

หลักศีล 5: การพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์*

The Five Precepts: Development of Human behavior

ปัญญา เสนงูงา และพระมหามิตร จิตตปัญโญ
Panya Sangphoo-nga and Phramaha Mit Thitapanyo
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น
Mahachulalongkornrajavidya University, KhonKaen Campus, Thailand
Corresponding Author, E-mail: panyamusic2514@gmail.com

บทคัดย่อ

หลักมนุษยธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์คือ ศีล 5 ได้แก่ การไม่ฆ่าสัตว์ การไม่ลักทรัพย์ การไม่ประพฤติดนินทา การไม่พูดเท็จ และการไม่ดื่มสุราเมรัย ของมีนเมาทั้งหลาย ศีลเป็นที่ตั้งแห่งกุศลธรรม ทำให้ผู้นามาปฏิบัติรอดพ้นจากความชั่วทั้งปวง มีความสงบสันติสุขในการดำเนินชีวิตทั้งปัจจุบันและอนาคต ในส่วนที่เป็นพฤติกรรมของมนุษย์นั้นเป็นการแสดงออกที่มักจะแสดงออกผ่านอารมณ์ที่เป็นผลอันเกิดจากการปฏิภริยา ด้วยการแสดงออกทางร่างกาย และทางจิตใจ การแสดงเหล่านี้มักจะผ่านมาจากความรู้สึกนึกคิดตามสภาวะจิตใจที่ต้องการและรับรู้อารมณ์

คำสำคัญ: หลักศีล 5; การพัฒนา; พฤติกรรมของมนุษย์

Abstract

Humanitarianism is a complete human practice. The Five Precepts. No killing Non-burglary Non-misconduct do not speak false and do not drink alcohol. Allofdizzy drunk. Precepts is the place of charity. Let the leaders come to the rescue of all evil. Have peace in the present and future life. In human behavior, expression is often expressed through emotions that result from a reaction. With physical and mental expression. These performances often come from the mind, mind and mind.

Keywords: The Five Precepts; Development; Human behavior

*ได้รับบทความ: 11 ตุลาคม 2561; แก้ไขบทความ: 12 กุมภาพันธ์ 2562; ตอรับตีพิมพ์: 23 กันยายน 2562
Received: October 11, 2018; Revised: February 12, 2019; Accepted: September 23, 2019



1. บทนำ

หลักคำสอนของพระพุทธศาสนานั้น มุ่งส่งเสริมให้มีการคิดอย่างมีเหตุผล และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข ความสำคัญของการพัฒนาพฤติกรรมทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคมจึงมีหลักการที่สำคัญสำหรับการดำรงชีวิตของมนุษย์เป็นอย่างมาก สุขภาพกายและสุขภาพจิตของผู้ใดมีสุขภาพสมบูรณ์ สามารถควบคุมร่างกายและจิตใจได้เป็นอย่างดี จิตจะทำหน้าที่ควบคุมและสั่งการการทำงานทุกอย่างของร่างกายให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพของการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนามีหลักศีล 5 ที่เราเรียกว่า เบญจศีลเป็นแนวทางเบื้องต้น เมื่อมีคุณธรรมจึงจะสามารถขัดเกลานิสสัยใจคอให้มนุษย์มีความประณีตยิ่งขึ้นมีความประพฤติและการกระทำที่พึงามรู้จักยับยั้งชั่งใจ จะพูด จะทำ จะคิด ก็ต้องไตร่ตรองให้รอบคอบดีเสียก่อน (Thaenkaew, 2004 : 7) ถ้าสังคมขาดการควบคุมด้วยศีล การล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่นด้วยกายบ้าง ด้วยวาจาบ้าง ด้วยใจบ้าง มนุษย์จะรู้สึกหวาดหวั่นสะพรึงกลัวไม่ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ถ้าสังคมควบคุมด้วยศีลไม่ประทุษร้ายกัน ด้วยกาย วาจา ใจ สังคมของเราจะน่าอยู่มากทีเดียว (Inthsara, 2006 : 37) ดังนั้น ศีล แปลว่า ปกติ เย็น ระเบียบวินัย เป็นต้น กล่าวคือ ผู้มีศีลต้องมีกาย วาจาและใจไม่เร่าร้อน ด้วยราคะ โทสะ และโมหะ เป็นผู้มีกายสุจริต วจีสุจริต และมโนสุจริต ศีล 5 จึงเป็นข้อปฏิบัติที่มีประโยชน์ต่อสังคมจึงจำเป็นต้องเข้าใจในศีล 5 เพื่อเป็นประโยชน์แก่ตนเองและเพื่อความสงบสุขของสังคมด้วย

จากการศึกษาพฤติกรรมของบุคคลในสังคม ได้รวบรวมจากข้อมูลอ้างอิงสำคัญๆ ในเรื่องพฤติกรรมและปัญหาของสังคม มีทั้งด้านที่ได้รับการพัฒนาและด้านที่ยังขาดการพัฒนาจึงทำให้เกิดปัญหาของสังคม การพัฒนาตนเองนั้นจึงเป็นเรื่องที่สำคัญในการดำรงชีวิตในสังคมปัจจุบันเป็นอย่างยิ่งและเราไม่อาจหยุดที่จะพัฒนาตนเองได้ เพราะสังคมมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว วิถีชีวิตของคนในสังคมก็ย่อมได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงนี้ส่งผลให้สุขภาพกายและใจที่จะต้องพัฒนาตามกระแสของโลกได้อย่างถูกต้อง ดังนั้น ศูนย์กลางโลกและชีวิตก็คือการพัฒนาตนเองให้สูงขึ้นตามหลักแนวทางของพระพุทธศาสนา ซึ่งเน้นว่าคนเราทุกคนที่เกิดมาต้องมีทุกข์ด้วยกันทั้งสิ้น แต่ในระหว่างที่คนยังมองไม่เห็นทุกข์หรือความทุกข์ยังไม่ได้บิบบันให้รู้สึกสำนึกเร้ามักจะใช้ชีวิตไปในทางที่ประมาทและไม่สนใจ เพราะความประมาททำให้ชีวิตของคนต้องตกต่ำถึงกับหายนะไป (Achawanickul, 1992 : 18) ศีลในทางพระพุทธศาสนามีความผูกพันกับวิถีชีวิตของคนในสังคมมนุษย์ในทุกด้านของการดำรงชีวิต เฉพาะวิถีชีวิตมนุษย์มักมีความผูกพันประสานกลมกลืนกับหลักความเชื่อและการปฏิบัติของตนเองในประเทศไทยก็มีวิถีชีวิตที่มีความผูกพันอยู่กับความเชื่อและแนวทางในการปฏิบัติเช่นกัน ความเชื่อและแนวทางการปฏิบัติของคนไทยส่วนมากก็จะมี ความผูกพันอยู่กับหลักการและแนวทางการปฏิบัติของพระพุทธศาสนาจนกลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต เรื่องศีลจึงถือว่า เป็นเรื่องสำคัญสำหรับชาวพุทธและระดับในมนุษยชาติไปแล้ว ฉะนั้นการดำเนิน



ชีวิตที่สร้างความสงบให้กับตนเองและสังคมให้สงบก็คือศีล การนำหลักศีล 5 มาเป็นหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้อย่างรู้เท่าทันทางกาย ทางวาจาและทางใจ เป็นสำคัญ ดังนั้นการเขียนบทความในครั้งผู้เขียนได้นำเสนอหลักศีล 5: การพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์ว่าจะสามารถพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์ได้อย่างไร และจะส่งผลต่อการพัฒนาพฤติกรรมอย่างไร การเขียนในครั้งนี้เป็นการเขียนผ่านมุมมองทางพระพุทธศาสนาเพื่อให้ทราบถึงการพัฒนาพฤติกรรมของคนในสังคม จึงเห็นว่าเป็นการสมควรอย่างยิ่งที่จะใช้หลักศีล 5 ตามแนวทางพุทธศาสนาเพื่อพัฒนาพฤติกรรมของบุคคลในสังคมให้มีคุณภาพมากยิ่งขึ้นและยั่งยืนต่อไป

2. ความสำคัญและมุ่งหมายของหลักศีล 5

วิถีชีวิตของคนในสังคมมนุษย์มักมีความสัมพันธ์ในหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นสังคม เศรษฐกิจ ความเชื่อ พิธีกรรม เป็นต้น โดยเฉพาะวิถีชีวิตของคนไทยนั้นมีความผูกพันประสานกลมกลืนกับหลักความเชื่อการประพฤติปฏิบัติตามแนวทางพระพุทธศาสนาอย่างมั่นคงตั้งแต่นิเวศอดีตถึงปัจจุบัน พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนให้มีอิสระจากปัจจัยทั้งปวงที่เป็นเหตุแห่งเครื่องเศร้าหมองทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นทั้งทางกาย ทางวาจาและทางใจ ทางกาย หมายถึงการไม่สร้างความวิบัติเสียหายแก่บุคคลอื่น ทางวาจาก็หมายถึงการไม่ว่าร้ายนินทาบุคคลอื่น ส่วนทางใจก็หมายถึงอิสระจากกิเลสเครื่องเศร้าหมองทั้งหลายอันตรวนชีวิตความเป็นอยู่ของตน พระพุทธศาสนาจึงเป็นศาสนาของผู้รู้เท่าทันภาวะความเปลี่ยนแปลงของตนของสังคม โดยใช้หลัก

ธรรมคำสอนของพระพุทธองค์เป็นหลักยึดถือประพฤติปฏิบัติ ในส่วนของคำสังนั้น ได้แก่ข้อปฏิบัติซึ่งบังคับไว้เป็นข้อห้ามมิให้กระทำเรียกว่าศีล เป็นข้อยกเว้นที่วางไว้เป็นกฎระเบียบ ในส่วนของคำสอน ได้แก่ คำแนะนำคำชี้แจง เพื่อให้การศึกษาอันเป็นหลักที่ทรงวางไว้สำหรับการประพฤติปฏิบัติที่เรียกว่า พระธรรม ถือว่าเป็นหน้าที่ที่จะพึงประพฤติปฏิบัติเพื่อความเจริญก้าวหน้าเป็นความดีงามแห่งชีวิตความเป็นอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขและปลอดภัยทั้งร่างกายและจิตใจได้ในสังคมโดยรวม

พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์ได้อธิบายความหมายศีล ว่า ความประพฤติดีทางกายและทางวาจาหรือการรักษากายและวาจาให้เรียบร้อยให้ตั้งอยู่ในความดีงามรักษาความเป็นปรกติตามระเบียบวินัยให้ปรกติ มีการทำงานที่สะอาดปราศจากโทษเป็นความสุจริตทางกาย ทางวาจาและอาชีพนั่นคือ ศีล (Phra Bramagunabhorn (P.A. Payutto), 2010 : 175) พุทธทาสภิกขุ (Bhuddhathasa Phikku, 1996 : 56) ได้อธิบายว่า “ศีล” หมายถึง ความเป็นปกติ หรือปกติภาวะตามธรรมดา หมายความว่า ทำทุกอย่างตามที่ควรทำอยู่ในภาวะปกติคือไม่เดือดร้อน ไม่กระวนกระวาย ไม่ระส่ำระสาย ไม่มีความสกปรก ไม่มีความเศร้าหมองเกิดขึ้น โดยเนื้อความของศีลหมายถึงระเบียบที่บัญญัติขึ้นไว้สำหรับประพฤติปฏิบัติเพื่อเกิดภาวะปกติเกิดขึ้นที่กาย วาจา ใจ

จึงเห็นว่า ศีลเป็นประพฤติปฏิบัติในทางที่ดีงามให้เป็นไปโดยปกติมนุษย์ส่งเสริมให้มนุษย์ทุกคนสามารถดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมโดย



ปราศจากโทษภัยทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจเข้าถึงจุดหมายที่ดั่งตามลำดับของชีวิตทำให้สังคมโดยรวมมีความสงบเรียบร้อย และทำให้มนุษย์นั้นมีการสำรวมกายและวาจาให้เรียบร้อยทั้งในการพูด การคิดการทำในการแสดงออกอันเป็นการยกระดับจิตใจเข้าถึงแก่นแท้ในหลักธรรม อันเป็นกุศลธรรม อันดั่งมั่งปวง อาจกล่าวสั้นๆ ว่า ศีล คือ ข้อห้ามไม่ให้ทำความชั่วทุจริตของพระพุทธศาสนานั้นเอง

1. ความสำคัญของศีล มนุษย์ทุกคนในโลกล้วนแต่ต้องการความสุขไม่ต้องการความทุกข์ คือรักสุขเกลียดทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น แต่การดำเนินชีวิตไปสู่เป้าหมายที่ต้องการนั้นคนทั้งหลายมีวิธีการดำเนินชีวิตไปตามแนวหรือวิถีทางที่ตนคิดเห็นว่าถูกต้อง บางคนดำเนินชีวิตด้วยการเบียดเบียนตนและคนอื่นทำให้ผู้ลำบากเดือดร้อนด้วยการกระทำของตน เช่น การดื่มน้ำเมาและเสพสิ่งเสพติดให้โทษ การลักขโมย การฉ้อโกง การปล้นเขา เลี้ยงชีพ เป็นต้น การดำเนินชีวิตประเภทนี้ทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นการดำเนินชีวิตที่ไม่ประเสริฐ เพราะเป็นการกระทำที่ให้ตนและสังคมให้เดือดร้อน ส่วนการดำเนินชีวิตด้วยการไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น โดยดำเนินชีวิตไปตามหลักศีลธรรมคำสั่งสอนที่พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนไว้เชื่อว่าการดำเนินชีวิตที่ประเสริฐ เพราะเป็นไปเพื่อกระทำตนเองและสังคมให้เกิดความสงบสุข (Phratheph Wisuththikawi (Phicitr Thitwanno), 1995 : 17)

2. จุดมุ่งหมายของหลักศีล 5 เบญจศีลเป็นบทบัญญัติทางสังคมที่มนุษย์รุ่นก่อนๆ ได้วางไว้เป็นหลักข้อปฏิบัติสำหรับปกครองหมู่คณะเพื่อ

ให้หมู่คณะดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ไม่เบียดเบียนเอารัดเอาเปรียบกัน เบญจศีลเป็นเครื่องมือสำหรับวัดความเป็นมนุษย์เป็นเครื่องบ่งชี้ว่าผู้นั้นมีความเป็นมนุษย์สมบูรณ์หรือไม่ มนุษยธรรมคือธรรมที่เป็นเครื่องวัดความเป็นมนุษย์ เพราะศีลแต่ละข้อนั้นท่านวางไว้เพื่อประโยชน์แก่มนุษย์โดยตรง (Malathong, 1999 : 117) ดังนั้นในการดำเนินชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนาก็คือการยึดหลักของมนุษยธรรมให้มั่นคงคือ ศีล 5 หรือเรียกว่า เบญจศีล หมายถึง การเจตนาหรือความตั้งใจตนเว้นจากความชั่วทางกาย ทางวาจา เรียกกันโดยทั่วไปว่า ศีล 5 ซึ่งมีองค์ประกอบโดยละเอียดดังต่อไปนี้

2.1 ปาณาติบาต ศีลข้อที่ 1 ประกอบด้วยองค์ 5 ประการ คือ 1) สัตว์นั้นมีชีวิต 2) รู้ว่าสัตว์นั้นมีชีวิต 3) มีจิตคิดจะฆ่า 4) ทำความเพียรเพื่อให้ตาย 5) สัตว์ตายลงเพราะความเพียรนั้น

2.2 อทินนาทาน ศีลข้อที่ 2 ประกอบด้วยองค์ 5 ประการ คือ 1) วัตถุสิ่งของนั้นมีเจ้าของ 2) รู้ว่าวัตถุสิ่งของนั้นมีเจ้าของ 3) มีจิตคิดจะลักทรัพย์ 4) ทำความเพียรเพื่อลักทรัพย์นั้น 5) ได้สิ่งของนั้นมาด้วยความเพียรนั้น

2.3 กาเมสุมิฉฉาจารา ศีลข้อที่ 3 ประกอบด้วยองค์ 4 ประการ คือ 1) วัตถุที่ไม่ควรเกี่ยวข้อง 2) จิตคิดจะเสพในวัตถุนั้น 3) ความพยายามเสพเมถุน 4) มีความพอใจในวัตถุกาม

2.4 มุสาวาทา ศีลข้อที่ 4 ประกอบด้วยองค์ 4 ประการ คือ 1) สิ่งของหรือเรื่องราวที่ไม่เป็นจริง 2) จิตคิดจะมุสา 3) ความเพียรเพื่อมุสา 4) ให้คนอื่นเชื่อตามความที่มุสานั้น



2.5 สุราเมรัย ศีลข้อที่ 5 ประกอบด้วยองค์ 5 ประการ คือ 1) ของที่ทำให้เมา มีสุรา เป็นต้น 2) มีจิตคิดที่จะดื่ม 3) พยายามที่จะดื่ม 4) ดื่มให้ไหลล่งลำคอลงไป (Phra Bramaguna bhorn (P.A. Payutto), 2008 : 773)

ฉะนั้น “เบญจศีล” ถือว่าเป็นข้อดเว้นดังกล่าวมานั้น จะบริสุทธิ์อยู่ได้หรือมนุษย์จะประพฤติปฏิบัติตามได้เพื่อให้เกิดการพัฒนาตนเองก็ต้องมีธรรมอื่นคอยประคับประคองหรือคอยกระตุ้นเตือนใจของมนุษย์ให้ดเว้นภัยนั้นๆ ผู้มีธรรมข้อนั้นๆ ประจําใจจะสามารถรักษาเบญจศีลอยู่ได้ตลอดเวลา ธรรมดังกล่าวนี้เรียกว่า เบญจธรรม ได้แก่ ธรรมอันดงาม 5 ประการ คำว่า “เบญจธรรม” (ปัญจ+ธัมม) ได้แก่ ธรรม 5 กล่าวคือธรรมอันดงาม 5 อย่าง คุณธรรม 5 ประการคู่กับเบญจศีลเป็นธรรมเกื้อกูลแก่การรักษาเบญจศีลผู้รักษาเบญจศีลต้องประพฤติปฏิบัติตนเองตามหลักเบญจธรรมควบคู่กันให้เกิดมีไว้ประจําใจ ได้แก่ 1) เมตตาและกรุณา คือ ความรักใคร่ปรารถนาให้มีความสุขความเจริญ และ ความสงสารคิดช่วยให้พ้นทุกข์คู่กับศีลข้อที่ 1 2) สัมมาอาชีวะ คือ การหาเลี้ยงชีพในทางสุจริต คู่กับศีลข้อที่ 2 3) กามสังวร คือ ความสังวรในกามความสำรวมระวังรู้จักยับยั้งควบคุมตนในทางกามารมณ์ ไม่ให้หลงไหลในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส คู่กับศีลข้อที่ 3 4) สัจจะ คือ ความสัตย์ความจริง คู่กับศีลข้อที่ 4 และ 5) สติสัมปชัญญะ คือ การระลึกได้ และรู้ตัวอยู่เสมอ คือ ฝึกตนให้เป็นคน รู้จักยั้งคิด รู้สึกตัวเสมอว่า สิ่งใดควรทำและไม่ควรทำระวังมิให้เป็นคนมัวเมาประมาท คู่กับศีลข้อที่ 5

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า เบญจศีล ถือว่าเป็นข้อดเว้น ศีลจะบริสุทธิ์อยู่ได้ก็ต้องอาศัยเบญจธรรมคอยประคับประคองคอยกระตุ้นเตือนจิตใจเป็นสำคัญ เป็นธรรมที่ต้องอาศัยซึ่งกันและกันต้องเป็นไปร่วมกันเพราะศีลธรรมเป็นของคู่กัน บุคคลจะถือศีลอยู่ได้ก็ต้องอาศัยเบญจธรรมคือ ความมีเมตตากรุณา มีหิริโอตตปะอยู่ในจิตใจเป็นเบื้องต้น ในทางตรงกันข้ามบุคคลจะมีเบญจธรรมอยู่ได้ก็ต้องอาศัยเบญจศีลจึงจะสามารถรักษาเบญจธรรมได้อย่างบริสุทธิ์เพราะธรรมทั้งสองนี้เป็นไปร่วมกันไม่สามารถแยกจากกันได้จึงจะสามารถรักษาความบริสุทธิ์ไว้ได้การอยู่ร่วมกันในสังคมก็ต้องอาศัยหลักเบญจศีลและหลักเบญจธรรมสังคมก็จะน่าอยู่และจะอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขโดยสันติสุขอย่างแท้จริง

3. พฤติกรรมในทัศนะพระพุทธศาสนา

หลักคำสอนในพระพุทธศาสนานั้นการกระทำ (กรรมวาทและกิริยาวัต) เป็นหลักคำสอนว่าด้วยความพากเพียรพยายามของมนุษย์ (วิริยวัต) (Thai Tipitaka 20/138/336) ถ้าจำแนกการแสดงออกของพฤติกรรม สามารถจำแนกได้เป็น 3 ทาง คือ 1) พฤติกรรมทางกาย เรียกว่า กายกรรม 2) พฤติกรรมทางวาจา เรียกว่า วาจากรรม 3) พฤติกรรมที่สืบเนื่องมาจากภายในคือจิตใจ เรียกว่า มโนกรรม นอกจากนี้คำสอนในพระพุทธศาสนายังยึดถือเอาการกระทำของมนุษย์เป็นเครื่องตัดสินว่าบุคคลนั้นเป็นคนดีหรือคนชั่ว ไม่ได้ยึดถือเอาเรื่องเชื้อชาติ สัญชาติ เชื้อเผ่าพันธุ์วงศ์ตระกูลยศถาบรรดาศักดิ์ ความรู้ประสบการณ์อำนาจวาสนาอายุเพศวัยเหล่า



นี้มาเป็นเครื่องวัด หากแต่วัดที่การแสดงออกหรือการกระทำของแต่ละบุคคล (สำเนียงส่อภาษา กิริยาส่อตระกูล)

จะเห็นได้ว่าลักษณะคำสอนในทางพระพุทธศาสนาเป็นกรรมวาทและกิริยาวาท กล่าวคือ ความดี ความชั่ว หรือสิ่งที่ดีหรือไม่ดีล้วนมีความเกี่ยวข้องกันกับการกระทำของมนุษย์ทั้งสิ้น ดังนั้น คำว่า “กรรม” ก็คือ การแสดงออก ทางกาย ทางวาจา รวมไปถึงทางใจนั่นเอง การกระทำทั้งหมดนี้เรียกว่าพฤติกรรมการแสดงทางกาย ทางวาจาที่มีใจเป็นผู้บังคับบัญชาให้กระทำการสิ่งต่างๆ ทั้งดีบ้าง ชั่วบ้างนี่คือที่เป็นที่ไปที่มาของพฤติกรรมทั้งหมดของมนุษย์ (จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว) หลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาได้จำแนกประเภทแห่งพฤติกรรมไว้หลายลักษณะตามเกณฑ์ต่างๆ เช่น จำแนกตามคุณภาพหรือตามธรรมที่เป็นมูลเหตุให้เกิดพฤติกรรมจำแนกตามทวารหรือทางแสดงออกของพฤติกรรมหรือจำแนกตามความสัมพันธ์ของพฤติกรรมกับผลที่เกิดจากการแสดงพฤติกรรม เนื่องจากคำสอนเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์นี้มีปรากฏมากมายในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ทั้งในส่วนของพระไตรปิฎกและอรรถกถาต่างๆ จะกล่าวถึงโดยสังเขป ดังนี้

พฤติกรรมของมนุษย์จำแนกตามทางหรือทวารที่แสดงพฤติกรรมออกมาได้เป็น 3 ประเภท คือ

1. กายทวาร พฤติกรรมทางกาย คือ การกระทำที่แสดงออกทางกาย หรือกระทำด้วยกาย
2. วจีกรรม พฤติกรรมทางวาจา คือ การกระทำที่แสดงออกทางวาจาหรือคำพูด

3. มโนกรรม พฤติกรรมทางใจ คือ การกระทำที่กระทำทางใจหรือความนึกคิด

พฤติกรรมที่เกิดขึ้นตามทวารหรือทางที่แสดงพฤติกรรมออกมาทั้ง 3 ประเภทนั้นเป็นกรรมกลางๆ ไม่ได้ระบุลงไปให้แน่ชัดว่าเป็นการกระทำที่ดีหรือเป็นการกระทำที่ไม่ดี หากมุ่งกล่าวในเชิงวิถีดำเนินชีวิตหรือจริยธรรมที่เป็นรูปธรรมชัดเจนแล้ว พฤติกรรมแบ่งประเภทออกเป็น 2 ประการ คือ

1. กุศลกรรมบถ 10 คือ ทางแห่งพฤติกรรมที่เป็นความดี อันนำไปสู่ความสุขความ เจริญ ทางกายทางวาจาและทางใจ (Thai Tipitaka 13/ 57/ 55) โดยแบ่งออกเป็น 3 ทาง ดังนี้

(1) กายกรรม 3 ได้แก่พฤติกรรมทางกาย 3 อย่าง คือ 1) ปาณาติปาตา เวรมณี เจตนาเครื่องงดเว้น จากการฆ่าและการเบียดเบียน สัตว์มีชีวิตและมีเมตตากรุณาช่วยเหลือเกื้อกูลบุคคลอื่นหรือสัตว์อื่น 2) อทินนาทานา เวรมณี เจตนาเครื่องงดเว้น จากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของมิได้ให้โดยเคารพกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินของบุคคลอื่น 3) กาเมสุมิจฉาจารา เวรมณี เจตนาเครื่องงดเว้น จากการประพฤติดีในกาม ไม่กล่าวละเมิดประเวณี

(2) วจีกรรม 4 ได้แก่พฤติกรรมทางวาจา 4 อย่างคือ 1) มุสาวาทา เวรมณี เจตนาเครื่องงดเว้น จากการพูดเท็จเพราะเหตุแห่งตน หรือบุคคลอื่น หรือเพราะเห็นแก่ผลประโยชน์ใดๆ 2) ปิสุณาย วาจา เวรมณี เจตนาเครื่องงดเว้น จากการพูดส่อเสียดอันเป็นการกล่าวยุยงให้คนอื่นแตกความสามัคคีกัน 3) มรุษาย วาจา เวรมณี เจตนาเครื่องงดเว้นจากการพูดคำหยาบ พูดแต่ถ้อยคำอ่อนหวานสุภาพ 4) สัมผัปปลาปา เวรมณี เจตนาเครื่อง



จนเห็น จากการพูดเพื่อใจ พูดแต่คำจริงมีประโยชน์ ประกอบด้วยเหตุผลถูกกาลเทศะ

(3) มโนกรรม 3 ได้แก่พฤติกรรมทางใจ 3 อย่าง คือ 1) อนริขณา ความไม่มีจิตคิดโลภอยากได้ของผู้อื่น 2) อหยาบาท ความไม่มีจิตคิดปองร้ายหรือคิดเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น 3) สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ เช่น เห็นว่าทานมีผล การบูชามีผล ผลวิบากของกรรมดีกรรมชั่วมี เป็นต้น

2. อกุศลกรรมบถ 10 คือ ทางแห่งพฤติกรรมที่เป็นความชั่ว อันนำไปสู่ความเสื่อม ความทุกข์ทางกาย ทางวาจาและทางใจมีนัยแห่งอรรถาธิบายตรงกันข้ามกับกุศลกรรมบถ

หลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาถือว่าการแสดงออกของมนุษย์ทุกอย่างถือว่ากรรมไม่ว่าจะเป็นทางกาย ทางวาจาและพฤติกรรมที่สืบเนื่องมาจากใจก็เรียกว่าเป็นกรรมได้ ต่อมาก็มีปัญหาว่า ในบรรดาพฤติกรรมทั้งหลายที่มนุษย์แสดงออกไป และยังไม่ได้แสดงออกไปนั้นอะไรมีผลกระทบที่ร้ายแรงที่สุดที่จะพึงมีต่อความเป็นไปของตนเองและสังคมมากที่สุด ตามหลักพระพุทธศาสนาถือว่า ในบรรดาพฤติกรรมทั้งที่เป็นภายนอก (กายกรรม วาจากรรม) และที่สืบเนื่องอยู่ภายใน (มโนกรรม) นั้น ถือว่ามีผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ที่จะดำเนินไปในทางสร้างสรรค์หรือทำลายมากที่สุด

4. หลักศีล 5: กับการพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์

การพัฒนาพฤติกรรมทางกาย ทางวาจา และทางใจให้ดียิ่งขึ้นไป ต้องอาศัยเจตนาเป็นที่ตั้งใจจนอย่างมีสติสัมปชัญญะไม่ก้าวล่วงกิเลส

อย่างหยาบทางกายทางวาจาด้วยการรักษาศีล เพราะศีลก็เป็นจุดศูนย์รวมกระบวนการทำงานของจิตและบุคคลจะมีคุณธรรมได้ก็เริ่มจากจิตใจเป็นสำคัญจนสามารถรักษาศีลได้อย่างบริสุทธิ์ ส่วนหลักศีล 5 กับการพัฒนาพฤติกรรมที่ไม่ดีก็คือ ความยินดีการฆ่าสัตว์ ความยินดีการลักทรัพย์ ความยินดีการประพฤตินิคมในกาม ความยินดีการพูดเท็จ ความยินดีการดื่มสุราเมรัย โดยอาศัยการนำหลักศีล 5 ไปประพฤตินิคมปฏิบัติกับตนเองและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่ดีเพื่อใช้ในการดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง โดยอาศัย “เจตนา” เป็นเครื่องจดเว้นหรือใช้ปัญญาที่ถูกต้องเป็นตัวตัดพฤติกรรมที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นมาทางกาย ทางวาจาและทางใจ ให้เป็นผู้สำรวมระวังมีความสำวรเป็นที่ตั้งเพื่อพัฒนาพฤติกรรมที่ไม่ดีให้เป็นพฤติกรรมที่ดีงาม โดย ลด ละ เลิก เว้นพฤติกรรมที่ไม่ดีและดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง ตามแนวทางของพระพุทธศาสนาให้รู้จักใช้ศีลมาพัฒนาชีวิตให้เป็นแก่นสาร เป็นพื้นฐานให้ความโลก ความโกรธ ความหลง เบาบางลงได้ส่งผลให้เกิดคุณธรรมต่างๆ เกิดขึ้นในจิตใจเป็นผู้มีเมตตา กรุณา มีหิริโอตตปม มีความซื่อสัตย์สุจริตธรรมจึงส่งผลให้พฤติกรรมของตนเองแสดงออกมาในทางที่ดีต่อสังคม

หลักศีล 5 กับการพัฒนาพฤติกรรมตามแนวทางพระพุทธศาสนาสอนในเรื่องการมองตนเองเป็นจุดเริ่มต้นในการรู้เรื่องเกี่ยวกับตัวเราที่เท่ากับการเรียนรู้ในระบบสรรพสิ่งที่อยู่ในจักรวาล การมองและสำรวจตัวเองจึงเป็นรากฐานและเป็นเรื่องที่สำคัญในการดำเนินชีวิตเท่ากับการสำรวจในระบบใหญ่โดยเริ่มจากตนเองเป็นพื้นฐานและการ



สำรวจอุปนิสัยของตนเองว่าดีหรือไม่ดีเป็นหลักสำคัญ หมายถึง เรามีเมตตา มีคุณธรรม ปฏิบัติตามหลักศีลมากหรือน้อยเพียงไร เพราะศีลเป็นรากฐานของคุณธรรมอื่นๆ ไม่ประมาทมัวเมาจนตกเป็นทาสของโลกและชีวิตในทางที่ไม่ถูกต้องที่จะเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์จึงต้องอาศัยสติรู้จกมองรู้จกพิจารณา รู้จกวางตัววางใจต่อความเป็นจริงก็เพื่อชนะความโลภ ความโกรธ ความหลง เพื่อให้อยู่เหนือความกระหายในสิ่งต่างๆ โดยมีศีล 5 เป็นเครื่องค้ำจุนให้มีการพัฒนาตนเองยิ่งขึ้นไปจนสามารถพัฒนาเป็นศีลที่ประกอบในองค์ของมรรคมีองค์ 8 ประการ กล่าวคือ การพัฒนาศีลที่เป็นองค์มรรค หมายถึง การฝึกอบรมในด้านความประพฤติด้วยระเบียบวินัยความสุจริตทางกายทางวาจาและสัมมาอาชีวะในระดับการพัฒนาศีลท่านเรียกว่า อธิศีลสิกขา เรียกว่าสั้นๆว่า ศีล (Phra Dhammapitaka (P.A. Payutto), 2000 : 12) วิธีแก้ปัญหาโดยวิธีนี้เป็นวิธีของอารยชนระดับพื้นฐานหรือเรียกตามบาลีว่า หลักของอริยมรรคแปดว่า ทางดำเนินสู่ความดับทุกข์ที่ทำให้เป็นอริยชนหรือวิถีดำเนินชีวิตที่ประเสริฐตามอริยมรรคนี้แบ่งระดับการพัฒนาศีลที่เป็นองค์มรรคเป็น 3 อย่าง ดังนี้

1. สัมมาวาจา เจรจาชอบ หมายถึง การพูดหรือเจรจาชอบ มี 4 ประการ คือการละมุสาวาท คือ เว้นการพูดเท็จ ขณะเดียวกันให้พูดคำจริง เรียกว่า สัจจะวาจา ละปิสฺสนาวาจา คือ เว้นจากการพูดส่อเสียด ขณะเดียวกันให้พูดคำสมานสามัคคี เรียกว่า สมัคคกรณีวาจา และ ละมฺรฺสวาจา คือ เว้นจากการพูดหยาบคาย ขณะเดียวกันก็ให้พูด

แต่คำอ่อนหวานสุภาพ ไพเราะ น่าฟัง ที่เรียกว่า สันหฺวาจา ละสฺมฺผปฺปลาปา คือ เว้นการพูดเพ้อเจ้อเหลวไหลไร้สาระ ขณะเดียวกันก็ให้พูดแต่คำมีประโยชน์ สร้างสรรค์ นำมาแต่คุณธรรมปรงจิตใจให้ร่าเริง เบิกบาน เรียกว่า อัตฺตสันฺหิตาวาจา

2. สัมมากัมมันตะ หมายถึง การงานชอบ คือ การกระทำที่ชอบมี 3 ประการ คือ ได้แก่ การละจากปาณาติบาต หมายถึง เว้นจากการทำลายชีวิตทั้งคนและสัตว์ทุกจำพวก ขณะเดียวกันก็ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่กัน ละอทินนาทาน คือ เว้นจากการเอาทรัพย์สินสมบัติสิ่งของของคนอื่นที่ไม่อนุญาต หรือ ไม่ได้เจตนาที่จะให้ ขณะเดียวกันก็ควรจะบริจาคให้ทานตามโอกาสและฐานะ ละกาเมสุมิฉฉาจาร คือ เว้นจากความประพฤติดินในกาม หมายถึง ไม่ล่วงละเมิดในสามภรรยานั้นเป็นที่รักยิ่งของคนอื่น คือ พอใจในคู่ครองของตนเองเท่านั้น

3. สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ ละมิจฉาชีพเลี้ยงชีวิตด้วย สัมมาชีพ ขณะเดียวกัน มีความขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพ การงานหน้าที่อันสุจริต เช่น ทำงานไม่ให้อากุล หมายถึง การไม่คั่งค้าง ไม่ผัดผ่อนงานไม่จับจดงาน ไม่ยุ่งเหยิงสับสน เป็นต้น (Thai Tipitaka 11/347/362)

ฉะนั้น เมื่อบุคคลประพฤติปฏิบัติตามหลักของศีล 5 ประการ โดยเคร่งครัด คือ การอาศัยเจตนาตั้งใจ ความตั้งใจเป็นเครื่องงดเว้นเป็นผู้ขัดเกลาจริตนิสัยพฤติกรรมด้วยศีล 5 คือ ดังกล่าวแล้ว อันบุคคลได้กระทำแล้ว ประพฤติปฏิบัติตามหลักศีล 5 ย่อมเป็นผู้ประกอบด้วย เมตตากรุณา



มีความละเอียดใจ มีหิริและโอตตปปะ มีความซื่อสัตย์สุจริต อริยมรรคมีองค์ 8 ประการ ย่อมมีการพัฒนาเกิดขึ้นที่ละเล็กที่ละน้อยจนสามารถพัฒนาเป็นอริศีลสิกขา อริจิตสิกขาและอริปัญญาสิกขา ย่อมเกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติในธรรมทั้งหลาย พฤติกรรมของบุคคลย่อมโน้มเข้าสู่ จุดมุ่งหมายสูงสุดของชีวิตได้

5. สรุป

ตามหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนา ในส่วนที่เกี่ยวกับความประพฤติที่ดีงามและการหาเลี้ยงชีพในทางสุจริต ได้แก่ ศีล 5 โดยเฉพาะอย่างยิ่งมุ่งเน้นที่เป็นประโยชน์เกื้อกูลแก่สังคมในการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข ศีล 5 ประการนี้ เรียกว่าหลักมนุษยธรรม แปลว่า ธรรมสำหรับมนุษย์ ธรรมอันทำให้คนเป็นมนุษย์อย่างสมบูรณ์ คือ การไม่ฆ่าสัตว์ การไม่ลักทรัพย์ การไม่ประพฤติดินในกาม การไม่พูดเท็จ และการไม่ดื่มสุราเมรัย เพื่อความประพฤติให้ถึงความเป็นปกติ ทางกาย ทางวาจา และทางใจ คือ มีความสำรวมระวัง อาศัยเจตนาเป็นเครื่องดเว้นจากความชั่วหรือทุจริตทางกายกรรม วาจากรรม มโนกรรม อาศัยหลักศีล 5 ทั้งหมดนี้เป็นลักษณะที่ตั้งแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย

ให้พ้นจากทุจริต เพื่อให้มีสติปัญญารอบคอบ สามารถควบคุมจิตใจของตนเองไม่ตกในทางที่ชั่วร้ายทำให้เกิดคุณงามความดีมีเมตตากรุณา ประกอบอาชีพด้วยความซื่อสัตย์สุจริตธรรมมีความจริงใจต่อกันและกัน มีความสามัคคีและมีความมั่นคงในการดำเนินชีวิตไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับตนเองและผู้อื่นอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

ในส่วนที่หลักศีล 5 กับการพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์นั้น คือ การนำเอหลักศีล 5 นี้มาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของมนุษย์ให้มีความสมดุลกับความต้องการเพื่อใช้ในการดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง โดยอาศัยสติความไม่ประมาทและปัญญาให้รู้เท่าทันอารมณ์แล้วตัดพฤติกรรมที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นมาทางกาย ทางวาจาและทางใจให้เป็นผู้สำรวมระวังมีความสำรวมระวังเป็นที่ตั้งอย่างนี้เรียกว่าพัฒนาพฤติกรรมตามแนวทางพระพุทธศาสนา นอกจากนั้นยังเป็นการพัฒนาชีวิตให้มีแก่นสารด้วยการรู้เท่าทันความโลภ ความโกรธ ความหลงที่เกิดขึ้นในจิตใจ เป็นผู้ที่มีเมตตา กรุณา มีหิริโอตตปปะ มีความซื่อสัตย์สุจริตธรรม จึงส่งผลให้พฤติกรรมของตนเองแสดงออกมาในทางที่ดี และสามารถจะอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุขยั่งยืน

References

- Achawanikul, S. (1992). *Personal Development*. Bangkok : Thipaksorn.
- Bhuddhathasa Bhikku. (1996). *Than silla phawna*. Bangkok : Sukhphapcai.
- Inthsara, W. (2006). *Buddhism*. No. 2. Bangkok : Dhamma printed.
- Mahachulalongkornrajavidyalaya. (1996). *Thai Tipitaka, Series of Mahachulalongkornrajavidyalaya*. Bangkok : Mahachulalongkornrajavidyalaya Press.



- Malathong, S. (1999). *Ethical Manual*. Bangkok : The Department of Religion, Ministry of Education.
- Phra Bramagunabhorn (P.A. Payutto). (2008). *Buddhism*. No. 11. Bangkok : *Mahachulalongkornrajavidyalaya* University.
- Phra Dhammapitaka (P.A. Payutto). (2000). *Method of Buddhist thought*. No. 7. Bangkok : Saim.
- Phratheph Wisuththikawi (Phicitr Thitwanno). (1995). *Mental Developmentpart 2*. No.5. Bangkok : Mahamakut Buddhist University.
- Thaenkaew, B. (2004). *Buddha*. No. 2. Bangkok : O.A. Printing house.