

## สารบัญ

|  |     |
|--|-----|
| อนุโมทนา.....  | (๑) |
| วันครู.....  | ๑   |
| งานของครู-งานของพระพุทธเจ้า .....                    | ๒   |
| หลักการศึกษา.....                                    | ๔   |
| หลักการสอน .....                                     | ๖   |
| ไตรสิกขา เดินหน้าไปกับชีวิตทั้งสามด้าน .....         | ๙   |
| สอนเด็กให้ได้ครบไตรสิกขา .....                       | ๑๑  |
| สิกขาข้อศีลมี ๒ ด้าน.....                            | ๑๓  |
| กินอย่างไรให้เป็นไตรสิกขา.....                       | ๑๕  |
| เอาปัญญากับจิตใจมาช่วยในการฝึกศีล.....               | ๑๗  |
| พอกินอยู่เป็น...ก็คิดเป็นเอง.....                    | ๑๘  |
| วินัย คือ จัดตั้งวิถีชีวิตแห่งไตรสิกขา .....         | ๒๐  |
| ถ้ามองเห็นความสำคัญของความเคยชิน                     |     |
| ก็รู้ความสำคัญของวินัย .....                         | ๒๑  |
| วินัยเป็นรูปแบบ ต้องรักษาสาระไว้ และสือสาระได้ ..... | ๒๓  |
| รู้จักศีลครบ ๔ หมวด จึงจะเข้าใจคำว่า "ศีล" .....     | ๒๖  |
| ทำไม ในการศึกษาขั้นพื้นฐาน                           |     |
| ท่านเริ่มต้นโดยเอาศีล เป็นที่บูรณาการไตรสิกขา .....  | ๒๘  |
| ได้แค่ศีล เพียงขั้นกินอยู่ดูฟังเป็นเท่านั้น          |     |
| เด็กไทย สังคมไทย มีหรือจะไม่พัฒนา.....               | ๓๐  |

อาชีพจะเป็นเด่นใหญ่ ทั้งโดยกิจกรรม และโดยกาลเวลา

ในการที่จะเอาไตรสิกขามาพัฒนาชีวิตคน.....๓๒

ถ้ามีวินัยชาวพุทธ ก็มีวิถีชีวิตที่เอื้อต่อการศึกษา.....๓๔

การศึกษา ออกผลมาเป็นชีวิตที่เป็นอยู่อย่างดี

มีวิถีชีวิตดีงามที่พัฒนาไปในมรรค จนเป็นภาวิต ๔ ..... ๓๖

มอง Child-Centered Education อย่างไร

จึงจะเอามาใช้หรือไม่ใช้ อย่างเท่าทัน.....๓๘

ของที่น่าเข้า ต้องรู้ให้เต็มเท่าที่เขาเข้าใจ

ของเขาพร้อมตรงไหน ก็ต้องรู้และเติมให้เต็มจริงๆ ได้ .....๔๒

# การศึกษา ฉบับง่าย

## Education Made Easy\*

### วันครู

วันนี้เป็นวันครู ทางโรงเรียนอนุบาลหนูน้อย และโรงเรียนทอสี มาที่วัดวันนี้ก็เนื่องในวันครู ซึ่งเป็นเหมือนช่วยเตือนเราให้มีสติ ระลึกถึงการศึกษาระลึกถึงความหมายที่แท้จริงของการศึกษาระลึกถึงเด็ก ระลึกถึงอนาคตของประเทศชาติ ฯลฯ ระลึกถึงอะไรก็ได้ ที่จะทำให้อัปยศ

เราพูดกันบ่อยว่าเด็กเป็นอนาคตของชาติ พอคิดว่าวันเด็กก็ใกล้กับวันครู วันเด็กใกล้กับวันครูก็ดี เพราะว่าเริ่มจากใกล้ชิดที่สุดคือเด็กกับผู้ปกครอง วันเด็กทำให้เด็กกับพ่อแม่เชื่อมประสานกันแล้ว พอถึงวันครูก็มาเชื่อมประสานเด็กกับคุณครูอีก

เมื่อมองในแง่ที่ว่าเด็กเป็นอนาคตของชาติ

ครูก็นับว่าเป็นผู้สร้างอนาคตของชาติ

\* ธรรมเทศนา แสดงแก่คณะครูและผู้บริหาร ของโรงเรียนอนุบาลหนูน้อย และโรงเรียนทอสี ที่มาถวายรายงานการจัดการศึกษาแนวพุทธ และรับฟังโอวาท เนื่องในวันครู ๑๖ มกราคม ๒๕๕๕ ณ อุโบสถ วัดญาณเวศกวัน

พอดีสมเด็จพระสังฆราชประทานพระคติมาปีนี้ เท่าที่จำได้ว่า...

“เด็กคืออนาคตของชาติ ผู้ใหญ่เป็นอนาคตของเด็ก”

อันนี้เป็นเรื่องสำคัญมาก ผู้ใหญ่ที่สำคัญมาก คือพ่อแม่ กับครู ครูนั้นแน่นอน โดยตรงเลย เพราะงานการศึกษาเป็นงานเพื่ออนาคตของเด็ก เมื่อพูดว่าเด็กเป็นอนาคตของชาติ ก็เหมือนกับพูดว่า อนาคตของชาติอยู่ในกำมือของคุณครู คุณครูเป็นผู้สร้างอนาคตของชาติ

ทั้งหมดนี้เป็นเรื่องที่ดีอนสติให้พยายามทำหน้าที่ของเราให้ดีที่สุด วันนั้นก็ถือว่าเป็นวันที่ประสานกัน วันเด็กมาก่อน แล้วมาถึงวันครู ก็มาครบถ้วนสมบูรณ์ในวันนี้ ได้ครบทั้งเด็ก คุณพ่อคุณแม่ และคุณครู มาประสานกัน เพื่อให้เด็กมีชีวิตที่เจริญงอกงาม

## งานของครู-งานของพระพุทธเจ้า

ตอนนี้เรามาทำงานอย่างมีชีวิตร่วมกัน ที่งดงามอย่างดี ทางผู้บริหารและคุณครูได้เล่าความเป็นมาของโรงเรียน สำหรับโรงเรียนอนุบาลหนูน้อยเท่าที่ฟังมาเริ่มตั้งแต่ปี ๒๕๒๓ ก็ ๒๒ ปีแล้ว ส่วนของโรงเรียนทอสีเริ่ม ๒๕๓๓ ก็ ๑๒ ปีแล้ว ตอนนี้โรงเรียนได้มาเข้าสู่แนวทางของพระพุทธศาสนากันอย่างจริงจังๆ ที่บอกเมื่อกี้ ตั้งแต่ ๒๕๔๑ นี้ก็ ๔ ปี

ขออนุโมทนาผู้ทำกิจหน้าที่ด้วยคุณธรรม คือความเมตตา กรุณา หลักธรรมชุดนี้คือพรหมวิหาร มี ๔ แต่เราพูดกันไปกันมา

บางที่เหมือนกับว่ามีแค่ ๒ คือ เมตตา กรุณา ที่จริงต้องให้ครบ ทั้ง ๔ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา

นอกจากอนุโมทนาในแง่ที่เป็นครู อาจารย์ ทำงานเพื่อเด็กๆ แล้ว ก็อนุโมทนาในแง่ที่นำเอาธรรมะหรือหลักพระพุทธศาสนา ไปสู่การปฏิบัติอย่างเป็นจริงเป็นจัง อันนี้เป็นเรื่องสำคัญ

หลักคำสอนของพระพุทธเจ้านั้นเป็นความจริงตามธรรมชาติ หรือความจริงตามธรรมดา ที่เรารู้แล้วจึงนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ แก่ชีวิตและสังคมทั้งหมดนี้

ธรรมะนั้นพระพุทธเจ้าได้ทรงสอนไว้ แต่บางครั้งก็เลื่อนกลาง จางหายไป เพราะผู้คนเห็นห่าง ไม่ได้เรียนรู้ ไม่ได้ศึกษา การที่จะนำมาใช้ปฏิบัติก็เลยไม่ค่อยจะมี มีหน้าซ้ำ บางทีปฏิบัติ แต่ไขว่เขว คลาดเคลื่อน เพี้ยนไปเลย กลายเป็นว่า แทนที่จะดี ก็เสีย

ทางโรงเรียนมีความสนใจ และเอาจริงเอาจัง เมื่อได้ศึกษา เรียนรู้แล้วก็นำไปใช้ประโยชน์ด้วยการปฏิบัติ โดยเฉพาะก็คือ ในเรื่องการให้การศึกษ หรือช่วยเด็กให้ศึกษา ซึ่งเป็นเรื่องใหญ่ในการที่จะทำให้สำเร็จ

พระพุทธศาสนาก็ทำหน้าที่ของงานนี้โดยตรง และทำเพื่อประโยชน์แก่ชีวิต แก่ชาวโลก ตามจุดมุ่งหมายที่พระพุทธเจ้าได้ทรงประกาศไว้ว่า พระพุทธศาสนามีอยู่เพื่อประโยชน์สุขแก่พหุชน เพื่อเกื้อกูลแก่ชาวโลก ด้วยเมตตาการุณย์แก่โลกทั้งหมด

การที่พระพุทธเจ้าได้เสด็จจาริกไปตลอด ๔๕ พรรษา เพื่อบำเพ็ญพุทธกิจนั้น สิ่งที่พระองค์ทรงทำไว้จะเกิดผล ก็เมื่อพวกเรานำมาสืบต่อ ด้วยการปฏิบัติเอามาใช้กันจริงๆ จึงเป็นที่อนุโมทนาที่โรงเรียนทั้งสองได้ตั้งใจนำธรรมะมาใช้กับเด็ก ตอนนี้อยู่ที่ว่าใน

การที่จะเอามาใช้ปฏิบัติ เราได้ศึกษากันให้รู้ให้เข้าใจลึกซึ้งชัดเจน  
แค่ไหน ซึ่งเป็นเรื่องที่สำคัญ แต่เท่าที่ฟังก็คือจับหลักสำคัญๆ

## หลักการการศึกษา

หลักที่พระพุทธศาสนาสอนไว้ ซึ่งเป็นหลักปลีกย่อยต่างๆ ที่  
เราเรียกว่า หลักธรรมทั้งหลาย มีมากมายเหลือเกิน การที่จะใช้ให้  
ได้ผลจริงก็ต้องจับหลักใหญ่ให้ได้

ธรรมซึ่งเป็นหลักทั่วไป ที่ทางครูอาจารย์-ผู้บริหารได้พูดมา  
เป็นหลักใหญ่ๆ อย่างที่พูดถึงเรื่อง สิกขา ๓ กิติ ภาวนา ๔ กิติ เป็น  
หลักสำคัญ โดยเฉพาะก็เกี่ยวข้องกับโดยตรงกับการศึกษา แต่ที่จริงก็  
คือ เกี่ยวข้องกับพุทธศาสนาทั้งหมด เพราะการพูดถึงเรื่องของ  
พุทธศาสนาก็คือการที่จะนำเอาไตรสิกขาเข้ามาสู่ชีวิตของคน  
เพราะว่าในความหมายของพระพุทธศาสนา ไตรสิกขาเป็นเรื่อง  
ของชีวิต คือการที่จะทำให้ชีวิตอยู่ดีมีสุข

คนเราพอเกิดมาแล้วก็ต้องพยายามเป็นอยู่ให้ดี เริ่มตั้งแต่  
เป็นอยู่ให้รอด คือให้มีชีวิตรอด แต่แค่รอดคงไม่พอ ต้องพยายาม  
เป็นอยู่ให้ดี จะเป็นอยู่ให้ดีได้อย่างไร การที่จะเป็นอยู่ให้ดีก็ต้อง  
ศึกษานั้นเอง ตรงกับที่เราใช้ปัจจุบันก็คือเรียนรู้

เรียนรู้เป็นความหมายหนึ่งของการศึกษา คือการที่จะฝึก  
ตัวเอง พัฒนาชีวิตของตัวเอง ให้มีความสามารถที่จะเป็นอยู่ได้  
อย่างดี การศึกษาก็คือการที่จะทำให้ชีวิตเป็นอยู่ได้อย่างดี ซึ่งเรา  
ต้องพยายามอยู่ตลอดเวลา

ชีวิตนี้แน่นอนว่า จะอยู่ได้ด้วยการศึกษา เพราะว่าเราต้องเจอสถานการณ์ใหม่ พบคนใหม่ หรือพบคนเก่าในสถานการณ์ใหม่ ซึ่งจะต้องมีการปฏิบัติ การแสดงออก การตอบสนองอะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง ตั้งแต่การคิด การรับรู้ การที่เราพยายามจะเป็นอยู่ หรือเรียกว่าดำเนินชีวิตของเราให้เป็นไปด้วยดี ก็คือ การต้องพยายาม ต้องฝึกตัวเอง ต้องรับรู้ประสบการณ์ และหาทางที่จะปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมให้ดี หรือแก้ปัญหาให้ได้ อันนี้แหละ เรียกว่าการศึกษา

ถ้าชีวิตใดไม่พยายามที่จะปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมให้ถูกต้อง หรือให้ได้ผล ชีวิตนั้นก็จะเป็นอยู่ดีไม่ได้ เมื่อไม่พยายามเป็นอยู่ให้ดี เราก็เรียกว่าไม่มีการศึกษา พระพุทธเจ้าเรียกคนอย่างนี้ว่าคนพาล คำว่า “พาล” แปลว่า อ่อนปัญญา หรือเขลา เป็นอยู่สักแต่ว่ามีลมหายใจ หรือมีชีวิตอยู่สักแต่ว่าลมหายใจ

ถ้าคนจะมีชีวิตที่ดีก็ต้องพยายามเป็นอยู่ให้ดี คือต้องศึกษา การศึกษาจึงเป็นเรื่องตลอดชีวิต และตลอดเวลา ไม่ใช่ว่าจะมีต่อเมื่อเข้าโรงเรียน

เมื่อเราพยายามเป็นอยู่หรือทำชีวิตให้ดี เราก็ต้องปฏิบัติต่อสถานการณ์ต่างๆ ให้ได้ผลดีที่สุด ใครที่สามารถปฏิบัติต่อประสบการณ์ หรือปฏิบัติต่อสิ่งที่เกี่ยวข้องได้ผลดีที่สุด ก็เจริญพัฒนา เรียกว่ามีการศึกษาที่ดี

นี่เป็นเรื่องที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างชีวิตกับการศึกษา ไปๆ มาๆ การศึกษากับการมีชีวิตที่ดีก็เป็นเรื่องเดียวกัน และการศึกษาก็เป็นกิจกรรมของชีวิตนั่นเอง

ฉะนั้น เมื่อพูดด้วยภาษาของพระพุทธศาสนา การศึกษาจึงเข้ามาอยู่ในชีวิตของคน เหมือนกับว่าเขาไตรสิกขามาฝึกคนหรือเอามาจัดเข้าในชีวิตของคน ให้เกิดเป็นวิถีชีวิตที่มีองค์ประกอบ ๘ ประการ ที่เรียกว่า “มรรคมองค์แปด”

สิกขา แปลว่า ศึกษา มรรคก็แปลว่า ทางชีวิต เราศึกษาอย่างไร เราก็มีมรรคคือวิถีชีวิตที่ดีงามขึ้นอย่างนั้น เมื่อศึกษามากขึ้น วิถีชีวิตของเราก็กลายเป็นมรรคมากขึ้น คือก้าวไปในมรรคมากขึ้น เรายิ่งทำไตรสิกขาให้เจริญมากขึ้น เราก็ยิ่งก้าวไปในมรรคมากขึ้น ฉะนั้น มรรคก็เป็นเรื่องเดียวกับไตรสิกขา หรือเป็นอีกด้านหนึ่งของไตรสิกขา

ตามที่พูดมานี้ ความหมายของการศึกษาจึงสามารถให้ได้หลายอย่าง จะพูดแง่ไหนก็ได้ เช่นว่าเป็นเรื่องของการพัฒนาความสามารถที่จะเป็นอยู่ให้ดีที่สุด หรือการทำชีวิตให้สงบงามไปในมรรค ดังที่กล่าวมาแล้ว

## หลักการสอน

การศึกษานั้นเป็นงานของชีวิต หรือเป็นหน้าที่ของทุกคนทุกชีวิต พอพูดอย่างนี้ก็อาจจะรู้สึกว่าหนักหรือน่าเหนื่อย หลายคนหลายชีวิตยังศึกษาไม่เป็น ก็ศึกษาไม่ได้ผลดี หรือบางทีแทบไม่รู้จักศึกษาเลย ถึงตอนนี้ก็มีคุณครูเข้ามา คุณครูก็มาช่วยเราให้ศึกษา คือช่วยเราให้ศึกษาอย่างได้ผล *การช่วยให้ศึกษานั้นเรียกว่า "การสอน"* จะพูดว่าช่วยให้เรียน หรือช่วยให้เรียนรู้ ก็ได้

พอเด็กเริ่มดำเนินชีวิต คือเริ่มเป็นอยู่ เขาก็เริ่มศึกษา คือพยายามให้ชีวิตของเขาเป็นอยู่ได้และเป็นอยู่ดี ถึงตอนนี้คุณครูก็เข้ามา เช่น เด็กยังเดินไม่เป็น ก็มาสอนเดิน คือช่วยให้เด็กฝึกเดิน ศึกษา การเดิน หรือเรียนรู้ที่จะเดินให้เป็น คนที่จะช่วยให้เด็กศึกษาหรือฝึก-เรียนรู้การเป็นอยู่พื้นฐานอย่างนี้ ก็คือ พ่อแม่ ซึ่งอยู่กับเด็ก ใกล้ชิด เด็กที่สุด เพราะฉะนั้น ทางพระจึงเรียกพ่อแม่ว่าเป็นครูคนแรก คือ "ครูต้น" หรือบูรพาจารย์

ที่นี่ ที่ว่าครูเป็นผู้ที่ช่วยให้ศึกษา เรียกว่า "สอน" จนกระทั่งเมื่อว่าโดยสาระ เรื่องของครูก็เป็นเรื่องของการสอนนั้น ต้องถามว่า ครูสอนอะไร เราลองมาดูว่าครูใหญ่สูงสุด คือพระพุทธเจ้าทรงสอนอะไร

เมื่อก็ได้บอกแล้วว่า พระพุทธศาสนานั้น ที่เรียกว่าธรรมก็คือความจริงของธรรมดา หรือธรรมชาติ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า ... ตถาคตจะเกิดขึ้นหรือไม่ก็ตาม ความจริงก็มีอยู่ตามธรรมดาของมันอย่างนั้น... พระพุทธเจ้าทรงค้นพบแล้วนำมาแสดง มาบอกมากล่าวให้เข้าใจง่ายว่าเป็นอย่างนี้ๆ นี่ก็คือบอกว่า พระพุทธเจ้าทรงสอนความจริงที่มีอยู่ตามธรรมดา

ความจริงของธรรมดานั้นเราจะรู้ไปทำไม เราต้องรู้ก็เพราะว่า เมื่อชีวิตของเราและทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปตามธรรมดา หรือตามกฎธรรมชาตินี้ ถ้าเราไม่รู้ธรรมดานั้น ไม่รู้ความเป็นไปของมัน ไม่รู้กฎธรรมชาติ เช่นความเป็นไปตามเหตุปัจจัย หรือความสัมพันธ์ระหว่างเหตุกับผล เป็นต้น เราก็ปฏิบัติอะไรไม่ถูก แม้แต่ชีวิตของเรา ตั้งแต่ร่างกายของเราก็เป็นไปตามกฎธรรมชาติ เมื่อเราจะดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง เราก็ต้องรู้จักว่ามันเป็นอย่างไร

ดังเช่นแพทย์จะรักษาคนไข้ ก็ต้องเรียนเรื่องความจริงของชีวิตด้านร่างกายกันตั้งมากมาย การรู้ความจริงตามธรรมดานี้เป็นเรื่องใหญ่ที่สุด

ธรรมดานี้แหละยากที่สุด พุทธศาสนาเป็นเรื่องของธรรมดา และให้เข้าถึงธรรมดาเท่านั้นเอง แต่ใครเข้าถึงธรรมดานี้แหละคือสำเร็จ ไม่มีอะไรยากไปกว่าเรื่องธรรมดา ใครถึงธรรมดานั้นก็สมบูรณ์เลย

เราต้องรู้ธรรมดา เพราะว่าเมื่อเรารู้ความจริงที่เป็นธรรมดา นั้นแล้วเราจะได้ปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายให้ถูกต้อง เหมือนรู้ความจริงของไฟแล้ว ก็ปฏิบัติต่อไฟได้ถูกต้อง และเอาไฟมาใช้ประโยชน์ได้

การที่พระพุทธเจ้าตรัสคำสอนต่างๆ นั้น พระองค์ก็เอาความจริงของธรรมดามาเป็นฐาน ถ้าใช้ศัพท์สมัยใหม่ก็คือเอาสังขธรรมมาเป็นฐาน คือสอนว่า ความจริงเป็นอย่างนี้นะ เมื่อความจริงเป็นอย่างนี้ ถ้ามว่าเราจะมีชีวิตที่ดีได้อย่างไร ตอนนี้อย่างไรคือความจริงหรือสังขธรรมก็เรียกร่องหรือบังคับเราอยู่ในตัวว่า ถ้าคุณจะเป็นอยู่ให้ดีจริง คุณจะต้องดำเนินชีวิตอย่างนี้ คุณต้องทำอย่างนี้ คุณต้องทำเหตุปัจจัยอย่างนี้

ถึงตอนนี้ คำสอนประเภทที่ ๒ ก็จึงเกิดขึ้น คือคำสอนประเภทที่เราเรียกสมัยนี้ว่า “จริยธรรม” จริยธรรมก็คือข้อเรียกร่องของสังขธรรม หรือข้อเรียกร่องของธรรมดาต่อมนุษย์ ว่าถ้าคุณต้องการอยู่ดีคุณต้องทำอย่างนี้ คุณต้องปฏิบัติอย่างนี้ จริยธรรมก็จึงเป็นเรื่องของความจริงภาคปฏิบัติการที่สืบเนื่องจากธรรมดานั้น ไม่ใช่ว่าพระพุทธเจ้าจะทรงแต่งตั้งขึ้นมา และไม่ใช่ว่าคำสั่งของพระองค์ พระองค์มาสอนโดยอาศัยความรู้ในความจริงนั่นเอง

ด้วยเหตุนี้ ถ้าไม่รู้จักความจริงถึงที่สุดแล้ว การที่จะมาสอนหลักจริยธรรมก็ไม่สามารถสมบูรณ์ได้ อันนี้เป็นเรื่องที่สัมพันธ์กัน คำสอนที่เป็นเรื่องข้อปฏิบัติ หรือธรรมะด้านที่เรานำมาใช้ อย่างเรื่องไตรสิกขา และเรื่องมรรคก็อยู่ในประเภทนี้

ที่พูดเมื่อนี้ก็หมายความว่า การที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนเรื่องสิกขา และเรื่องมรรค ก็เพราะว่าทรงได้ตรัสรู้แจ้งธรรม หรือความจริงตามธรรมดานั้นแล้ว จึงมาตรัสบอกมนุษย์ทั้งหลายว่าธรรมดาเป็นอย่างนั้นะ ถ้าคุณปฏิบัติถูกต้องตามธรรมดาแล้วชีวิตของคุณก็จะเป็นอยู่ดี และสังคมของคุณก็จะอยู่ดี เพราะฉะนั้นถ้าตกลงคุณก็ทำให้สอดคล้องกับธรรมดา หรือเอาความรู้ต่อธรรมดานั้นมาใช้ให้เป็นประโยชน์ อย่างนั้นะ เราจึงได้มีการศึกษากัน

ความจริงเราก็ต้องศึกษาอยู่แล้ว แต่เราศึกษาไม่เป็น คนจำนวนมากศึกษาไม่เป็น ก็เลยทำให้เสียเวลากับชีวิต และผิดพลาด ไม่เจริญก้าวหน้า บางทีก็พลาดพลั้งไปในทางเสียหาย กลายเป็นความเสื่อมของชีวิตไป

## ไตรสิกขา เดินหน้าไปกับชีวิตทั้งสามด้าน

ในเมื่อการศึกษาเป็นเรื่องของชีวิต คือการที่ชีวิตต้องพยายามเป็นอยู่ให้ดี และชีวิตก็ต้องเป็นอยู่ตลอดเวลาอย่างที่ว่ามานั้น มันก็เลยเป็นเรื่องของชีวิตทั้งกระบวนการที่เป็นอยู่ ซึ่งเราจะแยกกระจัดกระจายออกไปไม่ได้

เพราะฉะนั้นเวลานี้จึงต้องย้ำบ่อยว่า ไตรสิกขาก็อยู่ที่ชีวิตของเราทั้งหมดนี้แหละ การที่ไตรสิกขามี ๓ อย่าง ก็เพราะตรัสไป

ตาม ๓ ด้านของชีวิต ที่เรียกง่ายๆ โดยใช้ศัพท์สมัยปัจจุบันมาเทียบ ว่าเป็นเรื่องของ **พฤติกรรม จิตใจ ปัญญา**

แต่ในเรื่องพฤติกรรม ขอย้ำว่า ความจริงมันเป็นศัพท์ที่อาจจะเข้าใจไม่ถึงกับตรงกันทีเดียว เพราะเป็นการเอาคำสมัยใหม่มาเทียบเท่านั้น

ที่ว่าพฤติกรรมนั้น ของพระหมายถึงการที่เราสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม หรือสิ่งรอบตัวทั้งหมด ซึ่งบางอย่างเราอาจจะใช้ศัพท์ปัจจุบันว่าพฤติกรรมไม่ถนัด เช่นการใช้ ตา หู จมูก ลิ้น คือใช้ตา ดู – หูฟัง เป็นต้นนี้ เราจะเรียกว่าพฤติกรรมก็คงไม่ถนัด แต่ทั้งหมดนี้ก็เป็นเรื่องของการสัมพันธ์กับโลก ถ้าใช้ภาษาแบบพระก็ว่าสัมพันธ์กับโลก แต่เดี๋ยวนี้เขาใช้คำว่า “สิ่งแวดล้อม”

โลกก็คือทุกอย่างรอบชีวิต เดียวนี้โลกนั้นเรามาเรียกเป็นสิ่งแวดล้อม แยกเป็นสิ่งแวดล้อมทางวัตถุอย่างหนึ่ง และสิ่งแวดล้อมทางสังคมอย่างหนึ่ง แต่ภาษาพระเรียกว่าโลกหมดเลย

ชีวิตของเราสัมพันธ์กับโลก เราใช้ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ และใช้กายกับวาจาสัมพันธ์กับโลกนั้น ด้านนี้เราเรียกไปพลางก่อนว่า **พฤติกรรม**

เรื่องของสิ่งแวดล้อมหรือโลกทั้งหมดนี้ เราจะต้องสัมพันธ์ให้ดีให้ได้ผล เป็นด้านที่ ๑ ของชีวิต แน่แน่นอนว่าชีวิตของเราด้านที่ ๑ คือการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม หรือโลก หรือสิ่งภายนอก ทั้งมนุษย์ทั้งวัตถุสิ่งของเครื่องใช้และธรรมชาติต่างๆ เราต้องสัมพันธ์แน่นอน จึงต้องสัมพันธ์อย่างดี อย่างได้ผล

ลึกลงไป การที่เราจะมีความสัมพันธ์กับสิ่งเหล่านี้และจะสัมพันธ์อย่างไรก็ขึ้นต่อเจตนา คือเจตจำนงของเรา ซึ่ง

ประกอบด้วยแรงจูงใจ คุณภาพของจิตใจ และสภาพจิตใจที่มี  
ความสุข-ความทุกข์เป็นต้น โดยเฉพาะความสุข และความทุกข์จะ  
เป็นจุดหมายหลักในความสัมพันธ์ของเรา

การที่เรามีพฤติกรรม ทางกาย หรือทางวาจาก็ตาม การที่เรา  
ใช้ตาหู - หูฟังก็ตาม ลึกลงไปเรามักจะมุ่งเพื่อสนองความต้องการ  
ในแง่ของการหนีทุกข์และหาสุข ภาวะด้านจิตใจจึงมีอิทธิพลต่อ  
การสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมตลอดเวลา คือเรามีเจตนาอย่างใด  
อย่างหนึ่ง โดยมีแรงจูงใจอย่างใดอย่างหนึ่ง รวมความว่า **จิตใจมี**  
บทบาทตลอดเวลาที่เรามีความสัมพันธ์กับโลกภายนอกด้วยพฤติ-  
กรรมและอินทรีย์

ต่อไปอีกด้านหนึ่ง คือ พร้อมกันนั่นเอง เราจะมี  
ความสัมพันธ์ได้แค่ไหน ก็อยู่ในขอบเขตที่เรามีความรู้ คือ **ปัญญา**  
ของเรารู้เข้าใจเท่าไรอย่างไร และเรามีความเห็นอย่างไร เราก็  
สัมพันธ์ไปตามนั้นแค่นั้น เราเข้าใจว่าถ้าเราทำอย่างนี้จะเกิดผลดี  
แก่ชีวิตของเรา จะช่วยให้เราหนีทุกข์ หรือได้รับความสุข แล้วเราก็  
มีพฤติกรรมไปอย่างนั้นหรือสัมพันธ์อย่างนั้น เช่น เราคิดเห็นเข้าใจ  
ว่า ดูสิ่งนี้แล้วเราจะมีความสุข เราก็มีพฤติกรรมและใช้อินทรีย์ที่จะ  
ดูสิ่งนั้น อย่างนี้เป็นต้น

## สอนเด็กให้ได้ครบไตรสิกขา

ฉะนั้นในเวลาที่เราเกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งหลายนั้น จึงมี  
ทั้งศีล สมาธิ ปัญญา ครบหมด คือ

๑) มีด้านพฤติกรรม ซึ่งถ้าจะพูดให้เต็มความหมายยังไม่รู้จะใช้ศัพท์อะไรดี เคยลองใช้คำหนึ่งไปพลาวก่อนว่า “พฤติกรรมสัมพันธ์” ซึ่งไม่ใช่แค่พฤติกรรม แต่กว้างกว่านั้น ซึ่งจะต้องหาดูว่าใช้ศัพท์อะไรจึงจะดี ด้านนี้เรียกเป็นภาษาพระว่า “ศีล” คือสัมพันธ์กับโลกภายนอกทั้งหมด

๒) เบื้องหลังศีลก็มี “จิตใจ” คือมีสภาพจิตใจ ซึ่งมีเจตนาหรือเจตจำนงเป็นตัวนำที่จะกำหนดให้เราสัมพันธ์อย่างไร

๓) แล้วอีกด้านหนึ่งเหนือขึ้นไป เราจะสัมพันธ์ได้แค่ไหนอย่างไร ก็ต้องเป็นไปตาม “ปัญญา” เริ่มจากความคิดเห็น ความรู้ ความเข้าใจเท่าที่มีและยึดถือไว้

สามอย่างนี้มีตลอดเวลาแยกกันไม่ได้ การพูดแยกกันเป็นการพูดในชั้นหยาบๆ เท่านั้น เพราะฉะนั้นจึงบอกว่า เมื่อเราทำกิจกรรมอะไรก็ตามสักอย่างหนึ่ง แต่ละคนสามารถพิจารณา หรือถ้าทำกันเป็นกลุ่มทั้งกลุ่มก็สามารถพิจารณาก่อนทำก็ได้ หรือตรวจสอบหลังทำก็ได้ ว่าการศึกษา ๓ ด้านของเราเป็นอย่างไร

ก่อนทำ ก็คิดดู หรือตรวจดู ว่ากิจกรรมที่เรากำลังจะทำอยู่นี้

- ด้านที่ ๑ คือ ด้านความสัมพันธ์กับโลกภายนอก ได้แก่ ด้านศีล ดูว่ากิจกรรมการกระทำหรือพฤติกรรมของเรานี้ จะเป็นการเบียดเบียน ก่อความเดือดร้อนแก่ใคร ทำอะไรให้เสียหายหรือเปล่า หรือเป็นไปในทางส่งเสริมเกื้อกูล ช่วยเหลือกัน อย่างน้อยก็ไม่ก่อให้เกิดโทษ ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน หรือทำอะไรให้เสียหาย
- ด้านที่ ๒ คือ ด้านจิตใจ ก็ดูว่า สภาพจิตใจของเรา ที่กำลังทำอยู่หรือกำลังจะทำกิจกรรมอันนี้ เราทำด้วยเจตนา

อย่างไร มีความมุ่งหมายอย่างไร มีแรงจูงใจอะไร มีความหวังดี ปราศจากอคติ อยากจะช่วยเหลือเกื้อกูลหรือคิดร้าย มีจิตใจที่ขึ้นบานแจ่มใสหรือขุ่นมัว มีความสุขหรือความทุกข์ เป็นต้น

- ด้านที่ ๓ คือ ด้านปัญญา หรือด้านความรู้ความเข้าใจ ก็ตรวจสอบว่า เราเข้าใจสิ่งที่เรากระทำนี้ชัดเจนดีหรือไม่ เป็นการกระทำที่ตรงตามเหตุปัจจัย จะก่อให้เกิดผลที่เราต้องการได้ครบถ้วนกระบวนการหรือไม่ ทำไปแล้วจะเกิดผลดี – ผลเสียอะไรบ้าง เป็นต้น

ทุกกิจกรรมเราสามารถพิจารณาทั้ง ๓ ด้านครบเลย อย่างนักเรียนจะทำอะไรสักอย่าง คุณครูหรือหัวหน้าก็บอกเอา ! เรายอมเสียเวลานิดหนึ่ง มาช่วยกันคิดว่าสิ่งที่เรากำลังจะทำนี้ เอามาตรวจดูกับชีวิตของเรา ๓ ด้าน ว่าเป็นไปด้วยดีไหม ว่าในด้านความสัมพันธ์ก็ดีนะ ไม่เบียดเบียนใคร ไม่ก่อความเดือดร้อน ไม่เป็นโทษ แต่ก่อให้เกิดประโยชน์เกื้อกูล ด้านจิตใจของเราก็ตี ด้านปัญญาเราก็ทำด้วยความรู้ความเข้าใจและคิดพิจารณา พอตรวจสอบชัดเจนแล้ว ลึกซึ้งครบสามด้าน...ก็ทำด้วยความมั่นใจเลย

## ศึกษาข้อศีลมี ๒ ด้าน

เมื่อทำไปแล้วก็ตรวจสอบได้อีก คราวนี้วัดผลด้วยภาวนา ๔ เลย แต่เรื่องภาวนา ๔ นี้ ต้องโยงกับสิกขา ๓ หรือไตรสิกขาให้ดี ต้องชัดว่า เราใช้ภาวนา ๔ วัดผลของสิกขา ๓

อีกอย่างหนึ่ง ต้องชัดว่า สิกขา ๓ กลายเป็นภาวนา ๔ เพราะเรื่องสิกขา ๓ เป็นการดูการทำงานแบบองค์รวมขององค์รวม ๓ (เรียกรวมเป็นคำเดียวว่า “ไตรสิกขา”) แต่เรื่องภาวนา ๔ เป็นการจำแนกแยกแยะออกดูแต่ละด้านให้ชัดไปที่ละอย่าง

**ภาวนา ๔** ครูอาจารย์ที่เฝ้าทุกท่านคงทราบดีอยู่แล้ว คือ กายภาวนา ศีลภาวนา จิตตภาวนา และ ปัญญาภาวนา

เมื่อเทียบกับสิกขา ๓ ก็เห็นว่า ภาวนา ๓ ข้อหลัง ตรงกับ สิกขา ๓ เลย แต่เพิ่มข้อแรกคือกายภาวนาเข้ามา จึงต้องทำความเข้าใจนิดหน่อยว่า สิกขาข้อแรก คือศีลนั้นแหละแยกออกเป็น ๒ อย่าง เป็นกาย กับศีล

ทำไมในภาวนา ๔ นั้น แยกศีลเป็น ๒ อย่าง ก็อธิบายว่า ศีลที่ว่าสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมนั้นแยกย่อยออกไปเป็น ๒ ด้าน คือสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพด้านหนึ่ง และสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคมด้านหนึ่ง ในเรื่องภาวนานี้ต้องการดูทีละอย่างให้ละเอียด จึงแยกศีลชอยออกไปเป็น ๒ ด้าน

แต่ในไตรสิกขา ทำไมศีลจึงรวมหมด ทั้งความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้านวัตถุ และสัมพันธ์กับบุคคลและสังคม ก็เพราะว่า ในไตรสิกขานั้น ศีล-สมาธิ-ปัญญา ต้องเป็นไปพร้อมด้วยกันทั้ง ๓ อย่างตลอดเวลา ศีลจึงต้องรวมเป็นข้อเดียว เพราะในครั้งหนึ่งๆ เราสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างไรก็ตามอย่างหนึ่งอย่างเดียว

เป็นอันว่า การศึกษาก็อยู่ในกิจกรรมทุกอย่างของชีวิตนี้เอง จึงบอกว่าตั้งแต่เกิดมาเราก็ต้องเริ่มการศึกษาแล้ว เพื่อจะให้ชีวิตเป็นอยู่ด้วยดี เพราะฉะนั้นพระพุทธศาสนาจึงเริ่มฝึกคนให้ศึกษาตั้งแต่ในการเป็นอยู่ประจำวัน ว่าการกินการอยู่นี้แหละ เราต้องมี

การศึกษา ถ้ากินไม่เป็น ไม่รู้จักใช้ไตรสิกขาในการกิน การกินก็ไม่ได้ผลดี

## กินอย่างไรให้เป็นไตรสิกขา

กินอย่างไรให้เป็นไตรสิกขา การกินก็เป็นความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมใหม่ คือเป็นการสัมพันธ์กับวัตถุข้างนอก เพราะในการกิน หรือรับประทานนั้น เราใช้ลิ้น ใช้ปาก สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภายนอก จึงเป็นด้านศีล ถ้าใช้คือสัมพันธ์แล้วเป็นประโยชน์เกื้อกูล ก็เป็นศีล แต่ถ้าใช้แล้วเกิดโทษก่อความเดือดร้อน ก็เสียศีล

พร้อมกันนั้น ในขณะที่กิน ด้านจิตใจเราก็มีความพอใจไม่พอใจ มีความสุขหรือความทุกข์ ใจขึ้นบานหรือขุ่นมัวเศร้าหมอง ตื่นตัวหรือมัวเมา

นอกจากนั้นอีกด้านหนึ่ง การที่จะพอใจไม่พอใจ จะเป็นสุขหรือเป็นทุกข์อย่างไร ก็ขึ้นอยู่กับปัญญาด้วย ถ้ามองเห็นว่า ที่เรากินนี้มีความมุ่งหมายเพื่อให้สุขภาพดี ความพอใจก็เกิดขึ้นอย่างหนึ่ง ถ้าไม่ได้คิด ไม่ได้พิจารณา มุ่งสนองความต้องการของลิ้น ต้องการรสอร่อย ความพอใจและความสุขก็จะไปอีกอย่างหนึ่ง

ตัวปัญญาความรู้ก็มาเป็นปัจจัย หรือนำทางให้แก่ความสุข ความทุกข์ด้วย และปรุงแต่งสภาพจิตใจ เช่น ความพอใจ หรือไม่พอใจ ท่านจึงสอนว่าให้เอาปัญญามาใช้พิจารณาว่าที่เรากินนี้ เรากินเพื่ออะไร

ด้วยเหตุนี้แหละ เมื่อพระบวชใหม่ เราจึงมีประเพณีมาแต่โบราณว่า ก่อนบวชต้องไปอยู่วัด ท่องบทสวดมนต์และฝึกฝนเตรียมตัวต่างๆ บรรดาบทสวดมนต์ทั้งหลายนั้น บทที่ให้ท่องบทหนึ่ง ซึ่งเดี๋ยวนี้บางที่ไม่รู้จักแล้ว แต่เข้าใจว่าครูอาจารย์ส่วนใหญ่ที่มานี้คงรู้จัก เรียกกันว่าบทปฏิสังขาย ซึ่งเริ่มต้นว่า ปฏิสังขายนิโส ปิณฑะปาตัง ปฏิเสวามิ เป็นต้น ซึ่งเป็นบทพิจารณาอาหาร บทนี้รู้จักกันมากที่สุด ที่จริงทำนให้พิจารณาหมดทุกอย่าง มีบทเฉพาะสำหรับแต่ละอย่างๆ

บทพิจารณาอาหารมีใจความว่า ข้าพเจ้าพิจารณาแล้วโดยแยกกาย จึงบริโภคหรือฉันภัตตาหารนี้โดยมองเห็นว่า มิใช่บริโภคเพียงเพื่อเอร็ดอร่อย เพื่อโก้เก๋อะไรต่างๆ แต่บริโภคเพื่อหล่อเลี้ยงร่างกายให้ชีวิตเป็นอยู่ได้ เพื่อเกื้อหนุนแก่ชีวิตประเสริฐหรือการดำเนินชีวิตที่ดีงาม คือ นำร่างกายไปใช้ทำประโยชน์

นี่เป็นการที่เราเอาปัญญามาพิจารณา เมื่อเอาปัญญามาพิจารณาเกิดความเข้าใจถูกต้องแล้ว จิตใจก็เกิดความพอใจที่เปลี่ยนไป คือถ้าหากว่าแต่ก่อนนี้มองเห็นอาหารไม่ถูกปากหรือไม่ได้อย่างใจหน่อยก็โกรธ ไม่ยอมรับประทานแล้ว แต่ตอนนี้พอพิจารณาว่าประโยชน์อยู่ที่คุณค่าที่จะหล่อเลี้ยงชีวิต ให้มีสุขภาพแข็งแรง เราก็รับประทานได้ง่ายขึ้น ทำให้มีพฤติกรรมในการรับประทานที่ดีงามถูกต้อง

ไม่ใช่เพียงแค่นี้มีความพอใจที่จะรับประทานง่ายขึ้นเท่านั้น แม้แต่ปริมาณอาหารก็จะรับประทานไม่เกินควร ไม่ใช่เห็นว่าเห็นแก่อร่อยก็กินเรื่อยไป แต่จะกินพอดี อย่างที่เรียกว่า “โภชนะ-มัตตัญญูตา” แปลว่า รู้จักประมาณในการบริโภค

การฝึกกระดานนี้ ถ้าเป็นศิลปะของพระ จะมีชื่อเฉพาะเรียกว่า บัจฉยสันนิสสิตลีล คือศิลปะที่อิงอาศัยบัจฉย ๔ แต่มีอีกชื่อหนึ่งว่า บัจฉยปฏิเสวนา คือศิลปะที่เกี่ยวกับการเสพบัจฉย ศิลปะประเภทนี้อยู่กับชีวิตประจำวัน แต่ห่างเหินไปจากคนไทยเรา จนเราแทบจะไม่รู้จักรู้จัก ที่จริงศิลปะอย่างนี้สำคัญมากในครอบครัว ตั้งแต่ในบ้าน มาที่โรงเรียนก็สำคัญ

## เอาปัญญากับจิตใจมาช่วยในการฝึกศิลปะ

จะเห็นว่าศิลปะอย่างนี้เกี่ยวข้องกับบัจฉย ๔ คือ สิ่งของที่กินที่ใช้ แต่ศิลปะนั้นก็สำเร็จด้วยปัญญา เราใช้ปัญญามาช่วยฝึกศิลปะ แล้วก็เลยกลายเป็นว่าเราใช้ศิลปะเป็นแดนฝึกปัญญาไปด้วย แต่ตัวเด่นในกรณีนี้เป็นเรื่องพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับสิ่งภายนอก จึงเรียกว่า ศิลปะ ไม่เรียกว่า ปัญญา

แต่ในการที่ศิลปะจะเป็นไปได้ นั่น ก็เห็นชัดเลยว่าต้องอาศัยปัญญา ที่รู้จักคิดพิจารณาและกินใจด้วยความรู้ความเข้าใจ พร้อมทั้งด้านจิตใจก็มีความตั้งใจและพอใจเป็นต้นตามปัญญานั้น การที่เราเรียกว่า ศิลปะ สมาธิ ปัญญา จึงไม่ได้แยกออกจากกันเด็ดขาด เป็นแต่เพียงว่า ในตอนนั้นๆ จะเอาตัวไหนเป็นตัวเด่น

ขั้นศิลปะนี้เป็นการฝึกในชีวิตประจำวัน เกี่ยวข้องกับโลกภายนอก คือเกี่ยวข้องกับวัตถุ และเกี่ยวข้องกับเพื่อนมนุษย์ เป็นด้านที่ง่าย ๆ หรือหยาบหน้อย มองเห็นชัด และในการฝึกด้านนี้เราก็เอาด้านจิตใจคือเรื่องสมาธิ และการคิดพิจารณาด้านปัญญาเข้ามาช่วย จึงเป็นการบูรณาการอยู่ในตัวเลย

จะเห็นว่า ในชีวิตที่เป็นจริงเราไม่สามารถจะไม่บูรณาการ ถ้าเราไม่บูรณาการมันก็ไม่สามารถจะเกิดผลดีขึ้นมาได้ ทั้งหมดนี้ เมื่อมีการศึกษาถูกทางมันก็เป็นไปเอง แค่นี้ก็คิดเท่านั้น สมมติและปัญญาที่ตัวเอง แต่ต้องใช้ให้เป็น มันจึงเป็นเรื่องของไตรสิกขาที่เป็นไปตลอดเวลา

ที่นี้ มองดูในแง่มรรคก็ชัดว่า วิธีชีวิตที่ดีก็เกิดขึ้น เช่นในการที่เราจะรับประทานอาหาร เมื่อรับประทานด้วยความเข้าใจถูกต้องว่าอ้อ...ที่จริงคุณค่าและความมุ่งหมายที่แท้ของการกินก็เพื่อหล่อเลี้ยงร่างกายให้ชีวิตเป็นอยู่ดี พอเรามองเห็นและเข้าใจอย่างนี้ มันก็เข้าสู่แนวที่เรียกว่าเกิดสัมมาทิฐิใช้ใหม่ นี่ถือเป็นมรรคแล้ว นี่แหละมาด้วยกัน

ในเวลาที่เราพิจารณาไป ความเห็นที่ถูกต้องก็ก่อตัวขึ้นมา จากการรู้จักคิดพิจารณาถูกต้อง พอสัมมาทิฐิเกิด มันก็จะไปเป็นตัวตั้งต้นให้แก่วิถีชีวิตที่เรียกว่ามรรค ให้ดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้อง กระบวนการศึกษาและพัฒนาชีวิตก็ดำเนินไปอย่างนี้ เป็นเรื่องของไตรสิกขากับมรรคมืองค์ ๘ ประสานไปด้วยกัน เราจึงบอกว่าเอาไตรสิกขามาบูรณาการให้เรามีวิถีชีวิตที่เป็นมรรค ซึ่งเป็นวิถีชีวิตที่มืองค์ประกอบ ๘ ประการ เป็นอันว่าการศึกษามีตลอดเวลา

## พอกินอยู่เป็น...ก็คิดเป็นเอง

ในการศึกษานี้เราเริ่มที่ศีล และเริ่มง่ายๆ ที่การเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน เช่นการกินอาหาร การใช้สอยบริโภคสิ่งต่างๆ ตลอดจนเทคโนโลยีทุกอย่าง คือ ให้รู้จักถามตัวเองว่า ที่เราใช้มันนี้

เพื่ออะไร? คุณค่าที่แท้ของมันอยู่ตรงไหน? ถ้าเด็กรู้จักหัดพิจารณา เขาก็เกิดการรู้จักคิดใช้ใหม่ ?

บางครั้งเราบอกกันว่าการศึกษาคือการคิดเป็น แต่ที่ว่าการคิดเป็นนั้น บางทีก็ยุ่งอันกันไป ไม่รู้จะไปคิดตรงไหน ที่จริงนั้นคิดเป็นก็เริ่มตรงนี้แหละ คือเริ่มที่การกินอยู่ในชีวิตประจำวันนี่แหละ พอเรากินอยู่เป็น มันก็คิดเป็นเอง ถ้าเราคิดไม่เป็น มันก็กินอยู่ไม่เป็น เพราะฉะนั้น ให้ชีวิตประจำวันเป็นแดนเริ่มเองเลย พระพุทธเจ้าก็ให้ปัญญามาอยู่ที่ศีลนั้นแหละ และปัญญากับจิตใจก็มาช่วยพัฒนาศีลขึ้นไป มาฝึกกันตั้งแต่นี้เลย

อย่างเช่นอยู่บ้าน ลูกจะรับประทานอาหาร พอถึงวันดีคืนดี คุณแม่ก็อาจจะถามว่า หนูลองคิดซิว่า “ที่เรากินนี้...ประโยชน์ของอาหารมันอยู่ที่ไหนแน่” หรือ “เรากินเพื่ออะไรกันแน่” อย่างนี้เด็กก็ต้องคิดแล้วใช้ใหม่? นี่ก็คือใช้ความคิดกับเรื่องที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับชีวิตประจำวันนั้นแหละ แล้วการคิดเป็นมันก็มาเอง

พอคิดเป็น ก็ต้องคิดถูกใช้ใหม่ ? ถ้าคิดไม่ถูก มันไม่เกิดผลดี แล้วจะเรียกว่าคิดเป็นได้อย่างไร คิดเป็น คือคิดถูกต้อง ที่จะทำให้เกิดผลดี ถ้าคิดถูกต้องแล้ว ก็เป็นการคิดเป็น และคิดเป็นนั้นก็มาดูแลตั้งแต่ชีวิตประจำวัน เช่นมาดูแลที่กินอยู่เป็น ซึ่งเป็นเรื่องทางปฏิบัติที่ชัดเจนกว่าจะมาพูดว่า “คิดเป็นๆ” แต่ไม่รู้จะไปคิดที่ไหน

เป็นอันว่า คิดเป็นก็อยู่ในชีวิตประจำวันนี่แหละ ทุกอย่างที่จะให้ได้ผลดีก็ต้องมีการคิดเป็นทั้งนั้น และมันก็นบูรณาการเอาปัญญาพร้อมทั้งจิตใจเข้ามาสู่กระบวนการหมดเลย คือกระบวนการของชีวิตประจำวัน ตั้งแต่การกินอาหารเป็นต้นไป

จะใช้เสื้อผ้าละ...หนูก็ลองคิดดูซิ ที่เรานุ่งห่มเสื้อผ้านี้เพื่ออะไร? ประโยชน์ของเสื้อผ้านั้นอยู่ที่ตรงไหนแน่? บางคนใช้เสื้อผ้ามาเป็นสิบๆ ปีก็ไม่เคยคิดเลยว่านุ่งห่มเพื่ออะไร? บางทีก็หลงไปตามค่านิยม หลงไปตามกัน ทำตามๆ กันไป ถ้าตามๆ กันไปในทางที่ดี ได้ความเคยชินที่ดี กลายเป็นแบบแผนที่ดี...ก็ดีไป แต่เมื่อไม่ใช่ปัญญาพิจารณา ไม่มีการคิดเป็น ก็เสี่ยงอันตราย ตามกันไปกันมาแบบลุ่มหลงเป็นโมหะ ชีวิตก็เสื่อม สังคมก็โทรม

## วินัย คือ จัดตั้งวิถีชีวิตแห่งไตรสิกขา

ในหลักการฝึกที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ เมื่อพูดถึงวินัย เรามักไปนึกถึงแต่ศีลของพระ แล้วเราก็ไม่ได้เอาไปใช้ในวิถีชีวิตของญาติโยม ก็เลยเสียประโยชน์ที่ควรจะได้ สำหรับพระนี้มีดีอย่างหนึ่ง คือมีวินัยชัดเจน

วินัยนี้เป็นเครื่องมือที่จะสร้างวิถีชีวิต และเป็นตัวกำกับช่วยให้เรานำเอา “ระบบไตรสิกขา” มาใช้ได้ พุดง่ายๆ วินัยเป็นการจัดตั้งของมนุษย์ เพื่อให้เป้าหมายทางธรรมชาติเกิดผลขึ้นมา

เรารู้ความจริงแล้วว่า ธรรมดาเป็นอย่างไร เราต้องการจะมีชีวิตที่ดีงาม ธรรมชาติหรือธรรมดามันเรียกร้องให้เราทำอย่างนี้เอ! ที่ว่าต้องทำอย่างนี้พูดสั้นๆ ว่าต้องไตรสิกขา แล้วจะมีวิธีอย่างไรให้คนทำอย่างนั้นหรือมีชีวิตอย่างนั้นละ เราก็จัดตั้งวิถีชีวิตแบบนั้นขึ้นมา เรียกว่า “วินัย”

**วินัย** คือ การจัดสรร หรือจัดตั้งระบบวิถีชีวิต ที่จะทำให้อันใดต้องดำเนินชีวิต และทำกิจกรรมต่างๆ อยู่ในแนวทางที่เรา

ต้องการ ให้เป็นไปตาม “หลักไตรสิกขา” เพราะฉะนั้น วินัยจึงมา เป็นตัวสัมพันธ์ใกล้ชิดที่สุดกับศีล คือจัดตั้งให้เกิดเป็นศีลหรือ จัดตั้งวิถีชีวิตที่จะให้มีสิกขาชั้นศีล เพราะศีลเป็นเรื่องของ พฤติกรรม ซึ่งแสดงออกทางกาย และวาจา ชัดเจนออกมา การ จัดตั้งที่เป็นรูปธรรม ซึ่งอยู่ในสังคม ก็ออกมาในรูปของศีล

ที่จริงวินัยไม่ใช่แค่ฝึกศีลหรืออก ก็จัดตั้งให้เกิดโอกาสที่จะฝึก ไตรสิกขาทั้งหมดนั้นแหละ แต่มันปรากฏชัดที่ศีล พอฝึกตามวินัย มีชีวิตตามวินัย ตามรูปแบบที่วางไว้เนี่ย มันก็เกิดเป็นศีลขึ้นมา คือ เป็นการดำเนินชีวิตด้านพฤติกรรม ทางกาย และวาจา เป็นต้น ที่เป็นปกติอย่างนั้น ศีลก็คือพฤติกรรมดีงามที่เป็นปกติอย่างนั้นแล้ว อยู่ตัวแล้ว หรือจะเรียกเป็นความเคยชินเลยก็ได้ แต่หมายถึงความ เคยชินในทางที่ดี

## ถ้ามองเห็นความสำคัญของความเคยชิน

### ก็รู้ความสำคัญของวินัย

คนเรานี้อยู่ด้วยความเคยชินเป็นสำคัญ ใครจะปฏิเสธได้... ที่เราอยู่กันนี้ เราทำไปตามความเคยชินแทบทั้งนั้น เราจะชอบ อะไร เราจะหันไปหาอะไร เราจะพูดคำไหนอย่างไร แม้แต่จะเดิน แบบไหน ก็มักทำไปตามความเคยชิน

ความเคยชินนี้มีทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ ความเคย ชินทางใจ ก็คือใจจะชอบอะไร เคยยกตัวอย่างบ่อยๆ เช่น คนที่ ชอบไปเที่ยวห้างสรรพสินค้า ความเคยชินจะออกมาเลย คนหนึ่ง ก็ไปเข้าร้านหนังสือ อีกคนหนึ่งก็ไปร้านขายเครื่องใช้ของใช้ในบ้าน

อีกคนหนึ่งไปร้านเครื่องบันทึก หรือสิ่งบำรุงบำเรอความสุข นี่เป็นไปตามการสั่งสมสภาพจิตใจที่เคยชิน คนเราก็กทำไปตามความเคยชินนั้น

พระพุทธเจ้าทรงเน้นความสำคัญของความเคยชิน คนเรามีทั้งความเคยชินที่ดี และความเคยชินที่ไม่ดี ถ้าเคยชินไม่ดีก็เสียหาย ซึ่งอาจจะทำให้เสื่อมได้มาก

ถ้าไม่มีคนอย่างพ่อแม่หรือคุณครู ที่เป็นกัลยาณมิตรมาช่วยนำ เด็กก็อาจจะจับพลัดจับผลูไปสร้างความเคยชินที่ไม่ดีขึ้นมา เช่น เด็กเกิดนึกสนุกขึ้นมา ถือไม้ติดมือ เดินไป พอเห็นต้นไม้ดอกไม้ ก็หวดซ้ายหวดขวา ไขไม้ดอกไม้ขาดกระจุย ต่อมาอีกวัน พอเดินไป แกก็มีความโน้มเอียงจะทำอย่างนั้นอีก ทำไปทำมาก็เคยชินติดนิสัยกระทั่งไปเป็นผู้ใหญ่ ที่นี้ก็แก้ยากแล้วซิ

เพราะเหตุนี้เราก็เลยต้องพยายามเข้าชิงเสียก่อน ซึ่งกันระหว่างความเคยชินที่ดี กับไม่ดี โดยที่เราชิงให้ความเคยชินที่ดีเริ่มต้นได้ก่อน พอเคยชินดีแล้วเราก็ตบสายใจได้ ฉะนั้น ศีลนี้เป็นเรื่องสำคัญในแง่หนึ่งก็คือ การฝึกความเคยชินที่ดีนั่นเอง และความเคยชินที่ดีนี้ก็เกิดขึ้นด้วยวินัย คือ การจัดตั้งระบบ การวางระเบียบแบบแผนอะไรต่างๆ ให้มีการทำพฤติกรรมที่ดีกันจนเคยชินอยู่ตัว

วินัยแปลว่าอะไร? ท่านแปลว่า “การนำไปให้พิเศษ” ภาษาของพระแปลได้แบบนี้ ซึ่งในภาษาทางปฏิบัติก็แปลว่า “การฝึก” นั่นเอง แต่ห้ามแปลว่า “ข้อบังคับ” ไม่รู้ว่าทำไมคนไทยไปแปลว่า ข้อบังคับ ย้ำอีกทีว่า วินัย แปลว่า การนำไปให้พิเศษ

หมายความว่า ชีวิตมนุษย์เรานี้จะดี จะวิเศษ จะประเสริฐได้ก็  
ด้วย การนำไปให้ถูกทาง

ถ้ามีผู้นำที่ดี มีประสบการณ์ รู้เข้าใจ เห็นทางถูกต้อง มี  
สัมมาทิฐิอยู่แล้ว จะนำไปในทางที่ถูกต้อง ก็มาจัดตั้งวางระบบ  
ขึ้นเป็นวินัย

ระบบการจัดตั้งนี้สำคัญมาก วินัยเป็นรูปแบบที่ว่า บางที  
โดยที่ยังไม่ทันรู้ตัว เราก็ได้ความเคยชินที่ดีแล้ว เป็นธรรมดาว่าเรา  
จะหวังให้ทุกคนทำอะไรโดยต้องคิดพิจารณาทุกอย่างนี้ยาก แต่  
โดยมากคนจะทำตามกันไป ไซ้ใหม่ เราไม่ทันดู ไม่ทันช่วยเลย แก  
ตามไปซะแล้ว แกตามคนอื่น ถ้าตามอย่างที่ไม่ดีไป เกิดเป็นความ  
เคยชินที่ไม่ดีเสียแล้ว คราวนี้ก็เป็นปัญหาที่ยาก

เพราะฉะนั้น เราก็เลยหาทางให้มีวัฒนธรรม ซึ่งเป็นความ  
เคยชินที่ดีร่วมกันที่ถ่ายทอดต่อมา เอมมาช่วย ซึ่งก็อยู่ในเรื่องวินัย  
นี้แหละ เป็นระเบียบ แบบแผน ธรรมเนียม จารีต ประเพณี อะไร  
ต่างๆ ซึ่งในที่สุดก็เป็นวิถีชีวิตขึ้นมา

## วินัยเป็นรูปแบบ

### ต้องรักษาสาระไว้ และสื่อสารได้

ในเรื่องการจัดตั้งที่เป็นวินัยนั้น เราก็ต้องการจัดตั้งวิถีชีวิต  
และแบบแผนของสังคม ให้มันอยู่ตัวเป็นศีลให้ได้ พอเรามีวิถีชีวิต  
อย่างนั้นอยู่ตัวแล้ว มันก็กลายเป็นศีลขึ้นมา เพราะฉะนั้นวินัยจึง  
เป็นจุดเริ่มต้น

แต่เวลาพูดกับญาติโยม เราไม่ได้ใส่ใจพิจารณา เราไม่นึกว่า ญาติโยมก็ต้องมีวินัย เดียวนี้จึงต้องย้ำกันเรื่อย ว่า “นี่ ที่จริงญาติโยมคุณศรัทธาก็มีวินัยนะ ไม่ใช่มีแต่พระ” เวลาพูดถึงวินัยก็นึกถึงแต่ วินัยพระ ถ้าไม่จั้นก็นึกถึงวินัยทหาร และวินัยอะไรต่ออะไร แต่ แท้จริงที่สำคัญอย่างยิ่ง คือวินัยชาวพุทธ วินัยชาวบ้าน ซึ่งทุกคน ต้องมี

พอนึกถึงวินัยของพระ ก็เห็นว่า พระพุทธเจ้าทรงฝึกให้ พระมีวิถีชีวิตที่ดี ด้วยอาศัยวินัย จึงจัดตั้งขึ้นมาเป็นรูปแบบ ซึ่งถ้า รูปแบบนี้คนปฏิบัติโดยมีความเข้าใจ ใช้ปัญญา และได้จิตใจ มาร่วมด้วย เช่น พอใจ สม่ครใจ เต็มใจ ตั้งใจอยากฝึกให้เป็นด้วย ก็ไปได้ดี แต่ถ้าไม่มีด้านปัญญาและจิตใจเข้ามา มันก็เหลือแต่ รูปแบบ

แต่ก็ยังดีนะที่วินัยภายนอกช่วยรักษารูปไว้ ตราบใดที่ยังมี ขวด ก็ยังมีทางที่จะกรอกน้ำใส่ ถ้ายังมีแก้ว ก็ยังมีทางไปตักน้ำมา ตี๋ม ถ้าต่อนั้นน้ำไม่มีแล้ว เนื้อไม่มี มีแต่แก้ว มันก็ใช้ประโยชน์ ไม่ได้ แต่ถ้าเรายังมีแก้ว ก็ยังดีกว่าไม่มีเลยใช่ไหม ? วันดีคืนดีเรา รู้ว่า เอ๊ะ ! แก้วนี้มันไม่ใช่ของที่ทิ้งไว้เฉยๆ นะ มันต้องเอามาใช้ ประโยชน์ ใส่น้ำดื่มหรืออะไรเป็นต้น เออ ! เราก็เอามาใช้ประโยชน์

เหมือนวินัย แบบแผนที่เป็นรูปแบบนี้ นานๆ ไป สาระ และ ความเข้าใจความหมาย เป็นต้น มันหายไป เหลือแค่รูปแบบ แต่ รูปแบบนี้ก็รักษาไว้ เช่น สังฆกรรมหลายอย่างของพระเวลานี้ เหลือเพียงพิธีกรรม พอเหลือเป็นพิธีกรรม ก็เหลือแต่รูปแบบ ทำ กันไปโดยไม่เข้าใจความหมาย คิดไปอีกทีว่า เออ ! ก็ยังดีที่ยังรักษารูปแบบไว้ ก็ได้ขั้นหนึ่ง พอจะได้ความเคยชินที่ดี แต่ไปๆ มาๆ

เหลือเป็นเพียงความศักดิ์สิทธิ์ เหลือเป็นความไม่รู้อะไรเลย ไปๆ มาๆ บางทีเขวเถลไถลไปไหนไม่รู้

เหมือนที่ยกตัวอย่างเมื่อกี้ว่า ในศีลของพระ มีเรื่องการปฏิบัติต่อบัณฑิต ๔ เรียกว่า บัณฑิตปฏิเสวนา เป็นศีลชนิดหนึ่ง เพราะฉะนั้นเวลาจะบวชพระนี่ สมัยอดีตต้องมาอยู่วัดก่อนและท่านก็จะให้ท่องบทสวดมนต์ต่างๆ ซึ่งมีบทสวดปฏิสังขาย คือบทพิจารณาบัณฑิต ๔ นี้ด้วย ต้องท่องหมด เรียกว่า “บัณฑิต-บัจจเวกขณ” แล้วก็ยังมีทั้งบทสวดพิจารณาปัจจุบัน และบทสวดพิจารณาอดีต หมายความว่า ถ้าผลออกไปไม่ได้พิจารณาตอนรับประทานหรือตอนใช้บัณฑิต ๔ ก็เอาไว้ตอนผ่านไปแล้ว โดยเฉพาะตอนทำวัตรค่ำ ก็มาสวดกันเพื่อตรวจสอบทวนตัวเอง จะได้สนใจและได้วัดผลไปด้วย

ที่นี้ก็กลายเป็นประเพณีของพระที่จะต้องท่องเอาไว้ พอถึงเวลาฉันก็ เอ้า ! พิจารณานะ แต่ไปๆ มาๆ สวดกันไปๆ กลายเป็นเสกอาหาร เวลานี้ตอนว่าปฏิสังขาย บางทีเรียกกันว่า “เสกอาหาร” หรือ “เสกข้าว” เลยนึกว่า เวลาจะฉันเราสวดบทนี้เพื่อจะให้อาหารมันศักดิ์สิทธิ์ หรืออะไรทำนองนั้น เรียกกันมาอย่างนี้กลายเป็นคำที่ชาวบ้านเขาเรียกกัน

แต่เดี๋ยวนี้เลื่อนไปเลื่อนมา ก็เลิกสวดเลย เดี่ยวนี้ไม่ค่อยมีแล้ว ยิ่งบวชกันสั้นๆ ก็เลยไม่รู้จัก บางแห่งไม่รู้จักเลย ปฏิสังขาย อันนี้ก็เป็นตัวอย่างของความคลาดเคลื่อนผิดเพี้ยนและเลื่อนกลางต่างๆ ที่เป็นไปได้ และเป็นไปแล้ว

## รู้จักศีลครบ ๔ หมวด จึงจะเข้าใจคำว่า "ศีล"

วินัยมีประโยชน์อย่างที่ว่ามานี้ แต่ถ้าใช้ไม่เป็นมันก็คลาดเคลื่อนเลือนลาง จนกระทั่งเนื้อหาสาระหมดไป ก็อาจจะเหลว กลายความหมายเป็นอย่างอื่น จนถึงขั้นใช้ผิดวัตถุประสงค์ไปก็ได้ แต่นี่คือให้เห็นว่า การฝึก หรือการศึกษาตามหลักพุทธศาสนาเป็นอย่างไร

การฝึกตนและฝึกคนเริ่มตั้งแต่ชีวิตประจำวันซึ่งเราอาจจะมองข้ามไป ตั้งแต่เรื่องการกินการอยู่ธรรมดาเนี่ยแหละ เพราะอย่างที่บอกแล้วว่า การทำให้ชีวิตเป็นอยู่ได้ดีเป็น**สิกขา** และชีวิตที่เป็นอยู่ได้ดี ก็เป็น**มรรค** เพราะฉะนั้น การศึกษาก็คือ**การทำให้ชีวิตสามารถเป็นอยู่ได้อย่างดี** และ การศึกษาก็**เริ่มต้นเมื่อคนกินอยู่เป็น**

เมื่อกินอยู่เป็นการศึกษาก็เริ่มทันทีเลย ก็เลยอยากจะเน้นทุกคนในครอบครัว ตั้งแต่คุณพ่อคุณแม่ก็ต้องใช้ศีลประเภทนี้ด้วย ต้องมีศีลให้ครบ อย่าไปเอาเฉพาะศีล ๕ ก็เลยต้องถือโอกาสพูดเรื่องศีล นี้เวลาก็เกินแล้ว เรื่องศีลนี้ขอพูดอีกนิดหนึ่ง

ศีลของพระนี่ท่านจัดเป็น ๔ หมวด

**๑. ปาฏิโมกขสังวรศีล** ศีลคือความสำรวมในปาฏิโมกข์ อันนี้คือศีลแม่บท หรือศีลที่เกิดจากวินัยแม่บท คือวินัยแม่บทของชุมชน

เป็นธรรมดาว่าชุมชนแต่ละชุมชนจะต้องมีกติกา มีข้อปฏิบัติในการอยู่ร่วมกัน ที่จะคุมชุมชนให้อยู่ในแบบแผนเดียวกันอย่างประณีตงดงาม และกำกับความเป็นอยู่ให้สอดคล้องกับ

วัตถุประสงค์ในการมีชีวิตแบบนั้น เช่น ชีวิตครอบครัวของเรา ควรมีวัตถุประสงค์อย่างไร ? เราควรอยู่กันอย่างไรรจึงจะได้ผลตามวัตถุประสงค์นั้น ? ก็วางข้อปฏิบัติขึ้นมา จะเรียกว่ากติกา หรืออะไรก็ตาม ก็ตกลงกันได้

สำหรับคฤหัสถ์ทั่วไป หรือสังคมใหญ่ เราเอาศีล ๕ นี้แหละ เป็นศีลปาฏิโมกข์ คือเป็นศีลแม่บทสำหรับคุณให้สังคมอยู่กันด้วยดี จะได้เป็นฐานให้ชีวิตของแต่ละคนก้าวไปสู่จุดหมายที่สูงขึ้นไปได้

**๒. อินทรีย์สังวรศีล** เป็นศีลอีกประเภทหนึ่งที่สำคัญ คือการใช้อินทรีย์ ตั้งแต่ตา หู นี่เป็นเรื่องใหญ่ที่สุด อินทรีย์เป็นเรื่องใหญ่มาก คือเรื่อง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี้แหละ โดยเฉพาะจะต้องใช้ตาเป็น ใช้หูเป็น ต้องดูเป็น ฟังเป็น

เรื่องนี้เป็นปัญหาของยุคปัจจุบันนี้ โดยเฉพาะในยุคที่มีความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี เกิดปัญหามากมาย เพราะคนใช้เทคโนโลยีไม่เป็น และการที่เราใช้เทคโนโลยีไม่เป็น ก็เพราะไม่มีศีลด้านนี้ เมื่อศีลด้านอินทรีย์สังวรไม่มี เราก็ใช้เทคโนโลยีไม่เป็น ดูทีวีไม่เป็น ใช้เครื่องเสียง ใช้และเสพอะไรต่ออะไร แม้แต่คอมพิวเตอร์โดยไม่รู้และไม่ตรงตามวัตถุประสงค์ที่แท้จริงเลย

ถ้าใช้อินทรีย์เป็น ก็ใช้ด้วยสติ และให้เกิดปัญญา ให้เข้าหลักสติปัญญาในชีวิตประจำวัน ซึ่งมีหลักสำคัญอยู่ที่ว่า จะดู จะฟังอะไรก็ให้ได้ ๒ อย่าง คือ ได้**ญาณ** คือได้ความรู้ความเข้าใจ เข้าถึงความจริงของสิ่งนั้นๆ จับสาระได้ และ ได้**สติ** คือได้ข้อมูลไว้สำหรับระลึกใช้ประโยชน์ ได้ ๒ อย่าง คือ ได้ความรู้ความเข้าใจ และได้ข้อมูล ไม่ไปตามชอบใจไม่ชอบใจ ไม่ติดอยู่แค่ถูกใจเพลิดเพลิด

ถ้าเราใช้ **สติปัญญา** ตั้งแต่เด็กๆ ก็สังเกตว่าเขาดูอะไรฟังอะไร แล้วเขาได้ไหม ๒ อย่างนี้ คือ ได้ความรู้ความเข้าใจ และได้ข้อมูลไว้ใช้ ได้สองอย่างนี้ก็เข้าสติปัญญาแล้ว คือจิตไม่ไปตามชอบใจ-ไม่ชอบใจ มันก็ไม่ไปหลงงุ่นวายอะไรแล้ว พอใช้ตาหู ฟัง เป็นแล้ว ก็เป็นอินทรียสังวร แต่ถ้าตาหู ฟัง แค่เด็กดูทีวี ถ้าแกไม่มีหลัก ไม่มีอินทรียสังวร ก็ไปแล้ว แกก็ดูแค่ลุ่มหลง ชอบใจ-ไม่ชอบใจ เพลิดเพลิน หลงมัวเมา ไม่ได้ประโยชน์อะไรที่ควรจะได้

เอาละ ... ไม่ว่าจะอะไร เรื่องบันเทิง สนุกสนาน ก็ว่าไป แต่อย่าให้มันกลายเป็นหลักนะ ความสนุกสนานบันเทิงนั้นเป็นตัวประกอบ ต้องถามว่าตัวแท้ที่เราต้องการหรือประโยชน์ที่แท้จริงเรา ได้หรือเปล่า ต้องให้เรื่องบันเทิงเป็นตัวประกอบ และให้ได้ตัวแท้ คือได้ความรู้เข้าใจ และได้ข้อมูลไว้ระลึกใช้

## ทำไม ในการศึกษาขั้นพื้นฐาน

### ท่านเริ่มต้นโดยเอาศีล เป็นที่บูรณาการ

### ไตรสิกขา

ในเวลาที่ต้องให้เกิดความรู้ความเข้าใจ มองหาหรือมองเห็น เหตุปัจจัย อาจจะถามว่า นี่คืออะไร มันเป็นอย่างไร มันเป็นมาอย่างไร มันเป็นเพราะอะไร เขาทำมันมาทำไม มันมีคุณสมบัติอย่างไร ควรจะใช้อย่างไร ฯลฯ อย่างนี้ถามเข้าไปเถอะ ให้มันได้ **ญาณ** ได้ความรู้ และได้**สติ** เพิ่มข้อมูลไว้ใช้ต่อไป

นี่ถ้าเด็กดู-ฟังอะไร โดยใช้หลักอินทริยสังวร และเอาสติ-  
ปัญญามาใช้ แก้กิเลส ขีวิตแก้ดี ไม่เกิดโทษแก่ตัวเอง ตัวเอง  
ก็พัฒนา และไม่เกิดโทษแก่พ่อแม่ครอบครัว

แต่เนื้เวลานี้ไม่มีหลักเลย เอาแต่ชอบใจ-ไม่ชอบใจ อย่างที่  
ทางพระท่านเรียกว่า ตาดู หูฟัง ได้แค่อินดี-ยินร้าย อยู่แค่อินดี  
ยินร้าย พออินดี-ยินร้าย ก็ชอบ-ชัง พอชอบ-ชัง ก็ปรุงแต่งตาม  
ชอบ-ชัง ทุกข์โทมนัส ความสุขโสมนัสอะไรก็ไปตามนี้ ความลุ่ม  
หลง มัวเมา โลกะ โทสะ โมหะ มากันเป็นกระบวนเลย

แบบของเราว่า ญาณมัตตตายะ สติมัตตตายะ (พูดเต็มว่า  
ญาณมัตตตายะ ปฏิสสติมัตตตายะ) เอนี้เป็นหลักเลยนะ ถ้ามว่าได้  
ความรู้ใหม่ ได้คิดและข้อมูลไว้ใช้ประโยชน์ใหม่ ถ้าได้อย่างนี้ยิ่งดู  
ยิ่งฟังเท่าไรก็กลายเป็นดี แต่ศีลแค่นี้เราก็ไม่เอามาใช้กันเลย

ถ้าเด็กไทยมีศีลแค่นี้เราสู้ได้เลย เทคโนโลยีอะไรมา จะมา  
เท่าไร เรามีอินทริยสังวรบีบก็อยู่มือเราเลย เราใช้ได้ประโยชน์หมด  
เลย มันจะมาทำไหนเราใช้เป็นหมด พอใช้เป็นก็เป็นศีล

พอใช้ตาดู หูฟังเป็นแล้ว ทีนี้ฝรั่ง-ญี่ปุ่นจะสร้างความเจริญ  
มาอย่างไรเรารับมือได้ทันทีเลย คือเอามาทำให้เกิดประโยชน์ ไม่  
กลายเป็นการสร้างเสริมโทรมให้แก่ชีวิตและสังคม

แต่เวลานี้ คนไทย ขอใช้ศัพท์ว่า ถูกกระแสดความเจริญไหล  
มาท่วมทับและจมตายอยู่ที่กระแสดความเจริญนั้น หมายความว่า  
ปัญญาที่ไม่ใช่ ใจที่ไม่ดี ศีลที่ไม่มี ใช้ไม่เป็น ได้แต่ติดจมอยู่ที่  
ความเจริญ แทนที่ว่า ฝรั่ง-ญี่ปุ่น สร้างความเจริญมาเท่าไร เรา  
ขึ้นไปยืนบนความเจริญนั้นเลย อย่างนี้จึงจะเก่งจริง การศึกษาถึง  
จะได้ประโยชน์

เออ...เออละ ความเจริญอย่างนี้ เทคโนโลยีเหล่านี้เขาสร้างมาแล้วนี่ และเราต้องสัมพันธ์เกี่ยวข้อง เราก็เอามาทำประโยชน์ใช้ให้เป็น ให้ได้คุณค่าจากมันเต็มที่ ให้เกิดผลดีแก่ชีวิตและสังคมของเรา ก็เท่านั้นแหละ ความเจริญมีมาเท่าไร ก็เท่ากับว่าเราทუნเวลาที่สร้างที่จะคิดทำสิ่งนั้น เราก็ขึ้นไปยื่นเหื่อความเจริญนั้นแล้วเอามันเป็นฐานที่จะก้าวต่อไปเลย

ที่นี้ทำอย่างไรจะให้คนของเราได้หลักการนี้ คือเอาความเจริญของเขามาเป็นฐานเพื่อเราจะยืนขึ้นและก้าวต่อไป แทนที่จะไปติดจมอยู่ใต้ความเจริญนั้น ได้แค่ว่ายวนหมุนจมลงไปเลย การอยู่เหื่อความเจริญ หรือเอาความเจริญมาใช้ประโยชน์แค่นี้เราก็ทำไม่ได้ แต่ถ้าเราปฏิบัติตามศีล แค่อินทริยสังวรก็อยู่เราแล้ว เราได้หลักเลย และเราก็ใช้ความเจริญที่เขาสร้างมาเป็นฐานให้เราก้าวต่อไป

## ได้แค่ศีล เพียงชั้นกินอยู่ดูฟังเป็นเท่านั้น เด็กไทย สังคมไทย มีหรือจะไม่พัฒนา

๓. ศีลหมวดที่ ๓ ขอสลับชนิด ขอเอาเรื่องปัจเจกปฏิบัติเสวนาที่เป็นข้อ ๔ ของท่าน ขึ้นมาก่อน เพราะพูดเกี่ยวกับเด็ก

เรื่องการเสพปัจจัย ๔ ก็เกี่ยวกับสิ่งของเครื่องกินเครื่องใช้คือการกินอยู่ บริโภคนี้ ที่ว่ากินเป็น บริโภคเป็น ใช้ของเป็น ซึ่งได้พูดมาครั้งหนึ่งแล้ว พอจะกินอะไร จะใช้เสื้อผ้าอะไร ก็เข้าใจความมุ่งหมายว่าเพื่ออะไร มองเห็นคุณค่าประโยชน์ที่แท้ของมันว่าอยู่ที่ไหน

แม้แต่จะใช้คอมพิวเตอร์ก็ต้องมองต้องคิดว่า คอมพิวเตอร์ มีไว้เพื่อประโยชน์อะไร ถ้าเรากินอยู่เป็น เวลาจะใช้คอมพิวเตอร์ เราก็คิดแล้ว เรามีนิสัยคิดเป็นแล้ว ไม่ว่าจะกินอยู่บริโภคอะไร ความคิดก็มาทันทีเลย ความคิดเป็นก็มาประยุกต์เข้ากับเรื่อง การกินอยู่ทุกอย่าง ฉะนั้นเวลาจะใช้คอมพิวเตอร์เราก็คิดว่า คอมพิวเตอร์นี้ประโยชน์ที่แท้ของมันคืออะไร ไม่ใช่ได้แค่เล่นเกมแล้วก็จบกัน ถ้าใช้ศีลข้อนี้มันก็มีทางที่จะเกิดการศึกษาและ สร้างสรรค์

เด็กมาวัดเคยถามเด็กว่า “หนู ดูทีวีวันละกี่ชั่วโมง ดูรวมแล้ว สัปดาห์ละเท่าไร แล้วก็ใช้คอมพิวเตอร์เพื่ออะไร”

ถามไปว่า “หนูดูทีวีเพื่อเสพกีเปอร์เซ็นต์ เพื่อศึกษากีเปอร์เซ็นต์” เด็กไม่เคยแยกเลย ตอนต้นก็อาจจะงงหน่อย พอเด็ก แยกได้แล้ว แยกออกมาหนูเพื่อเสพ ๙๙ เปอร์เซ็นต์ อย่างนี้ก็แย แล้ว ก็เลยถามว่า “หนู...แล้วที่หนูทำอย่างนั้นถูกต้องไหม ดูเพื่อ เสพ ๙๙ เปอร์เซ็นต์ ดูเพื่อศึกษาแทบไม่มีเลย” เด็กบอกว่าไม่ถูก “อ้าว! แล้วจะทำอย่างไรดีล่ะ หนูคิดเองนะ พระไม่วินิจฉัย” เด็ก ก็บอกว่า “ต้องแก้ไข...”

เด็กว่าอย่างนั้น พอบอกว่า จะแก้ไข การศึกษาก็มาแล้ว ที่นี้ ก็ถามต่อไปอีกว่า “เฮ้อ...แก้ไข หนูจะทำอย่างไรล่ะ” “ก็ต้องดูเพื่อ ศึกษามากขึ้น” “แล้วหนูจะเอาเท่าไรล่ะ” เด็กบอกว่า “ห้าสิบ ห้า สิบ ดูเพื่อเสพห้าสิบ ดูเพื่อศึกษาห้าสิบ”

บอกว่า “โธ้ย ! หนู...เห็นใจ ไม่ต้องมากขนาดนั้นละ การศึกษานะ จาก ๑ เปอร์เซ็นต์ มาเป็น ๕๐ เปอร์เซ็นต์ นี่มัน

หนักมาก” เลยบอกว่าหนูค่อยๆ คิดเถอะ พระเห็นใจ หนูอยู่ในยุคนี้ กระแสสังคมเขาเป็นอย่างนี้ ก็ให้ค่อยๆ คิด

ในที่สุดเด็กก็บอกว่า “เอาดูเพื่อศึกษา ๓๐ เปอร์เซนต์ ดูเพื่อเสพ ๗๐ เปอร์เซนต์” เอาละ แค่นี้เริ่มต้นได้แล้ว

อย่างนี้เป็นการศึกษาพุทธศาสนาในชีวิตประจำวันเลยใช่ไหม ไตรสิกขามาเสร็จเลย กินอยู่ดูฟังเป็น คิดเป็น จิตใจดีงาม มีความสุขกับการทำสิ่งที่ถูกต้อง ถ้าเราทำถูกทางนี้มันมาเป็นกระบวนการเลย

รวมความว่าคือ **ด้านปัจจัยปฏิเสวนา** คือการกินใช้เสพบริโภคปัจจัย วัตถุสิ่งของ เครื่องใช้ เทคโนโลยี โดยรู้จักคิดพิจารณา อย่างน้อยให้รู้ว่ามีเพื่ออะไร ประโยชน์มันอยู่ที่ไหน คุณค่าแท้คืออะไร

## อาชีพเป็นแดนใหญ่ ทั้งโดยกิจกรรม และโดยกาลเวลา ในการที่จะเอาไตรสิกขามาพัฒนาชีวิตคน

๔. ต่อไป **อาชีพปาริสุทธิศีล** เป็น ศีลด้านอาชีพะ เรื่องของอาชีพการงานการเลี้ยงชีพ คือการที่จะได้จะมีปัจจัย ๔ มาเสพบริโภค ที่จริงท่านเอาปัจจัยปฏิเสวนา ไปไว้ข้อสุดท้าย เพราะอะไร เพราะว่าเรามีอาชีพก่อน เราต้องรู้จักหาเลี้ยงชีพ จึงได้ปัจจัย ๔ มาบริโภค แล้วกับบริโภคให้เป็น แต่เด็กได้ของบริโภคจากพ่อแม่หามาให้ สำหรับเด็กก็เลยเน้นศีลด้านเสพบริโภค

อย่างไรก็ตาม เด็กๆ ก็ต้องเป็นอยู่ประพัตต์ัวและทำหน้าที่ต่างๆ ให้สมกับการที่จะได้ของกินของใช้นั้นมาเสพบริโภค เพราะฉะนั้นเด็กก็ต้องมีอาชีพที่ถูกต้อง เรียกว่า อาชีพปาริสุทธิศีล แปลตามตัวว่าศีลที่เป็นความบริสุทธิ์แห่งอาชีพ ซึ่งเป็นศีลอีกหมวดหนึ่ง อย่างในมรรค ศีลประเภทนี้ก็คือสัมมาอาชีพ ซึ่งเป็นเรื่องใหญ่มาก คนมักมองข้ามเรื่องอาชีพ อย่าลืมนะว่าในมรรค สัมมาอาชีพเป็นศีลข้อสำคัญ

บางทีศีล ๘ ท่านแสดงไว้สองชุด ศีล ๘ ที่เราเรียกกันว่า อุโบสถศีลนี่แบบหนึ่ง แล้วก็อาชีพวัฏฐุมกศีล ศีลมีอาชีพะเป็นที่ ๘ อีกชุดหนึ่ง ชุดหลังนี้จะเน้นเรื่องอาชีพะ คือการประกอบอาชีพให้ถูกต้อง

ในการประกอบอาชีพนั้น ก็ต้องดูว่าอาชีพต่างๆ ที่มนุษย์ตั้งกันขึ้นมาทุกอย่าง เขามีวัตถุประสงค์เพื่อจะแก้ปัญหาชีวิต หรือแก้ปัญหาสังคม หรือเพื่อการสร้างสรรค์อะไรสักอย่างหนึ่งทั้งนั้น ดังนั้นเมื่อเราทำอาชีพอะไร เราก็ต้องทำให้ได้ผลสมตามวัตถุประสงค์นั้น

ยกตัวอย่างง่ายที่สุดก็คือ อาชีพแพทย์มีเพื่ออะไร อ้าว ! ก็เพื่อไว้ช่วยบำบัดโรค ช่วยคนไข้ให้หายป่วย ให้เขามีสุขภาพดี เพราะฉะนั้นคนประกอบอาชีพที่ถูกต้องตามความมุ่งหมายของอาชีพนี้ ก็คิดว่าฉันจะทำอาชีพนี้ให้ดีที่สุด ก็คือฉันจะช่วยให้คนไข้หายโรค ให้เขามีสุขภาพดี ส่วนเงินทองก็ได้มาประกอบ

เหมือนเป็นครูอาจารย์ อาชีพของเราก็คือเพื่อจะช่วยให้เด็กมีการศึกษาดี มีชีวิตเจริญงอกงาม ถ้าเราคำนึงถึงวัตถุประสงค์ที่แท้ของอาชีพแล้ว ศีลและผลดีก็แทบจะมาทันทีเลย และเราก็จะ

รักวัตถุประสงค์นั้น และทำอาชีพด้วยความสุข ทุกอย่างจะ สอดคล้องกัน แล้วชีวิตของเราก็สอดคล้องกับความเป็นจริง ไม่เกิด ความขัดแย้ง แม้แต่ในใจตัวเอง ก็กลมกลืน ราบรื่น มีความสุข และทำได้ผลดีด้วย

จากนั้นก็หมายถึงว่าอาชีพนี้ทำแล้วไม่เกิดโทษ ไม่ก่อการ เบียดเบียนแก่ใคร ซึ่งก็เสร็จไปแล้วในตัว

แ่งต่อไปก็ให้อาชีพซึ่งใช้เวลาส่วนใหญ่ของชีวิตของเรา วัน หนึ่งตั้ง ๘ ชั่วโมง ๑๐ ชั่วโมงนี้ ให้เป็นแดนพัฒนาชีวิตของตัวเอง คนเราจะพัฒนาตัวเองได้ ก็ต้องอาศัยเวลา และอาศัยกิจกรรมใน ชีวิต เออ...อาชีพนี้เป็นงาน เป็นกิจกรรม เป็นเรื่องที่กินเวลาส่วนใหญ่ของชีวิต ถ้าเราพลาดมันไปเสียแล้ว เราจะเสียเวลาไป เยอะแยะเลย เพราะฉะนั้นเราก็เอาอาชีพนี้แหละเป็นแดน เป็นเวที พัฒนาชีวิตของเรา เราก็พัฒนาไตรสิกขาไปเลยด้วยอาชีพนี้แหละ อย่างนี้เป็นต้น

อย่างน้อยที่สุด อาชีพปาริสุทธิศีล ก็คือไม่ให้อาชีพของเราไป ก่อการเบียดเบียนเกิดโทษ ทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ผู้ใด หรือ ทำให้สังคมเสื่อมเสีย (และไม่ทำให้ตัวเองสูญเสียหรือเสื่อมจาก การพัฒนา)

## ถ้ามีวินัยชาวพุทธ ก็มีวิถีชีวิตที่เอื้อต่อการศึกษา

ศีล ๔ แดนนี้ น่าจะเอามาย้ำกันในหมู่ชาวพุทธ ไม่ใช่ช้อยู่แค่ ศีล ๕ ต้องรู้ว่าศีล ๕ นี้ แม้จะสำคัญยิ่งนัก แต่มันเป็นเพียงส่วน หนึ่งของ “วินัยชาวพุทธ” ซึ่งมันเป็นเพียงพื้นฐานส่วนเริ่มต้นเท่านั้น

เพียงแค่ว่าเป็นเกณฑ์อย่างต่ำที่ให้มนุษย์อยู่กันได้ ในสังคมนี้ ทำให้สังคมนี้ไม่ถึงกับลุกเป็นไฟ แต่ถ้าคุณจะพัฒนาต่อไป จะมีชีวิตดีงาม มีความสุขแล้ว คุณจะอยู่แค่ศีล ๕ นะไม่พอหรอก ท่านจึงให้ศีล ๕ นั้นเป็นฐานรักษาสังคม หรือเป็นหลักประกันพื้นฐาน อย่างที่บอกเมื่อก็ไม่ให้สังคมลุกเป็นไฟ ให้คนพออยู่กันได้

จะเป็นชาวพุทธจริง และจะให้ชีวิตและสังคมพัฒนา ก็ต้องเข้าสู่วินัยชาวพุทธกันจริงๆ อย่างที่บอกแล้วว่าคฤหัสถ์ก็มีวินัย ไม่ใช่พระเท่านั้นที่มีวินัย ตอนนี่คิดว่าต้องฟื้นฟูวินัยชาวพุทธ ที่ภาษาคัมภีร์ท่านเรียกว่า "คิหิวินัย" แปลว่าวินัยของคฤหัสถ์ ได้แก่ สิงคาลกสูตร ที่พระพุทธเจ้าตรัสแสดงแก่สิงคาลกมาณพ

ตอนนี้ได้เอามาทำเป็นหนังสือเล็กๆ เล่มหนึ่งเลย ถ้าเป็นพระสูตรโดยตรง เวลาไปอ่านบางที่บางคนก็จับยาก เพราะท่านว่าไปเรื่อยๆ ถ้าไม่จับมาตั้งเป็นหัวข้อจัดรูปแบบก็ดูยาก ก็เลยนำมาจัดเรียงตั้งหัวข้อ ลำดับจัดหมวดหมู่ให้เห็นชัดๆ ไป เรียกว่า **วินัย**

### ชาวพุทธ

เมื่อได้พิมพ์เป็นหนังสือแล้ว ก็เลยจะไม่อธิบาย ขอบุद्धสั้นๆ ว่า...ถ้าชาวพุทธเรามีวินัยแบบนี้ ก็จะเป็นวิถีชีวิตที่เอื้อให้การศึกษาเดินหน้าไปได้ ถ้าเราไม่มีวิถีชีวิตที่เอื้อแล้วการศึกษาก็เข้ามายาก

## การศึกษา ออกผลมาเป็นชีวิตที่เป็นอยู่อย่างดี มีวิถีชีวิตดีงามที่พัฒนาไปในมรรค จนเป็นภาวิต ๔

ไตรสิกขากับมรรคต้องไปด้วยกัน เมื่อเราดำเนินชีวิตไป เรา  
จะฝึกให้ชีวิตพัฒนา ก็เอาไตรสิกขาใส่เข้าไปในชีวิต ชีวิตก็  
กลายเป็นมรรคไป ที่นี้พอชีวิตเป็นมรรคแล้ว มันก็เชื่อมต่อกับไตรสิกขา  
ที่จะเดินหน้าต่อไปอีก มรรคกับไตรสิกขาก็เจริญคู่กันไป

ฉะนั้น เมื่อสรุปประมวลทั้งหมด ก็มาบรรจบกัน ทั้งไตรสิกขา  
ก็เป็น ศีล สมาธิ ปัญญา และมรรคก็สรุปย่อได้เป็น ศีล สมาธิ  
ปัญญา

แต่ทางฝ่ายไตรสิกขา ท่านเรียกเต็มว่า อธิศีลสิกขา อธิจิตต-  
สิกขา อธิปัญญาสิกขา (ธรรมหมวดสมาธินั้นเวลาเรียกชื่อเต็ม  
จริงๆ ท่านไม่เรียกว่าสมาธิ ที่เราเรียกกันว่าสมาธินั้นเป็นการเรียก  
กันแบบง่าย ๆ สั้น ๆ ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา แต่เวลาเรียกเป็นทางการ  
ท่านเรียกว่า อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา ซึ่งเป็นเรื่องจิตใจทั้งหมด  
รวมทั้งสมาธิด้วย และอธิปัญญาสิกขา)

ส่วนทางฝ่ายมรรคมีองค์ ๘ ประการ ท่านจัดเป็นขั้น  
เรียกว่า **ศีลขั้น** หมวดศีล **สมาธิขั้น** หมวดสมาธิ และ **ปัญญา**  
**ขั้น** หมวดปัญญา

เมื่อพระพุทธเจ้าปรินิพพานแล้ว เคยมีผู้มาสนทนากับพระ  
อานนท์ เขาถามว่าพระพุทธเจ้าตรัสสอนเรื่องอะไรมากที่สุด พระ  
อานนท์ก็ตอบเขาว่า เรื่องที่พระพุทธเจ้าตรัสมาก หรือธรรมที่ทรง  
สอนอยู่เสมออีกคือ เรื่อง ศีลขั้น สมาธิขั้น ปัญญาขั้น ซึ่ง  
ครอบคลุมหลักปฏิบัติทั้งหมด

ทีนี้เมื่อเราปฏิบัติไปตามนี้ก็เกิดภาวนาขึ้นมา เป็นการพัฒนาชีวิต ๔ ด้าน อย่างที่เคยบอกแล้วว่า เวลาปฏิบัติหรือในการฝึกนั้น เป็นสิกขา ๓ แต่เมื่อคุณผล แยกออกเป็นภาวนา ๔ เพราะว่าสิกขาข้อที่ ๑ แยกไปเป็นภาวนา ๒ คือเป็นการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้านวัตถุอย่างหนึ่ง (กายภาวนา) และการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคมอย่างหนึ่ง (ศีลภาวนา)

ในแต่ละขณะจิต มีไตรสิกขาครบทั้ง ๓ และก็มีได้พร้อมกันครั้งละ ๓ เท่านั้น ไม่เป็น ๔ เพราะอะไร เพราะว่าความสัมพันธ์กับวัตถุหรือกับสังคมนั้น ในขณะจิตหนึ่งสัมพันธ์ได้อย่างเดียว ต้องอย่างใดอย่างหนึ่ง

ของพระนั้นท่านแยกเป็นขณะจิตเลย ในเมื่อขณะจิตหนึ่งสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมได้อย่างใดอย่างหนึ่งอันเดียว เพราะฉะนั้นในการฝึกศึกษาหรือสิกขาจึงต้องเป็น ๓ แต่ในเวลาวัตถุผล เราต้องการดูรายละเอียดให้กระจ่างแจ้ง ก็ดูให้ชัดไปเป็นอย่างไร ไม่ต้องดูพร้อมกันทีเดียว เลยแยกเป็น ๔ ก็เป็นภาวนา ๔

เพราะฉะนั้น เมื่อจะดูว่า...เออ...คุณได้ศึกษามีไตรสิกขามา ประสบความสำเร็จออกมาดีแค่ไหน ก็วัดด้วยภาวนา ๔ เมื่อวัดด้วยภาวนา ๔ ถ้าได้จบภาวนา ๔ ก็เป็นภาวิต ๔

ภาวนา เป็นตัวการกระทำหรือกิจกรรมของการพัฒนา ทีนี้เมื่อเป็นคนพัฒนาด้านนั้นๆ แล้ว ก็เรียกว่าเป็นภาวิตด้านนั้นๆ รวมทั้งหมดก็เป็น **ภาวิต ๔** คือ **ภาวิตกาย ภาวิตศีล ภาวิตจิต และภาวิตปัญญา** แปลว่า เป็นผู้มีกายที่พัฒนาแล้วหรือภาวนาแล้ว มีศีลที่ภาวนาแล้ว มีจิตที่ภาวนาแล้ว แล้วก็มีปัญญาที่ภาวนาแล้ว

ภาวานานี้ ถ้าพูดตามสำนวนโบราณเรียกว่า เจริญแล้ว คือ เจริญกายแล้ว เจริญศีลแล้ว เจริญจิตแล้ว เจริญปัญญาแล้ว เพราะภาวานาภาษาเก่าแปลว่าเจริญ เช่น วิปัสสนาภาวานา - เจริญวิปัสสนา, สมถภาวานา - เจริญสมถะ, เมตตาภาวานา - เจริญเมตตา

ภาวานา แปลว่าเจริญ ภาวิต แปลว่าได้เจริญแล้ว รวมทั้งหมดก็เป็นภาวิต ๔ คนไหนเป็นภาวิต ๔ พระพุทธเจ้าตรัสว่า คนนั้นคือพระอรหันต์

จุดมุ่งหมายของการศึกษา คือ การเป็นพระอรหันต์ ผู้ที่มีภาวิต ๔ ก็คือภาวนาครบ ๔ ด้าน และภาวนา ๔ นั้นวัดผลได้เลย ใครมีภาวนา ๔ แค่นั้น ก็พัฒนาเจริญไปได้รับผลการศึกษาเท่านั้น หรือมีชีวิตที่อยู่ดีได้เท่านั้น จนในที่สุดก็เป็นภาวิต ๔ ที่สมบูรณ์ จบหลักสูตรพระพุทธศาสนา ง่ายๆ ใช่ไหม ? ดูก็มีนิดเดียว นี่ละพุทธศาสนา...

## มอง Child-Centered Education อย่างไร

### จึงจะเอามาใช้หรือไม่ใช้ อย่างเท่าทัน

อีกอย่างหนึ่งที่อยากพูดไว้ คือ เราอยู่ท่ามกลางความเป็นจริงของกระแสสังคม เมื่อสังคมโดยเฉพาะในด้านการศึกษามีความเคลื่อนไหวอย่างไร ว่าโดยเชิงประวัติเป็นมาอย่างไร มันเสื่อมลงและเจริญขึ้นอย่างไร Child-Centered Education แข่งกับ Teacher and Subject-Centered Education อย่างไร มันชนะกันตอนไหน ด้วยเหตุผลอะไร เราก็ต้องรู้ ต้องทันด้วย

ในเชิงประวัติศาสตร์ การศึกษาแบบที่เรียกว่า "มีเด็กเป็นศูนย์กลาง" นี้ เราเอามาจากอเมริกา

- **Child-Centered Education** ออกมาสู่การปฏิบัติตั้งแต่ปี ๑๘๗๕ ซึ่งถือเป็นปีแรกที่ใช้ แล้วก็มาพัฒนามากในยุคของ จอห์น ดิวอี้ ซึ่งเป็นผู้ที่ควรเรียกว่า เป็นหัวหอก หรือเป็นผู้นำในเรื่อง Progressive Education
- ต่อมาหลังปี ๑๙๐๐ Child-Centered Education ก็แยกลง โดยเฉพาะพอรัสเซียส่งดาวเทียมสปุตนิกขึ้นไป เมื่อปี ๑๙๕๗ Child-Centered Education ก็ตกวูบเลย คนอเมริกันพากันติเตียนว่า **Child-Centered Education** ทำให้เด็กอ่อนวิชา บุคลิกภาพก็อ่อนแอ ไม่เข้มแข็ง เรียกง่าย ๆ ว่าไม่สู้สิ่งยาก ตามใจเด็กมากเกินไป เน้นที่การสนองความต้องการของเด็ก ถึงตอนนี้ **Teacher- and Subject-Centered Education** ก็เฟื่องฟูขึ้นมาอีก ตั้งแต่ปี ๑๙๕๗ เป็นต้นมา
- แต่มาถึงระยะ ๑๙๘๐ เหาอีกแล้ว คนอเมริกันบอกว่าเด็กมี alienation มีความแปลกแยก มีจิตใจที่ไม่สบาย มีความทุกข์ เครียด อะไรพวกนี้ **Teacher- and Subject-Centered Education** ไม่ดีแล้ว ก็เลยหันกลับมา **Child-Centered Education** อีก ฝรั่งก็เลยแกว่งเป็นลูกตุ้ม แกว่งไป แกว่งมา แกว่งซ้าย แกว่งขวา ใครจะแกว่งตามอย่างไร ก็แกว่งไป

นำพิจารณาว่าเรื่องนี้บางทีมันกลายเป็นสุดโต่งทั้ง ๒  
 อย่าง ทางที่ถูกมันน่าจะเป็นมัชฌิมาได้หรือเปล่า มัชฌิมาปฏิปทา  
 ก็คือ การปฏิบัติจัดการดำเนินการที่สอดคล้องกับความเป็นจริงของ  
 ธรรมดา การศึกษาที่แท้ก็ต้องสอดคล้องกับความเป็นจริงของ  
 ธรรมดา

พูดถึงการศึกษาที่สอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมดา  
 ธรรมดานั้นเราต้องรู้ด้วยปัญญาใช่ไหม ? นี่ก็คือสัมมาทิฐิ เมื่อรู้  
 เข้าใจความเป็นจริงของธรรมดาแล้ว ก็จัดให้สอดคล้องกับความเป็น  
 เป็นจริงได้ เรียกว่า มัชฌิมา คือพอดีกับความจริง เมื่อพอดีกับ  
 ความจริงก็เป็นมัชฌิมา

เพราะฉะนั้น การศึกษาในพุทธศาสนาเป็นมัชฌิมา ซึ่งคง  
 ไม่ใช่ Child-Centered Education ไม่ใช่  
 Teacher- and Subject-Centered Education  
 ทั้งนั้นแหละ (หรือจะบอกว่าใช่ ก็ต้องทั้งสองอย่างเลย โดย  
 ประสานกันอย่างพอดี)

สองอย่างนั้น ดีไม่ดีจะเป็นสุดโต่ง ๒ ทาง

อย่างที่เขากล่าวว่าให้ค้นเอาศักยภาพของเด็กขึ้นมา เราก็  
 บอกว่าให้ระวังนะ ศักยภาพของเด็กนะดีแล้ว แต่อย่าลืมศักยภาพ  
 ของชีวิตด้วยนะ เรื่องของคนเราไม่ใช่มีแค่ศักยภาพของเด็ก บาง  
 ที่เราคิดแคบไป เราต้องดูด้วยว่าศักยภาพของชีวิตหรือศักยภาพ  
 ของความเป็นมนุษย์นี่คืออะไร

อีกตัวอย่างหนึ่ง Child-Centered Education จะเน้นเรื่องความแตกต่างของเด็กในด้านความถนัดอะไรพวกนี้ แต่อย่าลืมว่าเด็กต่างกัน ไม่ใช่ในเรื่องความถนัดอย่างเดียว

ทางพุทธศาสนาให้แยก ความแตกต่างระหว่างบุคคล เป็น ๒ ด้าน คือ

๑. **ด้านอริมุตติ** คือเรื่องความถนัด ความสนใจ ความพอใจ และภูมิลำเนาอะไรต่างๆ ตลอดจน ความเคยชินที่ลงตัวอยู่ตัว ซึ่งท่านเรียกว่า “วาสนา” อย่างยกตัวอย่างเมื่อกี้ว่าไปห้างสรรพสินค้า คนหนึ่งเข้าร้านเครื่องปั้นเทิง คนหนึ่งเข้าร้านหนังสือเป็นต้น อย่างนี้เรียกว่าไปตามวาสนา
๒. **ด้านอินทรีย์** คือ ระดับการพัฒนา เช่นว่า มีศรัทธา มีสติ มีสมาธิ มีปัญญาแค่ไหน

พระพุทเจ้าจะสอนคน ต้องทรงรู้ความแตกต่างระหว่างบุคคลทั้ง ๒ ด้าน คือ

- ด้านอริมุตติ เรียกว่า นานาอริมุตติญาณ
- ด้านอินทรีย์ เรียกว่า อินทรีย์ปโรปริยัตตญาณ

แต่ที่ได้ยินพูดกันอยู่ เวลาพูดถึงความแตกต่างของเด็ก มักจะไปเน้นเรื่องความถนัด เรามักจะพูดถึงด้านเดียว แต่ที่จริงความแตกต่างต้องครบ ๒ ด้าน ด้านอินทรีย์นี้ต้องฝึกทุกคน ต้องพยายามให้ได้มากที่สุดสูงสุด ไม่ใช่ไปดูแต่ด้านความถนัดอย่างเดียว

ที่นี้ศักยภาพของเด็ก กับศักยภาพของความเป็นมนุษย์ บางทีก็ไม่ใช่อันเดียวกัน เราจะต้องพยายามให้เด็กทุกคนเข้าถึง

สุดยอดแห่งศักยภาพของมนุษย์ ใช่ไหม ? ไม่ใช่เอาแค่ศักยภาพ  
ของตัวเขาเท่านั้น...

เรื่องนี้เป็นตัวอย่าง แต่รวมความก็คือว่า เรื่องของยุคสมัย  
เช่นเรื่องของแนวคิดต่างๆ ที่เข้ามา เราต้องทันและเอามาวิเคราะห์  
กัน ความเท่าทันสถานการณ์นี้จึงเป็นเรื่องใหญ่เรื่องหนึ่ง

**ของที่นำเข้า ต้องรู้ให้เต็มเท่าที่เขาเข้าใจ  
ของเขาพร้อมตรงไหน ก็ต้องรู้และเต็มให้เต็มจริงๆ  
ได้**

เราอาจจะต้องมาคุยกันในเรื่องเหล่านี้ว่า “แนวคิดที่เข้ามา  
สมัยใหม่ นี้ ของตะวันตกว่าอย่างไร หรือใครว่าอย่างไร มันมี  
ข้อดีข้อด้อยอย่างไร มีจุดอ่อนจุดแข็งอย่างไร หรือมีความหมาย  
ที่แท้จริงอย่างไร คลาดเคลื่อนไปอย่างไร ?”

อย่างเวลานี้ ในเรื่อง Child-Centered Education เมื่อฟัง  
นักการศึกษาพูด ครูอาจารย์ที่อยู่โรงเรียนต่างๆ ดีไม่ดีก็เข้าใจแค่  
ว่ามุ่งสนองความพอใจของเด็ก เด็กเขาอย่างไร ก็เอาแค่นั้น เลยไม่  
ต้องพัฒนาเด็ก

แค่คำว่า “ความต้องการ” ของเด็ก ก็ยุ่งแล้ว สับสนกันไป  
ฝรั่งเขาพูดถึง needs แต่ครูจำนวนมากนึกถึง desire เอาความ  
อยากเป็นความต้องการ แล้วจะพูดกันรู้เรื่องได้อย่างไร แค่วิชา  
ก็สับสนแล้ว

ยิ่งกว่านั้น การสนองความต้องการของเด็ก ก็กับการพัฒนา  
ความต้องการของเด็ก ก็ไม่เหมือนกัน ใช่ไหม ? ตามหลักพุทธ

ของเรา เราถือว่าความต้องการพัฒนาได้ การศึกษาจึงไม่ใช่แค่สนองความต้องการ แต่ต้องพัฒนาความต้องการด้วย

เขบอกว่าทำให้เด็กเป็นสุข เรบอกว่า “พัฒนาเหตุปัจจัยของความสุข” แทนที่จะมัวหาทางทำให้เด็กเป็นสุข เราทำเหตุปัจจัยแห่งความสุขสิ เราช่วยให้เด็กสร้างเหตุปัจจัยของความสุขขึ้นมา เด็กก็มีความสุขได้ด้วยตัวเอง และพัฒนาเปลี่ยนความสุขได้ด้วย

ไม่ใช่จะมัวติด concept ว่าความสุขคืออย่างนี้ แล้วก็พยายามทำให้เด็กเป็นสุขอย่างนั้น ซึ่งเป็นการสนองทฤษฎีอันหนึ่งที่ยึดไว้ว่า ความสุข คืออย่างนี้ แล้วก็ทำให้เด็กเป็นสุขได้แค่อย่างนั้น โดยไม่รู้ว่า ความสุขนั้นมีหลายแบบ พัฒนาได้หลายชั้น ซึ่งเราควร จะสร้างเหตุปัจจัยแห่งความสุขที่พัฒนาขึ้นไป พร้อมทั้งกำจัดเหตุปัจจัยแห่งความทุกข์ อันนี้สิที่สำคัญ

แทนที่จะมัวมาคิดว่า สุข - ไม่สุข ทุกข์ - ไม่ทุกข์ โดยที่ตัวเองมี concept ความเข้าใจ คือทฤษฎีในเรื่องความสุข-ความทุกข์ที่ตายตัวไปแล้ว ซึ่งทำให้เด็กเสียประโยชน์ที่เขาควรจะได้ และ การศึกษาก็ไม่ทำให้คนพัฒนาเนื้อตัวที่แท้ของเขาขึ้นมา

นี่ก็เป็นเรื่องที่จะต้องมาคิดมาพูดกันอีกมาก เอละ ! วันนี้เวลาหมด อันที่จริง ครูอาจารย์มีปัญหามาถาม เลยไม่รู้จะถามอย่างไร เอาไว้โอกาสหน้า

ขออนุโมทนา ทางโรงเรียน ครูอาจารย์ ผู้บริหาร โยมที่เป็นบุคลากรของโรงเรียนทุกท่านที่ได้มีจิตใจเป็นกุศล มาเยี่ยมเยียนวัด เยี่ยมเยียนพระสงฆ์ และมาเยี่ยมเยียนอาตมภาพด้วย ในโอกาสวันครู ซึ่งเป็นวันของโรงเรียน และของคุณครูทุกท่าน

ถ้าถือตามคติพุทธศาสนา จิตใจที่เป็นบุญ เป็นกุศล นี้แหละ คือตัวมงคลละ มงคลจึงเกิดขึ้นแล้ว เมื่อมงคลเกิดขึ้น มีจิตใจที่ สดใส เบิกบาน มีความสุข มีปีติ มีความอิมใจ เป็นต้น ก็เป็น ปัจจัยที่จะทำให้เกิด ความสุข ความเจริญ งามงามต่อไป

อาตมภาพขอถือโอกาสนี้ ตั้งจิตเป็นบุญ เป็นกุศล ร่วมด้วย และขออาราธนาคุณพระรัตนตรัย อวยชัย ให้พร อภิบาลรักษาให้ ท่านผู้ใหญ่ โยมบุพการีของโรงเรียน และคุณครู อาจารย์ ผู้บริหาร ครอบครั้ว พ่อแม่ทั้งหลาย ผู้ปกครอง เป็นต้น โดยเฉพาะเด็กๆ ทั้งหลาย จงเจริญงอกงามด้วยจตุรพิธพรชัย ร่มเย็นในธรรม มีความสุขยิ่งๆ ขึ้นไปทุกเมื่อ เทอญ..... สาธุ...สาธุ...

การศึกษา ฉบับง่าย  
Education Made  
Easy

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)



## การศึกษา ฉบับง่าย - Education Made Easy

♥ พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)

ISBN

พิมพ์ครั้งแรก      กุมภาพันธ์ ๒๕๔๕

- โรงเรียนอนุบาลทูลกระหม่อม และโรงเรียนทอสี พิมพ์เป็นธรรมทาน      ๕๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ ๒      เมษายน ๒๕๔๕

- โรงเรียนอนุบาลทูลกระหม่อม และโรงเรียนทอสี พิมพ์เป็นธรรมทาน      ๒,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ที่



# อนุโมทนา

ผู้บริหารและครูอาจารย์ของโรงเรียนอนุบาลหน้อย และโรงเรียน  
ทอสี ทำงานทางด้านการศึกษา โดยมองเห็นตระหนักถึงความสำคัญของ  
การศึกษานั้น ในการที่จะสร้างสรรค์ชีวิต พัฒนาสังคม และจัดเตรียม  
พื้นฐานเพื่ออนาคตของประเทศชาติ จึงได้ตั้งใจเพียรพยายามแสวงหา  
หลักการและวิธีการต่างๆ ที่จะนำมาจัดอำนวยการศึกษาให้บรรลุผล  
ความสำเร็จสมความมุ่งหมาย จนกระทั่งในที่สุดได้เกิดความมั่นใจว่า  
การศึกษาอันให้เกิดมรรคเกิดผลตามหลักพระพุทธศาสนา กล่าวคือ  
ไตรสิกขา เป็นหลักและวิธีการที่สมบูรณ์แท้จริง

เพื่อเป็นกัลยาณมิตรส่วนหนึ่งในการดำเนินงานตามหลักไตรสิกขานี้  
อาจารย์อนินทิตา ไปชะกะขณะ ในนามของผู้บริหารและครูอาจารย์ของ  
โรงเรียนทั้งสอง ได้แจ้งขออนุญาตจัดพิมพ์หนังสือเรื่อง "การศึกษา ฉบับ  
ง่าย - *Education Made Easy*" อันเกิดจากธรรมกถาแก่  
คณะครูของโรงเรียนทั้งสอง ที่วัดญาณเวศกวัน ในวันครู ๑๖ มกราคม  
๒๕๔๕

การก้าวไปในวิถีการศึกษา แห่งไตรสิกขา สู่ภาวนาทั้ง ๔ เพื่อ  
พัฒนาคนให้เป็นภาวิตครบ ๔ ประการนี้ นับว่าเป็นบุญกิริยาที่ยิ่งใหญ่  
เพราะมิใช่เป็นเพียงการเล่าเรียนให้รู้จักพระพุทธศาสนาเท่านั้น แต่เป็นการ  
นำธรรมออกสู่การปฏิบัติให้เกิดผลสมจริงด้วย และในแง่ที่เป็นงานของ  
โรงเรียนย่อมเป็นการปฏิบัติในระดับที่กว้างขวางสู่มวลชนทั่วไป ถ้าเพียรทำ

ได้สำเร็จ ก็จะเป็นกุศลอันไพศาลแก่ชีวิต สังคม และแก่โลกอย่างสากล

ขออนุโมทนาความดีและปณิธานของผู้บริหารและครูอาจารย์ของ  
โรงเรียนอนุบาลหน้อย และโรงเรียนทอสี ในธรรมเนียมปฏิบัติครั้งนี้ ขอคุณ  
พระศรีรัตนตรัย และบุญจรรยาที่ร่วมกันบำเพ็ญ จงเป็นปัจจัยให้ทุกท่าน  
ตลอดจนครอบครัว และเด็กๆ นักเรียนทุกคน เจริญออกงามด้วยจตุร-  
พิธพรชัยทั่วกัน และจงเป็นผู้สมบูรณ์ด้วยกำลังกาย-ใจ-ปัญญา-สามัคคี  
ที่จะดำเนินงานการศึกษาให้เจริญก้าวหน้า เพื่อนำชีวิต สังคม ประเทศชาติ  
และโลกนี้สู่สันติสุขที่แท้จริงและยั่งยืนสืบไป

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)

๒๒ เมษายน ๒๕๔๕