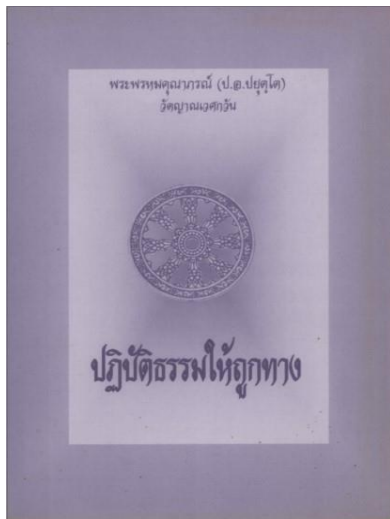


บทวิจารณ์หนังสือ (Book Review)
ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต)

โดย
พระจักรพงศ์ ปิยธมฺโม

Received October 3, 2020; Revised October 17, 2020; Accepted October 19, 2020



ผู้เขียน : พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต)

ISBN : 9748357945

จำนวน : 142 หน้า

ปีที่พิมพ์ : 2553, พิมพ์ครั้งที่ 100

หนังสือเรื่อง "ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง" ได้เรียบเรียงจากพระธรรมเทศนา โดย สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต) เมื่อครั้งดำรงสมณศักดิ์พระพรหมคุณาภรณ์ ได้เมตตาแสดงธรรมเทศนา แก่ นิสิตปริญญาโท ภาควิชาสารัตถศึกษา แห่งบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ณ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อวันที่ 9 กุมภาพันธ์ 2532

ในหนังสือนี้ กล่าวถึงเนื้อหาสาระที่มีความน่าสนใจเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะความเข้าใจพื้นฐานของการปฏิบัติธรรม การเริ่มต้นและก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม และหลักการทั่วไปของการปฏิบัติ

ท่านอธิบายว่า ปฏิปทาหรือปฏิบัติ หมายถึงการเดินทางและทางที่เดิน เพราะฉะนั้น การปฏิบัติธรรมก็คือเอาธรรมมาใช้ในการเดินทางชีวิต หรือเอามาช่วยให้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง หรือเอามาช่วยในการเดินทางชีวิต เพื่อให้การดำเนินชีวิตนั้นเป็นไปด้วยดี หมายความว่า ถ้าเราไม่เอาธรรมมาใช้ การเดินทางชีวิตของเรา ก็อาจจะผิด อาจจะเขว อาจจะพลาด อาจจะหลงอาจจะไปในทางที่เกิดความ

เสียหาย แทนที่จะเป็นทางแห่งความสุขความเจริญ เอาธรรมมาช่วย เอาธรรมมาปฏิบัติ ก็คือ เอาธรรมมาช่วยให้การเดินทางชีวิตนี้ถูกต้องเกิดประโยชน์ขึ้น เรียกว่า การปฏิบัติธรรมคือการเอาธรรมมาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิต

คำว่าปฏิบัติธรรมนั้น ท่านอธิบายว่า เอาธรรมมาปฏิบัติ เอาธรรมมาใช้ เอามาใช้ดำเนินชีวิตทำงาน คือเอาธรรมมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตจริง นั่นเอง เมื่อปฏิบัติธรรมก็หมายถึงว่า เอาธรรมมาใช้ในชีวิตจริง หรือเอามาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิต ถ้ายังไม่ได้ใช้ ก็ไม่เรียกว่า เป็นการปฏิบัติ ว่าถึงตัวคำว่า "ปฏิบัติ" เองนี้ เดิมนั้นแปลว่า "เดินทาง" มาจากภาษาบาลี ของเดิมนั้น มีคำคล้าย ๆ กันอีกคำหนึ่ง คือ "ปฏิปทา" จะเห็นได้ในคำว่า "มัชฌิมาปฏิปทา" ที่แปลว่า "ทางสายกลาง" มัชฌิมา แปลว่า สายกลาง และปฏิปทา แปลว่าทาง ทางนั้นคือ ที่ที่จะเดิน

คำว่าปฏิปทา กับคำว่าปฏิบัตินี้ เป็นคำเดียวกัน รากศัพท์อันเดียวกัน ถ้าเป็นกริยา มีรูปเป็น ปฏิปชฺชติ เช่น ในคำว่า "มคฺค ปฏิปชฺชติ" แปลว่า เดินทาง เพราะฉะนั้น ปฏิปชฺชติ มาเป็น ปฏิบัติ หรือเป็นปฏิปทา ก็ตาม ก็แปลว่า การเดินทาง หรือแปลว่า ทางที่เดิน ถ้าเป็นการเดินทาง ที่เดินก็นิยมใช้ปฏิปทา เพราะฉะนั้น เราเอาถ้อยคำสำหรับสิ่งที่เป็นรูปธรรมนั่นเอง มาประยุกต์ใช้ในทางนามธรรม การเดินทางตามปกตินั้น เป็นการเดินทางภายนอก เป็น การเดินทางด้านวัตถุ เอาเท้าเดิน หรือแม้มีรถแล้ว เอารถวิ่งไปตลอดจนไปด้วยเครื่องบิน ก็เรียกว่า เป็นการเดินทาง

ปฏิบัติธรรม คือ เอาธรรมมาปฏิบัติ เอาธรรมมาใช้ เอามาใช้ดำเนินชีวิต ทำงาน คือเอาธรรมมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตจริงนั่นเอง เมื่อปฏิบัติธรรม ก็หมายถึงว่า เอาธรรมมาใช้ในชีวิตจริง หรือเอามาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิต ถ้ายังไม่ได้ใช้ ก็ไม่เรียกว่าเป็นการปฏิบัติ คำว่า "ปฏิบัติ" นี้ เดิมนั้นแปลว่า "เดินทาง" มาจากภาษาบาลี ของเดิมนั้นมีคำคล้าย ๆ กันอีกคำหนึ่งคือ "ปฏิปทา"

จะเห็นได้ในคำว่า "มัชฌิมาปฏิปทา" ที่แปลว่า "ทางสายกลาง" มัชฌิมา แปลว่า สายกลาง และปฏิปทา แปลว่า ทาง คือ ที่ที่จะเดิน คำว่าปฏิปทา ก็คือที่ที่จะเดิน คำว่า ปฏิปทา กับคำว่า ปฏิบัติ นี้ เป็นคำเดียวกัน รากศัพท์อันเดียวกัน ถ้าเป็นกริยาก็มีรูปเป็น ปฏิปชฺชติ เช่นในคำว่า "มคฺค ปฏิปชฺชติ" แปลว่า เดินทาง เพราะฉะนั้น ปฏิปชฺชติ มาเป็น ปฏิบัติ หรือเป็น ปฏิปทา ก็ตาม ก็แปลว่า การเดินทาง หรือแปลว่า ทางที่เดิน ถ้าเป็นการเดินทางก็นิยมใช้ในรูปว่า "ปฏิบัติ" หรือไทยใช้ว่า "ปฏิบัติ" ถ้าเป็นทางที่เดินก็นิยมใช้ "ปฏิปทา" เพราะฉะนั้น เป็นการนำถ้อยคำสำหรับสิ่งที่เป็นรูปธรรมนั่นเอง มาประยุกต์ใช้ในทางนามธรรม

การปฏิบัติธรรม ก็คือ เอาธรรมมาใช้ในการเดินทางชีวิต หรือเอามาช่วยให้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง หรือเอามาช่วยในการเดินทางชีวิต เพื่อให้การดำเนินชีวิตนั้นเป็นไปด้วยดี การปฏิบัติธรรมก็จึงเป็นเรื่องกว้าง ๆ ไม่เฉพาะการที่จะปลีกตัวออกจากสังคม ไปอยู่ที่วัด ไปอยู่ที่ป่า แล้วก็ไปนั่งบำเพ็ญสมาธิ ซึ่งท่านอธิบายว่าไม่ใช่แค่นั้น แม้เป็นเพียงส่วนหนึ่งก็ตาม เพราะเป็นการพยายามนำธรรมมาใช้ในการขึ้นลึก ในการที่จะฝึกฝนจิตใจอย่างจริงจัง ถ้าจะเรียกเป็นภาษาสมัยใหม่ การปลีกตัวไปปฏิบัติ เรียกว่า เป็นการปฏิบัติแบบ intensive เป็นการปฏิบัติแบบเข้มข้น

การปฏิบัติธรรมต้องมีตลอดเวลา คือเอาธรรมมาใช้ เมื่อปฏิบัติสิ่งนั้น ทำสิ่งนั้นอย่างถูกต้อง ก็เป็นการปฏิบัติธรรม ดังนั้น ถ้าตนมีหน้าที่ศึกษาเล่าเรียน มีความขยันหมั่นเพียร ตั้งใจเล่าเรียน เล่าเรียนให้ได้ผล ก็เป็นการปฏิบัติธรรม เช่น เล่าเรียนโดยมี อิทธิบาท 4 มีฉันทะ พอใจรักในการเรียนนั้น มีวิริยะ มีความเพียร ใจสู้ มีจิตตะ เอาใจใส่ รับผิดชอบ มีวิมังสา คอยไตร่ตรอง ตรวจสอบ ทดสอบ ทดลองให้ได้ผลดียิ่งขึ้นไป อย่างนี้ก็เรียกว่า “ปฏิบัติธรรม” หรือในการทำงานก็เหมือนกัน การปฏิบัติธรรมนี้ จึงเป็นเรื่องที่กว้างมาก หมายถึง การนำเอาธรรมมาใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ชีวิต หรือการทํากิจทำงานทำหน้าที่ให้ถูกต้อง ทำทุกเรื่องทุกอย่างให้ถูกต้อง ให้ดี ให้เกิดผลเป็นประโยชน์ เพื่อจะได้เข้าถึงชีวิตที่ดีงามมีความสุขที่แท้จริงนั่นเอง เป็นการ “ปฏิบัติธรรม”

โดยเนื้อหาประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ความเข้าใจพื้นฐาน ปฏิบัติธรรมคืออะไร การศึกษากับการปฏิบัติ ไม่ใช่คนละอย่าง ตัวแท้ของการปฏิบัติอยู่ที่ไหน ปฏิบัติโดยไม่มีปริยัติ จริตหรือ ปริยัติ จะเอาแคไหนและอย่างไร จริตหรือที่ว่า ผู้ปฏิบัติธรรมต้องไม่มีความอยาก วิธีปฏิบัติต่อความอยาก ฉะไม่เอาเรื่องหรือคือปฏิบัติธรรม ปฏิบัติธรรมสำเร็จ วัดด้วยอะไร

ตอนที่ 2 การเริ่มและก้าวหน้าในการปฏิบัติ แรงขับเคลื่อนที่จะเริ่มปฏิบัติธรรม เครื่องช่วยในการปฏิบัติธรรม ปัจจัยตัวเอกของการศึกษา ปฏิบัติธรรมวัดผลอย่างไร ดูคุณธรรมที่เพิ่มขึ้น ดูการทำหน้าที่ต่อธรรมต่าง ๆ คุณภาพจิตที่เดินดูระหว่างทาง

ตอนที่ 3 เนื้อตัวของการปฏิบัติ หลักการทั่วไปของการปฏิบัติธรรม หลักการ/ผลสำเร็จของการปฏิบัติธรรมขั้นภาวนา หลักชาวพุทธธรรมเพื่อการปฏิบัติธรรม

ท่านได้อธิบายไว้ว่า การปฏิบัติธรรม คือ เอาธรรมมาปฏิบัติ เอามาใช้ดำเนินชีวิตให้เกิดประโยชน์ ทำให้ชีวิตที่ดีมีความสุข คำว่า ปฏิบัติ เดิมแปลว่าเดินทาง คล้ายกับปฏิบัติ แปลว่า ทางคือที่จะเดิน ชีวิตก็เป็นการเดินทาง เดินแปลงมาเป็นดำเนิน การดำเนินชีวิต ถ้าเป็นอยู่อย่างถูกต้องก็เรียกว่าเดินทางชีวิตอย่างถูกต้องคือดำเนินชีวิตได้ดี การปฏิบัติธรรมที่แท้จริงนั้นต้องมีอยู่ตลอดเวลา เป็นอันว่าการปฏิบัติธรรมนี้เป็นเรื่องที่กว้างมาก หมายถึง การนำเอาธรรมมาใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ชีวิต ทำทุกเรื่องทุกอย่างให้ถูกต้อง ให้ดี ให้เกิดผลเป็นประโยชน์ เพราะจะได้เข้าถึงชีวิตที่ดีงามมีความสุขที่แท้จริง ดังนั้นผู้เขียนจึงขอวิจารณ์หนังสือ “ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง” ตามลำดับ ดังนี้

หนังสือ “ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง” ได้อธิบายภาพรวมของการปฏิบัติธรรมไว้ว่า การปฏิบัติธรรมยังจำแนกได้เป็นสำหรับพระสงฆ์และฆราวาส และได้แบ่งการปฏิบัติธรรมไว้ 2 ชุดคือ

1) ศีล สมาธิ ปัญญา หรือไตรสิกขา เน้นสำหรับพระสงฆ์ ศีล คือ ตัวของเราที่แสดงออกมาภายนอกทางกายและวาจา สมาธิลึกเข้าไปข้างในอยู่ที่จิตใจ ปัญญาเป็นขั้นที่อาศัยจิตนั้นทำงานให้เกิดความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลาย

2) ทาน ศีล ภาวนา หรือบุญสิกขาหรือบุญสิกขา แปลว่าการฝึกฝนปฏิบัติอบรมในเรื่องความดี การทำให้คนเจริญงอกงามขึ้นในความดี เน้นสำหรับคฤหัสถ์ เน้นส่วนภายนอกมากขึ้น ทานเป็นการ

เอาสิ่งของไปให้แก่ผู้อื่น การเอื้อเฟื้อช่วยเหลือกัน ศีลก็มาอยู่ที่ตัว ภาวนาก็เข้าไปในตัวก็คือสมาธิและปัญญา ทั้งสองชุดที่จริงเป็นระบบอันเดียวกัน แต่แยกเพื่อให้เห็นจุดเน้นที่ต่างกัน สำหรับคฤหัสถ์จะเน้นด้านนอก สำหรับพระสงฆ์จะเน้นด้านใน สารสำคัญมาปรากฏเด่นที่การปฏิบัติ การศึกษาต้องเน้นที่การปฏิบัติ

อย่างไรก็ตาม หนังสือ “การปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง” เล่มนี้ ควรจะได้เติมเต็มในส่วนของรายละเอียดที่ปรากฏในพระสูตรต้นตอด้วย ซึ่งเมื่อได้ศึกษาค้นคว้าพบว่า คำว่า ปฏิบัติธรรม ใจความสำคัญที่ปรากฏในพระไตรปิฎกเป็นการกล่าวถึงการปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบ ประพฤติตามธรรม ปฏิบัติธรรมถูกต้องตามหลักธรรม ปฏิบัติธรรมให้เสมอต้นเสมอปลาย สร้างบุญกุศลเอาไว้ การถือปฏิบัติธรรม รักษาสิกขาบท ปฏิบัติธรรมของพระตถาคต ปฏิบัติธรรม อยู่รักษาศีล ซึ่งปรากฏในพระไตรปิฎก เล่มที่ 10-11 13-15 17-26 29-30 33 และ 36 รายละเอียดเนื้อความของคำว่า ปฏิบัติธรรม ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกสามารถจำแนกได้ 3 ลักษณะ คือ วิธีการปฏิบัติธรรม อาณิสสของการปฏิบัติธรรม และชักชวนให้ปฏิบัติธรรม ทั้งนี้ ไม่พบการอธิบายโดยตรงว่าปฏิบัติธรรมหมายถึงอะไร หากแต่สามารถเทียบเคียงและตีความได้จากการอธิบายถึงวิธีการปฏิบัติธรรม เนื้อความเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติธรรมในพระไตรปิฎก เป็นการอธิบายว่าการกระทำอย่างไรจึงจะเป็นการปฏิบัติธรรม เช่น ในอังคุตตรนิกาย ติกนิบาต ลักษณะสูตร พระพุทธเจ้าตรัสถึงธรรม 3 ได้แก่ กายสุจริต วาจาสุจริต มโนสุจริต บุคคลประกอบด้วยธรรม 3 ประการนี้พึงทราบว่าเป็นบัณฑิต เราถือปฏิบัติธรรม 3 ประการนั้น ในสังยุตตนิกาย ชนวรรค สุตที่ 24 พระพุทธเจ้าตรัสเกี่ยวกับผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม มีใจความว่า ภิกษุผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม มีธรรมอันเหมาะสม คือ พึงเป็นผู้พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง เห็นทุกข์ เห็นอนัตตา ในรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็กำหนดรู้รูป รู้วิญญาณ เมื่อกำหนดรู้รูป... เป็นต้น ย่อมพ้นจากรูป... จากวิญญาณย่อมพ้นจากชาติชรามรณะ โสกะปริเทวะ ทุกข์ โทมนัสและอุปายาส และย่อมพ้นจากทุกข์ ในขุททกนิกาย สุตตนิบาต นาวาสุต พระพุทธเจ้าตรัสว่า "บุรุษผู้มีปัญญา ไม่ประมาท คบบุคคลผู้เป็นพหูสูตเช่นนั้น ทำธรรมนั้นให้มีประโยชน์ ใครครวญแล้ว ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ย่อมเป็นผู้รู้แจ้ง แสดงธรรมแก่ผู้อื่นและเป็นผู้ละเอียด ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค ชัคควิสาลสูตร สุตตนิบาต พระปัจเจกพระพุทธเจ้าตรัสว่า "การปฏิบัติธรรมสมควร คือ การปฏิบัติชอบ การปฏิบัติสมควร การปฏิบัติไม่เป็นข้าศึก การปฏิบัติเอื้อประโยชน์ การปฏิบัติธรรมถูกต้องตามหลักธรรม การรักษาศีลให้บริบูรณ์ การสำรวมอินทรีย์ ความรู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร ความเป็นผู้มีสมาธิเป็นเครื่องตั้งอยู่เสมอ สติและสัมปชัญญะ เหล่านี้เรียกว่า ธรรมสมควร และใน ทีฆนิกาย ปาฏิกวรรค ปาสาทิกสูตร กล่าวถึงศาสดาเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และธรรมก็เป็นอันศาสดากล่าวไว้ดี เมื่อมีผู้กล่าวกับสาวกว่า ท่านจงปฏิบัติธรรมที่ศาสดาของท่านแสดงไว้ปัญญาดีไฉน ปฏิบัติตามนั้นจะประสพบุญเป็นอันมากเพราะในธรรมวินัยที่พระศาสดากล่าวไว้ดี ประกาศไว้ดี เป็นเครื่องนำออกจากทุกข์ได้ เป็นไปเพื่อความสงบระงับ เป็นต้น

ทั้งนี้ หนังสือ “ปฏิบัติธรรมให้ถูกต้อง” จึงเป็นหนังสือที่เหมาะสมอย่างยิ่งสำหรับประชาชนผู้สนใจในการปฏิบัติธรรม ผู้ปฏิบัติธรรม หรือแม้แต่พระภิกษุผู้บวชเข้าในพระพุทธศาสนา เพราะเป็นหนังสือที่เหมาะสมสำหรับการทำความเข้าใจพื้นฐานของการปฏิบัติธรรมให้ถ่องแท้ แม้จะไม่ได้ให้รายละเอียดที่ครอบคลุมถึงเนื้อหาในส่วนของพระไตรปิฎกทั้งหมดก็ตาม แต่ก็ได้ให้รายละเอียดของหลักธรรมต่าง ๆ ที่จำเป็นและสำคัญต่อการทำความเข้าใจ คำว่า การปฏิบัติธรรม ซึ่งโดยทั่วไปนั้นอธิบายคำว่า การปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาอย่างย่อจะหลากหลายไปตามศรัทธา มุมมอง ความรู้และประสบการณ์ของแต่ละบุคคล คำที่สื่อถึงหรือคำอธิบายการปฏิบัติธรรม เช่น ไหว้พระ สวดมนต์ แผ่เมตตา นั่งสมาธิ ขาดเวียนเทียน ทำบุญตักบาตร เข้าวัดฟังเทศน์ฟังธรรม กรวดน้ำอุทิศบุญ ป่วยอย่าไป ไถ่ชีวิตโคกระบือ งดเหล้าเข้าพรรษา ถือน้ำศีลกินเจ รักษาศีลห้า ถือน้ำศีลแปด นั่งหลับตาสงบนิ่ง เข้าคอร์สวิปัสสนา ป่วยอย่าไป ควบคุมอารมณ์ ไม่โกรธ ลดละกิเลส เดินจงกรม เข้าฌาน เจริญสติ เจริญปัญญา มรรคผล นิพพาน ซึ่งปฏิเสธไม่ได้ว่าไม่ใช่เรื่องของการปฏิบัติธรรม แต่ก็ไม่ได้เป็นการปฏิบัติธรรมให้ถูกต้อง เพราะการปฏิบัติธรรมให้ถูกต้อง ถูกทาง จะต้องเป็นแนวทางการปฏิบัติที่มุ่งไปสู่ ศีล สมาธิ และปัญญา และทาน ศีล ภาวนา ตามลำดับ

เอกสารอ้างอิง

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2553). *ปฏิบัติธรรมให้ถูกต้อง* (พิมพ์ครั้งที่ 100). กรุงเทพฯ: ธรรมสภาและสถาบันสันติธรรม