

การกินอาหารกับคุณค่าทางจริยะในพุทธปรัชญาเถรวาท

An Eating Food and Ethical Values in Theravada Buddhist Philosophy

แม่ชีธรรมอธิษฐาน พรบันดาลชัย

Mae Chee Dhammadhithana Pornbandalchai
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Graduate School Mahachulalongkorn University

¹ Corresponding Author E-Mail: fonghong2523@gmail.com

Received June 27, 2021; Revised June 27, 2021; Accepted: June 27, 2021



บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการกินอาหาร และเพื่อวิเคราะห์การกินอาหารกับคุณค่าทางจริยะในพุทธปรัชญาเถรวาท ผลการศึกษาพบว่า ทศณะด้านชีววิทยายืนยันว่าพฤติกรรม การกินอาหารของมนุษย์เป็นเรื่องทางกายภาพเท่านั้น เพราะการกินสะท้อนถึงดีเอ็นเอในร่างกายที่ ต้องการสารอาหารบางชนิด มิใช่มาจากความอยากซึ่งเป็นความรู้สึกทางจิตใจแต่อย่างใด แม้กระทั่ง นักชีววิทยาทางสังคมได้พิจารณาเรื่องนี้ไว้ว่าเป็นสิ่งที่สะท้อนผ่านการเปลี่ยนแปลงตามเงื่อนไขทาง กายภาพเป็นหลัก แต่ชีววิทยาสังคมได้พิจารณาต่อถึงความจำเป็นนั้นผ่านลักษณะความสัมพันธ์ระหว่าง ผู้กินอาหารกับอาหารที่กินนั้นด้วยว่ามีความเหมาะสมหรือไม่ ในกรณีที่พ่อแม่กินเนื้อของลูก แ่งคิด ดังกล่าวอาจมาจากแนวคิดที่ว่า การกินเป็นพฤติกรรมที่สืบเนื่องมาจากความต้องการทางร่างกายหรือ ความต้องการทางด้านสังคมที่มองผ่านลักษณะของความเกี่ยวข้องกันของคนในสังคม จากประเด็นนี้ จึงทำให้ชีววิทยาทางสังคมพิจารณาเรื่องนี้ผ่านความสัมพันธ์ในแง่ของจิตใจด้วย แม้ว่าพุทธปรัชญาเถรวาทนั้นจะมองว่า การกินอาหารเป็นเพียงเครื่องมือต่อการดำรงชีวิต แต่ก็ก็เป็นเครื่องมือที่สำคัญต่อการ นำไปสู่การพิจารณาถึงคุณค่าที่สูงไปกว่าการมีชีวิตอยู่ ด้วยการสร้างคุณค่าของการกินที่จะสามารถ นำไปสู่การพัฒนาจิตใจ และหากแยกแยะระหว่างการกินกับอาหารที่กินออกจากกันแล้ว พุทธปรัชญาเถรวาทได้เน้นถึงความเหมาะสมที่ควรพิจารณาถึง “วิธีที่ได้มาซึ่งอาหาร” เป็นสิ่งสำคัญ เนื่องจากมนุษย์ ควรกินอาหารที่เหมาะสมมากกว่าการกินอาหารตามความจำเป็น

คำสำคัญ: อาหาร, คุณค่าทางจริยะ, พุทธปรัชญาเถรวาท

Abstract

This article entitled to study a concept of Eating Food and to analyze an eating food and ethical values in Theravada Buddhist Philosophy. Biological perspectives assert that human feeding behavior is only physical. Because eating reflects the DNA in the body that needs certain nutrients. not from a desire which is a mental feeling at all Even social biologists consider this to be reflected primarily through changes in physical conditions. But social biology has further considered that necessity through the relationship between food-eaters and food-eaters whether it is appropriate or not. In the event that the parents eat the meat of their children Such an idea may come from the idea that Eating is a behavior that stems from physical or social needs that are viewed through the nature of how people are involved in society. From this point, social biology considers this through psychic relationships. Although the Theravada Buddhist philosophy is viewed as Food is just a tool for life. But it is also an important tool for bringing into consideration the higher value of life. By creating the value of eating that can lead to mental development. and if separated between eating and eating food apart Theravada Buddhist philosophy emphasizes the appropriateness that should be considered. “How food is obtained” is important. This is because humans should eat a proper diet rather than eating as needed.

Keywords: Food, Ethical Values, Theravada Buddhist Philosophy

บทนำ

มนุษย์เราดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยอาหารเพราะอาหารเป็นปัจจัยพื้นฐานเบื้องต้นต่อการมีชีวิต ดังที่ปรากฏทั้งในข้อมูลเชิงชีววิทยาของมนุษย์ผู้ต้องการอาหารในการดำเนินชีวิตผ่านวัฒนธรรมการกินเนื้อและผัก (Edward O. Wilson, 1978) จากข้อเท็จจริงนี้ทำให้เห็นความจำเป็นของมนุษย์ที่ต้องอาศัยอาหารเป็นหลัก ได้กลายเป็นวัฒนธรรมการกินตามเงื่อนไขดังกล่าวและเป็นไปตามรูปแบบของนักชีววิทยา (biology) ที่ได้กล่าวไว้ว่าการกินนั้นเป็นการเปลี่ยนแปลงตามเงื่อนไขของร่างกายผ่านการมองถึงนักล่าในยุคนั้นที่ต้องหาของหวานกินซึ่งก็มีเพียงชนิดเดียวคือผลไม้สุก หากหญิงสาวยุคหินบังเอิญพบต้นมะเดื่อที่ออกลูกเต็มต้น สิ่งที่น่าจะทำก็คือกินลูกมะเดื่อเหล่านั้นให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ก่อนที่ฝูงลิงบาบูนจะกินมันจนหมด พันธุกรรมของมนุษย์เราจึงถูกฝังไว้ในสัญชาตญาณการบริโภคอาหารพลังงานสูงอย่างตะกละตะกลาม การกินอาหารในลักษณะดังกล่าวนี้จึงสะท้อนผ่านวิถีทางดีเอ็นเอที่ได้รับการส่งต่อกันไปในแต่ละช่วงชีวิตของคน

นอกจากนั้นการกินอาหารของมนุษย์ได้สะท้อนให้เห็นถึงรูปแบบความสัมพันธ์กันของคนในสังคมอย่างที่นักชีววิทยาทางด้านสังคม (Sociobiology) ได้มองมนุษย์ผ่านประสบการณ์ทางสังคมด้วยการอยู่ร่วมกัน จากการพิจารณาทางด้านความสัมพันธ์กันเป็นสาเหตุที่ทำให้การกินอาหารเปลี่ยนแปลงไปด้วยการมองผ่านการเจริญเติบโตของเด็กที่มีความเกี่ยวข้องหรือความสัมพันธ์กับพ่อแม่ มากกว่าแม่ เพราะเด็กคนนั้นจะออกจากบ้านแล้วกลายเป็นนักล่าสัตว์ ในแง่นี้เด็กก็จะมีสัมพันธ์กับการกินเนื้อสัตว์ จากประเด็นปัญหานี้ทำให้มองเห็นสถานะบางอย่างของสังคมได้อย่างชัดเจนยิ่งขึ้น ดังเช่นบทกวีในสมัยกรีกที่เล่าถึงบุรุษผู้มีปัญญาสูงส่งแสดงทัศนะผ่านการเอ่ยขึ้นมว่า ความพอใจอย่างหาที่เปรียบมิได้นั้นจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อมีขนมปังพร้อมทั้งเนื้อสัตว์วางอยู่บนโต๊ะทุกตัว แล้วก็มีหญิงสาวเสิร์ฟเหล้าองุ่น รินเหล้าใส่ถ้วยเงิน และมองว่าความตายเพราะความอดอยากนั้นช่างเป็นโชคชะตาอันน่าเวทนาที่สุดแล้ว (เพลโต, 2559) ฉะนั้นการกินอาหารจึงเป็นลักษณะทางสังคมที่สะท้อนให้เห็นรูปแบบชีวิตของมนุษย์ได้อย่างชัดเจน

ขณะที่พุทธปรัชญาเถรวาทเองได้เล่าเรื่องการที่สัตว์กินจวนดินจนเกิดเป็นมนุษย์ขึ้น ((มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)/ที.ปา. (ไทย) 11/121/89) ทั้งยังมีข้อความอธิบายถึงการกินอาหารซึ่งเกี่ยวข้องกับหลักธรรมว่า อาหาระ ปฏิกูลสัณญา คือการกำหนดความปฏิกูลในอาหาร ((มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)/อง.ทสก. (ไทย) 24/56/123) และโภชนะ มัตตัตถัญญตา คือการรู้จักประมาณในการกินอาหาร โดยมีคำอธิบายถึงการที่ภิกษุจะฉันอาหารต้องไม่ใช่เพื่อให้เกิดกำลังพล้งทางกาย ไม่ใช่เพื่อความมัวเมา ไม่ใช่เพื่อประดับ ไม่ใช่เพื่อตกแต่ง แต่เพียงเพื่อความดำรงอยู่ได้แห่งกายนี้ เพื่อให้ร่างกายเป็นไปได้ เพื่อกำจัดความเบียดเบียน เพื่อบริหารพรหมจรรย์ ด้วยคิดเห็นว่าเราจักกำจัดเวทนาเก่าและจักไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้น ความดำเนินไปแห่งกาย ความไม่มีโทษ และความอยู่ผาสุกจักมีแก่เรา ((มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)/ส.สพ. (ไทย) 18/239/240)

จากข้อความข้างต้นสามารถชี้ให้เห็นได้ว่าการกินอาหารมีคุณค่าบางอย่างซึ่งคุณค่านั้นทำให้การกินอาหารมิใช่เรื่องที่จะพิจารณาผ่านเพียงหลักชีววิทยาเท่านั้น แต่ยังเป็นเรื่องของคุณค่าที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทางจิตใจของมนุษย์อีกด้วย จึงควรพิจารณาว่าการกินอาหารนอกจากจะมีผลต่อร่างกายแล้วยังมีผลต่อจิตใจและสะท้อนให้เห็นผลกระทบทางกายด้วย ดังกรณีที่ผ่านมาที่มีการติดเชื้อของไวรัสโคโรนาซึ่งอาจเกิดมาจากพฤติกรรมการกินค้างคาวและงูเห่าของมนุษย์ (ไวรัสโคโรนาคืออะไร ? รู้จักโคโรนา เชื้อไวรัสสายพันธุ์ใหม่, <https://review.thaiware.com/1761.html>) ปัญหานี้จึงเป็นข้อพิจารณาที่จำเป็นต้องทำความเข้าใจต่อคุณค่าของการกินที่สะท้อนผ่านพฤติกรรมนั้นว่าอาจผสมผสานกับจิตใจ เช่นเดียวกับการที่คนเรารู้สึกเบื่ออาหารบางอย่าง การเบื่ออาหารนั้นเป็นเรื่องทางร่างกายซึ่งแสดงให้เห็นถึงสภาพของร่างกายที่ต้องการสารอาหารอื่นมากกว่าที่เรากินอยู่เป็นประจำ แต่พุทธปรัชญาเถรวาทอาจมองว่าการเบื่ออาหารนั้นเป็นเรื่องของจิตใจ จึงควรพิจารณาด้วยการลดความชอบใจหรือความพอใจลง แ่งคิดดังกล่าวนี้ได้สะท้อนผ่านวิถีชีวิตของพระภิกษุที่ไม่สามารถกินตามใจปากแต่กินเพื่อการให้มีชีวิตรอดต่อวันเป็นหลัก

บทความนี้จึงต้องการนำเสนอแนวทางพิจารณาแก้ปัญหาว่าการกินควรเป็นเรื่องคุณค่าทางร่างกายเท่านั้นหรือคุณค่าทางจิตใจ ผ่านแนวคิดชีววิทยา ชีววิทยาสังคมและพุทธปรัชญาเถรวาท

แนวคิดเรื่องการกินอาหารกับคุณค่าทางจริยะตามแนวคิดตะวันตก

การพิจารณาแนวคิดเรื่องการกินอาหารตามรูปแบบตะวันตกนั้นได้พิจารณาผ่านแนวคิด 2 ลักษณะ คือ

1. **ทัศนะด้านชีววิทยา (biology)** เป็นลักษณะการได้มาจากการเฝ้าสังเกต (Observation) พฤติกรรมของสัตว์และมนุษย์แล้วหาข้อสรุปมาเป็นข้อมูลที่สามารถพิสูจน์ได้ ซึ่งแนวคิดดังกล่าวได้พัฒนาบนกระบวนการทางวิทยาศาสตร์และให้คำอธิบายเรื่องการกินนั้นว่าเป็นพฤติกรรมของมนุษย์ที่เป็นไปตามกระบวนการธรรมชาติต่อการเอาตัวรอด (survival) อย่างเช่นสาเหตุของคนที่ชอบกินอาหารที่มีแคลอรีสูงทั้งๆ ที่มีประโยชน์ต่อร่างกายน้อยมาก เช่นเดียวกับว่าทำไมเราจึงหมกมุ่นกับการบริโภคอาหารชนิดหวานที่สุดและมันที่สุดเท่าที่จะหาได้ เราอาจจะเข้าใจเรื่องนี้ได้จากการพิจารณาถึงนิสัยการกินของบรรพบุรุษอย่างเช่นนายพรานของเราในทุ่งหญ้าสะวันนาห์และในป่าที่พวกเขาอาศัยนั้น อาหารจำพวกของหวานมีแคลอรีสูงเป็นของหายาก แม้แต่อาหารทั่วไปก็ยังหาได้ยากทำให้นักล่าในยุคนั้นต้องหาของหวานกินซึ่งก็มีเพียงชนิดเดียวคือผลไม้สุก หากว่าหญิงสาวยุคหินบังเอิญพบต้นมะเดื่อที่ออกลูกเต็มต้น สิ่งที่น่าจะทำก็คือกินลูกมะเดื่อเหล่านั้นให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ก่อนที่ฝูงลิงบาบูนจะกินมันจนหมด พันธุกรรมของมนุษย์เราจึงถูกฝังไว้ในสัญชาตญาณการบริโภคอาหารพลังงานสูงอย่างตะกละตะกลาม แม้ว่าทุกวันนี้เราจะหาอาหารได้มากมายแทบล้นตู้เย็น แต่ดีเอ็นเอของเราก็คงยังคงคิดว่าเรายังอยู่ในทุ่งสะวันนาห์ นี่เป็นเหตุผลว่าทำไมเราจึงกินไอศกรีมจนหมดถ้วยพร้อมทั้งน้ำหวานแก้วโต (ยูวัล โนอาห์ แฮรารี, 2561)

การกินจึงสะท้อนถึงดีเอ็นเอในร่างกายที่ต้องการอาหารบางชนิด มิใช่มาจากความอยากซึ่งเป็นความรู้สึกทางจิตใจแต่อย่างใด ยิ่งไปกว่านั้นผลการศึกษาข้อมูลการกินของชาวนาที่หาอาหารได้ไม่หลากหลาย จึงมีข้อจำกัดและเป็นอันตรายต่อการดำเนินชีวิต การเฝ้าสังเกตถึงประชากรในภาคเกษตรกรรมที่ได้รับพลังงานส่วนใหญ่มาจากธัญพืชเพียงชนิดเดียวเท่านั้น เช่น ข้าวสาลี มันฝรั่ง หรือข้าว ทำให้ขาดวิตามิน แร่ธาตุ และสารอาหารอื่นๆ ที่เพียงพอต่อความต้องการของมนุษย์ แต่ในทางตรงกันข้ามขณะที่นักล่าสัตว์สมัยโบราณมักกินอาหารที่แตกต่างหลากหลายนับสิบชนิดเป็นประจำ ความหลากหลายนี้ทำให้แน่ใจได้ว่านักล่าโบราณได้รับสารอาหารที่จำเป็นครบถ้วน ยิ่งไปกว่านั้นการไม่พึ่งพาอาหารชนิดใดชนิดหนึ่งเพียงอย่างเดียวทำให้พวกเขาลำบากน้อยกว่าเมื่อแหล่งอาหารหลักจำเพาะชนิดใดชนิดหนึ่งขาดแคลน ในขณะที่สังคมเกษตรกรรมอาจถูกทำลายล้างโดยพายุภัยจากฝนแล้ง ไฟไหม้หรือแผ่นดินไหวที่ทำลายผลผลิตข้าวกับมันฝรั่งประจำปี แต่พวกนักล่าสามารถรับมือกับหายนะเหล่านั้นได้อย่างง่ายดายกว่า หากพวกเขาสูญเสียอาหารหลักที่กินเป็นประจำ พวกเขาก็สามารถเที่ยวหาอาหารหรือล่าสัตว์อื่นทดแทนได้ หรืออาจจะย้ายไปยังบริเวณที่ได้รับผลกระทบน้อยกว่า (ยูวัล โนอาห์ แฮรารี, 2561) การที่มนุษย์เปลี่ยนวิถีเกษตรกรรมมาสู่การล่าสัตว์จึงมาจากความจำเป็นทางร่างกายและข้อมูลทางดีเอ็นเอนี้จะส่งผลต่อให้เกิดพฤติกรรมการกินของแต่ละสถานที่นั้นมีความแตกต่างหลากหลายกันมากขึ้น ยิ่งสะท้อนให้เห็นได้ว่าการกินเป็นเรื่องของร่างกายเท่านั้น

2. **ชีววิทยาทางสังคม (Sociobiology)** แนวคิดนี้มาจากการอธิบายลักษณะการใช้ชีวิตร่วมกันของมนุษย์ในสังคมผ่านการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมมนุษย์ที่แสดงออกมา เป็นการอาศัยแนวคิดโดยถือเอามนุษย์เป็นศูนย์กลาง (anthropocentrism) วิลสัน (Edward O. Wilson) ได้พิจารณาผ่านการกินด้วยความสัมพันธ์ระหว่างกันของสังคมโดยเริ่มจากการพิจารณาข้อมูลผ่านการเติบโตขึ้นมา

ของเด็กคนนั้นว่ามีความเกี่ยวข้องหรือสัมพันธ์กับใครมากกว่ากันระหว่างพ่อกับแม่ หากเด็กสัมพันธ์กับพ่อกว่าเขาก็จะออกจากบ้านแล้วกลายเป็นนักล่าสัตว์ ในแง่นี้เด็กคนนั้นจะมีความสัมพันธ์กับการกินเนื้อสัตว์ ลักษณะการกินเนื้อสัตว์จึงกลายเป็นพฤติกรรมมนุษย์แบบผู้ชาย ในขณะที่เด็กที่สัมพันธ์กับแม่นั้นก็จะมีส่วนเกี่ยวข้องกับการปลูกพืชหรือกินพืชผัก (Edward O. Wilson, 1978) มากกว่า เนื่องจากผู้หญิงสัมพันธ์กับการหาอาหารที่ปลอดภัยและไม่มีความรุนแรง ความสัมพันธ์ดังกล่าวสะท้อนผ่านความหมายทางวัฒนธรรมที่เจริญขึ้นของมนุษย์ ซึ่งแนวคิดนี้อาจมองได้จากเรื่องอาหารที่มนุษย์ในอารยธรรมโบราณนั้นได้เปลี่ยนไปจากเดิมคือการหันมากินเนื้อแทนพืชผัก จึงทำให้เกิดนักล่าสัตว์ขึ้นและนักล่าเหล่านั้นต้องเผชิญกับภัยอันตรายในการออกล่าสัตว์ แต่ก็ถือว่าเป็นระบบนิเวศที่ธรรมชาติจัดสรรให้มนุษย์มีปริมาณเพียงพอต่อการอยู่รอดได้ ต่อมาวัฒนธรรมทางสังคมได้กลายเป็นรากฐานทำให้มนุษย์มีความคิดที่จะเลี้ยงสัตว์เพื่อการบริโภค ผลจากวัฒนธรรมดังกล่าวทำให้ระบบสังคมมีเงื่อนไขต่อการบริหารจัดการได้อย่างดีขึ้น ทำให้มนุษย์มีจำนวนมากขึ้นพร้อมกับความสุขที่ได้รับจากสัตว์ที่ตนเลี้ยงไว้บริโภคหรือสัตว์ที่เลี้ยงไว้เพื่อชื่นชม จากแนวคิดนี้จะพบว่าชาวเอซเทค (Aztec) ได้สร้างสังคมดังกล่าวและมีระบบนิเวศแบบสังคมขึ้นผ่านการลดจำนวนมนุษย์ลงด้วยการบูชายัญมนุษย์ด้วยความเชื่อที่ว่าเป็นการบูชาเทพเจ้าสูงสุด (Edward O. Wilson, 1978) ดังนั้นการกินอาหารจึงเป็นรูปแบบของการเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางสังคมและสร้างคุณค่าในพฤติกรรมมนุษย์ที่แสดงออกได้อย่างชัดเจน ทำให้วิธีการอธิบายดังกล่าวนี้ได้สะท้อนผ่านทางกายภาพของสังคมเป็นหลัก

จากข้อมูลทั้ง 2 แนวคิดนี้จะพบว่าการกินนั้นเมื่อตรวจสอบผ่านคุณค่าทางจริยะเป็นเรื่องทางกายภาพทั้งกายภาพของปัจเจกบุคคลและสังคมโดยรวม โดยไม่จำเป็นต้องอธิบายผ่านคุณค่าทางจิตใจแต่อย่างใด เพราะข้อสังเกตที่สำคัญทางด้านชีววิทยาได้ชี้ไปยังดีเอ็นเอที่อยู่ภายในร่างกายซึ่งทำให้เกิดพฤติกรรมการกินอาหาร ในขณะที่ชีววิทยาทางสังคมสะท้อนให้เห็นโครงสร้างความสัมพันธ์ของมนุษย์ที่เข้าไปมีส่วนร่วมและพยายามจัดการสังคมของตนเองให้เป็นไปตามที่ต้องการ วิธีการอธิบายดังกล่าวนี้เมื่อตรวจสอบพฤติกรรมการกินค้างคาวหรืออุ้งจิ้งจอกได้ผ่านเงื่อนไขของความอดอยากและการดิ้นรนเอาตัวรอดของมนุษย์ แม้พฤติกรรมนั้นจะนำไปสู่การติดเชื้อโรคต่างๆ แต่ก็ถือได้ว่าเป็นระบบนิเวศที่ตั้งอยู่บนเงื่อนไขของธรรมชาติและหากมนุษย์มีพฤติกรรมเดียวกันก็ย่อมสร้างระบบที่สัมพันธ์กันในแง่ของการเป็นผู้ติดเชื้อเหล่านี้ ถ้าหากชีววิทยาทางสังคมได้รับการประเมินผ่านพฤติกรรมของคนที่อยู่ร่วมกันก็จะพบว่า การกินสัตว์นั้นเป็นเรื่องที่อันตรายและเสี่ยงต่อชีวิตมนุษย์มากกว่ากินพืชผัก แต่ก็มีคำถามว่าทำไมมนุษย์เรายังกินสัตว์อยู่ก็เพราะพวกเขามีธรรมชาติที่ต้องการอยู่รอด แม้ว่าการอยู่รอดนั้นจะต้องเสี่ยงชีวิตก็ตาม ลักษณะดังกล่าวอาจมองได้ว่าเป็นธรรมชาติที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ ซึ่งแง่มุมนี้แม้แต่พุทธปรัชญาเถรวาทเองก็ยอมรับแต่อาจมองว่ามีวิธีที่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ดังจะได้วิเคราะห์เป็นลำดับต่อไป

วิเคราะห์แนวคิดเรื่องกินอาหารกับคุณค่าทางจริยะในพุทธปรัชญาเถรวาท

การกินอาหารเป็นพฤติกรรมของมนุษย์ที่มีความสำคัญขั้นพื้นฐานต่อการดำรงชีวิต แม้แต่ในทางพุทธปรัชญาเถรวาทเองก็มีข้อความระบุชัดเจนถึงเรื่องดังกล่าว แต่เป็นการพิจารณาถึง

คุณค่าที่สูงไปกว่าการมีชีวิตอยู่ คือได้พิจารณาถึงคุณค่าของการกินที่จะสามารถนำไปสู่การพัฒนาจิตใจ ดังจะได้วิเคราะห์ต่อไป

1. แนวคิดเรื่องการกินอาหารในพุทธปรัชญาเถรวาท

พุทธปรัชญาเถรวาทได้อธิบายว่า อาหาร 4 เหล่านี้ คือ กวฬิการาหารหยาบหรือละเอียด ผัสสาหาร มโนสัญเจตนาหาร วิญญาณาหาร อาหาร 4 เหล่านี้ ย่อมเป็นไปเพื่อความดำรงอยู่ของหมู่สัตว์ผู้เกิดมาแล้ว หรือเพื่อบุคคลหรือหมู่สัตว์ผู้แสวงหาที่เกิด ((มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)/ส.นิ. (ไทย) 16/28/10) แต่อาหารก็มีใช้ “จุดหมาย” (end) ในตัวของมันเอง เพราะอาหารคือสิ่งที่พุทธปรัชญาเถรวาทสอนเน้นไว้ว่าเป็นเพียง “เครื่องมือ” (means) สำหรับใช้เพื่อข้ามทางกัณดารแห่งสังสารวัฏเท่านั้น (สมภาร พรหมทา, 2547) ดังเช่นในปุตตมังสสูตร ที่พระพุทธองค์ทรงยกตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบให้เห็นภาพของกวฬิการาหารไว้ว่า

“เปรียบเทียบเหมือนสองสามีภรรยาพากันออกเดินทางสู่ทางกัณดารพร้อมกับลูกน้อยที่กำลังน่ารักน่าชังคนหนึ่ง พวกเขาไปถึงเพียงเล็กน้อย ก็ได้แค่ครึ่งทาง เสร็จแล้วยังเหลืออีกครึ่งทางที่ยังอีกยาวไกลนัก ทั้งสองปรึกษากันว่า “เสร็จหมดลงแล้วไหนจะต้องไปอีกไกล ทางที่ดี พวกเราช่วยกันฆ่าบุตรน้อยทำเป็นเนื้อเค็มและเนื้อย่าง แล้วบริโภคเนื้อบุตร ก็จะข้ามพ้นทางกัณดารที่ยังเหลืออยู่ได้ พวกเราทั้ง 3 อย่าได้ต้องตายพร้อมกันเลย” สองสามีภรรยาก็ฆ่าบุตรน้อยผู้รักนักรักนวลเสีย ทำเป็นเนื้อเค็มและเนื้อย่าง แล้วบริโภคเนื้อบุตรจึงข้ามพ้นทางกัณดารไปได้ พวกเขากินไปร้องไปปลาทูบอกร่ำไรรำพันว่า ‘ลูกน้อยอยู่ที่ไหนหนอ ลูกน้อยอยู่ที่ไหนหนอ’ เธอทั้งหลายจะเข้าใจความซึ้งนั้นว่าอย่างไร คือ พวกเขาบริโภคเนื้อบุตรเป็นอาหาร เพื่อเล่น เพื่อความมัวเมา หรือเพื่อตกแต่ง เพื่อประดับประดาร่างกายเช่นนั้นหรือ” “หามิได้ พระพุทธเจ้าข้า” “พวกเขาบริโภคอาหารที่ปรุงจากเนื้อบุตรเพียงเพื่อจะข้ามทางกัณดารให้พ้นหรือ” “ใช่ พระพุทธเจ้าข้า” “ภิกษุทั้งหลาย อุปมานี้ฉันใด อุปมานี้ก็ฉันนั้น เรากล่าวว่า ‘บุคคลพึงเห็นกฬิการาหาร เปรียบเหมือนเนื้อบุตร’ เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้กฬิการาหารได้แล้ว ก็เป็นอันกำหนดรู้ราคะซึ่งเกิดจากกามคุณ 5 เมื่อกำหนดรู้ราคะซึ่งเกิดจากกามคุณ 5 ได้แล้ว สัญโญชน์ที่เป็นเครื่องชักนำอริยสาวกให้มาสู่โลกนี้อีก ก็ไม่มี ((มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)/ส.นิ. (ไทย) 16/63/120)

จากเนื้อความข้างต้นนี้มีข้อสังเกต 2 ประเด็นในฐานะอาหารเป็นเครื่องมือ คือ

ก. การแยกกันระหว่างผู้กินอาหารกับอาหาร คือเนื้อของลูกที่สามภรรยาได้ใช้เป็นเครื่องมือเพื่อยังชีวิตของตนให้อยู่รอดถือว่ามีความจำเป็น เมื่อพิจารณาผ่านข้อมูลทางชีววิทยาแล้วเราจำเป็นต้องกินทุกอย่างที่กินได้ ภายใต้เงื่อนไขการกินเนื้อลูกจึงเป็นสิ่งที่ทำได้ แต่สิ่งที่ทำให้ความเป็นพ่อแม่ทุกข์ทรมานใจกับการกระทำนั้นเป็นการมองในแง่ชีววิทยาทางสังคมที่พิจารณาผ่านความผูกพันกันของความผูกพันแม่ ลูก ซึ่งความสัมพันธ์ดังกล่าวเป็นความเชื่อที่สังคมมีต่อกันในฐานะค่านิยมผ่านการเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่ต้องดูแลลูก มิใช่มากินเนื้อลูก หากสังคมนั้นอยู่ในสถานที่กัณดารอื่นซึ่งอาจไม่ใช่ทะเลทราย อย่างเช่นดินแดนน้ำแข็งเหมือนกับชาวเอสกีโมที่ฆ่าลูกผู้หญิง เพราะมองว่าเพศหญิงไม่สามารถหากินได้อย่างเพศชายและการมีประชากรมากไปจะทำให้ลำบากเรื่อง

อาหาร ฉะนั้นอาหารจึงเป็นเหตุเบื้องต้นต่อการที่คนจะลงมือฆ่ากัน มิใช่ด้วยกฎหมายศีลธรรมแต่เป็นความจำเป็นทางธรรมชาติของสังคม

จากประเด็นดังกล่าวพุทธปรัชญาเถรวาทมองว่า การกินอาหารนั้นหากจะมองในแง่ปุถุชนกับพระอริยบุคคลมิได้ต่างกัน เพราะการพิจารณาแยกระหว่างการกินกับอาหารออกจากกัน การกินจึงเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับกิริยาทางกายและเกี่ยวกับชีววิทยาต่อการดำเนินชีวิต มิได้เป็นอะไรที่มากกว่านั้นจนสร้างความรู้สึกรับและไม่ชอบขึ้น ข้อพิจารณานี้อาจจะโยงให้เห็นได้ว่า หากเรากินแบบนักชีววิทยาทางสังคมที่มองถึงความผูกพันกันหรือความจำเป็นของสังคมโดยแยกออกจากความจำเป็นส่วนตัว การกินอาจพิจารณาได้มากกว่านั้น อย่างเช่น คนไม่กินเนื้อสุนัข เพราะเป็นสัตว์เลี้ยงไม่ใช่สัตว์สำหรับกิน แต่หากพิจารณาผ่านเงื่อนไขของความจำเป็นทางชีววิทยาหรือแบบพุทธปรัชญาอาจจะมองว่า อาหารเป็นเรื่องปัจเจกมิใช่ความสัมพันธ์ทางสังคม ทำให้เข้าใจได้ว่าเป็นความจำเป็นทางร่างกายเท่านั้นและควรแยกกันระหว่างผู้กินกับอาหารที่กินออกจากกัน หากผู้กินมีสติพอย่อมสามารถพิจารณาและกินอาหารนั้นเพื่อให้เป็นไปตามความจำเป็น คือพอดี (โภชนะ มัตตัญญุต) เท่านั้นและไม่มากไปกว่าความจำเป็นที่มีต่อร่างกาย ฉะนั้นทั้งปุถุชนกับพระอริยบุคคลต้องกำหนดรู้อาหารและไม่ได้ตอบสนองต่อความรู้สึกผูกพันกับอาหารนั้น ดังตัวอย่างที่ปรากฏในสัทสูตรว่า

“สมัยนั้น พวกนิครนถ์จำนวนมากพากันคร่ำครวญไปตามถนนสามแพร่งสี่แพร่งทั่วกรุงเวสาลีว่า “วันนี้ สีสเณบตีฆ่าสัตว์เลี้ยงตัวอ้วนพี ทำอาหารเลี้ยงพระสมณโคตม พระสมณโคตมแม้รู้ก็ยังฉันเนื้อที่เขาทำเจาจะจงตนเอง” ครานั้น มหาตเล็กคนหนึ่งเข้าไปหา สีสเณบตีแล้วกระซิบบอกเนื้อความดังกล่าว สีสเณบตีจึงตอบว่า “ช่างเถิด ท่านเหล่านั้นประสงค์จะตำหนิพระพุทธเจ้าตำหนิพระธรรม ตำหนิพระสงฆ์มานานแล้ว และท่านเหล่านั้นก็กล่าวตู่พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้นด้วยเรื่องที่ไม่มียุอยู่ เปลาประโยชน์ เป็นเรื่องที่จริงไม่เป็นจริง ส่วนพวกเรานั้นมิได้ตั้งใจฆ่าสัตว์แม้เพราะเหตุแห่งชีวิต” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)/อง.อรรถก. (ไทย) 23/12/234)

จะเห็นได้ว่าการไม่แยกระหว่างผู้กินกับอาหารที่กินออกจากกันนั้นทำให้เกิดการมองอาหารในฐานะที่สัมพันธ์กับผู้กิน ดังนั้นหากแยกสองสิ่งนี้ออกจากกันทำให้อาหารถูกพิจารณาในแง่ของความเป็นเครื่องมือเท่านั้น

ข. อาหารที่จำเป็นกับอาหารที่เหมาะสม จากอาหารที่กินในฐานะชีววิทยาอาจทำให้เข้าใจได้ว่าทุกอย่างสามารถกินได้ เช่นพ่อแม่มักกินเนื้อลูกกับพระภิกษุกินเนื้อสัตว์ ลักษณะดังกล่าวนี้ถือว่าอาหารเป็นความจำเป็นเท่านั้น แต่ชีววิทยาทางสังคมได้พิจารณาต่อว่าอาหารนั้นเหมาะสมหรือไม่ซึ่งแนวคิดดังกล่าวอาจมาจากแนวคิดที่ว่า การกินเป็นพฤติกรรมที่สืบเนื่องมาจากความต้องการทางร่างกายหรือความต้องการทางด้านสังคม แต่พุทธปรัชญาเถรวาทนั้นมองว่า ความต้องการทางด้านร่างกายกับความต้องการทางสังคมควรเป็นเรื่องที่ต้องพิจารณาตามความเหมาะสมจาก “การได้มา” เป็นสิ่งสำคัญ ดังข้อความในมหาวิงค์ว่า

เมื่อเกิดปัญหาในยุคข้าวยากหมากแพง แม้แต่ฆราวาสก็ยากที่จะดำเนินชีวิตต่อไปได้ จึงไม่สามารถจะถวายอาหารแก่พระภิกษุ พระโมคคัลลานะประสงค์จะพลิกพื้นดินเพื่อให้พระภิกษุได้กินวันดิน แต่พระพุทธองค์ทรงห้ามไว้เพราะเหตุที่ว่าในแผ่นดินนั้นมีสัตว์อาศัยอยู่ แม้ว่าพระโมคคัลลานะจะหาวิธีแก้ไขก็ตาม พระองค์มิได้ทรงอนุญาตเพราะอาจ

เป็นเหตุให้หมู่วรรณคดีเข้าใจผิดได้ แล้วท่านพระโมคคัลลานะก็เสนอว่าจะพาภิกษุสงฆ์ทุกรูปไปบิณฑบาตในอุตตรกุรุทวีป ก็ทรงห้ามอีกทั้งยังตรัสว่า “อย่าเลย โมคคัลลานะ เธออย่าพอใจการที่จะพาภิกษุสงฆ์ไปบิณฑบาตที่อุตตรกุรุทวีปเลย” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)/วินย.มหา. (ไทย) 1/17/10)

จากข้อความเบื้องต้นทำให้เราเข้าใจได้ถึงความเป็นของสัตว์ในการดำเนินชีวิต แต่การจะกินอาหารบนพื้นฐานของความต้องการทางร่างกายต้องสอดคล้องกับสถานการณ์ทางสังคมนั้นด้วย คือจำเป็นจะต้องพิจารณาถึงการได้มาซึ่งอาหาร เช่นถ้าเราฆ่าหรือทำบางอย่างที่เป็นการได้มาซึ่งอาหารด้วยการเบียดเบียนทำให้อาหารที่กินนั้นเกี่ยวข้องกับความตายของสัตว์ไม่มากนักน้อย (สมภารพรมหา, 2547) จากข้อพิจารณานี้ยังรวมถึงข้อจำกัดทางสังคมที่มองว่า อาหารนั้นจะต้องเหมาะสมกับสถานะของบุคคลนั้นด้วยหรือไม่ เช่นเนื้อลูกไม่เหมาะสมสำหรับพ่อแม่ และเนื้อสัตว์ไม่เหมาะสมกับพระภิกษุ แ่่คิดดังกล่าวจึงเป็นที่มาของข้อพิจารณาเรื่องความเหมาะสมในกรณีที่พระภิกษุฉันเนื้อที่ไม่เห็น ไม่ได้ยิน ไม่สงสัยนั้นเป็นสิ่งที่ทำได้ แต่ไม่ควรฉันเนื้อที่ตนเห็น ได้ยิน หรือสงสัยว่าเขาฆ่าจะจงให้ฉัน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)/ม.ม. (ไทย) 13/52/69) ดังนั้นความเหมาะสมเป็นการพิจารณาถึง “วิธีที่ได้มาซึ่งอาหาร” เช่นเดียวกับคำอธิบายเพิ่มเติมในกถาขีณวรรคในอรรถกถาที่พิจารณาถึงสองสามีภรรยานั้นว่ามีได้ฆ่าบุตรอย่างเต็มใจ

สามีได้เอ่ยขึ้นว่า เธอจงฆ่าเราแล้วกินเนื้อครึ่งหนึ่งทำเป็นเสบียงครึ่งหนึ่ง แล้วข้ามทางกันดารไปพร้อมกับลูกเถิดนะ ฝ่ายภรรยาก็ได้กล่าวเช่นเดียวกันกับสามี สามีจึงให้เหตุผลว่าความตายย่อมเกิดขึ้นแก่คนทั้งสองเพราะแม่ตาย เหตุที่ว่าเด็กอ่อนนั้นวันแม่เสียแล้วก็ไม้อาจจะมีชีวิตรอดได้ แต่ถ้าเราทั้งสองยังมีชีวิตอยู่ เรายังมีโอกาสที่จะได้ลูกอีกครั้ง จึงคิดฆ่าลูกเพื่อกินเนื้อข้ามทางกันดาร แต่ทั้งสองสามีภรรยานั้นก็เกี่ยงกันเพราะเหตุที่ว่าตัดใจฆ่าลูกไม่ลง ในระหว่างที่พ่อกับแม่เกี่ยงกัน คงเป็นเพราะความเหน็ดเหนื่อยในหนทางเด็กน้อยผู้น่าสงสารจึงสิ้นใจตาย สองสามีภรรยาเห็นดังนั้น ก็รำให้พาลต้องกินเนื้อของลูกน้อยแล้วเดินทางต่อ แต่ทั้งสองมิได้กินเพื่อความเพลิดเพลิน เพื่อความเมาเมามัน แต่เป็นอาหารที่กินเพียงเพื่อข้ามผ่านทางกันดารอย่างเดียวนั่น (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556)/ส.นิ.อ (ไทย) 2/2/155-156)

อาหารที่เหมาะสมจึงชี้ให้เห็นถึงข้อพิจารณาจากการได้มานั้นว่าต้องไม่เกี่ยวข้องกับการเบียดเบียนกัน หรือไม่ไปในลักษณะที่ตั้งใจหรือเจาจะจงต่ออาหารชนิดนั้น และข้อพิจารณาทางชีววิทยายังสะท้อน อีกว่า อาหารบางชนิดมีความจำเป็นต่อร่างกาย เช่นเนื้อสัตว์ หรือยาบางชนิดที่จำเป็นต้องหามาเพื่อรักษาโรค การฆ่าสัตว์เพื่อรักษาโรคจึงจำเป็น จากแง่คิดนี้ในฐานะสังคมถือว่าเป็นเรื่องจำเป็นเช่นกันสำหรับการฆ่าบางอย่างเพื่อการอยู่รอด แต่ในพุทธปรัชญาเถรวาทมองว่าลักษณะดังกล่าวไม่ควรทำ ดังกรณีในอรรถกถาเล่าว่า

มารดาของจักกนอุบาสกเกิดโรคและหมอบอกว่า ควรจะได้เนื้อกระต่ายสดๆ มาทำยา พี่ชายของเขาได้สั่งให้จักกนจะไปจับกระต่ายที่นา เมื่อเขาไปเห็นกระต่ายตัวหนึ่งมาเล็มหญ้าอ่อนอยู่ มันเห็นเขาแล้วรีบวิ่งหนีไป แต่หนีไปเกี่ยวเข้ากับเถาวัลย์ ส่งเสียงร้อง กริ กริ จักกนวิ่งตามเสียงนั้นไป แล้วจับกระต่ายไว้ได้ ตั้งใจว่าจะเอามาทำยาให้แม่ แต่เขาก็หุดคิดขึ้นมาได้ว่าไม่สมควรเลยที่จะทำลายชีวิตสัตว์อื่นเพื่อแลกชีวิตแม่ของเรา จึงปล่อยมัน

ไป เมื่อกลับถึงบ้าน พี่ชายถามเขาว่า ได้กระต่ายไหมน้อง? เขาได้บอกเรื่องราวนี้ให้ทราบ พี่ชายจึงคิดว่าเขา หลังจากนั้นเขาเข้าไปหาแม่แล้ว ได้ยื่นตั้งสัตยาธิษฐานว่า ข้าพเจ้าตั้งแต่เกิดมาจำความได้ว่าไม่เคยจงใจฆ่าสัตว์ตัดชีวิตเลย ทันใดนั้น แม่ของเขาได้หายจากโรคภัย ((มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556)/ม.ม.อ (ไทย) 1/9/313)

การที่จักกนอุบาสกนำเนื้อของกระต่ายไปให้แม่ก็คงไม่ผิดนักเพราะเป็นความจำเป็นในการรักษาโรค แต่สิ่งที่อรรถกถาพิจารณานั้นทำให้เห็นถึงความสำคัญในแง่ของความเหมาะสมจากการได้มา มิใช่ความจำเป็นทางร่างกายหรือความจำเป็นในการรักษาโรค ฉะนั้นข้อพิจารณาเรื่องความเหมาะสมจึงมิได้เจาะจงอาหารอีกเช่นกันว่าควรเป็นอะไรที่กินได้ อะไรที่กินไม่ได้ แต่เป็นการพิจารณาถึงความเหมาะสมจากการได้มามากกว่า

2. การกินอาหารกับคุณค่าจริยะในพุทธปรัชญาเถรวาท

พุทธปรัชญาเถรวาทอาจมองเรื่องการกินอาหารเป็นกลไกที่เหนือไปกว่าคุณค่าที่ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมหรือความพึงพอใจของคนใดคนหนึ่งเท่านั้น แต่มีหลักเกณฑ์ชัดเจนต่อการพิจารณาเรื่องการกินอาหารที่เหมาะสมอย่างเข้าใจแล้วสามารถนำไปสู่ความดีสูงสุดได้ กล่าวคือ อาหารนั้นถูกมองเป็นเครื่องมือในการพิจารณาถึงต้นตอสำคัญต่อการสร้างคุณค่าคือ

ก. คุณค่าของการกินอาหารทางด้านกายภาพ การกินอาหารทางชีววิทยานับว่ามีความจำเป็นต่อร่างกายซึ่งความสอดคล้องกับข้อพิจารณานี้มาจากการมองผ่านหลักเสขียวัตถ์ที่ปรากฏในพระวินัยของพระภิกษุ เช่น ภริณิกขุผู้ไม่เอื้อเพื่อ ฉันทินทบาทโดยไม่เคารพ ฉันทินทบาทมอดดูที่นั้นๆ ภิกขุผู้ไม่เอื้อเพื่อ ฉันทินทบาทแกงมาก พุดคฺยขณะเคี้ยวข้าว ฉันทินทบาทข้าว ฉันทินทบาทข้าว ฉันทินทบาทข้าว ฉันทินทบาทข้าว ต้องอาบัติทุกกฏ ((มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)/วินย.ปริ. (ไทย) 8/178-180/161-163) การกำหนดลักษณะการกินเข้ากับการกำหนดโทษจึงเป็นข้อพิจารณาทางสังคมเป็นหลัก บนพื้นฐานดังกล่าวพบว่า การปฏิบัติต่ออาหารในฐานะเป็นเครื่องมือได้แยกขาดจากการรู้สึกรู้สีกว่าชอบหรือไม่ชอบก็จริง แต่การเคารพต่ออาหารในฐานะเป็นปัจจัยเครื่องดำเนินชีวิตก็มีส่วนสำคัญเช่นกัน ฉะนั้นการไม่เอื้อเพื่อของภิกษุเป็นการแสดงถึงความไม่เคารพต่ออาหาร หรือมิได้พิจารณาว่าอาหารนั้นมีความสำคัญต่อร่างกายจึงแสดงลักษณะอาการกินออกมาอย่างไม่เคารพ เป็นการลดคุณค่าอาหาร เพราะอาหารนั้นได้รับการพิจารณาว่ามีคุณค่าผ่านลักษณะความเป็นของสะอาด ประณีต ((มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)/อง.อฎฐก. (ไทย) 23/37/296) ทำให้ผู้รับมากินต้องทำให้อาหารนั้นเกิดคุณค่าด้วยเช่นเดียวกัน แต่เป็นคุณค่าที่เกิดจากการพิจารณาอาหารในแง่ของความเป็นเครื่องมือต่อการดำรงชีวิต จากแง่คิดนี้จึงสะท้อนให้เห็นถึงการกินอาหารของพระภิกษุที่มีใช้แค่กินโดยทั่วๆ ไปที่เป็นการพิจารณาของแต่ละบุคคล แต่เป็นการเอื้อต่อสังคมที่จะทำให้เข้าใจได้ว่าเป็นคุณค่าของการกินที่เหมาะสม ไม่ถูกเหยียดหยามอาหารด้วยการหาวิธีการกินที่เหมาะสมที่ควร

ข. คุณค่าของการกินอาหารทางด้านจิตใจ พุทธปรัชญาเถรวาทมองเรื่องคุณค่าการกินอาหารในแง่ที่มีได้สนใจว่าอาหารนั้นเป็นอะไร แต่เป็นการชี้ไปที่คุณค่าทางด้านจิตใจว่าการกินนั้นช่วยเปลี่ยนแปลงจิตใจอย่างไร ซึ่งข้อพิจารณานี้ทำให้เห็นระหว่าง “การกินอาหารกับไม่กินอาหาร” กล่าวคือ

1) การกินอาหารเพื่อพัฒนาทั้งร่างกายและจิตใจ ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า “อาหาร 4 เหล่านี้ มีต้นเหตุเป็นเหตุ มีต้นเหตุเป็นที่ตั้งขึ้น มีต้นเหตุเป็นกำเนิด มีต้นเหตุเป็นแดนเกิด ก็

ตัณหานี้ มีอะไรเป็นเหตุ...ก็สังขารทั้งหลายมีอวิชชาเป็นเหตุ มีอวิชชาเป็นที่ตั้งขึ้น มีอวิชชาเป็นกำเนิด มีอวิชชาเป็นแดนเกิด ภิกษุทั้งหลาย เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย จึงมีสังขาร เพราะสังขารเป็นปัจจัยจึงมี วิญญาณ ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ ย่อมมีด้วยประการอย่างนี้ และก็เพราะอวิชชาอันแหละ ดับด้วยการสํารอกโดยไม่เหลือ สังขารจึงดับ เพราะสังขารดับ วิญญาณจึงดับ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ ย่อมมีด้วยประการอย่างนี้” ((มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)/ส.นิ (ไทย) 16/28-30/10-11)

เพื่อจะได้เห็นภาพชัดขึ้นจึงขอยกตัวอย่างในอรรถกถาที่ได้เล่าถึงอุบาสิกาสกผู้ได้บรรลุมรรค ผลก่อนพระภิกษุ 60 รูป เมื่ออุบาสิกานั้นทราบความประสงค์ของบรรดาพระคุณเจ้า นางจึงนิมนต์ พระคุณเจ้าให้อยู่จำพรรษาตลอดไตรมาส พร้อมทั้งตั้งใจว่าตนนั้นก็จักรับศีล 5 แล้วทำอุโบสถกรรม ด้วยเช่นกัน พระคุณเจ้าทั้งหลายจึงตกลงจำพรรษาที่นั่น เมื่อถึงคราวที่อุบาสิกานั้นนำเภสัชมีเนยใส และน้ำอ้อยเป็นต้นไปถวายพระคุณเจ้า นางได้เห็นความงดงามจากการประพฤติสมณธรรม จึงเกิดความเลื่อมใสแล้วตั้งใจเรียนเอากรรมฐาน น้อมนำมาปฏิบัติจนบรรลุมรรค 3 ผล 3 ก่อนพระคุณเจ้า เหล่านั้น พร้อมทั้งได้อภิญญาจนสามารถรู้วาระจิตแล้วพิจารณาได้ว่า “พระคุณเจ้าทั้งหลายยังมีราคะ โทสะ โมหะ มิได้มีคุณธรรมแม้สักว่าฌานและวิปัสสนาเลย แล้วนางก็ใคร่ครวญต่อไปจึงทราบว่า อุบนิสัยแห่งพระอรหันต์ก็มีอยู่ ที่พักอาศัยก็เป็นทีที่สบายแล้ว แม้ว่าบุคคลที่เหมาะสมที่ควรก็ได้อยู่แล้ว ส่วน อาหารละมีเพียงพอเป็นทีที่สบายแก่พวกเธอหรือไม่หนอ” เมื่อนางได้ทราบว่า “อาหารเป็นทีที่สบายยังไม่มีแก่พวกเธอ” จึงรีบจัดแจงข้าวต้มขนมมนมเนยที่พร้อมพรั่งด้วยของขบเคี้ยวอย่างสมบูรณ์เพียงพอ ได้ นิมนต์พระคุณเจ้าทั้งหลายให้นั่งแล้ว มอบถวายด้วยคำว่า “ท่านผู้เจริญ พวกท่านชอบใจสิ่งใดๆ ก็ ขอให้รับเอาสิ่งนั้นไปฉันเถิด ภิกษุเหล่านั้นได้พิจารณาบรรดาอาหารมีข้าวต้มเป็นต้นแล้ว บริโภคตาม ความชอบใจ จึงบรรลุอรหัตมรรค ((มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556)/ขุ.ธ.อ. (ไทย) 1/25/173-277)

จากข้อพิจารณานี้แสดงให้เห็นว่า การกินอาหารตามที่ชอบนั้นสามารถพิจารณาได้ในแง่ที่ว่า เราทุกคนต่างก็เป็นคนไข้ที่ต้องการอาหารสํปายะ เมื่อได้อาหารที่เป็นสํปายะจึงจะหายอาพาธ ((มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)/อง.ตัก. (ไทย) 20/22/169) ฉะนั้นการกินอาหารในแง่ดังกล่าว สามารถพิจารณาได้เช่นเดียวกับการกินยา มิได้หมายความว่าเราชอบกินยาแต่เรากินเพื่อรักษาอาการ ของโรคทางร่างกาย ในท้ายที่สุดแล้วเป้าหมายของการกินนั้นก็เพื่อให้ร่างกายเกิดความสบายอย่าง พอเหมาะพอควร เมื่อร่างกายสบาย จิตใจก็สบายแล้วได้รับการการพัฒนาไปด้วย

2) การไม่กินอาหารเพื่อพัฒนาจิตใจ กรณีชายหนุ่มรักษาศีล ไม่กินอาหารจนเสียชีวิต ((มหา จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556)/ขุ.ธ.อ. (ไทย) 1/15/194-196) เล่าถึงชายหนุ่มผู้แสนลำเค็ญ มา รับจ้างทำงานในเรือนของอนาถบิณฑิกเศรษฐีแล้วอาศัยการรับจ้างนั้นประทังชีวิตอยู่ ต่อมาวันหนึ่ง เมื่อถึงวันอุโบสถยังมิได้มีใครบอกแก่เขาว่าต้องรักษาศีลอุโบสถ ด้วยความเป็นห่วงของท่านเศรษฐีจึง บอกให้ลูกน้องหุงหาอาหารม้อเย็นไว้สำหรับเขา ชายเข้ญใจคนนั้นทำงานตลอดทั้งวัน เมื่อถึงเวลาทาน ข้าวเย็นเห็นข้าวที่เขาคดให้ ยังไม่ทานทันทีแม้ว่าตนจะหิวก็ตาม แต่กลับตั้งข้อสงสัยว่า ทุกๆ วันมักจะ เกิดความงุ่นวายในเวลาทานข้าวเย็น แต่วันนี้กลับเงียบสงบ เมื่อทราบว่าคนงานรับจ้างที่เลิกล้มทั้งหมด นั้นได้พากันรักษาศีลอุโบสถ แม้ว่าเด็กผู้ยังดืมนมอยู่ท่านมหาเศรษฐีก็ให้บ้านปากแล้วกินของมีรส หวาน 4 ชนิด คือ เนยใส เนยข้น น้ำผึ้ง น้ำอ้อย และทำให้เป็นผู้รักษาศีลอุโบสถเช่นกัน หลังจากนั้นพวก

ผู้ใหญ่อธิบายอาการ 32 ด้วยเหตุที่เขาได้ทราบความนั้นแล้วชายเข้ใจจึงไม่ยอมทานอาหารมื่อเย็น และปรารถนาจะรักษาศีลอุโบสถด้วยเช่นกัน แม้จะเป็นการรักษาเพียงครั้งเดียวก็ตามที่ เขาจึงอธิษฐานองค์อุโบสถ ครั้นยามดึกกลืนในร่างกายได้แปรปรวนเพราะความหิวโหยที่เกิดจากการทำงานตลอดทั้งวัน เขาอนอนตื่นไปตื่นมา แม้เศรษฐกิจให้คนนำของมีรสหวาน 4 ชนิดมาให้เขาก็ไม่ยอมทาน เพราะคิดว่า “เมื่อเราทำอุโบสถกรรม ไม่อาจจะทำตลอดทั้งวันได้ ตอนนี้อยู่ในอุโบสถกรรมเพียงครั้งเดียวของเราก็อยาได้เป็นของบกพร่องเลย” ในวันรุ่งขึ้นจึงสิ้นใจตายแล้วเกิดเป็นเทวดาที่ต้นไทร

จากตัวอย่างนี้ทำให้พิจารณาได้ว่า ชายเข้ใจนั้นยอมสละชีวิตเพื่อรักษาสິงที่ดีในที่นี้คืออุโบสถศีลที่ตนตั้งสัจจอธิษฐานไว้ แสดงให้เห็นถึงทางเลือกที่ยืนยันได้ว่า การไม่กินอาหารคือการงดเว้นซึ่งเป็นคุณค่าทางจิตใจเพียงอย่างเดียวเท่านั้นไม่ได้เกี่ยวข้องกับร่างกาย แต่การกินนั้นมีความสัมพันธ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ การไม่กินอาหารจึงเป็นคุณค่าทางจิตใจเท่านั้น ซึ่งเป็นการยกระดับจิตใจแต่ก็มีใช้แนวทางที่จะบรรลุถึงความดับทุกข์ได้ จากข้อพิจารณานี้อาจโยงให้เห็นผ่านการอดอาหารของพระพุทธเจ้าที่ไม่นำไปสู่การดับทุกข์ได้และอาจทำให้เข้าใจได้ว่า คฤหัสถ์ที่เป็นชาวพุทธไม่ใช่ผู้ที่เห็นว่าการกินคือคุณค่าของชีวิต (สมภาร พรหมทา, 2547) เพราะพิจารณาในแง่ของการกินนั้นเป็นเรื่องคุณค่าทางด้านร่างกายเท่านั้น ไม่ได้สัมพันธ์กับจิตใจ เมื่อร่างกายต้องการกินคือร่างกายยังมีกิเลส การลดกิเลสจึงเป็นการไม่กินอาหารตามที่ร่างกายต้องการ แต่วิธีการดังกล่าวนี้สะท้อนให้เห็นได้ว่า “การไม่กินอาหารคือการพัฒนาทางด้านจิตใจ” ตามมุมมองทั่วไปแนวทางดังกล่าวนี้ แม้จะมีใช้วิธีการที่ได้รับการนำมาพิจารณาผ่านความเป็นพระภิกษุที่มุ่งเน้นทั้งด้านการพัฒนาจิตใจควบคู่ไปพร้อมกับร่างกาย คือใช้การกินทางกายเพื่อพิจารณาถึงประโยชน์และโทษจากการกินนั้นไปพร้อมกัน และหากพัฒนาไปพร้อมกันนี้จะทำให้เห็นคุณค่าการกินอาหารได้อย่างกว้างขวางและเกิดคุณค่าอย่างแท้จริง

สรุป

อาหารที่กินในฐานะชีววิทยาอาจทำให้เข้าใจได้ว่าทุกอย่างสามารถกินได้ เช่นพ่อแม่กินเนื้อลูกกับพระภิกษุกินเนื้อสัตว์ ลักษณะดังกล่าวนี้ถือว่าอาหารเป็นความจำเป็นเท่านั้น แต่ชีววิทยาทงสังคมได้พิจารณาต่อว่าอาหารนั้นเหมาะสมหรือไม่ จึงโยงถึงการพิจารณาทางด้านจิตใจในแง่ของความสัมพันธ์กันระหว่างบุคคลหรือคนกับสัตว์อย่างเช่น สุนัขเป็นสัตว์เลี้ยงที่อยู่ใกล้ชิดกับมนุษย์มากที่สุด มนุษย์จึงไม่ควรกินสัตว์เลี้ยงชนิดนี้ แม้พุทธปรัชญาเถรวาทจะพิจารณาเรื่องการกินอาหารว่าเป็นเพียงเครื่องมือของการมีชีวิตอยู่ต่อวันเป็นหลัก แต่ก็นับว่าเป็นความจำเป็นทางกายภาพที่มีผลต่อเนื่องถึงการพัฒนาจิตใจด้วย เมื่อพิจารณาแยกกันระหว่างการกินกับอาหารที่กินนั้นออกจากกันแล้ว พุทธปรัชญาเถรวาทมองว่าอาหารควรได้รับการพิจารณาถึงความเหมาะสมจากวิธีการได้มาซึ่งอาหารเป็นสิ่งสำคัญ บนฐานคิดดังกล่าวทำให้มองได้ว่า การกินอาหารที่เหมาะสมอย่างเข้าใจแล้วสามารถนำไปสู่การสร้างคุณค่าต่อการพัฒนาจิตใจ คือ 1) คุณค่าของการกินอาหารทางด้านกายภาพที่เอื้อต่อสังคมให้หาวิธีการกินที่เหมาะสมที่ควร และ 2) คุณค่าของการกินอาหารทางด้านจิตใจ เป็นการชี้ไปที่คุณค่าทางด้านจิตใจว่าการกินนั้นช่วยเปลี่ยนแปลงจิตใจอย่างไร ซึ่งข้อพิจารณานี้ทำให้เห็นระหว่าง “การกินอาหารกับไม่กินอาหาร” กล่าวคือ (1) การกินอาหารเพื่อพัฒนาทั้งทางร่างกายและจิตใจสามารถนำไปสู่ความดีสูงสุดได้ และ (2) การไม่กินอาหารเพื่อพัฒนาจิตใจ คือการงดเว้นซึ่งเป็นคุณค่าทางจิตใจ

12 วารสาร มจร ปรัชญาปริทรรศน์ ปีที่ 4 ฉบับที่ 1 (มกราคม – มิถุนายน 2564)

เพียงอย่างเดียวเท่านั้นไม่ได้เกี่ยวข้องกับร่างกาย แต่การกินนั้นมีความสัมพันธ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ การไม่กินอาหารจึงเป็นคุณค่าทางจิตใจซึ่งเป็นการยกระดับจิตใจแต่ก็มีใช้แนวทางที่จะบรรลุถึงความดับทุกข์ได้

เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2556). *อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

เพลโต. (2559). *รีพับลิก*. แปลโดยเวธัส โพธารามิก. พิมพ์ครั้งที่ 3. สมุทรสาคร: พิมพ์ดี.

ยูวัล โนอาห์ แฮรารี. (2561). *เซเปียนส์ ประวัติย่อมนุษยชาติ Sapiens*. กรุงเทพมหานคร: ยิปซีกรุ๊ป.

สมภาร พรหมทา. (2547). *กิน : มุมมองของพุทธศาสนา*. กรุงเทพมหานคร: โครงการเผยแพร่ผลงานวิชาการ คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Edward O. Wilson. (1978). *On Human Nature*. (Massachusetts: Harvard University Press). <https://review.thaiware.com/1761.html>. สืบค้นเมื่อ วันที่ 1 พฤษภาคม 2563.

