

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเรื่องวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ใน พระพุทธศาสนาเถรวาทกับคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก” นี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

(พระมหาสมบุญ วุฑฒิโกโร,ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

ประธานกรรมการ

(พระสุธีธรรมานุวัตร,ผศ. ดร.)

กรรมการ

(พระมหาสุรศักดิ์ ปจุนตเสโน, ดร.)

กรรมการ

(ดร.ศศิวรรณ กำลังสินเสริม)

กรรมการ

(ศ.กীরติ บุญเจือ ราชบัณฑิต)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระมหาสุรศักดิ์ ปจุนตเสโน, ดร.

ประธานกรรมการ

ดร.ศศิวรรณ กำลังสินเสริม

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(นางสาวนีย์ ดารามพรสิน)



การศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเรื่องวิถีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของ
มนุษย์ในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก

THE COMPARATIVE STUDY OF THE CONCEPT OF THE PRACTICAL
WAY TO ACHIEVE THE ULTIMATE GOAL FOR THE HUMAN BEINGS IN
THERAVĀDA BUDDHISM AND IN ROMAN CATHOLIC CHRISTIANITY

นางสาวนีย์ ดาราอัมพรสิน

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๘



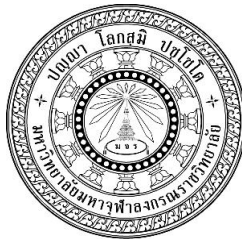
การศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเรื่องวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของ
มนุษย์ในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก

นางสาวณีย์ ดาราอัมพรสิน

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๘

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



The Comparative Study of the Concept of the Practical Way to
Achieve the Ultimate Goal for the Human beings in Theravāda
Buddhism and in Roman Catholic Christianity

Ms. Saowanee Daraamponsin

A Thesis Submitted in Partial Fulfilment of
The Requirement for Degree of
Master of Arts
(Comparative Religion)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E.2015

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลงได้ เพราะได้รับความเมตตาจากหลายฝ่าย ผู้วิจัยขอกราบ
ขอบพระคุณ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย สถาบันอันทรงคุณค่าที่ได้ประสาทวิชา
ความรู้ระดับมหาบัณฑิต

กราบขอบพระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร,ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย กราบขอบพระคุณ
พระราชสิทธิธัมม วิ.,ดร. ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนา
เปรียบเทียบ พระสุธีธรรมานวัตร,ผศ.,ดร. คณบดีคณะพุทธศาสตร์ ประธานตรวจสอบวิทยานิพนธ์
และศาสตราจารย์กิริติ บุญเจือ ราชบัณฑิต กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณา
ชี้แนะประเด็นเพิ่มเติมในการทำวิจัยให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

นมัสการขอบพระคุณพระมหาสุรศักดิ์ ปัจจนตเสโน,ดร. รองคณบดีคณะพุทธศาสตร์
ประธานที่ปรึกษา ขอขอบคุณอาจารย์ ดร.ศศิวรรณ กำลังสินเสริม กรรมการที่ปรึกษา ที่คอยแนะนำ
ปรับปรุงแก้ไขวิทยานิพนธ์นี้ให้สมบูรณ์บริบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ ครูอาจารย์ทุกท่าน ที่กรุณาสอนให้ความรู้ในระดับปริญญาโท สาขาวิชา
ศาสนาเปรียบเทียบ ได้รับความรู้มากมายจนจบการศึกษา และเจ้าหน้าที่สาขาศาสนาเปรียบเทียบ
ทุกท่าน ที่ได้กรุณาอำนวยความสะดวกในเรื่องการศึกษาและการทำวิจัย ขอคุณเจ้าหน้าที่ห้องสมุด
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่อำนวยความสะดวก ในการสืบค้นข้อมูลเพื่อการเขียนวิจัย จนสามารถ
สำเร็จการศึกษา

ขอขอบพระคุณอาจารย์นารี พงษ์กร วิทยากร ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยในพระ-
บรมราชูปถัมภ์ ที่ได้กรุณาให้ความช่วยเหลือและสนับสนุน ทำให้งานวิทยานิพนธ์นี้ สำเร็จลุล่วงไป
ด้วยดี

ผู้วิจัยหวังว่างานวิจัยนี้ สามารถก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ที่ต้องการวิจัยศึกษาพระพุทธ-
ศาสนาเถรวาท หรือคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก ให้ก้าวหน้ายิ่งขึ้นต่อไป

เสาวนีย์ ดาราอัมพรสิน

- ชื่อวิทยานิพนธ์** : การศึกษาเปรียบเทียบแนวคิด เรื่องวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท กับคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก
- ผู้วิจัย** : นางสาวนีย์ ดาราอัมพรสิน
- ปริญญา** : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (ศาสนาเปรียบเทียบ)
- คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์**
- : พระมหาสุรศักดิ์ ปัจจนตเสโน,ดร.,ปธ. ๗, พธ.บ. (บาลี-สันสกฤต), ศศ.ม. (ไทยคดีศึกษา), M.Phil. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies).
 - : ดร.ศศิวรรณ กำลังสินเสริม ศศ.บ., พธ.ม., พธ.ด.(พระพุทธศาสนา)
- วันสำเร็จการศึกษา** : ๒๓ กันยายน ๒๕๕๘

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดและวิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท กับคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก และเพื่อการศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดและวิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของทั้งสองศาสนา การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ถึงแนวคิดที่ปรากฏตามเอกสารหลักฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิกเป็นสำคัญ

พระพุทธศาสนาเถรวาทเชื่อในศักยภาพของมนุษย์ในฐานะเป็นสัตว์ที่สามารถฝึกได้ และจำเป็นต้องฝึกเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดด้วยตนเอง พระพุทธองค์เป็นผู้พบและชี้แนวทางวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุ เป้าหมายสูงสุดด้วยตนเอง

วิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ตามแนวคิดของพระพุทธศาสนาเถรวาท เมื่อบุคคลใดเห็นโทษภัยในกามทั้งหลาย แล้วหมั่นศึกษาและปฏิบัติตามหลักในไตรสิกขา ซึ่งเป็นหนทางเดียวที่สามารถเข้าถึงตามลำดับ ตั้งแต่พื้นฐานจนสามารถเข้าถึงสภาวะพ้นทุกข์เป็นธรรมระดับเป้าหมายสูงสุด เรียกว่า พระนิพพาน

คริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิกมีแนวคิดที่แตกต่างออกไปว่า หนทางเดียวที่จะพบกับเป้าหมายสูงสุด คือ การกลับใจและคืนดีกับพระเจ้า และปฏิบัติตามที่พระเจ้าประสงค์ มีแสดงในพระคริสตธรรมคัมภีร์ คำสอนของพระศาสนจักรคาทอลิก และการหมั่นสวดภาวนา

การบรรลุความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์เพื่อการมีชีวิตนิรันดร์ และได้รับสิทธิ์เป็นพลเมืองในพระอาณาจักรของพระเจ้า สิทธิ์นี้เป็นสิ่งที่พระเจ้าผูกขาดไว้แต่ผู้เดียว ซึ่งพระองค์จะประทานหรือไม่นั้น เป็นเรื่องของพระองค์

เมื่อผู้วิจัยวิเคราะห์เนื้อหาทั้งของพระพุทธศาสนาเถรวาท กับคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก พบว่า ลักษณะของเป้าหมายสูงสุดมีความแตกต่างกันทั้งสองศาสนาบางประการ คือ แนวคิดของพระพุทธศาสนาเถรวาทต้องปฏิบัติเป้าหมายสูงสุดด้วยตนเอง และเพื่อตนเองคริสตชนต้องปฏิบัติด้วยตนเองเพื่อการมีชีวิตนิรันดร์ และเพื่อให้เป็นที่พอพระทัยของพระเจ้า ทั้งสองศาสนามีลักษณะเหมือนกันบางประการ ดังต่อไปนี้

- (๑) ทั้งสองศาสนามีเป้าหมายสูงสุดในชีวิตเป้าหมายสูงสุดถือเป็นอุดมการณ์สูงสุดในชีวิต
- (๒) ทั้งสองศาสนามีเป้าหมายสูงสุด มีลักษณะที่เป็นความสุขอันประเสริฐมากกว่าความสุขใดๆ
- (๓) เป้าหมายสูงสุดของทั้งสองศาสนา มีลักษณะเป็นนิรันดร์และอยู่เหนือกาลเวลา
- (๔) เป้าหมายสูงสุดของทั้งสองศาสนามีเพียงหนทางเดียว ที่ศาสนิกชนของทั้งสองศาสนาสามารถปฏิบัติตนเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด คือ พุทธศาสนิกชนเถรวาท มีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คริสตชนต้องปฏิบัติตามพระประสงค์ของพระเจ้า คริสตชนต้องมีความรักความเชื่ออย่างสุดจิตสุดใจ และกระทำทุกอย่างเพื่อพระเจ้าเท่านั้น

Thesis Title : The Comparative study of the concept of the practical way to achieve the ultimate goal for the human beings in Theravāda Buddhism and in Roman Catholic Christianity.

Researcher : Ms. Saowanee Daraamponsin

Degree : Master of Arts (Comparative Religion)

Thesis Supervisory Committee

: Dr.Phramahā Surasak Pachantaseno Pali VII, B.A. (Pali-Sanskrit), M.A. (Buddhist Studies), M. Phil. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies).

: Dr.Sasiwan Kamlunginsinerm, B.A. (Domestic Service), M.A. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies).

Date of Graduation : 23 September 2015

Abstract

This thesis is of three objectives to study the concept of the ultimate goal and the method of practices to achieve the ultimate goal in Theravāda Buddhism and in Christianity Roman Catholics and to comparatively study the concept of the ultimate goal and the method of practices to achieve the ultimate goal in both religions. This research is the documentary one as appearing in Theravāda Buddhism and in Christianity Roman Catholics.

The Theravāda Buddhism believes in the human being potentialities. It is the duty of the human himself in training and practicing in order to achieve the ultimate goal. The Buddha is only the One who found, practiced and taught the ways to find out by the highest target.

The way to practice oneself find out the ultimate goal in Theravāda Buddhism. When one knows about the fear of Kāma, One always studies and trains oneself in the Threefold. This is the only way to prevent one to be away from Dukkha and to achieve the ultimate goal called Nirvāna.

The Christian Roman Catholics are of the different concepts that the only one way to achieve the ultimate goal is metanoia and reconciliation to God. To

practice themselves is the objective of God. That is shown in The Bible, The Catechism of Catholic Church and always prays in the Christian prayer.

To attain the complete human being is to have the eternal life and to receive the rights to be the citizen in the Kingdom of God. These rights are fixed only by God. Whether the God will give it or not depends on Himself.

When the researcher analyzed the essence in Theravāda Buddhism and Roman Catholic Christianity, it is found that the highest characteristics in both religions are different. The Buddhist viewpoint, one must practice the ultimate goal by oneself and for oneself. The Christians must practice themselves to have eternity life. Such the practice is pleased by the God.

Buddhism and Christianity are of some characteristics as follows both religions are of 4 ultimate goals in the religions people lives.

- 1) The ultimate goals are the life idealism.
- 2) The ultimate goals are the excellent happiness.
- 3) The ultimate goals are of the characteristic of eternal life and eternity.
- 4) The ultimate goals are the only way to be practiced by oneself to attain the ultimate goals.

The only way to practicing in The Theravāda Buddhist people practice the Insight Meditation. The Christian people must practice according to God's aim. The Christian people are of the deep in Love, the deep obedience and do everything for only the God.

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตารางภาพ	ณ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ญ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๔
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๔
๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย	๔
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๖
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๑
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๑
บทที่ ๒ แนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธานุศาสนาเถรวาท	๑๒
๒.๑ แนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธานุศาสนาเถรวาท	๑๒
๒.๑.๑ ความหมายของคำว่าเป้าหมายสูงสุด	๒๓
๒.๑.๒ ความสำคัญของเป้าหมายสูงสุด	๒๕
๒.๑.๓ ผลของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด	๒๘
๒.๒ วิธีปฏิบัติ เพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ในพระพุทธานุศาสนาเถรวาท	๓๑
๒.๒.๑ วิธีปฏิบัติใน “อริศีลสิกขา” (ศีล)	๓๒
๒.๒.๒ วิธีปฏิบัติใน “อริจิตตสิกขา” (สมาธิ)	๓๔
๒.๒.๓ วิธีปฏิบัติใน “อริปัญญาสิกขา” (ปัญญา)	๔๒
๒.๓ สรุป วัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาแนวคิด เรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธานุศาสนาเถรวาท	๕๐

บทที่ ๓ แนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดใน คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก	๕๓
๓.๑ แนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก	๕๓
๓.๑.๑ ความหมายของเป้าหมายสูงสุด	๖๒
๓.๑.๒ ความสำคัญของเป้าหมายสูงสุด	๖๓
๓.๑.๓ ผลของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด	๖๔
๓.๒ วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก	๖๕
๓.๒.๑ ทางแห่งการชำระตนให้บริสุทธิ์ด้วยการรักษาศีล (Way of Purification) ด้วยวิธีปฏิบัติตามพระธรรมบัญญัติสิบประการ (The Ten Commandments) ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ (The Bible)	๖๖
๓.๒.๒ ทางแห่งแสงสว่างเป็นขั้นตอนรับปัญญาจากพระเจ้า (Way of Illumination) ผ่านพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ (The Liturgy of Sacrament)	๗๒
๓.๒.๓ ทางแห่งการอยู่ร่วมกับพระเจ้า (Way of Union of God) ด้วยการภาวนา (The Christian Meditation)	๘๐
๓.๒.๓.๑ การเข้าเฝ้า (Retreat)	๘๗
๓.๒.๓.๒ การสวดสายประคำหรือมงกุฎดอกกุหลาบ (Rosary)	๙๒
๓.๓ สรุป วัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาแนวคิด เรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์และ วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก	๙๕
บทที่ ๔ เปรียบเทียบแนวคิดเรื่อง วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ ในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก	๙๙
๔.๑ เปรียบเทียบแนวความคิด เรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท กับคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก	๙๙
๔.๑.๑ เปรียบเทียบความหมายของเป้าหมายสูงสุดของศาสนา	๑๐๓
๔.๑.๒ เปรียบเทียบความสำคัญของเป้าหมายสูงสุดของศาสนา	๑๐๔
๔.๑.๓ เปรียบเทียบผลของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของศาสนา	๑๐๕
๔.๒ เปรียบเทียบแนวความคิดเรื่อง วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ ในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก	๑๐๖
๔.๒.๑ เปรียบเทียบการปฏิบัติตามทบบัญญัติของ “ศีล” ทั้งสองศาสนา	๑๐๗
๔.๒.๒ เปรียบเทียบการปฏิบัติตามวิธี “การเจริญสมาธิภาวนา” ทั้งสองศาสนา	๑๐๙
๔.๒.๓ เปรียบเทียบการปฏิบัติตามวิธี “การเจริญปัญญา” ทั้งสองศาสนา	๑๑๔

๔.๓ สรุป วัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาเปรียบเทียบแนวคิด เรื่องเป้าหมายสูงสุด
และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาทและ
คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก

๑๑๕

บทที่ ๕ สรุปการวิจัยและข้อเสนอแนะ

๑๒๐

๕.๑ สรุปการวิจัย

๑๒๐

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๑๒๙

บรรณานุกรม

๑๓๐

ภาคผนวก

๑๓๕

ประวัติผู้วิจัย

๑๔๒

สารบัญตารางภาพ

เรื่อง	หน้า
ภาพที่ ๓/๑ แสดงหลักตรีเอกภาพ	๕๗
ภาพที่ ๓/๒ แสดงหลักความรัก	๕๙
ตารางที่ ๔/๑ เปรียบเทียบแสดงความแตกต่างสิ่งที่พระศาสดาทรงสั่งสอน	๑๐๑
ตารางที่ ๔/๒ เปรียบเทียบความคล้ายคลึงสิ่งที่พระศาสดาทรงสั่งสอน	๑๐๑
ตารางที่ ๔/๓ เปรียบเทียบความแตกต่างแนวคิดเรื่อง “ทุกข์” ของศาสนา	๑๐๑
ตารางที่ ๔/๔ เปรียบเทียบความแตกต่างแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดของศาสนา	๑๐๒
ตารางที่ ๔/๕ เปรียบเทียบความคล้ายคลึงแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดของศาสนา	๑๐๒
ตารางที่ ๔/๖ เปรียบเทียบความแตกต่างความหมายของเป้าหมายสูงสุดของศาสนา	๑๐๔
ตารางที่ ๔/๗ เปรียบเทียบความแตกต่างความสำคัญของเป้าหมายสูงสุดของศาสนา	๑๐๕
ตารางที่ ๔/๘ เปรียบเทียบความแตกต่าง ผลของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของศาสนา	๑๐๖
ตารางที่ ๔/๙ เปรียบเทียบความคล้ายคลึง ผลของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของศาสนา	๑๐๖
ตารางที่ ๔/๑๐ เปรียบเทียบความแตกต่างเรื่องของ “ศีล”	๑๐๘
ตารางที่ ๔/๑๑ เปรียบเทียบความคล้ายคลึงเรื่องของ “ศีล”	๑๐๘
ตารางที่ ๔/๑๒ เปรียบเทียบความคล้ายคลึงวิธีการปฏิบัติตามวิธีภavana	๑๑๓
ตารางที่ ๔/๑๓ เปรียบเทียบความแตกต่างผลของการปฏิบัติตามวิธีภavana	๑๑๓
ตารางที่ ๔/๑๔ เปรียบเทียบความคล้ายคลึงของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด	๑๑๘
ตารางที่ ๔/๑๕ เปรียบเทียบความแตกต่างของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด	๑๑๘
ตารางที่ ๕/๑ เปรียบเทียบความแตกต่าง เรื่องเป้าหมายสูงสุดของศาสนา	๑๒๕
ตารางที่ ๕/๒ เปรียบเทียบความแตกต่าง เรื่องผลของการภาวนาเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของศาสนา	๑๒๘
ตารางที่ ๕/๓ เปรียบเทียบความคล้ายคลึง เรื่องผลของการภาวนา	๑๒๘
แผนผังที่ ๑ แสดงลำดับการสวดส่ายประจำ	๑๔๑

คำอธิบายสัญลักษณ์และอักษรย่อชื่อคัมภีร์

๑. คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก

ใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในการอ้างอิง ระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.ส. (บาลี) ๙/๓/๓๖ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีสกขนรชคค พระไตรปิฎก ภาษาบาลี เล่มที่ ๙ ข้อที่ ๓ หน้าที่ ๓๖, ที.ส. (ไทย) ๙/๑๗๐/๕๖ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีสกขนรชคค พระไตรปิฎก ภาษาไทย เล่มที่ ๙ ข้อที่ ๑๗๐ หน้า ๕๖

พระวินัยปิฎก

วิ.ม.	(ไทย)	วินัยปิฎก	มหาวรรค		(ภาษาไทย)
-------	-------	-----------	---------	--	-----------

พระสุตตันตปิฎก

ที.ส.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปณาสก	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปณาสก	(ภาษาไทย)
ม.อุ.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปริปณาสก	(ภาษาไทย)
ส.ส.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
ส.นิ.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ข.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	ขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ส.สพ.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สพยตนวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ม.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
อง.เอกก.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	เอกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทุก.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ติก.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ฉก.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	ฉกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตก.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	สตกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.อฏฐก.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	อฏฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทสก.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ข.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.อิติ.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.สุ.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	สุตตนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.วิ.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	วิมานวัตถุ	(ภาษาไทย)

ขุ.ม.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิทเทส	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฎิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ที.ม.อ.	(บาลี)	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาบาลี)
ที.ม.อ.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม.อ.	(บาลี)	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปณณาสก์	(ภาษาบาลี)
ม.ม.อ.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปณณาสก์	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก.อ.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.อ.	(ไทย)	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฎิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภ.สั.	(ไทย)	อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี		(ภาษาไทย)
อภ.วิ.	(ไทย)	อภิธรรมปิฎก	วิภังคปกรณ์		(ภาษาไทย)

๒. อักษรย่อเกี่ยวกับคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก

๒.๑ พระคริสตธรรมคัมภีร์ (The Bible) ประกอบด้วย ภาคพันธสัญญาเดิม (The Old Testament) และภาคพันธสัญญาใหม่ (The New Testament) นิกายโรมันคาทอลิก และนิกายออร์ทอดอกซ์ มีหนังสือทั้งหมด ๔๖ เล่ม แต่นิกายโปรเตสแตนต์มี ๓๙ เล่ม ส่วนต่างของหนังสืออีก ๗ เล่ม เป็นพระคริสตธรรมคัมภีร์สารบบที่ ๒ ซึ่งแต่เดิมนักบุญเยโรโม เป็นผู้จัดสารบบพระคริสตธรรมคัมภีร์ให้มีไว้ ๗๓ เล่ม แต่นิกายโปรเตสแตนต์ไม่ยอมรับและตัดออกเองภายหลัง

วิธีอ้างอิงดังนี้ อักษรย่อ (ชื่อหนังสือพระคัมภีร์) ข้อที่ : ย่อหน้าที่ ตัวอย่างเช่น ฉธบ. ๑๐ : ๑๒-๒๒. หมายความว่า พระคริสตธรรมคัมภีร์เฉลยพระธรรมบัญญัติ ข้อที่ ๑๐ ย่อหน้าที่ ๑๒ ถึง ๒๒. เป็นต้น

๒.๑.๑ พระคริสต์ธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาเดิม

ชื่อหนังสือพระคริสตธรรมคัมภีร์	อักษรย่อ
ปฐมกาล	ปฐมก.
อพยพ	อพย.
เฉลยธรรมบัญญัติ	ฉธบ.
โยบ	โยบ
เพลงสดุดี	สดด.
สุภาษิต	สุภาษ.
อิสยาห์	อิสย.
ปรีชาญาณ**	ปชญ.

หมายเหตุ จำนวนบทและข้อ ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาเดิมของนิกายโปรเตสแตนต์ที่มีจำนวนเล่มน้อยกว่าของนิกายโรมันคาทอลิกและนิกายออร์ทอดอกซ์ที่มีเครื่องหมาย** เป็นพระคริสตธรรมคัมภีร์สารบบที่สอง มีใช้เฉพาะในคริสตศาสนานิกายโรมันคาทอลิก และนิกายออร์ทอดอกซ์เท่านั้น ส่วนนิกายโปรเตสแตนต์ไม่ยอมรับหนังสือพระคริสตธรรมคัมภีร์สารบบที่สองทั้ง ๗ เล่มนี้

๒.๑.๒ พระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาใหม่ (The New Testament) เป็นพระคริสตธรรมคัมภีร์ที่ถูกเขียนขึ้นภายหลัง การประสูติของพระเยซูคริสตเจ้า มีจำนวน ๒๗ เล่ม

มีวิธีอ้างอิงดังนี้ อักษรย่อ (ชื่อหนังสือพระคริสตธรรมคัมภีร์) ข้อที่ : ย่อหน้าที่ ตัวอย่าง เช่น มธ. ๑๙ : ๒๒-๒๙. หมายความว่า พระคริสตธรรมคัมภีร์ มัทธิว ข้อที่ ๑๙ ย่อหน้าที่ ๒๒ ถึง ๒๙. เป็นต้น.

ชื่อหนังสือพระคริสตธรรมคัมภีร์	อักษรย่อ
มัทธิว	มธ.
มาระโก	มก.
ลูกา	ลก.
ยอห์น	ยน.
กิจการของอัครทูต	กจ.
โรม	รม.
โครินธ์ ฉบับที่หนึ่ง	๑ คร.
โครินธ์ ฉบับที่สอง	๒ คร.
กาลาเทีย	กท.
เอเฟซัส	อฟ.
ฟิลิปปี	ฟป.
โคโลสี	คส.
เอสะโลนิกา ฉบับที่หนึ่ง	๑ ธส.
ทิโมธี ฉบับที่หนึ่ง	๑ ทธ.
ทิโมธี ฉบับที่สอง	๒ ทธ.
ทิตัส	ทต.
ยากอบ	ยก.
เปโตร ฉบับที่หนึ่ง	๑ ปต.
ยอห์น ฉบับที่หนึ่ง	๑ ยน.
ยอห์น ฉบับที่สาม	๓ ยน.
วิวรณ์	วว.

๒.๒ อักษรย่อเกี่ยวกับคำสอนของพระศาสนจักรคาทอลิก (Catechism of The Catholic Church)

๒.๒.๑ คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก (Catechism of The Catholic Church)

ภาค ๑ : การประกาศยืนยันความเชื่อ

อักษรย่อ คือ CCC. ๑ : ข้อ...

๒.๒.๒ คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก (Catechism of The Catholic Church)

ภาค ๒ : การเฉลิมฉลองธรรมล้ำลึกของพระคริสตเจ้า

อักษรย่อ คือ CCC. ๒ : ข้อ...

๒.๒.๓ คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก (Catechism of The Catholic Church)

ภาค ๓ : ชีวิตในพระคริสตเจ้า

อักษรย่อ คือ CCC. ๓ : ข้อ...

๒.๒.๔ คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก (Catechism of The Catholic Church)

ภาค ๔ : การภาวนาของคริสตชน

อักษรย่อ คือ CCC. ๔ : ข้อ...

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ศาสนาทุกศาสนา นอกจากจะมุ่งสอนให้ศาสนิกเป็นคนดีแล้ว ยังเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ เพื่อการพัฒนาไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่ประเสริฐอีกด้วย ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดของทุกศาสนา แต่วิธีปฏิบัติตนเพื่อเป้าหมายสูงสุด อาจจะแตกต่างกันหรือคล้ายคลึงกันในวิธีการปฏิบัติตามแนวคิดของแต่ละศาสนา

พระพุทธศาสนาเถรวาทและคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก เป็นศาสนาที่คนไทยนิยมนับถือกันมาก ในฐานะที่เป็นคนไทยคนหนึ่งต้องพบปะผู้คนในสังคมที่มีความหลากหลาย และผู้ที่นับถือต่างศาสนา สมควรที่จะศึกษาเรียนรู้เพื่อความเข้าใจซึ่งกันและกัน จะได้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบสุข ได้ระมัดระวังตนไม่กระทบกระทั่ง คนต่างศาสนาด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ และเป็นการเรียนรู้ศาสนาที่ตนนับถืออย่างถูกต้องเพื่อการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของศาสนา

ศาสนาประเภทเทวนิยมที่นับถือกันมากที่สุดในประเทศไทย มีเพียงศาสนาเดียวเท่านั้น คือ พระพุทธศาสนานิกายเถรวาท ซึ่งเป็นศาสนาที่มีแนวคิดให้บุคคลต้องปฏิบัติเอง จึงสามารถรู้ได้ด้วยตนเอง พระพุทธศาสนาถือว่ากฎธรรมชาติหรือกฎแห่งเหตุผล เป็นกฎที่มีอยู่แล้วตามธรรมชาติ ไม่มีใครสร้างหรือกำหนดขึ้นและไม่อยู่ใต้อำนาจของใครหรือสิ่งใด จึงไม่มีสิ่งใดจะได้รับการยกเว้น แต่ต้องดำเนินไปตามกฎธรรมชาติสำหรับใครหรือสิ่งใด แม้แต่พระพุทธเจ้า ก็ต้องอยู่ภายใต้กฎธรรมชาติ เช่นเดียวกับสิ่งที่มีอยู่ทั้งปวง^๑ แต่แนวคิดเชิงอุดมการณ์ประเภทเทวนิยม เช่น คริสต์ศาสนา-โรมันคาทอลิก เป็นต้น มีความเชื่อในเรื่องการดำรงอยู่ของพระเจ้า ซึ่งมีสิทธิ์และอำนาจอยู่เหนือมนุษย์ และการดำรงชีวิตอยู่ของทุกสรรพสิ่งในจักรวาล

เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คือ การมีชีวิตอยู่ที่ปราศจากกิเลส อวิชชา ตัณหา อุปาทาน ดำเนินชีวิตอยู่ด้วยการละเว้นจากการทำความชั่วทั้งปวง ประกอบกรรมดีและการชำระจิตใจที่สะอาด สว่าง สงบ เมื่อชีวิตสิ้นสุด กระแสชีวิตก็สิ้นสุด คือ ไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตายอีกต่อไป

พระพุทธศาสนาเถรวาทเน้นความจริง ที่พิสูจน์ได้ในชีวิตจริงในปัจจุบันมากกว่าความเชื่อที่ผูกพันกับสิ่งที่เหนือธรรมชาติ วิธีปฏิบัติตนเข้าสู่เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คือ การชำระจิตให้สะอาดบริสุทธิ์ เพื่อการเข้าสู่เป้าหมายสูงสุด คือ “นิพพาน”^๒ พระพุทธศาสนาเถรวาทมุ่งสอน

^๑สุนทร ธีรรังสี, **พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๑๔.

^๒**นิพพาน** หมายถึง ภาวะที่ปราศจากความโลภ ความโกรธและความหลงอย่างสิ้นเชิง, ภาวะที่จิตรู้แจ้งในอริยสัจ ๔ หรือ ปฏิจจสมุปบาทถึงที่สุดแล้ว, สภาวะที่อยู่เหนือกิเลส กรรม วิบาก หรือสังสารวัฏ, ภาวะที่ประณีตอย่างยิ่ง สงบอย่างยิ่ง เป็นที่สิ้นไปของตัณหา, เป็นการดับสนิทแห่งความหลงผิดทั้งปวง.

เพื่อยกระดับจิตของผู้ปฏิบัติให้สูงขึ้นตามลำดับ จนถึงความสิ้นทุกขในที่สุด โดยสอนจากสิ่งที่ง่ายไปสู่สิ่งที่ยากจากความเป็นรูปธรรมไปสู่นามธรรม

ศาสนาประเภทเทวนิยมที่มีผู้นับถือมากในประเทศไทย คือ คริสตศาสนานิกายโรมันคาทอลิก มีความเชื่อในเรื่องของการทำดีได้ดี การทำชั่วได้ชั่ว แม้ผู้นั้นจะเคยกระทำความชั่วแล้ว แต่ถ้าเขากลับใจมารับเชื่อในพระเจ้าแล้ว มีการดำรงชีวิตอยู่ในกรอบแห่งความดี ตามหลักธรรมคำสอนของพระเจ้า เขาจะได้รับการอภัยโทษจากพระเจ้า เขาสามารถได้พบทางแห่งความรอดและได้รับอนุญาตให้เข้าไปอยู่ในดินแดนของพระเจ้า ได้มีชีวิตอยู่ร่วมกับพระเจ้าในสวรรค์ชั้นนิรันดร์^๖

ศาสนาประเภทเทวนิยมถือว่ากฎธรรมชาติหรือกฎแห่งเหตุผล เป็นกฎที่พระเจ้าสร้างขึ้นเพื่อควบคุมสิ่งทั้งปวงที่พระองค์ทรงสร้างให้ดำเนินไปอย่างมีระเบียบ พระเจ้าทรงเป็นผู้ควบคุมกฎธรรมชาติ กฎนี้อาจจะได้รับการยกเว้น ไม่ดำเนินไปตามกฎธรรมชาติ สำหรับบางบุคคลหรือบางกรณีตามที่พระองค์จะเห็นสมควร เช่น ศาสนาคริสต์โรมันคาทอลิกกล่าวว่า พระเยซูคริสต์เจ้าสามารถรักษาโรคเรื้อนให้หายด้วยอำนาจของพระเจ้า^๗ สามารถห้ามพายุด้วยอำนาจของพระเจ้า^๘ การสิ้นพระชนม์และการฟื้นคืนชีพของพระเยซูคริสต์เจ้าด้วยอำนาจของพระเจ้า^๙ เป็นต้น ทั้งนี้เพราะ คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกมีความเชื่อว่า มนุษย์และทุกสรรพสิ่งมีพระเจ้าเป็นผู้สร้าง พระองค์ทรงสถิตอยู่ในพระอาณาจักรของพระองค์ที่เรียกว่า “สวรรค์”

ตามพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาเดิม ได้กล่าวไว้ว่า “ไม่มีพระเจ้าอื่นในหมู่พวกเรา และเป็นพระเจ้าแต่เพียงพระองค์เดียว” และตรัสอีกว่า “พวกเจ้าทั้งหลายเป็นพยานถึงเรา อย่ากลัวเลยเพราะเราได้ไถ่พวกเจ้าแล้ว เราได้เรียกเจ้าตามชื่อเจ้าเป็นของเรา เมื่อเจ้าลุ่มน้ำเราจะอยู่กับเจ้า”^{๑๐}

คำสอนในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก เป็นเรื่องความรักของพระเจ้าที่มีต่อมนุษย์ และความรักของมนุษย์ที่มีต่อพระเจ้า เป็นพื้นฐานของความรัก ที่มนุษย์มีต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ซึ่งความรักทั้งสองอย่างนี้ มิได้แยกออกจากกัน ดังคำสอนของนักบุญยอห์น กล่าวว่า “เราทั้งหลายรักพระองค์ เพราะพระองค์ทรงรักเราก่อน ถ้าผู้ใดบอกว่า ข้าพเจ้ารักพระเจ้า แต่ใจยังเกลียดชังพี่น้องของตน ผู้นั้นมูสา เพราะผู้ที่ไม่รักพี่น้องของตนซึ่งสามารถแลเห็นได้ แล้วจะรักพระเจ้าซึ่งมองไม่เห็นได้อย่างไร

พระธรรมบัญญัตินี้ทั้งหลายได้รับมาจากพระเจ้า คือ การให้คนที่รักพระเจ้านั้น รักพี่น้องของตนด้วย”^{๑๑} และนักบุญยอห์นยังกล่าวอีกว่า “ถ้าเราทั้งหลายรักกันและกัน พระเจ้าก็สถิตอยู่ใน

^๖ แสง จันทรงาม, รศ., ศาสนาศาสตร์ (The Science of Religions), (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๓๑), หน้า ๑๑๙ - ๑๒๑.

^๗ มธ. ๘ : ๑-๔.

^๘ มธ. ๘ : ๒๓-๒๗.

^๙ มธ. ๒๘ : ๑-๑๐.

^{๑๐} อสย. ๔๓ : ๑-๓.

^{๑๑} ๑ ยน. : ๔/๑๙-๒๑.

เราทั้งหลายและความรักของพระองค์ เขาก็จะสมบูรณ์ในตัวเรา^๙ เป็นประสบการณ์ชีวิตของผู้ที่รับเชื่อในศาสนาตลอดประวัติศาสตร์ที่ผ่านมา นับตั้งแต่พระเจ้าทรงเปิดเผยพระองค์และสถาปนาความสัมพันธ์กับมนุษย์ มีบันทึกในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาเดิมและภาคพันธสัญญาใหม่

พระศาสนจักรคาทอลิกได้แสดงออกมาด้วย พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ต่างๆ ทางศาสนา พิธีกรรมนี้ มิใช่การร่วมชุมนุมสวดมนต์ เพื่อสักการบูชาพระเจ้าเท่านั้น แต่เพื่อให้สอดคล้องกับการดำเนินชีวิตประจำวันของมนุษย์ และเป็นรหัสธรรมของพระเยซูคริสตเจ้า ซึ่งเป็นศูนย์กลางของมนุษย์ แต่พระเยซูคริสตเจ้าทรงพบมนุษย์ เพื่อประทานความรอดให้แก่ผู้ที่รับเชื่อผ่าน “พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์”^{๑๐} และคริสตชนยังต้องมีการสวดภาวนา^{๑๑} ถึงพระเจ้าอย่างสม่ำเสมอ

แม้ว่าทุกศาสนามีเป้าหมายสูงสุดในชีวิตที่ค่อนข้างคล้ายคลึงกัน แต่วิธีการปฏิบัติเพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุดในชีวิตทั้งสองศาสนาค่อนข้างแตกต่างกัน สาเหตุสำคัญที่โลกนี้ ต้องมีหลายศาสนา เพราะมีความแตกต่างกันทางด้านวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี ภาษา ภูมิประเทศ และสถานการณ์แวดล้อมอื่นๆ ^{๑๒} งานวิจัยนี้ผู้วิจัยมุ่งที่จะศึกษาเปรียบเทียบ วิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ ในพุทธศาสนาเถรวาทและคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก

ในประวัติศาสตร์มนุษยชาติ เคยตกอยู่ในสงครามของศาสนา เช่น สงครามครูเสด หลังจากนั้น สงครามของศาสนาก็มีได้ลดน้อยพร้อมกับความก้าวหน้าของโลกปัจจุบัน แม้แต่ในสังคมไทยเอง ก็ได้แตกต่างจากภูมิภาคอื่นๆ ของโลก ความขัดแย้งทางศาสนา มิได้อยู่ในขอบเขตของคำสอนของศาสนา แต่ลุกลามและมีการตีความเพื่อผลประโยชน์ฝ่ายตน มากกว่าจะกระทำเพื่อ ความสงบสุขของสังคม

ดังท่านพุทธทาสภิกขุเคยกล่าวว่า ทุกศาสนาสอนให้มนุษย์มีความรักต่อกัน แต่วิกฤตการณ์ของโลกที่เกิดขึ้น ล้วนเกิดมาจากความเห็นแก่ตัวของมนุษย์ทั้งสิ้น ท่านพุทธทาสได้แสดงความเห็นว่า ศาสดาทั้งหลายมิได้ทรงมีเจตนาทำลายผู้ใด กลับมีความเสียสละเพื่อความสมบูรณ์ของสิ่งที่มนุษย์ควรจะได้รับ แม้ว่าการกระทำของพระองค์จะมีลักษณะปฏิวัติ แต่เป็นการปฏิวัติที่มีสัจธรรมเป็นเครื่องมือ สำหรับหว่านโปรยไปในโลกเท่านั้น เราควรจะถือหลักว่า พระศาสดาในโลกเกิดขึ้นมาเพื่อร่วมมือกัน ทำให้โลกนี้สมบูรณ์ด้วยสิ่งที่มนุษย์ควรจะได้รับ ส่วนสาวกของพระศาสดา

^๙ ยน. : ๔/๑๒.

^{๑๐} คำว่า “ศีล” ในที่นี้หมายถึง พิธีกรรม เป็นคำยืมมาจากพระพุทธศาสนา แต่มีความหมายที่แตกต่างจากเดิมมาก และยังไม่มีการบัญญัติศัพท์ใหม่แทนที่เหมาะสม เพราะมีปัญหาเรื่องการแปลหลักธรรมเป็นภาษาไทย, เสรี พงศ์พิศ, รศ., **ศาสนาคริสต์**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๑), หน้า ๑๓-๑๖.

^{๑๑} การภาวนา ตามแนวคิดของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก หมายถึง การสวดมนต์อ่อนน้อมต่อพระเจ้า ในเอกสารการสอนของพระศาสนจักรคาทอลิกให้นิยามคำว่า “การภาวนา” คือ การยกจิตขึ้นหาพระเจ้า หรือเป็นการอ่อนน้อมขอสิ่งที่ดีงามและเหมาะสมจากพระเจ้า.

^{๑๒} พุทธทาสภิกขุ, **คริสต์ธรรมและพุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ), ๒๕๔๙. หน้า ๕๙.

ต่างหาก ที่กระทำไปอย่างผิดความประสงค์ของพระศาสดา ถือว่าเป็นการกระทำนอกคอก นอกจากนี้ ท่านพุทธทาสกล่าวว่า ยิ่งเรียนพระคัมภีร์มากเท่าไร ยิ่งไม่รู้แก่นแท้ของศาสนา เพราะแก่นแท้ของศาสนาอยู่ที่การลงมือปฏิบัติจริงเท่านั้น^{๑๓}

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ในศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก

๑.๒.๓ เพื่อศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิด เรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ในพระพุทธศาสนาเถรวาทและศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๓.๑ ต้องการทราบแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ตามแนวคิดทางพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร

๑.๓.๒ ต้องการทราบแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ตามแนวคิดในศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิกเป็นอย่างไร

๑.๓.๓ เปรียบเทียบแนวความคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ในพระพุทธศาสนาเถรวาทและศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิกเป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) แนวคิดเรื่องวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ ตามหลักธรรมคำสอนที่ปรากฏ เป็นหลักฐานตามเอกสารทางพระพุทธศาสนาเถรวาท และศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิกเป็นสำคัญ เพื่อเปรียบเทียบแนวคิดทั้งสองศาสนา ให้เห็นถึงทัศนะที่เหมือนกันหรือแตกต่างกัน ถึงขั้นตอนวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของทั้งสองศาสนา

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

แนวคิด หมายถึง ความคิดเห็นหรือมโนคติที่แนวทางปฏิบัติ แสดงออกมีนัยบ่งชี้หรือแสดงที่มาของความหมายนั้นๆ ด้วย แต่ไม่ใช่ความคิดเห็นส่วนตัวล้วนๆ คำว่า แนวความคิดใช้แทนกันได้และมีความหมายแตกต่างกัน

๑.๕.๑ นิยามศัพท์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

เป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน จึงเป็นเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง การมีชีวิตที่ปราศจากกิเลส อวิชชา ตัณหา อุปาทาน การละเว้นจากความชั่วทั้งปวง ประกอบแต่ความดี และการชำระจิตให้สะอาด สว่าง สงบ เมื่อชีวิตสิ้นสุด กระแสชีวิตก็สิ้นสุดลงด้วย

^{๑๓} พุทธทาสภิกขุ, *คริสต์ธรรมและพุทธธรรม*, หน้า ๖-๗, ๑๗.

คือ ไม่เกิด แก่ เจ็บและตายอีกต่อไป ถ้ายังไม่บรรลु ยังเป็นเหตุปัจจัยให้เขามีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขในโลกนี้ และเมื่อตายไปแล้วก็จะไปเกิดในสุคติภูมิ

การบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท มีทัศนะว่า เป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง วิธีการปฏิบัติเพื่อกำหนดรู้ในธรรมชาติของรูปนาม ชั้นธ ๕ ในความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนไปตลอดเวลา ไม่สามารถเข้าไปยึดถือให้เป็นไปตามที่ตนปรารถนาได้ตลอดไป

การหลุดพ้นหรือนิพพานเป็นเรื่องที่ต้องปฏิบัติด้วยตนเอง ตามหลักแห่งมหาสติปัฏฐาน ๔ และหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิและปัญญา เมื่อปฏิบัติแล้ว จะสามารถบรรลุความรู้แจ้งและหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ซึ่งการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดนี้ เน้นถึงความบริสุทธิ์ของตนเอง ๓ ประการ คือ การละความชั่วทั้งปวง การกระทำความดี และการทำจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใส

พุทธศาสนิกชน ในที่นี้ หมายถึง ผู้ที่นับถือพระพุทธศาสนานิกายเถรวาท ผู้มีความเคารพเลื่อมใสศรัทธาและปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนพระพุทธองค์ ที่มีปรากฏในพระไตรปิฎกและพระสงฆ์เถระผู้ทรงคุณ ผู้รอบรู้ทั้งปริยัติและปฏิบัติ เป็นผู้สอนสืบทอดพระพุทธศาสนา

๑.๕.๒ นิยามศัพท์ในคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก

คริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก เป็นศาสนาที่มีความสัมพันธ์ระหว่างพระเจ้ากับมนุษย์ ที่นับถือพระเจ้าเพียงพระองค์เดียว มีการปฏิบัติตนเพื่อเป็นที่พอใจของพระเจ้าด้วยวิธีการต่างๆ ที่ปรากฏในพระคริสตธรรมคัมภีร์

คริสตชน หมายถึง ผู้ที่นับถือคริสต์ศาสนา นิกายโรมันคาทอลิก มีความเชื่อศรัทธาในหลักธรรมคำสอนของพระเยซูคริสตเจ้าและพระศาสนจักรคาทอลิก

เป้าหมายสูงสุด คือ การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์มีชีวิตนิรันดร์ ได้รับสิทธิ์เป็นพลเมืองในพระอาณาจักรสวรรค์ของพระเจ้า แต่เป้าหมายสูงสุดนี้ เป็นสิ่งที่พระเจ้าผูกขาดไว้แต่ผู้เดียว ซึ่งพระองค์จะประทานหรือไม่นั้น เป็นเรื่องของพระองค์

เป้าหมายสูงสุดในคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก หมายถึง การพัฒนาตนเองถึงขีดขั้นเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ของการเป็นฉายาของพระเจ้า โดยมีพระเยซูคริสตเจ้าทรงเป็นฉายาของพระเจ้า ทรงต้นแบบชีวิตใหม่ ทำให้เขาได้รับอสิรภาพจากบาป ได้รับสิทธิ์เป็นพลเมืองของพระเจ้า มีชีวิตนิรันดร์ได้อยู่ร่วมกับพระเจ้าในพระอาณาจักรสวรรค์ ด้วยการปฏิบัติตนอยู่ในกรอบ ของพระธรรมบัญญัติของพระเจ้า

เมื่อคริสตชนใด สามารถปฏิบัติตนตามแนวคิดดังกล่าวนี้ ซึ่งเป็นบทบัญญัติจากพระเจ้าอย่างครบถ้วนสมบูรณ์บริบูรณ์แล้ว เขาก็จะได้เป็นบุตรบุญธรรมของพระเจ้า ได้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้มีชีวิตที่เป็นนิรันดร์ และได้รับสิทธิ์อยู่ร่วมกับพระเจ้าในพระอาณาจักรสวรรค์

๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ มุ่งหมายที่จะศึกษาเกี่ยวกับแนวคิดเรื่อง วิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ใน พระพุทธศาสนาเถรวาทและคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก เพื่อจะได้ทราบถึงจุดมุ่งหมายของศาสนา ต้องการให้ผู้นับถือศาสนา ได้ประพฤติปฏิบัติตนไปสู่เป้าหมายนั้น และสอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงของโลกปัจจุบัน

๑.๖.๑ เอกสารที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๑.๑ เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนา

พระพุทธทาสภิกขุ^{๑๔} ได้เขียนหนังสือชื่อ “คู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์” เนื้อหาที่สำคัญเรื่องหนึ่งที่มนุษย์สมควรจะต้องรู้และปฏิบัติตาม พระพุทธศาสนาংশอนให้รู้จักกฎพระไตรลักษณ์ของสรรพสิ่ง ลำดับขั้นตอนของการปฏิบัติตนให้พ้นจากกฎพระไตรลักษณ์ อุปาทาน ชันธ์ทั้งห้าได้อย่างไร แม้จะไม่สามารถเข้าถึงธรรมอันสูงสุดได้ เราสามารถปฏิบัติตนให้ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข อิสระทางใจได้อย่างไร ท่ามกลางความสับสนวุ่นวายในสังคมปัจจุบัน

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต)^{๑๕} เขียนหนังสือชื่อ “พุทธธรรม” ฉบับขยายความเนื้อหาแบ่งออกเป็น ๒ ภาค

ภาคที่ ๑ เป็นคำสั่งสอนธรรมของพระพุทธเจ้า ทรงมุ่งผลในทางปฏิบัติ ให้ทุกคนจัดการกับชีวิตที่เป็นอยู่จริงๆ ในโลกนี้ และเริ่มแต่บัดนี้ ความรู้ในหลักที่เรียกว่า มัชฌิมนิเทศนา (สภาวะที่เป็นหลักความจริงกลางๆ) ซึ่งเป็นสิ่งที่ทุกคนในทุกระดับชีวิตสามารถเข้าใจและนำไปใช้ ให้เป็นประโยชน์ตามอรรถภาพชีวิต และยังผลต่อการมีชีวิตในโลกอีกด้วย พระพุทธเจ้าทรงถือว่ามนุษย์ทุกชีวิตมีสิทธิเท่าเทียมกันโดยธรรมชาติ มีโอกาสเท่าเทียมกัน ที่จะสร้างผลสำเร็จตามความสามารถของตน

ภาคที่ ๒ เป็นการแสดงธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติของมนุษย์ โดยสอดคล้องกับความจริงของธรรมชาตินั้น มีการปฏิบัติตนตามทางที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา ท่านเจ้าคุณได้กล่าวถึงเนื้อหาว่า หลักใหญ่ที่ซ่อนอยู่ คือ อริยสัจ ๔

รศ.ชูศักดิ์ ทิพย์เกษรและคณะ^{๑๖} ได้แปลหนังสือชื่อ “พระพุทธเจ้าทรงสอนอะไร” (What The Buddha taught” ของ Dr.Walpola Sri Rahulaอธิบายธรรมะสำคัญๆ ขึ้นพื้นฐานของพระพุทธเจ้า ได้แก่ อริยสัจ ๔ อริยมรรค ๘ ขั้น ๕ กรรม การเกิดใหม่ หลักปฏิจจนสมุบาท หลักอนัตตา และสติปัฏฐาน ๔ เพื่อให้คนต่างศาสนาโดยเฉพาะชาวตะวันตกได้เข้าใจด้วยภาษาง่ายๆ

^{๑๔}พระพุทธทาสภิกขุ, **คู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๓๕).

^{๑๕}พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๔๙).

^{๑๖}รศ.ชูศักดิ์ ทิพย์เกษรและคณะ, **พระพุทธเจ้าทรงสอนอะไร**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๕๑).

สุกรี ทุมทอง^{๑๗} ได้อธิบายเรื่อง “อริยสัจ๔” เป็นการขยายความเรื่องของอริยสัจ๔ เนื้อหาประกอบด้วย ความหมายของอริยสัจ๔ ความสำคัญของอริยสัจ๔ โทษของการไม่รู้อริยสัจ๔ และประโยชน์ของการรู้อริยสัจ๔

๑.๖.๑.๒ เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก

เสรี พงศ์พิศและคณะ^{๑๘} ได้ศึกษาทัศนะแนวคิดเรื่อง “คน” ในคัมภีร์ของสามศาสนา ประกอบด้วย ศาสนาพุทธ ศาสนาอิสลามและคริสต์ศาสนา ประกอบด้วยแนวคิด ดังนี้ (๑) ที่มา และองค์ประกอบของมนุษย์ (๒) การเกิดเป็นมนุษย์ (๓) มนุษย์ สังคม และธรรมชาติ (๔) มนุษย์จะไปไหน (๕) ชีวิตที่มีความหมาย (๖) การปฏิบัติศาสนกิจ เช่น การทำบุญ และการสวดภาวนา เป็นต้น (๗) คำสอนเกี่ยวกับชาตินี้ (๘) คำสอนเกี่ยวกับชาติหน้า (๙) คำสอนที่ใช้มากที่สุดในชีวิตประจำวัน

สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สองได้แสดงทัศนคติเกี่ยวกับเรื่องของมนุษย์ ดังนี้

พระสมณสาส์น เรื่อง “พระจิตเจ้าในชีวิตพระศาสนจักรและของโลก”^{๑๙} (Dominum et Vivificantem) แปลโดย ประคิน ชุมสาย ณ อยุธยา เนื้อหาเกี่ยวกับบุคคลทั้งสามในตรีเอกานุภาพอย่างครบถ้วน โดยแบ่งออกเป็น ๓ เรื่อง ดังนี้ ๒.๑) พระสมณสาส์นเรื่องพระบิดา (Dives in Misericordia) ๒.๒) พระสมณสาส์นเรื่องพระบุตร (Redemptor Hominis) ๒.๓) พระสมณสาส์นเรื่องพระจิต (Dominum et Vivificantem) คือหนังสือเล่มนี้ มีทั้งหมด ๖๗ ข้อ ๓ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๑ ชื่อว่า “พระจิตของพระบิดาและพระบุตร ซึ่งประทานให้แก่พระศาสนจักร” กล่าวถึงการที่พระเจ้าทรงประทาน พระจิตผู้ให้ชีวิตแก่มนุษยชาติ และแก่ศาสนจักรอย่างเป็นทางการลำดับขั้นตอน

ตอนที่ ๒ ชื่อว่า “พระจิต ผู้สำแดงบาปของโลกให้เห็นกระจ่าง” กล่าวถึงกิจการของพระจิตในการสำแดงบาป” ซึ่งหมายถึงการชี้ให้เห็นถึงความเลวร้ายที่มีอยู่ในบาป การเสด็จมาของพระเยซูคริสต์ เพื่อช่วยให้โลกรอด มิใช่เพื่อการพิพากษาลงโทษ

ตอนที่ ๓ ชื่อว่า “พระจิตผู้ประทานชีวิต” กล่าวถึงการผ่านคริสต์สหัสวรรษที่ ๒ เข้าสู่คริสต์สหัสวรรษที่ ๓ เป็นการแซ่ซ้องการปฏิบัติภารกิจของพระจิตผู้ประทานชีวิต เพื่อฟื้นฟู “โฉมหน้าโลกใหม่”

พระสมณสาส์นนี้ ได้ตั้งความหวังไว้ว่าภารกิจของพระจิตในการประทานชีวิต ให้แก่มวลมนุษยชาตินี้แสดงการให้กำลังใจมวลมนุษยชาติ เพื่อให้มนุษยชาติสามารถเข้าใจตนเอง และทำให้ความเป็นพระฉายาลักษณ์ คลึงกับพระเจ้าที่มนุษย์ได้รับมาแต่แรก สำเร็จสมบูรณ์ขึ้นมาให้ได้

^{๑๗} สุกรี ทุมทอง, อริยสัจ๔, (กรุงเทพมหานคร : หจก.ภาพพิมพ์, ๒๕๕๗).

^{๑๘} เสรี พงศ์พิศและคณะ, คนในทรรศนะของพุทธศาสนา อิสลามและคริสต์ศาสนา, (กรุงเทพมหานคร : สภาคาทอลิกแห่งประเทศไทยเพื่อการพัฒนา, ๒๕๒๔).

^{๑๙} สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง, พระสมณสาส์นเรื่อง “พระจิตเจ้าในชีวิตของพระศาสนจักรและของโลก (Dominum et Vivificantem), ประคิน ชุมสาย ณ อยุธยา แปล, (กรุงเทพมหานคร : การพิมพ์คาทอลิกแห่งประเทศไทย, ๒๕๓๐).

บาทหลวงวุฒิชัย อ่องนาวา^{๒๐} ได้เรียบเรียงแนวความคิดของสมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง เรื่อง “มนุษย์” เนื้อหายืนยันแนวความคิดของสมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง ว่ามนุษย์เป็นภาพลักษณ์ของพระเจ้า พระเจ้าโปรดให้มนุษย์ สามารถมีชีวิตที่สมบูรณ์ เป็นชีวิตที่เหนือกว่าชีวิตทั้งหลายที่มีอยู่ตามธรรมชาติในโลกนี้ เพราะมนุษย์มีส่วนร่วม (sharing) ในชีวิตของพระเจ้า โดยพระเจ้าโปรดให้ มนุษย์มีส่วนร่วมในชีวิตนิรันดร์กับพระองค์ พระเจ้าได้ประทานศักยภาพให้มนุษย์ เพื่อให้มนุษย์บรรลุถึงชีวิตที่สมบูรณ์ในพระองค์ โดยอาศัยความรู้สำนึก เสรีภาพและความสัมพันธ์กับผู้อื่น นี่คือ คุณลักษณะพื้นฐานของมนุษย์ ตามแนวความคิดของสมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง

บาทหลวงวุฒิเลิศ แห่ล้อม^{๒๑} ได้เขียนหนังสือคำสอนแบบชาวบ้านเรื่อง “หลักคำสอนคาทอลิก” แบ่งเนื้อหาไว้เป็น ๓ ภาค คือ

ภาคที่หนึ่ง กล่าวถึง พระสัจธรรมเกี่ยวกับความเชื่อต่าง ๆ ที่คริสตชนจะต้องเชื่อ

ภาคที่สอง กล่าวถึง พระธรรมปฏิบัติที่เกี่ยวกับพระธรรมบัญญัติ ๑๐ ประการ และบทบัญญัติพื้นฐานของพระศาสนจักรคาทอลิก

ภาคที่สาม กล่าวถึง อุปกรณ์เกี่ยวกับเครื่องมือจำเป็นเพื่อ การดำเนินชีวิตเป็นคริสตชน ซึ่งเกี่ยวกับศีลศักดิ์สิทธิ์ทั้ง ๗ ประการ

อันดรูว์ สำราญ วงศ์เสงี่ยม^{๒๒} ได้เรียบเรียงหนังสือเรื่อง “พิธีกรรม ๑” เป็นเรื่องราวเกี่ยวกับการปฏิบัติพิธีกรรมทางศาสนา ซึ่งเป็นเรื่องสำคัญในชีวิตของชาวคาทอลิก เพราะผู้ปฏิบัติต้องมีความรู้ความเข้าใจ ในเจตนารมณ์ของพระคริสต์เจ้า และพระศาสนจักรของพระองค์เกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติภายนอกของพิธีกรรม ซึ่งเป็นการนำไปสู่ความจริงอันลึกซึ้งของพระผู้เป็นเจ้าภายใน ทั้งจะต้องแสดงท่าทีภายในจิตใจของเราที่มีต่อพระผู้เป็นเจ้า ด้วยความเชื่ออย่างสุดจิตสุดใจ นับเป็นสิ่งสำคัญ และสมควรเอาใจใส่เพื่อการถือปฏิบัติตนในการเข้าร่วมพิธีกรรม

๑.๖.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๒.๑ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาเถรวาท

พระมหาคะนอง เข้าวทองกลาง^{๒๓} ได้เขียนวิทยานิพนธ์เรื่อง “วิถีสู่การบรรลุธรรมตามทัศนะของพุทธปรัชญาเถรวาทและรินไซเซน” ผลการวิจัยพบว่า จุดหมายสูงสุดในสำนักปรัชญาทั้งสองคล้ายคลึงกัน คือ การทำลายอวิชชาแล้วเข้าถึงภาวะรู้แจ้งในที่สุด แม้ว่าวิธีการในทั้งสองสำนักจะมีรายละเอียดแตกต่างกัน แต่มีวิธีการปฏิบัติร่วมกัน คือ การใช้จิตตสิกขาเหมือนกัน คือ การทำให้

^{๒๐} วุฒิชัย อ่องนาวา, บาทหลวง, **มนุษย์ ภาพลักษณ์ของพระเจ้า**, (นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๕๐).

^{๒๑} ยอแซฟ วุฒิเลิศ แห่ล้อม, บาทหลวง, **หลักธรรมคำสอนคาทอลิก**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (เชียงใหม่ : ม.ป.ท., ๒๐๑๒).

^{๒๒} อันดรูว์ สำราญ วงศ์เสงี่ยม, บาทหลวง, **พิธีกรรม ๑**, (นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๒๙).

^{๒๓} พระมหาคะนอง เข้าวทองกลาง, “วิถีสู่การบรรลุธรรมตามทัศนะของพุทธปรัชญาเถรวาท และรินไซเซน”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๙).

จิตหยุดนิ่งอยู่กับอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเป็นสมาธิ ส่วนปัญญาสิกขาต่างมีจุดหมายเพื่อการขัดกิเลส และการเข้าถึงภาวะรู้แจ้งในที่สุด

พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี^{๒๔} ได้เขียนวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท “ผลการวิจัยพบว่า พระพุทธศาสนาเถรวาทมุ่งที่จะตอบปัญหาว่า ทำอย่างไรมนุษย์จึงจะสามารถเข้าถึงความพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิงได้ เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ ความหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงโดยสิ้นเชิง^{๒๕} คือ การดับภพชาติ หยุดการเวียนว่ายตายเกิด วิธีที่มนุษย์จะรอดพ้นจากความทุกข์และพ้นจากการเวียนเกิดเวียนตายอีกต่อไป คือ การเจริญวิปัสสนากรรมฐานเท่านั้น

พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์ปลั่ง)^{๒๖} ได้เขียนวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาเรื่องการบรรลุมรรคในพระพุทธศาสนาเถรวาท” ผู้วิจัยพบว่าการศึกษาถึง หลักธรรมที่ทำให้บรรลุมรรคพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงไว้ โดยเฉพาะโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงไว้ในวาระต่างๆ กัน เพื่อให้เหมาะกับจริตนิสัยของแต่ละบุคคล ซึ่งประกอบด้วย สติปัฏฐาน ๔ สัมมปธาน ๔ อธิบาธ ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และมรรคมรรค ๘ แต่ละหมวดธรรมมีความสมบูรณ์อยู่ในตัว ผู้ปฏิบัติจะถือหลักธรรมหมวดไหน ในการปฏิบัติก็สามารถบรรลุมรรคได้ ไม่ว่าจะปฏิบัติธรรมตามหมวดธรรมใดย่อมนำไปสู่การบรรลุมรรคได้เช่นกัน

การปฏิบัติธรรมมี ๒ วิธี คือ สมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา ซึ่งจะต้องปฏิบัติควบคู่กันไป โดยเฉพาะวิปัสสนากรรมฐาน ถือว่าเป็นหัวใจของการปฏิบัติ ถ้าผู้ปฏิบัติยังไม่สามารถยกจิตเข้าสู่วิปัสสนาญาณได้ การบรรลุมรรคผลจะไม่เกิดขึ้นเลย เมื่อสามารถทำวิปัสสนาญาณให้แจ้งได้แล้วการบรรลุมรรคผลจึงจะเกิดขึ้น

พรพิศ ศิริวิสูตร^{๒๗} เขียนวิทยานิพนธ์เรื่อง “สติและวิธีการพัฒนาเพื่อการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน” จากการศึกษพบว่า สติหมายถึง ความระลึกได้หรือความจำส่วนหนึ่ง ความไม่เลื่อนลอย และความไม่ประมาทอีกส่วนหนึ่ง เป็นธรรมที่ทำให้มนุษย์ทำกิจต่าง ๆ ได้เป็นธรรมที่ทำให้ปัญญาเกิด และทำงานได้เต็มที่ประกอบด้วยโยนิโสมนสิการและปัญญา จากการวิจัยพบว่า การนำหลักสติปัฏฐานมาประยุกต์ เข้ากับกิจกรรมปกติในชีวิตประจำวัน จะต้องใช้ความพยายามระครองสติและใช้เวลายาวนานมากกว่าการปฏิบัติแบบเข้มข้น แต่ก็สามารถบรรลุจุดหมายเดียวกัน เพียงแต่การปฏิบัติแบบเข้มข้นจะเกิดผลที่รวดเร็วและชัดเจนกว่า

^{๒๔} พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี, “ศึกษาวิเคราะห์หลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕).

^{๒๕} ดูรายละเอียดใน ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๗๗/๕๐๖.

^{๒๖} พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์ปลั่ง), “การศึกษาเรื่องการบรรลุมรรคในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓).

^{๒๗} พรพิศ ศิริวิสูตร, “สติและวิธีการพัฒนาเพื่อการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๖๖),

สรุป การปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า สามารถปรากฏเป็นผลแก่นุชนชาติได้
อย่างไม่จำกัดกาล และเป็นสิ่งที่รู้ได้เฉพาะตน

๑.๖.๒.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก

นายวุฒิชัย อ่องนาวา^{๒๘} ได้เขียนวิทยานิพนธ์ เรื่อง “สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง : การศึกษาความคิดเรื่องมนุษย์ของพระองค์” ผลการวิจัยพบว่า สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง ทรงยืนยันคำสอนของคริสต์ศาสนาว่า มนุษย์เป็นสิ่งที่พระเจ้าสร้างขึ้น โดยโปรดให้เป็นฉายาของพระองค์ ทำให้มนุษย์มีลักษณะพิเศษกว่าสิ่งที่มีชีวิตอื่น ๆ ในโลก มนุษย์สามารถพัฒนาตนเองเข้าสู่ชีวิตที่สมบูรณ์ในพระเจ้าได้ โดยการอาศัยความรู้สำนึกในเสรีภาพ และความสัมพันธ์กับผู้อื่น นอกจากนี้ สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง ยังเสนอความคิดในรูปแบบใหม่ โดยอาศัยปรัชญาบุคคลนิยม ซึ่งพระองค์ทรงเห็นว่าเข้าได้กับ คำสอนของคริสต์ศาสนาอย่างดี ถือว่าแนวคิดของพระองค์เป็น “คำสอนเดิมในรูปแบบใหม่” ทั้งนี้เพื่อให้เหมาะสมกับสังคมปัจจุบัน

ศิริพจน์ สกุลทอง^{๒๙} เขียนวิทยานิพนธ์เรื่อง “กระบวนการสืบทอดจากสื่อสัญลักษณ์ทางพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ ๗ ประการ ไปสู่ความเชื่อศรัทธาและการดำเนินธุรกิจ แบบมีจริยธรรมของชุมชนชาวคริสต์โรมันคาทอลิก ของโบสถ์พระมารดานิจจานุเคราะห์ กรุงเทพมหานคร” เป็นการศึกษาเพื่อความรู้ ความเข้าใจความหมายในสัญลักษณ์ที่สำคัญในพิธีกรรม “ศีลศักดิ์สิทธิ์ ๗ ประการ” ของชาวคริสต์โรมันคาทอลิก ที่ดำเนินอยู่ในปัจจุบัน เพื่อนำไปสู่ความเชื่อศรัทธาและการดำเนินธุรกิจแบบมีจริยธรรม เพื่อการเป็นชุมชนชาวคริสต์ที่เข้มแข็ง ซึ่งผลการศึกษวิจัยพบว่า

(๑) การใช้สัญลักษณ์ในพิธีกรรมและความหมายของศีลศักดิ์สิทธิ์ ๗ ประการ มีประวัติความเป็นมาอย่างมีระเบียบแบบแผน ที่เป็นหนึ่งเดียวกับพระศาสนจักรโรมันคาทอลิก ซึ่งมีการถ่ายทอดอย่างเที่ยงตรง มีการอธิบายความหมายไว้อย่างถูกต้อง ได้รับการรับรองจากพระศาสนจักรคาทอลิก ซึ่งเป็นจารีตพิธีกรรมของศีลศักดิ์สิทธิ์ ที่ใช้กันอยู่ในปัจจุบันนี้

(๒) กระบวนการถ่ายทอดความรู้ สัญลักษณ์ของบาทหลวง (พระสงฆ์คาทอลิก) ได้ให้ความหมายทั้งนัยตรงและนัยแฝง ที่เด่นชัดตามความหมายแท้ของพิธีกรรม แต่ละพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์อย่างถูกต้อง

(๓) ชุมชนชาวคริสต์ได้รับรู้และให้ความหมายดังกล่าว ค่อนข้างสอดคล้องกับเจตนาของบาทหลวง ซึ่งก่อให้เกิดศรัทธาและการดำเนินชีวิตทางธุรกิจแบบมีจริยธรรม ซึ่งทำให้ชุมชนชาวคริสต์มีความเข้มแข็งเป็นอย่างดี

(๔) ปัจจัยแวดล้อมที่สำคัญทำให้การดำเนินชีวิตมีความเชื่อ คือ ความสม่ำเสมอของการเข้าร่วมพิธีกรรม “ศีลศักดิ์สิทธิ์” คือ “เวลา” ความสามารถจัดเวลาของตนเข้าร่วมพิธี กรรมได้มาก

^{๒๘} วุฒิชัย อ่องนาวา, “สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง : การศึกษาเรื่องมนุษย์ของพระองค์”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๘).

^{๒๙} ศิริพจน์ สกุลทอง, “กระบวนการสืบทอดจากสื่อสัญลักษณ์ทางพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ ๗ ประการ ไปสู่ความเชื่อศรัทธาและการดำเนินชีวิตทางธุรกิจ แบบมีจริยธรรมของชุมชนชาวคริสต์ (โรมันคาทอลิก) ของโบสถ์พระมารดานิจจานุเคราะห์ กรุงเทพมหานคร”, วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต, ๒๕๔๖).

หรือน้อย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานภาพทางเศรษฐกิจของผู้นั้น ผู้วิจัยสรุปว่า การเข้าร่วมพิธีกรรมบ่อย ๆ ก่อให้เกิดความเชื่อศรัทธา และมีการดำเนินชีวิตแบบมีจริยธรรม กล่าวคือ เขามีคุณสมบัติของการมีคุณธรรม ความรัก ความเมตตา ความยุติธรรม การให้อภัย และการแบ่งปันซึ่งกันและกันอยู่ในระดับค่อนข้างดี

จากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้มองเห็นลักษณะที่คล้ายคลึงกัน คือ ทั้งพระพุทธศาสนาเถรวาทและคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก ต่างมีเป้าหมายสูงสุดในชีวิต ซึ่งถือเป็นอุดมการณ์ และอุดมคติสูงสุดในชีวิต มีลักษณะที่เป็นความสุขอันประเสริฐมากกว่าความสุขใด ๆ ในโลก มีลักษณะเป็นนิรันดร์ และอยู่เหนือกาลเวลา

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าจากเอกสารต่าง ๆ ซึ่งแบ่งออกเป็น ๒ แหล่ง คือ

๑.๕.๑ เอกสารปฐมภูมิ (Primary Source) ทางคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิกจะศึกษาเอกสารจากพระคริสตธรรมคัมภีร์ ทั้งภาคพันธสัญญาเดิมและพันธสัญญาใหม่ ส่วนพระพุทธศาสนาเถรวาท จะศึกษาจากพระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย

๑.๕.๒ เอกสารทุติยภูมิ (Secondary Source) เช่น วรรณคดี เอกสารข้อเขียนที่เกี่ยวข้องกับเรื่อง “วิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์” ทั้งทางตรงและทางอ้อมของทั้งสองศาสนา

ผู้วิจัยจะนำข้อมูลทั้งสองแหล่ง มาตีความ วิเคราะห์และศึกษาเปรียบเทียบ ระหว่างพระพุทธศาสนาเถรวาทและคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก แล้วสรุปประกอบความเห็นของผู้วิจัย

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบแนวความหมายของเป้าหมายสูงสุด และการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดตามแนวคิดในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบแนวความหมายของเป้าหมายสูงสุด และการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดตามแนวคิดในคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก

๑.๘.๓ ทำให้ทราบความคล้ายคลึง และความแตกต่างกันของการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท และคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก

บทที่ ๒

แนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ของมนุษย์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๒.๑ แนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาอเทวนิยม ถือว่ากฎธรรมชาติหรือกฎแห่งเหตุผล เป็นกฎที่มีอยู่แล้วตามธรรมชาติ ไม่มีใครสร้างหรือกำหนดขึ้น และไม่อยู่ใต้อำนาจของใครหรือสิ่งใด จึงไม่มีสิ่งใดจะได้รับการยกเว้น แต่ต้องดำเนินไปตามกฎธรรมชาติสำหรับใครหรือสิ่งใด แม้แต่พระพุทธเจ้าก็ต้องอยู่ภายใต้กฎธรรมชาติเช่นเดียวกับสิ่งที่มีอยู่ทั้งปวง^๑ มีแนวคิดที่ว่าพระพุทธเจ้าเป็นเพียงมนุษย์ธรรมดาและบริสุทธิ์ แต่มีศักยภาพสามารถพาเพียรบำเพ็ญตนให้บรรลุอริยสัจธรรม ซึ่งเป็นแบบอย่างที่ดีของพุทธศาสนิกชนสมควรที่ดำเนินชีวิต ตามแบบอย่างของพระศาสดา^๒ ทั้งนี้เพราะ “พระพุทธเจ้าได้อุบัติแล้วในโลก เพื่อเกื้อกูล เพื่อความสุข เพื่อความอนุเคราะห์แก่คนหมู่มาก เพื่อประโยชน์ ความสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย”^๓

หลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาเถรวาท เชื่อว่ามนุษย์มีฐานะสูงสุด เป็นนายของตนเอง การบรรลุธรรมเป็นหน้าที่ของแต่ละบุคคลที่ต้องประพฤติปฏิบัติด้วยตนเอง ส่วนพระพุทธเจ้าทรงเป็นเพียงผู้บอกทาง ในสิ่งที่พระพุทธร่องค์ทรงค้นพบเท่านั้น^๔ เมื่อพระพุทธร่องค์ได้ตรัสรู้แล้ว จึงทรงประกาศพระองค์ว่า “พระพุทธร่องค์ทรงเป็นพระสยัมภู ไม่มีครูบาอาจารย์ ได้ตรัสรู้สัจธรรม ในธรรมที่ไม่เคยสดับมาก่อน ด้วยพระองค์เอง ทรงบรรลุความเป็นพระสัพพัญญูในสัจธรรมนั้น และถึงความเป็นผู้ทรงชำนาญในพลญาณทั้งหลาย”^๕

พระพุทธศาสนาเถรวาทมีแนวคิดเกี่ยวกับเรื่องของ “ทุกข์” ว่าเป็นเหตุสำคัญของปัญหาทั้งหลาย พระพุทธร่องค์ทรงแสดงเรื่องนี้แก่พระอนูราธะความว่า “ในอดีตหรือในปัจจุบันก็ดี พระพุทธร่องค์ทรงสอนแต่เรื่องของทุกข์ และวิธีดับทุกข์เท่านั้น”^๖

^๑สุนทร ธีรรังสี, พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๑๔.

^๒แสง จันทรงาม, ศาสนศาสตร์ (The Science of Religion), (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๓๑), หน้า ๑๒๐.

^๓ม.ม. (ไทย) ๑๒/๕๐/๔๑.

^๔พ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๗๓/๑๑๗.

^๕พ.ป.ฎ. ๓๑/๑๖๑-๑๖๒/๒๕๒-๒๕๓.

^๖ส.ส. (ไทย) ๑๘/๔๑๑/๔๗๗.

คำว่า “ทุกข์” ตามแนวคิดของพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ ทุกข์ในอริยสัจ^๗ พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร^๘ ดังนี้ “ทุกข์อริยสัจ หมายถึง ความเกิด ความแก่ ความไข้ ความตาย ความประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก และความไม่ได้สิ่งที่ปรารถนาเป็นเหตุแห่งทุกข์ นั่นคือ อุปาทานขันธ์ ๕ เป็นตัวทุกข์”

พระองค์ทรงอธิบายถึงคุณลักษณะของ “ทุกข์” คือ เป็นสภาพที่ทนอยู่ได้ยาก เพราะถูกบีบคั้นด้วยความเกิดขึ้น และความดับสลายตามเหตุแห่งปัจจัยในไตรลักษณ์^๙ ลักษณะอาการที่ทุกข์ปรากฏขึ้น หรือปรากฏขึ้นแก่คนในทุกอริยสัจ ส่วนที่เป็น “สภาพที่ทนได้ยาก” นั้น หมายถึงความไม่สบายกายไม่สบายใจ เป็นความทุกข์ที่เกิดขึ้นภายในกายและใจของตนเอง^{๑๐} เป็นที่น่าสังเกตว่า สิ่งที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบเรื่องของพระไตรลักษณ์ คือ “ธาตุทั้งหลาย มีความเสื่อมเป็นไปเป็นธรรมดา ความที่มีอยู่ของสิ่งนั้น เป็นปัจจัยของสิ่งนี้ ก็คงอยู่อย่างนั้น เมื่อพระพุทธองค์ทรงตรัสรู้แล้วจึงนำมาแสดงให้พุทธบริษัทได้เข้าใจได้ง่าย และประพฤติปฏิบัติตาม บุคคลนั้นก็สามารถบรรลุธรรมของพระพุทธองค์ได้เช่นกัน”^{๑๑}

ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่าอริยสัจ ๔ ประการ^{๑๒} คือ (๑) ทุกข์อริยสัจ (๒) ทุกขสมุทยอริยสัจ (๓) ทุกขนิโรธอริยสัจ และ (๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ, ส่วนคำว่า “ทุกข์” พระพุทธองค์หมายถึง ทุกข์ในอริยสัจ ๔ ได้แก่ ขาติ คือ ความเกิด, ชรา คือ ความแก่, มรณะ คือ ความตาย, โสกะ คือ ความโศก, ปริเทวะ คือ ความคร่ำครวญ, ทุกข์ คือ ความทุกข์กาย, โทมนัส คือ ความทุกข์ใจ, อุปายาส คือ ความคับแค้นใจ, การประสบกับอารมณ์อันไม่เป็นที่รัก, การพลัดพรากจากอารมณ์อันเป็นที่รัก การไม่ได้สิ่งที่ต้องการ

ดังนั้นอริยสัจ ๔ หมายถึง ความจริงที่ทำให้บุคคลห่างไกลจากกิเลส ตัณหา และกองทุกข์ทั้งหลาย ไม่ต้องตกอยู่ในหมุนเวียนไปตามรูป เวทนา สัญญา สังขารและวิญญาณอีกต่อไป กลายเป็นพระอริยเจ้า ได้บรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน

แนวการสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า จึงเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับทุกข์ในอริยสัจ และวิธีการนำตนให้พ้นจากทุกข์เท่านั้น ในการปฏิบัติตนเพื่อถึงความสิ้นทุกข์ของพระพุทธศาสนาเถรวาท มีแสดงใน อัตตทัณฺฑสูตรตนิทเทส^{๑๓} ความว่า “ทุกข์เท่านั้นที่เกิดขึ้น ดำรงอยู่และแปรผันไป นอกจากทุกข์แล้ว ไม่มีสิ่งอื่นเกิดขึ้นและไม่มีอะไรดับไปเลย” หลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาเถรวาท

^๗ดูรายละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๗-๓๘๘/๓๒๔-๓๒๖.

^๘วิ.ม.(ไทย) ๔/๑๔/๒๑.

^๙พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทอาร์ เอส พรินต์ติ้ง แมสโปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๑๙-๑๒๐.

^{๑๐}เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๓๕.

^{๑๑}ส.น.(ไทย) ๑๖/๒๐/๓๔.

^{๑๒}สุภีร์ ทุมทอง, สัจจะแห่งชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์, ๒๕๕๗), หน้า ๓๑; ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๗-๓๘๘/๓๒๔-๓๒๖.

^{๑๓}ข.ม.(ไทย) ๒๙/๑๘๖/๕๒๘.

พระพุทธร่องค์ฐานะพระศาสดาผู้ทรงค้นพบสังขธรรมข้อนี้ เรียกว่า “พระธรรมวินัย” เป็นศูนย์กลาง คำสอนและการปฏิบัติ เพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุดในอริยสัจ๔

อริยสัจ๔ จึงเป็นหัวใจสำคัญของพระพุทธศาสนาเถรวาท และมีความสำคัญในฐานะ เป็น ผลของการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติธรรมทั้งปวง ในพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ การปฏิบัติธรรมเพื่อความรู้แจ้งในอริยสัจ๔^{๑๔}

พระผู้มีพระภาคได้แสดงเรื่องของอริยสัจ ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร^{๑๕} ซึ่งมี ๔ ประการ คือ (๑) ทุกขอริยสัจ (๒) ทุกขสมุทยอริยสัจ (๓) ทุกขนิโรธอริยสัจ (๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ ดังนี้

(๑) ทุกขอริยสัจ คือ ทุกข์ที่มีลักษณะที่เกิดจากชาติ (ความเกิด) ชรา (ความแก่) มรณะ (ความตาย) โสกะ (ความโศก) ปริเทวะ (ความคร่ำครวญ) ความทุกข์กาย ทุกข์ใจ อุปายาส (ความคับแค้นใจ) ความประสบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก และความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น กล่าวโดยย่อ อุปาทานขันธ์ ๕ เรียกว่า ทุกขอริยสัจ^{๑๖}

ทุกขอริยสัจนี้ พระพุทธเจ้าบอกความจริงว่า เป็นความจริงที่มีอยู่เป็นธรรมดา เป็นธรรมชาติเช่นนั้น แต่ความจริงแล้วตัวเราผู้เป็นทุกข์นั้นไม่มี^{๑๗} ให้เรามองตามความเป็นจริงว่าสิ่งต่างๆ ทั้งหลายทั้งปวงนั้น เป็นเพียงปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย ดังพุทธพจน์แสดงว่า “ทุกขอริยสัจนี้เป็นธรรมที่ควรกำหนดรู้”

สรุปว่าชีวิตรูปนามและขันธ์๕นี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้น และเป็นไปตามเหตุปัจจัยตามกระบวนการแห่งปฏิิจสมุุปบาทฝ่ายเกิดทุกข์ ส่วนตัวเราจริงๆ นั้นไม่มี สิ่งที่เกิดจากเหตุปัจจัยล้วนไม่เที่ยง ไม่สามารถคงทนอยู่ได้ตลอดไปย่อมทำไม่ได้ มันจึงมีทุกข์อยู่ในตัวของมันเองสังขารทั้งหลายทั้งปวงเหล่านี้เป็นตัวทุกข์ ล้วนไม่มีตัวตน เป็นอนัตตาไม่สามารถบังคับบัญชาได้

(๒) ทุกขสมุทยอริยสัจ คือ เหตุให้เกิดทุกข์ โดยทั่วไปพระพุทธร่องค์ทรงแสดงว่า เป็น ตัณหา ดังพุทธพจน์แสดงว่า “เหตุให้เกิดทุกข์ คือ ตัณหาทำให้เกิดอีก ประกอบด้วยความเพติดเพลิน และความกำหนัด มีปรกติหิวามเพติดเพลินในอารมณ์นั้นๆ คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา”

ความอยากเหล่านี้เกิดจากความไม่รู้ตามความเป็นจริง สิ่งต่างๆ นั้นล้วนเป็นภาระ ให้ความสุขจริงๆ ไม่ได้ เพราะไม่รู้ความจริงว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเกิดขึ้นเมื่อมีเหตุปัจจัย ไม่รู้ความจริงว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงล้วนดับไปเมื่อหมดเหตุ

^{๑๔}เดือน คำดี, ศาสนศาสตร์, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรม- ศาสตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๑๓๖.

^{๑๕}ส.ม.(ไทย) ๑๙/๑๐๘๑/๕๙๒-๕๙๖.

^{๑๖}อง.ติก.(ไทย) ๒๐/๔/๒๔๒.

^{๑๗}สุภีร์ พุมทอง, สัจจะแห่งชีวิต, หน้า ๓๙.

เหตุให้เกิดปัจจัยให้เกิดทุกข์เกิดจากกระแสแห่งเหตุปัจจัย ในปัจจุสมุปบาทฝ่ายสมุทยวาระ ดังแสดงในติตถายตนสูตร^{๑๘} ว่า

...เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี

เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี

เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย นามรูปจึงมี

เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สฬายตนจึงมี

เพราะสฬายตนเป็นปัจจัย ผัสสะจึงมี

เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี

เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงมี

เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี

เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพจึงมี

เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติจึงมี

เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข โทมนัส อุปายาสจึงมี

กองทุกข์ทั้งมวลนี้เกิดขึ้นได้เพราะอาการดังนี้ จึงเรียกว่า ทุกขสมุทยอริยสัจ...

เมื่อไม่รู้ตามความเป็นจริง ทำให้เกิดความอยาก (ตัณหา) เป็นเหตุให้เกิดทุกข์วนเวียน เพราะจะนำพากายและใจไปทำสิ่งต่างๆ ตามอำนาจแห่งตัณหา ซึ่งให้เกิดความทุกข์ต่างๆ มากมาย ข้าแล้วข้าเล่า ดังนั้นพระพุทธรองค์จึงแนะนำให้เราเห็นว่า เหตุแห่งทุกข์นี้เป็นสิ่งที่ควรละ

สรุปว่า เหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์ คือ อวิชชา เป็นการทำให้ไม่รู้ในอริยสัจทำให้ไม่รู้จักชีวิตอย่างครบถ้วน ทำให้หลงเข้าใจผิด หลงเพเลิดเพลินยินดีในสิ่งที่ทำให้เกิดทุกข์ วนเวียนไม่สิ้นสุด จึงเป็นสิ่งที่ควรละ

(๓) ทุกขนิโรธ เป็นสภาวะไร้กิเลสและความไม่มีความทุกข์ คือ พระนิพพาน เป็นความดับตัณหาไม่เหลือด้วยวิราคะ ความสลัดค้น ไม่อาลัยในตัณหา นิโรธหรือความดับนี้ สามารถแบ่งได้เป็น ๕ อย่าง^{๑๙} ดังนี้

(๓.๑) วิกัมภณนิโรธ เป็นการดับด้วยการข่มไว้ คือ การข่มกิเลสไว้ด้วยกำลังของสมาธิ ตั้งแต่ปฐมฌานจนถึงจุตตฌาน

(๓.๒) ตัทธกนิโรธ เป็นการดับกิเลสตัณหา ในขณะที่กำลังเจริญวิปัสสนาภาวนาอยู่ เป็นการดับกิเลสไม่ให้เกิดเป็นครั้งคราว

(๓.๓) สมุจเฉทนิโรธ เป็นการดับกิเลสอย่างสิ้นเชิง ด้วยอริยมรรคในขณะที่มรรคจิตเกิดขึ้น กิเลสนั้นจะไม่เกิดขึ้นอีก เมื่อได้อรหัตตมรรคจะสามารถตัดกิเลสได้ทั้งหมด

^{๑๘} องค์กร. (ไทย) ๒๐/๔/๒๕๒.

^{๑๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ, ๒๕๕๐), หน้า๑๖๖.

(๓.๔) ปฏิปัสสัทธินิโรธ เป็นการดับโดยการสงขระงับจากการตัดกิเลสด้วยผลจิต เป็นผลต่อมาจากมรรคจิตโดยไม่มีระหว่างกัน

(๓.๕) นิสสรณนิโรธ เป็นการดับโดยการสลัดออกไป หมายถึง พระนิพพานเป็นสภาวะที่ออกไปพ้นจากกอลทุกข์ คือ การพ้นออกจากความเกิด ความแก่ ความเจ็บ และความตาย

ทุกขนิโรธอริยสัจนี้เป็นปฏิจจนุปบาทฝ่ายนิโรธวาระ^{๒๐} ดังนี้

เพราะอวิชชาดับ	สังขารจึงดับ
เพราะสังขารดับ	วิญญานจึงดับ
เพราะวิญญานดับ	นามรูปจึงดับ
เพราะนามรูปดับ	สฬายตนจึงดับ
เพราะสฬายตนดับ	ผัสสะจึงดับ
เพราะผัสสะดับ	เวทนาจึงดับ
เพราะเวทนาดับ	ตัณหาจึงดับ
เพราะตัณหาดับ	อุปาทานจึงดับ
เพราะอุปาทานดับ	ภพจึงดับ
เพราะภพดับ	ชาติจึงดับ

เพราะชาติดับ ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข โทมนัส อุปายาสจึงดับ

กองทุกข์ทั้งหมดดับไปด้วยอาการเช่นนี้ เรียกว่า ทุกขนิโรธอริยสัจ จึงเป็นธรรมที่ควรกระทำให้แจ้ง

สรุป ทุกขนิโรธคือ ความสิ้นอวิชชา ตัณหา เป็นการดับสิ้นไปอย่างไม่มีเกิดอีกด้วย อริยมรรค อวิชชาและตัณหาดับหมดสิ้นไม่มีเชื้ออีก ด้วยอรหัตตมรรค โดยสภาวะ พระนิพพาน

(๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา เป็นข้อปฏิบัติที่ทำให้ถึงทุกขนิโรธ ด้วยการประพฤติพรหมจรรย์ ตามหลักอริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ ได้แก่ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมัตตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ ดังนี้

อริยมรรคมีองค์ ๘ คำว่า “อริยมรรค” หมายถึง ทางอันประเสริฐ^{๒๑} เป็นทางที่นำไปสู่ความหลุดพ้น คือ พระนิพพาน อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของพุทธศาสนิกชน มัชฌิมาปฏิปทานั้นเมื่อนักปฏิบัติระลึกรู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบันที่เป็นกองรูป เวทนา จิต หรือสภาวะธรรม อริยมรรคมีองค์ ๘ ย่อมเกิดขึ้นในขณะนั้น พระผู้มีพระภาคได้แสดงธรรมเรื่องอริยมรรคมีองค์ ๘ แก่ภิกษุทั้งหลายในนिरยสัคคสูตร^{๒๒} ดังนี้

(๔.๑) สัมมาทิฐิ คือ ความเห็นว่า ทานที่ให้แล้วมีผล ยัญที่บูชาแล้วมีผล การเช่นสรวงที่เช่นสรวงแล้วมีผล ผลวิบากแห่งกรรมที่ทำความดีและทำชั่วมี โลกนี้มี โลกหน้ามี มารดามีคุณ บิดามีคุณ

^{๒๐} สุภีร์ ทุมทอง, สัจจะแห่งชีวิต, หน้า ๕๐.

^{๒๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๕๑๗.

^{๒๒} อก.ทสก. ๒๔/๒๑๑/๓๔๖-๓๔๘.

สัตว์ที่เป็นโอปปาติกะมี สมณพราหมณ์ผู้ประพฤติปฏิบัติชอบ ทำให้แจ้งโลกนี้และโลกหน้า ด้วยปัญญาอันยิ่งเองแล้วสอนให้ผู้อื่นให้รู้แจ้งตาม มีอยู่ในโลก ส่วนในสังขวิภังคสูตร^{๒๓} ได้อธิบายถึงสัมมาทิฐิว่า เป็นความรู้ในอริยสัจ ๔ คือ ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในเหตุแห่งทุกข์ ความรู้ในความดับทุกข์ และข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์

(๔.๒) สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริในการออกจากกาม ความดำริในความไม่พยาบาท และความดำริในการไม่เบียดเบียน

(๔.๓) สัมมาวาจา คือ การมีเจตนาเป็นเหตุให้เว้นจากการพูดเท็จ การมีเจตนาเป็นเหตุให้เว้นจากการพูดส่อเสียด การมีเจตนาเป็นเหตุให้เว้นจากการพูดคำหยาบ การมีเจตนาเป็นเหตุให้เว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

(๔.๔) สัมมากัมมันตะ คือ การเจตนาเป็นเหตุให้งดเว้นจากการฆ่าสัตว์ การเจตนาเป็นเหตุให้งดเว้นจากการลักทรัพย์ การเจตนาเป็นเหตุให้งดเว้นจากการประพฤติดินในกาม

(๔.๕) สัมมาอาชีวะ คือ การเจตนาเป็นเหตุให้งดเว้นจากมิจฉาอาชีวะประกอบแต่สัมมาอาชีวะ

(๔.๖) สัมมาวายามะ คือ ความพยายามของผู้ประพฤติ ในสังขวิภังคสูตร พระผู้มีพระภาคทรงแสดงถึง ความพยายามไม่ให้บาปอกุศลที่ยังไม่เกิด ให้บังเกิดขึ้น พยายามละบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว มีความพยายามให้กุศลธรรมที่ยังไม่บังเกิด ให้บังเกิดขึ้น และพยายามรักษากุศลธรรมที่มีอยู่ให้ดำรงอยู่

(๔.๗) สัมมาสติ คือ ความมีสติของผู้ประพฤติ มีความเพียรพิจารณาเห็นกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และสภาวะธรรมในสภาวะธรรม

(๔.๘) สัมมาสมาธิ คือ ความตั้งมั่นไม่ซัดส่ายของจิตจนบรรลุปฐมฌาน ทุตติฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌานตามลำดับ

พระผู้มีพระภาคทรงแสดงถึงผลของการปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘^{๒๔} ดังต่อไปนี้

...ผู้มีสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาอาชีวะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ สัมมาญาณะก็มีพอเหมาะ ผู้มีสัมมาญาณะและมีสัมมาวิมุตติก็มีพอเหมาะ ผู้นั้นย่อมประกอบด้วยมรรคมีองค์ ๘ นี้ จึงสามารถเป็นพระอรหันต์ สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน...

พระคันธสาราภิกษได้อธิบายถึงมรรคมีองค์ ๘ ตามแนวของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และตามหลักของศีลสมาธิและปัญญา ดังนี้

อริยมรรคหมวดศีล จำแนกเป็น (๑) สัมมาวาจา (๒) สัมมกัมมันตะ (๓) สัมมาอาชีวะ

^{๒๓} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๓๗๕/๔๒๒-๔๒๓.

^{๒๔} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๓๖/๑๗๖-๑๘๑.

(๑) สัมมาวาจา หมายถึง การงดเว้นวจีทุจริต ๔ ได้แก่ การพูดแต่คำสัตย์จริง การไม่พูดส่อเสียด การพูดแต่คำอ่อนหวานและพูดแต่สิ่งที่มีสาระ

(๒) สัมมากัมมันตะ หมายถึง การงดเว้นจากกายทุจริต ๓ ได้แก่ การไม่เบียดเบียนสัตว์ทั้งหลาย การไม่ลักทรัพย์ และการไม่ประพฤติผิดในกาม

(๓) สัมมาอาชีวะ หมายถึง การงดเว้นจากกายทุจริต ๓ และวจีทุจริต ๔ ที่เนื่องด้วยการเลี้ยงชีพ เป็นการดำรงชีวิตด้วยความถูกต้อง เหมาะควร ปลอดปราศจากมลทิน ได้แก่ การเว้นจากมิถาอาชีวะ ประกอบสัมมาอาชีวะ การจัดอกุศลกรรมสามประการนี้ ทำให้บุคคลสามารถควบคุมกิเลสที่เป็นศัตรูของเรา ซึ่งบุคคลควรจะระลึกรู้ และพิจารณาเนืองๆ หากปราศจากศัตรู บุคคลนั้นจะปราศจากอันตราย

ผู้ที่งดเว้นจากทุจริตเหล่านี้ ย่อมหลีกเลี่ยงจากการเบียดเบียนผู้อื่น ทางกายและวาจา ในขณะที่เกิดความโลภอยากได้สิ่งใดสิ่งหนึ่ง คนทั่วไปมักต้องการเบียดเบียนผู้อื่น เพื่อให้สิ่งที่ต้องการ หรือในขณะที่คนมาเบียดเบียนกล่าวร้ายตน โดยเจตนาหรือไม่ก็ตาม ตามวิสัยปุณฺณมักเกิดความไม่พอใจ ประการนี้จะตอบได้ ในทางตรงกันข้าม การงดเว้นจากกายทุจริตและวจีทุจริตเหล่านี้ เป็นการสำรวมกายและวาจา เพื่อหลีกเลี่ยงจากการเบียดเบียนผู้อื่น

ผู้ปฏิบัติที่กำลังเจริญวิปัสสนาภาวนาอยู่ ได้งดเว้นจากการฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การประพฤติผิดในกามและการงดเว้นจากการพูดเท็จ เป็นต้น จึงจัดว่าประกอบด้วยสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ

อริยมรรคหมวดสมาธิ จำแนกเป็น (๔) สัมมาวายามะ (๕) สัมมาสติ (๖) สัมมาสมาธิ

(๔) สัมมาวายามะ หมายถึง ความเพียรจตจ่อสภาวะธรรมปัจจุบัน สัมมาวายามะนี้จะมีกำลังแรง ทำให้จิตจตจ่อไม่ซัดสายฟุ้งซ่านออกไป ได้แก่ ความเพียรระวังความชั่วไม่ให้เกิดขึ้น ความเพียรกำจัดความชั่วที่เกิดขึ้นแล้ว ความเพียรทำความดีให้เกิดขึ้น และความเพียรรักษาความดีไว้

(๕) สัมมาสติ เป็นการระลึกรู้เท่าทันสภาวะธรรม ๔ อันได้แก่ กองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรมอย่างต่อเนื่อง ชัดเจน โดยปราศจากสมมุติบัญญัติใดๆ

ดังข้อความในปทกชาณีย (คำอธิบายบท) ในมหาสติปัฏฐานสูตร กล่าวว่า “สัมมาสติ คือ การตามรู้ในกองรูปว่าเป็นกองรูปอยู่ ตามรู้ในเวทนาว่าเป็นเวทนาอยู่ ตามรู้ในจิตว่าเป็นจิตอยู่ ตามรู้ในสภาวะธรรมว่าเป็นสภาวะธรรมอยู่ มีความเพียรเพิกกิเลส มีปัญญาหยั่งเห็น มีสติข่มอกิขณา และโหม่นัสในโลกอยู่ มิใช่การรับรู้อารมณ์อื่น นอกจากอารมณ์ทั้ง ๔ นี้”^{๒๕}

(๖) สัมมาสมาธิ เป็นความตั้งมั่นไม่ซัดสายฟุ้งซ่านไปในอดีต หรืออนาคต มีความตั้งมั่นปราศจากนิรวณฺณรบกวนจิตใจให้เศร้าหมอง จัดเป็นขณิกสมาธิ คือ สมาธิชั่วขณะ ในระยะแรกของการปฏิบัติธรรม จิตของนักปฏิบัติมักถูกนิรวณฺณรบกวน ทำให้จิตไม่มีกำลังเหมือน คนติดหนี้ คนป่วยหนัก คนถูกจองจำ ทาส และคนเดินทางไกลผู้มีทรัพย์^{๒๖} เมื่อจิตหมดจดจากนิรวณฺณ สงบนิ่ง

^{๒๕}ที.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๕.

^{๒๖}ที.ส.(ไทย) ๙/๒๑๘-๒๒๒/๗๔-๗๕.

ด้วยอำนาจของสมาธิ จิตก็จะมีกำลังมากขึ้น และพัฒนาปัญญาไปตามลำดับวิปัสสนาญาณ เมื่อน้ำนิ่งบุปผาที่อยู่ในน้ำย่อมประจักษ์ชัดแก่บุคคลผู้มองเห็น

อริยมรรคหมวดปัญญา จำแนกเป็น (๗) สัมมาทิฐิ (๘) สัมมาสังกัปปะ

(๗) สัมมาทิฐิ ที่เข้าใจในกรรมและผลแห่งกรรม จัดเป็นความเห็นชอบขั้นพื้นฐาน เพื่อก่อให้เกิดความเพียรปฏิบัติ เพื่อความหลุดพ้นจากวัฏฏสงสาร พระผู้มีพระภาคทรงเน้นเรื่องของกรรม ในฐานสูตร^{๒๗} ดังนี้ เหล่าสัตว์มีกรรมเป็นสมบัติของตน มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นพวกพ้อง มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัยของตน เราทำกรรมอันใดที่ดีหรือชั่ว ย่อมได้รับผลของกรรมนั้น

เมื่อบุคคลมีสัมมาทิฐิที่เข้าใจกรรมและผลของกรรมเป็นพื้นฐานแล้วและเจริญวิปัสสนากรรมฐานจนได้บรรลุวิปัสสนาญาณชั้นต่างๆ โดยการหยั่งเห็นอริยสัจ๔ เห็นไตรลักษณ์หรือปัจจุสมุปบาท เป็นการหยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง ตามลำดับวิปัสสนาญาณ นักปฏิบัติย่อมบรรลุมรรคญาณที่สามารถละกิเลสได้โดยเด็ดขาด ผลญาณที่เกิดต่อจากมรรคญาณ และปัจเจกขณญาณที่พิจารณา มรรค ผล นิพพาน ที่ละกิเลสได้แล้วและกิเลสที่ยังคงเหลืออยู่ ทั้งหมดนี้เป็นสัมมาทิฐิเช่นกัน

(๘) สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริชอบ โดยองค์ธรรม ได้แก่ วิตกเจตสิก หมายถึง การยกจิตเข้าสู่สภาวะธรรมปัจจุบันได้อย่างแม่นยำ ดังในวิภังค์ของมหาสติปัฏฐานสูตร กล่าวว่า “ความดำริในการออกจากกาม ความดำริในการไม่มีความพยายาบาท และความดำริจากการไม่เบียดเบียนนี้ เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ”^{๒๘} เป็นการน้อมจิตสู่สภาวะธรรม เหมือนการเล็งเป้าในเวลายิงธนู”^{๒๙}

ธรรมที่กล่าวมาแล้วนี้ คือ มัชฌิมาปฏิปทา เป็นธรรมที่ตถาคตได้ตรัสรู้แล้ว อันเป็นปฏิปทา ก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน พระผู้มีพระภาคได้แสดงในมหาโควินทสูตร ถึงความสำคัญของอริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นพรหมจรรย์ที่เป็นไปเพื่อความเบื่อหน่ายโดยส่วนเดียว เพื่อความคลายกำหนัด เพื่อความดับ เพื่อความสงบระงับ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อการตรัสรู้ และเพื่อนิพพาน^{๓๐} พระผู้มีพระภาคได้สรุปธรรมทั้งหลายที่ได้กล่าวมาแล้วว่ามีความสัมพันธ์และมีความเกี่ยวเนื่องกัน^{๓๑} ดังนี้

...ทิฐิของบุคคลผู้มีธรรมอย่างนั้น ย่อมเป็นสัมมาทิฐิ ความดำริของบุคคล ผู้มีธรรมอย่างนั้นย่อมเป็นสัมมาสังกัปปะ ความพยายามของบุคคล ผู้มีธรรมย่อมเป็นมรรคในข้อสัมมาวายามะ ความมีสติของบุคคล ผู้มีธรรมอย่างนี้ย่อมเป็นสัมมาสติ สมาธิของบุคคลผู้มีธรรมอย่างนั้นย่อมเป็นสมาสมาธิ ส่วนกายกรรม วจีกรรมและอาชีวะของเขาจัดว่า บริสุทธีเบื้องต้นทีเดียว

^{๒๗} อย.ปญจก.(ไทย) ๒๒/๕๗/๙๙-๑๐๐.

^{๒๘} ที.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๕.

^{๒๙} พระคันธสราภิกวรงค์ (ธรรมาจารย์ อภิวิงษะ), โพธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๔, กรุงเทพมหานคร : บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๑๕๔-๑๗๕.

^{๓๐} ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๒๙/๒๕๗-๒๕๘.

^{๓๑} ม.อุ.(ไทย) ๑๔/๔๓๑/๔๘๙.

สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะและสัมมาอาชีวะ ผู้ปฏิบัติได้สมาทานศีลแล้ว ก่อนลงมือปฏิบัติ เมื่อเป็นเช่นนี้ อริยมรรคมีองค์ ๘ ของเขาย่อมถึงความเจริญเต็มที่...

ดังนั้น ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา^{๓๒}นี้ จึงเป็นอริยสัจที่ควรเจริญ

สรุป อริยสัจ ๔ หมายถึง ความจริงของชีวิต ตั้งแต่เกิดขึ้นมาจนกระทั่งสิ้นชีวิต ความทุกข์เกิดเพราะมีอวิชชาเป็นปัจจัย ทุกข์ดับเพราะการสํารอกอวิชชาให้ดับไปไม่มีส่วนเหลือ

ที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในอริยสัจ ๔ ย่อมได้รับประโยชน์^{๓๒} ดังนี้ (๑) ทำให้หยุดท่องเที่ยวในวัฏฏสงสาร ถ้ารู้แจ้งแทงตลอดโดยสมบูรณ์เป็นพระอรหันต์ (๒) ทำให้ไม่ประสบกับภาวะที่น่าปรารถนา ได้แก่ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย และโศก ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาส (๓) ผู้ที่รู้อริยสัจตั้งแต่พระโสดาบันขึ้นไป เป็นผู้แน่นอนแล้ว จะไปเกิดในสุคติภูมิและไปสู่กระแสพระนิพพาน (๔) ทำให้เป็นผู้ไม่หลงสร้างทุกข์ ความเร่าร้อนให้ตนเอง (๕) เป็นผู้ที่มีหลักในตนเอง มีความรู้ที่มั่นคง ไม่หลงเชื่อผู้อื่น (๖) เป็นผู้ทำที่สุดแห่งทุกข์ได้

พระพุทธรูปทรงจำแนกอริยสัจออกเป็น ๔ ประการ คือ

(๑) ทุกขอริยสัจ คือ การรู้จักมองความทุกข์ในตน ตามความเป็นจริงและกำหนดรู้ในทุกข์นั้น

(๒) ทุกขสมุทยอริยสัจ คือ อวิชชาและตัณหาซึ่งเป็นต้นเหตุแห่งทุกข์ ทำให้ต้องไปเวียนเกิดเวียนตายอย่างไม่มีสิ้นสุด จึงควรละทุกข์นั้นเสีย

(๓) ทุกขนิโรธอริยสัจ คือ พระนิพพาน ซึ่งเป็นสภาวะดับทุกข์และเหตุให้เกิดทุกข์นั้น จึงควรกระทำให้แจ้ง

(๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ ต้องฝึกฝนให้เกิดขึ้น เป็นทางดำเนินของจิต นำพาให้จิตพ้นจากความทุกข์ บรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน

อริยสัจ ๔ เป็นหัวใจสำคัญของพระพุทธศาสนาเถรวาท และมีความสำคัญในฐานะเป็นผลของการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติธรรมทั้งปวงในพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ การปฏิบัติธรรมเพื่อความรู้แจ้งในอริยสัจ ๔^{๓๓} ดังนั้น อริยสัจ ๔ จึงเป็น

(๑) ศูนย์กลางแห่งหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนาและเป็นที่รวมแห่งกุศลธรรมทั้งปวง

(๒) เป็นธรรมแห่งการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าและพระอริยสาวกทั้งหลาย

(๓) เป็นธรรมอันบุคคลทั่วไปรู้ได้ยาก

(๔) ผู้ยังไม่บรรลุอริยสัจ ๔ บุคคลนั้นย่อมตกอยู่ใน อำนาจแห่งความทุกข์ของ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย และเป็นเหตุให้ ทุกชีวิตทั้งหลายยังเที่ยวเร่ร่อนไปในสังสารวัฏอันหาที่สุดไม่ได้

^{๓๒} สุภีร์ ทุมทอง, อริยสัจ ๔, (กรุงเทพมหานคร : หจก.ภาพพิมพ์, ๒๕๕๗) หน้า ๑๖๐-๑๗๑.

^{๓๓} เตือน คำดี, ศาสนศาสตร์, หน้า ๑๓๖.

เมื่อครั้งที่พระพุทธองค์ ยังทรงเป็นเจ้าชายสิทธัตถะ เสวยสุขอยู่ในพระราชวังได้ทรงพิจารณาเห็นโทษภัยของความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ดังทรงแสดงในโคตมสูตร^{๓๔} ความว่า “เมื่อพระพุทธองค์ยังเป็นพระโอรสตัวยู่ ยังไม่ได้ตรัสรู้ ทรงพิจารณาเห็นว่า โลกนี้มีแต่ความทุกข์ จากความเกิด ความแก่และความตาย เมื่อบุคคลไม่รู้วิธีหลุดพ้นจากภัยนี้”

ในมหาสังจกสูตร^{๓๕} กล่าวว่า “การครองเรือนอยู่เป็นเหตุให้ไม่มีเวลาที่จะประพฤติกุศลกรรม แต่เป็นเหตุทำให้เกิดกิเลส มีจิต ใจที่เศร้าหมอง เช่น ราคะ เป็นต้น ดังนั้น การอยู่ครองเรือนไม่ใช่เรื่องง่ายที่จะประพฤติปฏิบัติตน เพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาได้ดี เท่ากับการบวชเป็นบรรพชิต” ดังนั้น พระโอรสตัวยุจึงมีความดำริว่า พระองค์จำเป็นต้องออกบวชเป็นภิกษุ เพื่อแสวงหาความหลุดพ้นจากภัยของความเกิด ความแก่และความตาย และมีแสดงในพระสูตรเดียวกันดังนี้

...พระโอรสตัวยุจึงได้ออกบวชครองเพศเป็นบรรพชิต ได้เข้าไปศึกษาและปฏิบัติตนในสำนักปฏิบัติที่มีชื่อเสียงมากในสมัยนั้น คือ สำนักของอาฬารดาบส กาลามโคตรและสำนักของอุททกดาบส รามบุตร เมื่อพระโอรสตัวยุได้ปฏิบัติตามวิธีการของทั้งสองสำนักแล้วพบว่า วิธีการของ ทั้งสองสำนักนั้น ไม่สามารถพบที่สุดของการสิ้นแห่งทุกข์ได้ พระโอรสตัวยุจึงได้เปลี่ยนวิธีการบำเพ็ญเพียรใหม่ตามวิธีการที่นิยมมากที่สุด ในขณะนั้น คือ วิธีการของอัสตกลมณานุโยค (การบำเพ็ญเพียร ที่ประกอบด้วยการทำตนให้ลำบากด้วยวิธีการต่างๆ เช่น การอดอาหารอย่างยั้งยวด การกลั่นลมหายใจ เป็นต้น) พระโอรสตัวยุทรงใช้เวลา ๖ ปี แต่ไม่สามารถค้นพบที่สุดแห่งการสิ้นทุกข์ได้...

ดังที่พระพุทธองค์ทรงอธิบายแก่ปัญจวัคคีย์ใน ปัญจวัคคีย์กถา^{๓๖} ความว่า

...การบำเพ็ญเพียร ๒ วิธี ประกอบด้วย กามสุขัลลิกานุโยค คือ การหมกมุ่นในกามสุขทั้งหลาย และอัสตกลมณานุโยค คือ การให้ตนมีความลำบากเดือดร้อน ทั้งสองวิธีการนี้ผู้ต้องการบรรลุเป้าหมายสูงสุดไม่ควรทำ เพราะเป็นวิธีการที่ไม่สามารถ ทำให้พ้นจากความสิ้นทุกข์ได้ ส่วนวิธีมัชฌิมาปฏิปทา เป็นวิธีที่สามารถทำให้เกิดปัญญาญาณ เกิดความสงบระงับจากกองกิเลส เป็นทางแห่งการตรัสรู้ และบรรลุถึงเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน...

พระพุทธองค์เป็นผู้ทรงค้นพบ วิธีการเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา ด้วยพระองค์เอง ดังมีแสดงไว้ในโคตมสูตร^{๓๗} ดังนี้ “เพราะการมนสิการโดยแยบคายแล้ว จึงรู้แจ้งในปฏิจจนุปบาทด้วยปัญญาว่า เพราะมีอวิชชาและอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารทั้งหลายจึงมี ฯลฯ เพราะอวิชชาดับ สังขารทั้งหลายจึงดับ ฯลฯ ด้วยเหตุนี้จึงสามารถ ถึงความดับแห่งกองทุกข์ทั้งหมดนี้ได้สำเร็จ”

^{๓๔} ส.น. (ไทย) ๑๖/๑๐/๑๕-๑๖.

^{๓๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๗๑/๔๐๕-๔๐๗.

^{๓๖} วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๓/๒๐.

^{๓๗} ส.น. (ไทย) ๑๖/๑๐/๑๕-๑๖.

ความจริงสูงสุดที่พระผู้มีพระภาคได้เข้าไปรู้แจ้งอะไร ทรงแสดงในมหาปริณิพพานสูตร^{๓๘} ดังนี้ “เพราะปุณณทัฬหะไม่รู้แจ้งแห่งตลอด เรื่องของทุกขในอริยสัจ ๔ เขาทั้งหลายจึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาลอย่างนี้” ด้วยเหตุนี้ คำสั่งสอนของพระพุทธองค์ จึงเป็นเรื่องของการปฏิบัติตนด้วยการใช้ทางสายกลางหรือมัชฌิมาปฏิปทา เป็นคำสอนที่หลีกเลี่ยง การกระทำที่สุดโต่งทั้งสองประการ คือ การตามใจตัวเองในทางโลก และการเอาชนะตนเองโดยการทรมานร่างกาย ทั้งสองวิธีการนี้ พระพุทธองค์ได้เคยทดลองปฏิบัติด้วยพระองค์เอง อย่างยอมเอาชีวิตของพระองค์เข้าแลกมาแล้ว พบว่าไม่สามารถเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดคือพระนิพพานได้ จึงทรงเปลี่ยนมาการพัฒนาทางสติปัญญาและจิตด้วยพุทธวิธีของมัชฌิมาปฏิปทา คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นเหตุให้พระพุทธองค์ทรงบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพานได้

พระพุทธศาสนาเถรวาทมีแนวคิดเรื่อง การพัฒนาตน เพื่อการเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของชีวิตมนุษย์ แบ่งออกเป็น ๒ เป้าหมาย คือ (๑) ระดับโลกียะ และ (๒) ระดับโลกุตระ

(๑) เป้าหมายระดับโลกียะ คือ เป้าหมายที่ต้องทำให้เกิดความสำเร็จ แต่ละช่วงชีวิตเมื่อทำงานนั้นได้สำเร็จสมตามความปรารถนาแล้ว อาจจะรู้สึกอิ่มใจหรือเฉยๆ แต่ก็จะมีความปรารถนาอย่างอื่นเกิดขึ้นอีกเรื่อยไปไม่มีที่สิ้นสุด

สิ่งที่บุคคลส่วนมาก มักปรารถนาเรื่องที่เกี่ยวข้องกับวัตถุหรือสิ่งนอกตัว ได้แก่ ทรัพย์สินเงินทอง บ้านเรือนและยังปรารถนาสิ่งที่ได้รับการยกย่อง สรรเสริญ อันเป็นธรรมชาติครอบงำสัตว์โลกให้เป็นไปตามโลกธรรม ๘^{๓๙} ผู้ที่มีปัญญาย่อมมองเห็นสิ่งเหล่านั้นเป็นสิ่งที่ไร้สาระ ไม่มีแก่นสาร ไม่สามารถทนถาวรที่ตนสามารถยึดถือได้ตลอดไป แต่มนุษย์ในปัจจุบันส่วนใหญ่ ยังคงตกอยู่ในความครอบงำของโลกธรรม ๘ อยู่นั่นเอง

พระพุทธศาสนาเถรวาท มีได้สอนให้พุทธศาสนิกชนตระหนักอยู่เสมอแต่ในเรื่อง การเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดเท่านั้น เพราะการแสวงหาปัจจัย ๔^{๔๐} ก็เป็นสิ่งที่สำคัญและจำเป็นต่อชีวิตของมนุษย์ในเบื้องต้น เพื่อการดำรงตนอยู่ อย่างสะดวกสบายตามอัตภาพ แต่มิใช่แสวงหาเครื่องอำนวยความสะดวกมากเกินไปจนความจำเป็นของชีวิต เพราะจะทำให้เสียเวลา ในการพัฒนาตนให้เข้าถึงขั้นเพิ่มพูนความรู้ คุณธรรมที่ประณีตและยังยืนยงขึ้น

การพิจารณาหาเหตุผลจนเข้าใจ ลักษณะของงานที่ตนต้องทำอย่างชัดเจน บุคคลนั้นย่อมเข้าใจถึงประเด็นสำคัญของงาน จะสามารถสนองตอบความต้องการ ตามวัตถุประสงค์ขององค์กรที่ตนสังกัด และบรรลุเป้าหมายชีวิตของตนเองได้ เรื่องนี้พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดงแก่ พระเจ้า-

^{๓๘} ติ.ม.(ไทย) ๑๐/๑๕๕/๙๙.

^{๓๙} **โลกธรรม** คือ ธรรมที่ครอบงำสัตว์โลก ทำให้สัตว์โลกเป็นไปตามนั้น มี ๘ อย่าง คือ มีลาภ เสื่อมลาภ มียศ เสื่อมยศ นินทา สรรเสริญ สุข ทุกข์; พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท อาร์ เอส พรินติ้ง แมสโปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๓๕๒.

^{๔๐} คำว่า **ปัจจัย ๔** หมายถึง สิ่งจำเป็นในชีวิตมี ๔ อย่าง คือ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัยและยารักษาโรค, พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๒๒๘-๒๒๙.

พิมพ์สารและกัมภิลอก ในกัมภิลอกสูตร^{๔๑} ความว่า “ยศ คือ ความเป็นใหญ่ ความมีโภคสมบัติ ความนับถือ ความมีเกียรติและการสรรเสริญ ย่อมเจริญแก่บุคคลที่ขยันหมั่นเพียร มีสติ มีการทำงานที่สะอาด รู้จักใคร่ครวญก่อนทำ มีความสำรวม รู้จักดำรงชีวิตโดยธรรม และไม่ประมาท”

เมื่อวางรากฐานของชีวิตได้ด้วยดีแล้ว พระพุทธองค์ทรงสอนให้พุทธศาสนิกชน กระทำความดียิ่งขึ้นไป ซึ่งเป็นการทำความดีที่มีใช้เพื่อความสุขสบายในชาติปัจจุบันเท่านั้น เพราะเราจะต้องเวียนเกิดเวียนตายใน ๓๑ ภพภูมิ^{๔๒} แม้ว่า เขาจะยังไม่สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดในชาตินี้ได้ ก็สมควรสั่งสมบุญไว้เป็นเสบียงติดตัวในชาติภพต่อไป

(๒) เป้าหมายระดับโลกุตระ หมายถึง เป้าหมายสูงสุดตามแนวคิดของพระพุทธศาสนาเถรวาท เพราะพุทธศาสนาเถรวาทถือว่ามนุษย์ทุกคนมีศักยภาพเท่าเทียมกัน ในการบรรลุเป้าหมายสูงสุดนี้ ถ้าเขาเหล่านั้นสามารถปฏิบัติตามแนวทางที่ พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงวิธีการไว้แล้ว

พระพุทธศาสนาเถรวาท ได้แสดงในหลายพระสูตรถึง ประวัติของบุคคลผู้บรรลุเป้าหมายสูงสุด ซึ่งเขาอาจจะเป็นเด็ก คนชรา บุรุษ หรือสตรี เช่น นางวิสาขา พระสิวลี เป็นต้น ท่านเหล่านั้นสามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดเมื่ออายุเพียง ๗ ขวบ แต่บางท่านก็บรรลุเป้าหมายสูงสุด แม้เข้าสู่วัยชรา เช่น พระราธะ พระโสณภิกษุณี เป็นต้น บางท่านเป็นถึงพระมหากษัตริย์ เมื่อมาบวชก็สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดได้ เช่น พระภัททิยะเถระ เป็นต้น บางท่านเคยฆ่าคนตาย ก็สามารถบรรลุธรรมสูงสุดได้ เช่น พระองคุลิมาล พระภัททาภุมมทลเกลสิเถรี เป็นต้น

๒.๑.๑ ความหมายของคำว่าเป้าหมายสูงสุด

เป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง เป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง วิธีการปฏิบัติเพื่อการกำหนดรู้ ในธรรมชาติของรูปนาม ชั้น ๕ ในความไม่เที่ยงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนไปตลอดเวลา ไม่สามารถเข้าไปยึดถือให้เป็นไปตามที่ตนปรารถนาได้ตลอดไป

การหลุดพ้นหรือนิพพานเป็นเรื่องที่ต้องปฏิบัติด้วยตนเอง ตามหลักแห่งมหาสติปัฏฐาน ๔ และหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิและปัญญา เมื่อปฏิบัติแล้ว จะสามารถบรรลุความรู้แจ้งและหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ซึ่งการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดนี้ เน้นถึงความบริสุทธิ์ของตนเอง ๓ ประการ คือ การละความชั่วทั้งปวง การทำความดี และการทำจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใส

นิพพาน คือ เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา หลักธรรมคำสั่งสอนทั้งหลายในพระพุทธศาสนา เป็นไปเพื่อขัดเกลาความประพฤติ การปฏิบัติธรรมทั้งหมด เป็นไปเพื่อหนทางไปสู่พระนิพพาน พระผู้มีพระภาคทรงแสดงเรื่อง “นิพพาน” แก่พระราธะในราชสังยุตต์ความว่า “พรหมจรรย์คือการประพฤติอันประเสริฐ ที่ประพฤติอยู่นี้ย่อมหยั่งลงสู่นิพพานเป็นเบื้องหน้า และมีนิพพานเป็นที่สุด”^{๔๒}

^{๔๑}พ.ธ.(ไทย) ๒๕/๒๔/๓๒.

^{๔๒}ส.บ.(ไทย) ๑๗/๑๖๐/๒๕๔.

นิพพานเป็นภาวะที่สงบจากรูปนามขันธ^{๔๓} เป็นธรรมชาติที่พ้นจากตัณหาอย่างเด็ดขาด^{๔๔} เป็นธรรมที่พ้นจากการปรุงแต่งทั้งปวง จึงได้ชื่อว่าเป็นอสังขตธรรม^{๔๕} ดังมีวจนะนี้ตเถว่า “ตณฺหา วานโต นิกฺขนฺตํ นิพพานํ”^{๔๖} ธรรมชาติใดที่พ้นจากตัณหาชื่อว่า “วานะ” อันเป็นเครื่องร้อยรัดภพ น้อยภพใหญ่ที่ติดต่อกันอย่างเด็ดขาด ธรรมชาตินั้นชื่อว่า “นิพพาน”

พระธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะได้อธิบายคำว่า “นิพพาน” ในหนังสือปรมัตถโชติกะ^{๔๖} ดังนี้ คำว่า “นิพพาน” มาจากคำว่า “นิวาน” สามารถแยกคำได้เป็น ๒ ส่วน คือ นิ + วาน คำว่า “นิ” แปลว่า พ้น ส่วนคำว่า “วาน” แปลว่า ธรรมที่เป็นเครื่องเกี่ยวโยงไว้ หมายถึง ตัณหา เมื่อรวมกันแล้วคำว่า “นิพพาน” จึงแปลว่า ธรรมชาติที่พ้นจากตัณหา

เรื่องนี้พระพุทธร่องค์ทรงมีความดำริว่า “ภาวะนิพพาน” ที่พระพุทธร่องค์ทรงตรัสรู้นั้น เป็นธรรมที่เห็นได้ยาก หยั่งรู้ตามได้ยากสำหรับบุคคลนั้นยังไม่สามารถเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ดังแสดงใน พรหมยาจนกถา^{๔๗} ความดังนี้

...ธรรมที่พระพุทธร่องค์บรรลุแล้วนี้ เป็นเรื่องลึกซึ้ง เห็นได้ยาก รู้ตามได้ยาก สงบ ประณีต ไม่ เป็นวิสัยแห่งตรรกะ ละเอียดย ผู้ที่ตรัสรู้เท่านั้นจึงจะรู้ได้ ส่วนบุคคลใดยินดีและเพลิดเพลินในกาม-คุณ ๕ สามารถเข้าใจในหลักปฏิจสมุปบาทได้ยาก เพราะเป็นสภาวะของความสงบแห่งสังขารทั้ง ปวง เป็นความสลัดอุปธิหรือรูปนามขันธ^{๔๘}ทั้งปวงและความสิ้นแห่งตัณหา วิราคะ นิโรธ และ นิพพาน...

พระพุทธร่องค์ทรงสอนว่า การที่เราจะพัฒนาไปสู่เป้าหมายสูงสุดได้ จะต้องทำความรู้จัก และเรียนรู้เรื่องทุกขในชีวิต พระพุทธร่องค์ศาสนามีวิธีดับทุกข์ ด้วยหนทางแห่งอริยสัจ ๔ เพื่อให้เป็นคนที่ คิดดี พูดดี ทำดี มีจิตที่เป็นสมาธิ เพื่อทำประโยชน์ให้แก่ตนเอง ครอบครัวและสังคม และที่สุด คือ การเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดแห่งตนได้ พระพุทธร่องค์ศาสนาเถรวาทเชื่อว่า มนุษย์ทุกรูปทุกนามมีศักยภาพ ในการพัฒนาด้านให้บรรลุเป้าหมายสูงสุดได้เท่าเทียมกัน ด้วยการประพฤติปฏิบัติด้วยตนเองตาม พุทธวิธีที่ละขั้นตอน จะสามารถเรียนรู้ความจริง และเห็นความเป็นจริงได้ด้วยตนเอง ดังแสดงไว้ใน มหาสารโปมสูตรและจุฬสารโปมสูตร^{๔๘} ดังนี้ “เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธร่องค์ศาสนา ไม่ใช่มีเพื่อให้ผู้ บรรลุเป้าหมายสูงสุด ได้รับลาภสักการะและความสรรเสริญแต่เป็นความสมบูรณ์แห่งศีล มีความถึง

^{๔๓}ดูรายละเอียดใน ขุ.ป.อ.(บาลี) ๒/๖๒/๙๖.

^{๔๔}ขุ.ป.อ.(บาลี) ๑/๕๐๓/๓๓๘.

^{๔๕}ขุ.ม.อ.(บาลี) ๗๙.

^{๔๖}พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ (ปริเฉทที่ ๑-๒-๖), (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิ สัทธัมมโชติกะ, ๒๕๕๓), หน้า ๑๔๔-๑๔๕.

^{๔๗}วิ.ม.(ไทย) ๔/๗/๑๑.

^{๔๘}ดูรายละเอียดใน ม.ม.ุ(ไทย) ๑๒/๓๐๗-๓๒๔/๓๔๐-๓๕๖.

พร้อมแห่งสมาธิหรือการมีญาณทัศนะตามที่มุ่งหมาย ทำให้มีจิตที่หลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวง คือ การมีจิตเป็นเจโตวิมุตติ^{๔๙} หรือพระนิพพาน”

ดังนั้น พระนิพพานจึงเป็นเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาเถรวาท หลักธรรมคำสั่งสอนทั้งหลาย เป็นไปเพื่อขัดเกลาความประพฤติทั้งหมด เป็นไปเพื่อหนทางสู่พระนิพพาน พระผู้มีพระภาคทรงแสดงเรื่อง “นิพพาน” แก่พระราชนิพพานในราชสังยุต^{๕๐} ความตอนหนึ่งว่า “การประพฤติดันประเสริฐ ย่อมเข้าถึงพระนิพพานเป็นที่สุด”

พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะได้อธิบายถึง คุณลักษณะและแสดงความหมายของคำว่า พระนิพพานในหนังสือปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖^{๕๑} คือ ภาวะธรรมชนิดหนึ่งที่สามารถเข้าถึงได้ มีอยู่โดยเฉพาะไม่เกี่ยวข้องด้วยสังขตธรรม^{๕๒} ไม่มีความตายและความพ้นไปจากขันธ ๕ ที่ไม่ถูกปรุงแต่งด้วยปัจจัย ๔ เป็นธรรมที่ประเสริฐสูงสุด และเป็นธรรมชาติที่พ้นจากตัณหา

สรุป ความหมายของพระนิพพาน คือ เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง การมีชีวิตที่ปราศจากกิเลส อวิชชา ตัณหา อุปาทาน การละเว้นจากความชั่วทั้งปวง ประกอบแต่ความดี และการชำระจิตให้สะอาด สว่าง สงบ เมื่อชีวิตสิ้นสุด กระแสชีวิตก็สิ้นสุดลงด้วย คือ ไม่เกิด แก่ เจ็บและตายอีกต่อไป

๒.๑.๒ ความสำคัญของเป้าหมายสูงสุด

นิพพานเป็นเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นเรื่องที่สำคัญที่สุดของพุทธศาสนิกชนทุก ๆ คน สมควรที่จะฝึกตามที่พระพุทธองค์ทรงประกาศ เรื่องนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงในเอรอกปิตตนาคราชาวัตถุ^{๕๓} ถึงสิ่งที่เกิดขึ้นยากมากในโลกมี ๔ อย่าง คือ ๑) การเกิดมาเป็นมนุษย์ ๒) การดำรงชีวิตของสัตว์เหล่านั้น ๓) การได้มีโอกาสฟังพระสัทธรรมของพระพุทธเจ้า ๔) การอุบัติเกิดขึ้นของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ดังต่อไปนี้

๑) การเกิดมาเป็นมนุษย์ พระพุทธองค์ทรงแสดงในหุติยฉิคคยุคสูตร ถึงโอกาสที่จะได้มาเกิดเป็นมนุษย์ เปรียบเหมือนกับบุรุษนำแอกที่มีรูเดียว โยนลงไปในมหาสมุทร แอคนั้นถูกลมพัดไปมาทุกทิศทุกทาง มีเต้าตาบอดตัวหนึ่ง ๑๐๐ ปี จึงจะโผล่หัวออกมาจากกระดองหนึ่งครั้ง

^{๔๙}เจโตวิมุตติ หมายถึง ความหลุดพ้นแห่งจิตจากราคะ ด้วยกำลังสมาธิ; พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ, ๒๕๕๐), หน้า ๗๔.

^{๕๐}ส.ข.(ไทย) ๑๗/๑๖๐/๒๕๔.

^{๕๑}พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖ (จิต เจตสิก รูป นิพพาน), หน้า ๑๔๔-๑๔๕.

^{๕๒}คำว่า สังขตธรรม หมายถึง ธรรมที่ถูกปัจจัยปรุงแต่งขึ้นตรงกับสังขารในคำว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง; พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๔๑๐-๔๑๑.

^{๕๓}ข.ข.(ไทย) ๒๕/๑๘๒/๙๐.

โอกาสที่แอกนั้นจะลอยมาสวมหัวเต้าให้พอดีนั้น เป็นไปได้ยากมากเช่นใด โอกาสที่ได้มาเกิดมาเป็นมนุษย์ก็เช่นเดียวกัน^{๕๔}

๒) การดำรงชีวิตของหมู่สัตว์เป็นเรื่องยาก ทั้งนี้เพราะบางคนมีอายุสั้น มีอายุยืน โรคมากหรือมีโรคน้อย มีผิวพรรณทรามหรือมีผิวพรรณงาม มีอำนาจมากหรือมีอำนาจน้อย ทั้งนี้เพราะสัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม เรื่องนี้พระพุทธองค์แสดงในจุฬามณีวาทสูตร^{๕๕}

๓) โอกาสได้รับฟังพระสัทธรรมของพระพุทธองค์ ผู้ทรงเป็นพระสยัมภูได้ตรัสรู้สัจจะ ในธรรมที่ไม่มีมาก่อนได้ด้วยตนเอง สามารถทรงบรรลุความเป็นพระสัพพัญญูในสัจจะนั้น และเป็นผู้ชำนาญในพละญาณทั้งหลาย^{๕๖} พระสัทธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ค้นพบนั้น แม้พระพุทธองค์เกิดขึ้นหรือไม่ก็ตาม สิ่งนั้นยังคงตั้งอยู่ตามธรรมดา เป็นไปตามธรรมดา และยังคงตั้งอยู่อย่างนั้น เมื่อพระพุทธองค์ทรงตรัสรู้แล้ว จึงนำสิ่งนั้นมาบอก อธิบายให้ง่ายและทรงชักชวนให้ “ท่านทั้งหลายจงมาดูเถิด”^{๕๗} แต่พระสัทธรรมที่ พระพุทธองค์ทรงตรัสรู้นั้น เป็นเรื่องที่ละเอียดลึกซึ้ง ยากที่บุคคลธรรมดาจะสามารถเข้าใจได้ง่ายๆ

๔) การอุบัติเกิดขึ้นของพระพุทธเจ้าทั้งหลายเป็นเรื่องยาก เพราะจะต้องบำเพ็ญบารมีด้วยความเพียรอย่างยิ่งใหญ่ จึงจะสำเร็จได้ และต้องใช้เวลาหลายพันโกฏิกัป จึงจะเสด็จอุบัติขึ้นได้^{๕๘}

เมื่อพระพุทธองค์ได้ตรัสรู้แล้ว จึงทรงประกาศพระองค์ว่า “พระพุทธองค์ทรงเป็นพระสยัมภู ไม่มีครูบาอาจารย์ ได้ตรัสรู้สัจจธรรมในธรรม ที่ไม่มีใครเคยได้ยินมาก่อนด้วยพระองค์เอง พระพุทธองค์ทรงบรรลุความเป็น พระสัพพัญญูในสัจจธรรมนั่นเอง และถึงความเป็นผู้ทรงชำนาญในพละญาณทั้งหลาย”^{๕๙}

สิ่งที่พระพุทธองค์ทรงแสดงข้างต้น เพื่อให้พุทธศาสนิกชนเกิดความสลดใจ ในความจริงว่า นอกจากความยากที่จะเกิดขึ้น ๔ ประการข้างต้นแล้ว ชีวิตของมนุษย์น้อยนัก มีอายุอย่างมากเพียง ๑๐๐ ปี^{๖๐} เมื่อเปรียบเทียบกับอายุกับเทวดาในสวรรค์ชั้นต่างๆ เช่น เวลาของสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ เวลารวันหนึ่งกับคืนหนึ่งเท่ากับเวลาในมนุษย์โลก ๑๐๐ ปี เป็นต้น ดังแสดงในธัมมปทัฏฐกถาเรื่องนางปติปิชิตา^{๖๑} ดังนี้

...นางปติปิชิตาเคยเกิดเป็นนางเทพธิดา อยู่ในสำนักของมัลลาคารีเทพบุตร ต่อมานางเทพธิดาได้จุติจากสวรรค์ มาเกิดเป็นมนุษย์ เมื่ออายุ ๑๖ ปีได้แต่งงานและมีบุตรหลายคน ทุกครั้งเมื่อนางทำกุศลถวายทาน ทำการบูชา ฟังธรรม รักษาสิกขาบท จะตั้งความปรารถนาไปเกิดใน

^{๕๔} ส.ม.(ไทย) ๑๙/๑๑๑๘/๖๓๑.

^{๕๕} ดูรายละเอียดใน ม.อ.(ไทย) ๑๔/๒๘๙-๒๙๗/๓๔๙-๓๕๗.

^{๕๖} ขุ.ป.(ไทย) ๓๑/๑๖๑-๑๖๒/๓๐๑-๓๐๒.

^{๕๗} ส.น.(ไทย) ๑๖/๒๐/๓๔.

^{๕๘} ขุ.ธ.อ.(ไทย) ๖/๙๓.

^{๕๙} ขุ.ป.(ไทย) ๓๑/๑๖๑-๑๖๒/๒๕๒-๒๕๓.

^{๖๐} ขุ.สุ.(ไทย) ๒๕/๘๑๑/๖๙๕.

^{๖๑} คณะกรรมการแผนกตำรา มหามกุฏราชวิทยาลัยในพระบรมราชูปถัมภ์, ธัมมปทัฏฐกถา, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (นครปฐม : โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๔๐-๔๕.

สำนักของสามี ต่อมา นางปติปฐิตาเกิดโรคลมปัจจุบัน นางจึงไปเกิดในสำนักของมัลลาคารี-
เทพบุตรตามเดิม เพื่อนนางเทพธิดาทักนางว่า เมื่อเข้านี้เธอหายไปไหนมา...

เรื่องนี้แสดงให้เห็นว่า นางเทพธิดापतिปฐิตาใช้เวลาเป็นมนุษย์เพียงไม่ถึงหนึ่งวัน เมื่อ
เทียบกับเวลาในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ สาเหตุที่พระพุทธรองค์ทรงแสดงเช่นนี้ เพื่อให้พุทธศาสนิกชน เมื่อ
ได้ฟังแล้วเกิดความสลดใจ รีบชวนชวายเป็นกุศลให้มากยิ่งขึ้น จนสามารถเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของ
พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระนิพพาน

เพราะเหตุผลดังกล่าวพระพุทธรูปองค์แสดงแล้วข้างต้น สามารถสรุป ความสำคัญของ
เป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท ดังนี้ เมื่อเราโชคดีที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ได้พบพระพุทธ-
ศาสนา และพระสัทธรรมของพระพุทธรูปองค์ยังคงมีอยู่ แม้ว่าพระพุทธรูปจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน
แล้วก็ตาม พุทธศาสนิกชนจึงไม่ควรประมาท เพราะสังสารวัฏนี้ มีเบื้องต้นและเบื้องปลายที่รู้ไม่ได้
สมควรจะบำเพ็ญเพียรให้ถึงความดับทุกข์ คือ พระนิพพาน ด้วยปัญญาอันชอบ^{๖๒}

พระพุทธรูปองค์ทรงแสดงถึง ความสำคัญของการปฏิบัติตน เพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดไว้
หลายแห่ง เช่น ในปุคคผลสูตร^{๖๓} พระพุทธรูปองค์ทรงแสดงถึง ภัยของการเวียนว่ายตายเกิดพร้อมกับ
แสดงให้เห็นว่า วิธีการทำให้ถึงความสิ้นทุกข์นั้นมิใช่อยู่ เพื่อให้พุทธสาวก ผู้ต้องการแสวงหาความสิ้นทุกข์
ไว้ดังนี้

...เพราะเหตุว่าวัฏสงสารนี้ เราไม่สามารถรู้เบื้องต้นและเบื้องปลายได้ ดังนั้น เราจึงสมควร
ปฏิบัติตนเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ต่อเมื่อบุคคลใดสามารถเห็นอริยสัจ ๔ และอริยมรรคมีองค์ ๘
เมื่อนั้น บุคคลนั้นจะเข้าถึงความดับทุกข์ด้วยปัญญา เขาสามารถบรรลุโสดาบันแล้ว เมื่อนั้น
บุคคลนั้นจะท่องเที่ยวไปอีกอย่างมากเพียง ๗ ชาติ เท่านั้น...

กฎแห่งกรรมเป็นการอธิบายถึง การเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารของมนุษย์ ตั้งแต่ขณะ
จิตแต่ละขณะจิต เหตุการณ์แต่ละเหตุการณ์ในชีวิต ตลอดจนภพชาติแต่ละภพชาติ ซึ่งมีลักษณะ
วนเวียนไปในสังสารวัฏ ที่มีการสืบต่อและต่อเนื่อง อย่างเป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกัน เรียกว่า
“ปฏิจจสมุปบาท” ซึ่งพระผู้มีพระภาคแสดงแก่พระอานนทีในมหานิทานสูตร^{๖๔} ได้กล่าวถึงสิ่งที่เป็น
ต้นเหตุใหญ่หรือปฏิจจสมุปบาท ดังนี้

...ปฏิจจสมุปบาทเริ่มจาก อวิชชาเป็นปัจจัยให้เกิดสังขาร สังขารเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ
วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป นามรูปเป็นปัจจัยให้เกิดสฬายตนะ สฬายตนะเป็นปัจจัยให้
เกิดผัสสะ ผัสสะเป็นปัจจัยให้เกิดเวทนา เวทนาเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน อุปาทานเป็นปัจจัยให้
เกิดภพ ภพเป็นปัจจัยให้เกิดชาติ และชาติเป็นปัจจัยให้เกิดชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ โทมนัส
และอุปายาส...

^{๖๒} ชุ.ม.(ไทย) ๒๙/๑๐/๕๑.

^{๖๓} ส.น.(ไทย) ๑๖/๑๓๒/๒๒๔.

^{๖๔} ที.ม.(ไทย) ๑๐/๙๕-๑๑๖/๕๗-๖๖, ๑๐/๓๗๒-๔๐๕/๓๐๑-๓๔๐.

๒.๑.๓ ผลของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด

พระพุทธองค์ทรงแสดงในภยัตถสูตร^{๖๕} ถึงผลประโยชน์ของการฝึกอบรมตน ให้บรรลุเป้าหมายสูงสุดของชีวิต ด้วยการที่ “บุคคลที่หมั่นฝึกฝนปฏิบัติ ตามวิธีของพระพุทธองค์ให้มาก ตั้งอยู่ในความไม่ประมาทในกุศลธรรมทั้งหลาย เขาจะได้รับประโยชน์ทั้งสองอย่าง คือ ประโยชน์ในโลกนี้ (ทิฐฐัมมิกัตถประโยชน์) และประโยชน์ในโลกหน้า (สัมปรายิกัตถประโยชน์)”

พระพุทธองค์ได้แสดงประโยชน์ของการฝึกอบรมตนทั้งสองนี้ ในทิมชาณสูตร^{๖๖} ดังนี้

๒.๑.๓.๑ ทิฐฐัมมิกัตถประโยชน์ คือ ความสุขในชาติปัจจุบัน เป็นประโยชน์สุขระดับสามัญ ที่สามารถมองเห็นได้ในชาตินี้ เป็นความปรารถนาของคนทั่วไปยังต้องการมี ทรัพย์ ยศ เกียรติ ไม้ตรี เป็นต้น เพื่อการดำรงตนให้อยู่ดีมีสุขบนพื้นฐานของสัมมาอาชีวะ ซึ่งผู้เป็นคฤหัสถ์อยู่ครองเรือน ควรมีธรรม ๔ ประการนี้ ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าแสดงเรื่องการประพฤติดนเพื่อเกื้อกูลสุขในชาตินี้ ดังนี้

๑) อุฏฐานสัมปทา คือ ความถึงพร้อมด้วยความขยันหมั่นเพียรในหน้าที่การงานนั้น ไม่เกียจคร้าน ประกอบด้วยปัญญาในการงานนั้น มีความสนใจ ศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอและมีสติทำงานด้วยความไม่ประมาท สามารถจัดการงานนั้นได้ดี

๒) อารักขสัมปทา คือ ความถึงพร้อมด้วย การรักษาทรัพย์ที่หามาได้จากความขยันหมั่นเพียรทำมาหากินโดยสุจริต

๓) กัลยาณมิตตตา คือ ความเป็นผู้มีเพื่อนที่ดีงาม เป็นบุคคลที่มีความน่าเชื่อถือ ถึงพร้อมด้วยการรักษาศีล เป็นผู้เว้นความชั่วที่เกิดทางกายและวาจา เป็นผู้รู้จักเอื้อเฟื้อรู้จักแบ่งปันและเป็นผู้ที่มีความฉลาด สุขุมรอบคอบ

๔) สมชีวิตา คือ ความเป็นอยู่ที่เหมาะสม รู้จักเลี้ยงชีวิตตามสมควรแก่กำลังที่หาทรัพย์ได้ เป็นบุคคลที่รู้จักทางเสื่อมแห่งทรัพย์คือ อบายมุข^{๖๗} และทางเจริญแห่งทรัพย์ ไม่ใช่จ่ายทรัพย์ฟุ่มเฟือย

๒.๑.๓.๒ สัมปรายิกัตถประโยชน์ คือ ความสุขในภพหน้าหรือภพต่อๆ ไป เป็นประโยชน์ชั้นสูงยิ่งๆ ขึ้นไป หมายถึง ความมีจิตใจเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมความดี ทำให้ชีวิตมีคุณค่า การเชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรมว่า ผลกรรมดีและกรรมชั่วมีจริง การพยายามกระทำตนให้มีศีลธรรมในชีวิตปัจจุบันเป็นหลักประกันว่า ชีวิตต่อไปในภพหน้า เขาจะได้เกิดในภพภูมิที่ดีและมีความสุข ซึ่งเป็นผลมาจากการปฏิบัติตนที่ถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนาในชาติปัจจุบัน

^{๖๕} จุ.อิตติ.(ไทย) ๒๕/๒๓/๓๖๘.

^{๖๖} อัง.อญฺญก.(ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๐-๓๔๔.

^{๖๗} **อบายมุข** หมายถึง (๑) การเป็นนักเลงหญิง (๒) การเป็นนักเลงสุรา (๓) การเป็นนักเลงการพนัน (๔) การเป็นผู้คบมิตรชั่ว มีสหายชั่ว มีเพื่อนชั่ว; อัง. อญฺญก.(ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๒.

ดังพระพุทธองค์ทรงแสดง เรื่องธรรม ๔ ประการ^{๖๘} ที่บุคคลกระทำแล้วเพื่อประโยชน์และความสุขในภพหน้า คือ

(๑) สัทธาสัมปทา คือ การถึงพร้อมด้วยความเชื่อในสัมมาทิฐิ เช่น มีความเชื่อในคุณของพระรัตนตรัย เชื่อในการตรัสรู้ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เชื่อในเรื่องของกรรม ผลของกรรม เชื่อว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เป็นต้น

(๒) สีลสัมปทา คือ การถึงพร้อมด้วยศีล ที่บริสุทธิ์ คือ รักษากาย วาจา ให้เรียบร้อย มีการรักษา เช่น ศีล ๕ และศีล ๘ เป็นต้น

(๓) จาคสัมปทา คือ การถึงพร้อมด้วยการสละทรัพย์ สิ่งของ เครื่องใช้ แก่ปฏิกาคหา (ผู้รับทาน) และการเสียสละความสุขส่วนตัว เข้าปฏิบัติธรรมเพื่อขจัดกิเลสในตน

(๔) ปัญญาสัมปทา คือ การถึงพร้อมด้วยปัญญา ความรู้ถึงเหตุแห่งความเสื่อมและความเจริญของชีวิต รู้จักบาปบุญคุณโทษ ประโยชน์มิใช่ประโยชน์ อันเป็นเหตุให้เข้าถึงธรรมที่เป็นไปเพื่อความสิ้นทุกข์ทั้งปวง คือ เป็นผู้ประกอบด้วยปัญญา เป็นเครื่องพิจารณา เห็นทั้งความเกิดและความดับ เป็นพระอริยบุคคลสามารถชำระกิเลส ให้ถึงความสิ้นทุกข์

๒.๑.๓.๓ ปรมัตถประโยชน์^{๖๙} คือ ความสุขขั้นสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา เป็นประโยชน์ที่มีความสำคัญยิ่งกว่า ประโยชน์ที่ทำเพื่อโลกนี้และเพื่อโลกหน้า ปรมัตถประโยชน์นี้ ในคัมภีร์มิได้แยกไว้ชัดเจน แต่ได้แสดงความหมายรวมอยู่ในปัญญาสัมปทา ดังแสดงแล้วในข้อ ๒.๑.๓.๑ ว่าทิวฐธัมมิกัตถประโยชน์เป็นการพัฒนาตน ให้เข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ที่สำคัญที่สุดในชีวิตของพุทธศาสนิกชนที่ทุกๆ คนมีความสามารถเท่าเทียมกัน ในด้านความสามารถการเข้าถึง เป้าหมายสูงสุดได้จัดเป็นความสุขที่เป็นนิรันดร์ ไม่ต้องกลับไปมีความทุกข์ เพราะเหตุแห่งการเกิด การแก่ การเจ็บ และการตายอีกต่อไป เป็นเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท ที่เรียกว่า “พระนิพพาน”

ดังนั้น หน้าที่ของพุทธศาสนิกชน สมควรจะปฏิบัติตนตามและดำรงตนอยู่อย่างถูกต้องเพื่อการถึงเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา ดังพระผู้มีพระภาคได้แสดงเรื่อง วิธีปฏิบัติเพื่อปรมัตถประโยชน์ คือ การเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด แก่พระสารีบุตรในกัณฐกสูตร^{๗๐} ดังต่อไปนี้

...การเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด หรือปรมัตถประโยชน์ ประกอบด้วย

- (๑) การประพฤตินเป็นผู้อ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่ ๔ ประเภท ประกอบด้วยปัญญาวุฒิ คุณวุฒิ ชาติวุฒิและวัยวุฒิ เป็นคนไม่ริษยา
- (๒) ผู้รู้จักเข้าไปหาครูทั้งหลายในเวลาที่เหมาะสมเพื่อฟังธรรมต่างๆ โดยความเคารพ
- (๓) มีความตั้งใจที่ปฏิบัติตามหลักของอรรธธรรม ศีลและการมีพรหมจรรย์
- (๔) ประพฤติตนอยู่ในกรอบของ สมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา ด้วยการพิจารณาในธรรมที่ปรากฏตรงหน้า

^{๖๘} อก.อญฺญก. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๓-๓๔๔.

^{๖๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๒๐๑-๒๐๔.

^{๗๐} ขุ.สุ.(ไทย) ๒๕/๓๒๗-๓๓๓/๕๗๕-๕๗๖.

- (๕) ผู้ปฏิบัติไม่ควรกล่าววาจาให้ร้ายในธรรมนั้น
- (๖) เป็นผู้มั่งคั่งมีทรัพย์ ปราศจากความมัวเมาในการละความสนุกสนานรื่นเริง
- (๗) ไม่ควรพูดแม้การกระชิบในเรื่องที่ก่อให้เกิดความรำไรำพัน
- (๘) มีความประพฤติที่มีความโกรธง่าย
- (๙) ประพฤติตนหลอกลวง เสแสร้งทำความดี
- (๑๐) มีความยินดีในลาภสักการะ
- (๑๑) มีความถือตัวชอบทำการชิงดีชิงเด่น
- (๑๒) มีความหยาบคาย
- (๑๓) ชอบหมกมุ่นในกิเลส
- (๑๔) มีประมาทในการบำเพ็ญเพียรอย่างต่อเนื่อง

ถ้าเขาไม่ประพฤติตนเช่นนี้ แม้เขาจะได้รับฟังพระสัทธรรมมากมายเพียงใด การปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดย่อมไม่พัฒนา ส่วนบุคคลใดหมั่นเจริญสมณภาวนา และวิปัสสนาภาวนา ปฏิบัติตามหลักคำสอนของพระพุทธองค์ เขาย่อมสามารถบรรลุปรมาตมประโยชน์ คือ เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาได้...

ผลของการฝึกตนตามวิธีการข้างต้น ผู้ปฏิบัติย่อมสามารถเข้าถึง ปรมาตมประโยชน์^{๗๑} คือ พระนิพพานเป็นการหลุดพ้นจากอาสวะกิเลสทั้งปวงจากจิต เรียกว่า วิมุตติ มี ๒ ทาง คือ

๑) เจโตวิมุตติ คือ การหลุดพ้นไปแห่งจิตจากราคะ ด้วยกำลังของสมณภาวนาและวิปัสสนาภาวนา เริ่มจากการปฏิบัติสมณกรรมฐานจนได้ฌานแล้ว ยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาพิจารณาต่อด้วยปัญญาจนเข้าถึงพระไตรลักษณ์เห็น ฌานเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา จิตหลุดพ้นจากอาสวะทั้งปวงเข้าถึงมรรค ผล นิพพานในที่สุด

๒) ปัญญาวิมุตติ คือ การหลุดพ้นแห่งจิต ด้วยการอบรมปัญญาให้แตกกล้า โดยวิปัสสนากรรมฐานอย่างเดียว วิธีนี้เริ่มจากการสนใจฝึกศึกษาให้เข้าใจถึงอารมณ์แห่งวิปัสสนาภูมิ ๖ ประการ คือ (๑) ขั้นธ ๕ (๒) อายตนะ ๑๒ (๓) ธาตุ ๑๘, (๔) อินทรีย์ ๒๒ (๕) ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ และ(๖) อริยสัจ ๔ ด้วยการพิจารณาโดยความเป็นรูปและนามเป็นอารมณ์กรรมฐาน

ส่วนความสุขใน ทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์ และสัมปรายิกัตถประโยชน์ เป็นความสุขที่เจอด้วยกิเลส แม้ว่าจะเป็นธรรมฝ่ายกุศลก็ตาม แต่ยังเป็นผลให้ต้องกลับมาเวียนเกิดเวียนตาย อยู่ในวัฏสงสารอีกนานเท่าไรนั้น จนกว่าจะพัฒนาตนเอง ให้เข้าถึงความสุขขั้นปรมาตมประโยชน์เท่านั้น จึงต้องเป็นการพัฒนา “จิต” ของตน จนเกิดความเบื่อหน่ายคลายกำหนด เพื่อตรัสรู้พระนิพพาน เช่นนี้จึงได้ชื่อว่า สามารถบรรลุถึงเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ให้สมกับการเกิดมาเป็นมนุษย์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

การบรรลุเป้าหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนาเถรวาทนี้ มิใช่จะสามารถบรรลุธรรมกันหมดทุกคน พระพุทธองค์ทรงอธิบาย ถึงสาเหตุที่บางคนไม่สามารถบรรลุนิพพานได้ แต่บางคนก็

^{๗๑} พระพรหมคุณาภรณ์, พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๓๐๘-๓๐๙.

สามารถบรรลุนิพพานได้ พระพุทธองค์ทรงแสดงให้เห็นในนิพพุตสูตร^{๗๒} ดังนี้ “เมื่อบุคคลใดผู้ถูกราคะ โทสะ โมหะเข้าครอบงำจิต เขาย่อมเป็นเหตุให้ทำร้ายตนเองและผู้อื่นทำให้เขามีความทุกข์ทรมานใจ แต่เมื่อใดเขาสามารถละราคะ โทสะ โมหะได้สิ้นเชิง เขาจะเป็นผู้เห็นได้ด้วยตนเอง”

๒.๒ วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ ตามแนวคิดในพระพุทธศาสนาเถรวาท

พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนให้พุทธศาสนิกชน รู้จักการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า เข้าใจถึงเป้าหมายและวิธีการดำเนินชีวิตตนเองให้เข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา มีเป้าหมายเพื่อกำจัดทุกข์ในชีวิต หลักปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาเถรวาท มีหลายรูปแบบ พุทธศาสนิกชนสามารถเลือก วิธีปฏิบัติให้เหมาะสมกับตนได้ พระพุทธองค์ทรงมีความคิดว่าการเกิด ความแก่ ความเจ็บและความตายในชีวิตเป็นความทุกข์ ดังนั้น ทุกๆ ชีวิตยังต้องแสวงหาหนทางเพื่อการหลุดพ้นไปจากความทุกข์

ท่านพุทธทาสได้อธิบายถึง วิธีปฏิบัติตนเพื่อการดับทุกข์อันเกิดจากอุปาทาน ๔^{๗๓} ในหนังสือคู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์ ดังนี้

๑. กามุปาทาน คือ การยึดถือในของรักทั่วไป เช่น ความรักในครอบครัว ความขยันขันแข็งในการประกอบอาชีพการงาน การแสวงหาทรัพย์ ชื่อเสียงเกียรติยศ เป็นต้น ดังนั้น กามุปาทานเป็นประโยชน์ในการดำรงอยู่ในโลกนี้ แต่การประพฤติปฏิบัติตนเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด จำเป็นต้องลด ละ และปล่อยวางกามุปาทาน

๒. ทิฏฐุปาทาน คือ ความยึดมั่นจากความคิดเห็นซึ่งพัฒนามาจากมิจฉาทิฏฐิ ค่อยๆ เปลี่ยนเป็นสัมมาทิฏฐิ

๓. สีลพทุปปาทาน คือ การยึดมั่นถือมั่นในการกระทำที่เคยประพฤติกระทำสืบๆ กันมา โดยไร้เหตุผล จึงจำเป็นต้องถอดถอนความประพฤติเหล่านั้นให้หมดไป

๔. อัตตวาทุปปาทาน คือ ความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน มูลเหตุของความทุกข์เพราะความยึดมั่นถือมั่นในอุปาทานชั้นห้าอยู่

พระพุทธศาสนามีแนวคิดว่า พุทธศาสนิกชนต้องศึกษาและปฏิบัติตน ผ่านกระบวนการ พัฒนา จนถึงสภาวะพ้นทุกข์ คือ การศึกษา “ไตรสิกขา” หรือ “สิกขา ๓” ที่เป็นหลักปฏิบัติเพื่อการศึกษาฝึกหัดอบรม กาย วาจา จิตใจ และปัญญา ให้มีความรู้และความเข้าใจความหมายในหลักธรรมขั้นพื้นฐาน จนเข้าถึงธรรมระดับบรรลุจุดหมายสูงสุด คือ “พระนิพพาน” ซึ่งพระสารีบุตร ได้อธิบายขยายความธรรมของพระผู้มีพระภาคไว้ในคุหุฏฐกสูตรนิกายเทส^{๗๔} ดังนี้

^{๗๒} อง.ทุก.(ไทย) ๒๐/๕๖/๒๑๙-๒๒๐.

^{๗๓} พุทธทาสภิกขุ, คู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๓๕), หน้า ๕๑-๖๔.

^{๗๔} ขุ.ม.(ไทย) ๒๙/๑๐/๔๘-๔๙.

...(พุทธศาสนิกชน) สมควรจะศึกษา “สิกขา ๓” เพราะการนั้น เพราะเหตุนั้น เพราะปัจจัยนั้น เพราะต้นเหตุนั้น เมื่อเห็นโทษนั้นในกามทั้งหลายพึงศึกษาสิกขา ๓ ได้แก่ อธิศีลสิกขา อธิจิตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา... และพระสารีบุตรได้ขยายความของสิกขา ๓ ไว้ดังนี้

(๑) อธิศีลสิกขา คือ การสำรวมระวังรักษาสิกขาบท ไม่ให้ล่วงละเมิดทางกายและวาจา เห็นโทษภัยในการผิดศีลแม้เพียงเล็กน้อย เห็นโทษภัยในการผิดศีล เพราะอธิศีลเป็นสิกขาบท เป็นเหตุให้พ้นจากทุกข์เป็นเหตุให้ผู้รักษาพ้นจากทุกข์เป็น “อธิศีล”

(๒) อธิจิตตสิกขา คือ จิตที่สกัดจากกามและอกุศลกรรมทั้งหลาย จนสามารถบรรลุปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌานตามลำดับ เพราะฌานสมาบัติที่เป็นบาทของวิปัสสนาเป็น “อธิจิต”

(๓) อธิปัญญาสิกขา คือ การเป็นผู้มีปัญญา^{๗๕} อย่างประเสริฐ สามารถหยั่งรู้ถึงความเกิดและความดับเพิกถอนกิเลสบรรลุถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ ได้รู้ตามความเป็นจริงว่า นี่คือทุกข์ นี่คือทุกข์สมุทัย (เหตุเกิดทุกข์) นี่คือทุกข์นิโรธ (ความดับแห่งทุกข์) นี่คือทุกข์นิโรธคามินี-ปฏิบัติ (ข้อปฏิบัติเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์) ผู้ปฏิบัติย่อมรู้ได้ด้วยตนเองว่า ได้ถึงความสิ้นทุกข์แล้ว...

พระสารีบุตรได้อธิบายขยายความพระธรรมของพระผู้มีพระภาคไว้ ในปฐมสิกขาสูตร^{๗๖} ความว่า “พุทธศาสนิกชนสมควร ศึกษาเรื่องของไตรสิกขา ให้มีความประพุดิตนที่มั่นคงในอธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขาและอธิปัญญาสิกขา เขาย่อมกระทำให้แจ้งในเจโตวิมุตติ สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพานได้” และพระพุทธรองค์ได้ทรงแสดงในปุณณทาสีวตถุ^{๗๗} ถึงความสำคัญของการหมั่นฝึกปฏิบัติ “ไตรสิกขา” ความว่า “บุคคลใดที่ขยันหมั่นเพียร ในการฝึกปฏิบัติตนและศึกษา ไตรสิกขาอยู่อย่างสม่ำเสมอ เขาย่อมสามารถทำอาสวะทั้งหลายให้สิ้นไป และสามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพานได้”

ดังนั้น พระผู้มีพระภาคได้ขยายความของไตรสิกขา ในคุหฺฏฐกสูตรตนิทเทส^{๗๘} ดังนี้ “เมื่อบุคคลใดพิจารณาเห็นโทษภัยของกามทั้งหลาย บุคคลนั้นสมควรศึกษาตามแบบไตรสิกขา เพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ ๒.๒.๑ วิธีปฏิบัติในอธิศีลสิกขา ๒.๒.๒ วิธีปฏิบัติในอธิจิตตสิกขา (สมาธิ) และ ๒.๒.๓ วิธีปฏิบัติในอธิปัญญาสิกขา (ปัญญา) ดังนี้

๒.๒.๑ วิธีปฏิบัติใน “อธิศีลสิกขา” (ศีล)

วิธีการปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ด้วยการปฏิบัติตนตามแบบ “ไตรสิกขา” เริ่มจากขัดเกลากิเลสอย่างหยาบ ที่เกิดขึ้นทางกายและวาจา ด้วยการสำรวมระวังในศีลจนเป็น “อธิศีลสิกขา” ขัดเกลากิเลสอย่างกลางที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ด้วยการสำรวมจิตให้สงบระงับในนิรณฺธ^{๗๙}

^{๗๕} คำว่า “ปัญญา” ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง ธรรมชาติที่เห็นถูกต้องต่อเหตุผลตามความเป็นจริง ซึ่งวิธีการที่จะเข้าถึงเหตุผลของธรรมชาติที่แท้จริงได้ ด้วยการพิสูจน์ความจริง โดยตามความเป็นจริง จากหลักคำสอนของพระพุทธองค์ได้ด้วยตนเองเท่านั้น; พุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๐/๔๘-๔๙.

^{๗๖} อัง.ติก.(ไทย) ๒๐/๘๗/๓๑๒-๓๑๔.

^{๗๗} พุ.อิตติ.(ไทย) ๒๕/๒๒๖/๑๐๓.

^{๗๘} พุ.ม.(ไทย) ๒๙/๑๐/๔๘-๔๙.

ด้วยวิธีสมถภาวนา เป็น “อธิจิตตสิกขา” และการขัดเกลาจิตใจอย่างละเอียดด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา ด้วยการพิจารณาการเกิดดับในกองรูป เวทนา จิตและธรรม

วิธีปฏิบัติตามบทบัญญัติของ “ศีล” ใน อธิศีลสิกขาของ “ไตรสิกขา” ดังนี้

อธิศีลสิกขา คือ การสำรวมระวังรักษาศีลขาบท ไม่ให้ล่วงละเมิดทางกาย และวาจา เพราะเห็นโทษภัยในการผิดศีลแม้เพียงเล็กน้อย อธิศีลเป็นสิกขาบท เป็นเหตุให้ผู้รักษากลับจากทุกข์ เป็น “อธิศีล” พระสารีบุตรได้อธิบายความหมายของ “ศีล” ในปฏิสัมภิทามรรค สลมนิเทศ^{๗๙} ดังนี้

...ศีล หมายถึง ความประพฤติดี มีเจตนาสำรวม ไม่ล่วงละเมิดในกิลเลสทั้งปวงทางกายและวาจาให้เรียบร้อย เป็นเหตุให้เขาความไม่ร้อนใจ การปฏิบัติตนเช่นนี้ย่อมก่อให้เกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด ทำให้ผู้นั้นสามารถบรรลุถึงเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน การที่มีจิตที่ตั้งอยู่ในความบริสุทธิ์ด้วยความสำรวมชื่อว่า อธิศีลสิกขา ความบริสุทธิ์แห่งจิตที่ไม่ฟุ้งซ่านปราศจากนิวรณ์ ชื่อว่า อธิจิตตสิกขา เกิดจากความบริสุทธิ์แห่งอธิศีลสิกขาและอธิจิตตสิกขา ได้ชื่อว่า เป็นอธิปัญญาสิกขา...

การสำรวมระวังในศีล ตามแบบศีลสิกขาของคฤหัสถ์ผู้ครองเรือน สมควรสำรวมระวังความประพฤติในศีล^{๘๐} ซึ่งเป็นศีลที่ควบคุมความประพฤติทางกายและวาจาให้เรียบร้อย ตั้งอยู่ในความดีงาม เกิดความสุจริตทางกายวาจาและอาชีพ เรียกว่า “อธิศีลสิกขา” เพื่อการพัฒนาตนเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด

ถ้าผู้ปฏิบัติเป็นผู้รักษาศีลที่มั่นคงสมบูรณ์ บริบูรณ์ในชาติปัจจุบัน เขาย่อมได้รับอานิสงส์ของการรักษาศีล ๕ ประการ ดังพระผู้มีพระภาคทรงแสดงในสังคีตสูตร^{๘๑} ดังนี้

- (ก) เขาย่อมมีโภคทรัพย์มาก
- (ข) ชื่อเสียงอันดีงามของผู้มีศีลย่อมขจรไป
- (ค) เมื่อเข้าไปในสมาคมใดย่อมแก่กล้า ไม่เก้อเขิน
- (ง) เมื่อตายย่อมมีสติก่อนตาย
- (จ) เขาย่อมไปเกิดในสุคติภูมิ

ในฉัตตนวกนิมาน^{๘๒} แสดงถึงบุคคลที่เพียงแค่ว่าใจให้ระลึกถึง การรักษาศีล ๕ ของเขาก่อนถูกโจรฆ่า เป็นเหตุให้เขาได้เกิดเป็นเทพบุตร มีวิมานอันสว่างไสวรุ่งเรือง บุคคลที่รู้จักสำรวมระวังรักษาศีลได้อย่างดี ดังในมหากัสสปเถรวัตถุ^{๘๓} ว่า “เมื่อเปรียบเทียบกับกลิ่นของกฤษณาหรือกลิ่นจันทน์จะมีความหอมเพียงเล็กน้อย เพราะผู้มีศีลจะมีกลิ่นหอมฟุ้งทั่วทั้งเทวโลกและมนุษย์โลก”

^{๗๙} พ.ป.(ไทย) ๓๑/๔๐-๔๑/๖๐-๖๒.

^{๘๐} ศีล ๕ ประกอบด้วย (๑) เว้นจากการทำลายชีวิต (๒) เว้นจากการถือเอาของที่เขาไม่ได้ให้ (๓) เว้นจากการประพฤติผิดในกาม (๔) เว้นจากการพูดเท็จ (๕) เว้นจากของมีนเมา คือ สุราเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท; พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๙๑.

^{๘๑} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๑๕/๓๐๕.

^{๘๒} พ.ว.(ไทย) ๒๖/๘๘๖-๙๐๙/๑๐๕-๑๐๙.

^{๘๓} พ.ธ.(ไทย) ๒๕/๕๖/๔๔.

โทษของการไม่รักษาศีลในเวรสูตร^{๘๔} กล่าวว่า “บุคคลที่ไม่สามารถรักษาศีล ๕ เราเรียกว่า “ทุศีล” เมื่อเขาตายไปย่อมเกิดในนรก” สำหรับผู้ที่ไม่รักษาศีลย่อมได้รับผลแม้ในปัจจุบันชาติ พระพุทธองค์ทรงแสดงในเวรสูตร ดังนี้ “บุคคลใดประพฤตินในการฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การคบชู้กับภรรยาของผู้อื่น การกล่าวคำเท็จ และการหมกมุ่นในการดื่มสุราและเมรัย อันเป็นเหตุแห่งความประมาท เรียกว่า เป็นคน “ทุศีล” เขาเป็นผู้มีปัญญาทึบ เมื่อเขาตายไปเขาจะไปเกิดในนรก”^{๘๕}

การรักษาศีลที่สมบูรณ์บริบูรณ์นี้ เขาสามารถเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ในพระพุทธศาสนาเถรวาทได้ ดังแสดงไว้ในกัมมัตถกสูตร^{๘๖} โดยพระผู้มีพระภาคได้แสดงแก่พระอานนท์ ถึงอานิสงส์ของการรักษาศีล สามารถทำให้ผู้รักษาศีลเข้าถึงพระนิพพาน โดยลำดับ ดังนี้

...ศีลที่เป็นกุศล ผลที่ได้เป็นอานิสงส์ คือ (๑) อวิปฏิสารหรือความไม่ร้อนใจ เป็นผลให้อวิปฏิสารมีปราโมทย์เป็นผลและอานิสงส์ (๒) ปราโมทย์มีปิติเป็นผลและอานิสงส์ (๓) ปิติมิปปัสสัทธิเป็นผลและอานิสงส์ (๔) ปัสสัทธิมีสุขเป็นผลและอานิสงส์ (๕) สุขมีสมาธิเป็นผลและอานิสงส์ (๖) สมาธิมีญาณทัสสนะ^{๘๗} เป็นผลและอานิสงส์ (๗) ยถาภูตญาณทัสสนะมีนิพพิทา^{๘๘} เป็นผลและอานิสงส์ (๘) นิพพิทามีวิวิธการ^{๘๙} เป็นผลและอานิสงส์ (๙) วิวิธการมีวิมุตติญาณทัสสนะเป็นผลและอานิสงส์ ด้วยเหตุนี้ศีลที่เป็นกุศล ย่อมทำให้รุดตผลบริบูรณ์...

๒.๒.๒ วิธีปฏิบัติใน “อธิจิตตสิกขา” (สมาธิ)

ผู้ปฏิบัติต้องปฏิบัติในอธิจิตตสิกขาเพื่อให้เกิดสมาธิ ซึ่งเป็นวิธละนิวรณ์^๕ ก่อน การเจริญวิปัสสนาภาวนา เขาจึงจะสามารถบรรลุถึงเป้าหมายสูงสุด ดังนี้

อธิจิตตสิกขา หมายถึง จิตที่สังัดจากกามและอกุศลกรรมทั้งหลาย จนสามารถบรรลุปฐมฌาน หุตยฌาน ตติยฌานและจตุตถฌานตามลำดับ เป็นสมถภาวนาเพราะฌานสมาบัติที่เป็นบาทของวิปัสสนาภาวนาเป็นอธิจิตตสิกขา เป็นการฝึกฝนอบรมจิตใจให้สุขสงบ เช่น เมตตาภาวนา เป็นจิตภาวนาหรือสมถภาวนา และการฝึกฝนอบรมเจริญปัญญาให้รู้เท่าทัน เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เป็นปัญญาภาวนาหรือวิปัสสนาภาวนา

^{๘๔} อก.ปญจก.(ไทย) ๒๒/๑๗๔/๒๙๐-๒๙๑.

^{๘๕} อก.ปญจก.(ไทย) ๒๒/๒๙๐-๒๙๑/๑๗๔.

^{๘๖} อก.เอกก.(ไทย) ๒๔/๑/๓๘๙-๓๙๐.

^{๘๗} คำว่า ยถาภูตญาณทัสสนะ หมายถึง ตรุณวิปัสสนา เป็นวิปัสสนาที่มีกำลังอ่อน แต่ผู้ขณะปฏิบัติธรรมอยู่สามารถแยกอุปแยกนามได้; ดูรายละเอียดใน อก.ปญจก.อ.(ไทย) ๓/๒๔/๗.

^{๘๘} คำว่า นิพพิทา หมายถึง พลวิปัสสนาหรือเป็นวิปัสสนาที่มีกำลัง; ดูรายละเอียดใน อก.ปญจก.อ.(ไทย) ๓/๒๔/๗.

^{๘๙} คำว่า วิวิธการ หมายถึง อริยมรรค หรือวิมุตติญาณทัสสนะ เป็นความรู้ขั้นสุดท้าย เป็นญาณหยั่งรู้ด้วยการพิจารณาทบทวนมรรค ผล กิเลสที่สละแล้ว; ดูรายละเอียดใน อก. ปญจก.อ. (ไทย) ๓/๒๔/๗.

แต่ในภาษาไทยความหมายของคำว่า “ภาวนา”^{๙๐} ได้เลื่อนมาเป็นท่องบ่นหรือว่าคำซ้ำๆ ให้หลังก็มี

การขัดเกลากิเลสอย่างกลางและละเอียดที่เกิดขึ้นในจิตให้สงบระงับจากนิวรณ์^{๙๑} ด้วยวิธีการฝึกปฏิบัติตนตาม วิธีสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา เพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดตามที่ พระผู้มีพระภาคได้แสดงในพาลวรรค^{๙๒} แก่ภิกษุทั้งหลาย ดังนี้

...เมื่อภิกษุได้ปฏิบัติธรรม คือ สมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนาแล้ว ผลที่ได้รับจากการฝึกสมถภาวนา ทำให้จิตสงบระงับเป็นสมาธิ ผลย่อมทำให้จิตเจริญขึ้น และสำรอกราคะเป็นเจโตวิมุตติ ส่วนวิปัสสนาภาวนาเป็นการฝึกจิตเพื่อความเห็นแจ้งในรูปนาม ชันธ^{๙๓} ผู้ปฏิบัติย่อมสามารถละอริชชาได้ และสำรอกอริชชาเป็นปัญญาวิมุตติ...

ความหมายของสมถภาวนาคือ การฝึกอบรมจิตใจ ให้อยู่กับความดีงามให้เกิดความสงบ เป็นการเจริญสมถกรรมฐาน เพราะทำให้จิตใจแน่วแน่เป็นสมาธิ^{๙๓} หรือการทำจิตให้สงบหรือการทำจิตให้เป็นสมาธิบางครั้งคำว่า “สมถภาวนา” หมายถึง ตัวสมถภาวนาด้วย^{๙๔}

^{๙๐}คำว่า “ภาวนา” ในหนังสือปรมัตถโคตติเกได้อธิบายว่า หมายถึง ธรรมที่บันทึกทั้งหลาย พึงทำให้เกิดขึ้นเป็นครั้งแรกและครั้งหลัง ๆ ให้ติดต่อกันเป็นนิจจนถึงเจริญขึ้น การภาวนาเป็นธรรมที่อำนวยความสะดวกให้แก่ผู้กระทำได้รับความสุขกายสุขใจ ทั้งในภพนี้ และภพหน้าจนกระทั่งพ้นจากวัฏสงสาร; พระสัทธัมมโชติกะ อัมมา-จริยะ, ปรมัตถโคตติเก ประเลที่ ๙ เล่ม ๑ (สมถกรรมฐานที่ปนี), พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิสัทธัมมโชติกะ, ๒๕๒๕), หน้า ๑๖.

^{๙๑}นิวรณ์ ๕ มีลักษณะเฉพาะ ดังนี้ (๑) กามฉันทะ คือ ความยินดีพอใจต่อเครื่องล่อผัสสะต่างๆ ทำให้จิตไม่สามารถตามกำหนดอารมณ์ได้อย่างต่อเนื่อง (๒) พยาบาท คือ ความรังเกียจ ผลักไส หรือความโกรธอารมณ์เหล่านี้ เป็นอารมณ์ที่ดึงดูดจิตไปในทางที่ไม่น่าพึงปรารถนา เมื่อถูกรบกวนสิ่งที่ไม่น่าปรารถนา สามารถชักจูงจิตให้ออกจากอารมณ์ที่กำหนดอยู่ และหลุดจากหนทางสู่ความสุขที่แท้จริง (๓) อุทธัจจะกุกกุกจะ คือ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ เป็นจิตที่อยู่ไม่สุขและวิตกกังวล จิตไม่อาจอยู่กับอารมณ์ที่กำหนดได้ แต่จะฟุ้งซ่าน คิดแต่เรื่องอดีตหรืออนาคต เกิดความเศร้าใจเสียใจ วิตกกังวล และกระวนกระวายใจ (๔) วิจิกิฉา คือ ความลังเลสงสัย และการวิพากษ์ วิจารณ์อย่างไม่เชื่อถือ ต่อวิธีปฏิบัติของครูบาอาจารย์ หรือวิธีปฏิบัติที่เคยปฏิบัติมาก่อน ทำให้การเจริญกรรมฐานของผู้ปฏิบัติอาจจะหยุดชะงักลง (๕) ถีนะมิทธะ คือ ความหดหู่และเชื่องซึม จิตเริ่มว่างเหว ไม่ตื่นตัว ใช้การไม่ได้ และเฉื่อยชา ทำให้จิตไม่อาจกำหนดอยู่ในอารมณ์ได้; พระกัมมภูฏานาจริยะ พระปณิศา-ภิกวัก, รู้แจ้งในชาตินี้ (In This Very Life), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๒๘๐-๒๘๒.

^{๙๒}อง.ทุก.(ไทย) ๒๐/๓๒/๗๖.

^{๙๓}พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๒๘๗, ๓๔๘.

^{๙๔}พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๓๐๖.

สมถภาวนานี้ มีความหมายตรงกันทั้งในอภิธรรม เช่น ในจิตตูปาทกัณท์^{๙๕} และนิกเขมกัณท์^{๙๖} เป็นต้น และในพระสูตรมีปรากฏในสมาบัติตัตตวรรค^{๙๗} และราคเปยาล^{๙๘} ก็มีความหมายของการฝึกจิตด้วยวิธีสมถภาวนาตรงกัน ดังแสดงแล้วข้างต้น

ในหนังสือปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่๙ เล่ม๑ (สมถกรรมฐานที่ปณี)^{๙๙} แสดงลักษณะของสมถภาวนาเป็น ๓ ลักษณะ ดังนี้

(ก) ธรรมที่ทำให้จิตสงบตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวจากจิตที่ไม่สงบ เนื่องจากได้รับอารมณ์หลายอย่าง คือ มีเอกัคคตาในมหากุศลจิต๘ และรูปาวจรปฐมฌานกุศลจิต๑ ข้อนี้ มีความหมายถึงปุณณที่กำลังเจริญสมถกรรมฐานอยู่ในขณะนั้น มหากุศลจิตตูปาทาย่อมเกิดขึ้นเรื่อย ๆ

ถ้าผู้นั้นเป็นดิเหตุกปุณณ^{๑๐๐} สามารถสำเร็จเป็น ฌานลาภีบุคคล^{๑๐๑} คือ รูปาวจรฌานกุศลย่อมเกิดขึ้น มหากุศลจิตตูปาท และปฐมฌานกุศลจิตตูปาทนี้ มีเอกัคคตาเจตสิกเป็นประธาน เพราะเอกัคคตาเจตสิกนี้

(ข) ธรรมที่ทำให้จิตตั้งมั่นในอารมณ์เดียว การที่จิตไม่สงบเนื่องมาจากการได้รับอารมณ์หลายอย่างคือ มีเอกัคคตาในมหาภิรียาจิต๘ และรูปาวจรปฐมฌานภิรียาจิต๑ หมายถึง เมื่อผู้ที่สำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้ว กลับมาเจริญสมถกรรมฐาน เพื่อที่จะให้ได้โลกียฌาน ขณะที่เจริญสมถกรรมฐาน มหาภิรียาจิตตูปาทาย่อมเกิดขึ้นเรื่อยๆ จนสำเร็จเป็นฌานลาภีบุคคล เมื่อรูปาวจรปฐมฌานภิรียาจิตเกิดมหาภิรียาจิตตูปาท และปัญจฌานภิรียาจิต ไม่ได้ทำหน้าที่ประธานนิรอรณเนื่องจาก การได้รับอารมณ์มากมายหลายประการ เมื่อสงบลงตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว มหาภิรียาจิตตูปาท และปฐมฌานภิรียาจิตตูปาท มีเอกัคคตาเจตสิกเป็นประธาน เพราะเอกัคคตาเจตสิกดวงนี้

(ค) ธรรมใดที่ทำให้องค์ฌานชนิดหยาบมี วิตก วิจาร์ เป็นต้น สงบระงับลง คือ ไม่ให้เกิดขึ้น ฉะนั้น ธรรมนั้นชื่อว่า สมถะ ได้แก่ เอกัคคตาในทุติยฌานกุศล ทุติยฌานภิรียา เป็นต้น

^{๙๕} อภิ.ส. (ไทย) ๓๔/๓๓๔/๑๐๐.

^{๙๖} อภิ.ส. (ไทย) ๓๔/๑๓๖๒/๓๔๐.

^{๙๗} อัง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๑๗๓/๑๒๗.

^{๙๘} อัง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๒๓๑/๑๓๗.

^{๙๙} พระสัทธัมมโชติกะ ธรรมจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่๙ เล่ม๑ (สมถกรรมฐานที่ปณี)**, หน้า ๑๖-๑๘.

^{๑๐๐} คำว่า **ดิเหตุกปุณณ** หมายถึง มีเหตุ ๓ ประการ คือ มี โอลกเจตสิก อโหสเจตสิกและปัญญา (อโมห) เจตสิกเกิดร่วมด้วย บุคคลนั้นเมื่อได้ฟังพระธรรม สามารถพิจารณาเข้าใจพระธรรมและสามารถอบรมเจริญปัญญาจนบรรลุฌานจิต หรือรู้แจ้งอริยสัจธรรม ๔ ประการ เขาสามารถบรรลุมัคคญาณ ผลญาณและนิพพาน เป็นพระอริยบุคคลในชาตินี้ได้ ตามควรแก่การสะสมของเหตุปัจจัย แต่เขาไม่ควรประมาท เพราะบางท่านเป็นผู้ที่มีสติ ปัญญา มีปฏิสนธิจิตเป็นดิเหตุกาก็จริง แต่ถ้าประมาทในการเจริญกุศล ประมาทในการฟังพระธรรม แม้เขาจะเป็นผู้ที่ฉลาดด้านวิชาการต่างๆ ทางโลก แต่ไม่มีการอบรมเจริญปัญญาในทางธรรม เขาจะไม่สามารถรู้ลักษณะของสภาพธรรมตามความเป็นจริงได้เลย.

^{๑๐๑} คำว่า **ฌานลาภีบุคคล** หมายถึง ผู้ที่ได้เจริญสมถภาวนาจนเกิดฌานจิต มีปฐมฌาน เป็นต้น มาก่อน แล้วจึงได้มาเจริญวิปัสสนาภาวนาอีก จนเป็นพระอริยบุคคล.

จนถึงปัญจมนานกุลส ปัญจมนานกิริยา หมายถึง ปฐมณานลาภบุคคลที่เป็นปุณฺณ พระเสขบุคคล และพระอเสขบุคคล เมื่อเจริญสมณกรรมฐานต่อไป ฌานเบื้องบนมี ทุติยานกุลส ทุติยานกิริยา เป็นต้น ย่อมเกิดขึ้นตามลำดับ ทุติยานจิตตูปบาท ที่เป็นกุศลกิริยา เป็นต้น นี่ไม่ต้องทำหน้าที ประทานกิเลสนิวรณ์ให้สงบลง แต่ทำให้จิตมีสมาธิที่แก่กล้ายิ่งขึ้นไปตามลำดับ พร้อมกับแต่ละองค์ฌานตามลำดับดังนี้

ทุติยานสามารถละวิตกองค์ฌาน ตติยานสามารถละวิจารณ์องค์ฌาน จตุตถฌานสามารถละปีตองค์ฌาน ปัญจมนานสามารถละสุของค์ฌานลง เป็นอุเบกขาองค์ฌานแทน ทำให้ความสงบเป็นขั้นๆ ในองค์ฌานทั้งหมดที่มีทุติยานกุลสกิริยา จิตตูปบาท เป็นต้น มีเอกัคคตาเจตสิกเป็นประธาน เพราะเอกัคคตาเจตสิกดวงนี้^{๑๐๒}

ดังนั้น สมณกรรมฐาน หมายถึง ความตั้งมั่นแห่งจิต ภาวะที่จิตสงบนิ่งอยู่ในอารมณ์เดียว ด้วยการรวบรวมจิต จดจ่อในสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างเดียวนั้น จนสามารถทำให้จิตจดจ่ออยู่ในอารมณ์นั้น ติดต่อกันตามต้องการ เมื่อจิตตั้งมั่นจนสงบแล้ว ช่วยให้จิตไม่เศร้าหมอง ไม่ฟุ้งซ่าน

การเริ่มการปฏิบัติตามวิธีสมณกรรมฐาน ในวิสุทธิมรรค^{๑๐๓} ดังนี้ (๑) ตั้งตนไว้ในศีลอันบริสุทธิ์ (๒) ตัดปิลิโพธิ ๑๐ อย่าง ให้สิ้นห้วง (๓) เข้าไปหากัลยาณมิตรผู้ให้พระกรรมฐาน (๔) เลือกเรียนรู้เอากรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่งใน ๔๐ วิธี ที่เหมาะสมกับจริตของตน (๕) เลือกหาสถานที่อันสงบสงัดเพื่อการปฏิบัติกรรมฐานวิธีที่ได้เรียนรู้มา (๖) ตัดเครื่องกังวล เล็กๆ น้อยๆ (๗) ลงมือปฏิบัติกรรมฐานตามวิธีที่ได้เรียนรู้มา ดังต่อไปนี้

(๑) ตั้งตนไว้ในศีลอันบริสุทธิ์ด้วยการสำรวมระวังไม่ล่วงละเมิด ให้เกิดทางกายและวาจา

(๒) ตัดปิลิโพธิ ๑๐^{๑๐๔} อย่าง อันเป็นสิ่งที่เปื้อนเหตุให้ผู้ปฏิบัติกังวลใจ จนเป็นอุปสรรคไม่สามารถประพฤติปฏิบัติธรรม

(๓) เข้าไปหากัลยาณมิตรผู้ให้กรรมฐาน แสดงในทุติยमितตสูตร^{๑๐๕} ว่าด้วยเรื่องลักษณะของกัลยาณมิตร ผู้มีคุณสมบัติเกื้อกูลในการพัฒนาการปฏิบัติธรรม ดังนี้

^{๑๐๒} พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๙ เล่ม ๑ (สมณกรรมฐานที่ปณี)**, หน้า ๑๖-๑๘.

^{๑๐๓} พระพุทธโฆษาจารย์, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, สมเด็จพระพุทธปาสาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ) แปล, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ประยวรงค์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๔๖.

^{๑๐๔} **ปิลิโพธิ ๑๐** อย่าง มีดังนี้ (๑) อวาสาปิลิโพธิ เครื่องกังวล คือ ที่อยู่ (๒) กุลปิลิโพธิ เครื่องกังวล คือ ตระกูล (๓) ลาภปิลิโพธิ เครื่องกังวล คือ ลาภสักการะ (๔) คณปิลิโพธิ เครื่องกังวล คือ หมู่คณะ (๕) กัมม-ปิลิโพธิ เครื่องกังวล คือ เครื่องกังวลเกี่ยวกับการงาน (๖) อัทธานปิลิโพธิ เครื่องกังวล คือ การเดินทาง (๗) ญาติ-ปิลิโพธิ เครื่องกังวล คือ ญาติ (๘) อาพาธปิลิโพธิ เครื่องกังวล คือ ความเจ็บไข้ของตนเอง (๙) คณปิลิโพธิ เครื่องกังวล คือ การศึกษาเล่าเรียน (๑๐) อิทธิปิลิโพธิ เครื่องกังวล คือ การรักษาฤทธิ์ของปุณฺณไม่ให้เสื่อม หมายถึง เฉพาะผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานเท่านั้น; ในเรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๗.

^{๑๐๕} องค์กร. (ไทย) ๒๓/๓๗/๕๗.

...คุณสมบัติของกัลยาณมิตรคือ (๑) เป็นที่รัก (๒) เป็นบุคคลที่น่าเคารพ (๓) เป็นบุคคลที่น่าสรรเสริญ (๔) เป็นบุคคลที่สามารถกล่าวตักเตือน (๕) เป็นบุคคลที่สามารถอดกลั้นต่อถ้อยคำที่แปรปรวนเพราะความไม่รู้ของศิษย์ได้ (๖) เป็นบุคคลที่สามารถชี้แจงเนื้อหาของพระสัทธรรมที่สุขุมลุ่มลึกได้ และ (๗) เป็นบุคคลที่ไม่แนะนำศิษย์ให้ประพฤติดนในทางที่ไม่สมควรแก่การปฏิบัติตนให้บรรลุเป้าหมายสูงสุด...

(๔) การเลือกเรียนรู้กรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่งใน ๔๐ วิธี ให้เหมาะสมกับจริตของผู้ปฏิบัติธรรมจะต้องพิจารณาจริตของผู้ปฏิบัติธรรม^{๑๐๖} ซึ่งมี ๖ ประเภท มีลักษณะดังต่อไปนี้

(๔.๑) รากจริต เป็นผู้หนักไปทางรักสวยรักงาม กรรมฐานที่ควรเจริญ คือ อสุภะ ๑๐ ประเภท กายคตาสติ ๑ ประเภท จึงจะเหมาะสมกับจริต

(๔.๒) โทสจริต เป็นผู้หนักไปทางใจร้อน ขี้หงุดหงิด กรรมฐานที่ควรเจริญ คือ อัปมัณฺญา ๔ ประเภท วัณณกสิณ ๔ ประเภท จึงจะเหมาะสมกับจริต

(๔.๓) โมหจริต เป็นผู้หนักไปทางง่วงเหงา เศร้าซึม งมแง กรรมฐานที่ควรเจริญ คือ อานาปานัสสติ จึงจะเหมาะสมกับจริต

(๔.๔) สัทธาจริต เป็นผู้หนักไปทางน้อมใจเชื่อ ควรจะเจริญกรรมฐาน คือ พุทธานุสสติ ธรรมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ เทวตานุสสติ จึงจะเหมาะสมกับจริต

(๔.๕) พุทธิจริต เป็นผู้หนักไปทางชอบคิดพิจารณากรรมฐานที่ควรจะเจริญ คือ มรณานุสสติ อุปमानุสสติ อาหาเรปฏิกูลสัณฺญา จตุธาตวัตถถาน จึงจะเหมาะสมกับจริต

(๔.๖) วิตกจริต เป็นผู้หนักไปทางคิดฟุ้งซ่านกรรมฐานที่ควรจะเจริญ คือ อานาปานัสสติ-กรรมฐาน จึงจะเหมาะสมกับจริต

ส่วนกรรมฐานที่เหลือ คือ ปถวิ อาโป เตโช วาโย อากาสะ อาโลกะและอรุปรกรรมฐาน ๔ เป็นกรรมฐานที่เหมาะสมกับทุก ๆ จริต^{๑๐๗} อารมณ์ของสมถกรรมฐานมี ๔๐ วิธี คือ กสิณ ๑๐ วิธี, อสุภะ ๑๐ วิธี, อนุสสติ ๑๐ วิธี, อาหาเรปฏิกูลสัณฺญา ๑ วิธี, จตุธาตวัตถถานะ ๑ วิธี, อัปมัณฺญาหรือพรหมวิหาร ๔ วิธี และอรุปรกรรมฐาน ๔ วิธี ผลของการฝึกสมาธิภาวนามี ๓ ระดับ ดังนี้

(ก) การบริกรรมภาวนา เป็นขั้นต้นของการเจริญสมาธิ เป็นการถือเอานิมิตอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นอารมณ์กรรมฐาน เช่น การใช้พระพุทธรูปเป็นอารมณ์กรรมฐาน โดยการบริกรรมซ้ำๆ อยู่

^{๑๐๖} จริตเพื่อการปฏิบัติธรรม หมายถึง บุคคลที่มีพื้นนิสัยหรือพื้นจิตที่หนักไปทางใดทางหนึ่ง ในการทำกุศลกรรม หรืออกุศลกรรมที่เกิดขึ้นบ่อยๆ คือ หาวิธีเจริญสมถกรรมฐานให้ เหมาะสมตามลักษณะจริตของผู้ปฏิบัติ.

^{๑๐๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๑๔, ๓๑, ๕๖, ๕๓๕, ๕๖๕.

ในใจ เป็นต้น เรียกว่า การกำหนดบริกรรมนิมิต^{๑๐๘} จนกระทั่งบริกรรมนิมิตนั้น มีความแม่นยำจนกลายเป็นอุคคหนิมิต จิตที่เป็นสมาธิขั้นต้นนี้เรียกว่า “ขณิกสมาธิ”

(ข) อุปจารภาวนา เป็นการฝึกสมาธิต่อจากการบริกรรมภาวนาโดยใช้อุคคหนิมิตนั้น เป็นอารมณ์กรรมฐาน จนสมาธินั้นทำให้จิตจวนจะแน่วแน่ สามารถทำให้นิเวรณสงบระงับลง

(ค) อัปนาสมาธิภาวนา เป็นสมาธิที่แน่วแน่ มีจิตที่ตั้งมั่นแนบสนิท เป็นสมาธิในฉาน เป็นการฝึกสมาธิขั้นปฐมฉาน

การเจริญกรรมฐานมี จตุรารักขกรรมฐาน คือ สมถกรรมฐาน ๔ อย่าง ที่เป็นประโยชน์ และเป็นความจำเป็นสำหรับทุกคน มีแสดงในพระไตรปิฎกว่า พระพุทธเจ้ามักทรงแสดงให้บุคคลทั่วไปปฏิบัติมากกว่าวิธีการอื่นๆ และเหมาะสมสำหรับตน ก่อนการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งประกอบด้วย^{๑๐๙}

(ก) พุทธานุสสติ เป็นกรรมฐานที่ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดความอาจหาญเมื่อเกิดความกลัว

(ข) อสกุกรรมฐาน เป็นกรรมฐานเพื่อพิจารณาถึงสิ่งที่มีชีวิตที่เกิดในกามภูมิ ย่อมติดอยู่ในกามคุณ ๕ การพิจารณาอสุภ เพื่อให้เกิดความเลวบาง เบื่อหน่ายคลายกำหนดในกามคุณ ๕

(ค) เมตตาภาวนา เป็นกรรมฐานเพื่อละโทสะ

(ง) มรณานุสสติ เป็นกรรมฐานเพื่อให้เกิดความสลด ความไม่ประมาทเกิดความเกรงภัยในวิภูสสงสาร

การวิจัยครั้งนี้จะแสดงเพียงเพื่อการเปรียบเทียบในบทที่ ๓ แสดงเฉพาะวิธีปฏิบัติสมถภาวนาแบบพุทธานุสสติเท่านั้น วิธีการฝึกปฏิบัติสมาธิภาวนาแบบพุทธานุสสติ ในที่นี้ ผู้วิจัยเสนอวิธีการปฏิบัติสมถภาวนาแบบพุทธานุสสติเท่านั้น ทั้งนี้เพื่อการเปรียบเทียบกับบทที่ ๓ ต่อไป

การเจริญพุทธานุสสตินี้ พระผู้มีพระภาคได้แสดงแก่เจ้าศากยมะหามานะ ในมหานามสูตร^{๑๑๐} ด้วยการระลึกถึงคุณของพระผู้มีพระภาค ดังนี้

...พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้นทรงเป็น พระอรหันต์ตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ ทรงเสด็จไปดี ทรงรู้แจ้งโลก ทรงเป็นผู้ที่ฝึกบุคคลผู้ที่สมควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย สมควรที่อริยสาวกระลึกถึงคุณของตถาคต

...เมื่อนั้นจิตย่อมจะไม่ถูกกัณฐมรุมโดยโลภะ โทสะ โมหะ จิตนั้นย่อมได้รับความปลาบปลื้ม จิตที่ปราโมทย์จะประกอบด้วยธรรม เมื่อจิตมีความปราโมทย์ย่อมเกิดปีติ เมื่อจิตมีปีติกายย่อมสงบ เมื่อกายสงบย่อมได้รับสุข เมื่อกายมีความสุข จิตย่อมตั้งมั่น ดังนั้น อริยสาวกย่อมเป็นผู้ ถึง

^{๑๐๘} พระสัมมัทธัมมโชติกะ อัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๙ เล่ม ๑ (สมถกรรมฐานที่ปณิ)**, หน้า ๔๐.

^{๑๐๙} สุภีร์ ทุมทอง, MP ๓, คำบรรยายเรื่อง **การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน**, ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยฯ, ๒๕๕๗.

^{๑๑๐} อก.ฉก.ก.(ไทย) ๒๒/๑๐/๔๒๑-๔๒๒.

ซึ่งความสงบ จะเป็นผู้ไม่พยายาบท เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยกระแสนธรรม เมื่อขณะยังเจริญพุทธานุสสติ อยู่...

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้แสดง วิธีการปฏิบัติแบบพุทธานุสสติ คือ การนั่งขัดสมาธิ ตั้งกายให้ตรง อยู่ในที่สงบสงัดไม่มีคนพลุกพล่าน ไม่มีอะไรทำให้ผู้ปฏิบัติรู้สึกรำคาญขณะนั่งสมาธิอยู่ พร้อมกับการระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า จะระลึกเป็นภาษาบาลีหรือภาษาไทยก็ได้ ทำให้บ่อยๆ เนื่องๆ ติดต่อกันอย่างต่อเนื่องมีสติ จนกระทั่ง จิตของผู้ปฏิบัติอยู่ในอารมณ์เดียว คือ การระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า ซึ่งจะระลึกเพียงข้อใดข้อหนึ่งหรือทั้งหมด แต่จะต้องทำความเข้าใจ ความหมายของคำ ที่ใช้บริกรรมอย่างถูกต้อง^{๑๑๑}

ส่วนบทพุทธานุสสติ พระสัมมัตตมโหติกะ อัมมาจริยาได้ขยายความไว้ในสมถกรรมฐานที่ปนี ดังนี้

...ด้วยบทพระคุณว่า “อรห” พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น ทรงมีชื่อเสียงเลื่องลือเชิงแซ่ทั่วไป จนถึงพรหมโลก เพราะเป็นผู้ห่างไกลจากกิเลส ทั้งวาสนาของกิเลสอย่างเด็ดขาด มีจิต ใจที่บริสุทธิ์ ผ่องใสงดงาม เป็นผู้ควรได้รับการสักการบูชาเป็นพิเศษ จากมวลมนุษย์ เทวดา และพรหมทั้งหลาย

...ด้วยบทพระคุณว่า “สมมาสมพุทโธ” หมายถึง พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้ตรัสรู้ญาณธรรม ๕ ประการ^{๑๑๒} ด้วยอำนาจแห่งพระสัพพัญญู โดยพระองค์เองอย่างถูกต้อง

...ด้วยบทพระคุณว่า “วิชชาจรมสมปณโน” หมายถึง พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยความรู้ และการปฏิบัติอย่างประเสริฐ ยอดเยี่ยม ประกอบด้วยวิชา ๓ หรือ ๘ ประการ และจรรณะ ๑๕ ประการ

...ด้วยพระคุณบทว่า “สุคโต” หมายถึง พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้ดำเนินกิจการต่าง ๆ เพื่อการที่จะได้มาซึ่งพระสัพพัญญุตญาณ ด้วยการสร้างบารมี ๑๐ ทศ และการทำการปฏิบัติอยู่อย่างซื่อตรงปราศจากมิถิยาปฏิบัติ ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ อันจะนำประโยชน์มาให้เวไนยสัตว์ ที่เวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภูมิทั้งสาม นับตั้งแต่ได้รับพุทธพยากรณ์ ตั้งแต่พระพุทธองค์ทรงพบพระเศียรแทบพระบาทของสมเด็จพระที่ปंगกรสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นต้น มาจนถึงโพธิบัลลังก์ในคืนตรัสรู้พระโพธิญาณ เป็นสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

...ด้วยพระคุณบทว่า “โลกวิทู” พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้รู้แจ้งโลกทั้งสาม คือ สัตวโลก โอกาสโลก และสังขารโลกอย่างทั่วถึง

^{๑๑๑} พระพุทธโฆษาจารย์, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, สมเด็จพระพุทธสาจารย์ (อาจ อาสภะ) แปล, หน้า ๓๔๔.

^{๑๑๒} ญาณธรรม หมายถึง ธรรมที่ควรรู้ ๕ ประการคือ (๑) สังขาร คือ จิต เจตสิก และนิพผันรูป, (๒) วิการรูป คือ วิการรูป ๕, (๓) ลักษณะ คือ ลักษณะรูป ๔, (๔) นิพพาน คือ ธรรมชาติที่นอกจากขันธ ๕ และบัญญัติ, และ (๕) บัญญัติ คือ สัพพัญญุต คือ ชื่อต่าง ๆ ภาษาต่าง ๆ และอรรถบัญญัติ คือ คำอธิบายใจความในเรื่องนั้นๆ และรูปร่างสัณฐานของมนุษย์ เทวดา พรหม อปายสัตว์ ต้นไม้ แผ่นดิน ภูเขา ป่าไม้ เป็นต้น; พระสัมมัตตมโหติกะ อัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๙ เล่ม ๑ (สมถกรรมฐานที่ปนี), หน้า ๑๑๗.

...ด้วยพระคุณบทว่า“อนุตตโร ปุริสทมसारถิ” เพราะเป็นบุรุษที่ยอดเยี่ยม หาที่เปรียบมิได้ในเชิงการอบรม สั่งสอนเวไนยสัตว์ทั้งหลาย ที่ยังไม่มีศีล สมาธิ ปัญญา โดยลำดับยิ่งๆ ขึ้นไปจนกระทั่งถึง ฌาน มรรค ผล โดยอุบายวิธีต่างๆ ด้วยการปลอมโยน กตชี ยกย่องตามควรแห่งอหยาศัยของสัตว์นั้นๆ

...ด้วยพระคุณบทว่า “สตถาเทวนุสสาณ” เพราะเป็นศาสดาของมนุษย์ เทวดาและพรหมทั้งหลายเหมือน พ่อค้าเกวียนใหญ่ ย่อมนำลูกน้อง ให้ข้ามพ้นจากทางกันดาร เข้าสู่แดนเกษมสำราญได้

...ด้วยพระคุณบทว่า“พุทโธ” เพราะเป็นผู้รู้แจ้งอริยสัจ๔โดยรอบคอบอย่างถ่องแท้และสามารถยังสัตว์ทั้งหลายให้รู้ตาม

...ด้วยบทพระคุณว่า“ภควา” เพราะเป็นผู้มีบุญ ๖ ประการ คือ (๑) อีสสิริย คือ ความเป็นใหญ่ (๒) ธมม คือ โลกุตตรธรรม๙ มี มรรค๔ ผล๔ และนิพพาน๑ (๓) ยสส คือ มีเกียรติยศชื่อเสียงโดยไม่ต้องยกย่องตนเอง (๔) สิริ คือ มีรูปร่าง ผิวพรรณที่เปล่งปลั่งงดงาม (๕) กาม คือ ถ้าต้องการสิ่งใด ย่อมสำเร็จตามความประสงค์ทุกประการ (๖) ปยตต คือ การใช้ความเพียรทั้งกลางวันและกลางคืน นั่นคือ พระผู้มีพระภาค เป็นผู้มีบุญอย่างประเสริฐน่าอัศจรรย์ยิ่ง ^{๑๑๓}

อานิสงส์ของการปฏิบัติสมถภาวนาแบบพุทธานุสสติ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ) ได้แสดงไว้ในหนังสือ “หลักปฏิบัติ สมถะ-วิปัสสนากัมมัฏฐาน” ดังนี้ ผลของการปฏิบัติแบบ “พุทธานุสสติ” นี้จะได้รับผล ๒ อย่าง คือ อย่างต่ำและอย่างสูง ผลอย่างต่ำมี ๑๓ ประการ ดังนี้ (๑) เกิดความนับถือยำเกรงต่อพระพุทธเจ้าอย่างมาก (๒) มีความเชื่อในพระพุทธเจ้ามากขึ้น (๓) มีสติดีมากขึ้น (๔) รู้จักคุณของพระพุทธเจ้ามากขึ้น (๕) มีความปลื้มใจมากขึ้น (๖) อุดหนุนต่อความกลัวสิ่งต่างๆ ได้ (๗) อุดหนุนต่อทุกขเวทนาต่างๆ ได้ (๘) สมควรอยู่ร่วมกับพระพุทธเจ้าได้ (๙) สมควรเป็นที่บูชาของคนทั้งหลายเหมือนกับพระเจดีย์ (๑๐) จะมีใจน้อมไปในพุทธภูมิ คือ อยากรับเป็นพระพุทธเจ้า (๑๑) จะมีความละอายและมีความเกรงกลัวต่อความชั่ว ไม่กล้าทำความชั่วเหมือนอยู่ตรงหน้าพระพุทธ เจ้า (๑๒) มีสันดานผ่องใสมากขึ้น (๑๓) ได้เกิดในสุคติภูมิเมื่อตายแล้ว

ส่วนผลของการปฏิบัติแบบ“พุทธานุสสติ”อย่างสูง คือ การได้สมาธิ ระดับอุปจารสมาธิเท่านั้น เหมาะสำหรับผู้ที่มีจริตแบบศรัทธาจริต ^{๑๑๔}

(๕) เลือกหาสถานที่อันสงบสงัด สมควรแก่การปฏิบัติสมถกรรมฐานวิธีที่ได้เรียนรู้มาควรเป็นสถานที่อยู่ใกล้ครูอาจารย์ผู้ให้กรรมฐาน เพื่อสะดวกแก่การสอบถามกรรมฐานให้สิ้นสงสัย และมีอาหารการกินที่สะดวกและสมควรแก่ผู้ปฏิบัติ

^{๑๑๓} พระสัทธัมมโชติกะ อัมมาจริยา, ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่๙ เล่ม๑ (สมถกรรมฐานที่ปณี), หน้า ๑๑๕-๑๒๑.

^{๑๑๔} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ), หลักปฏิบัติสมถ-วิปัสสนากัมมัฏฐาน, (กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., ๒๕๓๑), หน้า ๓๐-๓๑.

(๖) ตัดเรื่องกังวลเล็กๆ น้อยๆ เช่น การตัดผม การตัดเล็บ การปะขนเสื้อผ้าให้เรียบร้อยก่อนเข้ากรรมฐาน เป็นต้น

(๗) ลงมือปฏิบัติกรรมฐาน ตามวิธีที่ได้เรียนรู้มาจากครูอาจารย์ผู้ให้กรรมฐาน อย่างไม่ขาดตกบกพร่องและมีสติที่จดจ่อต่อเนื่อง ตลอดทั้งกลางวันและกลางคืน เว้นตอนที่หลับไป

๒.๒.๓ วิธีปฏิบัติใน “อธิปญญาสิกขา” (ปัญญา)

เป็นวิธีการปฏิบัติตนทำให้เป็นผู้มีปัญญอย่างประเสริฐสามารถ หยั่งรู้ถึงสาเหตุและความดับของสภาวะธรรม สามารถเพิกถอนกิเลสบรรลถึงความสิ้นทุกข์ โดย ได้รู้ตามความเป็นจริงในอริยสัจ ๔ ว่า นี่คือทุกข์ นี่คือทุกข์สมุทัย หรือเหตุเกิดทุกข์ นี่คือทุกข์นิโรธ หรือความดับแห่งทุกข์ นี่คือทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา หรือข้อปฏิบัติเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์ ผู้ปฏิบัติย่อม รู้ได้ด้วยตนเองว่า ได้บรรลุเป้าหมายสูงสุดแล้ว

พระพุทธองค์ทรงสอนให้พระพุทธศาสนิกชน ฝึกฝนตนเองให้เกิดปัญญา^{๑๑๕} ซึ่งปัญญาในทัศนะในพระพุทธศาสนาเถรวาทนี้ มิได้หมายถึง ความฉลาดเฉลียวของมนุษย์สมถะของมนุษย์ แต่เป็นปัญญาที่รู้เท่าทันธรรมชาติ ตามความเป็นจริงของชีวิตเป็นปัญญาทางจิต ดังแสดงในเมฆิยเถรวัตถุ^{๑๑๖} ดังนี้

...จิตเป็นสภาวะที่ดิ้นรนไปในอารมณ์ทั้ง๖ มีรูปารมณ์ เป็นต้น ที่มักจะกวัดแกว่ง หวั่นไหว ไม่อาจจะตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวได้นาน เช่น ทารกไม่อาจทรงตัวอยู่ในอริยาบถเดียวได้นาน เป็นต้น การรักษากิจที่เช่นกัน จิตนั้นยากที่จะให้ดำรงอยู่ในอารมณ์ธรรม ที่เป็นสปปายะได้ นาน และห้ามยาก มักชานไปในวิสภาคารมณ์ คือ อารมณ์ที่ขัดแย้งกัน เพราะจิตมักมีความยินดีพอใจในกามคุณ๕ เมื่อจิตถูกพากรจากกามคุณ๕ ให้หยุดนิ่ง อยู่ในวิปัสสนากัมมัฏฐาน จิตก็จะดิ้นรนไปมา ไม่อาจจะตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ธรรมเป็นที่ สปปายะได้นาน แต่ผู้มีปัญญาย่อมสามารถควบคุมจิตให้ตรงได้ เหมือนดัง ช่างครสามารถดัดลูกศรให้ตรงได้...

วิปัสสนากาวนา หมายถึง การฝึกอบรมจิตเจริญปัญญา^{๑๑๗} เพื่อให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง จนจิตใจที่เป็นอิสระไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลส และความทุกข์ทั้งปวง^{๑๑๘} นอกจากนี้ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้อธิบายความหมายของคำว่าปัญญา คือ ลักษณะของวิปัสสนาปัญญาที่สัมปยุตด้วยกุศลจิต ดังนี้ “ธรรมชาติของปัญญา คือ ความรู้ทั่ว ๆ ไปมากกว่า การรู้จักและรู้แจ้ง เมื่อสัญญา รู้จัก วิญญาณรู้แจ้ง และปัญญารู้ทั่ว เป็นการรู้ด้วยกัน แต่สัญญาเป็นการเพียงรู้จักอารมณ์ว่า สิ่งนั้นมี

^{๑๑๕} คำว่า **ปัญญา** ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง ธรรมชาติที่เห็นถูกต้องต่อเหตุผลตามความเป็นจริง ซึ่งวิธีการที่จะเข้าถึงเหตุผลของธรรมชาติที่แท้จริงได้ ด้วยการพิสูจน์ความจริง โดยตามความเป็นจริง จากหลักคำสอนของพระพุทธองค์ด้วยตนเองเท่านั้น; พุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๐/๔๘-๔๙.

^{๑๑๖} พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๓-๓๔ / ๓๕-๓๖.

^{๑๑๗} คำว่า **ปัญญา** ในทางอภิธรรมเป็นเจตสิกชื่อว่า ปัญญินทรีย์ มีหน้าที่ปกครองการรับรู้สภาพธรรมต่าง ๆ โดย ทั่วไป ตามความเป็นจริง, พระสังฆมมโชติกะ ธัมมจริยะ; **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖ (จิตเจตสิก รูป นิพพาน)**, หน้า ๔๐.

^{๑๑๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๒๘๗.

สี่เขียว สี่เหลืองเท่านั้น แต่ไม่สามารถเข้าใจถึงลักษณะของพระไตรลักษณ์ คือ ความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาได้”^{๑๑๙}

ดังนั้น คำว่าปัญญาตามแนวคิดของพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ ความรู้ความเข้าใจ ตามลักษณะความเป็นจริงในกายและใจของตนเอง ตามความจริงของความเป็นอนิจจัง ทุกขังและอนัตตา การฝึกปัญญาต้องอาศัยฐาน คือ ศีลและสมาธิส่งผลให้ผู้นั้นมีกาย วาจา ใจที่สะอาด สงบ เพราะจิตชนิดนี้จะสามารถพิจารณาไตร่ตรอง เห็นธรรมชาติตามความเป็นจริงได้ง่าย ความมีปัญญา ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานนั้น

ปัญญาในการเจริญวิปัสสนากวณา หมายถึง การเข้าไปศึกษาความจริงของอริยสัจ^{๑๒๐} คือ ความจริงอันประเสริฐของพระอริยะ ๔ ประการ คือ

(๑) ทุกข์ คือ สภาพที่ทนได้ยาก ขาดแก่นสารและความเที่ยงแท้ ได้แก่ ได้แก่ ขาติ ขรามรณะ ความโศกเศร้า คร่ำครวญรำพัน ความทุกข์กายทุกข์ใจ ความคับแค้นใจ ความประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก ความต้องพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก ความปรารถนาสิ่งใดแล้วไม่สมหวัง กล่าวโดยย่อว่า คือความยึดมั่นในอุปาทานขันธ ๕ เป็นความทุกข์

(๒) ทุกขสมุทัย คือ สาเหตุให้ทุกข์เกิด ได้แก่ ตัณหา^๓ คือ กามตัณหา ภวตัณหาและวิภวตัณหา การค้นพบตัณหาว่าเป็นเหตุแห่งทุกข์ที่แท้จริง เป็นการพบอันยิ่งใหญ่ของพระพุทธเจ้า^{๑๒๑}

(๓) ทุกขนิโรธ คือ ความดับทุกข์ คือ เมื่อพระพุทธองค์ทรงสอนให้ดับไม่อาลัยในตัณหาเมื่อพ้นจากตัณหาได้ เป็นภาวะที่ตัณหาสิ้นไป เมื่อสามารถกำจัดอวิชชาให้สิ้นไป ไม่ติดข้องตัณหาสามารถดับเหตุแห่งทุกข์ได้ เป็นภาวะที่หลุดพ้น สงบ ปลอดภัย เป็นอัสสระ คือ พระนิพพาน

(๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา เป็นทางปฏิบัติให้บรรลุถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ หรือมัชฌิมาปฏิปทา คือ ไตรสิกขา (ศีล สมาธิและปัญญา)

ผู้ปฏิบัติมีหน้าที่ปฏิบัติอย่างถูกต้องและสำเร็จเสร็จสิ้นต่อกิจของอริยสัจ^{๑๒๒} แต่ละอย่างจึงจะได้ชื่อว่าเป็นผู้ตรัสรู้แล้ว ดังนี้

(๑) ปริญา คือ การกำหนดรู้ เป็นกิจในทุกขอริยสัจ ด้วยการศึกษาให้รู้จักให้เข้าใจชัด สภาพที่เป็นจริง เป็นลำดับขั้นของการทำความเข้าใจและการกำหนดขอบเขตของปัญหา

^{๑๑๙} พระพุทธโฆษาจารย์, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ) แปล, หน้า ๗๑๑-๗๑๓.

^{๑๒๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ, ๒๕๕๐), หน้า ๑๕๕; ดูรายละเอียดใน อง.ทสก.(บาลี) ๒๔/๙๕/๒๐๘.

^{๑๒๑} วุคิน อิศระ, **อริยสัจ ๔**, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๕๔), หน้า ๕๖.

^{๑๒๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า ๑๕๖; ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. ๓๑/๒๒๒/๓๗๖; ม.ญ.อ. ๑/๕๔/๑๓๘; ที.สี.อ. ๑/๒๔๘/๒๐๓.

(๒) ปหานะ คือ การละ เป็นกิจในทุกขสมุทัย เป็นลำดับขั้นของการวิเคราะห้และวินิจฉัยมูลเหตุของปัญหา เพื่อการแก้ไขกำจัดต้นตอของปัญหา

(๓) สัจฉิกิริยา คือ การทำให้แจ้ง กิจในทุกขนิโรธ เป็นลำดับขั้นของการแสดงการเข้าถึงภาวะที่ปราศจากปัญหา

(๔) ภาวนา คือ การเจริญ เป็นลำดับขั้นกำหนดวิธีการ ขั้นตอน และรายละเอียดที่จะต้องปฏิบัติในการลงมือแก้ไขปัญหา เป็นกิจในมรรคที่ควรเจริญ ฝึกอบรม ลงมือปฏิบัติ กระทำตามวิธีการแก้ไขปัญหา เพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน

อริยสัจ ๔ จึงเป็นหัวใจสำคัญของพระพุทธศาสนาเถรวาท และมีความสำคัญในฐานะเป็นผลของการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติธรรมทั้งปวงในพระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อความรู้แจ้งในอริยสัจ ๔^{๑๒๓} ดังนั้น อริยสัจ ๔ จึงเป็น

ก) ศูนย์กลางแห่งหลักธรรมในทาง พระพุทธศาสนาเถรวาท และเป็นที่รวมแห่งกุศลธรรมทั้งปวง

ข) เป็นธรรมแห่งการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า และพระอริยสาวกทั้งหลาย

ค) เป็นธรรมอันบุคคลทั่วไปรู้ได้ยาก

ง) ผู้ยังไม่บรรลุอริยสัจ ๔ บุคคลนั้น ย่อมตกอยู่ในอำนาจแห่งความทุกข์ของความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย และเป็นเหตุให้ทุกชีวิตทั้งหลายยังเที่ยวเร่ร่อน ไปในสังสารวัฏอันหาที่สุดไม่ได้

ลักษณะของการวิปัสสนาภาวนา เป็นธรรมชาติที่เห็นแจ้งในอารมณ์ต่างๆ มีรูปารมณเป็นต้น โดยความเป็นนามรูปที่พิเศษ นอกรอกออกไปจากบัญญัติ โดยละทิ้งสหทบัญญัติ อัถลบัญญัติ การเห็นแจ้งเป็นพิเศษมี ๒ ประการ ดังนี้

(๑) การเห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่างๆ ที่ปรากฏทาง ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ โดยความเป็นรูป เป็นนาม เพราะโดยปรกติอารมณ์ต่างๆ ที่มาปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ ในขณะแรกๆ ล้วนเป็นปรมัตถ์ของรูปนามทั้งสิ้น แต่สัตว์ทั้งหลายสามารถรับรู้อารมณ์เหล่านั้นเป็นบัญญัติอย่างเดียว เมื่อได้รับกระทบทางสัมผัสทั้ง ๖ ทางเป็นบัญญัติอารมณ์แล้ว ทำให้บุคคลนั้นรับรู้สิ่งที่เขารับสัมผัส เป็นหญิง เป็นชาย เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นความดี ความเลว ความผิด ความถูก ความดีใจ ความเสียใจ ความโง่ ความฉลาด ความเลื่อมใส ความสงสัย ความรักใคร่ เหล่านี้ล้วนเป็นอารมณ์บัญญัติทั้งสิ้น

(๒) การเห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่างๆ ที่มาปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ โดยความเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา (ไตรลักษณ์) และเป็นอสุภะ ย่อมเห็นแจ้งในอารมณ์ต่างๆ มีรูปารมณเป็นต้น โดยอาการเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาและอสุภะ ที่พิเศษไปจากนิจจสัญญา-

^{๑๒๓} เตือน คำดี, ศาสนศาสตร์, หน้า ๑๓๖.

วิปัสสนา สุขสัญญาวิปัสสนา อุตตสัญญาวิปัสสนา และสุกสัญญาวิปัสสนาเสีย ธรรมดาตินั้นชื่อว่า “วิปัสสนา” ได้แก่ ปัญญาเจตสิก ในมหากุศลจิตและมหากริยาจิต^{๑๒๔}

พระอานนท์ได้แสดง วิธีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเพื่อให้แจ้งอรรถผล ในสำนักของ พระอานนท์ เพื่อขจัดวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประเภท เมื่อผู้ปฏิบัติอยู่ในขั้นตรุณวิปัสสนาภาวนา แสดง ในปฏิสัมภิทามรรค ยุคนี้^{๑๒๕} ดังนี้

...ผู้ใดก็ตาม ไม่ว่าจะเป็ฃกษุหรือภิกษุณี ย่อมปฏิบัติตนแจ้งในสำนักของพระอานนท์ ด้วย วิธีทั้ง ๔ ประการ ต่อไปนี้

- (๑) สมณูปพังคมวิปัสสนา คือ การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณนำหน้า
- (๒) วิปัสสนาอุปพังคมสมณะ คือ การเจริญสมณะโดยมีวิปัสสนาหน้า
- (๓) ยุคนี้ธรรมสถวิปัสสนา คือ การเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่กันไป
- (๔) ธัมมูถัจจวิคคหิตมานัส คือ วิธีปฏิบัติเมื่อถูกใจอุทัจจะในธรรมที่กั้นไว้

การเจริญวิปัสสนาภาวนาย่อมเกิดวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่าง^{๑๒๖} แก่ผู้ปฏิบัติอยู่ในขั้นที่เป็น วิปัสสนาภาวนาอย่างอ่อน (ตรุณวิปัสสนา) กลายเป็นโทษเครื่องเศร้าหมองแห่งวิปัสสนาภาวนา เพราะเข้าใจผิดว่าตนบรรลุเป้าหมายสูงสุดแล้ว จึงหยุดการปฏิบัติธรรมเสีย ทำให้ไม่สามารถ ก้าวหน้าต่อไป เมื่อปฏิบัติธรรมจนสามารถ ทำให้จิตมีความตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน จะมีภาวะที่ จิตเป็นหนึ่งผุดเกิดขึ้นและตั้งมั่นอยู่ สามารถบรรลุธรรมเป็นพระโสดาบัน หรือพระสกทาคามี หรืออนาคามี หรือพระอรหันต์ สามารถละสังโยชน์และอนุสัยสิ้นไป บรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน...

ดังนั้น วิปัสสนาภาวนา^{๑๒๗} คือ ธรรมดาที่เห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่างๆ ที่ปรากฏ ทางตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ โดยความเป็นรูปนามทั้งสิ้นและสิ่งที่ปรากฏนั้น มีความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา (ไตรลักษณ์) และเป็นอสุภ

เมื่อบุคคลใดได้ปฏิบัติสมถภาวนา จนบรรลุฃณสมาบัติ สามารถเป็นพื้นฐานเจริญ วิปัสสนากรรมฐานต่ออีก จนได้บรรลุฃมรรค ผล นิพพาน บุคคลนั้นเรียกว่า “สมถยานิกะ” และเมื่อ

^{๑๒๔} พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่๙ เล่ม๑ (สมถกรรมฐานที่ปนี)**, หน้า ๑๘-๒๒.

^{๑๒๕} ชุ.ป.(ไทย) ๓๑/๑/๔๑๓-๔๑๔.

^{๑๒๖} **วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่าง** คือ (๑) โภกาส คือ แสงสว่าง (๒) ปีติ คือ ความอิมใจปลาบปลื้มเต็ม ไปทั้งตัว (๓) ญาณ คือ ความรู้ที่คมชัด (๔) ปัสสัทธิ คือ ความสงบเย็นกายเย็นใจ (๕) สุข คือ ความสุขที่ชุ่ม น้า ไปทั้งตัวที่ประณีตอย่างยิ่ง (๖) อธิโมกข์ คือ ศรัทธาแรงกล้าที่ทำให้ใจผ่องใสยิ่ง (๗) ปัคคาหะ คือ ความเพียร ที่พอดี (๘) อุပ္ปฐฐาน คือ สติชัด (๙) อุเบกขา คือ ความวางใจเป็นกลางที่ลงตัวสนิท (๑๐) นิกันติ คือ ความติด ใจพอใจ; ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๓๗๕.

^{๑๒๗} สัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่๙ เล่ม๑ (สมถกรรมฐานที่ปนี)**, หน้า ๑๘- ๒๒.

สิ้นอาสวะกิเลสสำเร็จเป็นพระอรหันต์ มีชื่อว่า ฌานลาภีบุคคลหรือเจโตวิมุตติบุคคล คือ การหลุดพ้น ด้วยความสามารถแห่งสมาธิ

ส่วนบุคคลใดสามารถเห็นแจ้งตามความเป็นจริงของรูปนามชั้นธัมมวิภาติ โดยมิได้เจริญสมถภาวนามาก่อน และยังมิได้ฌานสมาบัติ แต่เริ่มปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเลย ได้สมาธิระดับฌานสมาธิ คือ สามารถรู้ทันปัจจุบันทุกขณะของรูปนามชั้นธัมมวิภาติ โดยความเป็นไตรลักษณ์ จนได้บรรลุมรรคผลนิพพาน เรียกว่า “วิปัสสนาญาณิก” และเมื่อสิ้นอาสวะกิเลส สำเร็จเป็นพระอรหันต์ มีชื่อว่า สุกวิปัสสกบุคคล หรือ ปัญญาวิมุตติบุคคล คือ บุคคลที่สามารถหลุดพ้นด้วยความสามารถแห่งปัญญา^{๑๒๘}

ผู้ที่ต้องการเจริญวิปัสสนาภาวนา จะต้องรู้จักสำรวจตน ในการรักษาศีลเป็นสำนึกของบุคคลนั้น เพื่อการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคม เพราะทุกๆ ชีวิตต่างมีความปรารถนาไม่ต้องการ ให้ผู้อื่นมาทำร้ายทำลายตน ด้วยการตกไปอยู่อำนาจของราคะ โทสะและโมหะ เพราะทุกๆ ชีวิตต่างมีความปรารถนาที่จะอยู่ร่วมกันด้วยความมีเมตตาต่อกัน มีความเกื้อกูลซึ่งกันและกัน เราจึงควรสำรวจกาย วาจาและใจ

ด้วยการสังวรในปาฏิโมกข์เพียบพร้อมด้วยอาจารย์^{๑๒๙} และโคจร^{๑๓๐} เป็นผู้เห็นโทษภัยของการล่วงละเมิดศีล ในโทษแม้เพียงเล็กน้อย มีการสมาทานและศึกษาในอริสัจสี่ทุกขและสัจจาทิ ทั้งหลายที่พระผู้มีพระภาคทรงบัญญัติ สำหรับผู้ประพฤติปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เมื่ออยู่ร่วมกัน เพื่อสนับสนุนตามรักษาดิน และผู้ปฏิบัติธรรมคนอื่น

ลำดับขั้นการปฏิบัติตนเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด พระผู้มีพระภาคแสดงในโมคคัลลานสูตร^{๑๓๑} มีดังนี้

๑) การรักษาศีล เป็นสำนึกของบุคคลนั้น เพื่อการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคม เพราะทุกชีวิตต่างมีความต้องการไม่ให้อื่นมาทำร้ายทำลายตน ด้วยการไม่ตกไปอยู่ในอำนาจของราคะ โทสะและโมหะ ทุกๆ ชีวิตต่างมีความปรารถนา ที่จะอยู่ร่วมกันด้วยความเมตตาต่อกัน เราจึงควรสำรวจกาย วาจาและใจ ด้วยการสังวรในปาฏิโมกข์ เพียบพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร เป็นผู้เห็นโทษภัยของการล่วงละเมิดศีล ในโทษแม้เพียงเล็กน้อย มีการสมาทานและศึกษาในอริสัจสี่ทุกขและสัจจาทิ ทั้งหลายที่พระผู้มีพระภาคทรงบัญญัติสำหรับผู้อยู่ร่วมกัน

^{๑๒๘} อก.พ.ก.(ไทย) ๒๐/๙๐/๗๙.

^{๑๒๙} อาจารย์ หมายถึง การไม่ล่วงละเมิดทางกายวาจาและใจ การสำรวจระวังในศีลทั้งปวงและไม่เลี้ยวชีวิตด้วยมิจฉาอาชีวะที่พระพุทธองค์ทรงเตือน.

^{๑๓๐} คำว่า โคจร หมายถึง การไม่เที่ยวไปในสถานที่ที่ไม่ควรเที่ยว เช่น ที่อยู่ของหญิงแพศยา เป็นต้น การไม่คลุกคลีกับบุคคลที่ไม่ควรคลุกคลี เช่น พระราชา เป็นต้น การคบหากับตระกูลที่ไม่สมควรคบ เช่น ตระกูลที่ไม่มีศรัทธา ไม่มีความเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา เป็นต้น; ดูรายละเอียดใน อภิ.วิ.(ไทย) ๓๕/๕๑๓-๕๑๔/๓๘๘-๓๘๙, พ.ม.(ไทย) ๒๙/๑๙๖/๕๗๑-๕๗๔.

^{๑๓๑} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๗๔-๗๗/๗๘-๘๔.

๒) การเป็นผู้สำรวมระวัง รักษาอินทรีย์ทั้ง๖ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ เพราะการไม่สำรวมระวังในอินทรีย์ จะเป็นเหตุในบาปอกุศลกรรม ได้แก่ อภิชฌา คือ ความเพ่งเล็งอยากได้สิ่งของของผู้อื่น และโทมนัส คือ ความทุกข์ใจ เข้าครอบงำใจของตนได้ การปฏิบัติตนเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ต้องสำรวมระวังด้วยองค์ธรรม ๕ ประการ มีแสดงในอรรถกถาสลยญาณนิเทศ^{๑๓๒} ดังนี้

- ก) ปาฏิโมกขสังวร คือ การเป็นผู้เข้าถึงพร้อมด้วยปาฏิโมกข์สังวร
- ข) สติสังวร คือ การสำรวมอินทรีย์ โดยเฉพาะการเห็นรูปต่างๆ ด้วยจักขุ อันเป็นเหตุให้อภิชฌาและโทมนัสเข้าครอบงำได้
- ค) ญาณสังวร คือ การพิจารณาโดยแยบคายก่อนใช้เครื่องนุ่งห่ม
- ง) ขันติสังวร คือ การเป็นผู้อดทนอดกลั้นต่อความหนาว ความร้อน ความหิวกระหาย เหลือบ ยุง ลม แดดและสัตว์เลื้อยคลาน คำกล่าวร้ายของผู้อื่น และต่อเวทนาที่เกิดขึ้นภายในตัวเอง
- จ) วิริยสังวร คือ การอดกลั้น การละ การบรรเทาต่อกามวิตกที่เกิดขึ้น โดยการทำให้สิ้นสูญไปให้ถึงความไม่มี

๓) การเป็นผู้ประมาณในการบริโภคผู้ปฏิบัติจะต้องมีความสำรวมระวังด้วยการพิจารณาทุกครั้งที่จะบริโภคอาหาร โดยพิจารณาว่าเราจะบริโภคอาหารนี้ เพียงเพื่อความดำรงอยู่ได้แห่งกายนี้ เพื่อให้กายนี้เป็นไปได้ เพื่อกำจัดความเบียดเบียน เพื่อบริโภคพรหมจรรย์ เพื่อความไม่มีโรค เพื่อกำจัดเวทนาเก่า คือ ความหิว และจะไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้น เพื่อกำหนดดำเนินไปแห่งกายนี้ เพื่อความไม่มีโทษ และเพื่อความผาสุกแห่งตน

๔) การเป็นผู้มีความเพียรเป็นเครื่องตั้งอยู่อย่างต่อเนื่อง ด้วยการขารัจจิตให้บริสุทธิ์จากธรรมทั้งหลายที่เป็นเครื่องขัดขวาง ด้วยการเดินจงกรมและการนั่งสมาธิในเวลากลางวัน ส่วนในเวลากลางคืน ในปฐมยาม ระหว่างเวลา ๑๘.๐๐-๒๒.๐๐ น.^{๑๓๓} ให้ทำความเพียรด้วยการเดินจงกรมและการนั่งสมาธิ นอนหลับในลักษณะราชสีห์ คือ การนอนตะแคงขวา ซ้อนเท้าเหลื่อมกัน มีสติสัมปชัญญะกำหนดในใจอยู่ พร้อมทั้งจะลุกขึ้นตลอดเวลาขณิยาม ระหว่างเวลา ๒๓.๐๐-๐๒.๐๐ น. เมื่อถึงปัจฉิมยาม ระหว่างเวลา ๐๓.๐๐-๐๖.๐๐ น. ก็ให้ลุกขึ้นมาทำความเพียร ในการเดินจงกรมและการนั่งสมาธิ

๕) การเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ มีความรู้สึกตัวอย่างจดจ่อ และต่อเนื่อง ในการกำหนดอิริยาบถย่อย การทำความรู้สึกตัวและเฝ้าดูอาการในกายและใจของตนเอง การก้าวเดิน การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาฏิ บาตร และจีวร (สำหรับคฤหัสถ์ผู้ครองเรือน หมายถึง การนุ่งห่มเสื้อผ้าอย่างมีสติสัมปชัญญะ และมีความรู้สึกตัวในการ

^{๑๓๒} พ.อ.(ไทย) ๖๘/๓๙-๔๒.

^{๑๓๓} ยามหรือเวลาแบ่งออกเป็น ๓ ยาม ดังนี้ ปฐมยาม อยู่ระหว่างเวลา ๑๘.๐๐-๒๒.๐๐ น. มัชฌิมยาม หมายถึง ยามกลาง ระหว่างเวลา ๒๓.๐๐-๐๒.๐๐ น. และ ปัจฉิมยาม หมายถึง ยามปลาย อยู่ระหว่างเวลา ๐๓.๐๐-๐๖.๐๐ น.; พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๑๙๘, ๒๓๐, ๓๑๑.

เคลื่อนไหวของกายและใจตลอดเวลา) การฉัน การตี้ม การลี้้ม การถ่ายอุจจาระ การถ่ายปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การพูด การนิ่ง เป็นต้น

๖) การพักอยู่ในเสนาสนะอันสงบสงัด เช่น ป่า โคนไม้ ภูเขา ซอกเขา ถ้ำ ที่แจ้ง ลอม-
ฟาง ป่าช้า ป่าชัญ เป็นต้น

๗) การเป็นผู้ปฏิบัติอยู่เพื่อละนิวรณ์ ๕ ประการ ซึ่งเป็นเหตุทำให้จิตออกจากอารมณ์ที่
กำหนดอยู่ เป็นเครื่องกันความดี เพราะนิวรณ์แต่ละประเภทย่อมมีอำนาจเฉพาะในการขวางกั้น หรือเป็น
อุปสรรคต่อการปฏิบัติ นิวรณ์ทั้ง ๕ นี้ เป็นเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตที่ขัดขวางความก้าวหน้าของการ
บรรลุปาหมายสูงสุด นิวรณ์ที่เป็นเครื่องกันความดี เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติทั้งสมถภาวนาและ
วิปัสสนาภาวนา แต่อารมณ์ฉันของสมถภาวนา สามารถคุ้มครองให้จิต กลับมาสู่อารมณ์กรรมฐาน
ที่กำหนดอยู่ได้เต็มที่และต่อเนื่อง

๘) การเป็นผู้มีความเพียรในการเจริญสมถภาวนา เพื่อการชำระจิตให้บริสุทธิ์ และจิต
สงบอยู่ภายใน อาการของฉันอันผลเกิดจากการทำจิตให้สงบสามารถละนิวรณ์ทั้ง ๕ ได้ มีความสงบ
จากกามและอกุศลกรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุถึงปฐมฉัน ทุตติยฉัน ตติยฉันและจตุตถฉัน ตาม
ลำดับแห่งความสงบของจิต

การปฏิบัติที่ประกอบด้วยองค์ฉันนี้ สามารถทำให้จิตจดจ่อ กับสิ่งที่กำหนดได้แม่นยำ
ขึ้น สามารถสร้างสภาวะแห่งความสงบ แจ่มใสและเป็นสุข จะเกื้อกูลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาต่อไป
แต่การปฏิบัติสมถภาวนา ก่อให้เกิดความสงบ แต่ไม่ทำให้เกิดปัญญาได้ เพราะสมถภาวนาใช้บัญญัติ
เป็นอารมณ์ในการกำหนด

ในการเจริญสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา องค์ฉันแต่ละองค์เป็นเครื่องกั้นนิวรณ์แต่
ละประเภท และมีองค์ธรรม ที่เป็นฝ่ายตรงข้ามขององค์ฉันที่หนึ่ง^{๓๓๔} ดังนี้

๘.๑) กามฉันทะ อารมณ์ผัสสะต่าง ๆ เป็นตัวการสำคัญที่ทำให้จิตตกอยู่ในอารมณ์ของ
กามฉันทะการทำให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวที่กำหนด (เอกัคคตา) จิตจะไม่ยึดติดอยู่ในความคิด
อื่น ๆ อิทธิธรรมจะหมดอำนาจครอบงำจิต

๘.๒) ความโกรธ เมื่อเกิดสมาธิเกิดขึ้น ผู้ปฏิบัติจะเปี่ยมด้วยปิติและความยินดี สามารถ
หลุดพ้นจากความโกรธ เพราะอารมณ์โกรธไม่สามารถเกิดร่วมกับปิติ

๘.๓) อุทธัจจกุกกุกจะ เมื่อการปฏิบัติมีความก้าวหน้าขึ้น จิตจะสามารถเฝ้าดูอารมณ์ที่ไม่
น่าพึงพอใจได้อย่างสงบ บางครั้งเมื่อมีการกำหนดสติอยู่ ความเจ็บปวดอาจหายไป เหลือเพียง
ความเบากายเบาใจ จะไม่คิดฟุ้งซ่านและมีความวิตกกังวล

๘.๔) ถีนมิทธะ ความหดหู่ เชื่องซึม องค์ฉัน คือ วิตก หรือการปักจิตลงสู่อารมณ์ มี
พลังให้การทำให้สติให้สดชื่น ทำให้จิตมีชีวิตชีวาและพร้อมที่จะรับรู้ประสบการณ์ใหม่ๆ เมื่อจิตพยายาม
จดจ่อ ในการกำหนดอารมณ์อย่างต่อเนื่องชัดเจน อาการของความง่วงเหงาเชื่องซึมไม่อาจเกิดขึ้นได้

^{๓๓๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๒๘๒-

๘.๕) วิจิกิจา ความลึกลับองศ์ฌานที่มีหน้าที่ ในการผูกจิตให้อยู่กับอารมณ์นั้นอย่างต่อเนื่อง คือ วิจารณ์ การเฝ้าดูอย่างต่อเนื่อง การกำหนดจิตให้แนบแน่นอยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง ความลึกลับองศ์ฌานไม่อาจเกิดขึ้นได้

๙) การเป็นผู้มีความเพียรในการเจริญวิปัสสนา ให้รู้ชัดตามความเป็นจริงในอริยสัจ ๔ ว่า

...นี่คือทุกข์ นี่คือทุกขสมุทัย นี่คือทุกขนิโรธ นี่คือทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา นี่คืออาสวะ นี่คืออาสวะนิโรธ นี่คืออาสวะนิโรธคามินีปฏิปทา^{๑๓๕} เมื่อผู้ปฏิบัติรู้เห็นอยู่อย่างนี้แล้ว จิตย่อมหลุดพ้นจากกามาสวะ ภวาสวะ ทิฏฐิสังขาร และอวิชชาสวะแล้ว กิจที่ควรปลงภาระได้แล้ว บรรลุประโยชน์ อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของตนโดยลำดับแล้ว ทำให้สิ้นภวสังโยชน์แล้ว^{๑๓๖} หลุดพ้นแล้วเพราะรู้โดยชอบเหล่านั้น...^{๑๓๗}

...บุคคลใดที่ยินดี ในการปฏิบัติสมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนาอย่างจดจ่อและต่อเนื่อง เขาย่อมประเสริฐกว่าผู้มิได้ปฏิบัติ เพราะเขาดำรงมั่นอยู่ในนิพพาน มัคคปัญญานันมีนิพพานเป็นอารมณ์ และมีมคคสมาธิ เขาย่อมจะบรรลุธรรมอันเป็นเป้าหมายสูงสุด...^{๑๓๘}

เมื่อผู้ปฏิบัติต้องการจะปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด เขาจะต้อง ไปสู่ป่าก็ดี ไปสู่โคนไม้ก็ดี ไปสู่เรือนว่างที่สงัด คือ เสนาสนะ ๗ อย่าง เว้นป่าและโคนไม้ ได้แก่ (๑) ภูเขา (๒) ชอกเขา (๓) ถ้ำ (๔) ป่าช้า (๕) ป่าชฎ (๖) ที่แจ้ง (๗) ลอมฟาง

เมื่อเลือกหาสถานที่ที่พอใจแล้ว จึงลงนั่งขัดสมาธิ ตั้งกายให้ตรง มีสติรู้เฉพาะกรรมฐานที่เลือกใน ๔ ฐาน คือ พิจารณาสมุทัยของกายในกาย หรือพิจารณาสมุทัยของเวทนาในเวทนา หรือพิจารณาสมุทัยของจิตในจิต หรือพิจารณาสมุทัยของธรรมในธรรม

เมื่อผู้ปฏิบัติได้พิจารณาในธรรมหมวดใดหมวดหนึ่ง จนสามารถเห็นชัดถึงความเกิดดับของธรรมในธรรมนั้น อาศัยธรรมนั้นเจริญญาณ เจริญสติ ผู้ปฏิบัติสามารถละความยึดมั่นถือมั่นลงได้ เขาย่อมเห็นชัดในสังโยชน์ สามารถละสังโยชน์นั้นลงได้ เขาก็จะบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพานได้ในที่สุด

ผลของการเจริญวิปัสสนากรรมฐานอย่างจดจ่อต่อเนื่องเป็นเวลา ๗ ปี หรือ ๗ เดือน หรือ ๗ วัน พระผู้มีพระภาคทรงรับรองว่า ผู้ปฏิบัติสามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ได้เป็นพระอรหันต์ แต่ถ้ายังมีอุปาทานเหลืออยู่ ก็เป็นเพียงพระอนาคามีเท่านั้น

^{๑๓๕} ม.ม.(ไทย) ๑๓/๑๖/๑๘.

^{๑๓๖} สิ้นภวสังโยชน์แล้ว ตามแนวคิดของพระอภิธรรม หมายถึง การสิ้นสังโยชน์ ๑๐ ประการ คือ (๑) กามราคะ (๒) ปฏิฆะ (๓) มานะ (๔) ทิฐิ (๕) วิจิกิจา (๖) สิลลัทธิตปปราคาส (๗) ภวราคะ (๘) อัสสา (๙) มัจฉริยะ และ (๑๐) อวิชชา สังโยชน์เหล่านี้เรียกว่า ภวสังโยชน์ เพราะผูกพันหมู่สัตว์ไว้ในภavn้อยภavnใหญ่; อภิ.วิ.(บาลี) ๓๕/๑๐๒๙/๕๒๘.

^{๑๓๗} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๗๔-๗๘/๗๘-๘๔, อภิ.วิ.(ไทย) ๓๕/๕๐๙-๖๔๐/๓๘๖.

^{๑๓๘} ข.สุ.(ไทย) ๒๔/๓๒๗-๓๓๓/๕๗๕-๕๗๖.

เมื่อผู้ปฏิบัติ ยังไม่สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด ของพระพุทธศาสนาเถรวาทได้ แต่เขายังคงมุ่งมั่นต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาและยังคงเรียนรู้ เพื่อหาทางประยุกต์สติสัมปชัญญะ และมีการพัฒนาสติสัมปชัญญะ ให้เข้ากับกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ถือว่าเป็นการปฏิบัติธรรมที่ควร เรียกว่า เป็นการเจริญวิปัสสนาภาวนาแบบธรรมดา โดยการใช้สติปัฏฐาน๔ ในมหาสติปัฏฐานสูตร เป็นหลักการในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ที่ยังคงจดจ่อต่อเนื่องในรูปนามที่ปรากฏอยู่ แม้ว่าวิธีการนี้ เป็นวิธีการที่ใช้เวลาที่เนิ่นนานกว่า การเข้าไปปฏิบัติแบบเข้มข้นในสถานที่ ที่มีระบบและแบบแผนการปฏิบัติธรรม แต่การปฏิบัติในชีวิตจริงย่อมก่อให้เกิดทักษะ จากการเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นวิธีการแห่งการปฏิบัติธรรมวิธีการหนึ่ง เพื่อการพัฒนาตนในพระพุทธศาสนาเถรวาท ที่เน้นให้ผู้ปฏิบัติ เป็นผู้ตื่นอยู่และยังคงเรียนรู้ได้ด้วยตนเองเท่านั้น^{๑๓๙}

๒.๓ สรุป วัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ วิธีปฏิบัติ เพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท

จากการศึกษาเรื่องแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท ในฐานะพุทธศาสนิกชนสมควรศึกษาและปฏิบัติตาม เพื่อทำความเข้าใจ ในสิ่งที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบวิธีเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ดังนี้

๑. มนุษย์มีฐานะสูงสุดและเป็นนายของตัวเอง ดังนั้น จึงมีความสามารถปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ได้ด้วยตนเอง ส่วนพระพุทธองค์ทรงเป็นเพียงผู้แนะนำ วิธีการที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบเท่านั้น เมื่อพระพุทธองค์ได้ตรัสรู้หนทางสิ้นทุกข์แล้ว จึงทรงประกาศพระองค์เป็นพระสยัมมัญญ์ ไม่มีครูบาอาจารย์ สิ่งที่พระพุทธองค์ได้ตรัสรู้ คือ อริยสัจ ๔ เป็นเรื่องของทุกข์ และวิธีดับทุกข์ ซึ่งเป็นธรรมที่ไม่เคยมีปรากฏมาก่อน

๒. พระพุทธองค์ทรงสอนแต่เรื่องของ “ทุกข์” เพราะพระพุทธองค์ทรงพิจารณาแล้ว เห็นว่า ความทุกข์ที่เกิดจาก ความเกิด ความแก่ ความเจ็บไข้ ความตาย การประสบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก คำว่า “ทุกข์” พระพุทธองค์หมายถึง สภาพที่ทนอยู่ในสภาพเดิมได้ยาก ไม่สามารถคงอยู่ในสภาพเดิมได้นาน และมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เมื่อเขายังไม่รู้จักวิธีสลัดทุกข์นั้นได้ ยังไม่รู้แจ้งในอริยสัจ ๔ จึงเป็นเหตุให้เขาต้องเร่ร่อนเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสาร อย่างชนิดที่หาต้นทางไม่ได้และหาปลายทางไม่พบ

๓. กฎแห่งกรรมเป็นกฎธรรมชาติ อธิบายถึง เรื่องการเวียนว่ายตายเกิดของมนุษย์ ที่เกิดจากเหตุปัจจัยซึ่งกันและกัน สิ่งที่เกิดมีสาเหตุให้เกิด สิ่งที่เกิดดำรงอยู่เพราะมีสาเหตุให้ดำรงอยู่ และสิ่งที่ดับไปเพราะมีเหตุให้ดับไปหรือเสื่อมไป เรียกว่า “ปฏิจจสมุปบาท” ซึ่งเป็นเหตุสำคัญแห่งปัญหาของทุกข์ทั้งปวง เมื่อผู้ประพฤติปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ ก็สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดได้

^{๑๓๙}พรพิศ ศิริวิสูตร, “สติและวิธีการพัฒนาเพื่อการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๕), หน้า ๑๗๕.

๔. กฎของพระไตรลักษณ์ อธิบายถึง ธรรมชาติตามความเป็นจริงของทุกสรรพสิ่งมี ธรรมชาติที่เกิดขึ้นมา ดำรงอยู่ชั่วระยะหนึ่ง และต้องแตกดับไป ไม่มีสิ่งใดที่คงทนอยู่ในสภาพเดิม ตลอดไป แต่มนุษย์มักเข้าใจผิดว่า ทุกสรรพสิ่งที่เขาเข้าไปยึดครองและสามารถอยู่กับเขาตลอดกาล แต่เมื่อประสบเข้ากับกฎของพระไตรลักษณ์ว่า เราไม่สามารถยึดครอง เป็นเจ้าของทุกสรรพสิ่งได้ ตลอดไป ครั้นเขาไม่รู้จักความจริงนี้ เขาย่อมประสบกับความทุกข์ทนไม่ได้และเป็นเหตุให้เกิดปัญหาไม่รู้จบสิ้น

๕. นิพพานเป็นเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นเรื่องที่สำคัญที่สุดของพุทธศาสนิกชนทุกๆ คน สมควรจะฝึกตามที่พระพุทธองค์ทรงสอน เพราะนิพพานนี้ เกิดจาก สิ่งที่เกิดขึ้นยากมากในโลกมี ๔ อย่าง คือ ๕.๑ การเกิดมาเป็นมนุษย์ ๕.๒ การดำรงชีวิตของสัตว์ เหล่านั้น ๕.๓ การได้มีโอกาสฟังพระสัทธรรมของพระพุทธเจ้า ๕.๔ การอุบัติเกิดขึ้นของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ดังนั้น ถ้าเขายังประมาทอยู่ เขาก็จะพบกับการเวียนเกิดเวียนตายในวัฏสงสารอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

๖. ผลของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดคือ พระนิพพาน ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง การมีชีวิตที่ปราศจากกิเลส อวิชชา ตัณหา อุปาทาน การละเว้นจากความชั่วทั้งปวง ประกอบแต่ความดี และการชำระจิตให้สะอาด สว่าง สงบ เมื่อชีวิตสิ้นสุดกระแสชีวิตก็สิ้นสุดลงด้วย คือ เขาจะไม่เกิด แก่ เจ็บและตายอีกต่อไป แต่ถ้าผู้ปฏิบัติยังไม่สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดได้ เขาก็ยังมีความสงบสุขในการดำรงชีวิตอยู่ในปัจจุบัน เมื่อเขาตายไป เขาย่อมได้ไปเกิดในสุคติภูมิ

จากการศึกษาเรื่องแนวคิด เรื่องวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาเถรวาท พระพุทธองค์ทรงแนะนำวิธีการปฏิบัติ เพื่อการพัฒนาตนตามลำดับขั้นตอนของ “ไตรสิกขา” ดังนี้

๑. การสํารวมกายและวาจา ด้วยการรักษาศีลจนเป็น “อริศีล” เพราะเห็นโทษภัยในการ ผิดศีลแม้เพียงเล็กน้อย การรักษากายและวาจาให้เรียบร้อย ตั้งอยู่บนความดีงาม เป็นการสํารวมไม่ ละเมิดในกิเลสทั้งปวง แม้เขาจะยังไม่สามารถเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดในภพชาตินี้ เมื่อเขาตายไปเขา ย่อมไปเกิดในสุคติภูมิ ตรงข้ามผู้กระทำผิดศีล เขาย่อมไปสู่รอกตามกรรมที่เขาทำไว้

๒. การฝึกจิตให้สงบจากกาม และอกุศลกรรมทั้งปวง เมื่อเขาสามารถรักษาศีลจนเป็น “อริศีล” แล้ว จิตของเขาก็จะผ่องแผ้ว สามารถบำเพ็ญเพียรทางจิตได้อย่างไม่มีอุปสรรค พระพุทธ องค์ทรงแนะนำ ให้มีการฝึกจิตให้สงบจากกามและอกุศลกรรมทั้งปวง จนสามารถบรรลุปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌานและจตุตถฌานตามลำดับ ซึ่งเป็นวิธีการของสมถภาวนา และเป็นบาทของ วิปัสสนาภาวนาเป็น “อริจิตตสิกขา” ต่อไป

๓. การฝึกจิตเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด เรียกว่า “อริปัญญา” เมื่อใดที่ผู้ปฏิบัติเป็นผู้มี ปัญญาอย่างประเสริฐ เมื่อได้เจริญวิปัสสนาภาวนาสามารถหยั่งรู้ ถึงความเกิดและความดับไปของ สภาวธรรม สามารถเพิกถอนกิเลส รู้ตามความเป็นจริงว่า นี่คือทุกข์ นี่คือเหตุให้เกิดทุกข์ นี่คือ

ความดับทุกข์ นี่คือข้อปฏิบัติไปสู่ความดับทุกข์ เช่นนี้ ผู้ปฏิบัติย่อมสามารถรู้ได้ด้วยตนเองว่า ได้ถึงความสิ้นทุกข์แล้ว คือ พระนิพพาน ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๔. การเข้าไปศึกษาความจริงของอริยสัจ ๔ คือ ความจริงอันประเสริฐของพระอริยะ ๔ ประการ คือ ผู้ปฏิบัติมีหน้าที่ปฏิบัติอย่างถูกต้องและสำเร็จเสร็จสิ้นต่อกิจของอริยสัจ ๔ แต่ละอย่าง จึงจะได้ชื่อว่าเป็นผู้ตรัสรู้แล้ว ดังนี้

(๑) ทุกข์ คือ สภาพที่ทนได้ยาก ขาดแก่นสารและความเที่ยงแท้ ได้แก่ ได้แก่ ขาติ ขรา มรณะ การประจวบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก พลัดพรากจากสิ่งทีรัก ความปรารถนาไม่สมหวัง กล่าวโดยย่อว่า อุปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์ ผู้ปฏิบัติเข้าไปกำหนดรู้ เป็นกิจในทุกขอริยสัจ ด้วยการศึกษาให้รู้จัก ให้เข้าใจชัดสภาพที่เป็นจริง เป็นลำดับขั้นของการทำความเข้าใจและการกำหนดขอบเขตของปัญหา

(๒) ทุกขสมุทัย คือ สาเหตุให้ทุกข์เกิด ได้แก่ ตัณหา ๓ คือ กามตัณหา ภวตัณหาและ วิภวตัณหา ผู้ศึกษาปฏิบัติด้วยการละ เป็นกิจในทุกขสมุทัย เป็นลำดับขั้นของการวิเคราะห์และ วินิจฉัยมูลเหตุของปัญหา เพื่อการแก้ไขกำจัดต้นตอของปัญหา

(๓) ทุกขนิโรธ คือ ความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่ตัณหาสิ้นไป เป็นภาวะที่เมื่อกำจัดอวิชชา ให้สิ้นไป ไม่ติดข้อง เป็นภาวะที่หลุดพ้น สงบ ปลอดโปร่ง เป็นนิสสระ ได้แก่ พระนิพพาน

ทุกขนิโรธนี้เป็นวิธีที่ทำให้แจ้งในกิจของทุกขนิโรธ ซึ่งเป็นลำดับขั้นของการแสดงการเข้าถึงภาวะที่ปราศจากปัญหา

(๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา คือ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ หรือมัชฌิมาปฏิปทา คือ ไตรสิกขา (ศีล สมาธิและปัญญา) เป็นลำดับขั้นกำหนดวิธีการ ขั้นตอน และ รายละเอียดที่จะต้องปฏิบัติในการลงมือแก้ไขปัญหาคือ เป็นกิจในมรรคที่ควรเจริญ ฝึกอบรม ลงมือ ปฏิบัติ และกระทำตามวิธีการแก้ไขปัญหาคือ เพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน

ผลของการเจริญวิปัสสนาภาวนา เมื่อผู้ปฏิบัติสามารถปฏิบัติตนอย่างจดจ่อต่อเนื่อง เป็น เวลานาน ๗ ปี หรือ ๗ เดือน หรือ ๗ วัน พระผู้มีพระภาคทรงประกาศรับรองว่า ผู้นั้นสามารถบรรลุ เป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ได้เป็นพระอรหันต์ได้

แม้ผู้ปฏิบัติยังไม่สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาทได้ แต่ ถ้าเขายังคงมุ่งมั่นต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาและยังมุ่งมั่นเพื่อการเรียนรู้และหมั่นปฏิบัติอยู่ ทางประยุกต์สติสัมปชัญญะและมีการพัฒนาสติสัมปชัญญะ ให้เข้ากับกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ยัง ถือว่าเป็นการปฏิบัติธรรมที่ควรเรียกว่า เป็นการเจริญวิปัสสนาภาวนาแบบธรรมชาติ เป็นหลักการใน การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพราะผู้ปฏิบัติยังคงจดจ่อต่อเนื่องในรูปนามที่ปรากฏชัดอยู่ตรงหน้า

วิธีการนี้ แม้จะใช้เวลาที่เนิ่นนานกว่าการเข้าไปปฏิบัติแบบเข้มข้นในสถานที่ ที่มีระบบ และแบบแผนการปฏิบัติธรรมก็ตาม แต่การปฏิบัติในชีวิตจริง ย่อมก่อให้เกิดทักษะจากการเรียนรู้ ด้วยตนเอง เป็นการปฏิบัติธรรมวิธีการหนึ่ง เพื่อการพัฒนาตนในพระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นวิธี การที่เน้นให้ผู้ปฏิบัติ เป็นผู้ตื่นอยู่และยังคงเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง สามารถเป็นหนทางให้ผู้นั้นบรรลุ เป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพานได้ในที่สุด

บทที่ ๓

แนวความคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์และวิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในศาสนาโรมันคาทอลิก

๓.๑ แนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดในศาสนาโรมันคาทอลิก

ศาสนาคริสต์ (Christianity) เป็นศาสนาเอกเทวนิยม คริสตชนดำรงชีวิตอยู่ด้วยความเคารพยำเกรงและศรัทธาในพระเจ้าและดำรงอยู่ในกรอบของหลักธรรมคำสั่งสอนของพระเจ้า แสดงในพระคริสตธรรมคัมภีร์ (The Bible) มีพระเยซูคริสต์เจ้าเป็นศาสดา^๑ ทรงถือกำเนิดในชนชาติอิสราเอลที่นับถือศาสนายูดาห์ พระองค์ได้นำคำสอนในศาสนายูดาห์ มาพัฒนาเป็นศาสนาคริสต์^๒ แต่ยังคงความเชื่อว่ามีพระเจ้าสูงสุดเพียงองค์เดียว พระองค์ทรงเป็นผู้สร้างโลกและทุกสรรพสิ่ง คือพระยะโฮวา เดิมพระเจ้าในศาสนายูดาห์มีพระเมตตาเฉพาะชนชาติอิสราเอลเท่านั้น แต่พระเยซูคริสต์เจ้าทรงปฏิรูปแนวคิดของพระเจ้าใหม่ว่า ทุกคนที่นับถือพระองค์และพระเจ้ามีการดำเนินชีวิตอยู่ด้วยความศรัทธาในพระเจ้า ประพฤติตนอยู่ในกรอบของความดี เช่นนี้ เมื่อเขาตายแล้วผู้นั้นจะได้รับสิทธิ์ไปอยู่สวรรค์ร่วมกับพระเจ้าชั่วนิรันดร์^๓ ข้อจำกัดของมนุษย์ในการเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด คือ เป็นสิทธิ์ของพระเจ้า (God) จะเป็นผู้เผยแสดง (Revelation) แก่มนุษย์^๔

คริสตศาสนานิกายโรมันคาทอลิก เป็นศาสนาที่มีคนนับถือมากทั่วโลก โดยเฉพาะในทวีปยุโรปและอเมริกา เข้ามาเผยแพร่ในประเทศไทย ตั้งแต่สมัยแผ่นดินของสมเด็จพระนารายณ์มหาราชแห่งกรุงศรีอยุธยา ปัจจุบันมีคริสตชนในประเทศไทยมากเป็นอันดับที่สาม รองจากพุทธศาสนิกชนและอิสลามิกชน คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกมีศูนย์กลางอยู่ที่ “นครรัฐวาติกัน” ณ กรุงโรม ประเทศอิตาลี มีสมเด็จพระสันตะปาปาทรงเป็นพระประมุขสูงสุด

หลักธรรมคำสอนมาจากพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาใหม่ ซึ่งรวบรวมคำสอนของพระเยซูคริสต์เจ้า เป็นแนวทางการดำเนินชีวิตของมนุษยชาติ คริสตชนเชื่อว่า พระเจ้าเป็นผู้ถ่ายทอดหลักธรรมต่าง ๆ ผ่านพระเยซูคริสต์เจ้า แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างพระเจ้ายกกับมนุษย์และจริยธรรมทางสังคมของคริสตชน ที่สำคัญควรศึกษาให้เข้าใจวิถีดำเนินชีวิตของคริสตชน มี ๓ เรื่อง คือ ๑) หลักพระตรีเอกานุภาพ ๒) หลักความรัก และ ๓) หลักอาณาจักรของพระเจ้า ดังต่อไปนี้

^๑ เสรี พงศ์พิศ, รศ., ศาสนาคริสต์, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๑), หน้า ๒-๓.

^๒ ภัทรพร สิริกาญจน, รศ., ดร., และคณะ, ความรู้พื้นฐานทางศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๖), หน้า ๖๓.

^๓ แสง จันทร์งาม, ศาสนศาสตร์ (The Science of Religion), (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๓๑), หน้า ๑๑๙.

^๔ สุวรรณา สถาอานนท์, รศ. ดร., ศรัทธากับปัญญา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า ๔.

๑) เรื่องพระตรีเอกานุภาพ (The Holy Trinity)

ตามหลักคำสอนของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก “พระตรีเอกานุภาพ” (The Holy Trinity) หมายถึง สภาวะของพระเจ้าที่มีความแตกต่างกันออกไป ภายในธรรมชาติของพระเจ้าผู้เป็นหนึ่งเดียว มีฐานะ เรียกว่า พระบิดา (The Father) พระบุตร (The Son) และพระจิตหรือพระวิญญาณบริสุทธิ์ (The Holy Spirit)

นักบุญเกรโกรี แห่งนาซีอันเซน (ค.ศ. ๓๓๐-๓๙๐) ได้สรุปความหมายที่สำคัญแห่งพระธรรมล้ำลึกแห่งพระตรีเอกานุภาพ ดังนี้

...พระตรีเอกานุภาพ เป็นเครื่องยืนยันความเชื่อในพระบิดา พระบุตรและพระจิต ว่าบุคคลทั้งสามพระองค์มีพระธรรมชาติที่ไม่มีขอบเขตร่วมกัน เพราะแต่ละพระบุคคลเป็นพระเจ้าเช่นกัน โดยไม่สูญเสียลักษณะเฉพาะของแต่ละพระองค์ พระบิดาทรงเป็นอย่างไร พระบุตรก็ทรงเป็นอย่างนั้น และพระจิตเจ้าก็ทรงเป็นอย่างนั้นด้วยเช่นกัน พระบุคคลทั้งสามพระองค์ที่คริสตชนมองรวมกันเป็นพระเจ้าหนึ่งเดียว มีสภาวะหนึ่งเดียวกัน และมีเอกภาพที่มาจากพระบิดาเช่นกัน...^๕

ความรักที่พระเจ้าทรงเปิดเผยแก่นมนุษย์ ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาใหม่ พระเจ้าได้เปิดเผยถึง ความรักของพระองค์ต่อมนุษย์ และกล่าวถึงพระบิดา พระบุตรและพระจิตด้วย ดังนั้น ความรักของพระเจ้าต่อมนุษย์ มีพระเจ้าเป็นทั้งศูนย์กลางและเป็นจุดเริ่มต้นของการพิจารณาเรื่อง พระตรีเอกานุภาพ ดังพระวาจาของพระเจ้าที่นักบุญยอห์นได้บันทึกไว้ว่า “พระเจ้าทรงรักโลกอย่างมาก จึงประทานพระบุตรเพียงพระองค์เดียวของพระองค์ เพื่อทุกคนที่เชื่อในพระบุตรจะไม่พินาศแต่มีชีวิตนิรันดร์”^๖ และ “พระจิตเจ้าซึ่งพระเจ้าทรงประทานให้พระเยซูคริสตเจ้า ได้หลังความรักของพระเจ้าลงในดวงใจของคริสตชน”^๗

พระศาสนจักรคาทอลิกค้ำนิยาม “พระตรีเอกานุภาพ”^๘ ว่าเป็นศูนย์กลางแห่งความเชื่อและชีวิต คริสตชนโดยมีพระเจ้าพระองค์เพียงเดียวเท่านั้น ที่ทรงสามารถประทานความรู้ โดยการเผยแสดงพระองค์ในฐานะพระบิดา พระบุตรและพระจิตพระเป็นเจ้าหนึ่งเดียวทรงเป็น ๓ ภาคในพระองค์เดียวกัน ต่างกันและเท่าเทียมกันทุกประการ ได้แก่ ๑.๑) พระบิดา (The Father) ๑.๒) พระบุตร (The Son) และ ๑.๓) พระจิตหรือพระวิญญาณบริสุทธิ์ (The Holy Spirit) ดังนี้

๑.๑) พระบิดา (The Father) หมายถึงพระยะโฮวา ผู้เป็นพระเจ้าผู้สถิตอยู่ในสวรรค์ ผู้ทรงสร้างโลก สรรพสิ่งและมนุษย์ พระองค์ทรงรักมนุษย์มากกว่าสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ เช่น บิดารักบุตร ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ภาคพันธสัญญาใหม่ พระเยซูคริสตเจ้าทรงกล่าวถึง พระเจ้าในฐานะเป็นพระบิดาหลายครั้ง ดังพระเยซูคริสตเจ้าทรงตรัสว่า “พระบิดาของเราทรงแสดงความรักเช่นนั้นอยู่เรื่อย ๆ

^๕ ฟิงซิส ไกส์, ดร., บาทหลวง, **พระตรีเอกภาพ หนึ่งเดียวในความรัก**, (นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๕๐), หน้า ๓๖.

^๖ ยน. ๓ : ๑๖.

^๗ รม. ๕ : ๕.

^๘ กัทรพร สิริกาญจน, **ความรู้พื้นฐานทางศาสนา**, หน้า ๖๙-๗๒; ดูรายละเอียดใน CCC. ๑ : ๒๖๑.

และพระเยซูคริสต์เจ้าก็ทำเช่นนั้นด้วย เพราะพระบิดารักพระบุตรและทรงสำแดงให้เห็นทุกสิ่งที่พระองค์กระทำ พระเยซูคริสต์เจ้ากับพระบิดาจึงทรงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน”^๙

๑.๒) พระบุตร (The Son) หมายถึง พระเยซูคริสต์เจ้ามีฐานะเป็นพระบุตรของพระเจ้า ผู้เสด็จมาในโลกนี้เพื่อไถ่บาปแก่มนุษย์ผู้หลงผิด การที่พระบุตรเสด็จมารับสภาพมนุษย์ มีพระนามว่า "พระเยซูคริสต์เจ้า" เพื่อการไถ่บาปมนุษย์ ทำให้มนุษย์สามารถร่วมเสวยสุขกับพระองค์ได้ในสวรรค์ชั้นนิรันดร์ พระองค์ทรงบังเกิดมาเป็นมนุษย์ เพื่อทรงรับทุกข์ทรมานเช่นเดียวกับมนุษย์ทั้งหลาย พระองค์ทรงสิ้นพระชนม์บนไม้กางเขน เพื่อไถ่บาปแก่มนุษย์ และทรงฟื้นมาจากความตาย เช่นพระเจ้าคือเป็นผู้อยู่เหนือความตาย นักบุญยอห์นได้บันทึกแสดง พระกิตติคุณของพระเยซูคริสต์เจ้า ดังนี้ “พระวาทที่ทรงบังเกิดมาเป็นมนุษย์ทรงอยู่ท่ามกลางเรา บริบูรณ์ด้วยพระกรุณาและความจริง เราทั้งหลายได้เห็นพระสิริของพระองค์ อันสมกับความเป็น พระบุตรองค์เดียวของพระบิดา” และ “ขอให้ใคร่สวาทเชื่อในภาระ การเป็นพระผู้ไถ่มนุษย์นี้ โดยที่พระเจ้าทรงกระทำภารกิจในตัวพระเยซูคริสต์เจ้า และพระเยซูคริสต์เจ้าก็กระทำภารกิจในองค์พระบิดา”^{๑๐}

คำเทศนาบนภูเขาของพระเยซูคริสต์เจ้า (Sermon on the Mount)^{๑๑} ได้แสดงถึงหลักวิธีปฏิบัติตนต่อผู้อื่น คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกถือว่าเป็น “กฎทอง” ที่คริสตชนทุกคนต้องปฏิบัติตามว่า “จงปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างที่ท่านปรารถนาให้เขาปฏิบัติต่อท่าน คือ พระธรรมบัญญัติและคำสั่งสอนของบรรดาผู้เผยพระวจนะ”^{๑๒}

หลักคำสอนของพระเยซูคริสต์เจ้า ส่วนใหญ่เป็นหลักคำสอนในระดับศีลธรรม ที่ไปเพื่อการดำเนินชีวิตประจำวันของคริสตชน เป็นหลักคำสอนที่แสดงถึง วิธีประพฤติปฏิบัติของคริสตชนในการดำเนินชีวิต เพื่อเป็นหนทางนำคริสตชนไปสู่จุดหมายสำคัญ เพื่อการมีชีวิตนิรันดร์และเข้าถึงพระอาณาจักรของพระเจ้าเมื่อเขาสิ้นชีวิตลง ดังนั้น คริสตชนมีหน้าที่ต้องปฏิบัติตามคำสั่งของพระเจ้าที่ทรงแสดงไว้ในพระคริสตธรรมคัมภีร์

หลักจริยธรรมที่สำคัญอีกประการ ของพระเยซูคริสต์เจ้า ที่คริสตชนต้องถือปฏิบัติในการดำเนินชีวิตที่สำคัญ คือ ผู้เป็นสุขหรือบรมสุข ๘ ประการ (The Eight Beatitudes)^{๑๓} เป็นพันธสัญญาของพระเจ้าให้แก่ ประชากรที่ทรงเลือกสรรตั้งแต่อับราฮัม การปฏิบัติตามคำสอนนี้ทำให้คริสตชนพบกับความสุขบนโลกนี้ และได้พบกับพระอาณาจักรสวรรค์

^๙ ยน. ๑ : ๑๔, ๕ : ๑๙-๒๐, ๑๐ : ๓๐.

^{๑๐} มธ. ๒๐ : ๑๗-๑๙.

^{๑๑} มธ. ๕-๗, ๑๗-๑๘.

^{๑๒} มธ. ๗ : ๑๒.

^{๑๓} คำว่า “บรมสุข (The Beatitude)” ในพระคัมภีร์ธรรมคัมภีร์ภาคพันธสัญญาใหม่ ได้อธิบายไว้หลายสำนวน ดังนี้ (๑) การมาถึงของอาณาจักรของพระเจ้า (๒) คติภาพของพระเจ้า ผู้มีใจบริสุทธิ์ย่อมจะเป็นสุข เพราะเขาจะได้เห็นพระเจ้า; มธ. ๕ : ๘, ๑ ยน. ๓ : ๒, ๑ คร. ๑๓ : ๑๒. (๓) การเข้าสู่ความปิตินดีของพระเจ้า; มธ. ๒๕ : ๒๑-๒๓ และการเข้าสู่การพักผ่อนของพระเจ้า; โยบ ๔ : ๗-๑๑, มธ. ๕ : ๓-๑๒, ลก. ๖ : ๒๐-๒๓.

เรื่อง “บรมสุข (The Beatitude)” เป็นคำเทศนาที่ส่งเสริมให้กำลังใจแก่คริสตชนทุกคน เมื่อเขาต้องเผชิญหน้ากับปัญหาหรือเคราะห์กรรมที่กำลังประสบอยู่ได้อย่างมั่นคง เมื่อผู้นั้นจะรู้สึกว่าเขาจะยังมีความบกพร่องไม่ดีพอ เป็นคนมีความทุกข์โศกเศร้า เป็นคนมีจิตอ่อนโยน เป็นคนรักความถูกต้องเที่ยงธรรม เป็นคนจิตใจบริสุทธิ์ และเป็นคนที่ถูกกลั่นแกล้ง ถูกข่มเหง บุคคลเหล่านี้จะได้รับอนุญาตจากพระเจ้า ให้อยู่ในพระอาณาจักรสวรรค์ พวกเขาจึงไม่มีความจำเป็นต้องยินดียินร้ายต่อคำติเตียนข่มเหงและคำินทาว่าร้ายของผู้อื่น แต่เขาควรจะชื่นชมยินดี เพราะเขาจะได้รับบำเหน็จที่บริบูรณ์ในสวรรค์^{๑๔}

นักบุญออสตินได้อธิบายคำว่า “บรมสุข” หมายถึง เป็นสถานที่ที่คริสตชนได้พักผ่อนได้แลเห็น ได้รับและได้สรรเสริญพระเจ้า ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดของคริสตชน ที่สมควรดำเนินชีวิตตามวิถีแห่งบรมสุข

พระศาสนจักรโรมันคาทอลิกอธิบายว่า “บรมสุข” เป็นหัวใจของการเทศนาของพระเยซูคริสตเจ้า เป็นพันธสัญญาที่พระเจ้าทรงให้แก่ประชากรที่ทรงเลือกสรร เป็นเป้าหมายสูงสุดของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก และเป็นกิจการสุดท้ายของมนุษย์ที่มุ่งหาชีวิตนิรันดร์ ตั้งแต่สมัยอับราฮัมพระเจ้าจะทรงเลือกคริสตชนทีละคนๆ ทรงเลือกเฉพาะผู้ที่ยอมรับพันธสัญญาของพระเจ้า และใช้ชีวิตบนความเชื่อในพระเจ้าเท่านั้น เขาจึงจะพบกับความสุขบนโลกนี้ และสามารถเข้าสู่อาณาจักรโลกสวรรค์^{๑๕}

สรุปได้ว่า “บรมสุข” คือ “การมาถึงของพระอาณาจักรพระเจ้า คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกมีความเชื่อว่า ผู้มีใจบริสุทธิ์ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้เห็นพระเจ้า”^{๑๖} เป็นการเข้าสู่ความปิติยินดีของพระเจ้า^{๑๗} และการเข้าสู่การพักผ่อนในพระเจ้า”^{๑๘}

จุดประสงค์คำสอนของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก คือ ต้องการให้คริสตชนดำเนินด้วยความรักความเมตตา มีความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข เพราะการปฏิบัติตนเช่นนี้ เขาจะบรรลุเป้าหมายสูงสุด ได้กลับคืนสู่ความสัมพันธ์กับพระเจ้า และมีชีวิตนิรันดร์ในพระอาณาจักรของพระเจ้า ดังนั้น คริสตชนจะต้องมีศรัทธาและปฏิบัติตามหลักคำสอนที่พระเจ้าทรงประกาศผ่านพระเยซูคริสตเจ้าให้ “คริสตชนหมั่นสร้างความดี ละเว้นบาปหรือความชั่วทั้งปวง”^{๑๙} เพราะเป็นวิธีที่มนุษย์รอดพ้นจากบาปทั้งปวงและกลับไปมีชีวิตร่วมกับพระเจ้างดเดิม

คริสตชนเชื่อว่า การกระทำของคริสตชนจะต้องสอดคล้อง ระหว่างความจริงในความเชื่อ กับในโครงการทั้งหมดของพระเจ้าที่ทรงเผยแสดง^{๒๐} ดังนั้น คริสตชนมีหน้าที่สร้างความดีตอบแทน

^{๑๔} มธ. ๕ : ๓-๑๒.

^{๑๕} CCC. ๓ : ๑๗๑๖, ๑๗๑๙-๑๗๒๐.

^{๑๖} มธ. ๕ : ๘., ๑ ยน. ๓ : ๒., ๑ คริ. ๑๓ : ๑๒.

^{๑๗} มธ. ๒๕ : ๒๑-๒๓.

^{๑๘} โยบ ๔ : ๗-๑๑.

^{๑๙} ๑ ยส. ๕ : ๒๑-๒๓.

^{๒๐} รรม. ๑๒ : ๖, ๑๓, ๑๕, CCC. ๑ : ๑๑๔.

แก่พระเจ้า ตามวัตถุประสงค์ของพระองค์ มนุษย์ควรตระหนักกว่านี้เป็นหน้าที่สำคัญ เพราะการทำ
ความดีนั้น เกี่ยวข้องกับความสุขที่มนุษย์ในสังคมปรารถนา มีคุณค่าต่อการดำเนินชีวิต เพื่อการอยู่
ร่วมกันในสังคมอย่างมีสันติภาพ

การสร้างความดีของคริสตชน เพื่อปฏิบัติตามคำสอนเรื่องการรักเพื่อนมนุษย์ จึงเป็นรูปแบบ
ของการสร้างสาธารณประโยชน์ หรือการมีจิตอาสา ที่ก่อให้เกิดความสุขแก่สังคมส่วนรวม เช่น
การจัดตั้งโรงเรียน มหาวิทยาลัย โรงพยาบาล และด้านสังคมสงเคราะห์ เป็นต้น ดังแสดงหลักธรรม
คำสอนว่า “จงเห็นอกเห็นใจช่วยเหลือคริสตชนเมื่อเห็นเขาขัดสน จงแสดงน้ำใจอภัยอภัยไม่ตรี จงชื่น
ชมยินดีกับผู้ที่ชื่นชมยินดี จงร้องไห้กับผู้ที่ร้องไห้ จงช่วยรับภาระของกันและกัน เท่ากับท่านจึงจะ
ได้ปฏิบัติตามพระธรรมบัญญัติของพระเยซูคริสตเจ้า”^{๒๑} พระเยซูคริสตเจ้าขอให้คริสตชนทั้งหลาย
ตักเตือนคนเกียจคร้าน หนุนน้ำใจผู้ที่กำลังท้อใจ ชูกำลังแก่คนที่อ่อนกำลังและมีจิตใจที่ อุดเอาเบา
สู่ต่อคนทั้งปวง”^{๒๒} “พระองค์ให้ระลึกถึงคริสตชนที่ถูกจองจำอยู่ ให้คิดเหมือนหนึ่งว่า เขาก็ถูกจอง
จำอยู่ด้วย”^{๒๓} “และให้คริสตชนทั้งหลายมีน้ำหนึ่งใจเดียวกัน เห็นอกเห็นใจกันและกัน รักกันฉันพี่น้อง
มีจิตใจอ่อนโยนและอ่อนน้อม”^{๒๔} “ถ้าผู้ใดมีทรัพย์สมบัติมากพอและเห็นพี่น้องของตนขัดสน
แล้วยังไม่สงเคราะห์เขา ความรักของพระเจ้าจะไม่สามารถดำรงอยู่ในผู้นั้นได้”^{๒๕}

๑.๓) พระจิตเจ้าหรือพระวิญญาณศักดิ์สิทธิ์ (The Holy Spirit) หมายถึง พลัง
อำนาจแห่งความรักของพระเจ้า ที่เชื่อมพระบิดากับพระบุตรเข้าด้วยกัน พระองค์ทรงแสดงพลัง
อำนาจแห่งความรักนี้ต่อมนุษย์ เพื่อให้มนุษย์กลับใจมาประพฤติปฏิบัติตามแนวทางของพระเจ้า ซึ่ง
นักบุญลูกาได้บันทึกถึง การบังเกิดของพระเยซูคริสตเจ้าไว้ดังนี้ จูตสวรรค์ได้กล่าวกับพระนางมารีย์
ว่า “พระวิญญาณบริสุทธิ์จะเสด็จลงมาบนเธอ ฤทธิ์เดชของพระเจ้าผู้สูงสุดจะปกเธอ เพราะฉะนั้น บุตร
ที่จะเกิดมานั้นจึง “วิสุทธิ” และเขาเป็นพระบุตรของพระเจ้า”^{๒๖}

จากข้อความข้างต้นสรุปเป็นภาพแสดงถึง หลักตรีเอกานุภาพ ดังนี้

ภาพที่ ๓/๑ แสดง หลักตรีเอกานุภาพ



^{๒๑} กท. ๖ : ๒.

^{๒๒} ๑ คส. ๕ : ๑๔.

^{๒๓} โยบ ๑๓ : ๓.

^{๒๔} ๑ ปต. ๓ : ๘.

^{๒๕} ๑ ยน. ๓ : ๑๗.

^{๒๖} ลก. ๑ : ๓๔-๓๕.

เมื่อพระเยซูคริสต์เจ้าทรงฟื้นคืนพระชนม์จากความตาย และเสด็จขึ้นสู่สวรรค์แล้ว พระวิญญาณบริสุทธิ์ยังคงมีบทบาทในโลกนี้ ด้วยการคอยช่วยเหลือมวลมนุษยชาติ และนำทางมนุษย์ให้ประจักษ์ในพระอำนาจของพระเจ้า

ในพระคริสต์ธรรมคัมภีร์ภาคพันธสัญญาใหม่ ได้บันทึกถึงเหตุการณ์ต่างๆ ว่าเป็นการกระทำของพระจิตเจ้า เช่น “พระบิดาจะส่งพระจิตมาในนามของพระเยซูคริสต์เจ้า และพระจิตเจ้าจะสอนคริสตชนทุกสิ่งทุกอย่าง และช่วยให้เขาสามารถจดจำทุกถ้อยคำ ที่พระเยซูคริสต์เจ้าสอน”^{๒๗} คริสตชนมีความเชื่อในเรื่องของ พระตรีเอกานุภาพ โดยอาศัยรหัสธรรม ที่พระเยซูคริสต์เจ้าที่ทรงเผยแสดงในฐานะที่เป็น พระบุตรของพระเจ้า ถึงความเป็นหนึ่งเดียวกับพระเจ้าและพระจิตเจ้า จากประสบการณ์ของบรรดาอัครสาวกของพระเยซูคริสต์เจ้า ในความเป็นหนึ่งเดียวของพระเจ้า แต่เป็นสามบุคคล (One God, Three Persons) ที่เท่าเทียมกันทุกประการ

๒) หลักความรัก (Love)

เป็นหลักคำสอนทางจริยศาสตร์ที่สำคัญที่สุดของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก หลักความรักในทัศนะของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก หมายถึง ความเป็นมิตรและความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข ในพระคริสต์ธรรมคัมภีร์ทั้งภาคพันธสัญญาเดิมและภาคพันธสัญญาใหม่ ต่างมีคำสอนเรื่องหลักความรัก ๒ ประเภท ได้แก่ (๑) ความรักระหว่างมนุษย์กับพระเจ้า และ (๒) ความรักระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ บรรดาปีศาจจารย์ของพระศาสนจักรคาทอลิก เรียกความรักของพระเจ้าต่อมนุษย์นี้ว่า “Philanthropy”^{๒๘} ซึ่งพบความคิดเดียวกันเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของบุคคล ทั้งสาม ในเรื่องของพระตรีเอกานุภาพ จากจดหมายของนักบุญเปาโลถึงทิโมธี ความว่า

...เมื่อ “พระเจ้า” พระผู้ไถ่ทรงแสดงความรักที่มั่นคงในมนุษย์ ด้วยการใช้น้ำชำระมนุษย์ให้สะอาด มนุษย์จึงได้เกิดใหม่และได้รับการฟื้นฟูโดย “พระจิตเจ้า” พระองค์ทรงหลังพระจิตเจ้าลงเหนือมนุษย์ โดยผ่านทางพระเยซูคริสต์เจ้า เพื่อให้พระหรรษทานของพระองค์นำ คริสตชนกลับเป็นทาสของพระเจ้า ได้มีชีวิตนิรันดร์...^{๒๙}

พระเยซูคริสต์เจ้า ได้แสดงถึงหลักความรักของพระเจ้าในพระธรรมบัญญัติ ซึ่งคริสตชนถือว่าเป็นเรื่องที่สำคัญ และเป็นใหญ่กว่าพระธรรมบัญญัติทั้งปวง ดังนี้

...มีพระเจ้าเพียงพระองค์เดียว ที่คริสตชนต้องรักพระองค์ อย่างสุดจิตสุดใจของเจ้า ด้วยสุดความคิด ด้วยสิ้นสุดกำลังของตน และจงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง พระธรรมบัญญัติทั้งสองประการนี้ เป็นพระธรรมบัญญัติที่ยิ่งใหญ่ เป็นสิ่งที่ประเสริฐยิ่งกว่าเครื่องเผาบูชาและของถวาย

^{๒๗} กท. ๖ : ๒๒-๒๓.

^{๒๘} ฟังซิส ไกส์, ดร., บาทหลวง, พระตรีเอกภาพ หนึ่งเดียวในความรัก, (นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๕๐), หน้า ๓๖.

^{๒๙} ทต. ๓ : ๔-๗.

แต่พระเจ้าทั้งสิ้น^{๓๐} การที่คริสตชนรู้จักให้อภัยซึ่งกันและกัน ด้วยการรักศัตรูของเขา และอธิษฐานให้แก่ผู้ที่ข่มเหงตนแล้ว ผู้นั้นจะได้เป็นบุตรของพระบิดาผู้สถิตในสวรรค์...^{๓๑}

ความรักนี้ให้เป็นพระธรรมบัญญัติใหม่^{๓๒} พระเยซูคริสต์เจ้าทรงแสดงถึงความรักระหว่างกันและกัน พระองค์ตรัสว่า “พระบิดาทรงรักเราอย่างไร เราก็รักท่านอย่างนั้น คริสตชนทั้งหลายจงดำรงอยู่ในความรักของพระเยซูคริสต์เจ้าเถิด”^{๓๓} และตรัสอีกว่า “บทบัญญัติของเรา ให้คริสตชนทั้งหลาย คือ ให้รักกันและกัน ดังที่พระเจ้าทรงรักท่าน” ความรักระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ สามารถแสดงออกโดยความเมตตา ความกรุณาและความเสียสละ

สรุป หลักความรักที่มนุษย์มีต่อพระเจ้าแสดงออกมา โดยความศรัทธาต่อพระองค์มี ๕ ประการ คือ

- (๑) ศรัทธาว่าพระเจ้า คือ พระยะโฮวาเป็นพระเจ้าสูงสุดเพียงพระองค์เดียว
- (๒) ศรัทธาว่าพระเจ้าทรงรักมนุษย์อย่างเท่าเทียมกัน
- (๓) ศรัทธาว่า พระเยซูคริสต์เจ้าเป็นพระบุตรของพระเจ้า
- (๔) ศรัทธาว่าพระเยซูคริสต์เจ้าเป็นผู้ช่วยให้รอด
- (๕) ศรัทธาในแผ่นดินสวรรค์หรือพระอาณาจักรของพระเจ้าที่กำลังมาถึง

จากข้อความข้างต้น สรุปเป็นภาพ แสดงหลักความรัก ดังนี้

ภาพที่ ๓/๒ แสดง หลักความรัก



๓) หลักอาณาจักรของพระเจ้า (The Kingdom Of God)

หลักความรักและหลักอาณาจักรของพระเจ้านี้ มีความสัมพันธ์กัน ทำให้มนุษย์สามารถเข้าถึงอาณาจักรของพระเจ้า โดยอาศัยความรักเป็นคุณธรรมนำทาง พระอาณาจักรของพระเจ้าเป็นสถานที่บริสุทธิ์ด้วยความรัก

^{๓๐} มก. ๑๒ : ๒๘-๓๒.

^{๓๑} มธ. ๕ : ๔๔-๔๕.

^{๓๒} ยน. ๑๓ : ๑, ๓๔, ๑๕ : ๙, ๑๒.

^{๓๓} ยน. ๑๓ : ๓๔.

คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกมีคำสอนที่มีสืบเนื่องมาจากศาสนายูดาห์ เชื่อว่าพระเจ้าทรงเป็นกษัตริย์อยู่ในสวรรค์ และพระอาณาจักรของพระเจ้านี้ ยังไม่เคยปรากฏในโลกมนุษย์ ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาใหม่ ได้บันทึกถึงหลักคำสอนของพระเยซูคริสต์เจ้าเน้นด้านจริยธรรม ถึงการทำหน้าที่บุคคลนั้นพึงประพฤติตาม เพื่อเป็นคุณสมบัตินำเขาไปสู่พระอาณาจักรของพระเจ้า ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า ตามบันทึกของนักบุญเปโตร ดังนี้ “ถ้าผู้ใดยอมสละหย่า เรือน ภรรยา พี่น้อง บิดามารดาหรือบุตร เพราะเห็นแก่แผ่นดินของพระเจ้าในโลกนี้ ผู้นั้นจะได้รับผลตอบแทนหลายเท่า และในโลกหน้า เขาจะได้ชีวิตนิรันดร์”^{๓๔}

คำสอนของพระเยซูคริสต์เจ้าเรื่อง “อาณาจักรของพระเจ้า” ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาใหม่ อธิบายไม่ค่อยชัดเจนนักและมีการตีความได้เป็นหลายนัย สรุปได้เป็น ๓ นัย ดังนี้ อาณาจักรของพระเจ้า คือ (๑) พระศาสนจักรหรือดินแดนที่เต็มไปด้วยความรักและความสุขในโลกนี้ (๒) สวรรค์ที่อยู่เหนือโลก และ (๓) อาณาจักรแห่งความรักและสันติสุขภายในจิตของมนุษย์ในโลกนี้ คริสตชนจึงตระหนักดีว่า โลกนี้มีใช่เป็นดินแดนที่อุดมสมบูรณ์เท่ากับแผ่นดินสวรรค์ หลักธรรมคำสอนเรื่องพระอาณาจักรสวรรค์ ทำให้พวกเขามีความหวังและมุ่งมั่นใจ ในการต่อสู้กับความทุกข์ยากในชีวิตปัจจุบัน เพื่อชีวิตที่ดีกว่าในพระอาณาจักรของพระเจ้า^{๓๕}

หลักธรรมธรรมล้ำลึกเรื่อง “พระตรีเอกานุภาพ” ที่สำคัญทั้งสามข้อนี้ คริสตชนแสดงออกด้วยการทำเครื่องหมายสำคัญบนมหากางเขน พร้อมกับกล่าวคำว่า "เดชะพระนาม พระบิดา พระบุตรและพระจิต อาเมน"

นอกจากนี้ ศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก ยังมีแนวคิดเรื่องของ “บาป (Sin)” คือ การกระทำที่ผิดธรรมชาติมนุษย์ โดยการบัญชาของพระเจ้า เพราะมนุษย์เป็นสิ่งสร้างของพระเจ้า มนุษย์ต้องดำเนินชีวิตตามธรรมชาติของตนที่ขึ้นตรงต่อพระเจ้า^{๓๖}

พระคริสตธรรมคัมภีร์กล่าวว่า “มนุษย์ทุกคนมีบาปติดตัว เพราะบรรพบุรุษได้ฝ่าฝืนคำสั่งของพระเจ้า”^{๓๗} และในปัจจุบันมนุษย์ได้แยกตัวออกจากพระเจ้าด้วยมีทมิฬ บาปนี้ถ้าไม่ถูกกำจัดก่อนตายไป เขาจะถูกพิพากษาให้ไปอยู่ในไฟนรกตลอดกาล

^{๓๔} ลก. ๑๘ : ๒๙-๓๐.

^{๓๕} ภัทรพร สิริกาญจน, **ความรู้พื้นฐานทางศาสนา**, หน้า ๗๒.

^{๓๖} ทศไพบย คมกฤต, **บาทหลวง, ปัญจบรรพ**, (นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๓๕), หน้า ๓๕.

^{๓๗} ปฐก. ๓ : ๑-๒๔.

แต่พระเจ้าทรงสงสารมนุษย์ จึงทรงส่งพระบุตรพระองค์เดียว คือ พระเยซูคริสต์ลงมาไถ่บาปของมนุษย์ มนุษย์ต้องกลับใจและคืนดีกับพระเยซูคริสต์เจ้า ต้องมีศรัทธาในพระเจ้าและพระเยซูคริสต์เจ้า แล้วเขาจึงจะได้รับพระหรรษทาน (Grace)^{๓๘} ซึ่งสามารถกำจัดบาปให้หมดสิ้นไป เหลือแต่วิญญาณอันบริสุทธิ์ ที่จะถูกรับไปสู่สวรรค์ อยู่ร่วมกับพระเจ้าตลอดกาล^{๓๙}

คริสตชนมีความเชื่อว่า ผลของบาปกำเนิดก่อให้เกิดบาปต่าง ๆ เกิดจากการที่มนุษย์ขัดขืนไม่ยอมเคารพเชื่อฟังต่อพระเจ้า และขาดความวางใจในพระมหากรุณาของพระองค์ แม้ว่าพระเจ้าทรงพระกรุณา ให้มนุษย์มีอิสรภาพและเสรีภาพ เลือกระหว่างความดีกับความชั่ว^{๔๐} แต่ถ้าเขาทำความดีสูงสุด จะเป็นโอกาสก้าวหน้าสู่ความเป็น “มนุษย์ที่สมบูรณ์” ซึ่งจะกลายเป็นคำสรรเสริญหรือเป็นบุญกุศล แต่ถ้ามนุษย์เลือกที่จะไม่เชื่อฟังและกระทำความชั่วนั้น เป็นการใช้เสรีภาพในทางที่ผิด และนำไปสู่ความเป็นทาสของบาป^{๔๑} ซึ่งเป็นความผิดพลาดกลายเป็นคำสาปแช่งหรือบาปอกุศล^{๔๒} เป็นการหมิ่นประมาทและเป็นปฏิปักษ์ต่อพระเจ้า เพราะเขาเชื่อฟังคำล่อลวงของปีศาจ ว่าเป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์ “เป็นเหมือนพระเจ้า คือ การสำนึกในความดีและความชั่ว”^{๔๓}

“บาป” เป็นคำสอนให้คริสตชนรู้จักเกรงกลัวในการทำบาป ด้วยการประพฤติ รักษาตนให้บริสุทธิ์อยู่เสมอ คำสอนนี้ เป็นเหตุให้ผู้ผู้นั้นได้อยู่ใกล้ชิดกับพระผู้เป็นเจ้า คริสตชนต้องมีความรักให้แก่ ครอบครัวและเพื่อนมนุษย์ โดยมีครอบครัวศักดิ์สิทธิ์ของพระเยซูคริสต์เจ้าและนักบุญทั้งหลายเป็นแบบอย่างในดำเนินชีวิต ให้แก่คริสตชนทุกคนที่ยอมรับใน “ชีวิตนิรันดร์” และอยู่กับพระผู้เป็นเจ้า คริสตชนจะต้องปฏิบัติตนเช่นนี้ จนกว่าจะถึงวันสุดท้ายแห่งการดำรงชีวิต ด้วยเหตุนี้ คริสตชน

^{๓๘} **พระหรรษทาน (Grace)** คือ ชีวิตของพระเยซูคริสต์เจ้า เพื่อช่วยเราให้สามารถดำรงชีวิต คริสตชนได้มีชีวิตเยี่ยงบุตรของพระเจ้า และบรรลุลูกอาณาจักรพระเจ้า (สวรรค์) ได้ พระหรรษทานเป็นความโปรดปรานจากพระเจ้าที่มนุษย์ได้รับทั้ง ๆ ที่ไม่มีสิทธิ์แต่ประการใด ทั้งไม่ต้องมีอะไรมาแลกเปลี่ยน เพราะพระเจ้าทรงมีความเมตตาและมีความปรานีแก่มวลมนุษย์ จึงทรงส่งพระบุตรมาบังเกิดเป็นมนุษย์ และยอมรับการทรมานจนสิ้นพระชนม์ เพื่อให้มนุษย์ชาติรอดพ้นจากอำนาจของบาป ได้กลับมากินดีกับพระเจ้า มีชีวิตอยู่ร่วมกับพระองค์อย่างมีศักดิ์ศรีในปัจจุบัน และมีความหวังในอนาคตด้วย พระหรรษทานมี ๒ ชนิด คือ (๑) **พระหรรษทานศักดิ์สิทธิ์ (Sanctifying Grace)** คือ พระหรรษทานที่พระเป็นเจ้าเสด็จมาประทับอยู่ในวิญญาณของเรา บันดาลให้เรามีชีวิตและฤทธิ์กุศลเหนือธรรมชาติ บันดาลให้เรามีส่วนในชีวิตพระเป็นเจ้า เป็นสหทัยกับพระเยซูคริสต์เจ้า สมควรที่จะไปอยู่กับพระเจ้า และทำให้สามารถประกอบกรรมดี ได้บำเหน็จสวรรค์ (๒) **พระหรรษทานปัจจุบัน (Actual Grace)** คือ พระคุณที่พระเป็นเจ้าโปรดประทานเป็นครั้งคราว บันดาลให้สติปัญญาที่รู้จักทางไปสวรรค์ และให้น้ำใจของเรามีกำลังดำเนินชีวิตในทางดีและหนีความชั่วได้ พระเป็นเจ้าประทานพระหรรษทานปัจจุบันให้แก่ทุกคน เพื่อให้มนุษย์ทุกคนสามารถเอาตัวรอด; ดูรายละเอียดใน ชัซวาลย์ แสงแก้ว, บาทหลวง, **คู่มือเตรียมรับศีลมหาสนิท**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร : ศูนย์หนังสือ อัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ, ๒๕๔๘), หน้า ๙๔, ๑๓๙-๑๔๕.

^{๓๙} แสง จันทรงาม, รศ., **ศาสนศาสตร์**, หน้า ๑๒๒.

^{๔๐} โรม ๑๑ : ๓๒.

^{๔๑} โรม ๓ : ๑๐-๑๗.

^{๔๒} CCC. ๓ : ๑๗๓๒.

^{๔๓} ปฐก. ๓ : ๕., CCC. ๑ : ๓๙๘.

เรียกตนเองว่าเป็น “ลูกแกะของพระเจ้า” โดยมีพระสงฆ์ทำหน้าที่เป็น “ผู้เลี้ยงแกะ” ที่คอยดูแลคริสตชนให้ปฏิบัติตามพระประสงค์ของพระเจ้า

พระเจ้าได้ทรงสร้างมนุษย์ ตามพระฉายาลักษณ์ของพระองค์ พระองค์จึงผูกพันมนุษย์ในฐานะเป็นสิ่งสร้าง มนุษย์จึงมีหน้าที่ต้องดำเนินชีวิต อยู่ในกรอบของการมอบน้อมต่อพระเจ้า จะเห็นได้จากคำสั่งแรกของพระเจ้า คือ ห้ามมนุษย์ทานผลไม้จากต้นไม้แห่งความสำนึกในความดีและความชั่ว “เพราะในวันใดที่เจ้าซิ่นกินเจ้าจะต้องตาย”^{๔๔} ต้นไม้แห่งความสำนึกในความดีและความชั่ว คือ สัญลักษณ์ที่มีขอบเขตจำกัด ที่มนุษย์จะมีอาจข้ามไปได้ เพราะมนุษย์เป็นเพียงสิ่งสร้างของพระเจ้า จึงจำเป็นต้องยอมรับและให้ความเคารพ ด้วยความไว้วางใจในพระองค์ นี่เป็นเหตุให้มนุษย์ทุกคนต้องมีบาปกำเนิด (Original Sin) เพราะมนุษย์ได้ขัดคำสั่งแรกของพระเจ้า

๓.๑.๑ ความหมายของเป้าหมายสูงสุด

การมีชีวิตนิรันดร์ เป็นเป้าหมายสูงสุดของคริสตศาสนา นิกายโรมันคาทอลิก ที่คริสตชนทุกคน ต้องทำให้วิญญาณเขาบริสุทธิ์อย่างสมบูรณ์ อยู่ในสถานะพระหรรษทาน (Grace)^{๔๕} ได้มีชีวิตอยู่ในสวรรค์^{๔๖} ที่มีสภาพแห่งความบรมสุขพันประมาณ ได้เห็นแจ้งในพระเจ้าและได้รับความสุขรุ่งเรืองชั่วนิรันดร์

ส่วนผู้ที่มิวิญญาณไม่บริสุทธิ์สมบูรณ์ คือ บุคคลที่ตายในพระหรรษทานและมีรูปภาพของพระเจ้า เพราะเขายังชำระตนให้บริสุทธิ์ไม่เพียงพอ แม้เขาจะมั่นใจได้ว่า เขาจะได้รับความรอดมีชีวิตนิรันดร์ เมื่อสิ้นชีวิตแล้ว เขายังจะต้องได้รับความทุกข์ทรมานร้ายแรงในไฟชำระ^{๔๗} จนกว่าจะพ้นมลทิน จึงได้กลับมาสู่ความยินดีของพระเจ้า คริสตชนมีส่วนช่วยวิญญาณในไฟชำระ ด้วยการสวดภาวนาอุทิศให้ได้รับพระการุณย์ ตลอดจนการทำบุญต่าง ๆ แล้วอุทิศให้ผู้ที่อยู่ในไฟชำระ^{๔๘}

บาปหนักที่ทำให้เขาต้องไปอยู่ในนรกชั่วนิรันดร์ คือ การหันหลังให้กับพระเจ้าชั่วนิรันดร์ คริสตชนมีความเชื่อว่าพระเจ้าเท่านั้น ที่ทำให้มนุษย์มีชีวิตและความสุขได้ เพราะมนุษย์ถูกสร้างมาเพื่อสิ่งนี้^{๔๙}

^{๔๔}ปฐมก. ๓ : ๓.

^{๔๕} การอยู่ในสถานพระหรรษทาน หมายถึง วิญญาณมีพระหรรษทานศักดิ์สิทธิ์ ไม่มีบาปหนักหรือโทษบาปแม้แต่เล็กน้อย; ชัวลย์ แสงแก้ว, บาทหลวง, คู่มือเตรียมรับศีลมหาสนิท, หน้า ๘๐.

^{๔๖} สวรรค์ ในทัศนะของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก หมายถึง การมีชีวิตอันสมบูรณ์ได้อยู่ร่วมกับพระตรีเอกานุภาพ สนิทเป็นหนึ่งเดียวในชีวิต มีความรักกับพระตรีเอกานุภาพ พระนางพรหมจารีมารีอา เทวดาและบุรุษาศรีทั้งหลาย เรียกว่า “สวรรค์” ซึ่งเป็นจุดจบสุดท้ายและความสำเร็จสูงสุดของมนุษย์; CCC. ๑ : ๑๐๒๔.

^{๔๗} ไฟชำระ เป็นสถานที่ที่ไม่ใช่เนรก พระศาสนจักรคาทอลิก เรียกการชำระตนให้บริสุทธิ์ครั้งสุดท้ายของผู้ที่ได้รับการเลือกสรร; CCC. ๑ : ๑๐๓๐.

^{๔๘} CCC. ๑ : ๑๐๒๓-๑๐๓๗, ๑๐๕๔.

^{๔๙} CCC. ๑ : ๑๐๕๗.

การมีชีวิตนิรันดร์นั้น พระเจ้าทรงให้สิทธิ์มนุษย์ ในการเลือกที่จะควบคุมตนเองหรือไม่ จากตัณหาทั้งสาม^{๕๐} แต่เพราะบาปกำเนิด^{๕๑} ทำให้มนุษย์ตกอยู่ในอำนาจของความมัวเมาในทางโลกียะ การมีใจโลภในทรัพย์สินของแผ่นดิน มีความหยิ่งเชื่อมั่นในตน ซึ่งเป็นสิ่งที่ขัดกับข้อบังคับของเหตุผล การเผยแสดงของพระเจ้านี้ ทำให้มนุษย์รู้ถึงสภาพความศักดิ์สิทธิ์ และความชอบธรรมดั้งเดิมของมนุษย์ชายหญิงก่อนการทำความบาป การเป็นมิตรกับพระเจ้าเป็นทอธารแห่งความบรมสุขที่หลั่งมาสู่ชีวิตของมนุษย์ในสวรรค์^{๕๒}

๓.๑.๒ ความสำคัญของเป้าหมายสูงสุด

พระเจ้าได้สร้างมนุษย์ตามฉายาของพระองค์^{๕๓} คือ การเป็นตัวแทนของพระเจ้า พระองค์ไม่มีร่างกาย ไม่เป็นทั้งชายหรือหญิงเพราะพระองค์ไม่มีเพศ^{๕๔} มนุษย์ในฐานะที่เป็นฉายาของพระเจ้า หมายถึง การเป็นตัวแทนของพระเจ้าบนโลก^{๕๕} แต่เดิมมนุษย์ถูกสร้างให้เป็นอมตะหรือการมีชีวิตนิรันดร์^{๕๖} เพราะความอิจฉาของปีศาจ ผู้ที่อยู่ฝ่ายของปีศาจจึงประสบกับความตาย^{๕๗} กลายเป็นบาปกำเนิด (Original Sin) ก่อให้เกิดความลำบาก ความทุกข์และความตาย สืบต่อเนื่องถึงมนุษยชาติทุกคน^{๕๘}

การมีชีวิตนิรันดร์หรือการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ คือ การรู้จักพระเจ้าที่เที่ยงแท้เพียงพระองค์เดียว และรู้จักพระเยซูคริสตเจ้า ผู้ที่พระเจ้าส่งพระบุตรเพียงพระองค์เดียวมา^{๕๙} เป็นพระผู้ไถ่บาปของมนุษยชาติ พระเจ้ามีพระประสงค์ให้มนุษยชาติได้รับความรอดพ้น และเข้าสู่ความจริงที่สมบูรณ์^{๖๐} และการอยู่ร่วมกับพระเจ้าในสวรรค์ การรู้จักพระเยซูคริสตเจ้าที่พระเจ้า ทรงประทานมาไถ่บาปมนุษย์^{๖๑} โดยอาศัยความเชื่อ ความศรัทธาและการดำเนินชีวิตตามแนวทางของพระเยซู-

^{๕๐} เทียบใน ๑ ยน. ๒ : ๑๖.

^{๕๑} บาปกำเนิด (Original Sin) เป็นบาปแรกจากมนุษย์คู่แรก ที่เป็นสิ่งสร้าง (creature) ของพระเจ้า ได้ขัดคำสั่งของพระเจ้า ทำให้เขาและลูกหลานสืบต่อมา ได้รับโทษทัณฑ์ถูกขับจากสวนเอเดน ต้องทำมาหากินด้วยความยากลำบาก เกิดโรคภัยเบียดเบียน และทำให้เขาต้องตายจากการมีชีวิตนิรันดร์; รม. ๑๑ : ๓๒.

^{๕๒} CCC. ๑ : ๓๗๗, ๓๘๔.

^{๕๓} ปฐก. ๑ : ๒๖-๒๗.

^{๕๔} ทศไนย คมกฤศ, บาทหลวง, **ท่องพันธสัญญาเดิม**, แปลจากหนังสือ Gervaria Marcel nd. Journey, np., (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัสสัมชัญ, ๒๕๓๔), หน้า ๑๔.

^{๕๕} วุฒิชัย อ่องนาวา, “สมเด็จพระสันตปาปา ยอห์น ปอล ที่สอง : การศึกษาความคิดเรื่องมนุษย์ของพระองค์”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๘), หน้า ๑๖-๑๗.

^{๕๖} มธ. ๕ : ๕-๑๕; ลก. ๑๑ : ๑-๔.

^{๕๗} ปชญ. ๒ : ๒๓-๒๔.

^{๕๘} ยัง จักแมน, บาทหลวง, **อัตลักษณ์คาทอลิก**, เพ็ญศรี หล่อวัฒนาพงษา, ดร., แปล, (กรุงเทพมหานคร : ปิตินาธิ, ๒๕๕๖), หน้า ๔๑.

^{๕๙} ยน. ๑๗ : ๓, กจ. ๔ : ๑๒.

^{๖๐} ๑ ทธ. ๒ : ๓-๖.

^{๖๑} ยน. ๑๗ : ๓.

คริสตเจ้าเป็นแบบอย่าง เป็นชีวิตที่พระเจ้าทรงประทาน ให้มนุษย์เป็น “มนุษย์ที่สมบูรณ์” ผ่านพระเยซูคริสตเจ้า พระองค์มีหลักคำสอนเรื่องการทำความดีเพื่อพระเจ้า แต่พระเยซูคริสตเจ้าทรงสอนว่าจงช่วยตัวเองก่อน แล้วพระเจ้าก็จะช่วยท่าน แต่ยังคงต้องพึ่งแต่พระเจ้าเท่านั้น^{๖๒}

การมีชีวิตนิรันดร์คือ การที่ได้เป็นสมาชิกของพระอาณาจักรสวรรค์ มีค่าอย่างยิ่งต่อการเสียสละทุกสรรพสิ่งในโลกนี้ โดยการปฏิบัติตามน้ำพระทัยของพระเจ้า ดังแสดงในบท “พระบิดา” ที่คริสตชนภาวนาว่า “พระอาณาจักรของพระองค์จงมาถึง พระประสงค์ของพระองค์จงสำเร็จในแผ่นดินเหมือนในสวรรค์”

พระอาณาจักรของพระองค์เป็นสังคมบนโลกนี้ ที่น้ำพระทัยของพระเจ้า ได้รับการปฏิบัติอย่างสมบูรณ์เหมือนในสวรรค์ ส่วนพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาใหม่ แสดงถึงการทำตามพระพันธสัญญาของพระเจ้าให้เป็นจริง โดยผ่านทางพระเยซูคริสตเจ้า ซึ่งเป็นพระเจ้าผู้ไถ่กู้มนุษย์ให้มนุษย์กลับคืนดีกับพระเจ้าเพื่อพระเจ้าทรงประทานชีวิตนิรันดร์แก่มนุษย์ คือ การเป็น “มนุษย์สมบูรณ์”^{๖๓}

การไถ่บาปของพระเยซูคริสตเจ้า เป็นการอธิบายถึงความตายของพระเยซูคริสตเจ้าว่าเป็น “ผู้ไถ่กู้” (Redemption) การชดเชยความผิด (Satisfaction) การทำให้ความชอบธรรม (Justification) นั่นคือ พระเยซูคริสตเจ้าเป็นผู้ที่มาช่วยเหลือ ให้เรากลับมามีความสัมพันธ์อันดีกับพระเจ้า ให้เราหลุดพ้นจากทุกข้ออ้างเนื่องมาจากบาป และมนุษย์ต้องพัฒนาตนเองให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์สมกับการเป็นฉายาของพระเจ้า^{๖๔}

การมุ่งสู่ชีวิตนิรันดร์ตามแนวคิดของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก ที่เป็นเป้าหมายสูงสุดที่สำคัญ คือ ทำให้มนุษย์สร้างความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ในสังคม เพราะเพื่อนมนุษย์มิได้เป็นเพียงพี่น้องกันเท่านั้น แต่เป็นส่วนหนึ่งของพระกายพระเยซูคริสตเจ้าด้วย

ความสำคัญที่สุดของเป้าหมายสูงสุดของชีวิตคริสตชน คือ เรามีโอกาสชาตินี้เพียงชาติเดียว ในการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ การมีเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์หรือการมีชีวิตนิรันดร์ เพราะทางเลือกของเขา มีเพียงการปฏิบัติตามพระประสงค์ของพระเจ้า เขาก็ได้รับสิทธิ์ในพระอาณาจักรสวรรค์ชั่วนิรันดร์ แต่ถ้าเขาหันหลังให้พระเจ้า เขาย่อมอยู่ในนรกชั่วนิรันดร์เช่นกัน^{๖๕}

๓.๑.๓ ผลของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด

พระเยซูคริสตเจ้าเป็นผู้ประทานพระจิตเจ้าแก่พระองค์ ผ่านพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ พระจิตเจ้าจะทรงนำคริสตชนไปพบพระบิดาเจ้า ศิษย์ทุกคนของพระองค์ ได้รับการเรียกมาสู่ความดีที่บริบูรณ์และมีความรักอย่างสมบูรณ์^{๖๖} พระองค์ทรงรักและทรงพลีชีพของพระองค์เพื่อพระศาสน-

^{๖๒} มธ. ๖ : ๓๓.

^{๖๓} ยน. ๑๐ : ๑๐, รม. ๓ : ๒๑-๓๑.

^{๖๔} เสรี พงศ์พิศ และคณะ, คนในทรงสนะของพุทธศาสนา อิสลามและคริสตศาสนา, (กรุงเทพมหานคร : สภาคาทอลิกแห่งประเทศไทย, ๒๕๒๔), หน้า ๒๑๐, ๒๖๑, ๒๓๗.

^{๖๕} ยอแซฟ วุฒิลี, หลักธรรมคำสอนคาทอลิก, (เชียงใหม่ : ม.ป.ท., ๒๐๑๒), หน้า ๙๔-๙๗.

^{๖๖} มธ. ๕ : ๔๘; ๑ ธส. ๔ : ๓.

จักรคาทอลิก ทรงทำให้พระศาสนจักรศักดิ์สิทธิ์^{๖๗} การดำเนินชีวิตของคริสตชนสมัยแรก ที่มีบันทึกในพันธสัญญาใหม่ ดำเนินชีวิตด้วยการหมั่นฟังพระวจนะของพระเจ้า การหมั่นภาวนาและการหมั่นเข้าพิธีรับศีลมหาสนิท^{๖๘}

ผลประโยชน์ของคริสตชนที่สามารถปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดมี ๒ ประการ คือ ๑) การปฏิบัติตนเพื่อประโยชน์ในโลกนี้ และ ๒) การปฏิบัติตนเพื่อประโยชน์ในโลกสวรรค์ ดังนี้

๑) การปฏิบัติตนเพื่อประโยชน์ในโลกนี้ พระเยซูคริสตเจ้า ทรงแนะนำการดำเนินชีวิตคริสตชน ดังนี้ จงอย่าถือตัว แต่จงถ่อมตนให้สมกับที่พระเจ้าทรงประทานพระหรรษทานแก่ท่าน เพราะคริสตชนทุกคนเป็นกายเดียวกับพระคริสต์เจ้า โดยผ่านพิธีรับศีลมหาสนิท โดยพระวิญญาณเข้าเป็นกายเดียวในพระคริสต์เจ้า คริสตชนต้องมีความเชื่อ ความเลื่อมใสและความศรัทธาต่อพระเจ้าแล้ว คริสตชนยังต้องดำเนินชีวิตด้วยการประพฤติตน ดังนี้

๑.๑) คริสตชนต้องมีความรัก และความเมตตาต่อมนุษย์ทุกคนเสมอกัน ทั้งคนที่รักตนหรือคนที่ศัตรูของตน

๑.๒) จงปฏิบัติตามพระธรรมบัญญัติของพระเจ้าอย่างมั่นคง

๑.๓) จงสวดภาวนาบูชาพระเจ้าอย่างสม่ำเสมอ

๑.๔) จงอวยพรแก่คนที่ข่มเหงตน คือ การรู้จักการให้อภัยผู้อื่น

๑.๕) จงเอาชนะความชั่วด้วยความดี อย่าแก้แค้นใคร แต่จงมอบการนั้นให้พระเจ้าทรงพิจารณาลงอาชญาผู้นั้นเอง^{๖๙}

๒) การปฏิบัติตนเพื่อประโยชน์ในโลกสวรรค์ ด้วยการปฏิบัติตามพระประสงค์ของพระเจ้าที่ให้ทุกคนที่ได้เห็นพระบุตรของพระเจ้า แล้วมีความเลื่อมใสศรัทธา ในพระบุตรของพระองค์เพื่อจะได้มีชีวิตนิรันดร์^{๗๐} นอกจากนี้ คริสตชนยังต้องมีการหมั่นปฏิบัติตามพระธรรมบัญญัติของพระเจ้า การเข้าร่วมในพิธีศีลศักดิ์สิทธิ์ และการหมั่นภาวนาอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งคริสตชนจะต้องหมั่นกระทำด้วยจิตใจที่ยำเกรงในพระเจ้าในชีวิตนี้ เพื่อให้เป็นที่พอพระทัยของพระเจ้า

คริสตชนสมควรปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ตามพระธรรมบัญญัติของพระเยซูคริสตเจ้า ซึ่งเป็นการปฏิรูปชีวิตมนุษย์ไปสู่หนทางที่ถูกต้อง ตามพระประสงค์ของพระเจ้าและเป็นหลักจริยธรรมที่พระองค์ทรงมอบ ให้แก่มนุษยชาติได้ปฏิบัติเพื่อความสุขทั้งในโลกนี้และโลกสวรรค์

๓.๒ วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ ตามแนวคิดในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก

วิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ตามแนวคิดของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก เพื่อมีชีวิตนิรันดร์ ได้รับสิทธิ์ได้เป็นพลเมืองในอาณาจักรสวรรค์ของพระเจ้า ศ. กิรีติ บุญเจือ ราชบัณฑิต

^{๖๗} อพ. ๕ : ๒๕-๒๖.

^{๖๘} กจ. ๕ : ๔๒.

^{๖๙} รม. ๑๒ : ๓-๒๑.

^{๗๐} ยน. ๖ : ๔๐.

ได้อธิบายว่า มีวิธีปฏิบัติเพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุด (Ways of Perfection)^{๗๑} มีวิธีปฏิบัติ ๓ ขั้นตอน คือ ๓.๒.๑ ทางแห่งการชำระจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ด้วยการรักษาศีล (Way of Purification) ๓.๒.๒ ทางแห่งแสงสว่างเป็นขั้นตอนรับปัญญาจากพระเจ้า (Way of Illumination) ๓.๒.๓ ทางแห่งการอยู่ร่วมกับพระเจ้า (Way of Union of God) ด้วยการภาวนา (The Christian Meditation) ดังนี้

๓.๒.๑ ทางแห่งการกระทำตนให้บริสุทธิ์ด้วยการรักษาศีล (Way of Purification)
ด้วยวิธีปฏิบัติตามพระธรรมบัญญัติสิบประการ (The Ten Commandment) ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ (The Bible)

พระเจ้าได้แสดง วิธีการดำเนินชีวิตตามคำของพระเจ้าที่แสดงผ่านพระคริสตธรรมคัมภีร์ (The Bible) ทั้งภาคพันธสัญญาเดิมและภาคพันธสัญญาใหม่ เพื่อเป็นหนทางกลับคืนสู่พระอาณาจักรสวรรค์อีกครั้ง เมื่อพระเจ้าได้ทรงประทานพระธรรมบัญญัติสิบประการ ให้มนุษย์ปฏิบัติตามแล้ว พระองค์ยังแสดงถึงเรื่องที่พระเจ้าต้องการจากมนุษย์ผ่านโมเสส ดังนี้

...ให้คริสตชน มีความยำเกรงในพระยะโฮวา พระเจ้าของพวกเขา พระองค์เป็นพระเจ้าที่ยิ่งใหญ่ทรงฤทธิ์และน่ากลัว ทรงปราศจากอคติ ทรงรักมนุษย์ทุก ๆ คนเสมอกันหมด แม้แต่คนนอกศาสนา เพราะพระองค์ทรงเป็นพระผู้สร้างมวลมนุษยชาติ ดังนั้น มนุษย์จึงมีหน้าที่มอบความรักให้พระองค์ ประณินิบัติพระองค์ด้วยสุดจิตสุดใจ และมีหน้าที่รักษาพระธรรมบัญญัติและกฎเกณฑ์ของพระองค์...^{๗๒}

มนุษย์จึงมีหน้าที่ต้องเชื่อฟังพระเจ้า เพราะผู้ที่เชื่อฟังพระเจ้าเท่านั้น พระองค์จึงจะทรงอวยพระพรให้แก่ผู้นั้นรวมถึงลูกหลานของเขา ให้มีแต่ความสุขความเจริญ เพราะเขาได้กระทำการที่ดีและถูกต้องในสายพระเนตรของพระยะโฮวา พระเจ้าของพวกเขา

พระธรรมบัญญัติที่คริสตชนนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน และเป็นการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ การมีชีวิตนิรันดร์ แนวคิดนี้มาจากหลักคำสอนในพระคริสตธรรมคัมภีร์ (The Bible) คือ พระธรรมบัญญัติสิบประการ (The Ten Commandment) มีรายละเอียดดังนี้

^{๗๑} สัมภาษณ์ ศ.กิริติ บุญเจือ ราชบัณฑิต, กรรมการสอบวิทยานิพนธ์, มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, วันที่ ๙ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๗๒} ฉบับ. ๑๐:๑๒-๒๑, ๑๒ : ๒๔.

พระธรรมบัญญัติ ๑๐ ประการนี้ แสดงถึงวิธีปฏิบัติที่นำคริสตชนไปสู่ พระอาณาจักรสวรรค์ด้วยความช่วยเหลือของพระพรหทาน (Grace)^{๗๓} ของพระเจ้า คริสตชนปฏิบัติสิ่งเหล่านี้ที่ละเล็กละน้อยในชีวิตประจำวัน ด้วยอำนาจแห่งพระวาจาของพระเยซูคริสตเจ้า คริสตชนจะค่อยๆ บังเกิดผล บรรลุถึงพระสิริของพระเจ้าในพระศาสนจักรโรมันคาทอลิก

หลักธรรมคำสอนของคาทอลิก คือ “พระคริสตธรรมคัมภีร์” (The Bible) คือ คำสอนที่เกี่ยวกับข้อปฏิบัติในชีวิตประจำวันของคริสตชน ซึ่งคริสตชนเชื่อว่า พระเจ้าเป็นผู้ประทานพระธรรมบัญญัติเหล่านี้แก่มนุษย์เอง จึงเป็นพระธรรมบัญญัติที่สำคัญที่สุดของคริสตชน ที่เป็นแนวทางดำเนินชีวิต ที่พระเจ้าทรงบัญชาให้มนุษย์รักพระเจ้า และทำตามพระธรรมบัญญัติของพระองค์^{๗๔} เป็นพระธรรมบัญญัติแห่งความรัก ที่พระเจ้ามอบผ่านโมเสส^{๗๕}

พระเยซูคริสตเจ้ากล่าวว่า “ผู้ที่ปฏิบัติตามพระธรรมบัญญัติแล้ว ผู้นั้นจะบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ การได้รับชีวิตเป็นนิรันดร์”^{๗๖} ซึ่งเป็นหลักการที่เป็นรูปธรรมในการดำเนินชีวิตประจำวัน เป็นหลักการที่แบ่งเป็น หน้าที่ของคริสตชนที่มีต่อพระเจ้า และหน้าที่ต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน คือ พระธรรมบัญญัติ ๑๐ ประการ^{๗๗} ดังนี้

หน้าที่ของมนุษย์ต่อความรักของพระเจ้า ตามหลักคำสอนที่ว่า จงรักพระเจ้าจนสุดจิต สุดใจ

พระธรรมบัญญัติประการที่ ๑ จงนมัสการ^{๗๘} พระเป็นเจ้าแต่องค์เดียว

พระเจ้าเป็นพระบิดา ผู้ใจดี เอาพระทัยสอดส่องดูแลเราทุกคนอย่างใกล้ชิด เราจึงครองชีพร่วมกับพระบิดา และเพื่อพระองค์ด้วยสายตาแห่งความเชื่อ ความไว้วางใจ ความหวัง และความรักต่อพระองค์

^{๗๓} **พระพรหทาน (Grace)** หมายถึง ชีวิตของพระเยซูคริสตเจ้า เพื่อช่วยเราให้สามารถดำรงชีวิตคริสตชน เพื่อเราจะได้มีชีวิตเยี่ยงบุตรของพระเจ้า และบรรลุถึงอาณาจักรพระเจ้า (สวรรค์) ได้ พระพรหทานมี ๒ ประเภท คือ (๑) **พระพรหทานศักดิ์สิทธิ์ (Sanctifying Grace)** หมายถึง พระพรหทานที่พระเป็นเจ้าเสด็จมาประทับอยู่ในวิญญาณของเรา บันดาลให้เราใช้ชีวิตและถูกศีลโฉมเหนือธรรมชาติ พระพรหทานศักดิ์สิทธิ์ บันดาลให้เราเป็นส่วนในชีวิตพระเป็นเจ้า เป็นสหทัยกับพระเจ้า สมควรที่จะไปอยู่กับพระเจ้า และทำให้สามารถประกอบกรรมดี สมควรกับบำเหน็จสวรรค์ (๒) **พระพรหทานปัจจุบัน (Actual Grace)** หมายถึง พระคุณที่พระเป็นเจ้าโปรดประทานเป็นครั้งคราว บันดาลให้สติปัญญารู้จักทางไปสวรรค์ และให้น้ำใจของเรามีกำลังดำเนินชีวิตในทางที่ดีและหนีความชั่วได้ พระเป็นเจ้าประทานพระพรหทานปัจจุบันให้แก่ทุกคน เพราะพระองค์ทรงมีประสงค์ให้มนุษย์ทุกคนสามารถเอาตัวรอด.

^{๗๔} ฉธบ. ๖ : ๕; ๓๐ : ๑๖.

^{๗๕} มธ. ๑๙ : ๑๖-๑๙. ๒๒ : ๓๕-๓๙.

^{๗๖} ลก. ๑๑ : ๒๕.

^{๗๗} อพย. ๒๐ : ๑-๑๗, ดูรายละเอียดใน ฉธบ. ๕ : ๑-๒๑.

^{๗๘} คำว่า **นมัสการ** (adoration) แปลว่า การไหว้ แต่ในศาสนาคริสต์โรมันคาทอลิก หมายถึง การเคารพยกย่องพระเจ้าอย่างสูงสุดแต่เพียงผู้เดียว; ดูรายละเอียดใน ชัซวาลย์ แสงแก้ว, บาทหลวง, **คู่มือเตรียมรับศีลมหาสนิท**, หน้า ๙๙-๑๐๐, ๑๑๒-๑๑๓.

คริสตชนต้องนมัสการพระเจ้าด้วยการสวดภาวนา และการทำกิจกรรมแสดงความเคารพ หรือการคารวกิจ ทั้งภายในกาย ภายนอกกาย และการร่วมกับบุคคลอื่นในสังคม เช่น การไปร่วม ศาสนพิธีกรรม เป็นต้น คริสตชนจะต้องนมัสการพระเจ้าภายใน ด้วยความเชื่อ ความไว้วางใจ ความรัก และเคารพบูชาพระองค์ในจิตใจ และต้องนมัสการพระเจ้าภายนอก ด้วยการแสดงความเชื่อ ความไว้วางใจ ความรักและการบูชาด้วยกิจการภายนอก เช่น การภาวนา การไปวัดและการร่วมพิธีกรรม ต่างๆ ได้แก่ พิธีมิสซาบูชาขอบพระคุณ และพิธีกรรมเป็นทาง การของศาสนาทุกอย่าง เป็นต้น

พระธรรมบัญญัติประการที่ ๒ อย่าออกพระนามพระเจ้าโดยไม่สมเหตุ

พระธรรมบัญญัติข้อนี้ มีจุดมุ่งหมายให้มนุษย์ต้องมีความรัก ความเคารพต่อพระนามของพระเจ้า ซึ่งเป็นพระนามที่ศักดิ์สิทธิ์ยิ่งกว่านามทั้งหลาย และห้ามนำพระนามของพระองค์มาใช้ในทางที่ผิดไม่สมควร เช่น การสาบานในเรื่องเบ็ดเตล็ด และการสาบานเท็จ เป็นต้น

ลักษณะการกระทำที่ละเลยต่อพระบัญญัติพระเจ้าข้อนี้ คือ การละเลยเพิกเฉย การกล่าวร้ายถึงพระเป็นเจ้า การพุดจาดูหมิ่นพระเป็นเจ้า แม่พระและนักบุญต่าง ๆ การเคารพบูชาคนหรือสิ่งอื่นแทนพระเป็นเจ้า^{๗๙} การเชื่อถือหรือพึ่งพาอาศัยอำนาจที่นอกเหนือไปจากฤทธิ์อำนาจของพระเป็นเจ้าและการทูลจาร (Desecration)^{๘๐} หมายถึง การประมาทดูหมิ่นพระเจ้า ด้วยการพุดหรือการกระทำผิดต่อบวช ต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในศาสนา หรือต่อสถานที่ทางศาสนา

พระธรรมบัญญัติประการที่ ๓ วันพระเจ้าอย่าลืมฉลองวันศักดิ์สิทธิ์ (วันสะบาโต)

เป็นพระธรรมบัญญัติที่ให้ ความสำคัญเรื่องของการทำงาน คือ การถือปฏิบัติว่า วันอาทิตย์เป็นวันศักดิ์สิทธิ์หรือวันสะบาโต มีบันทึกในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ดังนี้ “พระเป็นเจ้าทรงเป็นเจ้าของวันเวลา พระองค์โปรดให้เราทำมาหากิน ๖ วัน และให้ฉลองวันอาทิตย์ คือ งดธุระฝ่ายโลก หันมาเอาใจใส่เรื่องฝ่ายวิญญาณเป็นพิเศษ โดยไปร่วมพิธีมิสซาบูชาและงดเว้นงานหนัก”^{๘๑}

ปัจจุบันพระศาสนจักรคาทอลิก ได้กำหนดวันของพระเจ้า คือ วันอาทิตย์ วันปัสกาและวันฉลองคริสตสมภพ คือ วันที่ ๒๕ ธันวาคม เป็นวันที่คริสตชนทุกคนต้องไปร่วมพิธีมิสซาบูชาขอบคุณตั้งแต่ต้นจนจบ ด้วยความสำรวมใจกาย และต้องหยุดการทำงานที่ใช้แรงงาน แต่อนุญาตให้ทำงานที่ใช้สติปัญญา เช่น การเรียน การสอน แม้งานนั้นจะได้รับค่าจ้าง งานฝีมือและงานเพื่อการกุศลแม้จะเป็นงานที่ใช้แรงงาน เช่น งานตกแต่งวัด เป็นต้น การขาดพิธีบูชาขอบคุณพระเจ้าโดยไม่มีเหตุอันควรในวันของพระเจ้าถือเป็นบาปหนัก

^{๗๙} มธ. ๕ : ๓๓-๓๗.

^{๘๐} คำว่า การทูลจาร (Desecration) หมายถึง การประมาทดูหมิ่นพระเจ้า ด้วยการพุดหรือการกระทำผิดต่อบวช ต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในศาสนา หรือต่อสถานที่ทางศาสนา.

^{๘๑} ปฐก. ๒ : ๑-๓.

หน้าที่ต่อความรักเพื่อนมนุษย์ ตามหลักธรรมคำสอนที่ว่า “จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตัวเอง”^{๘๒}

พระธรรมบัญญัติประการที่ ๔ จงนับถือบิดามารดา

พระเป็นเจ้าทรงพอพระทัย ให้นำมนุษย์อยู่ร่วมกันเป็นสังคม พระธรรมบัญญัติข้อนี้ สั่งให้ทุกคนปฏิบัติหน้าที่ในครอบครัวและในสังคม ในพระคริสตธรรมภาคพันธสัญญาเดิม ได้สอนว่า “จงนับถือบิดามารดา เพื่อเจ้าจะได้อายุยืนอยู่ในดินแดนที่พระเจ้าประทานให้เจ้า”^{๘๓}

พระเยซูคริสต์เจ้าให้ความสำคัญเรื่อง การนับถือบิดามารดา^{๘๔} ไว้ว่า บุตรมีหน้าที่นอบน้อมเชื่อฟังบิดามารดา เพราะการกระทำเช่นนี้ถูกต้อง เป็นการให้เกียรติบิดามารดาและเป็นธรรมบัญญัติข้อแรกในพระพันธสัญญาเดิม แล้วท่านจะอยู่เป็นสุขและมีอายุยืนบนแผ่นดิน

หน้าที่ของบิดามารดาต่อบุตร ความสมบูรณ์แห่งความรักของคู่สามีภรรยา มิใช่เพียงให้กำเนิดบุตรเท่านั้น แต่ยังมีหน้าที่ต่อบุตรทั้งทางร่างกายและจิตวิญญาณด้วย และหน้าที่ของบุตรต่อบิดามารดา ส่วนความเป็นบิดาของพระเจ้า เป็นแหล่งกำเนิดของความเป็นบิดาของมนุษย์เช่นกัน^{๘๕}

พระธรรมบัญญัติประการที่ ๕ อย่าฆ่าคน

เราต้องเคารพชีวิตร่างกายของตนเอง โดยการเอาใจใส่สุขภาพ ทั้งร่างกายและใจตามสมควรของตนและของผู้อื่นด้วยกายวาจาและใจ ด้วยการไม่คิดที่จะแสดงอาการเกลียดชัง อาฆาตพยาบาท พุดให้เจ็บช้ำน้ำใจ สบประมาทคำว่า ตลอดจนทุบตี ทำร้ายร่างกาย และปลิดชีวิตรวมทั้งการจงใจทำแท้ง เราต้องเคารพชีวิตร่างกายของตนเอง คือ การละเว้นการทำบาปและโอกาสบาปและของผู้อื่น โดยละเว้นทุกสิ่งที่จะทำให้ผู้อื่นตกในบาป คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกเรียกว่า "เป็นที่สะดุด (Scandal)"^{๘๖} เป็นการเสียชีวิตเหนือธรรมชาติ

พระบัญญัติข้อนี้หมายความว่ารวมถึง ห้ามทำร้ายร่างกายใดๆ ผู้อื่น เช่น ทำให้เขาได้รับบาดเจ็บ พิการ หรือถึงแก่ความตาย เป็นต้น และการห้ามทำร้ายวิญญาณของผู้อื่น คือ ทำการสิ่งใด ๆ ที่เป็นเหตุให้เขาทำบาป เช่น การพุด การเขียน การเป็นตัวอย่างไม่ดี หรือ การยุยงให้เขาทำบาป การฆ่าคนอื่น หรือแม้แต่ตัวเอง ถือเป็นบาปหนักอย่างร้ายแรง เพราะเป็นการละเมิดชีวิตของมนุษย์ ซึ่งถือว่าชีวิตของมนุษย์เป็นของพระเจ้าแต่เพียงผู้เดียว^{๘๗}

^{๘๒} มธ. ๒๒ : ๓๙.

^{๘๓} อพย. ๒๐ : ๑๒, ฉธบ. ๕ : ๑๖.

^{๘๔} มก. ๗ : ๘-๑๓, อฟ. ๖ : ๑-๓, ฉธบ. ๕ : ๑๖. .

^{๘๕} อฟ. ๓ : ๑๔.

^{๘๖} คำว่า การเป็นที่สะดุด (Scandal) หมายถึง การพุดหรือการกระทำสิ่งใด ๆ ที่ไม่ถูกต้อง เป็นเหตุให้ผู้อื่นทำบาป เพราะเป็นการทำร้ายวิญญาณของเขา; โยบ ๔ : ๔, มัทธิว ๑๘ : ๖-๗.

^{๘๗} ชุซวาลย์ แสงแก้ว, บาทหลวง, คู่มือเตรียมรับศีลมหาสนิท, หน้า ๑๒๐-๑๒๑.

พระธรรมบัญญัติประการที่ ๖ อย่าผิดประเวณี

บาปกำเนิด ทำให้ร่างกายเป็นนาย ดังนั้น คริสตชนไม่ควรปล่อยตัวตามใจ บาปราคะ ตัณหา พระธรรมบัญญัติข้อนี้ เป็นการห้ามการหาความสนุกทางกายวาจาและใจ คือการหาความสุขทางเพศ ที่อยู่นอกขอบข่ายวัตถุประสงค์ของศีลสมรสหรือศีลแต่งงาน เพราะเป็นสิ่งที่ขัดต่อระเบียบที่พระเจ้าทรงวางไว้ ทำให้มนุษย์ลดศักดิ์ศรีตนเองเทียบเท่าสัตว์เดรัจฉาน

พระธรรมบัญญัติข้อนี้ สั่งให้คริสตชนเคารพ และรักษาความบริสุทธิ์ในร่างกายของตนเองและของผู้อื่น ห้ามแสวงหาหรือเสี่ยงอันตรายต่อความบริสุทธิ์ในร่างกาย นักบุญมัทธิวได้บันทึกคำสอนของพระเยซูคริสตเจ้า เรื่อง “ห้ามการล่วงประเวณี” ดังนี้ “ผู้ใดมองหญิงด้วยความใคร่ ถือว่าได้ล่วงประเวณีกับหญิงนั้นในใจแล้ว ถ้าตาขวาของท่านเป็นเหตุให้ท่านทำบาป ก็จงควักมันทิ้งเสีย การเสียอวัยวะส่วนเดียว ยังดีกว่าปล่อยให้ร่างกายทั้งหมดตกนรก”^{๘๘}

วิธีการรักษาความบริสุทธิ์ในร่างกายของตน คือ (๑) หลีกเสี่ยงอันตรายและอย่าให้โอกาสแก่ บาป ราคะ ตัณหา (๒) หมั่นแก้บาปกับบาปหลวงและรับศีลมหาสนิทบ่อยๆ (๓) มีความศรัทธาต่อแม่พระและการสวดภาวนา มีการทรมานตนเพื่อระงับตัณหาราคะที่จะเกิดขึ้น (๔) การเลือกคบแต่เพื่อนที่ดี

พระธรรมบัญญัติประการที่ ๗ อย่าลักขโมย อย่ามักได้ทรัพย์สินของเขา

พระธรรมบัญญัติข้อนี้ สอนเราให้เคารพสิทธิในทรัพย์สินของผู้อื่น ในเวลาเดียวกันก็ห้ามการผูกใจหมกมุ่นกับทรัพย์สินของตนจนเกินควร เพราะเรามีสิทธิเป็นเจ้าของทรัพย์สินโดยชอบธรรมอยู่แล้ว ด้วยการทำงาน การประหยัดการใช้จ่ายเก็บหอมรอมริบไว้ การรับมรดก การซื้อขายและการรับค่าจ้าง ถ้าเราผิดต่อทรัพย์สินของผู้อื่น เช่น การลักขโมย การเรียกดอกเบี้ยเกินควร การไม่จ่ายค่าจ้างที่เป็นธรรมแก่ลูกจ้าง โดยการไม่ถือตามข้อตกลงว่าจ้าง การเป็นหนี้แล้วไม่พยายามชดใช้การไม่คืนของที่เก็บได้หรือฝากไว้ เป็นต้น ถือเป็นการมักได้ในทรัพย์สินของผู้อื่น

พระธรรมบัญญัติข้อนี้ ต้องการให้รักษาความยุติธรรม และความเคารพในกรรมสิทธิ์^{๘๙} ในทรัพย์สินของผู้อื่น และความหมายรวมถึง การเล่นเกมพนัน ซึ่งเป็นเหตุให้คนกระทำผิดมากที่สุด เพราะการพนัน เป็นการล้างผลาญทรัพย์สินในครอบครัว จึงเป็นการทำบาป ผิดต่อทรัพย์สินของครอบครัวและในทรัพย์สินของผู้อื่น แม้ผู้ทำผิดจะแก้บาปแล้ว เขายังต้องคืนหรือชดใช้ความเสียหายแก่ผู้เสียหายจนครบถ้วน เขาจึงจะพ้นบาป

พระธรรมบัญญัติประการที่ ๘ อย่าใส่ความนินทา

พระคริสตธรรมบัญญัติข้อนี้ สั่งให้รักษาความจริงและมีเคารพชื่อเสียงของผู้อื่น บาปที่ผิดต่อความจริงและผิดต่อชื่อเสียงของผู้อื่น ผู้ที่กระทำผิดต้องชดเชยความเสียหายและคืนชื่อเสียง ให้

^{๘๘} มธ. ๕ : ๒๗-๒๙.

^{๘๙} คำว่า **กรรมสิทธิ์** คือ การเป็นเจ้าของโดยถูกต้องในทรัพย์สินที่มีอยู่หามาได้ หรือได้รับมรดกตกทอดอย่างถูกต้อง; ดูรายละเอียดใน, ซัซวาลย์ แสงแก้ว, บาทหลวง, **คู่มือเตรียมรับศีลมหาสนิท**, หน้า ๑๒๓-๑๓๔.

แก่เขา แม้เป็นเพียงผู้ที่มีส่วนร่วมในการทำลายชื่อเสียงของผู้อื่น ก็ถือว่าทำบาปด้วย เขาจะต้องชดเชยความเสียหายและหาทางคืนชื่อเสียงแก่เขาเช่นกัน มนุษย์มีสิทธิ์รู้ความจริง เพื่อการรักษาชื่อเสียง แต่ว่าจาของเราเมื่อมีอิทธิพลมาก ทั้งในทางสร้างสรรค์และทำลาย พระบัญญัติข้อนี้รวมถึงการพูดโกหก การใส่ความหมิ่นประมาทและการนินทา

พระธรรมบัญญัติประการที่ ๙ อย่าปลงใจผิดประเวณีกับภรรยาของเพื่อนบ้าน

พระคริสตธรรมบัญญัติข้อนี้ สั่งให้คริสตชนรักษาความบริสุทธิ์ทางจิตใจ ห้ามคิดหรือปรารถนาในสิ่งที่ผิดต่อความบริสุทธิ์ เพราะการกระทำที่ทำโดยรู้ตัวและเต็มใจจะเป็นบาปหนัก

วิธีจัดความคิด และความปรารถนาที่ผิดต่อความบริสุทธิ์ คือ (๑) การสวดภาวนาแบบสั้น ๆ บ่อย ๆ (๒) อย่าอยู่อย่างว่างเปล่าควรหางานอดิเรกทำ เช่น การเล่นกีฬา การเล่นเกม เป็นต้น และ (๓) การสำรวมกายวาจาใจ

เมื่อมีความคิด หรือความปรารถนาไม่ดีที่เกิดขึ้นเอง โดยไม่ยินยอม หรือเต็มใจ เช่นนี้ไม่เป็นบาป และเมื่อมีความพยายามสละทั้งความคิด หรือความปรารถนาที่ไม่ดี กลับเป็นความประพฤติที่เป็นการทำบุญกุศล เพราะเป็นสิ่งที่ต้องใช้ความพยายามที่ยากลำบาก

พระธรรมบัญญัติประการที่ ๑๐ อย่ามักได้ทรัพย์สินของผู้อื่น

พระคริสตธรรมบัญญัติประการสุดท้ายนี้ สั่งให้รักษาความยุติธรรมในใจ และห้ามคิดปรารถนา หรือมักได้ในทรัพย์สินสมบัติของผู้อื่นโดยไม่ถูกต้อง มีความคิดมุ่งหมายที่จะได้ทรัพย์สินสมบัติของผู้อื่น โดยการตั้งใจจะขโมย หรือมักได้ในทรัพย์สินของผู้อื่น ส่วนจะเป็นบาปหนัก หรือบาปเบาแล้วแต่ว่าผู้นั้นจงใจหรือเต็มใจในความมักได้ หรือความโลภในทรัพย์สินสมบัติหรือไม่ การถือความยากจน ตามแบบอย่างพระเยซูคริสตเจ้า เป็นวิธีที่ดีที่สุด ในการเอาชนะความมักได้ในทรัพย์สินของผู้อื่น

วิธีจัดความมักได้ในทรัพย์สินสมบัติของผู้อื่น ได้แก่ ๑) การทำมาหากินอย่างสุจริต เพื่อการมีสิ่งที่ต้องการ และ ๒) ความพึงพอใจในฐานะและทรัพย์สินสมบัติที่ตนมีอยู่

พระธรรมบัญญัติทั้งสิบประการนี้ มีเป้าหมายให้คริสตชนปฏิบัติตน เพื่อความสงบสุขในตนเอง ครอบครัวและสังคม ทั้งเป็นวิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ การมีชีวิตนิรันดร์ประการหนึ่ง

เมื่อพระศาสนจักรคาทอลิกได้รับการแต่งตั้งจากพระเยซูคริสตเจ้า ให้ปกครองคริสตชน โดยพระอัครสาวกของพระเยซูคริสตเจ้า พระศาสนจักรคาทอลิกจึงมีอำนาจตราบทบัญญัติให้ คริสตชนทั้งหลายถือปฏิบัติตาม ดังมีบันทึกโดย นักบุญยอห์นและนักบุญลูกากล่าวว่า พระเยซูคริสตเจ้าทรงมอบให้นักบุญเปโตรเป็นหัวหน้าคณะอัครสาวก เป็นประมุขพระศาสนจักรคาทอลิกเป็นพระองค์แรก มีแสดงในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาใหม่ว่า “จงเลี้ยงแกะของเรา” และเมื่อทรงใช้

ให้สาวกออกไปเทศนาสั่งสอนทรงตรัสว่า “ถ้าผู้ใดฟังท่านทั้งหลาย เขาก็ได้ฟังเรา แต่ถ้ามีผู้ไม่ยอมรับท่านทั้งหลายเท่ากับไม่ยอมรับพระองค์ และถ้าผู้ใดที่ไม่ยอมรับพระองค์เท่ากับไม่ยอมรับพระเจ้า”^{๙๐}

ดังนั้น เพื่อความเป็นหนึ่งเดียวของคริสตชน พระศาสนจักรคาทอลิกจึงได้ตราบทบัญญัติการปกครองของพระศาสนจักรคาทอลิกทั่วโลก มีอยู่นับพันมาตรารวมเรียกว่า “ประมวลกฎหมายพระศาสนจักรคาทอลิก (The Code of Canon Law or CCC)” ที่เกี่ยวกับคริสตชนทั่วไปมีสาระสำคัญ^{๙๑} ดังนี้

๑) พระศาสนจักรคาทอลิกสั่งให้คริสตชนต้องแก้บาป และรับศีลมหาสนิทอย่างถูกต้อง ในกำหนดเวลาปีสกา เพื่อจะได้รับประโยชน์จากการไถ่กู้จากพระเยซูคริสตเจ้า และร่วมยินดีในการฉลองการกลับคืนพระชนม์ชีพของพระองค์

๒) พระศาสนจักรคาทอลิกสั่งให้ คริสตชนต้องถือศีลอดอาหารและการอดเนื้อ^{๙๒} ในวันบังคับ คือ ทุกวันศุกร์ตลอดปี และทุกวันในเทศกาลมหาพรต เพื่อให้คริสตชนทุกคนร่วมพิธีกรรมกับพระศาสนจักรคาทอลิกอื่นๆ เพื่อเป็นการระลึกถึงการมีส่วนร่วมในพระมหาทรมาน และการสิ้นพระชนม์ของพระเยซูคริสตเจ้า

๓) พระศาสนจักรคาทอลิกสั่งให้ คริสตชนต้องรับศีลแก้บาปอย่างน้อยปีละครั้งและต้องรับศีลมหาสนิทอย่างน้อยปีละครั้งในกำหนดปีสกา^{๙๓}

๔) พระศาสนจักรคาทอลิกสั่งให้คริสตชนต้องสละทรัพย์ เพื่อบำรุงศาสนาตามฐานะและความสามารถ เพราะว่าคริสตชนมีหน้าที่ร่วมกันรับผิดชอบในสังคมทางวิญญาณ และช่วยเหลือตอบแทนทางพระศาสนจักรคาทอลิก ซึ่งทำงานเพื่อผลประโยชน์ ต่อฝ่ายวิญญาณของตน

๓.๒.๒ ทางแห่งแสงสว่างเป็นขั้นตอนรับปัญญาจากพระเจ้า (Way of Illumination) ผ่านทางพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ (The Liturgy of Sacrament)

พระศาสนจักรคาทอลิกได้จัดระเบียบ การปฏิบัติของคริสตชนตามพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ (The Liturgy of Sacrament) ซึ่งเป็นเครื่องหมายหรือเครื่องมือแห่งความรอดจากบาปกำเนิด หมายถึง กิจกรรมทางศาสนา ซึ่งมีรูปแบบพิธีกรรมของศาสนจักรโรมันคาทอลิก ที่ทำให้มนุษย์มี

^{๙๐} ยน. ๒๑ : ๑๕-๑๗, ลก. ๑๐ : ๑๖.

^{๙๑} ชุซวาลย์ แสงแก้ว, บาทหลวง, คู่มือเตรียมตัวรับศีลมหาสนิท, หน้า ๑๓๖-๑๓๘.

^{๙๒} คำว่า “การถือศีลอดอาหาร (abstinence)” หมายถึง การทานอาหารอิมเพียงมือเดียว ส่วนอีกสองมือทานเพียงครั้งหนึ่ง และไม่รับประทานอาหารอื่นระหว่างมือทั้งสาม นอกจากน้ำธรรมดาหรือเครื่องดื่มที่ไม่ใช่อาหาร; ส่วนคำว่า “การอดเนื้อ” หมายถึง การปฏิบัติตามกำหนดต่อไปนี้ (๑) การอดเนื้อตามปกติ (๒) การปฏิบัติจิตศรัทธาพิเศษ เช่น การเดินรูป ๑๔ ภาค การเฝ้าศีลมหาสนิท การสวดสายประคำ เป็นต้น (๓) การปฏิบัติกิจเมตตาปรานี เช่น การให้ทาน การเยี่ยมคนป่วย เป็นต้น (๔) การงดเว้นอาหารที่เคยทำประจำ คือ การงดดื่มสุรา เบียร์และบุหรื (๕) การละเว้นความพึงพอใจต่าง ๆ เช่น การงดไปชมภาพยนตร์ การรับประทานอาหารจากภัตตาคาร การงดดูโทรทัศน์ หรือวิดีโอเทปบางรายการ เป็นต้น; ในเรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๓๖-๑๓๘.

^{๙๓} คำว่า “ปีสกา” คือ การที่พระศาสนจักรคาทอลิก จัดให้มีพิธีเพื่อรำลึกถึง การสิ้นพระชนม์ของพระเยซูคริสตเจ้า คริสตชนสามารถอดอาหารเพื่อเตรียมสมโภชปีสกาตามที่พระศาสนจักรคาทอลิกแนะนำ.

ความศักดิ์สิทธิ์ด้วยพระพรหมาน (Grace) จากพระเจ้า ผลคือ การที่พระเจ้าได้ประทานปัญญาให้แก่คริสตชนผู้ปฏิบัติผ่านพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก และมีการสืบทอดอย่างต่อเนื่อง ตามแบบอย่างของพระเยซูคริสตเจ้า ผ่านพระศาสนจักรโรมันคาทอลิก ทำให้คริสตชนผู้นั้น สามารถเข้าใจถึงวิธีการประพடுத்தตนให้เข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ได้มีชีวิตนิรันดร์ ได้เป็นพลเมืองในพระอาณาจักรของพระเจ้า

พระคริสต์ธรรมคัมภีร์ภาคพันธสัญญาเดิมกล่าวว่า คริสตศาสนาเริ่มจากความสัมพันธ์ระหว่างพระเจ้ายกกับมนุษย์ ตั้งแต่การสร้างโลก และพระพันธสัญญานี้จะเสร็จสิ้นสมบูรณ์เมื่อโลกนี้สิ้นไป การบังเกิดขึ้นของพระเยซูคริสตเจ้า เป็นเหตุการณ์สำคัญที่สุดในประวัติศาสตร์แห่งการรอดของมนุษยชาติ เพราะพระเป็นเจ้าได้ทรงกระทำ “พันธสัญญา” (Alliance) ระหว่างพระเจ้ายกกับมนุษย์ไว้เพื่อให้เป็น “มนุษย์สมบูรณ์” โดยทรงเปิดเผยสัจธรรม ข้อประพடுத்தปฏิบัติ ด้วยฤทธิ์อำนาจของพระเจ้าเท่านั้น ที่ทรงบันดาลให้ใจของเขาทั้งหลายเกิดความสว่าง (ปัญญา) ขึ้น เพื่อสามารถเข้าใจเนื้อหาในพระคริสต์ธรรมคัมภีร์^{๙๔} เปิดตาให้ผู้เชื่อในพระเจ้า ได้เห็นสิ่งมหัศจรรย์จากพระธรรมบัญญัติของพระเจ้า^{๙๕} เพื่อนำมนุษย์ไปสู่ความหลุดพ้น คือ การนำมนุษย์ให้มีชีวิตนิรันดร์ กลับไปหาพระเจ้าในพระอาณาจักรสวรรค์

พระพันธสัญญาของพระเจ้านี้ พระองค์ได้แสดงครั้งแรกกับมนุษย์คู่แรก และบุคคลสำคัญอีกหลายคน รวมทั้งชนชาติที่พระองค์ทรงเลือก คือ ชนชาติอิสราเอล โดยทรงสัญญาว่า พระองค์จะช่วยมนุษย์ทุกคนให้พ้นทุกข์ และได้รับความรอดที่เป็นนิรันดร์ ถ้าหากมนุษย์ผู้นั้นซื่อสัตย์และประพடுத்தปฏิบัติตามพระธรรมบัญญัติของพระองค์ เพราะพระเจ้าเป็นผู้ให้กำเนิดมนุษยชาติ และทรงเป็นเป้าหมายสูงสุดที่มนุษยชาติจะต้องพัฒนาตนเองกลับไปสู่พระเจ้า และพระองค์ยังทรงตรัสกับบุคคลอื่นที่มีใจคริสตชนด้วยวิธีการต่าง ๆ มนุษย์กับทุกคนไม่ว่าเขาจะนับถือศาสนาใดหรือลัทธิใด ก็สามารถไปสู่ความหลุดพ้นนี้ได้เท่าเทียมกัน^{๙๖}

พิธีกรรมตามหลักความเชื่อและความเข้าใจของคริสตชน คริสตชนในประเทศไทยใช้คำว่า “ศักดิ์สิทธิ์” แทนคำว่า “พิธีกรรม” รศ. เสรี พงศ์พิศ ได้อธิบายที่มาของพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ของศาสนาคริสต์โรมันคาทอลิกว่า เป็นคำศัพท์ที่ยืมมาจากคำศัพท์ทางพระพุทธศาสนา แต่มีความหมายแตกต่างจากความหมายเดิม ขณะนี้ ยังไม่มีการบัญญัติศัพท์ใหม่ที่เหมาะสมจึงจำเป็นต้องคงคำพจน์นี้อยู่ต่อไป^{๙๗}

ส่วนแนวคิดเรื่องของพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ มี ๗ ประเภท อ้างตามบันทึกในพระคริสต์ธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาใหม่ ซึ่งมีความเชื่อว่ามีมนุษย์มี ๒ ชีวิต คือ ชีวิตตามธรรมชาติที่ร่างกาย

^{๙๔} ลก. ๒๔ : ๒๕.

^{๙๕} สดด. ๑๑๙ : ๑๘.

^{๙๖} เสรี พงศ์พิศ, รศ., ศาสนาคริสต์, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๑), หน้า ๒-๕.

^{๙๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๒๙.

(Physical body) และวิญญาณ (Soul or Spiritual body) ร่วมสนิทกันเป็นหนึ่งเดียวและชีวิตเหนือธรรมชาติ คือ การที่วิญญาณ (Soul or Spiritual body) เข้าร่วมสนิทกับพระเจ้า

เพื่อก่อให้เกิดผลแห่งความศักดิ์สิทธิ์ยิ่งขึ้น ในพระศาสนจักรคาทอลิก ตามแต่ลักษณะของแต่ละพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์^{๙๘}

ที่มาของพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ พระศาสนจักรคาทอลิกได้นำพิธีกรรม “ศักดิ์สิทธิ์” มาจากที่ปรากฏในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาใหม่ โดยมีพระเยซูคริสตเจ้าทรงตั้งขึ้นทั้งหมด พระศาสนจักรคาทอลิกยึดถือตามการสอนของพระองค์ ในการประกอบพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์^{๙๙}

แหล่งที่มาของพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ ที่ปรากฏในพระคริสตธรรมคัมภีร์ มีดังนี้

- ๑) ศีลล้างบาป มีแสดงใน ยน. ๓ : ๕.
- ๒) ศีลกำลัง มีแสดงใน กจ. ๘ : ๑๔-๑๗.
- ๓) ศีลมหาสนิท มีแสดงใน มธ. ๒๖ : ๒๖-๒๘, ลก. ๒๒ : ๑-๒๐, มก. ๑๔ : ๑๖-๒๕.
- ๔) ศีลอภัยบาป มีแสดงใน มธ. ๑๖ : ๑๓-๑๙.
- ๕) ศีลเจิมคนไข้ มีแสดงใน มธ. ๔ : ๒๓-๒๔, ลก. ๖ : ๑๗-๑๘, มก. ๓ : ๗-๑๑.
- ๖) ศีลอนุกรมหรือศีลบวช มีแสดงใน มก. ๑๖ : ๑๕-๑๘, ยน. ๑๐ : ๑๖.
- ๗) ศีลสมรสหรือศีलग่าว มีแสดงใน มธ. ๕ : ๓๑-๓๓, ๑๙ : ๔-๖, ๘, ลก. ๑๖ : ๑๘.

วัตถุประสงค์ของพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์^{๑๐๐} เป็นการถวายพระพรแด่พระเจ้าผู้เป็นพระบิดาของพระเยซูคริสตเจ้า คริสตชนจะได้รับพระพรของพระจิตเจ้าจากสวรรค์ และเดชพระคริสตเจ้า พิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ ทำให้คริสตชนศักดิ์สิทธิ์และปราศจากมลทิน เฉพาะพระพักตร์พระเจ้าด้วยความรักและได้เป็นบุตรบุญธรรมพระเจ้า ด้วยเดชพระเยซูคริสตเจ้า

คริสตชนถือว่าหน้าที่สำคัญประการแรก คือ ต้องร่วมพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์เพื่อถวายเกียรติแด่พระเจ้าเพื่อความดี เพื่อความศักดิ์สิทธิ์ของตนเอง หรือเพื่อวอนขอสิ่งใดสิ่งหนึ่งจากพระเจ้า ในช่วงใดช่วงหนึ่งของชีวิต^{๑๐๑} ตัวอย่างเช่น การแต่งงานของคริสตชน คู่สมรสต้องวอนขอพระคุณจากพระเจ้า ให้ชีวิตสมรสดำเนินไปอย่างราบรื่น มีความสุข มีความรัก มีความซื่อสัตย์ต่อกัน จนกว่าตายจากกัน หรือเมื่อทำผิดบาปแล้วสำนึกกลับใจ เข้าพิธีศีลอภัยบาป เพื่อวอนขอพระเมตตาจากพระเจ้า ให้กลับตัวเป็นคนดีไม่กระทำความผิดอีก เป็นต้น

พิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ของคริสตชนให้ความสำคัญในเรื่อง การติดต่อระหว่างพระเจ้ากับมนุษย์ โดยถือว่าระหว่างมีพิธีกรรมนั้นๆ พระเจ้าจะลงมาประทับอยู่ท่ามกลางพิธีกรรมศักดิ์-

^{๙๘}ศิริพจน์ สุกุลทอง, “กระบวนการสืบทอดจากสื่อสัญลักษณ์ทางพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ ๗ ประการไปสู่ความเชื่อศรัทธาและการดำเนินธุรกิจ แบบมีจริยธรรมของชุมชนชาวคริสต์ (โรมันคาทอลิก) ของโบสถ์พระมารดานิจจานุเคราะห์”, วิทยานิพนธ์นิตยศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต, ๒๕๕๖), หน้า ๒๙, ๗๕.

^{๙๙}CCC. ๒ : ๑๑๑๔.

^{๑๐๐}CCC. ๒ : ๑๐๗๗.

^{๑๐๑}เสรี พงศ์พิศ, รศ., ศาสนาคริสต์, หน้า ๒-๔.

สิทธิ์ และตรัสสอนคริสตชนในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ดังนั้น การอ่านพระคริสตธรรมคัมภีร์ทุกครั้ง คริสตชนต้องสนองตอบความรัก และเมตตาของพระเจ้า ด้วยการตั้งใจทำแต่ความดี ตามคำสอนในพระคริสตธรรมคัมภีร์ และวอนขอพระเจ้าผ่านทางพระคริสตธรรมคัมภีร์นั้น พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ จึงเน้นให้เข้าใจถึงความรัก และเมตตาของพระเจ้า เพื่อให้คริสตชนได้กระทำความดี มีความสัมพันธ์กับพระเจ้าและเพื่อนมนุษย์เป็นสำคัญ

พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์เป็นพิธีกรรมที่สำคัญอย่างหนึ่ง ในการแสดงตนเป็นผู้นับถือศาสนาคริสต์โรมันคาทอลิก เป็นเครื่องหมายภายนอกที่แสดงว่า บุคคลที่ได้เข้าพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์นี้แล้ว เป็นการแสดงการเป็นคริสตชน และเป็นวิถีปฏิบัติของคริสตชน ซึ่งสามารถนำผู้ศรัทธาได้กลับไปคืนดีกับพระเจ้าและได้อยู่ร่วมกับพระองค์

ศีลศักดิ์สิทธิ์เป็นพิธีกรรมในการดำเนินชีวิต เรียกว่า ศาสนกิจอันศักดิ์สิทธิ์ที่พระเยซู-คริสต์เจ้าทรงตั้งขึ้น เพื่อเป็นเครื่องมือของพระศาสนจักรคาทอลิก ที่พระองค์ทรงประทานให้แก่มนุษยชาติ ที่นำพระคุณของพระพรชานแห่งความรอด และความศักดิ์สิทธิ์พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ ทำให้ผู้รับศีลศักดิ์สิทธิ์ได้รับพระพรชานจากพระเจ้า สำหรับประดับประดา การดำเนินชีวิตของคริสตชน ตั้งแต่เกิดจนตาย แบ่งออกเป็น ๓ หมวด ดังนี้

๑. พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์แห่งการเข้าเป็นคริสตชน (Sacrament of Christian Initiation)

- ๑) ศีลล้างบาป (Baptism)
- ๒) ศีลกำลัง (Confirmation)
- ๓) ศีลมหาสนิท (Eucharistic or Communion)

๒. พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์แห่งการเยียวยา (Sacrament of Healing)

- ๑) ศีลอภัยบาปหรือศีลแห่งการคืนดี (Confession หรือ Penance)
- ๒) ศีลครั้งสุดท้ายหรือศีลเจิมคนไข้ (Anointing of the Sick)

๓. พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ที่เสริมสร้างความเป็นหนึ่งเดียวกัน (Sacrament of Mission)

- ๑) ศีลอนุกรมหรือศีลบวช (Holy Orders)
- ๒) ศีลสมรสหรือศีลกล่าว (Matrimony)

๑. พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์แห่งการเข้าเป็นคริสตชน (Sacrament of Christian Initiation)

๑) พิธีกรรมศีลล้างบาป (Baptism)^{๑๐๒}

พิธีกรรมศีลล้างบาปเป็นพิธีที่สืบต่อกันมา “baptizein” เป็นภาษากรีก หมายถึง “การจุ่ม” ลงไปในน้ำ^{๑๐๓} เป็นสัญลักษณ์ของการฝังเช่นเดียวกับ การสิ้นพระชนม์ของพระคริสต์เจ้า

พิธีกรรมศีลล้างบาปนี้ ทำให้เขาได้เกิดใหม่และได้รับการฟื้นฟูโดยพระจิตเจ้า^{๑๐๔} ทำให้เขาสามารถเข้าสู่พระอาณาจักรของพระเจ้าได้ พิธีกรรมศีลล้างบาปศักดิ์สิทธิ์นี้เป็นพื้นฐานของชีวิตทั้งหมดของคริสตชน เป็นประตูนำเข้าสู่ชีวิตในพระจิตเจ้า จึงถือว่าเป็น “คริสตชน” อย่างถูกต้องเมื่อเขาผ่านพิธีรับศีลล้างบาปแล้ว เขาจะกลายเป็นคนบริสุทธิ์ที่จะสามารถรับศีลศักดิ์สิทธิ์อื่นๆ ได้ เพราะเขาได้รับการปลดปล่อยเป็นอิสระจากบาป และได้เกิดใหม่เป็นบุตรบุญธรรมของพระเจ้า กลายเป็นสมาชิกของคริสตชนเข้าสังกัดในพระศาสนจักรคาทอลิก และมีส่วนร่วมในพันธกิจของพระศาสนจักรคาทอลิก

พิธีกรรมศีลล้างบาปเป็น พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ที่สามารถชำระบาปกำเนิด (Original Sin) และบาปอื่นๆ ทำให้ผู้รับศีลล้างบาป ได้เกิดใหม่เป็นบุตรบุญธรรมของพระเจ้า และอยู่ในพระพรหรรษทานศักดิ์สิทธิ์กร ซึ่งไม่สามารถลบเลือนได้ พระพรหรรษทานศักดิ์สิทธิ์นี้จะประทับอยู่ในวิญญาณของผู้รับศีลล้างบาป ทำให้เขาสามารถเอาตัวรอด และได้รับสิทธิ์เป็นสมาชิกในพระศาสนจักรคาทอลิก และมีสิทธิ์รับศีลศักดิ์สิทธิ์อื่นๆ สามารถมีส่วนร่วมในบุญกุศลของพระศาสนจักรคาทอลิก^{๑๐๕} และสามารถเข้าสู่พระอาณาจักรสวรรค์ของพระเจ้าได้^{๑๐๖}

๒) พิธีกรรมศีลกำลัง (Confirmation)^{๑๐๗}

พิธีกรรมศีลกำลังเป็นพิธีกรรมเพื่อรับพระจิตให้มาอยู่ในตน โดยปกติ บาทหลวงระดับบิชอป (Bishop) จึงสามารถทำพิธีกรรมนี้ได้ โดยวางมือทั้งสองมือลงบนศีรษะเด็ก แล้วเจมน้ำมันที่หน้าผากเป็นรูปกางเขน เพื่อเป็นเครื่องหมายว่า พระจิตของพระเจ้าได้มาสถิตอยู่ในตนแล้ว

พิธีกรรมศีลกำลัง^{๑๐๘} ทำให้พระพรหรรษทานแห่งศีลล้างบาปเกิดความเจริญงอกงามและมีความลึกซึ้งซึ่งมีความหมายดังนี้

๒.๑) ความเป็นบุตรของพระเจ้าเมื่อกล่าวคำว่า “อับบาพระบิดา”^{๑๐๙}

^{๑๐๒} ยน. ๓ : ๓-๘.

^{๑๐๓} CCC. ๒ : ๑๒๑๔.

^{๑๐๔} ทต. ๓ : ๕.

^{๑๐๕} ชวัลย์ แสงแก้ว, บาทหลวง, คู่มือเตรียมรับศีลมหาสนิท, หน้า ๑๕๐.

^{๑๐๖} ยน. ๓ : ๕.

^{๑๐๗} กจ. ๘ : ๑๔-๑๗.

^{๑๐๘} CCC. ๒ : ๑๓๐๒-๑๓๐๓.

^{๑๐๙} รม. ๘ : ๑๕.

๒.๒) การรวมเป็นหนึ่งเดียวกับพระคริสต์เจ้ามั่นคงขึ้น

๒.๓) เพิ่มพระพรหรือพระพรพรทานของพระคริสต์เจ้าในตัวคริสตชน

๒.๔) ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่าง คริสตชนกับพระศาสนจักรคาทอลิกสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

๒.๕) ทำให้คริสตชนได้ “พละกำลังพิเศษของพระจิตเจ้า” เพื่อแผ่ขยายและป้องกันความเชื่อด้วยวาจาและกิจการ เสมือนเป็นประจักษ์พยานแท้จริงของพระเยซูคริสต์เจ้า เพื่อประกาศพระนามอย่างกล้าหาญ และเพื่อจะไม่อายเรื่องกางเขนของพระเยซูคริสต์เจ้า ผลของการรับศีลกำลัง คือ การรับพระจิตเจ้าอย่างพิเศษ เหมือนที่บรรดาอัครสาวกเคยได้รับในวันสมโภชพระจิตเจ้า

๓) พิธีกรรมศีลมหาสนิท (Communion หรือ Holy Eucharist)^{๑๑๐}

พิธีกรรมศีลมหาสนิททำให้การเริ่มชีวิตคริสตชนสมบูรณ์ ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาใหม่ กล่าวถึงพิธีรับศีลมหาสนิท เป็นพิธีกรรมที่กระทำก่อน พระเยซูคริสต์เจ้าจะทรงรับมหาทรมาน พระองค์ทรงรับประทานอาหารค่ำ ร่วมกับบรรดาสาวก ขณะที่กำลังรับประทานอยู่นั้น พระองค์ทรงหยิบขนมปังโมทนาพระคุณ แล้วหักส่งให้แก่เขาทั้งหลายและตรัสว่า “นี่เป็นกายของเรา ซึ่งได้ให้แก่ท่านทั้งหลายจงกระทำดังนี้ เพื่อระลึกถึงเราเถิด” เมื่อรับประทานแล้ว พระองค์ทรงหยิบถ้วยและกระทำเหมือนกัน ตรัสว่า “ถ้วยนี้ซึ่งเทออกมาเพื่อท่านทั้งหลาย เป็นคำสัญญาใหม่โดยโลหิตของเรา”^{๑๑๑} นี่เป็นที่มาของพิธีศีลมหาสนิท^{๑๑๒}

นักบุญยอห์นกล่าวว่าพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของชีวิตเชื่อเชิญ คริสตชนให้รับพระองค์ในศีลมหาสนิท ถ้าคริสตชนไม่กินเนื้อของบุตรแห่งมนุษย์ และไม่ดื่มโลหิตของพระองค์ เขาจะไม่มีชีวิตในตนเอง คริสตชนจะมีชีวิตในพระเยซูคริสต์เจ้า ซึ่งมีพื้นฐานจากงานเลี้ยงพิธีกรรมศีลมหาสนิท พระเยซูคริสต์เจ้าตรัสว่า “เรามีชีวิตเพราะพระบิดาฉันใด ผู้ที่กินเนื้อของเราก็จะมีชีวิตเพราะเราฉันนั้น”^{๑๑๓}

หน้าที่ของคริสตชน คือ ต้องไปโบสถ์ทุกวันอาทิตย์ ซึ่งถือว่าเป็นวันกลับคืนพระชนม์ชีพของพระเยซูคริสต์เจ้า เพื่อประกอบพิธีศีลมหาสนิทหรือ “พิธีมิสซา”^{๑๑๔} พระศาสนจักรคาทอลิกแนะนำให้คริสตชนผู้มีความเชื่อรับศีลมหาสนิททุกครั้ง ที่มีส่วนร่วมพิธีมิสซาบูชาขอบพระคุณ มีการกำหนดให้คริสตชน รับศีลมหาสนิทอย่างน้อยปีละครั้ง เมื่อสวดภาวนาเสร็จแล้ว บาทหลวงผู้ประกอบพิธีจะแจกขนมปัง และเหล้าองุ่นให้คริสตชนทุกคน ที่ผ่านพิธีรับศีลอภัยบาปหรือการสารภาพบาปแล้ว เพื่อแสดงว่าผู้รับศีลศักดิ์สิทธิ์ข้อนี้แล้ว จะได้อยู่แนบสนิทกับพระเยซูคริสต์เจ้า

พิธีกรรมศีลมหาสนิท (Communion หรือ Holy Eucharist) เป็นศีลศักดิ์สิทธิ์ที่สำคัญที่สุด เป็นหัวใจสุดยอดของชีวิตคริสตชน และของพระศาสนจักรคาทอลิก พระเยซูคริสต์เจ้าทรงเชื่อมโยงระหว่าง พระศาสนจักรคาทอลิกกับคริสตชนทั้งหมด ด้วยศีลมหาสนิทกับเครื่องบูชาแห่งการสรรเสริญ และการขอบพระคุณถวายแด่พระบิดาเจ้า ศีลมหาสนิทนี้ พระองค์ส่งพระพรพรทานแห่ง

^{๑๑๐} ๑ คริ. ๑๑ : ๒๓-๒๕, ลก. ๒๒ : ๑-๒๐, มก. ๑๔ : ๑๖-๒๕, มธ. ๒๖ : ๑๙-๒๙.

^{๑๑๑} ลก. ๒๒ : ๑๙-๒๐, ดูรายละเอียดใน ๑ คริ. ๑๑ : ๒๔, มก. ๑๔ : ๒๓, มธ. ๒๖ : ๒๗.

^{๑๑๒} มก. ๑๔ : ๒๒-๒๖, มธ. ๒๖ : ๒๖-๓๐, ลก. ๒๒ : ๑๕-๒๐, ๑ คริ. ๑๑ : ๒๓-๒๖.

^{๑๑๓} ยน. ๖ : ๕๗.

^{๑๑๔} เสรี พงศ์พิศ, รศ., ศาสนาคริสต์, หน้า ๒๓๓,

ความรอด เหนือพระกายของพระองค์ คือ พระศาสนจักรคาทอลิก เมื่อคริสตชนได้รับศีลมหาสนิทแล้วสามารถเชื่อมั่นว่า พระเยซูคริสต์เจ้ามาประทับในชีวิตของคริสตชน เพื่อคริสตชนจะได้สนิทเป็นหนึ่งเดียวกับพระองค์^{๑๑๕}

๒. พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์แห่งการเยียวยา (Sacrament of Healing) ได้แก่

๑) พิธีกรรมศีลแห่งการคืนดีหรืออภัยบาป (Confession หรือ Penance)^{๑๑๖}

ศีลอภัยบาป (Confession หรือ Penance) มีองค์ประกอบ ๓ กิจกรรม ดังนี้ การสำนึกผิด การสารภาพบาปหรือการบอกบาปแก่บาทหลวง และความตั้งใจที่จะแก้ไขและการประกอบกิจ ใช้โทษบาป

การสำนึกผิดบาป ผู้สำนึกผิดจะต้องมีความเชื่อในการสำนึกผิด ที่เกิดจากความรักต่อพระเจ้าเรียกว่า “มีความทุกข์สมบูรณ์” มีความต้องการจะคืนดีกับพระเจ้าและกับพระศาสนจักรคาทอลิก เขาต้องสารภาพบาปหนักทุกข้อที่ยังไม่ได้สารภาพกับบาทหลวง เป็นบาปที่ระลึกได้หลังจากที่ได้พิจารณาโนธรรมอย่างถูกต้อง การสารภาพบาปเบา แม้ว่าจะไม่จำเป็นแต่พระศาสนจักรคาทอลิกแนะนำให้กระทำอย่างแข็งขัน

เมื่อผู้แก้บาปนั้นต้องทำกิจการบางอย่าง “ชดเชย” หรือ “การใช้โทษบาป” ให้สมบูรณ์ สมกับการเป็นสานุศิษย์ของพระเยซูคริสต์เจ้า บาทหลวงเป็นผู้กระทำแทนโดย รับอำนาจจากพระศาสนจักรคาทอลิกเท่านั้น จึงสามารถยกบาปนี้ในนามของพระเยซูคริสต์เจ้าได้ และผลรับทางจิตใจของคริสตชนต่อศีลอภัยบาป มีดังนี้

- (๑) การคืนดีกับพระเจ้า ทำให้ผู้ใช้โทษบาปได้รับพระพรหรรษา (Grace) คืนมา
- (๒) การคืนดีกับพระศาสนจักรคาทอลิก
- (๓) การยกโทษถาวรที่สมควร ได้รับจากบาปหนัก
- (๔) การยกโทษชั่วคราวที่เป็นผลตามมาของบาป
- (๕) มีความสันติสุข และความสบายใจของมโนธรรมและบรรเทาทางจิตใจ
- (๖) การเพิ่มพลังจิตเพื่อการรับรู้แบบคริสตชน^{๑๑๗}

ความสำคัญของการชดใช้บาปนั้น อาจารย์กรีติ บุญเจือ^{๑๑๘} ได้อธิบายว่า

...ศีลอภัยบาป เป็นการเสริมแต่งคุณภาพชีวิตเพื่อให้ชีวิตพระเจ้า มีการพัฒนายิ่งขึ้นตามลำดับทั้งในตนเองและผู้อื่น กิจการชดใช้บาปที่บาทหลวงกำหนดนั้น อาจเป็นการสวดบทบางบท หรือให้ทำดีอะไรบางอย่าง ตามแต่สะดวกและใจรัก แต่ถ้าเป็นการชดใช้ ความเสียหายแก่เพื่อนมนุษย์จะต้องชดใช้ให้อย่างยุติธรรม มิฉะนั้นจะไม่พ้นบาปได้ การชดใช้บาป จึงเป็นการ

^{๑๑๕} CCC. ๒ : ๑๔๐๗, ๑๔๑๗.

^{๑๑๖} มธ. ๑๘ : ๑๓-๑๗.

^{๑๑๗} CCC. ๒ : ๑๔๘๕-๑๔๙๖.

^{๑๑๘} กริตี บุญเจือ, **หลักปฏิบัติของชาวคริสตคาทอลิก (คริสตศาสนาภาคหลัง)**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๓๐), หน้า ๙๗.

เปิดประตูเข้าสู่ชีวิตใหม่ที่ตนเองจะต้องวางแผนชีวิต โดยอาศัยคำแนะนำจากผู้รู้ เพื่อให้ชีวิตของตนเองสามารถพัฒนาก้าวหน้าต่อไปไม่หยุดยั้ง...

๒) พิธีกรรมศีลเจิมครั้งสุดท้ายหรือศีลเจิมคนไข้ (Anointing of the Sick)^{๑๑๙}

พิธีกรรมศีลเจิมครั้งสุดท้ายหรือศีลเจิมคนไข้ จะทำให้เฉพาะคนป่วยหนักใกล้ตาย โดยบาทหลวงจะเจิมน้ำมันที่ตัวคนป่วย เพื่อชำระบาปมียูให้หมดไป จะได้ไม่ถูกปีศาจมารบกวนขณะใกล้มรณะ และอาศัยคำวิงวอนของพระศาสนจักรคาทอลิก เพื่อนำหนทางเขาไปสู่โลกวิญญาณ

พิธีกรรมศีลเจิมคนไข้ (Anointing of the Sick) เป็นศีลศักดิ์สิทธิ์ที่ประทานพระพรพรทานให้แก่ผู้ป่วย เพื่อให้เขาเป็นหนึ่งเดียวกับพระมหาทรมานพระคริสตเจ้า ทำให้ผู้ป่วยมีกำลัง มีสันติสุขและมีความกล้าหาญ ในการทนทุกข์ทรมานต่ออาการป่วยไข้อย่างคริสตชน เพื่อวิญญาณของผู้ป่วยเตรียมตัวจากโลกนี้ กลับไปหาพระเป็นเจ้า พระสงฆ์จะประกอบศีลเจิมคนไข้พร้อมกับศีลอภัยบาปและศีลมหาสนิทในคราวเดียวกัน เมื่อคนไข้ได้รับศีลมหาสนิทเช่นนี้ คริสตชนเรียกว่า "ศีลเสเปียง (Viaticum)" ซึ่งเป็นศีลสุดท้ายของคริสตชน

๓. พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ที่เสริมสร้างความเป็นหนึ่งเดียวกัน (Sacrament of Mission)

๑) พิธีกรรมศีลอนุกรมหรือศีลบวช (Ordination หรือ Holy Orders)^{๑๒๐}

พิธีกรรมศีลอนุกรมหรือศีลบวชนี้จะทำพิธีให้เฉพาะผู้เลื่อมใสมั่นคง มีกระแสเรียกเฉพาะ และพร้อมที่จะรับใช้พระศาสนาเท่านั้น ผู้ที่รับศีลนี้แล้วจะกลายเป็นบาทหลวง เป็นพิธีศักดิ์สิทธิ์ที่พระศาสนจักรคาทอลิกจะเจิมให้ เฉพาะผู้ที่ได้รับการอบรมเป็นบาทหลวง เพื่อรับใช้พระศาสนจักรคาทอลิก ตามที่พระเยซูคริสตเจ้าทรงสั่งสอนไว้ “กษัตริย์ในโลกนี้ มีอำนาจเหนือประชากรของพวกเขา ผู้นำต้องรับใช้ปวงชน เหมือนเช่นที่พระองค์มาอยู่ท่ามกลางพวกท่าน ดังผู้รับใช้”^{๑๒๑}

ผู้รับศีลศักดิ์สิทธิ์นี้ จะทำหน้าที่คล้ายกับเป็นพระเยซูคริสตเจ้า เพราะเป็นพระพรพิเศษของพระจิตเจ้า เพื่อพระศาสนจักรคาทอลิกของพระองค์ ผู้ที่รับศีลบวชสามารถทำหน้าที่เป็นผู้แทนของพระคริสตเจ้า เป็นหัวหน้าของพระศาสนจักรคาทอลิก นักบวชของพระเยซูคริสตเจ้าจะต้องเป็นนักบวชจนตลอดชีวิต มีหน้าที่สำคัญ ๓ ประการ คือ

ก) ทำหน้าที่ ประกอบพิธีเพื่อโปรดศีลศักดิ์สิทธิ์แก่คริสตชน เป็นคนกลางระหว่างพระเจ้าและมนุษย์ เป็นศาสนบริกรในพระศาสนจักรคาทอลิก

ข) ทำหน้าที่เทศน์สอนสิ่งที่พระเป็นเจ้าได้ตรัสในพระคริสตธรรมคัมภีร์ แก่คริสตชนได้ทราบและเข้าใจ เทศน์เตือนใจให้ละทิ้งหนทางแห่งบาปและทำหน้าที่สอนพระธรรมคำสอนแก่ทุกคน

^{๑๑๙} ยก. ๕ : ๑๔-๑๖, CCC. ๒ : ๑๕๒๔-๑๖๓๑.

^{๑๒๐} ยน. ๑๐ : ๑๖, ๑๖ : ๑๕-๑๘.

^{๑๒๑} ลก. ๒๒ : ๒๕-๒๗, ยน. ๑๓ : ๑๓-๑๔.

ค) ทำหน้าที่ปกครองสัตบุรุษฝ่ายวิญญาณ โดยพระสังฆราชจะมีเขตปกครองคริสตชน เรียกว่า "สังฆมณฑล" และมอบอำนาจแก่พระสงฆ์ให้ช่วยดูแลวัดต่างๆที่อยู่ในสังฆมณฑลของท่าน^{๑๒๒}

๒) พิธีกรรมศีลสมรส หรือพิธีกรรมรับศีลกล่าว (The Sacrament of Matrimony)^{๑๒๓} พิธีกรรมศีลสมรสเป็นพิธีรับศีลศักดิ์สิทธิ์ ที่ใช้ในการประกาศความรักที่ชายหญิงมีต่อกัน ด้วยความสมัครใจ ไม่มีการถูกบังคับ พร้อมทั้งจะใช้ชีวิตคู่ เป็นหนึ่งเดียวในความรักที่หย่าร้างไม่ได้ ต้องซื่อสัตย์ต่อกันจนตลอดชีวิต โดยมีบาทหลวงเป็นผู้ประกอบพิธี ซึ่งคู่สมรสจะต้องยอมรับนับถือพระเจ้าจนชั่วชีวิต แม้แต่บุตรธิดาที่จะเกิดมา ก็ต้องให้เขานับถือพระเจ้าตลอดไปเช่นกัน

พระคริสตธรรมคัมภีร์ภาคพันธสัญญาใหม่กล่าวถึง พระเยซูคริสตเจ้าได้ทรงสอนเกี่ยวกับการสมรสว่า “เมื่อพระเจ้าทรงสร้างมนุษย์ชายและหญิง การที่ชายจากบิดามารดาของเขาไปอยู่ กับภรรยา และการสมรสทำให้บุคคลทั้งสองเป็นบุคคลหนึ่ง เดียวกัน มนุษย์จึงไม่สามารถแยกสิ่งที่พระเจ้าทรงผูกพันทั้งคู่เข้าด้วยกัน ดังนั้น ถ้าชายใดหย่าภรรยาของตนไปแต่งงานใหม่ จึงถือว่าเขาทำผิด ประเวณี”^{๑๒๔}

พิธีกรรมศีลสมรสนี้เป็นเครื่องหมายการผูกพัน ทำให้คู่สมรสได้รับ พระพรพรหมานแก่คู่ บ่าวสาวเพราะความรักกันและกัน ทำให้ความรักของสามีภรรยาสมบูรณ์และเป็นหนึ่งเดียวกัน ดังนั้น คู่สมรสจึงไม่สามารถหย่าขาดเพื่อจะแต่งงานใหม่ได้ จนกว่าฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดจะตายจากไปเท่านั้น^{๑๒๕}

พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ดังกล่าวทั้ง ๗ ประการ แสดงถึงพระเมตตาและความรักของพระเจ้าต่อคริสตชนตั้งแต่เกิดจนตาย ตามระยะเวลาอันสำคัญช่วงต่างๆของชีวิต เป็นกิจศรัทธาที่คริสตชนต้องปฏิบัติทุกวันอาทิตย์ พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ทั้ง ๗ นี้ คริสตชนถือปฏิบัติกันทั้งนิกายโรมันคาทอลิกและนิกายออร์ทอดอกซ์ แต่นิกายโปรเตสแตนต์ถือปฏิบัติ เฉพาะศีลล้างบาปและศีลมหาสนิทเท่านั้น ส่วนนิกายออร์ทอดอกซ์ แม้จะนับถือศีลศักดิ์สิทธิ์ทั้ง ๗ ประการเช่นกัน แต่มีความเชื่อในเรื่องอื่นๆ ที่แตกต่างออกไป

๓.๒.๓ ทางแห่งการอยู่ร่วมกับพระเจ้า (Way of Union of God) ด้วยการภาวนา (The Christian Meditation)^{๑๒๖}

การสวดภาวนาของคริสตชนโรมันคาทอลิก เป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่สืบทอดกันมาตั้งแต่ยุคอัครสาวกซึ่งมีหลักฐานจากพระคริสตธรรมคัมภีร์ ที่ให้ความสำคัญต่อการสร้างสัมพันธ์กับพระเจ้าตามแบบอย่างของพระเยซูคริสตเจ้า ด้วยการอธิษฐานภาวนาตามลำพัง^{๑๒๗} หรืออธิษฐานภาวนา

^{๑๒๒} CCC. ๒ : ๑๕๔๑-๑๕๔๓.

^{๑๒๓} มธ. ๕ : ๓๑-๓๓, ๑๙ : ๓-๑๒, ลก. ๑๖ : ๑๘.

^{๑๒๔} มธ. ๑๙ : ๑-๑๒.

^{๑๒๕} CCC. ๒ : ๑๖๖๑.

^{๑๒๖} การภาวนา (The Christian Meditation) ตามแนวคิดของคริสต์ศาสนา หมายถึง การสวดอ่อนน้อมต่อพระเจ้า เอกสารการสอนของพระศาสนจักรคาทอลิกให้นิยามคำว่า “การภาวนา” คือ การยกจิตขึ้นหาพระเจ้า หรือเป็นการอ่อนน้อมขอสิ่งที่ดีงามและเหมาะสมจากพระเจ้า.

^{๑๒๗} ลก. ๙ : ๑๘, ๒๘, ๑๑ : ๒๘.

ร่วมกับอัครทูต โดยมีศูนย์กลางอยู่ที่การร่วมในพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ ที่ทำให้คริสตชนเป็นหนึ่งเดียวกัน บรรลุถึงชีวิตนิรันดร์ในพระเจ้า

นอกจากการเข้าร่วมในพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์แล้ว คริสตชนยังต้องมีการภาวนา ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นและเป็นธรรมชาติของมนุษย์เพราะพระเจ้าทรงสร้างมนุษย์ตามฉายาของพระเจ้า^{๑๒๘} มนุษย์จึงสามารถติดต่อกับพระเจ้า นักบุญยอห์น ได้กล่าวว่า “พระเจ้าเป็นฝ่ายผู้ริเริ่มในการภาวนา ด้วยความรักของพระองค์ เราทั้งหลายรักพระเจ้าเพราะพระเจ้ารักเราก่อน”^{๑๒๙} “เรากำลังยื่นเคาะประตู ถ้าใครได้ยินเสียงของเราและเปิดประตูเราจะเข้าไปหาและร่วมรับประทานอาหารกับเขา”^{๑๓๐} ฉะนั้น “มนุษย์ควรเปิดใจต้อนรับ เพื่อตอบสนองความรักของพระองค์โดยการภาวนา”^{๑๓๑}

การภาวนาแบบคริสตชน คือ การสร้างความสนิทสัมพันธ์ ส่วนตัวแบบรู้ตัวกับพระเจ้า พระบิดาของพระเยซูคริสต์เจ้า เป็นผลงานของการทำงานของพระจิตเจ้าในใจของเรา^{๑๓๒} เพราะความรักของพระเจ้าจะหลั่งไหลเข้าสู่จิตใจของเรา โดยทางพระวิญญูณบริสุทธิ ซึ่งพระองค์ประทานให้แก่เราแล้ว

บทอธิษฐานภาวนาบทนี้ ถือว่าเป็นบทที่สำคัญที่สุด ของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก เพราะนอกจากจะเป็นคำสอนที่มาจากพระเยซูคริสต์เจ้า ผู้เป็นพระบุตรของพระเจ้า ซึ่งเปรียบเสมือนเป็นตัวแทนของพระเจ้าแล้ว ยังแสดงถึงวิธีการประพฤติปฏิบัติตนของคริสตชน เพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุดได้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ และได้รับสิทธิ์เป็นประชากรในอาณาจักรสวรรค์อีกด้วย การภาวนาหรือการอธิษฐานถึงพระเจ้าจึงเป็นสิ่งที่สำคัญ ซึ่งเป็นที่มาของพิธีกรรมอื่นๆ เช่น การเข้าเฝ้า การสวดสายประคำ เป็นต้น

“การภาวนา” (The Christian Meditation) หมายถึง การยกจิตใจผู้ภาวนาขึ้นไปหาพระเจ้าเป็นการสนทนากับพระเจ้าในนามของพระเยซูคริสต์เจ้า ภายใต้การนำของพระจิตเจ้าด้วยความเชื่อ ความหวังและความรักในพระเจ้าเป็นด้วยท่าทีที่สุภาพ อ่อนน้อมต่อพระเจ้าเป็นพื้นฐานด้วยความตั้งใจจริงที่จะตอบรับด้วยการให้ความร่วมมือ กับแผนการแห่งความรอดพ้นของพระเจ้า^{๑๓๓} เพื่อสร้างความสัมพันธ์กับพระองค์ ผู้โปรดประทานพระพรแห่งความรอดพ้นแก่มนุษยชาติ การอธิษฐานภาวนา เป็นการได้ยิน การได้รับฟัง และเป็นการรักษาพระวอนของพระเจ้าไว้ ก็จะเป็นสุข

บาทหลวง วงศ์สวัสดิ์ แก้วเสนีย์ อธิบายถึง ความหมายของการสวดภาวนาของคริสตชน “เป็นการติดต่อกับพระเจ้าที่แนบสนิทลึกซึ้ง เป็นความสัมพันธ์ที่เปี่ยมด้วยความรักระหว่างพระเจ้า

^{๑๒๘} ปฐก. ๑ : ๒๗.

^{๑๒๙} ๑ ยน. ๔ : ๑๙.

^{๑๓๐} ว. ๓ : ๒๐.

^{๑๓๑} เสรี พงศ์พิศ, รศ., ศาสนาคริสต์, หน้า ๘๖.

^{๑๓๒} รม. ๕ : ๕.

^{๑๓๓} CCC. ๔ : ๒๕๙๐, ๒๖๐๗-๒๖๑๑, ๒๖๑๔.

กับมนุษย์ การสวดภาวนาจึงเป็นประสบการณ์ของมนุษย์ในพิธีกรรม ยากที่จะแสดงออกมาเป็นคำพูด หรือเปรียบเทียบความจริงได้ทั้งหมด”^{๑๓๔}

พระศาสนจักรคาทอลิกได้ให้ความหมายของคำว่า “ภาวนา”^{๑๓๕} หมายถึง ๑) การอวยพร (Blessing) ๒) การนมัสการ (Adoration) ๓) การภาวนาวอนขอพระเมตตา (Petition) หรือการขอมาโทษ ๔) การภาวนาแบบวอนขอพระเมตตาเพื่อการขอภัยบาป ๕) การภาวนาอ้อนวอน (Intercession) ๖) การภาวนาขอบพระคุณ (Thanksgiving) และ ๗) การภาวนาสรรเสริญ (Praise) มีรายละเอียดดังนี้

๑) การอวยพร (Blessing) หมายถึง พระพรของพระเจ้าและการน้อมรับของมนุษย์ให้เป็นหนึ่งเดียวกัน ในการสนทนากับพระเจ้า ทำให้ได้รับพระพรจากพระองค์ เป็นการยกระดับจิตผู้ภาวนาไปสู่พระบิดาในพระจิตเจ้าโดยอาศัยพระเยซูคริสตเจ้า ด้วยการถวายเป็นการสวดดี เพื่อให้ผู้ภาวนาได้รับพระพร^{๑๓๖} และการภาวนาเพื่อขอพระพรพรทานของพระจิตเจ้า ซึ่งเสด็จลงมาจากพระบิดา โดยทางพระเยซูคริสตเจ้า หมายถึง เป็นพระองค์ที่ทรงอวยพรให้แก่เรา^{๑๓๗}

๒) การนมัสการ (Adoration) หมายถึง การยกย่องความยิ่งใหญ่ของพระเจ้าที่สร้างสรรพสิ่งและประทานพระพรแก่มนุษยชาติ เพื่อการบรรลุถึงชีวิตที่สมบูรณ์ เป็นการยกย่องความยิ่งใหญ่ของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าผู้ได้ทรงสร้างมนุษย์^{๑๓๘} และพระสรรพทานภาพของพระเจ้าช่วยให้รอดได้ปลดปล่อยมนุษย์ให้พ้นจากความชั่วร้าย

๓) การภาวนาวอนขอพระเมตตา (Petition) หรือการขอมาโทษ หมายถึง ความสำนึกในพระเมตตาของพระเจ้าและการขอภัยโทษพระองค์ เมื่อไม่ให้ร่วมมือหรือการปฏิเสธแผนการความรอดพ้นของแต่ละบุคคล พระเยซูคริสตเจ้าทรงสอนคริสตชน ดังนี้ “คริสตชนต้องแสวงหาแผ่นดินของพระเจ้าและความชอบธรรมของพระองค์ก่อน พระองค์จึงทรงเพิ่มเติมสิ่งทั้งปวงให้”^{๑๓๙}

๔) การภาวนาแบบวอนขอพระเมตตาเพื่อการขอภัยบาป ทำให้คริสตชนเข้าใจถึงการมีชีวิตร่วมกันกับพระบิดา และพระเยซูคริสตเจ้าผู้เป็นพระบุตรของพระเจ้า เมื่อมีการภาวนาวอนขอสิ่งใด ผู้ภาวนาย่อมจะได้รับสิ่งนั้นจากพระองค์^{๑๔๐}

คริสตชนได้มีการภาวนา เพื่อแบ่งปันความรักของพระเจ้า ที่ช่วยให้คริสตชนรอด เพราะพระเยซูคริสตเจ้าได้ทรงรับเอาทุกสิ่ง เพื่อการไถ่บาปทุกคนได้รับพระสิริ โดยคำขอต่างๆ ที่คริสต-

^{๑๓๔} วงศ์สวัสดิ์ แก้วเสนีย์, บาทหลวง, ภาวนาด้วยคุณค่าและความหมาย, (นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๕๐), หน้า ๓-๔.

^{๑๓๕} CCC. ๔ : ๒๖๒๖-๒๖๔๓.

^{๑๓๖} ดูรายละเอียดใน อฟ. ๑ : ๓-๑๔, ๒ คร. ๑ : ๓-๗, ๑ ปต. ๑ : ๓-๙.

^{๑๓๗} ดูรายละเอียดใน ๒ คร. ๑๓ : ๑๔, รม. ๑๕ : ๕-๖, ๑๓, อฟ. ๖ : ๒๓-๒๔.

^{๑๓๘} สดด. ๙๕ : ๑-๖.

^{๑๓๙} ดูรายละเอียดใน มธ. ๖ : ๑๐, ๓๓, ลก. ๑๑ : ๒, ๑๓.

^{๑๔๐} ๓ ยน. : ๒๒.

ชนมุ่งหาพระบิดาในนามของพระองค์ ด้วยเหตุนี้ นักบุญยากอบและนักบุญเปาโลจึงเตือนคริสตชนให้สวดภาวนาในทุกๆ สถานการณ์ที่ประสบ^{๑๔๑}

๕) การภาวนาอ้อนวอน (Intercession) เป็นการขอพระพรสำหรับตนเองและผู้อื่นในสิ่งที่ตนต้องการพระพรพิเศษ ในการดำเนินชีวิตประจำวัน เป็นการภาวนาขอเพื่อประโยชน์ของคนอื่น^{๑๔๒} แม้กระทั่งการภาวนาให้แก่ผู้ที่ทำร้ายตนด้วย^{๑๔๓} ในกลุ่มคริสตชนรุ่นแรกๆ ได้มีการวอนขออย่างไม่มีขอบเขตให้แก่มนุษย์ทุกคน กษัตริย์และผู้มีอำนาจ^{๑๔๔} บรรดาผู้ที่เปียดเบียนตนและเพื่อความรอดของบรรดาผู้ที่ปฏิเสธพระวรสาร^{๑๔๕}

๖) การภาวนาขอบพระคุณ (Thanksgiving) หมายถึง การขอบพระคุณพระเจ้าสำหรับพระพรแห่งความรอดพ้น และในการดำเนินชีวิตที่พระองค์ประทานให้ ดังตัวอย่างของจดหมายนักบุญเปาโลมักเริ่มต้นและลงท้าย ด้วยการแสดงความขอบคุณพระเยซูคริสต์เจ้าอยู่เสมอ เช่น “จงขอบพระคุณพระเจ้าในทุกกรณี เพราะพระองค์ทรงปรารถนาให้ท่านทำสิ่งเหล่านี้ ในพระเยซูคริสต์เจ้า”^{๑๔๖} และคริสตชนต้อง “อธิษฐานภาวนาอย่างสม่ำเสมอ และอย่าละเลยที่จะขอบพระคุณในทุกสิ่งที่เขาได้รับ”^{๑๔๗}

๗) การภาวนาสรรเสริญ (Praise) หมายถึง การสรรเสริญ การเทิดเกียรติและการถวายเกียรติแด่พระเจ้า เพราะพระองค์ทรงเป็นอยู่เหนือสิ่งที่ พระองค์ทรงกระทำ เป็นการภาวนาที่ยอมรับรู้ว่า “พระเจ้า คือ พระเจ้า” โดยการสรรเสริญ พระจิตเจ้าทรงรวมผูกพันกับจิตใจของเรา เพื่อเป็นประจักษ์พยานว่าเราเป็นบุตรของพระเจ้า^{๑๔๘} เพราะ “คริสตชนมีพระเจ้าเพียงพระองค์เดียว คือพระบิดาของทุกสรรพสิ่งมาจากพระองค์ และเป็นอยู่เพื่อพระองค์”^{๑๔๙}

การภาวนาของคริสตชน จึงเป็นวิธีการติดต่อระหว่างมนุษย์กับพระเจ้า เป็นการสนทนาที่มีความสนิทอย่างลึกซึ้งกับพระเยซูคริสต์เจ้า ด้วยความรักและศรัทธาในพระเจ้า เป็นการถวายความยิ่งใหญ่ และเป็นการรับพระพรจากพระเจ้า เพื่อการบรรลุถึงเป้าหมายสูงสุด คือ การมีชีวิตที่สมบูรณ์ เป็นการแสดงออกที่สำคัญ ที่แยกคนที่มีศาสนาออกจากคนที่ไม่มีศาสนา เพราะการภาวนาแสดงถึงความเชื่อศรัทธาของบุคคล ที่มีต่อพระเจ้าที่ตนเคารพบูชา

^{๑๔๑} ดูรายละเอียดใน ยก. ๑ : ๕-๘, อฟ. ๕ : ๒๐, ฟป. ๔ : ๖-๑๗, คส. ๓ : ๑๖-๑๗, ๑ ธส. ๕ : ๑๗-๑๘.

^{๑๔๒} ฟป. ๒ : ๔.

^{๑๔๓} กจ. ๗ : ๖๐, ลก. ๒๓ : ๒๘, ๓๔.

^{๑๔๔} ๑ ทธ. ๒ : ๑-๒.

^{๑๔๕} รม. ๑๒ : ๑๔, ๑๐ : ๑.

^{๑๔๖} ๑ ธส. ๕ : ๑๘.

^{๑๔๗} คส. ๔ : ๒.

^{๑๔๘} รม. ๘ : ๑๖.

^{๑๔๙} ๑ คร. ๘ : ๖.

การภาวนาของคริสตชนในมิติต่างๆเพื่อช่วยให้เกิดความรู้ ความเข้าใจและความปรารถนาที่จะภาวนาอย่างสม่ำเสมอ มีลักษณะพิเศษของการภาวนาแบบคริสตชน^{๑๕๐} ดังนี้

(๑) เป็นการภาวนาแบบเดียวกับพระเยซูคริสตเจ้า

(๒) มีพื้นฐานในพิธีกรรมศีลล้างบาปและศีลมหาสนิท

(๓) เป็นการภาวนาแบบส่วนตัวและร่วมรวมในเวลาเดียวกัน เพราะพิธีกรรมศีลมหาสนิททำให้ผู้ภาวนาเป็นหนึ่งเดียวกับพระเจ้า เพื่อนมนุษย์ด้วยกันและกับธรรมชาติ

(๔) เป็นการสำนึกและรู้ซึ่งในการผูกพันตนเองเพื่อผู้อื่น

ผลของการภาวนา^{๑๕๑} ทำให้ผู้ภาวนาได้รับพระพรจากพระจิตเจ้า ๗ ประการ คือ ๑) พระดำริ (wisdom) ๒) สติปัญญา (Understanding) ๓) ความคิดอ่าน (counsel) ๔) ความเข้มแข็ง (fortitude) ๕) ความรู้ (Knowledge) ๖) ความศรัทธา (piety) ๗) ความยำเกรงในพระเจ้า (fear of the Lord) พระพรเหล่านี้ เป็นความไพบูลย์ในพระเยซูคริสตเจ้าผู้ที่ได้รับพระพรจากพระจิตเจ้า จะได้รับความสมบูรณ์บริบูรณ์ เป็นคนว่านอนสอนง่าย พร้อมที่จะนบอต่อการดลใจของพระเจ้า

การภาวนานี้ เป็นเหตุให้เกิดศาสนพิธีต่าง ๆ ขึ้น^{๑๕๒} มีจุดมุ่งหมายสำคัญให้เข้าถึงพระเจ้าด้วยความเคารพในพระเจ้าเพื่อมีชีวิตนิรันดร์^{๑๕๓} ดังนั้น ผู้ที่เป็นคริสตศาสนิกชนจึงมีหน้าที่ต้องปฏิบัติตามคำสั่งของพระเจ้า ที่พระองค์ทรงเผยแสดงไว้ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาเดิมและภาคพันธสัญญาใหม่

พระศาสนจักรคาทอลิกได้เชิญชวนคริสตชน ให้มีการภาวนาอย่างสม่ำเสมอ ได้แก่ การภาวนาทุกวัน การภาวนาทำวัตร การร่วมมิสซาวันอาทิตย์และการฉลองวันต่างๆ ตามปีพิธีกรรมของพระศาสนจักรคาทอลิก ซึ่งมีรูปแบบวิธีการภาวนา^{๑๕๔} ๒ แบบ ได้แก่ ๑) การภาวนาแบบส่วนตัว และ ๒) การภาวนาแบบส่วนรวม มีดังนี้

๑) การสวดภาวนาแบบส่วนตัว คือ การอธิษฐานภาวนาโดยลำพังตนเอง โดยการพูดกับพระเป็นเจ้าในใจ คิดถึงพระองค์ บางครั้งออกมาในรูปแบบการอ่านพระคริสตธรรมคัมภีร์ และรำพึงไตร่ตรองพระวาจา ของพระเจ้าตรัสกับเราในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ผู้ที่พัฒนาจิตใจ และหมั่นสวดภาวนาอยู่เสมอในชีวิตประจำวัน จะภาวนาได้ง่ายขึ้น เพราะสถานที่ไหนก็สามารถยกจิตใจขึ้นหาพระเป็นเจ้าได้เสมอ การภาวนาแบบส่วนตัว ไม่จำเป็นต้องใช้บทภาวนาตามรูปแบบ รู้สึกอย่างไรต้องการอะไรก็กราบทูลตามที่ตนประสงค์ เรียกการภาวนาแบบส่วนตัวนี้ว่า “การรำพึงภาวนา”

^{๑๕๐} สมชัย พิทยาพงศ์พร, บาทหลวง, **ชีวิตจิตคริสตชน**, (กรุงเทพมหานคร : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๕๐), หน้า ๘๓-๘๕.

^{๑๕๑} เทียบใน อสย. ๑๑ : ๑-๒, CCC. ๓ ; ๑๘๓๑.

^{๑๕๒} วงศ์สวัสดิ์ แก้วเสนีย์, บาทหลวง, **ภาวนาด้วยคุณค่าและความหมาย**, หน้า ๒-๓.

^{๑๕๓} มธ. ๕-๗.

^{๑๕๔} ยอแซฟ วุฒิเลิศ แห่ล้อม, บาทหลวง, **หลักธรรมคำสอนคาทอลิก**, หน้า ๑๙๐-๑๙๒.

๒) การภาวนาแบบส่วนรวม คือ การร่วมกันหลายคนภาวนาร่วมๆ กัน เช่น การภาวนาสายประจำ การร่วมถวายบูชามิสซา เป็นต้น ลักษณะของการภาวนาร่วมกัน จึงต้องมีบทภาวนาเดียวกัน ตามที่พระศาสนจักรคาทอลิกแต่งตั้ง เช่น "บทข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย" เป็นบทที่พระเยซูคริสตเจ้าสอนเราใน พระคริสตธรรมคัมภีร์ที่บันทึก โดยนักบุญมัทธิว "บทวันทามาริอา" เป็นบทที่เราใช้สรรเสริญพระเป็นเจ้า ผ่านทางพระนางมารีอาหรือ "บทเยซู มารีอา ยอแซฟ" เป็นต้น ซึ่งเป็นตามพระประสงค์ของพระเจ้า ที่ทรงต้องการให้ประชากรของพระองค์มาร่วมกัน "ชุมนุม" กันเพื่อกราบนิมัสการสรรเสริญ ดังพระวาทะของพระเยซูคริสตเจ้าตรัสสอนว่า "ที่ใดมีคน ๒-๓ คนชุมนุมร่วมกันภาวนาในนามของพระเยซูคริสตเจ้า พระองค์จะประทับอยู่ท่ามกลางพวกเขา"^{๑๕๕}

การภาวนาจึงเป็นสายสัมพันธ์ระหว่างพระเจ้าและมนุษย์ เมื่อใดคริสตชนเลิกสวด เขาก็เริ่มที่คิดจะเลิกเป็นคริสตชน เพราะคำภาวนาเป็นความสัมพันธ์กับพระเป็นเจ้าตลอดเวลา เมื่อการภาวนาประสบกับอุปสรรค^{๑๕๖} ผู้ภาวนาต้องสร้างความพยายามต่อสู้กับตัวเอง และกับดักของผู้ล่อลวง เพราะการภาวนาเป็นการต่อสู้ของฝ่ายจิต ปัญหาที่สำคัญในขณะฝึกภาวนา คือ

๑) ความวอกแวก วิธีแก้ไขคือ ให้สำรวจจิตสำนึกของตนด้วยความถ่อมตนต่อพระพักตร์พระเป็นเจ้า ด้วยการปลุกความรักต่อพระองค์ให้มากยิ่งขึ้น ด้วยการถวายดวงใจของตนแด่พระเจ้า โดยเด็ดขาด เพื่อให้พระเจ้าชำระให้จิตตนบริสุทธิ์ ในการต่อสู้กับความวอกแวก ทำให้เราต้องเลือกเจ้านายเพื่อที่จะรับใช้^{๑๕๗}

๒) ความแห้งแล้ง เกิดจากการภาวนาแบบเพ่งญาณ เมื่อหัวใจถูกแยกจากพระเจ้า ทำให้ดวงใจปราศจากความรู้สึก ปราศจากการสละสลวยสำหรับความคิด แต่ช่วงเวลานี้ความเชื่อที่บริสุทธิ์ยังคงอยู่กับพระเยซูคริสตเจ้า

๓) การประจัญกับความล่องลอยในการภาวนา คือ การขาดความเชื่อ เมื่อคริสตชนเริ่มภาวนาความวิตกกังวลปัญหาในชีวิตทั้งเรื่องงานและความดีอื่น อดดี ทำให้เกิดการขาดความเชื่อ เพราะคริสตชนผู้นั้นยังมีดวงใจที่ถ่อมตนสุภาพไม่พอ เพราะ"ถ้าไม่มีพระเยซูคริสตเจ้า ท่านก็ไม่สามารถทำอะไรได้เลย"^{๑๕๘} ความเกียจคร้านเพราะความอวดดีของผู้ภาวนาที่ยอมเปิดรับความเกียจคร้านเข้ามาในใจ จนขาดการตื่นเฝ้าถึงการไม่สนใจ "จิตใจพร้อมแล้วก็จริง แต่เนื้อหนังอ่อนกำลัง"^{๑๕๙} ผู้ที่ถ่อมตนจนสามารถนำตนไปสู่ความไว้วางใจในพระเจ้า จนถึงรู้สึกมั่นคงในการภาวนา

๔) การภาวนาจะค่อยๆ แปรสภาพผู้ภาวนาให้คล้ายคลึงกับพระเจ้า เพราะพระองค์ประทานพรให้เรา ยิ่งเราใกล้ชิดกับพระเจ้า เรายิ่งต้องการพระองค์ ผู้ที่มีชีวิตภาวนาจริงๆ พระเจ้า

^{๑๕๕} มธ. ๑๘ : ๑๙-๒๐.

^{๑๕๖} รม. ๕ : ๓-๕, CCC. ๔ : ๒๗๒๙-๒๗๓๐, ๒๗๓๒.

^{๑๕๗} มธ. ๖ : ๒๑, ๒๒.

^{๑๕๘} ยน. ๑๕ : ๕, CCC. ๔ : ๒๗๓๒.

^{๑๕๙} มธ. ๒๖ : ๔๑.

ทรงทำให้เรามีความรัก ความยินดี ความสันติ ความเพียร ความใจดี ความอ่อนโยน ความดีงาม ความซื่อตรง และการบังคับตนเป็นชีวิตผู้ชอบธรรมที่ได้เจริญก้าวหน้าในความดีบริบูรณ์

อุปสรรคของการภาวนานี้ ทำให้ผู้ภาวนาขาดกำลังใจที่จะภาวนา วิธีแก้ไข คือ ความเชื่อ การกลับใจและการตื่นเฝ้าด้วยหัวใจ ด้วยความไวใจในฐานะบุตรของพระเจ้า พระเยซูคริสต์เจ้าทรงแนะนำวิธีการภาวนาที่ได้ผล ดังนี้ “จงขอแล้วจะได้ จงแสวงหาแล้วจะพบ จงเคาะแล้วจะเปิดให้ท่าน จงอธิษฐานอย่างสม่ำเสมอ จงทำความดีละเว้นความชั่ว และจงภาวนาร่วมกัน”^{๑๖๐}

ผลของการสวดภาวนา ผู้ภาวนาจะเจริญขึ้นในความรักของพระเจ้า จนสามารถบรรลุถึงความดีที่บริบูรณ์อันเป็นความศักดิ์สิทธิ์ของชีวิต^{๑๖๑} ดังนี้

๑) การภาวนา ทำให้เราไม่ติดใจผูกพันกับสิ่งสร้างทั้งหลาย เพราะการผูกพันนี้เป็นอุปสรรคไม่ให้เรารัก และสนิทสนมสัมพันธ์กับพระเจ้า การหลุดพ้นทางใจ เป็นผลมาจากการยกจิตขึ้นหาพระเจ้า เป็นการตัดขาดจากความผูกพันที่เราติดต่อสิ่งต่างๆ และขจัดอุปสรรค คือ บาปต่างๆ ที่ขัดขวางเราไม่ให้เข้าหาพระเจ้า จะต่อสู้ความโน้มเอียงไม่ดีทั้งหลาย ที่ทำให้ห่างเหินพระองค์

๒) การภาวนา ทำให้เราสัมพันธ์สนิทกับพระเจ้ายิ่งที่ยิ่งมากขึ้น เพราะเป็นการควบคุมสมรรถภาพต่างๆ ของเรา

๒.๑) การภาวนา สามารถควบคุมสมรรถภาพขั้นสูง คือ สติปัญญา ความคิดตรึกตรอง แต่พระเจ้า และสิ่งที่เกี่ยวข้องกับพระองค์ เพื่อมุ่งถวายพระเกียรติมงคลของพระเจ้า พระองค์ทรงมีพระประสงค์ เพื่อความรอดแห่งชีวิตดวงใจรักพระเจ้า เพื่อสามารถรักเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่งอย่างถูกต้อง

๒.๒) ควบคุมสมรรถภาพขั้นต่ำ มโนภาพ ความจำ อารมณ์ ประสาทสัมผัส ไม่ให้เราออกห่างจากพระเจ้า ช่วยเราให้มีจิตใจจดจ่อและผูกพันอยู่กับพระเจ้า

๓) การภาวนาเป็นการฝึกฝนปฏิบัติคุณธรรม ความเชื่อ ความไวใจและความรักพระเจ้าให้เป็นจริง ขณะภาวนาต้องปฏิบัติด้วยความสุภาพ ความอ่อนน้อมเชื่อฟัง ความเข้มแข็งและความมั่นคง เพื่อช่วยให้ผู้ภาวนามีความสัมพันธ์กับพระเจ้า ด้วยท่าทีที่สมบูรณ์แบบ

๔) การภาวนาจะค่อยๆ แปรสภาพผู้ภาวนาให้คล้ายคลึงพระเจ้า เพราะพระองค์ประทานพรให้เรา ยิ่งเราใกล้ชิดพระเจ้ายิ่งต้องการพระองค์ ผู้ที่มีชีวิตภาวนาจริง ๆ พระเจ้าทรงทำให้เรามีความรัก ความยินดี ความสันติ ความเพียร ความใจดี ความอ่อนโยน ความดีงาม ความซื่อตรง และการบังคับตน เป็นชีวิตของผู้ชอบธรรมที่ได้เจริญก้าวหน้าในความดีบริบูรณ์

ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ภาคพันธสัญญาใหม่ ได้กล่าวถึง การอธิษฐานหรือการภาวนา พระเยซูคริสต์เจ้าเป็นผู้สอนให้เหล่าสาวกของพระองค์ ถึงการอธิษฐานหรือการภาวนา ตามบันทึก

^{๑๖๐} มธ. ๗ : ๗-๑๑, ๑๘ : ๑๕-๒๐, คส. ๔ : ๒, ๑ ทิโม. ๕ : ๒๑-๒๓.

^{๑๖๑} วงศ์สวัสดิ์ แก้วเสนีย์, บาทหลวง, ภาวนาด้วยคุณค่าและความหมาย, หน้า ๔๐-๔๖.

ของนักบุญมัทธิว กล่าวไว้ดังนี้ “วิธีอธิษฐานถึงพระเจ้า ควรจะอธิษฐานตามลำพังคนเดียวในที่สงบ ปราศจากบุคคลอื่น เพราะพระเจ้าทรงล่วงรู้การกระทำของมนุษย์ในทุกที่ แม้ในที่ลับ

การอธิษฐานที่ถูกต้อง จะต้องมาจากใจของเขาจริงๆ เพราะพระเจ้าทรงทราบทุกๆ สิ่ง แม้ในความคิดของเราก่อนการอธิษฐานเสียอีก” นอกจากนี้ พระเยซูคริสต์เจ้ายังได้สอน บทอธิษฐานภาวนาให้เหล่าสาวกอธิษฐานตาม^{๑๖๒} ดังนี้

...ข้าแต่พระบิดาของข้าพระองค์ทั้งหลายผู้สถิตอยู่ในสวรรค์ ขอให้พระนามของพระองค์เป็นที่เคารพสักการะ ขอให้แผ่นดินของพระองค์มาตั้งอยู่ ขอให้เป็นไปตามพระทัยของพระองค์ ในสวรรค์เป็นอย่างไร ก็ขอให้เป็นอย่างนั้นในแผ่นดินโลก ขอโปรดประทานอาหารประจำวัน แก่ข้าพเจ้าทั้งหลายในกาลวันนี้ และโปรดยกบาปผิดของข้าพระองค์ เหมือนข้าพระองค์ยกโทษ ผู้ที่ทำผิดต่อข้าพระองค์นั้น และขอย่านำข้าพระองค์เข้าไปในการทดลอง แต่ขอให้พ้นจากสิ่งซึ่งชั่วร้าย เหตุว่าเราขออำนาจและฤทธิ์เดช และพระสิริของพระองค์สืบ ๆ ไปเป็นนิตย์ อาเมน...

ในพระคริสตธรรมคัมภีร์กล่าวว่า การที่ท่านยกโทษ ความผิดบาปของเพื่อนมนุษย์แล้ว พระเจ้าจะทรงยกความผิดของเขาด้วย ในทางตรงข้าม ถ้าเขาไม่ยกโทษความผิดบาปของผู้อื่น พระเจ้าก็จะไม่ยกโทษในความผิดของเขาเช่นกัน

การอธิษฐานภาวนาบทนี้ เป็นบทที่สำคัญที่สุด เพราะมาจากคำสอนของพระเยซูคริสต์เจ้า ซึ่งเป็นตัวแทนของพระเจ้า เป็นการแสดงถึงวิถีปฏิบัติตนของวิถีชีวิตคริสตชน เพื่อการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์และได้รับสิทธิเป็นพลเมืองในพระอาณาจักรสวรรค์ของพระเจ้า

ในการวิจัยพบว่า การสวดภาวนาในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิกปัจจุบัน มีวิถีปฏิบัติเพื่อวิธีการภาวนา ตามแนวคิดของพระศาสนจักรคาทอลิก ประกอบด้วย ๓.๒.๓.๑ การเข้าเงียบ (Retreat) และ ๓.๒.๓.๒ การสวดสายประคำหรือมงกุฎดอกกุหลาบ (Rosary) มีดังนี้

๓.๒.๓.๑ การเข้าเงียบ (Retreat)^{๑๖๓}

เป็นรูปแบบหนึ่งของการภาวนา วิถีชีวิตคริสตชนที่ดำเนินวิถีชีวิตตามแนวทางแห่งพระวรสาร^{๑๖๔} จากการดลใจของพระจิตเจ้า

^{๑๖๒} มธ. ๖ : ๕-๑๔, ๙-๑๕..

^{๑๖๓} คำว่า การเข้าเงียบ (Retreat) เป็นธรรมเนียมปฏิบัติของคริสตชน มีระยะเวลาพิเศษสำหรับการภาวนา การไตร่ตรอง และการสำรวมจิตใจอย่างเงียบ ๆ เพื่อฟังพระสุรเสียงของพระเจ้า ที่ตรัสกับเราที่ละคน ในการเข้าเงียบอาจเชิญบาทหลวงมาเทศน์และแนะนำ เพื่อการฟื้นฟูชีวิตจิต นักบุญอิกญาซิโอบได้อธิบายถึง การเข้าเงียบว่าเป็นเวลาฝึกจิต ที่ทำให้มีจิตใจใหม่ตามแบบพระเยซูคริสต์เจ้า.

^{๑๖๔} คำว่า พระวรสาร (Gospel) เป็นบันทึกเรื่องราว พระภารกิจและหลักคำสอน ที่สำคัญที่สุดของพระเยซูคริสต์เจ้าที่นำความรอดพ้นมาให้มนุษยชาติ ถือเป็น “ข่าวดี” ตามคำบอกเล่าของนักบุญมัทธิว นักบุญลูกา นักบุญมาระโกและนักบุญยอห์น ที่บันทึกในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาใหม่; สมชัย พิทยาพงศ์พร, บาทหลวง, พัฒนาการวิถีชีวิตจิตคริสตชน, หน้า ๓.

พระเยซูคริสต์เจ้ากล่าวว่า “ทุกคนที่มีพระจิตของพระเจ้าเป็นผู้นำเขาย่อมเป็นบุตรของพระเจ้า เรามาเพื่อให้ท่านทั้งหลายได้มีชีวิตที่สมบูรณ์”^{๑๖๕}

เมื่อคริสตศาสนาโรมันคาทอลิกได้รับการยอมรับจาก จักรพรรดิคอนสแตนตินแห่งอาณาจักรโรมัน จึงเริ่มมีการพัฒนาจากนักพรตที่โดดเดี่ยว สู่วิถีชีวิตนักพรตแบบหมู่คณะ จากการวิจัยพบว่า เป็นการพัฒนาจากการอธิษฐานภาวนาของพระเยซูคริสต์เจ้า ซึ่งพระองค์มักจะหาเวลาเพื่ออธิษฐานภาวนาตามลำพังและแบบรวมเป็นกลุ่ม

คริสตชนยุคแรก ปฏิบัติตามคำสอนของพระเยซูคริสต์เจ้า ตามบทบัญญัติสำคัญ คือความรักต่อพระเจ้าและต่อเพื่อนมนุษย์ ยืนหยัดต่อการเบียดเบียนที่ได้รับ และกลายมาเป็นวิถีชีวิตนักพรตอารามวาสี ตามการคล้อยใจของพระจิตเจ้า ยุคแรกมีคริสตชนบางส่วนที่บำเพ็ญพรตและถือพรหมจรรย์อยู่บ้าง เมื่อได้รับอิสรภาพในการแสดงออกทางศาสนา คริสตชนหลายคนเริ่มมีแนวคิดที่จะพยายามเลียนแบบ การดำเนินชีวิตตามของพระเยซูคริสต์เจ้าในท้องถิ่นทุรกันดาร^{๑๖๖}

การพัฒนาด้านชีวิตจิตของคริสตชน แบบการบำเพ็ญพรต การถือพรหมจรรย์ การมีวิถีชีวิตตามแนวพระวรสารและการภาวนาได้พัฒนา สืบเนื่องมาจากคำสอนของพระเยซูคริสต์เจ้า ตามบทบัญญัติที่สำคัญ เรื่องความรักต่อพระเจ้าและต่อเพื่อนมนุษย์ มีน้ำหนึ่งใจเดียวกัน และยืนหยัดต่อการเบียดเบียนที่ได้รับ และกลายมาเป็นวิถีชีวิตนักพรตอารามวาสี วิถีชีวิตจิตคริสตชนเป็นชีวิตที่ดำเนินตามแนวทางพระวรสาร และการคล้อยใจของพระจิตเจ้า^{๑๖๗}

ดังนั้น ชีวิตบำเพ็ญพรต^{๑๖๘} และการถือพรหมจรรย์จึงเข้ามามีบทบาทมากขึ้น ถือเป็นการดำเนินชีวิตที่เป็นพยาน และเป็นการเลียนแบบการดำเนินชีวิตของพระเยซูคริสต์เจ้า ในถิ่นทุรกันดาร ด้วยการมีวิถีชีวิตตามแนวพระวรสารและการภาวนา การจำศีลอดอาหารและการทำกิจเมตตาต่างๆ และมีการรวบรวมแนวปฏิบัติในการดำเนินชีวิตขึ้นมาเป็นกฎวินัย

นักบุญอิกญาซีโอ แห่งโลยาလာ^{๑๖๙} ได้จัดทำหนดการ (Program) สำหรับการรำพึงให้เป็นระบบตามประสบการณ์ที่ท่านได้รับ เพื่อช่วยให้นำไปสู่การพบกับพระเจ้า เป้าหมายของการภาวนาฝึกจิต คือ เพื่อให้เราเข้าถึงความรักของพระเจ้า พระเจ้าจะประทานพระพรและพระองค์เองลงสู่เรา พระองค์อยู่ในสิ่งสร้างและทำงานผ่านเรา ทรงเป็นบ่อเกิดแห่งความดีทั้งหมด ทรงนำน้ำใจและสติปัญญาของเราด้วยความรักของพระองค์ ทรงช่วยให้เรารู้ว่าควรทำอะไร ตามพระประสงค์ของพระองค์ สิ่งเหล่านี้เป็นพลวัตรที่เราต้องเรียนรู้จากส่วนลึกภายในตัวเรา

^{๑๖๕} รม. ๘ : ๑๔, ยน. ๑๐ : ๑๐.

^{๑๖๖} มธ. ๔ : ๑-๑๓, ลก. ๔ : ๑-๑๓.

^{๑๖๗} รม. ๘ : ๑-๑๓, ๑ คร. ๒ : ๑๐-๑๖, สมชัย พิทยาพงศ์พร, บาทหลวง, **พัฒนาการวิถีชีวิตคริสตชน**, หน้า ๓๘-๓๙.

^{๑๖๘} **ชีวิตบำเพ็ญพรต** คือ การฝึกปฏิบัติเพื่อให้กิเลสและพลังต่าง ๆ ในตัวเราอยู่ภายใต้การควบคุมของจิตใจเป็นการกลับใจอย่างต่อเนื่อง เป็นการตายต่อบาป และมีชีวิตภายใต้การนำของพระจิต; มธ. ๔ : ๑-๑๓, ลก. ๔ : ๑-๑๓.

^{๑๖๙} สมชัย พิทยาพงศ์พร, บาทหลวง, **พัฒนาการวิถีชีวิตจิตคริสตชน**, หน้า ๓๘-๓๙.

ผู้เข้าเฝ้าเพื่อการฝึกจิตจะใช้เวลาประมาณสี่สัปดาห์ ทำให้ผู้เข้าเฝ้าจะได้รับการเข้าสู่ประสบการณ์การกลับใจ การชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ ด้วยพื้นฐานจากความรักที่ลึกซึ้ง และการรู้จักพระเยซูคริสต์เจ้า ทำให้มีความปรารถนาที่จะได้รับพระอาณาจักรพระเจ้า ตามมาตรฐานของพระเยซูคริสต์เจ้า และเติบโตในการปฏิบัติตามการตลใจของพระจิต การเข้าเฝ้าจะมีการปรับให้เหมาะสมกับสถานการณ์ และความต้องการของผู้เข้าเฝ้า การฝึกจิตตามแบบของนักบุญอิกญาซีโอในปัจจุบันคริสตชนคนนำมาใช้เป็นแบบ อย่างแพร่หลาย^{๑๗๐}

การสวดภาวนาหรือการฝึกจิต (Spiritual Exercises) คือ การมีพระเยซูคริสต์เจ้าเป็นศูนย์กลาง (Christocentric) เป็นแนวทางธรรมทูต (Apostolic) ในการประกาศข่าวดีรูปแบบต่าง ๆ มีการพินิจพิจารณาและวินิจฉัย (Discerning) เพื่อการเลือกทางเลือกที่สนับสนุนสอดคล้องกับพระประสงค์ของพระเจ้านั้นใจกว้าง (Generous) ในการรับใช้พระเจ้า และเพื่อนมนุษย์มีความเป็นพี่น้องกัน (Fraternal) อุทิศตนรับใช้ตามแบบอย่างบรรดาอัครสาวก เป็นชีวิตจิตที่มีการบูรณาการ (Integrated spirituality) ระหว่างการภาวนาและการทำกิจการเพื่อการรับใช้ ที่ช่วยให้คณะและสมาชิกแต่ละคนแสวงหาพระเจ้าในทุกมิติของชีวิต ทั้งในการภาวนาและศาสนบริการ^{๑๗๑}

เป้าหมายของวิถีชีวิตจิตของนักพรตเป็นวิถีชีวิตจิตสำหรับคริสตชนทุกคน คือ การมีส่วนร่วมในชีวิตพระเจ้าและพระตรีเอกภาพ มนุษย์จึงสามารถมีชีวิตใหม่ โดยผ่านทางพระเยซูคริสต์เจ้า คือ การขจัดอุปสรรคที่ขัดขวาง การเติบโตด้านชีวิตจิตต้องใช้การสวดภาวนา เป็นเครื่องมือและวิธีการต่างๆ ที่ช่วยส่งเสริมให้ชีวิตจิตเติบโตก้าวหน้า โดยอาศัยพระพรพรทาน รวมทั้งความพยายามของผู้ปฏิบัติเอง

การขจัดอุปสรรคที่ขัดขวางการเติบโตด้านชีวิตจิต คือ บาปและผลของบาป เมื่อคริสตชนรับศีลล้างบาปแล้ว แต่เขายังคงทำบาปอยู่ คริสตชนผู้นั้นต้องกลับใจอย่างต่อเนื่อง การรู้เท่าทันกระบวนการแห่งบาปและการต่อสู้กับการประจญ ความชั่วเริ่มมาจากความคิดและความปรารถนาในใจมนุษย์ แต่บาปกำเนิดทำให้มนุษย์มีความโน้มเอียงไปในทางชั่ว

เราต้องฝึกจิตให้มีสติรู้ตัว รู้เท่าทันและควบคุมกิเลสตัณหา ต้องต่อสู้กับการประจญที่มาจากภายในและภายนอกตัวเรา เมื่อมีความผิดพลาด เราต้องตระหนักรู้ถึงความทุกข์และการกลับใจโดยอาศัยพระพรพรทานจากพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ พระวาจาของพระเจ้า

สรุป วิธีปฏิบัติตามแบบการอธิษฐานภาวนา ในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก เป็นความพยายามบำเพ็ญพรตรูปแบบต่างๆ เพื่อควบคุมตนเอง ดังนี้

(๑) การอธิษฐานภาวนาอย่างสม่ำเสมอไม่หยุดหย่อน คริสตชนต้องอาศัยพระวาจาของพระเจ้าในพระคริสตธรรมคัมภีร์

(๒) การเข้าร่วมพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์โดยเฉพาะ พิธีกรรมศีลมหาสนิท

^{๑๗๐} กวอน มิน จา, ซิสเตอร์, การภาวนาด้วยพระหฤทัยพระเยซูเจ้า, พิสุทธิศรี รัตนมณี แบล, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัสสัมชัญ, ๒๕๕๕), หน้า ๓๐.

^{๑๗๑} สมชัย พิตยาพงศ์พร, บาทหลวง, พัฒนาการวิถีชีวิตจิตคริสตชน, หน้า ๑๑๘.

(๓) การบำเพ็ญพรตในรูปแบบต่างๆ เพื่อให้จิตใจมีสมาธิ มีความสงบ มีใจบริสุทธิ์ (Purity of heart) สามารถรู้เท่าทันในบาปทั้งปวง เป็นอิสระจากความอยากและกิเลสตัณหา มีการพัฒนาในด้านคุณธรรมต่างๆ โดยเฉพาะความรักแท้และการอุทิศตนรับใช้พระเจ้าและเพื่อนมนุษย์

(๔) การจำศีลอดอาหารและการให้ทาน^{๑๗๒} เพื่อการเอาชนะบาปต้น หรือกิเลสต้นเจ็ดประการ^{๑๗๓} จึงเป็นการปฏิบัติตามแบบอย่างพระเยซูคริสตเจ้า เพื่อการพัฒนาตนให้บรรลุเป้าหมายสูงสุด

ความก้าวหน้าของการภาวนาแบบเพ่งพินิจ ที่เกิดจาก “การอธิษฐานภาวนาอย่างสม่ำเสมอ”^{๑๗๔} นักบุญออสกัสตินได้แบ่งความก้าวหน้าของการภาวนาแบบเพ่งพินิจ ออกเป็น ๗ ระดับ ขึ้น ดังนี้ สามขั้นแรกเป็น ระดับจิตไร้สำนึก ระดับความรู้สึก และระดับสติปัญญา ขั้นที่สี่เป็นการเพ่งพินิจภาวนาระดับศีลธรรม การชำระให้บริสุทธิ์และคุณธรรม ขั้นที่ห้าเป็นระดับที่สงบและมีสันติจากการมีจิตใจที่บริสุทธิ์และคุณธรรม ขั้นที่หกเป็นการเตรียมตัวเข้าสู่แสงสว่างของพระเจ้า ขั้นที่เจ็ดเป็นการอยู่ในแสงสว่างของพระเจ้าในฉนวนภาวนาและการหยั่งรู้ความจริง^{๑๗๕}

นักบุญเทเรซา แห่งอาวีลา (St. Teresa of Avila ค.ศ. ๑๕๑๕–๑๕๘๒) พุ่มเททั้งชีวิตกับการภาวนาอย่างสม่ำเสมอตลอดมา จนกระทั่งอายุ ๓๙ ปี ท่านเริ่มมีความก้าวหน้าในชีวิตภาวนา (Contemplation prayer) ต่อมาได้เขียนหนังสือชื่อ “ชีวิต: อัดชีวประวัติ” ท่านได้อธิบายว่าการภาวนาเป็นการสนทนาอย่างสนิทสนมระหว่างเพื่อน การสละเวลาอยู่ตามลำพังกับพระองค์ การภาวนาทำให้ผู้ภาวนารู้ว่าพระองค์รักเรา เพื่อให้ความรักนั้นจริงใจ ความมีมิตรภาพที่ยั่งยืน และความมีน้ำใจของเพื่อนทั้งสองที่สอดคล้องกัน ทำให้ผู้ภาวนามีความสัมพันธ์กับพระเจ้า

ท่านได้เขียนหนังสือเกี่ยวกับประสบการณ์การภาวนาที่สมบูรณ์ ชื่อ “ปราสาทแห่งจิต (The Interior Castle) โดยเปรียบเทียบประสบการณ์การภาวนาของท่านกับวิญญาณของมนุษย์ อธิบายขั้นตอนต่างๆ การสวดภาวนาเพื่อให้ผู้ภาวนา เป็นหนึ่งเดียวกับพระเจ้าในจิตใจของผู้ภาวนา เปรียบเทียบกับปราสาทที่ประดับเพชรพลอยอย่างสวยงาม ภายในปราสาทประกอบด้วย วิมานหลายหลัง วิมานที่เป็นศูนย์กลางเป็นที่ประทับของพระเจ้า เป็นที่พบปะอย่างรื่นเริงระหว่างพระเจ้ากับวิญญาณผู้ภาวนา ประตูที่เข้าสู่ปราสาทนี้ คือ “การภาวนาและการรำพึง” ซึ่งมีหลายประตู เพื่อเข้าสู่ปราสาทในระดับต่างๆ ส่วนร่างกายจะอยู่ภายนอกกำแพงปราสาทนี้ เราจะต้องพยายามเดินทาง ก้าวหน้าเข้าไปจนถึงวิมานที่สำคัญ ที่เป็นศูนย์กลางของปราสาท

^{๑๗๒} มธ. ๖ : ๒–๑๘.

^{๑๗๓} **บาปต้นหรือกิเลสต้นเจ็ดประการ** (The Capital Sins) เกิดมาจากบาปกำเนิด (Original Sin) ประกอบด้วย (๑) จงหอง (Pride) (๒) ตระหนี่ (Avarice) (๓) อิจฉา (Envy) (๔) โมโห (Wrath) (๕) อุลามก (Lust) (๖) โลภอาหาร (Gluttony) (๗) เกียจคร้าน (Sloth) คริสตชนสามารถเอาชนะบาปต้นได้ด้วยการอาศัยพระหรรษทานจากศีลศักดิ์สิทธิ์ การสวดภาวนา การจำศีลอดอาหารและการให้ทาน (มธ. ๖:๒–๑๘); สมชัย พิทยาพงศ์พร, บาทหลวง, **พัฒนาการวิถีชีวิตจิตคริสตชน**, หน้า ๕๓–๕๔.

^{๑๗๔} คส. ๔ : ๒.

^{๑๗๕} สมชัย พิทยาพงศ์พร, บาทหลวง, **พัฒนาการวิถีชีวิตจิตคริสตชน**, หน้า ๕๕, ๖๖.

นักบุญเทเรซาได้แบ่งวิมาน (การภาวนา) ชั้นต่าง ๆ ออก เป็น ๗ ชั้น^{๑๗๖} ดังนี้

วิมานชั้นแรก ใช้วิธีการภาวนาแบบเปล่งเสียง (Vocal prayer) เพื่อการชำระให้บริสุทธิ์เป็นสภาพวิญญูณของผู้เริ่มต้น เป็นการภาวนาด้วยความเชื่อใน เรื่องพระเจ้าทรงสร้างมนุษย์ตามภาพลักษณ์ของพระเจ้าและพระองค์ประทับอยู่ในตัวเรา มนุษย์ทุกคนจึงมีศักดิ์ศรี มีจิตวิญญูณที่บริสุทธิ์ มีความสงบ ความสว่างและสันติสุข

การปฏิบัติระยะแรกของผู้ปฏิบัติต้องรับการชำระให้บริสุทธิ์ จากบาปหนักที่เป็นความผิด ความสกปรก ต้องรู้จักตนเอง รู้จักควบคุมอายตนะ (Sense) ต้องรู้จักการปล่อยวางจากการยึดติดกับทรัพย์สินสมบัติ เกียรติยศ สิ่งของฝ่ายโลก เพื่อจะได้ก้าวหน้าต่อไปในชีวิตคุณธรรมและชีวิตภาวนา

วิมานชั้นที่สอง ระยะนี้ ผู้ภาวนาจะมีแต่ความเบื่อหน่าย ต้องอาศัยการรำพึงภาวนา (Meditation) ด้วยความตั้งใจที่มั่นคง และมีความพากเพียร ในวิมานชั้นนี้ ผู้ภาวนาต้องพบกับการประจัญต่างๆ จำเป็นต้องอาศัยพระวาจาของพระเจ้า เพื่อความตั้งใจที่มั่นคง แม้ผิดพลาดก็ไม่ทำให้เริ่มต้นใหม่ พยายามทำทุกอย่างเพื่อให้หัวใจของเรา สอดคล้องกับพระประสงค์ของพระเจ้า เพื่อความก้าวหน้าต่อไปในชีวิตคุณธรรมและชีวิตภาวนา

วิมานชั้นที่สาม สภาพวิญญูณของผู้ปฏิบัติจะมีความยำเกรงต่อพระเจ้า ไม่อยากทำบาปแม้จะเป็นบาปเบา วิญญูณจะก้าวหน้าสู่การภาวนาตามธรรมชาติขั้นสุดท้าย คือ การภาวนาสารวมจิตใจ (The prayer of acquired recollection) ผู้ปฏิบัติจะภาวนาด้วยความรู้สึกรักและยำเกรงพระเจ้าและตระหนักถึง การประทับอยู่ของพระเจ้าภายในวิญญูณของตน หลายครั้งที่พระเจ้าทรงทดลองให้มี ความแห้งแล้งฝ่ายจิต เพื่อการภาวนาที่ก้าวหน้าต่อไป ต้องมีความพากเพียร การเสียสละและการอุทิศตนเอง นักบุญเทเรซาเชื่อว่า “เราเป็นเพียงผู้รับใช้ที่ไร้ประโยชน์ เพราะต้องทำตามหน้าที่ที่ต้องทำเท่านั้น”^{๑๗๗}

การภาวนาในชั้นที่ ๑-๓ เป็นการภาวนาที่มนุษย์ที่ต้องออกแรงกระทำเอง (Active prayer) โดยอาศัยการภาวนาแบบเปล่งเสียง และการรำพึงภาวนาควบคู่กัน ส่วนการภาวนาชั้นที่ ๔-๗ เป็นการภาวนาที่ ผู้ปฏิบัติต้องอาศัยพระพรหรรษาของพระเจ้า (Passive prayer) เป็นการเพ่งพินิจแบบภาวนา (infused contemplation)

วิมานชั้นที่สี่ เป็นการก้าวสู่การภาวนาแบบเพ่งพินิจภาวนา เป็นการภาวนาแบบเงียบ (prayer of quiet) เป็นขั้นตอนของการเป็นหนึ่งเดียวกับพระเจ้า นักบุญเทเรซากล่าวว่า “สิ่งสำคัญมิใช่อยู่ที่คิดมาก แต่อยู่ที่รักมาก ความรักมิใช่อยู่ที่ความยินดีทางวิญญูณ แต่อยู่ที่ความปรารถนาจะทำให้พระเจ้าพอพระทัยในทุกสิ่ง จงอย่าพยายาม ทำให้พระเจ้าเคืองพระทัย แต่จงพยายามสร้างความก้าวหน้าในการสรรเสริญ ถวายพระเกียรติและพระสิริรุ่งโรจน์ แต่พระบุตรของพระองค์

^{๑๗๖} สมชัย พิทยาพงศ์พร, บาทหลวง, พัฒนาการวิถีชีวิตจิตคริสตชน, หน้า ๑๒๕-๑๒๙.

^{๑๗๗} ลก. ๑๗ : ๑๐.

วิมานชั้นที่ห้า เรียกว่า การภาวนาแห่งความเป็นหนึ่งเดียว (The prayer of union) สภาพทางจิตจะสงบ พลังทั้งหมดภายในวิญญาณจะไปรวมอยู่ที่พระเจ้า นักบุญเทเรซากล่าวว่า ผู้ภาวนาจนมีสภาพของจิตเช่นนี้ จะไม่มีความสงสัยเลยว่า เขาได้อยู่ในพระเจ้า และพระเจ้าได้อยู่ในเขาอย่างแนบแน่น

วิมานชั้นที่หก นักบุญเทเรซาเรียก การภาวนาชั้นนี้ว่าเป็นการหมั้นอันล้ำลึก (The Mystical Espousal or Prayer of Conforming union) ในขั้นนี้ วิญญาณของจิตจะอยู่ในความสงบสุข มีความบรรเทาใจและปีติสุขมาก แต่ก็จะถูกทดลองมาก ได้แก่ คำนิทาหรือคำสรรเสริญ ความเจ็บป่วยด้วยโรคภัยทั้งกายและวิญญาณ วิญญาณของผู้ภาวนาจะต้องมีความกล้าหาญอย่างมากในการภาวนาชั้นนี้ เพราะวิญญาณจะได้รับความรู้ความเข้าใจพิเศษเกี่ยวกับพระเจ้าและตนเอง ขณะอยู่ในฌานแบบต่างๆ และได้รับนิมิตทางสติปัญญาจากพระเจ้า จึงเป็นความก้าวหน้าของการสวดภาวนา โดยการเพ่งพินิจภาวนาถึง พระเยซูคริสตเจ้าทั้งในความเป็นมนุษย์และพระเจ้า ผู้ภาวนาจะได้รับการชำระวิญญาณให้บริสุทธิ์ ก่อนก้าวไปสู่ขั้นสุดท้าย

วิมานชั้นที่เจ็ด การภาวนาในขั้นนี้ เรียกว่า การวิวาห์อันล้ำลึก หรือการเปลี่ยน แปลงไปสู่ความเป็นหนึ่งเดียว (The Mystical Marriage or the transforming union) นักบุญเทเรซา กล่าวว่า ไม่มีประตูปิดกั้นระหว่างวิมานชั้นที่หก และชั้นที่เจ็ด แต่ที่แบ่งไว้ เพราะสิ่งต่างๆ ในขั้นสุดท้ายยังไม่เปิดแก่ผู้ที่ยังเข้าไม่ถึงขั้นสุดท้าย การภาวนาในขั้นที่ห้าและหก แม้ว่าวิญญาณจะรวมกับพระเจ้าแล้ว แต่ยังไม่เข้าใจถึงสิ่งที่เกิดขึ้น เพราะสมรรถภาพทางจิตหยุดทำงาน

การภาวนาระดับนี้ ทำให้ผู้ภาวนามีความสนิทเป็นหนึ่งเดียวกับพระเยซูคริสตเจ้าในพระตรีเอกานุภาพ ฌานภาวนาจะมีน้อยลงแต่จิตยังอยู่ในความสงบ ผลของการภาวนาทำให้ผู้ภาวนาเกิดชีวิตใหม่ คือ การลืมนตนเอง การปล่อยวางสิ่งของฝ่ายโลก มีความมุ่งมั่นปรารถนาจะทำตามพระประสงค์ของพระเจ้า การรับใช้เป็นหนึ่งเดียวกับพระเจ้าและเพื่อนมนุษย์ สืบสานงานช่วยให้มนุษย์ได้รับความรอดพ้น ร่วมสรรเสริญพระเจ้าเสมอ ยินดีทำหน้าที่ต่างๆ ของตน เพราะพระเจ้าทรงมองดูความรักในการทำงานมากกว่า การมองดูความยิ่งใหญ่ของผลการทำงานเหล่านั้น

๓.๒.๒.๒ การสวดสายประคำ หรือ “มงกุฎดอกกุหลาบ” (Rosary)

ประวัติการสวดสายประคำมีมานานหลายศตวรรษ นักบุญจำนวนมาก ที่รักการภาวนาแบบการใช้สายประคำ พระศาสนจักรคาทอลิกผู้มีอำนาจการสอน ได้ส่งเสริมและเชิญชวนคริสตชนให้ภาวนาด้วยสายประคำ มีเหตุการณ์หลายอย่างที่เกี่ยวข้องกับพระนางพรหมจารีย์มารีย์ ซึ่งพระนางได้ส่งเสริมให้สวดสายประคำ ทุกคนได้รับประโยชน์จากสาระของเหตุการณ์ต่างๆ เหล่านี้ บทรำพึงที่กล่าวถึงในวิทยานิพนธ์นี้ อยู่บนพื้นฐานของพระคริสตธรรมคัมภีร์ คำสอนของพระศาสนจักรคาทอลิก และพระสมณสาส์น เรื่อง การสวดภาวนา

การสวดสายประคำของสมเด็จพระสันตะปาปาโยฮัน ปอลที่สอง เป็นวิธีการที่รับรองด้วยความซื่อสัตย์ที่วางไว้ในความเชื่อ พระองค์ได้ทรงเพิ่มเติมมิติทางคริสตวิทยาของสายประคำ โดยเพิ่มพระธรรมล้ำลึกแห่งความสว่าง ซึ่งเป็นเหตุการณ์เกี่ยวกับพระชนม์ชีพเปิดเผยของพระคริสตเจ้า

สามารถกล่าวได้ว่า การสวดสายประคำเป็นการ “สรุปพระวรสาร” ที่ปรากฏในพระคริสตธรรมคัมภีร์ภาคพันธสัญญาใหม่

นักบุญตอมัสและบรรดานักพรตของท่านได้เทศน์สอนประชาชน ในเรื่อง การสวดสายประคำ สมเด็จพระสันตะปาปา ปิอุสที่ห้า คือ กำหนดและให้มีรูปแบบเดียวกัน ในข้อความของบทภาวนาวันทามารีย์ ผู้เป็นพระนางพรหมจารีย์ พระนางทรงปลุกเร้าให้ประชาชนสวดภาวนาสายประคำ ทั้งจากการประจักษ์ที่เมืองลัวร์ และเมืองฟาติมา

ในระหว่างสหัสวรรษที่ ๒ สมเด็จพระสันตะปาปา ได้สนับสนุนให้มีการวอนขอพระนางมารีย์ ตั้งแต่สมณสมัยของสมเด็จพระสันตะปาปา เลโอที่สิบสาม ซึ่งได้รับพระนามว่า “พระสันตะปาปาแห่งสายประคำ” ได้ทรงแนะนำให้ทุกคนสวดสายประคำ และทรงเพิ่มความสำคัญด้วยการประทานพระคุณการุญในการสวดสายประคำด้วย

สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง ทรงอุทิศพระองค์เองเป็นพิเศษ แต่พระชนนีของพระเจ้า แม้ตราประจำพระองค์ก็มีอักษรตัวแรกของพระนาง (Totus Tuus) เป็นการวิงวอนของพระนางพรหมจารีมารีย์ พระองค์ทรงมีสายประคำอยู่กับพระองค์เสมอและสวดเป็นประจำ ดังแสดงในสมณสาส์นเรื่อง “การสวดสายประคำ” เป็นสิ่งที่ยืนยันอย่างมั่นคงถึงความนับถือของพระองค์ต่อการสวดสายประคำ

สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง ทรงอุทิศพระองค์เองแต่พระชนนีของพระเจ้า แม้ตราประจำพระองค์ ยังมีอักษร “M” ซึ่งตัวแรกของชื่อพระนางมารีย์ และเป็นการวิงวอนของพระนางมารีย์พรหมจารีย์ พระองค์ทรงมีสายประคำประจำพระองค์เสมอ และพระองค์จะสวดอยู่เป็นประจำ^{๑๗๘}

สายประคำหมายถึง มงกุฎกุหลาบ (Rosary) ดังนั้น ทุกครั้งที่ใครสวดสายประคำอย่างสง่าและศรัทธา หมายถึง เขาได้วางดอกกุหลาบขาว ๑๕๓ ดอก และดอกกุหลาบแดงอีก ๑๖ ดอกบนพระเศียรของพระเยซูคริสตเจ้าและพระนางมารีย์ ดอกไม้นี้เป็นดอกไม้สวรรค์ ที่จะไม่มีวันเหี่ยวแห้งหรือสูญเสียความงามเลย ดังนั้น สายประคำจึงเป็นประหนึ่ง พวงมาลาแห่งดอกกุหลาบที่ถวายแด่ พระเยซูคริสตเจ้าและพระมารดา เพราะเชื่อว่าดอกกุหลาบเป็นราชินีแห่งดอกไม้ทั้งหลาย การสวดสายประคำจึงเป็นกิจศรัทธาที่สำคัญของคริสตชน ที่ถวายพระเกียรติแด่พระเยซูคริสตเจ้าและพระมารดา

การสวดสายประคำเป็นการสวดภาวนาแบบไตร่ตรอง ถึงชีวิตของพระเยซูคริสตเจ้า ซึ่งเกี่ยวกับเหตุการณ์ในพระวรสารที่เกี่ยวกับพระเยซูคริสตเจ้าและพระนางมารีย์ ส่วนข้อคิดในพระสมณสาส์น (Novo Millennio Ineunte) ของสมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สองเป็นการเชิญชวนประชากรของพระเจ้าให้ “เริ่มต้นใหม่อีกครั้งในพระเยซูคริสตเจ้า” แต่สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง ทรงมีความเห็นว่า การสวดสายประคำนี้ เป็นการเชิญชวนให้ คริสตชนเพ่งพินิจ

^{๑๗๘} สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง, สายประคำของสมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง พระธรรมล้ำลึก ๒๐ ประการ, องค์กรสนับสนุนงานแพร่ธรรมของสันตสำนัก (PMS) เรียบเรียง, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สตาร์บูม อินเตอร์พริ้นท์ จำกัด, ม.ป.ป.), หน้า ๘-๙.

ดูพระพักตร์ของพระคริสตเจ้า โดยการเรียนรู้และรู้จักพระองค์พร้อมกับพระแม่มารีย์ ดังนั้น การสวดสายประคำ จึงเป็นการเข้าถึงแก่นแท้ของชีวิตพระคริสตเจ้า^{๑๗๙}

การสวดสายประคำเป็นการภาวนาแบบใด ในพระสมณสาสน์ เรื่องการสวดสายประคำของสมเด็จพระสันตะปาปาโยฮัน ปอลที่สอง ทรงเขียนไว้ว่า

...การสวดสายประคำ เริ่มจากประสบการณ์ของพระแม่มารีย์ เป็นการภาวนาแบบเพ่งพินิจที่พิเศษสุด สมเด็จพระสันตะปาปา เปาโลที่หก ทรงเตือนไว้อย่างชัดเจนว่า ถ้าการสวดสายประคำไม่มีการเพ่งพินิจ เปรียบเหมือนร่างกายไร้วิญญาณ และการสวดภาวนาจะกลายเป็นการท่องสูตรอย่างเครื่องจักร ซึ่งขัดกับคำเตือนของพระเยซูคริสตเจ้าที่ตรัสว่า เมื่อท่านอธิษฐานภาวนา จงอย่าพูดซ้ำเหมือนคนต่างศาสนา เพราะเขาคิดว่าถ้าเขาพูดมากแล้ว พระเจ้าจะทรงสดับฟัง...^{๑๘๐}

ลักษณะการสวดสายประคำ เป็นการเรียกร้องให้เป็นการภาวนาที่ค่อยๆ ดำเนินไปอย่างช้าๆ เพื่อมีเวลาให้แต่ละคนคิดคำนึงถึง พระธรรมล้ำลึกในพระชนม์ชีพของพระคริสตเจ้า โดยวิธีนี้เราจะพบขุมทรัพย์สุดจะหยั่งถึงของพระธรรมล้ำลึกเหล่านั้นได้

แม้ว่าพระศาสนจักรคาทอลิก ได้เชิญให้คริสตชน มาสวดภาวนาร่วมกันเป็นหมู่คณะแต่เขายังต้องเข้าไปในห้องของตน เพื่ออธิษฐานภาวนาต่อพระบิดาเป็นการส่วนตัวด้วย^{๑๘๑} นอกจากนี้ นักบุญเปาโลสอนให้ คริสตชนอธิษฐานภาวนาอย่างสม่ำเสมอ และการสวดสายประคำโดยวิธีการเฉพาะตน เป็นวิธีการหนึ่งของการภาวนา “อย่างสม่ำเสมอ”^{๑๘๒}

การสวดสายประคำ เป็นวิธีการภาวนาแบบเพ่งพินิจแบบหนึ่ง สายประคำเป็นเพียงอุปกรณ์ที่นำไปสู่จุดหมาย ที่เป็นผลจากประสบการณ์นานหลายศตวรรษ เป็นประสบการณ์ของบรรดาผู้ศักดิ์สิทธิ์จำนวนมากเป็นพยานได้ในเรื่องนี้ และการสวดสายประคำเป็นการแสดงความรักอย่างไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อยต่อผู้ที่เรารัก แม้จะใช้ถ้อยคำเดียวกัน แต่ความรู้สึกที่แสดงออกมานั้นใหม่สดอยู่เสมอ

สายประคำนี้ เป็นเพียงอุปกรณ์อย่างหนึ่ง ที่ใช้เป็นธรรมเนียมตลอดมา สำหรับการสวดภาวนายังใช้เป็นสัญลักษณ์ เพื่อช่วยให้การภาวนาแบบเพ่งพินิจได้ลึกซึ้งยิ่งขึ้น ด้วยเม็ดของสายประคำใช้เหมือนกับการวอนขอเช่นกัน ซึ่งมีการปรับให้ง่ายและสร้างความสนใจให้มากขึ้น

^{๑๗๙} ดูรายละเอียดใน สมเด็จพระสันตะปาปา โยฮัน ปอลที่สอง, พระสมณสาสน์ (Rosarium Virginis Marae) เรื่องการสวดสายประคำ, ทศไนย คมกฤศ, บาทหลวง แปล, (กรุงเทพมหานคร : คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อพิธีกรรม, ๒๐๐๓), หน้า ๓-๔, ๑๐-๑๑, ๒๗, ๓๔.

^{๑๘๐} มธ. ๖ : ๗.

^{๑๘๑} มธ. ๖ : ๖.

^{๑๘๒} ๑ ธส. ๕ : ๑๗, ลก. ๑๘ : ๑.

๓.๓ สรุปวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในศาสนาโรมันคาทอลิก

คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกมีเป้าหมายที่จะสอน ให้มนุษย์มีความเชื่อมั่นอยู่กับพระเจ้า (God) หรือเทพเจ้าสูงสุดของศาสนา โดยสอนว่า

(๑) ทุกสรรพสิ่งในโลกเกิดจากการสร้างสรรค์ของพระเจ้า และเป็นผู้กำหนดให้เป็นไปทั้งสิ้น

(๒) พระเจ้าจะเป็นผู้กำหนดวิถีชีวิตของมนุษย์ (เทพบันดาล) เพราะมนุษย์เกิดจากการสร้างสรรค์ของพระเจ้า มนุษย์จึงต้องผูกพันกับพระเจ้า

(๓) มนุษย์ต้องเชื่อว่า พระเจ้าเป็นผู้ประทานชีวิตมนุษย์ มนุษย์จึงจำเป็นต้องรักและเคารพต่อพระเจ้าผู้ประทานชีวิตอย่างสุดจิตสุดใจ^{๑๘๓}

นอกจากนี้ คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก มีแนวคิดเรื่องพระเจ้าเป็นศูนย์กลางของศาสนา เพราะพระเจ้าทรงเป็นผู้ให้กำเนิดทุกสรรพสิ่งทั้งปวง พระองค์ทรงเป็นเป้าหมายสูงสุดของทุกสรรพสิ่งทั้งปวงและเป็นวิธีการให้ผู้รับเชื่อ อาศัยหลักการนี้ปฏิบัติตนเพื่อไปสู่เป้าหมายสูงสุด แต่เป้าหมายสูงสุดเป็นสิ่งที่พระเจ้าผูกขาดไว้แต่เพียงผู้เดียว พระองค์จะประทานให้ใครหรือไม่ นั่น เป็นสิทธิ์ของพระองค์ ดังนั้น คำสอนจึงเน้นเรื่อง “ศรัทธา” เป็นสำคัญ คือ ต้องมีความจงรักภักดี และการมีศรัทธาในพระเจ้าอย่างสุดจิตสุดใจ เพื่อการเข้าร่วมในทางจิตวิญญาณกับพระเจ้าผู้ทรงมีพระชนมอยู่เป็นนิรันดร์ คือ การได้เป็นสมาชิกของอาณาจักรสวรรค์ และได้รับการเป็นพลเมืองของสวรรค์เบื้องบนด้วย^{๑๘๔}

สรุป วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของคริสตชน ประกอบด้วย

๑) มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องของหลักพระตรีเอกภาพ หลักความรัก และหลักอาณาจักรสวรรค์หรือศาสนจักรโรมันคาทอลิก

๒) มีความเข้าใจในเรื่องของ “บาป (Sin)” ทั้งบาปกำเนิด (Original Sin) และบาปต้น (Disorder Inner Passion)

๓) ปฏิบัติตนตามหลักธรรมคำสอนของพระคริสตธรรมคัมภีร์ (The Bible) คือ พระธรรมบัญญัติสิบประการ (The Ten Commandment) และบทเทศนาบนภูเขาของพระเยซูคริสต์เจ้า (Sermon on the Mount)

๔) ปฏิบัติตนตามหลักคำสอนของพระศาสนจักรคาทอลิก คือ พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์และการสวดภาวนาถึง พระเจ้าผ่านทางพระเยซูคริสต์เจ้าอย่างสม่ำเสมอ เพราะเป็นการถวายเป็น

^{๑๘๓} เดือน คำดี, ศาสนศาสตร์, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย-ธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๑๔.

^{๑๘๔} O.E. James, *Comparative Religions*, University Paperbacks, (London: Methuen & Co., 1961), p. 249.

ยิ่งใหญ่และเป็นการรับพระพรจากพระเจ้า เพื่อการบรรลุถึง เป้าหมายสูงสุดของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก

เมื่อคริสตชนได้ปฏิบัติตนตามแนวคิดดังกล่าวนี้ ซึ่งเป็นบทบัญญัติจากพระเจ้าอย่างครบถ้วนสมบูรณ์บริบูรณ์แล้ว เขาก็จะได้เป็นบุตรบุญธรรมของพระเจ้า ได้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์มีชีวิตที่เป็นนิรันดร์ และได้รับสิทธิ์อยู่ร่วมกับพระเจ้าในพระอาณาจักรสวรรค์

พระศาสนจักรคาทอลิก โดยสภาสังคายนาวาติกันที่สอง ได้ให้แนวชีวิตจิตคริสตชนในปัจจุบัน ได้รวมการสวดภาวนาเข้ากับการดำเนินชีวิตประจำวัน เพราะความรักในพระเจ้าเป็นสิ่งสำคัญสิ่งเดียวในชีวิตคริสตชน การปฏิบัติในชีวิตประจำวันเพื่อดำเนินความสัมพันธ์กับพระวรสาร^{๑๘๕} และเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด

สรุป ขั้นตอนการปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก ด้วยการสวดภาวนา ดังนี้

๑) ทำให้พิธีบูชาขอบคุณ เป็นเป้าหมายสูงสุดของชีวิตคริสตชน มีการเตรียมกายและใจ ก่อนเข้าร่วมพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ โดยเฉพาะศีลมหาสนิท เพื่อความเป็นหนึ่งเดียวกับพระเยซูคริสต์เจ้าและพระศาสนจักรคาทอลิก

๒) การเลือกพระวาจาที่เหมาะสม เช่น บทอ่านประจำวัน ในพิธีบูชาขอบพระคุณพระเจ้า เป็นต้น การเลือกการสวดภาวนาแบบวิธีรำพึงภาวนาในที่ที่เหมาะสม เช่น การสวดภาวนาแบบรำพึงภาวนา โดยอาศัยพระคริสตธรรมคัมภีร์ แบบ *Lectio Divina*^{๑๘๖} เป็นการเปิดใจรับฟังพระวาจา โดยอาศัยแสงสว่างและการนำพระจิตเจ้า การอ่านหลายๆ รอบ การรำพึงไตร่ตรองอยู่กับพระวาจา ให้พระเจ้าตรัสกับเราผ่านทางพระวาจา และนำพระวาจาไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ควรจัดหาเวลาที่ เหมาะสมสำหรับการแบ่งปัน พระวาจาในกลุ่มหรือหมู่คณะ

๓) ทำให้ชีวิตของคริสตชน เป็นชีวิตแห่งการสวดภาวนา เช่น การสวดภาวนาตามจังหวะชีวิต ก่อนการรับประทานอาหารทุกมื้อ ก่อนทำภารกิจที่สำคัญ เพราะการยกจิตใจภาวนาถึงพระเจ้าบ่อยๆ ทำให้การทำงานสัมพันธ์กับการสวดภาวนา มีการสวดภาวนาแบบเพ่งพินิจหรือจิตภาวนา (*Contemplation prayer*) โดยมีบุคคลคอยช่วยแนะนำและการส่งเสริมการสวดภาวนา เป็นต้น

^{๑๘๕} สมชัย พิตยาพงศ์พร, บาทหลวง, **พัฒนาการวิถีชีวิตจิตคริสตชน**, หน้า ๒๒๖-๒๒๘.

^{๑๘๖} **Lectio Divina** หมายถึง ขั้นตอนการอ่านและรำพึงภาวนาพระวาจาของพระเจ้า มี ๗ ขั้นตอน คือ (๑) จัดหาสถานที่และเวลาที่เหมาะสมเพื่อพบกับพระตรีเอกภาพ (๒) ขึ้นอัญเชิญพระจิตเจ้าเพื่อขอพระองค์ทรงนำในการอ่านพระวาจา (๓) *Lectio* หมายถึง ขั้นอ่านและฟังพระวาจาของพระเจ้าด้วยความตั้งใจ ช่วยให้ผู้สวดภาวนาค้นพบสิ่งใหม่เสมอ (๔) *Meditatio* หมายถึง ขั้นรำพึงไตร่ตรองพระวาจาที่อ่านแล้วนั้น (๕) *Oratio* หมายถึง ขั้นภาวนาสงวนตอบพระวาจา (๖) *Contemplatio* หมายถึง ขั้นภาวนาเพ่งพินิจความรักของพระเจ้าถึงความรักอันยิ่งใหญ่ของพระองค์ (๗) *Massio* หมายถึง ขั้นค้นหาขุมทรัพย์เพื่อการแบ่งปันและนำไปปฏิบัติตาม; สมชัย พิตยาพงศ์พร, บาทหลวง, **พัฒนาการวิถีชีวิตจิตคริสตชน**, หน้า ๑๖๙-๑๗๑ สมชัย.

๔) การเอาใจใส่ต่อกิจการที่หล่อเลี้ยงชีวิตจิต เช่น การรับพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์แห่งการคืนดี การสวดสายประคำ การเผาศีลมหาสนิท การทำวัตรหรือการสวดภาวนาโดยใช้บทภาวนาของพระศาสนจักรคาทอลิก การร่วมในกิจศรัทธาต่างๆ การอ่านหนังสือบำรุงศรัทธา การเข้าเงียบเพื่อฟื้นฟูจิตใจ การเข้าร่วมขบวนการฟื้นฟูชีวิตจิตของพระศาสนจักรคาทอลิก เป็นต้น

๕) มีการทบทวน ไตร่ตรอง (Reflection) การวินิจฉัย (Discernment) และการประเมินผล การปฏิบัติด้านชีวิตภาวนา ว่ามีปัญหาและอุปสรรคอะไร มีแนวทางแก้ไขและส่งเสริมให้ก้าวหน้าต่อไปได้อย่างไร ควรทำแบบส่วนตัว แบบทำเป็นกลุ่มหรือทำแบบหมู่คณะ และควรทำพร้อมกับผู้แนะนำด้านชีวิตจิต

การสวดภาวนา เป็นการติดต่อกันระหว่างมนุษย์กับพระเจ้า เป็นการสนทนาลึกซึ้งกับพระเยซูคริสตเจ้า ด้วยความรักและศรัทธาในพระเจ้า เป็นการถวายความยิ่งใหญ่และรับพระพรจากพระเจ้า เพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ การมีชีวิตนิรันดร์ อยู่ร่วมกับพระเจ้าในพระอาณาจักรสวรรค์

ศาสนพิธีต่างๆ เกิดจากการสวดภาวนา เพื่อการเข้าถึงในพระเจ้าด้วยความเคารพและปฏิบัติตามคำสั่งของพระเจ้า ที่ทรงเผยแสดงไว้ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาเดิมและภาคพันธสัญญาใหม่ ซึ่งคริสตชนต้องมีการสวดภาวนาอย่างสม่ำเสมอ ได้แก่ การสวดภาวนาทุกวัน การสวดภาวนาทำวัตร การร่วมพิธีมิสซาวันอาทิตย์ และร่วมพิธีฉลองวันต่างๆ ตามพิธีกรรมของพระศาสนจักรคาทอลิก

รูปแบบการสวดภาวนามี ๒ แบบ คือ

๑) การสวดภาวนาแบบส่วนตัว ผู้ภาวนารู้สึกอย่างไร ต้องการอย่างไร ให้ทราบพูดต่อพระเจ้าตามที่ตนประสงค์ด้วยคำพูดของตนเอง ไม่มีรูปแบบ

๒) การสวดภาวนาแบบส่วนรวม เป็นการสวดร่วมกันหลายๆ คน ดังนั้น จึงจำเป็นต้องใช้บทสวดของพระศาสนจักรคาทอลิกที่แต่งขึ้น เพื่อความพร้อมเพรียงกัน เช่น การสวดสายประคำ การร่วมกันในพิธีมิสซาบูชา เป็นต้น

การสวดภาวนาเป็นสายสัมพันธ์ระหว่างพระเจ้ากับมนุษย์ เมื่อใดที่คริสตชนเลิกสวด เขาก็จะเริ่มที่จะเลิกเป็นคริสตชน เพราะการสวดภาวนาเป็นความสัมพันธ์กับพระเจ้าตลอดเวลา

อุปสรรคของการภาวนา คือ ทำให้ผู้สวดภาวนาขาดกำลังใจที่จะสวดภาวนา วิธีแก้ไข คือ ต้องมีความเชื่อ การกลับใจ และการตื่นเฝ้าด้วยหัวใจที่ไว้วางใจในพระบุตรของพระเจ้า พระเยซูคริสตเจ้าทรงแนะนำวิธีภาวนาให้ได้ผล ดังนี้ “จงขอแล้วจะได้ จงแสวงหาแล้วจะพบ จงเคาะแล้วจะเปิดให้ท่าน จงอธิษฐานอย่างสม่ำเสมอ จงทำความดีละเว้นความชั่ว และจงสวดภาวนาร่วมกัน”

ผลที่ได้รับจากการสวดภาวนาแบบใช้สายประคำ เป็นการรำพึงถึงพระชีวประวัติของพระเยซูคริสตเจ้าตั้งแต่ การประสูติ การเทศนาสั่งสอน การรับทรมานและการกลับคืนพระชนม์ชีพผ่านทางบทภาวนาของพระนางมารีย์ เท่ากับผู้นั้นได้ปฏิบัติกิจศรัทธา เช่นเดียวกับวิญญาณศักดิ์สิทธิ์ของนักบุญต่างๆ ที่ได้ปฏิบัติมา ซึ่งสามารถนำประโยชน์มาสู่คริสตชน ดังนี้

- ๑) ทำให้ผู้สวดภาวนา ได้เข้าถึงพระเยซูคริสตเจ้าและพระภารกิจของพระองค์
- ๒) เป็นการช่วยชำระวิญญาณให้บริสุทธิ์ และช่วยลบล้างบาปของผู้สวดภาวนา
- ๓) เป็นการช่วยให้ผู้สวดภาวนา มีชัยชนะเหนือศัตรูทั้งฝ่ายกายและวิญญาณ
- ๔) เป็นการช่วยให้ผู้สวดภาวนาได้ปฏิบัติฤทธิ์กุศลต่างๆ ได้ง่ายขึ้น (ฤทธิ์กุศล หมายถึง การโน้มนำให้ทำดีหนีความชั่วจนเคยชินเป็นนิสัย)
- ๕) เป็นการเพิ่มพูนพระพรพรหมทาน และคุณงามความดีต่างๆ แก่ผู้สวดภาวนา
- ๖) เป็นการชดเชยสิ่งใดที่ผู้สวดภาวนาต้องการ เพื่อเป็นการใช้หนี้ระหว่างผู้สวดภาวนากับพระเจ้าหรือต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน
- ๗) เป็นการนำพระคุณต่าง ๆ จากพระเจ้ามาสู่ผู้สวดภาวนา
- ๘) ทำให้ผู้สวดภาวนา มีความรักต่อพระเยซูคริสตเจ้า และมุ่งมั่นที่จะไปสู่พระอาณาจักรสวรรค์

นอกจากนี้ ทำให้ผู้ภาวนาได้รับพระพรผ่านพระพรหมทานจากพระจิตเจ้า ๗ ประการ คือ

- ๑) พระดำริ (wisdom)
- ๒) สติปัญญา (Understanding)
- ๓) ความคิดอ่าน (counsel)
- ๔) ความเข้มแข็ง (fortitude)
- ๕) ความรู้ (Knowledge)
- ๖) ความศรัทธา (piety)
- ๗) ความยำเกรงในพระเจ้า (fear of the Lord)

พระพรเหล่านี้เป็นความไพบูลย์ในพระเยซูคริสตเจ้า ผู้ที่ได้รับพระพรจากพระจิตเจ้าจะได้รับความสมบูรณ์บริบูรณ์ เขาจะเป็นคนอ่อนน้อมง่าย พร้อมทั้งจะนบนอบต่อการดลใจของพระเจ้าและเป็นผลให้ผู้นั้นสามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด ได้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มีชีวิตนิรันดร์ ได้สิทธิ์เป็นพลเมืองในพระอาณาจักรของพระเจ้าชั่วนิรันดร์

บทที่ ๔

เปรียบเทียบแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ และวิธีปฏิบัติตนเพื่อ บรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท กับคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก

๔.๑ เปรียบเทียบแนวความคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก

จากการวิจัยพบว่า แนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท มีดังนี้

๑) พระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นศาสนาอเทวนิยม มีความเชื่อว่ามนุษย์มีฐานะสูงสุด และเป็นนายของตัวเอง การบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ซึ่งเกิดจากการประพฤติปฏิบัติด้วยตนเอง ส่วนพระพุทธรูปทรงเป็นเพียงผู้แนะนำวิธีการ ที่พระพุทธรูปทรงค้นพบเท่านั้น เมื่อพระพุทธรูปได้ตรัสรู้แล้ว ได้ทรงประกาศพระองค์เป็นพระสยัมมู ไม่มีครูบาอาจารย์ ได้ตรัสรู้เรื่องของอริยสัจ ๔ คือ เรื่องของทุกข์และวิธีดับทุกข์ ซึ่งเป็นธรรมที่ไม่เคยมีปรากฏมาก่อน

๒) พระพุทธรูปทรงค้นพบและสอนแต่เรื่องของ “ทุกข์” เท่านั้น คำว่า “ทุกข์” ในที่นี้หมายถึง ทุกข์ในอริยสัจ ๔ เป็นความทุกข์ที่เกิดจากความเกิด ความแก่ ความเจ็บไข้ ความตาย ความประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก ความไม่ได้สิ่งที่ปรารถนาเหล่านี้ นี้เป็นสาเหตุให้เกิดทุกข์ทั้งสิ้น พระพุทธรูปทรงพิจารณาแล้วพบว่า ทุกข์เกิดจากการเข้าไปยึดถืออุปาทานขั้น ๕ ว่าเป็นตัวตน เราเป็นเจ้าของจึงเกิดทุกข์ เมื่อเขารู้จักสภาพตามความเป็นจริงของสภาพของทุกข์แล้ว เขาย่อมพบกับความหลุดพ้นจากวัฏสงสาร สามารถเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน

๓) สภาวะธรรมของ “ทุกข์” หมายถึง สภาพที่ทนอยู่ในสภาพเดิมได้ยากไม่สามารถ คงอยู่ในสภาพเดิมได้นาน และมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เมื่อเขายังไม่รู้จักวิธีสลัดทุกข์นั้นได้ ยังไม่รู้แจ้งในอริยสัจ ๔ จึงเป็นเหตุให้เขาต้องเร่ร่อน เวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสาร อย่างหาต้นทางไม่ได้ และหาปลายทางไม่พบ เมื่อพระพุทธรูปได้ทรงค้นพบความจริงนี้แล้ว ได้ประกาศแก่ชาวโลกให้รับรู้ และแสดงหนทางแห่งความสิ้นทุกข์นี้ คือ วิธีปฏิบัติตนตามมหาสติปัฏฐาน ๔

๔) ความเชื่อเรื่องกฎแห่งกรรมเป็นกฎธรรมชาติ เป็นการอธิบาย ถึงเรื่องการเวียนว่ายตายเกิดของมนุษย์ ที่เกิดจากเหตุปัจจัยซึ่งกันและกัน สิ่งที่เกิดมีสาเหตุให้เกิด สิ่งที่ดีดำรงอยู่เพราะมีสาเหตุให้ดำรงอยู่ และดับไปเพราะมีเหตุให้ดับหรือเสื่อมไป เรียกว่า “ปัจจุสมุปบาท” ซึ่งเป็นเหตุสำคัญแห่งปัญหาของทุกข์ทั้งปวง เมื่อผู้ประพฤติปฏิบัติตามก็สามารถบรรลุธรรมตามที่พระพุทธรูปทรงแนะนำ

๕) พระพุทธองค์ทรงค้นพบว่าทุกข์เกิดจากความไม่รู้ คือ อวิชชา ในเรื่องของกฎพระไตรลักษณ์ คือ “สิ่งทั้งหลายทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นคนสัตว์หรือสิ่งของก็ตาม จะเป็นรูปธรรมหรือนามธรรม เป็นวัตถุหรือเป็นเรื่องของจิตใจ ไม่ว่าจะเป็นชีวิต หรือไม่ว่าชีวิตหรือโลกที่แวดล้อมอยู่ก็ตาม ล้วนเป็นไปตามธรรมดาของเหตุปัจจัย เป็นกฎธรรมชาติหรือธรรมนิยาม

ส่วนแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ในศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก มีดังนี้

๑) ศาสนาคริสต์โรมันคาทอลิก (Christianity Roman Catholic) เป็นศาสนาประเภทเอกเทวนิยม ให้ความสำคัญมนุษย์เป็นเพียงสิ่งสร้างของพระเจ้าตามฉายาของพระเจ้า แต่มีฐานะสูงกว่าทุกสรรพชีวิตบนโลก แต่มนุษย์เคยขัดคำสั่งของพระเจ้า ทำให้มนุษย์ขาดสิทธิ์การมีชีวิตนิรันดร์ในพระอาณาจักรสวรรค์ ดังนั้น เป้าหมายสูงสุด คือ การทำให้มีชีวิตนิรันดร์ แต่เป็นสิ่งที่พระเจ้าผูกขาดในการพิจารณาว่า ใครสมควรมีสิทธิ์การมีชีวิตนิรันดร์

๒) มนุษย์จึงมีหน้าที่ต้องเชื่อฟัง ดำรงชีวิตอยู่ด้วยความเคารพยำเกรงในพระเจ้า และปฏิบัติตนอยู่ในกรอบของ หลักพระธรรมบัญญัติของพระเจ้า ที่บันทึกในพระคริสตธรรมคัมภีร์ (The Bible) โดยบุคคลที่ได้รับการดลใจจากพระเจ้า มีพระเยซูคริสต์เจ้าเป็นพระบุตรพระองค์เดียวของพระเจ้า พระองค์จึงเป็นทั้งพระเจ้าผู้ไถ่บาป และพระศาสดาของศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก ดังนั้น กฎแห่งธรรมชาติตามแนวคิดของศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก คือ กฎของพระเจ้า ซึ่งคริสตชนเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ด้วยการปฏิบัติตามกฎของพระเจ้าเท่านั้น

๓) พระเยซูคริสต์เจ้าทรงปฏิรูปแนวคิดที่มีอยู่ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาเดิม คือ มนุษย์ทุกคนที่นับถือพระองค์และพระเจ้า และดำเนินชีวิตอยู่ด้วยการปฏิบัติกับผู้อื่นอย่างที่ท่านปรารถนาให้เขาปฏิบัติต่อท่านเช่นนั้น นี่คือ “กฎทอง” ของพระเยซูคริสต์เจ้าประสงค์ให้คริสตชนถือปฏิบัติ การมีความศรัทธาในพระเจ้า ประพฤติตนอยู่ในกรอบของความรัก เมื่อเขาตายแล้วจะได้รับสิทธิ์ไปอยู่สวรรค์ร่วมกับพระเจ้านิรันดร์

๔) หลักธรรมในศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิกสอนให้คริสตชนมีความรัก และความศรัทธาในพระเจ้าเท่านั้น ต้องดำเนินชีวิตอยู่ตามแนวทางของพระธรรมบัญญัติของพระเจ้า และหลักธรรมคำสอนของพระเยซูคริสต์เจ้า เพื่อการกระทำตนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เขาจึงจะได้มีชีวิตนิรันดร์ และได้รับสิทธิ์กลับไปอยู่ร่วมกับพระเจ้าในอาณาจักรสวรรค์

๕) พระเยซูคริสต์เจ้าทรงสอนเรื่อง บรมสุขหรือมหาบุญลาภ ๘ ประการ เพื่อหนุนใจแก่ผู้ประสบเคราะห์กรรมต่างๆ เพื่อให้สามารถเผชิญกับปัญหาอย่างมั่นคง เช่น เมื่อรู้สึกว่ายากแต่ยังมีความบกพร่อง มีความทุกข์โศกเศร้า ถูกกลั่นแกล้ง ถูกข่มเหง ถูกใส่ร้าย เป็นต้น แต่ถ้าเขามีจิตใจที่บริสุทธิ์ อ่อนโยน รักความถูกต้องเที่ยงธรรมแล้ว พระเจ้าจะประทานบำเหน็จให้เขา ได้รับสิทธิ์อยู่ในพระอาณาจักรสวรรค์ร่วมกับพระเจ้านิรันดร์ เพราะการที่เขายอมทนทุกข์ยากลำบากต่างๆ ดังนั้น บรมสุข จึงเป็นวิธีการหนึ่งที่ทำให้เขาบรรลุเป้าหมายสูงสุดได้

จากข้อความข้างต้น สรุปเป็นตารางเปรียบเทียบ ดังต่อไปนี้

ตารางที่ ๔/๑ แสดงความแตกต่างสิ่งที่พระศาสดาทรงสั่งสอน

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก
๑.เป็นสิ่งที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ ด้วยพระองค์เอง ๒.ทุกข์ที่เกิดจากการเกิด การแก่ การเจ็บและความตาย ทุกคนจะต้องประสบหลีกเลี่ยงไม่ได้ เป็นสภาพที่ทนได้ยาก เพราะถูกบีบคั้นด้วยการเกิด และดับสลายไปตามเหตุปัจจัย ตามกฎธรรมชาติของพระไตรลักษณ์ ๓.ทุกข์เป็นเรื่องที่ทุกคนต้องประสบ เรามีหน้าที่ต้องเรียนรู้ เข้าใจในทุกข์นั้น และสามารถอยู่กับทุกข์อย่างที่ว่า ทุกข์ไม่สามารถทำร้ายจิตใจของเขา	๑.เป็นสิ่งที่พระเจ้าทรงประทาน ให้แก่มนุษย์ได้รู้ผ่านพระเยซูคริสต์เจ้า ๒.บรมสุข คือ ความบรมสุขในสวรรค์ชั้นนิรันดร์ เมื่อเขาสามารถอดทนอยู่กับ ความทุกข์ในชีวิตปัจจุบันในเรื่องของเคราะห์กรรมต่างๆ ความบกพร่องไม่ดีพอในตน การถูกกลั่นแกล้ง การถูกนิทาว่าร้าย ๓.เมื่อประสบกับทุกข์ เขามีหน้าที่อดทน และทำให้บริสุทธิ์อ่อนโยน และรักความถูกต้อง แม้จะต้องประสบกับความทุกข์นั้นจนสิ้นชีวิต

ตารางที่ ๔/๒ แสดงความคล้ายคลึงสิ่งที่พระศาสดาทรงสั่งสอน

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก
สอนเรื่อง “ทุกข์” เหมือนกัน แต่มีมุมมองและวิธีปฏิบัติที่ต่างกัน	

ตารางที่ ๔/๓ เปรียบเทียบความแตกต่างแนวคิดเรื่อง “ทุกข์” ของศาสนา

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก
สิ่งที่ทรงค้นพบ ทุกข์ คือ สภาพที่ทนได้ยาก เพราะถูกบีบคั้นด้วยการเกิด และดับสลายไปตามเหตุปัจจัยของพระไตรลักษณ์	สิ่งที่พระเจ้าทรงประทาน บรมสุข คือ ความสุขที่เป็นนิรันดร์ในพระอาณาจักรของพระเจ้า จะเป็นบำเหน็จแก่เขาเมื่อประสบกับความทุกข์หรือเคราะห์กรรมต่างๆ ที่เขาประสบ บรมสุขเป็นเรื่องที่หนุนใจ ให้เขามีจิตใจที่บริสุทธิ์อ่อนโยน รักความถูกต้องเที่ยงธรรม

พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้ค้นพบ วิธีการไปสู่เป้าหมายสูงสุดด้วยตนเอง โดยมีแนวคิดว่ามนุษย์ เป็นเพียงคนธรรมดาที่มีศักยภาพเท่าเทียมกัน เมื่อฝึกฝนตนเองแล้วสามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดด้วยการใช้ฝึกปฏิบัติทางจิต ในการเฝ้าสังเกตเรียนรู้หรือการกำหนดรู้ ในธรรมชาติของรูปนาม

ชั้น ๕ ถึงความไม่เที่ยง เป็นทุกข์และมีความแปรปรวนตลอดเวลา ไม่สามารถเข้าไปยึดถือให้เป็นไปตามที่ตนปรารถนาได้ตลอดไป แม้ว่ามนุษย์จะมีความสามารถเรียนรู้ เพื่อการบรรลุความจริงสูงสุดในเรื่องใดเรื่องหนึ่งได้ แต่เป็นเพียงการพัฒนาสิ่งนอกตัวไม่ใช่การพัฒนาทางจิต ซึ่งเป็นการพัฒนาไปเพื่อให้เกิดความสันติสุขในใจ ที่ยั่งยืนอย่างแท้จริง คือ พระนิพพาน

ศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก มีเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ที่ พระเจ้าทรงผูกขาดไว้แต่ผู้เดียว ในการพิจารณาให้ผู้ใดเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ดังนั้น แม้จะเป็นการปฏิบัติเพื่อเข้าสู่เป้าหมายสูงสุดด้วยตนเอง แต่จะต้องอาศัยความจงรักภักดีในพระเจ้า จึงได้รับสิทธิ์เข้าร่วมเป็นหนึ่งเดียวกับพระจิตในพระเจ้า ต้องพยายามกระทำตน ให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ในสายตาของพระเจ้า เพื่อการได้รับสิทธิ์เป็นพลเมืองในพระอาณาจักรสวรรค์

มนุษย์ในแนวคิดของศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก จึงเป็นเพียงสิ่งสร้างตามฉายาของพระเจ้าเท่านั้น ต้องอาศัยคุณของพระองค์เท่านั้น จึงจะสามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดได้

จากข้อความข้างต้น สรุปเป็นตารางเปรียบเทียบ ดังนี้

ตารางที่ ๔/๔ เปรียบเทียบความแตกต่างแนวคิดเรื่อง เป้าหมายสูงสุดของศาสนา

พระพุทธศาสนาเถรวาท	ศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก
๑.มนุษย์ธรรมดาสามัญ เป็นสิ่งสูงสุด กว่าทุกสรรพชีวิตและเป็นนายของตนเอง	๑.มนุษย์เป็นเพียงสิ่งสร้าง ตามฉายาของพระเจ้า มีฐานะสูงกว่าทุกสรรพสิ่งที่พระเจ้าสร้าง
๒.มนุษย์มีศักยภาพเท่าเทียมกัน ในการฝึกฝนตน เองเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน	๒.การมีการฝึกฝนตนเอง เข้าสู่เป้าหมายสูงสุด แต่ต้องอาศัย พระคุณของพระตรีเอกานุภาพ และการปฏิบัติตน ให้เป็นที่พอพระทัยของพระเจ้าเท่านั้น

ตารางที่ ๔/๕ เปรียบเทียบความคล้ายคลึงแนวคิดเรื่อง เป้าหมายสูงสุดของศาสนา

พระพุทธศาสนาเถรวาท	ศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก
ทั้งสองศาสนาต่างมีเป้าหมายสูงสุด ที่ต้องปฏิบัติด้วยตนเองเหมือนกัน แต่มีความแตกต่างกันที่วิธีการเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด	

พระพุทธศาสนาเถรวาทมีความเชื่อ เรื่องการเวียนว่ายตายเกิดตามกฎแห่งกรรม ตามผลของกรรมที่เขาได้ทำไว้ทั้งกรรมดีและกรรมชั่วทุกคน จนกว่าบุคคลนั้นจะได้เจริญวิปัสสนากรรมฐานสามารถรู้แจ้งในอริยสัจ ๔ ด้วยตนเอง มีการเรียนรู้หรือการกำหนดรู้ถึงธรรมชาติตามความเป็นจริงของรูปนาม ชั้น ๕ ว่ามีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่สามารถทนอยู่ได้ในสภาพเดิมตลอดไป

แต่ศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิกเชื่อว่า เรามีเพียงสองชาติ คือ ชาตินี้และชาติหน้าเท่านั้น ขณะที่เขายังมีชีวิตอยู่ แต่เขาไม่ปฏิบัติตามคำสอนของพระเจ้าแล้ว เขาก็จะไม่สามารถบรรลุเป้าหมาย

หมายสูงสุด ไม่สามารถมีชีวิตนิรันดร์ และไม่มีโอกาสอยู่ร่วมกับพระเจ้าในอาณาจักรสวรรค์ แต่ต้องอยู่ในนรกชั่วนิรันดร์

หลักคำสอนของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิกแสดงถึง ความสัมพันธ์ระหว่าง พระเจ้ากับมนุษย์และจริยธรรมทางสังคม ซึ่งเป็นความสำคัญต่อการประพฤติปฏิบัติตน เพื่อการกลับใจคืนดีกับพระเจ้าและได้รับสิทธิ์กลับไปอยู่ในพระอาณาจักรของพระเจ้า มีหลักคำสอนสำคัญ ๓ เรื่อง ที่คริสตชนจำเป็นต้องเรียนรู้ คือ

๑) หลักตรีเอกานุภาพ คือ ความเชื่อในพระบิดา พระบุตรและพระจิต ที่มีธรรมชาติไม่มีขอบเขตรวมกัน

๒) หลักความรัก พระเยซูคริสต์เจ้าทรงตรัสถึง ความรักของพระเจ้าว่า พระบิดาทรงรักพระเยซูคริสต์เจ้าอย่างไร พระองค์ทรงรักมนุษยชาติเช่นนั้น

๓) หลักอาณาจักรของพระเจ้า เกิดจากความสัมพันธ์ของหลักความรัก และหลักอาณาจักรของพระเจ้า คือ มนุษย์จะสามารถเข้าถึงอาณาจักรของพระเจ้า โดยอาศัยความรักเป็นคุณธรรมนำทางเข้าสู่พระอาณาจักรของพระเจ้าที่บริบูรณ์ด้วยความรัก

คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกเชื่อว่า เพราะมนุษย์ทุกคนได้เกิดมาพร้อมกับบาปกำเนิด ดังนั้น จึงจำเป็นต้องมีการปฏิบัติตนตามพระธรรมบัญญัติของพระเจ้า การประกาศความเชื่อในพระเจ้า และต้องเข้าพิธีรับศีลล้างบาป (Baptism) ก่อน พระศาสนจักรคาทอลิกจึงอนุญาตให้เป็นคริสตชน ทำให้เขามีชีวิตบริสุทธิ์ ตามคำสอนในพระคริสตธรรมคัมภีร์ จึงได้รับสิทธิ์กลับไปอยู่กับพระเจ้าในพระอาณาจักรสวรรค์

๔.๑.๑ เปรียบเทียบความหมายของเป้าหมายสูงสุดของศาสนา

(๑) พระพุทธศาสนาเถรวาทมีแนวคิด ดังนี้

(๑.๑) พระนิพพาน คือ เป้าหมายสูงสุดของพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง สภาวะที่อยู่นอกกิเลส กรรม วิบากหรือวิภังค์ การมีชีวิตที่ปราศจากกิเลส อวิชชา ตัณหาอุปาทาน ละเว้นการทำชั่วทั้งปวง ประกอบแต่กรรมดี เพราะชำระจิตให้สะอาด สว่าง สงบแล้ว เมื่อชีวิตสิ้นสุด กระแสชีวิตก็สิ้นสุดด้วย คือ การไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ และไม่ตายอีกต่อไป เป็นการดับสนิทแห่งความหลงผิดทั้งปวง เป็นภาวะที่รู้แจ้งในอริยสัจ ๔ หรือ ปฏิจจนุปบาทว่าถึงที่สุดแล้ว

(๑.๒) พุทธศาสนิกชนทุกรูปทุกนาม มีศักยภาพเท่าเทียมกันที่จะพัฒนาตนให้บรรลุเป้าหมายสูงสุดได้ ด้วยการประพฤติปฏิบัติด้วยตนเองตามพุทธวิธีไปทีละขั้นตอน จากอริสติกศึกษา จิตตสิกขาและปัญญาสิกขาในไตรสิกขา จนสามารถเข้าไปเรียนรู้ตามความเป็นจริง และเห็นความเป็นจริงได้ด้วยตนเอง

(๑.๓) การพัฒนาตนไปสู่เป้าหมายสูงสุดจะต้องเรียนรู้ เรื่องของทุกขในอริยสัจ ๔ คือ เรื่องของทุกขในชีวิตและวิธีดับทุกข์ เพื่อให้เป็นคนที่ดีดีพูดดีทำดี มีจิตที่เป็นสมาธิเพื่อทำประโยชน์ให้แก่ตนเอง ครอบครัว สังคม

(๒) คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกมีแนวคิด ดังนี้

(๒.๑) คริสตชนมีความเชื่อว่า หนทางเดียวที่จะพบกับความรอด คือ การกลับใจคืนดีกับพระเจ้า และปฏิบัติตามที่พระเจ้าประสงค์ มีแสดงในพระคริสตธรรมคัมภีร์ คำสอนของพระเยซู-คริสตเจ้าและคำสอนของพระศาสนจักรคาทอลิก

(๒.๒) การมีชีวิตนิรันดร์ คือ เป้าหมายสูงสุดของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก หมายถึง การทำให้ คริสตชนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์และมีชีวิตนิรันดร์ เพราะเขาจะได้รับสิทธิ์เป็นสมาชิกของพระ-อาณาจักรสวรรค์ โดยการปฏิบัติตามพระประสงค์ของพระเจ้า เพราะพระอาณาจักรสวรรค์ของพระองค์มีค่าอย่างยิ่งต่อการเสียสละทุกสรรพสิ่งในโลกนี้

จากข้อความข้างต้น สรุปเป็นตารางเปรียบเทียบ ดังนี้

ตารางที่ ๔/๖ เปรียบเทียบความแตกต่างความหมายของเป้าหมายสูงสุดของศาสนา

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก
พระนิพพาน คือ การดับกิเลสและกองทุกข์ รู้แจ้งในอริยสัจ ๔ เป็นโลกุตตรธรรม	การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มีชีวิตนิรันดร์ ได้รับสิทธิ์กลับไปอยู่ร่วมกับพระเจ้าในพระอาณาจักรสวรรค์

๔.๑.๒ เปรียบเทียบความสำคัญของเป้าหมายสูงสุดของศาสนา

พระพุทธศาสนาเถรวาทมีแนวคิด ดังนี้

“พระนิพพาน” เป็นเป้าหมายสูงสุดที่สำคัญมากที่สุด พุทธศาสนิกชนทุกๆ คนสมควร ที่จะฝึกฝนปฏิบัติตนเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด เพราะพระพุทธร่องค์ทรงแสดงถึง สิ่งที่เกิดขึ้นยากมากในโลก คือ การเกิดมาเป็นมนุษย์ และมีการดำรงชีวิตอยู่อย่างสะดวกสบายของเหล่าสัตว์ จนสิ้นอายุขัย เพราะสัตว์ทั้งหลายย่อมเป็นไปตามกฎแห่งกรรม การอุบัติเกิดขึ้นของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย และการได้มีโอกาสฟัง พระสัทธรรมของพระพุทธเจ้าที่ละเอียดลึกซึ้ง เมื่อมนุษย์ได้รับโอกาสที่ยากนี้แล้ว สมควรใช้โอกาสนี้ ฝึกฝนตนให้บรรลุเป้าหมายสูงสุด

แต่ถ้าเขายังประมาท ไม่ชวนชวายุปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด เขาย่อมจะต้องเวียนเกิดเวียนตายในวัฏสงสาร ตามกฎแห่งกฎจสุมุบาทอย่างไม่รู้สิ้นสุดตลอดกาลนาน

คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกมีแนวคิด ดังนี้

การที่มนุษย์เป็นเพียงสิ่งของพระเจ้าตามฉายาของพระองค์ มนุษย์จึงเป็นเพียงตัวแทนของพระเจ้าในโลกนี้ แต่มนุษย์เคยขัดคำสั่งของพระองค์ มนุษย์จึงมีบาปกำเนิด (Original Sin) ทำให้เขาขาดสิทธิ์การมีชีวิตนิรันดร์ หรือการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ แต่พระเจ้าจึงทรงมีแผนการช่วยให้มนุษย์ได้รับความรอด

คริสตชนมีโอกาสรบรรลุเป้าหมายสูงสุดชาตินี้เพียงชาติเดียว ถ้าไม่ทำเขาจะหมดโอกาสแก้ตัว เพราะทางเลือกนั้นมีเพียงสองทางเท่านั้น คือ การทำตามพระประสงค์ของพระเจ้า ผลคือ

การรับสิทธิ์ให้มีชีวิตนิรันดร์ในพระอาณาจักรสวรรค์ของพระเจ้า หรือการไม่ทำตามพระประสงค์ของพระเจ้า ผลคือการไปอยู่ในนรกชั่วนิรันดร์

จากข้อความข้างต้น สรุปเป็นตารางเปรียบเทียบ ดังนี้

ตารางที่ ๔/๗ เปรียบเทียบความแตกต่างความสำคัญของเป้าหมายสูงสุดของศาสนา

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก
การเวียนว่ายตายเกิด ในวัฏสงสารหาเบื้องต้นไม่ได้ หายไปไม่พบ โอกาสเกิดเป็นมนุษย์และมีอายุยืนจนตลอดอายุขัยเป็นเรื่องยาก	มนุษย์มีโอกาสฝึกฝนตน เพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดชาตินี้เพียงชาติเดียว
การบังเกิดขึ้นของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย และได้มีโอกาสฟังพระสัทธรรมของพระพุทธองค์เป็นเรื่องยาก	เขามีทางเลือกเพียงสองทาง คือ การได้มีชีวิตนิรันดร์ในพระอาณาจักรสวรรค์ หรือการไปอยู่ในนรกชั่วนิรันดร์
เมื่อมนุษย์ได้รับโอกาสอันยากนี้ สมควรเร่งฝึกฝนตนให้บรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน	

๔.๑.๓ เปรียบเทียบผลของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของศาสนา

พระพุทธศาสนาเถรวาทได้แสดงถึงผลของการปฏิบัติตนเข้าสู่เป้าหมายสูงสุด ดังนี้

ด้วยการหมั่นฝึกปฏิบัติตนให้มาก การประกอบกุศลธรรมทั้งหลาย ด้วยความไม่ประมาท เขาย่อมได้รับประโยชน์ในชาตินี้ คือ

ทิฐุธรรมิกัตถประโยชน์เป็นประโยชน์ในระดับโลกียะ นอกจาก การประสบความสำเร็จและความสะดวกสบายในชาตินี้เท่านั้น แล้วยังส่งผลเป็นเสบียงในชาติภพต่อไป และสัมปรายิกัตถ-ประโยชน์เป็นผลของกฎแห่งกรรม ที่อธิบายถึงการเวียนว่ายตายเกิดของมนุษย์และสัตว์ ตั้งแต่ขณะจิตแต่ละขณะจิต เหตุการณ์แต่ละเหตุการณ์ในชีวิต ตลอดจนภพชาติแต่ละภพชาติ วนเวียนไปเป็นสังสารวัฏ ที่มีการสืบทอดและต่อเนื่อง อย่างเป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกัน ก่อให้เกิดเหตุปัจจัยซึ่งกันและกันเป็นขั้นๆ ว่า สิ่งที่เกิดขึ้นมีสาเหตุให้เกิด สิ่งที่ดีดำรงอยู่ก็มีสาเหตุให้ดำรงอยู่และสิ่งที่ดับไป เพราะสาเหตุให้ดับไปหรือเสื่อมไป เรียกว่า “ปฏิจจสมุปบาท” ที่สุดส่งผลให้สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน เป็นปรมาตถประโยชน์

คริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิกมีแนวคิด ดังนี้

การดำเนินชีวิตในโลกนี้ ตามวิธีการที่พระเยซูคริสต์เจ้าได้ทรงแนะนำ ดังนี้ จงถ่อมตนให้เหมาะสมที่ พระเจ้าทรงประทานพระพรหรรษาแก่คริสตชน เพราะคริสตชนทุกคนต่างเป็นกายเดียวกันกับพระเยซูคริสต์เจ้า เมื่อเขาได้ผ่านพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ การรับศีลมหาสนิททำให้พระวิญญาณเข้าเป็นกายเดียวในพระเยซูคริสต์เจ้า ทำให้เขาติดสนิทกับพระเจ้า และเป็นที่พักพิงของพระเจ้า

การปฏิบัติของคริสตชน ตามพระประสงค์ของพระเจ้าส่งผลถึงโลกหน้า ทำให้เขาได้เห็นพระบุตรของพระเจ้า เพราะเขามีความเลื่อมใสศรัทธาในพระบุตรของพระเจ้า มีการหมั่นปฏิบัติตามพระธรรมบัญญัติของพระเจ้า การเข้าร่วมในพิธีศีลศักดิ์สิทธิ์ และการหมั่นภาวนาอย่างสม่ำเสมอ เช่นนี้เขาจะได้รับชีวิตนิรันดร์เป็นผลตอบแทน

ผลของการปฏิบัติ เพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก เมื่อพระเยซู-คริสตเจ้าเป็นผู้ประทานพระจิตเจ้าแก่คริสตชน ผ่านทางพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ และพระจิตเจ้าจะทรงนำคริสตชนไปพบกับพระบิดาเจ้า ศิษย์ทุกคนของพระองค์ได้รับการเรียกมาสู่ความศักดิ์สิทธิ์ มีความดีที่มีความรักอย่างสมบูรณ์บริบูรณ์ พระเยซูคริสตเจ้าทรงสอนการดำเนินชีวิตของคริสตชนด้วยการหมั่นฟังพระวจนะของพระเจ้า การหมั่นภาวนา และการหมั่นเข้าร่วมพิธีรับศีลมหาสนิท

จากข้อความข้างต้น สรุปเป็นตารางเปรียบเทียบ ดังนี้

ตารางที่ ๔/๘ เปรียบเทียบความแตกต่างผลของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของศาสนา

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก
๑.การฝึกฝนตนตามคำแนะนำของพระพุทธองค์ในภพชาติปัจจุบัน	๑.การฝึกฝนตนตาม พระประสงค์ของพระเจ้า พระเยซูคริสตเจ้า และพระศาสนจักรคาทอลิก
๒.เป็นสเปียงในชาติภพต่อไป จะมีชีวิตที่ สะดวกสบาย เมื่อมีโอกาสฝึกฝนตนบรรลุ เป้าหมายสูงสุดคือ พระนิพพาน	๒.ทำให้ได้รับสิทธิ์เป็น พลเมืองอยู่ในพระอาณาจักรของพระเจ้านิรันดร์
๓.ปฏิบัติด้วยตนเองและเพื่อตนเองไม่ขึ้นอยู่กับใคร	๓.ปฏิบัติด้วยตนเอง เพื่อเป็นที่พอพระทัย และการติดสนิทในพระเจ้า

ตารางที่ ๔/๙ เปรียบเทียบความความคล้ายคลึง ผลของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของศาสนา

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก
ผลในชาติปัจจุบัน การทำความดี จะ ได้รับผลความสำเร็จและความสะดวกสบาย	ผลในชาติปัจจุบัน จะได้รับผลสำเร็จ และความ สะดวกสบาย

๔.๒ เปรียบเทียบแนวคิดเรื่องวิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ ตามแนวคิดของพระพุทธศาสนาเถรวาทกับคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก

จากการวิจัยพบว่า การเปรียบเทียบแนวคิดของทั้งสองศาสนา เรื่องวิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด พระพุทธศาสนาเถรวาทมีแนวคิดที่ว่า เมื่อผู้นั้นเห็นโทษในกามทั้งหลาย แล้ว

ศึกษาในสิกขา ๓ ประการ คือ (๑) อธิศีลสิกขา (ศีล) (๒) อธิจิตตสิกขา (สมาธิ) (๓) อธิปัญญาสิกขา (ปัญญา) ส่วนศาสนาโรมันคาทอลิกมีแนวคิด ถึงวิธีการปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด (Ways of Perfection) ๓ ขั้นตอน คือ (๑) การชำระจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ด้วยการรักษาศีล (Way of Purification) ด้วยการปฏิบัติตนตามพระธรรมบัญญัติ ๑๐ ประการ (The Ten Commandment) (๒) ทางแห่งแสงสว่างเป็นขั้นตอนรับประทานปัญญาจากพระเจ้า (Way of Illumination) (๓) วิธีปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกับพระเจ้า (Way of Union of God) ด้วยการภาวนา (The Christian Prayer)

๔.๒.๑ เปรียบเทียบการปฏิบัติตามบทบัญญัติของ “ศีล” ทั้งสองศาสนา

(๑) พระพุทธศาสนาเถรวาทมีแนวคิดเรื่อง อธิศีลสิกขา ดังนี้

เมื่อผู้ปฏิบัติเห็นโทษของกามทั้งหลาย ได้หมั่นสำรวมระวังรักษาศีลสิกขาบท ไม่ให้ล่วงละเมิดทางกายและวาจา เพราะเห็นโทษภัยในการผิดศีลแม้เพียงเล็กน้อย เป็นเหตุให้ผู้ไม่รักษาศีลไม่สามารถพ้นจากทุกข์ การรักษาศีล ๕ ย่อมเป็นเหตุให้ ผู้รักษาศีลที่สมบูรณ์บริบูรณ์เข้าถึงเป้าหมายสูงสุด คือพระนิพพานได้ เป็น“อธิศีล”

การทำบุญด้วยการรักษาศีล หมายถึง การรักษากายและวาจา ให้ตั้งอยู่ในความดีงามตามระเบียบวินัย ศีลเป็นเจตนาให้เกิดความสำรวมไม่ล่วงละเมิดในกิเลสทั้งปวง เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อการตรัสรู้ ดังนั้น ศีลสามารถพาให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพานได้

การรักษาศีลนี้เป็นไปเพื่อประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่นในโลกนี้ นอกจากทำให้ผู้ประพฤติปฏิบัติมีความสุขสงบ ในการดำเนินชีวิตและสังคมแล้ว ศีลยังสามารถทำให้ผู้ประพฤติปฏิบัติเข้าถึงพระนิพพานได้ง่าย

“ศีล” ทางพระพุทธศาสนาเถรวาทถือว่า เป็นข้อปฏิบัติเพื่อควบคุมเฉพาะกายและวาจา ให้ตั้งอยู่ในความดีงามเท่านั้น เพราะเป็นเพียงการสำรวมระวังมิให้ละเมิดในกิเลสทั้งปวง เป็นข้อปฏิบัติในระดับพื้นฐานหลักเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติคือ การเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด เมื่อทำให้ศีลสมบูรณ์บริบูรณ์ ย่อมเป็นไปเพื่อความเบื่อหน่าย คลายกำหนด เพื่อการตรัสรู้ และสามารถเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน

พระผู้มีพระภาคแสดงถึง อานิสงส์ของการรักษาศีลทั้ง ๕ ประการ สำหรับคฤหัสถ์ ผู้รักษาศีลได้สมบูรณ์บริบูรณ์ดีแล้ว ย่อมมีโรคภัยทุกข์มาก กิตติศัพท์อันดีงามของผู้รักษาศีลย่อมขจรไป เมื่อเข้าไปในสมาคมใดย่อมแก่กล้า ไม่เก้อเขิน ไม่หลงลืมสติก่อนตาย และไปเกิดในสุคติภูมิ ส่วนบุคคลที่ไม่สามารถรักษาศีล ๕ เรียกว่า“ทุศีล” เมื่อเขาตายไปย่อมเกิดในนรก

(๒) ศาสนาโรมันคาทอลิกมีแนวคิด ในการปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ด้วยการชำระจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ด้วยการรักษาศีล (Way of Purification) ด้วยการปฏิบัติตนตามพระธรรมบัญญัติ ๑๐ ประการ (The Ten Commandment) คือ ข้อห้ามหรือศีลตามแนวคิดของพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้รับประทานจากพระเจ้าผ่านโมเสส ถือว่าเป็นข้อปฏิบัติพื้นฐานในชีวิต

ประจำวันที่สำคัญเพื่อการเข้าสู่เป้าหมายสูงสุด คือ การมีชีวิตนิรันดร์ในพระอาณาจักรสวรรค์ของพระเจ้า

ศีลเป็นการปฏิบัติตามหลักความรัก แสดงในพระคริสตธรรมคัมภีร์ หมายถึง ความรักต่อพระเจ้านั้น สมควรประพฤติตนให้เป็นที่พระเจ้าพอใจ และมีความรักต่อเพื่อนมนุษย์ควรประพฤติตนอย่างไร จึงเป็นที่พอใจเพื่อนมนุษย์และพระเจ้า การกระทำนี้ เขาจะได้เป็นบุตรบุญธรรมของพระเจ้า และได้อยู่ร่วมกับพระเจ้าในอาณาจักรสวรรค์

ส่วนผู้ที่ไม่ประพฤติตนในกรอบของศีลทั้งสองศาสนายืนยันตรงกันว่า เขาจะได้ไปอยู่ในนรกแน่นอน จากข้อความข้างต้น สรุปเป็นตารางเปรียบเทียบ ดังนี้

ตารางที่ ๔/๑๐ เปรียบเทียบความแตกต่างเรื่องของ “ศีล”

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก
๑.ไม่มีทบบัญญัติ ๒.ไม่มีทบบัญญัติ ๓.ไม่มีทบบัญญัติ แต่เมื่อลงมือปฏิบัติด้วยตนเองแล้วจะเห็นผล เกิดความเลื่อมใสศรัทธาที่ตั่งมั่น ไม่หวั่นไหวในพระรัตนตรัย เช่น การเจริญแบบพุทธานุสสติ เป็นต้น ๔.ไม่มีทบบัญญัติ ๕.ห้ามฆ่าสัตว์ (รวมถึงคนด้วย) ๖.ห้ามล่วงประเวณีในภรรยาและสามีของผู้ ๗.ห้ามลักทรัพย์ ๘.ห้ามกล่าวคำเท็จ ๙.มีความหมายเหมือนกับข้อ ๖ ข้างต้น คือ การห้ามล่วงประเวณีในภรรยาและสามีของผู้ ๑๐.ความหมายเหมือนข้อ ๗ ห้ามลักทรัพย์ ๑๑.ห้ามดื่มสุราและเมรัย อันเป็นที่ตั้งของความประมาท	๑.จงนมัสการแต่พระเจ้าพระองค์เดียว ๒.อย่าออกพระนามพระเจ้าโดยไม่สมเหตุ ๓.วันของพระเจ้าอย่าลืมฉลองวันศักดิ์สิทธิ์ (วัน-สะบาโต) ๔.จงนับถือมารดาบิดา ๕.อย่าฆ่าคน ๖.อย่าผิดประเวณี ๗.อย่าลักขโมย อย่ามักได้ทรัพย์ของคนอื่น ๘.อย่าใส่ความนินทา ๙.อย่าปลงใจผิดประเวณีภรรยาของเพื่อนบ้าน ๑๐.อย่ามักได้ทรัพย์สินของผู้ ๑๑.ไม่มีทบบัญญัติ

ตารางที่ ๔/๑๑ เปรียบเทียบความคล้ายคลึงเรื่องของ “ศีล”

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก
ทั้งสองศาสนายืนยันตรงกันว่า เขาจะได้ไปอยู่ในนรกแน่นอน	

๔.๒.๒ เปรียบเทียบการปฏิบัติตามวิธี “การเจริญสมาธิภาวนา” ทั้งสองศาสนา

(๑) พระพุทธศาสนาเถรวาทมีแนวคิด ในการปฏิบัติตาม วิธีเจริญสมาธิภาวนาใน อธิจิตตสิกขา คือ จิตที่สกัดจากกามและอกุศลกรรมทั้งหลาย จนสามารถบรรลุรูปมรรณ ทุตติยมรรณ ตติยมรรณและจตุตถมรรณตามลำดับ เพราะมรรณสมาบัติที่เป็นบาทของวิปัสสนาเป็น “อธิจิตตสิกขา”

พระพุทธศาสนาเถรวาทได้อธิบายถึง การภาวนาในอธิจิตตสิกขา คือ การทำจิตตั้งมั่นใน อารมณเดียว เรียกว่า สมถภาวนา ผู้ปฏิบัติต้องรับอารมณ์หลายอย่าง เมื่อจิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ เดียว ทำให้จิตสกัดจากกามและอกุศลกรรมทั้งหลาย เป็นการทำความดีที่ทำได้ด้วยการฝึกฝนอบรม จิตใจให้สุขสงบ เป็นภาวะที่จิตสงบนิ่งอยู่ในอารมณ์เดียว ด้วยการรวมจิต ให้จดจ่อในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง อย่างเดียวติดต่อกันตามต้องการ

เมื่อจิตตั้งมั่นจนสงบแล้ว จนสามารถบรรลุรูปมรรณ ทุตติยมรรณ ตติยมรรณ และจตุตถมรรณตามลำดับ ช่วยให้จิตไม่เศร้าหมอง ไม่ฟุ้งซ่าน เช่น การเจริญพุทธานุสสติภาวนา เป็นต้น ภาวนาสมาบัตินี้ เป็นการปฏิบัติตามแนวของสมถภาวนาสามารถข่มนิวรณ์ให้สงบระงับชั่วคราว และเป็นบาทฐานของการเจริญวิปัสสนาภาวนา คือ การอบรมเจริญปัญญาในทางธรรม จนสามารถรู้ถึง ลักษณะ สภาพธรรมตามความเป็นจริงในโลก สามารถเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดคือพระนิพพานได้

พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดงถึง วิธีเจริญสมถภาวนาแบบพุทธานุสสติ ด้วยการ ระลึกถึงคุณของพระพุทธองค์ ดังนี้ “เพราะเหตุที่พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ทรงเป็นพระอรหันต์ สามารถตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ เพียบพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เสด็จไปดี รู้แจ้งโลก เป็น สารถีฝึกผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม เป็นพระพุทธเจ้า และเป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้ง หลาย”

เมื่อใดที่ระลึกถึงคุณของตถาคต เมื่อนั้นจิตย่อมจะไม่ถูกกลุ่มมรรณโดย โลภะ โทสะ โมหะ จิตนั้นย่อมดำเนินไปตรง ได้รับความปลาบปลื้มอภิลิขิตธรรม ได้ปราโมทย์ที่ประกอบด้วยธรรม เมื่อมีปราโมทย์ ย่อมเกิดปีติ เมื่อใจมีปีติกายย่อมสงบ เมื่อกายสงบย่อมได้รับสุข เมื่อมีสุข จิตของ เขาย่อมตั้งมั่น พระอริยสาวกย่อมเป็นผู้ถึงความสงบ เป็นผู้ไม่พยายาบาทในหมู่มสัตว์ ผู้มีความพยายาบาท เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยกระแสรธรรม ในขณะยังเจริญพุทธานุสสติอยู่

วิธีเจริญพุทธานุสสติ เป็นสมถภาวนานั้น เริ่มจากการตัดปณิธิก่อน แล้วเข้าไปหา กัลยาณมิตรผู้ให้กรรมฐาน เพื่อเลือกเรียนในกรรมฐาน ๔๐ วิธีตามจริตของตน วิธีปฏิบัติแบบพุทธานุสสติ ซึ่งมีลักษณะบางประการคล้ายกับ การสวดอธิษฐานภาวนาของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก การเจริญพุทธานุสสตินี้เป็น การเจริญสมถภาวนาภาวนา ก่อนการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป

(๒) คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกมีแนวคิดถึง วิธีปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกับพระเจ้า (Way of Union of God) ด้วยการภาวนา (The Christian Prayer) เป็นขั้นตอนการปฏิบัติตนต่อจากทาง แห่งแสงสว่างเป็นขั้นตอนรับประทานปัญญาจากพระเจ้า (Way of Illumination) เพื่อบรรลุ เป้าหมายสูงสุด เนื่องจาก มนุษย์เป็นเพียงสิ่งสร้างของพระเจ้า ทุกสิ่งเป็นของประทานจากพระองค์ แม้แต่ปัญญา โดยต้องผ่านพิธีกรรมการรับศีลศักดิ์สิทธิ์เสียก่อน พระเจ้าจึงประทานปัญญาให้เขารู้ เข้าใจถึงวิธีการปฏิบัติตนเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดผ่านพระจิตเจ้า

ในศาสนาโรมันคาทอลิกมีแนวคิดที่หนทางเดียวที่จะพบกับความรอด คือ การกลับใจคืนดีกับพระเจ้า และปฏิบัติตามที่พระเจ้าประสงค์ มีแสดงในพระคริสตธรรมคัมภีร์ คำสอนของพระเยซูคริสต์เจ้าและของพระศาสนจักรคาทอลิก

การภาวนา (The Christian Prayer) เป็นวิธีการติดต่อระหว่างมนุษย์กับพระเจ้า เป็นการสนทนาที่มีความสนิทอย่างลึกซึ้งกับพระเยซูคริสต์เจ้า ด้วยความรักและศรัทธาในพระเจ้า เป็นการถวายความยิ่งใหญ่ และเป็นการรับพระพรจากพระเจ้า เพื่อการบรรลุถึงเป้าหมายสูงสุด คือ การมีชีวิตที่สมบูรณ์

วิธีปฏิบัติตนของคริสตชนตามแนวทางของพระศาสนจักรโรมันคาทอลิก ตามแผนการเพื่อความอยู่รอดของมนุษย์ที่พระเจ้าประทานให้แก่มนุษยชาติ พระเยซูคริสต์เจ้าทรงเผยแสดง พระประสงค์ของพระเจ้าผ่านพระคริสตธรรมคัมภีร์ เพื่อให้คริสตชน นำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างพระเจ้ากับมนุษยชาติ และสร้างความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกัน โดยการแสดงออกในเรื่อง การภาวนาและพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ เพื่อการปฏิบัติตนที่ถูกต้องตามแนวทางพระธรรมบัญญัติแห่งความรักและความช่วยเหลือของพระเจ้า ที่ทรงประทานพระพรแก่มนุษยชาติเพื่อความรอดพ้นตามกฎเกณฑ์และการได้รับพระพรหรรษา (Grace)

การภาวนาเป็นการสนทนากับพระเจ้า ในนามของพระเยซูคริสต์เจ้า และภายใต้การนำของพระจิตเจ้าด้วย ความเชื่อ ความหวังและความรักในพระเจ้า มีความตั้งใจจริงให้ความร่วมมือกับแผนการแห่งความรอดพ้นของพระเจ้า ด้วยท่าทีของความสุภาพอ่อนตนต่อพระเจ้า พระเจ้าทรงมีแผนการเพื่อความอยู่รอดของมนุษยชาติ จากการเผยแสดงของพระเยซูคริสต์เจ้า ผ่านพระคริสตธรรมคัมภีร์ พระองค์ทรงมีพระประสงค์เพื่อการนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน การอธิษฐานภาวนาจึงเป็นการได้ยิน และการได้รับฟังพระวจนะของพระเจ้า เป็นการรักษาทะวาญะของพระเจ้าไว้ก็จะเป็นสุข

การสวดอธิษฐานภาวนาของศาสนาโรมันคาทอลิกนั้น เป็นวิธีการที่เป็นไปตามพระประสงค์ของพระเจ้า ช่วยให้พระคุณต่างๆ จากพระเจ้าเข้าสู่ผู้ภาวนา ทำให้เขาไม่มีแม้ความคิดที่จะทำชั่ว มีความเคารพรักและยำเกรงในพระเจ้าอย่างสุดจิตสุดใจ เป็นที่พอพระทัยของพระองค์ ทำให้เขาได้รับสิทธิ์การเป็นพลเมือง ในพระอาณาจักรสวรรค์ชั้นนรันดร์

ศาสนาโรมันคาทอลิก ปฏิบัติตนให้บรรลุเป้าหมายสูงสุด ด้วยการประพฤติปฏิบัติตามวิธีการภาวนา ประกอบด้วย ๑) การเข้าเงียบ (Retreat) และ ๒) การสวดสายประคำ (Rosary) ดังนี้

๑) การเข้าเงียบ (Retreat)

การเข้าเงียบเป็นรูปแบบหนึ่งของการสวดภาวนา เป็นการดำเนินชีวิตคริสตชน ตามแนวทางแห่งพระวรสาร และเป็นชีวิตที่ดำเนินตามการดลใจของพระจิตเจ้า นักบุญเปาโล กล่าวว่าทุกคนที่มีพระจิตของพระเจ้าเป็นผู้นำ ย่อมเป็นบุตรของพระเจ้า และพระเยซูคริสต์เจ้าทรงกล่าวว่า พระองค์มาเพื่อทำให้เขาได้มีชีวิตที่สมบูรณ์

การภาวนาสามารถจัดอุปสรรคที่ขัดขวางการเติบโตด้านชีวิตจิต คือ บาปและผลของบาป เพราะว่าคริสตชนจะได้รับศีลล้างบาปแล้ว แต่เขายังสามารถทำบาปได้อีก คริสตชนจึงต้องกลับใจอย่างต่อเนื่อง มีการเรียนรู้เท่าทันกระบวนการแห่งบาป และการต่อสู้กับการประจญ เพราะความชั่วเริ่มต้นจากความคิด และความปรารถนาในใจมนุษย์ แต่เพราะมนุษย์มีบาปกำเนิด ทำให้มีความโน้มเอียงไปในทางทำความชั่ว

คริสตชนจำเป็นต้องฝึกจิตให้มีสติรู้ตัว รู้เท่าทันและควบคุมกิเลสตัณหา ต้องต่อสู้กับการประจญที่มาจาก ทั้งภายในและภายนอกตัวเรา เมื่อมีความผิดพลาด เขาต้องตระหนักรู้ถึงความทุกข์ และการกลับใจโดยอาศัย พระหรรษทานจากศีลศักดิ์สิทธิ์ ความพยายามบำเพ็ญพรตรูปแบบต่าง เพื่อควบคุมตนเอง โดยการอธิษฐานภาวนา การจำศีลอดอาหาร และการให้ทาน เพื่อการเอาชนะบาปต้นหรือกิเลสต้นเจ็ดประการ

ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ภาคพันธสัญญาใหม่ ได้กล่าวถึง การอธิษฐานหรือการภาวนาว่า พระเยซูคริสตเจ้าเป็นผู้สอนให้เหล่าสาวกของพระองค์ถึง การอธิษฐานหรือการภาวนา ตามบันทึกของนักบุญมัทธิวกว่าไว้ ดังนี้ “วิธีอธิษฐานถึงพระเจ้า ควรจะอธิษฐานตามลำพังคนเดียว ในที่สงบ ปราศจากบุคคลอื่น เพราะพระเจ้าทรงล่วงรู้การกระทำของมนุษย์ในทุกที่ แม้ในที่ลับ การอธิษฐานที่ถูกต้องจะต้องมาจากใจของเขาจริงๆ เพราะพระเจ้าทรงทราบทุกๆ สิ่ง แม้ในความคิดของเรา ก่อนการอธิษฐานภาวนาเสียอีก”

๒) การสวดสายประคำ (Rosary)

การสวดสายประคำ ถือว่าเป็นวิธีการภาวนาแบบเพ่งพินิจแบบหนึ่ง สายประคำเป็นเพียงอุปกรณ์อย่างหนึ่ง ที่นำผู้ใช้สายประคำไปสู่เป้าหมายสูงสุด ที่มีผลจากประสบการณ์ เป็นเวลานานหลายศตวรรษ เป็นประสบการณ์ของบรรดาผู้ศักดิ์สิทธิ์จำนวนมาก เป็นพยานได้ในเรื่องนี้ และการสวดสายประคำ เป็นการแสดงความรักอย่างไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อยต่อผู้ที่เรารัก แม้จะใช้ถ้อยคำเดียวกัน แต่ความรู้สึกที่แสดงออกมานั้น ใหม่สดอยู่เสมอ

การสวดภาวนานี้เป็นเหตุให้เกิดศาสนพิธีต่างๆ ขึ้น หลักคำสอนสำคัญของพระเยซูคริสตเจ้าส่วนใหญ่ เป็นคำสอนในระดับศีลธรรมและการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน มีจุดมุ่งหมายสำคัญ คือ การเข้าถึงพระเจ้าเคารพพระเจ้าและเพื่อการมีชีวิตนิรันดร์กับพระเจ้า

ดังนั้น ผู้ที่เป็นคริสตชนจึงต้องปฏิบัติตามคำสั่ง ของพระเจ้าที่ทรงเผยแสดงไว้ ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาเดิมและภาคพันธสัญญาใหม่ พระศาสนจักรคาทอลิกได้เชิญชวนคริสตชนให้มีการภาวนาอย่างสม่ำเสมอ คือ การภาวนาทุกวัน การภาวนาทำวัตร การร่วมมิสซาวันอาทิตย์ และการฉลองวันต่างๆ ตามพิธีกรรมของพระศาสนจักร การสวดภาวนาจะปฏิบัติพร้อม กับพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ ที่ทำให้คริสตชนเป็นหนึ่งเดียวกัน เพื่อการบรรลุถึงชีวิตนิรันดร์ในพระเจ้า

เป้าหมายของวิถีชีวิตจิตของคริสตชนทุกคน คือ การมีส่วนร่วมในชีวิตพระเจ้า และพระตรีเอกานุภาพ มนุษย์สามารถมีชีวิตใหม่โดยทางพระเยซูคริสต์เจ้า ด้วยการจัดอุปสรรคที่ขัดขวาง การเติบโตด้านชีวิตจิตและการใช้เครื่องมือและวิธีการต่างๆ ที่ช่วยส่งเสริมให้ชีวิตจิตเติบโตก้าวหน้า โดยอาศัยพระหรรษทาน และความพยายามของมนุษย์ที่กระทำร่วมกับพระหรรษทาน

การจัดอุปสรรคที่ขัดขวางการเติบโตด้านชีวิตจิต คือ บาปและผลของบาป เมื่อคริสตชนรับศีลล้างบาปแล้ว แต่เขายังสามารถทำบาป คริสตชนต้องกลับใจอย่างต่อเนื่อง การรู้เท่าทันกระบวนการแห่งบาป และการต่อสู้กับการประจญ ความชั่วเริ่มมาจากความคิดและความปรารถนาในใจมนุษย์ แต่บาปกำเนิดทำให้ความโน้มเอียงไปในทางชั่ว

คริสตชนต้องฝึกจิตให้มีสติรู้ตัว รู้เท่าทัน ควบคุมกิเลสตัณหา ต้องต่อสู้กับการประจญที่มาจากภายในและภายนอกตัวเรา เมื่อมีความผิดพลาด ต้องตระหนักรู้ถึงความทุกข์ และการกลับใจโดยอาศัยพระพรหรรษาจากศีลศักดิ์สิทธิ์ คริสตชนต้องมีความพยายามบำเพ็ญพรตรูปแบบต่างๆ เพื่อควบคุมตนเองโดยการอธิษฐานภาวนา การจำศีลอดอาหารและการให้ทาน เพื่อการเอาชนะบาปต้นหรือกิเลสต้นเจ็ดประการ

พระศาสนจักรคาทอลิก โดยสภาสังคายนาวาติกันที่ ๒ ได้ให้แนวชีวิตจิตคริสตชนเพื่อพัฒนาตนไปสู่ชีวิตนิรันดร์ ดังนี้

๑) คริสตชนทุกคนได้รับการเรียกให้มีชีวิตที่ศักดิ์สิทธิ์ คือ การก้าวเข้าสู่ความดีบริบูรณ์ และมีความรักอย่างสมบูรณ์ และมีความรักอย่างสมบูรณ์

๒) เน้นความสำคัญของพระวาจาของพระเจ้า ในชีวิตคริสตชนและชีวิตภาวนา พระจิตเจ้าทรงบรรดาให้พระวาจาที่นำมาดำเนินชีวิต เป็นแสงสว่างในการดำเนินชีวิต และการแก้ปัญหาต่าง ๆ ในโลก

๓) เน้นในการมีส่วนร่วมในพิธีกรรม โดยเฉพาะพิธีบูชาขอบพระคุณ ซึ่งเป็นบ่อเกิดและเป็นศูนย์กลางของชีวิตคริสตชน และชีวิตพระศาสนจักรคาทอลิก

๔) พระศาสนจักรโรมันคาทอลิกเป็นเครื่องหมายและเครื่องมือแห่งความรอดพ้น โดยการเป็นพยานและการประกาศข่าวดี ในโลกปัจจุบัน

ผลของการเจริญสมาธิของทั้งสองศาสนา

๑) ผลของการภาวนาแบบพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ ผลของการเจริญพุทธานุสสติ คือ เกิดความนับถือยำเกรงต่อพระพุทธรูปอย่างมาก มี ศรัทธา รู้จักคุณในพระพุทธรูปมากขึ้น มีสติดีมากขึ้น มีความปลื้มใจ มีความอดทนต่อความกลัว สิ่งต่างๆ และทุกขเวทนาต่างๆ ได้ สมควรอยู่ร่วมกับพระพุทธรูป ผู้ปฏิบัติมีคุณสมบัติพอเป็นที่บูชาของคนทั้งหลายเหมือนกับเจดีย์ มีใจน้อมไปในพุทธานุสสติ คือ อยากเป็นพระพุทธรูป มีความละเอียดและมีความเกรงกลัวต่อความชั่ว ไม่กล้าทำความชั่วได้ เสมือนอยู่ตรงหน้าพระพุทธรูป มีความผ่องใสมากขึ้น และไปเกิดในสุคติภูมิเมื่อตายแล้ว

๒) ผลของการภาวนาแบบคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก

ผู้ภาวนาจะเจริญขึ้นในความรักของพระเจ้า สามารถบรรลุถึงความดีบริบูรณ์ อันเป็นความศักดิ์สิทธิ์ของชีวิต เพื่อการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้รับสิทธิ์ การเป็นประชากรในพระอาณาจักรสวรรค์ของพระเจ้า ทำให้ผู้ภาวนาไม่ติดใจผูกพันกับสิ่งสร้างทั้งหลาย ทำให้ผู้ภาวนาสัมพันธ์สนิทกับพระเจ้ายิ่งที่ยิ่งมากขึ้นและทำให้ผู้ภาวนาจะค่อยๆ แปรสภาพให้คล้ายคลึงพระเจ้า ผลของการสวด

ภาวนา ผู้สวดภาวนาจะเจริญขึ้นในความรักของพระเจ้า จนสามารถบรรลุถึง ความดีบริบูรณ์อันเป็น ความศักดิ์สิทธิ์ของพระเจ้า

คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกถือว่าการสวดอธิษฐานภาวนา เป็นข้อปฏิบัติสำคัญข้อหนึ่ง เพื่อการเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด เป็นการปฏิบัติที่พัฒนาแบบอย่างมาจากพระเยซูคริสต์เจ้า ที่ได้ทรง แนะนำและทรงปฏิบัติเป็นตัวอย่าง

วิธีการที่คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก มีความเชื่อมั่นว่าการสวดมนต์ภาวนาเป็น การติดต่อกับพระเจ้า และมีการเข้าเฝ้าและการสวดส่ายประคำ เพื่อจะได้มีเวลาติดต่อกับพระเจ้า เพื่อ การติดสนิทในพระองค์ เป็นที่โปรดปรานในพระเจ้า และเป็นวิธีการหนึ่งที่ทำให้ผู้ปฏิบัติได้รับ ประทานปัญญาจากพระเจ้า เพื่อให้เกิดความเข้าใจในถึงวิธีการปฏิบัติตนเข้าสู่เป้าหมายสูงสุด คือ การมีชีวิตนิรันดร์ เป็นพลเมืองอยู่ร่วมกับพระเจ้าในอาณาจักรสวรรค์นิรันดร์ เมื่อเปรียบเทียบกับ พระพุทธศาสนาคล้ายกับการเจริญภาวนาแบบพุทธานุสสติของพระพุทธศาสนาเถรวาท

จากข้อความข้างต้น สรุปเป็นตารางเปรียบเทียบ ดังนี้

ตารางที่ ๔/๑๒ เปรียบเทียบความคล้ายคลึงวิธีการปฏิบัติตามวิธีภาวนา

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก
สมถภาวนาแบบพุทธานุสสติ	การสวดภาวนา
๑.การภาวนาแบบพุทธานุสสติ เป็นการระลึกถึงพระพุทธรูป	๑.การสวดภาวนา เป็นวิธีการสนทนากับพระเจ้า ในนามของพระเยซูคริสต์เจ้า ภายใต้การนำของพระจิตเจ้า ด้วยความเชื่อ ความรักและความหวังในพระเจ้า เป็นการสนับสนุนแผนการแสดงความรอดของพระเจ้า ให้มนุษย์พ้นจากบาปให้ประสบความสำเร็จ
๒.เป็นการปฏิบัติแบบเข้มข้นเฉพาะตน แม้จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นก็ตาม แต่ต่างคนต่างทำไม่เกี่ยวข้องกัน	๒.มีการปฏิบัติ ๒ วิธี คือแบบส่วนตัว และแบบส่วนรวม แต่ต่างคนต่างทำไม่เกี่ยวข้องกัน

ตารางที่ ๔/๑๓ เปรียบเทียบความแตกต่างผลของการปฏิบัติตามวิธีภาวนา

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก
สมถภาวนาแบบพุทธานุสสติ	การสวดภาวนา
ได้ไปเกิดในสุคติภูมิเมื่อตายแล้ว แต่ยังคงอยู่ในวัฏสงสาร	ผู้ภาวนาจะเจริญขึ้น ในความรักของพระเจ้า บรรลุความดีบริบูรณ์ กลายเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ผู้ภาวนาจะได้รับสิทธิ์เป็น ประชากรในพระอาณาจักรของพระเจ้าชั่ววันนิรันดร์

๔.๒.๓ เปรียบเทียบการปฏิบัติตามวิธี “การเจริญปัญญา” ทั้งสองศาสนา

(๑) วิธีการเจริญวิปัสสนาภาวนาหรือปัญญาภาวนาในพระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นวิธีการเดียวที่ทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดได้

วิปัสสนาภาวนาภาวนา หมายถึง ธรรมชาติที่เห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่างๆที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ โดยความเป็นรูปนามทั้งสิ้น และสิ่งที่ปรากฏนั้น มีความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา (พระไตรลักษณ์) และเป็นอสุภ แล้วเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป จนกระทั่ง รู้แจ้งในสภาวะความเป็นจริงของรูปนามว่า มีการเปลี่ยนแปลงไม่สามารถทนอยู่ในสภาวะเดิมได้นาน ที่สุดต้องแตกสลายไป เช่นนี้จึงจะสามารถพบทานกิเลสเป็นสมุจเฉตพบทาน ทำให้สามารถรู้ได้ด้วยตนเองว่า สามารถเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพานได้แล้ว

ผู้ที่ต้องการเจริญวิปัสสนาภาวนาสมควรจะต้องรู้จักสำรวมตน ในการรักษาศีลเป็นสำนึกของบุคคลนั้น เพื่อการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคม เพราะทุกๆ ชีวิตต่างมีความปรารถนาไม่ต้องการให้ผู้อื่นมาทำร้ายทำลายตน ด้วยการตกไปอยู่อำนาจของราคะ โทสะและโมหะ ทุกๆ ชีวิตต่างมีความปรารถนาที่จะอยู่ร่วมกันด้วยความมีเมตตาต่อกัน มีความเกื้อกูลซึ่งกันและกัน เราจึงควรสำรวมกาย วาจาและใจ

วิปัสสนาภาวนา เป็นการฝึกฝนอบรมเจริญปัญญาให้รู้เท่าทัน เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง การเจริญภาวนานี้ เป็นธรรมที่อำนวยการประโยชน์ให้ แก่ผู้กระทำให้เขาได้รับความสุขกายสุขใจ ทั้งในภพนี้และภพหน้า และสามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด ทำให้พ้นจากวัฏสงสารได้

เมื่อพุทธศาสนิกชนได้ปฏิบัติเพื่อการเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ด้วยการทำสมาธิจิตตามแนวทางสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา ตามที่พระพุทธองค์ทรงสอนจนเกิดปัญญา รู้เท่าทันธรรมชาติตามความเป็นจริงของชีวิต เป็นปัญญาทางจิต ดังนั้นวิปัสสนาภาวนา คือ การฝึกฝนอบรมเจริญปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง จนจิตใจที่เป็นอิสระไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์ทั้งปวง

พระพุทธศาสนาเถรวาทได้อธิบายคำว่า “ปัญญา” หมายถึง ความรู้ความเข้าใจลักษณะตามความเป็นจริงถึง สิ่งที่ปรากฏทางจิตภายในกายและใจของตนเอง ตามความจริงของความเป็นอนิจจัง ทุกขังและอนัตตา การฝึกปัญญาจำเป็นต้องอาศัยฐาน คือ ศีลและสมาธิส่งผลให้ผู้นั้นมีกายวาจาใจสะอาด สว่าง สงบ เพราะจิตชนิดนี้จะสามารถพิจารณา ไตร่ตรอง เห็นธรรมชาติตามความเป็นจริงได้ง่าย

ดังนั้น ปัญญาทางพระพุทธศาสนาเถรวาทเกิดจาก การเห็นถูกต้องต่อเหตุผล ตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นวิธีการที่จะเข้าถึง เหตุผลของธรรมชาติที่แท้จริงได้ เราสามารถการพิสูจน์ความจริงได้ โดยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามหลักคำสอนของพระพุทธองค์ได้ด้วยตนเองเท่านั้น

(๒) วิธีปฏิบัติตนเพื่อรับประทานปัญญาจากพระเจ้า (Way of Illumination) ผ่านทางพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ (The Liturgy of Sacrament) ในตามแนวคิดของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก ถือว่ามนุษย์เป็นสิ่งสร้างของพระเจ้า และได้รับพระเมตตาจากพระองค์ ด้วยการประทานทุกสรรพสิ่ง

ให้แก่มนุษย์ รวมทั้งปัญญา ซึ่งเป็นของประทานจากพระเจ้า ที่พระองค์จะประทานแก่ผู้ที่ยำเกรงต่อพระองค์เท่านั้น

พระศาสนจักรคาทอลิกจึงได้จัดระเบียบ การปฏิบัติของคริสตชนตามพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ (The Liturgy of Sacrament) ซึ่งเป็นเครื่องหมายหรือเครื่องมือแห่งความรอดจากบาปกำเนิด ซึ่งมีกิจกรรมและรูปแบบพิธีกรรมของศาสนจักรโรมันคาทอลิก ทำให้มนุษย์มีความศักดิ์สิทธิ์ผ่านพระหรรษทาน (Grace) จากพระเจ้า ผลคือ การที่พระเจ้าได้ประทานปัญญาให้แก่ คริสตชนผู้ปฏิบัติผ่านพิธีกรรม ศีลศักดิ์สิทธิ์ของพระศาสนจักรโรมันคาทอลิก และมีการสืบทอดอย่างต่อเนื่องตามแบบอย่างของพระเยซูคริสตเจ้า ผ่านพระศาสนจักรโรมันคาทอลิก ทำให้คริสตชนผู้นั้น สามารถเข้าใจถึงวิธีการประพาศิตินให้เข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ได้มีชีวิตนิรันดร์ ได้เป็นพลเมืองในพระอาณาจักรของพระเจ้า

จากการวิจัยพบว่า การปฏิบัติตนเพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุดทั้งสองศาสนามีวิธีการที่คล้ายคลึงกันคือ พระพุทธศาสนาใช้วิธีการของไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิและปัญญา ส่วนคริสตศาสนาโรมันคาทอลิกใช้วิธีการของมีวิธีปฏิบัติเพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุด (Ways of Perfection) มีวิธีปฏิบัติ ๓ ขั้นตอนเช่นกัน คือ การชำระจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ด้วยการรักษาศีล (Way of Purification) การได้รับประทานปัญญาจากพระเจ้า (Way of Illumination) และวิธีปฏิบัติตามวิธีการภาวนาเพื่อการติดสนิทกับพระเจ้าด้วยการสวดภาวนา (Way of Union with God) นั่นคือการปฏิบัติตามศีล ปัญญาและสมาธิ แต่มีความแตกต่างกันในระดับปฏิบัติตามแนวคิดของแต่ละศาสนา

๔.๓ สรุป เปรียบเทียบวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาเรื่องเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์และวิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของศาสนา

๑) พระพุทธศาสนาเถรวาทมีแนวคิด ดังนี้

วิปัสสนาภาวนาในพระพุทธศาสนาเถรวาทถือว่า การปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดด้วยการใช้วิธีของอริยสัจสี่ คือ เป็นผู้มีปัญญายิ่งประเสริฐ สามารถเข้าใจถึงความเกิดและความดับของสภาวะธรรม สามารถเพิกถอนกิเลสได้ สามารถรู้ตามความเป็นจริงว่า นี่คือทุกข์ นี่คือเหตุเกิดทุกข์ นี่คือความดับแห่งทุกข์ และนี่คือข้อปฏิบัติเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์

ดังนั้น ผู้ปฏิบัติย่อมรู้ได้ด้วยตนเองว่าได้ถึงความสิ้นทุกข์แล้ว คือ พระนิพพาน บุคคลใดที่ขยันหมั่นเพียรศึกษาและปฏิบัติตนตามไตรสิกขา คือ อริศีลสิกขา อริจิตตสิกขาและอริปัญญาสิกขา อยู่อย่างสม่ำเสมอ มีจิตแน่วแน่ในนิพพาน เขาย่อมสามารถเข้าถึงพระนิพพานได้

วัตถุประสงค์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา แสดงในมหาสติปัฏฐานสูตร ดังนี้

- ๑) เพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย
- ๒) เพื่อการข้ามพ้นจากความทุกข์ที่เกิดจากความโศกเศร้าและความคร่ำครวญทั้งหลาย
- ๓) เพื่อการระงับความทุกข์โหม้น้ำสทั้งหลาย
- ๔) เพื่อการบรรลุอริยสัจ

๕) เพื่อกระทำให้ถึงเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คือ พระนิพพาน

การศึกษาและปฏิบัติตามขั้นตอน พระผู้มีพระภาคเจ้าได้แสดงในโมคคัลลานสูตร ถึงคุณสมบัติของผู้ตั้งความปรารถนา ปฏิบัติตนให้บรรลุถึงเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ดังนี้

- ๑) การเป็นผู้มีศีล
- ๒) การเป็นผู้สำรวมระวังรักษาดนในอินทรีย์ทั้ง๕
- ๓) การเป็นผู้ประมาณในการบริโภค
- ๔) การเป็นผู้มีความเพียรเป็นเครื่องตั้งอยู่อย่างจดจ่อต่อเนื่อง
- ๕) การเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ
- ๖) การพักอยู่ในเสนาสนะอันสงบสงัด
- ๗) การเป็นผู้ปฏิบัติอยู่เพื่อละนิวรณ์๕
- ๘) การเป็นผู้มีความเพียรในการเจริญสมถภาวนา
- ๙) การเป็นผู้มีความเพียรในวิปัสสนาภาวนา

การบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท พุทธศาสนิกชนจำเป็นต้องเรียนรู้ทำความเข้าใจใน สำรวมกายวาจาในอริศีล มีการฝึกปฏิบัติทำจิตให้สงบระงับจากนิวรณ์ ๕ ด้วยการเจริญสมถภาวนา และการพิจารณาประพจน์ปฏิบัติเข้าไปรู้ ลักษณะความเกิดดับของพระไตรลักษณ์ ของรูปและนามตามธรรมชาติความเป็นจริง ทำให้เขาดำเนินไปสู่ความสิ้นทุกข์ คือ พระนิพพาน ซึ่งผู้ปฏิบัติสามารถรู้ได้ด้วยตนเอง ด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา

เมื่อพุทธศาสนิกชนหมั่นฝึกฝนตน ปฏิบัติธรรมจนสามารถทำให้จิตมีความตั้งมั่น สงบอยู่ภายใน จะมีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดเกิดขึ้นและตั้งมั่นอยู่ มรรคญาณอมเกิดขึ้น ย่อมสามารถละสังโยชน์ ๑๐ ประการ คือ (๑) กาม ราคะ (๒) ปฏิฆะ (๓) มานะ (๔) ทิฐิ (๕) วิจิกิจฉา (๖) สีลลัพท์ตปราคาส (๗) ภวราคะ (๘) อิสสา (๙) มัจฉริยะ และ (๑๐) อวิชชา สังโยชน์เหล่านี้เรียกว่า ภวสังโยชน์ เพราะผูกพันหมู่สัตว์ ไว้ในภพน้อยภพใหญ่ อนุสัยย่อมสิ้นไป สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพานในที่สุด

๒) คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกมีแนวคิด ดังนี้

ลำดับขั้นของการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก คริสตชนจะต้องปฏิบัติตน ดังต่อไปนี้

- ๒.๑) การประกาศตนเป็นคริสตชน และเข้าพิธีกรรมรับศีลล้างบาป
- ๒.๒) การเรียนรู้ในหลักของพระตรีเอกานุภาพ หลักของความรัก และหลักของพระอาณาจักรสวรรค์ คือ พระศาสนจักรคาทอลิก
- ๒.๓) การปฏิบัติตามพระคริสตธรรมคัมภีร์
- ๒.๔) การปฏิบัติตามพระธรรมบัญญัติสิบประการ
- ๒.๕) การปฏิบัติตามพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์
- ๒.๖) การปฏิบัติตามหลักคำสอนของพระเยซูคริสตเจ้า

๒.๗) การปฏิบัติตามบทบัญญัติของพระศาสนจักรคาทอลิก ด้วยการเข้าร่วมในพิธีกรรมรับศีลศักดิ์สิทธิ์ การสวดภาวนาด้วยสายประคำและการเข้าเงียบ

แนวคิดเรื่องวิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด มีแสดงในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ซึ่งเป็นพระธรรมนูญที่บันทึกจุดประสงค์ของพระเจ้าว่า เพราะมนุษย์ทุกคนอยู่ในความบาป พระเจ้าจึงทรงมีพระพันธสัญญากับมนุษยชาติว่า จะช่วยให้พ้นจากบาปนั้น โดยอาศัยความเชื่อในพระเยซูคริสตเจ้า

คริสตชนเชื่อว่า บันทึกของพระคริสตธรรมคัมภีร์เกิดจากพระเจ้าทรงดลใจ ให้ผู้เขียน (Inspiration) ถ่ายทอดสิ่งที่พระเจ้าทรงต้องการเปิดเผยให้มนุษย์ทราบ เพื่อการปรับปรุงแก้ไขตนให้เป็นคนดี และการอบรมในเรื่องความชอบธรรม ด้วยเหตุนี้ พระคริสตธรรมคัมภีร์ คือ พระวจนะของพระเจ้าที่บันทึกเป็นลายลักษณ์อักษร ภายใต้การดลใจจากพระจิตเจ้า ดังนั้น ข้อความทั้งหมดจึงถูกต้องเป็นจริงไม่มีข้อผิดพลาด ความหมายของพระคริสตธรรมคัมภีร์ (Senses of Scripture) มนุษย์จะสามารถเข้าไปเรียนรู้เข้าใจในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ต่อเมื่อพระเจ้าจะทรงประทานปัญญา ความรู้และความเข้าใจ ให้แก่มนุษย์ที่มีความยำเกรงในพระเจ้าเท่านั้น

พระเยซูคริสตเจ้าเป็นผู้ถ่ายทอดข้อความพระเจ้าถึงคริสตชน ในโอกาสพิเศษของชีวิต โดยกำหนดให้การพบกัน ต้องขึ้นอยู่กับเครื่องหมายสำคัญบางอย่าง หรือจารีตพิธีกรรมที่พระศาสนจักรคาทอลิก เรียกว่า พิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ เพื่อให้คริสตชนเตรียมตัวพบพระองค์อย่างลึกซึ้ง โดยมีใจเปิดรับพระองค์ และร่วมมือกับพระเจ้าผ่านพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ จึงจะเกิดผลอย่างแท้จริง

ตามทัศนะคริสตศาสนาโรมันคาทอลิกอธิบายความหมายของบาป คือ การกระทำด้วยกายวาจาหรือใจ ที่จงใจขัดคำสั่งในพระธรรมนูญของพระเจ้า และคำสอนของพระศาสนจักรคาทอลิก ส่วนบาปกำเนิด (Original Sin) ตามทัศนะคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก หมายถึง บาปแรก ที่มนุษย์คู่แรกกระทำขัดคำสั่งของพระเจ้า และมลทินบาปนี้เป็นมรดกตกทอด ถึงมนุษยชาติที่เป็นลูกหลานทุกคน โทษของบาปกำเนิด มนุษย์ได้รับตั้งแต่อาดัมและเอวาถูกขับออกจากสวนเอเดน คือ การที่มนุษย์ต้องทำมาหากินด้วยตนเองอย่างยากลำบาก เกิดโรคร้ายเบียดเบียนและต้อง "ตายจากการมีชีวิตนิรันดร์" มีบันทึกในพระคริสตธรรมคัมภีร์ในบทปฐมกาล ถึงสาเหตุของบาปกำเนิด เมื่อมนุษย์คู่แรกซึ่งเป็นสิ่งสร้างของพระเจ้า กลับเชื่อฟังและยอมทำตามสิ่งที่ปีศาจล่อลวง มนุษย์จึงละเมิดเสรีภาพแห่งตน เพราะการฝ่าฝืนคำสั่งของเจ้านี้ คือ บาปแรกของมนุษย์

คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกเชื่อว่า พระเจ้าเป็นผู้ประทานปัญญา ความรู้ ความเข้าใจจากพระโอษฐ์ของพระเจ้า คือ ข้อความในพระคริสตธรรมคัมภีร์ ให้แก่บุคคลที่มีความยำเกรงในพระเจ้าเท่านั้น ส่วนวิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ตามแนวคิดของคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก ด้วยการปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนของพระคริสตธรรมคัมภีร์ ที่คริสตชนต้องนำมาใช้ในชีวิตประจำวันประกอบด้วย

- ๑) พระธรรมนูญสิบประการ
- ๒) บทเทศนาบนภูเขาของพระเยซูคริสตเจ้า
- ๓) หลักคำสอนของพระศาสนจักรคาทอลิก

พระศาสนจักรคาทอลิกได้อธิบายให้คริสตชน ถึงหนทางและวิธีปฏิบัติตน เพื่อนำคริสตชนไปสู่พระอาณาจักรสวรรค์ ด้วยความช่วยเหลือของพระหรรษทาน (Grace) ของพระจิตเจ้า การปฏิบัติสิ่งเหล่านี้ ที่ละเล็กละน้อยในกิจการประจำวัน ด้วยอำนาจแห่งพระวาจาของพระเยซูคริสตเจ้า เช่นนี้ คริสตชนจะค่อยๆ บังเกิดผล จนกระทั่งบรรลุถึง พระสิริของพระเจ้าในพระศาสนจักรคาทอลิก

จากข้อความข้างต้น สรุปเป็นตารางเปรียบเทียบ ดังนี้

ตารางที่ ๔/๑๔ เปรียบเทียบความคล้ายคลึงของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก
๑.การเป็นผู้มีศีล	๑.ปฏิบัติตนตามพระธรรมบัญญัติสิบประการ
๒.การเป็นผู้ปริมาณในการบริโภค	๒.การเป็นผู้ไม่โลภในการบริโภค (ดูในบาปต้น)
๓.ขณะปฏิบัติอยู่เพื่อละนิวรณ์ที่ ๕	๓.ขณะปฏิบัติอาจจะมีควมวอกแวก ให้เพิ่มความเพียร
๔.การเป็นผู้มีความเพียรเป็นเครื่องเตือนอยู่อย่างจดจ่อต่อเนื่อง	๔.มีการภาวนาอย่างสม่ำเสมอ
๕.การเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ	๕.สอนให้จดจ่อกับบทภาวนาอย่างมีสติ
๖.การพักอยู่ในสเนหะอันสงบสัจ	๖.การภาวนาแบบเข้าเงียบ
๗.การเป็นผู้มีความเพียรในการเจริญสมถะภาวนาและวิปัสสนาภาวนา	๗.การเป็นผู้เพียรในการภาวนาอย่างสม่ำเสมอ

ตารางที่ ๔/๑๕ เปรียบเทียบความแตกต่างของการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก
๑.การเป็นผู้สำรวมระวังรักษาดนในอินทรีย์ ๖	๑.ไม่มีแสดง แต่ให้สวดภาวนาด้วยความอ่อนน้อม เคารพยำเกรงในพระเจ้า
๒.ไม่มีแสดงพิธีกรรมเช่นนี้ในพระไตรปิฎก	๒.มีพิธีการประกาศตนเป็นคริสตชน และเข้าพิธีรับศีลล้างบาป (Baptism)
๓.ไม่มีแสดงในพระไตรปิฎก	๓.การเรียนรู้เรื่องหลักตรีเอกานุภาพ หลักความรัก และหลักพระอาณาจักรสวรรค์คือ พระศาสนจักรคาทอลิก
๔.ไม่มีแสดงในพระไตรปิฎก	๔.การปฏิบัติตามพระคริสตธรรมคัมภีร์
๕.ไม่มีแสดงในพระไตรปิฎก	๕.ปฏิบัติตามพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก
๖.ไม่มีแสดงในพระไตรปิฎก	๖.การปฏิบัติตามบทบัญญัติของ พระศาสนจักรคาทอลิก ด้วยการเข้าร่วมพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ การสวดภาวนาด้วยสายประคำและการเข้าเฝ้า
๗.เป็นผู้มีความเพียรในการเจริญวิปัสสนาภาวนา	๗.เป็นผู้มีความเพียร ในการปฏิบัติตนตามพระประสงค์ของพระเจ้า

จากการวิจัยข้างต้น สรุปเพื่อการศึกษาเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติของพระพุทธศาสนาเถรวาทกับคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก วิธีเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของทั้งสองศาสนามีความแตกต่างกัน

เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ การหลุดพ้นจากภัยในวัฏฏทุกข์ของการเกิด แก่ เจ็บ ตาย การพลัดพรากของสิ่งที่รัก และการประสบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รักที่ชอบใจ

ส่วนเป้าหมายสูงสุดของคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก คือ การกลับใจคืนดีกับพระเจ้า และปฏิบัติตนตามที่พระเจ้าประสงค์ มีแสดงในพระคริสตธรรมคัมภีร์ คำสอนของพระเยซูคริสตเจ้าและคำสอนของพระศาสนจักรคาทอลิก ถึงการได้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์มีชีวิตที่เป็นนิรันดร์ ได้รับสิทธิ์เป็นพลเมืองในพระอาณาจักรของพระเจ้าชั่วนิรันดร์

วิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาเถรวาทตามวิธีในไตรสิกขา จะเริ่มจากการสำรวมอินทรีย์จนเป็นอธิศีลสิกขา จากนั้น ต้องปฏิบัติสมาธิภาวนาด้วยตนเองเพื่อข่มนิวรณ์ เป็นขั้นตอนของอธิจิตตสิกขา และขั้นตอนสุดท้ายเป็นการเจริญปัญญาภาวนาหรือวิปัสสนาภาวนาเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน เป็นขั้นตอนของอธิปัญญาสิกขา

ส่วนวิธีปฏิบัติตนของคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก มี ๓ ขั้นตอนเช่นกัน เริ่มจาก การชำระจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ด้วยการรักษาศีล (Way of Purification) ด้วย (๑) การปฏิบัติตนตามพระธรรมบัญญัติ ๑๐ ประการ (The Ten Commandment) (๒) ทางแห่งแสงสว่างเป็นขั้นตอนรับประทานปัญญาจากพระเจ้า (Way of Illumination) ด้วยการปฏิบัติตนตามพิธีศักดิ์สิทธิ์ (The Liturgy of Sacrament) และ (๓) วิธีปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกับพระเจ้า (Way of Union of God) ด้วยการสวดอธิษฐานภาวนา (The Christian Prayer)

นั่นคือ ขั้นตอนแรกจะปฏิบัติด้วยการรักษาศีลเหมือนกัน ส่วนขั้นตอนของสมาธิภาวนาทางพระพุทธศาสนาเถรวาทจะต้องปฏิบัติก่อน การเจริญปัญญาภาวนาหรือวิปัสสนาภาวนา จึงจะบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน

แต่ในแนวคิดของคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก ถือว่ามนุษย์เป็นเพียงสิ่งสร้างของพระเจ้า ดังนั้น ต้องได้รับประทานปัญญาจากพระองค์เสียก่อน เขาจึงสามารถเรียนรู้และเข้าใจ ถึงการปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ได้รับอนุญาตให้เป็นพลเมืองในพระอาณาจักรของพระเจ้าชั่วนิรันดร์

บทที่ ๕

สรุปการวิจัยและข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปการวิจัย

วิทยานิพนธ์นี้ เป็นการศึกษาเรื่องเปรียบเทียบแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิถีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท และคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก

พระพุทธศาสนาเถรวาทและคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก เป็นศาสนาที่คนไทยนิยมนับถือกันมาก ในฐานะที่เป็นคนไทยคนหนึ่งต้องพบปะผู้คนในสังคมที่มีความหลากหลาย และผู้ที่มีนับถือต่างศาสนา สมควรที่จะศึกษาเรียนรู้เพื่อความเข้าใจซึ่งกันและกัน จะได้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบสุข ได้ระมัดระวังตนไม่กระทบกระทั่ง คนต่างศาสนาด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ และเป็นการเรียนรู้ศาสนาที่ตนนับถืออย่างถูกต้องเพื่อการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของศาสนา

ผลของการศึกษาวิจัยวิทยานิพนธ์ ทำให้ทราบความคล้ายคลึง และความแตกต่างกันของการปฏิบัติ เพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท และคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก ดังนี้

๑) สรุป ผลการศึกษาแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิถีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๒) สรุป ผลการศึกษาแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิถีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก

๓) สรุป ผลการศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิถีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาทและคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก

ดังมีข้อสรุปผลการศึกษาวิจัย ต่อไปนี้

๑) สรุป ผลการศึกษาแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิถีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๑) แนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๑.๑) พระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นศาสนาอเทวนิยม มีแนวคิดว่าว่า พระพุทธเจ้าเป็นพระศาสดาที่เป็นเพียงมนุษย์ธรรมดาและบริสุทธิ์ แต่มีศักยภาพสามารถบรรลุวิสุทธิธรรมด้วยพระองค์เอง พระพุทธองค์ทรงเป็นเพียง ผู้แนะนำวิถีที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ ดังนั้น พระพุทธองค์จึงทรงประกาศพระองค์ว่าเป็นพระสยัมมัญญะ ไม่มีครูบาอาจารย์ ได้ตรัสรู้สัจธรรมในธรรมที่ไม่เคยสดับมาก่อนด้วยพระองค์เอง หลักธรรมคำสอนเกี่ยวกับเรื่องของ “ทุกข์” และวิธดับทุกข์เท่านั้น ซึ่งเป็นแบบอย่างที่ดีของพุทธศาสนิกชนสมควร ที่ดำเนินชีวิตตามรอยพระบาทพระศาสดา

๑.๑.๒) เป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ นิพพาน หมายถึง การมีชีวิตที่ปราศจากกิเลส อวิชชา ตัณหา อุปาทาน การละเว้นจากความชั่วทั้งปวง ประกอบแต่ความดี และการชำระจิตให้สะอาด สว่าง สงบ รู้แจ้งในอริยสัจ ๔ เป็บบัณฑิตธรรม เมื่อชีวิตสิ้นสุด กระแสชีวิตก็สิ้นสุดลงด้วย จะไม่เกิดแก่เจ็บและตายอีกต่อไป เป็นหลักธรรมตามธรรมชาติเหตุผลของกฎเกณฑ์จักรวาล มีพระพุทธเจ้าเป็นพระศาสดา ทรงเป็นผู้ค้นพบวิธีเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดและทรงสั่งสอนให้ผู้อื่นให้เรียนรู้ และปฏิบัติตามด้วยตนเอง จะสามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดตามพระพุทธองค์ได้ เมื่อปฏิบัติตามพระพุทธองค์แล้ว ยังไม่สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพานได้ในชาตินี้ ยังเป็นเหตุปัจจัยให้เขามีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขในโลกนี้ เมื่อเขาตาย เขาจะไปเกิดในสุคติภูมิ

๑.๑.๓) เรื่องของ “ทุกข์” หมายถึง ทุกข์ในอริยสัจ ๔ ซึ่งเป็นเหตุสำคัญของปัญหาทั้งปวง ที่ผู้ประพฤติปฏิบัติด้วยตนเอง ตามคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ และสามารถบรรลุได้ด้วยตนเองตามพระบรมศาสดา พระพุทธศาสนาสอนหลักความจริงว่า “สิ่งทั้ง หลายทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นคน สัตว์ หรือสิ่งของก็ตาม จะเป็นรูปธรรมหรือนามธรรม เป็นวัตถุหรือเป็นเรื่องของจิตใจ ไม่ว่าจะเป็นชีวิตหรือไม่ชีวิตหรือโลกที่แวดล้อมอยู่ก็ตาม หมายถึงสังขตธรรมทั้งหมด ล้วนเป็นไปตามธรรมดาของเหตุปัจจัย เป็นกฎธรรมชาติหรือธรรมนิยาม เป็นแนวทางพ้นทุกข์จากสิ่งที่มีอยู่จริงตามธรรมชาติ โดยไม่จำเป็นต้องอ้างอิงถึงองค์พระสูงสุด วิธีการปฏิบัติเพื่อการดับทุกข์เป็นแนวทางที่ปฏิบัติแล้วจะพบทางดับทุกข์

๑.๑.๔) เรื่องของความเชื่อ ในเรื่องของการทำกรรมดีหรือกรรมชั่ว ผู้กระทำความใดไว้เขาต้อง ได้รับผลแห่งกรรมนั้น ทุกคนจะต้องเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารตามกฎแห่งกรรม ในหลักของปฏิจจสมุปบาท ไม่มีข้อยกเว้นแม้แต่คนเดียว จนกว่าจะเจริญวิปัสสนาภาวนา ได้รู้แจ้งด้วยตนเองในอริยสัจ ๔ ได้เข้าถึงพระนิพพาน พระพุทธศาสนาเถรวาทให้ความสำคัญต่อการปฏิบัติทางจิต ซึ่งผู้ปฏิบัติต้องปฏิบัติทางจิตได้ด้วยตน เองมากกว่าจะให้ความสำคัญว่า มนุษย์เกิดมาได้อย่างไร

ดังนั้น พุทธศาสนิกชนทุกคน สมควรศึกษาให้เข้าใจ แนวคิดของพระพุทธศาสนาเถรวาทที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ และแนะนำให้ผู้อื่นรู้ ที่ต้องการบรรลุเป้าหมายสูงสุดในเรื่องทุกข์ในอริยสัจ ๔ เรื่องของกรรมและผลของกรรม และการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารตามหลักปฏิจจสมุปบาท

๑.๒) วิธีเข้าถึง “เป้าหมายสูงสุด” ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

เกิดจากการใช้จิตเฝ้าสังเกตเรียนรู้ หรือการกำหนดรู้ในธรรมชาติของรูปนามขั้น ๕ ถึงความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และมีความแปรปรวนตลอดเวลา ไม่สามารถเข้าไปยึดถือให้เป็นไปตามปรารถนาได้ตลอดไป แม้ว่ามนุษย์จะมีความสามารถเรียนรู้ เพื่อการบรรลุความจริงสูงสุดได้ เป็นการพัฒนาทางจิต เพื่อให้เกิดความสันติสุขในใจที่ยั่งยืนอย่างแท้จริง คือ พระนิพพาน

การบรรลุเป้าหมายสูงสุด เป็นหน้าที่ของพุทธศาสนิกชนทุกคนสมควรจะปฏิบัติตน และดำรงตนอยู่อย่างถูกต้อง เพื่อการถึงเป้าหมายสูงสุด เมื่อบุคคลนั้นเห็นโทษภัยในกามทั้งหลาย หมั่นศึกษาและปฏิบัติในไตรสิกขา เขาย่อมสามารถเข้าถึงสภาวะพ้นทุกข์ ซึ่งเป็นการศึกษาตามลำดับ ตั้งแต่พื้นฐานจนสามารถเข้าถึงธรรมระดับเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ดังนี้

(๑) วิธีปฏิบัติใน “อริสติกสิกขา” (ศีล) หมายถึง การสำรวมระวังรักษาศีลสิกขาบทไม่ให้ล่วงละเมิดทั้งทางกายและวาจา เมื่อเขาเห็นโทษภัยในการผิดศีลแม้เพียงเล็กน้อย เพราะการสำรวมระวังในศีลสิกขา เป็นเหตุให้ผู้รักษาศีลพ้นจากทุกข์

(๒) วิธีเจริญภาวนาใน “อริจิตตสิกขา” (สมาธิ) หมายถึง การเจริญสมถภาวนา เป็นการทำให้สงบจากกามและอกุศลกรรมทั้งหลาย จนสามารถบรรลุปฐมฌาน ทุตติฌาน ตติยฌานและจตุตถฌานตามลำดับ เพราะฌานสมาบัติ สามารถทำให้ผู้ปฏิบัติละนิวรณ์ได้ และเป็นบาทฐานของวิปัสสนาภาวนา

(๓) วิธีการภาวนาใน “อริปัญญสิกขา” (ปัญญา) หมายถึง การเจริญวิปัสสนาภาวนา ทำให้ผู้ปฏิบัติเป็นผู้ มีปัญญาอย่างประเสริฐ สามารถเข้าใจถึงความเกิดและความดับ สามารถเพิกถอนกิเลส ได้รู้ตามความเป็นจริงว่า นี่คือทุกข์ นี่คือเหตุเกิดทุกข์ นี่คือความดับแห่งทุกข์และนี่คือข้อปฏิบัติเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์ ดังนั้น ผู้ปฏิบัติย่อมรู้ได้ด้วยตนเองว่า ได้เข้าถึงเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน

อริปัญญสิกขาเป็นวิธีการปฏิบัติธรรมเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งพระพุทธองค์ได้ทรงแสดงถึงโทษภัยของการเวียนว่ายตายเกิด พร้อมกับแสดงให้เห็นว่า มีวิธีการที่ทำให้ พุทธสาวกผู้ต้องการแสวงหาความสิ้นทุกข์ เพราะว่าวิถีสองสารนี้ มีเบื้องต้นและเบื้องปลายที่รู้ไม่ได้ ดังนั้น เมื่อใดบุคคลเห็นอริยสัจ ๔ อันยังสัตว์ให้ถึงความดับทุกข์ด้วยปัญญาอันชอบ (บรรลุโสดาบันแล้ว) เมื่อนั้น เขาจะท่องเที่ยวไปอีก ๗ ขาติ เป็นอย่างมาก วิธีปฏิบัติตนให้ถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้ เพื่อการทำให้สังโยชน์ทั้งปวงสิ้นไป ด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามวิธีแห่งมหาสติปัฏฐาน ๔

เมื่อผู้ปฏิบัติด้วยตนเองแล้ว สามารถพิจารณารูปและนามภายในกายและจิตของตน โดยความเป็นไตรลักษณ์แล้ว ญาณปัญญาย่อมเกิดขึ้นเป็นลำดับขึ้นไป จนสามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดโดยลำดับแล้ว ผู้ปฏิบัติย่อมสามารถหยั่งเห็นได้ด้วยตนเองว่า สามารถเข้าถึงซึ่งความสิ้นทุกข์ และสามารถเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระนิพพาน

๒) เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดในศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก

๒.๑) แนวคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุดในศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก ดังนี้

๒.๑.๑) ศาสนาคริสต์โรมันคาทอลิก (Roman Catholic Christianity) เป็นศาสนาประเภทเอกเทวนิยม มีความเห็นที่แตกต่างออกไปว่า พระเจ้าทรงเป็นผู้สร้างสรรพสิ่งบนโลกนี้ รวมทั้งมนุษย์ซึ่งเป็นฉายาของพระเจ้า และมีความเชื่อเรื่องบาปกำเนิด (Original Sin)

๒.๑.๒) มนุษย์มีหน้าที่ต้องเชื่อฟังในพระเจ้า ดำรงชีวิตอยู่ด้วยความรักความศรัทธาในพระเจ้าอย่างสุดจิตสุดใจ และอยู่ในกรอบของหลักพระธรรมบัญญัติของพระเจ้า ในพระคริสตธรรมคัมภีร์ (The Bible) ซึ่งถูกบันทึกโดยบุคคลที่ได้รับการดลใจจากพระเจ้า มีพระเยซูคริสต์เจ้า ซึ่งเป็นพระบุตรพระองค์เดียวของพระเจ้า พระองค์ทรงเป็นทั้งพระเจ้าผู้ไถ่บาปของมนุษย์ และพระศาสดาของ

คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก มีหลักคำสอนว่าผู้ที่เชื่อในพระเยซูคริสต์เจ้า ก็จะมีชีวิตใหม่ในพระจิต ชีวิตทางศีลธรรม ก็จะเจริญขึ้นในพระหรรษทาน (Grace) และบรรลุลความสมบูรณ์ในพระสิริของพระเจ้าในสวรรค์

๒.๑.๓) เป้าหมายสูงสุดในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก หมายถึง การพัฒนาตนเองถึงขีดขั้นเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ของการเป็นฉายาของพระเจ้า โดยมีพระเยซูคริสต์เจ้าทรงเป็นฉายาของพระเจ้า ทรงเป็นต้นแบบของชีวิตใหม่ ทำให้เขาได้รับอิสรภาพจากบาป ได้รับสิทธิ์เป็นพลเมืองของพระเจ้า มีชีวิตนิรันดร์ ได้อยู่ร่วมกับพระเจ้าในพระอาณาจักรสวรรค์

แต่เป้าหมายสูงสุดของศาสนาเป็นสิ่งที่พระเจ้าผูกขาดไว้แต่ผู้เดียว พระองค์จะประทานหรือไม่ประทานให้ใครหรือไม่ นั่น เป็นเรื่องของพระองค์ คริสตศาสนาโรมันคาทอลิกเป็นศาสนาที่เน้นความศรัทธา คือ ความจงรักภักดีต่อพระเจ้าเป็นพิเศษ การมีศรัทธาต่อพระเจ้า คือ การเข้าร่วมในจิตวิญญาณกับพระเจ้าที่ทรงพระชนม์อยู่ หมายถึง การได้เป็นสมาชิกของอาณาจักรสวรรค์ และได้รับสิทธิ์การเป็นพลเมืองของสวรรค์เบื้องบนด้วย

๒.๑.๔) มีความเชื่อว่า การเกิดของมนุษย์มีเพียงสองชาติเท่านั้น คือ ชาตินี้และชาติหน้าเท่านั้น ดังนั้น มนุษย์มีทางเลือกเพียงสองทางเท่านั้น คือ การเชื่อในพระเจ้าและปฏิบัติตามบทบัญญัติของพระเจ้าของสุดจิตสุดใจ เป็นที่พอใจของพระเจ้า เขาจึงจะได้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ได้รับสิทธิ์อยู่ร่วมกับพระเจ้าในอาณาจักรสวรรค์ หรือการปฏิเสธพระเจ้าผล คือ การตกนรกชั่วนิรันดร์

คริสตชนมีโอกาพัฒนาตนชาตินี้เพียงชาติเดียว ถ้าเขาไม่ทำตาม เขาก็จะหมดโอกาสไม่สามารถกลับไปอยู่กับพระเจ้าได้ ดังนั้น เขาจำเป็นต้องพากเพียรปฏิบัติตน ตามพระธรรมบัญญัติของพระเจ้าให้ได้เฉพาะชาตินี้เท่านั้น

๒.๑.๕) มีความเชื่อว่า มนุษย์ทุกคนได้เกิดมาพร้อมกับบาปกำเนิด (Original Sin) การปฏิบัติตนตาม พระธรรมบัญญัติของพระเจ้า ทำให้เขามีชีวิตที่บริสุทธิ์ ได้กลับไปอยู่กับพระเป็นเจ้า ด้วยการประกาศความเชื่อของตน และต้องเข้าพิธีรับศีลล้างบาป (Baptism) เป็นพิธีกรรมศีลศักดิ์สิทธิ์ก่อน หลังจากนั้น พระศาสนจักรคาทอลิก (The Catholic Church) จึงอนุญาต ให้ผู้นั้นเป็นคริสตชนในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก และได้รับสิทธิ์ตามที่พระเจ้าทรงบัญญัติในพระคริสตธรรมคัมภีร์

๒.๒) แนวคิดเรื่องวิธีการปฏิบัติตน เพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก

๒.๒.๑) ทางแห่งการบรรลุเป้าหมายสูงสุด (Ways of Perfection) มีวิธีปฏิบัติ ๓ ขั้นตอน คือ (๑) ทางแห่งการกระทำตนให้บริสุทธิ์ด้วยการรักษาศีล (Way of Purification) (๒) ทางแห่งแสงสว่างเป็นขั้นตอนการได้รับปัญญาจากพระเจ้า (Way of Illumination) (๓) ทางแห่งการอยู่ร่วมกับพระเจ้า (Way of Union of God) มีดังนี้

(๑) ทางแห่งการกระทำตนให้บริสุทธิ์ด้วยการรักษาศีล (Way of Purification) การปฏิบัติตนตามพระธรรมบัญญัติสิบประการ ซึ่งพระเจ้าทรงประทานให้มนุษย์ทุกคน ผ่านทางโมเสส

การรักษาตนให้บริสุทธิ์อยู่เสมอด้วยการรักษาศีล มีการดำเนินชีวิตตามแบบอย่างครอบครัวศักดิ์สิทธิ์ของพระ-เยซูคริสต์เจ้าและนักบุญทั้งหลาย

(๒) ทางแห่งการได้รับปัญญาจากพระเจ้า (Way of Illumination) การประพัตินอยู่ในกรอบของพระธรรมบัญญัติของพระเจ้า ลำดับการปฏิบัติของคริสตชนทุกคนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ต้องประกาศความเชื่อในพระเจ้าต่อหน้าคริสตชน ต้องผ่านพิธีกรรมเข้าพิธีรับศีลล้างบาป (Baptism) เสียก่อน จึงจะทำให้เขาได้รับสิทธิ์ เป็นคริสตชนในสังคมของคริสตศาสนา การปฏิบัติตามพระธรรมบัญญัติสิบประการ การเข้าร่วมพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ตามกำหนด เพื่อความติดสนิทในพระเจ้า

คริสตชนจะต้องปฏิบัติ ตามพระธรรมบัญญัติของพระศาสนจักรคาทอลิก คือการปฏิบัติตนตามพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ ๗ ประการ วิธีนี้จะทำให้ผู้นั้น ได้รับประทานพระพรหรรษา (Grace) จากพระเจ้า ทำให้เขามีปัญญาสามารถรู้แจ้งหนทางปฏิบัติตนให้เป็นมนุษย์สมบูรณ์ มีชีวิตนิรันดร์ ได้รับสิทธิ์เป็นพลเมืองในพระอาณาจักรของพระเจ้าชั้นนิรันดร์

(๓) ทางแห่งการอยู่ร่วมกับพระเจ้า (Way of Union of God) การอธิษฐานภาวนาเป็นการยกจิตใจของผู้ภาวนาขึ้นไปหาพระเจ้า เป็นการสนทนากับพระเจ้าในนามของพระเยซูคริสต์เจ้า ภายใต้การนำของพระจิตเจ้าด้วยความเชื่อ ความหวังและความรักในพระเจ้าเป็นพื้นฐาน ด้วยความตั้งใจจริงที่จะตอบรับด้วยการให้ความร่วมมือกับ แผนการแห่งความรอดพ้นของพระเจ้า โดยมีท่าทีของความสุภาพอ่อนตนต่อพระเจ้า มีเป้าหมายเพื่อสร้างความสัมพันธ์กับพระเจ้า เป็นผู้โปรดประทานพระพรแห่งความรอดพ้นแก่มนุษยชาติ

การอธิษฐานภาวนาเป็นการได้ยินและรับฟังพระวาทะของพระเจ้า เป็นการรักษาพระวาทะของพระเจ้าไว้ เขาก็จะได้รับความสุข การอธิษฐานภาวนาเป็นการปฏิบัติตามแบบอย่างพระ-เยซูคริสต์เจ้า เมื่อครั้งยังทรงพระชนม์ชีพอยู่ เมื่อคริสตชนสามารถปฏิบัติตนตาม วัตถุประสงค์ของพระเจ้าอย่างครบถ้วนสมบูรณ์บริบูรณ์แล้ว เขาก็จะได้เป็นบุตรบุญธรรมของพระเจ้า ได้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ในสายตาของพระเจ้า ได้อยู่ในพระอาณาจักรสวรรค์ของพระเจ้า

ดังนั้น วิธีปฏิบัติของคริสตชน เพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ ในคริสตศาสนา-โรมันคาทอลิก ซึ่งทุกเรื่องมีความสำคัญเท่ากัน ซึ่งคริสตชนต้องปฏิบัติตามทุกเรื่อง ดังนี้

๑) การมีศรัทธาอย่างสุดจิตสุดใจในพระเจ้าเพียงพระองค์เดียว

๒) คริสตชนมีความเชื่อว่า มนุษย์ทุกคนเกิดขึ้นมาพร้อมกับบาปกำเนิด หมายถึง การสูญเสียสิทธิ์ที่จะได้กลับไปอยู่ร่วมกับพระเจ้าในอาณาจักรสวรรค์

๓) คริสตชนต้องเรียนรู้ในเรื่องของหลักตรีเอกภาพ หลักความรัก และหลักพระอาณาจักรของพระเจ้า คือ พระศาสนจักรโรมันคาทอลิก เพื่อกระทำให้มีชีวิตที่บริสุทธิ์เพื่อการกลับไปอยู่ร่วมกับพระเจ้า

๔) การประกาศความเชื่อในพระเจ้า และเข้าพิธีรับศีลล้างบาป (Baptism) เสียก่อนจึงจะทำให้เขาได้เป็นคริสตชนในสังคมของคริสตศาสนา

๕) การดำเนินวิถีชีวิต ตามบทบัญญัติของพระคริสตธรรมคัมภีร์ ซึ่งเป็นการเขียนคำสอนตามพระประสงค์ของพระเจ้า แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างพระเจ้ากับมนุษย์ และจริยธรรมทางสังคม มีความสำคัญต่อการประพุดิตนและการคืนดีกับพระเจ้า

๖) พระศาสนจักรโรมันคาทอลิกแนะนำคริสตชน ถึงวิธีการติดต่อกับพระเจ้า ทำให้คริสตชนมีความเชื่อมั่นว่า การสวดภาวนาและการเข้าเฝ้า เพื่อจะได้มีเวลาติดต่อกับพระเจ้า เป็นการติดสนิทในพระองค์ และทำให้เป็นที่โปรดปรานในพระเจ้า

การสวดภาวนาและการเข้าเฝ้าในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิกนี้ เปรียบเทียบได้กับวิถีปฏิบัติภาวนาในพระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นวิถีปฏิบัติตามแนวของสมณธรรมฐาน ตามวิถีพุทธานุสสติ

๓) สรุป ผลการศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิดเรื่องเป้าหมายสูงสุด และวิถีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ในพระพุทธศาสนาเถรวาทและคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก

๓.๑) ผลการศึกษาเปรียบเทียบเรื่องเป้าหมายสูงสุดของทั้งสองศาสนา

เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาเถรวาทหมายถึง การมีชีวิตที่ปราศจากกิเลส อวิชชา ตัณหา อุปาทาน การละเว้นจากความชั่วทั้งปวง ประกอบแต่ความดีและการชำระจิตให้สะอาด สว่าง สงบ เมื่อชีวิตสิ้นสุดกระแสชีวิตก็สิ้นสุดจากสังสารวัฏด้วย คือ ไม่เกิดแก่เจ็บและตายเป็นนิรันดร์

ส่วนเป้าหมายสูงสุดของคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก หมายถึง การมีชีวิตนิรันดร์ที่คริสตชนทุกคน ต้องทำให้วิญญาณเขาบริสุทธิ์ เพื่อการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ อยู่ในสถานะพระหรรษทาน (Grace) ได้มีชีวิตอยู่ในสวรรค์ ที่มีสภาพแห่งความบรมสุขพันประมาณ ได้เห็นแจ้งในพระเจ้าและได้รับความสุขรุ่งเรืองชั่วนิรันดร์

เมื่อวิเคราะห์เนื้อหาของทั้งพระพุทธศาสนาเถรวาทและคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก ต่างมีลักษณะของเป้าหมายสูงสุดร่วมกันบางประการ ดังนี้

(๑) ทั้งสองศาสนามีเป้าหมายสูงสุดในชีวิตซึ่งถือเป็นอุดมการณ์และอุดมคติสูงสุดในชีวิต

(๒) เป้าหมายสูงสุดของทั้งสองศาสนา มีลักษณะที่เป็น ความสุขอันประเสริฐมากกว่าความสุขใด ๆ ในโลก

(๓) เป้าหมายสูงสุดของทั้งสองศาสนามีลักษณะเป็นนิรันดร์และอยู่เหนือกาลเวลา

(๔) มีเพียงหนทางเดียว คือ ศาสนิกชนของทั้งสองศาสนา สามารถปฏิบัติตนเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด คือ พระพุทธศาสนาเถรวาทมีการศึกษาและหมั่นฝึกปฏิบัติ เพื่อการเรียนรู้ทุกขในอริยสัจ ๔ ส่วนคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก ต้องปฏิบัติตามพระประสงค์ของพระเจ้า มีความรักความเชื่ออย่างสุดจิตสุดใจ และกระทำทุกอย่างตามพระประสงค์ของพระเจ้าเท่านั้น

จากเนื้อหาข้างต้น สรุปเปรียบเทียบเป็นตาราง ดังนี้

ตารางที่ ๕/๑ เปรียบเทียบความแตกต่าง เรื่องเป้าหมายสูงสุดของศาสนา

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก
พระนิพพาน เป็นการมีชีวิตที่ปราศจากกิเลส อวิชชา ตัณหา อุปทาน เป็นการสิ้นสุดจากสังสารวัฏด้วย คือ การไม่เกิดแก่เจ็บและตายอีก ชั่วนิรันดร์	การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ และมีชีวิตนิรันดร์ เป็นพลเมืองอยู่ร่วมกับ พระเจ้าในสวรรค์ชั่วนิรันดร์

๓.๒) ผลการศึกษาเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของทั้งสองศาสนา

วิธีเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดใน พระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นเรื่องของการปฏิบัติเองด้วยการปฏิบัติตามทางสายกลาง คือ มัชฌิมาปฏิปทา ด้วยการหลีกเลี่ยงการตามใจตนเองและเอาชนะใจตนเองด้วยการทรมานตนด้วยวิธีต่าง ๆ เพราะวิธีพ้นทุกข์ที่ถูกต้องจะต้องปฏิบัติ ด้วยการพัฒนาทางสติปัญญาและจิตใจที่แสดงถึงความเมตตา มีศีลธรรม มีปัญญาและตระหนักรู้มีสติอยู่กับตัวอยู่เสมอ

ส่วนทัศนะของพระพุทธศาสนาเถรวาท แสดงความสำคัญของเป้าหมายสูงสุดว่า เป็นโอกาสยากยิ่ง เพราะการที่จะได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ได้พบพระพุทธศาสนา และได้ฟังพระสัทธรรมของพระพุทธองค์ยังคงมีอยู่ ดังนั้น พุทธศาสนิกชนควรได้ประพาสปฏิบัติตน จนเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของศาสนา ถ้าเขาไม่ปฏิบัติตาม เขายังคงเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารอย่างหาต้นทางไม่ได้ และหาปลายทางไม่เจออีกต่อไป

พระพุทธศาสนาเถรวาทได้อธิบายคำว่า “การภาวนา” หมายถึง การเจริญภาวนา มี ๒ อย่าง คือ

๑) การเจริญสมถภาวนาความตั้งมั่นแห่งจิต เป็นภาวะที่จิตสงบนิ่งอยู่ในอารมณ์เดียว ด้วยการรวบรวมจิตให้จดจ่อในสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างเดียวน จนสามารถทำให้ จิตตั้งมั่นจนสงบแล้ว ช่วยให้มีจิตไม่เศร้าหมอง ไม่ฟุ้งซ่าน เป็นการทำความดีที่ทำได้ด้วยการฝึกฝนอบรมจิตใจให้สุขสงบ เช่น การเจริญพุทธานุสสติภาวนา เป็นต้น

ผลของการเจริญพุทธานุสสติ คือ เกิดความนับถือยำเกรงต่อพระพุทธเจ้าอย่างมาก มีศรัทธา รู้จักคุณในพระพุทธเจ้ามากขึ้น มีสติดีมากขึ้น มีความปลื้มใจ มีความอดทนต่อความกลัวสิ่งต่างๆ และทุกขเวทนาต่างๆ ได้ สมควรอยู่ร่วมกับพระพุทธเจ้า ผู้ปฏิบัติมีคุณสมบัติพอเป็นที่บูชาของคนทั้งหลายเหมือนกับเจดีย์ มีใจน้อมไปในพุทธานุสสติ คือ อยากเป็นพระพุทธเจ้า มีความละอาย และมีความเกรงกลัวต่อความชั่ว ไม่กล้าทำความชั่วได้ เสมือนอยู่ตรงหน้าพระพุทธเจ้า มีความผ่องใสมากขึ้น ไปเกิดในสุคติภูมิเมื่อตายแล้ว และเป็นบาทในการเจริญวิปัสสนาภาวนา เพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาเถรวาทต่อไป

๒) วิปัสสนาภาวนาหรือปัญญาภาวนา คือ การฝึกฝนอบรมเจริญปัญญาให้รู้เท่าทัน เข้าใจในสรรพสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง การเจริญภาวนานี้ เป็นธรรมที่อำนวยความสะดวกให้แก่ผู้

กระทำให้เขาได้รับความสุขกายสุขใจ ทั้งในภพนี้และภพหน้า สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด ทำให้พ้นจากวัฏสงสารได้

การปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ตามแนวคิดของศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก อยู่ที่พระเจ้าทรงให้อิสราเอลแก่ มนุษย์ในการที่จะเลือกปฏิบัติตน ตามพระประสงค์ของพระเจ้าหรือไม่ ถ้ามนุษย์ปฏิบัติตนตามพระประสงค์ของพระเจ้า เขาก็สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด ได้รับสิทธิ์เป็นพลเมืองในพระอาณาจักรของพระเจ้าชั่วนิรันดร์ แต่ในทางตรงข้าม ถ้าเขาไม่ปฏิบัติตามพระประสงค์ของพระเจ้า เขาก็จะไม่สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุด แต่จะต้องตกนรกชั่วนิรันดร์

การภาวนาเป็นการสนทนากับพระเจ้าในนามของพระเยซูคริสตเจ้า และภายใต้การนำของพระจิตเจ้าด้วยความเชื่อ ความหวังและความรักในพระเจ้า มีความตั้งใจจริงให้ความร่วมมือกับแผนการแห่งความรอดพ้นของพระเจ้า ด้วยท่าทีของความสุภาพถ่อมตนต่อพระเจ้า พระเจ้าทรงมีแผนการ เพื่อความอยู่รอดของมนุษยชาติ จากการเผยแสดงของพระเยซูคริสตเจ้าผ่านพระคริสตธรรมคัมภีร์ พระองค์ทรงมีพระประสงค์เพื่อการนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน การอธิษฐานภาวนาจึงเป็นการได้ยิน และการได้รับฟังพระวาทะของพระเจ้า เป็นการรักษาพระวาทะของพระเจ้าไว้จะเป็นสุข

การสวดอธิษฐานภาวนาของ คริสตศาสนาโรมันคาทอลิก เป็นวิธีการหนึ่งที่เป็นไปตามพระประสงค์ของพระเจ้า ช่วยให้ผู้ศรัทธาต่างๆ จากพระเจ้าเข้าสู่ผู้ภาวนา ทำให้เขาไม่มีแม้ความคิดที่จะทำชั่ว มีความเคารพยำเกรงในพระเจ้าอย่างสุดจิตสุดใจ เป็นที่พอพระทัยของพระองค์ ทำให้เขาได้รับสิทธิ์การเป็นพลเมือง ในพระอาณาจักรสวรรค์ชั่วนิรันดร์

ผลของการภาวนาแบบคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก ทำให้ผู้ภาวนาไม่ติดใจผูกพันกับสิ่งสร้างทั้งหลาย มีความสัมพันธ์สนิทกับพระเจ้ายิ่งยิ่งขึ้น และทำให้ผู้ภาวนาจะค่อยๆ แปรสภาพให้คล้ายคลึงพระเจ้า ผู้สวดภาวนาจะเจริญขึ้นในความรักของพระเจ้า จนสามารถบรรลุถึงความดี บริบูรณ์อันเป็นความศักดิ์สิทธิ์ของพระเจ้า เพื่อการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้รับสิทธิ์ การเป็นประชากรในพระอาณาจักรสวรรค์ของพระเจ้า

ส่วนคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก ใช้แนวปฏิบัติการสวดภาวนา เป็นการระลึกถึงพระคุณของพระเจ้าและพระเยซูคริสตเจ้า การสวดภาวนาของคริสตชนมีลักษณะคล้ายกับการเจริญพทุธานุสสติในพระพุทธศาสนาเถรวาท การสวดภาวนานี้ คริสตชนต้องปฏิบัติตามบทบัญญัติของพระเจ้าที่ทรงประทานมา เพราะเขามีโอกาสชาตินี้เพียงชาติเดียว ที่จะพัฒนาตนเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด

วิธีปฏิบัติด้วยการภาวนาของทั้งสองศาสนา มีความคล้ายคลึงกัน คือ การเจริญพทุธานุสสติของพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นวิธีปฏิบัติแบบสมถภาวนาอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญก่อนการเจริญวิปัสสนาภาวนา เพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดตามแนวคิดของพระพุทธศาสนาเถรวาท

คริสตชนต้องฝึกจิตให้มีสติรู้ตัว รู้เท่าทันบาป สามารถควบคุมกิเลสตัณหา ต้องต่อสู้กับการประจญที่มาจากภายในและภายนอกตัวเรา เมื่อมีความผิดพลาด ต้องตระหนักรู้ถึงความทุกข์ และการกลับใจโดยอาศัยพระพรหรรษทานจากศีลศักดิ์สิทธิ์ คริสตชนต้องมีความพยายามบำเพ็ญพรต

รูปแบบต่าง ๆ เพื่อควบคุมตนเองโดยการอธิษฐานภาวนา การจำศีลอดอาหารและการให้ทาน เพื่อการเอาชนะบาปต้นหรือกิเลสต้นเจ็ดประการ

จากข้อความข้างต้น สรุปเปรียบเทียบความแตกต่างและความคล้ายคลึง ผลของการภาวนาเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด ดังนี้

ตารางที่ ๕/๒ เปรียบเทียบความแตกต่าง เรื่องผลของการภาวนาเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของศาสนา

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก
การปฏิบัติตามวิธีพุทธานุสสติ	การปฏิบัติตามวิธีการสวดภาวนา
๑.เป็นบาทในการเจริญวิปัสสนาภาวนา เพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาเถรวาท	๑.ผู้สวดภาวนาจะเจริญขึ้น ในความรักของพระเจ้า จนสามารถบรรลุถึงเป้าหมายสูงสุดในคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก
๒.เป็นการปฏิบัติด้วยตนเอง และเพื่อตนเองเท่านั้น	๒.เป็นการปฏิบัติด้วยตนเองเพื่อเป็นที่พอพระทัยของพระเจ้าเท่านั้น

ตารางที่ ๕/๓ เปรียบเทียบความคล้ายคลึง เรื่องผลของการภาวนา

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก
สมถภาวนาแบบพุทธานุสสติ	การสวดภาวนา
๑.เกิดความเคารพยำเกรง และความเชื่อมั่นต่อพระพุทธเจ้าอย่างมาก	๑.มีความเคารพยำเกรงในพระเจ้า อย่างสุดจิตสุดใจ
๒.รู้จักคุณของพระพุทธเจ้ามากขึ้น	๒.ทำให้ผู้ภาวนาสนิหสัมพันธ์กับพระเจ้า ตลอดเวลา
๓.สามารถอดทนต่อความกลัวสิ่งต่างๆ และทุกขเวทนาต่างๆได้ เพราะกำลังสมาธิที่เกิดขึ้น	๓.มีความอดทนต่างสิ่งต่างๆ ได้ เพราะความรักในพระเจ้า
๔.มีใจน้อมไปในพุทธภูมิ คือ อยากเป็นพระพุทธเจ้าและสมควรอยู่ร่วมกับพระพุทธเจ้า	๔.ผู้ภาวนาจะค่อยๆ แปรสภาพ ให้เขาคลายคลึงพระเจ้า
๕.สมควรเป็นที่บูชาของคนทั้งหลาย เหมือนเป็นพระเจดีย์	๕.มีผู้ศรัทธาบางท่าน ที่สำนักวาติกันได้ยกย่องและแต่งตั้งให้เป็นนักบุญเพราะการสวดภาวนา
๖.มีความละอายและความเกรงกลัวต่อความชั่วจิตใจและพฤติกรรมที่ผองใสมากขึ้น	๖.เป็นวิธีการหนึ่ง ช่วยให้พระคุณของพระเจ้าเข้าสู่ผู้ภาวนา ทำให้เขาไม่มีแม้ความคิดที่อยากทำชั่วและสามารถเอาชนะบาปต้นได้

พระพุทธศาสนาเถรวาท	คริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิก
สมถภาวนาแบบพุทธานุสสติ	การสวดภาวนา
๗.การเจริญภาวนาแบบพุทธานุสสติ เป็นสมถ-ภาวนา สามารถทำให้จิตนั้นตั้งมั่น ช่วยให้จิตนั้นไม่เศร้าหมอง ไม่ฟุ้งซ่าน สามารถละนิวรณ์ ๕ ได้ ซึ่งเป็นบาทฐาน ให้เจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป	๗.ทำให้ผู้ภาวนาไม่ผูกพันกับ สิ่งสร้างทั้งหลาย ที่เป็นอุปสรรคต่อความรัก และความสนิทสนมกับพระเจ้า ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติประการหนึ่ง เพื่อการบรรลุถึงเป้าหมายสูงสุด

จากการวิจัยพบว่า การปฏิบัติตนเพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุดของทั้งสองศาสนา มีลำดับขั้นตอนการปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด คล้ายคลึงกัน คือ เริ่มจากการรักษาศีล แต่พระพุทธศาสนาจะต้องเจริญสมาธิภาวนาก่อน จึงจะค้นพบกับปัญญา แต่ตามแนวคิดของคริสต์ศาสนาโรมันคาทอลิกต้องได้รับประทานปัญญาจากพระเจ้าเสียก่อน จึงจะปฏิบัติด้วยการสวดภาวนา

ในขณะที่ศาสนิกทั้งสองศาสนา ยังดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคม ก่อนที่เขาส่งถึงเป้าหมายสูงสุด เขาย่อมยังต้องทำงานและรักษาศีลอยู่ เพื่อประโยชน์ตนทั้งในโลกนี้และโลกหน้า ทั้งเป็นสิ่งสนับสนุนผู้หนึ่งสามารถเข้าถึงเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน

คริสตชนยังต้องประพฤติปฏิบัติตน เพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด ยังต้องอยู่ในกรอบของพระคริสตธรรมคัมภีร์ และหลักธรรมของพระศาสนจักรโรมันคาทอลิก เพื่อเป็นที่โปรดปรานของพระเจ้า ให้พระเจ้ายอมรับและให้สิทธิ์ผู้หนึ่งได้มีชีวิตนิรันดร์ และได้อยู่ร่วมกับพระเจ้าในพระอาณาจักรสวรรค์ การกระทำเช่นนี้ย่อมทำให้ทุกคนในสังคมอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๑) ควรจะมีการศึกษาถึง ความรู้ความเข้าใจในเรื่องของการปฏิบัติ และผลของการปฏิบัติจริงของทั้งสองศาสนิกชน เพื่อเปรียบเทียบความเข้าใจในผลสำเร็จเบื้องต้นว่า สามารถนำไปใช้ได้จริงหรือไม่

๒) ควรมีการศึกษาวิจัยถึง การปฏิบัติเพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุดของ แต่ละศาสนา ศาสนิกชนในทั้งสองศาสนาว่ามีความรู้ ความเข้าใจมากน้อยแค่ไหน และรู้จักนำไปใช้ในชีวิตประจำวันมากน้อยแค่ไหน

๓) ควรศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเชิงพหุนิยมทางศาสนา (Religious Pluralism) ที่แฝงอยู่ในทั้งพุทธศาสนิกชนและคริสตชนในประเทศไทย เพื่อความเข้าใจถึงปรากฏการณ์ ความเชื่อในสังคมไทยให้มากขึ้น

บรรณานุกรม

๑) ข้อมูลปฐมภูมิ

คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อคริสตศาสนธรรม แผนกพระคัมภีร์. พระคริสตธรรมคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาเดิม สารบบที่สอง. **ปรีชาญาณ (Wisdom Books)**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัสสัมชัญ, ๒๐๐๙.

คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อคริสตศาสนธรรม แผนกพระคัมภีร์. **พระคัมภีร์ภาคพันธสัญญาเดิม สารบบที่สอง**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัสสัมชัญ, ๒๐๐๗.

คณะกรรมการแผนกตำรา มหามกุฏราชวิทยาลัยในพระบรมราชูปถัมภ์. **ธัมมปทัฏฐกถา**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๙. นครปฐม : โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

ฝ่ายงานอภิบาลและธรรมทูตอัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ แผนกคริสตศาสนธรรมอัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ. **คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก (Catechism of the Catholic Church) ภาค ๑ : การประกาศยืนยันความเชื่อ**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัสสัมชัญ, ๒๐๐๖.

_____. **คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก (Catechism of the Catholic Church) ภาค ๒ การเฉลิมฉลองธรรมล้ำลึกของพระคริสตเจ้า**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัสสัมชัญ, ๒๐๐๗.

_____. **คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก (Catechism of the Catholic Church) ภาค ๓ : ชีวิตในพระคริสตเจ้า**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัสสัมชัญ, ๒๐๐๓.

_____. **คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก (Catechism of the Catholic Church) ภาค ๔ : การภาวนาของคริสตชน (Christian Prayer)**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัสสัมชัญ, ๒๕๔๕.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกและอรรถกถา (แปล)**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. นครปฐม : โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

สมาคมพระคริสตธรรมไทย. **พระคริสตธรรมคัมภีร์ (Thai Holy Bible) ฉบับ ค.ศ. ๑๙๗๑ (ขนาดย่อปี ค.ศ. ๑๙๙๘)**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๘. กรุงเทพมหานคร : สมาคมพระคริสตธรรมไทย, ๒๐๑๐.

สำนักคอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. พระไตรปิฎกและอรรถกถา ฉบับคอมพิวเตอร์ ชุดแปลไทย (BUDSIR/TT on CD-ROM). กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์คอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๑.

มูลนิธิอิสเตอร์. พระคริสตธรรมคัมภีร์ฉบับคอมพิวเตอร์ ชุดแปลไทย. เชียงใหม่, ม.ป.ป.

๒. ข้อมูลวิทยานิพนธ์

๒.๑ หนังสือภาษาไทย

กวาง มิน จา, ซีสเตอร์. การภาวนาด้วยพระหฤทัยพระเยซูเจ้า. พิสุทธิศรี รัตนมณี แปล. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัสสัมชัญ, ๒๕๕๕.

กิริติ บุญเจือ. หลักปฏิบัติของชาวคริสต์คาทอลิก (คริสต์ศาสนาภาคหลัง). กรุงเทพมหานคร : บริษัท สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๓๐.

ชัชวาลย์ แสงแก้ว. บาทหลวง. คู่มือเตรียมรับศีลมหาสนิท. พิมพ์ครั้งที่ ๑๕. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัสสัมชัญ, ๒๕๔๘.

เดียน คำดี. รศ. ดร. ศาสนาศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๕.

ทัศนัย คมกฤศ. บาทหลวง. ท่องพันธสัญญาเดิม. แปลจากหนังสือ Gervais Marcel nd. Journey, n.p. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อัสสัมชัญ, ๒๕๓๔.

_____. ปัญจบรรพ. นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๓๕.

พระกัมมัญฐานาจารย์ พระปณิตาภวังค์. รู้แจ้งในชาตินี้ (In This Very Life). พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒.

พระคันธสาราภวังค์ (ธรรมาจารย์ อภิวิงสะ). โพธิปักขิยธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, พ.ศ. ๒๕๕๒.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ). หลักปฏิบัติสมถ-วิปัสสนากัมมัญฐาน. กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., ๒๕๓๑.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๑๕. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ, ๒๕๔๖.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร : บริษัทอาร์ เอส พรินต์ติ้ง แมสโปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๖.

_____. พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๙.

พระพุทโธชาจารย์. คัมภีร์วิสุทธิมรรค. สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ) แปล. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๖.

พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖ (จิต เจตสิก รูป นิพพาน)**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิสัทธัมมโชติกะ, ๒๕๕๓.

_____. **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๙ เล่ม ๑ (สมถกรรมฐานที่ปณี)**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิสัทธัมมโชติกะ, ๒๕๒๕.

พุทธทาสภิกขุ. **คู่มือมนุษย์ ฉบับสมบูรณ์**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : สุขภาพใจ, ๒๕๓๕.

_____. **คริสต์ธรรมและพุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : สุขภาพใจ, ๒๕๔๙.

ฟังซิส ไก่ส์. ดร. บาทหลวง. **พระตรีเอกภาพ หนึ่งในเดียวในความรัก**. นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๕๐.

ภัทรพร สิริกาญจน รศ. ดร. และคณะ. **ความรู้พื้นฐานทางศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, พ.ศ.๒๕๔๖.

ยอแซฟ วุฒิเลิศ แห่งล้อม. บาทหลวง. **หลักธรรมคำสอนคาทอลิก**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. เชียงใหม่ : ม.ป.ท., ๒๐๑๒.

ยัง จักแมน. บาทหลวง. **อัตลักษณ์คาทอลิก**. เพ็ญศรี หล่อวัฒนาพงษา. ดร. แปล. กรุงเทพมหานคร : ปิตินาธิช, ๒๕๕๖.

รศ.ชูศักดิ์ ทิพย์เกษมและคณะ. **พระพุทธเจ้าทรงสอนอะไร**. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

วงศ์สวัสดิ์ แก้วเสนีย์. บาทหลวง. **ภาวนาด้วยคุณค่าและความหมาย**. (นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๕๐.

วศิน อินทสระ. **อริยสัจ๔**. พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๕๔.

สมชัย พิทยาพงศ์พร. บาทหลวง. **จิตภาวนาและวิถีชีวิตจิตนักพรตคริสต์ชนสมัยแรกเริ่ม**. นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๕๖.

_____. **พัฒนาการวิถีชีวิตจิตคริสต์ชน**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๕๑.

_____. **ชีวิตจิตคริสต์ชน**. นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๕๐.

สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง. **สายประคำของสมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง พระธรรมล้ำลึก ๒๐ ประการ**. องค์การสนับสนุนงานแพร่ธรรมของสันตสำนัก (PMS) เรียบเรียง. กรุงเทพมหานคร : บริษัท สตาร์บูม อินเตอร์พรีนซ์ จำกัด, มปป.

_____. **พระสมณสาสน์ (Rosarium Virginis Mariae) เรื่องสายประคำ**. ทศไทย คมกฤศ, บาทหลวง แปล. กรุงเทพมหานคร : คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อพิธีกรรม, ๒๐๐๓.

_____. **การสวดสายประคำ โดยการรำพึงพระวาจาของพระเป็นเจ้า**. กรุงเทพมหานคร : แผนกการพิมพ์ โรงเรียนดอนบอสโก, ม.ป.ป.

สุภีร์ ทุมทอง. **อริยสัจ๔**. กรุงเทพมหานคร : หจก.ภาพพิมพ์, ๒๕๕๗.

_____. **ลัทธิแห่งชีวิต**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, กรุงเทพมหานคร : หจก. ภาพพิมพ์, ๒๕๕๗.

สุวรรณา สถาอานนท์. รศ. ดร. **ศรัทธากับปัญญา**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

สุนทร ณ รังสี. **พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

เสรี พงศ์พิศและคณะ. **คนในทรรศนะของพุทธศาสนา อิสลามและคริสต์ศาสนา**. กรุงเทพมหานคร : เจริญวิทย์การพิมพ์, ๒๕๒๔.

เสรี พงศ์พิศ. รศ. **ศาสนาคริสต์**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๑.

แสง จันทร์งาม. รศ. **ศาสนศาสตร์ (The Science of Religions)**. กรุงเทพมหานคร : บริษัทสำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๓๑.

อันดรูว์ สำราญ วงศ์เสงี่ยม. **พิธีกรรม ๑**. นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๒๙.

Jeffrey Po. **สนทนาธรรมกับพระอาจารย์เข็มเย สยาดอ**, พรกนก วิภูษณวรรณ. แปลจาก Interview with Ven. Chanmyay Sayadaw by Jeffrey Po. For You Magazine. Singapore. กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕

๒.๒ หนังสือภาษาอังกฤษ

O. E. James. **Comparative Religions**. University Paperbacks. London : Methuen & Co., 1961.

๒. วิทยานิพนธ์

พระมหาคะนอง เข้าวทองกลาง. “วิถีสู่การบรรลุธรรมตามทัศนะของพุทธปรัชญาเถรวาท และรินไซเซน”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี. “ศึกษาวิเคราะห์หลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

พระมหาอานวย อานนโท (จันทร์เปล่ง). “การศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พรพิศ ศิริวิสูตร. “สติและวิธีการพัฒนาเพื่อการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๕.

วุฒิชัย อ่องนาวา. “สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง : การศึกษาความคิดเรื่อง มนุษย์ของพระองค์”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๘.

ศิริพจน์ สุกุลทอง. “กระบวนการสืบทอดจากสื่อสัญลักษณ์ทางพิธีกรรม ศีลศักดิ์สิทธิ์ ๗ ประการ ไปสู่ความเชื่อ ศรัทธา และการดำเนินชีวิตทางธุรกิจ แบบมีจริยธรรมของชุมชนชาวคริสต์ (โรมันคาทอลิก) ของโบสถ์พระมารดานิจจานุเคราะห์ กรุงเทพมหานคร”. วิทยานิพนธ์ นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต, ๒๕๕๖.

๓. คำบรรยาย MP ๓

สุภีร์ ทุมทอง. คำบรรยาย เรื่อง การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน. ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยฯ, ๒๕๕๗.

ภาคผนวก

การสวดและบทสวดส่ายประจำในคริสตศาสนาโรมันคาทอลิก

การสวดส่ายประจำประกอบด้วย “พระธรรมล้ำลึก”^๑ ๒๐ ประการ ในหนังสือพระสมณสาสน์ เรื่องการสวดส่ายประจำ ได้รวมกลุ่มเป็น ๔ ตอนติดต่อกัน ข้อรำพึงแนวใหม่ที่ใช้กับการสวดส่ายประจำ ขณะสวดลูกประจำ ควรรำพึงเกี่ยวกับประวัติของพระเยซูคริสตเจ้า และแม่พระ พร้อมวอนขออุทกฤษฏ์เกี่ยวกับข้อรำพึงนั้น แบ่งเป็น ๔ ภาค แต่ละภาคแบ่งเป็น ๕ ตอน การสวดให้เปลี่ยนข้อรำพึงทุก ๆ สิบเม็ด ตามวัน ดังต่อไปนี้

ภาค ๑ ธรรมล้ำลึกแห่งความปิตินดี หมายถึง ข้อรำพึงที่เกี่ยวกับการบังเกิดของพระเยซูคริสตเจ้า ใช้สวดสำหรับวันจันทร์และวันเสาร์ มีความหมาย ดังนี้

๑) ทูตสวรรค์แจ้งข่าวแก่พระนางมารีย์ ท่านจะตั้งครรภ์ และให้กำเนิดบุตรชายคนหนึ่ง ท่านจะตั้งชื่อเขาว่า “เยซู” เขาจะเป็นผู้ยิ่งใหญ่ และพระเจ้าผู้สูงสุดจะทรงเรียกเขา เป็นบุตรของพระองค์^๒

๒) พระนางมารีย์เสด็จเยี่ยมนางเอลีซาเบธ เธอมีบุญยิ่งกว่าหญิงใดๆ และบุตรของเธอก็มีบุญด้วย เธอเป็นสุขที่เชื่อว่า พระวาจาที่พระเจ้าได้ตรัสแก่เธอไว้จะสำเร็จ^๓

๓) พระเยซูคริสตเจ้าประสูติในถ้ำเลี้ยงสัตว์ ณ เมืองเบเลเฮม พระนางมารีย์ได้คลอดบุตรชายคนแรกและเอาผ้าพันกายกุมารนั้นแล้ววางไว้ในรางหญ้า เนื่องจากไม่มีห้องพักแรมเลย^๔

๔) พระนางมารีย์ถวายพระกุมารในพระวิหาร เมื่อครบกำหนดเวลาที่มารดาและบุตรจะต้องทำพิธีชำระมลทินตามธรรมเนียมของโมเสส โยเซฟและพระนางมารีย์ได้นำ พระกุมารไปที่กรุงเยรูซาเล็มเพื่อถวายแด่พระเจ้าในพระวิหาร^๕

๕) พระนางมารีย์พบพระเยซูคริสตเจ้าในพระวิหาร ในวันที่สาม ท่านทั้งสองจึงพบพระองค์ในพระวิหาร กำลังนั่งอยู่ท่ามกลางบรรดาอาจารย์ ทรงฟังและได้ถามพวกเขา ทุกคนที่ได้ฟังพระองค์ต่างประหลาดใจในสติปัญญา และคำตอบของพระองค์^๖

ภาค ๒ ธรรมล้ำลึกแห่งมหาทรมาน หมายถึง ข้อรำพึงเกี่ยวกับความทุกข์ของพระเยซูคริสตเจ้า ใช้สวดสำหรับวันอังคารและวันศุกร์ มีความหมายดังนี้

^๑พระธรรมล้ำลึก ๒๐ ประการ หมายถึง เหตุการณ์ในชีวิตของพระเยซูคริสตเจ้าและพระมารดาพระนางมารีย์พรหมจารีย์; สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง, ส่ายประจำของสมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง พระธรรมล้ำลึก ๒๐ ประการ, บริษัท สตาร์บูม อินเตอร์พรีน จำกัด, ม.ป.ป.), หน้า ๑๓-๔๔.

^๒ลก. ๑ : ๒๘-๒๙, ๓๑-๓๒, ๓๘.

^๓ลก. ๑ : ๔๒, ๔๕.

^๔ลก. ๒ : ๖-๗.

^๕ลก. ๒ : ๒๒.

^๖ลก. ๒ : ๔๖-๔๗.

๑) พระเยซูคริสต์เจ้า ทรงเข้าตริทูตในสวนเกทเสมณี พระองค์ทรงชบพระพักตร์ลงกับพื้นดินอธิษฐานภาวนาว่า "พระบิดาเจ้าข้า ถ้าเป็นไปได้ ขอให้ถวายนี้น้ำข้าพเจ้าไปเถิด ถ้าเป็นไปได้ก็ขออย่าให้เป็นไปตามใจข้าพเจ้า แต่ให้เป็นไปตามพระประสงค์ของพระองค์เถิด"^๗

๒) พระเยซูคริสต์เจ้าทรงถูกเยียน ประชาชนทุกคนตอบว่า ขอให้เลือดของเราตกเหนือเรา และเหนือลูกหลานของเราเถิด แล้วปีลาตได้สั่งให้ปล่อยบาร์บัส สั่งให้โยยดีพระเยซูคริสต์เจ้าแล้วส่งพระองค์ให้เขานำไปตรึงบนไม้กางเขน^๘

๓) พระเยซูคริสต์เจ้าทรงถูกสวมมงกุฎหนาม เขาเปลื้องฉลองพระองค์ออก นำเสื้อคลุมสีม่วงแดงมาคลุมให้ นำหนามมาสานเป็นมงกุฎสวมพระเศียร ให้พระองค์ถือไม้ไผ่ในพระหัตถ์ขวาและคุกเข่าลงเฉพาะพระพักตร์ เยาะเย้ยพระองค์^๙

๔) พระเยซูคริสต์เจ้าทรงแบกไม้กางเขนด้วยพระองค์เอง เสด็จออกไปยังสถานที่ ที่เรียกว่า “เนินหัวกะโหลก” ภาษาฮีบรูเรียกว่า “กลโกธา” เขาตรึงพระองค์บนไม้กางเขนที่นั่น^{๑๐}

๕) พระเยซูคริสต์เจ้าทรงถูกตรึงและสิ้นพระชนม์บนไม้กางเขน พระเยซูคริสต์เจ้าทรงร้องเสียงดังว่า "พระบิดาเจ้าข้า" ข้าพเจ้ามอบจิตของข้าพเจ้าไว้ในพระหัตถ์ของพระองค์ เมื่อตรัสดังนี้แล้ว ก็สิ้นพระชนม์^{๑๑}

ภาค ๓ ธรรมล้ำลึกแห่งสิริมงคล หมายถึง ข้อรำพึงเกี่ยวกับการกลับคืนพระชนม์ชีพของพระเยซูคริสต์เจ้า ใช้สวดสำหรับวันพุธและวันอาทิตย์ มีความหมาย ดังนี้

๑) พระเยซูคริสต์เจ้าทรงกลับคืนพระชนม์ชีพ ทูตสวรรค์กล่าวแก่สตรีทั้งสองคนว่า "อย่ากลัวเลย ข้าพเจ้าทราบว่าคุณกำลังแสวงหาพระเยซูคริสต์เจ้า ผู้ถูกตรึงบนไม้กางเขน พระองค์ไม่อยู่ที่นี่ เพราะกลับคืนพระชนม์ชีพแล้วตามที่ตรัสไว้"^{๑๒}

๒) พระเยซูคริสต์เจ้าเสด็จสู่สวรรค์ พระองค์ได้ทรงนำบรรดาศิษย์ออกไปใกล้ หมู่บ้านเบธานี ทรงยกพระหัตถ์ขึ้นอวยพระพร และขณะที่ทรงอวยพระพรอยู่นั้น พระองค์ได้ทรงแยกไปจากเขาและทรงถูกนำขึ้นสู่สวรรค์^{๑๓}

๓) พระจิตเจ้าเสด็จมาเมื่อวันเพนเทกอสเตมาถึง บรรดาศิษย์ทุกคนได้มาชุมนุมในสถานที่เดียวกัน เขาได้เห็นเปลวไฟลักษณะ เหมือนลิ้นแยกไปอยู่เหนือศีรษะของเขา แต่ละคน ทุกคนได้รับพระจิตเจ้าเต็มเปี่ยม^{๑๔}

^๗ มธ. ๒๖ : ๓๖, ๓๘-๓๙.

^๘ ยน. ๑๘ : ๓๙-๔๐ , ๑๙ : ๑; มธ. ๒๗ : ๒๕-๒๖.

^๙ มธ. ๒๗ : ๒๗-๒๙.

^{๑๐} ยน. ๑๙ : ๑๗-๑๘.

^{๑๑} ลก. ๒๓ : ๔๖.

^{๑๒} มธ. ๒๘ : ๕-๗.

^{๑๓} ลก. ๒๔ : ๕๐-๕๑.

^{๑๔} กจ. ๒ : ๑, ๓-๔.

๔) พระนางมารีย์ได้รับเกียรติยกขึ้นสวรรค์ พร้อมกับพระบุตรเยซูคริสตเจ้า พระนางบริสุทธิ์ ยิ่งและเต็มไปด้วยพระสิริรุ่งโรจน์พระนางรุ่งโรจน์ท่ามกลางนักบุญทั้งหลาย^{๑๕}

๕) พระนางมารีย์ได้รับมงกุฎในสวรรค์ เครื่องหมายใหญ่ยิ่งปรากฏในสวรรค์ คือ สตรีผู้หนึ่งมีดวงอาทิตย์เป็นอาภรณ์ มีดวงจันทร์อยู่ใต้เท้า มีมงกุฎดาวสิบสองดวงประดับศีรษะ^{๑๖}

ภาค ๔ ธรรมล้ำลึกแห่งความสว่าง หมายถึง ข้อรำพึงเกี่ยวกับชีวิตเปิดเผยและการกิจของพระเยซูคริสตเจ้า ใช้สวดสำหรับวันพฤหัสบดี มีความหมายดังนี้

๑) พระเยซูคริสตเจ้าทรงรับพิธีล้าง ณ แม่น้ำจอร์แดน ขณะที่พระคริสตเจ้าเสด็จลงไปในน้ำ พระองค์เป็นผู้บริสุทธิ์ แต่มารับสภาพบาปเพราะเห็นแก่เรา^{๑๗} เมื่อพระเยซูคริสตเจ้าทรงรับพิธีล้างบาปแล้วเสด็จขึ้นจากน้ำ ทันใดนั้นท้องฟ้าเปิดออก พระองค์ทอดพระเนตรเห็นพระจิตของพระเจ้าเสด็จลงมาเหนือพระองค์ดุจนกพิราบ แล้วมีเสียงจากสวรรค์กล่าวว่า "ผู้นี้เป็นบุตรสุดที่รักของเรา เป็นที่โปรดปรานของเรา" พระจิตเจ้าเสด็จลงมาเหนือพระองค์ เพื่อส่งพระองค์ไปปฏิบัติภารกิจที่ได้รับมอบ^{๑๘}

๒) พระเยซูคริสตเจ้าทรงเผยพระองค์เองในงานมงคลสมรส ณ หมู่บ้านคานา เมื่อพระเยซูคริสตเจ้าทรงเปลี่ยนน้ำให้เป็นเหล้าองุ่น พระองค์ทรงกระทำอัศจรรย์นี้เป็นเครื่องหมายแรก ที่หมู่บ้านคานา แคว้นกาลิลี พระองค์ทรงสำแดงพระสิริรุ่งโรจน์ของพระองค์ และบรรดาศิษย์เชื่อในพระองค์ ให้เราขอบคุณพระนางมารีย์ผู้เป็นศิษย์กลุ่มแรก และได้มีส่วนร่วมริเริ่มในเหตุการณ์นี้^{๑๙}

๓) พระเยซูคริสตเจ้าทรงประกาศพระอาณาจักรของพระเจ้า และทรงเรียกผู้คนให้กลับใจ "เวลาที่กำหนดไว้มาถึงแล้ว พระอาณาจักรของพระเจ้าอยู่ใกล้แล้ว จงกลับใจและจงเชื่อข่าวดีเถิด"^{๒๐} พระองค์ทรงอภัยบาปของทุกคน ที่เข้ามาหาด้วยความไว้วางใจและศรัทธา^{๒๑} พระองค์ทรงริเริ่มพระเมตตาและยังปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งต้องอาศัยศรัทธาอภัยบาป ซึ่งมีอยู่ในพระศาสนจักรคาทอลิก^{๒๒}

๔) พระเยซูคริสตเจ้าทรงสำแดงพระกายอย่างรุ่งโรจน์ ณ ภูเขาทabor พระพักตร์ของพระองค์ฉายพระสิริรุ่งโรจน์ พระบิดาตรัสกับอัครสาวกว่า "ท่านผู้นี้เป็นบุตรของเรา ผู้ที่เราได้

^{๑๕} ยดธ. ๑๓ : ๑๘., สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอลที่สอง. การสวดสวดประจำ โดยการทำพิธี พระวาจาของพระเป็นเจ้า, (กรุงเทพมหานคร : แผนกการพิมพ์ โรงเรียนดอนบอสโก, ม.ป.ป.), หน้า ๒๑.

^{๑๖} วว. ๑๑ : ๑๙ ; ๑๒ : ๑.

^{๑๗} ๒คร. ๕ : ๒๑.

^{๑๘} มธ. ๓ : ๑๔-๑๗.

^{๑๙} ยน. ๒ : ๑-๓, ๕, ๘-๙.

^{๒๐} มก. ๑ : ๑๕.

^{๒๑} เทียบ มก. ๒ : ๓-๑๒, ลก. ๗ : ๔๗-๔๘.

^{๒๒} มก. ๑ : ๑๕, เทียบ ยน. ๒๐ : ๒๒-๒๓.

เลือกสรร จงฟังท่านเถิด" และได้เตรียมพวกเขาให้มีประสบการณ์ "มหาทรมาน" เพื่อให้เขาได้รับความยินดีในการกลับคืนพระชนมชีพ และดำเนินชีวิตอาศัยพระจิตเจ้า^{๒๓}

๕) พระเยซูคริสต์เจ้าทรงตั้งศีลมหาสนิทเพื่อเป็นเครื่องหมายของธรรมล้ำลึกปัสกา พระเยซูคริสต์เจ้าทรงทราบว่า ถึงเวลาแล้วที่จะทรงจากโลกนี้ไปเฝ้าพระบิดา พระองค์ทรงรักผู้ที่เป็นของพระองค์ซึ่งอยู่ในโลกนี้ พระองค์ทรงรักเขาถึงที่สุด พระเยซูคริสต์เจ้าถวายพระองค์ในศีลมหาสนิทภายใต้รูปปรากฏของปังและเหล้าองุ่น แสดงถึงความรักต่อมนุษยชาติ^{๒๔}

^{๒๓} ลก. ๙ : ๒๘-๒๙.

^{๒๔} มธ. ๒๖ : ๒๖-๒๘.

บทข้าแต่พระบิดา^{๒๖} (Pater Noster)

ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย
 พระองค์สถิตในสวรรค์
 พระนามพระองค์จงเป็นที่สักการะ
 พระอาณาจักรจงมาถึง
 พระประสงค์จงสำเร็จในแผ่นดินเหมือนในสวรรค์
 โปรดประทานอาหารประจำวัน แก่ข้าพเจ้าทั้งหลายในวันนี้
 โปรดประทานอภัยแก่ข้าพเจ้า เหมือนข้าพเจ้าให้อภัยแก่ผู้อื่น
 โปรดช่วยข้าพเจ้าไม่ให้เกิดการผจญ
 แต่โปรดช่วยให้พ้นจากความชั่วร้ายเทอญ อาเมน

บทวันทามารีย์ (Ave Maria)

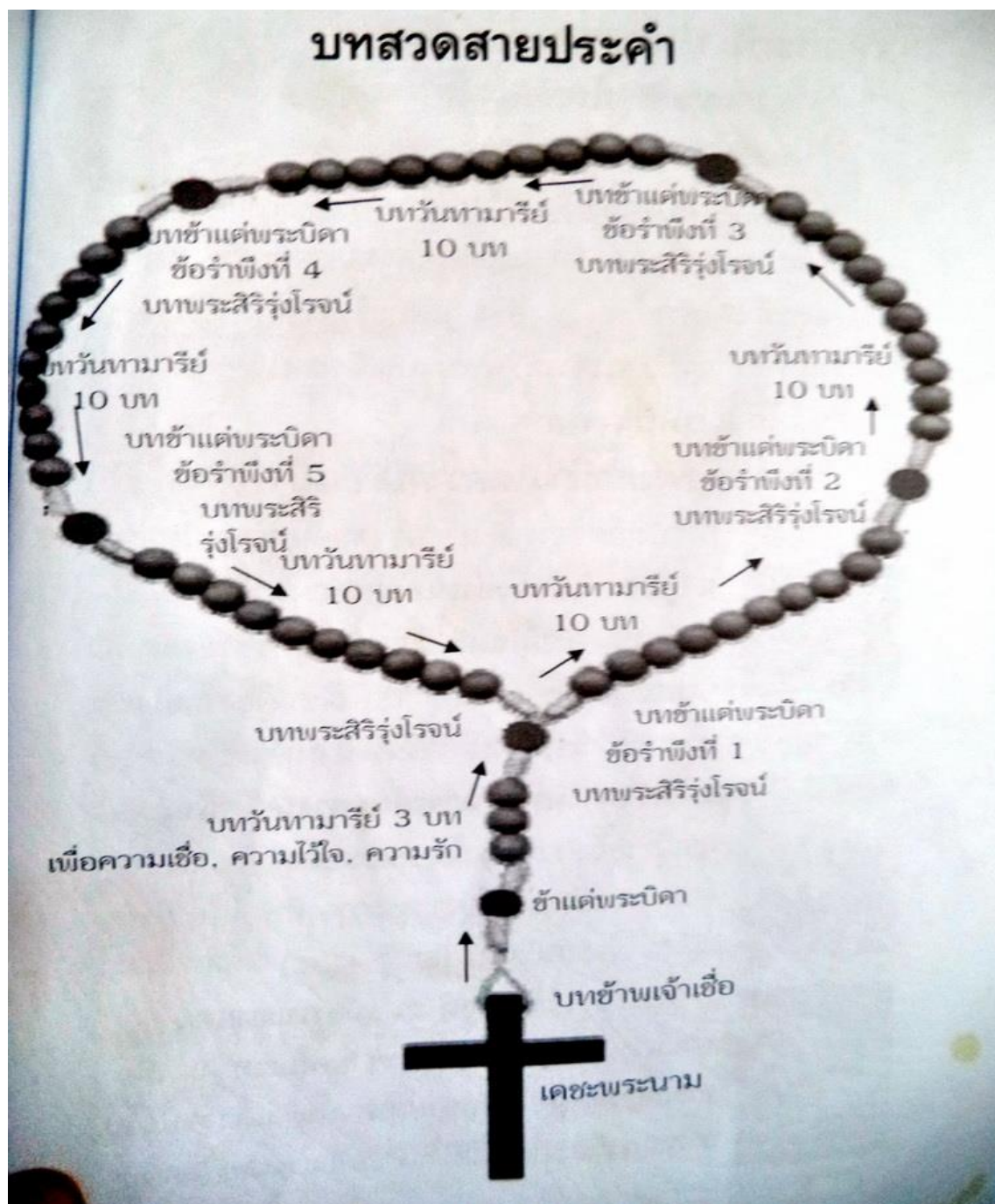
วันทามารีย์ เปี่ยมด้วยพระพรมหาน พะเจ้าสถิตกับท่าน
 ผู้ได้รับพระพรกว่าสตรีใดๆ
 และพระเยซูโอรสของท่าน ทรงได้รับพระพรยิ่งนัก
 สันตะมารีย์ พระมารดาพระเจ้า
 โปรดภาวนาเพื่อลูกทั้งหลายผู้เป็นคนบาป บัดนี้และเมื่อจะตาย อาเมน

บทพระสิริรุ่งโรจน์ (Gloria Patri)

พระสิริรุ่งโรจน์แด่พระบิดา และพระบุตร และพระจิต
 เหมือนในปฐมกาล บัดนี้และทุกเมื่อ ตลอดนิรันดร์ อาเมน

หมายเหตุ ลำดับการสวดสายประคำ มีบทสวดต่าง ๆ ที่ถูกกำหนดแล้ว ตามแผนผังที่
 แสดงไว้ต่อไปนี้

^{๒๖} มธ. ๖ : ๙-๑๓.



แผนผังที่ ๑ แสดงลำดับการสวดสายประคำ

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาวนีย์ ดาราอัมพรสิน
เกิด	วันที่ ๔ กันยายน พ.ศ. ๒๕๓๒
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. ๒๕๑๖ นิเทศศาสตรบัณฑิต สาขาการประชาสัมพันธ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๕๐ ธรรมศึกษาเอก
ประสบการณ์การทำงาน	พ.ศ. ๒๕๑๗ อาจารย์สอนวิชาภาษาไทยเพื่อธุรกิจ มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ พ.ศ. ๒๕๑๘ เลขานุการส่วนตัว ดร.นิพนธ์ ศศิธร ขณะดำรงตำแหน่งรัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ พ.ศ. ๒๕๑๙ เลขานุการรัฐมนตรีทบวงมหาวิทยาลัยของรัฐ พ.ศ. ๒๕๒๐ เลขานุการ กรรมการผู้จัดการ บริษัท ลีอชเลย์ จำกัด พ.ศ. ๒๕๒๐ เริ่มทำธุรกิจส่วนตัวโดยเปิดบริษัท สำนักพิมพ์หนึ่งเจ็ด จำกัด มีหนังสือในเครือ ได้แก่ นิตยสารตะวันออกปริทัศน์ (หนังสือการเมือง), นิตยสารอาหารภัตตาหารโรงแรม (เกี่ยวกับอาหาร), นิตยสารมอเตอร์มาร์ต (เกี่ยวกับรถ), นิตยสารแม่และเด็ก (เกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอนุบาล) พ.ศ. ๒๕๕๐ เป็นวิทยากรสอน grunnฐาน ณ ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์
ที่อยู่ปัจจุบัน	๒๕/๑๒ ซอยเกษมสันต์ ๑ ถนนพระราม ๑ แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร ๑๐๓๓๐
เข้าศึกษา	ปีการศึกษา ๒๕๕๓
สำเร็จการศึกษา	ปีการศึกษา ๒๕๕๘