

## พุทธธรรมสำหรับการพัฒนาชีวิตครู

นำเสนอเมื่อ : 15 ก.ย. 2551

### พุทธธรรมสำหรับการพัฒนาชีวิตครู

#### 1. ปฏิจจสมุปบาท (dependent origination)

##### ความหมายของปฏิจจสมุปบาท

การศึกษาศาสนาพุทธศาสนา ผู้ศึกษาไม่พยายามทำความเข้าใจในหลักปฏิจจสมุปบาท แล้วก็หาได้ชื่อว่าได้ศึกษาพระพุทธานุศาสนานะ  
พระพุทธเจ้าได้ทรงประกาศศักดิ์แห่งความเป็นผู้ตรัสรู้ด้วยการรู้อย่างแจ่มแจ้งซึ่งปฏิจจสมุปบาทนี้เอง  
พื้นดินก็เป็นที่ตั้งรองรับบรรดามนุษย์ พืช สัตว์ และสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ฉะนั้นได้ ปฏิจจสมุปบาท  
ก็เป็นที่ตั้งรองรับอริยสัจ 4 และหมวดธรรมทั้งหลาย ฉะนั้น สมดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า  
“ผู้ใดเห็นปฏิจจสมุปบาทผู้นั้นย่อมเห็นธรรม ผู้ใดเห็นธรรมผู้นั้นย่อมเห็นปฏิจจสมุปบาท”

ก่อนที่ผู้ศึกษาจะได้ทราบความหมายอันลึกซึ้งและน่าอัศจรรย์ในภูมิปัญญาของผู้นำมาบอกเล่าโปรดทราบความหมายตามรูปศัพท์ก่อน เพื่อให้เข้าใจง่ายขึ้น

คำว่า ปฏิจจสมุปบาท แยกศัพท์ออกเป็น ปฏิจจ = อาศัย + สมุปบาท =  
เกิดขึ้นพร้อมกันหรือถ้าจะแยกให้ละเอียดก็จะได้ = ปฏิ = เฉพาะ + อดี = ยิ่ง ส = พร้อม + อุป = เข้าไป + บาท =  
เกิด เมื่อแปลโดยความหมายก็จะได้ว่า ความว่า การเกิดขึ้นเพราะอาศัยกันหรือมาปรับสำนวนภาษาใหม่ว่า  
“ธรรมที่อาศัยกันและกันเกิดขึ้น”  
หรือการเกิดขึ้นที่มีลักษณะเป็นวัฏจักรกล่าวคือไม่มีสิ่งที่เกิดขึ้นโดยมีต้นอาศัยสิ่งอื่น

หากจะพิจารณาถึงความเป็นของสิ่งทั้งหลายทั้งปวงในจักรวาลหรือเอกภพนี้ไม่มีสิ่งใดเลยที่ไม่อาศัยกันและกันทุกสิ่งทุกอย่างย่อมอาศัยซึ่งกันและกันเป็นไปตามสภาพของตน

ผู้รู้เรื่องปฏิจจสมุปบาทย่อมจะเข้าใจชีวิตตามความเป็นจริง  
ย่อมรู้สาเหตุแห่งการเกิดและการดับไปของชีวิตของสัตว์ทั้งปวง  
และย่อมเข้าใจเหตุผลแห่งการดำเนินไปของวัฏจักรแห่งชีวิตและสามารถดับอวิชชาต้นเหตุแห่งทุกข์  
ซึ่งเป็นตัวการให้เกิดทุกข์ในวัฏสงสารได้

## หัวข้อแห่งปัจฉิมสัมปทา

ปัจฉิมสัมปทามืออัครธรรมที่ประกอบกันขึ้น 12 หัวข้อ ใน 12 หัวข้อนี้เป็นได้ทั้งสายเกิดและสายดับ

ก. สายเกิด คือ การเกิดขึ้นที่อาศัยสิ่งอื่นเกิด กล่าวคือเมื่อสิ่งหนึ่งเกิดอีกสิ่งหนึ่ง ก็เกิดขึ้นตามมา เรียกว่า สมุทัยวาร

ข. สายดับ คือ การดับเพราะสิ่งอื่นดับคือเมื่อสิ่งหนึ่งดับสิ่งหนึ่งก็ดับตามไป ด้วย เปรียบเหมือนสายพานเครื่องจักรขาดหรือเครื่องดับ ส่วนอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องก็พลอยหยุดหมุนไปด้วย เรียกว่า นิโรธวาร

ปัจฉิมสัมปทา เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ปัจจยการ 12 หรือ อิทัปปัจจยตา (ความมีสิ่งนี้สิ่งนี้จึงมี)

ก. สายเกิด

1-2) อวิชชาปัจจยยา สงฺขาร เพราะอวิชชาเป็นปัจจัยจึงมีสังขาร

3) สงฺขารปัจจยยา วิญญฺญาณ เพราะสังขารเป็นปัจจัยจึงมีวิญญฺญาณ

4) วิญญฺญาณปัจจยยา นามรูป เพราะวิญญฺญาณเป็นปัจจัยจึงมีนามรูป

5) นามรูปปัจจยยา สฬายตนะ เพราะนามรูปเป็นปัจจัยจึงมีสฬายตนะ

6) สฬายตนะปัจจยยา ผสฺโส เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัยจึงมีผัสสะ

7) ผสฺสปัจจยยา เวทนา เพราะผัสสะเป็นปัจจัยจึงมีเวทนา

8) เวทนาปัจจยยา ตณฺหา เพราะเวทนาเป็นปัจจัยจึงมีตณฺหา

9) ตณฺหาปัจจยยา อุปาทาน เพราะตณฺหาเป็นปัจจัยจึงมีอุปาทาน

10) อุปาทานปจฺจยา ภโว เพราะอุปาทานเป็นปัจจัยจึงมีภพ

11) ภวปจฺจยา ชาติ เพราะภพเป็นปัจจัยจึงมีชาติ

12) ชาติปจฺจยา ชรามรณํ เพราะชาติเป็นปัจจัยจึงมีชรามรณะ

โสภุปริเทวทุกขโทมนสสุปายาสา สมฺภวานฺติ ความโศก ความคร่ำครวญ ทุกข์โทมนัส  
และความคับแค้นใจจึงเกิดขึ้น

เอวเมตสฺส เกวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส สมฺทโย โหติ  
ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งปวงนี้จึงมีด้วยประการฉะนี้

ข้อสังเกต การที่ข้อ 1 และ 2 พร้อมกัน เพราะมี 2 องค์ธรรมด้วยกัน คือ  
อวิชชาและสังขารซึ่งเกิดขึ้นเพราะอาศัยอิงกันและกัน และเป็นสาเหตุให้สิ่งอื่นเกิดขึ้นตามมา

คำว่า ปัจจัย หมายถึงสิ่งที่เป็นเครื่องอาศัยให้ชีวิตดำเนินไปได้ เช่น ปัจจัย 4 (อาหาร เครื่องนุ่งห่ม  
ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค) เป็นเครื่องอาศัยแห่งชีวิต กล่าวคือช่วยให้ชีวิตดำเนินไปได้

การแสดงไปตามลำดับจากต้นไปหาปลาย โดยเริ่มต้นที่อวิชชาก่อนแล้วเรียงลำดับไปจนถึงชรามรณะ  
เรียกว่า อนุโลมเทศนา ส่วนการแสดงจากชรามรณะ ย้อนกลับไปหาอวิชชา เรียกว่า ปฏิโลมเทศนา

พระพุทธองค์เมื่อตรัสรู้ใหม่ ๆ ได้ประทับอยู่ภายใต้ต้นมหาโพธิ์นั้น  
ได้ทรงพิจารณาปฏิจจสมุปบาทที่พระองค์ได้ทรงกำหนดรู้แล้วนั้นตามลำดับ (อนุโลม) และถอยหลัง (ปฏิโลม)  
ทั้งเกิดและขางดับ (สายเกิดและสายดับ) ตลอดยาม 3 แห่งราตรี

ข. สายดับ

1-2) อวิชชาขเตว อเสสวิราคนิโรธา สงฺขารนิโรธา เพราะอวิชชาดับไม่เหลือสังขารจึงดับ

3) สงฺขารนิโรธา วิญญานนิโรโธ เพราะสังขารดับวิญญานจึงดับ

4) วิญญานนิโรธา นามรูปนิโรโธ เพราะวิญญานดับนามรูปจึงดับ

5) นามรูปนิโรธา สฬายตนนิโรโธ เพราะนามรูปดับสฬายตนจึงดับ

6) สฬายตนนิโรธา ผสฺสนิโรโธ เพราะสฬายตนดับผัสสะจึงดับ

- 7) ผสฺสนิโรธา เวทนานิโรโธ เพราะผัสสะระดับเวทนาจึงดับ
- 8) เวทนานิโรธา ตณฺหานิโรโธ เพราะเวทนาดับตณฺหาจึงดับ
- 9) ตณฺหานิโรธา อุปาทานิโรโธ เพราะตณฺหาดับอุปาทานจึงดับ
- 10) อุปาทานนิโรธา ภวนิโรโธ เพราะอุปาทานดับภพจึงดับ
- 11) ภวนิโรธา ชาตินิโรโธ เพราะภพดับชาติจึงดับ
- 12) ชาติ นิโรธา ชรามรณนิโรโธ เพราะชาติดับ ชรามรณะจึงดับ

โสภปริเทวทุกฺขโทมนสฺสุปายาสา นินฺรุชฺฌนฺติ

เอวเมตสฺสส เกวลสฺสส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส นิโรโธ โหติ

ความโศก ความคร่ำครวญ ทุกข์ โทมนัส ความคับแค้นใจย่อมดับ  
 กองทุกข์ทั้งมวลจึงดับด้วยประการฉะนี้

ความหมายของแต่ละหัวข้อธรรมในปฏิจจสมุปบาท มีดังนี้

1. อวิชชา (Ignorance) คือ ความไม่รู้ ได้แก่ ไม่รู้ในอวิชชา 8 คือ

- 1) ความไม่รู้แจ้งในเรื่องความทุกข์
- 2) ความไม่รู้แจ้งในเรื่องเหตุให้เกิดทุกข์
- 3) ความไม่รู้แจ้งในเรื่องความดับทุกข์
- 4) ความไม่รู้แจ้งในเรื่องหนทางให้ถึงความดับทุกข์
- 5) ความไม่รู้แจ้งในเรื่องอดีตของชีวิต

6) ความไม่รู้จักแจ้งในเรื่องอนาคตของชีวิต

7) ความไม่รู้จักแจ้งในเรื่องปัจจุบันของชีวิต

8) ความไม่รู้จักแจ้งในเรื่องปัจจุสมุปบาท

ความไม่รู้จักแจ้งดังกล่าวนี้ทั้งหมดหมายถึง ความไม่รู้จักแจ้งในเรื่องของชีวิต มิได้

หมายถึงความไม่รู้จักแจ้งในเรื่องอื่น ๆ เช่น วิชาการแขนงต่าง ๆ ที่ชาวโลกนิยมศึกษาเล่าเรียนกัน

2. สังขาร (Karma Formation) คือ สภาพปรุงแต่งได้แก่ สังขาร 3 และอภิสังขาร 3 คือ

1) สังขาร 3 คือ

1. กายสังขาร คือ สภาพที่ปรุงแต่งการกระทำทางกาย ได้แก่ กายสัญญาเจตนา คือ ความจงใจทางกาย

2. วจิสังขาร คือ สภาพปรุงแต่งการกระทำทางวาจา ได้แก่ วจิสัญญาเจตนา คือ ความจงใจทางวาจา

3. จิตตสังขาร หรือมโนสังขาร คือสภาพปรุงแต่งให้เกิดการกระทำทางใจ ได้แก่ มโนสัญญาเจตนา คือ จงใจทางใจ

2) อภิสังขาร 3 (เจตนาที่เป็นตัวการในการทำกรรม)

1. ปุณฺณุกาภิสังขาร คือ สภาพปรุงแต่งกรรมฝ่ายดี

2. อปุณฺณุกาภิสังขาร คือ สภาพปรุงแต่งกรรมฝ่ายชั่ว ได้แก่ อกุศลเจตนาทั้งหลาย

3. อาเนญชาภิสังขาร คือ สภาพปรุงแต่งภพอันมั่นคงไม่หวั่นไหว ได้แก่ กุศลเจตนาที่เป็นรูปปาวจร ซึ่งหมายถึง สภาพจิตที่มั่นคงแน่วแนด้วยสมาธิแห่ง จตุตถฌาน สังขารในปัจจุสมุปบาทนี้มีลักษณะเป็นนามธรรม จัดเป็น จิตหรือเจตนา ซึ่งต่างไปจากสังขารที่กล่าวถึงทั่ว ๆ ไป

คำว่า สภาพปรุงแต่ง หมายถึง การปรุงจิตหรือความคิดให้เกิดขึ้นหรือคิดอย่างนั้นอย่างนี้ตามเหตุปัจจัย

3) วิญญูณ (Consciousness) คือ ความรู้จักอารมณ์ซึ่งได้แก่ วิญญูณ 6 คือ

1. จักขุวิญญาณ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางตา
2. โสตวิญญาณ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางหู
3. ฆานวิญญาณ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางจมูก
4. ชิวหาวิญญาณ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางลิ้น
5. กายวิญญาณ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางกาย
6. มโนวิญญาณ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางใจ

ความรู้แจ้งทั้ง 6 อย่างนี้เกิดขึ้นจากอายตนะภายในคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจกระทบกับอายตนะภายนอกคือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ ถ้าขาดเสียอย่างใดอย่างหนึ่ง วิญญาณหรือความรู้แจ้งอารมณ์ก็จะไม่เกิดขึ้น เช่น มีตา แต่ไม่มีรูปมากระทบหรือมีรูปแต่ไม่มีตา หรือตาบอด จักขุวิญญาณก็จะไม่เกิด

อนึ่ง วิญญาณบางชนิด ได้แก่ จักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ และฆานวิญญาณ นอกจากจะเกิดเพราะการกระทบกันแล้วยังต้องอาศัยสื่ออีก ตา จะเห็นรูปต้องอาศัยแสงสว่างเป็นสื่อ หู จะได้ยินเสียงต้องอาศัยอากาศเป็นสื่อ จมูก จะได้กลิ่นต้องอาศัยอากาศหรือลมเป็นสื่อเช่นเดียวกัน

#### 4) นามรูป (Mind and Matter)

1. นาม ได้แก่ เวทนา สัญญา เจตนา ผัสสะ และมนสิการ จัดเป็นจิต เรียกว่า นามขันธ์
2. รูป ได้แก่ รูปขันธ์ ซึ่งประกอบด้วย มหาภูตรูป 4 อย่าง คือ ดิน น้ำ ลมไฟ และอุปาทายรูป 24 อย่าง

#### 5) สฬายตนะ (Six sense - bases) ได้แก่ อายตนะภายใน 6 อย่างคือ

1. จักขุ ตา
2. โสตะ หู
3. ฆานะ จมูก

4. ชิวหา ลิ้น

5. กายะ กาย

6. มโน ใจ

คำว่า สฬายตน มาจากคำสมาส 2 คำ คือ จ+ อายตนะ จ แปลว่า หก อายตนะ แปลว่า ที่ต่อ หมายถึง ที่เชื่อมต่อกันให้เกิดความรู้สึกหรือแดนต่อกายใน 6 แห่ง (เมื่อ 2 คำ ต่อกันเข้า จ เปลี่ยนเป็น สฬ ตามกฎในภาษาบาลี) หน้าที่ของอายตนภายในทั้ง 6 อย่างก็คือ รับความรู้สึกจากโลกภายนอก แล้วรายงานต่อไปยังใจซึ่งเป็นศูนย์กลาง และขณะเดียวกันใจก็สามารถรับรู้โดยตรงได้โดยไม่ต้องผ่านอายตนะ (ประตู) อื่น ๆ ใดด้วย

6) ผัสสะ (Contact) คือ ความกระทบหรือประจวบกันระหว่างอายตนภายใน (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ) อายตนภายนอก (รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์) และวิญญาณ เมื่อ 3 ประการมาพบกันก็จะเกิดผัสสะ 6 ขึ้นคือ

1. จักขุสัมผัสสะ ความกระทบทางตา

2. โสตรสัมผัสสะ ความกระทบทางหู

3. ฆานสัมผัสสะ ความกระทบทางจมูก

4. ชิวหาสัมผัสสะ ความกระทบทางลิ้น

5. กายสัมผัสสะ ความกระทบทางกาย

6. มโนสัมผัสสะ ความกระทบทางใจ

7) เวทนา (Feeling) คือความเสวยอารมณ์ได้แก่ เวทนา 6 อย่าง

1. จักขุสัมผัสสะชา เวทนา เวทนาเกิดจากการสัมผัสทางตา

2. โสตรสัมผัสสะชา เวทนา เวทนาเกิดจากการสัมผัสทางหู

3. ฆานสัมผัสสะชา เวทนา เวทนาเกิดจากการสัมผัสทางจมูก

4. ชิวหาสัมผัสสชา เวทนา เวทนาเกิดจากการสัมผัสทางลิ้น
5. กายสัมผัสสชา เวทนา เวทนาเกิดจากการสัมผัสทางกาย
6. มโนสัมผัสสชา เวทนา เวทนาเกิดจากการสัมผัสทางใจ

จักขุ โสิต ฆาน ชิวหา กาย และมโน เป็นฐานให้เกิดเวทนา กล่าวคือ เมื่อเวทนาที่เกิดจากการสัมผัสทางตาเป็นต้นเกิดขึ้น สุขเวทนา (รู้สึกชอบ) ทุกขเวทนา (รู้สึกชัง) และอทุกขมสุขเวทนา หรือ อุเบกขา (รู้สึกเฉย) ก็จะตามมา ฉะนั้น เวทนาทั้งหมดนี้เมื่อรวมกันแล้วก็จะเวทนา 18

8) ตัณหา (Craving) คือ ความทะยานอยาก ได้แก่ ตัณหา 6 คือ

1. รูปตัณหา ความอยากในรูป
2. สัททตัณหา ความอยากในเสียง
3. คันธตัณหา ความอยากในกลิ่น
4. รสตัณหา ความอยากในรส
5. โผฏฐัพพตัณหา ความอยากในสิ่งสัมผัส
6. รัชมัตตัณหา ความอยากในรัชมารมณ

นอกจากตัณหา 6 อย่างนี้แล้ว ยังมีตัณหาอีก 3 อย่าง ซึ่งถือว่าเป็นตัณหาหลักคือ

1. กามตัณหา ความอยากในกามคือสิ่งที่สนองความต้องการประสาททั้ง 5
2. ภวตัณหา ความอยากในภพคือความเป็นอยู่ในภพหนึ่ง ภพใด หรือต้องการที่จะอยู่สภาพใดสภาพหนึ่งตลอดไป

3. วิภวตัณหา  
ความอยากหนีไปจากภพใดภพหนึ่งหรือจากสภาพใดสภาพหนึ่งที่ตนไม่พอใจหรืออยากให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ตนไม่ชอบดับสูญไป



9) อุปาทาน (Clinging) คือความยึดมั่น ได้แก่ 4 คือ

1. กามอุปาทาน ความยึดมั่นในกาม คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าใคร่หน้าพอใจ

2. ทิฏฐุปาทาน ความยึดมั่นในลัทธิหรือคำสอนต่าง ๆ  
วาของตนแทนที่ถูกตองหรือคำสอนของศาสดาของตนแทนที่ถูกตอง

3. สิลพัตอุปาทาน  
ความยึดมั่นในศีลและพรตอันเป็นหลักแห่งความประพฤติและข้อปฏิบัติที่นับถือสืบต่อกันมาโดยปฏิบัติและยึดถืออยู่  
างมมาย และถือ เป็นเรื่องขลังศักดิ์สิทธิ์โดยมิได้นึกถึงเหตุผล

4. อัตตวาทุอุปาทาน ความยึดมั่นในวาทว่าตนหรือความมีตัวตน (อัตตา) เช่น ถือเรา  
ถือเขาดังคำของท่านพุทธทาสภิกขุใช้คำว่า ตัวกู -- ของกู โดยมีใจตามหลักอนัตตา

10) ภพ (Becomiag) คือภาวะแห่งชีวิต ได้แก่ ภพ 3 คือ กามภพ รูปภพ และอรุภพ

1) กามภพ คือภพของสัตว์ผู้แสวงกามคุณ

1. อบาย 4

2. มนุษยโลก

3. กามาวจรสวรรค์ทั้ง 6

2) รูปภพ คือภพของสัตว์ผู้เข้าถึงรูปฌาน ได้แก่ พรหมทั้ง 16 ชั้น

3) อรุภพ คือภพของสัตว์ผู้เข้าถึงอรุฌาน ได้แก่ อรุพรหม 4

11) ชาติ (Birth) คือความเกิด ได้แก่  
ความปรากฏแห่งขั้นทั้งหลายคือการได้ซึ่งอายตณกล่าวโดยสรุปก็คือการเกิดขึ้นแห่งชีวิตที่เป็นรูปธรรม  
และนามธรรมอย่างครบถ้วน

12) ชรามรณะ (Decay and Death) คือความแก่และความตาย ได้แก่

1. ชรา ความเสื่อมแห่งอายุหรือความห่อหุ้มแห่งอินทรีย์

## 2. มรณะ ความสลายไปแห่งขั้นหรือความขาดแห่งอินทรีย์

คำอธิบายความสัมพันธ์ของปัจจัยสมุปบาทในแต่ข้อดังต่อไปนี้

### 1. อวิชชาเป็นปัจจัยให้เกิดสังขาร

เพราะความไม่รู้ในอวิชชา 8 จึงทำให้เกิดความเข้าใจผิด เช่น เข้าใจว่าวิธีดับทุกข์คือการอ่อนนบวงสรวงเทพเจ้าหรือการใช้ชีวิตหมกหมุ่นในกาม โดยสำคัญผิดไปว่าเมื่อสามารถสนองตัณหาได้ก็จะเกิดความสุขขึ้น ความนึกคิดดังกล่าวคือสังขารที่เกิดขึ้นเช่นนั้น เพราะมีความไม่รู้ (อวิชชา) เป็นปัจจัย

### 2. สังขารเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ

สังขารคือความนึกคิดที่มีเจตนาความจงใจให้เกิดการกระทำทางกาย วาจา ใจที่เป็นบุญบ้าง บาปบ้าง ความคิดคือเจตนาดังกล่าว ก็จะนำไปสู่ความรู้ความเข้าใจและความรู้ความเข้าใจดังกล่าวนี้เกิดจากวิถีวิญญาณ เมื่อตายไปปฏิสนธิวิญญาณซึ่งได้รับอิทธิพลมาจากวิถิจิตหรือวิถีวิญญาณ จะปฏิสนธิในภพในชาติใหม่ตามอำนาจของกรรม

### 3. วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป

ปฏิสนธิวิญญาณซึ่งเป็นไปตามอำนาจของกรรมได้ถือปฏิสนธิและเข้าร่วมกระบวนการเกิดและก่อรูปเป็นชีวิตที่พร้อมจะปรุงแต่งให้เกิดการกระทำต่อไปอีกจึงเกิดมีขั้นต่าง ๆ ขึ้นตามภพภูมิที่ไปปฏิสนธิ เช่น มนุษย์ ตีร์จฉาน เทวดา เป็นต้น

### 4. นามรูปเป็นปัจจัยให้เกิดสฬายตน

เมื่อขั้นทั้ง 5 คือ รูปขั้น เวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้น และวิญญาณขั้นปรากฏขึ้นเรียกนามรูปและนามรูปนี้เอง เป็นฐานให้เกิดสฬายตนคืออายตนภายใน 6 อย่าง ( ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ) เพื่อสนองความต้องการที่จะติดต่อกับโลกภายนอก

### 5. สฬายตนเป็นปัจจัยให้เกิดผัสสะ

อายตนะภายใน ทั้ง 6 ได้ทำหน้าที่ปฏิสัมพันธ์กับโลกภายนอก(อายตนะภายนอก) คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ โดยมีวิญญาณเขารวม

## 6. ผัสสะเป็นปัจจัยให้เกิดเวทนา

เมื่อมีการกระทบกันที่เรียกว่าผัสสะเกิดขึ้น ทำให้เกิดผลตามมาคือความรู้สึก(เวทนา)รู้สึกพอใจบ้าง ไม่พอใจบ้าง เจ็บ ๆ บางตามคุณภาพของอารมณ์ที่มากกระทบเขา

## 7. เวทนาเป็นปัจจัยให้เกิดตัณหา

ความพอใจ (สุขเวทนา ) ใน รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ ความไม่พอใจ (ทุกข์เวทนา) และความรู้สึกเจ็บ ๆ ตออารมณ์ (อทุกข์ขมสุขเวทนา ) จะส่งผลให้เกิดกามตัณหา (ความอยากได้) ภวตัณหา (อยากให้เป็นอย่างทีคิด) หรือวิภวตัณหา (อยากให้มันพ้น ๆ ไปเสีย)

## 8. ตัณหาเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน

เมื่อเกิดความพอใจก็อยากได้มาเป็นของตน เกิดการยึดมั่นถือมั่นไม่ยอมปล่อยวาง ทำให้เกิดกามุปาทาน (ยึดมั่นในอารมณ์ ) ภวอุปาทาน (ยึดมั่นในความเห็น ) สิลพัตอุปาทาน (ยึดมั่นในขอบปฏิบัติและพฤติกรรม) และอัตตวาอุปาทาน (ยึดมั่นในตัวตน)

## 9. อุปาทานเป็นปัจจัยให้เกิดภพ

จากการยึดมั่นถือมั่นในลักษณะต่าง ๆ ดังกล่าวแล้วทำให้เกิดการกระทำ(กรรมภพ) ตามความยึดมั่นนั้นและการกระทำดังกล่าวก็จะสอดคล้องกับตัณหาและอุปาทานนั้น ๆ ซึ่งจะนำไปสู่ภพใหม่ (อุปบัติภพ)

## 10. ภพเป็นปัจจัยให้เกิดชาติ

จากอุปบัติภพก็จะเกิดการปฏิสนธิวิญญาณตามพลังอำนาจของกรรมนั้น ๆ กระบวนการแห่งชีวิตเริ่มไปจามวงจรต่อไปอีกจนถึงช่วงต่อไป

## 11. ชาติเป็นปัจจัยให้เกิดมรณะ

เมื่อกระบวนการแห่งชีวิตได้หมุนเวียนไปตามวงจรรอบชาติก็ไปสู่ขรามรณะคือ ความแตกดับแห่งชีวิตการอธิบายปฏิจลสมุปบาทนี้ อธิบายได้ทั้ง 2 นัย คืออธิบายแบบข้ามภพข้ามชาติ คือการตายจากชีวิตคนในชาติหนึ่งแล้วไปเกิดเป็นคนในชาติใหม่อีกแล้วก็นับกันใหม่เรื่อยไป (ชาติอดีต ชาติปัจจุบัน ชาติอนาคต ) และอีกนัยหนึ่งอธิบายแบบชีวิตในชาติเดียวโดยการเกิดดับมีทุกขณะจิตและที่ว่าชาติคือการเกิดขึ้นแห่งกิเลสที่ยึดมั่น

นว่าตัวตนหรือตัวกูของกูหรือวิญญูสงสารที่เป็นสันธิจิโก  
กล่าวคือสามารถเห็นได้ในปัจจุบันไม่ว่าจะอธิบายในลักษณะใดทั้งใน 1 และนัยที่ 2 ย่อมถือว่าถูกต้องทั้งนั้น  
เพราะปฏิจจสมุปบาทเป็นธรรมสากลและเป็นธรรมที่ตั้งอยู่บนเหตุผล

ข้อควรทราบเกี่ยวกับปฏิจจสมุปบาท

บรรดาองค์ธรรม 12 แห่งปฏิจจสมุปบาทนี้ เมื่อนำไปจัดเป็นกาล กลุ่ม สนธิ และวิญญู ก็จะได้ดังนี้

1. กาล 3 คือ

1. อดีตกาล ได้แก่ อวิชชา สังขาร

2. ปัจจุบันกาล ได้แก่ วิญญูณ นามรูป สฬายตน ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพ

3. อนาคตกาล ได้แก่ชาติ ชรา มรณะ (+ โสกะ ปรีเทว ทุกข์ โทมนัส อุปายาส)

2. กลุ่ม 4 คือ

1. อดีตเหตุ ได้แก่ อวิชชา สังขาร

2. ปัจจุบันผล ได้แก่ วิญญูณ นามรูป สฬายตน ผัสสะ เวทนา

3. ปัจจุบันเหตุ ได้แก่ ตัณหา อุปาทาน ภพ

4. อนาคตผล ได้แก่ ชาติ ชรามรณะ (+ โสกะ ฯลฯ)

3. สนธิ 3 คือ

1. ระหว่างอดีตเหตุและปัจจุบันผล

2. ระหว่างปัจจุบันผลกับปัจจุบันเหตุ

3. ระหว่างปัจจุบันเหตุกับอนาคตผล

#### 4. วัฏฏะ 3 คือ

1. กิเลส ได้แก่ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน

2. กรรม ได้แก่ สังขาร ภพ

3. วิบาก ได้แก่ วิญญาณ นามรูป สฬายตน ผัสสะ เวทนาชาติ ชรามรณะ

#### ผลจากการศึกษาปฏิบัติจนสมบูรณ์

##### เนื่องจากปฏิบัติจนสมบูรณ์

เป็นธรรมอันละเอียดลึกซึ้งกล่าวถึงความเป็นไปแห่งธรรมชาติหรือจักรวาลและชีวิต

หากมองจากสามัญสำนึกธรรมดาจะเห็นได้ว่า

บรรดาสิ่งทั้งหลายที่มีอยู่ในจักรวาลนี้ไม่มีสิ่งใดเลยที่จะอยู่อย่างเลื่อนลอยโดยไม่อาศัยกันและกัน เช่น ปากกาอยู่ในมือของเรา ตัวเรานั่งอยู่บนเก้าอี้ เก้าอี้ตั้งอยู่ในอาคาร อาคารตั้งอยู่บนแผ่นดิน แผ่นดินติดอยู่ในโลก โลกหมุนรอบดวงอาทิตย์ เป็นต้น

หากพิจารณาในแง่ของสังคมก็จะเห็นได้ว่า ชีวิตของเราได้ผูกพันเกี่ยวเนื่องและอาศัยอยู่กับบุคคล สัตว์ สิ่งของและธรรมชาติต่าง ๆ กล่าวเฉพาะในด้านบุคคลเราได้อาศัยกันและกันเป็นอนุภูมิทั้งโดยตรงและโดยอ้อม แม้แต่บุคคลที่เราไม่เคยรู้จักแต่เราก็อาศัยเขาเหล่านั้นในหลายรูปแบบ เป็นต้นว่า เสื้อผ้า อาหาร ขาวสาร ยารักษาโรค ยานพาหนะ ฯลฯ หรือแม้แต่คนที่ตายไปแล้วยังทิ้งมรดกมากมายไว้ให้พวกเราอนุชนรุ่นหลังได้ศึกษา ใ้รู้ได้เห็น

เพียงเท่านี้ก็นับว่าเป็นการเพียงพอที่จะช่วยให้เรามีโลกทัศน์กว้างไกลและมีทัศนคติต่อบุคคลและสังคมและสำนึกในคุณค่าต่างๆที่เราได้รับและพยายามรักษาคุณค่านั้นไว้ให้สมกับที่เราได้รับยกย่องว่าเป็นมนุษย์ (ผู้มีจิตใจสูง)

##### ในด้านสังคม การศึกษาปฏิบัติจนสมบูรณ์ช่วยให้เราเข้าใจความเป็นไปของชีวิต

มองเห็นความไม่มีอะไรที่เป็นตัวอย่างแท้จริง สิ่งต่าง ๆ

ที่เราเห็นเป็นแต่เพียงความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันไม่มีสิ่งใดที่เรียกว่ามีอยู่อย่างแท้จริงแต่ขณะเดียวกันเรามักจะถูกปิดบังจนทำให้เกิดอหังการและมมังการอันเป็นเหตุให้เกิดภพชาติต่อไปไม่สิ้นสุด

#### 2. กรรมและกฎแห่งกรรม (Karma and The law of karma)

## 1. ลักษณะของกรรม

กรรมคืออะไร โดยทั่วไปคนทั้งหลายเข้าใจความของคำว่า “กรรม” ว่าเป็นเรื่องเคราะห์ร้าย เช่น เกิดความตกทุกข์ได้ยาก หรือประสบภัยพิบัติต่าง ๆ ในชีวิต คนที่ได้รับความทุกข์ทรมานเรียกว่า คนมีกรรม

ความหมายของกรรมตามนัยพุทธปรัชญาคือการกระทำหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าพฤติกรรม ได้แก่ การกระทำต่าง ๆ ของตน ไม่ว่าจะการกระทำนั้นจะเป็นการกระทำดีหรือชั่วยอมได้ชื่อว่า “กรรม” ทั้งนี้ แต่การกระทำที่จะจัดเป็นกรรมโดยสมบูรณ์จะต้องประกอบไปด้วยองค์ 3 คือ

1. มีกิเลสเป็นแรงกระตุ้นให้เกิดการกระทำ
2. มีเจตนาหรือความตั้งใจที่จะกระทำ
3. มีการกระทำหรือการเคลื่อนไหวเกิดขึ้น

ดังนั้นการกระทำใด ๆ จะเรียกว่าเป็นกรรมจะต้องประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 ประการเหล่านี้หากขาดข้อใดข้อหนึ่งก็หาเป็นกรรมไม่ เช่น พระอรหันต์ทั้งหลาย แม้จะไต่ป่าเพ็ญประโยชน์หรือมีการกระทำบางสิ่งบางอย่างเกิดขึ้น ก็ไม่จัดว่าเป็นการกระทำกรรมเพราะท่านเหล่านั้นไม่มีกิเลสคือ โภภะ โทสะ และโมหะ ครอบงำ กระตุ่นหรือผลักดันให้เกิดการกระทำ แต่ท่านลงไปตามหน้าที่โดยไม่ได้หวังความดีความชอบหรือผลตอบแทนใด ๆ

การกระทำที่มีเจตนา คือมีความตั้งใจโดยสืบเนื่องเกี่ยวโยงมาจากข้อที่ 1 คือกิเลสเป็นตัวชักนำก่อให้เกิดเจตนาขึ้นเช่นนี้จัดว่าเป็นกรรมพระพุทธองค์ตรัสว่า “เจตนาหิ ภิกขเว กम्मม วทามิ” “กอนภิกษุทั้งหลายเรากล่าววาเจตนาเป็นกรรม”

แม้จะมีกิเลสและมีเจตนา แต่หากยังไม่มี การเคลื่อนไหว ทางกาย ทางวาจา และทางใจ การกระทำนั้นก็ไม่ถือว่าเป็นกรรมโดยสมบูรณ์ เมื่อองค์ประกอบทั้ง 3 ประการเกิดขึ้นพร้อมกัน เมื่อใดความเป็นกรรมที่สมบูรณ์ก็เกิดขึ้นทันที

## 2. กฎแห่งกรรม

การกระทำใด ๆ ก็ตามที่จัดว่าเป็น “กรรม” จะต้องถูกบันทึกไว้ในจิตของผู้กระทำนักปราชญ์อาจารย์ทั้งหลายในอดีตมักจะสั่งสอนลูกศิษย์เสมอว่าไม่ว่ากระทำดี หรือกระทำชั่วอย่างน้อยจะต้องมีคนเห็นหนึ่งคนคือตัวผู้กระทำนั่นเอง ในเรื่องกฎแห่งกรรมนี้มีพุทธภาษิตรับรองไว้ว่า

ยทิสฺส วปะเต พิชฺสึ ตาทิสฺส ลภเต ผลํ

## กल्याณการี กल्याณ ปาปการี จ ปาปกั

แปลความหมายเป็นภาษาไทยว่า “บุคคลหว่านพืชเช่นไผ่ย่อมได้ผลเช่นนั้น บุคคลทำดีย่อมได้รับผลดี ทำชั่วย่อมได้รับผลชั่ว”

นับว่าเป็นข้ออุปมาอุปไมยที่เห็นได้ชัดเจน กล่าวอธิบายอย่างง่าย ๆ ก็คือ ถ้าเราหว่านพันธุ์ผักกาดลงไปในวัน พืชที่เกิดขึ้นมาก็ต้องเป็นผักกาด มิใช่ผักคะน้าหรือผักกวางตุ้ง เช่นเดียวกันถ้าทำกรรมดีผลที่ได้รับคือความดีหรือหากทำความชั่วก็ได้รับความชั่วคือความเดือดร้อนใจจะเป็นอย่างอื่นไปไม่ได้เพราะมันเป็นกฎธรรมชาติ

คนส่วนมากมักเข้าใจความหมายผิดๆ เช่นว่าบางคนทำความดี ทำไม่ไม่ได้เงินทอง ร่ำรวยยศถาบรรดาศักดิ์ตรงกันข้ามบางคนทำไม่ดีคอร์รัปชันคดโกง ทำไม่จึงได้ตำแหน่งหน้าที่ความดี ความชอบเป็นเศรษฐี อธิบดี รัฐมนตรี เป็นต้น นับว่าเป็นความเข้าใจที่ไม่ตรงตามหลักกรรมของพระพุทธศาสนา เพราะเขาเหล่านั้นพยายามลากโยงเอาการกระทำความดีเช่นเมตตากรุณาข้อสัตย์สุจริตมาตีค่าเงินเงินเป็นเกียรติอันที่จริงความดีนั้นเขาได้รับทันทีอยู่แล้วตั้งแต่เวลาที่เขาได้ทำลงไปเช่นกันที่เราเขียนหนังสือพอจรดปลายปากกาลงไป เขียนไปเขียนไปตัวหนังสือและข้อความก็เกิดขึ้นถ้าหากไม่เกิดการขีดเขียนก็ไม่มีอะไรเกิดขึ้นในกระดาษ

แต่อย่างไรก็ดีถ้าหากจะพูดกันในแง่ลึกๆ ละเอียดลงไปให้ว่ากรรมดีกรรมชั่วจะไม่เกิดเลยไม่ดังที่เห็นกันอยู่โดยทั่วไป คนที่ทำดีก็มีผลต่อตำแหน่งหน้าที่เกียรติยศชื่อเสียงทางสังคมได้เช่นเดียวกันส่วนคนชั่วก็ได้รับผลร้ายเช่น ถูกลงโทษทัณฑ์ ติดคุก เสียเงินทองและชื่อเสียงได้เช่นเดียวกันตลอดชีวิตของผู้เขียนเองก็ได้เฝ้าสังเกตพฤติกรรมของบุคคลต่าง ๆ ก็เป็นข้อสรุปได้ว่า ผลแห่งกรรมนั้นมีอำนาจมากนอกจากจะให้ผลในปัจจุบันชาติแล้วยังมีผลต่อภพชาติต่อไปดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า

“กมฺมํ สตุเต วิภาชชติ ยทิทํ หีนปฺปณฺเฑตตาย” “กรรมย่อมจำแนกสัตว์ให้แล้วและประณีต”

หมายความว่า การกระทำเป็นเครื่องชี้ให้เห็นว่าคนจะเกิดดีมีสุขหรือตกทุกข์ได้ยากก็เพราะอำนาจของกรรมกรรมเป็นผู้กำหนด

มักมีผู้ตั้งปัญหาถามเสมอว่า เขาทำดีทำบุญให้ทาน ข้อสัตย์สุจริต ขยัน หมั่นเพียร แต่ทำไมต้องตกทุกข์ได้ยาก ตูกระกร่ำลำบาก อธิบายเปรียบเทียบเหมือนกับการปลูกต้นไม้ ต้นไม้บางชนิดกว่าจะได้ดอกได้ผลก็ต้องอาศัยเวลา และขอที่น่าสังเกตก็คือมีตัวแปลมากมายที่อาจก่อให้เกิดผลชั่วหรือไม่ได้ผล ตัวอย่าง เช่น ในการทำความดีจะต้องมีเหตุผลอันสมควรขึ้นอยู่กัเวลา สถานที่ บุคคล และความเหมาะสมอย่างอื่น ๆ อีก

### 3. เครื่องมือในการทำความกรรม

ในการทำกรรมใด ๆ ก็ตาม กรรมเกิดขึ้นได้ใน 3 ทางเท่านั้นคือ ทางกาย ทางวาจา ทางใจ การกระทำทางกายเรียกว่า “กายกรรม” การกระทำทางวาจาเรียกว่า “วจีกรรม” และการคิดเรียกว่า “มโนกรรม” ดังนั้น กาย วาจา ใจ จึงเรียกว่า เครื่องมือในการทำกรรมทั้งฝ่ายดีและฝ่ายชั่วคือ

- 1) กายกรรม แบ่งออกได้เป็นกายสุจริต และกายทุจจริต
- 2) วจีกรรม แบ่งออกเป็นวจีสุจริต และวจีทุจจริต
- 3) มโนกรรม แบ่งออกเป็น มโนสุจริต และมโนทุจจริต

กล่าวโดยสรุปได้แก่ กุศลกรรมบถ 10 และอกุศลกรรมบถ 10 ประการนั่นเอง

ข้อที่น่าสังเกตประการหนึ่งก็คือ กรรมดีคนดีทำได้ง่าย ส่วนกรรมชั่วคนชั่วทำได้ง่าย ตรงกันข้าม กรรมชั่วคนดีทำได้ยาก กรรมดีคนชั่วทำได้ยาก เพราะเป็นการฝืนความรู้สึกและความเคยชิน

#### 4. ประเภทของกรรม

กรรมมี 12 ประเภท

โดยแบ่งตามกาลเวลาที่ให้ผลตามหน้าที่และตามลำดับความหนักเบาในบรรดากรรมทั้ง 12 อย่างนี้ เมื่อกล่าวตามประเภทก็จะได้เพียง 3 ประเภทใหญ่ ๆ เท่านั้น คือ

ก. กรรมให้ผลตามกาลเวลา ได้แก่

##### 1. ทัฏฐธรรมเวทนียกรรม

กรรมให้ผลในภพนี้หรือกรรมให้ผลในปัจจุบันไม่ต้องไปถึงชาติหน้านับว่าเป็นกรรมที่มีผลร้ายแรงมากให้ผลทันตาเห็นผู้ทำยอมเสวยผลกรรมในชาตินี้แต่ถ้าหากผู้ทำตายไปก่อน กรรมนี้ยอมไม่ให้ผลและกลายเป็นอโหสิกรรมไป

2. อุปัชชเวทนียกรรม กรรมที่จะให้ผลในภพหน้า เมื่อผู้ทำกรรมเกิดในภพชาติใหม่ก็จะให้ผลทันที แต่ถ้าให้ผลแล้วก็เป็นอโหสิกรรมไปคือจะไม่ให้ผลต่อ ๆ ไปอีก

##### 3. อปราปรเวทนียกรรม กรรมให้ผลในภพสืบ ๆ ไป

กรรมนี้จัดเป็นกรรมเบาไม่ร้ายแรงแต่ยังมีวิบากคอยให้ผลอยู่เมื่อได้โอกาสเมื่อใดก็ให้ผลเมื่อนั้น จนกว่าจะเลิกให้ผล

4. อโหสิกรรม กรรมให้ผลสำเร็จแล้วและก็เป็นอันสุดสิ้นกันไปเมื่อกรรม 3



อย่างนั้นให้ผลก็ถือว่าแล้วกันไป

## ข. กรรมให้ผลตามหน้าที่ ได้แก่

1) ชนกกรรม กรรมแต่งให้เกิดคือทำสัตว์ให้เคลื่อนจากภพหนึ่งแล้วมาปฏิสนธิในภพอื่น ซึ่งเป็นไปตามอำนาจของกรรมดีกรรมชั่วที่จะให้ไปเกิดในสุคติหรือทุคติ เปรียบเหมือนมารดาตั้งครรภ์ให้เกิด กล่าวคือถ้าไม่มีกรรมประเภทนี้สัตว์ก็ไม่ต้องเกิด

## 2) อุปัตถัมภกรรม

กรรมคำจูนหรือกรรมสนับสนุนเมื่อชนกกรรมให้เกิดแล้วกรรมนี้ก็สนับสนุนทั้งให้ดีและให้เลว คือถ้าเกิดในที่ดีหรือในตระกูลสูง ความดีอย่างอื่น ๆ เช่น โภชนาการ การได้รับการศึกษา และสุขภาพอนามัยที่ดีก็จะตามมา

## 3) อุปปีฬกรรม กรรมคอยบีบคั้นคือกรรมที่คอยเข้าขัดขวางไม่ให้ดีและไม่เลวจนเกินไป

กล่าวคือกรรมดีช่วยให้เกิดดี กรรมนี้ก็คอยขัดขวางให้ทรุดลง ถาชนกกรรมเป็นอกุศลแต่งปฏิสนธิขางเลว กรรมนี้ก็คอยกีดกันให้ทุเลาขึ้น

4) อุปฆาตกรรม กรรมตัดรอนสามารถตัดรอนชนกกรรมอุปถัมภกรรมและอุปปีฬกรรมให้เด็ดขาดแล้วเข้าไปให้ผลเปรียบเหมือนผลไม้ยังไม่ถึงคราวที่จะหล่นแต่เพราะถูกไม้ค้อน ก้อนดิน หรือ ฎุกปลิด ก็จะต้องหล่นออกจากขั้วลงมา

## ค. กรรมให้ผลตามความหนักเบา ได้แก่

1) ครุกรรม กรรมหนักเป็นทั้งฝ่ายกุศลและอกุศล ฝ่ายกุศลได้แก่ สมาบัติ 8 ฝ่ายอกุศลได้แก่ อนันตริยกรรม 5 กรรมนี้ยอมให้ผลก่อนกรรมอื่น ๆ เพราะเป็นกรรมรุนแรง

2) พหุลกรรม กรรมอาจิณคือกรรมที่ทำบ่อย ๆ แม้จะเป็นกรรมเล็กน้อย แต่เมื่อสะสมไว้มาก ๆ ก็ยอมมีพลัง เมื่อครุกรรมไม่มีกรรมนี้ยอมให้ผล

## 3) อาสันนกรรม กรรมเมื่อจวนเจียน

คือกรรมให้ผลในเวลาใกล้จะตายกรรมนี้จะอ่อนกำลังก็ยอมให้ผลได้เปรียบเหมือนโคที่แอ็ดอยู่ในคอก โคตัวอยู่ใกล้ประตูคอก แม่จะแกมีกำลังน้อยก็ยอมออกก่อนได้ ฉะนั้นคนนั้น ดังนั้น เมื่อเวลาคนใกล้จะตายหรือสิ้นใจใหม่ ๆ จึงนิมนตพระมาสวดจนเป็นประเพณี

## 4) กตัตตากรรม กรรมสักแต่ว่าทำ ได้แก่

กรรมที่เกิดจากความไม่ตั้งใจหรือเป็นการกระทำด้วยเจตนาเป็นอย่างอื่น เช่น นายแพทย์ฉีดยาให้คนไข้หาย แต่คนไข้ตายหรือบางครั้งพ่อแม่แก้ปัญหาเด็กกรองไห้บอกว่าจะให้ผีมาเอาไป แต่ด้วยใจจริงแล้วพ่อแม่ทั้งหลายหาไม่เจตนาอย่างนั้นไม่

กรรมทั้ง 3 หมวดนี้ เมื่อรวมกันแล้วก็จะเป็นกรรม 12

## 5. สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม

พุทธศาสนาไม่ยอมรับอำนาจลึกลับ และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่มองไม่เห็นว่าเป็นผู้บันดาลให้มนุษย์มีสุขและมีทุกข์ แต่ยอมรับในเรื่องกฎแห่งกรรม กล่าวคือมนุษย์จะโตสุขโตทุกข์เกิดจากการกระทำของเขาเอง พุทธศาสนาสอนให้ยึดตนเองเป็นหลักแทนที่จะวิ่งหาอำนาจนอกตัว ดังพุทธภาษิตว่า “อตุตฺทิ อตุตฺโท นาถ” ซึ่งแปลว่า ตนเป็นที่พึ่งของตน การกระทำใด ๆ ก็ตาม เป็นผลชีวิตในอนาคตของคน ๆ นั้น นับว่าเป็นเหตุผลที่ยอมรับกัน คนจะดีจะชั่วขึ้นอยู่กับกรรม เพราะคนเราเป็นไปตามอำนาจของกรรมดังบทสวดที่ว่า

กम्मสฺสโกมฺหิ กम्मทายาโท กम्मโยนิ กम्मพฺนฺธุ

กम्मปฏิสรโณ ยํ กम्मํ กริสฺสามิ กลฺยาณํ วา

ปาปกํ วา ตสฺส ทายาโท ภวิสฺสามิ

แปลว่า เรามีกรรมเป็นของตนเอง จะต้องได้รับผลของกรรมที่ตนได้กระทำไว้ กรรม จะเป็นผู้นำให้เกิดกรรมจะเป็นเพื่อนพ้อง และกรรมจะเป็นที่พึ่งอาศัยของเราผู้กระทำ หากเราได้กระทำ กรรมอันใดไว้ไม่ว่าจะเป็นกรรมดีหรือชั่ว จะต้องได้รับผลแห่งกรรมนั้นอย่างแน่นอน

## 6. สาเหตุให้เกิดการกระทำกรรม

ตามปกติสามัญชนทั่วไปย่อมทำการอย่างใดอย่างหนึ่งอาจจะเป็นกรรมดีหรือกรรมชั่ว ถ้าทำกรรมดีกรรมดีก็จะนำไปสู่สุคติ มีความสุขกายสบายใจ ถ้าทำกรรมชั่วกรรมชั่วก็จะนำไปสู่ทุคติคือมีความลำบากเดือดร้อนใจ

ต่อไปนี้เป็นข้อความที่แสดงให้รู้ว่ากรรมที่กระทำลงไปแล้ว จะให้ผลเมื่อไรและบาปกรรมอาจจะล้างได้หรือไม่ ดังข้อความในพระสูตรนี้ว่า

“ดูก่อน ภิกษุทั้งหลาย โลก โทสะ โมหะ อกุศลมูล 3 อย่างเหล่านี้ เป็นเหตุแห่งการเกิดขึ้นของกรรมทั้งหลาย ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กรรมที่กระทำด้วยโลภ เกิดจากโลภมีโลภเป็นเหตุเป็นปัจจัย กรรมที่กระทำด้วยโทสะ เกิดจากโทสะ มีโทสะเป็นเหตุเป็นปัจจัย

กรรมที่กระทำด้วยโมหะ เกิดจากโมหะ มีโมหะเป็นเหตุเป็นปัจจัย

อัฏภาพของบุคคลนั้นเกิดในที่เกิดกรรมย่อมให้ผลในที่นั้น เมื่อกรรมที่ให้ผล เขาย่อมเสวยวิบากของกรรมในที่นั้น ซึ่งอาจจะเป็นในชาติที่เกิดนั้น หรือในชาติถัดไปหรือในชาติต่อ ๆ ไปอีก

การุกระทำที่ปราศจากโลภะ โทสะ โมหะ ไม่ถือว่าเป็นการกระทำกรรมถือเป็นเพียงกิริยาอาการเท่านั้น ตัวอย่าง เช่น ท่านพระจักษุบาลดูดาบอดมองไม่เห็นดินจนกรมเหยียบบแมลงเม่าตายเป็นจำนวนมาก ภิกษุทั้งหลายเห็นเหตุการณ์เช่นนั้นจึงนำความไปกราบทูลพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าได้ตรัสกะ ภิกษุทั้งหลายว่า ท่านจักษุบาลมิได้กระทำกรรมเพราะไม่มีเจตนาที่จะเหยียบสัตว์ให้ตาย

ในจุฬามณีวิภังคสูตร พระพุทธองค์ทรงตอบคำถามของสุภมาณพ เกี่ยวกับผลร้ายผลดีต่าง ๆ 7 คู่ ว่า เนื่องมาจากกรรมคือการกระทำของสัตว์คือ

1. มีอายุน้อยเพราะฆ่าสัตว์ มีอายุยืนเพราะไม่ฆ่าสัตว์
2. มีโรคมากเพราะเบียดเบียนสัตว์ มีโรคน้อยเพราะไม่เบียดเบียนสัตว์
3. มีผิวพรรณทรามเพราะช้ำโกรธ มีผิวพรรณดีเพราะไม่ช้ำโกรธ
4. มีศักดิ์น้อยเพราะไม่ให้ทาน มีโภคทรัพย์มากเพราะให้ทาน
5. เกิดในตระกูลต่ำ เพราะกระด้างถือตัวไม่อ่อนน้อมและเกิดในตระกูลสูงเพราะไม่ถือตัว
6. มีปัญญาทรามเพราะไม่เข้าไปหาสมณพราหมณ์ เพื่อไต่ถามเรื่องกุศล อกุศล เป็นต้น
7. มีปัญญาดีเพราะเข้าไปหาสมณพราหมณ์ ไต่ถามเรื่องกุศล อกุศล เป็นต้น

หากพิจารณาโดยผิวเผินจะเห็นว่าอาจไม่เป็นความจริง เพราะบางคนประกอบอาชีพฆ่าสัตว์มีอายุยืนยาวก็มีมากคุณ แต่อำนาจของกรรมเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนและสลับซับซ้อน กรรมทำในชาติก่อนอาจส่งผลให้ในชาตินี้หรือชาติต่อ ๆ ไป ดังได้กล่าวมาแล้ว

## 7. การให้ผลของกรรม

การให้ผลของกรรมนั้นอาจพิจารณาได้ 3 ระดับ คือ

1. ระดับคุณภาพของจิต

## 2. ระดับบุคลิกภาพและอุปนิสัย

## 3. ระดับภานอกหรือผลทางสังคม

### 1. ระดับคุณภาพของจิต

คนที่สั่งสมคุณงามความดีไว้คุณภาพของจิตจะมีความโน้มเอียงไปในทางที่ติงามเสมอ มีความซื่อสัตย์สุจริต เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่มีน้ำใจไมตรีต่อเพื่อนมนุษย์และสัตว์ สวมผู้ที่สั่งสมความชั่วไว้คุณภาพของจิตจะแข็งกระด้างมีความอิจฉาริษยาชอบนินทาว่าร้ายคนอื่นลักษณะของจิตมีสภาพมัวหมองดำทราวมและไม่เป็นที่ชื่นชมยินดีของคนอื่น

## 2. ระดับบุคลิกภาพและอุปนิสัย

เมื่อคุณภาพของจิตสูง พฤติกรรมที่แสดงออกมาจะมีลักษณะนุ่มนวล มีเสน่ห์น่าคบหาสมาคมไม่เป็นคนก้าวร้าว มีความสุขุมเยือกเย็น คนที่ได้เขาไปกลบหาจะรู้สึกสบายอกสบายใจไม่ระแวงสงสัยกราบไหว้ด้วยความสนิทใจ

## 3. ระดับภานอกหรือผลทางสังคม

คนที่มีคุณภาพจิตดีและบุคลิกภาพดีย่อมจะเป็นแรงผลักดันให้ได้ ลาภ ยศ สรรเสริญ เป็นที่ยอมรับของสังคม ได้ตำแหน่งหน้าที่และเจริญก้าวหน้าในอาชีพของตน ตรงกันข้าม คนที่คุณภาพจิตต่ำก็จะได้รับความทุกข์ เสื่อมลาภ เสื่อมยศ และการนินทาวาไรต่าง ๆ จริงอยู่บางรายแม้ว่าเขาจะมีลาภ ยศ สุข สรรเสริญ เพราะกรรมตามยังไม่ทัน แต่ภายในจิตใจของเขานั้นก็ไม่แจ่มชื่นเบิกบานมีแต่ความทุกข์ ทรมาน ทำนองน้ำขึ้นนอกตรม

## 3. อริยสัจ 4 (The Four Noble Truths)

ความหมายของศัพท์

คำว่า อริยสัจ ประกอบด้วย อริย + สัจจะ อริย แปลว่า ประเสริฐ สัจจะ แปลว่า ความจริง เมื่อรวมความเข้ากันแล้วมีความหมายว่า “ความจริงอันประเสริฐ” ได้แก่ ความจริงอันเป็นของพระอริยะเจ้า หรือความจริงที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ ผู้ศึกษาพึงทราบความเบื้องต้นก่อนว่า ความจริงหรือสัจจะนั้นมีอยู่ 2 ประเภท คือ

1) สมมติสัจจะ ความจริงโดยการสมมติ

2) ปรมาตถสัจจะ ความจริงที่แท้จริง

อะไรคือความจริงโดยการสมมติ หากเราจะพิจารณาถึงสิ่งที่ชาวโลกที่เรียกขานกัน ไม่ว่าจะเป็นวัตถุ บุคคล สถานที่และสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวเรา สิ่งดังกล่าวเหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งสมมติกัน ไซ้เรียกกันเพื่อสื่อความหมายให้ตรงกัน จะได้ไม่เกิดความสับสนขึ้น และสิ่งดังกล่าวเหล่านี้เมื่อมองให้ลึกลงไปจะไม่มีอะไรเป็นความจริง ล้วนแต่เป็นสิ่งสมมติตั้งขึ้นชั่วคราว ก็จะแตกสลายสูญหายไปตามกาลเวลาและมีได้มีสาระแก่นแท้จริงเลย จึงเรียกว่า สมมติสัจจะ คือเป็นความจริงโดยการกำหนดสมมติ ลักษณะเช่นนี้เรียกว่า “สมมติสัจจะ”

อะไรคือความจริงที่แท้จริง ได้แก่ ความจริงที่เป็นปรมาตถสัจจะ หรือความจริงสูงสุดเป็นความจริงที่แท้จริง ซึ่งมีได้เกิดจากการสมมติใด ๆ กล่าวคือไม่ว่าใครจะรู้เห็นหรือไม่ มันก็มีของมัน และก็เป็นอย่างนั้น เมื่อมีผู้รู้ความจริงนั้นเขาก็นำมาประกาศบอกเล่าแก่บุคคล

อื่น ๆ ต่อ ๆ กันไป

อริยสัจ 4 จัดเป็นปรมาตถสัจจะ เพราะเป็นความจริงที่แท้จริงและก็มีอยู่จริง ๆ ไม่มีกฎเกณฑ์ใด ๆ จะลบล้างได้ และเป็นความจริงที่ประจักษ์แก่ทุกคนไม่มีการยกเว้น

หัวข้อแห่งอริยสัจ 4

อริยสัจ คือ ความจริงอันประเสริฐซึ่งเป็นของพระอรียเจ้านั้นมี 4 ประการด้วยกันคือ

1. ทุกขสัจ (Suffring)

ความจริงคือความทุกข์ ได้แก่ ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ซึ่งเรียกว่า ทุกขเวทนา กล่าวโดยประเภทมี 10 ประเภทคือ

1) นิพัตทุกข คือทุกข์ที่เกิดขึ้นเป็นประจำ ได้แก่ ความไม่สบายกายความไม่สบายใจอันเกิดจากสภาพแวดล้อมต่าง ๆ เช่น อากาศหนาว อากาศร้อน และสิ่งรบกวนอื่น ๆ เช่น ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ การนั่ง ๆ นอนนาน ๆ และยืนนาน ๆ โดยไม่ได้เปลี่ยนอิริยาบถ ล้วนทำให้เกิดทุกข์ทั้งสิ้น

2) พยาธิทุกข์ คือ ทุกข์ที่เกิดจากความป่วยไข้ ความไม่ปกติทางร่างกายอันเกิดจากโรคร้ายไข้เจ็บต่าง

3) สภาวะทุกข์ คือทุกข์อันเกิดจากสภาพการณ์ต่าง ๆ เช่น การเกิด การแก่ การเจ็บ และการตาย ซึ่งเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ชีวิตทุกชีวิตต้องเผชิญหน้ากับปัญหาเหล่านี้

4) สันตปาทุกข์ คือทุกข์ที่เกิดจากความเร่าร้อนภายใน คือกิเลสตัณหาและราคะเผาไหม้จิตใจครุกรุ่นอยู่ภายใน ต้องดิ้นรนขวบขวาย เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนต้องการและผละออกไป ซึ่งสิ่งที่ตนไม่ปรารถนาตามอำนาจของกิเลส

5) ปกิณณกทุกข์ คือ ทุกข์เล็ก ๆ น้อย ๆ ที่จรมมา เช่น ความโศกเศร้าเสียใจอันเกิดจากความคิดถึงและเสียดายในสิ่งของที่หวนแหวน

6) อาชีวทุกข์ คือทุกข์เกิดจากการทำมาหากินต้องต่อสู้อดทนขยันและเสี่ยงต่อภัยอันตรายต่างๆต้องตื่นเช้านอนดึกเพื่อหาอาหารและทรัพย์สินมาเลี้ยงตนเองและ

#### ครอบคร้ว

7) วิบากทุกข์ คือ ทุกข์ที่เกิดจากผลแห่งกรรมชั่ว ที่ตนได้ประกอบมา เช่น ถูกลงโทษทัณฑ์ หรือเสียสิทธิ์ เสียชื่อเสียง และเสียสุขภาพจิต เป็นต้น

8) สหุคตทุกข์ คือทุกข์ไปตามหรือทุกข์ติดตามได้แก่ทุกข์ลามก (ทุกข์เกิดจากการได้มา) เช่น ได้รับตำแหน่งหน้าที่เกียรติยศ ทรัพย์สิน เงินทอง และอื่น ๆ ต้องใช้ความระมัดระวังเพื่อรักษามันไว้ให้อยู่กับตนนานเทานาน และหมั่นประดับประดาเอาใจใส่อยู่เสมอจึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ยากลำบากตามมา

9) วิวาทมูลทุกข์ คือ ทุกข์เกิดจากการถกเถียงโต้แย้ง และเป็นศัตรูกัน เกิดการจ้องแวงล้างผลาญทุกข์ประเภทนี้เกิดขึ้นเสมอในสังคมใหญ่ ๆ บางคนจะถือสันติสงบ ภาย วาจา แต่อีกฝ่ายก็จะหาเรื่องใส่ร้ายป้ายสีและซุบซิบนินทาตามกิเลสของมนุษย์

10) ทุกข์ขั้น 5 คือทุกข์ที่เกิดขึ้นเพราะมีขั้น 5 คือ ชีวิต ต้องประดับประดาครอบครองประคบประหงมเอาใจใส่ต่อขั้น 5 นั้นเอง เช่น ต้องล้างหน้า แปรงฟัน ทาแป้ง แต่งตัว เมื่อมีความเจ็บป่วยก็ต้องพยาบาลรักษาให้หายเป็นต้น

อนึ่ง ทุกข์ในอริยสัจจ์กับทุกข์ในขั้น 5 มีความหมายกว้างแคบกว่ากัน ทุกข์ในขั้น 5 หมายถึง สภาวะที่ทนอยู่ไม่ได้จำจะต้องเปลี่ยนแปลงไป ส่วนทุกข์ในอริยสัจจ์ หมายถึง ทุกข์เวทนา คือ ความเจ็บปวด ซึ่งเกิดขึ้นกับสิ่งมีชีวิตเท่านั้น

## 2. ทุกขสมุทัยสังข (The cause of suffering)

ได้แก่ ความจริงคือเหตุให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหาความทะยานอยากมี 3 อย่าง คือ

1) กามตัณหา (อยากได้) ภวตัณหา (อยากเห็นหรืออยากให้เป็น, อยากให้อยู่) และวิภวตัณหา (อยากไม่เป็น, อยากให้ผ่านพ้นไป)

2) กามตัณหา คือ ความอยากในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส อันน่าปรารถนา น่าชอบใจ ต้องดิ้นรนขวนขวายเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ต้องการ

3)

ภวตัณหาคือความอยากเป็นอย่างนั้นอยากเป็นอย่างนี้ที่ตนยังไม่เป็นและเมื่อได้เป็นแล้วก็อยากให้สิ่งที่น่าใคร่ที่น่าพอใจอยู่ในสภาพเดิมโดยไม่เปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่น

4) วิภวตัณหาคือความอยากไม่เป็นหรืออยากไม่ให้เป็นอย่างที่มันเป็นอยู่อยากให้มันผ่านพ้นไปกล่าวโดยสรุปก็คือเกิดความเบื่อหน่ายในสภาพที่เป็นอยู่อยากให้มีการ

เปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นตันทันทีเองเป็นตัวก่อให้เกิดทุกข์ ยิ่งมีตัณหาความทะยานอยากมากเท่าไร ความทุกข์ก็ยิ่งเพิ่มปริมาณขึ้นเป็นเงาตามตัว

## 3. ทุกขนิโรธสังข (The cessation of suffering)

ความจริง คือความดับทุกข์ ได้แก่ ดับตัณหาทั้ง 3 ดังกล่าว เมื่อตัณหาดับแล้วสภาพจิตก็จะเกิดความสะอาด (บริสุทธิ์) สว่าง (ปัญญา) และสงบ (สันติ) ขึ้นและเกิดความหลุดพ้นปลอดโปร่งและมีอิสระ นั่นก็คือจิตเขาถึงนิพพาน คือสภาพที่จิตพ้นทุกข์อันเกิดจากอำนาจกิเลสการเดินทางแห่งชีวิตได้บรรลุถึงเป้าหมายอันสูงสุดแล้ว

มีศัพท์ที่มีความหมายอย่างเดียวกับคำว่านิโรธนี้เป็นจำนวนมาก เช่น

วิราคะ (สิ้นความกำหนัด)

วิมุตติ (หลุดพ้น)

วิโมกข์ (หลุดพ้น)

พุทฺธ (ตรัสรู้, รู้แจ้ง)

อรหันต์ (สิ้นกิเลส, ห่างไกลกิเลส)

นิพพาน (กิเลสสิ้น)

อนัตตา (ไม่มีตัวตน) ฯลฯ

#### 4. ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (The way to the cessation of suffering)

ทางนำไปสู่ความดับทุกข์ บางที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา ซึ่งว่าเป็นทางสายกลาง ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ 8 หรือเรียกตามภาษาวิชาการว่า “อัฐมรรค”

นอกจากทาง 8 สายนี้แล้วไม่มีหนทางใด ๆ ที่จะนำชีวิตสัตว์ให้พ้นทุกข์ได้ พระพุทธองค์ได้ทรงค้นพบแนวทางทางพ้นทุกข์ ซึ่งเกิดจากการเวียนว่ายตายเกิด แล้วทรงนำมาประกาศสั่งสอนเวไนยสัตว์ให้ตรัสรู้ตามทาง 8 สายดังกล่าวนี้ ได้แก่ อริยมรรค 8 ประการ (The Noble Eightfold Path) คือ

1) สัมมาทิฏฐิ (Right Understanding) คือความเห็นชอบ รู้ชอบ หรือเข้าใจ

ชอบ ในหลักอริยสัจจ์ หลักไตรลักษณ์และหลักปฏิจจสมุปบาทเป็นต้น

คำว่าเห็นชอบ ก็คือเห็นตามหลักการทฤษฎีที่พระพุทธองค์ได้ทรงวางไว้จะเห็นอย่างอื่นไปจากนี้ไม่ได้

2) สัมมาสังกัปปะ (Right Thought) คือความดำริ หรือระลึกรู้ในใจเสมอใน 3 เรื่อง ได้แก่

1. เนกขัมมสังกัปปะ (ดำริในการที่ออกจากกามคุณ 5 อย่าง คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส อันเป็นเสมือนบ่วงคล้องสัตว์ไว้ในโลก)

2. อพยาบาทสังกัปปะ (ดำริในการไม่พยาบาทคนอื่น สัตว์อื่น กล่าวโดยสรุปก็คือ ไม่คิดทำร้ายอาฆาตผูกโกรธและเอาเปรียบคนอื่น ๆ ไม่ว่าจะโดยวิธีการใด ๆ)



3. อวิหิงสา สังกัปปะ (ตำริโดยการไม่ทำให้คนอื่น สัตว์อื่นเดือดร้อนได้รับความลำบาก เช่น ไม่คิดประหารต่อสุเอาชนะด้วยพลังกำลังหรือด้วยวิธีทางปัญญา ผิด ๆ เป็นต้น)

3) สัมมาวาจา (Right Speech) คือเจรจาชอบ ได้แก่การพูดดีพูดถูก พูดน่ารัก และพูดแต่สิ่งที่มีประโยชน์ หมายถึง วจีสุจจริต 4 อย่าง

1. คำพูดที่เป็นจริง (ภุตวาจา)
2. คำพูดที่ประสานความสามัคคี (สามัคคีวาจา)
3. คำพูดที่อ่อนหวาน (สันทวาจา)
4. คำพูดที่มีสารประโยชน์ (สารัตถประโยชน์)

ในเรื่องของการพูดนี้ นับว่าเป็นพื้นฐานแห่งความเข้าใจ หากบุคคลสามารถใช้คำพูดได้ถูกต้องก็จะทำให้โลกประสบสันติสุขได้ เหตุที่สังคมปัจจุบันเกิดความวุ่นวายก็เพราะผู้พูดมิได้ยึดหลัก 4 ประการ

4) สัมมากัมมันตะ (Right Liveliho) คือการกระทำชอบได้แก่ กายสุจจริต 3 อย่าง คือ

1. ไม่ฆ่าสัตว์ (หมายรวมถึง การเบียดเบียน ช่มเหง รังแก เอาเปรียบ และทำให้ได้รับทุกขทรมานโดยประการต่าง ๆ) ตรงกับศีลข้อที่ 1 ว่า ปาณาติปาตาเวรมณี (แปลว่าการงดเว้นจากการทำชีวิตสัตว์ให้ตกกลงไป)

2. ไม่ลักทรัพย์ (หมายถึงไม่คอร์รัปชั่น ยักยอก ฉ้อโกง ซ่อนเร้น แปลว่าการงดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ให้อหรือไม่อนุญาตโดยอาการแห่งขโมย)

3. ไม่ประพฤติผิดในกาม (หมายถึงการละเมิดทางประเวณี ในบุตร ภรรยา นักพรต นักบวช ซึ่งไม่เป็นการเหมาะสม) ตรงกับศีลข้อที่ 3 ว่า กามะสุมิจจาจาราเวรมณี (แปลว่า การสำรวมในกาม คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส แต่โดยการเข้าใจทั่วไปคือการลงละเมิดในการสังวาส)

5) สัมมาอาชีวะ (Right Livelihood) คือการประกอบอาชีพโดยชอบได้แก่ อาชีพที่ถูกต้องตามหลักศีลธรรม ไม่ขัดแย้งกับหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งจะเป็นอาชีพประเภทใดก็ได้ ยกเว้นอาชีพดังต่อไปนี้

1. ค้าขายอาวุธ (สัตถาณิชชา)

2. คำขายเนื้อสัตว์ (มังสวณิชชา)

3. คำมนุษย์ (มนุสวณิชชา)

4. คำขายน้ำเมา (มัชชวณิชชา)

5. คำขายยาพิษ (วิสวณิชชา)

เหตุผลในการทรงบัญญัติห้ามการประกอบอาชีพทั้ง 5 อย่าง วิเคราะห์ได้ดังนี้

ห้ามค้าขายอาวุธก็เพื่อสกัดกั้นมิให้เกิดการประหัตประหารซึ่งกันและกันเพราะหากไม่มีอาวุธแล้วความรุนแรงโหดร้ายทารุณในการเบียดเบียนกันและกันก็ลดลงซึ่ง

สอดคล้องกับศีลข้อที่ 1 ที่ห้ามไม่ให้ฆ่าสัตว์

ห้ามค้าขายมนุษย์ก็เพื่อให้เคารพในศักดิ์ศรีของมนุษย์ด้วยกันเพราะการค้าขายเป็นการข่มเหงและทารุณจิตใจมนุษย์ด้วยกันมนุษย์แต่ละคนควรมีเสรีภาพในการ

ดำรงชีวิตของตนตามครรลองคลองธรรมนับว่าพระพุทธองค์ได้ทรงประกาศเลิกทาสเป็นคนแรกเพียงแต่ข้อประกาศนั้นมีได้เป็นอำนาจของรัฐแต่เป็นอำนาจทางศีลธรรมซึ่งมีผลในทางจิตใจ

ห้ามค้าขายเนื้อสัตว์ เหตุผลที่ทรงห้ามค้าขายเนื้อสัตว์ก็เพราะไม่ส่งเสริมให้มีการฆ่าและการเบียดเบียนกัน เพราะตราบไต่ที่ยังมีการซื้อขายเนื้อสัตว์อยู่ การประหัตประหารก็ย่อมมีอยู่ตลอดไป การค้าขายเนื้อสัตว์ก็คือการส่งเสริมการฆ่านั่นเองการบริโภคเนื้อสัตว์เป็นการส่งเสริมการฆ่าสัตว์หรือไม่เมื่อพิจารณาถึงเหตุผลแล้วก็เห็นว่ามีส่วนสนับสนุนอยู่บ้าง เพราะเนื้อสัตว์ส่วนใหญ่ออกมาจากการสนองความต้องการของผู้บริโภคที่สัตว์ต้องตายวันละมาก ๆ เพราะมีจำนวนผู้บริโภคสูง แต่อย่างไรก็ดีพระพุทธองค์ได้ตรัสว่า “หากภิกษุไม่รู้ไม่เห็น ไม่ได้ยิน และไม่รังเกียจว่าเขาฆ่าเพื่อตนฉันใดไม่เป็นอาบัติ (คือฉันตามมีตามได้) แต่หากภิกษุได้เห็น ได้ยิน และเกิดความรังเกียจว่า เขาฆ่าเพื่อตน เช่นนี้ ฉันลงไปเป็นอาบัติ”

ห้ามค้าขายน้ำเมา เหตุผลที่ทรงห้ามการค้าขายน้ำเมา ก็เพราะน้ำเมาเป็นเหตุแห่งความประมาท ตุ่มน้ำเมาย่อมขาดสติและสัมปชัญญะ เมื่อคนไม่มีสติสัมปชัญญะ ย่อมทำความผิดได้ง่าย ยิ่งไปกว่านี้ น้ำเมายังเป็นสาเหตุให้เกิดความเสียหายอื่นอีก รวมทั้งเสียสุขภาพอนามัยด้วย

อนึ่ง การเสพยาเสพติดให้โทษทุกชนิด ก็สังเคราะห์เข้าในน้ำเมานี้

ห้ามค้าขายยาพิษ ก็เพราะยาพิษเป็นอันตรายต่อชีวิตมนุษย์และสัตว์  
ถ้าร่างกายรับยาพิษเข้าไปมากก็เป็นอันตรายถึงแก่ชีวิต ถ้ารับเข้าไปไม่ถึงตายก็จะเกิดความทุกข์ทรมาน

อึ่ง ส่วนผสมอาหารบางชนิด เช่น ผงชูรส  
สีใสอาหารและภาชนะที่เป็นอันตรายแก่ผู้บริโภคก็อาจจะสงเคราะห์ไว้ในข้อนี้ด้วย

ได้แก่ 6) สัมมาวายามะ (Right Effort) ความพยายามที่ 4 สถาน เรียกสัมมัปปธาน 4

1. สังวรปธาน เพียรระบาปอกุศลมิให้เกิดขึ้นทั้งทางกาย วาจา และทางใจ
2. ปหานปธาน เพียรระบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้สิ้นไป
3. ภวานาปธาน เพียรพยายามทำกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น
4. อหฺรภกขนาปธาน เพียรพยายามรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อมไป ให้ดำรงอยู่และให้เจริญยิ่ง ๆ  
ขึ้นไป

ในการเพียรพยายามเพื่อละอกุศลคือความชั่วมิให้เกิดขึ้นและเพียรพยายามเพื่อให้กุศลคือความดีเกิดขึ้นในตนนั้น  
จะต้องอาศัยเครื่องมือในการดำเนินการดังนี้คือ

1. ปาฏิโมกขสังวร สำรวมในพระปาฏิโมกข์ อันเป็นพระบัญญัติที่พระพุทธเจ้าได้ทรงวางไว้แล้ว
2. สติสังวร สำรวมด้วยสติ คือสำรวมอินทรีย์มีจักขุเป็นต้น  
ระวังรักษามิให้ความชั่วเขาคروبงำเมื่อตาเห็นรูปเป็นต้น
3. ญาณสังวร สำรวมด้วยญาณ คือตัดกระแสกิเลสด้วยการใช้ปัญญาพิจารณามิให้กิเลสเข้ามาครอบงำจิต
4. ขันติสังวร สำรวมด้วยขันติ คือดอดทนต่อหนาวร้อน หิวกระหาย ถ้อยคำที่หยาบ และทุกข์เวทนาต่าง  
ๆ เป็นต้น
5. วิริยสังวร สำรวมด้วยความเพียร คือ พยายามขบไล่ และกำจัดอกุศลให้หมดไป
- 7) สัมมาสติ (Right Mindfulness) ความระลึกชอบคือ ระลึกในที่ 4 สถาน เรียกสติปัฏฐาน 4 ได้แก่

1. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการตั้งสติพิจารณากายให้เห็นตามความเป็นจริงว่า กายก็เพียงสักแต่ว่ากาย มีใช้สัต์ว์บุคคล ตัวตนเราเขา เป็นสิ่งสมมติเกิดขึ้น จากการรวมตัวกันของธาตุ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ

การกำหนดพิจารณากายทำได้หลายวิธี เช่น กำหนดลมหายใจเข้าออก กำหนดอิริยาบถ คือการเคลื่อนไหวของกาย และพิจารณาถึงส่วนต่าง ๆ ในร่างกาย ซึ่งเป็นสิ่งไม่สะอาด นาเกลียด เป็นต้น

2. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการตั้งสติกำหนดพิจารณาถึงเวลาให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า ไม่ใช่สัต์ว์บุคคล ตัวตน เรา เขา รุสุข รุทุกข์ที่เกิดขึ้นอย่างชัดเจน

3. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิตให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า ไม่ใช่สัต์ว์บุคคล ตัวตนเราเขา ได้แก่มีสติรู้ว่า จิตของตนมีสภาพอย่างไรถูกกิเลสครอบงำหรือไม่ เป็นต้น

4. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่าเป็นเพียงธรรม ไม่ใช่สัต์ว์บุคคลตัวตนเราเขา ได้แก่มีสติรู้ชัดธรรมทั้งหลาย เช่น นิรวณ 5 ขนธ 5 อายุตนะ 12 และอริยสัจจ 4

8) สัมมาสมาธิ (Right Concentration) คือจิตตั้งมั่นโดยชอบ ได้แก่จิตที่ตั้งมั่นในญาณ 4 คือ

1. ปฐมญาณ คือ ญาณที่ 1 สภาพของจิตในขั้นนี้มืองค์ 5 อย่าง คือ วิตก วิจาร์ณ ปิติ สุข และเอกัคคตา

2. ทุตติยญาณ คือ ญาณที่ 2 สภาพของจิตในขั้นนี้ละองค์ญาณคือ วิตก วิจาร์ณได้เหลือแต่ ปิติ สุข และเอกัคคตา

3. ตติยญาณ คือ ญาณที่ 3 สภาพของจิตในขั้นนี้ ละองค์ญาณคือ ปิติได้เหลือแต่ สุข และเอกัคคตา

4. จตุตถญาณ คือ ญาณที่ 4 สภาพของจิตในขั้นนี้ ละองค์ญาณคือ สุข ได้เหลือแต่อุเบกขาและเอกัคคตา

สมาธิมีหลายประเภท แต่ไม่เรียกสัมมาสมาธิ เพราะมีใช้ทางแห่งความพันทุข์ สัมมาสมาธิเท่านั้นที่จะเป็นบันไดให้เกิดการตรัสรู้และตัดกิเลสได้

อริยสัจจทั้ง 4 ประการนี้จัดเป็นปรมัตถสัจจะ เพราะเป็นความจริงที่มีอยู่จริง ๆ อันเป็นสัจจธรรมที่พระพุทธองค์ได้ตรัสรู้ ซึ่งเป็นศูนย์กลางแห่งหัวข้อธรรมทั้งหลาย

#### 4. ไตรสิกขา (The Three Fold Training)

## ความหมายของศัพท์

คำว่า ไตรสิกขา ประกอบด้วย ไตร แปลว่า 3 และ สิกขา แปลว่า ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักในการศึกษา หรือการศึกษา 3 อย่าง

ความหมายของคำว่า “การศึกษา” ในที่ทั่วไปหมายถึง การเรียนรู้ การหาประสบการณ์แห่งชีวิตและการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ คือ ทางกาย ทางสมอง ทางอารมณ์และสังคมแต่ความหมายของคำว่าการศึกษาในไตรสิกขานี้ลึกลงไปอีกคือ หมายถึง การศึกษาเพื่อขจัดกิเลสให้ออกจากตน พยายามกำจัดอวิชชา ตัณหา และอุปาทานให้ออกไป เพื่อผลแห่งการตรัสรู้

กล่าวโดยสรุป สิกขา 3 หรือ ไตรสิกขา คือ การฝึกหัดอบรม กาย วาจา ใจ และปัญญาให้ยิ่งขึ้นไป จนบรรลุจุดมุ่งหมายสูงสุดคือพระนิพพาน หัวข้อแห่งสิกขา 3 ได้แก่

### 1. อธิศีลสิกขา

สิกขาคือศีลอันยิ่งหรือข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติอย่างสูง ได้แก่

ข้อปฏิบัติหรือศีลที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้เพื่อสาวกหรือศาสนิกชนได้ยึดถือปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์ตามสมควรแก่เอกัตภาพของแต่ละอย่าง โดยจัดประเภทตามความพยายามมากน้อยและหยาบละเอียดดังนี้

1. ศีล 5 เป็นศีลสำหรับชาวบ้านผู้อยู่ครองเรือนทั่ว ๆ ไป ที่เรียกว่าคฤหัสถ์ ศีล 5 นี้บางที่เรียกว่า “นิจศีล” คือศีลที่รักษาไว้เป็นประจำ

2. ศีล 8 เป็นศีลสำหรับคฤหัสถ์หรือฆราวาสผู้ตั้งใจปฏิบัติให้สูงขึ้นจากศีล 5 โดยปกติจะถือปฏิบัติกันเป็นครั้งคราวในวันขึ้น- แรม 8 ค่ำ และขึ้นแรม 14 -15 ค่ำ เดือนละ 4 ครั้งผู้ปฏิบัติฟานักอยู่ที่วัดหรือที่บ้านก็ได้ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “ศีลอุโบสถ”

สำหรับผู้ปฏิบัติรักษาศีล 8 เป็นประจำ มักจะแต่งกายนุ่งขาวห่มขาว และโกนผม ถ้าผู้ชายเรียก ตาปะขาว หรือพอขาว สวนผู้หญิงเรียกนางชีหรือแมงขาวก็เรียก

3. ศีล 10 เป็นศีลสำหรับสามเณรและสามเณรี คือผู้บวชอายุไม่ถึง 20 ปี

หรืออายุถึงแล้วแต่ยังไม่ได้อบวชเป็นพระหรือเป็นภิกษุณี (ปัจจุบันไม่มีสามเณรี )

4. คีล 227 เป็นศีลสำหรับพระภิกษุ ถือเป็นข้อปฏิบัติที่ละเอียดลงไป อันที่จริงแล้วศีล 227 นี้ก็คือ ศีล 5 ศีล 8 และศีล 10 นี้เอง เพียงแต่เป็นข้อปฏิบัติที่แยกย่อยละเอียดลงไปอีก ผู้ถือปฏิบัติต้องสำรวมระวังมิให้เกิดการละเมิด หากเกิดการละเมิดเรียกว่า ต้องอาบัติ คือต้องโทษ ซึ่งถือเป็นโทษทางใจผู้ละเมิดยอมรู้อยู่เห็นเอง และอาบัตินั้นได้ทรงบัญญัติไว้เป็นกลุ่ม ๆ ตามความหนักเบา

5. คีล 311 เป็นศีลสำหรับภิกษุณี แม้ในปัจจุบันภิกษุณีจะมีได้มีแล้วก็ตาม แต่พระบัญญัติที่เป็นสิกขาบทก็ยังคงมีอยู่ แต่อย่างไรก็ตาม แม้จะมีศีลหรือสิกขาบทที่วางกำหนดไว้สำหรับภิกษุณี แต่เมื่อไม่มีภิกษุณีก็ยอมถือว่าหมดสิ้นไปโดยปริยาย

## 2. อธิจิตตสิกขา หรือ สมาธิสิกขา

สิกขาคือจิตอันยังได้แก่ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกหัดอบรมจิตเพื่อให้เกิดคุณคือสมาธิอย่างสูงคือการกำหนดจิตให้แน่วแน่มั่นคงอันเป็นหลักแห่งการควบคุมจิต

มิให้ฟุ้งซ่านและควบคุมตนมิให้ตกไปในทางแห่งความเสื่อมเสียนั้นคือการกำหนดของตนให้อยู่จุดใดจุดหนึ่งโดยเฉพา เช่น ลมหายใจ เรียกว่า อานาปานสติสมาธิ หรือกำหนดจิตในขณะที่ย่างเท้าเรียกว่าเดินจงกรมหรือกายคตาสติ

สมาธิแบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่

1. ขณิกสมาธิ จิตตั้งมั่นชั่วขณะ คือภาวะที่จิตมั่นคงได้ชั่วขณะ
2. อุปจารสมาธิ จิตตั้งมั่นจวนจะแน่วแน่ คือภาวะจิตที่สงบสูงขึ้นบางที่เรียกว่า สมาธิเฉียด

3. อัปปนาสมาธิ จิตที่ตั้งมั่นแน่วแน่ คือภาวะที่จิตสงบอย่างมั่นคง กล่าวคือ เมื่อจิตสงบถึงขั้นอัปปนาสมาธินี้แล้วก็จะเข้าสู่ฌานตั้งแต่ว่ารูปฌานต่อไปถึงอรุณฌาน เมื่อจิตเกิดเป็นสมาธิก็จะได้รับอานิสงส์ดังนี้

1. ทิฏฐิธัมมิกสุข คือความสุขทันตาเห็นในปัจจุบัน
2. เกิดอภิญญาขั้น เช่น หูทิพย์ตาทิพย์ เป็นต้น
3. สติสัมปชัญญะสมบูรณ์

#### 4. สิ้นอาสวะ คือตัดกิเลสได้

#### 3. อธิปัญญาสิกขา

สิกขาคือปัญญาอันยิ่ง ได้แก่ ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง

คำว่า ปัญญา ตามรูปศัพท์แปลว่า ความรู้ทั่วหรือความรู้แจ้งสภาพต่าง ๆ ตามความเป็นจริง ปัญญาสิกขาก็คือการกระทำให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงในธรรมที่ควรรูควรเห็น ปัญญาจำแนกตามแหล่งเกิดมี 3 อย่างคือ

1. สุตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการฟัง ได้แก่ ความรู้เกิดจากการศึกษาเล่าเรียน การได้ยินได้ฟังและประสบการณ์ต่าง ๆ ซึ่งเป็นความรู้ระดับประสาทสัมผัส

2. จินตามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการคิด ได้แก่ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการไตร่ตรองพิจารณา วิเคราะห์วิจัยและเปรียบเทียบ ซึ่งเป็นความรู้ที่ละเอียดกว่าความรู้ระดับประสาทสัมผัส

3. ภวานามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการอบรมจิต ได้แก่ ความรู้ที่เกิดจากการภาวนาหรือการฝึกจิตให้เกิดความสงบแล้วไซ้จิตที่สงบแล้วนั้นพิจารณาปัญหาต่าง ๆ ก็จะทำให้การหยั่งรู้ภายในจิต ความรู้ที่เป็นภวานามยปัญญานี้ จัดว่าเป็นความรู้อันสูงสุด อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขานี้เรียกรวม ๆ ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา

ทั้งศีล สมาธิ และปัญญาต่างก็อาศัยซึ่งกันและกัน กล่าวคือ ศีลเป็นเบื้องต้นให้เกิด สมาธิ และสมาธิเป็นฐานให้เกิดปัญญา และในขณะที่เดียวกันสมาธิก็ช่วยควบคุมพฤติกรรมทางกาย วาจา ใจ ไปด้วย เช่นเดียวกับปัญญาก็ช่วยควบคุมศีลและสมาธิไปในตัวด้วยเหมือนกัน

#### 5. หลักธรรมที่ควรนำไปปฏิบัติ

สัพปุริสธรรม

แปลตามศัพท์ว่า ธรรมของสัตบุรุษมี 7 ประการด้วยกันคือ

1. ความเป็นผู้รู้จักเหตุ (ธัมมัญญตา) คือรู้สาเหตุแห่งสุข สาเหตุแห่งทุกข์ สาเหตุแห่งความสำเร็จและสาเหตุแห่งความพินาศลมจม เมื่อพบเหตุแล้วก็ย่อมรู้ว่าผลจะตามมา กล่าวคือ เมื่อทำเหตุดีผลก็จะดี เมื่อทำเหตุชั่วผลก็ย่อมไม่ดี

2. ความเป็นผู้รู้จักผล (อัตถัญญตา) คือรู้ว่าผลมาจากเหตุทำเหตุอย่างไรย่อมได้รับผลอย่างนั้นทำเหตุดีย่อมได้รับผลดี เหตุเป็นต้น ผลเป็นปลาย ตนกับปลายย่อมสัมพันธ์กัน เขาถึงขณะทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่วนั่นเอง

3. ความเป็นผู้รู้จักตน (อัตตัญญตา) คือ รู้ว่าตนเป็นอะไร มีสถานภาพอย่างไร มีความรู้ความสามารถขนาดไหนเพียงไร มีทรัพย์สมบัติมากน้อยเพียงใด และประพฤติตนให้เหมาะสมกับสถานภาพนั้น ๆ

4. ความเป็นผู้รู้ประมาณ (มัตตัญญตา) คือรู้จักประมาณในการใช้จ่ายบริโภคตามมีตามได้ตามความจำเป็นบรรพชิตรู้จักประมาณในการรับและคฤหัสถ์รู้จัก

ประมาณในการใช้จ่าย

5. ความเป็นผู้รู้จักเวลา (กาลัญญตา) คือรู้ว่าเวลาไหนควรทำอะไร รู้ค่าของเวลาตรงต่อเวลาในกิจการงานทั้งปวงคนรู้ค่าของเวลา ย่อมได้รับประโยชน์สูงสุดในชีวิต

และเป็นคนที่เชื่อถือได้

6. ความเป็นผู้รู้จักชุมชน (ปริสฺสัญญตา) คือรู้จักสังคมาสังคมนั้นๆ เขาเป็นอย่างไรและมีค่านิยมอะไรประกอบอาชีพอะไรและมีสภาพแวดล้อมเป็นอย่างไรแล้ว

ประพฤติตนให้เหมาะสมกับสังคมนั้น ๆ ในทางที่ถูกที่ควร

7. ความเป็นผู้รู้จักบุคคล (บุคคลัญญตา) คือ รู้ว่าคนไหนเป็นอย่างไร บุคคลย่อมแตกต่างกันทั้งร่างกายและความคิด คนใดเป็นคนที่ควรคบ คนใดเป็นคนชั่วไม่ควรคบ คนใดมีนิสัยอย่างไรควรปฏิบัติกับบุคคลนั้น ๆ อย่างไร

ผู้รู้ 7 ประการนี้ เรียกว่า เป็นสัตบุรุษคือเป็นคนดี คนมีความมั่นคง จิตใจสงบ ไม่ฟุ้งซ่านไปตามเหตุการณ์ รู้เขา รู้เรา รู้เหตุผล รู้กาลเวลา ตลอดทั้งรู้บุคคลและสังคม ย่อมจะเป็นคนทันสมัย



## อริยทรัพย์ 7

ทรัพย์ล้ำค่า 7 ชนิด บรรดาทรัพย์สมบัติภายนอก เช่น วัตถุสิ่งของเครื่องมือเครื่องใช้ อาคารบ้านเรือน เครื่องประดับตกแต่ง แม้จะมีค่าแต่สิ่งเหล่านี้เป็นทรัพย์ภายนอกไม่มั่นคงถาวร สูญหายได้ง่าย สอนทรัพย์ล้ำค่า ได้แก่ ทรัพย์ภายในเรียกว่า อริยทรัพย์ 7 อย่างคือ

1. ศรัทธา ความเชื่อมั่นอย่างมีเหตุผล เช่น เชื่อในเรื่องของกรรมและผลแห่งกรรม คือ ผลแห่งการกระทำ บุคคลทำอย่างไรย่อมได้รับผลกรรมนั้น ๆ เสมอ

2. ศีล ความประพฤติดีงามคือมีระเบียบวินัย มีพฤติกรรมดีงาม ปฏิบัติตามคำสอนในศาสนาปฏิบัติตามกฎหมายบ้านเมือง มีความตรงไปตรงมาทั้งต่อหน้าและลับหลัง

3. หิริ ความละอายต่อบาป เกลียดความชั่ว คนมีความละอายต่อความชั่ว เป็นบุคคลที่ควรคบเพราะเป็นคนที่มีศีลธรรมจริงใจ และบริสุทธิ์ใจต่อบุคคลทั้งปวง

4. โอตตัปปะ ความกลัวบาป คือกลัวความชั่ว ไม่ยอมให้ความชั่วเกิดขึ้น ถือว่าความชั่วเป็นสิ่งที่พึงหลีกเลี่ยงให้ไกลความชั่วคือทุจริต ความประพฤติผิดทางกาย วาจา ใจ

5. พาหุสัจจะ ความคงแก่เรียน คือ ผู้สนใจในการหาความรู้ให้แก่ตน ให้มีความเฉลียวฉลาดรู้เท่าทันเหตุการณ์วิชาการอันละเอียดลึกซึ้ง

6. จาคะ เสียสละสิ่งของ ๆ ตน แบ่งปันให้แก่ผู้สมควรให้ไม่ตระหนี่เหนียวแน่นรู้จักสงเคราะห์อนุเคราะห์คนอื่น ไม่ว่าจะเป็บุคคลหรือสังคม ถือว่าเป็นการขจัดความตระหนี่ซึ่งเป็นกิเลสฝังแน่นอยู่ในสันดาน

7. ปัญญา ความฉลาดรอบรู้ รู้สิ่งที่เป็นประโยชน์และสิ่งที่ไม่ใช่ประโยชน์ รู้จักประโยชน์ตนและประโยชน์ท่าน รู้จักของจริงของเทียม รู้จักทางแห่งความพ้นทุกข์คือมรรค 8 ประการ หรือรู้ในอริยสัจจ 4 คือ รู้ทุกข์ รู้เหตุแห่งทุกข์ รู้ความดับทุกข์ และรู้วิธีการดับทุกข์

ทรัพย์ทั้ง 7 ประการนี้ จะอยู่กับตัวตลอดเวลา ไม่มีใครจะขว้างชิงหรือลักขโมยไปได้ พระพุทธองค์จึงตรัสว่าเป็นทรัพย์อันล้ำค่าหรืออริยทรัพย์

หลักการความมั่นคงของสังคม เรียกว่า อปรีหานิยธรรม แปลว่า ธรรมที่ทำให้สังคมไม่เสื่อม มี 7 ประการคือ

1. ประชุมกันสม่ำเสมอ
2. เข้าประชุมและเลิกประชุมพร้อมกัน และให้ความร่วมมือกันในการทำกิจกรรม
3. เคารพกฎระเบียบ ไม่ยกเลิกเพิกถอนโดยพลการ
4. เคารพประธานหรือผู้อาวุโสในที่ประชุม
5. ให้เกียรติผู้อ่อนแอ เช่น เด็กและผู้หญิง
6. ให้ความเคารพในสถานที่ ปุชนิยสถานและปุชนิยวัตถุ
7. ปกป้องรักษาพระสงฆ์ในศาสนาไว้

สังคมใดยึดถือหลักการ 7 ประการนี้ไว้ได้สังคมนั้นไม่เสื่อมและมีพลังอำนาจสูง

โลกธรรม 8 ประการ

สิ่งประจำโลก เรียกว่า โลกธรรม มี 8 อย่างคือ

1. ลาภ คือ การได้
2. อลาภ คือ การเสีย
3. ยศ คือ มียศ

4. อยศ คือ เสื่อมยศ
5. สรรเสริญ คือ การยกย่อง
6. นินทา คือ การว่าร้าย
7. สุข คือ ความสบาย
8. ทุกข์ คือ ความลำบาก

สิ่ง 8 ประการนี้ เป็นของมีอยู่ประจำในโลกคือในบุคคลทั่วไป ผู้ใดมีลาภผู้นั้นก็เสื่อมลาภได้ ผู้ใดมียศก็ต้องมีคราวเสื่อมยศ เป็นต้น เพราะสิ่งเหล่านี้มีไชของจริง เป็นเพียงสิ่งสมมติชั่วคราว ไม่มีใครหลีกเลี่ยงได้ หากผู้ใดเขาติดยึดผู้นั้นก็ยังไม่เขาถึงสังขารธรรม

มล 9

สิ่งที่ทำให้คนเสียคน เรียกว่า ปุริสมล ๙ มละ แปลว่า มลทิน คือสิ่งแปดเปื้อนคนเมื่อสิ่งเหล่านี้แปดเปื้อนผู้ใดผู้นั้นก็จะเป็นคนเสียคนคือคนไม่ดี ไม่พึงคบหาสมาคมด้วย สิ่งที่ทำให้คนเสียหายดังกล่าวมี 9 ประการด้วยกันคือ

1. ความโกรธ (โกธะ)
2. ลบหลู่ผู้มีคุณ (มักขะ)
3. ริษยาผู้อื่น (อิสสา)
4. ตระหนี่ (มััจฉริยะ)
5. เจ้าเล่ห์ (มายา)
6. โ้อวด (สาญฺญะ)

7. โภทก (มุสา)

8. คิตซ์ว (ปาปิจฉตา)

9. เห็นผิดเป็นชอบ (มิจฉาทิฎฐิ)

สิ่ง 9 อย่างนี้ ทำให้คนเสียหายได้ ทุกคนพึงสำรวมอย่าให้เกิดมีในตน  
แม้ว่าโดยข้อเท็จจริงสามัญชนทั่วไปจะหลีกเลี่ยงไม่ได้ก็ควรพยายามมีให้น้อยที่สุด  
เพราะถ้ามีมากเสียหายมากมีน้อยเสียหายตามสวน

บุญกิริยาวัตตุ 10

การทำบุญ 10 อย่าง เรียกว่า บุญกิริยาวัตตุ แปลว่า หลักการทำความดี 10 อย่างคือ

1. การให้ ( ทาน )

2. การประพฤติดี (ศีล)

3. การอบรมจิต (ภาวนา )

4. ความถ่อมตน (อปจายนะ)

5. การช่วยเหลือการงาน (เวยยาวัจจะ)

6. การให้ส่วนบุญ (ปัตติทาน)

7. การอนุโมทนาส่วนบุญ (ปัตตานุโมทนา)

8. การฟังธรรม (ธัมมัสสวนะ)

9. การแสดงธรรม ( ชัมมเทศนา)

10. การทำความเข้าใจให้ถูกต้อง (ทิวฐชุกรม)

สิ่งดี 10 อย่างนี้ จะช่วยให้ผู้ทำเกิดความดีขึ้นมาใหม่ มีความสุขใจและมีความหวังในชีวิตยิ่ง ๆ ขึ้น

นาถกรณธรรม

ที่พึงของตน 10 อย่าง เรียกว่า นาถกรณธรรม ได้แก่

1. ความประพฤติดี (ศีล)
2. ความมีการศึกษาดี (พาหุสัจจะ)
3. ความมีมิตรดี (กัลยาณมิตรตตา)
4. ความเป็นคนอ่อนง่าย (โสวัจฉตตา)
5. การช่วยงานสังคม (กิจุ กรณียะสุ ทักขตา)
6. ความขยัน ( ทักขตา)
7. ความรักความถูกต้อง (ชัมมกามตาม)
8. ความสันโดษ (สันตุฎฐี)
9. ความมีสติ (สติ )
10. ความรู้รอบ (ปัญญา )

ผู้มีคุณสมบัติ 10 ประการนี้ย่อมเอาตัวได้ คืออยู่ได้และอยู่ดีในการดำรงชีวิต

## ทศพิธราชธรรม 10

ธรรมะของนักปกครอง 10 ประการ ซึ่งเรียกว่า ทศพิธราชธรรม หรือเรียก สั้น ๆ ว่า ราชธรรม ได้แก่

1. การให้ คือ ความเป็นคนมีใจบุญกุศลมอบให้วัตถุสิ่งของ ให้อภัย และให้คำแนะนำสั่งสอนในทางที่ถูกที่ควร (ทาน)
2. ประพฤติดี คือ การวางตัวเหมาะสม เสมอต้นเสมอปลายเป็นปกติวิสัย(ศีล)
3. การเสียสละ คือ การอุทิศกำลังกาย กำลังใจ และกำลังทรัพย์ เพื่อสาธารณะประโยชน์ (บริจาค)
4. ความตรงไปตรงมา คือ ความจริงใจ ปราศจากเลศนัยที่จะทำให้เกิดไขว้เขวแก่ผู้อื่น (อาชว์)
5. ความอ่อนน้อมถ่อมตน คือ ความไม่แสดงอาการแข็งกระด้าง และใช้อวดทำนองยกตนข่มท่าน กล่าวคือ ความมีอริยาสัยไมตรี (มทุทว)
6. ความสามารถขจัดความชั่วร้าย คือ การขจัดกิเลสที่มีอยู่ในจิตใจออกไป ไม่เป็นไปตามอำนาจฝ่ายต่ำ (ตป)
7. ความไม่ฉุนเฉียวดุร้าย คือ ไม่โกรธ ไม่ผูกโกรธ และไม่แสดงอาการกี่ยวกราดต่อคนอื่น (อกุโกธ)
8. ความไม่เบียดเบียน คือ ความไม่กดขี่ข่มเหงผู้อื่น ไม่ว่าในทางตรงและทางอ้อม (อวิหิงสา)
9. ความอดทน คือ ความเป็นคนมั่นคง ต่อสู้ไม่ย่อท้อต่อความลำบากตรากตรำและความกระทบกระทั่งอันทางจิตใจ (ขนุต)
10. ความประพฤติไม่ผิดธรรม คือ ความเป็นผู้ปฏิบัติตามครรลองคลองธรรม การกระทำใด ๆ จัดถือธรรมคือความถูกต้องเป็นหลัก (อวิโรธน)

ธรรม 10 ประการนี้ เป็นคุณสมบัติของพระเจ้าแผ่นดิน นักปกครอง นักบริหาร ข้าราชการ

และผู้นำชุมชนทุกประเภท

## กุศลกรรมบถ 10

แนวทางแห่งการทำความดี 10 อย่าง เรียก กุศลกรรมบถ 10 ได้แก่

1. ไม่ฆ่าสัตว์ (ปาณาติปาตา เวรมณี)
2. ไม่ลักทรัพย์ (อทินนาทานา เวรมณี)
3. ไม่ประพฤติผิดในกาม (กามเมสุมิจจาจารา เวรมณี)
4. ไม่พูดเท็จ (มุสาวาทา เวรมณี)
5. ไม่พูดคำหยาบ (ปิสุณาย วาจาเย เวรมณี)
6. ไม่พูดส่อเสียด (ผรุสหาย วาจาเย เวรมณี)
7. ไม่พูดเพ้อเจ้อ (สมฺผปฺปลาปา เวรมณี)
8. ไม่โลภอยากได้ของคนอื่น (อนภิชฌา)
9. ไม่พยาบาทปองร้ายคนอื่น (อพยาปาทะ)
10. เห็นชอบตามทำนองคลองธรรม (สัมมาทิฏฐิ)

ธรรมะทั้ง 10 ประการนี้ จะช่วยให้ผู้ยึดถือปฏิบัติเป็นคนดีเป็นที่เคารพรักใคร่และนับถือของคนอื่นและเป็นวิถีที่จะนำไปสู่ความพ้นทุกข์ในวิภูฏสงสารในโอกาสต่อ ๆ ไป

## กาลามสูตร

หลักการตัดสินความเชื่อ 10 อย่าง ได้แก่

1. อย่าเชื่อเพียงเพราะได้ยินได้ฟังมา
2. อย่าเชื่อเพียงเพราะนับถือสืบ ๆ ต่อกันมา
3. อย่าเชื่อเพียงแต่เป็นข่าวลือ
4. อย่าเชื่อเพียงแต่การอ้างเอกสารตำรา
5. อย่าเชื่อเพียงเพราะการนึกเดา
6. อย่าเชื่อโดยการคาดคะเน
7. อย่าเชื่อเพียงการตรึงตามอาการวิธีการทางคณิตศาสตร์
8. อย่าเชื่อเพราะคิดว่าเข้ากับความคิดของคนได้
9. อย่าเชื่อเพียงเพราะเห็นว่าผู้พูดน่าเชื่อถือ
10. อย่าเชื่อเพราะเห็นว่าเป็นครูอาจารย์ของตน

หลักการพิจารณาความเชื่อ 10 ประการนี้ ช่วยให้ผู้ศึกษาได้มีความยั้งคิดใช้ปัญญา

พินิจพิจารณาถึงความเป็นไปได้และมองเห็นคุณโทษที่จะพึงเกิดขึ้น  
แต่ทั้งนี้มิได้หมายความว่าให้เชื่อถือสิ่งใด ๆ หรือใคร ๆ เลย เพียงแต่ให้มีการตรวจสอบก่อนจึงค่อยตัดสินใจ

หลัก 10 ประการนี้ มาในกาลามสูตร  
ซึ่งถือกันว่าเป็นหลักการเหตุผลในศาสนาพุทธแสดงให้เห็นถึงพระปัญญาธิคุณของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า  
ที่ไม่ทรงสอนให้สาวกเชื่อโดยไม่สนใจถึงเหตุผลเพราะเหตุนี้เอง  
ศาสนาพุทธจึงได้ชื่อว่าเป็นศาสนาแห่งเหตุผลหรือเป็นศาสนาเหตุผลนิยม



## มงคล 38 ประการ

หลักความดี 38 ประการ เรียกว่า มงคล 38 ประการนับได้จากขั้นต่ำขึ้นไปยังขั้นสูง โดยจัดเป็นขั้นหรือระดับได้ดังนี้

### ขั้นที่ 1

1. การไม่คบคนชั่วเป็นเพื่อน (อเสวนา จ พาลาน)
2. การคบคนดีเป็นเพื่อน (ปณฺหิตานญฺจ เสวนา)
3. การยกย่องบูชาคนดี (ปุชา จ ปุชฺณียาน)

ทั้ง 3 ข้อนี้ เป็นความดีระดับที่ 1

### ขั้นที่ 2

1. การอยู่ในสถานที่ที่มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสม (ปฏฺฐิตฺวาโส)
2. การทำความดีไว้ในชาติก่อน (บุพเพ กตปุญฺญตา)
3. การตั้งตนไว้ถูกทาง (อตฺตสมฺมาปณฺธิ)

ทั้ง 3 ข้อนี้เป็นความดีสูงสุดระดับที่ 2

### ขั้นที่ 3

1. ความเป็นคนมีการศึกษา (พาหุสจฺจญฺจ)
2. ความฝึกฝนให้มีฝีมือในการทำงาน (สิปฺปญฺจ)

3. ความมีวินัยในตน (วินโย จ สุลิกุชิต)

4. การพูดที่ดี (สุภาสิสุตา จ ยา วาจา)

ทั้ง 4 ข้อนี้ เป็นความดีสูงสุดระดับที่ 3

ขั้นที่ 4

1. การปรนนิบัติบิดามารดา (มาตาปีตอุปัฏฐาน)

2. การเลี้ยงดูบุตรธิดา (ปุตตสฺส)

3. การสงเคราะห์ภรรยา (ทารสฺส สงฺคโห)

4. การไม่ทำให้งานค้างค้ำ (อนากุลา จ กมฺมนฺตา)

ทั้ง 4 ข้อนี้ เป็นความดีสูงสุดระดับที่ 4

ขั้นที่ 5

1. การให้ทาน (ทานญฺ จ )

2. การประพฤติตามธรรม (ชฺมฺมจฺริยา จ)

3. การช่วยเหลือญาติ (ญาติกานญฺจฺ สงฺคโห)

4. การประกอบกิจการที่ไม่เป็นภัยแก่ตนเองและคนอื่น (อนวชฺชานิ กมฺมานิ)

ทั้ง 4 ข้อนี้ เป็นความดีสูงสุดระดับที่ 5

ขั้นที่ 6

1. การงดเว้นจากความชั่ว (อารตี จ วิรตี ปาปา)

2. การไม่ดื่มสุราเมรัย (มชชปานา จ สญญโม)

3. การไม่ประมาทตั้งอยู่ในธรรมเป็นนิจ (อปฺปมาโท จ ฌมเมสุ)

ทั้ง 3 ข้อนี้จัดเป็นความดีสูงสุดระดับที่ 6

ชั้นที่ 7

1. การแสดงความเคารพบุคคล วัตถุ และสถานที่ (คารโว)

2. ความอ่อนน้อมถ่อมตน (นิวาโต จ)

3. ความพอใจที่มีขอบเขต (สนฺตุฏฺฐิ)

4. ความมีกตัญญูกตเวทิต (กตญฺญตา)

5. การฟังเทศน์เป็นประจำ (กาเลน ฌมฺมสฺสนํ)

ทั้ง 5 ข้อนี้ เป็นความดีสูงสุดระดับที่ 7

ชั้นที่ 8

1. ความอดทน (ขนฺตี)

2. ความเป็นคนสอนง่าย (สุวโจ)

3. การได้พบเห็นพระอริยสงฆ์เป็นประจำ (อริยานทสฺสนํ)

4. การพูดคุยธรรมตามโอกาสอันควร (กาเลน ฌมฺมสฺสากจฺฉา)

ทั้ง 4 ข้อนี้จัดเป็นความดีสูงสุดระดับที่ 8

ชั้นที่ 9

1. การขจัดความชั่วออกจากตน (ตโป จ)
2. การบวช (พรหมจริยญ จ)
3. การตรัสรู้ริยัสัจจ (อารยสัจจาทสฺสน)
4. การเข้าถึงพระนิพพาน (สิ้นกิเลส) (นิพพานสัจฉิกิริยา)

ทั้ง 4 ข้อนี้จัดเป็นความดีสูงสุดระดับที่ 9

ขั้นที่ 10

1. ความมีจิตมั่นคง ไม่หวั่นไหวในโลกธรรมทั้งปวง (ผู้บรรลุสุสโลกธมโมสุ จิตตํ น กมฺปติ)
2. ความไม่เศร้าโศก (อโสก)
3. ความไม่มีกิเลสแม้เพียงดังธุลี (วิรช)
4. ความมีใจเบิกบานบริสุทธิ์ (เขม)

ทั้ง 4 ข้อนี้จัดเป็นความดีสูงสุดขั้นที่ 10 และเป็นขั้นสุดท้าย.