

ศีลเจพรต



คำแถลงการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๒

ศีลเจพรต เป็นศีลแห่งความเมตตาของ **พระมหาโพธิสัตว์** หรือมีพระนามที่รู้จักกันทั่วไปว่า **“พระแม่กวนอิม”** ที่เมตตาต่อสัตว์โลกทั้งหลาย โดยพระองค์ได้ทรงพิจารณาถึง **ความทุกข์ยาก** ที่เกิดขึ้นกับเหล่า **สรรพสัตว์** ที่อ่อนแอ หรือมีปัญหาคล้ายกับมนุษย์ผู้เป็น **สัตว์อันประเสริฐ** ด้วยประการทั้งปวง พระองค์จึงได้ทรงบัญญัติ **ศีลเจพรต** ขึ้น เพื่อให้มีการละจาก **การเบียดเบียน** ซึ่งกันและกัน โดยประทานข้อบัญญัตินี้ให้กับผู้ที่มีจิตศรัทธา เพื่อนำไปปฏิบัติให้เกิดผลของความเมตตาต่อ **ตนเอง** และต่อ **ผู้อื่น** โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อเหล่า **สรรพสัตว์** ทั้งหมด

ทุกสิ่งทุกอย่างย่อมเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา และ นับตั้งแต่ได้มีข้อบัญญัติของศีลเจพรตอุบัติขึ้นในโลก การสืบทอดศีลเจพรตก็ได้มีการปฏิบัติที่คลาดเคลื่อนไปจากข้อบัญญัติเดิมเช่นเดียวกัน ดังนั้น หนังสือเล่มนี้จึงได้นำเอา **ข้อบัญญัติที่ถูกต้อง** มาเผยแพร่ ทั้งนี้ก็เพื่อเป็นการชี้แนะ และให้เป็นข้อพิจารณาเปรียบเทียบกับการปฏิบัติที่แพร่หลายอยู่ในปัจจุบัน เพื่อให้ผู้ที่มีจิตศรัทธาและผู้สนใจได้มีโอกาสศึกษาเป็นแนวทางการปฏิบัติที่ถูกต้อง และเกิดผลได้อย่างสมบูรณ์

ปัจจัยที่สำคัญคือการปฏิบัติตนตามแนวของ **พระมหาโพธิสัตว์** มีคุณประโยชน์ในด้านการเสริมสร้าง **สติปัญญา** ให้เกิดผลเพิ่มพูนขึ้น ต่อผู้ที่ได้ปฏิบัติตามหลักพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในกรณีที่มีการ **รักษาศีลเจพรต** หรือการปฏิบัติ **ทำสมาธิ** ตามหลักของพระมหาโพธิสัตว์ เป็นส่วนประกอบอีกทางหนึ่งด้วย

คณะผู้จัดทำจึงได้มีการรวบรวม **ข้อบัญญัติของศีลเจพรต** ขึ้น โดยมีจุดมุ่งหมายดังนี้คือ-

- ๑) เพื่อทำความเข้าใจในเรื่องของ **การไม่เบียดเบียน**
- ๒) เพื่อทำความเข้าใจใน **หลักการปฏิบัติของศีลเจพรต** ที่แท้จริง
- ๓) เพื่อทำความเข้าใจใน **การปฏิบัติด้านสมาธิตามแนวของพระมหาโพธิสัตว์**
- ๔) เพื่อให้เข้าใจถึง **การพักกรรมตามหลักของมหายาน** และสามารถนำไปปฏิบัติให้เกิดผลได้อย่างจริงจัง

ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ที่มีความศรัทธาในพระมหาโพธิสัตว์ และผู้ที่มีความสนใจในศีลเจพรตได้ศึกษาข้อเท็จจริงและพิจารณาปฏิบัติตามข้อบัญญัติศีลเจพรต คือ

- **ละจากการเบียดเบียน** เพื่อการเสริมสร้างเมตตาธรรม
- และให้บังเกิดผลในด้าน **สันติสุข** ต่อจิตวิญญาณของตนเอง และผู้อื่น ตลอดจนเหล่าสรรพสัตว์ทั้งหลายสืบต่อไป
- เพื่อการอยู่ร่วมกันในโลกนี้โดย **ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน** ตามแนวทางของพระมหาโพธิสัตว์ผู้มีพระเมตตาอันสูงส่ง ด้วยการอธิษฐานจิตอยู่คู่โลกเพื่อช่วยเหลือค้ำจุนสัตว์โลกทั้งปวง

อนึ่ง หนังสือ **“ศีลเจพรต”** นี้ได้จัดพิมพ์เป็นครั้งที่ ๒ โดยที่คณะผู้จัดทำได้พิจารณาปรับปรุงและแก้ไขบทความบางส่วน เพื่อให้เข้าใจง่ายและเป็นประโยชน์มากขึ้น โดยได้เพิ่มเติมบทความที่เป็นเนื้อหาสาระสำคัญที่ผู้อ่านส่วนมากอาจยังไม่เคยได้รับทราบข้อมูลที่ต้องการจากท่านผู้รู้จริงมาก่อน และโดยเฉพาะอย่างยิ่งในบท **“กำหนดกาลทำ**

ดิน” และ “การพักรรรมแบบมหาน” ซึ่งผู้ที่มีความศรัทธาในศีลเจพรตสามารถนำไปศึกษา และปฏิบัติให้เกิดผลได้อย่างจริงจัง โดยการอธิษฐานขอพระพรพระบารมีจากเสด็จพ่อฟ้าเสด็จแม่ดินและพระมหาโพธิสัตว์

สารบัญ	หน้า
คำนำ	
บทที่ ๑ กำเนิดของศีลการไม่เบียดเบียน	๕
บทที่ ๒ หลักของการไม่เบียดเบียน	๑๒
บทที่ ๓ องค์ประกอบและอันสงฆ์ของศีลเจพรต	๑๕
บทที่ ๔ การเบียดเบียนสัตว์ใหญ่และสัตว์เล็กเป็นอาหาร	๑๕
บทที่ ๕ การบริโภคนม-เนย-ไข่ในศีลเจพรต	๒๒
บทที่ ๖ ความบิดเบือนของศีลเจพรต	๒๔
บทที่ ๗ การถือพรหมจรรย์ในศีลเจพรตและการถือศีล ๘	๒๗
บทที่ ๘ หลักการทำสมาธิและอันสงฆ์การทำสมาธิของ พระมหาโพธิสัตว์	๓๐
บทที่ ๙ กำเนิดศาลฟ้าดิน	๓๔
บทที่ ๑๐ การพักรกรรมแบบมหายาน	๓๘
บทที่ ๑๑ การอุทิศอันสงฆ์บุญกุศล	๔๗
บทที่ ๑๒ สรุป	๔๕

คำนำ

ในปีหนึ่งๆ ที่ผ่านไปนั้นเหล่าสรรพสัตว์ทั้งหลายต้องตกเป็นอาหารของมนุษย์เราอย่างนับไม่ถ้วน นั่นคือ **การเบียดเบียนเข่นฆ่าผู้ที่อ่อนแอกว่า** โดยถือคตินิยมว่าเนื้อสัตว์เป็นอาหารที่มีรสชาติอันโอชะของปวงมนุษย์ ดังนั้นจึงเปรียบเสมือนกับว่า **มนุษย์เราทุกๆ ผู้เป็นผู้ที่มีป่าช้าอยู่ในตัวเอง** ทุกผู้ เพราะมีซากสัตว์ตกลงสู่กระเพาะของเราอย่างมากมาย ซึ่งนับว่าเป็นป่าช้าที่กว้างใหญ่ไพศาล **ยิ่งกว่ามหาสมุทรที่มโหฬารก็มิรู้จักเต็ม และไม่มีขอบเขตจำกัด** ทั้งๆ ที่การเบียดเบียนสัตว์นี้เป็นเรื่องของการ **ก่อหนี้กรรม** ทั้งสิ้น เพราะหากยิ่งกินเนื้อสัตว์มากเท่าใดก็ยิ่งเพิ่มการประกอบกรรมมากขึ้น และจะเป็นเหตุให้เหล่าดวงวิญญาณของสรรพสัตว์ทั้งหลายมีความ **อาฆาตเคັน** สะสมมากขึ้นเท่านั้น

มนุษย์เราทุกคนจึงควรที่จะทำความ **เข้าใจ** ให้ **ถ่องแท้** ถึงเรื่อง **การเบียดเบียน** และเรื่อง **จิตวิญญาณ** เพราะ **มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายต่างก็มีจิตวิญญาณ** เช่นเดียวกัน ต่างกันแต่ว่า

- **มนุษย์** นั้นแสดงออกให้เห็นถึงความ **โลภ โกรธ หลง** อย่างเด่นชัด และเป็นสิ่งมีชีวิตที่ **ถูกยกย่องจากเหล่ามนุษย์ด้วยกันเอง** ว่าเป็น **สัตว์ประเสริฐ** กล่าวคือ
 - มี **สติปัญญา**
 - มี **ความรู้**
 - และ **ความเฉลียวฉลาด**

ที่จะสามารถนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในการกระทำของแต่ละผู้ได้

- ส่วน **สัตว์** ทั้งหลายนั้น ถูกเรียกว่า **สัตว์เดรัจฉาน** เพราะ **ขาดสติปัญญา** ในการพิจารณา ซึ่งเป็นข้อแตกต่างสำคัญที่ไม่เหมือนมนุษย์นั่นเอง

มนุษย์ มีสมอบในการที่จะพิจารณาเลือกการกระทำของตนเองได้ ซึ่งจิตวิญญาณของเหล่า **สัตว์เดรัจฉาน** ทั้งหลายนั้น ก็มีความต้องการเลือกการกระทำเช่นเดียวกัน แต่ไม่มีโอกาสที่จะทำได้ และต้องปล่อยให้ไปตามยถากรรมที่ได้กระทำไว้ตามกรรมของตน ในขณะที่มนุษย์เราทั้งหลายมีโอกาสจะประกอบกรรมดีหรือกรรมชั่วที่สามารถทำให้จิตวิญญาณได้ขึ้นสวรรค์ ลงนรก หรือหลุดพ้นจากวัฏสงสารได้ ซึ่งเท่ากับว่า **มนุษย์เป็นผู้มีโอกาสเลือกการกระทำของตน**

ฉะนั้น มนุษย์จึงควรที่จะรักษาความประเสริฐ และรักษาโอกาสของตนไว้ โดยการ **ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท** และไม่เบียดเบียนสัตว์ เพราะ **การเบียดเบียนสัตว์นั้นเป็นการสร้างความอาฆาตพยาบาท** ซึ่งมีผลผูกพันไปถึงครอบครัวและลูกหลานของเหล่าสรรพสัตว์ทั้งหลายอีกส่วนหนึ่งด้วย เพราะมนุษย์เราไปพรากเขาจากครอบครัวที่มีสัมพันธ์ในด้านการรัก และการสืบสายเลือดเช่นเดียวกับมนุษย์

ทั้งนี้ มนุษย์เราบางผู้อาจจะคิดว่า ในเมื่อเรา **มิได้เป็นผู้ลงมือกระทำการเบียดเบียนชีวิตด้วยตัวเอง** เรา **เพียงแค่เป็นผู้ไปซื้อเนื้อสัตว์มาประกอบเป็นอาหารเท่านั้น** เราจะมีบาปด้วยหรือ ถ้าเป็นกรณีเช่นนี้ ก็จงใช้สติปัญญาพิจารณาอย่างเป็นธรรมดูเถิดว่า

- การที่ผู้อื่น **ประกอบกรรมในการฆ่าสัตว์** นั้น เขาก็ย่อมหวังที่จะทำการค้าโดยหวังผลกำไรจากการที่เราไปซื้อเนื้อสัตว์นั้นๆ

● เพราะฉะนั้น การที่เราไปซื้อเนื้อสัตว์ก็เท่ากับเราเป็น **ผู้ส่งเสริมให้มีการฆ่าสัตว์นั่นเอง**
 และหากมันเป็นกรณีที่ตัวเราจะอ้างว่า การซื้อเนื้อมาบริโภคโดยที่มีได้สักขโมยมานั้นจะเป็นบาปด้วยหรือ ก็ขอให้เราได้พิจารณาต่อไปด้วย **ใจเป็นธรรม** และมีความ **เป็นกลาง** อย่างแท้จริง โดยตรงให้ลึกซึ้งเถิดว่า

- **เรานั้นเป็นผู้ที่ส่งเสริมการกระทำบาปให้เกิดขึ้นโดยทางอ้อมหรือไม่**
- หรือเรา **เปรียบเสมือนเป็นผู้สั่งฆ่าหรือไม่**
- เพราะ **ผู้ที่กระทำการฆ่า** ก็เปรียบเสมือนกับ **เพศฆาต** ที่เป็น **ลูกจ้างของผู้สั่งฆ่า** นั่นเอง ฉะนั้น
 - **ผู้ที่เป็นเพศฆาตย่อมจะมีความคิดที่ต้องได้รับโทษอย่างมหันต์**
 - **และผู้สั่งฆ่าก็ย่อมจะต้องมีความคิดด้วยเช่นเดียวกัน**

จงตรองดูเถิดว่า จิตวิญญาณของสัตว์ทั้งหลายก็ **มีความอาฆาตแค้น มีความผูกพัน** อยู่กับครอบครัวหรือสิ่งที่ตนรักและหวงแหน ก็ย่อมที่จะต้อง **ตามล้างตามผลาญเพื่อชดใช้หนี้กรรมสืบต่อกันไป** ดังนั้น ถึงแม้ว่ามนุษย์เราจะหลงติดอยู่ในรสชาติของเนื้อสัตว์ว่าเป็นอาหารอันโอชะ และสามารถบำรุงร่างกายของมนุษย์ให้มีความเจริญเติบโต เพื่อให้เกิดมีพลังในการประกอบสัมมาอาชีพก็ตาม แต่มนุษย์เราพิจารณากันบ้างหรือไม่ว่า

- **พืชผักที่มีอยู่มากมายเหลือคณานับอันเป็นสิ่งที่ไม่มีจิตวิญญาณ และไม่มีจิตอาฆาตแค้น ก็สามารถนำมาเป็นอาหารที่มีคุณค่าอย่างมหาศาลในการบำรุงร่างกายให้เจริญเติบโตได้เช่นเดียวกัน**
- ฉะนั้น มนุษย์เราจะ **นำพืชผักเหล่านี้มาเป็นอาหาร** เพื่อที่จะให้เป็นการทดแทนอาหารที่ทำขึ้นจากเนื้อสัตว์ไม่ได้เสียหรือ
- เพราะ การละจากการบริโภคเนื้อสัตว์ก็เป็นการ **หยุดก่อหนี้กรรม** และ **หยุดการสะสมนำซากสัตว์เข้าสู่ป่าช้า** **ในร่างกายของเรา**
- หากมนุษย์เราสามารถละจากการบริโภคเนื้อสัตว์ได้มากเท่าใด ก็ยิ่ง **เป็นกุศลต่อตัวเราเองที่ไม่เบียดเบียนสัตว์** มากเท่านั้น

บทที่ ๑ กำเนิดของศีลการไม่เบียดเบียน

สัตว์ทั้งหลายมีชีวิต มีวิญญาณ มีจิตสร้างความสุขพ้น ดังนั้น การเบียดเบียนสัตว์เหล่านั้น โดย การพรากชีวิตเพื่อนำมาเป็นอาหาร ก็เท่ากับ เป็นการสะสมซากสัตว์ไว้ในร่างกาย สิ่งที่จะเกิดขึ้นตามมาคือ “กรรม” และ “ผลของกรรม” ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องเป็นมวลกิเลสอย่างมหาศาล สัตว์ต่างๆ ทั้งน้อยใหญ่ย่อมเดือดร้อนเมื่อต้อง ถูกพลีชีวิตเป็นอาหารให้มนุษย์ ผู้ซึ่งเรียกตัวเองว่าเป็น สัตว์อันประเสริฐผู้มีปัญญา ที่ได้กระทำการ เบียดเบียนทำร้ายร่างกายและชีวิตสัตว์ที่มีความด้อยกว่าในทุก ๆ ด้าน

องค์พระมหาโพธิสัตว์ หรือเป็นที่รู้จักกันทั่วไปในพระนามของ “เจ้าแม่กวนอิม” ได้ทรงเล็งเห็นว่า พืช ผัก ถั่ว งา และผลไม้ต่าง ๆ ที่มีอยู่อย่างมากมายหลายชนิด ก็มีประโยชน์ต่อร่างกายที่จะทำให้มีชีวิตดำรงอยู่สืบต่อไปได้ เช่นเดียวกับเนื้อสัตว์ คือ สามารถนำมาประกอบเป็นอาหารเพื่อประทังความหิวและการอยู่รอด และสามารถประกอบภารกิจในชีวิตประจำวันได้ โดยที่ไม่ต้องมีการเบียดเบียนสรรพสัตว์ทั้งหลาย

พระองค์จึงได้ อธิษฐานจิตเป็น “พระโพธิสัตว์อยู่โลก” เพื่อช่วยเหลือเหล่าสรรพสัตว์ทั้งหลายที่ตกทุกข์ได้ยาก และได้ ทรงบัญญัติ “ศีลการไม่เบียดเบียน”

- เพื่อประทานให้ไว้กับผู้ที่เห็นคุณค่าในการประพฤติปฏิบัติตนอยู่ในแนวพระพุทธศาสนา อันได้แก่ผู้ที่มี จิตเป็นกุศล มี สติ ที่จะควบคุมตัวเอง ให้ละจากการเบียดเบียนเนื้อสัตว์
- เพื่อให้มนุษย์เรารู้จักหลายมีจิตใจที่จะ ละจากความเหี้ยมโหด ละจากกิเลส คือ ไม่มีจิตใจที่เหี้ยมโหดจนเกินไป ในการที่จะนำสัตว์ทั้งหลายมาเป็นอาหาร ซึ่งเท่ากับ ไม่สร้างศัตรูในภักษาหาร
- เพื่อเป็นการเตือนใจให้ใช้สติปัญญาพิจารณาว่ามีสิ่งใดที่เราควรละจากกิเลส ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน

ฉะนั้น จงระลึกอยู่เสมอว่า สัตว์ก็มีชีวิตจิตใจ มีอายุขัย มีพ่อแม่พี่น้อง รู้จักเศร้าโศก และรักตัวกลัวตาย เหมือนกับมนุษย์เรา เช่นกัน คือรู้จัก ดีใจ และ เสียใจ เว้นแต่เพียงว่าสัตว์ทั้งหลาย มีสติปัญญาน้อย และ มีความโง่เขลาว่า อีกทั้งยังสื่อสารกับมนุษย์ไม่ได้ เพราะฉะนั้นการที่ ไม่ฆ่าสัตว์ และ ไม่เบียดเบียนสัตว์จึงเป็นมหากุศลอย่างหนึ่งต่อตัวเรา

พระพุทธเจ้าที่อุบัติขึ้นในโลกทุกๆ พระองค์ ก็ล้วนแล้วแต่มีเมตตาจิตที่เปี่ยมล้นด้วยคุณธรรม แม้แต่ “องค์พระสิทธัตถะ” ที่ได้บรรลุเป็น องค์พระศาสดาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า องค์ปัจจุบัน ที่อุบัติขึ้นในชมพูทวีป

- ซึ่งเป็นผู้ค้นพบ ธรรมชาติ และกำหนดให้ พระพุทธศาสนา ในปัจจุบันมีกำหนดอายุขัย ถึง ๕,๐๐๐ ปี
- และบัญญัติให้พระสมมุติสงฆ์ในพุทธศาสนามี วินัย ๒๒๗ ข้อ หรือมรราวามี ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ หรือแม้ผู้ที่ถือศีลประจำใจเพียง ๓ ข้อก็ดี

สิ่งเหล่านี้เป็นข้อบ่งชี้ว่า พระพุทธองค์ทรงมีพระเมตตาต่อสัตว์โลกอย่างเปี่ยมล้น และเห็นคุณค่าของ ศีลการไม่เบียดเบียนสัตว์ทั้งหลาย ดังจะเห็นได้จาก ศีลข้อแรกที่พระพุทธองค์ได้ทรงบัญญัติขึ้นในพระพุทธศาสนา คือ ข้อการไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน นั่นเอง

ในความเป็นจริงแล้ว องค์พระสิทธัตถะ และแม้เหล่าเชื้อสายราชวงศ์ในตระกูลของพระองค์ก็มิมีการเบียดเบียนเนื้อสัตว์ เพราะพระองค์ได้ทรงตระหนักถึง อานิสงส์ของการละเว้นจากการบริโภคเนื้อสัตว์ ว่าเป็นกุศลสูง

อย่างหนึ่ง ที่สามารถตรอนมิให้เจ้ากรรมนายเวรมาจองล้างจองผลาญซึ่งกันและกัน และสามารถพ้นจาก **กฎแห่งกรรม** ได้ง่ายกว่า

ผู้หลุดพ้น หรือ **ผู้รู้แจ้งเห็นจริง** ทั้งหลาย สามารถยืนยันได้ว่า

- **ตลอดชีวิตของพระพุทธองค์ในชาติสุดท้าย** ที่เป็น **“องค์พระสิทธัตถะ”** นั้น **พระพุทธองค์มิเคยเสวยเนื้อสัตว์ หรือเบียดเบียนเนื้อสัตว์ทั้งสิ้น**
- เพราะพระองค์เป็นผู้เปี่ยมล้นด้วย **บุญญาบารมี** และ **บุญญาธิการ** ที่กำลังจะเป็น **บัวพันน้ำ**
- และได้บรรลุเป็น **องค์พระศาสดา** ตามที่อธิษฐานจิตไว้ จนบังเกิด **พระรัตนตรัย** หรือ **พระพุทธ พระธรรม พระอริยสงฆ์** ขึ้นในโลก

ศีลเจพรตของพระมหาโพธิสัตว์ ในการไม่เบียดเบียนสัตว์นี้จึงเป็นศีลที่เหล่ามวลชนมนุษย์ทั้งหลายยอมรับว่า **เป็นศีลที่มีคุณธรรมสูง** และมีความดีเด่นสืบทอดมากับมนุษย์ทุกคนทุกเผ่าเป็นเวลาหลายพันปีมาแล้ว จนในปัจจุบันนี้ ก็เป็นศีลข้อหนึ่งที่มนุษย์เราทั้งหลายมีความศรัทธากันมาก และยอมรับปฏิบัติสืบทอดมาจากบรรพบุรุษ

เพราะฉะนั้น หากมนุษย์เราทั้งหลายได้มีการ **ละจากการเบียดเบียนเนื้อสัตว์** แม้จะเป็นเพียงชั่วระยะเวลาสั้นๆ ก็ยังดีกว่ามิได้กระทำเลย เพราะจะเกิดเป็นบารมีบุญกุศลต่อตนเองเพื่อสั่งสมเป็นทุนรอนต่อไปในภพหน้า ฉะนั้น จึงพิจารณาดูกันเถิดว่า **ศีลเจพรตนี้มีประโยชน์ต่อมนุษย์เราและสัตว์ทั้งหลายเพียงใด**

บทที่ ๒ หลักของการไม่เบียดเบียน

ตามหลัก *ศีลเจพรต* ของพระมหาโพธิสัตว์นั้น

- คำว่า “**เจ**” หมายถึง **การไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน**
- คำว่า “**เบียดเบียน**” คือ **การกระทำต่อผู้อื่นในด้านจิตวิญญาณ หรือเป็นการเข่นฆ่า** รวมถึงการนำร่างกายมาเป็นอาหาร หรือวัตถุประสงค์อื่นๆ และก่อให้เกิดความเดือดร้อนต่อ **สัตว์ทั้งหลาย** ซึ่งหมายถึง **ผู้ที่มีจิตวิญญาณ มีความผูกพัน และมีความรักตัวกลัวตายเช่นกัน**

จุดเริ่มต้นของ *พระมหาโพธิสัตว์* ที่อธิษฐานจิตอยู่คู่โลก คือ

- การ **สอนให้มนุษย์ไม่เบียดเบียนผู้ที่อ่อนแอกว่า** โดยการไม่บริโภคเนื้อสัตว์เป็นอาหาร
- แต่ **ให้รู้ถึงบาป บุญ คุณ โทษ ที่เอาเนื้อเขามากิน** เพื่อบำรุงบำเรอความสุขของตน
- โดยที่ **มนุษย์ทั้งหลายตั้งกฎเกณฑ์ขึ้นมาเอง** ว่า หากมนุษย์เราขาดเนื้อสัตว์แล้วร่างกายจะเจริญเติบโตไปไม่ได้
 ใหม่ๆ ที่ครั้งดีคำบรรพมานั้น มนุษย์เราทุกผู้ทุกนามก็อยู่กันมาแบบสัตว์ด้วยกันทุกผู้ จนเกิดการพัฒนามาถึงขั้นที่
 - เรียกตัวเองว่า **สัตว์ประเสริฐ**
 - และเรียกสรรพสัตว์ทั้งหลายว่า **สัตว์เดรัจฉาน**

ในความจริงแล้วเราก็เป็นสัตว์โลกด้วยกันทั้งสิ้น แต่มนุษย์เรามีการพัฒนาตัวเองให้สูงขึ้นกว่าสัตว์ทั้งหลาย คือมีมันสมองเพื่อนำมาใช้ในทางที่ถูกต้องดี เพื่อการยังชีพอยู่ที่ดี หรือแม้แต่เพื่อการข่มเหงรังแกผู้อื่น และเป็นปัญหาต่างๆ ขึ้นมา จนกลายเป็นที่ยอมรับกันว่าสัตว์ประเสริฐสามารถรังแกสัตว์เดรัจฉานที่มีสติปัญญาด้อยกว่า หรือมีกำลังน้อยกว่า หรือในบางโอกาสสัตว์เดรัจฉานอาจจะมีกำลังมากกว่า แต่ก็ยอมแพภัยต่อผู้มีปัญญาเหนือกว่าฉันใดฉันนั้น

พระมหาโพธิสัตว์ได้บัญญัติว่า **สัตว์ทั้งหลายเป็นผู้ที่มีความอ่อนแอด้วยสติปัญญาก็ดี หรือด้วยกำลังก็ดี** มนุษย์เราจึงควรจะมีเมตตาจิต **ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน** และโดยเฉพาะอย่างยิ่งการนำเนื้อสัตว์มาบริโภคเป็นอาหาร **เพราะเนื้อสัตว์แต่ละชิ้นก็เปรียบเสมือนเนื้อมนุษย์แต่ละชิ้น** เช่นเดียวกัน จงลองพิจารณาว่าหากเราต้องเสีขาไปข้างหนึ่งไม่ว่าด้วยเหตุใดก็ตาม เราจะมีคามเสียดายอาลัยอาวรณ์หรือไม่ เพราะขาข้างนั้นก็มิใช่ของเราติดอยู่เช่นกัน

หากมนุษย์เราเข้าใจถึงการเปรียบเทียบนี้ เราก็จะสามารถมองเห็น **ทุกข์** ของตัวเองว่า

- **การเบียดเบียนผู้อื่นผู้นั้นย่อมมีทุกข์** เราเบียดเบียนเขา จิตของเราก็ย่อมมีทุกข์
- แต่หากเรา **ละจากการเบียดเบียนได้** จิตของเราก็จะ**ผ่องใส** ไม่มีวหมอง ไม่ติดอยู่ในกิเลสของการเข่นฆ่าเบียดเบียนซึ่งกันและกัน อันจะเป็นอันสงสับารมีเกิดขึ้นที่จิต
- เพราะหากจิตของเราสะอาด คือ **ไม่เบียดเบียนผู้อื่น** หรือ **ไม่เบียดเบียนตนเอง** จิตของเราก็มีต้องไปกังวลถึงบาป บุญ คุณ โทษ ก็ย่อมที่จะได้ประโยชน์ ได้บุญกุศลกับผู้อื่นและกับตนเองอย่างแน่นอน

ส่วน **ผู้ที่ยังคิดรศการบริโภคเนื้อสัตว์** ก็ยังต้องการที่จะกินเนื้อสัตว์อยู่นั้น อาจ **มีจิตที่เข้าข้างตัวเอง** และคำนวณขึ้นมาว่า กินเข้าไปแล้วก็ไม่เห็นมีโทษอะไร เวลากินก็อร่อย แล้วจะไปเกิด **ความสังเวช** ตามที่กล่าวมานี้ได้อย่างไร

นี่คือจิตของผู้ที่ **มิได้มีการพิจารณาถึงบาป บุญ คุณ โทษ** เลย และ **มัวแต่คำนึงถึงความต้องการในสอรรอยที่ตนพอใจ** แต่เพียงฝ่ายเดียว โดย **ไม่ยอมรับรู้ใน “ความทุกข์ของผู้อื่น”** ซึ่งจิตของผู้ที่มิได้มีการประพฤติปฏิบัติธรรม อยู่ใน **ชั้นกลาง** หรือ **ชั้นสูง** จะมีลักษณะเช่นนี้ เพราะ

- ผู้ที่มีจิตชั้นกลางจะเกิด**ความสังเวชต่อเนื้อสัตว์** ที่ตนกินเข้าไป และบางโอกาสก็มีความเพิกเฉย นั่นก็คือ **ไม่เห็นถึงความเอร็ดร่อยของเนื้อสัตว์** ที่จะบำรุงบำเรอกระเพาะและลิ้นของตนเอง
- สำหรับ ผู้ที่มีจิตชั้นสูงนั้นจะ**ไม่บริโภคเนื้อสัตว์เลย** เพราะสามารถตระหนักถึง **บาป บุญ คุณ โทษ** ของการบริโภคเนื้อสัตว์ได้ดี
- เปรียบเสมือนกับ **คำสั่งสอนของพระพุทธองค์ที่เปรียบมนุษย์เป็น “บัว ๔ เหล่า”** นั่นเอง
 - **เหล่าบัวที่กำลังจะพ้นจากน้ำ** ก็ย่อมมองเห็นโทษของการเบียดเบียนสัตว์
 - แต่ **ผู้ที่ยังอยู่ในโคลนตม** ก็ย่อมจะเห็นพระธรรมคำสั่งสอนเป็นเรื่องตลกขบขันว่านรกสวรรค์ไม่มีจริง เห็นเพียงแต่ว่ามนุษย์เราเกิดขึ้นแล้วก็สูญไปเท่านั้นเอง

ฉะนั้น **หากเราไม่เห็นว่าเป็นเนื้อของสัตว์เป็นสิ่งที่น่าเอร็ดร่อย** จิตของเราก็ย่อมจะสูงขึ้นเปรียบดังดอกบัวที่กำลังจะพ้นน้ำ และหากเรามีสติปัญญาหมั่นเพียรศึกษาประพฤติปฏิบัติในคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ จิตของเราก็ย่อมจะสูงขึ้นถึงขีดสุด และย่อมที่จะมีโอกาสหลุดพ้นจากวัฏสงสารได้อย่างแน่นอน

บทที่ ๓ องค์ประกอบและอานิสงส์ของศีลเจพรต

ศีลของพระมหาโพธิสัตว์ คือ **ศีลเจพรต** ซึ่งมีมาก่อนสมัยพุทธกาล เป็นการ **บัญญัติขึ้นโดยพระมหาโพธิสัตว์** ที่

- มุ่งมั่นในเรื่องของการ**ไม่เบียดเบียน**ต่อตนเอง และต่อผู้อื่น
- นั่นคือ การ**ไม่บริโภคอาหารที่เป็นสิ่งมีชีวิต มีเลือดเนื้อ มีวิญญาณ**
- และศีลเจพรตยังเป็น **ศีลแห่งเมตตาธรรม** เป็น **ศีลที่ยึดถือต่อความดี** และ **วางเฉยต่อสิ่งไม่ดีทั้งหลายทั้งปวง**

ศีลของพระมหาโพธิสัตว์นี้ หากผู้ใดถือปฏิบัติ ผู้นั้นย่อมมีอานิสงส์สูงส่ง ด้วยเหตุที่โลกปัจจุบันมีแต่ความเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ไม่ว่าจะเป็นการเข่นฆ่าเอาชีวิต ไม่ว่าจะเป็นการบีบบังคับ หรือไม่ว่าจะเป็นการที่เรียกว่า **ไม่ถนอมน้ำใจซึ่งกันและกัน**

ศีลแห่งพระโพธิสัตว์นี้ จึงเปรียบประดุจ **ที่พักพิงอันร่มเย็น** สำหรับมนุษย์ผู้ต้องการที่พึ่งพาอาศัย มนุษย์ผู้ที่มีความทุกข์ร้อนขาดความร่มเย็น และเดือดร้อน โดยถูกบีบบังคับด้วยสิ่งกระทบจากภายนอก ซึ่งหากได้มีโอกาสวิ่งเข้ามาอาศัยภายใต้ร่มไม้ใหญ่ ย่อมมีความเชือกเย็นย่อมมีความสุขสบายกาย ย่อมมีความสดชื่น ย่อมเบาจากสิ่งยึดเหนี่ยวทั้งหลาย

องค์ประกอบของศีลเจพรต

(๑) การ**ไม่เบียดเบียนซึ่งชีวิต เลือดเนื้อ** และ **วิญญาณ** คือการ **ไม่บริโภคเนื้อสัตว์ หรือนำมาปรุงแต่งเป็นอาหารหรือสิ่งต่างๆ ที่เจือปนด้วยเนื้อสัตว์** โดยนำแต่พืชผักมาประกอบเป็นอาหารเพื่อการยังชีพเท่านั้น เพราะหากบริโภคสิ่งเหล่านี้ได้ตามส่วน ก็จะมีผลสมบูรณ์ต่อการบำรุงร่างกายได้ดีทีเดียว อีกทั้งยังเป็นรักษาและป้องกันโรคต่างๆ เพื่อที่จะสามารถเพิ่มความสมบูรณ์ต่อร่างกายให้มีความแข็งแรงกว่าการบริโภคสิ่งมีชีวิต เลือดเนื้อ และวิญญาณ

(๒) การ**มีเมตตาธรรม** คือการ **ให้ความช่วยเหลือต่อเหล่ามนุษย์และสัตว์** หรือสิ่งที่มีชีวิตมีวิญญาณทั้งหลาย ด้วยการ**ไม่เบียดเบียน**และให้การช่วยเหลือเมื่อตกอยู่ในภาวะลำบาก โดยมีความพร้อมด้วย**กาย วาจา ใจ** เป็นที่ตั้ง

(๓) มีความ**ยินดีต่อการกระทำของผู้ที่ประกอบกรรมดี** โดยแสดงการ**ร่วมอนุโมทนา** หรือหากสามารถ **ช่วยเหลือ** ในกิจการที่ผู้นั้นกระทำ ก็ย่อมจะเกิดประโยชน์ต่อส่วนรวมและต่อสรรพสัตว์ทั้งหลายได้มากยิ่งขึ้น นั่นคือการที่เรียกว่า **ยินดีในความดีทั้งปวง**

(๔) ความ**วางเฉยต่อสิ่งทั้งปวงที่เบียดเบียน** คือการ **ไม่ยินดีในร้าย ไม่สนับสนุน และไม่เข้าใกล้ผู้ที่กระทำการเบียดเบียนผู้อื่น** เพื่อหลีกเลี่ยงพ้นจากความชั่วทั้งหลายเหล่านั้น และ **ให้การอโหสิกรรม** หรือที่เรียกว่า **การให้อภัย** เพื่อเป็นทานต่อสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นๆ **โดยไม่กระทำการโต้ตอบ**

ศีลเจพรตนี้หากจะเรียกว่าเป็น **ศีลแห่งความสะอาดบริสุทธิ์ ศีลแห่งความสว่าง** และ **ศีลแห่งความเบาจากการเบียดเบียน** ก็ถูกต้อง เพราะผู้ที่ได้ปฏิบัติตามย่อมพบกับความสะอาดหมดจดบริสุทธิ์ เกิดความสว่างไสวในจิตใจ หันเหจากตัวที่เรียกว่าสิ่งเกาะเกี่ยว หรือ **กิเลส** ทั้งปวง **หมั่นขบคิดที่ถือในศีลเจพรตนี้ย่อมเกิดสันติสุข สงบ ร่มเย็น** และ **มีความสามัคคีกลมเกลียว มีใจที่บริสุทธิ์** ต่อกันและกัน ผู้ที่เป็นฆราวาสหากได้กระทำการปฏิบัติรักษาศีลอันบริสุทธิ์คือ

ศีลเจพรตนี้จิตย่อมมีความสูงขึ้น เพราะว่าเป็นส่วนช่วย **สนับสนุนเกื้อกูลส่งเสริมในศีล ๕** ข้อของพระพุทธองค์ให้ **บริสุทธิยิ่งขึ้น**

ฉะราวาสทั้งหลาย จงอย่าได้เข้าใจผิดว่า

- การบริโภคนื้อสัตว์เป็น **สิ่งที่จะต้องยึดติด**
- หรือ เกิดความ **เสียดายในรสชาติ**
- หรือ เกิดความกลัวว่าการบริโภคนื้อเพียงแต่เพียงผักจะ **เป็นโทษต่อร่างกาย**
- เพราะสิ่งเหล่านี้ **พระมหาโพธิสัตว์** และ **พระโพธิสัตว์** ทุกๆพระองค์ ได้ถือปฏิบัติจนได้บรรลุถึง **ความสุขอันแท้จริง** และทรงเป็นผู้ที่มี **ความเมตตา** อย่างสูงส่ง ด้วยการ **อธิษฐานจิตอยู่คู่โลกเพื่อช่วยเหลือมนุษย์** และส่งเสริมให้กระทำแต่ความดี
- ฉะนั้น ทางสายนี้ย่อมเป็น **ทางประเสริฐ** และเกื้อหนุนให้ก้าวเดินเพื่อบรรลุถึงความดีงามต่อไปยิ่งขึ้น

อานิสงส์ของการบำเพ็ญศีลเจพรต

การ **สมาทานศีลเจพรต** เพื่อเว้นจากการเบียดเบียนสัตว์ โดยละจากการบริโภคนื้อสัตว์

- เป็นการ **สร้างเมตตาธรรมให้เกิดขึ้นกับจิตใจของผู้ที่สมาทานศีล**
- เพราะเป็นการช่วยให้ **ลดละจากความโหดร้ายอำมหิตของจิตใจ** หรือ **ความดุร้ายที่มีอยู่ในกมลสันดาน** ของมนุษย์ทุกผู้ทุกนาม
- และจะ **เกิดผลดีอย่างยิ่งต่อผู้ที่ประพฤติปฏิบัติธรรมตามคำสั่งสอนของพระพุทธองค์** เพราะศีลข้อการละจากการเบียดเบียนนี้จะเป็นเครื่อง **เสริมการปฏิบัติธรรมให้จิตมีความสงบ** เพื่อนำสู่อ่านาจ **สมาธิ** ที่จะชักจูงให้ชีวิตมีความสุขและมีจิตใจที่เยือกเย็น ซึ่งพอจะ **สรุปอานิสงส์ได้เป็นหัวข้อดังนี้คือ** .-

(๑) **หยุดการก่อศัตรู** เพิ่มมากขึ้น จนเป็นหนี่กรรมใหม่ ที่เรียกกันว่า **เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย**

(๒) เป็นการ **สะสมสร้างบุญกุศล** และ **สามารถอุทิศให้กับเจ้ากรรมนายเวร** ได้อีกทางหนึ่ง

(๓) เป็นผลให้ **ก่อเกิดจิตใจโอบอ้อมอารี**

(๔) มี **พรหมวิหารธรรม** คือ **เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา**

(๕) ทำให้ **จิตใจ สงบ เยือกเย็น** และ **บังเกิดผลในการประพฤติปฏิบัติธรรมได้อย่างรวดเร็ว**

(๖) **สุขภาพร่างกายแข็งแรง และเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น** ไม่ว่าจะเป็นผิวหนังพรรณ หรือทางเดินอาหาร ตลอดจนความเบาบางจากโรคภัยต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากการบริโภคนื้อสัตว์

บทที่ ๔ การเบียดเบียนสัตว์ใหญ่และสัตว์เล็กเป็นอาหาร

ข้อสำคัญข้อหนึ่งที่ไม่ควรจะละเลยอย่างยิ่งในการถือศีลเจพรต คือการละเว้นจากการกินเนื้อ **สัตว์ใหญ่ที่มีคุณค่าอันใหญ่หลวง** นั่นคือ **โค** และ **กระบือ** ซึ่งพระมหาโพธิสัตว์ได้เปรียบเทียบและยกย่องสัตว์ชนิดนี้ว่า

- เป็นสัตว์ที่ **อยู่คู่กับฟ้าดิน**
- เป็นสัตว์ที่ **ให้น้ำนมแก่ปวงชนทั้งหลาย**
- นอกจากนั้นแล้ว โค กระบือ ก็ยังมีภาระหน้าที่ที่นับว่า **เป็นบุญคุณแก่ชีวิตมนุษย์ผู้ที่อยู่ในพุทธศาสนา** เป็นส่วนใหญ่อีกด้วย เช่น
 - ในอดีตกาลโคกระบือก็เป็นสัตว์ที่อยู่บ้านคู่มือง ในการถูกนำไป **ใช้แรงงานเพื่อลากจูง** และ **ไถนา** เพื่อ **การเพาะปลูกข้าวและพืชพันธุ์เกษตร** ให้เราได้บริโภคกัน และโดยเฉพาะเมล็ดข้าวแต่ละเมล็ดในอดีตก็ได้มาจากโคกระบือที่ถูกนำมาไถนาทำนาข้าวเป็นส่วนมาก
 - อีกทั้งโค กระบือยังเป็นสัตว์ที่ **ไม่เบียดเบียนใคร** คือ **กินแต่หญ้าฟาง** เป็นอาหาร และมีได้กินสัตว์เล็กสัตว์น้อยหรือสัตว์ใดๆ
 - ในยุคสมัยก่อนๆ จึงยกย่องกันว่าโคกระบือเป็นสัตว์ที่สูงด้วยคุณค่า **เหมือนกับพระแม่โคผู้ประทานธัญญาหาร** ให้กับมนุษย์ทั้งหลาย

เพราะฉะนั้น จงพิจารณาเถิดว่า

- หากเรา **เอาแรงเข้ามาใช้งาน** แล้วยัง **เอาเนื้อเขามากินนั้น** ก็เปรียบเสมือนกับเป็น **ผู้ไม่รู้บุญคุณ** ของสัตว์ใหญ่เหล่านี้
- **พระมหาโพธิสัตว์จึงได้บัญญัติ และกำหนดการไม่เบียดเบียนเนื้อสัตว์ในศีลเจพรต** โดยให้ **ละจากการเบียดเบียนเนื้อสัตว์ใหญ่เหล่านี้อย่างเคร่งครัด**

ถึงแม้ว่าบางผู้จะยึดถือ **การกินเจตามประเพณี** เพียงชั่วคราวชั่วคราวก็ตาม แต่ **ควรจะละจากการบริโภคเนื้อโค กระบือ ตลอดไป** เพราะคุณงามความดีของ **แม่โคนั้นเปรียบเสมือนแม่ที่ให้ความเจริญเติบโต** ต่อร่างกายของเรา หากแม้เราเข้าไปเบียดเบียนเขา ก็จะเหมือนกับว่าเรา **ทำบุญกรรมต่อผู้ที่มิมีพระคุณ** หรือเทียบเท่ากับเป็น **ผู้อกตัญญูที่ไม่รู้จักบุญคุณ**

ฉะนั้น หากผู้ใดมีส่วนร่วมเกี่ยวข้องในการประหารชีวิตของโคกระบือ ก็ถือว่าผู้นั้นมีส่วนร่วมกระทำบาปต่อเลือดเนื้อของพ่อและแม่ตนด้วย พระมหาโพธิสัตว์จึงได้กำหนดห้ามการกระทำบาปในลักษณะเช่นนี้ จนเป็นประเพณีนิยมที่ไม่กินเนื้อโคกระบือมาจนถึงปัจจุบันทุกวันนี้

ตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาตินั้น

- **สัตว์ใหญ่** ก็เปรียบเหมือน **สัตว์ที่มีหนี้กรรมจากการกระทำของตนเองน้อยหน่อย**
- ส่วน **สัตว์เล็ก** ก็คือ **ผู้ที่มีเวรกรรมอยู่มาก** และจะต้องมาเวียนว่ายตายเกิดอีกหลายๆ ภพ หลายๆชาติ
- เพราะฉะนั้น คำอ้างของมนุษย์เราที่นิยมกินเนื้อสัตว์มักจะถูกกล่าวกันอยู่เสมอว่า **หากกินเนื้อสัตว์ใหญ่จะต้องรับกรรมมาก** แต่ถ้า **กินสัตว์เล็กก็รับกรรมน้อย** เป็นคำกล่าวที่ **เป็นการเข้าใจอย่างผิดๆ**

การเบียดเบียนสิ่งที่มีจิตวิญญาณนั้นเป็นการกระทำที่ผิดต่อศีล และเป็นบาปทั้งสิ้น โดยไม่ต้องคำนึงถึงชนิดหรือขนาดของสัตว์ เพราะสัตว์ทุกๆ ตัวก็มีจิตวิญญาณทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็น **สัตว์เล็ก** หรือ **สัตว์ใหญ่** และโดยเฉพาะอย่างยิ่งสัตว์ที่มีคุณค่าที่ให้น้ำนม และให้แรงงานที่เป็นประโยชน์ต่อมนุษย์โดยตรง เพราะฉะนั้น การบริโภคสัตว์ชนิดนี้จึงมีความบาปหนาเพิ่มขึ้นอีก

ดังนั้น ผู้ที่กินเนื้อสัตว์ใหญ่ หรือ **สัตว์สี่เท้า** ที่มี **จิตวิญญาณแรงกล้า** มากกว่า **สัตว์สองเท้า** ซึ่งมี **จิตวิญญาณอ่อนกว่า** ก็

- อาจจะได้รับการ **อาฆาตแค้นรุนแรงมากกว่า** สัตว์เล็ก
- **มิใช่ว่าจะเป็นการรับกรรมมากกว่า** เพราะ
 - **ผลของกรรมในการกระทำบาป** นั้นย่อมจะมีผลเท่ากันตลอดไม่ว่าจะเป็นสัตว์เล็กหรือใหญ่
 - แต่ **ผลของความอาฆาตแค้นก็ต้องแตกต่างกันไป** ตามจำพวกของสัตว์ ตามแต่จิตอาฆาตพยาบาทของสัตว์แต่ละดวงวิญญาณ

บทที่ ๕ การบริโภค นม - เนย - ไข่ ในคีลเจพรต

เรามักจะได้ยินคำถามอยู่เสมอว่า *การบริโภค นม-เนย-ไข่* เป็นการผิดต่อข้อบัญญัติของคีลเจพรตหรือไม่ ซึ่งตามข้อเท็จจริงแล้วขอให้ทุกคนทำความเข้าใจว่า

- ถึงแม้การบริโภคในลักษณะนี้จะ *มิได้เป็นการเบียดเบียนเนื้อสัตว์โดยตรงก็ตาม*
- แต่ควรจะต้องตระหนักว่า *นมเป็นสิ่งที่กลั่นมาจากเลือดในอก* ซึ่งตามกฎหมายเกณฑ์ของธรรมชาติถือว่าเป็นเลือดที่ *กลั่นมาจากทรวงอก* และถูก *นำมาเลี้ยงทารกให้เจริญเติบโต* มาทุกยุคทุกสมัยจนถึงปัจจุบันนี้ และแม้แต่ *เนย ก็ยังทำขึ้นจากนมและไข่สัตว์* คือส่วนหนึ่งที่น่ามาจากร่างกายของสัตว์นั่นเอง
- สำหรับ *ไข่นั้นถ้าจะเปรียบกับทางมนุษย์ก็เสมือนลูกในอุทร* เพราะถือกำเนิดมาจากสายเลือดของผู้ที่เป็นพ่อและแม่ เป็นการสืบทอดวงศ์ตระกูล และเป็นสื่อสัมพันธ์ของความรักในครอบครัว ก็ย่อมที่จะมีความผูกพันอย่างลึกซึ้งในด้านจิตใจ รวมถึงการดูแลเอาใจใส่และการทะนุถนอมอย่างหวงแหน เพราะผู้เป็นพ่อแม่ก็นั้นย่อมมีความรักใคร่ต่อผู้เป็นลูกของตนเปรียบดังดวงใจทีเดียว

เพราะฉะนั้น จึงใช้ปัญญาพิจารณาตรองดูเถิดว่า

- การที่ *เรานำสิ่งที่เป็นส่วนหนึ่งของร่างกายสัตว์ หรือสิ่งที่มีความผูกพันกันอยู่มาบริโภคเป็นอาหาร* นั้น จะเป็นการเบียดเบียนหรือไม่
- ซึ่ง *ตามหลักความเป็นจริงแล้ว จะถือว่าไม่เป็นการเบียดเบียนไม่ได้* แต่ขึ้นอยู่กับว่าจะ *เป็นการเบียดเบียนมากหรือน้อยเพียงใด* ยกตัวอย่างเช่น การบริโภค *ไข่ที่มีการผสมพันธุ์จากสัตว์ตัวผู้และตัวเมีย* หรือการบริโภคไข่ชนิดที่เรียกว่า *ไข่ม* ตามการพัฒนาด้านหลักวิชาการของการเกษตร ซึ่งจะต้องนำมาแยกแยะในการพิจารณาให้ถูกต้องเสียก่อน

พระมหาโพธิสัตว์ได้มีข้อกำหนดถึง *การเบียดเบียน* ในลักษณะเช่นนี้ว่าให้มี *ข้อยกเว้น* อยู่บ้างเหมือนกัน คือให้ถือว่าเป็นการ *บริโภคตามกาละเทศะ* หรือตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นๆ ถ้าหากไม่สามารถหลีกเลี่ยงการนำเอานมที่กลั่นมาจากเลือดในอก หรือไขของโค และไข่เป็ด ไข่ไก่ หรือไข่อื่นๆ มาบริโภคเป็นอาหาร ก็ให้ *บริโภคแต่พอสมควร* ในขอบเขตที่พึงกระทำ ทั้งนี้และทั้งนั้น

- ถ้าหากเราละจากการบริโภคได้ ก็จะเป็น *กุศล* ต่อตัวเราที่ละจากการเบียดเบียนสัตว์ในลักษณะเช่นนี้
- แต่ถ้าในกรณีที่ต้องบริโภค ก็ให้ถือว่าเป็น *การกระทำเพียงกลางๆ* คือ *มิถึงกับผิดศีลเจพรตที่เบียดเบียนเนื้อสัตว์เลยทีเดียว* แต่ความบริสุทธิ์หมดจดในการสมาทานคีลเจพรตนั้นย่อมลดน้อยลง ตามส่วนของการบริโภค

บทที่ ๖ การบิดเบือนของศีลเจพรต

ศีลเจพรตนี้ได้มีการสืบทอดต่อๆ กันมาจนกลายเป็นลัทธิต่างๆ ขึ้นมาตามแต่ละพื้นภาคและประเพณีของแต่ละพื้นที่ จนมี การต่อเติมขึ้นอย่างผิดๆ ในภายหลัง ว่าพืชและผักบางชนิดเป็นของต้องห้ามในด้านศีลเจพรต ทั้งๆ ที่ความเป็นจริงแล้ว

- เหล่าพืชผักทั้งหลายเป็นสิ่งที่ **ไม่มีจิตวิญญาณ** แต่เกิดขึ้นจากธรรมชาติ
- ซึ่งธรรมชาติได้กำหนดให้ **มนุษย์** และ **สัตว์** กินพืชผักเหล่านี้เป็นอาหาร
 - เพื่อ **การยังชีพ** และ **บำรุงร่างกาย** ให้เจริญเติบโต
 - และเพื่อ **ความผาสุก** ของชีวิต
 - แต่ **มิใช่ให้เบียดเบียนสัตว์** ทั้งหลาย
- ดังนั้น การที่มนุษย์เราถือว่า **สัตว์ใหญ่ย่อมกินสัตว์เล็ก** นั้น **เป็นการผิดต่อธรรมชาติ** ที่ได้กำหนดไว้ให้กินพืชผัก

พระมหาโพธิสัตว์ทรงมีพระมหาเมตตา และทรงสงสารต่อชีวิตเหล่าสรรพสัตว์ทั้งหลาย จึงบัญญัติชื่อ **ศีลตามธรรมชาติ** ไว้ในข้อไม่เบียดเบียนสัตว์

- แต่ **เหล่าพืชผักทั้งหลายมิได้อยู่ในข้อบัญญัติห้ามของพระมหาโพธิสัตว์** เพราะ **เป็นสิ่งที่ไม่มีเลือดเนื้อและจิตวิญญาณ** ที่จะก่อเกิดความผูกพันในการอาฆาตแค้น และพยาบาทจองเวรซึ่งกันและกัน
- การกินเนื้อสัตว์ที่มีจิตวิญญาณเท่านั้นจึงจะนับว่าเป็นการเบียดเบียน

ความบิดเบือน ในการบริโภคผักของศีลเจพรตนี้ เกิดจาก

- เหล่า **สมมุติสงฆ์ผู้บวชอยู่ในนิกายมหายาน** และเป็น **ผู้สืบทอดเจตนารมณ์การรักษาศีลเจพรต** ของพระมหาโพธิสัตว์
- ที่ได้ **เห็นถึงประโยชน์และความสำคัญในการที่จะถือ “ศีลแห่งการรักษาพรหมจรรย์”** ควบคู่กับการถือ **“ศีลเจพรต”**
- โดยเล็งเห็น **โทษของผักบางชนิดที่มีกลิ่นคาว** และเป็น **ยากกระตุ้น** ให้เกิดความกำหนัดในด้านกามคุณได้ เช่น **ผักขี ผักคื่นไช้ กระเทียม ต้นหอม และ สาหร่ายทะเล** หรือแม้แต่ **เห็ดบางชนิด** เป็นต้น
- สมมุติสงฆ์เหล่านี้จึงได้ **บัญญัติห้ามภิกษุ** ทั้งหลาย บริโภคพืชและผักจำพวกนี้
- แต่ **ศีลเจพรตแท้ที่จริงแล้ว มิได้ห้ามการกินพืชผักทุกชนิดแต่อย่างใด** เพราะพระมหาโพธิสัตว์เพียงแต่
 - **บัญญัติห้ามมิให้มีการเบียดเบียนซึ่งกันและกัน** คือ **มิให้เบียดเบียนชีวิตและเลือดเนื้อของสัตว์** ทั้งหลาย
 - แต่ **การบริโภคสิ่งที่ไม่มีเลือดเนื้อและจิตวิญญาณ** อันเป็นประโยชน์ และเป็นอาหารของมนุษย์ **โดยไม่มีการเบียดเบียนซึ่งกันและกัน** นั้น **พระมหาโพธิสัตว์ไม่เคยได้บัญญัติห้ามไว้แต่ประการใด**

ฉะนั้น ในกรณีนี้ **ผู้ถือศีลเจพรต**

- เป็นผู้ที่ **มีจิตใจมั่นคงต่อสิ่งช่วยในกามารมณ์ และแน่วแน่ต่อการสมาทานศีล** คือไม่กระทำในสิ่งที่จะเป็นการผิดศีลโดย **มีสติควบคุมจิตใจตนเองได้** แล้ว
- ถึงแม้ว่าพืชผักบางชนิดจะเป็น **ยา** ที่สามารถกระตุ้นตัณหาหาคะให้เกิดความกำหนัดขึ้นได้ในระหว่างการสมาทานศีล ก็ **ย่อมที่จะสามารถบริโภคพืชผักได้ทุกชนิดที่มีอยู่** โดยไม่เป็นการผิดต่อศีลของพระมหาโพธิสัตว์แต่อย่างใด

สรุป **ข้อเท็จจริง** ได้ว่า

- เหล่า **สมมุติสงฆ์**ในบางภาคพื้น เห็นพืชผักบางชนิดเป็น **ยาบำรุงที่ก่อให้เกิดความกำหนัด** ก็ดี และเป็นยาที่ทำให้ร่างกายเกิดมี **ตัณหาหาคะขึ้น** ก็ดี
- จึง **ได้มีการบัญญัติเพิ่มเติมขึ้นเอง** ว่า พืชัญญาหารที่เป็น **พืชผัก** นี้เป็นสิ่งที่ทำให้ **เกิดกิเลสในด้านกามคุณ** และ **สมควรที่จะนำมาบริโภค**
- โดยกำหนดขึ้นมาเองว่า **ให้เป็นข้อห้ามของผู้ที่ถือศีลเจพรตที่มีการสืบทอดต่อๆ กันมา** ในแต่ละยุคแต่ละสมัยมาเป็นเวลานาน
- จนเกิดเป็น **ประเพณีที่ผิดๆ** ขึ้นว่า **พืชผักัญญาหารที่ก่อให้เกิดความกำหนัดก็ดี หรือมีกลิ่นคาวก็ดี ให้ถือว่าผักเหล่านี้เป็นของคาวและห้ามมิให้มีการบริโภค**
- แต่ในความเป็นจริงนั้น **ผู้เป็นต้นบัญญัติของศีลเจพรต** คือ **พระมหาโพธิสัตว์ผู้อธิษฐานจิตอยู่ภูลอก** เพียงแต่
 - สอนมนุษย์ไม่ให้เบียดเบียนสัตว์ที่มี **ชีวิตจิตใจ** มี **เลือดเนื้อ** และมี **จิตวิญญาณ** เท่านั้นเอง
 - แต่ **ประเพณีในแต่ละพื้นภาค** แต่ละยุคสมัยที่สืบทอดกันมา จนเรียกว่าบรรพบุรุษสืบทอดมานั้นเกิด **ความผิดเพี้ยนไปจากข้อบัญญัติของศีลเจพรตที่แท้จริง** และ **ยังไม่มีมีการแก้ไข** หรือยอมรับตามหลักคำสอนที่ถูกต้องอยู่จนทุกวันนี้
- นอกเหนือจากนั้นยังมีการ **เข้าใจศีลเจพรตอย่างผิดๆ** ในลักษณะของการ **เผยแพร่สืบทอดต่อกันมาโดยผิดพลาด** และ **เข้าใจไม่ถูกต้อง** กล่าวคือ
 - บางสถานที่ๆ มีการถือศีลเจ ได้มีการนำเอา **เนื้อสัตว์** เช่น หอยนางรม เป็นต้น มาปรุงแต่งเป็นอาหาร โดยมองแต่เพียงภายนอกด้วยตาเปล่า และอ้างว่าเป็นสัตว์ไม่มีเลือด
 - แต่มิได้พิจารณาถึงการที่ **สัตว์มีวิญญาณ** อันเป็นแก่นสำคัญที่จะเป็น **หลักในการพิจารณา** ว่าเป็นการ **เบียดเบียนต่อชีวิตและเลือดเนื้อของสัตว์** หรือไม่ ฉะนั้น จงพิจารณาและทำความเข้าใจให้ถ่องแท้ เพื่อนำไปประพฤติปฏิบัติตามข้อศีลเจพรตอย่างถูกต้องตามที่พระมหาโพธิสัตว์ได้มีข้อบัญญัติขึ้นเถิด

บทที่ ๗ การถือพรหมจรรย์ในศีลเจพรตและการถือศีล ๕

หลักการรักษา “ศีลพรหมจรรย์” ใน การละจากกามคุณ หรือ ศีลข้อกาม นั้น

- เป็นศีลข้อที่ องค์พระศาสดาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติขึ้น โดยมีได้มีความเกี่ยวข้องกับ การบัญญัติ “ศีลเจพรต” ของ พระมหาโพธิสัตว์กวนอิม แต่อย่างใด
- เพราะฉะนั้น ผู้ที่ถือศีลเจพรต จึงทำความเข้าใจให้ถูกต้องไว้ด้วยว่า การถือศีลเจพรตนั้น มิได้มีการบัญญัติ หรือว่ามีการบังคับให้รักษาศีลข้อพรหมจรรย์ควบคู่กันไปแต่อย่างใด
- หากผู้ใดมีความศรัทธาประพฤติปฏิบัติในการถือศีลเจพรตเพื่อ การละจากการกินเนื้อสัตว์ ควบคู่กันไปกับการ ถือศีลข้อกามของพระพุทธองค์ ที่เป็นการเพิ่มเติมจากข้อบัญญัติของพระมหาโพธิสัตว์ ก็จะไม่บังเกิดเป็นมหากุศล ต่อผู้ตนเอง ที่มีจิตใจเป็นกุศลในการสมาทานศีลของพระพุทธองค์เพิ่มขึ้นอีกข้อหนึ่ง
- เพราะพระมหาโพธิสัตว์ผู้อธิษฐานจิตอยู่คู่โลกเพียงแต่บัญญัติศีลข้อ ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกันเท่านั้นเอง
- ดังนั้น การถือศีลเจพรตนั้นสมควรที่จะ ต้องมีการพิจารณาแยกแยะให้ถูกต้องเป็น ๒ กรณีเสียก่อน คือ

๑) การถือศีลเจพรตในด้านการไม่เบียดเบียนสัตว์โดยเฉพาะ

๒) การถือศีลข้อกามของพระพุทธองค์ คือเรื่องการละจากกามคุณอีกข้อหนึ่งเป็นการเพิ่มเติมและควบคู่ไปกับศีลเจพรตเป็นกรณีที่สอง

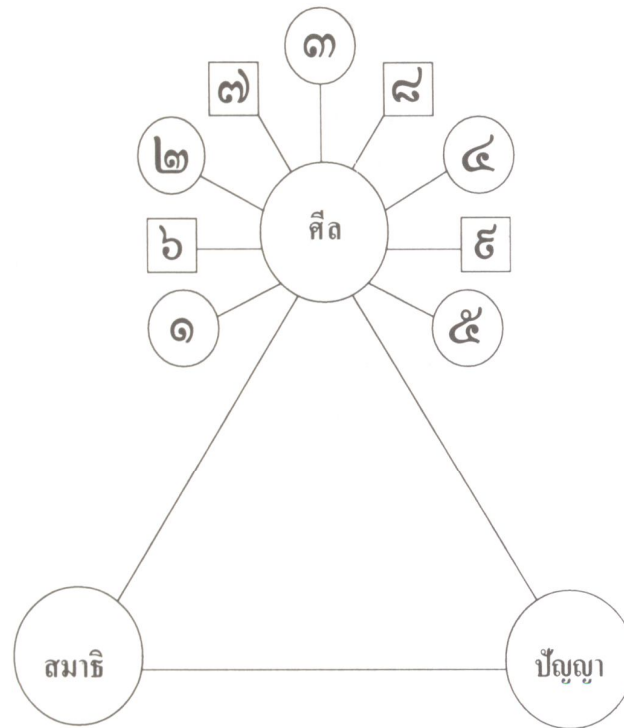
เพราะฉะนั้น ก่อนที่จะสมาทานศีลเจพรตก็ควรจะต้องพิจารณาและไตร่ตรองให้ถ่องแท้เสียก่อนว่า

- เรามีความพร้อมด้วย กาย วาจา ใจ ที่จะ ละจากเนื้อสัตว์โดยการไม่เบียดเบียนสัตว์เพียงอย่างเดียว
- หรือ พร้อมทั้งจะละจากกามคุณควบคู่ไปด้วย ไม่ว่าจะสามหรือกรรยาของตนอย่างถูกต้องก็ตาม ในระหว่างช่วงระยะเวลาสมาทานศีลเป็นครั้งคราว เพื่อได้รับอานิสงส์ของการสมาทานศีลเพิ่มขึ้น

โดยทั่วไปนั้น ผู้ที่อยู่ในพุทธศาสนามักจะประพฤติปฏิบัติตนให้อยู่ในศีล ๕ ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ากันเป็นส่วนใหญ่ แต่ ผู้ที่สมาทานศีลเจพรตเพื่อการประพฤติปฏิบัติธรรม และต้องการรักษาศีลในด้านของการไม่เบียดเบียนให้ครบถ้วนสมบูรณ์ ได้อย่างแท้จริงนั้น สมควรที่ จะต้องมีการรักษา “ศีล ๕” ของพระพุทธองค์ ร่วมกับ “ศีล ๔” ของพระมหาโพธิสัตว์ เรียกว่า “ศีล ๙” ซึ่งประกอบด้วยศีลดังต่อไปนี้ คือ

- (๑) การรู้จักคุณค่าและรักษาสัตว์มีชีวิตทั้งปวง โดย ละจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต
- (๒) ไม่พึงปรารถนาในทรัพย์สินที่มีเจ้าของตน โดย ละจากการลักทรัพย์
- (๓) ไม่หมกมุ่นในกามคุณหรือความใคร่ทั้งปวง โดย ละจากการผิดลูกเมียหรือคู่ชีวิตผู้อื่น
- (๔) เป็นผู้ที่มิสัจจะ และรักษาความจริง โดย ละจากการพูดเท็จ หรือพูดเหลวไหล
- (๕) รู้จักรักษาศติ และควบคุมอารมณ์ของตนเอง โดย ละจากการเสพติดของมีนเมา สิ่งมอมเมา หรือสิ่งที่จะเป็นเหตุให้ ขาดสติ ทั้งปวง
- (๖) ไม่เบียดเบียน ตนเอง หรือผู้อื่น โดยการไม่บริโภคสิ่งที่มีชีวิต เลือด เนื้อ หรือวิญญาณ
- (๗) มีเมตตาธรรม โดยการให้ความช่วยเหลือต่อเหล่ามนุษย์ สัตว์ และสิ่งมีชีวิตวิญญาณทั้งหลาย

- (๘) มีความยินดีต่อการกระทำดี โดยร่วมอนุโมทนา หรือช่วยเหลือกิจการที่เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม และต่อสรรพสัตว์ทั้งหลาย
- (๙) มีการวางเฉยในทุกข์ หรือสิ่งทั้งปวงที่เบียดเบียน และไม่สนับสนุนการเบียดเบียน ด้วยการให้อภัยและไม่โต้ตอบ โดยการไม่ยินดีในร้าย



○
ศีลพระพุทธรองค์ ๕ ข้อ

□
ศีลพระโพธิสัตว์ ๔ ข้อ

ศีล ๘

บทที่ ๘ หลักการทำสมาธิและอานิสงส์การทำสมาธิตามแนวของพระมหาโพธิสัตว์

ในการรักษาจิตของพระมหาโพธิสัตว์ที่นอกเหนือไปจากการไม่เบียดเบียนสัตว์ทั้งปวง ซึ่งจะเป็นเครื่องส่งผลให้ผู้ประพฤติปฏิบัติ *มีจิตใจเมตตา* และ *บังเกิดความสงบเยือกเย็น* ด้วยแล้ว ยังมีหลักของการประพฤติปฏิบัติธรรม โดย *การทำสมาธิเพื่อให้จิตมีพลังสมาธิที่แน่นและบังเกิดความสงบ มีความผ่อนคลาย* ซึ่งเป็น *การทำสมาธิที่มีมาก่อนครั้งพุทธกาล ตามแนวทางของพระมหาโพธิสัตว์* โดยการ *กำหนดเดินลมปราณ ๓ ขั้นตอน* คือ-

การเดินลมปราณขั้น ๑

- ตั้ง *จุดเริ่มต้นอยู่ที่กลางทรวงอก* หรือจุดศูนย์รวมของจิต
- กำหนดเดินลมปราณลงมาถึง *สะดือ*
- เดินลมปราณกลับขึ้นไป *ที่กลางทรวงอก*
- และเดินลมปราณกลับสู่ *สะดือ* อีกครั้งหนึ่ง
- จึงค่อยเดินลมปราณขึ้นไป *ถึงจุดกึ่งกลางหน้าผาก*
- แล้วเดินลมปราณกลับลงมาถึง *กลางทรวงอก* (คือจุดเริ่มต้น)
- นับเป็น ๑ รอบ

การเดินลมปราณขั้น ๒

- ตั้ง *จุดเริ่มต้นอยู่ที่สะดือ*
- กำหนดลมปราณขึ้นมาถึง *กลางทรวงอก*
- เดินลมปราณกลับสู่ *สะดือ* อีกครั้งหนึ่ง
- จึงค่อยเดินลมปราณขึ้นไป *ถึงจุดระหว่างดวงตาทั้งสอง* (อย่าให้เลยจากคิ้วขึ้นไป เพราะอาจจะทำให้ปวดศีรษะได้)
- แล้วเดินลมปราณกลับไปที่ *สะดือ* (คือจุดเริ่มต้น)
- นับเป็น ๑ รอบ

การเดินลมปราณขั้น ๓

- ตั้ง *จุดเริ่มต้นอยู่ที่กลางทรวงอก*
- กำหนดเดินลมปราณลงมาถึง *สะดือ*
- เดินลมปราณขึ้นไป *ถึงจุดกลางหน้าผาก*
- เดินลมปราณกลับลงมา *กลางทรวงอก*
- และเดินลมปราณกลับขึ้นไป *ถึงจุดกลางหน้าผาก* อีกครั้งหนึ่ง
- จึงค่อยเดินลมปราณกลับลงสู่ *ทรวงอก* (คือจุดเริ่มต้น)

- นับเป็น ๑ รอบ

ผู้ใดได้เข้าสู่การปฏิบัติใน ๓ ขั้นตอนนี้ด้วยความ *สม่ำเสมอ* มีการ*ผสมผสาน* ขั้นตอนที่แต่ละขั้นของทั้ง ๓ ขั้นตอนที่ *รวมกันได้ด้วยความสะดวก* และเกิดความชำนาญชำนาญแล้ว ก็จะ *เกิดประโยชน์ต่อการพิจารณา* และสามารถแยก *กายที่ทุกข์ทรมาน* กับ *ใจที่สับสน* หรือ *ตัวจิตที่สับสนวุ่นวาย* ให้แยกออกจากกันได้

เมื่อปฏิบัติได้ถึงขั้นนั้นแล้ว “กาย” กับ “จิต” จะเกิดการแยกการทำงานกันคนละหน้าที่ หรือเรียกว่า *กาย และจิตต่างรู้หน้าที่ของตัวเอง* ซึ่งเป็นจุดที่จะทำให้เกิดสิ่งที่เรียกว่า “ธาตุอากาศ” และ “ธาตุรู้” นั่นเอง

- *ธาตุอากาศ* และ *ธาตุรู้* จะเป็นมรรคเป็นผลที่บังเกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติกับผู้ประพฤติปฏิบัติในการกำหนดเดินลมปราณ ๓ ขั้นตอนที่
- เพราะว่ามีผู้ที่มีความพร้อมมูลด้วยเมตตา ใจใฝ่ยอมไม่เกิดโทษ หรือ *ความโกรธ* หรือเกิด *ธาตุไฟ* ได้ง่าย
- แต่จะเป็น *จิตที่มีความสงบ* เปรียบประดุจอากาศที่ *นิ่ง* และมีขอบเขตอย่างไม่รู้ประมาณ และจะเกิด *ตัวรู้* อย่างไม่รู้ประมาณเช่นเดียวกัน

ธาตุอากาศ เหมือนกับ *ความว่างเปล่า* ซึ่งแท้ที่จริงแล้ว มิใช่ความว่างเปล่า แต่ *มิสามารถเปรียบเทียบเป็น อย่างอื่นได้* จึงเรียกว่า *ธาตุอากาศ*

ธาตุรู้ ก็เป็นกรณีเดียวกัน เพราะตัวรู้นั้น *ไม่มีลักษณะหรือรูปให้เห็นได้เหมือนกับ ธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ* ซึ่งสามารถสัมผัส มองเห็น หรือรับรู้ได้

ทั้งสองธาตุนี้ *ไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า* แต่มีอยู่ และเมื่อเกิดขึ้นแล้วจะไม่เสื่อมสูญ หรือเสื่อมสลาย ดังนั้น การพิจารณาปฏิบัติให้เกิดธาตุทั้ง ๒ นั้น หากสามารถแยกแยะธาตุทั้ง ๔ คือ แยก *กาย* ออกจาก *จิต* หรือ *กาย ละเอียด* ได้อย่างมั่นคงแล้ว *ธาตุอากาศ* หรือ *ธาตุรู้* นั้น จะอยู่ในช่องว่างของจิตและกายนี้

การที่จะ *แยกกายออกจากจิต* ได้ ก็คือ

- *เกิดจากการมีสติควบคุมธาตุทั้ง ๔* โดยการตัดตัวแปรปรวนซึ่งมีลักษณะเหมือนกับ*ธาตุอากาศ* หรืออาจมีผู้เข้าใจผิดคิดว่าเป็น*ธาตุอากาศ*ที่แท้จริง
- เมื่อเกิดลักษณะเช่นนี้ขึ้น จึงตัดความเข้าใจนี้ออกไปก่อน ซึ่ง *ในปัจจุบันเรียกว่า “อารมณ์”* คือส่วนที่เป็นเครื่องฉาบติด หรือ *ตัวที่ทำให้เกิดความแปรปรวนขึ้นในจิต*
- ซึ่งตัวนี้จะ *เป็นตัวเชื่อมระหว่างกายกับจิต* ให้รู้สึกเกิดความเมื่อยล้า ปวด หรือเจ็บ อันจะเกิดการปรุงแต่งขึ้น
- และ *จิตนี้จะเสริมแต่งให้เกิดธาตุไฟ* หรือ *มีอารมณ์แปรปรวน ฟุ้งซ่าน* ให้เกิดความ *เฉื่อยชา* เกิดความ *เมื่อยล้า*

เพราะฉะนั้น หากสามารถตัดตัวอารมณ์นี้ออกไปได้ กายกับจิตจะแยกออกจากกัน โดยเด็ดขาด ทั้งนี้ อยู่ที่ *สติ จะเข้ามาควบคุม* และ *มีการพิจารณาเป็นส่วนประกอบ* เมื่อสามารถแยกกายกับจิตออกได้แล้ว *ธาตุอากาศจะวิ่งเข้า แทนที่* ก็จะเกิด *ธาตุทั้ง ๖* ขึ้นอย่างสมบูรณ์ครบถ้วน ที่เรียกว่า *ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ธาตุอากาศ* และ *ธาตุรู้* หรือ *ธาตุจิตรู้* นั่นเอง

การทำสมาธิ ตามหลักของพระมหาโพธิสัตว์ โดย **กำหนดการเดินลมปราณ ๓ ขั้นตอน** นี้ นับว่า เป็น **ประโยชน์ต่อผู้ที่สนใจ และหมั่นฝึกฝนตนด้วยการปฏิบัติ** อยู่เสมอๆ และผลของการปฏิบัติจะก่อเกิด **อานิสงส์ที่มี ประเด็นสำคัญ** ดังนี้คือ

- (๑) **จิต มีพลัง สมาธิ** นำสู่ความ **สงบเยือกเย็น** ได้อย่างรวดเร็ว
- (๒) **ร่างกาย** บังเกิดความ **สมบูรณ์ด้วยธาตุทั้ง ๖**
- (๓) **สามารถแยกกายออกจากจิต** เพื่อละจากความ **ทุกข์กาย และ ทุกข์ใจ**
- (๔) **เกิดตัวรู้** เมื่อสามารถปฏิบัติถึงขั้นที่เกิดมรรคผล

บทที่ ๕ กำเนิดศาลฟ้าดิน

หากแม่นั้นจะกล่าวถึง *การพักกรรม* หรือ *การชดใช้กรรม* ทางด้านมหายาน โดยไม่กล่าวถึง “*เสด็จพ่อฟ้า*” และ “*เสด็จแม่ดิน*” ก็จะเป็นการไม่สมบูรณ์ เพราะทั้ง ๒ พระองค์เป็น *ผู้รักษากฎเกณฑ์พระธรรมชาติ* ที่มีอยู่จริง และเป็น *ผู้ที่ควบคุมเกณฑ์ชะตาของมนุษย์* ทุกๆ ผู้ และ *สิ่งที่ควรตระหนักอย่างยิ่ง* คือ

- *องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า* ที่ได้อุบัติเกิดขึ้น ก็ด้วยการ *ตรัสรู้จากธรรมชาติ*
- หรือแม้แต่ *เหล่าพรหมเทพเทวะ* ผู้มีบารมีสูงกว่ามนุษย์ทั้งหลาย ก็ยังต้องให้ความเคารพและนมัสการต่อ “*เสด็จพ่อฟ้า เสด็จแม่ดิน*”

ฉะนั้น จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่มนุษย์ทุกๆ ผู้ ควรจะทำความเข้าใจ และให้ความเคารพต่อ “*เสด็จพ่อฟ้า เสด็จแม่ดิน*” อย่างถูกต้องเช่นกัน เพื่อจะได้เป็นสิริมงคลต่อชีวิตและจิตวิญญาณของตนเอง ที่ต้อง *เกิดมาใช้หนี้กรรม* และยังคง *เวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสาร* ทั้งสิ้น และจะได้ไม่กระทำสิ่งผิดพลาดที่เป็นการฝืนหรือขัดต่อกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ

ดังนั้น เพื่อความเข้าใจที่ถูกต้อง คณะผู้จัดทำจึงขอแนะนำ *ประวัติของการเกิดศาลเสด็จพ่อฟ้าเสด็จแม่ดิน* ที่ถูกต้องแท้จริง ซึ่งได้รับการถ่ายทอดมาจากคณะของ *พระวิสุทธิเทพ* เพื่อนำมาเผยแพร่ต่อท่านผู้อ่านทั้งหลายๆ ได้รับทราบและเกิดความศรัทธาปสาทะ ตลอดจนได้มีการปฏิบัติที่ถูกต้องสืบต่อไป

เมื่อเวลาหลายพันปีล่วงมาแล้วในอดีตกาล มีหมู่บ้านใหญ่แห่งหนึ่งในประเทศจีน ได้เกิดภัยพิบัติต่างๆ ขึ้น จนเป็นเหตุให้เกิดโรคภัยระบาดไปทั่วทั้งหมู่บ้านจนแทบจะไม่มีผู้ใดมีชีวิตรอด ทำให้มนุษย์กลุ่มหนึ่งมีความเห็นที่ผิดๆ ว่าธรรมชาตินี้ไม่ยุติธรรมเลย ในเมื่อชาวบ้านทั้งหลายก็ไม่เคยได้ก่อกรรมทำเข็ญใด ๆ แล้วเหตุไฉนจึงมาลงโทษกันเช่นนี้

และเมื่อเกิดความคิดวิปริตขึ้นมาเช่นนี้แล้ว ผู้ที่รอดชีวิตจากภัยพิบัติในครั้งนั้นจึงพากันสาปแช่ง *ธรรมชาติ* คือ “*ฟ้า*” และ “*ดิน*” เป็นการใหญ่กันทั้งหมู่บ้าน จนร้อนไปถึงเบื้องบนสวรรค์ ที่เห็นว่ามนุษย์กลุ่มนี้กระทำสิ่งที่ไร้เจลาบาปัญญา และจะพากันสูญพันธุ์ไปเปล่าๆ โดยหาประโยชน์สิ่งใดไม่ได้เลย

โลกสวรรค์จึงได้ส่งเด็กชายผู้หนึ่งลงมาเกิดท่ามกลางธรรมชาติ และส่งเสียงร้องออกมา ๕ ครั้ง อันเป็นสัญลักษณ์ว่าฟ้าให้มาเกิด โดยไม่มีหลังคาครอบคลุม โดยที่ฝนก็ตกลงมาอย่างหนักจนลืมหูลืมตาไม่ขึ้น แล้วก็เกิดมีเหตุอัศจรรย์ต่างๆ เกิดขึ้นกับชาวบ้านหมู่บ้านนั้น คืออาการของผู้ที่เจ็บป่วยอยู่ที่อันตรธานหายไป พิษพันธัญญาหารก็กลับอุดมสมบูรณ์ไปทุกสิ่งทุกอย่าง

เมื่อเด็กชายผู้นั้นเติบโตเป็นหนุ่มขึ้นมา ก็ได้ป่าวประกาศให้รู้กันไปทั่วว่า “*ธรรมชาติที่มีประโยชน์คือ “ฟ้า” และ “ผืนแผ่นดิน” ที่เราอาศัยอยู่นี้มีคุณค่าอย่างมหาศาลต่อมนุษย์*” จนชาวบ้านละแวกนั้นเกิดความเข้าใจที่ถูกต้องและเลื่อมใสศรัทธาขึ้นมา และร่วมแรงร่วมใจกันจัดเป็นสถานที่บูชาฟ้าดินขึ้นกลางแจ้ง อันพร้อมมูลด้วยเครื่องสักการะบูชาตลอดจนธัญญาหารต่างๆ ที่นำมาประกอบการสังเวทในพิธี

และต่อมาชายหนุ่มผู้นี้ได้เกิดมี **ความรู้พิเศษ** ขึ้นมาอย่างกระทันหัน คือ

- รู้ถึง **การประกอบพิธีการ** ต่างๆ
- รู้ถึงการที่มนุษย์เราทั้งหลายมี **ทุกข์** นานาประการ
- และรู้ว่าแต่ละผู้ก็มีแต่ **โลกโมโหสันต์** ต่างๆ นานา
- จึงได้มีการกำหนดกฎเกณฑ์ขึ้นว่า **การขอพรต่อธรรมชาติ** เพื่อแก้ไขดวงเกณฑ์ชะตาชีวิต จะต้องมีการให้ **สังฆะ** ที่จะละจากสิ่ง ไม้ดีสิ่งหนึ่ง ที่มนุษย์ทุกผู้ทุกนามมักจะมีข้อเสียบนตนเองทั้งสิ้น

ชายหนุ่มผู้นี้ก็ได้ไปวประกาศออกไปให้ชาวบ้านทั้งหลายได้รู้กันว่า

- หากผู้ใดจะขอพรสิ่งใดจากศาลฟ้าดิน ก็จะต้องมีสังฆะในการละวันจากสิ่งที่ตนเองกระทำชั่วอยู่ ๑ อย่าง
- โดยให้สังฆะนั้นต่อฟ้าและดิน คือ **“เสด็จพ่อฟ้า เสด็จแม่ดิน”** ที่เรียกเป็นภาษาจีนว่า **“ที ตี แป๋ บ้อ”**
- ซึ่งชาวบ้านในหมู่บ้านนั้น ก็มีศรัทธาให้สังฆะในการละจาก **สิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น**
- โดยที่ชายหนุ่มผู้นี้สอนให้ชาวบ้านตั้งจิตอธิษฐาน **ขอในสิ่งที่เป็นไปได้**
- และมีการสอนให้รู้จักไป **ฟังคำสั่งสอน** และรู้จักการ **ถือศีลเจ** ของพระมหาโพธิสัตว์ เพื่อให้รู้ว่าตัวเองกำลังเบียดเบียนตนเองหรือผู้อื่นในสิ่งใดและเช่นใดบ้าง

สิ่งที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ คือ **กำเนิดของศาลฟ้าดิน** อย่างย่อๆ ที่อุบัติขึ้นเป็นแห่งแรกในโลกก่อนพุทธกาลเมื่อหลายพันปีล่วงมาแล้ว โดย **มนุษย์ผู้ซึ่งจุดมาจากสวรรค์ซึ่งต่อมาได้สร้างบารมีจนสำเร็จเป็นเซียน “โจ้ว ซือ ลี เล่า กวน”** ผู้ได้สร้างศาลฟ้าดิน ที่เป็นประโยชน์ต่อชาวโลกไว้เพียงแห่งเดียวในครั้งนั้น จวบจนถึง **ปัจจุบัน** ซึ่งเป็น **ยุคเช็ญของพุทธศาสนา** ตามที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงทำนายเอาไว้แล้ว

นับตั้งแต่สมัยนั้นเป็นต้นมา มนุษย์ทั้งหลายก็เริ่มมีความเข้าใจในเรื่องของศาลฟ้าดินบ้าง และไม่เข้าใจบ้าง สุดแล้วแต่สภาพจิตใจของมนุษย์ที่จะยึดมั่นเชื่อถือในการกระทำ และต่อๆ มาก็ได้มีมนุษย์บางผู้นำมาจำลองสร้างเป็นศาลฟ้าดินขึ้น กล่าวคือ เมื่อมีการสร้างโรงเจหรือศาลเจ้าก็ดี ก็จะต้องมีการสร้างศาลฟ้าดินขึ้นด้วย

ศาลที่จำลองมานี้ย่อมที่จะถูกลักษณะบ้าง หรือไม่ถูกลักษณะบ้าง และผู้ที่ประกอบพิธีตั้งศาลก็เป็นผู้ที่มีจิตแก่กล้าบ้าง และไม่มีบ้าง หรือแม้แต่ผู้ที่ประกอบพิธีสร้างนั้นก็ทำด้วยศรัทธา หรือทำด้วยการทำตามอย่างผู้อื่น หรือฟังผู้อื่นเล่าต่อกันมาบ้าง ก็ย่อมที่จะไม่เกิดความสมบูรณ์ถูกต้องตามกำหนดของธรรมชาติ

ทั้งนี้ทั้งนั้น จุดมุ่งหมายในการสร้างศาลฟ้าดินก็ยังมีจุดหลัก ๆ อยู่เหมือนเดิม คือสร้างขึ้นเพื่อเป็นที่สักการบูชาต่อองค์เสด็จพ่อฟ้า และเสด็จแม่ดิน ตลอดจนเป็นที่พักพิงในด้านจิตใจและร่างกาย เพื่อการขอพระพรพระบารมีในสิ่งที่แต่ละผู้แต่ละนามมีสิ่งที่ติดขัดไม่ว่าจะเป็นเรื่องสัมมาชีพ โรคภัยไข้เจ็บ หรือเรื่องอื่นใดก็ตามที่

บทที่ ๑๐ การพักกรรมแบบมหายาน

พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงธรรมไว้อย่างละเอียดว่า “หากมนุษย์มีความสุขอยู่ในทรัพย์สมบัติ หรือสิ่งที่ตนรัก และหวงแหนก็ดี ก็จงอย่ามัวหลงเพลิดเพลินอยู่ในความสุขนั้นมากจนเกินไป แต่ควรรหาโอกาสสะสมสร้างบุญกุศลกันต่อไปอีก เพื่อเป็นทุนรอนในการที่ชะตาชีวิตจะหมุนไปสู่ทุกข์ตามกฎแห่งกรรม ที่ตนเองเป็นผู้ก่อขึ้นทั้งในอดีตชาติ และชาติปัจจุบัน”

พระองค์จึงทรง สอนในเรื่องทุกข์ ให้รู้ถึงบ่อเกิดแห่งทุกข์ ให้รู้ถึงการกระทำของตนเองที่ผ่านมา และอย่ามัวไปโทษว่าเป็นความผิดของผู้ใดหรือสิ่งใดทั้งสิ้น เพราะหลักของพุทธศาสนา ต้องการให้ทุกข์ ผู้เรียนรู้ด้วยตัวของตนเอง และพิจารณาตัวของตัวเอง มิใช่ที่จะมัวแต่ไปพิจารณาผู้อื่น ทั้งนี้เพื่อให้รู้ว่าตนเองนั้นยังมีเลสครอบงำอยู่หลายประการที่ควรพิจารณาสะสางให้หมดไป

นอกจากนั้นพุทธศาสนายังสอนให้พิจารณาถึง “กรรม” และ “ตัวกระทำ” ว่าควรจะทำอะไรปฏิบัติอย่างไรเพื่อต่อสู้กับวิบากกรรมต่างๆ และให้มีการกระทำที่เป็น การชำระล้างตนเองจากเจ้ากรรมนายเวรที่มีความ อามาตพยาบาทและตามจองล้างจองผลาญ อันเป็นหนี้กรรมที่ผูกพันกันมา และต้องชดใช้กันไปทุกภพทุกชาติจนกว่า จะหมดหนี้กรรมซึ่งกันและกัน

ดังนั้นพุทธศาสนาจึงสอน ให้มีการทำบุญกุศลเพื่อชดใช้ให้หมดไปที่ละเล็กละน้อย จึงจะนับว่าเป็นผู้ที่อยู่ใน พุทธศาสนาที่ถูกต้อง ทั้งนี้ก็เพราะเหล่า เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย เป็นต้นเหตุให้มนุษย์มีความทุกข์กายและทุกข์ใจอยู่ในปัจจุบัน ไม่ว่าจะเกิดเป็นปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัว ในสัมมาอาชีพ สุขภาพร่างกาย หรือสภาพจิตใจ และที่สำคัญอย่างยิ่งคือทำให้ เป็นอุปสรรคต่อการประพฤติปฏิบัติธรรม ซึ่งล้วนแล้วมีต้นเหตุมาจาก วิบากกรรม ที่เกิดจากการกระทำของตนเองต่อเหล่าเจ้ากรรมนายเวรทั้งหลายที่ผ่านมาในอดีตทั้งสิ้น

พระมหาโพธิสัตว์เป็นผู้บัญญัติ “ศีลเจพรต” ในการไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกันไว้ตั้งแต่ก่อนพุทธกาล และ อธิษฐานจิตอยู่คู่โลกเพื่อช่วยเหลือมนุษย์และสรรพสัตว์ทั้งหลายที่ตกทุกข์ได้ยาก โดยการตั้งจิตอธิษฐานอย่างแรงกล้า ตั้งแต่ครั้งก่อนพุทธกาล เพื่อช่วยเหลือมนุษย์ทั้งหลายที่ยึดมั่นอยู่ในศีลธรรมตลอดจนผู้ที่สามารถรำลึกถึงบาปที่ตนเอง ได้ทำไว้เพื่อให้มนุษย์ทุกคนได้ขอพรต่อพระองค์

พุทธศาสนาฝ่าย มหายานต้องการจะช่วยเหลือเหล่ามนุษย์ที่รู้สึกตัวว่าเคยประพฤติตนนอก luânอกทาง จนมีแต่ วิบากกรรมนำมาเกิดในชาติปัจจุบัน และมีจิตใต้สำนึกในการหมั่นบำเพ็ญเพียรสร้างบุญกุศล และประพฤติตนอยู่ในศีล เจพรต อันจะเป็นการผ่อนปรนให้กรรมหนักนั้นเบาบางลง และค่อยๆ ชดใช้กรรมที่ละเล็กละน้อย

หากท่านผู้อ่านมีจิตสำนึกถึงบาปบุญคุณโทษดังที่ได้กล่าวมาแล้ว หรือต้องการที่จะมีส่วนช่วยเหลือบรรพบุรุษ หรือผู้มีพระคุณ เพื่อการชดใช้หนี้กรรม โดยการขอพักกรรมต่อเหล่าท่านเจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย ก็ควรที่จะตั้งจิต อธิษฐานขอพรต่อพระมหาโพธิสัตว์ และปฏิบัติตนอยู่บนหลักใหญ่ๆ คือ

- ๑.) เป็นผู้ที่เชื่อในเรื่องของกรรมดีกรรมชั่วใน “กฎแห่งกรรม” ตามคำสอนของพระพุทธองค์
- ๒.) เป็นผู้ที่มีความเคารพศรัทธาในองค์พระมหาโพธิสัตว์เจ้า หรือที่รู้จักกันทั่วไปว่า “เจ้าแม่กวนอิม”
- ๓.) เป็นผู้ที่มีความเข้าใจในเรื่องของ “ศีลเจพรต” ในด้าน การไม่เบียดเบียน ซึ่งกันและกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการละเว้นจากการบริโภคนื้อ โคนและกระบือ

๔.) เป็นผู้ที่ประพฤตินอนอยู่ในพรหมวิหาร ๔ และ **ยึดมั่นในสัจจะ** ของตนที่จะละจากความชั่วสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ตนยังมีความบกพร่องอยู่

การเตรียมเครื่องสักการบูชาของพระธรรมชาติ

- ๑.) ส้ม ๔ ผล
- ๒.) ดอกบัว ๘ ดอก
- ๓.) ธูป ๘ ดอก
- ๔.) เทียนขาว ๑ คู่
- ๕.) กิมฮวย อั้งฉี่ ๑ ชุด (ใช้แทนบายศรีของไทย - มีจำหน่ายตามร้านสังฆภัณฑ์)
- ๖.) หมากพลู - จันอับ ๑ ชุด
- ๗.) น้ำเปล่า - น้ำชา อย่างละ ๒ ถ้วย

หมายเหตุ รายการที่ ๖ และ ๗ นั้นอาจยกเว้นได้ตามความเหมาะสม

การตั้งจิตอธิษฐานขอพักกรรม

- ๑.) กราบนมัสการ ๓ ครั้ง
- ๒.) กล่าวคำภาวนาบทสวด

“พระอิติสุขะโต พระอะระหังพุทโธ พระนะโมพุททายะ พระปฐมวิคังคา **นะมา** มิหัง (๒ จบ)
พระอิติสุขะโต พระอะระหังพุทโธ พระนะโมพุททายะ พระปฐมวิคังคา **ชะมา** มิหัง (๑ จบ)”

๓.) ระลึกถึงบาปกรรมที่ตนเองได้เคยกระทำผิดพลาดไว้ในอดีต และให้มีจิตสำนึกถึงผลของการกระทำนั้นๆ เพื่อการขอขมาต่อเจ้ากรรมนายเวร (หากเป็นการกระทำให้ญาติสนิทหรือผู้มีพระคุณ ก็ให้ตั้งจิตบอกกล่าววามาขอพักกรรมแทน.....เช่นบิดา...มารดา...ผู้มีความเกี่ยวข้อง....หรือผู้มีพระคุณ)

๔.) ตั้งจิตอธิษฐานกล่าวถวายเครื่องสักการบูชา

“ข้าพุทธเจ้า ขอตั้งจิตน้อมนำเครื่องสักการบูชาที่ได้จัดเตรียมไว้ทั้งหมดนี้ถวายต่อเสด็จพ่อฟ้า เสด็จแม่ดิน ทั้ง ๒ พระองค์ ขอได้โปรดเมตตารับการถวายจากข้าพุทธเจ้าด้วยเถิด พระพุทธเจ้าข้า”

๕.) ตั้งจิตอธิษฐานขอพักกรรมต่อเสด็จพ่อฟ้าเสด็จแม่ดิน โดยให้สัจจะว่าจะละจากการกระทำในสิ่งที่ไม่ดีอย่างใดอย่างหนึ่ง ที่ตนเองยังมีความบกพร่อง หรือยังผิดพลาดอยู่ เช่น

ก.) การรักษาศีล ๕ ของพระพุทธองค์

หรือ ข.) การรักษาศีลเจพรตของพระมหาโพธิสัตว์

หรือ ค.) สิ่งอื่นใดที่เป็นการลดละการกระทำไม่ดีต่างๆ ของตนเอง

(ตัวอย่างการกล่าวอธิษฐาน)

“ข้าพุทธเจ้าขอตั้งจิตอธิษฐานเพื่อการขอพักกรรมของข้าพเจ้า (หรือบิดา มารดา ญาติสนิท ผู้มีพระคุณ หรือผู้ที่อยู่ในครอบครัว) ในเรื่องของ..... (ตามความทุกข์ยากที่เป็นอยู่ไม่ว่าจะเป็นด้านสุขภาพร่างกายหรือจิตใจ)

โดยขอให้สัจจะว่าจะละจาก **การกระทำที่ไม่ดี** ในด้าน..... (หรือให้สัจจะว่าจะปฏิบัติตนที่ไม่เป็นการเบียดเบียนตนเองหรือผู้อื่น เช่น การรักษาศีล ๕ ของพระพุทธองค์ หรือการรักษาศีลเจพรตของพระมหาโพธิสัตว์โดย

การละ จากการบริโภคเนื้อโค กระบือ หรือการกินเจเป็นเวลาอย่างน้อย ๓ วันติดต่อกันเป็นต้น หรือสิ่งอื่นใดที่เป็นการลดละการกระทำที่ไม่ดีต่างๆ ของตนเอง)

ซึ่งทั้งนี้ จะขอตั้งจิตอุทิศบุญกุศลที่เกิดจากการกระทำตามสัจจะที่ให้ไว้นี้ต่อเหล่าท่านเจ้ากรรมนายเวรของ(ตนเอง หรือบิดา มารดา หรือผู้มีพระคุณ) เพื่อเป็นการผ่อนใช้หนี้กรรมที่มีต่อกันให้หมดสิ้นกันไป

ขอเสด็จพ่อฟ้าเสด็จแม่ดินได้โปรดเมตตา และพิจารณาประทานพระพรพระบารมีแก่ข้าพุทธเจ้าตามที่ทรงเห็นสมควรด้วยเถิด พระพุทธเจ้าข้า”

๖) กราบนมัสการ ๓ ครั้ง

วิธีการตั้งจิตอธิษฐานขอต่อพระมหาโพธิสัตว์ เพื่อการผ่อนใช้กรรม หรือขอพักกรรมต่อเจ้ากรรมนายเวร (กระทำต่อเนื่องจากการกล่าวต่อเสด็จพ่อฟ้า เสด็จแม่ดิน)

การเตรียมเครื่องสักการบูชาอันประกอบด้วย

- ๑.) ผลไม้ ๓ , ๕ , ๗ หรือ ๙ อย่าง
- ๒.) ดอกบัว ๕ ดอก
- ๓.) น้ำเปล่า-น้ำชา อย่างละ ๑ ถ้วย
- ๔.) ธูป ๕ ดอก
- ๕.) เทียนขาว ๑ คู่

การตั้งจิตอธิษฐานขอพักกรรม

๑.) กราบบูชาพระรัตนตรัย 3 ครั้ง

๒.) ให้มีจิตระลึกถึงบาปกรรมในสิ่งที่ตนเองได้เคยกระทำผิดพลาดไว้ในอดีตที่ผ่านมา และให้มีจิตสำนึกถึงผลกรรมของการกระทำนั้นๆ เพื่อการขอขมาต่อเจ้ากรรมนายเวร

๓.) ภาวนาบทสวดดังต่อไปนี้

“พระอิตฺตฺสคะโต พระอะระหังพุทฺโธ พระนะโมพุทฺธายะ พระปฐฺวีคังคา **นะมา** มิหัง” (๒ จบ)

“พระอิตฺตฺสคะโต พระอะระหังพุทฺโธ พระนะโมพุทฺธายะ พระปฐฺวีคังคา **ขะมา** มิหัง” (๑ จบ)

๔.) ตั้งจิตอธิษฐานเพื่อการให้สัจจะต่อ “ตนเอง” และต่อ “พระมหาโพธิสัตว์” เพื่อการละจากความชั่วหรือการกระทำในสิ่งไม่ดีที่ตนเองยังมีความบกพร่องหรือยังมีการกระทำที่ผิดพลาดอยู่ เช่น

ก. ประพฤติตนให้อยู่ใน “ศีล ๕” ของพระพุทธองค์ ตามที่สามารถปฏิบัติได้

ข. เริ่มต้นปฏิบัติตนอยู่ใน “ศีลเจ” ของพระมหาโพธิสัตว์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการละจากการบริโภคเนื้อโค กระบือ

ค. รักษาพรหมวิหาร ๔ โดยละจากการกระทำสิ่งใดๆ ที่เป็นการเบียดเบียนตนเอง หรือเบียดเบียนผู้อื่น เป็นต้น

๕.) ตั้งจิตอธิษฐานขอพรต่อพระมหาโพธิสัตว์เพื่อขอพระเมตตาบารมีในการเป็นสักขีพยานว่าจะค่อยๆ ผ่อนปรนในการใช้หนี้กรรมต่อเจ้ากรรมนายเวร และขอพระพรเพิ่มเติมเพื่ออุทิศอันสงฆ์บุญกุศลที่เกิดจากการกระทำที่ตนเองได้ให้สัจจะไว้แล้วในการชดใช้หนี้กรรมต่อเหล่าเจ้ากรรมนายเวรเพื่ออโหสิกรรมซึ่งกันและกัน

(ตัวอย่างขั้นตอนการกล่าวต่อพระมหาโพธิสัตว์โดยละเอียด)

๑.) กราบ ๓ ครั้งเพื่อบูชาคุณแห่งพระรัตนตรัย อันประกอบด้วยพระพุทธ พระธรรม พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า

๒.) กล่าวคำภาวนา

“พระอิติสุขะโต พระอะระหังพุทโธ พระนะโมพุททายะ พระปฐวีคังคา นะมามิหัง
 พระอิติสุขะโต พระอะระหังพุทโธ พระนะโมพุททายะ พระปฐวีคังคา นะมามิหัง
 พระอิติสุขะโต พระอะระหังพุทโธ พระนะโมพุททายะ พระปฐวีคังคา นะมามิหัง
 ข้าพุทธเจ้า ขอน้อม กาย วาจา ใจ ระลึกบูชา คุณแห่งพระรัตนตรัย อันประกอบด้วย พระพุทธ พระธรรม พระ
 อริยสงฆ์ และขอน้อมถวายนมัสการต่อพระมหาโพธิสัตว์

ข้าพุทธเจ้าได้มีความพร้อมใน กาย วาจา ใจ จัดเตรียมเครื่องสักการบูชาและผลไม้ตลอดจนน้ำเปล่าและน้ำ
 ชา เพื่อตั้งจิตถวายต่อพระมหาโพธิสัตว์เป็น พุทธบูชา ธรรมะบูชา อริยสงฆ์เจ้าบูชา จึงทูลขอพระเมตตาได้โปรด
 พิจารณารับในการทูลเกล้าถวายจากข้าพุทธเจ้าด้วยเถิด พระพุทธเจ้าข้า.”

๓.) “พระอิติสุขะโต พระอะระหังพุทโธ พระนะโมพุททายะ พระปฐวีคังคา นะมามิหัง

ข้าพุทธเจ้า ระลึกถึงพระธรรมคำสอนในกฎแห่งกรรม และการรู้ผิดในการกระทำ ที่ก่อเกิดเป็นหนี้กรรมกัน
 ต่อท่านเจ้ากรรมนายเวร ในวันที่ข้าพุทธเจ้าได้สำนึกถึงการผิดพลาดและขอตั้งจิตในการให้สัจจะไม่เพื่อกระทำสิ่ง
 ผิดพลาดและประพฤติปฏิบัติตามแนวพระธรรมคำสอนเป็นข้อๆ ดังนี้

ก.) (เช่น จะไม่เบียดเบียนเนื้อสัตว์ใหญ่ โค กระบือ ตลอดไป)

ข.) (เช่น ไม่เบียดเบียนเนื้อสัตว์ในวันพระจีน ตลอดระยะเวลา ๓ เดือนในช่วงเข้าพรรษาหรือน้อย ๓ วัน
 ติดต่อกัน)

ค.) (เช่น รักษาศีลพรหมวิหารธรรม) เป็นต้น.

ข้าพุทธเจ้า จึงทูลขอพระเมตตาจากพระมหาโพธิสัตว์ได้โปรดเป็นสักขีพยาน และทูลขอพระเมตตาในพระพร
 พระบารมีเสริมเพิ่มเติมต่อตัวข้าพุทธเจ้าและท่านเจ้ากรรมนายเวรให้เป็นความสำเร็จสมบูรณ์ตามสัจจะที่ให้ไว้ ตามที่
 พระองค์จะทรงเมตตาเห็นสมควรด้วยเถิดพระพุทธเจ้าข้า.”

๔.) “พระอิติสุขะโต พระอะระหังพุทโธ พระนะโมพุททายะ พระปฐวีคังคา นะมามิหัง

ข้าพุทธเจ้า..... ทูลขอขมาในสิ่งผิดพลาด หรือขาดตกบกพร่องโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ไม่ว่าด้วย กาย วาจา ใจ
 เพื่อมิให้ก่อเกิดเป็นวิบากกรรมสืบต่อไป ด้วยเถิด พระพุทธเจ้าข้า.”

๕.) กราบนมัสการ ๓ ครั้ง

บทที่ ๑๑ การอุทิศอานิสงส์บุญกุศล

คำว่า “**กุศล**” หมายถึง “**บุญ**” หรือ “**กรรมดี**” และคำว่า “**อุทิศ**” หมายถึง “**การให้**” ดังนั้นการอุทิศอานิสงส์บุญกุศลในที่นี้จึงหมายถึงการตั้งจิตอุทิศบุญกุศลที่เกิดจากผลของกรรมดีที่ได้มีการกระทำตามสัจจะวาจาของตนเองที่ได้ให้ไว้ต่อ “**เสด็จพ่อฟ้า เสด็จแม่ดิน**” และ “**พระมหาโพธิสัตว์**” เพื่อเป็นการชดใช้หนี้กรรมต่อท่านเจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย เพื่อให้โอสิกรรมต่อกัน และเลิกจากการอาฆาตพยาบาทของเวรซึ่งกันและกัน ซึ่งเราสามารถที่จะตั้งจิตอุทิศอานิสงส์บุญกุศลที่เกิดจากการกระทำของตัวเองได้ ๓ วิธีคือ

๑.) **การกรวดน้ำ** คือการตั้งใจอย่างแน่วแน่เพื่ออุทิศบุญกุศลให้กับท่านเจ้ากรรมนายเวรด้วยการหลั่งรินน้ำที่สะอาดเป็นเครื่องหมาย และเป็นเครื่องรวมกระแสจิตเพื่ออุทิศอานิสงส์บุญกุศลให้ตกสู่ท่านเจ้ากรรมนายเวร และนำน้ำที่กรวดไปเทลงที่ให้ดินไม่ใหญ่ โดยอธิษฐานขอต่อพระแม่ธรณีเพื่อการนำอานิสงส์บุญกุศลไปสู่เจ้ากรรมนายเวรอีกต่อหนึ่ง

๒.) **การจุดธูปบอกกล่าว** คือการตั้งจิตอธิษฐานโดยใช้ธูปเป็นสื่อในการบอกกล่าวต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เพื่อการเมตตานำอานิสงส์บุญกุศลไปสู่ท่านเจ้ากรรมนายเวร หรือหากมีจิตใจที่มั่นคงก็สามารถตั้งจิตบอกกล่าวเพื่ออุทิศอานิสงส์บุญกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวรโดยตรง

๓.) **การนั่งปฏิบัติสมาธิ** คือการนำผลของการทำสมาธิให้จิตเกิดความสงบที่ก่อเกิดเป็นพลังของกระแสจิตที่แน่วแน่ และสามารถที่จะอุทิศอานิสงส์บุญกุศลให้กับท่านเจ้ากรรมนายเวรได้โดยตรงอีกทางหนึ่ง

(ตัวอย่างการกล่าวอุทิศอานิสงส์บุญกุศล)

“ข้าพเจ้าขอตั้งจิตอุทิศอานิสงส์บุญกุศล ที่ก่อเกิดจากการกระทำตามสัจจะที่ตั้งไว้ เพื่อเป็นการชดใช้หนี้กรรมให้กับเหล่าท่านเจ้ากรรมนายเวรทั้งหลายที่ข้าพเจ้าเคยล่วงเกินด้วยกาย วาจา ใจ ทั้งในอดีตและในชาติปัจจุบันโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์จนเกิดเป็นหนี้กรรมซึ่งกันและกัน

ขอให้ท่านทั้งหลายจงอนุโมทนารับอานิสงส์บุญกุศลในครั้งนี้ และได้โปรดอโสิกรรมให้แก่ข้าพเจ้า และขออย่าได้จองเวรซึ่งกันและกันสืบต่อไป โดยขอตั้งจิตอุทิศกุศลผลบุญของข้าพเจ้าทุก ๆ ครั้ง และทุก ๆ ด้านให้แก่ท่านทั้งหลายเพื่อให้หมดหนี้กรรมต่อกัน”

หมายเหตุ ๑.) ในกรณีที่อุทิศส่วนกุศลเฉพาะตนเองให้ตั้งจิตอธิษฐานกล่าวคำอุทิศในใจทั้ง ๓ วิธี

๒.) ในกรณีที่อุทิศส่วนกุศลเป็นหมู่คณะก็ให้กระทำตามวิธีที่ ๑ คือการกรวดน้ำ โดยให้นำน้ำสะอาดใส่ขันแล้ววางไว้ข้างหน้าหรือตรงกลางหมู่คณะ แล้วคล้องสายสิญจน์จากขันน้ำโยงมาให้ทุกผู้จับไว้ และให้มีผู้ที่นำกล่าวอุทิศส่วนกุศลตามตัวอย่างข้างต้นโดยให้ทุก ๆ ผู้ตั้งจิตอธิษฐานตามด้วยจิตที่เป็นสมาธิแน่วแน่หรือไม่ออกแกล

บทที่ ๑๒ สรุป

พระมหาโพธิสัตว์บัญญัติห้ามการบริโภคสิ่งมีชีวิต มีเลือดเนื้อ และมีวิญญาณ แต่มนุษย์บางหมู่เหล่ากลับถือว่า ผักบางชนิดที่มีกลิ่นคาวหรือทำให้เกิดความกำหนัดเป็นสิ่งต้องห้ามของผู้ถือศีลเจพรต ฉะนั้นฆราวาสทั้งหลายจึงทำ ความเข้าใจให้ถูกต้องว่าสิ่งเหล่านี้มีใ้ค้อยู่ในข้อบัญญัติของศีลเจพรต เพราะตามกฎหมายของพระมหาโพธิสัตว์ที่ได้มี ขึ้นเป็นเวลานานมาแล้วนั้น มิได้บัญญัติรวมถึงผักที่มีกลิ่นคาว

พระมหาโพธิสัตว์ต้องการให้มนุษย์เราได้พิจารณาถึงชีวิตของสัตว์น้อยใหญ่ ที่มนุษย์เราจะนำมาประกอบเป็น อาหาร **ควรที่จะบริโภคด้วยความสำรวมและไม่เลื่อมใส** แต่เป็นเพียงการบริโภคเพื่อบรรเทาความหิวโหยที่ร่างกาย ของมนุษย์เป็นปุถุชนยังต้องการอาหารเพื่อหล่อเลี้ยงชีพและร่างกาย เพราะ**อาหารที่ปราศจากการเบียดเบียนก็สามารถ ช่วยให้มนุษย์ผู้เป็นสัตว์อันประเสริฐดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างผาสุก** หากรู้จักการบริโภคแต่เพียงพอก็จะเป็นประโยชน์ต่อ มนุษย์

มนุษย์บางส่วนกลับถือว่าการเบียดเบียนสัตว์นั้นแหละเป็นสิ่งที่ถูกต้อง ผู้ที่ชังอยู่กับการไม่เบียดเบียนกลับถูก ตาหน้าว่าเป็นผู้ที่คร่ำครึ ล้าสมัย ไม่ทันต่อเหตุการณ์ ถ้าหากว่ามนุษย์เรามีจิตเมตตา มีปัญญาที่ละเอียดอ่อนเพื่อพิจารณา ให้ลึกซึ้ง ก็จะเห็นว่า **ผู้ที่เบียดเบียนเนื้อสัตว์ต่างๆ นานานั้น เปรียบเสมือนกับพญายักษ์ เพราะจะมีแต่ความโลภโม โทสันต์ไม่มีสิ้นสุด มีแต่ความอิจฉาริษยา มีแต่การจ้องล้างจ้องผลาญไปทุกๆ ชาติ** จนเกิดเป็นเจ้ากรรมนายเวรผูกพัน จิตใจในการที่จะประหัดประหารกันไม่มีวันสิ้นสุด เพราะหากมีมากขึ้นมากขึ้น ก็เปรียบเสมือน ไฟที่ชนะน้ำ หากมนุษย์ เราเปรียบเสมือนน้ำ คือรู้จักการบริโภคอาหารที่ไม่เบียดเบียนมากขึ้นมากขึ้น น้ำก็ย่อมชนะไฟได้ฉับใดฉับนั้น

ผู้มีวิบากกรรมทั้งหลายที่ต้องเกิดมาซัดใช้หนี้กรรมกันในชาตินี้ แต่มีจิตใจเป็นกุศล **โดยกรรมนั้นสร้างอานิสงส์ บุญกุศลและอยู่ในศีลเจพรตเป็นเครื่องแสดงถึงผู้ที่รู้ผิดรู้ชอบ** หากมีความอดทนและต้องการที่จะชดใช้กรรมให้หมด ลิ่นกันไป ก็**ควรจะเพียรหมั่นสะสมสร้างแต่กรรมดีให้มากๆ เพื่อให้กรรมชั่วนั้นตามไม่ทันกรรมดีที่เราสร้างขึ้นใหม่** เพื่อให้เป็นไปตามคำสอนของพระพุทธองค์ที่ว่า **กรรมดีส่วนกรรมดี กรรมชั่วส่วนกรรมชั่ว**

เมื่อเรามีกรรมอย่างใดมากกว่าก็ย่อมมีโอกาสที่จะได้เสวยกรรมนั้นก่อน และมีโอกาสที่จะนำกรรมดีมาผ่อน ปรนใช้หนี้กรรมในทางที่ถูกต้องโดยการเจรจาหรือต่อเจ้ากรรมนายเวร เพื่อให้มีความยินยอมพร้อมใจที่จะ อโหสิกรรมกันทั้งสองฝ่ายหรือมีการขอพักกรรมโดยการอธิษฐานขอต่อเสด็จพ่อฟ้าเสด็จแม่ดินและพระมหาโพธิสัตว์ จึงจะเป็นสิ่งที่ถูกต้องในการที่จะผ่อนใช้ เพื่อลดล้างหนี้กรรมให้หมดสิ้นไปซึ่งกันและกัน

การที่เราถือศีลเจพรต แสดงว่าเราเป็นผู้มีเมตตาเป็นที่ตั้ง เพื่อลา

จากการเบียดเบียนโดยเอาจิตเราใส่จิตเขา เขาทุกข์ก็จึงคิดว่าเราทุกข์ หากจิตเราเป็นสุข เอาสุขนั้นเข้าสู่จิตผู้อื่น ผู้อื่น ย่อมเกิดสุขแน่ **สิ่งที่จะได้รับตอบแทนคือสุขนั้นย้อนเข้าสู่จิตของเรา** หากเมตตาของเราสูงขึ้นก็ย่อมต้องเกิดผลดีทุกๆ ด้าน ไม่ว่าจะทางโลกหรือทางธรรม **สัมมาอาชีพก็ย่อมเกิดผลเจริญงอกงาม และทางครอบครัวก็ย่อมเกิดความสุข อีก ทั้งด้านการประพฤติปฏิบัติธรรมก็ย่อมเกิดผลดีนำจิตเข้าสู่สุขบรมสุขอย่างแน่นอน**

ผู้อ่านทั้งหลายจงพิจารณาเถิดว่าวัตถุนั้นเจริญสุดขีดแล้วก็ย่อมเสื่อมสลายลงได้ ฉะนั้นการที่เราเป็นพุทธบริษัท ก็ควรยึดมั่นและปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตลอดจนศีลการไม่เบียดเบียน ของพระมหาโพธิสัตว์ โลกนี้ก็จะเกิดสันติสุข โลกนี้จะน่าอยู่อาศัยมากกว่าปัจจุบัน และจะเป็นการพาดิวิญญาณของเรา ก้าวสูงขึ้นไปอีกขั้นหนึ่ง.