



ศึกษาพยาบาลในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง

A STUDY OF ILL-WILL IN THERAVADA BUDDHIST
SCRIPTURE IN THE NOVEL “BOUNG”

พระปลัดประสิทธิ์ เขมรโต (คงค่าน)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐



ศึกษาพยาบาลในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง

พระปลัดประสิทธิ์ เขมรโต (คงค้ำน)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



A Study of Ill-Will in Theravada Buddhist
Scripture in The Novel “Boung”

PhrapaladPrasit Khemarato (Kongkan)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Buddhist Studies)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2017

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย
เรื่อง "ศึกษาพยาบาลในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง" เป็นส่วน
หนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

(พระมหาสมปурณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

(พระมหาบุญศรี ธานวูฑฒโธ, ผศ.ดร.)

ประธานกรรมการ

(พระมหาวิโรจน์ คุตตวิโร, ดร.)

กรรมการ

(ดร.ศุภกฤต เดชชานามเมือง)

กรรมการ

(ดร.ธานี สุวรรณประทีป)

กรรมการ

(พระมหาชิต ชาญชิต, ดร.)

กรรมการ

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

ดร.ธานี สุวรรณประทีป
พระมหาชิต ชาญชิต, ดร.

ประธานกรรมการ
กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระปลัดประสิทธิ์ เขมรโต)

ชื่อวิทยานิพนธ์	: ศึกษาพยาบาลในคัมภีร์พระพุทธรักษาเถรวาทที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบัว
ผู้วิจัย	: พระปลัดประสิทธิ์ เขมรโต (คงค่าน)
ปริญญา	: พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธรักษา)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	: ดร.ธานี สุวรรณประทีป, ป.ธ.๙. ศน.ม. (พุทธศาสนาและปรัชญา), พธ.ด. (พระพุทธรักษา) : พระมหาชิต ฐานชิต, ดร., ป.ธ.๗, ศน.ม. (การศึกษา), M.A. (Sanskrit), Ph.D. (Vedic Studies)
วันสำเร็จการศึกษา	: ๑๖ มีนาคม ๒๕๖๑

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ๑) เพื่อศึกษาความพยาบาลที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธรักษาเถรวาท ๒) เพื่อศึกษาเนื้อหาสาระนวนิยายเรื่อง บัว ๓) เพื่อศึกษาการนำหลักธรรมในนวนิยายเรื่อง “บัว” มาใช้ในการดำเนินชีวิต การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถาและคัมภีร์สำคัญของพระพุทธรักษา รวมทั้งเอกสารที่เกี่ยวข้อง จากนั้นนำมาเรียบเรียง พรรณนาตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ ผลของการศึกษาพบว่า

ผลของการวิจัยพบว่า ความพยาบาล ในความหมายของพระพุทธรักษาเถรวาท หมายถึง ความปองร้าย การผูกอาฆาต พยาบาทเกิดจากความขัดเคือง ไม่พอใจ คือ โทสะ ซึ่งเป็นอกุศลจิตซึ่งจะทำให้หน้าที่ผูกจิตของผู้โกรธให้มีความคับแค้นใจมากขึ้น จนโกรธแค้นและจองเวรผูกเป็นพยาบาทต่อผู้ที่เป็นอริ จัดเป็นอกุศลกรรมบถข้อหนึ่งในอกุศลกรรมบถ ๑๐ อย่าง มีผลทำให้จิตร้อนรนเผาไหม้เหมือนไฟไหม้ เจ็บแสบอยู่ตลอดเวลา หากเสียชีวิตในขณะที่จิตมีพยาบาทรุนแรงย่อมส่งผลให้เกิดในอบายภูมิอย่างเดียว

เนื้อหาสาระนวนิยายเรื่องบัว ได้นำเสนอตัวละครคือ ผีนางแพงได้ผูกพยาบาทเพราะต้องการความเป็นใหญ่ในเรื่องความรักจากสามีในฐานะภรรยาในอดีตชาติ ลักษณะดังกล่าวแสดงให้เห็นสถานภาพของผู้หญิงในสังคมที่ถูกบริบทและค่านิยมทางสังคมเป็นผู้กำหนด จนทำให้เกิดความอยุติธรรมแก่ผีนางแพงจนติดตามพยาบาทสามีและผู้หญิงอื่น จนสุดท้ายได้รับโทษของความพยาบาทจึงปล่อยวางความพยาบาทด้วยการให้อโหสิกรรม

หลักธรรมในนวนิยายเรื่องบัว ที่สามารถนำมาใช้ในการดำเนินชีวิต คือ (๑) เบญจศีล (๒) อโหส (๓) สติ (๔) เมตตา (๕) ขรवास ธรรม (๖) หิริโอตตปปะ (๗) สติปัญญา ๔ ตามหลักของศาสนาถือว่าหลักคำสอนอยู่ในระดับเบื้องต้น คือ การปฏิบัติตามหลักเบญจศีลในเบื้องต้นซึ่งเป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาชีวิตของมนุษย์เพื่อดับความโกรธ คนต้องพยายามรู้เท่าทันและเจริญเมตตาอโหสิกรรมเนื่อง ๆ เพื่อป้องกันไม่ให้ความโกรธเกิดขึ้นได้อีก

Thesis Title : A Study of Ill-Will in Theravada Buddhist Scripture in the Novel “Boung”

Researcher : Phrapalad Prasit Khemarato (Kongkan)

Degree : Master of Arts (Buddhist studies)

Thesis Supervisory Committee

: Dr.Thanee Suwanprateep, Pali IX, M.A. (Buddhism And Philosophy), Ph.D. (Buddhist Studies)

: Phramaha Chit Ṭhānajito, Dr., Pali VII, B.A. (Education), M.A. (Sanskrit), Ph.D. (Vedic Studies)

Date of Graduation : March 16, 2018

Abstract

This research contains 3 main objectives; 1) to study the Byāpāda or ill-will found in Theravada Buddhist scriptures, 2) to study the story and feature of novel entitled “Boung” and 3) to apply the Buddhist virtues found in the novel “Boung” for daily life. It was a documentary research by collecting research data from the primary sources of Theravada Buddhist scripture, novel entitled “boung” other related documents, summed up, analyzed, composed in descriptive style, finally verified by experts. The findings of study were as follows;

The ill-will or Byāpāda in Buddhism refers to malevolence, hatred, aversion. The ill-will was caused by grating, dissatisfaction that is hatred which is a root cause of unwholesome consciousness functioning tie up the anger with troublesomeness and revenge to the opposed. It was one among the 10 paths of unwholesome deeds resulting mental frustrations and heat like burning fire, ever being painful. If one dies with strong ill-will, he will be reborn only in the plane of loss and woe.

The main feature of Boung novel revealed that it represented the leading character named “Paeng spirit” who holds grudge against others because she wanted superior position in family as well as the emotional love from her husband as the housewife in previous life. The main contents focused on real situations of

women in society which were determined by social contexts and value without choice later causing unfairness and ill-will with her husband and other ladies. Finally, she realized the realities and disadvantages of ill-will then abandoned her ill-will with sincere forgivingness to all.

The virtues found in Boung novel which can be applied in daily life were; 1) Buddhist five precepts, 2) non-hatred, 3) mindfulness, 4) loving-kindness, 5) doctrine of household life, 6) moral shame and dread, 7) 4 foundations of mindfulness. These virtues, according to Buddhism were the foundational virtues, that is to say, the Buddhist five precepts which are supportive and encouraging the life development and the ending up of hatred and aversion, therefore one must observe five precepts, trying to be aware of all mental objects and cultivating loving-kindness by forgivingness habitually to prevent the rise of hatred.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้าฯ ขอประทานกราบขอบพระคุณ เจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (อุปสมมหาเถระ) เจ้าคณะใหญ่หนกลาง กรรมการมหาเถรสมาคม ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ได้เมตตาเปิดการเรียนการสอนหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา ที่ผู้วิจัยได้เข้ามาศึกษาเป็นรุ่นที่ ๒

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วง เพราะได้รับการช่วยเหลืออนุเคราะห์ช่วยเหลือจากอาจารย์ที่ปรึกษา พระเทพสุวรรณเมธี, และขอเจริญพร พระมหาชิต จานชิต และขอเจริญพร ดร.ธานี สุวรรณประทีป ดร. สุพิชฌาย์ พรพิชฌรงค์ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำ ดูแลเอาใจใส่ให้ความช่วยเหลือในการปรับปรุงแก้ไข ข้อบกพร่องต่าง ๆ เพื่อให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ พระครูสมุห์นพดล ปิยธมโม ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดค้ำคาว ตำบลบางไผ่ อำเภอมือง จังหวัดนนทบุรี ผู้ให้ความช่วยเหลือด้านการค้นคว้าข้อมูลและให้คำปรึกษาในเรื่องต่าง ๆ เกี่ยวกับการจัดทำวิทยานิพนธ์

ขอขอบพระคุณเพื่อนนิสิตร่วมรุ่นทุกท่าน ผู้เป็นกัลยาณมิตรที่ดีตลอดมา ตลอดจนถึงสหธรรมิกที่คอยช่วยเหลือเป็นกำลังใจในด้านต่าง ๆ มาโดยตลอด

ขอขอบคุณพระคุณคณะครูบาอาจารย์ทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิประสาทวิชาความรู้ให้ผู้วิจัยได้มีความรู้ความสามารถ และประสบการณ์รวมถึงความเมตตาเอื้อเฟื้อ ทั้งเป็นผู้ให้กำลังใจมาตลอด คุณงามความดี การทำประโยชน์ใด ๆ ผู้วิจัยขอน้อมถวายเป็นพุทธบูชาแด่ทุกท่านในทุกช่วงชีวิตจนถึงปัจจุบัน

ความบกพร่องใด ๆ ที่เกิดจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอน้อมรับด้วยความเต็มใจและผู้ศึกษาเห็นว่างานวิจัยนี้มีคุณค่าและจะเกิดประโยชน์ หรือแม้แต่การนำไปประยุกต์ใช้ในการศึกษา การดำเนินชีวิต ขอประโยชน์จงบังเกิดแก่ท่าน เพื่อเป็นการผลักดันในการจรจรพระพุทธศาสนาสืบต่อไป

พระปลัดประสิทธิ์ เขมรโต (คงค้ำ)

๑๖ มีนาคม ๒๕๖๑

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญ	จ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ช
บทที่ ๑ บทนำ	
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ คำถามวิจัย	๓
๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๓
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๗
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๗
บทที่ ๒ ความพยาบาลที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๘
๒.๑ พยาบาทที่ปรากฏในนิวรรณ์	๘
๒.๑.๑ โภชะ (ความพยาบาล)	๘
๒.๑.๒ โทสะ	๙
๒.๑.๓ อาการของโทสะ (ความประทุษร้าย)	๑๐
๒.๒ พยาบาทที่ปรากฏในอภุศลกรรมบถ	๑๑
๒.๒.๑ การแสดงออกของความพยาบาล	๑๑
๒.๒.๒ ความพยาบาลในอภุศลกรรมบถที่ปรากฏในพระสูตรตันตปิฎก	๑๒
๒.๒.๓ ความพยาบาลในอภุศลกรรมบถที่ปรากฏในพระอภิธรรมปิฎก	๑๓
๒.๓ พยาบาทที่ปรากฏในสังโยชน์	๑๕
๒.๔ พยาบาทที่ปรากฏในอุปกิเลส	๑๗
๒.๔.๑ อรติ (ความไม่ยินดี)	๑๘
๒.๔.๒ ปฏิฆะ (ความขัดเคือง)	๒๐
๒.๔.๓ พยาบาท (การจองเวร)	๒๑
๒.๕ สรุปร้ายบาท	๓๔

บทที่ ๓	เนื้อหาสาระในนวนิยายเรื่อง บ่วง	๓๕
	๓.๑ ความพยายามในนิเวศน์ที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง	๓๕
	๓.๑.๑ โทสะในนิเวศน์ที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง	๓๕
	๓.๒ ความพยายามในอกุศลธรรมบทที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง	๓๖
	๓.๒.๑ ความพยายามในกายกรรม ๓	๓๗
	๓.๒.๒ ความพยายามในวจีกรรม ๔	๓๙
	๓.๒.๓ ความพยายามในมโนกรรม ๓	๔๐
	๓.๓ ความพยายามในสังโยชน์ที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง	๔๒
	๓.๓.๑ ความพยายามที่เกิดในสักกายทิฏฐิ	๔๒
	๓.๓.๒ ความพยายามที่เกิดในสัสสัพพตปราคามาส	๔๓
	๓.๓.๓ ความพยายามที่เกิดในกามฉันทะ	๔๔
	๓.๔ สรุปท้ายบท	๔๙
บทที่ ๔	การนำหลักธรรมที่ปรากฏในนวนิยายเรื่อง “บ่วง” มาใช้ในการดำเนินชีวิต	๕๑
	๔.๑ หลักธรรมที่ปรากฏในนวนิยายเรื่อง “บ่วง”	๕๑
	๔.๑.๑ หลักเบญจศีลที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๕๑
	๔.๑.๒ อโทสะที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๕๒
	๔.๑.๓ สติที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๕๒
	๔.๑.๔ เมตตาที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๕๔
	๔.๑.๕ ขรรวาสธรรมที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๖๒
	๔.๑.๖ หิริโอตตัมปะที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๖๕
	๔.๑.๗ สติปัญฐาน ๔ ที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๖๖
	๔.๒ การนำหลักธรรมใน นวนิยายเรื่อง “บ่วง” มาใช้ในการดำเนินชีวิต	๗๑
	๔.๒.๑ เบญจศีลที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๗๑
	๔.๒.๒ อโทสะที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๗๓
	๔.๒.๓ สติที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๗๓
	๔.๒.๔ เมตตาที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๗๔
	๔.๒.๕ ขรรวาสธรรมที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๗๕
	๔.๒.๖ หิริโอตตัมปะที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๗๕
	๔.๒.๗ สติปัญฐาน ๔ ที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน	๗๖
	๔.๓ สรุปท้าย	๗๖

บทที่ ๕	สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๓๗
	๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๓๗
	๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๓๘
	บรรณานุกรม	๘๑
	ประวัติผู้วิจัย	๘๔

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยอ้างอิงจากพระไตรปิฎก พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬารูปิก ๒๕๐๐ และภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ด้วยอักษรย่อชื่อคัมภีร์แล้วตามด้วย เล่ม/ข้อ/หน้า ตัวอย่าง เช่น ที.สี. (บาลี) ๙/๒๗๖/๙๗, ที.สี. (ไทย) ๙/๒๗๖/๙๘. หมายถึง ทีฆนิกาย สี่ลกขณชวคคปาติ ภาษาบาลี เล่ม ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๙๗ ฉบับมหาจุฬารูปิก ๒๕๐๐ และ ทีฆนิกาย สี่ลกขณชวคค ภาษาไทย เล่ม ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๙๘ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙

พระวินัยปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๑-๒	วิ.มหา. (ไทย)	= วินัยปิฎก มหาวิมังค์	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๑๑	ที.ปา. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
๑๓	ม.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปิณณาสก	(ภาษาไทย)
๑๕	ส.ส. (บาลี)	= สุตตันตปิฎก สญจตตนิกาย สคาถวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
๑๕	ส.ส. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก สญจตตนิกาย สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
๒๐	อง.ทก. (ไทย)	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๒	อง.ฉก. (ไทย)	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ฉกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๓	อง.สตตก. (ไทย)	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย สตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๔	อง.ทสก. (ไทย)	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๕	ขุ.ขุ. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
๒๕	ขุ.ธ. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธรรมบท	(ภาษาไทย)
๒๕	ขุ.อิติ. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อิติวุตตะกะ	(ภาษาไทย)
๒๕	ขุ.สุ. (บาลี)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สุตตนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
๒๕	ขุ.สุ. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สุตตนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๖	ขุ.เปต. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย เปตวัตถุ	(ภาษาไทย)
๒๙	ขุ.ม. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิเทศ	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๓๔	อภิ.สง. (ไทย)	อภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
๓๕	อภิ.วิ. (ไทย)	อภิธรรมปิฎก วิภังค์	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นศาสนาที่มีคำสอน และความเชื่อเกี่ยวกับเรื่องกฎแห่งกรรม สังสารวัฏ หรือ การเวียนว่ายตายเกิด ความพยายาม ความอาฆาตแค้น มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด หลักกรรมจะดำรงอยู่ไม่ได้หรือถ้าได้ก็ไม่สมบูรณ์ ถ้าไม่มีเรื่องสังสารวัฏ เพราะชีวิตเดียวสั้นเกินไป ไม่พอพิสูจน์กรรมให้หมดสิ้นได้มีปัญหาหลายอย่างที่น่าสงสัย เช่น ทำไมคนดีบางคนจึงมีความเป็นอยู่อย่างต้อยต่ำลำบาก สุขภาพอ่อนแอไม่สมบูรณ์ ร่างกายอ่อนแอ ส่วนคนที่ใคร ๆ เห็นว่าชั่วบางคนกลับมีความเป็นอยู่อย่างสุขสำราญ มีร่างกายแข็งแรงเราไม่อาจคลายความสงสัยได้ ถ้าพิจารณาชีวิตกันเพียงชาติเดียว หลักกรรมและการเกิดใหม่จะบอกเราว่า คนที่เราเห็นว่าชั่วนั้น เขาย่อมต้องเคยทำกรรมดีมาบ้างในอดีต และคนที่เราเห็นว่าดีอยู่ในเวลานี้ ย่อมต้องเคยทำกรรมชั่วมาบ้างเหมือนกัน กรรมดีย่อมให้ผลดี กรรมชั่วย่อมให้ผลชั่ว ตามอิทธิพลของมัน เพียงตรงที่สุดไม่เลือกที่รักมักที่ชัง

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา (ตามปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า) มีอยู่ว่าตราบใดที่บุคคลยังมีกิเลสอยู่เขาย่อมต้องทำกรรมดีบ้าง ชั่วบ้าง กรรมดีย่อมมีวิบาก (ผล) ดี กรรมชั่วมีวิบากชั่ว วิบากดีก่อให้เกิดสุข วิบากชั่วก่อให้เกิดทุกข์ สุขทุกข์เหล่านั้นย่อมมีชาติ คือ ความเกิดเป็นที่รองรับปราศจากความเกิดเสียแล้วที่รองรับสุขทุกข์ย่อมไม่มีกรรมก็เป็นหมันไม่มีผลอีกต่อไป พูดอย่างสั้นว่า ตราบใดที่บุคคลยังมีกิเลสอยู่ เขาย่อมเกิดอีกตรานั้น บุคคลที่ยังพอใจอยู่ในกาม คือ ยังไม่อิ่มในกาม ยังมีความกระหายในกามใจยังหากามย่อมเกิดอีกในกามภพ เพื่อเสพกามตามความปรารถนาของดวงจิต ที่มีกามกิเลสท้อหุ้ม พัวพัน คลุกเคล้าอยู่ บุคคลที่หน่ายกามแล้วเลิกละกามแล้วแต่จิตยังเฝ้าอ้อมอยู่ในฉนสมชาติเบื้องต้น ๔ ชั้น ที่ท่านเรียกว่า รูปฉน เขาจะยอมเกิดอีกในรูปภพเพื่อเสพสุขอันเกี่ยวกับฉนในภพนั้น ท่านผู้พอใจในความสุขอันประณีตกว่านั้น ที่เรียกว่าความสุขในอรุณฉน ย่อมเกิดอีกในอรุณภพ ผู้เบื่อหน่ายต่อความสุขอันยังเฝ้าอยู่ด้วยกิเลสดังกล่าวมาแล้ว ละกิเลสได้หมด ไม่มีกิเลสเหลือ ก็เข้าถึงนิพพาน ไม่ต้องเกิดอีกต่อไป สิ้นสุดการเวียนว่ายตายเกิด ไม่ต้องสุขบ้าง ทุกข์บ้าง อีกต่อไป เป็นผู้พ้นจากสภาพที่จะเรียกได้ว่า เป็นอะไร เป็นอย่างไร พ้นจากสุขทุกข์ทั้งปวงภพ คือ ที่ถือกำเนิดของสัตว์จึงมี ๓ ภพ คือ กามภพ รูปภพ และ อรุณภพ พ้นจากนี้แล้วไม่เรียกว่าภพ

ในภพสูตร พระอานนท์เข้าไปทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า ภพย่อมมีได้ด้วยเหตุเพียงใด พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า ถ้ากรรมที่เกี่ยวกับกามจักไม่มีแล้ว กามภพจักมีได้หรือไม่ ถ้ากรรมที่เกี่ยวกับรูปธาตุ (รูปฉน) หรือที่เกี่ยวกับอรุณธาตุ (อรุณฉน) จักไม่มีแล้ว รูปภพ อรุณภพ จะมีหรือไม่ พระอานนท์ทูลตอบว่า มีไม่ได้เลย พระพุทธองค์จึงตรัสว่า เพราะเหตุนี้แหละอานนท์ ในการ

เกิดใหม่นั้น กรรมจึงเป็นเสมือนเนือนา วิญญาณเสมือนพีช ตัณหาเป็นเสมือนยางเหนียวในพีช กรรมจึงชื่อว่าเป็นไรร่ นา วิญญาณชื่อว่าเป็นพีช ตัณหา^๑ ความตั้งใจ ความจงใจ (เจตนา) ความปรารถนาของสัตว์ผู้มีวิชาเป็นเครื่องห่อหุ้ม มีตัณหาเป็นเครื่องเร่งรัดได้ตั้งลงแล้วในธาตุอันแล้ว (กามธาตุ) ธาตุปานกลาง (รูปธาตุ) และธาตุประณีต (อรุธาตุ) เมื่อเป็นดังนี้ การเกิดในภพใหม่ก็มีขึ้นได้อีก

ตามพระพุทธภาษิตนี้ ชี้อัตถ์ทีเดียวว่า กิเลส (ตัณหา) และวิญญาณ มีความสัมพันธ์กันเหมือนเนือนาหรือดิน พีช และยางเหนียวในพีช อันทำให้พีชมีคุณสมบัติในการเกิดขึ้นใหม่ได้อีก เมื่อมีสภาวะแวดล้อมเหมาะสม พีชที่ถูกคว่ำให้แห้ง หรือเอาเหล็กแหลมเจาะทำลายเม็ดในเสียแล้ว ย่อมไม่อาจเพาะหรือปลูกให้ขึ้นได้อีก ไม่ว่าสภาวะแวดล้อม เช่นดิน น้ำ ปุ๋ย จะดีสักเพียงไร ฉนั้นใดวิญญาณที่ไม่มียางเหนียว คือ ตัณหา หรือ กิเลสห่อหุ้มผูกพันอยู่ก็ย่อมไม่ต้องเกิดอีกไม่ควรเพื่อการเกิดใหม่ฉนั้น นั้น ตามนัยนี้แสดงว่าพระพุทธเจ้าทรงยืนยันเรื่องการเวียนว่ายตายเกิดของวิญญาณที่ยังมีกิเลสและกรรม ยังมีเจตนาที่มีความปรารถนาในกามภพ รูปภพ และอรุภพ สัตว์จะไปเกิดในภพใดก็สุดแล้วแต่กิเลสและกรรมของเขากี่ยวกับภพนั้น เหมือนบุคคลฝึกสิ่งใด พอใจกระทำให้สิ่งใด ย่อมได้รับผลของสิ่งนั้น

นวนิยายเรื่องบ่วง เป็นนวนิยายรักข้ามภพชาติ ที่ติดตามกันไปทุกชาติด้วยความรัก ความพยายาม ความอาฆาตแค้น แรงแค้น แแรงริษยา หรือแรงรัก ถึงร่างกายจะสลายไป มันก็ยังเป็นพลังอยู่เป็นบ่วงคล้องไว้ ความรักที่มัวเมาอยู่ในกาม กิเลสตัณหา เป็นสิ่งที่ปรากฏให้เห็นมาทุกยุคสมัย ความรักในกามกิเลสเป็นความรักที่หอมหวานและเชื่อเชิญให้ชายหญิงผู้ยังเวียนว่ายอยู่ในวังวนของตัณหา ได้เข้ามาลุ่มหลง ครอบครองของศามน และรั่มภาครอบครองที่อบอุ่น พวกเขามีลูกแฝดตัวน้อย ๆ ที่น่ารัก รัตต์ และไลล่า ชีวิตครอบครัวของพวกเขากำลังไปได้ดี แต่ทันทีที่ศามนและครอบครัวต้องย้ายเข้ามาอยู่ในบ้านคุณทวดซึ่งเป็นมรดกชั้นสุดท้าย ที่คุณทวดทิ้งไว้ให้เขา

เรื่องราวต่าง ๆ จึงเริ่มขึ้น แพง วิญญาณที่ยังไม่ไปผูกไปเกิดเพราะยังติดอยู่กับ บ่วงของกิเลสตัณหา ที่ไม่สามารถสลัดทิ้งไปได้ เธอยังคงเฝ้าคอย คุณพระคังกรประกาศ คนที่เธอรักด้วยความใคร่ คุณขึ้นกลิ่นภรรยาของคุณพระฯ ด้วยความอาฆาต เมื่อคุณพระฯ และคุณขึ้นกลิ่นกลับชาติมาเกิดขึ้นพร้อม ๆ กัน แต่ใครเล่าจะเป็นผู้หลุดออกจากบ่วงนี้ บ่วงที่รัดรั้งพวกเขาไว้ด้วยความเสน่หาและความอาฆาตแค้น

นอกจากได้รับความเพลิดเพลินแล้ว ยังได้แฝงไปด้วยเรื่องราวของความละเอียด เรื่องการฝึกฝนในกามราคะโดยเฉพาะการฝึกศีล กามะสุมิจณา และเรื่องของ กรรม ที่หากผู้ใดหลงอยู่ในกรรมชั่วก็จะมีบ่วงคล้องรัดรั้งชีวิตของผู้นั้นอยู่ตลอดเวลา ดุจดั่งล้อที่หมุนไปตามเกวียน เรื่องราวต่าง ๆ แฝงคติธรรมเอาไว้อย่างแยบยล มีเรื่องราวของกิเลสตัณหาเป็นปมปัญหาในการดำเนินเรื่อง

ความพยายาม ความอาฆาตแค้น แรงแค้น แแรงริษยา จะสิ้นสุดลงก็ต่อเมื่อบุคคลผู้นั้นได้พัฒนาจิตจนถึงที่สุด รู้จักการให้อภัยและอโหสิกรรม ละกิเลสตัณหาได้สิ้นเชิง สิ้นกรรมอันเป็นเหตุให้เกิดอีก เรื่องกิเลส กรรม และการเวียนว่ายตายเกิด ความพยายาม ความอาฆาตแค้น จึงมี

^๑ อก.ทุก. (ไทย) ๒๐/๕๑๖/๒๘๗.

ความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิดและอย่างจำเป็น คือ แยกกันไม่ได้ หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด หรือสังสารวัฏ จัดเป็นหลักคำสอนสำคัญอย่างหนึ่งของพระพุทธศาสนา

ผู้วิจัยเห็นว่า นวนิยายอิงหลักกรรมเรื่อง บ่วง เป็นนวนิยาย เรื่องหนึ่งที่เผยแพร่พระพุทธศาสนา ในรูปแบบนิยายแนวใหม่ให้ความเพลิดเพลิน และมีความรู้ทางพุทธธรรม ที่มีคุณค่าเป็นอย่างยิ่งในการ นำมาประพุดิปฏิบัติตนเพื่อชีวิตที่ดีงาม ทำให้ผู้อ่านได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่สร้างสรรค์ ได้รับความรู้ทางลีลาการเขียนนวนิยายอิงพุทธศาสนา ตลอดจนอรรถรสทาง นวนิยาย ดังนั้น ผู้วิจัยจึง สนใจที่จะศึกษานวนิยายอิงหลักกรรมเรื่อง บ่วง ในฐานะนวนิยายอิงหลักกรรมทางพระพุทธศาสนาที่ ทรงคุณค่ามากเรื่องหนึ่ง

๑.๒ วัตถุประสงค์การวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาความพยาบาลที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาเนื้อหาสาระในนิยายเรื่องบ่วง
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาการประยุกต์หลักกรรมในนวนิยายเรื่อง บ่วง มาใช้ในการดำเนินชีวิต

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ พยาบาทในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ พยาบาทที่ปรากฏในนิยายเรื่องบ่วงเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๓ การนำหลักกรรมในนวนิยายเรื่อง บ่วง มาใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาความพยาบาลในคัมภีร์พระพุทธศาสนาการใช้หลักกรรมในการ แก้ไขความพยาบาล และหลักกรรมทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการละความพยาบาลตามว นิยายเรื่อง บ่วง

๑.๕ คำนิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ พยาบาท หมายถึง ความมุ่งร้ายเป็นอกุศลธรรมอันเป็นบาปความพยาบาลเกิด จากความยินร้าย ความไม่พอใจ ความไม่ชอบใจ

๑.๕.๒ คัมภีร์พระพุทธศาสนา หมายถึง หลักธรรมคำสอนทางพุทธศาสนาในยุคนก่อน จะบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษร ใช้วิธีท่องจำ (มุขปาฐะ) อักษรเขียนที่เลียนแบบเสียงเกิดขึ้นมาซึ่ง สามารถรักษาความถูกต้องของคำสอนเอาไว้ได้แทนอักษรภาพแบบเก่าที่รักษาความถูกต้องไม่ได้จึงได้ มีการบันทึกพระธรรมและพระวินัยเป็นลายลักษณ์อักษรเป็นภาษาบาลีรักษาไว้ในคัมภีร์ เรียกว่า “พระไตรปิฎก”

๑.๕.๓ บ่วง หมายถึง ความอาฆาตแค้น ความรัก ถ้าเราไม่ตัดมันมันจะกลายเป็นห่วง ยืดยาวต่อไปไม่รู้จบเป็นห่วงคล้องไม่ให้ชีวิตหลังความตายเป็นไปตามกระแสกรรมกรรมของแต่ละคนมี มาเหมือนลูกโซ่ร้อยเป็นห่วงติดต่อกันไม่มีที่สิ้นสุด

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๑ เอกสารตำราวิชาการ

จุลลดา ภักดีภูมินทร์ ใช้หลักธรรมในพุทธศาสนาเป็นแกนในการดำเนินเรื่องโดยมี แนวคิดสำคัญสองประการด้วยกัน คือ กรรม กับ การเวียนว่ายตายเกิด หลักธรรมทั้งสองอย่างนี้มี บทบาทนอนเนื่องอยู่ในวิถีชีวิตของคนไทยมาตั้งแต่สมัยโบราณโดยเฉพาะความเชื่อที่ว่าจิตที่อาฆาต แค้นย่อมกลายเป็น“บ่วงร้อยรัดมิให้วิญญาณของผู้นั้นมีความสุขหากแต่จะต้องเวียนว่ายอยู่ในภพภูมิที่ ทุกข์ทรมานเพื่อชำระแค้นที่เกิดขึ้นทางออกที่ดีที่สุดก็คือการให้อภัยซึ่งกันและกันหรือที่เรียกว่า “อภัยทาน” อันเป็นธรรมทานที่มีอานิสงส์สูงยิ่ง^๒

พลตรีหลวงวิจิตรวาทการ ได้กล่าวไว้ว่า พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญโดยเฉพาะใน หนังสือหลักเมตตา ซึ่งเป็นหลักการแก้ปัญหาการบันดาลโทสะพระพุทเจ้าทรง สอนให้แม่เมตตาจิต จนกระทั่งศัตรูทรงสอนให้แม่เมตตาจิต คิดช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อโกรธก็สามารถระงับความโกรธไว้ได้ด้วย ใจที่ประกอบด้วยเมตตาปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข^๓

วศิน อินทสระ กล่าวว่า การปลุกฝังในความพยายามย่อมมี ความโทสะ โมหะ ในจิตใจ ทำให้มนุษย์ทุกคนหลงผิดไปในทางไม่ดี จึงเป็นทรัพยากรต้องช่วยกันปลุกฝังคุณธรรมจริยธรรมให้เกิด ในมนุษย์ทุกคน โดยปลุกฝังให้ทุกคนเป็นคนดีห่างไกลจากความอิจฉา พยายามปลุกฝังคุณธรรมอย่าง ถูกวิธีจริยธรรมนั้นนำความสุขความเจริญมั่นคงสู่ประเทศชาติ สังคม และบุคคลได้^๔

สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส ฌบับมหาบัณฑิตยสถานในหนังสือ ธรรมบท ได้กล่าวว่า บุคคลที่มีจิตใจที่เต็มเปี่ยมไปด้วยเมตตา ก็เลสทั้งหลายเป็นต้นว่า โทสะ ความ อาฆาต ความพยายาม ไม่ตั้งอยู่หรือปรากฏอยู่ในใจเพราะเมตตานั่นเป็นเครื่องระงับ เป็นเครื่องละ และเป็นเครื่องสละออกซึ่งความไม่ดีทั้งหลายผู้สมบูรณ์ด้วยศีลสมาธิ และปัญญา ตั้งอยู่ในธรรมและทำ หน้าที่ของตนครบถ้วนย่อมเป็นที่รักของคนทั้งหลาย^๕

^๒ จุลลดา ภักดีภูมินทร์, บ่วง, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ฟอร์มิค, ๒๕๕๒) หน้า ๑๙๒.

^๓ พลตรีหลวงวิจิตร วาทการ, ศาสนาสากล, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: ส.ธรรมภักดี, ๒๕๑๘), หน้า ๑๙๖.

^๔ วศิน อินทสระ, จริยธรรม หนังสือเรียนสมบูรณ์แบบ รายวิชา ส ๐๓๗, (กระทรวงวัฒนธรรม: สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช, ๒๕๓๘), หน้า ๑๕.

^๕ สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, พระธรรมจตุรภาค, (ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, ๒๕๒๕), หน้า ๔๕๒-๔๕๓.

หลวงพ่อบุญญานันทภิกขุ ในหนังสือธรรมปัทมฐคาถาธรรมหลวงพ่อบุญญานันทภิกขุ ได้กล่าวไว้ว่า โทสะ คิดประทุษร้ายผู้อื่นเกิดขึ้นย่อมทำให้ผู้นั้นขาดเมตตาธรรมทั้งหลายเป็นต้นว่า โทสะ ความอาฆาต ความพยาบาทไม่อาจตั้งอยู่^๖

๑.๖.๒ เอกสารงานวิจัย

พระมหาสมชัย สิริวฑฒโน (ศรีนอ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “เรื่องความเชื่อในเรื่องกรรมเก่ากรรมใหม่ของคนไทยที่นับถือพระพุทธศาสนาไว้ ณ วิทยาลัยพุทธศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนาบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” พบว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ปรากฏอยู่ในเพลงลูกทุ่งไทย” ตอนหนึ่งดังนี้^๗ คนไทยที่นับถือพระพุทธศาสนาส่วนมากมีความเชื่อเรื่องกรรมเก่ากรรมใหม่ โดยมีความเชื่อว่าเป็นเพราะกรรมเป็นตัวผลักดัน จึงทำให้มีชีวิตในชาตินี้มีความแตกต่างกัน และมีไม่น้อยที่พยายามยกเอาเรื่องกรรมเวรไปสอดคล้องกับเรื่องความรักและยังนำไปตัดสินในเรื่องของความจนรวยโดยเชื่อว่า คนที่ร่ำรวยในชาตินี้เป็นเพราะกรรมดีที่สร้างไว้ในชาติปางก่อน แม้กระทั่งการพลัดพรากจากกันก็ยังมีเชื่อว่าเป็นเพราะกรรมเวร”

พระอุทัย จิรธมโม (เอกสะพัง) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ทัศนะเรื่องกรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท และปัญหาเรื่องกรรมในสังคมชาวพุทธไทยปัจจุบัน” พบว่า มีข้อความตอนหนึ่งว่าพูดถึงความแน่นอนของกรรมแล้ว นักศึกษาธรรมะที่กล่าวว่า เป็นกฎธรรมชาติ นั้น มักนำไปเทียบกับความแน่นอนของพืช กล่าวคือ พืชพันธุ์ใดก็ตามเมื่อปลูกลงไปบนดินแล้ว ก็จะผลิดอกออกผลมาเป็นพันธุ์เดิมของตน โดยสิ่งแวดล้อมไม่สามารถจะเปลี่ยนแปลงไปเป็นพันธุ์อื่นไปได้ กรรมก็เช่น เดียวกันเมื่อทำไปแล้วทั้งดีและชั่วสิ่งแวดล้อมหรือกาลเวลาไม่สามารถเปลี่ยนกรรมดีให้เป็นกรรมชั่ว และกรรมชั่วให้เป็นกรรมดีได้^๘

พระมหานุกูล มหาวิโร (พรหมขันธ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “วิธีคิดเพื่อบรรเทาอกุศลจิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท” พบว่า โทสะเกิดขึ้นได้ จิตไม่พอใจอารมณ์ขณะนั้น ขณะที่ใครใคร่ ๆ และกล่าวคำที่ไม่น่าฟังกับใครนั้นเรารู้ว่าเป็นโทสะแต่เวลากลับอะไรก็เป็นโทสะเหมือนกันเพราะไม่ชอบอารมณ์ที่เราถวิลนั้นเรากลับหลายอย่างในชีวิต กลัวอนาคต กลัวเจ็บป่วย กลัวอุปัทวเหตุและกลัวตาย เราแสวงหาทางที่จะทำให้หายกลัว แต่ทางเดียวกันคือ อบรมเจริญปัญญาที่ดับโทสะได้หมดสิ้น ความโลภเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดโทสะ เราไม่อยากสูญเสียสิ่งซึ่งเป็นที่รัก และเมื่อใดที่สูญเสีย

^๖ หลวงพ่อบุญญานันทภิกขุ, **ปัทมฐคาถาธรรมหลวงพ่อบุญญานันทภิกขุ**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐), หน้า ๑๘๘.

^๗ พระมหาสมชัย สิริวฑฒโน (ศรีนอ), “หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ปรากฏอยู่ในบทเพลงลูกทุ่งไทย”, **วิทยาลัยพุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๑๔๙.

^๘ พระอุทัย จิรธมโม (เอกสะพัง), “ทัศนะเรื่องกรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท และปัญหาเรื่องกรรมในสังคมชาวพุทธไทยปัจจุบัน”, **วิทยาลัยพุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๑๕

เราก็โศกเศร้า ความเศร้าโศกเป็นโทษเป็นอกุศล เมื่อไม่รู้สภาพธรรมตามความเป็นจริงก็ยอมเห็นว่าเป็นคนและสิ่งต่าง ๆ ยั่งยืน แต่คนและสิ่งต่าง ๆ นั้นเป็นเพียงสภาพธรรมที่เกิดแล้วก็ดับไปทันทีชั่วขณะต่อมา^๙

พระมหาปริชา ปริญาณจारी (หลักโคตร) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ความรักในพุทธปรัชญา ผลการศึกษา” พบว่า มุทิตา หมายถึง ความรัก ความชื่นชมเอ็นดูความอนุเคราะห์ ความไม่พยายาบาท ปองร้ายความปรารถนาดีต่อผู้อื่นอยากให้เขาเป็นสุข เป็นความรักที่บริสุทธิ์ เพื่อแผ่ทำให้จิตใจเปิดกว้างออกไปและผ่องใสเบิกบานคนทุกคนทุกเพศทุกวัยควรมีเป็นธรรมพื้นฐานของใจขั้นแรก”^{๑๐}

ณิชากร รัตนนิชาญ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิธีการแก้ปัญหาความเครียดด้วยกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาของนักเรียนโรงเรียนเทศบาลบ้านสามเหลี่ยม อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น” พบว่า สาเหตุทางจิตใจเพราะอารมณ์ไม่ดี ได้แก่ ความกลัว ความวิตก กังวล ความโกรธ ความเศร้า ความทุกข์ใจ เสียใจ หมดหวัง ไม่คิดต่อสู่ความเครียดทางด้านจิตใจ ส่งผลต่อสุขภาพจิตทางอ้อม ความไม่สบายใจด้านการเรียน เช่น สอบไม่ผ่าน กลัวผิดพลาดในการทำ สิ่งต่าง ๆ ย้ำคิดย้ำทำเรื่องเดิม ๆ ขาดสมาธิในการเรียนโกรธง่ายแล้วอยากทำร้ายผู้อื่นทำลายสิ่งของ อยากอยู่คนเดียวไม่สดชื่นร่าเริง วิตกกังวล รู้สึกผิด อึดอัดใจทำให้การเรียนไม่สัมฤทธิ์ผล^{๑๑}

พญ. กษิรา เทียนส่องใจ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์อภัยทานเพื่อจัดการความขัดแย้งในสังคมไทยปัจจุบัน” พบว่า ความโกรธที่ว่า ความโกรธนั้นจึงเป็นอุปสรรค อย่างยิ่งต่อการให้อภัยทานความโกรธสามารถเกิดขึ้นได้กับมนุษย์ทุกคน ไม่จำกัดเพศวัยและเชื้อชาติ トラบิตที่ยังเป็นปุถุชนธรรมดา อย่างไรก็ตามด้วยศักยภาพในการพัฒนาจิตใจของมนุษย์จะสามารถ ทำให้ความโกรธนั้นระงับได้ด้วยวิธีการให้อภัยทานซึ่งจากลักษณะต่าง ๆ ของความโกรธจะเป็นอุปสรรค ให้การเกิดอภัยทานนั้นได้ยากหรือง่ายหรือเร็วแตกต่างกันไป ซึ่งในบางครั้งอาจไม่สามารถให้อภัยทานได้เลยด้วยความโกรธอาฆาตพยายาบาทนั้นรุนแรงมากเสียจนบดบังปัญญาของมนุษย์^{๑๒}

^๙ พระมหานุกูล มหาวีโร (พรหมขันธ), “วิธีคิดเพื่อบรรเทาอกุศลจิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๑๙. พระมหาไกรวรรณ ชินทตติโย (ปุณฺขันธ์), “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของพระเทวทัตที่ปรากฏใน คัมภีร์พระพุทธศาสนา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๖.

^{๑๐} พระมหาปริชา ปริญาณจारी (หลักโคตร), “ความรักในพุทธปรัชญา”, **วิทยานิพนธ์ศาสนาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๓๔.

^{๑๑} นิชากร รัตนนิชาญ, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิธีการแก้ปัญหาความเครียดด้วยกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาของนักเรียนโรงเรียนเทศบาลบ้านสามเหลี่ยม อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๔๙.

^{๑๒} พญ. กษิรา เทียนส่องใจ, “การศึกษาวิเคราะห์อภัยทานเพื่อจัดการความขัดแย้งในสังคมไทยปัจจุบัน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า ๑๒๘.

จากการทบทวนและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้เข้าใจว่า ไม่ว่าจะ เป็นความพยายาม ความอาฆาต ความไม่พอใจ ความโกรธ ความเคียดแค้น ความขุ่นใจ ก็เป็นสภาพความเป็นจริงของ โทสะ ทั้งหมด ซึ่งเป็นสภาพธรรมที่มีจริง แน่แน่นอนว่าผู้ที่ยังไม่ใช้พระอนาคามี ยังต้องมีความโกรธ เพราะเหตุว่า ยังมีเชื้อของความโกรธที่ยังไม่ได้ดับอย่างเด็ดขาด, บางบุคคลเป็นผู้มีอหังการดี มีความประพฤติดี น่ารัก เกือบจะดูเหมือนว่าไม่เห็นโกรธ แต่ตามความเป็นจริงแล้ว เมื่อยังไม่ใช้พระอนาคามี บุคคลต้องโกรธแน่ แม้ว่าจะไม่มาก เป็นเพียงความขุ่นใจ ไม่พอใจ เมื่อประสบกับสิ่งที่ไม่น่าพอใจ ซึ่งมี มากในชีวิตประจำวัน เวลาเห็นสิ่งที่ไม่น่าพอใจก็ยากที่จะไม่เกิดความขุ่นใจ อย่างนี้ก็เป็นลักษณะของ โทสะเช่นเดียวกัน เมื่อเป็นเช่นนี้ จึงต้องเป็นผู้มีความละเอียดและเข้าใจตามความเป็นจริงว่า ทุกคนที่ ไม่ใช้พระอนาคามีบุคคล ยังต้องโกรธอยู่ โกรธแล้วก็ดับไป แต่ถ้าเพียงโกรธแล้วก็ดับไป ไม่คิดที่จะ โกรธซ้ำอีก ก็ย่อมจะดีกว่าการผูกโกรธ ผูกอาฆาต ถ้าเป็นอย่างนี้ได้ ก็จะไม่เป็นความคิดโกรธแบบไม่ จบ คิดอีกแล้วก็โกรธอีกจนกระทั่งไม่ลืม เวลาที่โกรธแล้วไม่ลืม สังขารชั้นนี้ก็จะต้องไปอีก ถึงกับเป็นความพยายาม เป็นความแค้นเคืองที่คิดจะประทุษร้าย ปองร้ายผู้อื่น เป็นการกระทำบาป สร้างเหตุที่ไม่ดีกับตนเอง

๑.๗ วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) โดยศึกษาค้นคว้า ข้อมูลทางเอกสารหนังสือนวนิยายเรื่องบ่วง ซึ่งมีลำดับขั้นตอนดังนี้

๑.๗.๑ ข้อมูลชั้นปฐมภูมิ ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย ของมหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ และคัมภีร์พระไตรปิฎก ฉบับภาษาบาลี ของ มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๐๐ เพื่อรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการประยุกต์ใช้ หลักสมชิวิธรรมในการครองเรือนในสังคมปัจจุบัน

๑.๗.๒ ข้อมูลชั้นทุติยภูมิได้ศึกษาจากคัมภีร์ชั้นนอร์รถกฏา ฎีกา ชั้นหลัง ๆ เพื่อรวบรวม ข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องและได้อาศัยตำรา หนังสือ เอกสาร บทความ งานวิจัยเชิงวิชาการที่เกี่ยวข้อง กับการเรื่องและวัตถุประสงค์ของการวิจัย พร้อมทั้งปัญหาที่ต้องการทราบ เพื่อนำมาประมวลใช้ประกอบ ในการวิจัยครั้งนี้

๑.๗.๓ วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษามาจัดลำดับและอธิบายความตามหลักการและ เหตุผล เพื่อตอบวัตถุประสงค์การวิจัย และนำเสนอผลการวิจัย

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาความพยายามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาเรื่องพยายามที่ปรากฏในนิยายเรื่องบ่วง
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาการนำหลักธรรมในนวนิยายเรื่อง บ่วง มาใช้ในการดำเนินชีวิต

บทที่ ๒

ความพยายามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

คำว่า ความพยายาม หมายถึง ความปองร้าย ความมุ่งร้าย ความขัดเคือง ความขุ่นเคือง ความพยายามแห่งจิต ความประทุษร้ายในใจ ความซัง กิริยาที่ซัง ความเป็นผู้ซัง ความพยายาม กิริยาที่พยายาม ความเป็นผู้พยายาม ความพิโรธ ความพิโรธตอบ ความเป็นผู้ดูร้าย ความเพาะวาจาชั่ว ความไม่เข้มแข็งแห่งจิต พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงลักษณะของความพยายามว่ามีรากเป็นพิษมียอดหวาน ที่ว่ามีรากเป็นพิษหมายความว่า ในเบื้องต้นความพยายามจะแสดงพิษสงต่อจิตทำให้หงุดหงิด เรา ร้อน เตือดตาล จึงต้องรีบระบายความหงุดหงิด เรา ร้อน เตือดตาลออกไปโดยเร็วด้วยการดำ่ว่าทุบตี หรือทำลายบุคคล หรือ สิ่งของ ที่เป็นต้นเหตุให้โกรธ มีดังนี้

- ๒.๑ พยายามที่ปรากฏในนิวรรณ์
- ๒.๒ พยายามที่ปรากฏในอกุศลกรรมบถ
- ๒.๓ พยายามที่ปรากฏในสังโยชน์
- ๒.๔ พยายามที่ปรากฏในอุปกิเลส
- ๒.๕ สรุปท้ายบท

๒.๑. พยายามที่ปรากฏในนิวรรณ์

คำว่าพยายามนั้นในที่นี้มีความหมายถึงทั้ง ปฏิฆะ ความกระทบกระทั่งใจ ความขัดใจ โกรธ ความโกรธ โทสะ ความประทุษร้ายใจ และพยายาม คือความปองร้าย ความมุ่งร้าย หมายถึง ปลายทาง คือหมายรวมถึงกิเลสกองโทสะทั้งหมด แต่ว่าชื่อของกิเลสกองโทสะดังที่กล่าวมานี้มีลักษณะที่ต่างกัน ตั้งแต่อย่างอ่อน จนถึงอย่างหยาบซ้าก้าแข็ง ที่เป็นอย่างอ่อนเป็นเบื้องต้น ก็ได้แก่ปฏิฆะคือ ความกระทบกระทั่งใจ ความขัดใจ อันเนื่องมาจากความประสพกับอนิษฐานรณ์ อารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนาทั้งหลาย เช่นว่า ทราบว่าคนนั้นคนนั้นินทาว่าร้าย ได้ยินคนนั้นคนนั้นด่าว่า ได้ถูกคนนั้นคนนั้น ประหัตประหาร ประทุษร้ายร่างกาย ได้ถูกคนนั้นคนนั้นเอาชนะ ได้ถูกคนนั้นคนนั้นลักขโมยสิ่งของ ดังนี้ เป็นต้น

๒.๑.๑ โกรธ (ความพยายาม)

ความพยายามมันมีจุดเริ่มต้นจากความไม่พอใจเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เราไม่ยอมดัดมันเสีย ตั้งแต่ที่แรกปล่อยไว้สร้าง ความขัดใจ กระทบกระเทือนจิตใจขึ้นมากลายเป็นความพยายามร้อนระอุ จนอกแทบระเบิด ใจแทบละลาย มุ่งประทุษร้าย ทำลาย และผูกใจเจ็บ จ้องเวรกันต่อไปไม่รู้จักจบสิ้น แล้วความขัดใจ (ปฏิฆะ)^๑ มันเกี่ยวข้องอะไรกับความพยายาม หรือความเตือดตาลของใจหรือเปล่า เปรียบเทียบง่าย ๆ เช่น น้ำที่ไหลตามสายยาง ถ้าไม่มีอะไรอุดตันสายยางน้ำจะไหลไปได้ตามปกติ

^๑ อัง.สตตก. (ไทย) ๒๓/๖๔/๑๒๕.

ไม่ก่อปัญหาอะไรแก่สายยาง แต่หากสายยางเกิดพับหรือ มีอะไรอุดตันขึ้นมา ทำให้น้ำไหลไปได้ไม่สะดวก ก็จะเกิดแรงดันขึ้นจนสิ่งอุดตันนั้นหลุดออกไป หรือ ไม่สายยางก็แตก ทั้งนี้เพราะน้ำมันต้องการหาทางออกนั่นเอง อีกตัวอย่างหนึ่ง ลมหายใจของเรา ถ้าเข้า ๆ ออก ๆ ได้ตามปกติ ก็ไม่เกิดปัญหาอะไร แต่ถ้ามีใครเอามือมาปิดปาก และอุดจมูกของเราไว้ จนหายใจไม่ออก เราจะรู้สึกอึดอัด และดิ้นรนเพื่อให้หลุดพ้นจากมือที่ปิดปาก และอุดจมูกอยู่นั้น ใจก็เช่นกันจะมีการรับ และปล่อยอารมณ์อยู่ตลอดเวลา รับ ๆ ปล่อย ๆ ผลัดเปลี่ยนกันไปอย่างนี้เป็นปกติ แต่พอมีอารมณ์ไม่พอใจมาขัดขวางคั่งค้างใจอยู่ ทำให้ใจต้องกุก ๆ กัก ๆ เหมือนรถวิ่งบนถนนที่เต็มไปด้วยหลุมบ่อ สั่นสะเทือนไปทั้งคัน ใจเลยอึดอัด และดิ้นรนเพื่อที่จะหลุดพ้นจากภาวะที่ขัดขวางอยู่นั้นเมื่อใจ ดิ้นรนมากขึ้น ช่วงความคิดก็ถี่เข้า ทำให้เกิดแรงเสียดทานภายในมากขึ้น กลายเป็นความร้อนระอุ แล้วพร้อมที่จะระเบิดอารมณ์นั้นออกมาทันทีจนกลายเป็นการบันดาลโทสะตามมา เพื่อป้องกันไม่ให้ความพยายามเกิดขึ้น จึงควรระวังแก้ไขหรือดับเสียทันที เมื่อเริ่มมีปฏิษะเกิดขึ้นในใจ อย่าปล่อยให้ขยายวงกว้างออกไป จนกลายเป็นความพยายาม^๒

โดยลำดับ จากปฏิษะก็มาเป็นโกรธ โกรธ จากโกรธก็มาเป็นโทสะ จากโทสะก็มาเป็นพยายาม ใหม่เชื้อ ก็คือประทุษร้ายเชื้อไฟนั่นเองให้หม่นน้อยหรือมาก ก็สุดแต่กำลังของพยายามที่น้อยหรือมากเทียบกันได้กับบุคคล หรือหมู่ชน ก็อาจเทียบได้ อย่างเช่นที่แรก ก็กระทบกระทั่งกันเป็นปฏิษะ แแรงขึ้นก็เป็นโกรธคือโกรธกัน แแรงขึ้นก็เป็นโทสะประทุษร้ายใจของตัวเองของแต่ละคนที่โกรธกัน แล้วก็มาเป็นพยายาม ถึงกับทำร้ายกัน มุ่งปองร้ายกัน ก็ทำให้เกิดกรรมคือการกระทำ คือการกระทำที่ทำร้ายกันระหว่างคนสองคนระหว่างคนสองหมู่ ตั้งแต่หมู่เล็กจนถึงหมู่ใหญ่ จนถึงเป็นสงครามขึ้นมา เป็นระหว่างชาติหรือหลายชาติ นี่ก็เนื่องมาจากกิเลสกองโทสะตั้งที่กล่าวมาแล้วทั้งนั้น

๒.๑.๒ โทสะ

โทสะ แปลว่า ประทุษร้ายอารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนาเหล่านี้ก็มากกระทบใจเป็นปฏิษะขึ้น และปฏิษะนี้เองเมื่อแรงขึ้นก็เป็น โกรธ ความโกรธ ความขัดเคือง และโกรธความโกรธความขัดเคืองนี้เมื่อแรงขึ้นก็เป็นโทสะ ซึ่งบังเกิดขึ้นภายในจิต ก็ทำจิตให้เร่าร้อน โทสะ ความอาฆาตเกิดขึ้นว่า ผู้นี้เคยทำความเสื่อมเสียแก่เรา ความอาฆาตเกิดขึ้นว่า ผู้นี้กำลังทำความเสื่อมเสียแก่เรา ความอาฆาตเกิดขึ้นว่า ผู้นี้จักทำความเสื่อมเสียแก่เรา ความอาฆาตเกิดขึ้นว่า ผู้นี้เคยทำความเสื่อมเสีย ฯลฯ กำลังทำความเสื่อมเสีย ฯลฯ จักทำความเสื่อมเสียแก่คนที่รัก ที่ชอบพอของเราความอาฆาตเกิดขึ้นว่า ผู้นี้ได้เคยทำความเจริญ ฯลฯ กำลังทำความเจริญ ฯลฯ จักทำความเจริญแก่คนผู้ไม่เป็นที่รัก ที่ชอบพอของเรา หรือความอาฆาตเกิดขึ้นในฐานะอันไม่สมควร จิตอาฆาต ความขัดเคือง ความกระทบกระทั่ง ความแค้น ความเคืองความขุ่นเคือง ความพลาญไป โทสะ ความคิดประทุษร้าย ความคิดมุ่งร้าย ความขุ่นจิต ธรรมชาติที่ประทุษร้ายใจ ความพยายาม กิริยาที่โกรธ ภาวะที่โกรธ มีลักษณะเช่นว่านี้ และความคิดประทุษร้าย กิริยาที่คิดประทุษร้าย ภาวะที่คิดประทุษร้ายความคิดปองร้าย กิริยาที่คิดปองร้าย ภาวะที่

^๒ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๒๕

คิดปองร้าย ความพิโรธ ความแค้นความดูร้าย ความเกรี้ยวกราด ความไม่แช่มชื่นแห่งจิต มีลักษณะเช่น
ว่านี้เรียกว่า โทสะ^๓

๒.๑.๓ อาการของโทสะ (ความประทุษร้าย)

ความพยาบาทจนใจเดือดดาล ปะทุออกมาปะทะกับสิ่งภายนอก นั่นแหละ คือ อาการ
ของโทสะ (โทสะ แปลว่า ความประทุษร้าย^๔ ความทำลาย ก็คือโทษของความพยาบาทนั่นเอง) โทสะ
นั้น มีลักษณะดูร้ายเหมือนงูที่ถูกตีไม่ตาย โทสะนั้น มีอาการกระสับกระส่าย ดิ้นรน (ทั้งทางกายและ
จิต) เป็นอาการเหมือนดังคนถูกวางยา ซึ่งตามปกติมัน งูก็เป็นสัตว์มีนิสัยดูร้ายอยู่แล้ว แต่ถึงมันถูกตี
ขึ้นมา ลองนึกภาพตัวเองเถิด ว่าเขาจะดูร้ายน่ากลัวสักแค่ไหน ? เขาจะขู่ฟอด ๆ และฉกกัด ทุกสิ่งทุก
อย่างที่เคยเฝ้าหวงอยู่ใกล้ตัวเขาคนนั้นคนใดโทสะก็ดังเดียวกัน จะขู่ (ทั้งข่มขู่และขู่อาฆาต) ฉกกัดทำร้าย
ทุกคนที่อยู่ใกล้ ไม่เว้นแม้แต่พ่อแม่ ลูก เมีย (ผัว) ที่ตนเคยรัก ท่านจึงเปรียบเทียบลักษณะโทสะว่า
เหมือนกับงูที่ถูกตีไม่ตาย เพราะมุ่งแต่จะทำลาย ทำร้าย สิ่งต่าง ๆ และคนอื่น ๆ ให้เจ็บปวดพินาศเสีย
หายไปทันที ความประทุษร้ายแห่งใจนี้ (โทสะ) เมื่อเกิดขึ้นแก่ใครแล้ว ถึงแม้ผู้นั้นจะไม่ได้
ประทุษร้ายคนอื่น หรือไม่ได้ทำลายสิ่งอื่นก็ตาม แต่เขาก็ได้ทำร้ายใจตัวเองก่อนแล้ว เปรียบเหมือนไฟ
ที่ไหม้หัวไม้ขีด ถึงแม้จะไม่ได้เผาไหม้หรือทำลายสิ่งอื่น แต่ก็ได้เผาไหม้หัวไม้ขีดไปก่อนแล้ว เราจะ
สามารถจะปฏิเสธผลเสียหาย (โทษ) ที่เกิดขึ้นจากความพยาบาทได้เลย จำต้องรับผลของมันไม่มากนัก
น้อย ไม่ทางตรงก็ทางอ้อม ไม่ทั่วไปแก่คนอื่น ก็จำเพาะแก่ตัวเราเอง มีทางเดียวเท่านั้นที่จะไม่ต้องรับ
ผลของก็ คือ ดับความพยาบาทที่เกิดขึ้นเสีย อย่าสร้าง หรือเก็บอารมณ์ที่ไม่พอใจไว้ขัดความรู้สึก
ให้ใจของตนต้องร้อนรน เดือดดาล เปิดใจของเราออกให้รู้จักการปล่อยวาง ยกโทษให้อภัยเป็นเสียบ้าง
แล้วจะอยู่เย็นเป็นสุข ไม่ต้องมานั่งกลัดนอนกลุ้ม ก่อไฟสุ่มใจของตน ให้ร้อนทรมานทรมานอย่างน่าเวทนา
อีกต่อไป

ในพระวินัยปิฎกมหาวิภังค์สังฆาติเสสกัณฑ์ กล่าวถึง ภิกษุใด ชัดเคืองมีโทสะไม่แช่มชื่น
ใส่ความภิกษุด้วยอาบัติปาราชิกที่ไม่มีมูลโดยมุ่งหมายว่าทำอย่างไรจึงจะให้ภิกษุนั้นพ้นจากพรหมจรรย์
นี้ได้ ครั้นสมัยต่อจากนั้น อันผู้ใดผู้หนึ่งโจทยก็ตามไม่โจทยก็ตามอธิกรณ์นั้น เป็นเรื่องไม่มีมูล และภิกษุ
ยอมรับผิดเป็นสังฆาติเสส ดังพระพุทธพจน์ที่กล่าวมาข้างต้นว่า ถ้าภิกษุรูปใดมีความชัดเคืองมีโทสะ
ภิกษุรูปนั้นแล้วใส่ความภิกษุด้วยอาบัติปาราชิกที่ไม่มีมูลโดยมุ่งหมายว่าจะให้ภิกษุนั้นพ้นจาก
พรหมจรรย์นี้ได้ พุทธองค์ตรัสว่าอันผู้ใดผู้หนึ่งโจทยก็ตามไม่โจทยก็ตามอธิกรณ์นั้นเป็นเรื่องถ้าไม่มีมูล
ไม่มีหลักฐาน และภิกษุรูปนั้นยอมรับผิดต้องอาบัติสังฆาติเสส

สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราชสกลสังฆมหาปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน)
ได้กล่าวไว้ในหนังสือสนิมในใจ^๕ ความคิดประทุษร้ายบุคคลที่มีจิตเต็มไปด้วยโทสะ จะมีพฤติกรรมที่
เป็นไปในทางที่ไม่พึงประสงค์ เพื่อโทสะเกิดแก่บุคคลใด ย่อมทำให้บุคคลนั้นมีจิตใจเดือดร้อนเศร้า

^๓ อภ.วิ (ไทย) ๓๕/๑๐๖๖/๒๗๒.

^๔ ขุ.อิตติ. (ไทย) ๒๕/๘๘/๔๕๖.

^๕ สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราชสกลสังฆมหาปริณายก, **สนิมอยู่ในใจ**, (กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐), หน้า ๖๕๑.

หมอง เป็นสนิมอยู่ในจิตใจหนังสือสนิมอยู่ในใจมีราคะโทสะ และโมหะจิตใจเหมือนกับสนิมของ ศาสตรา เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมทำให้ศาสตรา ซึ่งเป็นของมีคมกร่อนไปจะใช้งานไม่ได้ จิตใจที่ถูกโทสะ ครอบงำก็ฉนั้นนั้น โทสะเป็นกิเลสปิดบังให้มีมืดมิด เห็นผิดเป็นชอบ เห็นชั่วเป็นดี เมื่อโทสะเกิดขึ้นใน จิตใจก็ทำให้จิตมืดมิด ให้โทษเสียหายแก่ตัวเองและผู้อื่นหาความสุขไม่ได้

หลวงพ่อบุญานันทภิกขุ กล่าวไว้ในหนังสือธรรมปัทมธรรมาภรณ์ของหลวงพ่อบุญานันทภิกขุ ชาวบ้าน๖ ได้กล่าวไว้ว่า โทสะ คิดประทุษร้ายผู้อื่นเกิดขึ้นย่อมทำให้ผู้นั้นขาดเมตตาธรรมทั้งหลาย เป็นต้น โทสะความอาฆาต ความพยาบาทไม่อาจตั้งอยู่ หรือ ปาฐกถาอยู่ในใจได้ เพราะเมตตานั้นเป็น เครื่องระงับเป็นเครื่องละ และเป็นเครื่องสลออกซึ่งความไม่ดีทั้งหลายจากจิตใจให้หมดสิ้นไป หรือทำให้เบาบางลงในที่สุดได้ สรุปได้ว่าความหมายความพยาบาทตามทัศนะนักวิชาการ คือ ความคิด ประทุษร้ายบุคคลที่มีจิตเต็มไปด้วยโทสะ ความอาฆาต ความพยาบาท คิดประทุษร้ายผู้อื่นเกิดขึ้นย่อม ทำให้ผู้นั้นขาดเมตตาธรรม

พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค มาฆสูตร กล่าวถึง เรื่องเกิดขึ้นที่กรุงสาวัตถี อารามของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี เขตพระนครสาวัตถี ครั้งนั้น มาฆเทวบุตร เมื่อราตรีปฐมยามสิ้น ไปแล้ว มีวรรณอันงามยิ่งนัก ยังพระวิหารเชตวันทั้งสิ้นให้สว่าง เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ครั้นแล้วก็ถวายบังคมพระผู้มีพระภาคแล้ว ได้ยืนอยู่ ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง มาฆเทวบุตรยืนอยู่ ณ ที่ ควรส่วนข้างหนึ่งแล้ว ได้กราบทูล พระผู้มีพระภาคด้วยคาถาว่า บุคคลฆ่าอะไร จึงจะอยู่เป็นสุขฆ่า อะไรสิ จึงจะไม่เศร้าโศก ข้าแต่พระโคตม พระองค์ทรงพอพระทัยการฆ่าธรรมอะไร ซึ่งเป็นธรรมอัน เดียว พระผู้มีพระภาคตรัสตอบว่าบุคคลฆ่าความโกรธแล้ว ย่อมอยู่เป็นสุข ฆ่าความโกรธแล้วย่อมไม่ เศร้าโศก ดูกรท้าววัตรภู อริยะทั้งหลาย สรรเสริญการฆ่าความโกรธ ซึ่งมีรากเป็นพิษ มียอดหวาน เพราะว่าบุคคลฆ่าความโกรธนั้นแล้วย่อมไม่เศร้าโศก^๖

๒.๒ พยาบาทที่ปรากฏในอกุศลกรรมบถ

อกุศลกรรมบถ กล่าวคือ พยาบาทปองร้ายเขา ๓. มิจฉาทิภฺหิตฺติ เห็นผิดจากคลองธรรม เมื่อผู้ใดประพฤติกุศลกรรมบถ ๑๐ ประการนี้ ผู้นั้นชื่อนำตนเดินไปตามปฏิปทาทางไปสู่โลกเปรต

๒.๒.๑ การแสดงออกของความพยาบาท

ความพยาบาทเป็นการเตรียมพร้อมของเราในการป้องกันตัวเองจากสิ่งที่มากระทบกับ ตัวเรา การแสดงออกมักจะเต็มไปด้วยอารมณ์ร้อน และพฤติกรรมก้าวร้าว แต่สังคมมีกฎเกณฑ์ และ กฎหมาย ดังนั้นทุกคนควรที่จะควบคุมอารมณ์โกรธ ดังนี้

๑. การแสดงออก (Expression) การแสดงออกถึงความพยาบาทไม่ใช่ให้แสดงความ ก้าวร้าวแต่ให้แสดงว่าท่านต้องการอะไร และจะได้สิ่งนั้นได้อย่างไรโดยที่ไม่ทำร้ายคนอื่นโดยหลักการ เคารพตัวเองและเคารพผู้อื่นด้วย

^๖ พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ), ปัทมธรรมาภรณ์หลวงพ่อบุญานันทภิกขุ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐), หน้า ๑๘๘.

^๗ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๘๔/๘๘.

๒. การกดความพยาบาท (Suppressing) ซึ่งสามารถกระทำได้โดยหยุดคิดเรื่องที่โกรธคิดสิ่งที่ดี และมีความสุขเปลี่ยนความพยาบาทไปในทางสร้างสรรค์ข้อเสีย คือ เมื่อท่านไม่สามารถแสดงความพยาบาทความเครียดยังคงอยู่อาจจะทำให้ท่านเป็นความดันโลหิตสูงหรือซึมเศร้า นอกจากนั้นอาจจะทำให้เกิดผลเสียอย่างอื่นคือไปแสดงความพยาบาทกับคนอื่นที่ไม่มีส่วนร่วมกล่าวร้ายลับหลังแทนที่จะเผชิญหน้าแก้ปัญหาหมักจะมีพฤติกรรมพุดจาถักถางไม่เป็นมิตรถูกคนอื่นเป็นประจำตำหนิในทุก ๆ เรื่อง คนกลุ่มนี้มักจะมีเพื่อนน้อย ในพระไตรปิฎกกล่าวถึงพระสารีบุตรได้แสดงขั้นตอนของความพยาบาทอย่างละเอียดดังนี้ (๑) ทำจิตให้ขุ่นมัว (๒) ทำให้หน้าเงาหน้าอ หน้าบุต หน้าเบี้ยว (๓) ทำให้คางสั้นปากสั้น (๔) เปล่งพรุสวาจา (คำหยาบ) (๕) เหลียวดูทิศต่าง ๆ เพื่อหาท่อนไม้ (๖) จับท่อนไม้และศาสตรา (๗) เจือท่อนไม้และศาสตรา (๘) ให้อ่อนไม้และศาสตราถูกต้อง (ผู้อื่น) (๙) ทำให้เป็นแผลเล็กแผลใหญ่ (๑๐) ทำให้กระดูกหัก (๑๑) ทำให้อวัยวะน้อยใหญ่หลุดไป (๑๒) ทำให้ชีวิต (ผู้อื่น) ดับ (๑๓) ฆ่าผู้อื่น แล้วจึงฆ่าตน (ความพยาบาทขั้นสูงสุด)^๕

ดังนั้นความพยาบาทจะแสดงพิษต่อจิตใจทำจิตให้ขุ่นมัวจับท่อนไม้และศาสตราทำลายชีวิต และสามารถฆ่าผู้อื่น แล้วจึงฆ่าตนเองได้ อากาโรเหล่านี้ที่เป็นต้นเหตุของการแสดงออกของความพยาบาท การแสดงออกของความพยาบาทเมื่อเพลิงโทสะเกิดขึ้น แทนที่จะทำให้สว่าง กลับทำจิตใจให้มีมืดมิดยิ่งขึ้น คนโกรธย่อมไม่รู้จักประโยชน์ของตนและของผู้อื่นขัดตามความเป็นจริง คนโกรธย่อมก่อกรรมที่ทำได้ยากเหมือนทำได้ง่าย คนโกรธฆ่าบิดามารดาก็ได้ ฆ่าพระอรหันต์ก็ได้ ฆ่าตนเองก็ได้ ฆ่าใครต่อใครก็ได้ เรื่องที่ร้ายแรงหรือทารุณโหดร้ายขนาดไหน คนโกรธทำได้ทั้งนั้น

ดังนั้นความพยาบาทจะแสดงพิษต่อจิตใจทำจิตให้ขุ่นมัวจับท่อนไม้และศาสตราทำลายชีวิต และสามารถฆ่าผู้อื่น แล้วจึงฆ่าตนเองได้ อากาโรเหล่านี้ที่เป็นต้นเหตุของการแสดงออกของความพยาบาท การแสดงออกของความพยาบาทเมื่อเพลิงโทสะเกิดขึ้น แทนที่จะทำให้สว่าง กลับทำจิตใจให้มีมืดมิดยิ่งขึ้น คนโกรธย่อมไม่รู้จักประโยชน์ของตนและของผู้อื่นขัดตามความเป็นจริง คนโกรธย่อมก่อกรรมที่ทำได้ยากเหมือนทำได้ง่าย คนโกรธฆ่าบิดามารดาก็ได้ ฆ่าพระอรหันต์ก็ได้ ฆ่าตนเองก็ได้ ฆ่าใครต่อใครก็ได้ เรื่องที่ร้ายแรงหรือทารุณโหดร้ายขนาดไหน คนโกรธทำได้ทั้งนั้น

๒.๒.๒ ความพยาบาทในอกุศลกรรมบทที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก

พระสุตตันตปิฎกมัชฌิมนิกายมัชฌิมปัณณาสก์ กล่าวถึง เรากล่าวไว้แล้วเช่นนี้ แล้วว่า บุคคลพึงละการนินทา และการประทุษร้ายได้ เพราะอาศัยการไม่นินทา และการไม่ประทุษร้าย เพราะอาศัยเหตุอะไรเราจึงกล่าวไว้เช่นนั้น คือ อริยะสาวกในธรรมวินัยนี้เห็นประจักษ์ชัดดังนี้ว่า “เราเป็นผู้มีการนินทา และการประทุษร้ายเพราะเหตุแห่งสังโยชน์เหล่าใด เราพึงปฏิบัติเพื่อละ เพื่อตัดสังโยชน์เหล่านั้นเสีย อนึ่ง เราเป็นผู้มีการนินทา และการประทุษร้าย แม้ตนเองก็ยังติเตียนตนได้ เพราะการนินทา และการประทุษร้ายเป็นปัจจัย ผู้รู้ใคร่ครวญแล้วพึงติเตียนได้เพราะการนินทา และการประทุษร้ายเป็นปัจจัย หลังจากตายแล้วทุกคติเป็นอันหวังได้เพราะการนินทา และการประทุษร้ายเป็นปัจจัย การนินทา และการประทุษร้ายนั่นเองเป็นสังโยชน์ เป็นนิรวณฺ์ อนึ่ง อาสวะ และความเร่าร้อนที่ทำความคับแค้นเหล่าใด จะพึงเกิดขึ้นเพราะการนินทา และการประทุษร้ายเป็นปัจจัย

^๕ ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๓๘๔/๑๙๙.

เมื่อบุคคลไม่มีการนินทา และการประทุษร้าย อาสวะ และความเร่าร้อนที่ทำความคับแค้นเหล่านั้นจะไม่มี คำที่เรากล่าวไว้ว่า บุคคลพึงละการนินทา และการประทุษร้ายได้ เพราะอาศัยการไม่นินทา และการไม่ประทุษร้าย^๙ เป็นต้น

เมื่อบุคคลพึงละความพยาบาทความแค้นได้เพราะอาศัยความไม่โกรธแค้น เพราะอาศัยเหตุอะไรเราก็กล่าวไว้เช่นนั้น คือ อริยะสาวกในธรรมวินัยนี้เห็นประจักษ์ชัดดังนี้ว่า เราเป็นผู้มีความพยาบาทแค้นเพราะเหตุแห่งสังโยชน์เหล่าใด เราพึงปฏิบัติเพื่อละ เพื่อตัดสังโยชน์เหล่านั้นเสีย อนึ่งเราเป็นผู้มีความพยาบาทแค้น แม้ตนเองก็ยังดีเตียนตนได้เพราะความพยาบาทแค้นเป็นปัจจัย ผู้รู้ใคร่ครวญแล้วพึงดีเตียนได้เพราะความพยาบาทแค้นเป็นปัจจัย หลังจากตายแล้วทุกคติเป็นอันหวังได้ เพราะความพยาบาทแค้นเป็นปัจจัยความพยาบาทแค้นนั่นเองเป็นสังโยชน์ เป็นนิเวรณ อนึ่งอาสวะ และความเร่าร้อนที่ทำความคับแค้นเหล่าใดจะพึงเกิดขึ้นเพราะความพยาบาทแค้นเป็นปัจจัย เมื่อบุคคลไม่มีความพยาบาทแค้น อาสวะและความเร่าร้อนที่ทำความพยาบาทแค้นเหล่านั้นจะไม่มี คำที่เรากล่าวไว้ว่า บุคคลพึงละความพยาบาทแค้นได้เพราะอาศัยความไม่โกรธแค้นเพราะอาศัยเหตุนี้เราก็กล่าวไว้^{๑๐} ดังนั้น เหล่าอริยะสาวกทั้งหลายเป็นผู้ตัดการนินทา และการประทุษร้ายซึ่งเป็นอารมณ์แห่งความพยาบาท เหล่าอริยะสาวกทั้งหลายปฏิบัติเพื่อละ เพื่อตัดสังโยชน์เหล่านั้น เมื่อบุคคลไม่มีความพยาบาทแค้น อาสวะ และความเร่าร้อนที่ทำความพยาบาทแค้นเหล่านั้นจะไม่มี

๒.๒.๓ ความพยาบาทในอกุศลกรรมบถที่ปรากฏในพระอภิธรรมปิฎก

อภิธรรมปิฎก อัมมสังคณี กล่าวถึง บรรดาสภาวะธรรมที่เป็นเหตุเหล่านั้น เหตุที่เป็นอกุศล ๓ เป็นไฉน เหตุที่เป็นอกุศล ๓ คือ โลภะ โทสะ และโมหะ ดังนี้^{๑๑}

โลภะ คือ กิเลสอย่างหนึ่งที่ตั้งอยู่ในความพยาบาท เพราะความพยาบาทย่อมแสดงออกมาในรูปแบบต่าง ๆ ได้แก่ ความกำหนัด ความกำหนัด ความคล้อยตามอารมณ์ ความยินดี ความเพิลิตเพลินความกำหนัดด้วยอำนาจความเพิลิตเพลิน ความกำหนัดนักแห่งจิตความอยาก ความสยบ ความหมกมุ่น ความใคร่ความรักใคร่ ความข้องอยู่ ความจมอยู่ธรรมชาติที่คร่ำไป ธรรมชาติที่หลอกลวง ธรรมชาติที่ยังสัตว์ให้เกิด ธรรมชาติที่ยังสัตว์ให้เกิดพร้อม ธรรมชาติที่ร้อยรัด ธรรมชาติที่มีข้าย ธรรมชาติที่ข่านไปธรรมชาติเหมือนเส้นด้ายธรรมชาติที่แผ่ไปธรรมชาติที่ประมวณมา ธรรมชาติเป็นเพื่อนสอง ปณิธานธรรมชาติที่นำไปสู่ภพพัฒนาเหมือนป่า ต้นหาเหมือนดง ความเกี่ยวข้อง ความเยื่อใย ความห่วงใยความผูกพัน ความหวัง กิริยาที่หวัง ภาวะที่หวัง ความหวังรูป ความหวังเสียง ความหวังกลิ่น ความหวังรส ความหวังโณภูฏัพพะ ความหวังลาภ ความหวังทรัพย์ ความหวังบุตร ความหวังชีวิต ธรรมชาติที่กระชิบ ธรรมชาติที่กระชิบทั่ว ธรรมชาติที่กระชิบยิ่งความกระชิบ กิริยาที่กระชิบ ภาวะที่กระชิบ ความละโมภ กิริยาที่ละโมภ ภาวะที่ละโมภ ธรรมชาติเป็นเหตุชมชานไป ภาวะที่ใคร่แต่อารมณ์ดี ๆ ความกำหนัดในฐานะอันไม่ควร ความโลภเกินพอดี ความติดใจ กิริยาที่ติดใจ ความปรารถนา ความกระหม่อมใจ ความปรารถนานัก กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา รูปตัณหา อรูปตัณหา นิโรธตัณหา รูปตัณหา สัททตัณหา คันธตัณหา รสตัณหา โณภูฏัพพตัณหา

^๙ ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๘/๔๑.

^{๑๐} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๘/๔๑.

^{๑๑} อภิ.วิ (ไทย) ๓๕/๑๐๖๔/๒๗๒.

ธัมมัตถมหา โอะชะ โยคะ คันถะ อุปาทาน อวารณ นีวรณ เครื่องปิดบังเครื่องผูก อุปกิเลส อนุสัย ปริยภูฐาน ตัณหาเหมือนเถาวัลย์ ความปรารถนาและติดอยู่ในวัตถุอย่างต่าง ๆ มูลเหตุแห่งทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ ทุกข์สมุทัย บ่วงแห่งมาร วิสัยแห่งมาร ตัณหาเหมือนแม่น้ำ ตัณหาเหมือนข้าย ตัณหาเหมือนเชือก ตัณหาเหมือนสมุทรร อภิซฆา อุกุศลมูลคือโลภะ นี้ชื่อว่า โลภะ^{๑๒}

ความหมายความพยาบาลที่ปรากฏในอรรถกถา

ความหมายของความพยาบาลชั้นอรรถกถา มีปรากฏในอรรถกถาทิฆนิกาย สีลขันธวรรค พรหมชาลสูตร กล่าวถึง ความหมายความพยาบาล คำว่า อาฆาต ความอาฆาต ในพระบาลีนั้นมี วิเคราะห์ว่า เป็นที่มากระทบแห่งจิต คำนี้เป็นชื่อของความพยาบาล สุภาจิต และคำที่เป็นพุทธานุชาิตของคนพวกใดพวกหนึ่ง คือพระพุทเจ้า พระปัจเจกพุทเจ้า พระอริยสาวก หรือมารดาบิดา หรือคนที่ เป็นข้าศึกได้เลย อย่างที่ตรัสไว้ว่า คนโกรธย่อมไม่รู้อรธ คนโกรธย่อมไม่เห็นธรรม เมื่อนรชนถูก ความพยาบาลครอบงำ ย่อมมีดีต่อทันที ความพยาบาลก่อให้เกิดความพินาศ ความพยาบาลทำให้จิต กำเริบ คนไม่รู้จักความพยาบาลซึ่งเป็นภัยเกิดในจิต ดังนี้^{๑๓} ดังนั้น ความหมายของความพยาบาลชั้น อรรถกถา คนที่มีโกรธย่อมไม่เห็นธรรม เมื่อถูกความพยาบาลครอบงำแล้ว ย่อมให้จิตมีดีมน และ ความพยาบาลย่อมก่อให้เกิดความพินาศภัยพิบัติต่อตนเอง และผู้อื่นด้วย

ดังนั้น ความหมายของความพยาบาลในพระอภิธรรมปิฎก คือ โลภะ (ความโลภ) คือ ความกำหนัด ความคล้อยตามอารมณ์ ความยินดี ความเพติดเพลินเป็นผลนำไปสู่โทสะ (ความพยาบาล)

ความหมายความพยาบาลตามทัศนะนักวิชาการ

พระธรรมบทจตุรภาค^{๑๔} ฉบับราชบัณฑิตยสถานในหนังสือธรรมบทจตุรภาค ได้กล่าวไว้ว่า บุคคลที่มีจิตใจที่เต็มเปี่ยมไปด้วยเมตตา กิเลสทั้งหลายเป็นต้นว่า โทสะ ความอาฆาต ความ พยาบาท ไม่อาจตั้งอยู่ หรือ ปรากฏอยู่ในใจได้เพราะเมตตานั้นเป็นเครื่องระงับ เป็นเครื่องละ และ เป็นเครื่องสละออก ซึ่งความไม่ดีทั้งหลาย ผู้สมบูรณ์ด้วยศีลสมาธิและปัญญา ตั้งอยู่ในธรรมพูดคำสัตย์ จริง และทำหน้าที่ของตนครบถ้วน ย่อมเป็นที่รักของคนทั้งหลาย

พระธรรมโสภณ (ประยูรธมฺมจิตโต) ได้กล่าวถึงความพยาบาลในหนังสือวิถีของชาวพุทธ และหลังการปฏิบัติของชาวพุทธ^{๑๕} วิธีแก้ความพยาบาล ผลที่เกิดขึ้นจากความพยาบาลให้ปฏิบัติตาม แนวศีล ๕ ศีล ๘ เป็นต้น จนถึงการเจริญเมตตาในภาวนาเพื่อความหลุดพ้นจากความทุกข์ใน สังสารวัฏมีการเวียนว่ายตายเกิดเป็นต้น

^{๑๒} อภิ.วิ (ไทย) ๓๕/๑๐๖๕/๒๗๒.

^{๑๓} อจ. สตตก. (ไทย) ๒๓/ ๖๑/๔๕๒-๔๕๓.

^{๑๔} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์พระธรรมบทจตุรภาค, ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, (กรุงเทพมหานคร: เลียงเชียง, ๒๕๒๕), หน้า ๔๕๒-๔๕๓.

^{๑๕} พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตโต), วิถีแห่งชาวพุทธ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๖๒.

๒.๓ พยาบาทที่ปรากฏในสังโยชน์

ลักษณะของความพยาบาทที่ปรากฏในสังโยชน์ คือ ความพยาบาทร้ายแรงกว่าอัคคีภัย ความเสียหายแก่ชีวิตและทรัพย์สิน อันเนื่องมาจากไฟภายใน คือ โทสะนั้นมีมากกว่าไฟภายนอกอย่างเทียบกันไม่ได้ ลองนึกดูว่าในโลกที่มีประชากรหลายพันล้านคนนี้ วันหนึ่ง ๆ มีเพลิงโทสะเกิดขึ้นกี่ครั้ง เมื่อเพลิงโทสะเกิดขึ้น แทนที่จะทำให้สว่าง กลับทำจิตใจให้มีมืดมิดยิ่งขึ้น คนโกรธย่อมไม่รู้จักประโยชน์ของตนและของผู้อื่นขัดตามความเป็นจริง คนโกรธย่อมก่อกรรมที่ทำได้ยากเหมือนทำได้ง่าย คนโกรธฆ่าบิดามารดาก็ได้ ฆ่าพระอรหันต์ก็ได้ ฆ่าตนเองก็ได้ ฆ่าใครต่อใครก็ได้ เรื่องที่ร้ายแรง หรือ ทารุณ โหดร้ายขนาดไหน คนโกรธทำได้ทั้งนั้น ดังตัวอย่างลักษณะของความพยาบาท^{๑๖}

พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงลักษณะของความพยาบาทว่า มีรากเป็นพิษมียอดหวาน ที่ว่ามีรากเป็นพิษหมายความว่า ในเบื้องต้น ความพยาบาทจะแสดงพิษสงต่อจิตใจ ทำให้หงุดหงิด เรำร้อน เตือดตาล จึงต้องรีบระบายความหงุดหงิด เรำร้อน เตือดตาลออกไปโดยเร็ว ด้วยการด่าว่าทุบตี หรือ ทำลายบุคคลหรือสิ่งของ ที่เป็นต้นเหตุให้โกรธ เมื่อได้ทำจนสาแก่ใจแล้ว ในบั้นปลายจะรู้สึกโล่งใจ สบายใจ จึงเรียกว่ามียอดหวาน ดังนั้นลักษณะของความพยาบาท คือ ความพยาบาทร้ายแรงกว่า อัคคีภัย ความเสียหายแก่ชีวิตและทรัพย์สินอันเนื่องมาจากไฟภายใน คือ โทสะ คนโกรธสามารถฆ่า บิดามารดาได้ ฆ่าพระอรหันต์ได้ ฆ่าตนเองก็ได้ ฆ่าใครต่อใครก็ได้

สาเหตุของความพยาบาท

สาเหตุที่ทำให้โกรธมีมากมาย เช่น ถูกดูหมิ่นเกลียดชัง ถูกหักหลังรังแก ถูกขัดแย้งขัดขาน ถูกข่มขู่ชำหน้าข่มตา ถูกด่าว่าเสียหาย ถูกใส่ร้ายป้ายสี ถูกติฉินนินทา สาเหตุแม้จะมีมากจนดูเหมือนว่า ไม่อาจจะบรรยายได้หมด แต่ในอาฆาตวิตถุสูตร กล่าวว่า สาเหตุแห่งความอาฆาต หรืออาฆาตวิตถุ ๑๐ ประการ คือ

๑. ผู้นี้ได้ทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่เรา
๒. ผู้นี้กำลังทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่เรา
๓. ผู้นี้จักทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่เรา
๔. ผู้นี้ได้ทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่คนผู้เป็นที่รักที่ชอบพอของเรา
๕. ผู้นี้กำลังทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่คนผู้เป็นที่รักที่ชอบพอของเรา
๖. ผู้นี้จักทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่คนผู้เป็นที่รักที่ชอบพอของเรา
๗. ผู้นี้ได้ทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่คนผู้ไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่ชอบพอของเรา
๘. ผู้นี้กำลังทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่คนผู้ไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่ชอบพอของเรา
๙. ผู้นี้จักทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่คนผู้ไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่ชอบพอของเรา
๑๐. โกรธในเหตุอันไม่ควร

ภิกษุทั้งหลาย อาฆาตวิตถุ ๑๐ ประการนี้แล^{๑๗}

^{๑๖} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๐๖๔/๒๗๒.

^{๑๗} อภ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๗๙/๑๗๗.

สาเหตุของความพยายาบท มาจากสาเหตุของการล่วงละเมิดปาณาติบาตหมายถึง คนที่ขาดศีลข้อที่หนึ่ง คือ ฆ่า และทำร้ายคนอื่นสัตว์อื่นด้วยความพยายาบท ย่อมเดือดร้อนในปัจจุบัน และในอนาคต เมื่อตายไปก็เกิดในสถานที่ลำบาก เช่นเกิดในนรกเป็นต้น เมื่อเขากลับมาเกิดในโลกมนุษย์ เพราะเศษกรรมที่ยังเหลืออยู่ ทำให้เขาเป็นคนอายุสั้น และมักถูกฆ่าตาย สาเหตุของการล่วงละเมิดปาณาติบาต ดังนี้ ขาดการรักษาศีลข้อที่ ๑ คือ ปาณาติปาตาเวรมณีสิกขา หมายถึง การฆ่า หรือ ปาณาติบาต โดยปกติแล้วมนุษย์เป็นผู้ที่เห็นแก่ตัวมากที่สุดทุกคนต้องการแสวงหาความพอใจให้แก่ตนเองให้มากที่สุดเท่าที่จะหาได้ สิ่งนี้เองที่ทำให้มนุษย์เกิดความพยายาบท และต้องขัดแย้งกันจนถึงขั้นทำสงครามทำร้ายทำลายล้างกัน การฆ่า หรือ ปาณาติบาตในที่นี้จะแบ่งออกเป็น ๓ ประการ คือ (๑) การฆ่าคือการทำลายที่เพิ่มกิเลส (๒) การฆ่าคือการทำลายสิ่งแวดล้อม และ (๓) การฆ่าคือการสร้างบาปกรรม มีดังนี้

๑. การฆ่าคือการทำลายที่เพิ่มกิเลส การฆ่าคือการทำลายที่เพิ่มกิเลส ความจริงแล้วทุกคน ไม่มีใครต้องการให้ใครมาฆ่าหรือเบียดเบียน อันที่จริงแล้วการฆ่านั้นเป็นแรงผลักดันจากภายในคือ กิเลส (โทสะ) และในการฆ่าแต่ละครั้งนั้นเป็นการทำตามใจชอบ เมื่อกิเลสพวกนี้เข้ามาครอบงำจิตใจแล้วก็จะทำให้เราผิดศีลข้อที่ ๑ ได้ง่าย ได้แก่ ตัณหา มานะ และทิฐิ เมื่อเป็นเช่นนี้แล้วก็เป็นการกระทำด้วยความโลภบ้าง การกระทำด้วยความเกลียดชังบ้าง เคียดแค้นมุ่งจะทำลายเขาด้วยโทสะบ้าง ทำด้วยความลุ่มหลงมัวเมาโดยโมหะบ้าง กิเลสเหล่านี้กลายเป็นเครื่องมือที่จะก่อผลร้าย เพราะแท้ที่จริงจิตใจของมนุษย์นั้นละเอียดอ่อน และเป็นทาสของกิเลสเหล่านี้ได้ง่าย ข้อสำคัญที่สุดนั้นในใจของเราจะต้องมีศีลธรรม เพื่อมาควบคุมไม่ให้ตกอยู่ในอำนาจของกิเลสได้ง่าย ตัณหา คือความอยากได้อยากเอาเพื่อตัว ต้องการผลประโยชน์ และไม่ยอมเสียสละเพื่อใคร มานะ คือความอยากให้ตัวยิ่งใหญ่ ต้องการอำนาจ ความเด่นดัง ความสำคัญหรือการครอบงำผู้อื่น ไม่ยอมใคร ทิฐิ คือความยึดถือเอาแต่ความเห็นของตัวเอง ต้องการให้เขารับเอาความคิดเห็นของตน ยึดถือในอุดมการณ์ของตนเป็นสำคัญ ไม่ยอมรับฟังใคร เมื่อกิเลสทั้ง ๓ ตัวนี้เข้าครอบงำจิตใจแล้วก็จะเป็นตัวบงการอยู่เบื้องหลังของพฤติกรรมปฏิกิริยาต่างๆ ถ้าขาดสติก็จะตกอยู่ใต้อำนาจครอบงำของกิเลสเหล่านี้

๒. การฆ่าคือการทำลายสิ่งแวดล้อม การฆ่าคือการทำลายสิ่งแวดล้อม คือ ตามหลักของศีลธรรมทางพระพุทธศาสนาแล้ว ให้พิจารณาถึงปัญหาที่เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยที่จะเป็นตัวเชื่อมโยงให้มนุษย์เห็นความสำคัญของสรรพสัตว์ และสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติด้วย โดยแสดงถึงความสัมพันธ์กันในฐานะที่เป็นเหตุปัจจัยที่ทำให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ เช่นเป็นห่วงโซ่อาหารเพื่อหล่อเลี้ยงมวลมนุษยชาติ ฉะนั้นมนุษย์จะต้องเห็นคุณค่าของสรรพสัตว์ และสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติด้วย ดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้ปฏิบัติต่อสรรพสัตว์ด้วยเมตตา ไม่ว่าสัตว์นั้นจะดุร้ายเพียงใดก็ตาม ไม่ให้มนุษย์ผูกอาฆาตพยายาบทต่อสัตว์ร้ายต่าง ๆ เมื่อมีการกระทบกระทั่งกัน แต่พระองค์ทรงสอนให้เราแผ่เมตตาไปยังสรรพสัตว์เหล่านั้น นอกจากนั้นแล้วยังสอนให้เห็นว่าธรรมชาตินั้นเป็นมิตรของมนุษย์ ไม่สมควรที่จะหักราน และถือว่าผู้ที่ทำลายธรรมชาติซึ่งเป็นมิตรของตนนั้นเป็นคนเลว ดังที่ปรากฏใน ขุททกนิกายเปตวัตถุว่า “บุคคล อาศัยนั่งนอนที่ร่มเงาของต้นไม้ใด ไม่พึงทำลายแม้ใบของ

ต้นไม้นั้น เพราะการประทุษร้ายมิตรเป็นความเลวทราม^{๑๘} เนื่องจากโลกของเรามีคนโลภมาก และการแข่งขันกันแย่งชิงทรัพยากรกัน ทำให้เกิดการเบียดเบียนกันเอง กระทบกระถังกัน ฆ่ากันเพื่อทรัพยากรธรรมชาติ ทำให้สภาพแวดล้อมเสื่อม เกิดการขาดแคลนทรัพยากร เห็นได้ชัดว่าปัญหาทั้งหลายเกิดขึ้นจากอำนาจของกิเลสคือโทสะ และโลภะ ที่คนใช้เป็นเครื่องมือแสวงหาสิ่งที่สนองความสุข ความโลภ ในขณะที่เดียวกันก็สนองโทสะด้วยการฆ่ากันเป็นต้น เมื่อพิจารณาโดยละเอียดแล้ว ตัวการที่แท้จริงที่ทำให้เกิดความแรงในการทำก็คือ ความโลภ ความพยาบาท และความหลง

๓. การฆ่าคือการสร้างบาปกรรม การฆ่าคือการสร้างบาปกรรม คือ การฆ่าสิ่งมีชีวิตทุกประเภทนั้นไม่ว่าจะเป็นการฆ่าคน วัว ควาย ช้าง เสือ หมี นก ปลา แม้กระทั่งไส้เดือน ก็มีผลร้ายทั้งสิ้น เป็นการสร้างบาปแน่นอน ส่วนจะบาปมากหรือน้อยนั้น ต้องตัดสินด้วยองค์ประกอบด้วยมีเรื่องเล่าไว้ในอรรถกถาธรรมบทภาค ๒ เรื่องพระนางสามาวดีไว้ว่า สตรีกลุ่มหนึ่ง ก่อกองไฟเพื่อจะฝังแก้หนาวหลังจากอาบน้ำเสร็จ ไฟเกิดลุกไหม้พระปัจเจกพุทธเจ้ารูปหนึ่ง ขณะที่อยู่ในสมบัติ พวกนางกลัวว่าความผิดจะปรากฏ จึงพร้อมใจกันขนหญ้า ไม้มาสมเพื่อเผาทำนให้ทำนสิ้นไปเลย ด้วยบาปกรรมนั้น ทำให้พวกนางต้องตกนรก และตายไปในกองไฟในชาติที่เป็นมนุษย์ แม้ในชาติที่เป็นพระอริยบุคคลแล้วก็ต้องถูกไฟครอกตายหมดเช่นเดียวกัน (พระอริยบุคคลผู้อยู่ในสมบัติใครทำให้ตายไม่ได้ ดังนั้น พระปัจเจกพุทธเจ้าจึงไม่นิพพาน) แต่ให้สังเกตว่าเจตนาครั้งแรกของพวกนางต้องการเพียงก่อไฟฝังแก้หนาว แต่เมื่อเห็นพระปัจเจกพุทธเจ้าอยู่ในกองไฟ คิดว่าคงตายแล้วจึงเกิดเจตนาที่จะทำลายหลักฐาน สตรีเหล่านั้นจึงต้องรับผลของกรรมเช่นเดียวกับเจตนาของพวกนาง

ดังนั้นสาเหตุตั้งที่พุทธเจ้าตรัสไว้ในอาฆาตวัตถุสูตรเป็นสาเหตุให้เกิดความพยาบาททำให้การล่วงละเมิดปาณาติบาต คือ การล่วงละเมิดโดยความผิดเกี่ยวกับชีวิต และร่างกายเช่นความผิดต่อชีวิต คือ การที่ทำให้ผู้อื่นถึงแก่ความตายไม่ว่าจะได้กระทำโดยเจตนาให้ตายหรือไม่ หรือ ฆ่าผู้อื่นโดยเจตนา คือ การทำให้ผู้อื่นตายโดยเจตนา ไม่ว่าจะกระทำโดยใช้อาวุธหรือไม่ก็ตาม สาเหตุมาจากเขาเคยทำความเสียหายให้แก่เรา เขากำลังทำความเสียหายให้แก่เราเป็นต้น จึงถูกความพยาบาทครอบงำเป็นสาเหตุการฆ่า และทำร้ายคนอื่นสัตว์อื่น ย่อมเดือดร้อน เช่น การฆ่าคือการทำลายที่เพิ่มกิเลส การฆ่า คือ การทำลายสิ่งแวดล้อม การฆ่าคือการสร้างบาปกรรมอันเนื่องมาจากไร้ความเมตตาหรือขาดความเมตตานั่นเองจึงเป็นเหตุให้เกิดการทำลายซึ่งกันและกัน

๒.๔ พยาบาทที่ปรากฏในอุปกิเลส

ความพยาบาทที่ปรากฏในอุปกิเลส คือ ความคิดประทุษร้ายบุคคลที่มีจิตเต็มไปด้วยโทสะ ความอาฆาต ความพยาบาท คิดประทุษร้ายผู้อื่นเกิดขึ้นย่อมทำให้ผู้นั้นขาดเมตตาธรรม และยังได้พูดถึงลำดับของความพยาบาทไว้ว่า

๑. อรติ (ความไม่พอใจ)
๒. ปฏิฆะ (ความติดขัดใจ กระทบกระถังใจ)
๓. โภชะ (ความพยาบาท เดือดดาลใจ)

^{๑๘} ชู. เปต. (ไทย) ๒๖/๑๐๖/๑๕๐.

๔. โทสะ (ความประทุษร้าย)

๕. พยาบาท (การจองเวร)

จะเห็นได้ว่าสงครามของมนุษย์ เริ่มต้นมาจากความไม่พอใจเพียงเล็ก ๆ น้อย ๆ เท่านั้น กลายเป็นความขัดใจกัน ขยายขึ้นเป็นความพยาบาท ลูกกลมเป็นความประทุษร้าย ประหัตประหารกัน หรือไม่ก็เก็บไว้ออคอยการแก้แค้นทีหลังเมื่อเกิดความพยาบาทแล้ว คนสามารถทำผิดศีลทุกข้อได้ อย่างไม่สำนึกบาป ฆ่าคน ปล้นจี้ ทำลายทรัพย์สินเขาให้เสียหาย ฆาตกรรมคนอื่น พุดคำหยาบคายโกหกมดเท็จ ปลิ้นปลอกหลอกลวง ต้นตุน ตีแม่เหล้าเมาก็ถูกฆาตกรรม หรือมีสิ่งเสียดแทง ก็ได้ ทั้งนี้ ท่านจึงเรียกความพยาบาท (โทสะ) นี้ว่าอกุศลมูล (ต้นตอความชั่วร้าย) แต่เกือบทุกครั้งพอเกิดความพยาบาทขึ้นมา เราก็มักจะกล่าวหาผู้อื่น หรือ สิ่งอื่นว่าเป็นต้นเหตุทำให้เราโกรธหรือไม่พอใจ ยากนักที่จะยอมรับว่าเป็นเพราะใจเราหมกมุ่นตะกอนของความพยาบาทเอาไว้เอง คนอื่น หรือ สิ่งอื่นจะเป็นได้ก็แค่แรงเขย่าทำให้ตะกอนคลุ้งขึ้นมาเท่านั้น หากใจเป็นตะกอนที่ทำให้ใจเราขุ่นเสียเองไม่เพียงแต่พายุพัด หรือแรงเขย่าจากภายนอกจะไม่ทำให้น้ำขุ่นมัวขึ้นมาได้เลย หากได้น้ำนั้นไม่มีตะกอน หรือ โคลนตมหมักหมมอยู่ ถ้าใจเราไม่ได้สะสมตะกอน คือ ความขุ่นมัวสกปรก ความเศร้าหมอง (ภาษาพระเรียกว่า กิเลส) เอาไว้ภายในแล้วพฤติกรรมของผู้อื่น หรือความไม่ได้ตั้งใจเรา ของสรรพสิ่งแวดล้อม ก็เป็นเพียงแค่อากาศที่เป็นไปตามธรรมดาเท่านั้น หากใจเป็นความขุ่นมัวเกาะกุมหัวใจเรา ให้เศร้าหมองสกปรกไปไม่

ดังนั้นก็ควรกรองใจของเราให้สะอาดบริสุทธิ์ ดีกว่าจะไปกรองพฤติกรรมของผู้อื่น หรือ ไปกะเกณฑ์สรรพสิ่งให้เป็นไปได้ตั้งใจเรา การยอมรับว่าตนเป็นคนผิดจะทำให้มองเห็นความผิดของตนมากขึ้น จะได้พยายามแก้ไขปรับปรุงตนเองมากขึ้น ดีกว่าจะไปแก้ไขคนอื่น การจัดการหรือแก้ไขที่ใจเรานี้ ย่อมทำได้ง่ายกว่าการไปจัดการแก้ไขปรับเปลี่ยนธรรมชาติของผู้อื่นและสิ่งอื่นมากนัก ทั้งยังไม่ทำให้เราต้องไปขัดแย้งกระทบกระเทือนกับใครให้วุ่นวายด้วย มีแต่จะทำให้ยอมรับเหตุการณ์ต่าง ๆ ด้วยความเข้าใจมากขึ้น มีความรู้เท่าทันกัน ยอมรับความจริงของโลกได้มากขึ้น ชีวิตก็มีความสุขได้ง่าย ต่างจากการเข้าไปแก้ไข หรือ จัดการกับผู้อื่นสิ่งอื่น ซึ่งยิ่งจัดการก็ยิ่งเป็นเหตุให้สิ่งนั้นหรือผู้นั้นแข็งกระด้างต่อเรา และมีความขัดแย้งกับเรามากขึ้น พาลเป็นเหตุให้ใจของเราเดือดดาล และก้าวร้าวมากขึ้น ชีวิตเต็มไปด้วยความขัดแย้ง และวุ่นวายหนักขึ้น ทำให้มีความสุขได้ยากขึ้น ตะกอนที่อยู่ใต้น้ำ ย่อมสร้างความขุ่นมัวสกปรกให้แก่ใจได้ เมื่อถูกแรงเขย่าฉนใด กิเลสภายในใจนั้นก็ย่อมสร้างความขุ่นมัวสกปรกให้แก่ใจได้ เมื่อถูกกระทบ (จากอารมณ์ที่ชอบ และไม่ชอบ) ฉะนั้นจึงไม่สมควรนักที่ไปโทษผู้อื่นหรือสิ่งอื่นว่าเป็นผู้ผิดเมื่อยามเราโกรธ ควรโทษตัวเราบ้าง ที่ไม่เคยชำระล้าง ตะกอนออกไปจากจิตใจ แต่กลับสะสมตะกอนเหล่านั้นเอาไว้จนท่วมท้นเสียเองในเมื่อลงไปคลุกฝุ่นเอง พอเปื้อนฝุ่นขึ้นมาแล้ว จะกล่าวโทษคนอื่นว่าไม่รู้จักห้ามเราไม่ให้ไปคลุกฝุ่นจะถูกตอง หรือ ดังนั้น การลำดับความพยาบาทมีดังนี้

๒.๔.๑ อรติ (ความไม่ยินดี)

เป็นที่น่าสังเกตว่า คนที่มักเอาแต่ใจตัวเอง จะเป็นคนโกรธง่าย และไวต่อแรงยั่วจากภายนอกมากกว่า แค่อชอบ แล้วไม่ได้หรือได้ แต่ไม่ชอบเพียงเท่านี้ก็ทำให้เขาโกรธเป็นฟืนเป็นไฟได้แล้ว

ทั้งนี้ เป็นเพราะว่าคนที่มักเอาแต่ใจตัวเองนั้น จะมองโลกนี้เพียงด้านเดียว คือ ด้านที่เขาชอบใจ ยินดีเท่านั้น แล้วจะปฏิเสธอีกด้านหนึ่ง คือ (ด้านที่เขาไม่ชอบ) อย่างสิ้นเชิง เขาจะมองโลก เป็นเครื่องตอบสนองความชอบ และความต้องการอย่างไร้ขีดจำกัดของตนเองเท่านั้น เขาอยากมี ยศ ตำแหน่ง หน้าที่การงานที่ใหญ่โต เขาจะต้องได้เขาอยากได้รับความสะดวกสบาย เขาจะต้องได้เขาอยากได้รับคำยกย่อง สรรเสริญ ชื่นชม ให้เกียรติ จากคนอื่น ๆ เขาจะต้องได้โดยไม่มองความจริงของโลกอีกด้านหนึ่งว่า ได้ย่อมมีคู่กับเสีย ยศ ย่อมมาคู่กับความเสื่อมยศสุขย่อมเกิดพร้อมทุกข์ คำยกย่องสรรเสริญ ย่อมมีคู่กับคำติฉินนินทาหรือถึงจะมองก็มองอย่างคนไม่ยอมรับความจริง แต่มองเพื่อพยายามหนี (ทั้งที่หนีไม่พ้น) เขาเข้าใจ (ไปเอง) ว่า ทุกสิ่งในโลกนี้ถูกสร้างมาเพื่อตอบสนองความต้องการของเขาเพียงคนเดียวเท่านั้น เขาเกิดมาเพื่อจะรอรับการเกิดขึ้นของทุกสิ่งทุกอย่างในโลกใบนี้ โลกนี้จะต้องมีทุกอย่างให้เขาเอาได้ตั้งใจหมายอยากได้อะไรต้องได้สิ่งนั้น บนโลกใบนี้มีความผิดหวังไว้รอทุก ๆ คน เว้นแต่ท่านผู้ทำหน้าที่โดยไม่ตั้งความหวังเท่านั้น อนาคตบุคคล นีราละบุคคล^{๑๙} ได้แก่ คนที่ทำหน้าที่ตามหน้าที่โดยไม่ได้มุ่งหวังรางวัลหรือสิ่งตอบแทนใด ๆ แม้แต่คำว่า ชอบใจจากการทำก็จะได้รับสารพัดทุกข์ มากกว่าจะได้ (สิ่งที่ชอบ) สารพัดตามที่นึกที่ได้ ๆ บ้างก็แต่เล็ก ๆ น้อย ๆ พอเป็นกระษัยให้ตัณหาผู้น้อยรอดเท่านั้น ยังไม่ถึงเสียหนึ่งของความต้องการที่อยากจะได้เลย จักรวาลนี้จะไม่มีการชอบไว้คอยตอบสนองความต้องการแก่ใคร แม้เพียงบุคคลเดียว ได้อย่างครบถ้วนถึงกับมีคำเปรียบเทียบกับว่า ต่อให้บดจักรวาลนี้ละเอียดเป็นผง แล้วเทลงความอยาก (ตัณหา) ของคนเพียงคนเดียว ก็ไม่อาจจะถมให้เต็มได้ (แสดงว่าความอยากของคนนี้ยิ่งใหญ่และลึกมาก) เมื่อเป็นเช่นนี้ เราจะเอาแต่สิ่งที่ชอบมาจากไหน หากไม่รู้จักควบคุมความอยากของตนไว้บ้าง ปล่อยให้มันมากเกินไปจนเข้าใจว่าเมื่อชอบแล้วจะต้องได้ หรือ ต้องได้แต่สิ่งที่ตนชอบเมื่อจะต้องได้สิ่งที่ไม่ชอบ

สิ่งที่เราชอบแล้วไม่ได้ก็จะเกิดการปฏิเสธอย่างรุนแรง เกิดการกระทบกระทั่งขัดเคืองจิตใจกลายเป็นความชิงชัง เคียดแค้นตามมา โลกนี้จึงไม่สมบูรณ์พร้อมสำหรับคนที่มักเอาแต่ใจ ทั้งเขาเองก็จะไม่สมบูรณ์พร้อมสำหรับโลก ยิ่งเขาต้องการจากโลกมากเท่าไร ก็ยิ่งผิดหวังจากโลกมากเท่านั้น เมื่อผิดหวังมากก็รังเกียจเคียดฉันทโลก ว่าโลกนี้ไม่ยุติธรรมกับตัวเขา จะไม่มี ความยินดีพอใจอยู่ในโลกของตนเอง การมีชีวิตอยู่ในโลกที่เต็มไปด้วยความเคียดฉันท โกรธแค้นชิงชังจึงเป็นความอึดอัด กระทบกระชวยใจ คับแค้นใจ มากกว่าจะสงบเย็นและเป็นสุข พระพุทธศาสนาจึงสอนความจริงอันเกี่ยวกับโลกที่เรียกว่า อริยะสัจไว้เป็นข้อแรก ว่าทุกขังเป็นทุกข์เหตุที่ต้องสอนไว้เช่นนี้ ก็เพื่อให้เรามองให้รู้ดูให้เป็น เห็นให้ชัดถึงโลก (รวมทั้งทุกสิ่งในโลก) ตามความเป็นจริงของเขาวา เป็นทุกข์ไม่ได้เป็นของน่าภริรมย์ (รติ) แต่ประการใดใครที่มองโลกด้วยหวังจะได้แต่สิ่งที่ยินดี เขาย่อมจะได้รับแต่ความไม่ยินดี (อริ) คือ ความขัดเคืองใจ เตือดร้อนใจตามมา เมื่อใจเกิดความไม่ยินดี^{๒๐} (เนื่องจากยอมรับความจริงของโลกไม่ได้) ใจก็จะออกแรงปฏิเสธ ต่อต้านอย่างเต็มที่ จะพยายามผลึกความรู้สึกไม่ชอบนั้นออกไปให้พ้น ๆ ในขณะที่ภาวะถูกปฏิเสธนั้นก็จะดันเข้ามา จึงเกิดการเสียดสีเป็นความร้อนระอุปะทุขึ้นเป็นความพยายามเหือดดาลภายในใจ อะไรหรือใครที่เป็นต้นเหตุหรือเกี่ยวกับภาวะที่ปฏิเสธนั้นก็จะถูกทำร้าย ทำลายกำจัดให้พ้นออกไปในทันที หรือหากไม่สามารถทำได้ก็จะเก็บเอาไว้เป็น

^{๑๙} อง.ฉก.ก. (ไทย) ๒๒/๑๑๓/๖๓๔.

^{๒๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๒๖/๓๒๕-๓๒๖.

ความพยายามเอาชนะใจ คอยหาโอกาสแก้แค้นเอาคืนทีหลัง มุ่งหวังแต่ความพินาศหายและเจ็บทรมาณเอง

๒.๔.๒ ปฏิฆะ (ความขัดเคือง)

ปฏิฆะ^{๒๑} ท่านแปลว่า ความขัดเคือง หรือ ความกระทบกระทั่ง หมายถึง ความกระทบกระทั่งทางใจ และสิ่งที่เข้าไปกระทบกระทั่งใจนั้น ก็ได้แก่อรรถิ (ความไม่ยินดี, ไม่ชอบใจ) นั่นเอง กิเลสตัวนี้ (ปฏิฆะ) การพัฒนาพันธุ์มาจากอรรถิ ที่เกิดขึ้นแล้วเราไม่รีบระงับเสียแต่เริ่มแรกปล่อยให้เข้าไปใช้อำนาจ แต่อิทธิพลกระทบกระทั่งจิตใจของเรา จนกระทั่งไปทั้งตัว (บางคนถึงกับสะดุ้งโหยงก็มี) อย่างที่เขาเรียกว่า สั่นเป็นเจ้าเข้า นั่นแหละ) การกระทบกระทั่ง แม้ดูจะไม่หนัก แต่ถ้าบ่อย ๆ เข้าก็สามารถทำให้สิ่งที่ถูกกระทบกระทั่งนั้น ๆ ชำรุด สึกหรือ เสียหาย และแตกสลายไปได้ เช่นเดียวกัน ตัวอย่างโชดหินที่ถูกคลื่นน้ำกระทบบ่อย ๆ หรือ อย่างเสาเขื่อนที่ถูกกระแสน้ำกระทบบ่อย ๆ ถึงจะแข็งแรงทนทาน แน่นหนาสักปานใดก็ยังสึกกร่อนไปด้วยแรงกระทบกระแทกของคลื่นน้ำนั้น แล้วใจของคนทำด้วยอะไรกัน ถึงจะแข็งแรงอย่างโชดหินหรือมีใยเหล็กเสริมอย่างเสาคอนกรีต ก็เป็นเพียงแค่อ่อนนุ่ม ๆ อ่อนหนึ่งเท่านั้นจะทนทานแข็งแรงสักแค่ไหน จึงจะไม่ชำรุดทรุดโทรมแตกร้างเสื่อมสลายไป ด้วยแรงกระทบกระแทกจากอารมณ์ทั้งที่ชอบ และไม่ชอบนั้น แต่แทนที่เรากลับป้องกันจิตใจจากการกระทบกระแทก จะได้ไม่ต้องเจ็บปวดเพราะอารมณ์เหล่านั้นอีก เรากลับยอมทนเจ็บปวดเสียเอง เพียงเพราะเสียดายความรู้สึกขึ้น ๆ ลง ๆ ภายในใจเท่านั้น แล้วปล่อยให้อารมณ์ต่าง ๆ เหล่านั้นกระทบกระแทกจิตใจของตน ให้ทรุดโทรมเสียหายต่อไป อย่างไม่มีหลักประกันถึงความสวัสดิ

ในการนี้อาจเป็นเพราะเราหลงค่า (จอมปลอม) ของอารมณ์เหล่านั้น มากกว่าคุณค่าแห่งความสงบของจิตใจ หลงเข้าใจไปว่า อารมณ์ที่เข้ามากระทบกระแทกจิตใจนั้น เป็นรสชาติอันเป็นความสุขของชีวิตอย่างแท้จริง แล้วก็หลงหารสชาติอันนั้นไว้ ตามสัญชาตญาณของมนุษย์ (รวมทั้งสัตว์ด้วย) เพื่อจะรักษารสชาติอันเป็นความสุขของชีวิตนั้น ให้อยู่กับตนนิจกาล ทั้งต้องการจะหาให้ได้เพิ่มมากขึ้นอีกด้วย จึงต้องคอยแสวงหาแต่อารมณ์ที่ชอบ และปฏิเสธพลวันซึ่งอารมณ์ที่ไม่ชอบอยู่ตลอดเวลา วิ่งหาสิ่งที่ดี (ที่ชอบใจตน) วิ่งหนีสิ่งที่เกลียดอยู่เกือบตลอดชีวิต ก็ไม่ต่างอะไรกันเลย กับการวิ่งหาสิ่งที่ดี วิ่งหนีสิ่งที่ไล่ตาม สิ่งที่เราวิ่งไล่ตาม มักจะวิ่งหนีเรา แต่สิ่งที่เราวิ่งหนี มันก็มักจะวิ่งไล่ตามมา เหมือนกับเราวิ่งไล่ตามดวงจันทร์ เรายังวิ่งไล่ตาม ดวงจันทร์ก็ยิ่งหนีห่างออกไปเรื่อย ๆ แต่พอเราหนี ก็ยิ่งกลับวิ่งไล่ตามเราเสียอย่างนั้น เมื่อจิตใจวิ่งแสวงหาแต่อารมณ์ที่ชอบ และวิ่งหนีให้ไกลจากอารมณ์ที่เกลียดอยู่ตลอดเวลาเช่นนี้ เลยหาความสงบไม่ได้สักทีเลื่อนลอยไปกับอารมณ์ชอบ เดียวก็แพบ ห่อเหี่ยวยุบสลายลงด้วยอารมณ์ที่ซัง เลยถูกคลื่นอารมณ์ซัดขึ้นซัดลงไปมา จนเสียการทรงตัวไร้ความสงบ แล้วจะพบความสุข (อันแท้จริง) ได้ที่ไหนพระพุทธองค์ทรงเตือนสติพวกเราไว้ว่า นตฺถิ สนฺติปรํ สุขํ ไม่มีความสุข (อื่นใด) ที่จะยิ่ง (ดี) ไปกว่าความสงบ หมายความว่า ความสุขที่เราจะพอหาได้จากสิ่งอื่น ๆ นั้นมีอยู่แต่ความสุขเช่นนั้น เป็นความสุขแค่เพียงผิวเผิน เป็นความสุขที่ซ่อนความทุกข์ความเร่าร้อนเอาไว้ภายใน เหมือนกับถ่านไฟร้อนที่ถูกกลบได้ด้วยเถ้า รอวันปะทุใหม่ขึ้นเมื่อมีเชื้อฉนั้นนั้น ไม่ใช่ความสุขที่เยือกเย็นเป็นปิติ และปลอดภัย ดังสุขที่ได้จากความสงบเปรียบอีกอย่าง

^{๒๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๑๑.

เหมือนกับความสุขของคนไข้ที่กินอาหารแสงต่อโรค ซึ่งได้แค่ความเอร็ดอร่อยสั้นเพียงชั่วประเดี๋ยว แต่ต้องทนทุกข์ทรมานกับโรคที่กำลังเรื้อรังอีกยาวนาน ความแตกต่างทางความรู้สึก ที่เราสามารถจะสัมผัสได้ และให้คำตอบที่แท้จริงแก่ตัวเองได้ ระหว่างใจที่ถูกอารมณ์กระทบกระแทกให้กระเทือน หัวใจไหว สะทกสะท้าน กวัดแกว่งไปมา จนเสียการทรงตัวอยู่ตลอดเวลา กับใจที่สงบ ๆ มีความมั่นคง ไม่เสียหลัก ไม่หุดหุดนั้น ภาวะไหนเป็นความปลอดภัยภายใน มากกว่ากันความแตกต่างกันทางความรู้สึกเช่นนี้ สามารถวัดคุณค่าได้ที่ใจของเรา แต่เป็นที่น่าเสียดายว่า คุณค่านั้นกลับถูกละเลย ส่วนคุณ (ถูก) ฆ่า (ทางความรู้สึกด้วยอารมณ์ที่เข้ามากระทบ) กลายเป็นนโยบายหลักประจำนิสัยของเรา (ส่วนมาก) ไปเสียแล้วเราถูกอารมณ์มันฆ่า ด้วยเหตุเพียงแค่อ้อยู่ให้อรติ (รวมทั้งรติ) เข้าไปกระทบกระทั่งจิตใจอยู่เนื่อง ๆ แล้วถกทอประสานเป็นเกลียวเชือก รังรัดจิตใจให้อึดอัด เจ็บปวดทรมาน หากเราคลายเกลียวเชือกนั้นออก ใจของเราจะไม่ถูกรังรัดให้อึดอัด ไม่ถูกเสียดทานให้เร้าร้อน และไม่ต้องผูกร้อนสีกหรือไปด้วยแรงกระทบกระแทกจากอารมณ์นั้นอีกต่อไป เป็นการปลดปล่อยใจตนเองให้เป็นอิสระ ได้เป็นไทยจากความทุกข์ทรมานอันยาวนานชั่วกับกลับนั้นเสียที ความไม่โกรธนี้ ต้องรีบสะสมโดยเร็ว ข้าไปเดี๋ยวเสียการ นานไปเดี๋ยวเสียผลหากเราไม่รีบควบคุมใจจน จะต้องทุกข์ทรมานด้วยโกรธ

๒.๔.๓ พยาบาท (การจองเวร)

พยาบาท^{๒๒} คือ ความคิดที่จะทำให้ผู้อื่นประสบความพินาศ ย่อยยับ โดยความคิดปองร้ายของผู้มุ่งจะทำร้ายชีวิตของสัตว์อื่น ทำให้จิตของเราเก็บเกี่ยวเฉี่ยวโฉบอารมณ์รัก โลภ โกรธ หลง อิจฉา นิินทา อาฆาต พยาบาท ชุ้นแค้น ชัดเคือง นานาชนิดเอาไว้ ถ้าไม่มีวิธีชำระก็จะเกิดสนิมใจขึ้นมา กระทั่งไม่อาจนอนได้อย่างมีความสุขหากไม่ชำระร่างกายฉันใด ใจที่ไม่ถูกชำระจะทำให้พินร้ายอารมณ์หุดหิดหลักไม่สนิท ฉะนั้นเราต้องถามตนเองก่อนว่า เราต้องการยุติการแผ่ผลของกรรมกับคน ๆ นั้นเพียงภพนี้หรือต้องการจะพบเขาจะเจอเขาอีกในชาติต่อ ๆ ไป เราต้องการจะยุติปัญหาเหล่านี้เพียงภพชาตินี้ หรือต้องการลากยาวไปถึงภพชาติข้างหน้า เรามีสิทธิเสรีในตัวเราที่จะหยุดหรือสร้างเหตุต่อไปอีกบางคนรักมาก หลงมาก เพราะเขาดีมากก็ปรารถนาให้พบกันทุกภพทุกชาติ บางคนก็อธิษฐานไม่ขอร่วมเดินทาง แต่ก็ไม่ยกโทษ ในที่สุดผลของการไม่ยกโทษ คือไม่ยอมให้อภัย ก็เหมือนการผูกสิ่งที่เราไม่ชอบไว้ที่เอวตนเองตลอดเวลา การให้อภัย จะทำให้เราสามารถยุติปัญหาต่าง ๆ ได้เหมือนคนล้างแก้วน้ำสะอาด ทำให้เหมาะสมที่จะรองรับน้ำบริสุทธิ์ที่เทลงไปใหม่เหมือนการโยนของที่เราไม่ ชอบทิ้งเสีย โดยไม่ต้องเสียดาย ดังในพระสูตรตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค กล่าวถึงความ พยาบาท ว่า เธอละอภิชฌา (ความเพ่งเล็งอยากได้ของเขา) ในโลกหนึ่งมีใจปราศจาก อภิชฌา อยู่ ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอภิชฌา ละความมุ่งร้ายคือพยาบาท มีจิตไม่พยาบาท มุ่งประโยชน์เกื้อกูลสรรพสัตว์อยู่ ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากความมุ่งร้าย คือ พยาบาท ละถีนมิทระ (ความหุดหุดและเชื่องซึม) ปราศจากถีนมิทระ กำหนดแสงสว่าง มีสติสัมปชัญญะอยู่ ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากถีนมิทระ ละอุทัจจ

^{๒๒} พระราชวรมุนี (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อมรินทร์การพิมพ์, ๒๕๒๗), หน้า ๒๗๕.

กุกกุงจะ (ความฟุ้ง ซ่านและรำคาญใจ) เป็นผู้ไม่ฟุ้งซ่านมีจิตสงบอยู่ภายใน ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอุทธัจจกุกกุงจะ ละวิจิกิจฉา (ความลึ้งเลสงสัย) ข้ามวิจิกิจฉาได้แล้วไม่มีวิจิกิจฉา

ดังนั้น ความพยายาม คือ ความคิดประทุษร้ายบุคคลที่มีจิตเต็มไปด้วยโทสะ ความอาฆาต ความพยายาม เป็นต้น เริ่มจาก อรติ (ความไม่พอใจ) ปฏิฆะ (ความติดขัดใจ, กระทบกระทั้งใจ) โภคะ (ความพยายาม, เตือดดาลใจ) โทสะ (ความประทุษร้าย) และพยายาม (การจ้องแวง) นี่เป็นผลลำดับความพยายามของมนุษย์เริ่มต้นมาจากความไม่พอใจเพียงเล็กน้อย ๆ เท่านั้น กลายเป็นความขัดใจกัน ขยายขึ้นเป็นความพยายาม ลูกกลมเป็นความประทุษร้าย ประหัตประหารกัน หรือไม่ก็เก็บไว้รอคอยการแก้แค้นจ้องแวงจ้องกรรมไปจำชีวิตดับไปความพยายามเหล่านั้นยังติดตามไปชดใช้กรรมกันต่อไป

สรุปได้ว่าความหมายความพยายามในพระไตรปิฎกทั้งอรรถกถาและนักวิชาการกล่าวถึง โทสะ (ความพยายาม) ว่า กิริยาที่โกรธ ภาวะที่โกรธความอาฆาตความพยายามคิดประทุษร้ายความพยายามย่อมก่อให้เกิดความพินาศภัยพิบัติต่อตนเอง และผู้อื่นด้วย ลักษณะของความพยายาม คือ ความพยายามร้ายแรงกว่าอัคคีภัย ความเสียหายแก่ชีวิตและทรัพย์สินอันเนื่องมาจากไฟภายใน คือ โทสะ คนโกรธสามารถฆ่าบิดามารดาก็ได้ ฆ่าพระอรหันต์ก็ได้ ฆ่าตนเองก็ได้ ฆ่าใครต่อใครก็ได้ อันเนื่องมาจากสาเหตุตั้งที่พุทธเจ้าตรัสไว้ในอาฆาตวัตตสูตร ๑๐ ประการที่เป็นสาเหตุให้เกิด ความพยายามทำให้การล่วงละเมิดปาณาติบาตโดยเจตนา หรือ ไม่เจตนาที่ดี เพราะถูกความพยายามครอบงำเป็นสาเหตุการฆ่า และทำร้ายคนอื่นหรือสัตว์อื่น ความพยายามเมื่อเพลิงโทสะเกิดขึ้นตามลำดับจากเล็กน้อยจนก่อตัวจนเกิดการจ้องแวงจ้องกรรมกันข้ามภพข้ามชาติ และทำจิตใจให้มีมิติยิ่งขึ้น คนโกรธย่อมไม่รู้จักประโยชน์ของตนและของผู้อื่นขัดตามความเป็นจริง คนโกรธย่อมก่อกรรมที่ทำได้ยากเหมือนทำได้ง่าย ดังนั้นพระอริยะทั้งหลายสรรเสริญการฆ่าความพยายาม (การสละความพยายามทิ้งเสีย) ซึ่งเป็นพิษเป็นภัยต่อตน เพราะบุคคลฆ่าความพยายามได้แล้ว จึงไม่เศร้าโศกบุคคลเหล่านั้นจึงอยู่เป็นสุข

หลักธรรมที่ใช้แก้ความพยายามในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ในพระพุทธศาสนาเถรวาท โดยแบ่งหลักธรรมที่ใช้แก้ความพยายามไว้ ๘ ประการ คือ (๑) เบญจศีล (๒) อโทสะ (๓) สติ (๔) เมตตา (๕) ขรवासธรรม (๖) หิริโอตตปปะ (๗) สติปัญญา ๔ และ (๘) บทสรุป มีดังต่อไปนี้

๑. หลักธรรมเบญจศีล^{๒๓} คือ ข้อประพฤติปฏิบัติสำหรับควบคุมกาย และวาจาให้ตั้งอยู่ในความดีงามหลักธรรมที่ทำให้มนุษย์มั่นคงของชีวิต ถือเป็นหลักธรรมเบื้องต้น ที่ชาวพุทธควรปฏิบัติตาม เพราะสังคมไทยในอดีตนั้น ได้ชื่อว่า เป็นเมืองที่มีมาตรฐานทางศีลธรรมค่อนข้างสูง เป็นที่ประจักษ์ในสายตาของชาวต่างชาติ เมื่อสังหาราชปาลเลกั้วชมาเยือนเมืองไทยในสมัยรัชกาลที่ ๓ นั้น ท่านได้บันทึกถึงชาวสยามว่า ชาวประชาชาตินี้มีที่น่านั่งสังเกตตรงอัยาศัยอันอ่อนโยน และมีมนุษยธรรม ในพระนครซึ่งมีพลเมืองค่อนข้างคับคั่ง ไม่ค่อยปรากฏว่ามีการทะเลาะวิวาทกันอย่าง

^{๒๓} ฝ่ายเผยแผ่พระพุทธศาสนา กรมการศาสนา กองศาสนศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, คู่มือการศึกษาธรรมศึกษาชั้นตรี, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๑), หน้า ๙๒.

รุนแรง ส่วนฆาตกรรมนั้นเห็นกันว่าเป็นกรณีพิเศษมากที่เดียวบางทีตลอดทั้งปีไม่มีการฆ่ากันตายเลย ไม่เพียงแต่ต่อมนุษย์ด้วยกันเท่านั้นที่คนไทยมีมนุษยธรรม ยิ่งเมื่อแผ่ไปถึงสัตว์เดียรัจฉานอีกด้วย ความเห็นดังกล่าวสอดคล้องกับของลาธุแบร์ ซึ่งพูดถึงชาวสยามสมัยพระนารายณ์หรือ ๒๐๐ ปีก่อนหน้านั้นว่า เป็นชนชาติที่สมถะอย่างยิ่ง อีกทั้งยังไม่ชอบการฆ่า และกักกันขังสัตว์ จวบจนสมัยรัชกาลที่ ๗ เมื่อคาร์ล ซิมเมอร์แมน มาสำรวจสภาพเศรษฐกิจไทย เขาอดไม่ได้ที่จะชื่นชมว่า พลเมืองของประเทศสยามมีนิสัยใจคอดี และไม่มี ความโลภในการสะสมโภคทรัพย์ไว้เป็นมาตรฐานแห่งการครองชีวิต การละทิ้งเด็ก การขายเด็ก การสมรสในวัยเยาว์ และความประพฤติชั่วร้ายต่าง ๆ ซึ่งอนารยชนชอบประพฤติกิน ไม่ปรากฏในหมู่คนไทยเลย คำบรรยายดังกล่าวเกือบจะเรียกได้ว่าตรงข้ามกับสภาพในปัจจุบัน ทุกวันนี้ประเทศไทยมีอาชญากรรมในอัตราที่สูงมาก เพราะมีความพยายามเป็นเหตุ ให้มีคนถูกฆ่าตายวันละเกือบ ๒๐ คน หรือ ตายเกือบทุกชั่วโมง และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี เช่นเดียวกับคดีอุกฉกรรจ์อื่น ๆ^{๒๔}

ความหมายของเบญจศีล เบญจศีลเป็นหลักพื้นฐานการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ซึ่งเป็นหลักของการหักห้ามจิตใจไม่ให้ปฏิบัติในสิ่งที่คิดว่าเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้อื่นไม่พอใจ และเป็นหลักการปฏิบัติที่ทำให้ผู้อื่นเกิดความพอใจหลักพื้นฐานของการดำเนินชีวิตของมนุษย์ เป็นสิ่งที่มีคู่กับโลกมนุษย์มาตลอด มีดังนี้

เบญจศีลหมายถึง กรุธรรมแปลว่าการรักษาศีล ๕ ให้มีความบริสุทธิ์อยู่เสมอ^{๒๕} ซึ่งเป็นวินัยของคฤหัสถ์ที่เป็นกฎระเบียบข้อบังคับตนเองไม่ปฏิบัติในสิ่งที่ทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ตนเอง และผู้อื่นและในคำว่าเบญจศีลประกอบไปด้วยคำว่าศีล และคำว่า เบญจซึ่งทั้ง ๒ คำนี้มีความหมายแตกต่างกันคือ

ศีลหมายถึง ข้อประพฤติปฏิบัติสำหรับควบคุมกาย และวาจาให้ตั้งอยู่ในความดีงาม นอกจากนี้ศีล ยังหมายถึง ความเย็นของศีรษะความเกษมสุขความสำรวม และความไม่ก้าวล่วงละเมิด^{๒๖} มีการสำรวมกายวาจาของตนให้มีความสงบเรียบร้อยพูดแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่น่าประโยชน์มาสู่ตน และผู้อื่น^{๒๗} ดังนั้น ศีลจึงหมายถึงการสำรวมกายวาจาให้มีความสงบเรียบร้อยภายในกฎระเบียบข้อบังคับที่ได้วางเอาไว้เป็นกฎระเบียบของสังคม

เบญจศีล หมายถึงห้า หรือ หลักการ ๕ ประการเมื่อนำคำว่าศีลมารวมกับคำว่าเบญจก็จะได้คำว่าเบญจศีลซึ่งหมายถึง กฎข้อห้าม ๕ ประการคือ “ปาณาติปาตาเวรมณี เว้นจากการฆ่าสัตว์ที่มีชีวิต อทินนาทานาเวรมณี เว้นจากการถือเอาของที่เจ้าของมิได้ให้ กาเมสุมิฉฉาจาราเวรมณี เว้นจากการประพฤติผิดในกาม มุสาวาทาเวรมณี เว้นจากการพูดเท็จและสุราเมรัยมีชชปมาที่ภูฐานา

^{๒๔} พระไพศาล วิสาโล, พุทธศาสนา: การเสริมสร้างพลังทางศีลธรรมในสังคมไทย, [ออนไลน์] <https://www.visalo.org/article/budKarnsermsang.html>[๑๒ ธ.ค. ๒๕๖๐]

^{๒๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๘๗.

^{๒๖} ชู.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๘/๑๘๓.

^{๒๗} ชู.ช. (ไทย) ๒๕/๔๗/๒๔๓.

เวรมณี เว้นจากการดื่มสุราและเมรัย^{๒๘} เบญจศีล จึงหมายถึง หลักธรรมที่ทำให้มนุษย์มั่นคงของชีวิตมีความเป็นปกติ ซึ่งเป็นรากฐานของการป้องกันการกระทำความเดือดร้อนให้แก่สังคมโดยอาศัยฐานะของตน เพื่อเอารัดเอาเปรียบผู้อื่น

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ทรงให้ความหมายของศีลไว้ในเบญจศีล และเบญจธรรมว่า “ศีลนั้นเป็นเหมือนบรรทัดสำหรับให้คนประพฤติความดีให้คงที่ เปรียบเหมือนผู้แรกจะเขียนหนังสือต้องอาศัยเส้นบรรทัดเป็นหลักไปตามนั้น หนังสือที่เขียน จึงจะมีบรรทัดอันตรง ถ้าหาไม่ตัวหนังสือก็จะขึ้นคดลงตงงเล็กน้อย เมื่อชำนาญแล้วก็จะเขียนไปได้โดยไม่ต้องมีบรรทัดฉันทใด คนแรกประพฤติความดี ไม่ได้ถืออะไรไว้เป็นหลัก ใจไม่มั่นคงอาจเอนเอียงลงหาทุจริต แม้เพราะโมหะครอบงำ เมื่อบำเพ็ญศีลให้บริบูรณ์จนเป็นปกติมารยาทได้แล้ว จึงประพฤติคุณธรรมอย่างอื่นก็มักยั่งยืนไม่ผันแปร^{๒๙}”

หลวงพ่อกุฑทาสภิกขุ ได้แสดงแนวคิดเกี่ยวกับศีลธรรมไว้ว่า ศีลธรรมในฐานะที่เป็นสังคมศาสตร์ ก็หมายความว่า สิ่งที่จะตัดปัญหาของสังคมได้ตามหน้าที่ หรือ ตามวัตถุประสงค์ของสิ่งนี้ เช่น สังคมไม่มีความสงบ เกิดเป็นปัญหาขึ้นมาว่า สังคมไม่สงบ ก็มีศาสตร์อันหนึ่งที่จะช่วย ตัดปัญหาอันนี้ เพราะฉะนั้น จึงเรียกว่า สังคมศาสตร์ที่เป็นศีลธรรม หรือว่าศีลธรรมที่เป็นสังคมศาสตร์ ศีลธรรมซึ่งเป็นสังคมศาสตร์ ก็จะมุ่งหมายแก้ปัญหาตามความหมายของคำว่า ศีลธรรมนั่นเอง ฉะนั้น ศีลธรรมเท่าที่จำเป็นแก่สังคมนั้น คือ สังคมศาสตร์หรือศีลธรรมที่อยู่ในรูปของสังคมศาสตร์^{๓๐}

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายของศีลไว้ในพจนานุกรมพุทธศาสนมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยว่า ศีล หมายถึง การรักษากาย วาจา ให้เรียบร้อย เป็นการรักษาปรกติตามระเบียบวินัย หรือข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว (the five precepts of morality) เดิมเรียกว่า สิกขาบท ๕ เป็นข้อปฏิบัติในการฝึกตนใครปฏิบัติตามนี้เรียกว่า มีศีลเบื้องต้น”

วศิน อินทสระ^{๓๑} กล่าวไว้ในหนังสือพุทธจริยศาสตร์ ถึงศีล คือ เจตนางดเว้นความชั่วทางกายวาจา และทางใจด้วย เจตนางดเว้นทุจริตทางกาย วาจา ท่านเรียกว่า เจตนาศีลการงดเว้นจากมโนทุจริต ๓ เรียกว่า เจตนาศีล คือ ศีลที่เกี่ยวกับใจโดยตรง แม้ไม่ทำด้วยกาย วาจา ก็ทำให้ศีลทางใจขาดได้ มโนทุจริต ๓ นั้น คือ (๑) อภิชฌา โลภอยากได้ของผู้อื่น (๒) พยาบาท คิดปองร้ายผู้อื่น (๓) มิจฉาทิฎฐิ เห็นผิดจากทำนองคลองธรรม เช่น เห็นว่า ความดีไม่มี ความชั่วไม่มี ทำดีไม่ได้ดี ทำชั่วไม่ได้ชั่ว เป็นต้น คิดอย่างนี้เห็นอย่างนี้เป็นมโนทุจริต เป็นบาปทางใจ ส่วนที่ประพฤตินอกออกมาทางกายทางวาจาก็เป็นก็เป็นกายทุจริต วจีทุจริต เว้นกายทุจริต และวจีทุจริตเสียได้ จักเป็นเจตนาศีลวิริติ หรือ เวรมณี คือ เจตนางดเว้นนั้นมี ๓ อย่าง คือ (๑) สมาทานวิริติงดเว้นด้วยการสมาทาน คือ ตั้งใจไว้ เช่น ตั้งใจไว้ว่า จะไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ดื่มสุราเมรัย เป็นต้น แล้วเว้นได้ตามความตั้งใจ

^{๒๘} ฝ่ายเผยแผ่พระพุทธศาสนา กรมการศาสนา กองศาสนศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, **คู่มือการศึกษาธรรมศึกษาขั้นตรี**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๑), หน้า ๙๒.

^{๒๙} สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, **เบญจศีลเบญจธรรม เล่ม ๑**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕), หน้า ๒๙.

^{๓๐} พุทธทาสภิกขุ, **การกลับมาแห่งศีลธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๒๑), หน้า ๒๗.

^{๓๑} วศิน อินทสระ, **วิธีลดละความโกรธ**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๕๓), หน้า ๘๗.

อย่างที่ได้รับศีล หรือ สมาทานศีลกันอยู่ในปัจจุบัน (๒) สัมปตตวิริติ งดเว้นได้เมื่อประจวบกับเหตุการณ์ อันเป็นเหตุให้ล่วงละเมิดศีล ไม่ได้ตั้งใจไว้ก่อน เช่น เห็นกระเป๋าสตางค์ของคนอื่นลืมทิ้งไว้ในที่ ๆ ไม่มีใครเห็นนอกจากตน ทั้งเป็นเวลาที่เขาตกหล่นทรัพย์ด้วย แต่พอคิดเห็นใจผู้อื่น จึงเว้นเสียไม่ถือเอา ทรัพย์นั้น เรื่องอื่น ๆ ก็ทำนองเดียวกัน คือ เว้นความชั่วนั้น ๆ เสียได้แม้มีโอกาสจะทำ (๓) สมุจเฉท วิริติ การงดเว้นได้อย่างเด็ดขาด ถอนรากถอนโคนข้อนี้หมายถึงการเว้นได้อย่างเด็ดขาด ถอนรากถอน โคนข้อนี้หมายถึง การเว้นความชั่วของพระอริยะเจ้า ซึ่งท่านได้มาพร้อมกับการบรรลุอริยมรรค อริยะผล

ดังนั้นการระงับความพยาบาทในระดับเบื้องต้น คือ การปฏิบัติตามหลักเบญจศีล ซึ่งเป็นหลักธรรมที่ส่งเสริม และพัฒนาชีวิตของมนุษย์เพื่อดับความพยาบาท มนุษย์โดยทั่วไปก็มีความ ปกติ คือ มีศีลประจำตัวอยู่ทุกคนแล้วปกติของมนุษย์คือไม่ฆ่ากัน ไม่เบียดเบียนกัน ไม่ลักขโมย ทรัพย์สินของกันและกัน ไม่ล่วงละเมิดในคุ้มครองของกัน ไม่มักมากในกาเมประเวณี ไม่โกหกหลอกลวง กัน ไม่ทำให้ผู้อื่นเสียผลประโยชน์ด้วยคำพูดของคน ไม่หลงลืมสติ ไม่ติดสิ่งเสพติดมีนเมาให้โทษทุก ชนิดนี้ คือ การระงับความพยาบาทในระดับเบื้องต้น ถ้าหากผู้ใดเป็นคนเหี้ยมโหด ชอบทารุณ ชอบฆ่า คนอื่น เป็นต้น ผู้นั้นชื่อว่าได้ทำผิดปกติของคนไป คือ ผิดไปจากคนธรรมดาปกติของตนเอง ซึ่งการกระทำ นั้นแม้ทางบ้านเมือง และสังคมตามปกติก็ไม่ยอมรับและยังทำลายความมั่นคงของตนเอง และผู้อื่นให้ เสื่อมไปด้วย

อโทสะ^{๓๒} หมายถึง ความไม่โกรธไม่พยาบาทการไม่โกรธตอบผู้ที่โกรธ เป็นบุคคลผู้หวัง ให้คนอื่นมีความสุขทั่วถึงกัน ดังปรากฏเรื่องในตอนทีวิจรุบัณฑิตถูกปุณณกษัตริย์ทรมานก็ไม่ทำความ พยาบาทแก่ปุณณกษัตริย์ หากแต่มีความปรารถนาดีแสดงธรรมแก่ปุณณกษัตริย์ให้กลับใจเป็นคนดีได้ เพราะวิจรุบัณฑิตเป็นผู้ไม่โกรธ บุคคลผู้ไม่โกรธจะไม่คิดแต่เอาประโยชน์สุขของตนฝ่ายเดียว แต่จะ เป็นผู้ให้ภัยแก่ผู้อื่นเสมอ แม้ตนจะได้รับความลำบากทรมาน เป็นผู้ที่ประกอบด้วยความเมตตา กรุณาเมื่อตนเองมีความสุขก็อยากจะแบ่งความสุขให้ผู้อื่น เห็นผู้อื่นมีความสุขก็อยากจะช่วยให้พ้น ทุกข์ เป็นต้น บุคคลเช่นนี้ ชื่อ อโทสะ ความไม่โกรธไม่พยาบาทดังกล่าวนี้ เป็นหลักธรรมเพื่อความ เป็นคนดีสามารถรักษาความเป็นมิตรภาพเอาไว้ได้ดังเรื่องทีปรากฏในคราวทีพญาครุฑ และพญานาคเป็น คู่อริกันแต่ครั้งก่อน เป็นเพราะพญาทั้งสองนั้นมีความอดทน (ขันติ) มีความยินดีพอใจในการบริโภค อาหาร (สันโดษ) แม้ตนจะหิวเพียงใด แต่เพราะท่านเหล่านั้นมีคุณธรรม คือ สัจจะ เนกขัมมะ อโทสะ และสันโดษจึงสามารถรักษาความเป็นมิตรภาพ และเสรีภาพไว้ได้

หลักคำสอนต่าง ๆ ยังสะท้อนให้เห็นว่า เสรีภาพ คือ แนวความคิดทีเกี่ยวกับการกระทำ โดยตรง และเพื่อส่งเสริมความเข้าใจเกี่ยวกับเสรีภาพของบุคคลตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทได้อย่าง ถูกต้อง ในทีนี้ ผู้วิจัยจะมุ่งกล่าวถึงเสรีภาพในความหมายเกี่ยวกับการกระทำดังกล่าวและทีสำคัญยัง สะท้อนให้เห็นว่า พุทธปรัชญาเถรวาทเป็นศาสตร์ทีเข้าถึงการประพฤติปฏิบัติหรืออย่างทีทราบกัน โดยทั่วไปว่า เสรีภาพนั่นเอง และเป็นเสรีภาพเป็นสิ่งที่ไม่สามารถหยิบยื่นให้กันได้ แต่เป็นสิ่งที่บุคคล จะต้องกระทำด้วยตัวเองด้วยเหตุนี้ การกระทำจึงเป็นจึงหนึ่งของเสรีภาพ และเป็นหลักสำคัญที สามารถสะท้อนให้เห็นถึงแนวความคิดเรื่องเสรีภาพในพระพุทธานุศาสนานเถรวาทได้อย่างตรงไปตรงมา

^{๓๒} อง.ฉก.ก. (ไทย) ๒๒/๓๙/๔๙๐.

อย่างไรก็ดีเพื่อความเข้าใจยิ่งขึ้นในที่นี้ผู้วิจัยจะมุ่งกล่าวถึงเสรีภาพตามความหมายของการกระทำ ๓ ลักษณะ ได้แก่

(๑) การกระทำทางกาย คือ เสรีภาพในการทำที่ไม่ถูกบังคับ ไม่ถูกจำกัด ไม่ถูกลดฐานะ เช่น เป็นทาส ติดคุก ฯลฯ แต่สามารถกระทำได้โดยปลอดจากอุปสรรค

(๒) การกระทำทางวาจา คือ เสรีภาพในการพูดที่ไม่ติดขัด อันมีสาเหตุมาจากเงื่อนไขต่าง ๆ แต่สามารถพูดได้ สามารถดำเนินคดีในสิ่งที่ไม่ตีไม่งามของบุคคลอื่นได้อย่างสร้างสรรค์

(๓) การกระทำทางใจ คือ เสรีภาพในการคิดที่ไม่ถูกครอบงำด้านความคิดความเห็นแต่สามารถคิดเห็นได้ด้วยตนเอง เช่น สามารถพิจารณา ทบทวนก่อนทำก่อนพูด เป็นต้น ดังนั้น โทสะ คือ ความไม่โกรธ ไม่พยาบาทการไม่โกรธต่อผู้ที่โกรธ เป็นบุคคลผู้หวังให้คนอื่นมีความสุขทั่วถึงกัน เป็นผู้ที่ประกอบด้วยความเมตตากรุณา เมื่อตนเองมีความสุขก็อยากจะแบ่งความสุขให้ผู้อื่น เห็นผู้อื่นมีความสุขก็อยากจะช่วยให้พ้นทุกข์ทั้งการกระทำทางกาย วาจา และใจ เป็นต้น

สติ ความหมายตามพระพุทธพจน์ สติ^{๓๓} แปลว่า ความระลึกได้ถึงสิ่งที่เคยทำคำที่เคยพูดแล้วแม่นยำ สติ คือ ความระวัง ความไม่ขาดสติ คือ ระลึกได้ว่าเราโกรธแล้วนะ ความพยาบาทเกิดขึ้นแล้วนะ รับผิดชอบต่อได้แล้วรับผิดชอบต่อไปให้ปัญญา มีพระพุทธภาษิตตอนหนึ่งที่ตรัสตอบปัญหาของอชิตมานพหนึ่งใน มานพ ๑๖ คน ศิษย์ของพรหมณ์ภาวรี มีใจความว่า กระแสกิเลสเหล่านี้ใดที่มีอยู่ในโลก สติจะมาเป็นเครื่องกั้นกระแสกิเลสเหล่านั้น (ยานิ โสตานิ โลกสมิ สติ เตสึ นีวารณมิ) สติเป็นทำนบกั้นกระแสของกิเลสเหล่านั้น ความพยาบาท หรือ โทสะเป็นกระแสที่สำคัญของกิเลสในโลก ต้องมีสติคอยกำกับคอยระมัดระวัง ก็จะสามารถสกัดกั้นความพยาบาทที่จะเกิดขึ้นหรือว่าที่เกิดขึ้นแล้วให้บรรเทาลงไปได้ง่าย และลงไปได้เร็ว บางคนโกรธจนขาดสติ สามารถจะทำอะไรที่ไม่เคยทำได้ บางทีโกรธจนปวดศีรษะ หรือ บางทีมันจี้ดขึ้นมาบ่อย ก็ต้องพกยา ไข้บ้าง ยาที่ช่วยให้เราคลายเครียด ถ้าเพื่อสติไม่พอก็ต้องใช้ยาช่วยบ้าง ไม่ประมาท สติกับความไม่ประมาทเป็นอย่างเดียวกัน คัมภีร์มิลินทปัญหา ท่านจะบอกว่า ลักษณะของสติ คือ มีลักษณะให้หนักได้ ให้ระลึกถึงธรรมที่เป็นกุศล หรือ อกุศล มีโทษ หรือ ไม่มีโทษ และสติมีลักษณะถือไว้ คือ เมื่อเกิดขึ้นก็จะค้นหาธรรมว่า อย่างไรดีมีประโยชน์ อย่างไรดีมีอุปการะ แล้วถือไว้ตั้งไว้ เหนียวรั้งไว้ซึ่งธรรมที่มีประโยชน์ ที่มีอุปการะ แล้วถือไว้ตั้งไว้ เหนียวรั้งไว้ซึ่งธรรมที่มีประโยชน์ ที่มีอุปการะ แล้วก็กั้นสิ่งที่ไม่ดีไม่มีประโยชน์ ไม่มีอุปการะไปพิจารณาโดยทั่วไป ท่านมักจะจัดสติกับความไม่ประมาทเป็นธรรมอันเดียวกัน คือ เมื่ออธิบายความไม่ประมาท ท่านก็จะใช้คำจำกัดความว่า ความไม่ปราศจากสติ สติวิปวาโส ไม่ขาดสติ นั่นแหละ คือ ความไม่ประมาท ทั้งสองอย่างจึงเป็นธรรมที่ยิ่งใหญ่มาก เช่น พระพุทธพจน์ที่ว่า ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวว่าสติเป็นธรรมที่ควรปรารถนาในที่ทั้งปวง คือ หมายความว่าต้องใช้ในกิจการทุกอย่าง และกิจการทุกอย่างต้องทำด้วยความไม่ประมาท ความไม่ประมาทเป็นธรรมที่ยิ่งใหญ่อย่างไร พระพุทธเจ้าทรงยกย่องความไม่ประมาทอย่างไร ดูได้จากพระพุทธภาษิตต่อไปนี้ รอยเท้าของสัตว์ทั้งหลายรวมลงในรอยเท้าช้างได้ทั้งหมด คือ ความใหญ่ แล้วรอยเท้าช้างเป็นยอดของรอยเท้าสัตว์บก ฉะนั้น กุศลธรรมทั้งปวงรวมลงในความไม่ประมาท เรียกได้ว่า เป็นยอดของธรรมเหล่านั้น อันนี้ปรากฏในคัมภีร์

^{๓๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑) หน้า ๒๐๕

สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค พระไตรปิฎกเล่ม ๑๙ นอกจากนี้ ยังทรงแสดงคุณของความไม่ประมาทไว้ อีกหลายประการ เช่น ทำให้กุศลที่ยังไม่เกิดไม่เกิดขึ้น ที่เกิดแล้วเสื่อมไป ทำกุศลที่ยังไม่เกิดให้ เกิดขึ้นที่ เกิดแล้วเจริญยิ่งขึ้น

เมตตา^{๓๔} คือ ความปรารถนาให้ผู้อื่นได้รับสุข ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา ความสุขเกิดขึ้นได้ทั้งกายและใจ เช่น ความสุขเกิดจากความรัก ความสุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์เพื่อ การบริโภค ความสุขเกิดจากการไม่เป็นหนี้ และความสุขเกิดจากการทำงานที่ปราศจากโทษ เป็นต้น การระลึกถึงการแผ่เมตตา มีดังนี้

๑. ระลึกบ่อย ๆ ถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าที่เกี่ยวกับโทษของความพยาบาท^{๓๕} และ คุณของเมตตาต้องระลึกไว้บ่อย ๆ ตั้งแต่ยังไม่โกรธ เพราะเวลาโกรธแล้วจะลืมทันที โดยนัยนี้ก็มี ความจำเป็นที่จะต้องจดจำไว้บ้าง เหมือนเราเตรียมน้ำเอาไว้พร้อมก่อนที่จะกระหายน้ำ พอกระหาย น้ำเราก็ไปตักมา หรือไปกดมาไปไขมาดื่มได้ หรือ หุงข้าวเอาไว้ เตรียมกับเอาไว้เรียบร้อยแล้ว หิว เมื่อไหร่ก็กินได้ ไม่ใช่หิวแล้วเพิ่งไปหุงข้าว มันไม่ทันฉะนั้นก็ให้ระลึกบ่อย ๆ ถึงคำสอนของ พระพุทธเจ้าถึงโทษของความพยาบาท

ฆราวาสธรรม คือผู้ดำเนินชีวิตในทางโลก, ผู้ครองเรือน และ ธรรม แปลว่า ความถูกต้อง ความดีงาม นิสสัยที่ดีงาม คุณสมบัติ ข้อปฏิบัติ ฆราวาสธรรม แปลว่า คุณสมบัติของผู้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตทางโลก ประกอบด้วยธรรมะ ๔ ประการ คือ^{๓๖}

๑) สัจจะ^{๓๗} คือ ตั้งสัจจาธิษฐานไว้เสมอว่าเราจะไม่โกรธ จะไม่ให้ความพยาบาทครอบงำ เพราะคนที่ถูกความพยาบาทครอบงำแล้วย่อมละกุศล คือ ความดีความฉลาดเสีย แล้วก็จะเป็นการ เพิ่มพูนอกุศล คือ ความโง่ ความไม่ฉลาด บางคราวถ้าเผื่อว่าเราเผลอโกรธออกไป เป็นผู้พ่ายแพ้ต่อ ความพยาบาท ก็ต้องตั้งสัจจะใหม่ คือ ตั้งสัจจะเพื่อเอาชนะความพยาบาทในคราวต่อไป ถือคติแบบ นักวิทยาศาสตร์ว่าที่ทดลอง ๑๐๐ ครั้ง ล้มเหลว ๙๙ ครั้ง สำเร็จ ๑ ครั้ง นั่น คือ ความสำเร็จ อุปมา อุปมัยเหมือนเด็ก ๆ กว่าจะเดินได้ก็ล้มลุกคลุกคลานมาไม่รู้เท่าไรแต่พอเมื่อพยายามต่อไปในที่สุดก็ เดินได้ วิ่งได้สำเร็จ เด็กไม่รู้สัจจาธิษฐานแต่เด็กมีสิ่งที่เรียกว่าสัจจาธิษฐาน หรือ ความตั้งใจแน่วแน่ที่ จะเดินให้ได้ที่จะทำได้ และในที่สุดเด็กก็จะทำได้

๒) ทมะ^{๓๘} การฝึกตน แปลอีกอย่างได้ว่า การข่มใจ เรียกว่า ข่มใจไว้ก่อน มันคล้าย ๆ เบรกรถ แต่ในความหมายจริง ๆ ของธรรมะข้อนี้ ก็คือ การฝึกตน ฝึกกำลังความสามารถในการ อดกลั้น คนที่ฝึกตนแล้วเท่านั้นเป็นผู้ประเสริฐในหมู่มนุษย์ มนุษย์ที่ไม่ได้ฝึกสู้สัตว์เดรัจฉานไม่ได้

^{๓๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๒๕.

^{๓๕} วศิน อินทสระ, วิถีลละความโกรธ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๕๓), หน้า ๘๗.

^{๓๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๑๓.

^{๓๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๑๓.

^{๓๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๑๓.

เพราะว่าสัตว์เดรัจฉานนั้นเนื้อตัวมัน หนังมัน เขาหรืองามัน มีค่าอยู่ในตัวแล้ว มนุษย์เรารู้สัตว์เดรัจฉานไม่ได้ แต่ว่ามนุษย์ที่ได้ฝึกตนแล้วประเสริฐกว่าเทวดา เลิศกว่าเทวดาเสียอีก อย่างที่นักปราชญ์ท่านกล่าวสรรเสริญเอาไว้ ที่ว่ามีพรหมท่านหนึ่งมากล่าวหา พระพุทธเจ้าทราบทรงอนุโมทนาว่า คนที่ยังรังเกียจกันด้วยโคตร กษัตริย์ประเสริฐที่สุด แต่คนที่สมบูรณ์ด้วยวิชาและจรณะ คือ ความรู้และความประพฤติ ประเสริฐกว่าเทวดา และมนุษย์ที่ยังไม่ได้รับการฝึกยังไม่ีธรรมะก็รู้สัตว์เดรัจฉานไม่ได้ แต่มนุษย์ที่ฝึกแล้วมีค่ามาก มีคุณมาก และประเสริฐกว่าเทวดาเสียอีก ไม่ต้องพูดถึงมนุษย์ด้วยกันการฝึกตนให้เป็นคนอดทนได้ ช่มใจไว้ได้ ต้องอาศัยการฝึกอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

๓) ชั้นดี^{๓๙} อดทน ให้ออดทนไว้ก่อน อย่าเพิ่งพูดหรือทำอะไรในขณะที่โกรธ พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า อดทนเป็นตบะอย่างยิ่ง คนที่อยู่ด้วยกันอย่าโกรธพร้อมกัน ถ้าคนหนึ่งโกรธอีกคนหนึ่งต้องหยุดความพยายามให้ได้ เหมือนคนขับรถที่สามารถจะหยุดรถได้ทันทีที่ต้องการจะหยุด หรือในระยะพอสมควร คุณของชั้นดีนี้ บัณฑิตทั้งหลาย ได้สรรเสริญไว้มาก เช่น เป็นที่รักเป็นที่พอใจของคนทั้งหลาย ทำให้เป็นคนมีลาภ ทำให้เป็นคนมียศ ทำให้อยู่เป็นสุข ทำให้เป็นที่รักของเทวดา และมนุษย์ทั้งหลาย

๔) จาคะ^{๔๐} ความสละ คือ สละความชั่ว ได้แก่ ความพยายามนั้นแหละเสีย เพราะว่าความพยายามเป็นข้าศึกของคุณงามความดี อย่าหวังมันไว้ อย่าเอาความพยายามไว้เป็นเพื่อน มันเป็นมิตรเทียมไม่ใช่มิตรแท้ ถ้าจะให้ความพอใจ มันก็ให้ความพอใจในเบื้องต้น แต่ให้ทุกข์โศกเศร้า หรือนำเคราะห์ร้ายมาให้ในบั้นปลาย คำว่า จาคะ นี้มีความหมายหลายอย่างบางทีก็เป็นไวพจน์ของคำว่า ทาน ที่มีความหมายยิ่งกว่านั้นก็มี เช่น ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ตอนที่ว่าด้วยนิโรธความดับทุกข์ ก็หมายถึง ดับกิเลส ท่านใช้คำว่า จาคะเหมือนกัน คือ การดับค้นหาโดยไม่เหลือ การดับค้นหา การดับกิเลส การสละกิเลส การพ้นไปเสียจากกิเลส การบอกคืนกิเลสการสละคืนกิเลสที่เคยยึดถือไว้ อันนี้ก็เป็นการจาคะเหมือนกัน และในทศพิธราชธรรม ธรรมของผู้ปกครองก็มีจาคะอยู่เหมือนกันสละเหมือนกัน ในที่นั้นก็มีทานด้วย ปริจจาคะ หรือ จาคะ บริจาค ความหมายไม่เหมือนกัน ในทศพิธราชธรรมทานก็ คือ การให้วัตถุสิ่งของต่าง ๆ เพื่อการอนุเคราะห์บ้าง เพื่อการสงเคราะห์บ้าง เพื่อการบูชาคุณบ้าง แต่จาคะในทศพิธราชธรรม ท่านหมายถึง การเสียสละสุขส่วนตัว เพื่อความสุขส่วนรวม อย่างพระราชชา หรือ ผู้เป็นใหญ่ เช่นนายกรัฐมนตรี เป็นผู้นำประชาชน เป็นผู้นำประเทศ ก็ต้องมีจาคะ คือ การเสียสละความสุขส่วนตัวเพื่อความสุขส่วนรวม ส่วนความเห็นแก่ตัวมันเป็นกิเลสเป็นความชั่วที่ยิ่งใหญ่ ถ้าเรามีจาคะ สละความเห็นแก่ตัว สละความสุขส่วนตัว เพื่อประโยชน์สุขแก่คนส่วนรวม ก็เป็นจาคะ สละมันไป คนที่จะเป็นผู้นำประเทศต้องมีลักษณะอย่างนี้คือ เสียสละความสุขส่วนตัว เพื่อความสุขส่วนรวม ไม่ใช่เข้าไปเพื่อประโยชน์ของตัวเอง แต่เข้าไปเพื่อเสียสละประโยชน์ของตัวเอง คนอื่น ๆ ก็ช่วยกันเสียสละคนละเล็กคนละน้อย จะเป็นอยู่ในฐานะอย่างไรก็แล้วแต่ แต่ว่าช่วยกันเพื่อ

^{๓๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๑๓.

^{๔๐} พระราชวรมณี (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๔๒.

ประโยชน์ของประชาชนส่วนใหญ่ เวลานี้ก็น้ำท่วมกันอยู่เยอะ ไม่ควรมาทะเลาะกันในเรื่องไม่เป็นเรื่อง ในขณะที่ประชาชนส่วนใหญ่ยังลำบากอยู่ ควรช่วยกันคิดแก้ปัญหาความทุกข์ยากของประชาชนส่วนใหญ่ดีกว่า ฉะนั้นขอให้เรามีจาคะ อะไรที่มาเป็นอุปสรรคในการที่จะแก้ปัญหาเกี่ยวกับเรื่อง ความพยายาบทเช่นว่า หวงแหนสิ่งของจึงโกรธ เราก็หัดเสียสละสิ่งของเล็ก ๆ น้อยๆ บ้างไปถึงมากบ้าง ทีละเล็กทีละน้อย มันค่อยมากขึ้นตามวันเวลา เหมือนกับคนจะยกของหนักได้ ต้องค่อยๆ ยกขึ้นทีละน้อย ในที่สุดมันก็ยกได้ หวงแหนแล้วจึงโกรธ หรือ ริษยาแล้วจึงโกรธ เราก็สละความริษยาเสีย เพื่อจะได้ไม่โกรธ คือ อะไรที่เป็นเหตุให้เกิดความพยายาบท ก็พยายาสละสิ่งนั้นเสีย อันนี้เป็นอุบายอันหนึ่งในการที่จะลดละความพยายาบท หรือ เป็นธรรมเครื่องกำจัดความพยายาบท

หิริโอตตปปะ^{๔๑} คือความรู้สึกละอาย ความรู้สึกเกรงกลัว คือ ให้รู้สึกละอายเมื่อโกรธ ละอายตัวเอง ละอายลูกน้อง ละอายลูกหลานหรือคนใช้ ซึ่งบางคนเขาก็เยือกเย็นกว่า สงบได้มากกว่า ตามความเป็นจริงแล้ว เราซึ่งสูงกว่าเขาทั้งโดยวัยวุฒิ ทั้งคุณวุฒิ ทั้งโดยตำแหน่งฐานะควรจะเย็น และสงบให้ได้มากกว่าเขา เพื่อประโยชน์แก่ตัวเรา และเป็นการสอนเขาไปในตัวด้วยยังเป็นพระภิกษุสามเณร ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นสมณะที่แปลว่า ผู้สงบ ก็ยิ่งควรละอายให้มากกว่าที่จะแสดงความพยายาบทให้ชาวบ้านเห็น อย่าพูดถึงว่าจะไปชวนตีชวนต่อยกับใครเลย เป็นแต่เพียงแสดงความพยายาบทให้เด็กวัดเห็น ให้เณรน้อยเห็น ให้พระใหม่เห็นก็ไม่ควรแล้ว ตอนนี้อยู่พรรษาพระเข้ามาบวชใหม่เยอะ ถ้าพระใหม่เห็น พอสึกออกไปก็นำเรื่องทั้งดีทั้งไม่ดีในวัดไปเล่าขานกัน ถ้าได้อย่างที่ดี ได้สำนักที่ดี ได้ครูบาอาจารย์ที่ดี ได้อะไรที่ดีออกไป ก็เลื่อมใสศรัทธาต่อไปมากขึ้น ตรงกันข้าม ถ้าได้สิ่งที่ไม่ดี ได้ตัวอย่างที่ไม่ดีออกไป คาคดหวังเอาไว้มาก พอมาเห็นเข้าจริงมันไม่เป็นอย่างที่คาคดหวังเอาไว้ ก็เอาไปเล่าขานกัน บางคนเมื่อยังไม่บวชก็เลื่อมใสศรัทธาพระเณรศรัทธาอยู่ พอบวชแล้วติดลบ สึกออกไปกลายเป็นหันหลังให้ เพราะไปเจอสำนักที่ไม่ดี เห็นตัวอย่างที่ไม่ดี เพราะฉะนั้นต้องระวังนอกจากนี้ยังมีการแก้ไขความพยายาบทตามหลักสติปัฏฐาน ๔ และหลักวิปัสสนาญาณ สำหรับผู้ที่บำเพ็ญญาณในขั้นสูงยิ่งขึ้นไป ดังนี้

๑. วิธีดับความพยายาบทด้วยสมาธิ

คำว่า สมาธิ^{๔๒} หมายถึง ความมีใจตั้งมั่น ความตั้งมั่นของจิตความที่จิตใจสงบแน่วแน่ไม่ฟุ้งซ่านสมาธิที่เจริญอย่างจริงจังเพื่อบรรลุฌานต่าง ๆ นั้น เรียกอีกอย่างว่า สมถะ (ความสงบ) ก็ได้ เหตุที่เจริญสมาธิก็เพราะมีการเห็นโทษของกิเลสในใจ เช่น กามราคะ พยายาบท และความฟุ้งซ่านเป็นต้น จึงมีการเล่าเรียนฝึกฝนสมาธิ เพื่อควบคุมกิเลสทั้งหลาย มีนิวรรณ์ ๕ (เครื่องขัดขวาง) และกิเลสอื่น ๆ เช่น ความริษยา เป็นต้นด้วย ข้อดีมากของสมาธิก็คือ แม้จะยังไม่ถึงอัปปนาสมาธิ (สมาธิแนบสนิทที่เรียกว่าเข้าถึงปฐมฌานแล้วเป็นต้น) เพียงแค่เริ่มกำหนดกรรมฐาน เช่น ลมหายใจ ก็ทำให้จิตไม่ฟุ้งซ่านไปในความรัก ความชัง หรือ ความพยายาบทได้แล้ว ผู้ที่เจริญสมาธิสม่ำเสมอจึงเป็นผู้โกรธยาก โลภยาก เพราะความสุขในสมาธิประณีตกว่าความสุขจากกาม ดังนั้น ดับความพยายาบทด้วยสมาธิ คือ

^{๔๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๑๔.

^{๔๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๐๒.

ที่ท่านปฏิบัติต่อชาวสุนาปรีนตะชนบท คือ ให้มีสัจจะ ชันติ ทมะ จาคะ^{๔๓} และการมองโลกในแง่ดี (ด้วยเมตตากรุณา) ในการปฏิบัติต่อชาวสุนาปรีนตะชนบท เพื่อเป็นกุศลโอบายในการระงับความ พยาบาท หรือ ความพยายามให้ดับไปนั่นเอง

๔. วิธีการดับความพยายามที่พระสารีบุตรแนะนำ

เป็นวิธีเลือกมองเพื่อให้รู้ให้เข้าใจความจริงเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างบุคคล ๕ อย่าง คือ^{๔๔}

(๑) หากความประพฤติทางกายของเขาไม่ดี แต่ความประพฤติทางวาจาเรียบร้อย หมดจดดี ก็พึงมนสิการ (ใส่ใจ) เฉพาะความประพฤติดีทางวาจา เปรียบเหมือนภิกษุผู้ถือผ้าบังสุกุล เป็นวัตร เธอเดินไปพบเศษผ้าเก่าบนท้องถนน เธอเอาเท้าซ้ายยกดู แล้วเอาเท้าขวาคู้ผ้านั้นออก ส่วน ไตยังดีใช้อยู่ ก็ฉีกเอาแต่ส่วนนั้นไป ฉะนั้นการอุปมาอุปมายข้างต้น คือ ให้เราเลือกแต่สิ่งที่ดีของเขามียู่ เท่านั้นสิ่งไหนไม่ดีเราก็ไม่เก็บไว้ปล่อยทิ้งไปเสีย ถือเอาเฉพาะวาจาที่เรียบร้อยเท่านั้น ส่วนกายแสดง ออกมาที่ไม่ดีก็อย่าไปถึงเอาภิกษุทางกายนั้นทิ้งเสีย

(๒) หากความประพฤติทางวาจาไม่ดี แต่ความประพฤติทางกายเรียบร้อยหมดจด ก็พึงมนสิการเฉพาะทางกาย เปรียบเหมือนสระโบกขรณีมีสาหร่ายจอกแหนคลุมเต็มไปหมด เมื่อคน เดินทางแดดร้อน เหน็ดเหนื่อย หิวกระหายมาถึงเข้า ก็ลงไปยังสระนั้น เอามือแหวกสาหร่ายจอกแหน ออก แล้วกระพุ่มมือกอบแต่น้ำมาดื่มแล้วเดินทางต่อไป ฉะนั้น การอุปมาอุปมายข้างต้น ให้ถือเอา เฉพาะกายที่เรียบร้อยเท่านั้น ส่วนวาจาที่แสดงออกมาที่ไม่ดีก็อย่าไปถึงเอาภิกษุทางวาจานั้นทิ้งเสีย

(๓) หากความประพฤติทางกาย และวาจาไม่ดี แต่ทางใจมีความปลอดโปร่งดีงาม ผ่องใสเป็นครั้งคราว ก็พึงมนสิการเฉพาะทางใจที่ผ่องใสเป็นครั้งคราวนั้น เปรียบเหมือนมีน้ำขังอยู่ เล็กน้อยในรอยเท้าโค คนผู้หนึ่งเดินผ่านความร้อน และความหิวมาถึงเข้า เขาคิดว่าถ้าเอามืออึกหรือ ภาชนะตักก็จะทำให้น้ำขุ่น จึงนั่งคุกเข่าเอามือยันพื้น ก้มลงเอปากดื่มอย่างโค เสร็จแล้วก็ลืกลไป ฉะนั้น การอุปมาอุปมายข้างต้น ให้ถือเอาเฉพาะทางใจมีความปลอดโปร่งดีงามผ่องใสเป็นครั้งคราวเท่า อย่าไปถือเอาความประพฤติทางกาย และวาจาไม่ดีของเขามาทิ้งไปเสีย

(๔) หากความประพฤติทางกาย และวาจาก็ไม่ดี อีกทั้งทางจิตใจก็ไม่ปลอดโปร่งดี งาม ในเวลานั้นก็ควรตั้งความเมตตากรุณา คควรคิดอนุเคราะห์ช่วยเหลือต่อเขา ขอให้เขาทำดีทำ สุจริต ตายแล้วอย่าได้ถึงทุกคติเลย เปรียบเหมือนคนเจ็บไข้ป่วยหนัก กำลังเดินทางไกล ไม่พบบ้านเรือน จึงไม่ได้อาหารที่เหมาะสมไม่ได้ยา และพยาบาลที่เหมาะสม เป็นต้น มีคนผู้หนึ่งเดินทางไกลผ่านพบเข้า เขา ตั้งจิตเมตตากรุณา คิดอนุเคราะห์ว่า โอ้หมอ ขอให้คนผู้นี้ได้อาหาร และยา เป็นต้น ที่เหมาะสมขอ อย่าได้ถึงความพินาศเลย ฉะนั้น การอุปมาอุปมายข้างต้น หากความประพฤติทางกาย และวาจาก็ไม่ดี อีกทั้งทางจิตใจก็ไม่ปลอดโปร่งดีงาม อย่าไปถือเอาความประพฤติทางกาย วาจา และใจไม่ของเขา

^{๔๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๕๕.

^{๔๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๓๕.

ทิ้งไปเสีย แล้วตั้งความเมตตาการุณย์ คิดอนุเคราะห์ช่วยเหลือต่อเขา ขอให้เขาทำดี ทำสุจริต ตายแล้วอย่าได้ถึงทุกคติเลย

(๕) หากความประพฤติดังกล่าว ทางวาจาดี ทั้งทางจิตใจก็ปลอดโปร่งผ่องใสอยู่เนื่อง ๆ ก็พึงมนสิการได้ทั้ง ๓ ทาง เพราะจะพาให้ผู้มนสิการมีจิตผ่องใสไปด้วยเปรียบเหมือนสระโบกขรณีมีน้ำใสเย็นฉ่ำน่าชื่นใจ ชายฝั่งก็เรียบร่อนน่ารื่นรมย์ ปกคลุมด้วยหญ้าไม้نانาพรรณ คราวนั้นบุรุษคนหนึ่งเดินทางไกล ร้อน หิว กระจาย อ่อนล้า ผ่านมาพบเข้า เขาลงไปในสระนั้น ตีมน้ำ หรือจะนั่งจะนอนตรงไหนก็น่าชื่นใจทั้งนั้น ดังนั้น วิธีดับโกรธที่พระสารีบุตรแนะนำมาทั้ง ๕ ประการ เป็นการอุปมาให้ข้อคิดเพื่อรู้เท่าทันความพยาบาทที่จะเข้ามาโดยหากุสโลบายในการแก้ปัญหา คือ ให้เราเลือกแต่สิ่งที่ดีของเขาที่มีอยู่เท่านั้นสิ่งไหนไม่ดีเราก็ไม่เก็บไว้ปล่อยทิ้งไปเสีย และถ้าความประพฤติดังกล่าว วาจา และใจของเขาไม่ดีทั้ง ๓ อย่างก็ทิ้งไปเสียให้หมด หรือ กลอุบายอีกแห่งหนึ่ง คือ เรายกเอาแต่แง่ดีของเขา แง่ใดแง่หนึ่งขึ้นมาพิจารณาถ้าไม่พบความดีของเขาเลย ก็พึงตั้งจิตเกื้อการุณย์เอาใจช่วยให้เขาทำความดี เพื่อพ้นจากทุกคติ

๕. วิธีการดับความพยาบาทตามคัมภีร์วิสุทฺธิมรรค

คัมภีร์วิสุทฺธิมรรคแสดงอุบายในการปฏิบัติ เพื่อแก้ไขความคิดแค้นใจไว้หลายอย่าง ซึ่งเลือกใช้ได้ตามความเหมาะสมกับอุปนิสัยของบุคคล

(๑) พึงระลึกถึงโทษของความพยาบาท ด้วยการระลึกถึงคำสอนที่ให้ระงับความพยาบาท เช่นภิกษุทั้งหลาย แม้หากพวกโจรป่าจะพึงจับไปแล้วเอาเสื้อผ้ากาย หากผู้ใดทำจิตใจให้คิดร้ายในพวกโจรนั้น ผู้นั้นก็ไม่ชื่อว่าทำตามคำสอนของเรา หรือ ผู้ใดโกรธตอบผู้โกรธก่อน ผู้นั้นเลวกว่าผู้ที่โกรธก่อน ส่วนผู้ไม่โกรธตอบ ผู้นั้นก็ชื่อว่าชนะสงครามที่ชนะได้ยาก ภิกษุทั้งหลาย ถ้าแม้ภิกษุจะจับชายสังฆาฏิตติดตามไปข้างหลังเรา แต่ภิกษุนั้นเป็นผู้มี อภิชฌา (ความเพ่งอยากได้) มีความกำหนัดแรงกล้าในกามทั้งหลาย มีจิตพยาบาท ภิกษุนั้น ย่อมอยู่ห่างไกลเราทีเดียว และเราก็อยู่ห่างไกลภิกษุนั้น เพราะภิกษุนั้นไม่เห็นธรรม เมื่อไม่เห็นธรรมย่อมถือว่าไม่เห็นเรา หรือผู้ใดโกรธก็เท่ากับผู้นั้นทำตัวให้ประสบผลร้ายต่าง ๆ เช่น มีผิวพรรณทราม ใบหน้าหม่นหมอง และนอนเป็นทุกข์ เป็นต้น

(๒) พึงระลึกถึงความดีของเขา คือ ยกเอาแต่แง่ดีของเขา แง่ใดแง่หนึ่งขึ้นมาพิจารณาถ้าไม่พบความดีของเขาเลย ก็พึงตั้งจิตเกื้อการุณย์ เอาใจช่วยให้เขาทำความดี เพื่อพ้นจากทุกคติ

(๓) พิจารณาว่าความพยาบาท คือ การสร้างทุกข์ให้ตัวเอง และศัตรูก็สนใจพึงสอนตนเองให้รู้ว่าตัวเจ้าเมื่อออกบวช ต้องละมารดาบิดาผู้มีอุปการะมาก ละหมู่ญาติออกมาได้ แล้วทำไมเจ้าจึงละความพยาบาท ที่เป็นศัตรูทำความพินาศใหญ่มิได้ละหรือคนที่ถูกโกรธเขาไม่รู้เรื่องด้วยเขาก็อยู่ของเขาตามสบาย แต่เราลืออยู่เป็นทุกข์เสียเอง ศัตรูต้องการให้เจ้าเป็นทุกข์ เมื่อเราโกรธตอบเขาก็เท่ากับเป็นทุกข์สมใจเขาแล้ว ดังนี้ เป็นต้น

(๔) พิจารณาตามหลักกรรมว่า แต่ละคนมีกรรมเป็นของตน เตือนตัวเองว่าความพยาบาทนี้เป็นปัจจัยได้ทำอกุศลกรรมต่าง ๆ กรรมเหล่านั้นจักเป็นไปเพื่อความเสื่อมแก่ตัวเราเพราะเราเป็นผู้มีกรรมเป็นของตน เป็นผู้รับมรดกของกรรม กรรมที่เกิดจากความพยาบาทนั้น ไม่เป็นไปเพื่อให้เราบรรลุธรรมหรือความเป็นพระราชา เป็นต้น ที่มีแต่ทำให้เราเคลื่อนจากพระศาสนา และ

เข้าถึงทุกชั้นในนรก เป็นต้น, การโกรธเขา ก็เป็นเหมือนการที่เราเอามือกอบอุจจาระหมายไปโปะใส่ผู้อื่น ตัวเรานี้แหละ همینก่อน

(๕) พิจารณาพระจริยาวัตรในปางก่อนของพระพุทธเจ้า คือ ระลึกถึงตัวอย่างความเสียสละของพระองค์ ตั้งแต่ครั้งเป็นพระโพธิสัตว์ เช่น ในชาติกหลายเรื่องพระองค์ได้ทรงสละชีวิตช่วยเหลือแม่ผู้เป็นศัตรู ทรงชนะใจเขาด้วยความดีเช่น สมัยพระสีลวะโพธิสัตว์ ทรงถูกยึดพระราชอำนาจ ศัตรูจับพระองค์ฝังดินให้เหลือแค่คอทรงใช้อุบายให้สุนัขจิ้งจอกคุ้ยดินจนหลุดรอดมาได้ ต่อมาพระองค์ก็ลอบเข้าห้องบรรทมของพระราชารู้เป็นศัตรูด้วยอำนาจของยักษ์ แต่พระองค์ก็ไม่ทรงทำร้าย ทรงปลุกให้ตื่นแล้วสัญญาเป็นพระสหายกัน หรือ สมัยเป็นขันตีวาทีดาบส (บำเพ็ญขันตีบารมี) ถูกพระราชากลาพูโยยด้วยหวาย ตัดมือ และเท้าด้วยดาบ ก็ไม่ทำความพยายามให้เกิดขึ้นแก่พระราชาราช ตัวอย่างเหล่านี้ เป็นกำลังใจให้สามารถดำรงตนอยู่ในความดี คือ ความไม่โกรธได้ พิจารณาถึงความที่เคยเกี่ยวข้องกันในสังสารวัฏ ดังที่ตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย สัตว์ผู้ไม่เคยเป็นมารดา ไม่เคยเป็นบิดา ไม่เคยเป็นพี่น้องชาย ไม่เคยเป็นพี่น้องหญิง ไม่เคยเป็นบุตร ไม่เคยเป็นธิดากันนั้นหาได้ยาก พึงนึกว่าเขากับเราก็คงเคยเป็นญาติพี่น้อง มีอุปการะกันมา ไม่ควรจะมาโกรธกัน

(๖) พึงพิจารณาอานิสงส์แห่งเมตตา คือ พึงมีจิตเมตตาจิตต่อกัน และกัน ดีกว่าโกรธอาฆาตมาดร้ายกัน ทั้งเมตตาอันนี้มีอานิสงส์มาก เช่น ทำให้หลับ และตื่นเป็นสุข เป็นต้น

(๗) พิจารณาแบบจำแนกแยกธาตุ คือ มองให้เห็นความจริงว่า ที่เราโกรธกันวุ่นวายไปนั้น ความจริงแล้วมีแต่สิ่งที่คิดสมมติกันว่าเป็นสัตว์บุคคลเป็นผู้นั้นผู้นี้ แท้จริงแล้วมีเพียงอาการ ๓๒ เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น มีแต่ธาตุต่าง ๆ เช่น ธาตุดิน และธาตุไฟ เป็นต้น มีแต่ขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ ประชุมกัน เราโกรธอะไรละ โกรธผมหรือ ขน หรือ หรือว่าโกรธธาตุดินดังนี้ เป็นต้น จะเห็นว่าความพยายามไม่มีฐาน ที่ตั้งอะไรเลย

(๘) พึงให้ทานหรือการแบ่งปันสิ่งของแก่กัน คือ พึงให้ และแบ่งปันของของตนแก่คนที่ไม่ถูกกันกับตน และพึงรับสิ่งของจากคู่ปรปักษ์นั้น เพื่อเป็นการแสดงไมตรีจิตต่อกัน ช่วยให้จิตใจอ่อนโยน เข้าใจเห็นใจกัน ความพยายามเลือนหาย ความรักเกิดแทน ศัตรูก็มาเป็นมิตร ดังนั้น คัมภีร์วิสุทธิมรรคแสดงอุบายในการปฏิบัติ เพื่อแก้ไขความคิดแค่นใจหรือความพยายามไว้หลายอย่าง ซึ่งเลือกใช้ได้ตามความเหมาะสมกับอุปนิสัยของบุคคลดังที่กล่าวมาข้างต้น เช่น พึงระลึกถึงโทษของความพยายาม ด้วยการระลึกถึงคำสอนที่ให้ระงับความพยายาม พึงพิจารณาอานิสงส์แห่งเมตตา คือ พึงมีจิตเมตตาจิตต่อกันและกัน ดีกว่าโกรธอาฆาตมาดร้ายกัน จะทำให้ตนเองหลับและตื่นก็เป็นสุข เป็นต้น

๖. วิธีการดับความพยายามที่สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพะสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก

วิธีที่จะแก้ความพยายามให้เกิดผลรวดเร็ว ไม่ชักช้ามีอยู่ว่า ให้พยายามทำสติให้รู้ตัวเมื่อความพยายามเกิดขึ้น คือ เมื่อโกรธก็ให้รู้ว่าโกรธแล้ว ก็ให้พิจารณารูปร่างหน้าตาของความพยายามให้ เห็นว่าเป็นความร้อน เป็นความทุกข์ จนกระทั่งถึงให้รู้ว่า เป็นอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาให้มีสติพิจารณาอยู่เช่นนั้น อย่าให้ขาดสติ เพราะเมื่อขาดสติเวลาโกรธจะไม่พิจารณาเรื่องดังกล่าว แต่จะต้องออกไปพิจารณาเรื่อง หรือผู้ที่ทำให้มีความพยายาม และก็ไม่เป็นการพิจารณาเพื่อให้ความพยายาม

ลดน้อย แต่จะกลับเป็นการพิจารณาให้ความพยายามมากขึ้น เหมือนเป็นการเพิ่มเชื้อให้แกไฟ จึงต้องพยายามทำสติ ควบคุมสติให้พิจารณาเข้ามาภายในใจเท่านั้น ให้เห็นความพยายาม คอยอยู่แต่รูปร่างหน้าตาของความพยายามเท่านั้น การทำเช่นนั้นท่านเปรียบว่าเหมือนขโมยที่ซุกซ่อนอยู่ เมื่อมีผู้มาดูหน้าตาก็จะซุกซ่อนอยู่ต่อไปไม่ได้ต้องหนีไป ฉะนั้นใด ความพยายามก็เช่นกัน เมื่อเกิดขึ้นแล้วถูกจ้องมองดูอยู่ ก็เหมือนขโมยที่มีผู้มาดูหน้าจะต้องหลบไป เมื่อความพยายามหลบไป หรือระงับลงความร้อนก็จะไม่มี ใจก็จะสบายได้โดยควร ฉะนั้น วิธีดับโกรธที่สมเด็จพระสังฆราช คือใช้อุบายให้พยายามทำสติให้รู้ตัวเมื่อ ความพยายามเกิดขึ้น เมื่อโกรธก็ให้รู้ว่าโกรธแล้วก็ให้พิจารณารูปร่างหน้าตาของความพยายาม ให้เห็นว่าเป็นความร้อน เป็นความทุกข์ อย่าให้ขาดสติ จึงต้องพยายามทำสติควบคุมสติให้พิจารณาเข้ามาภายในใจเท่านั้นไป เพื่อจะให้ความพยายามนั้นลดลงนั่นเอง เมื่อความพยายามลดลง หรือหลบไป หรือระงับลงความร้อนก็จะไม่มีใจก็จะสบายได้โดยควร

๒.๕ สรุปท้ายบท

ความหมายความพยายามมีปรากฏในพระไตรปิฎกมี ๓ ปิฎก คือ (๑) ความพยายามในพระวินัยปิฎกปรากฏ (๒) ความพยายามที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎกและ (๓) ความพยายามที่ปรากฏในพระอภิธรรมปิฎก

ลักษณะของความพยายาม คือความพยายามที่ร้ายแรงกว่าอัคคีภัย ความเสียหายแก่ชีวิต และทรัพย์สินอันเนื่องมาจากไฟภายใน คือ โทสะนั้น มีมากกว่าไฟภายนอกอย่างเทียบกันไม่ได้ ลองนึกดูว่าในโลกที่มีประชากรหลายพันล้านคนนี้ วันหนึ่ง ๆ มีเพลิงโทสะเกิดขึ้นกี่ครั้งเมื่อเพลิงโทสะเกิดขึ้น แทนที่จะทำให้สว่าง กลับทำจิตใจให้มีมืดมิดยิ่งขึ้น คนโกรธย่อมไม่รู้จักประโยชน์ของตนและของผู้อื่นขัดตามความเป็นจริง คนโกรธย่อมก่อกรรมที่ทำได้ยากเหมือนทำได้ง่าย คนโกรธฆ่าบิดามารดาได้ ฆ่าพระอรหันต์ก็ได้ ฆ่าตนเองก็ได้ ฆ่าใครต่อใครก็ได้ เรื่องที่ร้ายแรง หรือทารุณโหดร้ายขนาดไหน คนโกรธทำได้ทั้งนั้น

วิธีดับความพยายามตามทรรศนะของพระพุทธศาสนาโดยใช้กลอุบายหลายวิธีที่จะกำจัดความพยายาม แต่โดยส่วนใหญ่ต้องอาศัยสมาธิ คือ การทำจิตให้ตั้งมั่นในระดับฌานต่าง ๆ มีปฐมฌาน เป็นต้น แล้วดำเนินไปถึงขั้นวิปัสสนา คือ พิจารณาธรรมด้วยปัญญาเห็นความจริงของสังขารคือ ชั้น ๕ เป็นต้น มีใช้สัตว์บุคคลตัวตนอะไรทั้งสิ้นเห็นชัดด้วยปัญญาจึงละ โลภะ โทสะ โมหะ จนไปถึง (สมุจเฉทปหาน) เป็นการละกิเลสที่เด็ดขาด ความพยายามความอาฆาตมาดร้ายกันก็ดับสนิทตามไปด้วย

บทที่ ๓

เนื้อหาสาระในนวนิยายเรื่อง บ่วง

เนื้อหาสาระ พยาบาทที่ปรากฏในนวนิยายเรื่อง บ่วง ที่มีความพยาบาทว่ามีลักษณะอย่างไร ในนิวรรณ์ อุกุศลธรรมบท และสังโยชน์ ผู้วิจัยได้อธิบายดังนี้

๓.๑ ความพยาบาทในนิวรรณ์ที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง

๓.๒ ความพยาบาทในอุกุศลธรรมบทที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง

๓.๓ ความพยาบาทในสังโยชน์ที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง

๓.๔ สรุปท้ายบท

๓.๑ ความพยาบาทในนิวรรณ์ที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง

ความพยาบาทในนิวรรณ์ คือการปิดกั้นไม่ให้บุคคลทำความดี ซึ่งเป็นการอาฆาต มาตราร้ายที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง ที่รับภรรยาแล้วความฝันให้วรรณศิกาทิง วรรณศิกาเชื่อตามที่รับภรรยาแล้ว และพาคุณไปรู้จักกับลุงช่วง ลุงของพ้านี่ ที่เป็นคนธรรมะธรรมไม่นั่งสมาธิมานาน สามารถนั่งทางในเห็นสิ่งที่คนทั่วไปมองไม่เห็นได้ ลุงช่วงบอกความจริงที่นั่นกับรับภรรยาว่า บ้านสวนของเธอทั้งเรือนใหญ่และเรือนเล็ก ต่างมีวิญญาณเป็นหญิงแก่สองคนสิงสถิตอยู่ ที่เรือนหลังใหญ่มีวิญญาณดีเวียนอยู่ไม่ยอมไปเกิดใหม่เพราะเป็นห่วงลูกหลาน แต่ที่เรือนหลังเล็กมีวิญญาณร้ายวนเวียนอยู่ เพราะต้องการจองเวรรับภรรยา วิญญาณร้ายเป็นโอปปาติกะที่มีความพยาบาทอาฆาตแรงแรงมาก จนเป็นห่วงร้อยรัดเธอเอาไว้ไม่ยอมไปผูกไปเกิด แต่ลุงช่วงไม่สามารถติดต่อกับวิญญาณร้ายได้ จึงไม่รู้ว่าเธอต้องการจองเวรรับภรรยาด้วยความโกรธแค้น ซึ่งเป็นผลมาจากโทสะ

๓.๑.๑ โทสะในนิวรรณ์ที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง

โทสะเกิดจากมานะ คือ ความถือตัวถือตน ความรู้สึกตัวเด่นกว่าเขา ตัวด้อยกว่าเขา หรือตัวเสมอกับเขา เมื่อถูกกระทบเข้าก็เกิดความไม่พอใจ เกิดโทสะขึ้น เมื่อเกิดขึ้นแล้วหากระงับไม่ได้ก็จะนำไปสู่ความชั่วความไม่ดีต่าง ๆ เช่น การทะเลาะวิวาท การกลั่นแกล้งกัน การทำร้าย ในที่สุดเป็นเหตุให้ฆ่ากัน เป็นเหตุให้ตัวเองเดือดร้อน โลกก็เร่าร้อน ขาดสันติภาพ อยู่กันอย่างเดือดร้อนหวาดระแวงกันและกัน อันเป็นสภาวะอารมณ์เป็นอารมณ์โกรธ โดยธรรมชาติแล้วเป็นบุคคลผู้มีหลักการของตนเองในการทำงานและการกระทำต่าง ๆ และมักเป็นผู้เคารพกฎเกณฑ์และมีวินัยสูงกว่าจริตอื่น ๆ และการที่ตัวเองมีหลักเกณฑ์ ระเบียบวินัยค่อนข้างสูง จึงทำให้ทนไม่ได้เมื่อมาเจอผู้ที่ไม่มีการระเบียบวินัย ไม่มีเคารพหลักเกณฑ์ นอกจากนี้จะเป็นคนที่รักษาคำพูดรักษาเวลา จึงทำให้ทนไม่ได้มาเมื่อกับคนที่ไม่รักษาคำพูดไม่รักษาเวลา

การที่ยึดมั่นในหลักการและกฎเกณฑ์ต่างมากกว่าคนอื่น ๆ ทำให้เป็นคนตรงไปตรงมา ทำให้บุคคลที่เป็นโทสะจริงมีสมาธิแรงแรงมาก แต่ในทางกลับคนที่ไม่มีพื้นฐานจิตเป็นโทสจริตมักมีสติ

ค่อนข้างอ่อน เพราะไม่ได้ดูโลกตามความเป็นจริง ไม่ได้ดูว่าคนอื่นเขาคิดอย่างไร แตกต่างกันเราอย่างไร อันที่จริงแล้วคนกลุ่มก็แทบไม่สนใจดูคนอื่นหรือดูโลกเท่าไรเลย เพราะคิดว่าโลกหรือทุกคนควรจะเปลี่ยนตัวเองไปตามหลักการหลักเกณฑ์ที่ถูกต้อง นั่นคือ ทุกคนควรมีวินัย ควรตรงต่อเวลา ควรเคารพกฎเกณฑ์ โลกของกลุ่มโทสจริตเป็นโลกที่ควรจะเป็น ไม่ใช่เป็นโลกที่เป็นอยู่จริง คนที่ไม่สามารถทำได้จะถูกดูว่าไม่มีความสามารถ และมีท่าทางเหยียดหยันโลก ดูถูกโลก กลุ่มโทสจริตจึงไม่ค่อยมีความเมตตาต่อกันมากนัก เพราะมองว่า คนพวกนี้ทำตัวของตัวเอง ไม่รักษาคำพูด ไม่มีระเบียบวินัย บุคคลประเภทโทสจริตลึก ๆ แล้วก็เป็นคนอ่อนข้างในเพราะไม่ค่อยได้รับความรักความอบอุ่น จึงมีความน้อยใจหรือต้องการความรักความอบอุ่นอยู่เสมอๆ แต่เมื่อไม่ได้รับการตอบสนอง เลยจำต้องยึดกรอบเกณฑ์ระเบียบเป็นเสมือนเป็นเกราะป้องกันความอ่อนแอภายใน และไม่ต้องการให้ใครได้เห็นความอ่อนแอดังกล่าว แต่การที่มีเกราะขึ้นมาป้องกันมากทำให้ไม่สามารถแสดงความรักความรู้สึกได้มากเท่าไร ทำให้จิตใจค่อนข้างขุ่นเคืองเป็นประจำ จะโมโหง่าย รำคาญคนง่าย หากท่านเริ่มรู้ตัวว่าเริ่มโกรธเริ่มโมโหเริ่มรำคาญใจ คิดเป็นอกุศล แสดงกิริยาออกมาทางวจีกรรม และกายกรรมที่เป็นอกุศล เพราะจะนำมาซึ่งความเสียหายทั้งต่อตัวเองและคนอื่น การสร้างความเจ็บปวดให้ผู้อื่นไม่ว่าจะโดยวจีกรรมหรือกายกรรมก็ตาม ในที่สุดแล้วจะส่งผลกลับมาให้ตัวเราเอง

สรุปว่า บุคคลที่มีโทสะ ควบคุมเมตตา มีความรักต่อผู้อื่น คือรักที่มุ่งเพื่อปรารถนาดี โดยไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ ลักษณะของเมตตา ควรสร้างความรู้สึกคุณอารมณ์ไว้ตลอดวัน ว่า เราจะเมตตาสงเคราะห์ เพื่อนที่เกิด แก่ เจ็บ ตาย จะไม่สร้างความลำบากให้แก่สรรพสัตว์ทั้งหลาย ความทุกข์ที่เรามี เราก็มีเสมอเขา ความสุขที่เรามี เราก็สบายใจไปกับเขา รักผู้อื่นเสมอด้วยรักตนเองบุคคลที่มีโทสะ ควรเจริญเมตตาให้มาก คนในจิตนี้มักจะทำร้ายผู้อื่นได้ง่ายกว่าจิตอื่น ๆ คนซึ่งมีการขัดเกลากทางด้านจิตใจน้อยหน่อย ก็อาจจะทำร้ายผู้อื่นทางร่างกาย แต่ผู้มีการขัดเกลากทางด้านจิตใจมากขึ้นหน่อยก็จะทำร้ายผู้อื่นทางวาจา แต่ไม่ว่าท่านจะทำร้ายด้วยวิธีใดโดยจะรู้ตัวหรือไม่ หากเริ่มโมโหหรือโกรธ ขอให้รีบเจริญเมตตาต่อผู้อื่น เพราะความโมโหหรือโกรธจะหยุดด้วยความเมตตา หากโมโหมาก ๆ ให้เหลือบดูสีหน้าของบุคคลที่อยู่รอบข้าง ซึ่งมีความทุกข์และความเศร้าพอเพียงอยู่แล้ว ท่านไม่ควรซ้ำเติมให้เขามีความทุกข์กายทุกข์ใจมากกว่านี้ ให้คิดว่า การทำร้ายด้วยวจีกรรม ก็ไม่ต่างกันกับการทำร้ายด้วยพละกำลัง การเจ็บกายอาจหายได้ แต่การทำให้คนอื่นเจ็บใจนั้น จะฝังอยู่เนิ่นนาน ซึ่งนับว่าเป็นการสร้างกรรมที่รุนแรงกว่าการกระทำเสียอีก ดังที่ปรากฏในละครเรื่อง บ่วง

๓.๒ ความพยาบาทในอกุศลกรรมบถที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง

ความพยาบาทในเรื่องบ่วง คือแรงอาฆาต แรงแค้น แรงริษยา หรือ รักแรง แรงพวกนี้มีพลังสูง คืออำนาจของกิเลส ถึงร่างกายจะสลายไป มันก็ยังคงมีพลังอยู่ เป็นห่วงคล้องไม่ให้ชีวิตหลังความตายเป็นไปตามกระแสกรรม กรรมของแต่ละคนมีที่มาเหมือนลูกโซ่ เป็นห่วงติดต่อกันไม่มีที่สิ้นสุด ถ้าเราไม่ตัดมัน มันจะกลายเป็นห่วงยึดยาวต่อไปไม่รู้จบ ความอาฆาตแค้นก็เป็น บ่วง ความรัก ความห่วงใยก็เป็น บ่วง ติดตามมา ด้วยแรงอาฆาตที่เกิดจากการกระทำของตนเอง ด้วยอกุศลกรรมของตัวเองทั้งทางใจ ทางกาย และทางวาจา ด้วยอกุศลกรรมบถ ถือเป็นวิถีการปฏิบัติหรือการกระทำ

ในทางอันไม่ตั้งงาม ไม่ถูกต้องตามหลักศีลธรรมหรือตามคัมภีร์คลองธรรม ทั้งทางกาย วา และใจ อันนำไปสู่ความเสื่อม และความทุกข์ แก่ตน และแก่ผู้อื่น ประกอบด้วย

๓.๒.๑ ความพยาบาทในกายกรรม ๓

อกุศลกรรมบถทางกาย คือ การกระทำที่แสดงออกด้วยกาย โดยอกุศลกรรมบถทางกายกรรม เรียกว่า กายทุจริต ๓ ประการ คือ

๑) ปาณาติบาต หมายถึง การฆ่าสัตว์ตัดชีวิต คือ การกระทำโดยเจตนาที่ทำให้สัตว์ที่มีชีวิต มีลมหายใจ และมีจิตวิญญาณถูกทำลายหรือตายไป

๒) อทินนาทาน หมายถึง การลักทรัพย์ คือ การเอาสิ่งของของผู้อื่นมาด้วยอาการอันเป็นโจรที่ผู้อื่นไม่ยินยอมให้ เช่น เข้าไปลักทรัพย์ภายในบ้านที่เจ้าของไม่อยู่บ้าน

๓) กาเมสุมิฉฉาจาร หมายถึง การประพฤตินิmithทางกาม คือ การประพฤตินิmithในการมีเพศสัมพันธ์กับชายต้องห้าม และหญิงต้องห้ามทั้งหลาย เช่น มีเพศสัมพันธ์กับภรรยาคนอื่น

ในนวนิยายเรื่องบ่วงมีลักษณะตัวละครและแสดงออกถึงความพยาบาททางกาย คือ

สามน หมู่ม้วยทำงาน ตำแหน่งหน้าที่การงานดี เป็นถึงหัวหน้าฝ่ายบริษัทคอมพิวเตอร์ยักษ์ใหญ่ในสหรัฐอเมริกาทั้ง ๆ ที่ยังอายุไม่มาก เขาเกิดที่เมืองไทยแต่ไปเติบโตที่อเมริกา เพราะต้องติดตามพ่อที่ทำงานเป็นทูตอยู่ที่นั่น สามนเกิดมาพร้อมด้วยรูปสมบัติ คุณสมบัติ และทรัพย์สมบัติอย่างที่ว่า ๆ หลายคนพึงพอใจแต่เขาเลือกแต่งงานกับ รัมภา สาวสวยที่เคยเป็นเด็กกำพร้ามาก่อนแต่มีคนใจบุญรับซื้อมาอุปการะเลี้ยงดูเป็นอย่างดี รัมภาเป็นคนเพียบพร้อมทั้งกิริยามารยาทคู่ควรกับ สามน สองคนพบรักกันที่อเมริกา และตัดสินใจแต่งงานกันจนมีลูกฝาแฝดชาย หญิงที่น่ารักวัย ๔ ขวบชื่อ ศรุต (รัตตี้) และ ศรีย (ไลล่า) ครอบครัวนี้ถือว่าเป็นครอบครัวรุ่นใหม่ที่อบอุ่นและคอยเติมเต็มให้กันอย่างมีความสุข^๑

วันหนึ่ง สามน ได้รับการติดต่อจากญาติให้เดินทางกลับกรุงเทพฯ โดยด่วน เพื่อมาร่วมงานศพคุณยายทวด และมารับมรดกตกทอดของตระกูลที่บ้านสวนเก่าหลังใหญ่แถบชานเมือง ซึ่งมีเนื้อที่เกือบห้าไร่ เขาตัดสินใจย้ายครอบครัวกลับมาตั้งรกรากที่นี่ และทำเรื่องย้ายงานจากบริษัทแม่ที่อเมริกาไปประจำสาขาในไทย เพื่อมาอยู่ที่บ้านสวนหลังนี้กับครอบครัว โดยให้รัมภาเป็นแม่บ้านอยู่บ้านคอยดูแลลูก ๆ

วันนั้น อนุกุล วรรณศิกา และพัชนี ติดตามสามนเข้ามาเยี่ยมรัมภาที่บ้านเพื่อช่วยเหลือในฐานะเพื่อนร่วมงานที่ดี พัชนีมีกล้องติดมือมาด้วยจึงถ่ายภาพบ้านของสามนตามมุมต่าง ๆ ไว้ เมื่อพัชนีกลับบ้านเขาให้ลุงช่วงดู ลุงช่วงนั่งทางในพบว่าบ้านหลังใหญ่นั้นมีบ้านหลังเล็กแทรกตัวอยู่ ห่างกันแค่คลองเล็ก ๆ คั่น ลุงช่วงรีบบอกให้พัชนีติดต่อสามน อย่าให้ใครไปเปิดบ้านหลังเล็ก มิฉะนั้นมนต์ดำของวิญญาณร้ายจะออกมา

^๑ จุลลดา ภักดีภูมินทร์, นวนิยายเรื่อง “บ่วง”, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ฟอร์มิค : พิมพ์ครั้งที่ ๓, ๒๕๕๒).

คามนสงสัยว่าทำไม สงสัยว่าทำไมห้องที่เรือนหลังเล็กต้องมีลูกทรงแน่นหนา จนมาอยู่ที่หลังว่านี่เป็นเรือนที่คุ้มทวดหวงมากอย่าให้ใครเข้าไปยุ่ง คามนชอบบรรยากาศที่เรือนหลังเล็กมาก ขณะที่ร่ำภาวู้สึกอึดอัดเมื่ออยู่ที่นี้ คามนไม่คิดนอนที่เรือนใหญ่ที่ตั้งศพคุณทวดอยู่ตั้งแต่แรก เขาจึงสั่งตาหล้าให้ ซ่อมแซมและปรับปรุงเรือนหลังนี้เสียใหม่ เพื่อทำเป็นที่พักแทน จากเรือนรกร้างเมื่อตกแต่งใหม่ก็กลายเป็นเรือนหลังเล็กสีขาวน่ายุริยมาลงทุนทำสระว่ายน้ำเล็ก เพื่อให้เด็กว่ายน้ำเล่นกันเพราะไม่ยอมให้เด็กลงไปเล่นที่บึงน้ำหลังบ้าน

จริง ๆ แล้วทั้งเรือนหลังใหญ่และหลังเล็กแห่งนี้ต่างมีความหลัง แต่ไม่มีใครรู้ที่มาที่ไป เพราะคนเก่าแก่ของที่นี่เสียชีวิตไปแล้ว คนที่พอจะรู้ข้อมูลข้างบ้านสวนหนึ่งที่เห็นก็มีเพียง ยายเพ็ญหญิงชราวัยเก๋าสิบกว่า ๆ เพื่อนบ้านที่หลง ๆ ลืม ๆ เลอะเลือน ยายเพ็ญอาศัยอยู่ละแวกนี้มานาน เลยเข้ามาที่เรือนหลังใหญ่เพื่อคอยรับใช้คุณทวดบ่อย ๆ ยายเพ็ญมีหลานสาวเปรี้ยวจัดแต่งตัวจัด หน้าตาคมขำชื่อ เดือนแรม หรือคุณนายเดือนหรือตามที่คนละแวกนี้นิยมเรียก เธออายุมากกว่าร่ำภาสองปี แต่มีนิสัยแตกต่างจากร่ำภาโดยสิ้นเชิง คุณนายเดือนนับเป็นเศรษฐีในละแวกนี้ เพราะเธอได้รับมรดกมากมายจากการขายตึกแถว หลังจากที่แม่ของเธอเสียชีวิตลงเดือนแรมเป็นหญิงหม้ายสามีทั้ง ผู้ชายที่เข้ามาในชีวิตเธอรักเงินมากกว่าตัวเธอ คบได้ไม่นานก็ทิ้งเธอไปหมดปัจจุบันจึงมีแต่สาวใช้จอมกระเดาะ ปัญญาอ่อนนิดน้อยนิดชื่อ ทองดี เป็นผู้ติดตาม

คืนหนึ่งร่ำภาเคลิ้มฝัน เห็นผู้หญิงคมขำผมประป่าคนเดิม ทำทางเกี้ยวกราดดุดันชะงักหน้ามาหาและเอานิ้วจิ้มหน้าผากเธอ สักพักเธอพบว่าตัวเองลอยละลิวไปอยู่กลางสะพานหน้าบ้าน และเห็นผู้หญิงอีกคนที่มิใช่หน้าเศร้า และกลายเป็นรูปคุณทวดหน้าศพทำทางเกี้ยวกราดวิ่งตาม ทำท่าจะตะครุบตัวเธอ และร่างนั้นก็หายวับไป ร่ำภาสะดุ้งตื่นเล่าความฝันให้คามนฟัง เขาก็รับฟังแต่รู้สึกเอือมระอาและหนักใจที่ร่ำภามีอาการจิตหลอนมากขึ้นทุกวัน คามนสงสัยว่าตั้งแต่ครอบครัวของเขาย้ายมาอยู่ที่นี้ ร่ำภามีอาการผิดไปจากครั้งที่อยู่ด้วยกันที่เมืองนอก เธอมักหวาดผวากับบางสิ่งบางอย่าง แม้แต่เมื่อเขาไปอยู่ใกล้เธอ ยังตกใจสะดุ้งจนตัวลอย คามนอยากพาเธอหลบพ้นจากบรรยากาศที่บ้านสวน จึงให้วรรณศิกาช่วยเป็นธุระพาร่ำภาพาลูก ๆ ไปพักผ่อนจิตใจที่หัวหิน เพื่อให้เธอสบายใจขึ้น ส่วนตัวเขาเองติดตามไปไม่สามารถไปกับครอบครัวได้

หลัง ๆ เดือนแรมเริ่มเข้ามาตีสนิทและพยายามให้ทำคามนอยู่บ่อย ๆ ในขณะเดียวกัน ร่ำภาเริ่มมีอาการหวาดผวามาก ไม่สามารถนอนกับคามน และเริ่มติดยาแก้ลมประสาท คามนยิ่งเครียดและเริ่มหัวโนหวต่อเดือนแรม

อนุภูลรู้สึกสงสารร่ำภา เขาพาตัวเองเข้ามาหาที่คามน เป็นเพื่อนสนิทร่ำภา และทำตัวทดแทนพ่อให้เด็กแฝดโดยแอบหวังว่า จะทำให้คามนหึงและกลับมาเป็นครอบครัว แต่ผลออกมาตรงกันข้าม คามนยิ่งรังเกียจร่ำภาจนถึงขั้นทะเลาะกัน และยังทำให้ความสัมพันธ์ของอนุภูลเองและพัชนีที่เพิ่งเริ่มต้น ง่อนแง่นระส่ำระสาย

วรรณศิกา อนุภูล และพัชนีเข้ามาช่วยร่ำภา โดยวางแผนให้คามนดื่มน้ำมนต์ที่ลุงช้วนนำมาให้ คามนเป็นลมทันที และกลับมาเป็นคามนคนเดิม มีท่าทีเมินเฉยกับเดือนแรม คืนนั้นครอบครัวคามนได้ยินกรีดร้องดังต่อเนื่อง เหมือนสัตว์ถูกทำร้าย ดังทั่วเรือนเล็ก

ลุงช่วงเห็นว่าไม่ได้การ จึงมาที่บ้านสวนเพื่อค้นหาคุณไสยที่แอบซ่อนอยู่ แต่เมื่อลุงช่วงเข้าไปในเรือนเล็กก็เกิดเหตุการณ์ไม่คาดฝัน ลุงช่วงเกิดลื่นหกล้มเหมือนมีใครผลัก ลุงช่วงขาหักต้องไปนอนที่โรงพยาบาล ไม่สามารถมาช่วยร็มาได้อีก

วรรณศีกาปรึกษากับลุงช่วงว่า จะพาร็มาไปนั่งสมาธิกับ แม่ชินวล ที่วัดประจำตระกูล เพื่อให้เธอฝึกนั่งสมาธิ เพื่อมองเห็นกรรมในอดีต ร็มาได้รับคำแนะนำจากแม่ชินวลว่า ให้หมั่นตั้งสมาธิ สร้างบุญกุศลแผ่เมตตา และจะพบหญิงชราสองคน ที่ฝันเห็น เพื่อจะได้รับความต้องการของหญิงชราทั้งสอง เธอปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัดเพื่อเอาชนะตนเอง และปฏิบัติธรรมอย่างรู้แจ้งได้จนได้รับความจริงในอดีตว่า

สรุปว่า พยาบาททางกาย คือการมุ่งร้ายต่อร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่ง เช่นมือ เท้า หรือด้วยศร็ตราวุธ อันได้แก่มืด ปืน ท่อนไม้ตลอดจนสิ่งร้ายแรง เป็นการมุ่งร้ายหวังเพียงให้ศร็ตรูบาดเจ็บทางร่างกายจากน้อยไปหามากจนสาหัส และถึงชีวิต

๓.๒.๒ ความพยาบาทในวจีกรรม ๔

อกุศลกรรมบถทางวาจา คือ การกระทำทางวาจาหรือกิริยา ไม่ว่าจะเป็นการพูดออกมาก การเขียนบอก และการแสดงกิริยา อันหวังสื่อสารให้ผู้อื่นรับหรือหรือเข้าใจตาม โดยอกุศลกรรมบถทางวจีกรรม เรียกว่า วจีทุจริต ๓ ประการ คือ

๑) มุสาวาท หมายถึง การพูดปด คือ การพูดหรือการแสดงกิริยาทำทางอันทำให้ผู้อื่นหลงผิดหรือสำคัญผิดด้วยการมีเจตนา เช่น เพื่อนขอยืมเงิน แต่กลับตอบว่าไม่มี เพียงเพราะไม่อยากให้ยืม ทั้งๆที่ตนเองมีเงินมากมาย

๒) ปิสุณวาจา หมายถึง การพูดส่อเสียด ให้ร้าย คือ การพูดเพียงเพื่อทำให้ผู้อื่นเกิดความชุ่นข้องหมองใจหรือให้เกิดความเข้าใจผิดหรือแตกแยกความสามัคคี เช่น กล่าวหาเพื่อนว่าลักทรัพย์ตนเองทั้งๆที่ไม่ใช่ความจริง

๓) ผรุสวาจา หมายถึง การพูดคำหยาบ คือ การพูดคำที่ไม่สุภาพเพียงเพราะความโกรธอันทำให้ผู้อื่นเจ็บช้ำใจ เช่น ต่ำว่าด้วยคำหยาบ

๔) สัมผัสปลลาปะ หมายถึง การพูดเพื่อเจ้อ คือ การพูดด้วยการหาสาระไม่ได้ เชื่อถือไม่ได้ ไม่มีเหตุ และไม่มีผล เช่น พูดบอกคนอื่นว่าพรุ่งนี้จะเป็นวันสิ้นโลก

ในนวนิยายเรื่องบ่วงมีลักษณะตัวละครและแสดงออกถึงความพยาบาททางวาจา คือ

ไม่เพียงเท่านั้น ร็มมามีภรรยาแก้วได้ยินเสียงเพลงกล่อมเด็กอันเยือกเย็น ในขณะที่ ตามน กลับหูแก้วได้ยินเสียงทอมนต์ดำ ชลิ่งและศักดิ์สิทธิ์ของหญิงคนหนึ่งทีคู้หู ทั้งสองต่างเก็บนิมิตเสียงอันแตกต่างเหล่านี้ไว้ไม่บอกกันและกัน

รัตตี และ ไส่ล่า เล่าให้พ่อกับแม่ฟังว่า ทั้งสองคนออกไปหาขุมทรัพย์มา ซึ่งจริง ๆ แล้วพวกเขาถูกใครคนหนึ่งปลุกให้ตื่นขึ้นกลางดึก และสะกดให้เดินออกจากห้องนอนไปที่เรือนหลังเล็กท้ายสวน ระหว่างทางได้พบกับลูกหมาสีดำตัวหนึ่ง เด็ก ๆ เหมือนถูกสะกดให้เดินตามลูกหมาตัวนั้นไป

มันนำทางให้ทั้งคู่เดินออกมาที่ศาลาท่าน้ำ ลูกหมาตัวนั้นค่อย ๆ ตะกายลงไปในน้ำและจมหายไปต่อหน้าต่อตาทั้งสองคน ในตอนนั้นเด็กแฝดได้ยินเสียงหญิงชราคนหนึ่งกระซิบข้างหูให้ลงไปในน้ำเพื่อช่วยลูกหมา แต่ที่ริมน้ำฝั่งตรงข้ามพวกเขากลับเห็นหญิงชราหน้าตาใจดีอีกคนโบกมือห้ามไม่ให้ลงไป เด็ก ๆ เล่าว่าในตอนนั้น พวกเขาได้ยินเสียงที่ผู้ใหญ่ตะโกนตามหาจึงไม่คิดลงน้ำตามลูกหมาตัวนั้นไป แต่ไม่รู้ทำไมพวกเขาถึงไม่สามารถขานตอบได้

คุณหญิงอบเชย (คุณทวด) ภาคอดีต อายุ ๔๕ ปี สวยสง่า ดู เป็นกุลสตรีชั้นสูง คอยกตเชิดถูกแพงเพราะความรักและห่วงลูก (ซิ่นกลืน)

ภาคปัจจุบัน อายุ ๙๐ ปี วิญญาณอบเชยวนเวียนอยู่ในบ้านใหญ่ มีสัญลักษณ์ประจำตัวเป็นเพลงกล่อมเด็กอันเยือกเย็น มีฤทธิ์น้อยกว่าแพง ได้แต่นั่งเศร้าแอบห่วงลูกหลาน และไปเข้าสิงยายเพ็ญเป็นบางครั้ง

ลุงช่วงบอกว่าพลังของวิญญาณร้ายไม่ยอมรับบุญกุศลหรือกรรมแผ่เมตตาที่ร่ำภาส่งไปให้ เธอไม่ยอมมโหสิกรรมและไม่ยอมพ้นจากบ่วงกรรมที่เคยเค้นไว้แต่ชาติปางก่อน ลุงช่วงแนะนำให้ร่ำภาหมั่นทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้แก่วิญญาณทั้งสองบ้าน เพื่อให้เลิกจองเวรจองกรรมต่อกัน เพราะกรรมของใครของคนนั้น คนอื่นช่วยไม่ได้นอกจากต้องพยายามหาทางช่วยตนเอง ร่ำภาจึงนิมนต์เจ้าอาวาสวัดใกล้บ้านมาทำพิธีบังสุกุลที่เรือนหลังใหญ่ แต่ไม่เป็นผล เธอยังคงฝันร้าย และพบกับสิ่งลึกลับแปลก ๆ ที่บ้านสวนแห่งนี้ตลอด

วรรณศิกา อายุ ๓๕ ปี เป็นเลขาคามน ไปไหนมาไหนเป็นสามเกลอหัวแข็งกับอนุกุลและพัชนี ทั้งสามคอยหาทางช่วยเหลือจนเป็นเพื่อนสนิทของร่ำภา วรรณศิกาคิดใจดีชอบช่วยเหลือ แต่เป็นคนปากเสีย พูดจาตรงไปตรงมาแบบติดตลก ทำให้วงแตกอยู่เสมอ วรรณศิกาสู้คนออกแนวกระเป๋ิกระเป๋ิบ ลูกลึกลับ และกลัวผีจนซีซันสมอง ทำให้แผนช่วยเหลือหวัดล้มอยู่หลายครั้ง

ศศิ อายุ ๓๘-๔๐ ปี เป็นนักธุรกิจหญิงเจ้าของกิจการเครื่องสำอาง ที่ประสบความสำเร็จเป็นอย่างสูงตั้งอายุน้อย เป็นผู้มีความมานะอดทน เกิดในชาติตระกูลที่ดี ใจดี นิสัยใจเย็น และเป็นคนจำพวกมีซิกซ์เซ็นส์ หรือมีญาณทิพย์ติดตัวมาแต่กำเนิด คือรู้ใจคนอื่นที่ตนอยากรู้ (มีวาระจิต) รวมทั้งสามารถที่จะเห็นวิญญาณ สื่อสารกับวิญญาณได้เป็นบางโอกาส งานอดิเรกคือ จัดสอนปฏิบัติธรรมวิปัสสนาภายในบ้านของตนเอง

สรุปว่า พยาบาททางวาจา เป็นการพูดโกหก พูดคำหยาบ พูดเพื่อเจ้อ ส่อเสียดให้ร้าย ป้ายสีสร้างความเสียหายด้วยวาจา

๓.๒.๓ ความพยาบาทในมโนกรรม ๓

อกุศลกรรมบถทางใจ คือ การกระทำทางใจอันเกิดจากความคิด ความเชื่อที่มีอยู่ในตน โดยอกุศลกรรมบถทางมโนกรรม เรียกว่า มโนทุจริต ๓ ประการ คือ

๑) อภิชฌา หมายถึง ความโลภ คือ การอยากได้ทรัพย์สินของคนอื่นด้วยการคิดกระทำในทางมิชอบ เช่น คิดลักทรัพย์ผู้อื่นเมื่อเขาไม่อยู่บ้าน

๒) พยาบาท หมายถึง ความพยาบาท คือ การคิดที่จะกระทำให้ผู้อื่นมีความทุกข์ทางกาย และทางใจ เช่น คิดแก้แค้นคนที่เคยทำร้ายตนเอง

๓) มิจฉาทิฎฐิ หมายถึง ความเห็นผิด คือ ความคิดเห็น ความเชื่อ อันผิดจากหลักธรรมอันดีงาม เช่น เห็นว่าการฆ่าคนจะช่วยล้างบาปได้

ในนวนิยายเรื่องบ่วงมีลักษณะตัวละครและแสดงออกถึงความพยาบาททางใจ คือ

ที่บ้านสวนแห่งนี้คนภายนอกมองว่าบรรยากาศน่ากลัวเพราะต้นไม้รกครึ้ม ไม่มีใครพักผ่อนอาศัยอยู่เลยนอกจาก ตาห้ำ ยายคำ และ บุญสืบ ลูกชายจอมทะเล้น ข้าเก่าของคุณทวดที่คอยดูแลทำความสะอาดบ้าน ศามนไม่รู้สึกลัวที่นี่เหมือนคนอื่น เพราะเขาเคยวิ่งเล่นมาตั้งแต่เล็ก ๆ แต่สำหรับรัมภาความรู้สึกแสบแรกตั้งแต่เธอก้าวเข้ามาที่บ้านแห่งนี้ เธอรู้สึกว่าที่นี่ดูวังเวงและชวนขนลุกอย่างบอกไม่ถูก ที่เพิ่มความน่ากลัวเข้าไปอีกคือ หลังจากที่คุณทวดเสียชีวิตลง ศพของท่านยังคงบรรจุใส่โลงตั้งเอาไว้บนเรือนหลังใหญ่เพื่อรอการเผา รัมภามองรูปหน้าศพรู้สึกว่าคุณทวดมีแววตาแข็งกร้าว ดุคั่น แต่เมื่อมองนาน ๆ เหมือนอุปทานว่าเห็นรอยยิ้มผุดขึ้นจากมุมปากของท่าน

เมื่อมาถึงที่นี่ในคืนแรก มีเหตุการณ์ลึกลับที่ทำให้รัมภาต้องออกสั่นขวัญหายเกิดขึ้น ลูกแฝดของเธอหายตัวไปจากห้องนอนที่เรือนใหญ่อย่างมีเงื่อนงำ คนที่บ้านช่วยกันตามหาตัวเท่าไรก็หาไม่เจอ ยายคำคนดูแลบ้านบอก ศามนและรัมภาว่า เด็ก ๆ คงถูกผีลักซ่อน ยายคำเลยให้ทั้งคู่ไปทำพิธีจุดธูปกำใหญ่หน้าโลงศพคุณทวด เพื่อให้ท่านช่วยคลายให้เจอเด็ก ๆ ยายคำเชื่อว่าเด็กแฝดทั้งสองเป็นหลานแท้ ๆ ของท่าน ท่านคงไม่น่ามาหยอกล้อแบบนี้ เมื่อปักธูปเสร็จ ทุกคนจึงได้ยินเสียงเด็ก ๆ และเจตตัวเด็ก ๆ เมื่อตอนใกล้เช้าในที่สุด

ตาห้ำ และ ยายคำบอก ศามน และ รัมภา ว่า คุณทวดคงคิดพาโหลนออกไปเที่ยวจึงคลายให้ผู้ใหญ่มองไม่เห็นตัวเด็ก ๆ หลังจากที่คุณทวดเสียชีวิตลง ตาห้ำและยายคำเคยเห็นสร้างคุณทวดมานั่งเล่นที่ชานบ้านบ่อย ๆ แต่ท่านมาดีเหมือนมาช่วยปกป้องรักษาที่นี่ เมื่อทุกคนคุยเรื่องคุณทวดที่ไร้มักได้กลิ่นธูปหอมลอยมาเสมอ หลังจากที่ ศามนและรัมภาพบลูกแฝดแล้ว รัมภาเหมือนหิวแหว่ได้ยินเสียงหญิงชราหัวเราะเย้ยหยันเรื่องที่ลูก ๆ ของเธอหายตัวไปจนเกือบจะจมน้ำตาย เธอรู้สึกกลัวมากแต่ไม่กล้าเล่าให้ใครฟัง

สรุปว่า พยาบาททางใจอันเกิดจากความคิด ด้วยบ่วงกรรมที่เคยผูกพันกันมาแต่ชาติก่อน รัมภาเคยเกิดเป็น คุณซิ่นกลิ่น ลูกสาวของ คุณหญิงอบเชย ซึ่งเป็นคุณทวดเจ้าของบ้านสวนแห่งนี้ ส่วนศามนสามีของเธอเคยเกิดเป็น คุณพระภักดีภิรมลย์ คุณพระภักดีภิรมลย์และคุณซิ่นกลิ่นรักใคร่ชอบพอกัน จนผู้ใหญ่จัดพิธีแต่งงานให้ และอยู่กินกันมาอย่างมีความสุข จนมีลูกสาวคนหนึ่งชื่อชิตศรี ซึ่งก็คือยายของศามนในชาติปัจจุบัน คุณซิ่นกลิ่นเป็นลูกคนมียศถาบรรดาศักดิ์ จึงมีต้นห้องคอยดูแลรับใช้ชื่อ นางแพง แพงอายุไล่เลี่ยกันกับคุณซิ่นกลิ่น แต่มีนิสัยทะเยอทะยาน เธอคอยอิจฉาคุณซิ่นกลิ่นที่ได้ดีกว่าตัวเองในทุกเรื่อง ด้วยแรงพยาบาท อาฆาต ทั้งทางใจ ทางกาย และทางวาจา

๓.๓ ความพยายามในสังโยชน์ที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง

ความพยายามในสังโยชน์ในนวนิยายเรื่องบ่วง เป็นกิเลส เป็นเครื่องร้อยรัดจิตใจของมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายให้ตกอยู่ในวัฏฏะ คือการเวียน วาย ตาย เกิด ประกอบด้วย ๑๐ อย่าง คือ

- ๑) สักกายทิฏฐิ เห็นว่า ร่างกายเป็นเรา เป็นของเรา
- ๒) วิจิกิจฉา ความลึกลับสงสัย ในคุณพระรัตนตรัย
- ๓) สीलัพพตปรามาส รักษาศีลแบบลูป ๆ คำ ๆ ไม่รักษาศีลอย่างจริงจัง
- ๔) กามฉันทะ มีจิตมัวสุมหมกมุ่น ใคร่อยู่ในกามารมณ์
- ๕) พยาบาท มีอารมณ์ผูกโกรธ จงล้างจงผลาญ
- ๖) รูปราคะ ยึดมั่นถือมั่นในรูปฌาน
- ๗) อรูปราคะ ยึดมั่นถือมั่นในอรูปฌาน คิดว่าเป็นคุณพิเศษที่ทำให้พ้นจากวัฏฏะ
- ๘) มานะ มีอารมณ์ถือตัวถือตน ถือชั้นวรรณะเกินพอดี
- ๙) อุทธัจจะ มีอารมณ์ฟุ้งซ่าน ครุ่นคิดอยู่ในอกุศล
- ๑๐) อวิชชา มีความคิดเห็นว่า โลกามีสเป็นสมบัติที่ทรงสภาพ

๓.๓.๑ ความพยายามที่เกิดในสักกายทิฏฐิ

ต่างชาติ นิสัยเดิมเป็นผู้ชายสมบูรณ์แบบ รูปงาม จิตใจดี รักครอบครัว แต่หลังจากย้ายเข้าไปอยู่ในเรือนหลังเล็ก สามีก็เปลี่ยนไปเพราะมนต์ดำที่แพงทำไว้ยังไม่จิตจาง เลยกลายเป็นเหมือนคนโดนของ คนบ้าเซ็กซ์ เจ้าอารมณ์ ทิ้งงานทิ้งการ ใจร้ายกับเมียและลูก

ภาคอดีต อายุ ๒๕ ปี ลูกชายขุนนาง มีความสามารถ รูปงาม อ่อนโยน รักครอบครัว แต่อ่อนไหวง่าย ใจอ่อนเกินไป ทำให้เป็นคนโลเล

รัมภา (ซิ่นกลืน) ภาคปัจจุบัน อายุ ๒๘ ปี อาชีพแม่บ้าน สวย จิตใจดี รสนิยมดี มีข้อเสียคือ คิดมาก รักลูกจนหวาดระแวง ป่วยบ่อยจนดูแลตัวเอง มีชีวิตสมบูรณ์แบบในโลกสวยงามมาตลอด เมื่อเผชิญปัญหาจึงไม่สามารถแก้ไขได้ จนต้องกลายเป็นคนติดยาแก้ปวดประสาท ยิ่งเคร่งเครียดมากขึ้น เป็นลมเข้าโรงพยาบาลหลายครั้ง ต้องไปรักษาในแผนกจิตเวช จนสามีจำต้องทิ้งร้างไป

ภาคอดีต อายุ ๒๐ ปี เป็นลูกสาวท่านเจ้าคุณ กุลสตรีชาววัง สวยงาม อ่อนหวาน จิตใจดี จนเป็นภัยต่อตัวเอง คือไว้ใจแพงมากเกินไป ค่อนข้างอ่อนแอ ซื่ออ่อนติดแม่ ทำให้แม่คือ คุณหญิงอบเชย ต้องคอยเป็นห่วงอยู่เสมอ

แพง ภาคอดีต เป็นสาวสวยเซ็กซี่ เป็นต้นห้องของคุณซิ่นกลืน (รัมภาในปัจจุบัน) แพงแอบเรียนคาถาอาคมจากพวกหมอผีจนรู้วิชาทำเสน่ห์ แพงซื้อจฉาวิชา ซี้เกียจ และทะเลาะทะเลาะแย่งกล้า โดยเอาตัวเองไปเปรียบกับคุณซิ่นกลืนเสมอ แพงแอบเรียนวิชาคาถามนต์ดำจากหมอเขมรจนท่องคาถาได้ สุดท้ายทดลองและเรียนรู้เพิ่มขึ้น จนมนต์ดำเหล่านั้นย้อนกลับเข้าหาตัวเองจนเป็นบ้า

ภาคปัจจุบัน เป็นผีร้ายจอมพยาบาท แอบดลใจให้เดือนแรมทำลายชีวิตครอบครัวของรัมภา วิญญาณของแพงอยู่ติดกับเรือนหลังเล็กที่ตนถูกขังจนตาย แพงจึงร้ายคาถามนต์ดำเสกบ้านหลังเล็กไว้ให้มีแต่อาถรรพณ์ที่จะทำให้สามีปั่นป่วน เพราะฤทธิ์มนต์ดำที่ติดค้างข้ามภพข้ามชาติ

อนุกุล (นายกกล้า) ภาคปัจจุบัน อายุ ๒๕ ปี อาชีพรองผู้จัดการฝ่ายเดียวกับสามน รูปหล่อ บุคลิกขี้เล่น ทนสมัย เจ้าสำอาง กรุ้มกริม พุดมาก จิตใจดี แต่เป็นเพลย์บอย บ้าเซ็กซ์ ชอบนอนกับผู้หญิง ภายหลังเริ่มเบื่อ คิดจะมีครอบครัวจริงจัง และเริ่มสนใจผู้หญิงดี ๆ อย่างพัชนี แต่กลายเป็นไม่รู้จะจีบอย่างไร เลยใช้วิธีแกล้งต่าง ๆ นานา อนุกุลเป็นคนฉลาดแกมโกง ครั้งหนึ่งแกล้งทำเป็นจีบรัมภา หวังให้สามนหึงและกลับมาดูแลครอบครัว แต่เมื่อไม่ได้บอกใคร ทุกคนจึงเข้าใจผิดคิดว่าอนุกุลหลงรักรัมภาจริง ๆ ซึ่งอนุกุลเองก็ชื่นชมรัมภาอยู่จริง จนต้องต่อสู้กับความรู้สึกตัวเอง

สรุปว่า ความพยายามในสักกายทิฐิ คือ ให้รู้สึกในอารมณ์ของเราว่า ร่างกายนี้ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา เราไม่มีในร่างกาย ร่างกายนี้ไม่มีในเรา หรือตามศัพท์ที่เรียกว่า ชั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นี้นั้นไม่ใช่ของเรา เราไม่มีในชั้น ๕ ชั้น ๕ ไม่มีในเรา อารมณ์ขั้นต้นของพระโสดาบัน กับสกิทาคามี ท่านมีความรู้สึกที่ว่าชีวิตนี้ต้องตาย เราต้องคิดว่า ร่างกายนี้ต้องตายแน่ ร่างกายนี้น่าเกลียดโสโครก ต้องเกลียดจริง ๆ เราไม่ต้องการทั้งร่างกายเรา และร่างกายของคนอื่น หรือวัตถุธาตุใด อย่างนี้เป็นกำลังใจของพระอนาคามี และถ้ามีความรู้สึกที่ว่า ร่างกายนี้ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา เราไม่มีในร่างกาย ร่างกายไม่มีในเรา

๓.๓.๒ ความพยายามที่เกิดในสี่ลัพพตปรามาส

สามน (คุณพระภักดีบทมาลย์) ภาคปัจจุบัน อายุ ๒๘ ปี อาชีพผู้จัดการแผนกคอมพิวเตอร์ในบริษัท

ภาคอดีต อายุ ๒๐ ปี นายกกล้าเป็นต้นห้องคนสนิทของคุณพระ รูปงาม จิตใจดี รักแพงด้วยความบริสุทธิ์ใจ คอยช่วยเหลือตักเตือนแพง ให้ไปในทางที่ถูกต้อง แต่แพงไม่สนใจเพราะเห็นว่าเป็นไพร่คนใช้เขาเหมือนกับตน จึงรักชอบคุณพระมากกว่า

พัชนี อายุ ๒๑ ปี ผู้ช่วยเลขาคคนใหม่ของสามน เป็นคนแต่งตัวเซ็กซี่ บุคลิกแก่เกินอายุ ธรรมะธรรมโม จนดูเหมือนแม่ซีเพราะโตมากับลุงช่วง พัทธนีเป็นสาวอนุรักษนิยมและอ่อนต่อโลก จึงรังเกียจและกลัวอนุกุลมาก ยิ่งถูกแกล้งก็ยิ่งกลัว ยิ่งเกียะ ยิ่งทำแผนการทุกอย่างพังหมด เป็นที่ปวดหัวของวรรณศิกา พัทธนีเข้าใจไปว่าอนุกุลไม่ชอบตนเอง และหลงรักรัมภา เลยได้แต่แอบชอบอนุกุลอยู่ลึก ๆ โดยไม่รู้ตัว

เดือนแรม (นวล) อายุ ๒๕ ปี เป็นเศรษฐินีแบบเศรษฐีใหม่ ปนลูกทุ่งนิดหน่อย คือเรียนไม่สูง แต่ฉลาด และมีเงินจากการขายที่ดิน เดือนแรมสวยเซ็กซี่ และพยายามทำตัวให้มีรสนิยม ทำให้ผู้ชายส่วนใหญ่อดใจไม่ไหว เดือนแรมทะเยอทะยานอยากได้สามนไว้อัปเกรดตัวเองเข้าสังคมชั้นสูง เดือนแรมร้ายลึกและร้ายโจ่งแจ้งได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ ต่อหน้าทำเป็นอ่อนหวาน เป็นเพื่อน เป็นผู้ช่วย แต่ลับหลังจ้องยั่ววนสามน เดือนแรมหน้าด้าน ยินดีรับบทเมียน้อยแบบหน้าขึ้น ชนิดคอนกรีตเสริมเหล็กยิ่งอายุ

ลุงช่วง อายุ ๕๐ ปี เป็นลุงแท้ๆ ของพัชนี เลี้ยงพัชนีมาแต่เด็ก เป็นคนธรรมะธรรมโม ชอบนั่งสมาธิ มีญาณพิเศษรู้เรื่องราวเกี่ยวกับโลกวิญญาน เป็นผู้หาสายสัญญาณ น้ำมันต์ และผ้ายันต์ เพื่อช่วยรัมภา

ทองดี อายุ ๒๐ ปี คนสนิทของเดือนแรม เด็กสาว ตลก ปากเสีย พยายามอัพตัวเองเป็นสาว ทันสมัยซื่อดีดี แต่ก็อดแสดงความเป็นบ้านนอกเข้ากรุงไม่ได้ ชอบประจบนายสาวเดือนแรม แต่มักทำผิดที่ผิดเวลาจนกลายเป็นแหวะนาย ประจานความโง่ของตนเอง และล่อให้นายหญิงตบปากได้เป็นประจำ

บุญสืบ อายุ ๒๕ ปี เด็กหนุ่ม ตลก ทะเล้น ปากเสีย ชักลัวผีขึ้นสมองจนสร้างความเสียหายเป็นประจำ แอบหลงรักทองดีคนใช้คนสนิทของเดือนแรม

รสดี อายุ ๘ ปี เด็กแฝดคนที่ จิตใจดี นิสัยกล้าหาญ สู้คน รักแม่ รักน้อง ชอบปกป้องทุกคน พุดจาและวางท่าเป็นผู้ใหญ่ จนทุกคนรู้สึกตกขบขัน แต่มีข้อเสียคือชอบเพ้อในเรื่องการผจญภัยแบบเด็กผู้ชาย ทำให้พ่อแม่ไม่แน่ใจว่า คำพูดของรสดีเรื่องไหนเป็นจินตนาการเรื่องไหนเป็นเรื่องจริง

โลล่า อายุ ๘ ปี แผลดคนน้อง ซื่ออ่อน น่ารัก เป็นลูกคนโปรดของพ่อ ติดพ่อมาก ได้รับผลกระทบจากความเย็นชาของพ่อ จนกลายเป็นเด็กเศร้าน่าสงสาร หนีออกจากบ้านเพื่อไปตามหาพ่อ จนเด็กร้อนทุกคนต้องออกตามหา

สรุปว่า ความพยายามที่เกิดในสิลัพพตปรามาส ความยึดมั่นอยู่ในสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือ ศิลพรตภายนอกพระพุทธรูปหรือเรียกว่ามนต์ดำ หรือหมอผีเหมือนดังอาจารย์ชู ภาคอดีต คือ หมอผีเขมรที่สอนแพ่งทำคุณไสย เป็นผู้มีฤทธิ์ด้วย อวิชาศาสตร์มืด สักลายเสื่ออยู่ใต้มกลางหลัง ภาคปัจจุบัน ยังคงเป็นหมอผี มีตำหนักอยู่ในถ้ำกลางป่า หลังจากลุงช่วงช่วยศามนให้พ้นจากมนต์ดำได้แล้ว เดือนแรมได้มาพบกับอาจารย์ชู เพื่อทำเสน่ห์ใส่ศามน จนได้ครอบครองศามนอีกครั้ง

๓.๓.๓ ความพยายามที่เกิดในกามฉันทะ

ยายเพ็ญ ภาคปัจจุบัน อายุ ๘๐ ปี คนแก่เพี้ยน หลงๆ ลืมๆ จำเรื่องอดีตได้บ้างไม่ได้บ้าง เป็นแหล่งข้อมูลที่ทำให้รั้งภาปะติดปะต่อเรื่องราวได้ หน้าตานากแล้ว ดุตัน ดูเหมือนเป็นผีเสียเอง และบางครั้งกลายเป็นร่างทรงของคุณหวด

ภาคอดีต อายุ ๔๕ ปี เป็นคนจิตใจดี ปากจืด สู้คน ต้นห้องของคุณหญิงอบเชย จงรักภักดีกับคุณหญิงอบเชยเสมอต้นเสมอปลาย

ตาหล้า อายุ ๖๐ ปี เป็นคนสวน ชาวบ้านชราที่จงรักภักดีกับคุณหญิงอบเชย หูหนวก บ้าเป๋อ จนตลกในบางครั้ง ไม่ฉลาด จิตใจดี ทำให้ทำงานทำการไม่ได้เรื่องไม่ได้ราว เป็นที่ขบขันของลูกชายคือบุญสืบ

ยายคำ อายุ ๖๐ ปี เป็นแม่บ้านทำความสะอาด จิตใจดี เดิมเป็นชาวบ้านไม่มีความรู้ฉลาดกว่าผิวและลูกชาย ค่อนข้างเงียบขรึม และจริงจังมากกว่าคนอื่น

ท่านเจ้าคุณ เป็นพระอริยสงฆ์ผู้มีเมตตาต่อสรรพสัตว์ เงียบขรึม พุดน้อย ท้ายที่สุดเป็นผู้แก้มนต์ดำยาเสน่ห์ของอาจารย์ชู เป็นผู้ปราบผียายแพ่ง ด้วยพลังพุทธคุณ

แม่ชีนวล อายุ ๕๐ ปี เป็นผู้ปฏิบัติธรรม เป็นครูสอนวิปัสสนาให้รั้งภา

นางพิ่ง อายุ ๔๕ ปี แม่ของแพงในภาคอดีต เป็นคนใช้ของคุณหญิงอบเชย นิสัยดี คอย
อบรมเตือนสติแพง แต่แพงไม่เชื่อฟัง

วิจิตรจินา แปลว่า สงสัย คือสงสัยในความคิดของพระพุทธเจ้า สงสัยในความคิดของพระธรรมคำสั่งสอน
สงสัยในความคิดของพระอริยสงฆ์ สงสัยว่า พระพุทธเจ้ามีจริงหรือไม่ เมื่อสงสัยเข้าก็ไม่เชื่อ ถ้ามี
อารมณ์อย่างนี้ ต้องลงอบายภูมิ

สรุปว่า ความพยายาบาทในกามฉันทะ คือ มีความพอใจในกามคุณ คือ รูปสวย เสียง
เพราะ กลิ่นหอม รสอร่อย สัมผัสระหว่างเพศ เราต้องกำจัดในสิ่งเหล่านี้ ให้รู้ว่าสกปรก โสโครก เราไม่
ต้องการ และกำจัดอวิชชา หมายถึง อุปาทาน คือความยึดมั่นถือมั่น ไม่รู้ตามความเป็นจริง อุปาทานนี้
มีค่าจำกัดอยู่ ๒ คำ คือ ฉันทะ และราคะ ซึ่งอุปาทาน ได้แก่ ฉันทะ คือความหลงใหลใฝ่ฝันในโลกามิส
ทั้งหมด มีความพอใจในสมบัติของโลก โดยไม่ได้คิดว่ามันจะต้องสลายไปในที่สุด และ ราคะ มีความ
ยินดีในสมบัติของโลกด้วยอารมณ์ใคร่ในกิเลส

สรุปว่า การกำจัดอวิชชา ก็พิจารณาเห็นว่า สมบัติของโลกไม่มีอะไรเป็นเรา เป็นของเรา
เราไม่มีในสมบัติของโลก ไม่มีในเรา จนมีอารมณ์ไม่ยึดถืออะไร มีอยู่ก็เป็นเสมือนไม่มี จิตไม่ผูกพันเกิน
พอดี เมื่อมีอันเป็นไปก็ไม่เดือดร้อน เพราะความพยายาบาท ฉันทะ และ ราคะ ทั้งสองนี้เป็นอารมณ์ของ
อวิชชา ถือว่าเป็นความโง่ ยังไม่เห็นทุกข์ละเอียด ความจริงอารมณ์ตอนนี้ก็เข้มแข็งพอ คนที่เป็น
อนาคามีแล้ว เป็นผู้มึนจิตสะอาด มีอารมณ์ขุ่นมัวบ้างเล็ก ๆ น้อย ๆ อารมณ์ใจยังเนื่องอยู่ในอวิชชา โดย
มีฉันทะ คือมีความพอใจในการเกิดเป็นมนุษย์ เกิดเป็นเทวดา เกิดเป็นพรหม ราคะ เห็นว่า มนุษย์โลก
เทวโลก พรหมโลกก็ดี ยังเป็นกิเลสเบา ๆ คือไม่สามารถจะพ้นทุกข์ เพราะฉะนั้น ถ้าจะตัดอวิชชา ให้
ตัดฉันทะ กับราคะ ในอารมณ์ใจ คิดว่า มนุษย์โลก เทวโลก พรหมโลก ทั้ง ๓ ภพนี้ ไม่เป็นที่หมายของ
เรา คือยังเป็นแดนของความทุกข์ ดังที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง

ความพยายาบาทในสังโยชน์ในนวนิยายเรื่องบ่วง

ณ ต้นกำเนิดของชีวิต อาจบรรจบกับจุดสุดท้ายของอวสาน เป็นวิญญูที่เหล่ามนุษย์ต้อง
เวียนว่ายและเป็น บ่วง คล้องผูกพันกับกิเลสตัณหา ไม่ว่า บ่วง หรือบ่วง กรรม ต่างก็คล้องชีวิตให้ต้อง
วนเวียนเกิดขึ้นและจบลง หน่วงให้ต้องทุกข์ทรมานในวัฏวนแห่งโลกและชีวิตอย่างมิรู้จบสิ้น

ศามน และ รัมภา มีลูกแฝดชายหญิงน่ารักชื่อ รัตตี กับ โลล่า ชีวิตครอบครัวอันอบอุ่น
ของพวกเขากำลังไปได้ดี ทว่าทันทีที่ศามนพาครอบครัวย้ายเข้ามาอยู่บ้านของ คุณหวด (คุณหญิง
อบเชย) ซึ่งเป็นมรดกชิ้นสุดท้ายที่คุณหวดทิ้งไว้ให้ศามนผู้เป็นเหลน เรื่องราวร้ายๆ ก็ได้เริ่มต้นขึ้น
เพราะ นางแพง วิญญาณที่ยังไม่ไปผุดไปเกิด ยังติดอยู่กับบ่วงกิเลสตัณหา อันไม่อาจสลัดทิ้งได้ หล่อน
ยังคงรอคอยคุณพระภักดีบทมาลัย ชายหนุ่มที่หล่อนหลงรัก ทั้งยังเฝ้ารอคุณชิ้นกลิ่น ภริยาของคุณ
พระภักดีบทมาลัยด้วยแรงอาฆาต เมื่อทั้งสองได้กลับชาติมาเกิดเป็นศามนและรัมภา

“บ่วงแห่งความผูกพันกับเรื่องราวในอดีต วิญญาณของอีแพงที่ติดข้องอยู่กับความทุกข์
ความรัก และความอาฆาตแค้น ต่อผู้ที่เคยอยู่ร่วมชาติเดียวกัน ความพยายาบาทจองเวรที่ข้ามภพมาทำ
ร้ายรัมภา ผู้หญิงในอดีตที่ตนเคยอิจฉา และเอาทุกสิ่งมาเป็นของตน”

นวนิยายเรื่องปวง ถ้าใครเผลอติดภาพจากละครคงนึกกันว่าเป็นเรื่องผี ๆ สาง ๆ เล่าถึงแรงอาฆาตของวิญญาณนางแพงเป็นหลักใหญ่ใจความ แต่เมื่อผมได้อ่านจนจบ กลับมีความคิดว่า “ปวง” เป็นนวนิยายครอบครัวและแฝงคติธรรมเอาไว้อย่างแยบยล โดยมีเรื่องราวของกิเลสตัณหาแรงอาฆาต เป็นปมปัญหาทำให้เรื่องดำเนินไป ที่บอกว่าเป็นนวนิยายครอบครัว ก็เพราะปวงได้สอนและชี้ให้เห็นชัดเจน ถึงปัญหาที่เกิดจากสามภรรยาขาดความรัก ความเอาใจใส่ ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน เป็นบ่อเกิดให้จิตใจเบี่ยงเบนเข้าหาตัณหาราคะ เกิดเป็นปัญหาลูกกลามไปยังลูกและคนรอบข้าง กระทั่งนำความวิบัติมาสู่ชีวิต อย่างในเรื่อง รัมภาถูกวิญญาณนางแพงตามหลอกหลอน แต่สามนกลับคิดว่าภรรยาแสร้งทำเพราะไม่อยากจะอยู่เมืองไทย เลยพลอยทำให้เบื้อหน้าภรรยา เปิดโอกาสให้ เดือนแรม เข้ามาแทรกกลางความสัมพันธ์ของคนทั้งคู่ เนื้อเรื่องจะสื่อไว้โดยตรงว่า ปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นผลจากแรงปรารถนาของผีนางแพง แต่การดำเนินเรื่องจะค่อยๆ ทำให้เรารู้สึกเองว่า ปัญหามันเกิดจากตัวบุคคลไม่ใช่จากผีสางขึ้นมาเป็นสำคัญ เมื่อคนเราเอาชนะกิเลสในใจไม่ได้ ย่อมตกอยู่ใต้อ่านาญผีร้ายได้ง่ายๆ เห็นชัดจากสามนที่หลงใหลได้ปลื้มกับเดือนแรมจนเสียการเสีงาน เสียครอบครัว สำคัญของเรื่องนี้คือ “ทั้งความรักและความแค้นก็ล้วนแต่เป็นปวง ใครมีปวงในใจแล้วย่อมไม่หลุดพ้น ฉะนั้น เราต้องหาทางปลดปวง ถึงจะหลุดพ้นจากทุกข์” ผมมองเห็นภาพรวมตรงนี้แล้วนึกชอบมาก ๆ ใครชื่นชอบนิยายแฝงคติธรรม ผมแนะนำให้อ่านเรื่องนี้เลย ในเรื่องไม่ได้แสดงธรรมให้เราเห็นอย่างแบนๆ แต่ค่อยกล่อมเกลาราวอย่างสมเหตุสมผลคุณหญิงอบเชย กับ นางแพง (ตัวละครที่ช่วยสร้างสีสันให้เนื้อเรื่อง) ก็ไม่ได้ฟาดฟัน หรือปะทะอารมณ์กันอย่างคลุ้มคลั่ง ในทางตรงกันข้าม คุณหญิงอบเชยผู้เป็นนายหญิงของบ้าน ออกจะเมตตา เห็นใจทั้งลูกสาว ลูกเขย และนางแพงพอ ๆ กัน แต่ท่านอาจมีมาดดูบ้าง ก็ตามประสาคนรักเกียรติศักดิ์ศรี รักษาหน้าตาวงศ์ตระกูล ในขณะที่คนทะเลาะทะเลาะกันไม่รู้จักพออย่างนางแพง กลับมองไม่เห็นความดีของผู้อื่น เขากระทำการใดก็คิดเป็นด้านลบทั้งหมด

บทนวนิยายเรื่องปวงโดยสังเขป

แต่ไม่ทันการเสียแล้ว สามนออกไปสำรวจท้ายสวนตามที่ได้ก ๆ บอก จนไปซื้อเรือนหลังเล็กสกปรกร้างริมน้ำและถูกลักกฤญแจแน่นหนา สามนงัดกุญแจที่มีฝ้ายันต์ติดอยู่ออก สามนเข้าไปข้างในเสียงมนต์ดำเสียงไซ้ที่ถูกลากไปตามพื้น และเสียงกรีดร้องอย่างทรมานดังไปทั่วจนสามนเป็นลมล้มลงก่อนจะตื่นขึ้นมากลายเป็นสามนคนใหม่ที่เฉยชาและขี้หงุดหงิด

เมื่อครอบครัวของสามนโอนย้ายมาอยู่เรือนหลังเล็ก รัมภาไม่เคยนอนหลับสนิทสักคืน เธอได้ยินแต่เสียงหัวเราะเย้ยหยันของหญิงคนหนึ่งแล้วเข้าหุตุตลอดคืน อีกครั้งมักฝันเห็นผู้หญิงนุ่งโจงกระเบนสีดำ สวมเสื้อคอกว้างแขนงุดเสมอไหล่ ผมยาวและต้นคอรั่มร่าม ดูเหมือนผู้หญิงในฝันจะยิ้มแต่รอยยิ้มแฝงไว้ด้วยความน่ากลัว ความฝันซ้ำซากถึงหญิงชราคนนั้นทำให้เธอผวาตื่นยามตีอกอยู่บ่อย เธอตัดสินใจบอกเรื่องนี้กับสามนและขอย้ายบ้านไปอยู่ที่อื่น แต่สามนกลับคิดว่าคือหุตุและคิดมากไปเอง รัมภาจึงนำความฝันประหลาดนี้ไปเล่าให้ยายคำฟัง เพราะเธอนึกว่าผู้หญิงที่ฝันเห็นเป็นคุณทวด ยายคำก็บอกว่าลักษณะแบบนี้ตามทีเธอเล่าให้ฟังไม่ใช่คุณทวดอย่างแน่นอน เพราะคุณทวดไม่เคยไว้ผมยาวรั่มร่าม ท่านจะตัดผมทรงพุ่ม ๆ และเกล้ามวยเท่านั้นกลายเป็นความสงสัยของรัมภาว่าคนที่เธอฝันเธอคือใคร

ด้วยความเป็นคนอยากรู้อยากเห็นของเดือนแรม เมื่อเมียเพื่อนบ้านมาอยู่ใหม่อย่างครอบครัวของสามนและรัมภา เธอก็อดไม่ได้ที่จะแวะมาเยี่ยมเยียนเพื่อทำความรู้จัก และเล่าเรื่องราวต่าง ๆ นานาตามที่เคยได้ยินมาจากยายเพ็ญเกี่ยวกับบ้านสวนแห่งนี้ให้รัมภาฟัง แรก ๆ รัมภาก็รู้สึกดีที่มีเพื่อนคุย แต่บ่อยเข้าเธอก็เริ่มรำคาญ เพราะเดือนแรมเป็นคนพูดมากและไม่มีกาลเทศะ เดือนแรมเล่าให้รัมภาฟังว่าเคยได้ยินมาว่า ในอดีตเรือหลังเล็กแห่งนี้เคยมีคนบ้าถูกขังอยู่ รัมภาจึงให้เดือนแรมพาไปหายายเพ็ญ เพราะอยากรู้ที่มาที่ไปของบ้านหลังนี้

เดือนแรมเข้ามาพัวพันกับครอบครัวใหม่ถึงเริ่มคุ้นเคย วันหนึ่งรัมภาฝากให้เดือนแรมเฝ้าบ้านให้เดือนแรมเผลอนอนกลางวันและเคลิ้มเห็นผู้หญิงคนเดียวกับรัมภาเคยฝันเห็น คือผู้หญิงสาวคมขำ ผมประดับหูเรียบร้อย ส่วนเสื้อคอกลมแขนงุด นุ่งผ้าโจงสี่สวยงาม ผู้หญิงคนนั้นยิ้มให้เดือนแรม และกระซิบข้างหูเธอถามซ้ำ ๆ ว่าจำเอาไว้ ฉันจะช่วยแก ในฝันจากภาพหญิงคมขำ ผมประดับที่เห็นตอนแรก ค่อย ๆ กลายเป็นผู้หญิงผมรุ่มร่าย ผ้าโจงกลายเป็นสีดำ แวตนาถักลวดเหมือนคนบ้า เธอจึงสะดุ้งตื่นเพราะนึกว่าโดนผีอำ และเล่าเรื่องนี้ให้รัมภาฟัง รัมภาตกใจที่เดือนแรมฝันเห็นผู้หญิงคนเดียวกับที่เคยฝัน เธอเล่าเรื่องนี้สามนฟังอีกครั้ง เขายังคงเชื่อเธอคิดมากไปเป็นเหมือนเดิม

เดือนแรมไปมาหาสู่ที่นี้บ่อยครั้ง จนวันหนึ่งสามนเลิกงานเร็วกว่าปกติ เขาได้มาเจอเดือนแรมที่มาช่วยเฝ้าบ้านให้โดยบังเอิญ ครั้งแรกที่เดือนแรมเจอเขา เธอรู้สึกพึงพอใจในตัวสามน ส่วนสามนไม่รู้รู้สึกพิเศษอะไรกับเดือนแรม แต่ทุกครั้งที่อยู่ใกล้เดือนแรม เขามักได้ยินเสียงท่องมนต์ของใครคนหนึ่ง และมักเห็นเงาหญิงสวย แวต่าย้วยวนคนหนึ่งซ่อนอยู่ในตัวเดือนแรม

ในที่สุดสามนอดใจไม่ไหวแอบมีรักกับเดือนแรม เมื่อวันที่รัมภาและลูก ๆ อยู่หัวหินกับบรรดาญาติเดือนแรมรื้อนแรงและมีเสน่ห์ดึงดูดให้เขาสืมเมียมและลูกได้ ทุกครั้งที่เขามืออะไรกับเธอ เขาจะรู้สึกทั้งตัวเขาและเธอไม่ใช่ตัวเอง แต่กลายเป็นคนอื่น โดยเฉพาะเมื่อเขาอยู่ใกล้เดือนแรม เขามักได้กลิ่นแป้งร่ำน้ำอบไทยจากตัวของเธอเสมอ เมื่ออยู่กันสองต่อสองที่เรือนเล็ก สามนมักได้ยินเสียงกระซิบแว่วข้างหูเรียกเขาว่า คุณพระ เสียงนั้นทำให้เขาเหมือนมีใครอีกคนแทรกอยู่ในตัวเอง และเมื่อเขาแวบนึกถึงลูกเมีย ความรู้สึกนั้นจะเปลี่ยนเป็นความเกลียดชังลูกเมียในทันที เขารู้สึกเหมือนกำลังตกอยู่ในภวังค์ของอำนาจอย่างใดอย่างหนึ่ง แต่ถ้าสามนกลับไปเรือนใหญ่หรืออยู่ต่อหน้ารูปคุณทวด เขาจะรู้สึกประหลาดเหมือนกับตัวเองจะแยกเป็นสองส่วนร่าง อึดอัดจนอยากเป็นลม แต่สำหรับเดือนแรม ทุกครั้งที่ได้มานอนที่เรือนหลังเล็ก เธอมีรู้สึกเคลิ้มเห็นเห็นผู้หญิงกระโจมอกคนเดิมมายืนข้างเตียงเสมอ พร้อมเสียงแว่วว่าให้เธออยู่ที่นี้เพื่อช่วยแก้แค้นเหมือนเดิม

วิญญาณร้ายไม่หยุดเพียงแค่นั้น เสียงกระซิบยามค่ำคืนขณะฝันพาเดือนแรมไปพบกับหมอผีคนหนึ่ง ชื่อ อาจารย์ชู อาจารย์ชูจัดการทำเสน่ห์ให้สามนและเดือนแรมกลับมารักกันอีกครั้ง คราวนี้สามนดูกราดเกรี้ยวถึงกับดูและรำคาญลูกแฝดของตน อนุกุลจึงพาเด็กแฝดไปอยู่บ้านบรรดาญาติไล่ล่าทำใจไม่ได้ ด้วยความคิดถึงพ่อจึงชวนรัสดีหนีออกจากบ้านบรรดาญาติ ในที่สุดเด็กแฝดหลงทางหายไปนอนเร่ร่อนอยู่ริมถนน โชคดีที่พี่ซนและอนุกุลไปพบก่อนจะได้รับอันตราย

เมื่อรัมภารู้ความจริงว่าสามนแอบคบกับเดือนแรม เธอเสียใจมากถึงกับขนของย้ายออกมาจากเรือนหลังเล็ก และพาลูกแฝดไปฝากบรรดาญาติเลี้ยง ในขณะที่เดือนแรมขนของเข้าไปอยู่ที่

เรือนหลังเล็กแทนที่เรียบง่าย รมภาเสียใจและเครียดมาก อนุกุลดูแลรมภาและเด็กทั้งสอง ความผูกพันใกล้ชิดทำให้อนุกุลเริ่มอ่อนไหวกับรมภาด้วยใจจริงไม่ได้แกล้ง ทำให้พัชนีเสียใจมากคิดตัดใจจากอนุกุล

เมื่อนอนพักฟื้นที่โรงพยาบาล รมภาเคยฝันว่าตัวเองมาอยู่ที่เรือนหลังใหญ่ เธอได้ยินเสียงและสัมผัสพลังเร้นลับที่บอกเธอว่า อาย่าอมแพ้ ให้สู้กับมันให้ได้ แต่บางครั้งเธอรู้สึกเหมือนว่าตัวเองถูกอำนาจลึกลับบางอย่างคุกคามอยู่ตลอดเวลา ทำให้เธอรู้สึกหวาดกลัว ฝันร้าย ทางที่เธอไม่ยอมนอนหลับ เพราะกลัวความฝัน คุณหมอบอกต้องให้กินยากล่อมประสาทให้เธอได้นอนหลับเพื่อลืมทุกอย่าง เมื่อเธอมารักษาตัวที่โรงพยาบาล ศาสน์ตัวต่อกกอดเดือนแรม ไม่เคยสนใจมาเยี่ยมเธอสักครั้ง

ด้วยบ่วงกรรมที่เคยผูกพันกันมาแต่ชาติก่อน รมภาเคยเกิดเป็น คุณชิ่งกลิ่น ลูกสาวของคุณหญิงอบเชย ซึ่งเป็นคุณทวดเจ้าของบ้านสวนแห่งนี้ ส่วนศาสน์สามีของเธอไปเกิดเป็น คุณพระภักดี บพมาลย์คุณพระภักดีบพมาลย์และคุณชิ่งกลิ่นรักใคร่ชอบพอกัน จนผู้ใหญ่จัดพิธีแต่งงานให้ และอยู่กินกันอย่างมีความสุข จนมีลูกสาวคนหนึ่งชื่อ ชิตศรี ซึ่งก็คือยายของศาสน์ในชาติปัจจุบัน คุณชิ่งกลิ่นได้ลูกคนมีศถาบรรดาศักดิ์ จึงมีต้นห้องเขาคุณแล้วรับใช้ชื่อ นางแพงแพงอายุไล่เลี่ยกับคุณชิ่งกลิ่น แต่มีนิสัยทะเยอทะยาน เธอคอยอิจฉาคุณชิ่งกลิ่นที่ได้ดีกว่าตัวเองในทุกเรื่อง

แพงพยายามทำทุกวิถีทางเพื่อให้คุณพระสนใจ แต่คุณพระกลับไปไม่เล่นด้วย จนวันหนึ่งคุณชิ่งกลิ่นต้องไปนอนคลอดลูกที่โรงพยาบาล คุณพระไปราชการเมากลับมา แพงจึงได้โอกาสจับคุณพระ และยอมเป็นของของคุณพระ ในคืนนั้น เมื่อคุณชิ่งกลิ่นคลอดลูกเสร็จก็กลับมาอยู่ที่เรือนใหญ่ คุณพระกลับไม่สนใจแพงเหมือนเดิม เพราะในใจยังรักภักดีต่อคุณชิ่งกลิ่นคนเดียว แพงต้องกลายเป็นภรรยาลับ ๆ ของคุณพระที่ไม่ได้เอาออกหน้าออกตาเหมือนคุณชิ่งกลิ่นเมียแต่ง แพงแค้นใจคุณชิ่งกลิ่นมาก ตอนหลังแพงตั้งท้อง และอยากให้คุณพระสนใจเธอคนเดียว เธอจึงไปหาหมอผีทำคุณไสยใส่คุณพระ ทำให้คุณพระหลงเธอหัวปักหัวปำ จนไม่สนใจคุณชิ่งกลิ่นและลูก คุณชิ่งกลิ่นต้องตรอมใจทนเลี้ยงลูกตามลำพัง ท่ามกลางความสงสารของคุณหญิงอบเชยผู้เป็นแม่

เรื่องที่แพงทำเสน่ห์ถึงหูกคุณหญิงอบเชย คุณหญิงต้องพาคุณพระไปหาท่านเจ้าคุณพระสงฆ์ผู้ทรงสมณะศักดิ์เพื่อช่วยแก้คุณไสยที่คุณพระโดนกระทำมา หลวงพ่อเอาน้ำมันศักดิ์สิทธิ์มาให้คุณพระอาบและกิน เมื่อน้ำมันจากผู้ทรงศีลที่ถ่ายทอดความบริสุทธิ์ลงไปบวกับพระพุทธรูปในพระสูตร ก่อให้เกิดพลังอำนาจที่ช่วยขจัดมนต์ดำและความชั่วร้ายต่าง ๆ ออกจากตัวคุณพระ การแก้มนต์ดำในตัวคุณพระทำให้ร่างกายคุณพระปั่นป่วนจนล้มป่วย และค่อย ๆ ทรมานลง จนเมื่อวันที่คุณพระป่วยหนักเจียนตาย วาระสุดท้ายก่อนตายคุณพระมีสติคิดได้ ขอให้คุณชิ่งกลิ่นอธิษฐานให้และสาบานว่าขอเกิดเป็นคู่กันคุณชิ่งกลิ่น ไปทุกชาติ เมื่อคุณพระเสียใจเสียชีวิตลง ของทำเสน่ห์ที่แพงไปทำมานั้นกลับวอกกับเข้าตัวเธอ ทำให้เธอกลายเป็นคนเสียสติ คุณหญิงอบเชยโกรธแค้นแทนลูกสาว จึงสั่งคนใช้ให้สร้างเรือนหลังเล็กขึ้นมาเพื่อขังแพงที่กลายเป็นคนบ้าไว้ ไม่ให้ออกมาสู่โลกภายนอก คุณหญิงถึงทรมาณแพงโดยการเขี่ยนตี ให้หลาบจำจนแพงถึงแก่ความตาย ก่อนตายแพงอาฆาตกับทุก ๆ คนว่าจะไม่ขอไปผูกไปเกิดจะอยู่ที่นี้และคอยจองเวรคุณชิ่งกลิ่นให้พรากจากคนรักไปทุกชาติ

นวนิยายเรื่องบ่วงในที่สุด รัมภานั่งสมาธิจนรู้ความจริงทั้งหมด เธอใช้จิตติดต่อกับคุณ ทวดให้เลิกจ้องเวรแวง และอย่าให้ท่านห่วงทางนี้อีก เพื่อจะได้ไม่เป็นบ่วงร้อยรัดท่านต่อไป รัมภายอมรับในวิบากกรรมของตัวเอง เพราะกรรมของแต่ละคนที่มาเหมือนลูกโซ่ ร้อยเป็นห่วงติดต่อกันไม่มีที่สิ้นสุด ถ้าไม่ตัดมัน มันก็จะกลายเป็นห่วงยืดยาวต่อไปไม่รู้จบ คุณทวดจึงยอมให้รัมภาทำพิธีเผา ท่านเพื่อไปเกิดในภพใหม่ รัมภามั่นสร้างกุศลมากขึ้น และแผ่ส่วนกุศลไปสู่วิญญาณของแวงด้วย เมื่อวิญญาณของแวงได้รับบุญกุศลที่น่าพาส่งไปอย่างต่อเนื่อง ที่สำคัญที่สุดคือเธอได้รับการโอบอุ้มกรรม จากคุณทวดและรัมภา เธอจึงเลิกอาฆาตจ้องเวรและยอมไปเกิดใหม่ในที่สุด ความดีที่รัมภาส่งสมจากการปฏิบัติธรรมและนั่งสมาธิ เธอขอผลบุญทั้งหมดปล่อยศามนให้เป็นอิสระจากบ่วงแห่งความหลง และให้สติสัมปชัญญะของเก่ากลับคืนมา ความดีของเธอยังคงกลายเป็นเกราะป้องกันให้ความเลวร้ายทั้งหมดสะท้อนกลับสู่ก่อกรรม กุศลกรรมของรัมภาช่วยสร้างเกราะแก้วคุ้มครองศามน ทำให้เขาไม่ต้องพบจุดจบอย่างคุณพระในอดีต เมื่อทุกอย่างเริ่มคลี่คลาย ศามนเริ่มมีอาการเหมือนมีใครคนหนึ่งเตือนให้เขานึกถึงภรรยาและลูก เมื่อความชั่วร้ายไม่สามารถเข้าถึงตัวศามน มันจึงสะท้อนกลับมาที่คน ทำชั่วอย่างเดือนแรม เดือนแรมรู้สึกว่าการพิเศษที่เคยช่วยให้เธอมีอำนาจจิตใจเหนือศามนขณะนี้มันเริ่มเสื่อมลงเธอเริ่มหวาดระแวงว่าจะสูญเสียศามนไป ส่วนศามนเริ่มเฉื่อยชาต่อเธอ ในใจของศามนเหมือนมีอำนาจสองอย่างต่อสู้กัน ทำให้เขารู้สึกสับสนและว่าวุ่นเมื่อเดือนแรมรู้ว่าศามนเปลี่ยนไป เธอรับไม่ได้จึงเกิดอาการประสาทหลอนจนเสียสติ เหมือนกับที่รัมภาเคยเป็นเมื่อสมัยอยู่ที่เรือนหลังเล็ก และโดนศามนทั้งศามนรู้สึกอับอายผู้คนที่เดือนแรมมีอาการแบบนี้ เขาจึงส่งตัวเดือนแรมไปอยู่ที่โรงพยาบาลโรคจิต

๓.๔ สรุปท้ายบท

ในชาติปัจจุบัน แวงจึงกลายเป็นวิญญาณร้ายที่คอยทำร้ายและอาฆาตจ้องเวรรัมภารเรื่อยมา วิญญาณของแวงที่อยู่ในเรือนหลังเล็กยังคงวนเวียนอยู่กับความแค้น เพราะเธอตายร้ายหรือตายในขณะที่มีความอาฆาตพยาบาทมาก อุปทานแห่งความอาฆาตพยาบาททำให้เกิดพลังที่แข็งแกร่งพลังชั่วร้ายของแวงยังคงไม่ไปไหน และวนเวียนอยู่ที่เธอเสียชีวิต พลังนั้นพร้อมที่จะส่งเสริมความชั่วและต่อต้านความดี แวงจึงใช้ร่างเดือนแรมเป็นสื่อเข้าถึงตัว ศามน เพราะรู้ว่าเขาคือคุณพระกลับชาติมาเกิด เมื่อใดที่เดือนแรมมาอยู่ที่เรือนหลังเล็กเธอจึงทำความเลวขึ้นได้เพราะพลังร้ายช่วยส่งเสริมไม่ว่าเดือนแรมจะพูดหรือทำอะไรศามนก็เชื่อไปหมด เพราะมีความร้ายกาจของวิญญาณแรงสนับสนุนอยู่ แวงควบคุมเดือนแรมให้ใช้เนื้อหนังมังสาช่วยยวนให้ศามนหลงใหล และช่วยให้เดือนแรมใช้ความชั่วร้ายครอบงำศามนไว้ไม่ให้สนใจรัมภามากตามต้องการของเธอ

ส่วนคุณหญิงอบเชย หรือคุณทวดของศามน เมื่อเธอเสียชีวิตลง คุณทวดรู้ว่ารัมภา คือลูกของตนในภพอดีต วิญญาณคุณทวดจึงคอยช่วยรัมภาให้รอดพ้นจากวิญญาณแวง คุณทวดไม่ยอมไปเกิดใหม่เพราะห่วงรัมภา วิญญาณของคุณแวงสองคนในบ้านสวนแห่งนี้ ถึงแม้ว่าร่างกายจะสลายไปแล้ว แต่ยังมีอุปทานว่าตนยังไม่ตาย จิตจึงเกิดเป็นโอบปาปาติกะวนเวียนอยู่ในภพปัจจุบัน ที่มีทั้งความอาฆาตและความห่วงเป็นบ่วงร้อยรัดทุกคนเข้ามาที่เกี่ยวข้อง พราะแรงอาฆาต แรงแค้น แรงริษยา หรือ แรงรัก เพราะแรงพวกนี้มีพลังสูง คืออำนาจของกิเลส ถึงร่างกายจะสลายไป มันก็ยังคงมีพลังอยู่

เป็นห่วงคล้องไม่ให้ชีวิตหลังความตายเป็นไปตามกระแสกรรม กรรมของแต่ละคนมีที่มาเหมือนลูกโซ่ ร้อยเป็นห่วงติดต่อกันไม่มีที่สิ้นสุด ถ้าเราไม่ตัดมัน มันจะกลายเป็นห่วงยืดยาวต่อไปไม่รู้จบ ความอาฆาตแค้นก็เป็นปวง ความรักความห่วงใยก็เป็นปวง

ด้วยเหตุดังกล่าว ในการศึกษาวิจัยเรื่อง พยาบาทที่ปรากฏในนวนิยายเรื่อง บ่วง ผู้วิจัย จึงได้ใช้แนวทางของกระบวนการสื่อสาร ๒ ส่วน คือ การวิเคราะห์ตัวบท และการวิเคราะห์ผู้รับสาร โดยสนใจมุมมองที่ว่า ระหว่างโลกแห่งจินตนาการ (นวนิยาย) กับโลกความเป็นจริง (ผู้รับสาร) เพื่อทดสอบว่าเมื่อทั้งสองโลกโคจรมาเจอกัน ใครจะมีอำนาจมากกว่ากันในเรื่องของการกำหนด ความหมาย และทั้งหมดที่กล่าวมานี้ ผู้วิจัยเห็นว่า นอกจากที่นวนิยายจะประกอบสร้างภาพของผู้หญิง ที่เป็นไปตามกรอบทางสังคมที่ตั้งไว้และภาพของตัวละครหญิงที่มีลักษณะเปี่ยมเบนแล้ว ยังพบว่าการ ศึกษาวิจัยในเรื่องเกี่ยวกับผู้หญิงในนวนิยาย ยังขาดการศึกษาที่เกี่ยวข้องในเรื่องภาพของตัวละคร หญิงที่มีลักษณะเปี่ยมเบน ที่มุ่งวิเคราะห์ถึง ความพยาบาทที่ปรากฏในนวนิยายเรื่อง บ่วง ทั้งเราเสพ ของตัวละครดังกล่าวมีความสำคัญ และมีบทบาทในการดำเนินเรื่อง ดังนั้นสัญลักษณ์ความพยาบาท ในนวนิยายเรื่อง บ่วง” จึงเปรียบเสมือนภาพตัวแทนของผู้หญิงในโลกความเป็นจริงที่ต้องการต่อรอง กับอุดมการณ์เป็นใหญ่ ผู้หญิงด้วยกันเอง หรือแม้แต่การกระทำอื่น ๆ ที่เกิดจากบริบททางสังคม รวมทั้งการหาทางเลือกให้กับตนเองในการต่อรอง ต่อต้านอุดมการณ์ ดังกล่าวเหล่านั้นด้วย และยัง รวมถึงการให้ค่าความหมายของ ความเป็นหญิง ที่สังคมสภาพแวดล้อมเป็นผู้กำหนด ด้วยเหตุดังกล่าว มิติของความพยาบาทของสตรีจึงมีลักษณะแตกต่างกันไป นอกจากนี้แล้วยังมุ่งหาถึงสาเหตุด้วยว่า แตกต่างกันอย่างไร ตลอดจนเพื่อตอบคำถามว่าเพื่ออะไรด้วย ดังนั้น จึงเน้นประเด็นที่ผู้วิจัยให้ความสนใจที่จะศึกษา โดยมีกรอบของแนวคิดเรื่องการสื่อสารกับประกอบสร้างความเป็นจริงทางสังคม แนวคิดเรื่องมนุษย์ในฐานะปัจเจกผู้กระทำการ แนวคิดเรื่องความเปี่ยมเบน และแนวคิดเรื่อง การวิเคราะห์ผู้รับสารเชิงวัฒนธรรม มาเป็นกรอบสนับสนุนสำหรับการศึกษาวิจัยเรื่อง พยาบาทที่ปรากฏ ในนวนิยายเรื่อง บ่วง

นอกจากนั้นในการศึกษาเรื่องพยาบาทที่ปรากฏในนวนิยายเรื่อง บ่วง ผู้วิจัยมองใน ทัศนะที่ว่า การกระทำของผู้หญิงที่ใช้ความพยาบาทที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะด้วยตัวตนของผู้หญิงเองผู้อื่น หรือสังคมบ่มเพาะจนเกิดความพยาบาท แนะนำไปสู่การแก้แค้นนั้น ช่วงเวลาของการบ่มเพาะความ พยาบาทและดำเนินไปสู่การแก้แค้นของผู้หญิงจะเป็นสิ่งที่ผู้หญิงไม่เคยได้คิด ตระหนัก และรู้สึกผิด จริงหรือไม่ หรือเพราะด้วยความพยาบาทอาจจะเป็นเครื่องมือในการปลดปล่อยของความรู้สึก พยาบาทจากอุดมการณ์ระหว่างเพศ และการกระทำที่เกิดจากสังคมสภาพแวดล้อมที่พยุง ให้ดำรงตน อยู่ในมุมที่สังคมได้กำหนดตามที่ควรจะเป็น

บทที่ ๔

การนำหลักธรรมที่ปรากฏในนวนิยายเรื่อง “บ่วง” มาใช้ในการดำเนินชีวิต

ในบทนี้ผู้วิจัยได้มุ่งศึกษาหลักธรรมที่ใช้แก้ความพยายาบทในนวนิยายเรื่องบ่วงเพื่อนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันโดยอาศัยหลักธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ (๑) เบญจศีล (๒) อโทสะ (๓) สติ (๔) เมตตา (๕) ขรรวาส ธรรม (๖) หิริโอตตปปะ (๗) สติปัญญา ๔ มีดังต่อไปนี้

๑. หลักธรรมที่ปรากฏในนวนิยายเรื่อง บ่วง
๒. การนำหลักธรรมใน นวนิยายเรื่อง บ่วง มาใช้ในการดำเนินชีวิต
๓. สรุปท้ายบท

๔.๑ หลักธรรมใน นวนิยายเรื่อง “บ่วง” มาใช้ในการดำเนินชีวิต

๔.๑.๑ หลักเบญจศีลที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

๑. หลักธรรมเบญจศีล^๑ คือ ข้อประพฤติปฏิบัติสำหรับควบคุมกาย และวาจาให้ตั้งอยู่ในความประพฤติชอบทางกายและวาจาการรักษากายวาจาให้เรียบร้อย การรักษาปกติตามระเบียบวินัย ข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว การควบคุมตนให้ตั้งอยู่ในความไม่เบียดเบียนความดีงามหลักธรรมที่ทำให้มนุษย์มั่นคงของชีวิต ถือเป็นหลักธรรมเบื้องต้นที่ชาวพุทธควรปฏิบัติตาม เพราะสังคมไทยในอดีตนั้น ได้ชื่อว่า เป็นเมืองที่มีมาตรฐานทางศีลธรรมค่อนข้างสูง เป็นที่ประจักษ์ในสายตาของชาวต่างชาติ เมื่อสังฆราชปาลเลกซ์มาเยือนเมืองไทยในสมัยรัชกาลที่ ๓ นั้น ท่านได้บันทึกถึงชาวสยามว่าชาวประชาชาตินี้มีที่น่าสังเกตตรงอธยาศัยอันอ่อนโยน และมีมนุษยธรรม ในพระนครซึ่งมีพลเมืองค่อนข้างคับคั่ง ไม่ค่อยปรากฏว่ามีการทะเลาะวิวาทกันอย่างรุนแรง ส่วนฆาตกรรมนั้นเห็นกันว่าเป็นกรณีพิเศษมากทีเดียว บางทีตลอดทั้งปีไม่มีการฆ่ากันตายเลยไม่เพียงแต่ต่อมนุษย์ด้วยกันเท่านั้นที่คนไทยมีมนุษยธรรม ยังเผื่อแผ่ไปถึงสัตว์เดียรัจฉานอีกด้วย ความเห็นดังกล่าวสอดคล้องกับของลาลูแบร์ ซึ่งพูดถึงชาวสยามสมัยพระนารายณ์หรือ ๒๐๐ ปีก่อนหน้านั้นว่า เป็นชนชาติที่สมถะอย่างยิ่ง อีกทั้งยังไม่ชอบการฆ่า และกักขังสัตว์ จวบจนสมัยรัชกาลที่ ๗ เมื่อคาร์ล ซิมเมอร์แมน มาสำรวจสภาพเศรษฐกิจไทย เขาอดไม่ได้ที่จะชื่นชมว่า พลเมืองของประเทศสยามมีนิสัยใจคอดี และไม่มี ความโลภในการสะสมโภคทรัพย์ไว้เป็น มาตรฐานแห่งการครองชีวิต การละทิ้งเด็ก การขายเด็ก การสมรสในวัยเยาว์ และความประพฤติชั่วร้ายต่าง ๆ ซึ่งอนารยชนชอบประพฤติกัน ไม่ปรากฏในหมู่คนไทยเลย คำบรรยายดังกล่าวเกือบจะเรียกได้ว่าตรงข้ามกับสภาพในปัจจุบันทุกวันนี้ ประเทศไทยมีอาชญากรรมในอัตราที่สูงมาก เพราะ มีความโกรธเป็นเหตุให้มีคนถูกฆ่าตายวันละเกือบ ๒๐ คน หรือตายเกือบทุกชั่วโมง และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปีเช่นเดียวกับคดีอุกฉกรรจ์อื่น ๆ

^๑ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๘๗.

๔.๑.๒ อโทสะที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

อโทสะ หมายถึง ความไม่โกรธไม่พยาบาทการไม่โกรธตอบผู้ที่โกรธ เป็นบุคคลผู้หวังให้คนอื่นมีความสุขทั่วถึงก่อน ดังปรากฏเรื่องในตอนทีวจูรบัตถิตถูกปุณณกยักรัษทรมาณก็ไม่ทำความโกรธแก่ปุณณกยักรัษ หากแต่มีความปรารถนาดีแสดงธรรมแก่ปุณณกยักรัษให้กลับใจเป็นคนดี ได้เพราะ จูรบัตถิตเป็นผู้ไม่โกรธ บุคคลผู้ไม่โกรธจะไม่คิดแต่ เอาประโยชน์สุขของตนฝ่ายเดียว แต่จะเป็นผู้ที่ให้ภัยแก่ผู้อื่นเสมอ แม้ตนจะได้รับความลำบากถูกรัษทรมาณ เป็นผู้ที่ประกอบด้วย ความเมตตากรุณา เมื่อตนเองมีความสุขก็อยากแบ่งความสุขให้ผู้อื่น เห็นผู้อื่น เห็นผู้อื่นมีความสุขก็อยากจะช่วย ให้พ้นทุกข์เป็นต้น บุคคลเช่นนี้ ชื่อ อโทสะ

ความไม่โกรธไม่พยาบาทดังกล่าวนี้ เป็นหลักธรรมเพื่อความเป็นคนดีสามารถรักษา ความเป็นมิตรภาพเอาไว้ได้ดังเรื่องทีปรากฏในคราวทีพญาครุฑ และพญานาคเป็นคู่ริกันแต่ครั้งก่อน เป็นเพราะพญาทั้งสองนั้นมีความอดทน (ขันติ) มีความยินดีพอใจในการบริโภคอาหาร (สันโดษ) แม้ตนจะหิวเพียงแต่เพราะท่านเหล่านั้นมีคุณธรรม คือ สัจจะ เนกขัมมะ อโทสะ และ สันโดษจึง สามารถรักษาความเป็นมิตรภาพ และ เสรีภาพไว้ได้

๔.๑.๓ สติที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

สติ ความหมายตามพระพุทธพจน์ สติ แปลว่า ความระลึกได้ถึงสิ่งที่เคยทำคำที่ เคยพูด แล้วแม่นยำได้ สติ คือ ความระวัง ความไม่ขาดสติ ระลึกได้ว่าเราโกรธแล้วนะความโกรธเกิดขึ้นแล้ว รับผิดชอบต่อได้แล้วรับผิดชอบต่อไปให้ปัญญา มีพระพุทธภาษิตตอนหนึ่งที่ตรัสตอบปัญหาของอชิตมานพ ๑ ในมานพ ๑๖ ศิษย์ของพราหมณ์ภาวรี มีใจความว่า กระแสกิเลสเหล่านี้ที่มีอยู่ในโลก สติจะมาเป็นเครื่องกันกระแสกิเลสเหล่านั้น (ยานิ โสทานิ โลกสมิ สติ เตสํ นิวารณิ) สติเป็นทำกัน กระแสของกิเลสเหล่านั้น ความโกรธหรือโทสะเป็นกระแสที่สำคัญของกิเลสในโลก ต้องมีสติ คอยกำกับคอยระมัดระวัง ก็จะสามารถสกัดกั้นความโกรธที่จะเกิดขึ้นหรือว่าที่เกิดขึ้นแล้วให้บรรเทา ลงไปได้ง่าย และลงไปได้เร็ว บางคนโกรธจนขาดสติสามารถจะทำอะไรที่ไม่เคยทำให้ก็ได้บางทีโกรธ จนปวดศีรษะหรือบางทีมันจืดขึ้นมาบ่อยก็ต้องพกยาไว้บ้างยาที่ช่วยให้เราคลายเครียด ถ้าเมื่อสติไม่พอ ก็ต้องใช้ยาช่วยบ้าง ไม่ประมาท สติกับความไม่ประมาทเป็นอย่างเดียวกัน

คัมภีร์มิลินทปัญหา ท่านจะบอกว่าลักษณะของสติ คือ มีลักษณะให้นึกได้ ให้ระลึกถึง ธรรมที่เป็นกุศล หรือ อกุศล มีโทษหรือไม่มีโทษ และสติมีลักษณะถือไว้ คือ เมื่อเกิดขึ้นก็จะค้นหา ธรรมว่า อย่างใดมีประโยชน์ อย่างใดมีอุปการะแล้วถือไว้ตั้งไว้เหนียวรั้งไว้ซึ่งธรรมที่มีประโยชน์ ที่มีอุปการะแล้วถือไว้ตั้งไว้เหนียวรั้งไว้ซึ่งธรรมที่มีประโยชน์ ที่มีอุปการะแล้วก็คิดกันสิ่งที่ไม่มีความประโยชน์ ไม่มีอุปการะไป พิจารณาโดยทั่วไปท่านมักจะจัดสติกับความไม่ประมาทเป็นธรรมอันเดียวกัน คือ เมื่ออธิบายความไม่ประมาท ท่านก็จะใช้คำจำกัดความว่า ความไม่ปราศจากสติ สติอวิปปวาโส ไม่ขาด สตินั้นแหละ คือ ความไม่ประมาท ทั้งสองอย่างจึงเป็นธรรมที่ยิ่งใหญ่มาก เช่น พระพุทธพจน์ที่ว่าภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวว่าสติเป็นธรรมที่ควรปรารถนาในที่ทั้งปวง คือ หมายความว่าต้องใช้ในกิจการทุก อย่าง และกิจการทุกอย่างต้องทำด้วยความไม่ประมาท ความไม่ประมาทเป็นธรรมที่ยิ่งใหญ่อย่างไร พระพุทธเจ้าทรงยกย่องความไม่ประมาทอย่างไร ดูได้จากพระพุทธภาษิตต่อไปนี้ รอยเท้าของสัตว์

ทั้งหลายรวมลงในรอยเท้าข้างได้ทั้งหมด คือ ความใหญ่ แล้วรอยเท้าข้างเป็นยอดของรอยเท้าสัตว์บก ฉันท กุศลธรรมทั้งปวงรวมลงในความไม่ประมาท เรียกได้ว่า เป็นยอดของธรรมเหล่านั้น อันนี้ปรากฏใน คัมภีร์สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค พระไตรปิฎกเล่ม ๑๙ นอกจากนี้ ยังทรงแสดงคุณของความไม่ประมาทไว้อีกหลายประการ เช่น ทำให้อุศลที่ยังไม่ เกิดไม่ เกิดขึ้น ที่เกิดแล้วเสื่อมไป ทำกุศลที่ยัง ไม่ เกิดให้เกิดขึ้น ที่เกิดแล้วเจริญยิ่งขึ้น

ความไม่ประมาทเป็นไปเพื่อประโยชน์ใหญ่ แม้ในพระพุทธพจน์ตอนจวนจะปรินิพพาน ก็ทรงร้องให้พุทธบริษัทยังประโยชน์ให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาท คือ ทำกิจด้วยความไม่ประมาท จะรักษาอะไรก็รักษาด้วยความไม่ประมาท ผู้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทย่อมจะทำมรรคมงคล ๘ ให้เกิดขึ้น ที่เกิดแล้วให้เจริญเต็มบริบูรณ์

นอกจากนี้ ยังทรงพร่ำสอนให้พุทธบริษัทสร้างความไม่ประมาทในฐานะ ๔ อย่าง คือ ในการละกายทุจริต ประพฤติกายสุจริต การละวจีทุจริต ประพฤติวจีสุจริต ในการละมโนทุจริต ประพฤติมโนสุจริต และ ในการละความเห็นผิด ทำความเห็นให้ถูก ทรงแสดงอานิสงส์ว่า เมื่อทำได้อย่างนี้ย่อมไม่หวาดหวั่นต่อความตายที่จะมาถึงข้างหน้า

พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบไว้ในพระสูตรหนึ่งของสังยุตตนิกาย ทรงเปรียบเทียบเรื่องนักรบที่อาศัยกันและกันแสดงกายกรรมต่างคนต่างต้องรักษาตนเองไว้ให้ดี เช่น อาจารย์ให้ศิษย์ขึ้นไปยืนบนบ่าของอาจารย์ แล้วเลี้ยงตัวอยู่บนบ่านั้น แล้วบอกว่าให้รักษาตนให้ดี ลูกศิษย์ก็บอกว่าให้อาจารย์รักษาตัวให้ดีเขาจะรักษาตัวของเขาเอง เมื่อต่างคนต่างรักษาตัวเองไว้ได้แล้วการแสดงกายกรรมก็เป็นไปได้ด้วยดี คือ ไม่มีใครตกได้ทรัพย์มาเลี้ยงชีพด้วยดีเป็นการคุ้มครองรักษาซึ่งกันและกัน พระพุทธองค์ตรัสย้ำในตอนสุดท้ายว่า เมื่อรักษาตนก็ชื่อว่ารักษาผู้อื่น ด้วย เมื่อรักษาผู้อื่นก็ชื่อว่ารักษาตนด้วย คือ รักษาซึ่งกันและกัน คือ ถ้าเรารักษาตัวไว้ไม่ให้เป็นไปในทางทุจริต ไม่ให้เป็นคนเลว ก็จะช่วยรักษาผู้อื่นด้วย เพราะว่าผู้อื่นที่จะถูกทำร้ายถูกประทุษร้ายก็จากคนไม่ดี เมื่อรักษาผู้อื่นก็ชื่อว่ารักษาตนด้วย ถ้ารักษาผู้อื่นได้ก็รักษาตนด้วย มันเป็นผลย้อนมารักษาตนเหมือนที่เคยเปรียบบ่อย ๆ ถ้าเราระวังไม่ให้ไฟไหม้บ้านเราก็เหมือนกับรักษากันคนอื่นด้วย เพราะว่าไฟมันไม่ลามไป ถ้าช่วยกันป้องกันไม่ให้ไฟไหม้บ้านคนอื่นก็เหมือนกับช่วยรักษากันเราด้วยเพราะถ้าไฟไหม้บ้านคนอื่น มันก็จะลามมาไหม้บ้านเรา เมื่อจะรักษาตนก็พึงใช้สติปัญญาเป็นเครื่องรักษา เมื่อจะรักษาผู้อื่นก็พึงใช้สติปัญญาเช่นเดียวกัน แต่ในการรักษาผู้อื่นนั้น ทรงสอนให้ใช้ขันติ ความอดทน อวิหิงสา ความไม่เบียดเบียน และเมตตากรุณาเข้ามาช่วยด้วย

พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้หลายแห่งในฐานะเป็นอุปการธรรมในฐานะเป็นสิ่งที่ดีเยี่ยม สติ คือ การตั้งสติในกายในเวทนาในจิต ในธรรม สติปัญญา ๔ เป็นหลักธรรมที่อยู่ในมหาสติปัญญาสูตร เป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้ง คือ เข้าใจตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำ ระดับ คือ กาย เวทนา จิต และ ธรรม คำว่าสติปัญญานั้นมาจาก (สร ธาตุ + ตี ปัจจัย + ป อุปสัคค์ ธฺวา ธาตุ) แปลว่า สติที่ตั้งมั่น, การหมั่นระลึก, การมีสมาสตรึงรู้ที่พ้นจากการคิดโดยตั้งใจแต่เกิดจากจิตจำสภาวะได้ แล้วระลึกโดยอัตโนมัติโดยคำว่า สติ หมายถึงความระลึกที่เป็นเจตสิกประเภทหนึ่ง ส่วนปัญญา แปลได้หลายอย่างแต่ใน มหาสติปัญญาสูตร และสติปัญญาสูตร หมายถึง ความตั้งมั่น, ความแน่น, ความมุ่งมั่นโดยรวมคือ เข้าไปรู้เห็นในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงตามมุ่งมองของ

ไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณ์ โดยไม่มีความยึดติดด้วยอำนาจกิเลส และปราศจากความโลภ ความโกรธ ความหลง ได้แก่

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การมีสติระลึกถึงกายเป็นฐาน ซึ่งภายในที่นี้ หมายถึง ประชุม หรือ รวม นั่นคือธาตุ ๔ ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ มาประชุมรวมกันเป็นร่างกาย ไม่มองกายด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขา แต่มองแยกเป็น รูปธรรมหนึ่ง ๆ เห็นความเกิดดับกายล้วนไม่เที่ยงเป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา

๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การมีสติระลึกถึงเวทนาเป็นฐาน ไม่มองเวทนาด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขา คือ ไม่มองว่าเรากำลังทุกข์ หรือ เรากำลังสุข หรือเราเฉย ๆ แต่มองแยกเป็นนามธรรมอย่างหนึ่ง เห็นความเกิดดับ เวทนาล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และ เป็นอนัตตา

๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การมีสติระลึกถึงจิตเป็นฐาน เป็นการนำจิตมาระลึกถึงเจตสิก หรือ รู้จิตก็ได้ ไม่มองจิตด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขา คือ ไม่มองว่าเรากำลังคิด เรากำลังโกรธ หรือ เรากำลังเหม่อลอย แต่มองแยกเป็นนามธรรมอย่างหนึ่ง เห็นความเกิดดับ จิตล้วนไม่เที่ยงเป็นทุกข์ และ เป็นอนัตตา

๔. ธรรมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ธน (ธรรม) + อนุ (ตาม , บ่อยๆ , เนื่องๆ) + ปัสสนา (การเห็น , การพิจารณา) การพิจารณาเห็นธรรมบ่อย ๆ เนื่อง ๆ หรือการมีสติระลึกถึง สภาวะธรรมเป็นฐาน ทั้งรูปธรรมและนามธรรมล้วนมีความเกิดดับ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็น อนัตตา

๔.๑.๔ เมตตาที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

เมตตา^๒ คือ ความปรารถนาให้ผู้อื่นได้รับความสุข ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา ความสุขเกิดขึ้นได้ทั้งกายและใจ เช่น ความสุขเกิดจากการมีทรัพย์ ความสุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์ เพื่อการบริโภค ความสุขเกิดจากการไม่เป็นหนี้ และความสุขเกิดจากการทำงานที่ปราศจากโทษ เป็นต้น การระลึกถึงการแผ่เมตตา มีดังนี้

๑. ระลึกบ่อย ๆ ถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าที่เกี่ยวกับโทษของความโกรธ^๓ และคุณของเมตตาต้องระลึกไว้บ่อย ๆ ตั้งแต่ยังไม่โกรธ เพราะเวลาโกรธแล้วจะเลิกไม่ทัน โดยนัยนี้ก็มีคำจำเป็นที่ต้องจดจำไว้บ้าง เหมือนเราเตรียมน้ำเอาไว้พร้อมก่อนที่จะกระหายน้ำ พอกระหายน้ำเราก็ไปตักมา หรือไปกดมาไปไขมาดื่มได้ หรือหุงข้าวเอาไว้เตรียมกับเอาไว้เรียบร้อยแล้ว หิวเมื่อไหร่ก็กินได้ ไม่ใช่หิวแล้วเพิ่งไปหุงข้าว มันไม่ทันฉะนั้นก็ให้ระลึกบ่อย ๆ ถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าถึงโทษของความโกรธ

ในส่วนของคุณของเมตตา ยกตัวอย่าง เช่น พระพุทธเจ้าเคยตรัสเอาไว้ว่า คนมักโกรธเหมือนไม้เผาไฟในป่าช้า สองข้างไฟไหม้ และตรงกลางเปื้อน ท่านลองนึกดูว่าเราจะจับตรงไหน จับสองข้างไฟไหม้ไหม้มือ จับตรงกลางมันก็เปื้อนอุจจาระ ไม่รู้จะจับตรงไหนคนมักโกรธหรือคนขี้โกรธ

^๒ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๒๕.

^๓ วสัน อินทสระ, วิธีลดละความโกรธ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๕๓), หน้า ๘๗.

เราก็ไม่รู้จะไปจับตรงไหน คือ ไม่รู้จะไปคบเขาอย่างไร ไม่รู้จะพูดกับเขาอย่างไร จะพูดจาอะไรสักครั้งหนึ่งก็ต้องคิดแล้วคิดอีก ไม่รู้เขาจะโกรธหรือเปล่าทำนองนี้เป็นคนพูดยาก ใครสอนอะไรก็โกรธ ใครพูดอะไรไม่ถูกใจก็โกรธ กระทบกระทั้งนิดหน่อยก็โกรธ ทำให้เป็นการยากแก่การคบหาสมาคม นาน ๆ เข้าเขาก็เบื่อไม่อยากจะไปเสี่ยงกับความโกรธของคนที่มีโกรธจิตวิหยาสมัยใหม่ก็บอกเราอยู่ตลอดเวลาว่าความโกรธทำให้เครียด ทุกครั้งที่เราโกรธมันเครียด เครียดตั้งแต่ก่อนโกรธ หลังโกรธมันเครียดทั้งนั้น มันมีโทษนา ๆ ประการต่อกระเพาะอาหาร ลำไส้เส้นโลหิตในสมอง โกรธมาก ๆ ทำให้เส้นโลหิตในสมองแตกได้ และเป็นโทษของความโกรธที่เห็น ๆ กันอยู่แต่ถ้าไม่ฝึกในการที่จะไม่โกรธ มันก็ทำไม่ได้ ทุกอย่างมันสำเร็จด้วยการฝึกบางทีใครต่อ ใครนาอะไรมาเล่าให้ฟัง ก็เพื่อจะให้เราพลอยโกรธกับเขาไปด้วย หรือแสดงความไม่พอใจกับเขาไปด้วย แต่ถ้าเรามองในแง่ขบขันเสียบ้าง คนที่เล่าเขาก็หัวเราะออกเหมือนกัน เพื่อเราจะได้ไม่โกรธหรือไม่เครียดอันนี้ก็เป็นประการที่หนึ่ง การระลึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้า ของบัณฑิตของท่านผู้รู้ต่าง ๆ ไว้เสมอที่จะระลึกได้ก็ต้องอ่านต้องฟัง มิเช่นนั้นมันไม่มีข้อมูล

๒. ระลึกถึงพระจริยาของพระพุทธเจ้า และพระอริยสาวกทั้งหลายผู้มีความอดทน และมีเมตตาได้เล่าให้ฟังมาบ้างแล้วในตอนต้น ถ้าเราจะบอกว่า ท่านทำได้เพราะท่านเป็นพระอริยะ ท่านเป็นพระอรหันต์ ก็ขอให้นึกดูเถอะว่าก่อนที่ท่านจะเป็นพระอริยะ ก่อนที่ท่านจะเป็นพระอรหันต์ ท่านก็เป็นปุถุชนมาก่อน และท่านก็เว้นได้ด้วยการฝึก ทำได้แล้วจึงได้เป็นไม่ใช่ว่าเป็นก่อนแล้วจึงทำได้ พอเป็นอย่างนี้แล้วก็อยู่ตัว พออยู่ตัวแล้วก็สบาย เป็นคนที่มีความอดทน และมีเมตตา ไม่เดือดร้อน แก่ตน ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ก็น่าฝึกฝนน่าทำ มนุษย์เราเสียเวลาไปทำสิ่งอื่นฝึกฝนเรื่องอื่นมากมาย ในชีวิตถ้าจะมาฝึกฝนเรื่องความอดทน และเมตตาบ้างก็จะดีมาก ที่จริงมันก็มีบทเรียนอยู่ตลอดเส้นทางชีวิตของเรา ไม่ว่าเราจะไปที่ไหนเกี่ยวข้องกับใคร ไปทำงานอะไรที่ไหนมันก็คน เมื่อมีคนก็จะต้องมีเรื่องที่จะต้องอดทน และมีเรื่องที่จะต้องเมตตา บางทีก็ต้องให้อภัยที่ท่านอาจารย์พุทธทาส เขียนเป็นกลอนเอาไว้ ซึ่งรู้กันแพร่หลายว่า เขามีส่วนเลวบ้าง ช่างหัวเขา จงเลือกเอาส่วนที่ดีเขามีอยู่ เป็นประโยชน์โลกบ้างยังน่าดู ส่วนที่ชั่วอย่าไปรู้ของเขาเลย จะหาคนมีดีโดยส่วนเดียว อย่างมัวเที่ยว ค้นหา สหายเอ๋ย เหมือนเที่ยวหาหนวดเต่าตายเปล่า เลยฝึกให้เคยมองแต่ดีมีคุณจริง เพื่อเราจะได้มีความอดทน มีเมตตา ต่อคนที่ไม่ถูกใจเราหรือว่าทำผิดพลาดบางทีเราก็จำเป็นต้องเจียมเนื้อเจียมตัวในการที่จะวิจารณ์หรือเพ่งโทษคนอื่น เพราะตัวเราเองก็มีข้อบกพร่องอยู่มาก ที่ต้องการความเห็นใจ ความเข้าใจ ความเมตตาจากผู้อื่นอยู่เหมือนกัน

๓. ระลึกถึงอานิสงส์ของเมตตาแล้วแผ่เมตตาไปให้สรรพสัตว์ ผู้เจริญเมตตาพึงระลึกถึงอานิสงส์ของเมตตาบ่อย ๆ และแผ่เมตตาไปในสรรพสัตว์ ให้ระลึกถึงอานิสงส์ของเมตตาตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้ แต่ผู้ที่เจริญเมตตาแล้วจะได้อานิสงส์ ๑๑ ประการนี้ จะต้องเป็น เมตตา เจโตวิมุตติ คำว่า เจโตวิมุตติ หมายถึงว่า เป็นอัปนา คำว่า อัปนา คือได้ถึงชั้นฌาน ถ้าเจริญเมตตาจนถึงได้ฌานเพราะมีเมตตาเป็นอารมณ์ ก็จะได้อานิสงส์ ๑๑ ประการ ครบถ้วนเต็มรูป เต็มบริบูรณ์ ถ้าเจริญเมตตาไม่ถึงชั้นฌาน เจริญเมตตาอย่างคนธรรมดา จะได้อานิสงส์เหมือนกันแต่อานิสงส์จะพลาลงไม่เต็มรูปเหมือนกับเรามีคุณสมบัติพร้อมก็จะได้อานิสงส์พร้อมถ้ามีคุณสมบัติไม่พร้อมอานิสงส์ที่ได้ก็กะปรองกะแพรงหน่อยแต่ก็ได้ตามสมควรแก่การปฏิบัติท่านแสดงอานิสงส์ของเมตตา คือ

ข้อที่ ๑ หลับเป็นสุข คนมีเมตตา ไม่อาฆาตพยาบาท ไม่จองเวรใคร ไม่เคียดแค้น ชิงชังใคร เวลานอนก็ไม่มีอารมณ์เคียดแค้นชิงชังใครค้างอยู่ มันก็นอนหลับสบาย ถ้าไม่ เป็นโรคอย่างหนึ่งที่เรียกว่าโรคนอนไม่หลับ

ข้อที่ ๒ ตื่นเป็นสุข เมื่อไม่ได้มีจิตใจคิดร้าย ไม่มีจิตใจอาฆาตพยาบาทผู้ใด ตื่นขึ้นมามองไปที่ไหนก็เห็นแต่มิตร ตัวอย่างที่ท่านบอกว่า ถ้าเรามีเมตตา มองไปทางไหนก็ไม่มีศัตรู แต่ถ้าเราไม่มีเมตตา มีความโกรธเคืองขุนค้ำมองไปทางไหนก็มีแต่ศัตรู เพราะฉะนั้นคนที่เมตตา ตื่นอยู่ก็เป็นสุข มีเทคนิคพิเศษ มีเคล็ดลับนิดหน่อยสำหรับผู้ตื่น ท่านบอกว่าเมื่อตื่นขึ้นมาใหม่ ๆ สิ่งแรกที่ทำให้คิดถึงสิ่งที่ดี ๆ อย่าไปคิดในสิ่งร้าย เวลาจะพูดออกมาก็พูดแต่ในสิ่งที่ดี ให้เปล่งวาจา ดีเอาไว้ก่อนเวลาที่ตื่นขึ้นมา เช่น วันนี้เป็นวันที่เป็นมงคล วันนี้เป็นวันแห่งความสุข วันนี้เป็นวันดี หรือ บทสวด เช่น ขอสัตว์ทั้งหลายผู้มีทุกข์ จงพ้นทุกข์ ขอสัตว์ทั้งหลายผู้มีภัยจงพ้นภัย ขอสัตว์ทั้งหลายผู้มีทุกข์จงพ้นทุกข์ ขอสัตว์ทั้งหลายผู้มีภัยจงพ้นภัย ขอสัตว์ทั้งหลายผู้มีโศกจงพ้นโศก อย่างนี้ก็เป็น การปรารถนาดีแก่ผู้อื่น ส่งความปรารถนาดีไปให้สัตว์ทั้งหลายที่อยู่รอบ ๆ ตัวเรา

เมื่อเราส่งความปรารถนาดี สิ่งที่ดีงามออกไปจากตัว สิ่ง que เข้ามาหาตัวก็จะเป็นสิ่งที่ดีเหมือนกัน แต่ถ้าตื่นเช้าขึ้นมาเราก็มองสิ่งที่ไม่ เป็นมงคลพูดสิ่งที่ไม่ดีเป็นคำแรก แล้วคิดแต่สิ่งที่ไม่ดีต่อคนอื่น ความไม่ดีนั้นจะกลับมาถึงตัวผู้คิด ผู้พูด เพราะฉะนั้น เรื่องนี้ท่านสอนให้ระวังก่อนนอนก็เหมือนกันก่อนนอนให้คิดแต่สิ่งที่ดีท่านจึงให้สวดมนต์ก่อนนอนเล็กน้อย เช่น พระพุทธเจ้า ผู้ไกลจากกิเลส อภิวัตพระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

กราบบูชาคุณของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มารดาบิดา ครูบาอาจารย์ ผู้มีพระคุณทั้งหลาย กราบ ๖ ครั้ง แล้วจึงนอน นอนก็นอนเป็นสุข ตื่นขึ้นมาก็นอนเห็นแต่สิ่งที่เป็นสิริ มงคล มีหรือไม่มีก็ตามใจแต่เราจงใจตัวเองให้เป็นอย่างนั้น พูดในสิ่งที่เป็นมงคลในคำแรกๆ ที่ตื่นขึ้นมาคิดแต่สิ่งที่เป็นมงคล ทำแต่สิ่งที่เป็นมงคล อย่างนี้มงคลก็เข้าตัว สิ่งที่ดีก็เข้าตัว เพราะมันออกไปจากตัวเรา สิ่งที่จะเข้ามา ก็เข้ามาแต่สิ่งที่ดี อันนี้ก็ได้อานิสงส์ของเมตตา ๒ อย่าง คือ หลับเป็นสุขตื่นเป็นสุข

ข้อที่ ๓ ไม่ฝันร้าย ที่นี้คนที่นอนหลับก็ฝันบ้าง บางคืนฝันมาก บางคืนฝันน้อย บางคืนไม่ฝันเลยก็มี แต่ส่วนมากฝัน ท่านบอกว่า ผู้ที่เจริญเมตตาจะไม่ฝันร้าย ไม่ฝันชั่ว ลองดูสาเหตุของความฝันที่ท่านกล่าวในคัมภีร์ทางพุทธศาสนา อย่างน้อย ๔ อย่าง

(๑) กรรมนิมิต หมายความว่า กรรมดีกรรมชั่วที่เคยทำเอาไว้จะมาให้ผลโดยมาปรากฏในความฝันก่อน เหมือนนกที่บินอยู่ในอากาศ แต่เงาของมันมาปรากฏที่พื้น หรือนกจับอยู่บนกิ่งไม้แต่เงาปรากฏอยู่ที่พื้น คือตัวนกยังไม่ถึง เงามันมาก่อนอีกสักพักหนึ่งตัวนกจะบินร่อนลงมาที่พื้นไม้หรือที่พื้น กรรมนิมิต คือ กรรมที่เราเคยทำไว้เป็นกรรมดีบ้าง กรรมชั่วบ้าง ตามจะมาให้ผลทำให้ฝันไปอย่างนี้

(๒) จิตอาวรณ์ คือ กลางวันคิดถึงเรื่องอะไรมาก อาลัยอาวรณ์ถึงเรื่องอะไรมากก็เอาเรื่องนั้นมาฝันได้ เช่น คิดถึงใครมากอาจจะฝันถึงคนนั้น หรือกังวลหมกมุ่นในเรื่องอะไรคิดถึงเรื่องนั้นมากก็เก็บมาฝันเวลากลางคืน อันนี้เรียกว่า จิตอาวรณ์

(๓) เทพสังหรณ์ แปลว่า การนำเข้าไปของเทวดา เทวดานำข่าวมาบอกไม่ใช่สังหรณ์แบบที่คนไทยเข้าใจในภาษาชาวบ้านทั่วไป ที่พูดกันอยู่ว่าสังหรณ์ ๆ เป็นการนึกไปว่าอาจจะโชคดี

หรือโชคร้าย ส่วนคำว่า เทพสังฆกรรม หรือ แปลว่านำเข้าไป เทวดานำข่าวไปบอก จะเป็นข่าวดีหรือข่าวร้าย เทวดาผู้หวังดีนำข่าวร้ายมาบอกให้เตรียมตัว หรือเทวดาที่เคยเป็นมิตรเป็นสหายเป็นผู้มีอุปการะต่อกันได้ทราบข่าวดีแล้วก็นำข่าวดีมาบอกล่วงหน้า แต่จะบอกตรง ๆ ให้เห็นหน้าคนจะหนีหมด ก็เลยนำมาบอกในเวลาหลับแล้วกลายเป็นความฝัน อันนี้เรียกว่า เทพสังฆกรรม

(๔) ธาตุกำเริบ คือ กินอะไรต่ออะไรเข้าไปท้องขึ้นท้องเฟ้อ ปวดท้อง ลำไส้ไม่ดี ท้องไม่ดี ธาตุไม่ดี ธาตุกำเริบ ก็ฝันได้เหมือนกันฝันและหะโตะไป เมื่อคนเจริญเมตตาจะได้อานิสงส์อีกข้อ คือ ข้อที่ ๓ ไม่ฝันร้าย

ข้อที่ ๔ เป็นที่รักของมนุษย์ คนมีเมตตาที่มีจิตใจอ่อนโยนต่อเพื่อนมนุษย์ เมื่อเรามีกิริยาอาการอย่างนั้น มีความเอื้ออาทรต่อเพื่อนมนุษย์ เพื่อนมนุษย์ทั้งหลายได้รับความเอื้ออาทรของเราก็มีความเอื้ออาทรตอบ มีมิตรจิตมิตรใจตอบ ปลุกอินเดีปลุกไมตรีดีกว่าพาล ถ้าเราปลุกไมตรีต่อเพื่อนมนุษย์เราก็ได้ไมตรีตอบ ถ้าเราปลุกเวรภัยกับเพื่อนมนุษย์ เราก็ได้เวรภัยกลับมา เมตตาดีก็คือ ไมตรีนั่นเอง ไมตรีหรือเมตตา มีรากศัพท์อันเดียวกัน ถ้าเราปลุกเมตตา ปลุกไมตรีเราก็ได้รับไมตรี เมื่อเราปลุกต้นไม้ก็ได้ต้นไม้ ถ้าปลุกต้นไม้มีพิษมันก็มีพิษ ปลุกต้นไม้หอมมันก็มีกลิ่นหอม ออกมา ดอกหอมบ้าง ลำต้นหอมบ้าง แก่นหอมบ้าง แล้วแต่ชนิดไหน เพราะฉะนั้นผู้มีเมตตาดีเป็นที่ รักของทุกคน

ข้อที่ ๕ เป็นที่รักของมนุษย์ นอกจากอมมนุษย์แล้ว นอกนั้นก็เป็นมมนุษย์ อย่างเช่น สัตว์เดรัจฉานก็เป็นอมมนุษย์เหมือนกัน สัตว์เดรัจฉานนี้เห็นง่าย อย่างสุนัข แมว ช้าง ม้า วัว ควาย สัตว์ทุกชนิด แม้แต่จิ้งจก ตุ๊กแก สัตว์เล็ก ๆ ก็รู้ว่าใครมีไมตรีต่อมัน ใครไม่มีไมตรีต่อมัน ที่มีไมตรีต่อมัน มันก็รัก โดยเฉพาะอย่างยิ่งสุนัขเป็นเพื่อนของมนุษย์ และรักมนุษย์มากถ้ามนุษย์ทำดีต่อมัน แม้แต่แมวถ้าเลี้ยงมันแล้วละก็พอเจ้าของมันเดินมา มันก็มาเคล้าแข้งเคล้าขาแสดงความรักแสดงความรักสนทนสนม แต่ถ้าใครไม่ชอบมันไล่มันเตะมันเจอเข้ามันก็วิ่งหนีทั้งสุนัขทั้งแมว นอกจากเดรัจฉานแล้วก็มีเทวดา เทวดาก็เป็นอมมนุษย์เหมือนกัน คนที่มีเมตตาเป็นที่รักของเทวดาเป็นคนที่เทวดารักก็จะได้รับความสุข ความเจริญ ได้พบแต่สิ่งเจริญ

ข้อที่ ๖ เทวดาทั้งหลายยอมรับรักษา เบื้องแรกเราต้องยอมรับกันก่อนว่าเทวดามีจริงถ้าเราไม่ยอมรับเรื่องเทวดาก็ไม่ต้องคุยกันเรื่องเทวดารักษา เหมือนกับที่เราไม่เชื่อเรื่องคุณพ่อแม่มีบุญคุณ ก็ไม่ต้องพูดกันว่า คุณพ่อแม่มีบุญคุณอย่างไร เพราะเบื้องต้นไม่เชื่อเสียแล้วว่าคุณพ่อแม่มีบุญคุณ หรือคุณครูบาอาจารย์ก็มีบุญคุณ ถ้าเราไม่ยอมรับว่าคุณครูบาอาจารย์มีบุญคุณต่อเรา ก็ไม่ต้องพูดกันว่า คุณครูบาอาจารย์มีบุญคุณต่อเราอย่างไร ไม่ต้องวิเคราะห์วิจารณ์ให้เสียเวลา เพราะได้ปฏิเสธไปตั้งแต่ต้นแล้ว เพราะฉะนั้น ในเบื้องต้นเราต้องยอมรับกันก่อนว่ามีเทวดา โอปปาติกะ พวกพรหม เป็นพวกที่มองไม่เห็นด้วยตาเนื้อจะมองเห็นด้วยตาทิพย์ ถ้ายอมรับอันนี้แล้วก็พูดกันต่อไปในเรื่องเทวดารักษา การปฏิเสธโอปปาติกะ อันนี้เป็นข้อหนึ่งในมัจฉาทิฎฐิ ๑๐ นคติ โอปปาติ กะ โอปปาติกะ ไม่มี หมายถึง ปฏิเสธโลกนี้ โลกหน้า ปฏิเสธเทวดา เบื้องแรก สมมติว่าเรายอมรับกันว่ามีเทวดา ต่อไปจึงพูดกันได้ว่าเทวดารักษา

ในพุทธศาสนาสุภาสิต กล่าวรวม ๆ ว่าเป็นภาสิตทางพุทธศาสนามีอยู่เป็นจำนวนมากที่ ท่านพูดถึงเทวดา เทวดารักษา อย่างในอานิสงส์ของเมตตา ก็พูดถึงเทวดายอมรับรักษา มีพระพุทธรูปอยู่หลายแห่งที่พูดทำนองนี้ เช่น ผู้ที่ใช้ทรัพย์ไปเพื่อประโยชน์แก่คนหมู่มาก เทวดายอมรับรักษา

เขาผู้ซึ่งธรรมคุ้มครองแล้ว คือ ธรรมที่ได้บริจาคทรัพย์ ใช้ทรัพย์ไปเพื่อประโยชน์คนหมู่มากรรม อันนั้นแหละช่วยคุ้มครอง และ เทวดาก็รักษา และเขายังเป็นพหูสูต ได้สดับรับฟังมาก สมบูรณ์ด้วย ศีล และ วัตร เป็นผู้ที่มีศีล และวัตรดี มีความประพฤติดี มีข้อปฏิบัติที่เกี่ยวกับจารีตประเพณีเกี่ยวกับ วัตรต่าง ๆ นั้นดีเมื่อเป็นดังนี้ก็ได้ธรรมคุ้มครอง ได้เทวดารักษาในที่บางแห่ง พระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า เทวดาที่บุคคลนั้นบูชาแล้ว จะบูชาเขาตอบเทวดาที่บุคคลนั้นนับถือแล้วจะนับถือเขาตอบจากนั้นก็ จะตั้งใจอนุเคราะห์บุคคลผู้นั้น เหมือนกับมารดาอนุเคราะห์บุตรที่เกิดแต่อกของตน บุคคลที่เทวดา อนุเคราะห์แล้ว ก็จะพบเห็นแต่ความเจริญรุ่งเรือง

ดังนั้นมนุษย์กับเทวดา มีความสัมพันธ์กัน เกี่ยวข้องกันให้เกียรติกกัน นับถือกัน เคารพ ซึ่งกันและกัน ทางพุทธศาสนายอมรับเรื่องเทวดา เทวดามี แต่ไม่ใช่ให้ไปอ่อนวอนเทวดา ขอนั้นขอนี้ เป็นแต่เพียงว่า ให้ทำความดีทำความดีแล้วเทวดาก็คุ้มครองเอง ถ้าต้องการความคุ้มครองจากเทวดาก็ ต้องเป็นคนดี ไม่ใช่ไปอ่อนวอนเอาคำไทยโบราณพูดถึงกันบ่อย ๆ ว่าคนดีเทวดารักษาถ้าเป็นคนชั่วก็มี อะไรที่ชั่ว ๆ มาชักนำไปไปทำชั่ว คือพวกเดียวกัน บางที่มีพวกอสูรกายพวกที่มีนิสัยในทางชั่วมาชักจูง ไปในทางชั่ว ท่านลองนึกดูว่าคนไหนที่เป็นคนพาลเกรไปไหนก็เจอแต่คนดีมีสิ่งคุ้มครอง อย่างน้อยก็มีมิตรสหายคอยจูงใจให้เป็นไปในทางที่ดี คนที่มีความอดทน มีเมตตา จะเป็นคนมีลาภจะเป็นคนมียศคำว่า ยศ มีความหมายหลายอย่าง ไม่ใช่ยศอย่างที่คนทั้งหลายเข้าใจกันประการเดียว หมายถึง ความดี ทรัพย์สมบัติ ความเป็นใหญ่ ความนับถือ เสียสรรเสริญ บริวาร เกียรติ เหล่านี้ล้วน เป็นยศทั้งสิ้น คือ มีปกติอยู่เป็นสุข ผู้มีความอดทน เป็นที่รักของเทวดา และมนุษย์ทั้งหลายเป็นที่รัก เป็นที่พอใจทั้งหลายและมนุษย์ทั้งหลายเป็นการแสดงถึงอานิสงส์ของเมตตาว่าเป็นที่รักของเทวดา เทวดาย่อมรักษา

เพราะฉะนั้น ท่านที่นับถือเทวดาแบบศาลพระภูมิ ถ้าท่านยังไม่สบายใจที่จะไม่ตั้งศาล หรือไม่ตั้งแล้วไม่สบายใจหรือทะเลาะกันกับคุณพ่อแม่ญาติพี่น้อง จะตั้งก็ตามใจเชิญเถอะแต่มีวิธีหนึ่ง ที่ถ้าทุกคนพร้อมใจกันในบ้านโดยที่ไม่ขัดแย้งกัน คือ มาเป็นมิตรกับเทวดาอยู่ที่บ้านบอกว่า เทวดา หรืออะไรต่าง ๆ ที่มองไม่เห็นด้วยตา ท่านจะอยู่ที่ไหนก็เชิญท่านจะอยู่ที่ไหนในบริเวณนี้ฉันไม่ฉันไหน บ้านตรงไหน เชิญอยู่ตามสบายไม่ต้องตั้งศาลเล็ก ๆ ให้อยู่เหมือนกับที่คนส่วนมากทำกันอยู่กันแบบ อนุเคราะห์กัน มนุษย์ก็เอื้อเพื่อแก่เทวดา เทวดาก็เอื้อเพื่อแก่มนุษย์ช่วยรักษามนุษย์ ทั้งมนุษย์และ เทวดาเป็นเพื่อนร่วมเกิดแก่เจ็บตายด้วยกัน แต่อยู่กันคนละมิติกัน มนุษย์มองไม่เห็นเทวดาได้เปรียบ ตรงมองเห็นมนุษย์ทำนองนี้เป็นอานิสงส์ของการเจริญเมตตาข้อที่ว่าเทวดาย่อมรักษา

ข้อที่ ๗ ไฟก็ตาม ยาพิษก็ตาม ศัสตราอาวุธก็ตาม จะไม่กล้ากรายจะไม่ทำร้าย ถ้าเจริญ เมตตาจนได้มานซึ่งมีเมตตาเป็นอารมณ์จะยิ่งมั่นใจมากขึ้นว่าไฟ ศัสตรา ยาพิษจะไม่กล้ากรายไม่ทำ ร้ายไม่สามารถที่จะทำอะไรได้ มีเรื่องเล่าในคัมภีร์ของเราหลายแห่งบอกว่า มีพระปัจเจกพุทธเจ้าท่าน นิ่งเข้ามานอยู่ริมสระน้ำ คนขึ้นมาจากอาบน้ำในแม่น้ำเข้าใจว่าท่านเป็นตอไม้ ลงเล่นขึ้นมาก็หนาว ต้องการจะผิงไฟเอาหญ้าแห้งมาสูม ๆ กันที่ตอไม้ที่เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้านั้นแล้วจุดไฟ ปรากฏว่าไฟ ไหม้ฟางหญ้าไปหมด แล้วตัวท่านพระปัจเจกพุทธเจ้าไม่เป็นไร พอท่านออกจากมานท่านก็ไป ไฟไม่สามารถทำอะไรแก่ท่านได้ถ้าไม่ถึงระดับนั้น เป็นระดับคนธรรมดาก็จะได้ฉลาดแคล้วจากไฟที่จะ มาทำร้ายตามสมควร ดังคำพังเพยไทยที่ว่าคนดีตกน้ำไม่ไหลตกไฟไม่ไหม้ น้ำไม่พัดไปถ้าพัดไปก็ไม่เป็น

อันตราย มาถึงเรื่องยาพิษไม่กล้ากราบย คนที่บำเพ็ญภาวนาหรือเล่นทางจิตศาสตร์อย่างเช่น พวกโยคี ในอินเดียบางท่านดื่มยาพิษได้หน้าตาเฉย ฝรั่งเศสมากเพราะดื่มยาพิษที่กินหยุดเดี๋ยวก็ตาย แต่โยคีดื่มได้ ถ้วยเล็ก ๆ เอ็กซ์เรย์เข้าไปดูก็มียาพิษอยู่ในกระเพาะแต่ไม่เป็นอันตราย ก็เป็นเรื่องแปลกลึกลับสำหรับเรา แต่ไม่ลึกลับสำหรับคนที่ทำได้อย่างฝรั่งบางคนเล่นกลเก่ง ๆ เราดูทางทีวี เราารู้สึกว่าเป็นเรื่องลึกลับ ทำได้อย่างไร แต่เขาทำได้เพราะเป็นเรื่องธรรมดาสำหรับเขาที่ฝึกฝนมาดีแล้วมีเรื่องเล่าว่า มีหลวงตา รูปหนึ่งทีโกลั ๆ ภูมิของท่านมีมะม่วงหลายต้น มีคนข้างวัดมาขโมยมะม่วงท่านจับได้เรียกมาดุด่าว่ากล่าวตามภาษาของผู้ใหญ่ กล่าวว่าเขาจะบาปเป็นเวรเป็นกรรมเพราะขโมยมะม่วงของวัด นายคนนั้นไม่เข้าใจก็โกรธท่านถึงกับวางยาพิษท่าน เอายาพิษคลุกขนมให้ลูกชายเอามาถวายตอนเพล บังเอิญตอนที่ลูกชายเอาขนมมาถวายหลวงตาได้ฉันทเพลเสร็จแล้ว ท่านอิมแล้วก็เก็บขนมไว้ใต้โต๊ะที่ฉันทพระที่ฉันทอาหารที่วัดจะมีโต๊ะเตี้ย ๆ เก็บของไว้ใต้โต๊ะใต้ชั้นขดสมาธิฉันท และมีของเก็บไว้ใต้โต๊ะใต้ ตกเย็นเด็กมาเล่นกันแถวนั้น ท่านก็เรียกเด็กมาให้ขนมบังเอิญหรือวิบากกรรมก็ไม่รู้ได้เด็กคนที่มารับขนมจากท่านเป็นลูกของคนทีวางยาพิษท่านนั่นเอง

ท่านก็ไม่รู้เด็กก็ไม่รู้เด็กกินขนมคลุกยาพิษเข้าไปปรากฏว่า เด็กตายอันนี้เป็นความผิดของใครสืบรู้กันเข้าว่าคนข้างวัดนั้นพยาบาลท่านที่ถูกท่านดุด่าว่ากล่าว แล้วมาวางยาพิษแต่กลับถูกกับลูกของตัวเอง อันนี้เรียกว่าคิดประทุษร้ายต่อท่านที่ไม่ประทุษร้ายเป็นเรื่องเวรกรรมที่ไปทำกับพระผู้มีเมตตาว่ากล่าวด้วยเมตตา แต่เขาไม่เข้าใจไม่รู้เข้าใจไม่ถึง มีเรื่องเล่าในคัมภีร์วิสุทธิมรรคตอนที่ว่าด้วยเมตตาว่าด้วยแม่เพียงแต่สัตว์เดรัจฉานคือแม่โคยื่นให้นมลูกอยู่ด้วยจิตอ่อนโยนต่อลูก นายพรานยังไปด้วยธนูยิงไม่ถูกยิง ๒-๓ ครั้ง ธนูก็หลบไปหลบมาไม่ถูกอันนี้ท่านบอกว่าก็ด้วยอำนาจของเมตตาที่แม่โคแม้จะไม่มีต่อนายพรานแต่มีกับลูกมีจิตใจต่อลูกขณะยื่นให้ลูกดื่มนมอยู่จิตใจที่อ่อนโยนในสัตว์เดรัจฉานต่อลูกยังมีผลถึงขนาดนี้ ไม่ต้องกล่าวถึงจิตใจที่อ่อนโยนของบุคคลที่มีต่อบุคคลอื่น เมตตาคือสภาพจิตใจที่อ่อนโยนต่อผู้อื่นอันนี้เป็นเรื่องของอานิสงส์ของการเจริญเมตตาข้อที่ ๗

ตามนัยที่กล่าวโดยย่อนี้จะเห็นว่า การเจริญเมตตา มีอานิสงส์มากทั้งฝ่ายทางโลก และฝ่ายทางธรรม เราถือหลักให้ได้ว่าถ้าไม่ต้องการให้ได้ผลร้ายเกิดขึ้นแก่เราก็อย่าไปคิดในทางร้ายแก่ผู้อื่นให้คิดไปในทางที่ดี ๆ สร้างแนวคิดไปในทางที่ดี ท่านจะพบความจริงในชีวิตของท่านเอง ขอให้ท่านลองทดสอบพิสูจน์ ตั้งข้อสังเกตว่า ความคิดของคนมีอิทธิพลต่อชีวิตของเขามากมีความคิดไปในทางใดมากชีวิตก็จะไปทางนั้น ถ้าคนที่คิดแต่เรื่องร้าย ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคิดร้ายต่อผู้อื่น ความร้ายนั้นจะกลับมาหาตัว ถ้าเราคิดแต่ดี ๆ มีจิตใจอ่อนโยนต่อคนทั้งหลาย สิ่งที่ดีงามต่าง ๆ ก็จะมาหาตัวเราเอง และอย่าไปคิดว่าคนนั้นคนนี้เป็นศัตรู แต่ให้คิดว่าเขากำลังมาให้กำลังใจแก่เรา ให้เรามีกำลังใจมากขึ้นอย่างที่โบราณว่า ศัตรูคืออย่ากำลังใจให้เรา มีความเข้มแข็งมากขึ้นมีแรงต้านทานมากขึ้นว่าจะสูงขึ้นได้ต้องมีแรงลมช่วยพัดขึ้นไป มันต้องต้านแรงลมได้เชื่อกว่าไม่ขาดลอยลมขึ้นไปได้พอลอยขึ้นไปได้สักระยะหนึ่ง มันก็จะติดลมบนว่าก็จะลอยอยู่ได้ เมื่อติดลมบนแล้วอยู่เหนือลมแล้วเหนือทุกข์ เหนือสุข เหนือการได้การเสีย มองอะไรเหมือนกันก็ได้อย่างนั้นเสียก็อย่างนั้นอยู่ติดลมบน

ถ้าเราจะเป็นผู้ปฏิบัติธรรมโดยการเจริญเมตตา แผ่เมตตา อยู่ด้วยเมตตา เมตตา วิหารี ก็ไม่จำเป็นต้องแสดงรูปลักษณะไม่จำเป็นต้องติดรูปแบบว่าเราจะต้องนั่งขาวห่มขาว ต้องทำนั้นทำนี่ให้ เห็นว่าเราเป็นผู้ปฏิบัติธรรม แผ่อยู่ในรูปแบบใดก็ได้ การแต่งเนื้อแต่งตัวความเป็นอยู่ไม่ต้อง

แสดงภาพลักษณ์ หรือรูปลักษณ์ว่าเราเป็นผู้ปฏิบัติธรรมก็ได้ ท่านลองนึกดูกลับกันอย่างโจรมั้ไม่แสดง รูปลักษณ์ว่าเป็นโจร ไม่ต้องแสดงท่าทางว่าเป็นโจรมันก็เป็นโจรได้ บางที่เป็นโจรได้แบบเนียน กว่าคนที่แสดงรูปลักษณ์ว่าเป็นโจรด้วย เพราะคนที่แสดงรูปลักษณ์ว่าเป็นโจร คนจะกลัว อาจจะทำอะไรไม่ได้ แต่คนที่ไม่ได้แสดงรูปลักษณ์ว่าเป็นโจร ปรากฏรูปลักษณ์เป็นผู้ดีแต่ภายในเป็นโจร ก็เป็นได้ เพราะฉะนั้น ผู้ที่ปฏิบัติแท้จริง ไม่จำเป็นต้องแสดงรูปลักษณ์ในเพศของผู้ปฏิบัติธรรม แสดงก็ได้แล้วแต่สะดวก สะดวกอย่างไรก็ทำไปอย่างนั้น ข้อสำคัญ คือ สันติสุขภายใน ความสงบ สุขภายใน สำคัญกว่าการแสดงรูปลักษณ์ภายนอก อันนี้พูดถึงอานิสงส์ของเมตตาข้อที่ ๗ ไฟศสตราอาวูธ ยาพิช ไม่กล้ากราย ไม่ทำร้าย แต่ถ้าทำร้ายบ้างอันนั้นก็เป็นข้อยกเว้นกฎทุกอย่างมีข้อยกเว้น

ข้อที่ ๘ ผู้มีเมตตาจิตยอมเป็นสมาธิได้เร็ว คนที่มีเมตตา มีจิตใจอ่อนโยนอยู่จิตก็เป็นสมาธิได้เร็ว เพราะมีความสุขมีปีติอยู่เสมอ สมาธิก็เกิดขึ้นได้ง่าย มีปีติ ปัสสัทธิ สุข สมาธิ มีความสุข คนที่มีเมตตาจะเป็นคนที่มีความสุข ผลต่อมาเกิดเป็นสมาธิ คือจิตตั้งมั่น จิตเป็นสมาธิ ได้เร็วเพราะมีเมตตาหรือมีความสุข คนที่มีความสุขจิตก็เป็นสมาธิได้เร็ว ถ้าเริ่มต้นด้วยศรัทธา ปราโมทย์ ปีติ ปัสสัทธิ (การผ่ายคลาย) สุข สมาธิ ผู้มีเมตตาจะมากไปด้วยความสุข มีปกติอยู่เป็นสุข ที่ท่านเรียกว่า เมื่อมีปกติเป็นสุขจิตก็เป็นสมาธิเร็ว อย่างน้อยสุดก็เร็วกว่าคนที่ปกติอยู่เป็นทุกข์ เวลาที่เรามีความสุขทุกข์ พยายามให้จิตเป็นสมาธิ ก็เป็นยากสู่เวลาที่มีความสุขไม่ได้แต่ไม่ใช่ความสุขในลักษณะความเพลิดเพลีน เป็นความสุขในลักษณะที่สงบเย็นเป็นความสุขจากกุศลธรรม ที่ท่านเรียกว่า ธรรมสมาธิ เช่น ประพฤติอยู่ในกุศลกรรมบถ ๑๐ มีกายกรรมเป็นกุศล วาจากรรมเป็นกุศล และมีโนกรรมเป็นกุศล รวมทั้งหมด ๑๐ อย่าง^๔ จิตก็เป็นสมาธิจากการได้ประพฤติอยู่ในกุศลกรรมบถนั้น อันนี้เรียก ธรรมสมาธิ จิตที่สงบระงับเพราะการได้ธรรมสมาธินั้นแหละเรียกว่า จิต สมาธิ ถ้าเจริญวิปัสสนา พิจารณาสิ่งทั้งหลายโดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา สงบเยือกเย็น ปล่อยวางสิ่งต่าง ๆ ได้ก็เป็นวิปัสสนาสมาธิ หมายถึง สมาธิที่ได้จากการเจริญวิปัสสนา นี้คือ อานิสงส์ของการเจริญเมตตา ทำให้จิตเป็นสมาธิได้เร็ว ไม่เหมือนกับคนที่มิไทสะ จิตเป็นสมาธิได้ยาก

ข้อที่ ๙ ผู้มีเมตตายอมมีสีหน้าผ่องใส คนที่โกรธมักจะมีสีหน้าที่บึ้งตึงไม่ผ่องใสถึงแม้จะเป็นคนสวย แต่คนที่เมตตาสีหน้ายิ้มแย้มด้วยอานาภาด้วยอานิสงส์ของเมตตา ด้วยความรู้สึกละมุนที่มีเมตตา มีสีหน้าผ่องใสออกมาบางท่านเปรียบสีหน้าผ่องใสเหมือนว่าแก้วหรือกระจกนี่ก็เป็นเรื่องของผู้มีเมตตาที่ทำให้สีหน้ายิ้มแย้ม ผ่องใส ตูดี

ข้อที่ ๑๐ ไม่หลงตาย (ทำกาลกิริยา) มีคนจำนวนไม่น้อยที่เป็นคนไม่มีธรรม และหลงตายมีความรู้สึกได้ว่าทำบาปไว้มาก ได้ทำทุจริตไว้มากเวลาก่อนจะตายมีกรรมนิมิตมาปรากฏ คือกรรมหรือสิ่งที่เคยทำไว้นั้นมาปรากฏให้เห็นในมโนทวาร คนอื่นอาจจะไม่เห็นแต่ตัวบุคคลผู้นั้นเห็นคนที่มีอาจิณณกรรมอย่างไร เช่น มีปกติในการฆ่าสัตว์ เบียดเบียนสัตว์ ลักขโมย มีปกติ ประพฤติอย่างไร ทำบาปอย่างไร กรรมบาปอย่างนั้น สิ่งนั้นก็ปรากฏให้เห็นบาปที่ทำหรือสิ่งที่ทำก็จะมาปรากฏเกิดความสะดุ้งหวาดกลัวทำให้จิตใจไม่ปกติ เพื่อไปหลงไปคร่ำครวญไปมีอาการแปลก ๆ ไม่สงบอย่างนี้ท่านเรียกว่า หลงตายหลงทำกาลกิริยา

^๔ พระราชวรมุนี (ป.อ.ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อมรินทร์การพิมพ์, ๒๕๒๗), หน้า ๒๗๖.

มีเรื่องเล่าไว้ในอรรถกถาธรรมบทมากมาย และ ที่ไม่ใช่อรรถกถาธรรมบทก็มากมาย เช่น เล่าถึงคนฆ่าหมูอยู่เป็นปกติ พอจวนจะตายก็ร้องเป็นเสียงหมู ลงคลาน ๔ ขา คนที่ฆ่าวัว ภาพที่ตัวฆ่าวัวก็ปรากฏให้เห็น ร้องเป็นเสียงวัว ฆ่าแพะ ฆ่าแกะ ฆ่าไก่ ก็เหมือนกัน มีคนอยู่คนหนึ่งเป็น คนที่ชอบเล่นพนันไก่ชน เป็นเจ้าของไก่ตัวแล้วตัวเล่า พอถึงเวลาจะตายเอามือทั้ง ๒ ข้างของตัวมาชนกัน ตลอดเวลา จนมือเขียวดำเปื่อยก็ยังไม่ตาย จนมือเปื่อยเน่าไปมากก็ตาย ตายด้วยความทุกข์ทรมาน โดยการเอามือชนกัน นี่เป็นอาการหนึ่งของกรรมนิมิต เป็นกรรมที่ตนได้ทำเป็นประจำมาปรากฏทำให้ไม่สบายใจ เมื่อลืมตาเห็นโลกนี้ หลับตาเห็นโลกหน้า คตินิมิต คือ สถานที่จะไปในภพหน้าจะเห็นภาพหรือภพที่จะไป เช่น ถ้าจะไปเกิดในหมู่ของสัตว์เดรัจฉาน ก็เห็นสัตว์เดรัจฉาน ประเภทนั้น ๆ มาปรากฏให้เห็นมากมาย ไปเกิดเป็นนกเป็นกาหรือเป็นอะไร ก็จะมีภาพของสิ่งนั้นมาปรากฏขึ้นเป็นกลุ่ม ๆ เป็นหมู่ ๆ เรียกคตินิมิต คือ เครื่องหมายของคติที่จะไปหลังจากตายแล้ว

เพราะฉะนั้นคนไม่มีธรรมะ เป็นคนมีบาปสั่งสมบาปไว้มาก เวลาจะตายก็จะมีสิ่งร้ายเหล่านั้นปรากฏขึ้น ถึงคนอื่นจะไม่เห็นแต่ตัวผู้ตายจะเห็นในทางกลับกัน คนที่มีบุญได้ทำบุญไว้มาก ได้สั่งสมสิ่งที่ดีเอาไว้ อาสันกรรมดี กรรมที่ทำได้เมื่อจวนจะตาย จิตใจดีระลึกถึงสิ่งที่ตนทำมาตลอด ทำแต่ความดี เป็นคนที่มีปกติรักษาศีลให้ทาน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กับเพื่อนมนุษย์ ได้ทำอะไรไว้เป็นประจำ ภาพของสิ่งนั้นก็ปรากฏขึ้นให้ปลื้มใจ ชื่นบาน มีจิตใจแช่มชื่น มีอาการยิ้มน้อย ๆ คตินิมิตก็ปรากฏ คือ ตนจะไปเกิดในหมู่ใด เช่น ไปเกิดในหมู่เทวดาภาพของเทพเหล่านั้นจะปรากฏขึ้นในมโนทวารอันนี้ เรียกคตินิมิตในทางฝ่ายดี พวกนี้จะไม่หลงตายจะตายด้วยความสงบด้วยความแช่มชื่นตายมีความสุข รู้ว่าตายแล้วจะได้รับความสุขความสบายกว่าตอนเป็นอยู่ก็เลยไม่กลัวตาย เมื่อไรก็เมื่อนั้นอย่างที่ว่า พระพุทธเจ้าตรัสว่า เหมือนกับคนที่ตายแล้วตื่นขึ้น หรือเหมือนทำลายภาชนะเดิมไปเอาภาชนะทองคำหรือรู้ว่าจากกระต๊อบไปปราสาทขึ้นจาก คอช้าง คอม้า กาวสู่ปราสาทโดยลำดับก็มีความอ่อนใจ มีความแช่มชื่นใจ ไม่เดือดร้อน อันนี้เป็น ประการที่ ๑๐

ข้อที่ ๑๑ ถ้าไม่ได้บรรลุธรรมที่สูงขึ้นไป ก็จะได้ไปสู่พรหมโลก อันนี้เป็นการแสดงชัดถึงคำว่า เมตตาเจโตวิมุติ ที่กล่าวถึงข้างต้นของเรื่องนี้ว่า อานิสงส์ ๑๑ ประการนี้ ท่านกล่าวเต็มรูปถึงอานิสงส์ของเมตตาเจโตวิมุติ เจโตวิมุติ ตามตัวแปลว่า หลุดพ้นด้วยใจ ความหมายคือ สมานิติที่ได้ถึงขั้นอัปนา สมานิติ ๓ ระดับ คือ

(๑) ขณิกสมานิติ – สมานิติชั่วขณะ เป็นสมานิติที่เราใช้ในเวลาทำงานในการพูด

(๒) อุปจารสมานิติ – สมานิติใกล้ฉาน หรือ ฉียตฉานใช้ประโยชน์ในการตัดกิเลสหรือถอยออกมาจากฉาน เพราะในฉานมีความสงบ จะพิจารณาไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่ฉานต้องถอยออกมาจากฉานแล้วยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนากรรมฐาน

(๓) อัปนาสมานิติ – สมานิติ คือ ฉานนั่นเอง ฉานที่ ๑ ถึงที่ ๘ เป็นอัปนาสมานิติทั้งนี้ แต่ความประณีตไม่เท่ากัน ผู้ที่ได้ฉานตั้งแต่ฉานที่ ๑ ขึ้นไป ถ้าไม่ได้บรรลุคุณวิเศษ เช่น อริยะคุณ เป็นพระโสดาบัน เป็นต้น ยังไม่ได้คุณวิเศษที่สูงขึ้นไปก็ต้องไปพรหมโลกเมื่อตายแล้วเพราะพรหมโลกเป็นที่อยู่ของท่านผู้ได้ฉาน และฉานยังไม่เสื่อมตายแล้วก็ไปพรหมโลก

(๔) พิจารณาแยกธาตุ คือ พิจารณาตัวเรา และ ผู้อื่นว่าเป็นเพียงธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม หรือ ธาตุ ๖ และวิญญูณธาตุ เข้ามาอีก ๒ ที่นี้ก็ตั้งปัญหาถามว่าเราโกรธอะไร เขาก็เป็นเพียง

ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ต่างคนต่างก็เป็นธาตุด้วยด้วยกัน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน เรา เขา ความยึดมั่นต่างหากที่ทำให้เรารู้สึกโกรธเคืองหรือว่าเกลียดคนนั้นโกรธคนนี้อะไรทำนองนั้นให้พยายามนึกแยกธาตุ แม้แต่การอาศัยปัจจัย ๔ พระพุทธเจ้าท่านก็ทรงสอนให้แยกธาตุ เหมือนกันจิวรหรือเครื่องนุ่งห่มนี้ก็กันไปตามปัจจัย เป็นสักแต่เพียงว่าธาตุ บิณฑบาตเรื่องอาหารก็เหมือนกันที่อยู่อาศัยก็เหมือนกัน ยารักษาโรคก็เหมือนกัน เป็นต้น เพียงสักแต่ว่าธาตุเป็นไปตามเหตุปัจจัย ผู้บริโภคใช้สอยนั้นเล่าก็เป็นแต่เพียงธาตุเหมือนกัน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนเรา เขา เป็นแต่เพียงสักแต่ว่าธาตุ ๔

เมื่อพิจารณาอยู่อย่างนี้เรารู้สึกว่า ถ้าจะโกรธหรือเกลียดใครมันก็เป็นแต่เพียงธาตุ เราไม่พอกก็หลีกเลี่ยงเสีย หรือ ว่าไม่สนใจเสียเหมือนกันว่า ถ้าเราไม่อยากจะเห็นอะไร เราก็หลบตาเสียก็ได้ ถ้าเห็นแล้วรู้สึกว่าจะไม่พอใจไม่สบายใจ ไม่ถูกใจ หลบตาเสียก็ได้ ไม่ต้องดู ถ้าไม่อยากจะฟัง อะไร เราก็ปิดหูเสียก็ได้ อุดหูเสีย แต่ก็ยากกว่าหลบตาหน่อยหนึ่ง แต่ถ้าเป็นเสียงทางวิทยุ เสียงทางทีวีนี่ง่าย ถ้าเราอยู่กับบุคคลที่พูดกันง่ายหรืออยู่คนเดียวยิ่งสบายใหญ่ ไม่พอใจจะฟังเราก็ปิดเสีย ไม่พอใจจะดูก็ปิดเสีย มันก็เป็นอุบายรักษาใจนั่นเอง

๔.๑.๕ ขรวาสาธรรมที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน^๕

ขรวาสาธรรม คือผู้ดำเนินชีวิตในทางโลกผู้ครองเรือนและธรรม แปลว่า ความถูกต้อง ความดีงามนิสสัยที่ดีงามคุณสมบัติข้อปฏิบัติ ขรวาสาธรรม แปลว่า คุณสมบัติของผู้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตทางโลกประกอบด้วยธรรมะ ๔ ประการ คือ

(๑) สัจจะ คือ ตั้งสัจจาธิษฐานไว้เสมอว่าเราจะไม่โกรธ จะไม่ให้ความโกรธครอบงำ เพราะคนที่ถูกความโกรธครอบงำแล้วย่อมละกุศล คือ ความดีความฉลาดเสียแล้วก็จะเป็นการเพิ่มพูนอกุศล คือ ความโง่ ความไม่ฉลาด บางคราวถ้าเมื่อเราเผลอโกรธออกไปเป็นผู้พ่ายแพ้ต่อ ความโกรธก็ต้องตั้งสัจจะใหม่ คือ ตั้งสัจจะเพื่อเอาชนะความโกรธในคราวต่อไป ถ้อยคติแบบ นักวิทยาศาสตร์ว่าที่ทดลอง ๑๐๐ ครั้ง ล้มเหลว ๙๙ ครั้ง สำเร็จ ๑ ครั้ง นั้น คือ ความสำเร็จ อุปมาอุปมัยเหมือนเด็ก ๆ กวาทที่จะเดินได้ก็ล้มลุกคลุกคลานมาไม่รู้เท่าไรแต่เวลาเมื่อพยายามต่อไปในที่สุดก็เดินได้วิ่งได้สำเร็จ เด็กไม่รู้สัจจาธิษฐานแต่ เด็กมีสิ่งทีเรียกว่าสัจจาธิษฐาน หรือความตั้งใจแน่วแน่ที่จะเดินให้ได้ที่จะทำให้ได้ และในที่สุดเด็กก็จะทำได้

(๒) ทมะ การฝึกตน แปลอีกอย่างได้ว่า การข่มใจ เรียกว่า ข่มใจไว้ก่อน มันคล้าย ๆ เบรกรถแต่ว่าในความหมายจริง ๆ ของธรรมะข้อนี้ก็คือ การฝึกตนฝึกกำลังความสามารถในการอดกลั้น คนที่ฝึกตนแล้วเท่านั้นเป็นผู้ประเสริฐในหมู่มนุษย์ มนุษย์ที่ไม่ได้ฝึกสู้อัตว์เดรัจฉาน ไม่ได้ เพราะว่ามีสัตว์เดรัจฉานนั้นเนื้อตัวมัน หนังมัน เขาหรืองามันมีค่าอยู่ในตัวแล้ว มนุษย์เราสู้อัตว์เดรัจฉานไม่ได้ แต่ว่ามนุษย์ที่ได้ฝึกตนแล้วประเสริฐกว่าเทวดา เลิศกว่าเทวดาเสียอีกอย่างหนึ่งที่นักปราชญ์ท่านกล่าวสรรเสริญเอาไว้ ที่ว่ามีพรหมท่านหนึ่งมากล่าวหา พระพุทธเจ้าทราบทรงอนุโมทนาว่า คนที่ยังรังเกียจกันด้วยโคตร กษัตริย์ประเสริฐที่สุด แต่คนที่สมบูรณ์ด้วยวิชา และจรณะ

^๕ ส.ส. (บาลี) ๑๕/๒๖๔/๒๘๒-๒๘๓, ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๖๔/๓๕๑-๓๕๔, พ.ส. (บาลี) ๒๕/๑๙๐/๗๐, พ.ส. (ไทย) ๒๕/๑๙๐/๕๔๕.

คือความรู้และความประพจน์ ประเสริฐกว่าเทวดา และมนุษย์ที่ยังไม่ได้รับการฝึกยังไม่ดีธรรมะ ก็สู้สัตว์เดรัจฉานไม่ได้ แต่มนุษย์ที่ฝึกแล้วมีค่ามาก มีคุณมาก และประเสริฐกว่าเทวดาเสียอีกไม่ต้อง พุดถึงมนุษย์ด้วยกันการฝึกตนให้เป็นคนอดทนได้ข่มใจไว้ได้ต้องอาศัยการฝึกอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

เพราะฉะนั้น มีตาดีหูดี นั้นแหละดีแล้ว แล้วเรานำมาฝึกอบรม เป็นธรรมดาที่ว่า การมี สิ่งใดมันก็ต้องเดือดร้อนกับสิ่งนั้น มากบ้าง น้อยบ้าง เราก็แก้ไขเอา หรือเข้าใจในสภาพของสิ่งนั้น แล้ว พยายามทำให้ดีที่สุดกับเรื่องนั้น ๆ ดีกว่า เพราะว่าเราจำเป็นต้องอาศัยมัน อย่างว่าเรามีตาไว้ใช้ ประโยชน์ในการได้ดูได้เห็น มีหูไว้ใช้ประโยชน์ในการได้ยินได้ฟัง มีจมูกไว้เป็นประโยชน์ใน การดมกลิ่น มีลิ้นก็มีประโยชน์ในการลิ้มรส มีกายก็มีประโยชน์ในการถูกต้องโผฏฐัพพะ เย็นร้อน อ่อนแข็ง มีใจก็มี ประโยชน์ในการรู้ธรรมารมณ์ หรือสิ่งที่ใจคิด อยู่ที่ว่า ถ้าเราใช้ไม่เป็นมันก็เป็นโทษ ถ้าเราใช้เป็นมัน ก็ เป็นประโยชน์ เหมือนเราใช้มีดทำครัวหั่นผัก ใช้มีดทำอะไรต่ออะไร ถ้าเราเปลืองมันก็บาดเจ็บเอาบ้าง ทำนองนี้ สิ่งทั้งหลายในโลกมันมีทั้งคุณทั้งโทษเจือปนอยู่เราต้องรู้ เงื่อนไขของสิ่งนั้น ๆ จับหลักสำคัญ ให้ได้ว่ามันอยู่ที่ไหนแล้วปฏิบัติให้ถูกต้องตามสมควรแก่เรื่อง นั้น ๆ ทั้งสิ่งที่เป็นโทษเสีย ถือเอาแต่สิ่งที่เป็น ประโยชน์ นี่คือวิธีอบรมอินทรีย์ของพระพุทธเจ้า

พระองค์ทรงแสดงธรรมแก่อุตตระมานพต่อไปว่า เมื่อสามารถทำจิตให้อยู่ในอุเบกขาได้ แล้ว ก็จะมีคุณสมบัติพิเศษขึ้นมาอีกอย่างหนึ่ง คือ สามารถพิจารณาให้เห็นเป็นสิ่งที่ไม่น่าเกลียดใน สิ่ง ที่น่าเกลียดก็ได้ ด้วยอำนาจของเมตตา และ อุเบกขา ในที่แห่งหนึ่งอาจจะมีทั้งสิ่งน่าเกลียดและ ไม่น่า เกลียด ในเงื่อนไขนั้นมันต้องเป็นอย่างนั้น เช่น เราเลี้ยงสัตว์ เช่น เลี้ยงแมว มีอาหารเหลือให้ แมวมัน กิน เลี้ยงด้วยความเมตตากรุณาต่อมัน มันก็ช่วยเหลือเราในการจับหนู ไม่ให้หนูมารบกวน คือ ได้กลิ่น แมว หนูมันก็ไปแล้ว ไม่ต้องจับก็ได้ ธรรมดาเลี้ยงแมวก็ต้องมีขี้แมวบ้าง เราก็วางอุเบกขา เสียบ้าง มีเมตตาต่อกันบ้าง อย่างในวัดก็มีทั้งแมวทั้งหมาเยอะไปหมด ตามถนนในวัดจึงมีขี้หมา บ้าง ขี้แมวบ้าง ถ้าเผื่อจะไม่ให้มีแมวมีหมาเลย ก็หมายความว่าต้องให้คนกำจัดมันโดยวิธีใดวิธีหนึ่งก็จะไม่มีขี้แมวขี้ หมาในวัด ดูเหมือนว่าจะได้ความสะอาดในวัดแต่มันขาดอะไรไป อาจขาด เมตตากรุณาไปไหม ใน ฐานะที่เป็นเพื่อนร่วมโลกกัน ถ้าทุกคนทุกแห่งไล่แมวไล่หมากันไปหมด เลย เข้าใกล้ไม่ได้ ปามันบ้าง ตีมันบ้าง แมวหมาจะไปอยู่ที่ไหนในโลกนี้มันจะมีที่อยู่ที่ไหน

สัพเพสัตว์ขอสัตว์ทั้งหลายจึงมีความสุขเกิด ขอสัตว์ทั้งหลายจึงพ้นจากความทุกข์เกิด ที่เราต้องกันอยู่ทุกวันนี้จะเอาไปใช้ที่ไหน ในเงื่อนไขนี้เราก็ต้องยอมรับสภาพต่าง ๆ ที่มันเกิดขึ้น ว่า ถ้าเรามีเมตตาต่อหมาต่อแมว เราก็ได้เมตตาต่อสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง แต่มันต้องมีสิ่งที่ไม่ปรารถนาจาก มันเป็นหมาบ้าง ขี้แมวบ้าง นี้เรียกว่าพิจารณาให้เห็นเป็นสิ่งที่ไม่น่าเกลียดในสิ่งที่น่าเกลียดได้ ด้วย อำนาจของเมตตาและอุเบกขา

เมื่อพิจารณาให้เห็นเป็นสิ่งที่น่าเกลียดก็ได้ โดยปฏิกุศลสัญญา สิ่งที่น่ารัก สิ่งที่คุณเขา พอใจกันเขาตื่นตื่นกันพิจารณาให้เห็นเป็นสิ่งที่ไม่น่าปรารถนาก็ได้ ด้วยอำนาจของอสุกสัญญา ความสำคัญหมายว่าไม่สวยไม่งาม อย่างอาหารที่เขาไปกินกันในที่หรรษา ราคาแพง พยายามจัดกลิ่น จัดรูป จัดรสให้น่ากิน จะพิจารณาให้เห็นเป็นของปฏิกุศล ไม่พึงบริโภคก็ได้ ถ้าเผื่อจิตใจอยู่ในระดับการ ฝึกอินทรีย์หรืออบรมอินทรีย์มาดีแล้ว

ฉะนั้นก็จะระงับความโกรธ ความดีใจเสียใจในเรื่องอาหาร หรือ ว่าต้องโกรธต้องไม่พอใจเกี่ยวกับเรื่องทั้งหลายได้ ด้วยอำนาจของการอบรมอินทรีย์อย่างที่ว่าพระพุทธรเจ้าตรัสเอาไว้ในอินทรีย์ภาวนาสูตเรื่องนี้ ถ้าเราได้อบรมอินทรีย์อย่างนี้แล้ว โอกาสที่จะเกิดเป็นมนุษย์ชั้นดี เกิดเป็นเทวดาที่มีธรรม หรือโอกาสที่จะเกิดเป็นพรหมที่สูงขึ้นไปก็จะมีมากขึ้น ถ้าเมื่อไม่ได้อบรมสิ่งเหล่านี้ พลาดจากเป็นมนุษย์แล้วไปอบายภูมิ เกิดเป็นเปรตบ้าง อสุรกายบ้าง สัตว์นรกบ้าง สัตว์เดรัจฉาน บ้าง โอกาสที่จะมาเกิดเป็นมนุษย์ได้พบสิ่งดี ๆ เช่น ธรรมะของพระพุทธรเจ้า อะไรต่าง ๆ นี้จะน้อย อย่างในพาลบัณฑิตสูตร มัชฌิมะนิกาย อุปริปัณณาสกะพระพุทธรเจ้าทรงเปรียบไว้ว่า เตาตาบอดกับหุ่นห่วยที่พลอยอยู่ในทะเล มีหุ่นห่วยอันหนึ่งที่คนโยนลงไปในทะเล ลมเหนือพัดมาก็ไปทางใต้ ลมใต้พัดมาก็ไปทางเหนือ ลมตะวันตกพัดมาก็ไปทางตะวันออก ลมตะวันออกพัดมาก็ไปทางตะวันตก ถูกพัดอยู่ในทะเลอย่างนั้นมีเตาตาบอดร้อยปี จะโผล่ขึ้นมาสักครั้งหนึ่ง โอกาสที่มันจะโผล่ขึ้นมา ตรงห้วงพอดีนั้น ยากมาก แต่ก็ยังเป็นไปได้มากกว่าและเร็วกว่าที่คนพาลซึ่งไปอบายภูมิแล้ว จะได้ กลับมาเป็นมนุษย์อีก เพราะวาในคนพาลไม่มีการประพฤติธรรม ไม่มีการประพฤติสุจริต ไม่มีการ ทำบุญกุศล มีแต่กินกันเอง ทรงใช้ค่านับเลย มีแต่กินกันเองมีแต่การกินซึ่งกันและกัน ทุพพหลมาริกามีแต่การเบียดเบียนคนอ่อนแอ บางแห่งใช้คำว่า คือ กินคนที่มีการน้อยกว่าคนโง่ เป็นเหยื่อของคนฉลาด มนุษย์กินกันเองเบียดเบียนกันเองในหมู่คนพาลมักจะกล่าววา คนโง่เป็นเหยื่อของคนฉลาด

๓. ขันติ ความอดทน ให้อดทนไว้ก่อน อย่าเพิ่งพูดหรือทำอะไรในขณะที่โกรธ พระพุทธรเจ้าท่านตรัสว่า ความอดทนเป็นตะบะอย่างยิ่งคนที่อยู่ด้วยกันอย่าโกรธพร้อมก่อน ถ้าคน หนึ่ง โกรธอีกคนหนึ่งต้องหยุดความโกรธให้ได้ เหมือนคนขับรถที่สามารถจะหยุดรถได้ทันทีที่ต้องการจะหยุด หรือในระยะเวลาพอสมควร คุณของขันตินี้ บัณฑิตทั้งหลาย ได้สรรเสริญไว้มาก เช่น เป็นที่รัก เป็นที่พอใจของคนทั้งหลาย ทำให้เป็นคนมีลาภ ทำให้เป็นคนมียศ ทำให้อยู่เป็นสุข ทำให้เป็นที่รักของเทวดา และมนุษย์ทั้งหลาย

๔ จาคะ ความสละ คือ สละความชั่วได้แก่ ความโกรธนั้นแหละเสียเพราะว่าความโกรธเป็นข้าศึกของคุณงามความดี อย่าหว่านมันไว้ อย่าเอาความโกรธไว้เป็นเพื่อนมันเป็นมิตรเทียมไม่ใช่มิตรแท้ ถ้าจะให้ความพอใจ มันก็ให้ความพอใจในเบื้องต้น แต่ให้ทุกขโหม่นสนหรือนำเคราะห์ร้ายมาให้เป็นปับลาย

คำว่า จาคะ นี้มีความหมายหลายอย่าง บางทีก็เป็นไวพจน์ของคำว่า ทานที่มีความหมาย ยิ่งกว่านั้นก็มี เช่น ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ตอนที่ว่าด้วยนิโรธ ความดับทุกข์ ก็หมายถึงดับกิเลส ท่านใช้คำว่าจาคะเหมือนกัน คือ การดับตัณหาโดยไม่เหลือ การดับตัณหา การดับกิเลส การสละ กิเลส การพ้นไปเสียจากกิเลส การบอกคืนกิเลสการสละคืนกิเลสที่เคยยึดถือไว้ อันนี้ก็เป็นจาคะเหมือนกัน และ ในทศพิธราชธรรม ธรรมของผู้ปกครองก็มีจาคะอยู่เหมือนกันสละเหมือนกัน ในที่นั้นก็มีการด้วย บริจาค หรือ จาคะ บริจาค ความหมายไม่เหมือนกัน

ในทศพิธราชธรรมทานก็ คือ การให้วัตถุสิ่งของต่าง ๆ เพื่อการอนุเคราะห์บ้าง เพื่อการสงเคราะห์บ้าง เพื่อการบูชาคุณบ้าง แต่ จาคะในทศพิธราชธรรม ท่านหมายถึงการเสียสละสุขส่วนตัวเพื่อความสุขส่วนรวม อย่างพระราชา หรือ ผู้เป็นใหญ่ เช่น นายกรัฐมนตรี เป็นผู้นำประชาชนเป็น

ผู้นำประเทศ ก็ต้องมีจาคะ คือ การเสียสละความสุขส่วนตัวเพื่อความสุขส่วนรวม ส่วนความเห็นแก่ตัว มั่นเป็นกิเลส เป็นความชั่วที่ยิ่งใหญ่

ถ้าเรามีจาคะ สละความเห็นแก่ตัว สละความสุขส่วนตัว เพื่อประโยชน์สุขแก่คนส่วนรวม ก็เป็นจาคะ สละมันไป คนที่จะเป็นผู้นำประเทศต้องมีลักษณะอย่างนี้คือ เสียสละความสุขส่วนตัว เพื่อความสุขส่วนรวม ไม่ใช่เข้าไปเพื่อประโยชน์ของตัวเอง แต่เข้าไปเพื่อเสียสละประโยชน์ ของตัว คนอื่น ๆ ก็ช่วยกันเสียสละคนละเล็กคนละน้อย จะเป็นอยู่ในฐานะอย่างไรก็แล้วแต่ แต่ว่าช่วยกันเพื่อประโยชน์ของประชาชนส่วนใหญ่ เวลานี้ก็น้ำท่วมกันอยู่เยอะ ไม่ควรมาทะเลาะกันในเรื่องไม่เป็นเรื่อง ในขณะที่ประชาชนส่วนใหญ่ยังลำบากอยู่ ควรช่วยคิดแก้ปัญหาความทุกข์ยากของประชาชนส่วนใหญ่ดีกว่า

ฉะนั้นขอให้เรามีจาคะ อะไรที่มาเป็นอุปสรรคในการที่จะแก้ปัญหาเกี่ยวกับเรื่อง ความโกรธ เช่นว่า หวงแหนสิ่งของจึงโกรธ เราก็หัดเสียสละสิ่งของเล็ก ๆ น้อย ๆ บ้างไปถึงมากบ้าง ทีละเล็กทีละน้อย มันค่อยมากขึ้นตามวันเวลา เหมือนกับคนจะยกของหนักได้ ต้องค่อย ๆ ยกขึ้นทีละน้อย ในที่สุดมันก็ยกได้ หวงแหนแล้วจึงโกรธ หรือ ริษยาแล้วจึงโกรธ เราก็สละความริษยาเสีย เพื่อ จะได้ไม่โกรธ คือ อะไรที่เป็นเหตุให้เกิดความโกรธ ก็พยายามสละสิ่งนั้นเสีย อันนี้เป็นอุบาย อันหนึ่งในการที่จะลดละความโกรธ หรือ เป็นธรรมเครื่องกำจัดความโกรธ

๔.๑.๖ หิริโอตตปปะที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

หิริโอตตปปะ คือความรู้สึกละอาย ความรู้สึกเกรงกลัว คือให้รู้สึกละอายเมื่อโกรธ ละอายตัวเอง ละอายลูกน้อง ละอายลูกหลานหรือคนใช้ ซึ่งบางคนเขาก็เยือกเย็นกว่า สงบได้มากกว่า ตามความเป็นจริงแล้ว เราซึ่งสูงกว่าเขาทั้งโดยวัยวุฒิ ทั้งคุณวุฒิ ทั้งโดยตำแหน่งฐานะ ควรจะเย็น และสงบให้ได้มากกว่าเขา เพื่อประโยชน์แก่ตัวเรา และเป็นการสอนเขาไปในตัวด้วย ยิ่งเป็นพระภิกษุสามเณร ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นสมณะที่แปลว่า ผู้สงบก่อนยิ่งควรละอายให้มากกว่าที่จะแสดงความโกรธให้ชาวบ้านเห็น อย่าพูดถึงว่าจะไปชวนตีชวนต่อยกับใครเลย เป็นแต่เพียงแสดงความ โกรธให้เด็กวัดเห็น ให้เณรน้อยเห็น ให้พระใหม่ เห็นก็ไม่ควรแล้ว ตอนนี้อยู่พรรษาพระเข้ามาบวชใหม่เยอะ ถ้าพระใหม่เห็น พอสึกออกไปก็นำเรื่องทั้งดีทั้งไม่ดีในวัดไปเล่าขานกัน ถ้าได้อย่างที่ดี ได้สำนักที่ดี ได้ครูบาอาจารย์ที่ดี ได้อะไรที่ดีออกไป ก็เลื่อมใสศานาต่อไปมากขึ้น ตรงกันข้าม ถ้าได้สิ่งที่ไม่ดี ได้ตัวอย่างที่ไม่ดีออกไป คาดหวังเอาไว้มาก พอมาเห็นเข้าจริงมันไม่ เป็นอย่างที่เราคาดหวังเอาไว้ ก็เอาไปเล่าขานกัน บางคนเมื่อยังไม่บวชก็เลื่อมใสศรัทธาพระเณรศานาดี อยู่พอบวชแล้วติดลบ สึกออกไปกลับเป็นหันหลังให้ เพราะไปเจอสำนักที่ไม่ดี เห็นตัวอย่างที่ไม่ดี เพราะฉะนั้นต้องระวัง

ภิกษุนั้นแปลว่า ผู้ขอก็ได้ คือขอบิณฑบาต แปลว่า ผู้ทบทหรือผู้ทำลาย ก็ได้ คือทบททำลายกิเลส โดยรูปแบบของการครองชีวิตก็เป็นผู้ขอ ขอปัจจัย ๔ จากชาวบ้านเพียงเพื่อครองชีวิตอยู่ได้ เพราะว่าเป็นผู้ที่ตั้งหน้าตั้งตาจะบำเพ็ญคุณงามความดี เลยไม่สามารถจะประกอบอาชีพอะไรได้ ทั้งนี้เพื่อจะได้ไปสู่เป้าหมายที่ ๒ คือ ทบทหรือทำลายกิเลส อันเป็นสาระของชีวิตสมณะตามนัยที่กล่าวมาข้างต้นนี้ ภิกษุหรือนักบวชจึงต้องไม่รวยและต้องมีอุตมคติในการลดละกิเลส จะได้เท่าไรก็ช่วยแต่ต้องมุ่งไปทางนั้น

อุบาสกอุบาสิกาที่เหมือนกันให้รู้สึกละอายที่จะโกรธ แล้วก็เกรงกลัวต่อผลของความโกรธว่า มันมีผลร้ายนักพยายามที่จะควบคุมมันให้ได้ถ้าควบคุมมันไม่ได้ มันก็ควบคุมผู้นั้น ให้ตกอยู่ภายใต้อำนาจของมัน แล้วใช้ให้ทำอะไรก็ได้ ใช้ให้ทะเลาะกันก็ได้ อย่างที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนพระชาวโกสัมพีที่ทะเลาะกับคนพวกอื่นไม่รู้หรือกว่า เราทั้งหลายย่อยยับอยู่เพราะ การทะเลาะวิวาท(ย่อยยับไปทั้ง ๒ ฝ่าย คือ ไม่มีใครชนะมีแต่คนแพ้) ผู้ใดรู้เห็นโทษของ การทะเลาะวิวาท ความหมายมันซึ่งกันและกันก็จะระงับลง ความอาฆาตจองเวรซึ่งกัน และ กันก็จะระงับลง

พระพุทธเจ้าตรัสให้โอวาทพระชาวโกสัมพีที่ทะเลาะกัน เป็นการทะเลาะกันที่อื้อฉาว และมีชื่อเสียง หรือ ชื่อเสียงก็ไม่รู้ ตั้งแต่สมัยพุทธกาลมาจนบัดนี้ยังเล่ากันอยู่เรื่อย ๆ เรื่องก็คือว่า พระธรรมกถึกกับพระวินัยธรทะเลาะกันด้วยเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ คือ เรื่องเข้าห้องน้ำรูปหนึ่งเหลือน้ำเอาไว้ อีกรูปหนึ่งก็ทักวาผิดวินัยทำนองนี้อีกรูปหนึ่งบอกไม่รู้ อ้าว ไม่รู้ก็ไม่เป็นไรแต่เสร็จแล้ว กลับไปเล่าให้ลูกศิษย์ฟังว่า เป็นพระธรรมกถึกเป็นพระนักเทศน์สอนคนมากมาย ผิดวินัยแค่นี้ก็ไม่รู้ลูกศิษย์พระวินัยธรได้เที่ยวเยาะเย้ยถากถางล้อเลียนลูกศิษย์พระธรรมกถึกกว่า อาจารย์ของตัวผิดวินัยแค่นี้ก็ไม่รู้ลูกศิษย์พระธรรมกถึกจึงไปบอกอาจารย์ อาจารย์ก็ว่าพระวินัยธรนี้พูดสับปลับตอนเราบอกว่าไม่รู้ก็พูดว่าไม่เป็นไร แล้วทำไมมาพูดกับศิษย์อย่างนี้เสียหาย กลับกลอก ไม่อยู่กับร่องกับรอยการทะเลาะจึงขยายวงกว้างออกไป ต่างคนต่างมีลูกศิษย์คนละมาก ๆ แต่ก็ไม่ละอายศิษย์มาทะเลาะกัน

พระพุทธเจ้าท่านตรัสห้ามตั้งหลายครั้งก็ไม่ฟัง ถือ ทิฐูมานะ ว่าเป็นพระธรรมกถึกบ้าง เป็นพระวินัยธรบ้าง ไม่ยอมลดราวาศอกให้กัน ขนาดพระพุทธเจ้าเขายังไม่ฟัง ท่านเป็นพระศาสดา เป็นผู้ตั้งศาสนา เป็นอาจารย์ผู้ยิ่งใหญ่เป็นบรมครูเตือนยังไม่ฟัง พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย จะเป็นความงามหาน้อยไม่ ถ้าเมื่อพวกเธอทั้งหลายผู้บวชในธรรมวินัยที่เรากล่าวดีแล้ว ฟังเป็นผู้มีความอดทน มีความสงบเสงี่ยม ไม่ก้าวร้าวซึ่งกันและกัน ตรัสเล่าเรื่องต่าง ๆ ทั้งคำสอนในอดีตบ้างในปัจจุบันบ้าง เพื่อให้เขาสงบระงับกัน แต่ก็ไม่ฟัง การทะเลาะวิวาทแผ่ขยายกว้างออกไป จนถึงอุบาสกอุบาสิกาต่างแตกกันเป็น ๒ พวก แปลว่าแตกกันหมด พระพุทธเจ้าท่านทนไม่ได้ก็จากไปอยู่สงบๆ ของท่าน อันนี้ถ้าเชื่อว่าท่านเหล่านี้ มีความละอาย มีหิริโอตตปปะในตอนนั้นมี ชันดีโสระจะอย่างพระพุทธเจ้าท่านทรงเตือน ก็คงไม่ปล่อยให้การทะเลาะวิวาทยืดเยื้อออกไปถึงอย่างนั้น

๔.๑.๗ สติปัฏฐาน ๔ ที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

สติปัฏฐาน ๔ มีกาย เวทนา จิต และ ธรรม คือ การมีสติระลึกรู้สภาวะธรรมเป็นฐาน การระลึกรู้นั้นต้องปราศจากการคิดโดยตั้งใจ แต่ เกิดจากจิตจำสภาวะได้ แล้วระลึกรู้โดยอัตโนมัติ ล้วนมีความเกิดดับ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์และเป็นอนัตตา ก็เพื่อดับความโกรธออกจากจิตของตน เพราะความโกรธมาจากโลก คือ ความพอใจ ต่อเมื่อไม่ได้ตั้งใจที่ตนพอใจก็จะเปลี่ยนเป็นความโกรธมาแทนที่ และความหลงก็อยู่ร่วมด้วยเสมอทุกครั้งที่มีความพอใจ และ ความไม่พอใจ

การแก้ไขความโกรธตามหลักสติปัฏฐาน ๔ และหลักวิปัสสนาญาณ สำหรับผู้ที่บำเพ็ญญาณในขั้นสูงยิ่งขึ้นไปดังนี้

๑. วิธีดับความโกรธด้วยสมาธิ คำว่า สมาธิ หมายถึง ความมีใจตั้งมั่น ความตั้งมั่นของจิต ความที่จิตใจสงบ แน่วแน่ไม่ฟุ้งซ่าน, สมาธิที่เจริญอย่างจริงจังเพื่อบรรลุฌานต่าง ๆ นั้นเรียกอีกอย่าง

ว่า สมถะ (ความสงบ) ก็ได้เหตุที่เจริญสมาธิก็เพราะมีการเห็นโทษของกิเลสในใจ เช่น กามราคะ พยาบาท และ ความ พุ้งซ่าน เป็นต้น จึงมีการร่ำเรียนฝึกฝนสมาธิ เพื่อควบคุมกิเลสทั้งหลาย มีนิวรณ์ ๕ (เครื่องขัดขวาง) และกิเลสอื่น ๆ เช่น ความริษยา เป็นต้น ด้วยข้อดีมากของสมาธิก็คือ แม้จะยังไม่ถึงอัปนาสมาธิ (สมาธิแนบสนิทที่เรียกว่าเข้าถึงปฐมฌานแล้ว เป็นต้น) เพียงแค่ เริ่มกำหนดกรรมฐาน เช่น ลมหายใจ ก็ทำให้จิตไม่พุ้งซ่านไปในความรัก ความชัง หรือ ความโกรธได้แล้ว ผู้ที่เจริญสมาธิสม่ำเสมอจึง เป็นผู้โกรธยาก โลกยาก เพราะความสุขในสมาธิประณีตกว่าความสุขจากกาม ดังนั้น ดับ ความ โกรธด้วยสมาธิ คือ การทำให้ตั้งมั่นในระดับฌานต่าง ๆ มีปฐมฌาน เป็นต้น เพื่อให้จิตไม่พุ้งซ่านไปในความรัก และ ความชัง หรือ ความโกรธได้แล้ว ผู้ที่เจริญสมาธิสม่ำเสมอจึงเป็น ผู้โกรธได้ยาก เพราะอาศัยสมาธิเป็นตัวระงับไว้นั่นเอง

๒. วิธีการดับความโกรธด้วยวิปัสสนา พระพุทธเจ้าตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า ธรรมที่พึงละมิใช่ด้วยกาย มิใช่ด้วยวาจา ต้อง เห็นชัดด้วยปัญญาจึงจะได้เป็นโณน คือ โลภะ โทสะ โมหะ ความโกรธ ความผูกโกรธ ความลบหลู่ ความยกตัวกดเขาไว้ ความตระหนี่ พึงละมิใช่ด้วยกาย มิใช่ด้วยวาจา ต้อง เห็นชัดด้วย ปัญญาจึงจะได้ ท่านได้ระบुขั้วว่า ปัญญาที่ละ โลภะ โทสะ โมหะ เป็นต้น ในพระพุทธดำรัสนี้ หมายเอาการละเว้นมรรคปัญญา (ปัญญาในมรรคจิตมีนิพพานเป็นอารมณ์) พร้อมด้วยวิปัสสนา ซึ่งต่างกนตรงที่มรรคปัญญาเป็นการละที่เด็ดขาด (สมุจเฉทปะทาน) ส่วนเท่าที่เจริญวิปัสสนาอยู่แต่ยังไม่เด็ดขาด คือ เมื่อวิปัสสนา ได้แก่ ปัญญาเห็นไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) ในสังขารทั้งหลายแล้ว ความหมายมั่นในสังขารทั้งหลายยอมระงับไป ความยินดีเพลิดเพลินด้วยกิเลสทั้งหลายยอมระงับไป ดังนั้น สิ่งที่วิปัสสนากำหนดจึงได้แก่สังขารทั้งหลาย โดยบอกคือขันธ ๕ หรืออุปาทานขันธ ๕ ที่มีลักษณะทั้ง ๓ นั้น เมื่อวิปัสสนาปัญญา เกิดขึ้นเห็นความจริงของสังขารทั้งหลายแล้ว บุคคลนั้นจะไม่ปล่อยให้โทสะหรือกิเลสอื่น ๆ เกิดขึ้นอีกง่าย (เพราะเท่ากับเพิ่มความยึด ยาวของสังสารวัฏให้แก่ตนเองอีก) ย่อมเกิดความสลดสังเวชใจยามเห็นคนอื่นโกรธ เพราะความโกรธก่อภพชาติ ส่วนวิปัสสนาตัดภพชาติ และผู้ใดละความโกรธ ได้สิ้นเชิง ผู้นั้นอย่างน้อยทรงเรียกว่าเป็นพระอนาคามี

ดังนั้นดับความโกรธด้วยวิปัสสนา คือ พิจารณาธรรมด้วยปัญญาเห็นความจริงของสังขาร คือ ขันธ ๕ เป็นต้น มิใช่สัตว์บุคคลตัวตนอะไรทั้งสิ้นเห็นชัดด้วยปัญญาจึงละ โลภะ โทสะ โมหะ ในระดับ เท่าที่เจริญวิปัสสนาอยู่ แต่ยังไม่ละกิเลสไม่ เด็ดขาด จนไปถึง (สมุจเฉทปะทาน) เป็นการละกิเลส (โลภะ โทสะ โมหะ) ที่เด็ดขาด

๓. วิธีการดับความโกรธของพระปุลณณะ พระปุลณณะเถระพึงธรรมจากพระพุทธเจ้าแล้วต้องการไปจำพรรษาที่สุนาปรันตชนบท ถิ่นที่ชาวบ้านมีความดุร้าย ขี้โกรธ เป็นนิสัยประจำ พระพุทธเจ้าตรัสให้ตระหนักว่านิสัยคนที่นี่ดุร้าย หากเขาต่ำบริภาษเอาเธอจะอย่างไร

พระปุลณณะทูลตอบวิธีที่ท่านจะปฏิบัติต่อคนเหล่านั้นด้วยขันติ ทมะ อุปสมะ และ การมองโลกในแง่ดี (ด้วยเมตตากรุณา) ท่านทูลตอบดังนี้ ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ถ้าผู้คนชาวสุนาปรัน ตะจะต่ำบริภาษข้าพระองค์ ข้าพระองค์ก็จะใส่ใจว่าผู้คนชาวสุนาปรันตะเหล่านี้ เป็นผู้เจริญดีหนอ ที่ผู้คนเหล่านั้นไม่ได้ตีข้าพระองค์ด้วยมือ หากตีด้วยมือก็ยิ่งคิดความดีที่เขาไม่ปาด้วยก้อนดินหากปาด้วยก้อนดินก็คิดความดีที่เขาไม่ตีด้วยท่อนไม้ หากตีด้วยท่อนไม้ก็คิดความดีที่เขาไม่แทง ด้วยมีดหากแทง

ด้วยมีดีก็คิดว่ายังดีที่เขาไม่ถึงกับฆ่าให้ตาย หากฆ่าให้ตายก็คิดว่าดีแล้วที่เราไม่ต้องหาอาวุธมาปลิดชีพตัวเอง ทรงชื่นชมว่า เธอประกอบด้วยหมะ (การฝึกตน) และอุปสม (ความสงบใจจากสิ่งที่เป็นข้าศึก) เธอสามารถไปอยู่ที่นั่นได้ท่านไปถึงที่นั่น และ บรรลุพระอรหันต์เป็นพระอรหันต์ภายในพรชานั้นเอง

ดังนั้น การใช้วิธีดับโกรธของพระปุลณณะที่ท่านปฏิบัติต่อชาวสุนาปรันตะชนบท คือ ให้มีสัจจะ ชันติ หมะ จาคะ และ การมองโลกในแง่ดี (ด้วยเมตตากรุณา) ในการปฏิบัติต่อชาวสุนาปรันตะชนบท เพื่อเป็นกุศลโลบายในการระงับความพยาบาท หรือ ความโกรธให้ดับไปนั่นเอง

๔. วิธีการดับความโกรธที่พระสารีบุตรแนะนำเป็นวิธีเลือกมองเพื่อให้รู้ให้เข้าใจความจริงเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างบุคคล ๕ อย่าง คือ

(๑) หากความประพฤติกายของเขาไม่ดี แต่ความประพฤติทางวาจาเรียบร้อยหมดจดดี ก็พึงมนสิการ (ใส่ใจ) เฉพาะความประพฤติกายทางวาจา เปรียบเหมือนภิกษุผู้ถือผ้าบังสุกุลเป็นวัต เธอเดินไปพบเศษผ้าเก่าบนท้องถนน เธอเอาเท้าซ้ายกด แล้วเอาเท้าขวากด แล้วเอาเท้าขวากด แล้วเอาเท้าซ้ายกดย้ำดีใจอยู่ก็ฉีกเอาแต่ส่วนนั้นไป ฉะนั้นการอุปมาอุปมายข้างต้น คือให้เราเลือกแต่สิ่งที่ดีของเขาที่มีอยู่เท่านั้น สิ่งไหนไม่ดีเราก็ไม่เก็บไว้ปล่อยทิ้งไปเสีย ถือเอาเฉพาะวาจาที่เรียบร้อยเท่านั้น ส่วนกายแสดงออกมาที่ไม่ดีก็อย่าไปถึงเอากริยาทางกายนั้นทิ้งเสีย

(๒) หากความประพฤติทางวาจาไม่ดี แต่ความประพฤติทางกายเรียบร้อยหมดจดดี พึง มนสิการเฉพาะทางกาย เปรียบเหมือนสระโบกขรณีมีสาหร่ายจอกแหนคลุมเต็มไปหมด เมื่อคนเดินทางแดดร้อน เหน็ดเหนื่อย หิวกระหายมาถึงเข้า ก็ลงไปยังสระนั้น เอามือแหวกสาหร่ายจอก แหน ออก แล้วกระพุ่มมือกอบแต่มาดื่มแล้วเดินทางต่อไป ฉะนั้น การอุปมาอุปมายข้างต้น ให้ ถือเอาเฉพาะกายที่เรียบร้อยเท่านั้นส่วนวาจาที่แสดงออกมาที่ไม่ดีก็อย่าไปถึงเอากริยาทางวาจานั้นทิ้งเสีย

(๓) หากความประพฤติทางกาย และ วาจาไม่ดี แต่ทางใจมีความปลอดโปร่งดีงาม ผ่องใสเป็นครั้งคราว ก็พึงมนสิการเฉพาะทางใจที่ผ่องใสเป็นครั้งคราวนั้น เปรียบเหมือนมีน้ำขังอยู่เล็กน้อยในรอยเท้าโค คนผู้หนึ่งเดินผ่านความร้อน และ ความหิวมาถึงเข้า เขาคิดว่าถ้าเอามืออึกหรือภาชนะตักก็จะทำให้น้ำขุ่นจึงนั่งคุกเข่าเอามือย่นพื้น ก้มลงเอปากดื่มอย่างโคเสร็จแล้วก็เลิกไป ฉะนั้น การอุปมาอุปมายข้างต้น ให้ถือเอาเฉพาะทางใจมีความปลอดโปร่งดีงามผ่องใสเป็นครั้ง คราวเท่านั้นไปเสีย ถือเอาความประพฤติทางกาย และ วาจาไม่ดีของเขามาทิ้งไปเสีย

(๔) หากความประพฤติทางกาย และ วาจาก็ไม่ดี อีกทั้งทางจิตใจก็ไม่ปลอดโปร่งดีงามในเวลานั้นก็ควรตั้งความเมตตากรุณา คือดอนุเคราะห์ช่วยเหลือต่อเขา ขอให้เขาทำดีทำสุจริต ตายแล้วอย่าได้ถึงทุกคติเลย เปรียบเหมือนคนเจ็บไข้ป่วยหนัก กำลังเดินทางไกล ไม่พบบ้านเรือน จึงไม่ได้อาหารที่เหมาะสม ไม่ได้ยา และ พยาบาลที่เหมาะสม เป็นต้น มีคนผู้หนึ่งเดินทางไกลผ่านพบเข้าเขาตั้งจิตเมตตากรุณาคิดอนุเคราะห์ว่า โอ้หมอน ขอให้คนผู้นี้ได้อาหาร และ ยา เป็นต้น ที่เหมาะสม ขออย่าได้ถึงความพินาศเลย ฉะนั้น การอุปมาอุปมายข้างต้น หากความประพฤติทางกาย และ วาจา ก็ไม่ดี อีกทั้งทางจิตใจก็ไม่ปลอดโปร่งดีงาม อย่าไปถือเอาความประพฤติทางกาย วาจา และ ใจไม่ดีของเขามาทิ้งไปเสีย แล้วตั้งความเมตตากรุณา คือดอนุเคราะห์ช่วยเหลือต่อเขา ขอให้เขาทำดี ทำสุจริต ตายแล้วอย่าได้ถึงทุกคติเลย

(๕) หากความประพฤติทางกาย ทางวาจาดี ทั้งทางจิตใจก็ปลอดโปร่งผ่องใสอยู่เนื่อง ๆ ก็พึงมนสิการได้ทั้ง ๓ ทาง เพราะจะพาให้ผู้มนสิการมีจิตผ่องใสไปด้วย เปรียบเหมือนน้ำใสเย็นฉ่ำ น่าชื่นใจ ชายฝั่งก็เรียบร้อยน่านรื่นรมย์ ปกคลุมด้วยหมู่ไม้นานาพรรณ คราวนั้นบุรุษคนหนึ่งเดิน ทางไกล ร้อน หิว กระจาย อ่อนล้า ผ่านมาพบเข้า เขาลงไปนอนสรวน ตื่นน้ำ หรือ ฉะนั้นจะนอน ตรงไหนก็น่าชื่นใจทั้งนั้น

ดังนั้น วิธีดับโกรธที่พระสารีบุตรแนะนำมาทั้ง ๕ ประการ เป็นการอุปมาให้ข้อคิดเพื่อ รู้เท่าทันความโกรธที่จะเข้ามาโดยหากุสโลบายในการแก้ปัญหา คือ ให้เราเลือกตาสิ่งที่ดีของเขาที่มี อยู่เท่านั้นสิ่งไหนไม่ดีเราก็ไม่ เก็บไว้ปล่อยทิ้งไปเสีย และ ถ้าความประพฤติทางกาย วาจา และ ใจ ของ เขาไม่ดีทั้ง ๓ อย่างก็ทิ้งไปเสียให้หมด หรือ กลอุบายอีกแง่หนึ่ง คือ เรายกเอาแต่แง่ดีของเขา แง่ใดแง่ หนึ่งขึ้นมาพิจารณาถ้าไม่พบความดีของเขาเลย ก็พึงตั้งจิตเกื้อการุณย์ เอาใจช่วยให้เขาทำ ความดี เพื่อพ้นจากทุกข์

๕. วิธีการดับความโกรธตามคัมภีร์วิสุทธิมรรค คัมภีร์วิสุทธิมรรคแสดงอุบายในการ ปฏิบัติ เพื่อแก้ไขความคิดแค้นใจไว้หลายอย่าง ซึ่งเลือกใช้ได้ตามความเหมาะสมกับอุปนิสัยของบุคคล

(๑) พึงระลึกถึงโทษของความโกรธ ด้วยการระลึกถึงคำสอนที่ให้ระงับความโกรธ เช่น ภิกษุทั้งหลาย แม้หากพวกโจรปาจะพึงจับไปแล้วเอาเลื่อยผากาย หากผู้ใดทำจิตใจให้คิดร้ายใน พวกโจรนั้น ผู้นั้นก็ไม่เชื่อว่าทำตามคำสอนของเรา หรือ ผู้ใดโกรธตอบผู้โกรธก่อน ผู้นั้นเร็วกว่าผู้ที่โกรธ ก่อนส่วนผู้ไม่โกรธตอบ ผู้นั้นก็เชื่อว่าชนะสงครามที่ชนะได้ยาก ภิกษุทั้งหลาย ถ้าแม้ภิกษุ จะจับชาย สังฆาฏิตติดตามไปข้างหลังเรา แต่ภิกษุนั้นเป็นผู้มีอภิขมา (ความเพ่งอยากได้) มีความกำหนัดแรงกล้า ในกามทั้งหลาย มีจิตพยาบาท ภิกษุนั้นย่อมอยู่ห่างไกลเราทีเดียว และเราก็อยู่ ห่างไกลภิกษุนั้น เพราะภิกษุนั้นไม่ เห็นธรรม เมื่อไม่เห็นธรรมย่อมเชื่อว่าไม่เห็นเรา หรือ ผู้ใดโกรธ ก็เท่ากับผู้นั้นทำตัว ให้ประสบผลร้ายต่าง ๆ เช่น มีผิวพรรณทราม ใบหน้าหม่นหมอง และ นอนเป็นทุกข์ เป็นต้น

(๒) พึงระลึกถึงความดีของเขา คือ ยกเอาแต่แง่ดีของเขา แง่ใดแง่หนึ่งขึ้นมา พิจารณาถ้า ไม่พบความดีของเขาเลย ก็พึงตั้งจิตเกื้อการุณย์ เอาใจช่วยให้เขาทำความดี เพื่อพ้นจาก ทุกข์

(๓) พิจารณาว่าความโกรธ คือ การสร้างทุกข์ให้ตัวเอง และศัตรูก็สมใจ พึงสอน ตนเองให้รู้ว่า ตัวเจ้าเมื่อออกบวช ต้องละมารดาบิดาผู้มีอุปการะมาก ละหมู่ญาติออกมาได้ แล้ว ทำไม เจ้าจึงละความโกรธ ที่เป็นศัตรูทำความพินาศใหญ่มิได้ละ หรือ คนที่ถูกโกรธเขาไม่รู้เรื่องด้วย เขาก็อยู่ ของเขาตามสบาย แต่เราสืออยู่เป็นทุกข์เสียเองศัตรูต้องการให้เจ้าเป็นทุกข์ เมื่อเราโกรธ ตอบเขา ก็ เท่ากับเป็นทุกข์สมใจเขาแล้วดังนี้ เป็นต้น

(๔) พิจารณาตามหลักกรรมว่า แต่ละคนมีกรรมเป็นของตน เตือนตัวเองว่า ความ โกรธนี้เป็นปัจจัยได้ทำอกุศลกรรมต่าง ๆ กรรมเหล่านั้นจักเป็นไปเพื่อความเสื่อมแก่ตัวเรา เพราะเรา เป็นผู้ที่มีกรรมเป็นของตน เป็นผู้รับมรดกของกรรม กรรมที่เกิดจากความโกรธนั้น ไม่เป็นไปเพื่อให้เรา บรรลุธรรม หรือ ความเป็นพระราชา เป็นต้น ที่แม้มีแต่ทำให้เราเคลื่อนจากพระศาสนา และ เข้าถึง ทุกข์ในนรก เป็นต้น, การโกรธเขา ก็เป็นเหมือนการที่เราเอามือถือดอกจระเขยไปเปะใส่ผู้อื่น ตัว เรานี้แหละหมิ่นก่อน

(๕) พิจารณาพระจริยาวัตรในปางก่อนของพระพุทธเจ้า คือ ระลึกถึงตัวอย่างความเสียสละของพระองค์ ตั้งแต่ครั้งเป็นพระโพธิสัตว์ เช่น ในชาดกหลายเรื่องพระองค์ได้ทรงสละชีวิตช่วยเหลือแม่ผู้เป็นศัตรู ทรงชนะใจเขาด้วยความดีเช่น สมัยพระสีลวะโพธิสัตว์ ทรงถูกยึดพระราชอำนาจศัตรูจับพระองค์ฝังดินให้เหลือแค่คอทรงใช้อุบายให้สุนัขจิ้งจอกคุ้ยดินจนหลุดรอดมาได้ ต่อมาพระองค์ก็ลอบเข้าห้องบรรทมของพระราชินีผู้เป็นศัตรูด้วยอำนาจของยักษ์ แต่พระองค์ก็ไม่ ทรงทำร้าย ทรงปลุกให้ตื่นแล้วสัญญาเป็นพระสหายกัน หรือ สมัยเป็นขันตีวาทีดาบส (บำเพ็ญขันตี บารมี) ถูกพระราชากลาโบายด้วยหวาย ตัดมือ และ เท้าด้วยดาบ ก็ไม่ทำความโกรธให้เกิดขึ้นแก่ พระราชา ตัวอย่างเหล่านี้ เป็นกำลังใจให้สามารถดำรงตนอยู่ในความดี คือ ความไม่โกรธได้ พิจารณาถึงความที่เคยเกี่ยวข้องกันในสังสารวัฏ ดังที่ตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย สัตว์ผู้ไม่ เคยเป็น มารดา ไม่ เคยเป็นบิดา ไม่ เคยเป็นพี่น้องชาย ไม่ เคยเป็นพี่น้องหญิง ไม่ เคยเป็นบุตร ไม่ เคยเป็นธิดา กันนั้นหาได้ยาก พึงนึกว่า เขากับเราก็คงเคยเป็นญาติพี่น้อง มีอุปการะกันมา ไม่ควรจะมาโกรธกัน

(๖) พึงพิจารณาอานิสงส์แห่งเมตตา คือ พึงมีจิตเมตตาจิตต่อกัน และกันดีกว่า อาฆาตมาดร้ายกัน ทั้งเมตตานี้ก็มีอานิสงส์มาก เช่น ทำให้หลับ และ ตื่นเป็นสุข เป็นต้น

(๗) พิจารณาแบบจำแนกแยกธาตุ คือ มองให้เห็นความจริงว่า ที่เราโกรธกันวันวาน ไปนั้น ความจริงแล้วมีแต่สิ่งที่คิดสมมติกันว่าเป็นสัตว์บุคคลเป็นผู้นั้นผู้นี้ แท้จริงแล้วมีเพียงอาการ ๓๒ เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น มีแต่ธาตุต่าง ๆ เช่น ธาตุดิน และ ธาตุไฟ เป็นต้น มีแต่ขันธ์ ๕ อายุตนะ ๑๒ ประชุมกัน เราโกรธอะไรละ โกรธผมหรือ ขน หรือ หรือว่าโกรธธาตุดินดังนี้ เป็นต้น จะเห็นว่าความโกรธไม่มีฐานที่ตั้งอะไรเลย

(๘) พึงให้ท่านหรือการแบ่งปันสิ่งของแก่กัน คือ พึงให้ และ แบ่งปันของของตนแก่ คน ที่ไม่ถูกกันกับตน และพึงรับสิ่งของจากคู่ปรปักษ์นั้น เพื่อเป็นการแสดงไมตรีจิตต่อกัน ช่วยให้ จิตใจ อ่อนโยน เข้าใจเห็นใจกัน ความโกรธเลือนหาย ความรักเกิดแทน ศัตรูก็มาเป็นมิตร

ดังนั้น คัมภีร์วิสุทธิมรรคแสดงอุบายในการปฏิบัติ เพื่อแก้ไขความคิดแค่นใจหรือความโกรธไว้หลายอย่าง ซึ่งเลือกใช้ได้ตามความเหมาะสมกับอุปนิสัยของบุคคลดังที่กล่าวมาข้างต้น เช่น พึงระลึกถึงโทษของความโกรธ ด้วยการระลึกถึงคำสอนที่ให้ระงับความโกรธ พึงพิจารณา อานิสงส์แห่งเมตตา คือ พึงมีจิตเมตตาจิตต่อกันและกัน ดีกว่าโกรธอาฆาตมาดร้ายกัน จะทำให้ตนเองหลับและตื่น ก็เป็นสุข เป็นต้น

๖. วิธีการดับความโกรธที่สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายกวิธีที่จะแก้ความโกรธให้เกิดผลรวดเร็ว ไม่ชักช้ามีอยู่ว่า ให้พยายามทำสติให้รู้ตัวเมื่อ ความโกรธเกิดขึ้น คือ เมื่อโกรธก็ให้รู้ว่าโกรธแล้ว ก็ให้พิจารณารูปร่างหน้าตาของความโกรธ ให้เห็นว่าเป็นความร้อนเป็นความทุกข์ จนกระทั่งถึงให้รู้ว่าเป็นอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาให้มีสติ พิจารณาอยู่เช่นนั้น อย่าให้ขาดสติ เพราะเมื่อขาดสติเวลาโกรธจะไม่ พิจารณาเรื่องดังกล่าว แต่ จะต้องออกไปพิจารณาเรื่อง หรือ ผู้ที่ทำให้มีความโกรธ และ ก็ไม่เป็นการพิจารณาเพื่อให้ความ โกรธลดน้อย แต่จะกลับเป็นการพิจารณาให้ความโกรธมากขึ้น เหมือนเป็นการเพิ่มเชื้อให้แกไฟ จึง ต้องพยายามทำสติ ควบคุมสติให้ พิจารณาเข้ามาภายในใจเท่านั้น ให้เห็นความโกรธ ครอบงำรูปร่าง หน้าตาของความโกรธเท่านั้น การทำเช่นนั้นท่านเปรียบว่าเหมือนขโมยที่ซุกซ่อนอยู่ เมื่อมีผู้มาดูหน้าตาก็จะซุกซ่อนอยู่ต่อไปไม่ได้ต้อง

หนีไป ฉันทใด ความโกรธก็เช่นกัน เมื่อเกิดขึ้นแล้วถูกจ้อง มองดูอยู่ที่เหมือนขโมยที่มีผู้มาดูหน้า จะต้องหลับไป เมื่อความโกรธหลับไป หรือระงับลง ความร้อนก็จะไม่มีใจก็จะสบายได้โดยควร

ฉะนั้น วิธีดับโกรธที่สมเด็จพระสังฆราช คือ ใช้อุบายให้พยายามทำสติให้รู้ตัวเมื่อความโกรธเกิดขึ้น เมื่อโกรธก็ให้รู้ว่าโกรธแล้ว ก็ให้พิจารณารูปร่างหน้าตาของความโกรธ ให้เห็นว่าเป็นความร้อน เป็นความทุกข์ อย่าให้ขาดสติ จึงต้องพยายามทำสติควบคุมสติให้พิจารณาเข้ามา ภายในใจ เท่านั้นไป เพื่อจะให้ความโกรธนั้นลดลงนั่นเอง เมื่อความโกรธลดลง หรือหลับไป หรือระงับลงความร้อนก็จะไม่มีใจก็จะสบายได้โดยควร

๔.๒ การนำหลักธรรมใน นวนิยายเรื่อง “บ่วง” มาใช้ในการดำเนินชีวิต

หลักธรรมที่จะนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตที่ปรากฏอยู่ใน นวนิยายเรื่อง บ่วง ได้แก่ (๑) เบญจศีล (๒) อโหสะ (๓) สติ (๔) เมตตา (๕) ขรवासธรรม (๖) หิริโอตตปปะ (๗) สติปัญญา ๔ และ (๘) บทสรุป ในสังคมปัจจุบันนี้เกิดปัญหามากมายที่มีลักษณะคล้ายใน นวนิยายเรื่อง บ่วง คือ มีความรุนแรงและความพยายาเกิดขึ้นให้เห็นทั้งในสื่อต่าง ๆ เช่น หนังสือพิมพ์ อินเทอร์เน็ต ดังนั้นผู้วิจัย จึงเห็นว่าควรนำหลักธรรมใน นวนิยายเรื่อง บ่วง มาใช้ในการดำเนินชีวิต

๔.๒.๑ เบญจศีลที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

เบญจศีลเป็นหลักพื้นฐานการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ซึ่งเป็นหลักของการหักห้ามจิตใจไม่ให้ปฏิบัติในสิ่งที่คิดว่าเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้อื่นไม่พอใจ และเป็นหลักการปฏิบัติที่ทำให้ผู้อื่นเกิดความพอใจหลักพื้นฐานของการดำเนินชีวิตของมนุษย์ เป็นสิ่งที่มีความสัมพันธ์กับโลกมนุษย์มาตลอด มีดังนี้

เบญจศีล หมายถึง กรุธรรมแปลว่า การรักษาศีล ๕ ให้มีความบริสุทธิ์อยู่เสมอซึ่งเป็นวินัยของคฤหัสถ์ที่เป็นกฎระเบียบข้อบังคับตนเองไม่ปฏิบัติในสิ่งที่ทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น และในคำว่าเบญจศีลประกอบไปด้วยคำว่าศีล และคำว่าเบญจซึ่งทั้ง ๒ คำนี้ มีความหมายแตกต่างกันคือ

ศีลหมายถึง ข้อประพฤติปฏิบัติสำหรับควบคุมกาย และวาจาให้ตั้งอยู่ในความดีงาม นอกจากนี้ศีลยังหมายถึง ความเย็นของศีระความสะดวกสุขความสำรวม และความไม่ก้าวล่วงละเมิด มีการสำรวมกายวาจาของตนให้มีความสงบเรียบร้อยพูดแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่น่าประโยชน์มาสู่ตนและผู้อื่น ดังนั้น ศีล จึงหมายถึง การสำรวมกายวาจาให้มีความสงบเรียบร้อยภายในกฎระเบียบข้อบังคับที่ได้วางเอาไว้เป็นกฎระเบียบของสังคม

เบญจ หมายถึง ห้า หรือ หลักการ ๕ ประการเมื่อนำคำว่าศีลมารวมกับคำว่าเบญจก็จะได้ว่าเบญจศีลซึ่งหมายถึงกฎข้อห้าม ๕ ประการคือ ปรณาติปาตาเวรมณี เว้นจากการฆ่าสัตว์ที่มีชีวิต อทินนาทานาเวรมณี เว้นจากการถือเอาของที่เขาของมิได้ให้ กาเมสุมิฉจจาเวรมณี เว้นจากการประพฤติผิดในกาม มุสาวาทาเวรมณี เว้นจากการพูดเท็จ และสุราเมรยมัชชปมาทัฏฐานาเวรมณี เว้นจากการดื่มสุราและเมรัย

เบญจศีล จึงหมายถึง หลักธรรมที่ทำให้มนุษย์มั่นคงของชีวิตมีความเป็นปกติซึ่งเป็นรากฐานของการป้องกันการกระทำความเดือดร้อนให้แก่สังคมโดยอาศัยฐานะของตนเพื่อเอารอดเอาเปรียบผู้อื่น

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ทรงให้ความหมายของศีลไว้ในเบญจศีลและเบญจธรรมว่า ศีลนั้นเป็นเหมือนบรรทัดสำหรับให้คนประพฤติความดีให้คงที่เปรียบเหมือนผู้แรกจะเขียนหนังสือต้องอาศัยเส้นบรรทัดเป็นหลักไปตามนั้น หนังสือที่เขียนจึงจะมีบรรทัดอันตรง ถ้าหาไม่ตัวหนังสือก็จะขึ้นคดลงดังงูเลื้อย เมื่อชำนาญแล้วก็จะเขียนไปได้โดยไม่ต้องมีบรรทัดฉันทใด คนแรกประพฤติความดี ไม่ได้ถืออะไรไว้เป็นหลัก ใจไม่มั่นคงอาจเอนเอียงลงหาทุจริต แม้เพาะโหมหะครอบงำ เมื่อบำเพ็ญศีลให้บริบูรณ์จนเป็นปกติมารยาทได้แล้วจึงประพฤติคุณธรรมอย่างอื่นก็มากยิ่งขึ้นไม่ผันแปร

หลวงพ่อกุฑมุตตม ได้แสดงแนวคิดเกี่ยวกับศีลธรรมไว้ว่า ศีลธรรมในฐานะที่เป็นสังคมศาสตร์ ก็หมายความว่า สิ่งที่จะตัดปัญหาของสังคมได้ตามหน้าที่หรือตามวัตถุประสงค์ของสิ่งนี้ เช่น สังคมไม่มีความสงบ เกิดเป็นปัญหาขึ้นมาว่า สังคมไม่สงบก็มีศาสตร์อันหนึ่งที่จะช่วย ตัดปัญหาอันนี้ เพราะฉะนั้น จึงเรียกว่า สังคมศาสตร์ที่เป็นศีลธรรมหรือว่าศีลธรรมที่เป็นสังคมศาสตร์ ศีลธรรมซึ่งเป็นสังคมศาสตร์ ก็จะมุ่งหมายแก้ปัญหามาตามความหมายของคำว่า ศีลธรรมนั่นเอง ฉะนั้นศีลธรรมเท่าที่จำเป็นแก่สังคมนั้น คือ สังคมศาสตร์หรือศีลธรรมที่อยู่ในรูปของสังคมศาสตร์

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายของศีลไว้ในพจนานุกรมพุทธศาสน์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยว่า ศีล หมายถึง การรักษากาย วาจา ให้เรียบร้อย เป็นการรักษาปกติตามระเบียบวินัย หรือข้อปฏิบัติในการฝึกตนใครปฏิบัติตามนี้เรียกว่า มีศีลเบื้องต้น

วคิน อินทสระ กล่าวไว้ในหนังสือพุทธจริยศาสตร์ ถึงศีล คือ เจตนางดเว้นความชั่วทางกาย วาจา และทางใจด้วย เจตนางดเว้นทุจริตทางกาย วาจา ท่านเรียกว่า เจตนาศีลการงดเว้นจากมโนทุจริต ๓ เรียกว่า เจตนาศีล คือ ศีลที่เกี่ยวกับใจโดยตรง แม้ไม่ทำด้วยกาย วาจา ก็ทำให้ศีลทางใจขาดได้ มโนทุจริต ๓ นั้น คือ (๑) อภิชณา โลภอยากได้ของผู้อื่น (๒) พยาบาท คิดปองร้ายผู้อื่น (๓) มิจฉาทิฎฐิ เห็นผิดจากทำนองคลองธรรม เช่น เห็นว่า ความดีไม่มี ความชั่วไม่มี ทำดีไม่ได้ดี ทำชั่วไม่ได้ชั่ว เป็นต้น คิดอย่างนี้เห็นอย่างนี้เป็นมโนทุจริต เป็นบาปจากใจ ส่วนที่ประพฤติดีออกมาทางกาย ทางวาจาก็เป็นกายทุจริต วจีทุจริต เว้นกายทุจริต และวจีทุจริตเสียได้จักเป็นเจตนาศีลวิริติ หรือ เวรมณี คือ เจตนางดเว้นนั้นมี ๓ อย่าง คือ (๑) สมาทานวิริติงดเว้นด้วยการสมาทาน คือ ตั้งใจไว้ เช่น ตั้งใจว่า จะไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ดื่มสุราเมรัย เป็นต้น แล้วเว้นได้ตามความตั้งใจอย่างที่ตั้งใจ หรือ สมาทานศีลกันอยู่ในปัจจุบัน (๒) สัมปัตตวิริติ งดเว้นได้เมื่อประจวบกับเหตุการณ์อันเป็นเหตุให้ล่วงละเมิดศีล ไม่ได้ตั้งใจไว้ก่อน เช่น เห็นกระเป๋าสตางค์ของคนอื่นลืมทิ้งไว้ในที่ๆ ไม่มีใครเห็นนอกจากตน ทั้งเป็นเวลาที่เขาตกหล่นทรัพย์ด้วย แต่พอคิดเห็นใจผู้อื่น จึงเว้นเสียไม่ถือเอาทรัพย์นั้น เรื่องอื่น ๆ ก็ทำนองเดียวกัน คือ เว้นความชั่วนั้น ๆ เสียได้แม้มีโอกาสจะทำ (๓) สมุจเฉทวิริติ การงดเว้นได้อย่างเด็ดขาด ถอนรากถอนโคนข้อนี้หมายถึง การเว้นได้อย่างเด็ดขาด ถอนรากถอนโคนข้อนี้หมายถึงการเว้นความชั่วของพระอรหันต์ ซึ่งท่านได้มาพร้อมกับการบรรลุอรหันต์ผล

ดังนั้น การระงับความโกรธในระดับเบื้องต้น คือ การปฏิบัติตามหลักเบญจศีลซึ่งเป็นหลักธรรมที่ส่งเสริม และพัฒนาชีวิตของมนุษย์เพื่อดับความโกรธ มนุษย์โดยทั่วไปก็มีความปกติ คือ มีศีลประจำตัวอยู่ทุกคนแล้ว ปกติของมนุษย์คือไม่ฆ่ากัน ไม่เบียดเบียนกัน ไม่ลักขโมยทรัพย์สินของกัน และกันไม่ล่วงละเมิดในคูครองของกัน ไม่มีกมมากในกาเมประเวณี ไม่โกหกหลอกลวงกัน ไม่ทำให้อื่นเสียหายผลประโยชน์ด้วยคำพูดของคน ไม่หลงลืมสติ ไม่ติดสิ่งเสพติดมีนเมาให้โทษทุกชนิด คือ การระงับความโกรธในระดับเบื้องต้น ถ้าหากผู้ใดเป็นคนเหยียด โหด ชอบทารุณ ชอบฆ่าคนอื่น เป็นต้น ผู้นั้นชื่อว่า ได้ทำผิดปกติของคนไป คือ ผิดไปจากคนธรรมดาปกติตนเอง ซึ่งการกระทำนั้นแม้ทางบ้านเมือง และสังคมตามปกติก็ไม่ยอมรับ และยังทำลายความมั่นคงของตนเอง และผู้อื่นให้เสื่อมไปด้วย

๔.๒.๒ อโทสะที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

หลักคำสอนต่าง ๆ ยังสะท้อนให้เห็นว่า เสรีภาพ คือ แนวความคิดที่เกี่ยวกับการกระทำโดยตรง และ เพื่อส่งเสริม ความเข้าใจเกี่ยวกับเสรีภาพของบุคคลตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทได้อย่างถูกต้อง ในที่นี้ ผู้วิจัยจะมุ่งกล่าวถึงเสรีภาพในความหมายเกี่ยวกับการกระทำดังกล่าว และที่สำคัญยังสะท้อนให้เห็นว่า พุทธปรัชญาเถรวาทเป็นศาสตร์ที่ย้ำถึงการประพฤติปฏิบัติ หรือ อย่างที่ทราบก่อนโดยทั่วไปว่า เสรีภาพนั่นเอง และ เป็นเสรีภาพเป็นสิ่งที่ไม่สามารถหยีบยั้นให้กันได้แต่เป็นสิ่งที่บุคคลจะต้องกระทำด้วยตัวเอง ด้วยเหตุนี้ การกระทำจึงเป็นจริงหนึ่งของเสรีภาพ และเป็นหลักสำคัญที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงแนวความคิดเรื่องเสรีภาพในพระพุทธศาสนาเถรวาทได้ อย่างตรงไปตรงมา อย่างไรก็ดีเพื่อความเข้าใจยิ่งขึ้น ในที่นี้ผู้วิจัยจะมุ่งกล่าวถึงเสรีภาพตามความหมายของการกระทำ ๓ ลักษณะ ได้แก่

(๑) การกระทำทางกาย คือ เสรีภาพในการทำที่ไม่ถูกบังคับ ไม่ถูกจำกัด ไม่ถูกลดฐานะ เช่น เป็นทาส ติดคุก ฯลฯ แต่สามารถกระทำได้โดยปลอดจากอุปสรรค

(๒) การกระทำทางวาจา คือ เสรีภาพในการพูดที่ไม่ติดขัด อันมีสาเหตุมาจากเงื่อนไขต่าง ๆ แต่สามารถพูดได้ สามารถดำหนิตีเดียณสิ่งที่ไม่ดี ไม่งามของบุคคลอื่นได้อย่างสร้างสรรค์

(๓) การกระทำทางใจ คือ เสรีภาพในการคิดที่ไม่ถูกครอบงำด้านความคิด ความเห็น แต่สามารถคิดเห็นได้ด้วยตนเอง เช่น สามารถพิจารณา ทบทวนก่อนทำก่อนพูด เป็นต้น

ดังนั้น อโทสะ คือ ความไม่โกรธไม่พยาบาทการไม่โกรธตอบผู้ที่โกรธ เป็นบุคคลผู้หวังให้คนอื่นมีความสุขทั่วถึงก่อน เป็นผู้ที่ประกอบด้วยความเมตตากรุณา เมื่อตนเองมีความสุขก็อยากจะแบ่งความสุขให้ผู้อื่น เห็นผู้อื่นมีความสุขก็อยากจะช่วยให้พ้นทุกข์ทั้งการกระทำทางกาย วาจา และใจ เป็นต้น

๔.๒.๓ สติที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

การมีสติระลึกรู้สภาวะธรรมเป็นฐานการระลึกรู้นั้นต้องปราศจากการคิดโดยตั้งใจ แต่เกิดจากจิตจำสภาวะได้ แล้วระลึกรู้โดยอัตโนมัติ ล้วนมีความเกิดดับ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนันตา ก็เพื่อดับความโกรธออกจากจิตของตนเพราะความโกรธมาจากโลก คือ ความพอใจ ต่อเมื่อไม่ได้ตั้งใจที่

ตนพอใจเปลี่ยนเป็นความโกรธมาแทนที่ และ ความหลงก็อยู่รวมกันด้วยเสมอทุกครั้งที่มีความพอใจ และความไม่พอใจ

ความเป็นผู้มีสติ คือ ความเป็นผู้ตื่นเสมอ แต่เป็นการตื่นทางจิตอย่างพระพุทธรูปที่วางสติ โลกสมิ ขาคโร สติเป็นธรรมเครื่องตื่นอยู่ในโลกเป็นการเน้นให้เห็นว่า สติเป็นธรรมที่ทำให้บุคคล กระปรี้กระเปร่า ไม่ใช่หลับ ไม่ใช่เฉื่อยชา แปลว่าทำให้ active อยู่เสมอในการเจริญสตินั้น มีธรรมอีก ๒ อย่างเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยเสมอไป อย่างสติปัญญาที่ท่านกล่าวถึง การเจริญสติว่า อาตมาปี สัมปะชาโน สติมา อาตมาปี คือ ผู้มีความเพียรเผาบาป เผาความชั่ว สัมปะชาโน ผู้มีสัมปชัญญะ รู้ตัว หรือ ปัญญา, และสติมา คือ ผู้มีสติ “สติมา สุขเมธติ” ผู้มีสติย่อมถึงความสุข

เพราะฉะนั้น จุดมุ่งหมายในการเจริญสติ คืออะไร ก็เพื่อละอภิชฌา และโทมนัสอภิชฌา คือความอยากได้ ความติดใจ ความเพ่งเล็ง ความละโมภ์ในอะไรก็ตาม เพื่อละโทมนัส คือ ความเสียใจ ความไม่พอใจ คือความโกรธ เมื่อไม่มีทั้งอภิชฌา ความอยากได้ ความติดใจ และไม่มีทั้ง โทมนัสคือ ความเสียใจ ความพอใจแล้ว ก็แปลว่าได้กันเอาส่วนไม่ดีทั้งสองออกไป จิตก็จะเป็น กลางเป็นอิสระ ไม่เอียงไปข้างพอใจหรือไม่พอใจ สามารถจะดำเนินไปในทางสายเอกที่เรียกว่า เอกายนมรรค ก็คือ สติปัญญาตนเอง ซึ่งท่านกล่าวว่าเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลายเป็นไปเพื่อความล่วงพ้น ความโศก และ ความรำไรราพันเป็นไปเพื่อความสิ้นสุดแห่งทุกข์โทมนัสเป็นไปเพื่อถวายธรรม ตามตัวแปลว่า ธรรมที่ควรรู้ แต่ความหมายท่านหมายถึง มรรคผล ดูในอรรถกถาหาสติปัญญาสูตร พอมาถึงคำว่า ญาณสส อธิคมาย เพื่อบรรลุญาณธรรมท่านก็จะอธิบาย เป็นมรรคผล อีกตัวหนึ่ง คือ นิพพาน นิพพานสส สจฉิกิริยาย เป็นไปเพื่อการทำให้แจ้งซึ่งนิพพาน สรุปได้ว่า เมื่อเจริญสติใน ฐานทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต และ ธรรม ก็จะสามารถทำให้ไป ได้ถึงนิพพาน จะเป็นนิพพานชั่วคราว ก็ตามเป็นนิพพานเพราะการข่มไว้บ้างก็ตาม เป็นนิพพานเด็ดขาดก็ตามก็เป็นการลดละความโกรธไป ในตัว คือ ยังมีสติมากขึ้นเท่าไร ความโกรธ ก็จะลดน้อยลงมากเท่านั้น คือความร้อนลดลงมากเท่าไร ความเย็นมันก็เกิดขึ้นมากเท่านั้น

๔.๒.๔ เมตตาที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

ความเมตตา คือ ความปรารถนาให้ผู้อื่นได้รับสุขทั้งกายและใจโดยการ พิจารณาตาม หลักการแผ่เมตตา ๑๑ ประการ จิตยอมผ่อนใจและได้สมาธิตั้งมั่นได้อย่างรวดเร็วจนเกิดปัญญาเพื่อละ ความโกรธ (โทสะ) ออกจากจิตของตน และยังเป็นที่รักของมนุษย์และเทวดา อยู่อย่างเป็นสุข พระพุทธศาสนา เป็นศาสนาแห่งเมตตา พระพุทธเจ้า มีพระคุณข้อใหญ่ประการหนึ่ง คือ พระมหา กรุณา ชาวพุทธทุกคน ได้รับการสั่งสอนให้มีเมตตากุณา ให้ช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นด้วย กาย วาจา และ มีน้ำใจปรารถนาดี แม้แต่ เมื่อไม่ได้ทำอะไรอื่น ก็ให้แผ่เมตตาแก่ เพื่อนมนุษย์ตลอดจนสัตว์ทั้ง ปวง ขอให้อยู่เป็นสุข ปราศจากเวรภัยก่อนโดยทั่วหน้าอย่างไรก็ตาม เมตตา มีคู่ปรับ สำคัญอย่างหนึ่ง คือ ความโกรธ ความโกรธเป็นศัตรูที่คอยขัดขวางไม่ให้เมตตาเกิดขึ้น คนบางคน เป็นผู้มักโกรธ พอ โกรธขึ้นมาแล้วก็ต้องทำอะไรรุนแรงออกไป ทำให้เกิดความเสียหาย ถ้าทำอะไร ไม่ได้ ก็หงุดหงิด ทุรนทุราย ทรมาณใจตัวเอง เวลานั้นเมตตาหลบหายไป ไม่รู้จะไปซ่อนตัวอยู่ที่ไหน ไม่ยอมปรากฏให้เห็น ส่วนความโกรธทั้งที่ไม่ต้องการแต่ก็ไม่ยอมหนีไป บางทีจนปัญญา ไม่รู้จะขับไล่ หรือ กาจจัดให้หมดไป ได้อย่างไรโบราณ ท่านรู้ใจ และ เห็นใจคนขี้โกรธ จึงพยายามช่วยเหลือ โดยสอนวิธีการต่าง ๆ สำหรับ

ระงับความโกรธ วิธีการเหล่านี้มีประโยชน์ไม่เฉพาะสำหรับคนมัก โกรธเท่านั้น แต่ เป็นคติแก่ทุกคน ช่วยให้เห็นโทษของความโกรธ และมันในคุณของเมตตาอย่างยิ่ง และได้รับอานิสงส์ของเมตตา ๑๑ ประการ ถ้าได้มานก็จะได้รับอานิสงส์ของเมตตาเต็มรูปทั้ง ๑๑ ประการตามที่กล่าวนี้ แต่ถ้าเจริญเมตตาโดยไม่ถึงขนาดก็จะได้รับอานิสงส์ของเมตตาลดหลั่นลงมา หรือเจือจางลงไป ไม่เข้มข้นเหมือนผู้ที่ได้เจริญเมตตาโดยได้มาน เพราะฉะนั้นผู้ที่ต้องการบรรเทา ความโกรธ หรือ ต้องการลดละความโกรธก็ควรพิจารณาถึงอานิสงส์ของเมตตาตามที่กล่าวมาแล้ว นี้หลายๆ ครั้ง ก็จะได้มีวิริยะอุตสาหะที่เจริญเมตตา เพราะระลึกถึงผลของสิ่งนี้ ระลึกถึงอานิสงส์ ของสิ่งนี้ ทำให้เป็นผู้ที่มุ่งผล เมื่อมุ่งผลก็ต้องทำเหตุให้สมควรแก่ผล

อานิสงส์ดังกล่าวซึ่งเกิดจากการเจริญเมตตา ย่อมจะทำให้ผู้ปฏิบัติเต็มเปี่ยมด้วยความเมตตาในตนเอง และกระทำแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่สังคม โดยมีได้หวังสิ่งตอบแทนจากผู้อื่น ผลที่ผู้ปฏิบัติได้รับเป็นเพียงคุณค่าทางด้านจิตใจ นั่นคือความสุขเมื่อเห็นว่าตนเองได้สร้างประโยชน์แก่สังคม ช่วยเหลือผู้อื่นให้มีความสุข ความช่วยเหลือเกื้อกูลที่กล่าวนั้นปรากฏออกมาในรูปต่างๆ เช่น การก่อตั้งมูลนิธิ หรือสถาบันช่วยเหลือสังคมทางด้านการศึกษาและการกุศลอื่นๆ ซึ่งสิ่งที่เป็นผลิตผลจากความเมตตาต่างๆ เหล่านี้เองก็จะมีส่วนในการพัฒนาสังคมต่อไปบุคคลใดที่ได้บำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ คือ เป็นผู้ให้แต่ฝ่ายเดียว โดยใช้หลักเมตตาธรรม ประชาชนทั่วไปย่อมยกย่องให้เป็นผู้มีภูมิธรรม และมโนธรรมสูง มีจิตใจเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่นและสังคม เป็นบุคคลที่ควรเคารพสรรเสริญ เมื่อปรากฏตัวในที่ใด ผู้คนก็ให้ความสนใจ อยากคบหาเจรจาเพื่อจะแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็นด้วย ทำให้บุคคลนั้นมีความกว้างขวางออกไปในสังคมมากขึ้นอีกหากบุคคลที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความเมตตาใช้ความเมตตาในการปกครองคนส่วนมากแล้วย่อมจะเกิดผลดีในด้านความสัมพันธ์ระหว่างเจ้านายกับลูกน้อง เมื่อเจ้านายแสดงความเมตตาต่อลูกน้อง ลูกน้องก็จะรู้สึกว่าได้รับความเป็นธรรม และจะปฏิบัติหน้าที่อย่างเรียบร้อยเคร่งครัด และเต็มความสามารถ ด้วยความเมตตานี้เองจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองสังคม และเศรษฐกิจในทางที่ดีขึ้น

๔.๒.๕ ขรवासธรรมที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

ขรवासธรรม คือผู้ดำเนินชีวิตในทางโลก ผู้ครองเรือน และ ธรรม แปลว่า ความถูกต้อง, ความดีงาม, นิสัยที่ดีงาม, คุณสมบัติ, ข้อปฏิบัติ ขรवासธรรม แปลว่า คุณสมบัติของผู้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตทางโลก ประกอบด้วยหลักธรรม ๔ ประการ ที่มีต่อการสร้างตัวนี้ พระพุทธองค์ ถึงกับทำให้ไปถามผู้รู้ท่านอื่น ๆ ว่ามีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างเกียรติยศให้คนเราได้เท่ากับการมีสัจจะ หรือไม่มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างปัญญาให้คนเราได้เท่ากับการมี ทมะ หรือไม่มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างทรัพย์สมบัติให้คนเราได้เท่ากับการมีขันติ

๔.๒.๖ หิริโอตตปปะที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

หลักในการระงับความโกรธ หรือ ความผูกโกรธอะไร ต่าง ๆ คือ ให้มีหิริโอตตปปะ มีความรู้สึกอายที่จะให้ความโกรธจะขยายออกไป เหมือนไฟถ้า ระเบิดเสียตั้งแต่เป็นกองไฟน้อย ๆ มันก็ดับได้ง่าย แต่ถ้าปล่อยให้ป็นกองใหญ่แล้ว ท่านบอกว่ากษัตริย์ทะเลาะกันก็ชื่อว่ากษัตริย์ทะเลาะกัน พราหมณ์ทะเลาะกันก็ชื่อว่าพราหมณ์ทะเลาะกัน ชาวบ้านทะเลาะกันก็ชื่อว่าชาวบ้านทะเลาะกัน แต่ถ้าสมณะทะเลาะกันก็จะทะเลาะกันหมดทุก จำพวกและในความหมายว่า เป็นผู้ต้องการความสงบ

ชาวบ้านก็เป็นสมณะได้ในความหมายว่าผู้สงบ ผู้อยู่ด้วยความสงบ ชาวบ้านก็เป็นสมณะได้ในความหมายว่าผู้สงบ ผู้อยู่ด้วยความสงบ เป็น ขรวาสมณีนีถือธรรมอันนี้เอาไว้ ก็ไม่ทะเลาะวิวาทกับใคร ไม่หมายมั่นกับใคร ไม่ปล่อยให้เป็น เหยื่อหรือตกอยู่ในอำนาจของความโกรธ หรือ จะเป็นผู้พยายามระลึกเสมอ มีหิริโอตตปปะ มี ความละเอียดที่จะแสดงความโกรธให้มากมายน มีความรู้สึกเกรงกลัวต่อผลของความโกรธ ก็มี ความสุขอยู่ได้ คือ ว่าจิตใจก็จะสงบระงับ เพราะการทะเลาะวิวาทกันมันทำให้จิตใจว้าวุ่น ฟุ้งซ่าน ขาดสมาธิ ความสงบไม่มี ชีวิตปกติมันก็ไม่มีความสุข

๔.๒.๗ สติปัญญาฐาน ๔ ที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

วิธีดับความโกรธตามทรรศนะของพระพุทธศาสนาโดยใช้กลอุบายหลายวิธีที่ จะกำจัดความโกรธ แต่โดยส่วนใหญ่ต้องอาศัยสมาธิ คือ การทำจิตให้ตั้งมั่นในระดับฌานต่าง ๆ มีปฐมฌาน เป็นต้น แล้วดำเนินไปถึงขั้นวิปัสสนา คือ พิจารณาธรรมด้วยปัญญาเห็นความจริงของ สังขารคือ ชั้นธ ๕ เป็นต้น มิใช่สัตว์บุคคลตัวตนอะไรทั้งสิ้นเห็นชัดด้วยปัญญาจึงละ โสภะ โทสะ โมหะ จนไปถึง (สมุจเฉทพหวน) เป็นการละกิเลสที่เด็ดขาด ความโกรธความอาฆาต มาตราภัยกันก็ดับสนิทตามไปด้วย

๔.๓ สรุปท้ายบท

หลักธรรมที่ใช้แก้ความพยายาบาทที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วง ตามหลักของศาสนาไม่ว่าจะอยู่ในระดับเบื้องต้น คือ การปฏิบัติตามหลักเบญจศีลในเบื้องต้นซึ่งเป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาชีวิตของมนุษย์เพื่อดับความพยายาบาทเพราะพยายาบาทมีความโกรธเป็นจุดเริ่มต้นดังนั้นต้องใช้ความพยายาหมไม่ให้ความโกรธเกิดขึ้น ถ้าปฏิบัติได้อย่างนี้จิตผู้นั้นย่อมผ่องใสและมีสมาธิที่ตั้งมั่นได้อย่างรวดเร็วจนทำให้เกิดปัญญาเพื่อละความโกรธ (โทสะ) ออกจากจิตของตน และรู้จักเสียสละปล่อยวางความโกรธทิ้งไป โดยมีสติสัมปชัญญะควบคุมอยู่เสมอเพื่อรู้เท่าทันความโกรธที่จะเข้ามาจิตใจ หรือใช้หลักการเจริญเมตตาเพื่อปรารถนาให้ผู้อื่นโดยเฉพาะ ได้รับสุขทั้งกาย และใจโดยการแผ่เมตตาให้กับสรรพสัตว์ทั้งหลายที่เกิดมาในโลกให้มีความสุข โดยตั้งสัจจะให้แน่วแน่ก็จะทุเลาความโกรธให้จางให้ไปได้เช่นเดียวกันหรือให้มี ทัมะ คือการข่มจิต ไม่ให้ความโกรธเกิดขึ้นหรือมี ขันติ ในการอดทนต่อการสละความโกรธออกจากจิตของตน และมี หิริโอตตปปะ คือ ความรู้สึกละเอียดที่จะให้ความโกรธเกิดขึ้นเพื่อไม่ให้สร้างความเดือดร้อนให้กับตนเองและผู้อื่นและสุดท้ายการที่จะหลุดพ้นจากความพยายาบาทอาฆาตแค้นคือการให้อโหสิกรรม

บทที่ ๕

ผลการวิจัยสรุปและข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาพยาบาลในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทที่ปรากฏในนวนิยายเรื่องบ่วงผู้วิจัยตั้งวัตถุประสงค์ของการวิจัยไว้ ๓ ประการคือ

๑. ศึกษาความพยาบาลที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
๒. เพื่อศึกษาเนื้อหาสาระในนวนิยายเรื่อง บ่วง
๓. เพื่อศึกษาการนำหลักธรรมที่ปรากฏในนวนิยายเรื่อง “บ่วง” มาใช้ในการดำเนินชีวิต

ในสังคมปัจจุบันสำหรับการดำเนินการวิจัยจะทำการศึกษาใน ๒ ระดับคือศึกษาจากเอกสารประกอบด้วยพระไตรปิฎกอรุทธกถางานเขียนทางพระพุทธศาสนาและงานเขียนอื่นประกอบทำให้ได้บทสรุปและข้อเสนอแนะดังนี้

นวนิยายเรื่องบ่วง เป็นนวนิยายรักข้ามภพชาติ ที่ติดตามกันไปทุกชาติด้วยความรัก ความพยาบาล ความอาฆาตแค้น แกรงแค้น แกรงริษยา หรือแกรงรัก ถึงร่างกายจะสลายไป มันก็ยังเป็นพลังอยู่เป็นบ่วงคล้องไว้ ความรัก ที่มีมาอยู่ในภพ กิเลสตัณหา เป็นสิ่งที่ปรากฏให้เห็นมาทุกยุคสมัย ความรักในภพกิเลสเป็นความรักที่หอมหวานและเชื่อเชิญให้ชายหญิงผู้ยังเวียน วายอยู่ในวังวนของ ตัณหาได้เข้ามาลิ้มลอง ครอบครองของ สามน และรัมภา ครอบครองที่อบอุ่น พวกเขามีลูกแฝดตัวน้อย ๆ ที่น่ารัก รัตตี และ ไหล่า ชีวิตครอบครัวของพวกเขากำลังไปได้ดี แต่ทันทีที่สามนและครอบครัวต้องย้ายเข้ามาอยู่ในบ้านคุณทวดซึ่งเป็นมรดกชิ้น สุดท้ายที่คุณทวดทิ้งไว้ให้เขา

เรื่องราวต่างๆ จึงเริ่มขึ้น แพง วิญญาณที่ยังไม่ไปผุดไปเกิดเพราะยังติดอยู่กับ บ่วง ของ กิเลสตัณหาอันมิสามารถสลัดทิ้งไปได้ เธอยังคงเฝ้าคอย คุณพระคังกรประกาศ คนที่เธอรักด้วยความใคร่ และ คุณชื่นกลิ่น ภรรยาของคุณพระฯ ด้วยความอาฆาต เมื่อคุณพระฯ และคุณชื่นกลิ่นกลับชาติ มาเกิดขึ้นพร้อม ๆ กัน แต่ใครเล่าจะเป็นผู้หลุดออกจากบ่วงนี้ บ่วงที่รัดรั้งพวกเขาไว้ด้วยความเสนหา และความอาฆาตแค้น

ความหมายความพยาบาลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกมี ๓ ปิฎก คือ (๑) ความพยาบาลในพระวินัยปิฎกปรากฏ (๒) ความพยาบาลที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก และ (๓) ความพยาบาลที่ปรากฏในพระอภิธรรมปิฎก

ลักษณะของความพยายาม คือความพยายามที่ร้ายแรงกว่าอัศจรรย์ ความเสียหายแก่ชีวิต และทรัพย์สินอันเนื่องมาจากไฟภายใน คือ โทสะนั้น มีมากกว่าไฟภายนอกอย่างเทียบกันไม่ได้ ลองนึกดูว่าในโลกที่มีประชากรหลายพันล้านคนนี้ วันหนึ่ง ๆ มีเพลิงโทสะเกิดขึ้นกี่ครั้งเมื่อเพลิงโทสะเกิดขึ้น แทนที่จะทำให้สว่าง กลับทำจิตใจให้มีมืดมิดยิ่งขึ้น คนโกรธย่อมไม่รู้จักประโยชน์ของตนและของผู้อื่นชัดเจนตามความเป็นจริง คนโกรธย่อมก่อกรรมที่ทำได้ยากเหมือนทำได้ง่าย คนโกรธฆ่าบิดา มารดาได้ ฆ่าพระอรหันต์ก็ได้ ฆ่าตนเองก็ได้ ฆ่าใครต่อใครก็ได้ เรื่องที่ร้ายแรง หรือ ทารุณโหดร้าย ขนาดไหน คนโกรธทำได้ทั้งนั้น

วิธีดับความพยายามตามทฤษฎีของพระพุทธศาสนาโดยใช้กลอุบายหลายวิธีที่จะกำจัดความพยายาม แต่โดยส่วนใหญ่ต้องอาศัยสมาธิ คือ การทำจิตให้ตั้งมั่นในระดับฌานต่าง ๆ มีปฐมฌาน เป็นต้น แล้วดำเนินไปถึงขั้นวิปัสสนา คือ พิจารณาธรรมด้วยปัญญาเห็นความจริงของสังขารคือ ชั้น ๕ เป็นต้น มิใช่สัตว์บุคคลตัวตนอะไรทั้งสิ้นเห็นชัดด้วยปัญญาจึงละ โลภะ โทสะ โมหะ จนไปถึง (สมุจเฉทปหาน) เป็นการละกิเลสที่เด็ดขาด ความพยายามความเอาตามาตร้ายกันก็ดับสนิทตามไปด้วย

ด้วยเหตุดังกล่าว ในการศึกษาวิจัยเรื่อง พยายามที่ปรากฏในนวนิยายเรื่อง บ่วง ผู้วิจัยจึงได้ใช้แนวทางของกระบวนการสื่อสาร ๒ ส่วน คือ การวิเคราะห์ตัวบท และการวิเคราะห์ผู้รับสาร โดยสนใจมุมมองที่ว่า ระหว่างโลกแห่งจินตนาการ (นวนิยาย) กับโลกความเป็นจริง

(ผู้รับสาร) เพื่อทดสอบว่าเมื่อทั้งสองโลกโคจรมาเจอกัน ใครจะมีอำนาจมากกว่ากันในเรื่องของการกำหนดความหมาย และทั้งหมดที่กล่าวมานี้ ผู้วิจัยเห็นว่า นอกจากที่นวนิยายจะประกอบสร้างภาพของผู้หญิงที่เป็นไปตามกรอบทางสังคมที่ตั้งไว้และภาพของตัวละครหญิงที่มีลักษณะเบี่ยงเบนแล้ว ยังพบว่าการศึกษาวิจัยในเรื่องเกี่ยวกับผู้หญิงในนวนิยาย ยังขาดการศึกษาที่เกี่ยวข้องในเรื่องภาพของตัวละครหญิงที่มีลักษณะเบี่ยงเบน ที่มุ่งวิเคราะห์ถึง ความพยายามที่ปรากฏในนวนิยายเรื่อง บ่วง ทั้งมารากษของตัวละครดังกล่าวมีความสำคัญ และมีบทบาทในการดำเนินเรื่อง ดังนั้น สัญลักษณ์ความพยายามในนวนิยายเรื่อง บ่วง จึงเปรียบเสมือนภาพตัวแทนของผู้หญิงในโลกความเป็นจริงที่ต้องการต่อรองกับอุดมการณ์ชายเป็นใหญ่ ผู้หญิงด้วยตนเอง หรือแม้แต่การกระทำอื่น ๆ ที่เกิดจากบริบททางสังคม รวมทั้งการหาทางเลือกให้กับตนเองในการต่อรอง ต่อต้านอุดมการณ์ดังกล่าวเหล่านั้นด้วย และยังรวมถึงการให้ค่าความหมายของความเป็นหญิง ที่สังคม สภาพแวดล้อมเป็นผู้กำหนด ด้วยเหตุดังกล่าว มิติของความพยายามของสตรีจึงมีลักษณะแตกต่างกันไป นอกจากนี้แล้วยังมุ่งหาถึงสาเหตุด้วยว่าแตกต่างกันอย่างไร ตลอดจนเพื่อตอบคำถามว่าเพื่ออะไรด้วย ดังนั้น จึงเน้นประเด็นที่ผู้วิจัยให้ความสนใจที่จะศึกษา โดยมีกรอบของแนวคิดเรื่องการสื่อสารกับประกอบสร้างความเป็นจริงทางสังคม แนวคิดเรื่องมนุษย์ในฐานะปัจเจกผู้กระทำการ แนวคิดเรื่องความเบี่ยงเบน และแนวคิดเรื่องการวิเคราะห์ผู้รับสารเชิงวัฒนธรรม มาเป็นกรอบสนับสนุนสำหรับการศึกษาวิจัยเรื่อง “พยายามที่ปรากฏในนวนิยายเรื่อง บ่วง

หลักการที่ใช้แก้ความพยายาม ตามหลักของศาสนาไม่ว่าจะอยู่ในระดับเบื้องต้น คือ การปฏิบัติตามหลักเบญจศีลในเบื้องต้นซึ่งเป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาชีวิต

ของมนุษย์เพื่อดับความโกรธพยายามไม่ให้ความโกรธเกิดขึ้น ถ้าปฏิบัติได้อย่างนี้จิตผู้นั้น ยอมผ่อนใสและมีสมาธิที่ตั้งมั่นได้อย่างรวดเร็วจนทำให้เกิดปัญญาเพื่อละความโกรธ (โทสะ) ออกจากจิตของตน และรู้จักเสียสละ ปล่อยวางความโกรธทิ้งไป โดยมีสติสัมปชัญญะควบคุมอยู่เสมอทุกเมื่อ เพื่อรู้เท่าทันความโกรธที่จะเข้ามาจิตใจ หรือใช้หลักการเจริญเมตตาเพื่อปรารถนาให้ผู้อื่นโดยเฉพาะ ได้รับสุข ทั้งกาย และใจโดยการแผ่เมตตาให้กับสรรพสัตว์ทั้งหลายที่เกิดขึ้นในโลกให้มีความสุข โดยตั้งสัจจะให้แน่วแน่ก็จะทุเลาความโกรธให้จางให้ไปได้เช่นเดียวกันหรือให้มี ทมะ คือการข่มจิต ไม่ให้ความโกรธเกิดขึ้นหรือมี ฌันติ ในการอดทนต่อการสละความโกรธออกจากจิตของตน และมี หิริโอตตปปะ คือ ความรู้สึกอายที่จะให้ความโกรธเกิดขึ้นเพื่อไม่ให้สร้างความเดือดร้อนให้กับตนเองและผู้อื่น

หลักธรรมที่ใช้แก้ความพยาบาท ตามหลักของศาสนาไม่ว่าจะอยู่ในระดับเบื้องต้น คือ การปฏิบัติตามหลักเบญจศีลในเบื้องต้นซึ่งเป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาชีวิตของมนุษย์เพื่อดับความโกรธพยายามไม่ให้ความโกรธเกิดขึ้น ถ้าปฏิบัติได้อย่างนี้จิตผู้นั้นยอมผ่อนใสและมีสมาธิที่ตั้งมั่นได้อย่างรวดเร็วจนทำให้เกิดปัญญาเพื่อละความโกรธ (โทสะ) ออกจากจิตของตน และรู้จักเสียสละ ปล่อยวางความโกรธทิ้งไป โดยมีสติสัมปชัญญะควบคุมอยู่เสมอทุกเมื่อเพื่อรู้เท่าทันความโกรธที่จะเข้ามาจิตใจ หรือใช้หลักการเจริญเมตตาเพื่อปรารถนาให้ผู้อื่นโดยเฉพาะ ได้รับสุขทั้งกายและใจโดยการแผ่เมตตาให้กับสรรพสัตว์ทั้งหลายที่เกิดขึ้นในโลกให้มีความสุข โดยตั้งสัจจะให้แน่วแน่ก็จะทุเลาความโกรธให้จางให้ไปได้เช่นเดียวกันหรือให้มี ทมะ คือการข่มจิต ไม่ให้ความโกรธเกิดขึ้นหรือมี ฌันติ ในการอดทนต่อการสละความโกรธออกจากจิตของตน และมี หิริโอตตปปะ คือ ความรู้สึกอายที่จะให้ความโกรธเกิดขึ้นเพื่อไม่ให้สร้างความเดือดร้อนให้กับตนเองและผู้อื่น

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ๒ ลักษณะต่อไปนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

นวนิยายอิงหลักธรรมเรื่อง บ่วง เป็นนวนิยาย เรื่องหนึ่งที่เผยแพร่พระพุทธศาสนาในรูปแบบนิยายแนวใหม่ให้ความเพลิดเพลิน และมีความรู้ทางพุทธธรรม ที่มีคุณค่าเป็นอย่างยิ่งในการนำมาประพาดปฏิบัติตนเพื่อชีวิตที่ดีงาม ทำให้ผู้อ่านได้เปลี่ยนแปลง พฤติกรรมไปในทางที่สร้างสรรค์ ได้รับความรู้ทางหลักการเขียนนวนิยายอิงพุทธศาสนา ตลอดจนอรรถรสทาง นวนิยาย ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษานวนิยายอิงหลักธรรมเรื่อง บ่วง ในฐานะนวนิยายอิงหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ทรงคุณค่ามากเรื่องหนึ่ง

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ในการทำงานครั้งต่อไปผู้วิจัยมีข้อเสนอดังนี้

๑. ศึกษาสารวัฏที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน
๒. ศึกษาการใช้ชีวิตประจำวันตามทางวิถีพุทธสำหรับเพื่อลดความแค้นและความพยาบาทในสังคมปัจจุบัน

๓. ศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อให้เกิดเมตตาธรรมในสังคมไทย

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปี ๒๕๐๐**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. **พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

_____. **อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. โรงพิมพ์วิบูลย์. ๒๕๓๒-๒๕๓๘.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ:

จุลลดา ภักดีภูมินทร์. **นวนิยายเรื่อง “บ่วง”**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ฟอร์มิค : พิมพ์ครั้งที่ ๓, ๒๕๒๒.

นิรินทร์ เกตราไชยอนันต์. **ภาพตัวแทนผู้หญิงในละครโทรทัศน์**. คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๐.

กาญจนา แก้วเทพ. **มองสื่อใหม่ มองสังคมใหม่**. กรุงเทพมหานคร: เอดิสัน เพรสโปรดักส์, ๒๕๔๓.

จารุภา พานิชภักดิ์. **การสร้างภาพตัวแทนผู้หญิงของกลุ่มผู้ผลิตละครโทรทัศน์: การต่อสู้เรื่องความหมาย**. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, :ม.ป.ท, ๒๕๔๙.

จุลลดา ภักดีภูมินทร์. **บ่วง**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ฟอร์มิค, ๒๕๕๒.

ฝ่ายเผยแผ่พระพุทธศาสนา กรมการศาสนา กองศาสนศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. **คู่มือการศึกษาธรรมศึกษาขั้นตรี**, พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๑.

พระเทพโสภณ ประยูร ธรรมจิตโต. **วิถีแห่งชาวพุทธ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ. ปยุตโต. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระธรรมโกศาจารย์ ปญฺญานนฺทภิกขุ. **ปทัฏฐคณาธรรมหลวงพ่อบ้าน**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐.

พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ. ปยุตโต. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระไพศาล วิสาโล. **พุทธศาสนา: การเสริมสร้างพลังทางศีลธรรมในสังคมไทย**. [ออนไลน์]

<https://www.visalo.org/article/budKarnsermsang.html> [๑๒ ธ.ค. ๒๕๖๐]

พระราชมุนี ป.อ. ปยุตโต. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อมรินทร์การพิมพ์, ๒๕๒๗.

พลตรีหลวงวิจิตร วาทการ. **ศาสนาสาทุก**, พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: ส.ธรรมภักดี.

พุทธทาสภิกขุ.การกลับมาแห่งศีลธรรม.กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๒๑.

วศิน อินทสระ.จริยธรรม หนังสือเรียนสมบูรณ์แบบ รายวิชา ส ๐๓๗.กระทรวงวัฒนธรรม: สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช, ๒๕๓๘.

วศิน อินทสระ.วิธีลดละความโกรธ.กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๕๓.

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก คัดจากเทพธรรมอบรมจิต ข้อความสมบูรณ์ อณิศร โปธิทองคำ บรรณาธิการ.ออนไลน์. <http://www.dharma-gateway.com/monk/preach/somdej/sd-๓๐๔.htm>

สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราชสกลสังฆมหาปริณายก.สนิมอยู่ในใจ.กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์พระธรรมบทจตุรภาค.ฉบับราชบัณฑิตยสถาน.กรุงเทพมหานคร: เลียงเชียง, ๒๕๒๕.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส.เบญจศีลเบญจธรรม เล่ม ๑,พิมพ์ครั้งที่ ๒๙. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส.พระธรรมจตุรภาค.ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, ๒๕๒๕.

สุภัทรา ศิริจิตจันทร์.ธรรมชาติของสื่อที่มีผลต่อการนำเสนอเรื่องย่อละครโทรทัศน์ของหนังสือเล่มละ ๒๕บาท.กรุงเทพมหานคร: คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕.

หลวงพ่อบุญนันทภิกขุ.ปทัฏฐกถาธรรมหลวงพ่อบ้าน.กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐.

อรทัย ชื่นมนุษย์.“จิตวิทยาอคติ”.กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๑๖.

(๒) วิทยานิพนธ์:

ณิชากร รัตนนิชาญ.“การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิธีการแก้ปัญหาความเครียดด้วยกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาของนักเรียนโรงเรียนเทศบาลบ้านสามเหลี่ยม อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น”.วิทยานิพนธ์พุทธ ศาสตรมหาบัณฑิต,บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

ทพญ. กษิรา เทียนส่องใจ.“การศึกษาวิเคราะห์ภัยทันทเพื่อจัดการความขัดแย้งในสังคมไทยปัจจุบัน”.วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

บงกช เสวตามร์.“การสร้างความเป็นจริงทางสังคมของภาพยนตร์ไทย กรณีตัวละครหญิงที่มีลักษณะเปี่ยมเบน”.วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต.กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ๒๕๓๓.

- พระมหานุกูล มหาวิโร พรหมจันทร์. “วิธีคิดเพื่อบรรเทาอกุศลจิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท”.
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรบัณฑิต.บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
 วิทยาลัย.๒๕๕๔.หน้า ๑๘.
- พระมหาไกรวรรณ ชินทตฺติโย ปุณฺณจันทร์. “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของพระเทวทัตที่ปรากฏใน
 คัมภีร์พระพุทธศาสนา”.**วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**,บัณฑิตวิทยาลัย:
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.๒๕๕๖.
- พระมหาปรีชา ปริณจारी หลักโคตร. “ความรักในพุทธปรัชญา”.**วิทยานิพนธ์ศาสนาสาสตร
 มหาบัณฑิต**.บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.
- พระมหาสมชัย สิริวฑฺฒโน ศรีนोक. “หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ปรากฏอยู่ในบทเพลงลูกทุ่ง
 ไทย”.**วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**,บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลง
 กรณราชวิทยาลัย.
- พระอุทัย จิรธมฺโม เอกสะพัง. “ทัศนะเรื่องกรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท และปัญหาเรื่องกรรมใน
 สังคมชาวพุทธไทยปัจจุบัน”.**วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**.บัณฑิตวิทยาลัย:
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.
- อภิรัตน์ รัตนานนท์.กระบวนการสร้างความเป็นจริงทางสังคมของตัวละครนางร้ายในละครโทรทัศน์.
วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต.กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,
 ๒๕๕๗.

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ-ฉายา/นามสกุล : พระปลัดประสิทธิ์ เขมรโต (คงค้ำ)
- วัน/เดือน/ปี เกิด : วันที่ ๓๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๑๔
- ภูมิลำเนา : บ้าน ๑๗/๑ หมู่ ๙ ต.บางพูด อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี
- พ.ศ. ๒๕๕๖ : ประกาศนียบัตรการบริหารกิจการคณะสงฆ์ (ป.บส.) รุ่นที่ ๙
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
- พ.ศ. ๒๕๕๙ : ปริญญาตรี พธ.บ. (พระพุทธศาสนา)
หลักสูตรพุทธศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
- พ.ศ. ๒๕๖๑ : ปริญญาโท พธ.ม. (พระพุทธศาสนา)
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
- การศึกษาทางธรรม**
- พ.ศ. ๒๕๕๔ : นักรธรรมชั้นเอก
สำนักเรียนคณะจังหวัดนนทบุรี
- ประสบการณ์การทำงาน**
- พ.ศ. ๒๕๕๑-๕๓ : ครูสอนพระปริยัติธรรม วัดเกาะพญาเจ่ง จังหวัดนนทบุรี (แผนกธรรม)
- พ.ศ. ๒๕๕๔ : ครูสอนพระปริยัติธรรม วัดเกาะพญาเจ่ง จังหวัดนนทบุรี (แผนกธรรม)
- :
- บรรพชา/อุปสมบท : : ๔ กรกฎาคม ๒๕๓๖
- สังกัดวัด : วัดเกาะพญาเจ่ง ต.บางพูด อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี
- ตำแหน่งหน้าที่ : เจ้าอาวาสวัดเกาะพญาเจ่ง ต.บางพูด อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี
- ปีที่เข้าศึกษา : พ.ศ. ๒๕๕๙
- ปีที่สำเร็จการศึกษา : พ.ศ. ๒๕๖๑
- ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดเกาะพญาเจ่ง ต.บางพูด อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี
- โทรศัพท์ : ๐๘-๖๕๖๖-๙๑๒๔
- E-mail : Pbs90019@gmail.com