



มงคลที่ ๓๒

พรหมจริยคุณ จ : ประพฤติพรหมจรรย์

กิตติพัฒน์ สุวรรณสิริเมธี
 น.ธ.เอก,ป.ธ.๔,พร.บ.,ศศ.ม.(รัฐศาสตร์)



คำว่า พรหมจรรย์ หมายความว่า การประพฤติพรหมจรรย์ ดำเนินตามอริยมรรค การรู้จักควบคุมตน ในทางเพศ ถือเมถุนวิรัตตามควร การประพฤติธรรมอันประเสริฐ ท่านว่าลักษณะของธรรมที่ถือว่าเป็นการ ประพฤติพรหมจรรย์นั้น (ไม่ใช่ว่าต้องบวชเป็นพระ) มีอยู่ดังนี้คือ

๑. ทาน การให้ บริจาคทานไม่ว่าจะเป็นทรัพย์ สิ่งของ เงินทอง หรือปัญญา
๒. เวชยาวัจจะ ช่วยเหลือผู้อื่นในกิจการงานที่ชอบ ที่ถูกที่ควร
๓. เบญจศีล รักษาศีล ๕ คือไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักขโมย ไม่ทำผิดในกาม ไม่พูดปด ไม่ดื่มน้ำเมา
๔. อัปมัญญา มีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา กับคนที่เราต้องพบปะด้วยทุกคน
๕. เมถุนวิรติ งดเว้นจากการเสพกาม
๖. สหสารันโดษ ยินดีในคู่ของตน คือการมีสามีหรือภรรยาคนเดียว
๗. วิริยะ เพียรพยายามที่จะละความชั่ว ไม่ท้อถอยในความบากบั่น
๘. องค์อุโบสถ รักษาซึ่งศีล ๘ คือ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักขโมย ไม่ร่วมประเวณี ไม่พูดปด ไม่ดื่มน้ำเมา ไม่บริโภคอาหารตั้งแต่เที่ยงวันเป็นต้นไป ไม่ฟ้อนรำ ขับร้อง บรรเลงดนตรี ดูการละเล่น ใช้น้ำหอมหรือเครื่องประดับ ไม่นอนบนที่สูงใหญ่ หรุหรา

๙. อริยมรรค ใช้ปัญญาเห็นแจ้งใน ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค

๑๐. ศาสนาศึกษาปฏิบัติในศีล สมาธิ ปัญญา ให้อริยมรรคเห็นจริง

การประพาศิพพรหมจรรย์ เป็นการประพาศิตนอย่างพระพรหม หรือความประพาศิอันประเสริฐ หมายถึง การประพาศิตตามคุณธรรมต่างๆ ทั้งหมดในพระพุทธศาสนาให้เคร่งครัดยิ่งขึ้น เพื่อป้องกันไม่ให้กิเลส พุกกลับขึ้นมาอีกจนกระทั่งหมดกิเลส ซึ่งต้องผ่านขั้นตอนต่างๆ ตามภูมิชั้นของจิต

ภูมิชั้นของจิต

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแบ่งภูมิชั้นแห่งจิตของคนเป็น ๔ ระดับ คือ

๑. กามาวจรภูมิ(sensuous plane)เป็นชั้นที่ท่องเที่ยวอยู่ในกามารมณ์ ยังยุ่งเกี่ยวกับกามคุณ อยู่ ได้แก่ ภูมิจิตของคนสามัญทั่วไป

๒. รูปาวจรภูมิ(form-plane) เป็นชั้นที่ท่องเที่ยวอยู่ในรูปารมณ์ มีความสุขความพอใจอยู่ในอารมณ์ ของรูปฌาน ได้แก่ ภูมิจิตของผู้ที่ฝึกสมาธิมาจนกระทั่งได้รูปฌาน เมื่อมีชีวิตอยู่ก็ไม่สนใจกามารมณ์ อิ่มเอิบ ในพรหมวิหารธรรม ซึ่งเป็นสุขประณีตกว่ากามารมณ์ เป็นเหมือนพระพรหมบนดิน ละจากโลกนี้ไปก็ จะไปเกิด เป็นรูปพรหม

๓. อรูปาวจรภูมิ(formless plane) เป็นชั้นที่ท่องเที่ยวอยู่ในอรูปารมณ์ มีความสุขอยู่ในอารมณ์ของ อรูปฌาน ได้แก่ ภูมิจิตของผู้ที่ทำสมาธิจนกระทั่งได้อรูปฌานมีความสุขที่ประณีตกว่าอารมณ์ของรูปฌานอีก เมื่อละจากโลกนี้ไปก็จะไปเกิดเป็นอรูปพรหม

๔. โลกุตตรภูมิ(supramundane plane) เป็นชั้นที่พ้นโลกแล้ว ได้แก่ ภูมิจิตของอริยบุคคล มีความสุขอันละเอียด ประณีต ลึกซึ้ง

ทั้ง ๔ ภูมินี้ รวมเป็นประเภทใหญ่ๆ ได้ ๒ ประเภท คือ

๑. โลภียภูมิ ได้แก่ กามาวจรภูมิ รูปาวจรภูมิ อรูปาวจรภูมิ

๒. โลกุตตรภูมิ ได้แก่ โลกุตตรภูมิ

อุปมาความสุขในโลภียภูมิทั้ง ๓ ชั้น ได้ดังนี้

ชั้นกามาวจรภูมิ เป็นสุขชั้นต่ำ ยังยุ่งเกี่ยวกับกาม สุขเหมือนเด็กเล่นขี้ เล่นดิน

ชั้นรูปาวจรภูมิ เป็นสุขที่สูงขึ้นมาหน่อย สุขเหมือนคนมีงานมีการที่ถูกต้องทำเพลินไป

ชั้นอรูปาวจรภูมิ เป็นสุขที่สูงขึ้นมาอีก สุขเหมือนพ่อ แม่ ครู อาจารย์ ที่เห็นลูกซึ่งตนเลี้ยงดูอบรมมา มีความเจริญก้าวหน้า หรือเห็นงานการที่ตนทำสำเร็จลุล่วงไปด้วยดีชื่นชมผลงานของตน

ศาสนาโดยทั่วไป อย่างสูงที่สุดก็สอนให้คนเราพัฒนาจิตได้ถึงขั้นอรูปารมณ์เท่านั้น เช่น ศาสนา พราหมณ์ ก็สอนให้คนมุ่งเป็นพระพรหม ยังวนเวียนอยู่ในโลภียภูมิ ขึ้นๆ ลงๆ แต่พระพุทธศาสนาของเราสอน ให้คนมุ่งหน้าสู่โลกุตตรภูมิ เข้านิพพาน

ความมุ่งหมายของการประพฤติพรหมจรรย์

ความมุ่งหมายสุดยอดของการประพฤติพรหมจรรย์ในพระพุทธศาสนา คือให้ตัดโลกียวิสัย ตัดเหี้ยมเยี้ยวทุกอย่าง เพื่อมุ่งหน้าสู่โลกุตตรภูมิ และอย่างแรกที่ต้องทำก่อน คือการปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ เพื่อตัดกามารมณ์ แล้วจึง ตัทรูปารมณ์ อรูปารมณ์ไปตามลำดับ

สำหรับปุถุชนทั่วไป สิ่งสำคัญที่เหนี่ยวรั้งไว้ไม่ให้ก้าวหน้า ในการพัฒนาจิต และทำให้กิเลสฟุ้งกลับขึ้นได้ง่ายที่สุดก็คือ กามารมณ์ ถ้าตัดกามารมณ์ได้ ก็มีโอกาสดำเนินการปฏิบัติธรรมได้อย่างรวดเร็ว การประพฤติพรหมจรรย์ในมงคลข้อนี้ จึงมุ่งเน้นการตัดกามารมณ์เป็นหลัก

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงอุปมาโทษของกามที่ไว้

๑. กามเปรียบเหมือนท่อนกระดุกเปล่า ไม่มีเนื้อและเลือดติดอยู่ เมื่อสุนัขหิวมาแตะเข้า ยิ่งแตะยิ่งเหน้อย ยิ่งหิว อร่อยก็ไม่เต็มอยาก ไม่เต็มอิ่ม พลาดท่าแตะพลาดไปถึงฟันหักได้ พวกเราก็เหมือนกันที่หลงว่า มีคู่รักแล้ว แต่งงานแล้วจะมีสุข พอมีเข้าจริงไม่เห็นจะสุขจริงสักไร ต้องมีเรื่องขัดใจให้ตะบึงตะบอนกัน ให้กลุ่มใจให้ห้วงกังวล ทั้งห้วง ทั้งหวง ทั้งหึง ไม่เว้นแต่ละวัน ที่หนักข้อถึงกับไปกระโดดน้ำตาย หรือผูกคอตาย เสียก็มากต่อมาก พอจะมีสุขบ้างก็ประเดี๋ยวประด๋าว พอให้มันๆ เค็มๆ เหมือนสุนัขแตะกระดุก

๒. กามเปรียบเหมือนขึ้นเนื้อที่แรงหรือเหยี่ยวคาบบินมา แรง กา หรือเหยี่ยวตัวอื่นเห็นก็จะเข้ารุมจิกแย่งเอา คือไม่เป็นของสิทธิ์ขาดแก่ตัว ผู้อื่นแย่งชิงได้ คนทั้งหลายต่างก็ต้องการหมายปองเอา จึงอาจต้องเข่นฆ่ากันเป็นทุกข์แสนสาหัส เช่น ที่มีข้าวกันอยู่บ่อยๆ ทั้งฆ่ากัน จึงรักหักสวาท หรือรอบๆ ตัวมีบ้างใหม่ ที่กว่าจะได้แต่งงานกันก็ฝ่าดงมีด ฝ่าดงเท้าเสียแทบตาย ถูกตีหัวเสียก็หลายที พอแต่งแล้วก็ยังไม่แน่ เดี๋ยวใครมาแย่งไปอีกแล้ว ยิ่งสวยเท่าไรยิ่งหล่อเท่าไร ยิ่งอันตรายเท่านั้น

๓. กามเปรียบเหมือนคนถือคบเพลิงที่ทำด้วยหญ้าลูกโหลงเดินทวนลมไป ไม่ช้าก็ต้องทิ้ง มิฉะนั้นจะถูกไฟไหม้มือ ระหว่างเดินก็ถูกควันไฟรมหน้า ต้องทนทุกข์ทรมานอย่าแยะ คนเราที่ตกอยู่ในกามก็เหมือนกัน ต้องทนรับทุกข์จากกาม ทำงานงๆ หาเงินเลี้ยงลูกเลี้ยงเมีย ต้องกลุ่มอกกลุ่มใจ ลูกจะเรียน ที่ไหนดี จะเกเรหรือเปล่า เมียจะนอกใจไหม เดียวก็มีเรื่องขัดใจกัน เสร็จแล้ว ก็ไม่ใช่จะได้อยู่ด้วยกันตลอด เดียวอ้าว! รถชนตายเสียแล้ว อ้าว! เป็นมะเร็งตายเสียแล้ว หรือแผลอประเดี๋ยวเดียวก็ต้องแก่ตายกันเสียแล้ว ไม่ได้อยู่กันไปได้อย่างตลอดหรือ เหมือนคบเพลิงหญ้าถือได้ไม่นานก็ต้องทิ้ง

๔. กามเปรียบเหมือนหลุมถ่านเพลิงอันร้อนแรง ผู้ที่รักชีวิตทั้งๆ ที่รู้ว่าหากตกลงไปแล้ว ถึงไม่ตายก็สาหัส แต่ก็แปลกเหมือนมีอะไรมาพรางตาไว้ เหมือนมีแรงลึกลับมากอดอุ้มให้หลุมอยู่ร่าไป พระท่านสอนว่า ที่ใดมีรักที่นั่นมีทุกข์ ก็เชื่อท่านหรือ แต่พอออกนอกวัดเจอสาว ๆ สวย ๆ หนุ่มรูปหล่อเข้าก็ลืมเสียแล้ว เวลาจะแต่งงานก็คิดถึงแต่ความสวยความหล่อความถูกใจ หาได้มองเห็นไปถึงความทุกข์อันจะเกิดจากกาม เกิดจากชีวิตการครองเรือนไม่

๕. กามเปรียบเหมือนความฝัน เห็นทุกอย่างเฉิดฉายอำไพ แต่ไม่นานก็ผ่านไป พอตื่นขึ้นก็ไม่เห็นมีอะไรเหลือไว้แต่ความเสียดาย คนเราที่จมอยู่ในกามก็เหมือนกัน แรกๆ ก็คุยกันกะหงุกกะหนิง น่องจ๊ะน่องจ๋า อยู่

กันไม่นาน พุดคำตาค่าเสียแล้ว เผลอๆ ถึงตบตีกัน เอาชีโครงเห็บข้างฝาเสียเลยก็มีงานก็มากขึ้นเป็น ๒-๓ เท่า ไม่เห็นสุขเหมือนที่คิดฝันไว้ กามเหมือนความฝัน พวกเราจะเป็นคนพ้อฝันลมๆ แล้งๆ หรือจะเป็นคนยืนอยู่บนความจริง

๖. กามเปรียบเหมือนสมบัติที่ยืมเขามา เอาออกแสดงก็ดูโก้เก๋ดี ใครเห็นก็ชม แต่ครอบครองไว้อย่างไม่มั่นใจ ได้เพียงชั่วคราว ไม่เป็นสิทธิ์เด็ดขาด เจ้าของตามมาพบเมื่อไรก็เอาคืนเมื่อนั้น ตัวเองก็ได้แต่ละห้อยหาพวกเราก็เหมือนกัน ไปได้แฟนสวยแฟนหล่อมาก็ภูมิใจ ไปไหนๆ ใครๆ ก็ทักว่า คู่นี้สมกันเหมือนกิ่งทองใบหยก ยืดเสียดั่งที่เดียว เผลอประเดี๋ยวเดียว อ้าว! ผู้หญิงกลายเป็นยายแรงทั้งไปเสียแล้ว ผู้ชายโหงหัวล้านพุงพลุ้ยเสียแล้ว นี่ความหล่อความสวยมันถูกระงับ ถูกเวลาทวงกลับเสียแล้ว พวกเราจะไปหลงใหลมกมายอยู่กับของขอยืมของชั่วคราวแบบนี้หรือเปล่า

๗. กามเปรียบเหมือนต้นไม้มีผลตกอยู่ในป่า ใครผ่านมาเมื่อเขาอยากได้ผล จะด้วยวิธีไหนก็เอาทั้งนั้น ปีนได้ก็ปีน ปีนไม่ได้ก็สอย บางคนก็โค่นเลย ใครอยู่บนต้นลงไม่ทันก็ถูกทับตาย เบาะๆ ก็แข่งขาหัก พวกเราก็เหมือนกัน บางคนคงเคยเจอมาแล้ว เทียวไปจับคนโน้นคนนี้ ยังไม่ทันได้มาเลย ถูกตะต่อมายบ้าง ถูกตีหัวมาบ้าง ได้แต่บ่นรู้อย่างนั้นนอนอยู่บ้านดีกว่า นี่เหมือนผลไม้ในป่า ยิ่งดกยิ่งสวย แล้วก็ระวังเถาะจะเจ็บตัว

๘. กามเปรียบเหมือนเชียงสับเนื้อ ใครไปยุ่งเกี่ยวก็เหมือนกับเอาชีวิตให้ถูกสับ เพราะกามเป็นที่รองรับทุกข์ทั้งหลาย ทั้งกายและใจ เหมือนเชียงเป็นที่รองรับคมมีดที่สับเนื้อจนเป็นแผลนับไม่ถ้วน

๙. กามเปรียบเหมือนหอกและหลาว ทำให้เกิดทุกข์ที่มแทงหัวใจ เกิดความเจ็บปวดรวดร้าวมาก ใครไปพัวพันในกามแล้ว ที่จะไม่เกิดความเจ็บซ้ำใจนั้นเป็นไม่มี เหมือนหอกหลาวที่เสียดแทงร่างกายให้เกิดทุกข์เวทนาอย่างนั้น

๑๐. กามเปรียบเหมือนห้วงพิช เพราะกามประกอบด้วยภัยมาก ต้อง มีความหวาดระแวงต่อกันอยู่เนืองๆ ไม่อาจปลงใจได้สนิท วางจิตให้โปร่งไม่ได้ เป็นที่หวาดเสียวมาก อาจฉกให้ถึงตายได้ทุกเมื่อเหมือนห้วงพิช

ทั้งหมดนี้ คืออุปมาโทษของกามที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ เมื่อเราเห็นว่ากามมีโทษมากมายถึงปานนี้ เราจึงต้องหาทางออกจากกาม ด้วยการประพฤติพรหมจรรย์

วิธีประพฤติพรหมจรรย์

พรหมจรรย์ขั้นต้น สำหรับผู้ครองเรือน ก็ให้พอใจเฉพาะคู่ครองของตนเท่านั้น รักษาศีล ๕ ไม่นอกใจ ภรรยา-สามี

พรหมจรรย์ขั้นกลาง สำหรับผู้ครองเรือน คือนอกจากรักษาศีล ๕ แล้วก็ให้รักษาศีล ๘ เป็นคราวๆ ไป และฝึกให้มีพรหมวิหาร ๔

พรหมจรรย์ขั้นสูง สำหรับผู้ไม่ครองเรือน ถ้าเป็นฆราวาสก็รักษาศีลอย่างน้อย ศีล ๘ ตลอดชีวิต ไม่ยุ่งเกี่ยวกับเรื่องเพศเลย หรือถ้าเป็นชายก็ออกบวชเป็นพระภิกษุ เจริญวิปัสสนากรรมฐานและปฏิบัติธรรมทุกข้อในพระพุทธศาสนาให้เต็มที่

พรหมจรรย์ทุกชั้นจะตั้งมั่นอยู่ได้ ต้องอาศัยการฝึกปฏิบัติในวิปัสสนากรรมฐานเป็นหลัก

“บุคคลย่อมเข้าถึงความเป็นกษัตริย์ ด้วยพรหมจรรย์ชั้นต่ำ ย่อมเข้าถึงความเป็นเทพด้วยพรหมจรรย์ชั้นกลาง ย่อมหมดจด ด้วยพรหมจรรย์ชั้นสูงสุด”

พ. ช. มหา. ๒๘/๕๒๖/๑๙๙

สรุปอานิสงส์การประพฤติพรหมจรรย์

๑. ทำให้ปลอดโปร่งใจ ไม่ต้องกังวลหรือระแวง
๒. ทำให้เป็นอิสระ เหมือนนกน้อยในอากาศ
๓. ทำให้มีเวลามากในการทำความดี
๔. ทำให้เป็นที่สรรเสริญของบัณฑิตทั้งหลาย
๕. ทำให้ ศีล สมาธิ ปัญญา เจริญรุดหน้าไม่ถอยกลับ
๖. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานได้โดยง่าย

“กามทั้งหลายมีโทษมาก มีทุกข์มาก มีความพอใจน้อย เป็นบ่อเกิดแห่งความทะเลาะวิวาทกัน ความชั่วเป็นอันมากเกิดขึ้นเพราะ กามเป็นเหตุ...”

(มหาทุกขัณฑ์ชั้นธสุตร) ม. มุล. ๑๒/๑๙๘/๑๖๙-๑๗๒