

แม่บทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา

THE MODEL FOR BUDDHIST TRAINING

SB 303



แม่บทการฝึกอบรม ในพระพุทธศาสนา

แม่บทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา

ลิขสิทธิ์ มหาวิทยาลัยธรรมกาย แคลิฟอร์เนีย

คณะผู้จัดทำ กองวิชาการ มหาวิทยาลัยธรรมกาย แคลิฟอร์เนีย

ISBN 978-974-8373-72-0

หากนักศึกษามีข้อเสนอแนะหรือคำแนะนำ กรุณาส่งมาที่

ชมรมประสานงาน DOU

ตู้ ปณ. 69 ปณจ. คลองหลวง

ปทุมธานี 12120

โทรศัพท์ 0-2901-1013, 0-2901-1017

โทรสาร 0-2901-1014

<http://www.dou.us>

คำนำ

SB 303 หรือ “แม่บทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา” เป็นวิชาที่มุ่งให้นักศึกษาได้เรียนรู้และเข้าใจถึงการฝึกฝนอบรมตนเองของพระภิกษุในพระพุทธศาสนา เพื่อทำพระนิพพานให้แจ้ง ตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ในการศึกษานั้น ได้อาศัยพระสูตรสำคัญ 2 พระสูตร คือ “คณโกโมคคัลลานสูตร” และ “ธัมมัญญสูตร” มาเป็นแม่บทหลักในการศึกษา ทั้งนี้เพราะเป็นพระสูตรที่กล่าวถึงขั้นตอน และวิธีการฝึกอบรมของพระภิกษุไว้อย่างสมบูรณ์ชัดเจนซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อนักศึกษาโดยสำหรับพระภิกษุก็จะได้เรียนรู้หลักการในภาคทฤษฎี และวิธีการในภาคปฏิบัติได้อย่างเป็นลำดับขั้นตอน ง่ายต่อการทำความเข้าใจ และยังสามารถนำไปฝึกปฏิบัติให้เกิดผลกับตนเองในระดับต่างๆ ได้เป็นอย่างดี ส่วนสำหรับฆราวาส ก็สามารถนำหลักการ และวิธีการไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับวิถีชีวิตของตนเองในทางโลกได้อีกทางหนึ่งด้วย

คณะผู้จัดทำจึงหวังว่า นักศึกษาจะได้รับสารประโยชน์จากการศึกษาวิธีการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริง ทั้งนี้เพื่อที่จะได้ใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาคุณธรรมให้ก้าวหน้า และเป็นทางมาแห่งการสร้างบุญบารมีของตนเองให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป

คณะกรรมการประจำวิชาแม่บทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา

มิถุนายน 2549

สารบัญ

คำนำ	(3)
รายละเอียดรายวิชา	(6)
วิธีการศึกษา	(7)
บทที่ 1 การฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา	1
1.1 ปฐมบทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา	4
1.2 ต้นแบบของการฝึกอบรม	5
1.3 การฝึกฝนอบรมตนเอง	6
1.4 วิธีฝึกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า	12
1.5 แม่บทสำหรับการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา	13
1.6 ประโยชน์ที่ฆราวาสจะพึงได้จากการศึกษาพระสูตรแม่บท	18
บทที่ 2 คณกโมคคัลลานสูตร	21
2.1 จุดเริ่มต้นของการบวช	24
2.2 พระสูตรที่ต้องศึกษา	25
2.3 คณกโมคคัลลานสูตร	25
2.4 คณกโมคคัลลานสูตร ข้อปฏิบัติตามลำดับเพื่อใจหยุด	43
2.5 อัมมัญญสูตร คือ “วิธีการฝึก”	49
2.6 คณกโมคคัลลานสูตรกับวิถีชีวิตของฆราวาส	49
บทที่ 3 ขั้นตอนที่ 1 อัมมัญญ	51
3.1 อัมมัญญสูตร คืออะไร	54
3.2 วิธีการในขั้นตอนที่ 1 คือ “อัมมัญญ”	57
3.3 จุดมุ่งหมายของการรู้จักกรรม	60
3.4 วิธีการรู้จักกรรม	61
3.5 การแสวงหาปัญญา	62

3.6 บทสรุปของการเป็นธัมมัญญ	65
3.7 ธัมมัญญกับคณโกโมคคัลลานสูตร	65
3.8 แนวทางในการศึกษาธรรมะสำหรับฆราวาส	66
บทที่ 4 ขั้นตอนที่ 2 อตถัญญ	69
4.1 การเป็นอตถัญญ	72
4.2 คำแปลและความหมาย	72
4.3 สาระสำคัญของอตถัญญ	73
4.4 ความสำคัญของอตถัญญ	74
4.5 วิธีฝึกให้เป็นอตถัญญ	80
4.6 บทสรุปของการเป็นอตถัญญ	82
4.7 วิธีฝึกฝนอบรมตนเองของฆราวาสเพื่อการเป็นอตถัญญ	82
บทที่ 5 ขั้นตอนที่ 3 อตตัญญ	87
5.1 อตตัญญ คืออะไร	90
5.2 คุณธรรม คืออะไร	91
5.3 ความสำคัญของการประเมินคุณธรรม	92
5.4 ธรรม 6 ประการ สำหรับใช้ประเมินคุณธรรม	95
5.5 ความสำคัญของธรรม 6 ประการ	104
5.6 แนวทางใช้ธรรม 6 ประการเพื่อประเมินตนเอง	105
5.7 การประเมินเปรียบเทียบ	110
5.8 บทสรุปของการเป็นอตตัญญ	117
บทที่ 6 ขั้นตอนที่ 4 มัตตัญญ	113
6.1 คำแปล และ ความหมาย	116
6.2 ความสำคัญของปัจจัย 4 ที่มีต่อชีวิต	117
6.3 พุทธานุญาติเกี่ยวกับปัจจัย 4	118
6.4 ปัจจัย 4 กับนิสัย	123
6.5 ทศนคติเกี่ยวกับปัจจัย 4	125

6.6	ปัจจัย 4 กับการฝึกอบรม	126
6.7	วงจรปัจจัย 4	129
6.8	การ “รับ” ปัจจัย 4	131
6.9	ตัวอย่างการประมาณในการรับ	134
6.10	บทสรุปของการเป็นมัตตัญญู	137
6.11	มัตตัญญูกับคนกโมคคัลลานสูตร	137
6.12	ปัจจัย 4 กับวิถีชีวิตของฆราวาส	137
บทที่ 7	ขั้นตอนที่ 5 กาลัญญู	141
7.1	ธรรมที่ชื่อว่า “กาลัญญู”	144
7.2	คำแปล และ ความหมาย	144
7.3	เวลากับชีวิต	145
7.4	ทัศนคติเรื่องชีวิตกับเวลาในทางพระพุทธศาสนา	149
7.5	กาลทั้ง 4 กับการฝึกอบรมของพระภิกษุ	152
7.6	การบริหารเวลาให้เป็นกาลัญญุบุคคล	156
7.7	ประโยชน์ที่ได้จากการฝึกตามธัมมัญญจนถึงกาลัญญู	161
7.8	บทสรุปของการเป็นกาลัญญู	162
7.9	กาลัญญูกับวิถีชีวิตของฆราวาส	162
บทที่ 8	ขั้นตอนที่ 6 ปริสัณญู	165
8.1	การเป็นปริสัณญู	168
8.2	คำแปลและความหมาย	169
8.3	ความสำคัญของการเป็นปริสัณญู	169
8.4	บริษัท 4	170
8.5	ขนบธรรมเนียมประเพณีของบุคคลทั้ง 4 กลุ่ม	174
8.6	วิธีการวางตัวกับบุคคลทั้ง 4 กลุ่ม	180
8.7	บทสรุปของการเป็นปริสัณญู	184
8.8	การวางตัวแบบฆราวาส	185

บทที่ 9 ขั้นตอนที่ 7 ปุคคลปโรปรัชญ	187
9.1 ธรรมชาติผู้ฟัง	190
9.2 รู้จักปุคคลปโรปรัชญ	192
9.3 รู้จักเลือกธรรมะ	198
9.4 วิธีการแสดงธรรม	203
9.5 เทคนิคการแสดงธรรม	205
9.6 รู้จักประเมินผล	207
9.7 บทสรุปของการเป็นปุคคลปโรปรัชญ	210
9.8 ขรวาาสก็ต้องเป็นปุคคลปโรปรัชญ	211
9.9 ธัมมัญญสูตร วิธีการฝึกฝนตัวเอง	211
 บทที่ 10 ความสัมพันธ์ของคณกโมคคัลลานสูตร กับธัมมัญญสูตร	 217
10.1 การฝึกเป็นกัลยาณมิตรให้กับตนเอง	220
10.2 ฝึกเป็นผู้สำรวมในพระปาฏิโมกข์	221
10.3 ความสำเร็จอยู่กับการเริ่มต้นของตนเอง	228
10.4 การเป็นกัลยาณมิตรให้แก่ชาวโลก	228
10.5 ทาน ศีล ภาวนา กับ ธัมมัญญสูตร	230
 ภาคผนวก	 233
คณกโมคคัลลานสูตร	233
ธัมมัญญสูตร	238

รายละเอียดรายวิชา

1. คำอธิบายชุดวิชา

SB 303 แม่บทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา

ศึกษาอุดมการณ์ หลักการ และวิธีการในการฝึกอบรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยนำธัมมัญญสูตร (พระสูตรที่ว่าด้วยการฝึกฝนเพื่อเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์) คณกโมคคัลลานสูตร (พระสูตรว่าด้วยการฝึกฝนอบรมตนเองเป็นขั้นตอน) และพระสูตรสำคัญในพระไตรปิฎก มาเป็นแม่บทในการศึกษา และขยายรายละเอียดด้วยหลักธรรมอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง พร้อมตัวอย่างกรณีศึกษา

2. วัตถุประสงค์รายวิชา

1. เพื่อให้ให้นักศึกษาได้ทราบและเข้าใจภาพรวม ขั้นตอนและวิธีการฝึกอบรมของพระภิกษุในพระพุทธศาสนา จากพระสูตรแม่บท คือ คณกโมคคัลลานสูตรและธัมมัญญสูตร
2. เพื่อให้ นักศึกษาสามารถนำความรู้ในเรื่องขั้นตอนและวิธีการฝึกอบรมของพระภิกษุในพระพุทธศาสนา มาใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง
3. เพื่อให้ นักศึกษาได้มีแนวทางที่จะนำวิธีการฝึกอบรมของพระภิกษุในพระพุทธศาสนา มาใช้พัฒนาคุณธรรมและสร้างนิสัยที่ดีให้กับตนเอง รวมทั้งสามารถที่จะเป็นกัลยาณมิตรให้กับผู้อื่นได้

3. รายชื่อบทที่เรียน

- บทที่ 1 การฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา
- บทที่ 2 คณกโมคคัลลานสูตร
- บทที่ 3 ขั้นตอนที่ 1 ธัมมัญญ
- บทที่ 4 ขั้นตอนที่ 2 อตถัญญ
- บทที่ 5 ขั้นตอนที่ 3 อตถัญญ
- บทที่ 6 ขั้นตอนที่ 4 มัตถัญญ
- บทที่ 7 ขั้นตอนที่ 5 กาลัญญ
- บทที่ 8 ขั้นตอนที่ 6 ปริสสัญญ
- บทที่ 9 ขั้นตอนที่ 7 ปุคคโลปโรปรัญญ
- บทที่ 10 ความสัมพันธ์ของคณกโมคคัลลานสูตร กับธัมมัญญสูตร

วิธีการศึกษา

1. การเตรียมตัวเพื่อการศึกษาด้วยตนเอง

ในการศึกษาแต่ละบทของชุดวิชา แม้บทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา นักศึกษาควรปฏิบัติดังนี้

1. ควรศึกษาบทเรียนอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ โดยอาจใช้เวลาเพื่อการเรียนรู้ วันละ 1 ชั่วโมง และควรศึกษาให้จบแต่ละบทภายใน 1 สัปดาห์
2. ควรทำแบบฝึกหัดก่อนบทเรียนเพื่อทดสอบความรู้ความเข้าใจและเมื่อได้ศึกษาจนจบในแต่ละบทแล้ว ควรทำแบบฝึกหัดท้ายบทเรียนอีกครั้ง เพื่อตอกย้ำและประเมินความรู้ที่ได้ศึกษาผ่านมา
3. นักศึกษาควรศึกษาวิธีการ และวางแผนทำกิจกรรมภาคปฏิบัติเสริมความเข้าใจในบทเรียนก่อนล่วงหน้า เพื่อให้สามารถทำกิจกรรมควบคู่ไปกับการศึกษาบทเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น
4. เนื่องจากวิชาแม้บทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา เป็นวิชาที่มุ่งอธิบายเพื่อประโยชน์แก่การนำไปปฏิบัติ จึงขอให้นักศึกษาได้นำเอาความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ให้เหมาะสมกับการดำเนินชีวิตประจำวันของตนสืบไป

2. การประเมินผลตนเองก่อนและหลังเรียน

ขอให้นักศึกษาทำแบบประเมินตนเองก่อนเรียน ในแบบประเมินก่อนเรียนของแต่ละบท เพื่อวัดพื้นฐานความรู้เดิมของนักศึกษาว่ามีความรู้ในเนื้อหาที่จะศึกษามากน้อยเพียงใด และหลังจากศึกษาเอกสารการสอนตลอดทั้งบทแล้ว ขอให้นักศึกษาได้ทำแบบประเมินหลังเรียนอีกครั้ง เพื่อเป็นการประเมินตนเองว่าได้รับความรู้เพิ่มขึ้นจากเดิมมากน้อยเพียงใด และมีความรู้อยู่ในระดับที่จะศึกษาในบทต่อไปได้หรือไม่ ขอให้ศึกษาพึงตระหนักว่า การทำแบบประเมินตนเองก่อนและหลังเรียนด้วยความซื่อสัตย์ต่อตนเองเท่านั้นจึงจะได้ผล

3. การศึกษาเอกสารการสอน

หลังจากทำแบบประเมินก่อนเรียนเสร็จแล้ว นักศึกษาควรศึกษาเนื้อหาในแต่ละบทเรียนจากหนังสือจนจบก่อน และเมื่ออ่านรายละเอียดแต่ละบทจบแล้ว ก็ควรสรุป ทบทวน หรือจดบันทึกความเข้าใจของตนเองลงสมุดไว้ ทั้งนี้เพื่อใช้เป็นแนวทางในการประเมินตนเอง ว่ามีความเข้าใจในสิ่งที่อ่านอย่างแท้จริง จากนั้นจึงเริ่มทำแบบประเมินท้ายบทเรียนต่อไป และหากยังมีเนื้อหาในบทเรียนใดที่นักศึกษายังไม่เข้าใจ ก็ควรรวบรวมคำถามเหล่านั้นไว้ เพื่อสอบถามกับพระอาจารย์ประจำชุดวิชาในภายหลัง

4. การทำกิจกรรม

นักศึกษาควรวางแผนทำกิจกรรมที่กำหนดไว้ให้ดี เพื่อที่จะได้กำหนดช่วงเวลาสำหรับทำกิจกรรมได้อย่างเหมาะสม ครบถ้วนตามที่หลักสูตรวิชากำหนดไว้ และเมื่อทำกิจกรรมในแต่ละครั้งเสร็จแล้ว ให้นักศึกษานำบันทึกสาระสำคัญลงในแบบประเมินผลกิจกรรมตามที่ได้จัดให้ (ในหัวข้อกิจกรรมเสริมวิชา “แม่บทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา”)

เนื่องจากกิจกรรมที่กำหนดให้ มีความจำเป็นมากสำหรับการศึกษาในชุดวิชานี้ นักศึกษาจึงควรให้ความสำคัญ และทำทุกกิจกรรมด้วยความตั้งใจ ทั้งนี้ก็เพื่อที่ตนเองจะได้รับประโยชน์จากการทำกิจกรรมอย่างแท้จริง

7. การสอบ

การศึกษาวิชาแม่บทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนามีการวัดผลด้วยการสอบข้อเขียนทั้งแบบปรนัยและอัตนัย อย่างไรก็ตาม การศึกษาวิชาแม่บทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา แม้การวัดผลการเรียนด้วยการสอบข้อเขียนจะมีความสำคัญในการประเมินผลการเรียนของนักศึกษา แต่สิ่งสำคัญอย่างยิ่งก็คือ นักศึกษาจะต้องได้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง สามารถค้นคว้าเรียนรู้ด้วยตนเองได้ และจะต้องมีประสบการณ์ในการนำธรรมะมาใช้ในชีวิตของตนเอง

บทที่ 1

การฝึกอบรม

ในพระพุทธศาสนา



เนื้อหาบทที่ 1

การฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา



- 1.1 ปฐมบทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา
- 1.2 ต้นแบบของการฝึกอบรม
- 1.3 การฝึกฝนอบรมตนเอง
 - 1.3.1 ลักษณะของการฝึกอบรม
 - 1.3.2 รูปแบบของการศึกษาในพระพุทธศาสนา
- 1.4 วิธีฝึกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
- 1.5 แม่บทสำหรับการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา
 - 1.5.1 คณกโมคคัลลานสูตร และธัมมัญญสูตร
 - 1.5.2 ความสัมพันธ์ระหว่างพระสูตรทั้งสอง
 - 1.5.3 เหตุที่ทำให้พระสูตรทั้งสองเหมาะแก่การเป็นแม่บทฝึกอบรม
- 1.6 ประโยชน์ที่ฆราวาสจะพึงได้จากการศึกษาพระสูตรแม่บท

1. คณกโมคคัลลานสูตรและธัมมัญญสูตร เป็นพระสูตรที่กล่าวถึงแนวทางในการฝึกฝนอบรมตนเองของพระภิกษุไว้ได้อย่างเป็นขั้นเป็นตอนชัดเจน เหมาะสมที่จะนำมาใช้เป็นแม่บทในการศึกษาถึงลำดับ ขั้นตอน และวิธีการฝึกอบรมของพระภิกษุในพระพุทธศาสนา
2. พระภิกษุผู้ฝึกตนเองตามลำดับขั้นตอนต่างๆ ในคณกโมคคัลลานสูตร โดยอาศัยวิธีการฝึกจากธัมมัญญสูตรมาเป็นข้อปฏิบัติ ย่อมได้รับผลดีไปตามลำดับ กระทั่งสามารถกำจัดกิเลสอาสวะได้หมดสิ้น เป็นพระแท้ผู้เป็นเนื้อนาบุญ และเป็นกัลยาณมิตรให้กับชาวโลกได้
3. นอกจากพระภิกษุจะได้ประโยชน์จากการฝึกอบรมตามพระสูตรทั้งสองนี้โดยตรงแล้ว ศฤกษ์ผู้สนใจศึกษา ยังสามารถนำวิธีการจากแม่บทฝึกอบรมนี้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตรประจำวัน เพื่อการพัฒนาคุณธรรมของตนเองให้ก้าวหน้ามั่นคง เหมาะสมกับเพศภาวะ ทั้งยังสามารถเป็นกัลยาณมิตรให้กับผู้อื่น ได้เป็นอย่างดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาทราบภาพรวมของการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา
2. เพื่อให้นักศึกษาทราบและเข้าใจภาพรวม ขั้นตอน และวิธีการฝึกอบรมของพระภิกษุในพระพุทธศาสนา จากพระสูตรแม่บท คือ คณกโมคคัลลานสูตร และธัมมัญญสูตร
3. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจอย่างชัดเจนว่า การฝึกอบรมตามขั้นตอนและวิธีการจากพระสูตรทั้งสองนั้น มรรควาสผู้ครองเรือนก็สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตรประจำวัน เพื่อให้เกิดประโยชน์แก่การสร้างบารมีของตนเองได้อย่างกว้างขวาง



บทที่ 1



การฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา

1.1 ปฐมบทการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนา คือ คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งเป็นคำสอนที่สอนให้มนุษย์ทุกคนพึ่งพาตนเองในการสร้างชีวิต เพื่อบรรลุถึงเป้าหมายที่แท้จริงของชีวิต คือ การบรรลุมรรคผลนิพพาน

แต่เป็นที่ทราบกันดีอยู่แล้วว่า มนุษย์แต่ละคนล้วนมีสถานภาพของชีวิตแตกต่างกันไป เช่น บางคนพอใจกับการใช้ชีวิตในทางโลก ยั่งยืนดีและมีความสุขที่เกิดขึ้นจากความสำเร็จในหน้าที่การงาน การมีทรัพย์สินเงินทอง การมีครอบครัวที่เป็นสุข ในขณะที่บางคนกลับพอใจเลือกใช้ชีวิตไปในทางตรงกันข้าม เช่น การออกบวช ห่มเพศวิจิตรจิตใจเพื่อการฝึกหัดขัดเกลาดนเองให้พ้นจากกองทุกข์ มีความสุขที่เกิดขึ้นจากความสันโดษ และการประพฤติปฏิบัติธรรม แต่ไม่ว่าสถานภาพของแต่ละคนจะแตกต่างกันอย่างไร เป้าหมายสำคัญที่สุดที่มนุษย์ทุกคนต้องไปถึงให้ได้ ก็ยังคงเป็นการบรรลุมรรคผลนิพพานเหมือนกันอยู่นั่นเอง

แต่การจะบรรลุมรรคผลนิพพานนั้น ไม่ใช่จะไปถึงกันได้โดยง่าย แม้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเอง ก็ยังต้องใช้เวลาล้างสมบุญบาป เพื่อบรรลุผลนี้ยาวนานหลายภพหลายชาติเช่นกัน พวกเราเองก็คงใช้เวลาไม่ต่างไปจากท่านสักเท่าไร ดังนั้นเพื่อให้ชีวิตมีความปลอดภัยและสามารถประคับประคองตนเองให้บรรลุถึงจุดหมาย ทุกคนไม่ว่าจะอยู่ในสถานภาพใด ก็ควรวางเป้าหมายชีวิตของตนเองไว้ 3 ระดับด้วยกัน คือ

1. เป้าหมายในปัจจุบันชาติ หรือที่เรียกว่า “เป้าหมายบนดิน” หมายถึงการประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตในชาตินี้ คือ มีหน้าที่การงานและฐานะมั่นคงดี มีทรัพย์สินเงินทองไว้ใช้จ่ายใช้สอยได้สะดวกสบาย ทั้งนี้ก็เพื่อความสุขสบายของชีวิต และเพื่อการมีโอกาสได้ล้างสมบุญกุศล เป็นต้น

2. เป้าหมายในชาติหน้า หรือที่เรียกว่า “เป้าหมายบนฟ้า” หมายความว่าทุกชีวิตต้องหมั่นล้างสมบุญกุศลให้มากในชาติปัจจุบัน ซึ่งผลบุญนั้นจะส่งผลให้หลังจากที่ละโลกไป ก็จะได้ไปเกิดในสุคติภูมิ เช่นสวรรค์ ชั้นต่างๆ เพื่อเสวยสุขไปตามกำลังบุญของตน

3. เป้าหมายสูงสุด หรือที่เรียกว่า “เป้าหมายเหนือฟ้า” หมายถึงการกำจัดกิเลสอาสวะที่หมักหมมอยู่ในใจให้หมดสิ้นไป ได้บรรลุมรรคผลขั้นสูงสุด เป็นพระอรหันต์ผู้ทำพระนิพพานให้แจ้ง ไม่กลับมาเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏอีก

เมื่อได้วางเป้าหมายชีวิตแล้ว ต่อจากนี้ แต่ละคนก็ควรคำนึงถึงสถานภาพของตนเองว่าอยู่ ณ

จุดไหน เช่น ผู้ที่ยังอยู่ในฆราวาสวิสัย ใช้ชีวิตในทางโลก ก็ควรมุ่งมั่นทำเป้าหมายที่ 1 และ 2 ให้ได้อย่างเต็มที่สมบูรณ์ ในขณะที่เดียวกัน ผู้ที่อยู่ในสถานภาพของนักบวชที่ต้องการความหลุดพ้น ก็ต้องมุ่งมั่นทำเป้าหมายที่ 3 อย่างจริงจังด้วย

มีข้อนำสังเกตประการหนึ่งว่า ผู้ที่จะประสบความสำเร็จในเป้าหมายแต่ละระดับได้นั้น แต่ละคนต้องทำด้วยตัวของตัวเองทั้งสิ้น ไม่มีใครทำแทนให้กันและกันได้ เช่น จะประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานได้ก็ต้องอาศัยความขยันหมั่นเพียรของตน จะสั่งสมบุญได้ ก็ต้องชวนชวนทำให้แก่ตนเอง

คำถามก็คือ เราควรจะเริ่มต้นปฏิบัติกันอย่างไร จึงจะบรรลุเป้าหมายของชีวิตในแต่ละระดับได้อย่างสมบูรณ์ที่สุด คำตอบในข้อนี้ คงไม่มีอะไรดีไปกว่าการศึกษาวិธีการของผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตมาก่อนเรา ซึ่งก็คือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั่นเอง

1.2 ต้นแบบของการฝึกอบรม

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าในคราวที่เป็นพระโพธิสัตว์นั้น ก็ทรงเพียรพยายามเพื่อบรรลุเป้าหมายสำคัญในชีวิตทั้ง 3 ระดับมานับภพนับชาติไม่ถ้วนเช่นเดียวกัน ซึ่งบางชาติก็ประสบความสำเร็จในฐานะที่เป็นกษัตริย์ ผู้ทรงทศพิธราชธรรม บางชาติทรงเป็นมหาเศรษฐีผู้ใจบุญ และในแต่ละชาติก็ทรงสั่งสมบุญบารมีควบคู่กันไป (เป้าหมายที่ 1) เมื่อละจากโลกก็ไปเกิดอยู่ในสุคติโลกสวรรค์ (เป้าหมายที่ 2) ครั้นกลับมาเกิดใหม่อีกครั้งก็มาทำข้าตอกย้าในเรื่องเดิมๆ ครั้นเวลาผ่านไป บุญบารมีที่ทรงสั่งสมไว้เริ่มเต็มเปี่ยมบริบูรณ์ กระทั่งในชาติสุดท้ายจึงทรงตรัสรู้ธรรม (เป้าหมายที่ 3) หลังจากนั้นจึงได้นำสิ่งที่ตรัสรู้มาสั่งสอนให้ผู้อื่นมีโอกาสรู้ตามพระองค์ไป ดังนั้นคำสอนของพระองค์จึงเป็นเสมือนกุญแจไขไปสู่ความสำเร็จในเป้าหมายชีวิตทั้ง 3 ระดับของมนุษย์ทุกคน

คำสอนของพระองค์มีความหลากหลายแตกต่างกันไป ขึ้นกับว่าผู้ฟังเป็นใคร พระองค์จะทรงเทศน์ให้เหมาะสมกับระดับจิตใจและสถานภาพของผู้ฟัง โดยมีหลักสำคัญอยู่ที่การปฏิบัติเพื่อให้กาย วาจา ใจ สะอาดบริสุทธิ์ ซึ่งในระหว่างที่สร้างบารมี พระองค์ก็ทรงปฏิบัติตามหลักการนี้มาก่อนเช่นกัน ดังนั้นไม่ว่าผู้ฟังจะอยู่ในสถานภาพใด หรือพระองค์จะทรงเทศนาแตกต่างกันไปอย่างไร ก็ยังทรงใช้หลักการเดียวกัน เช่น ถ้าผู้ฟังเป็นฆราวาส พระองค์ก็แนะนำให้สั่งสมบุญบารมีด้วยการทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา ซึ่งเป็นพื้นฐานของการสั่งสมบุญบารมี แต่สำหรับพระภิกษุสาวกผู้ต้องการความหลุดพ้น พระองค์จะทรงกวัดข้นแนะนำให้ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป ด้วยการให้ศึกษาใน อริสัจ อริจิต และอริปัญญา¹

¹ ข้อที่จะต้องศึกษา หรือข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรม มี 3 เรื่อง ได้แก่ การฝึกอบรมในเรื่องศีล จิต และปัญญา เรียกว่า ไตรสิกขา

ดังนั้น การฝึกอบรมเบื้องต้นก็คือ การศึกษา ศิล สมาธิ ปัญญา นั่นเอง ซึ่งพระสาวกต้องอาศัย ความพากเพียรพยายามในการศึกษาและปฏิบัติเรื่อยไป จนกว่ากาย วาจา ใจ จะใสสะอาดบริสุทธิ์หลุดพ้น ในวันใดวันหนึ่งได้ สมดังที่ทรงตรัสเอาไว้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย กิจที่ต้องรับทำของภิกษุ 3 นี้คืออะไรบ้าง คือการบำเพ็ญ อริสสีลสิกขา การบำเพ็ญอธิจิตตสิกขา การบำเพ็ญอธิปัญญาสิกขา นี้แลกิจที่ ต้องรับทำของภิกษุ 3 แต่ภิกษุนั้นไม่มีฤทธิ์หรืออำนาจที่จะบันดาลให้จิตของตน เลิกยึดถือหลุดพ้นจากอาสวะในวันนี้ หรือพรุ่งนี้ หรือมะรืนนี้ได้ ที่ถูก ย่อมมี สมัยที่เมื่อภิกษุนั้นศึกษาอริสีลไป ศึกษาอธิจิตไป ศึกษาอธิปัญญาไป จิตย่อมจะ เลิกยึดถือ หลุดพ้นจากอาสวะได้”¹

1.3 การฝึกฝนอบรมตนเอง

จากพุทธพจน์ที่กล่าวมาข้างต้น ชี้ให้เห็นว่า พระภิกษุผู้ศึกษาในอริสีล อธิจิต และอธิปัญญา ต้อง อาศัยความเพียรพยายามในการปฏิบัติตามคำสอนด้วยตัวเอง และความพยายามในการปฏิบัตินั้น พระภิกษุ ก็ต้องทำด้วยความมุ่งมั่นตั้งใจ คือต้องหมั่นนำความรู้ที่ได้จากการศึกษาเรื่องศีล สมาธิ ปัญญา มาเพื่อ “ฝึก – ฝน – อบรม – รม” กาย วาจา ใจ ของตนเองให้บริสุทธิ์บริบูรณ์

“ฝึก” หมายถึง นำมาทำให้ได้

“ฝน” หมายถึง การทำต่อเนื่องให้ติดจนชำนาญ

“อบ” หมายถึง ทำให้ร้อน หรือทำให้หอมอบอวลไปทั่ว

“รม” หมายถึง ทำให้ติดแน่น

ดังนั้น จึงอาจกล่าวโดยสรุปถึงการศึกษาในทางพระพุทธศาสนาได้ว่า คือการนำคำสอนของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาฝึกปฏิบัติ เพื่อขัดเกลา กาย วาจา ใจ ให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ ฝึกจนกระทั่งติดกลาย มาเป็นนิสัย จนกระทั่งได้รับผลดีจากการปฏิบัตินั้นได้ชัดเจน

¹ อัจฉายิกสูตร, อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต, มก. เล่ม 34 ข้อ 532 หน้า 474

1.3.1 ลักษณะของการฝึกอบรม

สำหรับบางท่านที่เคยศึกษาประวัติของพระอรหันตสาวกมาบ้างแล้ว คงอดสงสัยไม่ได้ว่า ทำไมพระสาวกแต่ละท่านจึงมีวิธีการ หรือใช้ระยะเวลาในการฝึกฝนอบรมตนเองแตกต่างกันไป บางรูปรวดเร็ว จนน่าแปลกใจ เช่น พระสีวลี ที่บรรลุปะเป็นพระอรหันต์ได้เพียงใช้เวลาแค่ปลงผมเสร็จเท่านั้น แต่บางรูปก็ช้า อย่างไม่น่าเชื่อ เช่น พระอานนท์ ที่แม้จะได้ฟังธรรมและอุปฐากใกล้ชิดพระศาสดานานกว่า 25 ปี แต่กว่าจะบรรลุปะเป็นพระอรหันต์ได้ก็เมื่อหลังพุทธปรินิพพานไปแล้ว บางรูปก็บรรลุธรรมได้อย่างสบาย เช่น พระสารีบุตร ที่บรรลุปะเป็นพระอรหันต์ในระหว่างถวายงานพัดอยู่ด้านหลัง ขณะที่พระบรมศาสดาแสดงธรรมให้ปริพาชกคนหนึ่งฟังพอดี ในขณะที่บางรูปบรรลุธรรมด้วยความลำบากยากยิ่ง เช่น พระโสณโกฬิวิสะ ที่เดินจงกรมด้วยความเพียรจัดไป จนฝ่าเท้าของท่านแตกมีเลือดไหลเประอะเปื้อนไปทั่วทั้งจกรม

หากดูเพียงผิวเผิน เหมือนกับว่าวิธีการศึกษาในพระพุทธศาสนาไม่มีแบบแผน ไม่มีกำหนดเวลาหรือวิธีการปฏิบัติที่ชัดเจนเอาเสียเลย แต่ในความเป็นจริงกลับไม่ได้เป็นอย่างนั้น พระพุทธศาสนามักมีแบบแผนในการศึกษา และการฝึกปฏิบัติอย่างเป็นขั้นเป็นตอนชัดเจนจนน่าอัศจรรย์ทีเดียว ส่วนความแตกต่างของการบรรลุธรรมที่กล่าวมาข้างต้นเป็นเพราะแต่ละรูปสั่งสมบุญบารมีและฝึกปฏิบัติตามขั้นตอนที่ถูกต้องมามากน้อยไม่เท่ากัน ดังนั้นลักษณะการศึกษาและการฝึกปฏิบัติในพระพุทธศาสนาจึงเป็นไปดังที่พระองค์ตรัสไว้ว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราย่อมกล่าวการตั้งอยู่ในอรรถผลด้วยการไปครั้งแรกเท่านั้นหาได้ แต่การตั้งอยู่ในอรรถผลนั้น ย่อมมิได้ด้วยการศึกษาโดยลำดับ ด้วยการทำโดยลำดับ ด้วยความปฏิบัติโดยลำดับ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็การตั้งอยู่ในอรรถผลย่อมมิได้ด้วยการศึกษาโดยลำดับ ด้วยการทำโดยลำดับ ด้วยความปฏิบัติโดยลำดับอย่างไร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กุลบุตรในธรรมวินัยนี้ เกิดศรัทธาแล้วย่อมเข้าไปใกล้ เมื่อเข้าไปใกล้ย่อมนั่งใกล้ เมื่อนั่งใกล้ย่อมเจียโลตลง เมื่อเจียโลตลงแล้ว ย่อมฟังธรรม ครั้นฟังธรรมย่อมทรงธรรมไว้ ย่อมพิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงไว้แล้ว เมื่อพิจารณาเนื้อความอยู่ ธรรมทั้งหลายย่อมทนได้ซึ่งความพินิจ เมื่อธรรมทนความพินิจได้อยู่ ฉันทะย่อมเกิด เมื่อเกิดฉันทะแล้วย่อมอุตสาหะ ครั้นอุตสาหะแล้วย่อมไตรตรอง ครั้นไตรตรองแล้ว ย่อมตั้งความเพียร เมื่อมีตนส่งไป ย่อมทำให้แจ้งชัดซึ่งบรมสัจจะด้วยกาย และย่อมแทงตลอดเห็นแจ้งบรมสัจจะนั้นด้วยปัญญา”¹

¹กัฏฐาคิริสูตร, มัชฌิมนิกาย มัชฌิมนิพนธ์สาส์น, มก. เล่ม 20 ข้อ 238 หน้า 428

จากพุทธพจน์ที่กล่าวมา ชี้ให้เห็นว่าการศึกษาในพระพุทธศาสนาต้องเป็นไปตามลำดับขั้นตอนที่ชัดเจน และจะต้องปฏิบัติไปตามลำดับเท่านั้น จะรีบร้อนลัดข้ามขั้นตอนไปไม่ได้เลย ดังนั้นเงื่อนไขของการบรรลุธรรม จึงอยู่ที่ว่าใครจะทำตามขั้นตอนที่พระองค์ตรัสไว้นั้นได้ถูกต้องสมบูรณ์ก่อนกันนั่นเอง

1.3.2 รูปแบบของการศึกษาในพระพุทธศาสนา

รูปแบบการศึกษาเพื่อฝึกอบรมในพระพุทธศาสนาตั้งแต่ครั้งพุทธกาลเรื่อยมา สามารถแบ่งออกได้เป็น 2 รูปแบบใหญ่ๆ คือ

1. การศึกษาเรียนรู้ทางทฤษฎี หรือปริยัติ ที่เรียกว่า “คันถธุระ” หมายถึงการศึกษาเล่าเรียนคัมภีร์ หรือการศึกษาปริยัติธรรมซึ่งในครั้งพุทธกาลนั้นจะเรียนโดยการฟังจากพระอุปัชฌาย์หรืออาจารย์แล้วท่องจำสืบทอดกันเรื่อยมา ต่อมาภายหลังจึงเริ่มมีการจารึกและพิมพ์ทำเป็นหนังสือคัมภีร์ตำรับตำรา เช่น คัมภีร์พระไตรปิฎก เป็นต้น ซึ่งทำให้การศึกษาทางคันถธุระทำได้สะดวกมากยิ่งขึ้น

2. การศึกษาทางปฏิบัติ หรือที่เรียกว่า “วิปัสสนาธุระ” หมายถึงธุระฝ่ายวิปัสสนา หรือธุระฝ่ายเจริญวิปัสสนา ซึ่งก็คือกิจทางพระพุทธศาสนาในด้านการบำเพ็ญกรรมฐาน หรือการเจริญสมาธิภาวนา

ส่วนพระภิกษุจะเลือกเรียนไปทางคันถธุระ หรือวิปัสสนาธุระ หรือทั้งสองอย่างควบคู่กันไป ก็แล้วแต่ความชอบใจของแต่ละรูป ดังเช่นตัวอย่างในคัมภีร์อรรถกถาที่พระจักขุปาลเถระทูลถามพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า¹

“พระเจ้าข้า ในพระศาสนานี้มีธุระก้อย่าง ?”

พระบรมศาสดาตรัสตอบว่า “ภิกษุ ธุระมี 2 อย่าง คือ คันถธุระ กับ วิปัสสนาธุระ เท่านั้น”

พระจักขุปาล : “พระเจ้าข้า ก็คันถธุระเป็นอย่างไร ? วิปัสสนาธุระเป็นอย่างไร ?”

พระบรมศาสดา : “ธุระนี้ คือ การเรียนนิกายหนึ่งกัถิ สองนิกายกัถิ จบพุทธวจนะคือพระไตรปิฎกกัถิ ตามสมควรแก่ปัญญาของตนแล้วทรงไว้ กล่าวบอกพุทธวจนะนั้น ชื่อว่าคันถธุระ ส่วนการเริ่มตั้งความสิ้นและความเสื่อมไว้ในอรรถภาพ ยังวิปัสสนาให้เจริญ ด้วยอำนาจแห่งการติดต่อแล้ว ถือเอาพระอรรถของภิกษุผู้มีความประพฤติกเล่แล้วคล่องยินดียิ่งแล้วในเสนาสนะอันสงัด ชื่อว่าวิปัสสนาธุระ”

¹พระจักขุปาลเถระ, อรรถกถา ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท, มก. เล่ม 40 หน้า 14

พระจักขุปาล : “พระเจ้าข้า ข้าพระองค์บวชแล้วแต่เมื่อแก่ ไม่สามารถจะบำเพ็ญคันถธุระให้บริบูรณ์ได้ แต่จักบำเพ็ญวิปัสสนาธุระให้บริบูรณ์ ขอพระองค์ตรัสบอกพระกรรมฐานแก่ข้าพระองค์เถิด”

ในการศึกษาทั้ง 2 รูปแบบ มีข้อดีแตกต่างกันออกไป คือการเรียนทางปริยัติ หรือคันถธุระ เป็นการเรียนเพื่อรักษาพุทธวจนะไว้ไม่ให้เสื่อมสูญ ผู้ที่เรียนจนแตกฉานแล้ว นอกจากจะได้นำความรู้นั้นมาเป็นประโยชน์กับการฝึกฝนอบรมตนเอง ตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วยังจะได้นำสิ่งที่เรียนรู้มานั้นไปถ่ายทอด เพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่ผู้อื่นได้อีกทางหนึ่งด้วย ในขณะที่ผู้ที่เรียนโดยวิธีปฏิบัติ หรือวิปัสสนาธุระ จะมุ่งไปที่การปฏิบัติกรรมฐาน ทำสมาธิภาวนา ฝึกใจ เพื่อกำจัดกิเลสอาสวะให้หมดสิ้นไปโดยเร็วพลัน

แต่ไม่ว่าจะศึกษาในทางไหน พระภิกษุก็ต้องนำความรู้ที่ได้จากทั้งคันถธุระ และวิปัสสนาธุระ ไปปฏิบัติให้เกิดผลกับตนเองอย่างจริงจัง แม้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ทรงสรรเสริญ และให้ความสำคัญกับการปฏิบัติธรรมยิ่งกว่าสิ่งใด พระองค์ทรงเรียกพระภิกษุผู้เรียนปริยัติมามาก ผู้แสดงธรรมมาก ผู้สาธยายธรรมมาก ที่พิจารณาตรึกตรองธรรมมาก แต่มัวปล่อยเวลาให้ผ่านไปโดยไม่ได้นสนใจการเจริญสมาธิภาวนา เลยกว่า “ไม่อยู่ในธรรม” ดังพุทธพจน์ที่ว่า

“ดูก่อนภิกษุ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ย่อมเรียนธรรมคือ สุตตะ เคยยะ เวຍยาकरणะ คาถา อุทาน อิติวุตตกะ ชาดก อัฏฐกธรรม เวทลละ¹ เธอย่อมปล่อยให้วันคืนล่วงไป ละการหลีกออกเร้นอยู่ ไม่ประกอบความสงบใจในภายใน เพราะการเรียนธรรมนั้น ภิกษุนี้เรียกว่าเป็นผู้มากด้วยการเรียน ไม่ชื่อว่าเป็นผู้อยู่ในธรรม

อีกประการหนึ่ง ภิกษุยอมแสดงธรรมตามที่ได้สดับมาแล้ว ตามที่ได้เรียนมาแล้ว แก่ผู้อื่นโดยพิสดาร เธอย่อมปล่อยให้วันคืนล่วงไป...

อีกประการหนึ่ง ภิกษุยอมกระทำการสาธยายธรรมตามที่ได้สดับมาแล้ว ตามที่ได้เรียนมาแล้ว โดยพิสดาร เธอย่อมปล่อยให้วันคืนล่วงไป...

อีกประการหนึ่ง ภิกษุยอมตรึกตาม ตรองตาม พง์ตามด้วยใจ ซึ่งธรรมตามที่ได้สดับมาแล้ว ตามที่ได้เรียนมาแล้ว เธอย่อมปล่อยให้วันคืนล่วงไป ละการหลีกออกเร้นอยู่ ไม่ประกอบความสงบใจในภายใน เพราะการตรึกตามธรรมนั้น ภิกษุนี้เรียกว่าเป็นผู้มากด้วยการตรึกธรรม ไม่ชื่อว่าเป็นผู้อยู่ในธรรม”²

¹ สุตตะ... เวทลละ หมายถึงคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

² ปฐมธรรมวิทริกสูตร, อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต, มก. เล่ม 36 ข้อ 73 หน้า 168

ในทางตรงกันข้าม พระองค์กลับสรรเสริญผู้ที่เรียนมามาก และไม่ประมาทในการปฏิบัติธรรมว่า “อยู่ในธรรม” ดังพุทธพจน์ที่ว่า

“ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมเล่าเรียนธรรมคือ สุตตะ เคยยะ เวຍยาकरणะ คาถา อุทาน อิติวุตตกะ ชาดก อัฏฐกธรรม เวทัลละ เธอย่อมไม่ปล่อยให้ วันคืนล่วงไป ไม่ละการหลีกออกเร้นอยู่ ประกอบความสงบใจในภายใน เพราะการเล่าเรียนธรรมนั้น ภิกษุชื่อว่า เป็นผู้อยู่ในธรรมอย่างนี้แล

ดูก่อนภิกษุ เราแสดงภิกษุผู้มากด้วยการเล่าเรียนธรรม แสดงภิกษุผู้มาก ด้วยการสาธยายธรรม แสดงภิกษุผู้มากด้วยการตริกธรรม แสดงภิกษุผู้อยู่ในธรรมด้วยประการฉะนี้

ดูก่อนภิกษุ กิจใดอันศาสดาผู้หวังประโยชน์เกื้อกูล อนุเคราะห์ อาศัยความเอ็นดู พึงกระทำแก่สาวกทั้งหลาย กิจนั้นเราได้ทำแก่เธอทั้งหลายแล้ว ดูก่อนภิกษุ นั้นโคณฑันไม้ นั้นเรือนว่าง เธอจงเพ่งฌาน อย่าประมาท อย่าเป็นผู้มีความเดือดร้อนในภายหลัง นี่เป็นอนุสาสนีของเราเพื่อเธอทั้งหลาย”

ทั้งนี้เพราะหัวใจสำคัญของการศึกษาในพระพุทธศาสนา ก็คือการฝึกปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้น จากกิเลสอาสวะทั้งปวง ดังมีตัวอย่างเรื่องของพระเถระ 2 รูป ดังนี้

เรื่องภิกษุ 2 สหาย¹

ในสมัยพุทธกาล มีกุลบุตร 2 ท่านเป็นเพื่อนกัน ภายหลังจากที่ได้ฟังธรรมจนเกิดความเลื่อมใส จึงพร้อมใจกันออกบวชด้วยกันทั้ง 2 คน ต่อมาไม่นานทั้งสองรูปจึงเข้าไปทูลถามพระศาสดาว่าธรรมาในพระศาสนา นี้มีเท่าไร เมื่อทราบว่ามี 2 ประการ คือคันถธุระและวิปัสสนาธุระแล้ว รูปหนึ่งมีความตั้งใจจะศึกษาในทางปริยัติ จึงเลือกคันถธุระก่อน ส่วนอีกรูปหนึ่งตั้งใจจะปฏิบัติธรรมเจริญสมาธิภาวนา จึงเลือกศึกษาในวิปัสสนาธุระ

รูปที่เรียนคันถธุระ มีชื่อเรียกว่าพระคันถิกเถระได้เล่าเรียนพุทธพจน์จนแตกฉานและได้เป็นอาจารย์เจ้าคณะที่มีศิษย์ถึง 500 รูป ในขณะที่รูปซึ่งเลือกวิปัสสนาธุระ มีชื่อเรียกว่าพระวิปัสสกเถระ ได้เจริญสมาธิภาวนาจนบรรลุเป็นพระอรหันต์ และเป็นอาจารย์สอนการปฏิบัติธรรม จนศิษย์ของท่านต่างได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ด้วยกันหมดทุกองค์

¹เรียบเรียงจาก “เรื่องภิกษุ 2 สหาย”, อรรถกถา ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท, มก. เล่ม 40 หน้า 209

ต่อมาเมื่อศิษย์ของพระวิปัสสกะเดินทางมาเข้าเฝ้าพระศาสดา ท่านจึงฝากให้ศิษย์เข้ามากราบนมัสการเฝ้าพระคันถิกเถระแทนท่านด้วย เมื่อพระวิปัสสกะส่งข่าวเฝ้าพระคันถิกเถระของท่านในทำนองเดียวกันหลายๆ ครั้งเข้า พระคันถิกเถระจึงเกิดความสงสัยขึ้นว่า เพื่อนของเราไม่ได้เรียนและไม่รู้คาถาแม้สักว่าเล็กน้อยเลย ตั้งแต่วันที่บวชมา เธอก็เข้าไปอาศัยในป่าแต่ทำไมเธอถึงมีศิษย์มากมายถึงเพียงนี้ เมื่อคิดดังนี้แล้ว ก็ตั้งใจว่าจะถามปัญหาเพื่อทดสอบภูมิความรู้เมื่อสหายของท่านเดินทางมาด้วยตนเอง

ในกาลต่อมา พระวิปัสสกะได้มาเข้าเฝ้าพระศาสดา เมื่อพระเถระทั้งสองมาพบกันแล้ว พระคันถิกเถระจึงตั้งใจจะถามปัญหาตามที่ตนคิดไว้ แต่พระศาสดาทรงทราบว่า การถามปัญหาอย่างนั้น ได้ชื่อว่าเป็นการเบียดเบียนแก่พระวิปัสสกะซึ่งเป็นพระอรหันต์อันจะเป็นเหตุทำให้พระคันถิกเถระต้องไปเกิดในนรกด้วยทรงเอ็นดูในพระคันถิกเถระ จึงทรงทำประหนึ่งว่าเสด็จจาริกไปในวิหารที่ทั้งสองรูปนั้นนั่งอยู่ด้วยกัน

เมื่อทรงประทับนั่งแล้ว จึงตรัสถามปัญหาที่เกี่ยวกับการปฏิบัติสมาธิภาวนาตั้งแต่ปัญหาในปฐมฌานกับพระคันถิกเถระ เมื่อท่านตอบไม่ได้ พระองค์จึงตรัสถามปัญหาให้ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป ทั้งในรูปสมภาติ อรูปสมภาติ และโสดาปัตติมารค จนถึงปัญหาในพระอรหัตผล ซึ่งปัญหาทั้งหมดนั้น พระคันถิกเถระตอบไม่ได้แม้สักข้อเดียว ในทางตรงกันข้าม เมื่อพระองค์ตรัสถามพระวิปัสสกะด้วยปัญหาเดียวกัน ท่านก็ตอบได้ทั้งหมด

พระศาสดาจึงทรงประทานสาธุการแก่พระวิปัสสกะนั้น เทวดาทั้งหมดตั้งแต่ภุมมเทวาไปจนถึงพรหมโลกเมื่อได้ฟังสาธุการนั้นแล้ว ก็ให้สาธุการด้วยกันทั้งหมด

ศิษย์ของพระคันถิกเถระเมื่อได้ยินเสียงสาธุการเช่นนั้นก็เกิดความไม่เข้าใจว่าเพราะเหตุใดพระศาสดาจึงทรงให้สาธุการแก่พระวิปัสสกะที่ไม่มีความรู้ทางปริยัติอะไรเลยแต่กับอาจารย์ของเราซึ่งทรงจำปริยัติธรรมไว้ได้ทั้งหมดนั้น พระองค์กลับไม่ทรงให้แม้แต่คำสรรเสริญใดๆ พระศาสดาจึงตรัสตอบไปว่า

“หากว่า นรชนกล่าวพระพุทฺธพจน์อันมีประโยชน์เกื้อกูลแม้มาก แต่เป็นผู้ประมาทแล้ว ไม่ทำตามพระพุทฺธพจน์นั้นไซ้ร้ เขาย่อมไม่เป็นผู้มีส่วนแห่งสามัญญผล¹ เหมือนคนเลี้ยงโค นับโคทั้งหลายของชนเหล่าอื่น ย่อมเป็นผู้ไม่มีส่วนแห่งปัญจโครส² ฉะนั้น

หากว่า นรชนกล่าวพระพุทฺธพจน์อันมีประโยชน์เกื้อกูลแม้น้อย แต่เป็นผู้มีปกติประพฤติธรรมสมควรแก่ธรรมไซ้ร้ เขาละระคะ โทสะ และโมหะแล้ว รู้ชอบ มีจิตหลุดพ้นดีแล้ว หมดความยึดถือในโลกนี้หรือในโลกหน้า เขาย่อมเป็นผู้มีส่วนแห่งสามัญญผล”

¹ผลของความเป็นสมณะ หรือประโยชน์ที่ได้จากการบำเพ็ญสมณธรรม เช่น การบรรลุผลนิพพาน เป็นต้น

²รสอันเกิดจากโค 5 อย่างคือ นมสด นมล้น เปரியง เนยใส เนยข้น

เรื่องของพระเถระทั้งสองนี้นับว่าเป็นตัวอย่างที่ดีที่ทำให้เราเห็นถึงวิธีการศึกษาในพระพุทธศาสนาว่า ไม่ว่าจะเรียนรู้คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาากน้อยอย่างไร ก็ต้องนำความรู้นั้นมาฝึกฝนอบรมตนเองให้กาย วาจา ใจ บริสุทธิ์หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะให้ได้โดยเร็ว

อีกประการหนึ่งทำให้เราเห็นถึงพระมหากรุณาธิคุณของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ทรงคอยพร่ำแนะนำสั่งสอนบุคคลต่างๆ ได้อย่างพอเหมาะพอดี ทั้งยังทรงทราบวิธีที่จะฝึกบุคคลเหล่านั้นให้ได้รับประโยชน์ที่ดีที่สุดด้วย

1.4 วิธีฝึกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงมีวิธีฝึกบุคคลต่างๆ อย่างไร เรื่องนี้มีปรากฏอยู่ในเกสสูตร¹ ในสมัยนั้นพระองค์ทรงถามนายเกสซึ่งเป็นสารีริกัมมาว่า เขาฝึกมาด้วยวิธีการอย่างไร นายเกสทูลตอบว่า เมื่อเขาได้มาที่ควรฝึกมาแล้ว บางตัวก็จะฝึกด้วยวิธีละม่อม บางตัวฝึกด้วยวิธีรุนแรง บางตัวต้องฝึกทั้ง 2 วิธี คือละม่อมและรุนแรงควบคู่กันไป

เมื่อพระองค์ถามต่อว่า ถ้าหากม้าของเขาฝึกไม่ได้ด้วยวิธีใดๆ เลย เขาจะอย่างไรกับมัน นายเกสจึงทูลว่า ถ้าหากว่าฝึกไม่ได้เขาก็จะฆ่ามันทิ้งไปเสีย หลังจากทูลตอบแล้วนายเกสจึงถามพระองค์กลับว่า แล้วพระองค์มีวิธีฝึกคนอย่างไร ทรงตอบว่าพระองค์ก็ฝึกคนคล้ายๆ กับที่เขาใช้ฝึกม้าเช่นกัน โดยจะทรงฝึกบุคคลที่ควรฝึกด้วยวิธีการดังต่อไปนี้ คือ

1. ฝึกด้วยวิธีละม่อมบ้าง หมายถึง ทรงสอนเกี่ยวกับการทำความดีด้วยกาย วาจา ใจ และผลดีหรือวิบากของการทำความดีนั้น เช่นการได้ไปสู่สุคติโลกสวรรค์ ซึ่งทำให้ผู้ถูกฝึกอยากจะทำแต่ความดี
2. ฝึกด้วยวิธีรุนแรงบ้าง หมายถึง ทรงสอนเกี่ยวกับการทำความชั่วด้วยกาย วาจา ใจ และผลเสีย หรือวิบากของการทำความชั่วนั้น เช่น ต้องไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน หรือการไปเกิดในอบาย ซึ่งทำให้ผู้ถูกฝึกเกิดความกลัวและความละอายต่อบาป จนไม่อยากจะทำความชั่วใดๆ
3. ฝึกด้วยวิธีละม่อมและรุนแรงบ้าง หมายถึงทรงใช้ทั้ง 2 วิธีข้างต้นควบคู่กัน
4. ถ้าบุคคลนั้นเป็นคนที่ไม่ได้ ก็ทรงฆ่าเขาเสีย ซึ่งหมายความว่าไม่ทรงแนะนำสั่งสอนอะไร การไม่สอนนี้ พระองค์เรียกว่าเป็นการฆ่าในวินัยของพระอริยเจ้า

¹เกสสูตร, อังคุตตรนิกาย จตุกนิบาต, มก. เล่ม 35 ข้อ 111 หน้า 298

นอกจากจะทรงมีวิธีการฝึกที่หลากหลาย เหมาะสมแตกต่างกันไปตามแต่ประเภทของบุคคล ดังที่กล่าวมาข้างต้นแล้ว พระองค์ยังทรงฝึกบุคคลที่ฝึกได้ด้วยความจริงใจอย่างเต็มที่โดยปราศจากอคติใดๆ ดังที่ตรัสแก่พระอานนท์ไว้ว่า

**“ดูก่อนอานนท์ เราจักไม่ประคับประคองพวกเธอเหมือนช้างหม้อประคอง
ค้ำประคองภาชนะดินดิบที่ยังดิบๆ อยู่ เราจักข่มแล้วๆ จีบบอก จักยกย่อง
แล้วๆ จีบบอก ผู้ใดมีแก่นสาร ผู้นั้นจักตั้งอยู่”¹**

ซึ่งหมายความว่าพระองค์จะไม่ฝึกด้วยความทะนุถนอมใครมากจนเกินไป จะทรงใช้วิธีพร่ำสอนบ่อยๆ สิ่งใดที่ทำได้ดี ถูกต้อง เป็นกุศล พระองค์จะทรงยกย่องให้กำลังใจ และสนับสนุนให้ทำยิ่งๆ ขึ้นไปอีก ในขณะเดียวกัน สิ่งใดที่เป็นความชั่ว เป็นอกุศล พระองค์จะตำหนิ และสอนไม่ให้นำในสิ่งนั้นอีก การพร่ำสอนอย่างนี้ พระองค์ชี้ว่าเหมาะกับบุคคลที่มีความมุ่งมั่นตั้งใจ เอาจริงเอาจัง มีมรรคผลนิพพานเป็นที่ตั้ง จึงจะทนต่อการฝึกของพระองค์ได้

บุคคลที่พระองค์ตรัสว่าเหมาะแก่การฝึก ในที่นี้หมายถึงพระภิกษุสาวก เพราะเป็นผู้ที่มีเป้าหมายชีวิตชัดเจน นั่นคือการบรรลุมรรคผลนิพพาน ทั้งนี้ด้วยเห็นว่าชีวิตในวัฏสงสาร นำมาซึ่งความทุกข์นานัปการ เมื่อเห็นอย่างนั้น ท่านจึงสลัดพันธนาการของชีวิตเสีย ไม่ว่าจะเป็นชีวิตครอบครัว ธุรกิจการงาน ความเพิลิตเพิลินสนุกสนานในทางโลก หรือความเจริญก้าวหน้าในแบบของฆราวาสวิสัย หันมาใช้ชีวิตในเพศนักบวช มุ่งฝึกฝนอบรมตนเองอย่างจริงจัง ตามคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ดังที่กล่าวมาแล้ว

และเพราะความที่มีมรรคผลนิพพานเป็นเป้าหมาย การฝึกฝนอบรมตนเองจึงเป็นเรื่องสำคัญ อันยิ่งใหญ่ ที่จะเกี่ยวข้องผูกพันกับพระภิกษุไปจนตลอดชีวิต

1.5 แม่บทสำหรับการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา

ตลอด 45 พรรษา ของการเทศนาโปรดสรรพสัตว์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้บรรลุธรรมตาม พระองค์ไปนั้น มีคำสอนสำคัญๆ ที่ทรงตรัสเอาไว้มากมาย โดยจะทรงเทศน์ให้เหมาะสมกับจริตอัธยาศัยของผู้ฟัง เพื่อให้บุคคลเหล่านั้นได้รับประโยชน์สูงสุด คือมีความหลุดพ้นเป็นจุดหมาย ซึ่งพระธรรมเทศนาที่ทรงสั่งสอนไว้มีมากมายถึง 84,000 พระธรรมขันธ์ ในปัจจุบันได้รวบรวมคำสอนเหล่านั้นไว้ในคัมภีร์พระไตรปิฎก ซึ่งมีอยู่ด้วยกัน 3 ส่วน คือ พระวินัยปิฎก พระสุตตันตปิฎก และพระอภิธรรมปิฎก

¹มหาสุญญตสูตร, มัชฌิมนิคาย อุปริปัณณาสก, มก. เล่ม 23 ข้อ 355 หน้า 25

ในบรรดาคำสอนเหล่านั้นล้วนมีจุดเด่นสำคัญแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับว่าพระองค์ตรัสเทศน์ให้ใครฟัง บางท่านสั่งสมบุญมามาก เป็นผู้รู้ตามได้รวดเร็ว พระองค์อาจเทศนาแต่เพียงสั้นๆ ผู้ฟังก็สามารถน้อมนำไปปฏิบัติตามจนบรรลุธรรมได้ในทันที ในขณะที่บางท่านรู้ตามได้ช้า อาจต้องฟังธรรมหลายต่อหลายครั้ง และยังต้องอาศัยเวลาในการฝึกฝนอบรมตนเองนานกว่าคนอื่นๆ ก็มี

สำหรับบทเทศน์สั้นๆ ที่ทรงเทศน์ให้ผู้รู้ตามได้เร็วฟังมักจะสั้นเกินกว่าที่เราเข้าใจได้ เพราะจะไม่ทรงอธิบายขยายความอะไร ด้วยเห็นว่ามากเกินไปสำหรับผู้ฟัง แต่กับผู้รู้ตามได้ช้า และต้องการเวลาเพื่อฝึกฝนอบรมตนเองนาน ก็จะมีพระสูตรที่ทรงเทศน์เอาไว้หลากหลาย ต่างกรรมต่างวาระกันไป การจะสืบค้นเพื่อปะติดปะต่อเรื่องราวอาจทำได้ไม่ถนัดนักดังนั้นการจะหาบทเทศน์หรือพระสูตรที่พอจะเป็นแนวทางสำหรับศึกษาถึงกระบวนการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนาจึงหาได้ยากพอสมควร แต่แม้จะยากอย่างไร ก็ยังมีพระสูตรที่ดีพอจะนำมาใช้เป็นตัวแทน หรือเป็นต้นแบบแม่บทในการศึกษา ที่จะทำให้เราเข้าใจการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนาได้เป็นอย่างดี ซึ่งในที่นี้จะขอยกพระสูตรสำคัญ เพื่อใช้เป็นแม่บทในการศึกษา 2 พระสูตรด้วยกัน คือ

1. คณกโมคคัลลานสูตร¹
2. ธัมมัญญสูตร²

1.5.1 คณกโมคคัลลานสูตร และธัมมัญญสูตร

ทั้งคณกโมคคัลลานสูตรและธัมมัญญสูตรล้วนเป็นพระสูตรที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงการฝึกฝนอบรมตนเองของพระภิกษุตามพุทธวิธี โดยมีภาพรวมของพระสูตรดังนี้ คือ

คณกโมคคัลลานสูตร

เป็นพระสูตรที่เกิดขึ้นจากคำถามของพราหมณ์คนหนึ่ง ชื่อ คณกโมคคัลลานพราหมณ์ มีอาชีพเป็นนักคำนวณ พราหมณ์เข้ามาทูลถามพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงวิธีการศึกษาในพระพุทธศาสนาโดยมีความเห็นว่าวิชาต่างๆ ในทางโลก ไม่ว่าจะเป็นวิชาการก่อสร้าง วิชาในการรบ ต้องศึกษากันไปตามลำดับ ปฏิบัติกันไปตามลำดับ หรือแม้กระทั่งการคำนวณ ก็ยังต้องศึกษา และปฏิบัติไปตามลำดับเป็นขั้นเป็นตอน คือต้องเริ่มสอนตั้งแต่การนับเลขหนึ่ง เลขสอง เป็นต้นไป พราหมณ์จึงทูลถามพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า พระองค์สามารถบอกกฎเกณฑ์ในการศึกษาพระพุทธศาสนาให้เห็นเป็นลำดับขั้นตอนชัดเจน เช่นเดียวกับการศึกษาในวิชาอื่นๆ บ้างได้หรือไม่

¹ นักศึกษาควรอ่านคณกโมคคัลลานสูตรที่ภาคผนวกท้ายเล่ม ก่อนที่จะศึกษารายละเอียดในบทต่อไป

² นักศึกษาควรอ่านธัมมัญญสูตรที่ภาคผนวกท้ายเล่ม ก่อนที่จะศึกษารายละเอียดในบทต่อไป

พระองค์ตรัสตอบว่า “ได้” และทรงบอกถึงลำดับขั้นตอนในการศึกษาและปฏิบัติในพระพุทธศาสนาไว้ถึง 6 ขั้นตอน โดยจะทรงแนะนำให้พระภิกษุปฏิบัติไปที่ละขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 แนะนำให้เป็นผู้มีศีล สำรวมระวังในปาฏิโมกข์^๑

ขั้นตอนที่ 2 แนะนำให้สำรวมระวังในอินทรีย์ทั้งหลาย คือ ระวังตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ

ขั้นตอนที่ 3 แนะนำให้รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร

ขั้นตอนที่ 4 แนะนำให้เป็นผู้ประกอบด้วยความดีน้อยๆ เพื่อทำความเพียรชำระจิตให้บริสุทธิ์จากกิเลส

ขั้นตอนที่ 5 แนะนำให้เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ

ขั้นตอนที่ 6 แนะนำให้หมั่นเสพเสนาสนะอันสงัด เช่น ป่า โคนไม้ ภูเขา เพื่อเจริญสมาธิภาวนา

พระองค์ตรัสต่อไปว่า หากพระภิกษุทำตามลำดับขั้นตอนดังที่กล่าวมานี้ได้แล้ว ย่อมจะได้รับสามัญญผลอันยิ่งใหญ่ไปตามกำลังแห่งความเพียรของตน คือ สามารถทำใจหยุดนิ่ง หลุดพ้นจากนิวรณ์^๑ทั้ง ๕ บรรลุปฐมฌาน ทุติยฌาน...ไปจนกระทั่งบรรลุพระอรหัตผล

ธัมมัญญสูตร

เป็นพระสูตรที่ตรัสสอนพระภิกษุถึงวิธีการศึกษาธรรมและการนำมาปฏิบัติเพื่อฝึกฝนอบรมตนเอง และเพื่อเป็นกัลยาณมิตรให้แก่ชาวโลก โดยทรงบอกวิธีการไว้ ๗ ขั้นตอน คือ

1. ภิกษุต้องฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักธรรม เรียกว่า “ธัมมัญญ”
2. ภิกษุต้องฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักอรรถ หรือเนื้อความของธรรมนั้น เรียกว่า “อรรถัญญ”
3. ภิกษุต้องฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักตน หรือประเมินคุณธรรมในตนเองเป็น เรียกว่า “อัตตัญญ”
4. ภิกษุต้องฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักประมาณในการรับปัจจัย ๔ เรียกว่า “มัตตัญญ”
5. ภิกษุต้องฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักกาล เรียกว่า “กาลัญญ”
6. ภิกษุต้องฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักบริษัทหรือประชุมชนต่างๆ เรียกว่า “ปริสสัญญ”
7. ภิกษุต้องฝึกตนเองให้เป็นผู้รู้จักแยกแยะบุคคล เรียกว่า “ปุคคลปโรปรัญญ”

^๑ ธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี มี ๕ อย่างคือ ๑. กามฉันท์ พอใจในกามคุณ ๒. พยาบาท คิดร้ายผู้อื่น ๓. ถีนะ ภาวะความหดหู่ซึมเซา ๔. อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและรำคาญ ๕. วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย

1.5.2 ความสัมพันธ์ระหว่างพระสูตรทั้งสอง

จากภาพรวมของพระสูตรทั้งสองข้างต้น ทำให้เราทราบว่าการศึกษาและการฝึกปฏิบัติในพระพุทธศาสนามีลำดับขั้นตอนอย่างชัดเจน อาจกล่าวได้ว่า **คณกโมคคัลลานสูตร** คือพระสูตรที่บอกถึง “**ขั้นตอนการฝึก**” ที่พระภิกษุทุกรูปจะต้องศึกษาและปฏิบัติไป ไม่มีรูปหนึ่งรูปใดที่จะสามารถข้ามหรือลัดขั้นตอนใดขั้นตอนหนึ่งไปได้เลย หมายความว่า พระภิกษุต้องฝึกจากขั้นตอนที่ 1 ไป 2 จาก 2 ไป 3 จาก 3 ไป 4 ตามลำดับอย่างนี้เรื่อยไป ซึ่งสอดคล้องกับพุทธพจน์ที่เคยยกมาแสดงไว้ว่า “**การตั้งอยู่ในอรรถผลนั้น ย่อมมิได้ด้วยการศึกษาโดยลำดับ ด้วยการทำโดยลำดับ ด้วยความปฏิบัติโดยลำดับ**” ดังนั้นหากพระภิกษุไม่สามารถสำรวจมรรควังในปาฏิโมกข์ได้ (ขั้นตอนที่ 1) ก็จะไม่มิต่างมรรควังรักษาอินทรีย์ของตนเอาไว้ได้เลย (ขั้นตอนที่ 2) ด้วยเหตุนี้ขั้นตอนในคณกโมคคัลลานสูตร จึงเป็นเสมือนบันได 6 ขั้น ที่พระภิกษุจะต้องก้าวขึ้นไปทีละขั้นๆ ไป

ส่วน**ธัมมัญญสูตร** คือ พระสูตรที่บอกถึง “**วิธีการฝึก**” ที่ให้รายละเอียดของวิธีการปฏิบัติไว้อย่างครบถ้วนสมบูรณ์ชัดเจน ซึ่งการฝึกในธัมมัญญสูตรนี้ ก็มีสภาพเหมือนขั้นบันได เช่นเดียวกับที่อธิบายไว้ในคณกโมคคัลลานสูตรเช่นกัน

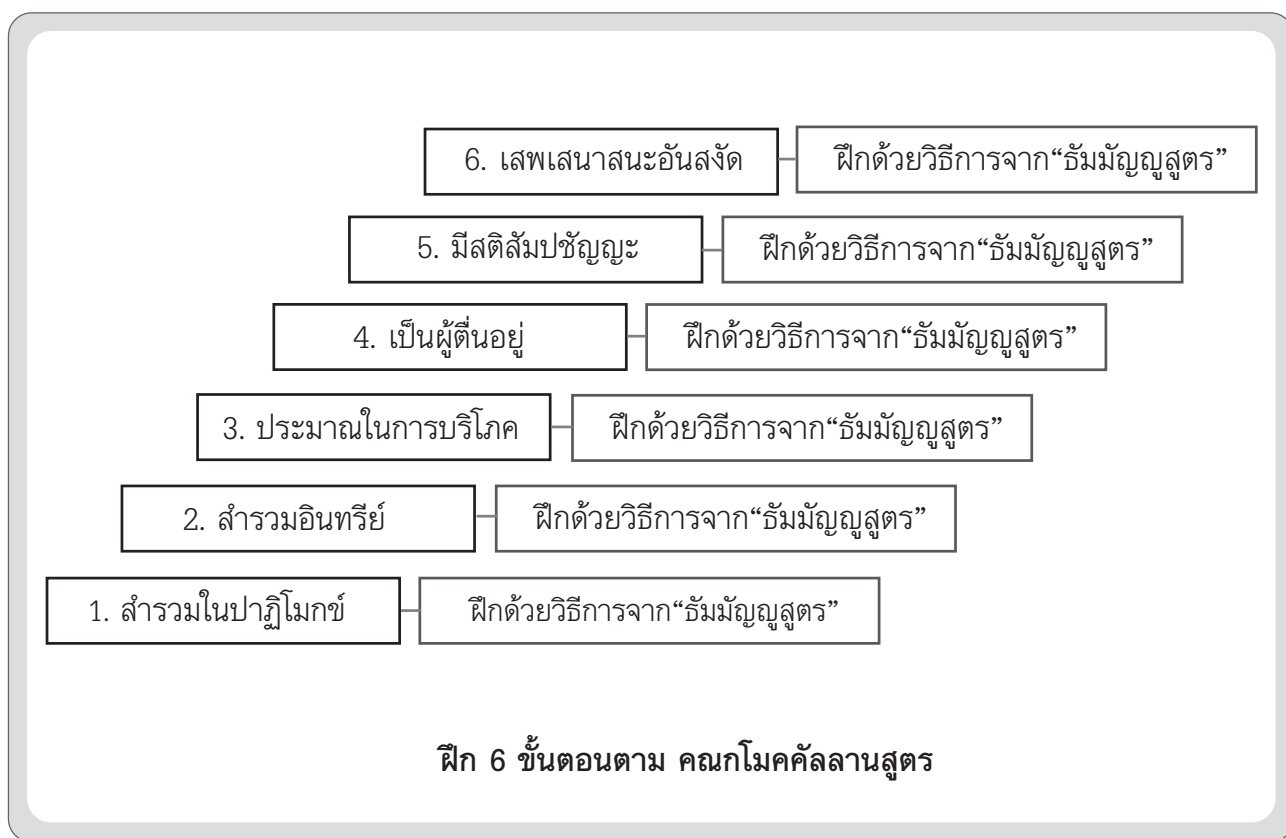
กล่าวโดยสรุปแล้ว พระสูตรทั้ง 2 มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันในแง่ของการฝึกอบรม โดยที่คณกโมคคัลลานสูตรจะให้ภาพของ “**ขั้นตอนการฝึก**” ส่วนธัมมัญญสูตรจะให้รายละเอียดเกี่ยวกับ “**วิธีการฝึก**” ในแต่ละขั้นตอนเหล่านั้น

ดังนั้น หากจะถามว่าพระภิกษุต้องทำอะไร จึงจะฝึกแต่ละขั้นตอนในคณกโมคคัลลานสูตรได้เป็นผลสำเร็จ คำตอบคือ พระภิกษุนั้นควรจะนำวิธีการในธัมมัญญสูตรมาใช้ ซึ่งเราอาจทำความเข้าใจได้จากแผนผังดังต่อไปนี้ (แผนผังในหน้า 17)

จากแผนผังดังกล่าว สามารถอธิบายให้เข้าใจถึงความสัมพันธ์ระหว่าง “**ขั้นตอน**” (จากคณกโมคคัลลานสูตร) และ “**วิธีการ**” (จากธัมมัญญสูตร) แต่พอสังเขปได้ดังนี้ คือ เมื่อพระภิกษุเริ่มต้นฝึกการสำรวจมรรควังในปาฏิโมกข์ (ขั้นตอนที่ 1) ก็ให้ฝึกโดยอาศัยวิธีการจากธัมมัญญสูตรมาใช้อย่างนี้ คือ

1. การรู้จักกรรม ด้วยการศึกษากฎปาฏิโมกข์คืออะไร มีอะไรบ้าง เป็นต้น
2. การรู้จักอรรถ คือทำความเข้าใจให้ได้ว่า หัวข้อปาฏิโมกข์ที่ศึกษาหมายความว่าอย่างไร และจะนำไปฝึกปฏิบัติได้อย่างไร
3. รู้จักตน คือประเมินให้ได้ว่า การสำรวจมรรควังในปาฏิโมกข์ทำให้ตนมีคุณธรรมก้าวหน้ามากขึ้นน้อยแค่ไหน มีสิ่งใดต้องระมัดระวัง หรือเข้มงวดกวดขันตัวเองให้มากขึ้น เป็นต้น

สำหรับวิธีการฝึกในขั้นตอนอื่นๆ ก็มีลักษณะคล้ายคลึงกัน ซึ่งรายละเอียดต่างๆ นั้น จะอธิบายในบทต่อไป



1.5.3 เหตุที่ทำให้พระสูตรทั้งสองเหมาะแก่การเป็นแม่บทฝึกอบรม

จะเห็นว่าพระสูตรทั้งสองมีจุดเด่นสำคัญในตัวเองอยู่หลายประการที่ทำให้เหมาะจะนำมาเป็นแบบหรือแม่บทในการฝึกอบรม เป็นต้นว่า

1. เป็นพระสูตรที่มีความยาวพอดี ไม่สั้นมากนัก และไม่ยาวจนเกินไป ทำให้สามารถจดจำเนื้อความสำคัญได้ง่าย
2. บอกลำดับขั้นตอนของการฝึกไว้เป็นข้อๆ ต่อเนื่อง ชัดเจน
3. ขั้นตอนและวิธีการฝึกเรียงลำดับจากง่ายไปยาก
4. เนื้อหาในแต่ละขั้นตอนไม่ยากแก่การทำความเข้าใจจนเกินไป
5. พระภิกษุทุกๆ ไปสามารถฝึกตามไปได้ไม่ยากนัก

1.6. ประโยชน์ที่ฆราวาสจะพึงได้จากการศึกษาพระสูตรแม่บท

แม้พระสูตรทั้งสองดังกล่าวจะเป็นบทฝึกที่สำคัญสำหรับพระภิกษุก็ตาม แต่ไม่ได้หมายความว่าฆราวาสที่สนใจศึกษาจะไม่สามารถแสวงหาประโยชน์อันใดทั้งนี้เพราะคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ว่าจะเป็นบทเทศน์หรือพระสูตรใด ก็ล้วนแต่หวังประโยชน์ให้ผู้ฟังนำไปฝึกปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ได้เหมือนกัน

การบรรลุผลนิพพาน ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ทุกชีวิต มิใช่จะได้กันมาโดยง่ายดายทุกชีวิตต่างต้องขวนขวาย พยายามสั่งสมบุญบารมีของตัวเองเรื่อยไป และไม่ว่าตนเองจะใช้ชีวิตอยู่ในสถานภาพไหน ก็ต้องวางเป้าหมายของตนเองไว้ 3 ระดับด้วยกัน หลังจากนั้นจึงพากเพียรพยายามทำเป้าหมายของตนเองให้สำเร็จลุล่วงไป โดยหลักใหญ่แล้ว แต่ละเป้าหมายล้วนส่งเสริมกันและกันไปสู่การพ้นทุกข์ ซึ่งก็คือการทำให้กาย วาจา ใจ ของตนเองใสสะอาดบริสุทธิ์นั่นเอง

สำหรับพระภิกษุเมื่อบวชมา ต่างก็มีจุดประสงค์ที่จะฝึกฝนอบรมตนเองให้พ้นจากกองทุกข์ทั้งนี้ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงแนะนำให้ศึกษาใน อริสัจ อริจิต อธิปัญญา ดังที่ได้กล่าวมาตั้งแต่ต้น

การศึกษาในอริสัจ ก็เพื่อที่จะอาศัยศีลมาเป็นเครื่องควบคุม “กาย” และ “วาจา” ไม่ให้พลาดพลั้งไปทำความชั่ว หรืออกุศลกรรมใดๆ กาย และวาจา ก็จะสะอาดบริสุทธิ์ยิ่งขึ้น และช่วยให้ใจสงบ สะอาด ไปด้วยในที่สุด

การศึกษาในอริจิตหรือการฝึกฝนอบรมจิตก็คือการฝึกสมาธิภาวนาทั้งนี้เพื่อจะได้อาศัยสมาธิเป็น

เครื่องควบคุม “ใจ” ไม่ให้คิดไปในทางชั่ว หรือไปในทางอกุศลทั้งหลาย ซึ่งจะทำให้ใจมีความใส สะอาด บริสุทธิ์ หลุดพ้นจากกิเลสที่หมักหมมอยู่ในใจ

การศึกษาในอริปัญญา ก็คือการอบรมตนเองจนมีความรู้แจ้งตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นสิ่งที่เกิดมาจากผลของการฝึกอบรม กาย วาจา ใจ ให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ ความรู้แจ้งนี้จะเป็นเครื่องกำจัดกิเลส และความไม่รู้ที่อยู่ในใจ (อวิชชา) ให้บรรเทาเบาบาง จนกระทั่งหมดสิ้นไป ก็จะเป็นเหตุให้ได้บรรลุมรรคผลนิพพานได้ในที่สุด ดังที่พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ได้แสดงพระธรรมเทศนาในเรื่องนี้ไว้ว่า

“สี่ลปรีภาวิโต

ศีลเจริญขึ้นแล้ว

สมาธิมฬพลโล

มีสมาธิเป็นอันสงส

สมาธิปรีภาวิตา

สมาธิเจริญขึ้นแล้ว

ปญญา มฬผลา โหติ มหานิสสา

มีปัญญาเป็นผลอันสงส

**ปญญาปรีภาวิตํ จิตฺตํ สมฺมเทว อาสเวทํ วิมฺจุจติ ปญญาเมื่อเจริญ
ขึ้นแล้ว อบรมจิตให้หลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลาย”¹**

ดังนั้น ขั้นตอนและวิธีการฝึกจากแม่บททั้งสอง คือ คณกโมคคัลลานสูตรและธัมมัญญสูตร แท้ที่จริงก็คือขั้นตอนและวิธีฝึกปฏิบัติตามอริศีล อริจิต อริปัญญา ที่จะช่วยขัดเกลา กาย วาจา ใจ ของพระภิกษุ ให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ หลุดพ้นจากกิเลสตนเอง

ทาน ศีล ภาวนา คือการฝึกในชีวิตประจำวัน

สำหรับฆราวาสผู้ครองเรือน แม้จะมีสถานภาพแตกต่างจากพระภิกษุออกไป และเป้าหมายของชีวิตส่วนใหญ่ยังคงเป็นเป้าหมายในระดับที่ 1 และ 2 (เป้าหมายบนดิน และเป้าหมายบนฟ้า) แต่ไม่ว่าจะมีเป้าหมายระดับไหน สุดท้ายก็ต้องฝึกขัดขัดเกลา กาย วาจา ใจ ของตนเองให้บริสุทธิ์เช่นเดียวกัน ดังนั้น การศึกษาพระสูตรแม่บททั้งสองของฆราวาสนั้น จึงอาจจะนำหลักการไปปรับใช้ให้เหมาะสมกับสถานภาพเพศภาวะ และวิถีชีวิตของตนเอง ความแตกต่างระหว่างพระภิกษุกับฆราวาสตรงนี้ ทำให้มีข้อจำกัดในบางอย่าง เช่น วิธีที่ใช้ฝึกอบรมของฆราวาส อาจมีความลึกซึ้งหรือเข้มงวดลดลงไป ทั้งนี้เพราะ มีกิจวัตร กิจกรรม และการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันไปคนละทาง แต่ถึงอย่างไร หากฆราวาสได้นำหลักการจากพระสูตรแม่บทไปปรับใช้ ก็ย่อมจะได้รับผลที่ยิ่งใหญ่เช่นเดียวกัน เช่นนำวิธีการจากทั้งคณกโมคคัลลานสูตร และธัมมัญญสูตรมาฝึกปฏิบัติผ่านการทำทาน รักษาศีล และเจริญสมาธิภาวนา ก็จะสอดคล้องเหมาะสม

¹พระธรรมเทศนาพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร), เรื่อง “การแสดงศีล (สี่ลฺุทเทส)”, 3 พฤศจิกายน 2497, หน้า 578

กับวิถีชีวิตของฆราวาสมากกว่าวิธีอื่นใด เพราะสามารถปฏิบัติด้วยตนเองได้เป็นประจำทุกๆ วัน

โดยการฝึกทำทาน ไม่ว่าจะด้วย กาย วาจา หรือใจ เช่น หาโอกาสใส่บาตรพระทุกเช้า ก็เพื่อให้เราได้กำจัดกิเลส “โลภะ”

การฝึกรักษาศีล เช่น ศีล 5 หรือศีล 8 เพื่อควบคุมกาย วาจาไม่ให้ไปเบียดเบียนทำร้ายใคร ก็เพื่อใช้กำจัดกิเลส “โทสะ”

การฝึกเจริญสมาธิภาวนา เพื่อควบคุมใจและทำให้เกิดปัญญา ก็เพื่อใช้กำจัดกิเลส “โมหะ”

การฝึกเพื่อให้กิเลสค่อยๆ หมดไปเช่นนี้ แม้จะมีวิธีการแตกต่างจากพระภิกษุไปบ้าง แต่ก็อาศัยหลักการเดียวกันกับที่พระภิกษุศึกษาผ่านอริศีล อริจิต อริปัญญา เพื่อให้กาย วาจา ใจ บริสุทธิ์ผ่องใส ผลที่ได้รับจะคล้ายกับที่พระภิกษุฝึกได้เหมือนกัน ส่วนรายละเอียดอื่นๆ นั้น นักศึกษาจะได้ศึกษาในบทต่อไป

กิจกรรม

หลังจากนักศึกษาได้ศึกษา บทที่ 1 การฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา จบโดยสมบูรณ์แล้ว
โปรดทำแบบประเมินตนเองหลังเรียนบทที่ 1 และกิจกรรม ในแบบฝึกปฏิบัติบทที่ 1
แล้วจึงศึกษาบทที่ 2 ต่อไป

บทที่ 2

คณกโมคคัลลานสูตร



เนื้อหาบทที่ 2

คณกโมคคัลลานสูตร



2.1 จุดเริ่มต้นของการบวช

2.2 พระสูตรที่ต้องศึกษา

2.3 คณกโมคคัลลานสูตร

2.3.1 ขั้นตอนที่ 1 “สำรวจระวางในพระปาฏิโมกข์”

2.3.2 ขั้นตอนที่ 2 “คุ้มครองทวารในอินทรีทั้งหลาย”

2.3.3 ขั้นตอนที่ 3 “รู้จักประมาณในโภชนะ”

2.3.4 ขั้นตอนที่ 4 “ประกอบเนืองๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่”

2.3.5 ขั้นตอนที่ 5 “ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ”

2.3.6 ขั้นตอนที่ 6 “เสพเสนาสนะอันสงัด”

2.4 คณกโมคคัลลานสูตร ข้อปฏิบัติตามลำดับเพื่อใจหยุด

2.4.1 ขั้นตอนที่ 1 “สำรวจระวางในพระปาฏิโมกข์”

2.4.2 ขั้นตอนที่ 2 “คุ้มครองทวารในอินทรีทั้งหลาย”

2.4.3 ขั้นตอนที่ 3 “รู้จักประมาณในโภชนะ”

2.4.4 ขั้นตอนที่ 4 “ประกอบเนืองๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่”

2.4.5 ขั้นตอนที่ 5 “ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ”

2.4.6 ขั้นตอนที่ 6 “เสพเสนาสนะอันสงัด”

2.4.7 นิ वर्ณ 5

2.5 ธัมมัญญสูตร คือ “วิธีการฝึก”

2.6 คณกโมคคัลลานสูตรกับวิถีชีวิตของฆราวาส

1. คณกโมคคัลลานสูตร เป็นพระสูตรที่กล่าวถึงขั้นตอนการฝึกฝนอบรมตนเองของพระภิกษุ ที่ชัดเจนอย่างเป็นขั้นเป็นตอน เมื่อได้ฝึกฝนอย่างจริงจัง จะช่วยให้ใจกลับเข้าหาตัว จนสามารถทำให้หยุดนิ่ง หลุดพ้นจากนิวรณ์เครื่องกั้นทั้งหลาย และหากได้ฝึกฝนอย่างต่อเนื่องต่อไป ย่อมสามารถหลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ ทำพระนิพพานให้แจ้งได้ในที่สุด
2. วิธีการฝึกฝนตนเองไปตามขั้นตอนของคณกโมคคัลลานสูตร สามารถนำวิธีการจากธัมมัญญสูตรมาเป็นข้อปฏิบัติให้การฝึกแต่ละขั้นตอนประสบความสำเร็จได้รวดเร็วและไม่ยากเกินไป
3. นอกจากผลดีที่พระภิกษุจะได้รับจากการฝึกฝนตามคณกโมคคัลลานสูตรแล้ว ยังสามารถประยุกต์ใช้เป็นขั้นตอนการฝึกฝนที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของฆราวาส และย่อมช่วยประคับประคองใจให้หยุดนิ่งสามารถทำพระนิพพานให้แจ้งได้เช่นเดียวกับผลที่พระภิกษุได้รับ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาเห็นภาพรวมในการฝึกฝนตนตามขั้นตอนของคณกโมคคัลลานสูตรว่ามีเป้าหมายสำคัญ คือ การหลุดพ้นจากอาสวกิเลส ทำพระนิพพานให้แจ้ง
2. เพื่อให้นักศึกษาทราบและเข้าใจขั้นตอนการฝึกฝนในแต่ละข้อของคณกโมคคัลลานสูตรอย่างเป็นลำดับ
3. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจว่า การจะทำพระนิพพานให้แจ้งได้นั้น จะต้องอาศัยขั้นตอนฝึกฝนตนเองอย่างเป็นลำดับจากคณกโมคคัลลานสูตร โดยใช้วิธีการฝึกฝนจากธัมมัญญสูตรเป็นแนวทาง
4. เพื่อให้นักศึกษามีแนวทางที่จะนำขั้นตอนการฝึกฝนตนตามคณกโมคคัลลานสูตรไปปรับใช้กับการฝึกฝนตนเองในเพศฆราวาส จนสามารถประคับประคองใจให้หยุดนิ่ง มีโอกาสทำพระนิพพานให้แจ้งได้

บทที่ 2

คณกโมคคัลลานสูตร

2.1 จุดเริ่มต้นของการบวช

บทฝึกในทางพระพุทธศาสนา เริ่มต้นจากการที่บุคคลผู้มีปัญญา ได้ฟังธรรมจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วนำมาพิจารณาใคร่ครวญ ปฏิบัติตาม จนเกิดความรู้ความเข้าใจในความจริงของโลกและชีวิต เมื่อเข้าใจได้ถูกต้องอย่างนั้น ความศรัทธาเลื่อมใสในพระสัมมาสัมพุทธเจ้าย่อมเกิดขึ้น กระทั่งเกิดเป็นดวงปัญญา เข้าใจในชีวิตของฆราวาสว่า “ฆราวาสเป็นที่คับแคบ เป็นทางมาแห่งกิเลส เพียงดั่งธุลี บรรพชาเป็นโอกาสอันปลอดภัย”¹

ที่กล่าวว่า “เป็นที่คับแคบ” เพราะชีวิตของฆราวาสในแต่ละวัน ล้วนหมดไปกับการทำมาหาเลี้ยงตนเองและครอบครัว มีโอกาสสั่งสมบุญกุศลได้น้อย บางคนแทบจะไม่ค่อยมีเวลาสวดมนต์ไหว้พระ หรือไม่เคยมีโอกาสศึกษาธรรมะใดๆ ดังนั้นถึงแม้บางคนจะมีชีวิตที่สะดวกสบาย แต่ก็ไม่ได้เป็นไปเพื่อการสร้างบุญบารมี

ที่กล่าวว่า “เป็นทางมาแห่งกิเลส เพียงดั่งธุลี” เพราะสภาพชีวิตในสังคมของฆราวาส ล้วนปะปนไปด้วยคนชั่วและคนดี ดังนั้นจึงมีโอกาที่จะเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ผลจากการกระทำนั้นจึงเป็นทางสั่งสมพอกพูนกิเลสเครื่องเศร้าหมองใจขึ้นมา อุปมาเหมือนกับกองขยะที่เป็นที่สะสมฝุ่นธุลีและสิ่งปฏิกูล

ที่กล่าวว่า “บรรพชาเป็นโอกาสอันปลอดภัย” เพราะเกิดความเห็นที่ หากยังพอใจในฆราวาสวิสัยต่อไป ก็ยากที่จะได้สร้างบุญบารมี หรือยากที่จะมีโอกาสประพฤติปฏิบัติธรรม เพื่อความหลุดพ้นจากกิเลสอาสวะทั้งปวง และโอกาสที่จะพลาดพลั้งไปทำความชั่ว หรือเบียดเบียนกันก็ยังคงมี ดังนั้นการบวชจึงเป็นหนทางที่ดีที่สุดกับชีวิตของตนเอง

เมื่อเห็นประโยชน์เช่นนั้น จึงตัดสินใจเข้ามาบวชเป็นพระภิกษุในพระพุทธศาสนา เพื่อแสวงหาความสุขที่แท้จริง จากการฝึกฝนอบรมตนเองเพื่อขัดเกลา กาย วาจา ใจ ให้สะอาดบริสุทธิ์ หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ เข้าถึงพระนิพพานอันเป็นบรมสุขต่อไป

¹ จุฬหัตถิปโทปมสูตร, มัชฌิมนิคาย มูลปณณาสก, มก. เล่ม 18 ข้อ 332 หน้า 477

2.2 พระสูตรที่ต้องศึกษา

ในวันที่บรรพชาอุปสมบท พระภิกษุจะกล่าวคำขอบวชกับพระอุปัชฌาย์ เพื่อยืนยันว่าตนเอง ออกบวชมาเพราะความเลื่อมใสศรัทธาอย่างแท้จริง และการละทิ้งจากชีวิตฆราวาสในครั้งนี้ ก็เพราะมี พระนิพพานเป็นเป้าหมาย สัมกับคำประกาศที่ตนกล่าวเอาไว้ว่า

“สพฺพทุกฺขนิสฺสรณนิพฺพานสจฺฉิกรณตฺถาย

อิมํ กาสาวํ คเหตฺวา ปพฺพเชต มํ ภนฺเต

**ข้าแต่พระอุปัชฌาย์ผู้เจริญ ขอท่านจงรับผ้ากาสาละ
แล้วบวชให้ข้าพเจ้าด้วยเถิด เพื่อข้าพเจ้าจะได้ประพฤติปฏิบัติ
กำจัดทุกข์ทั้งปวงให้สิ้นไป และกระทำพระนิพพานให้แจ้ง”**

เมื่อเป้าหมายอยู่ที่การทำพระนิพพานให้แจ้งชัดเจนอย่างนั้น พระภิกษุจึงต้องมุ่งมั่นฝึกฝนอบรมตนเองให้ยิ่งๆ ขึ้นไป ซึ่งได้กล่าวไว้ในบทที่ผ่านมามาว่า การศึกษาในพระพุทธศาสนานั้น จะมีลักษณะเป็นไปตามลำดับ ปฏิบัติไปตามลำดับ ไม่สามารถจะลัดขั้นตอนได้ และพระสูตรหรือคำสอนแม่บทที่ดีสามารถนำมาใช้ เพื่อศึกษาและฝึกปฏิบัติได้ไม่ยากจนเกินไป ก็คือพระสูตรที่ชื่อว่า “คณกโมคคัลลานสูตร” และ “ธัมมัญญสูตร” นั่นเอง

คณกโมคคัลลานสูตร เป็นพระสูตรที่กล่าวถึง “ขั้นตอนการฝึก” เพื่อบรรลุมรรคผลนิพพาน ส่วนธัมมัญญสูตร เป็นพระสูตรที่กล่าวถึง “วิธีการฝึก” ซึ่งพระภิกษุพึงศึกษาให้เข้าใจ เพื่อจะได้นำไปฝึกฝนอบรมตนเองให้ได้อย่างถูกต้อง โดยในบทนี้จะอธิบายรายละเอียดในแต่ละ “ขั้นตอนการฝึก” ให้ชัดเจน ทั้งนี้เนื่องจากว่า พระภิกษุทุกรูปจะต้องฝึกผ่านไปให้ได้ ส่วนวิธีฝึกให้บรรลุเป้าหมายในแต่ละขั้นตอน จะได้กล่าวถึงในลำดับต่อไป

2.3 คณกโมคคัลลานสูตร¹

พระลัมบาลัมพุทเธเจ้าตรัสตอบคำถามที่คณกโมคคัลลานพราหมณ์ถามว่า พระองค์สามารถบอกกฎเกณฑ์ในการศึกษาพระพุทธศาสนา ให้เห็นเป็นลำดับขั้นตอนชัดเจน เช่นเดียวกับการศึกษาในวิชาอื่นๆ บ้างได้หรือไม่ พระองค์ตอบกลับว่า “ได้” แล้วตรัสต่อไปว่า เมื่อพระองค์ได้บุคคลที่ควรฝึกมาแล้ว จะทรงแนะนำให้เขาฝึกฝนไปตามขั้นตอนต่างๆ 6 ขั้น ตามลำดับ ดังนี้

¹เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างชัดเจน นักศึกษาควรอ่านพระสูตรจากภาคผนวกท้ายเล่มให้จบก่อน

1. สำรวมระวางในพระปาฏิโมกข์
2. คัมครองทวารในอินทรีทั้งหลาย
3. รู้จักประมาณในโภชนะ
4. ประกอบเนืองๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่
5. ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ
6. เสพเสนาสนะอันสงัด

2.3.1 ขั้นตอนที่ 1 “สำรวมระวางในพระปาฏิโมกข์”

ในขั้นตอนที่ 1 นี้ พระองค์ทรงแนะนำแก่พระภิกษุว่า

“ดูก่อนภิกษุ มาเถิด เธอจะเป็นผู้มีศีล สำรวมด้วยปาฏิโมกขสังวร ถึงพร้อมด้วยอาจารย์และโคจรอยู่ จงเป็นผู้เห็นภัยในโทษเพียงเล็กน้อย สมทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลายเถิด”

คำว่า “การสำรวมระวางในพระปาฏิโมกข์” หมายถึง **“เจตนาในการสำรวมระวางตนให้ประพฤติดีงาม ทั้งทางกาย และวาจา เพื่อตนจะได้พ้นทุกข์”**

สำหรับวิธีปฏิบัติ เพื่อการสำรวมระวางในพระปาฏิโมกข์ มีองค์ประกอบสำคัญ 3 ประการ คือ

- 1) ถึงพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร
- 2) มีปกติเห็นภัยในโทษแม้เพียงเล็กน้อย
- 3) สมทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย

1) ถึงพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร

คำว่า **“อาจารย์”** เป็นคำในพระพุทธศาสนา บางครั้งก็เรียกว่า “มรยาท” หรือ “มารยาท” แบ่งออกเป็น 2 อย่าง ได้แก่

อาจารย์ที่ดี คือ การไม่ล่วงละเมิดทางกายและทางวาจา นั่นคือ การสำรวมระวางในศีลทั้งหลาย รวมไปถึงการนุ่งห่มที่เรียบร้อย มีอากัปกริยาท่าทางที่สงบสำรวม ดูแล้วน่าเลื่อมใส มีความเคารพยำเกรงในพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และพระภิกษุผู้มีพรรษามากกว่า

อาจารย์ที่ไม่ดี คือ พฤติกรรมที่ตรงกันข้ามกับอาจารย์ที่ดี หมายถึง การล่วงละเมิดทางกาย หรือทางวาจา หรือทั้งทางกายและทางวาจา นั่นคือ การล่วงละเมิดในศีลทั้งหลาย รวมถึงกิริยาอันไม่สมควรต่างๆ เช่น นั่งคลุมศีรษะ นั่งบังหน้าพระเถระในที่ประชุม การแกว่งแขนขณะพูดกับพระเถระ การไม่ทำความเคารพพระเถระ หรือพระภิกษุผู้มีพรรษาสูงกว่า รวมทั้งการเลียดชีวิตตนด้วยมิจฉาอาชีวะ เช่น การพูดประจบสอพลอ หรือให้สิ่งของเพื่อให้เขารัก การอาสารับใช้ทำกิจให้มราวาสโดยหวังอามิสรางวัล กิริยาเหล่านี้ถือว่าเป็นการประพฤติกุศล จัดเป็นอาจารย์ที่ไม่ดี

คำว่า “โคจร” หมายถึง บุคคลหรือสถานที่ซึ่งพระภิกษุควรไปมาหาสู่ หรือสิ่งที่พระภิกษุควรเข้าไปเกี่ยวข้อง เช่น สถานที่หรือบุคคลที่เอื้อประโยชน์ต่อการศึกษาค้นคว้า หรือการประพฤติพรหมจรรย์ของพระภิกษุโดยตรง เช่น การเข้าไปหาพระอุปัชฌาย์อาจารย์เพื่อขอเรียนธรรมะ เป็นต้น

ตรงกันข้ามกับโคจร คือ อโคจร หมายถึง บุคคลและสถานที่ซึ่งพระภิกษุไม่ควรไปมาหาสู่ มี 3 ลักษณะ¹ ได้แก่

ลักษณะที่ 1 หมายถึง การไปมาหาสู่บุคคลและสถานที่ 6 จำพวก คือ หญิงโสเภณี หญิงหม้ายสาวแก่ กะเทย ภิกษุณี และร้านสุรา หรือแหล่งอบายมุข ยาเสพติดทั้งหลาย

ลักษณะที่ 2 หมายถึง การคลุกคลีกับบุคคลผู้ไม่สมควรคลุกคลีด้วย เช่น เดียรธีย์² สาวกของเดียรธีย์ เป็นต้น

ลักษณะที่ 3 หมายถึง การคบหาตระกูลที่ไม่สมควรคบหา เช่น ตระกูลที่ไม่ศรัทธา ไม่มีความเลื่อมใสชอบด่าว่าพระรัตนตรัย เป็นต้น

ในปัจจุบันนี้ อโคจรมีอยู่มากเกินกว่าที่กล่าวมา เช่น สถานเริงรมย์ ศูนย์การค้าต่างๆ เป็นต้น พระภิกษุผู้ถึงพร้อมด้วยอาจารย์และโคจรจึงไม่ควรไป เพราะมีโอกาสทำให้ใจไปเกี่ยวข้องในกามคุณได้ง่ายขึ้น นอกจากนั้น ยังถือว่าทำตนไม่เป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใสศรัทธาด้วย

อย่างไรก็ตาม หากมีกิจนิมนต์ด้วยเหตุอันสมควรต้องไป พระภิกษุก็สามารถไปปฏิบัติหน้าที่ในฐานะนักบวชได้ แต่ต้องไม่ไปด้วยเรื่องอื่นนอกจากกิจนิมนต์ เช่น ไม่สนทนาปราศรัยคล้ายกับผู้ใกล้ชิดสนิทสนมกันเกินไป เพราะอาจจะถูกเข้าใจผิดได้ว่า มีความประพฤติไม่ถูกต้องตามพระธรรมวินัย เป็นผู้นำรังเกียจและนำความเลื่อมเลียมมาสู่ตนเอง เป็นต้น

หากพระภิกษุฝึกฝนตนเองตามที่กล่าวมาแล้วอย่างดีนี้ จึงจะได้ชื่อว่าเป็นผู้ที่ “ถึงพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร”

¹สาริปุตตสูตรนันทเทส, อรรถกถา ขุททกนิกาย มหานิเทศ, มก. เล่ม 66 หน้า 652

²นักบวชภายนอกพระพุทธศาสนา

2) มีปกติเห็นภัยในโทษแม้เพียงเล็กน้อย

“โทษ” ในที่นี้ หมายถึง ความชั่วหรือความผิด ขึ้นชื่อว่าโทษแล้ว แม้มีอยู่น้อยนิดเท่าใดก็ย่อมเป็นโทษ ไม่มีทางเป็นคุณไปได้ เหมือนพิษงูแม้เพียงเล็กน้อย ก็ทำอันตรายถึงชีวิตได้ ดังตัวอย่างการดูเบาในโทษแม้เพียงเล็กน้อยของพญานาค อดีตพระภิกษุรูปหนึ่ง ดังนี้

เรื่องของเฮอร์ปัตตนาคราช¹

ในสมัยพระกัสสปสัมมาสัมพุทธเจ้า พญานาคนั้นเกิดเป็นภิกษุหนุ่ม ขึ้นเรือไปในแม่น้ำคงคา ใช้มือจับใบเตยไคร้ปากอหนึ่ง เมื่อเรือแล่นไปก็ไม่ปล่อย จนใบเตยไคร้ น้ำขาดติดมือมา

ภิกษุหนุ่มนั้นไม่แสดงอาบัติเพราะคิดว่า “นี่เป็นโทษเพียงเล็กน้อย” ภิกษุหนุ่มนั้นบำเพ็ญสมณธรรมในป่าจนตลอดอายุ 2 หมื่นปี ในขณะมรณภาพ เป็นเหมือนมีใบเตยไคร้ น้ำผูกคอ อยากจะแสดงอาบัติ แต่ไม่ได้พบพระภิกษุรูปอื่น เกิดความเดือดร้อนใจขึ้นว่า “เรามีศีลไม่บริสุทธิ์” เมื่อมรณภาพแล้ว จึงไปบังเกิดเป็นพญานาค ชื่อว่าเฮอร์ปัตตะ

พญานาคนั้น ภายหลังมีโอกาสดำรงธรรมจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา แต่ไม่สามารถจะบรรลุธรรมได้ เพราะตนเองเกิดอยู่ในกำเนิดสัตว์เดรัจฉาน จึงเป็นเรื่องที่น่าเสียดาย เพราะกว่าที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะมาบังเกิดได้นั้นยากเหลือเกิน และโอกาสที่จะได้ฟังธรรมจากพระพุทธองค์ก็เป็นเรื่องยากทั้งหมดนี้ เกิดขึ้นเพราะการดูเบาในโทษแม้เพียงเล็กน้อยเท่านั้นเอง

ดังนั้น พระภิกษุในพระพุทธศาสนา ที่หวังจะประพฤติพรหมจรรย์ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ จึงต้องพยายามละเว้นความชั่วทุกอย่าง ด้วยการระมัดระวังไม่ให้ประพฤติผิดศีลอย่างเด็ดขาด แต่หากประพฤติผิดพลาด แม้เพียงเล็กน้อยโดยมิได้เจตนา ก็ต้องตระหนักว่า เราได้ก่อบาปอกุศลขึ้นมาแล้ว ต้องรีบระมัดระวัง แก้ไขปรับปรุง หรือหลีกเลี่ยงไม่ทำ เพื่อที่บาปอกุศลนั้นจะได้ไม่เกิดขึ้นมาอีก เพราะบาปแม้เพียงเล็กน้อย ก็ย่อมให้ผลเป็นความเดือดร้อนและทุกข์ใจ ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า

“บุคคลไม่ควรดูหมิ่นบาปว่า ‘บาปมีประมาณน้อยจักไม่มาถึง’ แม้หมอน้ำ
ยังเต็มด้วยหยาดน้ำที่ตกลง (ทีละหยาดๆ) ได้ฉันใด ชนพาลเมื่อสั่งสมบาป
แม้ทีละน้อยๆ ย่อมเต็มด้วยบาปได้ ฉันนั้น”²

¹เรียบเรียงจาก “เรื่องนาคราชชื่อเฮอร์ปัตตะ”, อรรถกถา ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท, มก. เล่ม 42 หน้า 323

²เรื่องภิกษุไม่ถนอมบริวาร, อรรถกถา ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท มก. เล่ม 42 หน้า 25

3) สมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย

“สมาทาน” หมายถึง การรับเอาเป็นข้อปฏิบัติ

“สิกขาบท” หมายถึง คีลแต่ละข้อๆ

โดยปกติในพิธีอุปสมบทเป็นพระภิกษุในพระพุทธศาสนา ต้องได้รับความยินยอมจากภิกษุในที่ประชุมสงฆ์ด้วยญัตติจตุตถกรรม¹ จึงถือว่าผู้บวชได้สมาทานศีลสิกขาบทน้อยใหญ่ไว้สมบูรณ์แล้ว ดังนั้นจึงไม่ต้องสมาทานศีลเหมือนที่ฆราวาสต้องสมาทานศีล 5 หรือ ศีล 8 กับพระภิกษุอีก

ความมุ่งหมายของการสมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลายจึงไม่ใช่เรื่องวิธีการสมาทานศีลเหมือนอย่างฆราวาสหากแต่เป็นเรื่องการศึกษาจุดมุ่งหมายของสิกขาบทในแต่ละข้อที่พระพุทธองค์ทรงบัญญัติไว้ให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ คือ จดจำได้จนขึ้นใจ และสามารถปฏิบัติตัวตามสิกขาบทแต่ละข้อๆ ได้อย่างบริสุทธิ์บริบูรณ์ ไม่มีผิดพลาดไปจากกรอบของพระธรรมวินัย ดังที่พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ได้แสดงพระธรรมเทศนาไว้ว่า²

“สมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบทน้อยใหญ่ (คือ) ไม่เคลื่อนพระวินัยไปเท่า
ปลายขนปลายผม ตั้งอยู่ในกรอบพระวินัยแท้ๆ

เหมือนน้ำในมหาสมุทร มีมากน้อยเท่าใดไม่ล้นฝั่ง อยู่ในฝั่งนั้นแหละ อยู่ใน
ขีดขอบสมุทรนั้นแหละ ไม่ล้นขอบสมุทรไปได้ นั้นฉันใด

ภิกษุอยู่ในธรรมวินัย อยู่ในกรอบพระวินัยนั้นแหละ ประพฤติอยู่ในขอบศีล
ธรรมนั้นแหละ ไม่ประพฤติดะเมิดอื่นจากศีลธรรมไป”

การที่พระภิกษุสามารถปฏิบัติ ตั้งแต่การถึงพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร การมีปกติเห็นภัยในโทษแม้เพียงเล็กน้อย และการสมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลายได้ครบถ้วน ย่อมชื่อว่า “สำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์” ซึ่งถือว่าเป็นบทฝึกฝนตนเองขั้นแรกที่สำคัญ เพราะเมื่อรู้จักสำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์แล้ว ย่อมทำให้ทราบถึงข้อที่พระพุทธองค์ “ทรงห้าม” ไม่ให้ทำ และข้อที่พระพุทธองค์ “ทรงอนุญาต” ให้ทำได้ ซึ่งจะเป็นเครื่องช่วยขัดเกลากายและวาจา ของพระภิกษุให้สะอาด บริสุทธิ์ เหมาะสมที่จะรองรับคุณธรรมความดีอื่นๆ ยิ่งขึ้นไป

¹ญัตติจตุตถกรรม แปลว่า กรรมมีญัตติเป็นที่ 4 ได้แก่ การทำสังฆกรรมที่สำคัญ มีการอุปสมบทเป็นต้น ซึ่งเมื่อดังญัตติแล้ว ต้องสวดอนุสาวนาจำประกาศขอมติถึง 3 คน เพื่อสงฆ์ คือที่ชุมนุมนั้นจะได้มีเวลาพิจารณาหลายเที่ยวว่าจะอนุมัตหรือไม

²พระธรรมเทศนาพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร), เรื่อง “รัตนะ”, 23 พฤษภาคม 2497

2.3.2 ขั้นตอนที่ 2 “คัมครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย”

เมื่อพระภิกษุสามารถฝึกฝนอบรมตนเองจนเป็นผู้มีศีล สรรวมด้วยปาฏิโมกขสังวรได้ดีแล้ว พระพุทธร่องค์จะทรงแนะนำให้อย่างขึ้นไปว่า

“ดูก่อนภิกษุ มาเถิด เธอจงเป็นผู้คัมครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย เธอเห็นรูปด้วยจักขุแล้วจงอย่าถือเอาโดยนิमित อย่าถือเอาโดยอนุพยัญชนะ จงปฏิบัติเพื่อสรวมจักขุอินทรีย์ อันมีการเห็นรูปเป็นเหตุ ซึ่งบุคคลผู้ไม่สรวมอยู่ พึงถูกอกุศลบาปธรรมคือ อภิขมาและโทมนัสครอบงำได้ จงรักษาจักขุอินทรีย์ ถึงความสรวมในจักขุอินทรีย์เกิด เธอได้ยินเสียงด้วยโสตะแล้ว...เธอดมกลิ่นด้วยฆานะแล้ว...เธอลิ้มรสด้วยชีวนาแล้ว...เธอถูกต้องโผฏฐัพพะด้วยกายแล้ว...เธอรู้แจ้งธรรมารมณด้วยมโนแล้ว อย่าถือเอาโดยนิमित อย่าถือเอาโดยอนุพยัญชนะ จงปฏิบัติเพื่อสรวมมโนอินทรีย์ อันมีการรู้ธรรมารมณเป็นเหตุ ซึ่งบุคคลผู้ไม่สรวมอยู่ พึงถูกอกุศลบาปธรรมคือ อภิขมาและโทมนัสครอบงำได้ จงรักษามโนอินทรีย์ ถึงความสรวมในมโนอินทรีย์เกิด”

คำว่า “คัมครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย” หรือที่เรียกว่า อินทรีย์สังวรศีล หมายถึง การสรวมระวังอินทรีย์¹ ให้เป็นปกติ

“ทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย” หมายถึง “อายตนะภายใน 6” ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งเป็นทางเปิดรับอายตนะภายนอกทั้ง 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ (อารมณ์ที่รู้ด้วยใจ) อายตนะภายในจึงเป็นเสมือน “ประตู” ที่เปิดรับบุคคลภายนอกเข้ามาในบ้านนั่นเอง

“เห็นรูปด้วยจักขุ” ลำพังจักขุหรือตาจะเห็นสิ่งใดได้ ต้องอาศัย 3 สิ่งประกอบกัน คือ ตา รูป และใจ เมื่อ “ตา” มากระทบกับ “รูป” ใจก็รับรู้ผลของการกระทบกันนั้น จึงทำให้การเห็นเกิดขึ้น

สำหรับการ “ฟังเสียงด้วยโสตะ (หู)” “ดมกลิ่นด้วยฆานะ (จมูก)” หรืออื่นๆ ก็เช่นเดียวกัน คือมีใจเป็นผู้รับผลของการกระทบของ “เสียง” กับ “หู” หรือ “กลิ่น” กับ “จมูก” จึงให้ได้ยินเสียง หรือได้กลิ่นขึ้นมา

“ไม่ถือนิमित” คือ ไม่ถือเครื่องหมายซึ่งมีอยู่ในอายตนะภายนอก เช่น ไม่สนใจว่าบุคคลทั้งชายหรือหญิงที่เห็นนั้น ช่างหล่อเหลาหรือสวยงามจริงหนอ เป็นต้น ดังนั้นการไม่ถือนิमित ก็คือ การยังหยุดใจตัวเองให้อยู่ในอาการลักแต่ว่าเห็นเท่านั้น ไม่เก็บไปนึกคิดปรุงแต่งต่อไปจนกิเลสในใจเพิ่มพูนขึ้น

¹อินทรีย์ ในเรื่องนี้มุ่งถึงอินทรีย์ 6 หรืออายตนะภายใน 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

“ไม่ถืออนุพยัญชนะ” คือ ไม่ถือลักษณะเล็กๆ น้อยๆ ของนิมิตนั้น เช่น ลักษณะของมือ เท้า หน้าตา การพูด การหัวเราะ หรืออากัปกิริยาอื่นๆ ซึ่งจะก่อให้เกิดกิเลสขึ้น ดังนั้นการไม่ถืออนุพยัญชนะ ก็คือ เมื่อได้เห็นองค์ประกอบเล็กๆ น้อยๆ เหล่านั้น ก็ยังหยุดใจตัวเองให้อยู่ในอาการสักแต่ว่าเห็น ไม่เก็บเอาไปนึกคิดปรุงแต่งต่อไป เพราะจะทำให้กิเลสเฟื่องฟูขึ้นในใจได้

“สำรวจจักขุนทรีย์” แปลว่า “สำรวจตา” แต่ไม่ได้หมายความว่าให้ปิดตาไม่ต้องดูอะไร เพราะเป็นสิ่งที่เห็นไปได้อยาก แต่หมายถึงว่า ขณะที่เห็นรูป เช่น คน ลัตว์ หรือสิ่งของก็ตาม ก็ให้สำรวจใจ ทำเพียงสักแต่ว่าเห็น คຸ້ມครองความคิดตนเองให้เว้นจากการถือเอานิมิตและอนุพยัญชนะว่า สิ่งนี้ คนนี้ สวยหรือไม่สวย หรือสวยน้อย สวยมาก แต่ถ้าสำรวจไม่ได้ คือหยุดความคิดไม่ได้ ใจก็จะเผลอเหม่อไปตามมา ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า อกุศลกรรมอันลามก คือ อภิชฌาและโทมนัส จะเข้าครอบงำได้

“อภิชฌา” แปลว่า โลภอยากได้ของเขา หรือความคิดเพ่งเล็งจ้องจะเอาของของคนอื่นมาเป็นของตัวเอง

“โทมนัส” แปลว่า ความเสียใจ ความทุกข์ใจ

เพราะความโลภอยากได้ของของคนอื่นนั้นจะนำไปสู่ความทุกข์ กล่าวคือ หากแสวงหาสิ่งที่อยากได้มาแบบทุกข์ มีอาชีวะไม่บริสุทธิ์ ของนั้นก็ไม่มีบริสุทธิ์ แม้จะรู้สึกเป็นสุข ก็เป็นความสุขหลอกๆ สุขอย่างระแวงสุขเพียงแค่ว่าในเวลานั้นๆ แต่จะมีความเดือดร้อนใจ เดือดร้อนกายอีกยาวนาน หรือแม้หากได้สิ่งนั้นมาด้วยสัมมาอาชีวะ ก็ย่อมเกิดความหวงแหน ความกังวลใจ ไม่อยากให้ใครมาแย่งชิงไป แต่ถ้าหาไม่ได้ ก็จะมีวิตกกังวล เกิดความทุกข์ใจ ดังนั้นไม่ว่าจะอย่างไร หากมีความอยากได้แล้ว ย่อมมีความทุกข์ใจรูปแบบใดแบบหนึ่งตามมา พระพุทธองค์จึงตรัสว่า อภิชฌาและโทมนัส เป็นอกุศลกรรมอันลามก

สำหรับอินทรีย์อื่นที่เหลืออีก 5 อย่างก็เช่นเดียวกัน ถ้าไม่สำรวจระวังให้ดีก็จะมีผลเป็นความทุกข์เหมือนกันทั้งหมด โดยเฉพาะเป็นความทุกข์ที่เกิดขึ้นในใจ จึงอาจกล่าวได้ว่า การสำรวจอินทรีย์ทั้งหลาย แท้จริงก็คือ การสำรวจใจ เพราะหากสำรวจใจไม่ได้ ย่อมเปิดโอกาสให้อภิชฌาและโทมนัสเข้าครอบงำ ทำให้ต้องเสวยทุกข์เวทนา เพราะพฤติกรรมที่ทุกข์ของตน หรือเพราะความคิดฟุ้งซ่าน คิดแสวงหาในสิ่งที่ปรารถนาไว้ มีใจที่ซัดส่ายอยู่เรื่อยไป ดังที่พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ได้แสดงพระธรรมเทศนาไว้ว่า

“ถ้าขาดความสำรวจก็เป็นโทษ ใจก็เป็นโทษ เป็นโทษเป็นอย่างไร?

อภิชฌาเขาก็บังคับใจ เดียวก็ดีใจ เสียใจ ถ้าหากว่าญาติพี่น้องวงศ์ญาติตายหรือเมียตายก็ต้องร้องไห้ไปเท่านั้นแหละ อภิชฌา โทมนัส บังคับเสียแล้ว”¹

¹พระธรรมเทศนาพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร), เรื่อง “สังวรคาถา”, 30 กรกฎาคม 2497, หน้า 486

ดังนั้น พระภิกษุจึงต้องสำรวจมโนะจิตของตนเองไว้ให้ดีอย่าเปิดโอกาสให้กิเลสแม้สักเล็กน้อยเข้ามา มีอำนาจบังคับใจ ไม่อย่างนั้นอาจกลายเป็นภัยใหญ่ ที่ทำให้ต้องทุกข์ใจไปอีกนานวัน สมดังที่พระพุทธองค์ ตรัสไว้ว่า

“ขึ้นชื่อว่า กิเลสเป็นเช่นกับปัจฉามิตร และปัจฉามิตรเล่า จะชื่อว่า เล็กน้อยไม่มีเลย ได้โอกาสแล้วย่อมทำให้ถึงความพินาศโดยส่วนเดียว กิเลสแม้ถึงจะมีประมาณน้อย เกิดขึ้นแล้ว ได้โอกาสเพื่อจะเพิ่มพูน ย่อม ยังความพินาศอย่างใหญ่หลวงให้เกิดขึ้นได้...”¹

พร้อมทั้งทรงเล่าเรื่องราวเป็นข้อเตือนใจ เพื่อพระภิกษุจะได้ระมัดระวัง ไม่ให้ถูกความโลภครอบงำ เช่นเดียวกับหมาจิ้งจอกใน ลีลาชาดก ดังนี้

ลีลาชาดก

ในอดีต ครั้นพระเจ้าพรหมทัตเสวยราชสมบัติอยู่ในพระนครพาราณสี พระโอรสได้เกิดเป็น หมาจิ้งจอกอยู่ที่ฝั่งแม่น้ำโกสัลปา

ครั้งนั้น ช้างแก่ตัวหนึ่งล้มตายอยู่ที่ฝั่งแม่น้ำคงคา เมื่อสุนัขจิ้งจอกออกหาเหยื่อ พบซากช้างนั้น คิดว่า “เราได้เหยื่อชิ้นใหญ่แล้ว” จึงไปที่ซากนั้น กัดทิ้งวง ก็รู้สึกเหมือนเวลาที่กัดงอนไถ มันคิดว่า “ตรงนี้ไม่ควร กิน” จึงกัดที่งาทั้งคู่ ก็รู้สึกเหมือนเวลาที่กัดเสา กัดหูแล้ว ก็เหมือนเวลาที่กัดขอบกระดัง กัดที่ท้อง เหมือนเวลาที่กัดยุงข้าว กัดที่เท้า เหมือนเวลาที่กัดครก กัดที่หาง ก็เหมือนเวลาที่กัดสาก จึงกัดตรงทวารหนัก รู้สึกเหมือนเวลาที่กัดขนนุ่ม จึงคิดว่า “คราวนี้เราได้ทีที่ควรกัดกินอันอ่อนนุ่มแล้ว” จึงเริ่มกัดตั้งแต่ทวาร หนัก เข้าไปถึงภายในท้อง กินตับและหัวใจเป็นต้น เวลากระหายน้ำ ก็ดื่มโลหิต เวลาอยากจะนอนก็เอาพื้นท้องช้างข้างรองนอน

ครั้งนั้นเอง สุนัขจิ้งจอกมีความคิดว่า “ซากช้างนี้เป็นเหมือนบ้านของเรา เพราะเป็นที่อยู่สบาย ครั้นอยากกิน ก็มีเนื้ออย่างเพียงพอ เราจะไปที่อื่นอีกทำไม จึงไม่ยอมไปในที่อื่นอีกเลย คงอยู่กินเนื้อในท้องช้าง แห่งเดียว

ครั้งเวลาล่วงไปจนถึงฤดูแล้ง ซากช้างนั้นก็เหี่ยวแห้ง ด้วยกระแสน้ำและแสงแดดที่แผดเผา แม้เนื้อก็พลอยแห้ง โลหิตก็เหือดหาย ช่องที่สุนัขจิ้งจอกเข้าไปก็ปิด ภายในท้องจึงมืด คล้ายเหมือนอยู่ใน โลกกันตมรึก เมื่อมันไม่มีทางออก ก็เกิดความหวาดกลัว ชวนกันไปกัดทางโน้นที ทางนี้ทีให้วุ่นวาย แต่ก็หาทางออกไม่ได้เลย

¹ลีลาชาดก, อรรถกถา ชาดก เอกนิบาต, มก. เล่มที่ 56 หน้า 593

จนกระทั่งผ่านไปสามวัน จึงเกิดฝนตกใหญ่ ชากข้างที่เหี่ยวแห้งไปก็ได้รับความชุ่มน้ำ ชากจึงพองขึ้น จนมีลักษณะเป็นปกติ ทวารหนักก็เปิด มันเห็นช่องนั้น คิดว่า “คราวนี้เราคงรอดได้” จึงถอยหลังไปจนจดหัวข้าง วิ่งผ่านออกไปโดยเร็ว เอาหัวชนทวารหนักออกไปได้ แต่เพราะร่างกายของมันชุ่มชื้นเหี่ยวแห้งจนทั้งหมดจึงติดอยู่ที่ทวารหนักของข้างนั่นเอง

มันสะดุ้งตกใจ ด้วยร่างกายที่ไร้ขนเหมือนลำตาล วิ่งไปครู่หนึ่ง จึงหันกลับมามองดูร่างกายตน เกิดความสลดใจว่า “ทุกข์ของเรา ไม่ได้มีใครมาทำให้เลย แต่เพราะความโลภเป็นเหตุ เพราะความโลภเป็นตัวการ เราอาศัยความโลภ ก่อทุกข์นี้ไว้เอง นับแต่นี้ไป เราจะไม่ยอมอยู่ในอำนาจของความโลภ ขึ้นชื่อว่าชากข้างละก็ เราจะไม่ขอเข้าไปอีก” ครั้นกล่าวอย่างนี้แล้ว ก็หนีไปจากที่นั่นทันที

พระลัมมาลัมพุทเจ้าครั้นตรัสลิคาลชาดกนี้แล้ว จึงตรัสเตือนพระภิกษุทั้งหลายอีกว่า

**“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ขึ้นชื่อว่ากิเลสที่เกิดขึ้นภายใน
ต้องไม่ให้พอกพูนได้ ควรข่มเสียทันทีทันใดทีเดียว”**

อินทริยสังวร จึงไม่ได้หมายความว่าให้ปิดตา ปิดหู หรือปิดทวารทั้งหลายไม่ยอมใช้งาน หากแต่ต้องการให้สำรวมระวังใจ ไม่ให้กิเลส หรืออกุศลกรรมลามกเกิดขึ้นได้นั่นเอง

การคุ้มครองทวารในอินทริยทั้งหลาย จึงเป็นบทฝึกให้พระภิกษุรู้จักตัดสินใจเป็น คือ รู้ว่าสิ่งใด “ควร” สิ่งใด “ไม่ควร” เช่น ควรดู ไม่ควรดู หรือควรฟัง ไม่ควรฟัง เป็นต้น ซึ่งพระลัมมาลัมพุทเจ้าทรงให้หลักปฏิบัติในการตัดสินใจว่า

**“ดูก่อนสารีบุตร เมื่อบุคคลเสพรูปที่รู้ได้ทางจักขุแบบไร อกุศลธรรม
ทั้งหลายจะเจริญขึ้น แต่กุศลธรรมทั้งหลายกลับเสื่อมลง รูปที่รู้ได้ทางจักขุ
แบบนี้ไม่ควรเสพ**

**ดูก่อนสารีบุตร แต่ว่าเมื่อบุคคลเสพรูปที่รู้ได้ทางจักขุแบบไร อกุศลธรรม
เสื่อมลง แต่กุศลธรรมกลับเจริญขึ้น รูปที่รู้ได้ทางจักขุ แบบนี้ควรเสพ...**

...เสพลีขึงที่รู้ได้ทางโสตะ ฯลฯ...

...เสพกลิ่นที่รู้ได้ทางฆานะ ฯลฯ...

...เสพรสที่รู้ได้ทางชีวหา ฯลฯ...

...เสพโณภูมัพพะที่รู้ได้ทางกาย ฯลฯ...

¹ ในที่นี้ หมายถึงการนึกหน่วง ตั้งสติไว้ พิจารณา

...ดูก่อนสารีบุตร เมื่อบุคคลเสพรธรรมารมณ์ที่รู้ได้ทางมโนแบบไร
อกุศลธรรมทั้งหลายจะเจริญขึ้น แต่กุศลธรรมทั้งหลายกลับเสื่อมลง
ธรรมารมณ์ที่รู้ได้ทางมโนแบบนี้ ไม่ควรเสพ

ดูก่อนสารีบุตร แต่ว่าเมื่อบุคคลเสพรธรรมารมณ์ที่รู้ได้ทางมโนแบบไร
อกุศลธรรมทั้งหลายจะเสื่อมลง แต่กุศลธรรมทั้งหลายกลับเจริญขึ้น
ธรรมารมณ์ที่รู้ได้ทางมโนแบบนี้ ควรเสพ...”¹

ดังนั้น หลักการตัดสินใจว่า เรื่องใดควรหรือไม่ควรที่จะคิด พุด หรือกระทำ จึงมีองค์ประกอบ ดังนี้

1. หากคิด พุด กระทำไปแล้ว มีผลทำให้โอกาสในการเกิดกุศลกรรมเพิ่มขึ้น และโอกาสในการเกิดอกุศลกรรมลดลง สิ่งนั้น “ควร” คิด พุด หรือกระทำ
2. หากคิด พุด กระทำไปแล้ว มีผลทำให้โอกาสในการเกิดกุศลกรรมลดลง และโอกาสในการเกิดอกุศลกรรมเพิ่มขึ้น สิ่งนั้น “ไม่ควร” คิด พุด หรือกระทำ

2.3.3 ขั้นตอนที่ 3 “รู้จักประมาณในโภชนะ”

เมื่อพระภิกษุสามารถฝึกฝนอบรมตนเองจนเป็นผู้คุมครองทวารในอินทริยทั้งหลายได้ดีแล้วพระพุทธองค์จะทรงแนะนำให้ยิ่งขึ้นไปว่า

“ดูก่อนภิกษุ มาเถิด เธอจงเป็นผู้รู้จักประมาณในโภชนะ คือ พึงบริโภค
อาหาร พิจารณาโดยแยบคายว่า เราบริโภคมิใช่เพื่อจะเล่น มิใช่เพื่อจะมัวเมา
มิใช่เพื่อจะประดับ มิใช่เพื่อจะตกแต่งร่างกายเลย บริโภคเพียงเพื่อ
ร่างกายดำรงอยู่ เพื่อให้ชีวิตเป็นไป เพื่อบรรเทาความลำบาก เพื่ออนุเคราะห์
พรหมจรรย์เท่านั้น ด้วยอุบายนี้เราจะป้องกันเวทนาเก่า ไม่ให้เวทนาใหม่
เกิดขึ้น และความเป็นไปแห่งชีวิตความไม่มีโทษ ความอยู่สบาย จักมีแก่เรา”

คำว่า “รู้จักประมาณในโภชนะ” หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร

พระลัมมालัมพุทเจ้าตรัสหลักการบริโภคอาหารอย่างแยบคาย ไว้ 4 ลักษณะ เพื่อสอนพระภิกษุ
ให้ละอุปนิสัยที่ไม่ดี และเพื่อป้องกันไม่ให้กิเลสเฟื่องฟูขึ้นมาในใจ โดยทรงให้ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่อง
การบริโภคอาหารไว้ดังนี้ คือ

¹เสวตีพพาเสวตีพพุตฺร, มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก, มก. เล่ม 22 ข้อ 229 หน้า 271

ลักษณะที่ 1 ต้องไม่บริโภคเพื่อจะเล่น หมายความว่า ไม่มุ่งการบริโภคให้มีเรี่ยวแรงไปเล่นคะนองเหมือนเด็กๆ รวมทั้งไม่มุ่งเอากำลังมากอย่างลูกผู้ชาย ดังเช่นพวกนักมวย ทั้งนี้เพื่อมุ่งหวังให้ละอุปนิสัยแห่งโมหะ และโทสะ คือ ความมึนงง และความซึ่งเคียดโกรธเคืองเสีย

ลักษณะที่ 2 ต้องไม่บริโภคเพื่อมัวเมา หรือติดในรสอาหาร เพื่อให้ละอุปนิสัยแห่งโลภะ หรือความติดใจในกามคุณ

จุดมุ่งหมายของ 2 ลักษณะแรกนี้ เพื่อป้องกันอาสวะ อันจะเกิดขึ้นในใจตนเอง

ลักษณะที่ 3 ต้องไม่บริโภคเพื่อจะประดับ หมายความว่า ไม่มุ่งความอวดอวดอ้วนพีของอวัยวะต่างๆ เช่น หูยโสภณีย์ หูยนักฟ้อน เป็นต้น ทั้งนี้ก็เพื่อละอุปนิสัยแห่งความกำหนดยินดี

ลักษณะที่ 4 ต้องไม่บริโภคเพื่อจะตกแต่ง หมายความว่า ไม่มุ่งจะให้ผิวพรรณงามเช่นกับนักแสดงหรือตัวละครต่างๆ เพื่อละอุปนิสัยแห่งความกำหนดยินดีเช่นกัน

จุดมุ่งหมายของ 2 ลักษณะหลังนี้ ก็เพื่อป้องกันอาสวะ อันจะเกิดขึ้นในใจตนเอง รวมทั้งที่จะเกิดขึ้นในใจผู้อื่นด้วย

เมื่อตรัสสอนในเชิงให้ละและป้องกันกิเลสแล้วยังทรงสอนถึงวัตถุประสงค์ที่ถูกต้องของการบริโภคต่อไป แบ่งออกเป็น 4 วัตถุประสงค์ คือ

วัตถุประสงค์ที่ 1 เพื่อให้ร่างกายนี้ดำรงอยู่ได้ ไม่แตกสลายตายไป

วัตถุประสงค์ที่ 2 เพื่อให้ชีวิตดำเนินต่อไปได้

วัตถุประสงค์ที่ 3 เพื่อบรรเทาความลำบาก ที่เกิดจากความหิว

วัตถุประสงค์ที่ 4 เพื่อบรรเทาทุกข์ทรมาน คือเพื่อจะได้มีเรี่ยวแรงไปสร้างความดี

การที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้หลักการฝึกฝนพระภิกษุผ่านการบริโภคอาหาร โดยให้รู้จักหลักการพิจารณาในการบริโภคอย่างแยบคาย ก็เพราะมีส่วนสำคัญในการละอุปนิสัยที่ไม่ดีภายใน ทั้งช่วยไม่ให้กิเลสในใจพอกพูนขึ้นในทุกๆ ค่ำคืน ซึ่งจะส่งผลให้มีสุขภาพกายแข็งแรง เพราะไม่มีความลำบากอันเกิดจากเวทนาเก่า คือ ความหิว หรือเวทนาใหม่ คือความอึดเกินพอดี รวมทั้งส่งเสริมการบำเพ็ญสมณธรรม และประพฤติดุพฺพการให้ดำเนินไปได้อย่างปกติสุขซึ่งหากพระภิกษุไม่ระมัดระวังตัวเองในเรื่องนี้ย่อมจะเกิดผลเสียอย่างใหญ่หลวงตามมา เหมือนเรื่องของพระภิกษุผู้ไม่รู้จักประมาณในการบริโภคอาหารรูปหนึ่ง ซึ่งมรณภาพเพราะฉันทอาหารมากเกินไป พระพุทธองค์ทรงระลึกชาติมาแล้วให้พระภิกษุฟังไว้ ดังต่อไปนี้

สุกษาคก¹

ในอดีตกาล สมัยพระเจ้าพรหมทัตครองราชสมบัติในพระนครพาราณสี พระโพธิสัตว์เกิดเป็นพญานกแขกเต้า มีบริวารหลายพันตัว อาศัยอยู่ในหิมวันตประเทศอันเลียบไปตามมหาสมุทร พระโพธิสัตว์มีลูกอยู่ตัวหนึ่ง เมื่อลูกนกเจริญวัย ดวงตาของพระโพธิสัตว์ก็บอด ลูกนกแขกเต้าตัวนั้น จึงให้บิดามารดาอยู่แต่ในรัง แล้วตนเองนำอาหารมาเลี้ยงดูอย่างสม่ำเสมอ

วันหนึ่งลูกนกแขกเต้าตัวนั้นไปยังที่หากินแล้วจับอยู่บนยอดเขา มองดูมหาสมุทรเห็นเกาะหนึ่ง เต็มไปด้วยปามะม่วง มีผลหวาน สีคล้ายทอง วันรุ่งขึ้นเมื่อได้เวลาหากิน จึงบินไปลงที่ปามะม่วงนั้น ตีמרสมะม่วงแล้ว ก็คาบเอาผลมะม่วงสุกมาให้บิดามารดา พระโพธิสัตว์เมื่อได้กินผลมะม่วงนั้นก็จรัสได้ จึงกล่าวว่า

“ลูกเอ๋ย นี่ผลมะม่วงสุกในเกาะโน้นมิใช่หรือ”

“ใช่จะพ่อ”

“ลูกเอ๋ย พวกนกแขกเต้าที่ไปยังเกาะนั้น เชื่อว่าจะรักษาอายุให้ยืนยาวได้ไม่มีเลย เจ้าอย่าได้ไปยังเกาะนั้นอีกเลย”

ลูกนกแขกเต้าไม่เชื่อคำของพระโพธิสัตว์ ยังคงไปอยู่อย่างนั้นนั่นเอง ครั้นวันหนึ่งลูกนกแขกเต้า ตีמרสมะม่วงเป็นอันมากแล้วคาบเอามะม่วงสุกมาให้บิดามารดา เมื่อบินมาถึงกลางมหาสมุทร เพราะบินเร็วเกินไป ร่างกายก็เหน็ดเหนื่อย ภูควม่ง่วงครอบงำ จึงหลับทั้งที่ยังบินอยู่ มะม่วงสุกที่คาบมาก็ร่วงลงไป ลูกนกแขกเต้าตกลงในมหาสมุทร ภูปลาตัวหนึ่งคาบเอาไปกิน

เมื่อลูกนกแขกเต้าไม่มาตามเวลาที่เคยมา พระโพธิสัตว์ก็รู้ได้ว่า คงจะตกมหาสมุทรตายเสียแล้ว เมื่อบิดามารดาของเขาไม่ได้อาหารอย่างนั้น ต่อมาจึงซุบผอมตายไป

ครั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงนำเรื่องในอดีตมาเล่าแล้ว ตรัสว่า ภิกษุผู้มรณภาพ เพราะไม่รู้ประมาณ ในโภชนะนั้น ได้เป็นลูกของพญานกแขกเต้าในกาลก่อน ส่วนพญานกแขกเต้า คือพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในกาลนี้

จะเห็นได้ว่า การไม่รู้จักประมาณในการบริโภคนั้น ย่อมก่อให้เกิดผลเสียแก่ชีวิตตัวเอง ปิดโอกาสในการสั่งสมเพิ่มพูนบุญบารมี ปิดหนทางการประพาสพรหมจรรย์ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ต่อไปเหมือนพระภิกษุที่มรณภาพ เพราะไม่รู้จักประมาณในการบริโภค ยิ่งกว่านั้นยังมีโอกาสพาตัวเองไปสู่อบายภูมิได้อีกด้วย เหมือนดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเคยตรัสเตือนพระภิกษุไว้ว่า

¹เรียบเรียงจาก “สุกษาคก”, อรรถกถา ขุททกนิกาย ตักกนิบาตชาดก, มก. เล่ม 58 หน้า 40-42

“ความเป็นผู้รู้จักประมาณ ความไม่หลงติดอยู่ในโภชนะ เป็นความดี
ด้วยว่าบุคคล ไม่รู้จักประมาณ ย่อมจมลงในอบายทั้ง 4¹ บุคคล ผู้รู้จัก
ประมาณแล ย่อมไม่จมลงในอบาย4”²

2.3.4 ขั้นตอนที่ 4 “ประกอบเนืองๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่”

เมื่อพระภิกษุสามารถฝึกฝนอบรมตนเองจนเป็นผู้รู้จักประมาณในโภชนะดีแล้ว พระพุทธองค์จะทรง
แนะนำให้ยิ่งขึ้นไปว่า

ดูก่อนภิกษุ มาเถิด เธอจงเป็นผู้ประกอบเนืองๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่ คือจงชำระจิตให้บริสุทธิ์
จากอวารณียธรรม³ ด้วยการเดินจงกรมและการนั่งตลอดวัน จงชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอวารณียธรรม ด้วย
การเดินจงกรมและการนั่งตลอดปฐมยามแห่งราตรี พึงเอาเท้าซ้อนเท้า มีสติรู้สึกตัว ทำความสำคัญว่าจะ
ลุกขึ้น ไหว้ในใจ แล้วสำเร็จสัพพะไสยาโดยข้างเบื้องขวาตลอดมัชฌิมยามแห่งราตรี จงลุกขึ้นชำระจิตให้บริสุทธิ์
จากอวารณียธรรม ด้วยการเดินจงกรมและการนั่ง ตลอดปัจฉิมยามแห่งราตรีเถิด”

คำว่า “ประกอบเนืองๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่” หมายถึง การหมั่นประกอบความตื่น ไม่เห็นแก่นอน
กล่าวคือ ให้พระภิกษุรู้จักจัดสรรเวลาของตัวเอง เพื่อประโยชน์แก่การทำสมาธิเจริญภาวนา ไม่ยอมปล่อย
เวลาให้สูญเปล่า ตกไปในอำนาจของกระแสกิเลส มีความว่างเหงาซึมเซา เป็นต้น โดยตรัสแนะนำการแบ่งเวลา
เพื่อการทำสมาธิเจริญภาวนาไว้ 4 ช่วง คือ

1. ช่วงกลางวัน (06.00-18.00 น.) บำเพ็ญเพียรชำระจิตให้สะอาด ด้วยอิริยาบถเดิน คือ เดิน
จงกรม และอิริยาบถนั่งทำสมาธิภาวนา
2. ช่วงปฐมยามแห่งราตรี (18.00-22.00 น.) บำเพ็ญเพียรชำระจิตให้สะอาด ด้วยอิริยาบถเดิน
คือ เดินจงกรม และอิริยาบถนั่งทำสมาธิภาวนาเช่นกัน
3. ช่วงมัชฌิมยามแห่งราตรี (22.00-02.00 น.) นอนพักด้วยสัพพะไสยา คือการนอนอย่างราชสีห์
โดยนอนตะแคงขวา ซ้อนเท้าเหลื่อมกันเล็กน้อย มีสติสัมปชัญญะ พร้อมจะลุกขึ้นบำเพ็ญภาวนาต่อไป
4. ช่วงปัจฉิมยามแห่งราตรี (02.00-06.00 น.) บำเพ็ญเพียรชำระจิตให้สะอาด ด้วยอิริยาบถเดิน
คือ เดินจงกรม และอิริยาบถนั่งทำสมาธิภาวนาเช่นเดิม

¹สุกขาตก, อรรถกถา ขุททกนิกาย ดิกนิบาตชาดก, มก. เล่ม 58 ข้อ 366 หน้า 40

²อบาย 4 หมายถึง ภูมิกำเนิดที่ปราศจากความเจริญ มี 4 อย่าง คือ นรก ตีรจฉาน เปต และอสุรกาย

³อวารณียธรรม หมายถึง ธรรมเครื่องขวางกั้นความดี

ลักษณะของการเป็นผู้ตื่นอยู่นั้น ก็คือไม่ให้พระภิกษุเห็นแก่การนอน แต่ให้ใช้เวลาไปกับการทำสมาธิภาวนา ชำระจิตของตนให้ผ่องใสอยู่เสมอ โดยเฉพาะในช่วงกลางคืน พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงการแบ่งเวลาทำภาวนาไว้อย่างชัดเจน พระภิกษุจึงต้องอาศัยความเพียรที่บากบั่น กลั่นกล้าย่างยิ่ง เพื่อเอาชนะอำนาจกิเลสภายในใจตนเองให้ได้ ดังเรื่องของพระกาติยานเถระ มีเรื่องย่อดังนี้

เรื่องพระกาติยานเถระ¹

พระกาติยานเถระบำเพ็ญสมณธรรม นั่งเจริญภาวนาอยู่ในตอนกลางคืน ลุกขึ้นเดินสู่ที่จงกรม เพราะหวังจะบรรเทาความง่วงที่ครอบงำใจ แม้ท่านเดินจงกรมอยู่ก็ยังคงถูกความหลับเข้าครอบงำ โงงเงงจนล้มลงแล้วหลับ ณ ที่จงกรมนั้นนั่นเอง

พระศาสดาทรงเห็นความเป็นไปโดยตลอด จึงเสด็จไป ณ ที่นั้นด้วยพระองค์เอง ประทับยืนในอากาศ ตรัสเรียกว่า “กาติยานะ” ท่านเห็นพระศาสดา จึงลุกขึ้นถวายบังคม เกิดความสลดใจในอาการของตน ยืนนิ่งอยู่ พระศาสดาทรงแสดงธรรมแก่ท่านว่า

**“จงลุกขึ้นนั่งเถิด กาติยานะ ท่านอย่าเป็นผู้ประมาททั้งยามตื่นและ
ยามหลับ จงพยายามกระทำความเพียรให้มันเถิด อย่าเห็นแก่การนอน
จงหมั่นเพ่งธรรมเถิดกาติยานะ จงเจริญฌาน จงชนะกิเลสเถิด กาติยานะ”**

ท่านกาติยานเถระสนใจไปตามกระแสพระพุทธรดำรัส ในเวลาจบพระธรรมเทศนา ได้บรรลุธรรมหมดกิเลส สำเร็จเป็นพระอรหันต์ ณ ที่นั้นนั่นเอง

นอกจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงบำเพ็ญพระองค์เป็นกัลยาณมิตรต่อสรรพสัตว์ทั้งหลาย ดังเรื่องของพระกาติยานเถระแล้ว ยังทรงสรรเสริญพระภิกษุไม่ให้เห็นแก่การนอน หมั่นประกอบความเพียรเพื่อการบรรลุธรรมเสมอ ดังปรากฏใน “กสิณสูตร”² ว่า

**“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ในปัจจุบัน³ พวกภิกษุผู้เข้าไปทรงไว้ซึ่งหมอน
ท่อนไม้หนุนศีรษะและเท้า ย่อมเป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียรในการเริ่ม
ตั้งความเพียรอยู่ มารผู้มีบาปย่อมไม่ได้ช่อง ย่อมไม่ได้โอกาส**

แต่ภิกษุเหล่านั้นในอนาคตกาล พวกภิกษุจักเป็นสุขุมาลชาติ มีมือเท้าอันอ่อน

¹เรียบเรียงจาก “กาติยานเถรคาถา”, อรรถกถา ขุททกนิกาย เถรคาถา, มก. เล่ม 52 หน้า 188

²กสิณสูตร, สังยุตตนิกาย นิทานวรรค, มก. เล่ม 26 ข้อ 676 หน้า 742

³ในปัจจุบัน ในที่นี้หมายถึง ช่วงเวลาในสมัยพุทธกาล

นุ่ม จักสำเร็จการนอนบนที่นอนมีฟูกและหมอนหนาอันอ่อนนุ่ม จนกว่า
พระอาทิตย์ขึ้น มารผู้มีบาปยอมได้ช่อง ได้โอกาสแต่พวกเธอเหล่านั้น

เพราะเหตุดังนี้ เธอทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้ว่า เราจักเป็นผู้ทรงไว้ซึ่ง
หมอนท่อนไม้หนุนีศรัทธาและเท้า ไม่ประมาท มีความเพียรในการเริ่มตั้ง
ความเพียรไว้

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้แหละ”

2.3.5 ขั้นตอนที่ 5 “ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ”

เมื่อพระภิกษุสามารถฝึกฝนอบรมตนเองจนเป็นผู้ประกอบเนื่องๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่ได้ดีแล้ว
พระพุทธร่องค์จะทรงแนะนำให้ยิ่งขึ้นไปว่า

“ดูก่อนภิกษุ มาเถิด เธอจงเป็นผู้ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ คือ ทำความรู้สึกตัวในเวลาก้าวไป
และถอยกลับ ในเวลาแลดูและเหลียวดู ในเวลาอแขนและเหยียดแขน ในเวลาทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และ
จีวร ในเวลานั่ง ตื่น เคี้ยว และลิ้มรส ในเวลาถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ในเวลาเดิน ยืน นั่ง นอนหลับ ตื่น
พูด และนิ่งเถิด”

คำว่า “สติ” หมายถึง ความระลึกได้ นึกได้ อาการที่จิตนึกคิดได้ เช่น จดคิดขึ้นได้ว่า ถึงเวลานั่ง
สมาธิเจริญภาวนาแล้ว เป็นต้น ดังนั้น “สติ” จึงเป็นอาการที่จิตนึกขึ้นได้ ซึ่งตรงข้ามกับอาการที่เรียกว่า
“เพลอ” หรือ “ลึม”

ในพระพุทธศาสนา ถือว่า “สติ” เป็นธรรมที่มีอุปการะมาก กล่าวคือ “สติ” ช่วยไม่ให้งานการเสียหาย
เพราะหลงลืม ทั้งนี้เพราะงานบางอย่าง ถ้าลืมนึกก็จะเกิดความเสียหายได้ เช่น ลืมทิ้งไม้กวาด อุปกรณ์ทำความสะอาด
สะอาดไว้ตากแดดตากฝน ก็ทำให้ไม้กวาดนั้นเสียหายใช้งานอีกไม่ได้ เป็นต้น ดังนั้นสติจึงเป็นธรรมที่มีอุปการะ
มาก เพราะช่วยไม่ให้เราเพลอ ไม่หลงลืมในสิ่งที่ควรทำหรือต้องทำ ยิ่งกว่านั้น สติยังเป็นพื้นฐานสำคัญยิ่ง
ในการเจริญสมาธิภาวนา เพื่อกลับใจให้บริสุทธิ์ ทำพระนิพพานให้แจ้งด้วย

คำว่า “สัมปชัญญะ” หมายถึง ความรู้สึกตัว หรืออาการรู้ตัวในขณะที่ทำอยู่ เช่น รู้ว่าเรากำลัง
พูดอะไร คิดอะไร หรือกำลังทำอะไร

ในพระพุทธศาสนาถือว่า “สัมปชัญญะ” เป็นธรรมที่มีอุปการะมากอีกข้อหนึ่ง โดยทั่วไปจะใช้คู่กับ
“สติ” เรียกว่า “สติสัมปชัญญะ” โดยถือว่า “สติ” เกิดก่อนคิด พูด และทำ ส่วน “สัมปชัญญะ” เกิดใน
ขณะกำลังคิด พูด และทำ แต่ธรรมทั้งสองนี้จะเกิดควบคู่กันเสมอ

ดังนั้น ภิกษุที่ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ ไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใด เช่น การนั่ง การยืน การเดิน

การนอน การพูด การนิ่งไม่พูด หรือการกระทำใดๆ นอกเหนือจากนี้ พระภิกษุจะต้องกระทำด้วยความรู้สึกตัวเสมอ ไม่ลืม หรือเผลอสติเลย

การหมั่นฝึกให้ตัวเองมีสติสัมปชัญญะ ย่อมมีผลดีต่อจิตใจ เพราะทำให้ใจไม่ตกเป็นทาสของอำนาจกิเลส เช่น ความโกรธเคือง ความลุ่มหลงมัวเมา ใจจึงมีความโปร่งโล่งเบา เป็นสุข พร้อมทั้งจะเผชิญความเป็นไปต่างๆ ในโลก ทั้งเป็นที่รองรับการเกิดของคุณธรรมความดีทั้งหลาย รวมถึงเป็นประโยชน์อย่างสูงสุดในการทำพระนิพพานให้แจ้ง สมดังที่พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ได้แสดงพระธรรมเทศนาไว้ว่า¹

“เมื่อมีสติไม่เลินเล่อไม่เผลอตัวแล้ว ก็ตั้งอยู่ในความไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย เมื่อไม่ประมาทในธรรมทั้งหลายเหล่านี้ละก็ ไปนิพพานได้แล้ว ไม่ต้องสงสัย เป็นหลักใหญ่ใจความในทางพุทธศาสนา”

ในอดีตกาล ก็มีตัวอย่างของพระภิกษุรูปหนึ่งที่น่าสนใจ เพราะท่านจะหมั่นระคับระคองสติสัมปชัญญะของตนเองไว้ จนในที่สุดก็บรรลุธรรม ทำพระนิพพานให้แจ้งได้ ดังนี้

เรื่องพระมหาปุสสเทวเถระ²

ภายหลังบวชแล้ว ท่านพระมหาปุสสเทวเถระพร้อมทั้งเหล่าพระภิกษุมีความคิดว่า “เราไม่ได้บวชมาเพื่อหลบหนี ไม่ได้บวชเพื่อหลบภัย ไม่ได้บวชเพื่อหาเลี้ยงชีพ แต่ประสงค์อยากจะพ้นจากทุกข์ จึงได้บวชในพระศาสนา” จึงพากันบำเพ็ญศตปาจิจากตักวัตร³ คือ ในขณะที่เดิน ท่านก็ระคับระคองสติสัมปชัญญะของตน เฝ้าระมัดระวังไม่ให้กิเลสเข้ามาครอบงำจิตใจ แม้ในขณะที่ยืน นั่ง และนอน ก็ทำเช่นเดียวกัน

ในเวลาออกภิกขาจารยามเช้าตรู่ ท่านพร้อมเหล่าภิกษุก็จะเดินระคับระคองสติ ระลึกถึงกรรมฐานของตนเองไป ในขณะที่เดินนั่นเอง หากกิเลสเกิดขึ้นแก่ใครในระหว่างทางก็ตาม ภิกษุรูปนั้นก็จะมีกิเลสในขณะนั้นทันที แต่หากไม่สามารถข่มกิเลสได้ ก็จะหยุดเดิน ยืนนิ่งอยู่ ภิกษุรูปอื่นที่เดินตามหลังก็จะหยุดเดินและยืนสงบนิ่งตามไปด้วย ภิกษุผู้ถูกกิเลสครอบงำแล้ว จะกล่าวตักเตือนตัวเองด้วยความคิดว่า “ภิกษุอื่นรู้ความคิดอันลามกของเรา อาการนี้ไม่สมควรเลย” แล้วเจริญวิปัสสนาก้าวลงสู่สุริยภูมิ ณ ที่นั้นนั่นเอง หากยังไม่สามารถข่มกิเลสขึ้นใจได้อีก ภิกษุรูปนั้นก็ลงป่นอยู่ตรงนั้น เหล่าภิกษุรูปอื่นก็จะพากันนั่งตามไปด้วย จนกว่าจะข่มกิเลสที่เกิดขึ้นในใจได้ ท่านพร้อมเหล่าพระภิกษุทำเช่นนี้ในทุกๆ อริยาบถ ถึงแม้ว่าอาจจะไม่สามารถ

¹พระธรรมเทศนาพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร), เรื่อง “การเว้นขาดจากบาป”, 18 เมษายน 2497

²เรียบเรียงจาก เรื่องพระมหาปุสสเทวเถระ, อรรถกถา มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์, มก. เล่ม 17 หน้า 697

³ศตปาจิจากตักวัตร คือ วัตรของผู้ถือกรรมฐานเดินกลับไป เดินกลับมา

เจริญวิปัสสนาก้าวลงสู่อริยมุติได้ก็ตาม ท่านก็ยังได้ชื่อว่า เป็นผู้หมั่นประคับประคองสติสัมปชัญญะ ข่มกิเลส ของตนเอง

ท่านทำเช่นนี้เป็นเวลาถึง 19 พรรษา จนชาวบ้านทั้งหลายทั้งที่กำลั้งไถ กำลั้งหว่าน กำลั้งนวดทำงาน กันอยู่ เห็นพระเถระผู้เดินมามีอาการอย่างนั้น ก็คุยกันว่า พระเถระรูปนี้เดินกลับไปกลับมา คงจะหลงทาง หรือไม่ก็คงลืมนะอะไร แต่ตัวท่านเองก็ไม่ได้ใส่ใจในคำพูดเหล่านั้น ตั้งใจบำเพ็ญสมณธรรม ประคับประคอง สติสัมปชัญญะของตนอยู่ด้วยกรรมฐาน จนได้บรรลุธรรมหมดกิเลสเป็นพระอรหันต์ ในพรรษาที่ 20 นั้นเอง

2.3.6 ขั้นตอนที่ 6 “เสพเสนาสนะอันสงัด”

เมื่อพระภิกษุสามารถฝึกฝนอบรมตนเองจนเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะได้ดีแล้ว พระพุทธองค์จะทรง แนะนำให้ยิ่งขึ้นไปว่า

**“ดูก่อนภิกษุ มาเถิด เธอจงเสพเสนาสนะอันสงัด คือ ป่า โคนไม้ ภูเขา
ชอกเขา ถ้ำ ป่าช้า ป่าชัฏ ที่แจ้ง และลอมฟางเถิด ภิกษุนั้นจึงเสพ
เสนาสนะอันสงัด คือ ป่า โคนไม้ ภูเขา ชอกเขา ถ้ำ ป่าช้า ป่าชัฏ ที่แจ้ง
และลอมฟาง”**

คำว่า “การเสพเสนาสนะอันสงัด” หมายถึง การอยู่อาศัยในสถานที่อันสงบ เช่น ป่า ถ้ำ ภูเขา เป็นต้น

ข้อปฏิบัติซึ่งเป็นขั้นตอนสุดท้ายสำหรับพระภิกษุผู้ปรารถนาจะทำพระนิพพานให้แจ้งนี้ คือ การ แสวงหา และพักอยู่ในสถานที่อันเงียบสงบ ห่างไกลจากผู้คน เพราะไม่ต้องวุ่นวายใจ มีเวลาในการฝึกฝน อบรมตัวเองมากขึ้น ดังนั้นความมุ่งหมายของการเสพเสนาสนะอันสงัด จึงเป็นเรื่องของการมีเวลาเจริญสมาธิ ภาวนาได้อย่างต่อเนื่องยาวนาน ส่งผลให้การทำความสมาธิมีความเจริญรวดเร็ว สามารถชำระใจให้ สะอาดบริสุทธิ์จากสิ่งที่เป็นมลทินของใจ คือกิเลสได้มากขึ้น

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพร้อมทั้งเหล่าพระอรหันตสาวกต่างสรรเสริญการเสพเสนาสนะอันสงัด เพราะเป็นการอยู่อาศัยที่ก่อให้เกิดความสงบสุข มีความเรียบง่ายตามวิถีชีวิตของนักบวช และเป็นแบบ อย่างการดำเนินชีวิตที่ดงามให้แก่อนุชนรุ่นหลังอีกด้วย¹ เหมือนเรื่องของพระมหากัสสปเถระ ผู้เป็นเอตทัคคะ คือ เป็นภิกษุผู้เลิศในด้านการถือธุดงค์วัตร² แม้ร่างกายจะชราภาพแล้ว พระเถระก็ยังยินดี ยังสรรเสริญการ อยู่ในเสนาสนะอันสงัด มีป่าเป็นต้น มีเรื่องย่อดังนี้

¹มโนรทปุณณิ, อรรถกถา อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต, มก. เล่ม 33 ข้อ 274 หน้า 352

²ธุดงค์วัตร หมายถึง ข้อปฏิบัติของผู้สมณาทาน เพื่อใช้เป็นเครื่องขัดเกลาจิตใจ

เรื่องพระมหากัสสปเถระ¹

ในสมัยพุทธกาล เมื่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน ครั้นนั้น ท่านพระมหากัสสปเถระเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้า ถวายอภิวาทแล้วนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง เมื่อพระมหากัสสปนั่งเรียบร้อยแล้ว พระพุทธองค์ตรัสถามว่า

“กัสสปะ บัดนี้เธอชราแล้ว ผ้าบังสุกุลเหล่านี้ของเธอหนัก ไม่น่านั่งห่ม เธอจงนุ่งห่มจีวรที่คฤหบดีถวาย จงบริโภคโภชนาที่เขานิมนต์ และจงพักอยู่ในสำนักของเราเถิด”

ท่านพระมหากัสสปเถระกราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ นานมาแล้ว ที่ ข้าพระองค์อยู่ป่าเป็นวัตร และกล่าวสรรเสริญคุณแห่งความเป็นผู้อยู่ป่าเป็นวัตร เป็นผู้เที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร และกล่าวสรรเสริญคุณแห่งความเป็นผู้เที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร...”

“ดูก่อนกัสสปะ ก็เธอเล็งเห็นอำนาจประโยชน์อย่างไร...”

“ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์เล็งเห็นอำนาจประโยชน์ 2 ประการ คือ

1. เพื่อความอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน
2. เพื่ออนุเคราะห์ชนในภายหลังให้ยินดี ถ้อยตามอย่างพระพุทธเจ้าและพระสาวกในเรื่องการอยู่ป่าเป็นวัตร และกล่าวสรรเสริญคุณแห่งความอยู่ป่าเป็นวัตร”

“ดีละ ดีละ กัสสปะ เธอปฏิบัติเพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขแก่ชนเป็นอันมาก และเพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่เทวดาและเหล่ามนุษย์ทั้งหลาย ดูก่อนกัสสปะ ถ้อยอย่างนั้น เธอจงทรงผ้าบังสุกุลอันไม่น่านั่งห่ม จงเที่ยวบิณฑบาต และจงอยู่ในป่าต่อไปเถิด...”

นอกจากนี้ การได้อยู่ในเสนาสนะอันเงียบสงัด ยังจะช่วยให้พระภิกษุมีโอกาสได้ทบทวนศีล และข้อวัตรปฏิบัติต่างๆ ของตน รวมถึงตรวจทานความรู้ ความเข้าใจในธรรมะที่ตนได้ร่ำเรียนศึกษามา หากเห็นสิ่งใดเป็นข้อปฏิบัติที่ยังบกพร่อง เป็นความรู้ที่ตนยังเข้าใจไม่สมบูรณ์ ท่านจะได้รับแก้ไขปรับปรุงตัวเอง หากเห็นสิ่งใดที่ทำได้ถูกต้องดีงาม สะอาดบริสุทธิ์ ก็จะไม่เดือดเนื้อร้อนใจ มีความปลื้มใจเป็นอันสูงส่ง

¹ชินนสูตร, สังยุตตนิกาย นิทานวรรค, มก. เล่ม 26 ข้อ 478 หน้า 561

ดังนั้น หากพระภิกษุละเลยต่อการอยู่ในเสนาสนะอันสงัด ก็ย่อมหมายถึง การปิดโอกาสในการใช้เวลาเพื่อพิจารณาตนเอง หรือเพื่อทบทวนข้อวัตรปฏิบัติว่าบกพร่อง หรือสมบูรณ์แค่ไหน มีความก้าวหน้า หรือถอยหลังไปอย่างไร ซึ่งส่งผลให้เป้าหมายของการบวช หรือการทำพระนิพพานให้แจ้งนั้นเป็นไปได้ยาก หรืออาจไม่ถึงเป้าหมายที่ตั้งใจไว้

2.4 คณกโมคคัลลานสูตร ข้อปฏิบัติตามลำดับเพื่อใจหยุด

ข้อปฏิบัติทั้ง 6 ขั้นตอนที่ได้ศึกษาผ่านมา ล้วนมีแบบแผนและความละเอียดอ่อนลุ่มลึกไปตามลำดับ จากง่ายไปสู่ยาก โดยมีจุดมุ่งหมายของการฝึกอยู่ที่การประคับประคองใจให้หยุดนิ่ง เป็นสมาธิ จนเกิดปัญญา เป็นความรู้แจ้งเห็นแจ้งแทงตลอดตามความเป็นจริงในที่สุด

การฝึกตามขั้นตอนทั้ง 6 ช่วยทำให้ใจหยุด เป็นสมาธิ จนเกิดปัญญาได้อย่างไร เราสามารถ อธิบายความเกี่ยวข้องของขั้นตอนทั้ง 6 ได้ ดังนี้

2.4.1 ขั้นตอนที่ 1 “สำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์”

การสำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์ คือการฝึกฝนตนเองให้รู้จัก “ควบคุมกายและวาจา” ไม่ให้ไปทำ ความชั่วใดๆ ซึ่งเป็นการสร้างพื้นฐานเพื่อรองรับการเจริญสมาธิภาวนาต่อไป เพราะหากตนเองไม่มีศีล วัธรักษากายและวาจาให้เป็นปกติแล้ว ก็ยากที่จะรักษาใจให้เป็นปกติ จนหยุดนิ่ง เป็นสมาธิได้ เหมือนพระพุทธ ดำรัสที่ตรัสไว้ใน ทิรสุตร¹ ว่า

“เมื่อไม่มีศีล สัมมาสมาธิของบุคคลผู้มีศีลวิบัติ ย่อมมีอุปนิสัยถูกกำจัด
เมื่อไม่มีสัมมาสมาธิ ยถาภูตญาณทัสสนะ² ของบุคคลผู้มีสัมมาสมาธิวิบัติ
ย่อมมีอุปนิสัยถูกกำจัด...”

2.4.2 ขั้นตอนที่ 2 “คัมภรองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย”

เมื่อควบคุมกายและวาจาให้เป็นปกติได้แล้ว ในขั้นตอนต่อไป พระภิกษุจึงจะเริ่มฝึกควบคุมใจให้อยู่ ภายในตัว ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ใน คุมพยชาดก³ ว่า “กามคุณนี้ชื่อว่าเป็นเหยื่อของสัตว์โลก⁴

¹ทิรสุตร, อรรถกถา อังคุตตรนิกาย ลัตตกนิบาต, มก. เล่ม 37 ข้อ 62 หน้า 212

²ยถาภูตญาณทัสสนะ คือ ความรู้ความเห็นตามเป็นจริง

³กุมพยชาดก, ขุททกนิกาย จตุตถกนิบาตชาดก, มก. เล่ม 58 ข้อ 781 หน้า 820

⁴สัตว์โลก โลกคือหมู่สัตว์ที่ยังมีจิตขัดส่าย ในที่นี้หมายถึง ใจ

และเชื่อว่าเป็นเครื่องผูกมัดสัตว์โลกไว้” เพราะกามคุณ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และ สัมผัสทางกายที่นำพอใจ จะคอยดึงดูดใจให้ซัดส่าย ไม่หยุดนิ่ง ไหลออกไปติดอยู่กับกามคุณนั้นๆ

การคุ้มครองทวารในอินทรีทั้งหลาย หรือที่เรียกว่า อินทรีสังวร จึงเป็นขั้นตอนการฝึกที่จะช่วย “ประคับประคองใจ” ไม่ให้ไหลออกไปเกาะกับสิ่งล่อใจนอกตัว มี รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เป็นต้น โดยพยายามควบคุมอินทรีของตนเองไว้ ด้วยการรู้จักเลือกที่จะใช้ “ตาไปดูรูป” “หูไปฟังเสียง” “จมูกไปดมกลิ่น” “ลิ้นไปรับรส” “กายไปสัมผัส” และ “ใจไปคิดถึงอารมณ์” โดยมีหลักว่า ถ้าดู หรือฟัง หรือดม ฯลฯ สิ่งใด แล้วกุศลธรรมเจริญขึ้นก็ให้ดู ฟัง ดม ฯลฯ ได้ แต่ถ้าเป็นเหตุให้อกุศลธรรมเจริญขึ้น ก็ให้ละเว้นเสีย ด้วยวิธีการอย่างนี้ ใจก็จะไม่ไปติดอยู่กับสิ่งนอกตัว เมื่อใจไม่ซัดส่ายไปไหน ก็จะกลับมาตั้งมั่นอยู่ในกายภายใน ซึ่งจะเกื้อกูลให้การฝึกสมาธิทำได้ง่ายยิ่งขึ้น

2.4.3 ขั้นตอนที่ 3 “รู้จักประมาณในโภชนะ”

เมื่อควบคุมใจของตนเองไม่ให้ไหลออกไปกับสิ่งนอกตัวได้แล้ว ขั้นตอนต่อไป คือการเตรียมร่างกายให้แข็งแรง มีความพร้อม และเหมาะสมที่จะรองรับการเจริญสมาธิภาวนาให้ก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป การรู้จักประมาณในอาหาร จึงมีความสำคัญ เพราะเมื่อบริโภคเข้าไป ก็จะส่งผลต่อสุขภาพร่างกายโดยตรงทันที เช่น หากบริโภคจนอึดเกินไป ก็จะทำให้อึดอัด หรืออาหารไม่ย่อย เกิดความง่วงเหงาหาวนอน เมื่อเจริญสมาธิภาวนา ก็จะทำให้หลับง่าย แต่หากบริโภคน้อยเกินไป ก็จะทำให้หิว กระสับกระส่าย ไม่สบายตัว เป็นต้น การรู้จักประมาณในโภชนะจึงมีความสำคัญ ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงคุณของการบริโภคอาหารไว้ดังนี้

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราฉันอาหารในเวลาก่อนภัตครั้งเดียว เมื่อเราฉันอาหารในเวลาก่อนภัตครั้งเดียว ย่อมรู้สึกคุณ คือ ความเป็นผู้มีอาพาธน้อย มีโรคเบาบาง กายเบา มีกำลัง และอยู่สำราญ”¹

การบริโภคอาหารแต่พอดี จะทำให้มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง เหมาะสมกับการเจริญสมาธิภาวนาต่อไป ซึ่งการที่ประมาณได้นั้น ก็เพราะหมั่นฝึกฝนอินทรีสังวรมาก่อนเป็นอย่างดี คือ รู้จักตัดสินใจได้ว่า สิ่งนี้ควรหรือไม่ควรบริโภคอย่างไร ซึ่งมีหลักการดังที่พระสารีบุตรให้ไว้ว่า

“ภิกษุเมื่อบริโภคอาหาร จะเป็นของสดหรือของแห้งก็ตาม ไม่ควรติดใจ (ในรสอาหาร) จนเกินไป ควรเป็นผู้มีท้องโปร่ง มีอาหารพอประมาณ มีสติอยู่ เมื่อบริโภคอาหารอีก 4 - 5 คำจะอึด ควรลดอาหารนั้นเสีย แล้วดื่มน้ำตาม จึงเป็นการสมควร เพื่อความอยู่สบายของภิกษุ”²

¹ภททาลิสุตระ, มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์, มก. เล่ม 20 ข้อ 160 หน้า 321

²สาริปุตตเถรคาถา, ขุททกนิกาย เถรคาถา, มก. เล่ม 53 ข้อ 396 หน้า 229

2.4.4 ขั้นตอนที่ 4 “ประกอบเนืองๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่”

เมื่อร่างกายมีความเบาสบาย พอเหมาะแก่การทำความเพียรอย่างเต็มที่ได้แล้ว ในขั้นตอนต่อไป พระภิกษุต้องทำความเพียรพยายามให้ยิ่งขึ้นไป ด้วยการนำใจที่เคยซัดส่ายไปในอารมณ์ต่างๆ ภายนอกตัว ให้กลับมาอยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7¹ ซึ่งเป็นที่ตั้งถาวรของใจให้ได้ โดยต้องทำความพยายามเรื่อยไป เพื่อให้ใจคุ้นกับการอยู่ภายในตัว สำหรับนักปฏิบัติธรรม ก็คือการ “สังสมชั่วโมงหยุด สังสมชั่วโมงนิ่ง” ให้ได้มากที่สุดนั่นเอง

ขั้นตอนนี้เป็นขั้นตอนที่ทำได้ยาก เพราะใจจะคุ้นกับการออกไปอยู่นอกตัวเสมอ ฉะนั้นหากพระภิกษุไม่ได้ฝึกอินทรีย์สังวรมามากพอ หรือขาดความพร้อมทางร่างกาย ก็คงจะฝึกในขั้นตอนนี้ไม่ได้อย่างแน่นอน แต่ถ้าฝึกมาได้ดี ขั้นตอนที่ตามนี้ก็คือทำความพยายามเรื่อยไป เพื่อให้ใจคลายจากกิเลสเครื่องล่อใจทั้งปวง ใจก็จะกลับเข้ามาตั้งมั่นในศูนย์กลางกายได้บ่อยขึ้นและยังฝึกปฏิบัติมากเท่าไรใจจะมีโอกาสตั้งมั่นและหลุดพ้นจากกิเลสอาสวะได้มากเท่านั้น สมดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า

“...ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อภิกษุไม่หมั่นเจริญภาวนา แม้จะพึงเกิดความปรารถนาขึ้นอย่างนี้ว่า โอหนอ ขอจิตของเราพึงหลุดพ้นจากอาสวะเพราะไม่ถือมั่นก็จริง แต่จิตของภิกษุนั้นย่อมไม่หลุดพ้นจากอาสวะ...

...เปรียบเหมือนแม่ไก่มีไข่อยู่ 8 ฟอง 10 ฟอง หรือ 12 ฟอง ไข่เหล่านั้น แม่ไก่กกไม่ดี ให้ความอบอุ่นไม่พอ ฟักไม่ได้ แม่ไก่นั้น แม้จะพึงเกิดความปรารถนาขึ้นอย่างนี้ว่า โอหนอ ขอให้ลูกของเราพึงไข่ ปลายเล็บเท้าหรือจะงอยปากเจาะกะเปาะไข่ ฟักตัวออกมาโดยสวัสดิ์ก็จริง

แต่ลูกไก่เหล่านั้นไม่สามารถที่จะใช้ปลายเล็บเท้า หรือจะงอยปากเจาะกะเปาะไข่ ฟักตัวออกมาโดยสวัสดิ์ได้ ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะแม่ไก่กกไม่ดี ให้ความอบอุ่นไม่พอ ฟักไม่ดี ฉะนั้น...”²

ดังนั้น การประกอบเนืองๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่ จึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง หากไม่หมั่นให้เวลา หรือไม่ขยันขันแข็งในการทำภาวนาให้ยิ่งขึ้นไป คือเอาแต่เพลิดเพลินไปกับการหลับนอน ก็ยากที่จะมีโอกาสมาให้ใจให้หยุดนิ่งได้ การฝึกสมาธิก็จะไม่ก้าวหน้า

¹หมายถึง ที่ตั้งอยู่ของใจ มีตำแหน่ง ณ กลางกาย เหนือสะดือขึ้นมา 2 นิ้วมือ (หนังสือพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ, พระภิกษุวิริยคุณ (เผด็จ ทัตตชีโว), หน้า 114)

²ภวนาสูต, อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต, มก. เล่มที่ 37 ข้อ 68 หน้า 252

2.4.5 ขั้นตอนที่ 5 “ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ”

จากการรู้จักสำรวจกาย วาจาให้เป็นปกติ รู้จักคุ้มครองทวารในอินทรีทั้งหลาย รู้จักการประมาณในการบริโภค และรู้จักการให้เวลาในการทำภาวนา ไม่เห็นแก่การนอนแล้ว ใจก็ย่อมได้รับการประทับประคองมาอย่างดี วนเวียนใกล้ศูนย์กลางกายได้นาน เป็นสมาธิมากขึ้น ในขั้นต่อไป พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงแนะนำให้มีสติสัมปชัญญะ คือ มีความระลึกได้ และรู้ตัวในอิริยาบถต่างๆ อยู่ตลอดเวลา ซึ่งในทางปฏิบัติจะหมายความว่า ต้องมีสติตั้งมั่นอยู่ที่ศูนย์กลางกายที่เดียวให้ได้ในทุกอิริยาบถ ดังพระธรรมเทศนาที่พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) แสดงไว้ว่า

“เราต้องเป็นคนไม่เผลอสติเลย เอาสตินั่งอยู่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์นั้น ตั้งสติตรงนั้นทำให้หยุด ไม่หยุดก็ไม่ยอม ทำให้หยุดไม่เผลอทีเดียว ทำจนกระทั่งใจหยุดได้

นี่เป็นตัวสติสัมโพชฌงค์แท้ๆ ไม่เผลอเลยทีเดียว ที่ตั้งที่หมาย หรือ กลางดวงธรรม ที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ สะดือทะเลหลังขาทะเลซ้าย กลางก้นนั้น ใจหยุดตรงนั้น”¹

2.4.6 ขั้นตอนที่ 6 “เสพเสนาสนะอันสงัด”

เมื่อฝึกใจให้อยู่ที่กลางกายในทุกอิริยาบถได้ดีแล้ว พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงแนะนำให้หาสถานที่อันสงบ เพื่อฝึกสมาธิอย่างต่อเนื่องจริงจัง โดยทรงให้แนวทางไว้ว่า “เธอกลับจากบิณฑบาตภายหลังเวลาอาหารแล้ว นั่งขัดสมาธิตั้งกายตรง ดำรงสติมั่นเฉพาะหน้า” เท่ากับว่าทรงให้วางภารกิจอื่นที่ไม่สำคัญออกไป เมื่อฉันทัดดาหารพออิ่มสบาย ก็ให้หาสถานที่ที่เหมาะสมสำหรับนั่งสมาธิเจริญภาวนาแต่เพียงอย่างเดียว

ด้วยวิธีนี้ พระภิกษุจึงมีเวลาฝึกใจให้หยุดนิ่งที่ศูนย์กลางกายได้มาก เพราะนอกจากจะปลอดจากภารกิจทั้งหลาย ยังอยู่ในอิริยาบถนั่งหลับตา นำใจน้อมมาอยู่แต่ภายในตัวอย่างเดียว สิ่งล่อให้ใจไหลออกไปภายนอกก็ไม่มี หากพระภิกษุได้ฝึกปฏิบัติอย่างนี้ต่อเนื่องทุกวันๆ ใจของท่านย่อมตั้งมั่น หยุดนิ่งได้สนิท จิตก็สะอาดบริสุทธิ์ผ่องใส หลุดพ้นจากนิวรณ์ได้ และหากปฏิบัติเรื่อยไป ย่อมกำจัดกิเลสทั้งปวงได้ในไม่ช้า สมดังที่พระองค์ตรัสไว้ว่า

“เธอกลับจากบิณฑบาต ภายหลังเวลาอาหารแล้ว นั่งขัดสมาธิตั้งกายตรง ดำรงสติมั่นเฉพาะหน้า

¹พระธรรมเทศนาพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) เรื่อง “โพชฌงค์ปริตร”, 24 มิถุนายน 2497, หน้า 448

ละอภิชฌาเพ่งเล็งในโลกแล้ว มีใจปราศจากอภิชฌาอยู่ ย่อมชำระจิต
ให้บริสุทธิ์จากอภิชฌาได้

ละโทษคือพยาบาทปองร้ายแล้ว เป็นผู้มิจิตไม่พยาบาท อนุเคราะห์ด้วยความ
เกื้อกูลในสรรพสัตว์และภูตอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากความชั่วคือ
พยาบาทได้

ละถีนมิทระง่วงเหงาหาวนอนแล้ว เป็นผู้มิจิตปราศจากถีนมิทระ มี
อาโลกสัญญาสำคัญว่าสว่าง มีสติสัมปชัญญะอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์
จากถีนมิทระได้

ละอุทธัจจกุกกุกจะความฟุ้งซ่านและรำคาญแล้ว เป็นผู้ไม่ฟุ้งซ่าน มีจิต
สงบภายในอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอุทธัจจกุกกุกจะได้

ละวิจิกิจฉาความสงสัยแล้วเป็นผู้ข้ามวิจิกิจฉา ไม่มีปัญหาอะไรใน
กุศลธรรมทั้งหลายอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากวิจิกิจฉาได้”

2.4.7 นีวรณ 5

นีวรณ คือ กิเลสที่ปิดกั้นใจไม่ให้บรรลุความดี ไม่ให้ก้าวหน้าในการเจริญภาวนา ทำให้ใจซัดส่าย
ไม่ยอมหยุดนิ่งเป็นสมาธิ มี 5 ประการ ได้แก่

1. **กามฉันทะ** คือ ความหมกมุ่น ครุ่นคิด เพ่งเล็งถึงความน่ารักน่าใคร่ในกามคุณ อันได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส หากใจยังติดในรสของกามคุณ ก็ย่อมไม่สามารถทำใจให้หยุดได้
2. **พยาบาท** คือ ความคิดร้าย ความรู้สึกไม่ชอบใจสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ได้แก่ ความขุ่นใจ ความ
ขัดเคืองใจ ความไม่พอใจ ความโกรธ เป็นต้น เหล่านี้ล้วนทำให้ใจซัดส่าย ไม่เป็นสมาธิ
3. **ถีนมิทระ** คือ ความหดหู่ ความง่วงเหงา ซึมเซา ขาดกำลังใจและความหวังในชีวิต ขาดวิริย-
อุตสาหะในการทำสิ่งต่างๆ ได้แต่ปล่อยใจให้เลื่อนลอยไปเรื่อยๆ จึงไม่สามารถรวมใจให้เป็นหนึ่งได้
4. **อุทธัจจกุกกุกจะ** คือ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ อันเกิดจากการปล่อยใจให้หลุดไปนอกตัว เกิด
ความคิดปรุงแต่งเรื่อยไป ทำให้ใจซัดส่ายไม่อยู่นิ่ง ไม่เป็นสมาธิ
5. **วิจิกิจฉา** คือ ความลังเลสงสัย ไม่แน่ใจ จึงเกิดคำถามขึ้นในใจตลอดเวลา เช่น สงสัยใน
พระรัตนตรัย ก็ย่อมไม่สามารถทำใจให้หยุดนิ่งได้

เพราะ (1) “**กามฉันทะ**” อยากได้ในกามคุณทั้งหลายตามที่ตนปรารถนา เมื่อไม่ได้สิ่งนั้นมา ก็
เกิดความขัดเคืองใจ ไม่พอใจ กลายเป็น (2) “**ความพยาบาท**” ตามมา หรือหากได้สิ่งนั้นมาครอบครอง ก็

คิดวางแผน ไม่อยากให้ใครมาแย่งชิงเอาไป เมื่อสิ่งนั้นเสื่อมสลายหรือถูกคนอื่นลักไป ก็ขัดเคือง ไม่พอใจ พยาบาทก็เกิดขึ้นได้เช่นกัน ใจที่พยาบาท มุ่งร้าย วนเวียนในอารมณ์โกรธเป็นประจำนี้เอง ทำให้เหนื่อยล้า ไม่แจ่มชื่น สดใส ทำให้โอกาสที่ (3) “**ถิ่นมิทระ**” คือ ความหดหู่ ซึมเศร้า ขาดกำลังใจเกิดขึ้นได้ง่าย เมื่อขาดกำลังใจ ขาดความหวังในชีวิต ใจย่อมเลือนลอย เกิด (4) “**อุทฺธจกุกกัจจะ**” ความคิดฟุ้งซ่าน ตามมา เมื่อคิดฟุ้งซ่าน ประจักษ์ใจไปในเรื่องราวทั้งหลาย ย่อมมีโอกาสเกิดความลังเล ไม่แน่ใจ สงสัยในเรื่องราวความจริงของชีวิต กลายเป็น (5) “**วิจิกิจฉา**” ความลังเลสงสัย ที่จะคอยขวางกั้นคุณธรรมความดีไม่ให้เกิดขึ้น เพราะความไม่เชื่อมั่น ความลังเลสงสัย บาปอกุศลทั้งหลายจึงได้โอกาสครอบครองใจให้ตกต่ำไปตามอำนาจของอกุศลธรรม บังคับใจให้คิด พุด ทำในสิ่งที่ไม่ดี ใจจึงไม่มีวันหยุดนิ่ง เป็นสมาธิได้เลย

การฝึกฝนตัวเองของพระภิกษุตามอย่างขั้นตอนของคณกโมคคัลลานสูตร จึงเป็นการป้องกันและกำจัดนิวรณ์ทั้ง 5 ประการได้เป็นอย่างดี จนสามารถควบคุมใจ รวมใจให้หยุดนิ่ง เป็นสมาธิได้ จนได้รับผลของการปฏิบัติไปตามกำลังของตน ตั้งแต่การเข้าถึงปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน จนถึงการบรรลุอรหัตผล หมดกิเลสอาสวะ ทำพระนิพพานให้แจ้งได้ ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสในคณกโมคคัลลานสูตรต่อไปว่า

“เธอครั้นละนิวรณ์ 5 อย่าง อันเป็นเครื่องทำให้เศร้าหมอง
ทำปัญญาให้ถอยกำลังนี้ได้แล้ว จึงสังัดจากกาม สังัดจากอกุศล
ธรรมเข้าปฐมฌาน มีวิตก มีวิจารณ์ มีปีติและสุขเกิดแต่วิเวกอยู่
เข้าทุติยฌาน มีความผ่องใสแห่งใจภายใน มีความเป็นธรรมเอกผุด
ขึ้น เพราะสงบวิตกและวิจารณ์ ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีปีติและสุขเกิดแต่
สมาธิอยู่ เป็นผู้วางเฉยเพราะหน่ายปีติ มีสติสัมปชัญญะอยู่ และ
เสวยสุขด้วยนามกาย
เข้าตติยฌานที่พระอริยะเรียกเธอได้ว่า ผู้วางเฉย มีสติอยู่เป็นสุขอยู่
เข้าจตุตถฌาน อันไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข เพราะละสุข ละทุกข์ และดับ
โสมนัสโทมนัสก่อนๆ ได้ มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่”

การปฏิบัติตัวตามขั้นตอนของคณกโมคคัลลานสูตรนี้ จึงเป็น “ขั้นตอนการฝึก” ตัวเองที่จะช่วย
ประคับประคองใจให้หยุดนิ่ง เป็นสมาธิ เกิดปัญญา ที่จะใช้กำจัดกิเลสอาสวะให้หมดสิ้น บรรลุพระนิพพาน
ที่เป็นเป้าหมายสูงสุดของการออกบวช

2.5 ธัมมัญญสูตร คือ “วิธีการฝึก”

อย่างไรก็ตาม แม้จะทราบถึงขั้นตอนการฝึกทั้ง 6 ขั้นมาอย่างดีแล้ว ก็ไม่ได้หมายความว่า จะลงมือฝึกให้บรรลุผลสำเร็จได้ในทันทีทันใด เพราะหากนักศึกษาลองตั้งคำถามสำหรับการฝึกในขั้นตอนที่ 1 ว่า

เราจะเป็นผู้มีปาฏิโมกขสังวรได้อย่างไร ?

ปาฏิโมกข์มีเท่าไร ?

แต่ละข้อมีรายละเอียดอะไรบ้าง ?

มีนัยอย่างไร ?

นำไปฝึกปฏิบัติในชีวิตจริงได้ด้วยวิธีไหน ?

เราจะรู้ได้อย่างไรว่าเราฝึกได้ผลจริงๆ ?

คำตอบของคำถามข้างบนนั้น ก็คือเราจำเป็นต้องทราบถึง “วิธีการฝึก” นั่นเอง

ดังที่กล่าวไว้ในบทที่ 1 แล้วว่า เราสามารถนำ “ธัมมัญญสูตร” มาเป็นแม่บทในการศึกษาถึงวิธีการฝึกได้เป็นอย่างดี ทั้งนี้เพราะธัมมัญญสูตรจะให้ความกระจ่างทั้งความรู้ ความเข้าใจ การนำขั้นตอนที่มีในคณโกมคัลลานสูตรไปปฏิบัติได้จริง เป็นต้น สำหรับรายละเอียดของวิธีการจาก “ธัมมัญญสูตร” จะได้ศึกษากันในบทต่อไป

2.6 คณโกมคัลลานสูตรกับวิถีชีวิตของฆราวาส

แม้ว่าคณโกมคัลลานสูตรจะเป็นบทฝึกฝนตนเองของพระภิกษุก็ตาม แต่ฆราวาสก็สามารถจะนำเอาหลักการมาใช้ฝึกฝนตนเองได้เช่นกัน เพราะข้อปฏิบัติของคณโกมคัลลานสูตร ล้วนมุ่งฝึกเพื่อให้ใจกลับเข้ามาหยุดนิ่งอยู่ภายในตัว คือ ศูนย์กลางกายฐานที่เจ็ด ซึ่งแนวทางการฝึกฝนจะปรับไปตามวิถีชีวิตของฆราวาส โดยฝึกผ่านการทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา ตามที่ได้กล่าวมาในบทที่ 1 แล้วนั้น เพราะหลักการสำคัญทั้ง 6 ขั้น ก็เพื่อการควบคุม กาย วาจา และใจ โดยที่

ปาฏิโมกขสังวร เป็นการควบคุม กาย และวาจา

อินทริยสังวร เป็นการควบคุมและระมัดระวังใจ

การรู้จักประมาณในโภชนะ เป็นการเตรียมความพร้อมของร่างกาย เพื่อการเจริญสมาธิภาวนา

ความเป็นผู้ตื่นอยู่ สติสัมปชัญญะ และการเสพเสนาสนะอันสงัด ก็เป็นไปเพื่อการเจริญสมาธิภาวนาเช่นกัน

ดังนั้น ฆราวาสจึงอาจนำหลักการนี้ไปใช้ผ่าน “ทาน ศีล ภาวนา” โดยที่ “ศีล” ก็ฝึกคล้ายกับขั้นตอนในปาฏิโมกขสังวร แต่อาจแตกต่างกันแง่ของความเข้มงวดกวดขัน เช่น ในขณะที่พระภิกษุมีศีล 227 ข้อ ฆราวาสก็ต้องรักษาศีล 5 หรือศีล 8 ของตนเองให้ดี

ส่วน “ภาวนา” ก็ฝึกคล้ายกับอินทริยสังวร การรู้จักประมาณในโภชนะ ความเป็นผู้ตื่นอยู่ สติสัมปชัญญะ และการเสพเสนาสนะอันสงัด โดยมุ่งไปที่การควบคุมใจ และฝึกใจให้หยุดนิ่ง ซึ่งความเข้มข้นของการฝึก เช่น การระงับตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ การประมาณในอาหาร ความเพียรพยายามในการฝึกใจ และการหาโอกาสหลักไปปฏิบัติธรรมต่อเนื่องนานๆ ฆราวาสจะต้องปรับให้เหมาะสมไปตามวิถีชีวิตของตนเอง

สำหรับ “ทาน” จะเป็นการฝึกใจไม่ให้หวนหวนทรัพย์สิ่งของภายนอกตัว เมื่อไม่หวนหวนก็หมดความห่วงใย ใจจะเริ่มคลายจากความยึดมั่นแล้วกลับเข้าสู่ภายในตัว การทำทาน จึงเป็นพื้นฐานให้การรักษาศีล และเจริญสมาธิภาวนา สามารถทำได้ง่ายขึ้น อย่างไรก็ตาม แม้ขั้นตอนการฝึกจะปรับเปลี่ยนไป แต่วิธีการฝึกก็ยังคงอาศัย “ธัมมัญญสูตร” เช่นเดิม

กิจกรรม

หลังจากนักศึกษาได้ศึกษา บทที่ 2 คณกโมคคัลลานสูตร จบโดยสมบูรณ์แล้ว
โปรดทำแบบประเมินตนเองหลังเรียนบทที่ 2 และกิจกรรม ในแบบฝึกปฏิบัติบทที่ 2
แล้วจึงศึกษาบทที่ 3 ต่อไป

บทที่ 3
ขั้นตอนที่ 1
ธัมมัญญ

เนื้อหาบทที่ 3

ขั้นตอนที่ 1 ธัมมัญญ

3.1 ธัมมัญญสูตร คืออะไร

3.1.1 อานิสงส์ที่ได้จากการฝึกตามธัมมัญญสูตร

3.1.2 ความสำคัญของอานิสงส์ทั้ง 5 ประการ

3.2 วิธีการในขั้นตอนที่ 1 คือ “ธัมมัญญ”

3.2.1 การเป็นธัมมัญญ

3.2.2 คำแปลและความหมาย

3.2.3 นวัจลัตถุศาสน์

3.3 จุดมุ่งหมายของการรู้จักธรรม

3.4 วิธีการรู้จักธรรม

3.5 การแสวงหาปัญญา

3.6 บทสรุปของการเป็นธัมมัญญ

3.7 ธัมมัญญกับคณกโมคคัลลานสูตร

3.8 แนวทางในการศึกษาธรรมะสำหรับฆราวาส

3.8.1 เป้าหมายในการศึกษาธรรมะของฆราวาส

3.8.2 ตัวอย่างหลักธรรมสำคัญที่ควรศึกษา

3.8.3 วิธีการศึกษาธรรมะ

1. หลักการฝึกฝนอบรมตนเองตามพุทธวิธีในคณกโมคคัลลานสูตร แสดงให้เห็นถึงขั้นตอนของการฝึกตนเองของพระภิกษุที่มีความชัดเจนต่อเนื่องกันเป็นลำดับ สามารถนำมาฝึกฝนได้อย่างเป็นขั้นตอน และในทุกๆ ขั้นตอนของการฝึกจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องอาศัยวิธีการปฏิบัติจากธัมมัญญสูตร ที่ให้รายละเอียดของวิธีการปฏิบัติไว้อย่างครบถ้วนสมบูรณ์ เมื่อนำทั้งสองพระสูตรนี้มาใช้ในการฝึกร่วมกันจะทำให้การฝึกฝนตนเองสามารถประสบความสำเร็จบรรลุวัตถุประสงค์ของการฝึกได้
2. ธัมมัญญเป็นวิธีการแรกในการฝึกฝนอบรมตนเองในธัมมัญญสูตร เป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญมาก เพราะการเป็นธัมมัญญหมายถึงการรู้ทั่วถึงธรรมะที่มีทั้งหมดในพระพุทธศาสนาจนสามารถเข้าใจหลักการที่สำคัญในคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กระทั่งเกิดเป็นสัมมาทิฐิ มีศรัทธา และมีกำลังใจในการปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
3. การเป็นธัมมัญญนั้นยังมีความสำคัญสำหรับคฤหัสถ์หรือฆราวาสในฐานะของชาวพุทธอีกด้วย เพราะการได้รู้จักธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตในแนวทางที่ถูกต้องและสามารถพัฒนาคุณธรรมในตัวเองให้เกิดขึ้นได้อย่างรวดเร็ว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจภาพรวมของธัมมัญญสูตรพระสูตรที่ว่าด้วยวิธีการฝึกฝนอบรมตนเองตามพุทธวิธี
2. เพื่อให้นักศึกษาเห็นถึงความสำคัญของการเป็นธัมมัญญบุคคล ว่ามีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการฝึกฝนอบรมตนเองของพระภิกษุ
3. เพื่อให้นักศึกษาเห็นแนวทางในการศึกษาธรรมะหรือการฝึกฝนพัฒนาตนเองให้เป็นธัมมัญญบุคคลได้
4. เพื่อให้นักศึกษาทราบถึงวิธีการศึกษาหลักธรรมที่สำคัญสำหรับคฤหัสถ์เพื่อที่จะนำมาใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิตได้



บทที่ 3



ขั้นตอนที่ 1 ธัมมัญญ

หลังจากได้ศึกษา “ขั้นตอนการฝึก” จากคณโกมคัลลานสูตร จนเกิดความเข้าใจในหลักการฝึกฝนอบรมตนเอง ที่เป็นขั้นเป็นตอนต่อเนื่องชัดเจนแล้ว ในบทต่อจากนี้ไป จะได้ศึกษาถึง “วิธีการ” ที่จะทำให้การฝึกตามขั้นตอนต่างๆ ในคณโกมคัลลานสูตรบรรลุผลสำเร็จ

ดังที่กล่าวมาแล้วตั้งแต่บทที่ 1 ว่าวิธีการทั้ง 6 ขั้นตอน สามารถฝึกได้โดยอาศัยวิธีการจากธัมมัญญสูตรมาใช้ เพราะให้รายละเอียดของการปฏิบัติไว้อย่างครบถ้วนสมบูรณ์ชัดเจนที่สำคัญวิธีการฝึกจากธัมมัญญสูตรมีสภาพเหมือนขึ้นบันได เรียงลำดับจากง่ายไปยาก และต้องฝึกผ่านกันไปทีละขั้นตอน คือ ฝึกจากขั้นตอนที่ 1 ไป 2 ไป 3 ไป 4 เรื่อยไป จึงทำให้ธัมมัญญสูตรเป็นแม่บทการฝึกอบรมที่พระภิกษุสามารถปฏิบัติตามได้ง่าย จนอาจจะกล่าวได้ว่า “ธัมมัญญสูตร” คือแม่บทการฝึกที่ดีที่สุดพระสูตรหนึ่ง

3.1 ธัมมัญญสูตร¹ คืออะไร

ธัมมัญญสูตร คือ พระสูตรที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงแก่เหล่าพระภิกษุ โดยกล่าวถึงวิธีการฝึกฝนอบรมตนเองไปตามลำดับ 7 ขั้นตอน² คือ

1. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักธรรม เรียกว่า “ธัมมัญญ”
2. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักอรรถ หรือเนื้อหาของธรรมนั้น เรียกว่า “อรรถัญญ”
3. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักตน หรือประเมินคุณธรรมในตนเองเป็น เรียกว่า “อัตตัญญ”
4. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักประมาณในการรับปัจจัย 4 เรียกว่า “มัตตัญญ”
5. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักกาล เรียกว่า “กาลัญญ”
6. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักบริษัหรือประชุมชนต่างๆ เรียกว่า “ปริสสัญญ”
7. การฝึกให้เป็นผู้รู้จักแยกแยะบุคคล เรียกว่า “บุคคลปโรปรัญญ”

¹ชื่อพระสูตรว่า “ธัมมัญญสูตร” นั้น ตั้งขึ้นโดยนำหัวข้อธรรมแรกของพระสูตรมาใช้ ซึ่งก็คือหัวข้อธรรมในขั้นตอนที่ 1 ชื่อ “ธัมมัญญ” และเพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างชัดเจน นักศึกษาควรอ่านพระสูตรจากภาคผนวกท้ายเล่มให้จบก่อน

²รายละเอียดในแต่ละขั้นตอน นักศึกษาจะได้ศึกษาในบทต่อไป

3.1.1 อานิสงส์ที่ได้จากการฝึกตามธัมมัญญสูตร

พระลัมมะลัมพุทเธเจ้าตรัสยืนยันไว้ว่า หากพระภิกษุฝึกตามวิธีการที่เป็นขั้นเป็นตอนเหล่านี้ได้ ก็จะได้รับอานิสงส์อันยิ่งใหญ่ 5 ประการ คือ

1. เป็นผู้ควรของค่านับ
2. เป็นผู้ควรของต้อนรับ
3. เป็นผู้ควรของทำบุญ
4. เป็นผู้ควรกระทำอัญชลี
5. เป็นนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า”

สมดังที่พระองค์ตรัสไว้ในตอนต้นพระสูตรว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ประกอบด้วยธรรม 7 ประการ เป็นผู้ควรของค่านับ เป็นผู้ควรของต้อนรับ เป็นผู้ควรของทำบุญ เป็นผู้ควรกระทำอัญชลี เป็นนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า

ธรรม 7 ประการเป็นไฉน ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นธัมมัญญ รู้จักธรรม 1 อตถัญญ รู้จักอรรถ 1 อตตัญญ รู้จักตน 1 มัตตัญญ รู้จักประมาณ 1 กาลัญญ รู้จักกาล 1 ปริสสัญญ รู้จักบริษัท 1 ปุคคลปโรปรัญญ รู้จักเลือกคบคน 1”

จากอานิสงส์ทั้ง 5 นั้น มีความหมายดังนี้ คือ

1. **เป็นผู้ควรของค่านับ** (อาหุเนยโย) หมายถึง พระภิกษุผู้ฝึกตามธัมมัญญสูตรได้ ย่อมเป็นบุคคลที่ควรแก่การเคารพสักการะ ดังนั้นหากใครได้พบท่าน ณ ที่ไหน ก็ควรรับได้นำจตุปัจจัยที่ประณีตเหมาะสมมาสักการะ คือถวายบำรุงท่านให้ได้รับความสุขความสวัสดีพอสสมควร เพื่อที่ท่านจะได้เมตตาชี้แนะอบรมสั่งสอนให้

2. **เป็นผู้ควรของต้อนรับ** (ปาหุเนยโย) หมายถึง ท่านเป็นผู้ควรต้อนรับยิ่งกว่าแขกผู้ยิ่งใหญ่ทั้งหลาย ที่นั่ง ข้าว น้ำ อาหาร และความสวัสดีสบายใดๆ ที่ควรแก่ท่าน ก็ต้องรีบจัดหามาต้อนรับ เพราะถือว่าเป็นโอกาสสำคัญที่จะได้บุญใหญ่ และเป็นเหตุให้ได้ฟังธรรมจากท่านด้วย

3. **เป็นผู้ควรแก่ของทำบุญ** (ทักษิณเนยโย) หมายถึง ท่านเป็นผู้ควรอย่างยิ่งที่จะรับของที่เราเตรียม

ไว้ทำบุญอุทิศส่วนกุศลแก่ผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว เพราะท่านเป็นแหล่งแห่งบุญ เป็นบุคคลที่เต็มเปี่ยมไปด้วยคุณธรรมความดีงาม จึงควรแก่การทำบุญทั้งปวง

4. **เป็นผู้ควรกระทำอัญชลี** (อัญชลีกรณียะ) หมายถึง ท่านเป็นผู้ควรกราบไหว้อย่างยิ่ง เพราะเมื่อได้กราบท่านด้วยความเต็มใจ ย่อมเป็นการเปิดใจตนเองให้พร้อมน้อมรับคำแนะนำสั่งสอนที่อุดมไปด้วยมตรธรรม จนสามารถน้อมนำใจให้บรรลุธรรมได้ง่าย หรือถ้าไม่ได้ อย่างน้อยก็เป็นเหตุให้เกิดศรัทธามั่นคงในพระรัตนตรัยให้แก่ตนเอง

5. **เป็นนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า** (อนุตตรัง ปุณฺณักขเขตตัง โลกัสสสะ) หมายถึง ท่านเป็นเนื่อนาบุญอันเลิศในโลก เพราะท่านเป็นผู้ฝึกปฏิบัติจน กาย วาจา ใจ ไสยะอาดบริสุทธิ์ เป็นแหล่งแห่งบุญอันยิ่งใหญ่ ที่หากใครได้มีโอกาสทำบุญกับท่าน ย่อมจะได้รับผลอันไพบูรณ์ หากอุปมาว่าบุญเหมือนพืชพันธุ์ธัญญาหาร ซึ่งต้องหว่านต้องปลูกจึงจะบังเกิดขึ้นได้ ใครทำบุญกับท่าน ก็เหมือนกับการหว่านพืชพันธุ์ลงไปในพื้นที่อันอุดม ซึ่งจะได้ผลผลิต คือ บุญอันไม่มีประมาณ

3.1.2 ความสำคัญของอานิสงส์ทั้ง 5 ประการ

อานิสงส์ทั้ง 5 ประการที่ทรงตรัสไว้นั้น หากดูแต่ผิวเผินก็คงไม่สำคัญอะไร แต่แท้ที่จริงมีความสำคัญอย่างยิ่งใหญ่ เนื่องจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงยกอานิสงส์เหล่านี้ไว้ว่า เป็นคุณสมบัติที่มีอยู่ในตัวของพระอริยบุคคล ดังที่พระองค์ตรัสว่า

“สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้ปฏิบัติดีแล้ว เป็นผู้ปฏิบัติตรงแล้ว เป็นผู้ปฏิบัติเพื่ออายุธรรม เป็นผู้ปฏิบัติชอบ นี่คือคัมภีร์ 4 บุรุษบุคคล 8 นั่นคือสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้ควรของค่านับ ควรของต้อนรับ ควรของทำบุญ ควรกระทำอัญชลี เป็นนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งไปกว่า”¹

จึงหมายความว่า กว่่าที่จะได้รับอานิสงส์ทั้ง 5 ประการมา พระภิกษุจะต้องปฏิบัติดังนี้ คือ

1. **เป็นผู้ปฏิบัติดี** (สุปฏิปันโน) คือปฏิบัติตามพระธรรมวินัยของพระพุทธเจ้าอย่างเคร่งครัด ซึ่งข้อปฏิบัติทั้งหลายเหล่านั้น ก็เป็นไปตามแนวมัชฌิมาปฏิปทา คือข้อปฏิบัติที่เป็นกลาง ไม่ถึงกับตึงหรือหย่อนจนเกินไป

2. **เป็นผู้ปฏิบัติตรง** (อุชุปฏิปันโน) คือขึ้นต้นกับปฏิบัติเพื่อกำจัดความคดโกงนอกกลุ่มนอทาง ทั้งทางกาย วาจา และใจ จากนั้นก็มุ่งตรงต่อพระนิพพานเรื่อยไป ไม่มีเปลี่ยนใจไปในทางอื่นๆ อีกเลย

¹มหานามสูตร, อังคุตตรนิกาย ฉักกนิบาต, มก. เล่ม 36 หน้า 530

3. **เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อถวายธรรม** (ญายปฏิปันโน) คือท่านตั้งใจปฏิบัติเพื่อให้รู้เห็นธรรม สำหรับจะนำพาตัวท่านให้หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ และความทุกข์ทั้งปวง

4. **เป็นผู้ปฏิบัติชอบ** (สามิจิปฏิปันโน) คือท่านเป็นผู้ตั้งใจปฏิบัติอย่างเหมาะสม ตีเลิศในธรรมวินัย ทั้งน้อยใหญ่ และยอมทุ่มเทเอาชีวิตเป็นเดิมพันในธรรมที่ปฏิบัติได้โดยยาก

และเพราะการปฏิบัติอย่างนั้น ผลคือทำให้ท่านได้บรรลุธรรม เป็นพระอริยบุคคล ซึ่งก็คือบุคคลที่พระองค์ตรัสเรียกว่า “อริยบุคคล 4 คู่ 8 จำพวก” อันได้แก่ผู้เข้าถึง (1) ธรรมกายโสดาปัตติมรรค (2) ธรรมกายโสดาปัตติผล (3) ธรรมกายสกทาคามีมรรค (4) ธรรมกายสกทาคามีผล (5) ธรรมกายอนาคามีมรรค (6) ธรรมกายอนาคามีผล (7) ธรรมกายอรหัตตมรรค (8) ธรรมกายอรหัตตผล¹

ดังนั้น ผู้ที่สมควรแก่การได้รับอานิสงส์สำคัญทั้ง 5 ประการ ก็คือพระอริยเจ้าในระดับต่างๆ นั่นเอง แต่เพราะเหตุใด พระภิกษุผู้ปฏิบัติตามอัมมัญญสูตรได้ จึงได้รับอานิสงส์เช่นเดียวกัน คำตอบสำหรับข้อนี้ น่าจะเป็นเพราะเหตุผลสำคัญ 2 ประการ คือ

1. หากพระภิกษุได้ปฏิบัติตามขั้นตอนทั้ง 7 จากอัมมัญญสูตรได้อย่างสมบูรณ์ ย่อมจะทำให้ กาย วาจา ใจ ของท่านใสสะอาดบริสุทธิ์ หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ ได้บรรลุธรรมเป็นพระอริยเจ้าระดับใดระดับหนึ่งอย่างแน่นอน เพราะเหตุนี้ จึงทำให้ท่านเป็นผู้ควรได้รับอานิสงส์สำคัญทั้ง 5 ประการนั้นด้วย

2. แม้พระภิกษุจะไม่ได้บรรลุธรรมใดๆ แต่เพราะได้ฝึกปฏิบัติตามขั้นตอนต่างๆ ในอัมมัญญสูตร มาอย่างเคร่งครัด ก็ย่อมได้ชื่อว่าเป็นพระผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง ปฏิบัติเพื่อถวายธรรม และปฏิบัติชอบ ไปโดยปริยาย เพราะสามารถทำตามคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้อย่างถูกต้อง และเพราะเหตุที่ท่านมีข้อวัตรปฏิบัติไปในทางเดียวกันกับพระอริยเจ้าเช่นนี้ พระองค์จึงทรงยกย่องสรรเสริญให้ท่านเป็นผู้ที่ควรแก่อานิสงส์ทั้ง 5 เช่นกัน

3.2 วิธีการในขั้นตอนที่ 1 คือ “อัมมัญญ”

การฝึกตามวิธีการในอัมมัญญสูตร พระภิกษุจะต้องฝึกอย่างเป็นขั้นเป็นตอนต่อเนื่องกันไป ซึ่งรายละเอียดจะได้กล่าวในบทต่อไป ส่วนในที่นี้ จะได้อธิบายในขั้นตอนที่ 1 คือ การฝึกให้เป็นอัมมัญญบุคคล

3.2.1 การเป็นอัมมัญญ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงวิธีการฝึกตนเองให้เป็นอัมมัญญบุคคล ไว้ดังนี้

¹ภาวนาวิริยคุณ,พระ, (เผด็จ ทตตชีโว), พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ, (กรุงเทพฯ : นฤมิต โชล เพลส), 2546, หน้า 233

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ภิกษุเป็นธัมมัญญอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้ธรรม คือ สุตตะ เคยยะ ไวยาकरणะ คาทา อุทาน อิติวุตตะกะ ชาตกะ อัပ္พภูตธรรม เวทัลละ

หากภิกษุไม่พึงรู้จักธรรม คือ สุตตะ เคยยะ ไวยาकरणะ คาทา อุทาน อิติวุตตะกะ ชาตกะ อัပ္พภูตธรรม เวทัลละ เราก็มิพึงเรียกว่าเป็น ธัมมัญญ

แต่เพราะภิกษุรู้ธรรม คือ สุตตะ เคยยะ ไวยาकरणะ คาทา อุทาน อิติวุตตะกะ ชาตกะ อัပ္พภูตธรรม เวทัลละ ฉะนั้นเราจึงเรียกว่าเป็นธัมมัญญ ด้วยประการฉะนี้”

3.2.2 คำแปลและความหมาย

“ธัมมัญญ” แปลว่า ผู้รู้ธรรม

ส่วนคำว่า “ธรรม” มีหลายความหมาย ซึ่งโดยทั่วไป ใช้กันใน 2 ความหมาย คือ

1. ความดี ความถูกต้อง ความยุติธรรม¹
2. ความจริงตามธรรมชาติ เช่น การเกิด แก่ ตาย เป็นต้น

ในทางพระพุทธศาสนา คำว่า “ธรรม” มาจากศัพท์ว่า “ธ” 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. **อัพยาคตธรรม** สภาพที่เป็นกลางๆ ไม่เป็นบุญและบาป เช่น การนอนหลับ ลักแต่ว่าทำ หรือ ความไม่มีเจตนาทำ

ดังนั้น “กุศลธรรม” ก็ะทรงความดีไว้ ไม่กลายเป็นชั่ว “อกุศลธรรม” ก็ทรงความชั่วไว้ ไม่กลายเป็นดี ส่วน “อัพยาคตธรรม” ก็ะทรงความไม่ดีไม่ชั่วอยู่ไว้ ไม่กลายเป็นดีหรือเป็นชั่วอย่างใดอย่างหนึ่ง

ส่วนธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้สรรพสัตว์เข้าถึง คือส่วนที่เป็น “กุศลธรรม” ซึ่งเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์อยู่ภายในตัวมนุษย์ทุกคน ถ้าใครเข้าถึงธรรมนี้ได้ จะทำให้คนนั้นมีกาย วาจา ใจ ไส สะอาดบริสุทธิ์ ซึ่งเป็นเหตุให้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง

¹ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, พ.ศ. 2542, (กรุงเทพฯ : นานมีบุ๊คพับลิเคชันส์), หน้า 553

ธรรมชาติด้านปริศนาธรรมนี้ พระพุทธองค์ทรงเรียกว่า “**สังขธรรม**” เป็นธรรมที่พระองค์ไปตรัสรู้มา แล้วจึงนำธรรมนั้นมาเทศนาสั่งสอนต่อไป เรียกว่า “**เทศนาธรรม**” เมื่อผู้ฟังนำธรรมนั้นไปปฏิบัติเพื่อขัดเกลา กาย วาจา ใจ ให้เกิดผล ก็เรียกว่า “**ศีลธรรม**” และหมั่นปฏิบัติจนกระทั่งเกิดเป็นนิสัยรักความดี เกลียดความชั่ว ผิงแน่นอยู่ในใจ ก็จะกลายเป็น “**คุณธรรม**” ประจำใจของคนๆ นั้นขึ้นมา

สำหรับคำว่า “**ธัมมัญญู ผู้รู้ธรรม**” ในที่นี้หมายถึงการรู้จัก “**เทศนาธรรม**” ทั้งนี้เนื่องจากว่า ธรรมะที่พระองค์ทรงเทศน์มาตลอด 45 พรรษานั้น มีความหลากหลายแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับพื้นฐานของผู้ฟังว่ามีจิตอภิชัย มีพื้นฐานความรู้หรือความถนัดอย่างไร ตัวอย่างเช่น บางครั้งผู้ถามถามในรูปแบบของโคลง ฉันท์ กาพย์ กลอน พระองค์ก็จะเทศน์สอนกลับไปในลักษณะเดียวกัน และบางครั้งก็มีรูปแบบการเทศน์เฉพาะแบบไป เช่น สอนในส่วนที่เป็นข้อบังคับ เรียกว่า วินัย หรือบางครั้งก็เทศน์โดยใช้วิธีระลึกชาติมาตรัสเล่าให้ฟัง ซึ่งรูปแบบการเทศน์ที่แตกต่างอย่างนี้ พระองค์ทรงแบ่งออกเป็น 9 ประเภท คือ สุตตะ เคยยะ เวยยาकरणะ คาถา อุทาน อิติวุตตกะ ชาตกะ อัပ္ပุตตธรรม และเวทัลละ

3.2.3 นวักลัตตฤศาสน์

คำสอนทั้ง 9 ประเภทนี้ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “**นวักลัตตฤศาสน์**”¹ ซึ่งเป็นธรรมะทั้งหมดที่พระองค์ทรงเทศนาไว้ในครั้งพุทธกาล ธรรมะเหล่านั้น พระภิกษุที่ได้ยินได้ฟังช่วยกันทรงจำเอาไว้ และถ่ายทอดบอกต่อจากรุ่นสู่รุ่นเรื่อยไป จนกระทั่งกลายมาเป็นพระไตรปิฎกในยุคปัจจุบัน ซึ่งมีด้วยกัน 3 ปิฎก คือ

1. พระวินัยปิฎก รวบรวมเรื่องวินัย หรือศีลของพระภิกษุและภิกษุณี ซึ่งในที่นี้ก็คือธรรมะบางส่วนใน “**สุตตะ**”
2. พระสุตตันตปิฎก รวบรวมเรื่องพระธรรมเทศนาต่างๆ ไป ซึ่งในที่นี้ได้แก่ธรรมะบางส่วนในสุตตะ และเวยยาकरणะ กับเคยยะ คาถา อุทาน อิติวุตตกะ ชาตกะ อัပ္ပุตตธรรม และเวทัลละ
3. พระอภิธรรมปิฎก รวบรวมเรื่องธรรมะล้วนๆ ที่เป็นปรมาัตถธรรม ซึ่งในที่นี้ก็คือส่วนที่เป็น “**เวยยาकरणะ**”

ดังนั้น การรู้ธรรมในปัจจุบัน จึงหมายถึง “**การรู้ธรรมที่มีอยู่ในพระไตรปิฎก**” นั่นเอง

¹องค์ 9 แห่งคำสอนพระศาสดา หรือธรรมะ 9 ประเภทที่เป็นคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

3.3 จุดมุ่งหมายของการรู้จักกรรม

การได้ศึกษาธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่มีอยู่ในพระไตรปิฎก ก็เพื่อรู้ให้ได้ว่าพระองค์ทรงสอนอะไร จะได้นำความรู้นั้นมาเป็นกรอบให้ชีวิตดำเนินไปได้ถูกต้องตรงทาง คืออย่างน้อยก็ได้สร้างบุญบารมี ทำความดีตามที่พระองค์ทรงสอนไว้ และไม่พลาดไปทำบาปกรรมความชั่วทั้งหลาย ที่พระองค์ทรงห้ามไว้ไม่ให้กระทำ

นอกจากนั้น หากพระภิกษุศึกษาพระไตรปิฎกด้วยความแยบคาย ก็ควรจะสรุปหลักธรรมหรือสาระสำคัญๆ ได้อีกประการหนึ่งด้วย เช่น

1. **เกิดความรู้ความเข้าใจในความจริงของโลกและชีวิต** ว่าทุกสรรพสิ่งไม่ว่าตัวเราหรือสิ่งใดๆ ล้วนมีเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา ซึ่งเราเรียกกันว่ากฎไตรลักษณ์ เมื่อรู้ความจริงอย่างนั้น ก็จะเป็นเหตุให้เกิดความเบื่อหน่าย ใจจะคลายจากความยึดมั่นถือมั่น เพราะรู้ว่าแม้เราเองวันหนึ่งก็ต้องแตกสลายตายลงไปเช่นกัน ก็จะเกิดความมุ่งมั่นที่จะสร้างชาติ

2. **เกิดความรู้ความเข้าใจในหลักกฎแห่งกรรม** ที่พระองค์ทรงตอกย้ำอยู่เป็นประจำ ว่าทำดีย่อมได้ดีจริง ทำชั่วย่อมได้ชั่วจริง ซึ่งเรื่องเหล่านี้ พระองค์ทรงสอนไว้ในหลายแห่งด้วยกัน เช่น ในเรื่องที่เป็นชาดกนั้น พระองค์จะทรงระลึกชาติแต่หนหลังมาตรัสเล่าให้ฟังไว้ ซึ่งก็จะทำให้เกิดความละอาย และเกรงกลัวต่อผลของบาปกรรม นอกจากนี้ยังจะทำให้พระภิกษุอยากทำแต่ความดี และหลีกเลี่ยงจากความชั่วทั้งปวง

3. **ได้รู้หลักของอริยสัจ 4** ว่าการเกิดของเรานี้เป็นเหตุให้มีความทุกข์ เช่น มีความแก่ ความเจ็บ ความตาย มีความเศร้าโศกเสียใจ คับแค้นใจต่างๆ นานา และรู้ต่อไปว่าความทุกข์เกิดขึ้นมาเพราะมีเหตุ คือกิเลสตัณหาที่ฝังอยู่ในใจ ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสว่าเราสามารถกำจัดกิเลสได้ โดยทรงแนะนำวิธีไว้ที่เรียกว่ามัชฌิมาปฏิปทาหรือการศึกษาในศีล สมาธิ ปัญญา นั่นเอง ความรู้อย่างนี้ จะช่วยให้พระภิกษุเกิดความเพียรพยายาม ที่จะทำตามคำสอนของพระองค์ให้ยิ่งขึ้นไป

4. **ได้เห็นวิธีการสร้างบารมีของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า** เช่นเรื่องราวที่มีอยู่ในพระไตรปิฎกส่วนที่เรียกว่า “ชาดก” “อปทาน” “พุทธวงศ์” หรือ “จริยาปิฎก” เป็นต้น ในเรื่องเหล่านั้น พระองค์ทรงเล่าถึงการสร้างบารมีในอดีตชาติของพระองค์เอง ซึ่งช่วยให้พระภิกษุเห็นถึงวิธีการสร้างบารมีได้อย่างชัดเจน ได้รู้ว่ากว่าที่เราจะสามารถหมดกิเลสตามพระองค์ไปได้ เราต้องสร้างบารมีทั้ง 10 ทศ¹ ให้เต็มเปี่ยมบริบูรณ์ เมื่อทราบอย่างนี้ พระภิกษุก็จะมีความกำลังใจ ที่จะมุ่งมั่นสั่งสมบุญบารมีเรื่อยไป เพื่อสักวันหนึ่งบารมีจะได้เต็มบริบูรณ์

¹คำว่า ทศ หมายถึง สิบ หรือ ครบถ้วน

บารมี 10 ทศ ได้แก่ ทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี ปัญญาบารมี วิริยบารมี ขันติบารมี สัจจบารมี อธิษฐานบารมี เมตตาบารมี และอุเบกขาบารมี

ดังนั้น จึงสรุปจุดมุ่งหมายของการรู้จักธรรมได้ว่า เพื่อให้พระภิกษุรู้ว่าพระพุทธองค์ทรงสอนอะไร และเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ที่พร้อมจะนำไปประพฤติปฏิบัติตามให้ได้อย่างสมบูรณ์

3.4 วิธีการรู้จักธรรม

หากกล่าวถึงวิธีการรู้จักธรรม เราอาจแบ่งออกเป็น 2 วิธีการใหญ่ๆ คือ

1. **สมัยพุทธกาล** พระภิกษุเรียนรู้ธรรมด้วยการ “ฟัง” จากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโดยตรง เมื่อฟังแล้วก็ทรงจำไว้ และถ่ายทอดบอกต่อกันไปในหมู่พระภิกษุด้วยกัน ซึ่งการเรียนรู้ด้วยวิธีนี้ พระภิกษุจะต้องหมั่นเข้าไปเฝ้าพระพุทธองค์ หรือในกรณีไม่ได้อยู่ในที่ที่พระองค์ประทับ พระภิกษุก็ต้องหมั่นเข้าไปหาพระอุปัชฌาย์ อาจารย์ หรือเรียนรู้ผ่านเพื่อนสหธรรมิกผู้ทรงธรรม

ด้วยวิธีเรียนรู้รู้อย่างนี้ ก็อาศัยหลักการเดียวกันกับที่พระโศภิตวงศ์ลัสมปัญญาบารมีมา โดยพระองค์ตรัสว่า

“ท่านจงสมาทานปัญญาบารมี อันดับสิ้นไว้ให้มั่นก่อน จงบำเพ็ญปัญญาบารมี ฌีว่า ท่านต้องการบรรลุพระโพธิญาณ

เหมือนอย่างว่า ภิกษุเมื่อขอ ก็ขอทั้งตระกูลชั้นต่ำ ชั้นกลาง ชั้นสูง ไม่เว้น ตระกูลทั้งหลายเลย ดังนั้น จึงได้อาหารพอยังอัตภาพให้เป็นไปได้ ฉันทใด

ท่านสอบถามท่านผู้รู้ทุกเวลา ถึงฝั่งแห่งปัญญาบารมีแล้ว ก็จักบรรลุพระสัมโพธิญาณได้ ฉันทนั้นเหมือนกัน”

วิธีการเรียนรู้ธรรมในยุคนั้น ดีที่สุดคือการหมั่นเข้าไปหาท่านผู้รู้แล้วเรียนเอา

2. **สมัยปัจจุบัน** ดังที่ได้กล่าวไปแล้ว ว่าการรู้จักธรรม ก็คือการศึกษาพระไตรปิฎก ซึ่งในกรณีนี้ พระภิกษุจะต้องเรียนรู้ด้วยวิธี “อ่าน” แต่เพียงอย่างเดียว เพราะพระไตรปิฎกปัจจุบันล้วนอยู่ในรูปของคัมภีร์ หรือหนังสือ หรือแม้แต่ที่จัดทำอยู่ในรูปของสื่อสมัยใหม่ เช่น ในแผ่น CD ที่ใช้กับเครื่องคอมพิวเตอร์ ก็ล้วนแต่ต้องใช้การอ่านเช่นเดียวกัน ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่น่าสนใจ ว่าพระภิกษุจะอ่านอย่างไรจึงจะเข้าใจได้อย่างรวดเร็ว

มีข้อเสนอแนะสำหรับการอ่านคัมภีร์พระไตรปิฎกในเบื้องต้นว่า

1. ต้องมีความเพียรพยายาม และต้องขยันอ่านให้ได้ต่อเนื่องเรื่อยไป คือ แม้บางครั้งจะอ่านได้น้อย ก็ไม่เป็นไร แต่ขอให้อ่านให้ได้สม่ำเสมอเป็นประจำ

2. ต้องพยายามทำความเข้าใจศัพท์ที่ไม่เข้าใจให้ได้บ่อยๆ หากไม่เข้าใจ สามารถค้นหาได้จากพจนานุกรม เพราะความเข้าใจในศัพท์เหล่านั้น จะช่วยให้เข้าใจสิ่งที่อ่านได้มากขึ้น และยังรู้ศัพท์มากเท่าไร ความเร็วและความเข้าใจในการอ่านก็จะมากตามไปด้วยเท่านั้น

3. เมื่ออ่านแล้วต้องสรุปใจความให้ได้ ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความคิดรวบยอด หรือข้อสรุปตามที่ตนเข้าใจ ซึ่งจะช่วยให้สามารถจำธรรมชาติที่อ่านได้ง่าย เพราะเกิดจากความเข้าใจ ไม่ใช่เกิดจากการท่องจำ

4. บางครั้งอาจต้องเทียบเคียงพระไตรปิฎกเล่มที่อ่าน กับเล่มอื่นๆ ที่แตกต่างกันบ้าง เช่นอาจต้องเทียบฉบับภาษาไทยกับต้นฉบับภาษาบาลี หรือฉบับภาษาไทยกับภาษาไทย ที่ผู้แปลเป็นคนละคนกัน ทั้งนี้เพื่อเทียบเคียงความถูกต้อง โดยเฉพาะในส่วนที่เกิดข้อสงสัย หรือที่ความเห็นของผู้แปลแตกต่างกันออกไป ก็จะช่วยให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องยิ่งขึ้น

5. ควรสอบทานความเข้าใจในสิ่งที่อ่านกับผู้รู้มากกว่าเรา

6. ควรมีสมาธิในการอ่าน ซึ่งถ้าจะให้ได้ดี อาจนั่งสมาธิให้ใจสงบ สบาย ก่อนที่จะอ่าน เพราะธรรมชาติของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นของลุ่มลึก ละเอียดอ่อน ผู้ที่มีใจใส จะสามารถอ่านได้เข้าใจมากกว่า

สำหรับวิธีการรู้ธรรมด้วยการอ่าน ถ้าหากต้องการให้ได้ผลดี ก็คงหนีไม่พ้นการเรียนรู้ด้วยวิธี “ฟัง” เพราะไม่ว่าจะอ่านอย่างไร ในที่สุดแล้วก็จะเกิดข้อสงสัยในทีใดทีหนึ่งอย่างแน่นอน เพราะเหตุนี้ การหมั่นเข้าไปหาผู้รู้เพื่อฟังธรรมดังเช่นครั้งพุทธกาล จึงเป็นวิธีการที่ยังเหมาะสมอยู่ดี

3.5 การแสวงหาปัญญา

เมื่อทราบว่าการฟังมีประโยชน์อย่างนี้จึงเป็นหน้าที่ของพระภิกษุต้องหมั่นเข้าหาผู้ที่จะแนะนำธรรมะให้ตนเองได้ เพราะการฟังเป็นเหตุให้เกิดปัญญา ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน ปัญญาวุฑฒิสสูตร¹ ว่า

**“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรม 4 ประการนี้ เป็นไปเพื่อความเจริญปัญญา
ธรรม 4 ประการเป็นไฉน คือ**

- (1) สปริสสเสโว คบสัตบุรุษ
- (2) สทฺธมมสุสฺสนํ ฟังพระสัทธรรม
- (3) โยนิโสมนสิกาโร ทำในใจโดยแยบคาย
- (4) ธมฺมานุสฺสมปฏฺิปปตฺติ ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม”

¹ปัญญาวุฑฒิสสูตร, อังคุตตรนิกาย จตุกนิบาต, มก. เล่ม 35 ข้อ 248 หน้า 613

จากพระดำรัสดังกล่าวทำให้ทราบว่า เหตุที่ทำให้เรามีความเข้าใจที่ลึกซึ้งในเรื่องที่ได้ศึกษา ก็คือ การปฏิบัติตามหลักธรรม 4 ประการ คือ

1. การคบสัตบุรุษ หมายถึงการหมั่นเข้าหาคนดี มีคุณธรรม มีปัญญา ซึ่งในที่นี้หมายถึง การ “หาครูดี” ให้พบ

การมีครูที่ดี ย่อมทำให้เรามีความก้าวหน้าในการศึกษาได้เป็นอย่างดี เพราะครูจะเป็นผู้ที่คอยชี้แนะแนวทาง รวมทั้งให้คำแนะนำสั่งสอน เพื่อจะได้ปฏิบัติได้ถูกต้องดีงาม ครูเป็นผู้ช่วยแก้ปัญหาลายความสงสัยต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากการศึกษา ทำให้เรามีความก้าวหน้า สามารถพัฒนาความรู้และพัฒนาคุณธรรมจากการฝึกฝนอบรมตนเองได้อย่างรวดเร็ว อีกทั้งครูยังเป็นต้นแบบในการทำมาความดีต่างๆ เป็นผู้คอยให้กำลังใจและสนับสนุนให้เราประสบความสำเร็จในการศึกษา

การได้อยู่ใกล้ครูบาอาจารย์ที่ฝึกตัวมาดีจึงมีความสำคัญต่อการฝึกฝนอบรมตนเองมาก ดังเช่นในครั้งพุทธกาล พระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ทรงเห็นความสำคัญของการมีครูบาอาจารย์มาช่วยอบรมสั่งสอน จึงทรงบัญญัติให้พระนวกะ คือ พระผู้บวชใหม่ที่ยังไม่ได้ 5 พรรษา ต้องมีพระอุปัชฌาย์คอยอบรมสั่งสอนให้การดูแลอย่างใกล้ชิด ที่เรียกว่า “การถือณิสัย” คือ ขอให้พระอุปัชฌาย์เป็นที่พึ่งที่อาศัยของตน ทำหน้าที่ปกครองสั่งสอน ให้คำแนะนำในข้อวัตรปฏิบัติต่างๆ เพื่อการเป็นพระภิกษุที่ดี

การแสวงหาครูบาอาจารย์ที่ดีจึงมีความสำคัญดังที่กล่าวมาแล้ว และเมื่อได้อยู่ใกล้ครูบาอาจารย์ที่ดี เราก็ต้องหมั่นเข้าไปหาสอบถามธรรมะข้อควรปฏิบัติต่างๆ มีความเอาใจใส่ต่อการศึกษาลำเรียน ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ในปัญญาพุทธิธรรมข้อที่ 2 คือ

2. การฟังพระสัทธรรม ในที่นี้หมายถึงการ “เชื่อฟังคำสอนของครู” เพราะเมื่อพบครูที่ดีแล้ว ก็ต้องหมั่นเข้าไปใกล้ เพื่อจะได้ฟังธรรม เมื่อฟังแล้วต้องสรุปให้ได้ว่าสิ่งที่ครูสอนมานั้นคือ “อะไร (What)” เพื่อที่ความเข้าใจจะได้ถูกต้องตรงทาง

การเข้าไปฟังคำสอนของครูต้องทำด้วยความเคารพ เอาใจใส่ต่อการศึกษานั้น แสดงความพร้อมที่จะรับฟังคำสั่งสอนจากครูบาอาจารย์ ท่านจะได้เกิดความเมตตา ผู้เรียนเองก็จะได้ประโยชน์จากการศึกษาอย่างเต็มที่ และสำหรับการเป็นผู้เรียนที่ดี จำเป็นต้องมีคุณสมบัติเหล่านี้ คือ

1. ไม่ดูแคลนหัวข้อธรรมที่ท่านแสดงว่าง่ายเกินไป
2. ไม่ดูแคลนความรู้ความสามารถของผู้แสดงธรรม
3. ไม่ดูแคลนว่าตนเองโง่งมไม่สามารถรองรับธรรมได้
4. มีใจเป็นสมาธิขณะฟังธรรม
5. มีโยนิโสมนสิการ พิจารณาโดยแยบคาย คือ จับแง่คิดเป็น

ในสมัยพุทธกาลมีตัวอย่างที่แสดงให้เห็นถึงความเคารพในการศึกษา เรื่องมีอยู่ว่า¹

ในสมัยหนึ่ง พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสรรเสริญและแสดงประโยชน์ของการเรียนพระวินัย นอกจากนั้นยังทรงสรรเสริญพระอุบาลีในฐานะที่ท่านเป็นผู้เลิศในทางวินัยนี้ยิ่งกว่าพระภิกษุรูปใดพระเถระพระมัชฌิมะ และพระนวกะทั้งหลาย จึงชวนขวายเป็นไปเรียนพระวินัยกับพระอุบาลี

ในขณะที่เรียนนั้น พระอุบาลีต้องยืนสอน ไม่กล้านั่ง เพราะเคารพในพระเถระทั้งหลาย แม้พระเถระก็ยืนเรียน ไม่กล้านั่ง เพราะเคารพในธรรมที่พระอุบาลีกำลังสอน ต่างฝ่ายต่างเคารพกันและกัน เมื่อเรียนนานๆ ก็เกิดความเมื่อยล้า ครั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงทราบ จึงมีพุทธานุญาตให้ผู้สอนนั่งบนอาสนะเสมอหรือสูงกว่าผู้เรียนได้ และให้ผู้เรียนสามารถนั่งบนอาสนะเสมอหรือต่ำได้ พระอุบาลีและเหล่าพระเถระจึงนั่งสอนและนั่งเรียนได้ตามปกติ

การเรียนด้วยความเคารพในการศึกษา จะทำให้ใจของเรามีความพร้อมที่จะรับการถ่ายทอดความรู้ที่ครูนำมาสอนได้เป็นอย่างดี ครูผู้สอนก็จะสามารถถ่ายทอดความรู้ความสามารถได้อย่างเต็มที่อุปมาเหมือนผู้เรียนเป็นแก้วน้ำที่ว่างเปล่าปราศจากสิ่งใดๆ เมื่อวางอยู่ในจุดที่ต่ำกว่า ย่อมสามารถรองรับน้ำจากภาชนะที่อยู่สูงกว่าได้อย่างเต็มที่

3. การทำในใจโดยแยบคาย ในที่นี้หมายถึง การนำสิ่งที่ได้ยินได้ฟัง มา “ไตร่ตรองคำครู” ทั้งนี้เพื่อพิจารณาหาเหตุหาผลว่า “ทำไม (Why)” ซึ่งจะเป็นต้นทางให้การทำในใจโดยแยบคาย หรือโยนิโส-มณสิการเจริญขึ้นมา

การพิจารณาไตร่ตรองหาเหตุและผลแห่งธรรม ว่าเหตุเช่นนี้จะทำให้เกิดผลเช่นไร หรือผลอย่างนี้มีสาเหตุมาจากการกระทำอย่างไร จะทำให้ปัญญาแตกฉาน เข้าใจนัยต่างๆ ได้ลึกซึ้งเป็นอย่างดี เช่นเดียวกับที่พระอานนท์กล่าวถึงเหตุให้เรียนได้ดีกับพระสารีบุตรว่า

“ดูก่อนอาวุโสสารีบุตร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ (1) ย่อมเป็นผู้ฉลาดในอรรถ (2) ฉลาดในธรรม (3) ฉลาดในพยัญชนะ (4) ฉลาดในนิรุตติ และ (5) ฉลาดในเบื้องต้นและเบื้องปลาย²

ด้วยเหตุเพียงเท่านั้นแล ภิกษุจึงจะเป็นผู้ใคร่ครวญได้เร็วในกุศลธรรมทั้งหลาย เรียนได้ดี เรียนได้มาก และสิ่งที่เธอเรียนแล้วย่อม ไม่เลือนไป”³

¹วินัยกถา, พระวินัยปิฎก จุลวรรค ทุติยภาค, มก. เล่ม 9 หน้า 148

²(1) ฉลาดในอรรถ คือ ฉลาดในความหมาย (2) ฉลาดในธรรม คือ ฉลาดในพระบาลี หรือหัวข้อธรรม (3) ฉลาดในพยัญชนะ คือ ฉลาดในประเภทของอักษร (4) ฉลาดในนิรุตติ คือฉลาดในการใช้ภาษา (5) ฉลาดในเบื้องต้นและเบื้องปลาย คือ เข้าใจได้ตลอดสายในธรรมนั้น

³นิสสันติสูตร, อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต, มก. เล่ม 36 ข้อ 169 หน้า 362

4. การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ในที่นี้หมายถึง การ “ทำตามคำครู” นั้นหมายถึงผู้เรียน ต้องมีความรู้ความเข้าใจ ในระดับที่สรุปได้ว่าจะนำความรู้ไปปฏิบัติได้ “อย่างไร (How)” ในชีวิตจริง

จากหลักธรรมทั้ง 4 ประการ ช่วยให้เห็นแนวทางในการศึกษาหลักธรรมต่างๆ ให้เข้าใจ ว่าจำเป็น ต้องมีครูบาอาจารย์มาเป็นกัลยาณมิตรชี้ทางสว่างให้ แม้ในปัจจุบันพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและเหล่าพระอรหันต์ จะปรินิพพานไปนานแล้วก็ตามแต่พระภิกษุผู้เป็นทายาทแห่งธรรมที่มีข้อวัตรปฏิบัติอันงดงามยังมีอยู่ดังนั้นก็ ศึกษาจึงควรแสวงหาครูบาอาจารย์ที่ดี เมื่อพบแล้วก็รีบไปสมัครตัวเป็นศิษย์ของท่าน ตั้งใจศึกษาฟังธรรม สอบถามในสิ่งที่ยังไม่เข้าใจ หมั่นขบคิดพิจารณาไตร่ตรองหาเหตุและผลของธรรมนั้น แล้วนำไปปฏิบัติ ให้สมควรแก่ธรรม ก็จะทำให้ปัญญาเจริญก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็ว

3.6 บทสรุปของการเป็นธัมมัญญู

จากรายละเอียดที่ได้ศึกษามา พอจะสรุปในเบื้องต้นได้ว่า พระภิกษุผู้จะเป็นธัมมัญญูได้นั้น

1. จะต้องศึกษาหรือได้อ่านพระไตรปิฎกทั้งหมด
2. เมื่ออ่านแล้ว ควรจะสรุปหลักธรรมสำคัญในพระพุทธศาสนาได้ เช่น หลักกฎแห่งกรรม หรือ วิธีการสร้างบารมีของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นต้น
3. ควรจะมีความเห็นที่ถูกต้อง หรือมีสัมมาทิฐิยิ่งขึ้นไป รวมทั้งเกิดความเลื่อมใส เชื่อมมั่นใน ปัญญาตรัสรู้ธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามากขึ้น

เมื่อพระภิกษุฝึกได้อย่างนี้แล้ว พระพุทธองค์ก็จะทรงรับรองว่า

“เราจึงเรียกว่าเป็นธัมมัญญู ด้วยประการฉะนี้”

3.7 ธัมมัญญูกับฌณกโมคคัลลานสูตร

ขั้นตอนต่างๆ ในฌณกโมคคัลลานสูตร สามารถเริ่มต้นฝึกด้วยการทำตามวิธีการในขั้นตอนที่ 1 คือ ธัมมัญญู ทั้งนี้เนื่องจากว่า การจะทำสิ่งใดให้ประสบความสำเร็จได้ ต้องเริ่มต้นด้วยการมีความรู้ในสิ่งนั้นก่อน คืออย่างน้อยต้องรู้ว่าสิ่งที่ทำคืออะไรมีรายละเอียดมากน้อยแค่ไหน ทั้งนี้เพื่อจะได้เห็นกรอบของการกระทำ สิ่งนั้นได้อย่างชัดเจน ในกรณีนี้ก็เช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นขั้นตอนไหน พระภิกษุต้องเริ่มจากการเรียนรู้ให้ได้ ว่าแต่ละขั้นตอนนั้นคืออะไร

ถ้าจะฝึกในขั้นตอนที่ 1 คือปฐกโมกขสังวร คงต้องเริ่มด้วยการอ่าน หรือฟังจากผู้รู้ ในทุกเรื่อง ทุกแง่มุมที่เกี่ยวข้องกับปฐกโมกขสังวร

หากจะฝึกในขั้นตอนที่ 2 คือ อินทรีย์สังวร คงต้องเริ่มต้นด้วยการอ่าน หรือฟังจากผู้รู้ ในทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับอินทรีย์สังวร

หากจะฝึกในขั้นตอนที่ 3 คือ การรู้จักประมาณในโภชนะ คงต้องเริ่มต้นด้วยการอ่าน หรือฟังจากผู้รู้ ในทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการประมาณในโภชนะ

ส่วนในขั้นตอนอื่นๆ ก็เช่นเดียวกัน ดังนั้นไม่ว่าจะฝึกในขั้นตอนไหน “ธัมมัญญ” จะเป็นจุดเริ่มต้นในการฝึกเสมอ

3.8 แนวทางการศึกษารธรรมะสำหรับฆราวาส

3.8.1 เป้าหมายในการศึกษารธรรมะของฆราวาส

แม้ว่าการใช้ชีวิตของฆราวาสผู้ครองเรือนจะมีภารกิจต่างๆ มากมาย เป็นเหตุให้มีเวลาศึกษารธรรมะได้น้อยกว่าพระภิกษุก็ตาม แต่ถึงอย่างนั้น ก็ต้องเพียรพยายามศึกษารธรรมะที่จำเป็นแก่การดำเนินชีวิตของตนเอง

ดังที่ได้กล่าวไว้ว่า ฆราวาสควรมีเป้าหมายชีวิตส่วนใหญ่อยู่ 2 ระดับด้วยกัน คือ การประสบความสำเร็จในชาติปัจจุบัน และการมีสุคติโลกสวรรค์เป็นทีไป เพราะเหตุนี้ ความขมขื่นงวดกวดขัน หรือการฝึกปฏิบัติเพื่อขัดเกลา กาย วาจา ใจ คงไม่สามารถทำได้เหมือนกับที่พระภิกษุกระทำ ฆราวาสจึงต้องนำหลักธรรมไปปรับใช้ โดยมีเป้าหมายอยู่ที่การได้สั่งสมบุญบารมี ควบคู่ไปกับการทำภารกิจหน้าที่การงานในชีวิตประจำวัน ซึ่งข้อปฏิบัติที่เหมาะสม ก็คือ การทำทาน รักษาศีล และเจริญสมาธิภาวนา ทั้งนี้เพราะว่าสามารถทำได้เป็นประจำทุกวัน อีกทั้งยังเป็นการสั่งสมบุญบารมี ที่จะเกื้อกูลให้ได้รับประโยชน์สุขทั้งในโลกนี้และโลกหน้า โดยเฉพาะถ้าหมั่นปฏิบัติเพื่อขัดเกลากิเลสภายในใจ คือหมั่นทำทาน เพื่อกำจัดความโลภทั้งหลาย หมั่นรักษาศีล เพื่อกำจัดโทสะภายใน และหมั่นนั่งสมาธิกลั่นใจให้ใส เพื่อกำจัดความไม่รู้หรือโมหะให้สิ้นไป กาย วาจา และใจก็จะบริสุทธิ์ผ่องใส ผลสุดท้าย ก็จะหมดกิเลสได้เช่นเดียวกับพระภิกษุเหมือนกัน

3.8.2 ตัวอย่างหลักธรรมสำคัญที่ควรศึกษา

หลักธรรมที่ฆราวาสควรศึกษาก็คือพระไตรปิฎกเช่นกัน แต่หากไม่สามารถทำได้อย่างจริงจัง เพราะต้องทำภารกิจการทำงาน อย่างน้อยควรเลือกศึกษาหลักธรรมสำคัญๆ ที่จะเป็นประโยชน์กับการสร้างบุญบารมีในวิถีชีวิตของตนเอง ตัวอย่างเช่น

1. “ทาน ศีล ภาวนา” เพราะจะช่วยให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ในระดับที่สามารถนำไปปฏิบัติให้เกิดผลได้อย่างสมบูรณ์

2. “ประวัติการสร้างบารมีของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า” เพราะจะทำให้เห็นวิธีการที่พระองค์ทรงใช้สร้างบุญบารมี เมื่อได้ศึกษาแล้วย่อมก่อให้เกิดกำลังใจ รวมทั้งจะได้อาศัยพระองค์เป็นต้นแบบในการดำเนินชีวิต

3. “สัมมาทิฐิ” เพื่อเป็นการตอกย้ำความเข้าใจในความจริงของโลกและชีวิต จะทำให้ไม่ประมาท เพราะทราบว่าเราเกิดมาเพื่อสร้างบุญบารมี เพื่อความสุขทั้งในโลกนี้ โลกหน้า ไปจนกว่าจะหมดกิเลส เข้าสู่พระนิพพาน

4. “กฎแห่งกรรม” จะทำให้เราเกิดหิริ โอตตัปปะ คือ ความละอายและเกรงกลัวต่อบาปกรรม ซึ่งจะทำให้อยากทำแต่ความดี เพราะรู้ว่าการประกอบเหตุที่ดี ก็ย่อมได้รับผลตอบแทนที่ดีเช่นกัน เช่น รู้ว่าการทำทานทำให้เรามีโภคทรัพย์สมบัติมาก การรักษาศีลทำให้มีร่างกายแข็งแรง อายุยืนยาว การเจริญสมาธิภาวนาจะทำให้เรามีปัญญามาก เป็นต้น

สำหรับธรรมะสำคัญอื่นๆ ก็ควรศึกษาเพิ่มเติมในโอกาสอันควรต่อไป

3.8.3 วิธีการศึกษาธรรมะ

วิธีการศึกษาธรรมะในยุคปัจจุบันสามารถทำได้สะดวกมากขึ้น เพราะนอกจากจะอ่านจากคัมภีร์พระไตรปิฎกอย่างพระภิกษุแล้วปัจจุบันยังมีการผลิตสื่อธรรมะในรูปแบบต่างๆ เพื่อรองรับความต้องการของคนทุกเพศทุกวัย ทั้งหนังสือธรรมะที่มีรูปเล่มสวยงามน่าอ่าน มีเนื้อหาที่หลากหลาย สามารถเลือกอ่านได้ตามความสนใจ หรือจะใช้ช่วงเวลาว่างศึกษาธรรมะจากการฟังเทป ฟังจากแผ่น CD หรือ MP3 ก็ได้ หากต้องการชมภาพและเสียงก็มีสื่อธรรมะที่ผลิตออกมาเป็นวีดีทัศน์ หรือ VCD สื่อต่างๆ เหล่านี้สามารถหาซื้อได้ตามร้านหนังสือ หรือสถานที่ปฏิบัติธรรมหลายแห่ง

นอกจากการศึกษาด้วยวิธีการดังกล่าวข้างต้นแล้ว ก็ควรนำหลักของ**ปัญญาพุทธรธรรม 4 ประการ** มาใช้ โดย

1. **ต้องแสวงหาครูดี** คือ ควรหาโอกาสเข้าวัดปฏิบัติธรรม และฟังธรรมจากพระภิกษุผู้ประพฤติธรรมให้สม่ำเสมอ หรืออาจเข้าเรียนในหลักสูตรเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา เช่น หลักสูตรธรรมศึกษา เป็นต้น

2. **ต้องหมั่นฟังธรรม** คือ ใส่ใจและฟังธรรมโดยเคารพ ขณะฟังธรรมก็ทำให้เป็นสมาธิ ทำให้ใจเลื่อมใสศรัทธาต่อผู้แสดงธรรมและต่อธรรมนั้น จดจำธรรมนั้นให้ขึ้นใจ มีข้อสงสัยใดก็ควรซักถามให้เข้าใจถ่องแท้ จะได้นำมาปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง

3. **ต้องหมั่นพิจารณาไตร่ตรองธรรม** เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง

4. **ต้องปฏิบัติตามที่รู้มา** โดยเฉพาะการทำทาน รักษาศีล และเจริญสมาธิภาวนา ต้องหมั่นปฏิบัติไม่ให้ขาดเลยสักวันเดียว

กิจกรรม

หลังจากนักศึกษาได้ศึกษา บทที่ 3 ขั้นตอนที่ 1 ธีมัญญ จบโดยสมบูรณ์แล้ว
โปรดทำแบบประเมินตนเองหลังเรียนบทที่ 3 และกิจกรรม ในแบบฝึกปฏิบัติบทที่ 3
แล้วจึงศึกษาบทที่ 4 ต่อไป

บทที่ 4
ขั้นตอนที่ 2
อัตถัณฺณ

เนื้อหาบทที่ 4

ขั้นตอนที่ 2 อุตถัญญ

4.1 การเป็นอุตถัญญ

4.2 คำแปลและความหมาย

4.3 สาระสำคัญของอุตถัญญ

4.4 ความสำคัญของอุตถัญญ

4.4.1 นัยของพุทธภาษิตสำคัญอย่างไร

4.4.2 ผลดีของการเข้าใจนัยถูก

4.4.3 ผลเสียของการเข้าใจนัยผิด

4.4.4 ทำอย่างไรจึงจะไม่เข้าใจผิด

4.5 วิธีฝึกให้เป็นอุตถัญญ

4.5.1 การเข้าใจนัยได้อย่างถูกต้อง

4.5.2 ลงมือฝึกปฏิบัติอย่างจริงจัง

4.6 บทสรุปของการเป็นอุตถัญญ

4.7 วิธีฝึกฝนอบรมตนเองของฆราวาสเพื่อการเป็นอุตถัญญ

4.7.1 การเข้าใจนัยได้อย่างถูกต้อง

4.7.2 ลงมือฝึกปฏิบัติอย่างจริงจัง

1. พระภิกษุที่จะถือว่าเป็นอัครธัญญ หรือผู้แตกฉานในธรรมนั้น จำเป็นต้องเป็นธัมมัญญมาก่อน ซึ่งเป็นพื้นฐานที่สำคัญที่จะนำไปสู่ความเป็นอัครธัญญได้ คือต้องรู้ทั่วถึงธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จากนั้นจึงจะพัฒนามาเป็นอัครธัญญด้วยการนำธรรมะนั้นๆ มาพิจารณาไตร่ตรอง จนเข้าใจความหมายในนัยต่างๆ ได้อย่างถูกต้องลึกซึ้งแตกฉาน มองเห็นวิธีการที่จะนำไปฝึกฝนอบรมตนเองได้ถูกต้องตามไปด้วย และเกิดการพัฒนาคุณธรรมให้ก้าวหน้าในระดับต่างๆ ได้
2. สำหรับฆราวาสนั้น การเข้าใจความหมายในนัยต่างๆ ของธรรมะที่ได้ศึกษามาอย่างเพียงพอและถูกต้อง ก็เป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เห็นแนวทาง ในการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อพัฒนาคุณธรรมของตนเองให้ก้าวหน้ายิ่งขึ้นไปได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาทราบและเข้าใจ ความหมาย ความสำคัญของอัครธัญญ ได้อย่างถูกต้อง
2. เพื่อให้นักศึกษาทราบและเข้าใจ ถึงวิธีการทำความเข้าใจนัยของธรรมะ ตลอดจนเห็นแนวทางที่พระภิกษุจะนำธรรมะมาฝึกฝนอบรมตนเองได้อย่างถูกต้อง
3. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจและเห็นแนวทางที่ฆราวาสจะนำธรรมะที่ได้ศึกษามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน โดยผ่านทาน ศีล ภาวนาอันเป็นวิถีชาวพุทธได้อย่างถูกต้อง



บทที่ 4

ขั้นตอนที่ 2 อุตถัญญ



4.1 การเป็นอุตถัญญ

การที่พระภิกษุผู้เป็นธัมมัญญจะฝึกฝนอบรมตนเองให้บรรลุเป้าหมาย คือ การทำพระนิพพานให้แจ้งได้ สิ่งที่สำคัญประการต่อมา คือ การฝึกให้เป็น “อุตถัญญ” ซึ่งหมายถึงต้องมีความเข้าใจในสิ่งที่ได้ศึกษา มาจากขั้นตอน “ธัมมัญญ” และทราบวิธีการที่จะนำมาฝึกฝนอบรมตนเองต่อไป เพราะหากเพียงแต่รู้ธรรมจำได้ แต่ไม่เข้าใจความหมายตามนัยต่างๆ ได้ถูกต้องจนลึกซึ้งแตกฉานแล้ว ก็ยากที่จะเห็นแนวทางหรือวิธีการปฏิบัติ เมื่อไม่เห็นแนวทางไม่เห็นวิธีการ ก็จะไม่เกิดแรงจูงใจที่จะนำธรรมะเหล่านั้นมาใช้ฝึกหัดขัดเกลาอุปนิสัยตนเอง อันจะเป็นทางมาแห่งคุณธรรมภายใน ที่จะก้าวหน้าพัฒนาไปสู่ระดับที่สูงยิ่งๆ ขึ้นไปได้

ดังนั้น เมื่อพระภิกษุเป็นธัมมัญญบุคคลได้แล้ว จึงต้องฝึกในขั้นตอนที่ 2 คือ “อุตถัญญ” ต่อไป ตามวิธีการที่พระลัมมालัมพุทเจ้าตรัสไว้ ดังนี้

“ก็ภิกษุเป็นอุตถัญญอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักเนื้อความแห่งภาสิตนั้นๆ ว่า นี่เป็นเนื้อความแห่งภาสิตนี้ๆ

หากภิกษุไม่พึงรู้เนื้อความแห่งภาสิตนั้นๆ ว่า นี่เป็นเนื้อความแห่งภาสิตนี้ๆ เราก็ไม่พึงเรียกว่าเป็นอุตถัญญ

แต่เพราะภิกษุรู้เนื้อความแห่งภาสิตนั้นๆ ว่า นี่เป็นเนื้อความแห่งภาสิตนี้ๆ ฉะนั้น เราจึงเรียกว่าเป็นอุตถัญญ ภิกษุเป็นธัมมัญญ อุตถัญญด้วยประการฉะนี้”

4.2 คำแปลและความหมาย

“อุตถัญญ” แปลว่า ผู้รู้orro รู้เนื้อความ รู้เนื้อความแห่งธรรมข้อหนึ่งๆ ว่าหมายความว่าอย่างไร พิจารณาเนื้อความของธรรมจนได้ความรู้ความเข้าใจ ฟังมาก ทรงจำ ไว้ สัมผัสด้วยปากคือท่อง ฟังด้วยมานะ ขบหรือเจาะด้วยทิวฐิคือความเห็น เมื่อได้เช่นนี้ ความเป็นผู้รู้เนื้อความ จะเกิดขึ้นในบุคคล ต่อ

แต่นั้นปฏิบัติตาม ด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจ¹

โดยความหมาย “อรรถกถา” หมายถึง ความเป็นผู้รู้เนื้อความ หรือเข้าใจนัยต่างๆ ในคำสอนของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วนำมาฝึกหัดปฏิบัติตามด้วยกาย วาจา และใจ

4.3 สารสำคัญของอรรถกถา

จากพุทธพจน์เรื่องอรรถกถาบอกให้เราเห็นว่า พระภิกษุจะไม่สามารถฝึกตนเองให้เป็นอรรถกถาได้อย่างสมบูรณ์เลย หากว่าไม่ได้เป็นอัมมัญญ ผู้รู้จักธรรมมาก่อน

ทั้งนี้เพราะเหตุใด ? ก็เพราะ...

1. การศึกษาคำสอนจากขั้นตอนของอัมมัญญ จะเป็นกรอบความรู้ให้พระภิกษุทราบว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนอะไร เมื่อแยกแยะได้ว่าคำสอนใดใช่ หรือไม่ใช่ ก็จะช่วยให้เมื่อต้องทำความเข้าใจหรือความหมาย จะมีกรอบไม่หลงเข้าใจผิดไปจากความเป็นจริง

2. การได้รู้จักหัวข้อธรรมมากเท่าไร จะยิ่งทำให้ได้กรอบคำสอนที่ถูกต้องมากยิ่งขึ้นไปเท่านั้น ซึ่งหัวข้อธรรมต่างๆ ที่เรียนรู้อาจสามารถจะนำมายืนยันซึ่งกันและกัน ว่านัยที่เราเข้าใจนั้นยังคงถูกต้องตามพระธรรมคำสอนของพระองค์หรือไม่ อย่างไร

ดังนั้น พระภิกษุจะต้องเป็นอัมมัญญ โดยการศึกษาพระไตรปิฎกซึ่งเป็นคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้งหมด จนเห็นภาพรวมการสร้างบารมีของพระองค์ สามารถจดจำ และสรุปสาระสำคัญของธรรมะได้ระดับหนึ่ง จากนั้นจึงจะนำคำสอนที่ศึกษานั้น มาพัฒนาตนเองให้เป็นอรรถกถาบุคคล ด้วยการ

1. พิจารณาไตรตรองธรรมะ จนเข้าใจความหมายในนัยต่างๆ ได้ อย่างถูกต้องลึกซึ้งแตกฉาน
2. สามารถนำธรรมะนั้น มาใช้ฝึกฝนอบรมตนเองจนเกิดเป็นคุณธรรมภายในได้

ในความเป็นจริงแล้ว คงไม่มีพระภิกษุรูปใด ที่ต้องรอให้ตนเองอ่านพระไตรปิฎกให้จบก่อน แล้วจึงค่อยลงมือฝึกปฏิบัติเป็นแน่ ดังนั้นในการฝึกเพื่อเป็นอรรถกถาจริงๆ พระภิกษุคงต้องศึกษาคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ หลังจากนั้นก็ทำความเข้าใจ และลงมือปฏิบัติไปควบคู่กัน ในเบื้องต้น อาจต้องพึ่งพาพระอุปัชฌาย์ หรือครูบาอาจารย์ท่านผู้รู้ทั้งหลาย ให้ช่วยแนะนำประคับประคอง พระภิกษุไปในระหว่างที่ฝึกหัดขัดเกลาตนเอง ระหว่างฝึกปฏิบัติก็ศึกษาพระไตรปิฎกไปด้วย โดยสรุปก็คือ

¹ เรียบเรียงจาก ธรรมานุกรม สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณวงศ์ (โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, พระนคร, 2527), หน้า 205-206

ศึกษาไป ฝึกปฏิบัติไป ภายใต้การดูแลของครูบาอาจารย์ ด้วยวิธีเช่นนี้ การเป็นอัมมัญญ อตถัญญก็จะมี ความสมบูรณ์เข้มข้นมากขึ้นไปตามลำดับ

4.4 ความสำคัญของอตถัญญ

4.4.1 นัยของพุทธภาษิตสำคัญอย่างไร

ภายหลังจากตรัสรู้ได้ไม่นาน พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงปรารภถึงธรรมที่ได้ตรัสรู้มานั้นว่า

“บัดนี้ เรายังไม่ควรจะประกาศธรรมที่เราได้บรรลุแล้วโดยยาก เพราะ ธรรมนี้อันสัตว์ผู้อันราคะและโทสะครอบงำแล้ว ไม่ตรัสรู้ได้ง่าย สัตว์ผู้อัน ราคะย่อมแล้ว ถูกกองอวิชชาหุ้มท้อแล้ว จักไม่เห็นธรรมอันละเอียดลึกซึ้ง ยากที่จะเห็น ละเอียดยิ่ง อันจะยังสัตว์ให้ถึงธรรมที่ทวนกระแส คือ พระ นิพพาน”¹

จากพุทธพจน์ดังกล่าว ทำให้เห็นถึงธรรมชาติของพระธรรมว่า มีความละเอียดลุ่มลึก เกินกว่าที่ สรรพสัตว์ทั้งหลายจะรู้แจ้งแทงตลอดได้ด้วยตนเอง อุปมาเหมือนมหาสมุทรที่ลึกและกว้างใหญ่ เกินกว่าที่ สัตว์เล็กๆ เช่นหนูหรือกระต่ายจะหยั่งเท้าลงไปถึง

แต่เพราะอาศัยพระปัญญาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ทรงแยกแยะธรรมะมาเทศนา ให้เข้าใจตามได้ง่าย จนบางครั้งขณะที่ศึกษาธรรมะไป อาจรู้สึกเหมือนธรรมะไม่ได้ยากอะไรเลย หากรู้สึก อย่างนั้น ขอให้ระลึกเสมอว่านั่นเป็นเพียงความรู้สึกส่วนตัวของเราเอง จะได้ไม่ประมาทพลาดพลั้ง เพราะ บางทีในความง่ายนั้นอาจแฝงไว้ด้วยความลึกซึ้งที่เรายังไม่เข้าใจ อย่างเช่น พระอนันที่ได้อธิบายว่า ปฏิจลสมุ- ปาทธรรมเข้าใจง่าย ซึ่งพระพุทธองค์ทรงเตือนไม่ให้ท่านกล่าวเช่นนั้น²

ตามธรรมดา ธรรมะที่พระองค์ตรัสไว้อาจมีนัยหรือความหมายที่แตกต่างกันได้ ขึ้นกับบริบท หรือ ความประสงค์ของพระองค์ที่แตกต่างกันไป ตามแต่เหตุการณ์ หรือบุคคลที่พระองค์ตรัสด้วย ดังตัวอย่างคำใน พระไตรปิฎกบางคำ ที่มีนัยแตกต่างกันไป เช่น คำว่า “หยุด” ที่ทรงกล่าวกับองคุลิมาล ก็มีความหมายที่ ลุ่มลึกถึง 3 ระดับด้วยกัน ซึ่งมีรายละเอียดของเรื่องดังต่อไปนี้

¹อนัจฉริยคาถา, พระวินัยปิฎก มหาวรรค ภาคที่ 1, มก. เล่ม 6 หน้า 30

²นิทานสูตร, สังยุตตนิกาย นิทานวรรค, มก. เล่ม 26 ข้อ 224-229 หน้า 270-272

เมื่อครั้งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี เขตพระนครสาวัตถี ครั้นนั้นมีโจรคนหนึ่งชื่อ องคุลิมาล ทำการฆ่าคนเป็นจำนวนมาก แล้วเอานิ้วมือของคน ที่ฆ่าได้มาร้อยเป็นพวงมาลัยคล้องคอ

ครั้งหนึ่ง พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงโปรดโจรองคุลิมาล ด้วยเห็นว่าพอมือป็นีสัยที่จะบรรลุนิพพาน ได้ จึงเสด็จดำเนินไปในที่ที่โจรองคุลิมาลชุมนุมอยู่ เมื่อโจรเห็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็คิดจะฆ่า จึงถือดาบวิ่งไล่ตามพระองค์ไป แต่เพราะทรงใช้ฤทธิ์บันดาล ทำให้องคุลิมาลวิ่งตามเท่าไรก็ตามไม่ทัน ทั้งๆ ที่พระองค์ก็เสด็จไปอย่างปกติ องคุลิมาลเกิดความสงสัย จึงหยุดวิ่งไล่แล้วถามพระองค์ไปว่า

“จงหยุดก่อนสมณะ จงหยุดก่อนสมณะ”

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสว่า **“เราหยุดแล้ว องคุลิมาล ท่านเล่า จงหยุดเถิด”**

คำตอบของพระองค์ยังทำให้องคุลิมาลสงสัย เพราะทราบดีว่าผู้เป็นสมณะจะพูดแต่ความจริง แต่ทำไมสมณะนี้ขณะที่ตัวเองเดินไป ถึงบอกว่าได้หยุดแล้ว ตรงข้ามกับเราที่หยุดวิ่งไล่แล้ว สมณะกลับบอกว่าเรายังไม่หยุด องคุลิมาลจึงถามกลับไปว่า พระองค์หมายความว่าอย่างไรกัน

พระพุทธองค์ตรัสว่า ที่ทรงตอบว่าพระองค์หยุดแล้วนั้น เป็นเพราะพระองค์เป็นผู้หยุดจากการเบียดเบียนและฆ่าสัตว์ ในขณะที่องคุลิมาลนั้น ยังคงคอยเที่ยวไล่ฆ่าฟันผู้คน

องคุลิมาลเมื่อฟังแล้วเกิดสำนึกได้ จึงทิ้งอาวุธแล้วทูลขอบวชกับพระพุทธองค์ ต่อมาไม่นาน ท่านก็เร่งทำความเพียร จนสามารถกำจัดกิเลสในใจ บรรลุเป็นพระอรหันต์องค์หนึ่งในพระศาสนา¹

จะเห็นว่าคำว่า “หยุด” ที่ท่านองคุลิมาลเข้าใจ กับคำว่า “หยุด” ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสตอบไปเป็นคนละความหมายกัน “หยุด” ของท่านองคุลิมาลตอนวิ่งไล่ นั้น หมายถึงการหยุดเคลื่อนไหวร่างกาย ไม่วิ่ง ไม่เดิน แต่ “หยุด” คำเดียวกัน พระสัมมาสัมพุทธเจ้ากลับใช้ไปในความหมายว่าหยุดทำความชั่ว ทั้งทางกาย วาจา ใจ และภายหลังจากที่องคุลิมาลบวชแล้ว ท่านก็ได้พบกับความหมายของคำว่าหยุดที่แท้จริง ที่พระพุทธองค์หมายถึง นั่นคือการหยุดใจ จนท่านบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้ในที่สุด ดังพระธรรมเทศนาของพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ที่กล่าวถึงคำว่าหยุดในทางปฏิบัติ² ว่า

“กระแสพระโอษฐ์ของพระบรมศาสดา ได้ทรงประทานให้นัยแก่พระองคุลิมาล จนองคุลิมาลละพยศ หมดพยศ แล้วยอมจำนนแก่พระศาสดา แล้วเปล่งวาจาว่า “สมณะหยุดๆ” พระองค์ทรงเหลียวพระพักตร์มาแล้วตรัสว่า “สมณะหยุดแล้ว แต่ท่านไม่หยุด” นั้น หยุดอันนั้นเป็นกระแสพระดำรัสของ

¹อังคุลิมาลสูตร, มัชฌิมนิกาย มัชฌิมนิกาย, มก. เล่ม 21 ข้อ 521 หน้า 141

²พระธรรมเทศนาพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร), เรื่อง “มงคลกถา”, 20 กันยายน 2496, หน้า 90

พระบรมศาสดา หยุดนั้นแหละถูกต้องร้องรอยความประสงค์ของทางพุทธศาสนา ถ้าไม่หยุดละก็ เลอะละ แต่ถ้าพอหยุดได้แล้ว ก็อย่าออกจากหยุดหนา กลางของกลางที่หยุดนั้นแหละ กลางของกลางหนักเข้าไป อย่าถอยออก ถ้าถอยออกผิดความประสงค์ กลางของกลางเข้าไบนั้นแหละ ตั้งแต่ต้นจนถึงพระอรหันต์ ไม่ให้คลาดเคลื่อนความหยุดอันนี้”

จากเรื่องราวข้างต้นจะเห็นว่า คำๆ เดียวกัน อาจมีความหมายได้หลายระดับด้วยกัน ฉะนั้นการเข้าใจในนัยที่ถูกต้องจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะจะทำให้นำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้องสมบูรณ์

4.4.2 ผลดีของการเข้าใจนัยถูก

การเข้าใจนัยหรือความหมายถูกมีผลเป็นอย่างมาก เพราะจะนำไปสู่การปฏิบัติฝึกฝนอบรมตนเอง ที่ถูกต้อง ซึ่งการปฏิบัติที่ถูกต้องจะทำให้คุณธรรมภายในเจริญก้าวหน้าขึ้นมา

เนื่องจากธรรมะมีหลายนัยดังที่กล่าวมาแล้ว ดังนั้นเมื่อได้ศึกษา ก็เป็นไปได้ว่าเราอาจจะไม่เข้าใจนัยทั้งหมด หรือบางครั้งก็อาจเข้าใจแต่เพียงบางส่วน เมื่อเข้าใจบ้างไม่เข้าใจบ้างอย่างนั้น การนำไปฝึกฝนตนเองก็อาจไม่ถูกต้อง เมื่อไม่ถูกต้อง ผลจากการปฏิบัติที่ได้ ก็อาจเร็วช้าต่างกันไป เหมือนดังเรื่องของพระโสณโกฬิวิสะผู้มีความเพียรกล้า แต่ไม่สามารถบรรลุธรรมได้ เพราะปฏิบัติด้วยวิธีที่ไม่ถูกต้อง ต่อเมื่อได้รับคำแนะนำจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจนเกิดความเข้าใจ ท่านจึงสามารถบรรลุธรรมได้อย่างสบายๆ ภายในเวลาไม่นาน

เรื่องพระโสณโกฬิวิสะ¹

เมื่อครั้งที่พระโสณโกฬิวิสะพำนักอยู่ ณ ป่าสีตวัน ท่านปรารภความเพียรด้วยการเดินจงกรมมากเกินไป จนเท้าทั้ง 2 แตก เลือดไหล ทำให้สถานที่ซึ่งกรมมีสภาพคล้ายกับสถานที่ฆ่าโค แต่แม้จะเพียรอย่างไร ก็ไม่อาจบรรลุธรรมได้ ท่านจึงคิดในใจว่า ในบรรดาผู้ที่มีความเพียรนั้น เราก็เป็นผู้หนึ่งเหมือนกัน แต่ก็ยังไม่อาจบรรลุธรรมได้ อย่างกระนั้นเลย ตระกูลเราก็มีทรัพย์สมบัติมากมาย เราควรจะลาสิกขาออกไป แล้วสั่งสมบุญเช่นเดียวกับที่ฆราวาสทำ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงทราบความคิดนั้น จึงเสด็จไปยังที่อยู่ของพระโสณโกฬิวิสะ ทรงตรัสว่า

(พระพุทเจ้า) ดูก่อนโสณะ เธอจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน เมื่อครั้งเธอยังเป็นฆราวาส เธอฉลาดในเสียงสายพิณมิใช่หรือ ?

(พระโสณะโกฬิวิสะ) อย่างนั้น พระพุทเจ้าข้า

¹เรียบเรียงจาก “เศรษฐีบุตรโสณโกฬิวิสะออกบวช”, พระวินัยปิฎก มหาวรรค, มก. เล่ม 7 ข้อ 2 หน้า 5

(พระพุทธเจ้า) ดูก่อนโสณะ เธอจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน คราวใดสายพิษของเธอถึงเกินไป คราวนั้นพิษของเธอมิเสี่ยงหรือใช้การได้บ้างไหม ?

(พระโสณะโกฬิวิสะ) หาเป็นเช่นนั้นไม่ พระพุทธเจ้าข้า

(พระพุทธเจ้า) ดูก่อนโสณะ เธอจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน คราวใดสายพิษของเธอหย่อนเกินไป คราวนั้นพิษของเธอมิเสี่ยงหรือใช้การได้บ้างไหม ?

(พระโสณะโกฬิวิสะ) หาเป็นเช่นนั้นไม่ พระพุทธเจ้าข้า

(พระพุทธเจ้า) ดูก่อนโสณะ เธอจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน คราวใดสายพิษของเธอไม่ถึงนัก ไม่หย่อนนัก ตั้งอยู่ในคุณภาพสม่ำเสมอ คราวนั้น พิษของเธอมิเสี่ยงหรือใช้การได้บ้างไหม ?

(พระโสณะโกฬิวิสะ) เป็นอย่างนั้น พระพุทธเจ้าข้า

(พระพุทธเจ้า) ดูก่อนโสณะ เหมือนกันนั้นแล ความเพียรที่ปรารภเกินไปนัก ย่อมเป็นไปเพื่อความฟุ้งซ่าน ความเพียรที่หย่อนนัก ก็เป็นไปเพื่อเกียจคร้าน เพราะเหตุนี้แล เธอจงตั้งความเพียรแต่พอเหมาะ จงทราบข้อที่อินทรีย์ทั้งหลายเสมอกัน และจงถือนิมิตในความสม่ำเสมอ

ต่อมา เมื่อท่านเข้าใจวิธีการแล้ว จึงได้หลีกออกไปเพื่อทำความเพียรแต่เพียงผู้เดียวและตั้งอยู่ในความไม่ประมาท ไม่นานนักก็ได้บรรลุธรรม เป็นพระอรหันต์ในที่สุด

จากเรื่องนี้จะเห็นว่า เดิมพระโสณะโกฬิวิสะปรารภความเพียรอย่างหนักจนเกิดความท้อ ถึงกับจะสึกออกไปเป็นฆราวาส ด้วยความไม่เข้าใจว่าอย่างไรจึงจะพอดี แต่ครั้นเข้าใจนัยที่พระพุทธองค์ทรงอุปมาให้ฟัง จึงทำให้ท่านบรรลุธรรมได้อย่างง่ายดาย

4.4.3 ผลเสียของการเข้าใจนัยผิด

การเข้าใจความหมายผิด ย่อมมีผลต่อการฝึกฝนอบรมตนเอง และคุณธรรมที่จะเกิดขึ้นตามมา เช่น อาจทำให้ปฏิบัติไม่ถูกต้องอย่างเต็มที่ ผลการปฏิบัติก็จะไม่มีความสมบูรณ์ และบางครั้งความเข้าใจผิดก็นำไปสู่การปฏิบัติที่ผิดทำนองคลองธรรม แทนที่กุศลธรรมจะเกิด กลับกลายเป็นเกิดอกุศลธรรมขึ้นแทน ดังเช่น พระอริฏฐะ¹ ผู้มีความเห็นผิดไปจากคำสอนของพระลัมมะลัมพุทธเจ้า ดังนี้

¹เรียบเรียงจาก “เรื่องพระอริฏฐะ มิจฉาทิฏฐิ”, พระวินัยปิฎก มหาวีกังค์, มก. เล่มที่ 4 ข้อ 662 หน้า 714

เรื่องพระอริขฏฐะ ผู้มีความเห็นผิด

เมื่อครั้งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของอนาถบิณฑิกคหบดี เขตพระนครสาวัตถี พระอริขฏฐะเกิดความเห็นผิดเป็นมิจฉาทิฏฐิว่า ตนเองรู้ทั่วถึงธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยเห็นว่าธรรมใดที่พระองค์ตรัสไว้ว่าเป็นอันตราย ธรรมนั้นไม่ได้เป็นอันตรายจริง ทั้งนี้เพราะพระอริขฏฐะได้เห็นฆราวาสที่เป็นพระอริยบุคคล เช่น เป็นพระโสดาบันก็มี พระสกทาคามีก็มี พระอนาคามีก็มี ฆราวาสเหล่านี้ก็ยังบริโภคกามคุณ 5 อยู่เลย แม้พระภิกษุก็เช่นกัน ยังคงดูรูปสวยๆ ฟังเสียงเพราะๆ ดมกลิ่นหอมๆ ลิ้มรสชาติอาหารอันเอร็ดอร่อย ถูกต้องลิ้มผัสที่น่าชอบใจ มีเครื่องปูลาดอาสนะ หรือแม้แต่เครื่องนุ่งห่มที่มีสัมผัสอ่อนนุ่ม คล้ายกับฆราวาสเหมือนกัน ดังนั้นทำไมสัมผัสของสตรีที่อ่อนนุ่มเช่นกันถึงไม่ควรถูกต้องเล่า

เมื่อพระอริขฏฐะเทียบเคียงตามความเข้าใจของตัวเองนี้แล้ว ก็เกิดความเห็นผิดว่า โทษของกามที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ย่อมไม่มีแน่นอน เมื่อความเรื่องนี้รู้ถึงพระภิกษุทั้งหลาย ท่านจึงเข้ามาตักเตือนและให้พระอริขฏฐะเลิกความคิดชั่วช้านั้นเสีย แต่ท่านไม่เชื่อฟัง ไม่ว่าพระภิกษุจะห้ามปรามกันอย่างไร เมื่อความทราบถึงพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์จึงเรียกพระอริขฏฐะให้เข้าเฝ้า แล้วทรงตรัสตำหนิว่า

“เธอชื่อว่ากล่าวดูเราด้วยทิฏฐิที่ตนยึดถือไว้ผิด ชื่อว่าทำลายตนเอง และชื่อว่าประสบบาปมิใช่บุญเป็นอย่างมาก เพราะข้อนั้นแหละ จักเป็นไปเพื่อผลไม่เป็นประโยชน์เกื้อกูล เพื่อผลเป็นทุกข์แก่เธอตลอดกาลนาน การกระทำของเธอนั้น ไม่เป็นไปเพื่อความเลื่อมใสของชุมชนที่ยังไม่เลื่อมใส หรือเพื่อความเลื่อมใสยิ่ง ของชุมชนที่เลื่อมใสแล้ว...”

ภายหลังไม่นานเท่าไร พระอริขฏฐะจึงลาสิกขาออกไปเป็นฆราวาส จึงทำให้หมดโอกาสที่จะสร้างความดีในเพศของพระภิกษุนี้ไปอย่างน่าเสียดาย

จากเรื่องข้างต้นย่อมแสดงให้เห็นว่า ความเข้าใจผิด มีผลต่อคุณธรรมที่จะเกิดขึ้น ทำให้เกิดบาปอกุศลแก่ตนเอง และยังมีผลต่อความเลื่อมใสศรัทธาของผู้ที่ยังไม่เลื่อมใส หรือเพื่อความเลื่อมใสยิ่งๆ ขึ้นไปของผู้ที่เลื่อมใสแล้ว นี่จึงเป็นตัวอย่างของผลที่จะเกิดขึ้นเมื่อความเข้าใจความหมายหรือนัยผิด ซึ่งมีผลทั้งต่อคุณธรรมของตนเอง และมีผลต่อหมู่คณะหรือพระพุทธศาสนา

4.4.4 ทำอย่างไรจึงจะไม่เข้าใจผิด

วิธีการที่จะไม่ให้เข้าใจผิด ก็คือ การหมั่นเข้าไปสอบถามกับครูบาอาจารย์ที่ท่านผ่านการฝึกฝนอบรมตนเองมาก่อน จนเป็นผู้มีคุณธรรมความดี และมีความรู้ความเข้าใจในหลักธรรมทั้งหลายอย่างแท้จริง พระภิกษุจึงควรอาศัยท่านเป็นกัลยาณมิตรให้ เพื่อคอยชี้แนะแก้ไขความเข้าใจให้ถูกต้องตามธรรม

การที่มีโอกาสใกล้ชิดพระอุปัชฌาย์หรือครูบาอาจารย์ที่ดีจะทำให้พระภิกษุมีโอกาสพัฒนาคุณธรรมให้ก้าวหน้าได้อย่างรวดเร็ว ทั้งนี้นอกจากจะได้ฟังธรรมและสอบถามให้เกิดความรู้ความเข้าใจแล้ว ยังจะได้อาศัยท่านเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตไปด้วยในตัว เช่น ได้แบบอย่างในการบริหารเวลา ข้อวัตรปฏิบัติในการทำกิจวัตร กิจกรรม หรือศีลาจารวัตรทั้งดงาม ซึ่งจะเป็นการเพาะนิสัยดีๆ ให้เกิดขึ้น เพราะการได้อยู่ใกล้ชิด มีความสำคัญกับชีวิตการฝึกตัวของพระภิกษุอย่างมาก เพราะนอกจากจะทำให้ได้อาศัยท่านเป็นแบบอย่างแล้ว ยังได้ท่านเป็นผู้ให้กำลังใจ การฝึกฝนอบรมตนเองก็จะพัฒนาไปได้อย่างรวดเร็ว สมดังที่พระลัมมาลัมพุทฺธเจ้าตรัสไว้ใน มหาสุญญตสูตร¹ ดังนี้

“ดูก่อนอานนท์ สาวกไม่ควรจะติดตามศาสดาเพียงเพื่อฟัง สุตตะ
เคยยะ และไวยากรณ์เลย นั้นเพราะเหตุไร เพราะธรรมทั้งหลายอันพวก
เธอสดับแล้ว ทรงจำแล้ว คล่องปากแล้ว เพ่งตามด้วยใจแล้ว แท่งตลอด
ดีแล้วด้วยความเห็น เป็นเวลานาน

ดูก่อนอานนท์ แต่สาวกควรจะใกล้ชิดติดตามศาสดา เพื่อฟังเรื่องราวเห็น
ปานฉะนี้ ซึ่งเป็นเรื่องขัดเกลากิเลสอย่างยิ่ง เป็นที่สบายแก่การพิจารณา
ทางใจ เป็นไปเพื่อความเบื่อหน่ายส่วนเดียว เพื่อความคลายกำหนัด เพื่อ
ดับกิเลส เพื่อสงบกิเลส เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน คือ
เรื่องเล็กน้อย เรื่องยินดีของของตน เรื่องความสัจ เรื่องไม่คลุกคลี เรื่อง
ปรารภความเพียร เรื่องศีล เรื่องสมาธิ เรื่องปัญญา เรื่องวิมุตติ เรื่องวิมุตติ
ญาณทัสสนะ”

จากพุทธพจน์นี้ แสดงให้เห็นว่า การอยู่ใกล้ชิดกับครูบาอาจารย์ ย่อมจะทำให้ได้เห็นแบบอย่าง
ของการปฏิบัติที่ถูกต้อง สำหรับพระภิกษุที่ศึกษาเรียนรู้ธรรมะมามาก ก็จะเป็นการเปิดโอกาสให้ตนเอง
เข้าใจภาคปฏิบัติได้มากขึ้น อีกทั้งเมื่อฝึกปฏิบัติไป ก็มีโอกาสดำรงธรรมที่ท่านจะนำมาขยายความให้เราเข้าใจ
ได้ละเอียดลึกซึ้งกว้างขวางยิ่งขึ้น รวมทั้งยังได้ท่านช่วยเป็นกำลังใจ ประคับประคอง คอยตอกย้ำพร่ำสอน
ให้เราได้ฝึกฝนอบรมตนเองให้ยิ่งๆ ขึ้นไป ไม่ท้อถอยหมดกำลังใจเลิกไปเสียกลางคัน

¹มหาสุญญตสูตร, มัชฌิมนิคาย อุปปริตฺถนาสก, มก. เล่ม 23 ข้อ 351 หน้า 21

4.5 วิธีฝึกให้เป็นอรรถกถา

วิธีการฝึกฝนอบรมตนเองของพระภิกษุเพื่อการเป็นอรรถกถา มี 2 ขั้นตอนสำคัญที่ต้องทำให้ได้ คือ

1. การเข้าใจนัยได้อย่างถูกต้อง
2. ลงมือฝึกปฏิบัติอย่างจริงจัง

4.5.1 การเข้าใจนัยได้อย่างถูกต้อง

เมื่อเป็นผู้รู้ธรรมแล้ว พระภิกษุคงมีความเข้าใจนัยในระดับหนึ่ง ซึ่งอาจเป็นการยากที่จะตัดสินว่าความเข้าใจนั้นถูกต้องมากน้อยเพียงไหน จนกว่าพระภิกษุจะลงมือปฏิบัติตามความเข้าใจนั้นอย่างแท้จริง ดังนั้น ในเบื้องต้นนี้ จึงอาจอาศัยแนวทางจากหลายๆ วิธี เพื่อเพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจเดิมให้มีมากยิ่งขึ้นไปดังนี้

1. ทำความเข้าใจหลักธรรมทั้งหมดที่ได้ศึกษามา และพิจารณาในเบื้องต้นว่ามีความหมายอย่างไร
2. ทดลองฝึกปฏิบัติไปตามความเข้าใจของตนเอง โดยอาศัยครูบาอาจารย์เป็นผู้แนะนำ
3. อาศัยเทียบเคียงจากแนวทางที่ครูบาอาจารย์เคยปฏิบัติเป็นตัวอย่างอันดีงามมาก่อน
4. หมั่นเข้าไปสอบถามครูบาอาจารย์ ในหัวข้อธรรมที่สงสัยหรือที่ยังไม่เข้าใจบ่อยๆ

5. นำทุกข้อมาประมวลรวมกัน เพื่อสรุปเป็นความรู้ความเข้าใจของตนเอง และเพื่อให้ได้กรอบการฝึกที่ถูกต้องชัดเจนตามธรรม

เพราะฉะนั้น การฝึกทำความเข้าใจนัยนั้น ต้องอาศัยการศึกษาระดมามาก จึงจะพอมองเห็นแนวทางในการปฏิบัติได้ชัดเจน และเมื่อลงมือปฏิบัติ บุคคลสำคัญที่จะขาดไปเสียไม่ได้ คือ ครูบาอาจารย์ เพราะท่านจะให้แนวทางที่ถูกต้องชัดเจนข้อสงสัยให้กับเราได้ความรู้ความเข้าใจในแต่ละหัวข้อธรรมก็จะเพิ่มพูนตามมาด้วยเหตุนี้การเข้าใจนัยของธรรมะจะต้องไม่ใช่แค่การนั่งขบคิดพิจารณาด้วยสมองแต่เพียงอย่างเดียว แต่ต้องพยายามเทียบเคียงจากหลายสิ่งหลายอย่างประกอบกัน จนกระทั่งความรู้ที่ศึกษามานั้นตกผลึกเป็นความเข้าใจอย่างแท้จริง

4.5.2 ลงมือฝึกปฏิบัติอย่างจริงจัง

เมื่อมีความเข้าใจชัดเจนแล้ว ต่อไปก็คือการตกย้ำ ฝึกหัดปฏิบัติไปทุกๆ วัน โดยต้องตั้งใจทำอย่างจริงจัง และต้องหมั่นสังเกตปรับปรุงวิธีการให้เหมาะสมกับตนเอง ทั้งนี้เพราะความแตกต่างทางจิตอัธยาศัย สถานที่ และสิ่งแวดล้อมทั้งที่เป็นคนและธรรมชาติ ซึ่งรายละเอียดในการฝึกของพระภิกษุจึงอาจต่างไปบ้าง

ก็ไม่ใช่ไร แต่ในหลักปฏิบัติใหญ่ๆ ยังคงอาศัยฝึกผ่านสิ่งที่ต้องทำในชีวิตประจำวันอยู่แล้ว คือ

1. **“กิจวัตร”** ประจำวันที่ต้องทำเป็นปกติ เช่น การสวดมนต์ เจริญสมาธิภาวนา การบิณฑบาต การเก็บกวาดดูแลเสนาสนะ เป็นต้น

2. **“กิจกรรม”** ได้แก่ภารกิจงานที่ได้รับมอบหมายจากสงฆ์ เช่น งานก่อสร้างซ่อมแซมบำรุงเสนาสนะ การดูแลรักษาเรือนคัลัง เป็นต้น

เมื่อฝึกตามวิธีการของอรรถธัญญได้ ก็จะทำให้แต่ละขั้นตอนในคณกโมคคัลลานสูตรก้าวหน้าไปอีกระดับหนึ่ง เช่นขั้นตอนแรก คือสำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์ พระภิกษุต้องเริ่มศึกษาตามวิธีการในอัมมัญญจนทราบบว่าปาฏิโมกข์คืออะไร มีอะไรบ้าง หลังจากนั้นก็ฝึกตามวิธีการในอรรถธัญญ คือทำความเข้าใจความหมาย แล้วจึงนำไปฝึกปฏิบัติผ่านกิจวัตรกิจกรรมประจำวัน

ตัวอย่างเช่นกิจวัตร “บิณฑบาต” ที่เกี่ยวข้องกับการสำรวมในพระปาฏิโมกข์ พระภิกษุต้องทราบลักษณะบทใน “เสขียวัตถ” ที่เกี่ยวข้องกับการบิณฑบาตว่ามีอะไร พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ว่า **“ภิกษุพึงทำความศึกษาว่า เราจักนุ่งเป็นปริมนทล”**¹ เมื่อทราบแล้วก็ต้องเข้าใจความหมายว่า ทรงบัญญัติไว้เพื่อให้พระภิกษุเป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใสศรัทธา จากนั้นต้องทราบต่อไปว่า การนุ่งให้เป็นปริมนทลต้องนุ่งอย่างไร เมื่อนุ่งเรียบร้อยแล้วเวลาจะเดินออกไป ก็ต้องเตรียมกาย วาจา ใจ มีสติระลึกไว้ว่าเรากำลังจะไปเป็นต้นแบบ และเป็นเนื่อนานุญ

เมื่อกำหนดเส้นทางออกเดินบิณฑบาตแล้ว ก็ต้องระลึกถึงลักษณะบทที่ว่า **“ภิกษุพึงทำความศึกษาว่า เราจักสำรวมดี ไปในละแวกบ้าน”**² พระภิกษุจึงต้องเดินไปด้วยอาการสำรวมในกิริยามารยาท เช่น การยืน การเดิน ไม่เดินโยกกาย ไม่เดินโคลงกาย การทอดสายตาให้มองดูภาคพื้นไปข้างหน้าประมาณ 2 เมตร ไม่ทอดสายสายตา ขณะเดินก็ทำสมาธิ ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ

เมื่อกลับจากบิณฑบาต ถึงคราวขบฉัน ให้จัดวางภาชนะให้เรียบร้อยเหมาะแก่การหยิบใช้ ขณะฉันนั่งหลังตรง มีกิริยาสงบสำรวม สายตาไม่ทอดสายไปที่ไหน ค่อยๆ ตักอาหาร ทำคำข้าวให้กลมกล่อม คือให้มีขนาดพอดีๆ ไม่ใหญ่เกินไปไม่เล็กเกินไป แม้ในบาตรหรือในจานก็ตะล่อมเกลี่ยให้ดูกลมกล่อม ไม่ทำคำข้าวให้ร่วงหล่น ไม่ยื่นหน้าอ้าปากเข้าหาช้อน ค่อยๆ ฉ้นไปเรื่อยๆ อย่างมีสติ ไม่พูดคุยมื้อมีอาหารในปาก หรือไม่เคี้ยวเสียงดัง ไม่แลบลิ้นเลียริมฝีปาก แม้ช้อน ส้อม จานหรือบาตรก็ไม่มีเสียงกระทบกัน ฯลฯ พฤติกรรมเหล่านี้ล้วนเป็นไปตามลักษณะบททุกประการ เช่น **“ภิกษุผู้ฉันอาหารพึงแลดูในบาตร”** หรือ **“ภิกษุพึงทำความศึกษาว่า เราจักไม่ทำคำข้าวให้ใหญ่นัก”** และ **“ภิกษุพึงทำความศึกษาว่า เราจักไม่ฉันทำเสียงจับๆ”**³ เป็นต้น

¹พระวินัยปิฎก มหาวีกังค์, มก. เล่ม 4 หน้า 882

²พระวินัยปิฎก มหาวีกังค์, มก. เล่ม 4 หน้า 885

³พระวินัยปิฎก มหาวีกังค์, มก. เล่ม 4 หน้า 904, 911, 918

จากตัวอย่างข้างต้น ย่อมแสดงให้เห็นว่าการนํานัยจากเสขียวัตถ์ที่มีในปาฏิโมกขสังวร มาฝึกฝน ประพฤติปฏิบัติเป็นกิจวัตรประจำวัน ทำซ้ำแล้วซ้ำอีก กระทั่งถูกหล่อหลอมเข้าไปเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับ กาย วาจา ใจของตนเอง จนเกิดสติสัมปชัญญะ มีอินทรีย์สงบสำรวม ทำจนคุ้นกลายเป็นนิสัย บุคลิกท่าทาง ก็จะเปลี่ยนไป เกิดมาตรฐานให้กับตัวเอง ทั้งการนั่งห่ม การเดิน การยืน การนั่ง การฉัน กิริยาอาการต่างๆ รวมทั้งการพูดจาจะแลดูเหมาะสมไม่ว่าจะออกไปที่ใด ก็จะเป็นภาพลักษณ์ของพระภิกษุผู้ฝึกตัวดีมีศีลาจารวัตร งดงาม เหล่านี้เป็นคุณธรรมที่เกิดขึ้นพร้อมกับความเป็นอตถัญญู ผู้รู้เนื้อความแห่งภาษิตนั้นๆ หรือผู้แตกฉานใน ธรรมนั่นเอง นอกจากนี้ยังทำความเลื่อมใสศรัทธาแก่มหาชน หมู่คณะ และพระพุทธานุภาพอีกด้วย

4.6 บทสรุปของการเป็นอตถัญญู

จากรายละเอียดที่ได้ศึกษามา พอจะสรุปในเบื้องต้นได้ว่า พระภิกษุผู้จะเป็นอตถัญญูได้นั้น จะต้อง

1. เข้าใจนัยหรือความหมายที่แท้จริงในพระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
 2. สามารถนำคำสอนนั้น มาฝึกปฏิบัติจนเกิดผลเป็นความบริสุทธิ์กาย วาจา ใจ ในระดับต่างๆ
- เมื่อพระภิกษุฝึกได้อย่างนี้แล้ว พระองค์จึงจะทรงรับรองว่า

“ภิกษุเป็นธัมมัญญู อตถัญญูด้วยประการฉะนี้”

4.7 วิธีฝึกฝนอบรมตนเองของฆราวาสเพื่อการเป็นอตถัญญู

วิธีการฝึกฝนอบรมตนเองของฆราวาสเพื่อการเป็นอตถัญญู ก็จะมีส่วนคล้ายกับของพระภิกษุ แต่ความเข้มข้นจะแตกต่างกันออกไป ดังที่จะได้กล่าวในลำดับต่อไป

4.7.1 การเข้าใจนัยได้อย่างถูกต้อง

โดยธรรมชาติแล้ว การที่ใครคนใดคนหนึ่งจะเข้าใจในนัย หรือความหมายของธรรมะได้อย่างลึกซึ้ง เป็นไปได้ยากมาก จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องอาศัยบุคคลที่มีความรู้ ผู้ซึ่งได้ศึกษาธรรมะมานาน ฝึกฝนตนเองมา มาก มาเป็นผู้คอยแนะนำ ซึ่งบุคคลผู้นั้นก็คือ ครูผู้สอนธรรมะ หรือพระภิกษุสงฆ์ ดังนั้นวิธีการที่จะทำให้ เข้าใจนัยหรือความหมายในธรรมะให้มากยิ่งขึ้น จำเป็นต้องเข้าวัดเป็นประจำ หมั่นฟังธรรมบ่อยๆ และเมื่อเกิด ความสงสัย ก็ต้องเข้าไปสอบถามจากท่าน เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้อง ขณะเดียวกันต้องลงมือปฏิบัติ ฝึกฝนอบรมตนเองไปด้วย

การจะเข้าใจนัยได้ดีและรวดเร็วที่สุด ก็โดยการนำไปปฏิบัติ เพราะเราจะพบกับประสบการณ์จริง เมื่อเกิดข้อสงสัยก็สอบถามกับครูผู้ทรงภูมิรู้ภูมิธรรม หรือพระอาจารย์ดังที่กล่าวไว้แล้วข้างต้น ซึ่งการหมั่นเข้าหา สอบถาม พร้อมกับการฝึกปฏิบัติ จะทำให้เข้าใจได้อย่างแตกฉานลึกซึ้ง และมองเห็นภาพการฝึกที่ชัดเจนยิ่งขึ้น

สำหรับฆราวาสนั้น หากจะกล่าวถึงเป้าหมายชีวิตสูงสุดแล้วก็คงเหมือนกันกับพระภิกษุ คือ การบรรลุมรรคผลนิพพาน แต่ด้วยสถานภาพที่แตกต่างกัน วิธีการที่จะปฏิบัติไปให้ถึงเป้าหมายสูงสุด จึงอาจแตกต่างกันไป แต่อย่างไรก็ตาม เป้าหมายสูงสุดของทุกคนก็ต้องละกิเลสให้ได้ ซึ่งก็คือกิเลสใหญ่ 3 ตระกูล ได้แก่ โลภะ โทสะ และโมหะ

วิธีละกิเลสสำหรับฆราวาส ง่ายที่สุดคือแก้ในสิ่งตรงข้ามกันกับกิเลสทั้ง 3 ตระกูล คือ แก้โลภะ ด้วยการให้ทาน แก้โทสะด้วยการรักษาศีล เพื่อควบคุมกาย วาจา แก้โมหะ ความไม่รู้ ด้วยการนั่งสมาธิเจริญภาวนาเพื่อให้ได้ปัญญา

ทาน หมายถึง การให้ ได้แก่ การเสียสละสิ่งของต่างๆ ของตน หรือการให้ความรู้ทั้งทางโลกและทางธรรม เพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่น การให้นั้นจะให้ผลดีเต็มที่ เมื่อผู้ให้สามารถเอาชนะใจตนเองได้ ด้วยการขจัดความตระหนี่หวงแหนออกไปจากใจ คือให้ด้วยความบริสุทธิ์ใจ ไม่หวังผลตอบแทนจากผู้รับ ขอเพียงให้ได้บุญกุศล และความสบายใจเท่านั้น

ศีล แปลว่า **ปกติ** ผู้ที่มีศีล จึงหมายถึง ผู้ที่เป็นคนปกติ เป็นมนุษย์ที่ปกติ ความปกติเป็นพื้นฐานของความสงบเรียบร้อยของทุกสิ่งทุกอย่าง ทั้งสิ่งที่มีชีวิตและสิ่งไม่มีชีวิต เมื่อใดที่เกิดความไม่ปกติขึ้น ความยุ่งยาก ความเดือดร้อน หรือความเสียหายย่อมเกิดขึ้นตามมา เช่น ในฤดูฝน ปกติฝนจะต้องตก การทำเกษตรกรรมจึงจะสามารถทำไปได้อย่างเต็มที่ แต่หากปีใดที่ฝนไม่ตกต้องตามฤดูกาล ปีนั้นก็กลายเป็นปีที่ผิดปกติไป ผลที่เกิดขึ้นตามมา คือ ข้าวยากหมากแพง พืชผลทางการเกษตรเสียหาย เกษตรกรเดือดร้อนกันไปถ้วนหน้า เป็นต้น

สมาธิ คือ **การฝึกจิต** หรือการฝึกฝนอบรมจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในความดี ด้วยการทำให้สงบจากนิวรณ์ และจากกิเลสอาสวะทั้งหลาย

4.7.2 ลงมือฝึกปฏิบัติอย่างจริงจัง

เมื่อนักศึกษาทราบแล้วว่า การละหรือกำจัดกิเลส 3 ตระกูลของฆราวาส ต้องอาศัยทาน ศีล ภาวนา ซึ่งต้องทำเป็นประจำทุกวันอย่างสม่ำเสมอไม่ใหขาด ควบคู่ไปกับการประกอบอาชีพหรือหน้าที่การงานในโลก เพื่อให้กิเลสเหล่านั้นบรรเทาเบาบางลงไปได้มากที่สุด จนกว่าจะหมดกิเลสบรรลุมรรคผลนิพพานได้ตามเป้าหมายสูงสุดของชีวิต ด้วยเหตุนี้จึงต้องทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนาทุกวัน โดยยึดหลักที่ว่า

1. เข้าได้ยังไม่ได้ทำทาน เข้านั้นอย่าเพิ่งรับประทานข้าว
2. วันได้ยังไม่ได้ตั้งใจรักษาศีล วันนั้นอย่าเพิ่งออกจากบ้าน
3. คืนได้ยังไม่ได้สวดมนต์เจริญสมาธิภาวนา คืนนั้นอย่าเพิ่งนอน¹

ต้องอดทนฝึกตนให้สร้างราศีเรื่อยไป แม้จะต้องกระทบกระทั่งกับสิ่งใด มีอุปสรรคเพียงไหน ก็ปักใจมั่นไม่ย่อท้อ กัดฟันสู้ทำความดีเรื่อยไป ให้สมดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า

**“แม้หมอน้ำยังเต็มด้วยหยาดน้ำที่ตกลงมา (ทีละหยาดๆ) ได้ฉันใด
อิริขณ (ชนผู้มีปัญญา) สังสมบุญแม้ทีละน้อยๆ ย่อมเต็มด้วยบุญได้ฉันนั้น”²**

จากข้อความข้างต้น ชี้ให้เห็นว่า ทาน ศีล ภาวนา เป็นสิ่งที่ไม่ควรขาด และจำเป็นต้องทำเป็นประจำทุกวันในวิถีชีวิตของชาวพุทธ ซึ่งสามารถทำได้ง่ายๆ หลายประการด้วยกัน ได้แก่

1. **การทำทาน** เป็นการให้หรือแบ่งปันโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน และเนื่องจากในชีวิตประจำวันของแต่ละคน ซึ่งอาจจะอยู่ในภาวะหรือสภาพที่แตกต่างกัน ไม่ว่าจะเป็นเด็กวัยรุ่นนักเรียน นักศึกษา ผู้ใหญ่ ว่างทำงาน หรือผู้สูงอายุวัยเกษียณ สิ่งที่ทำให้จะแตกต่างกันไปบ้าง เช่น ถ้าเป็นเด็กก็อาจจะมีขนม อุปกรณ์เครื่องเขียนหรือของเล่นไปฝากเพื่อนๆ ส่วนผู้ใหญ่ก็อาจทำอาหารพิเศษแล้วนำไปแบ่งปันให้คนข้างบ้าน หรือเอาไปฝากคนที่ทำงาน เป็นต้น แม้การช่วยเหลือด้วยกำลังกาย เวลาที่สมาชิกในบ้าน เพื่อนบ้าน หรือที่ทำงาน ขอแรงให้ช่วย ก็ยินดีช่วยด้วยความเต็มใจ รวมทั้งการให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ การให้ความรู้ในด้านต่างๆ และความรู้ทางธรรมแก่ญาติมิตรเพื่อนฝูงด้วยความปรารถนาดี ตลอดจนการให้อภัยต่อญาติมิตรเพื่อนฝูง อยู่เสมอ หรือให้ชีวิตสัตว์เป็นทาน การปล่อยสัตว์ปล่อยปลา เป็นต้น

สำหรับการทำทานกับพระภิกษุสงฆ์ ผู้ถึงพร้อมด้วยศีล มีคุณธรรมสูง ก็จะมีานิสงส์มาก และเป็นทานที่ทำได้ไม่ยาก สามารถทำได้ทุกวัน เช่น การตักบาตร อาจคอยใส่กับพระภิกษุหรือสามเณรที่เดินบิณฑบาตในละแวกบ้านหรือที่ทำงาน หรือหากไม่สะดวกอาจนำเงินมาหยอดกระปุก เมื่อครบสัปดาห์ก็นำเอาข้าวปลาอาหารพร้อมกับเงินที่เราทำบุญสังฆมรายนั้น ไปถวายกับพระภิกษุสามเณรที่วัดก็ได้ ส่วนการถวายสังฆทาน คือการถวายแก่สงฆ์โดยไม่เจาะจงพระภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ก็ควรหาโอกาสนำไปถวายที่วัด หรือจะนิมนต์คณะสงฆ์มารับที่บ้านในโอกาสพิเศษในวันสำคัญต่างๆ เช่น วันพระ วันทำบุญขึ้นบ้านใหม่ วันคล้ายวันเกิด เป็นต้น

¹สมชาย ฐานวุฑโฒ,พระ, **มงคลชีวิต ฉบับธรรมทายาท**, (กรุงเทพฯ : ฐานการพิมพ์,2542), หน้า 49

²**ว่าด้วยบุญและบาป**, ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท, มก. เล่ม 42 หน้า 2

2. **การรักษาศีล** ก็ทำได้ไม่ยากเลย เช่น การให้ความปลอดภัยแก่ชีวิต โดยไม่ฆ่าไม่เบียดเบียน การให้ความปลอดภัยแก่ทรัพย์สินของผู้อื่น โดยไม่ลักไม่ขโมย ให้ความปลอดภัยแก่ครอบครัวของผู้อื่น โดยไม่ประพฤติผิดในกาม ไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับสามี ภรรยาของผู้อื่น หรือบุคคลผู้มีเจ้าของหวงแหน ให้วาจาที่อ่อนหวาน ให้คำพูดที่ไพเราะ ให้คำพูดที่เป็นกำลังใจ เป็นปียวาจา และดำรงความเป็นผู้มีสติอยู่เสมอ โดยไม่ดื่มของมึนเมาหรือเสพยาเสพติด เป็นต้น

3. **การเจริญภาวนา** สามารถทำได้ง่ายๆ ทุกวัน ตั้งแต่เราตื่นนอนก็นั่งหลับตาทำใจนิ่งๆ โดยไม่คิดอะไร พร้อมกับแผ่เมตตาสักครูหนึ่ง ช่วงพักกลางวันก็อาจแบ่งมานั่งพักหลับตาสัก 5 ถึง 10 นาที หรือมากกว่านั้นถ้ามีเวลา ก่อนเข้านอนก็จัดสรรเวลาอีกสักช่วงหนึ่งให้กับตัวเอง ที่สำคัญเราควรทำให้สม่ำเสมอ ไม่ขาด ฝึกทำให้เป็นนิสัย จนกลายเป็นกิจวัตรประจำวัน ส่วนวันหยุดจากการทำงานประจำ ควรเข้าวัดไปนั่งสมาธิปฏิบัติธรรมให้นานขึ้น หรือหากมีโอกาสดูเวลาว่างสัก 3 ถึง 5 วัน เพื่อจะได้มีเวลานั่งได้ต่อเนื่องยาวนาน ผลของการปฏิบัติธรรมจะได้ก้าวหน้ามั่นคง

ดังนั้น การทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา จึงทำได้ทุกวัน โดยเฉพาะบางวันอาจจะทำความดีเป็นพิเศษ เช่น ทำทานด้วยการถวายภัตตาหารแด่พระทั้งวัด หรืออาจนั่งสมาธินานๆ ด้วยการนั่งเนสัชชิกังคัง¹ หรือบางวันอาจจะรักษาอุโบสถศีล เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นไปเพื่อกำจัดกิเลสโลภะ โทสะ โมหะให้เบาบางลง ภาวนา วาจา ใจก็จะยิ่งบริสุทธิ์ผ่องใสขึ้นไปทุกวัน

เมื่อทำได้ดังนี้แล้ว การฝึกฝนอบรมตนเองจะเกิดการพัฒนาขึ้นเป็นลำดับๆ นั่นคือ เกิดการพัฒนาจากอัมมัญญกลายเป็นอัตถัญญ พร้อมกับคุณธรรมภายในที่เพิ่มพูนขึ้นตามไปด้วย อย่างไรก็ตาม ความแกร่งของความเป็นอัมมัญญ และอัตถัญญจะยิ่งมากขึ้นเมื่อฝึกมากเข้าๆ ยิ่งศึกษาเรียนรู้ในหัวข้อธรรมอื่นๆ และนำมาปฏิบัติฝึกฝนอบรมตนเองอย่างไม่หยุดยั้ง คุณธรรมก็จะถูกพัฒนาให้ก้าวหน้าขึ้นอย่างน่าอัศจรรย์ แม้ธรรมะภายในก็จะสว่างไสว บุคลิกภายนอกก็จะดูสงบ สง่างาม เป็นบุคคลที่น่าคบหา น่าเข้าใกล้ เป็นที่เคารพเกรงใจแก่ผู้พบเห็น

¹เนสัชชิกังคัง หมายถึง องค์แห่งภิกษุผู้ถือการนั่งเป็นวัตร คือ ถือ นั่ง ยืน เดิน เท่านั้น ไม่นอน (ข้อ 13 ในธุดงค์ 13)

กิจกรรม

หลังจากนักศึกษาได้ศึกษา บทที่ 4 ขั้นตอนที่ 2 อรรถาธิบาย จบโดยสมบูรณ์แล้ว
โปรดทำแบบประเมินตนเองหลังเรียนบทที่ 4 และกิจกรรม ในแบบฝึกปฏิบัติบทที่ 4
แล้วจึงศึกษาในบทที่ 5 ต่อไป

บทที่ 5
ขั้นตอนที่ 3
อัตตัญญู



เนื้อหาบทที่ 5

ขั้นตอนที่ 3 อุตัตตัญญ



- 5.1 อุตัตตัญญ คืออะไร
- 5.2 คุณธรรม คืออะไร
- 5.3 ความสำคัญของการประเมินคุณธรรม
- 5.4 ธรรม 6 ประการ สำหรับใช้ประเมินคุณธรรม
 - 5.4.1 ศรัทธา
 - 5.4.2 ศีล
 - 5.4.3 สุตะ
 - 5.4.4 จาคะ
 - 5.4.5 ปัญญา
 - 5.4.6 ปฏิภาณ
- 5.5 ความสำคัญของธรรม 6 ประการ
- 5.6 แนวทางใช้ธรรม 6 ประการเพื่อประเมินตนเอง
 - 5.6.1 ประเมินด้วย “ศรัทธา”
 - 5.6.2 ประเมินด้วย “ศีล”
 - 5.6.3 ประเมินด้วย “สุตตะ”
 - 5.6.4 ประเมินด้วย “จาคะ”
 - 5.6.5 ประเมินด้วย “ปัญญา”
 - 5.6.6 ประเมินด้วย “ปฏิภาณ”
- 5.7 การประเมินเปรียบเทียบ
- 5.8 บทสรุปของการเป็นอุตัตตัญญ

1. เมื่อพระภิกษุผ่านการเป็นธัมมัญญ และอรรถัญญแล้ว บทฝึกขั้นต่อมาคือ “อรรถัญญ” เป็นการวัดและประเมินคุณธรรมของตนเองซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญมาก การจะวัดสิ่งต่างๆ รอบตัวของเรา จำเป็นจะต้องใช้เครื่องมือวัดที่แตกต่างกันไป เช่น ถ้าจะวัดความยาว นิยมใช้ตลับเมตร หรือไม้บรรทัดมาเทียบวัด แต่สำหรับมาตรวัดที่เหมาะสมในการประเมินคุณธรรมของตนเอง พระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้หลักธรรมไว้ 6 ข้อ ได้แก่ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา และปฏิภาณ และผลจากการหมั่นประเมินตัวเองเรื่อยๆ ว่ามีคุณธรรมมากขึ้น หรือลดลง หรือคงที่เพียงไร จะทำให้ไม่เกิดความหลงตัว หรือปล่อยตัวให้ตกต่ำ ทำให้เป็นผู้ที่รักการฝึกฝนตนเอง อยู่ตลอดเวลา และทำให้ชีวิตของนักบวชเจริญก้าวหน้า เกิดความกระตือรือร้นที่จะฝึกฝนคุณธรรมของตนให้เพิ่มขึ้น เป็นผลให้พระศาสนาเจริญรุ่งเรือง เนื่องจากมีเนื้อนาบุญที่มีคุณภาพ ญาติโยมที่มาทำบุญด้วยก็จะได้นุญอย่างเต็มที่
2. การประเมินตนเองด้วยธรรม 6 ประการนี้ ชราวาสก็สามารถนำมาเป็นมาตรประเมินคุณธรรมของตนเองได้ เพราะเป็นการเทียบเคียงตนเองเพื่อการเดินไปสู่จุดหมายปลายทางของชีวิตในสังสารวัฏ คือทำพระนิพพานให้แจ้ง โดยผ่านจากการทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนาให้ยิ่งๆ ขึ้นไป ซึ่งเหมาะสมกับเพศภาวะของตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาทราบและเข้าใจถึงความสำคัญของการประเมินคุณธรรมตนเอง
2. เพื่อให้นักศึกษาได้ทราบและเข้าใจถึงธรรมะที่ใช้ประเมินคุณธรรมตนเอง และความสัมพันธ์ของธรรมะทั้ง 6 ประการ
3. เพื่อให้ศึกษามีแนวทางในการนำธรรมะ 6 ประการ มาใช้ประเมินคุณธรรมของตนเองได้



บทที่ 5



ขั้นตอนที่ 3 อุตัตถุญญ

ในวิถีชีวิตทางโลก เมื่อบริษัทรับพนักงานใหม่เข้ามา พนักงานจะต้องทดลองงานก่อนเป็นระยะเวลา 1 เดือนบ้าง 3 เดือนบ้าง หรือ 6 เดือนบ้าง เพื่อทางบริษัทจะได้ดูการทำงานของพนักงานนั้น พร้อมทั้งได้เห็นถึงความรู้ความสามารถ เพื่อจะตัดสินใจรับ หรือจะปรับเปลี่ยนเงินเดือนให้ บางคนอาจไม่ผ่านการทดลองงาน เนื่องจากสภาพที่ไม่แข็งแรง หรือคุณธรรมพื้นฐาน เช่น ความมีวินัย ความเคารพ และความอดทนที่มีไม่มากพอ หรือความรู้ความสามารถไม่เพียงพอ เป็นต้น สำหรับผู้ที่ผ่าน แม้ทางบริษัทจะรับเข้าเป็นพนักงานใหม่ แต่ก็จะต้องมีการประเมินประสิทธิภาพการทำงานของพนักงานคนนั้นเป็นระยะๆ ซึ่งจะมีผลกับการปรับขึ้นเงินเดือน โบนัส การเพิ่มสวัสดิการในการรักษาพยาบาล การประกันชีวิต การเลื่อนขั้น และเลื่อนตำแหน่งให้เหมาะสมกับศักยภาพของพนักงานคนนั้นต่อไป

ในทางธรรมก็เช่นเดียวกัน ทุกคนทราบดีอยู่แล้ว เป้าหมายสูงสุดของการบวชเป็นพระภิกษุในพระพุทธศาสนา ก็เพื่อทำพระนิพพานให้แจ้ง แต่น่าแปลกใจว่า ทำไมบางท่านฝึกฝนอบรมตนเองให้ก้าวหน้าไปได้เร็ว ในขณะที่อีกหลายท่านไปไม่ได้ช้า ผู้ที่ก้าวหน้าเร็ว ก็เป็นผลมาจากการสั่งสมบุญกุศล มีการฝึกฝนตนเองมาอย่างดีข้ามภพข้ามชาติ รู้จักสังเกต มีการประเมินตนเองอย่างสม่ำเสมอ และพยายามแก้ไขในสิ่งที่ตนยังบกพร่องอยู่จนสำเร็จ ส่วนผู้ที่ก้าวหน้าช้า อาจเป็นผลมาจากปัจจัยหลายๆ อย่าง เช่น สภาพที่ไม่แข็งแรงหรือเพราะขาดความสังเกต จึงไม่ทราบว่าตนเองยังมีความบกพร่องในจุดใด

เงื่อนไขของความก้าวหน้าเร็วหรือช้า แท้ที่จริงอยู่ตรงที่ว่า เราต้องรู้ให้ได้ว่าตนเองมีคุณธรรมอยู่มากน้อยเท่าใด คงที่หรือก้าวหน้าไปแค่ไหน เมื่อทราบแล้วจะได้เร่งพัฒนา ปรับปรุง แก้ไข เพื่อคุณธรรมภายในจะได้เพิ่มพูนตลอดเวลา และดำเนินก้าวหน้าไปสู่จุดหมายคือพระนิพพานได้อย่างถูกต้อง ตรงตามทาง และรวดเร็ว

5.1 อุตัตถุญญ คืออะไร

เมื่อพระภิกษุฝึกฝนตนเองจนเป็นอัมมัญญ ผู้รู้จักธรรม เป็นอุตัตถุญญ ผู้รู้จักนัยหรือความหมายของคำสอนแล้ว พระลัมมาลัมมพุทธเจ้าจะทรงแนะนำให้ฝึกในขั้นตอนที่ 3 ต่อไป ดังที่พระองค์ตรัสไว้ว่า

“ก็ภิกษุเป็นอุตัตถุญญอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักตนว่า เราเป็นผู้มีศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา ปฏิภาณเพียงเท่านี้

ถ้าภิกษุไม่พึงรู้จักตนว่า เราเป็นผู้มีศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา ปฏิภาณ
เพียงเท่านี้ เราก็ไม่พึงเรียกว่าเป็นอรรถัตถุญญ

แต่เพราะภิกษุรู้จักตนว่า เราเป็นผู้มีศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา ปฏิภาณ
เพียงเท่านี้ ฉะนั้น เราจึงเรียกว่าเป็นอรรถัตถุญญ

ภิกษุเป็นธัมมัญญ อรรถัตถุญญ อรรถัตถุญญ ด้วยประการฉะนี้”

คำแปลและความหมาย

“อรรถะ” แปลว่า อาตมา ตัว จิต วิญญาณ¹

ผู้เป็นอรรถัตถุญญ หรืออรรถัตถุญญา หมายถึง ความรู้จักตน คือรู้ว่า เรานั้นว่าโดยฐานะ ภาวะ เพศ
กำลังความรู้ ความสามารถ ความถนัด และคุณธรรม เป็นต้น ว่าบัดนี้มีเท่าไร อย่างไร แล้วประพฤติให้
เหมาะสม เพื่อให้เกิดผลดี²

ดังนั้น อรรถัตถุญญ จึงหมายถึง ความรู้จักตน คือรู้จักว่าตนเองมีคุณธรรมมากน้อยเพียงใด เมื่อรู้แล้ว
จะได้เร่งพัฒนา ปรับปรุง แก้ไข เพื่อเพิ่มพูนคุณธรรมให้ก้าวหน้าต่อไปอย่างรวดเร็ว

5.2 คุณธรรม คืออะไร

“คุณธรรม” แปลว่า สภาพคุณงามความดี³

คำว่า “คุณ” แปลว่า ประโยชน์ ความดี ความไม่มีโทษ ความไม่มีความชั่ว

“ธรรมะ” แปลว่า ความจริง ธรรมชาติ บุญ ความถูกต้อง ความดีงาม ความไม่เป็นพิษเป็นภัย
ความไม่กลับกลอก

เพราะฉะนั้น คุณธรรมจึงหมายถึง ความถูกต้องดีงามที่เกิดขึ้นมาในกาย วาจา ใจ คนที่มีคุณธรรม
จึงเป็นบุคคลที่ควบคุมทั้งกาย วาจา และใจ ไม่ให้คิดชั่ว พูดชั่ว ทำชั่วได้ รวมทั้งสามารถส่งเสริมและสนับสนุน
ตัวเองและคนอื่น ให้คิด พูด ทำในสิ่งที่มีประโยชน์ ถูกต้องดีงาม ด้วยความจริงใจอยู่เป็นนิจ

¹พจนานุกรม บาลี-ไทย สำหรับนักศึกษา ฉบับปรับปรุงใหม่ พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพฯ : ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง, 2538),
หน้า 14

²พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ พิมพ์ครั้งที่ 8, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2538),
หน้า 398

³ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542, (กรุงเทพฯ : นานมีบุ๊คพับลิเคชันส์), หน้า 253

คุณธรรมเกิดขึ้นได้อย่างไร

เมื่อพระภิกษุรู้จักกรรม และเข้าใจความหมายแล้ว จึงนำธรรมะซึ่งเป็นคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาฝึกปฏิบัติ เพื่อขัดเกลากาย วาจา ใจ ให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ เมื่อฝึกปฏิบัติต่อเนื่องเรื่อยไป จนกระทั่งกลายมาเป็นนิสัยรักการทำความดี เกลียดความชั่วฝังแน่นติดตัวไป ซึ่งก็คือคุณธรรมประจำใจของพระภิกษุนั่นเอง

เมื่อคุณธรรมเกิดขึ้นมาแล้วพระภิกษุต้องหมั่นตอกย้ำฝึกฝนตนเองตามคำสอนของสัมมาสัมพุทธเจ้าเรื่อยไป หมั่นสังเกต พัฒนา และปรับปรุงวิธีการให้เหมาะสม อย่าประมาทเพียงเพราะคิดว่าเราฝึกมามากพอแล้ว ดีแล้ว เพราะตราบใดที่ยังไม่สามารถกำจัดอาสวกิเลสให้หมดสิ้นได้ คุณธรรมภายในก็ยังไม่มั่นคง

5.3 ความสำคัญของการประเมินคุณธรรม

การประเมินคุณธรรมของตนเองอย่างสม่ำเสมอเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง ทั้งนี้เพื่อจะได้รู้ว่าคุณธรรมของเราขณะนี้มีความเจริญก้าวหน้าไปมากน้อยเพียงใด ห่างไกลจากมาตรฐานที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงกำหนดเอาไว้หรือไม่ ทำอย่างไรจึงจะเจริญก้าวหน้าอย่างต่อเนื่องเรื่อยไป หากหยุดนิ่ง หรือลดลง ต้องรีบหาทางแก้ไข ว่าสาเหตุคืออะไร มีอะไรเป็นอุปสรรค เช่น เป็นเพราะมีความเพียรไม่สม่ำเสมอใช่หรือไม่ ถ้าใช่ก็เพียรให้มากกว่าเดิม หรือเป็นเพราะสิ่งแวดล้อมไม่ดี ต้องแก้ไขที่สิ่งแวดล้อม สุขภาพไม่ดี ก็แก้ไขที่สุขภาพ ความเข้าใจของเราผิดพลาด ก็แก้ไขที่ความเข้าใจ เป็นต้น

การสังเกตและแก้ไข จะช่วยให้เราไม่ตกอยู่ในความประมาท และสามารถฝึกฝนให้คุณธรรมก้าวหน้ามั่นคง ตรงกับความประสงค์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ทรงตรัสไว้ใน ฐิติสูตร¹ ว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราไม่สรรเสริญแม้ซึ่งความตั้งอยู่ในกุศลธรรมทั้งหลาย โฉนจะสรรเสริญความเสื่อมรอบในกุศลธรรมทั้งหลายเล่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แต่เราสรรเสริญความเจริญในกุศลธรรมทั้งหลาย มิใช่ความตั้งอยู่ มิใช่ความเสื่อมในกุศลธรรม

...ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีศรัทธา ศีล สุตตะ จาคะ ปัญญา ปฏิภาณเท่าไร ธรรมเหล่านั้นของภิกษุนั้นย่อมไม่ตั้งอยู่ ย่อมไม่เจริญขึ้น ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวข้อนี้ว่า เป็นความเสื่อมในกุศลธรรมทั้งหลาย”

¹ฐิติสูตร, อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต, มก. เล่ม 38 ข้อ 53 หน้า 173

จากพุทธพจน์แสดงให้เห็นว่า พระองค์ทรงให้ความสำคัญกับกุศลธรรม หรือคุณธรรมของพระภิกษุ ใน 3 ลักษณะ คือ

1. ไม่ทรงสรรเสริญพระภิกษุที่มีคุณธรรมหยุดนิ่งอยู่กับที่
2. ไม่ทรงสรรเสริญพระภิกษุที่มีคุณธรรมเสื่อมลง หรือลดน้อยถอยลง
3. ทรงสรรเสริญพระภิกษุที่สามารถพัฒนาคุณธรรมให้เจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป

ซึ่งกุศลธรรมที่ทรงตรัสไว้ในที่นี้ หมายถึง การมีความเจริญในศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา และ ปฏิภาณ

เรื่องตัวอย่างการประเมินคุณธรรม

การรู้จักประเมินคุณธรรมในตัวเองเป็นเรื่องสำคัญในทางพระพุทธศาสนา เพราะหากพระภิกษุไม่สามารถประเมินได้ ก็อาจพบหลุมพรางของการฝึกฝนอบรมตนเองได้ง่ายๆ เหมือนกัน เหมือนดังเรื่องของ พระมหาติสสเถระ

พระมหาติสสเถระ¹

พระมหาติสสเถระ เป็นผู้เข้าถึงสมาบัติ 8² ตั้งแต่บวชได้ 8 พรรษา สามารถแสดงฤทธิ์ได้ และด้วยความที่ท่านได้เรียนและสอบถามธรรมมามาก เวลากล่าวธรรมจึงกล่าวได้ถูกต้องราวกับว่าท่านเป็น พระอรหันต์ กอปรกับกิเลสถูกข่มเอาไว้ไม่กำเริบขึ้นมา เพราะผลของสมาบัติที่ท่านเข้าถึง จึงทำให้ท่าน นึกไปว่าตนเองเป็นพระอรหันต์แล้ว แม้เวลาจะผ่านไปจนมีพรรษาได้ 60 พรรษา ก็ยังไม่รู้ว่าตนเองยังคงเป็น พระปุณณอยุ่

ต่อมาวันหนึ่ง พระอัมมทินนะผู้เป็นพระอรหันต์ ซึ่งเป็นลูกศิษย์ของท่านเองมาพบที่อาราม ท่านทราบ ว่าอาจารย์ของตนเองยังไม่ได้เป็นพระอรหันต์ จึงอยากให้ท่านรู้ตัว จึงชวนสนทนาธรรมไปเรื่อยๆ จนกระทั่ง มาถึงเรื่องของการบรรลุธรรม พระอัมมทินนะจึงถามพระมหาติสสเถระว่า “อาจารย์ท่านบรรลุธรรมเมื่อไร”

พระติสสเถระตอบว่า “บรรลุมาได้ 60 ปีแล้ว”

“ท่านใช้อำนาจสมาธิได้หรือไม่” พระเถระตอบว่า “ได้”

พระอัมมทินนะจึงขอให้ท่านช่วยเนรมิตสระน้ำใหญ่ ท่านก็เนรมิตสระให้เกิดขึ้น ขอให้เนรมิตดอกบัว

¹พระมหาติสสเถระ, อรรถกถา อังคุตตรนิกาย เอกนิบาต, มก. เล่ม 32 หน้า 67

²สมาบัติ 8 หมายถึง รูปฌาน 4 และ อรูปฌาน 4

ใหญ่ในสระ ท่านก็เนรมิตให้ ขอให้เนรมิตหญิงสาวในดอกบัว ท่านก็เนรมิตหญิงสาวขึ้นมา

พระธัมมทินนะจึงขอต่อไปว่า ให้ท่านเอาใจใส่ในรูปร่างของหญิงสาวนั้น พอพระมหาตีสสระเอาใจไปจดจ่อในรูปของหญิงสาวที่สวยงาม ความกำหนัดยินดีในกามก็พุ่งกำเริบขึ้นมา ท่านจึงรู้ว่าแท้ที่จริงท่านยังเป็นปุถุชนอยู่ เมื่อรู้อย่างนั้นท่านจึงขอให้พระธัมมทินนะช่วยแนะนำตัวท่านด้วย

พระธัมมทินนะแนะนำให้ท่านพิจารณาความไม่งามในร่างกาย แล้วเดินออกจากอารามไปเพื่อให้พระเถระได้ใช้เวลาทำความเพียร เพียงพระธัมมทินนะเดินพ้นออกไปเท่านั้น พระมหาตีสสระก็ได้บรรลุพระอรหัตผลในทันที

จากเรื่องนี้แสดงให้เห็นว่า หากไม่ทราบว่าจะประเมณคุณธรรมในตนเองอย่างไร โอกาสที่จะหลงคิดว่าตนเองบรรลุธรรม อย่างเรื่องของพระมหาตีสสระก็อาจเกิดขึ้นได้ ดังนั้นการรู้จักประเมณคุณธรรมภายใน จึงเป็นเรื่องที่สำคัญและจำเป็น

ในทางตรงกันข้าม สำหรับผู้ที่รู้จักประเมณคุณธรรมในตนเองได้ ก็จะทำให้ตนเองยังต้องทำความเพียรต่อไป คุณธรรมภายในก็จะยิ่งเพิ่มพูน เหมือนดังตัวอย่างของพระลูกนกเถระ ดังนี้

เรื่องพระลูกนกเถระ¹

พระลูกนกเถระ เดิมท่านเป็นกุลบุตรในตระกูลที่มีฐานะดี อยู่ในกรุงสาวัตถี แต่มีรูปร่างไม่น่าเลื่อมใส มีวรรณะไม่งาม ค่อม ไม่น่าดู

วันหนึ่งท่านไปที่วัดพระเชตวัน ที่พระบรมศาสดาประทับอยู่ ได้ฟังพระธรรมเทศนา เกิดศรัทธา จึงตัดสินใจบรรพชาอุปสมบท และเรียนกัมมัฏฐานที่นั่น บำเพ็ญวิปัสสนา จนได้บรรลุโสดาปัตติผล

ในสมัยนั้นเอง มีภิกษุที่เป็นเสขบุคคล² จำนวนมากเข้าไปกราบพระสารีบุตรเพื่อขอกัมมัฏฐานขอฟังธรรมเทศนา และถามปัญหาเพื่อการบรรลุธรรมที่สูงขึ้น เมื่อพระสารีบุตรบอกกัมมัฏฐานแสดงธรรมแก้ปัญหาก็แล้ว พระภิกษุเหล่านั้นได้พากันเพียรพยายาม จนกระทั่งบางพวกบรรลุสกทาคามีผล บางพวกบรรลุอนาคามีผล บางพวกบรรลุอรหัตผล บางพวกได้วิชชา 3 บางพวกได้อภิญญา 6 บางพวกได้ปฏิสัมภิทา 4

ส่วนพระลูกนกเถระเองก็สังเกตการณ์มาโดยตลอด แม้ว่าท่านจะเป็นพระเสขบุคคล ก็รู้จักกาล

¹เรียบเรียงจาก “ปฐมกัถยสูตร”, อรรถกถา ขุททกนิกาย อุทาน, มก. เล่ม 44 หน้า 661

²เสขบุคคล คือ ผู้ที่ยังต้องศึกษาอยู่ ได้แก่พระอริยบุคคลที่ยังไม่บรรลุอรหัตผล คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี และพระอนาคามี

และทราบว่าตนยังมีความบกพร่องในทางจิตภาวนา จึงเข้าไปหาพระสารีบุตร และขอให้ท่านแสดงธรรมเทศนาให้ฟังบ้าง ในที่สุดท่านก็ได้บรรลอรหัตผล

จากเรื่องดังกล่าว แม้ว่าพระลูกกุณฑลภักทียะเป็นพระโสดาบันแล้ว ท่านก็ยังหมั่นสังเกตรและประเมินตนเองด้วยความไม่ประมาท จึงทำให้ท่านได้ไปสู่จุดหมายปลายทาง คือหมดกิเลสเป็นพระอรหันต์

5.4 ธรรม 6 ประการ สำหรับใช้ประเมินคุณธรรม

การจะวัดสิ่งใดๆ ต้องอาศัยเครื่องมือที่เหมาะสมกันมาใช้วัด เช่น หากต้องการวัดความยาว คงต้องอาศัยไม้บรรทัด หรือตลับเมตร ถ้าจะวัดน้ำหนัก ต้องอาศัยเครื่องชั่ง ถ้าจะวัดเวลา ก็ต้องอาศัยนาฬิกา เป็นต้น ฉะนั้นใดก็ฉนั้น หากต้องการวัดคุณธรรมหรือประเมินคุณธรรม ที่เกิดขึ้นจากการฝึกฝนอบรมตนเองตามพระธรรมวินัย ก็ต้องอาศัยหลักธรรม 6 ประการ ที่ทรงตรัสไว้ในอรรถกถาเป็นตัววัด

ธรรม 6 ประการ ได้แก่ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา และปฏิภาณ มีรายละเอียดดังนี้ คือ

5.4.1 ศรัทธา

“**ศรัทธา**” แปลว่า ความเชื่อ ความเลื่อมใส ในทางธรรมหมายถึง เชื่อสิ่งที่ควรเชื่อ ความเชื่อที่ประกอบด้วยเหตุผล ความมั่นใจในความจริง ความดี สิ่งดีงาม และในการทำความดี ไม่ลู่ไหลตื่นตูมไปตามลักษณะอาการภายนอก แบ่งออกเป็น 4 อย่างคือ

1. **กัมมสัทธา** ความเชื่อในเรื่องกรรม หรือกฎแห่งกรรมว่ามีจริง
2. **วิปากสัทธา** ความเชื่อในผลของกรรม ว่าทำดีย่อมได้รับผลดีจริง ทำชั่วย่อมได้รับผลชั่วจริง
3. **กัมมัสสกตาสัทธา** ความเชื่อว่าสัตว์มีกรรมเป็นของตัวเอง ใครทำกรรมใดไว้ ย่อมเป็นผู้ได้รับผลของกรรมนั้น
4. **ตถาคตโพธิสัทธา** ความเชื่อในปัญญาตรัสรู้ธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า¹ ซึ่งหมายความว่า
 - 1) เชื่อว่าพระพุทธเจ้ามีจริงๆ คือพระองค์ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองจริง
 - 2) พระธรรมคำสอนของพระองค์ดีจริง คือ เป็นไปเพื่อความเจริญในกุศลธรรมแต่ฝ่ายเดียว

¹พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ พิมพ์ครั้งที่ 8 (กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2538), หน้า 323

3) เมื่อนำคำสอนของพระองค์มาปฏิบัติแล้วได้ผลดีจริง คือ ปฏิบัติแล้วสามารถหมดกิเลสตามพระองค์ไปได้จริง

ในบรรดาศรัทธาทั้ง 4 ตถาคตโพธิ์สัทธาที่มีความสำคัญที่สุด เพราะความเชื่ออื่นๆ นั้น อาศัยความเชื่อในปัญญาตรัสรู้ธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นพื้นฐาน

ในทางปฏิบัติ ศรัทธามีลักษณะเป็นความสว่างที่เกิดขึ้นในใจ เมื่อเกิดแล้ว จะส่งผลให้คนๆ นั้นอยากทำความดีด้วย กาย วาจา และใจ ซึ่งเป็นต้นทางให้กุศลธรรมเจริญขึ้นมา เหมือนดังเรื่องตัวอย่างของพระสารีบุตรเถระ¹

สมัยที่พระสารีบุตรเถระยังเป็นฆราวาสอยู่ ท่านมีชื่อว่า “อุปติสสะ” เกิดความเบื่อหน่ายในเพศฆราวาส จึงออกบวชอยู่ในสำนักของสญชัยปริพาชก พร้อมกับเพื่อนชื่อ “โกลิตะ” ซึ่งต่อมาก็คือพระมหาโมคคัลลานเถระ ท่านทั้งสองพบว่า ลัทธิของสญชัยปริพาชกไม่มีแก่นสาร จึงตกลงกันว่าจะออกแสวงหาอาจารย์ที่จะช่วยแนะนำให้ได้บรรลุธรรม โดยหากใครได้บรรลุก่อน ก็ให้กลับมาบอกกันและกันด้วย

วันหนึ่งอุปติสสปริพาชกเห็นอิริยาบถอันน่าเลื่อมใส ท่าทางสง่างาม มีความสำรวมดีของพระอัสสชิเถระขณะที่ท่านกำลังบิณฑบาต จึงเกิดเลื่อมใสศรัทธา เดินตามไปเพื่อสอบถามธรรม เมื่อได้ฟังพระอัสสชิแสดงธรรมแต่เพียงสั้นๆ ท่านก็ได้บรรลุเป็นพระโสดาบันบุคคลในทันที

การที่พระสารีบุตรได้บรรลุธรรมก็เพราะเริ่มต้นจากความเป็นผู้มีศรัทธาในพระอัสสชีก่อน ศรัทธาจึงเป็นเหมือนต้นทางแห่งความดี ใครที่มีศรัทธาก็ก่อกองมีโอกาสจะพัฒนาคุณธรรมให้เกิดขึ้นในตน สำหรับผู้มีศรัทธา พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงให้หลักในการพิจารณาไว้ใน ฐานสูตร² ว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้มีศรัทธาเลื่อมใส พึงรู้ได้ด้วยสถาน 3 คือ

- (1) เป็นผู้ใคร่ในการเห็นผู้มีศีลทั้งหลาย
- (2) เป็นผู้ใคร่เพื่อจะฟังธรรม
- (3) มีใจปราศจากมลทิน คือความตระหนี่อยู่ครองเรือน มีการบริจาคอันปล่อยแล้ว มีมืออันล้างไว้ (คอยจะหยิบของให้ทาน) ยินดีในการสละ ควรแก่การขอ พอใจในการให้และการแบ่งปัน”

¹เรียบเรียงจาก “สารีปุตตเถรปาทาน”, ขุททกนิกาย อปทาน, มก. เล่ม 70 หน้า 413

²ฐานสูตร, อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต, มก. เล่ม 34 ข้อ 481 หน้า 192

สำหรับผู้มีศรัทธา ก็ควรพัฒนาศรัทธาของตนนั้นให้มั่นคง กลายเป็น “อจลศรัทธา” คือความเลื่อมใสศรัทธาชนิดที่หมดความสงสัยใดๆ ในพระรัตนตรัย เมื่อมีศรัทธาตั้งมั่น จึงจะมั่นใจได้ว่า คุณธรรมความดีของเรา จะก้าวหน้า ไม่เสื่อมสลายหรือลดน้อยลงไปได้เลย

5.4.2 คีล

“คีล” แปลว่า ความประพฤติดีทางกายและวาจา การรักษากายและวาจาให้เรียบร้อย ข้อปฏิบัติสำหรับควบคุมกายและวาจาให้อยู่ในความดีงาม การรักษากายตามระเบียบวินัยปกติมารยาทที่ปราศจากโทษ ข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว ข้อปฏิบัติในการฝึกหัดกายวาจาให้ดียิ่งขึ้น ความสุจริตทางกายวาจาและอาชีวะ¹

คีลจึงเป็นเครื่องควบคุมกาย และวาจา ให้เรียบร้อยดีงาม ซึ่งสำหรับพระภิกษุ นั้น พระอรรรค-
กถาจารย์ได้รวบรวมไว้เป็น 4 ประเภท เรียกว่า “ปาริสุทธิคีล” คือ

1. ปาฏิโมกขสังวรคีล คือการเว้นจากข้อที่พระพุทธองค์ทรงห้าม และทำตามข้อที่ทรงอนุญาต และประพฤดิเคร่งครัดในสิกขาบททั้งหลาย แบ่งออกได้ 3 หัวข้อด้วยกัน คือ

1.1 ถึงพร้อมด้วยมรรยาทและโคจร

1.2 มีปกติเห็นภัยในโทษแม้เพียงเล็กน้อย

1.3 สมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย

2. อินทริยสังวรคีล คือสำรวมระวังในอินทริย์ทั้ง 6 ไม่ให้บาปอกุศลครอบงำใจ

3. อาชีวะปาริสุทธิคีล คือ ความบริสุทธิ์แห่งอาชีวะ เลี้ยงชีวิตโดยทางที่ชอบ ไม่ประกอบด้วยการเลี้ยงชีพที่ผิด เช่น หลอกหลวงเขา หรือประจบเขาเพื่อหวังสิ่งของ เป็นต้น

4. ปัจฉยสันนิสสิตคีล หรือปัจฉเวกขณคีล คือ การพิจารณาใช้สอยปัจจัย 4 ให้ถูกต้องตามวัตถุประสงค์และประโยชน์ของสิ่งนั้น

คีลทั้ง 4 ประเภท มีเป้าหมายสำคัญอยู่ที่การรักษา กาย วาจา และใจ ให้คิดดี พูดดี และทำดี เหมือนดังเรื่องใน กัณฺฐจณฺชณฺธาตค²

¹พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ พิมพ์ครั้งที่ 8, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2538), หน้า 292

²กัณฺฐจณฺชณฺธาตค, อรรถกถา ชาตก เอกนิบาต, มก. เล่ม 56 หน้า 90

มีกุลบุตรคนหนึ่งเกิดศรัทธา บวชอุทิศชีวิตในพระพุทธศาสนา เมื่อบวชแล้ว พระอาจารย์และอุปัชฌาย์ได้สอนเรื่องศีลที่เธอต้องรักษา โดยจำแนกศีลออกเป็นประเภทต่างๆ อย่างถี่ถ้วนให้ฟัง ภิกษุรูปนั้นรู้สึกว้าเหวเป็นสิ่งที่ละเอียดอ่อน มีรายละเอียดมากมาย จึงคิดว่าตนเองคงไม่อาจทำตามได้ทั้งหมด เมื่อคิดอย่างนั้นก็เกิดความท้อใจ จึงไปกราบลาพระอาจารย์และพระอุปัชฌาย์เพื่อขอลาสิกขา

พระอาจารย์และพระอุปัชฌาย์ได้ฟังดังนั้น จึงพาภิกษุรูปนี้ไปเข้าเฝ้าพระพุทธองค์ หลังจากพระพุทธองค์ทรงทราบถึงสาเหตุของการขอลาสิกขาลแล้ว จึงตรัสกับภิกษุรูปนั้นว่า

“ภิกษุ เธอจะต้องการศีลมากๆ ไปทำไมเล่า เธอสามารถจะรักษาศีลเพียง 3 ประเภทได้ไหม”

ภิกษุนั้นทูลตอบว่า “ข้าพระพุทธองค์สามารถรักษาได้ พระเจ้าข้า”

พระศาสดาจึงตรัสว่า “ถ้าเช่นนั้น ตั้งแต่บัดนี้ไป เธอจงรักษาทวารทั้ง 3 ไว้ คือ กายทวาร วาจาทวาร มโนทวาร อย่ากระทำการชั่วด้วยกาย อย่ากระทำการชั่วด้วยวาจา อย่ากระทำการชั่วด้วยใจ ไปเถิด อย่าลี้ภัยเลย จงรักษาศีล 3 ข้อ เหล่านี้เท่านั้นเถิด”

ด้วยพระพุทธดำรัสเพียงเท่านั้น ภิกษุนั้นก็มีใจยินดี กราบทูลว่า “ดีละพระเจ้าข้า ข้าพระพุทธองค์จักรักษาศีล 3 เหล่านี้ไว้” แล้วถวายบังคมพระศาสดา กลับออกไปพร้อมกับอาจารย์และพระอุปัชฌาย์

เมื่อเธอบำเพ็ญศีลทั้ง 3 เหล่านี้ผู้นั้นอยู่เพียง 2-3 วัน ก็บรรลุธรรม เป็นพระอรหันต์องค์หนึ่งในพระพุทธศาสนา

แท้ที่จริงศีลทั้งหลายสรุปลงที่การรักษากาย วาจา ใจ ให้ใสสะอาดอยู่เสมอ แต่เนื่องจากว่า คนส่วนใหญ่ไม่ได้มีปัญญาพอจะรู้ว่าตนเองควรรักษาศีลด้วยอาการอย่างไร การรู้แค่เพียงรักษากาย วาจา ใจ อาจจะไม่เพียงพอให้นำไปปฏิบัติได้สำหรับทุกๆ คน อย่างในกรณีของพระภิกษุรูปนี้ ท่านเป็นผู้มีปัญญาอันสั่งสมมามาก แม้ได้ฟังวิธีการรักษาศีลแต่เพียงสั้นๆ ท่านก็เข้าใจว่าจะต้องนำไปปฏิบัติอย่างไร แต่สำหรับพระภิกษุทั่วไป การได้ศึกษาเรียนรู้รายละเอียดของศีลที่พระองค์ขยายความไว้ ยังเป็นสิ่งจำเป็น

5.4.3 สุตะ

“สุตตะ” แปลว่า ได้ยิน ได้ฟังแล้ว¹

โดยความหมาย สุตตะจะหมายถึงการฟัง หรือการศึกษาเล่าเรียน การศึกษาในสมัยก่อน หรือแม้แต่ปัจจุบัน ก็อาศัยจากการฟัง และการดูหรืออ่านเป็นหลัก เป็นการเปิดรับข้อมูลใหม่ๆ ที่ทำให้เราได้ปัญญา ซึ่งการศึกษาดังนี้มีหลายวิธี เช่น การฟังเทศน์ การค้นคว้าจากตำรับตำรา การสนทนาธรรม การประชุมกลุ่ม

¹ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542, (กรุงเทพฯ : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์, 2546), หน้า 1204

เพื่อแลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกัน

โดยสรุปแล้ว สุตะ คือการหมั่นเข้าไปแสวงหาความรู้ สะสมข้อมูลธรรมะใหม่ๆ อยู่เสมอ เมื่อฟังแล้วก็นำมาตรึกตรองตาม ถ้ามีปัญหา หรือข้อสงสัยใดๆ ก็ไม่ยอมปล่อยผ่าน หมั่นเข้าไปสอบถามกับผู้รู้ให้เข้าใจ เพราะการหมั่นฟังธรรม ย่อมจะได้รับอานิสงส์ 5 ประการ¹ คือ

1. ได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง
2. เข้าใจสิ่งที่เคยฟังแล้ว ได้อย่างชัดเจน กระฉ่างยิ่งขึ้น
3. บรรเทาความสงสัยได้
4. ทำให้มีความเห็นถูกต้องตรงไปตามความเป็นจริง
5. ผู้ฟังมีจิตเลื่อมใส

ผลที่สุดจากการฟังธรรม จิตของเราจะเลื่อมใส คือเกิดศรัทธาในพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามากยิ่งขึ้นไป และอยากที่จะศึกษาคำสอนของพระองค์เพิ่มขึ้นไปตามลำดับ

เพราะฉะนั้น การปล่อยชีวิตให้ผ่านไปวันๆ ไม่หมั่นศึกษาธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ย่อมทำให้ความรู้ของเราไม่ก้าวหน้า ปัญญาก็ไม่เพิ่มพูน ดังพุทธพจน์ที่ว่า

“คนมีสุทธะน้อยนี้ ย่อมแก่เหมือนโคถึก เนื้อของเขาหอมเจริญ แต่ปัญญาของเขาหาเจริญไม่”²

ดังนั้น การสั่งสมความรู้ธรรมะยิ่งมากเท่าไร ยิ่งเป็นผลดี เพราะนอกจากจะเป็นประโยชน์กับการฝึกฝนอบรมตนเอง ยังเป็นประโยชน์กับการแนะนำผู้อื่นด้วย การมีสุทธะเหมือนกับการมีอาวุธไว้สู้กับข้าศึก ภายใน คือกิเลสที่ฝังแน่นอยู่ในใจตน สมดังที่พระพุทธองค์ตรัสเปรียบเทียบกับใน “นครสูตร”³ ว่า

“อริยสาวกเป็นพหูสูต ทรงสุทธะ สั่งสมสุทธะ ได้สดับตรับฟังมาก ทรงจำไว้ คล่องปาก ขึ้นใจ แทะตลอดด้วยดีด้วยทวิภูลิว ซึ่งธรรมทั้งหลายอันงาม ในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในที่สุด ประกาศพรหมจรรย์พร้อมทั้งอรรถพร้อมทั้งพยัญชนะ บริสุทธิ์ บริบูรณ์สิ้นเชิง เปรียบเหมือนในปัจฉินตนคร

¹ธัมมัสสวนสูตร, อังคุดตนิกาย ปัญจกนิบาต, มก. เล่ม 36 ข้อ 202 หน้า 448

²ชราวรรค, ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท, มก. เล่ม 42 หน้า 142

³นครสูตร, อังคุดตนิกาย สัตตกนิบาต, มก. เล่ม 37 ข้อ 64 หน้า 226

ของพระราชามีการสะสมอาวุธไว้มาก ทั้งที่เป็นอาวุธแหลมยาวและอาวุธ
คม สำหรับคุ้มภัยภายในและป้องกันอันตรายภายนอก ฉะนั้น

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกผู้มีสัจตะเปรียบเหมือนกับอาวุธ ย่อมละอกุศล เจริญกุศล ละกรรม
ที่มีโทษ เจริญกรรมอันไม่มีโทษ บริหารตนให้บริสุทธิ์”

5.4.4 จาคะ

“จาคะ” แปลว่า การสละ การให้ปัน การเสียสละ การสละสิ่งที่เป็นข้าศึกแก่ความจริงใจ การ
สละกิเลส¹

จาคะกับทานใช้ในความหมายที่ใกล้เคียงกัน ทานมักจะหมายถึงการให้ทานเป็นสิ่งของ แต่จาคะจะรวม
การสละอารมณ์ที่เกิดจากการถูกกิเลสครอบงำ คือ ความโลภ โกรธ หลง เป็นต้น

จาคะ เป็นเรื่องของการเสียสละอย่างน้อย 3 ประการ คือ

1. สละทรัพย์สิน สิ่งของ ออกมาทำบุญทำทาน สร้างบุญ สร้างกุศล เพื่อเป็นเสบียงบุญไปในภพ
ชาติเบื้องหน้า การมีทรัพย์สินสมบัติมาก มักจะทำให้ใจเป็นห่วงกังวล เกิดความตระหนี่หวงแหนได้ง่าย จึง
ต้องแก้ไขด้วยการให้ทาน เมื่อให้แล้วก็ตัดใจ ไม่ให้มีมีความอาลัยหรือเสียดายทรัพย์สินในภายหลัง

เมื่อตัดความตระหนี่ถี่เหนียว ความหวงแหนในทรัพย์สินสมบัติ ซึ่งเป็นกิเลสอย่างหยาบ คือความโลภ
ได้แล้ว การสละกิเลสอย่างละเอียดที่นอนเนื่องอยู่ในใจจะสามารถสละได้ง่ายขึ้น และเมื่อหวนนึกถึงการทำทาน
อย่างต่อเนื่องในครั้งก่อนๆ ของตน ก็จะทำให้ใจรวมหยุดนิ่งได้ง่าย ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน
“มหานามสูตร”² ว่า

“ดูก่อนมหานามะ สมัยใด อริยสาวกย่อมระลึกถึงการบริจาค
เนื่องๆ สมัยนั้น จิตของอริยสาวกนั้นย่อมไม่ถูกราคะกลุ้มรุม ไม่ถูกโทสะ
กลุ้มรุม ไม่ถูกโมหะกลุ้มรุม ย่อมเป็นจิตดำเนินไปตรงทีเดียว”

2. สละความสะดวกสบายที่มากเกินไป ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดโรคภัย ความเพียรย่อหย่อน เช่น
แค่เดินไปใกล้ๆ ก็อยากให้มีรถไปส่ง ไม่อยากเดิน นั่งอยู่ในห้องธรรมดาได้ ก็อยากได้เครื่องปรับอากาศ
ขาดความอดทน จึงกลายเป็นคนประเภทหนักไม่เอาเบาไม่สู้ ติดความสะดวกสบาย เมื่อรักสบาย เท่ากับตามใจกิเลส
กลายเป็นคนเอาแต่ใจตัวเอง และไม่รักที่จะฝึกฝนอบรมตน

¹พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ พิมพ์ครั้งที่ 8, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2538),
หน้า 42

²มหานามสูตร, อังคุตตรนิกาย ฉักกนิบาต, มก. เล่ม 36 ข้อ 281 หน้า 531

3. **สละอารมณ์** คือ สละอารมณ์ที่ไม่ดีต่างๆ ออกไปจากใจให้หมด ทั้งอารมณ์ที่เกิดเพราะความโลภ ความโกรธ ความหลง เมื่อสละอารมณ์ได้ ใจก็คลายจากสิ่งต่างๆ นอกตัว กลับเข้ามาตั้งมั่นอยู่ภายใน เช่นเมื่อใจถูกนิรวณทั้ง 5 ครอบงำ จึงทำให้ใจไม่ผ่องใส จิตไม่ตั้งมั่น ไม่เป็นสมาธิ การสละนิรวณ 5 ได้ จึงให้ผลในทางตรงข้าม คือสามารถหยุดใจ และจิตก็ตั้งมั่น สมดังที่พระลัมมะลัมพูทเจ้าตรัสไว้ใน “เตวิชชสูตร”¹ว่า

“เมื่อภิกษุตามเห็นนิรวณ 5 เหล่านี้ที่ละได้แล้วในตน ปราโมทย์ย่อมเกิดขึ้น เมื่อมีปราโมทย์ก็เกิดปีติ เมื่อใจประกอบด้วยปีติกายก็สงบ เมื่อกายสงบก็เสวยสุข เมื่อเสวยสุขจิตก็ตั้งมั่น”

ดังนั้น เราจึงควรหมั่นฝึกใจด้วยการสละอารมณ์ ไม่ให้เกิดความยินดี และยินร้าย เพื่อรักษาสภาพความเป็นปกติของใจ ดังที่พระมงคลเทพมุนีได้เคยกล่าวถึงการสละอารมณ์² และผลจากการสละไว้ว่า

“ทานในพระปรมาตม³ 6 คือ อายตนะ 6 คือ ยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ถอนความยินดีในอารมณ์เหล่านี้เสียได้ สละความยินดีในอารมณ์เหล่านี้เสียได้...ความยินดีเหล่านี้ หากถอนอารมณ์ออกเสียได้ ไม่ให้เสียดแทงเราได้ พิจารณานี้เป็นอารมณ์ของชาวโลก ไม่ใช่อารมณ์ของธรรม ปลอยอารมณ์เหล่านั้นเสีย ไม่ยึดมั่นถือมั่น ไม่ให้เข้าไปเสียดแทงใจ ทำใจให้หยุดให้นิ่ง นี่เขาเรียกว่า ให้ธรรมารมณ์เป็นทาน ย่อมมีกุศลใหญ่ เป็นทางไปแห่งพระนิพพานโดยแท้ และเป็นทานอันยิ่งใหญ่ทางปรมาตม⁴”

5.4.5 ปัญญา

“ปัญญา” แปลว่า ความรอบรู้ ความรู้ทั่ว ความฉลาดเกิดแต่เรียน และคิด ปรัชชาหยั่งรู้เหตุผล ความรู้เข้าใจชัดเจน ความรู้เข้าใจหยั่งแยกได้ในเหตุผล ดีชั่ว คุณโทษ ประโยชน์มิใช่ประโยชน์ เป็นต้น และรู้ที่จะจัดแจง จัดสรร จัดการ ความรอบรู้ในกองสังขาร⁴ มองเห็นตามเป็นจริง

ปัญญามีอยู่ 3 ระดับ ได้แก่

1. **จินตมยปัญญา** ปัญญาที่เกิดขึ้นจากการคิดพิจารณาหาเหตุผล โดยอาศัยความรู้เดิมที่มีอยู่เป็นพื้นฐาน

¹เตวิชชสูตร, ทีฆนิกาย สิลขันธวรรค, มก. เล่ม 12 ข้อ 383 หน้า 272

²พระธรรมเทศนาพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร), เรื่อง “ภัตตานุโมทนาภา” , 9 พฤษภาคม 2497, หน้า 358

³ปรมาตม แปลว่า ประโยชน์อย่างยิ่ง คือพระนิพพาน หรือแปลว่า ความหมายสูงสุด ความหมายที่แท้จริง

⁴สังขาร แบ่งเป็น 2 ประการคือ สังขารที่ไม่มีใจครอง เรียกกอนุपाตินสังขาร เช่น รถ ภูเขา เรือ เป็นต้น และสังขารที่มีใจครอง เรียกกุพาตินนสังขาร เช่น สัตว์ดิรัจฉาน และมนุษย์ ทั้ง 2 ประเภทนี้ ย่อมเกิดขึ้นและตั้งอยู่เพราะอาศัยเหตุแต่งขึ้น ก็ต้องเป็นไปตามเหตุ

2. สุตมยปัญญา ปัญญาที่เกิดจากการศึกษาเล่าเรียน หรือได้ยินได้ฟังมาจากผู้อื่น

3. ภาวนามยปัญญา เป็นปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติธรรม

ปัญญาที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงปรารภนาให้พระภิกษุเข้าถึง คือปัญญาที่เกิดจากการเจริญสมาธิภาวนา หรือที่เรียกว่า “อธิปัญญา” ซึ่งพระองค์ตรัสไว้ว่า

“อธิปัญญาสิกขาเป็นโณน ภิกษุในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีปัญญาประกอบด้วยปัญญาอันให้ถึงความเกิดและความดับ เป็นอริยะ ชำแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ

ภิกษุนั้น ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่านี้ทุกข์ นี้เหตุให้เกิดทุกข์ นี้ความดับทุกข์ นี้ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ เหล่านี้อาสวะ นี้เหตุให้เกิดอาสวะ นี้ความดับอาสวะ นี้ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับอาสวะ นี้ชื่อว่า อธิปัญญาสิกขา”¹

อธิปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการรู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ 4² หมายถึงความรู้ของพระอริยเจ้าที่รู้ในความทุกข์ รู้ว่าเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์นั้นคืออะไร รู้ว่าทุกข์สามารถที่จะดับหรือกำจัดได้ และเห็นวิธีปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นนั้น

ความรู้เช่นนี้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า คือปัญญาที่เห็นความเกิดและความดับ ซึ่งก็คือการเห็นไตรลักษณ์³ นั่นเอง เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างมีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ชั่วขณะหนึ่ง และเสื่อมสลายไป สรรพสิ่งทั้งหลายไม่ว่าจะเป็นภูเขา บ้านเรือน รวมถึงตัวของเราเองล้วนตกอยู่ในความเกิดและความดับ ร่างกายนี้มีความเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา เพราะฉะนั้นความรู้เท่าทันและทั่วถึงในความเกิดและความดับในตัวของเรานี้ ตัวตนของเราแท้ที่จริงไม่ใช่เป็นของของเรา ไม่ใช่เป็นตัวของเรา มีวันที่จะแตกสลายไปได้ ความรู้เท่าทันในการเกิดและดับ จึงหมายถึงการรู้เท่าทันในสังขาร รู้เท่าทันในตัวของตัวเอง

5.4.6 ปฏิภาณ

“ปฏิภาณ” แปลว่า เชาวน์ไวในการกล่าวแก้ หรือโต้ตอบได้ฉับพลันทันที และแยบคาย ปัญญาแก้

¹ว่าด้วยผู้มีสติโดยเหตุ 4, ขุททกนิกาย มหานิทเทส, มก. เล่ม 66 ข้อ 708 หน้า 289

²อริยสัจ 4 คือความจริงของพระอริยเจ้า ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค

³ไตรลักษณ์ คือ ลักษณะสาม หมายถึง ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความมีตัวตน (อนิจฺจตา ทุกฺขตา อนตฺตตา)

การณเฉพาะหน้า ความคิดทันการ¹

ปฏิภาณ หมายถึง ความสามารถในการตีกลับ โต้กลับ คือเป็นการเอาปัญญามาใช้ได้ตอบได้อย่างคล่องแคล่วว่องไว แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างรวดเร็ว เป็นคุณธรรมที่ประเสริฐอย่างหนึ่ง หากใครมีปฏิภาณมาก มีความเฉียบแหลม เซวไวไวพริบในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าก็จะมีมากตามไปด้วย

ผู้มีปฏิภาณ คือผู้ที่สั่งสมปัญญาไว้มาก ในทางพระพุทธศาสนามีคำที่ใช้เรียกผู้มีปัญญาแตกฉานว่า “ปฏิสัมภิตา” มีอยู่ 4 ประการ คือ

1. อรรถปฏิสัมภิตา ปัญญาแตกฉานในอรรถ หรือความหมาย
2. ธรรมปฏิสัมภิตา ปัญญาแตกฉานในธรรม
3. นิรุตติปฏิสัมภิตา ปัญญาแตกฉานในนิรุตติ หรือภาษา
4. ปฏิภาณปฏิสัมภิตา ปัญญาแตกฉานในปฏิภาณ

ในบรรดาความแตกฉานเหล่านั้น ปฏิภาณปฏิสัมภิตา ถือว่าเลิศที่สุด เพราะผู้ที่แตกฉานในปฏิภาณนี้ ต้องเป็นทั้งผู้ที่แตกฉานในอรรถ ในธรรม และในนิรุตติไปพร้อมกัน จึงจะสามารถนำความรู้ที่ตนเองแตกฉานนั้น มาใช้ได้ตอบหรือแก้ไขปัญหาคิดทันการ

สำหรับบุคคลผู้สามารถได้ตอบปัญหานี้ แบ่งออกได้เป็น 4 ประเภท คือ

1. ตอบไม่แม่นยำ และช้า
2. ตอบไม่แม่นยำ แต่เร็ว
3. ตอบแม่นยำ แต่ช้า
4. ตอบแม่นยำ และเร็ว

ในบรรดาบุคคลเหล่านี้ ผู้ที่ตอบปัญหาได้แม่นยำ และเร็ว คือผู้มีปฏิภาณดีที่สุด ซึ่งการจะมีปฏิภาณดีอย่างนี้ ต้องเป็นผู้ที่มีการสั่งสมปัญญามากและฉลาด หรือมีความคล่องแคล่วในการใช้ปัญญา ถ้าอุปมาปัญญาเหมือนข้าวของเครื่องใช้ที่แต่ละชั้นก็มีประโยชน์แตกต่างกันไป ผู้มีปฏิภาณคงเปรียบได้กับผู้ที่ฉลาดในการนำข้าวของนั้นมาจัดให้เป็นระเบียบเรียบร้อย เมื่อถึงคราวต้องใช้ ก็ทราบได้ทันทีว่าต้องใช้ของชิ้นใด อยู่ตรงไหน จึงสามารถหยิบมาใช้ได้ตามชอบใจ รวดเร็วและทันท่วงที

¹ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542, (กรุงเทพฯ : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์,2546), หน้า 647 และ พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ พิมพ์ครั้งที่ 8, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,2538), หน้า 145

5.5 ความสำคัญของธรรม 6 ประการ

การที่พระองค์ทรงให้พระภิกษุใช้ธรรมทั้ง 6 ประการมาประเมินคุณธรรมที่เกิดขึ้นนี้ แสดงให้เห็นถึงความจริงที่สำคัญของธรรมทั้ง 6 นี้ อย่างน้อย 3 ประการ คือ

1. ต้องเป็นธรรมที่สามารถใช้ประเมินคุณธรรมที่เกิดขึ้นได้ ไม่ว่าพระภิกษุจะฝึกฝนอบรมตนเองด้วยวิธีการไหน หรือมีรายละเอียดในการฝึกแตกต่างกันอย่างไรก็ตาม เช่นพระภิกษุที่ฝึกปฏิบัติกรรมฐานด้วยวิธีสุภา อานาปานสติ กสิณ อนุสติ หรือวิธีอื่นใด ผลที่เกิดขึ้นต้องสามารถใช้ธรรม 6 ประการนี้ประเมินได้เสมอ
2. ต้องเป็นธรรมที่สามารถใช้ประเมินคุณธรรมของพระภิกษุได้ครอบคลุมทุกระดับ ตั้งแต่พระภิกษุปุถุชน จนถึงพระอริยเจ้า
3. คุณธรรมสูงสุดที่พระพุทธองค์ทรงมุ่งหมาย คือ การสิ้นกิเลสอาสวะได้บรรลอรหัตผล ดังนั้นธรรมทั้ง 6 ประการที่ใช้ประเมิน ต้องมีความเกี่ยวเนื่องระหว่างกัน โดยต้องมีลักษณะส่งเสริมกันและกันไปสู่การบรรลุพระอรหัตในที่สุด

จากความจริงทั้ง 3 ประการ จึงเป็นเหตุผลว่าทำไมธรรมทั้ง 6 ประการ จึงเหมาะสมจะนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการประเมินคุณธรรมภายในของพระภิกษุได้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะหากพิจารณาให้ดี จะเห็นว่าธรรมทั้ง 6 ประการ เกี่ยวข้องต่อเนื่องกัน ในด้านที่ช่วยผลักดันให้คุณธรรมพัฒนาก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป ซึ่งสามารถอธิบายในภาพรวมได้ดังนี้

1. **“ศรัทธา”** ความเลื่อมใสศรัทธาเกิดขึ้นมาจากการได้ฟังพระสัทธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จนกระทั่งเกิดความเข้าใจถูกต้องว่า ชีวิตของตนเองเกิดมาเพื่อสั่งสมบุญบารมี และเป้าหมายสูงสุดของชีวิตนี้คือการบรรลุมรรคผลนิพพาน และเพราะการจะบรรลุเป้าหมาย ต้องฝึกฝนอบรมตนเองให้กาย วาจา และ ใจ มีความบริสุทธิ์ผ่องใส หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะใดๆ ทั้งปวง ความศรัทธาจึงเป็นจุดตั้งต้นให้อยากทำความดี โดยอาศัยคำสอนของพระพุทธองค์มาเป็นหลักปฏิบัติในชีวิตของตนเอง
2. **“ศีล”** หลักปฏิบัติเบื้องต้นตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือการควบคุมกาย และวาจาของตนเองให้บริสุทธิ์ ได้แก่การระมัดระวังกาย และวาจา ไม่ให้ไปทำบาปอกุศลทั้งปวง ดังนั้นข้อปฏิบัติในขั้นแรกสำหรับผู้มีศรัทธา ก็คือการรักษาศีลของตนให้มั่นคง
3. **“สุตะ”** เมื่อรักษาศีลของตนได้ดีแล้ว กาย วาจาที่บริสุทธิ์ จะนำความสุขมาให้แก่ผู้รักษา และจะทำให้อยากมีความบริสุทธิ์ทั้งกายและวาจายิ่งๆ ขึ้นไป เช่น หากรักษาศีล 5 ได้เป็นปกติ ก็จะทำให้คิดว่าหากรักษา

ศีล 8 ได้ ตนเองก็จะมีคุณธรรมยิ่งขึ้นไปอีก เมื่อรู้สึกเช่นนี้ ความอยากรู้อยากเข้าใจในธรรมก็มีมากขึ้น จึงเกิดความขวนขวายที่จะได้ยินได้ฟังธรรม ซึ่งก็คือ “สุตะ” นั่นเอง

4. “**จาคะ**” เมื่อฝึกจนมีกาย และวาจาใสสะอาดบริสุทธิ์มาได้ระดับหนึ่ง จะพบว่าแท้ที่จริง ศีลก็คือเครื่องมือที่ช่วยฝึกให้ใจไม่ไปติดในสิ่งนอกตัวมากนัก เพราะการที่ไม่ได้นำกายและวาจาไปทำความชั่วอะไรเท่ากับเป็นการควบคุมใจของตนเองไว้ให้อยู่กับตัวเมื่อกายวาจาบริสุทธิ์ผ่องใสใจก็เริ่มตั้งมั่นอยู่ในฐานที่ตั้งของใจ และในที่สุดใจจะค่อยๆ คลายจากอารมณ์ทั้งหลายทั้งปวง ซึ่งก็คือ “จาคะ” หรือการสละอารมณ์นั่นเอง

5. “**ปัญญา**” เมื่อใจคลายจากอารมณ์ทั้งหลาย ก็ตั้งมั่นอยู่ที่กลางกายของตนเอง เมื่อตั้งมั่นก็สงบหยุดนิ่ง เกิดเป็นความรู้แจ้งเห็นจริงในสรรพสิ่งทั้งหลาย ซึ่งก็คือปัญญาที่ได้จากการบรรลุนิพพาน

6. “**ปฏิภาณ**” เมื่อเกิดปัญญา ก็สามารถใช้อนุภาณได้อย่างแคล่วคล่องว่องไว ครั้นฝึกฝนเรื่อยไปก็กลายเป็นปฏิภาณในที่สุด

5.6 แนวทางใช้ธรรม 6 ประการเพื่อประเมินตนเอง

สำหรับการนำธรรมทั้ง 6 ประการ ได้แก่ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา และปฏิภาณ มาใช้ประเมินคุณธรรมในตนเอง มีแนวทางดังนี้ คือ

5.6.1 ประเมินด้วย “ศรัทธา”

สำหรับพระภิกษุ

การมีศรัทธา หมายถึงการมีความเชื่อมั่นในปัญญาตรัสรู้ธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่เรียกว่า ตถาคตโพธิสัทธา คือ เชื่อมั่นว่าสิ่งที่พระองค์สั่งสอนทั้งหมดดีจริง และเป็นสิ่งที่พระภิกษุต้องปฏิบัติตาม ดังนั้น การจะรู้ว่าตัวเองเชื่อมั่นมากแค่ไหน ให้พิจารณาว่า เราได้ทุ่มเทฝึกหัดขัดเกลา กาย วาจา ใจ ตามที่พระองค์ทรงสอนขนาดใช้ชีวิตเป็นเดิมพันหรือไม่ เป็นเกณฑ์

ความเลื่อมใสในระดับใช้ชีวิตเป็นเดิมพัน หมายความว่า พระภิกษุจะต้องพากเพียรปฏิบัติชนิดไม่มีข้อแม้ เงื่อนไข และข้ออ้างใดๆ ทั้งสิ้น ไม่ว่าจะมียศบรรพชิตหรือลำบากยากแค้นเพียงใด ก็ต้องเพียรพยายามเรื่อยไป โดยมีเป้าหมายคือการบรรลุผลนิพพาน

ด้วยวิธีการอย่างนี้ พระภิกษุจึงต้องหมั่นพิจารณาศรัทธาที่ตนเองมีอยู่เสมอ เช่น ประเมินตนเองว่า วันนี้ได้ตั้งใจฝึกฝนอบรมตนเองไปมากน้อยแค่ไหน ยังคงมีความตั้งใจที่จะประพฤติพรหมจรรย์ให้ก้าวหน้า

หรือไม่ หรือมีข้อวัตรปฏิบัติทางกาย วาจา ใจ ใดๆ ที่ไม่ได้ปฏิบัติตามคำสอนของพระองค์ เป็นต้น

ดังนั้น แนวทางในการประเมินศรัทธาของพระภิกษุ คือ “ให้พิจารณาว่า ตนเองพยายามฝึกฝน ขัดเกลากาย วาจา ใจ ตามคำสอนอย่างเอาชีวิตเป็นเดิมพันหรือไม่”

สำหรับฆราวาส

อาจใช้หลักการประเมินแบบเดียวกันกับพระภิกษุด้วยเหตุที่บทฝึกปฏิบัติของฆราวาสคือการทำทาน รักษาศีล และเจริญสมาธิภาวนา ฆราวาสจึงควรพิจารณาตนเองว่า เราได้ทุ่มเทฝึกปฏิบัติได้ดีเพียงใด อาทิ เช่น การทำทาน อาจพิจารณาดังนี้

1. เราได้ทำทานสม่ำเสมอทุกวันหรือไม่
2. เราสามารถทำทานได้ตามหลักการทำทานที่ได้บุญมากหรือไม่ โดยให้พิจารณาจาก
 - 2.1 รักษาใจให้ผ่องใสทั้งก่อนทำ ขณะทำ และหลังทำได้หรือไม่
 - 2.2 จัดเตรียมทานได้ประณีตหรือไม่
 - 2.3 วัตถุทาน เจตนา ผู้รับทานของเราบริสุทธิ์หรือไม่
 - 2.4 เราให้ทานด้วยความเคารพเลื่อมใส และให้ด้วยมือตนเองหรือไม่

ส่วนการรักษาศีล และการเจริญสมาธิภาวนา ก็สามารถใช้หลักการในทำนองเดียวกัน โดยอาศัยเกณฑ์ที่ว่า “เราทุ่มเทเอาชีวิตเป็นเดิมพันในการสร้างบารมี เหมือนกับพระสัมมาสัมพุทธเจ้าหรือไม่”

5.6.2 ประเมินด้วย “ศีล”

สำหรับพระภิกษุ

ให้ประเมินจากความผ่องใสของใจ โดยนึกถึงวัตรปฏิบัติอันหมดจดทางกายของเรที่ไรแล้วใจสว่าง มีปิติเบิกบาน เย็นกายเย็นใจ สัมผัสได้ถึงความบริสุทธิ์ของตนเอง โดย

1. หมั่นประเมินโดยการทบทวนตัวเองว่า ในแต่ละวัน เรามีความเคร่งครัดในการรักษาศีลมากน้อยเพียงใด เช่น ความบริสุทธิ์บริบูรณ์ในปาริสุทธิศีล โดยพิจารณาว่า เรามีกำลังใจที่จะปฏิบัติตามศีลที่พระองค์ทรงห้ามไว้ หรือที่ทรงอนุญาตไว้เคร่งครัดเพียงใด สมบูรณ์หรือบกพร่องต่างพร้อยแค่ไหน เป็นต้น
2. หมั่นประเมินว่า เราปฏิบัติกิจวัตรกิจกรรมในชีวิตประจำวันได้ครบถ้วนสมบูรณ์ดีหรือไม่ เช่น การสวดมนต์ เจริญสมาธิภาวนา การเล่าเรียนศึกษาธรรมะ เป็นต้น

3. การประเมินศีลในทางธรรมปฏิบัติ ให้พิจารณาจากการ “เข้าถึงดวงศีลภายใน” ซึ่งหมายถึง “อริศีล” ดังพระธรรมเทศนาของพระมงคลเทพมุนีที่ว่า

“ศีลเป็นดวงใสอยู่ในกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ใสบริสุทธิ์ เท้าฟองไข่แดงของไก่ ดวงศีลอยู่ภายในนั้น ใสบริสุทธิ์เท้าดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์ อยู่ในดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ใสบริสุทธิ์เท้าฟองไข่แดงของไก่

ศีลดวงนั้นแหละ ถ้าผู้ปฏิบัติไปถึง ไปเห็นเป็นปรากฏขึ้นในศูนย์กลางกายมนุษย์ เห็นเป็นปรากฏขึ้น ศีลดวงนั้นแหละได้ชื่อว่าเป็นอริศีล เป็นอริศีลแท้ๆ”¹

สำหรับฆราวาส

สำหรับฆราวาสก็เช่นเดียวกัน ให้ประเมินจากความผ่องใสของใจ โดยอาศัยพิจารณาจากความเคร่งครัดในศีล 5 หรือศีล 8 ที่ตนรักษา และที่สุดก็สามารถประเมินจาก “ดวงศีล” เช่นกัน

5.6.3 ประเมินด้วย “สุตะ”

สำหรับพระภิกษุ

การประเมินด้วยสุตะ หรือการฟังธรรมเพื่อเพิ่มพูนความรู้ สามารถประเมินโดยอาศัยแนวทาง 4 ประการ ดังนี้

1. ประเมินจากความกระตือรือร้นในการฟังหรืออ่านธรรมะว่ามีมากน้อยแค่ไหน เช่น มีความกระตือรือร้นที่จะเข้าหาพระอุปัชฌาย์อาจารย์เพื่อฟังหรือสอบถามธรรมะเพียงใด มีความรู้สึกเบื่อหน่ายในการศึกษาหาความรู้หรือไม่ มักจะใจลอยหรือหลับในเวลาฟังธรรมหรือไม่ เป็นต้น
2. ได้ข้อคิดจากการฟังหรืออ่านธรรมะมากน้อยเพียงใด มีความเข้าใจละเอียดลึกซึ้งแค่ไหน เช่น สิ่งที่ศึกษามาคืออะไร พระองค์สอนเช่นนั้นทำไม และเราจะนำไปปฏิบัติได้อย่างไร เป็นต้น
3. ได้พิจารณาเห็นความบกพร่องในตนเองที่ต้องเร่งแก้ไขมากน้อยแค่ไหน

¹พระธรรมเทศนาพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร), เรื่อง “ ศีลทั้ง 3 ประการ, 14 มีนาคม 2497, หน้า 240

สำหรับฆราวาส

สามารถประเมินด้วยหลักการเดียวกับพระภิกษุเช่นกัน คือ

1. มีความกระตือรือร้นในการเข้าวัดฟังธรรมแค่ไหน ขวนขวายหาหนังสือธรรมะมาอ่านมากน้อยเพียงไร
2. ได้ข้อคิดจากการศึกษาธรรมะที่จะนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันมากน้อยเพียงใด
3. เห็นข้อบกพร่องของตนเอง ทั้งในด้านของนิสัย หรือเรื่องอื่นๆ ที่ต้องเร่งแก้ไขหรือไม่
4. ได้พยายามฝึกหัดขัดเกลาเพื่อแก้ไขข้อบกพร่องของตนเองไปได้มากน้อยเพียงไร และทำได้อย่างที่ตั้งใจไว้หรือไม่ เป็นต้น

5.6.4 ประเมินด้วย “จาคะ”

การประเมินด้วยจาคะหรือการสละ ทั้งในส่วนของพระภิกษุและฆราวาส สามารถประเมินโดยอาศัยแนวทาง 4 ประการนี้ คือ

1. ประเมินจากการ “สละสิ่งของ” โดยพิจารณาว่า เราเป็นผู้รักการให้หรือไม่ ให้แล้วยังมีความตระหนี่ หวงแหน รู้สึกเสียดายในภายหลังหรือไม่ เป็นต้น
2. ประเมินจากการ “สละความสะดวกสบาย” โดยพิจารณาว่าเราเป็นคนประเภทติดสบายหรือไม่ หรือชอบเกียจฉนอน งานหนักไม่เอางานเบาไม่สู้ ซึ่งเป็นเหตุให้กลายเป็นคนเกียจคร้านในการทำความดี เป็นต้น
3. ประเมินจากการ “สละอารมณ์” คือสละความชอบใจ ไม่ชอบใจ ความยินดียินร้าย โดยพิจารณาว่า เราสามารถสละเรื่องเหล่านี้ได้ดีเพียงใด รวดเร็วเพียงไหน
4. ในทางธรรมปฏิบัติ ให้ประเมินจากการ “สละนิวรณ์ 5” โดยพิจารณาการที่ใจหยุดนิ่ง เข้าถึงดวงสว่างภายในกลางกาย ที่เรียกว่า “ปฐมมรรค”¹

5.6.5 ประเมินด้วย “ปัญญา”

การประเมินด้วยปัญญา หรือความรู้รอบรู้ ความรู้เท่าทันในสังขาร ทั้งพระภิกษุและฆราวาส สามารถประเมินโดยอาศัยแนวทางใน 2 ระดับ ได้แก่

¹ภาวนาวีรียคุณ,พระ (เผด็จ ทตตชีโว), พระแท้, (กรุงเทพฯ : มูลนิธิธรรมกาย), หน้า 197

1. ปัญญาทางโลก หรือปัญญาที่เกิดจากการเรียนรู้ หรืออาศัยการคิดพิจารณาด้วยสมอง ได้แก่ ปัญญาในระดับจินตมยปัญญา และสุตมยปัญญา สามารถประเมินได้ใน 2 ประเด็น คือ

1.1 ประเมินจาก “ความสามารถในการทำงาน” เพราะการทำงานต้องใช้ปัญญา และต้องมีความรับผิดชอบในงานนั้น

1.2 ประเมินจากการ “รู้เท่าทันสังขาร หรือสุขภาพร่างกายของตนเอง” เช่น เราเอาใจใส่ในการดูแลรักษาสุขภาพได้ดีแค่ไหน คือ ดูแลให้แข็งแรงเพียงพอที่จะใช้สร้างบุญบารมีได้นานๆ ไม่ใช่ร่างกายแข็งแรงดี แต่ไม่ใช้สร้างความดีอะไรเลย หรือร่างกายไม่แข็งแรง แต่กลับหักโหมใช้เกินไป อย่างนี้ก็ไม่เรียกว่ารู้เท่าทันในสังขารตัวเอง

2. ปัญญาทางธรรม ในทางธรรมปฏิบัติ จะประเมินจากการ “เข้าถึงกายภายใน” เพราะปัญญาทางธรรม หมายถึงความรู้แจ้งเห็นแจ้งแทงตลอดในสังขาร ที่เกิดจากการเจริญสมาธิภาวนาทำให้รู้เท่าทันกิเลสภายในตัว ซึ่งในทางธรรมปฏิบัติพบว่า ภายในตัวของมนุษย์ทุกๆ คนมีกายที่ซ้อนๆ กันอยู่ ฉะนั้นการที่เราจะรู้เท่าทันสังขาร ก็คือการรู้เท่าทันในความไม่จริงยั่งยืนของกายต่างๆ ที่ซ้อนอยู่ภายใน ซึ่งพระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ได้เคยแสดงพระธรรมเทศนาเกี่ยวกับกายภายในไว้ว่า

“ว่าในด้านภาวณา กายนี้มีซ้อนกันเป็นชั้นๆ มีกายทิพย์ซ้อนอยู่ในกายมนุษย์ กายรูปพรหมซ้อนอยู่ในกายทิพย์ กายอรูปพรหมซ้อนอยู่ในกายรูปพรหม กายธรรมซ้อนอยู่ในกายอรูปพรหม

คนเราที่ว่าตายนั้น คือ กายทิพย์กับกายมนุษย์หลุดพรากอออกจากกัน เหมือนมะขามกะเทาะล่อนจากเปลือก ฉะนั้น กายทิพย์ก็หลุดพราจากกายมนุษย์ไป

การละกิเลสของพระองค์หลุดไปเป็นชั้นๆ ตั้งแต่กิเลสในกายมนุษย์ กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม เป็นลำดับไป

กิเลสในกายมนุษย์ คือ อภิชฌา พยาบาท มิจฉาทิฏฐิ

กิเลสในกายทิพย์ คือ โลภะ โทสะ โมหะ

กิเลสในกายรูปพรหม คือ ราคะ โทสะ โมหะ

กิเลสในกายอรูปพรหม คือ กามราคานุสัย ปฏิฆานุสัย อวิชชานุสัย”

ดังนั้น การปฏิบัติธรรมเพื่อเข้าถึงกายที่ซ้อนกันอยู่ภายใน จึงเป็นสิ่งที่บอกถึงระดับของปัญญา คือความรู้แจ้งเห็นจริง หรือความรู้เท่าทันกิเลสที่มีอยู่ในกายต่างๆ ตามลำดับ เพราะกายแต่ละกายมีกิเลสหยาบละเอียดไม่เท่ากัน โดยที่กายมนุษย์มีกิเลสหยาบกว่ากายทิพย์ กายทิพย์มีกิเลสหยาบกว่ากายรูปพรหม

เป็นต้น เมื่อเราฝึกปฏิบัติสมาธิเข้าถึงกายไหน ปัญญาของเราก็จะยิ่งกว้างขวางมากมาย เท่าทันกับสังขารของกายแต่ละกายนั้นไปด้วย

5.6.6 ประเมินด้วย “ปฏิภาณ”

การประเมินด้วยปฏิภาณ หรือการโต้ตอบปัญหาได้อย่างรวดเร็ว ทั้งพระภิกษุและฆราวาส สามารถประเมินโดยอาศัยแนวทางนี้ คือ

ประเมินจาก “ความสามารถในการแก้ปัญหาผ่านการทำงาน” เพราะการทำงานมักจะต้องพบกับปัญหา คนมีปฏิภาณจะเป็นคนไม่หนีปัญหา แต่จะสู้โดยอาศัยปัญญา และการแก้ปัญหาต้องอยู่ในเส้นทางธรรม คือ ไม่แก้ปัญหาโดยการทำบาป เป็นต้น

5.7 การประเมินเปรียบเทียบ

พระภิกษุผู้รู้จักประเมินคุณธรรมในตนได้ย่อมจะรู้จักตนเองดีว่ามีคุณธรรมอยู่มากน้อยเพียงใดทำให้ไม่ประมาทในการใช้ชีวิต และไม่หลงใหลได้ปลื้มไปกับคุณธรรมที่ตนเองมี พระภิกษุที่รู้จักตนเองอย่างนี้มีแต่จะเร่งขวนขวาย และพยายามฝึกฝนตนเองให้บรรลุเป้าหมายของการบวชให้ได้เร็วที่สุด

ในระหว่างการฝึกฝนอบรมตนเองอยู่นั้น พระภิกษุอาจอาศัยเปรียบเทียบคุณธรรมของตนเองกับผู้ที่มียุทธธรรมสูงกว่า เพื่อที่ว่าจะได้อาศัยท่านเป็นหลักชัย เพื่อให้คุณธรรมของตนเองก้าวหน้าเข้าไปใกล้ท่านให้ได้มากที่สุด วิธีการนี้ เหมือนกับที่พระอานนท์ได้กล่าวไว้ ว่า “บุคคลพึงอาศัยมานะละมานะเสีย”¹ ซึ่งหมายความว่า เมื่อเห็นผู้อื่นสามารถบรรลุผลนิพพานได้ ก็นำมาเปรียบเทียบเพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้กับตนเอง ว่าในเมื่อท่านเหล่านั้นทำได้ เราเองก็เป็นมนุษย์ มีมือมีเท้าเช่นเดียวกับท่าน ทำไมเราถึงจะทำความเพียรให้บรรลุตามอย่างนั้นไม่ได้เล่า ซึ่งบุคคลที่เราควรเปรียบเทียบเพื่อให้เกิดกำลังใจ ได้แก่

1. พระลัมมะลัมพุทเจ้า ผู้มีคุณธรรมสูงกว่าเรามากมาย จะได้ไม่หลงติดอยู่ในคุณธรรมเพียงเล็กน้อยที่เรา มี
2. พระอรหันตสาวกทั้งหลาย ซึ่งสามารถศึกษาประวัติอันดีงาม และความเพียรพยายามของท่าน เพื่อจะนำมาเป็นแบบอย่างให้กับตนเอง
3. ครูบาอาจารย์ผู้ทรงคุณวิเศษ
4. อุปัชฌาย์อาจารย์ที่มีคุณธรรม เพื่อจะได้อาศัยท่านเป็นต้นแบบในการปฏิบัติขัดเกลากายตนเอง

¹ภิกขุนี้สูตร, อังคุตตรนิกาย จตุกนิบาต, มก. เล่ม 35 ข้อ 159 หน้า 378

5.8 บทสรุปของการเป็นอัครตัญญู

จากรายละเอียดที่ได้ศึกษามา พอจะสรุปในเบื้องต้นได้ว่า พระภิกษุผู้จะเป็นอัครตัญญูได้นั้น จะต้อง

1. เห็นคุณค่าของการประเมินตนเอง และเข้าใจในธรรมสำหรับใช้ประเมินคุณธรรมทั้ง 6 ประการ คือ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา และปฏิบัติ
2. รู้วิธีการใช้ธรรมทั้ง 6 ประการมาประเมินคุณธรรมของตนเอง

เมื่อพระภิกษุฝึกได้อย่างนี้แล้ว พระองค์ก็จะทรงรับรองว่า “ภิกษุเป็นธัมมัญญู อัครตัญญู อัครตัญญู ด้วยประการฉะนี้”

กิจกรรม

หลังจากนักศึกษาได้ศึกษา บทที่ 5 ขั้นตอนที่ 3 อัครตัญญู จบโดยสมบูรณ์แล้ว โปรดทำแบบประเมินตนเองหลังเรียนบทที่ 5 และกิจกรรม ในแบบฝึกปฏิบัติบทที่ 5 แล้วจึงศึกษาในบทที่ 6 ต่อไป

บทที่ 6
ขั้นตอนที่ 4
มัตตัญญู



เนื้อหาบทที่ 6

ขั้นตอนที่ 4 มัตตัญญู



- 6.1 คำแปล และความหมาย
- 6.2 ความสำคัญของปัจจัย 4 ที่มีต่อชีวิต
- 6.3 พุทธบัญญัติเกี่ยวกับปัจจัย 4
 - 6.3.1 วัตถุประสงค์ในการใช้ปัจจัย 4
 - 6.3.2 ปริมาณและประเภทของปัจจัย 4
- 6.4 ปัจจัย 4 กับนิสัย
- 6.5 ทศนคติเกี่ยวกับปัจจัย 4
- 6.6 ปัจจัย 4 กับการฝึกอบรม
- 6.7 วงจรปัจจัย 4
- 6.8 การ “รับ” ปัจจัย 4
 - 6.8.1 ความสำคัญของการ “รับ” ปัจจัย 4
 - 6.8.2 ผู้รู้จักการรับ
 - 6.8.3 หลักการรับปัจจัย 4
 - 6.8.4 วิธีฝึกรับปัจจัย 4
- 6.9 ตัวอย่างการประมาณในการรับ
- 6.10 บทสรุปของการเป็นมัตตัญญู
- 6.11 มัตตัญญูกับคนกโมคคัลลานสูตร
- 6.12 ปัจจัย 4 กับวิถีชีวิตของฆราวาส
 - 6.12.1 ทศนคติเรื่องปัจจัย 4 กับการใช้ชีวิต
 - 6.12.2 ปัจจัย 4 กับวิถีชีวิตของฆราวาส

1. ปัจจัย 4 เป็นสิ่งจำเป็นขั้นพื้นฐานที่สำคัญต่อการดำรงชีวิต และยังเป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเจริญก้าวหน้าในการพัฒนาคุณธรรมของพระภิกษุ
2. การรู้จักประมาณใน “การรับ” ปัจจัย 4 จะเป็นจุดตั้งต้นที่มีความสำคัญมากต่อการฝึกอบรม เพราะปัจจัย 4 คืออุปกรณ์ใกล้ตัวสำคัญ ที่พระภิกษุสามารถนำมาใช้ฝึกฝนอบรมตนเองให้มีคุณธรรมก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป
3. แนวทางในการบริหารปัจจัย 4 ยังสามารถประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์กับชีวิตของฆราวาสได้เป็นอย่างดีซึ่งนอกจากจะทำให้รู้จักการใช้ชีวิตอย่างพอเพียงและพอดีตามฐานะทางเศรษฐกิจของตนแล้ว การบริหารปัจจัย 4 ที่ดี ยังช่วยเพิ่มโอกาสให้สร้างบุญบารมีได้สะดวกง่ายดายยิ่งขึ้นด้วย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจถึงความสำคัญของปัจจัย 4 ที่มีต่อการดำเนินชีวิตของพระภิกษุ
2. เพื่อให้นักศึกษามีความเข้าใจวัตถุประสงค์ของการใช้ปัจจัย 4 ของพระภิกษุที่ถูกต้อง
3. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจถึงความสำคัญของการรับ และรู้วิธีรับปัจจัย 4 ของพระภิกษุที่ถูกต้อง
4. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจถึงวิธีที่พระภิกษุนำปัจจัย 4 มาใช้เพื่อฝึกฝนอบรมตนเอง
5. เพื่อให้นักศึกษาเห็นแนวทางการใช้งาน และประโยชน์อื่นๆ ที่ฆราวาสจะพึงได้จากการนำมัตตัญญูไปปรับใช้เพื่อฝึกการบริหารปัจจัย 4 ของตนเอง



บทที่ 6



ขั้นตอนที่ 4 มัตตัญญู

จากการศึกษาในบทที่ผ่านมา ตั้งแต่ความเป็น ธัมมัญญู อตถัญญู และอตตัญญู ทำให้เราพอจะมองเห็นภาพวิธีการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนาอย่างเป็นขั้นตอนได้ชัดเจนว่าพระภิกษุจะต้องเริ่มต้นจากการศึกษาคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก่อน ว่าพระองค์สอนอะไร หลังจากนั้นจึงทำความเข้าใจนัยของธรรมะนั้นๆ แล้วจึงน้อมนำไปฝึกหัดปฏิบัติให้เกิดผลเป็นคุณธรรมภายใน ต่อมาจึงประเมินคุณธรรมนั้นว่ามีมากน้อยแค่ไหน เพื่อที่จะได้ปรับปรุงและพัฒนาวิธีการฝึกของตนเองให้ดียิ่งๆ ขึ้นไปอีก

หลังจากพระภิกษุผ่านการฝึกใน 3 ขั้นตอนแรกได้แล้ว พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงจะทรงสอนให้ฝึกในขั้นตอนที่ 4 คือ มัตตัญญู ต่อไป โดยพระองค์ตรัสถึงวิธีการในขั้นตอนนี้ไว้ว่า

“ก็ภิกษุเป็นมัตตัญญูอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ รู้จักประมาณในการรับ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานปัจจัยเภสัชบริขาร

หากภิกษุไม่พึงรู้จักประมาณในการรับจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานปัจจัยเภสัชบริขาร เราก็ไม่พึงเรียกว่าเป็นมัตตัญญู

แต่เพราะภิกษุรู้จักประมาณในการรับจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานปัจจัยเภสัชบริขาร ฉะนั้น เราจะเรียกว่าเป็นมัตตัญญู

ภิกษุเป็นธัมมัญญู อตถัญญู อตตัญญู มัตตัญญู ด้วยประการฉะนี้”¹

6.1 คำแปล และความหมาย

คำว่า “มัตตัญญู” แปลว่า รู้ประมาณ ซึ่งในอรรถกถายบายความเพิ่มเติมไว้ว่า คือการรู้จักความพอดี พอควร และพอประมาณ²

ส่วนคำว่า “จีวร” หมายถึง ผ้า ซึ่งพระภิกษุนำมาใช้สอยด้วยวัตถุประสงค์แตกต่างกันไป เช่น ใช้เป็นผ้าห่มห่ม ที่เรียกว่าไตรจีวร หรือผ้าสำหรับใช้ห่มอาบน้ำ หรือผ้าที่ใช้รองนั่ง เป็นต้น แต่สำหรับคนทั่วไป จีวรมีความหมายเช่นเดียวกับเสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม

¹ธัมมัญญสูตร, อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต, มก. เล่ม 37 ข้อ 65 หน้า 236

²มหาอัสสปสูตร, อรรถกถา มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก, มก. เล่ม 19 หน้า 224

คำว่า “**บิณฑบาต**” หมายถึง อาหาร

คำว่า “**เสนาสนะ**” มาจากคำ 2 คำ คือ เสนะ แปลว่า “ที่นั่ง” และอาสนะ แปลว่า “ที่นอน” รวมความแล้วคือที่นอนที่นั่ง ซึ่งในที่นี้หมายถึง กุฏิ วิหาร และเครื่องใช้ที่เกี่ยวกับสถานที่อยู่อาศัย เช่น โต๊ะ เก้าอี้ เป็นต้น

คำว่า “**คิลานปัจจัยเภสัชบริวาร**” หมายถึง ปัจจัยสำหรับคนไข้ ซึ่งก็คือยารักษาโรค และอุปกรณ์เครื่องใช้ไม่สอยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการรักษาโรค

ทั้ง 4 อย่างนี้ คือปัจจัย 4 ที่เรารู้จักกันดี ได้แก่ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค

ดังนั้น “**มัตตัญญู**” จึงหมายถึง **ความเป็นผู้รู้จักพอดี พอควร และพอประมาณ ในการรับปัจจัย 4 และสิ่งที่เกี่ยวข้องด้วยปัจจัย 4**

สิ่งที่พระภิกษุควรศึกษาและฝึกปฏิบัติต่อไปให้ได้ คือการเป็นผู้รู้จักประมาณในการรับปัจจัย 4 ซึ่งจากพุทธพจน์จะมีประเด็นที่น่าสนใจ ที่จะได้ศึกษาในรายละเอียดต่อไป 2 ประเด็น คือ

1. ความสำคัญของปัจจัย 4 ที่มีต่อการฝึกอบรมของพระภิกษุ
2. ความสำคัญ และวิธีการ “รับ” ปัจจัย 4

ความสำคัญของปัจจัย 4 ที่มีต่อการฝึกอบรมของพระภิกษุ

6.2 ความสำคัญของปัจจัย 4 ที่มีต่อชีวิต

จากพุทธพจน์ในหัวข้อมัตตัญญูนี้ จะเห็นว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญกับปัจจัย 4 เป็นอย่างมาก ทั้งนี้ก็ด้วยเหตุผลอย่างน้อย 2 ประการ คือ

1. ปัจจัย 4 เป็นสิ่งจำเป็นพื้นฐานที่ทำให้ชีวิตดำรงอยู่ได้เป็นปกติสุข เช่น เสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม ช่วยทำให้ร่างกายเราอบอุ่นอาหารทำให้เรายังคงมีชีวิตอยู่ได้ที่อยู่อาศัยทำให้เรามีที่พักที่ปลอดภัยยารักษาโรคทำให้ร่างกายของเราแข็งแรง หากปราศจากปัจจัย 4 แล้ว ชีวิตเราคงไม่มีทางดำรงอยู่ได้ เช่น คนที่อยู่ในประเทศแถบหนาว คงต้องหนาวตาย ถ้าไม่มีที่พักอาศัย หรือเครื่องนุ่งห่มที่ให้ความอบอุ่นเพียงพอ คนที่ขาดอาหารก็คงอยู่ได้ไม่นานก็ต้องเสียชีวิต คนที่เจ็บป่วยไข้ ก็อาจถึงตายได้ถ้าไม่ได้ยาที่ตีพอก

2. ปัจจัย 4 ช่วยให้เราสามารถดำรงกิจกรรมในชีวิตได้เป็นปกติ ทั้งนี้เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม ต้องติดต่อพึ่งพาอาศัยกัน ปัจจัย 4 จึงช่วยทำให้กิจกรรมในชีวิตของแต่ละคนสามารถดำเนินไปได้ด้วยดี เช่น เราต้องมีเสื้อผ้าที่เหมาะสมสำหรับใส่ไปทำงาน เราต้องรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เพื่อให้ร่างกาย

มีพลังงานไปทำกิจกรรม เราต้องการที่พักสำหรับอยู่อาศัย ทั้งเพื่อความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของเรา เราต้องการการรักษาโรคในยามที่ป่วยไข้ เพื่อให้ร่างกายกลับมาแข็งแรงพอจะทำกิจกรรมตามปกติได้ดังเดิม

ไม่ว่าจะเป็นพระภิกษุหรือฆราวาส ปัจจัย 4 ล้วนมีความจำเป็น ทั้งเพื่อการดำรงชีวิต และการทำกิจกรรมของชีวิตเช่นเดียวกัน แต่สำหรับพระภิกษุ ปัจจัย 4 เหมือนจะมีความสำคัญมากกว่าฆราวาส เพราะว่ามีข้อจำกัดทางพระวินัย โดยเฉพาะเมื่อออกบวชมาแล้ว ก็ต้องสละทุกอย่างออกไป คงเหลือเอาไว้แต่เฉพาะสิ่งที่จำเป็นต่อการประพฤติปฏิบัติธรรม พระภิกษุจึงไม่อาจจะซื้อหาข้าวของอะไรมาใช้ตามใจ ไม่สามารถนุ่งห่มด้วยเสื้อผ้าที่มีรูปแบบและสีสันอันหลากหลายไม่สามารถรับประทานอาหารในเวลาใดก็ได้ตามใจตนเอง ปัจจัย 4 ที่พระภิกษุมียู่นี้ จึงมีเฉพาะที่จำเป็นต้องมิจริงๆ เท่านั้น ดังนั้นพระภิกษุจึงต้องให้ความสำคัญกับการบริหารดูแลปัจจัย 4 ที่ตนมี เพราะหากบริหารไม่ดี ย่อมจะมีผลกระทบต่อวิถีชีวิตของตนเอง

6.3 พุทธบัญญัติเกี่ยวกับปัจจัย 4

6.3.1 วัตถุประสงค์ในการใช้ปัจจัย 4

โดยปกติคนส่วนใหญ่ยังให้ความสำคัญกับการใช้ปัจจัย 4 น้อยจนเกินไป ในขณะที่บางคนมีไม่พอใช้ แต่บางคนกลับมีมากเกินไปจนใช้ไม่ทัน และที่สำคัญคือ ส่วนใหญ่ไม่ทราบด้วยซ้ำว่าเราใช้ปัจจัย 4 ไปเพื่ออะไร และเพราะไม่ทราบ จึงมักแสวงหาปัจจัย 4 มากเกินไปจนความจำเป็น เช่น บางคนมีเสื้อผ้ามากชุดเกินไป บางชุดใส่ไม่กี่ครั้งก็เลิกใช้ทั้งที่ยังอยู่ในสภาพที่ดี บางคนซื้ออาหารมากเกินไป รับประทานจนอึดมีกระทั่งรับประทานต่อไม่ไหวก็ต้องทิ้งไปอย่างน่าเสียดายก็มี

ในเรื่องการใช้ปัจจัย 4 นี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนพระภิกษุให้รู้จักใช้อย่างมีสติด้วยความพิจารณา ไม่ใช่ใช้ตามอารมณ์ความชอบใจ ซึ่งเป็นคำสอนที่ทำให้พระภิกษุใช้ปัจจัย 4 อย่างมีประสิทธิภาพ และได้รับประโยชน์สูงสุด ดังที่พระองค์ตรัสถึงวัตถุประสงค์ของการใช้ปัจจัย 4 กับพระจุนทเถระไว้ว่า

จีวร (เครื่องนุ่งห่ม)

ดูก่อนจุนทะ เพราะฉะนั้นแล เรานุญาตจีวรแก่พวกเธอก็เพียงเพื่อเป็นเครื่องบำบัดหนาว บำบัดร้อน บำบัดสัมผัสแห่งเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน เพียงเพื่อเป็นเครื่องปกปิดอวัยวะอันยังความละอายให้กำเริบ

บิณฑบาต (อาหาร)

เราอนุญาตบิณฑบาตแก่พวกเธอ ก็เพียงเพื่อให้กายดำรงอยู่ได้ ให้กายเป็นไปได้ ให้ความลำบากสงบ เพื่ออนุเคราะห์พรหมจรรย์ ด้วยคิดว่าเราจักบรรเทาเวทนาเก่า จักไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้น ด้วยประการดังนี้ ความเป็นไปแห่งชีวิต ความเป็นผู้ไม่มีโทษ และความอยู่สบาย จักมีแก่เรา

เสนาสนะ (ที่อยู่อาศัย)

เราอนุญาตเสนาสนะแก่พวกเธอ ก็เพียงเพื่อบำบัดหนาว บำบัดร้อน บำบัดสัมผัสแห่งเหลือบ ยุ่ง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน เพียงเพื่อเป็นเครื่องบรรเทาอันตรายอันเกิดแต่ฤดู เพื่อความยินดีในการหลีกออกเร้นอยู่

คิลานปัจจัยเภสัชบริขาร (ยารักษาโรค)

เราอนุญาตคิลานปัจจัยเภสัชบริขารแก่พวกเธอ ก็เพียงเพื่อกำจัดเวทนาอันเกิดแต่อาพาธต่างๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว เพื่อความไม่ลำบากอย่างนี้ ดังนี้¹

จากพุทธพจน์ข้างต้น สามารถสรุปวัตถุประสงค์ของการใช้ปัจจัย 4 ได้ดังนี้

จีวร หรือเครื่องนุ่งห่ม มีวัตถุประสงค์ในการใช้ดังนี้

1. สำหรับบรรเทาความหนาวและร้อน
2. สำหรับบรรเทาจากการถูกกัดหรือทำร้ายจากสัตว์และแมลง
3. ใช้ปกปิดร่างกายไม่ให้ดูจาดตา

อาหาร มีวัตถุประสงค์ในการบริโภคดังนี้

1. เพื่อให้ร่างกายยังคงอยู่ หรือมีชีวิตอยู่ได้
2. เพื่อให้ร่างกายเป็นไป คือสามารถทำกิจกรรมตามปกติได้

¹ปาสาทิกสูตร, ทีฆนิกาย ปาฏิกวรรค, มก. เล่ม 15 ข้อ 133 หน้า 275

3. เพื่อให้ความลำบากทางกายที่เกิดจากความหิวหายไป
4. เพื่อให้สามารถประพาสพรหมจรรย์ได้ดียิ่งขึ้น ด้วยการฉนแต่พอดีแก่ความต้องการของร่างกาย คือ ฉนพอแค่อิ่มท้อง ไม่ฉนมากไปจนอึดอัด
5. เพื่อให้มีชีวิตอยู่ได้ และมีความสุขสบายแก่ตัว

เสนาสนะ หรือที่พักอาศัย มีวัตถุประสงค์ในการใช้ดังนี้

1. สำหรับบรรเทาความหนาวและร้อน
2. สำหรับบรรเทาจากการถูกกัดหรือทำร้ายจากสัตว์และแมลง
3. สำหรับบรรเทาอันตรายที่เกิดในฤดูต่างๆ เช่น ความร้อน ความหนาว หรือฝน เป็นต้น
4. สำหรับการหลีกออกเร้นเพื่อเจริญสมาธิภาวนา

คิลานปัจจัยเภสัชบริวาร หรือยารักษาโรค มีวัตถุประสงค์ในการใช้ ก็เพื่อกำจัดความทุกข์ทรมานที่เกิดขึ้นจากความเจ็บไข้ได้ป่วย

6.3.2 ปริมาณและประเภทของปัจจัย 4

นอกจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงให้แนวทางแก่พระภิกษุในการใช้ปัจจัย 4 ตามวัตถุประสงค์ที่ถูกต้องแล้ว พระองค์ยังให้ความสำคัญกับประเภทและปริมาณของปัจจัย 4 อีกประการหนึ่งด้วย เพราะเมื่อใดก็ตามที่เราใช้ปัจจัย 4 ได้อย่างถูกต้องแล้ว ปริมาณที่มากเกินไปย่อมไม่ได้ทำให้ชีวิตสมบูรณ์ขึ้น เช่น ถ้าเสื้อผ้ามีไว้เพื่อบรรเทาหนาวและร้อน ป้องกันแมลงและสัตว์ร้าย และปกปิดอวัยวะที่น่าละอายเท่านั้น การมีเสื้อผ้าหลากหลายสีสัน หลากหลายรูปทรง ก็แทบจะไม่จำเป็นเลย ถ้าอาหารมีไว้เพื่อหล่อเลี้ยงชีวิต ช่วยให้ร่างกายมีเรี่ยวแรงไปทำกิจกรรมที่สำคัญ ปริมาณอาหารที่มากเกินไปจนเกินกว่าที่จะบริโภคได้นั้น ก็ไม่มีความจำเป็น ถ้าที่อยู่อาศัยมีไว้เพื่อบรรเทาหนาวและร้อน ป้องกันแมลงและสัตว์ร้าย หรืออันตรายจากฤดูกาลที่เปลี่ยนแปลงไป การมีที่อยู่ใหญ่โตมากเกินไป ก็แทบไม่จำเป็น ถ้ายารักษาโรคมีไว้เพื่อกำจัดความทุกข์ทรมานจากโรคภัย ไข้เจ็บแล้ว ยาบำรุงอื่นๆ ที่มีวางขายตามท้องตลาดหลากหลาย แต่ไม่ได้เป็นประโยชน์แก่ร่างกาย ก็แทบจะไม่จำเป็น

เพราะเหตุที่กล่าวมานั้น การมีปริมาณปัจจัย 4 ที่พอดี จึงมีความสำคัญยิ่งกว่าการมีอย่างมากมายเกินจำเป็น แม้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเองก็ทรงเห็นความสำคัญในข้อนี้ จึงทรงพิจารณาปริมาณที่พอดี เพื่อให้พระภิกษุได้ใช้ปัจจัย 4 ด้วยความเยือกเย็น ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

จีวร (เครื่องนุ่งห่ม)

ในคราวหนึ่ง พระลัมมาลัมพุทเจ้าทรงเห็นพระภิกษุมีผ้ามากเกินไป พระองค์จึงทรงดำริว่า พระภิกษุควรมีผ้าจำนวนเท่าไร จึงจะดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสะดวกสบายพอสมควร เมื่อดำริอย่างนั้นพระองค์จึงทรงทดลองด้วยตัวพระองค์เอง โดยทรงครองผ้าผืนเดียวนั่งกลางแจ้งในตอนกลางคืนของช่วงฤดูหนาว ขณะที่น้ำค้างตก ปรากฏว่าด้วยผ้าผืนเดียวนั้นเพียงพอจะทำให้พระองค์ไม่รู้สึกลึกหนาว

แต่เมื่อปฐมยามผ่านไป (หลัง 22.00 นาฬิกา) ก็ทรงเริ่มหนาว พระองค์จึงห่มจีวรผืนที่ 2 ความหนาวก็หายไป

และเมื่อมัชฌิมยามผ่านไป (หลัง 02.00 นาฬิกา) ก็ทรงเริ่มหนาว พระองค์จึงห่มจีวรผืนที่ 3 ความหนาวก็หายไป

และเมื่อปัจฉิมยามผ่านไป (เวลารุ่งอรุณ หลัง 06.00 นาฬิกา) ก็ทรงเริ่มหนาว พระองค์จึงห่มจีวรผืนที่ 4 ความหนาวก็หายไป

เมื่อทรงทดลองตลอดทั้งคืนอย่างนี้แล้ว จึงทรงตรัสกับพระภิกษุว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรานั้นได้ดำริว่า กุลบุตรในธรรมวินัยนี้ ที่เป็นคนขี้หนาว กลัวต่อความหนาว ก็อาจดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยผ้าสามผืน โฉนทขอเราจะพึงกันเขต ตั้งกฎในเรื่องผ้าแก่ภิกษุทั้งหลาย เราจะพึงอนุญาตไตรจีวร

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตไตรจีวร¹ คือ ผ้าสังฆาฏิ 2 ชั้น ผ้าอุตราสงค์ชั้นเดียว ผ้าอังตราสกชั้นเดียว”²

จึงเป็นอันว่าสำหรับพระภิกษุผ้าห่มหรือจีวรที่พอแก่ความต้องการ ควรมีอย่างน้อยที่สุดจำนวน 3 ผืน แต่อย่างไรก็ตาม พระองค์ยังทรงอนุญาตให้พระภิกษุสามารถรับจีวรไว้ได้มากกว่านั้น หากมีความจำเป็น ซึ่งวินัยบัญญัติในข้อนี้เป็นสิ่งที่พระภิกษุต้องพิจารณาด้วยตนเอง

¹สังฆาฏิ คือ ผ้าทาบ หรือผ้าคลุมกันหนาวที่พระใช้ทาบบนจีวร ผ้าอุตราสงค์ คือ ผ้าห่ม เรียกกันทั่วไปว่าจีวร ผ้าอังตราสก คือ ผ้าห่ม หรือ สบง

²จีวรชั้นธกะ, พระวินัยปิฎก มหาวรรค, มก. เล่ม 7 ข้อ 150 หน้า 278

บิณฑบาต (อาหาร)

สำหรับเรื่องการบริโภคอาหาร ท่านพระสารีบุตรเถระ พระอัครสาวกเบื้องขวา ผู้มีปัญญาเลิศกว่าภิกษุใด ได้ให้แนวทางในการบริโภคอาหารไว้ว่า

“ภิกษุเมื่อบริโภคอาหาร จะเป็นของสดหรือของแห้งก็ตาม ไม่ควรติดใจจนเกินไป ควรเป็นผู้มีท้องพ่อง มีอาหารพอประมาณ มีสติอยู่ การบริโภคอาหารยังอีก 4 - 5 คำจะอิ่ม ควรดเสีย แล้วดื่มน้ำเป็นการสมควร เพื่อความอยู่สบายของภิกษุผู้มีใจเด็ดเดี่ยว”¹

แม้ในเรื่องอาหาร ก็ยังสามารถประมาณปริมาณที่ควรบริโภคได้เช่นเดียวกัน โดยอาศัยความอิ่มอาหารในมือนั้นๆ ของแต่ละคนมาเป็นเกณฑ์ในการประมาณ โดยไม่ว่าจะฉันอาหารไปมากน้อยเพียงใดก็ตาม หากรู้สึกว่าได้ฉันอีกประมาณ 4 - 5 คำ เราก็จะอิ่มพอดี ถ้าเป็นอย่างนี้ ท่านให้หยุดฉัน แล้วดื่มน้ำแทนตามปกติ ปริมาณที่ฉันไปก็จะพอดีกับร่างกาย คือ ทำให้อิ่มสบาย ไม่อึดอัด เหมาะแก่การปฏิบัติธรรม

เสนาสนะ (ที่อยู่อาศัย)

สำหรับที่อยู่อาศัย พระองค์ทรงกำหนดขนาด²เป็นพระวินัยไว้สำหรับพระภิกษุดังนี้

“ภิกษุผู้จะสร้างกุฏิอันหาเจ้าของมิได้เฉพาะตนเอง ด้วยอาการขอเอาเองพึงสร้างให้ได้ประมาณ ประมาณในการสร้างกุฏินั้นดังนี้ โดยยาว 12 คืบ โดยกว้างในรวมใน 7 คืบ ด้วยคืบสุด³”

สำหรับกุฏิที่พักของพระภิกษุ 1 รูป พระองค์ทรงกำหนดขนาดกว้าง x ยาวไว้ประมาณ 1.75 x 2.0 เมตร ซึ่งถือว่าไม่เล็กและไม่ใหญ่จนเกินไป เพียงพอที่พระภิกษุจะอยู่อาศัยด้วยความเรียบง่าย และบรรลुวัตถุประสงค์ของการใช้ที่อยู่อาศัยทุกประการ

¹สาริปุตตเถรคาถา, ขุททกนิกาย เถรคาถา, มก. เล่ม 53 ข้อ 396 หน้า 229

²เรื่องภิกษุขารัฐอาพาตี, พระวินัยปิฎก มหาวีกังค์, มก. เล่ม 3 ข้อ 500 หน้า 364

³ปัจจุบันให้ถือกันว่า 1 คืบพระสูตร (คืบของพระพุทธเจ้า) ยาวประมาณ 25 เซนติเมตร

คิลานปัจจัยเภสัชบริขาร (ยารักษาโรค)

สำหรับยารักษาโรค พระองค์ทรงพิจารณาแล้วกำหนดชนิด หรือประเภทของยาที่เหมาะสมแก่พระภิกษุไว้ดังนี้

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรานั้นได้มีความปริวิตก¹ สืบต่อไปว่า เภสัช 5 นี้แล (คือ) เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย เป็นเภสัชอยู่ในตัว และเขาสมมติว่าเป็นเภสัช ทั้งสำเร็จประโยชน์ในอาหารก็แก้สั่วโลก และไม่ปรากฏเป็นอาหารหยาบ ฉะนั้น เราพึงอนุญาตเภสัช 5 นี้แก่ภิกษุทั้งหลาย ให้รับประทานในกาลแล้วบริโภคนอกกาล²

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตให้รับประทานเภสัช 5 นั้นในกาล แล้วบริโภคนอกกาล”³

สำหรับในเรื่องนี้ พระองค์ทรงพิจารณาถึงประเภทของยาที่เหมาะสม โดยอาศัยหลักเกณฑ์ว่า สิ่งนั้นต้องมีสรรพคุณเป็นยาด้วย คนทั่วไปก็ถือว่าสิ่งนั้นเป็นยาอยู่แล้วด้วย และไม่ได้เป็นอาหารหยาบ เหมือนเช่นข้าวและกับข้าว ที่พระภิกษุบิณฑบาตมาฉัน ส่วนปริมาณการใช้ยา พระองค์ไม่ได้กำหนดไว้ชัดเจน เนื่องจากการใช้ยังขึ้นอยู่กับความรุนแรงของอาการเจ็บไข้ที่มากน้อยแตกต่างกันไปอีก

6.4 ปัจจัย 4 กับนิสสัย

จะเห็นว่า พระสัมมาพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญกับปัจจัย 4 อย่างมากมายในหลายด้าน ทั้งประเภท ปริมาณ และวัตถุประสงค์ในการใช้ โดยทรงพิจารณาด้วยความรัดกุม แยกคาย ก่อนจะทรงบัญญัติเป็นพระวินัย หรือมีพุทธานุญาตให้พระภิกษุได้ใช้ ทั้งนี้ นอกจากจะเพื่อให้สามารถดำรงชีวิต และทำกิจกรรมต่างๆ ได้ ยังเพื่อความอยู่สบาย อันจะเป็นประโยชน์เกื้อกูลแก่การประพฤติพรหมจรรย์ และทำพระนิพพานให้แจ้งด้วย

ที่ทรงกำหนดด้วยความรัดกุมอย่างนั้น กลับเป็นผลดีต่อการฝึกฝนอบรมตนเองของพระภิกษุอย่างมาก เนื่องจากว่าปัจจัย 4 มีผลต่อการพัฒนานิสัย ที่จะเกื้อกูลให้คุณธรรมภายในของพระภิกษุเจริญขึ้นมา

¹ปริวิตก หมายถึง ความคิดนึก หรือนึกห่วงใย

²ภายหลังทรงอนุญาตเพิ่มเติมให้บริโภคนอกกาลได้ตลอดเวลา

³เภสัชขันธ์กะ, พระวินัยปิฎก มหาวรรค, มก. เล่ม 7 ข้อ 25 หน้า 59

นิสัย คือ ความประพฤติกุศลที่เกิดขึ้นจากการย้าคิด ย้าพูด และย้าทำในสิ่งหนึ่งสิ่งใดบ่อยๆ นานๆ และเมื่อได้ตอกย้าจนเกิดเป็นนิสัยแล้ว ไม่ว่าจะคิด จะพูด จะทำสิ่งใด มักมีแนวโน้มเป็นไปตามนิสัย เดิมนั้น ดังนั้นถ้าใครมีนิสัยดี ย่อมจะมีโอกาสได้คิดดี พูดดี และทำดี ในทางตรงข้าม ถ้ามีนิสัยไม่ดี ก็ย่อมมี โอกาสที่จะคิดไม่ดี พูดไม่ดี และทำไม่ดีด้วยเช่นกัน

ชีวิตของพระภิกษุไม่ได้มีทรัพย์สินสมบัติอะไร สิ่งที่มีส่วนใหญ่คือปัจจัย 4 เท่าที่จำเป็น คือ มีผ้าไตร จีวรเพียง 3 ผืน มีอาหารเท่าที่บิณฑบาตมาได้ในแต่ละวัน มีเสนาสนะที่มุงบังเพียงเล็กๆ พอตัว และมียา รักษาโรคในยามที่ป่วยไข้ ดังนั้นปัจจัย 4 จึงเป็นสิ่งที่พระภิกษุมีโอกาสใกล้ชิด และใช้สอยอยู่เป็นประจำ ทำให้ เกิดการตอกย้าทางความคิด คำพูด และการกระทำผ่านทางปัจจัย 4 บ่อยๆ ไปโดยปริยาย ด้วยเหตุนี้การ พัฒนานิสัยทั้งที่ดีและไม่ดีทั้งหลาย จึงเกิดขึ้นมาจากการมีหรือใช้ปัจจัย 4 ของพระภิกษุทั้งสิ้น

ตัวอย่างนิสัยดีๆ ที่ได้มาเนื่องด้วยปัจจัย 4 เช่น เพราะความที่มีจีวรจำกัดเพียง 3 ผืน พระภิกษุ จึงต้องให้การระวังรักษา ทั้งความสะอาด ทั้งความคงทนถาวร เพื่อจะได้ใช้ได้ยาวนานๆ ซึ่งจะทำให้พระภิกษุได้ ปลูกฝังนิสัยประหยัดให้กับตนเองการมีสตรอบครอบระมัดระวังในการใช้เพื่อไม่ให้จีวรเปื้อนสกปรกทำให้ ได้นิสัยมีความละเอียดลออในการเก็บรักษา หรือแม้กระทั่งการนุ่งห่มผ้าให้เรียบร้อย ก็ทำให้ได้นิสัยรักความ มีระเบียบเรียบร้อย และละเอียดอ่อนในการกระทำต่างๆ หรือนิสัยที่ได้จากการต้องออกไปบิณฑบาต ก็จะทำให้พระภิกษุเป็นผู้ไม่ติดใจในรสชาติอาหาร เป็นคนเลี้ยงง่าย ไม่เรื่องมาก เป็นต้น นิสัยดีๆ ที่เกิดขึ้นมา เหล่านี้ จะเป็นพื้นฐานสนับสนุนให้พระภิกษุได้ฝึกเพื่อพัฒนาคุณธรรมให้เกิดขึ้นได้ง่ายยิ่งขึ้น ในทางตรงกัน ข้าม ถ้าไม่รู้จักบริหารปัจจัย 4 เช่นไม่ดูแลรักษาจีวรของตนเองให้ดี ก็อาจได้นิสัยเป็นผู้ที่มักง่าย สรุ่ยสร้อย หรือไม่รักความสะอาด เป็นต้น

ปัจจัย 4 จึงเป็นเสมือนดาบ 2 คม ที่มีทั้งคุณและโทษในตัวของมันเอง ดังนั้นจึงต้องควบคุมบริหาร ให้ดี ไม่อย่างนั้นปัจจัย 4 อาจะกลายมาเป็นโทษแก่ตัวพระภิกษุเอง สมกับที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ ว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ตัณหาเมื่อเกิดขึ้นแก่ภิกษุ ย่อมเกิดขึ้นเพราะเหตุ แห่งจีวร 1 เพราะเหตุแห่งบิณฑบาต 1 เพราะเหตุแห่งเสนาสนะ 1 หรือ เพราะเหตุแห่งสมบัติและวิบัติ¹ 1 ด้วยประการฉะนี้ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ตัณหาเมื่อเกิดขึ้นแก่ภิกษุ ย่อมเกิดขึ้นในที่ที่เป็นที่เกิดแห่งตัณหา 4 อย่างนี้ แล”²

¹ในที่นี้หมายถึงเภสัช เช่น เนยใส เนยข้นที่ประณีต

²ตัณหาสูตร, ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ, มก. เล่ม 45 ข้อ 285 หน้า 666

จากพุทธพจน์ข้างต้นแสดงให้เห็นว่า ปัจจัย 4 เป็นเหตุให้กิเลสตัณหา คือความอยากได้ อยากมี ในตัวของพระภิกษุกำเริบขึ้นมาได้ ดังนั้นหากพระภิกษุไม่ระมัดระวัง มัวไปเพลิดเพลิน ติดใจ พอใจ หรือหลงยินดี โลภอยากได้ในปัจจัย 4 บ่อยๆ มากเกินไป ในที่สุดก็จะพัฒนามาเป็นนิสัยที่ไม่ดี แนวโน้มที่จะคิดไม่ดี พูดไม่ดี และทำไม่ดีจะมีมากขึ้น คุณธรรมที่เคยมีมากมายเท่าไร ก็จะลดน้อยถอยลงไปเรื่อยๆ

ในทางพระวินัย พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงกำหนดให้พระภิกษุที่บวชใหม่ต้องถือนิสัย¹ ในพระอุปัชฌาย์อย่างน้อยนาน 5 ปี ทั้งนี้เพื่อที่จะได้มีโอกาสรับการอบรมสั่งสอน ได้ความรู้ในทางธรรม อีกทั้งยังจะได้สังเกตชิมชับนิสัย และเรียนรู้วิธีการบริหารปัจจัย 4 มาจากท่านด้วย

นิสัยดีๆ ที่เกิดจากการบริหารปัจจัย 4 ได้ดี จะเป็นพื้นฐานให้ความคิด คำพูด การกระทำในเรื่องอื่นๆ ดีตามมา ยิ่งพระภิกษุอาศัยปัจจัย 4 มาใช้ฝึกฝนตนเองจนเกิดเป็นนิสัยดีๆ ได้มากเท่าไร คุณธรรม ความดีงามที่จะเกิดในใจจะยิ่งมากตามขึ้นไปด้วยเท่านั้น

6.5 ทศนคติเกี่ยวกับปัจจัย 4

จากรายละเอียดเกี่ยวกับปัจจัย 4 ดังที่กล่าวมา พอจะสรุปแนวความเห็นสำคัญในทางพระพุทธศาสนา ที่มีต่อปัจจัย 4 ได้อย่างน้อย 3 ประเด็น คือ

1. ปัจจัย 4 เป็นความจำเป็นพื้นฐานของชีวิต (Basic Need) พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเห็นความสำคัญว่าปัจจัย 4 ทำให้ชีวิตดำรงต่อไปได้ และยังช่วยให้สามารถทำกิจวัตร กิจกรรมที่สำคัญของนักบวชได้เป็นปกติ แต่แม้ปัจจัย 4 จะมีความสำคัญเช่นนั้น ไซ้ว่าพระองค์จะทรงอนุญาตให้ใช้กันตามอำเภอใจ กลับทรงสอนให้พระภิกษุรู้จักการใช้ปัจจัย 4 ให้ได้ตามวัตถุประสงค์

2. ด้านการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ นอกจากจะเน้นเรื่องการใช้ปัจจัย 4 ตามวัตถุประสงค์แล้ว พระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังทรงกำหนดประเภทและปริมาณทำให้ทรัพยากรตามธรรมชาติถูกนำมาใช้เท่าที่จำเป็น จึงเป็นการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติที่เห็นได้อย่างชัดเจนอีกทางหนึ่ง เช่น การที่ทรงกำหนดให้พระภิกษุมีจีวรใช้ 3 ผืน ซึ่งแต่ละผืนมีอายุใช้งานนานเป็นปี จึงทำให้ไม่ต้องเปลืองวัสดุที่จะมาทำเป็นจีวรมากเกินไป แตกต่างจากฆราวาสทั่วไป ที่มักจะมีเสื้อผ้าใส่กันหลายๆ ชุด แต่ละชุดยังหลากสีล้น และบางครั้งทั้งที่ยังใช้กันไม่คุ้มค่า ก็ไปหาซื้อกันมาใหม่ วัสดุจากธรรมชาติที่ต้องนำมาใช้จึงต้องมากตามไปด้วย

อาหารสำหรับพระภิกษุฉันเท่าที่บิณฑบาตมาได้ และหากเกินเวลาเที่ยงวันไปก็ไม่สามารถฉันได้อีก อาหารที่พระภิกษุฉันในแต่ละวันจึงไม่ได้มากมายอะไร เมื่อเทียบกับฆราวาสที่รับประทานได้ตามใจ และสามารถรับประทานกันได้ทั้งวัน

¹นิสัย หรือนิสัย หมายถึง การขออนุญาตในปกครองของอุปัชฌาย์ หรือขอให้ท่านเป็นที่พึ่งในการศึกษา

กฎที่פקสำหรับพระภิกษุก็มีขนาดไม่ใหญ่ พออยู่กันด้วยความเรียบง่าย อุปกรณ์ข้าวของเครื่องใช้ หรือเฟอร์นิเจอร์ก็ไม่จำเป็นต้องมี จึงเป็นการช่วยรักษาทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่อย่างจำกัดไม่ให้สิ้นเปลือง

3. ด้านการสร้างนิสัย เพราะนิสัยทั้งที่ดีและไม่ดี เกิดจากการย้าคิด ย้าพูด และย้าทำในสิ่งใด สิ่งหนึ่งบ่อยๆ นานๆ ปัจจัย 4 เป็นสิ่งที่พระภิกษุต้องบริหารใช้สอยกันอยู่ทุกวัน จึงทำให้มีโอกาสได้ย้าคิด ย้าพูด ย้าทำในปัจจัย 4 ตลอดเวลา ปัจจัย 4 จึงเป็นทางมาของนิสัย ซึ่งจะมีผลต่อการฝึกฝนตนเองให้เกิด คุณธรรมภายในแก่พระภิกษุโดยตรง

6.6 ปัจจัย 4 กับการฝึกอบรม

นอกจากปัจจัย 4 จะเป็นที่มาของนิสัยแล้ว พระภิกษุยังสามารถนำปัจจัย 4 มาใช้เป็นอุปกรณ์ในการฝึกฝนตนเองตามพระธรรมวินัยได้อีกทางหนึ่ง

การฝึกฝนอบรมตนเอง หมายถึง การนำคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาฝึกปฏิบัติ เพื่อขัดเกลา กาย วาจา ใจ ให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ ซึ่งตามที่ทราบกันมาแล้วว่า ปัจจัย 4 เป็นเหมือนดาบ 2 คม ถ้าหากไม่พิจารณาโดยแยบคาย ปัจจัย 4 ก็สามารถทำให้กิเลส คือ ตัณหาในใจพระภิกษุกำเริบขึ้นมาได้ด้วย แต่ในทางตรงข้าม ถ้าหากพิจารณาบริโศกใช้สอยด้วยความแยบคาย ก็ย่อมทำให้ ตัณหาคลายไป จนสุดท้ายย่อมละจากกิเลสอาสวะได้เช่นกัน ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสยืนยันเอาไว้เช่นกัน

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อาสวะเหล่าไหน ที่จะพึงละได้เพราะการพิจารณา
เสพ ? คือ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้พิจารณาโดยแยบคายแล้ว
เสพ “จีวร” เพียงเพื่อกำจัดหนาว ร้อน สัมผัส แห่งเหลือบ ยุง ลม แดด
และสัตว์เลื้อยคลาน เพียงเพื่อจะปกปิดอวัยวะที่ให้ความละอายกำเริบ

พิจารณาโดยแยบคายแล้ว เสพ “บิณฑบาต” มิใช่เพื่อจะเล่น มิใช่เพื่อ
มัวเมา มิใช่เพื่อประดับ มิใช่เพื่อตกแต่ง เพียงเพื่อให้กายนี้ดำรงอยู่ เพื่อ
ให้เป็นไป เพื่อกำจัดความลำบาก เพื่อบริหารเหตุแห่งพรหมจรรย์ ด้วยคิดว่า
จะกำจัดเวทนาเก่าเสียด้วย จะไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้นด้วย ความเป็นไป ความ
ไม่มีโทษ และความอยู่สบายด้วย จักมีแก่เรา ฉะนั้น

พิจารณาโดยแยบคายแล้ว เสพ “เสนาสนะ” เพียงเพื่อกำจัดหนาว ร้อน
สัมผัส แห่งเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน เพียงเพื่อบรรเทา
อันตรายแต่ฤดู เพื่อรียนรมย์ในการหลีกออกเร้นอยู่

พิจารณาโดยแยกแล้ว เสพ “บริหาร คือยา” อันเป็นปัจจัยแก่คนไข้ เพียงเพื่อกำจัดเวทนาที่เกิดแต่อาหารต่างๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว เพื่อความเป็นผู้ไม่มีอาหารเบียดเบียนเป็นอย่างยิ่ง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อาสวะ¹ และความเร่าร้อน อันกระทำความคับแค้น เหล่าใดพึงบังเกิดขึ้นแก่ภิกษุนั้น ผู้ไม่พิจารณาเสพปัจจัยอันใดอันหนึ่ง อาสวะ และความเร่าร้อนอันกระทำความคับแค้นเหล่านั้น ย่อมไม่มีแก่ภิกษุผู้พิจารณาเสพอยู่อย่างนี้

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อาสวะเหล่านี้เราตถาคตกล่าวว่า จะพึงละได้เพราะ การพิจารณาเสพ”²

ดังนั้น วิธีการนำปัจจัย 4 มาใช้ฝึกอบรมเพื่อขจัดกิเลสอาสวะในใจ สามารถทำได้โดยการบริโภคนำปัจจัย 4 ให้ถูกต้องตามวัตถุประสงค์ เช่น พระภิกษุต้องทราบว่ามีอยู่ ไม่ใช่มีไว้เพื่อสะสม หรือห่ม เพื่อให้เกิดความสวยงาม แต่ห่มเพื่อป้องกันอันตรายจากความหนาว ความร้อน หรือปกปิดร่างกาย และอวัยวะที่ควรละอาย ส่วนบิณฑบาต ที่อยู่อาศัย หรือยารักษาโรคก็ในทำนองเดียวกัน หากว่าสามารถใช้สอยได้ตรงตามวัตถุประสงค์แล้ว ย่อมจะทำให้พระภิกษุได้บริโภคปัจจัย 4 ด้วยความระมัดระวัง สติ ลมปชัญญะก็จะเจริญขึ้นมา ซึ่งการฝึกอย่างนี้ ก่อให้เกิดผลต่อน้อย 2 ประการ คือ

1. ไม่ต้องเสียเวลาบริหารปัจจัย 4 มากเกินไป ทำให้มีโอกาสปฏิบัติธรรมได้มากขึ้น
2. ใจไม่ยึดติดกับปัจจัย 4 หรือสิ่งนอกตัวมากเกินไป ใจจึงกลับเข้ามาตั้งมั่นภายในตัวได้ง่ายขึ้น

การที่พระภิกษุไม่ติดอกติดใจทั้งในปริมาณ หรือคุณภาพของปัจจัย 4 มากจนเกินไปนัก จะทำให้ใจของท่านไม่ไปติดพันกับสิ่งที่ไม่มีความจำเป็นนอกตัว ไม่รู้สึกดีใจเมื่อได้รับหรือได้ใช้ปัจจัย 4 และไม่รู้สึกละอายใจที่ไม่มีหรือไม่ได้ใช้ปัจจัย 4 ใจก็คลายจากความห่วงหาอาลัย ไม่ติดอยู่ในอารมณ์ต่างๆ ใจจะกลับเข้ามาอยู่ในตัว หลังจากนั้น หากพระภิกษุได้ฝึกพิจารณาใช้สอยปัจจัย 4 ตามวัตถุประสงค์อย่างนี้ทุกวันๆ ย่อมจะเกิดเป็นนิสัยคุ้นกับการนำใจกลับมาตั้งไว้ภายในตัว ควบคู่กับการฝึกปฏิบัติธรรมเจริญสมาธิภาวนา ใจก็จะตั้งมั่น เป็นสมาธิได้ง่าย และสามารถหยุดใจให้นิ่งเข้าสู่ศูนย์กลางกาย คุณธรรมภายในก็จะก้าวหน้าเรื่อยไป ส่งผลให้ท่านสามารถละกิเลสอาสวะได้ในที่สุด ดังเช่นที่พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ได้เคยแสดงพระธรรมเทศนาไว้เกี่ยวกับเรื่องการปล่อยอารมณ์ว่า

¹กิเลสที่หมกหมม หรือติดอยู่ในสันดาน ไหลซึมซาบไปยึดมจิตเมื่อประสบอารมณ์ต่างๆ

²สัพพาสวสังวรสูตร, มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก, มก. เล่ม 17 ข้อ 14 หน้า 143

“ปล่อยอารมณ์ทั้ง 6 คือ รูปารมณ์ สัททารมณ์ คันธารมณ์ รสารมณ์ โผฏฐัพพารมณ์ อัมมารมณ์¹ ใจหยุด นิ่งเฉย ไม่ไปแตะ ไปเกี่ยวกับอารมณ์เหล่านั้น ไม่ไปกินอารมณ์เหล่านั้น ไม่ไปเอารสของอารมณ์เหล่านั้นมา พินิจพิจารณา ปล่อยอารมณ์ทั้ง 6 เสียหมดทีเดียว ใจหยุดทีเดียว

นี่เขาเรียกว่า โผฏฐัพพารมมณํ กริตฺวา ลภติ สมาธิ ทำได้อย่างนี้ได้ชื่อว่าได้สมาธิแล้ว”

ดังนั้น ในการนำปัจจัย 4 มาเป็นอุปกรณ์สำหรับฝึกฝนอบรมตนเอง นอกจากจะทำให้เกิดความสำรวม ระวังใน กาย วาจา ใจ แล้ว ยังทำให้กิเลสตัณหาที่เกิดมาจากปัจจัย 4 ลดน้อยลงไป ความบริสุทธิ์ของกาย วาจา ใจ ก็เพิ่มพูนขึ้นมา คุณธรรมก็จะยิ่งเจริญก้าวหน้าทวีขึ้นไป

สำหรับพระภิกษุแล้ว ปกติเมื่อจะบริโภคใช้สอยปัจจัย 4 ท่านจะมีวิธีในการพิจารณาใน 3 กาล ด้วยกัน คือ ก่อนจะใช้ ขณะที่ใช้ และหลังจากใช้ไปแล้ว ซึ่งพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) เคยแสดงพระธรรมเทศนาในเรื่องนี้ไว้ว่า

“จิวรเมื่อเวลาจับจิวรที่เขาถวายเข้า จิวรนี้สักแต่ว่าเป็นธาตุ เป็นปัจจัย สักแต่ว่าธาตุ ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเขาเราใดๆ แล้วก็เป็นอย่างว่างเปล่าไป จิวรนี้เป็นของไม่เนาไม่เปื่อย น่าดูน่าชม ไม่สกปรกเปรอะเปื้อนใดๆ เป็นของดี มาก พอถูกต้องร่างกายกลายเป็นของเสียหายไปได้ ไม่น่าดูน่าชมไปได้ พิจารณาจิวรอีก จิวรเมื่อเวลาจะนุ่งเข้า ไม่ได้นุ่งเพื่ออื่น นุ่งเพื่อจะป้องกัน เสียซึ่งกายหนาวแลร้อน เพื่อกันเหลือบ ยุง ตะเข็บ ตะขาบต่างๆ เพื่อจะ ไม่ให้กามกำเริบเท่านั้น พิจารณาดังนั้นก็นุ่งห่มไป นุ่งห่มไปแล้วก็พิจารณา แบบเดียวกันอีก ซ้ำอีก เรียกว่าอภินหปัจจเวกขณํ พิจารณาจิวรนุ่งห่ม พร้อมด้วยของคคุณธาตุปัจจเวกขณํ...ก็แบบเดียวกัน...นั่งนอนเสนาสนะ เหล่าบริโภคขุยกยาภิพิจารณา”

แต่เนื่องจากปัจจัย 4 มีความแตกต่างกันทั้งประเภท และวิธีการใช้งาน ทำให้การนำมาเป็นอุปกรณ์ สำหรับฝึกจึงต้องละเอียดอ่อนแตกต่างกันไป หากพิจารณาให้ดี จะพบว่าในบรรดาปัจจัย 4 “บิณฑบาต” หรือ อาหาร เป็นสิ่งที่ควบคุมหรือบริหารได้ยากที่สุด

สำหรับจิวร และเสนาสนะ เมื่อมีแล้วก็สามารถใช้กันได้ยาวนาน ไม่ต้องการการบำรุงรักษามากนัก หรือสำหรับยารักษาโรค นานๆ จึงจะได้ใช้กันสักครั้งหนึ่ง แต่กับอาหาร พระภิกษุต้องประมาณกันใน

¹รูปารมณ์ สัททารมณ์ คันธารมณ์ รสารมณ์ โผฏฐัพพารมณ์ อัมมารมณ์ เรียกว่า อารมณ์ 6 คือ สิ่งสำหรับให้จิตยึดเหนี่ยว

ทุกครั้งที่มีการฉนเลยทีเดียว เพราะแต่ละมือก็ขบฉนในปริมาณที่ไม่เท่ากัน แต่ว่าส่งผลกระทบกันทันตาเห็น คือหากฉนน้อยเกินไป ไม่นานก็จะหิวใหม่อีกครั้ง แต่ถ้าฉนมากเกินไป ร่างกายก็อดอด และไม่สบายตัว นอกจากนี้ หากฉนอาหารที่ไม่มีคุณภาพ เช่น เป็นของแผลงแแก้ร่างกาย หรือมีรสจัด หรือเป็นของทีเลี้ยแล้ว ก็จะส่งผล ต่อร่างกายโดยตรง อาจเจ็บไข้ได้ป่วยเพราะอาหาร ทำให้ขัดขวางการบำเพ็ญสมณธรรม ดังนั้นพระภิกษุจึงต้อง ระมัดระวังในการบริโภคอาหารให้ดี และหากใครได้ฝึกควบคุมการบริโภคอาหารนี้ได้ดีพอ การควบคุมปัจจัย 4 อื่นๆ ก็จะได้ทำได้ไม่ยากเกินไป

6.7 วงจรปัจจัย 4

หากจะมองวงจรของปัจจัย 4 ที่เข้ามามีความเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของพระภิกษุให้ครอบคลุมแล้ว เราอาจแบ่งออกได้เป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. การแสวงหาปัจจัย 4
2. การรับปัจจัย 4
3. การบริโภคใช้สอยปัจจัย 4
4. การดูแลรักษาปัจจัย 4
5. การสละ และการกำจัดปัจจัย 4

1. การแสวงหาปัจจัย 4 เนื่องจากมีพระบรมพุทธานุญาตว่า พระภิกษุต้องบิณฑบาตเลี้ยงชีพเท่านั้น จึงไม่อาจจะซื้อหาปัจจัย 4 มาใช้ได้ตามใจตนเอง ดังนั้นเมื่อมีความจำเป็นต้องได้ปัจจัย 4 มา พระภิกษุจึง ต้องแสวงหาด้วยการขอจากสาธุชน ซึ่งในการหา นั้น ต้องทำโดยสัมมาอาชีวะ คือ แสวงหาโดยชอบธรรม ไม่แสวงหาด้วยการเลี้ยงชีพอันไม่สมควรแก่สมณะ ที่เรียกว่า “อนธนา” เช่น การหลอกลวงเขา การ ลงทุนหาผลประโยชน์ การให้ข้าวของเพื่อหวังผลตอบแทน การประจบรับใช้คฤหัสถ์ หรือการเป็นหมอเวท มนตร์ เสกเป่า เป็นต้น

2. การรับปัจจัย 4 หลังจากพระภิกษุแสวงหาปัจจัย 4 มาได้แล้ว ขั้นตอนต่อไปคือการรับปัจจัย 4 ที่สาธุชนถวายมา ซึ่งจะเป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญมากที่สุดในการบรรดาขั้นตอนทั้งหลาย ดังพุทธพจน์ที่ยก มาแสดงไว้ในตอนต้นว่า

“ก็ภิกษุเป็นมัตตัญญูอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ รู้จักประมาณใน
“การรับ” จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานปัจจัยเภลัชบริขาร...”

แสดงให้เห็นว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญในขั้นตอน “การรับ” มากกว่าขั้นตอนอื่นๆ ส่วนว่าจะมีความสำคัญอย่างไร จะได้อธิบายโดยละเอียดต่อไปในหัวข้อ “ความสำคัญและวิธีการรับปัจจัย 4”

3. การบริโภคใช้สอยปัจจัย 4 ขั้นตอนนี้หมายถึงภายหลังจากที่รับปัจจัย 4 มา พระภิกษุก็สามารถนำมาบริโภคใช้สอยต่อไป ซึ่งหลักการสำคัญก็คือ ต้องพิจารณาใช้ให้ถูกต้องตามวัตถุประสงค์ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนไว้ ทั้งนี้เพราะนอกจากปัจจัย 4 จะเป็นทางมาของนิสัยทั้งที่ดีและไม่ดีแล้ว ยังเป็นอุปกรณ์ที่ใช้ฝึกฝนอบรมเพื่อความสำรวม กาย วาจา ใจ และเพื่อขจัดกิเลสอาสวะของพระภิกษุได้ด้วย

4. การดูแลรักษาปัจจัย 4 หมายถึงการใช้ปัจจัย 4 ที่สาธุชนถวายมาให้คุ้มค่ามากที่สุด ซึ่งในที่นี้พระภิกษุจะต้องคอยหมั่นดูแลรักษา หรือบำรุงให้อยู่ในสภาพที่ดีตลอดเวลา เพื่อให้อายุการใช้งานยาวนานยิ่งขึ้น หรือถ้าหากชำรุดเสียหาย ต้องหมั่นซ่อมแซมให้อยู่ในสภาพที่ดีพร้อมใช้งาน เช่น จีวรที่ใช้ก็ต้องดูแลรักษาความสะอาดให้ดี เวลาซักก็ไม่ขยี้ผ้าแรงเกินไป ไม่บิดผ้าจนทำให้เสียรูปทรง เวลาผึ่งหรือตากให้แห้ง ต้องระวังไม่ให้ถูกแดดจัดไป เพราะจะทำให้สีซีดได้ง่าย เวลาเก็บรักษาก็พับให้เรียบร้อย และเก็บรักษาไว้ในที่แห้งเป็นต้น

ในปัจจัย 4 อื่นๆ ที่แม้จะมีลักษณะของการใช้แตกต่างกันไป ก็ยังคงใช้หลักการเดียวกัน ซึ่งการรู้จักดูแลปัจจัย 4 อย่างนี้ ย่อมทำให้พระภิกษุเป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใสศรัทธา ปัจจัย 4 ที่ได้มาก็จะเป็นประโยชน์อย่างเต็มที่บริบูรณ์ แต่หากพระภิกษุขาดความระมัดระวัง ไม่ดูแลรักษาปัจจัย 4 ที่ได้มาดีพอ ย่อมเกิดผลในทางตรงกันข้าม คือ สาธุชนก็จะมี ความเลื่อมใสศรัทธาลดน้อยลง ซึ่งจะส่งผลกระทบโดยตรงต่อความเจริญรุ่งเรืองของพระพุทธศาสนา เพราะพระภิกษุต้องอาศัยปัจจัย 4 ที่ได้มาจากสาธุชน ดังที่พระพุทธองค์ตรัสถึงความเลื่อมจากการไม่ดูแลข้าวของ¹ ไว้ว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ตระกูลใดตระกูลหนึ่งถึงความเป็นใหญ่ในโคกทรัพย์แล้ว ย่อมไม่ตั้งอยู่ได้นานเพราะสถาน 4 หรือสถานใดสถานหนึ่ง...คือ

1. ไม่แสวงหาพัสดุที่หายแล้ว
2. ไม่ซ่อมแซมพัสดุที่คร่ำคร่า
3. ไม่รู้จักประมาณในการบริโภค
4. ตั้งสตรีหรือบุรุษทาสให้เป็นพ่อบ้านแม่เรือน”

¹กุลสูตร, อังคุตตรนิกาย จตุกนิบาต, มก. เล่ม 35 ข้อ 258 หน้า 623

5. การสละ และการกำจัดปัจจัย 4 ในขั้นตอนที่ 5 นี้ แบ่งออกเป็น 2 วิธี คือ

1) การสละ หมายถึงเมื่อได้รับปัจจัย 4 มาแล้ว หากเห็นว่าสามารถแบ่งปันปัจจัย 4 ให้เป็นประโยชน์แก่เพื่อนสหธรรมิกผู้ประพฤติธรรมได้ก็ควรทำ หรือบางครั้งได้ปัจจัย 4 ที่มีความประณีตมาก เหมาะสมแก่ผู้มีคุณธรรมมากกว่าตน เช่น พระเถระผู้มีคุณธรรม หรือพระอุปัชฌาย์อาจารย์ ก็อาจน้อมนำปัจจัย 4 นั้นถวายให้ท่านได้ใช้สอย

2) การกำจัดปัจจัย 4 หมายความว่าหากพระภิกษุใช้สอยปัจจัย 4 จนหมดอายุการใช้งานแล้ว หรือจำเป็นต้องทำลายไป ต้องกำจัดสิ่งนั้นไปให้เหมาะสมตามวิธีการ เช่น ผ้าจีวรเก่าๆ ที่ใช้ไม่ได้แล้ว อาจนำไปตัดแบ่งเป็นผ้าผืนเล็กๆ สำหรับทำความสะอาด หรืออาหารบิณฑบาตที่เหลือ ไม่สามารถเก็บไว้ได้ให้นำไปเททิ้งในที่อันสมควร เป็นต้น

ความสำคัญ และวิธีการ “รับ” ปัจจัย 4

6.8 การ “รับ” ปัจจัย 4

6.8.1 ความสำคัญของการ “รับ” ปัจจัย 4

เป็นที่ทราบกันดีว่าปัจจัย 4 เป็นสิ่งจำเป็นพื้นฐานที่สำคัญสำหรับทุกๆ ชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับพระภิกษุ ปัจจัย 4 มีความสำคัญเป็นพิเศษมากขึ้นไปอีก ด้วยว่ามีข้อกำหนดทางพระวินัยที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ ทำให้พระภิกษุต้องใช้ปัจจัย 4 เท่าที่จำเป็น ทั้งโดยประเภทและปริมาณ อีกทั้งต้องใช้สอยกันตามวัตถุประสงค์อย่างจริงจัง ซึ่งพระพุทธรูปที่เหล่านั้นเอื้อต่อการฝึกฝนอบรมตนเองให้คุณธรรมของท่านก้าวหน้าขึ้นมา นอกจากนี้ ปัจจัย 4 ยังเป็นที่มาของนิสสัย และพระภิกษุสามารถนำมาใช้เป็นอุปกรณ์สำหรับ ฝึกตนเองให้หมดจากกิเลสได้ด้วย

แต่ประโยชน์จากปัจจัย 4 ที่พระภิกษุจะได้รับ จะมีขั้นตอนสำคัญที่เป็นตัวกำหนดทุกสิ่งทุกอย่างดังที่กล่าวมา ขั้นตอนนั้นก็คือการ “รับ” ปัจจัย 4

เหตุใดพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสว่า “ภิกษุใดจะเป็นมัตตัญญูได้ ภิกษุนั้นต้องรู้จักประมาณในการ ‘รับ’ ปัจจัย 4 ของตนเองให้ได้ด้วย”

ที่เป็นเช่นนั้น เพราะหากมองย้อนกลับไปถึงวงจรปัจจัย 4 ที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของพระภิกษุ จะพบว่า กว่าพระภิกษุจะได้พิจารณาวิโรโคใช้สอยปัจจัย 4 ให้ได้ตามวัตถุประสงค์ หรือกว่าปัจจัย 4 จะมี

ผลต่อการสร้างนิสัย หรือกว่าจะมาเป็นอุปกรณให้พระภิกษุได้ใช้ฝึกฝนตนเอง ก็ต้องผ่านขั้นตอนการ ‘รับ’ มาก่อน หากพระภิกษุไม่ได้รับปัจจัย 4 นั้นไว้ ขั้นตอนต่างๆ ที่กล่าวมาข้างต้นจะไม่มีวันเกิดขึ้นได้เลย ดังนั้น การรับจึงเป็นเสมือนประตู หรือจุดตั้งต้นที่ปัจจัย 4 จะเข้ามามีผลกระทบต่อวิถีชีวิต และคุณธรรมของพระภิกษุในระยะยาว เพราะฉะนั้นการรับหรือไม่รับ ไม่ว่าจะด้วยเงื่อนไขหรือวิธีการอย่างไร ย่อมกระทบ ต่อการพัฒนา นิสัย และคุณธรรมภายในของพระภิกษุอย่างแน่นอน

6.8.2 ผู้รู้จักการรับ

พระภิกษุที่รู้จักประมาณในการรับ ควรจะต้องรู้จักวงจรของปัจจัย 4 ได้ดีพอ กล่าวให้ง่าย คือ ต้องเห็น จุดเริ่มต้นและจุดสุดท้ายของปัจจัย 4 ได้อย่างชัดเจน คือ รู้ว่าตนเองขาดแคลนสิ่งไหน รู้ว่าจะไปแสวงหา มาได้อย่างไรจึงจะถูกต้องตามพระธรรมวินัย รู้ว่าจะรับหรือไม่รับแค่ไหน รู้ว่าจะต้องบริโภคใช้สอยอย่างไร จึงจะเป็นไปตามวัตถุประสงค์ รู้ว่าจะทำอะไรจึงจะใช้ได้คุ้มค่ายาวนาน และรู้ว่าจะสละหรือกำจัดปัจจัย 4 ที่หมดสภาพแล้วอย่างไร เมื่อรู้อย่างนี้แล้วจึงจะได้ชื่อว่าเป็นผู้มีความยับยั้งชั่งใจ พระภิกษุก็จะได้ประโยชน์ จากปัจจัย 4 นั้นได้เต็มที่บริบูรณ์

ทั้งนี้เนื่องจากว่าการรับปัจจัย 4 เข้ามา ไม่ว่าจะมากหรือน้อยอย่างไร ล้วนแต่มีผลต่อชีวิตของ พระภิกษุได้ ด้วยเหตุที่ว่า

1. กรณี “ไม่รับ” หากว่าไม่มีความจำเป็นหรือขาดแคลน คงไม่ส่งผลอะไร แต่หากมีความจำเป็น ก็จะทำให้ลำบาก การบำเพ็ญสมณธรรมก็ทำได้ยากขึ้นด้วย เช่น อยู่ในถิ่นที่อากาศหนาว แต่ไม่รับผ้ามาให้ เพียงพอแก่ความต้องการ หรือต้องฉันภัตตาหาร แต่ไม่รับบิณฑบาตมาฉัน หรือในฤดูฝน แต่ไม่แสวงหา ที่อยู่ที่มุงบัง หรือยามเจ็บไข้ แต่ไม่รับยามาใช้รักษา เป็นต้น

2. กรณี “รับน้อย” กว่าความจำเป็น ก็จะทำให้ลำบาก เช่นฉันอาหารน้อยจนเกินไป จะทำให้ หิวเรื้อรังกายอ่อนเพลีย เกิดความกังวลเพราะความหิว เป็นต้น

3. กรณี “รับมาก” กว่าความจำเป็น ก็จะทำให้เป็นภาระที่ต้องตามดูแลรักษา เกิดความห่วงหวั่น ในปัจจัย 4 มีความไม่คล่องตัวหากต้องเดินทาง เพราะเกิดความห่วงใย หรือทำให้ต้องเสียเวลาดูแลปัจจัย 4 มากเกินไป จนมีเวลาไปบำเพ็ญสมณธรรมลดลง เป็นต้น

4. กรณี “รับพอดี” ก็จะได้ประโยชน์จากการรับปัจจัย 4 อย่างเต็มที่ดังที่กล่าวมา

ดังนั้น ไม่ว่าพระภิกษุจะรับปัจจัย 4 มาอย่างไร ย่อมส่งผลกระทบต่อนิสัยการฝึกฝนอบรมตนเอง และคุณธรรมภายในของพระภิกษุโดยตรง

6.8.3 หลักการรับปัจจัย 4

หลักในการรับปัจจัย 4 พระลัมมาลัมพทุพเจ้าทรงให้หลักว่า พระภิกษุควรจะยินดีปัจจัยตามมีตามได้ หรือเป็นผู้มีความสันโดษในปัจจัย 4 ดังที่พระองค์ทรงสรรเสริญพระมหากัสสปเถระไว้ว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กัสสปนี้เป็นผู้สันโดษด้วยจิรตามมีตามได้ และเป็นผู้กล่าวสรรเสริญคุณแห่งความสันโดษด้วยจิรตามมีตามได้ ไม่ถึงการแสวงหาอันไม่ควรเพราะเหตุแห่งจิร ไม่ได้จิรก็ไม่สะดุ้ง ครั้นได้จิรแล้วก็ไม่ยินดี ไม่ติดใจ ไม่พัวพัน มีปกติเห็นโทษ มีปัญญาเครื่องสลัดออก ย่อมใช้สอย

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กัสสปนี้เป็นผู้สันโดษด้วยบิณฑบาตตามมีตามได้... ด้วยเสนาสนะตามมีตามได้... ด้วยเภสัชบริวารซึ่งเป็นปัจจัยแห่งคนไข้ตามมีตามได้...”¹

ความสันโดษดังพุทฺธพจน์นั้น หมายถึงสันโดษ 3 อย่าง² คือ

1. ยถาลาภสันโดษ ยินดีตามที่ได้ หมายถึง เมื่อได้ปัจจัย 4 โดยมาด้วยความเพียรของตนเอง ก็พอใจบริโภคน้ำที่มิในสิ่งนั้น
2. ยถาพลสันโดษ ยินดีตามกำลัง หมายถึง พอใจเพียงแค่ว่าพอแก่กำลังร่างกาย สุขภาพและขอบเขตการใช้สอยของตน ของที่เกินกำลังก็ไม่หวงแหนเสียดาย พร้อมทั้งจะสละแก่ผู้ที่ต้องการได้มากกว่าตน
3. ยถาสารูปสันโดษ ยินดีตามสมควร หมายถึง พอใจในปัจจัย 4 ที่สมควรแก่ภาวะ ฐานะ และสมณสารูปของตนเอง ของใดไม่เหมาะสมกับตน เช่น มีความประณีตมากเกินไป เหมาะกับพระเถระผู้มีคุณธรรมสูง ก็นำไปถวายให้ท่านได้ใช้สอย

6.8.4 วิธีฝึกรับปัจจัย 4

ในการรับปัจจัย 4 มีข้อพึงพิจารณาก่อนรับดังนี้

1. การรับปัจจัย 4 นั้น เป็นเพราะความ “จำเป็น” หรือความ “ต้องการ” หรือเพราะความ “อยากได้”
 - 1.1 ความจำเป็น (Need) ในที่นี้หมายถึงปัจจัย 4 นั้นเป็นสิ่งที่ต้องได้มา หากไม่ได้ จะกระทบ

¹สันตมฺมสูตร, สังยุตตนิกาย นิทานวรรค, มก. เล่ม 26) ข้อ 462 หน้า 538

²ภวนาวีรยคุณ,พระ (เผด็จ ทตฺตชีโว), พระแท้, (กรุงเทพฯ : มูลนิธิธรรมกาย,2540), หน้า 176

ต่อการดำรงชีวิต หรือกระทบต่อการทำกิจวัตรกิจกรรมที่สำคัญของตน

1.2 ความต้องการ (Want) หมายถึงไม่ได้อยู่ในภาวะที่ขาดแคลนมากเกินไป หากไม่ได้ปัจจัย 4 นั้นมาก็ไม่ถึงกับเดือดร้อนมากเกินไป แต่ถ้าได้ ก็จะเกื้อกูลให้ใช้ชีวิตได้ดียิ่งขึ้น

1.3 ความอยากได้ (Greedy) หมายถึงไม่เดือดร้อนอะไร หากไม่ได้ปัจจัย 4 นั้นมา แต่เป็นเพราะว่าโลภอยากได้ ด้วยอำนาจกิเลสภายในของตน

หากพิจารณาแล้วพบว่า เป็น “ความจำเป็น” หรือเป็น “ความต้องการ” ก็ให้พิจารณาไปตามสมควร แต่หากเป็นเพราะ “ความอยากได้” พระภิกษุต้องรีบหักห้ามใจ และไม่ควรรับปัจจัย 4 นั้นเลย

2. พิจารณาโดยอาศัยองค์ประกอบ 3 ประการ คือ (1) **ไทยธรรม** หรือปัจจัย 4 ของผู้ให้ (2) **จิตเจตนา** หรือความต้องการของผู้ให้ (3) **กำลังตามความจำเป็น** หรือความต้องการของพระภิกษุ โดยอาศัยหลักว่า¹

2.1 หากผู้ให้มีปัจจัย 4 มาก แต่ต้องการถวายเพียงเล็กน้อย ก็ให้พระภิกษุรับไว้แต่น้อย ตามความต้องการของผู้ให้

2.2 หากผู้ให้มีปัจจัย 4 น้อย แต่ต้องการถวายมาก ก็ให้พระภิกษุรับไว้แต่น้อย ตามปริมาณของปัจจัย 4 ที่มี

2.3 หากผู้ให้มีปัจจัย 4 มาก และต้องการถวายมากด้วย พระภิกษุก็ควรรับแต่พอประมาณ ตามความจำเป็นของตนเอง

ด้วยหลักการที่กล่าวมา ย่อมจะทำให้การรับปัจจัย 4 ของพระภิกษุมีความพอเหมาะพอดี ซึ่งนอกจากจะทำให้ท่านเป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใสศรัทธาของสาธุชนแล้ว ปัจจัย 4 ที่รับมานี้ ยังจะเกื้อกูลต่อการใช้ชีวิต และการบำเพ็ญสมณกิจ เพื่อขัดเกลา กาย วาจา ใจ และเพิ่มพูนคุณธรรมของท่านให้ก้าวหน้ายิ่งขึ้นไปอีกด้วย

6.9 ตัวอย่างการประมาณในการรับ

มีเรื่องตัวอย่างของการรับปัจจัย 4 จากพระไตรปิฎกที่น่าสนใจ ที่จะช่วยให้เข้าใจถึงการรับปัจจัย 4 ได้ดีขึ้น 2 เรื่อง ดังนี้

1. เรื่องพระเจ้าอุเทนถวายจีวรแก่พระอนนทเพราะความเลื่อมใส
2. เรื่องภิกษุณีอุลลันนหารับกระเทียมไม่รู้จักประมาณ

¹รศสูตร, อรรถกถา สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค, มก. เล่ม 28 หน้า 398

1. เรื่องพระเจ้าอุเทน¹

สมัยหนึ่ง พระเจ้าอุเทนกับพระมเหสีประทับอยู่ในพระราชอุทยาน พระมเหสีทรงทราบว่าพระอานนท์ อยู่ในที่ใกล้พระราชอุทยานนั้น จึงทูลขอไปเยี่ยมกราบทานพระอานนท์ เมื่อทรงได้รับอนุญาตแล้ว จึงเสด็จเข้าไปหา พระอานนท์ได้แสดงธรรมจนพระมเหสีเกิดความปีติเบิกบาน พระนางจึงถวายผ้าจีวรแก่พระอานนท์ 500 ผืน เมื่อพระเจ้าอุเทนทรงทราบ และติเตียนพระอานนท์ว่ารับจีวรไปทำไมมากมายแล้ว จากนั้นจึงเสด็จเข้าไปหาตรัสถามว่า

(พระเจ้าอุเทน) ท่านพระอานนท์ มเหสีของข้าพเจ้ามาหาหรือ

(พระอานนท์) พระมเหสีของพระองค์มาหา มหาบพิตร

(อุ.) ก็พระนางได้ถวายอะไร แก่ท่านพระอานนท์บ้าง

(อา.) ได้ถวายผ้าห่ม (จีวร) แก่อาตมภาพ 500 ผืน มหาบพิตร

(อุ.) ก็ท่านพระอานนท์จักทำอะไรกะจีวรมากมายเพียงนั้น

(อา.) อาตมภาพจักแจกให้แก่ภิกษุทั้งหลาย ที่มีจีวรคร่ำคร่าต่อไป มหาบพิตร

(อุ.) ก็ท่านพระอานนท์จักทำอะไรกะจีวรเก่าคร่ำคร่าเหล่านั้นต่อไป

(อา.) อาตมภาพจักทำผ้าเหล่านั้นให้เป็นผ้าดาดเพดาน มหาบพิตร

(อุ.) ท่านพระอานนท์จักทำอะไรกะผ้าดาดเพดานเก่าเหล่านั้น

(อา.) อาตมภาพจักทำผ้าเหล่านั้นให้เป็นผ้าปูฟูก มหาบพิตร

(อุ.) ท่านพระอานนท์จักทำอะไรกะผ้าปูฟูกที่เก่าเหล่านั้น

(อา.) อาตมภาพจักทำผ้าเหล่านั้นให้เป็นผ้าปูพื้น มหาบพิตร

(อุ.) ท่านพระอานนท์จักทำอะไรกะผ้าปูพื้นที่เก่าเหล่านั้น

(อา.) อาตมภาพจักทำผ้าเหล่านั้นให้เป็นผ้าเช็ดเท้า มหาบพิตร

(อุ.) ท่านพระอานนท์จักทำอะไรกะผ้าเช็ดเท้าที่เก่าเหล่านั้น

(อา.) อาตมภาพจักทำผ้าเหล่านั้นให้เป็นผ้าเช็ดธุลี มหาบพิตร

(อุ.) ท่านพระอานนท์จักทำอะไรกะผ้าเช็ดธุลีที่เก่าเหล่านั้น

(อา.) อาตมภาพจักโขลกผ้าเหล่านั้น ขยำกับโคลนแล้วฉาบทาฝา มหาบพิตร

¹เรียบเรียงจาก เรื่องพระเจ้าอุเทน, พระวินัยปิฎก จุลวรรค, มก. เล่ม 9 หน้า 522

เมื่อได้รับคำตอบแล้ว พระเจ้าอุเทนทรงชื่นชมในการรับจีวรด้วยความแบายของพระอานนท์ ทรงเกิดความเลื่อมใส จึงถวายผ้าจีวรอีก 500 ผืนให้แก่พระอานนท์ ในคราวนั้น จีวร 1,000 ผืน ได้เกิดขึ้นแก่พระอานนท์ในวันเดียว

จากตัวอย่างการรับผ้าของพระอานนท์ นับเป็นตัวอย่างที่ดีในการรู้จักประมาณในการรับ เราจะเห็นว่าการประมาณ ไม่ได้หมายความว่าต้องรับให้น้อยที่สุดเท่านั้น แต่หมายถึงเมื่อรับมาแล้ว ปัจจัยนั้นก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดกับพระพุทธศาสนามากกว่า ดังเช่นตัวอย่างที่ยกมา จะพบผลดีที่เกิดจากการรับผ้าของพระอานนท์ดังนี้

1. เป็นประโยชน์กับตัวพระอานนท์เอง ที่จะมีโอกาสได้บุญจากการถวายผ้าแก่เพื่อนสหธรรมิกที่ขาดแคลน
2. เป็นประโยชน์กับหมู่สงฆ์จำนวนมาก ที่ได้อาศัยผ้าที่พระอานนท์นำมาถวาย
3. เป็นประโยชน์กับสาธุชน คือพระเจ้าอุเทนและพระมเหสี ที่มีโอกาสได้สั่งสมบุญ
4. เป็นประโยชน์กับความเจริญของพระพุทธศาสนา เพราะมีพระภิกษุที่ฝึกฝนอบรมตนเองมาดี เป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใสศรัทธาอย่างพระอานนท์

2. เรื่องภิกษุณีอุลลันทา¹

สมัยนั้น อุบาสกคนหนึ่งได้พิจารณากระเทียมไว้แก่ภิกษุณีสงฆ์ว่า ภิกษุณีรูปใดต้องการกระเทียม กระผมขอพิจารณา และยังได้สั่งคนเฝ้าไร่ไว้ด้วยว่า ถ้าภิกษุณีทั้งหลายมาขอ จงถวายท่านไปรูปละ 2-3 กำ

เวลานั้น ในเมืองสาวัตถีกำลังมีงานมหรสพ กระเทียมที่เขานำมาขายหมดพอดี ภิกษุณีทั้งหลายจึงเข้าไปหาอุบาสกคนนั้น แล้วกล่าวว่าพวกตนต้องการกระเทียม

อุบาสกกล่าวว่า ไม่มี กระเทียมเท่าที่เขานำมาหมดแล้ว ขอให้ไปเอาที่ไร่

ภิกษุณีอุลลันทาจึงไปที่ไร่ ขนกระเทียมไปมาก ไม่รู้จักประมาณ คนเฝ้าไร่จึงเพ่งโทษ ตีเตียน โพนทะนาว่า ทำไมภิกษุณีทั้งหลายไปถึงไร่แล้วจึงไม่รู้จักประมาณ ขนกระเทียมไปมากมาย

จากเรื่องนี้ เป็นตัวอย่างที่ไม่ดีของผู้ที่ไม่รู้จักประมาณในการรับ ทำให้เกิดผลเสีย คือ นอกจากตนเองจะถูกตีเตียนแล้ว ยังทำให้สาธุชนเสื่อมความศรัทธาอีก

ดังนั้น การประมาณในการรับ จึงมีความสำคัญมาก เพราะนอกจากจะส่งผลกระทบต่อตนเองแล้วยังส่งผลไปถึงหมู่คณะ สาธุชน และพระพุทธศาสนาโดยรวมด้วย

¹เรื่องภิกษุณีอุลลันทา, พระวินัยปิฎก ภิกขุณีวงศ์, มก. เล่ม 5 หน้า 176

6.10 บทสรุปของการเป็นมัตตัญญู

เราจึงอาจสรุปสำหรับเรื่องมัตตัญญูได้ว่า พระภิกษุที่จะฝึกให้ตนเองเป็นผู้รู้จักประมาณในการรับได้นั้น จะต้อง

1. สามารถบริหารควบคุมปัจจัย 4 โดยต้องรู้จักวิธี “การรับ” ที่ถูกต้อง
2. สามารถนำปัจจัย 4 มาใช้เป็นอุปกรณ์สำหรับฝึกฝนอบรมตนเองให้มีคุณธรรมก้าวหน้าได้

เมื่อพระภิกษุฝึกฝนอบรมตนเองจนเป็นผู้รู้จักประมาณได้ดีเช่นนี้แล้ว จึงจะเรียกได้ว่าคุณเป็นทั้ง ธรรมัญญู ผู้รู้จักธรรม อตถัญญู ผู้รู้จักนัยและนำมาปฏิบัติได้ อตตัญญู ผู้รู้จักประเมินคุณธรรมภายในตน และเป็นมัตตัญญู ผู้รู้จักประมาณในการรับปัจจัย 4 ได้อย่างสมบูรณ์ ดังเช่นพุทธพจน์ที่พระองค์ทรงตรัสรับรองไว้ว่า “ภิกษุเป็นธรรมัญญู อตถัญญู อตตัญญู มัตตัญญู ด้วยประการฉะนี้”

6.11 มัตตัญญูกับอรรถกโมคคัลลานสูตร

การฝึกฝนอบรมของพระภิกษุตามมัตตัญญูนี้ จะช่วยให้การฝึกในแต่ละขั้นตอนที่มีในอรรถกโมคคัลลานสูตรสำเร็จในที่สุด เช่นขั้นตอนที่ 1 คือ ปาฏิโมกขสังวร ก็จะเกิดขึ้นได้ เมื่อพระภิกษุสามารถฝึกใช้ปัจจัย 4 ได้ตามที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงอนุญาตไว้ คือ ไม่ล่วงละเมิดสิกขาบททั้งในด้านประเภทและปริมาณของปัจจัย 4 ไม่บริโภคใช้สอยอย่างไม่มีวัตถุประสงค์ ทำให้เกิดความสำรวมระวังในสิกขาบทน้อยใหญ่ ที่เกี่ยวข้องกับปัจจัย 4 โดยตรง

ความรอบคอบ ระมัดระวัง และแยบคายในการบริโภคใช้สอย ซึ่งเป็นนิสัยดี ๆ ที่เกิดจากการตอกย้ำทางความคิด คำพูด การกระทำ ผ่านปัจจัย 4 จะช่วยให้พระภิกษุมีสติ สัมปชัญญะดียิ่งขึ้น ซึ่งก็จะไปเกื้อกูลต่อการฝึกในขั้นตอนที่ 2 คือ อินทริยสังวร และขั้นตอนที่ 5 คือ สติ สัมปชัญญะ เป็นต้น

ในขั้นตอนอื่นๆ ก็ในทำนองเดียวกัน คือ เมื่อพระภิกษุฝึกจนตัวท่านเป็นมัตตัญญูแล้ว ก็จะเกื้อกูลให้การปฏิบัติตามขั้นตอนต่างๆ ในอรรถกโมคคัลลานสูตร สามารถทำได้สะดวกง่ายดายยิ่งขึ้น

6.12 ปัจจัย 4 กับวิถีชีวิตของฆราวาส

จากการศึกษาเรื่องมัตตัญญูที่ผ่านมา แม้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงบัญญัติเรื่องปัจจัย 4 ให้แก่พระภิกษุไว้อย่างรัดกุม จนดูเหมือนว่ายากเกินกว่าที่ฆราวาสจะนำมาฝึกปฏิบัติตามได้ แต่ในความเป็นจริงฆราวาสอาจนำหลักการและวิธีการที่ได้ศึกษา มาปรับใช้ให้เกิดประโยชน์กับตนเองได้ในหลายด้าน คือ

6.12.1 ทศนคติเรื่องปัจจัย 4 กับการใช้ชีวิต

ประโยชน์ประการแรกที่ฆราวาสสามารถนำมาปรับใช้ เพื่อประโยชน์แก่ตนเองได้ คือการนำความรู้เรื่องทศนคติเกี่ยวกับปัจจัย 4 มาใช้ในชีวิตของตนเอง ดังนี้

1. ทศนคติที่ว่า “ปัจจัย 4 เป็นความจำเป็นพื้นฐานของชีวิต” ด้วยแนวคิดนี้ จะช่วยให้ฆราวาสได้ปรับวิธีใช้ปัจจัย 4 ของตนเองใหม่ มาเป็นการใช้ด้วยความยับยั้งชั่งใจ โดยคำนึงถึงวัตถุประสงค์ของการใช้ให้มากที่สุด

2. ทศนคติในด้าน “การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ” จะช่วยให้ฆราวาสคำนึงถึงความคุ้มค่าในการใช้ปัจจัย 4 มากยิ่งขึ้น เมื่อคำนึงถึงความคุ้มค่า ก็จะต้องมาคำนึงถึงปริมาณในการใช้ เพื่อให้สูญเสียทรัพยากรธรรมชาติที่มีค่าไปน้อยที่สุด

3. ทศนคติที่ว่า “ปัจจัย 4 เป็นเครื่องสร้างนิสัย” ด้วยแนวความคิดนี้ จะช่วยให้ฆราวาสใช้ปัจจัย 4 ด้วยความรอบคอบระมัดระวัง เพราะทราบว่าการตอกย้ำในการ คิด พูด และทำ ในปัจจัย 4 จะมีผลต่อนิสัยทั้งที่ดีและไม่ดีของตนเอง

6.12.2 ปัจจัย 4 กับวิถีชีวิตของฆราวาส

จากทศนคติที่กล่าวมา ฆราวาสอาจนำปัจจัย 4 มาปรับพิจารณาให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของตนเอง ดังนี้

1. เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม ควรมุ่งใช้ให้ตรงกับวัตถุประสงค์ โดยรักษาเสื้อผ้าของตนให้สะอาด นุ่งห่มแล้วสุภาพเรียบร้อย คล่องตัว ดูแลรักษาได้ง่าย เลือกซื้อชนิดที่มีคุณภาพดีสามารถใช้งานได้ยาวนาน ราคาไม่แพงมากเกินไป สีสันไม่ฉูดฉาด และควรเลือกซื้อเสื้อผ้าที่สามารถใช้ได้หลายโอกาส หรือหลายสถานการณ์ เพื่อจะได้ไม่จำเป็นต้องมีเสื้อผ้ามากเกินไปจนความจำเป็น เป็นต้น

2. อาหาร ควรเน้นที่ความครบถ้วนทางโภชนาการ มากกว่ารับประทานอาหารที่ไม่ค่อยมีประโยชน์ตามชอบใจ ซึ่งส่วนใหญ่จะแพงเกินจริง ทำให้ติดนิสัยสุรุ่ยสุร่าย ไม่คุ้มกับเงินที่ต้องเสียไป อาหารที่รับประทานต้องสะอาด และฝึกให้รับประทานแต่พอดี คือไม่ให้อิ่มมากเกินไป โดยอาศัยหลักที่ว่า อีก 4 – 5 คำจะอึดก็ให้ดื่มน้ำตามไป ไม่ซื้ออาหารมากเกินความจำเป็นจนเหลือ และหมั่นฝึกรับประทานอาหารให้เป็นเวลา เป็นต้น

3. ที่อยู่อาศัย ควรอยู่ในสถานที่ที่เหมาะสม เป็นสัปปายะ เช่น อยู่ใกล้วัด ใกล้แหล่งอาหาร และผู้คนในบริเวณที่อาศัยเป็นคนดี มีศีลธรรม ขนาดของที่อยู่อาศัยก็ไม่ควรใหญ่เกินไป จนกระทั่งดูแลได้ลำบาก ต้องเสียเวลากับการทำความสะอาด หรือบำรุงซ่อมแซมมากเกินไป เป็นต้น

4. ยารักษาโรคในที่นี้หมายถึงต้องหมั่นดูแลรักษาสุขภาพให้แข็งแรง เช่น ต้องหมั่นออกกำลังกายเป็นประจำ หรือตรวจสุขภาพประจำปี เป็นต้น

การนำความรู้เรื่องมัตตัญญาปรับใช้ก็เพื่อเกื้อกูลต่อการใช้ชีวิตในโลกและเกื้อกูลต่อการฝึกฝนอบรมตนเองให้เพียบพร้อมด้วยคุณงามความดีในทางธรรม ทั้งยังจะทำให้ได้นิสัยดี ๆ ที่จะช่วยสนับสนุนให้การสร้างบารมีด้วย ทาน ศีล ภavana ของฆราวาสก้าวหน้าดียิ่งขึ้นไป ทั้งนี้เพราะใจจะไม่เกาะติดกับปัจจัย 4 ที่เป็นสิ่งนอกตัวมากนัก เช่น เรื่องเสื้อผ้าก็จะหันมาคำนึงถึงวัตถุประสงค์การใช้มากกว่าจะให้ความสำคัญกับสีสัน ความสวยงาม หรือปริมาณที่มากเกินไปจนความจำเป็น ชีวิตก็จะมีระเบียบง่าย ความรู้สึกละเอียดก็ลดน้อยลงไป ผู้ที่มีนิสัยเช่นนี้ เวลาทำงานมักสามารถตั้งใจได้โดยง่าย ไม่มีความตระหนี่หวงแหน เมื่อรักษาศีลก็ทำได้ง่าย เพราะได้นิสัยมีความละเอียดรอบคอบและระมัดระวัง มีสติสัมปชัญญะที่ดี การระมัดระวังกายและวาจาไม่ให้ไปทำความชั่วก็จะทำได้ดีขึ้น เมื่อเป็นอย่างนี้ การเจริญสมาธิภาวนาจะก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป คุณธรรมภายในก็จะเพิ่มพูนเรื่อยไปทุกๆ วัน

กิจกรรม

หลังจากนักศึกษาได้ศึกษา บทที่ 6 ขั้นตอนที่ 4 มัตตัญญา จบโดยสมบูรณ์แล้ว
โปรดทำแบบประเมินตนเองหลังเรียนบทที่ 6 และกิจกรรม ในแบบฝึกปฏิบัติบทที่ 6
แล้วจึงศึกษาในบทที่ 7 ต่อไป

บทที่ 7
ขั้นตอนที่ 5
กาต้มน้ำ



เนื้อหาบทที่ 7

ขั้นตอนที่ 5 กาลัญญ



- 7.1 ธรรมที่ชื่อว่า “กาลัญญ”
- 7.2 คำแปล และความหมาย
- 7.3 เวลา กับ ชีวิต
 - 7.3.1 ความจริงเกี่ยวกับเวลา
 - 7.3.2 ความไม่ประมาทในชีวิต
- 7.4 ทศนคติเรื่องชีวิตกับเวลาในทางพระพุทธศาสนา
 - 7.4.1 เวลาในชีวิตมีน้อย
 - 7.4.2 ชีวิตมีความไม่แน่นอน
 - 7.4.3 ควรใช้เวลาที่มีเพื่อทำความดีให้มากที่สุด
- 7.5 กาลทั้ง 4 กับการฝึกอบรมของพระภิกษุ
 - 7.5.1 ความสำคัญของกาลทั้ง 4
 - 7.5.2 ความสัมพันธ์ของกาลทั้ง 4 ที่มีต่อการทำพระนิพพานให้แจ้ง
- 7.6 การบริหารเวลาให้เป็นกาลัญญบุคคล
 - 7.6.1 หลักการบริหารเวลา
 - 7.6.2 แนวทางปฏิบัติตามกาลทั้ง 4
 - 7.6.3 เหตุที่ทำให้บริหารเวลาไม่ได้
- 7.7 ประโยชน์ที่ได้จากการฝึกตามธัมมัญญจนถึงกาลัญญ
- 7.8 บทสรุปของการเป็นกาลัญญ
- 7.9 กาลัญญกับวิถีชีวิตของฆราวาส

1. เวลาเป็นสิ่งที่มีความค่า เพราะเมื่อผ่านไปแล้วไม่สามารถจะย้อนกลับคืนมาใหม่ได้ และในขณะที่เวลาผ่านไป ก็มักจะนำเอาโอกาสดีๆ และสิ่งดีๆ ที่ชีวิตควรจะได้ให้หลุดลอยตามไปด้วย สำหรับพระภิกษุผู้มีเป้าหมายที่จะทำพระนิพพานให้แจ้งก็เช่นเดียวกัน หากต้องการฝึกฝนคุณธรรมให้ก้าวหน้ามั่นคงยิ่งขึ้นไป ต้องให้ความสำคัญกับเรื่องเวลา โดยต้องเรียนรู้ที่จะบริหาร ควบคุม และใช้เวลาในแต่ละวัน ให้เกิดประโยชน์กับตนเองให้มากที่สุด
2. การบริหารเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ หมายถึงการจัดสรรเวลาที่มีจำกัด ไปทำกิจวัตร กิจกรรมที่มีความสำคัญสูงสุดก่อนเป็นอันดับแรก ในทางพระพุทธศาสนา พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงกิจวัตรกิจกรรมที่มีความสำคัญยิ่งไว้ 4 ประการ คือ การเรียน การสอบถาม การทำความเพียร และการหลีกเร้นเพื่อทำสมาธิอย่างต่อเนื่อง เพราะกิจวัตรทั้ง 4 โดยเฉพาะการเจริญสมาธิภาวนา จะเป็นเหตุให้พระภิกษุสามารถกำจัดกิเลสอาสวะให้หมดสิ้นไปได้ ดังนั้นไม่ว่าพระภิกษุจะมีการกิจประจำวันมากมายเพียงใด ก็ต้องจัดสรรเวลาเพื่อทำกิจวัตรกิจกรรมทั้ง 4 ให้ได้อย่างสม่ำเสมอด้วย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาเล็งเห็นถึงความสำคัญของการบริหารเวลา ว่ามีผลต่อการฝึกฝนอบรมตนเองของพระภิกษุให้เจริญก้าวหน้าโดยตรง
2. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจถึงความสัมพันธ์ ระหว่างกิจวัตรกิจกรรมทั้ง 4 ประการ ว่า เป็นหัวใจสำคัญที่เกื้อกูลต่อการทำพระนิพพานให้แจ้ง
3. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจว่าหลักการบริหารเวลาที่ดี คือการจัดสรรเวลาให้เหมาะสมสำหรับทำกิจวัตรทั้ง 4 นี้ให้สมบูรณ์
4. เพื่อให้นักศึกษามีแนวทาง ที่จะนำหลักการบริหารเวลาไปปรับใช้กับชีวิตฆราวาสได้อย่างเหมาะสม เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตทั้งในทางโลก และเพื่อการสร้างบุญบารมีในทางธรรม



บทที่ 7



ขั้นตอนที่ 5 กาลัญญ

7.1 ธรรมที่ชื่อว่า “กาลัญญ”

จากการศึกษาธัมมัญญสูตรทั้ง 4 ขั้นตอนที่ผ่านมา พอจะทำให้เห็นวิธีการฝึกที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแนะนำได้ว่า พระภิกษุต้องมีความรู้และความเข้าใจในสิ่งที่พระองค์ทรงสอนไว้เป็นอย่างดี จนกระทั่งสามารถนำไปฝึกฝนตนเองให้มีคุณธรรมก้าวหน้าขึ้นมาหลังจากนั้นก็ต้องประเมินคุณธรรมความก้าวหน้าของตนเองให้ได้ อีกทั้งพัฒนาปรับปรุงวิธีการฝึกของตนเองเรื่อยไป โดยผ่านทางกิจวัตรกิจกรรมประจำวัน และอาศัยปัจจัย 4 ที่พระภิกษุต้องเกี่ยวข้องทุกวันมาเป็นอุปกรณ์ในการฝึก

เมื่อฝึกได้ตามขั้นตอนเหล่านี้แล้ว พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ฝึกในขั้นตอนที่ 5 ต่อไป ซึ่งในขั้นตอนนี้พระองค์ทรงสอนพระภิกษุให้รู้จักเอาใจใส่ในการบริหารเวลา โดยตรัสว่า

“ก็ภิกษุเป็นกาลัญญอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักกาลว่า นี่เป็นกาลเรียน นี่เป็นกาลสอบถาม นี่เป็นกาลประกอบความเพียร นี่เป็นกาลหลีกออกเร้น หากภิกษุไม่พึงรู้จักกาลว่า นี่เป็นกาลเรียน นี่เป็นกาลสอบถาม นี่เป็นกาลประกอบความเพียร นี่เป็นกาลหลีกออกเร้น เราก็ไม่พึงเรียกว่าเป็นกาลัญญ แต่เพราะภิกษุรู้จักกาลว่า นี่เป็นกาลเรียน นี่เป็นกาลสอบถาม นี่เป็นกาลประกอบความเพียร นี่เป็นกาลหลีกออกเร้น ฉะนั้น เราจึงเรียกว่าเป็นกาลัญญ ภิกษุเป็นธัมมัญญ อตถัญญ อตตัญญ มตตัญญ กาลัญญ ด้วยประการฉะนี้ ฯ”

7.2 คำแปล และความหมาย

คำว่า “กาล” แปลได้หลายนัย คือ เวลา ยุค สมัย ครั้ง คราว สภาพผู้บ้นทอน คือยังชีวิตสัตว์ให้สิ้นไป หรือสภาพผู้ทำชีวิตของสัตว์ให้น้อยลงทุกวัน

สำหรับคำว่า “กาลัญญ” ในที่นี้ หมายถึง การเป็นผู้รู้จักเวลาอันสมควรในการทำกิจ 4 ประการ คือ การเรียน การสอบถาม การประกอบความเพียร และการหลีกออกเร้น

7.3 เวลากับชีวิต

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงนำเอาเรื่องการบริหารเวลามาตรัสไว้ในขั้นตอนที่ 5 ซึ่งชี้ให้เห็นว่าการฝึก เพื่อให้เป็นผู้รู้จักบริหารเวลาทำได้ยากกว่าขั้นตอนอื่นๆ ที่เคยศึกษาผ่านมา อีกทั้งเวลายังต้องมีความสำคัญต่อการฝึกฝนอบรมตนเองเพื่อความหลุดพ้นจากอวิชชาด้วย ซึ่งรายละเอียดของการบริหารเวลา จะได้กล่าวโดยละเอียดต่อไป

7.3.1 ความจริงเกี่ยวกับเวลา

คนส่วนใหญ่ไม่ค่อยได้เอาใจใส่กับเรื่องของเวลามากนัก และมักจะไม่ได้ให้ความสนใจว่าเวลาจะมีผลกระทบต่อชีวิตของตนเองอย่างไร บางคนจึงปล่อยเวลาให้ผ่านไปกับสิ่งที่ไม่ใช่สาระแก่นสารที่แท้จริง

ตั้งแต่เกิดมา เราใช้เวลาไปกับการศึกษาเล่าเรียน การบริหารร่างกาย การพูดคุย การนอนหลับพักผ่อน การทำงาน การเที่ยวเตร่สนุกสนาน ฯลฯ ในแต่ละวันนานหลายชั่วโมง โดยที่ไม่ได้นึกเฉลียวใจเลยว่า ขณะที่เวลาล่วงเลยผ่านไป ก็ได้้นำสิ่งที่มีค่า ที่สำคัญต่อการแสวงหาแก่นสารสาระในชีวิต คือการสั่งสมบุญบารมี เพื่อบรรลุมรรคผลนิพพานของเราให้ผ่านไปด้วย

มีความจริงเกี่ยวกับเวลา ที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตมนุษย์ทุกคนไม่ว่าจะชอบใจหรือไม่ก็ตาม อยู่อย่างน้อย 5 ประการ คือ

1) **เวลาผ่านไปแล้วย่อมผ่านเลย** แม้ี่จะเป็นความจริงที่ทุกคนทราบดี แต่กลับไม่ค่อยมีใครได้สังเกต ว่าทุกวินาทีที่ตีบคลานผ่านไป เวลาได้ส่งผลกระทบต่อชีวิตของเราบ้าง

2) **นำวัยอันสดใสและความแข็งแรงไป** เมื่อเวลาผ่านไป อายุหรือวัยของแต่ละคนก็เพิ่มมากขึ้นไปตามลำดับ แต่เรามักจะสังเกตไม่เห็น เนื่องจากความเปลี่ยนแปลงเหล่านี้จะค่อยๆ เป็นไปอย่างช้าๆ ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า “สันตติ” คือ การสืบทอด หรือการเกิดดับต่อเนื่องกันไป ยกตัวอย่างที่เห็นได้เป็นรูปธรรม เช่น เมื่อผมเล่นหนึ่งหล่นร่วงไป ก็มีผมเส้นใหม่เกิดขึ้นมาแทน หรือเมื่อเซลล์ผิวหนังหลุดลอกออกไป ก็เกิดเซลล์ใหม่ขึ้นมาแทน เป็นต้น ด้วยลักษณะความสืบทอดที่ต่อเนื่องเช่นนี้ ทำให้คนส่วนใหญ่ไม่เห็นความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเอง แต่จะสังเกตเห็นต่อเมื่อเวลาผ่านไปนานหลายๆ ปี จึงจะสังเกต เห็นกันสักทีว่าวัยเราเปลี่ยนแปลงไป จากวัยทารก มาเป็นเด็กเล็ก จากเด็กเล็กมาเป็นเด็กโต จากเด็กโตเข้าสู่วัยรุ่น จากวัยรุ่นเข้าสู่วัยทำงาน จากวัยทำงานเข้าสู่ผู้ใหญ่ จากผู้ใหญ่เข้าสู่วัยชรา ซึ่งกว่าจะรู้สึกตัวตนเองเปลี่ยนไป เวลาก็ผ่านไปหลายปี พร้อมกันกับที่ความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายเริ่มเสื่อมถอยลง

3) **นำความชรามาให้** ความชราหมายถึง ความแก่หง่อมของร่างกาย ความคร่ำคร่า ความเสื่อม

ของอายุ เมื่อความชรามาถึง คนส่วนใหญ่จะเริ่มรู้สึกได้ จากทั้งความเปลี่ยนแปลงทางสรีระร่างกาย และความแข็งแรงที่ลดน้อยถอยลงอย่างชัดเจน แต่แม้อย่างนั้น ก็ยังมีน้อยคนนัก ที่จะได้ย้อนกลับมาพิจารณาว่า ตลอดเวลาที่ผ่านมา ตนเองได้สั่งสมบุญบารมีมากน้อยเพียงใด หรือเป็นไปเพื่อการบรรลุเป้าหมายของชีวิตหรือไม่

4) นำโอกาสดีๆ ของชีวิตให้ล่วงเลยผ่านไป เพราะเวลาที่เหมาะสมและดีที่สุด ที่จะสร้างบุญบารมี ได้ก็คือเมื่ออยู่ในยามหนุ่มยามสาวอันสดใส ซึ่งมีร่างกายอันสมบูรณ์แข็งแรง แต่ผู้คนจำนวนมากกลับใช้วันเวลา ในระยะนี้ไปกับเรื่องที่ไม่เป็นแก่นสาร แทนที่จะรีบชวนขวายเป็นบุญกุศลให้ยิ่งๆ ขึ้นไป บางคนถึงกับมีความเห็นผิดไปอีกว่า ควรรอให้แก่ก่อนจึงค่อยเข้าวัดสร้างบุญบารมี ซึ่งหลายคนก็ไม่มีโอกาสจะมีชีวิต จนถึงตอนนั้น หรือหากถึง ก็ไม่มีเรี่ยวแรงจะทำได้ตามที่คิดไว้ จึงเป็นเรื่องที่น่าเสียดาย ถ้าปล่อยให้อีก โอกาสดีๆ ของชีวิตหลุดลอยไปเพราะความประมาทในชีวิตของตนเอง

5) นำความตายมา นี่เป็นความจริงที่แน่นอนสำหรับทุกคน ในขณะที่เวลาผ่านไป แม้ว่าจะส่งผลกระทบต่อชีวิตของแต่ละคนไม่เหมือนกันแต่ที่เหมือนกันก็คือทุกชีวิตล้วนกำลังเดินทางไปสู่จุดสุดท้าย ซึ่งก็คือความตายนั่นเอง

และเมื่อความตายมาถึง สำหรับผู้ที่ไม่ได้สร้างความดี เพราะมัวปล่อยให้อีกโอกาสดีๆ ในชีวิตผ่านไป ก็ย่อมประสบกับวิบากที่ตนเองทำไว้ในโลกหน้า โดยไม่อาจจะย้อนเวลาเพื่อกลับมาแก้ตัวใดๆ เหมือนดังที่ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสในเทวทูตสูตร¹ ถึงผู้ที่ประมาท ทำบาปไว้ในคราวมีชีวิต เมื่อละโลกไป พญายมจะถามเขาว่าตอนยังมีชีวิตอยู่ได้เห็นเทวทูตทั้ง 5 คือ เด็กที่เกิดใหม่ คนแก่ คนเจ็บ คนที่ถูกลงโทษของจำ และ คนตาย หรือไม่ เมื่อเขาตอบว่าเห็น พญายมจะถามเตือนสติต่อไปว่า ตัวท่านนั้นก็มีสติดี เป็นผู้ใหญ่แล้ว เคยคิดบ้างไหม ว่าตนเองก็ต้องมีความเกิด ความแก่ ความเจ็บ การถูกลงโทษเมื่อทำความชั่ว และมีความตายเป็นธรรมดา ควรที่จะทำความดีทาง กาย วาจา และใจ เมื่อเขาตอบว่าไม่ได้คิด เพราะมัวประมาทอยู่ พญายมจึงกล่าวกับเขาว่า

“ดูก่อนพอมหาจำเริญ ท่านไม่ได้ทำความดีทางกาย ทางวาจา และทางใจไว้ เพราะมัวประมาทเสีย ดังนั้น เหล่านายนิรยบาลจักลงโทษโดยอาการที่ท่านประมาทแล้ว ก็บาปกรรมนี้นั่นแล ไม่ใช่มารดาทำให้ท่าน ไม่ใช่บิดาทำให้ท่าน ไม่ใช่พี่น้องชายทำให้ท่าน ไม่ใช่พี่น้องหญิงทำให้ท่าน ไม่ใช่มิตรอำมาตย์ทำให้ท่าน ไม่ใช่ญาติสาโลหิตทำให้ไม่ใช่สมณะและพรหมณ์ทำให้ท่าน ไม่ใช่เทวดาทำให้ท่าน ตัวท่านเองทำเอาไว้ ท่านเท่านั้นจักเสวยวิบากของบาปกรรมนี้”

¹เทวทูตสูตร, มัชฌิมนิคาय อุปริปณณาสก, มก. เล่ม 23 หน้า 189

ดังนั้น เวลาจึงมีคุณค่ากับทุกๆ ชีวิต และแม้เวลาจะเดินไปโดยที่เราไม่รู้สึกรู้สีกี่ตาม ก็ต้องพยายามพิจารณา เพื่อใช้เวลาที่มีอยู่นั้น ให้เป็นประโยชน์กับชีวิตให้มากที่สุด

7.3.2 ความไม่ประมาทในชีวิต

สำหรับผู้รู้จักความจริงของเวลา ว่าสุดท้ายแล้วก็จะนำความตายมาให้ ย่อมจะไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต เขาเหล่านั้นจะเร่งขวนขวายในการสร้างชีวิต เพื่อให้ชีวิตนี้ไปสู่จุดหมายปลายทาง คือการบรรลุมรรคผลนิพพาน ซึ่งหนึ่งในบรรดาผู้ที่เห็นคุณค่าของเวลา ก็คือพระภิกษุ ผู้ทิ้งความสนุกสนานเพลิดเพลินในทางโลก มาประพฤติพรหมจรรย์ เพราะเห็นว่าไม่ควรประมาทในการทำชีวิตที่ดี แตกต่างจากผู้ที่ไม่เข้าใจ เหมือนกับเรื่องราวใน รัฐบาลสูตร¹ ที่พระเจ้าโกธะพยะ ผู้ครองกรุงรัฐ ถ้ามพระรัฐปาละด้วยความสงสัยในการออกบวชของท่านตั้งแต่ยังหนุ่มว่า

“คนบางคนในโลกนี้จะออกบวชก็ต่อเมื่อพบกับความเสื่อม 4 ประการ คือ

1. เสื่อมเพราะความชรา ด้วยเห็นว่าคงทำมาหากินต่อไปก็ไม่ก้าวหน้าอีกแล้ว จึงออกบวช
2. เสื่อมเพราะความเจ็บไข้ได้ป่วย ด้วยคิดว่าคงทำมาหากินต่อไปได้ยาก จึงออกบวช
3. เสื่อมเพราะลัทธิพรหมสมบัติ ทำอะไรต่อไปลำบาก จึงออกบวช
4. เสื่อมเพราะไร้ญาติที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลกันต่อไป จึงออกบวช”

พระองค์ยังตรัสต่อไปว่า ไม่ทรงเห็นว่าพระรัฐปาละจะเสื่อมจากทั้ง 4 เรื่องแต่อย่างใด พระรัฐปาละ ไปรู้อะไรมาหรือ ถึงได้ตัดสินใจออกบวชเช่นนั้น

พระรัฐปาละจึงถวายพระพรตอบว่า เพราะได้ฟังธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนไว้ 4 ข้อ จึงทำให้ท่านตัดสินใจออกบวช คือ

1. โลกอันชรานำเข้าไป ไม่ยั่งยืน หมายถึง วันหนึ่งทุกคนต้องแก่ชราลง ไม่มีใครจะห้ามไม่ให้ตนเองแก่ชราได้ ความแข็งแรงที่เคยมีก็จะหายไปด้วย
2. โลกไม่มีผู้ต้านทาน ไม่เป็นใหญ่เฉพาะตน หมายถึง ในยามที่เราเจ็บไข้ได้ป่วย ก็ไม่มีใครจะมาช่วยแบ่งเบาความทุกข์จากเราได้ มีแต่เรานั้นแหละ ที่ต้องทนกับทุกขเวทนาด้วยตัวของเราเอง

¹เรียบเรียงจาก รัฐบาลสูตร, มัชฌิมนิคาย มัชฌิมปัณณาสก, มก. เล่ม 21 ข้อ 440 หน้า 35

3. โลกไม่มีอะไรเป็นของตน จำต้องละทิ้งสิ่งทั้งปวงไป หมายถึง ทรัพย์สินเงินทอง ความสุขทั้งหลายในทางโลกนี้ เมื่อตายไปแล้วก็เอาติดตัวไปไม่ได้สักอย่างเดียว

4. โลกพร่องอยู่เป็นนิตย์ ไม่รู้จักอิ่ม เป็นทาสแห่งตัณหา หมายถึง คนเรามีความอยากได้อยู่ตลอดเวลา ไม่รู้จักพอ ไม่มีวันอิ่ม เป็นทาสของกิเลสตัณหาเรื่อยไป

เพราะความจริงทั้ง 4 ประการนี้ จึงเป็นเหตุให้ท่านพระรัฐपालะเห็นว่าชีวิตของคนเรานี้มีแต่ความทุกข์ ร่างกายที่เสื่อมสลายไปตามกาลเวลา ย่อมจะไม่มีค่าอะไร หากไม่ได้ใช้ร่างกายนี้ไปเพื่อการทำความคิดี”

การกล่าวถึงความตาย บางคนอาจมีความคิดว่าพระพุทธศาสนาองโลกในแง่ร้ายมากเกินไป แต่เราคงปฏิเสธไม่ได้ว่าความจริงก็ต้องเป็นความจริงอยู่นั่นเอง ผู้มีปัญญา จึงควรนำความจริงนั้นมากระตุ้นให้ตนเองได้สร้างความดีเช่นเดียวกับที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนพระภิกษุให้หมั่นพิจารณาถึงความตายอยู่เนืองนิตย์ ไม่ใช่เพื่อให้เรากลัวความตาย แต่ให้อาศัยความจริงนั้นเพื่อกระตุ้นเตือนตนเองให้ทำความดีดังที่พระองค์ตรัสไว้ใน จตุตถปฏิบัติปาฐุตร¹ ว่า

สมัยหนึ่ง พระองค์ตรัสสอนพระภิกษุว่าควรจะได้เจริญมรณสติ² คือ ระลึกถึงความตายทั้งกลางวันและกลางคืน โดยไม่ว่าจะเป็นเวลาไหน ก็ให้นึกว่าอาจมีเหตุให้เราตายได้ตลอดเวลา เช่น อาจถูกงูกัด แมงป่องต่อย ตะขาบกัด พลาดหล่นล้ม อาหารไม่ย่อย ถูกคนทำร้าย หรือถูกมนุษย์เบียดเบียน แล้วจึงพิจารณาต่อไปว่า บาปอกุศลทั้งหลายที่จะเป็นอันตรายหากเราตายไปนั้น ตอนนี้เราได้แล้วหรือยัง ถ้ายัง ก็ให้รีบทำความเพียรเพื่อละบาปอกุศลนั้นเสีย เหมือนกับคนมีผ้าถูกไฟไหม้ หรือที่ศีรษะถูกไฟไหม้ ก็จะต้องรีบดับไฟนั้นให้ได้โดยเร็ว

คนเราเมื่อยังแข็งแรงอยู่ย่อมไม่รู้ลึกถึงความตายที่กำลังย่างกรายมาถึง ต่อเมื่อต้องนอนอยู่บนเตียงผู้ป่วย จึงจะเข้าใจ และเริ่มหาที่พึ่งสุดท้ายให้กับชีวิต บางครั้งเพื่อความไม่ประมาท ทุกคนควรมีโอกาสถามคำถามกับตนเอง ว่าเมื่อถึงวันที่เราต้องจากโลกนี้ไป วันนั้นเราอยากทำอะไรที่สุด แต่แน่นอนว่าคำตอบที่ได้ย่อมแตกต่างกันไป ตามแต่ใครจะมีปัญญาเพียงพอจะมองความจริงของโลกและชีวิตออกว่าเป็นอย่างไร ในเรื่องนี้มีตัวอย่างที่ดี ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงถามคำถามให้พระเจ้าปเสนทิโกศลตอบใน ปัพพโตปมสูตร³ ว่า

¹เรียบเรียงจาก จตุตถปฏิบัติปาฐุตร, อังคุตตรนิกาย อัฐกนิบาต, มก. เล่ม 37 ข้อ 171 หน้า 641

²การระลึกถึงความตายอันจะต้องมีมาถึงตนเป็นธรรมดา เป็นข้อหนึ่งในการบำเพ็ญกรรมฐาน ที่เรียกว่า อนุสติ

³เรียบเรียงจาก ปัพพโตปมสูตร, สังยุตตนิกาย สคาถวรรค, มก. เล่ม 24 ข้อ 411 หน้า 522

“หากเวลานี้ มีข้าราชการของพระองค์ผู้มาจากทั้ง 4 ทิศ กราบทูลว่า ขณะนี้มีภูเขายุ่งใหญ่สูงเทียมเมฆกำลังกลิ้งบดขยี้สัตว์ทั้งหลายเข้ามา พระองค์จะทรงปรารภนาเพื่อทำสิ่งใด ก็ขอได้โปรดทำเถิด”

จากนั้นทรงถามต่อไปว่า “เมื่อมหาภัยใหญ่เกิดขึ้นกับพระองค์อย่างนี้ พระองค์จะทำอะไร”

พระเจ้าปเสนทิโกศลทูลตอบว่า “ข้าพระองค์จะประพฤติปฏิบัติธรรม และทำบุญกุศล พระเจ้าข้า”

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสว่า “ดูก่อนมหาบพิตร อาตมภาพขอบอกกล่าว ขอเตือนให้ทรงทราบ ดูก่อนมหาบพิตร ชราและมรณะย่อมครอบงำพระองค์ ดูก่อนมหาบพิตร ก็และเมื่อชราและมรณะครอบงำพระองค์ อยู่ อะไรเล่า จะพึงเป็นกิจที่มหาบพิตรพึงกระทำ”

พระเจ้าปเสนทิโกศลจึงทูลตอบย้ำเช่นเดิมว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ก็และเมื่อชราและมรณะครอบงำ ข้าพระองค์อยู่ อะไรเล่าจะพึงเป็นกิจที่หม่อมฉันควรจะทำ นอกจากประพฤติธรรม นอกจากประพฤติสัปปะสมณ นอกจากทำกุศล นอกจากทำบุญ”

ดังนั้น สำหรับผู้ที่มีเป้าหมายชีวิต ไม่ว่าจะเป็นพระภิกษุหรือฆราวาส ก็ต้องไม่ประมาทในวันเวลาที่ผ่านไป และจะต้องรีบเร่งขวนขวาย ล้างสมบุญบาปมีเรื่อยไปให้ได้ทุกวัน

7.4 ทศนคติเรื่องชีวิตกับเวลาในทางพระพุทธศาสนา

จากที่ได้ศึกษามา เราอาจกล่าวถึงแนวความเห็นเรื่องชีวิตกับเวลา ในทางพระพุทธศาสนา ได้ดังนี้

7.4.1 เวลาในชีวิตมีน้อย

ทั้งนี้ไม่ว่าจะมีอายุยืนนานเท่าไร ก็ยังนับว่าน้อยอยู่ดี ซึ่งในเรื่องนี้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน “อรกานุสาสนีสูตร”¹ ว่า แม้ในสมัยที่มนุษย์มีอายุประมาณ 60,000 ปี ศาสตราคนหนึ่งชื่อว่าอรกะ ก็ยังสอนศิษย์ของตนเองว่าชีวิตนี้ตั้งอยู่ได้ไม่นาน ท่านสอนศิษย์ของตนเองว่า

1. ชีวิตเหมือนน้ำค้างที่ปลายยอดหญ้า เมื่อต้องแสงอาทิตย์ก็แห้งหายไปโดยเร็ว
2. ชีวิตเหมือนฟองน้ำที่เกิดยามฝนตก ที่แตกสลายไปอย่างรวดเร็ว
3. ชีวิตเหมือนรอยไม้ที่ขีดลงไปบนน้ำ ย่อมกลับเข้าหากันอย่างรวดเร็ว

¹เรียบเรียงจาก อรกานุสาสนีสูตร, อังคุตตรนิกาย ลัตถกนิบาต, มก. เล่ม 37 ข้อ 71 หน้า 273

4. ชีวิตเหมือนแม่น้ำที่ไหลลงจากภูเขา เพราะไหลไปไม่มีหยุด
5. ชีวิตเหมือนก้อนน้ำลายที่ถ่มออกไป เพราะกำจัดทิ้งได้อย่างง่ายดาย
6. ชีวิตเหมือนก้อนเนื้อในกระทะเหล็กที่เผาไฟตลอดวัน ซึ่งเนื้อนั้นจะตั้งอยู่ไม่ได้นาน
7. ชีวิตเหมือนแมงคอตที่เขาจูงไปเชือด มีแต่เดินหน้าไปหาความตาย

แม้ในยุคที่คนมีอายุยืนยาวกว่าสมัยของเราถึงขนาดนั้น ผู้มีปัญญาก็ยังเห็นว่าเวลาในชีวิตมีเพียงน้อยนิดเดียว ไม่นานก็ต้องแตกสลายทำลายลง ผิดกับคนในยุคปัจจุบันที่แม้จะมีชีวิตอยู่กันเพียงแค่วันนี้หรือพรุ่งนี้ กลับรู้สึกว่าการมีชีวิตของตนเองนี้ยาวนาน ทั้งๆ ที่เมื่อเปรียบเทียบกันแล้วช่างแตกต่างกันมากเหลือเกิน เมื่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสเล่าให้พระภิกษุฟังจบแล้ว จึงทรงสรุปว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ในปัจจุบันนี้ เมื่อจะกล่าวโดยชอบก็พึงกล่าวว่า ชีวิตของมนุษย์ทั้งหลายน้อย นิดหน่อย รวดเร็ว มีทุกข์มาก มีความคับแค้นมาก จะพึงถูกต้องได้ด้วยปัญญา ควรกระทำกุศล ควรประพฤติพรหมจรรย์ เพราะสัตว์ที่เกิดมาแล้วจะไม่ตายไม่มี

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ในปัจจุบันนี้ คนที่มีอายุอยู่ได้นาน ก็เพียงร้อยปีหรือน้อยกว่านั้นบ้าง เกินกว่าบ้าง”

7.4.2 ชีวิตมีความไม่แน่นอน

นอกจากเวลาในชีวิตจะมีอยู่น้อยมากดังที่กล่าวมาแล้วก็ยังไม่มีการยืนยันได้ว่าเราจะมีชีวิตยืนยาวไปได้นานเท่าไร ชีวิตจึงไม่มีความแน่นอน บางคนเกิดมาเสียชีวิตไปในเวลาอันไม่ควรก็มี แต่ในขณะที่บางคนกลับมีอายุยืนยาว จนอาจกล่าวได้ว่าความตายไม่มีนิมิต คือไม่มีเครื่องหมายให้ทราบล่วงหน้าได้เลย ซึ่งในเรื่องนี้มีปรากฏในอรรถกถา สมิตินสูตร¹ กล่าวไว้ว่า

1. ชีวิต ชื่อว่าไม่มีนิมิต เพราะกำหนดแน่ไม่ได้ว่าจะตายในวัยไหน หรืออายุเท่าไร
2. พยาธิ ชื่อว่าไม่มีนิมิต เพราะกำหนดแน่ไม่ได้ว่าจะตายด้วยโรคใด
3. กาล ชื่อว่าไม่มีนิมิต เพราะกำหนดแน่ไม่ได้ว่าจะตายเวลาใด เช้าหรือค่ำ
4. สถานที่ทอดทิ้งร่างกาย ชื่อว่าไม่มีนิมิต เพราะกำหนดแน่ไม่ได้ว่าจะตายที่ใด

¹สมิตินสูตร, อรรถกถา สังยุตตนิกาย สคาถวรรค, มก. เล่ม 24 หน้า 109

5. คติ เชื่อว่าไม่มีนิमित เพราะกำหนดแนไม่ได้ ว่าตายแล้วจะไปเกิด ณ ที่ใด

7.4.3 ควรใช้เวลาที่มีเพื่อทำความดีให้มากที่สุด

เพราะเหตุที่ความตายไม่มีนิमितหมายนี้ พระลัมมालัมพุทเธเจ้าจึงทรงสอนให้พระภิกษุใช้เวลาที่มีในแต่ละคืนละวันให้ได้รับประโยชน์สูงสุด ดังที่ตรัสไว้ใน “ภัทเทกัรตตสูตร”¹ ว่า

“บุคคลไม่ควรคำนึงถึงสิ่งที่ล่วงแล้ว ไม่ควรมุ่งหวังสิ่งที่ยังไม่มาถึง สิ่งใดล่วงไปแล้ว สิ่งนั้นก็พ้นอันละไปแล้ว และสิ่งที่ยังไม่มาถึงก็เป็นอันยังไม่ถึงกับบุคคลใดเห็นแจ้งธรรมปัจจุบัน ไม่อ่อนแอ ไม่คลอนแคลนในธรรมนั้นๆ ได้

บุคคลนั้นพึงเจริญธรรมนั้นเนื่องๆ ให้ปรุโปร่งเถิด พึงทำความเพียรเสียในวันนี้แหละ ใครเล่าจะรู้ความตายในวันพรุ่ง เพราะว่าความผัดเพี้ยนกับมัจจุราชผู้มีเสนาใหญ่นั้น ย่อมไม่มีแก่เราทั้งหลาย พระมุนีผู้สงบบ่อมเรียกบุคคลผู้มีปกติอยู่อย่างนี้มีความเพียรไม่เกียจคร้านทั้งกลางวันและกลางคืน นั้นแลว่า ผู้มีราตรีนึงเจริญ”

ด้วยทั้งเวลาของชีวิตที่มีอยู่เพียงน้อยนิด กอปรกับเราเองไม่ทราบว่าจะยืนยาวเพียงไหน จะตายลงในวันใด พระลัมมालัมพุทเธเจ้าจึงทรงสอนพระภิกษุไม่ให้ประมาทในวันเวลา แต่ให้เร่งรีบทำความเพียรเพื่อการบรรลุธรรมเพราะฉะนั้นสิ่งสำคัญจึงไม่ได้ขึ้นกับว่าเราจะมีชีวิตอยู่ยาวนานเท่าไร แต่ขึ้นกับว่าเราเองได้ใช้วันเวลาที่มีจำกัดนั้น ไปกระทำการที่มีคุณค่า เป็นคุณงามความดี และเป็นประโยชน์กับชีวิตของตนเอง มากน้อยเพียงไรมากกว่า และเพราะเหตุนี้ พระภิกษุจึงต้องรู้จักการบริหารเวลา ตามที่พระองค์ตรัสสอนไว้ในหมวดธรรมที่ชื่อว่า “กาลัญญู”

7.5 กาลทั้ง 4 กับการฝึกอบรมของพระภิกษุ

ในหมวดธรรมที่ชื่อว่ากาลัญญูพระพุทธองค์ตรัสแนะนำพระภิกษุที่ฝึกตนเองจนเป็นผู้รู้จักประมาณในการรับปัจจัย 4 ได้แล้วว่า ให้เป็นผู้รู้จักกาลทั้ง 4 ต่อไป นั้นย่อมแสดงว่า หากพระภิกษุยังไม่สามารถจะประมาณในการรับปัจจัย 4 ได้ ก็ย่อมไม่อาจจะบริหารเวลาให้เกิดประโยชน์กับตนเองได้สูงสุด

¹ภัทเทกัรตตสูตร, มัชฌิมนิคาย อุปริปณาสก, มก. เล่ม 23 ข้อ 526 หน้า 210

7.5.1 ความสำคัญของกาลทั้ง 4

การเป็นผู้รู้จักกาล หมายถึง การรู้จักเวลาอันสมควรในการทำกิจทั้ง 4 ประการ คือ การเรียน การสอบถาม การประกอบความเพียร และการหลีกออกเร้นให้สมบูรณ์

1) **การเรียนรู้** หมายถึงการศึกษาเล่าเรียนพระธรรมวินัย หรือคำสอนที่พระลัมมาลัมพุทเธเจ้าตรัสสอนไว้ ซึ่งพระภิกษุต้องใส่ใจที่จะเรียนรู้ ทั้งนี้เพื่อที่จะได้ทราบว่พระพุทเธองค์ทรงสอนอะไร เพื่อจะได้นำมาเป็นกรอบให้กับตนเองปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง ดังนั้นในการใช้เวลาไปเพื่อการเรียนในข้อนี้จึงมีวัตถุประสงค์อยู่ที่การเพิ่มพูนความรู้ทางธรรม หรือเพิ่มพูนความเป็น “อัมมัญญ” ของตนเองให้สมบูรณ์

2) การสอบถาม หมายถึงการซักถามหัวข้อธรรมที่ตนสงสัย กับครูบาอาจารย์หรือผู้รู้ ซึ่ง

- อาจเป็นหัวข้อธรรมที่ตนไม่เข้าใจจริงๆ
- พอเข้าใจอยู่บ้าง แต่ไม่มั่นใจว่าจะถูกต้องหรือไม่
- เข้าใจแล้ว แต่ต้องการให้ท่านขยายความให้ลึกซึ้งยิ่งๆ ขึ้นไป
- ต้องการให้ท่านยืนยันในสิ่งที่ตนเข้าใจว่าถูกต้องจริงๆ

ทั้งนี้ทั้งนั้น ก็เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดความเข้าใจผิดพลาดคลาดเคลื่อนจากความจริงไป และเพื่อส่งให้ตนเองเห็นแนวทางที่จะนำไปฝึกฝนอบรมตนเองได้อย่างถูกต้อง ซึ่งในการสอบถามให้บรรลุผลนี้ ต้องมีองค์ประกอบสำคัญอย่างน้อย 2 ส่วน ดังนี้

1. “ผู้ถาม” ในที่นี้หมายถึงอาบุยบุคคล 2 กลุ่ม ได้แก่

กลุ่มที่ 1 ผู้ที่เพิ่งฝึกอบรมใหม่ หมายถึงผู้ที่บวชใหม่ หรือผู้ที่เพิ่งเริ่มต้นในการศึกษา และเริ่มนำความรู้ที่ได้ศึกษามาฝึกหัดปฏิบัติ เพื่อขัดเกลาตนเอง ซึ่งในที่นี้ แม้จะเป็นพระภิกษุที่บวชมานาน แต่ยังไม่เคยฝึกปฏิบัติตามขั้นตอนในคณกัมมคัลลลานสูตรอย่างจริงจัง หรืออีกนัยหนึ่งคือยังไม่ได้เข้มงวดกวดขันตนเองในเรื่อง ศีล สมาธิ ปัญญา มาเท่าที่ควรจะเป็น ก็ให้ถือว่าอยู่ในกลุ่มผู้อบรมใหม่เช่นกัน

กลุ่มที่ 2 ผู้ที่ได้ฝึกปฏิบัติจนเห็นผลมาบ้างแล้ว ในกลุ่มนี้ มักจะมีความเข้าใจในธรรมะมา ระดับหนึ่ง แต่ถึงอย่างไร ก็ยังไม่สามารถก้าวล่วงความสงสัยในระหว่างการฝึกไปได้เหมือนกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการฝึกจิต หรือการเจริญสมาธิภาวนา หากยังไม่ได้บรรลุผลอันใด ก็ยังคงต้องการครูบาอาจารย์ หรือท่านผู้ที่จะช่วยแนะนำ และประคับประคองให้การฝึกใจของตนก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป

2. “ผู้ตอบคำถาม” ในที่นี้หมายถึงครูบาอาจารย์ หรือท่านผู้รู้ที่รู้จริง คือรู้ทั้งธรรมะที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนไว้ รู้ทั้งความหมายและเข้าใจถึงวิธีปฏิบัติที่ได้ผล และท่านต้องเป็นผู้ฝึกฝนอบรมตนเองมาอย่างดีแล้ว ครูบาอาจารย์อย่างนี้ จึงจะเป็นผู้ที่เข้าใจถึงสิ่งที่ผู้ถามต้องการถาม และสามารถจะให้คำตอบที่ชัดเจนกระจ่างดุจดั่งเห็นลายมือบนฝ่ามือตนเอง ดังนั้นการมีครูบาอาจารย์ที่สามารถแนะนำและช่วยขจัดความสงสัยให้ได้จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งใหญ่สำหรับพระภิกษุที่มีเป้าหมายอยู่ที่การบรรลุมรรคผลนิพพาน ดุจดั่งเช่นที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ใน “เสนาสนสูตร”¹ ซึ่งมีเนื้อหาโดยย่อดังนี้ คือ พระภิกษุที่ฝึกตนเองมาดีแล้ว หากได้อยู่ในสถานที่ที่ประกอบด้วยสิ่งเหล่านี้ 5 ประการ ก็ย่อมจะบรรลุมรรคผลนิพพานภายในเวลาไม่นาน คือ

1. ได้เสนาสนะที่เหมาะสม คือ สถานที่อาศัยที่ไม่ไกลไม่ใกล้ชุมชนนัก สงบเงียบเหมาะแก่การบำเพ็ญสมณธรรม
2. ปัจฉัย 4 หาได้ง่าย ไม่ลำบาก
3. ณ ที่นั้น มีพระเถระทั้งหลายที่เป็นพหูสูต ชำนาญในคัมภีร์ ทรงธรรม ทรงวินัย
4. พระภิกษุนั้นหมั่นเข้าไปสอบถามในหัวข้อธรรมต่างๆ กับท่าน
5. พระเถระเหล่านั้นอธิบายธรรมที่ยังไม่ได้อธิบาย และทำให้เข้าใจง่าย จนพระภิกษุนั้นหายสงสัยในแต่ละหัวข้อธรรม

ด้วยปัจจัยดังกล่าวหัวข้อการสอบถามในกาลัญญนี้ จึงจำเป็นต้องมีครูบาอาจารย์ที่สามารถแนะนำธรรมะให้ได้ด้วย และการสอบถามนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อให้พระภิกษุมีคุณสมบัติเป็น “อตถัญญู” ให้ยิ่งขึ้นไป

3) การประกอบความเพียร หมายถึงการฝึกฝนอบรมตนเองในภาคปฏิบัติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหมายเอาการเจริญสมาธิภาวนา ซึ่งเป็นหัวใจของการฝึกฝนอบรมตนเองให้หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ

จากการศึกษาที่ผ่านมา นักศึกษาได้ทราบแล้วว่า พระภิกษุมีวิธีในการฝึกฝนอบรมตนเองหลายทางโดยผ่านสิ่งต่างๆ ดังนี้

1. ฝึกผ่านกิจวัตรที่พระภิกษุต้องปฏิบัติกันเป็นประจำอยู่แล้ว เช่น การบิณฑบาต การสวดมนต์ การศึกษาเล่าเรียนพระธรรมวินัย
2. ฝึกผ่านกิจกรรม หรือภารกิจหน้าที่การงานของสงฆ์ ได้แก่ การดูแลรักษา ซ่อมแซม หรือสร้างเสนาสนะ หรืออุระอื่นใด ที่สงฆ์มอบหมายให้รับผิดชอบ

¹เรียบเรียงจาก **เสนาสนสูตร**, อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต, มก. เล่ม 38 ข้อ 11 หน้า 23

3. ฝึกผ่านปัจจัย 4 ซึ่งถือว่าเป็นอุปกรณ์การฝึกที่ช่วยสร้างนิสัยดีๆ ให้เกิดขึ้น นิสัยเหล่านี้ จะเป็นเครื่องสนับสนุนให้พระภิกษุได้ฝึกฝนตนเอง จนมีคุณธรรมก้าวหน้าได้ดียิ่งขึ้น

จากการฝึกเหล่านั้น นอกจากจะทำให้พระภิกษุเป็นผู้มีความละเอียดรอบคอบ มีศีลาจารวัตรอันงดงาม เป็นที่พึ่งแห่งความเลื่อมใสศรัทธาแล้ว ก็ยังเป็นเครื่องฝึกสติสัมปชัญญะ ใจไม่ไปเกาะอยู่กับสิ่งต่างๆ นอกตัว ซึ่งการฝึกทุกอย่างที่ผ่านมานั้น ทำยที่สุดแล้วก็ทำให้ใจของท่านกลับเข้ามาตั้งมั่นอยู่ภายในตัว ดังนั้นในการทำสมาธิเพียรตามหมวดธรรมกาลัญญูนี้ จึงมุ่งไปที่ “การเจริญสมาธิภาวนา” เพื่อกลับใจให้ใสสะอาด หลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวง

การทำสมาธิเพียร จึงเป็นการเจริญสมาธิภาวนาเพื่อขัดเกลากาย วาจา และใจ โดยอาศัยพื้นฐานความเข้าใจจากการเป็น “อรัญญิก” มาใช้

4) การหลีกออกเร้น หมายถึง

1. การหลีกออกไปหาสถานที่อันเหมาะแก่การเจริญสมาธิภาวนา เพื่อหาความสงบสงัด ที่เรียกว่า “กายวิเวก”¹ ซึ่งหมายถึงการปลีกตัวเองออกไปจากหมู่คณะ เพื่อแสวงหาที่อันเงียบสงบ ละเว้นจากการคลุกคลี เช่นเดียวกับพระอริยสงฆ์ที่เดินทางไปตามสถานที่ต่างๆ เพื่อแสวงหาความสงบกาย เป็นต้น

2. การหลีกออกจากกิเลสทั้งปวง เช่น ราคะ โทสะ โมหะ เป็นต้น ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ ว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ภิกษุเป็นผู้หลีกเร้นอย่างไร ? ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ละความถือตัวว่าเป็นเราแล้ว มีรากอันตัดขาดแล้ว ทำให้มีที่ตั้งตั้งตาลยอดด้วนให้ถึงความไม่มีในภายหลังมีความไม่เกิดขึ้นต่อไปเป็นธรรมดา”²

ในที่นี้ การหลีกออกเร้นมีความมุ่งหมาย 2 นัยด้วยกัน คือ

1. หลีกออกเร้นเพื่อเจริญสมาธิภาวนาอย่างต่อเนื่อง
2. หลีกออกเร้นเพื่อทบทวนพิจารณาคุณธรรมความก้าวหน้าของตนเอง

ความต่างระหว่าง “การประกอบความเพียร” และ “การหลีกออกเร้น” ก็คือ การประกอบความเพียร หมายถึงการเจริญสมาธิภาวนาที่พระภิกษุได้ฝึกปฏิบัติเป็นปกติในชีวิตประจำวันของท่านอยู่แล้ว ส่วนการหลีกออกเร้น จะหมายถึงการเจริญสมาธิภาวนาอย่างต่อเนื่องในการฝึกใจ ซึ่งจะช่วยให้ใจหยุดนิ่งได้ง่ายและรวดเร็วขึ้น

¹ว่าด้วยวิเวก 3 อย่าง, อรรถกถา ขุททกนิกาย มหานิเทศ, มก. เล่ม 66 ข้อ 702 หน้า 280

²ปุราณาสุตตนิเทศ, ขุททกนิกาย มหานิเทศ, มก. เล่ม 66 ข้อ 396 หน้า 20

ดังนั้น ในการหลีกออกเร้น จึงเน้นในการฝึกปฏิบัติเพื่อขัดเกลาจิตใจ หรือ “อตถัญญ” และการประเมิณคุณธรรมภายในหรือ “อตตัญญ”

สรุปได้ว่า กาลทั้ง 4 ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้พระภิกษุฝึกปฏิบัติ ก็คือกิจวัตรที่มีลำดับความสำคัญสูงสุด 4 ประการ หากพระภิกษุหวังที่จะมีคุณธรรมก้าวหน้า ก็ต้องพยายามใช้เวลาส่วนใหญ่ในแต่ละวัน เพื่อมาทำเรื่องทั้ง 4 ให้สมบูรณ์ ส่วนเวลาที่เหลือนอกจากนั้น จึงค่อยแบ่งไปทำกิจอื่นๆ ที่สำคัญรองลงไป

7.5.2 ความสัมพันธ์ของกาลทั้ง 4 ที่มีต่อการทำพระนิพพานให้แจ้ง

จากการบริหารเวลาเพื่อมาทำกิจวัตรที่สำคัญที่สุด 4 ประการดังที่กล่าวมา เราอาจสรุปได้ว่า “การเรียนรู้” และ “การสอบถาม” คือการศึกษาพระพุทธานุศาสนาด้าน “ปริยัติ” ในขณะที่เดียวกัน “การประกอบความเพียร” และ “การหลีกออกเร้น” คือการศึกษาในด้าน “ปฏิบัติ” ซึ่งถ้าพระภิกษุได้หมั่นตอกย้ำหมั่นฝึกฝนตนเองทั้งด้าน “ปริยัติ” และ “ปฏิบัติ” อย่างเอาจริงเอาจัง สุดท้ายย่อมได้รับ “ปฏิเวธ” หรือผลจากการกระทำนั้น เป็นการหลุดพ้นจากกิเลสอาสวะทั้งหมด

การฝึกฝนอบรมตนเองตามวิธีการตั้งแต่ธัมมัญญจนถึงกาลัญญนี้ จึงสามารถเรียงลำดับการฝึกที่เป็นขั้นเป็นตอนได้ชัดเจนดังนี้

1. การศึกษาคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้หมดสิ้น เพื่อที่จะได้รู้จริงว่าพระองค์ทรงสอนอะไร (ธัมมัญญ)
2. ทำความเข้าใจคำสอนนั้น ว่าพระองค์หมายถึงนัยใด มีความลุ่มลึกเช่นไร และนำความเข้าใจนั้นมาสู่ภาคปฏิบัติ เพื่อฝึกขัดขัดเกลา กาย วาจา ใจ ของตนเอง (อตถัญญ)
3. เมื่อฝึกจนได้ผลเป็นคุณธรรมภายใน ต้องรู้จักประเมิณความก้าวหน้าของตนเองให้ได้ เพื่อที่จะได้ปรับปรุงให้ดียิ่งๆ ขึ้นไปอีก (อตตัญญ)
4. เนื่องจากพระภิกษุ ไม่ได้มีหน้าที่การงาน หรือทำกิจต่างๆ เหมือนกับที่ฆราวาสทำ ดังนั้นการฝึกทั้งหมดของท่าน จึงไม่อาจจะฝึกด้วยวิธีการอื่นใด นอกจากอาศัยสิ่งที่อยู่ใกล้ตัว หรือสิ่งที่มีอยู่แล้วในชีวิตประจำวัน นั่นก็คือ จำเป็นต้องฝึกกาย วาจา ใจ ผ่านกิจวัตร กิจกรรม และโดยเฉพาะปัจจัย 4 ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของท่าน (มัตตัญญ)
5. การจะฝึกให้ได้ผลสมบูรณ์ จำเป็นต้องตอกย้ำปฏิบัติกันจนถึงระดับที่เรียกกันว่า “เสพคุ่น” คือทำซ้ำเดิมบ่อยๆ ดังนั้นเวลาส่วนใหญ่ในแต่ละวัน พระภิกษุจึงต้องจัดสรรมาเพื่อการฝึกแบบตอกย้ำซ้ำเดิม ซึ่งก็คือการทำขั้นตอนที่ 1 ถึง 4 ให้มีความเข้มข้นยิ่งๆ ขึ้นไป ซึ่งต้องอาศัยความเพียรพยายาม ความสม่ำเสมอ และความอดทน (กาลัญญ)

ดังนั้น การฝึกเพื่อพัฒนาคุณธรรมให้เจริญก้าวหน้าของพระภิกษุ จึงต้องอาศัยการฝึกฝนอบรมผ่านขั้นตอน 4 อย่างนี้ ได้แก่

- (1) กิจวัตรประจำวัน
- (2) กิจกรรม หรือหน้าที่การงาน
- (3) ปัจจัย 4
- (4) การบริหารเวลา

หากอุปมาขั้นตอนที่ 1 ถึง 4 หรืออัมมัญญถึงมัตตัญญู ว่าเหมือนการใช้ขวานฟันเพื่อโค่นไม้ใหญ่ กาลัญญูกิจก็เป็นเหมือนการฟันซ้ำๆ ลงไป โดยทุ่มความพยายามลงไปที่เป้าหมาย และไม่ยอมเสียเวลาไปกับเรื่องอื่นที่ไม่สำคัญ

ด้วยอาศัยวิธีการฝึกไปตามลำดับอย่างนี้ ย่อมทำให้การฝึกตามขั้นตอนที่มีในคณกโมคคัลลานสูตรไม่ว่าจะเป็น (1) การสำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์ (2) การมีอินทริยสังวร (3) การรู้จักประมาณในโภชนาหาร (4) การเป็นผู้ตื่นอยู่ (5) การมีสติสัมปชัญญะ และ (6) การเสปเสนาสนะอันสงัด สามารถทำได้ไม่ยากจนเกินไปนัก

7.6 การบริหารเวลาให้เป็นกาลัญญุบุคคล

7.6.1 หลักการบริหารเวลา

ในการบริหารเวลา พระภิกษุควรมีความเข้าใจอย่างน้อยที่สุดใน 3 ประเด็นต่อไปนี้

1) **การมีทัศนคติในเรื่องเวลาอย่างถูกต้อง** คือการเห็นว่าเวลาในชีวิตมีอยู่น้อย ชีวิตมีความไม่แน่นอน และจะต้องรีบใช้เวลาเพื่อการทำความคิด ทัศนคติเหล่านี้ล้วนมีความสำคัญ เพราะจะทำให้พระภิกษุไม่ประมาทในเวลา ใจก็จะจดจ่ออยู่กับการบรรลุเป้าหมายของการบวช รวมกับการมีวินัย คือหมั่นฝึกฝนอบรมขัดเกลาตนเองอย่างต่อเนื่องเรื่อยไป ลัทธิหนึ่งย่อมจะได้บรรลุเป้าหมายคือบรรลุมรรคผลนิพพานแน่นอน

2) **รู้จักลำดับงานสำคัญสูงสุดก่อนหลัง** คือการให้ความสำคัญกับทั้ง 4 กาล ได้แก่ การเรียน การสอบถาม การประกอบความเพียร และการหลีกออกเร้น

3) **เลือกทำงานสำคัญในชีวิตก่อน** เมื่อไม่ประมาทในเวลา ก็จะเร่งชวนขวยกระทำในกิจที่ควร

ทำ เหมือนกับที่ท่านพระหริตเถระให้โอวาทกับพระภิกษุว่า

“ผู้ใดมุ่งจะทำงานที่ควรทำก่อนไหลไปทำในภายหลัง ผู้นั้นย่อมพลาดจาก
ฐานะ อันนำมาซึ่งความสุข และย่อมเดือดร้อนในภายหลัง งานใดควรทำ
ก็พึงพูดถึงแต่งานนั้นเถิด งานใดไม่ควรทำ ก็ไม่ควรพูดถึงงานนั้น คนไม่ทำมี
แต่พูด บัณฑิตทั้งหลายก็รู้ทัน พระนิพพานที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรง
แสดงแล้ว เป็นสุขจริงหนอ ไม่มีความโศก ปราศจากธุลี คือกิเลส เป็น
ธรรมเกษม เป็นที่ดับทุกข์”¹

7.6.2 แนวทางปฏิบัติตามกาลทั้ง 4

1) การเรียน แม้การเรียนรู้ธรรมะจะสามารถทำได้หลายวิธีการ เช่น อ่านจากตำรับตำรา หรือ
ค้นคว้าด้วยตนเอง แต่หากต้องการความเข้าใจที่ลึกซึ้ง คงหนีไม่พ้นต้องอาศัยการฟังจากครูบาอาจารย์ โดยมี
หลักการที่พระภิกษุสามารถนำมาเป็นแนวทางในการเรียนให้ได้ผลดี คือ

1.1) อาศัยคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ตรัสแก่พระปุลณณียะ² ถึงวิธีการเรียนธรรมะให้
แจ่มแจ้ง ซึ่งมีลำดับขั้นตอนต่อเนื่องดังนี้

1. ภิกษุต้องเป็นผู้มีศรัทธา
2. ต้องเข้าไปหา
3. ต้องเข้าไปนั่งใกล้
4. ต้องสอบถาม
5. ต้องเงี่ยโสตลงสดับธรรม
6. ต้องฟังแล้วทรงจำไว้
7. ต้องพิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงจำไว้
8. ต้องรู้ธรรมรู้ธรรมแล้วปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม เมื่อนั้นธรรมเทศนาของตถาคต
ย่อมแจ่มแจ้ง

¹หริตเถรคาถา, ขุททกนิกาย เถรคาถา, มก. เล่ม 51 ข้อ 321 หน้า 319

²เรียบเรียงจาก ปุณณียสูตร, อังคุตตรนิกาย อัฏฐกนิบาต, มก. เล่ม 37 ข้อ 188 หน้า 671

1.2) อาศัยคำแนะนำของพระอานนท์ ผู้เป็นเลิศกว่าภิกษุทั้งหลายในทางพหุสูตร ที่กล่าวถึงวิธีเรียนให้ได้ผลดีกับพระสารีบุตร ดังนี้

“ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมเป็นผู้ฉลาดในอรรถ ฉลาดในธรรม ฉลาดในพยัญชนะ ฉลาดในนิรุตติ และฉลาดในเบื้องต้นและเบื้องปลาย ด้วยเหตุเพียงเท่านั้นแล ภิกษุจึงจะเป็นผู้ใคร่ครวญได้เร็วในกุศลธรรมทั้งหลาย เรียนได้ดี เรียนได้มาก และสิ่งที่เธอเรียนแล้วย่อมไม่เลือนไป”¹

ทั้งสองแนวทางที่กล่าวมานั้น ต้องอาศัยทั้ง

(1) ตัวพระภิกษุเอง ที่ต้องมีความอดุสาหะในการเข้าไปฟังธรรม และพิจารณาทำความเข้าใจให้ลึกซึ้ง ก่อนที่จะได้นำไปฝึกหัดปฏิบัติจนกว่าจะเกิดผล และ

(2) พระภิกษุนั้นต้องได้ครูบาอาจารย์ที่ดี สมบูรณ์ทั้งภูมิรู้ ภูมิธรรม สามารถอธิบายขยายความธรรมะให้เข้าใจได้โดยง่าย ทั้งยังเป็นต้นแบบในการปฏิบัติได้เป็นอย่างดี

2) การสอบถาม เป็นวิธีที่จะทำให้เข้าใจธรรมะได้ลึกซึ้งขึ้น และช่วยขจัดความสงสัยให้หมดสิ้นไป เมื่อไม่สงสัย ก็ย่อมสามารถที่จะปฏิบัติได้ถูกต้อง แต่การถามเพื่อให้ได้รับคำตอบที่เป็นประโยชน์ พระภิกษุจะต้องฉลาดในการตั้งคำถามให้ดี ซึ่งคำถามที่ถามนี้ อย่างน้อยน่าจะมีอยู่ 3 ประเภท คือ

1. คำถามว่า “อะไร” เพื่อให้ได้คำตอบที่อธิบาย หรือสามารถให้คำจำกัดความของธรรมะที่ถามนั้นได้ชัดเจน

2. คำถามว่า “ทำไม” เพื่อให้ได้คำตอบที่อธิบายถึงเหตุและผล รวมทั้งนัยของธรรมะนั้น

3. คำถามว่า “อย่างไร” เพื่อให้ได้คำตอบที่อธิบายถึงวิธีการปฏิบัติให้เกิดผล

การฉลาดถาม นอกจากจะทำให้พระภิกษุได้รับคำตอบที่เป็นประโยชน์อย่างมหาศาลต่อการฝึกฝนอบรมตนเอง ยังทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ที่สามารถนำไปถ่ายทอดเพื่อเป็นประโยชน์กับผู้อื่นได้อีกทางหนึ่ง ตัวอย่างของพระอานนท์ ความที่ท่านเป็นผู้ได้รับพรสำคัญจากพระบรมศาสดา สามารถเข้าเฝ้าเพื่อถามปัญหาที่สงสัยได้ เพราะพรข้อนี้ จึงทำให้ท่านเป็นผู้ที่มีความรู้แตกฉาน และมีคุณูปการกับพระพุทธศาสนา นานัปการ นอกจากนั้นท่านยังเป็นผู้เลิศกว่าภิกษุใดในทางพหุสูตรด้วย ดังนั้นการสอบถามจากครูบาอาจารย์ หรือท่านผู้รู้ทั้งหลาย จึงมีความสำคัญต่อความก้าวหน้าในการพัฒนาคุณธรรมของพระภิกษุโดยตรง

¹นิลันตสูตร, อังคุตตรนิกาย ปุญจกนิบาต, มก. เล่ม 36 หน้า 361

3) การประกอบความเพียร หรือหมายถึงการเจริญสมาธิภาวนา แนวทางในการปฏิบัติโดยทั่วไป คือ

3.1) พระภิกษุต้องไม่เป็นผู้เกียจคร้าน

3.2) พระภิกษุต้องมีความคิดน้อมไปทางที่จะได้ปรารภความเพียร เช่น ไม่ว่าจะทำการงานจนเหน็ดเหนื่อย เดินทางไกลจนเมื่อยล้า หรือว่าจะทิวกระหายเพียงไหน จะทุกข์ทรมานจากความเจ็บไข้ได้ป่วยเพียงไร พระภิกษุต้องคิดสอนตนเองให้ได้ ว่าถึงอย่างไรเราก็ต้องทำความเพียร

3.3) พระภิกษุต้องอยู่ในสถานภาพและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม อย่างน้อยก็ไม่ได้อยู่ในยามที่พระพุทธรองค์ใดเฝ้าไว้ว่าไม่เหมาะแก่การทำความเพียร¹ คือ

1. สมัยที่พระภิกษุมีอายุมาก เป็นคนแก่ ถูกความชราครอบงำ
2. สมัยที่เจ็บไข้ได้ป่วย มีโรคมาก
3. สมัยที่เศรษฐกิจไม่ดี อาหารบิณฑบาตหาได้ยาก
4. สมัยที่ผู้คนขาดความสามัคคี ทะเลาะเบาะแว้งกัน
5. สมัยที่ภิกษุสงฆ์แตกกัน ทะเลาะกัน ทำให้ผู้คนไม่เลื่อมใส

3.4) พระภิกษุต้องประกอบด้วยคุณสมบัติของผู้มีความเพียร² 5 ประการ คือ

1. มีความศรัทธาเชื่อในปัญญาตรัสรู้ธรรมของพระตถาคต
2. มีสุขภาพแข็งแรง ไฟธาตุสำหรับย่อยอาหารสม่ำเสมอเหมาะแก่การทำความเพียร
3. ไม่โง่โง่ ไม่มีมายา เป็นคนเปิดเผยตนเองตามความจริง
4. ปรารภความเพียรเพื่อละอกุศลธรรมอย่างจริงจัง ไม่ทอดธุระ
5. มีปัญญาของพระอริยเจ้า เห็นความเกิดและดับ ที่จะกำจัดกิเลส ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ

3.5) พระภิกษุปรารภความเพียรอย่างจริงจัง ซึ่งที่สุดของการทำความเพียร คือการเอาชีวิตเป็นเดิมพัน ดังเช่นที่พระพุทธรองค์ทรงตอบพระมหาโมคคัลลานะใน ฆฏสูตร³ ว่า

¹เรียบเรียงจาก สมยสูตร, อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต, มก. เล่ม 36 ข้อ 54 หน้า 129

²เรียบเรียงจาก โพธิราชกุมารสูตร, มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์, มก. เล่ม 21 ข้อ 518 หน้า 130

³เรียบเรียงจาก ฆฏสูตร, สังยุตตนิกาย นิทานวรรค, มก. เล่ม 26 ข้อ 692 หน้า 758

(พระมหาโมคคัลลานะ) : ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ...ก็บุคคลจะถือว่าเป็นผู้ปรารภความเพียรด้วยเหตุประมาณเท่าไร พระพุทธเจ้าข้า

(พระตถาคต) : โมคคัลลานะ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมเป็นผู้ปรารภความเพียรด้วยตั้งสัตยาธิษฐานว่า จะเหลืออยู่แต่หนัง เอ็น และกระดูกก็ตามที่เลือดและเนื้อในร่างกายจะเหือดแห้งไปเกิด ผลอันใดที่จะพึงบรรลุได้ด้วยเรี่ยวแรงของบรุษ ด้วยความเพียรของบรุษ ด้วยความบากบั่นของบรุษ ยังไม่บรรลุผลนั้นแล้ว จะหยุดความเพียรเสียเป็นอันไม่มี โมคคัลลานะ ภิกษุ ย่อมเป็นผู้ปรารภความเพียรอย่างนี้แล

4) การหลีกออกเร้น คือการหลีกออกจากหมู่คณะ เพื่อการเจริญสมาธิภาวนาอย่างต่อเนื่อง แนวทางในการหลีกออกเร้น พระภิกษุควรจะได้พิจารณา ว่าสถานที่นั้นๆ เหมาะสมมากน้อยเพียงไร เป็นสถานที่ที่มีความสงบสงัด พอจะทำให้เกิดกายวิเวก และจิตใจไม่วอกแวก ไม่กระสับกระส่าย ใจรวมเป็นสมาธิได้ง่ายหรือไม่ เป็นต้น

7.6.3 เหตุที่ทำให้บริหารเวลาไม่ได้

เหตุที่ทำให้พระภิกษุไม่สามารถบริหารเวลาเพื่อกาลทั้ง 4 ได้ อาจมาจากหลายสาเหตุ ได้แก่

1) การไม่สันโดษในปัจจัย 4 ซึ่งทำให้พระภิกษุไม่รู้จักความพอดี และไม่รู้จักประมาณในการรับปัจจัย 4 ไปด้วย ปัจจัย 4 ที่ได้มานั้นแทนที่จะเป็นผลดี ก็กลายมาเป็นภาระให้กับพระภิกษุต้องเสียเวลาดูแลรักษา และถ้าไม่ระมัดระวังก็จะเป็นเหตุให้ต้องหาเจริญ เวลาที่ควรจะนำไปใช้เพื่อกาลทั้ง 4 ก็ลดน้อยลงไป เพราะความไม่สันโดษ

2) การอยู่ประจำที่ใดที่หนึ่งนานเกินสมควร ก็เป็นเหตุให้พระภิกษุบริหารเวลาได้ยากขึ้น เพราะเป็นเหตุให้เกิดการลัสม เกิดความคลุกคลี และมีความหวังใยในสถานที่ที่อยู่นั้น ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสเกี่ยวกับเรื่องนี้ไว้ใน อภินิवासสูตร¹ ว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย โทษในการอยู่ประจำที่ 5 ประการนี้ คือ

¹อภินิवासสูตร, อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต, มก. เล่ม 36 ข้อ 223 หน้า 475

1. ภิกษุอยู่ประจำที่ย่อมมีสิ่งของมาก มีการสะสมสิ่งของมาก
2. มีเกสรมาก มีการสะสมเกสรมาก
3. มีกิจมาก มีกรณีะมาก ไม่ฉลาดในกิจที่จะต้องทำ
4. ย่อมอยู่คลุกคลีด้วยคฤหัสถ์และบรรพชิตด้วยการคลุกคลีกับคฤหัสถ์อันไม่สมควร
5. เมื่อจะหลีกไปจากอาวาสนั้น ย่อมมีความห่วงใย”

3) เป็นผู้ที่ประกอบด้วยธรรม 6 ประการ ที่ทำให้เสื่อมจากกุศลธรรม ซึ่งพระลัมบาลัมพุทเจ้าตรัสยืนยันไว้ใน “สามกสูตร”¹ ว่า

1. ความเป็นผู้ชอบการงาน
2. ความเป็นผู้ชอบคุย
3. ความเป็นผู้หลับ
4. ความเป็นผู้ชอบคลุกคลีด้วยหมู่คณะ
5. ความเป็นผู้ว่ายาก
6. ความเป็นผู้มีมิตรชั่ว

ชนเหล่าใดเหล่าหนึ่งในอดีตกาล...ในอนาคตกาล...ในปัจจุบันกาล เสื่อมจากกุศลธรรม ชนเหล่านั้น ทั้งปวง ก็เสื่อมแล้วจากกุศลธรรม เพราะธรรม 6 ประการนี้แล

เพราะประกอบด้วยธรรมเหล่านี้ จึงเป็นเหตุให้พระภิกษุไม่รู้จักกิจที่ควรทำ เสียเวลาไปกับการทำกิจอันไม่เป็นสาระแก่นสาร คุณธรรมความดีงามที่ควรเจริญก้าวหน้า ก็เสื่อมถอยลงมาน่าเสียดาย

7.7 ประโยชน์ที่ได้จากการฝึกตามธัมมัญญจนถึงกาลัญญ

เมื่อพระภิกษุฝึกฝนอบรมตนเองจนเป็นธัมมัญญ เป็นอัตถัญญ เป็นอัตตัญญ เป็นมัตตัญญ และเป็นกาลัญญได้แล้ว เท่ากับว่าท่านสามารถเป็นกัลยาณมิตรให้กับตนเองได้ เพราะความที่ท่านรู้คำสอนของ

¹สามกสูตร, อังคุตตรนิกาย ฉักกนิบาต, มก. เล่ม 36 ข้อ 292 หน้า 579

พระลัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นอย่างดี (ธัมมัญญ) มีความเข้าใจในนัยที่พระองค์หมายถึง และน้อมนำมาประพฤติปฏิบัติอย่างจริงจัง (อตถัญญ) ทั้งยังสามารถประเมินคุณธรรมที่เกิดจากการฝึกนั้นได้ (อตตัญญ) และเข้มงวดกวดขันในการรับปัจจัย 4 ซึ่งทำให้นิสัยๆ เกิดขึ้นมา ความเจริญก้าวหน้าก็ยิ่งมีมากขึ้น (มตตัญญ) และต่อยอดด้วยการบริหารเวลา คือการนำเวลาไปใช้ศึกษาทั้งปริยัติและปฏิบัติให้เข้มข้นขึ้น (กาลัญญ) เมื่อทำได้อย่างนี้ กาย วาจา ใจ ของท่านก็ยิ่งมีความบริสุทธิ์บริบูรณ์ คุณธรรมความดีงามมีแต่จะก้าวหน้า คุณวิเศษ และความหลุดพ้นจากอสังขกิเลสย่อมเกิดขึ้นแก่พระภิกษุนั้นสักวันหนึ่งอย่างแน่นอน เพราะเหตุนี้ พระภิกษุจึงได้ชื่อว่าทำตัวของท่านให้เป็นที่พึงให้กับตนเองได้อย่างสมบูรณ์

7.8 บทสรุปของการเป็นกาลัญญ

จากรายละเอียดที่ได้ศึกษามา พอจะสรุปในเบื้องต้นได้ว่า พระภิกษุผู้จะเป็นกาลัญญได้ จะต้อง

1. เห็นคุณค่าของเวลา สามารถบริหารเวลาที่มี ให้เกิดประโยชน์กับตนเองได้สูงสุด
2. สามารถจัดสรรเวลาตามลำดับความสำคัญ โดยต้องแบ่งเพื่อทำงานสำคัญที่สุดของชีวิตก่อน 4 ประการ คือ การเรียน การสอบถาม การนั่งสมาธิทำความเพียร และการหลีกออกเร้น เพื่อปฏิบัติธรรมให้ต่อเนื่อง

เมื่อพระภิกษุฝึกได้อย่างนี้แล้ว พระองค์จึงจะทรงรับรองว่า

“ภิกษุเป็นธัมมัญญ อตถัญญ อตตัญญ มตตัญญ กาลัญญ ด้วยประการฉะนี้”

7.9 กาลัญญกับวิถีชีวิตของฆราวาส

สำหรับฆราวาสผู้ครองเรือน ก็ควรนำหลักการจากกาลัญญมาใช้ในชีวิตประจำวัน โดยหลักการบริหารเวลาในเบื้องต้นก็คล้ายๆ กับของพระภิกษุเช่นกัน คือเริ่มจากการมองเห็นคุณค่าของเวลาที่มีว่าสำคัญ และต้องใช้ให้เกิดประโยชน์กับตนเองให้ได้มากที่สุด

เมื่อมีแนวคิดอย่างนั้น จะทำให้เวลาที่มีอยู่ถูกใช้ไปกับเรื่องที่สำคัญที่สุดก่อนเสมอ เช่นเดียวกับหลักการบริหารเวลาในทางโลก ที่มักจะใช้วิธีแบ่งภารกิจงานที่ต้องทำออกเป็น 4 รูปแบบ คือ

1. ภารกิจที่สำคัญ และต้องทำเร่งด่วน เช่น ภารกิจฉุกเฉินทั้งหลาย หรืองานเฉพาะหน้าสำคัญที่จำเป็นต้องรีบทำอย่างเร่งด่วน เป็นต้น

2. การกิจที่สำคัญ แต่ไม่เร่งด่วน เช่น งานในด้านการวางแผน หรือกำหนดนโยบายที่จะส่งผลกระทบต่อชีวิต หน่วยงาน หรือองค์กรในระยะยาว เป็นต้น

3. การกิจไม่สำคัญ แต่เร่งด่วน ได้แก่เรื่องเล็กน้อยทั่วไป เช่นการรับโทรศัพท์ที่กำลังดัง เป็นต้น

4. การกิจไม่สำคัญ และไม่เร่งด่วน เช่น การไปเที่ยวเตร่เฮฮา หรือการไปชมภาพยนตร์ ที่ไม่ได้มีผลดีต่อตนเอง เป็นต้น

ในการกิจเหล่านั้น หากจัดตามลำดับความสำคัญ คนในทางโลกคงให้ความสำคัญกับการกิจที่ 2 คือ “สำคัญ แต่ไม่เร่งด่วน” เป็นอันดับแรก ส่วนการกิจสำคัญและเร่งด่วนก็อยู่ในลำดับรองลงมา ทั้งนี้เนื่องจากว่าการกิจสำคัญ ที่ไม่เร่งด่วนนั้น แม้จะยังไม่ส่งผลกระทบในระยะสั้นแต่อย่างใด แต่ถ้าหากนิ่งนอนใจไม่รีบทำไว้โดยเฉพาะเรื่องการวางแผนและนโยบาย ก็ส่งผลกระทบอย่างมากมาต่อความก้าวหน้าของงาน หรือต่อองค์กรนั้นๆ ในอนาคต สำหรับการกิจสำคัญและเร่งด่วนนั้น แม้จะมีความสำคัญต้องรีบทำก็จริง แต่ก็มักส่งผลในระยะสั้น และนานๆ จึงจะมีให้ทำสักครั้งหนึ่ง

จากเหตุปัจจัยดังกล่าว แม้หลักการบริหารเวลาในทางโลก ก็ยังให้พุ่มเวลาไปกับการกิจสำคัญก่อนเช่นกัน ดังนั้นหากจะนำกาลัญญูมาปรับใช้ให้เหมาะกับวิถีชีวิตของฆราวาส ก็สามารถทำได้ไม่ยาก โดยเริ่มต้นจากการแบ่งกาลทั้ง 4 ออกเป็น 2 การกิจ ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น คือ

1. การเรียนและการสอบถาม ก็คือ การศึกษาในด้านปริยัติ

2. การประกอบความเพียรและการหลีกออกเร้น ก็คือ การศึกษาในด้านปฏิบัติ

ในเมื่อฆราวาสก็ต้องบริหารเวลาเพื่อการสร้างบารมี เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของชีวิตเช่นกัน แต่การจะบรรลุเป้าหมายได้นั้น คงต้องฝึกปฏิบัติด้วยวิธีที่เหมาะสมกับเพศภาวะของตนเอง ซึ่งในที่นี้ ก็คือการฝึกฝนตนเองผ่านการทำทาน รักษาศีล และเจริญสมาธิภาวนา ดังนั้นจึงต้องฝึกบริหารเวลาไปเพื่อใช้ในการ

- ศึกษาให้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่อง ทาน ศีล และภาวนา อย่างจริงจัง และ

- นำมาฝึกปฏิบัติตามที่ได้ศึกษามานั้น และหมั่นตอกย้ำซ้ำเติมเรื่อยไป

ด้วยวิธีนี้ผู้เป็นฆราวาสก็ย่อมจะได้รับประโยชน์อันยิ่งใหญ่คือการได้นำชีวิตของตนเองให้เข้าใกล้กับเป้าหมายชีวิตอย่างแท้จริง

กิจกรรม

หลังจากนักศึกษาได้ศึกษา บทที่ 7 ขั้นตอนที่ 5 กาลัญญ จบโดยสมบูรณ์แล้ว
โปรดทำแบบประเมินตนเองหลังเรียนบทที่ 7 และกิจกรรม ในแบบฝึกปฏิบัติบทที่ 7
แล้วจึงศึกษาในบทที่ 8 ต่อไป

บทที่ 8
ขั้นตอนที่ 6
ปริสัจญ์

เนื้อหาบทที่ 8

ขั้นตอนที่ 6 ปฏิสัญญา

- 8.1 การเป็นปฏิสัญญา
- 8.2 คำแปล และความหมาย
- 8.3 ความสำคัญของการเป็นปฏิสัญญา
- 8.4 บริษัท 4
 - 8.4.1 บริษัท 4 คือใคร
 - 8.4.2 ความสำคัญของบริษัท 4
- 8.5 ขนบธรรมเนียมประเพณีของบุคคลทั้ง 4 กลุ่ม
- 8.6 วิธีการวางตัวกับบุคคลทั้ง 4 กลุ่ม
- 8.7 บทสรุปของการเป็นปฏิสัญญา
- 8.8 การวางตัวแบบขรรวาส

1. พระภิกษุผู้ศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และได้ฝึกฝนอบรมตนเองมามากจนได้ชื่อว่าเป็นธัมมัญญ อุตถัญญ อุตตัญญ มัตตัญญ และกาลัญญ อันเป็นการทำหน้าที่กัลยาณมิตรอันยอดเยี่ยมให้กับตนเองแล้วหน้าที่ที่สำคัญในลำดับต่อไปคือการฝึกฝนอบรมตนเองให้เป็นปริสัญญุ เพื่อการทำหน้าที่เป็นกัลยาณมิตรให้กับผู้อื่น ทำให้ผู้อื่นเข้าถึงธรรม หมดกิลส หรืออย่างน้อยก็ได้ประโยชน์ตามสมควร นั่นคือการเผยแผ่ธรรมะให้กว้างขวาง โดยต้องศึกษาจริต อธิยาชัย ขนบธรรมเนียมประเพณี เพื่อการเข้าหาและวางตัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับบุคคลต่างๆ เหล่านั้นให้เขายอมรับเลื่อมใสศรัทธา จนสามารถสั่งสอนและเผยแผ่พระพุทธศาสนาได้ ซึ่งในสมัยพุทธกาลพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแบ่งบุคคลต่างๆ นี้ออกเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ กษัตริย์ พราหมณ์ คฤหบดี และสมณะ เพราะกลุ่มคนเหล่านี้มีผลอย่างมากต่อความสำเร็จในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา
2. สำหรับฆราวาสผู้เป็นธัมมัญญ อุตถัญญ อุตตัญญ มัตตัญญ และกาลัญญแล้วนั้น ก็สามารถฝึกฝนอบรมตนเองให้เป็นปริสัญญุได้ ด้วยการนำข้อปฏิบัติต่อบุคคลทั้ง 4 กลุ่มเหล่านี้ มาประยุกต์ใช้เพื่อการเข้าหาและวางตัวให้เหมาะสม ในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรและเผยแผ่พระพุทธศาสนาต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจถึงความสำคัญของการเป็นปริสัญญุ ที่มีต่อการทำหน้าที่กัลยาณมิตรให้กับชาวโลก
2. เพื่อให้นักศึกษาเห็นความสำคัญของบุคคล 4 กลุ่ม คือ กษัตริย์ พราหมณ์ คฤหบดี และสมณะ ที่มีผลต่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา
3. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจชัดเจนในเรื่องวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี และวิธีการวางตัวกับบุคคล 4 กลุ่มได้อย่างถูกต้องเหมาะสม
4. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจและเห็นแนวทางที่ฆราวาสจะสามารถเข้าหาและวางตัวกับบุคคล 4 กลุ่ม เพื่อการทำหน้าที่กัลยาณมิตรและเผยแผ่พระพุทธศาสนาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม



บทที่ 8



ขั้นตอนที่ 6 ปฏิสัจญ

8.1 การเป็นปริสัจญ

จากบทที่ผ่านมา เมื่อพระภิกษุได้ศึกษาธรรมะ จนรู้ทั่วถึงธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เกิดความเข้าใจ ในธรรมะอย่างลึกซึ้ง นำมาฝึกฝนอบรมตนเองจนเกิดเป็นคุณธรรม และสามารถประเมินความก้าวหน้าของการปฏิบัติ และคุณธรรมในตนเองได้ รู้จักประมาณในการรับปัจจัย 4 มาใช้ในการฝึกฝนอบรมตนเอง รู้จักบริหารเวลาในแต่ละวัน เพื่อทำกิจที่สำคัญที่สุด 4 ประการ ย่อมเรียกพระภิกษุนั้นได้ว่าเป็นธัมมัญญ อตถัญญ อตตัญญ มตตัญญ และกาลัญญ และเมื่อฝึกทั้ง 5 ขั้นตอนนั้นได้ ก็ยังกล่าวได้อีกว่า ท่านสามารถเป็นกัลยาณมิตรให้กับตนเองได้อย่างสมบูรณ์

ด้วยวิธีการ 5 ขั้นตอนแรกของธัมมัญญสูตร ก็นับว่าเพียงพอสำหรับใช้ฝึกแต่ละขั้นตอนในคณโกศลคัลลนสูตรได้อย่างสมบูรณ์ หมายความว่า การฝึกในขั้นตอนที่ 1 คือ การสำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์ให้สำเร็จได้ พระภิกษุอาศัยฝึกตามวิธีการใน 5 ขั้นตอนแรกของธัมมัญญสูตรก็เพียงพอ ส่วนการฝึกในขั้นตอนที่ 2 คือ อินทริยสังวร ก็ฝึกด้วยวิธีการใน 5 ขั้นตอนของธัมมัญญสูตรก็เพียงพออีกเช่นกัน และในขั้นตอนอื่นๆ นอกจากนั้นก็ในทำนองเดียวกันนั่นเอง

เมื่อพระภิกษุฝึกฝนอบรมตนเองตามวิธีการดังกล่าวจนสามารถเป็นกัลยาณมิตรให้กับตนเองได้แล้ว พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงสอนในขั้นตอนต่อไป เพื่อให้พระภิกษุนำสิ่งที่ตนเองฝึกได้ ไปแนะนำสั่งสอนให้ชาวโลกได้รับประโยชน์ด้วย

ดังนั้น เมื่อพระภิกษุเป็นธัมมัญญ อตถัญญ อตตัญญ มตตัญญ กาลัญญแล้ว จึงต้องฝึกในขั้นตอนที่ 6 คือ “ปริสัจญ” ต่อไป ตามวิธีการที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ ดังนี้

“ก็ภิกษุเป็นปริสัจญอย่างไรภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักบริษัทว่าบริษัท กษัตริย์ นีบริษัทพราหมณ์ นีบริษัทคฤหบดี นีบริษัทสมณะ ในบริษัทนั้น เราพึงเข้าไปหาอย่างนี้ พึงยืนอย่างนี้ พึงทำอย่างนี้ พึงนั่งอย่างนี้ พึงนุ่งอย่างนี้ หากภิกษุไม่รู้จักบริษัทว่าบริษัทกษัตริย์...พึงนั่งอย่างนี้ เราก็ไม่พึงเรียกว่าเป็นปริสัจญ แต่เพราะภิกษุรู้จักบริษัทว่า นีบริษัทกษัตริย์...พึงนั่งอย่างนี้

ฉะนั้น เราจึงเรียกว่าเป็นปริสัญญุ ภิกษุเป็นธัมมัญญุ อตถัญญุ อตตัญญุ
มัตตัญญุ กาลัญญุ ปริสัญญุ ด้วยประการฉะนี้”

8.2 คำแปลและความหมาย

“ปริสัญญุ” แปลว่า ผู้รู้จักบริษัท รู้จักสังคมาของคนเพื่อจะได้ประพฤติปฏิบัติกาย วาจา หรือ
ปรับตัวให้เหมาะสมกับบริษัทนั้น หรือสังคมนั้นโดยไม่เสียธรรมะ¹

โดยความหมาย “ปริสัญญุ” หมายถึง การเข้าหาคนเป็น คือ ความเป็นผู้รู้จักกลุ่มบุคคลทั้ง 4 ได้แก่
กษัตริย์ พราหมณ์ คฤหบดี และสมณะ กระทั่งสามารถเข้าหาและวางตัวในอิริยาบถต่างๆ กับกลุ่มบุคคล
นั้นๆ ได้อย่างเหมาะสม

คำว่า “รู้จักกลุ่มบุคคล” ในที่นี้ หมายถึงรู้จักจริต อหยาสัย ระเบียบ ขนบธรรมเนียม ประเพณี
หรือวัฒนธรรมของกลุ่มบุคคลนั้นๆ

8.3 ความสำคัญของการเป็นปริสัญญุ

การเป็นปริสัญญุ คือ การเป็นผู้รู้จักเข้าหาและวางตัวกับบุคคลทั้ง 4 กลุ่มได้อย่างถูกต้อง
เหมาะสม แต่ละกลุ่มควรเข้าไปหาอย่างไร ยืนอย่างไร ทำอย่างไร นั่งอย่างไร นอนอย่างไร ตามจริต อหยาสัย
ขนบธรรมเนียมประเพณีของแต่ละกลุ่ม ซึ่งการรู้จักเข้าหาและการวางตัวที่เหมาะสม จะทำให้เกิดการยอมรับ
เลื่อมใสศรัทธาต่อกลุ่มบุคคลนั้นๆ อันจะมีผลต่อการทำหน้าที่กัลยาณมิตรหรือการเทศน์สอนและเผยแผ่
พระพุทธศาสนา

หากพระภิกษุเพียงแต่รู้ธรรมะมามาก สามารถเทศน์สอนและถ่ายทอดธรรมะได้เป็นอย่างดี แต่
ไม่รู้จักการวางตัว ไม่รู้จักมารยาทในการเข้าหา ก็อาจทำให้ไม่เป็นที่ยอมรับเลื่อมใสศรัทธา หรืออาจถูก
ระแวงสงสัย เพราะการจะเป็นกัลยาณมิตรให้ผู้อื่นได้ พระภิกษุต้องอาศัยการเทศน์ให้บุคคลต่างๆ ฟัง จึงมี
ความจำเป็นอย่างยิ่งที่พระภิกษุต้องรู้จักกลุ่มบุคคล เพื่อจะได้เข้าหาและวางตัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เป็น
ที่ยอมรับของทุกกลุ่มบุคคล ซึ่งจะเป็ต้นทางทำให้พระภิกษุมีโอกาสได้แสดงธรรมต่อไป

¹ เรียบเรียงจาก พจนานุกรม มจร-ไทย, ป.หลงสมบุญ, พันตรี, สำนักเรียนวัดปากน้ำ (กรุงเทพฯ : อาทรการพิมพ์2540)
และ ธรรมานุกร สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณวงศ์ (โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย หน้าวัดบวรนิเวศวิหาร พระนคร
2527).

8.4 บริษัท 4

8.4.1 บริษัท 4 คือใคร

บริษัท ก็คือกลุ่มคน ในอดีตพระลัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแบ่งกลุ่มคนออกเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่

- 1) กลุ่มกษัตริย์ หมายถึง กษัตริย์ผู้ปกครองเมืองต่างๆ
- 2) กลุ่มพราหมณ์ หมายถึง พวกพราหมณ์มหาศาล มีทรัพย์มาก มีลูกศิษย์มาก
- 3) คฤหบดี หมายถึง มหาเศรษฐีหรือพ่อค้า หรือผู้มีอาชีพอื่นๆ
- 4) สมณะ หมายถึง นักบวชในลัทธิต่างๆ ทั้งที่เป็นลัทธิและมิใช่ลัทธิ เช่น ชฎิล ปริพาชก เดียรธีย์ อเจลกะ เป็นต้น

หากเทียบกับในปัจจุบันบุคคลใน 4 กลุ่มนั้น ได้แก่

- 1) “**กลุ่มกษัตริย์**” ก็คือกลุ่มของนักปกครอง หรือผู้บริหารบ้านเมือง ซึ่งมีอยู่ 2 กลุ่ม กลุ่มนักการเมือง ได้แก่ สมาชิกวุฒิสภา สมาชิกสภาผู้แทนราษฎร นักการเมืองทุกระดับ นายกรัฐมนตรี หรือรัฐมนตรี เป็นต้น กับกลุ่มที่เป็นข้าราชการประจำ ได้แก่ ปลัดกระทรวง อธิบดี ผู้ว่าราชการจังหวัด ตำรวจ ทหาร เป็นต้น
- 2) “**กลุ่มพราหมณ์**” ก็คือกลุ่มของผู้มีความรู้ เป็นผู้นำทางความคิด ได้แก่ นักวิชาการ ครูอาจารย์ ในสถาบันการศึกษา รวมทั้งสื่อมวลชน เป็นต้น
- 3) “**กลุ่มคฤหบดี**” ก็คือกลุ่มของผู้มีฐานะ หรือผู้มีอันจะกิน ได้แก่ มหาเศรษฐี นักธุรกิจ พ่อค้า เกษตรกรที่มีฐานะความเป็นอยู่ดีพอ คือ เลี้ยงตนเองและครอบครัวได้ ไม่เป็นภาระให้แก่สังคม เป็นต้น
- 4) “**กลุ่มสมณะ**” ก็คือกลุ่มของนักบวชในศาสนาต่างๆ เช่น พุทธ คริสต์ อิสลาม ฮินดู เป็นต้น

8.4.2 ความสำคัญของบริษัท 4

เหตุที่พระลัมมาสัมพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญกับบุคคลทั้ง 4 กลุ่มนี้ เพราะว่าแต่ละกลุ่มล้วนมีผลต่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเป็นอย่างมาก หากพิจารณาให้ดี จะพบว่าในประวัติศาสตร์ของการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระลัมมาสัมพุทธเจ้า จะมีบุคคลทั้ง 4 กลุ่มเข้ามามีส่วนเกี่ยวข้องเสมอ บางครั้งก็เกี่ยวข้องในด้านที่คอยสนับสนุนค้ำจุนพระศาสนา แต่บางครั้งก็มาในรูปแบบของการจ้องทำลาย นี่จึงเป็นคำตอบว่าทำไมพระภิกษุจึงต้องเอาใจใส่ต่อบุคคลทั้ง 4 กลุ่มนี้ให้มากเป็นพิเศษ

บุคคล 4 กลุ่มดังกล่าว เปรียบแล้วก็เหมือนกับดาบ 2 คม ถ้าเห็นดีด้วย ก็จะเป็นผลดีกับพระศาสนา แต่ถ้าไม่เห็นดีด้วย ก็อาจขัดขวางให้การเผยแผ่ทำได้ช้าลง ที่เป็นเช่นนี้เพราะว่า ทั้ง 4 กลุ่มต่างมีขุมกำลังที่แตกต่างกันไป

กลุ่มกษัตริย์ หรือนักปกครอง จะมีขุมกำลังคืออำนาจการปกครองบริหาร

กลุ่มพราหมณ์ หรือนักวิชาการ จะมีขุมกำลังคือความรู้

กลุ่มคฤหบดี หรือผู้มีอาชีพมั่นคง จะมีขุมกำลังคืออำนาจการเงิน

กลุ่มสมณะ หรือนักบวช จะมีขุมกำลังคือความเห็นที่มีอำนาจยึดเหนี่ยวจิตใจของผู้คน

และเพราะบุคคลเหล่านั้นมีจิตอหังการ ขนบธรรมเนียมประเพณีของแต่ละกลุ่มแตกต่างกันไป พระภิกษุที่จะเข้าไปเป็นกัลยาณมิตรให้ จึงต้องวางตัวให้เหมาะสมกับทุกกลุ่มคน

กลุ่มกษัตริย์

กลุ่มกษัตริย์ถือว่าเป็นกลุ่มที่มีอิทธิพลมาก โดยเฉพาะในสมัยพุทธกาล เพราะกษัตริย์จะเป็นใหญ่ มีอำนาจ และเป็นทีเคารพนับถือของประชาชน ดังนั้นหากทำให้กลุ่มนี้เห็นดีด้วยได้ การเผยแผ่พระพุทธศาสนา ก็จะทำให้ได้ง่ายเช่นกัน ดังเช่นเรื่องราวของพระเจ้าพิมพิสาร¹

เมื่อครั้งพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พร้อมพระภิกษุสงฆ์หมู่ใหญ่ จำนวน 1,000 รูป ประทับอยู่ที่ด้นไทร ชื่อสุประติษฐเจติย์ ในสวนตาลหนุ่ม เขตพระนครราชคฤห์ พระเจ้าพิมพิสารทรงได้ยินกิตติศัพท์อันงามของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงเสด็จเข้าไปเฝ้าพร้อมด้วยพราหมณ์คหบดีชาวมคร 120,000 คน

ครั้งนั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงพระธรรมเทศนา เมื่อจบลงพระเจ้าพิมพิสาร พร้อมเหล่าพราหมณ์คหบดีชาวมคร 110,000 คน ได้บรรลุนิพพานเป็นพระโสดาบัน ส่วนอีก 10,000 คนได้เข้าถึงพระรัตนตรัย คือ ขอลงพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่ง จากเหตุการณ์ครั้งนี้ทำให้พระเจ้าพิมพิสารปีติพระทัยเป็นอย่างมาก ได้นิมนต์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพร้อมด้วยพระภิกษุสงฆ์รับภัตตาหารในวันรุ่งขึ้น และได้ถวายสวนเวฬุวัน ซึ่งกลายเป็นวัดแห่งแรกในพระพุทธศาสนา

ผลจากการที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเทศน์โปรดพระเจ้าพิมพิสารในครั้งนี้ ทำให้สามารถเผยแผ่ธรรมะไปได้อย่างกว้างขวางและรวดเร็ว กล่าวคือ ได้ผู้เลื่อมใสจำนวนมากถึง 120,000 คน พร้อมทั้งกษัตริย์แห่งแคว้นมคธ ซึ่งเป็นราชอาณาจักรที่ยิ่งใหญ่ เป็นหนึ่งในแคว้นมหาอำนาจในสมัยพุทธกาล มีความสำคัญทั้งทางด้านการเมือง การศาสนา การเศรษฐกิจ และการทหาร การเทศนาของพระองค์ครั้งแรกจึงเป็นการเริ่มต้นเผยแผ่พระพุทธศาสนาได้อย่างยอดเยี่ยม

¹เรียบเรียงจาก มหาชนธกะ, พระวินัยปิฎก มหาวรรค, มก. เล่ม 6 ข้อ 56 หน้า 110

เพราะเมื่อพระเจ้าพิมพิสารผู้เป็นกษัตริย์ยอมรับนับถือใคร พราหมณ์ คหบดี ชาวเมืองก็ย่อมยอมรับนับถือตามไปด้วย และในเช้าวันถัดมา ชาวเมืองจำนวนมากที่ได้ทราบข่าว ต่างเดินทางเข้าไปทำบุญและฟังธรรมในวัดเวฬุวันกันไม่ขาดสาย พระพุทธศาสนาจึงมั่นคงอยู่ในแคว้นมคธตั้งแต่วันนั้นมา

กลุ่มพราหมณ์

กลุ่มพราหมณ์ ก็เป็นอีกกลุ่มหนึ่งที่มีผลต่อการเผยแผ่มาก เพราะเป็นผู้มีความรู้ และมีลูกศิษย์ลูกหามากมาย ความสำคัญก็จะคล้ายกับกษัตริย์เช่นกัน คือหากทำให้ยอมรับได้แล้ว คนอื่นๆ ก็จะยอมรับตามกันไปด้วย ดังเช่นเรื่องราวของพราหมณ์พาวรี¹

พราหมณ์พาวรี เป็นผู้มีลักษณะมหาบุรุษ 3 ประการ เรียนจบไตรเพท มีลูกศิษย์มากมายคือมีศิษย์ผู้ใหญ่ 16 คน แต่ละคนปกครองศิษย์ 1,000 รวมกันมีถึง 16,000 คน วันหนึ่งมีเหตุให้พราหมณ์พาวรีเกิดความกังวลใจ เทวดาจึงแนะนำให้ไปกราบทูลถามเรื่องที่กังวลนั้นกับพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พราหมณ์จึงส่งศิษย์ผู้ใหญ่ 16 คน พร้อมกับศิษย์ของตนรวม 16,000 ไปเฝ้าพระพุทธองค์

ศิษย์ผู้ใหญ่ทั้ง 16 คน ทูลถามคนละคำถามไปตามลำดับ เมื่อจบปัญหาทั้งหมด ศิษย์ผู้ใหญ่ 15 คน พร้อมศิษย์ของตนรวมกันทั้งหมด ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์กันทุกคน เหลือเว้นแต่ศิษย์ผู้ใหญ่อีก 1 คน ที่บรรลุเป็นพระอนาคามี ทั้งนี้เพราะกังวลอยากให้พราหมณ์พาวรีได้ฟังธรรมอย่างที่เขาได้ฟัง และในที่สุด ทั้งหมดก็ได้ออกบวชเป็นพระภิกษุกันทุกคน

จากเรื่องราวข้างต้น ย่อมชี้ให้เห็นว่า การเผยแผ่ในกลุ่มพราหมณ์มีผลมาก เพราะพราหมณ์นอกจากเป็นอาจารย์ผู้มีความรู้มากแล้วยังเป็นกลุ่มคนที่เป็นที่สนใจแก่มหาชนอีกด้วย ดังเรื่องที่กำลังกล่าวมาคือการเดินทางของกลุ่มพราหมณ์ผู้มีความรู้นับหมื่นคนนี้ถือว่าเป็นกลุ่มใหญ่มาก มหาชนเมื่อทราบข่าวจึงได้ติดตามพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาเพื่อคอยฟังธรรม การเผยแผ่ธรรมะครั้งนี้จึงเป็นไปได้อย่างรวดเร็วอย่างน่าอัศจรรย์ทีเดียว

กลุ่มคฤหบดี

กลุ่มคฤหบดี เป็นกลุ่มที่เมื่อให้การยอมรับนับถือ หรือเลื่อมใสศรัทธาในพระพุทธศาสนาแล้ว ก็จะเป็นกำลังสำคัญในการทะนุบำรุงพระพุทธศาสนาซึ่งในสมัยพุทธกาลก็มีคฤหบดีที่ได้รับการแต่งตั้งว่าเป็นเลิศในการถวายทาน ทั้งฝ่ายอุบาสกและอุบาสิกาเป็นจำนวนมาก ในที่นี้จะขอยกตัวอย่างในฝ่ายอุบาสิกา คือนางวิสาขา²

¹เรียบเรียงจาก อรรถกถา ขุททกนิกาย สุตตนิบาต, เล่ม 47 หน้า 882

²เรียบเรียงจาก “เรื่องนางวิสาขา”, อรรถกถา ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท, เล่ม 41 หน้า 73

นางวิสาขามหาอุบาสิกา เป็นธิดาของธัญชัยเศรษฐี และนางสุนันทาเทวี ในภัททนิคร ในเวลา
นางเป็นเด็กอายุ 7 ขวบ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเห็นอุปนิสัยที่จะพึงแนะนำเพื่อการตรัสรู้ของนาง จึงเสด็จ
ไปยังนครนั้นพร้อมด้วยภิกษุสงฆ์หมู่ใหญ่

เมณฑกเศรษฐีปูของเด็กหญิงวิสาขาทราบความว่าพระพุทเจ้าเสด็จมาถึงภัททนิครจึงเรียกวินิสา
ผู้เป็นหลานสาว ให้ไปทำการต้อนรับพระพุทเจ้าพร้อมด้วยเด็กหญิงบริวารอีก 500 คน เด็กหญิงวิสาขาก็
เดินทางพร้อมบริวารไปเข้าเฝ้า เมื่อได้ถวายบังคมและยืนอยู่ในที่สมควรข้างหนึ่งแล้ว ครั้นนั้นพระศาสดา
ทรงแสดงธรรมโปรดนาง เมื่อจบพระธรรมเทศนา นางพร้อมด้วยบริวาร 500 คน ก็บรรลุธรรมเป็นพระ
โสดาบันทั้งหมด

เมื่อนางวิสาขายุได้ 16 ปี ได้แต่งงานกับปุณณวัณณกุมาร และย้ายมาอยู่ในตระกูลของสามีใน
กรุงสาวัตถีต่อมาสามารถเป็นกัลยาณมิตรให้ครอบครัวของสามีจนมีความเลื่อมใสในพระพุทศาสนาทุกคน
ตั้งแต่นั้น บ้านของนางในเวลาเช้าก็มั่งมีเสียงไปด้วยผ้ากาสาละ คลาคล่ำไปด้วยนักแสวงบุญ ภายในเรือน
ก็จัดทานไว้พร้อมสรรพ ในเวลาเช้านางวิสาขาก็ถวายทานแก่พระภิกษุสงฆ์ ภายหลังอาหารก็ให้บ่าวไพร่
ถือเกวียน และน้ำปานะไปถวายพระยังวิหาร อยู่ฟังพระธรรมเทศนาเสร็จแล้วจึงจะกลับ นางทำอย่างนี้จน
เป็นกิจวัตรประจำวัน

ต่อมาภายหลัง นางวิสาขาก็ได้สร้างวัดบุพพารามและวิหารถวายพระสัมมาสัมพุทธเจ้า วัดนี้สร้าง
เป็นปราสาท 2 ชั้น ประดับด้วยทองพันห้อง คือ ชั้นล่าง 500 ห้อง ชั้นบน 500 ห้อง รวมค่าก่อสร้างและ
ฉลองวิหาร ใช้เงินไปถึง 27 โกฏิ

นอกจากนี้ นางวิสาขายังเป็นอุปัชฌายิกาผู้ยิ่งใหญ่ เลิศกว่าอุบาสิกาคนใดในด้านผู้บำรุงด้วย
ปัจจัย 4

จากเรื่องราวโดยย่อนี้ จะเห็นว่า การเผยแผ่ในกลุ่มคฤหบดี ซึ่งเป็นผู้มั่งคั่งมีทรัพย์มาก เมื่อมีความ
เลื่อมใสศรัทธาที่มั่นคงย่อมเป็นกำลังสำคัญในการอุปถัมภ์ทำนุบำรุงพระพุทศาสนาเป็นอย่างมากโดยเฉพาะ
นางวิสาขานอกจากนางจะเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยทรัพย์สมบัติและบริวารแล้ว นางยังเป็นที่เคารพนับถือของ
ชาวกรุงสาวัตถี ทำให้การเผยแผ่พระพุทศาสนาเป็นไปได้มากอีกเช่นกัน

กลุ่มสมณะ

กลุ่มสมณะเป็นกลุ่มสำคัญยิ่งในการเผยแผ่พระพุทศาสนาเพราะเป็นกลุ่มผู้นำทางด้านจิตวิญญาณ
ซึ่งเป็นที่เคารพนับถือทั้งของกษัตริย์ พราหมณ์ คฤหบดี และมหาชน ดังเรื่องราวที่ปรากฏในครั้งสมัย
พุทกาลของชฎิล 3 พี่น้อง¹

¹มหาขันธกะ, พระวินัยปิฎก มหาวรรค, เล่ม 6 ข้อ 37 หน้า 87

ก่อนที่พระลัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้ยังรากลงลึก และเป็นฝักแผ่นดินในแคว้นมคธ บุคคลกลุ่มแรกที่พระองค์นึกถึงก็คือ ชฎิล 3 พี่น้อง เพราะเมื่อชฎิลผู้เป็นเจ้าลัทธิบูชาไฟ มีลูกศิษย์มากมายเป็นผู้ที่ได้รับความเคารพนับถือจากทุกกลุ่ม มีความเลื่อมใสศรัทธาในพระรัตนตรัยแล้ว ก็จะทำให้เหล่ากษัตริย์ได้แก่ พระเจ้าพิมพิสาร พราหมณ์ คหบดี ชาวเมืองเกิดความเลื่อมใสตามโดยง่ายไปด้วย

พระลัมมาสัมพุทธเจ้าเริ่มต้นด้วยการเสด็จไปโปรดชฎิลอรุเวลากัสสปะผู้เป็นพี่ใหญ่มีลูกศิษย์บริวาร 500 คน เมื่อผู้พี่เลื่อมใสศรัทธาแล้ว ชฎิลผู้น้องถัดมาคือ นทีกัสสปะ มีลูกศิษย์ 300 คน และคยากัสสปะ มีลูกศิษย์ 200 คน ก็เลื่อมใสตามชฎิลผู้พี่ได้อย่างง่ายดาย จนในที่สุดทั้งหมด 1,003 คน ก็บรรลุนิพพานเป็นพระอรหันต์ได้ทั้งหมด เมื่อบวชแล้วก็ตามเสด็จพระลัมมาสัมพุทธเจ้าเข้าสู่เมืองราชคฤห์เป็นเหตุให้ประชาชนที่เคยเลื่อมใสในชฎิล หันมาศรัทธาในพระพุทธศาสนาตามไปด้วย

8.5 ขนบธรรมเนียมประเพณีของบุคคลทั้ง 4 กลุ่ม

ขนบธรรมเนียมประเพณีและความถือดี

เนื่องจากกลุ่มคนทั้ง 4 มีความคิดเห็นในด้านต่างๆ แตกต่างกัน ไม่ว่าจะเป็นความปรารถนา รสนิยม ความมั่นใจ ความต้องการ รวมทั้งเป้าหมายก็ต่างกัน ดังที่พระลัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสถึงความแตกต่างกันของกลุ่มบุคคลต่างๆ ไว้ใน ขัตติยาธิปายสูตร¹ ดังนี้

“กษัตริย์ทั้งหลาย ย่อมประสงค์โภคทรัพย์ นิยมปัญญา มั่นใจในกำลังทหาร
ต้องการในการได้แผ่นดิน มีความเป็นใหญ่เป็นที่สุด

พราหมณ์ทั้งหลาย ย่อมประสงค์โภคทรัพย์ นิยมปัญญา มั่นใจในมนต์ ต้องการ
การบูชา ยัญ มีพรหมโลกเป็นที่สุด

คฤหบดีทั้งหลาย ย่อมประสงค์โภคทรัพย์ นิยมปัญญา มั่นใจในศิลปะ ต้องการ
การงาน มีการงานที่สำเร็จแล้วเป็นที่สุด...

สมณะทั้งหลาย ย่อมประสงค์ขันติโสรจจะ นิยมปัญญา มั่นใจในศีล
ต้องการความไม่มีห่วงใย มีพระนิพพานเป็นที่สุด”

¹ขัตติยาธิปายสูตร, อังคุตตรนิกาย ฉักกนิบาต, มก. เล่ม 36 ข้อ 323 หน้า 687.

จากพระสูตรดังกล่าวข้างต้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสถึงความแตกต่างของกลุ่มบุคคลต่างๆ ไว้ ทั้งในเรื่องของความปรารถนา รสนิยม ความมั่นใจ ความต้องการ รวมทั้งการมีเป้าหมายที่ต่างกัน ซึ่งความต่างเหล่านี้มีผลให้ชนบรรมนิยมประเพณี จริต อหิยาตัย และความถือดีของแต่ละกลุ่มแตกต่างกันตามไปด้วย

หากจะกล่าวถึงความถือดีของบริษัทหรือคน 4 กลุ่ม อันได้แก่ กษัตริย์ พราหมณ์ คฤหบดี และสมณะแล้ว มีตัวอย่างในสมัยพุทธกาล ที่จะยกมากล่าวดังต่อไปนี้

1) ความถือดีของกลุ่มกษัตริย์

ว่าด้วยความถือดี มีทิวฐิมานะ ที่มีในกษัตริย์ นอกจากเรื่องทรัพย์ ปัญญา กำลังทหาร การครอบครองแผ่นดินเพื่อความเป็นใหญ่แล้วยังมีเรื่องความมีอิทธิพลอำนาจและชาติตระกูลอีกด้วย กษัตริย์แม้ยังทรงพระเยาว์ก็มิอาจดูหมิ่นได้ เพราะให้คุณให้โทษได้ง่ายเหลือเกิน ซึ่งเรื่องเหล่านี้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน ทหสูตร¹ ว่า

“กษัตริย์ไม่ควรดูถูกดูหมิ่นว่ายังทรงพระเยาว์ เพราะกษัตริย์เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยพระชาติ มีพระชาติสูง แม้จะทรงพระเยาว์ เมื่อใดได้เสวยราชสมบัติแล้ว เกิดทรงพระพิโรธขึ้น ย่อมทรงลงพระราชอาชญาอย่างหนักถึงชีวิตได้”

กษัตริย์แม้อายุยังน้อย ยังทรงพระเยาว์ แต่เมื่อใดได้ครองราชย์แล้วมีอำนาจมาก มีกำลังทหารในมือ หากไม่พอพระทัย ทรงพิโรธเคืองแค้นแล้วก็สามารถสั่งทหารออกรบฆ่าฟันหรือสั่งให้ลงโทษถึงประหารชีวิต ได้ ความเดือดร้อนและอันตรายจากการวางตัวไม่เหมาะสมก็อาจเกิดขึ้นได้ หากไม่ระมัดระวัง เช่นเรื่องราวของท้าวมหานามที่ไปดูถูกวิฑูทกะ² ผู้เป็นหลานของตน ด้วยเรื่องชนชั้นวรรณะ เพราะเหตุเพียงวิฑูทกะเป็นบุตรชายของธิดาตนที่เกิดจากนางทาสี ท้าวมหานามจึงมีมานะ ไม่นับวิฑูทกะว่าเป็นเจ้าเหมือนกับตน วิฑูทกะแค้นใจ จึงเกิดเรื่องราวดังต่อไปนี้ขึ้น

เมื่อครั้งสมัยพุทธกาล พระเจ้าปเสนทิ ผู้ครองแคว้นโกศล มีความปรารถนาที่จะเป็นพระญาติกับพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงทรงส่งสาส์นไปขอธิดาเจ้าศากยะ ส่วนเจ้าศากยะเห็นว่าพระเจ้าปเสนทิไม่ใช่พวกของตน แต่ถ้าไม่ให้ธิดาทางฝ่ายตนก็เกรงจะมีภัย จึงได้ส่งवासภขัตติยา พระธิดาของท้าวมหานามศากยราชที่เกิดกับนางทาสีไปให้

¹ทหสูตร, สังยุตตนิกาย สคาถวรรค, มก. เล่ม 24 ข้อ 322 หน้า 406

²เรียบเรียงจาก “เรื่องพระเจ้าวิฑูทกะ”, อรรถกถา ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท, มก. เล่ม 41 หน้า 21-42

เห็นแล้วพอพระทัย จึงอภิเษกไว้ในตำแหน่งพระอัครมเหสี ไม่นานจากนั้น นางประสูติพระโอรส ผู้มีผิวพรรณประดุจทองคำ มีนามว่า วิทูรทกะ

เมื่อวิทูรทกะกุมารอายุได้ 16 ชันษา ได้ขอพระมารดาและกราบทูลพระราชบิดา เพื่อไปเยี่ยมพระญาติที่เมืองกบิลพัสดุ์เมื่อไปถึงแล้ว แม้เจ้าศากยยะทั้งหลายจะไม่เต็มใจเพราะรังเกียจในชาติกำเนิดของวิทูรทกะ แต่ก็ทำเป็นว่าให้การต้อนรับอย่างดี วิทูรทกะประทับที่นี้ 2-3 วัน จึงเสด็จกลับแคว้นโกศล

เมื่อกลับแล้ว นางทาสีจึงนำน้ำเจียน้ำนมมาล้างแผ่นกระดานที่วิทูรทกะนั่ง แล้วแข่งด่าด้วยรังเกียจว่าเป็นลูกนางทาสี แต่บังเอิญมหาดเล็กคนหนึ่งของวิทูรทกะลืมาวู้อไว้ ขณะกลับมาเอา ได้ยินเสียงแข่งด่าวิทูรทกะ จึงได้สอบถาม เมื่อรู้แล้วก็นำไปเล่าต่อ ขาวจึงแพร่ออกไปอย่างรวดเร็ว วิทูรทกะพอทราบวาทนเอง ถูกรังเกียจจากเจ้าศากยยะ จึงโกรธและผูกอาฆาตไว้ว่า “หากตนเองได้ครองราชย์สมบัติเมื่อไร จักฆ่าเอาเลือดในลำคอของเจ้าศากยยะมาล้างแผ่นกระดานที่ตนนั่ง”

ด้วยความแค้นนี้ เมื่อวิทูรทกะได้ครองราชย์ จึงยกทัพกลับไปฆ่าเจ้าศากยยะทั้งหมดตามที่อาฆาตไว้ ภัยใหญ่จึงเกิดแก่เจ้าศากยยะทั้งปวง

จากเรื่องนี้ จะเห็นถึงมานะทิฐิและความถือดีของกษัตริย์ผู้มีอำนาจ แค่นี้เพราะความมีมานะไป ดูถูกวิทูรทกะเท่านั้น จึงนำโทษภัยคือความตายมาสู่ศากยวงศ์

2) ความถือดีของกลุ่มพราหมณ์

พราหมณ์ถือเป็นผู้มีความรู้ จึงอาศัยความรู้ขึ้นมาเป็นผู้นำทางความคิด ซึ่งจะมีอิทธิพลซึ่งนำต่อความรู้ความเข้าใจของผู้อื่นตามไปด้วย อย่างเช่นในปัจจุบัน ครูบาอาจารย์ในสถาบันการศึกษา หรือแม้กระทั่ง สื่อมวลชน ก็มีผลต่อความคิดของประชาชนอย่างมาก โดยเฉพาะในสมัยพุทธกาล นอกจากพราหมณ์จะเป็นผู้นำทางความคิดแล้วบางครั้งยังมีบทบาทในฐานะของนักปกครองจึงเป็นอีกกลุ่มหนึ่งที่มีผลต่อการเผยแผ่พระศาสนา ที่พระภิกษุจะต้องเอาใจใส่ และวางตัวกับบุคคลในกลุ่มนี้ให้เหมาะสม เพราะเป็นเสมือนดาบ 2 คม คือให้คุณให้โทษคล้ายกลุ่มของกษัตริย์เช่นกัน ซึ่งความเป็นผู้ถือดีนั้น มีตัวอย่างเรื่องราวของ “โสณทัณฑพราหมณ์”¹ ดังนี้

เมื่อครั้งพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พร้อมด้วยภิกษุสงฆ์หมู่ใหญ่ประมาณ 500 รูป เสด็จถึงนครจัมปาประทับอยู่ใกล้ขอบสระโบกขรณีคัคคราในนครจัมปานั้น ครั้นนั้นโสณทัณฑพราหมณ์เป็นครูของเหล่ากษัตริย์และพราหมณ์ทั้งหลาย มีอำนาจปกครองในหัวเมืองหรือหมู่บ้านที่พระราชายกให้ พราหมณ์เกิดความเลื่อมใส จึงเข้าไปเฝ้าพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ท้ามกล รางหมู่พราหมณ์และคฤหบดีชาวนครจัมปา

¹โสณทัณฑสูตร, ทีฆนิกาย สิลขันธวรรค, มก. เล่ม 12 หน้า 17

เมื่อนั่งอยู่ต่อหน้าพระพุทธองค์แล้วเกิดความกังวลใจ ด้วยเกรงว่าหากตนจะถามคำถามออกไป เกิดเป็นคำถามไม่ควรถาม หรือหากพระองค์ถามในสิ่งที่ตนเองตอบไม่ได้ ก็เกรงจะเสียหน้า ถูกดูหมิ่น ว่าเป็นคนเขลา ไม่ฉลาด เมื่อถูกดูหมิ่นแล้วจะทำให้เสื่อมยศ เสื่อมโภคสมบัติ

พระลัมบาลัมพุทเจ้าทรงทราบความคิดนั้น จึงถามในสิ่งที่พราหมณ์ตอบได้ และเทศนาจนทำให้โสณทัณฑพราหมณ์เกิดความปีติเลื่อมใส และแสดงตนเป็นอุบาสกถือพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง ในวันถัดมาพราหมณ์ทูลอาราธนาเพื่อถวายภัตตาหารแด่พระลัมบาลัมพุทเจ้าพร้อมเหล่าพระสาวก เมื่อเสวยเสร็จโสณทัณฑพราหมณ์เข้าไปนั่งในอาสนะที่ต่ำกว่า กราบทูลความประสงค์ของตนว่า

“หากตนกำลังอยู่ในท่ามกลางชุมนุมชน แล้วลุกจากอาสนะไปกราบพระองค์ ก็เกรงว่าชุมนุมชนนั้นจะดูหมิ่น การดูหมิ่นนั้นจะทำให้เสื่อมยศ เสื่อมจากโภคสมบัติ เพราะมียศจึงมีโภคสมบัติ จึงขออนุญาตพระองค์ว่า ถ้าในสถานการณ์อย่างนั้น หากตนพนมมือไหว้ ขอให้พระองค์เข้าพระทัยว่าเสมือนตนได้ลุกไปกราบพระองค์ หากตนเปลื้องผ้าโพกศีรษะออก ก็เสมือนกับเป็นการน้อมศีรษะไหว้ หากตนกำลังไปในยาน¹ จะลงจากยาน แล้วกราบพระองค์ ก็เกรงว่าชุมนุมชนนั้นจะดูหมิ่นอีก ดังนั้นตนจะยกปฏิทิน เป็นอาการแทนว่าตนเองลงจากยาน และจะลดร่มลง แทนการแสดงความเคารพด้วยการน้อมศีรษะไหว้”

จากเรื่องดังกล่าว แม้ว่าพราหมณ์จะมีความเคารพเลื่อมใส แต่เพราะมีชีวิตอยู่ในทางโลก จึงยังคงต้องรักษาชื่อเสียงของตนไว้อยู่ดี ซึ่งในที่นี้แม้พราหมณ์จะไม่ได้มีความถือดีกับพระลัมบาลัมพุทเจ้า แต่กับประชาชนที่เขาปกครองดูแล เรื่องความมีหน้ามีตาก็ยังเป็นเรื่องที่จำเป็น เราจะเห็นว่า เพราะอำนาจความรู้และอำนาจการปกครองที่พราหมณ์มีนั้น มีอิทธิพลต่อความรู้สึกของคนเป็นจำนวนมาก ดังนั้นหากจะกล่าวว่าความรู้คืออำนาจก็คงจะไม่ผิดนัก

3) ความถือดีของคฤหบดี

ว่าด้วยทิวฐิมานะ ความถือดีของคฤหบดี ผู้มีความประสงค์ในโภคทรัพย์ นิยมปัญญา มั่นใจในศิลปะต้องการการงาน มีการงานที่สำเร็จแล้วเป็นที่สุด คฤหบดีเป็นผู้มีทรัพย์เป็นอาวูร จึงถือดีในทรัพย์สินที่มีนั้น ซึ่งการใช้ทรัพย์มีด้วยกัน 2 ทางคือ หากใช้ถูกทางด้วยการให้ ก็จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งใหญ่ต่อตนเองและพระพุทธศาสนา แต่หากหวงแหนไว้ ทรัพย์นั้นก็มิเป็นประโยชน์แก่ใครๆ เลย สำหรับในเรื่องนี้ มีตัวอย่างของ โกลิยเศรษฐี ผู้มีความตระหนี่² ดังนี้

ในสมัยหนึ่ง มีเศรษฐีชื่อโกลิยะ ผู้มีความตระหนี่ มีสมบัติ 80 โกฏิ อาศัยอยู่ในสักกรนิคม ไมไกล

¹ยาน หมายถึง เครื่องนำไป พาหนะต่างๆ เช่น รถ เรือ เกรียน เป็นต้น

²เรียบเรียงจาก “เรื่องโกลิยเศรษฐีผู้มีความตระหนี่”, อรรถกถา ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท, มก. เล่ม 41 หน้า 49

จากกรุงราชคฤห์วันหนึ่งเศรษฐีเห็นคนบ้านนอกกินขนมเบื้องจึงนึกอยากกินบ้าง แต่ก็เกรงว่าคนอื่นจะอยากกินด้วย จึงเกิดความตระหนี่อดกลั้นความอยากเอาไว้ จนร่างกายผอมเหลือง ภรรยาเห็นจึงเข้าไปถาม พอทราบก็รับจะทำขนมเบื้องให้ แต่เพราะความตระหนี่ จึงขอให้ภรรยาทำให้ตนกินแต่เพียงผู้เดียว เมื่อภรรยาจะลงมือทำก็เกรงว่าจะมีคนเห็น จึงให้ภรรยานำอุปกรณ์ข้าวของขึ้นไปทำอยู่บนปราสาทชั้น 7 กัน 2 คน

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงทราบด้วยอานูภาพของพระองค์ จึงตรัสเรียกพระมหาโมคคัลลานเถระมาแต่เช้าตรู่ และรับสั่งให้พระเถระไปทรมานเศรษฐีให้สิ้นพยศ เพื่อให้สองสามีภรรยานำขนมเบื้องนั้นมาที่พระเชตวันแล้วถวายแก่พระองค์กับภิกษุ 500 รูป ด้วยกำลังของตน จากนั้นพระเถระก็ได้เหาะด้วยฤทธิ์ไปยังหน้าต่างปราสาท เศรษฐีเห็นเข้าก็ถึงกับเดือดดาล แม้พระเถระจะแสดงฤทธิ์ด้วยการยืน การนั่งสมาธิในอากาศ เป็นต้น เศรษฐีก็ไม่ยอมให้ขนมเบื้องนั้น ต่อมาพระเถระได้บังหวนคว้น เศรษฐีกลัวไฟจะไหม้ปราสาท จึงคิดว่าจะให้ขนมลักขึ้นหนึ่ง โดยสั่งให้ภรรยาหยอดขนมเบื้องแต่น้อย ปรากฏว่าขนมเบื้องได้ขยายใหญ่ขึ้น แม้จะหยอดเองก็ครั้ง ๆ ก็ยิ่งขยายใหญ่ขึ้นไปอีก เศรษฐีก็เบื่อหน่ายจึงสั่งภรรยาให้ถวายขนมแก่พระเถระหนึ่งชิ้น ปรากฏว่าขนมได้ติดไปทั้งหมดแม้จะพยายามดึงแยกออกจากกันก็ไม่สามารถแยกได้ ดึงกันมาดึงกันไปจนเศรษฐีเหนื่อยหมดแรง ไม่อยากกิน จึงบอกภรรยาให้ถวายขนมเบื้องแก่พระเถระไปทั้งหมด

พระเถระเห็นดังนั้น จึงแสดงธรรมจนเศรษฐีเลื่อมใส และได้พาเศรษฐีกับภรรยาไปถวายขนมเบื้องแด่พระบรมศาสดาและพระภิกษุ 500 รูป เมื่อเสวยเสร็จพระพุทธองค์ทรงแสดงธรรม จนเศรษฐีและภรรยาได้บรรลุเป็นพระโสดาบันทั้งสองคน ตั้งแต่นั้นมา เศรษฐีและภรรยาจึงใช้ทรัพย์ 80 โกฏิ มาทำบุญในพระศาสนาจนตลอดชีวิต

ทรัพย์ก็คืออำนาจอย่างหนึ่ง ในกรณีของเศรษฐีท่านนี้ นับว่ามีบุญดีที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงมีพระเมตตา จึงทำให้เศรษฐีได้ใช้ทรัพย์นั้นมาสั่งสมบุญบารมีให้กับตนเอง นอกจากนั้นยังได้ใช้ทรัพย์มาทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา และเป็นกำลังแก่พระภิกษุในการประกาศธรรม

4) ความถือดีของสมณะ

สมณะชื่อว่ามัทฏิก คือถือดีในความเชื่อของตน ซึ่งเกี่ยวข้องกับความรู้สึกนึกคิดทางจิตใจ และมีอิทธิพลไปทำให้บุคคลอื่นเชื่อตามไปได้ด้วย เมื่อนักบวชมีความเชื่อหรือความเห็นเป็นอย่างไร ก็มักมีวัตรปฏิบัติไปในทางเคร่งครัดต่อความเห็นนั้น เช่น บางพวกเห็นว่าการทรมานตนเองดี ก็จะทรมานตนเองด้วยวิธีต่างๆ อย่างเข้มงวดจริงจัง หรือบางพวกเห็นว่าการบูชาไฟ สามารถทำให้หมดกิเลสได้ ก็จะบูชาไฟกันอย่างจริงจัง เป็นต้น ดังนั้นไม่ว่านักบวชจะเป็นสัมมาทฏิก หรือมิถฏิกก็ตาม ก็อาจน้อมนำใจของคนผู้ที่มีจิตอหังการ หรือมีความเห็นไปในทางเดียวกันให้คล้อยตามกันไปได้ง่ายนักบวชจึงเป็นเหมือนผู้นำทางจิตวิญญาณของผู้คน

เป็นอันมาก ซึ่งจะมีผลต่อการเผยแผ่พระศาสนาได้เหมือนกัน สำหรับในเรื่องนี้ มีตัวอย่างที่เห็นได้ชัดจากเรื่องราวของ “ชฎิล 3 พี่น้อง”¹ ดังนี้

เมื่อครั้งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จจาริกไปจนถึงตำบลอุรุเวลา ที่มียักษ์บวชชฎิล 3 คนพี่น้องอาศัยอยู่ คนพี่ชื่ออุรุเวลากัสสปะ เป็นหัวหน้าชฎิล 500 คน คนรองชื่ออนทีกัสสปะ เป็นหัวหน้าชฎิล 300 คน และน้องคนสุดท้ายชื่อคยาภิกลปะ เป็นหัวหน้าชฎิล 200 คน ชฎิล 3 พี่น้อง แยกกันอยู่เป็น 3 กลุ่ม ริมฝั่งแม่น้ำคยา

ครั้งนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเห็นอุปนิสัยที่ชฎิลจะบรรลุธรรมได้ จึงเสด็จเข้าไปเพื่อโปรดชฎิลพี่ชาย คือ อุรุเวลากัสสปะก่อน แต่เพราะความมีทิฐิमानะ จึงทำให้แม้ชฎิลจะเกิดความเลื่อมใส แต่ก็ไม่ยอมเปิดใจรับ กลับคิดเพียงแค่ว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ได้เป็นพระอรหันต์เหมือนกับที่ตนเองเป็น เพราะความเข้าใจผิดอย่างนั้น แม้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงแสดงปาฏิหาริย์มากมายจนชฎิลเกิดความประหลาดใจ และยอมรับด้วยใจว่าพระพุทธรูปเจ้ามีฤทธิ์มีอานุภาพมากจริงๆ แต่ก็ยังไม่สามารถทำให้ชฎิลเลิกจากความเห็นผิดของตนได้ จนกระทั่งครั้งสุดท้าย เกิดเหตุการณ์ที่ฝนตกหนักจนน้ำท่วมไปทั่วบริเวณ พระพุทธรูปองค์ทรงบันดาลให้น้ำแหวกออกไปโดยรอบ ทรงเดินจงกรมอยู่ตรงนั้น ชฎิลเห็นว่าน้ำท่วมใหญ่ เกิดความหวังในพระพุทธรูป จึงพายเรือมารับเพื่อให้ปลอดภัย แม้ขนาดเห็นว่าน้ำแหวกออกไป และพระองค์จงกรมอยู่ในที่นั้น ก็ยังคิดแต่ว่าถึงอย่างไรพระองค์ก็ไม่ได้เป็นพระอรหันต์เหมือนตนอยู่ดี

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรารภเหตุที่ชฎิลนี้มีความเห็นผิดมานาน จึงทรงตรัสให้สลดใจว่า “ดูก่อน กัสสปะ ท่านไม่ใช่พระอรหันต์แน่ ทั้งยังไม่พบทางแห่งความเป็นพระอรหันต์ แม้ปฏิบัติของท่านที่จะเป็นเหตุให้เป็นพระอรหันต์ หรือพบทางแห่งความเป็นพระอรหันต์ ก็ไม่มี”

อุรุเวลากัสสปะได้ยินเช่นนั้นก็สลดใจชบสรีระลงที่พระบาทของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทูลขอบรรพชาอุปสมบทต่อพระองค์

เมื่อชฎิลอุรุเวลากัสสปะได้บวชพร้อมลูกศิษย์อีก 500 แล้ว ก็ลอยผม ชฎา เครื่องบริวาร และเครื่องบูชาไฟลงแม่น้ำไป เครื่องบริวารลอยไปถึงที่อยู่ของน้องๆ ทั้ง 2 คน ทั้งหมดเกรงว่าพี่ชายได้รับอันตราย จึงขึ้นมาหาชฎิลพี่ชายนั้น ครั้นทราบเรื่องแล้วในที่สุดก็ออกบวชตามกันทุกคน เมื่อบวชแล้ว พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงธรรม จนชฎิลทั้งหมดนั้นบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์กันทุกรูป

จากเรื่องราวข้างต้น กว่ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะสามารถทำให้ชฎิลอุรุเวลากัสสปะลดทิฐิลงได้ ทรงใช้เวลามากมายทีเดียว แต่เพราะทรงมีพระเมตตา ชฎิลจึงสามารถข้ามความเห็นผิดของตนเองมาได้ จนในที่สุดทั้งหมดก็กลายมาเป็นกำลังสำคัญในการเผยแผ่พระศาสนาแก่กันทุกรูป

¹เรื่องชฎิล 3 พี่น้อง, พระวินัยปิฎก มหาวรรค, มก. เล่ม 6 หน้า 87

8.6 วิธีการวางตัวกับบุคคลทั้ง 4 กลุ่ม

8.6.1 วางตัวอย่างไรให้เหมาะสม

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงการวางตัวกับกลุ่มคนทั้ง 4 กลุ่ม ไว้ 5 ลักษณะ คือ การเข้าไปหา การยืน การกระทำ การนั่ง และการนั่ง ในอาการทั้ง 5 นั้น มีรายละเอียดแตกต่างกันไปบ้างสำหรับแต่ละกลุ่มคน และสถานการณ์ ทั้งนี้เพราะความแตกต่างทางความคิด ความเห็น วัฒนธรรมประเพณี รวมทั้งจิตอัธยาศัยในแต่ละกลุ่มอาจแตกต่างกันไป และแม้กระทั่งในกลุ่มเดียวกันก็อาจจะยังมีความแตกต่างกันอีก แต่โดยรวมแล้ว พระภิกษุจะต้องมีกิริยาอาการอันน่าเลื่อมใสตามกรอบของพระธรรมวินัย เมื่อเข้าไปสู่ชุมชนใดแล้วต้องไม่เก้อเขิน สง่างาม สมกับเป็นสมณะผู้บริบูรณ์ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา และต้องไม่เป็นที่น่ารังเกียจของทุกชุมชน เช่นเดียวกับพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ทรงตรัสว่าพระองค์เข้าไปสู่บริษัทใด ย่อมกลมกลืนกับบริษัทนั้นได้ทันที หมายความว่าพระองค์ทรงทราบถึงความพอดี และทรงปฏิบัติพระองค์เมื่ออยู่ท่ามกลางสมาคมนั้นๆ ได้อย่างดีไม่มีที่ติสักนิดเดียว ซึ่งพระองค์ทรงตรัสเรื่องเหล่านี้ไว้ใน ปริสสูตร¹ ว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราเข้าไปหาบริษัทกษัตริย์หลายร้อยบริษัท ย่อมรู้ดีว่า แม้ในบริษัทนั้นเราเคยนั่งประชุมด้วย เคยสนทนาปราศรัยด้วย เคยสนทนาธรรมด้วย ในบริษัทกษัตริย์นั้น กษัตริย์เหล่านั้นมีวรรณะเช่นใด เราก็มีวรรณะเช่นนั้น กษัตริย์เหล่านั้นมีเสียงเช่นใด เราก็มีเสียงเช่นนั้น เราชี้แจงให้เห็นแจ้งให้สมาทาน ให้อาจหาญว่าเริงด้วยธรรมิกถา และเมื่อเรากำลังพูดอยู่ บริษัทกษัตริย์เหล่านั้นย่อมไม่รู้ ใครหนอ! เป็นเทวดาหรือมนุษย์พูดอยู่ ครั้นเราชี้แจงให้เห็นแจ้งให้สมาทานให้อาจหาญว่าเริงด้วยธรรมิกถาแล้วหายไป เมื่อเราหายไปแล้วกษัตริย์เหล่านั้นก็รู้ว่าใครหนอ! เป็นเทวดาหรือมนุษย์หายไปแล้ว แม้บริษัทพราหมณ์ ฯลฯ บริษัทคฤหบดี ฯลฯ บริษัทสมณะ ฯลฯ บริษัทเทวดา ฯลฯ...”

ในอาการที่ควรกระทำ 5 ประการ มีตัวอย่างดังนี้

1. “เข้าไปหา” กรณีนี้สามารถดูตัวอย่างจากการบิณฑบาตของพระภิกษุก็จะเห็นรายละเอียดได้อย่างชัดเจน ทั้งนี้เนื่องจากว่า เป็นกิจวัตรประจำวันที่พระภิกษุจะต้องเข้าไปหาสาธุชนในทุกระดับ ทั้งกษัตริย์พราหมณ์ คฤหบดี ก็พึงต้องเข้าไปหาด้วยอาการอย่างนี้คล้ายๆ กัน และหากจะต่างกันบ้างก็คงอยู่ที่วัตถุประสงค์ของการเข้าไป ในส่วนของพระวินัย พระองค์ทรงสอนให้พระภิกษุเข้าไปบิณฑบาต² ดังนี้

¹ปริสสูตร, อังคุตตรนิกาย อัฐกนิบาต, มก. เล่ม 37 ข้อ 166 หน้า 611

²วัดคันธกะ ปิณฑจาริกวัตร, พระวินัยปิฎก จุลวรรค, มก. เล่ม 9 ข้อ 427 หน้า 349

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้เที่ยววิณทนาตเป็นวัตร คิดว่าจักเข้าบ้านในบัดนี้ เมื่อปกปิดมณฑลสาม¹ พึงนุ่งให้เป็นปริมณฑล คาดประคตเอว ห่มผ้าซ้อน 2 ชั้น กัดลูกดุม ล้างบาตรแล้ว ถือเข้าบ้านโดยเรียบร้อย ไม่ต้องรีบร้อน

พึงปกปิดกายด้วยดีไปในละแวกบ้าน พึงสำรวจด้วยดีไปในละแวกบ้าน พึงมีตาทอดลงไปในละแวกบ้าน อย่าเฝ้าผ้าไปในละแวกบ้าน อย่าหัวเราะลั่นไปในละแวกบ้าน พึงมีเสียงน้อยไปในละแวกบ้าน อย่าโยกกายไปในละแวกบ้าน อย่าไกวแขนไปในละแวกบ้าน อย่าโคลงศีรษะไปในละแวกบ้าน อย่าค้ำกายไปในละแวกบ้าน อย่าคลุมศีรษะไปในละแวกบ้าน อย่าเดินกระเหย่งไปในละแวกบ้าน

เมื่อเข้านิเวศน์พึงกำหนดว่า จักเข้าทางนี้ จักออกทางนี้ อย่ารีบร้อนเข้าไป อย่ารีบร้อนออก เร็วนัก อย่างินไกลนัก อย่างินใกล้นัก อย่างินนานนัก อย่างกลับเร็วนัก พึงยืนกำหนดว่า เขาประสงค์จะถวายภิกษาหรือไม่ประสงค์จะถวาย ถ้าเขาพักการงาน ลูกจากที่นั่งจับทัพพี หรือจับภาชนะ หรือตั้งไว้ พึงยืนด้วยคิดว่าเขาประสงค์จะถวาย เมื่อเขาถวายภิกษา พึงแหวกผ้าซ้อนด้วยมือซ้าย พึงน้อมบาตรเข้าไปด้วยมือขวา แล้วพึงใช้มือทั้งสองประคองบาตรรับภิกษา และไม่พึงมองดูหน้าผู้ถวายภิกษา พึงกำหนดว่า เขาประสงค์จะถวายแกงหรือไม่ประสงค์จะถวาย ถ้าเขาจับทัพพี จับภาชนะ หรือตั้งไว้ พึงยืนอยู่ด้วยคิดว่าเขาประสงค์จะถวาย เมื่อเขาถวายภิกษาแล้ว พึงคลุมบาตรด้วยผ้าซ้อน แล้วกลับโดยเรียบร้อย ไม่ต้องรีบร้อน ฯลฯ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้แลเป็นวัตรของภิกษุผู้เที่ยววิณทนาตเป็นวัตรซึ่งภิกษุผู้เที่ยววิณทนาตเป็นวัตร พึงประพฤติเรียบร้อย”

จะเห็นว่าเพียงการเข้าไปบิณฑบาต พระองค์ยังทรงกำหนดอาการไว้อย่างละเอียดลออ ไม่มีข้อที่จะถูกผู้อื่นตำหนิได้ตรงไหน พระภิกษุที่ฝึกตัวและปฏิบัติตามได้ ย่อมเป็นผู้ยังความเลื่อมใสมาสู่มหาชน

ส่วนในกรณีอื่นๆ อีกนั้น เช่นหากพระภิกษุจะต้องเข้าไปสู่บ้านของสาธุชน พระองค์ทรงให้หลักในการตัดสินใจว่า หากบ้านใดมีลักษณะทั้ง 9 ประการต่อไปนี้ พระภิกษุไม่ควรเข้าไป คือ

1. เขาไม่ต้อนรับด้วยความพอใจ
2. ไม่กราบไหว้ด้วยความพอใจ
3. ไม่ให้ที่นั่งด้วยความพอใจ
4. ซ่อนของที่มีอยู่ของเขาไว้
5. เมื่อของมีอยู่มาก ก็ให้แต่น้อย

¹หมายถึง การนุ่งห่มผ้าให้เรียบร้อยตามพระวินัย

6. เมื่อมีของประณีต ก็ให้ของเศร้าหมอง
7. ให้โดยไม่เคารพ ไม่ให้ด้วยความเคารพ
8. ไม่นั่งใกล้เพื่อฟังธรรม
9. เมื่อกล่าวธรรมอยู่เขาก็ไม่ยินดี

แต่หากมีลักษณะตรงกันข้าม ก็ทรงแนะนำให้เข้าไป เมื่อเข้าไปแล้ว ยังให้รักษากิริยาอาการที่ดี อีก 5 ประการ¹ คือ

1. อย่าถือวิสาสะกับสาธุชนที่เราไม่คุ้นเคย
2. อย่าบงการ หรือเจ้ากี้เจ้าการให้เขาทำนั่นทำนี่ให้
3. อย่าคบหากับคนที่ไม่ถูกกับเขา หรือไม่หวังดีกับเขา
4. อย่าพูดกระซิบกระซาบกัน
5. อย่าขอมากเกินไป

2. “**ยืน**” ประการถัดมา พระองค์ตรัสว่า “**พิงยืนอย่างนี้**” ซึ่งอาการยืนที่ถูกต่อนั้น ควรเว้นจาก ลักษณะ 6 อย่าง² ดังนี้ คือ

1. ไม่ยืนไกลเกินไป เพราะหากต้องพูดก็ทำให้ต้องพูดเสียงดัง
2. ไม่ยืนใกล้เกินไป เพราะจะทำให้อัดอัด เบียดเสียดกันเกินไป
3. ไม่ยืนเหนือลม เพราะอาจเดือดร้อนด้วยกลิ่นตัว
4. ไม่ยืนสูงกว่า เพราะแสดงถึงความไม่เคารพ
5. ไม่ยืนตรงหน้าเกินไป เพราะเวลามอง จะต้องจ้องตาต่อตาดูกันเกินไป
6. ไม่ยืนข้างหลังเกินไป เพราะทำให้ต้องชะเง้อคอดู

แท้ที่จริง การยืนในตำแหน่งที่เหมาะสม ก็คือยืนเยื้องๆ ด้านซ้ายหรือขวา ในระยะที่พอเหมาะนั่นเอง

¹กุลปกุสูตร, อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต, มก. เล่ม 36 ข้อ 111 หน้า 250

²อรรถกถา โอฆตรณสูตร, สังยุตตนิกาย สคาถวรรค, มก. เล่ม 24 หน้า 32

3. “ทำ” ประการถัดมา พระองค์ตรัสว่า “พึงทำอย่างนี้” ซึ่งการกระทำนั้น จะขึ้นอยู่กับสถานการณ์ ซึ่งอาจแตกต่างกันไป แต่ถึงอย่างไร การจะทำอะไรหรือไม่ทำอะไรก็เป็นสิ่งสำคัญ ดังตัวอย่างเรื่องของสามเณรนิโครธที่ทำให้พระเจ้าอโศกทรงเกิดความเลื่อมใส จนเป็นเหตุให้พระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองในสมัยนั้นอย่างมากมายทีเดียว

เรื่องของสามเณรนิโครธ¹ เกิดขึ้นเพราะ วันหนึ่งพระเจ้าอโศกทรงทอดพระเนตรเห็นสามเณรเดินไปด้วยอาการดงามน่าเลื่อมใส จึงทรงโปรดให้นิมนต์สามเณรมาในพระราชวัง

เมื่อสามเณรเข้ามาด้วยอาการสงบแล้ว พระราชาตรัสบอกสามเณรว่า ให้หาที่นั่งอันควรแล้วนิมนต์นั่งเถิด

สามเณรนั้นเหลียวดูข้างโน้นข้างนี้แล้วคิดว่า บัดนี้ ไม่มีภิกษุเหล่านี้นั่ง จึงเดินเข้าไปใกล้

บัลลังก์ ซึ่งยกเศวตฉัตรกันไว้ แล้วแสดงอาการแด่พระราชา เพื่อต้องการให้ทรงรับบาตร

พระราชาทรงทอดพระเนตรเห็นสามเณรนั้นกำลังเดินเข้าไปใกล้บัลลังก์นั้น จึงทรงดำริว่า วันนี้เองสามเณรรูปนี้จักเป็นเจ้าของราชมณเฑียรนี้ในบัดนี้

สามเณรถวายบาตรที่พระหัตถ์พระราชา แล้วขึ้นนั่งบนบัลลังก์ พระราชาทรงน้อมถวายอาหารทุกชนิดคือข้าวต้ม ของควรเคี้ยว และข้าวสวย ที่เขาเตรียมไว้เพื่อประโยชน์แก่พระองค์ แก่สามเณร

จากเรื่องตัวอย่างของสามเณรนิโครธ จะเห็นว่าเมื่อได้รับการเชื้อเชิญให้นั่ง สามเณรยังต้องดูว่า ณ ที่นั้นมีพระภิกษุที่เราต้องให้ความเคารพอยู่ด้วยไหม เมื่อไม่มี จึงคิดว่าเราเป็นผู้มีศีลสูงสุด ควรแก่อาสนะที่ดีที่สุด คือบนบัลลังก์ใต้เศวตฉัตร การกระทำของสามเณรนี้ เป็นที่ถูกพระราชหฤทัย แต่มิได้หมายความว่า จะสามารถทำอย่างสามเณรนิโครธได้ทุกครั้ง เพราะนี่ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ และวิจรรณญาณของผู้ที่ฝึกฝนอบรมตนเองมาอย่างดี เรื่องนี้จึงเป็นตัวอย่างที่ดี ที่ชี้ว่า การกระทำที่เหมาะสม มีผลต่อความเจริญของพระพุทธศาสนา

4. “นั่ง” ประการถัดมา พระองค์ตรัสว่า “พึงนั่งอย่างนี้” ซึ่งอาการนั่งที่ถูกต่อนั้น ควรเว้นจากลักษณะ 6 อย่าง² ดังนี้ คือ

1. นั่งไกลเกินไป

¹ปฐมสมันตปาสาทิกา อรรถกถาพระวินัยปิฎก, มก. เล่ม 1 หน้า 84

²มหานิทานสูตร, อรรถกถา ทีฆนิกาย มหาวรรค, มก. เล่ม 13 หน้า 189

2. ไกลเกินไป
3. เหนือลม
4. สูงไป
5. ตรงหน้าเกินไป
6. หลังเกินไป

สำหรับเหตุผลที่ไม่ให้นั่งอย่างนั้น ก็เช่นเดียวกันกับการยืน ส่วนการนั่งที่ดี จึงควรนั่งข้างหน้าเยื้องซ้ายหรือขวาเล็กน้อย และมีระยะที่เหมาะสม

5. “นั่ง” ประการสุดท้าย พระองค์ตรัสว่า “พึงนั่งอย่างนี้” การนั่งมีทั้งนั่งเพราะรู้ และนั่งเพราะไม่รู้ การนั่งเพราะรู้ อาจเป็นเพราะบางครั้งไม่อยู่ในสถานการณ์หรือกาลเทศะที่ควรพูด ก็ควรนั่งไว้โดยเฉพาะ หากทราบว่าพูดไปก็ไม่เกิดประโยชน์อะไรขึ้นมา ซึ่งการนั่งในลักษณะนี้จะเป็นการนั่งที่สง่าและงดงาม แตกต่างจากการนั่งเพราะไม่รู้ เช่นถูกถามคำถาม แต่ไม่ทราบว่าคำตอบคืออะไร ก็เลยต้องนั่งด้วยอาการของคนไม่รู้

การนั่งที่สง่างามจะเป็นอาการที่น่าเลื่อมใสเหมือนกับพระภิกษุทั้งหลายที่พระพุทธองค์ตรัสแนะนำไว้ว่า หากมาประชุมพร้อมกัน ก็ควรทำกิจเพียง 2 ประการ¹ คือ

1. กล่าวธรรมมีกถา หรือ 2. เป็นผู้นั่งอย่างพระอริยะ

ซึ่งหมายความว่า หากต้องพูด ให้พูดแต่เรื่องธรรมะ ถ้าไม่อย่างนั้น ก็ให้นั่งเหมือนกับอาการของพระอริยเจ้าไปเสียเลย

กิริยาอาการตั้งแต่การเข้าไปหาจนถึงการอยู่นิ่ง ล้วนเป็นสิ่งสำคัญที่พระภิกษุจะต้องศึกษาให้เข้าใจ เพราะมีความจำเป็นที่พระภิกษุจะต้องนำไปใช้ เพื่อเผยแผ่พระศาสนาให้กว้างไกลเป็นที่พึ่งแก่มหาชน

8.7 บทสรุปของการเป็นปรัสนัญญ

จากรายละเอียดที่ได้ศึกษามา พอจะสรุปในเบื้องต้นได้ว่า พระภิกษุผู้จะเป็นปรัสนัญญได้ จะต้อง

1. รู้และเข้าใจธรรมเนียมปฏิบัติของกลุ่มบุคคลสำคัญในสังคม 4 กลุ่ม คือ กษัตริย์ (นักปกครอง) พราหมณ์ (นักวิชาการ) คฤหบดี (นักธุรกิจ และผู้ประกอบการอาชีพอื่นที่เลี้ยงดูตนเองได้) และนักบวช
2. สามารถวางตัวได้ถูกต้องเหมาะสม ทั้งการเข้าหา การยืน การกระทำ การนั่ง การนิ่ง

¹ราชสูตร, อรรถกถา ขุททกนิกาย อุทาน, มก. เล่ม 44 หน้า 173

เมื่อพระภิกษุฝึกได้อย่างนี้แล้ว พระองค์จึงจะทรงรับรองว่า

“ภิกษุเป็นธัมมัญญ อตถัญญ อตตัญญ มัตตัญญ กาลัญญ ปริสสัญญ ด้วยประการฉะนี้”

8.8 การวางตัวแบบฆราวาส

สำหรับฆราวาส ก็สามารถนำเรื่องราวในสมัยพุทธกาล และพระวินัยของพระภิกษุมาประยุกต์ใช้ในการวางตัวเข้าหาชุมชนหรือกลุ่มคนได้ แม้ฆราวาสจะมีความแตกต่างกับพระภิกษุมาก ไม่ว่าจะเป็นเรื่องศีล หรือวินัย รวมทั้งเรื่องการแต่งกายที่ต่างกัน เช่น พระภิกษุมีย่าเพียง 3 ผืนเท่านั้น ไปไหนจึงต้องใช้ผ้าชุดเดียว แต่ฆราวาสมีเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มมากมาย ซึ่งก็ต้องสวมใส่ให้เหมาะสมกับโอกาส ตามวัย และตามยุคสมัย เป็นต้น

แต่อย่างไรก็ตาม การวางตัวที่เหมาะสมย่อมแสดงถึงการเป็นผู้มีมารยาทอันงามโดยเฉพาะในสังคมไทย ซึ่งฆราวาสควรจะศึกษาเอาไว้ เพื่อให้ตนเองไม่ว่าจะอยู่ในสังคมไหน ก็ปฏิบัติตนเองได้อย่างงดงาม น่าชื่นชม ยกตัวอย่างคำแนะนำเรื่องกิริยามารยาทจากหนังสือ “สมบัติของผู้ดี” ที่เจ้าพระยาพระเสด็จสุเรนทราธิบดี (ม.ร.ว.เปีย มาลากุล) ประพันธ์ไว้ มีสิ่งที่น่าสนใจพอสังเขป ดังนี้

“ผู้ดี ย่อมรักษาความเรียบร้อย ทั้งกาย วาจา ใจ เช่น แต่งตัวสะอาด เรียบร้อยเสมอ ไม่แสดงกิริยาตึงตัง ไม่พูดจาเสียงดังในบ้านแขก ไม่แย่งชิงพูด ไม่จามเสียงดังโดยไม่ป้องกัน...

ผู้ดี ย่อมมีสัมมาคารวะ ทั้งกาย วาจา ใจ เช่น นั่งด้วยกิริยาอันสุภาพหน้าผู้ใหญ่ เปิดหมวกเมื่อเข้าชายคาบ้านผู้อื่น ผู้น้อยยอมเคารพผู้ใหญ่ก่อน ผู้ชายยอมเคารพผู้หญิงก่อน ผู้ลาย่อมเป็นผู้เคารพก่อน ไม่พูดจาล่าร้ายถึงญาติมิตรที่รักใคร่นับถือของผู้ฟังแก่ผู้ฟัง เมื่อตนทำพลาดพลั้งสิ่งใด แก่บุคคลใด ควรออกวาจาขอโทษเสมอ นับถือนอบน้อมต่อผู้ใหญ่และมีความอ่อนหวานแก่ผู้น้อย เป็นต้น”

จากข้อความข้างต้นเป็นกิริยาอาการที่งดงามเหมาะสมแก่ฆราวาสในการนำมาปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวัน ยกตัวอย่างเช่นหากเราจะไปบ้านใครเพื่อทำหน้าที่กัลยาณมิตรก็ควรนัดหมายให้เรียบร้อยก่อนออกจากบ้านก็สำรวจการแต่งกาย อุปกรณ์ในการทำหน้าที่ ไปถึงก่อนเวลานัดเล็กน้อยสัก 5 นาทีไม่ควรไปรอนานเกินไปเพราะเจ้าของบ้านอาจยังไม่พร้อม หรือไปช้าผิดเวลานัดหมาย จะนั่งก็ดูให้เหมาะสมตามที่เจ้าของบ้านจัดไว้ให้ ไม่นั่งนานเกินควร ไม่ละลากล้งล้งเข้าห้องเรือนก่อนเจ้าของบ้านเชิญ ไม่ชอกช้ำไต่ถามธุระส่วนตัวหรือเรื่องภายในบ้านของเขาที่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับตน เป็นต้น

นี่เป็นมารยาทในสังคมไทยที่ฆราวาสควรประพฤติปฏิบัติ และนำไปปรับใช้ให้เหมาะสมกับคนทั้ง 4 กลุ่ม ปัจจุบันแม้จะมีการนำเอาวัฒนธรรมของชาวต่างชาติเข้ามาใช้ เช่นของชาวตะวันตกเข้ามาบ้าง แต่มารยาทโดยหลักก็ยังคงอยู่ ส่วนการเข้าหาแต่ละบริษัทหรือแต่ละกลุ่มในต่างชาตินั้น ก็คงต้องศึกษาขนบธรรมเนียมประเพณีเพิ่มเติม

กิจกรรม

หลังจากนักศึกษาได้ศึกษา บทที่ 8 ขั้นตอนที่ 6 ปฏิญาณ จบโดยสมบูรณ์แล้ว
โปรดทำแบบประเมินตนเองหลังเรียนบทที่ 8 และกิจกรรม ในแบบฝึกปฏิบัติบทที่ 8
แล้วจึงศึกษาในบทที่ 9 ต่อไป

บทที่ 9
ขั้นตอนที่ 7
บุคคลปโรปรัชญญ



เนื้อหาบทที่ 9

ขั้นตอนที่ 7 บุคคลโปรปรียญ



9.1 ธรรมชาติผู้ฟัง

9.2 รู้จักบุคคลโปรปรียญ

9.3 รู้จักเลือกธรรมชาติ

9.3.1 เลือกธรรมชาติตามจิตวิทยา

9.3.2 เลือกธรรมชาติตามภูมิหลังเดิม

9.3.3 เลือกธรรมชาติตามระดับสติปัญญา

9.4 วิธีการแสดงธรรม

9.4.1 การแสดงธรรมไม่ใช่ของง่าย

9.4.2 ต้องไม่ดูเบาในการแสดงธรรม

9.5 เทคนิคการแสดงธรรม

9.5.1 รู้จักมีเรื่องประกอบเป็นตัวอย่าง

9.5.2 รู้จักใช้การอุปมาอุปไมย หรือการเปรียบเทียบ

9.5.3 รู้จักใช้อุปกรณ์ในการสอน

9.6 รู้จักประเมินผล

9.6.1 ประเมินตัวเอง

9.6.2 อาศัยการประเมินผลจากผู้ฟัง

9.6.2 ประเมินผู้ฟัง

9.7 บทสรุปของการเป็นบุคคลโปรปรียญ

9.8 ขบวนการที่ต้องเป็นบุคคลโปรปรียญ

9.9 ธรรมนูญสูตร วิธีการฝึกฝนตนเอง

1. พระภิกษุผู้เป็นบุคคลปโรปรัญญ สามารถจะดูคนเป็น จึงแสดงธรรมได้เหมาะสมกับคนฟัง เป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรแก่ผู้อื่นให้มีความรู้ ความเข้าใจ จนมีกำลังใจอยากจะทำตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและช่วยให้การขยายงานเผยแผ่พระพุทธศาสนาไปได้กว้าง เป็นปึกแผ่นมั่นคง รวมทั้งมีสิ่งแวดล้อม มีสภาพสังคมที่ดีมากขึ้น
2. พระภิกษุอาศัยบุคคลปโรปรัญญ แยกแยะลักษณะของคนฟัง เพื่อพัฒนาความรู้และคุณธรรมของผู้ฟังให้ดียิ่งขึ้น และช่วยพัฒนาคนรอบข้าง และสิ่งแวดล้อมให้ดีขึ้นไปด้วย
3. ฆราวาสสามารถนำการฝึกฝนเรื่องบุคคลปโรปรัญญไปใช้ในวิถีชีวิตประจำวันได้ คือ ช่วยในการทำหน้าที่กัลยาณมิตร การแนะนำธรรมะให้แก่กันและกัน มีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น จนเกิดผลสำเร็จได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาทราบ และเข้าใจความหมาย ความสำคัญของอรรถัตถัญญ ได้อย่างถูกต้อง
2. เพื่อให้นักศึกษาทราบ และเข้าใจถึงวิธีการทำความเข้าใจนัยของธรรมะ ตลอดจนเห็นแนวทางที่พระภิกษุจะนำธรรมะมาฝึกฝนอบรมตนเองได้อย่างถูกต้อง
3. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจ และเห็นแนวทางที่ฆราวาส จะนำธรรมะที่ได้ศึกษามาประยุกต์ใช้ในวิถีชีวิตประจำวัน โดยผ่านทาน ศีล ภาวนาอันเป็นวิถีชาวพุทธได้อย่างถูกต้อง



บทที่ 9



ขั้นตอนที่ 7 บุคคลปโรปรัญญ

จากการศึกษาเรื่องปรีชาญาณ การรู้จักบริษัท หมายถึง การรู้ธรรมเนียม มารยาท และข้อพึงปฏิบัติในบริษัททั้ง 4 ซึ่งถือว่าเป็นบทฝึกที่สำคัญ เพราะเป็นจุดตั้งต้นของการทำหน้าที่กัลยาณมิตรให้แก่ผู้อื่น คือ ทำให้รู้จักธรรมเนียม และข้อพึงปฏิบัติต่างๆ เพื่อการปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมในแต่ละกลุ่มคนที่พระภิกษุเข้าไปพบ ไม่ว่าจะเป็น ยืน เดิน นั่ง พุทศุสนทนา หรืออิริยาบถใดก็ตาม ย่อมทำให้กลุ่มคนเหล่านั้นเกิดความพึงพอใจ เพราะถือว่าปฏิบัติได้ถูกต้องตามธรรมเนียม ทั้งเป็นการให้เกียรติต่อกัน จนเปิดใจรับฟังธรรมะ คำแนะนำต่างๆ จากพระภิกษุได้มากกว่าอันจะเกิดเป็นประโยชน์เกื้อกูลแก่กันและกันในการดำเนินชีวิต และต่อเป้าหมายอันสูงสุด คือ การทำพระนิพพานให้แจ้ง

การได้พุทศุสนทนา จึงเป็นโอกาสสำคัญในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรให้แก่ผู้อื่นได้เต็มที่ เพราะได้ถ่ายทอดธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอันจะเป็นทางมาของความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องความเป็นไปของโลกและการดำเนินชีวิต เกิดเป็นสัมมาทวิปฏิภาณเข้าไปอยู่ในใจของผู้ฟัง ให้ความคิด คำพูด และการกระทำที่ถูกต้องดีงามด้วยการละบาปอกุศล ล้างสมแต่นอกอกุศล การทำหน้าที่เป็นกัลยาณมิตรของพระภิกษุเช่นนี้ จึงมีความสำคัญ เพราะเป็นการนำอรรถธรรมไปสู่มหาชน ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราอย่าไม่เล็งเห็นธรรมอื่นแม้อย่างหนึ่งที่เป็นเหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรืออกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เสื่อมไป เหมือนความเป็นผู้มีมิตรดี ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อบุคคลมีมิตรดี กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ย่อมเกิดขึ้น และอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเสื่อมไป”¹

9.1 ธรรมชาติผู้ฟัง

อย่างไรก็ตาม การทำหน้าที่กัลยาณมิตรก็ไม่ได้ง่ายนัก เพราะต้องอาศัยองค์ประกอบหลายส่วนที่เกี่ยวข้องกัน เช่น ต้องเข้าใจธรรมชาติของผู้ฟังว่ามีลักษณะอย่างไร นอกจากนั้นยังต้องดูประเภทของคนฟังเป็นด้วย เป็นต้น สาเหตุที่ต้องเข้าใจธรรมชาติของคนฟังและดูประเภทคนฟังเป็นนั้น ก็เพื่อจะได้ให้

¹ กัลยาณมิตตดาทีวรรค, อังคุตตรนิกาย เอกนิบาต, มก. เล่ม 32 ข้อ 72 หน้า 142

ความรู้คำแนะนำตามธรรมชาติของผู้ฟังว่าสนใจในเรื่องใดได้อย่างเหมาะสมรวมถึงมีเกณฑ์ในการเลือกธรรมะสำหรับสนทนาตามธรรมชาติผู้ฟัง เป็นต้น

พระภิกษุผู้มีความเข้าใจธรรมชาติของผู้ฟังแต่ละประเภท ย่อมจะเข้าใจในอรรถาธิบายของผู้ฟังเป็นอย่างดี ทำให้มีโอกาสพูดคุย สนทนา จนเกิดความเข้าใจในธรรมะ อยากที่จะปฏิบัติตาม จึงเหมือนเป็นการเปิดหนทางไปสู่สวรรค์ และพระนิพพาน ดังเช่น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้ทรงมีความเข้าใจในธรรมชาติของผู้ฟัง 'ทรงใคร่ครวญถึงธรรม เพื่อที่จะแสดงธรรมเป็นครั้งแรกว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราได้เห็นเหล่าสัตว์ผู้มีกิเลสจตุลในดวงตาน้อยก็มี ผู้มีกิเลสจตุลในดวงตามากก็มี ผู้มีอินทรีย์กล้าก็มี ผู้มีอินทรีย์อ่อนก็มี ผู้มีอาการดีก็มี ผู้มีอาการชั่วก็มี ผู้พอจะฟังสอนให้รู้ได้ง่ายก็มี ผู้จะฟังสอนให้รู้ได้ยากก็มี บางพวกมีปกติเห็นโทษและภัยในโลก”¹

จากพุทธพจน์ที่กล่าวมา ย่อมชี้ให้เห็นถึงธรรมชาติของผู้ฟังที่มีความแตกต่างกัน สามารถจัดประเภทตามความพร้อมที่จะบรรลุธรรมของผู้ฟัง เปรียบเทียบกับการเจริญเติบโตของดอกบัว² ได้ 4 ประเภท คือ

1. **“อุคคตัตถุญ”** คือ บุคคลที่จะบรรลุธรรม เพียงท่านยกหัวข้อธรรมขึ้นแสดง เปรียบเหมือนดอกบัวที่จะบานในวันนี้
2. **“วิปจิตถุญ”** คือ บุคคลที่จะบรรลุธรรม เมื่อท่านจำแนกอธิบายเนื้อหาธรรมะที่กล่าวโดยย่อ ให้ขยายความออกไป เปรียบเหมือนดอกบัวที่จะบานในวันพรุ่งนี้
3. **“เนยยะ”** คือ บุคคลที่จะบรรลุธรรม เมื่อท่านได้แนะนำ หมั่นอธิบาย หมั่นตอบข้อสงสัย หมั่นใส่ใจธรรมโดยแยบคาย หมั่นคบหา เข้าไปนั่งใกล้กลัฏยาณมิตรเสมอๆ เปรียบเหมือนดอกบัวที่จะบานในวันต่อไป
4. **“ปทปรมะ”** คือ บุคคลที่แม้จะฟังมากก็ดี ทรงจำได้มากก็ดี หรือท่านจะกล่าวสอนมากก็ดี ให้ผู้อื่นสอนมากก็ดี ก็ยังไม่สามารถบรรลุธรรมในชาตินี้ได้ เปรียบเหมือนดอกบัวใต้น้ำ ที่จะเป็นอาหารของปลาและเต่า

ธรรมะที่พระพุทธองค์ทรงแสดงนั้น ย่อมจะบังเกิดประโยชน์เกื้อกูลในชาติปัจจุบันแก่คน 3 ประเภทแรก ส่วนประเภทปทปรมะนั้นจะกลายเป็นวาสนา เป็นบุญบารมีติดตัว อันจะเป็นประโยชน์ต่อไปในภพเบื้องหน้า

¹ปาสราสิสูตร, มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก, มก. เล่ม 18 ข้อ 323 หน้า 421

²อายาจนสูตร, อรรถกถา สังยุตตนิกาย มูลปณณาสก, มก. เล่ม 25 หน้า 124

พระภิกษุควรเข้าใจธรรมชาติของคนฟังว่า มีทั้งที่พร้อมรับฟังคำแนะนำ และพร้อมปฏิบัติตัวตามได้ กับที่ยังไม่พร้อมรับฟัง และไม่พร้อมจะปฏิบัติตัวตาม

ความสำคัญของธรรมชาติคนฟัง ไม่ได้อยู่ที่รู้ว่าใครเป็นบุคคลประเภทใด เช่น คนนี้เป็นประเภทอุคฆตัตถัญญ คนโน้นเป็นประเภทวิปจิตถัญญ หากแต่เป็นเรื่องการดูคนที่มีความแตกต่างกันไปตามธรรมชาติของแต่ละคนให้ออก ซึ่งพูดให้ง่าย ก็หมายถึงการ “ดูคนเป็น” นั่นเอง

9.2 รู้จักบุคคลปโรปรัญญ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสหลักการดูคนเป็นไว้แล้ว ในเรื่องบุคคลปโรปรัญญ มีรายละเอียด ดังนี้

“ก็ภิกษุเป็นบุคคลปโรปรัญญอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้เป็นผู้รู้จักบุคคลโดยส่วน 2 คือ บุคคล 2 จำพวก คือ

1) พวกหนึ่งต้องการเห็นพระอริยะ พวกหนึ่งไม่ต้องการเห็นพระอริยะ บุคคลที่ไม่ต้องการเห็นพระอริยะ พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ต้องการเห็นพระอริยะ พึงได้รับความสรรเสริญด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ต้องการเห็นพระอริยะก็มี 2 จำพวก คือ

2) พวกหนึ่งต้องการจะฟังสัทธรรม พวกหนึ่งไม่ต้องการฟังสัทธรรม บุคคลที่ไม่ต้องการฟังสัทธรรม พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ต้องการฟังสัทธรรม พึงได้รับความสรรเสริญด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ต้องการฟังสัทธรรมก็มี 2 จำพวก คือ

3) พวกหนึ่งตั้งใจฟังธรรม พวกหนึ่งไม่ตั้งใจฟังธรรม บุคคลที่ไม่ตั้งใจฟังธรรม พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ตั้งใจฟังธรรม พึงได้รับความสรรเสริญด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ตั้งใจฟังธรรมก็มี 2 จำพวก คือ

4) พวกหนึ่งฟังแล้วทรงจำธรรมไว้ พวกหนึ่งฟังแล้วไม่ทรงจำธรรมไว้ บุคคลที่ฟังแล้วไม่ทรงจำธรรมไว้ พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ฟังแล้วทรงจำธรรมไว้ พึงได้รับความสรรเสริญด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ฟังแล้วทรงจำธรรมไว้ก็มี 2 จำพวก คือ

5) พวกหนึ่งพิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงจำไว้ พวกหนึ่งไม่พิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงจำไว้ บุคคลที่ไม่พิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงจำไว้ พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่พิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงจำไว้ พึงได้รับความสรรเสริญด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่พิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงจำไว้ก็มี 2 จำพวก คือ

6) พวกหนึ่งรู้ธรรมรู้ธรรมแล้ว ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม พวกหนึ่งหาธรรมรู้ธรรม แล้วปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมไม่ บุคคลที่หาธรรมรู้ธรรมปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมไม่ พึงถูกติเตียน

7) พวกหนึ่งปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของตน ไม่ปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น พวกหนึ่งปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของตนและปฏิบัติเพื่อประโยชน์ผู้อื่น บุคคลที่ปฏิบัติเพื่อประโยชน์ตน ไม่ปฏิบัติเพื่อประโยชน์ผู้อื่น พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ปฏิบัติทั้งเพื่อประโยชน์ตนและเพื่อประโยชน์ผู้อื่น พึงได้รับความสรรเสริญด้วยเหตุนี้ๆ

แผนภาพการดูคนเป็นของ บุคคลปโรปรัชญ์ ทั้ง 7 ลักษณะ



จากเนื้อความนี้ พระลัมมาลัมพุทธเจ้าตรัสแยกประเภทคน แบ่งตามพฤติกรรมไว้ 7 ลักษณะ โดยค่อยๆ แบ่งลักษณะคนออกไปทีละ 2 ส่วนตามลำดับ คือ

1. ต้องการเห็นพระ หรือไม่ต้องการเห็นพระ
2. ต้องการฟังธรรม หรือไม่ต้องการฟังธรรม
3. ตั้งใจฟังธรรม หรือไม่ตั้งใจฟังธรรม
4. ตั้งใจทรงจำธรรม หรือไม่ทรงจำธรรม
5. พิจารณาธรรมที่ทรงจำไว้ หรือไม่พิจารณาธรรมที่ทรงจำไว้
6. ปฏิบัติสมควรแก่ธรรมที่พิจารณาแล้ว หรือไม่ปฏิบัติสมควรแก่ธรรม
7. ปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของตน ไม่ปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น หรือปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของตน และผู้อื่นด้วย

ลักษณะทั้ง 7 ประการนี้เอง เป็นเครื่องช่วยบอกพื้นฐานความรู้และสภาพใจของคนฟังแก่พระภิกษุผู้เข้าไปทำหน้าที่กัลยาณมิตร แนะนำธรรมะให้ กล่าวคือ

(1) บรรดาบุคคลทั้งหลายนั้นสามารถแบ่งออกได้ 2 ส่วน คือ บุคคลผู้อยากเห็นพระ หรืออยากพบพระ กับบุคคลผู้ไม่อยากเห็นพระ ในบุคคลผู้อยากพบพระนั้น อย่างน้อยเขาย่อมพอมีความรู้พื้นฐานในพระพุทธศาสนาบ้างว่า ชีวิตพระกับชีวิตฆราวาสนั้นแตกต่างกัน ไม่ว่าจะเป็นกิจวัตรประจำวัน การทำมาหาเลี้ยงชีพ ความสำเร็จในหน้าที่และการดำเนินชีวิต เป็นต้น ในใจจึงพอจะมีความศรัทธาอยากจะเข้ามาพบพระอยู่มากกว่าประเภทที่ไม่อยากเห็นพระ

(2) บรรดาผู้ที่อยากเห็นพระยังแบ่งออกได้ 2 ส่วนอีก คือ อยากฟังธรรมะและไม่อยากฟังธรรมะ บุคคลที่อยากฟังธรรมะ อย่างน้อยๆ เพราะมีความรู้มากขึ้นว่า ชีวิตพระในแต่ละวันนั้น ท่านศึกษาปฏิบัติตัวเอง ตั้งอยู่ในความบริสุทธิ์ ไม่ก่อความเดือดร้อนแก่ใครๆ และรู้ว่าธรรมะที่ท่านจะแนะนำและเทศน์สอนนั้น จะก่อประโยชน์แก่การดำเนินชีวิตของตัวเอง เพราะเหตุนี้ จึงอยากจะมาฟังธรรม อยากจะเรียนรู้ ส่วนบุคคลประเภทอยากเห็นพระ แต่ไม่ชอบฟังธรรมะ เช่น อยากพบพระเพราะคิดว่าจะทำให้ตนประสบโชคลาภ มาพบพระ เพราะเชื่อโชคลาง มาเพื่อผูกดวง สะเดาะเคราะห์ ต่อชะตา เป็นต้น กลุ่มคนเหล่านี้ใจไม่สว่างเพียงพอ มีความศรัทธาในพระลัมมาลัมพุทธเจ้าน้อยไป จึงไม่พร้อมที่จะรับฟังธรรมะ

(3) บรรดาผู้ที่อยากฟังธรรมะ ก็แบ่งได้อีก 2 ส่วน คือ ตั้งใจฟังและไม่ตั้งใจฟัง เพราะรู้ว่าจะธรรมะนั้นมีคุณค่ายิ่งกับตนเอง จึงตั้งใจฟัง ไม่ปล่อยให้ใจเลื่อนลอย สนใจในเนื้อหาและถ้อยคำที่พระภิกษุแนะนำ ส่วนบุคคลผู้ไม่ตั้งใจฟังธรรมะ แม้จะอยากฟัง แต่ก็จะได้เนื้อหาสาระแต่อย่างใด เพราะไม่ใส่ใจ หรือบางครั้งขณะฟังก็นิ่งหลับ นิ่งคุ้ยกัน เป็นต้น

(4) บรรดาผู้ตั้งใจฟังธรรมะ ยังแบ่งได้อีก 2 ส่วน คือ ตั้งใจจำและไม่ตั้งใจจำ ธรรมะที่ฟังจะเกิดประโยชน์อย่างยิ่งกับตัวเอง หากจำธรรมะนั้นได้ เช่น รู้ว่าอบายมุขเป็นต้นทางแห่งความเสื่อม เป็นเหตุแห่งการสูญเสียทรัพย์ แต่จำไม่ได้ว่า มีกี่อย่าง ประกอบด้วยอะไรบ้าง ธรรมะที่ตั้งใจฟังแต่ไม่ตั้งใจจำจึงไม่เกิดประโยชน์มากนัก จึงกล่าวได้ว่า บุคคลผู้ตั้งใจจำธรรมะจะมีพื้นฐานความรู้มากกว่าผู้ไม่ตั้งใจจำธรรมะ

(5) บรรดาผู้ตั้งใจจดจำธรรมะนั้น แบ่งออกได้อีก 2 ส่วน คือ นำมาพิจารณาและไม่นำมาพิจารณาใคร่ครวญ ธรรมะที่ทรงจำเมื่อได้นำมาใคร่ครวญ พิจารณาตรองหาเหตุผล ย่อมเกิดความเข้าใจ และเห็นคุณค่าของธรรมะนั้นๆ การใคร่ครวญธรรมะนี้จึงถือเป็นการพัฒนาความรู้และปัญญา ทำให้กลายเป็นผู้แตกฉาน และมีพื้นฐานความรู้มากขึ้นกว่าผู้ที่ทรงจำแต่ไม่นำมาพิจารณา

(6) บรรดาผู้พิจารณาธรรมะ แบ่งออกได้อีก 2 ส่วน คือ นำมาปฏิบัติและไม่นำมาปฏิบัติ ความรู้ทางธรรมะที่ได้นำมาใคร่ครวญแล้ว จะเกิดเป็นประโยชน์ได้ก็ต่อเมื่อนำมาใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวันของตัวเอง ส่วนผลจากการปฏิบัติจะเกิดขึ้นมากหรือน้อย ก็ขึ้นกับว่านำมาใช้ปฏิบัติมากหรือน้อยในชีวิตจริง แต่บุคคลผู้มีความรู้ธรรมะแล้วไม่นำมาปฏิบัติย่อมไม่เกิดประโยชน์แต่อย่างใด ทั้งยังมีโอกาสก่อกรรมชั่วได้อีกด้วย กล่าวคือ นำความรู้ธรรมะที่ตนมีมาจ้องจับผิดผู้อื่น หรือมีใจไม่บริสุทธิ์ ใช้ความรู้ของตนเพื่อกดขี่ทำลายผู้อื่น เป็นต้น

(7) บรรดาผู้รู้ธรรมะแล้วนำไปปฏิบัตินั้น ก็แบ่งเป็น 2 ส่วนอีก คือ ปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของตน และปฏิบัติเพื่อประโยชน์ทั้งของตนและของผู้อื่น บุคคลผู้ปฏิบัติเพื่อตน แต่ไม่หวังประโยชน์เพื่อบุคคลอื่น ก็คือผู้ที่เป็นกัลยาณมิตรให้แก่ตัวเองได้ จึงกลายเป็นคนดีเฉพาะตัว แต่ไม่ได้ช่วยให้คนอื่นเป็นคนดีตามตัวเองไปด้วย

ส่วนบุคคลผู้ปฏิบัติเพื่อประโยชน์ทั้งตนและผู้อื่น คือ บุคคลผู้ตั้งใจประพฤติปฏิบัติตัวตามธรรมะนั้น และยังชักชวนให้ผู้อื่นตั้งอยู่ในธรรมะ ตั้งอยู่ในความดีงาม ดังเช่น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าและเหล่าอรหันตสาวกผู้ฝึกฝนตัวเอง จนเป็นผู้มีความบริสุทธิ์สะอาด ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ ถือว่าเป็นผู้ปฏิบัติเพื่อประโยชน์ตนเองและผู้อื่น พื้นฐานใจของบุคคลประเภทนี้จึงประกอบด้วยความเมตตา ความปรารถนาดี มากกว่าบุคคลผู้ปฏิบัติเพื่อตนเองฝ่ายเดียว

หลักการดูคนเป็น ย่อมเป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่พระภิกษุในการแนะนำธรรมะ กล่าวคือ จะได้ทราบว่าควรแนะนำธรรมะเท่าที่บุคคลนั้นจะเข้าใจ และที่เขาสามารถจะรองรับความรู้ คำแนะนำนั้นได้อย่างเหมาะสม

นอกจากนี้ การดูคนเป็นยังจะช่วยให้เกิดความเข้าใจ ในกิริยาท่าทางคนฟังที่มีหลากหลายลักษณะอีกด้วย ดังเช่นเรื่องราวของอุบาสก 5 คน มีเรื่องย่อ ดังนี้

เรื่องอุบาสก 5 คน¹

ในสมัยพุทธกาล อุบาสกทั้ง 5 คน ประราธนาอยากจะทำสังฆกรรม จึงไปสู่เขตวันมหาวิหาร ถวายบังคมพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วนั่งฟังธรรม ณ ที่ควรแห่งหนึ่ง. บรรดาอุบาสกเหล่านั้น ขณะที่นั่งฟังธรรมจากพระศาสดาอยู่ อุบาสกคนหนึ่งนั่งหลับ คนหนึ่งนั่งเขียนแผ่นดินด้วยนิ้วมือ คนหนึ่งนั่งเขยาดันไม้ คนหนึ่งนั่งแหงนหน้ามองดูอากาศ ส่วนอีกคนหนึ่งฟังธรรมโดยเคารพ

พระอานนทเถระผู้ถวายงานพัดพระศาสดาอยู่ เห็นอาการของอุบาสกเหล่านั้น กราบทูลพระศาสดาว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ พระองค์ทรงบันลือลั่นดุจดมขมาเมฆคำรน ทรงแสดงธรรมแก่อุบาสกเหล่านี้ แต่อุบาสกเหล่านั้น เมื่อพระองค์ตรัสธรรมอยู่กลับนั่งทำอาการอย่างนี้”

พระศาสดาตรัสตอบว่า. “อานนท์ เธอไม่รู้จักอุบาสกเหล่านั้นหรือ?”

“ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์ไม่รู้จัก พระเจ้าข้า.”

“ก็บรรดาอุบาสกเหล่านั้น อุบาสกผู้นั่งหลับแล้วนั้นเกิดในกำเนิดแห่งจุตลต 500ชาติ พาดศีระวัจนขณตทั้งหลายแล้วหลับ แม้ในกาลนี้ความอึดในการหลับของเขาย่อมไม่มี เสียงของเราย่อมไม่เข้าไปสู่หูของเขา

ฝ่ายบุรุษผู้นั่งเขียนแผ่นดินด้วยนิ้วมือ เกิดในกำเนิดไส้เดือนตลต 500ชาติโดยลำดับ ขุดแผ่นดินแล้ว แม้กาลนี้ก็เขียนแผ่นดินอยู่ ด้วยอำนาจความประพตติที่ตนได้เคยประพตติแล้ว ย่อมไม่ฟังเสียงของเรา

ฝ่ายบุรุษผู้นั่งเขยาดันไม้ผู้นั้น เกิดแล้วในกำเนิดลิงตลต 500ชาติโดยลำดับ แม้กาลนี้ก็เขยาดันไม้อยู่ ด้วยสามารถแห่งความประพตติที่ตนได้เคยประพตติมาแล้วในกาลก่อน เสียงของเราย่อมไม่เข้าหูของเขา

แม้พราหมณ์ผู้นั่งแหงนหน้ามองอากาศผู้นั้น ก็เกิดเป็นพราหมณ์ผู้บอกฤกษ์ตลต 500ชาติโดยลำดับ ในกาลนี้ แม้ในวันนี้ก็ยังแหงนหน้าดูอากาศอยู่ ด้วยสามารถแห่งความประพตติที่ตนได้เคยประพตติมาแล้วในกาลก่อน เสียงของเราย่อมไม่เข้าหูของเขา

ส่วนพราหมณ์ผู้ฟังธรรมด้วยความเคารพนั้น เกิดเป็นพราหมณ์ผู้ท่งมนต์ตลต 500ชาติโดยลำดับ แม้กาลนี้ ก็ย่อมฟังธรรมโดยเคารพ เป็นดังเทียบเคียงมนต์อยู่”

ภายหลังพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแสดงพระธรรมเทศนาจบแล้ว อุบาสกผู้ฟังธรรมโดยเคารพนั้น ตั้งอยู่ในโสดาปัตติผล

¹เรียบเรียงจาก “เรื่องอุบาสก 5 คน”, อรรถกถาพุทธทศนิกาย คาถาธรรมบท, มก. เล่ม 43 หน้า 42

จากเรื่องอุปาสก 5 คนนี้ ย่อมชี้ให้เห็นลักษณะภายนอกของคนที่มาฟังธรรม ซึ่งแม้อาจดูคล้ายคลึงกัน แต่ความจริงไม่ได้คล้ายกันเลย ในเรื่องนี้ อุปาสกทุกคนล้วนมีความปรารถนาอยากที่จะฟังธรรม มีความศรัทธาเข้ามาเพื่อฟังธรรมด้วยตัวเองเหมือนกันทั้งหมด แต่บางคนตั้งใจฟังบางคนไม่ตั้งใจฟังนั่งหลับบ้าง ใช้มือคุ้ยเขี่ยดิน ไม่ใส่ใจในธรรมบ้าง จึงได้รับประโยชน์จากการฟังธรรมไปตามส่วนที่แตกต่างกันไป เช่นเดียวกัน พระภิกษุเมื่อเข้าไปแสดงธรรม แนะนำธรรมในกลุ่มคนหรือบุคคลใด ไม่ว่าจะป็นครูอาจารย์ นักธุรกิจ หรือคนทำงาน ก็ต้องพิจารณาการิยาอาการด้วยเหมือนกัน

ดังนั้น การดูคนเป็นอาคัยหลักจากบุคคลปโรปรัญญจึงเป็นประโยชน์ในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรแก่ผู้อื่นอย่างมาก เพราะช่วยจัดลำดับความสำคัญตามประเภทคนออกได้ กล่าวคือ บุคคลใดที่มีความพร้อมในการฟังธรรมะ รองรับธรรมะได้มาก พระภิกษุก็จะมุ่งความสำคัญไปยังบุคคลนั้นก่อน โดยหวังประโยชน์ที่บุคคลนั้นจะได้รับเป็นสำคัญ ส่วนบุคคลที่มีความพร้อมน้อยกว่า ก็จะแสดงธรรมให้ความสำคัญลดหลั่นลงมาไปตามความเหมาะสม แม้พระลัมมาลัมพุทเธเจ้ายังทรงกระทำเช่นนี้เหมือนกัน ดังได้ตรัสไว้ใน “เทศนาสูตร”¹ ว่า

“ดูก่อนนายคามณี ท่านจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน นาของคฤหบดี ชาวนาในโลกนี้มีอยู่ 3 ชนิด คือ ชนิดหนึ่งเป็นนาดี ชนิดหนึ่งเป็นนาปานกลาง ชนิดหนึ่งเป็นนาเลว มีดินแข็ง เค็ม พื้นดินเลว ท่านจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน คฤหบดีชาวนาดต้องการจะหว่านพืช จะพึงหว่านในนาไหนก่อนเล่า”

“คฤหบดีชาวนาดต้องการจะหว่านพืช พึงหว่านพืชในนาดีก่อน ครั้นหว่านในนาดีนั้นแล้ว พึงหว่านในนาปานกลาง ครั้นหว่านในนาปานกลางนั้นแล้ว ในนาเลว มีดินแข็ง เค็ม พื้นดินเลว พึงหว่านบ้างไม่หว่านบ้าง ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะที่สุดจักเป็นอาหารโค”

“ดูก่อนนายคามณี เปรียบเหมือนนาดีฉันใด เราย่อมแสดงธรรมอันงามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในที่สุด ประกาศพรหมจรรย์พร้อมทั้งอรรถทั้งพยัญชนะ บริสุทธิ์ บริบูรณ์สิ้นเชิง แก่ภิกษุและภิกษุณีของเราเหล่านั้นก่อนฉันนั้น ข้อนั้นเพราะเหตุไร

เพราะภิกษุและภิกษุณีเหล่านี้ มีเราเป็นที่ฟัง มีเราเป็นที่เรียน มีเราเป็นที่ด้านทาน มีเราเป็นสรณะอยู่

¹เทศนาสูตร, สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค, มก. เล่ม 29 ข้อ 603 หน้า 193

**ดูก่อนนายคามณี นาเลว มีดินแข็ง เค็มพื้นดินเลวฉันใด เราย่อมแสดง
ธรรมอันงามในเบื้องต้น งามในท่ามกลางงามในที่สุด ประกาศพรหมจรรย์
พร้อมทั้งอรรถ ทั้งพยัญชนะ บริสุทธิ์ บริบูรณ์สิ้นเชิง แก่อัญญเดียรฉิย สมณะ
พรหมณ์และปริพาชกของเราเหล่านั้นในที่สุดฉันนั้น”**

การแสดงธรรมอาศัยหลักการดูคนเป็นทั้ง 7 ลักษณะนั้น ย่อมช่วยให้พระภิกษุแสดงธรรมได้อย่าง
พอเหมาะพอดีแก่ผู้ฟัง เช่น หากรู้ว่า ผู้ฟังธรรมอยู่นี้เป็นประเภทอยากมาพบพระ ไม่อยากฟังธรรม การที่
พระภิกษุจะแสดงธรรมที่ลึกซึ้ง ละเอียดย่อน กล่าวถึงโลกนี้ โลกหน้า การให้ผลของวิบากกรรม เป็นต้น ย่อม
ไม่เหมาะสมกับผู้ฟัง แต่หากทำเพียงทักทาย ให้ข้อคิดสะกิดใจเพียงเล็กน้อย ย่อมเหมาะสมกว่า เพราะเขา
ไม่ได้ตั้งใจที่จะฟังธรรมอยู่แล้ว ยิ่งพระภิกษุดูคนไม่เป็น ไม่เข้าใจผู้ฟังกล่าวแสดงธรรมให้ยืดยาว ใช้เวลานาน
ออกไป นอกจากจะทำให้ผู้ฟังดูแคลนในธรรมะ คือ ไม่สนใจฟังธรรม อาจพาลไม่พอใจที่จะมาพบพระอีก
กลายเป็นการปิดโอกาสที่จะได้ฟังธรรม หรือที่จะพัฒนาคุณธรรมให้เจริญขึ้นมา ดังนั้นจึงเป็นเรื่องที่พระภิกษุ
ต้องให้ความสำคัญ ดังจะอธิบายรายละเอียดต่อไป

9.3 รู้จักเลือกธรรมะ

หลักการเลือกธรรมะที่จะนำไปใช้ ในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรด้วยการแสดงธรรมนั้น พระภิกษุจะ
ต้องมีความเข้าใจเรื่องเป้าหมายของการแสดงธรรมเสียก่อนว่าการแสดงธรรมมีเป้าหมายสูงสุดอยู่ที่การหลุด
พ้นจากอสังกิเลส

ดังนั้นเมื่อต้องแสดงธรรม จึงต้องตั้งหวังให้เกิดประโยชน์กับผู้ฟังทั้ง 3 ระดับ คือ

ระดับสูง คือ ให้ผู้ฟังหลุดพ้นจากอสังกิเลส บรรลุธรรม

ระดับกลาง คือ ให้ผู้ฟังได้รับความสุขในโลกนี้ คือในภพชาติปัจจุบัน และในโลกหน้า คือ ชีวิตใน
ปรโลก

ระดับต่ำ คือ ให้ผู้ฟังมีอุปนิสัย เป็นอุปการะแก่การฟังธรรมติดตัวไปในภพเบื้องหน้า เนื่องจากความไม่
พร้อมของผู้ฟังที่จะรองรับธรรมะ ดังเช่น บุคคลประเภทปทปรมะดังกล่าวมาแล้ว

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อจะตรัสสอนธรรม จึงทรงเลือกสอนธรรมที่เหมาะสมกับผู้ฟัง เท่าที่ผู้ฟังนั้น
ควรจะทราบ ดังที่ตรัสอุปมาไว้ว่า ธรรมที่พระองค์ทรงรู้เหมือนกับใบไม้ทั้งต้น แต่ธรรมที่พระองค์ตรัสสอน
เหมือนใบไม้เพียง 2-3 ใบในกำมือ ซึ่งก็คือ พระองค์จะทรงเลือกธรรมะมาสอนเท่าที่จำเป็น

หลักในการเลือกธรรมะจึงแบ่งไปตามลักษณะของผู้ฟัง ว่ามีลักษณะอย่างไร ดังจะยกตัวอย่างการ
สอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไว้ 3 แนวทาง ดังนี้

9.3.1 เลือกธรรมะตามจริตอัธยาศัย

จริตอัธยาศัย คือ นิสัยปกติพื้นฐานอันมีอยู่ในแต่ละบุคคล แบ่งออกได้ 6 ประเภท¹คือ

1. รากจิต จะมีลักษณะรักสวรั้งงาม
2. โทสจิต จะมีลักษณะหงุดหงิด รับร้อน
3. โมหจิต จะมีลักษณะเขลา งมงาย
4. ลัทธิจิต จะมีลักษณะเชื่อง่าย
5. พุทธิจิต จะมีลักษณะชอบใช้ความคิด ตรึกตรอง
6. วิตกจิต จะมีลักษณะมักกังวล ฟุ้งซ่าน

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเลือกธรรมะที่เหมาะสมกับจริตอัธยาศัยของผู้ฟัง จะกล่าวสอนใน
สิ่งที่เป็นประโยชน์ไปตามจริตอัธยาศัย ดังนี้

“พระผู้มีพระภาคเจ้าย่อมตรัสบอกอสุภกถาแก่บุคคลผู้เป็นรากจิต
ย่อมตรัสบอกเมตตภาวนาแก่บุคคลผู้เป็นโทสจิต

ย่อมทรงแนะนำบุคคลผู้เป็นโมหจิตให้ดำรงอยู่ในการเรียนในการได้ถาม
ในการฟังธรรมตามกาล ในการสนทนาธรรมตามกาล ในการอยู่ร่วมกับครู

ย่อมตรัสบอกอานาปานสติแก่บุคคลผู้เป็นวิตกจิต

ย่อมตรัสบอกพระสูตรอันเป็นนิมิตดี ความตรัสรู้ดีแห่งพระพุทธเจ้า ความ
เป็นธรรมดีแห่งพระธรรม ความปฏิบัติดีแห่งพระสงฆ์ และศีลทั้งหลาย
ของตน อันเป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใสแก่บุคคลผู้เป็นศรัทธาจิต

ย่อมตรัสบอกธรรมอันเป็นนิมิตแห่งวิปัสสนาซึ่งมีอาการไม่เที่ยง มีอาการ
เป็นทุกข์ มีอาการเป็นอนัตตา แก่บุคคลผู้เป็นญาณจิต (พุทธิจิต)”²

¹ศึกษารายละเอียดเพิ่มเติมได้จาก “วิธีพูดของข้าพเจ้า” ของพ.อ.ปิ่น มุทุกันต์

²ว่าด้วยจักขุ 5, อรรถกถาพุทธทศนิกาย มหานิเทศ, มก. เล่ม 66 หน้า 304

ดังตัวอย่างเรื่องของพระนางเขมาเทวี ผู้เป็นพระอัครมเหสีของพระเจ้าพิมพิสาร พระนางทรงรักในความงามของตนเอง ต่อมามีโอกาสได้ฟังธรรม จนสามารถบรรลุธรรม เป็นพระอรหันตเถรี ดังมีเรื่องย่อ ดังนี้ คือ

เรื่องของพระนางเขมา¹

ในสมัยพุทธกาล พระนางเขมาเป็นผู้มีพระรูปงดงามน่าเลื่อมใสอย่างเหลือเกิน พระนางทราบว่ “พระศาสดาตรัสโทษเรื่องรูป” จึงไม่ปรารถนาจะเสด็จไปยังสำนักของพระศาสดา จนกระทั่งพระเจ้าพิมพิสาร คิดอุบาย ด้วยการให้นักแต่งเพลง แต่งเพลงพรรณนาถึงความสวยงามของวัดเวฬุวัน จนพระนางได้ฟังก็อยากเสด็จไป

พระศาสดาทรงทราบการเสด็จมาของพระนาง จึงทรงนิรมิตหญิงรูปงาม ยืนถือพัดก้านตาลพัดอยู่ที่ข้างพระองค์ ฝ่ายพระนางเขมาเทวีเมื่อทอดพระเนตรเห็นหญิงนั้น จึงทรงดำริว่า “ชนทั้งหลาย พูตกันว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสโทษของรูป ก็หญิงที่ยืนพัดอยู่ข้างพระองค์นี้ เราเองยังเทียบไม่ถึงแม้เพียงลิ้นวหนึ่งของเธอ ความงามอย่างนี้เราเองก็ไม่เคยเห็น ชนทั้งหลายเห็นจะกล่าวตู่พระศาสดา ด้วยคำไม่จริง” แล้วก็มิใส่ใจถึงเสียงของพระตถาคต มัวแต่ประทับยืนทอดพระเนตรดูหญิงนั้น

พระศาสดาทรงทราบถึงความรักที่พระนางมีมานะจัดในรูปนั้น จึงทรงแสดงการเปลี่ยนแปลงในรูปนั้น ตั้งแต่ปฐมวัยจนเหลือเพียงแต่กระดูก เมื่อพระนางทอดพระเนตรเห็น จึงทรงดำริว่า “แม้รูปนั้นก็ถึงความสิ้น ความเสื่อมไปโดยครู่เดียวเท่านั้น สาระนั้นไม่มีหนอ ?”

พระศาสดาทรงตรวจดูวาระจิตของพระนางเขมาแล้ว จึงตรัสว่า “เขมา เธอจงดูร่างกายอันอาดูร ไม่สะอาด เน่าเปื่อย ไหลออกทั้งข้างบน ไหลออกทั้งข้างล่าง อันคนพาลทั้งหลาย ปรารถนายิ่งนัก” เมื่อฟังดังนั้น พระนางได้บรรลุเป็นพระโสดาบันทันที และเมื่อพระองค์ตรัสต่อไปอีกว่า “สัตว์ผู้กำหนดแล้วด้วยราคะ ย่อมตกไปสู่กระแสตัณหา เหมือนแมลงมุม ตกไปยังใยที่ตัวทำไว้เองฉะนั้น อีรชชนทั้งหลาย ตัดกระแสตัณหาเมื่อนั้นแล้ว เป็นผู้หมดห่วงใย ละเว้นทุกข์ทั้งปวงไป” พระนางก็ดำรงอยู่ในพระอรหัตตผล ณ ที่ตรงนั้นเอง

9.3.2 เลือกธรรมะตามภูมิหลังเดิม

หมายความว่า ผู้ฟังมีความคุ้นเคยกับสิ่งใด พระพุทธองค์ก็จะทรงแนะนำ เทศนาสั่งสอนในสิ่งนั้น เนื่องจากผู้ฟังสามารถจะตรงตามธรรมะได้ทันที เกิดความเข้าใจได้ง่าย ดังตัวอย่างที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงโปรดเหล่าขุณฺโณสามพี่น้องผู้คุ้นเคยกับการบูชาไฟ ณ ตำบลคยาสิละ ริมฝั่งแม่น้ำคยา ด้วยการตรัส

¹เรียบเรียงจาก “เรื่องพระนางเขมา”, อรรถกถาพุทธทศนิกาย คาถาธรรมบท, มก. เล่ม 43 หน้า 298

อาทิตตปริยายสูตร¹ อันกล่าวถึงสิ่งของร้อนเช่นกันกับไฟว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งทั้งปวงเป็นของร้อน ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็สิ่งทั้งปวงเป็นของร้อน คืออะไร คือ จักขุ รูป จักขุวิญญาณ จักขุสัมผัส เป็นของร้อน แม้สุขเวทนา ทุกขเวทนา หรืออทุกขมสุขเวทนา ที่เกิดขึ้นเพราะจักขุสัมผัสเป็นปัจจัย ก็เป็นของร้อน

ร้อนเพราะอะไร เรากล่าวว่าร้อนเพราะไฟ คือ ราคะ โทสะ โมหะ ร้อนเพราะชาติ ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาส”

ในทางปฏิบัติ การเลือกธรรมะตามภูมิหลังเดิมของผู้ฟังนั้น สามารถรู้ได้หลายวิธี เช่น จากอาชีพที่ทำ จากภูมิลำเนาที่อาศัย จากระดับการศึกษา จากอายุของผู้ฟัง รวมถึงสอบถามจากผู้นิมนต์ ผู้คุ้นเคยกับคนฟัง เป็นต้น ดังนั้น ก่อนที่แสดงธรรม พระภิกษุจึงควรรู้จักภูมิหลังผู้ฟังก่อน เพื่อจะเป็นประโยชน์แก่ผู้ฟังในการแนะนำธรรมะได้อย่างเหมาะสมกับผู้ฟัง

9.3.3 เลือกธรรมะตามระดับสติปัญญา

ในผู้ฟังคนเดียวกัน เมื่อมีสติปัญญาความรู้เพิ่มขึ้นไปตามอายุและวัย หัวข้อธรรมะที่แสดงก็จะปรับเปลี่ยนไปตามระดับสติปัญญาด้วย แม้ว่าจิตตอัธยาศัยหรือภูมิหลังเดิมของบุคคลนั้นจะยังไม่เปลี่ยนแปลงไปก็ตาม ดังตัวอย่างโอวาทที่พระลัมมาสัมพุทธเจ้าพร่ำสอนแก่พระราหุล เช่น

เมื่อครั้งเป็นสามเณรราหุล มีอายุเพียง 7 พรรษา แม้บวชแล้วก็ตาม แต่ด้วยธรรมชาติวัยเด็กย่อมเล่นชุกชน คะนองมือ คะนองปากบ้าง พระพุทธองค์จึงตรัสสอนให้รู้จักระมัดระวังคำพูด ไม่ให้พูดเท็จ ดังปรากฏในจุฬาราลูโลวาทสูตร²ว่า

“ดูก่อนราหุล เรากล่าวว่าบุคคลผู้ไม่มีความละอายในการกล่าวมุสา ทั้งที่รู้อยู่ที่จะไม่ทำบาปกรรมแม้เพียงหนึ่งไม่มี ฉะนั้นเหมือนกัน เพราะเหตุนี้ราหุล เธอพึงศึกษาว่าเราจักไม่กล่าวมุสา แม้เพราะหวัหระกันเล่น ดูก่อนราหุล เธอพึงศึกษาอย่างนี้แล”

¹อาทิตตปริยายสูตร, สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค, มก. เล่ม 28 ข้อ 31 หน้า 33

²จุฬาราลูโลวาทสูตร, มัชฌิมนิคาย มัชฌิมปัณณาสก, มก. เล่ม 20 ข้อ 125 หน้า 265

เมื่อสามเณรราหุลอยู่ในวัยหนุ่ม สิ่งที่น่าระแวงคือกามราคะ ขณะบิณฑบาตในยามเช้าตามพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้าไป พระพุทธองค์ก็ตรัสสอนให้รู้จักสำรวมระมัดระวังใจของตน สอนให้มองทุกสิ่งไปตามสภาพ
ความเป็นจริง ดังที่ปรากฏใน มหาราหุโลวาหสูตร¹ ว่า

“ดูก่อนราหุล รูปร่างใดอย่างหนึ่งเป็นอดีต เป็นอนาคตและเป็นปัจจุบัน
เป็นภายในก็ดี เป็นภายนอกก็ดี หยาบก็ดี ละเอียดก็ดี เลวก็ดี ประณีตก็ดี
อยู่ในที่ไกลก็ดี อยู่ในที่ใกล้ก็ดี รูปทั้งปวงนี้ เธอพึงเห็น ด้วยปัญญาอันชอบ
ตามเป็นจริงอย่างนี้ว่า นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ตัวตนของ
เรา”

เมื่อพระราหุลมีสติปัญญามากเพียงพอ จึงตรัสสอนธรรมที่มีความละเอียดลึกซึ้ง ทรงสอนให้เกิด
ความเบื่อหน่ายในขั้นต้นทั้งห้าประการอย่างเป็นเหตุเป็นผลไปตามลำดับดังปรากฏใน จุฬราหุโลวาหสูตร²
ตอนหนึ่งว่า

พ. “ราหุล เธอจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน จักขุเที่ยงหรือไม่เที่ยง”

ร. “ไม่เที่ยง พระพุทธเจ้าข้า”

พ. “ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุข”

ร. “เป็นทุกข์ พระพุทธเจ้าข้า”

พ. “ก็สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา ควรหรือที่
จะตามเห็นสิ่งนั้นว่า นั่นของเรา นั่นเรา นั่นอัตตาของเรา”

ร. “ไม่ควรเลย พระพุทธเจ้าข้า”

พ. “ราหุล เธอจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน รูปเที่ยงหรือไม่เที่ยง...”

ด้วยพระมหาปัญญาวิคุณของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้เป็นครูฝึกบุรุษอย่างชาญฉลาด ภายหลัง
จบพระธรรมเทศนาแล้ว จิตของพระราหุลก็หลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลาย เป็นพระอรหันต์รูปหนึ่งผู้เลิศกว่า
ภิกษุทั้งหลายด้านไคร่ต่อการศึกษา

¹มหาราหุโลวาหสูตร, มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์, มก. เล่ม 20 ข้อ 133 หน้า 278

²จุฬราหุโลวาหสูตร, มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์, มก. เล่ม 23 ข้อ 795 หน้า 477

9.4 วิธีการแสดงธรรม

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นต้นแบบที่ดีของการเป็นกัลยาณมิตรให้แก่ชาวโลก ทรงแนะนำแสดงธรรมได้อย่างงดงาม ทั้งเบื้องต้น ท่ามกลาง และเบื้องปลาย เป็นแบบอย่างที่พระภิกษุผู้เป็นพุทธบุตรควรจะดำเนินรอยตาม แต่ก่อนจะศึกษาถึงวิธีการแสดงธรรมนั้น ควรจะมีความเข้าใจพื้นฐานที่ตรงกัน 2 ประการ คือ

9.4.1 การแสดงธรรมไม่ใช่ของง่าย เพราะต้องอาศัยความพร้อมอย่างมากของผู้สอน ทั้งสภาพใจ ทั้งความรู้ที่ต้องถ่ายทอดไปตามลำดับ ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้แก่พระอานนท์¹ ว่า

“ดูก่อนอานนท์ การแสดงธรรมแก่ผู้อื่นไม่ใช่ทำได้ง่าย ภิกษุเมื่อจะแสดงธรรมแก่ผู้อื่น พึงตั้งธรรม 5 ประการไว้ภายใน แล้วจึงแสดงธรรมแก่ผู้อื่น 5 ประการเป็นไฉน ? คือ ภิกษุพึงตั้งใจว่า

1. จักแสดงธรรมไปโดยลำดับ
2. จักแสดงอ้างเหตุผล
3. จักแสดงธรรมอาศัยความเอ็นดู
4. จักเป็นผู้ไม่เพ่งอามิสแสดงธรรม
5. จักไม่แสดงให้กระทบตนและผู้อื่น”

9.4.2 ต้องไม่ดูเบาในการแสดงธรรม ไม่ว่าผู้ฟังจะเป็นใครก็ตาม การเตรียมความพร้อมในการแสดงธรรมทั้งเนื้อหา ทั้งตัวพระภิกษุผู้แสดงธรรมเป็นสิ่งสำคัญ ไม่ว่าผู้ฟังนั้นจะเป็นผู้มีความรู้ มีระดับสติปัญญาสูง หรือเป็นเด็ก เป็นนักเรียนวัยเยาว์ก็ตาม พระภิกษุก็จะแสดงธรรมด้วยความเคารพ คือ ไม่ให้เนื้อหาธรรมะผิดพลาด เตรียมความพร้อมอย่างตั้งใจ ไม่ประพฤติดัวเข้านองว่า สอนกลุ่มคนมีความรู้ มีฐานะต้องเตรียมตัวมาก ขณะที่สอนกลุ่มคนด้อยความรู้ คนอ่อนวัย ไม่ต้องเตรียมตัวแต่อย่างใด เป็นต้น

พระพุทธองค์แม้จะตรัสสอนแก่ใครก็ตาม ทรงแสดงธรรมโดยเคารพ แม้แต่การแสดงธรรมแก่ขอทาน ดังตรัสไว้ใน สัทสูตร² ว่า

**“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ถ้าแม้ตถาคตจะแสดงธรรมแก่ภิกษุทั้งหลาย
ตถาคตย่อมแสดงโดยเคารพ ไม่แสดงโดยไม่เคารพ**

¹อุทายิสสูตร, อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต, มก. เล่ม 36 ข้อ 159 หน้า 334

²สัทสูตร, อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต, มก. เล่ม 36 ข้อ 99 หน้า 226

ถ้าแม้จะแสดงธรรมแก่ภิกษุทั้งหลาย ย่อมแสดงโดยเคารพ ไม่
แสดงโดยไม่เคารพ

ถ้าแม้จะแสดงธรรมแก่อุบาสกทั้งหลาย...อุบาสิกาทั้งหลาย...ปุถุชนทั้ง
หลาย... โดยที่ผู้แสดงแม้แก่คนขอทานและพรานนก ย่อมแสดงโดยเคารพ ไม่
แสดงโดยไม่เคารพ

ข้อนี้เพราะเหตุไร เพราะตถาคตเป็นผู้หนักในธรรม เคารพในธรรม”

ด้วยบุญบารมีอันเต็มเปี่ยมที่พระพุทธองค์ทรงบำเพ็ญมา เพื่อปรารภความเป็นพระสัมมา-
สัมพุทธเจ้า ผู้จะนำพาสรรพสัตว์ทั้งหลายให้ก้าวพ้นจากสังสารวัฏอันเป็นทุกข์ จึงมีพระปรีชาสามารถ
ประการหนึ่ง ดังปรากฏในพระพุทธคุณว่า “อนุตตโร ปุริสทัมมสารถิ” คือเป็นสารถิฝึกคนที่พึงฝึกได้อย่าง
ยอดเยี่ยม การแสดงธรรม การแนะนำธรรม เพื่อฝึกฝนคนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงมีหลากหลายวิธี
การ ดังจะขอยกลักษณะการแสดงธรรมพอให้เห็นเป็นแนวทางแต่เพียงสังเขป 7 ประการ คือ

1. แนะนำจากที่เข้าใจง่าย ไปหาที่เข้าใจยาก
2. แนะนำด้วยเนื้อหาที่มีความลุ่มลึกไปตามลำดับ ไม่สลับเนื้อหา หรือกระโดดข้ามไปมา
3. แนะนำให้เห็นด้วยสิ่งที่เป็นจริง หากสิ่งที่สอนนั้นสามารถแสดงให้เห็นด้วยของจริง ก็จะนำมา
แสดงให้เห็นทันที หมายถึง เรื่องใดมีประสบการณ์ตรงที่ได้ไปพบ หรือเคยกระทำมาก่อน ก็จะอธิบายจนเข้าใจ
4. แนะนำตรงตามเนื้อหา ไม่ออกนอกประเด็น หากเรื่องที่พูดนั้นไม่เกี่ยวข้อง ก็จะไม่กล่าวถึง
5. แนะนำอย่างมีเหตุผล คือ เนื้อหามีความสมเหตุสมผล ผู้ฟังสามารถใคร่ครวญและตรงตามได้
6. แนะนำอย่างพอดีกับความเข้าใจของผู้ฟัง ไม่มากเกินไปจนจำไม่ไหว และไม่น้อย
เกินไปจนไม่พอเหมาะแก่ความรู้ของผู้ฟัง
7. แนะนำในสิ่งที่ประโยชน์แก่ผู้ฟัง มุ่งหวังประโยชน์ที่ผู้ฟังจะได้รับเป็นสำคัญ หากสิ่งใด
เห็นว่ายังไม่เป็นประโยชน์นัก ก็จะไม่กล่าวสอน

นอกจากนี้ ถ้อยคำที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้ากล่าวสอนแก่ผู้ฟัง ไม่ว่าผู้ฟังนั้นจะเป็นชนชั้นกษัตริย์
พราหมณ์ คหบดี สมณะ หรือชนชั้นใดก็ตาม ล้วนมีคุณลักษณะเหมือนกันอย่างน่าอัศจรรย์ กล่าวคือ มีลีลา
ในการแสดงธรรมครบถ้วนทั้ง 4 ประการ คือ

1. แจ่มแจ้ง (สันตัสสนะ) หมายถึง ทำให้ผู้ฟังเข้าใจเนื้อหาธรรมะที่กล่าวสอนได้อย่างแจ่มแจ้ง
ชัดเจน หมดความสงสัย

2. **จูงใจ (สมาทปนะ)** หมายถึง ทำให้ผู้ฟังยอมรับธรรมะและเกิดแรงบันดาลใจอยากนำธรรมะที่ได้ฟังไปปฏิบัติตาม

3. **หาญกล้า (สมุตเตชนา)** หมายถึง ทำให้ผู้ฟังเกิดกำลังใจ เกิดความบากบั่น พร้อมทั้งจะฝ่าฟันอุปสรรคในการนำธรรมะที่ได้ฟังไปปฏิบัติ เพราะรู้ว่าธรรมะที่ทำนั้น จะเป็นประโยชน์ เป็นความสุข ความเจริญแก่ตัวเอง จึงพร้อมหาญกล้าฝ่าฟันอุปสรรค

4. **ร่าเริง (สัมปหังสนา)** หมายถึง ทำให้จิตใจผู้ฟังเกิดความชุ่มชื่น ร่าเริง แจ่มใส เบิกบานใจ ไม่เบื่อหน่าย

จะเห็นได้ว่า นอกจากเนื้อหาธรรมะที่เป็นประโยชน์แก่ผู้ฟังอยู่แล้ว การรู้จักใช้ลีลาเพื่อการแสดงธรรมก็มีความสำคัญเช่นกัน เพราะจะทำให้คนฟังอยากที่จะนำธรรมะที่ฟังไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์แก่ตน แม้อาจไม่มั่นใจ ไม่แน่ใจ แต่ก็มีกำลังใจ จนเกิดความอาจหาญ กล้าที่จะฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ ไปได้ พระภิกษุจึงควรยึดถือไว้เป็นแนวทางหนึ่งในการแสดงธรรม

9.5 เทคนิคการแสดงธรรม

9.5.1 รู้จักมีเรื่องประกอบเป็นตัวอย่าง

การมีเรื่องตัวอย่างประกอบจะช่วยให้ผู้ฟังจดจำง่าย เข้าใจได้ง่าย และเกิดความเพลิดเพลินในการฟัง ไม่เบื่อหน่าย สามารถติดตามเนื้อหาสาระที่พระภิกษุแนะนำ แสดงธรรมได้ตลอดต่อเนื่อง ไม่ขาดตอน

พระลัมมาลัมพุทเธเจ้าก็ทรงมีเรื่องตัวอย่างประกอบเช่นกัน ซึ่งบางครั้งเป็นเรื่องของพระองค์เอง ในขณะที่บำเพ็ญบารมีเป็นพระบรมโพธิสัตว์อยู่ บางครั้งก็เป็นเรื่องในสมัยพุทธกาลของพระองค์ กับเหล่าสาวกบ้าง เป็นต้น

9.5.2 รู้จักใช้การอุปมาอุปไมย หรือการเปรียบเทียบ

เมื่อต้องอธิบายในสิ่งที่เข้าใจได้ยาก การอุปมาเปรียบเทียบก็ช่วยให้เข้าใจได้ง่ายขึ้น

พระลัมมาลัมพุทเธเจ้าทรงใช้วิธีนี้เช่นกันดังตัวอย่างที่พระมาลुकยบุตรทูลถามปัญหาเรื่องของโลกกับพระองค์ เช่น โลกนี้เที่ยง หรือโลกนี้ไม่เที่ยง โลกนี้มีที่สุด หรือโลกนี้ไม่มีที่สุด เป็นต้น ซึ่งเป็นปัญหาที่ไม่มีประโยชน์ต่อการทำอสาวิเกสให้หมดไป พระพุทธองค์ไม่ทรงตอบโดยตรง แต่ทรงใช้วิธีอุปมา ดังปรากฏใน “จุฬมาลुकยโอวาทสูตร”¹ ว่า

¹จุฬมาลुकยโอวาทสูตร, มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์, มก. เล่ม 20 ข้อ 150 หน้า 301

“ดูก่อนมาลุงกยบุตร เปรียบเหมือนบุรุษต้องศรอันอาบยาพิษที่ฉาบทาไว้ หนา มิตร อมาตย์ ญาติสายโลหิตของบุรุษนั้นพึงไปหานายแพทย์ผู้ชำนาญในการผ่าตัดมาผ่า

บุรุษผู้ต้องศรนั้นพึงกล่าวอย่างนี้ว่า เรายังไม่รู้จักบุรุษผู้ยิงเรานั้นว่า เป็น กษัตริย์ พราหมณ์ แพศย์ หรือศูทร...เพียงใด เรายังไม่นำลูกศรนี้ออกเพียงนั้น

บุรุษผู้ต้องศรนั้นพึงกล่าวอย่างนี้ว่า เรายังไม่รู้จักรกษัตริย์ผู้ยิงเรานั้นว่าเป็นชนิด มีแล่งหรือเกาทัณฑ์... สายที่ยิงเรานั้นเป็นสายทำด้วยปอผิว ไม้ไผ่ เอ็น ป่านหรือเยื่อไม้ ลูกธนูที่ยิงเรานั้น ทำด้วยไม้ ที่เกิดเองหรือไม้ปลูก ทาง เกาทัณฑ์ที่ยิงเรานั้น เขาเสียบด้วยขนปีกนกแร้ง นกตะกรุม เหยี่ยว นกยูง... เกาทัณฑ์นั้นเขาพันด้วยเอ็นวัว ควาย ค่างหรือลิง...ลูกธนูที่ยิงเรานั้น เป็น ชนิดอะไรเพียงใด เรายังไม่นำลูกศรนี้ออกเพียงนั้น

ดูก่อนมาลุงกยบุตร บุรุษนั้นพึงรู้ชื่อนั้นไม่ได้เลย โดยที่แท้บุรุษนั้นพึงทำ กาละ (ตาย) ไป ฉันท

ดูก่อนมาลุงกยบุตร บุคคลใดพึงกล่าวอย่างนี้ว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าจักไม่ ทรงพยากรณ์ทฎฐิ 10 นั้น¹ ฯลฯ แก่เราเพียงใด เรายังไม่ประพฤติพรหม จรรย์ในพระผู้มีพระภาคเจ้าเพียงนั้น ชื่อนั้นตถาคตไม่พยากรณ์เลย โดยที่ แท้บุคคลนั้นพึงทำกาละไปฉันท

9.5.3 รู้จักใช้อุปกรณ์ในการสอน

พระลัมมะลัมพุทเจ้าทรงใช้อุปกรณ์เป็นสื่อในการสอนธรรมะโดยทรงอาศัยสิ่งที่อยู่รอบๆ ตัว หา ได้ตามธรรมชาติมาใช้ ดังขณะที่พระองค์ทรงทอดพระเนตรเห็นกองไฟกองใหญ่ จึงใช้กองไฟนั้นเป็น อุปกรณ์สอนเหล่าพระภิกษุให้ระมัดระวังในศีล ตั้งมั่นในการบำเพ็ญสมณธรรมว่า

¹หมายถึง ความเห็น 10 ประการที่ไม่มีประโยชน์แก่การหลุดพ้นจากกองทุกข์ ทำอาสวกิเลสให้หมดไป ได้แก่ 1.โลกเที่ยง 2.โลกไม่เที่ยง 3.โลกมีที่สุด 4.โลกไม่มีที่สุด 5.ชีพนั่น สรรค์ก็อันนั้น 6.ชีพีกอย่างหนึ่ง สรรค์ก็อย่างหนึ่ง 7.สัตว์เมื่อ ตายไปแล้วมีอยู่ 8.สัตว์เมื่อตายไปแล้วไม่มีอยู่ 9.สัตว์เมื่อตายไปแล้วมีอยู่ก็มี ไม่มีอยู่ก็มี 10.สัตว์เมื่อตายไปแล้วมีอยู่ก็ไม่ใช่ ไม่มีอยู่ ก็ไม่ใช่

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายเห็นกองไฟกองใหญ่ไฉนที่กำลังลุกโชติช่วงอยู่หรือไม่... เธอทั้งหลายจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน การเข้าไปนั่งกอดหรือนอนกอดกองไฟใหญ่ไฉนที่กำลังลุกโชติช่วงอยู่ กับการเข้าไปนั่งกอดหรือนอนกอดพระราชธิดา บุตรสาวพราหมณ์หรือบุตรสาวคฤหบดี ผู้มีฝ่ามือฝ่าเท้าอ่อนนุ่ม อย่างไหนจะประเสริฐกว่ากัน”¹

เมื่อพระภิกษุตอบว่ากอดพระราชธิดา บุตรสาวพราหมณ์ดีกว่า พระองค์จึงทรงสอนว่าไปกอดกองไฟดีกว่า เพราะกอดกองไฟอย่างมากก็แค่ตายแต่ไม่ตกนรก ส่วนพระภิกษุที่ทุศีล ไปกอดหญิงสาว ตายไปก็มีต้องทนทุกข์ทรมานในนรก เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม ในยุคปัจจุบันเทคโนโลยีมีความเจริญก้าวหน้าเป็นอย่างมากจึงมีการนำสื่อมาประยุกต์ใช้ในการแสดงธรรม ด้วยการจัดทำสื่อการสอนมากขึ้น ซึ่งเป็นผลดี เพราะทำให้การแสดงธรรมมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ตัวอย่างการนำเทคโนโลยีสมัยใหม่มาใช้ทำสื่อการแสดงธรรม เช่น การใช้เครื่องฉายแผ่นใส (Overhead) การใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ทำสื่อการสอนต่างๆ ประกอบการแสดงธรรม การเผยแพร่ธรรมะผ่านทางซีดี การกระจายเสียงธรรมะผ่านทางวิทยุชุมชน หรือแม้กระทั่งการถ่ายทอดภาพผ่านทางสัญญาณดาวเทียม เป็นต้น

สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นอุปกรณ์การสอนที่สำคัญอย่างหนึ่ง เพราะทำให้การเผยแพร่ธรรมะเป็นไปอย่างกว้างขวาง เข้าถึงผู้ฟังได้ง่ายและทั่วถึง พระภิกษุจึงควรให้ความสนใจและฝึกหัดใช้สื่อเพื่อการแสดงธรรม รวมทั้งเลือกใช้สื่อการสอนที่เหมาะสมกับตนเอง ที่จะเป็นประโยชน์ต่อการแสดงธรรม

9.6 รู้จักประเมินผล

อย่างไรก็ตาม ภายหลังจากการแสดงธรรม พระภิกษุต้องไม่ลืมที่จะประเมินผลการแสดงธรรมของตนด้วย ทั้งนี้เพื่อจะได้ตรวจสอบถึงข้อดี และข้อบกพร่องที่มี เพื่อจะได้แก้ไข ปรับปรุงตัวเองได้ทัน อันจะเป็นการเพิ่มพูนประสิทธิภาพในการแสดงธรรมของตนเองไปด้วย โดยการประเมินนั้น อาจแบ่งเป็น 2 ลักษณะดังนี้

¹อัคคิขันธ์ปมสูตร, อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต, มก. เล่ม 37 ข้อ 69 หน้า 260

9.6.1 ประเมินตัวเอง

แม้พระภิกษุจะสามารถแสดงธรรมได้อย่างวิจิตร เป็นที่ถูกอกถูกใจเหล่าผู้ฟัง สามารถแนะนำธรรมะสอนธรรมะได้มากมายเพียงใดก็ตาม สิ่งสำคัญที่พระภิกษุไม่ควรละเลย คือ การรู้จักสอนและแก้ไขตัวเองควบคู่ไปด้วย สำหรับแนวทางการประเมินตัวเองนั้น อาจอาศัยจาก 3 แนวทาง คือ

1) **องค์แห่งธรรมกถึก** ใช้เพื่อตรวจสอบใจตัวเอง ตรวจสอบเนื้อหาธรรมะที่ตนแสดง ทั้งก่อนและภายหลังการแสดงธรรม หากเห็นข้อใดที่ตัวเองบกพร่อง ก็ต้องปรับปรุง และระมัดระวังต่อไป โดยประเมินได้จากธรรมทั้ง 5 ประการ คือ

1. จักแสดงธรรมไปโดยลำดับ
2. จักแสดงอย่างมีเหตุผล
3. จักแสดงธรรม เพราะอาศัยความเมตตาเอ็นดู มิได้มุ่งร้ายหรือมีวัตถุประสงค์อื่น
4. จักแสดงธรรม มิได้หวังในอามิส
5. จักไม่แสดงธรรมกระทบตนเอง และผู้อื่นให้เดือดร้อน

2) **การแสดงธรรมที่บริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์** รู้จักลักษณะการแสดงธรรมของตนเองว่า บริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์เพียงใด หากบกพร่อง ก็จะได้สำรวมระวังและแก้ไขตัวเองให้ทำได้อย่างถูกต้อง โดยอาศัยหลักที่พระองค์ให้ไว้ดังนี้

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ภิกษุรูปใดรูปหนึ่งมีความคิดอย่างนี้ ย่อมแสดงธรรมแก่ชนเหล่าอื่นว่า โอหนอชนทั้งหลายฟังฟังธรรมของเรา ก็แล ครั้นฟังแล้ว ฟังเลื่อมใสซึ่งธรรม ผู้ที่เลื่อมใสแล้วเท่านั้น จะพึงทำอาการของผู้เลื่อมใสต่อเรา

ภิกษุทั้งหลาย ธรรมเทศนาของภิกษุเห็นปานนี้แล ไม่บริสุทธิ์

ส่วนภิกษุใดแล เป็นผู้มีความคิดอย่างนี้ แสดงธรรมแก่ชนเหล่าอื่นว่า พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว เป็นข้อปฏิบัติอันผู้บรรลुจะพึงเห็นเองไม่ประกอบด้วยกาล ควรเรียกให้มาดู ควรน้อมเข้ามาในตน อันวิญญูชนจะพึงรู้เฉพาะตน

โอหนอ คนทั้งหลายฟังฟังธรรมของเรา ก็แลครั้นฟังแล้ว จะฟังรู้ทั่วถึงธรรม ก็แลครั้นรู้ทั่วถึงธรรมแล้ว จะฟังปฏิบัติเพื่อความเป็นอย่างนั้น อาศัยความที่แห่งพระธรรมเป็นธรรมอันดี จึงแสดงธรรมแก่ชนเหล่าอื่น อาศัยความกรุณา จึงแสดงธรรมแก่ชนเหล่าอื่นอาศัยความเอ็นดู จึงแสดงธรรมแก่ชนเหล่าอื่น อาศัยความอนุเคราะห์จึงแสดงธรรมแก่ชนเหล่าอื่น ด้วยประการฉะนี้

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมเทศนาของภิกษุเห็นปานนี้แล บริสุทธิ์”¹

หมายความว่า เมื่อแสดงธรรมแล้ว หากใจของพระภิกษุรูปนั้นคิดว่า ธรรมะที่ตนแสดงนั้นเป็นธรรมะของตัวเอง เป็นคำพูดของตน อยากให้คนที่ได้ฟังธรรมมาเคารพเลื่อมใสตน ชื่อว่า การแสดงธรรมไม่บริสุทธิ์

แต่หากคิดว่า ธรรมะนี้เป็นของพระลัทธิลัทธิพุทธเจ้า เมื่อแสดงธรรมก็มีความปรารถนาในใจอยากให้ผู้ฟังได้ปฏิบัติตามอย่างที่เราพุทธองค์ตรัสแนะนำ จนเกิดผลดีกับคนฟังเอง ชื่อว่า การแสดงธรรมบริสุทธิ์

9.6.2 อาศัยการประเมินผลจากผู้ฟัง มี 2 ลักษณะ คือ

1) เป็นลายลักษณ์อักษร ผ่านทางแบบสอบถามที่กล่าวถึงผู้แสดงธรรม เช่น ถามถึงท่าทาง การวางตัวขณะแสดงธรรมว่าเป็นอย่างไร สารหรือธรรมะที่นำมาแสดงนั้น สามารถอธิบายจนผู้ฟังเข้าใจได้หรือไม่ ใช้เวลานานเกินไปหรือไม่ เป็นต้น ทำให้ได้รับข้อมูลที่ชัดเจน สามารถนำข้อมูลมาใช้ประโยชน์ต่อไปอีกได้ ทั้งเพื่อนำมาประเมิน ทั้งเพื่อนำมาปรับปรุงตัวให้การแสดงธรรมมีประสิทธิภาพดีขึ้น

2) ไม่เป็นลายลักษณ์อักษร ผ่านทางการได้ยิน ได้ฟัง ทั้งการติในสิ่งที่ไม่เหมาะสม ทั้งการชมในสิ่งที่เหมาะสม แบบปากต่อปาก เช่น พระรูปนั้นเทศน์ดี ไม่เคยได้ฟังธรรมะแบบนี้มาก่อน หรือรูปนั้นกิริยาดี ไม่เรียกร้อยเลย นั่งสง่า เป็นต้น ข้อมูลเหล่านี้ สามารถนำมาใช้ประโยชน์เพื่อปรับปรุงตัวเองได้เช่นกัน แต่หากไม่ได้จดจำ หรือไม่มีเวลาได้ทบทวน หรือประเมินตัวเองบ่อยนัก ก็อาจใช้ประโยชน์ได้น้อย เนื่องจากไม่ได้เก็บข้อมูลไว้เป็นเอกสาร อีกทั้งมีโอกาสที่ผลการประเมินนั้นอาจไม่ตรงกับสิ่งที่อยากทราบ เช่น คนฟังดีชมแต่เรื่องวิธีการในการแสดงธรรม แต่ไม่ได้กล่าวถึงเนื้อหา สารของธรรมะที่ได้แสดงฟังไป ผู้แสดงธรรมจึงอาจได้รับผลประเมินเพียงบางด้านเท่านั้น

¹จันทบูร, สันตนิภา, นิทานวรรค, มก. เล่ม 26 ข้อ 472 หน้า 550

9.6.2 ประเมินผู้ฟัง

พระภิกษุมีความจำเป็นต้องรู้จักประเมินผู้ฟัง เพื่อวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ

1) เพื่อวัดความเข้าใจของผู้ฟัง ในธรรมะที่ตนแสดงไป ว่ารู้ เข้าใจหรือไม่ เพียงใด หากยังเข้าใจไม่ครบถ้วน หรือมีข้อสงสัย ก็จะได้อธิบายจนเกิดความเข้าใจ ซึ่งอาจประเมินผู้ฟังได้จากวิธีนี้ คือ

1. จากการสนทนา การตั้งคำถาม การฟังคำตอบจากผู้ฟัง
2. สังเกตจากกิริยา ท่าทาง ความสนใจของผู้ฟัง
3. ใช้แบบสอบถาม ใช้แบบทดสอบความเข้าใจ เป็นต้น

2) เพื่อพัฒนาผู้ฟัง จากบุคคลปโรปริยัญที่แบ่งประเภทผู้ฟังไว้ 7 ประเภท นอกจากจะใช้ประโยชน์ในการดูคนเป็นแล้ว ยังจะเป็นข้อมูลมาพัฒนาผู้ฟังให้มีความรู้และคุณธรรมในใจมากขึ้นไปตามลำดับ เช่น เมื่อรู้ว่า ผู้ฟังเป็นประเภทไม่อยากเห็นพระ (1) นอกจากจะแสดงธรรมให้เหมาะสมกับผู้ฟังแล้ว ต้องคิดพัฒนาผู้ฟังด้วย คือ พัฒนาจากประเภทไม่อยากเห็นพระ (1) ให้กลายเป็นอยากเห็นพระ (2) จากอยากเห็นพระ (2) ต้องพัฒนาจนทำให้เป็นประเภทอยากฟังธรรม (3) พัฒนาผู้ฟังในรูปแบบนี้ไปจนถึงที่สุด คือ ผู้ฟังประเภทที่ปฏิบัติธรรม เพื่อประโยชน์ของตนและผู้อื่น (7)

9.7 บทสรุปของการเป็นบุคคลปโรปริยัญ

จากรายละเอียดที่ได้ศึกษามา พอจะสรุปในเบื้องต้นได้ว่า พระภิกษุผู้จะเป็นบุคคลปโรปริยัญได้นั้น จะต้อง

1. ดูคนเป็น
2. สามารถนำธรรมะไปสั่งสอนได้เหมาะสมตามประเภทของคนนั้นๆ ได้

เมื่อพระภิกษุฝึกได้อย่างนี้แล้ว พระองค์จึงจะทรงรับรองว่า

“ภิกษุเป็นธัมมัญญ อุตถัญญ อุตตัญญ มัตตัญญ กาลัญญ ปริสสัญญ บุคคลปโรปริยัญ ด้วยประการฉะนี้”

9.8 ขรวาาสก็ต้องเป็นบุคคลปโรปรัญญ

นอกจากพระภิกษุจะสามารถฝึกฝนตัวเอง จนมีคุณสมบัติเป็นบุคคลปโรปรัญญ มีความสามารถเป็นกัลยาณมิตรให้แก่ผู้อื่นได้อย่างดีแล้วขรวาาสผู้ครองเรือนก็สามารถฝึกฝนตนเองให้เป็นอย่างพระภิกษุได้เช่นกัน ด้วยการประยุกต์จากวิธีการที่พระภิกษุใช้ โดยปรับรูปแบบการเลือกธรรมะ การแนะนำธรรมะให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมแก่ฐานะของตนเอง ซึ่งพอจะยกตัวอย่างให้เป็นแนวทางได้ เช่น

1. การเลือกธรรมะในการพูดคุย สนทนา ควรเป็นธรรมะพื้นฐานในการชีวิตประจำวัน เพราะไม่ยากจนเกินไป คนฟังพอจะเข้าใจตามได้ง่าย เช่น

1.1 เรื่องการทำทาน การรักษาศีล และการเจริญภาวนา

1.2 เรื่องของกฎแห่งกรรม ความเชื่อมั่นว่า ทำดีต้องได้รับผลดี ทำชั่วต้องได้รับผลชั่ว เป็นต้น

2. วิธีการแนะนำธรรมะ

2.1 อยู่ในรูปแบบของการแนะนำ ถ่ายทอดประสบการณ์ แลกเปลี่ยนความรู้ต่อกัน ในบุคคลระดับเดียวกัน หรือที่สูงกว่า

2.2 อยู่ในรูปแบบการสอน การบอกให้ทำตาม พร้อมอธิบายเหตุผล ข้อดี ข้อเสีย ในบุคคลระดับต่ำกว่า

2.3 อยู่ในรูปแบบของการเป็นวิทยากรบรรยายความรู้ หรือการหาโอกาสเป็นครูสอนธรรมะให้กับบุคคลในระดับต่างๆ เป็นต้น

9.9 ธัมมัญญสูตร วิธีการฝึกฝนตนเอง

จากการศึกษารายละเอียดในธัมมัญญสูตรทั้ง 7 ประการ ย่อมทำให้มองเห็นการฝึกฝน การพัฒนาตัวของพระภิกษุมาตามลำดับ ตั้งแต่การเป็นกัลยาณมิตรให้กับตัวเอง จนมาถึงการสามารถเป็นกัลยาณมิตรให้แก่ผู้อื่นได้

ธัมมัญญ

ในการฝึกฝนพัฒนาตัวเองนั้นเริ่มตั้งแต่การรู้จักเรียนรู้ธรรมชาติของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างทั่วถึงทั้งหมดในพระไตรปิฎก จนกระทั่งสามารถสรุป หรือมองเห็นภาพรวมสำคัญที่ปรากฏในพระไตรปิฎกได้ เช่น เห็นภาพการบากบั่นสร้างชาติ บำเพ็ญบารมีมาอย่างต่อเนื่องของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นต้น

กระทั่งเกิดเป็นความศรัทธา เชื่อมั่นในพระปัญญาตรัสรู้ธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มีกำลังใจที่จะเดินตามแบบอย่างอันดีงามที่พระพุทธองค์เทศนาสั่งสอนไว้ เมื่อพระภิกษุศึกษาได้อย่างนี้ จึงเรียกว่า เป็นอัมมัญญ

สำหรับฆราวาสนั้น เนื่องจากเวลาและการดำเนินชีวิตจะหมดไปกับภารกิจ หน้าที่การงาน ที่รับผิดชอบ รวมทั้งการดูแลครอบครัว หมู่ญาติ จึงมีเวลาที่จะศึกษาธรรมะให้ทั่วถึงอย่างที่พระภิกษุทำได้ยาก การที่จะเป็นอัมมัญญรู้ทั่วถึงธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้นั้น เบื้องต้นจึงอยู่ที่การได้เข้าวัดเพื่อได้สนทนาได้ฟังธรรมะจากพระภิกษุเป็นประจำ จนสามารถจดจำธรรมะนั้นมาพิจารณา เห็นถึงผลดีในสิ่งที่เป็นประโยชน์ที่พระภิกษุแนะนำให้ทำ เห็นถึงข้อเสียในสิ่งที่เป็นโทษที่พระภิกษุห้ามไม่ให้ทำ จนเกิดกำลังใจอยากที่จะปฏิบัติตามอย่างไปด้วย และหากหาโอกาสมาศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมได้ ก็ถือเป็นเบื้องสูงต่อไป เช่น ฝ่ายชายกลางานมาบวชในช่วงเข้าพรรษา เพื่อให้โอกาสตัวเองได้เข้ามาศึกษาความรู้ในพระพุทธศาสนาในช่วงสั้นๆ ได้อย่างเต็มที่ ฝ่ายหญิงก็มาช่วยงานในวัดเป็นครั้งเป็นคราวตามที่ทางวัดสะดวกรองรับ เป็นต้น

อรรถกถา

พระภิกษุเมื่อได้ศึกษาความรู้ธรรมะอย่างทั่วถึง ขึ้นตอนต่อไปจึงเป็นเรื่องของการทำความเข้าใจในธรรมะ นำความรู้ที่มีอยู่นั้นมาสู่การปฏิบัติในชีวิตประจำวันให้ได้ นั่นหมายถึง จะต้องเข้าใจความหมาย และนัยต่างๆ จนนำมาปฏิบัติให้ได้ผล ซึ่งการที่พระภิกษุจะสามารถทำได้เช่นนี้ ก็ต้องมีครู หรือกัลยาณมิตรผู้รู้ ผู้มีประสบการณ์ที่จะคอยพรัสอน บอก แนะนำ แก้ไขความเข้าใจที่ไม่สมบูรณ์ในการปฏิบัตินั้นให้สมบูรณ์ อย่างเช่น พระอุปัชฌาย์ พระอาจารย์ภายในวัด เป็นต้น เมื่อทำได้อย่างนี้ จึงจะเรียกได้ว่า เป็นอรรถกถา

สำหรับฆราวาส การจะเป็นอรรถกถาได้อย่างพระภิกษุ นอกจากจะชวนช่วยในการทำทาน รักษา ศีล เจริญภาวนาอย่างต่อเนื่องแล้ว การได้ครุฑก็เป็นสิ่งสำคัญ จึงขึ้นอยู่กับความหมั่นเข้าวัดเป็นประจำนั่นเอง โดยเฉพาะวัดที่มีความพร้อมในการแนะนำธรรมะ มีบุคลากรทั้งพระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ที่สามารถให้ความรู้กับเรา ซึ่งเท่ากับได้กัลยาณมิตรมาคอยแนะนำ พรัสอนให้เราปฏิบัติได้อย่างถูกต้องตามมา

อรรถกถา

ถัดจากนั้น ขั้นตอนที่สำคัญ คือการประเมินคุณธรรมที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของตน โดยอาศัยธรรม 6 ประการ คือ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา และปฏิภาณ เพื่อตรวจสอบความก้าวหน้าในการปฏิบัติ รวมทั้งตรวจสอบความรู้ ความเข้าใจในธรรมะนั้นๆ ด้วย เพราะเมื่อผลที่ได้จากการประเมินตัวไม่สมบูรณ์ ย่อมเป็นตัวชี้วัดว่าความรู้และความเข้าใจ ตลอดจนการปฏิบัติก็ยังไม่สมบูรณ์ตามไปด้วย เมื่อประเมินได้ อย่างนั้น จะได้ปรับปรุงตนเองได้ทันกาล

สำหรับฆราวาส ก็อาศัยธรรมทั้ง 6 ประการมาใช้ในการประเมินคุณธรรมของตนเช่นกัน หากแต่ขอบเขตในธรรมที่ใช้ประเมินนั้น จะแตกต่างกันบ้างเพราะความแตกต่างของวิถีชีวิต เช่น การประเมินเรื่องศีลของพระภิกษุก็จะมุ่งเน้นไปในศีลทั้ง 227 ข้อ และปาริสุทธศีล 4 ในขณะที่ฆราวาสจะมุ่งเน้นในศีล 5 หรือศีล 8 รวมถึงการประกอบอาชีพอันบริสุทธิ์ เป็นต้น

มัตตัญญู

ในวิถีชีวิตประจำวัน ปัจจัย 4 ล้วนมีความจำเป็นต่อการดำรงชีพให้อยู่ได้อย่างเป็นปกติสุข เพราะเป็นอุปกรณ์สำคัญที่พระภิกษุใช้ฝึกเพื่อสร้างนิสัย ดังนั้นจึงต้องรู้จักควบคุมปัจจัย 4 ที่เข้ามาสู่วิถีชีวิตของตนเองให้ได้ จึงจะเรียกว่าเป็นมัตตัญญู

ส่วนฆราวาส การฝึกจะเน้นไปที่การดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง ไม่ฟุ้งเฟ้อ เหมาะสมกับฐานะของตน โดยต้องพิจารณาตั้งแต่การซื้อหา การนำมาใช้ การดูแลรักษา โดยมีเงื่อนไขสำคัญ คือ สิ่งเหล่านี้ต้องไม่เป็นอุปสรรคในการพัฒนา ฝึกฝนคุณธรรมตัวเอง ยกตัวอย่างเช่น การไม่เลือกดื่มไวน์ แม้เหตุเพื่อความแข็งแรงของสุขภาพกาย เพราะผิดต่อศีลธรรมอันดีงาม เป็นต้น

กาลัญญู

เพราะเวลาเป็นสิ่งมีคุณค่าพระภิกษุจึงต้องฝึกบริหารเวลาเพื่อใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองมากที่สุด โดยต้องจัดสรรเวลา เพื่อใช้ในงานที่สำคัญของชีวิตทั้ง 4 ประการ คือ การเรียนพระธรรมวินัย การสอบถาม การนั่งสมาธิ และหลีกออกเร้น จึงจะเรียกว่าเป็นกาลัญญู

สำหรับฆราวาสการรู้จักจัดสรรเวลายุ่งเป็นสิ่งสำคัญไม่ต่างจากพระภิกษุนัก หากแต่ว่าการใช้เวลาของฆราวาสนั้น ส่วนใหญ่มักสูญเสียไปกับการทำมาหาเลี้ยงชีพ การดูแลเอาใจใส่ในครอบครัวของตน แต่ถึงอย่างไรก็ตาม ก็สามารถฝึกฝนตัวเองเพื่อเป็นกาลัญญูได้ เบื้องต้น คือ การจัดสรรเวลาในระหว่างวัน เพื่อการทำสมาธิภาวนา เพื่อการศึกษาธรรมะ หรืออย่างน้อยๆ ก็ควรมาวัดเป็นประจำวันอาทิตย์ เพื่อจะได้มีโอกาสได้รับคำแนะนำในธรรมะอื่นๆ รวมถึงเพื่อสั่งสมบุญกุศลให้ยิ่งขึ้นไป นอกจากนี้ การหาเวลามาเพื่อปฏิบัติธรรมศึกษาธรรมะให้มากขึ้น เช่น การลาพักร้อน มาปฏิบัติธรรมต่อเนื่องระยะยาว เช่น 7 วัน 10 วัน ก็จะได้ชื่อว่า ได้ฝึกหัดให้เกิดเป็นกาลัญญูขึ้นมาได้

ปริสัญญู

นอกจากอัมมัญญูสูตรจะให้วิธีการฝึกฝนพัฒนาตนเองแก่พระภิกษุอย่างดีแล้วยังให้วิธีการทำหน้าที่กัลยาณมิตรที่ดีให้แก่ชาวโลกอีก 2 ประการด้วย คือ ปริสัญญู การรู้จักบริษัท และบุคคลปโรปรัญญู การรู้จักบุคคล

ก่อนที่พระภิกษุจะไปทำหน้าที่กัลยาณมิตรนั้น ต้องรู้จักและเข้าใจธรรมเนียมปฏิบัติของกลุ่มบุคคลสำคัญในสังคมทั้ง 4 กลุ่ม คือ กลุ่มนักปกครอง กลุ่มนักวิชาการ กลุ่มนักธุรกิจ และผู้ที่สามารถเลี้ยงตนเองได้ และนักบวช เพราะเป็นกลุ่มที่มีบทบาทสำคัญต่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา หากรู้จักวางตัวเองได้อย่างเหมาะสม ก็ย่อมจะสามารถแนะนำธรรมะ เป็นกัลยาณมิตรให้แก่กลุ่มบุคคลนี้ได้ พระภิกษุจึงต้องศึกษาถึงขนบธรรมเนียมของแต่ละกลุ่มไว้ เพื่อจะได้เป็นปรีชาญาณ

สำหรับฆราวาส การพัฒนาตนเองเพื่อการเป็นปรีชาญาณ ด้วยการเรียนรู้ธรรมเนียมปฏิบัติของกลุ่มบุคคล 4 กลุ่มนี้ก็ทำคล้ายคลึงกับพระภิกษุเช่นกัน แต่ควรมุ่งไปที่การเป็นกัลยาณมิตรให้กับกลุ่มที่มีบทบาททางสังคมใกล้เคียงกับตนเองแทน เช่น หากตนมีอาชีพครู เมื่อต้องเข้าไปหากลุ่มบุคคลทั้ง 4 กลุ่มนี้ ก็ต้องวางตัวให้เหมาะสมในฐานะครูกับบุคคลทั้ง 4 กลุ่ม รวมทั้งต้องคำนึงไปถึงอายุ ตำแหน่งหน้าที่การงาน และความสัมพันธ์อื่นๆ อีกด้วย หากเราสามารถเรียนรู้ธรรมเนียมและปฏิบัติตนเองได้อย่างเหมาะสมได้ ก็ถือว่าเป็นปรีชาญาณได้เช่นกัน

บุคคลปรีชาญาณ

เมื่อพระภิกษุแสดงธรรม แนะนำความรู้อันบริสุทธิ์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สามารถแนะนำธรรมะให้ตรงกับสภาวะที่คนฟังเป็นอยู่ จนผู้ฟังเกิดกำลังใจ นำธรรมะที่ตนได้ฟังไปปฏิบัติ จนบังเกิดผลดีขึ้นกับตัวเองได้ ถือว่าประสบความสำเร็จในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรให้แก่ผู้อื่น จึงเรียกพระภิกษุได้ว่า เป็นบุคคลปรีชาญาณ

สำหรับฆราวาส ก็สามารถฝึกตัวเองให้เป็นบุคคลปรีชาญาณได้เช่นเดียวกับพระภิกษุ คือ สามารถแนะนำธรรมะให้เหมาะแก่คนๆ นั้น ซึ่งอาจแตกต่างกันบ้างในด้านของวิธีการแนะนำ อันเนื่องมาจากความแตกต่างของเพศภาวะพระภิกษุกับฆราวาส ทำให้รูปแบบที่ใช้ ควรเป็นการแนะนำมากกว่าการสั่งสอน ในบุคคลระดับเดียวกันหรือสูงกว่า ส่วนบุคคลผู้มียะตบต่ำกว่าทั้งอายุ วัย การทำงาน อย่างเช่น เป็นเด็ก เป็นลูก เป็นลูกน้องในที่ทำงาน เป็นต้น ก็อาจแนะนำสั่งสอนให้ได้ไปตามความเหมาะสม เป็นต้น

จากวิธีการทั้ง 7 ขั้นตอนทีกล่าวนั้น ธัมมัญญสูตร จึงเป็นพระสูตรที่มีความสำคัญต่อการฝึกฝนอบรมตนเองของพระภิกษุอย่างมากมาย เพราะนอกจากจะทำให้ท่านสามารถพัฒนาระดับคุณธรรมภายใน จากเริ่มต้นไปจนถึงการสิ้นกิเลสอาสวะได้แล้ว ก็ยังนำสิ่งที่ฝึกมาได้ไปเป็นกัลยาณมิตรให้แก่ชาวโลกได้ด้วย

นอกจากนั้น ฆราวาสที่ศึกษาพระสูตรนี้มา ก็สามารถอาศัยหลักการสำคัญๆ ไปประยุกต์ใช้ให้เข้ากันกับวิถีชีวิตของตนเอง ซึ่งนอกจากจะเป็นทางมาของคุณธรรมแล้ว ก็ยังได้สั่งสมบุญบารมี และทำให้มีความรู้ความสามารถเพียงพอที่จะเป็นกัลยาณมิตรให้กับผู้อื่นได้เป็นอย่างดีด้วย

กิจกรรม

หลังจากนักศึกษาได้ศึกษา บทที่ 9 ขั้นตอนที่ 7 บุคคลปโรปรัชญ จบโดยสมบูรณ์แล้ว
โปรดทำแบบประเมินตนเองหลังเรียนบทที่ 9 และกิจกรรม ในแบบฝึกปฏิบัติบทที่ 9
แล้วจึงศึกษาในบทที่ 10 ต่อไป

บทที่ 10
ความสัมพันธ์ของ
คณกโมคคัลลานสูตร กับ
ธัมมัญญสูตร

1. ธรรมัญญสูตร เป็นพระสูตรที่ให้การฝึกฝนในแต่ละขั้นตอนของคณกโมคคัลลานสูตรแก่พระภิกษุจนบรรลุผลสำเร็จ สามารถเป็นกัลยาณมิตรให้กับตัวเอง และช่วยขจัดกิเลสอาสวะให้เบาบาง จนหมดไป คือ การทำพระนิพพานให้แจ้งได้
2. นอกจากการเป็นกัลยาณมิตร ให้ตัวเองได้แล้ว ธรรมัญญสูตรยังบอกถึงวิธีการฝึกฝนตนเองของพระภิกษุเพื่อทำหน้าที่เป็นกัลยาณมิตรให้แก่ผู้อื่น คือ ให้รู้จักบริษัท และรู้จักบุคคลอันจะเป็นประโยชน์ในการแสดงธรรมให้บังเกิดผลสำเร็จ
3. จากขั้นตอนการฝึกฝนตัวเองในคณกโมคคัลลานสูตรนั้น จะบังเกิดผลมากหรือน้อย ก็ขึ้นอยู่กับตัวของผู้ฝึกฝนเองว่า จะทุ่มเทเพื่อแสวงหาความรู้ ความเข้าใจ และพากเพียรลงมือปฏิบัติตามได้เพียงใด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจความสัมพันธ์ของคณกโมคคัลลานสูตร กับธรรมัญญสูตร
2. เพื่อให้นักศึกษาเกิดแรงบันดาลใจในการทำตนเป็นกัลยาณมิตรแก่ผู้อื่น จนสามารถนำมาลงมือปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวัน อย่างต่อเนื่อง
3. เพื่อให้นักศึกษาเห็นความสำคัญของการนำธรรมะมาใช้ฝึกฝนตนเอง เพื่อพัฒนาปลูกฝังนิสัยที่ดีให้เกิดขึ้น



บทที่ 10



ความสัมพันธ์ของคนโมคคัลลานสูตร กับธัมมัญญสูตร”

จากบทที่ผ่านมา นักศึกษาได้ศึกษารายละเอียดของธัมมัญญสูตร อันเป็นวิธีการฝึกฝนอบรมตนเองของพระภิกษุในพระศาสนาที่มีระเบียบแบบแผน จากง่ายไปยาก ซึ่งถือเป็นเครื่องช่วยพัฒนา ชัดเกลาอุปนิสัยใจคอให้ดีงาม จนกลายเป็นคุณธรรมภายในใจ และในที่สุดก็สามารถขจัดกิเลสอาสวะให้หมดสิ้นไป ได้บรรลุเป้าหมายสูงสุดในชีวิตคือพระนิพพาน

ในแต่ละบทที่ผ่านมา นั้น จะกล่าวถึงการฝึกฝนตัวของพระภิกษุไปตามลำดับ ตั้งแต่การเป็นผู้รู้จักศึกษาให้รู้ทั่วถึงธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดง เรียกว่า ธัมมัญญ

สามารถเข้าใจในธรรม รวมถึงนำมาปฏิบัติตามได้อย่างถูกต้อง เรียกว่า อตถัญญ

รู้จักประเมินความก้าวหน้าของการปฏิบัติตามธรรมที่ตนเข้าใจ เรียกว่า อตตัญญ

รู้จักประมาณในการรับปัจจัย 4 เพื่อใช้ในการฝึกฝนตัวเอง เรียกว่า มัตตัญญ

จนมาถึงรู้จักแบ่งเวลาในการศึกษาธรรมะและการทำภาวนา เรียกว่า กาลัญญ

ธรรมทั้ง 5 ประการแรก ตั้งแต่ธัมมัญญ จนถึงกาลัญญนี้ ล้วนมีความสำคัญต่อการฝึกฝนอบรมตนเอง เพราะทำให้สามารถปฏิบัติตามธรรมที่พระพุทธรองค์ตรัสไว้ได้เป็นอย่างดี ดังที่จะแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ของธรรม 5 ประการจากธัมมัญญสูตรไปใช้ฝึกปฏิบัติตามขั้นตอนของคนโมคคัลลานสูตร ดังนี้

10.1 การฝึกเป็นกัลยาณมิตรให้กับตนเอง

ในคนโมคคัลลานสูตรได้กล่าวถึงขั้นตอนการฝึกฝนอบรมตนเองอย่างเป็นขั้นเป็นตอนไว้ 6 ขั้นตอนตามลำดับ คือ

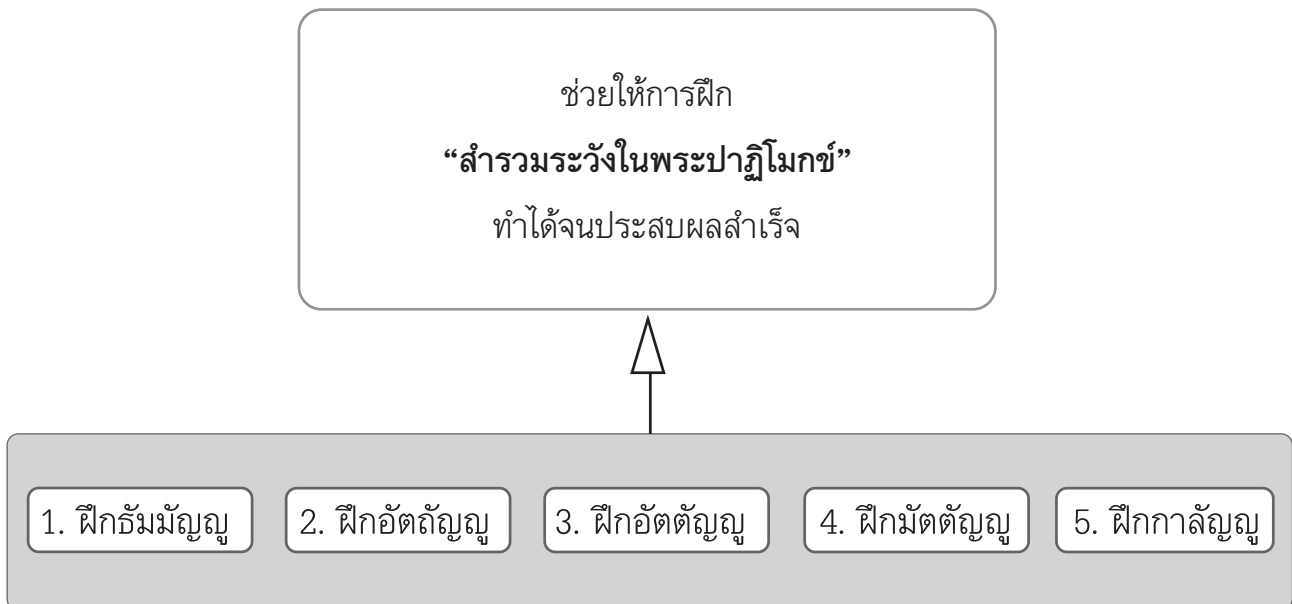
1. สำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์
2. คู้มครองทวารในอินทรีทั้งหลาย
3. รู้จักประมาณในโภชนะ
4. ประกอบเนืองๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่
5. ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ
6. เสพเสนาสนะอันสงัด

ผลจากการได้ปฏิบัติตามธรรมทั้ง 6 ประการนี้ ย่อมน้อมนำใจของพระภิกษุผู้ฝึกให้กลับเข้ามาตั้ง ณ ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 ของตนเอง และยิ่งปฏิบัติได้สมบูรณ์มากเท่าไร ใจก็ยิ่งจะหยุดนิ่งได้ง่าย จนสามารถกำจัดนิวรณ์ที่ขวางใจไว้ไม่ให้บรรลุธรรมที่มีภายในตัว เมื่อหลุดจากนิวรณ์ได้ ก็ย่อมเข้าถึงธรรมภายใน ตั้งแต่ปฐมฌาน ทุติยฌาน เรื่อยไป จนกระทั่งกำจัดกิเลสอาสวะให้หมดสิ้นไปได้ ตามกำลังแห่งความเพียร และบุญบารมีของตัว

ดังนั้น หากนักศึกษาสามารถปฏิบัติตามขั้นตอนในคณกโมกคัลลานสูตรได้อย่างถูกต้องสมบูรณ์ ย่อมเป็นโอกาสให้หลุดพ้นจากอัสวกิเลสทั้งหลายได้ ทั้งนี้ก็โดยอาศัยวิธีการจากอัมมัญญสูตรมาช่วยให้การฝึกฝนอบรมตนเองสามารถทำได้ง่ายยิ่งขึ้น

10.2 ฝึกเป็นผู้สำรวจในพระปาฏิโมกข์

เพื่อให้นักศึกษาได้เข้าใจ ถึงการนำอัมมัญญสูตร 5 ข้อแรกมาใช้ฝึกในขั้นตอนต่างๆ ของคณกโมกคัลลานสูตรได้อย่างชัดเจน จึงขอยกตัวอย่าง โดยจะอธิบายวิธีการฝึกในขั้นตอนที่ 1 คือ “การสำรวจในพระปาฏิโมกข์” ตามแผนผังที่แสดงไว้ด้านล่างนี้ คือ



10.2.1 ธัมมัญญกับการสำรวมในพระปาฏิโมกข์

เบื้องต้นของการฝึกฝนในเรื่องใดก็ตาม ยากที่จะสำเร็จได้หากไม่ชวนชวายเป็นใจหาความรู้ในเรื่องนั้น เช่น ปรรณนาที่จะเป็นคหบดี เป็นพ่อค้าผู้ร่ำรวย แต่ไม่มีความรู้ทางการค้า ไม่รู้จักสินค้าที่จะขาย ไม่รู้เรื่องการตลาด ย่อมยากที่จะประสบความสำเร็จสมความปรารถนาได้ เช่นเดียวกัน การที่พระภิกษุจะสามารถปฏิบัติตัวด้วยการสำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์ได้นั้น ก็ย่อมต้องชวนชวาญ่ ทุ่มเทศศึกษาในเรื่องเกี่ยวกับการสำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์ให้ได้ทั้งหมด เหตุที่ต้องทำอย่างนั้น ก็เพื่อจะได้เห็นภาพรวมสำคัญๆ ของการสำรวมในพระปาฏิโมกข์ที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ เพราะหากยังไม่ได้ศึกษา ก็คงไม่มีทางทราบได้ว่าตนเองจะต้องปฏิบัติอะไร หรืออย่างไร ตามที่พระองค์ทรงสอนไว้อย่างถูกต้องสมบูรณ์

ดังนั้นในเบื้องต้นจึงต้องทราบว่า “พระปาฏิโมกข์” หมายถึงปาฏิโมกขสังวรศีล ซึ่งก็คือ ศีลของพระภิกษุ 227 ข้อ รวมทั้งวินัยและข้อปลีกย่อยที่เป็นรายละเอียดอื่นๆ อีกมากมาย” เหมือนที่พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ได้แสดงพระธรรมเทศนาไว้ว่า¹

“ศีลของภิกษุณะ เป็น อปริยัตตปาริสุทธิศีล (คือ) ไม่มีที่สุด ศีลของภิกษุไม่มีที่สุด ศีลของภิกษุ 227 ลิกขาบทมาในพระปาฏิโมกข์ ในวิสุทธิมรรค 3 ล้าน 100 กว่าลิกขาบท มาในพระไตรปิฎก ที่เรียกว่าวินัยปิฎกนี้ 21,000 กัณฑ์ เป็นลิกขาบทหลายข้อ

ถ้าจะนับลิกขาบทภิกษุ ศีลไม่มีที่สุด ศีลไม่มีที่สุดทีเดียว เรียกว่า อปริยัตตปาริสุทธิศีลขึ้นสู่พระปาฏิโมกข์นิดเดียว 227 ลิกขาบทข้อสำคัญๆ ทั้งนั้น ที่ข้อลดหย่อนกว่านั้น ยังอยู่อีกมากมาย ไม่มีที่สุด...”

ความรู้ศีลเหล่านี้จะเกิดขึ้นได้ ก็ต่อเมื่อ พระภิกษุนั้นฝึกฝนตนจนกลายเป็นธัมมัญญ หมายถึงได้ศึกษาธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาทั้งหมด กล่าวให้ง่าย คือได้อ่านพระไตรปิฎกจนจบครบทุกเล่มจนสามารถสรุปภาพรวมคำสอนสำคัญๆ ได้ เพราะความรู้นี้เป็นพื้นฐานให้เกิดความเข้าใจในระดับที่สามารถนำไปปฏิบัติให้เกิดผลได้ในอนาคต

¹พระธรรมเทศนาพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร), เรื่อง “ภัตตานุโมทนาภาส”, 18 พฤศจิกายน 2497

10.2.2 อุตัญญกับการสำรวมในพระปาฏิโมกข์

ภายหลังจากที่มีความรู้เรื่องการสำรวมในพระปาฏิโมกข์แล้ว ขั้นตอนต่อไป จึงเป็นเรื่องของการทำความเข้าใจ เพื่อที่จะสามารถนำความรู้มาใช้เป็นบทฝึกฝนให้กับตัวเอง อาจเรียกว่า สามารถนำความรู้ในภาคทฤษฎีมาสู่การใช้งานจริงในภาคปฏิบัติได้ ขั้นตอนนี้จึงมีความยากยิ่งขึ้น เพราะไม่เพียงแต่อาศัยความรู้เรื่องการสำรวมในพระปาฏิโมกข์เท่านั้น แต่ต้องอาศัย “ความเข้าใจ” ในเรื่องนี้ประกอบกันด้วย

การเปลี่ยนความรู้มาเป็นความเข้าใจ จนสามารถนำไปปฏิบัติแล้วบังเกิดผลไปตามส่วนได้ เหล่านี้ล้วนเป็นคุณสมบัติของการฝึกอุตัญญทั้งสิ้น

ดังนั้น การเปลี่ยนความรู้เรื่องการสำรวมในพระปาฏิโมกข์มาเป็นความเข้าใจ จนเห็นแนวทางของการนำไปฝึกฝนให้เป็นผลสำเร็จได้ ย่อมต้องอาศัยความเป็นอุตัญญ กล่าวโดยย่อ คือ ต้องมีองค์ประกอบ 3 ประการ ดังนี้

1. อาศัยความรู้เรื่องการสำรวมในพระปาฏิโมกข์ที่ได้จากการอ่าน การฟัง หรือความเป็นอัมมัญญของตน
2. อาศัยการลงมือฝึกปฏิบัติตามความรู้นั้น
3. อาศัยกัลยาณมิตร หรือครูที่สามารถแนะนำ แก้ข้อสงสัยที่ยังเข้าใจไม่สมบูรณ์ให้ถูกต้อง ตรงไปตามความมุ่งหมายของการสำรวมในพระปาฏิโมกข์

ในการเริ่มต้นฝึกปฏิบัติของพระภิกษุเหล่านั้น การมีครูบาอาจารย์คอยแนะนำเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด อุปมาเหมือนบุคคลเดินทางผ่านป่าใหญ่ การมีผู้ชำนาญทางคอยพาเดินไป ย่อมดีกว่าบุกตะลุยไปแต่เพียงลำพังเหมือนดังเรื่อง อุกกัณฐิตภิกษุ¹ ดังนี้

ในสมัยพุทธกาล บุตรเศรษฐีชื่อว่า “อนุปปพเศรษฐีบุตร” ในกรุงสาวัตถี เป็นผู้ชวนขวยในการสร้างบุญ ต่อมาได้บวชในพระศาสนา มีภิกษุผู้ทรงพระอิทธิธรรมเป็นอาจารย์ มีภิกษุผู้ทรงพระวินัยเป็นพระอุปัชฌาย์

ภายหลังอุปสมบท ฝ่ายพระอาจารย์ของตนกล่าวสอนปัญหาในพระอิทธิธรรมว่า “ในพระพุทธศาสนา ภิกษุควรทำกิจนี้ ไม่ควรทำกิจนี้” ฝ่ายพระอุปัชฌาย์ ก็กล่าวปัญหาในพระวินัยว่า “ในพระพุทธศาสนา ภิกษุทำสิ่งนี้ควร ทำสิ่งนี้ไม่ควร สิ่งนี้เหมาะ สิ่งนี้ไม่เหมาะ”

¹เรียบเรียงจาก **เรื่องอุกัณฐิตภิกษุ**, อรรถกถาขุททกนิกาย คาถาธรรมบท, มก. เล่ม 40 หน้า 407

อุกัณฐิติกษิณฺณํ “โอ เราใคร่จะพ้นจากทุกข์ จึงออกบวช แต่ในพระพุทธศาสนา นี้ แม้แค่จะเหยียดมือก็ลำบากนัก เราครองเรือนก็อาจพ้นจากทุกข์ในวัฏฏะได้ เราควรเป็นฆราวาสดีกว่า”

ตั้งแต่นั้น ท่านก็กระสันอยากสึก หมดความยินดีในการประพฤติพรหมจรรย์ ไม่ทำการสาธยายธรรม ไม่เล่าเรียนในพระปาฏิโมกข์ มีร่างกายผอม ชูบชืด มีตัวสะพรั่งไปด้วยเส้นเอ็น ถูกความเกียจคร้านครอบงำ เมื่อพระพระอาจารย์และพระอุปัชฌาย์ของท่านทราบเรื่องแล้ว จึงพาท่านไปยังสำนักพระศาสดา

พระพุทธองค์ทรงทราบเรื่องแล้วจึงตรัสถามว่า “ภิกษุ ถ้าเธอรักษาเพียงสิ่งเดียวได้นั้น สิ่งอื่นๆ ก็ไม่ต้องรักษาอีกเลย”

“อะไร ? พระเจ้าข้า”

“เธอจะรักษาเฉพาะจิตของเธอ ได้ไหม ?”

“อาจรักษาได้ พระเจ้าข้า”

พระศาสดา จึงประทานพระโอวาทนี้ว่า “ถ้ากระนั้น เธอจงรักษาเฉพาะจิตของตนไว้ เธออาจพ้นจากทุกข์ได้”

ภายหลังจบพระธรรมเทศนา อุกัณฐิติกษิณฺณํก็มิดวงตาเห็นธรรม บรรลุเป็นพระโสดาบัน ณ ที่ตรงนั้นเอง

จากเรื่องนี้ นอกจากจะทำให้เห็นคุณค่าของการมีกัลยาณมิตร ที่จะเป็นครูคอยแนะนำ พร่ำสอนในการฝึกฝนตัวเองแล้ว ยังแสดงให้เห็นถึง การให้ความเข้าใจในความรู้ที่พระอุกัณฐิติกษิณฺณํได้ร่ำเรียน จากพระอุปัชฌาย์และพระอาจารย์ ซึ่งเดิมท่านเกิดความท้อแท้เสียก่อน คิดเองว่า ความรู้ที่ตนได้ร่ำเรียนนั้นเป็นของยาก ปฏิบัติตัวตามได้ลำบาก ไม่อาจทำตัวเองให้สบายได้ จึงคิดจะกลับไปเป็นฆราวาสครองเรือนตามเดิม แต่เมื่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแนะแนวทางในการปฏิบัติให้ ท่านก็เกิดความเข้าใจ เห็นว่า คำสอนที่พระอุปัชฌาย์และพระอาจารย์สอนตนทั้งหมดนั้น แท้จริงก็คือ การสำรวจระวังใจของตนเองให้ดี นั่นเอง เพราะเมื่อสามารถระมัดระวังใจได้แล้ว ก็ย่อมสามารถควบคุมกาย วาจา หรือทำตามคำสอน คำแนะนำที่ท่านทั้งสองกล่าวสอนมาได้ทั้งหมดโดยปริยาย เมื่อท่านเกิดความเข้าใจ มองเห็นหนทางของการฝึกฝนด้วยการรู้จักรักษาใจของตนแล้ว ภายหลังจึงสามารถบรรลุธรรมได้ในที่สุด

10.2.3 อุตตัญญูกับการสำรวจในพระปาฏิโมกข์

พระภิกษุ นั้น เมื่อมีความรู้เรื่องการสำรวจในพระปาฏิโมกข์เป็นอย่างดี มีความเข้าใจในแนวทางการปฏิบัติได้ทดลองฝึกตัวไปตามความเข้าใจ อาศัยครูคอยแนะนำ เพิ่มเติมความรู้ ความเข้าใจไปได้ระยะหนึ่งแล้ว

ย่อมเกิดความเปลี่ยนแปลงทั้งกาย วาจา ใจ เช่นมีความสงบสำรวม มีความบริสุทธิ์สะอาด คอยระมัดระวังตนเองจากบาป และรักในการสร้างบุญบารมี สิ่งเหล่านี้เป็นคุณธรรมที่เกิดขึ้นจากการได้ฝึกฝนอบรมตนเอง ดังนั้น พระภิกษุจึงควรรู้จักประเมินคุณธรรมของตน เพื่อให้ทราบความก้าวหน้า ว่าความสำรวมระวังในกาย วาจา ของเราพัฒนาไปได้มากแค่ไหน หรือหากบกพร่อง ก็จะได้รับแก้ไข เพื่อจะได้ฝึกฝนต่อไปได้อย่างถูกต้อง สมบูรณ์

สำหรับวิธีการประเมินความก้าวหน้าของคุณธรรมนั้น ต้องอาศัยความเป็นอัตตัญญู คือ อาศัยธรรมทั้ง 6 ประการ ได้แก่ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา และปฏิภาณ โดยการประเมินดังนี้ คือ

1) ประเมิน “ศรัทธา” ของตนเองว่ามีความเชื่อมั่น อยากที่จะปฏิบัติตัวเองให้บริสุทธิ์กาย บริสุทธิ์วาจา ไม่ปรารถนาให้ใครเดือดร้อน ด้วยการสำรวมในพระปาฏิโมกข์ ตามที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนไว้เพียงใด

2) ประเมิน “ศีล” ของตนเองว่า สามารถรักษาได้รัดกุม พยายามที่จะไม่ทำตนให้หลุดออกจากกรอบแห่งศีล มีความพยายามรักษาศีลให้บริสุทธิ์ยิ่งขึ้นไป มากน้อยเพียงใด

3) ประเมิน “สุตะ” ของตนเองว่า มีความพากเพียรที่จะศึกษา ทุ่มเทหาความรู้เพิ่มเติมในเรื่องการสำรวมในพระปาฏิโมกข์ ทั้งที่มีในพระวินัย ในพระสูตร หรือจากครูอาจารย์ จากแหล่งความรู้อื่นๆ มากน้อยเพียงไร

4) ประเมิน “จาคะ” ของตนเองว่า สามารถสละวัตถุสิ่งของที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสห้าม หรือใช้ในสิ่งของที่ทรงอนุญาตให้ใช้ รวมไปถึงการตัดใจ ห้ามใจ ในทุกสิ่งทุกอย่าง ที่กระทบต่อความสำรวมในพระปาฏิโมกข์ ว่ามีมากหรือน้อยเพียงใด

5) ประเมิน “ปัญญา” ของตนเองว่า มีความรู้ ความเข้าใจ จนสามารถนำข้อบัญญัติในพระปาฏิโมกข์ มาปฏิบัติตามได้อย่างมีเหตุมีผล และตรงวัตถุประสงค์ที่พุทธองค์ต้องการได้มากน้อยเพียงใด

6) ประเมิน “ปฏิภาณ” ของตนเองว่า สามารถนำความรู้ในเรื่องการสำรวมในพระปาฏิโมกข์มาใช้ได้อย่างถูกต้องในชีวิตประจำวันได้มากน้อยเพียงใด เช่นหากต้องกระทำสิ่งใด ก็ตัดสินใจวินิจฉัยให้ถูกต้องตามพระปาฏิโมกข์ได้ในทันที

ข้อดีของการรู้จักประเมินคุณธรรม คือทำให้ได้พิจารณาตนเอง และยังทำให้เป็นผู้ไม่ประมาท ไม่ตกหลุมพรางของการฝึกตัว เช่นหลงติดอยู่ในคุณธรรมขั้นต่ำโดยไม่พยายามทำให้คุณธรรมก้าวหน้าไปกว่าเดิม ดังนั้น การประเมินคุณธรรมบ่อยๆ นี้ ก็เหมือนกับที่ได้ส่องกระจกดูตัว สมกับที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน *ฐิติสูตร*¹ ว่า

¹ *ฐิติสูตร*, อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต, มก. เล่ม 38 ข้อ 53 หน้า 173

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เปรียบเหมือนสตรีหรือบุรุษที่เป็นหนุ่มสาว มีปกติชอบแต่งตัว ส่องดูเงาหน้าของตนในคั่นฉ่องอันบริสุทธิ์หมดจด หรือในภาชนะน้ำอันใส ถ้าเห็นรูหรือจุดดำที่หน้านั้น ก็พยายามเพื่อขจัดรูหรือจุดดำนั้นเสีย ถ้าไม่เห็นรูหรือจุดดำที่หน้านั้น ก็ยอมดีใจ มีความปิติหรือให้เกิดความดำริอันบริบูรณ์ด้วยเหตุนั้นแล้ว เป็นลาภของเราหนอ หน้าของเราบริสุทธิ์แล้วหนอ แม้ฉันใด

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การพิจารณาของภิกษุว่า เราเป็นผู้มีกิษณายูโดยมากหรือหนอหรือว่าเราเป็นผู้ไม่มีกิษณายูโดยมากเราเป็นผู้มีจิตไม่ตั้งมั่นอยู่โดยมากหรือหนอ หรือว่าเราเป็นผู้มีจิตตั้งมั่นอยู่โดยมาก ดังนี้ ย่อมเป็นอุปการะมากในกุศลธรรมทั้งหลายฉันนั้นเหมือนกัน...”

10.2.4 มัตตัญญูกับการสำรวมในพระปาฏิโมกข์

การฝึกด้วยมัตตัญญู คือ เป็นผู้รู้จักประมาณในการรับปัจจัย 4 นั้น เป็นเหตุให้การสำรวมในพระปาฏิโมกข์มีความบริบูรณ์ใน 3 ทาง คือ

1) **บริบูรณ์เพราะห้ามตนเองไม่ให้ล่วงละเมิดในพระปาฏิโมกข์** หมายถึง พระภิกษุสามารถรับปัจจัย 4 ได้ถูกต้องตามที่พระพุทธองค์ทรงบัญญัติไว้ในพระวินัย เพราะในสิกขาบทน้อยใหญ่ มักจะมีข้อห้ามและข้ออนุญาตในปัจจัย 4 และสิ่งที่เกี่ยวข้องด้วยปัจจัย 4 อยู่มากมายทีเดียว ดังนั้น หากพระภิกษุประมาณในการรับได้ ก็ย่อมชื่อว่ารักษาพระปาฏิโมกข์ไว้ได้โดยปริยายนั่นเอง

2) **บริบูรณ์เพราะสำรวมในพระปาฏิโมกข์ได้เป็นปกติ** หมายถึงพระภิกษุที่ประมาณการรับได้ เมื่อฝึกฝนเรื่อยไปก็จะได้นิสัยบริหารปัจจัย 4 ได้ลงตัว เมื่อเป็นนิสัย การสำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์ก็ทำได้โดยอัตโนมัติ เหมือนกับเป็นเรื่องปกติธรรมดา จึงไม่ต้องกังวลว่าจะล่วงละเมิดสิกขาบทใดๆ ปาฏิโมกข์ก็จะสมบูรณ์ได้ง่ายขึ้น

3) **บริบูรณ์เพราะเกื้อกูลต่อการฝึกใจ** หมายถึงเมื่อประมาณการรับปัจจัย 4 ได้ นอกจากจะทำให้การสำรวมในพระปาฏิโมกข์บริบูรณ์แล้ว ก็ยังมีผลดีไปยังการฝึกในขั้นตอนอื่นๆ ในคณโกมคัลลานสูตรด้วย เช่นหากพระภิกษุไม่รู้จักประมาณ คือรับบิณฑบาตมากเกินไปเพราะความอยาก “ปาฏิโมกข์สังวรศีล” ก็บกพร่อง และหากปล่อยใจติดไปกับรสชาติอาหารนั้น “อินทริยสังวร” ก็บกพร่อง เมื่อฉันมากเกินไปเพราะติดในรสอาหาร ร่างกายก็อึดอัด ไม่สบาย โกงง่วงได้ง่าย “การประกอบความเพียรเป็นเครื่องตื่น” ก็บกพร่อง เป็นต้น

ในทางตรงกันข้าม หากรู้จักประมาณ ปาฏิโมกข์สังวรก็บริบูรณ์ ทั้งอินทริยสังวร และการประกอบความเพียรเป็นเครื่องตื่น ก็บริบูรณ์ตามไปด้วย

10.2.5 กาลัญญกับการสำรวมในพระปาฏิโมกข์

ในการฝึกฝน ขัดเกลาร่างกายของพระภิกษุล้วนต้องอาศัยระยะเวลาในการศึกษา ทำความเข้าใจ ทดลองปฏิบัติ จนกระทั่งเกิดเป็นผลสำเร็จสมความตั้งใจ เวลาจึงเป็นสิ่งที่มีความค่า หากได้จัดสรรและใช้ให้เกิดประโยชน์มากที่สุด

การจะจัดสรรเวลาได้อย่างลงตัว ฝึกบริหารเวลาที่มีอยู่อย่างจำกัดได้อย่างเหมาะสม จึงต้องอาศัยความเป็นกาลัญญ คือ ต้องมีเวลาในการเรียนรู้ ในการสอบถาม ในการฝึกเจริญสมาธิภาวนา และเวลาในการหลีกออกเร้น

กาลัญญกับการสำรวมในพระปาฏิโมกข์ จึงหมายเอาการจัดสรรเวลาของตัวเอง เพื่อให้มีเวลาในการเรียน การศึกษาเรื่องของการสำรวมในพระปาฏิโมกข์ และการจัดสรรเวลา เพื่อให้มีเวลาในการปฏิบัติตัวตามที่ได้เรียน ได้ศึกษามาจนเกิดเป็นผลสำเร็จขึ้นนั่นเอง

จะเห็นได้ว่า การฝึกปฏิบัติตามคณกโมคคัลลานสูตรให้เกิดผลสำเร็จนั้น ล้วนต้องอาศัยวิธีการของอัมมัญญสูตรทั้ง 5 ประการ ตั้งแต่ฝึกความเป็นอัมมัญญ เพื่อศึกษาคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ฝึกความเป็นอิตถัญญ เพื่อทำความเข้าใจและลงมือปฏิบัติไปตามความเข้าใจนั้น ฝึกความเป็นอิตตัญญ เพื่อรู้จักการประเมินคุณธรรมในตนเอง ฝึกความเป็นมัตตัญญ เพื่อรู้จักประมาณในการรับปัจจัยสี่ ฝึกความเป็นกาลัญญ เพื่อรู้จักบริหารเวลาของตัวเองในการเรียนและการเจริญสมาธิภาวนา

ด้วยการฝึกปฏิบัติด้วยวิธีการทั้ง 5 จะทำให้การปฏิบัติตามขั้นตอนทั้ง 6 ประการในคณกโมคคัลลานสูตรก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว ในขณะเดียวกัน กาย วาจา ใจ ก็ถูกขัดเกลาให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ยิ่งขึ้นไป ใจที่เคยขัดส่าย ก็ค่อยๆ กลับเข้ามาตั้งมั่นอยู่ภายในตัว จนกระทั่งหยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางกาย และพัฒนาตามขั้นตอนที่พระองค์ตรัสบอกไว้เรื่อยๆ จนกระทั่งได้บรรลุมรรคผล นิพพาน เสร็จกิจในพระศาสนา เป็นพระแท้ผู้เป็นเนื้อนาบุญของโลกอย่างแท้จริง

สมดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสบอกกับพราหมณ์คณกโมคคัลลานะไว้ ว่าหากพระภิกษุได้ปฏิบัติตามขั้นตอนทั้ง 6 ดังที่กล่าวมา ก็ย่อมบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้ ดังนี้

“ดูก่อนพราหมณ์ในพวกภิกษุที่ยังเป็นเสขะ ยังไม่บรรลุพระอรหัตตมรรค ยังปรารถนาธรรมที่เกษมจากโยคะอย่างหาธรรมอื่นยิ่งกว่ามิได้นั้น เรามีคำพร่ำสอนเห็นปานฉะนี้ ส่วนสำหรับภิกษุพวกที่เป็นอรหันตชินาสพอยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ปลงภาระได้แล้ว ถึงประโยชน์ตนแล้วตามลำดับ สิ้นสัญญาชนในภพแล้ว พันวิเศษแล้วเพราะรู้ชอบนั้น ธรรมเหล่านี้ย่อมเป็นไปเพื่อความอยู่สบายในปัจจุบัน และเพื่อสติสัมปชัญญะ”

10.3 ความสำเร็จอยู่ที่การเริ่มต้นของตนเอง

เมื่อคณกโมคคัลลานพราหมณ์ได้ฟังวิธีศึกษาในพระพุทธศาสนาอย่างเป็นขั้นเป็นตอนชัดเจนจบแล้ว จึงทูลถามพระองค์ว่า เมื่อพระองค์ทรงสอนอย่างนี้ พระภิกษุได้บรรลุพระนิพพานกันทุกรูปหรือไม่ พระองค์ทรงตอบว่า “ไม่” พร้อมทั้งได้อุปมาให้พราหมณ์เข้าใจ โดยเปรียบเทียบการบรรลุนิพพานกับการเดินทางไปเมืองราชคฤห์ของบุรุษ 2 คน คือทั้งสองคนมาถามทางกับผู้รู้ทางไปเมืองนั้น เมื่อบอกทางแล้ว คนหนึ่งจับทางผิด เดินไปในทางตรงข้ามก็ยอมไปไม่ถึงตรงข้ามกับคนที่เดินตามทางที่บอกไว้ในที่สุดก็จะเดินไปจนถึงเมืองนั้น แล้วพระองค์จึงตรัสสรุปว่า

“ดูก่อนพราหมณ์ ในเมื่อนิพพานก็มีอยู่ ทางไปนิพพานก็มีอยู่ เราผู้ชักชวนก็มีอยู่ แต่ภิกษุของเราอันเราโอวาทสั่งสอนอยู่อย่างนี้ บางพวกเพียงส่วนน้อยสำเร็จนิพพานอันมีความสำเร็จล่ง ส่วนบางพวกก็ไม่สำเร็จ

ดูก่อนพราหมณ์ ในเรื่องนี้ เราจะทำอย่างไรได้ ตถาคตเป็นแต่ผู้บอกหนทาง...”

จากพระพุทธดำรัสนี้ ย่อมแสดงว่าความสำเร็จของการฝึกฝนนั้นไม่ได้ขึ้นอยู่กับใคร นอกจากตัวของพระภิกษุเอง ที่จะนำความรู้ที่ได้ศึกษานั้น ไปปฏิบัติให้เกิดผลอย่างจริงจังในวิถีชีวิตของตนเอง

10.4 การเป็นกัลยาณมิตรให้แก่ชาวโลก

เมื่อพระภิกษุสามารถเป็นกัลยาณมิตรให้กับตนเองได้แล้ว ก็ต้องทำหน้าที่เป็นกัลยาณมิตรให้กับผู้อื่นด้วยต่อไป ทั้งนี้เพราะสาธุชนเป็นผู้มีคุณ ที่คอยช่วยสนับสนุนปัจจัย 4 และสิ่งจำเป็น ทำให้พระภิกษุไม่ต้องกังวลกับการเลี้ยงชีพใดๆ จึงมีเวลาที่จะศึกษาตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้มากกว่า ดังนั้นเมื่อถึงเวลา ก็ควรต้องทำหน้าที่ถ่ายทอดความรู้ทางธรรมกลับคืนไปยังสาธุชน สมดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า¹

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย พราหมณ์และคฤหบดีทั้งหลายเป็นผู้มีอุปการะมาก แก่เธอทั้งหลาย บำรุงเธอทั้งหลายด้วยจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และ

¹พหุการสูตร, อรรถกถาขุททกนิกาย อิติวุตตกะ, มก. เล่ม 45 ข้อ 287 หน้า 677

คิลานปัจจัยเภลัชบริหาร แม้เธอทั้งหลายก็จะเป็นผู้มีอุปการะมากแก่พรหมณ์และคฤหบดีทั้งหลาย จงแสดงธรรมอันงามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในที่สุด จงประกาศพรหมจรรย์พร้อมทั้งอรรถ พร้อมทั้งพยัญชนะ บริสุทธิ์บริบูรณ์สิ้นเชิง แก่พรหมณ์และคฤหบดีเหล่านั้นเถิด

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ขรवासและบรรพชิตทั้งหลาย ต่างอาศัยซึ่งกันและกันด้วยอำนาจามิสทานและธรรมทาน อยู่ประพฤติพรหมจรรย์นี้ เพื่อต้องการสลัดโอฆะเพื่อจะทำซึ่งที่สุดแห่งทุกข์โดยชอบด้วยประการอย่างนี้...”

หน้าที่ของพระภิกษุในการทำหน้าที่กัลยาณมิตรแก่ญาติโยมนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงกำหนดไว้แล้วในสังคาลสูตร¹ ว่า

“ดูก่อนคฤหบดีบุตร สมณพรหมณ์ผู้เป็นทิศเบื้องบน ย่อมอนุเคราะห์กุลบุตร 6 ประการเหล่านี้ คือ

1. ห้ามจากความชั่ว
2. ให้ตั้งอยู่ในความดี
3. อนุเคราะห์ด้วยใจงาม
4. ให้ได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง
5. ทำสิ่งที่เคยฟังแล้วให้แจ่มแจ้ง
6. บอกทางสวรรค์ให้”

กล่าวโดยสรุป ก็คือ พระภิกษุจะต้องเทศน์สอน โดยเฉพาะต้องสอน ต้องแนะนำห้ามไม่ให้ญาติโยมทำความชั่ว และสอนให้ตั้งมั่นในความดีด้วยจิตที่เมตตา ซึ่งการที่จะเทศน์สอนให้ได้ดีนั้น จะสามารถทำได้ ก็ต่อเมื่อพระภิกษุนั้นมีความพร้อม

ความพร้อมนั้นจะเกิดขึ้นได้ ก็เพราะการฝึกฝน ไม่ได้เกิดขึ้นได้เองโดยไม่มีเหตุผล พระภิกษุจะมีความพร้อมในการแสดงธรรมอย่างองอาจได้ ก็ต่อเมื่อฝึกฝนตนเองมาอย่างดี คือ ใช้เวลาที่ไม่ได้ไปประกอบอาชีพอย่างขรवासให้หมดไปกับการศึกษาหาความรู้ การทำความเข้าใจในธรรม หมั่นตรวจสอบ พัฒนาตนเอง ทั้งยังรู้จักประมาณในปัจจัยสี่ และรู้จักบริหารเวลาให้มีประสิทธิภาพได้ เป็นต้น

¹สังคาลสูตร, ทีฆนิกาย ปาฏิภวรรค, มก. เล่ม 16 ข้อ 204 หน้า 91

เมื่อพระภิกษุเป็นผู้ทรงภูมิรู้ภูมิธรรมก็สามารถทำหน้าที่เป็นกัลยาณมิตรให้แก่ญาติโยมได้เป็นอย่างดี เพราะได้ฝึกฝนตน จนรู้จัก เข้าใจในตนเอง เมื่อเข้าใจตนเองเสียแล้ว ย่อมเข้าใจผู้อื่นไปด้วย เพราะทุกคนล้วนมีกิเลสที่ซุกซ่อนในใจเหมือนกัน และมีเชื้อแห่งการทำความดี อยากที่จะเป็นคนดีเหมือนๆ กันด้วย แต่บางคนไม่รู้วิธีว่าคนดีคือใคร ต้องมีคุณสมบัติอย่างไร สังคมจึงมีทั้งคนดี และไม่ดีปะปนกัน หากคนเหล่านี้ได้กัลยาณมิตรที่ฝึกฝนตนเองมาอย่างดี คอยแนะนำชี้แนะ ก็ย่อมมีโอกาสเป็นคนดีได้ รวมทั้งสามารถพัฒนาตัวเองเป็นกัลยาณมิตรให้แก่ผู้อื่นได้ด้วย

ในการทำหน้าที่เป็นกัลยาณมิตรนั้น พระภิกษุสามารถอาศัยวิธีการจากธัมมัญญสูตร 2 ประการ คือ “ปริสัณญ” ความเป็นผู้รู้จักกลุ่มคน และ “บุคคลปรปริสัณญ” การรู้จักเลือกคน มาใช้ ซึ่งรายละเอียดได้อธิบายไว้แล้วในบทที่ผ่านมา

10.5 ทาน ศีล ภาวนา กับ ธัมมัญญสูตร

ดังที่ได้อธิบายมาแล้วว่า ขั้นตอนการฝึกของพระภิกษุนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแนะนำให้ปฏิบัติไปตามขั้นตอนในคณโกศลลลนสูตร ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติขัดเกลา เข้ากับวิถีชีวิตของพระภิกษุโดยตรง และได้ผลอย่างรวดเร็ว แต่โดยสาระแล้ว ก็คือการฝึกเพื่อให้เกิดความบริสุทธิ์กาย วาจา ใจ ซึ่งก็คือฝึกไปตามศีล สมาริปัญญา โดยมีเป้าหมายคือการน้อมใจกลับมาหยุดนิ่งตั้งมั่นอยู่ภายในตัว โดยที่ศีลจะทำหน้าที่ควบคุมกายและวาจาไว้ สมาริจะควบคุมใจไม่ให้ออกไปนอกตัว จนกระทั่งหยุดนิ่ง จึงเกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริงในสรรพสิ่งทั้งหลาย แม้กระทั่งกิเลสที่หมักหมมอยู่ในใจก็จะถูกกำจัดให้หมดสิ้นไปโดยปัญญา

แต่สำหรับฆราวาสผู้ครองเรือนนั้น การจะฝึกปฏิบัติเช่นเดียวกับพระภิกษุก็ไม่ได้ ทั้งนี้เนื่องจากแต่ละเพศภาวะก็มีปัจจัยและข้อกำหนดที่แตกต่างกันไป เช่น การมีภาระครอบครัว การทำธุรกิจ การงานเพื่อเลี้ยงชีพ เป็นต้น ดังนั้นสิ่งที่ฆราวาสพอจะทำได้ ก็คือต้องนำหลักการจากคณโกศลลลนสูตรมาใช้ ซึ่งก็คือ การฝึกเพื่อให้เกิดความบริสุทธิ์ของกาย วาจา ใจ นั่นเอง เมื่อได้หลักการที่ชัดเจนอย่างนี้ ก็เหลือเพียงแค่เลือกขั้นตอนการฝึกที่ทำให้ได้ผลแบบเดียวกัน โดยที่ฆราวาสก็สามารถฝึกไปได้ทุกวัน และเหมาะสมสอดคล้องกันกับวิถีชีวิตของตนเอง ซึ่งขั้นตอนการฝึกที่เหมาะสมนั้น ก็คือ **“ทาน ศีล และการเจริญสมาธิภาวนา”** อย่างที่แนะนำไว้ตั้งแต่ต้นนั่นเอง ส่วนวิธีการปฏิบัติให้ได้รับผลสำเร็จนั้น ฆราวาสก็ควรนำวิธีการจากธัมมัญญสูตรมาใช้ โดยเลือกปรับบางสิ่งบางอย่างให้สอดคล้องกับการใช้ชีวิตของตนเอง เมื่อฝึกปฏิบัติไปอย่างจริงจัง ก็จะได้รับผลดังที่เคยกล่าวไว้ คือ

“การทำทาน” จะเป็นเหตุให้ใจคลายจากความตระหนี่หวงแหน เป็นการกำจัดกิเลส คือ โลภะ ซึ่งจะทำให้ใจไม่ไปติดกับสิ่งของนอกตัวมากเกินไป จึงเป็นพื้นฐานให้การฝึกในเรื่องอื่นๆ สามารถทำได้ง่ายขึ้น

“การรักษาศีล” เมื่อใจคลายเพราะได้พื้นฐานมาจากการทำทาน ก็จะไม่อยากเบียดเบียนทำร้ายเพื่อ

ให้ได้อะไรมาจากใคร ก็เลสลโสะก็ค่อยๆ จางหายไป การควบคุมกายกับวาจาไม่ให้ไปทำชั่วก็สามารถทำได้
ง่ายขึ้น

“การเจริญสมาธิภาวนา” เมื่อควบคุมกายกับวาจาได้ ใจก็จะค่อยๆ กลับมาอยู่ภายในตัว เมื่อฝึก
สมาธิต่อไป ใจจะค่อยๆ ตั้งมั่น จนกระทั่งหยุดนิ่ง เกิดเป็นความสว่างไสว และมีปัญญารู้แจ้งในสรรพสิ่งตรงตาม
ความเป็นจริง ก็เลสลโสะหรือความไม่รู้ก็หายไป

ด้วยวิธีการง่ายๆ ด้วยการทำทาน รักษาศีล และเจริญสมาธิภาวนา ที่ฆราวาสสามารถฝึกฝนและ
ปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวัน ก็ย่อมเป็นเหตุให้กาย วาจา และใจ สะอาดบริสุทธิ์ผ่องใส เช่นเดียวกับที่พระ
ภิกษุฝึกฝนอบรมตัวของท่านได้เช่นเดียวกัน ดังนั้นผู้เป็นฆราวาสจึงควรสนใจ ที่จะนำวิธีการตามที่ได้ศึกษา
จากทั้งคณกโมคคัลลานสูตร และธัมมัญญสูตรไปใช้ ให้เกิดผลในทางปฏิบัติได้อย่างสมบูรณ์

กิจกรรม

หลังจากนักศึกษาได้ศึกษา บทที่ 10 ความสัมพันธ์ของ
คณกโมคคัลลานสูตร กับธัมมัญญสูตร จบโดยสมบูรณ์แล้ว
โปรดทำแบบประเมินตนเองหลังเรียนบทที่ 10 และกิจกรรม ในแบบฝึกปฏิบัติบทที่ 10

ภาคผนวกท้ายเล่ม

คณกโมคคัลลานสูตร¹

ว่าด้วยการศึกษาและการปฏิบัติเป็นไปตามลำดับ

ข้าพเจ้าได้ฟังมาแล้วอย่างนี้ :-

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ที่ปราสาทของอุบาลิกาวีสาขามิครमारดา ในพระวิหารบุพพาราม กรุงสาวัตถี ครั้นนั้นพราหมณ์คณกโมคคัลลานะเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้า ทักทายปราศรัยกับพระผู้มีพระภาคเจ้า ตามธรรมเนียมแล้ว จึงนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง

พอนั่งเรียบร้อยแล้ว ได้ทูลพระผู้มีพระภาคเจ้าดังนี้ว่า ข้าแต่ท่านพระโคตม ตัวอย่างเช่นปราสาทของมิครमारดาหลังนี้ ย่อมปรากฏมีการศึกษาโดยลำดับ การกระทำโดยลำดับ การปฏิบัติโดยลำดับ คือ กระทั่งโครงร่างของบันไดขั้นล่าง

แม้พวกพราหมณ์เหล่านี้ ก็ปรากฏมีการศึกษาโดยลำดับ การกระทำโดยลำดับ การปฏิบัติโดยลำดับ คือ ในเรื่องเล่าเรียน

แม้พวกนักรบเหล่านี้ ก็ปรากฏมีการศึกษาโดยลำดับ การกระทำโดยลำดับ การปฏิบัติโดยลำดับ คือ ในเรื่องใช้อาวุธ

แม้พวกข้าพระองค์ผู้เป็นนักคำนวณ มีอาชีพในทางคำนวณ ก็ปรากฏมีการศึกษาโดยลำดับ การกระทำโดยลำดับ การปฏิบัติโดยลำดับ คือในเรื่องนับจำนวน เพราะพวกข้าพเจ้าได้ศิษย์แล้ว เริ่มต้นให้นับอย่างนี้ว่า หนึ่ง หมวดหนึ่ง สอง หมวดสอง สาม หมวดสาม สี่ หมวดสี่ ห้า หมวดห้า หก หมวดหก เจ็ด หมวดเจ็ด แปด หมวดแปด เก้า หมวดเก้า สิบหมวดสิบ ย่อมให้นับไปถึงจำนวนร้อย

ข้าแต่ท่านพระโคตม พระองค์อาจโหมหนอ เพื่อจะบัญญัติการศึกษาโดยลำดับ การที่กระทำโดยลำดับ การปฏิบัติโดยลำดับ ในธรรมวินัยแบบนี้ ให้เหมือนอย่างนั้น

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า ดูก่อนพราหมณ์ เราอาจบัญญัติการศึกษาโดยลำดับ การกระทำโดยลำดับ การปฏิบัติโดยลำดับ ในธรรมวินัยนี้ได้ เปรียบเหมือนคนฝึกม้าผู้ฉลาด ได้ม้าอาชาไนยตัวงามแล้ว เริ่มต้นทีเดียวก่อนให้ทำสิ่งควรให้ทำในบังเหียน ต่อไปจึงให้ทำสิ่งที่ควรให้ทำยิ่งๆ ขึ้นไป ฉะนั้น ดูก่อนพราหมณ์ ฉะนั้นเหมือนกันแล ตถาคตได้บรูชที่ควรฝึกแล้วเริ่มต้นย่อมแนะนำอย่างนี้ว่า

¹คณกโมคคัลลานสูตร, มัชฌิมนิคาย อุปริปัญญาสก์ มก. เล่ม 22 ข้อ 93 หน้า 143

1. ดูก่อนภิกษุ มาเถิด เธอจะเป็นผู้มีศีล สำรวมด้วยปาฏิโมกขสังวร ถึงพร้อมด้วยอาจารย์และโคจรอยู่ จงเป็นผู้เห็นภัยในโทษเพียงเล็กน้อย สมาทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลายเถิด

ดูก่อนพราหมณ์ ในเมื่อภิกษุเป็นผู้มีศีล สำรวมด้วยปาฏิโมกขสังวรถึงพร้อมด้วยอาจารย์และโคจรอยู่ เป็นผู้เห็นภัยในโทษเพียงเล็กน้อย สมาทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลายแล้ว ตถาคตย่อมแนะนำเธอให้ยิ่งขึ้นไปว่า

2. ดูก่อนภิกษุ มาเถิด เธอจะเป็นผู้คุ้มครองทวารในอินทรีทั้งหลาย เธอเห็นรูปด้วยจักขุแล้ว จงอย่าถือเอาโดยนิमित อย่าถือเอาโดยอนุพยัญชนะ จงปฏิบัติเพื่อสำรวมจักขุนทรีย์ อันมีการเห็นรูปเป็นเหตุ ซึ่งบุคคลผู้ไม่สำรวมอยู่ พึงถูกอกุศลบาปธรรมคืออกิฆมาและโทมนัสครอบงำได้ จงรักษากุศลจักขุนทรีย์ถึงความสำรวมในจักขุนทรีย์เถิด เธอได้ยินเสียงด้วยโสตแล้ว เธอดมกลิ่นด้วยฆานะแล้ว เธอลิ้มรสด้วยชีวหาแล้ว เธอถูกต้องโณภูมิจึงพะด้วยกายแล้ว เธอรู้แจ้งธรรมารมณ์ด้วยมโนแล้ว อย่าถือเอาโดยนิमित อย่าถือเอาโดยอนุพยัญชนะ จงปฏิบัติเพื่อสำรวมมโนทรีย์ อันมีการรู้ธรรมารมณ์เป็นเหตุ ซึ่งบุคคลผู้ไม่สำรวมอยู่ พึงถูกอกุศลบาปธรรมคืออกิฆมาและโทมนัสครอบงำได้ จงรักษามโนทรีย์ถึงความสำรวมในมโนทรีย์เถิด...ฯ

3. ดูก่อนภิกษุ มาเถิด เธอจะเป็นผู้รู้จักประมาณในโภชนะ คือ พึงบริโภคอาหาร พิจารณาโดยแยบคายว่า เราบริโภคมิใช่เพื่อจะเล่น มิใช่เพื่อจะมัวเมา มิใช่เพื่อจะประดับ มิใช่เพื่อจะตกแต่งร่างกายเลย บริโภคเพียงเพื่อร่างกายดำรงอยู่ เพื่อให้ชีวิตเป็นไป เพื่อบรรเทาความลำบาก เพื่ออนุเคราะห์พรหมจรรย์เท่านั้น ด้วยอุบายนี้เราจะป้องกันเวทนาเก่า ไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้น และความเป็นไปแห่งชีวิตความไม่มีโทษ ความอยู่สบาย จักมีแก่เรา...ฯ

4. ดูก่อนภิกษุ มาเถิด เธอจะเป็นผู้ประกอบเนืองๆ ซึ่งความเป็นผู้ตื่นอยู่ คือจงชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอาวณิยธรรมด้วยการเดินจงกรมและการนั่งตลอดวัน จงชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอาวณิยธรรม ด้วยการเดินจงกรมและการนั่งตลอดปฐมยามแห่งราตรี พึงเอาเท้าซ้อนเท้า มีสติรู้สึกตัว ทำความสำคัญว่า จะลุกขึ้นไว้ในใจแล้วสำเร็จสัทธัสยาโดยข้างเบื้องขวาตลอดมัชฌิมยามแห่งราตรี จงลุกขึ้นชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอาวณิยธรรม ด้วยการเดินจงกรมและการนั่ง ตลอดปัจฉิมยามแห่งราตรีเถิด...ฯ

5. ดูก่อนภิกษุ มาเถิด เธอจะเป็นผู้ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ คือ ทำความรู้สึกรู้ตัวในเวลาก้าวไปและถอยกลับ ในเวลาแลดูและเหลียวดู ในเวลาอแนนและเหยียดแขน ในเวลาทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร ในเวลาฉัน ต้ม เคี้ยว และลิ้มรส ในเวลาถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ในเวลาเดิน ยืน นั่ง นอนหลับ ตื่น พุดและนิ่งเถิด ฯ

6. ดูก่อนภิกษุ มาเถิด เธอจงเสพเสนาสนะอันสงัด คือ ป่า โคนไม้ ภูเขา ชอกเขา ถ้ำ ป่าช้า ป่าชฎ ที่แจ้ง และลอมฟางเถิด ภิกษุนั้นจึงเสพเสนาสนะอันสงัด คือ ป่า โคนไม้ภูเขา ชอกเขา ถ้ำ ป่าช้า ป่าชฎ ที่แจ้ง และลอมฟาง

เธอกลับจากบิณฑบาตภายหลังเวลาอาหารแล้ว นั่งขัดสมาธิตั้งกายตรง ดำรงสติมั่นเฉพาะหน้า

ละอภิชฌา เพ่งเล็งในโลกแล้ว มีใจปราศจากอภิชฌาอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอภิชฌาได้

ละโทสะคือพยาบาทปองร้ายแล้ว เป็นผู้มิจิตไม่พยาบาทอนุเคราะห์ด้วยความเกื้อกูลในสรรพสัตว์ และภุตอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากความชั่วคือพยาบาทได้

ละถีนมิถะ ง่วงเหงาหาวนอนแล้ว เป็นผู้มิจิตปราศจากถีนมิถะ มีอาโลกสัญญาสำคัญว่าสว่าง มีสติสัมปชัญญะอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากถีนมิถะได้

ละอุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและรำคาญแล้ว เป็นผู้ไม่ฟุ้งซ่าน มีจิตสงบภายในอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอุทธัจจกุกกุกจะได้

ละวิจิกิจฉา ความสงสัยแล้วเป็นผู้ข้ามวิจิกิจฉา ไม่มีปัญหาอะไรในกุศลธรรมทั้งหลายอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากวิจิกิจฉาได้

เธอครั้งละนิรณ 5 อย่าง อันเป็นเครื่องทำให้เศร้าหมอง ทำปัญญาให้ถอยกำลังนี้ได้แล้ว จึงสังัดจากกาม สังัดจากอกุศลธรรม เข้าปฐมฌาน มีวิตก มีวิจารณ์ มีปีติและสุขเกิดแต่วิเวกอยู่

เข้าทุติยฌาน มีความผ่องใสแห่งใจภายใน มีความเป็นธรรมเอกผุดขึ้น เพราะสงบวิตกและวิจารณ์ ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีปีติและสุขเกิดแต่สมาธิอยู่

เป็นผู้วางเฉยเพราะหน่ายปีติ มีสติสัมปชัญญะอยู่ และเสวยสุขด้วยนามกาย เข้าตติยฌานที่พระอรหะเรียกเธอได้ว่า ผู้วางเฉย มีสติอยู่เป็นสุขอยู่

เข้าจตุตถฌาน อันไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข เพราะละสุข ละทุกข์ และดับโสมนัสโทมนัสก่อนๆ ได้ มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่

ดูก่อนพราหมณ์ ในพวกภิกษุที่ยังเป็นเสขะ ยังไม่บรรลुพระอรหัตตมรรค ยังปรารถนาธรรมที่เกษมจากโยคะอย่างหาธรรมอื่นยิ่งกว่ามิได้อยู่ นั่น เรามีคำพราสอนเห็นปานฉะนี้ ส่วนสำหรับภิกษุพวกที่เป็นอรหันตชินาสพ อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ปลงภาระได้แล้ว ถึงประโยชน์ตนแล้ว ตามลำดับ ลั่นสัญญาชนในภพแล้ว พ้นวิเศษแล้วเพราะรู้ชอบนั้น ธรรมเหล่านี้ย่อมเป็นไปเพื่อความอยู่สบายในปัจจุบัน และเพื่อสติสัมปชัญญะ

เมื่อพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแล้วอย่างนี้ พราหมณ์คณโกมลคัลลานั้นได้ทูลพระผู้มีพระภาคเจ้าดังนี้ว่า สาวกของพระโคตมผู้เจริญ อันท่านพระโคตมโอวาทสั่งสอนอยู่อย่างนี้ ย่อมสำเร็จนิพพานอันมีความสำเร็จล่วงส่วนทุกรูปที่เดียวหรือ หรือว่าบางพวกก็ไม่สำเร็จ

พ. ดูก่อนพราหมณ์ สาวกของเราอันเราโอวาทสั่งสอนอยู่อย่างนี้ บางพวกเพียงส่วนน้อยสำเร็จ นิพพานอันมีความสำเร็จล่วงส่วน บางพวกก็ไม่สำเร็จ

ค. ข้าแต่ท่านพระโคตม อะไรหนอแลเป็นเหตุเป็นปัจจัย ในเมื่อนิพพานก็ยังมีอยู่ ทางให้นิพพานก็ ยังมีอยู่ ท่านพระโคตมผู้ชักชวนก็ยังมีอยู่ แต่สาวกของท่านพระโคตมอันท่านพระโคตมโอวาทสั่งสอนอยู่อย่าง นี้ บางพวกเพียงส่วนน้อยจึงสำเร็จนิพพานอันมีความสำเร็จล่วงส่วน บางพวกก็ไม่สำเร็จ

พ. ดูก่อนพราหมณ์ ถ้าเช่นนั้นเราจักย้อนถามท่านในเรื่องนี้ ท่านชอบใจอย่างไรพึงพยากรณ์อย่างนั้น ดูก่อนพราหมณ์ ท่านจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน ท่านชำนานูทางไปกรุงราชคฤห์มิใช่หรือ

ค. แนนอน พระเจ้าข้า

พ. ดูก่อนพราหมณ์ ท่านจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน บุรุษผู้ปรารถนาจะไปกรุงราชคฤห์พึงมาใน สำนักของท่าน เข้ามาหาท่านแล้วพูดอย่างนี้ว่า ท่านผู้เจริญ ขอท่านจงชี้ทางไปกรุงราชคฤห์แก่ข้าพเจ้าด้วยเถิด ท่านพึงบอกเขาอย่างนี้ว่า พ่อมหาจำเริญ มาเถิด ทางนี้ไปกรุงราชคฤห์ ท่านจงไปตามทางนั้นชั่วคราวหนึ่งแล้ว จักเห็นบ้านชื่อนั้น ไปตามทางนั้นชั่วคราวหนึ่งแล้วจักเห็นนิคมชื่อนั้น ไปตามทางนั้นชั่วคราวหนึ่งแล้วจักเห็นสวนที่ น่ารื่นรมย์ ป่าที่น่ารื่นรมย์ ภูมิภาคที่น่ารื่นรมย์ สระโบกขรณีที่น่ารื่นรมย์ของกรุงราชคฤห์ บุรุษนั้นอันท่าน แนะนำพร่ำสั่งอยู่อย่างนี้ จับบางทิศไฟล่เดินไปเสียตรงกันข้าม

ต่อมา บุรุษคนที่สองปรารถนาจะไปกรุงราชคฤห์พึงมาในสำนักของท่าน เข้ามาหาท่านแล้วพูดอย่าง นี้ ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าปรารถนาจะไปกรุงราชคฤห์ ขอท่านจงชี้ทางไปกรุงราชคฤห์แก่ข้าพเจ้าด้วยเถิด ท่านพึง บอกแก่เขาอย่างนี้ว่า พ่อมหาจำเริญ มาเถิด ทางนี้ไปกรุงราชคฤห์ ท่านจงไปตามทางนั้นชั่วคราวหนึ่งแล้วจัก เห็นบ้านชื่อนั้น ไปตามทางนั้นชั่วคราวหนึ่งแล้วจักเห็นนิคมชื่อนั้น ไปตามทางนั้นชั่วคราวหนึ่งแล้วจักเห็นสวน ที่น่ารื่นรมย์ ป่าที่น่ารื่นรมย์ ภูมิภาคที่น่ารื่นรมย์ สระโบกขรณีที่น่ารื่นรมย์ของกรุงราชคฤห์ บุรุษนั้นอัน ท่านแนะนำพร่ำสั่งอยู่อย่างนี้ พึงไปถึงกรุงราชคฤห์โดยสวัสดิ์

ดูก่อนพราหมณ์ อะไรหนอเป็นเหตุเป็นปัจจัย ในเมื่อกรุงราชคฤห์ก็มีอยู่ ทางไปกรุงราชคฤห์ก็มีอยู่ ท่านผู้ชี้แจงก็มีอยู่ แต่ที่บุรุษอันท่านแนะนำพร่ำสั่งอย่างนี้ คนหนึ่งจับบางทิศไฟล่เดินไปทางตรงกันข้าม คนหนึ่ง ไปถึงกรุงราชคฤห์โดยสวัสดิ์

ค. ข้าแต่ท่านพระโคตม ในเรื่องนี้ข้าพระองค์จะทำได้ ข้าพระองค์เป็นแต่ผู้บอกทาง

พ. ดูก่อนพราหมณ์ ฉะนั้นเหมือนกันแล ในเมื่อนิพพานก็มีอยู่ ทางไปนิพพานก็มีอยู่ เราผู้ชักชวนก็ มีอยู่ แต่ก็สาวกของเราอันเราโอวาทสั่งสอนอยู่อย่างนี้ บางพวกเพียงส่วนน้อยสำเร็จนิพพานอันมีความสำเร็จ ล่วงส่วน บางพวกก็ไม่สำเร็จ ดูก่อนพราหมณ์ ในเรื่องนี้เราจะได้อย่างไรได้ ตถาคตเป็นผู้บอกหนทาง

เมื่อพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแล้วอย่างนี้ พราหมณ์คนโกโหมคัลลณะได้ทูลพระผู้มีพระภาคเจ้าดังนี้ ว่า ข้าแต่ท่านพระโคตม บุคคลเล่าพวกที่ไม่มีศรัทธา ประสงค์จะเลี้ยงชีวิต ออกบวช โอ้อวด มีมายา เจ้าเล่ห์

ฟุ้งซ่าน ยกตัว กลับกลอก ปากกล้า พุดพล่าม ไม่คุ้มครองทวารในอินทรีทั้งหลาย ไม่รู้จักประมาณในโภชนะ ไม่ประกอบความเพียรเครื่องตื่น ไม่นำพาในความเป็นสมณะ ไม่เคารพแรงกล้าในสิกขา ประพฤติมากเกินไป ย่อหย่อน เป็นหัวโจกในทางเชื่อนแซ ทอดธุระในวิเวกความสงบเงียบ เกียจคร้าน มีความเพียรเลว ลืมสติ ไม่รู้ตัว ไม่มั่นคง มีจิตรวนเร มีความรู้ทราวม เป็นดังคนหนวก คนใบ้ ท่านพระโคตมย่อมไม่อยู่ร่วมกับบุคคล จำพวกนั้น

ส่วนพวกกุลบุตรที่มีศรัทธาออกบวช ไม่โอ้อวด ไม่มายา ไม่เจ้าเล่ห์ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ยกตน ไม่กลับกลอก ไม่ปากกล้า ไม่พุดพล่าม ไม่พุดเพลีน คุ้มครองทวารในอินทรีทั้งหลาย รู้จักประมาณในโภชนะ ประกอบความเพียรเครื่องตื่น นำพาในความเป็นสมณะ เคารพแรงกล้าในสิกขา ไม่ประพฤติก้มมาก ไม่ปฏิบัติย่อหย่อน ทอดธุระในทางเชื่อนแซ เป็นหัวหน้าในวิเวกความสงบเงียบ ปราศจากความเพียร มอบตนไปในธรรม ตั้งสติ ไว้มั่น รู้ตัวมั่นคง มีจิตแน่วแน่ มีปัญญา ไม่เป็นดังคนหนวก คนใบ้ ท่านพระโคตมย่อมอยู่ร่วมกับกุลบุตรพวกนั้น

ข้าแต่ท่านพระโคตม เปรียบเหมือนบรรดาไม้ที่มีรากหอมเขายกย่องยกย่องว่าเป็นเลิศ บรรดาไม้ที่มีแก่นหอมเขายกย่องแก่นจันทน์แดงว่าเป็นเลิศ บรรดาไม้ที่มีดอกหอมเขายกย่องดอกมะลิว่าเป็นเลิศ ฉันทได้อโวาขของท่านพระโคตมก็ฉันนั้นเหมือนกันแล บัณฑิตกล่าวได้ว่าเป็นเลิศในบรรดาธรรมของครูอย่างแพะที่นับว่าเยี่ยม

แจ่มแจ้งจริงๆ พระเจ้าข้า แจ่มแจ้งจริงๆ พระเจ้าข้า ท่านพระโคตมทรงประกาศธรรมโดยปริยายเป็นอนึ่ง เปรียบเหมือนหงายของที่คว่ำ หรือเปิดของที่ปิด หรือบอกทางแก่คนหลงทาง หรือตามประทีปในที่มืด ด้วยหวังว่าผู้มีตาดีจักเห็นรูปทั้งหลายได้ ฉะนั้น ข้าพระองค์นี้ขอถึงพระโคตมผู้เจริญ พระธรรม และพระภิกษุสงฆ์ว่าเป็นสรณะขอท่านพระโคตมจงทรงจำข้าพระองค์ว่าเป็นอุบาสกผู้ถึงสรณะตลอดชีวิตตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป

ธัมมัญญสูตร¹

ว่าด้วยการฝึกฝนเพื่อเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ประกอบด้วยธรรม 7 ประการ เป็นผู้ควรของค่านับ ฯลฯ เป็นนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า ธรรม 7 ประการเป็นไฉน ดูกรภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นธัมมัญญ รู้จักธรรม 1 อตถัญญู รู้จักอรรถ 1 อตถัญญู รู้จักตน 1 มัตถัญญู รู้จักประมาณ 1 กาลัญญู รู้จักกาล 1 ปริสลัญญู รู้จักบริษัท 1 ปุคคลปโรปรัญญู รู้จักเลือกคบคน 1

1. ธัมมัญญ

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ภิกษุเป็นธัมมัญญอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้ธรรม คือ สุตตะ เคยยะ ไวยาकरणะ คาถา อุทาน อิติวุตตกะ ชาดกอะ อัปภูตธรรม เวทลละ หากภิกษุไม่พึงรู้จักธรรม คือ สุตตะ... เวทลละ เราก็ไม่พึงเรียกว่าเป็นธัมมัญญ แต่เพราะภิกษุรู้ธรรม คือ สุตตะ... เวทลละ ฉะนั้นเราจึงเรียกว่าเป็นธัมมัญญ ด้วยประการฉะนี้ ฯ

2. อตถัญญู

ก็ภิกษุเป็นอตถัญญูอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักเนื้อความแห่งภาษิตนั้นๆ ว่านี้เป็นเนื้อความแห่งภาษิตนั้นๆ หากภิกษุไม่พึงรู้เนื้อความแห่งภาษิตนั้นๆ ว่านี้เป็นเนื้อความแห่งภาษิตนั้นๆ เราก็ไม่พึงเรียกว่าเป็นอตถัญญู แต่เพราะภิกษุรู้เนื้อความแห่งภาษิตนั้นๆ ว่านี้เป็นเนื้อความแห่งภาษิตนั้นๆ ฉะนั้นเราจึงเรียกว่าเป็นอตถัญญู ภิกษุเป็นธัมมัญญ อตถัญญู ด้วยประการฉะนี้ ฯ

3. อตถัญญู

ก็ภิกษุเป็นอตถัญญูอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักตนว่า เราเป็นผู้มี ศรัทธา ศีล สุตตะ จาคะ ปัญญา ปฏิภาณ เพียงเท่านี้ ถ้าภิกษุไม่พึงรู้จักตนว่า เราเป็นผู้มีศรัทธา ศีล สุตตะ จาคะ ปัญญา ปฏิภาณ เพียงเท่านี้ เราก็ไม่พึงเรียกว่าเป็นอตถัญญู แต่เพราะภิกษุรู้จักตนว่า เราเป็นผู้มีศรัทธา ศีล สุตตะ จาคะ ปัญญา ปฏิภาณ เพียงเท่านี้ ฉะนั้น เราจึงเรียกว่าเป็นอตถัญญู ภิกษุเป็นธัมมัญญ อตถัญญู อตถัญญู ด้วยประการ ฉะนี้ ฯ

¹ธัมมัญญสูตร, อังคุตตรนิกาย ลัตตกนิบาต, มก. เล่ม 37 ข้อ 65 หน้า 236

4. มัตตัญญู

ก็ภิกษุเป็นมัตตัญญูอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักประมาณในการรับ จีวร ปิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานปัจจัยเภลัชบริขาร หากภิกษุไม่พึงรู้จักประมาณในการรับจีวร ปิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานปัจจัยเภลัชบริขาร เราก็ไม่พึงเรียกว่าเป็นมัตตัญญู แต่เพราะภิกษุรู้จักประมาณในการรับจีวร ปิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานปัจจัยเภลัชบริขาร ฉะนั้น เราจะเรียกว่าเป็นมัตตัญญู ภิกษุเป็นธัมมัญญู อตถัญญู อตตัญญู มัตตัญญู ด้วยประการฉะนี้ ฯ

5. กาลัญญู

ก็ภิกษุเป็นกาลัญญูอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักกาลว่า นี่เป็นกาลเรียน นี่เป็นกาลสอบถาม นี่เป็นกาลประกอบความเพียร นี่เป็นกาลหลีกออกเร้น หากภิกษุไม่พึงรู้จักกาลว่า นี่เป็นกาลเรียน นี่เป็นกาลสอบถาม นี่เป็นกาลประกอบความเพียร นี่เป็นกาลหลีกออกเร้น เราก็ไม่พึงเรียกว่าเป็นกาลัญญู แต่เพราะภิกษุรู้จักกาลว่า นี่เป็นกาลเรียน นี่เป็นกาลสอบถาม นี่เป็นกาลประกอบความเพียร นี่เป็นกาลหลีกออกเร้น ฉะนั้น เราจะเรียกว่าเป็นกาลัญญู ภิกษุเป็นธัมมัญญู อตถัญญู อตตัญญู มัตตัญญู กาลัญญู ด้วยประการฉะนี้ ฯ

6. ปริสัณญู

ก็ภิกษุเป็นปริสัณญูอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักบริษัทว่า นี่บริษัทกษัตริย์ นี่บริษัทพราหมณ์ นี่บริษัทคฤหบดี นี่บริษัทสมณะ ในบริษัทนั้น เราพึงเข้าไปหาอย่างนี้ พึงยืนอย่างนี้ พึงทำอย่างนี้ พึงนั่งอย่างนี้ พึงนั่งอย่างนี้ หากภิกษุไม่รู้จักบริษัทว่า นี่บริษัทกษัตริย์... พึงนั่งอย่างนี้ เราก็ไม่พึงเรียกว่าเป็นปริสัณญู แต่เพราะภิกษุรู้จักบริษัทว่า นี่บริษัทกษัตริย์... พึงนั่งอย่างนี้ ฉะนั้น เราจะเรียกว่าเป็นปริสัณญู ภิกษุเป็นธัมมัญญู อตถัญญู อตตัญญู มัตตัญญู กาลัญญู ปริสัณญู ด้วยประการฉะนี้ ฯ

7. บุคคลโปรปรัชญู

ก็ภิกษุเป็นบุคคลโปรปรัชญูอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้รู้จักบุคคลโดยส่วน 2 คือ บุคคล 2 จำพวก คือ

พวกหนึ่งต้องการเห็นพระอริยะ พวกหนึ่งไม่ต้องการเห็นพระอริยะ บุคคลที่ไม่ต้องการเห็นพระอริยะ พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ บุคคลที่ต้องการเห็นพระอริยะ พึงได้รับความสรรเสริญด้วยเหตุนี้ บุคคลที่ต้องการเห็นพระอริยะก็มี 2 จำพวก คือ

พวกหนึ่ง ต้องการจะฟังลัทธิธรรม พวกหนึ่งไม่ต้องการฟังลัทธิธรรม บุคคลที่ไม่ต้องการฟังลัทธิธรรม พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ต้องการฟังลัทธิธรรม พึงได้รับความสรรเสริญด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ต้องการฟังลัทธิธรรมก็มี 2 จำพวก คือ

พวกหนึ่งตั้งใจฟังธรรม พวกหนึ่งไม่ตั้งใจฟังธรรม บุคคลที่ไม่ตั้งใจฟังธรรม พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ตั้งใจฟังธรรม พึงได้รับความสรรเสริญด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ตั้งใจฟังธรรมก็มี 2 จำพวก คือ

พวกหนึ่งฟังแล้วทรงจำธรรมไว้ พวกหนึ่งฟังแล้วไม่ทรงจำธรรมไว้ บุคคลที่ฟังแล้วไม่ทรงจำธรรมไว้ พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ฟังแล้วทรงจำธรรมไว้ พึงได้รับความสรรเสริญด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ฟังแล้วทรงจำธรรมไว้ก็มี 2 จำพวก คือ

พวกหนึ่งพิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงจำไว้ พวกหนึ่งไม่พิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงจำไว้ บุคคลที่ไม่พิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงจำไว้ พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่พิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงจำไว้ พึงได้รับความสรรเสริญด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่พิจารณาเนื้อความแห่งธรรมที่ทรงจำไว้ ก็มี 2 จำพวก คือ

พวกหนึ่งรู้ธรรมรู้ธรรมแล้ว ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม พวกหนึ่งหารู้ธรรมรู้ธรรมแล้วปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมไม่ บุคคลที่หารู้ธรรมรู้ธรรม ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมไม่ พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่รู้ธรรมรู้ธรรมแล้วปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม พึงได้รับความสรรเสริญ ด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่รู้ธรรมรู้ธรรมแล้วปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ก็มี 2 จำพวก คือ

พวกหนึ่งปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของตน ไม่ปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น พวกหนึ่งปฏิบัติทั้งเพื่อประโยชน์ตนและเพื่อประโยชน์ผู้อื่น บุคคลที่ปฏิบัติเพื่อประโยชน์ตน ไม่ปฏิบัติเพื่อประโยชน์ผู้อื่น พึงถูกติเตียนด้วยเหตุนี้ๆ บุคคลที่ปฏิบัติทั้งเพื่อประโยชน์ตนและเพื่อประโยชน์ผู้อื่น พึงได้รับความสรรเสริญด้วยเหตุนี้ๆ

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้รู้จักบุคคลโดยส่วน 2 ฉะนั้นแล ภิกษุเป็นบุคคลโปรบรัญญุ อย่างนี้แล

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ภิกษุประกอบด้วยธรรม 7 ประการนี้แล เป็นผู้ควรของค่านับ ฯลฯ เป็นนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า ฯ

บรรณานุกรม

1. มหามกุฏราชวิทยาลัย. **พระสูตรและอรรถกถาแปล**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย,2525.
2. มงคลเทพมุนี,พระ(สด จนทสโร). **มรดกธรรมของหลวงพ่อดาวดึงส์ (พระมงคลเทพมุนี)**. กรุงเทพฯ : อมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง,2537.
3. สมชาย ฐานวุฑโฒ,พระ. **มงคลชีวิต ฉบับธรรมทายาท**. กรุงเทพฯ : ฐานการพิมพ์,2542.
4. ปิ่น มุกขนัด,พ.อ.. **วิธีพูดของข้าพเจ้า**. กรุงเทพฯ : คลังสมอง,2532.
5. ปิ่น มุกขนัด,พ.อ.. **พุทธวิธีครองใจคน**. กรุงเทพฯ : สร้างสรรค์บุ๊คส์,2541.
6. จักรภัทร จิรัฏฐธรรม. **หลักการพูดของพระพุทธองค์**. ส.พิมพ์ต้นคิด,2544.
7. ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542**. กรุงเทพฯ : นานมีบุ๊คพับลิเคชันส์,2546.
8. เทพเวที,พระ(ประยุทธ์ ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,2538.
9. ป.หลงสมบุญ,พันธุ์. **สำนักเรียนวัดปากน้ำ. พจนานุกรม มคอ-ไทย**. กรุงเทพฯ : อาทรการพิมพ์,2540.
10. กรมหลวงวชิรญาณวงศ์,สมเด็จพระสังฆราชเจ้า. **ธรรมานุกรม**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย,2527.
11. ภาวนาวิริยคุณ,พระ(เผด็จ ทัดตชีโว). **พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ**. กรุงเทพฯ : นฤมิตร โซล (เพรล),2546.
12. ภาวนาวิริยคุณ,พระ(เผด็จ ทัดตชีโว). **พระแท้**. กรุงเทพฯ : ฟองทองเอนเตอร์ไพรส์,2540.