

## ๕๔. ความไม่ประมาทในธรรมย่อมเป็นเหตุให้เห็นธรรม

Perseverance in Virtuous Acts Causes the Eye of Truths



ขอน้อมแด่พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น

**In Honor of the Blessed One of the Fully Enlightened One**



By Nithee Siripat – Siripat.com and Academiae Network. 2016

### ความสำคัญของบทความ

การดำรงวิถีชีวิตด้วยความไม่ประมาท [อัปมาตะ] นั้น ย่อมเป็นรางวัลชีวิตของบุคคลนั้นโดยตรง เพราะเป็นกุศลกรรมหรือความดีเฉพาะบุคคลที่ต้องพึ่งตนเองเป็นผู้กระทำบุญบารมีนั้นๆ และนอกจากนี้ ยังส่งผลบุญอานิสงส์ให้แก่คนอื่นที่อยู่รอบข้างได้อีกด้วย คือ การเป็นบุคคลผู้มีน้ำใจไม่ตรงดงามด้วย “กรุณาคุณ” [Compassion] คือ ทั้งอยากให้คนอื่นพ้นทุกข์ และเป็นสุข [เมตตาธรรม–Loving-Kindness] ร่วมกันในสังคม [เมตตาและกรุณา] แต่อย่างไรก็ตาม คนส่วนใหญ่ในสังคมนั้น มักมีจิตเจือปนด้วย “ปัญญาจะ ๓–ปัญญาธรรม ๓” [Mental Diffusion] อันเป็นมูลเหตุให้เกิด “ความประมาท” [Mindlessness: ละเลยการใช้ปัญญา] ในกรรมทั้งหลาย [กรรม ๓: กายกรรม ๓–วจีกรรม ๔–มโนกรรม ๓] หมายถึง กิเลสที่เป็นตัวการทำให้เกิด ปรุงแต่งยึดถือพิสดาร ทำให้เขวห่างออกไปจากความเป็นจริงที่ง่าย ๆ เปิดเผย ก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ และขัดขวางไม่ให้เข้าถึงความจริงหรือทำให้ไม่อาจแก้ปัญหาวงเวียนตรงไปตรงมา ได้แก่ **ตัณหา**– [Selfish Desire] ความทะยานใคร่อยากใคร่ปรารถนา ๑ **ทวิฏฐิ**– [Speculation] ความยึดถือใน ความคิดเห็น ความเชื่อถือ ถักทอ ทฤษฎี อุดมการณ์ต่างๆ ที่ยึดถือไว้ โดยมกายหรือโดยอาการเชิดชูว่าอย่างนี้เท่านั้นจริง หรือพวกน้ำเต็มแก้วแล้ว จะเต็มไม่ได้ ๑ **มานะ**– [Conceit] ความถือตัว ความอยากเด่นอยากยกชูตนให้ยิ่งใหญ่ เพราะฉะนั้นบุคคลที่ประกอบด้วยความประมาทอยู่จนกลายเป็นนิสัยใจคอ จนเกิดความเคยชิน ย่อมกลายเป็น “**คนเสียโอกาสในชีวิต**” [A Man without Any Good Chances of Life] เพราะจะเป็นคนไม่ยอมรับความคิดเห็นของคนอื่น ไม่สามารถพัฒนาตนเองให้ก้าวหน้าได้ ไม่ว่าจะทางโลกหรือทางธรรม ที่อันควรจะเจริญก้าวหน้าได้ ดีกว่านี้ ซึ่งในความเป็นจริงนั้น คนทั้งหลายพากันแสวงหาโอกาสดีๆ ให้ชีวิต อย่างน้อยก็อาศัยระดับการศึกษาที่สูงที่สุดเท่าที่จะทำได้ เพื่อแลกเปลี่ยนกับค่าจ้างเงินเดือน ทางในทางธรรมนั้น การต้องยอมลงมือศึกษาธรรมและลงมือปฏิบัติธรรมตามนั้นให้ได้ผลจริงมรรคจริง ก็เอาให้ถึงบรรลุประนิพพานให้ได้ก็แล้วกัน ทั้งหลายทั้งปวงนั้น ก็เมื่อรู้จักดีแล้ว เข้าใจดีแล้ว ก็อย่าใช้ชีวิตอยู่ในความประมาทที่แล้วก็แล้วกัน.



## บทความที่ ๕๔ ประจำปี ๒๕๕๕ – ความไม่ประมาทในธรรมย่อมเป็นเหตุให้เห็นธรรม

พระธรรมคำสอนทั้งหลายทั้งปวงของพระพุทธเจ้านั้น ต่างมาประหลุมลงที่ธรรมว่า “ความไม่ประมาท” [อัปมาทะ–Earnestness: ความจริงจัง–ความตั้งใจจริง–ความไม่เลาะเลอะ] โดยเกิดจากการสำรวจระวางอินทรีย์ทั้งหลาย [ตา–หู–จมูก–ลิ้น–กาย–ใจ] หรือ *ทางกาย–วาจา–ใจ* ไม่ก่อให้เกิดอกุศลกรรมหมั่นก่ออกุศลกรรม และทำจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ ความสำรวจระวางในกรรมทั้งหลายนั้น คือ “ศีลสังวร” หรือ “สังวร ๕” ได้แก่ (๑) ปกฏโมกขสังวร (๒) สติสังวร (๓) ญาณสังวร (๔) ขันติสังวร และ (๕) วิริยสังวร นอกจากนี้ พุทธศาสนิกยังสามรถยึดมั่นในแนวทางปฏิบัติที่ไม่ผิดพลาด เพื่อการบรรลุธรรมตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่เรียกว่า “อปถณกปฏิปทา ๓” ได้แก่ (๑) อินทรีย์สังวร (๒) โภชนมัตตัญญูตา และ (๓) ซาคริยานุโยค ผู้ประพฤติปฏิบัติได้ ย่อมได้ชื่อว่า ผู้ดำเนินอยู่ในแนวทางแห่งความปลอดภัย พ้นจากทุกข์อย่างแน่นอนไม่ผิดพลาด “ความไม่รู้จักแห่งอวิชา” คือ *ความประมาท* และยอมตกอยู่ใต้อำนาจครอบงำของกิเลสทั้งหลาย ไม่คิดต่อสู้เอาชนะเหล่ากิเลสเหล่านั้น จิตจึงมัวหมอง ไม่มีความปราณี “เมตตาธรรม” ต่อสัตว์ทั้งหลาย หลงทางชีวิตอยู่ใน “อบายภูมิ” เป็นส่วนใหญ่ แต่ประเด็นที่ลำบากที่สุด คือ ไม่เปิดโอกาสต้อนรับความดี หรือคุณธรรมที่ก่อให้เกิด “กุศลกรรม” จิตที่สทรรคด้วย “ความประมาท” นั้น ก่อให้เกิด “มโนทุจริต ๓” ได้ง่าย ได้แก่ *อภิขมา–พยาบาท–มิชฌาทิฏฐิ* อันเป็นกำลังสนับสนุน “วจีทุจริต ๔” ได้แก่ *มุสาวาท–ปิสุณาวาจา–หฺรฺสวาท–สัมผัปปลาปะ* รวมทั้ง “กายทุจริต ๓” ได้แก่ *ปาณาติบาต–อทินนาทาน–กาเมสุมิฉฉาวาร* กล่าวอีกนัยหนึ่ง “ความประมาท” ทำให้ไม่สำรวจระวางในการแสดงออกในกรรมทั้งหลาย [ทำ–พูด–คิด] นั่นเอง เพราะเป็นอาการทางจิตของผู้ขาดสติ หรือ “*ผู้ไม่มีสติสัมปชัญญะครบถ้วน*” นั่นคือ กลายเป็น “บุคคลวิการด้วยสติปัญญา” [อโยนิโสมนสิการ–อวิชา: Nescience or Ignorance] สำหรับในทางธรรมนั้น แก้ไขได้ด้วยความหมั่นเพียรเจริญจิตตภาวนาใน “สติปัฏฐาน ๔” โดยเฉพาะการมนสิการกรรมฐานอยู่เนื่องๆ ด้วย “*กายานุปัสสนา–สติปัฏฐาน*” มีอาการ ๖ ประการ ได้แก่ *อานาปานสติ–อิริยาถ–สัมปชัญญะ–ปฏิกุลมณสิการ–ชาตุมณสิการ–นวลีธิกา* แต่ในทางปฏิบัติ มักกล่าวถึง “*กายคตาสติ*” เมื่อผู้ปฏิบัติฝึกอบรมตนมาๆ ย่อมทำให้ “*สติคมชัด*” พร้อมด้วยสมาธิตั้งมั่น ที่เรียกว่า “*อุปัฏฐาน*” นั่นคือ ความมีสติดำรงมั่นเป็น “*สัมมาสติ*” และสมาธิตั้งมั่นเป็น “*สัมมาสมาธิ*” ในรูปฌาน ๔ เพราะสืบเนื่องจากการประกอบความหมั่นเพียรด้วย “*ศีลสังวร*” กลายเป็น “*สัมมาวายามะ*” ทำให้เกิด “*สติสัมปชัญญะ*” [อาดาปี–สัมปชาโน–สติมา] ที่คมชัดและแก่กล้า กลายเป็น “*สติปัญญา*” [ญาณทัสสนะ คือ *สมาธิในวิปัสสนา*] ดังนั้น จะเห็นได้ว่า “*กุศลมูล ๓*” [อโลกะ–อโทสะ–อโมหะ] นั่นคือ (๑) *ไม่ทำบาป* (๒) *ทำแต่ความดี* (๓) *ทำจิตให้สะอาดบริสุทธิ์* ถ้าปราศจากสติ ความระลึกไม่ได้ และไม่ใช้ปัญญาประกอบด้วยเหตุผล “*อกุศลมูล ๓*” ย่อมเกิดขึ้นในบุคคลนั้นได้ยากมาก เพราะไม่รู้อะไรและหมดความคิดคือๆ นั่นเอง การบำเพ็ญตบะ การบำเพ็ญเพียรภาวนา การฝึกอบรม การศึกษา การขัดเกลาทางสังคม หรือเรียกรวมๆ ว่า “*การปฏิบัติธรรมขัดเกลากิเลส*” [สังขเลทธรรม] นั้น ล้วนหมายเอาบุคคลให้มี “*สติสัมปชัญญะ*” ทั้งสิ้น นั่นคือ รู้จักคิด รู้จักทำ ในสิ่งที่



เป็นประโยชน์ หรือ **รู้ดี-รู้ชั่ว-ไม่ลืมนึก** แต่คนส่วนใหญ่ ยังไม่เข้าใจดี ไม่ยอมศึกษาให้ดีเกี่ยวกับ คำว่า “สติ” [Mindfulness] และ “สัมปชัญญะ” [Awareness] มักใช้เป็นคำควบกัน คือ “สติสัมปชัญญะ” [Temperance] กิจทั้งปวงจะสำเร็จหรือล้มเหลว นั้น ก็ขึ้นอยู่กับคำๆ นี้ ทั้งสิ้น โดยเฉพาะครูทั้งหลายต้องเข้าใจความหมายของคำนี้เป็นอย่างดี เพราะมีอาชีพฝึกอบรมนักเรียนให้มี “สติสัมปชัญญะ” นั่นเอง ถึงขั้นเก็บมะพร้าวได้ เพราะพกคำนี้ไว้กับตัว คนเรียนจบปริญญาเอกก็ได้ก็เพราะคำนี้ และคนจะบรรลุพระอรหันต์ [Arabant] ได้ ก็ยังฝึกอบรมคำนี้เป็นพิเศษ โดยมีลำดับ ดังนี้ (๑) สติสัมปชัญญะ (๒) สติปัญญา (๓) ญาณทัสสนะ (๔) ปัญญา ญาณ ให้พิจารณาทบทวนการปฏิบัติธรรมที่หาข้อสรุป [Generalizations] หลักธรรมหรือทฤษฎี [Principle or Theory] มาประชุมไว้ที่ คำว่า “ไม่ประมาท-อปปมาทะ” ว่ามีส่วนสัมพันธ์กับหมวดธรรมใดๆ บ้าง [ธัมมวิจยะ-วิมังสา] ฉะนั้น จะเห็นได้ว่า กระบวนการคิดเป็นทักษะที่ฝึกให้คิดอย่างมีระบบระเบียบตาม “**วิธีทางวิทยาศาสตร์**” [Scientific Methods] พยายามคิดให้ได้ ให้รู้แจ้งเห็นจริงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ยกตัวอย่าง **กรณีศึกษาระบบครูในบ้านเมืองเรา** คนลาไปเรียนแพทยศาสตร์ เรียนวิศวกรรมศาสตร์ คนโง่ให้เลือกไปเรียนครุศาสตร์ อันจะกลายเป็นบุคคลสำคัญในการพัฒนาประเทศในอนาคต ก็ให้คาดคะเนเอาเองว่า “...แล้วผลการเรียนหรือคุณภาพของผู้เรียนจะเป็นอย่างไร?” นั่นคือ กรณีผลการเรียนของผู้เรียนไม่ดี ก็ให้ผู้ปกครองและผู้เรียน รับกรรมเอาเองว่า เกิดมาโง่เอง ๑ สายพันธุ์หรือกรรมพันธุ์ไม่ดี ๑ ไม่มีใครบอกว่า “ครูโง่ๆ มาสอนลูกฉันเลยโง่” [โดยเฉพาะในต่างจังหวัด] ก็เป็นอันว่า วงการศึกษาบ้านเราก็เกิด “**วิกฤตทางปัญญา**” [Knowledge Crisis] หมายถึง “**สติสัมปชัญญะอันตรายหายไปจากวงการครู**” กล่าวโดยสรุป “**ผู้สอนไม่มีสติสัมปชัญญะ และมาสอนให้ผู้เรียนเกิดสติสัมปชัญญะ**” ดังนั้น สภาพสังคมจึงอุดมด้วยคนขาดสติหรือเสียสติ หรือมีสติฟั่นเฟือนไป ไม่รู้จักตัวตนหรือจิตวิญญาณของตนเอง ยิ่งบอกให้มาปฏิบัติธรรม ก็กลัวว่าจะได้ดิบได้ดีทางนี้ เอาดีได้ยาก [ข้อพิจารณา: วิกฤตการณ์ทางโรงเรียนกับวัดก็พอๆ กัน] ทั้งที่เข้าใจโลงไถ่หลุมศพแล้ว **ก็เลยดำเนินชีวิตด้วยความประมาท** เพราะความขาดสติ แต่อย่างไรก็ตาม การปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนานั้น จะเกี่ยวข้องโดยตรงกับ “**หลักไตรสิกขา-สิกขา ๓**” ที่เรียกสามัญว่า “**ศีล-สมาธิ-ปัญญา**” ธรรมคุณนี้ จะคุ้มครองผู้ประพฤติธรรม ไม่ให้เกิดความประมาทโดยปริยาย คือ การยกคุณภาพชีวิตกลายเป็น “**ผู้มีจิตเป็นพุทธะ**” อันเป็นจิตประด้ายธรรม ๓ อย่าง ได้แก่ (๑) **ผู้รู้** (๒) **ผู้ดี** (๓) **ผู้เบิกบาน** ด้วยการดำเนินชีวิตด้วย “**อริยมรรคมีองค์ ๘**” ได้แก่ (๑) **อธิปัญญาสิกขา** (๒) **อธิศีลสิกขา** (๓) **อธิจิตตสิกขา** ในทุกขั้นตอนประกอบด้วยการใช้ปัญญาและเหตุผลในการนี้กลคิดเสมอ [โยนิโสมนสิการ] **ประกาศ! โปรดอ่านทบทวนวรรณคดีอีกครั้งหนึ่ง** จะได้เข้าใจยิ่งขึ้นตาม “**หลักมัชฌิมาปฏิปทา**” **อย่าคิดมาก!** กลับไปอ่านทบทวนอีกครั้งหนึ่ง **อย่างฉลาด!** นานๆ มีคนมาชวนให้ทำความดีเป็นสิริมงคลแก่ชีวิต ก็คือ “**อย่าประมาท!**” นั่นเอง คำว่า “**ความไม่ประมาท-อปปมาทะ**” นั้น ไม่ใช่ความไม่ไว้วางใจ เพราะมีเล่ห์กลประกอบด้วย “**มโนทุจริต ๓**” จนเกิดความลังเลสงสัย [วิจิกิจจนา] หรือความระแวงแคลงใจ จนกลายเป็นโรคประสาท เพราะระวังมากไป คือ ระแวงไปหมดทุกอย่าง เครียดฟั่นเฟือน มีอาการจิตหลอนทางประสาท [Paranoids ] แบบนี้ต้องไปรวมกลุ่มกันในสถานที่อันควรก็แล้วกัน [โรงพยาบาลโรคประสาท] ขาด



คุณสมบัติอันเป็น “บุพนิมิตแห่งอริยมรรค” [การดำเนินชีวิตอย่างประเสริฐด้วยอริยมรรคมีองค์ ๘] นั่นคือ “...เอาไม่อยู่!” [คุณไม่อยู่ แะนะน่าอะไรดีๆ ให้ก็ไม่ได้ ปิดกั้นสิ่งดีๆ ที่จะเข้ามาในชีวิต อย่างน่าเสียดายโอกาสของตนเอง เพราะจิตยังสหระกตด้วย “ปปัญจธรรม ๓” อย่างเหนียวแน่น ได้แก่ คัมहा-ทิจฐิ-มานะ] ไปอยู่ที่ไหนเข้ากลุ่มที่ไหน วงแตกแน่นอน [ท่านมีเหตุผลของท่าน] ดังนั้น “สติสัมปชัญญะ” คือ ธรรมเครื่องพิจารณากำหนดรู้ธรรมทั้งปวงด้วยความมีปัญญาและเหตุผลประกอบอยู่ด้วย จึงสามารถจำแนกแจกธรรมได้ละเอียดพิสดาร [อสาสนีปาฏิหาริย์: ความอัศจรรย์ด้วยอิทธิฤทธิ์ที่เป็นจริงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า] และกลายเป็น (๑) “ปัญญาเห็นธรรม” [ธรรมจักขุ-ทิพจักขุญาณ] พร้อมด้วยธรรมวิเศษสำคัญ นั่นคือ (๒) “ปัญญาตรัสรู้ธรรม” [สัมมาสัมโพธิญาณ] นอกจากนี้ ยังเป็นบาทฐานสำคัญของ “ปัญญาญาณในวิปัสสนาภูมิ” [พุทธปัญญาญาณ] ทั้งหลาย ในกระบวนการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมนั้น จึงเป็นเรื่องการฝึกอบรมให้บุคคลเกิด “สติสัมปชัญญะ” [Temperance] อยู่เสมอ ด้วยความระลึกได้จำได้ รู้ตัวตนของตนเองด้วยปัญญาและเหตุผลทุกขณะชีวิตที่ก้าวเคลื่อนไปในกาลข้างหน้า.

