



มงคลที่ ๑๙

อารตี วิรตี ปาปา : การงดเว้นจากบาป

พระปัญญาวโรดมน์ สิริภทโท^๑

อ.ธ. เอก, Ph.D. (Social Science)



การสร้างความสำเร็จก้าวหน้าของคนเราแต่ละคน แบ่งออกเป็นสองตอน คือ ตอนนอกเป็นการสร้างความก้าวหน้าทางชีวิต ตอนในเป็นการสร้างความก้าวหน้าทางจิตใจ ชีวิตเป็นการสร้างความก้าวหน้าทางจิตใจ ในมงคลชีวิตสามสิบแปดข้อเรียงลำดับไว้เป็นสองตอนตั้งแต่ข้อที่หนึ่งถึงข้อที่สิบแปด ส่วนมากเป็นเรื่องการสร้างชีวิต เกี่ยวกับสังคมการเรียนการทำงานมาหากิน เรื่องพ่อแม่ลูกภรรยาสามี และแม้การทำงานก็มุ่งงดเว้นเพียงงานที่ไม่มีโทษ อันจะเป็นความผิดทางบ้านเมือง และเป็นที่ครหาติเตียนของคนอื่น หัวใจของมงคลชีวิตมุ่งแก้ปัญหาเกี่ยวกับการปรับปรุงจิตใจให้ก้าวหน้าโดยตรง ความมุ่งหมายสำคัญก็คือ ต้องยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นไปจนกระทั่ง เลยระดับกิเลสที่จะท่วมทับได้ ซึ่งเรียกว่าเป็นคนมีภูมิใจสูง ก่อนจะแต่งตั้งตัวให้สวยงามจำต้องอาบน้ำชำระล้างสิ่งสกปรกออกก่อนฉนั้นใดก่อนจะปรับปรุงใจให้สะอาดบริสุทธิ์มีคุณธรรมสูงขึ้นก็จำต้องงดเว้นจากบาปทั้งปวงก่อนฉนั้น

การพัฒนาชีวิตเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นสำหรับทุกคน เพราะมนุษย์ต้องการเจริญก้าวหน้า เครื่องมือในการพัฒนานี้ก็คือคุณธรรม ปราศจากคุณธรรมเสียแล้ว ชีวิตจะไม่มีความสุข ไม่ว่าจะการพัฒนา

^๑ พระปัญญาวโรดมน์ สิริภทโท, ดร. ตำแหน่ง อาจารย์ประจำสาขาวิชารัฐศาสตร์และอาจารย์ประจำสาขาวิชารัฐศาสตร์และรักษาการรองผู้อำนวยการสำนักงานวิทยาเขตนครราชสีมา

หรือความเจริญทางวัตถุจะก้าวหน้าไม่มากเท่าใด การเปลี่ยนแปลงอันรวดเร็วของเทคโนโลยีที่ขาด
คุณธรรมซ่อนเร้นอันตรายไว้ด้วยเป็นอันมาก

สิ่งของที่เสีย มีชื่อเรียกต่างๆ กันไปเช่นบ้านเสียเราเรียกบ้านชำรุด อาหารเสียเราเรียกอาหารบูด
คำจำพวกที่ว่า บูด ชำรุด แตก หักผุพัง เน่า ขึ้นรา ถ้าพูดรวมๆ เรียกว่า เสีย หมายความว่า มันไม่ดี
อาการเสียของจิตก็เหมือนกัน แยกได้หลายอย่าง เช่น จิตเศร้าหมอง จิตเหลวไหล ใจร้าย ใจดำ ใจขุนมัว
แล้วแต่จะบอกอาการทางไหน คำว่า เศร้าหมอง เหลวไหล ต่ำทราวม ร้ายกาจ เป็นคำบอกว่าจิตเสียซึ่งสิ่งที่
ทำให้จิตเสียนี้ทางพระพุทธศาสนาท่านใช้คำสั้นๆ ว่า“บาป” คำว่าบาปจึงหมายถึง สิ่งที่ทำให้จิตเสีย คือมี
คุณภาพต่ำลงนั่นเอง ไม่ว่าจะเสียในแง่ไหนก็เรียกว่าบาปทั้งสิ้น

การงดเว้นจากบาป

เนื่องจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงฝึกสมาธิอย่างดีเยี่ยมไม่มีผู้ใดเสมอเหมือนเป็นผลให้พระองค์
ทรงเห็นและรู้จักธรรมชาติของกิเลส อันเป็นต้นเหตุแห่งบาปทั้งหลายได้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง
และสามารถกำจัดกิเลสเหล่านั้น ออกไปได้โดยสิ้นเชิงและเด็ดขาด พระองค์ได้ตรัสสรุปเรื่องการทำเนิตของ
บาปไว้อย่างชัดเจนว่า

“นตถิ ปาปํ อุกุพฺพโต
บาปยํอมนํไม่มีแก่บุคคลผู้ไม่ทำบาป”^๒

“อตตนา ว กตํ ปาปํ อตตนา สงฺกิลิสฺสติ
ใคร่ทำบาป คนนั้นก็เศร้าหมองเอง”

“อตตนา อกตํ ปาปํ อตตนา ว วิสุขฺมตติ
ใคร่ไม่ทำบาป คนนั้นก็บริสุทธิ์”^๓

พระพุทธวจนะนี้เป็นเครื่องยืนยันการค้นพบของพระองค์ว่า บาปเป็นเรื่องเฉพาะตัว ไม่ใช่สิ่ง
ติดต่อกันได้ ใครทำบาปคนนั้นก็ได้บาป ใครไม่ทำบาปก็รอดตัวไป พ่อทำบาปก็เรื่องของพ่อ ลูกทำบาปก็
เรื่องของลูก คนละคนกัน เปรียบเหมือนพ่อกินข้าวพ่อก็ก้อม ลูกไม่ได้กินลูกก็หิว หรือลูกกินข้าวลูกก็อ้อม พ่อ
ไม่ได้กินพ่อก็ก้อม ไม่ใช่พ่อกินข้าวอยู่ที่บ้าน ลูกอยู่บนยอดเขาแล้วจะอ้อมไปด้วย เพราะเป็นเรื่องเฉพาะตัวใคร
ทำใครได้ บาปจึงเกิดที่ตัวคนทำเองคือเกิดที่ใจของคนทำใครไปทำชั่วบาปก็ก่อดกรอนใจของคนนั้นให้เสีย
คุณภาพ เศร้าหมองขุนมัวไปทำให้เกิดความทุกข์ทรมานไปไม่เกี่ยวกับคนอื่น แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้
ทรงรู้แจ้งโลกหาใครเสมอเหมือนมิได้ ตรัสสอนว่า

“สุทฺธิ อสุทฺธิ ปจฺจตฺตํ
ความบริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์เป็นเรื่องเฉพาะตัว”

^๒ พุ. ธ. ๒๕/๑๙/๓๑

^๓ พุ. ธ. ๒๕/๒๒/๓๗

“นาถโณอุณณ วิโสธเย
ใครจะไถ่บาปทำให้คนอื่นบริสุทธิ์ไม่ได้”^๔

ในพระพุทธศาสนามีวิธีการแก้ไขบาปอกุศลที่เคยประมาทพลาดพลั้งกระทำไป ได้อย่างมีเหตุผลดังนี้
สมมุติว่าเรามีเกลืออยู่ช้อนหนึ่ง ใส่ลงไปในน้ำ ๑ แก้ว เมื่อคนให้ละลาย แล้วลองชิมดู ผลเป็น
อย่างไร

“ก็เค็ม”

ถ้าเอาน้ำแก้วนี้ใส่ลงในถังน้ำแล้วเติมน้ำให้เต็ม ชิมดูเป็นอย่างไร

“ก็แค่กร่อยๆ”

ถ้าเอาน้ำในถังนี้ใส่ลงในแทงก์น้ำฝนใบใหญ่ ชิมดูเป็นอย่างไร

“ก็จืดสนิท”

“เกลือหายไปไหนหรือเปล่า”

“เปล่า ยังอยู่ครบถ้วนตามเดิม”

“แล้วทำไมไม่เค็ม”

“ก็เพราะน้ำในแทงก์มีปริมาณมาก มากจนสามารถเจือจางรสเค็ม ของเกลือจนกระทั่งหมดฤทธิ์
เราจึงไม่รู้สึกลึกถึงความเค็ม ภาษาพระท่านเรียกอัปปาทริก หมายความว่า มีเหมือนไม่มีคือเกลือนั้นยังมีอยู่
แต่ว่าหมดฤทธิ์เสียแล้วถือว่าไม่มี”

วิธีแก้บาปในพระพุทธศาสนาก็คือ การหยุดทำบาปแล้วตั้งใจทำความดีสั่ง-สมบุญให้มากเข้าไว้ให้
บุญกุศลนั้นมาทำให้ผลบาปทุเลาลงไปการทำบุญอุปมาเหมือนเติมน้ำ ทำบาปอุปมาเหมือนเติมเกลือ เมื่อ
เราทำบาป บาปนั้นก็ติดตัวเราไป ไม่มีใครไถ่บาปแทนได้ แต่เราจะต้องหมั่นสร้างบุญกุศลให้มาก เพื่อมาทำ
ให้จางบาปมีฤทธิ์น้อยลงหรือให้หมดฤทธิ์ลงไปได้ งดหมายถึงสิ่งใดที่เคยทำแล้วหยุดเสีย เลิกเสีย
เว้นหมายถึงสิ่งใดที่ไม่เคยทำ ก็ไม่ยอมทำเลย งดเว้นจากบาป จึงหมายความว่า การกระทำใดก็ตามทั้ง
กาย วาจา ใจ ที่เป็นความชั่ว ความร้ายกาจ ทำให้ใจเศร้าหมอง ถ้าเราเคยทำอยู่ก็จะงดเสีย ที่ยังไม่เคยทำก็
จะเว้นไม่ยอมทำโดยเด็ดขาด

สิ่งที่ทำแล้วเป็นบาป

คือ อกุศลกรรมบถ ๑๐ ได้แก่^๕

๑. ฆ่าสัตว์เช่น ฆ่าคน ยิงนกตกปลา รวมถึงฆาตกรรมสัตว์
๒. ลักทรัพย์เช่น ลักขโมย ปล้น ฉ้อโกง หลอกหลวง คอรัรัปชั้น
๓. ประพฤติผิดในกามเช่น เป็นชู้ ฉู้คร่า อนาจาร
๔. พุตเท็จเช่น พุดโกหก พุดเสริมความ ทำหลักฐานเท็จ
๕. พุดส่อเสียดเช่น พุดยุยงให้เขาแตกกัน ใส่ร้ายป้ายสี
๖. พุดคำหยาบเช่น ด่า ประชด แข่งชกหักกระดูก ว่ากระเทย
๗. พุดเพ้อเจ้อเช่น พุดพล่าม พุดเหลวไหล พุดโอ้อวด

^๔ จุ. ๖. ๒๕/๒๒/๓๗

^๕ พระเทพกิตติปัญญาคุณ, สารธรรมจากพระไตรปิฎก, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ สหธรรมิกจำกัด, พิมพ์ครั้งที่ ๓ ,
๒๕๕๔), หน้า ๑๔๖-๑๔๗.

๘. คิดโลภมากเช่น อยากได้ในทางทุจริต เฟ่งเล็งทรัพย์คนอื่น

๙. คิดพยาบาทเช่น คิดอาฆาต คิดแก้แค้น คิดปองร้าย

๑๐. มีความเห็นผิดเช่น เห็นว่าบุญบาปไม่มี เห็นว่าพ่อแม่ไม่มีพระคุณ เห็นว่าตายแล้วสูญเห็นว่ากฎแห่งกรรมไม่มี

วิงตเว้นจากบาปให้สำเร็จ

คนเราประกอบขึ้นด้วยกายและใจ โดยใจจะเป็นผู้คอยควบคุมกายให้ทำหรือไม่ให้ทำสิ่งต่างๆ ตามที่ใจต้องการพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า“ทุกอย่างมีใจเป็นใหญ่ สำเร็จได้ด้วยใจ ถ้าใครมีใจชั่วเสียแล้ว การพูดการกระทำของเขาก็ย่อมชั่วตามไปด้วย เพราะการพูดชั่วทำชั่วนั้น ความทุกข์ก็ย่อมตามสนองเขา เหมือนวงล้อเกวียนที่หมุนเวียนตามบดขยี้รอยเท้าโคที่ลากมันไป แต่ถ้ามีใจบริสุทธิ์ การพูด การกระทำ ก็ย่อมบริสุทธิ์ตามไปด้วย เพราะการพูด การกระทำ ที่บริสุทธิ์ถึงงานนั้น ความสุขก็ย่อมตามสนองเขาเหมือนเงาที่ไม่พรากไปจากร่างฉะนั้น”^๖

ดังนั้นผู้ที่ปรารถนาหาความสุขความก้าวหน้าทั้งหลาย จึงต้องฝึกใจตนเองให้งดเว้นบาปซึ่งทำได้ โดย ต้องฝึกให้ใจมีหิริโอตตปปะเสียก่อน

หิริ คือ ความละอายบาป ถึงไม่มีใครรู้แต่นึกแล้วกินแค้นแกล้งใจ ไม่สบายใจ เป็นความรู้สึกรังเกียจ ไม่อยากทำบาป เห็นบาปเป็นของสกปรก จะทำให้ใจของเราเศร้าหมอง จึงไม่ยอมทำบาป โอตตปปะ คือความเกรงกลัวผลของปาก เป็นความรู้สึกกลัว กลัวว่าเมื่อทำไปแล้วบาปจะส่งผลเป็นความทุกข์ทรมานแก่เราจึงไม่ยอมทำบาป^๗ สมมุติว่า เราเห็นเหล็กท่อนหนึ่งเผาไฟอยู่จนร้อนแดง เรามีความรู้สึกกลัวไม่กล้าจับต้อง เพราะเกรงว่าความร้อนจะลวกเผาไหม้มือเรา ความรู้สึกนี้เปรียบได้กับโอตตปปะคือความเกรงกลัวต่อผลของบาป สมมุติว่าเราเห็นเหล็กชิ้นหนึ่งเปื้อนอุจจาระอยู่เราไม่อยากจับต้องรังเกียจว่าอุจจาระจะมาเปื้อนมือเราความรู้สึกนี้เปรียบได้กับ หิริ คือ ความละอายต่อบาป

“สัตบุรุษ ผู้สงบระงับ ประกอบด้วยหิริโอตตปปะ ตั้งมั่นอยู่ในธรรมชาว ท่านเรียกว่า ผู้มีธรรมของเทวดาในโลก”^๘

เหตุที่ทำให้เกิดหิริ ความละอายต่อบาป

๑. คำนี้ถึงความเป็นคน หรือชาติตระกูล “เรานี้มีบุญอุตสาห์ได้เกิดเป็นคนแล้ว ทำไมจึงจะมาฆ่าสัตว์ ทำไมต้องมาขโมยเขากิน เรานี้มันชาติคน เป็นมนุษย์สูงกว่าสัตว์ทั้งหลายอยู่แล้ว” พอคำนี้ถึงชาติตระกูล ความละอายต่อบาปก็เกิดขึ้น

๒. คำนี้ถึงอายุ “โธ่เอ๊ย เราก็แก่ปานนี้แล้ว จะมานั่งเกี้ยวเด็กสาวๆ คราวลูกคราวหลานอยู่ได้อย่างไร โธ่เอ๊ย เราก็แก่ปานนี้แล้วจะมาขโมยของเด็กรุ่นลูกรุ่นหลานได้อย่างไร” พอคำนี้ถึงวัย

^๖ พุ. ฐ. ๒๕/๑๑/๑๕

^๗ พระมหาฉลาด ปริณญาโณ, คู่มือนวโกวาท ฉบับชาวบ้าน, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เสียงเชียง ; ๒๕๕๓),

^๘ พุ. ขา. เอก. ๒๗/๖/๓

๓. คำนี้ถึงความดีที่เคยทำ “เราก็เคยมีความองอาจกล้าหาญ ทำความดีมาก็มากแล้ว ทำไมจะต้องมาทำความชั่วเสียตอนนี้ล่ะ ไม่เอาละ ไม่ยอมทำความชั่ว” พอคำนี้ถึงความดีเก่าก่อน เกิดความละอายต่อบาป

๔. คำนี้ถึงความดีเป็นพหูสูต “ดูซิ เราก็มีความรู้ขนาดนี้แล้ว รู้ว่าอะไรดี อะไรชั่ว รู้ว่าอะไรควรทำ อะไรไม่ควรทำ รู้สารพัดจะรู้แล้วจะมาทำความชั่วได้อย่างไร”

๕. คำนี้ถึงพระศาสนา “เราเองก็ถูกพระพุทธเจ้าพระองค์ผู้ทนต์น้อย ยากตรัสรู้ธรรมแล้วทรงสั่งสอนอบรมพวกเราต่อๆ กันมาเราจะละเลยคำสอน ของพระองค์ไปทำชั่วได้อย่างไร”

๖. คำนี้ถึงครูอาจารย์ สถานศึกษา “อ้อ เราก็ศิษย์มีครูเหมือนกัน ครู อาจารย์ผู้อบรมสั่งสอนมา ชื่อเสียงสถาบันของเราก็โด่งดังเป็นที่ยกย่องสรรเสริญ แล้วเราจะมาทำชั่วได้อย่างไร”

เหตุที่ทำให้เกิดโศกตปปะ ความเกรงกลัวต่อผลบาป

๑. กลัวคนอื่นติ “นี่ถ้าเราขึ้นไปขโมยของเขาเข้า คนอื่นรู้คงเอาไปพูดกันทั่ว ชื่อเสียงที่เราอุตส่าห์สร้างมาอย่างดี คงพังพินาศหมดคราวนี้เอง” เมื่อกลัวว่าคนอื่นเขาจะติเอา

๒. กลัวการลงโทษ “อย่าดีกว่า ขึ้นไปฆ่าเขาเข้า บาปกรรมตามทัน ตำรวจจับได้ มีหวังติดคุกตลอดชีวิตแน่” จึงไม่ยอมทำบาป

๓. เมื่อกลัวว่าจะต้องไปเกิดในทุคติ โศกตปปะก็เกิดขึ้นจึงไม่ยอมทำบาป การทำชั่วเหมือนการเดินทางตามกระแสน้ำ เดินไปได้ง่าย ทุกคนพร้อมที่จะกระทำการสิ่งต่างๆ ไปตามกระแสกิเลสอยู่แล้ว ถ้าไม่ควบคุมให้ติยอมตกเป็นทาสของกิเลส กระทำการสิ่งต่างๆ ตามอำนาจของความอยากก็จะประสบทุกข์ในบั้นปลาย

การทำดีเหมือนการเดินทางทวนกระแสน้ำเดินลำบากต้องใช้ความอดทน ใช้ความมานะพยายามต้องระมัดระวังไม่ให้ลื่นล้ม การทำความดีเป็นการทวนกระแสน้ำในตัวเองไม่ทำสิ่งต่างๆ ตามอำเภอใจคำนึงถึงความ ถูกความดีเป็นที่ตั้ง ไม่ยอมเป็นทาสของความอยาก เป็นสิ่งที่ทำได้ยาก ต้องใช้ความสุ่มรอบคอบ ใช้ความมานะพยายามสูงแต่จะประสบสุขในบั้นปลาย

ทฤษฎีจิตบำบัดแบบคนเป็นศูนย์กลางของ Carl Rogers^๙ มีหลักการสำคัญ ๔ ประการ คือ ๑) ความสมดุลของความคิดรวบยอดของตนเอง ๒) การยอมรับบุคคลโดยไม่มีเงื่อนไข ๓) ความเข้าใจเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ๔) การประจักษ์ในตน การพยายามงดเว้นบาปเพื่อป้องกันใจของเราไม่ให้ไหลเลื่อนไปทางต่ำแล้ว จะต้องหมั่นยกใจของเราให้สูงอยู่เสมอ ด้วยการชวนขยายสร้างสมบุญกุศลอยู่เป็นนิจ คือการทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนา การงดเว้นบาปช่วยให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ทำให้เป็นคนไม่มีเวร ไม่มีภัย ทำให้โรคภัยไข้เจ็บไม่เบียดเบียน เป็นผู้ไม่ประมาท ทำให้จิตใจผ่องใสพร้อมที่จะรองรับคุณธรรมขั้นสูงต่อไป

“บัณฑิตเห็นภัยในนรกทั้งหลายแล้ว พึงงดเว้นบาปทั้งหลายเสีย พึงสมาทานอริยธรรมแล้วงดเว้น เมื่อความบากบั่นมีอยู่ชนไม่พึงเบียดเบียนสัตว์ และรู้อยู่ไม่พึงพุดมูสา ไม่พึงหยิบฉวยของที่เขาไม่ให้ พึงเป็นผู้ยินดีด้วยภรรยาของตน พึงงดภรรยาของคนอื่น และไม่พึงดื่มเมรัยสุราอันยังจิตให้หลง”^{๑๐}

^๙ นිරมล ศรารูฒิ และคณะ ๒๕๕๑

^{๑๐} อัง ปญจก. ๒๒/๑๗๙/๒๓๘