้น เราจะต้องพบเจอทั้งคนดี และคนที่ยังไม่เข้าใจ อาจจะมีปฏิกิริยาตอบสนองทั้งทางบวกและทางลบ ซึ่งผู้ทำหน้าที่กัลยาณมิตรย่อมทราบดีว่า คนเรานั้นมีหลายระดับ ดังที่เปรียบเทียบไว้เหมือนบัว 4 เหล่า และบุคคลที่เราจะไปเป็นกัลยาณมิตรให้นั้นมีหลายประเภท เราจะต้องใช้ความอดทนและมีการฝึกฝนอบรมจิตใจตนเองมาเป็นอย่างดี จิตใจมีความสำคัญต่อบุคคลเป็นอย่างมาก เพราะถ้าใจสู้ใจมีความอดทน มีความปรารถนาอย่างแรงกล้า ทุกอย่างย่อมเกิดขึ้นได้ เราในฐานะผู้ทำหน้าที่กัลยาณมิตรจึงควรฝึกจิตเสมอๆ โดยการนั่งสมาธิ เพื่อให้จิตมีพลัง ที่จะไปยกระดับจิตใจเพื่อนร่วมโลกทั้งหลายให้สูงขึ้นได้

การสร้างกำลังใจเพื่อไปทำหน้าที่กัลยาณมิตร

พระพุทธองค์ตรัสสอนให้สำนึกในหน้าที่และความรับผิดชอบต่อสังคมไว้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงจาริกไป เพื่อประโยชน์และความสุขของชนหมู่มาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก เพื่อประโยชน์เกื้อกูลและความสุขแก่ทวยเทพและมนุษย์ทั้งหลาย”

การทำหน้าที่กัลยาณมิตรเป็นการพัฒนาคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เพราะหากความสุขหมายความว่าเพียงการเป็นอยู่ที่ดีทางกาย มนุษย์เราก็สามารถมีความสุขได้ โดยไม่ต้องเชื่อถือหรือปฏิบัติตามคำสอนของศาสนาใดๆ แต่เพราะธรรมชาติของมนุษย์นั้นประกอบด้วยกายและใจ ซึ่งปรารถนาการมีชีวิตที่พัฒนา มีความก้าวหน้าและมีความสุขอย่างบริบูรณ์ในการดำเนินชีวิต ดังนั้นเป็นธรรมดาที่มนุษย์จึงต้องมีการพัฒนาทั้งกายและใจ ในกรณีนี้ผู้ทำหน้าที่กัลยาณมิตรจึงเข้ามามีบทบาทสำคัญในการให้คำชี้แนะ และให้แนวทางที่ดีในการพัฒนาจิตและวิญญาณเคียงคู่ไปกับการพัฒนาทางร่างกาย โดยการชี้ให้เห็นหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่สอนให้คนเชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรม ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว แนะนำหลักในการดำเนินชีวิตด้วยทางสายกลาง

บทที่ 5

การทำหน้าที่กัลยาณมิตรระหว่างบุคคลต่อบุคคล

ขั้นตอนการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

- ศึกษาเนื้อหาธรรมะที่เหมาะสมกับบุคคลที่เราจะไปพบ และเข้าใจเรื่องราวนั้นเป็นอย่างดี
- การตั้งเป้าหมายการทำหน้าที่กัลยาณมิตร
- นึกถึงบุคคลที่เรารักปรารถนาดี
- ควรเตรียมอุปกรณ์ สื่อสิ่งพิมพ์ และสื่อโสต
- นัดหมายบุคคลที่เราจะไปพบ
- พบปะพูดคุยสนทนาสิ่งที่เราปรารถนาดีต่อบุคคลที่เราไปพบ
- เชิญชวนให้เหมาะสมกับวัน เวลา
- ควรมอบของฝากที่มีประโยชน์ให้พอดี เช่น หนังสือหรือเทป
- ควรลากลับด้วยความประทับใจ
- ควรติดตามว่าบุคคลที่เรารักปรารถนาดีว่าสุขสบายดีหรือไม่
- ควรให้ธรรมะและกำลังใจแก่บุคคลที่เราไปพบ

การใช้สื่ออุปกรณ์ประกอบการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

สื่ออุปกรณ์ เป็นสื่อที่ช่วยเราในการศึกษาค้นหาธรรมะ และเป็นเครื่องมืออุปกรณ์ของการทำหน้าที่กัลยาณมิตร สำหรับแนะนำและมอบให้กับบุคคลที่เราปรารถนาดี เพื่อศึกษาธรรมะให้เข้าใจได้รวดเร็วขึ้น และใช้เวลาอันสั้น ถ้ารู้จักการใช้สื่อที่ถูกต้อง จะเกิดประโยชน์อย่างยิ่ง

การทำหน้าที่กัลยาณมิตรแบบบุคคลต่อบุคคล แบ่งปันประสบการณ์

การพูดเปิดใจ คือ การพูดหลักธรรมะง่าย ๆ สั้น ๆ ให้หันมาเข้าใจเรื่องบุญ มี 2 ประเภท คือ

1. การพูดเปิดใจที่บ้าน คือ การเชิญญาติ เพื่อนสนิท มาคุยเปิดใจ
2. การพูดเปิดใจตัวต่อตัว คือ การที่เราติดต่อกับเพื่อนหรือคนรู้จักแล้วเข้าไปคุยกับเขาที่บ้าน

บทที่ 6

การทำหน้าที่กัลยาณมิตรระหว่างบุคคลต่อกลุ่ม

การทำหน้าที่กัลยาณมิตรแบบเครือข่าย

ลักษณะเครือข่าย ประกอบด้วยองค์ประกอบดังนี้

มีการรับรู้และความเข้าใจที่ดีร่วมกัน

มีจุดมุ่งหมายที่ดีร่วมกัน

มีส่วนร่วมของสมาชิกอย่างกว้างขวาง

มีความสนใจที่ดีร่วมกัน

ส่งเสริมสนับสนุนที่ดีร่วมกัน

พึ่งพาอาศัยที่ดีร่วมกัน

ทำกิจกรรมที่ดีระหว่างกันร่วมกัน

การทำหน้าที่กัลยาณมิตรด้วยวิธีการสัมมนา

ลักษณะของการสัมมนา

1. การสัมมนาแบบประชุม เป็นหน่วยงานหรือองค์กร เพื่อนำผลที่ได้ไปพัฒนาบุคคลและงานในองค์กร ผู้เข้าร่วมสัมมนาจะเป็นกลุ่มผู้รู้หรือผู้ที่ทำงานในหน่วยงาน ส่วนมากผู้ที่เข้าร่วม

สัมมนา ควรจะเป็นผู้ที่ทำงานในลักษณะเดียวกัน หรือมีประสบการณ์ใกล้เคียงกันมาร่วมสัมมนา มีพิธีในการประชุม

2. การสัมมนาแบบสอน เพื่อการเรียนรู้ การศึกษาค้นคว้า โดยมีวิธีการต่างๆ การฝึกทักษะเรื่องของการคิด การวิเคราะห์ปัญหา การเสนอแนวทางแก้ไข การแสดงออกของความคิดเห็น ซึ่งอาจแสดงออกโดยการพูด สนทนา ฯลฯ ที่เกี่ยวกับเนื้อหาวิชานั้น ๆ เพื่อให้ได้ข้อสรุปที่มีความเป็นไปได้อย่างดี ซึ่งสามารถนำความรู้ไปใช้จริงได้ มีความรู้ทักษะ โดยกลุ่มผู้เรียนจะต้องมีพื้นฐานความรู้เดียวกัน

การจัดกิจกรรมพิเศษเพื่อการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

กิจกรรมเป็นการรวมใจกันระหว่างบุคคลกับกลุ่ม นอกจากจะเป็นการเรียนรู้ในทางปฏิบัติอย่างหนึ่งแล้วยังเป็นสร้างกำลังใจซึ่งกันและกันด้วย กิจกรรมนั้นต้องมีเป้าหมายชัดเจน มีจุดมุ่งหมายเดียวกันของกลุ่มคณะหรือเครือข่ายนั้น เช่น กิจกรรมการปฏิบัติธรรมวันหยุดสุดสัปดาห์ หรือในวาระพิเศษ เป็นต้น

วัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมปฏิบัติธรรม

- เพื่อให้บุคคลทั่วไปได้ใช้เวลาวันหยุดสุดสัปดาห์มาปฏิบัติธรรมได้อย่างเต็มที่
- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้มีความรู้ความเข้าใจในวิธีการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง
- เพื่อให้มีความรักความเข้าใจในการปฏิบัติธรรม
- เพื่อสนับสนุนการปฏิบัติธรรมให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป
- เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้พัฒนาคุณธรรมในด้านต่าง ๆ

บทที่ 7

การทำหน้าที่กัลยาณมิตรเชิงบูรณาการ

ความหมายของการทำหน้าที่กัลยาณมิตรเชิงบูรณาการ

ในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรให้สมบูรณ์ ต้องอาศัยความรู้ ความสามารถและการฝึกฝนตนเอง จนกลายเป็นทักษะที่ทำให้สามารถทำหน้าที่กัลยาณมิตรได้อย่างมีประสิทธิภาพ ต้องมีการเรียนรู้และชวนขยายหาความรู้ จากหลายศาสตร์หลายแขนงที่เหมาะสมกับกาลสมัย มาใช้ในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรอีกด้วย ซึ่งในที่นี้ก็คือ การทำหน้าที่กัลยาณมิตรในเชิงบูรณาการ

“บูรณาการ” โดยความหมายโดยศัพท์หมายถึง การกระทำให้สมบูรณ์ และโดยเชิงปฏิบัติ “บูรณาการ” หมายถึง การจะกระทำใด ๆ ที่มีการนำสิ่งที่เกี่ยวข้อง มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงหรือสิ่งที่เป็นองค์ประกอบต่าง ๆ ที่ไม่ว่าจะเป็นวิธีการต่าง ๆ ความรู้สาขาต่าง ๆ เป็นต้น มาประสานหรือร่วมกันอย่างกลมกลืน เพื่อให้การกระทำนั้น ๆ เกิดความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังรวมถึงการทำงานร่วมกัน เพื่อมุ่งสู่ความสำเร็จและเป้าหมายร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล พร้อมทั้งก่อให้เกิดขวัญและกำลังใจแก่กันและกันด้วย

การทำหน้าที่กัลยาณมิตรนั้น จำเป็นต้องอาศัยวิธีการแบบบูรณาการ กล่าวคือ ประสานเชื่อมโยง ความรู้ ประสบการณ์ ตลอดจนคุณธรรมในตัว พร้อมด้วยความเปี่ยมไปด้วยความปรารถนาดีต่อเพื่อนมนุษย์ ให้ปรากฏออกมาเป็นการกระทำที่เรียกว่า เป็นการทำหน้าที่กัลยาณมิตรที่มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ขณะเดียวกันก็ทำให้บุคคลที่เราไปเป็นกัลยาณมิตรนั้น มีสิ่งที่ดีและสิ่งที่เป็นประโยชน์เกิดขึ้นในชีวิต หรือมีการพัฒนาตนเองในการดำเนินชีวิตที่ดีขึ้น

การบูรณาการความรู้ทางการบริหารและการจัดการเพื่อทำหน้าที่กัลยาณมิตร

ก. ทำไมต้องนำวิธีการบริหารการจัดการยุคใหม่มาใช้กับการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

การที่เราจำเป็นต้องมีการบริหาร ยุคใหม่ ทั้งนี้เพราะเรามีเป้าหมายยิ่งใหญ่ ที่จะเผยแพร่คุณธรรม ออกไปสู่สังคมในวงกว้าง ทั้งในระดับประเทศและทั่วโลก แต่เพราะเรามีเวลาชีวิตจำกัด ทรัพยากรก็จำกัด หมายถึง บุคลากร เช่น พระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกาที่ทำหน้าที่กัลยาณมิตรก็มีจำกัด ภายใต้ข้อจำกัดเหล่านี้ ทำอย่างไรถึงจะประสบความสำเร็จได้ ดังนั้น เราจึงควรที่จะปรับปรุงและหาวิธีการที่เหมาะสมกับข้อจำกัดดังกล่าว เพื่อจะทำให้การทำหน้าที่กัลยาณมิตรเกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลสูงสุด

ข. การบริหารยุคใหม่ ?

SWOT

S	มาจาก	Strength	แปลว่า	จุดแข็ง
W	คือ	Weakness	แปลว่า	จุดอ่อน
O	คือ	Opportunity	คือ	โอกาส
T	คือ	Threat	คือ	ภัยคุกคาม

เราต้องศึกษาว่าจุดแข็ง จุดอ่อน โอกาสและภัยคุกคามของตัวเองอยู่ตรงไหน ทำไมเราต้องรู้ ก่อนที่เราจะไปฟังอะไร กำหนดอนาคตอย่างไร เราต้องรู้จักตัวเองก่อน การทำหน้าที่กัลยาณมิตรจึงจะประสบผลสำเร็จได้ กล่าวคือ

อย่างไรก็ตาม วิธีการต่าง ๆ ที่เราได้มีการปรับปรุงและเชื่อว่าใช้แล้วบังเกิดผลดี สิ่งนั้นเราต้องรู้ รู้แล้วก็ต้องไปกำหนดอนาคต พอรู้อนาคต เช่น จากวันนี้เราจะกำหนดว่า เราอยากไปถึงเป้าหมาย จะทำได้อย่างไร วิสัยทัศน์เราเป็นอย่างไร เรามาระบุเป้าหมาย ทางองค์กรของเราเองก็

ต้องมีการกำหนดวิธีการ ว่าเราจะทำอะไรเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย บรรลุวิสัยทัศน์นั้น ๆ และเรามักจะได้ยินว่า องค์กรทางศาสนาอันเป็นองค์กรที่อยู่ได้ด้วยศรัทธาของประชาชนนั้น ซึ่งนอกจากจะไม่แสวงหาผลกำไรแล้ว ยังไม่ค่อยรู้จักการนำเอาวิทยาการบริหารสมัยใหม่มาใช้ ดังนั้น สิ่งที่เป็นเรื่องน่าท้อทายตามมา ก็คือ การที่จะประยุกต์ และประสาน หรือบูรณาการ ความรู้ในเชิงบริหารธุรกิจเหล่านั้น กับองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนา มาใช้ให้เกิดความกลมกลืนและเป็นหนึ่งเดียวกันอย่างไร ซึ่งจากวิธีการดังกล่าว ทำให้เราได้ข้อคิดหลายประการ และมีข้อสังเกตที่สำคัญตามมา ก็คือ วิธีการดังกล่าวจะบังเกิดผลดีได้ เราจะต้องลงมือทำและนำวิธีการ นั้นนำมาใช้อย่างเหมาะสม

การบูรณาการความรู้เพื่อการทำหน้าที่กัลยาณมิตรแบบยั่งยืน

กระบวนการดำเนินการ สามารถแบ่งได้เป็น 4 ขั้นตอนดังนี้

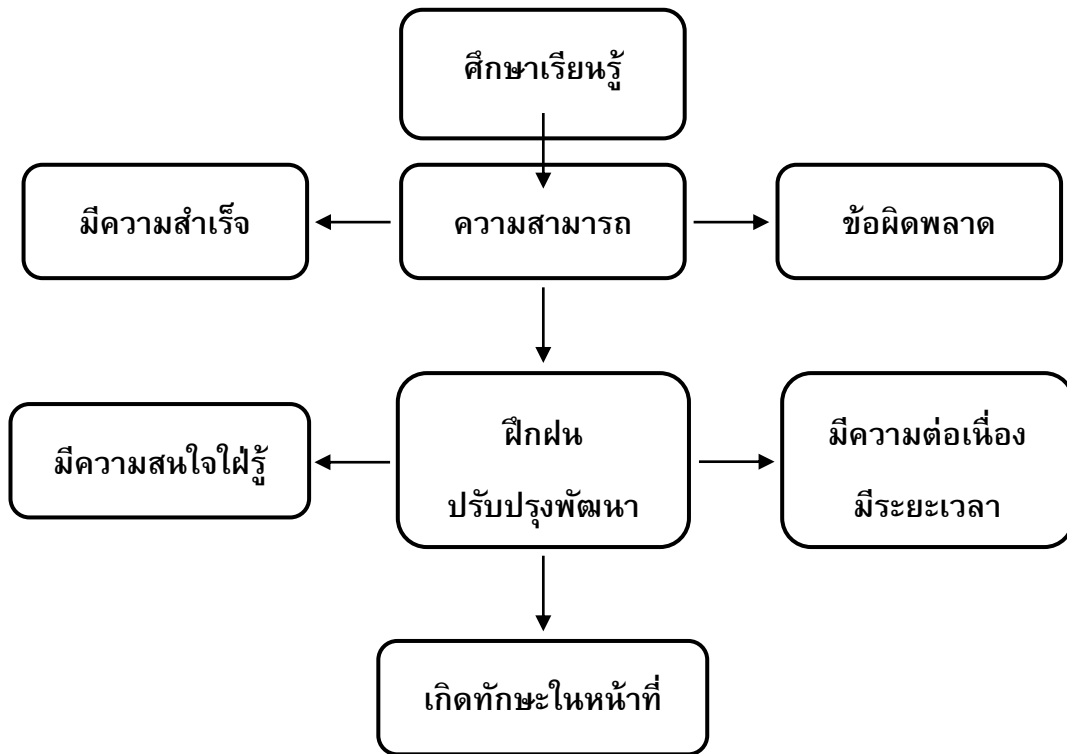
1. ขั้นการรับรู้
2. ขั้นการหล่อหลอมทัศนคติ
3. ขั้นการยอมรับไปปฏิบัติจริง
4. ขั้นการติดตามและประเมินผล

ข้อแนะนำในการใช้ทักษะแบบบูรณาการเพื่อการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

ทักษะ คือ ความชำนาญของการทำหน้าที่นั้น ๆ จนมีประสบการณ์เกิดขึ้นในหน้าที่งานนั้น
ขั้นตอนการเกิดทักษะมีดังต่อไปนี้

1. การศึกษาเรียนรู้
2. มีความสามารถ
3. ฝึกฝนปรับปรุงพัฒนา
4. เกิดทักษะในหน้าที่

แผนภูมิการเกิดทักษะ



บุรณการที่ดี

1. ทำงานเป็นทีม
2. มีภาวะเป็นผู้นำ
3. มีวิสัยทัศน์
4. มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี
5. มีวิธีการที่ชัดเจน
6. มีการจัดระเบียบของงาน
7. มีความรับผิดชอบในงาน
8. เป็นแบบอย่างน่าเชื่อถือ

การประยุกต์วิธีการเชิงบูรณาการ เพื่อการทำหน้าที่กัลยาณมิตรจะมีความสมบูรณ์ ต้องมีการประสานรวมหลาย ๆ ส่วนย่อย มารวมเป็นองค์ประกอบเดียวกัน ที่มีความเกี่ยวเนื่องกันเป็นระบบ อย่างมีเหตุมีผล ส่วนย่อยที่มีศักยภาพในตัว มีประสบการณ์ความรู้ทักษะในส่วนย่อยนั้น เมื่อมารวมกันเป็นส่วนประกอบเดียวกัน ก็จะเป็นบูรณาการที่สมบูรณ์ ฉะนั้นจะจำแนกได้พอสังเขป ดังนี้

1. การจัดระบบความคิด การไตร่ตรอง ใคร่ครวญ ทบทวนข้อมูลแต่ละอย่าง อย่างละเอียดถี่ถ้วน มีระเบียบของความคิด มีความเข้าใจในข้อมูลอย่างชัดเจน ลำดับความสำคัญก่อนหลังได้ สามารถเชื่อมและประมวลผลข้อมูลให้เป็นระเบียบเป็นระบบอย่างเป็นเหตุเป็นผล
2. การจัดเก็บข้อมูล จัดเป็นหมวดหมู่เป็นประเภท ให้เข้าใจง่าย และใช้งานได้ง่าย เชื่อมโยงข้อมูลได้ ค้นหาสะดวก สามารถรู้แหล่งข้อมูล รู้ว่าเกี่ยวข้องกับอะไรและเพื่อประโยชน์อะไร
3. การสังเกต รับรู้เห็นถึงสิ่งที่อยู่รอบตัวเรา ทั้งใกล้ตัวและไกลตัว สิ่งที่เล็กจนถึงสิ่งที่ใหญ่ รับรู้ถึงคุณลักษณะของสิ่งนั้น ส่วนประกอบของสิ่งนั้น แต่ละส่วนเป็นอย่างไร เห็นถึงความเหมือนและแตกต่างกัน ทราบถึงจุดเด่นจุดด้อย
4. นำเสนอ การนำเสนอด้วยวิธีต่าง ๆ ตั้งแต่การสนทนา เอกสารสิ่งพิมพ์ทั้งหลาย สื่อโสตทัศน ตลอดจนนำเสนอ ด้วยเทคโนโลยีใหม่ ๆ ต้องเรียนรู้ว่าควรนำเสนอด้วยวิธีใดที่เหมาะสมกับสภาวะ ทั้งเวลาและสถานที่ ส่วนผู้รับข้อมูลเข้าใจได้ง่าย และสนใจที่ได้รับรู้ด้วย
5. การประสานงาน การติดต่อเกี่ยวข้องกัน ตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป สามารถเชื่อมให้เป็นส่วนเดียวกัน งานนั้นมีการร่วมมือกัน ขับเคลื่อนงานไปไม่ขัดแย้งกัน ไม่กระทบให้เกิดความเสียหายต่อกัน เชื่อมทั้งสิ่งมีอยู่เดิมกับสิ่งที่เพิ่มขึ้นในภายหลัง หนุนให้งานหรือกิจกรรมสมบูรณ์ขึ้นได้ และรวดเร็วขึ้น
6. การวิเคราะห์ การรวมข้อมูลทั้งหมดไว้อย่างเป็นระบบระเบียบ แล้วนำมาแยกแยะได้ ทำความเข้าใจข้อมูลเนื้อหาได้ชัดเจน เปรียบเทียบสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่มีแง่มุมแตกต่างกันไป ด้วยเหตุด้วยผลรู้ว่าดีหรือไม่ดีจริง สอดคล้องกันหรือขัดแย้งกัน
7. ติดตามผลสิ่งที่ได้กระทำไปแล้ว มีผลคืบหน้าอย่างไร เป็นไปตามที่คาดหวังไหม สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายหรือไม่ ได้ผลเพียงไรบ้าง
8. ประเมินผลการรวบรวมข้อมูลในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แล้วนำมาวิเคราะห์ ผลลัพธ์ในทางสถิติ เป็นข้อสรุปในการตัดสินใจของสิ่งนั้น ว่าไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง ถ้าข้อมูลพร้อมครบถ้วนถูกต้อง จะมีผลให้การประเมินผลได้ตรงเป้าหมาย

บทที่ 8

การทำหน้าที่กัลยาณมิตรเชิงปฏิบัติการ

วิธีการเชิงปฏิบัติการเพื่อการเป็นกัลยาณมิตรต้นแบบ

1. ทำหน้าที่เป็นกัลยาณมิตรแก่คนอื่นทุกวัน
2. ฝึกฝนตนเองด้วยการสร้างบุญบารมีให้เต็มที่ เช่น ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนา
3. คอยติดตามดูแลกลุ่มบุคคลที่เราไปเป็นกัลยาณมิตร
4. ฟังโอวาทของครูบาอาจารย์ที่เกี่ยวกับการทำหน้าที่กัลยาณมิตร
5. อ่านหนังสือธรรมะ
6. ร่วมงานบุญอย่างสม่ำเสมอ
7. ฝึกฝนตนเองเพื่อการสร้างบุญบารมีอย่างเป็นหมู่คณะ

ข้อแนะนำเพื่อการพัฒนาตนเองเพื่อทำหน้าที่กัลยาณมิตรเชิงปฏิบัติการ

การปรับปรุงความคิด

มีความมั่นใจในการทำหน้าที่ ไม่คิดดูถูกตนเอง ไม่คิดท้อแท้ในการทำหน้าที่กัลยาณมิตร

การฝึกฝนการควบคุมอารมณ์

รักษาอารมณ์สบาย ไม่หงุดหงิด ไม่ขุ่นมัว

การฝึกฝนทักษะและประสบการณ์

อย่ากลัวการปฏิเสธในความหวังดีของเรา

ให้เกียรติ

ให้ความสนใจในบุคคลที่เราจะไปทำหน้าที่กัลยาณมิตร

ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี

มีความรับผิดชอบ และกระตือรือร้น มีมนุษยสัมพันธ์

ฝึกฝนตนเอง

นำความรู้และความสามารถจากหลายวิธีที่ดีมาใช้ในการทำหน้าที่

หมั่นศึกษาหาความรู้

เพื่อการพัฒนาตนเองให้ทำหน้าที่กัลยาณมิตรสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

DF 404
ศาสนศึกษา

บทที่ 1

ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับศาสนา

ความหมายของศาสนา

ศาสนา คือ คำสอนที่ศาสนานำมาเผยแผ่ สั่งสอน แจกแจง แสดงให้มนุษย์ละเว้นจากความชั่ว กระทำแต่ความดี เพื่อประสบนิรันดรสุขในชีวิต ทั้งในระดับธรรมดาสามัญและความสุขสงบนิรันดร ซึ่งมนุษย์ยึดถือปฏิบัติตามคำสอนนั้นด้วยความเคารพเลื่อมใสและศรัทธา คำสอนดังกล่าวนี้ จะมีลักษณะเป็นสัจธรรมที่มีอยู่ในธรรมชาติแล้วศาสนาคือผู้ค้นพบ หรือจะเป็นโอองการที่ศาสดารับมาจากพระเจ้าก็ได้

ลักษณะของศาสนา

1. ศาสนาเป็นศูนย์รวมของความเคารพนับถือสูงสุดของมนุษย์
2. ศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยว เป็นที่พึ่งทางใจ
3. ศาสดาเป็นผู้นำศาสนามาเผยแผ่ สั่งสอนแก่มวลมนุษย์
4. ศาสนามีสาระสำคัญอยู่ที่การสอนให้มนุษย์ละเว้นจากความชั่วกระทำแต่ความดี
5. คำสอนในศาสนามีทั้งระดับโลกียะและระดับโลกุตระ
6. มนุษย์ต้องปฏิบัติตามคำสอนในศาสนาด้วยความเคารพเลื่อมใสและศรัทธา
7. ศาสนาต้องมีพิธีกรรมเพื่อความศักดิ์สิทธิ์ และมีสัญลักษณ์อันเป็นเครื่องหมาย

องค์ประกอบของศาสนา

ศาสนาที่จะเป็นศาสนาอย่างสมบูรณ์ได้ต้องมีองค์ประกอบครบถ้วนตามหลักเกณฑ์ทางวิชาการที่นักการศาสนาจัดไว้ โดยจะต้องมีองค์ประกอบดังต่อไปนี้

1. ศาสดา ต้องมีศาสดาเป็นผู้ก่อตั้งศาสนาและศาสดาต้องมีชีวิตอยู่จริงในประวัติศาสตร์
2. ศาสนนธรรม ต้องมีศาสนนธรรม คือ คำสอนซึ่งเป็นหลักของศาสนา ต้องมีคัมภีร์เป็นที่รวบรวม คำสอน
3. ศาสนพิธี ต้องมีพิธีกรรมที่เกี่ยวข้องเนื่องมาจากคำสอนของศาสนา
4. ปุชนิยวัตถุ หรือปุชนิยสถานทางศาสนา
5. ศาสนบุคคล ต้องมีคณะบุคคลสืบทอดคำสอนของศาสนา ซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติตามหลักคำสอนของศาสนาโดยตรง
6. ศาสนสถาน ต้องมีศาสนสถานเพื่อประกอบศาสนกิจและศาสนพิธีต่าง ๆ
7. ศาสนิกชน ต้องมีศาสนิกชนผู้นับถือเลื่อมใสศรัทธาในศาสนา

8. การกวัดข้นเรื่องความภักดี ต้องมีการกวัดข้นเรื่องความภักดีในศาสนา

วิวัฒนาการของศาสนา

วิวัฒนาการของศาสนา มีดังนี้

1. วิญญาณนิยม
2. ธรรมชาติเทวนิยม
3. เทวนิยม
4. อเทวนิยม

มูลเหตุการณเกิดของศาสนา

1. เกิดจากอวิชา
2. เกิดจากความกลัว
3. เกิดจากความภักดี
4. เกิดจากความต้องการความรู้แจ้งความจริงของชีวิต
5. เกิดจากความต้องการความสงบสุขของสังคม

ความสำคัญของศาสนา

ทุกศาสนามีความสำคัญ คือ สอนคนให้เป็นคนดี มีศีลธรรมประจำใจ อยู่ในสังคมได้อย่างสันติสุข อีกทั้งยังเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ และมีหลักในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องและปลอดภัย

คุณค่าของศาสนา

1. เป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจของมนุษย์ คือเป็นที่พึ่งทางใจ ทำให้ไม่รู้สึกอ้างว้างว่าเหว
จนเกินไป
2. เป็นบ่อเกิดแห่งความสามัคคีของหมู่คณะ รวมถึงความสามัคคีในหมู่มวลมนุษยชาติ
3. เป็นบ่อเกิดแห่งการศึกษาทั้งในด้านพุทธิศึกษา จริยศึกษา และศีลธรรมจรรยา
4. เป็นบ่อเกิดแห่งจริยธรรม ศีลธรรม และคุณธรรม
5. เป็นบ่อเกิดแห่งขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามทั้งหลาย
6. เป็นเครื่องดับความเร่าร้อนทางใจ ทำให้ใจสงบเย็น
7. เป็นดวงประทีปส่องโลกที่มีมืดมิด
8. เป็นสิ่งที่แยกมนุษย์ออกจากสัตว์ เพราะสัตว์ไม่มีศาสนา

ประโยชน์ของศาสนา

1. ช่วยทำให้คนมีจิตใจสูงและประเสริฐกว่าสัตว์
2. ช่วยทำให้คนมีวินัยในตัวเองสูง
3. ช่วยทำให้คนในสังคมอยู่กันได้อย่างสงบสุข
4. ช่วยส่งเสริมและสร้างสรรค์ผลงานอันมีคุณค่าทางด้านศิลปะ และวัฒนธรรมแก่สังคม
5. ศาสนาช่วยให้คนมีความอดทน ไม่หวั่นไหวในโลกธรรม ไม่ดีใจจนเกินเหตุเมื่อประสบกับอารมณ์ดี และไม่เสียใจจนเสียคนเมื่อเผชิญกับเหตุร้าย
6. ช่วยประสานรอยร้าวในสังคมมนุษย์ ทำให้สังคมมีเอกภาพในการทำ การพูด และการคิด
7. ทำให้มนุษย์ปกครองตนเองได้ในทุกสถานและทุกเวลา
8. สอนให้มนุษย์มีจิตใจสะอาด ไม่กล้าทำความชั่วทั้งในที่ลับและที่แจ้ง
9. ทำให้มนุษย์ผู้ประพฤติตาม พ้นจากความทุกข์ ความเดือดร้อน และช่วยให้ประสบความสำเร็จทางจิตใจอย่างเป็นลำดับขั้นตอนจนบรรลุเป้าประสงค์สูงสุดของชีวิต
10. ช่วยให้มนุษย์มีความสามัคคี ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ทำให้อยู่ร่วมกันเป็นหมู่คณะได้อย่างมีความสุข
11. ช่วยให้มีหลักในการดำเนินชีวิต ให้ชีวิตมีความหมายและความหวัง และช่วยให้เกิดเสถียรภาพและความสงบสุขในสังคม

บทที่ 2

ศาสนาพื้นฐานดั้งเดิม

คุณลักษณะของศาสนาพื้นฐานดั้งเดิม

1. มีความเชื่อเรื่องพลังอำนาจที่ไร้ตัวตนแต่มีมหิทธานุภาพ
2. มีความเชื่อในเรื่องวิญญาณหรือผี
3. มีความเชื่อในเรื่องไสยศาสตร์
4. มีความเชื่อในเรื่องการทำนายเหตุการณ์ต่าง ๆ ในอนาคต
5. มีความเชื่อในเรื่องข้อห้าม (ตาบู่)
6. มีความเชื่อในเรื่องรูปสัญลักษณ์ (โตเต็ม)
7. มีความเชื่อในเรื่องการบวงสรวงและสังเวยต่าง ๆ
8. มีความเชื่อในเรื่องพิธีกรรม
9. มีความเชื่อในเรื่องการเซ่นไหว้บรรพบุรุษ

ศาสนาและความเชื่อของมนุษย์ที่นับถือศาสนาพื้นฐานดั้งเดิม

- | | |
|------------------------|--|
| 1. มนุษย์นีแอนเดอธัล | เชื่อว่ากะโหลกและกระดูกของเรามีพลังอำนาจ |
| 2. มนุษย์โครมันยอง | นิยมเขียนภาพการล่าสัตว์บนผนังถ้ำ |
| 3. มนุษย์ยุคหินใหม่ | มีความเชื่อในพลังลึกลับของธรรมชาติ |
| 4. ชาวอเมริกันอินเดียน | เชื่อว่าธรรมชาติมีพลังอำนาจสูงสุด |

บทที่ 3

ศาสนาพราหมณ์-ฮินดู

ศาสนาพราหมณ์-ฮินดู

ประวัติ ความเป็นมา	เกิดในประเทศอินเดียประมาณ 1,000 ปีก่อนพุทธศักราช เป็นศาสนาที่มีอายุเก่าแก่ที่สุดในโลก มีสิ่งเคารพสูงสุด เรียกว่า ตรีมูรติ ได้แก่ มหาเทพ 3 องค์ คือ -พระพรหม (ผู้สร้าง) -พระนารายณ์ (ผู้รักษา) -พระศิวะ (ผู้ทำลาย)
ศาสดา	ไม่มีศาสดา แต่มีพราหมณ์เป็นผู้ประกอบพิธีกรรมและแต่งคัมภีร์ต่าง ๆ
คัมภีร์	แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ 1. ศรุตี ได้แก่ คัมภีร์พระเวททั้ง 4 ถือว่าเป็นสิ่งที่ได้ยินได้ฟังมาจากพระผู้เป็นเจ้าโดยตรง ไม่มีผู้แต่ง แต่เป็นการค้นพบของฤาษีทั้งหลาย เป็นของที่มีอยู่ชั่ววันรันดร เป็นลมหายใจของพระผู้เป็นเจ้า เป็นสัจธรรมที่แสดงถึงประสบการณ์ทางวิญญาณของฤาษีทั้งหลายในอดีตกาลที่ยาวนาน พระเวทแบ่งออกเป็น 4 คัมภีร์ คือ ฤคเวท ยชุรเวท สามเวท และอถรรพเวท 2. สมฤติ เป็นคัมภีร์ขั้นที่สอง และถ่ายทอดกันมา เป็นคัมภีร์ที่ปราชญ์ทางศาสนาในเวลาต่อมาได้แต่งตำราประกอบขึ้นเพื่อช่วยสนับสนุนให้การศึกษาคัมภีร์พระเวทเป็นไปโดยถูกต้องและมีประสิทธิผล คือ คัมภีร์เวททางคศาสตร์ เป็นคัมภีร์ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับองค์แห่งพระเวท
	1. หลักอาศรม 4 หมายถึง ขั้นตอนการดำเนินชีวิตของชาวฮินดู แบ่งช่วงของการใช้ชีวิตไว้ 4 ช่วง ช่วงละ 25 ปี ช่วงชีวิตแต่ละช่วงเรียกว่า อาศรม (วัย) 2. หลักการปฏิบัติระหว่างบุคคล หลักการปฏิบัติระหว่างบุคคลมีหลักคำสอนที่คล้ายคลึงเรื่องทศ 6 ในศาสนาพุทธว่าด้วยการปฏิบัติตนตามหน้าที่ เช่น หน้าที่ของ

<p>หลักคำสอนที่สำคัญ</p>	<p>บิดาต่อบุตร หน้าที่ของมารดาต่อบุตร หน้าที่ของครูอาจารย์ต่อศิษย์ เป็นต้น</p> <p>3. หลักปรมาตมัม ปรมาตมัม หมายถึง สิ่งยิ่งใหญ่อันเป็นที่รวมของทุกสิ่งทุกอย่างในสากลโลก</p> <p>4. หลักโมกษะ เป็นหลักความดีสูงสุดในศาสนา หลักโมกษะประกอบด้วยสาระสำคัญ 2 ประการ คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. การนำเอาตมัมเข้าสู่ปรมาตมัม ด้วยการปฏิบัติธรรมใด ๆ เพื่อให้วิญญาณของตนเข้ารวมกับปฐมวิญญาณ เรียกว่า เข้าถึงโมกษะ คือความหลุดพ้นจากวัฏสงสารแห่งชีวิต 2. วิธีปฏิบัติเพื่อเข้าถึงโมกษะ ได้เสนอแนะหลักปฏิบัติที่สำคัญไว้ 3 ประการ คือ กรรมมรรค (กรรมโยคะ) ชยานมรรค (ชยานโยคะ) และ ภักติมรรค (ภักติโยคะ)
<p>จุดหมายสูงสุด</p>	<p>ความกลมกลืนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับพระพรหมหรือปรมาตมัม การปฏิบัติเพื่อบรรลุโมกษะนั้น จะต้องปฏิบัติตามหลักการ 4 ประการ คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. กรรมมรรค (กรรมโยคะ) การปฏิบัติด้วยการประกอบกิจการงานตามหน้าที่ด้วยความขยันขันแข็ง แต่ทำงานด้วยจิตใจสงบ ไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ 2. ชยานมรรค (ชยานโยคะ) การปฏิบัติเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงขึ้นมาว่า ปรมาตมัมเป็นสิ่งเดียวที่มีอยู่ 3. ภักติมรรค (ภักติโยคะ) การปฏิบัติ คือการปลุกศรัทธาและความจงรักภักดีต่อเทพเจ้าที่ตนเคารพนับถือ ผู้ปฏิบัติเรียกว่า ภักติโยคิน 4. ราชมรรค (ราชโยคะ) เป็นทางปฏิบัติเกี่ยวกับการฝึกทางใจ มุ่งบังคับใจให้อยู่ในอำนาจด้วยการบำเพ็ญโยคะกิริยา ผู้ปฏิบัติเรียกว่า ราชโยคิน □
<p>สัญลักษณ์ของศาสนา</p>	<p>เครื่องหมายอักษร เทวนาครี เรียกว่า “โอม”</p> <p>เครื่องหมาย “โอม” สัญลักษณ์แห่งพลังทั้ง 3 อัน หมายถึง พระพรหม พระวิษณุ และพระศิวะ</p>

บทที่ 4
ศาสนาเซน

ศาสนาเซน

ประวัติ ความเป็นมา	เกิดในประเทศอินเดีย ก่อนพุทธศักราชประมาณ 56 ปี เกิดร่วมสมัยกับศาสนาพุทธ เป็นศาสนาที่ปฏิเสธเรื่องพระเจ้าสูงสุดเช่นเดียวกับศาสนาพุทธ มีการปฏิบัติที่สืบทอด
ศาสดา	พระมหาวิระเป็นพระราชโอรสของกษัตริย์สิทธารถะ ซึ่งเป็นหนึ่งในกลุ่มกษัตริย์ลิจฉวี พระองค์ค้นหาทางหลุดพ้นโดยการมุ่งศึกษาอรรถกถาโยค
คัมภีร์	คัมภีร์อาคัมภะหรือสิทธาทตะ เป็นจารึกคำบัญญัติ หรือวินัยเกี่ยวกับการประพฤติปฏิบัติของนักพรต คฤหัสถ์ และเรื่องราวประเภทชาดกในศาสนา
หลักคำสอน ที่สำคัญ	<p>1. หลักอหุพรต 5 เป็นหลักธรรมขั้นพื้นฐาน</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. อหิงสา การไม่เบียดเบียน ไม่ทำลายชีวิต อหุพรตข้อนี้ถือว่าเป็นยอดของศีลธรรมศาสนาเซน 2. สัตยะ พูดความจริง ไม่พูดเท็จ 3. อัสนีเยยะ ไม่ลักขโมย รวมทั้งไม่หลบเลียงภษาษากร ไม่ใช่หรือทำเงินปลอม และไม่โกงเครื่องชั่งตวง 4. พรหมจรรยา อย่างต่ำคือการไม่ประพฤติผิดในกาม 5. อปริครหะ การไม่โลภ ไม่ควรมีข้าวของมากเกินไป <p>อหุพรตทั้ง 5 เป็นนักบวชจะปฏิบัติเคร่งครัดมาก คฤหัสถ์ก็จะลดหย่อนผ่อนคลายเป็นสมควร</p> <p>2. หลักปรัชญา หลักปรัชญาในศาสนาเซน แบ่งออกเป็น 2 ข้อ ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ชญาณ แบ่งออกเป็น 5 ประการ คือ <ol style="list-style-type: none"> 1. มติชญาณ ความรู้ทางประสาทสัมผัส 2. ศรัติชญาณ ความรู้เกิดจากการฟัง 3. อวริชญาณ ความรู้เหตุที่ปรากฏในอดีต 4. มนปรยายชญาณ ชญาณกำหนดรู้ใจผู้อื่น 5. เกวลชญาณ ชญาณอันสมบูรณ์ซึ่งเกิดขึ้นก่อนบรรลุนิรวาณ 2) ชีวะและอชีวะ <ol style="list-style-type: none"> 1. ชีวะ ได้แก่ วิญญาณ หรือสิ่งมีชีวิต หรืออาตมัน

	<p>2. อชิวะ ได้แก่ อวิญญาณ หรือสิ่งไม่มีชีวิต ได้แก่ วัตถุ</p> <p>3. หลักโมกษะ เป็นคำสอนเรื่องการหลุดพ้น ข้อปฏิบัติที่บรรลุมอกษะในศาสนาเซน เรียกว่า ไตรรัตน์หรือไตรทัศนะ ได้แก่</p> <p>1. สัมยัคทรรศนะ : ความเห็นชอบ</p> <p>ความเห็นชอบ ได้แก่ ความเห็นถูกและมีความเชื่ออย่างแน่นแฟ้นว่า ศาสตราจารย์ทั้งหลายผู้เป็นบรรพบุรุษของเซนนั้นแม้เดิมท่านเป็นปุถุชน แต่อาศัยการที่ท่านมีความเพียรแรงกล้ายิ่งกว่าสามัญบุคคล ท่านจึงได้หลุดพ้นเป็นผู้ชนะ ท่านได้ใช้ชีวิตอันบริสุทธิ์เพื่ออบรมสั่งสอนอำนวยความสะดวกแก่มนุษยชาติซึ่งอยู่ในความทุกข์ด้วยหลักกรรม</p> <p>2. สัมยัคชญาณ : ความรู้ชอบ</p> <p>ความรู้ชอบ ได้แก่ ความรู้หลักกรรมที่ศาสดาสั่งสอนไว้แต่เดิม</p> <p>3. สัมยัคจิต : ความประพฤติชอบ</p> <p>ความประพฤติชอบ ได้แก่ ให้รู้หลักกรรม 2 ประการ ดังต่อไปนี้</p> <p>1) ธรรมสำหรับผู้ครองเรือน เรียกว่า อนุพรต มี 5 ประการ</p> <p>2) ธรรมสำหรับนักพรต เรียกว่า มหาพรต มี 5 ประการเหมือนกับอนุพรตของผู้ครองเรือน แต่ให้เพิ่มการปฏิบัติให้เคร่งครัดยิ่งขึ้น โดยเฉพาะข้อ 4 หมายถึง การเว้นจากกามโดยสิ้นเชิง สำหรับข้อ 1 อหิงสานั้น นักพรต เชนถือเป็นข้อสำคัญต้องปฏิบัติอย่างเคร่งครัด โดยต้องระวังทุกฝีก้าวในการยืน เดิน นั่ง นอน แม้ในการกิน เพื่อไม่ให้ทำร้ายสัตว์อื่น</p>
<p>จุดหมายสูงสุด</p>	<p>ตรานาใจที่ยังเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ ก็ยังไม่พ้นทุกข์ เมื่อตายแล้ว วิญญาณจะไปเกิดใหม่ การที่จะพ้นทุกข์ได้ ต้องบรรลุโมกษะ ทำได้โดยการเชื่อในคำสอน เห็นจริงในคำสอน และปฏิบัติตามคำสอนของพระมหาวิระ</p>
<p>สัญลักษณ์ของศาสนา</p>	<p>รูปของมหาวิระ ปัจจุบันได้ถือรูปทรงกระบอกตั้งมีบรรจุสัญลักษณ์อยู่ข้างใน 4 ประการ คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. รูปกงจักร 2. รูปสวัสดิกะ 3. จุด 3 จุด สัญลักษณ์แห่งรัตนตรัย 4. จุด 1 จุด อยู่บนเส้นครึ่งวงกลมตอนบนสุด

บทที่ 5

ศาสนาพุทธ

ศาสนาพุทธ

ประวัติ ความเป็นมา	เกิดที่ชมพูทวีป ในปัจจุบันถูกแบ่งแยกออกเป็นหลายประเทศ เช่น อินเดีย บังกลาเทศ ภูฏาน และเนปาล
ศาสดา	พระสัมมาสัมพุทธเจ้า (เจ้าชายสิทธัตถะ) ถือกำเนิดในตระกูลศากยวงศ์ เป็นพระราชโอรสของกษัตริย์ผู้ครองแคว้นสักกะ พระองค์เสด็จออกผนวชเมื่อพระชนมายุได้ 29 พรรษา ทรงศึกษาความเป็นจริงของชีวิตในหลายรูปแบบ กระทั่งตรัสรู้และได้เผยแผ่พระศาสนาไปทั่วชมพูทวีป และเสด็จดับขันธปรินิพพานเมื่อพระชนมายุ 80 พรรษา
คัมภีร์	<p>พระไตรปิฎก แบ่งออกเป็น 3 หมวด คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. พระวินัยปิฎก ว่าด้วยวินัย คือ ศีลของภิกษุ ภิกษุณี มีเรื่องเล่าประวัติความเป็นมาที่ทรงบัญญัติวินัยอย่างละเอียด นอกนั้นยังมีเรื่องเกี่ยวกับข้อประพฤติปฏิบัติ และวิธีดำเนินการในการบริหารคณะสงฆ์โดยพิสดารมี 21,000 พระธรรมขันธ์ 2. พระสุตตันตปิฎก ว่าด้วยพระสูตร คือคำเทศนาสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระสาวก มี 21,000 พระธรรมขันธ์ 3. พระอภิธรรมปิฎก ว่าด้วยอภิธรรม กล่าวถึงเนื้อธรรมะในแง่วิชาการล้วน ๆ มี 42,000 พระธรรมขันธ์ <p>นอกจากนี้ ยังมีคัมภีร์ทางศาสนาพุทธที่อธิบายขยายความคำสอนในคัมภีร์พระไตรปิฎก เป็นลำดับชั้นดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> ก. อรรถกถา เป็นตำราอธิบายพระไตรปิฎกซึ่งแต่งโดยอาจารย์ในกาลต่อมาที่เรียกว่า พระอรรถกถาจารย์ เป็นเนื้อความสอนชั้นที่ 2 รองจากพระไตรปิฎก ข. ฎีกา เป็นตำราอธิบายขยายความอรรถกถา ซึ่งแต่งโดยอาจารย์ที่เรียกว่า พระฎีกาจารย์ ถือเป็นตำราชั้นที่ 3 ค. อนุฎีกา เป็นตำราอธิบายขยายความฎีกา หรือเรื่องเกร็ดย่อยเบ็ดเตล็ด ซึ่งเขียนโดยอาจารย์ที่เรียกว่า พระอนุฎีกาจารย์ เป็นตำราชั้นที่ 4
หลักคำสอน ที่สำคัญ	<ol style="list-style-type: none"> 1. พระรัตนตรัย เป็นที่เคารพบูชาสูงสุดของพุทธศาสนิกชน 3 อย่าง คือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ซึ่งจำแนกอธิบายได้ดังนี้ <ol style="list-style-type: none"> 1. พระพุทธเจ้า องค์แห่งพระรัตนตรัยองค์ที่ 1 คือพระพุทธเจ้าหรือพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในที่นี้จะกล่าวถึงคุณลักษณะ 2 ประการ ได้แก่ <ol style="list-style-type: none"> 1) พระสัมมาสัมพุทธเจ้าในฐานะบุคคล หรือมนุษย์ในประวัติศาสตร์พระนามว่า

	<p>สิทธิ์ดตะ</p> <p>2) พระสัมมาสัมพุทธเจ้าในฐานะมนุษย์ผู้พัฒนาตนสูงสุด และเป็นแม่แบบที่มนุษย์ทั้งปวงจะต้องยึดถือไว้เป็นแบบอย่าง</p> <p>2. พระธรรม</p> <p>พระธรรม คือ คำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นความจริงที่สามารถเข้าถึงได้ด้วย</p> <p>คุณของพระธรรมมี 6 อย่าง คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เป็นธรรมอันพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสดีแล้ว 2. เป็นธรรมอันผู้ปฏิบัติจะพึงเห็นชัดด้วยตนเอง 3. เป็นธรรมไม่ประกอบด้วยกาล (เหนือกาลเวลา) 4. เป็นธรรมอันควรเรียกให้มาดู (พิสูจน์ได้) 5. เป็นธรรมที่ควรน้อมเข้ามาในตน 6. เป็นธรรมอันวิญญูชนพึงรู้เฉพาะตน <p>3. พระสงฆ์</p> <p>พระสงฆ์ คือ ผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติถูกต้อง ตรงกับพระธรรมวินัยที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงและบัญญัติไว้ เป็นสาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และเป็นพยานการตรัสรู้ธรรมของพระพุทธองค์ พระสงฆ์เป็นผู้ปฏิบัติตามและได้สั่งสอนธรรมต่อมา จึงเป็นที่เคารพนับถือ</p> <p>2. หลักสัมมาทิฐิ</p> <p>สัมมาทิฐิ หมายถึง คำสอนที่ทำให้เกิดความเข้าใจถูกต้องตรงตามความเป็นจริงของโลกและชีวิต</p> <p>พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงหลักสัมมาทิฐิที่มนุษย์ทุกคนต้องเข้าใจให้ถูกต้อง มี 10 ประการ คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ทานที่ให้แล้วมีผล (หมายถึงการให้ในระดับแบ่งปันกัน) 2. ยัญที่บูชาแล้วมีผล (หมายถึงการให้ในระดับสงเคราะห์กัน) 3. การเชนสรวงมีผล (หมายถึงการบูชาบุคคลที่ควรบูชามีผลดีจริง) 4. ผลคือวิบากของกรรมที่ทำได้และทำชั่วมี (หมายถึง บุคคลทำดีต้องได้ดีจริง ทำชั่วต้องได้ชั่วจริง) 5. โลกนี้มี (หมายถึง โลกนี้มีคุณเป็นอย่างไร ยิ่ง เหมาะสำหรับใช้สร้างบุญบารมี) 6. โลกหน้ามี (หมายถึง โลกหน้ามีจริง ตายแล้วไม่สูญ ความเป็นไปของโลก)
--	---

หน้า เป็นผลมาจากโลกนี้)

7. มารดามี (หมายถึงมารดามีพระคุณต่อบุตรอย่างยิ่ง)

8. บิดามี (หมายถึง บิดามีพระคุณต่อบุตรอย่างยิ่ง)

9. สัตว์ที่เกิดแบบโอปปาติกะมี (หมายถึง สัตว์ที่ฟุดขึ้นเกิดแล้วโตทันทีมีจริง)

10. สมณพราหมณ์ผู้ประพฤติดี ปฏิบัติชอบชนิดที่ทำให้แจ้งโลกนี้ โลกหน้า ด้วยปัญญาอันยิ่งเอง แล้วสอนให้ผู้อื่นรู้ตามมี

3. ไตรลักษณ์

ไตรลักษณ์ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สามัญลักษณ์ แปลว่า ลักษณะ 3 อย่าง หมายถึงกฎธรรมชาติที่มีอยู่ทั่วไปในสรรพสิ่ง มีอยู่ 3 ประการ ดังต่อไปนี้

1) อนิจจตา : ความเป็นของไม่เที่ยง ได้แก่ ไม่ถาวร ไม่คงที่ ไม่แน่นอน เมื่อมีการเกิดขึ้นแล้วก็เสื่อมไป แปรปรวนไป

2) ทุกขตา : ความเป็นทุกข์ ได้แก่ ความเป็นของทนได้ยาก ทนอยู่ตลอดไปไม่ได้ ต้องแปรปรวนไป เพราะมีเหตุปัจจัยคือความเกิดขึ้น ความเสื่อมไป และความแปรปรวนไป

3) อนัตตตา : ความเป็นของไม่ใช่ตัวตน ได้แก่ ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชา ขัดแย้งกับความเป็นตัวตน ไม่มีใครเป็นเจ้าของ เป็นของว่างเปล่า เป็นสิ่งสมมติ ไม่ใช่ของตนแท้จริง

4. อริยสัจ 4

อริยสัจ แปลว่า ความจริงอันประเสริฐ เป็นความจริงขั้นสูงสุดที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงค้นพบ หรือตรัสรู้ มี 4 ประการ ดังต่อไปนี้

1. ทุกข์ หรือ ทุกขอริยสัจ แปลว่า สภาพที่ทนได้ยากทั้งทางกายและทางใจ

2. สมุทัย หรือ ทุกขสมุทัย แปลว่า สาเหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์

3. นิโรธ หรือ ทุกขนิโรธ แปลว่า ความดับสนิทแห่งทุกข์

4. มรรค หรือ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา แปลว่า ทางหรือมรรควิธีที่จะนำไปสู่ความดับทุกข์ หรือดับตัณหา อันได้แก่ อริยมรรคมีองค์ 8

5. มรรคมีองค์ 8

1. สัมมาทิฏฐิ : ความเห็นชอบ

2. สัมมาสังกัปปะ : ความดำริชอบ

3. สัมมาวาจา : การเจรจาชอบ

4. สัมมากัมมันตะ : การทำงานชอบ

	<p>5. สัมมาอาชีวะ : การเลี้ยงชีพชอบ</p> <p>6. สัมมาวายามะ : ความเพียรชอบ</p> <p>7. สัมมาสติ : การตั้งสติชอบ</p> <p>8. สัมมาสมาธิ : การตั้งจิตมั่นชอบ</p> <p>6. นิพพาน</p> <p>ศาสนาพุทธสอนให้มนุษย์มุ่งปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความหลุดพ้นจากทุกข์โดยสิ้นเชิงและตลอดไป ภาวะสูงสุดที่เมื่อเข้าถึงแล้วความทุกข์ย่อมดับสิ้นไปตลอดกาลนี้ ได้แก่ ภาวะที่เรียกว่า นิพพาน</p> <p>นิพพาน โดยความหมายของศัพท์ แปลว่า ความดับ โดยใจความหมายถึง ความดับกิเลสและกองทุกข์ อีกนัยหนึ่งหมายถึง ภาวะที่ออกจากตัณหา หรือภาวะก้าวออกจากกิเลสเครื่องร้อยรัด เป็นภาวะที่เมื่อเข้าถึงแล้วทำให้กิเลสและทุกข์ทั้งปวงดับไปโดยสิ้นเชิงเป็นสมุจเฉทปหาน คือ เมื่อกิเลสและทุกข์ทั้งปวงดับสิ้นไปแล้วก็จะไม่กลับเกิดมีขึ้นมาอีก ผู้ที่เข้าถึงนิพพานดังกล่าวนี้ ศาสนาพุทธเรียกว่า พระอรหันต์</p> <p>ในทางปฏิบัติ ผู้ที่เป็นพระอรหันต์ก็คือ ผู้ที่ได้ปฏิบัติตามหลักศีล สมาธิ และปัญญา หรือหลักอริยมรรคมีองค์ 8 จนได้บรรลุมรรคผลขั้นสูงสุดตามคำสอนของศาสนาพุทธ อันได้แก่ อรหัตตมรรคและอรหัตตผล พระอรหันต์นี้ เป็นผู้เข้าถึงนิพพานตามคำสอนของศาสนาพุทธ</p> <p>ชาวพุทธเชื่อว่าชีวิตในโลกนี้ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดตราบโอบที่ยังไม่หมดกิเลส (บรรลุนิพพาน)</p>
<p>จุดหมายสูงสุด</p>	<p>นิพพาน (วิธีการบรรลุนิพพานนั้นจะต้องปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์ 8)</p>
<p>สัญลักษณ์ของศาสนา</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ธรรมจักร 2. พระพุทธรูป 3. รอยพระพุทธรบาท 4. ไบโพธิ์หรือต้นโพธิ์

บทที่ 6
ศาสนาซิกข์

ศาสนาซิกข์

ประวัติ ความเป็นมา	เกิดที่ประเทศอินเดีย เมื่อปี พ.ศ.2012 เป็นศาสนาที่รวมเอาจุดเด่นของศาสนาพราหมณ์-ฮินดู และอิสลามไว้ด้วยกัน ทั้งนี้เพื่อสร้างความเป็นเอกภาพในเรื่องพระเจ้า ศาสนา และมนุษยชาติ
ศาสดา	มีศาสดา 10 ท่าน เรียกว่า กูรู ศาสดาท่านแรกคือ กูรูนานัก
คัมภีร์	คัมภีร์ครันท์ซาฮิบ แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ 1. อาทิกรันท์ซาฮิบ แปลว่า พระคัมภีร์แรก คัมภีร์นี้กูรูอรชุน ศาสดาองค์ที่ 5 จัดทำขึ้นเมื่อ พ.ศ. 2147 โดยรวบรวมคำสอนของกูรูองค์ก่อน ๆ ตั้งแต่กูรูนานักจนถึงตัวท่านเอง รวมทั้งคำสอนของนักปราชญ์ในศาสนาพราหมณ์-ฮินดู นักปราชญ์ในศาสนาอิสลามอยู่ด้วย 2. ทสมครันท์ซาฮิบ แปลว่า พระคัมภีร์ที่ 10 คัมภีร์นี้กูรูโควินทสิงห์ ศาสดาองค์ที่ 10 เป็นผู้จัดทำขึ้น โดยการรวบรวมคำสอนของกูรูองค์ก่อน บางองค์และของตัวท่านเองไว้รวมกัน □
หลักคำสอน ที่สำคัญ	1. องค์กรรัตน 3 ประการ องค์กรรัตนหรือองค์ 3 ประการ อันเป็นสิ่งสูงสุดในศาสนาซิกข์ คือ 1) พระเจ้า 2) ศรี คือ หลักธรรม 3) อกาล คือ ความแน่นอนของพระเจ้า 2. คีล 5 ประการ คีล 5 อันขึ้นต้นด้วยอักษร ก. คือ 1) เกศา คือ เอาผม หนวด เคราไว้ จะโกนไม่ได้ 2) กังฆะ คือ จะต้องมีหวีเสียบหรือปักไว้ที่ผมเสมอ ขาดไม่ได้ 3) การรา คือ กำไลเหล็กสวมข้อมือ 4) กิรปาน คือ จะต้องมีดาบประจำตัว 5) กฉา คือ จะต้องมีการงวงขาสั้นโดยนุ่งไว้ข้างในประจำ 3. หลักธรรมประจำชีวิต หรือ คีล 21 ประการ

	<p>ชาวซิกข์ทุกคนจะต้องถือศีล 21 ข้อ เป็นศีลประจำชีวิตของศาสนิกชนทุกคน คือ</p> <p>ก. ข้อปฏิบัติ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ให้นับถือศาสดาทุกองค์เป็นบิดา และถือว่าตนเป็นบุตรของบิดา 2. ให้ถือว่าเมืองปาตลีบุตร (ปัตนะในปัจจุบัน) ที่โควินทสิงห์เกิดกับเมืองอาณันทปุระ (ที่โควินทสิงห์หลบไปตั้งหลักที่บอรั้งเซบเมื่อรบแพ้) ว่าเป็นเมืองที่ศักดิ์สิทธิ์ 3. ให้ยกเลิกการถือชั้นวรรณะ 4. ให้สละชีพในสนามรบ 5. ให้บูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ 3 ประการ คือ <ol style="list-style-type: none"> 1. สัจจะ (พระเจ้า) ศรี (ธรรมะ) อกาล (ความเที่ยงแท้ของพระเจ้า) 2. ศาสโนวาท (คัมภีร์อาทิกรันถ์และทัสเวนปาทซาฮิบ) 3. ความบริสุทธิ์ 6. ให้มีศีลอันเป็นสัญลักษณ์ 5 คือ เกศา กังฆะ การา กิรปาน และกฉา พวกซิกข์ที่อยู่ในต่างประเทศต้องมีมิดเล็กยาว 2 นิ้วเสียบไว้ที่ผม 7. ให้มีชื่อลงท้ายว่าสิงห์ (คือ ให้กล้าหาญดังสิงโต) 8. ให้ฝึกขี่ม้า ฟันดาบ มวยปล้ำ เป็นนิตย 9. ให้ถือคติว่าตนเกิดมาเพื่อช่วยเหลือเปลื้องทุกข์ให้ผู้อื่น 10. ให้นอบน้อมพระเจ้าและต้อนรับแขกโดยถือว่าเป็นเรื่องจำเป็น <p>ข. ข้อห้าม</p> <ol style="list-style-type: none"> 11. ห้ามมิให้ซิกข์กับซิกข์วิวาทกันเอง 12. ห้ามมิให้พูดปด 13. ห้ามทำผิดในเรื่องกามารมณ์ โลก โกรธ หลง 14. ห้ามคบคนที่เป็นปฏิปักษ์ต่อศาสนา 15. ห้ามคบคนที่ไม่ส่งเสริมการกุศลชาติ 16. ห้ามนิยมใช้สีแดง เช่น เสื้อแดง หมวกแดง 17. ห้ามแก้ผ้าโปกศีรษะออก นอกจากเวลาอาบน้ำ 18. ห้ามเล่นการพนันทุกชนิด 19. ห้ามตัดผม โคนหนวด โคนผม โคนเครา 20. ห้ามเกี่ยวข้องกับบุคคลที่เบียดเบียนศาสนา 21. ห้ามแต่งกายหรูหราไร้สาระ
--	--

	<p>4. นีรวาณ เป็นหลักปฏิบัติสำหรับผู้ที่เข้าถึงพระเจ้า</p> <p>5. พระเจ้าผู้เป็นอันติมสัจจ์ ศาสนาซิกข์เชื่อว่าพระเจ้ามีเพียงหนึ่งเดียวเท่านั้น</p>
จุดหมายสูงสุด	การได้อยู่กับพระเจ้าชั่วนิรันดร์ ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป
สัญลักษณ์ของศาสนา	<p>1. กาน้ำและดาบ</p> <p>2. อักษร “ก” ทั้ง 5</p> <p>3. รูปดาบไขว้และมีดาบ 2 คมหรือพระขรรค์อยู่ตรงกลาง แล้วมีวงกลมทับพระขรรค์นั้นอีกต่อหนึ่ง</p>

บทที่ 7 ศาสนาเต๋า

ศาสนาเต๋า

ประวัติความเป็นมา	เกิดในประเทศจีน ประมาณ 61 ปี ก่อนพุทธศักราช แต่เดิมนั้นศาสนาเต๋าเป็นเพียงปรัชญา ต่อมาจึงได้รับการพัฒนามาเป็นศาสนาเป็นอเทวนิยม
ศาสนา	เล่าจื้อ ได้รับยกย่องให้เป็นศาสดาแห่งศาสนาเต๋า เพราะเป็นผู้ให้กำเนิดคัมภีร์เต๋าเตกเกง และมีผลงาน คือ การออกเผยแผ่คำสอนแก้ไขปัญหาสังคม ตลอดจนมีปฏิปทาน่าเลื่อมใส มีผู้นับถือและเอาเป็นตัวอย่างในการดำรงชีวิต
คัมภีร์	คัมภีร์เต๋าเตกเกง หลักธรรมในคัมภีร์เต๋าเตกเกง แสดงถึงเต๋ามีลักษณะเป็นพลังงานชนิดหนึ่งที่ทำให้สิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นเคลื่อนไหว และควบคุมสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นให้เป็นไปตามธรรมชาติ นอกจากนี้ยังบรรจุหลักธรรมที่สอนให้คนมีคุณธรรม ไม่ควรทะเยอทะยาน ให้มีความสันโดษ เป็นต้นสรุปแล้วเป็นเรื่องเกี่ยวกับเต๋า คุณธรรม และจริยธรรม
	<p>1. สมบัติอันเป็นรัตนะ 3 ประการ</p> <p>เล่าจื้อสอนให้บำเพ็ญ ให้เกิด ให้มี ในทุก ๆ คน เพื่อความอยู่ดีของสังคม คือ รัตนะ 3 ประการ ที่คนทั้งหลายควรดูแลและรักษากันไปให้ดีคือ</p> <p style="text-align: center;">1. ความเมตตากรุณา</p>

<p>หลักคำสอนที่สำคัญ</p>	<p>2. ความกระหมัดกระหม่อม</p> <p>3. ความอ่อนน้อมถ่อมตน</p> <p>2. ชีวิตจะดีได้ต้องกลมกลืนกับธรรมชาติ</p> <p>เล่าจื้อสอนให้เราดำเนินชีวิตให้กลมกลืนกับธรรมชาติให้มากที่สุด ทำดีและทำชั่วไม่ต้องมีกฎหมายบังคับ แต่ปล่อยให้ธรรมชาติให้คุณและลงโทษเอง ให้เอาธรรมะเข้าสู่ธรรม เอาความสัตย์เข้าสู่สัตย์ เอาความดีเข้าสู่ความชั่ว</p> <p>3. ลักษณะคนดีและชีวิตที่มีความสุขสูงสุด</p> <p>“คนดีที่สุดมีลักษณะเหมือนน้ำ น้ำทำประโยชน์ให้แก่ทุกสิ่ง และไม่พยายามแก่งแย่งแข่งดีกับสิ่งใด ๆ เลย น้ำขังอยู่ในที่ต่ำที่สุด ซึ่งเป็นที่ใกล้เต่า...”</p> <p>ชีวิตที่เป็นไปง่าย ๆ ไม่มีการแก่งแย่งแข่งดี ปล่อยให้เป็นไปตามวิวัฒนาการของธรรมชาติ ไม่มีการดิ้นรนเพื่อแสวงหาตำแหน่งหน้าที่ ให้เกิดอำนาจแก่ตน ทำประโยชน์ให้ผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทนคือ ชีวิตที่มีความสุขสูงสุด ตามทฤษฎีของเล่าจื้อ</p> <p>4. ความบริสุทธิ์อันยิ่งใหญ่ 3 ประการ</p> <p>ความบริสุทธิ์อันยิ่งใหญ่ 3 ประการ ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. สาระหรือรากฐานเดิม (ชิง) ข้อนี้นุ่งถึงสวรรค์ 2. พล้ง (ชี่) คือ พล้งแห่งสติปัญญาความสามารถ 3. วิญญูณ เรียกว่า ฟานชิง-เทียนซุน หรือเซนเปาซุน <p>5. ปรัชญาในการดำเนินชีวิต 4 ประการ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. จื่อใจ คือ รู้จักตัวของตัวเองให้ถูกต้อง 2. จื่อเซง คือ ชนะตัวเองให้ได้ 3. จื่อจก คือ มีความรู้จักพอด้วยตนเอง 4. จื่อเต๋า คือ มีเต๋าเป็นอุดมคติ
<p>จุดหมายสูงสุด</p>	<p>การรวมเป็นหนึ่งเดียวกับเต๋า ซึ่งจะต้องบำเพ็ญตนให้ดำเนินไปตามแนวทางของธรรมชาติ ให้มีความสงบระงับ ชาวเต๋าเชื่อว่าชีวิตในโลกนี้มีครั้งเดียว จากนั้นจะไปสู่โลกวิญญูณชั่วนิรันดร</p>
<p>สัญลักษณ์ของศาสนา</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. รูปเล่าจื้อขี่ควาย 2. รูปหยางและหยิน

บทที่ 8
ศาสนาขงจื้อ

ศาสนาขงจื้อ

ประวัติ ความเป็นมา	เกิดที่ประเทศจีนประมาณ 8 ปี ก่อนพุทธศักราช เดิมนั้นมีได้ถือว่าคำสอนของขงจื้อเป็นศาสนา แต่หลังจากที่ขงจื้อได้สิ้นชีวิตแล้ว บรรดาศักดิ์ศิษย์พากันยกย่องสรรเสริญ จนทางราชการประกาศยอมรับว่าเป็นศาสนา
ศาสนา	ขงจื้อ
คัมภีร์	<p>1. คัมภีร์เก็ง (กิง) ทั้ง 5 เป็นข้อเขียนของขงจื้อโดยตรง เป็นวรรณคดีชั้นสูง</p> <p>1. อี้จิง : คัมภีร์แห่งความเปลี่ยนแปลง มีลักษณะเป็นการให้ความรู้ทางจักรวาลวิทยา แสดงความเป็นมาของโลกและอภิปรายตามทัศนะของชาวจีนโบราณ</p> <p>2. ชูจิง : คัมภีร์ประวัติศาสตร์ กล่าวถึงเหตุการณ์และรัฐศาสตร์ย้อนหลังไป คัมภีร์นี้มีความสำคัญต่อหลักคำสอนของขงจื้อ เพราะเป็นบันทึกเอกสารทางประวัติศาสตร์และข้อเขียนในสมัยโบราณและได้แสดงปรัชญาทางศีลธรรมอย่างลึกซึ้ง ซึ่งเป็นรากฐานแห่งทัศนะทางศีลธรรมของขงจื้อ</p> <p>3. ซื่อจิง : คัมภีร์คิตคาถา เป็นการรวบรวมบทกวีเก่าแก่ของจีน</p> <p>4. หลี่จี้ : คัมภีร์จารีตพิธี กล่าวถึงจารีตพิธีเกี่ยวกับชีวิต 2 ประการดังนี้</p> <p style="padding-left: 20px;">1. พิธีการในการติดต่อกันทางสังคม พิธีเกี่ยวกับการรับรองบุตร การแต่งงาน การไว้ทุกข์ และการเซ่นไหว้</p> <p style="padding-left: 20px;">2. สถาบันทางสังคมและทางประเทศชาติ</p> <p>5. ชุน-ชิว : คัมภีร์บันทึกเหตุการณ์ฤดูวสันต์และฤดูสารท เป็นการบันทึกเหตุการณ์ในแคว้นลู่ ย้ำถึงชีวิตที่ประกอบด้วยศีลธรรมของนักปกครอง และการปกครองโลกโดยศีลธรรมของฟ้า</p> <p>2. คัมภีร์ซูทั้ง 4 เป็นข้อเขียนที่ลูกศิษย์ของขงจื้อได้เรียบเรียงขึ้นมา</p> <p style="padding-left: 20px;">1. ต้าสุย หมายถึง การศึกษาที่สำคัญยิ่ง หรือการศึกษาที่ทำให้เป็นมหาบุรุษเป็นบทความสั้น ๆ เกี่ยวกับศีลธรรม</p>

	<p>2. จุงยุง หมายถึง ทางสายกลาง หนังสือเล่มนี้ให้ข้อคิดเห็นทางศีลธรรมอันเป็นพื้นฐานเกี่ยวกับความรู้จักประมาณตน ความสมดุล และความเหมาะสม ข้อคิดเห็นที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ เรื่องความจริงใจ หรือความจริง</p> <p>3. ลุนยู่ หมายถึง ประมวลคำสอนของขงจื้อ</p> <p>4. เม่งจื้อ หมายถึง คัมภีร์เม่งจื้อ เม่งจื้อผู้เป็นศิษย์ของขงจื้อได้รวบรวมไว้</p>
หลักคำสอนที่สำคัญ	หลักการถ้อยทีถ้อยอาศัย เอาใจเขามาใส่ใจเรา อุดมคติทางสังคม เศรษฐกิจ การเมือง และศาสนามีจุดศูนย์กลางอยู่ที่ศีลธรรม การพัฒนาชีวิตต้องพัฒนาไปพร้อมกับคุณธรรมและความรัก ชีวิตจะรุ่งเรืองเมื่อคุณธรรมรุ่งเรือง ชีวิตจะขยายเมื่อความรักแผ่ขยาย
จุดหมายสูงสุด	ความสุขที่แท้จริงและนิรันดร คือ เทียน (สวรรค์) ศาสนาขงจื้อเชื่อว่าชีวิตในโลกนี้มีเพียงครั้งเดียว จากนั้นก็จะไปอยู่สวรรค์ชั่วนิรันดร
สัญลักษณ์ของศาสนา	<ol style="list-style-type: none"> 1. รูปปั้น รูปหล่อ หรือรูปเขียนของขงจื้อ 2. หยิน-หยาง 3. แผ่นป้ายจารึกนามขงจื้อ 4. รูปคนจีนแต่งตัวโบราณกำลังประสานมือแสดงคารวะต่อกัน

บทที่ 9 ศาสนาซินโต

ศาสนาซินโต

ประวัติความเป็นมา	เกิดที่ประเทศญี่ปุ่น ประมาณ 117 ปีก่อนพุทธศักราช เมื่อพระพุทธศาสนาและศาสนาขงจื้อแผ่ขยายเข้ามาในญี่ปุ่น จึงได้เรียกการนับถือเทพเจ้าว่า “ศาสนาซินโต” เพื่อให้เกิดความแตกต่างจากศาสนาพุทธและศาสนาขงจื้อ
ศาสดา	-
	<p>1. คัมภีร์โกชิกิ</p> <p>คัมภีร์นี้มีรากฐานอยู่กับขนบธรรมเนียมประเพณี กล่าวถึง นิยาย ตำนาน ประวัติศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับราชสำนักของพระเจ้าจักรพรรดิ ส่วนใหญ่เทว-</p>

<p>คัมภีร์</p>	<p>วิทยาของศาสนาซินโตได้พัฒนาขึ้นจากการตีความในเทพนิยายแห่งคัมภีร์โกชิกิ มีผู้กล่าวกันว่า คัมภีร์ศาสนาซินโต มีลักษณะเป็นเทพนิยายผสมประวัติศาสตร์ ขนบธรรมเนียมประเพณี ข้อห้าม การปฏิบัติทางไสยศาสตร์ และการปฏิบัติต่อเทพเจ้า</p> <p>2. คัมภีร์นิฮองงิ (นิฮอนโซกิ)</p> <p>คัมภีร์นิฮอนโซกินี้ ถือว่าเป็นคลาสสิก ถือเป็นวรรณคดีชั้นสูง เป็นคัมภีร์รวม 30 เล่ม 15 เล่มแรกว่าด้วยเทพนิยายและนิยายต่าง ๆ 15 เล่มหลังจากด้วยข้อเท็จจริงทางประวัติศาสตร์ เป็นที่ยอมรับกันว่าเป็นหนังสือประวัติศาสตร์ที่เชื่อถือกันได้มากที่สุด</p>
<p>หลักคำสอนที่สำคัญ</p>	<p>มุ่งเน้นเรื่องของจิต โดยเน้นให้มีความคิดแจ่มใส มีความคิดบริสุทธิ์สะอาด มีความคิดถูกต้อง เทียงตรง นอกจากนี้ยังสอนให้เชื่อฟังคำสอนของเทพเจ้า ทำหน้าที่ของตนให้สมบูรณ์ และประกอบพิธีกรรมทางศาสนาต่อเทพเจ้าและวิญญาณแห่งบรรพบุรุษ</p>
<p>จุดหมายสูงสุด</p>	<p>ชาวซินโตเชื่อว่า ชีวิตในโลกนี้มีครั้งเดียว ตายไปแล้วจะไปอยู่ในโลกวิญญาณชั่วนิรันดร ความสุขนิรันดร คือ เมื่อตายแล้วจะไปเป็นเทพเจ้า</p>
<p>สัญลักษณ์ของศาสนา</p>	<p>1. โทริ 2. กระจก</p> <p>แต่สัญลักษณ์ที่มีมาแต่โบราณเรียกว่า “ซานชูโนะ-ซิงกิ” ได้แก่ สมบัติ 3 ประการ คือ กระจก-ดาบ-รัตนมณี</p>

บทที่ 10

ศาสนาไซโรัสเตอร์

ศาสนาไซโรัสเตอร์

<p>ประวัติความเป็นมา</p>	<p>เกิดที่ประเทศอิหร่าน เมื่อประมาณ 117 ปีก่อนพุทธศักราช เป็นศาสนาที่มีอิทธิพลมากในอิหร่าน ก่อนที่อิหร่านจะหันมานับถือศาสนาอิสลาม และเป็นต้นกำเนิดทัศนคติเรื่องทวินิยม ศาสนานี้มีอิทธิพลต่อการเกิดขึ้นของศาสนายิวและศาสนาคริสต์</p>
<p>ศาสดา</p>	<p>ไซโรัสเตอร์</p>
	<p>คัมภีร์อเวสตะ แบ่งออกเป็น 5 หมวด ดังนี้</p>

<p>คัมภีร์</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ยัสนะ เป็นหมวดที่ว่าด้วยพิธีกรรม การพลีกรรมบวงสรวงต่อพระเจ้า 2. วิสเปรัท เป็นหมวดว่าด้วยบทสวดอันวอนต่อเทพทั้งปวง 3. เวหนิทัทท เป็นหมวดว่าด้วยบทสวดขับไล่ภูตผีปีศาจและเทพ นอกจากนี้ยังได้กล่าวถึงเรื่องของจักรวาล ประวัติศาสตร์ และคำสอนเรื่องนรกสวรรค์ 4. ยัชภูส เป็นหมวดว่าด้วยบทสวดบูชาอันเป็นบทกวีสำหรับใช้สวดบูชาทูตสวรรค์ 21 องค์ 5. โชรทะ-อเวสตะ แปลว่า อเวสตะเล็กน้อย เป็นหมวดที่เป็นหนังสือบทสวดคู่มืออย่างย่อสำหรับใช้ในหมู่นักชนสามัญญ์ทั่วไป
<p>หลักคำสอนที่สำคัญ</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. คุณธรรมคำสอนที่จะนำไปสู่การอยู่ร่วมกับปวงเทพ 6 ประการ <ol style="list-style-type: none"> 1. พฤติกรรมที่สุจริตทั้งกาย วาจา และจิตใจ 2. ความมีจิตใจบริสุทธิ์สะอาด 3. ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ 4. ความเมตตากรุณาต่อสัตว์ที่ให้คุณประโยชน์ 5. การทำงานที่มีคุณค่า 6. การช่วยเหลือผู้ยากจนให้ได้รับการศึกษา 2. บาปและบุญ บาป ได้แก่ ทุกจริตทางกาย วาจา ศาสนิกทุกคนจะต้องงดเว้นให้ห่างไกล ส่วนบุญคือ การกระทำที่ชอบ ศาสนิกทุกคนควรเป็นสาธุชนกระทำแต่ในสิ่งที่เป็นบุญเท่านั้น 3. หน้าที่ของมนุษย์ 3 ประการ <ol style="list-style-type: none"> 1. ทำศัตรูให้เป็นมิตร 2. ทำคนชั่วให้เป็นคนดี 3. ทำคนโง่ให้เป็นคนฉลาด 4. หลักการสร้างนิสัยที่ดี 4 ประการ <ol style="list-style-type: none"> 1. เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อบุคคลผู้สมควร 2. มีความยุติธรรม 3. เป็นมิตรกับทุก ๆ คน 4. ขจัดความอัสถีย้ออกไปจากตัวเอง 5. ข้อปฏิบัติของนักบวช ข้อปฏิบัติอันเรียกว่า ธรรม และข้อห้ามอันเรียกว่า วินัย สำหรับนักพรต

	<p>6. การบูชาไฟ</p> <p>มหาเทพอาหุระ มาชตะ เป็นผู้ทรงความบริสุทธิ์ เป็นผู้ทรงแสงสว่างยิ่งกว่าแสงสว่างอันใด เป็นผู้ประทานความอบอุ่นให้แก่มวลมนุษย์ทั้งหลาย ดังนั้นไฟจึงเป็นสัญลักษณ์แห่งเทพเจ้า</p>
จุดหมายสูงสุด	การได้ไปอยู่สวรรค์นับเป็นจุดหมายสูงสุด วิธีจะไปสวรรค์ได้นั้นจะต้องบำเพ็ญตนให้บริสุทธิ์ทั้งกาย วาจา ใจ บูชา พระเจ้าด้วยความจงรักภักดีอย่างแท้จริง
สัญลักษณ์ของศาสนา	โคมไฟ

บทที่ 11 ศาสนายิว

ศาสนายิว

ประวัติความเป็นมา	เกิดที่ประเทศปาเลสไตน์ ประมาณ 957 ปีก่อนพุทธศักราช นับถือพระยะโฮวาห์เป็นเทพเจ้าสูงสุด ชาวยิวเชื่อว่าพระยะโฮวาห์เป็นผู้สร้างโลก เป็นผู้ช่วยชาวยิวให้เป็นอิสระจากการเป็นทาสของอียิปต์
ศาสดา	โมเสส
คัมภีร์	คัมภีร์ตานัค (ซึ่งเป็นคัมภีร์พันธสัญญาเดิมของคริสต์ด้วย) จารึกด้วยภาษาฮีบรู แบ่งออกเป็น 3 ภาค คือ 1. โทราห์ (Torah) หรือกฎบัญญัติ ประกอบไปด้วยหนังสือหรือบัญญัติคัมภีร์ 2. ศาสดาประกาศก (Prophets) รวมเรื่องราวของศาสดาประกาศกต่างๆ รวมทั้งคำสอนของศาสดาประกาศกแต่ละคน บางตอนเป็นประวัติศาสตร์ 3. วรณกรรม (Writings) รวมเรื่องราวทางประวัติศาสตร์ บทกลอน ภาษิต สอนใจ บทสวด
	1. พระบัญญัติ 10 ประการ <ol style="list-style-type: none"> 1. จงนมัสการพระเจ้าองค์เดียว 2. อย่าออกพระนามพระเจ้าโดยไม่สมเหตุ

<p style="text-align: center;">หลักคำสอน ที่สำคัญ</p>	<ol style="list-style-type: none"> 3. จงถือวันพระเจ้าเป็นวันศักดิ์สิทธิ์ 4. จงนับถือบิดามารดา 5. อย่าฆ่าคน 6. อย่าผิดประเวณี 7. อย่าลักทรัพย์ 8. อย่าใส่ความนินทา 9. อย่าคิดมิชอบ 10. อย่ามีความโลภในสิ่งของของผู้อื่น <p>2. เรื่องการสร้างโลกโดยพระยะโฮวาห์</p> <p>ศาสนายิวเชื่อว่าพระยะโฮวาห์ เป็นพระเจ้าที่สูงที่สุดเพียงองค์เดียว ไม่มีพระเจ้าอื่น นอกเหนือไปจากพระองค์ เรื่องการสร้างโลกที่ปรากฏในคัมภีร์พันธสัญญาเดิมนั้นกล่าวว่า โลกนี้แรกมีแต่ความมืดมน พระเจ้าเป็นผู้สร้างสรรพสิ่งและสัตว์ในโลกโดยลำดับการสร้างดังนี้</p> <p>3. ดวงวิญญาณ</p> <p>ชาวยิวมีความเชื่อเกี่ยวกับการกลับฟื้นคืนมาใหม่ของดวงวิญญาณ โดยเชื่อว่าพระเจ้าได้ประทานความสุขทุกข์ให้แก่สัตว์โลกด้วยพระมหากรุณา และเชื่อว่าการกระทำของมนุษย์จะได้รับการพิพากษาในวันสุดท้ายแห่งการสิ้นโลก ผู้กระทำดีพระเจ้าจะทรงนำไปสู่สวรรค์ ผู้กระทำความชั่วจะต้องไต่สะพานลงนรก</p> <p>4. พระเจ้าสูงสุด</p> <p>ยิวหรือฮีบรูเรียกพระเจ้าของตนเองว่า “พระยะเวห์” (Yahveh) หรือพระยะโฮวาห์ (Jehowah) ซึ่งแปลว่า “เราเป็นผู้ซึ่งเราเป็น”^๒</p>
<p style="text-align: center;">จุดหมายสูงสุด</p>	<p>การได้ไปสวรรค์นับ เป็นจุดหมายสูงสุด (การมีชีวิตอยู่กับพระเจ้า) วิธีจะบรรลุจุดหมายสูงสุดนั้นจะต้องบูชาพระยะโฮวาห์เพียงผู้เดียว และต้องปฏิบัติตามพระบัญญัติ 10 ประการ</p>
<p style="text-align: center;">สัญลักษณ์ ของศาสนา</p>	<p>เครื่องหมายเดิม คือ เชิงเทียน 7 กิ่ง แต่ปัจจุบันใช้รูปสามเหลี่ยมซ้อนกัน 2 รูปเป็นดาว 6 แฉก</p>

บทที่ 12
ศาสนาคริสต์

ศาสนาคริสต์

ประวัติ ความเป็นมา	เกิดในประเทศปาเลสไตน์ประมาณ 543 ปี หลังพุทธศักราช เป็นศาสนาที่มีผู้นับถือมากที่สุดในโลก ศูนย์กลางของศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิกอยู่ที่กรุงโรม ประเทศอิตาลี มีองค์สันตะปาปาเป็นประมุขสูงสุด มีนิกายที่สำคัญ 3 นิกาย คือ นิกายโรมันคาทอลิก นิกายออร์ทอดอกซ์ และนิกายโปรเตสแตนต์
ศาสดา	พระเยซู
คัมภีร์	คัมภีร์ไบเบิล แบ่งออกเป็น 2 ตอนใหญ่ คือ ก. พระคัมภีร์เก่า หรือพันธสัญญาเดิม (Old Testament) ได้รับการยอมรับนับถือว่าเป็นคัมภีร์ศักดิ์สิทธิ์ร่วมกันทั้งชาวยิวและชาวคริสต์ ข. พระคัมภีร์ใหม่ หรือพันธสัญญาใหม่ (New Testament) ในขณะที่พระคัมภีร์เก่าเป็นที่ยอมรับนับถือทั้งในหมู่ชนชาวยิวและชาวคริสต์ แต่พระคัมภีร์ใหม่กลับเป็นที่ยอมรับนับถือกันในหมู่ชนชาวคริสต์เท่านั้น
หลักคำสอน ที่สำคัญ	1. หลักตรีเอกานุภาพ ตรีเอกานุภาพ ตามคำนิยามของศาสนจักร หมายถึง ความเชื่อว่าพระเจ้าทรงมี 3 ภาค ในองค์เดียวกัน ภาคทั้งสามของพระเจ้า ได้แก่ พระบิดา (The Father) พระบุตร (The Son) และพระจิต หรือพระวิญญาณบริสุทธิ์ (The Holy Spirit) 2. หลักความรัก หลักความรักเป็นหลักคำสอนทางจริยธรรมที่สำคัญที่สุดของศาสนาคริสต์ ความรักในที่นี้หมายถึงความเป็นมิตรและความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข พระคริสต์ธรรมมีคำสอนที่เน้นเรื่องความรัก มีอยู่ 2 ประเภท ได้แก่ ความรักระหว่างมนุษย์กับพระเจ้า และความรักระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ หลักความรักและหลักอาณาจักรของพระเจ้ามีความสัมพันธ์กัน มนุษย์จะสามารถเข้าถึงอาณาจักรของพระเจ้าได้ก็โดยอาศัยความรักเป็นคุณธรรมนำทาง และอาณาจักรของพระเจาก็เป็นอาณาจักรที่บริบูรณ์ด้วยรัก

	<p>3. อาณาจักรของพระเจ้า อาณาจักรพระเจ้าหมายถึง หลักการดำเนินชีวิตที่แทรกซึมเข้าไปในจิตใจ และช่วยยกระดับจิตของผู้ที่ยอมรับคำสอนและปฏิบัติตามให้สูงขึ้น</p> <p>4. พระเจ้าผู้เป็นอันติมสัจจ์ พระเจ้าของศาสนาคริสต์คือ พระเยซูฮิวาห์ ซึ่งเป็นองค์เดียวกับพระเจ้าของศาสนายิว ทั้งศาสนาคริสต์และศาสนายิวต่างมีความเชื่อร่วมกันว่า พระเจ้าเป็นผู้ทรงอำนาจยิ่งใหญ่ในสากลพิภพหาว่ามีผู้อื่นยิ่งกว่าพระองค์ไม่</p> <p>5. คำเทศนาบนภูเขา (ปฐมเทศนา) คำสอนของพระเยซูที่เทศนาบนภูเขา (Sermon on the Mount) นั้นเป็นคำสอนที่จัดว่าเป็นระบบมากที่สุด และแสดงให้เห็นถึงจุดประสงค์ของพระเยซูที่ต้องการปฏิรูปชีวิตมนุษย์ ไปสู่หนทางที่ถูกต้อง อีกทั้งเป็นหลักจริยธรรมที่พระองค์ทรงมอบให้แก่มนุษย์ทุกคนได้ปฏิบัติเพื่อความสุขในโลกนี้และโลกหน้า</p>
จุดหมายสูงสุด	ความสุขนิรันดร คือสวรรค์ อันเป็นอาณาจักรของพระเจ้า วิธีที่จะปฏิบัติให้ไต่ไปสวรรค์นั้น คือ การปฏิบัติตนตามพระบัญญัติให้ครบถ้วน
สัญลักษณ์ของศาสนา	ไม้กางเขน

บทที่ 13

ศาสนาอิสลาม

ศาสนาอิสลาม

ประวัติความเป็นมา	เกิดในประเทศซาอุดีอาระเบีย ประมาณ 1,133ปี หลังพุทธศักราช ศาสนาอิสลามถือว่ามีพระเจ้าสูงสุดเพียงองค์เดียว คือ พระอัลเลาะห์ ในปัจจุบันมีผู้นับถือมากเป็นอันดับ 2 รองจากศาสนาคริสต์
ศาสดา	นบีมุฮัมมัด
คัมภีร์	คัมภีร์อัลกุรอาน และคัมภีร์อัลฮะดีส
	1. หลักการอันเป็นข้อบังคับสำหรับบุคคล ได้แก่ หลักการพื้นฐานที่ชาว

<p style="text-align: center;">หลักคำสอน ที่สำคัญ</p>	<p>มุสลิมทุกคนต้องรู้ มี 3 ส่วน คือ</p> <p>1. หลักศรัทธา</p> <p>คือหลักคำสอนที่มุสลิมทุกคนจะต้องเชื่อว่าเป็นความจริงแท้ และต้องยึดถืออย่างมั่นคง แม้จะไม่สามารถพิสูจน์ได้ด้วยสัมผัสทั้ง 5 ก็ตาม</p> <p>2. หลักปฏิบัติ</p> <p>ในส่วนที่เกี่ยวกับการปฏิบัตินั้น มุสลิมทุกคนจะต้องถือเป็นหน้าที่ และเป็นกิจวัตรอันจะขาดมิได้ ซึ่งการปฏิบัตินั้นแบ่งได้เป็น 5 ประการ ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) การปฏิญาณตน 2) การละหมาด หรือ สวด (นมาซหรือนมาสการ) 3) การถือศีลอด 4) การบริจาคศานทานชะกาต 5) การประกอบพิธีฮัจญ์ <p>3. หลักคุณธรรม</p> <p>เป็นหลักเกี่ยวกับคุณธรรม จริยธรรม และวัฒนธรรมที่มุสลิมทุกคนจะต้องปฏิบัติอย่างเคร่งครัดในการดำเนินวิถีชีวิตของตนในสังคมปัจจุบัน</p> <p>2. หลักการอันเป็นข้อบังคับสำหรับสังคม</p>
<p style="text-align: center;">จุดหมายสูงสุด</p>	<p>การได้ไปอยู่กับพระอัลเลาะห์ในวันนัดรี วิธีปฏิบัติเพื่อให้บรรลุซึ่งจุดหมายนั้นคือ ศาสนิกจะต้องปฏิบัติตามคำสอนของนบีมุฮัมมัด โดยเฉพาะหลักปฏิบัติ (อิบาดะห์) 5 ประการอย่างเคร่ง ครัด</p>
<p style="text-align: center;">สัญลักษณ์ของศาสนา</p>	<p>รูปพระจันทร์ครึ่งเสี้ยวและดาว</p>

ศาสนานาไฮ

ศาสนานาไฮ

ประวัติ ความเป็นมา	เกิดที่ประเทศอิหร่าน ประมาณ 2,406ปี หลังพุทธศักราช เป็นศาสนาใหม่ล่าสุด แต่ก็กำลังเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว
ศาสดา	พระบาฮาอูลลาห์
คัมภีร์	<ol style="list-style-type: none"> 1. คัมภีร์อัครคัส ว่าด้วยธรรมวินัยต่าง ๆ เซาบาไฮถือว่า คัมภีร์อัครคัสเป็นคัมภีร์สำคัญและศักดิ์สิทธิ์ที่สุด เพราะนอกจากเป็นนิพนธ์ของพระบาฮาอูลลาห์แล้ว ท่านยังได้ประทับตราประจำตัวของท่านไว้ด้วย 2. คัมภีร์วจนะที่ซ่อนเร้น (The Hidden Words) ว่าด้วยความสัมพันธ์ระหว่างพระเจ้ากับมนุษย์ และความจริงพื้นฐานของศาสนาต่าง ๆ 3. คัมภีร์หุบผาทั้ง 7 และ ทั้ง 4 (The Seven and Four Valleys) ว่าด้วยวิวัฒนาการของมนุษย์ผู้แสวงหาจะต้องพบอะไรบ้าง 4. คัมภีร์อิกัน คัมภีร์แห่งความมั่นใจ คัมภีร์นี้ว่าด้วยการอธิบายคำสอนที่ยากและซับซ้อนมากในปรัชญาของคัมภีร์เก่า ๆ และว่าด้วยพระศาสดาที่พระเจ้าทรงส่งลงมายังโลกมนุษย์เป็นคราว ๆ อีกด้วย
หลักคำสอน ที่สำคัญ	<ol style="list-style-type: none"> 1. ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของพระผู้เป็นเจ้า ศาสนานาไฮเชื่อว่า พระเจ้ามีเพียงองค์เดียวเท่านั้น แต่มีชื่อเรียกหลากหลายออกไป 2. ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของศาสนาทั้งปวง ศาสนาต่าง ๆ มาจากที่มาเดียวกันคือพระเจ้า คำสอนของศาสดาทั้งหลายจึงมาจากแหล่งความรู้อันศักดิ์สิทธิ์ที่เดียวกัน และมีวัตถุประสงค์อย่างเดียวกันคือ สอนให้มนุษย์เป็นคนดีและมีความรักในกันและกัน 3. ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของมนุษยชาติ แม้ว่ามนุษย์จะมีความแตกต่างด้านเผ่าพันธุ์ ชาติ ศาสนา ขนบธรรมเนียม ประเพณี แต่ทั้งหมดมาจากครอบครัวเดียวกัน จึงเปรียบเทียบเหมือนใบไม้เดียวกัน
จุดหมายสูงสุด	การได้ไปอยู่กับพระเจ้าบนสวรรค์นิรันดร์ วิธีปฏิบัติเพื่อเข้าถึงจุดหมายสูงสุด คือ จะต้องจงรักภักดีต่อพระเจ้า ปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระองค์
สัญลักษณ์ของ	1. คำว่า “ยาบาฮาอูลลาห์-ภา” เขียนตามแบบภาษาอาหรับ

ศาสนา	2. เป็นสัญลักษณ์ที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างพระเจ้ากับมนุษย์
-------	--

ประเภทของศาสนา

1. แบ่งตามลักษณะของศาสนา

แบ่งออกเป็น 4 ประเภท

1. เอกเทวนิยม เชื่อในพระเจ้าองค์เดียว
2. พหุเทวนิยม เชื่อในพระเจ้าหลายองค์
3. สัพพัตถเทวนิยม เชื่อว่าพระเจ้าผู้เป็นเจ้าสถิตอยู่ในทุกคน ทุกแห่ง
4. อเทวนิยม ไม่เชื่อว่าพระเจ้าเป็นผู้สร้าง

ทั้ง 4 ประเภทย่อยลงเป็น 2 คือ

เทวนิยม เป็นศาสนาที่เชื่อว่า พระเจ้าสร้างโลก

อเทวนิยม เป็นศาสนาที่ปฏิเสธเรื่องพระเจ้าสร้างโลก

2. แบ่งตามสภาพการณ์จริง ในปัจจุบัน

แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

1. ศาสนาที่ตายแล้ว หมายถึง ศาสนาที่เคย มีผู้นับถือในอดีต ปัจจุบันไม่มีผู้นับถือแล้ว
2. ศาสนาที่ยังมีชีวิตอยู่ หมายถึง ศาสนาที่ยังมีผู้นับถืออยู่ ปัจจุบันมี 12 ศาสนา ดังนี้

- | | |
|------------------|--------------------|
| 1. เต๋า | 2. ขงจื้อ |
| 3. ซินโต | 4. พราหมณ์ - ฮินดู |
| 5. เซน | 6. พุทธ |
| 7. ซิกข์ | 8. โซโรอัสเตอร์ |
| 9. ยูดาเยหรือยิว | 10. คริสต์ |
| 11. อิสลาม | 12. บาไฮ |

3. แบ่งตามลำดับแห่งวิวัฒนาการของศาสนา

แบ่งออกได้ 2 ประเภท คือ

1. ศาสนาธรรมชาติ คือ ศาสนาที่นับถือ ธรรมชาติ มีความรู้สึกว่าเป็นธรรมชาติ มีวิญญาณสิงอยู่ จึงแสดงความเคารพนับถือโดยการเซ่นสรวงสังเวย

2. ศาสนาองค์กร ศาสนาประเภทนี้มีวิวัฒนาการโดยลำดับ มีการจัดรูปแบบ มีการควบคุมเป็นระบบ จนก่อตั้งในรูปสถาบันขึ้น อาจเรียกว่า ศาสนาทางสังคม(Associative Religion) มีการจัดระบบความเชื่อตอบสนองสังคม โดยคำนึงถึงความเหมาะสมแก่สภาวะของแต่ละสังคมเป็น

หลัก และก่อรูปเป็นสถาบันทางศาสนาขึ้น เป็นเหตุให้ศาสนาประเภทนี้มีระบบและรูปแบบของตัวเอง มีความมั่นคงถาวรในสังคมสืบมา

3. แบ่งตามประเภทของผู้นับถือศาสนา

แบ่งออกได้ 3 ประเภท คือ

1. **ศาสนาเผ่า** ศาสนาของคนเผ่าใดเผ่าหนึ่ง เป็นความเชื่อของกลุ่มชนในเผ่า ซึ่งได้พัฒนาการขึ้นเป็นศาสนาชาติ
2. **ศาสนาโลก** ศาสนาที่มีผู้นับถือกระจายอยู่ ทั่วโลก ไม่จำกัดอยู่เฉพาะกลุ่มบุคคลกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง และที่ใดที่หนึ่ง
3. **ศาสนานิกาย** ศาสนาที่เกิดจากศาสนาใหญ่ หรือนิกายย่อยของศาสนาสากล ซึ่งเกิดจากสาเหตุความกดดันทางสังคม กลุ่มบุคคลที่เสียเปรียบทางสังคม จึงหาทางแก้ไขปัญหาเหล่านี้ และชำระไว้ซึ่งวัฒนธรรมของตน จึงฟื้นฟูลัทธิศาสนาและระบบทางสังคมให้เป็นของตัวเองขึ้นมาใหม่ โดยรวบรวมผู้ที่เห็นด้วยทำการเผยแผ่ศาสนาและวัฒนธรรมของตนในต่างแดน

GB101

ความรู้พื้นฐาน

ทางพระพุทธศาสนา

บทที่ 2

ความรู้ทั่วไปทางพระพุทธศาสนา

พื้นฐานชีวิตของมนุษย์

พื้นฐานชีวิตมนุษย์ทุกคนคือ เกิดมาพร้อมกับบอวิชา หมายถึง ความไม่รู้ ไม่รู้ว่าเกิดมาทำไม อะไรคือเป้าหมายของชีวิต

พระพุทธศาสนาคืออะไร

คำว่า “พระพุทธศาสนา” มาจากคำ 3 คำประกอบกันคือ พระ + พุทธ + ศาสนา คำว่า “พระ” เป็นคำที่ใช้ประกอบหน้าคำอื่นแสดงความยกย่อง คำว่า “พุทธ” แปลว่า ตรัสรู้เองไม่ใช่ผู้อื่น ทำให้รู้ หมายถึง พระสัมมาสัมพุทธเจ้านั่นเอง คำว่า “ศาสนา” แปลว่า คำสอน

พระพุทธศาสนา คือ คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าซึ่งเป็นผู้ตรัสรู้เองไม่ใช่ผู้อื่นทำให้รู้ หลักคำสอนสำคัญของพระองค์ว่าด้วยเรื่องพระรัตนตรัย ได้แก่ พุทธรัตนะคือพระพุทธ ธรรมรัตนะคือพระธรรม และสังฆรัตนะคือพระสงฆ์

ทำไมต้องศึกษาพระพุทธศาสนา

1. เพื่อให้ทราบความจริงของชีวิตและดำเนินชีวิตได้ถูกต้อง
 2. เพื่อประโยชน์สุขของตนเองและเพื่อนร่วมโลก
- ประโยชน์ตามคำสอนในพระพุทธศาสนามีอยู่ 3 ประการคือ
- ทิฏฐธรรมมิกัตถประโยชน์ คือ ประโยชน์ในปัจจุบันชาติ
 - สัมปรายิกัตถประโยชน์ คือ ประโยชน์ในภพชาติหน้า
 - ปรมัตถประโยชน์ คือ ประโยชน์สูงสุดในชีวิต

ลักษณะพิเศษของพระพุทธศาสนา

1. เป็นศาสนาแห่งปัญญา
2. องค์กรความรู้ครอบคลุมสรรพศาสตร์
3. คำสอนยึดหลักกรรมลิขิตไม่ใช่พรหมลิขิต
4. ไม่ว่าร้าย ไม่ทำร้าย และไม่ก่อสงคราม

วิธีการศึกษาพระพุทธศาสนา

หลักธรรม 4 ประการนี้ชาวพุทธรู้จักกันในนามวุฒิธรรม หมายถึง ธรรมให้ถึงความเจริญ กล่าวคือ เมื่อปฏิบัติตามธรรมทั้ง 4 ประการนี้จะทำให้ชีวิตเจริญรุ่งเรืองทั้งทางโลกและทางธรรม

- 1) สปัปฺริสสังเสวะ การคบสัตบุรุษ
- 2) สัทธรรมสวณะ ฟังคำสั่งสอนของท่าน
- 3) โยนิโสมนสิการ กระทำไว้ในใจโดยอุบายที่ชอบ
- 4) ทัมมานุชัมมปฏิบัติ ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

บทที่ 3

ธรรมชาติของชีวิตทางพระพุทธศาสนา

องค์ประกอบของชีวิต

ขั้นที่ 5 ได้แก่ รูปขั้นที่ เวทนาขั้นที่ สัญญาขั้นที่ สังขารขั้นที่ และ วิญญาณขั้นที่ แบ่งออกเป็น 2 กองก็ได้คือ รูปขั้นที่ 1 และ นามขั้นที่ 4

รูปขั้นที่ แปลว่า สิ่งที่ต้องสลายไปเพราะปัจจัยต่าง ๆ อันขัดแย้ง ประกอบด้วย ปรฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ และ อากาศธาตุ

นามขั้นที่ แปลว่า น้อมไป หมายถึง ความน้อมไปมุ่งต่ออารมณ์ อารมณ์ ในที่นี้คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ ที่น้อมเข้ามาสู่ใจได้แก่ เวทนาขั้นที่ สัญญาขั้นที่ สังขารขั้นที่ และวิญญาณขั้นที่

สัจฐานที่ตั้งและธรรมชาติของจิต

ธรรมชาติของจิตเท่าที่ค้นพบในพระไตรปิฎกนั้นมีอยู่อย่างน้อย 5 ประการคือ

- 1) จิตนั้นตื่นรณกลับกลอกรักษายาก
- 2) จิตนั้นขมยากมีธรรมชาติเร็วแต่สามารถฝึกได้
- 3) จิตเป็นธาตุละเอียดเห็นได้แสนยาก
- 4) จิตไม่ใช่ร่างกายแต่อาศัยอยู่ในถ้ำคือร่างกาย
- 5) ปกติจิตนั้นผุดผ่องแต่เศร้าหมองเพราะกิเลส

ขั้นที่ส่วนละเอียด ขั้นที่ 5 นั้นไม่ได้มีเฉพาะส่วนหยาบอย่างเดียวแต่มีส่วนละเอียดด้วย และขั้นที่ 5 ไม่ได้มีแต่ภายนอกอย่างเดียว แต่ยังมีขั้นที่ 5 ภายในด้วยเช่นกัน

ขั้นนี้ตามทัศนะของพระมงคลเทพมุนี หลวงปู่วัดปากน้ำกล่าวไว้ว่า ชั้นที่ 5 ที่เป็นส่วนละเอียดนั้นซ้อนเป็นชั้น ๆ อยู่ในร่างกายของมนุษย์ทุกคน ชั้นที่ 5 ละเอียดและธรรมชั้นต่าง ๆ ที่ซ้อนอยู่ในร่างกายของเรานี้ประกอบขึ้นจากธาตุละเอียดซึ่งเราไม่อาจจะมองเห็นได้ด้วยตาเนื้อ เพราะมีความละเอียดประณีตมาก

องค์ประกอบของใจ

“ใจ” ประกอบด้วย 4 ส่วนคือ เห็น จำ คิด และ รู้ 4 อย่างนี้รวมซ้อนเข้าเป็นจุดเดียวกัน เรียกว่า ใจ ทั้งเห็น จำ คิด รู้ นั้นมีลักษณะหรือสัณฐานเป็น “ดวงกลมใส” โดยดวงรู้ซ้อนอยู่ข้างใน ดวงคิด ดวงคิดซ้อนอยู่ข้างในดวงจำ ดวงจำซ้อนอยู่ข้างในดวงเห็น

ฐานที่ตั้งของใจ

ฐานที่ 1 ปากช่องจมูก ถ้าเป็นท่านหญิงก็อยู่ตรงปากช่องจมูกข้างซ้าย ถ้าเป็นท่านชายก็อยู่ตรงปากช่องจมูกข้างขวา

ฐานที่ 2 เพลาตา หญิงอยู่ซีกข้างซ้าย ชายอยู่ซีกข้างขวาตรงหัวตาที่มุลตาออก

ฐานที่ 3 จอมประสาท ใต้ระดับพอดีกับตา แต่อยู่ข้างใน นึกเอาเส้นด้าย 2 เส้น หนึ่งให้ตั้งจากกึ่งกลางระหว่างหัวตาทั้งสองข้างทะลุท้ายทอย กกหูซ้ายทะลุหูขวา ตรงจุดตัดคือจอมประสาท

ฐานที่ 4 ช่องเพดานปาก บริเวณเหนือลิ้นไก่ ตรงที่รับประทานอาหารแล้วอาหารสำลัก

ฐานที่ 5 ปากช่องลำคอ อยู่เหนือลูกกระเดือก อยู่ตรงกลางช่องคอพอดี

ฐานที่ 6 ศูนย์กลางกายระดับสะดือ อยู่ข้างในตรงกลางตัว

ฐานที่ 7 ศูนย์กลางกายเหนือฐานที่ 6 สองนิ้วมือ โดยย้อนกลับขึ้นมาข้างบน 2 นิ้ว คำว่า 2 นิ้วมือในที่นี้ หมายถึง การนำนิ้วชี้กับนิ้วกลางวางซ้อนกัน ฐานที่ 7 นี้เป็นฐานที่สำคัญที่สุด บุคคลจะบรรลุมรรคผลนิพพานได้ จะต้องทำสมาธิโดยนำใจมารวมหยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 นี้เท่านั้น

กลไกการทำงานของใจ

เมื่อมีรูปมากระทบตา ประสาทตาที่ส่งต่อไปให้ใจ ใจรับเอาไว้เรียกว่า **เห็น** เมื่อมีเสียงมากระทบหู ประสาทหูที่ส่งต่อไปให้ใจ ใจก็รับเอาไว้เรียกว่า **ได้ยิน** เมื่อมีกลิ่นมากระทบจมูก ประสาทจมูกที่ส่งต่อไปให้ใจ ใจก็รับไว้เรียกว่า **ได้กลิ่น** เมื่อรสมากระทบลิ้น ประสาทลิ้นก็ส่งต่อไปให้ใจ ใจรับเอาไว้เรียกว่า **ลิ้มรส** เมื่อมีสิ่งใดมากระทบร่างกาย ประสาทกายก็ส่งต่อไปให้ใจ ใจรับเอาไว้เรียกว่า **โผฏฐัพพะหรือสัมผัสทางกาย** นี้เป็นกลไกการทำงานขั้นตอนที่ 1 คือ รับเนื้อใจชั้นที่ 1

เมื่อรับแล้ว ก็ส่งต่อไปยังเนื้อใจชั้นที่ 2 ซึ่งอยู่ลึกกว่า เบา โปร่ง โโล่ง และประณีตมากกว่า ทำหน้าที่บันทึกไว้เป็นภาพทั้งหมด เหมือนกับวิดีโอที่สามารถบันทึกภาพไว้ได้ การบันทึกนี้ก็คือ จำ ทำให้มนุษย์สามารถจำสิ่งต่าง ๆ ได้ เมื่อเนื้อใจชั้นที่ 2 จำไว้ได้แล้ว ก็ส่งต่อไปยังเนื้อใจชั้นที่ 3 ซึ่งทำหน้าที่คิด แยกแยะหาเหตุผลตามแต่ข้อมูลที่ได้รับเข้ามา

เมื่อคิดแยกแยะหาเหตุผลแล้วก็ส่งต่อไปยังเนื้อใจชั้นที่ 4 ที่อยู่ลึกกว่า เบา โโล่ง และประณีตมากยิ่งขึ้นไปอีก ทำหน้าที่ตัดสินใจ สรุปข้อมูลที่ได้รับมาทั้งหมดเป็น “รู้” ซึ่งความรู้นี้จะถูกนำไปใช้เป็นการเชื่อต่อไปข้างหน้า

การเวียนว่ายตายเกิด

สังสารวัฏวงจรการเวียนว่ายตายเกิด

สังสารวัฏ หมายถึง การเวียนว่ายตายเกิด คำที่มีความหมายเหมือนกัน เช่น วัฏสงสาร, สังสารทุกข์, สังสารจักร, สังสาร และ สงสาร

ไตรวัฏปัจจัยแห่งการเวียนว่ายตายเกิด

ไตรวัฏ แปลว่า วงจร 3 หมายถึง ปัจจัยหรือสาเหตุแห่งการเวียนว่ายตายเกิด 3 ประการ ได้แก่ กิเลส กรรม และวิบาก

กิเลส หมายถึง สิ่งที่ทำให้จิตเศร้าหมองกิเลสแบ่งเป็น 3 ตระกูลใหญ่ ๆ คือ ตระกูลโลภะ ตระกูลโทสะ และตระกูลโมหะ

กรรมหมายถึง การกระทำที่ประกอบด้วยเจตนากรรมแสดงออกมาได้ 3 ทาง ได้แก่ การกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจ และกรรมนั้นแบ่งออกเป็น 2 ฝ่าย คือ

- 1) ฝ่ายกุศลกรรม หมายถึง กรรมฝ่ายดี
- 2) ฝ่ายอกุศลกรรมหมายถึง กรรมฝ่ายชั่ว

วิบาก แปลว่า ผลที่เกิดขึ้น หมายถึง ผลแห่งกรรม

การส่งผลของบุญและบาป

บุญและบาปอันเกิดจากกรรมที่เราทำจะติดตามเราไปข้ามภพข้ามชาติเปรียบประดุจเงาที่ตามตัวเราไปทุกที่ และจะส่งผลให้เรามีชีวิตชีวิตไปตามกรรมที่เราทำไว้ และด้วยเหตุที่บุคคลแต่ละคนทำกรรมมาแตกต่างกัน จึงส่งผลให้มีชีวิตที่แตกต่างกัน ทั้งด้านรูปร่าง หน้าตา อายุ ผิวพรรณ ตำแหน่งหน้าที่การงาน ทรัพย์สมบัติ รวมทั้งความสุขและความทุกข์ด้วย

องค์ประกอบของจักรวาล

จักรวาลมีองค์ประกอบ 3 ส่วนคือ นิพพาน ภพ 3 และ โลกันตนรก

1.1) **นิพพาน** คือ สถานที่อยู่ของผู้หมดกิเลสและละโลกไปแล้ว พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดแล้ว นิพพานมีชื่อเต็มว่า “อายตนิพพาน” หลังจากที่พระสมณโคตมพุทธเจ้าปรินิพพานแล้วก็ไปอยู่ในอายตนิพพาน รวมทั้งพระอรหันต์ที่ดับขันธแล้วในอดีตด้วย

1.2) **ภพ 3** คือ ภพอันเป็นที่อยู่ของผู้ที่ยังไม่หมดกิเลส ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดต่อไป มีอยู่ 3 ภพคือ กามภพ รูปภพ และอรูปภพ

บทที่ 4

พระรัตนตรัย : แก่นของพระพุทธศาสนา

พระรัตนตรัยคืออะไร

คำว่า พระรัตนตรัย มาจากคำ 3 คำ คือ พระ + รัตนะ + ตรัย

คำว่า “พระ” แปลว่า “ประเสริฐ” คำว่าพระนี่ใช้สำหรับประกอบหน้าคำอื่นเพื่อแสดงความยกย่องว่า สิ่งนั้น ๆ มีความประเสริฐ

คำว่า “รัตนะ” แปลว่า แก้ว

คำว่า “ตรัย” แปลว่า สาม

พระรัตนตรัย จึงแปลว่า แก้วอันประเสริฐ 3 ประการ ได้แก่ พุทธรัตนะ : แก้วคือพระพุทธ
ธรรมรัตนะ : แก้วคือพระธรรม และ สังฆรัตนะ : แก้วคือพระสงฆ์

ประเภทของพระรัตนตรัย

พระรัตนตรัยแบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ พระรัตนตรัยภายนอก และพระรัตนตรัยภายใน

พระรัตนตรัยภายนอก คือ พระพุทธเจ้า พระธรรมคำสอนของพระองค์ และพระสงฆ์สาวกของพระองค์นั้น เรียกว่า พระรัตนตรัยเหมือนกัน แต่เป็นการเรียกโดยเปรียบเทียบว่าทั้ง 3 อย่างนี้เปรียบเทียบเหมือนแก้ว

พระรัตนตรัยภายใน ประกอบด้วย พุทธรัตนะ ธรรมรัตนะ และสังฆรัตนะ

ความสำคัญของพระรัตนตรัย

พระรัตนตรัยทั้งภายนอกและภายในมีความสำคัญมาก เป็นแก่นของพระพุทธศาสนา เป็นสรณะที่ช่วยดับทุกข์ได้อย่างถาวร ส่วนสรณะอื่นนอกนี้ไม่อาจดับทุกข์ได้ พระรัตนตรัยภายนอกนั้นเป็นสื่อให้มนุษย์ทุกคนได้เข้าถึงพระรัตนตรัยในตัว กล่าวคือ เมื่อพุทธบริษัทได้ฟังธรรมจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ดี จากพระสงฆ์สาวกของพระองค์ที่ดี และได้หมั่นนำธรรมนั้นมาปฏิบัติก็จะเป็นเหตุให้เข้าถึงพระรัตนตรัยในตัว อันเป็นที่พึ่งที่ระลึกที่ช่วยให้พ้นทุกข์ได้

หลักฐานเกี่ยวกับธรรมกาย

หลักฐานธรรมกายในพระไตรปิฎก

ในพระไตรปิฎกมีคำว่าธรรมกายปรากฏอยู่ 5 แห่งดังนี้

- 1) ในอัครคัมภีร์อรรถกถา พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า คำว่า‘ธรรมกาย’ ก็ดี ‘พรหมกาย’ ก็ดี ‘ธรรมภูต’ ก็ดี ‘พรหมภูต’ ก็ดี ล้วนเป็นชื่อของตถาคต
- 2) ในสรวังคเถรคาถา พระสรวังคเถระได้กล่าวคาถาเหล่านี้ว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่าวิปัสสี สีขี เวสสภู กกุสันธะ โภจนาคมนะและกัสสปะได้ทรงดำเนินไปโดยทางใดแล พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่าโคดมก็ทรงดำเนินโดยทางนั้น พระพุทธเจ้าทั้ง 7 พระองค์ปราศจากตณหาไม่ทรงยึดมั่น หยั่งถึงความดับ **เสด็จอุบัติโดยธรรมกาย**ผู้คนที่ ได้ทรงแสดงธรรมนี้ คือ อริยสัจ 4 อันได้แก่ ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ความดับทุกข์ และทางที่ดำเนินไปให้ถึงความสิ้นทุกข์ด้วยทรงอนุเคราะห์เหล่าสัตว์
- 3) ในปัจเจกพุทธชาปทาน บันทึกไว้ว่า พระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลายมีธรรมยิ่งใหญ่ มีธรรมกายมาก มีจิตเป็นอิสระ ข้ามห้วงแห่งทุกข์ทั้งหมดได้แล้ว
- 4) ในมหาปชาปตีโคตมีเถรียาปทาน พระนางมหาปชาปตีโคตมีเถรียาได้กล่าวไว้ว่า “ข้าแต่พระสุคต หม่อมฉันเคยเป็นมารดาเลี้ยงของพระองค์ ข้าแต่พระธีรเจ้า ส่วนพระองค์เป็นบิดาของหม่อมฉัน ข้าแต่พระโลกนาถพระองค์ทรงเป็นผู้ประทานความสุขที่เกิดจากพระสัทธรรม ข้าแต่พระโคดม หม่อมฉันเป็นผู้ที่พระองค์ทรงให้เกิดแล้ว ข้าแต่พระสุคต พระรูปกายของพระองค์นี้ อันหม่อมฉันเคยฟุ่มฟักให้เจริญเติบโตใหญ่แล้ว ส่วน**พระธรรมกาย**ที่นำผลิตผลิตของหม่อมฉัน อันพระองค์ทรงฟุ่มฟักให้เจริญแล้ว”

5) ในอรรถสันทสสกเถราปทานพระอรรถสันทสสกเถระกล่าวว่า อนึ่ง พระพุทธเจ้าผู้ทรงแสดงธรรมกาย ซึ่งเป็นบ่อเกิดแห่งรัตนะทั้งสิ้น คนทั้งหลายไม่สามารถจะให้กำเริบได้ ใครเล่าเห็นแล้วจะไม่เลื่อมใส

จากหลักฐานธรรมกายที่กล่าวมานี้มีข้อสังเกตที่สำคัญ 3 ประการซึ่งสอดคล้องกับคำสอนของพระมงคลเทพมุนี หลวงปู่วัดปากน้ำภาษีเจริญ ดังนี้

- 1) การเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าหรือพระตถาคตนั้นหมายเอา “การเป็นด้วย

ธรรมกาย” หรือการได้เข้าถึงพระธรรมกาย ไม่ใช่หมายเอากายมนุษย์หรือกายเนื้อ ดังที่พระสร-
ภังคเถระกล่าวไว้ว่า “พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้ง 7 พระองค์ เสด็จอุบัติโดยธรรมกาย” หรือที่พระ-
พุทธองค์ตรัสว่า “ธรรมกายเป็นชื่อของตถาคต”

2) จากสรภังคเถระคาถาที่ว่า พระพุทธเจ้าทั้ง 7 พระองค์ เสด็จอุบัติโดยธรรมกาย
แล้ว ทรงแสดงธรรม คือ อริยสัจ 4 นั้นก็คือ การที่พระองค์ได้ตรัสรู้ริยสัจ 4 ด้วยธรรมกายแล้วจึง
แสดงธรรมที่ได้ตรัสรู้ดังกล่าว ประเด็นนี้สอดคล้องกับคำสอนหลวงปู่วัดปากน้ำที่ว่า ธรรมกายนั้น
เป็นผู้ตรัสรู้ริยสัจ 4 ได้แก่ รู้ทุกข์, รู้เหตุของทุกข์หรือสมุทัย, รู้ความดับทุกข์หรือนิโรธ และ รู้เหตุ
ของความดับทุกข์หรือมรรคมีองค์ 8

3) ธรรมกายมีอยู่ในตัวของมนุษย์ทุกคน กล่าวคือ มีอยู่ในกายเนื้อของพระสัมมา-
สัมพุทธเจ้าทุกพระองค์ มีอยู่ในกายเนื้อของพระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลาย มีอยู่ในกายเนื้อของพระ-
สาวกสาวิกาทูกรูป และมีอยู่ในตัวของมนุษย์ทุกคน ดังข้อความที่ว่า “พระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลาย
มีธรรมยิ่งใหญ่ มีธรรมกายมาก” และดังที่พระนางมหาปชาปตีโคตมีเถรีกล่าวว่า “พระธรรมกายที่
เนาเปลิดเปลินของหม่อมฉัน อันพระองค์ทรงพุ่มพักให้เจริญแล้ว”

ด้วยเหตุนี้พระสาวกที่ได้ตรัสรู้ตามพระพุทธองค์จึงมีคำเรียกว่า สาวกพุทธเจ้าบ้าง อนุ-
พุทธเจ้าบ้าง สุตพุทธเจ้าบ้าง พุทฺธุตพุทธเจ้าบ้าง หมายถึง ผู้ได้เข้าถึงพระพุทธเจ้าในตัวหรือ
เข้าถึงพระธรรมกายในตัวนั่นเอง

4) ธรรมกายนั้นเป็นบ่อเกิดของรัตนะทั้งหลาย ดังที่พระอรรถสันตสัทธเถระกล่าว
ไว้ว่า “อนึ่ง พระพุทธเจ้าผู้ทรงแสดงธรรมกาย ซึ่งเป็นบ่อเกิดแห่งรัตนะทั้งสิ้น” คำว่ารัตนะในที่นี้
ตามทัศนะของหลวงปู่วัดปากน้ำนั้นหมายเอาพระรัตนตรัย เมื่อผู้ใดได้เข้าถึงพระธรรมกายซึ่งเป็น
“พุทธรัตน” แล้วก็จะได้เข้าถึง “ธรรมรัตน” และ “สังฆรัตน” ด้วย เพราะรัตนทั้งสามนี้อาศัยซึ่ง
กันและกันและรวมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

ธรรมกาย คือ โลกุตระธรรม 9

โลกุตระธรรม 9 หมายถึง ธรรมที่พ้นจากโลก เหนือโลก ตรงข้ามกับโลกีย์ธรรม คือธรรมที่
ยังเป็นวิสัยของโลกหรือยังไม่พ้นโลก โลกุตระธรรม 9 ได้แก่ มรรค 4 ผล 4 นิพพาน 1

ระดับของพระรัตนตรัยภายใน

ขั้นที่ 1 พุทธรัตน คือ ธรรมกายโคตรภูหยาบ

ธรรมรัตน คือ ดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายซึ่งอยู่ศูนย์กลางธรรมกายโคตรภู

สังฆรัตน คือ ธรรมกายโคตรภูละเอียดซึ่งอยู่ศูนย์กลางดวงธรรมรัตนนั้น

ขั้นที่ 2 พุทธรัตน คือ ธรรมกายพระโสดาบันหยาบ

- ธรรมรัตน์ คือ ดวงธรรม ฯ ซึ่งอยู่ศูนย์กลางธรรมกายพระโสธำบันหยาบนั้น
สังฆรัตน์ คือ ธรรมกายพระโสธำบันละเอียดอยู่ศูนย์กลางดวงธรรมรัตน์นั้น
- ชั้นที่ 3 พุทธรัตน์ คือ ธรรมกายพระสกทาคามีหยาบ
ธรรมรัตน์ คือ ดวงธรรม ฯ ซึ่งอยู่ศูนย์กลางธรรมกายพระสกทาคามีหยาบนั้น
สังฆรัตน์ คือ ธรรมกายพระสกทาคามีละเอียดอยู่ศูนย์กลางดวงธรรมรัตน์นั้น
- ชั้นที่ 4 พุทธรัตน์ คือ ธรรมกายพระอนาคามีหยาบ
ธรรมรัตน์ คือ ดวงธรรม ฯ ซึ่งอยู่ศูนย์กลางธรรมกายพระอนาคามีหยาบนั้น
สังฆรัตน์ คือ ธรรมกายพระอนาคามีละเอียดอยู่ศูนย์กลางดวงธรรมรัตน์นั้น
- ชั้นที่ 5 พุทธรัตน์ คือ ธรรมกายพระอรหันต์หยาบ
ธรรมรัตน์ คือ ดวงธรรม ฯ ซึ่งอยู่ศูนย์กลางธรรมกายพระอรหันต์หยาบนั้น
สังฆรัตน์ คือ ธรรมกายพระอรหันต์ละเอียดอยู่ศูนย์กลางดวงธรรมรัตน์นั้น

บทที่ 5

พระพุทธ : พระสัมมาสัมพุทธเจ้า

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าคือใคร

ความหมายของพุทธะ

คำว่า “พุทธะ” หมายถึง ผู้ตรัสรู้สัจจะทั้งหลาย คือ อริยสัจ 4 ด้วยพระองค์เอง เป็นผู้หมดกิเลสแล้ว เป็นผู้รู้เห็นทุกอย่าง เป็นผู้ปลุกสัตว์ให้ตื่น คือ สอนให้ผู้อื่นตรัสรู้ตาม เป็นผู้บานแล้ว ด้วยพระคุณนานาประการเหมือนดอกปทุมมาน

พระนามของพุทธะ

(1) **พระพุทธเจ้า** มาจากคำว่า พระ + พุทธ + เจ้า คำว่า “พระ” ใช้ประกอบหน้าคำอื่น แสดงความยกย่อง คำว่า “พุทธ” ก็มีความหมายดังกล่าวมาแล้ว ส่วนคำว่า “เจ้า” ใช้เติมท้ายคำเรียกผู้ที่นับถือ ดังนั้น คำว่า พระพุทธเจ้า จึงมีความหมายเหมือนกับคำว่า “พุทธะ” เพียงแต่เติมคำว่า พระ และ คำว่า เจ้า เข้ามาเพื่อแสดงความยกย่องนับถือเท่านั้น

(2) **พระสัมมาสัมพุทธเจ้า** คำนี้เติมคำว่า “สัมมาสัม” เข้ามา คำว่า “สัมมา” แปลว่า โดยชอบ หรือ โดยถูกต้อง คำว่า “สัม” คำหลัง แปลว่า ด้วยพระองค์เอง คือ ไม่ต้องมีผู้สั่งสอน ดังนั้น

คำว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงเป็นชื่อที่เน้นย้ำว่า พระองค์ตรัสรู้โดยถูกต้องด้วยตนเอง

(3) **พระผู้มีพระภาคเจ้า** คำนี้ไม่มีคำว่า “พุทธะ” แต่มีคำว่า “ผู้มีพระภาค” แทนคำว่า พุทธะ “เป็นคำกล่าวด้วยความเคารพ” เมื่อกล่าวคำนี้จึงเป็นการแสดงความเคารพต่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั่นเอง

(4) **พระศาสดา** คำว่า ศาสดา แปลว่า ผู้อบรมสั่งสอน ในปัจจุบันใช้เรียกผู้ตั้งศาสนา

(5) **พระพิชิตมาร** คำว่า พิชิตมาร แปลว่า ผู้ชนะมาร เหตุที่ได้ชื่อนี้เพราะว่าก่อนตรัสรู้ ทรงเอาชนะเหล่ามารต่าง ๆ ที่มาขัดขวางพระองค์ได้

(6) **พระอรหันตอภินันตชินะ** พระนามนี้นักบวชชื่อกุฎิกายเคยถามพระองค์ว่า “เหตุใดท่านจึงปฏิญาณว่าเป็น ‘อรหันตอภินันตชินะ’ พระพุทธองค์ตรัสตอบว่า ‘ผู้ที่ถึงอัสวัคชัยเช่นเรา ย่อมเป็นผู้มีนามว่าชินะ เพราะเราชนะบาปกรรมทั้งหลายแล้ว’” ส่วน คำว่า “นิพพาน เรียกว่า อภินันตะ” กล่าวคือ เมื่อชนะกิเลสก็ได้ถึงนิพพานนั่นเอง

(7) **พระชินเจ้า** คือ ผู้พิงชนะมาร อีกนัยหนึ่งคือ ผู้ชนะบาปกรรม

(8) **พระชินสีห์** คือ ผู้มีชัยชนะดุจราชสีห์ ราชสีห์เป็นราชาแห่งสัตว์ทั้งหลายฉนใด พระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เป็นราชาแห่งมนุษย์และเทวดาทั้งปวง ฉนนัน

(9) **พระสัพพัญญูพุทธเจ้า** คำว่า สัพพัญญู แปลว่า ผู้รู้ทุกสิ่งทุกอย่าง หมายความว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้รู้ทุกสิ่งทุกอย่างนั่นเอง แต่ไม่ได้รู้ทุกอย่างตลอดเวลา กล่าวคือ เมื่อทรงประสงค์จะรู้เรื่องใด ก็ตรวดดูเรื่องนั้นเป็นเรื่อง ๆ ไป

(10) **พระพุทธองค์** เป็นสรรพนามบุรุษที่ 3 คือเป็นคำแทนชื่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

(11) **พรหมกาย** อรรถกถากล่าวไว้ว่า “ชื่อว่าพรหมกายเพราะมีธรรมเป็นกายนั่นเอง แท้จริง พระธรรมท่านเรียกว่า พรหมเพราะเป็นของประเสริฐ”

(12) **ธรรมภูต** อรรถกถากล่าวไว้ว่า ธรรมภูต ได้แก่ ทรงมีธรรมเป็นสภาพ

(13) **ธรรมกาย** คือ พุทธรัตนะภายในตัว พระโพธิสัตว์ทั้งหลายตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เพราะได้เจริญสมาธิภาวนาจนเข้าถึงธรรมภายในตัว

(14) **พรหมภูต** อรรถกถากล่าวไว้ว่า พรหมภูต ได้แก่ ทรงเป็นผู้ประเสริฐสุดเป็นสภาพ

(15) **ตถาคต** เรียกว่า “ตถาคต เพราะว่า ตรัสรู้พร้อมเฉพาะซึ่งธรรมอันแท้ตามเป็นจริง, เรียกว่า ตถาคต เพราะทรงเห็นแท้จริง, เรียกว่า ตถาคต เพราะตรัสวาจาจริง, เรียกว่า ตถาคต เพราะทรงทำจริง ...”

ประเภทของพุทธะ แบ่งออกเป็นประเภทต่าง ๆ ได้ 4 ประเภทคือ

(1) **สุตพุทธะ** หรือ พระสุตพุทธเจ้า หมายถึง ภิกษุผู้เป็นพหูสูต คือ ได้ศึกษาพุทธพจน์มามาก

(2) **จตุสัจจพุทธะ** หรือ พระจตุสัจจพุทธเจ้า หมายถึง ภิกษุผู้มีกิเลสอาสวะสิ้นแล้ว

(3) **ปัจเจกพุทธะ** หรือ พระปัจเจกพุทธเจ้า หมายถึง ผู้ที่แทงตลอดปัจเจกพุทธญาณ คือ ตรัสรู้ได้ด้วยตนเองแต่ไม่สอนใคร

(4) **สัมพัทธ์พุทธะ** หรือ พระสัมพัทธ์พุทธเจ้า หมายถึง ผู้แทงตลอดพระสัมพัทธ์พุทธญาณ คือ เป็นผู้ตรัสรู้ได้ด้วยตนเองและสอนให้ผู้อื่นตรัสรู้ตามได้ แต่ไม่สอนใคร

ตำแหน่งพุทธะสาธารณะแก่ทุกคน พุทธะเป็นตำแหน่งกลาง ๆ หากใครปรารถนาจะเป็นก็ให้ตั้งใจสั่งสมบุญสร้างบารมี เมื่อบารมีเต็มเปี่ยมแล้วก็จะเป็พุทธะประเภทนั้น ๆ ได้

พระพุทธรูปคุณ

พระพุทธรูปคุณมีมากที่สุดพรรณนา

คำว่า คุณ ในปัจจุบันใช้ใน 2 ความหมาย คือ ความดีงาม และคุณประโยชน์ พระพุทธรูปคุณจึงหมายถึง ความดีงามและคุณประโยชน์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

การที่พระพุทธรูปองค์ตรัสว่าพระคุณของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแต่ละพระองค์มีมากจนไม่อาจจะพรรณนาได้หมดนั้น ไม่ได้เป็นการยกยอสรรเสริญพระองค์เอง แต่ตรัสตามความเป็นจริงและที่สำคัญพระองค์ทรงหมดกิเลสแล้วยอมไม่ตรัสความเท็จใด ๆ ทั้งสิ้นกล่าวโดยย่อ 9 ประการคือ

1. อธิบายพุทธรูปคุณบทว่า อรห

คำว่า อรห ก็คือ พระอรหันต์ หมายถึง พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเป็นพระอรหันต์คำว่า อรห แปลได้ 2 นัย คือ แปลว่า “ไกล” และ แปลว่า “ควร”

นัยแรกคือ ไกล หมายถึง ไกลจากกิเลส กล่าวคือ พระผู้มีพระภาคเจ้านั้นเป็นผู้ไกล คือ ทรงดำรงอยู่ในพระคุณอันไกลแสนไกลจากกิเลส ซึ่งตรงข้ามกับปุถุชนที่ยังอยู่ใกล้ชิดกับกิเลส

นัยที่สองคือ ควร หมายถึง เป็นผู้ควรแก่ปัจจัย 4 และ เป็นผู้ควรได้รับการเทิดทูนบูชาไว้เหนือสิ่งใดทั้งหมด ควรยึดมั่นพระองค์ท่านเป็นแบบอย่างแล้วตั้งใจปฏิบัติตามพระองค์

2. อธิบายพุทธรูปคุณบทว่า สมมาสมพุทโธ

คำว่า สมมาสมพุทโธ ก็คือ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า

คำว่า สมมาสมพุทโธ แปลว่า ตรัสรู้ธรรมทั้งปวงโดยชอบ และด้วยพระองค์เอง คือ ไม่มีใครสอน หรือนัยหนึ่งว่า ตรัสรู้เองโดยถูกต้อง

คำสอน คือ พระธรรมนั้นมาจากพระรัตนตรัยในตัวของพระพุทธรูปเอง ไม่ได้มีใครที่ไหนดลบันดาลให้รู้

3) อธิบายพุทธรูปคุณบทว่า วิชชาจรณสมุปโภ

คำว่า วิชาจรณสมุปนุโน แปลว่า ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ

คำว่า วิชา แปลว่า ความรู้แจ้ง ได้แก่ วิชา 8 ความรู้แจ้งนั้นเป็นความรู้ที่เกิดจากการ
เจริญสมาธิภาวนา ต่างจากความรู้ทั่วไปที่เกิดจากการฟัง การอ่าน หรือ การคิด

คำว่า จรณะ แปลว่า ความประพฤติ จรณะนั้นมี 15 ประการ

วิชา 8 ได้แก่

(1) วิปัสสนาญาณ ความเห็นแจ้ง เห็นวิเศษ หมายถึง พระพุทธองค์ทรงเห็นแจ้งใน
สภาวะธรรมตรงตามความเป็นจริง

(2) มโนมยิทธิ ฤทธิ์ทางใจ คือ จะนึกให้เป็นอย่างไร ก็เป็นไปตามที่นึกได้

(3) อิทธิวิธี แสดงฤทธิ์ได้ เช่น เนรมิตกายคนเดียวเป็นหลายคนได้

(4) ทิพพโสต มีหูทิพย์ ฟังเสียงต่าง ๆ ได้หลากหลายและได้ยินเสียงจากที่ห่างไกลได้

(5) เจโตปริยญาณ คือ รู้วาระจิตของผู้อื่น

(6) ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ คือ ความรู้ที่สามารถระลึกชาติหนหลังได้

(7) ทิพพจักขุ คือ ตาทิพย์ สามารถมองเห็นทุกสิ่งได้หมด ไม่ว่าจะอยู่ใกล้ไกลอย่างไร
และระลึกชาติหนหลังของสัตว์อื่นได้

(8) อาสวักขยญาณ คือ ความรู้แจ้งที่ทำลายอาสวะให้หมดสิ้น

จรณะ 15 ได้แก่

(1) ศีลสังวร คือ ความสำรวมในพระปาฏิโมกข์ (2) อินทรีย์สังวร คือ ความสำรวมอินทรีย์
ทั้ง 6 ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ (3) โภชนะมัตตัญญูตา คือ ความรู้จักประมาณในการบริโภค (4)
ชาคริยานุโยค คือ การประกอบความเพียรที่ทำให้เป็นผู้ตื่นอยู่เสมอ ข้อ (5) - (15) โดยสรุปคือ
พระพุทธองค์ทรงมีสติปัญญาและศีลาจารวัตรที่งดงาม

โดยสรุปแล้ว วิชาจรณสมุปนุโน คือ ถึงพร้อมทั้งความรู้ดีและความประพฤติดีนั่นเอง

4) อธิบายพุทธคุณบทว่า สุขโต

คำว่า สุขโต แปลว่า ไปดีแล้ว, ไปสู่ที่ดี, ทรงพระดำเนินงาม ฯลฯ

นัยแรก ไปดีแล้ว หมายถึง พระองค์ประพฤติดี ทั้งกาย วาจา ใจ ประพฤติสม่าเสมอมา
นับภพนับชาติไม่ถ้วน ละโลกจากชาตินั้น ๆ แล้วก็ไปสู่สุคติ

คำว่า ไปดีแล้ว อีกนัยหนึ่งคือ พระองค์ดำเนินกาย วาจา ใจ ไปในแนวอริยมรรคมีองค์ 8

นัยที่สอง ไปสู่ที่ดี หมายถึง ไปอยู่สู่แดนอันเกษมกล่าวคือ นิพพาน

นัยที่สาม ทรงพระดำเนินงาม เช่น เมื่อครั้งจะทรงพระดำเนินไปโปรดพระปัจจุวัตคีย์ยัง
ป่าอิสิปตนนันทน์ ทรงเดินไปด้วยอย่างพระบาท มีฉัพพรรณรังสีรุ่งโรจน์ จนแม้แต่สัตว์ที่มาแลเห็น
กึ่งงันหยุดนิ่งตะลึง อย่างนี้เรียกว่าทรงพระดำเนินงาม

5) อธิบายพุทธคุณบทว่า โลกวิทู

คำว่า โลกวิทู แปลว่า รู้แจ้งซึ่งโลก คำว่า โลก หมายความว่า ย่อยยับไป หักพังไป

อีกนัยหนึ่ง โลก หมายถึง สถานที่ที่เป็นที่เกิดที่อยู่แห่งสัตว์ และเป็นที่ยังสัตว์ได้อาศัยก่อ
กุศล และ อกุศล โลกแบ่งออกเป็น 3 คือ สังขารโลก สัตวโลก โอภาสโลก

สังขารโลก โลกคือสังขาร ได้แก่ ชั้น 5

สัตวโลก โลกคือหมู่สัตว์ ได้แก่ มนุษย์ เทวดา พรหม อรูปพรหม เป็นต้น

โอภาสโลก หมายถึง สถานที่ที่อยู่ของสัตว์ทั้งหลาย ได้แก่ โลกมนุษย์ที่เราอาศัยอยู่รวมทั้ง
จักรวาลด้วย

6) อธิบายพุทธคุณบทว่า อนุตตโร ปุริสทมมสารถิ

คำว่า อนุตตโร ปุริสทมมสารถิ แปลว่า เป็นสารถิผู้ฝึกบรูษะที่พอจะฝึกได้ไม่มีผู้อื่นยิ่งกว่า
กล่าวคือ พระองค์มีกุศลโอบายสอนต่าง ๆ นานา สุดแล้วแต่จะทรงพิจารณาเห็นว่า บุคคลจำพวกใด
มีนิสัยอย่างไร ก็ทรงใช้กุศลโอบายสอนให้ตรงกับนิสัย

7) อธิบายพุทธคุณบทว่า สตุถา เทวมนุสฺसानิ

สตุถา เทวมนุสฺसानิ แปลว่า เป็นพระศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย
พุทธคุณข้อนี้ถือว่าเป็นลักษณะพิเศษที่โดดเด่นอีกข้อหนึ่งในพระพุทธานุภาพ เพราะ
ศาสนาเทวนิยมนั้นต่างอ้างเอาเทวดาเป็นที่พึ่งที่ระลึกทั้งสิ้น

8) อธิบายพุทธคุณบทว่า พุทฺโธ

คำว่า พุทฺโธ แปลได้หลายนัย ในที่นี้จะแปลในนัยที่ว่า เป็นผู้บานแล้ว
คำว่า บานนั้น เปรียบด้วยดอกปทุมชาติ คือ บานเหมือนดอกบัวที่บานแล้วเต็มที่ ในช่วง
ที่พระองค์ทรงประกอบความเพียรอยู่ ยังไม่ได้บรรลุสัมมาสัมโพธิญาณก็เปรียบเหมือนดอกบัวที่ยัง
ตูมอยู่ แต่เมื่อพระองค์ตรัสรู้แล้ว จึงเปรียบเสมือนดอกบัวที่บานแล้ว

9) อธิบายพุทธคุณบทว่า ภควา

คำว่า ภควา แปลได้หลายนัย แปลว่า “หัก” ก็ได้ แปลว่า “แจก” ก็ได้
ที่ว่า หัก นั้น หมายความว่า พระองค์หักเสียได้ซึ่งสังสารจักรกล่าวคือ อวิชชา ตัณหา
อุปาทาน กรรมอันเป็นเสมือนตัวจักรที่พัดผันส่งต่อไปยังกันและกัน เป็นกำลังดันให้หมุนเวียนวน
ว้ายอยู่ในวัฏสงสาร มิให้ออกจากภพ 3 พระองค์หักเสียได้แล้ว พระองค์จึงพ้นไปจากภพทั้ง 3 คือ
กามภพ รูปภพ อรูปภพ เสด็จออกสู่นิพพานไป

พระพุทธคุณทั้ง 9 ประการนี้สรุปให้เหลือ 3 ประการได้ดังนี้คือ พระบริสุทธิคุณ, พระ-
ปัญญาคุณ และ พระมหากรุณาธิคุณ

พระบริสุทธิคุณ ได้แก่ อรหิ, สุคติ และ พุทฺโธ

พระปัญญาคุณ ได้แก่ สมมาสมพุทฺโธ, วิชชาจรณสมปนฺโน และ โลกวิทู

พระมหากรุณาธิคุณ ได้แก่ อนุตตโร ปุริสทมมสารถิ, สตุถา เทวมนุสฺसानิ และ ภควา

การสร้างบารมีเพื่อเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ความหมายและประเภทของพระโพธิสัตว์

คำว่า “พระโพธิสัตว์” มาจากคำในภาษาบาลีว่า “โพธิสตุโต” ได้แก่ “สัตว์ผู้จะตรัสรู้ คือ สัตว์ผู้ควรบรรลุสัมมาสัมโพธิญาณ” หมายถึง ผู้ที่ตั้งความปรารถนาว่าจะสร้างบารมีเพื่อตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์หนึ่งในอนาคต คำว่า “สัตว์” ในที่นี้เป็นความหมายโดยรวมอาจจะเป็นมนุษย์หรือสัตว์ดิรัจฉานก็ได้ ทั้งนี้เพราะมีบางชาติที่พระโพธิสัตว์ถือกำเนิดเป็นสัตว์ดิรัจฉาน เช่น เป็นช้าง ม้า วัว พญาหนาค นก เป็นต้น ส่วนคำว่า “สัมมาสัมโพธิญาณ” หมายถึง ญาณเป็นเครื่องตรัสรู้เองโดยชอบ คือ ตรัสรู้ด้วยตนเองโดยไม่มีใครสอน

พระโพธิสัตว์มี 2 ประเภทคือ

1) อหิยตโพธิสัตว์ หมายถึง พระโพธิสัตว์ที่ยังไม่แน่ว่าจะได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าหรือไม่ เพราะบารมียังอ่อนอยู่ จึงยังไม่ได้รับการพยากรณ์จากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ใดพระองค์หนึ่งว่าจะได้ตรัสรู้สัมมาสัมโพธิญาณในอนาคต

2) นียตโพธิสัตว์ หมายถึง พระโพธิสัตว์ที่มีความแน่นอนแล้วว่าจะได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในอนาคต เพราะบารมีที่สั่งสมมาแก่กล้าแล้ว เมื่อได้เจอพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ใดพระองค์หนึ่ง ก็จะได้รับพยากรณ์จากพระพุทธองค์ว่า จะได้ตรัสรู้สัมมาสัมโพธิญาณในอนาคตอย่างแน่นอน

ปัจจัยสำคัญแห่งการกำเนิดพระโพธิสัตว์

ปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดพระโพธิสัตว์ขึ้นมีอย่างน้อย 2 ประการ

ประการแรกคือ การได้เห็นต้นแบบจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในอดีต

ประการที่สองคือ ตระหนักว่าชีวิตมีทุกข์และปรารถนาพ้นความทุกข์

ความหมายประเภทและระดับของบารมี

1. ความหมายของบารมี

คำว่า “บารมี” มาจากคำว่า “ปรม” แปลว่า “อย่างยิ่ง” หมายความว่า ดำเนินไปในทางที่ดี ยิ่งขึ้นไป บารมีนั้นก็คือนุญ แต่เป็นบุญที่เข้มข้นมาก เป็นบุญที่ควบแน่น กล่าวคือ บุญที่เราทำในแต่ละวัน ได้แก่ การให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา เป็นต้น จะค่อย ๆ รวมตัวกันมากขึ้นเรื่อย ๆ และจะกลั่นตัวเป็นบารมี ซึ่งลักษณะของบารมีในทางธรรมปฏิบัติ นั้น หลวงปู่วัดปากน้ำกล่าวไว้ว่า “บารมีก็มีลักษณะเป็นดวงกลมรอบตัว ดวงบุญขนาด 1 คืบ เมื่อกลั่นเป็นดวงบารมีแล้ว จะเหลือขนาด 1 นิ้ว”

สรุปบารมีคือ บุญที่มีความเข้มข้นมากเพราะได้จากการกลั่นตัวของบุญปริมาณมาก และได้จากการสร้างบุญโดยเอาชีวิตเป็นเดิมพันจนติดเป็นนิสัย

ประเภทของบารมี

บารมีแบ่งออกเป็น 10 ประเภท

ทานบารมี คำว่า “ทาน” มาจากบทว่า “ทานิ” ในภาษาบาลี แปลว่า “สิ่งที่พึงให้ทานนั้น แบ่งออกเป็น 3 ประเภทคือ อามิสทาน ธรรมทาน และอภัยทาน”

ศีลบารมี คำว่า “ศีล” มาจากบทว่า “ศีล” ในภาษาบาลี ได้แก่ “การไม่ล่วงละเมิดทางกาย และวาจา คือ ศีล 5 ศีล 8 ศีล 10 และ ปาฏิโมกขสังวรศีล เป็นต้น” การไม่ล่วงละเมิดในที่นี้คือ การไม่ทำความผิดทางกายและวาจานั้นเอง

เนกขัมมบารมี คำว่า “เนกขัมมะ” มาจากบทว่า “เนกขัมมิ” ในภาษาบาลี แปลว่า การสลัดออกจากกามทั้งหลาย คือ การออกบวชนั่นเอง ดังบทว่า “เนกขัมมิ อภินิภุมมิ คือ ออกจากเรือนเพื่อเนกขัมมะ ได้แก่ บวช” หากบวชเป็นสามเณรจะเรียกว่า บรรพชา หากบวชเป็นพระภิกษุจะเรียกว่า อุปสมบท แต่ทั้งนี้ผู้ที่บวชเป็นพระภิกษุทุกรูปจะต้องผ่านขั้นตอนการบรรพชาเป็นสามเณรก่อน

ปัญญาบารมี คำว่า “ปัญญา” มาจากบทว่า “ปญญา” ในภาษาบาลี ได้แก่ “เครื่องทำให้รู้ชัด” กล่าวคือ เป็นเครื่องทำอรรถะนั้น ๆ ให้ปรากฏ”

ปัญญาในพระพุทธศาสนามี 3 ประเภทคือ

- 1) สุตมยปัญญา ปัญญาสำเร็จด้วยการฟัง
- 2) จินตามยปัญญา ปัญญาสำเร็จด้วยการคิด
- 3) ภวานามยปัญญา ปัญญาสำเร็จด้วยการอบรม

วิริยบารมี คำว่า “วิริยะ” มาจาก บทว่า “วิริย” ได้แก่ ความเพียรทางกายและทางใจ

ขันติบารมี คือ การรักษาปกติภาวะของตนไว้ได้ ไม่ว่าจะถูกกระทบกระทั่งด้วยสิ่งอันเป็นที่พึงปรารถนาหรือไม่พึงปรารถนาก็ตาม มีความมั่นคงหนักแน่นเหมือนแผ่นดิน ซึ่งไม่ไหว่นไหว ไม่ว่าจะมีคนทะเลาะไรลงไป ของเสีย หรือของหอมก็ตาม

สัจจบารมี คำว่า “สัจจะ” มาจาก บทว่า “สจฺจ” คือ “จริง, เป็นเนื้อความอันจริง, แท้, ไม่ผิด, ไม่คลาดเคลื่อน” สัจจะในบางประเด็นคืออย่างเดียวกับศีล เช่น การไม่พูดเท็จ พูดแต่คำที่เป็นจริง ไม่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้นกับตนก็จะไม่พูดไม่คลาดเคลื่อนจากความจริง

อธิษฐานบารมี คำว่า “อธิษฐาน” มาจากบทว่า อธิฐฺฐาน ในภาษาบาลี ได้แก่ “ความตั้งมั่นในการทำความดี ความตั้งใจ คือมีความตั้งมั่นในการทำกุศล”

การอธิษฐานนั้นอาจจะเปล่งวาจาก็ได้หรือเพียงแต่ในใจก็ทำได้

เมตตาบารมี คำว่า “เมตตา” มาจากบทว่า “เมตฺตา” ในภาษาบาลี ชื่อว่า เมตตา “เพราะมีความเยื่อใยชื่อว่าเมตตา เพราะมีความรัก หรือความเป็นไปแห่งความรัก” กล่าวคือ มีความรัก ความเอ็นดูมีความปรารถนาดีต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข

อุเบกขาบารมี คำว่า “อุเบกขา” มาจากบทว่า อุเปกฺขา ในภาษาบาลี เป็นชื่อของมัชฌัตตภาวะ คือ ความที่จิตเป็นกลาง อีกนัยหนึ่ง บทว่า อุเปกฺขา คือ ความวางเฉย

ระดับของบารมี

บารมีแบ่งออกเป็น 3 ระดับ คือ บารมีระดับต้นเรียกว่า บารมี บารมีระดับกลางเรียกว่า อุปบารมี และบารมีระดับสูงสุดเรียกว่า ปรมัตถบารมี

บารมีทั้งหมดจึงมี 30 ทศ คือ บารมี 10 ทศ, อุปบารมี 10 ทศ และปรมัตถบารมี 10 ทศ

(1) บารมีระดับต้น เรียกว่า “บารมี” เป็นการบำเพ็ญแบบปกติธรรมดา หากเป็นทานบารมี ได้แก่ การบริจาคทรัพย์เป็นทาน ไม่ว่าจะบริจาคมากน้อยเพียงใด ก็เป็นบารมีระดับต้นอยู่

(2) บารมีระดับกลาง เรียกว่า “อุปบารมี” เป็นการบำเพ็ญยิ่งขึ้นไปกว่าบารมีระดับแรก ได้แก่ การบริจาคอวัยวะเลือดเนื้อในร่างกายเป็นทาน เช่น บริจาคดวงตา บริจาคเลือด

(3) บารมีระดับสูงสุด เรียกว่า “ปรมัตถบารมี” เป็นการบำเพ็ญยิ่งขึ้นไปกว่าบารมีระดับกลาง ได้แก่ การบริจาคชีวิตเป็นทาน เป็นต้น

หลักการสร้างบารมีของพระโพธิสัตว์

หลักการสร้างบารมีแต่ละประเภทปรากฏอยู่ในคำกล่าวของสุเมธดาบสโพธิสัตว์ ซึ่งเป็นชาติแรกที่ท่านได้รับการพยากรณ์จากพระที่ปังกรพุทฺธเจ้าว่า จะได้ตรัสรู้ธรรมเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในอนาคต หลักการสร้างบารมีต่าง ๆ ที่สุเมธดาบสกล่าวไว้มีดังนี้

ทานบารมี หากท่านปรารถนาจะบรรลุพระโพธิญาณ หมอঁน้ำเต็มเปี่ยม ใครผู้ใดผู้หนึ่งคว่ำปากลง น้ำย่อมไหลออกหมด น้ำย่อมไม่ขังอยู่ในหม้อนั้น ฉนใด ท่านเห็นยากไม่ว่าจะต่ำทราม สูงส่งและปานกลาง จงให้ทานให้หมด เหมือนหม้อน้ำที่เขาคว่าปากลงไว้ ฉนนั้น

ศีลบารมี หากท่านปรารถนาเพื่อจะบรรลุพระโพธิญาณ จามรีหากล่องติดในที่ไหนก็ตาม ปลดขนหางออกไม่ได้ ก็ยอมตายในที่นั้น ฉนใด ท่านจงบำเพ็ญศีลให้บริบูรณ์ จงรักษาศีลไว้ทุกเมื่อ เหมือนจามรีรักษาขนหาง ฉนนั้น

แหกขัมมบารมี หากท่านปรารถนาจะบรรลุพระโพธิญาณ บุรุษอยู่มานานในเรือนจำลำบากเพราะความทุกข์ มิได้ทำความยินดีให้เกิดในเรือนจำนั้น แสวงหาความพ้นออกไปอย่างเดียว ฉนใด ท่านก็ฉนนั้นจงเห็นภพเหมือนเรือนจำ เป็นผู้มุ่งหน้าออกบวชเพื่อพ้นจากภพนั้น

ปัญญาบารมี หากท่านปรารถนาจะบรรลุพระโพธิญาณ ภิกษุเมื่อขอยุ่ไม่เว้นตระกูลต่ำสูง และปานกลาง ย่อมได้อาหารเป็นเครื่องยังชีพ ฉนใด ท่านก็ฉนนั้น เมื่อได้ถามชนผู้รู้ผู้ตลอดกาลทั้งปวง ถึงความเป็นปัญญาบารมี จักได้บรรลุพระสัมโพธิญาณ

วิริยบารมี หากท่านปรารถนาจะบรรลุพระโพธิญาณ พญาราชสีห์มฤคราช เป็นผู้มีความ

เพียรไม่ย่อหย่อนในการนั่ง การยืน และการเดิน ประคองใจไว้ในกาลทุกเมื่อ จันใด ท่านก็จันนั้น จงประคองความเพียรไว้ให้มันตลอดทุกภพ ถึงความเป็นวิริยบารมีแล้ว จักบรรลุพระสัมโพธิญาณได้

ขันติบารมี หากท่านปรารถนาจะบรรลุพระโพธิญาณ ธรรมดาแผ่นดินย่อมอดกลั่นสิ่งทั้งปวง ที่เขาทิ้งลงสะอาดบ้าง ไม่สะอาดบ้าง ไม่กระทำการขัดเคือง เพราะการกระทำนั้น จันใด ท่านก็จันนั้น เป็นผู้อดทนต่อการนับถือและการดูหมิ่นของคนทั้งปวง ถึงความเป็นขันติบารมีแล้ว จักบรรลุพระสัมโพธิญาณได้

สัจจบารมี หากท่านปรารถนาจะบรรลุพระโพธิญาณ ธรรมดาดาวประกายพริ้วเป็นดุษคันชั่ง คือเที่ยงตรงในโลก พร้อมทั้งเทวโลก ไม่ว่าในสมัย ฤดูแล้ง หรือปีกักตาม ย่อมไม่โคจรและเวียนออกนอกวิถีโคจร จันใด ท่านก็จันนั้น ไม่ออกไปนอกทางสัจจะทั้งหลาย ถึงความเป็นสัจจบารมีแล้ว จักบรรลุพระสัมโพธิญาณได้

อธิษฐานบารมี หากท่านปรารถนาจะบรรลุพระโพธิญาณ ภูเขาหินไม่หวั่นไหว คงตั้งอยู่ตามเดิม ไม่สะเทือนเพราะลมแรงกล้า คงตั้งอยู่ในที่ของตนเอง แม้จันใด แม้ท่านก็จันนั้น จงเป็นผู้ไม่หวั่นไหวในอธิษฐานในกาลทั้งปวง ถึงความเป็นอธิษฐานบารมีแล้ว จักบรรลุพระสัมโพธิญาณได้

เมตตาบารมี หากท่านปรารถนาเพื่อจะบรรลุพระโพธิญาณ ธรรมดาน้ำย่อมแผ่ความเย็นไปให้คนดีและคนเลวโดยเสมอกัน ชะล้างมลทินคือธุลีออกได้ จันใด ท่านก็จันนั้น จงเจริญเมตตาให้สม่ำเสมอในชนที่เกื้อกูลและไม่เกื้อกูล ท่านถึงความเป็นเมตตาบารมีแล้ว จักบรรลุพระสัมโพธิญาณได้

อุเบกขาบารมี หากท่านปรารถนาจะบรรลุพระโพธิญาณ ธรรมดาแผ่นดินย่อมวางเฉยในของไม่สะอาดและของสะอาดที่คนทิ้งลง เว้นจากความโกรธและความยินดีทั้งสองนั้น จันใดท่านก็จันนั้น จงเป็นประดุจดาวชั่งในสุขและทุกข์ในกาลทุกเมื่อ ถึงความเป็นอุเบกขาบารมีแล้ว จักบรรลุพระสัมโพธิญาณได้

เส้นทางการสร้างบารมีของพระโพธิสัตว์

หน่วยเวลาในการสร้างบารมี

หน่วยเวลาในการสร้างบารมีคือ “กัป” เช่น แสนกัป หรือ อสงไขยแสนกัป

พระปัญญาริกพุทธเจ้า ใช้เวลาสร้างบารมี 20 อสงไขยแสนกัป

พระศัทธาธิกพุทธเจ้า ใช้เวลาสร้างบารมี 40 อสงไขยแสนกัป

พระวิริยาริกพุทธเจ้า ใช้เวลาสร้างบารมี 80 อสงไขยแสนกัป

คำว่า “อสงไขยแสนกัป” หมายถึง อสงไขยกัป + แสนกัป

คำว่า “กัป” เป็น “ชื่อหน่วยเวลา” ที่มีความยาวนานมาก ส่วนคำว่า “อสงไขย” เป็น “ชื่อตัวเลขที่นับไม่ได้หรือจำนวนที่นับไม่ได้”

ในไตรภูมิโลกวินิจฉยภคธาระบุว่า 1 อสงไขย = โภกียกกำลัง 20 = 10,000,000²⁰
หรือ มีค่าเท่ากับ “เลข 1 ตามด้วยเลข 0 จำนวน 140 ตัว”

หากถือเอานัยนี้แล้ว “อสงไขยแสนกัป” จะหมายถึง 10,000,000²⁰ กัป + 100,000
กัป

20 อสงไขยแสนกัป จะหมายถึง 20 X 10,000,000²⁰ กัป + 100,000 กัป

40 อสงไขยแสนกัป จะหมายถึง 40 X 10,000,000²⁰ กัป + 100,000 กัป

80 อสงไขยแสนกัป จะหมายถึง 80 X 10,000,000²⁰ กัป + 100,000 กัป

การสร้างบารมีก่อนได้รับพุทธพยากรณ์

พระสมณโคตมพุทธเจ้าจัดอยู่ในประเภทปัญญาธิกพุทธเจ้าคือยิ่งด้วยปัญญา จึงใช้เวลา
ในการสร้างบารมีน้อยกว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประเภทอื่น นั่นคือ ใช้เวลา 20 อสงไขยแสนกัป ใน
เวลาดังกล่าวนั้นแบ่งออกเป็น 3 ช่วงคือ

ช่วงแรก คือ ดำริในใจว่าปรารถนาพุทธภูมิ 7 อสงไขยกัป

ช่วงที่สอง คือ เปล่งวาจาให้คนอื่นรับรู้ว่าจะปรารถนาพุทธภูมิ 9 อสงไขยกัป

ช่วงที่สาม คือ หลังจากได้รับพุทธพยากรณ์แล้วอีก 4 อสงไขยแสนกัป

ความผิดพลาดในเส้นทางการสร้างบารมี

ในเส้นทางการสร้างบารมีของพระโพธิสัตว์นั้น ท่านได้ทำผิดพลาดมาไม่น้อยเหมือนกัน
เพราะท่านก็ยังไม่หมดกิเลส ถึงแม้จะได้รับพุทธพยากรณ์แล้วก็ยังมีโอกาสทำผิดได้ จะเห็นได้จาก
อภัพพฐานะ 18 ข้อที่จะไม่เกิดขึ้นกับพระโพธิสัตว์ผู้ได้รับพุทธพยากรณ์แล้ว มีอยู่ 5 ข้อที่น่าสนใจ
คือ หากท่านทำผิดศีลจนต้องไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน ก็จะเป็นสัตว์ประเภทที่มีร่างกายไม่เล็ก
กว่านกกกระฉาบ แต่จะไม่โตกว่าช้าง, หากต้องไปเกิดเป็นเปรตจะไม่เกิดเป็นขุปปิปลาสิกเปรตและ
นิชฌามัตถนิกเปรต, หากต้องไปเกิดเป็นนรกกาย ก็จะไม่เกิดเป็นกาลกัญชิกาสูร, หากทำผิดหนัก
จนต้องตกนรก ก็จะไม่ไปเกิดในอเวจีนรกและโลกันตนรก

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสถึงวิบากกรรมในชาติสุดท้ายของพระองค์ อันเป็นผลมาจาก
อกุศลกรรมในอดีตไว้ในพุทธชาปทาน 13 ประการ ซึ่งจะยกตัวอย่างเพียง 6 ประการดังนี้

(1) ชาติหนึ่งพระโพธิสัตว์เกิดเป็นนักเลงชื่อปุนาลีได้กล่าวตู่พระปัจเจกพุทธเจ้าชื่อว่าสุรกี
ด้วยกรรมนั้นท่านจึงตกนรกเป็นเวลายาวนาน และในภพสุดท้ายก็ถูกนางสุนทรिकाกล่าวตู่ว่า
พระองค์ทรงร่วมภิรมณ์กับนาง

(2) ชาติหนึ่งพระโพธิสัตว์ได้บริภาษพระสาวกของพระพุทธเจ้าพระนามว่ามุสสะว่า “พวก
ท่านจงเคี้ยว จงกินแต่ข้าวแดง อยู่กินข้าวสาลีเลย” ด้วยกรรมนั้นในภพชาติสุดท้ายพระองค์จึง
ต้องเสวยข้าวแดงอยู่ตลอด 3 เดือน เมื่อครั้งที่พระองค์ประทับอยู่ที่เมืองเวรัญชา

(3) ซาดิหนึ่งพระโพธิสัตว์ได้ฆ่าพี่น้องชายต่างมารดา เพราะเหตุแห่งทรัพย์ จับใส่ลงในชอกเขาและมัดด้วยหิน ด้วยวิบากแห่งกรรมนั้น พระเทวทัตจึงทู่หมัก่อนหินก้อนหินกลิ้งลงมากระทบนิ้วพระบาทของพระองค์จนห้อเลือด

(4) ซาดิหนึ่งพระโพธิสัตว์เป็นนายความช่าง ได้ใส่ช่างให้เข้าไปจับมัดพระปัจเจกพุทธเจ้ารูปหนึ่ง ขณะที่ท่านกำลังเที่ยววิณฑบาตอยู่ ด้วยวิบากแห่งกรรมนั้น ในภพสุดท้ายจึงถูกนายความช่างใส่ช่างนาพาครีอันดุร้ายเพื่อหมายทำร้ายพระองค์

(5) ซาดิหนึ่งพระโพธิสัตว์เป็นนายทหารรบ ได้ฆ่าคนตายจำนวนมาก ด้วยวิบากแห่งกรรมนั้น พระองค์จึงถูกไฟไหม้อย่างเผ็ดร้อนอยู่ในนรก ในภพสุดท้ายพระองค์ก็ยังถูกไฟไหม้ผิวหนังที่บริเวณพระบาท

(6) เมื่อพุทธันดรที่ผ่านมาพระโพธิสัตว์เกิดในตระกูลพราหมณ์ชื่อโชติปาละ ได้กล่าวสวप्ประมาทพระกัสสปสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า “จักมีโพธิมณฑลแต่ที่ไหน โพธิญาณท่านได้ยากอย่างยิ่ง” ด้วยกรรมนั้น พระโพธิสัตว์จึงต้องบำเพ็ญทุกรกิริยาอยู่ถึง 6 ปี กว่าจะรู้ว่าเป็นหนทางที่ผิดและหันมาปฏิบัติในหนทางสายกลาง จนกระทั่งตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ข้อคิดจากความผิดพลาดของพระโพธิสัตว์

(1) แม้จะเป็นนิยตโพธิสัตว์คือผู้ที่สั่งสมบารมีมามากจนเที่ยงแท้แน่นอนแล้วว่าจะได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่ถึงกระนั้นก็ยังมีโอกาสทำผิดศีลผิดธรรมจนต้องไปเกิดเป็นสัตว์เดี๋ยวจนได้ ยังมีโอกาสไปเกิดเป็นเปรตและอสุรกายพวกอื่นนอกจากอภัพฐานะได้ และยังมีโอกาสตกมหานรกขุมที่ 1-7 ได้

(2) สาเหตุสำคัญของความผิดพลาดทั้งหลายคือ กิเลสซึ่งคอยบังคับใจให้ทำชั่ว ความประมาท และสิ่งแวดล้อม สิ่งแวดล้อมในที่นี้หมายถึงเอาบุคคลเป็นหลัก จึงทำให้ความคิดคำพูดการกระทำเป็นไปตามเบ้าหลอมด้วย

(3) จะเห็นว่าแม้ในอดีตพระโพธิสัตว์จะทำผิดพลาดมามาก แต่สุดท้ายแล้วท่านก็ได้ตรัสรู้ธรรมเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

บทที่ 6

พระธรรม : คำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

พระธรรมคืออะไร

พระธรรมที่กล่าวถึงในบทนี้คือพระธรรมภายนอก ได้แก่ เรื่อง “อริยสัจ” อันเป็นความจริงของชีวิต และแนวทางการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง พระธรรมอีกนัยหนึ่งซึ่งความจริงก็เป็นอันเดียวกันกับอริยสัจ แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า “ธรรมวินัย”

คำว่า วินัย หมายถึง ศีลของพระภิกษุ ภิกษุณีรวมทั้งศีลของสามเณรและศีลของฆราวาส ได้แก่ ศีล 5 ศีล 8 หรือ อุโบสถศีล

คำว่า สังคายนา แปลว่า การซักซ้อม, การสวดพร้อมกัน, การร่ายกรอง หมายถึง การที่พระสงฆ์ประชุมกันแล้วสอบทานชำระสะสางและซักซ้อมทำความเข้าใจพระธรรมวินัยอันเป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเพื่อรักษาความถูกต้องไว้แล้วจัดเป็นหมวดหมู่พร้อมทั้งจดจำสาธยายกันไว้

การสังคายนาพระธรรมวินัยมีขึ้นหลายครั้ง แต่ที่ทุกฝ่ายทุกประเทศยอมรับ คือ การสังคายนา 3 ครั้งแรกในประเทศอินเดีย

ไตรปิฎก มาจากคำบาลีว่า ตปิฎก ประกอบด้วย วินัยปิฎก สุตตันตปิฎก อภิธรรมปิฎก

คำว่า “ปิฎก” แปลว่า “ตะกร้า” หมายถึง ภาชนะสำหรับใส่สิ่งของ คำว่าปิฎกนี้ได้นำมาใช้เป็นชื่อหมวดหมู่พระธรรมวินัยคือ แยกออกเป็นสามตะกร้า หรือ 3 หมวดใหญ่ ๆ นั่นเอง โดยวินัยคือคำสั่งนั้นแยกไว้หมวดหนึ่งเรียกว่า พระวินัยปิฎก ส่วนธรรมคือคำสอนแยกออกเป็น 2 หมวด ได้แก่พระสุตตันตปิฎก หรือ หมวดพระสูตร คือคำสอนที่ทรงแสดงแก่บุคคลต่าง ๆ ในแต่ละโอกาส

ในสมัยนั้นยังไม่มีจารึกพระไตรปิฎกเป็นลายลักษณ์อักษร อาศัยความจำเป็นหลักท่องจำได้ก็มาสวดซักซ้อมพร้อมกัน ทำให้เกิดประเพณีสวดมนต์ การท่องจำ และการบอกเล่าต่อกันเรื่อยมา เรียกว่าการศึกษาาระบบนี้ว่า “มุขปาฐะ”

จนกระทั่งมีจารึกเป็นลายลักษณ์อักษรลงในใบลานครั้งแรกในการสังคายนครั้งที่ 5 ซึ่งจัดขึ้นที่ประเทศศรีลังกาใน พ.ศ.433 ในรัชสมัยของพระเจ้าวัฏฏคามณีอภัย โดยจารึกด้วยภาษามคธ

แต่ภาษาบาลี เป็นคำที่บุคคลทั่วไปคุ้นเคยมากกว่า คำว่า ภาษามคธ ดังนั้นเมื่อจะกล่าวถึงภาษาที่บันทึกพระไตรปิฎกก็จะใช้คำว่า ภาษาบาลี เป็นหลัก

พระไตรปิฎกฉบับอักษรไทยมีขึ้นครั้งแรกในรัชกาลที่ 5 คือในระหว่าง พ.ศ. 2431- 2436 พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงให้คัดลอกพระไตรปิฎกอักษรขอมในใบลานออกมาเป็นอักษรไทย แล้วชำระแก้ไขและจัดพิมพ์ขึ้นเป็นเล่มหนังสือได้ 39 เล่ม

พระธรรมคุณ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสพระธรรมคุณไว้ 6 ประการ ซึ่งมีคำอธิบายดังนี้

1) อธิบายธรรมคุณบทว่า สุวาสุขาโต ภควตา ธมฺโม

สุวาสุขาโต ภควตา ธมฺโม แปลว่า พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว

บทว่า สุวาสุขาโต แปลว่า ตรัสไว้ดีแล้ว ธรรมที่พระองค์ตรัสสอนนั้นล้วนแต่จะเป็นผลส่ง

ให้ผู้ประพฤติปฏิบัติตามได้รับความร่มเย็นเป็นสุขทั้งสิ้น และที่ว่าตรัสไว้ดีแล้ว ก็คือไม่มีเสีย คำสอนของพระองค์ไม่ให้ทุกข์แก่ผู้ปฏิบัติเลย มีแต่จะนำไปสู่สุขอย่างเดียว

2) อธิบายธรรมคุณบทว่า สหทิฏฐิโก

สหทิฏฐิโก แปลว่า ผู้ได้บรรลุจะพึงเห็นเอง เรื่องธรรมนั้นใครที่ปฏิบัติ คนนั้นจะเห็นได้เอง แต่สหทิฏฐิโก ในที่นี้หมายถึงเอาการเห็นด้วยธรรมจักษุของพระธรรมกายเป็นหลัก

3) อธิบายธรรมคุณบทว่า อกาลิโก

อกาลิโก แปลว่า ไม่ประกอบด้วยกาล ผู้ใดปฏิบัติ ผู้นั้นย่อมได้รับผลเสมอโดยไม่มีจำกัด เวลาว่ามีเขตเพียงนั้นเพียงนี้

4) อธิบายธรรมคุณบทว่า เอหิปัสสิโก

เอหิปัสสิโก แปลว่า ควรเรียกให้มาดู เพราะเหตุว่าเป็นของดี ของจริง เมื่อผู้ใดปฏิบัติได้ แล้วจึงเป็นเสมือนสิ่งของที่น่าจะเรียกบอกคนอื่นมาดูว่า นี่ดีจริงอย่างนี้

5) อธิบายธรรมคุณบทว่า โอปนยิโก

โอปนยิโก แปลว่า ควรน้อมเข้ามา คือ น้อมเข้ามาไว้ในตน เพราะเหตุว่าการปฏิบัติตาม คำสอนของพระองค์พบของดีของจริงดังกล่าวมาแล้วนั้น ควรจะน้อมนำเอาของดีจริงที่พบแล้วนั้น เข้ามาไว้ในตน คือยังถือปฏิบัติเรื่อยไปไม่ละวางเสีย

6) อธิบายธรรมคุณบทว่า ปจฺจตฺตเวทิตพฺโพ วิญญูหิ

ปจฺจตฺตเวทิตพฺโพ วิญญูหิ แปลว่า อันวิญญูพึงรู้เฉพาะตน คำว่า วิญญูชน คือ ผู้รู้แจ้ง หมายถึง ธรรมของพระองค์นั้นวิญญูชนจะพึงรู้แจ้งได้เฉพาะตน ข้อนี้คล้ายกับสหทิฏฐิโกที่กล่าวข้างต้น ต่างแต่ว่าข้อนี้กล่าวถึงอาการเห็น ส่วนข้อนี้กล่าวถึงอาการรู้ กล่าวคือ ผู้ปฏิบัติตามธรรมของพระองค์ จะรู้ได้ด้วยตนเองว่าธรรมนั้นดีจริงอย่างไร ผู้อื่นจะพลอยรู้ด้วยไม่ได้

คำว่า “อริยสัจ” มาจากสองคำคือ อริย + สัจ คำว่า อริย แปลว่า ประเสริฐ คำว่า สัจ แปลว่า ความจริง ดังนั้น อริยสัจ จึงหมายถึง ความจริงอันประเสริฐ อริยสัจแต่ละประการมีความหมายและองค์ประกอบดังนี้

องค์ประกอบของอริยสัจมีองค์ประกอบ 4 ประการคือ

- 1) ทุกข์ คือ ความทุกข์
- 2) ทุกขสมุทัย คือ เหตุแห่งทุกข์
- 3) ทุกขนิโรธ คือ ความดับทุกข์
- 4) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา คือ ทางดับทุกข์

ระดับของอริยสัจ มี 2 ระดับคือ

1) **ระดับต้น** หมายถึง การที่เราได้ศึกษาพระธรรมคำสอนเรื่องอริยสัจดังกล่าวจนมีความรู้
ว่าอริยสัจประกอบด้วย ทุกข์ เหตุแห่งทุกข์คือตัณหา ความดับทุกข์คือนิโรธ และทางดับทุกข์คือ
มรรคมืองค์ 8 การรู้นี้เป็นการรู้ด้วย “วิญญูณขั้นต้น” ของกายนมนุษย์

2) **ระดับสูง** หมายถึง การนำความรู้ที่ได้ศึกษามาปฏิบัติจนเกิดความรู้แจ้งด้วยการเห็น
แจ้ง

หลักธรรมต่าง ๆ นั้นมีความเชื่อมโยงสัมพันธ์กันทุกหมวด ย่อเหลือเพียงข้อเดียวคือ
“ความไม่ประมาท” และยังแบ่งเป็น 3 ข้อก็ได้คือ ละชั่ว ทำดี และทำใจให้ผ่องใส

หลักธรรมแต่ละหมวด

1) ความไม่ประมาท

ความไม่ประมาท หมายถึง ความไม่เลินเล่อ ไม่พลั้ง ไม่เผลอ มีสติเสมอ ส่วนความ
ประมาทคือ การขาดสติ ความพลั้งเผลอ ความไม่ประมาทเป็นหลักธรรมใหญ่ซึ่งรวมกุศลธรรม
ทั้งหมดในพระไตรปิฎกไว้ในข้อนี้เพียงข้อเดียว

2) ละชั่วทำดีทำใจให้ผ่องใส

หลักกุศลธรรมทั้งหมดในพระไตรปิฎกนอกจากจะรวมลงในความไม่ประมาทเพียงข้อ
เดียวแล้วยังสามารถขยายออกเป็น 3 ข้อได้ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ในมหาปทานสูตรเรื่อง
โอวาทปาฏิโมกข์ว่า

(1) การไม่ทำบาปทั้งสิ้น หากจัดเข้าในไตรสิกขาก็จะตรงกับ “ศีลสิกขา”

(2) การยังกุศลให้ถึง หากจัดเข้าในไตรสิกขาก็จะตรงกับ “จิตสิกขา”

(3) การทำจิตของตนให้ผ่อง หากจัดเข้าในไตรสิกขาก็จะตรงกับ “ปัญญาสิกขา”

3) ไตรสิกขา

ไตรสิกขา หมายถึง ข้อปฏิบัติที่ต้องศึกษา 3 ประการ คือ อริศีลสิกขา อริจิตสิกขา อริ-
ปัญญาสิกขา

4) อนุปุปพิกขา

อนุปุปพิกขา แปลว่า เทศนาที่แสดงไปโดยลำดับ เพื่อฟอกอริยาตัยของผู้ฟังธรรมให้
หมดจดเป็นขั้น ๆ จากง่ายไปหายากเพื่อเตรียมจิตของผู้ฟังให้พร้อมจะรับฟังอริยสัจ 4 อันเป็น
ธรรมขั้นสูงต่อไป

5) ภาพรวมพระไตรปิฎก

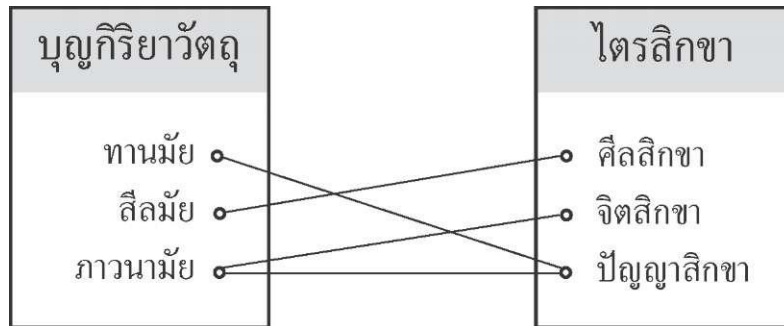
พระธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเมื่อขยายความแล้วจะได้มากถึง 84,000 ข้อ หรือ
84,000 พระธรรมขันธ์ โดยจัดอยู่ในพระวินัยปิฎก 21,000 ข้อ จัดอยู่ในพระสุตตันตปิฎก 21,000
ข้อ และจัดอยู่ในพระอภิธรรมปิฎก 42,000 ข้อ

พระไตรปิฎกหากนำมาเชื่อมโยงกับไตรสิกขาและโอวาทปาฏิโมกข์จะได้ดังนี้คือ

พระวินัยปิฎก คือ ศีลสิกขา หรือ การไม่ทำบาปทั้งสิ้น
 สุตตันตปิฎก คือ จิตสิกขา หรือ การยังกุศลให้ถึงพร้อม
 พระอภิธรรมปิฎก คือ ปัญญาสิกขา หรือ การทำจิตของตนให้ผ่องใส

1) ความสัมพันธ์ของบุญกิริยาวัตต์กับไตรสิกขา

บุญกิริยาวัตต์ ประกอบด้วย ทาน ศีล ภาวนา ส่วนไตรสิกขา ประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา บุญกิริยาวัตต์สามารถจัดเข้าในไตรสิกขาได้ดังนี้



เหตุที่จัดทานอยู่ในปัญญานั้น เพราะว่าในสัมมาทิฐิระดับโลกียะข้อที่หนึ่งคือ มีความเห็นชอบว่าการให้ทานมีผล เมื่อมีความเห็นชอบอย่างนี้จึงเป็นเหตุให้บุคคลแต่ละคนให้ทานได้ ซึ่งสัมมาทิฐินี้จัดอยู่ในหมวดปัญญาของไตรสิกขานั้นเอง

ส่วนศีลมัยนั้นสงเคราะห์เข้ากับศีลสิกขาได้โดยตรง สำหรับภาวนามัยสงเคราะห์เข้าในจิตสิกขา เพราะจิตสิกขาก็คือการเจริญสมาธิภาวนานั้นเอง ส่วนปัญญานั้นก็เป็นผลที่เกิดจากการเจริญสมาธิภาวนา จะเห็นว่า เมื่อได้ปฏิบัติทาน ศีล ภาวนา ก็เท่ากับว่าได้ปฏิบัติไตรสิกขา หรือ มรรคมืองค์แปดไปในตัว

บุญกิริยาวัตต์ และไตรสิกขานี้เมื่อบุคคลได้บำเพ็ญแล้วจะเรียกว่าได้สร้าง “กุศลกรรม” ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ

2) ความสัมพันธ์ของบุญกิริยาวัตต์กับบารมี 10 ทศ

บารมีก็คือบุญ แต่เป็นบุญที่เข้มข้นมาก กล่าวคือ บุญที่เราทำในแต่ละวันจะค่อย ๆ รวมตัวกันมากขึ้นเรื่อย ๆ และจะกลั่นตัวเป็นบารมี หรืออีกนัยหนึ่งบารมีคือการสร้างบุญโดยเอาชีวิตเป็นเดิมพัน จึงทำให้ได้บุญที่ได้มีความเข้มข้นกว่าบุญทั่ว ๆ ไป บุญชนิดนี้จึงเรียกว่าบารมี

3) ความสัมพันธ์ของมรรคมืองค์แปดกับบารมี 10 ทศ

จากที่กล่าวแล้วว่ามรรคมืองค์ 8 แบ่งออกเป็น 2 ระดับคือ ระดับโลกียะหรือโลกิยมรรค และ ระดับโลกุตระหรือโลกุตรมรรค ระดับโลกียะคือมรรคที่เป็นส่วนแห่งบุญ ส่วนระดับโลกุตระเป็นองค์มรรคที่เกิดจากการเจริญสมาธิภาวนาจนเข้าถึงธรรมในระดับโลกุตระ นั่นคือ ตั้งแต่พระธรรมกายโสตาบันเป็นต้นไป

4) ความสัมพันธ์ของมรรคมืองค์แปดกับกุศลธรรม

อาจจะยังสงสัยว่า แล้วอกุศลธรรมต่าง ๆ ได้แก่ กิเลส 3 ตระกูล คือ โลภะ โทสะ โมหะ หรืออวิชชา รวมทั้งอกุศลกรรมคือ กายทุจริต วาจทุจริต และมโนทุจริต อยู่ตรงส่วนไหนของพระไตรปิฎก ความจริงอกุศลธรรมเหล่านี้ก็จัดอยู่ในมรรคมืองค์แปดได้ แต่อยู่ในส่วนที่มรรคจะต้องละให้หมด เมื่อละได้หมดแล้วก็จะบริสุทธิ์หลุดพ้นเข้าสู่พระนิพพานได้

นิสัยปัจจัยสำคัญในการปฏิบัติมรรคมืองค์แปด

นิสัย หมายถึง ความประพฤติที่เคยชิน คนที่มีนิสัยอย่างไรก็จะทำอย่างนั้นบ่อย ๆ เช่น มีนิสัยรักการนั่งสมาธิ ก็จะนั่งสมาธิอยู่บ่อย ๆ มีนิสัยชอบนิทนาการคนอื่น ก็จะนิทนาการคนอื่นอยู่ บ่อย ๆ เป็นต้น นิสัยนั้นไม่ว่าจะเป็น “นิสัยดี” หรือ “นิสัยไม่ดี” หากเราไม่ปรับเปลี่ยนก็จะติดตัวเราไปตลอดชีวิตและจะติดตัวข้ามชาติอีกด้วย

ความสำคัญของนิสัย นิสัยมีความสำคัญตรงที่เป็นเหตุให้เราสร้างกรรมบางอย่างอยู่เป็นประจำหรือต่อเนื่อง

นิสัยเกิดขึ้นได้อย่างไร นิสัย คือ ความประพฤติที่เคยชิน ด้วยเหตุนี้นิสัยจึงเกิดขึ้นจากการที่เราคิดพูดและทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งอยู่บ่อย ๆ อย่างต่อเนื่องด้วยระยะเวลาหนึ่ง

ห้าห้องแห่งบ่มเพาะนิสัย พระเดชพระคุณพระภิกษุญาณวชิรญาณได้ศึกษาพระไตรปิฎกอย่างละเอียดลึกซึ้งและนำมาใช้ฝึกอบรมศิษยานุศิษย์นับล้านคนตลอด 40 ปีที่ผ่านมา ท่านได้สรุปไว้ว่า ห้องแห่งบ่มเพาะนิสัยคือ สถานที่ที่เราใช้อยู่เป็นประจำในชีวิตประจำวันซึ่งมีอยู่ 5 แห่งหรือ 5 ห้องคือ ห้องนอน ห้องน้ำ ห้องครัว ห้องแต่งตัว และห้องทำงาน โดยห้องทำงานนั้นขึ้นอยู่กับเพศภาวะ อาชีพและวัย

หลักการบ่มเพาะนิสัยที่ดี การบริหารจัดการห้องทั้ง 5 ให้เป็นไปเพื่อการบ่มเพาะนิสัยที่ดีมีหลักการว่า “ต้องจัดทำสิ่งแวดลอมในห้องทั้ง 5 ให้ดีและต้องมีวิธีการใช้ห้องที่ถูกต้อง” สิ่งแวดลอมในที่นี้คือ รูปแบบห้อง อุปกรณ์ และ บุคคล ส่วนวิธีการใช้ห้องคือ วิธีการใช้ที่ทำให้เกิดนิสัยที่ดีขึ้นนั่นเอง

1) **รูปแบบห้อง** เราต้องคิดว่า รูปแบบของห้องแต่ละห้องที่เป็นไปเพื่อการบ่มเพาะนิสัยที่ดีให้เกิดขึ้นกับเราและคนในครอบครัวควรจะเป็นอย่างไร

2) **อุปกรณ์ในห้อง** อุปกรณ์ทุกอย่างที่ใช้ในห้องแต่ละห้องก็ต้องเกื้อหนุนต่อการบ่มเพาะนิสัยที่ดี อุปกรณ์ใดที่จะทำให้นิสัยไม่ดีเกิดขึ้นต้องนำออกไป

3) **บุคคลในห้อง** บุคคลนั้นเป็นสิ่งแวดลอมที่สำคัญมาก เป็นต้นแบบหลักแห่งนิสัยดีและไม่ดีของมนุษย์ บุคคลในที่นี้คือ ทิศ 6 หมายถึง ผู้ที่อยู่แวดลอมของมนุษย์ทุก

4) **วิธีการใช้ห้อง** วิธีการใช้ห้องที่ถูกต้องนั้นมีหลักการสำคัญเช่นเดียวกันคือ “ต้องใช้แล้วก่อให้เกิดนิสัยที่ดีแก่เรา” เช่น ห้องนอน ควรวิธีการใช้ห้องตอนก่อนนอน ขณะนอน และ

หลังจากตื่นนอนดังต่อไปนี้

1. เข้าห้องนอนไม่ควรเกิน 4 ทุ่ม
2. สวดมนต์ไหว้พระก่อนนอน
3. นั่งสมาธิและแผ่เมตตาก่อนนอน
4. นึกถึงบุญและอธิษฐานจิตก่อนนอน
5. นอนในอู่แห่งทะเลบุญคือ จรดจิตไว้ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 และนึกถึงองค์พระหรือดวงแก้วไปจนกว่าจะหลับ ถ้าหากทำได้ควรนอนตะแคงขวาหรือสำเร็จสหัสไสยาสน์ เพราะเป็นท่านอนที่ทำให้มีสติและส่งผลดีต่อสุขภาพมากที่สุด
6. ตื่นนอนแต่เช้า
7. เมื่อตื่นนอนก็ให้ตื่นในอู่แห่งทะเลบุญ คือ เมื่อตื่นก็ให้หัวใจไปจรดไว้ที่ศูนย์กลางกายแล้วนึกว่า “เราโชคดีที่รอดมาได้อีกหนึ่งวัน ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงมีความสุข อันตัวเรานั้นตายแน่ตายแน่” จะได้ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิตตลอดทั้งวัน
8. เก็บที่นอนพับให้เรียบร้อย ฯลฯ

หลักธรรมที่เกื้อหนุนมรรคมืองค์แปด

หลักธรรมในพระไตรปิฎกแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ เรื่องมนุษย์ เรื่องสังคัม และเรื่องสิ่งแวดล้อม

หลักธรรมหมวดสังคัมศาสตร์ ว่าด้วยเรื่องการอยู่ร่วมกันในสังคัมของมนุษย์ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงธรรมเหล่านี้ไว้เพื่อให้มนุษย์อยู่ร่วมกันอย่างเป็นสุข เมื่อเป็นสุขแล้วก็จะช่วยให้ปฏิบัติมรรคมืองค์แปดได้ง่ายขึ้น

หลักธรรมหมวดวิทยาศาสตร์หมวดวิทยาศาสตร์นี้เป็นเรื่องสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ได้แก่ จักรวาลและภพภูมิ จุดประสงค์ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสเรื่องนี้ก็เพื่อให้ทราบตำแหน่งที่ตั้งของภพภูมิต่าง ๆ เพื่อให้ทราบความเป็นอยู่ของสิ่งมีชีวิตแต่ละภพภูมิ

กฎแห่งกรรมในพระพุทธศาสนา

วิบากแห่งกรรมเป็นเรื่องอจินไตย พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ในอจินติตถสูตรว่า “วิบากแห่งกรรม เป็นอจินไตยไม่ควรคิด ผู้ที่คิด ก็จะมีส่วนแห่งความเป็นบ้า ได้รับความลำบากเปล่า”

ระดับการให้ผลของกรรมวิบากกรรมแบ่งออกเป็น 4 ระดับ คือ

1) **ระดับจิตใจ** ถ้าเป็นบุญก็จะทำให้สุขภาพจิตดีขึ้นคือ เป็นสุขใจ มีใจเยือกเย็น ตั้่งมั่น และสมรรถภาพของใจก็จะดีขึ้นด้วย คือ ใจจะสะอาดผ่องใส ใช้คิดเรื่องราวต่าง ๆ ได้รวดเร็ว ว่องไว ลึกซึ้ง กว้างไกล รอบคอบ เป็นระเบียบ และตัดสินใจได้ฉับพลันถูกต้องไม่ลังเล ผลดังกล่าวนี้จะเกิดขึ้นเมื่อได้ทำกุศลกรรม ได้แก่ ให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนาอย่างต่อเนื่อง

2) **ระดับบุคลิกภาพ** คนที่ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนา อย่างสม่ำเสมอ จะทำให้มีใจที่สงบ แห่มชื่น เบิกบาน ชุ่มเย็น นอนหลับสบาย ไม่มีความกังวลหม่นหมอง ส่งผลให้มีหน้าตา ผิวพรรณผ่องใส มีความมั่นใจในตัวเอง มีความมองอาจสง่างาม ไปที่ไหนก็สามารถวางตัวได้ พอเหมาะพอดี บุคลิกภาพจะดีขึ้นเป็นลำดับ

3) **ระดับวิถีชีวิต** หลักการส่งผลของบุญและบาปในระดับวิถีชีวิตคือ บุญและบาปในอดีตชาติจะส่งผลก่อนและส่งผลอย่างเต็มที่ ดังนั้นวิถีชีวิตของมนุษย์แต่ละคนในชาตินี้หรือในทุก ๆ ชาติที่เกิดนั้น ก็ขึ้นอยู่กับบุญและบาปที่ได้ทำไว้ในอดีตชาติเป็นหลักคือ ประมาณ 70-80% ส่วนบุญและบาปใหม่เป็นเพียงส่วนเสริมเท่านั้นคือ ส่งผลในชาตินี้เพียงประมาณ 20-30% แต่จะส่งผลอย่างเต็มที่ในภพชาติหน้า

4) **ระดับปรโลก** คำว่า ปรโลก แปลว่า โลกหน้า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ในวัฏฏ-สูตรว่า “จิตเต สงฺกิลฺลฺหฺนฺเตทุกฺคตฺติ ปาฏิกงฺขา ฯ จิตฺเต อสงฺกิลฺลฺหฺนฺเต สุกฺคตฺติ ปาฏิกงฺขา ฯ” แปลว่า เมื่อจิตเศร้าหมองทุกคติเป็นที่ไป เมื่อจิตไม่เศร้าหมองคือผ่องใสสุคติเป็นที่ไป

ทุกคติ แปลว่า คติชั่ว คือ อบายภูมิ ได้แก่ นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดียรัจฉาน ส่วน สุกคติ แปลว่า คดีดี ได้แก่ การมาเกิดเป็นมนุษย์ สวรรค์ หรือ พรหมโลก

สาเหตุที่ทำให้จิตเศร้าหมองหรือผ่องใสคือบาปและบุญนั่นเอง โดยบาปจะทำให้จิตเศร้าหมอง แต่บุญจะชำระล้างจิตให้ผ่องใส

สัตว์โลกแตกต่างกันเพราะกรรม พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงเรื่องความแตกต่าง เพราะกรรมไว้ในจุฬามณีภิกษุสูตรซึ่งสามารถสรุปผลของกรรมต่าง ๆ ได้ 7 ประการ

ลำดับ	อกุศลธรรม		กุศลธรรม	
	เหตุ	ผล	เหตุ	ผล

1	ฆ่าสัตว์	อายุสั้น	ไม่ฆ่าสัตว์	อายุยืน
2	เบียดเบียนสัตว์	มีโรคมาก	ไม่เบียดเบียนสัตว์	มีโรคน้อย
3	มักโกรธ	ผิวพรรณเศร้าหมอง	ไม่มักโกรธ	ผิวพรรณผ่องใส
4	ริษยา	มีอำนาจน้อย	ไม่ริษยา	มีอำนาจมากมี
5	ไม่ให้ทาน	มีโรคะน้อย	ให้ทาน	โรคะมาก
6	กระด้าง เย่อหยิ่ง ไม่อ่อนน้อม	เกิดในตระกูลต่ำ	ไม่กระด้าง อ่อนน้อม	เกิดในตระกูลสูง
7	ไม่เข้าหาสมณพราหมณ์ ไม่สอบถามธรรมะ	มีปัญญาทรม	เข้าไปหาสมณพราหมณ์ <input type="checkbox"/> สอบถามธรรมะ	มีปัญญามาก

กฎแห่งกรรมกับหลักวิทยาศาสตร์ ความสอดคล้องกันของกฎแห่งกรรมกับวิทยาศาสตร์คือเรื่อง “เหตุและผล” ทั้งเหตุและผลคือกฎที่มีอยู่แล้วในธรรมชาติ และเหตุผลที่มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายสร้างขึ้นซึ่งในที่นี้คือ “กรรม” หมายถึง การกระทำโดยเจตนา กล่าวคือ เมื่อประกอบเหตุคือทำกรรมอย่างนี้ย่อมได้รับผลอย่างนี้ เมื่อประกอบเหตุคือทำกรรมอย่างนั้น ย่อมได้รับผลอย่างนั้น

เรื่องของกรรมในพระไตรปิฎกนั้นมีอยู่ 2 ส่วนคือ

กรรมในปัจจุบันชาติ วงการทางวิทยาศาสตร์ค่อนข้างจะยอมรับ เพราะพบเห็นกันได้ทั่วไปในชีวิตประจำวัน

ส่วนกรรมในอดีตชาติที่มาส่งผลในปัจจุบันนั้นวงการวิทยาศาสตร์ไม่ค่อยยอมรับเพราะคิดว่าพิสูจน์ไม่ได้บ้าง แต่จะพยายามค้นหาสาเหตุในปัจจุบันเพื่ออธิบายผลที่เกิดขึ้น

พระธรรมคือแผนที่ชีวิตในสังสารวัฏ

พระธรรม คือ แผนที่ชีวิตในสังสารวัฏ ผู้ค้นพบแผนที่คนแรกคือพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ศาสดาเอกของโลก

ท่านทราบว่าสิ่งที่จะทำให้ได้บุญและบารมี คือ การสร้างกุศลกรรม ได้แก่ การให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา และสิ่งที่ทำให้ไปสู่อบายภูมิ คือ การประกอบอกุศลกรรมทั้งทางกาย วาจา ใจ ส่วนใครก็ตามต้องการหลุดพ้นจากสังสารวัฏนี้ จะต้องสร้างกุศลกรรมอย่างยิ่งยวด ทั้งการให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา โดยเฉพาะการเจริญสมาธิภาวนานั้น จะทำให้ได้ยานอันประเสริฐ คือ “ดวงปฐมมรรค” อันเป็นดวงที่เกิดจากการรวมตัวกันของอริยมรรคมีองค์แปด ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการเจริญสมาธิภาวนาจนใจหยุดนิ่ง คือ พระรัตนตรัยภายใน ได้แก่ พระธรรมกาย เป็นต้น ซึ่งจะได้นำด้วยการเจริญสมาธิภาวนาโดยจิตใจนิ่ง ๆ กลางดวงปฐมมรรคนั้น แล้วเข้ากลางของ

กลางไปเรื่อย ๆ ในที่สุดก็จะได้พบพระธรรมกายรอคอยอยู่

บทที่ 7

พระสงฆ์ : สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

พระสงฆ์คือใคร

สมมติสงฆ์ หมายถึง พระสงฆ์โดยสมมติ คือเป็นพระสงฆ์โดยการยอมรับกันในหมู่สงฆ์ หลังจากการได้ผ่านการคัดเลือกเฟ้นคุณสมบัติถูกต้องและผ่านพิธีกรรมที่เรียกว่าอุปสมบทกรรมครบถ้วนตามพระวินัยแล้ว ใช้เรียกพระสงฆ์ที่ยังไม่ได้บรรลุมรรคผล เช่น พระสงฆ์ทั่วไปในปัจจุบัน ถ้าได้บรรลุมรรคแล้ว เช่น เป็นพระโสดาบัน เรียกว่า อริยสงฆ์

คำว่า พระสงฆ์ มาจาก “บพว่า สงฺฆ หรือ สงฺฆํ ในภาษาบาลี ได้แก่ ภิกษุสงฆ์”

คำที่มักใช้แทนพระสงฆ์มีดังนี้ “พระ, ภิกษุ, พระภิกษุ, พระภิกษุสงฆ์, บรรพชิต, สมณะ”

พระสังฆคฤณ

พระสังฆคฤณในที่นี้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าหมายเอาคุณของพระอริยสงฆ์เท่านั้น สามารถสรุปพระสังฆคฤณได้ 9 ประการดังนี้

- 1) สุปฏิปันโน แปลว่า ท่านปฏิบัติแล้วดี คือ ปฏิบัติไปตามแนวมัชฌิมาปฏิปทา เป็นทางสายกลาง ตามที่สมเด็จพระบรมศาสดาดำเนินมาแล้ว ไม่หย่อนเกินไป ไม่ตึงเกินไป
- 2) อชฺฐปฏิปันโน แปลว่า ปฏิบัติแล้วตรง คือ ท่านปฏิบัติมุ่งตรงต่อพระนิพพาน ไม่วอกแวกไปทางอื่น แม้จะล่วงเลยข้ามไปก็ภพที่ชาติท่านก็ไม่เปลี่ยนใจ ยังมุ่งตรงต่อนิพพานอยู่
- 3) ญายปฏิปันโน แปลว่า ปฏิบัติมุ่งเพื่อธรรมที่จะออกจากภพ 3 โดยแท้
- 4) สามจีปฏิปันโน แปลว่า ปฏิบัติอย่างดีเลิศ เพราะท่านปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงพระนิพพานจริง ๆ ไม่ใช่เพื่อเหตุอื่น จึงสมควรนับว่าเป็นการปฏิบัติอย่างดีเลิศ
- 5) อาหุเนยโย เป็นผู้ควรเคารพสักการะ
- 6) ปาหุเนยโย แปลว่า เป็นผู้ควรต้อนรับ
- 7) ทกฺขิณเณยโย แปลว่า เป็นผู้ควรรับของที่เขากำบุญ
- 8) อณฺชลิกรณเณยโย แปลว่า สมควรกราบไหว้
- 9) อนนฺตตรูปุณฺณญฺเขตฺตโลกสฺส แปลว่า เป็นเหนือนาบุญอันเลิศไม่มีนาบุญอื่นจะดีกว่าอีก

แล้ว

พระสังฆคณขื่อนี้หมายเอาคุณของหมู่สงฆ์ไม่ได้หมายถึงคุณของพระสงฆ์รูปใดรูปหนึ่งเพียงรูปเดียว โดยสังเกตได้จากพุทธดำรัสที่ว่า “ปาฏิบุคลิกทาน คือ ทานที่ให้เฉพาะบุคคลใดบุคคลหนึ่ง” และ “สังฆทาน คือ ทานที่ให้แก่หมู่สงฆ์”

ในปัจจุบันยังมีพระอริยสงฆ์อยู่หรือไม่

ยังไม่อาจจะพูดได้ว่าปัจจุบันยังมีพระอรหันต์หรือไม่ เพราะยากที่จะรู้ว่าพระภิกษุแต่ละรูปปฏิบัติชอบได้ถึงระดับไหน และตามปกติพระที่ได้บรรลุธรรมขั้นสูงท่านจะไม่เปิดเผยให้คนอื่นรู้ ถ้าเป็นในสมัยพุทธกาลก็จะมีพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้ตรัสบอกและยืนยันว่า ภิกษุชื่อนั้น ชื่อนี้บรรลุธรรมขั้นไหนแล้ว

ความสำคัญของพระสมมติสงฆ์

ในปัจจุบันพระสงฆ์ส่วนใหญ่เป็นสมมติสงฆ์ แต่ก็มีความสำคัญมากในการสืบอายุพระพุทธศาสนา จนกล่าวได้ว่าพระพุทธศาสนาในปัจจุบันตั้งอยู่ได้ด้วยสมมติสงฆ์ และผู้ที่มีโอกาสก้าวขึ้นสู่ความเป็นพระอริยเจ้าได้มากที่สุดก็คือพระสมมติสงฆ์

การบวชในพระพุทธศาสนา

ในปัจจุบันการบวชในพระพุทธศาสนามี 2 แบบ คือ บวชเป็นสามเณรเรียกว่า “บรรพชา” และบวชเป็นพระภิกษุเรียกว่า “อุปสมบท”

บรรพชา แปลว่า การบวช อรรถกถากล่าวว่า บรรพชา ชื่อว่า ปลอดภัย และไม่มีความห่วงใย ซึ่งตรงข้ามกับชีวิตของฆราวาสที่เป็นทางคับแคบไม่ปลอดภัยต่อการสร้างบารมีเพื่อกำจัดกิเลสไปสู่อายตนะนิพพาน

อุปสมบท แปลว่า การเข้าถึง หมายถึง การบวชเป็นพระภิกษุและภิกษุณี

ในยุคนั้นของพระพุทธศาสนาพระสาวกทุกรูปล้วนเป็นพระภิกษุไม่มีพระสาวกที่เป็นสามเณร และสามเณรองค์แรกในพระพุทธศาสนา คือ สามเณรราหุล

วิธีการบรรพชาเป็นสามเณร การครองผ้าอ้อมผ้าดและการห่มผ้าเฉวียงป่า คือ การนุ่งห่มผ้าสบงจีวรนั่นเองการกล่าวคำขอลงถึงสรณคัมภ์หรือไตรสรณคัมภ์คือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์นั้นจะต้องกล่าว 3 ครั้งเพราะบางครั้งผู้ขอบวชอาจเผลอปากโดยเผลอสติ หรือกล่าวผิดพลาด ฉะนั้นจะถือคำพูดเพียงครั้งเดียวมาเป็นหลักฐานยืนยันความตั้งใจจริงยังไม่ได้ ต้องกล่าวถึง 3 ครั้ง เป็นการย้ำเจตนาว่า มิได้พูดเพราะเผลอสติ เมื่อกกล่าวจบ 3 ครั้ง ถือว่าสำเร็จเป็นสามเณร จากนั้นจึงให้สามเณรรับสิกขาบท 10 ประการ

วิธีการอุปสมบทเป็นพระภิกษุการอุปสมบทเป็นพระภิกษุนั้นมีวิธีการหลัก ๆ 3 วิธีคือ เอหิภิกขุอุปสัมปทา, ติสรณคณูปสัมปทา และญัตติจตุตถกรรมวาจา ดังนี้

1) เอหิภิกขุอุปสัมปทา เป็นการอุปสมบทโดยมีพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นพระอุปัชฌาย์ ผู้ที่ได้รับการอุปสมบทด้วยวิธีนี้รูปแรกคือ พระอัญญาโกณฑัญญะ

2) ติสรณคณูปสัมปทา คือ การอุปสมบทด้วยไตรสรณคมนั่นเอง เป็นการบวชที่มีพระสาวกเป็นพระอุปัชฌาย์ ซึ่งมีวิธีการเดียวกันกับการบวชเป็นสามเณร แต่ผู้บวชจะต้องถือศีลของพระภิกษุ

3) ญัตติจตุตถกรรมวาจา เป็นการบวชโดยคณะสงฆ์ หากเป็นชนบทที่หาพระภิกษุได้ยากก็ใช้พระสงฆ์ 5 รูป รวมทั้งพระอุปัชฌาย์ หากเป็นเมืองหลวงซึ่งมีพระภิกษุอยู่มากต้องใช้พระภิกษุอย่างน้อย 10 รูป รวมทั้งพระอุปัชฌาย์

ญัตติจตุตถกรรมวาจาเป็นวิธีการอุปสมบทที่สืบทอดมาจนถึงปัจจุบัน ส่วนติสรณคณูปสัมปทานั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ยกเลิกไป ผู้ได้รับการบวชแบบญัตติจตุตถกรรมวาจารูปแรกคือ ราชพราหมณ์ สำหรับการอุปสมบทด้วยวิธีนี้แบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอนดังนี้

1) บรรพชาเป็นสามเณร 2) ขอนิสัยและขออุปสมบท 3) รับอนุศาสน์

การขอนิสัย คือ การกล่าวคำขอร้องต่อพระอุปัชฌาย์ เพื่อขอให้ท่านเป็นที่พึ่ง ที่อาศัยของตน ทำหน้าที่ปกครองอบรมสั่งสอนและให้การศึกษาต่อไป

ขออุปสมบท คือ การกล่าวคำขออุปสมบทต่อคณะสงฆ์ เพื่อให้คณะสงฆ์รับตนเข้าหมู่และยกตนขึ้นเป็นพระภิกษุ

อนุศาสน์ คือ คำสอนที่พระอุปัชฌาย์บอกแก่ภิกษุใหม่ในเวลาอุปสมบทเสร็จ ประกอบด้วยนิสสัย 4 และอภิญญกิจ 4 เพื่อให้ภิกษุใหม่ได้ทราบถึงสิ่งที่ทำได้และสิ่งที่ทำไม่ได้ อย่างเด็ดขาดตามพระธรรมวินัย

นิสสัย คือ ปัจจัยเครื่องอาศัยหลักของพระภิกษุ 4 อย่าง ได้แก่ เทียบวิณฑบาต นุ่งห่มผ้า บังสุกุล อยู่โคนไม้ และฉันยาตองด้วยน้ำมูตรหน้าคือน้ำปัสสาวะ

อภิญญกิจ คือ กิจที่พระภิกษุทำไม่ได้เด็ดขาด ถ้าทำแล้วจะขาดจากความเป็นพระภิกษุทันที ได้แก่ เสพเมถุน ลักทรัพย์ ชำมมนุษย์ และพูดอวดคุณวิเศษที่ไม่มีในตน

หัวใจหลักของการอุปสมบทวิธีนี้ คือ ผู้ขออุปสมบทต้องได้รับความเห็นชอบจากพระสงฆ์ทุกรูปที่ให้การอุปสมบท หากมีรูปใดรูปหนึ่งคัดค้าน ก็ไม่อาจจะอุปสมบทได้

อายุของผู้ควรบรรพชาและอุปสมบทตอนที่พระโอรสราหุลได้บรรพชาเป็นสามเณรนั้น ท่านมีพระชนม์ 7 พรรษา ผู้ที่มีอายุน้อยที่สุด และได้รับการบรรพชาตามทีบันทึกไว้ในอรรถ-กถาคือ พระปฐมเถระ ท่านบรรพชาขณะที่อายุได้ 5 ขวบ แต่อายุที่เหมาะสมต่อการบรรพชาในปัจจุบันควรจะอยู่ที่ 10 ขวบถึง 19 ปี เพราะเด็กที่อายุ 10 ขวบขึ้นไปพอจะดูแลตนเองได้แล้ว

สำหรับผู้มีอายุตั้งแต่ 20 ปีบริบูรณ์ขึ้นไปนั้น สามารถอุปสมบทเป็นพระภิกษุได้ หากอายุ
หย่อนกว่านี้ไม่สามารถอุปสมบทได้ แต่ทั้งนี้ผู้ที่มีอายุครบสำหรับการบวชเป็นพระภิกษุแล้ว แต่ไม่
ปรารถนาจะอุปสมบท ต้องจะบรรพชาเป็นสามเณรอย่างเดียวกันก็ได้เหมือนกัน

การนับอายุ 20 ปีนั้นโดยทั่วไปคือ ใช้วันเดือนปีในปัจจุบันเป็นตัวตั้งและใช้วันเดือนปีเกิด
เป็นตัวลบ หากมีอายุไม่ต่ำกว่า 20 ปีก็อุปสมบทได้ อย่างไรก็ตามพระพุทธรองค์ก็อนุญาตไว้ว่า
สามารถนับอายุได้ตั้งแต่อยู่ในครรภ์

ผู้ถูกห้ามบวชและผู้ที่ไม่ควรให้บวช

1) **ผู้ถูกห้ามอุปสมบทโดยเด็ดขาด** มีอยู่ 3 ประเภทคือ ผู้ที่มีเพศและภาวะบกพร่อง ผู้
ที่เคยทำอนันตริยกรรม 5 อย่าง และผู้ที่ทำผิดต่อพระพุทธศาสนา หากคณะสงฆ์ให้อุปสมบทไป
โดยที่ไม่รู้ เมื่อทราบภายหลังจะต้องให้ลาสิกขา การห้ามอุปสมบทในที่นี้รวมถึงการห้ามบรรพชา
เป็นสามเณรด้วย

2) **ผู้ที่ไม่ควรได้รับการอุปสมบทพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงผู้ที่ไม่ควรได้รับการ
อุปสมบทไว้ 20 ประการ** ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ ประเภทแรก ได้แก่ ผู้ที่ไม่มีพระอุปัชฌาย์
หรือ ผู้ที่พระอุปัชฌาย์มีปัญหา ประเภทที่สอง ได้แก่ ผู้ที่ไม่มีบริวารเป็นของตนเอง คือ ไม่มีบาตร
และจีวร บุคคลเหล่านี้ไม่ควรให้บวช หากภิกษุรูปใดบวชให้จะต้องอาบัติทุกกฏ

3) **ผู้ที่ไม่ควรได้รับการบรรพชาผู้ที่ไม่ควรได้รับการบรรพชานั้นถือว่าเป็นผู้ไม่ควร
ได้รับการอุปสมบทด้วย** เพราะอุปสมบทกรรมเป็นพิธีที่ต้องผ่านการบรรพชามาก่อน บุคคลที่ไม่
ควรได้รับการบรรพชาแบ่งได้เป็น 3 ประเภท คือ ผู้ที่มีพันธะและผู้ทำผิดกฏหมาย, ผู้พิการหรือมี
อวัยวะไม่สมบูรณ์ และผู้ป่วยหนักหรือเป็นโรคร้ายแรง

ศีลของพระภิกษุ ศีลของพระภิกษุ เป็น “อปริยัตตปารีสุทธิศีล” หมายถึง มากมาย ไม่มี
ที่สุด แต่โดยรวมแล้วแบ่งออกเป็น 4 หมวดใหญ่ ๆ เรียกว่า ปารีสุทธิศีล 4 ดังนี้คือ

- 1) ปาฏิโมกขสังวรศีล หมายถึง ศีล 227 สิกขาบท
- 2) อินทริยสังวรศีล หมายถึง การสำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ยินดียินร้าย
ในเวลาเห็นรูป เวลาได้ยินเสียง เวลาดมกลิ่น เวลาสัมผัส เวลาลิ้มรส หรือระลึกถึงอารมณ์ต่าง ๆ
- 3) อาชีวกปารีสุทธิศีล หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ เลี้ยงชีพด้วยวิสัยของสมณะคือ
การปฏิบัติตนอยู่ในพระธรรมวินัย แล้วอาศัยปัจจัย 4 ที่ญาติโยมถวายด้วยศรัทธาเลี้ยงชีพ ไม่เลี้ยง
ชีพด้วยการประกอบอาชีพอย่างฆราวาส หรือไม่หลอกลวงเขาเลี้ยงชีพ กล่าวคือ บวชแล้วไม่ได้
ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ แต่อาศัยผ้าเหลืองเพื่อเลี้ยงชีพ เป็นต้น
- 4) ปัจจัยสันนิสสิตศีล หมายถึง ศีลที่ว่าด้วยการให้พิจารณาปัจจัย 4 ก่อนบริโภค
คือ จีวร บิณฑบาต ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค โดยให้พิจารณาว่า เราบริโภคสิ่งเหล่านี้เพื่อให้ยัง
ชีพอยู่ได้ จะได้มีเรี่ยวแรงและบำเพ็ญสมณธรรมได้สะดวก ไม่บริโภคด้วยตัณหา

นิสสัย 4 ปัจจัยเครื่องอาศัยของบรรพชิต นักบวชดำรงชีพอยู่ด้วยนิสสัย 4 คือ เที่ยว บิณฑบาตเป็นวัตร นุ่งห่มผ้าบังสุกุล อยู่โคนไม้ และฉันยาตองด้วยน้ำมูตรเนา มีเพียง 4 อย่างนี้ เท่านั้นก็สามารถสืบทอดพระพุทธศาสนาไปได้แล้ว

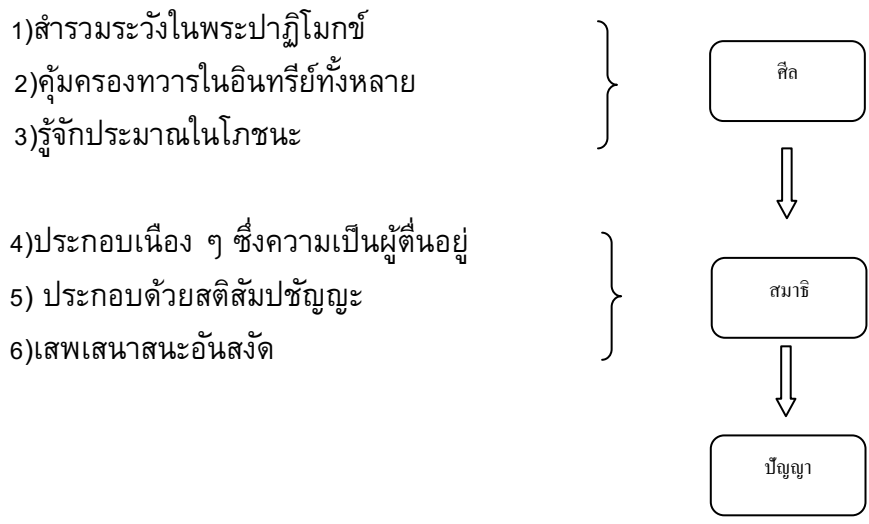
อานิสงส์การอกบวชเป็นบรรพชิต พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสอานิสงส์การอกบวช เป็นบรรพชิตไว้ในสามัญญผลสูตรซึ่งว่าด้วยผลของความเป็นสมณะหรืออานิสงส์ที่ได้จากการบวช นั้นเอง สามัญญผลนั้นจะอธิบายอย่างละเอียดใน “วิชา SB 304 ชีวิตสมณะ” แบ่งเป็น 3 ระดับคือ สามัญญผลเบื้องต้น สามัญญผลเบื้องต้นกลาง และสามัญญผลเบื้องต้นสูง

การสร้างบารมีเพื่อเป็นพระอริยสงฆ์

ขั้นตอนการฝึกตนของพระสงฆ์ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสขั้นตอนการฝึกตนของ พระสงฆ์เอาไว้ในคณกโมคคัลลานสูตรของพระสงฆ์ไว้ 6 ขั้นตอนดังนี้

- 1) สำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์
- 2) คຸ້ມครองทวารในอินทริย์ทั้งหลาย
- 3) รู้จักประมาณในโภชนะ
- 4) ประกอบเนือง ๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่
- 5) ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ
- 6) เสพเสนาสนะอันสงบ

ความสัมพันธ์ของไตรสิกขากับคณกโมคคัลลานสูตร ก็คือ ไตรสิกขา หรืออริยมรรค มีองค์แปดนั่นเอง แต่เป็นการขยายความและจัดลำดับขั้นตอนเพื่อให้ง่ายต่อการปฏิบัติมากขึ้น ใน ที่นี้จะเชื่อมโยงขั้นตอนทั้ง 6 เข้ากับหลักไตรสิกขา คือ สีล สมาธิ ปัญญา ดังนี้



ขั้นตอนการฝึกตนของพระสงฆ์นั้นจะขยายความอย่างละเอียดใน “วิชา SB 303 แม่บท การฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา” ซึ่งจะมีการเชื่อมโยงคณโกศคัลลานสูตรอันเป็น “ขั้นตอนการฝึกตน” เข้ากับ “ธัมมัญญสูตร” ว่าด้วย “วิธีการฝึกตน” ในแต่ละขั้นตอนด้วย

การสร้างบารมีในอดีตชาติของพระอริยสงฆ์ การที่พระสมมติสงฆ์แต่ละรูปได้ปฏิบัติ ตามขั้นตอนการฝึกตนทั้ง 6 ประการดังที่กล่าวแล้ว แต่จะได้บรรลุธรรมจนก้าวขึ้นเป็นพระอริยสงฆ์ ในระดับต่าง ๆ ได้หรือไม่ นั้น ก็ขึ้นอยู่กับบารมีที่ได้สั่งสมมาในอดีตชาติเช่นเดียวกับพระโพธิสัตว์ ทั้งหลาย

ระยะเวลาการสร้างบารมีเพื่อเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า การสร้างบารมีเพื่อเป็นพระ- บัณฑิตพุทธเจ้า การสร้างบารมีเพื่อเป็นพระสาวกและอุบาสก อุบาสิกาเอตทัคคะนั้น มีความแตกต่างของเวลาในการสร้างบารมี ดังนี้

ลำดับ	ประเภท	เวลาสร้างบารมีหลัง ได้รับพุทธพยากรณ์	พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์แรกที่พยากรณ์
1	พระปัญญาริกพุทธเจ้า พระสมณโคดมพุทธเจ้า [สำเร็จเป็นพระพุทธรเจ้าพระองค์ ที่ 25 ใน 25 พุทธวงศ์]	4 อสงไขยแสนกัป	พระทีปังกรพุทธเจ้า เป็นพระพุทธรเจ้าพระองค์ที่ 1 ใน 25 พุทธวงศ์
2	พระปัจเจกพุทธเจ้า พระเทวทัต, พระเจ้าอชาตศัตรู, นายสุมนมลาการ ฯลฯ	2 อสงไขยแสนกัป	[พระเทวทัตและนายสุมนมลา การ เหลือเวลาสร้างบารมีอีก เพียง 1 แสนกัป]
3	พระอัครสาวก พระสารีบุตรเถระ, พระมหาโมคคัลลานเถระ	1 อสงไขยแสนกัป	พระอโนมทัสสีพุทธเจ้า □ เป็นพระพุทธรเจ้าพระองค์ที่ 7 ใน 25 พุทธวงศ์
4	พระสาวกเอตทัคคะ พระอนันตเถระ, พระมหากัสสปเถระ ฯลฯ	1 แสนกัป	พระปทุมุตตรพุทธเจ้า เป็นพระพุทธรเจ้าพระองค์ที่ 10 ใน 25 พุทธวงศ์
5	อุบาสกอุบาสิกาเอตทัคคะ อนาถบิณฑิกเศรษฐี, มหาอุบาสิกาวิสาขา ฯลฯ	1 แสนกัป	พระปทุมุตตรพุทธเจ้า [ยุคเดียวกับที่ทรงพยากรณ์ พระสาวกเอตทัคคะ]

การบริหารองค์การสงฆ์

บริหาร แปลว่า “ปกครอง ดำเนินการ จัดการ”

องค์กรสงฆ์ ในที่นี้หมายถึง ชุมชนสงฆ์ทุกระดับตั้งแต่ระดับวัด สำนักสงฆ์ สถาบันสงฆ์ และหมายรวมถึงสงฆ์ในระดับประเทศและสงฆ์ทั้งหมดทั่วโลกด้วย

การบริหารองค์กรสงฆ์ หมายถึง การบริหารวัดแต่ละวัด และการบริหารสถาบันสงฆ์ในระดับที่ใหญ่ขึ้นไปตามลำดับจนถึงระดับประเทศและระดับโลก

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าบริหารองค์กรสงฆ์ด้วยหลักกรรมวินัย ได้แก่ อปรีหานิยธรรม เป็นต้น อปรีหานิยธรรม แปลว่า ธรรมที่ทำให้ไม่เสื่อม

อปรีหานิยธรรม 7 ประการมีดังต่อไปนี้

1. หมั่นประชุมกันเนื่องนิตย์
2. ร่วมกันประชุมและร่วมกันทำกิจที่สงฆ์พึงทำ
3. ไม่ถอนและไม่บัญญัติแต่ให้ปฏิบัติตามสิกขาบท
4. เคารพพระภิกษุผู้เป็นปริณายกของสงฆ์
5. ไม่ลู่อำนาจของตนหาอันทำให้เกิดในภพใหม่
6. มีความหวังใยในเสนาสนะตามราวป่า
7. บรรณาให้ภิกษุผู้มีศีลมาหา ผู้ที่มาแล้วก็ให้อยู่สบาย

วันสำคัญของพระสงฆ์

วันพระ โดยทั่วไปหมายถึง วันประชุมถือศีลฟังธรรมในพระพุทธศาสนา ในหนึ่งเดือนจะมีวันพระ 4 ครั้งคือ วันขึ้น 8 ค่ำ, วันขึ้น 15 ค่ำ, วันแรม 8 ค่ำ และวันแรม 15 ค่ำ ถ้าเดือนขาดก็เป็นแรม 14 ค่ำ

วันมาฆบูชา หมายถึง การบูชาในวันเพ็ญกลางเดือนมาฆะ ซึ่งเป็นวันสำคัญวันหนึ่งในพระพุทธศาสนาเรียกว่า วันมาฆบูชา

คำว่า วันเพ็ญ แปลว่า วันที่พระจันทร์เต็มดวง ส่วนคำว่า มาฆะ แปลว่า เดือน 3

วันมาฆบูชา เป็นวันระลึกถึงเหตุการณ์สำคัญที่เกิดขึ้นในสมัยพุทธกาล 4 อย่างคือ

- 1) พระอรหันต์สาวก 1,250 รูปมาประชุมพร้อมกัน ณ วัดเวฬุวัน
- 2) ท่านเหล่านั้นล้วนเป็นเอหิภิกขุอุปสัมปทา คือ ได้รับการอุปสมบทจากพระ

สัมมาสัมพุทธเจ้า

- 3) ท่านเหล่านั้นมาประชุมพร้อมกันโดยไม่ได้นัดหมาย

- 4) วันที่ประชุมเป็นวันเพ็ญกลางเดือนมาฆะ หรือ เดือน 3

ด้วยเหตุนี้เอง วันมาฆบูชา จึงเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า วันจาตุรงคสันนิบาต แปลว่า เป็นวันที่ประชุมพร้อมกันแห่งองค์ 4

วันอาสาฬหบูชา คำว่า อาสาฬหบูชา อ่านว่า อาสานหะบูชา หรือ อาสานละหะบูชา แปลว่า การบูชาในวันเพ็ญกลางเดือนอาสาฬหะ หรือ เดือน 8 ซึ่งเป็นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาอีกวันหนึ่งเรียกว่า **วันอาสาฬหบูชา** ในวันนี้มีเหตุการณ์สำคัญเกิดขึ้นเมื่อครั้งพุทธกาล 3 อย่างคือ

- 1) เป็นวันที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมครั้งแรก ชื่อว่า ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร
- 2) เป็นวันที่พระสงฆ์อันเป็นพระรัตนตรัยภายนอกเกิดขึ้นครั้งแรกในโลก คือพระอัญญาโกณฑัญญะ เมื่อท่านฟังธัมมจักกัปปวัตตนสูตรแล้วก็ได้บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบัน และขอบวชในพระพุทธศาสนา

- 3) หลังจากท่านอัญญาโกณฑัญญะบวชแล้ว จึงทำให้วันนี้เป็นวันที่พระรัตนตรัยภายนอกครบบริบูรณ์เป็นครั้งแรกคือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

วันเข้าพรรษา คำว่า พรรษา แปลว่า ฤดูฝน เข้าพรรษา หมายถึง การอยู่ประจำที่ตลอด 3 เดือนในฤดูฝนของพระสงฆ์ซึ่งเป็นธรรมเนียมทางพระวินัย พระภิกษุจะไม่เข้าพรรษาไม่ได้ ท่านปรับเป็นอาบัติ และการเข้าพรรษาต้องกล่าวคำอธิษฐาน เรียกว่า **อธิษฐานพรรษา**

ระยะเวลาเข้าพรรษามี 2 ครั้ง คือ เข้าวันแรม 1 ค่ำเดือน 8 ออกวันขึ้น 15 ค่ำเดือน 11 เรียกว่าปฐมพรรษาหรือพรรษาดัน หากเข้าระยะนี้ไม่ทันก็ให้เข้าในวันแรม 1 ค่ำเดือน 9 และไปออกในวันขึ้น 15 ค่ำเดือน 12 เรียกว่า เข้าปัจฉิมพรรษาหรือพรรษาหลัง

พระสงฆ์ส่วนใหญ่นิยมเข้าปฐมพรรษา

วันเข้าพรรษาจึงมี 2 วัน คือ วันแรม 1 ค่ำเดือน 8 อันเป็นปฐมพรรษา และวันแรม 1 ค่ำเดือน 9 อันเป็นปัจฉิมพรรษา

วันออกพรรษา ออกพรรษา หมายถึง การพ้นกำหนดระยะเวลาการเข้าพรรษา คือ ครบ 3 เดือนแล้ว

ออกพรรษาไม่ต้องกล่าวคำอธิษฐานเหมือนเข้าพรรษา เมื่อครบกำหนด 3 เดือนแล้วก็ป็นอันออกพรรษา

ออกพรรษามีระยะเวลาออก 2 ครั้ง เหมือนเข้าพรรษา คือ ถ้าเข้าปฐมพรรษาวันแรม 1 ค่ำเดือน 8 ออกพรรษาก็เป็นวันขึ้น 15 ค่ำเดือน 11 ถ้าเข้าปัจฉิมพรรษา ออกพรรษาก็เป็นวันขึ้น 15 ค่ำเดือน 12 ซึ่งตรงกับวันลอยกระทง

วันทอดกฐิน กฐิน เป็นภาษาพระวินัย เป็นชื่อเรียกผ้าพิเศษที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้ภิกษุผู้อยู่จำพรรษาครบ 3 เดือนแล้วรับมานุ่งห่มได้

กฐิน แปลตามศัพท์ว่า ไม้สะดึง คือ กรอบไม้หรือไม้แบบสำหรับขึงผ้าที่จะเย็บเป็นจีวร ผ้าที่เย็บสำเร็จจากกฐินหรือไม้สะดึงแบบนี้เรียกว่า ผ้ากฐิน การเย็บจีวรด้วยไม้สะดึงนี้เป็นธรรมเนียมของพระสงฆ์ในสมัยพุทธกาล ซึ่งภิกษุหลายรูปจะต้องช่วยกันเย็บจีวรของกันและกัน

ทอดกฐิน คือ การทำพิธีถวายผ้ากฐินแก่สงฆ์ผู้จำพรรษาครบ 3 เดือน ณ วัดใดวัดหนึ่ง

กฐินมีกำหนดระยะเวลาถวาย จะถวายตลอดไปเหมือนผ้าชนิดอื่นไม่ได้ ระยะเวลานั้นมีเพียง 1 เดือน คือ ตั้งแต่วันแรม 1 ค่ำ เดือน 11 ไปจนถึงวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 12 ระยะเวลานี้เรียกว่า กฐินกาล คือ ระยะเวลาทอดกฐินหรือเทศกาลทอดกฐิน

ส่วนวัดไหนจะกำหนดให้มีพิธีทอดกฐินวันไหนก็ได้ แต่ต้องอยู่ภายในระยะเวลาดังกล่าว

บทที่ 8

อุบาสก อุบาสิกา : ผู้นั่งใกล้พระรัตนตรัย

อุบาสก อุบาสิกา คือใคร

อุบาสก คือ คฤหัสถ์ผู้ชายที่ถึงพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง ผู้นั่งใกล้พระรัตนตรัย และผู้นับถือพระพุทธศาสนาอย่างมั่นคง

อุบาสิกา คือ “สตรีผู้ถึงพระพุทธเจ้าเป็นสรณะ ผู้ถึงพระธรรมเป็นสรณะ ผู้ถึงพระสงฆ์เป็นสรณะ” อุบาสิกาจึงเป็นคฤหัสถ์หญิงที่ถึงพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง ผู้นั่งใกล้พระรัตนตรัย และผู้นับถือพระพุทธศาสนาอย่างมั่นคง

วิธีการเป็นอุบาสก อุบาสิกา

วิธีการเป็นอุบาสก อุบาสิกา นั้นไม่ยาก เพียงแค่กล่าวคำขอถึงพระรัตนตรัยว่าเป็นสรณะ คือ เป็นที่พึ่งที่ระลึก ก็ถือว่าได้เป็นอุบาสก อุบาสิกาโดยสมบูรณ์แล้ว ส่วนจะเป็นอุบาสก อุบาสิกาที่ดีหรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับว่าได้ปฏิบัติตามธรรมของอุบาสก อุบาสิกาได้ดีเพียงไร

ปฐมอุบาสกในพระพุทธศาสนาสมัยนั้น พ่อค้าซื้อตบัสสะและภิลลิกะเดินทางไกลจากอุกกลชนบทถึงตำบลนั้น เทพยดาผู้เป็นญาติได้ให้นำสัตว์ผงและสัตว์ก่อนไปถวายพระผู้มีพระภาคเจ้า และได้กล่าวแสดงตนขอถึงพระผู้มีพระภาคเจ้าและพระธรรมว่าเป็นสรณะ

ปฐมอุบาสิกาในพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ได้แสดงธรรมคืออนุปพพิกขาแก่นางสุชาดาและอดีตภรรยาของท่านพระยสะ ดังนี้

- 1) ทานกถา คือ เรื่องการให้ทาน
- 2) สีลกถา คือ เรื่องการรักษาศีล
- 3) สัคคกถา คือ เรื่องทิพยสมบัติบนสวรรค์ เป็นผลจากการให้ทานและรักษาศีล
- 4) โทษความต่ำทราม ความเศร้าหมองของกามทั้งหลาย
- 5) อานิสงสีในความออกจากกาม

จากนั้นพระพุทธองค์ก็ตรัสเรื่องอริยสัจ 4 ขณะที่ทรงแสดงอริยสัจ 4 อยู่ ณ นั้น ดวงตาเห็น

ธรรมปราศจากฐลิต์ได้เกิดแก่ทั้งสอง จึงได้ขอถึงพระผู้มีพระภาคเจ้า พระธรรม และพระภิกษุสงฆ์ว่าเป็นสรณะ

วิธีการเป็นอุบาสก อุบาสิกาในปัจจุบันการเป็นอุบาสก อุบาสิกาผู้ถึงพระรัตนตรัยเป็นที่พึงในปัจจุบันเรียกว่า “การแสดงตนเป็นพุทธมามกะ”

คำว่า “พุทธมามกะ” ได้แก่ “ผู้นับถือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์”

วิธีปฏิบัติที่ง่ายที่สุดคือ การกล่าวคำปฏิญาณด้วยตนเองโดยใช้ภาษาไทยต่อพระพุทธรูปหน้าโต๊ะหมู่บูชาที่วัด ที่บ้าน หรือ ณ ที่ใดที่หนึ่ง ดังนี้

“ข้าพเจ้าถึงพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น แม้ปริณิพพานไปนานแล้ว ทั้งพระธรรม และพระสงฆ์ เป็นสรณะที่ระลึกนับถือ ขอพระผู้มีพระภาคเจ้าจงจำข้าพเจ้าไว้ว่าเป็นพุทธมามกะ ผู้รับเอาพระพุทธเจ้าเป็นของตน คือ ผู้นับถือพระพุทธเจ้า”

เพียงเท่านี้ก็ถือว่าได้เป็นอุบาสก อุบาสิกาโดยสมบูรณ์แล้ว แต่ต้องทำด้วยความตั้งใจจริง

ธรรมของอุบาสก อุบาสิกา

อุบาสก อุบาสิกาที่ดีจะต้องประกอบด้วยธรรม 5 ประการคือ

- 1) มีศรัทธา
- 2) มีศีล
- 3) ไม่ถือมงคลตื่นข่าวเชื่อกกรรมไม่เชื่อมงคล
- 4) ไม่แสวงหาเขตบุญภายนอกพระพุทธศาสนา
- 5) ทำการสนับสนุนพระพุทธศาสนา

เมื่ออุบาสก อุบาสิกาปฏิบัติตามธรรมทั้ง 5 ประการนี้แล้วย่อมได้ประโยชน์อย่างน้อย 2 ประการคือ

ประการแรก ได้ประโยชน์แก่ตนเอง คือ ได้บุญได้บารมีอันจะส่งผลให้มีความสุขความเจริญทั้งในชาตินี้ และภพชาติเบื้องหน้า

ประการที่สอง ได้ประโยชน์แก่พระพุทธศาสนา เพราะเป็นการสนับสนุนให้พระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรือง

ความสำคัญของอุบาสก อุบาสิกา

ความสำคัญของอุบาสก อุบาสิกามีอย่างน้อย 2 ประการคือ ให้การสนับสนุนปัจจัย 4 แก่ภิกษุสามเณร และให้การสนับสนุนงานพระพุทธศาสนา หากปราศจากอุบาสก อุบาสิกาผู้มีศรัทธาให้การบำรุงพระภิกษุสามเณรแล้ว พระพุทธศาสนาก็ไม่สามารถตั้งอยู่ได้ ด้วยเหตุนี้พุทธบริษัทจึงต้องมี 2 ประเภทคือ นักรบข ได้แก่ ภิกษุสามเณร และ คฤหัสถ์ผู้ให้การสนับสนุน ได้แก่ อุบาสก อุบาสิกา ทั้งสองประเภทนี้มีความสำคัญเหมือนกัน จะขาดอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้

อุบาสก อุบาสิกาในสมัยพุทธกาล

ในที่นี้จะกล่าวถึงเพียง 2 ท่านคือ อนาถบิณฑิกเศรษฐี และมหาอุบาสิกาวิสาขา

- อนาถบิณฑิกเศรษฐีเป็นเอตทัคคะ คือ เลิศกว่าอุบาสกทั้งหลายผู้ถวายทานท่านสร้างวัดพระเชตะวันโดยใช้เงินเรียงลาดริมจตุกันเต็มพื้นที่ในวัดนั้นเพื่อซื้อที่ดิน จากนั้นได้ใช้ทรัพย์อีก 18 โกฏิ เพื่อสร้างอาคารต่าง ๆ ในวัด

- นางวิสาขามหาอุบาสิกาเป็นเอตทัคคะ คือ เลิศกว่าอุบาสิกาทั้งหลายในด้านการถวายทาน นางวิสาขาเป็นหญิงที่สั่งสมบุญมากจึงถึงพร้อมด้วยความงาม 5 ประการ เรียกว่า เบญจกัลยาณี คือ ผมงาม, ริมฝีปากงาม, ฟันงาม, ผิวงาม, และวัยงาม นางวิสาขาได้บริจาคทรัพย์ 27 โกฏิเพื่อสร้างและฉลองวัดบุพพาราม กล่าวคือ ซื้อที่ดินด้วยทรัพย์ 9 โกฏิ สร้างปราสาทด้วยทรัพย์ 9 โกฏิ และทำบุญฉลองบุพพารามด้วยทรัพย์อีก 9 โกฏิ

วัฒนธรรมอย่างหนึ่งของมหาเศรษฐีและพระราชในสมัยพุทธกาลคือ นิยมสร้างวัดหรืออารามเพื่อเป็นแหล่งสั่งสมบุญของคนในแคว้น นอกจากวัดพระเชตะวันและบุพพารามแล้วในสมัยพุทธกาลยังมีอีกหลายวัดที่ปรากฏชื่อในพระไตรปิฎก

การสร้างบารมีเพื่อเป็นพระอริยบุคคล

อุบาสก อุบาสิกาผู้เป็นเอตทัคคะด้านต่าง ๆ ในศาสนาของพระสมณโคตมสัมมาสัมพุทธเจ้านั้นจะได้รับพุทธพยากรณ์ครั้งแรกในสมัยพระปทุมุตตรสัมมาสัมพุทธเจ้าเหมือนกันทุกคน หลังจากนั้นต้องสร้างบารมีอีก 1 แสนกัปความปรารถนาจึงสำเร็จ ซึ่งระหว่าง 1 แสนกัปนี้มีพระโพธิสัตว์มาตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า 14 พระองค์ คือ พระสุเมธสัมมาสัมพุทธเจ้า จนถึงพระกัสสปสัมมาสัมพุทธเจ้า หากชาติใดอุบาสก อุบาสิกาเหล่านี้ได้เจอพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเหล่านั้น และมีโอกาสได้สั่งสมบุญอย่างใดอย่างหนึ่งกับพระองค์ ก็จะได้รับพุทธพยากรณ์สืบต่อกันเรื่อยมาว่า ความปรารถนาของอุบาสก อุบาสิกา ท่านนั้น ๆ จะสำเร็จในสมัยของพระสมณโคตมสัมมาสัมพุทธเจ้า สำหรับอุบาสก อุบาสิกาทั่วไปที่ไม่ได้เป็นเอตทัคคะนั้นก็ต้องสร้างบารมีลักษณะเดียวกัน แต่ไม่พบข้อมูลว่า อุบาสก อุบาสิกาเหล่านี้ได้รับพุทธพยากรณ์แต่อย่างใด

บทที่ 9

ศูนย์กลางของพระพุทธศาสนาแห่งโลก

ศูนย์กลางของศาสนาคืออะไร

ศูนย์กลางของศาสนา หมายถึง องค์กร หรือ วัด ที่มีความพร้อมทั้งเรื่องสถานที่ บุคลากร และระบบบริหารจัดการเพื่อรองรับการมาประชุมกันในโอกาสต่าง ๆ ของศาสนิกในศาสนานั้น ๆ หรือบางศาสนาก็ใช้เป็นศูนย์กลางในการบริหารงานเป็นหลัก เพราะสถานที่ที่ไม่ใหญ่โตพอจะรองรับศาสนิกจำนวนมากได้ เช่น นครรัฐวาติกันของศาสนาคริสต์ เป็นต้น

ศูนย์กลางของศาสนามีความสำคัญในฐานะช่วยสร้างเอกภาพให้เกิดขึ้นแก่ศาสนิกในศาสนานั้น ๆ เป็นศูนย์แห่งการประชุม การจัดกิจกรรม ตลอดจนการติดต่อประสานงานโครงการต่าง ๆ เป็นฐานทัพใหญ่สำหรับขับเคลื่อนงานพระศาสนาให้เจริญก้าวหน้า

ศูนย์กลางของต่างศาสนาในปัจจุบัน

นครรัฐวาติกันของศาสนาคริสต์นครรัฐวาติกัน (State of the Vatican City) ตั้งอยู่ในกรุงโรม ประเทศอิตาลี เป็นที่ประทับของพระสันตะปาปา ซึ่งเป็นประมุขสูงสุดแห่งศาสนาคริสต์ นิกายโรมันคาทอลิก พระสันตะปาปามีอำนาจสูงสุดทั้งด้านนิติบัญญัติ บริหาร และตุลาการ พระสันตะปาปาองค์ปัจจุบันเป็นชาวเยอรมันมีพระนามเดิมว่า โจเซฟ รัตซิงเกอร์ (Joseph Ratzinger)

นครเมกกะของศาสนาอิสลามนครเมกกะ (MECCA) หรือที่ชาวมุสลิมเรียกว่า มัคกะฮฺ (MAKKAH) เป็นเมืองสำคัญในศาสนาอิสลาม ซึ่งตั้งอยู่ในประเทศซาอุดีอาระเบีย นครเมกกะนี้เป็นบ้านเกิดของท่านนบีมุฮัมมัด ศาสดาในศาสนาอิสลาม

ชาวมุสลิมไปบำเพ็ญ “ฮัจญ์” ที่เมืองนี้ปีละหลายล้านคน เพราะที่นี่มีมัสยิดใหญ่ชื่อว่า “กะอabah” จุคนที่มา “นมาซ” หรือ ละหมาด คราวเดียวได้ประมาณ 1,000,000 คน และบริเวณตรงกลางของมัสยิดนี้มี “กะอabah”

สำหรับรายละเอียดคำสอนความเป็นมาของศาสนาต่าง ๆ นักศึกษาจะได้เรียนเพิ่มเติมในวิชา DF 404 ศาสนศึกษา

ศูนย์กลางพระพุทธศาสนาของโลก

ศูนย์กลางพระพุทธศาสนาในสมัยพุทธกาล

ในสมัยพุทธกาลพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงใช้กรุงสาวัตถีเป็นศูนย์กลางของพระพุทธศาสนา เป็นศูนย์รวมของสงฆ์และพุทธบริษัททั้งหลาย ทั้งนี้สังเกตได้จากระยะเวลาการจำพรรษาของพระพุทธองค์ กล่าวคือ ตลอด 45 พรรษานั้นพระองค์ทรงประทับอยู่ ณ กรุงสาวัตถีถึง

25 พรรษา โดยประทับอยู่ ณ วัดพระเชตุวัน 19 พรรษา และประทับอยู่ ณ วัดบุพพาราม 6 พรรษา ส่วน 20 พรรษาที่เหลืออันเป็นช่วงปฐมโพธิกาลนั้นพระพุทธองค์ทรงประทับจำพรรษาที่ละ 1 พรรษาบ้าง 2 พรรษาบ้างสลับกันไป ไม่ได้ประทับที่ไหนนานเหมือนกรุงสรวัดดี

จุดประสงค์ในการมีศูนย์กลางของพระพุทธศาสนา คือ เพื่อสร้างความเป็นเอกภาพให้เกิดขึ้นแก่พระพุทธศาสนา เพราะเป็นแหล่งแห่งการประชุมรวมกันของพุทธบริษัททั้ง 4 และที่สำคัญยังช่วยให้การสื่อสารข้อมูลมีประสิทธิภาพอีกด้วย โดยกรุงสรวัดดีนั้นเป็นศูนย์กลางในการถ่ายทอดข้อมูลไปสู่ส่วนภูมิภาค พุทธวิธีนี้เป็นหัวใจสำคัญยิ่งต่อการรักษาและสืบทอดพระธรรมวินัยมาได้จนถึงยุคปัจจุบัน

ศูนย์กลางพระพุทธศาสนาในสมัยปัจจุบัน

1) พุทธมณฑลศูนย์กลางจัดงานวิสาขบูชาโลก

ในปัจจุบันชาวพุทธนานาชาติได้ยกให้ไทยเป็นศูนย์กลางพระพุทธศาสนาของโลกสืบเนื่องจากการประชุมทางวิชาการของผู้นำทางพระพุทธศาสนาทั้งมหายานและเถรวาทจาก 41 ประเทศทั่วโลกในเทศกาลวันวิสาขบูชาระหว่างวันที่ 18-20 พฤษภาคม พ.ศ. 2548 ณ หอประชุมพุทธมณฑล และที่ศูนย์ประชุมองค์การสหประชาชาติแห่งประเทศไทย โดยมีผู้เข้าร่วมประชุมประมาณ 1,600 รูป/คน ผลของการประชุมครั้งนั้นได้มีมติเป็นข้อตกลงร่วมกัน 7 ประการ หนึ่งในนั้นคือ “ให้จัดพิธีฉลองวันวิสาขบูชาโลกในประเทศไทย โดยให้มีพุทธมณฑลเป็นศูนย์กลางพุทธศาสนาของโลก”

2) วัดพระธรรมกายศูนย์รวมพุทธบริษัททั่วโลก

การที่ประเทศไทยได้รับเกียรติให้เป็นศูนย์กลางพระพุทธศาสนาของโลกนั้นเป็นงานใหญ่หลายองค์การจึงต้องช่วยกันคนละไม้คนละมือ วัดพระธรรมกายในฐานะที่เป็นวัดที่ใหญ่และมีพระภิกษุ อุบาสกอุบาสิกา มากที่สุดในประเทศไทย จึงเอื้อเพื่อสถานที่สำหรับเป็นที่ประชุมสงฆ์และพุทธบริษัททั่วโลกครั้งละหลายแสนคนมาหลายครั้งแล้ว

เมื่อพุทธบริษัททั้งเด็กและผู้ใหญ่จากทั่วโลกมารวมตัวกันทำความดี มาศึกษาคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามากมายเช่นนี้ ก็จะมีคนดีเกิดขึ้นมากมาย พุทธบริษัทจะสามัคคีเป็นหนึ่งเดียวกัน จะคิด พูดทำไปในทิศทางเดียวกัน ภาพดี ๆ เหล่านี้จะถูกถ่ายทอดออกไปทั่วโลก จะสร้างแรงบันดาลใจให้ชาวพุทธทั่วโลกในการธำรงรักษาพระพุทธศาสนาสืบต่อไป และที่สำคัญจะเป็นปัจจัยให้เกิดสันติภาพโลกอีกด้วย

บทที่ 10

บทสรุป

1) นึกทบทวนชีวิตที่ผ่านมาของตัวเอง

นึกทบทวนดูว่าตั้งแต่ลืมตาดูโลกมาเราได้ทำอะไรไปบ้าง แล้วนำคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ได้ศึกษามาไปตรวจสอบดูว่า สิ่งใดผิด สิ่งใดถูก สิ่งใดเป็นบุญ สิ่งใดเป็นบาป สิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ ฯลฯ

2) บริหารเวลาชีวิตใหม่หากเห็นว่าไม่ถูกต้อง

ในเรื่องเวลาชีวิตนั้นหากตรวจสอบแล้วเห็นว่า ที่ผ่านมาเราบริหารเวลาผิดพลาด โดยให้เวลากับภารกิจเร่งด่วนประจำวันมากเกินไป จนไม่ได้ใส่ใจเรื่องสำคัญที่สุดในชีวิต นั่นคือ “การศึกษาเรื่องความจริงของชีวิตเพื่อจะได้ดำเนินชีวิตได้ถูกต้องตรงตามเป้าหมายที่แท้จริงแห่งการได้เกิดมาเป็นมนุษย์”

3) ศึกษาความจริงของชีวิตให้มากขึ้น

นักศึกษาบางท่านอาจจะคิดว่า วิชาความรู้พื้นฐานทางพระพุทธศาสนาที่ได้เรียนมาแล้วนี้เพียงพอแล้วสำหรับชีวิตในสังสารวัฏนี้

ข้อคิดที่ต้องการย้ำในที่นี้คือ สิ่งที่คุณศึกษานั้นเป็นเพียงแผนที่ชีวิตในสังสารวัฏอย่างคร่าว ๆ เท่านั้น ยังมีอะไรอีกมากมายที่ควรจะต้องรู้

4) พิสูจน์พุทธธรรมด้วยการลงมือปฏิบัติ

ความรู้ทั้งหมดที่เรียนมานั้นเป็นทฤษฎี ขั้นตอนต่อไปคือการนำมาปฏิบัติเพื่อพิสูจน์ให้รู้ชัดด้วยตนเอง ได้แก่ การนำหลักธรรมมาใช้ในการปฏิบัติงานในการดำเนินชีวิตประจำวัน และการเจริญสมาธิภาวนาเพื่อให้เข้าถึงพระรัตนตรัยในตัว

GB102
สูตรสำเร็จ
การพัฒนาตนเอง

บทที่ 1

สูตรสำเร็จการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลชีวิต

ความหมายของมงคลชีวิต

มงคล คือ ทางก้าวหน้า ความสุข ความเจริญ หรือเหตุที่นำมาซึ่งความเจริญ

คำว่า “มงคลชีวิต” จึงรวมความได้ว่า เหตุแห่งความสุขและความเจริญก้าวหน้าของชีวิต เป็นสูตรที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงไว้เป็นข้อควรประพฤติปฏิบัติไว้ 38 ประการด้วยกัน

ความสำคัญของมงคลชีวิต

1. ความเจริญก้าวหน้าในโลกนี้
2. ความเจริญก้าวหน้าในโลกหน้า
3. การบรรลุมรรคผลนิพพาน

ผู้ปฏิบัติตามหลักมงคลชีวิต จะทำให้หลีกเลี่ยงเหตุแห่งความเสื่อม และทำความดีทั้งกาย วาจา ใจ ทั้งเบื้องต้น เบื้องกลาง และเบื้องสูง ทำให้เกิดสติและปัญญา อันเป็นเครื่องทำลายอุปสรรคของชีวิต

- มงคลสูตรทั้ง 38 ข้อนั้น แบ่งได้เป็น 10 หมู่
- 5 หมู่แรกเป็นข้อปฏิบัติในการพัฒนาชีวิต
 - 5 หมู่หลังเป็นการฝึกใจโดยตรง

บทที่ 2

มงคลหมู่ที่ 1 ฝึกตนเองให้เป็นคนดี

มงคลหมู่ที่ 1 ฝึกตนเองให้เป็นคนดี ได้แก่ มงคลที่ 1-3

มงคลที่ 1 ไม่คบคนพาล การไม่ยอมมีพฤติกรรมใด ๆ กับคนพาล คือ ร่วม เช่น ร่วม กินรับ เช่น รับเป็นเพื่อน ให้ เช่น ให้ความไว้วางใจ เพื่อไม่ให้นิสัยไม่ดีของคนพาลมาติดต่อเรา

คนพาล คือ คนที่ใจขุนมัวเป็นปกติ มีความเห็นผิด ค่านิยมผิด ๆ วินิจฉัยเสีย คือ ‘ไม่รู้ อะไรดี-ชั่ว อะไรควร-ไม่ควร ถึงแม้จะมีความรู้ความสามารถ ก็ไม่ใช้ในทางที่ถูกที่ควร

ลักษณะของคนพาล

1. ชอบคิดชั่วเป็นปกติ
2. ชอบพูดชั่วเป็นปกติ
3. ชอบทำชั่วเป็นปกติ

วิธีสังเกตคนพาล

1. คนพาลชอบชักนำในทางที่ผิด
2. คนพาลชอบทำในสิ่งที่ไม่ใช่ธุระ
3. คนพาลชอบแต่สิ่งผิด ๆ
4. คนพาลแม้พูดดี ๆ ก็โกธ
5. คนพาลไม่ยอมรับรู้ระเบียบวินัย

มงคลที่ 2 คบบัณฑิต เพื่อเป็นการถ่ายทอดเอานิสัยดี ๆ และคุณธรรมต่าง ๆ มาสู่ตัว

เรา

ลักษณะของบัณฑิต คือ ชอบคิดดี พูดดี ทำดีเป็นปกติ

วิธีสังเกตบัณฑิต บัณฑิตจะทำตรงกันข้ามกับคนพาล

วิธีคบบัณฑิต

1. หมั่นไปมาหาสู่
2. หมั่นเข้าไปนั่งใกล้
3. มีความจริงใจ ให้ความเกรงอกเกรงใจต่อท่าน
4. ฟังคำแนะนำ ฟังคำพูดของท่าน
5. จำจรรที่ฟังนั้นไว้
6. พิจารณาใจความของธรรมที่จำได้นั้นไว้ให้ดี
7. พยายามปฏิบัติตามธรรมที่ฟัง

อาณิสงส์การคบบัณฑิต

1. ทำให้มีจิตใจผ่องใส
2. ทำให้ได้ปัญญาเพิ่มขึ้น
3. ทำให้มีความเห็นถูก
4. ทำให้ไม่ต้องเศร้าโศก เตือดร้อนเพราะทำผิด
5. ทำให้เป็นที่ยกย่องสรรเสริญของคนทั่วไป
6. มีความสุขปลอดภัยจากอุปสรรคภัยพาล
7. มีความเจริญก้าวหน้าตั้งตัวได้รวดเร็ว
8. แม้ละโลกนี้ไปแล้วก็ไปสู่สุคติโลกสวรรค์
9. บรรลุมรรคผลนิพพานได้โดยง่าย

มงคลที่ 3 บุษาคณคที่ควรบูชา เพื่อประดับประคองนิสัยที่ดีในตนเองให้เจริญออก

งามขึ้น บุคคลที่ควรบูชาจะเป็นแบบอย่างที่ดีให้เราดูและปฏิบัติตาม เป็นหลักใจของเราได้

บทที่ 3

มงคลหมู่ที่ 2 สร้างความพร้อมในการฝึกตนเอง

มงคลหมู่ที่ 2 สร้างความพร้อมในการฝึกตนเอง ได้แก่ มงคลที่ 4-6

มงคลที่ 4 อยู่ในถิ่นเหมาะสม คนที่จะฝึกตนเองได้ดีต้องรู้จักเลือกและปรับปรุงสิ่งแวดล้อมให้พอเหมาะแก่ตน ถ้าอยู่ในสิ่งแวดล้อมดี ก็มีโอกาสเจริญก้าวหน้าได้มากเพราะรอบ ๆ ตัวมีแต่คนดี

ลักษณะของถิ่นที่เหมาะสม

1. อาวาสเป็นที่สบาย สำคัญอันดับ 4
2. อาหารเป็นที่สบาย สำคัญอันดับ 3
3. บุคคลเป็นที่สบาย สำคัญอันดับ 2
4. ธรรมชาติเป็นที่สบาย สำคัญอันดับ 1

มงคลที่ 5 มีบุญวาสนามาก่อน คือ สร้างบุญมาดี ทั้งบุญเก่าบุญใหม่ ซึ่งบุญเก่าจะทำให้แข็งแรง ฉลาด แจ่มใส มีบุญคอยส่งให้ก้าวหน้ากว่าคนอื่น แต่ต้องทำบุญใหม่ด้วย โดยหมั่นทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนา

บุญกิริยาวัตถุ 10 ประการ

1. ทาน คือ การบริจาคทรัพย์สิ่งของแก่ผู้ควรให้
2. ศีล คือ การสำรวมกายวาจาให้สงบเรียบร้อย ไม่สร้างความเดือดร้อนให้ผู้อื่น
3. ภาวนา คือ การสวดมนต์ ทำสมาธิ อ่านหนังสือธรรมะ ฯลฯ
4. อปจายนะ คือ การมีความเคารพอ่อนน้อมต่อผู้มีคุณธรรม
5. ไวยาวัจจะ คือ การช่วยเหลือขวนขวายในกิจที่ชอบ
6. ปัตติทานะ คือ การอุทิศส่วนบุญแก่ผู้อื่น
7. ปัตตานุโมทนา คือ การอนุโมทนาบุญที่ผู้อื่นทำ
8. ธรรมัสสวนะ คือ การฟังธรรม
9. ธรรมเทศนา คือ การแสดงธรรม
10. ทิฏฐชุกัมม คือ การปรับปรุงความเห็นของตนให้ถูกต้อง

มงคลที่ 6 ตั้งตนชอบ คือ มีเป้าหมายชีวิตที่ถูกต้อง มีอาชีพสุจริต ขวนขวายหาความรู้เสมอ และทุ่มเทพลังความสามารถของตน เพื่อที่ฝึกตนเองให้บรรลุเป้าหมายนั้นได้อย่างเต็มที่ มีความพร้อมในการฝึกตัวสูง

บทที่ 4

มงคลหมู่ที่ 3 ฝึกตนให้เป็นคนมีประโยชน์

มงคลหมู่ที่ 3 ฝึกตนให้เป็นคนมีประโยชน์ ได้แก่ มงคลที่ 7-10

มงคลที่ 7 เป็นพหูสูต คือ ใฝ่หาความรู้เสมอ รู้จักขนขวายหาความรู้ หรือ “ฉลาดรู้”

มงคลที่ 8 มีศิลปะ สามารถนำความรู้ที่มี มาใช้ให้เกิดประโยชน์ ฝึกตนเองให้มีศิลปะ ทำได้ ทำเป็น นำ ความรู้มาใช้งานได้จริง ๆ “ฉลาดทำ”

มงคลที่ 9 มีวินัย คนมีประโยชน์ต้องไม่เป็นคนเจ้าอารมณ์ เอาแต่ใจตน ต้องฝึกตนเอง ให้เป็นคนมีวินัย เคารพต่อกฎระเบียบของหมู่คณะและวินัยตนเอง รู้จักควบคุมตนเอง นำความรู้ไป ใช้ในทางที่ถูก “ฉลาดใช้”

มงคลที่ 10 มีวาจาสุภาพ ต้องไม่เป็นคนปากร้าย ถึงจะมีความสามารถมากแต่ถ้าพูด ไม่เป็น ก็ไม่สามารถเข้ากับใครได้ เราจึงต้องฝึกตนเองให้มีวาจาสุภาพ และรู้จักควบคุมวาจา พูด เป็น “ฉลาดพูด”

บทที่ 5

มงคลหมู่ที่ 4 บำเพ็ญประโยชน์แก่ครอบครัว

มงคลหมู่ที่ 4 บำเพ็ญประโยชน์แก่ครอบครัว ได้แก่ มงคลที่ 11-14

มงคลที่ 11 บำรุงบิดามารดา มีความกตัญญูรู้คุณพ่อแม่ เลี้ยงดูปรนนิบัติท่านให้ ได้รับความสุข

มงคลที่ 12 เลี้ยงดูบุตร รู้จักวิธีเลี้ยงลูกให้ลูกเป็นคนดี นำชื่อเสียงมาสู่พ่อแม่และวงศ์ ตระกูล

มงคลที่ 13 สงเคราะห์ภรรยา (สามี) สามีภรรยาจะต้องรู้จักวิธีปฏิบัติตัวต่อกัน เกรงใจ มีความเคารพ ให้เกียรติ ไม่นอกใจกัน จะทำให้ชีวิตครอบครัวอบอุ่นมีแต่ความร่มเย็น

มงคลที่ 14 ทำงานไม่คั่งค้าง ต้องทำงานไม่คั่งค้าง เพราะครอบครัวต้องมีค่าใช้จ่ายเพื่อดูแลครอบครัว จึงต้องสร้างตนเอง ด้วยการทำงานไม่คั่งค้าง ต้องทำให้สำเร็จ จะได้สร้างฐานะความเป็นปึกแผ่นแก่ตนเองและครอบครัว

บทที่ 6

มงคลหมู่ที่ 5 บำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม

มงคลหมู่ที่ 5 บำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม ได้แก่ มงคลที่ 15-18

มงคลที่ 15 บำเพ็ญทาน คือ การให้ รู้จักสละทรัพย์สิ่งของที่เหมาะสมของตนให้แก่ผู้ที่ยศสมควรได้รับ เป็นการกำจัดความตระหนี่ สัมบุญนุกุศล ทำให้ใจสูงขึ้น

มงคลที่ 16 ประพฤติธรรม การประพฤติตนให้อยู่ในกรอบของความถูกต้องและความดี ตามธรรมะที่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอน ผูกตนตามหลักกุศลกรรมบถ 10 ให้มีคุณธรรมสูงขึ้น

มงคลที่ 17 สงเคราะห์ญาติ คือ ช่วยเหลือญาติทั้งของเราและเพื่อนร่วมโลก และต้องมีหลักในการสงเคราะห์ และเป็นการสร้างเสริมความมีสัมภคินีในสังคม

มงคลที่ 18 ทำงานไม่มีโทษ คือ ทำงานที่สุจริต ไม่มีเวร ไม่มีภัย ไม่ผิดกฎหมายและประเพณี หรือศีลธรรม อีกทั้งไม่ไปเบียดเบียนใครด้วย แม้จะเป็นงานส่วนรวมก็ตาม เช่น งานสาธารณกุศล ซึ่งจะช่วยเพิ่มคุณธรรมในตัวเรา

บทที่ 7

มงคลหมู่ที่ 6 ปรับเตรียมสภาพใจให้พร้อม

มงคลหมู่ที่ 6 ปรับเตรียมสภาพใจให้พร้อม ได้แก่ มงคลที่ 19-21

มงคลที่ 19 งดเว้นจากบาป งดเว้นจากการกระทำทางกาย วาจา ใจ ที่เป็นความชั่ว และทำให้ใจเศร้าหมอง และไม่ยอมทำเด็ดขาด เพราะมีความละเอียดและเกรงกลัวต่อการทำบาป

มงคลที่ 20 สำรวมจากการตีหน้าเมมา เว้นขาดจากการเสพสิ่งเสพติดให้โทษทุกชนิด เพราะจะทำให้เราขาดสติ และใจที่ขาดสตินั้น ไม่สามารถจะฝึกคุณธรรมใด ๆ ได้เลย

มงคลที่ 21 ไม่ประมาทในธรรม ไม่ประมาทในเหตุ ให้มีสติรอบคอบกำกับอยู่เสมอ ไม่ว่าจะคิด พูด ทำสิ่งใด ๆ ไม่ถลำไปในทางที่เสื่อม รู้ถึงสิ่งที่ควรเว้น และตั้งใจทำดีเพื่อให้คุณธรรมสูงขึ้น

บทที่ 8

มงคลหมู่ที่ 7 การแสวงหาธรรมะเบื้องต้นในส่วนตัว

มงคลหมู่ที่ 7 การแสวงหาธรรมะเบื้องต้นในส่วนตัว ได้แก่ มงคลที่ 22-26

มงคลที่ 22 มีความเคารพ ความตระหนักรับนับถือความดีของผู้อื่นด้วยใจจริง และแสดงความ นับถือต่อผู้นั้นด้วยความอ่อนน้อม ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คนที่มีความเคารพจะเป็นคนที่มีปัญญา เพราะยกใจสูงขึ้นพ้นจากความถือตัว

มงคลที่ 23 มีความถ่อมตน การเอามานะทิฏฐิออก มีความสงบเสงี่ยมเจียมตน ไม่ทะนงตนหรืออวดดี คอยพิจารณาข้อบกพร่องของตน มีจิตใจสูง น้อมตัวลงเพื่อรับการถ่ายทอดความดีจากผู้อื่น

มงคลที่ 24 มีความสันโดษ เป็นผู้รู้จักพอ รู้จักประมาณพอใจในสิ่งที่ตนมี ทำให้ใจให้สงบจากกิเลสสามารถรองรับคุณธรรมจากผู้อื่นได้เต็มที่ ผีกตนเองให้มีความเจริญก้าวหน้าทั้งเพื่อตนเอง ครอบครัว และสังคม

มงคลที่ 25 มีความกตัญญู มีความตระหนักและซาบซึ้งบุญคุณ จะทำให้มีสติปัญญาสมบูรณ์ รัฐบาลคุณผู้มีพระคุณจะทำให้ได้ดีมีสุขในปัจจุบัน พยายามตอบแทนผู้มีบุญคุณจะทำให้เป็นคนน่ารัก น่าเอ็นดู น่านับถือ จนใคร ๆ ก็เมตตาถ่ายทอดคุณความรู้ให้

มงคลที่ 26 พังธรรมตามกาล การขวนขวายหาเวลาไปฟังธรรม ฟังคำสั่งสอนจากผู้มีธรรมะ ยกระดับจิตใจและสติปัญญาให้สูงขึ้น แล้วนำมาปรับปรุงคุณธรรมที่มีอยู่ให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป

บทที่ 9

มงคลหมู่ที่ 8 การแสวงหาธรรมะเบื้องสูงใส่ตัวให้เต็มที่

มงคลหมู่ที่ 8 การแสวงหาธรรมะเบื้องสูงใส่ตัวให้เต็มที่ ได้แก่ มงคลที่ 27-30

มงคลที่ 27 มีความอดทน คือ การรักษาสภาวะปกติของตน ไม่ว่าจะถูกกระทบด้วยสิ่งใดก็ตาม มีความหนักแน่น ความอดทนจะต่อต้านความท้อถอยหดหู่ และทำให้เกิดความขยัน และจะชนะอุปสรรค ทำงานประสบความสำเร็จ

มงคลที่ 28 เป็นคนว่าง่าย เป็นคนที่อดทนต่อคำสั่งสอนได้ เมื่อมีผู้รู้มาแนะนำ และตักเตือนแล้วทำตามคำสอนด้วยความเคารพอ่อนน้อม ไม่คัดค้าน ทำให้รองรับการถ่ายทอดคุณธรรมมาฝึกตนได้มาก

มงคลที่ 29 เห็นสมณะ บรรพชิตที่ฝึกตนดีแล้ว เป็นแบบอย่างในการประพฤติของชาวโลก การเห็นสมณะเป็นการเห็นที่ประเสริฐ จะก่อให้เกิดศรัทธา แรงใจในการสร้างชาติ ประพฤติปฏิบัติธรรมให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

มงคลที่ 30 สันทนาธรรมตามกาล คือ การสนทนาธรรมกันเพื่อให้เกิดปัญญา รู้ว่าสิ่งใดเป็นอกุศลและควรงดเว้น สร้างสมกุศลกรรมความดี ตั้งใจทำความดี มีความสุขความเจริญ

บทที่ 10

มงคลหมู่ที่ 9 การฝึกภาคปฏิบัติเพื่อกำจัดกิเลสให้สิ้นไป

มงคลหมู่ที่ 9 การฝึกภาคปฏิบัติเพื่อกำจัดกิเลสให้สิ้นไป ได้แก่ มงคลที่ 31-34

มงคลที่ 31 บำเพ็ญตบะ คือ การทำความเพียรเผาผลาญกิเลสให้หมดไปจากใจ มีใจผ่องใส หมดทุกข์ ด้วยการประพฤติชุกตวัตร 13 ประการ ทำให้เกิดคุณธรรมในตัวมากมาย และเข้าถึงพระนิพพานได้เร็ว

มงคลที่ 32 ประพฤติพรหมจรรย์ การประพฤติตามคุณธรรมต่าง ๆ ทั้งหมดในพระพุทธศาสนาให้เคร่งครัด เพื่อป้องกันไม่ให้กิเลสกลับมา ต้องผ่านขั้นตอนต่าง ๆ ตามภูมิชั้นของจิต มุ่งทำกิเลสให้หมดสิ้น

มงคลที่ 33 เห็นอริยสัจ คือ ความจริงอันประเสริฐที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านได้ตรัสรู้ และให้เราปฏิบัติธรรม ผีกลสมาธิเพื่อให้ได้รู้เห็นและหลุดพ้นจากวัฏสงสารได้เช่นเดียวกับพระองค์

มงคลที่ 34 ทำนิพพานให้แจ้ง แปลว่า ความดับ ความสูญ คือกิเลส ดับทุกข์ สูญจากกิเลส จากภพ 3 เมื่อบุคคลเห็นอริยสัจเบื้องต้นแล้วหมั่นเจริญภาวนาต่อไปตามลำดับ จนกิเลสต่าง ๆ ค่อย ๆ หลุดไป จนหมดกิเลส เป็นพระอรหันต์ในที่สุด

บทที่ 11

มงคลหมู่ที่ 10 ผลจากการปฏิบัติธรรมจนหมดกิเลส

มงคลหมู่ที่ 10 ผลจากการปฏิบัติจนหมดกิเลส ได้แก่ มงคลที่ 35-38

มงคลที่ 35 จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม จิตใจของผู้ที่ทำพระนิพพานให้แจ้ง จะมีใจตั้งมั่น หนักแน่นเหมือนขุนเขา เป็นอุเบกขา ไม่ยินดียินร้ายใด ๆ

มงคลที่ 36 จิตไม่โศก จิตใจของผู้ที่ทำพระนิพพานให้แจ้ง จิตจะหลุดพ้นแห่งบ่วงสินเหา ไม่ลุ่มหลงในความรัก มีใจที่อึดเอิบ ผ่องใสและไม่เศร้าหมอง

มงคลที่ 37 จิตปราศจากธุลี จิตใจของผู้ที่ทำพระนิพพานให้แจ้ง กิเลสต่าง ๆ ทั้ง
หยาบและละเอียด ล่องหลุดไปจากใจหมด เหมือนหยาดน้ำตกจากใบบัว

มงคลที่ 38 จิตเกษม จิตใจของผู้ที่ทำพระนิพพานให้แจ้ง มีความสุข ปลอดภัยจาก
อันตรายจากการเวียนว่ายตายเกิด มีใจบริสุทธิ์เข้านิพพานตามพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและ
พระอรหันตสาวกทั้งหลาย

บทที่ 12

สรุปสาระสำคัญการพัฒนาดตนเองตามสูตรสำเร็จมงคลชีวิต

การนำสูตรสำเร็จมงคลชีวิต 38 ประการแห่งองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาใช้ใน
ชีวิตประจำวันให้ได้ผล เราต้องมั่นในหลักปฏิบัติของแต่ละมงคล รวมทั้งรู้จักแตกแม่บท ขยาย
ความ แยกแยะรายละเอียดของแต่ละมงคลได้อย่างขึ้นใจ จะได้ดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง

GB 203
สูตรสำเร็จ
การพัฒนาสังคมโลก

บทที่ 1

แนวคิดในการปฏิรูปมนุษย์

สาระสำคัญของการปฏิรูปมนุษย์

คือ การแก้ไขนิสัยและสันดานที่ไม่ดีงามของมนุษย์ที่เกิดจากความเห็นผิดหรือมิจฉาทิฐิ ให้เป็นสัมมาทิฐิ หรือความเข้าใจถูกต้องในเรื่องโลกและความเป็นไปของชีวิตตามความเป็นจริง เพื่อเป็นพื้นฐานในการพัฒนาสังคมโลกต่อไป

ความเห็นที่เป็นคู่ปรกักษ์กันอย่างถาวร

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า “มิจฉาทิฐิบุคคลเพียงคนเดียวหากเกิดขึ้นในโลก ก็ สามารถทำความพินาศให้เกิดขึ้นแก่โลกได้” เพราะมิจฉาทิฐิชนมักก่อปัญหาเลวร้ายต่าง ๆ ทั้งด้วยตนเอง และชักชวนผู้อื่นให้ร่วมกระทำความพินาศให้สังคมอยู่เนื่อง ๆ

ความเห็นผิด 10 ประการ

1. การทำทานไม่เกิดประโยชน์อะไรต่อตนเองหรือผู้ให้
2. การสงเคราะห์ผู้ตกทุกข์ได้ยากไม่เกิดประโยชน์อะไรต่อตนเองหรือผู้ให้
3. การบูชาบุคคลที่ควรบูชา เช่น ผู้มีพระคุณ หรือบุคคล และสมณพราหมณ์ผู้ประพฤติดีไม่มีผลดี
4. ผลหรือวิบากของกรรมที่ทำดีและทำชั่วนั้นไม่มีอยู่จริง
5. โลกนี้ไม่มีคุณ ไม่อายและไม่เกรงกลัวต่อบาปที่กระทำในชาตินี้ เพราะไม่เชื่อเรื่องกรรมและการสั่งสมกรรมดีเพื่อเป็นเสบียงข้ามชาติไป
6. เชื่อว่าตายแล้วสูญ ไม่มีการเกิดใหม่อีก ไม่สนใจการสั่งสมกรรมดี
7. ไม่เห็นพระคุณของมารดา และไม่แสดงกตัญญูกตเวทิต่อท่าน
8. ไม่เห็นพระคุณของบิดา และไม่แสดงกตัญญูกตเวทิต่อท่าน
9. สัตว์ผู้เกิดขึ้นหรือโอปปาติกะไม่มี หรือเชื่อเฉพาะสิ่งที่ตนเห็น ไม่คิดสั่งสมกรรมดีและกระทำชั่วเป็นอาจिन
10. ในโลกนี้ไม่เคยมีพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า และในปัจจุบันนี้ไม่มีผู้รู้แจ้งโลกนี้และโลกหน้าหลงเหลืออยู่ ตลอดจนกฎแห่งกรรมไม่มีจริง

บทที่ 2

คุณสมบัติของคนดีที่โลกต้องการ

ความเข้าใจของคนเรามีอยู่ 2 ระดับ คือ ระดับพื้นผิว หรือความเข้าใจด้านกายภาพ และระดับลึกเรื่องโลกและความเป็นจริงของชีวิตหรือสัมมาทิฐิ 10 ประการ ทั้งนี้สัมมาทิฐิในจิตใจของบุคคลนั้นสามารถลึกลงไปจากใจได้ หากไม่ได้นำมาปฏิบัติจนเกิดเป็นนิสัยติดตัว เหตุนี้เองจึงเป็นความจำเป็นในการปลูกฝังสัมมาทิฐิให้มั่นคงต่อไป

สัมมาทิฐิ คือ ปัจจัยหลักซึ่งก่อให้เกิดความรับผิดชอบ

สัมมาทิฐิเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้บุคคลเกิดความสำนึกรับผิดชอบต่อสิ่งต่าง ๆ อันเป็นพื้นฐานของการพัฒนาตนให้เป็นคนดีที่โลกต้องการได้ อาจแบ่งได้เป็น 4 ประการคือ

1. ความสำนึกรับผิดชอบต่อศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์ของตนเอง

บุคคลที่มีความสำนึกรับผิดชอบต่อประการนี้ คือ ผู้ที่ไม่ยอมปล่อยตนให้ทำตาม กรรมกิเลส 4 อัน ได้แก่ ปาณาติบาต อทินนาทาน กาเมสุมิฉฉาจาร และมสรวาท

2. ความสำนึกรับผิดชอบต่อศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์ของผู้ร่วมสังคม

บุคคลที่มีความสำนึกรับผิดชอบต่อประการนี้จะต้องเว้นจาก อกติ 4 อัน ได้แก่ ลำเอียงเพราะรัก ลำเอียงเพราะโกรธ ลำเอียงเพราะเขลา และลำเอียงเพราะกลัว

3. ความรับผิดชอบต่อศีลธรรมทางเศรษฐกิจ

บุคคลที่มีความสำนึกรับผิดชอบต่อประการนี้ คือ ผู้ที่เว้นจาก อบายมุข ทั้งปวง อันได้แก่ การเสพน้ำเมาชอบเที่ยวกลางคืน การติดการดูมหรสพในทุก ๆ ที่และโอกาส ติดการพนัน การคบคนชั่วเป็นมิตร และความเกียจคร้านในการทำงาน

4. ความรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อม

ความรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อมนี้แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

- 1) รับผิดชอบต่อบุคคลที่แวดล้อมตัวเรา หรือทิส 6 อันได้แก่ ทิสเบื้องหน้าคือ มารดาบิดา ทิสเบื้องขวาคือ ครูอาจารย์ ทิสเบื้องหลังคือ ภรรยา/สามี/บุตร ทิสเบื้องซ้ายคือ ญาติ/มิตรสหาย ทิสเบื้องล่างคือ ผู้ใต้บังคับ บัญชา และทิสเบื้องบนคือ สมณพราหมณ์
- 2) รับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อมตามธรรมชาติ ได้แก่ สิ่งแวดล้อมใกล้ตัว และไกลตัว

บทที่ 3

ความยั่งยืนแห่งคุณสมบัติของคนดี

เป้าหมายการเกิดเป็นมนุษย์

คือ การสร้างบารมี กำจัดกิเลสให้สิ้น อันเป็นผลให้บรรลุมรรคผลนิพพาน ทั้งนี้เป้าหมายดังกล่าว สามารถแบ่งได้เป็น 3 ระดับ กล่าวคือ ระดับบนดินหรือระดับต้น ระดับบนฟ้าหรือระดับกลาง และระดับเหนือฟ้าหรือระดับสูง

วิถีทางบรรลุเป้าหมายชีวิต

วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายชีวิตระดับต้น 4 ประการคือ ขยันทำมาหากินในทางสุจริต รู้จักเก็บและ รักษาทรัพย์ รู้จักเลือกคบคนดีหรือสร้างเครือข่ายกัลยาณมิตร และรู้จักใช้ทรัพย์ที่หามาได้อย่างเหมาะสม ทั้งนี้การสร้างเครือข่ายคนดีนับเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดของความสำเร็จทั้งปวง

ลักษณะนิสัยของมิตรแท้ มิตรเทียม

กลุ่มที่	ลักษณะนิสัยของมิตรเทียม	ลักษณะนิสัยของมิตรแท้
1	คนปอกลอก	มิตรมีอุปการะ
2	คนดีแต่พูด	มิตรร่วมทุกข์ร่วมสุข
3	คนหัวประจบ	มิตรแนะนำประโยชน์
4	คนชวนฉิบหาย	มิตรมีความรักใคร่

บทที่ 4

ผู้ลิขิตชีวิตคนดีที่โลกต้องการ

หลักการปลูกฝังคนดีที่โลกต้องการ

- 1) พิจารณาเลือกหลักธรรมสำหรับยึดเป็นแม่บทในการปลูกฝังคุณสมบัติของคนดี
- 2) การพัฒนาคุณสมบัติแห่งความเป็น “บัณฑิต” ของผู้ให้ปลูกฝังการอบรม
- 3) แบบแผนในการปลูกฝังคุณสมบัติของคนดี

การพัฒนาคุณสมบัติแห่งความเป็นบัณฑิตของผู้ให้การปลุกฝังอบรม

- 1) คบสัตบุรุษ คือ หาคฤดีให้พบ
- 2) ฟังพระสัทธรรม คือ เชื่อฟังคำครู
- 3) โยนิโสมนสิการ คือ ตรองคำครู
- 4) ปฏิบัติสมควรแก่ธรรม คือ ทำตามคำครู

แบบแผนในการปลุกฝังคุณสมบัติของคนดี

ควรจัดทำใน 2 ลักษณะ คือ ภาคปฏิบัติ ทำได้โดยการสร้างลักษณะนิสัยให้คุ้นเคยกับการทำกรรมดี และภาคทฤษฎี โดยการจัดการเรียนการสอนธรรมะแม่บท

วิธีปลุกฝังคุณสมบัติคนดีที่โลกต้องการ

สิ่งสำคัญ คือ การปลุกฝังสัมมาทิฐิ เพื่อเป็นภูมิคุ้มกันด้านจิตใจ ทั้งนี้ทิศ 6 เป็นผู้ทำหน้าที่สำคัญ

- ทิศเบื้องหน้า คือ บิดามารดา ซึ่งหน้าที่ที่สำคัญที่สุด คือ ห้ามไม่ให้บุตรทำชั่ว และให้ตั้งอยู่ในความดี
- ทิศเบื้องขวา คือ ครูบาอาจารย์ มีหน้าที่สำคัญในการปลุกฝังถ่ายทอดความรู้ทั้งทางโลกและทางธรรมให้ศิษย์ทุกคน
- ทิศเบื้องหลัง คือ ภรรยาหรือสามี ทั้งสองฝ่ายต้องยกย่องให้เกียรติซึ่งกันและกัน
- ทิศเบื้องซ้าย คือ มิตรสหาย
- ทิศเบื้องล่าง คือ ผู้ใต้บังคับบัญชา
- ทิศเบื้องบน คือ สมณพราหมณ์ หน้าที่ที่สำคัญที่สุดของพระสงฆ์คือ ห้ามทำความชั่ว ให้ตั้งอยู่ในความดี และอนุเคราะห์ด้วยน้ำใจงาม

บทที่ 5

กุญแจไขความสำเร็จของทิศทั้ง 6

จุดเริ่มต้นและผู้มีบทบาทสำคัญของการปลุกฝังคุณสมบัติของคนดีที่โลกต้องการ หรือการปฏิรูปมนุษย์ คือ ทิศทั้ง 6 โดยเฉพาะอย่างยิ่ง บิดามารดา ครูบาอาจารย์ และพระภิกษุสงฆ์ ทั้งนี้การปฏิรูปมนุษย์จะต้องเริ่มกันตั้งแต่เด็กวัยทารก จึงจะเกิดประสิทธิภาพอย่างแท้จริง

ความล้มเหลวของทศ 6

มีสาเหตุสำคัญอยู่ 2 ประการคือ

1. ไม่ได้ปฏิบัติตามอริยวินัย เนื่องจากไม่ได้ศึกษาและปฏิบัติธรรม
2. ขาดศีลปะในการครองใจคน จึงไม่สามารถอบรมสั่งสอนผู้อื่นได้ บุคคลใดต้องการฝึกตนให้เป็นที่รักของบุคคลอื่น จะต้องยึดหลักปฏิบัติ **สังคหวัตถุธรรม 4** ซึ่งเป็นบทฝึกที่สำคัญยิ่งของสัมมาทิฐิทั้ง 10 ประการ

บทที่ 6

บทสรุป

เครือข่ายกัลยาณมิตร คือ คำตอบสุดท้ายของการแก้ไขข้อบกพร่องของทศ 6 เพื่อความอยู่รอดของสังคมไทย ทั้งนี้ความร่วมมือของสถาบันบ้าน วัด และโรงเรียนนั้นสำคัญที่สุด โดยรัฐจะต้องเป็นผู้จุดประกายให้เครือข่ายทั้งสามประสานงานกันในการปลูกฝังสัมมาทิฐิให้เกิดขึ้นอย่างมั่นคงในสังคม

บทที่ 7

สังคาลกสูตร

พระพุทธองค์ทรงสอนให้รู้จักรักษามนุษยธรรม คือ ความเป็นมนุษย์ ซึ่งประกอบด้วย

การละกรรมกิเลส 4 เพื่อรักษาความเป็นคนไว้ให้สมบูรณ์

การละอคติ 4 เพื่อรักษาห่มุคณะเอาไว้

การละอบายมุข 6 เพื่อรักษาสมบัติเอาไว้เลี้ยงชีพให้เป็นสุข

ต่อมาพระพุทธองค์ทรงชี้แนะการเตรียมความพร้อมไว้เป็นทุนชีวิตที่ดีงาม คือ การบริหารการจัดการทรัพย์สินให้มีประสิทธิภาพ และรู้จักเลือกคบมิตรแท้ สุดท้ายทรงสอนให้เข้าใจและปฏิบัติหน้าที่ของตนตามหน้าที่อย่างสมบูรณ์ด้วยหลักทศ 6 และสังคหวัตถุ 4 เพื่อเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวสังคมให้มีเอกภาพและมีความสามัคคี

GB 304

สูตรสำเร็จการพัฒนา
องค์กรแลพเศรษฐกิจ

บทที่ 1

ความเข้าใจกฎในการสร้างตัวสร้างฐานะตามพุทธวิธี

ความร่ายตามความหมายของพระพุทธองค์นั้น หมายถึง “การสร้างฐานะควบคู่ไปกับการกำจัดกิเลสในตัว” ตามหลักการ 3 ประเด็นใหญ่ คือ

1) ทรงปลูกฝังให้ชาวพุทธสร้างฐานะอย่างมีอุดมการณ์ ตามเป้าหมายชีวิตทั้ง 3 ระดับ โดยมุ่งฝึกฝนตนเองตามรอยพระโพธิสัตว์ในกาลก่อน ด้วยการสั่งสมบารมี 10 ประการ (บารมี 10 ทศ)

2) ทรงชี้โทษความยากจนและห้ามชาวพุทธยอมแพ้ความยากจน ทรงสอนว่า เราสามารถพ้นจากความยากจนได้ด้วยความอดทน อดทนต่อความยากจนในปัจจุบัน และเอาชนะความตระหนี่ด้วยการหมั่นสั่งสมบุญกุศลไว้ล่วงหน้า อย่ายุติขาดแม้แต่วันเดียว

3) ทรงแนะนำพุทธวิธีสร้างตัวสร้างฐานะในปัจจุบันอย่างถูกต้องและยั่งยืน 4 ประการ

1. การสร้างตัวให้มีคุณสมบัติของผู้ชนะ จน-เจ็บ-โง่ ด้วยการฝึกฝนตนตามหลักฆราวาสธรรม คือ

- **สัจจะ** คือ ความจริงจังและจริงใจในการทำงานและการทำความดี
- **ทมะ** คือ ฝึกตนเองให้มีการพัฒนาด้านวิชาความรู้ และการพัฒนาจิตใจ
- **ขันติ** คือ ความอดทนต่ออุปสรรคที่จะเกิดขึ้นจากการสร้างตัวสร้างฐานะ
- **จาคะ** คือ การเสียสละ แบ่งปันให้กับมิตรสหาย ผู้มีคุณ และสมณพราหมณ์

2. ต้องสร้างฐานะเพื่อประโยชน์สุขในโลกนี้และโลกหน้า

การสร้างฐานะในโลกนี้อาศัยหลัก “ทิฐฐธัมมิกัตถประโยชน์ 4 ประการ” ด้วยการหาทรัพย์โดยสุจริต รู้จักเก็บรักษาทรัพย์ และใช้ทรัพย์เลี้ยงชีวิตของตนตามความจำเป็น นอกจากนี้ยังต้องมีความสามารถในการชักชวนคนดีมาเป็นเครือข่ายการค้าขายกับตนได้ ส่วนการสร้างฐานะเพื่อประโยชน์สุขในโลกหน้านั้นอาศัยหลัก “สัมปรายิกัตถประโยชน์” ด้วยการฝึกตนให้เชื่อมั่นในคำสอนของพระพุทธองค์ว่า เป็นสิ่งที่ถูกต้องจริง และปฏิบัติตามหลักธรรมพื้นฐานเพื่อควบคุมกาย วาจา และฝึกใจด้วยการเจริญภาวนา และการสละสิ่งของของตนเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น

3. ต้องพัฒนาตนเองและฐานะทางเศรษฐกิจให้เจริญรุ่งเรืองอย่างยั่งยืน

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้เราแบ่งทรัพย์ที่หามาได้ ไปเป็นทุนในการสร้างหมู่คณะ เพื่อร่วมกันพัฒนาท้องถิ่นให้เกิดความเจริญ 4 ประการ คือ

- **ปฏิรูปเทศ 4** คือ ความเพียรสร้างท้องถิ่นให้เหมาะแก่การทำความดีอย่างเต็มที่
- **สัปปริสุสังเสวะ** คือ ความเพียรสร้างเครือข่ายคนดีให้เกิดขึ้นในท้องถิ่น

- **อัตสัมมาปณิธิ** คือ ความเพียรสร้างการศึกษาเชิงพุทธให้เกิดขึ้นในท้องถิ่น
- **ปุปเพกตปุญญตา** คือ ความเพียรสร้างวัฒนธรรมชาวพุทธในท้องถิ่นให้เข้มแข็งและยั่งยืน

4. ต้องป้องกันต้นเหตุแห่งความวิบัติของการสร้างตนเอง-ฐานะ-หมู่คณะ

บุคคลที่มีปฏิญญาในความสามารถของตนถึงขั้นอวดดีถือดีและดูหมิ่นผู้อื่นนั้น ย่อมต้องพบความเสื่อมทั้งต่อตนเอง เสื่อมมิตร คือ ไม่มีใครอยากคบหาด้วย และเสื่อมเสียถึงหมู่คณะ อันเป็นเหตุให้ตนเองถึงแก่ความวิบัติในไม่ช้า

พระพุทธองค์ทรงให้หลักปฏิบัติไว้เพื่อป้องกันความอวดดีของตน คือ หมั่นเพิ่มพูนความดีตามรอยพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้งหลาย หมั่นคบกับัลยาณมิตร และหมั่นสั่งสมบุญด้วยการทำทานอยู่เนื่อง ๆ

บทที่ 2

ฆราวาสธรรม หลักการสร้างตัวให้มีคุณสมบัติของผู้ชนะ จน-เจ็บ-โง่

คุณสมบัติของผู้ที่จะมีชีวิตไม่เศร้าโศก คือ เอาชนะความจน-ความเจ็บ-ความโง่ได้นั้น ต้องประกอบด้วย คุณสมบัติ 2 ประการ

1. เป็นผู้มีความศรัทธาในการดำเนินชีวิต
2. เป็นผู้มีความซื่อสัตย์ คือ สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ

พระพุทธองค์ตรัสว่า การดำเนินชีวิตของผู้ครองเรือนที่ถูกตองนั้น ต้องดำเนินชีวิตด้วยศรัทธาอันเกิดขึ้นจากการได้ฟังธรรม จนเกิดความเข้าใจถูกต้องตามความเป็นจริงในเรื่องโลกและชีวิต 10 ประการ หรือเรียกว่าเป็น “ผู้มีสัมมาปฏิญญาเบื้องต้น” และดำเนินชีวิตอย่างผู้มีปัญญา เป็นเหตุให้คิดดี พูดดี และทำดีได้อย่างถูกต้อง ส่งผลให้กำจัดความทุกข์ในชีวิตได้ และมีแต่ความสุขความเจริญต่อไป

ฆราวาสธรรมคืออะไร

ฆราวาสธรรม คือ คุณสมบัติของผู้ที่สามารถสร้างเกียรติยศ สร้างปัญญา สร้างทรัพย์สมบัติ และสร้างหมู่ญาติมิตรให้เกิดขึ้นได้สำเร็จด้วยกำลังความเพียรของตน อันประกอบด้วยธรรมะ 4 ประการ คือ

- 1) **สัจจะ** แปลว่า จริง ตรง แท้ โดยฝึกตนให้มีความรับผิดชอบ หมายความว่า ถ้าจะทำอะไรแล้ว ต้องตั้งใจทำจริง ทำอย่างสุดความสามารถให้เป็นผลสำเร็จ

2) ทมะ แปลว่า ฝึกตน ช่มจิต และรักการฝึกฝนตนเอง เพื่อแก้คุณธรรมที่บกพร่อง หรือข้อเสียของตนและเพิ่มพูนความรู้ คุณธรรม จนสามารถสร้างตัวได้อย่างมั่นคง ตามแนวทางปฏิบัติ 4 ขั้นตอน คือ **ต้องหาครูดีให้เจอ ต้องฟังคำครู ต้องตรองคำครู และต้องทำตามคำครู**

3) ขันติ แปลว่า อดทน เป็นลักษณะบ่งบอกถึงความเข้มแข็งทางจิตใจ ในการพยายามทำความดี ถอนตัวออกจากความชั่ว และเป็นคุณธรรมที่สำคัญ ในการแสวงหาเพื่อให้ได้ทรัพย์มาในการสร้างตัว

4) จาคะ แปลว่า การเสียสละ หมายถึง ความมีน้ำใจต่อการอยู่ร่วมกัน นึกถึงประโยชน์ส่วนรวมเป็นหลัก การรู้จักเสียสละนั้น จะทำให้เราสามารถได้มิตรมา เพราะไม่เพียงเสียสละในทางวัตถุเท่านั้น ยังหมายรวมถึง การเสียสละความสะดวกสบายและอารมณ์ขุ่นมัวในตนเอง เพื่อดูแลผู้อื่นทั้งทางกายและทางจิตใจ

อานิสงส์ของการสร้างตัวให้มีฆราวาสธรรม

อานิสงส์ของฆราวาสธรรมโดยรวม ก็คือ เมื่อมีสัจจะย่อมมีเกียรติยศชื่อเสียง เมื่อมีทมะย่อมได้รับปัญญา เมื่อมีขันติย่อมเกิดทรัพย์ในบ้าน และเมื่อมีจาคะย่อมเกิดมิตรที่ดีไว้เป็นสมัคพรคพวกในสังคม

ส่วนโทษของการขาดฆราวาสธรรมโดยรวม ก็คือ เมื่อขาดสัจจะย่อมเกิดปัญหาถูกหาถระแวง เมื่อขาดทมะย่อมเกิดปัญหาความโง่เขลา เมื่อขาดขันติย่อมเกิดปัญหาความยากจน และเมื่อขาดจาคะย่อมเกิดปัญหาความเห็นแก่ตัวเกิดขึ้นในสังคม

บทที่ 3

เศรษฐศาสตร์เชิงพุทธ หลักการสร้างฐานะเพื่อความสุขในโลกนี้และโลกหน้า

เศรษฐศาสตร์เชิงพุทธ หมายถึง ความรู้ที่ว่าด้วยหลักการและวิธีการแสวงหาทรัพย์เพื่อเลี้ยงชีพตนเองและผู้อื่นให้มีความสุขในชาตินี้และชาติหน้า โดยไม่สร้างความเดือดร้อนให้แก่สังคม และยังเป็นการเพิ่มพูนศีลธรรมในตนเองและสังคมให้สูงส่งยิ่ง ๆ ขึ้นไปด้วย

เศรษฐศาสตร์โดยทั่วไป จะมุ่งสอนอยู่ 3 เรื่องหลัก คือ **หาเป็น เก็บเป็น และใช้เป็น** แต่สำหรับเศรษฐศาสตร์เชิงพุทธนั้น มุ่งสอนอยู่ 4 เรื่องหลัก คือ นอกจากจะสอนเรื่องหาเป็น เก็บเป็น ใช้เป็นแล้ว ยังเน้นสอนเรื่อง **“การสร้างเครือข่ายคนดีเป็น”** ด้วย

ต้นทุนในการสร้างฐานะ

ก็คือ นิสัยที่ดี หรือมีคุณสมบัติพื้นฐาน 4 ประการของหลักพรวาชาธรรม

พุทธวิธีสร้างฐานะให้ร่ำรวยในชาตินี้

วิธีสร้างฐานะทางเศรษฐกิจนี้ มีศัพท์ทางศาสนา เรียกว่า “ทิวฐธัมมิกัตถประโยชน์” แปลว่า ประโยชน์ในปัจจุบัน เป็นวิธีสร้างฐานะที่ถูกต้องชอบธรรม ไม่ก่อกรรมสร้างเวรให้กับใคร และไม่สร้างความเดือดร้อนในภายหลังแต่อย่างใด มี 4 ประการ ดังนี้

- 1) อุฏฐานสัมปทา การหาทรัพย์เป็น
- 2) อารักขสัมปทา การเก็บทรัพย์เป็น
- 3) กัลยาณมิตตตา การสร้างเครือข่ายคนดีเป็น
- 4) สมชีวิตา การใช้ชีวิตเป็น คือ ไม่หมกมุ่นกับอบายมุขทั้งหลายและรู้จักเลือกคบคนดี

พุทธวิธีสร้างฐานะให้ร่ำรวยในชาติหน้า

คือ หลักธรรมที่เรียกว่า สัมปรายิกัตถประโยชน์ 4 ประการ ซึ่งเป็นไปเพื่อเกื้อกูลแก่ภพหน้า เพื่อความสุขในชาติหน้า ประกอบด้วย ศรัทธาสัมปทา ศีลสัมปทา จาคสัมปทา และปัญญาสัมปทา

ทำอย่างไรจึง “หาทรัพย์เป็น”

สาเหตุที่ทำให้คนเราร่ำรวยเป็นมหาเศรษฐี หรือที่มาของทรัพย์ทั้งหลายนั้น เกิดจากสาเหตุ 2 ประการ คือ ความขยันให้ถูกดี-ถึงดี-พอดีในปัจจุบัน และบุญเก่าที่สั่งสมไว้ดีแล้วในอดีตตามมาส่งผล ทั้งนี้ปัจจัยทั้งสองนี้ต้องทำควบคู่กันไปในทุก ๆ วัน จึงจะสามารถสร้างฐานะความร่ำรวยทั้งโลกีย์ทรัพย์ และอริยทรัพย์ได้อย่างสมบูรณ์

ทำอย่างไรจึง “เก็บทรัพย์เป็น”

หลักการเก็บทรัพย์ คือ ต้องเก็บทรัพย์โดยที่คำนึงถึงศีลธรรม สิ่งใดที่เป็นความจำเป็นสำหรับชีวิตชนิดที่ขาดไม่ได้ ผู้มีศีลธรรมจะใช้เท่าที่จำเป็น และไม่เก็บกักตุน หรือแสวงหาผลประโยชน์จากสิ่งนั้นมากเกินไปและไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน รวมถึงรู้จักเปลี่ยนทรัพย์ให้เป็นทุนไว้เลี้ยงตัวในภพชาติหน้า

ทำอย่างไรจึง “สร้างเครือข่ายคนดีเป็น”

การสร้างเครือข่ายคนดี หรือเครือข่ายกัลยาณมิตรจะต้องประกอบด้วยคุณลักษณะสำคัญ อย่างน้อย 3 ประการ คือ

- 1) ตนเองต้องเป็นคนดีมีสัมมาทิฐิเข้าไปอยู่ในใจอย่างมั่นคง
- 2) กัลยาณมิตรในเครือข่ายแต่ละคนก็ต้องเป็นคนดีมีสัมมาทิฐิเข้าไปอยู่ในใจอย่างมั่นคง
- 3) ต้องร่วมกันทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาและสังคม เพื่อพัฒนาเครือข่ายให้แข็งแกร่ง

ทำอย่างไรจึง “ใช้ชีวิตเป็น”

สิ่งสำคัญของการใช้ชีวิตเป็น คือ ต้องมองชีวิตตามความเป็นจริง และไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต โดยต้องรู้จักวางแผนการใช้ทรัพย์ให้เป็น และใช้ชีวิตอย่างถูกต้องเพื่อบรรลุเป้าหมายชีวิตตามลำดับ

ทำอย่างไรจึง “มีศีล จาคะ และปัญญา”

โดยสรุปคือ ต้องรู้ความสำคัญของคุณธรรมนั้น ๆ และหาต้นแบบด้านความประพฤติที่ดีงาม ตระหนักถึงคุณและโทษของการละเลยการฝึกตัว และต้องรู้จักรักษาและเพิ่มพูนคุณธรรมให้เพิ่มขึ้นทุกวัน

บทที่ 4

จักรธรรม หลักการพัฒนาตนเองและฐานะทางเศรษฐกิจให้เจริญรุ่งเรือง

จักรธรรม หมายถึง ความดี 4 ประการ อันเป็นประจวบลัพท์ที่ขับเคลื่อนชีวิตให้ทำความดี สอนกระแสวิเคราะห์ได้อย่างเต็มที่ และนำไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองทั้งทางโลกและทางธรรมอย่างยั่งยืน

องค์ประกอบของจักรธรรม

1. ปฏิรูปเทสวาสะ แปลว่า การอยู่ในถิ่นที่เหมาะสมแก่การสร้างความดี
2. สัมปยุตตสัมมาปณิธิ แปลว่า การสร้างเครือข่ายกัลยาณมิตรให้เกิดขึ้น หรือสร้างทิศ 6 ให้เข้มแข็งโดยอาศัยความร่วมมือกันระหว่างบ้าน วัด และโรงเรียน
3. อุตตสัมมาปณิธิ แปลว่า สมบูรณ์พร้อมด้วยการตั้งตนไว้ชอบ คือ งานสร้างการศึกษาเชิงพุทธให้เกิดขึ้นในท้องถิ่น
4. ปุพเพกตปุญญตา แปลว่า การสร้างวัฒนธรรมชาวพุทธให้เกิดขึ้นในท้องถิ่น

องค์ประกอบของการสร้างวัฒนธรรมชาวพุทธ

- มีผู้นำจิตใจที่เป็นต้นแบบที่ดี
- มีรูปแบบวัฒนธรรมชาวพุทธที่ดี โดยแบ่งออกเป็น 3 หมวดใหญ่

หมวดที่ 1 ว่าด้วยการเพิ่มพูนความกรุณา เพื่อกำจัดกิเลสตระกูลโลภะหรือความตระหนี่ออกจากใจ ทั้งนี้ความตระหนี่นั้นสามารถแก้ได้ด้วยการทำทาน

หมวดที่ 2 ว่าด้วยการเพิ่มพูนความบริสุทธิ์ เพื่อกำจัดกิเลสตระกูลโทสะและป้องกันตนไม่ให้ความชั่ว และสามารถฝึกฝนได้ด้วยการรักษาศีล

หมวดที่ 3 ว่าด้วยการเพิ่มพูนปัญญา เพื่อกำจัดกิเลสตระกูลโมหะ โดยมุ่งฝึกฝนอบรมตนเองให้ฉลาด มีสติปัญญา ทั้งนี้สามารถฝึกฝนได้ด้วยการทำสมาธิเจริญภาวนา

วัฒนธรรมชาวพุทธทั้งสามหมวดนี้ พระพุทธองค์ทรงเรียกว่า **บุญกิริยาวัตถุ 3** คือ ทาน ศีล ภาวนา เป็นเครื่องมือพัฒนาใจให้พ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย และเพิ่มพูนปัญญา โดยผ่านการแตกแขนงวัฒนธรรมออกมาในหลายรูปแบบ ดังนั้นผู้ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ นอกจากจะได้รับ “นิสัยที่ดี” แล้ว ย่อมได้ “ผลบุญ” เป็นเสบียงติดตัวไปข้ามภพข้ามชาติอีกด้วย

- มีวิธีถ่ายทอดวัฒนธรรมที่ดี ด้วยการ “แนะดี” และ “นำดี”
- มีบุคคลที่รักการฝึกฝนอบรมตนเองในเรื่องความเคารพ ความมีวินัย และความอดทน
- มีวัดที่ดีเป็นสถานที่ฝึกฝนอบรมตนเอง

การสร้างวัฒนธรรมชาวพุทธให้สำเร็จนั้น จำเป็นต้องอาศัยองค์ประกอบทั้ง 5 ประการนี้ ฉะนั้นผู้ที่คิดจะสร้างวัฒนธรรมชาวพุทธจึงต้องเป็นบุคคลที่มีเป้าหมายชีวิตระดับสูงสุด คือ มุ่งทำพระนิพพานให้แจ้ง เพราะตระหนักดีว่า งานที่แท้จริงของชีวิต ก็คือ การกำจัดกิเลสในตัวของคนเรา

บทที่ 5

ต้นเหตุแห่งความวิบัติของความเจริญรุ่งเรือง

ต้นเหตุแห่งความวิบัติของความเจริญคือ “ทิฏฐิมานะ” หรือ “ความอวดดีถือดี” ที่มีอยู่ในตัวเราซึ่งทิฏฐิมานะนี้เป็นต้นเหตุของความเสื่อมทั้งคุณธรรมในตน เสื่อมกัลยาณมิตรหรือบุคคลรอบข้างที่คอยช่วยเหลือ สุดท้ายจึงเสื่อมเสียถึงหมู่คณะ

หลักการป้องกันความเสื่อม

1. หมั่นตรวจสอบการสร้างความดีของตนและเทียบเคียงกับการสร้างบารมีทั้ง 10 ประการของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า ตนเองยังมีข้อบกพร่องอย่างไรบ้าง และควรปรับปรุงแก้ไขด้วยวิธีการใด เป็นการลดความอวดดีของเราไปด้วย

2. หมั่นคบกับลาภมิตร และเข้าไปปวารณาตัวให้ตักเตือนได้ในยามประมาท เป็นการลดทิฏฐิและยังเป็นการฝึกฝนตนเอง และสร้างโอกาสที่จะถ่ายทอดคุณธรรมความรู้ที่เรามีอยู่มาสู่ตัวเรา

3. หมั่นสร้างอริยทรัพย์ให้เกิดขึ้นในตน เพื่อเป็นหลักประกันความเสื่อมทั้งในโลกนี้และโลกหน้า

วิธีการสร้างอริยทรัพย์ให้เกิดขึ้นในตนเพื่อป้องกันความเสื่อมทั้งในโลกนี้และโลกหน้า

อริยทรัพย์ คือ ทรัพย์อันประเสริฐ ถ้ามีอยู่ในบุคคลใดแล้วจะห่างไกลจากความเสื่อมทั้งต่อตนเอง ทรัพย์สมบัติ และหมู่คณะ มีอยู่ 7 ประการด้วยกัน คือ

1. ศรัทธา คือ ความเชื่อที่ประกอบไปด้วยปัญญา
2. ศีล คือ การรักษากาย วาจา ให้บริสุทธิ์เป็นปกติ ไม่เบียดเบียนใคร
3. หิริ คือ ความละอายต่อการทำบาป ละอายต่อการคิดชั่ว พูดชั่ว และทำชั่ว
4. โอตตปปะ คือ ความกลัวต่อผลของบาปทั้งในปัจจุบันและในอนาคต
5. สุตตะ คือ หมั่นฟังและศึกษาธรรมที่ตนไม่เคยรู้ และเพิ่มพูนความรู้ที่มีอยู่แล้วให้เพิ่มพูนมากยิ่งขึ้น ๆ ขึ้นไป
6. จาคะ คือ รู้จักเสียสละ
7. ปัญญา เป็นข้อที่สำคัญที่สุด เพราะสาเหตุที่ทำให้เป้าหมายชีวิตของเราคลอนแคลนนั้น เป็นเพราะใจขาดความมั่นคง ซึ่งการฝึกสมาธิภาวนา เป็นการฝึกใจให้มีพลัง มีความหนักแน่นในการบรรลุเป้าหมายชีวิตได้อย่างสมบูรณ์

อานิสงส์ของการสร้างตัวสร้างฐานะตามพุทธวิธี

ความรวยเริ่มต้นที่ความเข้าใจถูกต้องตามความจริงของโลกและชีวิต

ทุกชีวิตตกอยู่ในกระแสของวัฏฏะ คือ วงจรซึ่งอยู่ภายใต้หลักการของเหตุและผล หรือกฎแห่งกรรม ซึ่งครอบคลุมการกระทำทั้งหมดของชีวิตทั้งหลาย

วงจรชีวิตนั้น มีอยู่ 2 วงจร คือ วงจรแห่งความเสื่อมและวงจรแห่งความเจริญ หากเข้าใจถึงวงจรชีวิตดีแล้ว ย่อมจะทราบได้ว่าอะไรเป็นสาเหตุจุดเริ่มต้นของความรวยและความจน และมีปัญหาในการดำเนินชีวิตตามพุทธวิธี 3 ประการ คือ

- 1) มีเป้าหมายชีวิต 3 ระดับ คือ บนดิน บนฟ้า และเหนือฟ้า
- 2) เห็นโทษของความยากจนและไม่ยอมแพ้ความยากจน
- 3) สร้างความรวยตามพุทธวิธีอย่างทุ่มชีวิตเป็นเดิมพัน

เบื้องหลังความยากจนข้ามภพข้ามชาติ คือ ความตระหนี่ ความประมาทในชีวิต และความเกียจคร้านการงาน

เบื้องหลังความรวยข้ามภพข้ามชาติ คือ เป็นคนที่มีนิสัยไม่ตระหนี่ ไม่ประมาท ขยันสร้างทานบารมี และรู้หลักวิชาของการสร้างความรวยถาวรข้ามภพข้ามชาติ คือ การเปลี่ยนโลกียทรัพย์ให้เป็นอริยทรัพย์หรือบุญ ด้วยการทำทานกับเพื่อนาบุญผู้สมบูรณ์ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา เท่านั้น

อานิสงส์ในปัจจุบันของการสร้างตัวสร้างฐานะตามพุทธวิธี

รวยปัญญา คือ เป็นผู้สมบูรณ์ด้วยวิชาความรู้ทางโลก เพื่อกำจัดความยากจน-เจ็บ-โง่ ให้หมดไป และสมบูรณ์ด้วยปัญญาทางธรรม เพื่อใช้จัดความทุกข์ทางใจจนหมดกิเลสและเข้าสู่พระนิพพาน

รวยศีลธรรม คือ สมบูรณ์ด้วยศีลธรรมที่ได้มาจากการคบบัณฑิต และการประพฤติธรรม มีการละชั่ว ทำดี ทำใจให้ผ่องใส เป็นต้น

รวยเกียรติยศ คือ สมบูรณ์ด้วยยศฐาบรรดาศักดิ์ ตำแหน่งหน้าที่การงาน และความเป็นหัวหน้า อันเป็นผลมาจากคุณธรรมในตัวที่เป็นคนปราศจากอคติในการทำงาน

รวยมิตรดี คือ สมบูรณ์ด้วยญาติ มิตร เพื่อนสนิท พวกพ้องบริวาร ที่เป็นคนดี ที่เกิดจากการสนับสนุน ส่งเสริมให้คนดีมาอยู่รวมกัน ทำงานรวมกัน ทำความดีพร้อมกัน จึงเป็นพลังหมู่ที่บริสุทธิ์

รวยทรัพย์ คือ รวยทรัพย์สมบัติ ได้แก่ แก้ว แหวน เงิน ทอง ข้าทาสบริวารต่าง ๆ ที่ได้มาจากการประกอบการทำงานไม่มีโทษ และมีอริยทรัพย์ซึ่งเป็นเสบียงบุญในการทำเป้าหมายชีวิตขั้นสูงสุด คือ การบรรลุพระนิพพานให้สำเร็จในวันข้างหน้าอีกด้วย

รวยบุญ คือ รวยทรัพย์ละเอียดที่มีคุณสมบัตินัดตัวข้ามภพชาติไปได้ ยิ่งถ้านำสมบัติที่ได้เพราะบุญเก่าในอดีตมาสร้างบุญใหม่ต่อไปด้วยแล้ว ก็จะทำให้ชีวิตเจริญก้าวหน้ามากยิ่งขึ้นจนกระทั่งหลุดพ้นจากวัฏสงสารในที่สุด

GB 405

ประวัติศาสตร์

พระพุทธศาสนา

บทที่ 1

บทนำ

ประวัติศาสตร์คืออะไร

ประวัติศาสตร์ หมายถึง เหตุการณ์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นในอดีต และสิ่งที่มนุษย์ได้กระทำหรือสร้างแนวความคิดไว้ทั้งหมด ตลอดจนเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติที่มีผลต่อมนุษยชาติ ซึ่งนักประวัติศาสตร์ได้ศึกษาค้นคว้า วิเคราะห์ ตีความหมาย แล้วเรียบเรียงขึ้น

ประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนาคืออะไร

ประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนา หมายถึง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับพระพุทธศาสนาในอดีตจนถึงปัจจุบัน ซึ่งนักประวัติศาสตร์ได้ศึกษาค้นคว้าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเหล่านั้นจากหลักฐานต่าง ๆ ที่ค้นพบวิเคราะห์ ตีความหมายด้วยความรู้และประสบการณ์ของตน แล้วเรียบเรียงขึ้นเป็นตำราประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนาให้บุคคลในยุคหลังได้ศึกษาค้นคว้าต่อไป

ทำไมต้องศึกษาประวัติศาสตร์

1. ศึกษาเพื่อเป็นบทเรียนสำหรับปัจจุบัน
2. ศึกษาความรู้ในอดีตเพื่อนำมาต่อยอดสร้างความเจริญก้าวหน้าในปัจจุบัน
3. ศึกษาเพื่อคาดคะเนความเป็นไปได้ในอนาคต

ทำไมต้องศึกษาประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนา

ศึกษาปัจจัยแห่งความสำเร็จและความล้มเหลวของการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ในอดีต รวมถึงศึกษาวิธี การสั่งสอนสรรพสัตว์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการเผยแผ่ในปัจจุบัน

จะศึกษาประวัติศาสตร์ด้วยวิธีการอย่างไร

1. ศึกษาด้วยความสนใจใคร่รู้ในประวัติศาสตร์
2. ศึกษาด้วยการใช้ความจำประกอบกับความเข้าใจ
3. ศึกษาโดยคำนึงถึงเจตจำนงของผู้เขียนประวัติศาสตร์

บทที่ 2

สังคมอินเดียก่อนพุทธกาล

ภูมิหลังทางภูมิศาสตร์และประวัติศาสตร์ของอินเดีย

อินเดียยุคโบราณมีพื้นที่ครอบคลุม 5 ประเทศในปัจจุบัน คือ ประเทศอินเดีย ปากีสถาน เนปาล บังกลาเทศ และอัฟกานิสถาน ดินแดนทางตอนใต้ขึ้นไปในมหาสมุทรอินเดีย ส่วนทางตอนเหนือ ตะวันออก และตะวันตก ล้อมรอบไปด้วยภูเขาสูง

แหล่งกำเนิดอารยธรรมลุ่มแม่น้ำสินธุ

เริ่มต้นขึ้นในราว 2,800 ปีก่อนพุทธกาล ในยุคสำริด (Bronze Age) ซึ่งคาดว่าเป็นอารยธรรมยุคเดียวกับอารยธรรมเมโสโปเตเมียในลุ่มแม่น้ำไทกริสและยูเฟรติส และอารยธรรมอียิปต์ในลุ่มแม่น้ำไนล์ นักโบราณคดีจึงลงความเห็นว่า เมืองแรกสุดในอารยธรรมลุ่มแม่น้ำสินธุสร้างขึ้นเมื่อประมาณ 5,000 ปีมาแล้ว และเชื่อว่าเมืองเหล่านั้นคงมีรัฐบาลกลางที่รวมอำนาจอยู่ที่ศูนย์กลาง และมีศิลปวิทยาการที่เจริญก้าวหน้าในระดับหนึ่งแล้ว แต่ก็ไม่พบหลักฐานที่เป็นตัวเขียนหรือตัวอักษรจารึกใด ๆ ทำให้การกำหนดอายุของอารยธรรมลุ่มแม่น้ำสินธุทำได้ยากยิ่ง แต่ก็พอจะอนุมานเทียบเคียงได้จากซากสิ่งก่อสร้างและวัตถุที่ขุดค้นพบตามวิธีการของนักโบราณคดีเท่านั้น

การเข้ามาของชนเผ่าอารยัน

นักประวัติศาสตร์ทั่วโลกยอมรับว่า **ชนชาติดราวิเดียน** ถือเป็นเจ้าของอารยธรรมโบราณทั้งหมด รวมทั้งอารยธรรมลุ่มแม่น้ำสินธุ ชาวดราวิเดียนเข้าไปปะปนกับพวกนิษาที่อาศัยอยู่ในแถบลุ่มแม่น้ำสินธุก่อนหน้านี้แล้ว ผสมปนเปจนกลายเป็นชนพื้นเมืองที่เรียกว่า **“มิลักชะ”**

ต่อมาราว 1,000-1,500 ปีก่อนพุทธศักราช การเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญในประวัติศาสตร์ก็ได้เกิดขึ้น เมื่อชาวทราวิชหรือมิลักชะพ่ายแพ้แก่ชาว **“อารยัน” (Aryans)** ที่รุกรมาจากตะวันตกเฉียงเหนือของอนุทวีป จนสามารถครอบครองอินเดียตอนเหนือ และทิศตะวันออกเฉียงเหนือส่วนใหญ่ และตอนกลางไว้ได้ทั้งหมด ขณะเดียวกันก็ผลักดันให้ชาวทราวิชซึ่งไม่ชำนาญในการสู้รบ ให้ถอยร่นหนีไปหลายทิศทาง คือ ทางตะวันออกไปสู่ลุ่มแม่น้ำคงคาแล้วถูกขับเลยไปทางดินแดนอัสสัม ทราวิชอีกพวกหนึ่งหนีลงมาทางตอนใต้ของอินเดียปัจจุบัน กระทั่งข้ามไปสู่ลังกา หลังจากมีชัยชนะเหนือชาวทราวิชหรือมิลักชะแล้ว ชาวอารยันจึงเรียกผู้พ่ายแพ้อย่างเหยียดหยามว่า **“ทาสะ”** หรือ **“ทัสยู” (Dasyus)** ในภาษาสันสกฤต ซึ่งมีความหมายว่า ทาส คนใช้ หรือคนชั้นต่ำ

การอพยพเคลื่อนย้ายของชาวอารยันนั้น แบ่งออกเป็น 2 สาย คือ สายหนึ่งมุ่งไปทางตะวันตกตอนใต้ ซึ่งต่อมากลายเป็นบรรพบุรุษของชาวยุโรป และอีกสายหนึ่งอพยพไปทางทิศตะวันออกเฉียงใต้ จากนั้นจึงเข้าสู่เปอร์เซียและอินเดียตามที่กล่าวมาข้างต้น ทั้งนี้พวกอารยันที่เข้ามาใหม่นั้นค่อย ๆ ทอยเข้ามาในอินเดียเป็นระลอก ๆ อยู่นานเป็นร้อยปี จนกระทั่งหยุดการอพยพเมื่อราว 800 ปีก่อนพุทธกาล

ชาวอารยันสร้างอารยธรรมใหม่ของตนขึ้นอย่างแข็งแกร่งสืบต่อมา ในที่สุดจึงเกิดเป็นอารยธรรม 3 สาย คือ

- 1) อารยธรรมดราวิเดียนแท้
- 2) อารยธรรมอารยัน
- 3) อารยธรรมผสมระหว่างดราวิเดียนกับอารยัน

นักประวัติศาสตร์ศาสนาเชื่อว่า อารยธรรมที่เจริญรุ่งเรืองและคงอยู่ต่อมาก็คืออารยธรรมสายที่ 3 ที่มีการผสมผสานกันระหว่างอารยธรรมดราวิเดียนแท้กับอารยธรรมใหม่

กำเนิดพัฒนาการทางความเชื่อของศาสนาพราหมณ์

ยุคพระเวท (Vedic Period) ประมาณ 800-300 ปี ก่อนพุทธศักราช

เพื่อประโยชน์ในการปกครอง ชาวอารยันได้แบ่งวรรณะโดยแบ่งเป็น 4 วรรณะ ดังนี้

- | | |
|-------------|----------|
| 1. พราหมณ์ | 3. แพศย์ |
| 2. กษัตริย์ | 4. ศูทร |

คัมภีร์พระเวท

ชาวอารยันนำศาสนาของพวกตน ซึ่งประกอบด้วยลัทธิพิธีที่เกี่ยวกับการใช้ไฟในการประกอบพิธีพิธีกรรม รวมถึงวิหารหรือเทวาลัยสำหรับเป็นที่สถิตของเทพเจ้า เข้าผสมผสานกับความเชื่อทางศาสนาของชาวทราวิทพื้นเมืองที่นับถือธรรมชาติเช่นเดียวกัน แต่มุ่งเน้นธรรมชาติทั้ง 4 คือ ดิน น้ำ ลม และไฟ ก่อตัวเป็นลัทธิศาสนาใหม่ที่พัฒนาจนกลายเป็นศาสนาพราหมณ์

ต่อมาได้มีการจัดรวบรวมบทสวดต่าง ๆ ที่มีอยู่ขึ้นเป็นหมวดหมู่ และบันทึกไว้ด้วยภาษาสันสกฤตโบราณซึ่งเป็นภาษาเก่าแก่ชั้นสูง เรียกว่า **คัมภีร์พระเวท (Veda)** ประกอบด้วย 3 คัมภีร์ คือ **ฤคเวท สามเวท ยชุรเวท** รวมเรียกว่า **ไตรเวท** หรือ **ไตรเพท**

ยุคพราหมณ์ 300-100 ปีก่อนพุทธศักราช

ในยุคนี้ได้พัฒนาจากที่มีเทพเจ้าองค์เดียว คือ พระพรหมมาเป็น 3 องค์เรียกว่า **"ตรีมูรติ" (Trimurati)** ซึ่งถือกันว่า เทพเจ้าทั้งสามเป็นเทพเจ้าผู้ศักดิ์สิทธิ์ ดังนี้

- 1) พระพรหม เป็นผู้สร้าง (Creator) สถิตอยู่ชั้นบนเหนือพื้นพิภพ
- 2) พระวิษณุหรือนารายณ์ เป็นผู้รักษา (Preserver) สถิตอยู่ทางทิศใต้ประจำอยู่ทางทะเล
- 3) พระศิวะหรืออิศวร เป็นผู้ทำลาย (Destroyer) สถิตอยู่ทางเหนือของภูเขาหิมาลัย

ยุคอุปนิษัท 150-100 ปีก่อนพุทธศักราช

ปรัชญาการดำเนินชีวิตตามหลักอัสรม 4

- 1) พรหมจารี (Brahmacharya : Student) แปลว่า ผู้ประพฤติพรหมจรรย์ มีพิธีเรียกว่า "อุปานยัน" แปลว่า นำชีวิตเข้าสู่ความรู้ตั้งแต่อายุ 8 ขวบ
- 2) คฤหัสถ์ (Grihastha : Householder) แปลว่า ผู้ครองเรือน มีพิธีเรียกว่า "ปุตตะ" จะต้องประกอบอาชีพให้มีฐานะมั่นคงในทางฆราวาส
- 3) วนปรัสถ์ (Vanaprastha : Hermit) แปลว่า ผู้ยู่ป่า หลังจากสร้างฐานะในเพศคฤหัสถ์ได้แล้ว มีบุตรธิดาสืบสกุลแล้ว ก็ยกทรัพย์สมบัติให้บุตรธิดา แล้วออกไปอยู่ในป่าเพื่อแสวงหาความสุขสงบจากความวิเวก
- 4) สันยาสี (Sannyasa : Ascetic) แปลว่า ผู้แสวงหาธรรม พิธีบวชเป็นสันยาสี คุรุ (ครู) จะทำพิธีสวดมนต์บูชาพระเจ้า จุดมุ่งหมายคือ โมกษะ

แนวคิดระบบปรัชญาอินเดีย 2 สาย

1. พวกอไวทิกวาทะ (Avidika) หรือ นาสติกะ (Nastika) คือ พวกที่ปฏิเสธความศักดิ์สิทธิ์ แบ่งได้เป็น 2 กลุ่มคือ

- 1) กลุ่มเหตุผลนิยม (Rationalist) ที่เน้นการแสวงหาความรู้ โดยการใช้เหตุผลและการตั้งข้อสมมุติฐาน
- 2) กลุ่มประสบการณ์นิยมหรือปฏิบัตินิยม (Experientialist) ที่ยืนยันว่าความรู้ที่แท้จริง ย่อมเป็นผลที่เกิดมาจากการปฏิบัติ

2. พวกไวทิกวาทะ (Vaidika) หรือ อาสติกะ (Astika) คือ พวกที่ยังคงนับถือพระเวทเป็นปัทมฐาน คือ ยอมรับประเพณีของพราหมณ์และไม่ปฏิเสธความศักดิ์สิทธิ์ของพระเวท พวกไวทิกวาทะนี้ต่อมาภายหลังก่อเกิดเป็น 6 ลัทธิใหญ่ เรียกว่า “**หลักทรรศนะ 6**” (Six Darshanas) ทรรศนะเหล่านี้มีรายละเอียดคำสอนต่างกัน ดังนี้

ลัทธิเวทานตะ (Vedanta) ก่อตั้งโดยฤาษีพาทรายนะ

ลัทธินี้สืบทอดมาจากการแตกยอดบทอุปนิษัทบทสุดท้ายของคัมภีร์พระเวท ที่กล่าวถึงจุดสูงสุดแห่งการศึกษาหรือที่เรียกว่า เวทานตะ ตั้งปรัชญาความเชื่อว่า ความจริงแท้ (สัจธรรม) หรือความจริงอันสูงสุด หรืออันติมสัจจะ (Ultimate Reality)

ลัทธินยายะ (Nyaya) ก่อตั้งโดยท่านฤาษีโคตรมะ

ลัทธินี้เน้นหนักไปในเรื่องการพิจารณาหาความจริงแบบตรรกะ (Logical Realism) โดยใช้ความคิด วิพากษ์วิจารณ์และวิเคราะห์ความจริงในรูปแบบต่าง ๆ โดยเชื่อว่า ความจริงที่ยอมรับได้จะต้องอธิบายได้ด้วยหลักของเหตุผล

ลัทธิไวเศษิกะ (Vaisesika) ก่อตั้งโดยฤาษีภณาท

ลัทธินี้สอนว่า โลกเกิดจากพลังอันมองไม่เห็นที่สืบมาจากกรรมในภพก่อน แต่ก็มีจิตอันยิ่งใหญ่ที่สุด คือ ปรมาตมัน เป็นใหญ่อยู่ในสากลโลกเป็นอมตะ

ลัทธิสาขชยะ (Sankhya) ก่อตั้งโดยกบิลมหามุนี

ลัทธินี้มุ่งแสวงหาความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับสัจภาพ โดยการจำแนกวัตถุแห่งการรับรู้ ออกเป็น “ตัดตะวะ” หรือความจริงแท้ 25 ประการ ซึ่งอาจย่อลงเป็น 2 คือ

1. **ปุรุષะ** คือ อาตมันหรือวิญญาณสากล

2. **ประกฤติ ปุรุષะ** คือ สิ่งที่เป็นต้นเหตุหรือต้นกำเนิดของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง

ลัทธิโยคะ (Yoga) ก่อตั้งโดยปตัญจลิมหาฤาษี

เชื่อว่าเทพเจ้าผู้ทรงอำนาจเหนือมนุษย์ คือ พระพรหมผู้ยิ่งใหญ่หรือปรมาตมัน อันเป็นปฐมวิญญาณของสัตว์ทั้งหลาย ในยุคต้นฝึกบำเพ็ญตบะโดยหวังไปทางโลกียสุข ต่อมาฝึกเน้นหนักไปในทางทำจิตให้สะอาดเพื่อจะได้รวมกับพระพรหม

ลัทธิมิมางสา (Mimamsa) ก่อตั้งโดยฤาษีไซมินิ

เชื่อว่า วิญญาณเป็นสิ่งที่มืออยู่จริง เชื่อว่า โลกนี้และวิญญาณต่าง ๆ ล้วนเป็นอมตะ และเชื่อความศักดิ์สิทธิ์ของคัมภีร์พระเวท แต่ไม่ได้กล่าวถึงเทพเจ้าว่า เป็นผู้สร้างโลก โดยถือว่าพระเจ้าสูงสุดไม่มี

บทที่ 3

สังคมอินเดียสมัยพุทธกาล

สภาพเศรษฐกิจและการปกครอง

การเมืองการปกครอง รูปแบบการปกครองของแต่ละแคว้นนั้นแตกต่างกันอยู่บ้าง วิรัช ธีรพันธุ์เมธี ได้แบ่งรูปแบบการปกครองในสมัยพุทธกาลไว้ 3 รูปแบบคือ

1) **แบบจักรวรรดินิยม** คือ แคว้นที่มีแสนยานุภาพมาก มีอำนาจเหนือแคว้นอื่น ใช้อำนาจยึดครองแคว้นอื่นมาเป็นเมืองขึ้นของตน

2) **แบบสมบูรณาญาสิทธิราชย์** ได้แก่ แคว้นที่ให้อำนาจสิทธิ์ขาดในการปกครองบ้านเมืองขึ้นอยู่กับพระมหากษัตริย์โดยตรง

3) **แบบประชาธิปไตย** ได้แก่ แคว้นที่อำนาจสิทธิ์ขาดในการปกครองมิได้ขึ้นอยู่กับประมุขแห่งแคว้นแต่เพียงผู้เดียว จะมี “สภา” เป็นผู้กำหนดนโยบายและมีอำนาจตัดสินใจเกี่ยวกับกิจการบ้านเมือง เรียกกันในสมัยนั้นว่า “สามัคคีธรรม”

สภาพเศรษฐกิจในสมัยพุทธกาล

การประกอบอาชีพของวรรณะทั้ง 4 ในอินเดียสมัยพุทธกาล

- 1) วรรณะกษัตริย์ เป็นชนชั้นสูงมีหน้าที่ในการปกครอง ประกอบด้วยพระราชามหากษัตริย์ เชื้อพระวงศ์ต่าง ๆ รวมถึงพวกที่รับราชการในระดับสูง เช่น ปุโรหิต เสนาบดี เป็นต้น
- 2) วรรณะพราหมณ์ เป็นผู้มีอาชีพสั่งสอนคนในสังคมและทำพิธีตามลัทธิศาสนา มีทั้งที่เป็นนักบวชและคฤหัสถ์ เช่น ครูทั้ง 6 ก็จัดเป็นชนชั้นสูงเช่นกัน
- 3) วรรณะแพศย์ เป็นพลเมืองทั่วไป มีอาชีพทำการเกษตร เลี้ยงสัตว์ ช่างฝีมือ ค้าขาย ซึ่งจัดเป็นชนชั้นสามัญ
- 4) วรรณะศูทร เป็นพวกกรรมกรหรือคนใช้ซึ่งทำงานหนัก ได้แก่ พวกทาส 4 จำพวก คือ ทาสที่เกิดภายในเรือน ทาสที่ซื้อมาด้วยทรัพย์ ผู้ที่สมัครเข้ามาเป็นทาส เซลยที่เข้าถึงความเป็นทาส พวกนี้จัดเป็นชนชั้นต่ำ มีอาชีพในการรับจ้างด้วยแรง

ครูทั้ง 6 ลัทธิร่วมสมัยพุทธกาล

1. ปุณณกัสสปะ ลัทธิของปุณณกัสสปะจัดอยู่ในประเภท “อภิริยวาทะ” หมายถึง ลัทธิที่ถือว่าทำแล้วไม่เป็นอันทำ
2. มกขลิโคสาล ลัทธิของมกขลิโคสาลจัดอยู่ในประเภท “หัตถิกวาทะ” คือ ลัทธิที่ถือว่าไม่มีเหตุ ไม่มีปัจจัย
3. อชิตเกสกัมพล ลัทธิของอชิตเกสกัมพลจัดอยู่ในประเภท “อุจเจทวาทะ” คือ ลัทธิที่ถือว่าตายแล้วขาดสูญ
4. ปกุกัจจายณะ ลัทธิของปกุกัจจายณะจัดอยู่ในประเภท “หัตถิกวาทะ” หมายถึง ลัทธิที่ถือว่าไม่มีเหตุ ไม่มีปัจจัย
5. สัญชัยเวลัฏฐบุตร ลัทธิของสัจชัยเวลัฏฐบุตรจัดอยู่ในประเภท “อมราวิกเขปวาทะ” คือ เป็นลัทธิ ที่หลบเลี่ยงไม่แน่นอน
6. นิครนถ์นาฏบุตร ลัทธิของนิครนถ์นาฏบุตรปัจจุบันเรียกว่า ศาสนาเซน ลัทธินี้จัดอยู่ในประเภท “อัตตกิลมถานุโยค” คือ เป็นลัทธิที่ถือว่ากรรมของตนเองเป็นการเผากิเลส

การบังเกิดขึ้นของพระพุทธศาสนากับการเปลี่ยนแปลงความเชื่อและวัฒนธรรมในสังคมอินเดีย

ด้วยระยะเวลาเพียง 45 ปีแห่งการบังเกิดขึ้นของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ทรงเผยแผ่พระธรรม คำสอน นำพาให้มหาชนเปลี่ยนความเชื่อวัฒนธรรมดั้งเดิม มานับถือพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งได้จำนวนมาก ชนทุกชั้นวรรณะหันมานับถือพระพุทธศาสนา

- การเปลี่ยนแปลงความเชื่อและวัฒนธรรมในสังคมอินเดีย มีสาเหตุสำคัญ 3 ประการ คือ
1. คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นสัจธรรมที่เที่ยงแท้แน่นอน
 2. พราหมณ์โดยทั่วไปยอมรับพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเนื่องจากพระองค์มีกายมหารูขุ
 3. คำสอนของพราหมณ์มีความขัดแย้งกันเอง

บทที่ 4

พระพุทธศาสนาในอินเดียหลังยุคพุทธกาล

ปรารถนาเหตุความมั่นคงแห่งพระพุทธศาสนา เหล่าสาวกจึงได้ทำการรื้อรองพระธรรมวินัย หรือที่เรียกว่า “การทำสังคายนา” อยู่หลายครั้ง ที่สำคัญ คือ ครั้งที่ 1-3 ซึ่งล้วนแต่กระทำในประเทศอินเดียทั้งสิ้น

ปฐมสังคายนา : หลังจากพุทธปรินิพพาน 3 เดือน

ประธานสงฆ์ : พระมหากัสสปเถระ มีพระอุบาลีเป็นผู้เรียบเรียงสวดพระวินัย พระอาณนทีเป็นผู้เรียบเรียงสวดพระสูตร

ผู้เข้าร่วมประชุมสังคายนา : พระอรหันตชีณาสพจำนวน 500 องค์

องค์อุปถัมภ์ : พระเจ้าอชาตศัตรู

เหตุปรารถนาในการทำสังคายนา : พระสุภัททะกล่าวจ้วงจาบพระธรรมวินัย

สถานที่ประชุมทำสังคายนา : ถ้ำสัตตบรณคูหา ข้างภูเขาเวภารบรรพตเมืองราชคฤห์

ระยะเวลาในการประชุม : กระทำอยู่ 7 เดือนจึงสำเร็จ

บ่อเกิดของนิกายมหายาน

มีสาเหตุหลัก 2 ประการคือ

1. สาเหตุภายใน คือ เหล่าพุทธสาวกมีความเห็นไม่ตรงกัน และเคร่งครัดพระธรรมวินัยไม่เท่ากัน

2. สาเหตุภายนอก คือ ภัยจากบ่อนทำลายของพราหมณ์ผู้เป็นปฏิปักษ์

มหายานสองสายที่มีต้นกำเนิดในอินเดีย ในทางวิชาการเชื่อว่า นิกายมหายานทั้งสองสายมีต้นกำเนิดในอินเดีย

นิกายมหายมิกะ เป็นพวกนัตถิกวาท กล่าวถึงความไม่มีอะไรเหลืออยู่เลย ไม่มีสภาวะที่จะกำหนดเป็นสาระได้

นิกายโยคาจาร เป็นพวกสัสตวาท กล่าวถึง ความมีอยู่อย่างเที่ยงแท้ถาวรในหลักคำสอนของเถรวาท นิกายทั้งสองถือเป็นมิจฉาทิฎฐิ

พระพุทธศาสนาในยุคเสื่อมจากอินเดีย

การเผยแพร่ของลัทธิตันตรยาน

นิกายตันตรยานได้มีวิวัฒนาการมาเพื่อต้านภัยอันตรายที่คุกคามพระพุทธศาสนาในอินเดีย ซึ่งประสบความสำเร็จได้เป็นอย่างดีเนื่องจากมีอิทธิพลรื้อให้เสื่อมใสได้ง่าย มีพิธีกรรมที่งดงาม แต่เมื่อมีการแก้ไขกรรมวินัยมากขึ้น จึงค่อย ๆ เสื่อมลงเรื่อย ๆ จนถูกศาสนาพราหมณ์กลืนไป

พระพุทธศาสนาภายใต้การอุปถัมภ์ของฝ่ายอาณาจักร

โดยทั่วไปพระพุทธศาสนาอาศัยกษัตริย์หรือพระเจ้าแผ่นดินทรงอุปถัมภ์ แผ่นดินใดที่พระเจ้าแผ่นดินทรงอุปถัมภ์พระพุทธศาสนาก็จะเจริญรุ่งเรือง แต่แผ่นดินใดพระเจ้าแผ่นดินไม่ทรงอุปถัมภ์พระพุทธศาสนาก็จะอยู่ในภาวะซบเซา

สาเหตุที่ทำให้พระพุทธศาสนาเสื่อมจากอินเดีย

โดยสรุปเกิดจากสาเหตุ 2 ประการ คือ

1. สาเหตุภายใน คือ พุทธบริษัทขาดการปฏิบัติธรรม แล้วนำหลักธรรมมาขบคิดตามในแบบทฤษฎี ทำให้มีความเห็นไม่ตรงกัน ทะเลาะถกเถียงกันเอง จนเกิดเป็นแนวความคิดต่าง ๆ แยกตัวออกเป็นนิกายต่าง ๆ ขึ้นมากมาย

2. สาเหตุภายนอก คือ การที่ศาสนาพราหมณ์พยายามกลืนพระพุทธศาสนา โดยการปรับเปลี่ยนคำสอนของตน อ้างว่าพระพุทธศาสนาเป็นส่วนหนึ่งในศาสนาของตน รวมทั้งการที่เหล่ามุสลิมได้เข้ามาเช่นฆ่าพระภิกษุ และทำลายศาสนสถานเสียหายเป็นจำนวนมาก

พระพุทธศาสนาในเอเชีย

พระพุทธศาสนาในเอเชียใต้

เอเชียใต้ ได้แก่ ประเทศอินเดีย ปากีสถาน เนปาล ภูฏาน และบังกลาเทศ รวมไปถึง ศรีลังกา มัลดีฟส์ ประเทศเหล่านี้เป็นต้นแหล่งแห่งพระพุทธศาสนาในยุคแรกโดยเฉพาะประเทศอินเดียที่เป็นต้นกำเนิดของพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาในเอเชียตะวันออก

เอเชียตะวันออก ได้แก่ ประเทศจีน ไต้หวัน มองโกเลีย เกาหลีเหนือ เกาหลีใต้ ญี่ปุ่น พระพุทธศาสนา ในเอเชียตะวันออกเป็นนิกายมหายาน โดยเริ่มต้นเผยแพร่จากอินเดียสู่จีน จากจีนสู่เกาหลี และจากเกาหลีสู่ญี่ปุ่น เป็นต้น ส่วนประเทศทิเบตนั้นบางตำราถือว่าได้รับพระพุทธศาสนาตั้งแต่สมัยพุทธกาล

พระพุทธศาสนาในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้

ประเทศในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ได้แก่ ประเทศไทย พม่า ลาว กัมพูชา เวียดนาม มาเลเซีย รวมทั้งประเทศที่เป็นเกาะในทะเล ได้แก่ ฟิลิปปินส์ สิงคโปร์ อินโดนีเซีย บรูไน และติมอร์ตะวันออก ประเทศที่ประชากรส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธในปัจจุบัน คือ ไทย เวียดนาม ลาว กัมพูชา และพม่า ส่วนประเทศมาเลเซีย อินโดนีเซีย และบรูไน จะนับถือศาสนาอิสลามเป็นหลัก ประเทศฟิลิปปินส์ และติมอร์ตะวันออก ประชากรส่วนใหญ่นับถือศาสนาคริสต์

- พระพุทธศาสนาในประเทศไทย

พระพุทธศาสนาเข้ามาสู่ไทยในสมัยพระเจ้าอโศกมหาราช ประมาณ พ.ศ. 236 โดยพระโสมนเรศวรและพระอูตตรเถระเป็นผู้นำมาเผยแพร่ยังสุวรรณภูมิ ซึ่งในขณะนั้นอาณาจักรไทยรวมอยู่ในดินแดนสุวรรณภูมิด้วย สุวรรณภูมิ แปลว่า แผ่นดินทองคำ ปัจจุบันยังชี้ชัดไม่ได้ว่าดินแดนสุวรรณภูมิครอบคลุมไปถึงประเทศใดบ้าง

พระพุทธศาสนาที่เข้ามาในประเทศไทยในยุคแรก คือ นิกายเถรวาท เป็นนิกายดั้งเดิมของพระพุทธศาสนา และเป็นนิกายเดียวของพระพุทธศาสนาในประเทศไทยในยุคเริ่มต้น จนกระทั่งในสมัยรัชกาลที่ 3 แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ พระพุทธศาสนาได้กำเนิดนิกายใหม่ ชื่อว่า ธรรมยุตินิกาย และนิกายเก่าที่มีแต่เดิมได้ชื่อว่า มหานิกาย

พระพุทธศาสนาในเอเชียตะวันตกเฉียงใต้

ประเทศในแถบเอเชียตะวันตกเฉียงใต้ ที่มีหลักฐานชัดเจนว่าพระพุทธศาสนาเคยรุ่งเรืองมาก่อนมีเพียงประเทศอัฟกานิสถานเท่านั้น โดยพระพุทธศาสนาเข้าไปในอัฟกานิสถานตั้งแต่สมัยพุทธกาล คือ เมื่อคราวที่สองพ่อค้า ชื่อ ตปุสสะและภัลลิกะ ได้พบพระพุทธองค์และประกาศตนว่าเป็นพุทธมามกะ และเจริญรุ่งเรืองมากในสมัยที่พระเจ้าอโศกมหาราชส่งคณะพระสงฆ์มาเผยแผ่ และสิ้นสุดลงเมื่อศาสนาอิสลามได้เข้ามาในแถบนี้ จนปัจจุบันพระพุทธศาสนาได้สาบสูญไปจากดินแดนแห่งนี้แล้ว เหลือไว้เพียงศาสนสถานที่ยังไม่ถูกทำลาย

พระพุทธศาสนาในเอเชียกลาง

เอเชียกลางเป็นจุดเชื่อมระหว่างเอเชียและยุโรปเข้าด้วยกัน ประกอบด้วยประเทศต่าง ๆ ดังนี้คือ คาซัคสถาน (Kazakhstan) อุซเบกิสถาน (Uzbekistan) ทาจิกิสถาน (Tajikistan) เติร์กเมนิสถาน (Turkmenistan) และคีร์กีซสถาน (Kyrgyzstan) ปัจจุบันเอเชียกลางเป็นถิ่นอิสลาม แทบไม่มีพุทธศาสนิกชนอยู่เลย แม้ในอดีตพระพุทธศาสนาจะเคยเจริญรุ่งเรืองในแถบนี้มาก่อน เพราะประเทศเหล่านี้อยู่บนเส้นทางสายไหม อันเป็นเส้นทางการค้าระหว่างยุโรปและเอเชีย และเคยเป็นเส้นทางเผยแผ่ศาสนาด้วย โดยเฉพาะพระพุทธศาสนา

เอเชียกลางรับพระพุทธศาสนามาตั้งแต่สมัยพระเจ้าอโศกมหาราชและเจริญรุ่งเรืองมากในสมัยพระเจ้ากนิษกมหาราชประมาณปี พ.ศ. 600 นอกจากนี้เอเชียกลางยังเป็นแหล่งเผยแผ่พระพุทธศาสนาเข้าไปสู่ประเทศจีนด้วย พระพุทธศาสนารุ่งเรืองอยู่ในแถบนี้เป็นเวลาพันปี จนกระทั่งประมาณ พ.ศ. 1200 เป็นต้นไป กองทัพอิสลามเข้าสู่เอเชียกลาง เมื่อตีได้แล้วก็บังคับให้คนแถบนี้เปลี่ยนเป็นมุสลิม

บทที่ 6

พระพุทธศาสนาในตะวันตก

ในยุคแรกชาวตะวันตกรู้จักพระพุทธศาสนาจากตำรา ที่ปราชญ์ทั้งหลายซึ่งเดินทางไปดินแดนที่พระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองและได้บันทึกเรื่องราวต่าง ๆ เอาไว้

ในยุคล่าอาณานิคมศตวรรษที่ 17 ประเทศที่มีพระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองจำนวนไม่น้อยที่ตกเป็นเมืองขึ้นของตะวันตก จึงเกิดมีการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรม จนทำให้ชาวยุโรปได้รู้จักพระพุทธศาสนามากยิ่งขึ้น

ต่อมาในศตวรรษที่ 20 เป็นยุคของนิกายมหายาน ชาวพุทธนิกายมหายานหลายนิกายได้เข้าไปเผยแผ่ในตะวันตกและได้รับการตอบรับเป็นอย่างดี พุทธศาสนิกชนในแต่ละประเทศจึงมี

จำนวนเพิ่มมากขึ้น ประกอบกับในพุทธศตวรรษที่ 24 และ 25 ที่ผ่านมามีการจัดส่งสมณทูตจำนวน มากจากเอเชียไปเผยแผ่พุทธธรรมในยุโรป อเมริกา และโอเชียเนีย ปัจจุบันชาวตะวันตกจำนวนไม่ น้อยจึงหันมาสนใจพระพุทธศาสนาและมีแนวโน้มจะเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ โดยเฉพาะ พระพุทธศาสนาเถรวาท

สาเหตุที่ชาวตะวันตกหันมานับถือพระพุทธศาสนา

โดยสรุปชาวตะวันตกยอมรับนับถือพระพุทธศาสนาด้วยเหตุผลว่า

1. พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งเหตุผล คำสอนสามารถพิสูจน์ได้ และสอนให้พิสูจน์ ก่อนแล้วจึงเชื่อตาม ซึ่งสอดคล้องกับหลักการทางวิทยาศาสตร์ที่เจริญรุ่งเรืองในตะวันตก
2. พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งสันติ รักสงบ ไม่ใช้ความรุนแรง

บทที่ 7

บทสรุป

พระพุทธศาสนาอุบัติขึ้นเมื่อ 2,500 กว่าปีที่ผ่านมาโดยการตรัสรู้ธรรมของพระสัมมาสัม- พุทธเจ้า พระองค์ทรงทำให้ผู้คนในสังคมอินเดียสมัยนั้นละทิ้งความเชื่อเดิมในศาสนาพราหมณ์หัน มานับถือพระพุทธศาสนาได้จำนวนมาก การเสด็จอุบัติขึ้นของพระพุทธองค์จึงเป็นเหตุการณ์ที่ ยิ่งใหญ่ในประวัติศาสตร์อินเดียและประวัติศาสตร์โลก

เมื่อกาลผ่านไปยาวนานพระพุทธศาสนาได้เผยแผ่ออกไปกว้างขวางทั้งในเอเชียและ ตะวันตก ส่วนในอินเดียนั้นพุทธบริษัทยุคหลังเน้นการศึกษาพระปริยัติธรรม แต่หย่อนการปฏิบัติ ธรรม ทำให้ความรู้ในพระธรรมวินัยไม่ถูกต้องสมบูรณ์ มีความเห็นพระวินัยแตกต่างกัน พระพุทธศาสนาจึงแตกออกเป็นนิกายต่าง ๆ มากมาย เป็นผลให้พระพุทธศาสนาอ่อนแอลง จนไม่ อาจต้านทานการรุกรานจากต่างศาสนาได้ ด้วยระยะเวลาเพียง 1,700 ปีหลังพุทธปรินิพพาน พระพุทธศาสนาก็ได้สูญสิ้นไปจากอินเดีย

ถึงแม้พระพุทธศาสนาจะสูญสิ้นไปจากอินเดียแล้วแต่ก็ยังไม่สูญหายไปจากโลก เพราะผล จากการเผยแผ่ของสมณทูต 9 สายและการเผยแผ่ของชาวพุทธในยุคต่าง ๆ ได้ทำให้ พระพุทธศาสนาไปเจริญรุ่งเรืองอยู่ในดินแดนอื่น ๆ แทน ชาวพุทธจากประเทศต่าง ๆ ก็ได้ ย้อนกลับมาฟื้นฟูพระพุทธศาสนาในอินเดียขึ้นใหม่ จากประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนาทำให้ได้แนวคิดที่สำคัญในการธำรงรักษาพระพุทธศาสนา 2 ประการ คือ

1. ชาวพุทธต้องเป็นพุทธศาสนิกชนที่แท้จริง ศึกษาพระปริยัติธรรมให้แตกฉาน ปฏิบัติธรรมจนเกิดปฏิเวธ มีความเข้าใจพระสัทธรรมอย่างลึกซึ้ง มีศรัทธาที่มั่นคง
2. ชาวพุทธต้องไม่นิ่งดูตายเมื่อมีภัยเกิดขึ้นกับพระพุทธศาสนา ต้องถือหลักว่า **“เรื่องส่วนตัวให้วางอุเบกขา แต่เรื่องพระศาสนาให้เอาอุเบกขาวาง”** ช่วยกันขจัดปัดเป่าภัยที่เกิดขึ้นเพื่อรักษาพระพุทธศาสนาเอาไว้ให้ได้ และช่วยกันเผยแผ่พระธรรมคำสอนให้กว้างไกลออกไปทั่วโลก

GB 406
สรรพศาสตร์
ในพระไตรปิฎก

บทที่ 2

สรรพศาสตร์ในทางโลก

คำว่า “สรรพศาสตร์” มาจากคำสองคำ คือ “สรรพ” และ “ศาสตร์” สรรพ แปลว่า ทุกสิ่ง, ทั้งปวง หรือ ทั้งหมด ส่วน ศาสตร์ แปลว่า ระบบวิชาความรู้

ดังนั้น สรรพศาสตร์ จึงหมายถึง ระบบวิชาความรู้ทั้งปวงหรือศาสตร์ทั้งปวงที่มีอยู่ในโลกนี้ ซึ่งองค์การยูเนสโก ได้จัดแบ่งเป็นหมวดวิชาใหญ่ ๆ คือ มนุษยศาสตร์ (Humanities) สังคมศาสตร์ (Social Sciences) และ วิทยาศาสตร์ธรรมชาติ (Natural Sciences) หรือ เรียกโดยย่อว่า วิทยาศาสตร์

หลักการเบื้องต้นของแต่ละศาสตร์

มนุษยศาสตร์

“มนุษยศาสตร์” เป็นหมวดวิชาที่เรียนเรื่องเกี่ยวกับ มนุษย์และการแสดงออกเกี่ยวกับตัวเอง เป็นวิชาที่ว่าด้วย “โลกภายในของมนุษย์” อันได้แก่ความรู้สึกนึกคิด จริยธรรม และการสื่อสาร เป็นต้น

รัฐศาสตร์

รัฐศาสตร์เป็นสาขาหนึ่งในหมวดสังคมศาสตร์ ศึกษาเกี่ยวกับปรากฏการณ์และพฤติกรรมของสังคมทางการเมืองและการปกครอง คำว่า “รัฐศาสตร์” ในภาษาอังกฤษใช้คำว่า “Political Science” มีรากศัพท์มาจากภาษาเยอรมันว่า “staatswissenschaft” (สตาตวิสเซนชาฟต์) แปลตามตัวอักษรได้ว่า “ศาสตร์แห่งรัฐ”

นิติศาสตร์

คำว่า นิติ ในภาษาสันสกฤต หมายถึง ขนบธรรมเนียม แบบแผน แต่ในระยะหลังวงการกฎหมายไทยเข้าใจว่า นิติ หรือ เนติ แปลว่า กฎหมาย แต่ตามศัพท์ดั้งเดิมของอินเดียแท้ ๆ นิติ แปลว่า ขนบธรรมเนียม เช่น ราชนิติ โลกนิติ ในอินเดียคำว่า นิติศาสตร์จึงหมายถึง วิชาเกี่ยวกับราชนิติประเพณี เป็นความรู้ที่ราชบุโรหิตจะต้องรู้เพราะบุโรหิตเป็นที่ปรึกษาราชการแผ่นดิน

เศรษฐศาสตร์

คำว่า เศรษฐศาสตร์ (Economics) มาจากภาษากรีกว่า Oikos แปลว่า ครัวเรือน และ nomos แปลว่า กฎระเบียบ ดังนั้นรวมกันแล้วจึงหมายความว่า “การจัดการในครัวเรือน” ส่วนคำว่า “เศรษฐกิจ” (Economy) มาจากภาษากรีก 2 คำรวมกันคือ Oikos หมายถึง บ้าน และ nemien หมายถึง การจัดการ ดังนั้น เศรษฐกิจ จึงหมายถึง “การจัดการบ้าน” จะเห็นว่าคำว่าเศรษฐกิจมีความหมายใกล้เคียงกับคำว่าเศรษฐศาสตร์มาก

วาทศาสตร์

วาทศาสตร์ หมายถึง วิชาที่ศึกษาถึงการสื่อสารความคิด และความรู้สึก โดยการใช้สัญลักษณ์ต่าง ๆ ทั้งที่เป็นสัญลักษณ์ที่มองเห็นได้และรับฟังได้ ซึ่งมนุษย์จะต้องใช้สัญลักษณ์เหล่านี้ถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดของตนไปสู่ผู้อื่น หรือ จากผู้พูดไปสู่ผู้ฟัง สรุปแล้ววาทศาสตร์หมายถึง ศาสตร์แห่งการพูดนั่นเอง

วิทยาศาสตร์

คำว่า “วิทยาศาสตร์” มาจากคำศัพท์ในภาษาอังกฤษว่า “Science” ซึ่งคำนี้มาจากภาษาลาตินว่า “Scientia” มีความหมายว่า รู้เห็นได้อย่างชัดเจนด้วยปัญญา หรือเห็นความแตกต่างของสิ่งต่าง ๆ

แพทยศาสตร์

แพทยศาสตร์ หมายถึง วิชาการป้องกันและบำบัดโรค ซึ่งเป็นสาขาหนึ่งของวิทยาศาสตร์สุขภาพ ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพและเฝ้าระวังรักษาโรค แพทยศาสตร์มีศาสตร์เฉพาะทางมากมาย เช่น อายุรกรรม, ศัลยกรรม, สูติกรรม ฯลฯ ในแต่ละสาขายังแบ่งเป็นสาขาย่อยลงไปอีก

บทที่ 3

ความรู้พื้นฐานเรื่องเอกภพ

ความหมายของเอกภพ

เอกภพ (Universe) หมายถึง ระบบรวมของทุกสรรพสิ่งในธรรมชาติ ตั้งแต่สิ่งที่เล็กที่สุดที่มองไม่เห็นด้วยตาเนื้อ ได้แก่ อะตอม อันประกอบด้วย โปรตอน, นิวตรอนและอิเล็กตรอนเป็นต้น จนถึงสิ่งที่ใหญ่โตมโหฬาร ได้แก่ กาแล็กซีต่าง ๆ ที่ตั้งอยู่ในอวกาศอันกว้างใหญ่ไพศาล

ทฤษฎีสำคัญสำหรับศึกษาเอกภพ

ปัจจุบันนักวิทยาศาสตร์ใช้ทฤษฎีพื้นฐาน 2 ทฤษฎีในการอธิบายเอกภพ คือ

ทฤษฎีสัมพัทธภาพ (Theory of Relativity) คำว่า “สัมพัทธภาพ” มาจากภาษาอังกฤษว่า “Relativity” เป็นคำนาม ส่วนคำคุณศัพท์ของคำนี้ คือ “Relative” แปลว่า สัมพัทธ์ คือ ที่เทียบเคียงกัน หรือ ที่เปรียบเทียบกัน

ทฤษฎีสัมพัทธภาพ มีหลักการสำคัญ คือ ผลของการวัดหรือการสังเกตปรากฏการณ์ทุกสิ่งทุกอย่าง จะมีผลโดยสมบูรณ์หรือมีความหมาย ก็ต้องเป็นการวัดหรือการสังเกตเปรียบเทียบกับ การอ้างอิงเสมอ

ทฤษฎีสัมพัทธภาพของไอน์สไตน์นั้นมีอยู่ 2 ทฤษฎี คือ

- 1) ทฤษฎีสัมพัทธภาพพิเศษ (Special Theory of Relativity)
- 2) ทฤษฎีสัมพัทธภาพทั่วไป (General Theory of Relativity)

ทฤษฎีควอนตัม (Quantum Theory)ควอนตัม (Quantum) แปลว่า ก้อนพลังงานเป็น คำที่ มักซ์พลังค์ (Max Planck) นักฟิสิกส์ชาวเยอรมันผู้ตั้งทฤษฎีควอนตัมขึ้นในปี ค.ศ.1900 (พ.ศ.2443)ใช้เรียกพลังงานของแสงที่ได้ออกมาจากการเผา “ของแข็ง” จนร้อนและสุกสว่าง มักซ์พลังค์ สังเกตเห็นว่า พลังงานของแสงที่ให้ออกมานั้นไม่ต่อเนื่องกัน แต่จะมีลักษณะเป็นช่วง ๆ หรือ เป็นก้อน ๆ เขาจึงเรียกพลังงานในปริมาณช่วงหนึ่ง ๆ หรือ ก้อนหนึ่ง ๆ ว่า “ควอนตัม”

ควอนตัม เป็นแขนงหนึ่งของวิชาฟิสิกส์ เรียกว่า ควอนตัมฟิสิกส์บ้าง (Quantum physics) เรียกว่า วิชากลศาสตร์ควอนตัมบ้าง (Quantum mechanics) ซึ่งเป็นศาสตร์ที่ศึกษาเอกภพในระดับเล็กที่ตาเปล่ามองไม่เห็น

ผลที่สำคัญของทฤษฎีควอนตัมทฤษฎีควอนตัมพบว่า ในโลกของสสารที่มีขนาดเล็ก ไม่มีความคงที่สม่ำเสมอ ไม่มีกฎเกณฑ์ที่แน่นอน สิ่งที่เราสามารถพยากรณ์ได้ในโลกแห่งอนุภาค มีเพียงความน่าจะเป็นเท่านั้น

ทฤษฎีวิวัฒนาการวิวัฒนาการ (Evolution) ในความหมายทั่วไป หมายถึง การเปลี่ยนแปลงของสิ่งมีชีวิตที่ปรากฏขึ้นในระหว่างชั่วรุ่น การเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับดีเอ็นเอไปจนถึงลักษณะรูปร่าง สรีรวิทยา และพฤติกรรมของสิ่งมีชีวิตให้แตกต่างกันไป จากบรรพบุรุษ ทฤษฎีวิวัฒนาการจึงเป็นทฤษฎีที่ศึกษาเรื่องวิวัฒนาการของสิ่งมีชีวิตว่า มีความเป็นมาอย่างไร มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายในปัจจุบันมีพัฒนาการมาจากอดีตอย่างไร

การกำเนิดและโครงสร้างของเอกภพ

การกำเนิดของเอกภพนักวิทยาศาสตร์กำลังศึกษาดูแนวโน้มของเอกภพในอนาคต จึงคิดทฤษฎีเกี่ยวกับลักษณะการขยายตัวของเอกภพ และสรุปทฤษฎีว่า เอกภพอาจจะขยายตัวต่อไปเรื่อย ๆ ไม่มีที่สิ้นสุด หรือจะขยายตัวแล้วก็จะคงที่ หรือจะค่อย ๆ หดตัวกลับมารวมกันและเกิดการชนกันเป็นจุดจบของเอกภพ ก็เป็นสิ่งที่นักวิทยาศาสตร์กำลังค้นหากันต่อไป

โครงสร้างของเอกภพแบ่งอย่างกว้าง ๆ ได้ 3 ส่วน คือ กาแล็กซี (Galaxy) กระจุกกาแล็กซี (Cluster of galaxies) และซูเปอร์คลัสเตอร์ (Supercluster)แต่หากแบ่งย่อยออกไปอีกตามรูปภาพโครงสร้างของเอกภพในหน้าที่ผ่านมาจะได้ดังนี้

โลก (The Earth) โลกของเรามีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 12,756 กิโลเมตร โลกอยู่ห่างจากดวงอาทิตย์ 150 ล้านกิโลเมตร แสงอาทิตย์ต้องใช้เวลาเดินทางนาน 8 นาทีกว่าจะถึงโลก

ระบบสุริยะ (Solar System) ประกอบด้วยดวงอาทิตย์เป็นดาวฤกษ์อยู่ตรงศูนย์กลาง มีดาวเคราะห์ 9 ดวงเป็นบริวารโคจรรอบดาวฤกษ์แต่ละดวง อาจมีดวงจันทร์เป็นบริวารโคจรรอบอีกทีหนึ่ง ดาวพลูโตอยู่ห่างจากดวงอาทิตย์ 6 พันล้านกิโลเมตร แสงอาทิตย์ต้องใช้เวลาเดินทางนานมากกว่า 5 ชั่วโมงกว่าจะถึงดาวพลูโต

ดาวฤกษ์เพื่อนบ้าน (Stars) ดาวฤกษ์แต่ละดวงอาจมีระบบดาวเคราะห์เป็นบริวาร เช่นเดียวกับระบบสุริยะของเรา ดาวฤกษ์แต่ละดวงอยู่ห่างกัน เป็นระยะทางหลายล้านล้านกิโลเมตร ดาวฤกษ์ที่อยู่ใกล้ที่สุดของดวงอาทิตย์ชื่อ "พร็อกซิมา เซนทอรี" (Proxima Centauri) อยู่ห่างออกไป 40 ล้านล้านกิโลเมตร หรือ 4.2 ปีแสง ดาวฤกษ์ซึ่งมองเห็นเป็นดวงสว่างบนท้องฟ้าส่วนมากจะอยู่ห่างไม่เกิน 2,000 ปีแสง

ปีแสง หมายถึง หน่วยของการวัดระยะทางในเอกภพ ซึ่ง 1 ปีแสง เท่ากับระยะทางที่แสงเดินทางได้ในระยะเวลา 1 ปีตามเวลาบนโลก โดยใน 1 วินาที แสงจะเดินทางได้ประมาณ 300,000 กิโลเมตร

กาแล็กซี (Galaxy) กาแล็กซี คือ อาณาจักรของดวงดาว กาแล็กซีทางช้างเผือกของเรา มีรูปร่างเหมือนกังหัน มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลาง 1 แสนปีแสง ประกอบด้วยดาวฤกษ์ประมาณ 1 พันล้านดวง ดวงอาทิตย์ของเราอยู่ห่างจากใจกลางของกาแล็กซีเป็นระยะทางประมาณ 3 หมื่นปีแสง หรือ 2 ใน 3 ของรัศมี

กระจุกกาแล็กซี (Cluster of galaxies) กาแล็กซีมีได้อยู่กระจายตัวด้วยระยะห่างเท่า ๆ กัน หากแต่อยู่รวมกันเป็นกลุ่ม (Group) หรือกระจุก (Cluster) โดยกลุ่มกาแล็กซีของเรา (The Local Group) ประกอบด้วยกาแล็กซีมากกว่า 10 กาแล็กซี กาแล็กซีเพื่อนบ้านของเรา มีชื่อว่า "กาแล็กซีแอนโดรเมดา" (Andromeda galaxy) อยู่ห่างออกไป 2.3 ล้านปีแสง กลุ่มกาแล็กซีท้องถิ่นมีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลาง 10 ล้านปีแสง

ซูเปอร์คลัสเตอร์ (Supercluster) ประกอบด้วยกระจุกกาแล็กซีหลายกระจุก ซูเปอร์คลัสเตอร์ของเรา (The local supercluster) มีกาแล็กซีประมาณ 2 พันกาแล็กซี ตรงใจกลางเป็นที่ตั้งของ "กระจุกเวอร์โก" (Virgo cluster) ซึ่งประกอบด้วยกาแล็กซีประมาณ 50 กาแล็กซี อยู่ห่างออกไป 65 ล้านปีแสง กลุ่มกาแล็กซีท้องถิ่นของเรา กำลังเคลื่อนที่ออกจากกระจุกเวอร์โก ด้วยความเร็ว 400 กิโลเมตร/วินาที

เอกภพ (Universe) หมายถึง อาณาบริเวณโดยรวม ซึ่งบรรจุทุกสรรพสิ่งทั้งหมด นักดาราศาสตร์ยังไม่ทราบว่า ขอบของเอกภพสิ้นสุดที่ตรงไหน แต่พวกเขาพบว่ากระจุกกาแล็กซีกำลังเคลื่อนที่ออกจากกัน นั่นแสดงให้เห็นว่าเอกภพกำลังขยายตัว เมื่อคำนวณย้อนกลับนักดาราศาสตร์

ศาสตร์พบว่า เมื่อก่อนทุกสรรพสิ่งเป็นจุด ๆ เดียว เอกภพถือกำเนิดขึ้นด้วย "การระเบิดใหญ่" (Big Bang) เมื่อประมาณ 13,000 ล้านปีมาแล้ว

คลื่นวิทยุกลับในกาแล็กซีทางช้างเผือก นักดาราศาสตร์ค้นพบว่า มีแหล่งกำเนิดคลื่นวิทยุกระจายจากทิศต่าง ๆ ในท้องฟ้าทั่วไปหมดทั้ง ๆ ที่กาแล็กซีทางช้างเผือกของเรา มีรูปร่างแบนคล้ายซีดแพนเค้ก ระบบสุริยะของเราอยู่ค่อนมาทางกลางของกาแล็กซีลักษณะแพนเค้กดังกล่าว ฉะนั้นเวลาเรามองออกไปก็จะเห็นดวงดาว “บริเวณขอบของกาแล็กซี” เป็นแถบทางช้างเผือกที่มีจำนวนดวงดาวมากกว่า “ด้านบนและล่างของกาแล็กซี” ดังนั้น แหล่งกำเนิดคลื่นวิทยุ ก็ควรจะมาจากบริเวณขอบของกาแล็กซีมากกว่าจากด้านบนหรือล่างของมันด้วย

หลุมดำสิ่งลึกลับในห้วงอวกาศ

หลุมดำใหญ่ใจกลางกาแล็กซีทางช้างเผือกจากหลักฐานต่าง ๆ ที่พบ ทำให้นักดาราศาสตร์มีความเชื่อว่า มีหลุมดำขนาดใหญ่อยู่บริเวณใจกลางกาแล็กซีทางช้างเผือกของเรา

เวลาอันน่าพิศวงในหลุมดำนักวิทยาศาสตร์พบว่า ความแตกต่างของเวลาบริเวณใกล้หลุมดำ (Black hole) กับบริเวณอื่น ๆ จะสูงมาก เพราะหลุมดำมีมวลสูงมาก ทำให้ความโน้มถ่วงสูงไปด้วย

จีโนมหน่วยพื้นฐานของสิ่งมีชีวิต

จีโนม (Genome) หมายถึง หน่วยที่เป็นที่บรรจุอยู่ของโครโมโซม, ยีน และ สารพันธุกรรม สิ่งมีชีวิตทุกชนิดทั้งพืชและสัตว์รวมทั้งมนุษย์ถูกกำหนดด้วยจีโนม กล่าวคือ จีโนมของนาย ก. จะเป็นตัวกำหนดว่า นาย ก. จะมีรูปร่างหน้าตาเป็นอย่างไร ผิวสีอะไร ความสูงเท่าไร เส้นผมหยิกหรือตรง เป็นต้น

บทที่ 4

หลักธรรมสำคัญในพระไตรปิฎก

หลักธรรมทั้งหมดในพระไตรปิฎกอาจจะแบ่งให้เหลือ 3 ข้อก็ได้ คือ ละชั่ว ทำดี และทำใจให้ผ่องใส หลักธรรม 3 ข้อนี้ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ไตรสิกขา คือ ศีลสิกขา จิตสิกขา และปัญญาสิกขา หากจะขยายจาก 3 ข้อนี้ ให้เป็น 8 ข้อ ก็ได้เรียกว่า มรรคมมีองค์ 8 อันประกอบด้วย สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และ สัมมาสมาธิ โดยสัมมาทิฏฐิและสัมมาสังกัปปะ จัดอยู่ในปัญญาสิกขา สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ จัดอยู่ในศีลสิกขา สัมมาวายามะ สัมมาสติ และ สัมมาสมาธิ จัดอยู่ในจิตสิกขา

นิพพาน

นิพพาน หมายถึง การดับกิเลสและกองทุกข์ทั้งปวง นิพพานเป็นเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์และสรรพสัตว์ทั้งหลาย พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสแบ่งนิพพานออกเป็น 2 ประการ คือ สุขุปาทิเสสนิพพาน และ อนุปาทิเสสนิพพาน

ความไม่ประมาท

ความไม่ประมาท หมายถึง ความไม่เลินเล่อ ไม่พลั้ง ไม่เผลอ มีสติเสมอ ส่วนความประมาท คือ การขาดสติ ความพลั้งเผลอ ความไม่ประมาทเป็นหลักธรรมใหญ่ ซึ่งรวมธรรมทั้งหมดในพระไตรปิฎกไว้ในข้อนี้เพียงข้อเดียว

ละชั่วทำดีทำใจให้ผ่องใส

หลักธรรมทั้งหมดในพระไตรปิฎก นอกจากจะรวมลงในความไม่ประมาทเพียงข้อเดียวแล้ว ยังสามารถขยายออกเป็น 3 ข้อได้ ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ในมหาปทานสูตรเรื่อง โอวาทปาฏิโมกข์ว่า

- (1) การไม่ทำบาปทั้งสิ้น (ละชั่ว)
- (2) การยังกุศลให้ถึงพร้อม (ทำดี)
- (3) การทำจิตของตนให้ผ่องใส (ทำใจให้ผ่องใส)

นี้เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย

มรรคมืองค์ 8

มรรค แปลว่า ทาง, หนทาง มรรคมืองค์ 8 จึงหมายถึง หนทางปฏิบัติหรือข้อปฏิบัติ 8 ประการ เพื่อให้ถึงความดับทุกข์ นั่นคือการได้บรรลุนิพพานนั่นเอง

มรรคมืองค์ 8 เป็นธรรมข้อหนึ่งในอริยสัจ 4 ซึ่งประกอบด้วย ทุกข์ สมุทัย (เหตุแห่งทุกข์ คือตัณหา) นิโรธ (ความดับทุกข์) และมรรคคือหนทางดับทุกข์ เมื่อกล่าวถึงมรรคเพียงข้อเดียวแต่ก็มีความหมายเชื่อมโยงไปถึงอริยสัจอีก 3 ข้อที่เหลือด้วย เพราะธรรมทั้ง 4 ข้อมีความเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน

ไตรสิกขา

ไตรสิกขา หมายถึง ข้อปฏิบัติที่ต้องศึกษา 3 ประการ คือ ศีลสิกขา จิตสิกขา ปัญญาสิกขา

พระไตรปิฎก

พระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อขยายความแล้วจะได้มากถึง 84,000 ข้อ หรือ 84,000 พระธรรมขันธ์ โดยจัดอยู่ในพระวินัยปิฎก 21,000 ข้อ จัดอยู่ในพระสุตตันตปิฎก 21,000 ข้อ และจัดอยู่ในพระอภิธรรมปิฎก 42,000 ข้อ

พระไตรปิฎกหากนำมาเชื่อมโยงกับไตรสิกขาจะได้ดังนี้ คือ

พระวินัยปิฎก คือ ศีลสิกขา

สุตตันตปิฎก คือ จิตสิกขา

พระอภิธรรมปิฎก คือ ปัญญาสิกขา

นियาม 5

นियาม หมายถึง ความแน่นอน หรือหากใช้ในภาษาร่วมสมัยที่เข้าใจได้ง่าย ๆ นียามก็อาจแปลว่า “กฎ” พระอรรถกถาจารย์ได้จำแนกนियามไว้ 5 ประการคือ อุตุนियาม พีชนियาม จิตตนิยาม กรรมนิยาม และ ธรรมนิยาม กฎทั้ง 5 ประการนี้ครอบคลุมทุกสิ่งทุกอย่างในโลกและในอนันตจักรวาล ทุกสิ่งทุกอย่างดำเนินไปตามกฎทั้ง 5 ประการนี้ทั้งสิ้น

บทที่ 5

มนุษยศาสตร์ในพระไตรปิฎก

ประวัติศาสตร์โลกและมนุษยชาติ

แบ่งยุคของโลกและมนุษย์ออกเป็น 3 ยุค คือ โลกและมนุษย์ในยุคแรก โลกและมนุษย์ในยุคกลาง และโลกและมนุษย์ในยุคสุดท้ายดังนี้

1. โลกและมนุษย์ในยุคแรก

จักรวาลและอาหารในยุคแรกในยุคแรกนั้นจักรวาลทั้งสิ้นเป็นน้ำ มีดมมองไม่เห็นอะไร ยังไม่มีดวงจันทร์และดวงอาทิตย์ ดวงดาวทั้งหลายก็ยังไม่ปรากฏ กลางวัน กลางคืนก็ยังไม่มีการเกิดตติงหา คือ ความอยากขึ้น และมนุษย์พวกอื่นก็พากันกระทำตามอย่างมนุษย์นั้นด้วยการปั้นจวันดินให้เป็นคำ ๆ ด้วยมือแล้วบริโภคน้ำทำให้รู้สึกร่างกายของมนุษย์เหล่านั้นหายไป แล้วดวงจันทร์และดวงอาทิตย์ก็ปรากฏ ดวงดาวทั้งหลายก็ปรากฏ กลางคืนและกลางวันก็ปรากฏ

ต่อมาก็เกิดมีกระบิดขึ้นแทน มนุษย์เหล่านั้นพากันบริโภคกระบิดินอยู่เป็นเวลายาวนาน เพราะการบริโภคกระบิดินนั้นทำให้มนุษย์มีร่างกายแข็งกล้าขึ้นทุกที ผิวพรรณของมนุษย์เหล่านั้นก็แตกต่างกัน มนุษย์พวกที่มีผิวพรรณงามนั้นก็มีการถือตัวพากันดูหมิ่นมนุษย์ พวกที่มีผิวพรรณไม่งาม เพราะทงงตัวปรารถนาผิวพรรณเป็นเหตุ กระบิดินจึงหายไป

ต่อมาก็เกิดมีเครื่องดินขึ้นแทน มนุษย์เหล่านั้นพากันบริโภคเครื่องดินอยู่เป็นเวลายาวนาน เพราะการบริโภคเครื่องดินนั้นทำให้มนุษย์มีร่างกายแข็งกล้าขึ้นทุกที ผิวพรรณของมนุษย์เหล่านั้นก็แตกต่างกัน มนุษย์พวกที่มีผิวพรรณงามนั้นก็มีการถือตัวพากันดูหมิ่นพวกที่มีผิวพรรณไม่งาม เพราะทงงตัวปรารถนาผิวพรรณเป็นเหตุ เครื่องดินจึงหายไป ต่อมาเกิดข้าวสาลีขึ้นแทน เกิดขึ้นเองโดยไม่ต้องปลูก เป็นข้าวไม่มีราก ไม่มีกลีบ ขาวสะอาด กลิ่นหอม มีเมล็ดเป็นข้าวสาร ตอนเช้าเขาพากันไปนำเอาข้าวสาลีไธมาเพื่อบริโภคในเวลาเช้า ตอนเย็นข้าวสาลีชนิดนั้นที่มีเมล็ดสุกแล้วก็งอกขึ้นแทนที่ ไม่ปรากฏว่าบกพร่องไปเลย

การสร้างเรือนและปักปันเขตแดนเกิดเพศหญิงและเพศชายขึ้น สตรีก็ได้เฟื่องดูบุรุษและบุรุษก็เฟื่องดูสตรี ทำให้เกิดความกำหนัดขึ้น จึงมีการเสพเมถุนธรรมกัน มนุษย์พวกที่เสพเมถุนธรรมกันจะไม่เป็นที่ยอมรับของหมู่คณะ จึงต้องสร้างเรือนขึ้นเพื่อกำบังไม่ให้ใครเห็นการกระทำนั้น

ต่อมามีมนุษย์ผู้หนึ่งเกิดความเกียจคร้านขึ้น จึงเก็บข้าวสาลีมาไว้เพื่อบริโภคทั้งเช้าทั้งเย็นในคราวเดียว เหล่ามนุษย์อื่นก็ถือตาม ด้วยเหตุนี้ข้าวสาลีจึงงอกขึ้นไม่ทัน

การกำเนิดกษัตริย์และการปกครองมนุษย์ผู้หนึ่งเป็นคนโลก ได้สงวนส่วนของตนไว้ไปเก็บเอาในส่วนของผู้อื่นมาบริโภค การขโมยจึงปรากฏ พวกมนุษย์ที่เป็นผู้ใหญ่จึงประชุมปรับทุกข์กันแล้วแต่งตั้งเป็นผู้ว่ากล่าว

2. โลกและมนุษย์ในยุคกลาง

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า พระเจ้าจักรพรรดิทัฬหเนมิ เป็นผู้ทรงธรรมครองราชย์โดยธรรม ทรงปกครองทวีปทั้ง 4 ทรงสมบุรณ์ด้วยแก้ว 7 ประการ มีพระราชโอรสมากกว่า 1,000 องค์ ซึ่งล้วนแต่กล้าหาญ พระองค์ทรงชนะกษัตริย์เหล่าอื่นได้โดยธรรม ชนะได้โดยไม่ต้องสู้รบให้เกิดการนองเลือดแต่อย่างใด

มีจักรแก้วอยู่คู่การครองราชย์มาโดยตลอด เมื่อจักรแก้วถอยห่างจากที่ตั้ง จึงสละราชสมบัติให้แก่พระโอรส เพื่อออกผนวชเมื่อพระราชอาณาเขตได้ 7 วัน จักรแก้วก็ได้อันตรธานไป พระราชาองค์ใหม่จึงเสด็จเข้าไปหาพระราชฤาษีผู้เป็นพระราชบิดา แจ้งเรื่องนั้นให้ทราบ

จักรวรรดิวัตรธรรมสำหรับผู้ปกครองพระราชฤาษีจึงตรัสบอกจักรวรรดิวัตรแก่พระราชราชาองค์ใหม่ว่า “ลูกจงอาศัยธรรม สักการะธรรม เคารพธรรม นับถือธรรม บูชาธรรม นอบน้อมธรรม มีธรรมเป็นธงชัย มีธรรมเป็นยอด มีธรรมเป็นใหญ่ จงจัดการรักษาป้องกันและคุ้มครองชนภายใน กำลังพล พวกกษัตริย์ผู้ตามเสด็จ พราหมณ์และคหบดี ชวานิคมและชาวชนบท สมณพราหมณ์ สัตว์จำพวกเนื้อและนกโดยธรรม การกระทำความผิดแบบแผนอย่าได้เป็นไปในแคว้นของลูก อนึ่ง บุคคลเหล่าใด ในแคว้นแคว้นของลูกไม่มีทรัพย์ ลูกพึงให้ทรัพย์แก่บุคคลเหล่านั้น อนึ่ง สมณพราหมณ์เหล่าใดประพฤติดี ลูกพึงเข้าไปหาตามกาลอันควรแล้วไต่ถามว่า “ท่านขอรับ อะไรเป็นกุศล อะไรเป็นอกุศล อะไรมีโทษ อะไรไม่มีโทษ” ครั้นลูกได้ฟังจากสมณพราหมณ์เหล่านั้นแล้ว สิ่งใดเป็นอกุศล พึงละเว้นสิ่งนั้น สิ่งใดเป็นกุศล พึงยึดถือประพฤติสิ่งนั้นให้มั่น จักรวรรดิวัตรนั้นเป็นอย่าง นี้”

ศีล 5 หลักธรรมสำหรับประชาชน พระเจ้าจักรพรรดิทุกพระองค์ ทรงครองราชย์โดยธรรม คือ ประพฤติตามจักรวรรดิวัตร และทรงให้ประชาชนในปกครองดำรงอยู่ในศีล 5 สืบต่อมายาวนาน เมื่อถึงวัยชราก็เสด็จออกบวช และมอบราชสมบัติให้แก่พระราชาโอรส สืบเรื่อยมาอย่างนี้ จนถึงสมัยของพระเจ้าจักรพรรดิองค์ที่ 7 พระราชาพระองค์นี้ก็เป็นผู้ปกครองแผ่นดินโดยธรรม เมื่อพระองค์ย่างเข้าสู่วัยชราจึงมอบราชสมบัติให้แก่พระราชาโอรสองค์ใหญ่ ส่วนพระองค์ก็ออกบวชเป็นบรรพชิต เมื่อพระราชอาณาเขตได้ 7 วัน จักรแก้วก็ได้อันตรธานไป

ความเสื่อมในยุคพระราชพระองค์ที่ 8 เมื่อจักรแก้วได้อันตรธานไปแล้ว พระราชาองค์ที่ 8 ทรงเสียพระทัย แต่ไม่ได้เสด็จเข้าไปหาพระราชฤาษีทูลถามถึงจักรวรรดิวัตร ท้าวเธอทรงปกครองประชาราษฎร์ตามมติของพระองค์เอง ประชาราษฎรจึงไม่เจริญเหมือนเมื่อครั้งที่กษัตริย์พระองค์ก่อน ๆ

เหล่าข้าราชการจึงกราบทูลพระราชราชาว่า พวกข้าพระองค์จงดจำจักรวรรดิวัตรได้ และได้

กราบทูลให้พระราชทานว่าจักรวรรดิวัตรมีอะไรบ้าง ตั้งแต่นั้นพระราชาก็ปกครองประชาราษฎร์ โดยธรรม แต่พระองค์ไม่ได้พระราชทานทรัพย์แก่คนที่ไม่มีทรัพย์จึงมีการลักขโมยเกิดขึ้น ราชบุรุษจับได้จึงนำมาไต่สวนพบสาเหตุว่า ขโมยเพราะไม่มีทรัพย์ พระราชาก็พระราชทานทรัพย์ให้เฉพาะคนที่ไม่มี ผู้คนจึงพากันมาลักขโมยเป็นจำนวนมาก และเมื่อมีคนลักขโมยจำนวนมาก พระองค์จึงส่งราชบุรุษไปจับมัดตัวพวกคนที่ขโมยเหล่านั้น ให้โกนศีรษะ พาตระเวนไปตามถนน และตรอก พร้อมตีกลอง แล้วนำเขาไปประหารชีวิตด้วยการตัดศีรษะ จึงพากันสร้างอาวูชขึ้น จึงเกิดการปล้นบ้าน นิคมพระนครขึ้นอย่างแพร่หลาย พวกโจรพากันจับเจ้าของทรัพย์ที่ขูดขูดตัดศีรษะ เสียจำนวนมาก

อายุมนุษย์ลดลงเพราะไม่ตั้งอยู่ในศีลธรรม เมื่อพระมหากษัตริย์ไม่พระราชทานทรัพย์ให้แก่คนที่ไม่มีทรัพย์ความขัดสนก็แพร่หลาย การลักขโมยทรัพย์จึงแพร่หลาย การใช้อาวูชจึงแพร่หลาย การฆ่าจึงแพร่หลาย อายุและผิวพรรณ วรรณะของมนุษย์ก็เริ่มเสื่อมลง

ต่อมาอภิษมา คือ โลกอยากได้ของคนอื่นและพยายามปองร้ายก็แพร่หลายต่อมารธรรม 3 ประการ คือ ความกำหนัดที่ผิดธรรม (ไม่เลือกว่าเป็นแม่ ป้า น้า อา เป็นต้น) ความโลภรุนแรง ความกำหนัดผิดธรรมชาติ (พอใจในชายกับชาย และหญิงกับหญิง) ก็แพร่หลาย

3. โลกและมนุษย์ในยุคสุดท้าย

ในยุคนี้โอกาสธรรมเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ คือ การไม่เกื้อกูลในบิดา มารดา ในสมณะ ในพรหมณ์ การไม่อ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่ในสกุลก็แพร่หลาย ทำให้อายุและวรรณะของมนุษย์เสื่อมถอยลงไปเรื่อย ๆ จนกระทั่งมนุษย์มีอายุขัยเหลือเพียง 10 ปี หญิงสาวอายุ 5 ปี ก็มีสามีได้ อาหารที่เลิศที่สุดในสมัยนี้ คือ หญ้ากับแค้น

ยุคนี้กุศลกรรมบถ 10 จักหายไปหมดสิ้น อกุศลกรรม 10 จักรุ่งเรือง ผู้คนจะไม่มีจิตคิดเคารพยำเกรงว่า มารดา บิดา น้า ป้า อา ภริยาของอาจารย์ ภริยาของครู โลกจะเจือปนกันเหมือนสัตว์ เช่น แพะ ไก่ แกะ สุกร จักมีความอาฆาต พยาบาท มุ่งร้ายกันคิดฆ่ากันอย่างรุนแรง แม้คิดต่อลูก ลูกคิดต่อแม่ เป็นต้น

ในยุคนี้จะเกิดสัตถันตรกัป คือ กัปที่โลกพินาศเพราะคนฆ่าฟันกันตายใน 7 วัน แต่จะมีคนกลุ่มหนึ่งสลดสังเวชในการฆ่ากันเอง จึงหนีไปอยู่ในป่าดง ไร่ร้างไม้และผลไม้ในป่าเป็นอาหารเลี้ยงชีพอยู่ตลอด 7 วัน เมื่อพ้น 7 วันแล้ว พวกเขาพากันออกจากป่าดง แล้วต่างสวมกอดกันและกัน ดีใจว่าเรงที่รอดชีวิต จึงตั้งใจทำกุศลกรรม ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ บำเพ็ญกุศลกรรม อายุมนุษย์จึงยืนขึ้นเรื่อย ๆ จนถึง 80,000 ปี

ในยุคที่มนุษย์มีอายุ 80,000 ปีนี้เอง จะมีพระเจ้าจักรพรรดิพระนามว่าสังข อุบัติขึ้น และจะมีพระศรีอาริยมตไตรยโพธิสัตว์จุติลงมาตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เสด็จโปรดสัตว์โลก จะมีผู้ตรัสรู้ธรรมตามพระองค์จำนวนมาก ตั้งแต่ยุคนี้เป็นต้นไปมนุษย์จะบำเพ็ญกุศลธรรมยิ่ง ๆ ขึ้นไป ซึ่งเป็นเหตุให้อายุและวรรณะของมนุษย์เจริญขึ้นเรื่อย ๆ จนกระทั่งมนุษย์มีอายุถึงอสงไขยปี

และดำรงอยู่อย่างนั้นยาวนาน จากนั้นโลกและมนุษยชาติก็จะเสื่อมลงอีก อายุของมนุษย์ก็จะลดลงเรื่อย ๆ จนถึง 10 ปี ก็ปกก็จะพินาศอีกครั้งหนึ่ง หลังจากนั้นก็จะมีเจริณอีก

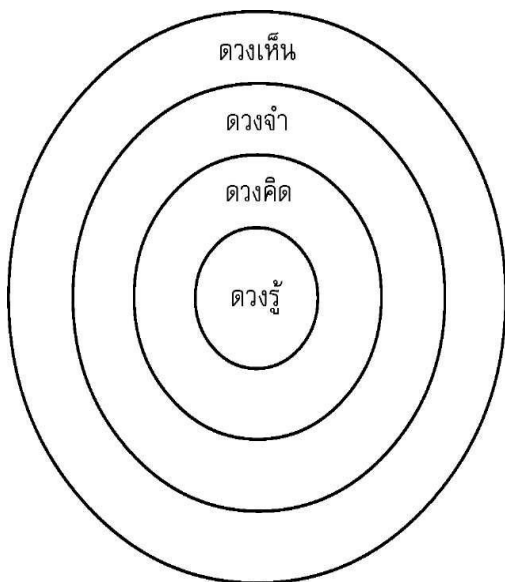
4. สรุปอภุศลธรรมเป็นเหตุแห่งความเสื่อม

1. กิเลสในตัวมนุษย์เป็นต้นเหตุแห่งอภุศลธรรมทั้งหลาย
2. การคบคนพาลเป็นเหตุให้อภุศลธรรมแพร่หลาย
3. ความแตกต่างเป็นตัวกระตุ้นกิเลสจึงเป็นเหตุให้มนุษย์ทำอภุศลธรรม
4. ความผิดพลาดทางการปกครองเป็นเหตุให้มนุษย์ทำอภุศลธรรม
5. ความยากจนผลักดันให้มนุษย์ทำอภุศลธรรม

ความหมายและองค์ประกอบของชีวิตมนุษย์

คำว่า “มนุษย์” มาจากภาษาบาลีว่า “มนุสฺส” ซึ่งมาจาก มน + อุตฺส “มน” แปลว่า “ใจ” ส่วน “อุตฺส” แปลว่า “สูง” คำว่ามนุสฺส หรือ มนุษย์ จึงแปลว่า “ผู้มีใจสูง” ดังนั้นผู้ที่เป็มนุษย์จึงต้องเป็นผู้มีใจสูง คือ มีศีลธรรมและมีความประพฤติที่ดีงาม

ความสัมพันธ์ของจิตกับใจ จิตกับใจนั้นเป็นคนละอย่างกันโดยจิตเป็นส่วนหนึ่งของใจ โดย “จิต” นั้นคือ “สังขาร” มีสัณฐานเป็น “ดวง” เรียกว่า “ดวงจิต” หรือ “ดวงคิด” และนามขันธ์อีก 3 ประการที่เหลือ คือ เวทนา สัญญา และวิญญาณ ก็มีสัณฐานเป็นดวงเช่นเดียวกันเรียกว่า ดวงเห็น ดวงจำ และดวงรู้ ดวงทั้ง 4 นี้ซ้อนกันอยู่เป็นชั้น ๆ โดยดวงเห็นหรือดวงเวทนายู่ชั้นนอกสุด ดวงจำหรือดวงสัญญาซ้อนอยู่ข้างในดวงเห็น ดวงจิตหรือดวงสังขาร ซ้อนอยู่ข้างในดวงจำ ดวงรู้หรือดวงวิญญาณ ซ้อนอยู่ข้างในดวงจิตดังนี้



องค์ประกอบของ “ใจ”

ดวงเห็นมีธาตุเห็นอยู่ศูนย์กลาง ดวงจามีธาตุจายู่ศูนย์กลาง ดวงคิดหรือดวงจิตมีธาตุคิดอยู่ศูนย์กลาง ดวงรู้มีธาตุรู้้อยู่ศูนย์กลาง ธาตุเห็นเป็นที่ตั้งของการเห็น ธาตุจายู่ที่อยู่ที่อยู่ของการจาย ธาตุคิดเป็นที่อยู่ของการคิด และธาตุรู้เป็นที่อยู่ของการรู้ เห็น จำ คิด รู้ 4 อย่าง รวมกันเรียกว่า ใจ

ความสำคัญและธรรมชาติของใจ

ใจนั้นมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะเป็นศูนย์กลางการบังคับบัญชาความคิดคำพูด และการกระทำของมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย จะคิดดี พูดดี ทำดี หรือคิดชั่ว พูดชั่ว ทำชั่วขึ้นอยู่กับคำสั่งการของใจทั้งสิ้นดังคำพูดที่ว่า “ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว”

วงจรของกิเลส กรรม และวิบาก

ความหมายและตระกูลของกิเลส

กิเลส หมายถึง ธรรมเป็นเครื่องเศร้าหมอง, ธรรมเป็นเครื่องเศร้าหมองแห่งจิต, ธรรมอันยังจิตให้เศร้าหมอง, ความเศร้าหมองความเปรอะเปื้อน (แห่งจิต), ความลำบาก, ความเบียดเบียน, ความกำจัด, ความทำลาย, ความเผา, ความแผดเผา, ความทุกข์, ภาวะที่เกิดขึ้นในใจและทำให้ใจให้เศร้าหมอง, มลทิน (ของใจ)

กิเลสจัดแบ่งออกเป็น 3 ตระกูลใหญ่ ๆ ได้แก่ โลภะ โทสะ โมหะ หรือเรียกว่า อุกุศลมูล 3

ความหมายและประเภทของกรรม

กรรม หมายถึง การกระทำที่ประกอบด้วยเจตนา จึงต้องมีพื้นฐานจากเรื่องของเจตนา โดยแบ่งออกได้ 3 ทาง ได้แก่ การกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจ โดยกรรมนี้แบ่งออกเป็น 2 ฝ่าย คือ ฝ่ายกุศลกรรม และฝ่ายอกุศลกรรม

ความหมายและประเภทของวิบาก

วิบาก แปลว่า ผลที่เกิดขึ้น หมายถึง ผลแห่งกรรม

ผลแห่งกรรมนั้นมี 2 ระดับ คือ เบื้องต้นนั้นจะเกิดเป็น บุญ และ บาป ขึ้นในใจก่อน กล่าวคือ เมื่อเราทำกุศลกรรมก็จะเกิดบุญขึ้นในใจ แต่เมื่อทำอกุศลกรรมก็จะเกิดบาปขึ้นในใจ บุญและบาปนี้เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็จะอยู่ในใจของเราและตามติดเราไปข้ามภพข้ามชาติ เมื่อถึงเวลาที่จะส่งผลให้วิถีชีวิตเป็นไปตามกรรมที่กระทำไว้

นิสัยปัจจัยสร้างกรรมอย่างต่อเนื่อง

นิสัย หมายถึง ความประพฤติที่เคยชินคนที่มึนิสัยอย่างไรก็จะทำอย่างนั้นบ่อย ๆ นิสัยนั้นไม่ว่าจะเป็น “นิสัยดี” หรือ “นิสัยไม่ดี” หากเราไม่ปรับเปลี่ยนก็จะติดตัวเราไปตลอดชีวิตและจะติดตัวข้ามชาติอีกด้วย

ความสำคัญของนิสัย นิสัยมีความสำคัญตรงที่เป็นเหตุให้เราสร้างกรรมบางอย่างอยู่เป็นประจำหรือต่อเนื่อง

นิสัยเกิดขึ้นได้อย่างไร นิสัย คือ ความประพฤติกี่เคยชิน ด้วยเหตุนี้นิสัยจึงเกิดขึ้นจากการที่เราคิดพูดและทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งอยู่บ่อย ๆ อย่างต่อเนื่องด้วยระยะเวลาหนึ่ง

ห้าห้องแห่งบ่มเพาะนิสัย พระเดชพระคุณพระภิกษุญาณวริยคุณได้ศึกษาพระไตรปิฎกอย่างละเอียดลึกซึ้งและนำมาใช้ฝึกอบรมศิษยานุศิษย์นับล้านคนตลอด 40 ปีที่ผ่านมา ท่านได้สรุปไว้ว่า แล่งบ่มเพาะนิสัยคือ สถานที่ที่เราได้อยู่เป็นประจำในชีวิตประจำวันซึ่งมีอยู่ 5 แห่งหรือ 5 ห้องคือ ห้องนอน ห้องน้ำ ห้องครัว ห้องแต่งตัว และห้องทำงาน โดยห้องทำงานนั้นขึ้นอยู่กับเพศภาวะ อาชีพและวัย

หลักการบ่มเพาะนิสัยที่ดี การบริหารจัดการห้องทั้ง 5 ให้เป็นไปเพื่อการบ่มเพาะนิสัยที่ดีมีหลักการว่า “ต้องจัดทำสิ่งแวดล้อมในห้องทั้ง 5 ให้ดีและต้องมีวิธีการใช้ห้องที่ถูกต้อง” สิ่งแวดล้อมในที่นี้คือ รูปแบบห้อง อุปกรณ์ และ บุคคล ส่วนวิธีการใช้ห้องคือ วิธีการใช้ที่ทำให้เกิดนิสัยที่ดีขึ้นนั่นเอง

กรรมลิขิตชีวิตมนุษย์และสรรพสัตว์ทั้งหลาย

มนุษย์และสรรพสัตว์ทั้งหลายเกิดมาพร้อมกับความไม่รู้ เช่น ไม่รู้ว่าทำไมตนต้องเกิดมาและมีชีวิตเป็นอย่างไร กรรมในอดีตจึงส่งผลแก่วิถีชีวิตของเราอย่างเต็มที่ ส่วนกรรมในปัจจุบันเปรียบเสมือนต้นไม้ที่เพิ่งปลูกจึงยังให้ผลได้ไม่มากนัก ชาวโลกที่ไม่มีความเข้าใจเรื่องการให้ผลของกรรมจึงมักคิดไปว่า “ทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป”

เป้าหมายชีวิตของมนุษย์

เป้าหมายชีวิตของมนุษย์และสรรพสัตว์ทั้งหลายที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกนั้นมีอยู่ 3 ระดับ คือ ทิฐุธรรมมิกัตถประโยชน์ สัมปรายิกัตถประโยชน์ และปรมัตถประโยชน์ โดยทิฐุธรรมมิกัตถประโยชน์ หมายถึง เป้าหมายชีวิตในชาตินี้ หรือ เป้าหมายชีวิตในระดับต้น สัมปรายิกัตถประโยชน์ หมายถึง เป้าหมายชีวิตในชาติหน้า หรือ เป้าหมายชีวิตในระดับกลาง ส่วนปรมัตถประโยชน์ หมายถึง เป้าหมายชีวิตในภพชาติสุดท้าย หรือ เป้าหมายชีวิตในระดับสูงสุด

ความสำคัญของการเป็นมนุษย์

การเป็นมนุษย์เป็นเพศภาวะที่ส่งสมบุญบารมีได้อย่างเต็มที่และสะดวกที่สุด เพราะมีกายหยาบ คือ กายมนุษย์ทำให้การประกอบกุศลกรรมต่าง ๆ ให้ผลมาก โดยเฉพาะหากได้เกิดมาพบพระพุทธศาสนาก็ยิ่งเป็นบุญลาภอย่างยิ่ง เพราะทำให้รู้ว่าสิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ และมีโอกาสทำบุญถูกเนืองนาบุญซึ่งเป็นเหตุให้ได้บุญมาก

บทที่ 6

รัฐศาสตร์ในพระไตรปิฎก

เป้าหมายของการเมืองการปกครอง

เป้าหมายเบื้องต้นของการเมืองการปกครองนั้น คือ การรักษาความสงบเรียบร้อยของสังคมโดยธรรม ดีเตียน ตักเตือน ลงโทษคนที่ประพฤติอกุศลธรรม อันเป็นเหตุให้คนในสังคมเดือดร้อน เพื่อให้ทุกคนอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข อันนี้เป็นเป้าหมายหลักของการเมืองการปกครองยุคแรก

ธรรมาธิปไตยหัวใจของรัฐศาสตร์

ธรรมาธิปไตย หมายถึง มีธรรมเป็นใหญ่ มีธรรมเป็นอธิปัตติ กระทำกิจการราชกิจทุกอย่างด้วยอำนาจธรรมเท่านั้น คือ การตัดสินใจในการปกครองทุกอย่าง จะต้องยึดหลักธรรมเป็นเกณฑ์เท่านั้น

ธรรมาธิปไตยไม่ใช่ระบอบการปกครอง

ธรรมาธิปไตยไม่ถือว่าเป็น “ระบอบการปกครอง” ระบอบหนึ่งเหมือนอย่างระบอบประชาธิปไตย หรือ ระบอบคอมมิวนิสต์ แต่ทุกระบอบการปกครองที่มีอยู่สามารถนำธรรมาธิปไตยไปประยุกต์ใช้ได้ทั้งนั้น เพราะธรรมาธิปไตยเป็นเรื่องของหลักการที่ถือเอาความถูกต้องชอบธรรมเป็นใหญ่ ซึ่งจะรักษาป้องกันให้ผู้ปกครองและผู้อยู่ใต้ปกครองดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขไม่มีการเบียดเบียนกัน

หลักธรรมสำคัญในการปกครอง

หลักธรรมในการปกครองนั้นมีอยู่ 2 ประเภท คือ

1) หลักธรรมในการปกครองตน หมายถึง หลักธรรมที่ผู้ปกครองจะต้องปฏิบัติเพื่อปกครองดูแลตนเองให้ตั้งอยู่ในธรรมอันดีงาม เพื่อเป็นต้นแบบที่ดีและยังความเลื่อมใสศรัทธาให้เกิดขึ้นแก่ผู้ที่อยู่ใต้การปกครองของตน มี 4 หมวด คือ ทศพิธราชธรรม, กุศลกรรมบถ 10, จักรวรรดิวัตร และอปรีหานิยธรรม

2) หลักธรรมในการปกครองคน หมายถึง หลักธรรมที่ผู้ปกครองจะต้องนำไปใช้ในการปกครองคน คือ ผู้ที่อยู่ภายใต้การปกครองของตน ให้เป็นไปด้วยความเรียบร้อย เจริญรุ่งเรือง และ

สมัครสมานสามัคคี ซึ่งจะใช้หลักธรรมดังต่อไปนี้ คือ สังคหวัตถุ 4, อคติ 4, กุศลกรรมบถ 10 และศีล 5 เป็นต้น

ความสำคัญของเศรษฐกิจต่อการปกครอง

ปัญหาสังคมที่เกิดขึ้น นอกจากจะมาจากกิเลสอันเป็นสาเหตุสำคัญ ยังมาจากเรื่องเศรษฐกิจด้วย เพราะเมื่อคนมีฐานะยากจนไม่มีอะไรจะกิน ก็ต้องดิ้นรนแสวงหาทรัพยากรอาหารเพื่อยังชีพ เมื่อหาไม่ได้โดยชอบก็ต้องลักขโมยเขากิน หากไม่ขโมยก็อาจจะหากินโดยวิธีอื่น เช่น การฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ด้วยเหตุนี้ ศีลธรรมจึงไม่อาจตั้งอยู่ได้

ปัจจัยด้านเศรษฐกิจนั้นก็สำคัญมาก ผู้ปกครองจึงจำเป็นต้องบริหารจัดการเรื่องเศรษฐกิจให้ดี แต่ต้องไม่ละเลยศีลธรรม ด้วยเหตุนี้ หลักศีลธรรมจึงต้องเข้ามากำกับคนในสังคม ให้อำนาจควบคุมและกำจัดกิเลสในตัว

เปรียบเทียบรัฐศาสตร์ทางโลกกับทางธรรม

กระบวนการปกครองมีความคล้ายคลึงกัน คือ ระบอบประชาธิปไตยยกเอารัฐธรรมนูญเป็นกฎหมายสูงสุดของการปกครอง ส่วนแคว้นวัชชียกเอา “ธรรม” ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอนไว้ เช่น อปรีหานิยธรรม เป็นต้น ให้เป็นหลักปฏิบัติสูงสุดของคณะผู้ปกครอง

ในการจัดสรรอำนาจนั้นก็มีความคล้ายคลึงกัน กล่าวคือ ระบอบประชาธิปไตยแบ่งอำนาจออกเป็น 3 ฝ่าย คือ ฝ่ายนิติบัญญัติ ฝ่ายบริหาร และฝ่ายตุลาการ ส่วนแคว้นวัชชีนั้นก็มีการจัดสรรอำนาจออกเป็นฝ่าย ๆ อย่างชัดเจนไม่ก้าวท้าวกัน

ข้อแตกต่างที่สำคัญที่สุด คือ แคว้นวัชชียึดหลักธรรม ได้แก่ อปรีหานิยธรรม เป็นต้น เป็นหัวใจสำคัญในการปกครองประเทศ แต่ระบอบประชาธิปไตยนั้น ยึดรัฐธรรมนูญที่คนซึ่งยังมีกิเลสอยู่ช่วยกันร่างขึ้น เป็นกฎหมายสูงสุดเป็นหัวใจสำคัญที่สุดในการปกครองประเทศ

จุดอ่อนของประชาธิปไตยและแนวทางแก้ไข

ในสภาพสังคมโลกปัจจุบัน ระบอบประชาธิปไตยซึ่งเป็นการปกครองที่ใช้อำนาจอธิปไตยมาจากประชาชน จึงเป็นระบอบการปกครองที่มีความบกพร่องน้อยที่สุด แต่ก็มีจุดอ่อน คือ หากคนหมู่มากถูกชักนำด้วยอำนาจอิทธิพลของสื่อ การประชาสัมพันธ์สร้างภาพลักษณ์ที่เก่งกาจ อำนาจเงิน หรือด้วยอิทธิพลอันใด ทำให้เลือกคนไม่ดี คนขาดความสามารถในการบริหารเข้ามาปกครองประเทศแล้ว ก็อาจสร้างความเสียหายได้มาก ไม่ว่าจะเป็นโดยการคอร์รัปชัน การใช้อำนาจรัฐไปในทางมิชอบ หรือการบริหารนำพาประเทศไปในทางที่ผิด การทำให้เกิดความเสื่อมโทรมทางเศรษฐกิจและสังคม เป็นต้น

แนวทางแก้ไข คือ จะต้องให้ความรู้กับประชาชนให้รู้เท่าทันสื่อ รู้เท่าทันนักการเมือง ให้คิดตัดสินใจอย่างมีเหตุผล อิงข้อมูลที่เป็นจริงมากกว่าใช้อารมณ์ และสร้างเป็นกระแสร่วมกันของ

คนทั้งชาติให้ทุกคนยึดธรรมเป็นใหญ่ คือ นำหลักธรรมความถูกต้องดีงาม ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ มาเป็นค่านิยมร่วมของสังคม เป็นเครื่องนำทางสังคมไปสู่ทิศทางที่พึงประสงค์ ซึ่งจะทำให้นักการเมืองต้องประพฤติตนอยู่ในกรอบของหลักธรรมนั้นด้วย เพราะมิฉะนั้นประชาชนจะไม่นิยมรับ โดยสรุปคือนำหลักธรรมมาธิปไตยมาประยุกต์ใช้กับหลักประชาธิปไตยนั่นเอง

บทที่ 7

นิติศาสตร์ในพระไตรปิฎก

ความเป็นมาของกฎหมายในพระไตรปิฎก

มนุษย์ที่มีกิเลสมากเริ่มมาบังเกิดขึ้นประกอบกับสิ่งแวดล้อมบนโลกกระตุ้นให้กิเลสที่มีอยู่ในใจของแต่ละคนพุ้งขึ้น เป็นเหตุให้มีการทำอกุศลกรรมต่าง ๆ ส่งผลให้สิ่งแวดล้อมเสื่อมและทำให้อื่น ๆ ในสังคมเดือดร้อน เมื่อเป็นเช่นนี้มนุษย์เหล่านั้นจึงประชุมกันวางกฎระเบียบต่าง ๆ ขึ้น เช่น ปักปันเขตแดนที่ทำกินกัน ไม่ล่วงล้ำเขตแดนของกันและกัน มีการแต่งตั้งผู้ปกครองคือ กษัตริย์ให้เป็นใหญ่ในที่ทำกินทั้งปวง ให้ทำหน้าที่ตัดสินลงโทษคนกระทำผิดกฎระเบียบที่หมุ่คณะตกลงกันได้ กฎระเบียบที่กล่าวมานี้ถือว่าเป็นกฎหมายในสังคมมนุษย์ยุคแรก ๆ ซึ่งต่อมาก็ค่อย ๆ วิวัฒนาการมาตามลำดับ และมีกฎระเบียบต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ

กฎหมายหรือกฎระเบียบต่าง ๆ จึงเกิดขึ้นเพื่อแก้ปัญหาสังคม เกิดขึ้นเพื่อปราบปรามคนพาลอภีบาลคนดี เป็นกรอบให้คนในสังคมปฏิบัติตาม การบังเกิดขึ้นของพระวินัยสิกขาบทต่าง ๆ ของพระภิกษุในพระพุทธศาสนาก็มีลักษณะเดียวกันนี้ ส่วนสังคมใดที่มีคนดีมีคุณธรรมมากหรือเป็นสังคมของคนมีบุญมาก สังคมนั้นก็ไม่ต้องบัญญัติกฎหมายต่าง ๆ ขึ้น เพราะคนจะรู้ว่าสิ่งใดควรทำและไม่ควรทำ จะอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขโดยอัตโนมัติ

พระวินัยคือกฎหมายในพระไตรปิฎก

วินัย หมายถึง “กฎสำหรับฝึกอบรมกายวาจา” (วินยโนโต เจว กายวาจัน) เพราะเป็นเครื่องป้องกันความประพฤติที่ไม่เหมาะสมทางกายและทางวาจา เรื่องวินัยในพระพุทธศาสนานั้นถือว่าเป็นเรื่องใหญ่และมีความสำคัญมากเพราะเป็น 1 ใน 3 ของพระไตรปิฎกที่เดี่ยวนั้น คือ พระวินัยปิฎก

สิกขาบทเป็นเหตุให้พระศาสนาตั้งอยู่ได้นานมี 3 ประการ คือ

(1) พระผู้มีพระภาคเจ้าพระนามกกุสันธะ พระนามโกนาคมนะ และพระนามกัสสปะ ทรงแสดงธรรมโดยพิสดาร คือ กว้างขวางละเอียดลออแก่สาวกทั้งหลาย จึงทำให้พระธรรมคำสอนของ

พระผู้มีพระภาคเจ้าทั้งสามพระองค์นั้นมีมาก

(2) สิกขาบทที่ทรงบัญญัติ

(3) ปาฏิโมกข์ที่ทรงแสดงแก่สาวก

ความดำรงอยู่นานของศาสนา 2 ประเภท

ความดำรงอยู่นานของพระศาสนานั้นมี 2 ประเภท คือ

1) ดำรงอยู่นานโดยนับจำนวนปี

2) ดำรงอยู่นานโดยนับช่วงอายุคน

กาลเวลาแห่งการบัญญัติสิกขาบท

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสถึงกาลแห่งการบัญญัติสิกขาบทและแสดงปาฏิโมกข์ว่าจะกระทำเมื่อ “มีอัสวัญฐานิยธรรม คือ ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งอาสวะ เช่น การเสพเมถุน การลักทรัพย์ การอวดคุณวิเศษที่ไม่มีในตน เป็นต้น เกิดขึ้นในสงฆ์หรือในศาสนานี้” เมื่อใดอัสวัญฐานิยธรรมเหล่านั้นปรากฏขึ้น เมื่อนั้นพระศาสดาจึงจะบัญญัติสิกขาบท แสดงปาฏิโมกข์แก่สาวก เพื่อกำจัดอัสวัญฐานิยธรรมเหล่านั้น การที่อัสวัญฐานิยธรรมจะปรากฏในสงฆ์หรือในศาสนานั้น มีเหตุอยู่ 3 ประการ

(1) สงฆ์เป็นหมู่ใหญ่โดยภิกษุผู้บวชนานแล้ว หมายถึง เป็นหมู่ใหญ่เพราะมีภิกษุเถระ ซึ่งบวชมานานจำนวนมาก เพราะจะมีเหตุให้พระพุทธองค์บัญญัติสิกขาบทเกี่ยวกับพระเถระ เช่น พระเถระรูปใดใจเขลาไม่ฟังให้อุปสมบท เป็นต้น

(2) สงฆ์เป็นหมู่ใหญ่โดยแพร่หลายแล้ว หมายถึง มีแพร่หลายทั้งพระเถระ พระภิกษุปานกลาง และพระภิกษุบวชใหม่ เพราะจะมีเหตุให้พระพุทธองค์บัญญัติสิกขาบทเกี่ยวกับการวางตัวระหว่างภิกษุที่ต่างพรรษากัน

(3) สงฆ์เป็นหมู่ใหญ่เลิศโดยลาภแล้ว เพราะจะมีเหตุให้พระพุทธองค์บัญญัติสิกขาบทเกี่ยวกับเรื่องลาภสักการะ เช่น ภิกษุใดให้ของควรเคี้ยวหรือของควรบริโภคด้วยมือของตนแก่นักบวชเปลือยก็ดี แก่ปริพาชกก็ดี แก่ปริพาชิกาก็ดี ภิกษุนั้นต้องปาจิตตีย์ เป็นต้น

องค์ประกอบของสิกขาบท

สิกขาบทนั้นมีองค์ประกอบ 5 ประการด้วยกันดังนี้

1) ต้นบัญญัติ หมายถึง เรื่องเล่าของผู้ที่ประพฤติเสียหายในกรณีต่าง ๆ เป็นรายแรกที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าอ้างถึงเพื่อบัญญัติสิกขาบทในข้อต่าง ๆ เช่น พระสุทินน์ เป็นต้นบัญญัติปาราชิกสิกขาบทที่ 1 เป็นต้น

2) พระบัญญัติ หมายถึง สิกขาบทที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าบัญญัติเป็นข้อห้ามมิให้ภิกษุล่วงละเมิด มีบทกำหนดโทษหรือปรับอาบัติผู้ล่วงละเมิด

3) สิกขาบทวิภังค์และบทภาษณีย์ คำว่า สิกขาบทวิภังค์ หมายถึง การจำแนกความ สิกขาบท เป็นการอธิบายความหมายของศัพท์หรือข้อความในพระคัมภีร์ บทภาษณีย์ แปลว่า การ จำแนกแยกแยะความหมายของบท เป็นการนำเอาบทหรือคำในสิกขาบทวิภังค์มาขยายความ เพิ่มเติมอีก

4) อนาปัตติวาร ว่าด้วยข้อยกเว้นสำหรับบุคคลผู้ล่วงละเมิดสิกขาบทโดยไม่ต้องอาบัติ

5) วินีตวัตถุ ว่าด้วยเรื่องต่าง ๆ ของภิกษุผู้กระทำการบางอย่างอันอยู่ในขอบข่ายของ สิกขาบทนั้น ๆ ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงได้สวนเอง แล้วทรงวินิจฉัยชี้ขาดว่าต้องอาบัติใด หรือไม่

ขั้นตอนการบัญญัติสิกขาบท

ขั้นตอนการบัญญัติสิกขาบทนั้นมีอยู่ 4 ขั้นตอนด้วยกันคือ

- 1) มีเหตุเกิดขึ้น
- 2) พระภิกษุกราบทูลพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
- 3) ประชุมสงฆ์
- 4) บัญญัติสิกขาบท

หมวดหมู่และจำนวนสิกขาบท

ศีลของพระภิกษุเป็น “อปริยัตตปารีสุทธิศีล” หมายถึง มากมาย ไม่มีที่สิ้นสุดในวิสุทธิ- มรรคกล่าวไว้ว่าศีลของพระภิกษุมี 3 ล้านกว่าสิกขาบท แต่โดยรวมแล้วศีลของพระภิกษุแบ่ง ออกเป็น 4 หมวดใหญ่ ๆ เรียกว่า ปารีสุทธิศีล 4 ดังนี้ คือ

(1) ปาฏิโมกขสังวรศีล หมายถึง ศีล 227 สิกขาบท

(2) อินทริยสังวรศีล หมายถึง การสำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ยินดียินร้ายใน เวลาเห็นรูป เวลาได้ยินเสียง เวลาดมกลิ่น เวลาสัมผัส เวลาลิ้มรส หรือระลึกถึงอารมณ์ต่าง ๆ

(3) อาชีวะปารีสุทธิศีล หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ เลี้ยงชีพด้วยวิสัยของสมณะ คือ การ ปฏิบัติตนอยู่ในพระธรรมวินัย แล้วอาศัยปัจจัย 4 ที่ญาติโยมถวายด้วยศรัทธาเลี้ยงชีพ ไม่เลี้ยงชีพ ด้วยการประกอบอาชีพอย่างฆราวาส หรือไม่หลอกลวงเขาเลี้ยงชีพิต กล่าวคือ บวชแล้วไม่ได้ ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ แต่อาศัยผ้าเหลืองเพื่อเลี้ยงชีพ เป็นต้น

(4) ปัจจัยสันนิสสิตศีล หมายถึง ศีลที่ว่าด้วยการให้พิจารณาปัจจัย 4 คือ จีวร บิณฑบาต ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรคก่อนบริโภค ไม่บริโภคด้วยต้นหาความมัวเมา โดยให้พิจารณาว่า เรา บริโภคสิ่งเหล่านี้เพื่อให้ยังชีพอยู่ได้เท่านั้น จะได้บำเพ็ญสมณธรรมได้สะดวก

ในที่นี้จะกล่าวถึงเฉพาะปาฏิโมกขสังวรศีล คือ ศีล 227 สิกขาบทเท่านั้น เพราะบัญญัติไว้ เป็นข้อ ๆ อย่างชัดเจนและมีการกำหนดโทษหนักเบา ลดหลั่นกันไป ทำให้สะดวกต่อการ

เปรียบเทียบกับกฎหมายในทางโลก

ปาฏิโมกขสังวรศีล แบ่งออกเป็น 8 หมวด คือ ปาราชิก 4 ลิกขาบท, สังฆาทิเสส 13 ลิกขาบท, อนิยต 2 ลิกขาบท, นิสสัคคียปาจิตติย 30 ลิกขาบท, ปาจิตติย 92 ลิกขาบท, ปาฏิเทสนียะ 4 ลิกขาบท, เสขยวัตร 75 ลิกขาบท และอธิกรณสมณะ 7 ลิกขาบท รวมทั้งหมดเป็น 227 ลิกขาบท

ลิกขาบทเหล่านี้ จะเรียงลำดับจากโทษหนักไปหาโทษเบา กล่าวคือ ปาราชิกมีโทษหนักที่สุด ส่วนลิกขาบทอื่นจะมีโทษลดหย่อนลงมาเรื่อย ๆ โดยเสขยวัตรจะมีโทษเบาที่สุด

(1) ปาราชิก แปลว่า ผู้พ่ายแพ้ พ่ายแพ้ในที่นี้คือ พ่ายแพ้ต่อเส้นทางของนักบวชเพราะ ปาราชิกเป็นลิกขาบทหนัก ภิกษุใดล่วงละเมิดจะขาดจากความเป็นภิกษุทันที ไม่ว่าจะมิรู้หรือไม่รู้ก็

การล่วงละเมิดหรือทำผิดลิกขาบทแต่ละข้อเรียกว่า “อาบัติ” หรือ “ต้องอาบัติ” ผู้ที่ล่วงละเมิดลิกขาบทปาราชิกก็จะเรียกว่า “ต้องอาบัติปาราชิก” จะเห็นว่าลิกขาบทปาราชิกนั้นมีชื่อลิกขาบทกับชื่ออาบัติเหมือนกัน แต่บางลิกขาบท เช่น หมวดเสขยวัตรซึ่งชื่อลิกขาบทกับชื่ออาบัติไม่เหมือนกัน กล่าวคือ หมวดเสขยวัตรมีชื่ออาบัติว่า “ทุกกฏ”

(2) สังฆาทิเสส แปลว่า ลิกขาบทที่ต้องอาศัยสงฆ์ในกรรมเบื้องต้นและกรรมที่เหลือ หมายความว่า เป็นลิกขาบทที่ภิกษุผู้ล่วงละเมิดเข้าแล้วจะต้องอาศัยสงฆ์ช่วยจัดการแก้ไขให้ สังฆาทิเสสนั้นมีโทษหนักรองลงมาจากปาราชิก ผู้ล่วงละเมิดไม่ถึงกับขาดจากความเป็นภิกษุ ยังสามารถแก้ไขได้ ส่วนผู้ที่ต้องอาบัติปาราชิกไม่สามารถแก้ไขได้

สำหรับผู้ต้องอาบัติอื่น ๆ นอกเหนือจากปาราชิกและสังฆาทิเสสนั้น จะแก้ไขได้ด้วยการ “ปลงอาบัติ” ซึ่งหมายถึง การเปิดเผยอาบัติของตนต่อภิกษุอื่นหรือต่อสงฆ์

(3) อนิยต แปลว่า ไม่แน่นอน หมายถึง ลิกขาบทที่ไม่แน่นอนว่าภิกษุผู้ถูกกล่าวหา จะถูกปรับว่าได้ทำผิดลิกขาบทข้อไหนในระหว่าง “ปาราชิก สังฆาทิเสสและปาจิตติย” หากเป็นทางโลก อนิยตเปรียบเหมือนกับคดีที่มีทางตัดสินลงโทษได้หลายระดับขึ้นอยู่กับพยาน บุคคลที่เชื่อถือได้ หรือผู้เห็นเหตุการณ์

(4) นิสสัคคียปาจิตติย คำว่า “นิสสัคคียะ” แปลว่า “ทำให้สละสิ่งของ” ส่วนคำว่า “ปาจิตติย” แปลว่า “การล่วงละเมิดอันทำให้กุศลธรรมคือความดีตกไป” นิสสัคคียปาจิตติย จึงหมายถึง ลิกขาบทที่ภิกษุใดล่วงละเมิดเข้าแล้วจะต้องสละสิ่งของที่เกี่ยวข้องกับลิกขาบทข้อนั้น ๆ เช่น ไตรจีวร เป็นต้น เมื่อสละแล้วจึงสามารถแก้ไขได้ด้วยการปลงอาบัติได้

(5) ปาจิตติย เป็นลิกขาบทที่ไม่มีเงื่อนไขให้ต้องสละสิ่งของ เมื่อล่วงละเมิดแล้วสามารถแก้ไขได้ด้วยการปลงอาบัติได้เลย

(6) ปาฏิเทสนียะ แปลว่า จะพึงแสดงคืน เป็นลิกขาบทที่ภิกษุรูปใดต้องอาบัติแล้วจะแก้ไขได้ด้วยการแสดงคืนว่า “ท่านทั้งหลาย กระผมต้องธรรม คือ ปาฏิเทสนียะ เป็นธรรมที่น่าตำหนิ

ไม่เป็นสัปปายะ กระผมขอแสดงคตินธรรมนั้น” การแสดงคตินี้เป็นการปลงอาบัติอย่างหนึ่ง

(7) เสนิยวัตร แปลว่า วัตรที่พระภิกษุพึงศึกษา ซึ่งเป็นวัตรปฏิบัติเกี่ยวกับมารยาทอันดีงามต่าง ๆ ได้แก่ นุ่งห่มจีวรให้เรียบร้อย การฉนให้เรียบร้อย การแสดงธรรม และเบ็ดเตล็ดอื่น ๆ ภิกษุที่กระทำผิดพลาดเมื่อตั้งใจว่าจะศึกษาปรับปรุงให้ดีขึ้นก็ถือว่าพ้นจากอาบัตินั้น

(8) อธิกรณสมณะ แปลว่า ธรรมเครื่องระงับอธิกรณ์ เป็นวิธีการระงับอธิกรณ์หรือคดีความที่เกิดขึ้นให้สงบเรียบร้อย

ตัวอย่างสิกขาบทในพระปาฏิโมกข์

สิกขาบทในพระปาฏิโมกข์มีทั้งหมด 8 หมวด 227 สิกขาบท ในที่นี้จะยกตัวอย่างเพียง 2 หมวดคือ ปาราชิก และ สังฆาทิเสส เพื่อให้ทราบพอสังเขปว่า สิกขาบทแต่ละข้อของพระภิกษุนั้นมีเนื้อหาเป็นอย่างไร

หมวดปาราชิก 4 สิกขาบท

- 1) ภิกษุใดเสพเมถุนธรรมโดยที่สุดแม้ในสัตว์ดิรัจฉานตัวเมีย ต้องอาบัติปาราชิก
- 2) ภิกษุใดลักขโมยทรัพย์ที่มีราคาตั้งแต่ 5 มาสกขึ้นไป ต้องอาบัติปาราชิก
- 3) ภิกษุใดจงใจฆ่ามนุษย์ตาย หรือพรณนาคุณแห่งความตายจนผู้อื่นคล้อยตาม แล้วฆ่าตัวตาย ต้องอาบัติปาราชิก
- 4) ภิกษุใดกล่าวอวดคุณวิเศษที่ไม่มีในตนหากผู้ฟังเข้าใจ ต้องอาบัติปาราชิก ยกเว้นภิกษุนั้นสำคัญผิดว่าตนมีคุณวิเศษ

หมวดสังฆาทิเสส 13 สิกขาบท

- 1) ภิกษุใดจงใจทำน้ำอสุจิให้เคลื่อน ต้องอาบัติสังฆาทิเสส
- 2) ภิกษุใดมีจิตกำหนดแล้วจับต้องร่างกายสตรี ต้องอาบัติสังฆาทิเสส
- 3) ภิกษุใดมีจิตกำหนดแล้วพูดกับสตรีพาดพิงเมถุนธรรม ต้องอาบัติสังฆาทิเสส
- 4) ภิกษุใดมีจิตกำหนดแล้วพูดกับสตรีให้บำเรอตนด้วยกาม ต้องอาบัติสังฆาทิเสส
- 5) ภิกษุใดชักส่อให้ชายและหญิงเป็นสามีภรรยากันหรือเพื่อยู่ร่วมกันชั่วคราว ต้องอาบัติสังฆาทิเสส
- 6) ภิกษุใดสร้างกุฏิส่วนตัว โดยไม่ปฏิบัติตามระเบียบการสร้างกุฏิที่วางไว้ ต้องอาบัติสังฆาทิเสส
- 7) ภิกษุใดให้สร้างวิหารใหญ่เพื่อตัวเอง โดยไม่ปฏิบัติตามระเบียบการสร้างวิหารที่วางไว้ ต้องอาบัติสังฆาทิเสส
- 8) ภิกษุใดใส่ความภิกษุอื่นด้วยอาบัติปาราชิกไม่มีมูล ต้องอาบัติสังฆาทิเสส
- 9) ภิกษุใดอ้างเลขแล้วใส่ความภิกษุอื่นด้วยอาบัติปาราชิกไม่มีมูล ต้องอาบัติสังฆาทิเสส
- 10) ภิกษุใดพยายามทำให้สงฆ์แตกกัน แม้ภิกษุทั้งหลายตักเตือนในที่ประชุมสงฆ์ถึง 3

ครั้งแล้วยังไม่เลิกพฤติกรรมนั้น ต้องอาบัติสังฆาทิเสส

11) ภิกษุใดสนับสนุนภิกษุรูปที่พยายามทำให้สงฆ์แตกกัน แม้ภิกษุทั้งหลายตักเตือนในที่ประชุมสงฆ์ถึง 3 ครั้งแล้ว ยังไม่เลิกพฤติกรรมนั้น ต้องอาบัติสังฆาทิเสส

12) ภิกษุใดว่ายากสอนยาก แม้ภิกษุทั้งหลายตักเตือนในที่ประชุมสงฆ์ถึง 3 ครั้ง แล้วยังไม่เลิกพฤติกรรมนั้น ต้องอาบัติสังฆาทิเสส

13) ภิกษุใดประจบศฤงคาร แม้ภิกษุทั้งหลายเตือนในที่ประชุมสงฆ์ถึง 3 ครั้ง แล้วยังไม่เลิกพฤติกรรมนั้นต้องอาบัติสังฆาทิเสส

สิกขาบทเป็นพุทธบัญญัติมิใช่มติคณะสงฆ์

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้ทรงบัญญัติ ไม่ได้เป็นมติคณะสงฆ์ ทุกอย่างเป็นพุทธบัญญัติทั้งสิ้น การที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเรียกประชุมสงฆ์นั้น เป็นเพียงการแจ้งให้สงฆ์ทราบเท่านั้นว่ามีเหตุเกิดขึ้น เมื่อรับทราบแล้วจะได้ศึกษาและนำไปปฏิบัติ

การประชุมทบทวนสิกขาบททุกกึ่งเดือน

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงกำหนดให้มีการประชุมทบทวนสิกขาบททุกกึ่งเดือนหรือที่เรียกว่า “ทำอุโบสถ หมายถึง การฟังสวดพระปาฏิโมกข์” โดยจะมีตัวแทนของพระภิกษุหนึ่งรูปซึ่งสามารถจดจำสิกขาบททั้ง 227 ข้อได้อย่างแม่นยำ ขึ้นสวดสิกขาบทตั้งแต่ข้อ 1 ถึงข้อที่ 227 ให้ภิกษุทั้งหลายฟัง

ในการฟังสวดพระปาฏิโมกข์นั้น ภิกษุในอาวาสเดียวกันจะต้องมาฟังสวดที่เดียวกันห้ามแยกสวดโดยเด็ดขาดเพื่อความสามัคคี แม้เป็นพระอรหันต์ผู้มีศีลบริสุทธ์ 100% แล้วก็ยังต้องมาทำอุโบสถทุกครั้ง

อธิกรณ์ในพระไตรปิฎก

อธิกรณ์ หมายถึง เรื่องที่เกิดขึ้นแล้ว จะต้องจัดทำ คือ เรื่องที่สงฆ์จะต้องดำเนินการซึ่งมีทั้งส่วนที่เป็น “คดี” คือ เป็นปัญหาข้อขัดแย้ง และส่วนที่เป็นกิจธุระต่าง ๆ อธิกรณ์นั้น มี 4 ประการคือ

- 1) วิวาทาธิกรณ์ : วิวาทกันเรื่องพระธรรมวินัย
- 2) อนุวาทาธิกรณ์ : การโจทก์กันด้วยอาบัติ
- 3) อาปัตตาทิกรณ์ : อาบัติและการแก้ไขอาบัติ
- 4) กิจจาธิกรณ์ : กิจที่สงฆ์พึงทำ

พระวินัยธรหนักกฎหมายในพระธรรมวินัย

พระวินัยธร หมายถึง พระผู้ชำนาญวินัย พระสัมมาสัมพุทธเจ้ายกย่องพระอุบาลีว่าเป็นเลิศกว่าภิกษุทั้งปวง การจะเป็นพระวินัยธรได้นั้นพระพุทธองค์ทรงกำหนดคุณสมบัติที่สำคัญไว้ในปฐมวินัยจรสูตร 7 ประการ ดังนี้

- (1) รู้จักอาบัติ หมายถึง รู้อาบัติทั้ง 7 กอง ได้แก่ ปาราชิก สังฆาทิเสส เป็นต้น
- (2) รู้จักอนาบัติ หมายถึง สามารถวินิจฉัยเรื่องเกี่ยวกับอาบัติแต่ไม่ถึงกับต้องอาบัติ เช่น นางภิกษุณีอุบลวรรณาถูกข่มขืน ท่านไม่ยินดียิ่งไม่ต้องอาบัติ เป็นต้น
- (3) รู้จักลหุอาบัติ หมายถึง รู้ว่าอาบัติเบา 5 อย่าง คือ ฤกษ์จัจจย ปาจิตตีย์ ปาฏิเทสนียะ ทุกกฏ และทุพภาสิต จะพ้นได้ด้วยการแสดงอาบัติ หรือ ปลงอาบัติ
- (4) รู้จักครุอาบัติ หมายถึง รู้จักอาบัติหนัก คือ รู้ว่าสังฆาทิเสสจะพ้นได้ด้วยการอยู่กรรม และรู้ว่าอาบัติปาราชิกไม่อาจจะแก้ไขได้ ต้องให้ลาสิกขาอย่างเดียว
- (5) มีศีล สำรวมระวังในปาฏิโมกข์ เพียบพร้อมด้วยอาการระคือมารยาทและโคจร มีปกติเห็นภัยในโทษแม้เล็กน้อย หมั่นศึกษาและตั้งใจรักษาสิกขาบททุกข้อ

คำว่า “โคจร” หมายถึง สถานที่ซึ่งภิกษุควรเที่ยวไป และต้องไม่ไปในสถานที่ที่ไม่ควรไป เช่น สถานที่ของหญิงโสเภณี หญิงหม้าย สาวแก่ ร้านสุรา เป็นต้น

- (6) ได้ฌาน 4 อันเป็นเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน
- (7) เป็นพระอรหันต์

คุณสมบัติของพระวินัยธร 7 ประการดังที่กล่าวมาข้างต้น สามารถแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มคือ

กลุ่มที่ 1 มีความรู้เรื่องพระวินัยเป็นอย่างดี ประกอบด้วย ข้อ 1, 2, 3 และ 4

กลุ่มที่ 2 คือ มีศีลธรรม ประกอบด้วย ข้อ 5 คือ มีศีล, ข้อ 6 คือ ได้ฌาน 4 และ ข้อ 7 เป็นพระอรหันต์ผู้หมดกิเลสแล้ว จึงกล่าวโดยย่อได้ว่า พระวินัยธรจะต้องมีความรู้คู่ศีลธรรมนั่นเอง

บทที่ 8

เศรษฐศาสตร์ในพระไตรปิฎก

เศรษฐศาสตร์ในพระไตรปิฎกนั้นเป็นเศรษฐศาสตร์แบบ “มีบุญเป็นศูนย์กลาง” กล่าวคือ มีหลักว่าระบบเศรษฐกิจที่ดีจะต้องเอื้อให้สมาชิกในสังคมได้มีโอกาสบำเพ็ญบุญ พัฒนาดินให้เจริญ งอกงามในกุศลธรรม อยู่ร่วมกันด้วยความสุข มีความก้าวหน้าทั้งเศรษฐกิจและจิตใจไปคู่กัน

หลักการตั้งตัวสร้างฐานะในพระพุทธศาสนา คือ หลักหัวใจเศรษฐกิจ ได้แก่

1. อุฏฐานสัมปทา หาทรัพย์เป็น
2. อารักขสัมปทา เก็บรักษาทรัพย์เป็น
3. กัลยาณมิตตตา สร้างเครือข่ายคนดีเป็น
4. สมชีวิตา ใช้ชีวิตเป็น

ทรัพย์ 2 ประการในพระไตรปิฎก

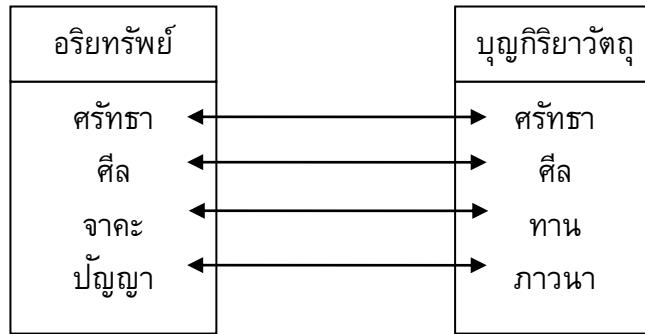
โภคทรัพย์ หมายถึง ทรัพย์ภายนอก คือ ของที่จะพึงบริโภค เป็นเครื่องทำนุบำรุงร่างกาย แบ่งเป็น

- โภคทรัพย์โดยตรง ได้แก่ ปัจจัย 4 คือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค
- โภคทรัพย์โดยอ้อม ได้แก่ เงินทอง หรือ เงินตรา ที่บัญญัติขึ้นสำหรับเป็นมาตราสำหรับแลกเปลี่ยนซื้อขายกัน

อริยทรัพย์ หมายถึง ทรัพย์อันประเสริฐ เป็นทรัพย์ที่มีภายในใจ มีอยู่ 7 ประการด้วยกัน คือ

- 1) สัทธานัง ทรัพย์คือศรัทธา
- 2) สีลนัง ทรัพย์คือศีล
- 3) หิรินัง ทรัพย์คือหิริ
- 4) โอตตปฺปนัง ทรัพย์คือโอตตปฺปะ
- 5) สุตฺถนัง ทรัพย์คือสุตะ
- 6) จาคฺชนัง ทรัพย์คือจาคะ
- 7) ปัญฺญานัง ทรัพย์ คือปัญญา

ความสัมพันธ์ของอริยทรัพย์กับบุญกิริยาวัตถุ 3 คือ ทาน ศีลภาวนา และมักจะได้ยินได้ฟังอยู่บ่อย ๆ ว่า บุญอันเกิดจากการให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนานั้น จะเป็น “อริยทรัพย์” ติดตัวไปภพชาติเบื้องหน้า อริยทรัพย์ 4 และบุญกิริยาวัตถุ 3 มาเชื่อมโยงเข้าหากันดังนี้



ความสำคัญของทรัพย์

1) ความสำคัญของโภคทรัพย์ โภคทรัพย์นั้นมีไว้เพื่อเป็นเครื่องสนับสนุนให้แสวงหาอริยทรัพย์ได้สะดวก ด้วยการนำมาสร้างบุญ เช่น ให้ทาน เป็นต้น และเพื่อนำมาหล่อเลี้ยงร่างกายให้มีเรี่ยวแรงในการปฏิบัติธรรม

2) ความสำคัญของอริยทรัพย์

อริยทรัพย์นั้นเป็นทรัพย์ที่ประเสริฐกว่าโภคทรัพย์ทั้งหลาย จะช่วยให้บุคคลคลายจากทุกข์และพ้นจากความทุกข์ได้อย่างถาวร

คือ มีโภคทรัพย์เป็นเครื่องหล่อเลี้ยงกาย และมีอริยทรัพย์เป็นเครื่องหล่อเลี้ยงใจ

เศรษฐศาสตร์จุลภาคในพระไตรปิฎก

สาเหตุแห่งความร่ำรวยและยากจน มีอยู่อย่างน้อย 2 ประการ คือ

1) สาเหตุส่วนละเอียด คือ “บุญ”

2) สาเหตุส่วนหยาบ คือ “ความขวนขวายในการสร้างฐานะ” โดยบุญจะเป็น

บุญเป็นหลัก การขวนขวายสร้างฐานะเป็นส่วนเสริม การที่ใครจะมีฐานะร่ำรวยหรือยากจนขึ้นอยู่กับบุญเป็นหลัก ส่วนการขวนขวายสร้างฐานะจะเป็นเพียงส่วนเสริม

มิจฉวนิชชาการค้ำต้องห้าม พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัส “มิจฉวนิชชา” ซึ่งเป็นการค้าขายที่ไม่พึงกระทำไว้ 5 ประการ ได้แก่

1) สัตถวนิชชา คือ การค้าขายอาวุธ

2) สัตตวนิชชา คือ การค้าขายสัตว์

- 3) มังสวณิชา คือการค้ำขายเนื้อ
- 4) มัชชวณิชา คือ การค้ำขายของมีนเมา
- 5) วิสวณิชา คือ การค้ำขายยาพิษ

อบายมุขทางเสื่อมแห่งทรัพย์ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงทางเสื่อมแห่งโภคทรัพย์ และอริยทรัพย์ในสังคาลสูตรไว้ 6 ประการ ได้แก่

- 1) การเสพน้ำเมา คือ สุราเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท
- 2) การเที่ยวไปในตรอกต่าง ๆ ในเวลากลางคืน
- 3) การเที่ยวดูมหรสพ
- 4) การเล่นการพนันอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท
- 5) การคบคนชั่วเป็นมิตร
- 6) ความเกียจคร้าน

เศรษฐศาสตร์ระดับมหภาคในพระไตรปิฎก

เศรษฐศาสตร์มหภาค คือ การศึกษาเศรษฐกิจทั้งระบบ หรือศึกษาภาพรวมเศรษฐกิจทั้งประเทศนั่นเอง ซึ่งรัฐบาลมีหน้าที่โดยตรงในการบริหารเศรษฐกิจของประเทศ เศรษฐศาสตร์มหภาคในพระไตรปิฎกนั้นปรากฏอยู่ในรูปการบริหารเศรษฐกิจของกษัตริย์หรือคณะผู้ปกครองแคว้นต่าง ๆ ในอดีต เช่น พระเจ้าจักรพรรดิ กษัตริย์ และคณะเจ้าต่าง ๆ เป็นต้น

เบื้องหลังของเศรษฐกิจในระดับประเทศก็เกิดจากสาเหตุ 2 ประการดังกล่าว คือ บุญโดยรวมของคนทั้งประเทศ และการชวนชววยสร้างฐานะของคนทั้งประเทศ โดยรัฐบาลหรือคณะผู้ปกครองแต่ละประเทศก็มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการบริหารจัดการเศรษฐกิจของประเทศ โดยหลักการบริหารนั้นจะต้องส่งเสริมประชาชนในสิ่ง ที่สำคัญ 2 ประการ คือ

- 1) ส่งเสริมประชาชนให้มีความเข้าใจเรื่องบุญและสั่งสมบุญมาก ๆ
- 2) ส่งเสริมประชาชนให้ชวนชววยสร้างฐานะด้วยหลักหัวใจเศรษฐกิจ อันหมายรวมถึงการส่งเสริมประชาชนให้ประกอบอาชีพที่ไม่ผิดศีลธรรม เช่น มิจฉาวณิชา และควบคุมกำจัดแหล่งอบายมุขทั้งหลาย

เปรียบเทียบเศรษฐศาสตร์ทางโลกกับทางธรรม

อุปนิสัยการให้ทานของมหาเศรษฐีโลกยุคปัจจุบัน สาเหตุการให้ทานเป็นเพียงสาเหตุที่พบและวิเคราะห์ได้ในปัจจุบันชาติเท่านั้น ส่วนสาเหตุสำคัญที่กล่าวมาตั้งแต่ต้น คือ อุปนิสัยรักการให้ทานที่ติดตัวมาข้ามชาติ ส่งผลให้มหาเศรษฐีเหล่านี้ดำเนินชีวิตเช่นเดิมอีกในชาตินี้ แม้ในชาตินี้พวกเขาจะไม่ค่อยได้ให้ทานแก่นิเอนาบุญ เพราะเกิดในประเทศที่มีความเชื่อต่างไป

จากคำสอนในพระพุทธศาสนา แต่ประเด็นที่กล่าวมานี้ ต้องการชี้ให้เห็นอุปนิสัยที่ติดตัวข้ามชาติเป็นหลัก

อริยทรัพย์กัลยาณธรรมสร้างความสุขในทุกยุคสมัยการให้ทาน หรือ การบริจาค อันเป็นอริยทรัพย์ที่มีอยู่ในพระไตรปิฎกนั้น เป็นสัจธรรมที่เที่ยงแท้ไม่ผันแปรแม้เวลาจะผ่านมากกว่า 2,500 ปีแล้ว ใครก็ตามที่ได้ศึกษาแล้วนำไปปฏิบัติก็จะได้ผลเหมือนกัน ไม่ว่าจะเป็ดยุคไหนสมัยไหน ไม่ว่าจะอยู่ในสังคมแบบทุนนิยมหรือคอมมิวนิสต์ หากเขาปฏิบัติตามหลักอริยทรัพย์นี้ ก็จะได้รับผลคือความสุขจากการปฏิบัติเหมือนกัน

ระบบเศรษฐกิจทางโลกกับทางธรรม

1) ระบบเศรษฐกิจของสหรัฐอเมริกา สหรัฐอเมริกาใช้ระบบเศรษฐกิจแบบทุนนิยม หัวใจที่ผลักดันให้เศรษฐกิจของประเทศเติบโต คือ การสร้างความเชื่อมั่นแก่ประชาชน และหลักบริโภคนิยม กล่าวคือ เมื่อคนในประเทศมีความเชื่อมั่นโดยเฉพาะในเรื่องเศรษฐกิจและการเมือง ประชาชนก็จะจับจ่ายใช้สอยอย่างเต็มที่ ผู้ผลิตสินค้าและบริการก็จะขายสินค้าได้มาก ทำให้มีรายได้มาก มีกำไรมาก และจะขยายการลงทุนเพิ่มขึ้น ขยายกิจการให้ใหญ่โตขึ้น ทำให้มีการจ้างงานเพิ่มขึ้น ประชาชนก็จะมีรายได้มากขึ้น ก็จะเพิ่มการจับจ่ายใช้สอยไปอีกจึงทำให้ GDP สูงตามไปด้วย

2) ระบบเศรษฐกิจของประเทศจีน ปัจจุบันจีนเป็นประเทศที่มีเศรษฐกิจโตเป็นอันดับ 4 ของโลก รองจากสหรัฐอเมริกา ญี่ปุ่น และเยอรมันในการลงทุนนั้นถือว่าเป็นจุดเด่นของจีน เนื่องจากคนจีนประหยัดจึงมีเงินเหลือเก็บมาก มีเงินฝากธนาคารมาก บรรดานักธุรกิจจึงสามารถกู้เงินจำนวนมากนี้ไปลงทุนผลิตสินค้าได้มาก เมื่อผลิตมาแล้วขายในประเทศไม่หมดเพราะคนจีนประหยัดก็ส่งออกขายต่างประเทศ

แต่จีนก็ยังมีจุดอ่อนที่ต้องปรับปรุง อีกหลายประการ อาทิเช่น การกระจายรายได้, ความมั่นคงภายใน, สิ่งแวดล้อม และปัญหาแรงเสียดทานอันเกิดจากการที่จีนได้เปรียบดุลการค้ามากเกินไป เป็นต้น

3) ระบบเศรษฐกิจในพระไตรปิฎก ระบบเศรษฐกิจที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกนั้นมีบุญเป็นศูนย์กลางและยังมีหลักหัวใจเศรษฐกิจ ใครก็ตามสร้างฐานะจนร่ำรวยด้วยหลัก 2 ประการนี้แล้วจะไม่เก็บทรัพย์ส่วนเกินไว้เฉย ๆ แต่นำมาสร้างบุญต่อด้วยการให้ทานแก่คนจน ทำบุญในพระพุทธศาสนา สร้างสาธารณประโยชน์ต่าง ๆ เช่น สร้างวัด เป็นต้น

วิกฤตการณ์อาหารและพลังงานโลก ทำให้น้ำมันและอาหารจึงแพงขึ้นขนาดนั้น หลักเศรษฐศาสตร์ให้คำตอบไว้ว่า สาเหตุพื้นฐานของภาวะของแพง คือ “อุปสงค์มาก (demand) แต่อุปทานน้อย (supply)” กล่าวคือ ความต้องการสินค้ามีมากในขณะที่สินค้าในตลาดมีน้อยจึงผลักดันให้ราคาแพงขึ้น ส่วนสาเหตุที่ทำให้อุปสงค์มากแต่อุปทานน้อยนั้นมีดังนี้

สาเหตุที่ทำให้อุปสงค์มาก สาเหตุหลัก ๆ ที่ทำให้อุปสงค์เรื่องน้ำมันมีมาก คือ การใช้อย่างฟุ่มเฟือย, ประชากรโลกเพิ่มขึ้น, การขยายตัวทางเศรษฐกิจของแต่ละประเทศ และการกักตุนเพื่อเก็งกำไรของกลุ่มเฮดจ์ฟันด์ เป็นต้น ส่วนสาเหตุที่ทำให้อุปสงค์เรื่องอาหารมีมากนั้นก็คล้าย ๆ กัน คือ การใช้อย่างฟุ่มเฟือย, ประชากรโลกเพิ่มขึ้น และการกักตุนเพื่อเก็งกำไรของนายทุนบางกลุ่ม เป็นต้น

สาเหตุที่ทำให้อุปทานน้อย

สาเหตุหลัก ๆ ที่ทำให้อุปทานหรือการผลิตน้ำมันส่งตลาดโลกมีน้อยมี 2 ประการ คือ ปริมาณน้ำมันในธรรมชาติลดลง และภัยคุกคามแหล่งน้ำมัน เช่น การโจมตีบ่อน้ำมันและท่อส่งน้ำมัน, โจรสลัดปล้นเรือบรรทุกน้ำมัน และปัญหาสงครามในประเทศผลิตน้ำมัน เป็นต้น

เปรียบเทียบปัญหาอาหารและพลังงานกับอัครคัมภีร์ในอัครคัมภีร์กล่าวไว้ว่า อาหารและสิ่งแวดล้อมเสื่อมลงและขาดแคลนเพราะมนุษย์เสื่อมจากศีลธรรมเนื่องจากการคบคนพาลและอำนาจกิเลส คือ ความถือตัว การดูหมิ่นกัน และ ความโลภ เป็นต้น อาหารดี ๆ ในยุคนั้นจึงค่อย ๆ หดหายไปทีละอย่าง แล้วเกิดอาหารใหม่ที่หายากกว่าเดิมขึ้นแทน คือ จากวันดิน เป็น กระบิดิน เป็นเครื่องดิน และเป็นข้าวสาลี เป็นต้น

ความโลภด้วย “การกักตุนข้าวสาลี” จนเกินความจำเป็นของคนบางกลุ่ม ทำให้มีการปฏิบัติตามกันอย่างแพร่หลาย เป็นเหตุให้ข้าวสาลีงอกขึ้นไม่ทัน บางแห่งก็ไม่งอกขึ้นอีก จากเดิมที่ข้าวสาลีเคยมีอยู่ทั่วไปในทุกแห่ง ก็ปรากฏเป็นกลุ่ม ๆ กระจัดกระจายกันไป คุณภาพของข้าวก็ต่ำลงมาเรื่อย ๆ สิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ก็เสื่อมลงตามลำดับเช่นกัน

การที่มนุษย์ทั่วโลกใช้น้ำมันอย่างฟุ่มเฟือยก็ดี หรือใช้มากเพราะความเติบโตทางเศรษฐกิจก็ดี เป็นเหตุให้น้ำมันที่มีอยู่ตามธรรมชาติลดลง จนน้ำมันที่สามารถเอามาใช้ได้จะหมดโลกแล้ว เรื่องนี้ก็เช่นเดียวกับในอัครคัมภีร์คือ เพราะกิเลสคือความโลภ เป็นต้น ทำให้อาหารเก่าค่อย ๆ หดหายไป แล้วเกิดอาหารใหม่ขึ้นแทนแต่หายากกว่าเดิม ต่างกันตรงที่ในยุคนี้คนมีบุญน้อยจึงต้องวิงวอนอย่างยากลำบากกว่าจะได้พลังงานทดแทนมาใช้ได้

นอกจากนี้ ศีลธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังเน้นให้คนรู้จักประหยัด ใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่า และยังสอนให้มนุษย์มีเมตตาต่อกัน ไม่รบราฆ่าฟันกันเอง ปัญหาสงครามและการก่อการร้ายซึ่งนำไปสู่ความตกต่ำของเศรษฐกิจนั้น ล้วนเกิดจากมนุษย์ไม่มีเมตตาต่อกัน ไม่เข้าใจเรื่องกฎแห่งกรรม หากได้มีการฟื้นฟูเรื่องจิตใจคือศีลธรรม ปัญหานี้ก็จะลดลงเช่นกัน

บทที่ 9 วาทศาสตร์ในพระไตรปิฎก

วาทศาสตร์หลักพื้นฐานของการพูด

บรรดาชนผู้พูดพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้ประเสริฐ มหาชนชาวชมพูทวีปที่ได้ฟังธรรมของพระองค์ต่างก็กล่าวเป็นเสียงเดียวกันว่า “วาณิชของพระองค์ไพเราะ แจ่มแจ้ง ชัดเจน เหมือนหงายของที่คว่ำ เปิดของที่ปิด บอกทางแก่ผู้หลงทาง หรือ ตามประทีปในที่มืด” เมื่อได้ฟังพระสัทธรรมแล้วบางพวกก็ออกบวช บางพวกก็ขอถึงพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งไปตลอดชีวิต เขาเหล่านั้นพากันละทิ้งความเชื่อดั้งเดิมในลัทธิต่าง ๆ ที่สืบทอดกันมา เพราะได้ฟังพระดำรัสของพระพุทธองค์ บางท่านเพียงแค่ได้ฟังธรรมโดยยอบนถนนก็สามารถบรรลุอรหัตผลได้ เช่น พระพาหิย-ทวารจิริยะ เป็นต้น

องค์ 8 แห่งพระสุรเสียงของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระสุรเสียงที่เปล่งออกจากพระโอษฐ์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้นประกอบด้วยองค์ 8 ประการ บุคคลใดได้ฟังแล้วย่อมเกิดความเลื่อมใสศรัทธา มีจิตน้อมไปเพื่อการปฏิบัติตามคำสอน อันเป็นเหตุให้ตรัสรู้ธรรมตามพระพุทธรองค์ได้ องค์ 8 แห่งพระสุรเสียงมีดังนี้คือ

- | | |
|-------------------------------|----------------------------|
| 1) เป็นเสียงไม่ขัดข้อง | คือ ไม่แหบเคี้ยว ไม่ติดขัด |
| 2) เป็นเสียงผู้ฟังทราบได้ง่าย | คือ ชัดเจน |
| 3) เป็นเสียงไพเราะ | คือ อ่อนหวาน |
| 4) เป็นเสียงนำฟัง | คือ เสนาะ หรือ เพราะ |
| 5) เป็นเสียงกลมกล่อม | คือ เข้ากันพอดี |
| 6) เป็นเสียงไม่แปร่ง | คือ ไม่พร่า |
| 7) เป็นเสียงลึก | คือ ลึกซึ้ง |
| 8) เป็นเสียงก้อง | คือ กังวานและแจ่มใส |

องค์ 8 แห่งพระสุรเสียงของพระผู้มีพระภาคเจ้านี้ เป็นผลที่เกิดจากการที่พระองค์กล่าวคำสุภาษิตมานับภพนับชาติไม่ถ้วน

ความหมายและองค์ประกอบของวาทศาสตร์

วาทศาสตร์ หมายถึง คำพูดที่ผู้พูดได้กลั่นกรองไว้ดีแล้ว มีใช้สักแต่พูด แต่ปาก มีหน้าที่ถึง 2 อย่าง คือ ทั้งกินและพูด ธรรมชาติกลับให้ มาเพียงปากเดียว แสดงว่าธรรมชาติต้องการให้คนดูให้มาก ฟังให้มาก แต่พูดให้น้อย ๆ ให้มีสติคอยระมัดระวังปาก จะกินก็กินให้พอเหมาะ จะพูดก็พูด ให้พอดี ลักษณะคำพูดที่พอเหมาะพอดี เป็นคุณทั้งแก่ตัว ผู้พูดและผู้ฟัง เรียกว่า วาทศาสตร์

องค์ประกอบของวาจาสุภาษิต

(1) ต้องเป็นคำจริง ไม่ใช่คำพูดที่ปั้นแต่งขึ้น เป็นคำพูดที่ไม่คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง ไม่บิดเบือนจากความจริง ไม่เสริมความ ไม่อำความ ต้องเป็นเรื่องจริง

(2) ต้องเป็นคำสุภาพ เป็นคำพูดไพเราะ ที่กลั่นออกมาจากน้ำใจที่บริสุทธิ์ ไม่เป็นคำหยาบ คำด่า คำประชดประชัน คำเสียดสี คำหยาบนั้นฟังก็ระคายหู แต่คิดถึงก็ระคายใจ

(3) พูดแล้วก่อให้เกิดประโยชน์ เกิดผลดีทั้งแก่คนพูดและคนฟัง ถึงแม้คำพูดนั้นจะจริง และเป็นคำสุภาพ แต่ถ้าพูดแล้วไม่เกิดประโยชน์อะไร กลับจะทำให้เกิดโทษ ก็ไม่ควรพูด

(4) พูดด้วยจิตเมตตา พูดด้วยความปรารถนาดี อยากให้คนฟังมีความสุข มีความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป ในข้อนี้หมายถึงว่า แม้จะพูดจริง เป็นคำสุภาพ พูดแล้วเกิดประโยชน์ แต่ถ้าจิต ยังคิดโกรธมีความริษยาก็ยังไม่สมควรพูด เพราะผู้ฟังอาจรับไม่ได้

(5) พูดถูกกาลเทศะ แม้ใช้คำพูดที่ดี เป็นคำจริง เป็นคำสุภาพ เป็นคำพูดที่มีประโยชน์ และพูดด้วยจิตที่เมตตา แต่ถ้าผิดจังหวะ ไม่ถูกกาลเทศะ ผู้ฟังยังไม่พร้อมที่จะรับแล้ว จะก่อให้เกิดผลเสียได้ เช่น จะกลายเป็นประจานกันหรือจับผิดไป

- พูดถูกเวลา (กาล) คือ รู้ว่าเวลาไหนควรพูด เวลาไหนยังไม่ควรพูด ควรพูดนานเท่าไร ต้องคาดผลที่จะเกิดขึ้นไว้ด้วย

- พูดถูกสถานที่ (เทศะ) คือ รู้ว่าในสถานที่เช่นไร เหตุการณ์แวดล้อมเช่นไรจึงสมควรที่จะพูด หากพูดออกไปแล้วจะมีผลดีหรือผลเสียอย่างไร

โทษการกล่าววาจาทุพภาษิต

การกล่าววาจาทุพภาษิตนั้นเป็นกรรมที่ทำได้ง่ายและมีโทษมาก จึงมีคนทำผิดพลาดในเรื่องวาทะกันมาก แม้แต่พระโพธิสัตว์ก็เช่นกัน พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงอกุศลกรรมหลัก ๆ ในอดีตของพระองค์ไว้ 13 ข้อ ในจำนวนนี้มีวัจจกรรมอยู่ถึง 6 ข้อ หรือเกือบครึ่งหนึ่งที่เดียว ส่วนอีก 7 ข้อเป็นกรรมทางกายและทางใจ ในวัจจกรรมทั้ง 6 ประการนั้นมีดังนี้

1) ชาตินี้พระโพธิสัตว์เกิดเป็นคนเลี้ยงโค ได้ต้อนโคไปเลี้ยง ในขณะที่ต้อนโคอยู่นั้น เห็นแม่โคตัวหนึ่งกำลังดื่มน้ำอยู่นั้น ท่านจึงกล่าวห้ามและไล่มันไป ด้วยกรรมนั้น ในภพสุดท้ายก่อนพระองค์จะปรินิพพาน ทรงกระหายน้ำแต่ก็ไม่ได้เสวยน้ำในเวลาที่ยังปรารถนาเพราะพระอานนท์ รังรออยู่เนื่องจากเกวียน 500 เล่มเพิ่งข้ามลำธารไปทำให้น้ำในลำธารขุ่น

2) ชาตินี้พระโพธิสัตว์เกิดเป็นนักเลงชื่อปุนาลี ได้กล่าวต่อพระเจ้าเอกพุทธเจ้าชื่อว่าสุรกี ด้วยกรรมนั้นท่านจึงตกนรกเป็นเวลายาวนาน และในภพสุดท้ายก็ถูกนางสุนทรिकाกล่าวต่อว่า พระองค์ทรงร่วมอภิรมย์กับนาง

3) ชาตินี้พระโพธิสัตว์ กล่าวต่อพระเถระชื่อว่านันทะ ซึ่งเป็นสาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์หนึ่ง ด้วยกรรมนั้นท่านจึงตกนรกเป็นเวลายาวนาน พ้นจากนรกแล้วก็ถูกกล่าว

ดูอยู่หลายชาติ และในภพสุดท้ายก็ถูกนางจิญจมาณวิกา กล่าวต่อว่าพระองค์ทรงร่วมอภิรมย์กับนาง

4) ชาติหนึ่งพระโพธิสัตว์เกิดเป็นพราหมณ์ชื่อสุตวา ได้กล่าวต่อฤๅษีผู้ทรงอภิรมย์ 5 ผู้หนึ่งว่า ฤๅษีนี้มักบริโภคกาม ด้วยกรรมนั้นรวมกับกรรมในชาติที่เป็นนักเลงชื่อปุนาลี พระองค์จึงถูกนางสุนทรिकाกล่าวต่อว่าทรงร่วมอภิรมย์กับนางในภพชาติสุดท้าย

5) ชาติหนึ่งพระโพธิสัตว์ได้บริภาพพระสาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่าอุสสะว่า “พวกท่านจงเคี้ยว จงกินแต่ข้าวแดง อย่ากินข้าวสาลีเลย” ด้วยกรรมนั้นในภพชาติสุดท้ายพระองค์จึงต้องเสวยข้าวแดงอยู่ตลอด 3 เดือน เมื่อครั้งที่พระองค์ประทับอยู่ที่เมืองเวรัญชา

6) เมื่อพุทธันดรที่แล้วพระโพธิสัตว์เกิดเป็นมานพชื่อโชติปาละ ได้กล่าวสบประมาทพระกัสสปสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า “จักมีโพธิมณฑลแต่ที่ไหน โพธิญาณท่านได้ยากอย่างยิ่ง” ด้วยกรรมนั้น พระโพธิสัตว์จึงต้องบำเพ็ญทุกกรกิริยาอยู่ถึง 6 ปี กว่าจะรู้ว่าเป็นหนทางที่ผิดและหันมาปฏิบัติในหนทางสายกลางจนกระทั่งตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

องค์แห่งธรรมกถึกหลักพื้นฐานของการแสดงธรรม

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสหลักการเทศน์สอนโดยเฉพาะไว้อีก 5 ประการ

1) เราจักแสดงธรรมไปตามลำดับ หมายถึง แสดงธรรมให้มีลำดับ ไม่ตัดลัดให้ขาดความ เช่น แสดงเรื่องทานเป็นลำดับที่ 1 แสดงเรื่องศีลเป็นลำดับที่ 2 แสดงเรื่องสวรรค์เป็นลำดับที่ 3 อีกนัยหนึ่ง หมายถึง แสดงธรรมให้ครอบคลุมเนื้อหาสาระตามที่ตั้งคาถาไว้

2) เราจักแสดงอ้างเหตุผล

3) เราจักแสดงธรรมอาศัยความเอ็นดู หมายถึง ต้องการอนุเคราะห์ด้วยคิดว่า จักเปลี่ยนเหล่าสัตว์ผู้มีความคับแค้นมากให้พ้นจากความคับแค้น

4) เราจักเป็นผู้ไม่เฟื่องอามิสแสดงธรรม หมายถึง ไม่มุ่งหวังลาภ คือ ปัจจัย 4 เพื่อตน

5) เราจักไม่แสดงธรรมกระทบตนและผู้อื่น หมายถึง ไม่แสดงธรรมยกตนข่มท่าน

หลักการแสดงธรรมให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผล

ประสิทธิภาพ (Efficiently) โดยทั่วไป หมายถึง การทำงานให้สำเร็จโดยใช้ทรัพยากรน้อยที่สุด ทรัพยากรในที่นี้ คือ ทุน เวลา แรงงาน อุปกรณ์ต่าง ๆ เป็นต้น

ประสิทธิผล (Effectively) หมายถึง การทำงานได้ผลสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้

พระพุทธองค์ยังมีหลักการสำคัญอีกอย่างน้อย 4 ประการ

1) เทศน์สอนโดยยึดผู้ฟังเป็นศูนย์กลาง

2) แสดงธรรมโดยยกหลักการและตัวอย่างประกอบ

3) แสดงธรรมโดยใช้อุปมาอุปไมยประกอบ

4) แสดงธรรมโดยใช้สื่อการสอนประกอบ

หลักการตอบปัญหาของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

สาเหตุการถามปัญหา 5 ประการ

- 1) ถามปัญหาเพราะโง่เขลาและหลงลืม
- 2) ถามปัญหาเพราะมีความปรารถนาลามก หมายถึง ความปรารถนาให้ผู้อื่นคิดว่าตนเองมีความดีอย่างนั้นอย่างนี้ทั้ง ๆ ที่ตนไม่ได้มีความดีเช่นนั้นจริง
- 3) ถามปัญหาเพราะความดูหมิ่นหมายถึง ผู้ถามรู้สึกถูกดูหมิ่นภูมิรัฐภูมิธรรมของผู้แสดงธรรม จึงพยายามถามปัญหายาก ๆ เพื่อให้เขาตอบไม่ได้ จะได้เขินอายและเสียหน้า
- 4) ถามปัญหาเพราะประสงค์จะรู้
- 5) ถามปัญหาเพราะคิดว่า ถ้าผู้ตอบสามารถตอบคำถามได้ถูกต้องก็เป็นการดี แต่ถ้าตอบไม่ถูกต้อง ผู้ถามก็ตั้งใจว่าจะอธิบายคำตอบที่ถูกต้องให้เขาทราบ แต่ไม่ได้มีความประสงค์ดูหมิ่นหรือทดลองภูมิรัฐผู้ตอบ

สำหรับวิธีการตอบปัญหาของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้นเรียกว่า “ปัญหาพยากรณ์” คำว่า “พยากรณ์ แปลว่า ตอบปัญหา” นั่นเอง ซึ่งปัญหาพยากรณ์มี 4 ประการดังนี้

ปัญหาพยากรณ์ 4 ประการ

- 1) เอกังสพยากรณ์ปัญหา ปัญหาที่ฟังตอบโดยนัยเดียว
- 2) ปฏิปุจฉาพยากรณ์ปัญหา ปัญหาที่ฟังย้อนถามแล้วจึงตอบ
- 3) วิภังชพยากรณ์ปัญหา ปัญหาที่ฟังจำแนกแล้วจึงตอบ
- 4) ฐปนียปัญหา ปัญหาที่ฟังงตอบ

การโต้วาจาธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพุทธบริษัท

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงเรื่องนี้ไว้ในมหาปรินิพพานสูตรว่า ภารกิจสำคัญที่พระองค์จะต้องทำให้สำเร็จก่อนปรินิพพานมี 2 ประการ คือ

- 1) ต้องฝึกให้ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก และอุบาสิกาของพระองค์เป็นผู้เจียบแหลม แกล้วกล้า เป็นพหูสูต ทรงธรรม ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบ เรียบกับอาจารย์ของตนแล้วสามารถบอก แสดง บัญญัติ แต่งตั้ง เปิดเผย จำแนก กระทำให้ง่ายได้ แสดงธรรมมีปาฏิหาริย์ขมขี้ปรับปรวาทที่บังเกิดขึ้นให้เรียบร้อยโดยสหธรรมได้
- 2) ต้องเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้กว้างขวาง แพร่หลาย เป็นปึกแผ่น

บทที่ 10

วิทยาศาสตร์ในพระไตรปิฎก

เจตคติต่อความรู้ในพระไตรปิฎก

เจตคติต่อความรู้ที่สำคัญในพระไตรปิฎกซึ่งสอดคล้องกับวิทยาศาสตร์ คือ อย่าด่วนเชื่ออะไรง่าย ๆ โดยที่ยังไม่ได้พิสูจน์ด้วยตนเอง

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ก็สมควรที่ท่านทั้งหลายจะสงสัย สมควรที่จะลังเลใจ ท่านทั้งหลายเกิดความสงสัยลังเลใจในสิ่งที่ควรสงสัย จากนั้นพระพุทธองค์ได้ให้หลักอันเป็นเจตคติต่อความรู้ต่าง ๆ ที่ได้ยินได้ฟังหรือได้ศึกษาไว้ 10 ประการ คือ

- 1) อย่าปลงใจเชื่อด้วยการฟังตามกันมา
- 2) อย่าปลงใจเชื่อด้วยการถือสืบ ๆ กันมา
- 3) อย่าปลงใจเชื่อด้วยการเล่าลือ
- 4) อย่าปลงใจเชื่อด้วยการอ้างตำราหรือคัมภีร์
- 5) อย่าปลงใจเชื่อเพราะตรรกะ คือ การคิดเอาเอง
- 6) อย่าปลงใจเชื่อเพราะการอนุমান คือ คาดคะเนตามหลักเหตุผล
- 7) อย่าปลงใจเชื่อด้วยการคิดตรองตามแนวเหตุผล
- 8) อย่าปลงใจเชื่อเพราะเข้าได้กับทฤษฎีที่พินิจไว้แล้ว
- 9) อย่าปลงใจเชื่อเพราะมองเห็นรูปลักษณะน่าจะเป็นไปได้
- 10) อย่าปลงใจเชื่อเพราะนับถือว่า ท่านผู้นี้เป็นครูของเรา

ลักษณะของความรู้ในพระไตรปิฎก

ลักษณะของความรู้ที่สำคัญในพระไตรปิฎก คือ เป็นความรู้ที่ตั้งอยู่บนหลักเหตุและผล คือ อริยสัจ 4

วิธีการแสวงหาความรู้ในพระไตรปิฎก

ในพระไตรปิฎกได้กล่าวไว้ถึงวิธีการแสวงหาความรู้หรือปัญญาไว้ 3 ประการ

- 1) สุตมยปัญญา : ปัญญาอันเกิดจากการฟัง
- 2) จินตามยปัญญา : ปัญญาอันเกิดจากการคิด
- 3) ภวานามยปัญญา : ปัญญาอันเกิดจากการปฏิบัติ

สมาธิกับการค้นพบของนักวิทยาศาสตร์

ห้าขั้นแห่งการสร้างความคิด

1) คิตรวบรวมข้อมูล หมายถึง การใช้ใจคิตรวบรวมวัตถุดิบต่าง ๆ คิดถึงข้อมูลต่าง ๆ ทุกอย่างที่เรากระทำอย่างกระตือรือร้น คิดให้ข้อมูลเหล่านั้นหลังไหลเข้ามาสู่ใจของเรา

2) กระบวนการใช้วัตถุดิบ หมายถึง การคิดถึงข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รวบรวมอยู่ในใจครั้งแล้วครั้งเล่า แล้วนำมาเปรียบเทียบกับความคิดอันอื่นที่เรารวบรวมอยู่ในใจ หากสมองเหนื่อยก็ให้หยุดพักไว้ชั่วคราว

3) ทำใจให้ว่าง หมายถึง การหยุดคิดแล้วทำจิตใจให้ว่าง ลืมปัญหาต่าง ๆ แล้วหันเหความสนใจไปยังสิ่งอื่น ๆ ปลดปล่อยจิตใจได้สำนึกของกลไกความคิดทำงานของมันต่อไป

4) ยูรีกา หมายถึง ขั้นเกิดความคิดแวบเข้ามา บางครั้งความคิดอาจหลังไหลเข้ามาโดยไม่คาดฝัน อาจเป็นเวลาไหนก็ได้ แต่ส่วนใหญ่มักเกิดขึ้นในตอนเราครึ่งหลับครึ่งตื่นในตอนเช้า เรียกขั้นนี้ว่า ยูรีกา แปลว่า ข้าพเจ้าได้พบแล้ว หรือได้ตัวแล้ว

5) วิพากษ์วิจารณ์ หมายถึง การให้คนอื่นช่วยวิพากษ์วิจารณ์ความคิดใหม่ที่คิดได้ แล้วพยายามจัดความคิดนั้นให้เป็นรูปร่าง เพื่อที่จะสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้

การใช้สมาธิของ อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ จากประสบการณ์ของไอน์สไตน์ทำให้เขาตระหนักว่า เพียงแค่การอ่านและการคิดนั้น ไม่เพียงพอต่อการค้นพบกฎหรือทฤษฎีทางวิทยาศาสตร์ แต่ต้องอาศัยการหยั่งรู้ด้วยจิตคล้าย ๆ กับพุทธปัญญาญาณ ขณะทำงานไอน์สไตน์จะมีสมาธิสูงมาก มีใจจดจ่ออยู่กับงานโดยไม่ออกแวกไปสนใจสิ่งอื่น

การใช้สมาธิของเซอร์ ไอแซค นิวตัน บางครั้งนิวตันก็เดินรุ่มร่ามคิดถึงปัญหาต่าง ๆ อย่างมีสมาธิคล้าย กับไอน์สไตน์ คือ จะเดินหมุนไปหมุนมาในสวน และประเดี๋ยวเขาก็ร้องออกมาในทันควันว่า พบแล้ว พบแล้ว ทีนี้เขาก็โดดขึ้นบันไดห้องทำงานทันที เพื่อจะทำการบันทึกข้อคิดบางอย่าง ทั้งที่ตัวเขายังยืนอยู่ข้างโต๊ะโดยไม่นั่งเก้าอี้ให้เรียบร้อย บ่อยครั้งที่นิวตันจะนั่งนิ่ง ๆ อยู่คนเดียวเป็นเวลาหลายชั่วโมง จากนั้นเขาก็จะพรวดพราดไปที่โต๊ะทำงาน แล้วลงมือเขียนสิ่งที่ค้นพบเป็นชั่วโมง โดยไม่ยอมแม้แต่จะลากเก้าอี้มานั่งให้สบาย

นิยาม 5 กฎแห่งสรรพสิ่งในอนันตจักรวาล

พีชนิยามกับวิทยาศาสตร์ พีชนิยาม คือ กฎของสิ่งมีชีวิต แต่ในที่นี้จะกล่าวถึงเฉพาะมนุษย์กับสัตว์เท่านั้น โดยจะเปรียบเทียบถึงความสัมพันธ์ของมนุษย์และสัตว์ระหว่างวิทยาศาสตร์กับคำสอนในพระไตรปิฎก

หลักคำสอนในพระไตรปิฎกจึงระบุชัดเจนว่า สัตว์ คือ อดีตมนุษย์ที่ไม่ดำรงอยู่ในมนุษยธรรม มนุษย์ไม่ได้วิวัฒนาการมาจากสัตว์ดัง “ทฤษฎีวิวัฒนาการ” ของชาร์ลส์ดาร์วิน แต่สัตว์ต่างหากที่เสื่อมถอยลงมาจากการเป็นมนุษย์

อุดุนิยามกับวิทยาศาสตร์

โลกธาตุกับเอกภพ เอกภพในทางวิทยาศาสตร์นั้น มีลักษณะหลายประการที่สอดคล้องกับโลกธาตุในพระไตรปิฎก เพราะโลกธาตุ หมายถึง กลุ่มของจักรวาล ประกอบด้วยจักรวาลหลาย ๆ จักรวาลรวมตัวกันเป็นกลุ่ม ๆ หากมี 1,000 จักรวาล ก็เป็นโลกธาตุขนาดเล็ก หากมี 1 ล้านจักรวาล ก็เป็นโลกธาตุขนาดกลาง และถ้าเป็น 1 ล้านล้านจักรวาล ก็เป็นโลกธาตุขนาดใหญ่

จิตตนิยามกับวิทยาศาสตร์ จิตตนิยาม (Psychic law) หมายถึง กฎการทำงานของจิตใจ พระพุทธศาสนาสอนว่า คนเราประกอบด้วยส่วนที่สำคัญ 2 ส่วน คือ ร่างกายและจิตใจ

จิตใจกับสมองนั้นเป็นคนละอย่างกัน ปัจจุบันยังมีนักวิทยาศาสตร์จำนวนไม่น้อยที่เชื่อว่าจิตใจกับสมองเป็นอย่างเดียวกัน

แต่ในทางพุทธศาสตร์กล่าวว่า สัญญาณภาพจากสมองยังต้องเดินทางไปที่ใจซึ่งตั้งอยู่ ณ ศูนย์กลางกาย ฐานที่ 7 ก่อน จึงจะครบวงจรและเกิดการเห็นภาพได้

กรรมนิยามกับวิทยาศาสตร์ ความสอดคล้องกันของกรรมนิยามกับวิทยาศาสตร์คือเรื่อง “เหตุและผล” ความรู้ทั้งหมดในพระไตรปิฎกตั้งอยู่บนหลักเหตุและผล ทั้งเหตุผลในแง่มุมที่หมายถึงกฎที่มีอยู่แล้วในธรรมชาติ และเหตุผลที่มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายสร้างขึ้นซึ่งในที่นี้คือกรรม

เรื่องของกรรมในพระไตรปิฎกนั้นมีอยู่ 2 ส่วน คือ กรรมในปัจจุบันชาติ และกรรมในอดีตชาติ สำหรับกรรมในปัจจุบันชาตินั้นวงการทางวิทยาศาสตร์ค่อนข้างจะยอมรับ เพราะพบเห็นกันได้ทั่วไปในชีวิตประจำวัน

ส่วนกรรมในอดีตชาติที่มาส่งผลในปัจจุบันนั้น วงการวิทยาศาสตร์ไม่ค่อยยอมรับเพราะคิดว่าพิสูจน์ไม่ได้บ้าง

ธรรมนิยามกับวิทยาศาสตร์ ธรรมนิยาม (the law of cause and effect) เป็นเรื่องของกฎธรรมชาติที่แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์กันของนิยามทั้ง 4 ประการข้างต้น คือ อุดุนิยาม พีชนิยาม จิตตนิยาม และกรรม แต่สามารถส่งผลให้อุดุนิยาม คือ หมื่นโลกธาตุหวั่นไหวได้เพราะอำนาจบุญบารมีของพระโพธิสัตว์

การพิสูจน์คำสอนในพระไตรปิฎก

คำสอนในพระไตรปิฎกนั้นมีอย่างน้อย 2 ประเภท คือ

1) ความรู้ด้านหยาบ คือ ความรู้พื้นฐานทั่วไปที่มนุษย์ทุกคนสามารถศึกษาทดลองพิสูจน์ให้เห็นผลในเวลาอันรวดเร็ว เช่น การรักษาศีล 5

2) ส่วนความรู้ด้านละเอียด เช่น เรื่องนรก สวรรค์ เปอต เรื่องนิพพาน โลกกันต์

บทที่ 11

แพทยศาสตร์ในพระไตรปิฎก

การดูแลสุขภาพในพระไตรปิฎก

การดูแลสุขภาพแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

1) การดูแลสุขภาพร่างกาย การมีสุขภาพร่างกายดี คือ การมีร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บป่วย และมีอายุยืนนาน ส่วนการมีสุขภาพจิตใจดี คือ การที่มีจิตใจบริสุทธิ์ ผ่องใสอยู่เสมอ

2) การดูแลสุขภาพจิตใจ จิตใจนั้นมีความสำคัญมากกว่าร่างกาย เพราะจิตใจเป็นนายส่วนร่างกายเป็นบ่าว เมื่อจิตใจมีความสำคัญอย่างนี้ การดูแลสุขภาพจิตใจจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง การดูแลสุขภาพจิตใจให้กลับสู่ภาวะปกติ คือ บริสุทธิ์ สว่างใสวนั้น ทำได้ด้วยการสั่งสมบุญด้วยการให้ทาน รักษาศีล สวดมนต์ เจริญสมาธิภาวนา ฟังธรรม เป็นต้น

การรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก

สาเหตุแห่งการอาพาธในพระไตรปิฎก

อาพาธ แปลว่า ความเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้ทรงมีสัมพันธญาณรอบรู้ในสิ่งทั้งปวงรวมทั้งเรื่องทางการแพทย์ด้วย พระองค์ตรัสถึงสาเหตุสำคัญแห่งการอาพาธไว้ 8 ประการ ดังที่ปรากฏอยู่ในอาพาธสูตร ดังนี้

- 1) อาพาธอันเกิดจาก “ดี” เป็นสาเหตุ
- 2) อาพาธอันเกิดจาก “เสมหะ” เป็นสาเหตุ
- 3) อาพาธอันเกิดจาก “ลม” เป็นสาเหตุ
- 4) อาพาธอันเกิดจาก “ดี, เสมหะ, ลม ประชุมกัน”
- 5) อาพาธอันเกิดจาก “ฤดูแปรปรวน”
- 6) อาพาธอันเกิดจาก “การบริหารร่างกายไม่สม่ำเสมอ”
- 7) อาพาธอันเกิดจาก “การถูกทำร้าย”
- 8) อาพาธอันเกิดจาก “วิบากกรรม”

โรคชนิดต่าง ๆ ในพระไตรปิฎก พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า แต่ก่อนมีโรคร้ายอยู่เพียง 3 ชนิด คือ โรคอยาก โรคหิว และโรคชรา แต่เพราะการทำร้ายเบียดเบียนสัตว์ จึงทำให้มีโรคเพิ่มขึ้นถึง 98 ชนิด โรคทั้ง 98 ชนิดนี้ คือ โรคที่มีอยู่ในสมัยพุทธกาล แต่ในปัจจุบันมีโรคเพิ่มมากขึ้นอีกเป็นจำนวนมาก

โรคทั้ง 98 ชนิดนั้นเป็นโรคอันเกิดจากวิบากกรรม เพราะเป็นผลมาจากการทำร้ายเบียดเบียนสัตว์

ยารักษาโรคในพระไตรปิฎก ยารักษาโรคในพระไตรปิฎกเป็นยาที่ได้จากธรรมชาติ โดยตรง ซึ่งทุกสิ่งทุกอย่างในธรรมชาติสามารถนำมาใช้เป็นตัวยาคิดทั้งหมด หากเรารู้คุณสมบัติในส่วนที่เป็นยาของมัน ครั้งหนึ่งหมอชิวโกมารภักจื่อเสียมเดินไปรอบเมืองตักกสิลาเป็นระยะทาง 1 โยชน์ เพื่อต้องการหาว่ามีสิ่งใดบ้างที่ไม่อาจจะนำมาทำเป็นยาได้ แต่ท่านไม่พบสิ่งนั้นเลย จากเรื่องนี้จึงอาจจะกล่าวได้ว่า สรรพสิ่งในธรรมชาติสามารถนำมาทำยาได้หมด สำหรับยาต่าง ๆ ที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกและอรรถกถานั้น สามารถแบ่งออกเป็น 6 กลุ่ม ดังนี้ คือ น้ำมันูตรเนา, เกสัช 5, สมุนไพรร, เกลือ, ยามหาวิภู และ กลุ่มเบ็ดเตล็ด

การรักษาอาหารในพระไตรปิฎก จากที่กล่าวแล้วว่ามนุษย์และสัตว์ทั้งหลายประกอบขึ้นจากสองส่วนที่สัมพันธ์กัน คือ ร่างกาย และ จิตใจ การรักษาอาหารในพระพุทธศาสนาที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกจึงรักษาทั้งสองส่วนนี้ไปพร้อม ๆ กัน ในส่วนของร่างกายก็มีวิธีการรักษาคล้าย ๆ กับการแพทย์ยุคปัจจุบัน ส่วนทางด้านจิตใจนั้นจะบำบัดรักษาด้วยกรรมโอสถ

1) การรักษาทางด้านร่างกาย การรักษาอาหารทางด้านร่างกายในสมัยพุทธกาลนั้น มีวิธีการคล้าย ๆ กับการแพทย์ยุคปัจจุบัน ซึ่งเท่าที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกมีดังนี้ คือ ให้กินยา ให้ดื่มยา ทายา นัตถุยา การกรรม การสูตควันที่เป็นยา การกรอก การผ่าตัด และการขับพิษ เป็นต้น

2) การรักษาจิตใจด้วยกรรมโอสถ อาหารอันเกิดจากบาปนี้จะต้องแก้ด้วยกรรมโอสถ คือ การสั่งสมบุญ จึงจะหายได้ เพราะบุญจะไปตัดรอดบาปนั้นให้เจือจางลงจนหมดกำลังส่งผลอุปมาบุญเหมือนกับน้ำ บาปเปรียบเหมือนกับเกลือที่ใส่ไว้ในแก้ว เมื่อเราเติมน้ำลงไปมาก ๆ ความเค็มของเกลือก็จะเจือจางลงจนหมดฤทธิ์เค็มในที่สุด

สำหรับวิธีการรักษาจิตใจด้วยกรรมโอสถ คือ การสั่งสมบุญนี้ สามารถทำได้หลายวิธี เช่น การให้ทาน รักษาศีล สวดมนต์ เจริญสมาธิภาวนา การทำสังจิกิริยา และฟังธรรม เป็นต้น อาหารและยาเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงและบำบัดรักษาร่างกายฉันใด กรรมโอสถคือการสั่งสมบุญก็เป็นเครื่องหล่อเลี้ยงและบำบัดรักษาจิตใจฉันนั้น

การพยาบาลผู้อาหาร ในการพยาบาลผู้อาหารนั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสถึงคุณสมบัติของผู้เหมาะสมที่จะพยาบาลไว้ 5 ประการ และพระองค์ยังตรัสถึงผู้อาหารที่พยาบาลง่ายและพยาบาลยากไว้ด้วย เพื่อเป็นหลักในการปฏิบัติตนของผู้พยาบาลและผู้อาหารทั้งหลาย

1) คุณสมบัติแพทย์และพยาบาลที่ดี

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า ภิกษุ ผู้พยาบาลที่ประกอบด้วยกรรม 5 ประการ ควรพยาบาลผู้อาหาร กรรม 5 ประการ มีดังนี้ คือ

(1) สามารถจัดยา

(2) ทราบสิ่งที่สัปายะ (เป็นที่สบาย) และสิ่งที่ไม่สัปายะ (ไม่เป็นที่สบาย) สำหรับผู้อาหาร เช่น ทราบว่าอาหารใดไม่แสดงต่อโรค ก็นำอาหารนั้นมาให้ผู้ป่วยรับประทาน ส่วนอาหารใดแสดงต่อโรคก็ไม่นำมาให้ผู้ป่วยรับประทาน เป็นต้น

(3) มีจิตเมตตาพยาบาล ไม่เห็นแก่ของรางวัล
(4) ไม่รังเกียจที่จะนำอุจจาระ ปัสสาวะ อาเจียน น้ำเลือด น้ำหนอง หรือน้ำลายออกไปทิ้ง
(5) สามารถชี้แจงให้ผู้ป่วยเห็นชัด ชวนใจให้ยอมรับเอาไปปฏิบัติ ระวัง ให้อาจารย์
แก้วักล่า ปลอดภัยโลมใจ ให้สดชื่น ร่าเริง ด้วย “ธรรมีกถา (การเล่าเรื่องธรรมะ)” ตามกาลอันควร
ทั้ง 5 ประการนี้ เป็นธรรมของผู้ควรพยาบาลผู้อาพาธ ส่วนผู้ใดที่ประกอบด้วยธรรมตรง
ข้ามกับ 5 ประการนี้ ก็ไม่สมควรพยาบาลผู้อาพาธ
จะเห็นว่าในการพยาบาลผู้ป่วยนั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ให้พยาบาลทั้งร่างกายและ
จิตใจเช่นกันคือ ข้อ 1-4 เป็นการพยาบาลทางด้านร่างกาย ส่วนข้อ 5 คือ การแสดงธรรมีกถานั้น
เป็นการพยาบาลจิตใจผู้ป่วยด้วยธรรมโอสถ

2) ผู้อาพาธที่พยาบาลได้ง่าย

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ผู้อาพาธที่ประกอบด้วยธรรม 5 ประการ
เป็นผู้พยาบาลได้ง่าย ธรรม 5 ประการมีดังนี้

- (1) ทำสิ่งที่สัปปายะแก่ตน เช่น รับประทานอาหารที่ไม่แสดงต่อโรค เป็นต้น
- (2) รู้จักประมาณในสิ่งที่สัปปายะ เช่น รู้จักประมาณในการรับประทานอาหาร
- (3) รับประทานอาหารยา
- (4) บอกอาพาธตามความเป็นจริงแก่ผู้พยาบาล
- (5) เป็นผู้อดกลั้นต่อทุกขเวทนาที่เกิดขึ้น

ทั้ง 5 ประการนี้เป็นธรรมของผู้อาพาธที่พยาบาลได้ง่าย ส่วนผู้ใดที่ประกอบด้วยธรรมที่
ตรงข้ามกับ 5 ประการนี้ถือว่าเป็นผู้อาพาธที่พยาบาลได้ยาก

เปรียบเทียบแพทยศาสตร์ในพระไตรปิฎกกับการแพทย์ยุคปัจจุบัน

แพทยศาสตร์ในพระไตรปิฎกกับการแพทย์แบบองค์รวมเมื่อนำหลักแพทยศาสตร์ใน
พระไตรปิฎกมาเปรียบเทียบกับกระบวนการทัศน์ของการแพทย์แผนปัจจุบันแล้วพบว่า หลัก
แพทยศาสตร์ในพระไตรปิฎกมีความสอดคล้องกับกระบวนการทัศน์ว่าด้วยองค์รวมในประเด็นที่ว่า
ร่างกายกับจิตใจสัมพันธ์กัน แต่ทั้งนี้หลักการแพทย์ในพระพุทธานุศาสนามีความลึกซึ้งกว่าเพราะมี
ความเข้าใจเรื่องจิตใจอย่างกระจ่างชัด และได้กล่าวถึงเรื่องบาปที่ถูกเก็บไว้ในใจอันเป็นสาเหตุ
สำคัญ อย่างหนึ่งที่ทำให้เกิดการเจ็บป่วยทั้งทางร่างกายและทางจิตใจ ซึ่งการรักษาจะต้องใช้
ธรรมโอสถ คือ บุญเป็นเครื่องชำระล้างบาปนั้นออกไปจึงจะทำให้ผู้ป่วยหายจากโรคได้

เปรียบเทียบการดูแลรักษาสุขภาพร่างกาย ในหัวข้อนี้จะเปรียบเทียบ 4 ประเด็น ดังนี้

1) ดุลยภาพบำบัดในสมัยพุทธกาลกับยุคปัจจุบัน

ในสมัยพุทธกาล พระผู้มีพระภาคเจ้าและพระภิกษุในสมัยพุทธกาลจึงป้องกันโรคด้วย
การเปลี่ยนอิริยาบถให้สม่ำเสมอ และกิจวัตรของพระภิกษุมีหลากหลาย จึงทำให้การผลัดเปลี่ยน

อิริยาบถเป็นไปอย่างสมดุล คือ มีทั้งนั่งสมาธิ บิณฑบาต เดินจงกรม กวาดวัด สำเร็จสหัสยาสน์ บริหารร่างกายด้วยการ “ตัดกาย” ผ่อนคลายกล้ามเนื้อด้วยการ “บีบนิ้ว” การบิณฑบาต เดินจงกรม และกวาดวัดนั้นถือได้ว่าเป็นการออกกำลังกายแบบบูรณาการ

หากกล่าวในภาษาปัจจุบันก็กล่าวได้ว่าการผลัดเปลี่ยนอิริยาบถให้สม่ำเสมอและกิจวัตรอันหลากหลายนั้นเป็นไปเพื่อสร้าง “ดุลยภาพแห่งอิริยาบถ” หรือ อาจเรียกว่า “ดุลยภาพบำบัด” นั่นเอง เพราะดุลยภาพบำบัด หมายถึง “วิธีการป้องกันบำบัดรักษาโรคและบำรุงสุขภาพด้วยการปรับความสมดุลโครงสร้างของร่างกาย” ซึ่งมีวิธีการปฏิบัติ 4 วิธี คือ การระวังรักษาอิริยาบถต่าง ๆ ให้สมดุลตลอดเวลา การบริหารจัดการโครงสร้างร่างกายให้สมดุล การออกกำลังกายเพื่อเสริมประสิทธิภาพในการรักษาสมดุล และ การผ่อนคลายกล้ามเนื้อและเส้นเอ็นด้วยการนวด

2) เปรียบเทียบยาในสมัยพุทธกาลกับยุคปัจจุบัน

ยาที่รักษาโรคที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกนั้น ปัจจุบันถูกนำมาใช้ในวงการแพทย์หลายวงการทั้งการแพทย์ทางเลือกและการแพทย์แผนปัจจุบัน โดยเฉพาะยาสมุนไพรนั้นจะเห็นว่าเป็นยาที่การแพทย์แผนไทยนำมาใช้เป็นยาหลักในการรักษาโรค รายชื่อสมุนไพรต่าง ๆ ที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก เมื่อนำมาเทียบกับยาสมุนไพรในตำราแพทย์แผนไทยแล้วพบว่า เหมือนกันมาก และที่สำคัญตามหลักการที่สรุปได้จากพระไตรปิฎกที่ว่า สรรพสิ่งในธรรมชาตินำมาทำยาได้หมดถ้าเรารู้คุณสมบัติส่วนที่เป็นยาของสิ่งนั้น ๆ จึงสรุปได้ว่า ยาสมุนไพรทุกชนิด รวมทั้งยาที่การแพทย์แผนปัจจุบันสกัดออกมาจากธรรมชาติ ทั้งหมดเป็นยา ที่อยู่ในหลักการนี้ทั้งสิ้น

“น้ำมูตรเนา” เป็นยาหลักของพระภิกษุในสมัยพุทธกาล น้ำปัสสาวะรักษาโรคได้หลายโรค เช่น โรคปวดหลัง ปวดข้อ ไมเกรน ปวดเมื่อย ภูมิแพ้ ผื่นคัน สะเก็ดเงิน มะเร็ง ลำไส้ใหญ่ อักเสบเรื้อรัง ฯลฯ

3) การผ่าตัดในสมัยพุทธกาลกับการผ่าตัดในปัจจุบัน

การผ่าตัดครั้งแรกของไทยเกิดขึ้น ในวันที่ 27 สิงหาคม พ.ศ.2378 สมัยรัชกาลที่ 3 โดยได้มีการผ่าตัดเนื้ออกที่หน้าผากของผู้ป่วยรายหนึ่งออก

การผ่าตัดในประเทศไทยเกิดขึ้นช้ากว่าถึงสองพันกว่าปี นอกจากนี้การผ่าตัดที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกนั้นเป็นการผ่าตัดส่วนที่ยากและละเอียดอ่อน คือ ผ่าตัดสมองและผ่าตัดลำไส้ ส่วนการผ่าตัดครั้งแรกในประเทศไทยนั้นเป็นการผ่าตัดก้อนเนื้อที่หน้าผากและผ่าตัดมือซึ่งง่ายกว่ามากกว่าที่การแพทย์ในประเทศไทยจะพัฒนาจนถึงขั้นผ่าตัดสมองและลำไส้ ได้ก็ใช้เวลาอีกหลายปี

4) การขับพิษในสมัยพุทธกาลกับยุคปัจจุบัน

หลักการแพทย์ในปัจจุบันทั้งการแพทย์แผนตะวันตกและแพทย์ทางเลือกกล่าวถึง การขับพิษของร่างกายไว้อย่างน้อย 4 ช่องทาง คือ การขับพิษทางการหายใจ การขับพิษทางเหงื่อ การขับพิษทางปัสสาวะ และการขับพิษทางอุจจาระ แต่ละช่องทางมีรายละเอียดดังนี้

4.1) การขับพิษทางการหายใจ จะอาศัยระบบการทำงานของปอดเป็นตัวขับพิษออก

โดยสารพิษที่ระเหยได้ง่ายจะระเหยออกทางลมหายใจ เช่น เมื่อดื่มสุรา ร่างกายจะขจัดแอลกอฮอล์บางส่วนโดยขับออกทางลมหายใจ

4.2) การขับพิษทางเหงื่อ การทำให้เหงื่อออกเป็นอีกช่องทางหนึ่งของการขับพิษ ซึ่งอาจจะใช้วิธีออกกำลังกาย ทำงาน หรือ อบตัวในห้องอบซาวน่า เป็นต้น เมื่อเหงื่อออกพิษในร่างกายก็จะถูกขับออกมาด้วย

ซาวน่า (Sauna) แปลว่า “การอบไอน้ำ” เป็นวิธีล้างพิษที่นิยมกันมากในปัจจุบัน ซึ่งเป็นวิธีชักนำให้ร่างกายขับเหงื่อโดยใช้ความร้อน ตามด้วยการอาบน้ำหรือแช่ร่างกายด้วยน้ำเย็น การทำซาวน่าจะช่วยล้างพิษที่อยู่ในส่วนที่ลึกที่สุดของร่างกายได้อย่างสะอาด

4.3) การขับพิษทางปัสสาวะ จะใช้กระบวนการทำงานของไต ซึ่งไตจะเป็นผู้ทำหน้าที่กลั่นกรองเอาของเสียออกจากกระแสโลหิต และขับออกมาด้วยน้ำปัสสาวะ

4.4) การขับพิษทางอุจจาระ จะใช้กระบวนการทำงานของตับซึ่งตับทำหน้าที่เป็นโรงงานใหญ่ของร่างกายเพื่อขจัดสารพิษ กล่าวคือ เมื่อเลือดพาสารพิษเข้าสู่ตับ ตับจะทำหน้าที่ขับสารพิษออกไปกับน้ำดีไหลไปสู่ลำไส้ใหญ่แล้วจะออกมาที่อุจจาระ

การขับพิษทางอุจจาระที่นิยมทำกันมากในปัจจุบัน คือ “การสวนทวาร” ซึ่งจะใช้น้ำกาแฟสวนเข้าไปในทวารด้วยท่อสายยางเล็ก ๆ เพื่อกระตุ้นให้ขับถ่ายเอาสารพิษออกมา

การสวนทวารเป็นวิธีการหนึ่งของการทำดีท็อกซ์ (Detox) หรือ การขับพิษซึ่งทำได้อีกหลายวิธี เช่น อบซาวน่า การกินอาหารให้น้อยลง การกินอาหารมีกากใย การอดอาหาร หรือการกินอาหารเพียงชนิดเดียวในหนึ่งวัน เช่น กินฝรั่งอย่างเดียว กินผักบุงอย่างเดียว เป็นต้น

ดีท็อกซ์ (Detox) มาจากคำเต็มว่า ดีท็อกซิฟิเคชัน (Detoxification) หมายถึง การกำจัด “ที่ออกซิน” หรือพิษออกจากร่างกาย เพราะการที่เรารับประทานอาหารไม่ถูกหลักอนามัยเป็นระยะเวลานาน ๆ จะทำให้สารพิษสะสมอยู่ในร่างกายจึงจำเป็นต้องขับออก

เปรียบเทียบการขับพิษในสมัยพุทธกาลกับยุคปัจจุบัน

วิธีการขับพิษของการแพทย์ยุคปัจจุบันที่กล่าวมานั้น เป็นวิธีที่มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลแล้ว เช่น การขับพิษทางเหงื่อด้วยการออกกำลังกาย พระภิกษุสมัยพุทธกาลก็ใช้วิธีนี้เช่นกัน แต่สมัยนั้นพระภิกษุออกกำลังกายด้วยการเดินจงกรม บิณฑบาต หรือ กวาดวัด เป็นต้น ซึ่งเป็นวิธีออกกำลังกายที่เหมาะสมกับเพศนักบวช

เรือนไฟในสมัยพุทธกาลก็คือ ห้องอบซาวน่าในยุคปัจจุบันนี้เอง เพราะมีวัตถุประสงค์รูปแบบและวิธีการคล้ายคลึงกันมาก จนอาจกล่าวได้ว่าห้องอบซาวน่าในปัจจุบันถอดแบบออกมาจากพระไตรปิฎกเลยก็ว่าได้

การขับพิษทางอุจจาระก็เช่นกัน พระภิกษุสมัยพุทธกาลขับพิษทางอุจจาระด้วยการฉนยาถ่ายบ้าง และด้วยวิธีการสูดดมกำนบัวที่อบด้วยตัวยาระบายพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบ้าง ซึ่งจะเห็นว่า

ด้วยวิธีการนี้ทำให้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงถ่ายถึง 30 ครั้ง โดยมีจุดประสงค์เพื่อขับพิษที่สะสมอยู่ในพระวรกายโดยเฉพาะ

การขับพิษด้วยการกินอาหารให้น้อยลงนั้นสอดคล้องกับการฉันภัตตาหารเพียงมือเดียวของพระภิกษุในสมัยพุทธกาล ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า การฉันมือเดียวเป็นเหตุให้มีอาพาธน้อย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะเมื่อฉันน้อยแต่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย พิษที่เข้าสู่ร่างกายจึงมีน้อยไปด้วย เมื่อพิษมีน้อยร่างกายก็สามารถขับพิษได้เองตามธรรมชาติ

เปรียบเทียบการดูแลรักษาสุขภาพจิตใจ อาจกล่าวได้เกือบทุกวงการในปัจจุบันเริ่มให้ความสนใจและให้ความสำคัญกับเรื่องจิตใจมากขึ้น ทางวงการแพทย์แผนตะวันตกก็เช่นกัน เริ่มตระหนักถึงความสัมพันธ์ของร่างกายกับจิตใจว่า ทั้งสองส่วนนี้ไม่อาจแยกจากกันเด็ดขาด ร่างกายกับจิตใจส่งผลถึงกันและกันอย่างใกล้ชิด

ที่สำคัญในช่วงทศวรรษที่ผ่านมาได้มีการวิจัยจำนวนมากที่ยืนยันตรงกันว่า การสวดมนต์และการนั่งสมาธิ ซึ่งเป็นการทำจิตใจให้สงบและก่อให้เกิดบุญกุศลตามหลักพระพุทธศาสนา

บทที่ 12

บทสรุป

จากวิชาสรรพศาสตร์ในพระไตรปิฎกนี้ มีข้อคิดที่สำคัญเพื่อนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน 3 ประการ คือ

1. ให้ศึกษาพุทธธรรมในพระไตรปิฎกให้แตกฉาน

เมื่อเรารู้แล้วว่าคำสอนในพระไตรปิฎกนั้น เป็นความรู้ที่ลึกซึ้งและกว้างไกลยิ่งกว่าความรู้ในทางโลกมากอย่างนี้ นักศึกษาทุกท่านจึงควรศึกษาพระไตรปิฎกให้แตกฉาน อย่างน้อยก็ควรอ่านพระไตรปิฎกให้จบ โดยเฉพาะในส่วนของพระวินัยและพระสูตร ซึ่งมีเนื้อหาไม่ยากจนเกินไป สามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี ส่วนพระอภิธรรมนั้นมีเนื้อหาค่อนข้างยาก กล่าวถึงเรื่องจิตและนิพพาน เป็นต้น ผู้ศึกษาจะต้องมีความเชี่ยวชาญทั้งปริยัติและปฏิบัติ จึงจะเข้าใจความรู้ในพระอภิธรรมได้อย่างถ่องแท้

2. ศึกษาด้วยการเปรียบเทียบกับศาสตร์ทางโลก

โดยหลักการแล้ว ต้องศึกษาความรู้จากในพระไตรปิฎกเป็นหลัก แต่ในบางเรื่องหากได้ศึกษาเปรียบเทียบกับความรู้ทางโลกด้วย จะทำให้เข้าใจคำสอนในพระไตรปิฎกได้ชัดเจนและเห็นคุณค่าของพุทธธรรมมากขึ้น

3. ให้นำพุทธธรรมมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

เมื่อนักศึกษาได้อ่านพระไตรปิฎกแล้ว ก็ให้นำคำแนะนำคำสอนต่าง ๆ มาปฏิบัติในชีวิตประจำวันด้วย จึงจะได้ประโยชน์จากพุทธธรรมอย่างแท้จริง “ดูก่อนพราหมณ์ ในเรื่องนี้เราจะทำอย่างไรได้ ตถาคตเป็นเพียงผู้บอกหนทาง”

SB 101
วิถีชาวพุทธ

บทที่ 1

ความสัมพันธ์ของมนุษย์กับวิถีชีวิต

ความหมายของวิถีชีวิต

วิถีชีวิต หมายถึง การกระทำตามวิธีการและแนวทางอย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อให้มีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต โดยกระทำอย่างต่อเนื่องจนติดเป็นนิสัย กระทั่งการกระทำนั้นได้กลายมาเป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินชีวิต

ความสำคัญของวิถีชีวิต

การเดินทางของชีวิตจำเป็นต้องมีจุดเริ่มต้นที่ดี มีวิธีการที่ถูกต้องเหมาะสม และมีเป้าหมายชีวิตที่ถูกต้องชัดเจน ชีวิตจึงจะมีความสุขและประสบความสำเร็จ การมีวิถีชีวิตที่ถูกต้องเป็นสิ่งสำคัญที่จะนำเราไปถึงเป้าหมายชีวิตได้

จุดเริ่มต้นของวิถีชีวิต

ที่ดีที่สุดคือ การมองโลกและชีวิตให้ถูกต้องตามความเป็นจริง ซึ่งเรียกว่า “สัมมาทิฐิ”

สัมมาทิฐิ คือ ความเห็นถูก หมายถึง การมีความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องโลกและความเป็นไปของชีวิต ว่าเป็นไปตามกฎของไตรลักษณ์

ระดับของสัมมาทิฐิ

สัมมาทิฐิแบ่งเป็น 2 ระดับ คือ

1. สัมมาทิฐิเบื้องต้นหรือระดับโลกียะ เป็นความเข้าใจถูกในระดับที่เกื้อกูลให้ชีวิตได้รับความสุขทั้งในโลกนี้และโลกหน้า หรือในระหว่างที่ยังต้องเวียนว่ายตายเกิด มี 10 ประการ เช่น ทานที่ให้แล้วมีผล โลกนี้มี โลกหน้ามี มารดามี บิดามี เป็นต้น

2. สัมมาทิฐิเบื้องต้นสูงหรือระดับโลกุตระ เป็นความเข้าใจถูกในระดับรู้แจ้งเห็นจริงของพระอรหันต์ด้วยการเจริญสมาธิภาวนา จนสามารถกำจัดกิเลสได้ไปตามลำดับ มี 4 ประการ คือ

1. ความรู้ในทุกข์
2. ความรู้ในเหตุให้เกิดทุกข์
3. ความรู้ในความดับทุกข์
4. ความรู้ในทางดับทุกข์

เป้าหมายชีวิต แบ่งได้ 3 ระดับ คือ

1. เป้าหมายบนดิน หมายถึง เป้าหมายระดับต้นของการเกิดมาเป็นมนุษย์ในชาตินี้
2. เป้าหมายบนฟ้า หมายถึง เป้าหมายระดับกลาง คือ มุ่งหวังความสุขในภพเบื้องหน้า

3. เป้าหมายเหนือฟ้า หมายถึง เป้าหมายชีวิตในระดับสูงสุด มุ่งไปที่ความหลุดพ้นจากทุกข์ หลุดพ้นจากสังสารวัฏ เพื่อบรรลุมรรคผลนิพพาน เป็นเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

อุปสรรคของชีวิต

กิเลส หมายถึง สิ่งที่ทำให้ใจเศร้าหมอง แฝงอยู่ในความรู้สึกนึกคิดทำให้จิตใจขุ่นมัว ไม่บริสุทธิ์

ชนิดของกิเลส มี 3 ชนิด คือ

โลภะ คือ ความโลภ หรือความตระหนี่หวงแหนที่อยู่ในใจ

โทสะ คือ ความโกรธ หรือความพยาบาท อาฆาต ปองร้ายผู้อื่น

โมหะ คือ ความหลง หรือความไม่รู้ในความเป็นจริงของโลกและชีวิต อันเนื่องมาจากวิชา

ทางแก้อุปสรรคของชีวิต

บุญ คือ สิ่งที่เป็นเครื่องกำจัดกิเลส เป็นเครื่องชำระล้างใจให้สะอาด ให้ห่างไกลเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย

ทางมาแห่งบุญ เรียกว่า “บุญกิริยาวัตถุ” มี 3 ประการ คือ

1. ทานมัย บุญสำเร็จด้วยการบริจาคทาน เพื่อกำจัดความโลภ
2. ศีลมัย บุญสำเร็จด้วยการรักษาศีล เพื่อกำจัดความโกรธ
3. ภาวนามัย บุญสำเร็จด้วยการเจริญภาวนา เพื่อกำจัดความหลง

ทาน ศีล ภาวนา กับการสร้างบารมี

บุญอันเกิดจากทาน ศีล ภาวนานี้ มีลักษณะพิเศษ คือ สะสมได้ เมื่อกระทำให้มากเข้า จะกลั่นตัวกลายเป็น “บารมี”

บารมี คือ ความดีอย่างยิ่งยวด เป็นธรรมอันเลิศ ธรรมอันประเสริฐ ที่พระบรมโพธิสัตว์ต้องบำเพ็ญสั่งสมไปโดยลำดับ เรียกว่า บารมี 10 ทศ ประกอบด้วย ทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี เป็นต้น

บารมี 10 มี 3 ระดับ คือ

1. บารมีอย่างธรรมดา เรียกว่า บารมี คือ การบำเพ็ญความดีอย่างยิ่ง
2. บารมีอย่างปานกลาง เรียกว่า อุปบารมี คือ การบำเพ็ญความดีอย่างยิ่ง ที่ยอมสละได้ แม้เลือดเนื้อ และอวัยวะเพื่อความดีนั้น
3. บารมีอย่างอภุกฤษฎ์ เรียกว่า ปรมัตตบารมี คือ การบำเพ็ญความดีอย่างยิ่ง ชนิดที่ยอมสละชีวิตได้

บทที่ 2

ทานคืออะไร

ทานกับการดำเนินชีวิต

ทาน หรือ การให้ เป็นความดีที่เป็นสัมมาทิฐิเบื้องต้น (ความเห็นถูกหรือเข้าใจถูก) ของมนุษย์ทุกคน ที่จะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีความเจริญก้าวหน้า และรองรับการทำความดีอื่น ๆ ที่จะตามมา

คำแปล

ทาน แปลว่า การให้ การเผื่อแผ่ การแบ่งปัน การบริจาค ฯลฯ

ความหมาย

ทาน หมายถึง การให้ ได้แก่ การเสียสละสิ่งของต่าง ๆ ของตน ด้วยความบริสุทธิ์ใจ ไม่หวังผล นอกจากนี้ยังหมายถึง วิรตทาน คือ การให้ โดยงดเว้นจากการเบียดเบียน รังแกกันให้อภัย ซึ่งเป็นผลมาจากการรักษาศีล

ทำบุญ กับ ทำทาน

ทำบุญ = จิตใจของผู้ให้มีความศรัทธา ต้องการบุญกุศลเพื่อชำระใจของตนให้ใสสะอาดบริสุทธิ์

ทำทาน = จิตใจของผู้ให้มุ่งไปทางสงเคราะห์แก่คนยากจน
วิธีทำบุญมี 10 วิธี เรียกว่า “บุญกิริยาวัตถุ” สามารถย่อเป็นบุญกิริยาวัตถุ 3 ประการ คือ ทาน ศีล ภาวนา

วัตถุประสงค์ของการให้ทาน

แบ่งตามลักษณะของการให้ 4 อย่าง คือ

1. การให้เพื่อชำระกิเลส เรียกว่า “บริจาคทาน”
2. การให้เพื่อตอบแทนคุณความดี เรียกว่า “ปฏิการทาน”
3. การให้เพื่อสงเคราะห์ เรียกว่า “สังคหทาน”
4. การให้เพื่ออนุเคราะห์ เรียกว่า “อนุคหทาน”

ประเภทของท่าน

แบ่งตามวัตถุ มี 2 ประเภท

1. **อามิสทาน** คือ การให้วัตถุสิ่งของต่าง ๆ เป็นทาน

แบ่งตามทายก (ผู้ให้) มี 3 ประเภท ดังนี้

- 1) ทานทาสะ หมายถึง ทายกให้ของที่ด้อยกว่าของที่ตนบริโภคใช้สอยเอง
- 2) ทานสหาย หมายถึง ทายกให้ของที่เสมอกันกับที่ตนบริโภคใช้สอย
- 3) ทานสามี หมายถึง ทายกให้ของที่ดีประณีตกว่าของที่ตนบริโภคใช้สอย

แบ่งตามเจตนา ของผู้ให้ มี 2 ประเภท คือ

- 1) ปาฏิปุคคคลิกทาน คือ ทานที่ให้เฉพาะเจาะจงบุคคลใดบุคคลหนึ่ง
- 2) สังฆทาน คือ ทานที่ให้แก่หมู่คณะ ไม่เฉพาะเจาะจงผู้ใดผู้หนึ่ง

2. **ธรรมทาน** การให้ธรรมะ คือ การให้ความรู้ ความถูกต้องดีงามเป็นทาน รวมถึงการอธิบายให้รู้ และเข้าใจในเรื่องบุญบาป ให้ละสิ่งที่เป็นอกุศล ดำรงตนอยู่ในทางกุศล ซึ่งจะนำพาตนให้สะอาด บริสุทธิ์ หมดจดจากกิเลสอาสวะทั้งปวงได้

บทที่ 3

การทำทานที่สมบูรณ์แบบ

การทำทานเป็นเส้นทางแห่งความสุข

ทานเป็นทางมาของบุญที่จะเกิดขึ้นในใจของผู้ให้ และเมื่อเกิดขึ้นแล้ว นอกจากจะช่วยพัฒนาคุณภาพของจิตใจให้สูงขึ้น ยังจำนำสิ่งที่ดีงาม คือ ความสุขและความสำเร็จในทุก ๆ ด้านมาสู่ชีวิต

องค์ของการทำทานที่ได้บุญมาก

องค์ของการทำทาน เรียกว่า “**ทานสมบัติ**” ผู้ให้จะต้องทำให้ครบทานสมบัติ 3 ข้อ คือ

1) วัตถุบริสุทธิ์ หมายถึง สิ่งของที่จะทำทานหามาได้โดยสุจริต

2) เจตนาบริสุทธิ์ หมายถึง เจตนาของผู้ให้ต้องให้ด้วยความบริสุทธิ์ใจ เจตนาจะบริสุทธิ์

เต็มที ผู้ให้ต้องรักษาใจให้มีความบริสุทธิ์ให้ได้ทั้ง 3 กาล คือ

- ปุพพเจตนา คือ เจตนาก่อนที่จะทำทาน
- มุญจนเจตนา คือ เจตนาในขณะที่กำลังให้

- อปราปรเจตนา คือ เจตนาหลังจากที่ให้ทานแล้ว
- 3) บุคคลบริสุทธิ หมายถึง ผู้ให้และผู้รับ ต้องเป็นคนที่บริสุทธิ เป็นผู้มีศีลธรรม

อาการของการให้

มีความสำคัญมาก เพราะจะบ่งบอกถึงคุณภาพใจของผู้ให้ มีผลกระทบต่ออานิสงส์ของท่าน

- 1) อสัปปริสทาน คือ ทานของอัสถบุรุษ เป็นการให้ที่ไม่สมบูรณ์ เช่น ให้โดยไม่เคารพ ฯลฯ
- 2) สัปปริสทาน คือ เป็นการให้ของคนดี คนมีปัญญา ให้ด้วยวิธีการที่ดี เป็นการให้ที่สมบูรณ์ทั้งผลและอานิสงส์

วิธีการทำทาน

เพื่อให้ทานที่เราทำไปได้ผลบุญมากที่สุด ให้ทำตามลำดับดังนี้

- 1) ตั้งใจ ทำเจตนาของเราให้บริสุทธีก่อนที่จะทำทาน
- 2) แสวงหาไทยธรรม (สิ่งของที่ควรให้ทาน) เช่น ข้าว น้ำ ผ้า ยานพาหนะ ดอกไม้ เป็นต้น ด้วยความเพียรที่บริสุทธิดี ให้เป็นสามีทาน
- 3) ทำตนเองให้บริสุทธีก่อนที่จะให้ทาน ด้วยการสมาทานศีล 5 หรือศีล 8
- 4) ตั้งจิตอธิษฐาน ด้วยการยกทานนั้น จบเหนือศีรษะ
- 5) เมื่อทำทานเสร็จแล้ว ให้สละทานขาดออกจากใจ ไม่คิดเสียดายทรัพย์เลย ให้ปีติเบิกบานใจ
- 6) การทำทานในชีวิตประจำวัน ควรทำเป็นประจำทุกวัน เพื่อตอกย้ำสัมมาทิฐิให้มั่นคง สร้างนิสัยรักในการให้ทาน เช่น การทำบุญตักบาตร ถวายสังฆทาน เป็นต้น

อานิสงส์ของการทำทาน

ทานที่ให้ผลทันตาเห็น

เพราะได้สร้างบุญในเขตบุญอันอุดมที่เรียกว่า “สัมปทาคุณ” (ความถึงพร้อมด้วยคุณพิเศษ) ใครก็ตามได้สร้างบุญที่ประกอบด้วยสัมปทาคุณทั้ง 4 ประการนี้ จะทำให้ได้ผลของทานในภพปัจจุบันทันทีทันใด

สัมปทาคุณ 4 ประการ ประกอบด้วย

1. วัตถุสัมปทา คือ ความถึงพร้อมแห่งวัตถุ หมายถึง ผู้รับต้องเป็นทักขิไณยบุคคล
2. ปัจจัยสัมปทา คือ ความถึงพร้อมแห่งปัจจัย หมายถึง สิ่งของที่จะนำมาทำบุญ
3. เจตนาสัมปทา คือ ความถึงพร้อมแห่งเจตนา

4. คุณาติเรกสัมปทา คือ ความถึงพร้อมแห่งคุณพิเศษของปฎิคาหก

ผลของท่านแต่ละประเภท มีดังนี้

ผู้ให้อาหาร (ให้กำลัง)

ผู้ให้ผ้า (ให้วรรณะ)

ผู้ให้ยานพาหนะ (ให้ความสุข)

ผู้ให้ประทับโคมไฟ (ให้จักขุ)

ผู้ให้ที่พักอาศัย (ให้ทุกสิ่งทุกอย่าง)

ผู้ให้ธรรมทาน (ให้อมฤตธรรม)

ทำทานต่างกันให้ผลไม่เหมือนกัน

-ความแตกต่างที่เจตนา 3 กาล

-แตกต่างที่เนื้อนาบุญ ปฎิคาหกหรือผู้รับทานเป็นปัจจัยที่สำคัญ

-แตกต่างที่เวลา บางคนมีความเลื่อมใสก็ให้ทานทันที บางคนลังเลเพราะความตระหนี่เข้า

ครอบงำ

-แตกต่างที่ทำตามลำพังหรือทำร่วมกันเป็นหมู่คณะ

บทที่ 4

ธรรมทาน

ธรรมทาน คือ การให้คำแนะนำสั่งสอนสิ่งที่ดี บอกละอายที่ชั่ว มีประโยชน์ในการดำเนินชีวิต เป็นเหตุให้มีความสุข รวมถึงการอธิบายให้รู้ และเข้าใจเรื่องบุญ-บาป กุศล-อกุศล

ประเภทของธรรมทาน

ธรรมทาน แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

- 1) วิทยาทาน คือ การให้ความรู้ แบ่งเป็น วิทยาทานทางโลกและวิทยาทานทางธรรม
- 2) อภัยทาน คือ การให้ความปลอดภัยแก่ตนและผู้อื่น มีจิตเมตตาต่อผู้อื่นเป็นนิตย์

อานิสงส์ของธรรมทาน

ดังที่พรรณนาคุณไว้ในอรรถกถาธรรมบทว่า

แม้ทายกจะถวายโภชนะข้าวสาละ กอปรด้วยสุปะพัญญชนะ (แกงและกับข้าว) อันประณีตเป็นต้น ให้เต็มบาตรพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ดี จะถวายเภสัชทาน มี เนยใส เนยเหลว น้ำผึ้ง

เป็นต้น ให้เต็มบาตรพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่นั่งติด ๆ เต็มห้องจักรวาลก็ดี ยังมีอานิสงส์น้อยกว่า
ธรรมทานที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า อนุโมทนาด้วยพระคาถาเพียง 4 บาท

การแสดงธรรม

คุณสมบัติของผู้แสดงธรรม

ก่อนแสดงธรรมพึงตั้งธรรม 5 อย่างไว้ในตน คือ

1. จักแสดงธรรมตามลำดับ ไม่ตัดวรรคถ้อยความ แสดงไปตามลำดับเรื่องราว
2. จักแสดงโดยปริยาย อ่างเหตุผลให้ผู้ฟังเข้าใจ โดยผู้แสดงต้องเข้าใจถึงขั้นทะลุปรุโปร่ง
3. จักอาศัยความเอ็นดูแสดงธรรม คือ มีความเมตตา มุ่งเพื่อให้เกิดประโยชน์กับผู้ฟังอย่างเต็มที่

4. จักไม่เห็นแก่อาภิส คือ ไม่แสดงธรรมเพราะหวังจะได้ลาภสักการะ ชื่อเสียง หรือ
คำสรรเสริญ

5. จักไม่กล่าวคำที่กระทบตนและผู้อื่น ไม่ยกความดีของตนเพื่อโอ้อวด

ควรแสดงธรรมเมื่อไร

1. ผู้แสดงธรรมเองได้ประโยชน์โดยตรง
2. ผู้ฟังธรรมเป็นผู้ได้ประโยชน์โดยตรง
3. ผู้แสดงและผู้ฟังธรรมต่างได้ประโยชน์จากธรรมะนั้นพร้อม ๆ กันไป

อานิสงส์ของผู้แสดงธรรม

เมื่อใดที่มีการแสดงธรรม และฟังธรรมเกิดขึ้น ย่อมเป็นมงคลอย่างยิ่งกับสังคมนั้น ๆ
ธรรมะจะขจัดบรรเทาปัญหาทั้งปวง การแสดงธรรมจึงให้ประโยชน์ทั้งผู้แสดงธรรมเอง และผู้ฟัง
ธรรมทั้งหลายไปพร้อม ๆ กัน ในส่วนของผู้แสดงธรรมนั้น ย่อมเป็นที่ตั้ง เป็นพื้นฐานของความดี
ทั้งหลาย จนถึงทำให้รู้แจ้ง เห็นแจ้งในธรรมทั้งปวงได้เป็นทางมาแห่งปัญญา ทำให้แตกฉานใน
อรรถและธรรม ได้รับประโยชน์สุข คือ ความดีตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงพระนิพพาน

การฟังธรรม

คุณสมบัติของผู้ฟังธรรม

1. ไม่ดูแคลนหัวข้อธรรมที่ได้ฟังว่าง่ายไป
2. ไม่ดูแคลนความรู้ความสามารถของผู้แสดงธรรม คือ อย่าคิดว่าผู้แสดงธรรมด้อยกว่าเรา
3. ไม่ดูแคลนตนเองว่าฉลาดไม่พอจะรองรับธรรม

4. มีใจเป็นสมาธิขณะฟังธรรม คือ ฟังด้วยความตั้งใจ ไม่พูดคุย หรือหยอกล้อเล่นกัน
5. มีโยนิโสมนสิการ คือ พิจารณาตามธรรมนั้นโดยแยบคาย รู้จักจับแง่มุมดี ๆ มาขบคิด

กาลที่ควรฟังธรรม

1. วันธรรมสวนะหรือวันพระ
2. เมื่อเวลาที่จิตถูกวิตกครอบงำ คือ เมื่อใจเราคิดไม่ดี ชุ่นมัว เศร้าหมอง
3. เมื่อมีผู้รู้มาแสดงธรรม เพราะบุคคลอย่างนี้หาได้ยาก

อานิสงส์ของการฟังธรรม

1. ได้ฟังในเรื่องที่ไม่ได้ฟังมาก่อน
2. สิ่งที่ฟังมาแล้ว จะเข้าใจแจ่มแจ้งยิ่งขึ้น
3. บรรเทาความสงสัยได้
4. ปรับความเห็นให้ตรงต่อหนทางพระนิพพาน
5. ย่อมยังจิตให้เลื่อมใสยิ่งขึ้น

บทที่ 5

ศีลคืออะไร

ศีลกับเป้าหมายชีวิต

- 1) ศีลกับเป้าหมายบนดิน ศีลเป็นเครื่องควบคุมกาย วาจาใจให้คนในสังคมมีความสุขและความปลอดภัย
- 2) ศีลกับเป้าหมายบนฟ้า ศีลเป็นหลักประกันที่ทำให้ไม่ต้องตกไปสู่อบาย มีอายุขัยยืนยาว
- 3) ศีลกับเป้าหมายเหนือฟ้า ศีลเป็นพื้นฐานการพัฒนาคุณธรรมทั้งหลายของมนุษย์

ความหมาย

ศีล คือ เจตนา หมายถึง ความตั้งใจที่จะงดเว้นจากความชั่ว ความทุจริต สิ่งที่ไม่ดีทุกประการ

นอกจากนี้ศีลยังเป็นคุณธรรมอันงามด้วยคุณลักษณะ 2 ประการ คือ เป็นคุณธรรมที่รักษา กาย วาจา ให้เป็นระเบียบเรียบร้อย และเป็นคุณธรรมอันจะนำไปสู่กุศลธรรมเบื้องสูง คือ สมาธิ และปัญญา ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการรักษาศีล

1. เพื่อป้องกันชีวิตในภพชาติปัจจุบัน ไม่ให้พบความทุกข์ ความเดือดร้อน และความเสื่อม

2. เพื่อให้เกิดความสุข ความดีงาม ในการดำเนินชีวิต
3. เพื่อให้เกิดความสงบเรียบร้อย และความดีงามแก่ครอบครัวและสังคม
4. เพื่อป้องกันชีวิตในภพชาติต่อไป ไม่ให้มีความทุกข์ ความเดือดร้อน และความเสื่อม
5. เพื่อเป็นพื้นฐานการพัฒนาคุณธรรมที่สูงขึ้นไป คือ สมานธิและปัญญา อันจะทำให้บรรลุ-
มรรคผลนิพพาน

ประเภทของศีล มี 3 ประเภท คือ

ศีลนั้นมีหลายประเภท ขึ้นอยู่กับความมุ่งหมายของผู้รักษาว่ามุ่งหวังอย่างไร จะรักษาเพื่อคงความเป็นปกติของมนุษย์ไว้ หรือรักษาเพื่อมุ่งยกระดับจิตใจให้บริสุทธิ์พ้นจากความเป็นธรรมดา หรือจะรักษา เพื่อความบริสุทธิ์อย่างยิ่ง ซึ่งหากกล่าวโดยสรุปแล้ว ศีล มี 3 ประเภทใหญ่ ๆ

1) ศีล 5 (เบญจศีล, นิจศีล, จุลศีล) เป็นศีลพื้นฐานอันสำคัญยิ่ง เพราะการที่เราจะรักษาความเป็นปกติของมนุษย์เอาไว้ได้นั้น จะต้องรักษาศีล 5 ไว้ให้มั่นคงเป็นอย่างน้อย

2) ศีล 8 (อุโบสถศีล, มัชฌิมศีล)

3) ปาฏิสุทธิตศีล (มหาศีล) มี 4 ประการ คือ

- ปาฏิโมกขสังวรศีล (คือ การสำรวมในพระปาฏิโมกข์ ศีล 227 ข้อ)
- อินทริยสังวรศีล คือ การสำรวมในอินทริย์ 6 ประกอบด้วย ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
- อาชีวปาฏิสุทธิตศีล คือ การเลี้ยงชีพโดยทางที่ชอบธรรม บริสุทธิ์
- ปัจจัยสันนิสิตศีล คือ การพิจารณาปัจจัย 4

ปาฏิสุทธิตศีล ทั้ง 4 ประการนี้ เป็นคุณธรรมที่จะช่วยประคับประคองชีวิตของบรรพชิตให้ความ หมดจดจำองใส และร่มเย็นเป็นสุขได้ตลอดเวลา

บทที่ 6

ศีล 5 ปกติกของความเป็นมนุษย์

ศีล คือ ปกติกของความเป็นมนุษย์

ศีล แปลว่า ปกติ ผู้ที่มีศีล จึงหมายถึงผู้ที่เป็นคนปกติ เป็นมนุษย์ที่ปกติ ความปกตินั้นเป็นพื้นฐานของความสงบเรียบร้อยของทุกสิ่งทุกอย่าง ทั้งสิ่งที่มีชีวิต และสิ่งไม่มีชีวิต แต่เมื่อใดเกิดความไม่ปกติขึ้น ความยุ่งยาก ความเดือดร้อนหรือเสียหายย่อมเกิดขึ้นตามมา

1) ศีล 5 เป็นคุณธรรมพื้นฐาน เป็นเครื่องช่วยควบคุมกายวาจาของมนุษย์ให้เรียบร้อย

2) ศีล 5 เกิดขึ้นจากสามัญสำนึกของมนุษย์ ที่ปรารถนาจะอยู่ในสังคมได้อย่างสงบสุขปลอดภัย

ศีล เป็นมหาทาน

การรักษาศีล 5 เป็นทานอันประเสริฐ ที่หล่อเลี้ยงโลกนี้ให้ร่มเย็นเป็นสุขมาช้านาน ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสเรียกว่า “มหาทาน” เป็นบุญอันพิเศษ เพราะได้ทั้งบุญจากการบำเพ็ญมหาทานและบุญจากการรักษาศีล หากรักษาศีลในข้อที่สูงยิ่งขึ้นไป ย่อมเป็นมหาทานอันยิ่งใหญ่ เป็นบุญยิ่งใหญ่ที่สามารถชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์อย่างสุดที่จะประมาณได้

การรักษาศีล จึงเป็นบุญอันพิเศษอย่างยิ่ง เพราะได้ทั้งบุญจากการบำเพ็ญมหาทาน และบุญจากการรักษาศีล และนี่เป็นเพียงศีล 5 อันเป็นเบื้องต้นเท่านั้น หากรักษาศีลในข้อที่สูงยิ่งขึ้นไป ย่อมเป็นมหาทานอันยิ่งใหญ่ เป็นบุญอันยิ่งใหญ่ ที่สามารถชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์อย่างสุดที่จะประมาณได้

บทที่ 7

การรักษาศีล

วิริติ หรือ เวมณี

ความตั้งใจตวันจากความชั่ว คือ วิริติ หรือ เวมณี เป็นสิ่งที่บ่งชี้ถึงการมีศีล บุคคลใดได้ชื่อว่าเป็นผู้มีศีล รักษาศีล ก็ต่อเมื่อมีวิริติอย่างหนึ่งอย่างใดต่อไปนี้

1) สมทานวิริติ คือ ความตั้งใจตวันจากบาป เพราะได้สมทานศีลไว้แล้ว

2) สัมปัตตวิริติ คือ ความตั้งใจตวันจากบาปเมื่อเกิดเรื่องขึ้นเฉพาะหน้า

3) สมุจเจทวิริติหรือเสตุฆาตวิริติ คือ การงดเว้นจากบาปได้อย่างเด็ดขาด เป็นวิริติของ พระอริยเจ้าซึ่งละกิเลส คือ ความโลภ โกรธ หลงได้

องค์แห่งศีล

ข้อวินิจฉัยว่าการกระทำอย่างใดจึงถือว่าศีลขาด ศีลทะเล่ มีดังนี้

การฆ่าสัตว์ ประกอบด้วยองค์ 5 คือ

1. สัตว์นั้นมีชีวิต
2. รู้ยู่่าสัตว์นั้นมีชีวิต
3. มีจิตคิดจะฆ่าสัตว์นั้น
4. มีความพยายามฆ่าสัตว์นั้น
5. สัตว์ตายด้วยความพยายามนั้น

นอกจากการฆ่าสัตว์โดยตรงดังที่กล่าวมาแล้ว การทำร้ายร่างกาย การทรมานให้ได้รับความลำบาก เรียกว่า อนุโลมการฆ่า ก็เป็นสิ่งที่ควรเว้น

อนุโลมการฆ่า มีลักษณะดังต่อไปนี้

การทำร้ายร่างกาย ได้แก่

- ทำให้พิการ
- ทำให้เสียโฉม
- ทำให้บาดเจ็บ

การทารุณกรรม ได้แก่

การใช้ เช่น การใช้งานเกินกำลังของสัตว์ ไม่ให้สัตว์ได้พักผ่อน หรือไม่บำรุงเลี้ยงดูตามสมควร

- กักขัง เช่น การผูกมัด หรือขังไว้ โดยที่สัตว์นั้นไม่สามารถเปลี่ยนอิริยาบถได้ หรือไม่มีความสุข เช่น ขังนก ขังปลาไว้ในที่แคบ

- นำไป เช่น การผูกมัดสัตว์แล้วนำไป โดยผิดอิริยาบถของสัตว์ ทำให้สัตว์ได้รับความทุกข์ทรมาน

- เล่นสนุก ได้แก่ การรังแกสัตว์ต่าง ๆ เพื่อความสนุกสนาน

- ผจญสัตว์ ได้แก่ การนำสัตว์มาต่อสู้กัน เช่น ชนโค

การฆ่าสัตว์ มีโทษมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ

1. คุณของสัตว์นั้น
2. ขนาดกาย
3. ความพยายาม
4. กิเลสหรือเจตนา

การลักทรัพย์ ประกอบด้วยองค์ 5 คือ

1. ทรัพย์หรือสิ่งของนั้นมีเจ้าของหวงแหน
2. รู้ยู่่าทรัพย์นั้นมีเจ้าของหวงแหน
3. มีจิตคิดจะลักทรัพย์นั้น
4. มีความพยายามลักทรัพย์นั้น
5. ลักทรัพย์ได้ด้วยความพยายามนั้น

ลักษณะของการลักทรัพย์ 3 ลักษณะ

1. โจรกรรม ได้แก่ ลักขโมย ฉกชิง ปล้น หลอก เป็นต้น
2. อนุโลมโจรกรรม ได้แก่ การสมโจร ปอกลอก รับสินบน
3. ฉายาโจรกรรม ได้แก่ ผลาญ หยิบฉวย

การลักทรัพย์ มีโทษมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ

1. คุณค่าของทรัพย์สินของนั้น
2. คุณความดีของผู้เป็นเจ้าของทรัพย์
3. ความพยายามในการลักทรัพย์นั้น

การประพฤตินอกกฎหมาย ประกอบด้วยองค์ 4 คือ

1. หญิงหรือชายที่ไม่ควรละเมิด (หญิงที่ต้องห้าม 3 จำพวก, ชายที่ต้องห้าม 2 จำพวก)
2. มีจิตคิดจะเสพเมถุน
3. ประกอบกิจในการเสพเมถุน
4. ยังอวัยวะเพศให้ถึงกัน

การประพฤตินอกกฎหมาย มีโทษมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ

1. คุณความดีของผู้ที่ถูกละเมิด
2. ความแรงของกิเลส
3. ความเพียรพยายาม

การพูดเท็จ ประกอบด้วยองค์ 4 คือ

1. เรื่องไม่จริง
2. มีจิตคิดจะพูดให้ผิดจากความจริง
3. พยายามพูดให้ผิดไปจากความจริง
4. คนฟังเข้าใจความที่พูดนั้น

ลักษณะของการพูดเท็จ 7 ประการ ดังนี้

การพูดปด, การสาบาน, มารยา, ทำเลศ, พูดเสริมความ, พูดอำความ, การทำเล่ห์กระเท่ห์

การพูดอนุโลมการพูดเท็จ มี 2 ประการ คือ

1. อนุโลมพูดเท็จ คือ เรื่องที่ไม่จริง แต่พูดโดยมีเจตนาให้คนอื่นเชื่อถือ
 2. ปฏิสสวะ คือ การรับคำของผู้อื่นด้วยเจตนาบริสุทธิ์ แต่ภายหลังกลับใจไม่ทำตาม
- ยถาสัญญา คือ การพูดตามโวหารที่ตนเองจำได้ ถือว่าไม่ผิดศีล มี 4 ประการ

1. พูดโวหาร
2. การเล่านิทาน
3. การพูดเพราะเข้าใจผิด
4. การพูดเพราะความพลั้งเผลอ

การพูดเท็จ มีโทษมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ

1. ความเสียหายที่เกิดขึ้น
2. คุณความดีของผู้ที่ถูกละเมิด
3. ผู้พูดเป็นใคร

การดื่มน้ำเมา ประกอบด้วยองค์ 4 คือ

1. น้ำที่ดื่มเป็นน้ำเมา
2. มีจิตคิดจะดื่ม
3. พยายามดื่ม
4. น้ำเมานั้นล่วงพ้นลำคองไป

การดื่มน้ำเมา มีโทษมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ

1. กิเลสในการดื่ม
2. ปริมาณที่ดื่ม
3. ผลที่ตามมาจากการดื่ม

วิธีการรักษาศีล

การรักษาศีลทำได้ง่าย โดยมีความตั้งใจระลึกถึงศีลทีละข้อ ด้วยความรู้สึกว่าจะพยายามรักษาศีลให้ได้ เราจึงอาราธนาและสมาทานศีล

ธรรมที่เกื้อกูลต่อการรักษาศีล

คือ หิริ โอตตปปะ เหตุแห่งการรักษาศีล เพราะหิริ คือความละอายใจต่อการทำชั่ว ส่วน โอตตปปะ คือ ความเกรงกลัวต่อผลของความชั่ว ดังนั้น ผู้มีหิริ โอตตปปะเป็นธรรมประจำใจ ย่อมมีศีลบริสุทธิ์เสมอ

การเกิดหิริ

แม้ว่า หิริ โอตตปปะ จะเป็นธรรมะที่สูงส่งถึงเพียงนี้ แต่กลับเป็นธรรมะที่สร้างสมขึ้นได้ด้วยวิธีง่าย ๆ กล่าวคือ

หิริ ความละอายต่อบาป เกิดขึ้นด้วยการพิจารณาถึงฐานะของตนเอง 4 ประการ คือ

1. พิจารณาถึงชาติกำเนิดของตนเองว่า ตัวเราเกิดในตระกูลที่ประกอบอาชีพสุจริต เราจึงไม่ควรผิดศีล เลี้ยงชีพในทางที่ผิด ให้เป็นที่เสื่อมเสียแก่วงศ์ตระกูล

2. พิจารณาถึงอายุของตนเองว่า คนมีอายุเช่นเรา ได้รับการสั่งสอนอบรมมาแล้ว ทั้งยังได้เรียนรู้จากประสบการณ์ชีวิตว่า อะไรดี อะไรชั่ว ถ้าเรายังผิดศีล ก็เสียทีที่มีอายุมากเสียเปล่า แต่ไม่มีสติปัญญาตัดเตือนตนเองเสียเลย

3. พิจารณาถึงความกล้าหาญของตนเองว่า ตัวเราต้องมีความกล้าหาญ ตั้งใจมั่นอยู่ในคุณความดี บำเพ็ญประโยชน์เพื่อตนเอง และผู้อื่น ต่างจากผู้ที่ทำผิดศีล เบียดเบียนตนเอง และผู้อื่นให้เดือดร้อน เพราะมีจิตใจอ่อนแอ ตกอยู่ในอำนาจของกิเลส

4. พิจารณาถึงความเป็นพหูสูตของตนเองว่า ตัวเรานั้นเป็นผู้ศึกษาธรรมะมามากมีหลักธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ เราจึงควรเป็นผู้มีศีล มีการกระทำอันงาม ต่างจากคนพาลซึ่งทำบาปอกุศล เพราะไม่มีหลักธรรมใด ๆ เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ

การเกิดโอตตปปะ

โอตตปปะ ความเกรงกลัวต่อบาป เกิดขึ้นได้เพราะกลัวว่าตนเองจะเดือดร้อนในภายหลังจากภัย 4 ประการ คือ

1. ภัยเพราะติเตียนตนเอง เมื่อทำผิดศีล เราย่อมรู้สึกเดือดร้อน กระวนกระวายใจใน

ภายหลัง เพราะนึกดีเตียนตนเองที่ทำในสิ่งไม่สมควร

2. ภัยจากการที่ผู้อื่นดีเตียน เมื่อบัณฑิต ได้รู้ถึงการกระทำที่ผิดศีลของเรา เขาย่อมดีเตียนว่า เราเป็นคนพาล เป็นผู้กระทำบาปกรรม เบียดเบียนตนเอง และผู้อื่นให้เดือดร้อน

3. ภัยจากอาชญา เมื่อเราผิดศีลจนเป็นผลให้ผู้อื่นเดือดร้อน ย่อมต้องถูกลงโทษจากกฎหมายบ้านเมือง ได้รับความเดือดร้อนตอบแทนกลับมา

4. ภัยในทุกคติ การผิดศีล ย่อมจะนำเราไปสู่อบายภูมิ มีนรก สัตว์เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย ทำให้ต้องประสบทุกข์ภัยเป็นอันมากในภพชาติเบื้องหน้า เมื่อละจากโลกไปแล้ว

บทที่ 8

อานิสงส์ของการรักษาศีล

อานิสงส์ของการรักษาศีล

อานิสงส์ของศีล 5 ประการ

1. ได้โภคทรัพย์สมบัติมากมาย
2. กิตติศัพท์ดีงามจรจรายไป
3. มีความมองอาจเมื่อไปสู่ชุมชนใด ๆ
4. ไม่เป็นผู้หลงตาย
5. ย่อมมีสุคติเป็นที่ไป

ศีลเป็นเกราะป้องกันภัย ทำให้เป็นผู้มีอายุยืนยาวอยู่จนถึงวัยชรา โดยไม่มีโรคภัยมาบั่นทอนทำลายชีวิตเราไปก่อนวัยอันควร

ศีลเป็นเครื่องมือแก้ปัญหาเศรษฐกิจ ถ้าประเทศใด พร้อมใจกันรักษาศีลมิให้ขาดตกบกพร่อง อานิสงส์ย่อมเกิดขึ้นครอบคลุมทั้งแผ่นดิน ทำให้สังคมดี สิ่งแวดล้อมดี เศรษฐกิจก็ดีขึ้นตามไปด้วย

โทษของการละเมิดศีล

โทษของผู้ทุศีล 5 ประการ คือ

1. เข้าถึงความเสื่อมโภคทรัพย์อย่างมาก
2. กิตติศัพท์ที่ชั่วย่อมกระฉ่อนไป
3. เป็นผู้ก้อเขินเข้าไปสู่ชุมชนใด ๆ
4. ย่อมเป็นผู้หลงทำกาละ
5. เมื่อตายไปย่อมเข้าถึงอบาย ทุกคติ วินิบาต

โทษภัยของการผิดศีล 5 ในสังคมปัจจุบัน

- ข้อ 1 ฆ่าสัตว์ - ทำให้อายุสั้น
- ข้อ 2 ลักทรัพย์ - ทำให้เกิดโรคจิต
- ข้อ 3 ประพฤติผิดในกาม - ทำให้เกิดกามโรค
- ข้อ 4 พุดโกหก - เกิดโรคความจำเสื่อม

ข้อ 5 ตีมน้ำเมา - ทำให้เกิดโรคพิษสุราเรื้อรัง
กรรมวิบากของผู้ละเมิดศีล

1. ย่อมเกิดในนรก
2. ย่อมเกิดในกำเนิดสัตว์เดรัจฉาน
3. ย่อมเกิดในกำเนิดเปตวิสัย (เกิดเป็นเปรต)
4. ย่อมเป็นผู้มีอวัยวะพิการ
5. ย่อมเป็นผู้ยากจนเข็ญใจไร้ที่พึ่ง
6. ย่อมมีร่างกายทุพพลภาพ
7. มีวาจาไม่น่าเชื่อถือ มีกลิ่นปากเหม็นจัด
8. มีสติไม่สมประกอบ โง่เขลา ปัญญา-อ่อน

บทที่ 9

ศีล 8 และอุโบสถศีล

ความหมายของศีล 8 และอุโบสถศีล

ศีล 8 หรืออุโบสถศีล เป็นการยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นอีกขั้นหนึ่งจากศีล 5 โดยทั่วไป จะใช้คำว่า “ศีล 8” เมื่อสมาทานรักษาในวาระพิเศษหรือรักษาอยู่เป็นประจำ และจะใช้คำว่า “อุโบสถศีล” เมื่อสมาทานรักษาในวันพระ

อุโบสถศีล

อุโบสถศีล คือ ข้อปฏิบัติสำหรับพัฒนาตนให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปเช่นเดียวกับศีล 8 จะสมาทานรักษาเป็นประจำในวันพระ มีองค์สิกขาบทและองค์แห่งศีลเหมือนกัน ต่างกันแต่คำอาราธนา คำสมาทาน และกาลเวลาที่กำหนดเท่านั้น

อุโบสถ แปลว่า การเข้าอยู่ หรือดิถีอันพิเศษที่จะเข้าจำศีล การถืออุโบสถจะมีระยะเวลาที่กำหนด เช่น หนึ่งวันกับหนึ่งคืน ส่วนศีล 8 ไม่มีเวลา กำหนด สามารถรักษาได้ตลอดเวลาการสมาทานอุโบสถศีล จะสมาทานร่วมกันทุกข้อ เรียกว่า “เอกัฒนสมาทาน”

ประเภทของอุโบสถศีล

แบ่งเป็น 3 ประเภท คือ

1. ปกติอุโบสถ (อุโบสถขั้นต้น) ได้แก่ อุโบสถที่รักษากันในช่วงเวลา 1 วัน กับ 1 คืน
2. ปฏิชาครอุโบสถ (อุโบสถขั้นกลาง) ได้แก่ อุโบสถที่รักษากันในช่วงเวลานานถึง 3 วัน
3. ปาฏิหาริย์อุโบสถ (อุโบสถขั้นสูง) ได้แก่ อุโบสถที่มีกำหนดเวลา 14 วัน หรือ 4 เดือน

มีกำหนดเวลาดังนี้

- 1) อย่างต่ำ เริ่มตั้งแต่ แรม 1 ค่ำ เดือน 11 จนถึง แรม 14 ค่ำ เดือน 11 รวม 14 วัน
- 2) อย่างสูง เริ่มตั้งแต่ แรม 1 ค่ำ เดือน 8 จนถึงขึ้น 15 ค่ำ เดือน 12 รวม 4 เดือน

ปาฏิหาริย์อุโบสถจัดเป็น อุโบสถชั้นสูง

การสมาทานศีล 8

วิธีการรักษาศีล 8 สามารถเลือกได้ 2 วิธี ตามความเหมาะสมของแต่ละคน เช่นเดียวกับวิธีการรักษาศีล 5 แต่แตกต่างกันที่คำอาราธนาและคำสมาทาน คือ

1. สมาทานศีลด้วยตนเอง
2. ขอสมาทานศีล 8 จากพระภิกษุสงฆ์รูปใดรูปหนึ่ง

อานิสงส์การรักษาศีล 8

การรักษาศีล 8 หรืออุโบสถศีล นอกจากมีอานิสงส์เช่นเดียวกับศีล 5 ยังมีอานิสงส์ในด้านสังคม และเศรษฐกิจเพิ่มอีก คือ

1. เป็นการคุมกำเนิดโดยธรรมชาติ
2. เป็นการลดช่องว่างระหว่างชนชั้น ไม่มีการแข่งขันระดับประดาร์่างกาย
3. ทำให้จิตสงบในเบื้องต้น แล้วเกิดความเมตตากรุณาแก่กัน
4. เมื่อใจสงบ ย่อมสามารถเข้าถึงธรรมะชั้นสูงต่อไปได้โดยง่าย

อุโบสถ 3 ประเภท ซึ่งแบ่งออกตามวิธีการปฏิบัติดังนี้ คือ

1. โคपालกอุโบสถ คือ อุโบสถที่ปฏิบัติอย่างคนเลี้ยงโค คือ คนที่รักษาไม่จริง
2. นิคัณฐอุโบสถ คือ อุโบสถที่ปฏิบัติอย่างนิครนถ์ คือ คนที่เลือกรักษา
3. อริยอุโบสถ คือ อุโบสถที่ปฏิบัติอย่างอริยสาวก เป็นการสมาทานรักษากุโบสถของผู้ปรารถนาความเพียรซึ่งมีอานิสงส์มาก คือ ผู้ปรารถนาความเพียร

บทที่ 10

สาระสำคัญของอาการเจริญภาวนา

การเจริญภาวนาเป็นงานสำคัญ

การทำทาน รักษาศีล การเจริญภาวนา การทำใจให้หยุดนิ่ง ให้สงบ ผ่องใส ถือเป็นภารกิจสำคัญของทุกคนที่จะต้องทำให้กลายเป็นวิถีชีวิตให้ได้

การเจริญภาวนาเป็นของสากล

การเจริญภาวนานั้นเป็นของสากล คือ มนุษย์ทุกคนสามารถที่จะประพฤติปฏิบัติได้ ไม่จำกัดเชื้อชาติ จะเป็นชายหรือหญิง ผิวพรรณวรรณะใด หรือความเชื่อในลัทธิหรือศาสนาใดก็ตาม ล้วนแล้วแต่สามารถทำภาวนาได้ด้วยกันทั้งสิ้น

ความหมายของการเจริญภาวนา

การเจริญภาวนา หมายถึง การฝึกฝนอบรมจิตใจให้ตั้งมั่นอยู่ในความดี โดยการทำให้สงบจากนิวรณ์ และการฝึกฝนจิตให้เกิดการเห็นอันวิเศษ

ประเภทของภาวนา มี 2 อย่าง คือ

1. สมถภาวนา (จิตตภาวนา) คือ การฝึกฝนอบรมจิตใจให้สงบหยุดนิ่งเป็นอารมณ์เดียว ทำให้กิเลสนิวรณ์สงบลง

ระดับของการเจริญสมถภาวนา มี 3 ชั้น คือ

1. ปริกรรมภาวนา คือ กำหนดอารมณ์กรรมฐาน
2. อุปจารภาวนา คือ เกิดอุปจารสมาธิ
3. อัปปนาภาวนา คือ เกิดอัปปนาสมาธิ เข้าถึงฌาน

2. วิปัสสนาภาวนา (ปัญญาภาวนา) คือ การฝึกฝนอบรมจิตใจให้เกิดการเห็นอันวิเศษ โดยตรง ได้แก่ การเห็นไตรลักษณ์ อริยสัจ แล้วละอวิชชา ตัณหา อุปาทานได้

คำที่มีความหมายใกล้เคียงกับคำว่า “ภาวนา”

1) กรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน อารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งการงานของใจ มี 2 อย่าง คือ

1.1 สมถกรรมฐาน คือ อูบายสงบใจ มี 40 วิธี ได้แก่ กสิณ 10 อสุภะ 10

อนุสสติ 10 ,พรหมวิหาร 4, อาหารเรปฏิกูลสัญญา 1, จตุธาตววัตถาน 1, และอรูปร 4

1.2 วิปัสสนากรรมฐาน คือ อูบายเรื่องปัญญา มี 6 ภูมิ

2) สมาธิ หรือสัมมาสมาธิ คือ สภาวะที่ใจเราปลอดจากนิวรณ์ 5 รวมเป็นจุดเดียว ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว สงบนิ่งจนปรากฏเป็นดวงใสบริสุทธิ์ผู้ดีขึ้น ณ ศูนย์กลางกายของเราเอง

ประเภทของสัมมาสมาธิ

แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. สมาธินอกพระพุทธศาสนา
2. สมาธิในพระพุทธศาสนา

ความแตกต่างของสมาธิ 2 ประเภท

เมื่อปฏิบัติแล้วความแตกต่าง คือ ความสงบ ความชัดของกสิณ ความสุขกายสุขใจที่ได้รับ และความเห็นหรือทิวทัศน์จะแตกต่างกัน ผู้ที่วางใจไว้นอกตัวนั้น นิमितจะไม่อยู่นิ่ง อยู่ใกล้บ้าง ไกลบ้าง ชัดบ้าง ไม่ชัดบ้าง ใหญ่บ้าง เล็กบ้าง ปรับภาพได้ยาก และมักจะเกิดนิมิตลวงเสมอ เช่น เห็นภาพเหตุการณ์ในอดีตที่ผ่านมาไปแล้ว และภาพอื่น ๆ อีก ปะปนสับสนกับนิมิตจริงจนแยกกันไม่ค่อยออก

การฝึกสมาธินอกพระพุทธศาสนามีข้อเสียหลายประการ คือ

- 1) เสียเวลามาก เพราะหมดเวลาไปกับการลองผิดลองถูก ต้องใช้เวลานานกว่าภาพจะอยู่นิ่ง
- 2) เสี่ยงอันตราย เพราะมักจะเกิดนิมิตลวงขึ้นมาแทรกเสมอ
- 3) เกิดปัญญาน้อย เพราะยากแก่การฝึกในขั้นวิปัสสนาต่อไป

ความสำคัญของศูนย์กลางกาย

เป็นจุดศูนย์รวมในการรับรู้ทางใจทั้งหมด เมื่อนำใจไปตั้งไว้ตรงนี้แล้ว ใจจะเกิดความตั้งมั่นมากที่สุด

การเจริญภาวนาเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย

มีหลักการ คือ การปฏิบัติตามมัชฌิมาปฏิปทาหรือทางสายกลาง โดยการนำใจมาหยุดนิ่งที่ ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 อย่างต่อเนื่อง จนกระทั่งใจสงบนิ่ง และหยุดได้ถูกส่วนก็จะเห็นดวงปฐมมรรค หรือดวงธรรม และเข้าถึงกายภายในไปตามลำดับจนถึงพระธรรมกาย

ระดับของการเจริญสมาธิ แบ่งออกได้เป็น 3 ระดับ คือ

1. **ขณิกสมาธิ** คือ สมาธิชั่วขณะ เป็นสมาธิในระดับที่คนทั่ว ๆ ไปใช้ในชีวิตประจำวัน
2. **อุปจารสมาธิ** คือ สมาธิขั้นเนี้ยบ ๆ หรือสมาธิที่จวนเจียนจะแน่วแน่
3. **อัปปนาสมาธิ** คือ สมาธิแน่วแน่ หรือสมาธิที่แนบสนิท

อุปสรรคของการเจริญสมาธิ

อุปสรรคที่สำคัญของการเจริญสมาธิ โดยเฉพาะในระดับอุปจารสมาธิ คือ นิวรณ์ นิวรณ์ แปลว่า เครื่องกั้น ขัดขวางไม่ให้เราประสบความสำเร็จ ไม่ให้เราทำสมาธิได้ผล อีกนัยหนึ่ง นิวรณ์ คือ กิเลสที่ทำให้จิตมัวหมอง และกั้นจิตไม่ให้บรรลุความดีนั่นเอง

นิวรณ์ มีอยู่ 5 อย่าง คือ

1. **กามฉันทะ** คือ ความยินดีในกามคุณ
2. **พยาบาท** คือ การผูกพยาบาทอาฆาตปองร้าย
3. **ถีนมิทธะ** คือ ความท้อแท้และเกียจคร้าน
4. **อุทธัจจกุกกุกจะ** คือ ความฟุ้งซ่านและความรำคาญ
5. **วิจิกิจฉา** คือ ความสงสัยลังเลใจ ไม่อาจตัดสินใจได้

บทที่ 11

วัตถุประสงค์และอันติสงส์ของการเจริญภาวนา

วัตถุประสงค์ของการเจริญภาวนา มี 3 ประการ คือ

1. เพื่อให้ได้สุขในปัจจุบัน
2. เพื่อให้ได้สุขในสัมปรายภพ
3. เพื่อให้ได้สุขอย่างยิ่ง คือ พระนิพพาน

อันติสงส์ของการเจริญภาวนา ที่สำคัญ 5 ประการ คือ

1. ได้เข้าถึงความสุขที่แท้จริง
2. ได้ฉานสมาบัติ มีอารมณ์เดียว คือ อารมณ์ที่เป็นสุข นิ่งอยู่ภายในกายต่าง ๆ
3. ได้วิปัสสนา จะมีความเห็นไปตามความเป็นจริงด้วยธรรมจักขุของธรรมกาย
4. ได้นิโรธสมาบัติ หยุดแล้วเคลื่อนเข้าไปสู่ภายในไปสู่แหล่งแห่งบรมสุขยิ่ง ๆ ขึ้นไป
5. ได้ภพอันวิเศษ คือ อายตนะนิพพาน

ผู้เป็นต้นแบบในการเจริญภาวนา

คือ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อพระองค์ยังเสวยพระชาติเป็นพระโพธิสัตว์ พระองค์สั่งสมบารมีทุกรูปแบบ แต่ที่สำคัญที่พระองค์ไม่เคยละทิ้งเลยก็คือ การฝึกใจให้สงบนิ่งมั่นคง พระองค์มีความเพียรในการทำเช่นนี้มาตลอดทุกภพทุกชาติ

ดังนั้น การเจริญภาวนาจึงมีความสำคัญต่อชีวิตของเรา ทั้งในภพนี้และภพหน้า เมื่อใดที่เราลงมือเจริญภาวนา ความสุขย่อมบังเกิดขึ้นภายในใจของเรา เป็นความสุขที่มวลมนุษย์ทั้งหลายต่างแสวงหา ความสำคัญของการเจริญภาวนาข้อสำคัญที่สุด คือ เป็นหนทางสายเดียวที่มุ่งสู่การบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของการเกิดมาเป็นมนุษย์

บทที่ 12

ทาน ศีล ภาวนา คือบทสรุปของวิถีชีวิตที่ถูกต้อง

จุดเริ่มต้นของความดีงาม

คนเราเมื่อเกิดมาในโลกนี้ ล้วนปรารถนาให้วิถีชีวิตของตนมุ่งไปสู่ความเจริญ อยากให้ชีวิตของตนดีงาม มีความสุข เพราะชีวิตที่มีความสุขนั้น จะส่งผลให้เกิดสิ่งดี ๆ ตามมาอีกมากมาย หนทางที่จะทำให้ความสุขบังเกิดขึ้นในชีวิตนั้น ไม่ใช่สิ่งที่ยากเย็นอะไร ความสุขจะมีขึ้นได้หรือไม่ ก็ขึ้นอยู่กับใจเป็นสำคัญ ใจของผู้ใดสะอาด บริสุทธิ์ ผ่องใส ความสุขย่อมบังเกิดขึ้นกับผู้นั้นได้เสมอ

1) สัมมาทิฏฐินำไปสู่ความสุขที่แท้จริง ผู้สมบูรณ์ด้วยสัมมาทิฏฐิ ย่อมนำพาตนเองให้รอดพ้นจากห่วงหวัช กระทบกับความสุขที่แท้จริงได้

2) สัมมาทิฏฐิกับการตั้งเป้าหมายชีวิต แบ่งเป็น 3 ระดับ คือ

1. เป้าหมายชีวิตระดับต้น เพื่อให้สามารถพึ่งพาตนเองได้

2. เป้าหมายชีวิตระดับกลาง เพื่อให้ได้โอกาสถือกำเนิดในสุคติโลกสวรรค์

3. เป้าหมายชีวิตระดับสูง เพื่อมุ่งความหลุดพ้นจากอำนาจของกิเลสอย่างถาวร

กิเลสและวิธีการเอาชนะ

กิเลส คือ โลภะ โทสะ โมหะเป็นเครื่องขวางกั้นการเกิดสัมมาทิฏฐิ วิธีการเอาชนะกิเลสทั้ง 3 นี้ให้ได้ จะต้องสั่งสมบุญให้มากที่สุด เพราะบุญเป็นเครื่องชำระล้างจิตใจให้ใสสะอาดมี 3 ประการ คือ ทาน คือ การให้, ศีล คือ ความตั้งใจที่จะงดเว้นจากความชั่ว, ภาวนา คือ การฝึกใจให้สงบหยุดนิ่ง

วัตถุประสงค์ของทาน ศีล ภาวนา

1. เพื่อให้ได้ความสุข
2. เพื่อให้รักในการทำมาค้าขายเป็นนิสัย
3. เพื่อกำจัดอาสวกิเลส

ผลแห่งทาน ศีล ภาวนา

การสั่งสมทาน คือ การกำจัดความโลภ และความตระหนี่ให้หมดสิ้นไปจากใจ ผู้สั่งสมทานมากมาย ผลแห่งบุญนี้จะทำให้เกิดทรัพย์สมบัติขึ้นมากมาย ผู้รักษาศีลมาดี ผลแห่งบุญนี้จะทำให้เกิดรูปสมบัติขึ้นกับตน ผู้เจริญภาวนาเป็นนิตย์ ผลแห่งบุญนี้จะทำให้เกิดคุณสมบัติขึ้น เช่น มีปัญญามาก

ทาน ศีล ภาวนา คือการสร้างบารมี

1) ทานเป็นก้าวแรกของการสร้างบารมี เป็นบารมีที่จะส่งเสริมการบำเพ็ญบารมีอื่น ๆ ได้ สะดวกรวดเร็วขึ้น แบ่งออกเป็น 3 ระดับ คือ

1. ทานบารมี ได้แก่ ทานที่บำเพ็ญด้วยการสละทรัพย์ภายนอก (วัตถุสิ่งของ)
2. ทานอุปบารมี ได้แก่ ทานที่บำเพ็ญด้วยการสละอวัยวะ เลือด เนื้อ
3. ทานปรমัตถบารมี ได้แก่ ทานที่บำเพ็ญด้วยการสละชีวิต

2) การรักษาศีลเป็นบารมี ต้องใช้ความอดทน อดกลั้น จนเกิดบารมีถึง 3 ชั้น คือ

1. การรักษาศีลยิ่งกว่าสมบัติภายนอก ชื่อว่าบำเพ็ญศีลบารมี
2. การรักษาศีลยิ่งกว่าอวัยวะในร่างกายของตน ชื่อว่าบำเพ็ญศีลอุปบารมี
3. การรักษาศีลยิ่งกว่าชีวิตของตน ชื่อว่าบำเพ็ญศีลปรมัตถบารมี

3) การออกบวชเพื่อเจริญภาวนา เป็นบารมีที่แสวงหาทางหลุดพ้นด้วยการออกบวช ประพฤติพรหมจรรย์ ไม่ต้องมีห่วงกังวล เป็นเหตุให้การปฏิบัติสมาธิก้าวหน้ามากขึ้นไปตามลำดับ

สรุป มนุษย์ทุกคนเมื่อเกิดมาแล้ว มีความจำเป็นต้องสั่งสมบุญ เพราะทางมาแห่งบุญทั้ง 3 ประเภท คือ การ ทำทาน การรักษาศีล และการเจริญภาวนา มีความสำคัญมากต่อการบรรลุ เป้าหมายชีวิตทั้ง 3 ระดับ ทั้งเป้าหมายบนดิน เป้าหมายบนฟ้า โดยเฉพาะเป้าหมายเหนือฟ้า คือ การบรรลุพระนิพพาน

ดังนั้น ทาน ศีล ภาวนา จึงถือเป็นงานของชีวิต เป็นหน้าที่ที่ทุกคนจะต้องลงมือกระทำให้ คิดเป็นนิสัยอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ และต้องประพฤติปฏิบัติจนกระทั่งเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตที่เรียกว่า วิถีชีวิตให้ได้

SB 202

วัฒนธรรมชาวพุทธ

บทที่ 1

ความรู้เบื้องต้นเรื่องวัฒนธรรมชาวพุทธ

ความหมายของ”วัฒนธรรมชาวพุทธ”

วัฒนธรรมชาวพุทธ คือ วิชาที่ว่าด้วยระเบียบแบบแผนในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันเพื่อปลูกฝังคุณธรรม เพื่อการฝึกฝนพัฒนานิสัยที่ดีของผู้นับถือศาสนาพุทธ หรือการนำหลักธรรมในพระพุทธศาสนา มาแปรรูปสู่วัฒนธรรมเพื่อนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

ที่มาของวัฒนธรรมชาวพุทธ

มนุษย์มีงานสำคัญที่ต้องทำให้ครบถ้วน 3 งาน คือ

1. **งานอาชีพ** ทำเพื่อให้ได้ปัจจัย 4 เครื่องอุปโภคบริโภคมาใช้ในการดำรงชีพเพื่อสร้างความดีงานอาชีพจะอยู่ในรูปของงานรักษาคอร์คกร เพื่อให้องค์กรดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคง

2. **งานพัฒนานิสัย** เป็นการศึกษาศรณะทั้งจากการอ่านหรือการสอบถามจากพระภิกษุหรือผู้รู้ แล้วนำมาประพฤติปฏิบัติปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องหรือนิสัยที่ไม่ดีของตนเองเพื่อให้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข ลดการกระทบกระทั่ง มีหลักในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง

3. **งานพัฒนาจิตใจ** โดยอาศัยการปฏิบัติธรรม เจริญสมาธิภาวนา เพื่อรักษาใจให้สงบละเอียดสุขุม ได้รู้เห็นชีวิตตามความเป็นจริง เมื่อใจได้รับการพัฒนาจะมีศักยภาพในการนำความรู้ความสามารถที่มีอยู่ ออกมาใช้ได้อย่างเต็ม

พุทธศาสนิกชนได้นำคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตหล่อหลอมชีวิตจิตใจ จนกลายมาเป็นวัฒนธรรม และถือสืบเนื่องกันมาจนถึงอนุชนรุ่นหลัง

ลำดับขั้นในการฝึกพัฒนาคุณธรรมจะเริ่มจากสิ่งใกล้ตัวออกไปสู่สิ่งไกลตัว หรือจากเรื่องง่าย ๆ ไปสู่เรื่องยาก ดังจะแสดงให้เห็นอย่างชัดเจนด้วยขั้นตอนการฝึกพัฒนาคุณธรรม 8 ขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ฝึกวินัยในตนเอง เช่น การตรงต่อเวลา มีกิจวัตรประจำวันสม่ำเสมอ ไม่บกพร่อง เป็นต้น

ขั้นที่ 2 ฝึกดูแลตนเอง เช่น ความสะอาดของร่างกาย สุขภาพอนามัย อิริยาบถที่เหมาะสมในการทำงาน เป็นต้น

ขั้นที่ 3 ฝึกดูแลสมบัติส่วนตัว เช่น จัดเก็บเก็บสิ่งของของตนให้เรียบร้อย แยกแยะส่วนเกินและของจำเป็นได้ เป็นต้น

ขั้นที่ 4 ฝึกดูแลสมบัติส่วนรวม เช่น ความสะอาดของสาธารณสมบัติ ศาสนสมบัติ รับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายจากหมู่คณะอย่างเต็มที่ เป็นต้น

ขั้นที่ 5 ฝึกมารยาทและศาสนพิธี เช่น มารยาทและการปฏิบัติตัวที่เหมาะสมต่อโอกาส สถานที่ และสังคมต่าง ๆ เป็นต้น

ขั้นที่ 6 ฝึกรักษาและปฏิบัติตามวินัยของส่วนรวม เช่น ทำงานเป็นทีม อยู่ในกฎระเบียบ และกฎหมายรู้จักปรับตัวเข้าหาส่วนรวม เป็นต้น

ขั้นที่ 7 ศึกษาธรรมชาติ ทั้งภาคปริยัติ(ทฤษฎี) และภาคปฏิบัติ นำธรรมชาติมาใช้ในชีวิตประจำวัน ได้อย่างเหมาะสม

ขั้นที่ 8 เป้าหมายมั่นคงชัดเจน เมื่อผ่านการฝึกทั้ง 7 ขั้นแล้ว กำลังใจและเป้าหมายในการสร้างบทฝึกทั้ง 8 ขั้นนี้เป็นขั้นตอนการฝึกคุณธรรมหรือนิสัยที่ดีที่เกิดขึ้นในจิตใจ แสดงให้เห็นถึงความเข้มข้นในการฝึกจากเรื่องหยาบไปสู่เรื่องละเอียด จากเรื่องใกล้ตัวไปสู่เรื่องไกลตัว ส่งผลให้คุณธรรมค่อย ๆ ซึมซาบเข้าไปในจิตใจอย่างแน่นแฟ้นจนเป็นนิสัยที่ดีติดตัวไปความดีจะชัดเจนมั่นคง

ความสำคัญ

การศึกษาวิชาวัฒนธรรมชาวพุทธจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ทุกคนควรให้ความสำคัญ และศึกษาให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ ประโยชน์ที่ได้คือ เป็นการตอกย้ำความเข้าใจสำหรับผู้ที่ได้ศึกษามาแล้ว เป็นความรู้ใหม่สำหรับผู้ที่ยังไม่ได้ศึกษา และเป็นประโยชน์อันจะเกิดขึ้นกับผู้ติดตามมาในภายหลัง

บทที่ 2

การฝึกฝนพัฒนา หรือการเพาะนิสัยจากปัจจัย 4

องค์ประกอบของปัจจัย 4

ปัจจัย 4 เป็นสิ่งจำเป็นพื้นฐานในชีวิต เป็นสิ่งที่มนุษย์ต้องอาศัยเลี้ยงชีพ คือ

- 1) อาหาร
- 2) เครื่องนุ่งห่ม
- 3) ที่อยู่อาศัย
- 4) ยาและอุปกรณ์รักษาโรค

วัตถุประสงค์และความสำคัญ

- 1) จีวร เพื่อบำบัดหนาว - ร้อน สัมผัสแห่งเหลือบ ยุง ลม แดด ปกปิดอวัยวะ
- 2) บิณฑบาต เพื่อให้กายดำรงอยู่ได้ ให้ความกล้าบาสงบ อนุเคราะห์การประพฤติพรหมจรรย์
- 3) เสนาสนะ เพื่อบรรเทาอันตรายจากฤดูกาล เป็นผู้ยินดีในการหลีกเร้นเพื่อเจริญภาวนา

4) ยารักษาโรค เพื่อกำจัดเวทนาจากโรคต่างๆ ที่เกิดขึ้น เพื่อความไม่ลำบากกาย

การเพาะนิสัยจากปัจจัย 4

อาหารกับการเพาะนิสัย

การให้นมของแม่ก็เพาะนิสัยให้ลูกได้

ให้นมไม่ตรงเวลา

ซีโมโห เจ้าอารมณ์

ให้นมตลอดเวลา

ซีเกียจ

ให้นมตรงเวลา

บ่มเพาะนิสัยความตรงต่อเวลา

อยากกินอะไรก็ให้กิน

เพาะนิสัยเอาแต่ใจตัวเอง เจ้าอารมณ์

เคี้ยวอาหารเสียงดัง

เพาะนิสัยไม่เกรงใจใคร

กินแล้วไม่ล้างจานเอง ใส่เสื้อผ้าแล้วไม่ซักเอง

เพาะนิสัยไม่รับผิดชอบ

ทานอาหารไม่พร้อมกัน

เพาะนิสัยต่างคนต่างทำ ไม่ห่วงใยกัน

เด็กถ่ายใส่ผ้าอ้อมแล้ว ไม่รีบเช็ดล้าง

เพาะนิสัยไม่รักความสะอาด

ซักผ้าไม่แยกผ้า ตากผ้ารวมราวเดียว

เพาะนิสัยไม่รู้ที่ต่ำที่สูง

สอนให้กวาดบ้านถูบ้าน

เพาะนิสัยรับรู้อะไรเป็นวินัย

นิสัยเกิดจากการย่ำคิด ย้ำพูด ย้ำทำ อยู่ 2 เรื่อง คือ ปัจจัย 4 และหน้าที่การงานที่ตนเอง

รับผิดชอบ

โดยสรุปคือ

- ถ้าย่ำคิด ย้ำพูด ย้ำทำ ในทางที่ดี จะได้นิสัยที่ดี เป็นคนดี

- ถ้าย่ำคิด ย้ำพูด ย้ำทำ ในทางที่ไม่ดี จะได้นิสัยที่ไม่ดี เป็นคนเลว

บทที่ 3

วัฒนธรรมการใช้และการดูแลรักษาปัจจัย 4

การใช้ปัจจัย 4 ในกิจวัตรประจำวัน

กิจวัตรประจำวันของคนเราตั้งแต่เริ่มต้นของแต่ละวัน แบ่งเป็น 2 ส่วนใหญ่ ๆ คือ กิจวัตรในห้องนอน และกิจวัตรในห้องน้ำ ซึ่งในแต่ละกิจวัตรก็มีหลายกิจกรรมที่เกิดขึ้นอยู่เป็นประจำ เราจึงต้องบริหารสิ่งเหล่านี้ให้ลงตัว นิสัยดีต่าง ๆ จึงเกิดขึ้นกับตัวเรา

กิจกรรมในห้องนอน

- การนอน
- การตื่นนอน

กิจกรรมในห้องอาบน้ำ

- การแปรงฟัน
- การอาบน้ำ
- การสระผม

การดูแลรักษาปัจจัย 4

ความเป็นระเบียบเรียบร้อยของสิ่งของส่วนตัว หรือส่วนรวมที่ถูกจัดเก็บเก็บอย่างดีนั้น เป็นสิ่งเอื้ออำนวยอย่างยิ่งต่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และมีแบบแผนเดียวกัน โดยคำนึงถึง

หลักในการจัดเก็บสิ่งของเครื่องใช้ ดังนี้

1. สะสาง
2. สะดวก
3. สะอาด
4. สุขลักษณะ
5. สร้างนิสัย

1. **สะสาง** คือการแยกของที่ต้องการออกจากของที่ไม่ต้องการ และขจัดของที่ไม่ต้องการทิ้งไป

2. **สะดวก** คือ การจัดวางสิ่งของต่าง ๆ ในที่ทำงานให้เป็นระเบียบ เพื่อความสะดวกและปลอดภัย

3. **สะอาด** คือการทำความสะอาด เครื่องจักร อุปกรณ์ และสถานที่ทำงาน

4. **สุขลักษณะ** คือสภาพหมดจด สะอาดตา ถูกสุขลักษณะ และรักษาให้ดีตลอดไป

5. **สร้างนิสัย** คือ การอบรม สร้างนิสัยในการปฏิบัติงานตามระเบียบวินัยข้อบังคับอย่างเคร่งครัด

การดูแลและรักษาศาสนสมบัติ

ศาสนสมบัติ ประกอบด้วย

1. ศาสนสถาน เช่น อุโบสถ วิหาร เจดีย์ เป็นต้น
2. ศาสนวัตถุ เช่น โต๊ะหมู่ โต๊ะ เก้าอี้ เป็นต้น
3. ศาสนธรรม เช่น พระไตรปิฎก หนังสือธรรมะ
4. ศาสนพิธี เช่น พิธีเวียนเทียน พิธีตักบาตร เป็นต้น

5. ศาสนทายาท เช่น พระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา เป็นต้น

เหตุแห่งความเสื่อมศรัทธา หรือการล้มสลายขององค์กร

เหตุสำคัญที่ทำให้องค์กรล้มละลาย พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ในกุลบุตร
สรุปได้ว่า

1. ของหายแล้วไม่หา
2. ของเสียแล้วไม่ซ่อม
3. ใช้ของไม่รู้จักประมาณ
4. ตั้งคนพาลเป็นหัวหน้า

บทที่ 4

วัฒนธรรมการดูแลรักษาสุขภาพ

การดูแลรักษาสุขภาพจากพระไตรปิฎก

เหตุการเกิดโรค 8 อย่างเหล่านี้ คือ

1. มีน้ำดีกำเริบเป็นสมุฏฐาน
2. มีเสมหะเป็นสมุฏฐาน
3. มีลมเป็นสมุฏฐาน
4. เกิดจากโรคดี โรคเสมหะ
5. เกิดจากเปลี่ยนฤดู
6. เกิดจากการบริหาร (ร่างกาย) ไม่ถูกต้อง
7. เกิดจากการพยายาม (ทำให้ดีขึ้น)
8. เกิดจากวิบากกรรม

ธรรมเป็นเหตุให้อายุสั้นและอายุยืน

-ธรรมที่เป็นเหตุให้อายุสั้น คือ

1. บุคคลไม่เป็นผู้ทำความสบายแก่ตนเอง
2. ไม่รู้จักประมาณในสิ่งที่สบาย
3. ไม่รู้จักประมาณในสิ่งที่ย่อยยาก
4. เป็นผู้เที่ยวในกาลไม่สมควร
5. ไม่ประพฤติประเสริฐ

-ธรรมที่เป็นเหตุให้อายุยืน มีความหมายตรงกันข้ามกันอายุสั้น

การดูแลสุขภาพด้วยตนเอง

หลักการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง 8 ประการ ดังนี้

1. การรับประทานอาหารให้ถูกลักษณะ
2. ขยับถ่ายสม่ำเสมอทุกวัน
3. ใส่เสื้อผ้าให้เหมาะสมกับฤดูกาล
4. ออกกำลังกายกลางแจ้งทุกวัน
5. รักษาความสะอาดของสถานที่พักอาศัย
6. รักษาอารมณ์แจ่มใสตลอดทั้งวัน
7. พักผ่อนให้เพียงพอเหมาะสมกับเพศและวัย
8. มีท่าทางและอิริยาบถที่ถูกต้อง

การบำบัดรักษาเบื้องต้น

คุณลักษณะของคนไข้ที่หมอต้องการ

ภิกษุไข้ที่เป็นผู้พยาบาลง่าย มีลักษณะ 5 ประการ ดังนี้

1. ย่อมทำความสบายแก่ตนเอง
2. รู้จักประมาณในสิ่งสบาย
3. ฉันทตามหมอสั่ง
4. บอกอาการป่วยตามความเป็นจริง
5. เป็นผู้อุตุนต่อทุกขเวทนาที่รุนแรงได้

ส่วนในทางการแพทย์ ศาสตราจารย์นายแพทย์เสนอ อินทรสุขศรี กล่าวถึงลักษณะของคนไข้ที่คุณหมอต้องการ และเต็มใจที่จะรักษาให้อย่างเต็มกำลังว่า หมออยากให้คุณไข้ของผมมีลักษณะ ดังนี้

1. ทำตัวเป็นกันเอง เสมือนเพื่อนหรือญาติพี่น้องที่มีความศรัทธาต่อกัน
2. ปฏิบัติตามแพทย์สั่งและแนะนำ
3. เห็นความสำคัญของตนและรักตัว
4. เห็นหมอเป็นคุณธรรมดาสามัญที่ให้การรักษาคนธรรมดา ๆ ได้
5. รู้เวลาที่หมอปฏิบัติงาน
6. บอกผลการรักษาให้ทราบ
7. มาพบแพทย์ตามเวลาที่กำหนด

บทที่ 5

มารยาทชาวพุทธ

คำจำกัดความ

มารยาท หรือมรรยาท หมายถึง ระเบียบแบบแผน หรือขอบเขตหรือข้อจำกัดที่บุคคลพึงปฏิบัติ เพื่อก่อให้เกิดความสงบสุขทั้งแก่ตนเองและส่วนรวม

การแสดงความเคารพต่อพระรัตนตรัย

การแสดงความเคารพเป็นระเบียบประเพณีและวัฒนธรรมของชนชาติไทยที่บรรพบุรุษของเราได้ยึดถือประพฤติปฏิบัติตลอดมาเป็นลำดับจนเป็นแบบแผน หรือเป็นสัญลักษณ์ประจำชาติ ถ้าใครรู้จักแสดงความเคารพ เราก็เรียกผู้นั้นว่าเป็นคนไทยที่เคารพในประเพณี และวัฒนธรรมอันดีงาม มีมารยาทงาม น่ารัก น่าเคารพ น่านับถือ และน่าคบหาสมาคม

ดังนั้น บรรพบุรุษของเราจึงได้อบรมบุตรหลานของตนให้รู้จักแสดงความเคารพซึ่งกันและกันโดยยึดถือหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ในมงคลสูตรว่า

“คารโว จ นีวาโต จ เอตมมุงฺคลมุตฺตมํ

แปลว่า ความเคารพ และความอ่อนน้อมถ่อมตนเป็นมงคลอันสูงสุด”

การแสดงความเคารพพระรัตนตรัย

สามารถทำได้หลายวิธี ตามโอกาส ดังนี้

1. การประนมมือ (อัญชลี)
2. การไหว้ (นมัสการ หรือวันทา)
3. การกราบ (อภิวัต)

การแสดงความเคารพพระภิกษุสงฆ์

พระภิกษุสงฆ์ ดำรงอยู่ในฐานะดังต่อไปนี้ คือ

- เป็นผู้รักษาสืบทอดพระพุทธศาสนาไว้
- เป็นผู้นำเอาคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาเทศนาอบรมชาวพุทธ
- เป็นผู้นำและแบบอย่างแห่งความประพฤติดี ปฏิบัติชอบ

ดังนั้น พระภิกษุสงฆ์จึงอยู่ในฐานะเป็นปูชนียาจารย์ และเป็นเนื้อนาบุญอันยอดเยี่ยมที่พุทธศาสนิกชน สมควรให้ความเคารพสักการบูชาด้วยการแสดงความเคารพต่อพระภิกษุสงฆ์ตามสมควรแก่โอกาส

มารยาทในการเข้าพบพระภิกษุสงฆ์ที่วัด

เมื่อไปถึงเขตวัด ก่อนเข้าพบ ควรปฏิบัติดังนี้

- 1) ใต้ถามพระภิกษุสงฆ์ สามเณร หรือศิษย์วัด ซึ่งอยู่ในบริเวณใกล้เคียงว่า พระภิกษุที่ต้องการมาพบอยู่หรือไม่ มีเวลาว่างหรือไม่
- 2) ถ้าไม่พบผู้ใดพอจะใต้ถามใต้ ควรรอดูจังหวะที่เหมาะสมที่ควร เฉพาะบุรุษ ควรกระแอมหรือเคาะประตูให้เสียงก่อนจะเข้าพบท่านขณะอยู่ภายในห้อง เมื่อได้รับอนุญาตแล้ว จึงเปิดประตูเข้าไป ส่วนสตรีไม่นิยมเข้าพบพระภิกษุสงฆ์ภายในห้อง
- 3) ระหว่างรอคอย อย่าส่งเสียงอะระบกวอน ควรนั่งอย่างสงบ ส้ารวม
- 4) เมื่อเข้าพบ คอยจนพระภิกษุหนึ่งเรียบร้อยแล้ว จึงกราบท่านแบบเบญจางคประดิษฐ์ 3 ครั้ง
- 5) เมื่อกราบเสร็จแล้ว นิยมนั่งพับเพียบ ไม่ควรนั่งอาสนะเสมอพระภิกษุสงฆ์
- 6) กิริยาอาการนั่งพับเพียบ ต้องทำให้ถูกต้องวิธี เช่น เก็บเท้าให้เรียบร้อย ระวังเครื่องนุ่งห่มปกปิดร่างกายให้มิดชิด เป็นต้น
- 7) ขณะที่พระภิกษุสงฆ์อยู่ชั้นล่างกุฏิ คฤหัสถ์ทั้งชายหญิง ไม่ควรขึ้นไปชั้นบนกุฏิ
- 8) เวลาที่ดีที่สุดที่ควรพบพระภิกษุสงฆ์ คือ เวลาใกล้เพล

การสนทนากับพระภิกษุสงฆ์

- 1) ไม่พูดล้อเล่น ไม่พูดหยาบโลน
- 2) ถ้าพระภิกษุสงฆ์รูปนั้นเป็นพระเถระผู้ใหญ่ ให้ประนมมือพูดกับท่านทุกครั้ง ที่กราบเรียนท่าน และรับคำพูดของท่าน
- 3) เฉพาะสตรี แม้จะเป็นญาติกับพระภิกษุสงฆ์รูปนั้นก็ตาม ไม่นิยมสนทนาอยู่กับพระภิกษุสงฆ์สองต่อสอง
- 4) เมื่อเสร็จกิจธุระแล้วให้รีบลากลับ ไม่ควรอยู่นานเกินควร เพราะเป็นการรบกวนเวลาของท่าน
- 5) กราบท่านด้วยเบญจางคประดิษฐ์ 3 ครั้ง เมื่อจะลาท่านกลับ

การนิมนต์พระภิกษุสงฆ์

1. การอาราธนาพระภิกษุสงฆ์ไปประกอบพิธีบุญต่าง ๆ นิยมเรียกว่า นิมนต์ การนิมนต์พระภิกษุสงฆ์ ควรกระทำเมื่อกำหนดวันประกอบพิธีบุญแน่นอนแล้ว และควรนิมนต์ก่อนวันงานไว้นานพอสมควรหรืออย่างน้อย 7 วัน

การนิมนต์ จะนิมนต์ด้วยวาจาก็ได้ แต่เพื่อความเหมาะสมและป้องกันการลืม ควรนิมนต์ เป็นลายลักษณ์อักษร เรียกว่า **วางฎีกา** ฎีกานั้นควรระบุข้อความโดยย่อ เพื่อกราบเรียนให้ พระภิกษุสงฆ์ทราบและเป็นความสะดวกแก่ทั้ง 2 ฝ่าย ดังนี้

- 1) พิธีบุญนั้นปรารภงานอะไร
- 2) กำหนดการ เช่น วัน เดือน ปี ตรงกับวันขึ้นหรือแรมอะไร เวลาใด
- 3) สถานที่
- 4) จำนวนพระภิกษุสงฆ์ที่จะนิมนต์
- 5) การจัดหาหนะรับส่ง จะจัดหาหนะมารับพระภิกษุสงฆ์หรือให้ท่านไปเอง กรณีที่จัดพาหนะมารับ ต้องระบุเวลาที่จะมารับท่านให้ชัดเจน
- 6) ต้องการให้พระภิกษุสงฆ์ทำอะไรบ้าง หรือจะให้ท่านนำอะไรไปด้วย เช่น บาตร ด้าย สายสิญจน์ พระพุทธรูป หมายเหตุไว้ให้ชัดเจน

ข้อควรปฏิบัติในการนิมนต์พระภิกษุสงฆ์

1. ถ้านิมนต์ในงานมงคล ใช้คำนิมนต์ว่า **อาราธนาเจริญพระพุทธมนต์**
ถ้านิมนต์ในงานอวมงคล ใช้คำนิมนต์ว่า **อาราธนาสวดพระพุทธมนต์**
2. ไม่ระบุชื่ออาหารที่จะถวาย
2. **จำนวนพระภิกษุสงฆ์ที่จะนิมนต์** ไม่กำหนดข้างมาก แต่นิยมกำหนดข้างน้อยไว้เป็นเกณฑ์ คือ อย่างน้อยไม่ต่ำกว่า 4 รูป เพราะถือว่า 4 รูปขึ้นไปครบองค์สงฆ์แล้ว ส่วนมากในงานมงคลนิยมนิมนต์เป็นจำนวนคี่ คือ 5-7-9 รูปขึ้นไป ยกเว้นงานมงคลสมรสซึ่งนิยมนิมนต์เป็นจำนวนคู่ เพื่อคู่บ่าวสาวจะได้จัดเครื่องไทยธรรมถวายได้เท่าๆ กัน งานพิธีหลวงก็นิยมนิมนต์ภิกษุสงฆ์เป็นจำนวนคู่เช่นกัน กล่าวคือ 10 รูปเป็นพื้น สำหรับงานอวมงคล เช่น งานศพ นิยมนิมนต์พระภิกษุสงฆ์เป็นจำนวนคู่เช่น 4-8-10 รูป เป็นต้น

บทที่ 6

ศาสนพิธี

ศาสนพิธีต่าง ๆ ทางพระพุทธศาสนา

ศาสนพิธี หมายถึง ระเบียบแบบแผนหรือแบบอย่างที่ยึดปฏิบัติในพระพุทธศาสนา

ศาสนพิธีต่าง ๆ ช่วยทำให้ความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนาของพุทธศาสนิกชนมีความแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น เป็นสิ่งตอกย้ำใจให้ระลึกถึงคุณของพระรัตนตรัยอย่างดีเยี่ยม

แบ่งศาสนพิธีออกเป็น 4 หมวดใหญ่ ๆ ดังนี้

1. กุศลพิธี เป็นพิธีที่เกี่ยวข้องกับการอบรมความดีงามทางพระพุทธศาสนาเฉพาะตัวบุคคล

2. บุญพิธี เป็นพิธีทำบุญเนื่องด้วยประเพณีในครอบครัว ซึ่งมี 2 ประเภท คือ

2.1 พิธีทำบุญในงานมงคล ได้แก่ การทำบุญในโอกาสต่าง ๆ

2.2 พิธีทำบุญในงานอวมงคล เช่น บุญหน้าศพ เป็นต้น

3. ทานพิธี เป็นพิธีถวายทานต่าง ๆ เช่น การถวายสังฆทาน เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค เป็นต้น

4. ปกิณกะพิธี เป็นพิธีเบ็ดเตล็ด

พิธีสำคัญที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน เช่น พิธีตักบาตร พิธีถวายสังฆทาน งานมงคล

การประเคนของแด่พระภิกษุสงฆ์

การประเคน หมายถึง การมอบให้ด้วยความเคารพ ใช้ปฏิบัติต่อพระภิกษุสงฆ์เท่านั้น มีวินัยบัญญัติห้ามพระภิกษุสงฆ์รับหรือหยิบสิ่งของมาขบฉันเอง โดยไม่มีผู้ประเคนให้ถูกต้อง ยกเว้นน้ำเปล่า

การประเคนที่ถูกต้อง ตามหลักพระวินัย มีลักษณะที่กำหนดไว้ 5 ประการ ดังนี้

1) สิ่งของที่จะประเคนต้องไม่ใหญ่เกินไปหรือหนักเกินไป

2) ผู้ประเคนต้องอยู่ใน หัตถบาท คือ เอามือประสานกันแล้วยื่นไปข้างหน้า ห่างจากพระภิกษุสงฆ์ ผู้รับประมาณ 1 ศอก

3) ผู้ประเคนน้อมสิ่งของนั้นส่งให้พระภิกษุสงฆ์ด้วยกริยาอ่อนน้อม

4) การน้อมสิ่งของเข้ามาให้ นั้น จะส่งให้ด้วยมือก็ได้ หรือใช้ของเนื่องด้วยกายก็ได้

5) ในกรณีผู้ประเคนเป็นชาย พระภิกษุสงฆ์ผู้รับจะรับด้วยมือ ในกรณีผู้ประเคนเป็นหญิง จะรับด้วยของเนื่องด้วยกาย เช่น ใช้ผ้าทอดรับ ใช้บาตรรับ ใช้จานรับ

สิ่งของที่ไม่สมควรประเคนถวายแด่พระภิกษุสงฆ์ คือ เงิน และวัตถุที่ใช้แทนเงิน ไม่ควรถวายพระภิกษุสงฆ์โดยตรง แต่นิยมใช้ใบปวารณาแทน

สิ่งของที่ต้องห้ามและสิ่งของที่ประเคนได้สำหรับพระภิกษุสงฆ์

1) อาหารต้องห้าม ได้แก่ เนื้อ 10 ชนิด ได้แก่

1. เลือดเนื้อมนุษย์
2. เนื้อช้าง
3. เนื้อม้า
4. เนื้อสุนัข
5. เนื้องู
6. เนื้อราชสีห์ (สิงโต)
7. เนื้อเสือโคร่ง
8. เนื้อเสือเหลือง
9. เนื้อหมี
10. เนื้อเสือดาว

2) สิ่งของที่ประเคนพระภิกษุสงฆ์ได้ในเวลาก่อนเที่ยง ได้แก่

1. อาหารสด
2. อาหารแห้ง
3. อาหารเครื่องกระป๋องทุกประเภท

3) สิ่งที่ประเคนได้ตลอดเวลา

เครื่องดื่มทุกชนิด ประเภทเครื่องยาบำบัดป่วยไข้ หรือประเภทเภสัชที่พระพุทธองค์ทรงบัญญัติไว้ คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย

4) วัตถุอนามาส สิ่งของที่พระพุทธองค์ทรงห้ามพระภิกษุสงฆ์จับต้อง ได้แก่

1. ผู้หญิง ทั้งที่เป็นทารกแรกเกิดและผู้ใหญ่ รวมทั้งเครื่องแต่งกาย รูปปั้นทุกชนิดของผู้หญิง

2. รัตนะ 10 ประการ คือ ทอง เงิน แก้วมุกดา แก้วมณี แก้วประพาฬ ทับทิม บุษราคัมสังข์ เลี่ยมทอง ศิลา เช่น หยก และโมรา

3. เครื่องศัตราวุธทุกชนิด
4. เครื่องดักสัตว์ทุกชนิด
5. เครื่องดนตรีทุกชนิด
6. ข้าวเปลือก และผลไม้อันเกิดอยู่กับที่

การกรวดน้ำและการรับพรพระ

การกรวดน้ำ คือ การรินน้ำหลั่งลงให้เป็นสาย อันเป็นเครื่องหมายแห่งสายน้ำใจอันบริสุทธิ์ ตั้งใจอุทิศส่วนบุญส่วนกุศลที่ตนได้ทำมาในวันนั้นให้แก่ผู้ล่วงลับไปแล้ว

การรับพรพระ คือ อากาที่เจ้าภาพนอบน้อมทั้งกายและใจ รับความปรารถนาดีที่พระภิกษุสงฆ์ตั้งกัลยาณจิต สวดประสิทธิ์ประสาทให้เจ้าภาพรอดพ้นจากอันตรายภัยพิบัติทั้งหลาย และเจริญด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ เป็นต้น

การจัดโต๊ะหมู่บูชา

มีจุดประสงค์เพื่อประดิษฐานพระพุทธรูปพร้อมเครื่องบูชา เมื่อพุทธบริษัทจะบำเพ็ญกุศลอย่างใดอย่างหนึ่ง นิยมนิมนต์พระภิกษุสงฆ์มีพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นประมุขในงานกุศลนั้น ๆ เพื่อต้องการให้พระรัตนตรัย คือ พระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ พร้อมบริบูรณ์ ปัจจุบันการตั้งโต๊ะหมู่บูชา นิยมตั้งใน 2 กรณี คือ

1. ในพิธีทางพระพุทธศาสนา เช่น การทำบุญ ฟังเทศน์ เป็นต้น
2. ในพิธีถวายพระพร หรือตั้งรับเสด็จพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และพระบรมราชินีนาถ

พิธีกรรมในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา

พิธีวิสาขบูชา ตรงกับวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 6 เป็นวันประสูติ ตรัสรู้ และปรินิพพานของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ประชาชนจะพากันทำบุญตักบาตร ฟังพระธรรมเทศนาตอนเช้า ครั้นตอนย่ำค่ำก็จะมีพิธีเวียนเทียน

วันเข้าพรรษา พระภิกษุจะประชุมกันในพระอุโบสถ ใหว่พระ สวดมนต์ ทำพิธีเข้าพรรษา (อธิษฐานพรรษา) แล้วขอขมาต่อกันและกัน พุทธศาสนิกชนไปวัดฟังเทศน์ทั้ง 3 เดือน บางคนตั้งใจงดเว้นบาปทั้งปวง

วันออกพรรษา พระภิกษุสงฆ์จะทำการปวารณา คือ เปิดโอกาสให้ว่ากล่าวตักเตือนกันได้ สำหรับพุทธศาสนิกชน ต่างพากันไปทำบุญตักบาตร รักษาศีล เจริญภาวนา ฟังเทศน์ตามวัดวาอารามต่าง ๆ

พิธีทอดกฐิน การทอดกฐิน คือ การทอดผ้าซึ่งเย็บจากไม้สะดึง ตั้งแต่แรม 1 ค่ำ เดือน 11 ถึง ขึ้น 15 ค่ำ เดือน 12 รวมเป็นเวลา 1 เดือน

ระเบียบปฏิบัติในงานอวมงคล มีข้อต่างกันบ้างดังต่อไปนี้

1. จำนวนพระสงฆ์ที่นิมนต์ นิยมนิมนต์พระ 7-10 รูปบ้าง แต่ส่วนมากนิยมนิมนต์เท่าอายุผู้ตาย
2. การสวดมนต์ในงาน ไม่ตั้งตั้งบาตร หรือหม้อน้ำมนต์ การสวดมนต์ใช้แต่ผ้ากุษาโยงจากผ้าหีบด้านศีรษะศพมาวางไว้บนพานใกล้โต๊ะหมู่บูชา
3. ถ้าพระสวดอภิธรรม เจ้าภาพในงานพึงจุดเทียนรูปที่หน้าโต๊ะพระพุทธรูปก่อน แล้วจุดที่หน้าตู้พระธรรมทีหลัง เสร็จแล้วอาราธนาศีลต่อไป เมื่อได้เวลาตามกำหนดแล้วก็จุดเทียนบูชาพระธรรม
4. เมื่อพระสงฆ์สวด หรือเทศน์จบ เจ้าภาพเอาผ้าหรือใบปวารณาแจกญาติพี่น้องนำมาทอดบนผ้ากุษาโยงนั้น วางขวางบนผ้ากุษาโยงทอดตามลำดับพระ
5. การถวายสิ่งของและการทอดผ้าบังสุกุล ทำภายหลังจากฉันเสร็จเรียบร้อยแล้ว แต่ถ้าสวดมนต์เย็น ฉันเช้าหรือเพลในวันรุ่งขึ้น และมีผ้าไตรจีวรทอด ก็ควรทอดภายหลังพระสวดจบในเย็นวันนั้น
6. ในการฌาปนกิจ นิยมมีการทอดผ้ามหาบังสุกุล ผู้ทอดผ้าบังสุกุลนี้ ถือว่าเป็นแขกผู้มีเกียรติ

ระเบียบปฏิบัติการไปร่วมงานศพ

การรดน้ำศพ

1. แต่งกายไว้ทุกข์ตามความนิยมของสังคมท้องถิ่นนั้นๆ
2. การรดน้ำศพถือสืบกันมาว่า ไปขอขมาโทษ เพื่อจะได้ไม่มีเวรภัยต่อกัน
3. นิยมรดน้ำศพเฉพาะท่านผู้ที่มีอายุสูงกว่า หรือรุ่นราวคราวเดียวกันเท่านั้น
4. ผู้มีอายุมากกว่าผู้ตาย ก็ไปร่วมงานให้กำลังใจเจ้าภาพ แต่ไม่นิยมรดน้ำศพ

วิธีปฏิบัติการรดน้ำศพพระภิกษุสงฆ์

1. นั่งคุกเข่าตามเพศ กราบเบญจางคประดิษฐ์ 3 ครั้ง พร้อมกับนึกขอขมาโทษว่า “หากได้ล่วงเกินท่าน ทั้งทางกาย วาจา ใจ ก็ดี ขอท่านโปรดอโหสิกรรมให้แก่ข้าพเจ้าด้วยเถิด”
2. เมื่อขอขมาโทษเสร็จแล้ว พึงถือภาชนะด้วยมือทั้งสองเท้าน้ำรดลงที่ฝ่ามือขวาของศพ พร้อมกับนึกในใจว่า “ร่างกายที่ตายแล้วนี้ ย่อมเป็นอโหสิกรรมไม่มีโทษ เหมือนน้ำที่รดแล้วจะนั้น”
3. เมื่อรดน้ำศพเสร็จแล้ว กราบเบญจางคประดิษฐ์อีก 3 ครั้ง พร้อมกับบอชัชฐานว่า “ขอจงไปสู่สุคติเถิด”

วิธีปฏิบัติการรดน้ำศพคฤหัสถ์

1. ถ้าอาวุโสมากกว่าตน ก่อนรดน้ำศพ นิยมนั่งคุกเข่าโน้มตัวลง ยกมือไหว้ พร้อมกับนึกขอขมาโทษต่อศพนั้นว่า “หากได้ล่วงเกินท่าน ทั้งทางกาย วาจา ใจ ก็น่าขอโทษโปรดอโหสิกรรมให้แก่ข้าพเจ้าด้วยเถิด”
2. เมื่อยกมือไหว้ขอขมาแล้ว ถือภาชนะสำหรับรดน้ำด้วยมือทั้งสอง เทน้ำลงที่ฝ่ามือขวาของศพ พร้อมกับนึกในใจว่า “ร่างกายที่ตายแล้วนี้ ย่อมเป็นอโหสิกรรมไม่มีโทษ เหมือนน้ำที่รดแล้ว ฉะนั้น”
3. เมื่อรดน้ำศพเสร็จแล้ว นิยมน้อมตัวลงไหว้พร้อมกับอธิษฐานว่า “ขอจงไปสู่สุคติเถิด”

บทที่ 7

วัฒนธรรมการอยู่ร่วมกัน

หลักในการดำเนินชีวิตให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขในสังคมปัจจุบันนี้ มีข้อธรรมหลัก ๆ 2 ข้อคือ สังคหวัตถุ 4 และอธิษฐานยธรรม 7 ประการ

สังคหวัตถุ 4

เป็นคุณเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจของผู้อื่น มี 4 ประการ ประกอบด้วย

1. ทาน รวมทั้งมารยาทด้วย
2. ปิยวาจา กลั่นกรองคำพูดของเราให้ดี
3. อัตถจริยา บำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์
4. สمانัตตตา ทำตัวให้สมกับหน้าที่ของตัว คือรับผิดชอบภาระหน้าที่ แล้วปัญหาต่าง ๆ จะหมดไป

ปัญหาในการทำงาน

ในการอยู่ร่วมกันโดยความต้องการพื้นฐาน พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงพบสิ่งที่เป็นต้นเหตุแห่งความไม่เข้าใจกัน ต้นเหตุแห่งความกระทบกระทั่งกัน จนก่อให้เกิดเป็นปัญหาในการอยู่ร่วมกัน แต่ปัญหา ที่เกิดขึ้นนั้น เป็นผลมาจากความไม่เข้าใจพื้นฐาน ไม่ใช่เป็นต้นเหตุ แต่เป็นผล

ต้นเหตุ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงชี้เอาไว้ชัดเจนว่า มีเหตุ 4 ประการใหญ่ ๆ ถ้าแก้ไขเหตุทั้ง 4 ประการได้ สาเหตุอื่น ๆ จะสามารถแก้ไขได้เช่นกัน

ต้นเหตุ 4 ประการที่มักขาดในการทำงานมีอะไรบ้าง

1. ขาดงบประมาณ อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ต่างๆ
2. ขาดกำลังใจ
3. ขาดกำลัง
4. ขาดความปลอดภัย

วิธีการแก้ไข คือ แก้ด้วยหลักสังคหวัตถุ 4

1. ทาน
2. ปิยวาจา
3. อุตถจริยา
4. สมานัตตตา

อภิธานิยธรรม 7

เป็นธรรมะอันเป็นที่ตั้งแห่งความไม่รู้จักเสื่อม เป็นเหตุที่ตั้งแห่งความสามัคคี ความเป็นปึกแผ่นทั้งในบ้านเรือน ทั้งในหมู่คณะ แม้ในที่สุดทั้งในประเทศชาติ

ปฐมเหตุที่แสดงอภิธานิยธรรม

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงอภิธานิยธรรมครั้งแรกแก่กษัตริย์ลิจฉวีแห่งแคว้นวัชชี เมื่อคราวประทับ ณ สารันทเจดีย์ ใกล้เมืองเวสาลี เหตุที่ทรงแสดงธรรมเรื่องนี้ ก็เพราะกษัตริย์ลิจฉวีเหล่านั้นมาทูลขอหลักในการปกครองประเทศแบบสมภากษัตริย์

สาระสำคัญของอภิธานิยธรรม 7

อภิธานิยธรรม 7 ประการ มีดังนี้

1. หมั่นประชุมกันเนื่องนิตย์
2. เมื่อประชุม-เลิกประชุมก็พร้อมเพรียงกันและพร้อมเพรียงกันทำกิจที่พึงกระทำ
3. ไม่บัญญัติและไม่ถอนสิ่งที่ทรงบัญญัติไว้แล้ว รวมทั้งให้ถ้อยมั่นในหลักการที่วางไว้เดิม
4. สักการะเคารพบูชาผู้ใหญ่ทั้งหลาย เห็นว่าถ้อยคำของท่านเป็นสิ่งควรรับฟัง
5. ไม่ข่มเหง จุดคร่าชื่นใจ บุตรภรรยาของผู้อื่น
6. เคารพสักการบูชาเจดีย์สถานต่าง ๆ ของบรรพบุรุษ ไม่ปล่อยให้เครื่องสักการะเสื่อมไป
7. ถวายการอารักขาคุ่มครองป้องกันโดยชอบธรรมในพระอรหันต์ทั้งหลาย

SB 303
แม่บทการฝึกอบรม
ในพระพุทธศาสนา

บทที่ 1

การฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา

ปฐมบทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนา คือ คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ให้มนุษย์ทุกคนพึงพาตนเองในการสร้างชีวิต เพื่อบรรลุถึงเป้าหมายที่แท้จริงของชีวิต คือ การบรรลุมรรคผลนิพพาน ดังนั้นทุกคนควรวางเป้าหมายชีวิตของตนเองไว้ 3 ระดับ คือ

1. เป้าหมายในปัจจุบันชาติ หรือเป้าหมายบนดิน คือ การประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตในชาตินี้
2. เป้าหมายในชาติหน้า หรือเป้าหมายบนฟ้า คือ การหมั่นสั่งสมบุญกุศลในชาติปัจจุบัน เพื่อผลบุญส่งผลให้หลังจากละโลกไปได้เกิดในสุคติภูมิ
3. เป้าหมายสูงสุด หรือเป้าหมายเหนือฟ้า คือ การกำจัดกิเลสอาสวะที่อยู่ใต้ออกให้หมดสิ้นไป ได้บรรลุมรรคผลขั้นสูงสุด ไม่กลับมาเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏอีก

ต้นแบบของการฝึกอบรม

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงเพียรพยายามเพื่อบรรลุเป้าหมายสำคัญในชีวิตทั้ง 3 ระดับมานับภพนับชาติไม่ถ้วน พระพุทธองค์จะทรงเทศน์ให้เหมาะสมกับระดับจิตใจและสถานภาพของผู้ฟัง โดยหลักสำคัญอยู่ที่การปฏิบัติเพื่อให้กาย วาจา ใจสะอาดบริสุทธิ์ (หัวข้อที่จะต้องศึกษาหรือข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรม มี 3 เรื่อง ได้แก่ การฝึกอบรมในเรื่องศีล จิต และปัญญา เรียกว่า ไตรสิกขา)

การฝึกฝนอบรมตนเอง

เป็นการนำคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาฝึกปฏิบัติ เพื่อขัดเกลา กาย วาจา ใจ ให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ ฝึกให้ติดเป็นนิสัย จนกระทั่งได้รับผลดีจากการปฏิบัตินั้นได้ชัดเจน โดยลักษณะของการฝึกอบรมนั้น ต้องเป็นไปตามลำดับขั้นตอนที่ชัดเจนเท่านั้น

รูปแบบของการศึกษาในพระพุทธศาสนา

แบ่งออกได้เป็น 2 รูปแบบใหญ่ ๆ คือ

- 1) การศึกษาทฤษฎีหรือคัมภีร์ หมายถึง การศึกษาเล่าเรียนคัมภีร์หรือศึกษาปริยัติธรรม
- 2) การศึกษาทางปฏิบัติหรือวิปัสสนาธุระ หมายถึง กิจทางพุทธศาสนาในด้านการบำเพ็ญกรรมฐาน หรือการเจริญสมาธิภาวนา

วิธีฝึกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ควรฝึกด้วยวิธีการดังต่อไปนี้

1. วิธีละม่อม คือ ทรงสอนเกี่ยวกับการทำความดีด้วยกาย วาจา ใจ และผลดีของการทำความดีนั้น
2. วิธีรุนแรง คือ ทรงสอนเกี่ยวกับการทำความชั่วด้วยกาย วาจา ใจ และผลเสียของการทำความชั่วนั้น
3. วิธีละม่อมและรุนแรงบ้าง คือ ทรงใช้ทั้ง 2 วิธีข้างต้นควบคู่กัน
4. ถ้าบุคคลนั้นเป็นคนที่ฝึกไม่ได้ ก็ทรงฆ่าเขาเสีย คือ ไม่ทรงแนะนำสั่งสอนอะไร

แม่บทสำหรับการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา

พระสูตรที่ดีพอจะนำมาใช้เป็นตัวแทน หรือเป็นต้นแบบแม่บท คือ

- **คณกโมคคัลลานสูตร** เป็นพระสูตรจากคำถามของพราหมณ์ชื่อ คณกโมคคัลลาน พราหมณ์ โดยมีความเห็นว่าวิชาต่าง ๆ ในทางโลก ต้องศึกษาและปฏิบัติกันไปตามลำดับ แล้วกฎเกณฑ์การ ศึกษาพระพุทธศาสนา เป็นเช่นเดียวกับการศึกษาในวิชาอื่น ๆ บ้างหรือไม่ ซึ่งมีลำดับขั้นตอนในการศึกษาและปฏิบัติในพระพุทธศาสนาไว้ 6 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 แนะนำให้เป็นผู้มีศีล สාරมระวังในปาฏิโมกข์ฯ

ขั้นตอนที่ 2 แนะนำให้สාරมระวังในอินทรีย์ทั้งหลาย คือ ระวังตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ

ขั้นตอนที่ 3 แนะนำให้รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร

ขั้นตอนที่ 4 แนะนำให้เป็นผู้ประกอบด้วยความดีน้อยๆ เพื่อทำความเพียรชำระจิตใจให้บริสุทธิ์จากกิเลส

ขั้นตอนที่ 5 แนะนำให้เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ

ขั้นตอนที่ 6 แนะนำให้หมั่นเสพเสนาสนะอันสงบ เช่น ป่า ภูเขา เพื่อเจริญภาวนา

หากทำตามลำดับขั้นตอน ย่อมได้รับสามัญญผลอันยิ่งใหญ่ไปตามกำลังแห่งความเพียรของตน คือ สามารถทำใจหยุดนิ่ง หลุดพ้นจากนิวรณ์ทั้ง 5 (ธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี มี 5 อย่างคือ 1. กามฉันท์ พอใจในกามคุณ 2. พยาบาท คิดร้ายผู้อื่น 3. ถีนมิทธะ ความหดหู่ซึมเซา 4. อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและรำคาญ 5. วิจิกิจจา ความลังเลสงสัย) บรรลุปฐมฌาน ทุติยฌาน ไปจนกระทั่งบรรลุพระอรหัตผล

- **ธัมมัญญสูตร** เป็นพระสูตรที่ตรัสสอนพระภิกษุถึงวิธีการศึกษาธรรมะ และการนำมาปฏิบัติเพื่อฝึกฝนอบรมตนเอง และเพื่อเป็นกัลยาณมิตรให้แก่ชาวโลก มีวิธีการ 7 ขั้นตอน คือ

1. ฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักธรรม เรียกว่า **ธัมมัญญ**

2. ฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักอรรถ หรือเนื้อความของธรรมนั้น เรียกว่า **อรรถัญญ**

3. ฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักตน หรือประเมินคุณธรรมในตนเองเป็น เรียกว่า **อรรถัญญ**

4. ฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักประมาณในการรับปัจจัย 4 เรียกว่า **มัตตัญญ**

5. ฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักกาล เรียกว่า กาลัญญ
6. ฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักบริษัทหรือประชุมชนต่างๆ เรียกว่า ปริสัจญ
7. ฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักแยกแยะบุคคล เรียกว่า บุคคลปโรปรัญญ

ความสัมพันธ์ระหว่างพระสูตรทั้งสอง

คณโกโมคคัลลานสูตร เป็นพระสูตรที่กล่าวถึงขั้นตอนการฝึก เพื่อบรรลุมรรคผลนิพพาน

ธัมมัญญสูตร เป็นพระสูตรที่กล่าวถึงวิธีการฝึก

กล่าวโดยสรุปแล้ว พระสูตรทั้ง 2 มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันในแง่ของการฝึกอบรม โดยที่คณโกโมคคัลลานสูตรจะให้ภาพของ “ขั้นตอนการฝึก” ส่วนธัมมัญญสูตรจะให้รายละเอียดเกี่ยวกับ “วิธีการฝึก” ในแต่ละขั้นตอนเหล่านั้น

เหตุที่ทำให้พระสูตรทั้งสองเหมาะแก่การเป็นแม่บทฝึกอบรม

จะเห็นว่าพระสูตรทั้งสองมีจุดเด่นสำคัญในตัวเองอยู่หลายประการ ที่ทำให้เหมาะจะนำมาเป็นแบบหรือแม่บทในการฝึกอบรม เป็นต้นว่า

1. เป็นพระสูตรที่มีความยาวพอดี ไม่สั้นมากนัก และไม่ยาวจนเกินไป ทำให้สามารถจดจำเนื้อความ สำคัญได้ง่าย
2. บอกลำดับขั้นตอนของการฝึกไว้เป็นข้อๆ ต่อเนื่อง ชัดเจน
3. ขั้นตอนและวิธีการฝึกเรียงลำดับจากง่ายไปยาก
4. เนื้อหาในแต่ละขั้นตอนไม่ยากแก่การทำความเข้าใจจนเกินไป
5. พระภิกษุทั่ว ๆ ไปสามารถฝึกตามไปได้ไม่ยากนัก

ประโยชน์ที่ฆราวาสจะพึงได้จากการศึกษาพระสูตรแม่บท

เพื่อที่จะอาศัยศีลมาเป็นเครื่องควบคุมกายและวาจา ศึกษาในอธิจิต เพื่ออาศัยสมาธิมาเป็นเครื่องควบคุมใจ ศึกษาอธิปัญญา เพื่อฝึกตนเองจนมีความรู้แจ้งตามความเป็นจริง โดยฝึกผ่านการทำทาน รักษาศีล เจริญสมาธิภาวนา แม้จะมีวิธีการแตกต่างจากพระภิกษุไปบ้าง แต่ก็อาศัยหลักการเดียวกัน ผลที่ได้รับจะคล้ายกับที่พระภิกษุฝึกได้เหมือนกัน

บทที่ 2

คณกโมคคัลลานสูตร

จุดเริ่มต้นของการบวช

เริ่มต้นจากการที่บุคคลผู้มีปัญญา ได้ฟังธรรมจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วนำมาพิจารณา ไคร่ครวญ ปฏิบัติตามจนเกิดความรู้ความเข้าใจในความจริงของโลกและชีวิต ความศรัทธาเลื่อมใสในพระสัมมาสัมพุทธเจ้าย่อมเกิดขึ้น กระทั่งเกิดเป็นดวงปัญญา เข้าใจในชีวิตของสรรพาวาสว่าเป็นที่คับแคบ เป็นทางมาแห่งกิเลส บรรพชาเป็นโอกาสอันปลอดภัย

พระสูตรที่ต้องศึกษา

พระสูตรที่ชื่อว่า คณกโมคคัลลานสูตร เป็นพระสูตรที่กล่าวถึงขั้นตอนการฝึกเพื่อบรรลุ มรรคผล นิพพาน และธัมมัญญสูตรเป็นพระสูตรที่กล่าวถึงวิธีการฝึกซึ่งพระภิกษุพึงศึกษาให้เข้าใจ เพื่อจะได้นำไปฝึกฝนอบรมตนเองให้ได้อย่างถูกต้อง

คณกโมคคัลลานสูตร

มี 6 ขั้นตอนตามลำดับ ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 สรรวมระวางในพระปาฏิโมกข์

“การสรรวมระวางในพระปาฏิโมกข์” หมายถึง “เจตนาในการสรรวมระวางตนให้ประพฤติดีงาม ทั้งทางกาย และวาจา เพื่อตนจะได้พ้นทุกข์”

วิธีปฏิบัติเพื่อการสรรวมระวางในพระปาฏิโมกข์ มีองค์ประกอบสำคัญ 3 ประการ คือ

1) ถึงพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร

“อาจารย์” เป็นคำในพระพุทธศาสนา บางครั้งเรียกว่า “มรยาท” หรือ “มารยาท” แบ่งได้ 2 อย่าง ได้แก่

อาจารย์ที่ดี คือ การไม่ล่วงละเมิดทางกายและทางวาจา นั่นคือ การสรรวมระวางในศีลทั้งหลาย มีอกัปภิกิริยาทำทางที่สงบสรรวม ดุณาเลื่อมใส

อาจารย์ที่ไม่ดี หมายถึง การล่วงละเมิดทางกาย หรือ ทางวาจา หรือทั้งทางกายและทางวาจา นั่นคือ การล่วงละเมิดในศีลทั้งหลาย รวมถึงกิริยาอันไม่สมควรต่าง ๆ เช่น การไม่ทำความเคารพพระเถระ หรือพระภิกษุผู้มีพรรษาสูงกว่า รวมทั้งการเลี้ยงชีวิตตนด้วยมิจฉาอาชีวะ เช่น การอาศัยรับใช้ทำกิจให้สรรพาวาสโดยหวังอามิสรางวัล กิริยาเหล่านี้ถือว่าเป็นการประพฤติทุศีล จัดเป็นอาจารย์ที่ไม่ดี

คำว่า “โคจร” หมายถึง บุคคลหรือสถานที่ซึ่งพระภิกษุควรไปมาหาสู่ หรือสิ่งที่พระภิกษุควรเข้าไปเกี่ยวข้อง เช่น สถานที่หรือบุคคลที่เอื้อประโยชน์ต่อการศึกษาค้นคว้า หรือการประพฤติพรหมจรรย์ของพระภิกษุโดยตรง

2) มีปรกติเห็นภัยในโทษแม้เพียงเล็กน้อย

“โทษ” ในที่นี้ หมายถึง ความชั่วหรือความผิด ขึ้นชื่อว่าโทษแล้ว แม้จะมีเพียงน้อยนิดเท่าใดก็ย่อมเป็นโทษอยู่แน่นอน ไม่มีทางจะเป็นคุณไปได้ ยิ่งกว่านั้น โทษภัยแม้เพียงเล็กน้อยยังสามารถเป็นเชื้อแพร่กระจาย ทำให้เกิดโทษภัยลุกลามกว้างขวางใหญ่โตออกไปอีกด้วย อุปมาเหมือนลูกไฟ แม้เล็กน้อยเดียวหากกระเด็นไปถูกวัตถุไวไฟเข้าก็อาจจะเผาบ้านเมืองได้

3) สมทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย

“สมทาน” หมายถึง การรับเอาเป็นข้อปฏิบัติ

“สิกขาบท” หมายถึง ศีลแต่ละข้อ ๆ

พระภิกษุในพระพุทธศาสนา เมื่อสำเร็จญัตติจตุตถกรรม (ญัตติจตุตถกรรม แปลว่า กรรมมีบัญญัติเป็นที่ 4 ได้แก่ การทำสังฆกรรมที่สำคัญ มีการอุปสมบทเป็นต้น ซึ่งเมื่อตั้งญัตติแล้วต้องสวดอนุสาวนาจำประกาศขอมติถึง 3 หน เพื่อสงฆ์ คือที่ชุมนุมนั้นจะได้มีเวลาพิจารณาหลายเที่ยวว่าจะอนุมติหรือไม่) ในท่ามกลางสงฆ์ ได้รับความยินยอมจากพระภิกษุทั้งปวงในองค์ประชุมสงฆ์ในพิธีอุปสมบท ให้มีภาวะเป็นพระภิกษุในพระพุทธศาสนาแล้ว ย่อมถือว่าได้สมทานศีลสิกขาบทน้อยใหญ่ไว้สมบูรณ์เรียบร้อยแล้วทันที ไม่ต้องมีการสมทานกันอีก

ดังนั้น พระภิกษุจึงจำเป็นต้องศึกษาเจตนารมณ์ หรือจุดมุ่งหมายของสิกขาบทแต่ละข้อ ๆ ที่พระพุทธองค์ทรงบัญญัติไว้ให้เข้าใจอย่างถ่องแท้คือจำได้ขึ้นใจ เพื่อให้สามารถปฏิบัติสิกขาบทแต่ละข้อได้อย่างบริบูรณ์บริสุทธิตัวไม่มีผิดพลาดจึงจะได้ชื่อว่า “สมทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย”

ขั้นตอนที่ 2 คຸ່ມครองทวารในอินทริยทั้งหลาย หรืออินทริยสังวรศีล

“คຸ່ມครองทวารในอินทริย” หรือที่เรียกว่า “อินทริยสังวรศีล” หมายถึง “ภาวะปรกติในการสำรวมระวังอินทริยทั้ง 6” สำหรับการสำรวมอินทริยอื่นอีก 5 อย่างก็ปฏิบัติเช่นเดียวกัน ใช้สติเป็นเครื่องคຸ່มครอง ดังคำกล่าวที่ว่า “อินทริยสังวรศีล พึงสำเร็จได้ด้วยสติ”

สำหรับอินทริยอื่นที่เหลืออีก 5 อย่างก็เช่นเดียวกัน ถ้าไม่สำรวมแล้วจะมีผลเป็นทุกข์เหมือนกันหมด โดยเฉพาะเป็นความทุกข์ที่เกิดขึ้นในใจ จึงอาจกล่าวได้ว่า การสำรวมอินทริยทั้งหลาย แท้ที่จริงก็คือการสำรวมใจนั่นเอง

อนึ่ง เมื่อพระภิกษุบำเพ็ญอินทริยสังวรศีลได้บริบูรณ์แล้วอภิขมาและโทมนัสก็ไม่อาจเข้าครอบงำใจได้ ยังผลให้สามารถบำเพ็ญปาฏิโมกขสังวรศีลได้บริสุทธบริบูรณ์ด้วย เพราะมีสติเป็นตัวกำกับศรัทธาอีกต่อหนึ่ง

จึงกล่าวได้ว่า ปาฏิโมกขสังวรศีลนั้น สำเร็จด้วยศรัทธา

การคุ้มครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย เป็นบทฝึกให้รู้จักตัดสิ้นใจเป็น คือ รู้ว่าสิ่งใด “ควร” สิ่งใด “ไม่ควร” หลักการตัดสิ้นใจว่า เรื่องใดควรหรือไม่ควรที่จะคิด พุด หรือกระทำ มีองค์ประกอบ ดังนี้

1. หากคิด พุด กระทำไปแล้ว มีผลทำให้โอกาสในการเกิดกุศลกรรมเพิ่มขึ้น และโอกาสในการเกิดอกุศลกรรมลดลง สิ่งนั้น “ควร” คิด พุด หรือกระทำ

2. หากคิด พุด กระทำไปแล้ว มีผลทำให้โอกาสในการเกิดกุศลกรรมลดลง และโอกาสในการเกิดอกุศลกรรมเพิ่มขึ้น สิ่งนั้น “ไม่ควร” คิด พุด หรือกระทำ

ขั้นตอนที่ 3 รู้จักประมาณในโภชนะ

การรู้จักประมาณในโภชนะ หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสหลักการบริโภคอาหารไว้ 4 ลักษณะ เพื่อให้ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องการบริโภคอาหารไว้ดังนี้ คือ

ลักษณะที่ 1 ต้องไม่บริโภคเพื่อจะเล่น ไม่มุ่งการบริโภคให้มีเรี่ยวแรงไปเล่นคะนองเหมือนเด็ก ๆ รวมทั้งไม่มุ่งเอากำลังมากอย่างลูกผู้ชาย ทั้งนี้เพื่อมุ่งหวังให้ละอุปนิสัยแห่งโมหะและโทสะ คือ ความมมงาย และความขี้เกียจโกรธเคืองเสีย

ลักษณะที่ 2 ต้องไม่บริโภคเพื่อมัวเมา หรือติดในรสอาหาร เพื่อให้ละอุปนิสัยแห่งโลภะ หรือความติดใจในกามคุณ

จุดมุ่งหมายของ 2 ลักษณะแรก เพื่อป้องกันอาสวะที่จะเกิดขึ้นในใจตนเอง

ลักษณะที่ 3 ต้องไม่บริโภคเพื่อจะประดับ ไม่มุ่งความอวดอวดอันพิซของอวัยวะต่าง ๆ ทั้งนี้เพื่อละอุปนิสัยแห่งความกำหนัดยินดี

ลักษณะที่ 4 ต้องไม่บริโภคเพื่อจะตกแต่ง ไม่มุ่งจะให้ผิวพรรณงาม เพื่อละอุปนิสัยแห่งความกำหนัดยินดีเช่นกัน

จุดมุ่งหมายของ 2 ลักษณะหลังนี้ ก็เพื่อป้องกันอาสวะ อันจะเกิดขึ้นในใจตนเอง รวมทั้งที่จะเกิดขึ้นในใจผู้อื่นด้วย

นอกจากนี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนถึงวัตถุประสงค์ที่ถูกต้องของการบริโภคต่อไปอีก 4 วัตถุประสงค์ คือ

วัตถุประสงค์ที่ 1 เพื่อให้ร่างกายดำรงอยู่ได้ ไม่แตกสลายตายไป

วัตถุประสงค์ที่ 2 เพื่อให้ชีวิตดำเนินต่อไปได้

วัตถุประสงค์ที่ 3 เพื่อบรรเทาความลำบาก ที่เกิดจากความหิว

วัตถุประสงค์ที่ 4 เพื่ออนุเคราะห์พรหมจรรย์ คือเพื่อจะได้มีเรี่ยวแรงไปสร้างชาติ

ขั้นตอนที่ 4 ประกอบเรื่อง ๆ ซึ่งความเป็นผู้ดีน้อย

“ประกอบเรื่อง ๆ ซึ่งความเป็นผู้ดีน้อย” หมายถึง การหมั่นประกอบความดี ไม่เห็นแก่นอน กล่าวคือ ให้พระภิกษุรู้จักจัดสรรเวลาของตัวเอง เพื่อประโยชน์แก่การทำสมาธิเจริญภาวนา

ขั้นตอนที่ 5 ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ ใจเป็นสุขพร้อมจะเผชิญความเป็นไปต่าง ๆ ในโลก

การหมั่นฝึกให้ตัวเองมีสติสัมปชัญญะ ย่อมมีผลดีต่อจิตใจ เพราะทำให้ใจไม่ตกเป็นทาสของอำนาจกิเลส พร้อมทั้งจะเผชิญความเป็นไปต่าง ๆ ในโลก ทั้งเป็นที่รองรับการเกิดของคุณธรรมความดีทั้งหลาย รวมถึงเป็นประโยชน์อย่างสูงสุดในการทำพระนิพพานให้แจ้ง

ขั้นตอนที่ 6 เสพเสนาสนะอันสงบ

“การเสพเสนาสนะอันสงบ” หมายถึง การอยู่อาศัยในสถานที่อันสงบ เช่น ป่า ถ้ำ ภูเขา เป็นต้น

ความมุ่งหมายของการเสพเสนาสนะอันสงบ เป็นเรื่องของการมีเวลาเจริญสมาธิภาวนาได้อย่างต่อเนื่องยาวนาน ส่งผลให้การทำความสมาธิมีความเจริญรุดหน้าได้อย่างรวดเร็ว สามารถชำระใจให้สะอาดบริสุทธิ์จากสิ่งที่เป็นมลทินของใจ คือกิเลสได้มากขึ้น

นิวรรณ์ 5 คือ กิเลสที่ปิดกั้นใจ ทำให้ใจซัดส่าย ไม่ยอมหยุดนิ่งเป็นสมาธิ มี 5 ประการ ได้แก่

1. **กามฉันทะ** คือ ความหมกมุ่น ครุ่นคิด เฟื่องถึงความรักใคร่ในกามคุณ หากใจยังติดในรสของกามคุณ ก็ย่อมไม่สามารถทำใจให้หยุดได้

2. **พยาบาท** คือ ความคิดร้าย ความรู้สึกไม่ชอบใจสิ่งทั้งหลายทั้งปวง เช่น ความขุ่นใจ ความไม่พอใจ ความโกรธ เหล่านี้ล้วนทำให้ใจซัดส่าย ไม่เป็นสมาธิ

3. **ถีนมิทธะ** คือ ความหดหู่ ความง่วงเหงา ขาดกำลังใจและความหวังในชีวิต ได้แต่ปล่อยใจให้เลื่อนลอยไปเรื่อย ๆ จึงไม่สามารถรวมใจให้เป็นหนึ่งได้

4. **อุทธัจจกุกกุกจะ** คือ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ อันเกิดจากการปล่อยใจให้หลุดไปนอกตัว เกิดความคิดปรุงแต่งเรื่อยไป ทำให้ใจซัดส่ายไม่อยู่นิ่ง ไม่เป็นสมาธิ

5. **วิจิกิจฉา** คือ ความลังเลสงสัย ไม่แน่ใจ จึงเกิดคำถามขึ้นในใจตลอดเวลา ก็ย่อมไม่สามารถทำใจให้หยุดนิ่งได้

คณโกโมคคัลลานสูตรกับวิถีชีวิตของพราวาส

พราวาสสามารถจะนำเอาหลักการของคณโกโมคคัลลานสูตรมาใช้ฝึกฝนตนเอง โดยฝึกผ่านการทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา โดยที่

ปาฏิโมกขสังวร เป็นการควบคุม กาย และวาจา

อินทริยสังวร เป็นการควบคุมและระมัดระวังใจ

การรู้จักประมาณในโภชนะ เป็นการเตรียมความพร้อมของร่างกาย เพื่อการเจริญสมาธิ
ภาวนา

ความเป็นตื่นอยู่ สติสัมปชัญญะ และการเสพเสนาสนะอันสงบ ก็เป็นไปเพื่อการเจริญสมาธิ
ภาวนาเช่นกัน

บทที่ 3 ขั้นตอนที่ 1 ธัมมัญญ

ธัมมัญญสูตร คืออะไร

ธัมมัญญสูตร คือ พระสูตรที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงแก่เหล่าพระภิกษุ โดยกล่าวถึง
วิธีการฝึกฝนอบรมตนเองไปตามลำดับ 7 ขั้นตอน คือ

1. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักกรรม เรียกว่า “ธัมมัญญ”
2. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักอรรถ หรือเนื้อความของกรรมนั้น เรียกว่า “อรรถัญญ”
3. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักตน หรือประเมินคุณธรรมในตนเองเป็น เรียกว่า “อรรถัญญ”
4. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักประมาณในการรับปัจจัย 4 เรียกว่า “มัตตัญญ”
5. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักกาล เรียกว่า “กาลัญญ”
6. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักบริษัทหรือประชุมชนต่าง ๆ เรียกว่า “ปริสัณญ”
7. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักแยกแยะบุคคล เรียกว่า “บุคคลปริโรปนัญญ”

อานิสงส์ที่ได้มี 5 ประการ คือ

1. เป็นผู้ควรของค่านับ (อาหุเนยโย)
2. เป็นผู้ควรของต้อนรับ (ปาหุเนยโย)
3. เป็นผู้ควรแก่ของทำบุญ (ทักษิณเนยโย)
4. เป็นผู้ควรกระทำอัญชลี (อัญชลีกรณียโย)
5. เป็นนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า (อนุตตรัง ปุญญุกเขตตัง โลกัสสะ)

ความสำคัญของอานิสงส์ทั้ง 5 ประการ

การจะได้รับอานิสงส์ทั้ง 5 ประการ พระภิกษุจะต้องปฏิบัติดังนี้ คือ

1. เป็นผู้ปฏิบัติดี (สุปฏิปันโน) คือปฏิบัติตามพระธรรมวินัยของพระพุทธเจ้าอย่าง
เคร่งครัด ซึ่งข้อปฏิบัติทั้งหลายเหล่านั้น ก็เป็นไปตามแนวมัชฌิมาปฏิปทา คือข้อปฏิบัติที่เป็นกลาง
ไม่ถึงกับตึงหรือหย่อนจนเกินไป

2. เป็นผู้ปฏิบัติตรง (อุชุปฏิปันโน) คือขั้นต้นก็ปฏิบัติเพื่อกำจัดความคดโกงนอกกลุ่มนอกทาง ทั้งทางกาย วาจา และใจ จากนั้นก็มุ่งตรงต่อพระนิพพานเรื่อยไป ไม่มีเปลี่ยนใจไปในทางอื่น ๆ อีกเลย

3. เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อถวายธรรม (ญายุปฏิปันโน) คือ ท่านตั้งใจปฏิบัติเพื่อให้รู้เห็นธรรม สำหรับจะนำพาตัวท่านให้หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ และความทุกข์ทั้งปวง

4. เป็นผู้ปฏิบัติชอบ (สามิจิปฏิปันโน) คือท่านตั้งใจปฏิบัติอย่างเหมาะสม ดีเลิศในธรรมวินัยทั้งน้อยใหญ่ และยอมทุ่มเทเอาชีวิตเป็นเดิมพันในธรรมที่ปฏิบัติได้โดยยาก

วิธีการในขั้นตอนที่ 1 คือ ธัมมัญญู

“ธัมมัญญู” แปลว่า ผู้รู้ธรรม

ส่วนคำว่า “ธรรม” มีหลายความหมาย ซึ่งโดยทั่วไป ใช้กันใน 2 ความหมาย คือ

1. ความดี ความถูกต้อง ความยุติธรรม
2. ความจริงตามธรรมชาติ เช่น การเกิด แก่ ตาย เป็นต้น

ในทางพระพุทธศาสนา คำว่า “ธรรม” มาจากศัพท์ว่า “ธฺร” ในภาษาบาลี ที่แปลว่า “ทรง” หมายความว่า สภาพที่ทรงไว้ตามธรรมชาติของมัน แบ่งเป็นธรรม 3 ประการ คือ

1. กุศลธรรม สภาพที่ทรงไว้ซึ่งบุญ หรือความดี เช่น ความไม่โลภ ความไม่โกรธอาฆาต ความไม่หลง
2. อกุศลธรรม สภาพที่ทรงไว้ซึ่งบาป หรือความชั่ว เช่น ความโลภ ความโกรธอาฆาต ความหลง
3. อัพยาทธรรม สภาพที่เป็นกลาง ๆ ไม่เป็นบุญและบาป เช่น การนอนหลับ สักแต่ว่าทำ หรือความไม่มีเจตนาทำ

“ธัมมัญญู ผู้รู้ธรรม” หมายถึงการรู้จัก “เทศนาธรรม” เนื่องจากว่า ธรรมะที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเทศน์สอนนั้น มีความหลากหลายแตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับพื้นฐานของผู้ฟังว่ามีจริตอัธยาศัย มีพื้นฐานความรู้หรือความถนัดอย่างไร เช่น บางครั้งผู้ถามถามในรูปแบบของโคลง ฉันท์ กาพย์ กลอน พระองค์ก็จะเทศน์สอนกลับไปในลักษณะเดียวกัน และบางครั้งก็มีรูปแบบการเทศน์เฉพาะแบบไป เช่น สอนในส่วนที่เป็นข้อบังคับ เรียกว่า วินัย เป็นต้น

“นวัคสัตตฤศาสน์” เป็นคำที่ใช้เรียก คำสอนทั้ง 9 ประเภท คือ สุตตะ เคยยะ เวชยการณะ คาถา อุทาน อิติวุตตกะ ชาตกะ อัပ္ภุตธรรม และเวทัลละ พระภิกษุที่ได้ยินได้ฟังช่วยกันจำ และถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นเรื่อยไป จนเป็นพระไตรปิฎกมี 3 ปิฎก คือ

1. พระวินัยปิฎกรวบรวมเรื่องวินัย หรือศีลของพระภิกษุและภิกษุณี ในที่นี้คือ สุตตะ
2. พระสุตตันตปิฎกรวบรวมเรื่องพระธรรมเทศนาทั่ว ๆ ไป ในที่นี้คือ สุตตะ และเวชยา-

ภรรณะ กับเคยยะ คากา อุทาน อิติวุตตกะ ชาตกะ อัฏฐุทธธรรม และเวทลลละ

3. พระอภิธรรมปิฎกรวบรวมเรื่องธรรมะล้วน ๆ ที่เป็นปรมาัตถธรรม ในที่นี้คือ เวชยา-ภรรณะ

จุดมุ่งหมายของการรู้จักธรรม

1. เกิดความรู้ความเข้าใจในความจริงของโลกและชีวิต ว่าทุกสรรพสิ่งไม่ว่าตัวเราหรือสิ่งใด ๆ ล้วนมีเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา ซึ่งเราเรียกว่า **กฎไตรลักษณ์**
2. เกิดความเข้าใจในหลักกฎแห่งกรรม
3. ได้รู้หลักของอริยสัจ 4
4. ได้เห็นวิธีการสร้างบารมีของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

วิธีการรู้จักธรรม

แบ่งเป็น 2 วิธีคือ

1. **สมัยพุทธกาล** ฟังแล้วท่องจำไว้ถ่ายทอดบอกต่อกัน และการหมั่นเข้าไปหาผู้รู้แล้วเรียนเอา

2. **สมัยปัจจุบัน** การรู้จักธรรม ก็คือการศึกษาพระไตรปิฎกในรูปของคัมภีร์หรือหนังสือ หรือแม้แต่ที่จัดทำอยู่ในรูปของสื่อสมัยใหม่ เช่น แผ่น CD เป็นต้น

การแสวงหาปัญญา

ปฏิบัติตามหลักธรรม 4 ประการ ได้แก่

1. **การคบสัตบุรุษ** หมายถึง การหมั่นเข้าหาคนดี การหาครูดีให้พบ
2. **การฟังพระสัทธรรม** หมายถึง การเชื่อฟังคำสอนของครู
3. **การทำในใจโดยแยบคาย** หมายถึง การนำสิ่งที่ได้ยินได้ฟัง มาไตร่ตรองคำครู
4. **การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม** หมายถึง การทำตามคำครู

บทสรุปของการเป็นธัมมัญญู

จากรายละเอียดที่ได้ศึกษามา พอจะสรุปในเบื้องต้นได้ว่า พระภิกษุผู้จะเป็นธัมมัญญูได้นั้น

1. จะต้องศึกษาหรือได้อ่านพระไตรปิฎกทั้งหมด
2. เมื่ออ่านแล้ว ควรจะสรุปหลักธรรมสำคัญในพระพุทธศาสนาได้ เช่น หลักกฎแห่งกรรม หรือวิธีการสร้างบารมีของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นต้น

3. ควรจะมีความเห็นที่ถูกต้อง หรือมีสัมมาทิฏฐิยั้ง ๆ ขึ้นไป รวมทั้งเกิดความเลื่อมใสเชื่อมั่นในปัญญาตรัสธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามากขึ้น

ตัวอย่างหลักธรรมสำคัญที่ควรศึกษา

1. “ทาน ศีล ภาวนา” เพราะจะช่วยให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ในระดับที่สามารถนำไปปฏิบัติให้เกิดผลได้อย่างสมบูรณ์

2. “ประวัติการสร้างบารมีของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า” เพราะจะทำให้เห็นวิธีการที่พระองค์ทรงใช้สร้างบุญบารมี เมื่อได้ศึกษาแล้วย่อมก่อให้เกิดกำลังใจ รวมทั้งจะได้อาศัยพระองค์เป็นต้นแบบในการดำเนินชีวิต

3. “สัมมาทิฏฐิ” เพื่อเป็นการตอกย้ำความเข้าใจในความจริงของโลกและชีวิต

4. “กฎแห่งกรรม” จะทำให้เราเกิดหิริ โอตตปปะ คือ ความละอายและเกรงกลัวต่อบาปกรรม

แนวทางในการศึกษาดูธรรมะสำหรับฆราวาส

การประสบความสำเร็จในชาติปัจจุบัน และการมีสุคติโลกสวรรค์เป็นที่ไป ไม่สามารถทำได้เหมือนที่พระภิกษุกระทำ ฆราวาสจึงต้องนำหลักธรรมไปปรับใช้ด้วยการสั่งสมบุญบารมี ควบคู่ไปกับการทำภารกิจหน้าที่การงานในชีวิตประจำวัน ก็คือ ทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา

บทที่ 4

ขั้นตอนที่ 2 อุตถัญญ

คำแปลและความหมาย

อุตถัญญ หมายถึง ความเป็นผู้รู้เนื้อความ เข้าใจนัยต่าง ๆ ในคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วนำมาฝึกหัดปฏิบัติตามด้วยกาย วาจา และใจ

สาระสำคัญของอุตถัญญ

1. การศึกษาคำสอนจากขั้นตอนของธัมมัญญ จะเป็นการรอบความรู้ให้พระภิกษุทราบว่ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนอะไร เมื่อแยกแยะได้ว่าคำสอนใดใช่ หรือไม่ใช่ ก็จะช่วยให้เมื่อต้องทำความเข้าใจนัยหรือความหมาย จะมีกรอบไม่ให้หลงเข้าใจผิดไปจากความเป็นจริง

2. การได้รู้จักหัวข้อธรรมมากเท่าไร จะยิ่งทำให้ได้กรอบคำสอนที่ถูกต้องมากยิ่งขึ้นไปเท่านั้น ซึ่งหัวข้อธรรมต่าง ๆ ที่เรารู้มา สามารถจะนำมายืนยันซึ่งกันและกัน ว่านัยที่เราเข้าใจนั้น ยังคงถูกต้องตามพระธรรมคำสอนของพระองค์หรือไม่ อย่างไร

ความสำคัญของอรรถกถา

- 1) การเข้าใจในนัยที่ถูกต้องจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะจะนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้องสมบูรณ์
- 2) ผลดีของการเข้าใจนัยถูกต้อง การปฏิบัติที่ถูกต้อง ทำให้คุณธรรมภายในเจริญก้าวหน้าขึ้นมา
- 3) ผลเสียของการเข้าใจนัยผิด อาจทำให้ปฏิบัติไม่ถูกต้องอย่างเต็มที่ ผลการปฏิบัติไม่สมบูรณ์

วิธีฝึกให้เป็นอรรถกถา

มี 2 ขั้นตอนคือ

1) การเข้าใจนัยได้อย่างถูกต้อง ต้องอาศัยแนวทางจากหลาย ๆ วิธี เพื่อเพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจเดิมให้มีมากยิ่งขึ้นไป ดังนี้

1. ทำความเข้าใจหลักธรรมทั้งหมดที่ได้ศึกษามาและพิจารณาในเบื้องต้นว่ามีความหมายว่าอย่างไร
2. ทดลองปฏิบัติไปตามเข้าใจของตนเอง โดยอาศัยครูบาอาจารย์เป็นผู้แนะนำ
3. อาศัยเทียบเคียงแนวทางที่ครูบาอาจารย์เคยปฏิบัติเป็นตัวอย่างอันดีงามมาก่อน
4. หมั่นเข้าไปสอบถามครูบาอาจารย์ ในหัวข้อธรรมที่สงสัยหรือที่ยังไม่เข้าใจบ่อย ๆ
5. นำทุกข้อมาประมวลรวมกัน เพื่อสรุปเป็นความรู้ความเข้าใจของตนเอง และเพื่อให้ได้กรอบการฝึกที่ถูกต้องชัดเจนตามธรรม

เพราะฉะนั้น การฝึกทำความเข้าใจนัยนั้น ต้องอาศัยการศึกษาธรรมะมามาก เห็นแนวทางในการปฏิบัติได้ชัดเจน และเมื่อลงมือปฏิบัติ ต้องมีครูบาอาจารย์ เพื่อขจัดข้อสงสัยให้กับเราได้

2) ลงมือฝึกปฏิบัติอย่างจริงจัง ต้องอาศัยการฝึกผ่าน “กิจวัตร” ประจำวันที่ต้องทำเป็นประจำ เช่น การสวดมนต์ เจริญสมาธิภาวนา การบิณฑบาต การเก็บกวาดดูแลเสนาสนะ เป็นต้น “กิจกรรม” ได้แก่ ภารกิจการงานที่ได้รับมอบหมายจากสงฆ์ เช่น งานก่อสร้างซ่อมแซมบำรุงเสนาสนะ การดูแลรักษาเรือนคัลัง เป็นต้น

การนำนัยจากเสขียวัตถที่มีในปาฏิโมกขสังวร มาฝึกฝนประพฤติปฏิบัติเป็นประจำ ทำซ้ำแล้วซ้ำอีก กระทั่งถูกหล่อหลอมเข้าไปเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับกาย วาจา ใจของ

ตนเอง จนเกิดสติสัมปชัญญะ มีอินทรีย์สงบสำรวม ทำจนคุ้นกลายเป็นนิสัย บุคลิกท่าทาง ก็จะเปลี่ยนไป เกิดมาตรฐานให้กับตัวเอง ทั้งการนั่งห่ม การเดิน การยืน การนั่ง การฉัน กิริยาอาการต่าง ๆ รวมทั้งการพูดจาจะแลดูเหมาะสมไม่ว่าจะออกไปที่ใด ก็จะเป็นภาพลักษณ์ของพระภิกษุผู้ฝึกตัวดี มีศีลาจารวัตรงดงาม เหล่านี้เป็นคุณธรรมที่เกิดขึ้นพร้อมกับความเป็นอตฺตัญญู ผู้รู้เนื้อความแห่งภษิตนนั้น ๆ หรือผู้แตกฉานในธรรมนั่นเอง นอกจากนี้ยังทำความเลื่อมใสศรัทธาแก่ มหาชน หมู่คณะ และพระพุทธรูปศาสนาอีกด้วย

บทสรุปของการเป็นอตฺตัญญู

พอจะสรุปในเบื้องต้นได้ว่า พระภิกษุผู้จะเป็นอตฺตัญญูได้นั้นจะต้อง

- 1) เข้าใจนัย หรือความหมายที่แท้จริงในพระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
- 2) สามารถนำคำสอนนั้น มาฝึกปฏิบัติจนเกิดผลเป็นความบริสุทธิ์กาย วาจา ใจ ในระดับต่าง ๆ

วิธีฝึกฝนอบรมตนเองของฆราวาสเพื่อการเป็นอตฺตัญญู

- 1) การเข้าใจนัยได้อย่างถูกต้อง ต้องเข้าวัดเป็นประจำ หมั่นฟังธรรมบ่อย ๆ และต้องลงมือปฏิบัติ เพราะเป้าหมายสูงสุดคือ การละกิเลสให้ได้ อันได้แก่ โลภะ โทสะ และโมหะ
- 2) ลงมือฝึกปฏิบัติอย่างจริงจัง ทั้งการทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนา ต้องทำเป็นประจำ ทุกวันอย่างสม่ำเสมอ ควบคู่กับการประกอบอาชีพ หรือหน้าที่การงาน

บทที่ 5

ขั้นตอนที่ 3 อตฺตัญญู

อตฺตัญญู คืออะไร

อตฺตัญญู หมายถึง ความรู้จักตน คือ รู้จักว่าตนเองมีคุณธรรมมากน้อยเพียงใด เมื่อรู้แล้วจะได้เร่งพัฒนา ปรับปรุง แก้ไข เพื่อเพิ่มพูนคุณธรรมให้ก้าวหน้าต่อไปอย่างรวดเร็ว

คุณธรรมคืออะไร

คุณธรรม หมายถึง ความถูกต้องดีงามที่เกิดขึ้นมาในกาย วาจา ใจ รวมทั้งส่งเสริมและสนับสนุนตัวเองและคนอื่นให้คิด พูด ทำในสิ่งที่มีประโยชน์ เมื่อฝึกปฏิบัติต่อเนื่องเรื่อยไป จนกระทั่งกลายมาเป็นนิสัยรักการทำความดี เกลียดความชั่วฝังแน่นติดตัวไป

ความสำคัญของการประเมินคุณธรรม

การประเมินคุณธรรมของตนเองอย่างสม่ำเสมอจะทำให้รู้ว่าคุณธรรมของเราขณะนี้มี ความเจริญ ก้าวหน้าไปมากน้อยเพียงใด ห่างไกลจากมาตรฐานที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรง กำหนดเอาไว้หรือไม่ ทำอย่างไรจึงจะเจริญก้าวหน้าอย่างต่อเนื่องเรื่อยไป หากหยุดนิ่งหรือลดลง ต้องรีบหาทางแก้ไข ว่าสาเหตุคืออะไร มีอะไรเป็นอุปสรรค

การสังเกตและแก้ไข จะช่วยให้เราไม่ตกอยู่ในความประมาท และสามารถฝึกฝนให้ คุณธรรมก้าวหน้า มั่นคง

ธรรม 6 ประการ สำหรับใช้ประเมินคุณธรรม

ได้แก่

1) **ศรัทธา** หมายถึง เชื่อสิ่งที่ควรเชื่อ ความเชื่อที่ประกอบด้วยเหตุผล แบ่งเป็น 4 อย่าง คือ

1. **กัมมสัทธา** กฎแห่งกรรมมีจริง

2. **วิปากสัทธา** ผลของกรรมมีจริง

3. **กัมมัสมกตาสัทธา** สัตว์มีกรรมเป็นของตัวเอง

4. **ตถาคตโพธิสัทธา** ความเชื่อในปัญญาตรัสรู้ธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

หมายความว่า

1) เชื่อว่าพระพุทธเจ้ามีจริง ๆ คือพระองค์ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองจริง

2) พระธรรมคำสอนของพระองค์ดีจริง คือ เป็นไปเพื่อความเจริญในกุศลธรรมฝ่าย

เดียว

3) เมื่อนำคำสอนของพระองค์มาปฏิบัติแล้วได้ผลดีจริง คือ ปฏิบัติแล้วสามารถ

หมดกิเลสตามพระองค์ไปได้จริง

2) **ศีล** เป็นเครื่องควบคุมกาย และวาจา ให้เรียบร้อยดีงาม สำหรับพระภิกษุ พระอรหันตฤาจารย์ได้รวบรวมไว้เป็น 4 ประเภท เรียกว่า “**ปารีสุทธิศีล**” คือ

1. **ปาฏิโมกขสังวรศีล** คือการเว้นจากข้อที่พระพุทธองค์ทรงห้าม และทำตามข้อที่ทรง อนุญาต และประพฤติเคร่งครัดในสิกขาบททั้งหลาย แบ่งออกเป็น 3 หัวข้อด้วยกัน คือ

1.1 ถึงพร้อมด้วยมรรยาทและโคจร

1.2 มีปกติเห็นภัยในโทษแม้เพียงเล็กน้อย

1.3 สมทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย

2. **อินทริยสังวรศีล** คือสำรวมระวังในอินทริยทั้ง 6 ไม่ให้บาปอกุศลครอบงำใจ

3. อาชีวปริสุทธิศีล คือ ความบริสุทธิ์แห่งอาชีวะ เลี้ยงชีวิตโดยทางที่ชอบ ไม่ประกอบด้วยการเลี้ยงชีพที่ผิด

4. ปัจจัยสันนิสสิตศีล หรือปัจจเวกขณะศีล คือ การพิจารณาใช้สอยปัจจัย 4 ให้ถูกต้องตาม วัตถุประสงค์และประโยชน์ของสิ่งนั้น

ศีลทั้ง 4 ประเภท มีเป้าหมายสำคัญอยู่ที่การรักษา กาย วาจา และใจ ให้คิดดี พูดดี และ ทำดี

3) สุตะ หมายถึง การหมั่นเข้าไปแสวงหาความรู้ สะสมข้อมูลธรรมะใหม่ ๆ อยู่เสมอ เมื่อ ฟังแล้วก็นำมาตรึกตรองตาม ถ้ามีปัญหา หรือข้อสงสัยใด ๆ ก็ไม่ยอมปล่อยผ่าน หมั่นเข้าไป สอบถามกับผู้รู้ให้เข้าใจ เพราะการหมั่นฟังธรรมจะได้รับอานิสงส์ 5 ประการ คือ

1. ได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง
2. เข้าใจสิ่งที่เคยฟังแล้ว ได้กระจ่างยิ่งขึ้น
3. บรรเทาความสงสัยได้
4. ทำให้มีความเห็นถูกต้องตามความเป็นจริง
5. ผู้ฟังมีจิตเลื่อมใส

ดังนั้น การสั่งสมความรู้ธรรมะยิ่งมากเท่าไร ยิ่งเป็นผลดี เพราะนอกจากจะเป็นประโยชน์ กับการฝึกฝนอบรมตนเอง ยังเป็นประโยชน์กับการแนะนำผู้อื่นด้วย การมีสุตะเหมือนกับการมี อารุชไว้สู้กับข้าศึกภายใน คือกิเลสที่ฝังแน่นอยู่ในใจตนเอง

4) จาคะ หมายถึง การให้ทานเป็นสิ่งของ และสละอารมณ์ที่ถูกกิเลสครอบงำ โดยการ เสียสละอย่างน้อย 3 ประการ คือ

1. สละทรัพย์สิน นำออกมาทำบุญทำทาน สร้างบุญ สร้างกุศล เพื่อเป็นเสบียงบุญในภพ ชาติเบื้องหน้า เป็นการขจัดความตระหนี่ถี่เหนียว เมื่อขจัดความตระหนี่ถี่เหนียว ความหวงแหนใน ทรัพย์สินสมบัติ ซึ่งเป็นกิเลสอย่างหยาบ คือความโลภได้แล้ว การสละกิเลสอย่างละเอียดที่อยู่ในใจ จะสามารถสละได้ง่ายขึ้น และเมื่อหวนนึกถึงการทำทานอย่างต่อเนื่องในครั้งก่อน ๆ ของตน ก็จะทำให้ใจรวมหยุดนิ่งได้ง่าย

2. สละความสะดวกสบายที่เกินจำเป็น ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดจรัญ ความเพียรย่อหย่อน ตามใจกิเลสจนกลายเป็นคนเอาแต่ใจตนเอง และไม่รักที่จะฝึกฝนอบรมตนเอง

3. สละอารมณ์ คือ สละอารมณ์ที่ไม่ดีออกไปจากใจให้หมด ควรหมั่นฝึกใจด้วยการสละ อารมณ์ ไม่ให้เกิดความยินดี และยินร้าย เพื่อรักษาสภาพความเป็นปกติของใจ

“ทานในพระปรมาตฺถ์ (ปรมาตฺถ์ แปลว่า ประโยชน์อย่างยิ่ง คือพระนิพพาน หรือแปลว่า ความหมายสูงสุด ความหมายที่แท้จริง) 6 คือ อายุตนะ 6 คือ ยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ถอนความยินดีในอารมณ์เหล่านั้นออกเสียได้ สละความยินดีในอารมณ์เหล่านั้นเสีย... ความยินดีเหล่านั้น หากถอนอารมณ์ออกเสียได้ ไม่ให้เสียดวงเราได้ พิจารณานี้เป็นอารมณ์ของ ชาวโลก ไม่ใช่อารมณ์ของธรรม ปล่อยอารมณ์เหล่านั้นเสีย ไม่ยึดมั่นถือมั่น ไม่ให้เข้าไปเสียดวง

ใจ ทำใจให้หยุดให้หนึ่ง นี้เขาเรียกว่า ให้ธรรมารมณ์เป็นทาน ย่อมมีกุศลใหญ่ เป็นทางไปแห่งพระนิพพานโดยแท้ และเป็นทานอันยิ่งใหญ่ทางปรมาตม์

5) ปัญญา แปลว่า ความรอบรู้ ความรู้ทั่ว ปรีชาหยั่งรู้เหตุผล มี 3 ระดับ ได้แก่

1. **จินตมยปัญญา** ปัญญาเกิดขึ้นจากการคิดพิจารณาหาเหตุผล
2. **สุตมยปัญญา** ปัญญาเกิดจากการศึกษาเล่าเรียน หรือได้ยินได้ฟังมาจากผู้อื่น
3. **ภาวนามยปัญญา** ปัญญาเกิดจากการปฏิบัติธรรม

ปัญญาที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงปรารถนาให้เข้าถึง คือปัญญาที่เกิดจากการเจริญสมาธิภาวนา หรือที่เรียกว่า “อริปัญญา” อริปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการรู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ 4 (ว่าด้วยผู้มีสติโดยเหตุ 4) หมายถึงความรู้ของพระอริยเจ้าที่รู้ในความทุกข์ รู้ว่าเหตุที่ทำให้ทุกข์นั้นคืออะไร รู้ว่าทุกข์สามารถที่จะดับหรือกำจัดได้ และเห็นวิธีปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นนั้น

ความรู้เช่นนี้ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า คือปัญญาที่เห็นความเกิดและความดับ ซึ่งก็คือการเห็นไตรลักษณ์ (ลักษณะสาม หมายถึง ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความมีใจตัวตนอนิจจตา ทุกขตา อนตตตา) นั้นเอง เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่าง ตั้งอยู่ชั่วขณะหนึ่ง และเสื่อมสลายไป เพราะฉะนั้นความรู้เท่าทันและทั่วถึงในความเกิดและความดับในตัวของเราว่า ตัวตนของเราแท้ที่จริงไม่ใช่เป็นของของเรา ไม่ใช่เป็นตัวของเรา มีวันที่จะแตกสลายไปได้ ความรู้เท่าทันในการเกิดและดับ จึงหมายถึงการรู้เท่าทันในสังขาร รู้เท่าทันในตัวของตัวเอง

6) ปฏิภาณ หมายถึง ความสามารถในการโต้กลับ คือ เป็นการเอาปัญญามาใช้แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างรวดเร็ว ผู้มีปฏิภาณ คือผู้ที่สั่งสมปัญญาไว้มาก ในทางพระพุทธศาสนามีคำที่ใช้เรียกผู้มีปัญญาแตกฉานว่า **ปฏิสัมภิตา** มีอยู่ 4 ประการ คือ

1. อรรถปฏิสัมภิตา แตกฉานในอรรถ หรือความหมาย
2. ธรรมปฏิสัมภิตา แตกฉานในธรรม
3. นිරุตติปฏิสัมภิตา แตกฉานในนิรุติ หรือภาษา
4. ปฏิภาณปฏิสัมภิตา แตกฉานในปฏิภาณ

ความสำคัญของธรรม 6 ประการ คือ

1. เป็นธรรมที่สามารถใช้ประเมินคุณธรรมที่เกิดขึ้นได้ ไม่ว่าจะฝึกฝนตนเองด้วยวิธีการไหน หรือมีรายละเอียดในการฝึกแตกต่างกันอย่างไรก็ตาม ผลที่เกิดขึ้นต้องสามารถใช้ธรรม 6 ประการนี้ประเมินได้เสมอ
2. เป็นธรรมที่สามารถใช้ประเมินคุณธรรมของพระภิกษุได้ครอบคลุมทุกระดับ
3. ธรรมทั้ง 6 ประการ ต้องมีความเกี่ยวเนื่องระหว่างกัน โดยต้องมีลักษณะส่งเสริมกันและกันไปสู่อการบรรลุพระอรหันต์ในที่สุด

แนวทางใช้ธรรม 6 ประการเพื่อประเมินตนเอง

สำหรับการนำธรรมทั้ง 6 ประการ ได้แก่ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา และปฏิภาณ มาใช้ประเมินคุณธรรมในตนเองมีแนวทางดังนี้ คือ

1) ประเมินด้วยศรัทธา สำหรับพระภิกษุ พิจารณาว่าพยายามฝึกฝนขัดเกลากาย วาจา และใจ อย่างเอาชีวิตเป็นเดิมพันหรือไม่ สำหรับฆราวาสได้ทุ่มเทฝึกปฏิบัติได้ดีเพียงใด

2) ประเมินด้วยศีล ประเมินจากความผ่องใสของใจ

3) ประเมินด้วยสุตะ ประเมินจากความกระตือรือร้นในการฟังหรืออ่านธรรมะ ได้ขบคิด มีความเข้าใจละเอียดลึกซึ้งแค่ไหน เห็นความบกพร่อง และได้พยายามขัดเกลาเพื่อแก้ไข ข้อบกพร่องได้มากน้อยเพียงไร

4) ประเมินด้วยจาคะ ประเมินจากการสละสิ่งของ ความสะดวกสบาย อารมณ์ และนิเวศน์ 5

5) ประเมินด้วยปัญญา ทางโลกประเมินได้จากความสามารถในการทำงาน และการรู้เท่าทันสังขารทางธรรมประเมินจากการเข้าถึงกายภายใน

6) ประเมินด้วยปฏิภาณ ประเมินจากความสามารถในการแก้ปัญหาผ่านการทำงาน โดยอาศัยปัญญา และการแก้ปัญหาในเส้นทางธรรม

บทที่ 6

ขั้นตอนที่ 4 มัตตัญญู

มัตตัญญู คืออะไร

“มัตตัญญู” หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักพอดี พอควร และพอประมาณ ในการรับปัจจัย 4 และสิ่งที่เนื่องด้วยปัจจัย 4

พุทธบัญญัติเกี่ยวกับปัจจัย 4

วัตถุประสงค์ในการใช้ปัจจัย 4 มีดังนี้

จีวร หรือเครื่องนุ่งห่ม

1. เพื่อเป็นเครื่องบ่าบัดหนาวและร้อน
2. สำหรับบรรเทาจากการถูกกัดหรือทำร้ายจากสัตว์และแมลง
3. ใช้ปกปิดร่างกายไม่ให้อุจาดตากำเริบ

อาหาร

1. เพื่อให้ร่างกายยังคงอยู่ หรือมีชีวิตอยู่ได้
 2. เพื่อให้ร่างกายเป็นไป คือสามารถทำกิจกรรมตามปกติได้
 3. เพื่อให้ความลำบากทางกายที่เกิดจากการหิวหายไป
 4. เพื่อให้สามารถประพุดิพรหมจรรย์ ปริมาณที่ฉับไปก็จะพอดีกับร่างกาย คือทำให้มีอัมสบาย ไม่อึดอัด เหมาะแก่การปฏิบัติธรรม
 5. เพื่อให้มีชีวิตอยู่ได้ และมีความสบายแก่ตัว
- เสนาสนะ หรือที่พักอาศัย** มีวัตถุประสงค์การใช้ดังนี้

1. สำหรับบรรเทาความหนาวและร้อน
2. สำหรับบรรเทาจากการถูกกัดหรือทำร้ายจากสัตว์และแมลง
3. สำหรับบรรเทาอันตรายที่เกิดในฤดูต่าง ๆ
4. สำหรับการหลีกเลี่ยงออกเรือนเพื่อเจริญสมาธิภาวนา

โดยกุฎีที่พักของพระภิกษุ 1 รูปมีขนาด ก X ย = 1.75 เมตร X 3 เมตร ไม่เล็กและไม่ใหญ่จนเกินไป เพียงพอที่พระภิกษุจะอยู่อาศัยด้วยความเรียบง่าย และบรรลุวัตถุประสงค์ของการใช้ที่อยู่อาศัยทุกประการ

คิลานปัจจัยเภสัชบริวาร หรือยารักษาโรค

มีวัตถุประสงค์ในการใช้ ก็เพื่อความทุกข์ทรมานที่เกิดขึ้นจากการเจ็บไข้ได้ป่วย กำจัดเวทนาอันเกิดแต่อาพาธต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว

วงจรกิจัย 4

แบ่งออกได้เป็น 5 ขั้นตอน คือ

1. **การแสวงหาปัจจัย 4** ต้องทำโดยสัมมาอาชีวะ คือแสวงหามาโดยชอบธรรมไม่แสวงหามาด้วยการเลี้ยงซีพอนไม่สมควรแก่สมณะ ที่เรียกว่า “อเนสนา” เช่น การเป็นหมอมเวทมนต์ เสกเป่า การประจรรีบใช้คฤหัสถ์ เป็นต้น
2. **การรับปัจจัย 4** เป็นขั้นตอนที่สำคัญมากที่สุด
3. **การบริโภคใช้สอยปัจจัย 4** ต้องพิจารณาใช้ให้ถูกต้องตามวัตถุประสงค์ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนไว้ เนื่องจากปัจจัย 4 จะเป็นทางมาของนิสัยทั้งที่ดีและไม่ดีแล้ว ยังเป็นอุปกรณ์ที่ใช้ฝึกฝนอบรมเพื่อความสำรวม กาย วาจา ใจ และเพื่อขจัดกิเลสอาสวะของพระภิกษุได้ด้วย
4. **การดูแลรักษาปัจจัย 4** หมายถึง การใช้ปัจจัย 4 ที่สาธุชนถวายมาให้คุ้มค่านมากที่สุด ให้ควรหมั่นดูแลรักษา หรือบำรุงให้อยู่ในสภาพดีตลอดเวลา เพื่อให้อายุการใช้งานยาวนานยิ่งขึ้น หรือถ้าหากชำรุดเสียหาย ต้องหมั่นซ่อมแซมให้อยู่ในสภาพที่ดีพร้อมใช้งาน
5. **การสละ** และการกำจัดปัจจัย 4 แบ่งออกเป็น 2 วิธี คือ

- 1) ให้แบ่งปันปัจจัย 4 ให้เป็นประโยชน์แก่เพื่อนสหธรรมิกผู้ประพฤติธรรมได้ก็ควรทำ
- 2) การกำจัดปัจจัย 4 หมายความว่า หากใช้สอยปัจจัยจนหมดอายุการใช้งานแล้วหรือจำเป็นต้องทำลายไป ต้องกำจัดสิ่งนั้นไปให้เหมาะสมตามวิธีการ

การรับปัจจัย 4

ความสำคัญของการรับปัจจัย 4 มีผลกระทบต่อวิถีชีวิตการพัฒนานิสัยและคุณธรรมของพระภิกษุ ผู้รู้จักการรับ ไม่ว่าจะรับมากหรือน้อยล้วนมีผลต่อชีวิตของพระภิกษุ

หลักการรับปัจจัย 4

หลักในการรับปัจจัย 4 พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงให้หลักว่า พระภิกษุควรจะยินดีปัจจัยตามมีตามได้ หรือเป็นผู้มีความสันโดษในปัจจัย 4

ความสันโดษนั้น หมายถึงสันโดษ 3 อย่างคือ

1. **ยถาลภสันโดษ** ยินดีตามที่ได้ หมายถึง เมื่อได้ปัจจัย 4 ได้มาด้วยความเพียรของตนเอง ก็พอใจบริโภคน้ำที่มีในสิ่งนั้น
2. **ยถาพลสันโดษ** ยินดีตามกำลัง หมายถึง พอใจเพียงแค่ว่าพอแก่กำลังร่างกาย สุขภาพและขอบเขตการใช้สอยของตน ของที่เกินกำลังก็ไม่หวงแหนเสียดาย พร้อมทั้งจะสละแก่ผู้ที่ต้องการได้มากกว่าตน
3. **ยถาสารูปสันโดษ** ยินดีตามสมควร หมายถึง พอใจในปัจจัย 4 ที่สมควรแก่ภาวะฐานะ และสมณสารูปของตนเอง ของใดไม่เหมาะสมกับตน เช่น มีความประณีตมากเกินไป เหมาะกับพระเถระผู้มีคุณธรรมสูง ก็นำไปถวายให้ท่านได้ใช้สอย

วิธีฝึกรับปัจจัย 4

ในการรับปัจจัย 4 มีข้อพึงพิจารณาก่อนรับดังนี้

1. **ความจำเป็น (Need)** ในที่นี้หมายถึงปัจจัย 4 นั้นเป็นสิ่งที่ต้องได้มา หากไม่ได้ จะกระทบต่อการดำรงชีวิต หรือกระทบต่อการทำกิจวัตรกิจกรรมที่สำคัญของตน
2. **ความต้องการ (Want)** หมายถึงไม่ได้อยู่ในภาวะที่ขาดแคลนมากเกินไป หากไม่ได้ปัจจัย 4 นั้นมากก็ไม่ถึงกับเดือดร้อนมากเกินไป แต่ถ้าได้ ก็จะเกื้อกูลให้ใช้ชีวิตได้ดียิ่งขึ้น
3. **ความอยากได้ (Greedy)** หมายถึงไม่เดือดร้อนอะไร หากไม่ได้ปัจจัย 4 นั้นมา แต่เป็นเพราะว่าโลภอยากได้ ด้วยอำนาจกิเลสภายในของตน

บทสรุปของการเป็นมัตตัญญู

พระภิกษุที่จะฝึกให้ตนเองเป็นผู้รู้จักประมาณในการรับได้นั้นจะต้อง

1. สามารถบริหารควบคุมปัจจัย 4 โดยต้องรู้จักวิธี “การรับ” ที่ถูกต้อง

2. สามารถนำปัจจัย 4 มาใช้เป็นอุปกรณ์สำหรับฝึกฝนอบรมตนเองให้มีคุณธรรมก้าวหน้า

ได้

มัตตัญญูกับคนกโมคคัลลานสูตร

การฝึกฝนตามมัตตัญญูจะช่วยให้การฝึกในคนกโมคคัลลานสูตรสำเร็จในที่สุด เกิดความสำรวมระวังในสิกขาบทน้อยใหญ่ที่เกี่ยวข้องกับปัจจัย 4 โดยตรง

ความรอบคอบ ระมัดระวัง และแยกกายในการบริโภคใช้สอย ซึ่งเป็นนิสัยดี ๆ ที่เกิดจากการตอกย้ำทางความคิด คำพูด การกระทำ ผ่านปัจจัย 4 จะช่วยให้พระภิกษุมีสติสัมปชัญญะดียิ่งขึ้น ซึ่งก็จะไปเกื้อกูลต่อการฝึกในขั้นตอนที่ 2 คือ อินทริยสังวร และขั้นตอนที่ 5 คือ สติสัมปชัญญะ เป็นต้น

ทัศนคติเรื่องปัจจัย 4 กับการใช้ชีวิต

ประโยชน์ที่ฆราวาสสามารถนำมาปรับใช้ เพื่อประโยชน์แก่ตนเองได้ คือการนำความรู้เรื่องทัศนคติเกี่ยวกับปัจจัย 4 ใช้ในชีวิตของตนเอง ดังนี้

1. ทัศนคติที่ว่า “ปัจจัย 4 เป็นความจำเป็นพื้นฐานของชีวิต” ด้วยแนวคิดนี้ จะช่วยให้ฆราวาส ได้ปรับวิธีใช้ปัจจัย 4 ของตนเองใหม่ มาเป็นการใช้ด้วยความแยกกาย โดยคำนึงถึงวัตถุประสงค์ของการใช้ให้มากที่สุด

2. ทัศนคติในด้าน “การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ” จะช่วยให้ฆราวาสคำนึงถึงความคุ้มค่าในการใช้ปัจจัย 4 มากยิ่งขึ้น เมื่อคำนึงถึงความคุ้มค่า ก็จะต้องมาคำนึงถึงปริมาณในการใช้ เพื่อให้สูญเสียทรัพยากรธรรมชาติที่มีค่าไปน้อยที่สุด

3. ทัศนคติที่ว่า “ปัจจัย 4 เป็นเครื่องสร้างนิสัย” ด้วยแนวความคิดนี้ จะช่วยให้ฆราวาสใช้ปัจจัย 4 ด้วยความรอบคอบระมัดระวัง เพราะทราบว่าการตอกย้ำในการคิด พูด และทำ ในปัจจัย 4 จะมีผลต่อนิสัยทั้งที่ดีและไม่ดีของตนเอง

ปัจจัย 4 กับวิถีชีวิตของฆราวาส

การนำความรู้เรื่องมัตตัญญูมาปรับใช้ ก็เพื่อเกื้อกูลต่อการใช้ชีวิตในทางโลก และการฝึกฝนอบรมตนเองให้เพียบพร้อมด้วยคุณงามความดีในทางธรรม ที่จะช่วยสนับสนุนให้การสร้างบารมีด้วย ทาน ศีล ภาวนา ของฆราวาสก้าวหน้าดียิ่งขึ้น

บทที่ 7

ขั้นตอนที่ 5 กาลัญญ

ธรรมที่ชื่อว่า กาลัญญ

พระภิกษุผู้เป็นกาลัญญ คือ ผู้ที่รู้จักกาล กาลัญญ จึงหมายถึง การเป็นผู้รู้จักเวลาอันสมควรในการทำกิจ 4 ประการ คือ การเรียน การสอบถาม การประกอบความเพียร และการหลีกเลี่ยง

เวลากับชีวิต

ความจริงเกี่ยวกับเวลา มีอยู่ 5 ประการ ได้แก่

1. เวลาผ่านไปแล้วย่อมผ่านเลย
2. นำวัยอันสดใสและความแข็งแรงไป
3. นำความชรามาให้
4. นำโอกาสดี ๆ ของชีวิตให้ล่วงเลยผ่าน
5. นำความตายมา

ความไม่ประมาทในชีวิต

ผู้รู้จักความจริงของเวลาจะไม่ประมาท เพราะสิ่งสำคัญไม่ได้ขึ้นกับว่า เราจะมีชีวิตอยู่ยาวนานเท่าไร แต่ขึ้นกับว่า เราเองได้ใช้วันเวลาที่มีจำกัดนั้น กระทำสิ่งที่มีคุณค่า เป็นคุณงามความดี และเป็นประโยชน์กับชีวิตของตนเองมากน้อยเพียงไรมากกว่า

ทัศนคติเรื่องชีวิตกับเวลาในทางพระพุทธศาสนา

1. เวลาในชีวิตมีน้อย พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ว่าชีวิตเปรียบเสมือน

1. ชีวิตเหมือนน้ำค้างที่ปลายยอดหญ้า เมื่อต้องแสงอาทิตย์ก็แห้งหายไปโดยเร็ว
2. ชีวิตเหมือนฟองน้ำที่เกิดยามฝนตก ที่แตกสลายไปอย่างรวดเร็ว
3. ชีวิตเหมือนรอยไม้ที่ซิดลงไปใต้น้ำ ย่อมกลับเข้าหากันอย่างรวดเร็ว
4. ชีวิตเหมือนแม่น้ำที่ไหลลงจากภูเขา เพราะไหลไปไม่มีหยุด
5. ชีวิตเหมือนก้อนน้ำลายที่ถ่มออกไป เพราะกำจัดทิ้งได้อย่างง่ายดาย
6. ชีวิตเหมือนก้อนเนื้อในกระทะเหล็กที่เผาไฟตลอดวัน ซึ่งเนื้อนั้นจะตั้งอยู่ไม่ได้นาน
7. ชีวิตเหมือนแม่โคที่เขาจูงไปเชือด มีแต่เดินหน้าไปหาความตาย

2. ชีวิตมีความไม่แน่นอน

1. ชีวิต ชื่อว่าไม่มีนิมิต เพราะกำหนดแน่ไม่ได้ว่าจะตายในวัยไหน หรืออายุเท่าไร
2. พยาธิ ชื่อว่าไม่มีนิมิต เพราะกำหนดแน่ไม่ได้ว่าจะตายด้วยโรคใด
3. กาล ชื่อว่าไม่มีนิมิต เพราะกำหนดแน่ไม่ได้ว่าจะตายเวลาใด เช้าหรือค่ำ
4. สถานที่ทอดทิ้งร่างกาย ชื่อว่าไม่มีนิมิต เพราะกำหนดแน่ไม่ได้ว่าจะตายที่ใด
5. คติ ชื่อว่าไม่มีนิมิต เพราะกำหนดแน่ไม่ได้ว่าจะตายแล้วจะไปเกิด ณ ที่ใด

3. ควรใช้เวลาที่มีเพื่อทำความดีให้มากที่สุด

กาลทั้ง 4 กับการฝึกอบรมของพระภิกษุ

ความสำคัญของกาลทั้ง 4 คือ

1. การเรียน การศึกษาเล่าเรียนพระธรรมวินัย หรือคำสอนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอนไว้
 2. การสอบถาม การซักถามหัวข้อธรรมที่ตนสงสัย กับครูบาอาจารย์หรือผู้รู้
 3. การประกอบความเพียร การฝึกฝนเจริญสมาธิภาวนา โดยฝึกผ่านกิจวัตรกิจกรรม
 4. การหลีกออกเร้น การหาสถานที่อันเหมาะแก่การเจริญสมาธิภาวนาอย่างต่อเนื่อง
- ดังนั้น การเรียนและการสอบถาม คือ การศึกษาพระพุทธศาสนาในด้านปริยัติ การประกอบความเพียร และการหลีกออกเร้น คือการศึกษาในด้านปฏิบัติ

การบริหารเวลาให้เป็นกาลัญญบุคคล

ในการบริหารเวลา พระภิกษุควรมีความเข้าใจอย่างน้อย 3 ประเด็นดังนี้

1. การมีทัศนคติในเรื่องเวลาอย่างถูกต้อง คือ เห็นว่าเวลาในชีวิตมีอยู่น้อย ชีวิตไม่แน่นอน และต้องรีบใช้เวลาเพื่อทำความดี
2. รู้จักลำดับงานสำคัญสูงสุดก่อนหลัง คือ การให้ความสำคัญกับทั้ง 4 กาล
3. เลือกทำงานสำคัญในชีวิตก่อน

แนวทางปฏิบัติตามกาลทั้ง 4 ได้แก่

1. การเรียน

- ต้องมีความอดสาหะในการเข้าไปฟังธรรม และพิจารณาทำความเข้าใจให้ ลึกซึ้งก่อนที่จะได้นำไปฝึกหัดปฏิบัติจนกว่าจะเกิดผล
- ต้องได้ครูบาอาจารย์ที่ดี สมบูรณ์ทั้งภูมิรู้ ภูมิธรรม สามารถอธิบายขยายความธรรมะให้เข้าใจได้โดยง่าย ทั้งยังเป็นต้นแบบในการปฏิบัติได้เป็นอย่างดี

2. การสอบถาม เป็นวิธีที่ทำให้เข้าใจธรรมชาติได้ลึกซึ้งและช่วยขจัดความสงสัยให้หมดไป
3. การประกอบความเพียร คือการเจริญสมาธิภาวนา
4. การหลีกออกเร้น คือการหลีกออกจากหมู่คณะ เพื่อการเจริญสมาธิภาวนาอย่างต่อเนื่อง

เหตุที่ทำให้บริหารเวลาไม่ได้ ได้แก่

1. การไม่สนใจในปัจจัย 4 ไม่รู้จักความพอดี และไม่รู้จักประมาณในการรับปัจจัย 4
2. การอยู่ประจำที่ใดที่หนึ่งนานเกินสมควร เป็นเหตุให้บริหารเวลาได้ยากขึ้น เพราะเป็นเหตุให้เกิดการสังสม เกิดความคลุกคลี และมีความห่วงใยในสถานที่ที่อยู่นั้น
3. เป็นผู้ที่ประกอบด้วยกรรม 6 ประการ ที่ทำให้เสื่อมจากกุศลธรรม คือ
 1. ความเป็นผู้ชอบการงาน
 2. ความเป็นผู้ชอบคุย
 3. ความเป็นผู้หลับ
 4. ความเป็นผู้ชอบคลุกคลีด้วยหมู่คณะ
 5. ความเป็นผู้ว่ายาก
 6. ความเป็นผู้มีมิตรชั่ว

เพราะประกอบด้วยกรรมเหล่านี้ จึงเป็นเหตุให้ไม่รู้จักกิจที่ควรทำ เสียเวลาไปกับการทำกิจอันไม่เป็นสาระแก่นสาร คุณธรรมความดีงามที่ควรเจริญ ก้าวหน้า ก็เสื่อมถอยลงมาอย่างน่าเสียดาย

บทสรุปของการเป็นกัลยาณู

1. ต้องเห็นคุณค่าของเวลา คือสามารถบริหารเวลาที่มีให้เกิดประโยชน์กับตนเองได้สูงสุด
2. สามารถจัดสรรเวลาตามลำดับความสำคัญ โดยทำงานสำคัญที่สุดของชีวิตก่อน 4 ประการ คือ การเรียน การสอบถาม การนั่งสมาธิทำความเพียร และการหลีกออกเร้น เพื่อปฏิบัติธรรมให้ต่อเนื่อง

กัลยาณูกับวิถีชีวิตของฆราวาส

สำหรับฆราวาสผู้ครองเรือนสามารถนำหลักการจากกัลยาณูมาใช้ในชีวิตประจำวัน โดยเริ่มจากการมองเห็นคุณค่าของเวลาที่มีว่าสำคัญ และต้องใช้ให้เกิดประโยชน์กับตนเองให้มากที่สุด การบริหารเวลาในทางโลกแบ่งภารกิจการงานเป็น 4 รูปแบบ คือ

1. ภารกิจที่สำคัญ และต้องทำเร่งด่วน เช่น ภารกิจการฉุกเฉินทั้งหลาย หรืองานเฉพาะหน้าสำคัญที่จำเป็นต้องรีบทำอย่างเร่งด่วน เป็นต้น

2. การกิจที่สำคัญ แต่ไม่เร่งด่วน เช่น งานในด้านการวางแผน หรือกำหนดนโยบายที่จะส่งผลกระทบต่อชีวิต หน่วยงาน หรือองค์กรในระยะยาว เป็นต้น

3. การกิจไม่สำคัญ แต่เร่งด่วน ได้แก่เรื่องเล็กน้อยทั่ว ๆ ไป เช่นการรับโทรศัพท์ที่กำลังดัง เป็นต้น

4. การกิจไม่สำคัญ และไม่เร่งด่วน เช่น การไปเที่ยวเตร่เฮฮา หรือการไปชมภาพยนตร์ที่ไม่ได้มีผลดีต่อตนเอง เป็นต้น

ฆราวาสต้องบริหารเวลาเพื่อการสร้างบารมี เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของชีวิตเช่นกัน โดยต้องฝึกปฏิบัติด้วยวิธีที่เหมาะสมกับเพศภาวะของตนเอง คือการฝึกฝนตนเองผ่านการทำทาน รักษาศีล และเจริญสมาธิภาวนา ดังนั้นจึงต้องฝึกบริหารเวลาไปเพื่อใช้ในการ

-ศึกษาให้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องทาน ศีล และภาวนา อย่างจริงจัง และ

-มาฝึกปฏิบัติตามที่ได้ศึกษามานั้น และหมั่นตอกย้ำซ้ำเติมเรื่อยไป จะได้เข้าใกล้กับเป้าหมายชีวิตอย่างแท้จริง

บทที่ 8

ขั้นตอนที่ 6 ปริสัญญู

การเป็นปริสัญญู

“ปริสัญญู” แปลว่า ผู้รู้จักบริษัท รู้จักสังคมของคนเพื่อจะได้ประพฤติปฏิบัติ หรือปรับตัวให้เหมาะกับบริษัทนั้น หรือสังคมนั้น

หรือหมายถึง การเข้าหาคนเป็น ความเป็นผู้รู้จักกลุ่มบุคคลทั้ง 4 หรือบริษัท 4 จนกระทั่งสามารถเข้าหาและวางตัวในอิริยาบถต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

ความสำคัญของการเป็นปริสัญญู

การเป็นปริสัญญู คือ การรู้จักเข้าหาและวางตัวกับบุคคลทั้ง 4 กลุ่มได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ตามจริต อหยาตัย ขนบธรรมเนียมประเพณีของแต่ละกลุ่ม ซึ่งการรู้จักเข้าหาและการวางตัวที่เหมาะสม จะทำให้การยอมรับ เลื่อมใสศรัทธาต่อกลุ่มบุคคลนั้น ๆ อันจะมีผลต่อการทำหน้าที่กัลยาณมิตรหรือการเทศน์สอนและเผยแผ่พระพุทธศาสนา

บริษัท 4 และความสำคัญ

1. กลุ่มกษัตริย์ หรือนักปกครอง จะมีขุมกำลังคือ อำนาจการปกครองบริหาร มีอิทธิพลมาก
2. กลุ่มพราหมณ์ หรือนักวิชาการ จะมีขุมกำลังคือ ความรู้ และมีลูกศิษย์มาก
3. กลุ่มคฤหบดี หรือผู้มีอาชีพมั่นคง จะมีขุมกำลังคือ อำนาจการเงิน จะเป็นกำลังสำคัญในการทะนุบำรุงพระพุทธศาสนา
4. กลุ่มสมณะ หรือนักบวช จะมีขุมกำลังคือ ความเห็นที่มีอำนาจยึดเหนี่ยวจิตใจของผู้คน เพราะ เป็นกลุ่มผู้นำทางด้านจิตวิญญาณ

ขนบธรรมเนียมประเพณี และความถือดีของบุคคลทั้ง 4 กลุ่ม

ได้แก่

1. กษัตริย์ ทั้งหลายย่อมประสงค์โภคทรัพย์ นิยมปัญญา มั่นใจในกำลังทหาร มีความถือดีเรื่องความมีอิทธิพล อำนาจและชาติตระกูล
2. พราหมณ์ ทั้งหลายย่อมประสงค์โภคทรัพย์ นิยมปัญญา มั่นใจในมนต์ ต้องการการบูชา ยัญ มีพรหมโลกเป็นที่สุด มีความถือดีเป็นผู้มีความรู้ มีผลต่อการเผยแผ่พระศาสนา เพราะอำนาจความรู้ และอำนาจการปกครอง มีอิทธิพลต่อความรู้สึกของคนเป็นจำนวนมาก
3. คฤหบดี ทั้งหลายย่อมประสงค์โภคทรัพย์ นิยมปัญญา มั่นใจในศิลปะ มีการงานที่สำเร็จแล้วเป็นที่สุด มีความถือดี เพราะเป็นผู้มีทรัพย์เป็นอาวูฐ จึงถือดีในทรัพย์สินที่มีนั้น
4. สมณะ ทั้งหลายย่อมประสงค์ขันติโสรัจจะ นิยมปัญญา มั่นใจในศีล มีพระนิพพานเป็นที่สุด มีความถือดีมีทิฏฐิ มีอิทธิพลไปทำให้บุคคลอื่นเชื่อตาม เป็นกำลังสำคัญในการเผยแผ่พระศาสนา

วิธีการวางตัวกับบุคคลทั้ง 4 กลุ่ม

มีหลัก 5 ลักษณะ คือ

1. การเข้าไปหาพระภิกษุ ต้องนุ่งห่มให้เรียบร้อย มีกิริยาที่สำรวม อย่าถือวิสาสะกับสาวุชนที่เราไม่คุ้นเคย อย่างบงการ อย่าพูดกระซิบกระซาบกัน และอย่าขอมากเกินไป
2. การยืน คือ ยืนเยื้อง ๆ ด้านซ้ายหรือขวา ในระยะที่พอเหมาะ และควรเว้นจากลักษณะ 6 คือ ไม่ยืนไกล หรือใกล้เกินไป ไม่ยืนเหนือลม ไม่ยืนสูงกว่า ไม่ยืนตรงหน้า หรือข้างหลังเกินไป
3. การทำ การกระทำจะขึ้นอยู่กับสถานการณ์
4. การนั่ง ควรเว้นจากลักษณะ 6 อย่าง คือ นั่งไกล หรือใกล้เกินไป นั่งเหนือลม นั่งสูงไปนั่งตรงหน้า หรือหลังเกินไป
5. การนั่ง มีทั้งนั่งเพราะรู้ และนั่งเพราะไม่รู้ หากต้องพูด ให้พูดแต่เรื่องธรรมะ

บทสรุปของการเป็นปรีชาญาณ

พระภิกษุผู้จะเป็นปรีชาญาณได้ จะต้อง

1. รู้และเข้าใจธรรมเนียมปฏิบัติของกลุ่มบุคคลสำคัญในสังคม 4 กลุ่ม คือ กษัตริย์ (นักปกครอง) พรหมณ์ (นักวิชาการ) คฤหบดี (นักธุรกิจ และผู้ประกอบการอาชีพอื่นที่เลี้ยงดูตนเองได้) และนักบวช
2. สามารถวางตัวได้ถูกต้องเหมาะสม ทั้งการเข้าหา การยืน การกระทำ การนั่ง การนั่ง

บทที่ 9

ขั้นตอนที่ 7 บุคคลปโรปรัญญ

ธรรมชาติผู้ฟัง มีความแตกต่างตามความพร้อมที่จะบรรลุธรรม 4 ประเภท คือ

1. อุกมตัตถัญญ คือ จะบรรลุธรรม เพียงทำนยกหัวข้อธรรมขึ้นแสดง
2. วิปจิตถัญญ คือ จะบรรลุธรรม เมื่อทำนอธิบายเนื้อหาธรรมะโดยย่อให้ขยายความออกไป
3. เนยยะ คือ จะบรรลุธรรม เมื่อทำนได้แนะนำ หมั่นอธิบาย หมั่นใส่ใจธรรมโดยแยกคาย
4. ปทปรมะ คือ บุคคลที่แม้จะฟังมาก กล่าวสอนมาก ก็ยังไม่สามารถบรรลุธรรมในชาตินี้

รู้จักบุคคลปโรปรัญญ หลักการดูคนเป็น มีหลักอยู่ว่า

- 1) พวกหนึ่งต้องการเห็น และไม่ต้องการเห็นพระอริยะ
- 2) พวกหนึ่งต้องการจะฟัง และไม่ต้องการฟังสัทธรรม
- 3) พวกหนึ่งตั้งใจฟังธรรม และไม่ตั้งใจฟังธรรม
- 4) พวกหนึ่งฟังแล้วทรงจำธรรมไว้ และไม่ทรงจำธรรมไว้
- 5) พวกหนึ่งพิจารณา และไม่พิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงจำไว้
- 6) พวกหนึ่งรู้ธรรมรู้ธรรม และหาธรรมรู้ธรรมไม่ แล้วปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมหรือไม่
- 7) พวกหนึ่งปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของตน ไม่ปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น พวกหนึ่งปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของตนและปฏิบัติเพื่อประโยชน์ผู้อื่น

รู้จักเลือกธรรมะ แบ่งไปตามลักษณะของผู้ฟัง ดังนี้

- 1) เลือกธรรมะตามจิตตอธยาศัย

จิตตอธยาศัย คือ นิสัยปกติพื้นฐานอันมีอยู่ในแต่ละบุคคล แบ่งออกได้ 6 ประเภท คือ

1. รากจิตต จะมึลักษณะรักสวยรักงาม

2. โทสจริต จะมีลักษณะหงุดหงิด ไร้ร้อน
 3. โมหจริต จะมีลักษณะเขลา งมงาย
 4. สัทธาจริต จะมีลักษณะเชื่อง่าย
 5. พุทธิจริต จะมีลักษณะชอบใช้ความคิด ตรึกตรอง
 6. วิตกจริต จะมีลักษณะมักกังวล ฟุ้งซ่าน
- 2) เลือกตามภูมิหลังเดิม ผู้ฟังมีความคุ้นเคยกับสิ่งใด ก็ทรงเทศนาสั่งสอนในสิ่งนั้น
- 3) เลือกตามระดับสติปัญญา เมื่ออายุและวัยเพิ่มขึ้น หัวข้อธรรมะจะปรับตามระดับสติปัญญา

วิธีการแสดงธรรม

การแสดงธรรมที่ดีควรจะแนะนำจากที่เข้าใจง่ายไปยาก มีความลุ่มลึกตามลำดับ ไม่สลับเนื้อหา หรือกระโดดข้าม แนะนำสิ่งที่เป็นจริง ตรงตามเนื้อหา มีเหตุผล พอดีกับความเข้าใจของผู้ฟัง ถ้อยคำที่ใช้ควรมีลีลาในการแสดงธรรม เป็นประโยชน์แก่ผู้ฟัง นอกจากนี้ ต้องมีเทคนิคคือ รู้จักมีเรื่องประกอบเป็นตัวอย่าง รู้จักใช้การอุปมาอุปไมย หรือการเปรียบเทียบ

รู้จักประเมินผล

เพื่อจะได้ตรวจสอบถึงข้อดี และข้อบกพร่องที่มี เป็นการเพิ่มพูนประสิทธิภาพในการแสดงธรรมของตนเอง อาจแบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือประเมินตัวเอง โดยอาศัยองค์แห่งธรรมกถึก, การแสดงธรรมที่บริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์, อาศัยการประเมินผลจากผู้ฟัง และประเมินผู้ฟังจากวิธีการสนทนา สังเกตกิริยา ใช้แบบสอบถาม และเพื่อพัฒนาผู้ฟัง

ดังนั้นธัมมัญญสูตร จึงเป็นพระสูตรที่มีความสำคัญต่อการฝึกฝนอบรมตนเองของพระภิกษุอย่างมากมาย เพราะนอกจากจะทำให้ท่านสามารถพัฒนาระดับคุณธรรมภายในจากเริ่มต้นไปจนถึงการสิ้นกิเลสอาสวะได้แล้ว ก็ยังนำสิ่งที่ฝึกมาได้ไปเป็นกัลยาณมิตรให้แก่ชาวโลกได้ด้วย

นอกจากนั้น ขรรवासที่ศึกษาพระสูตรนี้มา ก็สามารถอาศัยหลักการสำคัญ ๆ ไปประยุกต์ใช้ให้เข้ากัน กับวิถีชีวิตของตนเอง ซึ่งนอกจากจะเป็นทางมาของคุณธรรมแล้ว ก็ยังได้สั่งสมบุญบารมี และทำให้มีความรู้ความสามารถเพียงพอที่จะเป็นกัลยาณมิตรให้กับผู้อื่นได้เป็นอย่างดีด้วย

บทที่ 10

ความสัมพันธ์ของคณกโมคคัลลานสูตรกับธัมมัญญสูตร

การฝึกเป็นกัลยาณมิตรให้กับตนเอง

ในคณกโมคคัลลานสูตรได้กล่าวถึงขั้นตอนการฝึกอบรมตนเองมี 6 ขั้นตอน ดังนี้

1. สำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์
2. คຸ້ມครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย
3. รู้จักประมาณในโภชนะ
4. ประกอบเนื่อง ๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่
5. ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ
6. เสพเสนาสนะอันสงัด

ผลที่ได้ย่อมน้อมนำใจของผู้ฝึกให้กลับเข้ามาตั้ง ณ ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 ของตนเป็นโอกาสหลุดพ้นจากอาสวกิเลสทั้งหลายได้

ฝึกเป็นผู้สำรวมในพระปาฏิโมกข์

วิธีการฝึกในขั้นตอนที่ 1 คือ

- 1) **ธัมมัญญ** + การสำรวมในพระปาฏิโมกข์ ศีลของภิกษุไม่มีที่สุด ดังนั้นพระภิกษุจะต้องฝึกฝนจนกลายเป็นธัมมัญญ
- 2) **อตัถัญญ** + การสำรวมในพระปาฏิโมกข์ เป็นขั้นตอนที่เปลี่ยนจากความรู้มาเป็นการเข้าใจ การเริ่มต้นฝึกปฏิบัติต้องมีครูบาอาจารย์คอยแนะนำเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด
- 3) **อตัตัญญ** + การสำรวมในพระปาฏิโมกข์ การรู้จักประเมินคุณธรรมของตน เพื่อความก้าวหน้า ไม่ประมาท โดยอาศัยธรรมทั้ง 6 ประการ ได้แก่ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา และปฏิภาณ
- 4) **มัตตัญญ** + การสำรวมในพระปาฏิโมกข์ เป็นการฝึกให้รู้จักประมาณในการรับปัจจัย 4
- 5) **กาลัญญ** + การสำรวมในพระปาฏิโมกข์ เวลาเป็นสิ่งที่มีความสำคัญในการฝึกฝน ขัดเกลา

การเป็นกัลยาณมิตรให้แก่ชาวโลก

การทำหน้าที่กัลยาณมิตร ในสังคาลกสูตรมี 6 ประการ คือ

1. ห้ามจากความชั่ว
2. ให้ตั้งอยู่ในความดี
3. อนุเคราะห์ด้วยใจงาม

4. ให้ได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง
5. ทำสิ่งที่เคยฟังแล้วให้แจ่มแจ้ง
6. บอกทางสวรรค์ให้

พระภิกษุสามารถอาศัยธัมมัญญสูตร 2 ประการ คือ

- ปริสัณญ เป็นผู้รู้จักกลุ่มคน
- ปุคคลปโรปรัณญ การรู้จักเลือกคนมาใช้

ทาน ศีล ภาวนา กับธัมมัญญสูตร

การฝึกเพื่อความบริสุทธิ์กาย วาจา ใจ ศีลจะทำหน้าที่ควบคุมกายและวาจาไว้ สมาธิจะควบคุมใจไม่ให้ออกไปนอกตัว จนกระทั่งหยุดนิ่ง จึงเกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริงในสรรพสิ่งทั้งหลาย แต่สำหรับฆราวาส ควรเลือกปรับบางสิ่งบางอย่างให้สอดคล้องกับการใช้ชีวิตของตนเอง คือการทำทานให้ใจคลายความตระหนี่หวงแหน เป็นการกำจัดโลภกิเลส การรักษาศีล ทำให้โทสะกิเลสค่อย ๆ จางหายไป การเจริญสมาธิภาวนา ทำให้โมหะกิเลสหายไป

ด้วยวิธีการง่าย ๆ ด้วยการทำทาน รักษาศีล และเจริญสมาธิภาวนา ที่ฆราวาสสามารถฝึกฝนและปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวัน ก็ย่อมเป็นเหตุให้กาย วาจา และใจ สะอาดบริสุทธิ์ผ่องใส เช่นเดียวกับที่พระภิกษุฝึกฝนอบรมตัวของท่านได้เช่นเดียวกัน ดังนั้นผู้เป็นฆราวาสจึงควรสนใจที่จะนำวิธีการตามที่ได้ศึกษาจาก ทั้งคณกโมคคัลลานสูตร และธัมมัญญสูตรไปใช้ ให้เกิดผลในทางปฏิบัติได้อย่างสมบูรณ์

SB 304

ชีวิตสมณะ

บทที่ 1

ความนำแห่งสามัญญผลสูตร

ความหมายของสามัญญผล

สามัญญผลสูตรเป็นพระสูตรที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงข้อปฏิบัติอันเป็นทางแห่งการบรรลุมรรคผลอย่างชัดเจน ประกอบด้วย เหตุ คือ ปฏิบัติต่าง ๆ และผล คือ สิ่ง que ผู้ปฏิบัติจะได้รับ ตั้งแต่เบื้องต้นไปกระทั่งผลสูงสุด คือ การหมดกิเลสอาสวะทั้งปวง

สามัญญผลสูตร จึงหมายถึง ผลหรืออานิสงส์ของความเป็นสมณะ หรือผลดีของการเป็นนักบวชในพระพุทธศาสนา

ผู้มีส่วนแห่งสามัญญผล

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงกำหนดข้อปฏิบัติอันเป็นทางแห่งการบรรลุมรรคผลไว้อย่างชัดเจน ถ้านักบวชรูปใดปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด ไม่มีขาดตกบกพร่อง ไม่มีการพลิกแพลงการปฏิบัติให้ผิดเพี้ยนแตกต่างออกไป ถือว่าประกอบเหตุดี ดังนั้น ผลดี คือ ได้สามัญญผลอันประณีต นักบวชผู้มีส่วนแห่งสามัญญผล หรือผู้ที่ได้รับประโยชน์จากการบวช จึงจำเป็นต้องชวนชวายในการประกอบเหตุดี นำข้อวัตรปฏิบัติในพระธรรมวินัยมาเป็นหลักในการประพฤติปฏิบัติอย่างจริงจัง

ชีวิตนักบวชนั้นประเสริฐสุด

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ในสามัญญผลสูตรว่า “ฆราวาสเป็นทางคับแคบ เป็นทางมาแห่งธุลี บรรพชาเป็นทางปลอดโปร่ง” หมายความว่า การครองชีวิตเป็นฆราวาสนั้น ย่อมมีโอกาสปฏิบัติกุศลธรรมได้น้อยกว่าการเป็นนักบวช เพราะการบวชมีเวลาประกอบคุณงามความดีอย่างเต็มที่

พระสูตรที่ต้องศึกษา

การศึกษาสามัญญผลสูตรจะช่วยให้เกิดความเข้าใจว่า เหตุใดมนุษย์เราจึงควรบวช เมื่อบวชแล้ว จะต้องปฏิบัติตนอย่างใดบ้าง จะต้องไม่ปฏิบัติอย่างใดบ้าง และเมื่อปฏิบัติตนตามขั้นตอนเป็นลำดับไปจนถึงที่สุด หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าประพาศิพรหมจรรย์ โดยบริสุทธิ์บริบูรณ์แล้ว จะเกิดผลดีต่อผู้ประพาศิเองอย่างไรบ้าง ความรู้เหล่านี้จะทำให้ผู้ที่ศึกษาตรองเห็นด้วยปัญญาว่า การดำเนินชีวิตเป็นนักบวชแท้ ๆ ในพระธรรมวินัยนั้นประเสริฐสุด ไม่มีการดำเนินชีวิตแบบใด ๆ จะเทียบได้เลย

สามัญญผลสูตรนี้ ให้ความรู้ที่เป็นประโยชน์อย่างมากทั้งต่อนักบวชและฆราวาสในด้านต่าง ๆ หลายประการ ดังต่อไปนี้คือ

- 1) มาตรฐานของนักบวช เกณฑ์มาตรฐานด้านหลักการ และคุณธรรมของนักบวชที่แท้จริง
- 2) การปฏิบัติตนต่อนักบวช โดยไม่ขัดต่อพระวินัย หรือศีลของนักบวช
- 3) การเตรียมตัวก่อนบวช เพื่อคุณค่าในการบวชได้ตรงตามความมุ่งหมายของพระศาสนา
- 4) บทสรุปหลักศาสนา มองภาพรวมคำสอนในพระพุทธศาสนาได้อย่างชัดเจน

การสั่งสมบุญบารมี

สามัญญผลสูตรเป็นพระสูตรที่ชี้ทางสว่างให้แก่นักบวช และผู้ปรารถนามรรคผลนิพพาน และให้แนวคิดที่มีคุณค่ายิ่งต่อผู้ครองเรือนโดยอเนกประการ

บทที่ 2

ที่มาแห่งสามัญญผลสูตร

ดินแดนประดิษฐานพระพุทธศาสนาแห่งแรก

แคว้นมคธในสมัยพุทธกาลนั้นเป็นศูนย์กลางแห่งความเจริญรุ่งเรืองทุกด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ การศึกษา ศิลปวัฒนธรรม ศาสนา และลัทธิต่าง ๆ บรรดาศาสนาเจ้าลัทธิ และนักปราชญ์ราชบัณฑิตทั้งหลายต่างมาชุมนุมกันในวันนั้น สมกับที่เป็นดินแดนแห่งการตรัสรู้ธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโดยแท้ พระสารีบุตร พระโมคคัลลานะ ซึ่งเป็นพระอัครสาวกเบื้องขวาและเบื้องซ้าย รวมทั้งพระมหากัสสปเถระต่างก็เป็นชาวแคว้นมคธทั้งสิ้น

ในสมัยพุทธกาลมีศูนย์กลางแห่งความเจริญ เป็นแคว้นมหาอำนาจ หนึ่งในสี่ของชมพูทวีป นั่นคือ กรุงราชคฤห์ แคว้นมคธ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงทรงประดิษฐานพระพุทธศาสนา ณ แคว้นนี้เป็นแห่งแรก

ที่มาแห่งสามัญญผลสูตร

ธรรมราชาพิมพิสาร พระเจ้าพิมพิสารทรงมีพระปรีชาทั้งด้านการบริหารและการสงคราม เพื่อแผ่ขยายพระราชอำนาจ จึงทรงกระทำปาณาติบาตมากมายจนได้ฟังพระธรรมจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจนบรรลुพระโสดาบัน พระองค์จึงทรงใช้ธรรมเป็นเครื่องผูกไมตรีแทนการสงครามและทรงเป็นอัครสาวก สร้างวัดแห่งแรกในพระพุทธศาสนา คือ วัดเวฬุวันมหาวิหาร

ขณะเดียวกัน พระเทวทัตผู้มีใจริษยาพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็ได้ทำการยุยงปลุกปั่น พระราชกุมารอชาตศัตรูให้ปลงพระชนม์พระเจ้าพิมพิสารผู้เป็นพระราชบิดา จนในที่สุด พระเจ้าอชาตศัตรูก็ทรงกระทำปิตุฆาต หลังจากที่พระเจ้าพิมพิสารสวรรคตแล้ว พระเจ้าอชาตศัตรูมิได้ทรงมีความสุขเลย เนื่องจากทั้งพระญาติพระสหาย ประชาชนต่างก็ประณาม พระเจ้าอชาตศัตรูทรงสำนึกว่าเกิดจากการที่พระองค์ทรงเชื่อพระเทวทัต

ดังนั้น จึงทรงสงสัยว่าเหตุใดนักบวชจึงทุศีล และจะรู้ได้อย่างไรว่านักบวชรูปใดทรงศีลหรือทุศีล พระองค์จึงทรงหาคำตอบ จนในที่สุดก็ได้ไปเข้าเฝ้าพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงได้รับคำตอบทรงซาบซึ้งในพระมหากรุณาธิคุณของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และขอถึงพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งที่ระลึกตลอดพระชนม์ชีพ นี่คือ ที่มาแห่งสามัญญผลสุด

บทที่ 3

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จประทับ ณ สวนอัมพวัน

พระเจ้าอชาตศัตรูทรงมีพระประสงค์เข้าเฝ้าพระพุทธองค์

พระเจ้าอชาตศัตรูทรงมีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะเสด็จไปฟังธรรม ถึงกับทรงเปล่งอุทานว่า “คตินี้เราควรจะไปหาสมณะ หรือพราหมณ์ผู้ใดดีหนอ ที่จะทำให้ใจของเราเลื่อมใสได้” เมื่อสิ้นสุรเสียงราชอำมาตย์ทั้ง 6 คน ต่างก็ทยอยกราบทูลพระเจ้าอชาตศัตรูให้เสด็จไปหาเจ้าลัทธิตินเลื่อมใสศรัทธา แม้หมอชีวกโกมารภัจจ์จะรู้ซึ่งถึงพระทัยของพระเจ้าเหนือหัวดีว่า ทรงปรารถนาจะเสด็จเข้าเฝ้าพระพุทธองค์ จนในที่สุด พระเจ้าอชาตศัตรูจึงทรงตรัสถาม ทำให้หมอชีวกโกมารภัจจ์เข้าใจในทันทีว่า พระเจ้าอชาตศัตรูทรงมีพระประสงค์แน่วแน่ที่จะเสด็จไปเฝ้าพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยใช้ตนเป็นผู้นำทาง

หมอชีวกสรรเสริญพระพุทธคุณ

หมอชีวกโกมารภัจจ์จึงกล่าวสรรเสริญพระพุทธคุณให้เป็นที่ปรากฏพร้อมบริบูรณ์ ทั้งพระปัญญาธิคุณ พระบริสุทธิคุณ และพระกรุณาธิคุณ ทั้ง 9 ประการ คือ 1. ทรงเป็นพระอรหันต์ 2. ทรงเป็นสัมมาสัมพุทธโศ 3. ทรงถึงพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ 4. ทรงเป็นสุคโต 5. ทรงเป็นโลกวิทู 6. ทรงเป็นปริสัทมมสารถิ 7. ทรงเป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย 8. ทรงเป็นพุทธโศ 9. ทรงเป็นภควา

การที่พระเจ้าอชาตศัตรู ทรงมีพระประสงค์ใครจักเสด็จไปเฝ้าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในครั้งนั้นมีเหตุผลที่สำคัญหลายประการ คือ ทรงรู้สึกสำนึกพระองค์ว่าได้กระทำผิด ในการที่หลงเชื่อคำ

พระเทวทัต นักบวชทุศีลและอันทพาล จนถึงกับหลงทำการอันร้ายกาจ ปลงพระชนม์ชีพพระราชบิดาผู้ทรงธรรม ซึ่งเป็นกรรมใหญ่หลวงนัก นอกจากนี้พระองค์ยังถูกพระเทวทัตล่อลวงด้วยกลอุบายหลายวิธีจนถึงกับเห็นผิดไปร่วมมือกับพระเทวทัตประทุษร้ายต่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยทรงใช้พวกนายขมังธนูไปลอบยิงพระพุทธรองค์ แม้ว่าไม่อาจทำอันตรายใด ๆ ต่อพระบรมศาสดาได้ แต่ก็ถือว่าพระองค์ได้ทรงทำกรรมหนักยิ่ง

ขบวนเสด็จสู่สวนอัมพวัน

ตามธรรมดาพระราชาทิ้งหลายมักมีศัตรูมาก หมอชีวกโกมารภัจจ์จึงจำเป็นต้องคิดวางแผนอย่างรอบคอบเมื่อขบวนเสด็จพร้อมแล้ว จึงกราบทูลเชิญพระเจ้าอชาตศัตรูเสด็จประทับข้างพระที่นั่ง ติดตามด้วยคนใกล้ชิดผู้ดูแลพระนครและมหาอำมาตย์เคลื่อนขบวนเสด็จออกจากกรุงราชคฤห์ด้วยพระอิสริยยศอันยิ่งใหญ่ไปสู่สวนอัมพวันอันเป็นที่ประทับของพระบรมศาสดา

ผู้ทำบาปย่อมระวางในโลกนี้

พระเจ้าอชาตศัตรูเสด็จเข้าไปใกล้ที่ประทับของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทอดพระเนตรเห็นพระภิกษุจำนวนมากนั่งแวดล้อมพระพุทธรองค์อยู่ด้วยอาการเจียบสงบ ไม่มีแม้กระทั่งเสียงกระแอมไอ ก็ยิ่งเกิดความหวาดหวั่นพรึ่นพริ้งว่า พระพุทธรองค์อาจจะไม่ทรงต้อนรับ เนื่องจากความผิดครั้งอดีตของพระองค์

บทที่ 4

ปัญหาค้างพระทัยของพระเจ้าอชาตศัตรู

สามัญญผลปัญหาที่รอคำตอบ

ปัญหาที่พระเจ้าอชาตศัตรูตรัสถามพระสัมมาสัมพุทธเจ้าความว่า “การออกบวชนั้นมีผลที่เห็นได้ในปัจจุบัน (สามัญญผล) อย่างไร”

พระพุทธรองค์ทรงมีพระดำริว่า หากพระองค์จะตรัสจำแนกกรรม และชี้ให้เห็นโทษของความผิดนั้นด้วยพระองค์เอง บรรดาอำมาตย์ผู้เป็นสาวกของครูทั้ง 6 อาจจะไม่ฟังธรรมโดยเคารพ แต่ถ้าพระเจ้าอชาตศัตรูทรงเป็นผู้ตรัสตำหนิคำสอนที่ผิด ๆ เหล่านั้นเสียเอง พวกอำมาตย์ย่อมจะไม่ต่อต้านหรือมีปฏิกิริยาแต่อย่างใด เพราะพระเจ้าอชาตศัตรูเป็นกษัตริย์ผู้เป็นใหญ่ในหมู่มชนเหล่านั้น

คำตอบของครูทั้ง 6

พระเจ้าอชาตศัตรูตรัสถึงคำตอบที่ได้จากอาจารย์ทั้ง 6 ซึ่งคำตอบมีดังนี้

- ครูปุณณกัศสป สรุปคำตอบได้ว่า บุญไม่มี บาปไม่มี
- ครูมัณฑลโคศล สรุปคำตอบได้ว่า สรรพสัตว์ในโลกล้วนเป็นไปตามชะตาชีวิตเมื่อเวียนว่ายตายเกิดไปนาน ๆ ก็จะบริสุทธิ์ได้เอง
- ครูอชิตเกสกัมพล สรุปคำตอบได้ว่า สัมมาทิฐิเบื้องต้นทั้ง 10 ประการไม่มีจริง คนเราตายแล้วสูญหมด ไม่มีการเกิดขึ้นซ้ำอีก
- ครูปุกุทธกัจจายนะ สรุปคำตอบได้ว่า ชีวิตเราประกอบด้วยสมภาวะ 7 กอง คือ กองดิน กองน้ำ กองไฟ กองลม สุข ทุกข์ และชิวะ (การมีชีวิต) ดังนั้นเมื่อใครปลงชีวิตใครก็เป็นเพียงแต่สอดศาสตราเข้าไปตามช่องแห่งสมภาวะ 7 กอง เท่านั้น
- ครูนิครนถนาฎบุตร สรุปคำตอบได้ว่า คนเราบริสุทธิ์ได้ด้วยน้ำ คือ การสำรวมระวังในสังวร 4 ประการ คือ เป็นผู้ห้ามน้ำทั้งปวง เป็นผู้ประกอบด้วยน้ำทั้งปวง เป็นผู้กำจัดน้ำทั้งปวง และเป็นผู้ประพรมด้วยน้ำทั้งปวง การสำรวมระวังในสังวร 4 ประการนี้ สามารถทำให้สิ้นกิเลสสิ้นทุกข์ได้
- ครูสัญชัยเวฬุภุตร ตอบแบบเล่นสำนวนวกไปวนมา

คำสอนของครูทั้ง 6

- ครูปุณณกัศสป สอนว่าบุญไม่มี บาปไม่มี ความดีความชั่วไม่มี ทำก็ไม่ชื่อว่าทำ (อภิริยทิฐิ)
- ครูมัณฑลโคศล สอนว่าโชคชะตามีอิทธิพลเหนือมนุษย์ ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ กรรมของบุคคลที่ทำแล้วในอดีต ไม่มีผลไปถึงในอนาคต นั่นคือ ไม่มีเหตุหรือไม่มีปัจจัย (อเหตุกทิฐิ)
- ครูอชิตเกสกัมพล สอนว่ามนุษย์ประกอบด้วยธาตุ 4 เมื่อตายแล้ว ก็แยกเป็นธาตุ 4 เช่นเดิม บุญและบาปไม่มี ปฏิเสธสัมมาทิฐิ 10 และสอนว่าคนโง่เป็นฝ่ายบริจาต คนฉลาดเป็นฝ่ายรับ
- ครูปุกุทธกัจจายนะ สอนว่าโลกเราประกอบด้วยธาตุ 4 และจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นสิ่งที่เที่ยงแท้ นิพพาน คือ ความรู้จริงเกี่ยวกับเรื่องสัมพันธระหว่างวัตถุ อันประกอบด้วยอณูอันเที่ยงแท้กับจิตหรือวิญญาณอันเที่ยงแท้

- คุณนิครนถนาฎบุตร สอนว่าการทรมานกายเป็นทางไปสู่ความพ้นทุกข์ ความจริงมีหลายเงื่อนไขหลายแง่ ถ้าพิจารณาแง่นี้อาจจะถูก แต่เมื่อพิจารณาในแง่หนึ่งอาจจะไม่ถูกก็ได้
- ครูสัญญาชัยเวฬุภฏบุตร ท่านเป็นอาจารย์เดิมของพระสารีบุตรและพระโมคคัลลานะ คำสอนในลัทธินี้ไม่แน่นอน เป็นเพราะเกรงว่าจะพุดปด เพราะเกรงจะถูกซักถาม และเพราะความโง่เขลา

ทั้งนี้คำสอนของครูเจ้าลัทธิทั้ง 6 นั้นล้วนเป็นไปเพื่อให้พระเจ้าอชาตศัตรูทรงโปรด และหันมาให้ความสันทนสนุกลัทธิของตน

การปฏิบัติของพระเจ้าอชาตศัตรูต่อเจ้าลัทธิต่าง ๆ

พระเจ้าอชาตศัตรูทรงมีพระปรีชาชาญ ทรงวินิจฉัยคำสอนของครูทั้ง 6 ว่าคำสอนเหล่านั้นไม่น่าเลื่อมใสศรัทธา เป็นคำสอนที่เป็นมิจฉาทิฎฐิ และในทางปฏิบัติไม่ทรงส่งเสริมนักบวชที่ไม่ทรงเลื่อมใสศรัทธา แต่ก็ไม่ทรงรุกราน

บทที่ 5 สามัญญผลเบื้องต้น

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสตอบในสามัญญผลต่าง ๆ ให้กับพระเจ้าอชาตศัตรู ดังนี้

สามัญญผลประการแรก

ผลดีของการบวชเป็นสมณะในขั้นต้น คือ ได้ยกสถานภาพของผู้บวชให้สูงขึ้นจากฐานะเดิม แม้ว่าจะเป็นวาระที่ต่ำต้อยก็ตาม แต่เมื่อบวชแล้ว แม้แต่วาระกษัตริย์ยังต้องกราบไหว้ และยังสามารถตรองคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอีกว่า

1. คุณธรรมขั้นพื้นฐานที่ผู้บวชจะต้องมี คือ สัมมาทิฎฐิ
2. ผู้บวชต้องเข้าใจว่าวัตถุประสงค์ของการบวช คือ การสร้างบุญบารมีให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป
3. เมื่อบวชแล้วต้องสำรวม กาย วาจา ใจ
4. เมื่อบวชแล้วต้องอยู่อย่างสันโดษ
5. เมื่อบวชแล้วต้องรักชีวิตที่เรียบง่าย

สามัญญผลประการที่สอง

ผลแห่งการบวชข้อที่สอง คือ ได้รับความเคารพยกย่องบูชา กราบไหว้ บำรุงด้วยปัจจัย 4 พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงประกาศพระคุณอันประเสริฐด้วยพระพุทธรูป 9 ประการดังนี้

1. ทรงเป็นพระอรหันต์ คือ ทรงไกลจากกิเลส, ทรงหักกิเลสด้วยปัญญา, ทรงควรแก่การบูชา ไม่ทรงความชั่วในทีลับ

2. ทรงเป็นผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ คือ ตรัสรู้ทั้งเหตุและผล, เหตุแห่งทุกข์, เหตุแห่งสุข, เหตุไม่ทุกข์ ไม่สุข, การดับทุกข์ (อริยสัจ)

3. ทรงเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชา และจรณะ คือ วิชา 8 เป็นความรู้ที่กำจัดความมืด และจรณะ เป็นข้อปฏิบัติอันเป็นทางบรรลुวิชา มีองค์ 15

4. ทรงเป็นผู้เสด็จไปได้แล้ว 4 ประการ คือ เสด็จไปได้, ไปถูกต้อง, ไปในฐานะที่ดี, ไปงาม

5. ทรงเป็นผู้รู้แจ้งโลก มี 2 นัย คือ

นัยที่ 1 ทรงรู้เหตุที่แท้จริงของคนเราว่าต้องมีเกิด แก่ เจ็บ ตาย และวิธีการดับ

นัยที่ 2 โลกประกอบด้วย สังขารโลก สัตว์โลก และโอกาสโลก

6. ทรงเป็นสารถิฝักบุรุษที่ควรฝัก ไม่มีผู้อื่นยิ่งกว่า แยกพิจารณาเป็น 3 ประเด็น คือ

- อนุตตโร คือ ยอดเยี่ยมอย่างไม่มีผู้ใดเสมอเหมือน

- ปุริสทัมมสารถิ คือ พระพุทธองค์ทรงฝักผู้ควรฝักได้

- อนุตโร ปุริสทัมมสารถิ คือ พระองค์ทรงพระคุณอันประเสริฐ หาใครเสมอเหมือน

มิได้

7. ทรงเป็นศาสดาของมนุษย์และเทวดาทั้งหลาย ทรงเป็นพระบรมครูของมนุษย์และเทวดา

8. ทรงเป็นผู้เบิกบานแล้ว มี 2 นัย คือ

นัยที่ 1 ตรัสรู้ไฉยธรรม ทรงตื่นจากความเชื่อผิด ๆ และสอนให้ผู้อื่นด้วย

นัยที่ 2 ตรัสรู้อริยสัจ 4 คือ ทรงตื่นจากความไม่รู้ และสอนให้สัตว์โลกรู้และปฏิบัติตาม

9. ทรงเป็นผู้จำแนกธรรม ทรงสามารถแยกแยะธรรมส่วนที่ละเอียด ๆ และทรงนำไปสั่งสอนเพื่อบำบัดทุกข์ทางกาย และใจให้กับสัตว์โลก

เมื่อพระเจ้าอชาตศัตรูได้สดับพระพุทธรูปอันบริบูรณ์บริสุทธิที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงจำแนกออกเป็นข้อ ๆ เป็นการยืนยันพระพุทธรูปที่หมอชิวโกมารภัจจได้เคยกล่าวสรรเสริญกับพระองค์มาแล้วครั้งหนึ่ง จึงก่อให้เกิดความเลื่อมใสศรัทธาในพระพุทธรูปโดยปราศจากข้อกังขา

บทที่ 6

คุณธรรมที่ทำให้เป็นผู้บริสุทธิ์

แรงจูงใจและเป้าหมายในการบวช

มีเหตุผล 3 ประการ คือ

1. ศรัทธาในคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
2. เห็นโทษของชีวิตฆราวาสว่าเป็นทางคับแคบ เป็นที่มาของกิเลส เพราะชีวิตฆราวาสเกี่ยวพันในเรื่อง กิเลสกรรมและวัตถุกรรม
3. มีปัญญาตรองเห็นคุณของชีวิตนักรบว่ามีโอกาสประพาศพรหมจรรย์ได้เต็มที่ สิ่งที่แสดงให้เห็นว่าชีวิตฆราวาสเป็นที่ประชุมแห่งบาปอกุศลก็คือ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า “ฆราวาสคับแคบ เป็นทางมาแห่งธุลี” หมายความว่า การใช้ชีวิตแบบฆราวาสนั้นต้องเกี่ยวข้องกับพัวพันอยู่ด้วยเรื่องกรรม ฆราวาสทั้งหลายจึงตกอยู่ในอำนาจของกรรม หรือตกเป็นทาสของกรรม “กรรม” คืออะไร กรรมประกอบด้วยองค์ 2 คือ

1. กิเลสกรรม คือ ความชั่วที่แฝงอยู่ในใจแล้วผลักดันให้ทำในสิ่งที่ผิด เช่น โลภะ โทสะ โมหะ มานะ ทิฏฐิ
2. วัตถุกรรม คือ วัตถุอันน่าใคร่ น่าปรารถนา ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส

ข้อปฏิบัติเบื้องต้นของพระภิกษุ

1. สำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์ คือ สำรวมระวังตนให้ประพฤติดังงามทางกาย วาจา เพื่อตนจะได้พ้นทุกข์

วิธีปฏิบัติ “ปาฏิโมกขสังวรศีล” นั้น อาจแยกอธิบายเพื่อให้เข้าใจง่ายเป็น 3 หัวข้อ ดังนี้

- 1) ถึงพร้อมด้วยมรรยาทและโคจร
- 2) มีปรกติเห็นภัยในโทษแม้เพียงเล็กน้อย
- 3) สมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย

2. มีอาชีพรีสุทธิ หรือ อาชีพปาริสุทธิศีล (ภาวะปกติในการเลี้ยงชีวิตอย่างสะอาดหมดจด ปราศจากการประพฤติกุศล) พระภิกษุต้องหาเลี้ยงชีพด้วยความบริสุทธิ์

พระภิกษุที่เลี้ยงชีวิตอย่างสะอาดหมดจด ปราศจากการประพฤติกุศล ย่อมพอใจปัจจัย 4 ตามมีตามได้ จัดว่าเป็นผู้มีอาชีพรีสุทธิ ในทำนองกลับกันพระภิกษุที่มุ่งแสวงหาปัจจัย 4 มาปรนเปรอตนเองด้วยกถาวิธีศีลต่าง ๆ จัดว่าประพฤติกุศลมีฉาอาชีพวะ มีอาชีพไม่บริสุทธิ์

ลักษณะอาชีพไม่บริสุทธิ์

1. กุหนา (อ่านว่า กุ-หะ-นา) หมายถึง การหลอกลวง

2. **ลปนา** หมายถึง พุดพีรีพีไร ได้แก่ การพุดประจบเลียบเคียงต่าง ๆ นานา โดยมีเจตนาจะได้ปัจจัยไทยธรรมจากทายก

3. **เหมิตติกตา** หมายถึง พุดหวานล่อม ได้แก่ การกระทำหรือการพุดอ้อมค้อม เพื่อล่อใจให้ทายกถวายของ

4. **นิปเปสิกตา** หมายถึง พุดทำทนายถากถางให้เจ็บใจ หรือพุดเป็นเชิงบีบบังคับ

5. **นิชิตินตา** หมายถึง การแสวงหากำไร เป็นการต่อลามกด้วยลามกของพระภิกษุบางรูป

ชื่ออาบัติเกี่ยวกับอาชีวะไม่บริสุทธิ์

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติสิกขาบทเกี่ยวกับเรื่องมิจฉาอาชีวะไว้ 6 ข้อ พร้อมทั้งระบุชื่ออาบัติเพราะละเมิดสิกขาบทเหล่านั้นไว้ ดังนี้

- 1) พระภิกษุขออดุตริมนุสสรธรรมที่ไม่มีในตน เพราะเห็นแก่อาชีวะ ต้องอาบัติปาราชิก
- 2) พระภิกษุชักส่อให้ชายหญิงเป็นผัวเมียกัน เพราะเห็นแก่อาชีวะ ต้องอาบัติสังฆาทิเสส
- 3) พระภิกษุพุดเป็นเลศนัยกับทายกทายิกาผู้สร้างกุฏิถวายว่า พระภิกษุผู้อยู่ในวิหารของทายกทายิกานั้นเป็นพระอรหันต์ การที่กล่าวยืนยันเช่นนั้น เพราะเห็นแก่อาชีวะ ต้องอาบัติถุลลัจจัย
- 4) พระภิกษุที่มีได้อาหาร ขออาหารอันประณีตมาฉันเอง เพราะเห็นแก่อาชีวะ ต้องอาบัติปาจิตตีย์
- 5) ภิกษุณีที่มีได้อาหาร ขออาหารอันประณีตมาฉันเอง เพราะเห็นแก่อาชีวะ ต้องอาบัติปาฏิเทสนียะ
- 6) พระภิกษุโดยทั่วไปเอ่ยปากขออาหารจากทายกทายิกามาฉันเอง ต้องอาบัติทุกกฏ

ลักษณะอาชีวะที่บริสุทธิ์

พระภิกษุที่งดเว้นจากมิจฉาอาชีวะทุกประการดังกล่าวแล้ว ย่อมถือได้ว่ามีอาชีวะปาริสุทธิศีล หรือมีอาชีวะบริสุทธิ์ หรือมีกาย วาจาบริสุทธิ์ การที่พระภิกษุจะบำเพ็ญอาชีวะปาริสุทธิศีลได้เต็มที่นั้นขึ้นอยู่กับความเพียรพยายามในการฝึกฝนตนเองเป็นสำคัญ หากความเพียรย่อหย่อนเสียแล้ว พระภิกษุก็จะหันไปแสวงหาปัจจัยในทางไม่สมควร ความเพียรเท่านั้นที่เอื้ออำนวยให้ปัจจัยอันบริสุทธิ์เกิดขึ้นแก่พระภิกษุ ได้แก่ “ปัจจัยสันนิสสิตศีล” หรือ “ปัจจัยเวกชนศีล”

3. **ถึงพร้อมด้วยศีล** หมายถึง เป็นผู้สมบูรณ์ในศีล 3 อย่าง คือ จุลศีล มัชฌิมศีล และมหาศีล

4. **คุ้มครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย** คือ การสำรวมในตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

5. **ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ** (สติ คือ ความระลึกได้) (สัมปชัญญะ คือ ความรู้สึกตัว) สติจะเกิดก่อนทำ พุด คิด สัมปชัญญะเกิดในขณะที่ทำ พุด คิด และสองสิ่งนี้จะเกิดคู่กันเสมอ

6. เป็นผู้สันโดษ คือ ความยินดี พอใจในของที่ตนมี ซึ่งจะเน้นไปที่ปัจจัย 4

สันโดษในแง่ที่เป็นธรรมปฏิบัติของภิกษุหนึ่งแบ่งออกเป็น 3 ประการ คือ

1) **ยถาลาภสันโดษ** คือ ยินดีตามที่ได้ หมายความว่า เมื่อได้สิ่งใดมาด้วยความเพียรของตน ก็พอใจในสิ่งนั้น

2) **ยถาพละสันโดษ** คือ ยินดีตามกำลัง หมายความว่า พอใจเพียงแค่ว่าพอแก่กำลังร่างกาย สุขภาพ และขอบเขตการใช้สอยของตน

3) **ยถาสารูปสันโดษ** คือ ยินดีตามสมควร หมายความว่า พอใจตามที่สมควรแก่ภาวะ ฐานะ แนวทางชีวิตและจุดหมายแห่งการบำเพ็ญกิจของตน

พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญความสันโดษไว้ว่า “ ความสันโดษเป็นทรัพย์อย่างเยี่ยม”

เมื่อภิกษุเป็นผู้สันโดษ จิตย่อมคลายความกังวลและความยึดมั่นถือมั่น ย่อมมีความยินดีตามมีตามได้ จึงสามารถชำระจิตให้บริสุทธิ์จากความฟุ้งเล็งในโลกได้

บทที่ 7

สามัญญผลเบื้องกลาง

สามัญญผลเบื้องกลาง

สามัญญผลเบื้องกลาง คือ อานิสงส์ที่ได้รับจากการเจริญภาวนา เมื่อเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยศีล คัมภีรกรรมในอินทรีย์ทั้งหลาย ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ เป็นผู้สันโดษ ครั้นเมื่อเจริญภาวนา ย่อมบรรลุฌานไปตามลำดับ

ละนิวรณ์ได้ ใจย่อมเป็นสมาธิ

เมื่อละนิวรณ์ทั้ง 5 ได้ กายและใจจึงสงบจากกาม และอกุศลธรรม คือ อภิชฌา และโทมนัส เป็นความยินดีในร้ายที่สามารถบังคับใจให้คิดทำความชั่วต่าง ๆ ได้ทั้งสิ้น

นิวรณ์

นิวรณ์ คือ กิเลสที่ปิดกั้นใจไม่ไห้บรรลุความดี ไม่ให้ก้าวหน้าในการเจริญภาวนา ทำให้ใจซัดส่าย ไม่ยอมให้ใจรวมหยุดนิ่งเป็นหนึ่ง หรือเป็นสมาธิ นิวรณ์มี 5 ประการ

1. **กามฉันทะ** คือ หมกหมุ่น ครุ่นคิด ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบกามฉันทะเหมือน “หนี้” คือ ผู้ที่เป็นหนี้เขา

2. **พยาบาท** คือ ความคิดร้าย ความรู้สึกไม่ชอบใจสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ได้แก่ ความขุ่นใจ ความขัด เป็นต้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบพยาบาทเหมือน “โรค” ผู้ที่เป็นโรคต่าง ๆ ย่อมมีความทุกข์

3. **ถีนมิทธะ** คือ ความหดหู่ ความง่วงเหงา ซึมเซา ขาดความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ขาดกำลังใจและความหวังในชีวิต พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบ ถีนมิทธะเหมือน “การถูกจองจำอยู่ในเรือนจำ”

4. **อุทธัจจกุกกุกจะ** คือ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ อันเกิดจากการปล่อยใจให้เคลิบเคลิ้มไปกับเรื่องที่มากระทบใจแล้วคิดปรุงแต่งเรื่อยไปไม่สิ้นสุด พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเปรียบอุทธัจจกุกกุกจะเหมือน “ความเป็นทาส”

5. **วิจิกิจฉา** คือ ความลังเลสงสัย ไม่แน่ใจ มีคำถามเกิดขึ้นในใจตลอดเวลาพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเปรียบวิจิกิจฉาเหมือน “บุรุษผู้มั่งคั่งเดินทางไกลและกันดารพบอุปสรรคมากมาย”

ลักษณะของใจ

ใจมีลักษณะเป็นดวงกลมใส เส้นผ่าศูนย์กลางโตเท่ากระบอกตาของตนเอง ตั้งอยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 ซึ่งอยู่ตรงกลางลำตัว เหนือระดับสะดือ 2 นิ้วมือ เนื้อของดวงใจมีลักษณะเป็นดวงซ้อนกันอยู่เป็นชั้น ๆ 4 ชั้น คือ ชั้นนอกเป็นดวงเห็น ชั้นที่สองเป็นดวงจำ ชั้นที่สามเป็นดวงคิด ชั้นที่สี่เป็นดวงรู้

ความหมายที่สมบูรณ์ของสมาธิ

สมาธิ คือ สภาวะที่ใจปลอดจากนิวรณ์ 5 ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว รวมเป็นจุดเดียว ไม่ซัดส่าย สงบนิ่งจนปรากฏเป็นดวงใสบริสุทธิ์ผุดขึ้น ณ ศูนย์กลางกาย สามารถยังผลสำเร็จอันยิ่งใหญ่ต่อการบรรลุธรรมขั้นสูงต่อไป

ฌาน 4

ฌาน 4 คือ ภาวะที่จิตสงบประณีต เป็นสมาธิแน่นหนา เหนือกว่าสมาธิธรรมดา เมื่อพระภิกษุกระทำจิตให้สงบสงัด เป็นสมาธิละเอียดอ่อนก็จะเข้าฌานระดับต่าง ๆ ไปตามลำดับ

- ปฐมฌาน คือ จะบรรลุได้ต้องละนิวรณ์ ตั้งอยู่ด้วยองค์ 5 คือ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุขและเอกัคคตา

- ทุตติยฌาน คือ ทำให้วิตก, วิจารณ์สงบ จึงบรรลุทุตติยฌาน ตั้งอยู่ด้วยองค์ 3 คือ ปีติ สุข และเอกัคคตา

- ตติยฌาน เมื่อใจตั้งมั่นขึ้นไปอีก บรรลุตติยฌาน ตั้งอยู่ด้วยองค์ 2 คือ สุข และเอกัคคตา

- จตุตถฌาน เมื่อใจตั้งมั่นด้วยองค์ 2 อย่างแน่น ย่อมบรรลุจตุตถฌาน จะไม่มีสุขทุกข์ มีแต่อุเบกขา (ความวางเฉย) และเอกัคคตา

ประเภทของสมาธิ

สมาธิในพระพุทธศาสนา แบ่งเป็น 2 ระดับ คือ

- สมาธิเบื้องต้น คือ ภาวะที่ใจสงบ ปราศจากอารมณ์ทั้ง 6 คือ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส และธรรมารมณ์ นีวรณ 5 จึงเริ่มสงบใจจึงรวมเป็นหนึ่งเกิดเป็นดวงสว่าง

- สมาธิเบื้องต้น คือ ภาวะที่ใจสงบเป็นสมาธิถึงที่สุด เป็นสมาธิซึ่งผู้ปฏิบัติบรรลุฌาน 4 ตามลำดับ

สมาธิในทางปฏิบัติ

สมาธิเบื้องต้นในทางปฏิบัติ คือ การสละอารมณ์ไม่ให้ติดกับจิต หากจิตติดกับอารมณ์ อย่างใดอย่างหนึ่งในอารมณ์ทั้ง 6 ใจย่อมคิดซัดส่าย

สมาธิเบื้องต้นในทางปฏิบัติ คือ สมาธิในฌาน คือ เมื่อวางใจหยุดได้ถูกส่วน ก็เข้าถึงสมาธิเบื้องต้น เกิดเป็นดวงฌานขึ้นกลางดวงจิตนั้น มีลักษณะเป็นดวงกลมรอบตัวเป็นปริมาตรใส เป็นกระจก มีกายมนุษย์ละเอียดนั่งอยู่กลางดวงฌานที่ผุดนั้น

สมาธิในทางปฏิบัติที่กล่าวมา ทำให้รู้เห็นตามความเป็นจริงนั้น เป็นตัว “ ปฏิเวธ ”

- ปฏิเวธในปฐมฌาน คือ กายมนุษย์ละเอียด

- ปฏิเวธในทุติยฌาน คือ กายทิพย์ และกายทิพย์ละเอียด

- ปฏิเวธในตติยฌาน คือ กายรูปพรหม และกายรูปพรหมละเอียด

- ปฏิเวธในจตุตถฌาน คือ กายอรูปพรหม และกายอรูปพรหมละเอียด

เมื่อเข้าสู่รูปฌานแล้ว ใจของกายรูปพรหมละเอียดก็หยุดนิ่งอยู่ตรงศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายอรูปพรหมละเอียด เพื่อที่จะเข้ารูปฌานต่อไป

บทที่ 8

สามัญญผลเบื้องสูง

การบรรลุมรรคผลนิพพาน

ผู้ที่บรรลุมรรคผลนิพพานได้นั้น ต้องอบรมใจให้เป็นสมาธิแน่นแน โดยการวางใจไว้ที่ ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 จนใจสงบนิ่ง ไม่ซัดส่าย กระทั่งปรากฏเป็นดวงกลมสุกสว่างผุดขึ้นที่ ศูนย์กลางกาย สภาวะเช่นนี้วิเวก 5 ได้สงบระงับจากใจแล้ว ใจจึงดำดิ่งแน่นแนเข้าสู่ภายในต่อไป อีก ทำให้ผู้เจริญภาวนาบรรลุฌานทั้ง 4 ระดับไปตามลำดับ

สามัญญผลลำดับที่ 1

หลังจากบรรลุฌาน 4 แล้วระครองใจเป็นสมาธิต่อไป จนกระทั่งบรรลุฌานขั้นต้นเรียกว่า ฌานทัตสนะ (ธรรมกายโคตรภู) เป็นอริยบุคคลระดับต้น คือ พระโสดาบัน

สามัญญผลลำดับที่ 2

เมื่อบรรลุวิปัสสนาญาณ แล้วระครองจิตให้เป็นสมาธิต่อไปอีก หากน้อมจิตไปเพื่อให้ได้ ฤทธิ์ทางใจ ฤทธิ์ทางใจก็เกิดขึ้น เรียกว่า มโนมยิทธิ ซึ่งเป็นผลจากใจที่บริสุทธิ์มากขึ้น และส่งผล ให้ผู้เจริญภาวนามีฤทธาานุภาพ ถึงขั้นนิรมิตการต่าง ๆ ได้ และเป้าหมายของการเจริญภาวนานั้น คือ การทำจิตให้บริสุทธิ์ขึ้นตามลำดับ จนกระทั่งจิตบริสุทธิ์หมดจดจากกิเลสทั้งปวง

สามัญญผลลำดับที่ 3

เมื่อบรรลุมโนมยิทธิ แล้วระครองจิตให้เป็นสมาธิต่อไปอีก น้อมจิตเพื่อให้ได้ฤทธิ์ก็จะมี อิทธิฤทธิ์มากกว่ามโนมยิทธิ เรียกว่า อิทธิวิธี

สามัญญผลลำดับที่ 4

เมื่อบรรลุอิทธิวิธี แล้วระครองจิตให้เป็นสมาธิต่อไป ยังผลให้บรรลุฌานสามารถฟังอะไร ได้ยินหมดตามความปรารถนาเรียกว่า ทิพยโสต (หูทิพย์)

สามัญญผลลำดับที่ 5

เมื่อบรรลุทิพยโสต แล้วระครองจิตให้เป็นสมาธิต่อไปอีก ยังผลให้บรรลุฌานซึ่งกำหนดรู้ ใจของผู้อื่น หรือสัตว์อื่น เรียกว่า เจโตปริยญาณ

สามัญญผลลำดับที่ 6

เมื่อบรรลุเจโตปริยญาณ แล้วระครองจิตให้เป็นสมาธิต่อไปอีก จิตย่อมสุขสว่างขึ้น สามารถระลึกชาติได้แต่หนหลังเรียกว่า **ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ**

สามัญญผลลำดับที่ 7

เมื่อบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ แล้วระครองจิตต่อไปอีก ยังผลให้เล็งเห็นการเวียนว่ายตายเกิดของหมู่สัตว์ตลอดจนกฎแห่งกรรมนี้ มีชื่อว่า **ทิพยจักขุ หรือ จุตูปปาตญาณ หรือ ตาทิพย์**

สามัญญผลลำดับที่ 8

เมื่อบรรลุจุตูปปาตญาณ แล้วระครองจิตให้เป็นสมาธิต่อไปอีก จิตย่อมบริสุทธิ์หมดจดจากกิเลสและอุปกิเลสโดยสิ้นเชิง ยังผลให้หยั่งรู้อริยสัจ 4 คือ บรรลุอรหัตตผล เรียกว่า **อาสวักขยญาณ**

สามัญญผลเบื้องสูงทั้ง 8 ประการนี้ เรียกอีกอย่างว่า **วิชา 8** จะเห็นว่าหลักสำคัญในการปฏิบัติเพื่อบรรลุญาณระดับต่าง ๆ ก็คือ **“จิตเป็นสมาธิตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว”**

การที่ผู้เจริญภาวนาซึ่งบรรลุญาณระดับต่าง ๆ สามารถรู้เห็นการตายและการเกิดของหมู่สัตว์ รู้เห็นความแตกต่างของหมู่สัตว์อันมีกรรมเป็นเหตุ ตลอดจนมีหุทิพย์ ตาทิพย์ หรือระลึกชาติได้เหล่านี้ ล้วนรู้ด้วยญาณของธรรมกาย และเห็นด้วยตาของธรรมกายทั้งสิ้น จะรู้ด้วยความรู้ของกายมนุษย์ หรือเห็นด้วยตาของกายมนุษย์ก็หาไม่ ดังนั้นจึงกล่าวในเชิงปฏิบัติเพื่อให้เข้าใจง่าย ๆ ได้ว่า **“บรรลุญาณ ก็คือบรรลุธรรมกายนั่นเอง”**

จากพระธรรมเทศานี้ ทำให้พระเจ้าอชาตศัตรูขอถึงพระรัตนตรัยเป็นสรณะ และสารภาพความผิดการทำปิตุฆาต ความจริงแล้วพระเจ้าอชาตศัตรูเป็นโสดาบันบุคคลได้ เพียงแต่บาปแห่งการทำปิตุฆาตซึ่งเป็นอนันตริยกรรมได้ปิดกั้นไว้ แต่เมื่อพระเจ้าอชาตศัตรูเสวยทัณฑกรรมแล้วจะตรัสรู้เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้า พระนามว่า **ชีวัตติเสส**

