

ภาคผนวก

คู่มือศีล

จัดพิมพ์โดย วัดพญ์เชิงวรวิหาร

จังหวัดพระนครศรีอยุธยา



## บทที่ ๑

### ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับศีล

#### ความหมายของศีล

คำว่า ศีล เป็นคำนาม แปลว่า การรักษากายใจให้เรียบร้อย และยังหมายถึงข้อปฏิบัติสำหรับควบคุมกาย และวาจาให้ตั้งอยู่ในความดีงาม การรักษาปกติตามระเบียบวินัย ปกติมารยาทที่สะอาดปราศจากโทษ ข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว ข้อปฏิบัติในการฝึกกายวาจาให้ดียิ่งขึ้น ความสุจริตทางกายวาจาและอาชีพ

ความหมายของคำว่า ศีล ในพระพุทธศาสนานั้นมีปรากฏอยู่ในหลักธรรมคำสั่งสอน คือในพระไตรปิฎก รวมไปถึงคำอธิบายความที่ปรากฏในคัมภีร์พระอรรถกถา ฎีกา ทั้งนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาก็ได้กล่าวถึงความหมายของศีลไว้หลายแห่งด้วยกันดังนี้

ในมหานามสูตรอังคุตตรนิกาย อัฐกนิบาต พระพุทธเจ้าได้ตรัสเรื่องศีล โดยเฉพาะศีล ๕ โดยทรงมุ่งถึงการรักษากายและวาจาให้เรียบร้อยว่า “มหานามะ เมื่อใดแล อุบาสกเป็นผู้เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ เป็นผู้เว้นขาดจากการลักทรัพย์ เป็นผู้เว้นขาดจากการประพฤติดีกในกาม เป็นผู้เว้นขาดจากการพูดเท็จ เป็นผู้เว้นขาดจากการเสพของมีนเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาท เมื่อนั้นอุบาสกชื่อว่าผู้มีศีล ด้วยเหตุเพียงเท่านั้นแล”

ในกฎทนต์สูตร ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค พระพุทธเจ้าตรัสศีล โดยทรงเรียกว่า “สิกขาบท” โดยให้เป็นข้อประพฤติปฏิบัติสำหรับควบคุมกาย วาจา ว่า การที่บุคคลผู้มีจิตเลื่อมใสสมาทานสิกขาบททั้งหลาย คือ เจตนาเป็นเหตุเว้นจากการฆ่าสัตว์ เจตนาเป็นเหตุเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้ เจตนาเป็นเหตุเว้นจากการประพฤติดีกในกาม เจตนาเป็นเหตุเว้นจากการพูดเท็จ เจตนาเป็นเหตุเว้นจากการเสพของมีนเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาท นี่เป็นยัญซึ่งใช้ทุนทรัพย์และมีการเตรียมน้อยกว่า แต่มีผลานิสงส์มากกว่ายัญสมบัติ ๓ ประการ มีองค์ประกอบ ๑๖ กว่ำนิตยทานที่ทำสืบกันมา กว่่าวิหารทาน และกว่าสรรณคมนี่

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคพระพุทธโฆसाจารย์ ได้อธิบายความหมายของ ศีล ไว้ว่า คำว่า “ศีล” นี้ แปลว่า ปกติ คือทำกายและวาจาให้เป็นปกติให้เรียบร้อย ไม่ทำความเดือดร้อนให้แก่ผู้ใด แปลว่า เย็น คือทำให้เป็นคนเยือกเย็น ทำให้เย็นกาย เย็นใจ ไม่ต้องเดือดร้อนเพราะขาดศีล แปลว่า เกษม คือปลอดภัย ทำให้เบาใจสบายใจ อีกอย่างหนึ่ง คำว่าศีลนี้ มีความหมายเป็น สีสนะ กว่าคือเป็นมูลรากส่วนคำว่า “สีสนะ” นี้ ก็คือกิริยาที่รวมเอาไว้อย่างดี หมายถึงความที่กรรมในทวารมีกายกรรมเป็นต้น

ไม่กระจัดกระจายโดยความมีระเบียบอันดีอย่างหนึ่ง คือความเข้าไปรับไว้ หมายถึง ความเป็นที่รองรับ โดยความเป็นที่ตั้งอาศัยแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย

หรืออีกนัยหนึ่งว่า

ศีล คือ เจตนา หมายถึง เจตนางดเว้นจากบาปธรรมมีปาณาติบาต เป็นต้น

ศีล คือ เจตสิก (ได้แก่กุศลธรรม คือ ความไม่โลภ ความไม่พยาบาท ความเห็นชอบ) ของบุคคล งดเว้นจากบาปธรรมมีปาณาติบาต เป็นต้น

ศีล คือ การสำรวม หมายถึง ความสำรวมในปาติโมกข์ ความสำรวมอย่างมีสติ สำรวมด้วยความรู้ สำรวมด้วยความอดทน และสำรวมด้วยความเพียรพยายาม

ศีล คือ ความไม่ล่วงละเมิด หมายถึง การไม่ล่วงละเมิดด้วยกาย หรือด้วยวาจาของผู้ที่สมาทาน ศีลแล้ว

ในคัมภีร์วิมุตติมรรค พระอุปติสสเถระ กล่าวความหมายของศีลไว้ว่า ศีล หมายถึง ศีระ ความเย็น สันติ ดีเลิศ การกระทำปกติและสภาพปกติตามธรรมชาติของทุกข์และสุข

ศีล หมายถึง ความเย็น มีอธิบายว่า ไม่ว่านั่นที่มีความเย็นมากที่สุดช่วยทุเลาความร้อนของพิษ ไข้ในร่างกายได้ฉับใด ศีลก็ฉับนั้น คือ ช่วยทุเลาไข้ใจที่เกิดจากความสะดุ้งกลัวหลังจากศีลขาดและก่อให้เกิดปราโมทย์

ศีลหมายถึง สันติ มีอธิบายว่า ถ้าบุคคลมีศีล เขาจะมีความประพฤติเรียบร้อย ไม่สร้างความหวาดกลัวให้เกิดขึ้น

ปทานุกรมบาลี-ไทย-อังกฤษ สันสกฤต ให้ความหมายของศีลไว้ว่า “ศีล คือความปกติของ ธรรมชาติ ธรรมชาติอันสัตบุรุษพึงทรงไว้ สภาวะความสำรวม”

ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ได้ให้ความหมายของศีลไว้ว่า ศีลคือข้อบัญญัติที่กำหนดการปฏิบัติทางกายและวาจา ทางพระพุทธศาสนา เช่น ศีล ๕ ศีล ๘

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ทรงแสดงทัศนะเรื่อง ความหมายของศีลไว้ว่า

ศีล แปลตามศัพท์ว่า ปกติ หมายความว่า ความเป็นปกติเรียบร้อย (อย่างหนึ่ง) ความเคยชินลง รูปลงตัวติดอยู่ประจำอยู่ เป็นปกติ (อย่างหนึ่ง) ความเป็นปกติเรียบร้อย หมายถึง ความปกติเรียบร้อย ของความประพฤติ เพราะเว้นการที่ควรเว้น ประพฤติการณ์ที่ควรประพฤติ

พุทธทาสภิกขุ ได้อธิบายความหมายของศีลไว้ว่า ศีลหมายถึงความเป็นปกติ หรือปกติภาวะ ตามธรรมดา หมายความว่า ทำทุกอย่างอยู่ตามหน้าที่ที่ควรจะทำ แต่อยู่ในภาวะปกติ คือ ไม่เดือดร้อน ไม่กระวนกระวาย ไม่ระส่ำระสาย ไม่มีความสกปรกความเศร้าหมองใดๆ เกิดขึ้น โดยเนื้อความ ศีล หมายถึง ระเบียบที่ได้บัญญัติขึ้นไว้สำหรับประพฤติปฏิบัติกัน เพื่อให้เกิดภาวะปกติขึ้นมาที่กาย ที่วาจา

ศีล คือการปฏิบัติเกี่ยวกับระเบียบการเป็นอยู่ทางภายนอก ศีลพัฒนาที่กาย ที่วาจา ให้เป็นกาย วาจา ที่น่ายุติ เมื่อเรามีศีลเป็นพื้นฐานแล้ว เราจึงจะมีจิตที่เป็นสมาธิได้ง่าย ถ้ามีศีลดีสมาธิก็ง่าย

ศีล ๕ หรือ เบญจศีล คือความประพฤติชอบทางกาย และวาจา การรักษากายวาจาให้เรียบร้อย การรักษาปกติตามระเบียบวินัย ข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว การควบคุมตนให้ตั้งอยู่ในความไม่เบียดเบียน

เมื่อรับศีล ๕ หรือเบญจศีล คือ ความประพฤติชอบทางกายและวาจา เป็นข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว สมควรประพฤติธรรมอันดีงามอีกส่วนหนึ่ง เพราะ “ศีล” เป็นสิ่งสำคัญที่ควรจะมีก่อน เพราะศีลเป็นเบื้องต้นแห่งความดีงาม เป็นที่พึ่งเบื้องต้น เป็นมารดาแห่งกัลยาณธรรมและเป็นบ่อเกิดแห่งกุศลธรรมทั้งปวง คำว่า ศีล แปลว่า ปกติ สิ่งไรเป็นปกติ สิ่งนั้นย่อมไม่มีโทษ อย่างบ้านเมืองสงบเป็นปกติ หมายความว่า ปราศจากภัยจากภายในและภายนอก คนมีความปกติภายในตน คือไม่มีภัยเบียดเบียน มีอาหารเครื่องนุ่งห่มที่อยู่อาศัยเป็นปกติ คนที่อยู่ร่วมกันไม่เบียดเบียนก่อทุกข์แก่กัน คือ ไม่ฆ่ากัน ไม่ทำร้ายกัน ไม่ลักฉ้อ แย่งชิงกัน ไม่ลักลอบทำชู้กัน ไม่ขี้ปด หลอกลวงกัน ไม่ขี้เมาก่อความรำคาญทะเลาะวิวาทกัน ในครอบครัวนั้นก็อยู่เป็นปกติไม่มีใครเดือดร้อนลำบากทุกข์ยาก คำว่าปกตินี้จึงหมายถึงความเรียบร้อยภายในตัวบุคคลแต่ละคน และทั้งหมู่คณะที่อยู่ร่วมกัน ปกติ นี้มาจากภาษาบาลี คือ ศีล หมายถึง การงดเว้นจากการกระทำบาป ๕ ประการ ได้แก่ งดเว้นจากการฆ่าสัตว์ งดเว้นจากการลักทรัพย์ งดเว้นจากการประพฤติก่อความเดือดร้อนทางเพศ งดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการดื่มสุราและยาเสพติด การเจริญเมตตาจิต กรุณาจิต มุทิตาจิต อุเบกขาจิต ไปในทิศทั้งหลายไม่มีขอบแดน เป็นการแผ่ความปรารถนาดีแก่ผู้อื่นให้มีความสุขความสบายทั่วกัน ไม่เลือกที่รักมักที่ชัง จึงเป็นการสร้างความรู้สึกให้สัตว์ทั้งหลายอยู่ร่วมกันโดยไม่มีเวรต่อกัน ไม่เบียดเบียนกัน เป็นการแผ่เมตตาอย่างไม่มีประมาณ ไม่มีขีดจำกัด

หลักศีลธรรมทางพระพุทธศาสนาชั้นสามัญที่เรียกว่า เบญจศีล เบญจธรรม คือ ศีล ๕ และธรรม ๕ ซึ่งพระพุทธศาสนาสอนไว้ในแง่เว้นความชั่วและแง่ทำความดี เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ในการครองชีวิต เบญจศีล เบญจธรรมนั้น ศีล หมายถึงการเว้นความชั่ว ธรรม หมายถึงการเพิ่มพูนความดี

### ความหมายของเบญจศีล

คำว่า เบญจ (บาลีว่า ปญจ) แปลว่า ห้า ศีล แปลว่า ปกติ คือความปกติเรียบร้อยแห่งกาย วาจา แปลรวมว่า ปกติห้าอย่าง เป็นหลักปฏิบัติสำหรับขจัดความชั่วทางกายและทางวาจา ศีล ๕ หรือเบญจศีล คือ ความประพฤติชอบทางกายและวาจา เป็นข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว ๕ ประการนี้คือ

เว้นจากการปลงชีวิต เว้นจากการฆ่าการประทุษร้ายกัน

๑) เว้นจากการลัก ขโมย โกง ละเมิดกรรมสิทธิ์ ทำลายทรัพย์สิน

- ๒) เว้นจากการประพาศพิณในกาม การล่องละมิดสิ่งทีผู้อื่นรักใคร่ หวงแหวน
- ๓) เว้นจากการพูดเท็จ โกหก หลอกลวง
- ๔) เว้นจากน้ำเมา คือสุราเมรัย และสิ่งเสพติดให้โทษ อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

ศีล ๕ ข้อนี้นับว่าเข้มข้นส่วนมากเรียกว่า ลิกขาบท ๕ (ข้อปฏิบัติในการฝึกตน) หรือ ธรรม ๕ เมื่อปฏิบัติตามศีล ๕ ได้ก็ชื่อว่า เป็นผู้มศีล คือเป็นเบื้องต้นที่จัดว่าเป็นผู้มีศีล คำว่า เบญจศีลที่มาในพระไตรปิฎก ปรากฏในคัมภีร์ชั้นอุปทาน และพุทธวงศ์ ต่อมาภายหลังมีชื่อเรียกเพิ่มว่าเป็น นิจศีล (ศีลที่ควรหัดควรรักษาเป็นประจำ) และ มนุษยธรรม (ธรรมของมนุษย์หรือธรรมที่ทำให้เป็นมนุษย์) เพราะผู้จะเป็นมนุษย์ได้นั้น ต้องเป็นผู้รักษาศีล ๕ อย่างบริบูรณ์มาก่อน ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคแสดง ความหมายของศีลว่า เจตนาของผู้คิดงดเว้นในการล่วงสิกขาบทนั้น เจตสิก อันได้แก่ความรู้สึกละเอียดในใจในการงดเว้นนั้นๆ ความรู้สึกละเอียดนี้ติดต่อกับวัตถุที่ตนจะล่วง หรือการไม่ก้าวล่วงของบุคคลที่สมทาน ลิกขาบทแล้ว นั่นแหละคือตัวศีล นอกจากนั้น ศีล ได้แก่ ธรรม ๔ อย่าง ดังนี้

- ๑) เจตนา ชื่อว่า ศีล เพราะมีเจตนาตั้งใจรักษาศีล
- ๒) เจตสิก ชื่อว่า ศีล เพราะเว้นจากชั่วทางกายวาจา รักษาจิตให้เป็นกุศลได้
- ๓) การสำรวม ชื่อว่า ศีล เพราะอาศัยสติกันบาปอกุศลไม่ให้เกิด ทำให้ศีลไม่ขาด
- ๔) การไม่ก้าวล่วง ชื่อว่า ศีล เพราะไม่ก้าวล่วงกิเลสอย่างหยาบที่เกิดทางกาย วาจา กาย วาจา เป็นสุจริต ไม่ทำทุจริตก็ชื่อว่า ศีล

อนึ่ง ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ยังแสดงความหมาย (อรรถ) แห่งศีลไว้ ๔ อย่างว่า

๑) เป็นปกติ ชื่อว่า กิจที่ทำ คำที่พูดไม่กระจัดกระจาย เป็นปกติ เป็นที่รองรับแห่งกุศล ธรรมทั้งหลาย เมื่อตั้งอยู่ในศีลทั้งหลาย งดเว้นข้อห้ามนั้นๆ แล้วกายวาจาใจของ ผู้นั้นจะเป็นปกติ ไม่ต้องเดือดร้อน เพราะเวรภัยที่เกิดจากการผิดศีล

๒) เป็นของเย็น เพราะศีลมีจุดหมายมิให้เบียดเบียนกัน ทั้งมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายย่อมอยู่เย็นเป็นสุขทั่วกัน

๓) เป็นของสูง เพราะศีล เป็นคุณธรรมสูงเหนือกว่าความชั่ว อกุศลธรรมทั้งหลายที่เป็นของต่ำช้า เลวทราม

ผู้รู้ทั้งหลายสรรเสริญแล้ว ชื่อว่า ศีลทุกข้อ เป็นกัลยาณธรรม นำสรรเสริญ เพราะปราศจากโทษ ไม่มีความชั่ว เมื่อผู้ใดนำเอาศีลมาปฏิบัติอย่างถูกต้องในข้อนั้นๆ แล้ว ผู้นั้นย่อมเป็นผู้มีกัลยาณธรรม

นอกจากนี้ ศีล ยังมีความหมายหลายนัย คือความประพฤติดีทางกายและวาจา การรักษา กายและวาจาให้เรียบร้อย ข้อปฏิบัติสำหรับควบคุมกายและวาจาให้ตั้งอยู่ในความดีงาม การรักษาปกติ

ตามระเบียบวินัย ปกติมารยาทที่สะอาดปราศจากโทษ ข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว ข้อปฏิบัติในการฝึกหัดกายวาจาให้ดียิ่งขึ้น ความสุจริตทางกายวาจาและอาชีพ มักใช้เป็นคำเรียกอย่างง่ายสำหรับคำว่า อธิศีลสิกขา

## ระดับของศีล

ศีล มี ๒ ระดับ ได้แก่

๑) *ระดับธรรม* ที่ยังเป็นธรรม คือเป็นข้อแนะนำสั่งสอนหรือหลักความประพฤติที่แสดงและบัญญัติไปตามกฎธรรมดาแห่งความดี ความชั่ว ที่เรียกว่ากฎแห่งกรรม ผู้ทำดี ทำชั่ว รักษาศีล ละเมิดศีล ย่อมได้รับผลดีหรือผลชั่วตามเหตุปัจจัย หรือกฎแห่งกรรมนั้น

๒) *ระดับวินัย* เป็นแบบแผน ข้อบังคับที่บัญญัติ หรือกำหนดขึ้นเป็นกฎหมายสำหรับกำกับความประพฤติของสมาชิกในสังคม โดยสอดคล้องกับความมุ่งหมายของสังคม โดยเฉพาะผู้ละเมิดบทบัญญัติแห่งศีลประเพณีวินัยนี้ย่อมมีความผิดทางกฎหมายด้วย เป็นการเพิ่มจากอกุศลเจตนาที่จะได้รับตามกฎหมายแห่งกรรมตามธรรมชาติ

ศีลขั้นพื้นฐานสำหรับมนุษย์ ได้แก่ ศีล ๕ มีสาระมุ่งไปเพื่อการไม่เบียดเบียน ซึ่งเป็นขั้นเริ่มต้นของการสร้างสภาพแวดล้อมทางสังคมที่เกื้อกูลศีล ต่อจากนั้นจะเป็นการเน้นการเกื้อกูลสิ่งแวดล้อมและความเป็นอยู่ส่วนตัว และการฝึกหัดขัดเกลา (กิเลส) ตนเอง การรักษาศีลมีเป้าหมายหลัก ๒ ประการ คือ ขัดเกลากิเลสพัฒนาตนเองให้เป็นคนดี สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างสันติสุข และเพื่อเกื้อกูลประโยชน์ต่อผู้อื่นและต่อสังคม

## โทษแห่งศีลวิบัติ

ในพระไตรปิฎก กล่าวถึงพุทธพจน์ เมื่อครั้งที่พระพุทธเจ้าตรัสเทศนาโปรดอุบาสก อุบาสิกา ชาวตำบลบ้านปาฏลิกาม ถึงโทษแห่งศีลวิบัติ ทำให้ได้ผล ๕ ประการ กล่าวโดยสรุปได้ดังนี้

ย่อมเข้าถึงความเสื่อมแห่งโภคทรัพย์ใหญ่หลวง

๑) กิตติศัพท์อันชั่วย่อมกระฉ่อนไป

๒) เข้าไปหาบริษัทใดๆ เช่น ชัตติยบริษัท พราหมณบริษัท คหบดีบริษัท สมณบริษัท ย่อมไม่กลัวกลัวเก้อเขินเข้าไปหาบริษัทนั้นๆ

๓) ย่อมเป็นผู้หลงลืมสติ

๔) หลังจากตายแล้วย่อมไปเกิดในอบาย ทุกคติ วินิบาต นรก

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ได้กล่าวเรื่องโทษแห่งศีลวิบัติไว้ว่า

ผู้ทำผิดศีลข้อ ๑ เมื่อกำเนิดเกิดเป็นมนุษย์จะทำให้เขาเป็นคนอายุสั้นและมักถูกฆ่าตาย และย่อมเดือดร้อนในปัจจุบันต้องติดคุกติดตะราง

ผู้ทำผิดศีลข้อ ๒ เมื่อเกิดเป็นมนุษย์ย่อมมีโรคภัยไข้เจ็บน้อย เกิดในตระกูลยากจน ทำมาหากินเท่าใดก็ไม่รวย ทำให้เขาเป็นคนยากจน และถูกโกง ถูกปล้น ถูกขโมย

ผู้ทำผิดศีลข้อ ๓ เมื่อกำเนิดเกิดมาเป็นมนุษย์เศษผลของกรรมที่ทำไว้ทำให้เกิดการแตกแยกในครอบครัว และถูกปองร้าย บางคนเกิดมาเป็นหญิงก็ถูกทารุณกรรมถูกข่มขืน เป็นชายก็ต้องเกิดมาเป็นกะเทย ให้คนเขาหยามเล่นถูกดูหมิ่นดูแคลน เป็นที่น่าอับอาย

ผู้ทำผิดศีลข้อ ๔ เมื่อเกิดเป็นมนุษย์ ก็มีผู้มากล่าวหาใส่ร้าย ใส่ความให้เสียหาย ให้เสียทรัพย์อยู่เสมอโดนเขาใส่ความและมักได้ฟังแต่เรื่องที่ไม่จริง โดนหลอกลวงให้หลงเชื่อบ่อยๆ ถูกเอาเปรียบตลอดเวลา จะพูดจากับใครไม่มีคนเชื่อถือ

ผู้ทำผิดศีลข้อ ๕ เกิดเป็นมนุษย์ก็จะเป็นคนสติไม่ดี เป็นบ้าใบ้ คลั่งไคล้หลงใหลหลงใหล บอๆ เสียคน เสียจิตไปอย่างน่าทุเรศ สุขภาพเสื่อม สมอเสื่อม ปัญญาเสื่อม

### อานิสงส์หรือประโยชน์ของศีล ๕

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ศีลสมบัติของบุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล มีอานิสงส์ ๕ ประการ คือ

- (๑) บุคคลผู้มีศีล ย่อมมีโรคภัยไข้เจ็บอันมาก
- (๒) กิตติศัพท์อันดีงามของบุคคลผู้มีศีล ย่อมขจรไป
- (๓) บุคคลผู้มีศีลจะเข้าไปยังบริษัทใด ย่อมแก่กล้าไม่เก้อเขิน
- (๔) บุคคลผู้มีศีล ย่อมไม่หลงลืมสติในเวลาตาย
- (๕) บุคคลผู้มีศีลหลังจากตายแล้ว ย่อมไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์

นอกจากนี้ พระพุทธองค์ยังทรงแสดงอานิสงส์ไว้ในที่หลายแห่งว่า ผู้หวังความรักใคร่ ความสรรเสริญ จากบัณฑิตทั้งหลาย ควรทำศีลให้สมบูรณ์ ศีลเป็นที่พึงของผู้ประพฤติพรหมจรรย์ในพระพุทธศาสนา บุคคลแม้จะงมงายด้วยเครื่องประดับอันมีค่า ก็ยังไม่งามเท่าบุคคลผู้มีศีลประดับกายใจ ผู้มีศีลย่อมดีเตียนตนเองไม่ได้ ผู้รู้ทั้งหลายใคร่ควรดูแล้วย่อมสรรเสริญ เมื่อพิจารณาถึงความประพฤติของตนย่อมเกิดความปิติยินดีปลื้มใจทุกเมื่อ ศีลจึงเป็นรากฐานแห่งคุณความดีทั้งหลาย และกำจัดความชั่วทั้งปวง กล่าวโดยสรุป อานิสงส์ของการประพฤติศีล ๕ ประมวลได้ดังนี้

- (๑) เป็นที่ชอใจของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย
- (๒) เป็นผู้ไม่ทำชีวิตให้เดือดร้อนเสียหาย
- (๓) เป็นสมาชิกที่ดีในสังคมและเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้อื่น
- (๔) เป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสังคม



- (๕) เป็นผู้มีความแก่กล้าในสังคม
- (๖) เป็นที่เคารพ ยกย่องและนับถือของสังคม
- (๗) เป็นผู้นำที่ดีในสังคม
- (๘) เป็นผู้ไม่หลงลืมสติจนถึงวาระสุดท้าย (ไม่หลงเวลาตาย)
- (๙) เป็นต้นเหตุให้บรรลुकุณธรรมวิเศษ มีพระโสดาบัน เป็นต้น
- (๑๐) เป็นผู้ควรแก่การนับถือบูชา หลังจากสิ้นชีวิตไปแล้ว
- (๑๑) เป็นผู้นอนเป็นสุขไม่ฝันร้าย

### การงดเว้นจากสิกขาบททั้ง ๕

“**วิริติ**” แปลว่า เจตนาเครื่องงดเว้นจากองค์และวัตถุนั้น ผู้ไม่มีวิริติ ไม่เชื่อว่าเป็นผู้มีศีล เพราะวิริติได้ชื่อว่าเป็นตัวศีล ส่วนสิกขาบทเป็นข้อห้ามแผนกหนึ่งซึ่งเป็นอาการของศีล วิริติถือว่าเป็นหลักการสำคัญในการรักษาศีล ดังนั้น บุคคลผู้งดเว้นจากสิกขาบททั้ง ๕ ประการได้ด้วยวิริติ จึงได้ชื่อว่า ผู้มีศีล ผู้มีกายวาจาเป็นปกติเรียบร้อย สะอาดปราศจากโทษ เบญจศีลนี้ถ้าอยากจะมี ต้องงด ต้องเว้น ต้องไม่ทำ คืองดเว้นจากความชั่วทั้ง ๕ ประการนั้น จึงจะเป็นผู้มีศีล ๕ การตั้งงดเว้นเรียกว่า วิริติ มี ๓ ประการ คือ

(๑) **สัมปัตตวิริติ** แปลว่า เจตนาเครื่องงดเว้นจากวัตถุอันมาถึงเข้า เป็นเจตนาที่เกิดขึ้นในทันทีขณะประสบเหตุที่จะทำให้ละเมิดศีล เดิมที่ไม่ได้ตั้งใจจะรักษาศีล ไม่ได้สมาทานไว้เมื่อพบปะเหตุจะทำให้ละเมิดศีล จึงคิดจะงดเว้นขึ้นในขณะนั้น ด้วยอำนาจแห่งhiriและโอตตปปะ เห็นประโยชน์แห่งการรักษาศีล จึงงดเว้น เช่น เมื่อเกิดการต่อสู้กันมีโอกาสมะขำหรือทำร้ายได้ ก็ไม่ขำ ไม่ทำร้าย มีช่องทางทุจริตได้แต่ไม่ทำ มีโอกาสโกหกพูดเท็จก็ไม่พูด เป็นต้น โดยระลึกถึงศีลเป็นสำคัญทำให้ไม่กระทำการกรรมต่อวัตถุนั้น วิริติชนิดนี้จัดว่าเป็นโลกียะ

(๒) **สมาทานวิริติ** แปลว่า เจตนาเครื่องงดเว้นด้วยสมาทาน สมาทาน แปลว่า กิริยาที่รับข้อปฏิบัติมาถือด้วยการถือเพศ หรือลั่นวาจาปฐิญาต่อหน้าผู้อื่น หรือตั้งสัตยาธิษฐาน การสมาทานนี้ไม่มีที่สิ้นสุด หรือสิ้นสุดชั่วคราว สมาทานวิริติ หมายถึง เจตนางดเว้นด้วยการรับมาปฏิบัติ เป็นการตั้งใจไว้ว่าจะรักษาศีล เมื่อพบเหตุจะทำให้ละเมิดศีล ก็ไม่ละเมิดเพราะถือว่าได้สมาทานศีลเอาไว้แล้ว เป็นวิริติของผู้ทรงศีล เช่น ภิกษุ สามเณร คฤหัสถ์ผู้ถือบวช ผู้ถือวิริติประเภทนี้ย่อมเว้นจากการทำให้ศีลขาด เห็นว่าไม่สมควรกระทำ และเว้นด้วยการสมาทานวิริติชนิดนี้จัดว่าเป็นโลกียะ

(๓) **สมุทเทวิริติ** แปลว่า เจตนาเครื่องงดเว้นอย่างตัดขาด เป็นการละเว้นของพระอริยเจ้าตั้งแต่พระโสดาบันเป็นต้นไป ผู้มีปกติไม่ประพฤติข้อห้ามเหล่านั้น ตั้งแต่ท่านได้บรรลุเป็นพระอริยะ จัดว่าเป็นโลกุตระ

สัมปตตวิริติ กับ สมาทานวิริติ มีผลต่างกันอยู่บ้างคือ สัมปตตวิริติ ทำให้ศีลเกิดชั่วระยะเวลาหนึ่งขณะที่จิตคิดงดเว้นเท่านั้น ก่อนหน้านั้นก็ไม่มีศีลหลังจากนั้นก็ไม่มีศีล จะมีเฉพาะในเวลาตั้งใจงดเว้นเท่านั้น ส่วนสมาทานวิริติ คือ ตั้งใจรักษาศีลเรื่อยๆ ศีลย่อมมีอยู่ตลอดเวลา จนกว่าจะล่วงละเมิดศีลศีลจึงจะขาด เป็นอันสิ้นสุดการสมาทาน ต่อเมื่อได้สมาทานศีลอีก สมาทานวิริติจึงจะเกิดขึ้นอีกและเป็นผู้มีศีลอีก สัมปตตวิริติ และสมาทานวิริติเหมาะสำหรับบุคคลผู้งดเว้นตามภูมิของตน ส่วนสมุทฺธเนทวิริติเป็นของพระอริยเจ้าอย่างเดียว เป็นการงดเว้นอย่างเด็ดขาด ดังนั้น จึงขอให้ท่านทั้งหลายรักษาศีลกันเถิด พระพุทธองค์ตรัสว่า

“จามรีย่อมรักษาขนหาง (ของตน) ที่ติดข้องอยู่ในที่ใดๆ ก็ยอมตายในที่นั้น ไม่ยอมให้ขนหางเสียไป ฉนฺได ทานจงบำเพ็ญศีลในภูมิทั้ง ๔๑๕ รักษาศีลให้บริบูรณ์ในกาลทุกเมื่อ ดุจจามรียรักษาขนหางฉันนั้น”

เบญจศีล เป็นวินัยในพระพุทธศาสนา เป็นสาธารณะแก่บรรพชิตและคฤหัสถ์ ผู้ที่นับถือพระพุทธ ศาสนาอย่างจริงแท้ย่อมรักษาเคร่งครัดบ้าง หย่อนลงบ้างตามภูมิของเขา

## บทที่ ๒

### ศีลธิบาย

#### ศีลข้อที่ ๑ ปาณาติปาตา เวรมณี

*ปาณาติปาตา* เป็นคำบาลีมีวิเคราะหฺศัพท์ ปาณ + อดิปาต คำว่า ปาณ แปลตามพยัญชนะว่า สัตว์ผู้มีลมปราณ หมายถึง มนุษย์หรือสัตว์ที่ยังมีชีวิตอยู่ นับตั้งแต่ยังมีลมหายใจตราบจนกระทั่งหมดลมหายใจ ส่วนอดิปาต หมายถึง การทำให้ตกลง คือการฆ่าให้ตายนั่นเอง นำมาประกอบกันเข้ามีความหมายว่า การทำให้สัตว์ให้ตกลงไปหรือการฆ่าสัตว์ให้ตาย เวรมณี แปลว่า เจตนาเป็นเครื่องงดเว้น ในคัมภีร์สมันตปาสาทิกาวา ปาณาติปาต คือ เจตนาหรือความมุ่งหมายของจิตที่เป็นต้นคิดในการฆ่า ในคัมภีร์สารัตถทีปนีวา ปาณาติปาต ได้แก่ การฆ่า คือ การสังหารสัตว์ โดยอรรถว่า วรกเจตนา (เจตนาผู้ฆ่า) ซึ่งเป็นไปทางกายทวาร (ทำทางกาย) และวจีทวาร (สั่งทางวาจา) ทางใดทางหนึ่งอันยังประโยชน์ที่จะเข้าไปตรอนชีวิตินทรีย์ของผู้อื่นให้ตั้งขึ้น

#### จุดประสงค์ของปาณาติปาตา เวรมณี

สิกขาบทนี้ ตั้งขึ้นเพื่อให้ผู้ปฏิบัติตามปลูกเมตตาจิตในสัตว์ทุกจำพวก เพราะเมตตาจิตเป็นความดีมีทั่วไปทั้งในหมู่มนุษย์และสัตว์ดิรัจฉาน แตกต่างกันว่าเมตตาของสัตว์ดิรัจฉานเกิดขึ้นด้วยสัญชาตญาณ ส่วนเมตตาของมนุษย์เกิดขึ้นด้วยสามัญสำนึก และสามารถพัฒนาได้เจริญจนถึงสูงสุด เมตตาของสัตว์ดิรัจฉานย่อมแคบกว่าของมนุษย์สัตว์จำพวกหนึ่งแสดงความรักใคร่ในพวกของมันโดยส่วนมาก ไม่ทั่วไปแก่สัตว์จำพวกอื่น มักจะเป็นเฉพาะความรักในลูกของมัน เป็นการเลี้ยงรักลูกสืบเผ่าพันธุ์ ที่จะเมตตาไปถึงตัวอื่นด้วยก็มีน้อย ส่วนเมตตาจิตของมนุษย์กว้างกว่าเมตตาของสัตว์ดิรัจฉาน ทั้งในพวกมนุษย์ด้วยกันและสัตว์ดิรัจฉาน ผู้ใดเห็นแก่สุขตนฝ่ายเดียวไม่แลเหลียวผู้อื่นบ้างปราศจากเมตตาจิต ชื่อว่าประพฤติผิดจากธรรม จัดเป็นบาปแห่งสิกขาบทนี้ เมื่อเพ่งเมตตาจิตย่อมมีวัตถุประสงค์ ๕ ประการ คือ

- (๑) เพื่อให้มีเมตตาธรรม ไม่เบียดเบียน
- (๒) เพื่อให้ชีวิตมีความปลอดภัย ไม่ต้องหวาดระแวงกันและกัน
- (๓) เพื่อให้ประกอบกิจการงานและประพฤติธรรมได้โดยสะดวก
- (๔) เพื่อเป็นพื้นฐานให้สามารถช่วยเหลือเกื้อกูลกันได้ต่อไป
- (๕) เพื่อให้อยู่ร่วมกันได้อย่างสงบสุข
- (๖) เพื่อกำจัดเวรภัยทั้งชาติปัจจุบัน และสัมปรายภพ

## เกณฑ์การตัดสินของปาณาติปาตา เวรมณี

ศีลข้อที่ ๑ มีองค์ศีล ๕ ประการ เป็นหลักวินิจฉัยว่าศีลขาดหรือไม่ คือ

- ๑) สัตว์ที่จะฆ่านั้นเป็นสัตว์มีชีวิต (ปาโณ)
- ๒) ผู้ที่จะฆ่าสัตว์นั้นรู้ยู่่าสัตว์มีชีวิต (ปาณะสัญญูตา)
- ๓) มีจิตที่คิดจะฆ่าสัตว์นั้น (วะระกะจิตตัง)
- ๔) ทำความพยายามเพื่อฆ่าสัตว์นั้น (อุปกกะโม)
- ๕) สัตว์นั้นตายเพราะความพยายามนั้น (เตนะ มะระณัง)

## ข้อห้ามของปาณาติปาตา เวรมณี

ข้อห้ามของศีลข้อนี้มี ๓ ประการคือ ๑) การฆ่า ๒) การทำร้ายร่างกาย ๓) การทรมาน

๑) การฆ่า หมายถึงการทำให้ตาย จำแนกได้ ๒ ชนิดคือ ฆ่ามนุษย์ และฆ่าสัตว์ดิรัจฉาน

๑.๑ การฆ่ามนุษย์มีโทษหนักโดยวัตถุ พระภิกษุผู้ฆ่ามนุษย์ให้ตายถึงขั้นปาราชิก ขาดจากความเป็นพระซึ่งจัดเป็นโทษสูงสุด ในฝ่ายกฎหมายบ้านเมืองปรับโทษผู้กระทำความผิดฐานฆ่าคนตายถึงขั้นประหารชีวิตหรือจำคุกตลอดชีวิต การฆ่ามนุษย์จำแนกโดยเจตนาแบ่งเป็น ๒ ประเภท คือ การฆ่าโดยจงใจ (สะจิตตะกะ) หมายถึงการฆ่าที่ผู้กระทำการมีเจตนาที่จะฆ่าเขา เพราะตกอยู่ในฐานแห่งความโลภ

๑.๒ การฆ่าสัตว์ดิรัจฉาน มีโทษเบาลงตามวัตถุ ในพระพุทธศาสนาปรับโทษพระภิกษุผู้กระทำความผิดเพียงอาบัติปาจิตตีย์ (เป็นอาบัติที่ประกาศโทษแล้วตั้งใจสำรวมต่อไปก็พ้นได้)

๒) การทำร้ายร่างกาย เป็นกระทำทำร้ายแก่มนุษย์ให้เขาได้รับบาดเจ็บ ลำบาก เจ็บปวด แต่ไม่ถึงตาย ผู้ถูกกระทำย่อมได้รับความทุกข์นั้น ทำให้พิการ เช่นทำให้ตาบอด แขนขาหัก เป็นต้น ในพระพุทธศาสนาปรับโทษพระภิกษุผู้กระทำ อาบัติอุลลัจจัยบ้าง อาบัติทุกกฏบ้าง ตามลักษณะการกระทำ เพราะถือเป็นบุรพประโยค (ความพยายามเบื้องต้น) ของการฆ่า ฝ่ายกฎหมายบ้านเมืองปรับโทษตามเจตนาของเครื่องมือที่ใช้กระทำ และผลของการกระทำ

๓) การทรมาน คือการประทุติโทดเหยียดต่อสัตว์ โดยไม่มีความเมตตาปราณี มี ๕ ลักษณะคือ

- (๑) ใช้การ ได้แก่ ความเหยียดโทดใช้งานสัตว์โดยไม่ปราณี เขี่ยนตี ปล่อยให้หอดอยากจนซูบผอม
- (๒) กักขัง ได้แก่การเลี้ยงสัตว์โดยกักขังผู้กระจัดจนไม่อาจเปลี่ยนอิริยาบถได้
- (๓) นำไป ได้แก่การผูกมัดสัตว์แล้วโดยผิดอิริยาบถ ทำให้สัตว์ได้รับความทรมาน เช่นผูกมัด เป็ด ไก่ หมู กักขังปลาจนเบียดเสียดอัดเหยียดกันจนตาย เป็นต้น

- (๔) เล่นสนุก ได้แก่การนำสัตว์มาเล่นเพื่อความสนุกสนาน
- (๕) ผจญสัตว์ ได้แก่การนำสัตว์มาใช้แข่งขัน พนัน เช่น การชนวัว ชนไก่ กัดปลา  
แข่งม้า เป็นต้น

### อานิสงส์ของผู้รักษาศีลปาณาติปาตา เวมณี

- (๑) สมบูรณ์ด้วยอวัยวะน้อยใหญ่ ไม่พิการพิการ
- (๒) มีร่างกายสมส่วน ไม่เตี้ยหรือสูงจนเกินไป
- (๓) สมบูรณ์ด้วยพลังกำลัง มีเขี้ยวร้องไว
- (๔) มีเท้านามถูกส่วนเหมาะเจาะ
- (๕) เป็นผู้ที่มีผิวพรรณผ่องใส ท่าทางมีสง่าราศี
- (๖) มีรูปโฉมงาม องค์กายพละผาด ไร้อาหิณและไฟ
- (๗) เป็นผู้อ่อนโยน มีลักษณะอ่อนละมุนละม่อม
- (๘) เป็นผู้มีความสุข
- (๙) เป็นผู้แก้แค้นล้างอาชญาในการเข้าไปสู่สมาคมทั้งปวง
- (๑๐) เป็นผู้ที่มีพลังกำลังมาก
- (๑๐) เป็นผู้ที่มีถ้อยคำสละสลวยเพราะพริ้งจับใจ
- (๑๑) พวกพ้องบริวารรักใคร่พร้อมช่วยเหลือ ไม่แยกตัวออกจากตน
- (๑๒) เป็นผู้ไม่สะดุ้งตกใจกลัวต่อภัยเวร
- (๑๓) เป็นผู้ที่ข้าศึกศัตรูทำร้ายไม่ได้
- (๑๔) เป็นผู้ไม่ตายด้วยความเพียรฆ่าของผู้อื่น
- (๑๕) เป็นผู้ที่มีพวกพ้องบริวารอยู่ทุกหนแห่งหน
- (๑๖) เป็นผู้ที่มีรูปร่างสวยงาม
- (๑๗) เป็นผู้ที่มีทรวดทรงสมส่วน
- (๑๘) เป็นผู้มีความเจ็บป่วยน้อย มีโรคน้อย
- (๑๙) ไม่มีเรื่องเสียใจเศร้าโศก
- (๒๐) เป็นที่รักของชาวโลก
- (๒๑) ไม่พลัดพรากจากคนและสิ่งที่รักที่ชอบใจ
- (๒๒) มีอายุยืนยาว

การฆ่าสัตว์เป็นบาป มีโทษอยู่ในตัวมันเอง จะต้องได้รับวิบาก (ผลกรรม) แน่นนอน แต่จะได้รับผลหนักเบาต่างกันตามลักษณะของผู้ตาย เจตนาผู้ฆ่า ลักษณะของการฆ่า มีเกณฑ์ดังนี้ ด้านขนาดของสัตว์

ด้านคุณของสัตว์ที่ถูกฆ่า ด้านเจตนาหรือกิเลสที่ปรุงแต่งในการฆ่านั้น และด้านความพยายามในการฆ่าว่ามีมากน้อยเพียงใด เตรียมการไว้หรือพลั้งเผลอ

## ศีลข้อที่ ๒ อทินนาทานา เวมณี

อทินนาทาน มาจาก อทินน + อาทาน คำว่า อทินนะ หมายถึงวัตถุสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้อนุญาตให้ โดยวิธีต่างๆ เช่น การพูด การเขียนหนังสืออนุญาต หรือแสดงกิริยาให้รู้ว่าอนุญาต ส่วน อาทาน หมายถึง การยึดถือเอาโดยวิธีการลักขโมย จี้ ปล้น วิ่งราว ข่มขู่ ยักยอก ฉ้อโกง หรือสับเปลี่ยน เป็นต้น รวมความว่า การถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้

### จุดประสงค์ของอทินนาทานา เวมณี

ความพยายามในการลักขโมย (ปะโยคะ) ๖ ประการ

- ๑) ลักทรัพย์ด้วยตนเอง (สาหัตถิกะปะโยคะ)
- ๒) ใช้คนอื่นให้ลักทรัพย์ด้วยวาจา (บังคับหรือสมยอม อาณัตติกะปะโยคะ)
- ๓) ทิ้งวัตถุสิ่งของ โยนให้พวกเดียวกัน หรือทิ้งของหนีภาษีให้พ้นเขต (นิสสัคคิยะปะโยคะ)
- ๔) สั่งพรรคพวก ได้โอกาสให้พยายามลักทรัพย์ (ถาวะระปะโยคะ)
- ๕) ใช้เวทมนต์คาถาให้หลงใหล หยิบยื่นทรัพย์นั้นให้ (วิชขามะยะปะโยคะ)
- ๖) ใช้อิทธิฤทธิ์ต่างๆ ที่นอกจากใช้เวทมนต์คาถา (อิทธิมะยะปะโยคะ)

ทรัพย์ที่ได้มาจากการโจรกรรมไม่นำความสุขมาให้แก่ผู้กระทำ เพราะพอได้มาย่อมเกิดความร้อนใจต้องซ่อนเร้น คอยหลบหน้าซ่อนตัวเกรงเขาจะจับได้ เป็นเหตุไม่ให้อาจกลับตัวในทางที่ซื่อสัตย์ได้ จะต้องทำโจรกรรมซ้ำไป จนกว่าจะได้รับผลแห่งกรรม

### เกณฑ์การตัดสินอทินนาทานา เวมณี

ศีลข้อที่ ๒ มีองค์ศีล ๕ ประการ เป็นหลักวินิจฉัยว่าศีลขาดหรือไม่ คือ

- ๑) สิ่งของนั้นมีเจ้าของหวงแหน (ปะระปะริคคะหิตัง)
- ๒) รู้ว่าสิ่งของนั้นมีเจ้าของหวงแหน (ปะระปะริคคะหิตะสัณญิตา)
- ๓) มีจิตคิดจะลัก (ขื่อนี้มุงเจตนา) (เถยยะจิตตัง)
- ๔) มีความพยายามเพื่อจะลักสิ่งของนั้น (อุปุกกะโม)
- ๕) ได้สิ่งของนั้นมาด้วยความพยายามนั้น (เตนะ หะระณัง)

การจะวินิจฉัยว่าศีลข้อ ๒ ขาดหรือไม่ ย่อมขึ้นอยู่กับเจตนาของผู้ลักเป็นสำคัญ มิได้แสดงหลักฐานพยานภายนอกมาเป็นเครื่องตัดสินเหมือนในทางกฎหมายบ้านเมือง ซึ่งโดยนัยนี้ ผู้ถูกกล่าวหา

ว่าลักทรัพย์จะต้องจำนนต่อหลักฐานของโจทก์ถึงกับได้รับจำคุก แต่ศาลเขาอาจจะบริสุทธิ์อยู่ก็ได้ ขณะเดียวกันผู้กระทำโจรกรรมแต่ศาลตัดสินปล่อยตัวพ้นข้อหา เพราะหลักฐานทั้งพยานวัตถุและพยานบุคคลอ่อน ไม่พอที่จะลงโทษแต่ศาลของเขา อาจไม่บริสุทธิ์ก็ได้

### ข้อห้ามของอินนาทานา เวมณี

ศีลข้อนี้บัญญัติขึ้นเพื่อป้องกันการทำความผิดกรรมสิทธิ์ ในทรัพย์สมบัติของผู้อื่น ให้ประกอบการงานที่ชอบธรรม ศีลข้อนี้มีข้อห้าม ๓ ลักษณะ ได้แก่ ๑) โจรกรรม ๒) การเลี้ยงชีพอนุโลมโจรกรรม ๓) กิริยาเป็นฉวยาโจรกรรม ดังนี้

๑) โจรกรรม หมายถึง กิริยาที่ถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้ด้วยอาการเป็นโจร จำแนกได้ ๑๔ ประเภท คือ

(๑) ลัก ได้แก่ กิริยาที่ขโมยทรัพย์สมบัติของผู้อื่นที่เขาไม่ได้ให้ด้วยวิธีการ

- ขโมย ถือเอาสิ่งของในเวลาเงียบ ไม่ให้เจ้าของรู้
- ย่องเบา เข้าไปหยิบสิ่งของในบ้านเรือนผู้อื่นขณะที่ไม่มีใครอยู่ในบ้าน
- ตัดช่อง หยิบฉวยเอาสิ่งของด้วยการจัดแจง ถอดกลอนเข้าไป

(๒) ฉก ได้แก่ กิริยาที่ถือเอาสิ่งของผู้อื่นที่เขาปล่อยให้ด้วยวิธีการ

(๓) รังราว เข้าไปแย่งเอาสิ่งของแล้วหนีไป

(๔) ตีชิง ทำร้าย ตี เจ้าของทรัพย์ให้บาดเจ็บแล้วถือเอาสิ่งของไป

(๕) กรรโชก ได้แก่ กิริยาแสดงอำนาจข่มขู่ด้วยวิธีที่ทำให้เจ้าของทรัพย์ตกใจกลัวแล้วยอมให้ทรัพย์สินแก่ตน หรือใช้อำนาจรุนแรงรัดเอาเรียกว่า ขู่ หรือ จี้ มี ๒ อย่างคือ

- ขู่ว่าจะฆ่า
- ใช้อาวุธมาขู่เข็ญ

(๖) ปล้น ได้แก่ กิริยาที่ยกพวกไปถือเอาสิ่งของผู้อื่นด้วยอำนาจศาสตราวุธ

(๗) ตู๋ ได้แก่ กิริยาอ้างกรรมสิทธิ์ถือเอาของผู้อื่นมาเป็นของตน

(๘) ฉ้อ ได้แก่ กิริยาถือเอาสิ่งของผู้อื่นที่อยู่กับตน เช่นเอาของผู้อื่นที่มาฝากไว้ แต่โก่งอ้างว่าเป็นของตน

(๙) หลอก ได้แก่ กิริยาพูดเท็จ เพื่อถือเอาสิ่งของผู้อื่น

(๑๐) ลวง ได้แก่ กิริยาถือเอาสิ่งของผู้อื่นด้วยแสดงให้เข้าใจผิด

(๑๑) ปลอม ได้แก่ กิริยาทำปลอมให้คนคิดว่าเป็นของจริง

(๑๒) ตระบัด ได้แก่ กิริยายืมของผู้อื่นแล้วยึดไว้ไม่ส่งคืน

- (๑๓) เบียดบัง ได้แก่กิริยาที่ถือเอาเศษ เอาเงินภาษีประชาชนไปใช้ส่วนตัว
- (๑๔) สับเปลี่ยน ได้แก่กิริยาถือเอาสิ่งของตนที่เลวไปเปลี่ยนของผู้อื่นที่ดีมา
- (๑๕) ลักลอบ ได้แก่กิริยาซ่อนของต้องห้ามเข้ามาโดยไม่เสียภาษี
- (๑๖) ยักยอก ได้แก่กิริยาโยกย้ายทรัพย์สินของตนที่ต้องถูกยึดเอาไปไว้ที่อื่น หรือสิ่งของผู้อื่นที่ตนรักษาอยู่ มีความคิดยึดเอามาเป็นของตน

๒) การเลียงชีพอนุโลมโจรกรรม หมายถึง กิริยาแสวงหาทรัพย์สิน

- (๑) สมโจร ได้แก่กิริยาอุดหนุนโจรกรรม รู้เห็นเป็นใจ รับซื้อของโจร
- (๒) ปอกลอก ได้แก่กิริยาคบผู้อื่นด้วยความไม่ซื่อสัตย์มุ่งเอาทรัพย์สินเขาฝ่ายเดียว
- (๓) รับสินบน ได้แก่กิริยาถือเอาทรัพย์สินที่เขาให้เพื่อช่วยทำธุระแก่เขาในทางผิด
- (๔) กิริยาเป็นฉวยโจรกรรม หมายถึง กิริยาที่ทำทรัพย์สินผู้อื่นให้สูญและเป็นสินใช้ตกอยู่แก่ตนเป็นการแอบแฝงอาการโจร จำแนกได้ ๒ ประเภท ได้แก่

- ผลาญ ได้แก่กิริยาที่ทำให้ทรัพย์สินผู้อื่นทั้งทรัพย์สินมีวิญญาณครอง (สัตว์เลื้อย สัตว์พาหนะ) และทรัพย์สินที่ไม่มีวิญญาณครอง (บ้านเรือน ที่ดิน) ให้เสียหายไปแม้ไม่มีเจตนาเป็นโจร ก็มีโทษต้องใช้คืน
- หยิบฉวย ได้แก่กิริยาที่ถือเอาทรัพย์สินผู้อื่นด้วยมักง่าย มิได้บอกให้เจ้าของรู้ ทำให้เจ้าของไม่พอใจเป็นที่สงสัยว่าเป็นโจร ต้องชดใช้คืนเจ้าของ ถ้าเจ้าของไม่ว่าอะไร เข้าลักษณะถือวิสาสะ ไม่ต้องคืน

### อานิสงส์ของอทินนาทานา เวรมณี

ผู้ดเว้นจากการการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้จะได้ประโยชน์ ๒ ประการ ได้แก่

- (๑) ได้รับผลดีในปฏิสนธิกาล คือ จะเกิดในกามสุขคติภูมิ มีมนุสสภูมิหรือสวรรค์เป็นที่เกิด
- (๒) ได้รับผลดีในปัตติกาล คือ หลังจากเกิดแล้ว ถ้าได้มาเกิดเป็นมนุษย์จะได้อานิสงส์จากการเว้นการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้ ๑๐ ประการ ดังนี้

- ๑) จะเป็นผู้มีทรัพย์มาก
- ๒) มีข้าวของและอาหารมาก



- |                                |                                      |
|--------------------------------|--------------------------------------|
| ๓) หาโรคทรัพย์ได้ไม่สิ้นสุด    | ๔) โรคทรัพย์ที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้น  |
| ๕) หาสิ่งที่ปรารถนาได้รวดเร็ว  | ๖) ทรัพย์ไม่กระจายด้วยภัยต่างๆ       |
| ๗) หาทรัพย์ได้โดยไม่ถูกแบ่งแยก | ๘) ได้โลกุตระทรัพย์ คือนิพพาน        |
| ๙) อยู่ที่ไหนก็เป็นสุข         | ๑๐) ไม่เคยรู้ ไม่เคยได้ยินคำว่าไม่มี |

### ศีลข้อที่ ๓ กาเมสุมิฉฉาจารา เวมณี

คำว่า กาเมสุมิฉฉาจารา เวมณี ประกอบด้วยคำว่า กาเมสุ + มิฉฉาจารา คำว่า กาเมสุ หมายถึง กิริยารักใคร่ในทางประเวณี หรือการมีเพศสัมพันธ์ระหว่างหญิงชาย (Sexual Intercourse) ส่วนคำว่า มิฉฉาจารา หมายถึง การประพฤติดีตรวมกันแล้วมีความหมายถึง การประพฤติดีในกามทั้งหลาย (adultery) โดยความหมายก็คือ การมีเพศสัมพันธ์ในสตรี หรือบุรุษที่ไม่ใช่คู่ครองของตน ส่วนคำว่า กาม ใน กาเมสุมิฉฉาจารา นั้นได้แก่ เมถุนสมาจาร ๒ อย่าง คือ

- ๑) สะทาระสันโดษ ความพอใจเฉพาะคู่ครองของตน
- ๒) ประทานะคะมะนะ การละเมิดคู่ครองของผู้อื่น

ส่วนความผิดที่เกิดขึ้น เฉพาะนอกใจคู่ครองของตนและละเมิดคู่ครองของผู้อื่น อนึ่ง ในอรรถกถา มังคลัตถปิฎกกล่าวว่า คำว่า กาเมสุ ได้แก่ความประพฤติเอื้อเฟื้อด้วยดีในการกระทำของคนคู่กันทั้งหลายที่เรียกว่า เมถุน คำว่า มิฉฉาจารา ได้แก่ความประพฤติที่ลามก ที่บัณฑิตทั้งหลายติเตียนโดยส่วนตัว และประกอบด้วยเจตนาที่จะล่วงละเมิดองค์ประกอบที่เป็นไปในทางกายทวาร โดยมีมุ่งการเสพสัทธรรม (มีเพศสัมพันธ์) จึงได้ชื่อว่ากาเมสุมิฉฉาจารา

### จุดประสงค์ของกาเมสุมิฉฉาจารา เวมณี

ศีลข้อนี้ บัญญัติขึ้นเพื่อให้มนุษย์รู้จักเคารพสิทธิ์ในคู่ครองของผู้อื่นและในบุคคลผู้ที่มีเจ้าของ หวงแหนป้องกันความแตกร้างในหมู่มนุษย์ ทำให้เกิดความไว้วางใจในกันและกัน เพราะธรรมชาติของหญิงและชายเมื่อรักใคร่กันแล้วย่อมไม่ยอมให้ใครมาแย่งเอาไปและหวังความซื่อตรงต่อกัน เพราะหวังปลูกความสามัคคี สร้างความเป็นปึกแผ่น และทำให้ไว้วางใจกันและกัน หญิงกับชายแม้ไม่ได้เป็นญาติกันแต่ก็ยังมีความรักใคร่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันได้ ด้วยอำนาจความปฏิพัทธ์ในทางกาม สิกขาบทข้อนี้ แปลว่า เว้นจากการประพฤติดีในกามทั้งหลาย บุคคลผู้ประพฤติดีทางประเพณีด้วยอำนาจความรักใคร่ติดใจในกาม ผู้นั้นชื่อว่า ทำความแตกร้างในหมู่มนุษย์ทำให้เกิดความไม่ไว้วางใจ อันถือเป็นบาปแห่งสิกขาบทนี้

### เกณฑ์การตัดสินกามเม สุมิฉฉาจารา เวมณี

ศีลข้อที่ ๓ มีองค์ศีล ๔ ประการ เป็นหลักวินิจฉัยว่าศีลขาดหรือไม่ คือ

- ๑) วัตถุไม่ควรล่วง (หญิงหรือชายที่เป็นบุคคลต้องห้าม (อะคะมะนียะวัตถุ)
- ๒) มีจิตคิดจะเสพในหญิงหรือชายที่ต้องห้าม (ติสสะมิง เสวะนะจิตตัง)
- ๓) ทำความพยายามที่จะเสพ(ปะโยโค)
- ๔) ทำมรรคต่อมรรคให้ถึงกัน (ปะรัสสะ ตะทัตตะวิชานะนัง)

### ข้อห้ามของกาเมสุมิจฉาจารา เวมณี

หญิงต้องห้าม สำหรับชายมี ๓ จำพวก คือ

(๑) หญิงที่มีสามี (สัสสามีกา) ได้แก่ หญิง ๔ จำพวก คือ

๑. หญิงที่แต่งงานกับชายแล้ว
๒. หญิงไม่ได้แต่งงานแต่อยู่กินกับชายอย่างเปิดเผย
๓. หญิงรับทรัพย์หรือสิ่งของแล้วยอมอยู่กินกับชายนั้น
๔. หญิงที่ชายเลี้ยงไว้เป็นภรรยา (ภรรยาน้อย)

หญิงเหล่านี้ ถ้ายังต้องอยู่ในฐานะภรรยาของชายอื่น คนอื่นนอกจากสามีที่มีเพศสัมพันธ์ด้วย จัดว่าเป็นการประพฤติดินในกาม

(๒) หญิงผู้อยู่ในความคุ้มครองของญาติ (ญาติรักชิตา) ได้แก่ หญิงที่มีผู้ปกครองไม่เป็นอิสระแก่ตนเอง คือ หญิงที่มีมารดาบิดาญาติพี่น้อง เป็นต้นรักษาคู่ครอง ชายที่ลักพาหญิงนั้นไปแล้วมีเพศสัมพันธ์ด้วย จัดว่าเป็นการประพฤติดินในกาม

(๓) หญิงที่จารีตห้ามหรือหญิงที่ธรรมรักษา (ธัมมรักชิตา) ได้แก่ หญิง ๓ จำพวก คือ

๑. หญิงในตระกูลชาย เป็นเทือกเถาเหล่ากอของชายนั้น นับย้อนขึ้นไป ๓ ชั่วคนคือ ย่าทวด ยายทวด ย่า ยาย และแม่ กับนับย้อนลงมา ๓ ชั่วคนคือ ลูก หลาน เหลน
๒. หญิงที่อยู่ใต้บัญญัติในพระศาสนา (เช่น ภิกษุณี แม่ชี)
๓. หญิงที่บ้านเมืองห้าม (และลงโทษแก่ชายผู้คบหา)

ชายต้องห้าม สำหรับหญิงมี ๓ จำพวก

๑. ชายอื่น นอกจากสามี (บุตรหรือสามีของผู้อื่น)
๒. ชายที่จารีตห้าม หรือข้อบัญญัติทางศาสนา (พระภิกษุ สามเณร)
๓. ชายที่บ้านเมืองห้าม (และลงโทษแก่ผู้คบหา)

เมื่อหญิงยินยอมมีเพศสัมพันธ์กับชายผู้เป็นบุคคลต้องห้ามจัดเป็นกาเมสุมิจฉาจารา ในกรณี หญิงไม่ยินยอม แต่ชายทำโดยพลการ คือใช้กำลังข่มขืนจนหญิงนั้นไม่อาจขัดขืน ต่อสู้หรือรอดพ้นไปได้

เป็นกาเมสุมิจนจารแก่ชายฝ่ายเดียว ถ้าหญิงมีความยินดีในรสสัมผัสของชายนั้น หญิงผู้นั้นก็เป็นกาเมสุมิจนจาร

### อานิสงส์ของกาเมสุมิจนาราวา เวมณี

ผู้รักษาศิลข้อ ๓ ไม่ให้ขาดหรือต่างพร้อย เมื่อจากโลกนี้แล้วไปสู่สุคติ ทำให้ได้ไปปฏิสนธิเป็นมนุษย์ หรือเทวดา ถ้าได้ไปเกิดเป็นมนุษย์จะได้รับผล ๒๑ ประการ ดังนี้

- ๑) ไม่มีข้าศึกศัตรู
- ๒) เป็นที่รักของชนทั่วไป
- ๓) นอนก็เป็นสุข
- ๔) ตื่นก็เป็นสุข
- ๕) พันภัยในอบายภูมิ ๔ (นรก เปรตวิสัย อสุรกาย สัตว์ดิรัจฉาน)
- ๖) ไม่อาภัพ
- ๗) เกิดเป็นชายสมบูรณ์ ไม่เป็นหญิงหรือเป็นเพศที่สาม
- ๘) ไม่โกรธง่าย
- ๙) ทำอะไรได้โดยเรียบร้อย
- ๑๐) ทำอะไรก็เปิดเผย แจ่มแจ้ง มีคนไว้วางใจไม่ระแวงสงสัย
- ๑๑) ทำทางมีสง่าราศี คอไม่ตก
- ๑๒) ไม่กัมหน้า คือหน้ารับแขก มีอำนาจ
- ๑๓) มีแต่เพื่อนรัก ทั้งบุรุษและสตรี
- ๑๔) มีอินทรี ๕ คือตา หู จมูก ลิ้น กาย สมบูรณ์
- ๑๕) มีลักษณะบริบูรณ์สมเป็นชาย หรือสมเป็นหญิง
- ๑๖) ไม่มีใครรังเกียจ
- ๑๗) ขวนขวายน้อย ไม่ต้องเหน็ดเหนื่อยมาก
- ๑๘) อยู่ที่ไหนก็เป็นสุข
- ๑๙) ไม่ต้องกลัวภัยจากผู้ใด
- ๒๐) ไม่พลัดพรากจากของที่รัก
- ๒๑) หาข้าว น้ำ ที่อยู่ เครื่องนุ่งห่มได้ง่าย

### ศีลข้อที่ ๔ มุสาวาทา เวมณี

คำว่า มุสาวาท แยกศัพท์ได้เป็น มุสา + วาท มุสา หมายถึง สิ่งที่ไม่เป็นความจริง วาทะ หมายถึง คำพูดรวมแล้วหมายถึง คำพูดที่ไม่ตรงกับความจริง เป็นเจตนาที่เป็นเหตุกล่าวไม่จริง ทำให้ผู้อื่นเข้าใจผิด มุสาวาทา เวมณี แปลว่า เจตนาเครื่องดเว้นจากกิริยาที่พูดเท็จ หรือแสดงอาการทางกายที่สื่อความเท็จ บิดเบือนความจริงให้ผู้อื่นหลงเชื่อ เช่น ทำรายงานเท็จ สร้างหลักฐานปลอม หรือแสดงอาการสันติระหฤศที่รู้ว่าเป็นจริง เป็นต้น อาการของมุสาวาทจึงมีทั้งทางกายและทางวาจา

### จุดประสงค์ของมุสาวาท เวมณี

ศีลข้อนี้บัญญัติขึ้น เพื่อป้องกันการทำลายประโยชน์ของผู้อื่นด้วยการพูดให้คลาดเคลื่อนจากความจริงอันเป็นการตัดประโยชน์ทางวาจา นำมาซึ่งความบาดหมางแตกร้างกันในเรื่องที่พูดไม่จริง เพราะคนทั้งหลายย่อมชอบและนับถือความจริงด้วยกันทั้งนั้น เมื่อพูดจาปราศรัยกันต้องมีความจริงใจต่อกัน อันจะนำมาซึ่งความเคารพนับถือในกันและกัน และรักษาไว้ซึ่งประโยชน์ที่ต่างคนจะพึงได้ บุคคลที่พูดเท็จชื่อว่า ประพฤติผิดธรรม จัดว่าเป็นบาป ตามสิกขาบทนี้ โดยเฉพาะเป็นบาปทางวจีกรรม ลักษณะต่างๆ เช่น พูดใส่ร้ายป้ายสีกัน การนำเสนอข่าวบิดเบือน แม้กระทั่งด่าว่าพระภิกษุสงฆ์ผู้บอกลอนธรรมะ

### เกณฑ์การตัดสินมุสาวาทา เวมณี

ศีลข้อที่ ๔ มีองค์ศีล ๔ ประการ เป็นหลักวินิจฉัยว่าศีลขาดหรือไม่ คือ

- ๑) เรื่องที่กล่าวนั้นไม่เป็นความจริง (อตถัง วัตถุ)
- ๒) ผู้กล่าวจงใจพูดให้ผิดจากความจริง (วิสังวาทะนะจิตตัง)
- ๓) พยายามพูดให้ผิดจากความเป็นจริง (ตัชโช วายาโม)
- ๔) ผู้ฟังเข้าใจตามเนื้อหานั้น (ปะรัสสะ ตะทถะวิชานะนัง)

### ข้อห้ามมุสาวาทา เวมณี

มุสา มีความหมายว่า การแสดงความเท็จ มีลักษณะ ๗ ประการ ได้แก่

๑) ปดได้แก่ พูดมุสาจริงๆ ไม่อาศัยมูลเหตุ เห็นบอกว่าไม่เห็น รู้บอกว่าไม่รู้ มีโวหารต่างกันตามความมุ่งหมายของผู้พูดมี ๔ ลักษณะ คือ

- (๑) ส่อเสียด พูดเพื่อยุยงให้เขาแตกกัน
- (๒) หลอก พูดเพื่อจะโกงเขา
- (๓) ยอ พูดเพื่อยกย่องเขา
- (๔) กลับคำ พูดไว้แล้วแต่ไม่ยอมรับ

๒) ทนสาบาน ได้แก่กิริยาที่เสี่ยงสัตย์ว่าจะพูดตามจริง จะทำตามคำสาบาน แต่ไม่ตั้งใจกล่าวจริงตามสาบาน เป็นพยานทนสาบานแล้วเบิกความเท็จ เป็นต้น

๓) ทำเล่ห์กระเท่ห์ ได้แก่กิริยาที่อวดอ้างความศักดิ์สิทธิ์ที่ไม่มีจริง เพื่อให้หลงเชื่อนิยมนตนเป็นอุบายหาผลประโยชน์ใส่ตนเอง เช่นวิชาคงกระพัน เป็นต้น

๔) มารยา ได้แก่กิริยาที่แสดงออกผิดไปจากความจริง ลวงให้เข้าใจผิด

๕) ทำเลศ ได้แก่กิริยาที่พุดมูสาแบบเล่นสำนวน เห็นโจรวังไป เมื่อถูกถามก็ย้ายไป ยืนอีกที่หนึ่ง กล่าวว่า ยืนตรงนี้ยังไม่เห็นใครผ่านไป

๖) เสริมความ ได้แก่กิริยาที่อาศัยข้อมูลเดิม แต่ขยายเสริมให้มีมากกว่าที่มีอยู่จริง เพื่อให้ผู้ฟังเกิดความเข้าใจเป็นอย่างอื่น

๗) อำความ ได้แก่ กิริยาพุดมูสาโดยอาศัยข้อมูลเดิม แต่ตัดข้อความที่ไม่ประสงค์ให้ผู้อื่นรู้ ออกเสีย เรื่องมีมากตัดเหลือน้อย ปิดความบกพร่องทำให้เข้าใจเป็นอย่างอื่น

### โทษของมุสาฆาต เวรมณี

ในสัพพะละหุสูตร อังคุตตรนิกาย พระพุทธเจ้าทรงแสดงโทษของมุสาวาทไว้ ๒ ลักษณะ ได้แก่

(๑) ผู้พุดเท็จ เมื่อตายแล้วจะไปเกิดในอบายภูมิ คือภพภูมิที่ไม่มี ความเจริญ ได้แก่ถือกำเนิดเป็นสัตว์นรก ถือกำเนิดเป็นสัตว์ดิรัจฉาน หรือถือกำเนิดในเปรตวิสัย

(๒) หากไม่ไปเกิดในอบายภูมิ กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกจะถูกกล่าวด้วยคำไม่เป็นจริง รวมทั้งได้รับผลกระทบอื่นๆ ดังนี้

- ๑) พุดไม่ชัด
- ๒) ฟันไม่เป็นระเบียบ
- ๓) ปากเหม็นมาก
- ๔) ไอตัวร้อนจัด
- ๕) ตาไม่อยู่ในระดับปกติ
- ๖) กล่าววาจาด้วยปลายลิ้นและปลายปาก
- ๗) ท่าทางไม่สง่าผ่าเผย ไม่มีราศี
- ๘) จิตไม่เที่ยง คล้ายวิกลจริต

คำพุดที่ไม่เป็นจริงแต่ไม่เป็นโทษต่อผู้พุดก็มี เพราะพุดตามโวหารที่ตนเองจำได้ ไม่ประสงค์ให้ผู้ฟังเชื่อตาม เรียกว่า ยะถาสัญญา แปลว่าคำพุดที่พุดตามความสำคัญ ไม่นับในข้อห้ามแห่งสิกขาบทนี้ ผู้พุดไม่ผิดศีล ฟังกำหนดรู้ด้วยลักษณะคือเรื่องที่กล่าวไม่เป็นจริง แต่ผู้พุดมีเจตนาบริสุทธิ์ มุ่งประโยชน์แก่ผู้ฟัง พุดด้วยสำคัญว่าไม่เป็นมุสา จำแนกได้ ๔ ประเภท คือ

๑) โวหาระ ได้แก่ ถ้อยคำที่ใช้ตามธรรมเนียมเพื่อความไพเราะทางภาษา เช่น ถ้อยคำลงท้ายจดหมายที่ว่า ‘ด้วยความนับถืออย่างสูง’ ทั้งที่ไม่รู้จักกันเลย ไม่ถือว่ามิโทษ

๒) นิยายะ ได้แก่ เรื่องเปรียบเทียบเพื่อให้ได้ใจความเป็นสุภาษิต นิทาน นิยาย เพื่อให้ผู้อ่านผู้ฟังสนุกสนาน ได้ข้อคิด มีประโยชน์ หรืออาจสื่อเป็นละครไม่ถือเป็นโทษ

๓) สำคัญผิด ได้แก่ กิริยาที่ผู้พูดเข้าใจผิด แล้วพูดไปตามความเข้าใจของตน เช่น จำวันเดือนปีผิด เมื่อถูกถามก็ตอบไปตามที่จำได้ทั้งๆ ที่ไม่ถูก ไม่มีโทษทางมธุสาบาท

๔) พลั้ง ได้แก่ กิริยาที่ผู้พูดตั้งใจจะพูดอย่างหนึ่งแต่ไปพูดอีกอย่างหนึ่ง เป็นการพูดพลั้งปากออกไป ไม่มีโทษ

## ศีลข้อที่ ๕ สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวมณิ

สุรา คือ น้ำเมาที่กลั่นออกมาจากเมรัย เพื่อให้เข้มข้นขึ้นเป็นเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์อันเป็นสารเสพติดเมื่อสุราเข้าสู่ร่างกาย เอทิลแอลกอฮอล์จะถูกดูดซึมและกระจายไปตามกระแสเลือดทั่วร่างกาย มีผลทำให้เกิดเป็นพิษต่อร่างกายในระบบต่างๆ ที่สำคัญ คือ สมอง ระบบทางเดินอาหาร ระบบหัวใจ หลอดเลือด ระบบเผาผลาญต่อมไร้ท่อ ระบบต้านเชื้อโรคและตับ รวมถึงทารกในครรภ์ แอลกอฮอล์ จะถูกดูดซึมในกระเพาะอาหารอย่างรวดเร็ว และเข้าสู่กระแสเลือดในเวลา ๕ นาที นำไปสู่อาการต่างๆ ภายใน ๑๐-๓๐ นาที จึงมีการใช้หลักการนี้สำหรับนำมาตรวจวัดระดับแอลกอฮอล์ในกระแสเลือดสำหรับผู้ขับขี่ยานยนต์ ส่วนเมรัย คือ น้ำเมาที่เกิดจากการดองธัญชาติและของอื่นๆ มีรสหวาน เป็นน้ำเมาที่เกิดจากการหมักหรือแช่ น้ำเมาที่ไม่ได้กลั่น บางครั้งทำมาจากน้ำตาลเมา หรือวัตถุดิบทางเกษตรอื่นๆ ที่มีแป้งหรือน้ำตาล เช่น เผือก มัน น้ำผึ้ง เป็นต้น เป็นส่วนผสม

สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวมณิ แปลว่า เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการดื่มน้ำเมา คือสุราและเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ศีลข้อนี้บัญญัติขึ้นเพื่อให้รู้จักรักษาสติของตนให้สมบูรณ์ เพราะสุราและเมรัยเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ทำให้ผู้ดื่มแล้วมีเมมาเสียสติ แปรเปลี่ยนคนดีให้กลับกลายเป็นคนชั่วได้ในพริบตา เป็นการตัดทอนคุณความดีที่มีอยู่ หรือที่จะมีให้เกิดขึ้น นอกจากสุราและเมรัยแล้วยาเสพติดให้โทษชนิดอื่น เช่น เฮโรอีน ยาบ้า ยาไอซ์ เป็นต้น ก็นับเข้าในศีลข้อที่ ๕ นี้ ดังนั้น ศีลข้อที่ ๕ นี้ นับว่าสำคัญที่สุดในบรรดาศีลทั้ง ๕ ข้อ เพราะผู้ที่ขาดสติแล้วย่อมจะสามารถล่วงละเมิดในศีลข้ออื่นๆ ได้ทั้งหมด เมื่อเพ่งในข้อสำรวมจากของมีเมาอันเป็นเหตุให้เสียความผาสุกของร่างกาย และเสียความดีเป็นสำคัญ มีบางคนเข้าใจผิดคิดว่า การดื่มเพื่อเข้าสังคมเป็นเรื่องธรรมดา ที่จริงนั้นเป็นการคิดเอาเองว่าการดื่มน้ำเมาด้วยกันจึงจะคบกันได้

## จุดประสงค์ของสุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวมณิ

เพื่อให้เห็นโทษของการดื่มสุรา ที่ทำให้เกิดความประมาทปราศจากความเคารพต่อมารดา บิดา ญาติพี่น้องมิตรสหาย แม้อุปัชฌายาจารย์ สมณพราหมณ์ผู้มีศีล ก็ไม่เคารพ กระทำกรรม มีกาย วาจา ใจหยาบขำ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า การดื่มน้ำเมา คือ สุรา และเมรัยอันบุคคลเสพแล้วกระทำผิดมากแล้ว ยังสัตว์ให้ไปเกิดในนรก ในกำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน ในเปรตวิสัย ผลแห่งการดื่มน้ำเมา คือสุราและ

เมรียอย่างเบาที่สุด คือ เกิดเป็นคนบ้าไม่สมประกอบ และถ้าได้เกิดมาเป็นมนุษย์ จะได้รับผลจากการดื่มสุรา ๖ ประการ คือ

- ๑) เป็นเหตุให้เสียทรัพย์
- ๒) เป็นเหตุให้ก่อการวิวาท
- ๒) เป็นเหตุให้เกิดโรค
- ๓) เป็นเหตุถูกผู้อื่นตีเตียน เสียชื่อเสียง
- ๕) เป็นเหตุประพาศติมารยาทที่น่าอดสู
- ๖) เป็นเหตุทอนกำลังปัญญา

### เกณฑ์การตัดสินสุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวมณี

ศีลข้อที่ ๕ ม้องศีล ๔ ประการ เป็นหลักวินิจฉัยว่าศีลขาดหรือไม่ คือ

- ๑) น้ำเมา มีสุรา เป็นต้น (มะทะนียัง)
- ๒) มีจิตคิดจะดื่มน้ำเมา (ปาตุกัมมะยะตาจิตตัง)
- ๓) มีความพยายามดื่ม เกิดแต่จิตนั้น (ตัชโช วายาโม)
- ๔) ดื่มน้ำเมานั้นให้ล่องไหลผ่านลำคอลงไป (ปีตูปะเวสะนัง)

### ข้อห้ามสุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวมณี

ข้อห้ามตามศีลข้อ ๕ ได้แก่ น้ำเมา และฝิ่น กัญชา ยาบ้าและของเมาอย่างอื่นๆ

๑) น้ำเมา ได้แก่ สุราและเมรัย ที่ชื่อว่า สุรา ได้แก่ สุราที่ทำจากแป้ง สุราที่ทำจากขนม สุราที่ทำจากข้าวสุก สุราหมักแป้งเชื้อเหล้า สุราที่ผสมเครื่องปรุงหลายชนิด ที่ชื่อว่า เมรัย มี ๕ ชนิด ได้แก่ (๑) น้ำหมักดองดอกไม้ (บุปผาสะโว) (๒) น้ำหมักดองผลไม้ (ผละสาสะโว) เช่นไวน์ เป็นต้น (๓) น้ำหมักดองน้ำหวาน (มะระวาสะโว) (๔) น้ำหมักดองน้ำอ้อยหรือน้ำตาลเมา (คุพาสะโว) (๕) น้ำหมักดองที่ปรุงด้วยเครื่องเทศต่างๆ (สัมภาระยุตโต)

๒) ฝิ่น กัญชา ยาบ้าและของเมาอย่างอื่นๆ ที่ทำให้อาการเหมือนน้ำเมา จัดเป็นข้อห้ามในสิกขาบทนี้โดยอนุโลม

### อานิสงส์ของสุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวมณี

ผู้งดเว้นจากการดื่มสุราเมรัย หรือสิ่งเสพติดให้โทษจะได้ประโยชน์ ๒ ประการ ได้แก่

- (๑) ได้รับผลดีในปฏิสนธิกาล คือ จะเกิดในกามสุคติภูมิ มีมนุษย์ภูมิ หรือมีสวรรค์เป็นที่เกิด
- (๒) ได้รับผลดีในประวัติกาล คือ หลังจากเกิดแล้ว ถ้าได้มาเกิดเป็นมนุษย์ จะได้อานิสงส์จากการเว้นดื่มน้ำเมา ๓๕ ประการ ดังนี้

- (๑) รู้กิจการปัจจุบัน อดีต อนาคต ได้รวดเร็ว
- (๒) มีสติตั้งมั่นทุกเมื่อ
- (๓) มีความรู้ มีปัญญาดี
- (๔) มีแต่ความสุข
- (๕) มีแต่คนนับถือ ยำเกรง
- (๖) มีปัญญามาก
- (๗) มีปัญญา บันเทิงในธรรม
- (๘) มีความเห็นถูกต้อง
- (๙) มีศีลบริสุทธิ์
- (๑๐) มีใจละอายต่อบาป
- (๑๑) รู้จักกลัวบาป
- (๑๒) เป็นบัณฑิต
- (๑๓) มีความกตัญญู
- (๑๔) มีกตเวที
- (๑๕) พุดแต่ความสัตย์
- (๑๖) รู้จักเฉลี่ยแจกงาน
- (๑๗) มีความซื่อตรง
- (๑๘) ไม่เป็นบ้า
- (๑๙) ไม่เป็นใบ้
- (๒๐) ไม่มัวเมา
- (๒๑) ไม่ประมาท
- (๒๒) ไม่หลงใหล
- (๒๓) ไม่หวาดสะดุ้งกลัว
- (๒๔) ไม่บ้าน้ำลาย
- (๒๕) ไม่งุนงง เช่อเซอะ
- (๒๖) ไม่มีความแข่งดี
- (๒๗) ไม่มีใครริษยา
- (๒๘) ไม่พูดคำหยาบ
- (๒๙) ไม่ตระหนี่
- (๓๐) ไม่โกรธง่าย
- (๓๑) ไม่พูดเพ้อเจ้อ ไร้ประโยชน์



(๓๒) ไม่เกียจคร้านทุกวันคืน

(๓๓) หากิน มีความขวนขวายมาก

(๓๔) ฉลาดรู้ในสิ่งที่ประโยชน์

(๓๕) ฉลาดรู้ในสิ่งที่ป็นโทษ

เบญจศีล หรือ ศีล ๕ ข้อนี้ มีประโยชน์ เพื่อความสงบสุขของสังคมกล่าวคือ เพื่อป้องกันการล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่น อันจะส่งผลให้เกิดการทะเลาะวิวาท ความหวาดระแวง และความวุ่นวายในสังคมอันจะมีผลทำให้ ๑) ตนเองไม่เดือดร้อน ๒) ผู้อื่นไม่เดือดร้อน ๓) ทำให้สังคมสงบเป็นสุข ๔) ประเทศเจริญรุ่งเรือง เศรษฐกิจดี ไม่มีการคดโกง ๕) โลกร่มเย็นเกิดสันติสุข ปราศจากสงคราม เช่นฆ่าเบียดเบียนทำร้ายกัน

ทั้งนี้ยังประโยชน์เพื่อเป็นการพัฒนาจิตใจของผู้ถือในศีล ๕ ที่บัญญัติขึ้นมาเพื่อควบคุมไม่ให้มีการแสดงออกทางกาย วาจา และใจไปในทางที่ตอบสนองอำนาจของกิเลส ดังนั้น การทำศีลแต่ละครั้ง ก็คือการการยอมให้กิเลสเข้ามาครอบงำจิตใจได้ เมื่อทำศีลเพิ่มมากขึ้นแต่ละครั้งยอมทำจิตใจหยาบกระด้างมากยิ่งขึ้น ทำให้สามารถทำผิดได้รุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ เป็นการพอกพูนความผิดไม่รู้จบสิ้น การถือศีลแต่ละข้อนั้นจะส่งผลให้มีการขัดเกลากิเลส เป็นการปรับปรุงพัฒนาจิต และต้องมีมนุษยธรรม โดยการมีเบญจธรรมมาสนับสนุนเบญจศีล จึงจะถือว่าครบถ้วนสมบูรณ์

### หลักธรรมที่ส่งเสริมการปฏิบัติตามหลักศีล ๕

ธรรม แปลว่า สภาพที่ทรงไว้ คือสิ่งทรงความเป็นตัวของตัวเองไว้ ทรงคุณสมบัติของตัวเองไว้ ธรรม เป็นคำกลางๆ ใช้หมายถึงทั้งสิ่งดีและไม่ดี ต่างก็ทรงความเป็นตัวของตัวเองไว้ได้ตลอดไป ไม่มีเปลี่ยนแปลง เช่น คุณสมบัติของธรรมฝ่ายดี คือป้องกันผู้ปฏิบัติตามไม่ให้ตกต่ำ ไม่ให้ตกไปในที่ชั่ว ธรรมที่หมายถึงสิ่งดี คุณความดี ความจริง ความถูกต้อง สิ่งของที่ดี หลักปฏิบัติทางศาสนา เช่น ใช้ว่า มีกุศลธรรม มีเมตตาธรรม ประพฤติธรรม เข้าถึงสัจธรรม ความยุติธรรม ความเป็นธรรม ธรรมที่ไม่ดี หมายถึงสิ่งไม่ดี ความชั่ว เช่นใช้ว่า อกุศลธรรม บาปธรรม กิณกรรม เป็นต้น

สำหรับหลักธรรมที่ส่งเสริมการปฏิบัติตามหลักศีล ๕ นั้น เรียกว่า เบญจธรรม คำว่า เบญจ (บาลีว่า ปญจ) แปลว่า ห้า คำว่า ธรรม คือ สภาพที่ทรงสัตว์โลกไว้ไม่ให้ตกไปสู่ที่ชั่ว เบญจธรรม จึงแปลว่า หลักปฏิบัติที่ทรงสัตว์โลกไว้ไม่ให้ตกไปสู่ที่ชั่ว เป็นความประพฤติที่ดีงาม ๕ ประการ เรียกอีกอย่างว่า ‘กัลยาณธรรม’ หมายถึง ธรรมดี หรือ ธรรมที่สะอาด เพราะกำจัดธรรมที่ไม่สะอาดมีราคะ โทสะ โมหะได้ อีกนัยหนึ่ง หมายถึง เบญจธรรม ธรรม ๕ ประการ คือ เมตตาและกรุณา สัมมาอาชีวะ กามสังวร สัจจะ สติสัมปชัญญะ ส่วนบุคคลผู้ตั้งอยู่ในกัลยาณธรรม ย่อมเป็นผู้มีความประพฤติดีงามเป็นที่นิยมยกย่องนับถือของคนทั่วไป เรียก ‘กัลยาณชน’ เบญจธรรมนี้ เป็นเครื่องอุดหนุนศีลให้

สมบุรณ์ผ่องใสยิ่งขึ้น เป็นธรรมเกื้อกูลแก่การรักษาเบญจศีล ผู้ที่รักษาเบญจศีลควรมีคุณธรรม ๕ ประการนี้ คือ

๑. เมตตาและกรุณา (ความรักใคร่ปรารถนาให้มีความสุขความเจริญ และความสงสารคิดช่วยให้พ้นทุกข์)
๒. สัมมาอาชีวะ (การหาเลี้ยงชีพในทางสุจริต)
๓. กามสังวร (ความสังวรในกาม ความสำรวมระวังรู้จักยับยั้งควบคุมตนในทางกามารมณ์ ไม่ให้หลงใหลรูป เสียง กลิ่น รสและสัมผัส)
๔. สัจจะ (ความสัตย์ ความซื่อตรง)
๕. สติสัมปชัญญะ (ระลึกได้และรู้ตัวอยู่เสมอ คือ ฝึกตนให้เป็นคนรู้จักยังคิด รู้สึกตัวเสมอว่า สิ่งใดควรทำ ไม่ควรทำ ระวังมิให้เป็นคนมัวเมาประมาท)

พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนให้ประพฤติปฏิบัติเบญจศีลเบญจธรรมควบคู่กันไป โดยละเว้นข้อห้ามในเบญจศีล และปฏิบัติความดีตามเบญจธรรม ทรงมีพระพุทธรูปอยู่ ๕ องค์ เพื่อให้รู้จักควบคุมกาย และวาจา ส่วนกัลยาณธรรมที่ทรงนำมาคู่กับศีลห้าก็เพื่อให้เป็นข้อปฏิบัติทำให้เกิดความดีงามยิ่งขึ้น ทำให้สังคมอยู่รวมกันได้ เกิดความร่มเย็น สงบสุขเบญจธรรม มีหลักที่ควรรู้ ดังนี้

#### ๑) เมตตา และกรุณา (คู่กับศีลข้อที่ ๑ ปาณาติปาตา เวรมณี)

เมตตา แปลว่า ความรักใคร่ ปรารถนาจะให้เขาเป็นสุข

กรุณา เป็นธรรมคู่กันกับเมตตา กรุณา แปลว่า ความสงสาร

เมตตา กรุณา เป็นพรหมวิหารอย่างหนึ่งในพรหมวิหาร ๔ ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เมตตาจึงเป็นองค์ธรรม เรียกว่า เมตตาพรหมวิหาร

เมตตามีอาการประพฤติก่อเกิดเป็นลักษณะ มีการน้อมนำเข้าไปเกื้อกูลประโยชน์ในสัตว์เป็นกิจ มีการบำบัด ความอาฆาตเป็นอาการที่ปรากฏ มีการเห็นสัตว์เป็นที่ชอบใจคือไม่โกรธเคือง ไม่ขุ่นเคืองในขณะนั้นเป็นเหตุก่อให้เกิด มีความรักความสนใจเป็นวิบัติ

ดังนั้น การจะแสดงว่ามีเมตตาต่อบุคคลใดจะต้องมีลักษณะดังกล่าว หากไม่ใช่อาการเหล่านี้ จิตขณะนั้นอาจโน้มเอียงข้างความโลภ ความรัก หรือความเกลียดชังซึ่งเป็นอกุศลจิตได้ ไม่ใช่เมตตา สิ่งสำคัญที่ควรรู้คือ คุณสมบัติของเมตตานี้ ได้แก่ ความเข้าไปสงบความอาฆาตพยาบาทได้ เพราะธรรมชาติของเมตตาเป็นไปเพื่อกำจัดโทสะ ผู้ที่หวังความสงบ สันติ ต้องมีธรรมะข้อนี้เป็นหลัก ในทางตรงกันข้ามความเกิดขึ้นแห่งความโกรธจัดว่าเป็นความวิบัติของเมตตา เพราะอาจกลายเป็นความรักที่เจ็บปวดด้วยตัณหา

กรุณา เป็นเหตุให้ให้มนุษย์และสัตว์คิดช่วยเหลือกัน เปลื้องทุกข์ภัยของกันและกัน การแสดงความกรุณานี้เป็นคุณธรรมที่มนุษย์ทุกคนควรปฏิบัติ เมื่อเราเคยได้รับความกรุณาจากผู้อื่นในครั้งเยาว์วัย เมื่อถึงเวลาที่จะต้องแสดงความกรุณาต่อผู้อื่นเช่นนั้นบ้างก็สมควรทำ

ลักษณะของผู้มีความกรุณา คือเป็นคนเสียสละ ไม่เห็นแก่ตัว ไม่เห็นแก่ได้ จิตใจกว้างขวาง เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ บำเพ็ญประโยชน์ สร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามแก่คนอื่นและสังคม บุคคลใดเมื่อสามารถที่จะช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ยากได้ แต่ไม่แสดงความกรุณา เช่น พบเห็นคนตกน้ำ นำเป็นอันตรายแก่ชีวิต ตนช่วยได้แต่ไม่ช่วย หรือพบผู้เจ็บป่วยไม่มีผู้อุปถัมภ์ ตนผ่านไปพบเข้าก็ไม่ชวนช่วยช่วยเหลือ เป็นต้น ผู้นั้นได้ชื่อว่า เป็นคนใจดำ มีแต่เอาเปรียบโลก หวังแต่เพียงจะได้รับจากผู้อื่น ไม่คิดที่จะช่วยเหลือ แบ่งปันแก่ผู้อื่น การช่วยชีวิตคนและสัตว์ดิรัจฉานเป็นพื้นฐานสำคัญของการแสดงความกรุณา การแสดงความกรุณาต่อผู้ได้รับความเดือดร้อน ทุกข์ยาก ลำบาก เป็นกิจที่ท่านผู้ปกครอง ผู้มีอำนาจ หรือผู้นำประเทศ องค์กรต่างๆ ไม่ควรละเลย ผู้มีความกรุณาย่อมมีอริยาศัยอันชุ่มชื่นด้วยเมตตากรุณา กล่าวโดยสรุป เมตตา คือความคิดปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข เป็นหน้าที่ของมนุษย์พึงมีให้แก่กันและกัน ส่วนกรุณา เป็นความปรารถนาดี มีความคิดให้ผู้อื่น สัตว์อื่น ปราศจากทุกข์ เมื่อเห็นผู้อื่นได้รับความทุกข์ก็พลอยสงสาร เป็นเหตุให้คิดช่วยปลดเปลื้องทุกข์ภัยของกันและกัน ตรงข้ามกับวิหิงสา ความเบียดเบียน แม้ความมีเมตตากรุณาแก่กันและกัน เป็นธรรมก็จริง แต่จะต้องเป็นผู้ที่ฉลาดและรู้วิธีแสดงออกจึงจะไม่มีโทษ เช่น พบคนตกน้ำตนว่ายน้ำไม่แข็งพอที่จะช่วยได้ ถ้าลงไปช่วยก็คงจะเอาตัวเองไม่รอดไปด้วย อนึ่ง ถ้าจะไม่แสดงเมตตากรุณาแก่ผู้หนึ่งแต่เป็นการทำลายประโยชน์ของคนทั้งหลายก็ไม่ควรทำ การแสดงความเมตตากรุณาย่อมอำนวยประโยชน์ทั้งทางโลกและทางธรรม เมตตาเป็นเหตุให้กำจัดพยาบาท (การปองร้ายผู้อื่น) กรุณาเป็นเหตุให้กำจัดวิหิงสา (การเบียดเบียนกัน) ถ้าบุคคลประกอบให้ถูกให้ควรแล้ว ย่อมอำนวยผลดีให้เกิดแก่ผู้ที่ประกอบและผู้ได้รับ ทำให้การประพฤติปฏิบัติศีลข้อที่ ๑ ให้งามสมบูรณ์ขึ้น

## ๒) สัมมาอาชีวะ (คู่กับศีลข้อที่ ๒ อทินนาทานา เวรมณี

สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพในทางที่ชอบ คือเว้นจากการเลี้ยงชีพในทางที่ผิด เช่น โกง หลอกหลวง สอพลอ ปิบบังคับขู่เข็ญ ค้ำมนุษย์ ค้ายาเสพติด ค้ายาพิษ เป็นต้น เป็นคุณธรรมของผู้มีศีลข้อ ๒ ที่ผู้มีศีลจะต้องประพฤติในธรรมของการหาเลี้ยงชีพในกิจการ บุคคลวัตถุ ดังนี้

(๑) ความประพฤติเป็นธรรมในกิจการ ได้แก่ ความซื่อตรงในกิจการงานของตนไม่เกียจคร้าน ไม่บิดพลิ้ว ทำหน้าที่ตนด้วยความวิริยอุตสาหะ ตั้งใจจะให้งานนั้นสำเร็จได้โดยเร็วและด้วยดี ทำงานอย่างเต็มที่ในเวลาที่ทำการ ไม่ย่อหย่อนอ่อนแรง หลีกเลี้ยงการงาน

(๒) ความประพฤติเป็นธรรมในบุคคล ได้แก่ ความประพฤติที่ปราศจากความลำเอียง ถ้าเป็นนายจ้างต้องจ่ายค่าจ้างตามสัญญา ถ้าเป็นพ่อค้าต้องไม่ประพฤติตนเป็นคนเห็นแก่ได้ ไม่โกงราคาสินค้าเกินความเป็นจริง

(๓) ความประพฤติเป็นธรรมในวัตถุ ได้แก่ ไม่เอาที่ไม่จริงไปหลอกลวงเขาว่าเป็นของจริง เพราะการขายของปลอมเป็นการหลอกลวงผู้ซื้อและเป็นการหักเอาผลประโยชน์จากผู้ซื้อด้วย หรือไม่ขายของเสียที่หมดอายุแก่ผู้ซื้อ

การทำงานที่ต้องหลีกเลี่ยงมี ๒ ลักษณะ คือ

๑) *การงานอันประกอบด้วยโทษ* แม้เป็นอุบายให้ได้ทรัพย์มาก เพราะการงานที่ทุจริตประกอบด้วยโทษย่อมไม่สามารถยังประโยชน์ของทรัพย์ให้สำเร็จได้เต็มที่ สำหรับพุทธศาสนิกชนทั้งอุบาสก อุบาสิกาเมื่อประกอบอาชีพ การงานค้าขาย ย่อมต้องเว้นจากการค้าขายของต้องห้าม ๕ ประการ ดังนี้

- |                         |                     |
|-------------------------|---------------------|
| (๑) การค้าขายศัสตราวุธ  | (๒) การค้าขายมนุษย์ |
| (๓) การค้าขายเนื้อสัตว์ | (๔) การค้าขายน้ำเมา |
| (๕) การค้าขายยาพิษ      |                     |

การค้าขาย ๕ ประการนี้ เป็นข้อห้ามสำหรับผู้ที่นับถือพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่งและยึดถือว่าเป็นสรณะอันสูงสุดในชีวิต การที่จะไปค้าขายในสิ่งที่ไม่ชอบธรรมย่อมเป็นที่เสื่อมชื่อเสียงอันดีงามว่า เป็นอุบาสกที่นับถือในพระพุทธศาสนาแต่ไปทำในสิ่งที่น่าตำหนิติเตียน ทำให้เกิดความเข้าใจผิดคิดว่าเป็นอุบาสก แต่ไม่มีศีล เป็นผู้ขาดเมตตา กรุณา หิริ โอตตปปะ เป็นต้น อุบาสกค้าขายของ ๕ อย่างนี้ไม่ได้ แม้ใช้ผู้อื่นก็ไม่สมควร

(๒) *การงานที่เสี่ยงโชค* ได้แก่ การพนัน เพราะทรัพย์สินที่ได้มานั้นไม่ถาวรด้วยเหตุ ๒ ประการ

- ของที่ได้มาง่ายมีความเสียดายน้อย จีบจ่ายใช้สอยง่าย เก็บไว้ไม่อยู่
- ความอยากได้ไม่มีที่สิ้นสุดได้มาแล้วก็อยากได้มากขึ้นอีก เมื่อติดในการพนันแล้วย่อมจะต้องมีแต่ความเสื่อมลงไปเรื่อยๆ

กล่าวโดยสรุป การเลี้ยงชีพด้วยสัมมาชีพ นอกจากจะเป็นอาชีพการงานที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิตและสังคมประเทศชาติ แล้ว ยังเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาพัฒนาชีวิตของตนเองด้วย ผู้ที่ทำงานควรตั้งใจใช้เป็นโอกาสในการพัฒนาตน เป็นที่ฝึกฝนพัฒนาทักษะต่างๆ ทั้งฝึกกาย วาจา กิริยา มารยาท พัฒนาความสามารถในการสื่อสาร มีความสัมพันธ์อันดีต่อเพื่อนมนุษย์ ฝึกหัดความเข้มแข็งขยันอดทน ความมีวินัย ความรับผิดชอบ ความมีฉันทะ มีสติ และสมาธิ พัฒนาความสุขในการทำงาน และพัฒนาด้านปัญญา เรียนรู้จากทุกสิ่ง ทุกเรื่องที่เกี่ยวข้อง เข้ามาในองค์กร คิดค้นหาวิธีแก้ไข ปรับปรุงในปัญหา และข้อบกพร่องต่างๆ ในความหมายที่ลึกลงไป การเลี้ยงชีพด้วยสัมมาชีพ ท่านหมายความว่า

รวมไปถึงความขยันหมั่นเพียรและการปฏิบัติให้ได้ผลดีในการประกอบอาชีพที่สุจริต อาชีพการงานนั้นเป็นภารกิจที่ครอบครองเวลาส่วนใหญ่ในชีวิตของเรา ผู้ใดมีความคิดพิจารณาโดยอุบายอันถูกต้องปฏิบัติได้อย่างถูกต้องดังงามในอาชีพการงานของตน นอกจากจะได้บำเพ็ญประโยชน์เป็นอันมากแล้ว ก็จะได้ประโยชน์จากการงานนั้นๆ มากมาย ทำให้งานนั้นเป็นส่วนหนึ่งของศึกษา เป็นเครื่องฝึกฝนพัฒนาชีวิตตนให้ก้าวไปสู่มรรคได้ด้วยดี

### ๓) กามสังวร หรือ กามสัญญาณะ (คู่กับศีลข้อที่ ๓ กาเม สุมิจฉาจารา เวรมณี)

กามสังวร เป็นคุณธรรมที่สนับสนุนศีลข้อที่ ๓ เป็นธรรมที่ให้ผู้ปฏิบัติงดเว้นจากความมักมากในกามารมณ์ จนเป็นเหตุให้ละเมิดศีล กามสังวร (อ่านว่า กา-มะ, กาม-มะ-สัง-วอน) แปลว่าความสำรวมในกาม ความระวังในกาม กามสังวรหมายถึง การรู้จักเหนียวรั้งตนเอง รู้จักยับยั้งชั่งใจในเรื่องกามารมณ์ ไม่ปล่อยใจปล่อยตัวไปตามกามารมณ์โดยมีสติเหนียวรั้งยังใจไม่ให้หลงไหลมัวเมาหมกมุ่นอยู่ในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสอันเป็นกามคุณ เป็นการป้องกันกิเลสไม่ให้เข้ามาทำอันตรายจิตใจ ทำให้ไขว่เขวออกห่างจากการปฏิบัติธรรม เพราะยินดีเพลิดเพลินอยู่กับกามคุณเหล่านั้น

กามสังวร คือ การสำรวมระวังไม่ล่วงละเมิดคู่ครองของบุคคลอื่น ยินดีพอใจเฉพาะในคู่ครองของตนเอง อันเป็นคุณธรรมข้อหนึ่ง ที่เป็นปฏิบัติต่อกาเมสุมิจฉาจารา เบญจธรรมในข้อนี้ เป็นการยืนยันความบริสุทธิ์ของหญิงหรือชาย เพราะเมื่องดเว้นจากกาเมสุมิจฉาจาราแล้ว แต่ยังประพฤติดังมากในกาม ย่อมไม่มีสง่าราศี ตกอยู่ในมลทิน ไม่พ้นการติเตียนนินทาจากผู้อื่น ความสำรวมในกาม แบ่งตามเพศได้เป็น ๒ ประเภท คือ

๑) สทาร์สันโดษ แปลว่า ความพอใจด้วยภรรยาตน ถือเป็นพรหมจรรย์อย่างหนึ่งในพระพุทธศาสนา คำว่า พรหมจรรย์ คือการประพฤติอย่างประเสริฐ ไม่ได้หมายถึง การการบวชเป็นบรรพชิตเท่านั้น แต่ยังหมายถึงข้อวัตรปฏิบัติเพื่อขัดเกลาดนเอง เช่น ทาน เวรยาวัจจะ เบญจศีล อปัมัญญา เมถุนวิริติ เป็นต้น

๒) ปติวัตร แปลว่า ความจงรักภักดีในสามีตน ข้อนี้เป็นคุณธรรมฝ่ายสตรี เมื่อมีสามีแล้ว พึงปฏิบัติสามีของตนตามหน้าที่ภรรยาให้ดีที่สุด รักใคร่เฉพาะแต่สามีตน ไม่ปันใจให้ชายอื่นแม้จะไม่มีกฎหมายบ้านเมืองห้ามไม่ให้มีสามีใหม่ก็ตาม

กล่าวโดยสรุป กามสังวรเป็นคุณธรรมของสตรี และบุรุษ ว่าสตรีทั้งหลายเมื่อมีคู่ครองแล้วย่อมต้องดูแลกิจการการเรือน สงเคราะห์เพื่อนสามี ไม่ล่วงเกินนอกใจ ขยัน และรักษาทรัพย์ที่สามีหามาได้ด้วยความขยัน ไม่เกียจคร้าน ส่วนบุรุษย่อมต้องยกย่อง ไม่ดูหมิ่น ไม่นอกใจ มอบความไว้วางใจ กับความเป็นใหญ่ และของกำนัลแก่ภรรยา

### ๔) สัจจะ (คู่กับศีลข้อที่ ๔ มุสาวาทา เวรมณี)

**สัจจะ** หมายถึง คุณธรรม หรือคำพูดก็ได้ สัจจะ หมายถึง คุณธรรม แปลว่า ความซื่อสัตย์ ความจริงใจ ความมีสติซื่อตรง คือความที่มีจิตใจตรง ไม่คิดคด ไม่คิดโกหกหลอกลวง รักษาคำมั่น สัญญาอย่างมั่นคง สัจจะ หมายถึง คำพูด แปลว่าคำจริง คือคำตรง คำแท้ คำพูดที่ไม่โกหกหลอกลวง บิดพลิ้ว ลักษณะของผู้ที่มีสัจจะ คือ

๑. พูดอย่างไร ทำอย่างนั้น รักษาคำพูด
๒. ซื่อสัตย์ จริงใจ ไว้วางใจได้ทั้งต่อหน้าและลับหลัง
๓. มีความบริสุทธิ์ใจต่อคู่ครองตนและบุคคลทั่วไป
๔. ไม่เป็นคนสับปลับ หน้าไหว้หลังหลอก

กล่าวโดยสรุป สัจจะ คือความจริงใจเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับชีวิต ทั้งทางโลกและทางธรรม ผู้ที่ขาด สัจจะเพียงอย่างเดียวย่อมเอาตัวไม่ได้ ในทุกอย่าง ในทางตรงข้าม คนที่มีสัจจะย่อมจะเป็นหลักประกันให้ผู้อื่นเชื่อถือไว้วางใจ จะทำการสิ่งใดย่อมเจริญรุ่งเรือง ก้าวหน้า ด้วยได้รับการสนับสนุนจากคนทั้งหลาย

#### ๕) สติสัมปชัญญะ (คู่กับศีลข้อที่ ๕ สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐानา เวรมณี)

สติสัมปชัญญะ เป็นหลักธรรมที่สนับสนุนทำให้เกิดการงดเว้นการดื่มน้ำเมา สติ เป็นธรรมที่มีอุปการะมาก คือทำให้ตื่นตัวอยู่เสมอ ไม่ให้เลินเล่อ พลังพลอ ป้องกันความเสียหายเบื้องต้น เป็นเหตุให้ฉุกละหุก ยับยั้งชั่งใจไม่บุ่มบ่าม หากขาดสติย่อมเป็นเหตุให้ทำการใดๆ ผิดพลาด เสียหายร้ายไป

ลักษณะของความมีสติ ๔ ประการ ได้แก่

(๑) ความเป็นผู้รู้จักประมาณในอาหารที่บริโภค พึงเห็นว่าอาหารสมควรบริโภค เป็นของแสลงหรือไม่ ให้เป็นเวลา ไม่บริโภคจนอึดเกินไป ปฏิบัติได้เช่นนี้ย่อมเป็นประโยชน์เป็นเครื่องบำรุงกายให้ผาสุก

(๒) ความไม่เลินเล่อในการทำงาน ผู้มีสติย่อมไม่ทอดธุระตน หมั่นเอาใจใส่คอยประกอบกิจการให้ชอบด้วยกาลเทศะ ไม่ปล่อยให้กิจการค้างคั่งเป็นดินพอกหางหมู การงานย่อมเจริญก้าวหน้าไพบุลย์

(๓) ความมีสติสัมปชัญญะในการประพฤติดัว มีความรู้รอบคอบ รู้จักระมัดระวัง เชื่อว่า สัมปชัญญะ พึงเห็นได้ในบุคคลผู้ประกอบกิจการใด ก็ควรไตร่ตรองให้เห็นคุณ โทษ มีประโยชน์ หรือเสียประโยชน์ ควรทำหรือไม่ควรทำ ไม่เป็นคนสับปลับกลลอบเชื่อถือไม่ได้ ไม่ทำความเสียหายมาสู่ตนเองและผู้อื่น เชื่อว่า มีสัมปชัญญะในการประพฤติ

(๔) ความเป็นผู้ไม่ประมาทในธรรม พึงกำหนดรู้ด้วยธรรมเหล่านี้ คือ

๑. ความไม่ประมาทในสภาวะธรรมอันเป็นอยู่ตามธรรมดาของโลก
๒. ความไม่ประมาทในธรรมที่เป็นกุศลและอกุศล
๓. ความไม่ประมาทในโลกธรรม

สัมปชัญญะ คือ ปัญญา ความรอบรู้เป็นความรู้ชัดจริงที่นำมาแก้ปัญหาเฉพาะหน้าขณะนั้นได้ เมื่อไม่มีสติย่อมไม่เกิดปัญญา อนึ่ง ความมีสติรอบคอบ หมายถึงความมีสติระลึกได้ ก่อนทำ ก่อนพูด ก่อนคิด และมีสติสัมปชัญญะ ความรู้ตัวในขณะที่ทำ พูด คิด

กล่าวโดยสรุป สติสัมปชัญญะ เป็นคุณธรรมที่เกิดขึ้นเองไม่ได้ จะต้องฝึกฝน รวบรวมจิตใจให้ แน่นแนวด้วยวิธีปฏิบัติต่างๆ เช่น ทำสมาธิ สวดมนต์ ภาวนา ในการปฏิบัติทั้งสมถกัมมัฏฐานหรือ วิปัสสนากัมมัฏฐานล้วนต้องใช้สติทั้งสิ้น สติสัมปชัญญะ ทำให้เกิดสมาธิ และสมาธิทำให้เกิดปัญญาที่มี สมาธิเป็นฐานนั้น จะมีกำลังมา มีอานิสงส์มาก ดังนั้น การฝึกสติต้องคอยกำกับดูแลเอาใจใส่ตลอดเวลา ในทุกขณะจิต ฝึกให้สติอยู่กับปัจจุบัน ไม่เหม่อลอย ต้องอยู่กับเรื่องเฉพาะหน้าที่ต้องทำ เมื่อมีสมาธิดี แล้วย่อมเกิดปัญญา เมื่อเกิดปัญญา ย่อมสามารถจะนำเอาไปใช้ในชีวิตประจำวันที่เราเรียกว่า สติสัมปชัญญะ เพราะเป็นธรรมคู่กันกับสติ หมายถึง ความรู้ตัวทั่วพร้อมขณะ คิด พูด ทำ

สรุป ความสำคัญของเบญจศีล ศีล ๕ ข้อนี้นี้ ในบาลีชั้นเดิมส่วนมากเรียกว่า ลิกขาบท ๕ เป็นข้อ ปฏิบัติในการฝึกตก เมื่อปฏิบัติตามศีล ๕ ย่อมได้ก็ชื่อว่า เป็นผู้มีสีล คือเป็นเบื้องต้นที่จัดว่าเป็นผู้มีศีล คำว่า เบญจศีลที่มาในพระไตรปิฎกปรากฏในคัมภีร์ชั้นอุปทานและพุทธวงศ์ ต่อมาในภายหลังมีชื่อเรียก เพิ่มว่าเป็น นิจศีล คือ ศีลที่ควรหัดควรรักษาเป็นประจำ และมนุษยธรรม ธรรมของมนุษย์หรือธรรมที่ทำให้เป็นมนุษย์ เพราะผู้จะเกิดเป็นมนุษย์ได้นั้นต้องเป็นผู้รักษาศีล ๕ อย่างบริบูรณ์มาก่อน ศีล ยังมีความหมายว่า เจตนา เจตสิก การสำรวม การไม่ก้าวล่วง

ความสำคัญของเบญจธรรม มีความหมายเดียวกับคำว่า ‘กัลยาณธรรม’ หมายถึง ธรรมที่ดี หรือธรรมที่สะอาด เพราะกำจัดธรรมที่ไม่สะอาดมีราคะ โทสะ โมหะได้ แม้กัลยาณธรรมนั้น ไม่ได้ ปรากฏเป็นหมวดหมู่ในพระไตรปิฎก แต่จะมีแทรกอยู่ในหลักธรรมต่างๆ ที่ธรรมอันดีงามหาอย่าง คุณธรรมหาประการคู่กับเบญจศีลเป็นธรรมเกื้อกูลแก่การรักษาเบญจศีล ผู้รักษเบญจศีล ควรมีเบญจ ธรรมไว้ประจำใจ คือ เมตตาและกรุณา สัมมาอาชีวะ กามสังวร สัจจะ สติสัมปชัญญะ

## บทที่ ๓

### การพัฒนามนุษย์ด้วยหลักศีลธรรม

#### ความสำคัญของศีลในเชิงสังคม

เมื่อมีคำถามขึ้นมาว่า ทำไมมนุษย์ต้องมีศีล ก็สามารถอธิบายได้ว่า ศีลเป็นจุดเริ่มต้นของความ เป็นมนุษย์ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ถ้าผู้ใดอยากเกิดเป็นมนุษย์นั้น ก็ควรจะมีศีลห้าเป็นปกติในตน และผู้ใดที่ไม่ประมาทในศีลทั้งห้าข้อนี้ ผู้นั้นย่อมเป็นผู้ที่ปราศจากเวรและภัย” เพราะว่าการที่จะเกิด เป็นมนุษย์ได้นั้นต้องมีศีลเป็นบรรทัดฐาน ถ้าศีลสิกขาบทเต็มบริบูรณ์จะเกิดมาเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์มี รูปร่าง หน้าตา ผิวพรรณวรรณะงดงาม ถ้าศีลสิกขาบทไม่เต็มก็อาจจะได้เกิดมาเป็นมนุษย์ แต่อาจจะ มีอาการไม่ครบ ๓๒ ประการ เช่น แขนเล็ก ขาเล็ก ตาบอด หูหนวก เป็นใบ้ คลั่งค่อม ปากเบี้ยว เป็นต้น ถ้าไม่มีศีลเลย ประตูปายทั้ง ๔ รอยอยู่เบื้องหน้าแล้ว อาทิ สัตว์นรก สัตว์เดรัจฉาน ผีเปรต อสุรกาย เป็นต้น

ธรรมชาติให้เขี้ยว เล็บ ใ้หาง ใ้พิช กับสัตว์อื่น เพื่อป้องกันตัว ส่วนมนุษย์นั้นไม่มีเขี้ยว ไม่มี เล็บ ไม่มีงา ไม่มีพิช แต่มนุษย์มีปัญหา ที่เป็นอาวุธที่น่ากลัว หากมนุษย์ไม่มีศีล มากำกับพฤติกรรมและ ใช้ปัญหาไปในทางที่ผิด มนุษย์คนนั้น จะน่ากลัวที่สุดในโลก น่ากลัวกว่า เสือ ช้าง งูพิช และสัตว์ที่ว่ น่ากลัวที่สุดในโลก มนุษย์สามารถทำร้ายผู้อื่นได้ตลอดเวลาทั้งทางกาย และทางใจ และมนุษย์สามารถ ทำลายล้างทุกอย่างในโลกใบนี้ได้ เหตุนี้มนุษย์จึงต้องมีศีล นอกจากนั้นศีลยังมีความสำคัญอีกหลาย อย่าง เช่น

ศีล จัดว่าเป็นกระบวนการที่พัฒนาชีวิตขั้นต่ำสุด คือ พัฒนากายและวาจา ถ้าขั้นนี้ยังพัฒนา ไม่ได้ การพัฒนาจิตหรือปัญญาก็ยิ่งจะทำได้ยาก นอกจากจะทำตาม “รูปแบบ” หรือ “ค่านิยม” เท่านั้น

ศีล เป็นพื้นฐานของความดีเบื้องต้น เช่นเดียวกับความกตัญญู ที่เป็นพื้นฐานของความดีเบื้องต้น ถ้าขาดศีลเสียแล้วความดีต่างๆ ก็ย่อมจะปลุกฝังยาก หรือปลุกฝังไม่ขึ้น

ศีล จัดว่าเป็นธรรมที่ช่วยป้องกันภัย และเวรต่างๆ ที่เกิดจากการแสดงออกมาทางกายวาจาได้ อย่างแท้จริง

ศีล นอกจากช่วยไม่ให้เกิดความผิดปกติทางกายและวาจาในปัจจุบันแล้ว ยังช่วยให้สังคมทั้ง ส่วนย่อยและส่วนรวม ได้อยู่ร่วมกันอย่างปกติสุขตามอัตภาพอีกด้วย



ศีล ช่วยให้ผู้ที่รักษาอยู่ในชาติก่อนๆ ได้มาเกิดเป็นมนุษย์ และยังช่วยให้ผู้รักษาศีลในชาตินี้แล้ว ตายไปในชาติหน้าก็ย่อมจะไปเกิดเป็นมนุษย์อีกด้วย

ศีล แม้ว่าจะรักษาเพียง ๕ ข้อ (ศีล ๕) ก็เป็นหลักประกันได้อย่างแน่นอนว่า ในชาติหน้าจะไม่ ไปเกิดในนรก แต่จะได้ไปเกิดใน โลกมนุษย์ หรือสวรรค์

ศีล นอกจากจะเป็นบันไดให้เกิดสมาธิได้ง่ายแล้ว ยังเป็นพื้นฐานให้การเจริญวิปัสสนาได้ผลดี และรวดเร็ว

ศีล สามารถรักษาได้ทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย และทุกอาชีพ ถ้าสมัครใจจะรักษา หรือมีปัญหา พอที่จะคิดแก้ไข แต่ถ้าอ่อนปัญญา มันก็จะรักษาแม้แต่ศีล ๕ ได้ไม่ครบทุกข้อ

ศีล ที่รักษาเป็นปกติดีแล้ว จะช่วยให้ปิดกั้นการที่ผู้อื่นจะเพ่งเล็งในทางทุจริต หรือการกล่าว ร้ายใส่ความได้อย่างดีเยี่ยม

ศีล นอกจากก่อให้เกิดความเคารพเชื่อถือ และเป็นที่เลื่อมใสของนักปราชญ์โดยทั่วไปแล้ว ยัง เป็นแบบอย่างที่ดีแก่คนอื่นอีกด้วย

ศีล ที่รักษาอย่างปกติดีแล้ว จะช่วยป้องกันมลทินโทษและความมัวหมองต่างๆ ทั้งในเรื่อง ส่วนตัว ครอบครัว และสังคมได้อย่างดี

ศีล ช่วยให้นักการค้าเจริญรุ่งเรือง เพราะสร้างความเชื่อถือ และไว้วางใจในคุณภาพของสินค้า และความตรงต่อเวลาของการนัดหมาย

ศีล ถ้ามีอย่างบริสุทธิ์หมดจดในตัวของนักบวช ย่อมก่อให้เกิดความสวยงามแก่หมู่คณะ และ สร้างความศรัทธา และเลื่อมใสทั้งแก่ส่วนตัว และส่วนรวมแก่สาธุชนทั่วไป

ศีล จะเกิดมีขึ้นอย่างบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่ต่างไม่พร้อย ไม่มัว ไม่เศร้าหมอง จะต้องมิเบญจธรรม (เมตตา) สัมมาชีพ สะทาระสันโดษ (กามสังวร) สัจจะ และ (มัชฌิมา) ร่วมกำกับด้วย

ศีล ช่วยให้สังคมโลกและสังคมธรรมอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุข (ไม่ต้องคอยหวาดระแวง ไม่มุ่งร้ายต่อกัน)

ศีล จะช่วยลดปัญหาอาชญากรรมและความชั่วประเภทต่างๆ ได้อย่างสิ้นเชิง เช่น ปล้น จี้ ข่มขืน ฆ่า หลอกหลวง ยักยอก คำของปลอม คำสิ่งเสพติด นักร้ายร้าย บังหลวง คอรัรัปชัน

ศีล ที่สังวรระวังดีแล้ว จะช่วยเป็นฉนวนป้องกันไม่ให้นักบวชเป็นที่ตำหนิติเตียนของสังคม

ศีล เป็นพรหมจรรย์ที่ช่วยกำกับให้นักบวชงามในเบื้องต้น ท่ามกลาง และงดงามในที่สุด ตลอดไป

ศีล ที่นักบวชรักษาอย่างบริสุทธิ์ จะไม่เป็นเหตุให้ประกอบเดรัจฉานวิชาหากิน ไม่ซื้อถูกขายแพง ไม่ประพฤติล่วงโลก ไม่หน้าไหว้หลังหลอก

ศีล ที่รักษาบริสุทธิ์ดีแล้ว ย่อมก่อให้เกิดความกล้าหาญไม่หวาดหวั่น ไม่หวาดเสียว ไม่สะดุ้งกลัว เมื่อเข้าไปสู่ป่าช้า ป่าช้า หรืออยู่ในสถานที่สงบสงัดท่ามกลางป่าเขา

ศีล นอกจากเป็นที่พึงของคนในโลกนี้แล้ว ยังเป็นที่พึงของคนชราในโลกหน้าได้ อย่างดีอีกด้วย  
 ศีล เป็นเครื่องชำระล้างมลทินโทษทางกายและวาจาให้บริสุทธิ์สะอาด ปราศจากเครื่องเศร้า  
 หมองได้อย่างวิเศษ และแท้จริง

ศีล สมาธิและปัญญาเปรียบดังขาหยัง ๓ ขา ต้องพัฒนา ให้เท่าเทียมกัน ถ้าขาดขาใดขาหนึ่งก็  
 ไม่สำเร็จประโยชน์ในกระบวนการดับทุกข์

ศีล ช่วยให้ผู้บริจาคทานได้รับอานิสงส์ของทานครบวงจร (วัตถุ ทายก และปฏิคาหก มี  
 ศักยภาพ

ศีล ที่รักษาดีแล้ว ย่อมก่อให้เกิดความแก่กล้า สว่างาม เมื่อเข้าไปสู่ท่ามกลางสมาคมของ  
 บัณฑิต

ศีล เป็นอารมณ์อันยอดเยี่ยม เป็นกลิ่นที่หอมหวานทนลม ชวนให้วิญญูชนอยากสุดดม แม้เทพ  
 เทวาก็ปรารถนาจะเข้าไปใกล้

ศีล ที่นักบวชรักษาดีแล้วจะเป็นเสมือนแม่เหล็กดึงดูดให้ชาวบ้านมั่วอยู่ไกลแสนไกล ก็  
 ปรารถนาจะมาทำบุญ

ศีล ที่รักษาอย่างบริสุทธิ์และถูกต้อง ย่อมก่อแต่คุณให้โดยส่วนเดียวทั้งในโลกนี้ โลกหน้า และ  
 ทุกโลก

ศีล ถ้ารักษาเพียงอย่างเดียว ไม่ว่าระดับไหน และจะรักษาให้อุกฤษฎ์เพียงใดก็ตาม ก็ไม่  
 สามารถจะใช้ดับทุกข์ทางใจหรือความทุกข์ทั้งปวงได้ จะต้องเจริญธรรม คือ สติ สมาธิ และวิปัสสนา  
 (ปัญญา) ควบคู่กันไปด้วย จึงจะพิชิตความทุกข์ได้ตามขั้นตอน และถึงขั้นเด็ดขาดสิ้นเชิง (เพราะ  
 ศีลรักษาหรือควบคุมเฉพาะกายกับวาจาเท่านั้น แต่สติ สมาธิ และปัญญานั้นสามารถควบคุมได้หมดทั้ง  
 กาย วาจา และใจ)

ศีล แม้ว่าจะรักษาเฉพาะกายกับวาจาเท่านั้นก็ตาม แต่ผู้ที่เจริญธรรม คือ สติ สมาธิ และ  
 ปัญญานั้น แม้ว่าจะใช้ดับทุกข์ได้สิ้นเชิงก็จริง ถ้าหากว่าไม่มีศีลรองรับคุณธรรมเหล่านั้นไว้แล้ว สติ  
 สมาธิ และปัญญาก็ไร้ค่า

ศีล ยังไม่ใช่เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา ศีลจึงช่วยดับทุกข์ ภัย เวรได้เฉพาะทางกาย  
 และวาจา เท่านั้น ถ้าต้องการดับทุกข์ทางใจตามขั้นตอน หรือโดยสิ้นเชิงก็ต้องเจริญสมาธิ (สติ) และ  
 ปัญญาควบคู่กันไปด้วย

ศีล แม้ว่าจะมองดูเป็นของต่ำในสายตาของนักสมาธินิยม นักวิปัสสนานิยม หรือนักปัญญานิยม  
 ก็ตาม แต่ศีลก็เป็นของต่ำชนิดขาดไม่ได้ สำหรับการเจริญปัญญาขั้นวิมุตติ เปรียบเหมือนข้าวกับกับข้าว  
 ฉะนั้น

ศีล จะมีศักยภาพครบวงจรตามแนวคำสอนของพระพุทธเจ้าได้ จะต้องมีความมีสมาธิและปัญญาไปด้วย ถ้ามีแต่รักษาศีลอยู่อย่างเดียว มันก็จะไม่พ้นการย่ำเท้าอยู่กับที่ (ไม่ได้สัมผัสสิ่งสูงสุดในพระพุทธศาสนา)

ศีล ที่รักษาดีแล้วจะเป็นสะพานเดียวที่ทอดไปสู่ประตุนิพพาน ทางอื่นไปไม่ได้

ศีล แม้ว่าจะเป็นทางดำเนินไปสู่นิพพานก็จริง แต่ถ้ารักษาศีลแบบขาดปัญญา คือ เป็นศีลชนิดงมงาย ประเภท “สีกัณฑ์พระปารมาส” แล้ว ศีลนั้นจะกลายเป็นกำแพงแก้วขวางกั้นพระนิพพานไปเสียเอง

### ศีลกับความสงบสุขในสังคม

มนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องอยู่ร่วมกัน เป็นหมู่เป็นพวก แต่เมื่อมนุษย์ยังอยู่ร่วมกันเป็นชุมชนส่วนน้อย ปัญหาในสังคมก็ไม่สู้มี หรือมีขึ้นก็คงเป็นเรื่องเล็กน้อยไม่ยุ่งยาก และสามารถแก้ไขตกลงกันได้ ครั้นต่อมาเมื่อมนุษย์อยู่ร่วมกันเป็นชุมชนหมู่ใหญ่ ปัญหาของสังคมก็เกิดมากขึ้นและความยุ่งยากก็มากขึ้น เช่น เกิดมีการลักขโมยกัน หยิบฉวยยึดถือเอาข้าวของที่เรามิได้ให้ เจ้าของมิได้อนุญาต กล่าวถ้อยคำเท็จเป็นมุสาวาททั้งที่รู้อยู่ เกิดมีการฆ่ากันทำสัตว์มีชีวิตให้ตกลงสิ้นชีวิตไป มีผู้ประพฤติผิดในกามด้วยการคบหาสมสู่ภรรยาของคนอื่น เมื่อเกิดมีปัญหาและความยุ่งยากในการอยู่ร่วมกันเช่นนี้ ก็จำเป็นต้องมีข้อตกลงหรือบัญญัติสำหรับชุมชนเกิดขึ้น เพื่อให้ทุกคนที่อยู่ร่วมยึดถือปฏิบัติ และในขณะเดียวกันก็ยกย่องบุคคลสามารถผู้หนึ่งในชุมชนนั้นขึ้นเป็นหัวหน้า เป็นผู้ดูแลรักษาให้เป็นไปตามบัญญัติที่ตกลงกันกำหนดขึ้นไว้ เรียกบุคคลผู้นั้นว่า “มหาสมมต” แปลว่า บุคคลซึ่งคนส่วนมากยกย่องขึ้นบ้าง เรียกว่า “ชัตติยะ” (กษัตริย์) แปลว่าบุคคลผู้เป็นอธิบดีของเขตคือท้องถิ่นบ้าง และเรียกว่า “ราชา” แปลว่า ผู้ทำให้ประชาชนพอใจโดยธรรมบ้าง และมีเรื่องเล่าสืบมาว่า ครั้นต่อมาตลอดเวลาสิ้นกาลนาน เมื่อมหาสมมตราชาชัตติยะนั้นได้รับมรณาภิเษกแล้วอยู่รักษาอุโบสถในวันอุโบสถ ก็มีจักรรัตนะเกิดขึ้น จึงทรงเป็นพระราชาจักรพรรดิเสด็จไปทรงสั่งสอน (บัญญัติ ๕ ข้อ) เผยแพร่ทั่วไปตลอดทั้ง ๔ ทิศว่า

- ๑) ไม่ควรฆ่าสัตว์
- ๒) ไม่ควรถือเอาของที่เรามิได้ให้
- ๓) ไม่ควรประพฤติผิดในกาม
- ๔) ไม่ควรพูดเท็จ
- ๕) ไม่ควรดื่มสุราเม

จึงเกิดบัญญัติเป็นระเบียบปฏิบัติของสังคมขึ้น และเมื่อทุกคนปฏิบัติตามบัญญัติสังคมก็มีความเป็นระเบียบชุมชนก็อยู่ร่วมกันด้วยความสงบสุข สังคมย่อมจะเป็นระเบียบไม่ได้ ถ้าปราศจากการปฏิบัติตามศีล ๕ หญิงหรือชาย เป็นผู้ถึงพระพุทธเจ้าเป็นสรณะ ถึงพระธรรมเป็นสรณะ ถึงพระสงฆ์

เป็นสรวง พึงเว้นขาดจากปาณาติบาต เว้นขาดจากอทินนาทาน เว้นขาดจากกาเมสุมิฉฉาจาร เว้นขาดจากมุสาวาท เว้นขาดจากการดื่มน้ำเมาคือสุราและเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ผู้นั้นย่อมเข้าถึงสุคติอย่างเดียวไม่เข้าถึงทุกคติ

ศีล ๕ นี้เป็นข้อกำหนดอย่างต่ำที่สุดในทางปฏิบัติหรือข้อกำหนดอย่างต่ำสำหรับความประพฤติของมนุษย์ที่จำเป็นสำหรับที่จะทำให้สังคมมนุษย์อยู่ร่วมกันโดยปกติสุข แต่ละคนจะมีชีวิตที่ไม่ก่อโทษภัยให้แก่กันและกัน การละเมิดศีล ๕ ย่อมจะเป็นพื้นฐานที่จะนำไปสู่การประกอบอาชญากรรมได้ ฉะนั้นการประพฤติดนไม่ให้ละเมิดเมื่อรับศีล ๕ หรือเบญจศีล คือ ความประพฤติชอบทางกายและวาจา เป็นข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว สมควรประพฤติธรรมอันดีงามอีกส่วนหนึ่ง เพราะ “ศีล” เป็นสิ่งสำคัญที่ควรจะมีก่อน เพราะศีลเป็นเบื้องต้นแห่งความดีงาม เป็นที่พึ่งเบื้องต้น เป็นมารดาแห่งกัลยาณธรรมและเป็นบ่อเกิดแห่งกุศลธรรมทั้งปวง คำว่า ศีล แปลว่า ปกติ สิ่งไรเป็นปกติ สิ่งนั้นย่อมไม่มีโทษ อย่างบ้านเมืองสงบเป็นปกติ หมายความว่า ปราศจากภัยจากภายในและภายนอก คนมีความปกติภายในตน คือไม่มีภัยเบียดเบียน มีอาหารเครื่องนุ่งห่มที่อยู่อาศัยเป็นปกติ คนที่อยู่ร่วมกันไม่เบียดเบียนก่อทุกข์แก่กัน คือ ไม่ฆ่ากัน ไม่ทำร้ายกัน ไม่ลักฉ้อ แ่่งชิงกัน ไม่ลักลอบทำชู้กัน ไม่ขี้ปิดหลอกลวงกัน ไม่ขี้เมาก่อความรำคาญทะเลาะวิวาทกัน ในครอบครัวนั้นก็อยู่เป็นปกติไม่มีใครเดือดร้อนลำบากทุกข์ยาก คำว่า ปกตินี้ จึงหมายถึงความเรียบร้อยภายในตัวบุคคลแต่ละคน และทั้งหมู่คณะที่อยู่ร่วมกัน ฉะนั้น การที่ทุกคนในสังคมประเทศชาติมีศีลเสมอกัน คือมีความเสมอภาคกันในเรื่องศีลจะเป็นตัวปรับสถานะให้บุคคลในสังคมอยู่ร่วมกันได้อย่างปกติสุข

### การพัฒนามนุษย์ตามหลักเบญจศีลและเบญจธรรม

การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ซึ่งทางพระพุทธศาสนาแบ่งได้ ๓ ระดับ คือ ระดับต้น ระดับกลางและระดับสูง ทั้งนี้เพื่อให้เหมาะสมกับวุฒิภาวะและสติปัญญาของบุคคลที่จะพึงปฏิบัติได้ตามความสามารถของตน ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นว่า พระพุทธศาสนามีได้สอนเฉพาะคำสอนที่เป็นขั้นโลกุตระ (นิพพาน) อย่างเดียวเท่านั้น แต่ยังจัดคำสอนไว้ให้ชาวโลกสามารถนำไปประพฤติปฏิบัติได้ทุกระดับ คำสอนเรื่องเบญจศีลและเบญจธรรม เป็นคำสอนที่มุ่งให้บุคคลเป็นมนุษย์ที่ดี เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบตามความต้องการของสังคมมนุษย์

### การพัฒนามนุษย์ให้เว้นจากปาณาติบาต ด้วยหลักเมตตากรุณา

การพัฒนามนุษย์โดยให้เว้นจากปาณาติบาต ด้วยหลักเมตตากรุณานั้น หลักสำคัญก็คือ การเว้นจากการทำอกุศลกรรมเสียก่อน จากนั้นก็เสริมคุณค่าของชีวิตด้วยการสร้างกุศลกรรมด้วยหลักเมตตากรุณา หรือกล่าวโดยสั้นๆ ว่า ละชั่ว แล้วทำดี

### เกณฑ์การตัดสินปาณาติบาต

การทำปาณาติบาตแต่ละครั้งจะต้องมีเป้าหมายแน่ชัดว่า ทำไปเพื่ออะไร ทำไปเพื่อความสุข เพื่อประโยชน์แก่ชีวิตและสังคมอย่างไร จริงอยู่การทำลายชีวิตซึ่งกันและกันย่อมไม่มีผู้ใดหรือสัตว์เหล่าใดต้องการ ทั้งมนุษย์และสัตว์ทุกชนิดล้วนต้องปกป้องคุ้มกันหรือหนีเอาตัวรอดด้วยกันทั้งสิ้น เช่น ปู ปลา กุ้ง และเนื้อสัตว์อื่นๆ ทุกชนิดที่เป็นอาหารของมนุษย์ ย่อมเป็นประโยชน์แก่สุขภาพร่างกายของมนุษย์ ทางสาธารณสุขการแพทย์ได้กล่าวว่าร่างกายมนุษย์ต้องการโปรตีนที่เป็นเนื้อสัตว์วันละ ๘๐ แคลอรีต่อวัน เพื่อนำไปสร้างบำรุงกล้ามเนื้อในร่างกายให้แข็งแรง ถ้าขาดสารอาหารนี้ย่อมทำให้อ่อนแอกลายเป็นผู้เกียจคร้าน

ฉะนั้น การปาณาติบาตกับสัตว์ที่เป็นอาหาร แม้จะเป็นการเบียดเบียนชีวิตกันและกัน แต่ก็ยังเป็นประโยชน์ต่อชีวิตและจิตใจ ตรงกับเกณฑ์ตัดสินทางจริยธรรม ข้อที่ว่า “เป็นสภาพที่เกื้อกูลแก่ชีวิตจิตใจหรือไม่” เช่น ทำให้จิตใจปลอดโปร่งผ่องใส ไร้โรคร่างกายสมบูรณ์หรือไม่ ส่งเสริมหรือบั่นทอนสุขภาพ สมรรถภาพทางจิตใจในการช่วยให้กุศลธรรมเจริญงอกงามขึ้นหรือไม่ ตลอดจนมีผลต่อบุคลิกภาพอย่างไร และตรงกับเกณฑ์ร่วมและเกณฑ์รองข้อที่ว่าด้วย “เป็นไปเพื่อความสุขหรือทุกข์แก่ตนเองและผู้อื่นอย่างไร” แต่ต้องเป็นการกระทำปาณาติบาตกับสัตว์ที่เป็นอาหารทุกครั้งด้วยความสำนึกที่ว่า ทำไปเพื่อชีวิตให้อยู่รอด ประกอบสัมมาชีพโดยสะดวกเพื่อให้มีสุขภาพแข็งแรงปลอดโรคภัยไข้เจ็บ ซึ่งแม้จะได้ชื่อว่าทำปาณาติบาต ก็เป็นการทำเพื่อประโยชน์ส่วนใหญ่ อันเป็นหลักจริยธรรมที่ยึดหยุ่นไปตามสภาพแวดล้อมและสังคมที่มีความจำเป็นอย่างมีเหตุผลอันชอบธรรม อันเป็นเกณฑ์ตัดสินจริยธรรมในลักษณะสัมพัทธ์ (Relative) ในพระพุทธศาสนากล่าวถึง เนื้อที่ควรฉันและไม่ควรฉัน พระพุทธองค์ตรัสว่า เนื้อที่ภิกษุไม่ควรฉัน ไว้ด้วยเหตุ ๓ ประการ คือ

- ๑) เนื้อที่ตนเห็น
- ๒) เนื้อที่ตนได้ยิน
- ๓) เนื้อที่ตนสงสัย

และเนื้อที่ภิกษุควรฉันไว้ด้วยเหตุ ๓ ประการ คือ

- ๑) เนื้อที่ตนไม่เห็น
- ๒) เนื้อที่ตนไม่ได้ยิน
- ๓) เนื้อที่ตนไม่สงสัย

บาปหรืออกุศลธรรมที่เกิดจากการปาณาติบาตมี ๒ อย่าง คือ อย่างหนักกับอย่างเบา คือ อนันตริยกรรม และบาปอย่างเบา คือการทำปาณาติบาตกับชีวิตคนและสัตว์โดยทั่วไป แต่จะเบาอย่างน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับ ๕ ประการนี้ ได้แก่

(๑) ผู้ถูกระทำปาณาติบาต ได้กระทำอนุเคราะห์ช่วยเหลือหรือเป็นที่พึ่งแก่เรามากน้อยเพียงใด ถ้าได้ช่วยเหลือเราไว้มาก ย่อมเป็นหนี้บุญคุณมาก จึงเป็นบาปมาก

(๒) ผู้ถูกกระทำปาณาติบาต ถ้าเป็นสัตว์ และสัตว์นั้นได้ทำประโยชน์ให้เราอย่างน้อยเพียงใด ถ้าทำประโยชน์ให้คนมาก ผู้ที่กระทำการฆ่าย่อมได้รับบาปมาก

(๓) ผู้ถูกกระทำปาณาติบาตถ้าเป็นสัตว์ใหญ่ ผู้ฆ่าย่อมได้รับบาปมากกว่า สัตว์เล็ก

(๔) ผู้กระทำปาณาติบาต กระทำการฆ่าด้วยเจตนาอันแรงกล้าด้วยความพยายามมากหรือน้อย ถ้ามีความพยายามในการฆ่ามากย่อมได้รับบาปมาก

(๕) ผู้กระทำปาณาติบาต ทำด้วยจิตที่ประกอบด้วยอกุศลมูล คือทำด้วยโลภะ โทสะ โมหะ หรือไม่ ถ้าทำด้วยโลภะ โทสะ โมหะ ย่อมได้รับบาปมาก

กล่าวโดยสรุปว่า จิตแบบที่จัดว่าเป็นปาณาติบาต ได้แก่ จิตที่ก่อให้เกิดการกระทำ การฆ่า ด้วยเจตนาอันแรงกล้า ถ้าเป็นการฆ่าด้วยความพยายามอย่างมากเป็นบาปมาก ด้วยความพยายามน้อย เป็นบาปน้อย และการฆ่าที่ประกอบด้วยจิตมีอกุศลมูล คือทำด้วยโลภะ โทสะ โมหะ ย่อมได้รับผลบาปมากด้วย

### เมตตากับปาณาติบาต

๑) เมตตา หมายถึง การแผ่ความปรารถนาดี หรือการบำเพ็ญคุณประโยชน์ ซึ่งตรงกันข้ามกับความพยาบาทหรือปองร้าย พระพุทธเจ้าทรงสอนให้แผ่เมตตาไปยังสรรพชีวิต ไม่ว่าจะเป็นมนุษย์ หรือ สัตว์เดรัจฉานก็ตาม ถ้าปัจเจกบุคคลสามารถปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับการแผ่เมตตาได้ ความขัดแย้งทั้งหลาย ก็ไม่ต้องแก้ไขด้วยวิธีเผชิญหน้ากัน แต่สามารถแก้ได้ด้วยสันติวิธี ดังที่ปรากฏในเมตตสูตรว่า ผู้มีสติตั้งมั่นเจริญเมตตาแผ่ไปไม่มีประมาณ พิจารณาเห็นธรรมเป็นที่สิ้นอุปปี ย่อมมีสังโยชน์เบาบาง หากบุคคลมีจิตไม่คิดประทุษร้ายสัตว์แม้ชีวิตเดียว เจริญเมตตาเป็นประจำอยู่ ก็เป็นผู้ชื่อว่าฉลาด

พระพุทธองค์ทรงสอนให้บุคคลงดเว้นจากการทำลายสิ่งที่มีลมหายใจให้ตาย ให้ทุกคนยอมรับสิทธิในการมีชีวิตอยู่ของกันและกันไม่ไปทำลายหักล้างกัน โดยการใช้เมตตาปรารถนาที่จะเห็นตนเองอยู่อย่างไม่มีเวร ไม่มีภัย ไม่เบียดเบียนกัน ทำให้เกิดแนวความคิดในการเอาใจเขามาใส่ใจเรา แม้สัตว์อื่น หรือคนอื่นก็ต้องการอย่างนั้น ยอมรับความจริงที่ว่า ทุกชีวิตล้วนต้องการอยู่ในโลกอย่างไม่มีเวร ไม่มีภัย ไม่เบียดเบียนกัน ไม่ประทุษร้ายกัน ต้องการเห็นกันมีชีวิตอยู่ดีมีสุข ตามสมควรแก่ฐานะของตน ก็ จะเกิดการยอมรับนับถือกันและกัน ฉะนั้น เมตตาธรรมนั้นเป็นธรรมะที่คุ้มครองโลกให้เกิดการอยู่ร่วมกันโดยปกติสุข

๒) เมตตาเป็นหลักภาพรภาพ (Brotherhood) พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่สอนให้แก้ความเสื่อมทางศีลธรรม สอนให้แก้ความชั่วด้วยความดี และสอนให้ฝึกตนด้วยการแก้ไขที่ตนเองก่อน แม้กระทั่งในการสอนให้มีเมตตาจิตก็ให้หัดแผ่เมตตาให้แก่ตนเองก่อน เพื่อให้เห็นว่าเรารักสุขเกลียด

ทุกข์ฉนั้นใด คนอื่นก็มีความรักสุขเกลียดทุกข์ฉนั้น สิ่งทีกล่าวมาทั้งหมดนี้จะทำให้เราอยู่ร่วมกันโดยปกติสุข อีกทั้งยังไม่ก่อเวรภัยให้เกิดขึ้นแก่ตนเองด้วยจึงสอนให้ทุกคนรู้สึกเป็นพี่น้องกัน

๓) เมตตาเป็นพื้นฐานสันติภาพ (Peace) การประพฤติปฏิบัติตามศีล ๕ ที่จะทำให้สมบูรณ์ตามสถานการณ์ในสังคมปัจจุบันนั้นทำได้ยาก ในเมื่อมนุษย์เราร่วมกันมากยังคงฆ่ากัน เบียดเบียนกันด้วยความโหดเหี้ยม เพราะคนเราทุกคนถือเอาชีวิตเป็นสำคัญที่สุดสำหรับตนเอง พระพุทธเจ้าตรัสสอนให้งดเว้นจากการทำลายชีวิตของใครๆ ได้แก่ปาณาติปาตา เวรมณี หมายถึง การตั้งใจที่จะงดเว้นจากการทำร้าย เบียดเบียนชีวิตของผู้อื่นนั้นยังไม่พอในพระพุทธศาสนายังสอนให้มีความรักด้วยความหวังดี (เมตตา) และให้มีความสงสาร (กรุณา) ต่อผู้อื่นด้วย จึงจะทำให้เกิดสันติภาพ ที่มั่นคงถาวรขึ้นในสังคมได้ เราไม่สามารถแสวงหาสันติภาพที่มั่นคงได้ด้วยวิธีการฆ่ากัน ถ้ามนุษย์ยังหวังสันติภาพในสังคม ก็ต้องงดเว้นจากการฆ่า การเบียดเบียนกันอย่างเด็ดขาด และต้องงดเว้นจากการฆ่าการเบียดเบียนสัตว์ทุกชนิดเพราะสัตว์เหล่านั้นคือสิ่งแวดล้อมของมนุษย์ และสัตว์เหล่านั้นก็ต้องการความสงบ

๔) เมตตาสร้างความสามัคคี (Harmony) การที่จะนำสันติสุขมาให้สังคมโลกได้อย่างมั่นคงถาวรนั้น คนในสังคมจะต้องมีเมตตา เพราะคนที่ไม่มีเมตตานี้จะเอื้ออาทรต่อคนที่ประสบความเดือดร้อน ตัวอย่างเช่น พระพุทธเจ้าทรงประกอบศาสนกิจช่วยเหลือเกื้อกูลแก่มวลมนุษยชาติ ด้วยการที่พระองค์ทรงสั่งสอนให้คนทั้งหลายให้มีจิตใจประกอบไปด้วยเมตตาและช่วยเหลือเกื้อกูลแก่สังคม ทำให้คนเหล่านั้นกลายเป็นคนใจบุญ อาทิ อนาคตบัณฑิตเกรซฐี และนางวิสาขามหาอุบาสิกา เป็นต้น คนเหล่านี้มีเมตตาต่อสัตว์โลกทั้งมวล เพราะฉะนั้น การกระทำด้วยจิตมีเมตตาจึงช่วยส่งเสริมสร้างความเอื้ออาทรให้แก่คนทั้งหลาย ความสุขก็จะขยายไปสู่คนอื่นๆ อย่างต่อเนื่องและยาวนาน ปัญหาต่างๆ ในสังคมก็จะลดน้อยลงได้ เพราะอาศัยเมตตา คือความปรารถนาให้ผู้อื่นและสัตว์อื่นๆ มีความสุขในเมื่อตนได้ความสุขแล้วก็อยากให้ผู้อื่น สัตว์อื่นได้รับความสุขนั้นบ้าง เป็นการอนุเคราะห์แก่กันและกัน การอนุเคราะห์แก่กันนี้เป็นการสร้างความสามัคคี

๕) เมตตา คือ หลักเอกภาพ (Unity) การอยู่ร่วมกันอย่างมีเมตตา กรุณา หวังจะเห็นความสุข ความเจริญของกันและกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกันตามสมควรแก่ฐานะที่จะทำได้ มีความรัก ความเคารพ สงเคราะห์กัน ไม่วิวาทกัน มีความสามัคคีกัน เริ่มต้นจากครอบครัวไปถึงสังคม ประเทศชาติ และสังคมโลกก็จะเกิดขึ้น จากพระพุทธพจน์ที่ว่า “ผู้ใดไม่ฆ่าเอง ไม่ใช้ให้ผู้อื่นฆ่าไม่ทำทรัพย์ให้เสื่อมไป ไม่ใช้ผู้อื่นทำทรัพย์ให้เสื่อมไป มีจิตเมตตาในสัตว์ทุกจำพวกผู้นั้นไม่ก่อเวรกับใครๆ” การมีเมตตานี้ช่วยให้สังคมโลกอยู่ร่วมกันโดยปกติสุข

กล่าวโดยสรุป การอยู่ร่วมกันโดยปกติสุขภายในสังคม เราจะต้องมองไปที่ระเบียบหรือข้อปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกัน ถึงแม้ว่ามนุษย์เราจะอยู่ในวัฒนธรรมที่แตกต่างกันออกไป แต่โดยพื้นฐานแล้วทุกชีวิตในโลกนี้ต้องการความสุขและไม่ต้องการความทุกข์ ฉะนั้น การฆ่าเป็นการเบียดเบียนตนเองและคนอื่นให้เดือดร้อน ปัญหาทางสังคมต่างๆ ที่เราเดือดร้อนกันมากนั้น อยู่ที่ปัญหาการฆ่า การ





ได้รับผลจากการบริโภคยาหายจากโรคร้ายไข้เจ็บ เป็นต้น ฉะนั้น กล่าวโดยสรุปผู้รักษาศีลย่อมได้รับอานิสงส์แห่งการรักษา ๓ ประการ คือ

๑) สีเลนะ สุคะติง ยันติ หมายถึง บุคคลจะไปสู่สุคติภูมิได้ก็เพราะศีล คนที่มีศีลจึงเป็นคนที่มีความสุข เมื่อพิจารณาตามลำดับของศีลตั้งแต่ต้น จะเห็นได้ว่าการไม่ข่มเหงกัน ไม่ประทุษร้ายร่างกายซึ่งกันและกัน ไม่ทำลายชีวิตซึ่งกันและกัน เป็นคนมีเมตตา มีความรักในกันและกัน มีความกรุณา ความสงสารซึ่งกันและกัน ไม่ล่วงละเมิดศีลข้อที่หนึ่ง เมื่อคนทุกคนต่างไม่ประทุษร้ายซึ่งกันและกัน ต่างไม่ประทุษร้ายซึ่งกันและกัน ทุกคนต่างไม่ประทุษร้ายซึ่งกันและกัน ทุกคนต่างรักเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ทุกคนต่างคนต่างสงสารซึ่งกันและกัน เกื้อกูลซึ่งกันและกันให้มีความสุข อารมณ์อย่างนี้จะเป็นปัจจัยของการเกิดความสุขประการต่อมา เมื่อบุคคลไม่ลักขโมยกัน ไม่ยื้อแย่งทรัพย์สินของเขา ประกอบสัมมาอาชีวะ หากินอย่างสุจริต มิทำกิจอันผิดไปจากศีลธรรม ก็จะมีมีความสุขในทรัพย์สินของตน เป็นอันว่าถ้าเราต่างคนต่างไม่ลักไม่ขโมยซึ่งกันและกัน ทุกคนกินอนตาหลับ บ้านก็ไม่ต้องสร้างแข็งแรง เอาเฉพาะกุญแจดอกเดียว นี่เราจะไปไหน เกรงว่าเขาจะเข้าบ้านเราได้ ใช้กุญแจดอกเดียวใส่ประตูหน้าบ้าน ลองคิดดูว่าใส่กุญแจดอกหนึ่งราคากี่บาท สมมติว่ากุญแจดอกหนึ่งราคาหนึ่งบาท คน ๔๐ ล้านคน สมมติว่ามีบ้านแค่ ๑๐ ล้านหลัง เราต้องเสียเงินเป็น ๑๐ ล้านบาท ไปอย่างเปล่าประโยชน์ แต่ความจริงเรื่องการป้องกันขโมยไม่ใช่ราคาบาทเดียวแล้ว บางบ้านต้องลงทุนเป็นแสน สมมติว่าทุกบ้านต้องเสียค่าคุ้มกันขโมย มีกุญแจ มีหีบ มีห้องหับที่มั่นคง จากบ้านละ ๑๐๐ บาท ถ้าบ้าน ๑๐ ล้านหลัง แล้วเอา ๑๐๐ คูณเข้าไป ก็เป็น ๑,๐๐๐ ล้านบาท ถ้าเราต่างคนต่างไม่ขโมยซึ่งกันและกัน แล้วจะมีมีความสุข ประการที่สาม ถ้าเราไม่ยื้อแย่งความรักซึ่งกันและกัน ไม่ข่มเหงน้ำใจกัน ความเป็นมิตรมันก็มีอยู่ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ถ้าเรามีคู่ครองแล้ว เราก็ซื่อสัตย์ต่อคู่ครอง ประพฤติตามหลักสัณโดษ ในบ้านก็เป็นสวรรค์ ความเดือดร้อน ก็ไม่มี มีแต่ความสุข นี่ก็เป็นความสุขในปัจจุบัน ประการที่สี่ การกล่าววาจาเท็จก็ดี กล่าววาจาหยาบก็ดี ยุให้เขาแตกกันก็ดี กล่าววาจาไร้ประโยชน์ก็ดี กล่าววาจาที่เป็นปัจจัยให้เขาเกลียด มีวาจาอันเป็นสัจ มีวาจาที่จริงใจ ใช้วาจาอ่อนหวาน พูดแต่เฉพาะให้เกิดความสามัคคีใช้วาจาที่เป็นประโยชน์ก็เป็นเหตุแห่งความรัก เป็นเสน่ห์ เป็นอันว่าเรามีใจไมโทธร้าย เป็นคนใจดี ไม่มีโอว ไม่ลัก ไม่ขโมย มีวาจาไพเราะ มีวาจาที่เป็นประโยชน์ ใช้วาจาแต่ความเป็นจริง ก็เป็นมหาเสน่ห์อันจะนำความสุขมาให้ และประการที่ห้า ถ้าหากเราไม่ดื่มสุราเมรัย ซึ่งจะพาไปในด้านของความชั่ว ดื่มสุราเสียอย่างเดียวชั่วได้ทุกอย่าง แม้แต่พ่อกับแม่เราก็สามารถจะฆ่าได้ เพราะความเมาสุรา เงินที่เสียไปก็เสียไปอย่างไรประโยชน์ แล้วโทษก็คือทำลายสุขภาพ สามารถจะถูกฆ่าตายก็มีนั่นเพราะสุราและสุราเป็นเหตุให้ขาดสติสัมปชัญญะ เป็นคนที่ไร้ศักดิ์ศรี ไม่มีใครเขาเคารพนับถือ และอายุสั้น บางคนอายุยาวก็สุขภาพไม่ดี หากเว้นจากการดื่มสุราเมรัยเสีย หมั่นเจริญสติสัมปชัญญะให้มากยิ่งขึ้นก็จะมีความสุข

๒) สีเลนะ โภคะสัมปะทา ผลสัมฤทธิ์ด้านโภคะทรัพย์ ในที่นี้หมายเอามนุษย์สมบัติ คือสมบัติที่พึงได้รับในเวลาที่ยังมีชีวิตอยู่ หรือที่จะพึงได้รับเมื่อกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก เช่น รูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ บริวารสมบัติ เกียรติยศ ชื่อเสียง เป็นต้น การเลี้ยงชีพหรือความเพียรพยายามในการแสวงหาปัจจัยยังชีพเรียกว่า อาชีวะนั้น พระพุทธศาสนามองเป้าหมายด้วยมาตรฐานการดำรงชีวิต คือ มีจุดมุ่งหมาย มีปัจจัย ๔ ที่พอเพียงสำหรับคน ถือเอาคนเป็นเป็นหลัก ไม่ได้ถือเอาวัตถุเป็นหลัก หมายถึงการทำหน้าที่ประพฤติดอย่างถูกต้อง เป็นผู้สมควรได้ปัจจัยบำรุงเลี้ยงชีวิต สัมมาอาชีวะเป็นหลักการขั้นศีล คือ เป็นวิธีการที่จะก้าวสู่จุดหมายที่จะพัฒนาคุณภาพจิตและปัญญา ดังนั้น จึงเห็นได้ว่า สัมมาอาชีวะจะส่งผลให้มีความสมบูรณ์ทางด้านโภคะทรัพย์สมดุลกันระหว่างการผลิตกับการบริโภค

๓) สีเลนะ นิพพุติง ยันติ ผลสัมฤทธิ์สูงสุดคือสงบรมเย็น ในที่นี้หมายเอานิพพานสมบัติ คือสมบัติขั้นสุดยอด ไม่เจือด้วยความสุขหรือทุกข์อีก เป็นความหลุดพ้นแห่งจิต ไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะสงสารอีก ทั้งนี้ มิได้หมายความว่า เพียงรักษาศีลอย่างเดียวเท่านั้นแล้ว จะได้สมบัติทุกประการดังว่ามา เป็นแต่ว่า ศีลที่รักษาบริสุทธิดีแล้ว เป็นเบื้องต้นเป็นพื้นฐานแห่งการทำความดีสูงขึ้นไป เช่น การบำเพ็ญสมาธิ การเจริญวิปัสสนา เป็นต้น ซึ่งจะเป็นเหตุให้ได้รับสมบัติอันสูงสุด เช่นพระนิพพานได้ เพราะผู้มีศีลไม่บริสุทธิดี หรือไม่รักษาศีลเลย จะเจริญวิปัสสนา ทำสมาธิให้ได้รับผลนั้นเป็นไปได้ เพราะจิตของเราจะฟุ้งซ่านรำคาญ ไม่เป็นสมาธิ ผู้มีศีลหมดจดเท่านั้นจึงทำให้ดีและเกิดผลดี ฉะนั้น จึงว่าศีลเป็นพื้นฐานของคุณธรรมขั้นสูงขึ้นไปคือสมาธิ และสมาธิเป็นพื้นฐานของปัญญาอีกชั้นหนึ่ง เมื่อมีศีลบริสุทธิดีแล้ว จึงเป็นเหตุให้ได้มนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ และนิพพานสมบัติ ดังกล่าวด้วยเหตุนี้ พระอรหันต์ทั้งหลายจึงกล่าวว่า ศีลเท่านั้นเป็นเลิศ แต่ผู้มีปัญญาเป็นผู้สูงสุดในโลกนี้ ความชนะในมนุษย์โลกและเทวโลกย่อมมีได้เพราะศีลและปัญญา ความชนะในที่นี้ หมายถึง ความชนะกิเลส มนุษย์ก็ตาม เทวดาก็ตาม จะชนะกิเลสได้ก็เพราะศีลและปัญญา ศีลที่มีปัญญาเป็นพื้นฐาน จึงไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย เป็นไท ไม่เป็นทาสของตัณหาและทิฏฐิ กล่าวคือ ผู้รักษาศีล มิได้มุ่งรักษา เพราะต้องการลาภ ยศ สรรเสริญ หรือสมบัติใดๆ มีโภคสมบัติ เป็นต้น หรือมิได้รักษาเพราะเห็นผิดว่าเราจะบริสุทธิดีจากกิเลสได้เพราะศีลนี้ หมายความว่าผู้นั้นได้เห็นผิดว่า ลำพังศีลอย่างเดียว คือศีลเท่านั้น บรรลุนิพพานได้ ซึ่งเห็นผิดไปจากความจริง เพราะผู้จะบรรลุนิพพานได้นั้น ต้องประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญาเบื้องต้น ศีลเป็นบาทให้เกิดสมาธิ สมาธิเป็นบาทให้เกิดปัญญาแต่เบื้องต้น ศีล สมาธิ และปัญญา จะประชุมพร้อมกันเป็นมรรคสมังคี ในอริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นอริยศีล อริยสมาธิ และอริยปัญญา อริยศีลที่ประกอบด้วยอริยสมาธิ และอริยปัญญา ในขณะนั้นเท่านั้น ที่บรรลุนิพพานได้ เพราะฉะนั้น ผู้หวังความสุข ความสงบ และสมบัติดังกล่าว พึงรักษาศีลของตนให้บริสุทธิดี บริบูรณ์ดี ไม่ให้ต่าง ไม่ให้พร้อย ด้วยประการทั้งปวง พึงรักษาให้ดีเท่าชีวิต เหมือนนกต้อยตืดรักษาไข่ เหมือนจามรีรักษาขนหาง เหมือนมารดารักษาลูกน้อย และเหมือนคนมีตาดีข้างเดียวรักษาดวงตาของตนไว้

และในขณะเดียวกันก็ควรสะสม อบรม บ่มเพาะหลักเบญจธรรมให้เจริญงอกงามมากยิ่งขึ้น เมื่อเป็น  
ดังนั้น ย่อมจะได้รับประโยชน์สมปรารถนา

## บทบาทของศีล ๕ ที่มีต่อการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน

บทบาทหรือวิถีทางของการดำเนินชีวิตของบุคคลในสังคมชาวพุทธย่อมเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น  
เป็นส่วนใหญ่ และการอยู่ในสังคมให้มีความสุขได้นั้น ต้องยึดมั่นในหลักแห่งศีลธรรม หากการยึด  
มั่นในหลักดังกล่าว และใช้เป็นกรอบของความประพฤติจะทำให้บุคคลในสังคมมีความเป็นระเบียบ  
เรียบร้อย เพราะศีลเป็นหลักในการพัฒนาตนเองให้เกิดความดีงามความมีระเบียบ จึงมีความจำเป็น  
อย่างยิ่งสำหรับคนทุกเพศทุกวัยที่จะต้องมี อันเป็นหลักในการประพฤติปฏิบัติ เพื่อความสุขของตนเอง  
และผู้อื่น อันเป็นหลักในการดำรงชีวิตที่ถูกต้อง และหลักนั้นต้องเป็นหลักแห่งสันติภาพ เสรีภาพและ  
ภราดรภาพซึ่งเป็นอุดมคติในชีวิตของมนุษย์เราทุกคน

**การดำเนินชีวิตเพื่อสันติภาพ** โลกมนุษย์ในปัจจุบันเจริญขึ้นมาก และเป็นโลกแห่งวัตถุนิยม  
อย่างแท้จริง มนุษย์ส่วนมากจึงพากันนับถือคนที่มีเงินมากกว่าความดีของคนเสียอีก เมื่อถูกความโลภ  
ทางวัตถุเข้าครอบงำแล้ว ทำให้มนุษย์ลืมนึกถึงเป้าหมายสูงสุดของชีวิตว่าคืออะไร จึงยังมีการฆ่ากัน  
การประหัตประหารและเบียดเบียนกันอยู่ในโลกปัจจุบัน

ความสุข ความทุกข์ทั้งมวลของชีวิตมนุษย์ เกิดขึ้นในขณะจิตเดียวเท่านั้น เมื่อจิตขณะนั้นดับไป  
คนนั้นก็ตายตามไปด้วย นี่แสดงถึงความไม่เที่ยงแท้ของชีวิตมนุษย์ พระพุทธเจ้าทรงเน้นหรือให้  
ความสำคัญแก่จิตมาก ชีวิตของมนุษย์จะมีคุณค่าดีงามหรือไม่ ก็ให้ดูได้จากการประพฤติของผู้นั้น  
เป้าหมายที่แท้ของชีวิตมนุษย์ก็คือการสร้างคุณงามความดี จนบรรลุเป้าหมายสูงสุดของชีวิตมนุษย์ ก็  
คือบรมสุข (นิพพาน)

**การดำเนินชีวิตเพื่อเสรีภาพ** พระพุทธเจ้ามีคำสอนที่ส่งเสริมให้ปัจเจกบุคคลมีเสรีภาพ  
หมายความว่าปัจเจกบุคคลทุกคนมีเสรีภาพอยู่แล้วตามธรรมชาติ ตั้งแต่แรกเกิด แต่ว่าเสรีภาพเหล่านั้น  
มีขอบเขตที่จำกัด ปัจเจกบุคคลจึงพากันแสวงหาหรือเรียกร้องหาเสรีภาพ พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า การ  
แสวงหาเสรีภาพนั้น จะต้องไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น การแสวงหาสิ่งที่ดีที่สุดในชีวิต  
มนุษย์จะพึงมีได้ ก็คือความสุขที่เกิดจากการเป็นอิสระจากเครื่องผู้รัดทางจิตใจ คือกิเลสตัณหา โดยการ  
นำหรือส่งเสริมให้ประพฤติปฏิบัติตามหลักของศีล ๕ โดยการประยุกต์ หรือนำไปปรับปรุงกับการ  
ดำเนินชีวิต โดยมีเป้าหมายให้มนุษย์ทุกคนในสังคมเป็นอิสระจากความเป็นทาสของกิเลสตัณหา

**การดำเนินชีวิตเพื่อภราดรภาพ** พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า มนุษย์ทุกคนต่างก็เป็นเพื่อนร่วม  
ทุกข์ ร่วมสุขด้วยกัน ไม่เว้นแม้แต่สรรพสัตว์ต่างก็ตกอยู่ในสภาวะเช่นนี้ทุกชีวิต ชีวิตของมนุษย์จึงเต็ม  
ไปด้วยความทุกข์ต่างๆ จึงเป็นเพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บและตายด้วยกันทั้งหมด ดังนั้นมนุษย์จึงไม่ควร  
จะเพิ่มความทุกข์ให้แก่ผู้อื่นด้วยการฆ่าหรือด้วยการเบียดเบียนกันเป็นต้น พระพุทธเจ้าทรงเน้นว่า

มนุษย์ควรจะประพฤติปฏิบัติต่อทุกชีวิตให้เหมือนกับญาติพี่น้องของตัวเอง และให้มีจิตประกอบด้วยเมตตากรุณา ไม่คิดมุ่งทำร้ายกัน พยาบาทบงการร้ายจองเวรซึ่งกันและกัน โดยให้นำเอาความรู้สึกของตนเองไปเปรียบเทียบกับความรู้สึกของคนอื่นหรือสัตว์อื่นดี เมื่อทราบว่าเรารักสุข เกลียดทุกข์ ความเดือดร้อนฉันทใคร่ คนอื่นหรือสัตว์อื่นก็เป็นเช่นเดียวกับเราเหมือนกัน ด้วยเหตุนี้ พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้มนุษย์ไม่ให้ฆ่าหรือเบียดเบียนกันเป็นต้น

การประพฤติปฏิบัติตามหลักของศีล ๕ นั้นนอกจากจะเป็นการฝึกฝนตนเองให้มีความสุขได้ง่ายแล้วยังพร้อมที่จะก้าวต่อไปในการพัฒนาชีวิตในขั้นสูงต่อไป และถ้าทุกคนประพฤติปฏิบัติตามหลักของศีลอย่างเคร่งครัดตามที่พระพุทธเจ้าทรงสอนเอาไว้แล้ว เพียงเท่านี้ก็มั่นใจว่าทุกคนจะมีชีวิตที่เจริญก้าวหน้า มีความสุข สังคมก็จะร่มเย็นมั่นคงได้อย่างแน่นอน

การพัฒนาตนนั้นเป็นการควบคุมตนเอง คือการประพฤติตนตามหลักศีลสิกขา เพื่อควบคุมตนเอง ซึ่งเป็นหนทางที่จะนำสันติภาพและความสงบสุขมาสู่ตนเอง คนรอบข้างและสังคมที่ตนอาศัยอยู่ การประพฤติตามศีล ๕ เป็นหนทางที่ดีที่สุดที่จะนำสันติภาพมาสู่สังคม สังคมที่มีความสงบสุขและไม่มี การเบียดเบียนกัน ไม่มีความขัดแย้ง จะมีได้ก็ด้วยการประพฤติปฏิบัติตามศีล ๕ เป็นพื้นฐานอย่างจริงจัง โลกเสื่อมลงเพราะมนุษย์เราใช้ทรัพยากรธรรมชาติไปในทางที่ผิด เช่น ผลิตอาวุธประหัตประหารกัน เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ได้ก่อให้เกิดปัญหา ความขัดแย้งต่างๆ ตามมาอีกมากมาย

ในพระพุทธศาสนา ถือว่าศีล ๕ สามารถจะอำนวยความสะดวกให้สังคมเกิดความผาสุก สงบร่มเย็นตามความหมายของสันติภาพได้มากกว่าและมั่นคงถาวรด้วย ถ้ามองในอีกแง่หนึ่งว่า สันติภาพหมายถึงความผาสุกที่เอื้อประโยชน์หรือให้เราหันมาให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ของมนุษย์ในสังคมด้วยกันแล้ว ศีล ๕ ก็เป็นพื้นฐานที่สำคัญที่สุดเช่นเดียวกัน เพราะผู้มีศีลย่อมเป็นผู้มีเมตตากรุณาต่อกัน ไม่มีการเบียดเบียนกันในเรื่องสีผิว ชาติเผ่าพันธุ์เป็นต้น ทุกๆ คนเสมอกันหมด ทุกๆ คนล้วนแต่เป็นเพื่อนร่วมทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ และตายด้วยกันทั้งสิ้น นี่คือความจริงที่ทุกคนต้องยอมรับ

ศีลธรรมทำให้มนุษย์อยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างสงบสุข ไม่สร้างความทุกข์ความเดือดร้อนให้แก่ตนเองและผู้อื่น มีแต่จะนำความสุขความเจริญมาแก่ตนเองและผู้อื่น ถ้าทุกคนมีศีล ๕ โลกก็จะสงบสุขร่มเย็น คนในสังคมก็จะมีแต่ความผาสุกเพิ่มขึ้น อยู่ด้วยกันด้วยความรักใคร่ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เหมือนญาติพี่น้อง รัฐไม่ต้องเสียงบประมาณเป็นจำนวนมากเพื่อปราบปรามโจรผู้ร้าย เป็นต้น

ในยุคบริโภคนิยมนี้กลับตรงกันข้าม คนในสังคมมีศีลธรรมกันน้อยลง หรือแทบไม่มีเลย ทำให้รัฐต้องเสียงบประมาณเป็นจำนวนมาก ต้องใช้กำลังทั้งทหารและตำรวจเป็นจำนวนมาก เพื่อรักษาความสงบเรียบร้อยของรัฐ สถานที่ต้องขังก็แออัด ทำให้ต้องเสียอัตรภาพ ถ้าทุกคนมีศีล ความวุ่นวายสับสนต่างๆ อย่างเช่นในปัจจุบันก็จะไม่มี มนุษย์ในโลกใบนี้ก็จะมีความสุขอย่างแน่นอน

สันติวิธี คือวิธีการสร้างสันติภาพโดยการใช้ศาสนาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาเศรษฐกิจตามแนวทางของพระพุทธศาสนา ก็คือ หลักการไม่เบียดเบียนตน ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่เบียดเบียนตนคือไม่

ทำลายคุณภาพชีวิตของตน ไม่เบียดเบียนผู้อื่นก็คือไม่เบียดเบียนสังคมและสภาพแวดล้อม การไม่เบียดเบียนกันนี้ทำให้เกิดความประสานกลมกลืนหรือความสมดุล ซึ่งเป็นความเกื้อกูลกันระหว่างองค์ประกอบทั้งหลาย ในระบบการดำรงอยู่ของมนุษย์เป็นทางสายกลางซึ่งทำให้มนุษย์ ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมสามารถดำรงอยู่ร่วมกันอย่างเกื้อกูลต่อกัน

ศีลในพระพุทธศาสนาเป็นสิ่งที่อำนวยความสะดวกในการดำรงชีวิตให้ดีงาม และคำนึงถึงความรับผิดชอบต่องานที่ตนจะพึงเกื้อกูลแก่คนอื่น ในการแสวงหาปัจจัย ๔ คือเป็นสิ่งที่สนับสนุนในการแสวงหาโภคทรัพย์ที่ประกอบด้วยความขยันหมั่นเพียรโดยทางสุจริตชอบธรรม และใช้ทรัพย์นั้นทำสิ่งที่ดีงาม การดำเนินชีวิตไปอย่างไม่ประมาทโดยมีสติเป็นเครื่องเตือนและควบคุมอยู่ คือสำนึกอยู่เสมอถึงสิ่งที่จะต้องเว้นและสิ่งที่จะต้องทำ ไม่ยอมทำพลาดไปในทางที่เสื่อม ไม่ทอดทิ้งโอกาสทำความดีความเจริญ ทำด้วยความรอบคอบ ใช้เวลาอย่างมีคุณค่า เกิดประโยชน์และเร่งสร้างสรรค์ความดีงามและประโยชน์สุข ขวนขวายทำกิจการหน้าที่ พัฒนาจิตทำการอย่างรอบคอบ เมื่อไม่ประมาท ประกอบกิจการงานย่อมยังโภคทรัพย์ให้เจริญขึ้น และประสบผลที่มุ่งหวัง ดังพุทธพจน์ที่ว่า “สิลฺ ยาว ชรา สาธุ สิลยังประโยชน์ให้สำเร็จ ตราบเท่าชรา” เมื่อประพฤติตามหลักของศีลด้วยความไม่ประมาทแล้วย่อมเป็นเหตุให้เจริญด้วยโภคทรัพย์

อนึ่ง ถ้าบุคคลในสังคมมีสันโดษ เลี้ยงชีวิตในทางที่ชอบ การเอารัดเอาเปรียบกัน การคอร์รัปชัน โกงกิน การเรียกสินบน การรับสินบนต่างๆ ก็ไม่มี มีการสร้างสรรค์พัฒนาไปในทิศทางของความถูกต้องดีงามตลอดไป ที่เป็นปัญหาเพราะว่าขาดสันโดษ ตัวอย่างเช่น คนในบริษัทใดบริษัทหนึ่งปฏิบัติตนให้อยู่ในกรอบของกฎหมายและศีลธรรม ในการแสวงหาระดมสรรพกำลังลงไปได้เต็มที่โดยให้อยู่ในกรอบดังกล่าว การพัฒนาสร้างสรรค์ ความเจริญก้าวหน้าก็เกิดขึ้นได้โดยไม่มีใครทำชั่วทำผิด สังคมจะอยู่ร่วมกันโดยปกติสุข

มนุษย์มีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเอง คือพัฒนาตนเองให้มีความรู้ และดำเนินชีวิตอยู่ด้วยความรู้ การนำสันติภาพมาสู่สังคมโลก จะต้องมียุติธรรมที่เป็นจิตใจที่ไม่มีความเห็นแก่ตัว เพราะจิตใจที่ประกอบไปด้วยปัญญาจะมองโลกด้วยความเมตตากรุณา คนที่มีเมตตากรุณานั้นจะเอื้ออาทรต่อคนที่ประสบกับความเดือดร้อน ฉะนั้นการพัฒนาจิตใจให้มีเมตตากรุณานั้นจะช่วยขจัดทุกข์ และเสริมสร้างความสุขให้แก่มวลมนุษยชาติ

ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม ที่เรียกว่าปัญหาที่เกี่ยวกับความมั่นคงทางสังคม เกิดขึ้นจากการเบียดเบียนประทุษร้ายกัน ถ้ามองว่า ทำไมคนจึงมีการเบียดเบียนประทุษร้าย ตอบว่า เพราะบุคคลเหล่านั้นลุ่มหลงแก่กิเลสมีความโลภจัด มีความโกรธจัด และมีความหลงจัด และสิ่งที่เราต้องการคือการไม่เบียดเบียนกัน ในระดับของศีลธรรมให้ปฏิบัติตามหลักของศีล ๕ ประการคือ จดเว้นไม่เบียดเบียนชีวิตร่างกายของบุคคลอื่น จดเว้นไม่เบียดเบียนทรัพย์สินของบุคคลอื่น จดเว้นการล่วงเกินคู่ครองของบุคคลอื่น จะพูดกับใครก็พูดแต่คำสัตย์จริง และไม่ตกเป็นทาสของสิ่งเสพติดให้โทษต่างๆ

การครองชีวิตของบุคคลทั้งหลาย ก็จะเป็นการเคารพสิทธิในชีวิตทรัพย์สินในคู่ครอง ในผลประโยชน์ของกันและกัน ก็จะอยู่ร่วมกันโดยสันติสุข

โลกในปัจจุบันนี้ มีความเจริญก้าวหน้าทางด้านวัตถุ จึงทำให้เกิดปัญหาต่างๆ ขึ้น โดยที่มนุษย์เราต่างก็พากันลืมนึกที่จะพัฒนาคุณธรรมที่เป็นเครื่องมือประดับประดาหรือยึดเหนี่ยวจิตใจให้มีความเมตตากรุณาต่อกัน ต่างคนก็ต่างพากันคิดหาหนทางที่จะเบียดเบียนกัน แย่งแย่งผลประโยชน์เพื่อกอบโกยเอามาบำรุงบำเรอความสุขส่วนตัว หรือพรรคพวกโดยไม่เลือกว่าสิ่งที่กระทำนั้นถูกหรือผิด ขอให้ได้เท่านั้นเป็นพอ จึงทำให้เกิดการทุจริตคดโกงกันในรูปแบบต่างๆ มั่วสุมในอบายมุขต่างๆ สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นแรงผลักดันให้เกิดความเกลียดชัง ความอาฆาตพยาบาท ความเห็นแก่ตัวเข้ามาแทนที่ และปัญหาเหล่านี้ก็เกิดมาจากสาเหตุหลักคือ การขาดศีลธรรมประจำใจนั่นเอง เพราะเมื่อกิเลส ๓ ตัว คือ โลภะ โทสะ และโมหะ เข้าครอบงำจิตใจแล้วก็จะทำให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมาอีกมากมาย เช่น ขำคน ขโมยสิ่งของ หรือประพฤติดื้อในสามีภรรยาของผู้อื่น เป็นต้น ฉะนั้น มนุษย์เราทุกคนจึงควรมีศีลกันทุกคน เพราะศีลสามารถที่จะควบคุมพฤติกรรมต่างๆ ที่แสดงออกมาทางทวารทั้ง ๓ คือ กาย วาจา และใจ ไม่ให้ก่อความเดือดร้อนให้แก่ตนเองและคนรอบข้าง

ผู้ที่ต้องการความสงบสุขร่มเย็นก็เพียงแค่ว่าพากันสมาทานศีล ๕ และรักษาศีล ๕ กันเท่านั้น ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมโลกปัจจุบันก็จะลดน้อยลงไปได้ และหมดไปได้ในที่สุด

### ศีลสำหรับประชาชน

ศีล ๕ คือ ศีลที่พระพุทธองค์ทรงสอนให้ฆราวาสที่อยู่ในการครองเรือน ประพฤติปฏิบัติและรักษาซึ่งมีอยู่ ๕ ประการ

- ๑) ควรรู้จักคุณค่าและรักษาสິงมีชีวิตทั้งปวง
- ๒) ไม่พึงปรารถนาในทรัพย์สินที่มีโทษของตน
- ๓) ไม่หมกมุ่นในกามคุณ
- ๔) เป็นผู้ที่มีสัจจะและรักษาความจริง
- ๕) รู้จักรักษาสติและควบคุมอารมณ์ของตนเอง

หรือเรียกว่า เบญจศีล ประกอบด้วย

- ๑) ปาณาติปาตา เวรมณี เว้นจากทำชีวิตสัตว์ให้ตกลงไป
- ๒) อทินนาทานา เวรมณี เว้นจากถือเอาสิ่งของที่เจ้าของมิได้ให้ด้วยอาการแห่งขโมย
- ๓) กามะ สุมิจฉาราวา เวรมณี เว้นจากประพฤติดื้อในกาม
- ๔) มุสาวาทา เวรมณี เว้นจากการพูดเท็จ

๕)สุราเมรัยมีชขปมาทัญฐานา เวมณี เว้นจากการดื่มน้ำเมา คือ สุราเมรัย อัน  
เป็นเหตุที่ตั้งแห่ง

ความประมาท

เบญจศีลเป็นข้อห้าม สำหรับหลักธรรมที่นำมาใช้ควรคู่กัน ซึ่งเป็นหลักธรรมที่เป็นข้อควร  
ปฏิบัติ ได้แก่เบญจธรรม ประกอบด้วย

- ๑)มีเมตตา คือ ความคิดปรารถนาให้ผู้อื่นมีสุข
- ๒)สัมมาอาชีวะ คือ การเลี้ยงชีพ โดยชอบแสวงหาโดยทางสุจริต
- ๓)ความสำรวมในกาม คือ การระวังควบคุมตนเองไม่ให้ประพฤติด
- ๔)ความมีสัจจะ คือ มีความจริง ซื่อตรง ซื่อสัตย์ เพียงตรง
- ๕)ความมีสติรอบคอบ คือ ไม่ประมาท เลินเล่อ มีสติระลึกรู้ได้อยู่เสมอ

### ศีลข้อที่ ๑ เจตนางตเว้นจากการฆ่าสัตว์

สัตว์ในที่นี้หมายถึงสัตว์มีชีวิตทุกชนิด ทั้งมนุษย์และสัตว์เดียรัจฉาน และที่ว่ามีชีวิตนั้น  
นับตั้งแต่สัตว์นั้นมีปราณ หรือลมหายใจ ตั้งแต่อยู่ในครรภ์หรือในไข่จนกระทั่งสิ้นลมหายใจคือตาย สัตว์  
ทุกชนิดย่อมมีสิทธิโดยชอบในการมีชีวิตของตนไปจนตายเอง ผู้ใดทำให้เขาเสียชีวิตด้วยเจตนา ศีลข้อที่  
๑ ของผู้นั้นขาด ผู้รักษาศีล ข้อนี้นอกจากระวังไม่ให้ศีลขาดเพราะปาณาติบาตแล้ว ถ้าวัดจากการ  
กระทำในลักษณะเปรียบเทียบของปาณาติบาตไว้ด้วยก็จะทำให้ศีลของตนบริสุทธิ์ยิ่งขึ้น ถ้าเว้นไม่ได้  
ศีลของเขาก็ต่างพร้อย เหมือนผ้าที่ไม่ขาดแต่สกปรก ลักษณะของปาณาติบาต คือ

- ๑)การทำร้ายร่างกาย คือ ทำให้ร่างกายเขาเจ็บปวดพิกลพิการ
- ๒)การทรมาน คือ ทำความลำบากแก่สัตว์เกิดเหตุ เช่น ใช้งานหนักเกินกำลัง  
กักขังในที่คับ

แคบ ไม่สามารถเปลี่ยนอิริยาบถได้ นำสัตว์ไปโดยวิธีทรมาน เช่น ลากไป ผจญสัตว์ เช่น กัด  
ปลา ชนไก่ ชนโค เป็นต้น

### ศีลข้อที่ ๒ เจตนางตเว้นจากการลักทรัพย์

การลักทรัพย์ หมายถึง การละเมิดกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินของคนอื่น ของหมู่คณะหรือของ  
ส่วนรวม เอามาเป็นของตนโดยวิธีของโจรเรียกว่า โจรกรรม การรักษาศีลข้อนี้คือ เว้นจากโจรกรรม  
๑๔ อย่าง ดังนี้

- ๑) ลัก ได้แก่ การขโมยเอาลับหลัง
- ๒) ฉก ได้แก่ ชิงเอาข้างหน้า

- ๓) กรรโชก ได้แก่ ชูเอา
- ๔) ปล้น ได้แก่ รวมหัวกันยื้อแย่งเอา
- ๕) ตู่ ได้แก่ เถียงเอา
- ๖) ฉ้อ ได้แก่ โกงเอา
- ๗) หลอก ได้แก่ ทำของปลอม
- ๘) ลวง ได้แก่ เบี่ยงบายลวงตา เช่น ให้เครื่องชั่งโก่ง
- ๙) ปลอม ได้แก่ ปฏิเสธ
- ๑๐) ตระบัด ได้แก่ ปฏิเสธ
- ๑๑) เบียดบัง ได้แก่ ชุกซ่อนเอาบางส่วน
- ๑๒) สับเปลี่ยน ได้แก่ แอบสับเปลี่ยนของ
- ๑๓) ลักลอบ ได้แก่ หนีภาษี
- ๑๔) ยักยอก ได้แก่ เบียดบังเอาของที่อยู่ในหน้าที่ของตน

ผู้ใดกระทำโจรกรรม ๑๔ อย่างนี้ ได้ทรัพย์มา ศีลขาด และขอให้สังเกตด้วยว่า ที่ว่าได้ทรัพย์มานั้น หมายถึง การได้ทรัพย์ของตนเองก็มี เช่น ข้อที่ ๑๓ ตนควรจะจ่ายเงินภาษีไปเท่าไร แต่หลบเลี่ยงไม่เสียภาษีตามกำหนด ทรัพย์ส่วนที่เสียไปนั้นก็ไดมาด้วยโจรกรรม ลักษณะโจรกรรมคือ ผู้รักษาศีลข้อนี้ นอกจากระวังไม่ให้ศีลขาด เพราะทำโจรกรรมแล้ว ถ้างดเว้นจากการกระทำที่เป็นลักษณะโจรกรรมเสียได้ ก็จะทำให้ศีลบริสุทธิ์ผุดผ่องยิ่งขึ้น ถ้าว้นไม่ได้ ศีลของผู้นั้นก็ต่างพร้อย ฉายาโจรกรรมในที่บางแห่ง ท่านแยกลักษณะออกเป็น ๒ อย่างคือ อนุโลมโจรกรรมและฉายาโจรกรรม ดังนี้

๑) อนุโลมโจรกรรม ได้แก่ การสมโจร คือสนับสนุนให้คนอื่นทำโจรกรรม ปอกลอก คือคบคนอื่นเพื่อหวังลอกเอาทรัพย์ เช่นทำเป็นรักเขา รับสินบน คือรับสินจ้างให้ตนกระทำผิดหน้าที่

๒) ฉายาโจรกรรม ได้แก่ ผลาญ คือการทำให้ทรัพย์สินของคนอื่นเสียหาย เช่น เผาบ้านเรือนเขา หยิบฉวย คือเอาสิ่งของของคนอื่นมาด้วยความมั่งง่าย ทำนองถือวิสาสะ (คั่นเคย) ข้อสังเกต ตามอนุโลมโจรกรรม การผลาญทรัพย์ เป็นการทำให้ทรัพย์ของคนอื่นเสียหายด้วยความขัดเคือง หรือด้วยความคะนอง ไม่ถือเอาทรัพย์นั้นเป็นของตน แต่ก็เป็นเรื่องที่อาจร้ายแรงยิ่งกว่าการถือเอาทรัพย์ก็ได้ เช่น การวางเพลิง เป็นต้น

### ศีลข้อที่ ๓ เจตนางดเว้นจากการประพฤติดิถีในกาม

กาม ในที่นี้หมายถึง เมถุน คือการส้องเสพระหว่างชายหญิง การผิดในกาม หมายถึง การเสพเมถุนกับบุคคลที่ต้องห้าม ดังจะกล่าวต่อไป ผู้ใดเสพเมถุนกับคนที่ต้องห้ามแล้ว ผู้นั้นกระทำผิดประเวณี ศีลข้อนี้ขาด

สำหรับชาย หญิงต้องห้ามมี ๓ ประเภทคือ



(๑) สัสสามิกา หญิงมีสามี

(๒) ญาติรักขิตา หญิงมีญาติรักษา คือมีผู้ปกครองไม่เป็นอิสระแก่ตน

(๓) อัมมรักขิตาหรือจรีตา หญิงที่จารีตรักษา คือมีจารีตไม่ให้สมสู่ได้แก่

(ก) หญิงที่เป็นเทือกเถาเหล่ากอของตนนับขึ้นไป ๓ ชั้นคือ ย่าทวดหรือยายทวด ย่า ยาย และนับลงไป ๓ ชั้นคือ ลูก หลาน และเหลน

(ข) หญิงหวงห้ามโดยข้อบังคับ เช่น ภิกษุณี สามเณรี หญิงรักษาอุโบสถ ผู้เยาว์ เป็นต้น ชายใดสมสู่กับหญิงต้องห้าม ๓ ประเภทนี้ ถือว่าศีลขาด

สำหรับหญิง ชายต้องห้ามสำหรับหญิงมี ๒ ประเภทคือ

(๑) สำหรับหญิงมีสามี ชายอื่นนอกจากสามีตน เป็นชายต้องห้ามสมสู่ทั้งหมด

(๒) หญิงไม่มีสามี ถ้าเป็นคนที่มิใช่ใหญ่ปกครองดูแล มิใช่เป็นผู้อิสระแก่ตน ชายทุกคนย่อมเป็นบุคคลต้องห้ามสมสู่ทั้งสิ้น หญิงใดสมสู่กับชายต้องห้าม ๒ ประเภทนี้ ถือว่าศีลขาด

**ลักษณะแห่งกาเมสุมิจฉาจาร** ศีลข้อนี้มีความมุ่งหมายในการรักษาจารีตประเพณี ป้องกันการเสียหาย เพราะเรื่องรักใคร่ ผู้รักษาจึงควรงดเว้นจากการกระทำทุกอย่างอันเป็นการลู่อินาจนแก่ความรักใคร่ระหว่างเพศ (ความกำหนัด) เช่น การลวนลามเพศตรงข้าม การหยอกล้อต่อกระซิกคู่ครองของคนอื่น เป็นต้น เพราะการกระทำเช่นนั้นทำให้ศีลเศร้าหมอง ไม่ผ่องใส

#### ศีลข้อที่ ๔ เจตนาตเว้นจากการพูดเท็จ

การพูดเท็จ หรือมุสาวาท ซึ่งเป็นข้อห้ามในการรักษาศีลข้อนี้ หมายถึง การแสดงออกด้วยเจตนาบิดเบือนความจริงให้คนอื่นหลงเชื่อ การแสดงออกทางวาจา คือพูดให้ผิดจากความจริงโกหก ซัดๆ การแสดงออกทางกาย คือการกระทำให้ผู้อื่นเข้าใจผิดจากความเป็นจริง เช่น การเขียนรายงานเท็จ การแก่งพยักหน้า แก่งสั่นศีรษะ แก่งแสดงกริยาอย่างอื่นซึ่งเป็นที่รู้กัน ให้คนอื่นหลงเชื่อผิดไปจากความจริง ผู้ใดเจตนากระทำมุสา ผู้ที่ตนต้องการโกหกนั้นเข้าใจความหมาย ถือว่าศีลขาด มุสาวาท มี ๗ วิธี ดังนี้

(๑) ปด คือ โกหกซัดๆ เช่น ไม่รู้ว่ารู้ ไม่เห็นว่าเห็น

(๒) ทนสาบาน คือ แสดงตัวเป็นความจริง เช่น คนทำผิดหลายคน ครุสั้งว่าใครทำผิดให้ยืนขึ้นแต่ผู้ทำผิดก็ทนนั่งอยู่

(๓) ทำเล่ห์กระเท่ห์ คือ โกหกด้วยการสร้างทำกริยาอาการให้คนอื่นตีความผิดไป เช่น ทำที่

ว่าเป็นคนพิการจะได้ไม่ต้องถูกเกณฑ์ทหาร เป็นต้น

(๔) มายา คือ แสดงท่วงทีลวงคนอื่นให้เข้าใจผิด เช่น เจ็บน้อยแต่ครวญครางมาก

(๕) ทำเลศนัย คือ แสดงนัยให้คนอื่นเข้าใจผิด เช่น พูดเล่นสำนวนวกไปวนมา

(๖) เสริมความ คือ เรื่องมีมูลน้อย แต่พูดให้เป็นเรื่องมีมูลมาก

(๗) อำนาจ คือ เรื่องมากแต่พูดให้เห็นเป็นน้อย ปิดความบกพร่องของตน

นอกจากงดเว้นจากมุสาวาท ๗ อย่างแล้ว ผู้รักษาศีลข้อนี้ควรเว้นจากการแสดงอันมีลักษณะ ประหนึ่งมุสาวาท ซึ่งจะทำให้ศีลของตนมัวหมองคือ

(๑) อนุโลมมุสา ได้แก่ การแสดงที่อาจทำให้ผู้ฟังหรือเห็นเข้าใจผิดจากความจริง เช่น การคุยโวโอ้อวดเกินสมควร

(๒) ปฏิสสวะ ได้แก่ การรับคำคนอื่นแล้วภายหลังไม่ทำตามรับ และไม่ยากคืนคำให้เป็นกิจจะลักษณะ แม้มีเหตุจำเป็นก็ไม่พ้นทำให้คนอื่นเป็นคนโกหกเขา

### ศีลข้อที่ ๕ เจตนางดเว้นจากการดื่มน้ำเมาอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

น้ำเมาอันเป็นวัตถุต้องห้ามในสิกขาบทนี้ ท่านได้จำกัดไว้ว่า เฉพาะสิ่งที่เป็นที่ตั้งแห่งความประมาท คือ เมื่อเสพเข้าไปในร่างกายแล้วทำให้สติเลือนลอย ขาดการควบคุมตนเอง ตรงกับที่เรียกกันว่าสิ่งเสพติดให้โทษ ในตัวสิกขาบทท่านยกขึ้นเป็นตัวอย่าง ๒ ชนิด คือ สุรากับเมรัย สุราเป็นน้ำเมาที่กลั่น เมรัยเป็นน้ำเมาที่ไม่ได้กลั่นหรือเหล้าดิบ ที่ท่านระบุไว้เพียง ๒ อย่างนี้ ในทางปฏิบัติเราต้องถือเป็นหลักการใหญ่ คือ งดเว้นการเสพลิงมีน้ำเมาอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาททุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นผู้ค้นพบสิ่งดังว่านี้ใหม่ หรือประดิษฐ์ขึ้นใหม่ และเรียกชื่ออย่างไรก็ตามปัจจุบันได้มีสิ่งเสพติดให้โทษร้ายแรงระบาดในหมู่ประชาชนมากมายหลายชนิด เช่น สุราเมรัย ฝิ่น กัญชา ยาบ้า มอร์ฟิน เฮโรอีน หรือสารสังเคราะห์ที่ผู้เสพใช้เพื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ เช่น ยาอี ยาเลิฟ เป็นต้น วัตถุต้องห้ามของผู้รักษาศีลข้อนี้คือ สิ่งเสพติดให้โทษ ไม่ว่าจะนำเข้าสู่ร่างกายโดยวิธีดื่มหรือสูบ หรือฉีดก็ตาม และไม่ว่าสิ่งนั้นๆ จะมีผู้ตั้งชื่ออย่างไร มีการผลิตขึ้นมาอีกรูปแบบใดก็ตาม หากทำให้ผู้เสพเกิดความมึนเมาถึงประมาทขาดสติเป็นอันต้องห้ามทั้งสิ้น

ปัญหาของศีลข้อที่ ๕ นี้ มีความสำคัญมาก จึงได้บัญญัติเอาไว้ เพื่อป้องกันเหตุร้ายที่จะเกิดขึ้นในภายหลัง นอกจากการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์แล้ว ยังมี เฮโรอีน ฝิ่น กัญชา ยาบ้า ซึ่งล้วนแต่เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความลึ้มตัว กล่าวทำกล่าวพูดในสิ่งที่ไม่ควรทำควรพูด ถ้าเมาเมื่อไรจะไม่คิดถึงเรื่องคุณธรรมที่ดีงาม จะฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พูดโกหก พูดส่อเสียด พูดหยาบคาย พูดเหลวไหลไม่มีสาระ หมดความละอาย จะทำอะไรพูดอะไรไม่มีความสำนึก ไม่มีความรับผิดชอบในการกระทำ หรือการพูดของตนเอง ตามปกติแล้วมนุษย์เราเมื่อได้เสพลิงที่กล่าวมาแล้ว จิตใจจะเกิดการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นหลายเท่า มีกิริยาทางกาย ทางวาจา ที่แสดงออกมาไม่น่าดู ไม่น่าฟัง ดังที่เห็นกันอยู่ทั่วไป ย่อมก่อเหตุก่อภัยขึ้นมานานาประการ เกิดความเสียหายให้แก่ตนเองและคนอื่นเป็นอย่างมาก จะเป็นผู้นำครอบครัวหรือเป็นผู้นำในการบริหารงานต่างๆ ไม่ได้เลย พวกเขามาทั้งหลายนี้จะพัฒนาในสิ่งใดให้ดีขึ้นไม่ได้เช่นกัน มีแต่จะก่อให้เกิดความหายนะลึ้มเหลวลึ้มจม เสียหายในทรัพย์สินเงินทองไม่รู้

อนาคตตนเองว่าจะเป็นไปอย่างไร การกระทำของคนประเภทนี้ นักปราชญ์ทั้งหลายไม่ควรกล่าวถึงอีกต่อไป และในชาติหน้าจะต้องได้รับกรรมชั้อย่างแน่นอน

คำว่า ศีล มีความหมายและขอบเขตกว้างขวางมาก และมีการใช้ทั้งแบบ**เคร่งครัด**และอย่าง**หลวมๆ** ยิ่งเมื่อนำมาใช้ในภาษาไทย ก็มีการเพี้ยนและคลุมเครือยิ่งขึ้น โดยเฉพาะมักจะสับสนกันบ่อยกับคำว่า วินัย ซึ่งบางทีก็ใช้ปนกันไป บางทีก็เหมือนใช้แทนกันได้ เวลานี้แม้จะต้องยอมตามความนิยม แต่ก็ควรจะต้องเข้าใจอย่างรู้เท่าทัน และอย่างน้อยสามารถแยกความหมายได้ในขั้นพื้นฐาน วินัยเป็นส่วนหนึ่งของศีล ส่วนศีลนอกจากเป็นธรรมแล้ว ยังมีส่วนที่เป็นวินัยด้วย ดังนั้น จึงแบ่ง ศีล ได้เป็น ๒ ระดับ คือ

๑) ศีลในระดับที่เป็นธรรม (ธรรมชั้นศีล) ได้แก่ หลักความประพฤติทางกายวาจาและอาชีวะ ที่แนะนำสั่งสอนกัน โดยถือเอาภาวะที่ควรจะมีควรจะเป็นตามธรรมชาติเป็นหลัก และผู้ปฏิบัติตามหรือฝ่าฝืน ย่อมได้รับผลดีหรือชั่ว โดยรับผิดชอบต่อกฎธรรมชาติของธรรมชาติเองโดยตรง รวมทั้งการปฏิบัติศีล และการรักษาวินัย ที่ได้กลายเป็นความประพฤติประจำตัว หรือ เป็นคุณสมบัติของบุคคล

๒) ศีลในระดับที่เป็นวินัย (วินัยชั้นศีล) ได้แก่ กฎระเบียบข้อบังคับ ตลอดจนระบบกิจการที่จัดตั้งวางตราขึ้นเป็นบัญญัติทางสังคม เพื่อกำหนดและกำกับความประพฤติของบุคคลให้เป็นไปตามความมุ่งหมายจำเพาะของหมู่ชนหรือชุมชนนั้น โดยมีระบบการจัดการบังคับควบคุมให้ได้ผลเป็นจริงตามที่กำหนดไว้ รวมทั้งมีการลงโทษ (ต่างหากจากการได้รับผลทางจิตใจตามกฎธรรมชาติ)

ถ้าพูดอย่างเคร่งครัด วินัยยังไม่เป็นศีล แต่วินัยคือส่วนที่พ่วงอยู่กับศีล หรือห้อยไว้กับศีล เป็นระบบวิธีจัดการทางสังคมที่จะฝึกคนให้มีศีล หรือพูดให้สั้นว่า วินัยก็คือวิธีจัดการฝึกคนให้มีศีลนั่นเอง ส่วนศีลนั้นอาศัยวินัย แต่ไม่ใช่วินัย เพราะศีลเป็นส่วนหนึ่งของธรรม วิธีแยก คือ ธรรม เป็นเรื่องของธรรมชาติ วินัย เป็นเรื่องของสังคมหรือเกิดจากฝีมือมนุษย์ เช่นว่า

ศีล เป็นระเบียบวินัยเพื่อสร้างสังคมที่เรียบร้อย ไม่เบียดเบียนกัน อยู่ร่วมกันด้วยความสงบสุข เป็นสภาพเกื้อกูลแก่การดำเนินชีวิตและปฏิบัติกิจของสมาชิกทั้งหลาย

ศีล เป็นเครื่องมือควบคุมความประพฤติ ทำให้กายวาจาเรียบร้อยงดงามอยู่ในระเบียบ

ศีล เป็นความประพฤติที่ดีงามเกื้อกูลของบุคคล ในการสัมพันธ์กับผู้อื่นและต่อสิ่งแวดล้อม อันทำให้เกิดผลดีแก่ชีวิตของตัวเขาและแก่คนอื่นทั้งหลาย ตลอดทั้งสังคมและสิ่งแวดล้อม

ศีล เป็นข้อปฏิบัติสำหรับกำจัดกิเลสชั้นหยาบ ที่แสดงออกทางกายวาจา ชัดเกลาคคนให้ประณีตขึ้น

ศีล เป็นข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมกายวาจา และอาชีวะ ให้อยู่ในสภาพพร้อมที่จะเป็นพื้นฐานของการพัฒนาในระดับสมาธิ เพื่อเสริมสร้างคุณภาพจิต และช่วยให้จิตมีสมรรถภาพที่จะใช้ได้อย่างได้ผล

ศีล เป็นสภาพปกติทางกายวาจา และอาชีวะ ของผู้ที่มีชีวิตดีงาม หรือ คนที่ได้รับการฝึกอบรมดี มีการศึกษาแท้จริง บรรลุภูมิธรรมอันสูงแล้ว

สาระของศีลอยู่ที่ **เจตนา** การไม่ตั้งใจ ไม่คิดล่วงละเมิด คำว่า ละเมิด แง่หนึ่งคือ ละเมิดระเบียบ กฎเกณฑ์บัญญัติ ละเมิดวินัยที่วางกันไว้ อีกแง่หนึ่ง คือละเมิดต่อผู้อื่น หมายถึงเจตนาที่จะเบียดเบียนผู้อื่นนั่นเอง ศีลจึงหมายถึงการไม่เจตนาละเมิดระเบียบวินัย หรือการไม่เจตนาล่วงเกินเบียดเบียนผู้อื่น ถ้ามองแต่อาการหรือการกระทำ ศีลก็คือ ความไม่ละเมิดและการไม่เบียดเบียน

มองอีกด้านหนึ่ง ศีลอยู่ที่ความสำรวม กล่าวคือ การสำรวมระวัง คอยปิดกั้นหลักเว้นไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้นนั่นเอง เป็นศีล และถ้ามองลึกที่สุด สภาพจิตของผู้ไม่คิดจะละเมิด ไม่คิดจะเบียดเบียนใครนั้นแหละ คือตัวศีล ถ้ามีศีลเหมือนกัน มีความเห็นที่เสมอกัน สองอย่างนี้จะก่อให้เกิดสามัคคี เมื่อมีความสามัคคี **สุขา สังฆัสสะ สามัคคี** ความพร้อมเพรียงในหมู่คณะก็จะทำให้เกิดสุข คือ

๑. สุขในครอบครัว
๒. สุขในสังคม
๓. สุขของคนทั้งโลก

## บทสรุปความสำคัญของศีล ๕

ศีล ๕ เป็นมนุษยธรรม คือธรรมของมนุษย์ที่มีความตั้งใจที่จะงดเว้นจากความชั่ว ความทุจริตทางกายและวาจา รวมทั้งสิ่งไม่ดีทุกประการ เพราะคนเราจะเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้นั้น มิใช่ว่าจะเกิดมาเป็นมนุษย์เท่านั้น จะต้องต้องมีธรรมสำหรับมนุษย์ อีกด้วย ซึ่งศีลเป็นการรักษากาย วาจาและใจให้สงบและเยือกเย็น เป็นพื้นฐานการดำรงชีวิตของมนุษยชาติ และเป็นข้อปฏิบัติเพื่อสังคมที่ร่มเย็น พระพุทธเจ้าทรงพิจารณาเห็นว่าโลกนี้จะสงบร่มเย็น เมื่อคนเคารพสิทธิซึ่งกันและกัน ไม่เบียดเบียนกันทางกาย วาจา อันมีพื้นฐานมาจากใจ การกระทำใดที่พระพุทธศาสนาถือว่า เป็นการกระทำที่ดีและที่ชั่ว คำตอบสำหรับฆราวาสผู้ครองเรือนทั่วไปอยู่ในศีล ๕ และศีล ๕ เป็นการปฏิบัติตามแนวพระพุทธศาสนาขั้นต้น หากประพฤติดุปฏิบัติตามกันไม่ได้ก็จะไม่ได้ประโยชน์จากการเป็นพุทธศาสนิกชน ซึ่งศีล ๕ นี้ มีอิทธิพลต่อสังคมมาก เพราะจัดเป็นบรรทัดฐานทางสังคมด้านศีลธรรมของพุทธศาสนิกชนตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน การรักษาศีล ๕ จึงเป็นการทำความดี ทำให้ผู้ที่รักษาศีลมีคุณสมบัติ มีความสามารถช่วยตนเองได้ และส่งเสริมชุมชนต่างๆ ให้อยู่ร่วมกันด้วยความเป็นระเบียบ

การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ของประเทศในแนวทางนี้ ตอบสนองกับการแก้ไขปัญหาระดับชาติ โดยเน้นการพัฒนาที่มีคนเป็นศูนย์กลางในการพัฒนา ดำเนินการต่อยุทธศาสตร์ในการแก้ปัญหาและวิกฤตการณ์ในสังคมไทย ด้วยการยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงตามพระบรมราโชวาทในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๙ ซึ่งทรงมีพระราชดำรัสด้วยความห่วงพระทัยว่า “ปัญหาที่สังคมมานานจะไม่ได้รับการแก้ไขและจะทวีความรุนแรงยิ่งขึ้นในสังคมไทย หากการพัฒนาประเทศยังคงยึดเศรษฐกิจเป็นศูนย์กลางแทนการพัฒนาคนที่มีคุณภาพของสังคม” บรรทัดฐานชีวิตคุณธรรมในสังคมไทยที่มา

จากหลักคำสอนในพุทธศาสนา ซึ่งเป็นคุณธรรมพื้นฐานในวิถีชีวิตของคนไทย ซึ่งอนุมานได้จากการดำเนินชีวิตตามปกติของชาวไทยพุทธ แนวทางคุณธรรมพื้นฐานดังกล่าว ได้แก่ ศีล ๕ คือ ไม่มุงทำร้ายผู้อื่น ไม่ทุจริตฉ้อโกง ไม่ประพฤติผิดในกาม ไม่หลอกลวงกล่าวเท็จ และไม่เกี่ยวข้องสิ่งเสพติดให้โทษ หากพิจารณาในรายละเอียดของคุณธรรมพื้นฐาน ๕ ประการ ขั้นตอนแล้ว จะพบว่าคุณธรรมดังกล่าว มีแต่จะเสริมสร้างให้สังคมอยู่ด้วยกันอย่างสงบสุข และยังเป็นการพัฒนามนุษย์ให้มีความสมบูรณ์พร้อมทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา ชุมชนและสังคม ถ้ามนุษย์ในโลกนี้ต่างคนต่างไม่มีศีลกันแล้ว จะเห็นได้ทันทีว่า เป็นภาวะที่ทนไม่ได้ ตัวเองก็ทนตัวเองไม่ได้ เมื่อตัวเองไม่มีศีล ตัวเองจะทนพฤติกรรมของตัวเองไม่ได้ ถ้าคนไม่มีศีลแล้ว จะเกิดเสนียดจัญไรของสังคมมากขึ้น

การสร้างความสะดวกสบายให้เกิดแก่คนในชาตินั้น มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่รัฐบาลต้องเร่งฟื้นฟูสภาพจิตใจส่งเสริมให้เกิดการปลูกฝังคุณธรรมให้กับสังคม ซึ่งเป้าหมายที่สำคัญได้แก่ กลุ่มเยาวชนที่กำลังจะเติบโตเป็นกำลังที่สำคัญของชาติ ความรู้ ความเข้าใจ และการปฏิบัติตามศีล ๕ ของเยาวชนไทย ถือเป็นดัชนีบ่งชี้ในด้านคุณธรรมพื้นฐานที่พุทธศาสนิกชน พึงปฏิบัติ และสถาบันครอบครัว ชุมชน หมู่บ้าน ซึ่งถือเป็นรากฐานของสังคมประเทศชาติจำเป็นต้องได้รับการปลูกฝังหลักคุณธรรม จริยธรรม และหลักศีลธรรมในการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข

---

ข้อบัญญัติศีลห้าว่าไว้ชัด	เป็นบัญญัติเพื่อสันติวิสุทธิศรี
ทั้งมนุษย์เดรัจฉานบรรดามี	ให้ไมตรีมิตรต้องจงเฝ้ากัน
“มนุษยธรรม” อีกนามงามผ่องลักษณะ	ถือเป็นหลักปิดทุกข์ปลูกสุขสันต์
เป็นหลักใจให้ปองครองสัมพันธ์	ตามชาติชั้นวรรณะอดิชัย
ข้อหนึ่ง ห้ามฆ่าสัตว์ตัดชีวิต	ให้มีจิตกอบปรเมตตาอัชฌาสัย
ทั้งมนุษย์เดรัจฉานอย่าผลาญใด	ชีวิตใครเขาก็รักประจักษ์ดี
ข้อสอง ห้ามลักทรัพย์สินสินทั้งผอง	มีเจ้าของอย่าปองเอาของเขาชี้
ของของใครเขาก็หวงอย่าล่วงฟรี	สิทธิมีต้องงามตามครรลอง
ข้อสาม ไม่ล่วงสิทธิ์ผิดจารีต	อย่าดันดีดหาอื่นขึ้นชมสอง
สิทธิ์ใครอื่นจากคู่อย่าจู่ปอง	คู่ขึ้นครองของใครใครอย่าไม่ตรี
ข้อสี่ ห้ามเผลอจามสาเห็จ	ห้ามเบ็ดเสร็จโกหกยกเมฆชี้
แม้ใช้กายแทนปากวากยวาที	ต้องสัตย์มีถูกต้องตามคลองธรรม

ข้อห้า ห้ามเสพสุรายาเสพติด  
ทั้งยาบ้า ยาอี ฝิ่น ยา

ของมีพิษ มอมใจ ให้ถล่ม  
ห้ามก่อโปรแกรมการพนัน บรรดา

ภาคผนวก ก

แบบสอบถาม



**แบบสอบถามเพื่อการวิจัย**  
**เรื่อง ศึกษาพฤติกรรมการรักษาศิล ๕ ที่มีผลต่อความเครียดและความสามารถของ**  
**นักเรียนโรงเรียนรัตนจินะอุทิศ,ราชบุรีบูรณะ, กรุงเทพมหานคร**

**คำชี้แจง :**

๑. แบบสอบถามชุดนี้ จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาพฤติกรรมการรักษาศิล ๕ ที่มีผลต่อความเครียดและความสามารถของนักเรียนโรงเรียนรัตนจินะอุทิศ,ราชบุรีบูรณะ, กรุงเทพมหานคร”

๒. แบบสอบถามชุดนี้มีทั้งหมด ๓ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๑ แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการรักษาศิล ๕ ที่มีผลต่อความเครียดและความสามารถของนักเรียนโรงเรียนรัตนจินะอุทิศ,ราชบุรีบูรณะ, กรุงเทพมหานคร

ตอนที่ ๓ แบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะ

๓. แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์นำมาใช้ในการศึกษาวิจัยเท่านั้น ซึ่งจะไม่มีผลกระทบต่อผู้ตอบแบบสอบถามหรือหน่วยงานของท่าน และจะไม่มีเปิดเผยข้อมูลเป็นรายบุคคลแต่อย่างใด

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน ในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้เป็นอย่างดี ขอขอบคุณทุกท่าน ที่ได้ตอบแบบสอบถามนี้ตามความเป็นจริง และตรงกับความเห็นของท่านมากที่สุด คำตอบของท่านจะเก็บไว้เป็นความลับและจะใช้สำหรับการทำวิจัยครั้งนี้เท่านั้น

พระประธาน อีสโร

นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

๑. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
๒. อายุ ☐ ๑๑-๑๒ ปี ☐ ๑๓-๑๔ ปี ☐ ๑๕-๑๖ ปี
๓. ชั้น ☐ ม. ๑ ☐ ม. ๒ ☐ ม. ๓

ตอนที่ ๒ การรักษาศีลของนักเรียน

ในระยะ ๑ เดือนที่ผ่านมาท่านรักษาศีลอย่างไร

ศีล ๕	การรักษาศีล		
	ไม่เคยรักษา (๑)	รักษาประจำ (๓)	รักษาบางครั้ง (๒)
ข้อ ๑ เว้นจากการฆ่าสัตว์ (การฆ่าสัตว์ เบียดเบียนทารุณสัตว์)			
ข้อ ๒ เว้นจากการลักทรัพย์ (การหยิบเงินผู้มีพระคุณ/เพื่อน ไปใช้โดยไม่บอกกล่าวให้ทราบ)			
ข้อ ๓ เว้นจากประพฤติดนินทา (การมีคู่รักแล้วได้มีเพศสัมพันธ์กับหญิงอื่น/หญิงบริการ)			
ข้อ ๔ เว้นจากการพูดเท็จ (การโกหกพ่อแม่/ผู้มีพระคุณ)			
ข้อ ๕ เว้นจากการดื่มสุราเมรัย (การดื่มเหล้า/เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์)			



ตอนที่ ๓ แบบประเมินความเครียดและความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

ความเครียดและความสามารถในการเผชิญอุปสรรค	ระดับความรู้สึก		
	บ่อย	ครั้ง คราว	ไม่รู้สึก เลย
๑. ท่านรู้สึกเหงาและว้าเหว่			
๒. ท่านรู้สึกไม่มีความสุขเลย			
๓. ท่านมีความรู้สึกเบื่อหน่ายท้อแท้ไม่อยากทำอะไรเลย			
๔. ท่านรู้สึกกระวนกระวายเกือบตลอดเวลา			
๕. ท่านรู้สึกกังวลเกือบตลอดเวลา			
๖. ท่านรู้สึกไม่สบายใจโดยหาสาเหตุไม่ได้			
๗. ท่านรู้สึกไม่ค่อยมีสมาธิในการกระทำสิ่งต่าง ๆ			
๘. ท่านรู้สึกไม่อยากทำในสิ่งที่เคยสนใจทำเป็นประจำ			
๙. ท่านอยากจะถอยหนีไม่อยากพบปะพูดคุยกับคนอื่น			
๑๐. ท่านรู้สึกหมดกำลังใจ			
๑๑. ท่านรู้สึกสิ้นหวัง			
๑๒. ท่านรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า			
๑๓. ท่านรู้สึกภาคภูมิใจว่า ท่านเป็นคนเก่ง			
๑๔. ท่านรู้สึกภาคภูมิใจว่า ท่านเป็นคนที่มีความสามารถ			
๑๕. ท่านรู้สึกภาคภูมิใจว่า ท่านไม่ได้ด้อยไปกว่าใคร			
๑๖. ท่านรู้สึกพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ในขณะนี้			
๑๗. ท่านรู้สึกว้าเหว่สิ่งต่างๆ รอบตัวท่าน ยังมีอะไรบางอย่างที่ทำให้ท่านมีความสนใจเป็นพิเศษอยู่			
๑๘. ท่านรู้สึกยินดีและพึงพอใจกับการที่ตนเองได้รับความสำเร็จในบางสิ่ง			

ความเครียดและความสามารถในการเผชิญอุปสรรค	ระดับความรู้สึก		
	บ่อย	ครั้ง คราว	ไม่รู้สึก เลย
บางอย่าง			
๑๙. ท่านรู้สึกกระตือรือร้นในการกระทำการต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน			
๒๐. ท่านยังสนุกสนานกับการพบปะพูดคุยกับคนอื่นที่อยู่รอบตัวท่าน			
๒๑. การคิดและการตัดสินใจของท่านยังเป็นปกติเหมือนก่อน			
๒๒. ท่านรู้สึกว่าชีวิตนี้ยังมีความหวัง			
๒๓. ท่านรู้สึกมีกำลังใจที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองในทางที่ดีหรือก้าวหน้าขึ้น			
๒๔. ท่านรู้สึกว่าจิตใจของท่านเป็นปกติ			

ภาคผนวก ข

รายนามผู้เชี่ยวชาญ





ส่วนงาน.....ศูนย์บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยนาฏศิลปฯ พุทธโธส นครปฐม โทร. ๐๓๔-๒๙๔-๓๔๑  
ที่.....ศส. ๖๔๔๖/๑๓๐๐๐ วันที่.....๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๗  
เรื่อง.....ขอความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์  
เรียน พระศรีสทิตาเทวี, ดร.

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อหาวิชากรมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

5th June

(พระมหาสุรชัย วราสโภ, ดร.)  
ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

[illegible]



## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ศูนย์บัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบึงกาฬศึกษาพุทธโศส นครปฐม โทร. ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑  
 ที่ ศธ. ๖๑๕๖/๑๓๐๖ วันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๗  
 เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์  
 เจริญพร รศ.เวทย์ บรรณกรกุล

ด้วย พระประธาน อิสสรโร (เสมียนรัมย์) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๘๕๗ นิสิตปริญญาโท  
 หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้  
 ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาพฤติกรรมการรักษาศีล ๕ ที่มีผลต่อความเครียดและความสามารถของ  
 นักเรียนโรงเรียนรัตนจินะอุทิศ, ราษฎร์บูรณะ, กรุงเทพมหานคร” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม  
 หลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา  
 พระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบึงกาฬศึกษาพุทธโศส นครปฐม  
 พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็น  
 ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบ  
 มาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา  
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบึงกาฬศึกษาพุทธโศส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่า  
 ได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพราหมเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(พระมหาสุรชัย วราสโก, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บึงกาฬศึกษาพุทธโศส  
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
 วิทยาเขตบึงกาฬศึกษาพุทธโศส นครปฐม

ตรวจ/แก้ไข  
 ศธ. ๖๑๕๖/๑๓๐๖  
 นศ.๓.๕



## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน.....ศูนย์บัณฑิตศึกษา, วิทยาเขตบาศิศึกษาพุทธโธส, นครปฐม, โทร. ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑  
 ที่.....ศธ. ๖๑๕๖/ ๑๓๐๖.....วันที่.....๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๗  
 เรื่อง.....ขอความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์  
 เจริญพร.....ผศ.ดร.สิน งามประโคน

ด้วย พระประธาน อิสสรโร (เสมียนรัมย์) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๘๕๗ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาพฤติกรรมการรักษาศีล ๕ ที่มีผลต่อความเครียดและความสามารถของนักเรียนโรงเรียนรัตนจินะอุทิศ, ราษฎร์บูรณะ, กรุงเทพมหานคร” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาศิศึกษาพุทธโธส นครปฐม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาศิศึกษาพุทธโธส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพราเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(พระมหาสุรัชย์ วรสาโภ, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาศิศึกษาพุทธโธส  
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
 วิทยาเขตบาศิศึกษาพุทธโธส นครปฐม

๑๕๐๐๓๑๑๐๐  
 ศธ.  
 น.๒๓.๒๖

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ จ๓๖๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม  
ต.มหาสวัสดิ์ อ.พุทธมณฑล  
จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐  
โทรศัพท์/โทรสาร ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๗

เรื่อง ขออนุญาตตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร รศ.ดร.สุวิญ รักสัตย์

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงร่างวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

๒. เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระประธาน อีสโร (เสมียนรัมย์) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๘๕๗ นิสิตปริญญาโท  
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้  
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาพฤติกรรมการรักษาศีล ๕ ที่มีผลต่อความเครียดและความสามารถของ  
นักเรียนโรงเรียนรัตนจินะอุทิศ, ราษฎร์บูรณะ, กรุงเทพมหานคร” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม  
หลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา  
พระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม  
พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็น  
ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบ  
มาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคง  
ได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมหาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(พระมหาสุรชัย วราสโก, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บวรศึกษาพุทธโฆส  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

๗ ธันวาคม ๒๕๕๗



ที่ ศธ ๖๑๕๖/ ๖๓๐๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม  
ต.มหาสวัสดิ์ อ.พุทธมณฑล  
จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐  
โทรศัพท์/โทรสาร ๐๓๔-๒๙๙๙-๓๕๑

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๗

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร นายวุฒิชัย อรรถาพงศ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงร่างวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

๒. เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระประธาน อิสสร (เสมียนรัมย์) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๘๕๗ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาพฤติกรรมการรักษา ๕ ที่มีผลต่อความเครียดและความสามารถของนักเรียนโรงเรียนรัตนจินะอุทิศ, ราษฎร์บูรณะ, กรุงเทพมหานคร” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(พระมหาสุรชัย วราสโภ, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาหลีศึกษาพุทธโฆส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม



## ภาคผนวก ค

ผลการตรวจประเมินเครื่องมือวิจัย

### ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC)

ข้อที่	รายการ	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญคนที่					สรุปและแปลผล	
		๑	๒	๓	๔	๕	IOC	แปลผล
๑	ท่านรู้สึกเหงาและว้าเหว่	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๒	ท่านรู้สึกไม่มีความสุขเลย	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๓	ท่านมีความรู้สึกเบื่อหน่ายท้อแท้ไม่อยากทำอะไรเลย	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๔	ท่านรู้สึกกระวนกระวายเกือบตลอดเวลา	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๕	ท่านรู้สึกกังวลเกือบตลอดเวลา	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๖	ท่านรู้สึกไม่สบายใจโดยหาสาเหตุไม่ได้	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๗	ท่านรู้สึกไม่ค่อยมีสมาธิในการกระทำสิ่งต่าง ๆ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๘	ท่านรู้สึกไม่อยากทำในสิ่งที่เคยสนใจทำเป็นประจำ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๙	ท่านอยากจะถอยหนีไม่อยากพบปะพูดคุยกับคนอื่น	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๐	ท่านรู้สึกหมดกำลังใจ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๑	ท่านรู้สึกสิ้นหวัง	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๒	ท่านรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๓	ท่านรู้สึกภาคภูมิใจว่า ท่านเป็นคนเก่ง	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๔	ท่านรู้สึกภาคภูมิใจว่า ท่านเป็นคนที่มีความสามารถ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๕	ท่านรู้สึกภาคภูมิใจว่า ท่านไม่ได้ด้อยไปกว่าใคร	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๖	ท่านรู้สึกพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ในขณะนี้	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๗	ท่านรู้สึกว่สิ่งต่างๆ รอบตัวท่าน ยังมีอะไรบางอย่างที่ทำให้ท่านมีความสนใจเป็นพิเศษอยู่	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๘	ท่านรู้สึกยินดีและพึงพอใจกับการที่ตนเองได้รับความสำเร็จในบางสิ่งบางอย่าง	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๙	ท่านรู้สึกกระตือรือร้นในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้

ข้อที่	รายการ	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญคนที่					สรุปและแปลผล	
		๑	๒	๓	๔	๕	IOC	แปลผล
๒๐	ท่านยังสนุกสนานกับการพบปะพูดคุยกับคนอื่นที่อยู่รอบตัวท่าน	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๒๑	การคิดและการตัดสินใจของท่านยังเป็นปกติเหมือนก่อน	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๒๒	ท่านรู้สึกว่าคุณค่าชีวิตนี้ยังมีความหวัง	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๒๓	ท่านรู้สึกมีกำลังใจที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองในทางที่ดีหรือก้าวหน้าขึ้น	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๒๔	ท่านรู้สึกว่าคุณค่าชีวิตของท่านเป็นปกติ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้

### ผลการหาค่าความเชื่อมั่นแบบสอบถาม

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

#### \_ RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

##### Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
D1	36.7000	83.0448	.3547	.7341
D2	36.2000	83.1310	.2053	.7398
D3	36.5667	85.0126	.1430	.7425
D4	35.9000	80.9897	.2910	.7345
D5	35.9333	78.6851	.4055	.7265
D6	36.1000	80.2310	.3317	.7318
D7	36.5333	82.4644	.2379	.7379
D8	36.2000	80.3724	.2885	.7347
D9	36.0667	78.1333	.4179	.7252
D10	36.1333	77.7057	.4616	.7224
D11	36.0000	79.9310	.3482	.7306
D12	35.9667	76.1023	.5327	.7167
D13	35.9667	88.7230	-.1312	.7634
D14	36.3667	86.7230	-.0284	.7556
D15	35.9667	87.7575	-.0867	.7628

D16	35.3000	79.8724	.3372	.7313
D17	35.8667	78.8782	.3418	.7306
D18	35.6333	79.3437	.3569	.7298
D19	36.2667	86.4092	-.0045	.7527
D20	35.3000	82.1483	.2118	.7400
D21	36.0667	79.2368	.3572	.7297
D22	35.4000	77.8345	.4185	.7249
D23	35.4000	74.6621	.5933	.7113
D24	35.4333	76.5989	.4594	.7213

#### Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0

N of Items = 24

Alpha = .7434

ภาคผนวก ง

หนังสือออกในการดำเนินการวิจัย



ที่ ศธ ๖๑๕๖/ ๓๕๓



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม  
ต.มหาสวัสดิ์ อ.พุทธมณฑล  
จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๗

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลตัวอย่างเพื่อหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (try out)  
เจริญพร ผู้อำนวยการโรงเรียนบางมด (ตันเปาว์วิทยาการ) กรุงเทพมหานคร  
สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระประธาน ฉายา อิสฺสโร นามสกุล เสมียนรัมย์ รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๕๕๗  
นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ  
ราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาพฤติกรรมการรักษาศีล ๕ ที่มีผลต่อความเครียดและ  
ความสามารถของนักเรียนโรงเรียนรัตนจินะอุทิศ,ราชบุรีบูรณะ, กรุงเทพมหานคร” เพื่อเป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากบุคคลในหน่วยงานที่ท่านบริหารอยู่  
จึงขอความอนุเคราะห์ให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม  
ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลง  
กรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จาก  
ท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมหาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระมหาสุชัย วราสโก, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บวรศึกษาพุทธโฆส  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

(นางสาวรุ่งทิพย์ ยอดประคุด)

ผู้อำนวยการสถานศึกษา

โรงเรียนบางมด (ตันเปาว์วิทยาการ)

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ ๓๖๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโธส นครปฐม  
ต.มหาสวัสดิ์ อ.พุทธมณฑล  
จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

โรงเรียนรัตนจินะอุทิศ
เลขรับที่ 1517 / ๑7
วันที่ 5 พ.ค. ๖7
ราคา 13.00%

๒๕ ธันวาคม ๒๕๕๗

เรื่อง ขออนุมัติขอรับข้อมูลเพื่อการวิจัย  
เจริญพร ผู้อำนวยการโรงเรียนรัตนจินะอุทิศ กรุงเทพมหานคร  
สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระประธาน ฉายา อิสฺสโร นามสกุล เสมียนรัมย์ รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๕๕๗  
นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ  
ราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาพฤติกรรมการรักษาศีล ๕ ที่มีผลต่อความเครียดและ  
ความสามารถของนักเรียนโรงเรียนรัตนจินะอุทิศ, ราษฎร์บูรณะ, กรุงเทพมหานคร” เพื่อเป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากนักเรียน ในโรงเรียนที่ท่านบริหารอยู่  
จึงขออนุมัติขอรับข้อมูลเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย ซึ่งจะเป็น  
ประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ  
ราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโธส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จาก  
ท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระมหาสุรชัย วราสโก, ดร.)

ผู้อำนวยการโรงเรียนรัตนจินะอุทิศ

- ☐ เพื่อโปรดทราบเรื่อง.....  
☒ เพื่อพิจารณาสั่งการ.....  
☐ เห็นสมควรตอบ.....

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโธส  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโธส นครปฐม

(ว่าที่ร้อยตรี ศิริกรพล ศรีฤกษ์)

รองผู้อำนวยการสถานศึกษา โรงเรียนรัตนจินะอุทิศ

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

สมรองฯ ม.ค. ๖๖ ต่อเนื่อง

(นางสาวระย้า เทญี)

รองผู้อำนวยการสถานศึกษาในตำแหน่ง  
ผู้อำนวยการสถานศึกษาโรงเรียนรัตนจินะอุทิศ