การศึกษา ฉบับง่าย

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

Education Made Easy

P. A. Payutto
(Somdet Phra Buddhaghosacariya)

การศึกษา ฉบับง่าย

© สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

ISBN 974-7892-27-8

ฉบับภาษาไทย พิมพ์ครั้งแรก กุมภาพันธ์ ๒๕๔๕

ฉบับสองภาษา พิมพ์ครั้งแรก กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

- คุณพีรนุช เกียรติสมมารถ และครอบครัว พิมพ์เป็นธรรมทาน ๓,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ที่
สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด
๒๓ ซอย ๖ หมู่บ้านสวนหลวงแหลมทอง ๒ ถนนพัฒนาการ ซอย ๒๘
เขตสวนหลวง กรุงเทพฯ ๑๐๒๕๐ โทร ๐ ๒๗๕๐ ๗๗๓๒
โทรสาร ๐ ๒๗๕๐ ๗๖๓๒ Email: petandhome@gmail.com

Education Made Easy

by P. A. Payutto (Somdet Phra Buddhaghosacariya)
translated by Robin Moore

© 2018 English edition – Robin Moore

Original Thai version first published: February 2002
Translated English version first published: February 2018 3,000 copies

Typeset in: Athiti, Crimson, Gentium, Open Sans and TF Uthong.
Layout design by: Anantaporn Vangsiripaisal, Supapong Areeprasertkul
Printed by:
Phlidhamm Publishing under Pet & Home Publishing House Co., Ltd.
23 Soi 6, Mooban Suanluang Laemthong 2,
Pattanakarn Road, Suanluang, Bangkok 10250, Thailand
Tel. 02 750 7732, www.petandhome.com

Anumodana – Appreciation

For many years the Buddhist followers of Wat Nyanavesakavan have printed numerous books as a 'gift of the Dhamma' (*dhamma-dāna*) for free distribution. Sometimes these faithful individuals have wished that people from other countries can be introduced to and learn about Buddhism by way of these books, and they have therefore translated them themselves or supported skilled and knowledgable individuals to translate them on their behalf. As a result, many Dhamma books, both large and small, have been translated into foreign languages—in particular into English.

Several years ago, the Buddhist congregation (*buddha-parisā*) at Wat Nyanavesakavan, both monastics and close lay supporters, agreed that there should be a systematic, earnest, and ongoing effort and procedure for translating Dhamma books into English and publishing them for wider distribution. Establishing such a procedure will help to ensure that the study of Dhammavinaya and the propagation of Buddhism proceeds in a stable and secure way. Fortuitously, a skilled and accomplished translator was at hand to perform this task on a regular basis, namely Mr. Robin Moore. In respect to funding this project, Khun Peeranuch Kiatsommart has faithfully shouldered responsibility throughout, both in supporting Wat Nyanavesakavan and in providing financial assistance to the translator. This has been a tremendous act of generosity and dedication.

On this occasion, the book titled 'Education Made Easy' has been completed as an English translation.* The initial impetus for translating this book came from a sincere request by Khun Anintita Posakrisna, the director of Siam Saam Tri School.

I wish to express my gratitude to Khun Peeranuch Kiatsommart who has acted as patron and managed various tasks with devotion to the Triple Gem, wholesome enthusiasm for the threefold training, and great goodwill and kindness towards students and practitioners of Dhammavinaya, enabling this gift of Dhamma to bear fruit and meet with success. Furthermore, may I express thanks to Mr. Robin Moore, who has cultivated the Four Paths to Success—wholesome desire, effort, committed attention, and thorough investigation. He has used his skill and expertise to carry out this scholarly work to fulfilment, which will be of long-lasting value and benefit to people worldwide.

P. A. Payutto (Somdet Phra Buddhaghosacariya)
8 January 2018

---

* Trans.: the Thai title of this book is การศึกษา ฉบับง่าย.

สารบัญ

อนุโมทนา ..... *(๑)*
วันครู ๑
งานของครู-งานของพระพุทธเจ้า ๒
หลักการศึกษา ๔
หลักการสอน ๖
ไตรสิกขา เดินหน้าไปกับชีวิตทั้งสามด้าน ๙
สอนเด็กให้ได้ครบไตรสิกขา ๑๑
สิกขาข้อศีลมี ๒ ด้าน ๑๓
กินอย่างไรให้เป็นไตรสิกขา ๑๔
เอาปัญญากับจิตใจมาช่วยในการฝึกศีล ๑๗
พอกินอยู่เป็น…ก็คิดเป็นเอง ๑๘
วินัย คือ จัดตั้งวิถีชีวิตแห่งไตรสิกขา ๒๐
ถ้ามองเห็นความสำคัญของความเคยชิน
ก็รู้ความสำคัญของวินัย ๒๑
วินัยเป็นรูปแบบ ต้องรักษาสาระไว้ และสื่อสาระได้ ๒๓
รู้จักศีลครบ ๔ หมวด จึงจะเข้าใจคำว่า "ศีล" ๒๕
ทำไม ในการศึกษาขั้นพื้นฐาน
ท่านเริ่มต้นโดยเอาศีล เป็นที่บูรณาการไตรสิกขา ๒๘
ได้แค่ศีล เพียงขั้นกินอยู่ดูฟังเป็นเท่านั้น
เด็กไทย สังคมไทย มีหรือจะไม่พัฒนา ๓๐

อาชีวะเป็นแดนใหญ่ ทั้งโดยกิจกรรม และโดยกาลเวลา
ในการที่จะเอาไตรสิกขามาพัฒนาชีวิตคน ๓๒
ถ้ามีวินัยชาวพุทธ ก็มีวิถีชีวิตที่เอื้อต่อการศึกษา..... ๓๔
การศึกษา ออกผลมาเป็นชีวิตที่เป็นอยู่อย่างดี
มีวิถีชีวิตดีงามที่พัฒนาไปในมรรค จนเป็นภาวิต ๔..... ๓๕
มอง Child-Centered Education อย่างไร
จึงจะเอามาใช้หรือไม่ใช้ อย่างเท่าทัน ๓๘
ของที่นำเข้า ต้องรู้ให้เต็มเท่าที่เขาเข้าใจ
ของเขาพร่องตรงไหน ก็ต้องรู้และเติมให้เต็มจริงๆ ได้..... ๔๑

Table of Contents

Education Made Easy.....1

Teacher's Day.....1

Teachers' Work – the Buddha's Work.....2

Principles of Learning.....4

Principles of Teaching.....6

Threefold Training.....9

Teaching Children Proficiency in the Threefold Training.....11

Two Facets of Training in Conduct.....13

Disciplined Consumption.....14

Intelligence and Attention Help to Guide Our Conduct.....17

Skilful Consumption Leads to Skilful Reflection.....18

Setting Down a Code of Training.....20

Habitual Behaviour and a Code of Ethics.....21

Safeguarding and Imparting a Code of Ethics.....23

Fourfold Practice in Moral Conduct.....25

Skilful Sense Engagement as a Basis
for the Threefold Training.....28

Skilful Consumption and Personal Growth.....30

The Important Role of Livelihood in Personal Development.....32

Buddhist Social Discipline Is Conducive to Education.....34

True Education Leads to a Good Quality Life,
Progress on the Path, and the Fourfold Mastery.....35

Insightful Implementation of Child-Centred Education.....38

Refining Foreign Educational Systems.....41

การศึกษา ฉบับง่าย

Education Made Easy*

วันครู

วันนี้เป็นวันครู ทางโรงเรียนอนุบาลหนูน้อย และโรงเรียนทอสี มาที่วัดวันนี้ก็เนื่องในวันครู ซึ่งเป็นเหมือนช่วยเตือนเราให้มีสติ ระลึกถึงการศึกษา ระลึกถึงความหมายที่แท้จริงของการศึกษา ระลึกถึงเด็ก ระลึกถึงอนาคตของประเทศชาติ ฯลฯ ระลึกถึงอะไรก็ได้ ที่จะทำให้ดีขึ้น

เราพูดกันบ่อยว่า**เด็กเป็นอนาคตของชาติ** พอดีว่าวันเด็กก็ใกล้กับวันครู วันเด็กใกล้กับวันครูก็ดี เพราะว่าเริ่มจากใกล้ชิดที่สุดคือเด็กกับผู้ปกครอง วันเด็กทำให้เด็กกับพ่อแม่เชื่อมประสานกันแล้ว พอถึงวันครูก็มาเชื่อมประสานเด็กกับคุณครูอีก

เมื่อมองในแง่ที่ว่าเด็กเป็นอนาคตของชาติ

ครูก็นับว่าเป็นผู้สร้างอนาคตของชาติ

---

* ธรรมเทศนา แสดงแก่คณะครูและผู้บริหาร ของโรงเรียนอนุบาลหนูน้อย และโรงเรียนทอสี ที่มาถวายรายงานการจัดการศึกษาแนวพุทธ และรับฟังโอวาท เนื่องในวันครู ๑๖ มกราคม ๒๕๔๕ ณ อุโบสถ วัดญาณเวศกวัน

Education Made Easy

Teacher's Day

Today is Teacher's Day. Members of Siam Saam Tri School[1] and Thawsi School have come to the monastery today to mark this occasion. In effect, your coming here is a reminder—a way to bear in mind the true significance of education, to remember the importance of children, to consider the future of the nation, and indeed to recollect any related subject pertaining to the improvement of human beings.[2]

It is often said that children are the nation's future. It is fitting that Children's Day falls close to Teacher's Day, as these two days honour the most intimate relationships for children, i.e. the relation-ship to their guardians.[3] Children's Day strengthens the bond between children and their parents. This is followed by Teacher's Day, which strengthens the bond between children and their teachers.

If children are the future of the nation, it is reasonable to say that teachers are the people who create the nation's future.

---

1 Trans.: in the original talk, the author refers to this school by its original name: Nue Noy Kindergarten. Its name was later changed to Siam Saam Tri School.

2 This Dhamma talk was presented to teachers and administrators of Siam Saam Tri School and Thawsi School, who came to Wat Nyanavesakavan on Teacher's Day, 16 January 2002, to offer a report on a Buddhist Curriculum and to listen to an exhortation.

3 Trans.: in Thailand, Children's Day is celebrated on the second Saturday in January; Teacher's Day is celebrated on January 16.

พอดี*สมเด็จพระสังฆราชประทานพระคติมาปีนี้ เท่าที่จำได้ว่า...*

"เด็กคืออนาคตของชาติ ผู้ใหญ่เป็นอนาคตของเด็ก"

อันนี้เป็นเรื่องสำคัญมาก *ผู้ใหญ่ที่สำคัญมาก คือพ่อแม่ กับครู* ครูนั้นแน่นอน โดยตรงเลย เพราะงานการศึกษาเป็นงานเพื่ออนาคตของเด็ก เมื่อพูดว่าเด็กเป็นอนาคตของชาติ ก็เหมือนกับพูดว่า **อนาคตของชาติอยู่ในกำมือของคุณครู คุณครูเป็นผู้สร้างอนาคตของชาติ**

ทั้งหมดนี้เป็นเรื่องที่เตือนสติให้พยายามทำหน้าที่ของเราให้ดีที่สุด วันนี้ก็ถือว่าเป็นวันที่ประสานกัน วันเด็กมาก่อน แล้วมาถึงวันครู ก็มาครบถ้วนสมบูรณ์ที่วันนี้ ได้ครบทั้งเด็ก คุณพ่อคุณแม่และคุณครู มาประสานกัน เพื่อทำให้เด็กมีชีวิตที่เจริญงอกงาม

งานของครู-งานของพระพุทธเจ้า

ตอนนี้เรามาทำงานอย่างมีชีวิตร่วมกัน ที่งดงามอย่างดี ทางผู้บริหารและคุณครูได้เล่าความเป็นมาของโรงเรียน สำหรับโรงเรียนอนุบาลหนูน้อยเท่าที่ฟังมาเริ่มตั้งแต่ปี ๒๕๒๓ ก็ ๒๒ ปีแล้ว ส่วนของโรงเรียนทอสีเริ่ม ๒๕๓๓ ก็ ๑๒ ปีแล้ว ตอนนี้โรงเรียนได้มาเข้าสู่แนวทางของพระพุทธศาสนากันอย่างจริงๆ จังๆ ที่บอกเมื่อกี้ ตั้งแต่ ๒๕๔๑ นี่ก็ ๔ ปี

ขออนุโมทนาผู้ทำกิจหน้าที่ด้วยคุณธรรม คือความเมตตา กรุณา หลักธรรมชุดนี้คือพรหมวิหาร มี ๔ แต่เราพูดกันไปกันมาบางทีเหมือนกับว่ามีแค่ ๒ คือ เมตตา กรุณา ที่จริงต้องให้ครบทั้ง ๔ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา

As it happens, this year our Supreme Patriarch offered a teaching on this subject. What I remember him saying is: 'Children are the nation's future; adults are the children's future.'

This is a vital matter of consideration. The most important adults for children are their parents and teachers. Without a doubt, teachers have a direct influence on children, because the task of education shapes children's futures. Saying that children are the nation's future is equivalent to saying that the future of the nation lies in the hands of the teachers. Teachers create the nation's future.

This subject is a reminder to us to try and fulfil our responsibilities to the best of our abilities. Today, we integrate Children's Day with Teacher's Day. They are united on this day. Children, parents, and teachers work in cooperation to enable children's lives to prosper and flourish.

Teachers' Work – the Buddha's Work

We are working together to create a decent and good quality life for children and for the entire society. Today, the administrators and teachers have related the origin and development of the two schools. From what I understand, Siam Saam Tri School was founded twenty-two years ago, in 1980. Thawsi School was founded twelve years ago, in 1990. And four years ago, in 1998, both schools adopted a Buddhist curriculum in a committed and earnest way.

May I express my gratitude to those of you who perform this pedagogic work with kindness (*mettā*) and compassion (*karuṇā*). These two qualities are part of a group known as the four sublime states of mind.[4] Occasionally, only these two initial qualities are mentioned, but for people to reach true success in their work all four qualities need be present: loving-kindness, compassion, appreciative joy (*muditā*), and equanimity (*upekkhā*).

[4] *Brahmavihāra.*

นอกจากอนุโมทนาในแง่ที่เป็นครู อาจารย์ ทำงานเพื่อเด็กๆ แล้ว ก็อนุโมทนาในแง่ที่นำเอาธรรมะหรือหลักพระพุทธศาสนา ไปสู่การปฏิบัติอย่างเป็นจริงเป็นจัง อันนี้เป็นเรื่องสำคัญ

หลักคำสอนของพระพุทธเจ้านั้นเป็นความจริงตามธรรมชาติ หรือความจริงตามธรรมดา ที่เรารู้แล้วจึงนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ชีวิตและสังคมทั้งหมดนี้

ธรรมะนั้นพระพุทธเจ้าได้ทรงสอนไว้ แต่บางครั้งก็เลือนลางจางหายไป เพราะผู้คนเหินห่าง ไม่ได้เรียนรู้ ไม่ได้ศึกษา การที่จะนำมาใช้ปฏิบัติก็เลยไม่ค่อยจะมี มิหนำซ้ำ บางทีปฏิบัติ แต่ไขว้เขวคลาดเคลื่อน เพี้ยนไปเลย กลายเป็นว่า แทนที่จะดี ก็เสีย

ทางโรงเรียนมีความสนใจ และเอาจริงเอาจัง เมื่อได้ศึกษาเรียนรู้แล้วก็นำไปใช้ประโยชน์ด้วยการปฏิบัติ โดยเฉพาะก็คือ ในเรื่องการให้การศึกษา หรือช่วยเด็กให้ศึกษา ซึ่งเป็นเรื่องใหญ่ในการที่จะทำให้สำเร็จ

พระพุทธศาสนาก็ทำหน้าที่ของงานนี้โดยตรง และทำเพื่อประโยชน์แก่ชีวิต แก่ชาวโลก ตามจุดมุ่งหมายที่พระพุทธเจ้าได้ทรงประกาศไว้ว่า พระพุทธศาสนามีอยู่เพื่อประโยชน์สุขแก่พหูชน เพื่อเกื้อกูลแก่ชาวโลก ด้วยเมตตาการุณย์แก่โลกทั้งหมด

การที่พระพุทธเจ้าได้เสด็จจาริกไปตลอด ๔๕ พรรษา เพื่อบำเพ็ญพุทธกิจนั้น สิ่งที่พระองค์ทรงทำไว้จะเกิดผล ก็เมื่อพวกเรานำมาสืบต่อ ด้วยการปฏิบัติเอามาใช้กันจริงๆ จึงเป็นที่น่าอนุโมทนาที่โรงเรียนทั้งสองได้ตั้งใจนำธรรมะมาใช้กับเด็ก ตอนนี้ก็อยู่ที่ว่าในการที่จะเอามาใช้ปฏิบัติ เราได้ศึกษากันให้รู้ให้เข้าใจลึกซึ้งชัดเจนแค่ไหน ซึ่งเป็นเรื่องที่สำคัญ แต่เท่าที่ฟังก็คือจับหลักสำคัญๆ

Besides lauding your efforts as teachers and mentors, providing valuable assistance to children, I also wish to express my appreciation for your work in applying the Dhamma—the Buddha's teachings—in a determined and dedicated way. This is a vital matter.

The Buddha's teachings are based on a truth of nature[5] or a truth in line with natural laws.[6] Once we realize and understand this natural truth we apply it to benefit our individual lives and our entire society.

Although the Buddha presented clear teachings on this truth, it sometimes becomes faint or obscured. Due to a lack of study and training, people become estranged and alienated from it. Few people actually attend to and apply the Buddha's teachings. Moreover, some people practise these teachings, but do so incorrectly and go astray, thus leading to a distortion or corruption of the teachings. Instead of succeeding at the practice, they fail; their efforts are wasted.

The two schools visiting here today have a keen interest in this matter. Having studied about the Buddha's teachings, you apply it to your educational systems. This practical application of the teachings is essential for true success in providing an education to children.

Buddhism explicitly advocates this practical application of the teachings, for the benefit of all beings, according to the objective proclaimed by the Buddha himself: 'Buddhism functions for the welfare and happiness of the manyfolk, out of compassion for the world.'

The Buddha spent forty-five years wandering around the Indian subcontinent spreading his gospel. For his deeds to truly bear fruit, however, we must sustain and transmit his teachings through authentic practice and application. The aspiration of the two schools to apply the teachings to educate children is thus praiseworthy. A decisive factor to consider now in relation to this practical application is, having studied the teachings, how clear and comprehensive is our understanding of them? From what I can gather, you have suitably grasped the chief Buddhist principles.

---

5 *Dhamma-jāti.*

6 *Dhammatā.*

หลักการศึกษา

หลักที่พระพุทธศาสนาสอนไว้ ซึ่งเป็นหลักปลีกย่อยต่างๆ ที่เราเรียกว่า หลักธรรมทั้งหลาย มีมากมายเหลือเกิน การที่จะใช้ให้ได้ผลจริงก็ต้องจับหลักใหญ่ให้ได้

ธรรมซึ่งเป็นหลักทั่วไป ที่ทางครูอาจารย์-ผู้บริหารได้พูดมาเป็นหลักใหญ่ๆ อย่างที่พูดถึงเรื่อง สิกขา ๓ ก็ดี ภาวนา ๔ ก็ดี เป็นหลักสำคัญ โดยเฉพาะก็เกี่ยวข้องโดยตรงกับการศึกษา แต่ที่จริงก็คือ เกี่ยวข้องกับพุทธศาสนาทั้งหมด เพราะการพูดถึงเรื่องของพุทธศาสนาก็คือการที่จะนำเอาไตรสิกขาเข้ามาสู่ชีวิตของคน เพราะว่าในความหมายของพระพุทธศาสนา ไตรสิกขาเป็นเรื่องของชีวิต คือการที่จะทำให้ชีวิตอยู่ดีมีสุข

คนเราพอเกิดมาแล้วก็ต้องพยายามเป็นอยู่ให้ดี เริ่มตั้งแต่เป็นอยู่ให้รอด คือให้มีชีวิตรอด แต่แค่รอดคงไม่พอ ต้องพยายามเป็นอยู่ให้ดี จะเป็นอยู่ให้ดีได้อย่างไร การที่จะเป็นอยู่ให้ดีก็ต้องศึกษานั่นเอง ตรงกับที่เราใช้ปัจจุบันก็คือเรียนรู้

เรียนรู้เป็นความหมายหนึ่งของการศึกษา คือการที่จะฝึกตัวเอง พัฒนาชีวิตของตัวเอง ให้มีความสามารถที่จะเป็นอยู่ได้อย่างดี การศึกษาก็คือการที่จะทำให้ชีวิตเป็นอยู่ได้อย่างดี ซึ่งเราต้องพยายามอยู่ตลอดเวลา

ชีวิตนี่แน่นอนว่า จะอยู่ได้ด้วยการศึกษา เพราะว่าเราต้องเจอสถานการณ์ใหม่ พบคนใหม่ หรือพบคนเก่าในสถานการณ์ใหม่ ซึ่งจะต้องมีการปฏิบัติ การแสดงออก การตอบสนองอะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง ตั้งแต่การคิด การรับรู้ การที่เราพยายามจะเป็น

Principles of Learning

Buddhism contains a great number of assorted principles or formal teachings. To genuinely receive the blessings that Buddhism has to offer, however, it is essential to be able to distinguish the chief principles and tenets.

The school teachers and administrators who have come today have mentioned standard teachings, e.g. the threefold training[7] and the four kinds of development,[8] which are key principles and pertain directly to education. In fact, these principles lie at the heart of Buddhism. Any accurate description of Buddhism automatically integrates the teaching of the threefold training into people's daily lives. In Buddhism the objective of the threefold training is to increase people's wellbeing and happiness.[9]

Birth as a human being requires making effort to bring about a decent life, beginning with the necessity of basic survival. Survival alone, however, is not enough for living well. What else is required for living a good and contented life? One essential ingredient to living a good life is education or learning.

Learning and acquiring knowledge is one aspect of the Pali word *sikkhā*, which means self-training and self-development, so that one acquires the capability to live a good and virtuous life.[10] True education implies improving and refining one's life, a task that requires continual effort and perseverance.

Our lives depend on learning and training. We are constantly encountering new situations, meeting new people, or meeting familiar people in new circumstances. All of these experiences require specific actions, behaviour, and responses. Even the process of wholesome thought and cognition—the aspiration to live one's life well and to

---

7 *Sikkhā.*

8 *Bhāvanā.*

9 Trans.: the threefold training (*sikkhā*): moral conduct (*sīla*), concentration (*samādhi*), and wisdom (*paññā*).

10 See endnote A.

อยู่ หรือเรียกว่าดำเนินชีวิตของเราให้เป็นไปด้วยดี ก็คือการต้องพยายาม ต้องฝึกตัวเอง ต้องรับรู้ประสบการณ์ และหาทางที่จะปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมให้ดี หรือแก้ปัญหาให้ได้ อันนี้แหละเรียกว่าการศึกษา

ถ้าชีวิตใดไม่พยายามที่จะปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมให้ถูกต้อง หรือให้ได้ผล ชีวิตนั้นก็จะเป็นอยู่ดีไม่ได้ เมื่อไม่พยายามเป็นอยู่ให้ดี เราก็เรียกว่าไม่มีการศึกษา พระพุทธเจ้าเรียกคนอย่างนี้ว่าคนพาล คำว่า “พาล” แปลว่า อ่อนปัญญา หรือเขลา เป็นอยู่สักแต่ว่ามีลมหายใจ หรือมีชีวิตอยู่สักแต่ว่าลมหายใจ

ถ้าคนจะมีชีวิตที่ดีก็ต้องพยายามเป็นอยู่ให้ดี คือต้องศึกษา การศึกษาจึงเป็นเรื่องตลอดชีวิต และตลอดเวลา ไม่ใช่ว่าจะมีต่อเมื่อเข้าโรงเรียน

เมื่อเราพยายามเป็นอยู่หรือทำชีวิตให้ดี เราก็ต้องปฏิบัติต่อสถานการณ์ต่างๆ ให้ได้ผลดีที่สุด ใครที่สามารถปฏิบัติต่อประสบการณ์ หรือปฏิบัติต่อสิ่งที่เกี่ยวข้องได้ผลดีที่สุด ก็เจริญพัฒนา เรียกว่ามีการศึกษาที่ดี

นี่เป็นเรื่องที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างชีวิตกับการศึกษา ไปๆ มาๆ การศึกษากับการมีชีวิตที่ดีก็เป็นเรื่องเดียวกัน และการศึกษาก็เป็นกิจกรรมของชีวิตนั่นเอง

ฉะนั้น เมื่อพูดด้วยภาษาของพระพุทธศาสนา การศึกษาจึงเข้ามาอยู่ในชีวิตของคน เหมือนกับว่าเอาไตรสิกขามาฝึกคนหรือเอามาจัดเข้าในชีวิตของคน ให้เกิดเป็นวิถีชีวิตที่มีองค์ประกอบ ๘ ประการ ที่เรียกว่า **“มรรคมีองค์แปด”**

cultivate virtue—requires a degree of effort. In relation to all of our experiences, we strive to live in harmony with our surroundings and to rectify any problems. This is the true meaning of education.

If one fails to make the effort to conduct oneself correctly and constructively in relation to one's surroundings and environment, one will fail to live a good life. Failing to make this effort is equivalent to being deprived of a true education. The Buddha referred to such people who neglect the endeavour to improve their lives as *bāla*: ignorant or foolish. They are considered to be alive simply because they are still breathing.

To live a good life one needs to make the effort to improve one's life, i.e. one needs to engage in study and training. Training or education is a lifelong pursuit, to be undertaken at all times. It is not limited to the classroom.

In this endeavour to improve one's life, one must attend to life circumstances in a way that is most fruitful and effective. Those individuals who effectively and constructively attend to their experiences—to those things and people with which they interact—will prosper and develop. This is called obtaining a good education.

This shows the vital relationship between people and their education. In the end, education (i.e. learning and training) becomes one and the same with living a good, virtuous life. Education becomes the primary activity of one's life.

Education thus enters into the life of an individual. Applying Buddhist terminology, the threefold training is utilized for teaching people; it is integrated into their lives. The result is a way of life comprised of eight attendant factors known as the Noble Eightfold Path.

สิกขา แปลว่า **ศึกษา มรรค**ก็แปลว่า **ทางชีวิต** เราสิกขาอย่างไร เราก็มีมรรคคือวิถีชีวิตที่ดีงามขึ้นอย่างนั้น เมื่อสิกขามากขึ้น วิถีชีวิตของเราก็กลายเป็นมรรคมากขึ้น คือก้าวไปในมรรคมากขึ้น เรายิ่งทำไตรสิกขาให้เจริญมากขึ้น เราก็ยิ่งก้าวไปในมรรคมากขึ้น ฉะนั้น มรรคก็เป็นเรื่องเดียวกับไตรสิกขา หรือเป็นอีกด้านหนึ่งของไตรสิกขา

ตามที่พูดมานี้ ความหมายของการศึกษาจึงสามารถให้ได้หลายอย่าง จะพูดแง่ไหนก็ได้ เช่นว่าเป็นเรื่องของการพัฒนาความสามารถที่จะเป็นอยู่ให้ดีที่สุด หรือการทำชีวิตให้งอกงามไปในมรรค ดังที่กล่าวมาแล้ว

หลักการสอน

การศึกษานั้นเป็นงานของชีวิต หรือเป็นหน้าที่ของทุกคนทุกชีวิต พอพูดอย่างนี้ก็อาจจะรู้สึกว่าหนักหรือน่าเหนื่อย หลายคนหลายชีวิตยังศึกษาไม่เป็น ก็ศึกษาไม่ได้ผลดี หรือบางทีแทบไม่รู้จักศึกษาเลย ถึงตอนนี้ก็มีคุณครูเข้ามา คุณครูก็มาช่วยเราให้ศึกษา คือช่วยเราให้ศึกษาอย่างได้ผล ***การช่วยให้ศึกษานั้นเรียกว่า "การสอน"*** จะพูดว่าช่วยให้เรียน หรือช่วยให้เรียนรู้ ก็ได้

พอเด็กเริ่มดำเนินชีวิต คือเริ่มเป็นอยู่ เขาก็เริ่มศึกษา คือพยายามให้ชีวิตของเขาเป็นอยู่ได้และเป็นอยู่ดี ถึงตอนนี้คุณครูก็เข้ามา เช่น เด็กยังเดินไม่เป็น ก็มาสอนเดิน คือช่วยให้เด็กฝึกเดิน ศึกษาการเดิน หรือเรียนรู้ที่จะเดินให้เป็น คนที่จะช่วยให้เด็กศึกษาหรือฝึก-เรียนรู้การเป็นอยู่พื้นฐานอย่างนี้ ก็คือ พ่อแม่ ซึ่งอยู่กับเด็ก ใกล้ชิด

Sikkhā is translated as 'training'; *magga* is translated as 'Path,' as a 'way of life.' How do we undertake the training? We are guided by the Path: by a virtuous way of life. As we refine our training, our way of life becomes more closely aligned to the Path; we advance on the Path. The more we develop the threefold training, the further we progress on the Path. The Path is thus equivalent to the threefold training, or it is one essential aspect of the training.

From what has been mentioned so far, one can see that there are different ways to define true education. For instance, one can define it as developing the aptitude and skill for living an optimum life, or as developing a way of life in harmony with the Noble Eightfold Path and flourishing on the Path.

Principles of Teaching

Learning is a lifelong task, to be pursued and undertaken by everyone. Hearing this one may feel somewhat heavy-hearted or weary. Many people are unskilled or unsuccessful at learning; and some people are almost inept at learning. It is the job of teachers to provide people with an education, to enable people to learn effectively. This is the vocation of schooling, of teaching, of helping others discover knowledge.

Immediately after birth, children begin to learn how to survive and to make their way in the world. At this stage they are introduced to their first teachers. For example, at first they cannot walk so they are taught how to walk; they are trained in walking. Those people who help children to learn and practise these basic forms of behaviour are the parents, who maintain the most intimate relationship to the children. In the scriptures, parents are therefore referred to as the primary teachers—the first teachers.[11]

[11] *Pubbācariya*. [Trans.: e.g. A. I. 132.]

เด็กที่สุด เพราะฉะนั้น ทางพระจึงเรียกพ่อแม่ว่าเป็นครูคนแรก คือ "ครูต้น" หรือบูรพาจารย์

ทีนี้ ที่ว่าครูเป็นผู้ที่ช่วยให้ศึกษา เรียกว่า "สอน" จนกระทั่งเมื่อว่าโดยสาระ เรื่องของครูก็เป็นเรื่องของการสอนนั้น ต้องถามว่า ครูสอนอะไร เราลองมาดูว่าครูใหญ่สูงสุด คือพระพุทธเจ้าทรงสอนอะไร

เมื่อกี้ได้บอกแล้วว่า พระพุทธศาสนานั้น ที่เรียกว่าธรรมก็คือความจริงของธรรมดา หรือธรรมชาติ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า ... ตถาคตจะเกิดขึ้นหรือไม่ก็ตาม ความจริงก็มีอยู่ตามธรรมดาของมันอย่างนั้น... พระพุทธเจ้าทรงค้นพบแล้วนำมาแสดง มาบอกมากล่าวให้เข้าใจง่ายว่าเป็นอย่างนี้ๆ นี่ก็คือบอกว่า พระพุทธเจ้าทรงสอนความจริงที่มีอยู่ตามธรรมดา

ความจริงของธรรมดานั้นเราจะรู้ไปทำไม เราต้องรู้ก็เพราะว่า เมื่อชีวิตของเราและทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปตามธรรมดาหรือตามกฎธรรมชาตินี้ ถ้าเราไม่รู้ธรรมดานั้น ไม่รู้ความเป็นไปของมัน ไม่รู้กฎธรรมชาติ เช่นความเป็นไปตามเหตุปัจจัย หรือความสัมพันธ์ระหว่างเหตุกับผล เป็นต้น เราก็ปฏิบัติอะไรไม่ถูก แม้แต่ชีวิตของเรา ตั้งแต่ร่างกายของเราก็เป็นไปตามกฎธรรมชาติ เมื่อเราจะดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง เราก็ต้องรู้จักว่ามันเป็นอย่างไร ดังเช่นแพทย์จะรักษาคนไข้ ก็ต้องเรียนเรื่องความจริงของชีวิตด้านร่างกายกันตั้งมากมาย การรู้ความจริงตามธรรมดานี้เป็นเรื่องใหญ่ที่สุด

ธรรมดานี่แหละยากที่สุด พุทธศาสนาเป็นเรื่องของธรรมดาและให้เข้าถึงธรรมดาเท่านั้นเอง แต่ใครเข้าถึงธรรมดานี่แหละคือสำเร็จ ไม่มีอะไรยากไปกว่าเรื่องธรรมดา ใครถึงธรรมดาคนนั้นก็สมบูรณ์เลย

As the fundamental responsibility of teachers is to teach, it is warranted to ask: 'What do they teach?' As a touchstone, let us look at what the Supreme Teacher—the Buddha—taught.

As mentioned above, the Buddha's teachings—the Dhamma—is a truth based on nature or on natural laws. As the Buddha said: 'Whether a Tathāgata arises or not, the truth exists according to its own nature.' The Buddha discovers this truth and reveals it to others, explaining it in a way that is easy to understand. In sum, the Buddha teaches a truth of nature.

Why is it important to understand this truth of nature? Given that our own lives and everything else in the world proceeds according to laws of nature, if we fail to comprehend these laws and how they function, e.g. the law of causality—the relationship between cause and effect—our conduct and behaviour will be faulty and incorrect. Even our own bodies depend on and follow these laws of nature. If we are to choose a suitable lifestyle, we must understand the essential dynamics of human life. To use an analogy, for a doctor to successfully cure a sick patient, he or she must undergo an extensive study of medicine and of anatomy, physiology, etc. It is fair to say that understanding truth in line with natural laws is the supreme task facing us as human beings.

Having said that, truly understanding the process of nature[12] is the most difficult of all accomplishments. Buddhism pertains directly to this process of nature, and it urges us to realize the truth of nature. Someone who has attained such realization[13] has reached fulfilment and perfection. This is the consummate form of understanding.

---

12 *Dhammatā.*

13 Trans.: i.e. has realized Nibbāna.

เราต้องรู้ธรรมดา เพราะว่าเมื่อเรารู้ความจริงที่เป็นธรรมดานั้นแล้วเราจะได้ปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายให้ถูกต้อง เหมือนรู้ความจริงของไฟแล้ว ก็ปฏิบัติต่อไฟได้ถูกต้อง และเอาไฟมาใช้ประโยชน์ได้

การที่พระพุทธเจ้าตรัสคำสอนต่างๆ นั้น พระองค์ก็เอาความจริงของธรรมดามาเป็นฐาน ถ้าใช้ศัพท์สมัยใหม่ก็คือ**เอาสัจธรรมมาเป็นฐาน** คือสอนว่า ความจริงเป็นอย่างนี้นะ เมื่อความจริงเป็นอย่างนี้ ถามว่าเราจะมีชีวิตที่ดีได้อย่างไร ตอนนี้แหละธรรมดาคือความจริงหรือสัจธรรมก็เรียกร้องหรือบังคับเราอยู่ในตัวว่า ถ้าคุณจะเป็นอยู่ให้ดีจริง คุณจะต้องดำเนินชีวิตอย่างนี้ คุณต้องทำอย่างนี้ คุณต้องทำเหตุปัจจัยอย่างนี้

ถึงตอนนี้ คำสอนประเภทที่ ๒ ก็จึงเกิดขึ้น คือคำสอนประเภทที่เราเรียกสมัยนี้ว่า “จริยธรรม” จริยธรรมก็คือข้อเรียกร้องของสัจธรรม หรือข้อเรียกร้องของธรรมดาต่อมนุษย์ ว่าถ้าคุณต้องการอยู่ดีคุณต้องทำอย่างนี้ คุณต้องปฏิบัติอย่างนี้ จริยธรรมก็จึงเป็นเรื่องของความจริงภาคปฏิบัติการที่สืบเนื่องจากธรรมดานั้น ไม่ใช่ว่าพระพุทธเจ้าจะทรงแต่งขึ้นมา และไม่ใช่คำสั่งของพระองค์ พระองค์มาสอนโดยอาศัยความรู้ในความจริงนั่นเอง

ด้วยเหตุนี้ ถ้าไม่รู้ความจริงถึงที่สุดแล้ว การที่จะมาสอนหลักจริยธรรมก็ไม่สามารถสมบูรณ์ได้ อันนี้เป็นเรื่องที่สัมพันธ์กัน คำสอนที่เป็นเรื่องข้อปฏิบัติ หรือธรรมะด้านที่เรานำมาใช้ อย่างเรื่องไตรสิกขา และเรื่องมรรคก็อยู่ในประเภทนี้

ที่พูดเมื่อกี้หมายความว่า การที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนเรื่องสิกขา และเรื่องมรรค ก็เพราะว่าทรงได้ตรัสรู้สัจธรรม หรือความจริงตามธรรมดานั้นแล้ว จึงมาตรัสบอกมนุษย์ทั้งหลายว่าธรรมดา

When we comprehend natural laws we can attend to things appropriately. For instance, when we understand the truth about fire, we can relate to fire correctly and use it to our benefit.

Whenever the Buddha presented a teaching, he would base it on truths conforming to natural laws. In other words, he would base his teachings on reality.[14] He would teach: 'The truth is this way.' When faced with such a teaching, we can ask ourselves: 'If the truth is like this, how can it assist us in living a good life?' At this point reality—the truth of nature—compels us to act, calling out: 'If you honestly want to live well and prosper, you must act in such a way, conduct your life in such a way, and generate the following causes and conditions.'

At this stage the second kind of instruction—commonly known as a code of ethical conduct—comes into being.[15] Ethical or moral codes of conduct can be described as a summons of truth—an appeal by natural laws—namely: 'If you wish to prosper, you must act in such a way.' Ethical codes thus pertain to the practical application of truth which follows on from an understanding of natural laws. Devising such codes is not dependent on the Buddha, nor should they be seen as his edicts or commands. To the extent that he did give instruction on systematic ethical conduct he based this on a direct realization of truth.

If one has not realized ultimate truth, it is impossible to give a complete or unblemished systematic instruction on ethical conduct. One's level of realization and one's teachings on ethics are intertwined. The practical teachings on the threefold training and the Noble Eightfold Path fall under this category of 'ethical instruction.'

The Buddha's instructions on training (*sikkhā*) and on the Path (*magga*) stem from his realization of ultimate truth—his awakening to a truth based on natural laws. To paraphrase his words, he proclaimed:

---

14 *Sacca-dhamma*.

15 Trans.: the first kind of instruction is that on the truth of nature, as described above. Note that the Pali term *cariya-dhamma* ('code of ethical conduct') was coined later and is only common in Thailand (จริยธรรม; 'jariya-tam').

เป็นอย่างนี้นะ ถ้าคุณปฏิบัติถูกต้องตามธรรมดาแล้วชีวิตของคุณก็จะเป็นอยู่ดี และสังคมของคุณก็จะอยู่ดี เพราะฉะนั้นถ้าตกลงคุณก็ทำให้สอดคล้องกับธรรมดา หรือเอาความรู้ต่อธรรมดานั้นมาใช้ให้เป็นประโยชน์ อย่างนี้นะ เราจึงได้มีการศึกษากัน

ความจริงเราก็ต้องศึกษาอยู่แล้ว แต่เราศึกษาไม่เป็น คนจำนวนมากศึกษาไม่เป็น ก็เลยทำให้เสียเวลากับชีวิต และผิดพลาด ไม่เจริญก้าวหน้า บางทีก็พลาดพลั้งไปในทางเสียหายกลายเป็นความเสื่อมของชีวิตไป

ไตรสิกขา เดินหน้าไปกับชีวิตทั้งสามด้าน

ในเมื่อการศึกษาเป็นเรื่องของชีวิต คือการที่ชีวิตต้องพยายามเป็นอยู่ให้ดี และชีวิตก็ต้องเป็นอยู่ตลอดเวลาอย่างที่ว่ามานั้นมันก็เลยเป็นเรื่องของชีวิตทั้งกระบวนที่เป็นอยู่ ซึ่งเราจะแยกกระจัดกระจายออกไปไม่ได้

เพราะฉะนั้นเวลานี้จึงต้องย้ำบ่อยว่า ไตรสิกขาก็อยู่ที่ชีวิตของเราทั้งหมดนี่แหละ การที่ไตรสิกขามี ๓ อย่าง ก็เพราะตรัสไปตาม ๓ ด้านของชีวิต ที่เรียกง่ายๆ โดยใช้ศัพท์สมัยปัจจุบันมาเทียบ ว่าเป็นเรื่องของ *พฤติกรรม จิตใจ ปัญญา*

แต่ในเรื่องพฤติกรรม ขอย้ำว่า ความจริงมันเป็นศัพท์ที่อาจจะเข้าใจไม่ถึงกับตรงกันทีเดียว เพราะเป็นการเอาคำสมัยใหม่มาเทียบเท่านั้น

ที่ว่าพฤติกรรมนั้น ของพระหมายถึงการที่เราสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม หรือสิ่งรอบตัวทั้งหมด ซึ่งบางอย่างเราอาจจะใช้ศัพท์

'The truth of nature[16] is like this. If you practise accordingly you will live at ease and your community will prosper. If you agree with this instruction, you will benefit from your understanding of the truth of nature and act in harmony with it.' This is how true education unfolds.

Learning or receiving an education is a necessary and indispensable part of life, but often we are unskilled at learning. Many people do not know how to learn—how to train themselves—and thus waste the opportunity provided by a human existence. They fail to learn what is essential and thus make no progress. Sometimes they deviate into harmful directions, leading to decline and downfall.

Threefold Training

Since education is a vital aspect of people's lives, that is, people must make a sustained effort to abide in wellbeing, it pertains to the entire scope of life. It is not possible to separate spiritual education or training into disparate, unconnected categories.

For this reason it must be emphasized that the threefold training is an integral part of one's entire life. The Buddha divided this training into three factors to describe three dimensions of our lives, namely: conduct, focused attention, and wisdom.

Note that translating *sīla* as 'conduct' may lead to an incomplete understanding of this Pali term. Conduct here refers to people's relationship to their surroundings and environment. In some cases the word 'conduct' in this context may be deemed imprecise or vague. For instance, *sīla* includes how one engages with the five senses—the eye,

[16] *Dhammatā.*

ปัจจุบันว่าพฤติกรรมไม่ถนัด เช่นการใช้ ตา หู จมูก ลิ้น คือใช้ตาดู – หูฟัง เป็นต้นนี้ เราจะเรียกว่าพฤติกรรมก็คงไม่ถนัด แต่ทั้งหมดนี้ก็เป็นเรื่องของการสัมพันธ์กับโลก ถ้าใช้ภาษาแบบพระก็ว่าสัมพันธ์กับโลก แต่เดี๋ยวนี้เขาใช้คำว่า “สิ่งแวดล้อม”

โลกก็คือทุกอย่างรอบชีวิต เดี๋ยวนี้โลกนั้นเรามาเรียกเป็นสิ่งแวดล้อม แยกเป็นสิ่งแวดล้อมทางวัตถุอย่างหนึ่ง และสิ่งแวดล้อมทางสังคมอย่างหนึ่ง แต่ภาษาพระเรียกว่าโลกหมดเลย

ชีวิตของเราสัมพันธ์กับโลก เราใช้ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ และใช้กายกับวาจาสัมพันธ์กับโลกนั้น ด้านนี้เราเรียกไปพลางก่อนว่า ***พฤติกรรม***

เรื่องของสิ่งแวดล้อมหรือโลกทั้งหมดนี่ เราจะต้องสัมพันธ์ให้ดีให้ได้ผล เป็นด้านที่ ๑ ของชีวิต แน่นอนว่าชีวิตของเราด้านที่ ๑ คือการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม หรือโลก หรือสิ่งภายนอก ทั้งมนุษย์ทั้งวัตถุสิ่งของเครื่องใช้และธรรมชาติต่างๆ เราต้องสัมพันธ์แน่นอนจึงต้องสัมพันธ์อย่างดี อย่างได้ผล

ลึกลงไป การที่เราจะมีความสัมพันธ์กับสิ่งเหล่านี้และจะสัมพันธ์อย่างไรก็ขึ้นต่อเจตนา คือเจตจำนงของเรา ซึ่งประกอบด้วยแรงจูงใจ คุณภาพของจิตใจ และสภาพจิตใจที่มีความสุข-ความทุกข์เป็นต้น โดยเฉพาะความสุข และความทุกข์จะเป็นจุดหมายหลักในความสัมพันธ์ของเรา

การที่เรามีพฤติกรรม ทางกาย หรือทางวาจาก็ตาม การที่เราใช้ตาดู - หูฟังก็ตาม ลึกลงไปเรามักจะมุ่งเพื่อสนองความต้องการในแง่ของการหนีทุกข์และหาสุข ภาวะด้านจิตใจจึงมีอิทธิพลต่อการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมตลอดเวลา คือเรามีเจตนาอย่างใด

ear, nose, tongue, and body—how one attends to sights, sounds, smells, tastes, and tangible objects. Using the word 'conduct' here may be ineffective. To use scriptural language, all of these activities pertain to one's relationship to the 'world' (*loka*).

The 'world' refers to everything that surrounds human beings. Today, this is referred to as the 'environment,' which is separated into the physical environment and the social environment. In the scriptures all of these surrounding conditions are referred to as the 'world.'

Our lives are directly linked to the world. We use our eyes, ears, nose, tongue, body, and mind to interact with the world, and we use the channels of body and speech to communicate with the world. For lack of a better word we can call this interaction 'conduct.'[17]

Our first task in life is to establish a favourable and constructive interaction with the world—with our surroundings and external things. This interaction with the world—with other people and with material objects—is unavoidable; we should therefore strive to relate to these things positively and effectively.

On a deeper level, our interaction with these things, and the manner of the interaction, is dependent on our intention,[18] which is linked with various factors, e.g.: motivation, strength of mind, mental state, emotion, etc. Our intentions prompting how we relate to the world centre in particular around happiness and suffering.

Often, our physical and verbal behaviour, and how we use our senses—how we look at visual objects, listen to sounds, etc.—is determined by the gratification of desire, most notably by pursuing happiness and fleeing from suffering. Our state of mind—our intentions, desires, and impulses—thus exercises a direct and continual influence on the

---

17 Trans.: Pali: *vutti-kamma* (Thai: 'preutigam'; พฤติกรรม).

18 *Cetanā*.

อย่างหนึ่ง โดยมีแรงจูงใจอย่างใดอย่างหนึ่ง รวมความว่า **จิต*ใจ***มีบทบาทตลอดเวลาที่เรามีความสัมพันธ์กับโลกภายนอกด้วยพฤติ-กรรมและอินทรีย์

ต่อไปอีกด้านหนึ่ง คือ พร้อมกันนั้นเอง เราจะมีความสัมพันธ์ได้แค่ไหน ก็อยู่ในขอบเขตที่เรามีความรู้ คือ ***ปัญญา***ของเรารู้เข้าใจเท่าไรอย่างไร และเรามีความเห็นอย่างไร เราก็สัมพันธ์ไปตามนั้นแค่นั้น เราเข้าใจว่าถ้าเราทำอย่างนี้จะเกิดผลดีแก่ชีวิตของเรา จะช่วยให้เราหนีทุกข์ หรือได้รับความสุข แล้วเราก็มีพฤติกรรมไปอย่างนั้นหรือสัมพันธ์อย่างนั้น เช่น เราคิดเห็นเข้าใจว่า ดูสิ่งนี้แล้วเราจะมีความสุข เราก็มีพฤติกรรมและใช้อินทรีย์ที่จะดูสิ่งนั้นอย่างนี้เป็นต้น

สอนเด็กให้ได้ครบไตรสิกขา

ฉะนั้นในเวลาที่เราเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสิ่งทั้งหลายนั้น จึงมีทั้งศีล สมาธิ ปัญญา ครบหมด คือ

๑) มีด้านพฤติกรรม ซึ่งถ้าจะพูดให้เต็มความหมายยังไม่รู้จะใช้ศัพท์อะไรดี เคยลองใช้คำหนึ่งไปพลางก่อนว่า “พฤติสัมพันธ์” ซึ่งไม่ใช่แค่พฤติกรรม แต่กว้างกว่านั้น ซึ่งจะต้องหาดูว่าใช้ศัพท์อะไรจึงจะดี ด้านนี้เรียกเป็นภาษาพระว่า “**ศีล**” คือสัมพันธ์กับโลกภายนอกทั้งหมด

๒) เบื้องหลังศีลก็มี “**จิตใจ**” คือมีสภาพจิตใจ ซึ่งมีเจตนาหรือเจตจำนงเป็นตัวนำที่จะกำหนดให้เราสัมพันธ์อย่างไร

interaction with our surroundings. The mind plays a constant role in how we relate to the outside world through various forms of behaviour and through engagement with the sense faculties.[19]

Another dimension to our lives, operating at the same time as we make contact with the world, involves understanding and wisdom.[20] The range and extent of our interaction with the world is shaped by the nature of our understanding and views. Our relationships are based on our understanding. For instance, we may be of the opinion that acting in a certain way will be advantageous, by helping us to avoid suffering or to to attain happiness. We will therefore behave or relate to things accordingly. We may believe that seeing attractive sights will provide us with pleasure; we thus act and engage with our senses to make contact with such sights.

Teaching Children Proficiency in the Threefold Training

When we interact with external things, and are thus engaged in learning, all three factors of the threefold training—*sīla*, *samādhi*, and *paññā*—work in unison:

1. *Sīla*: this refers to all of our interactions with the outside world. For want of a better word, we can translate this term as 'conduct,' even if this does not comprehensively cover the meaning of the Pali. Perhaps 'interactive behaviour' or 'relational conduct' would be more accurate.
2. *Samādhi*: underlying our conduct is our state of mind, or state of consciousness, with intention as the leading factor, determining how we interact with the world.

[19] *Indriya.*
[20] *Paññā.*

๓) แล้วอีกด้านหนึ่งเหนือขึ้นไป เราจะสัมพันธ์ได้แค่ไหนอย่างไร ก็ต้องเป็นไปตาม "**ปัญญา**" เริ่มจากความคิดเห็น ความรู้ความเข้าใจเท่าที่มีและยึดถือไว้

สามอย่างนี้มีตลอดเวลาแยกกันไม่ได้ การพูดแยกกันเป็นการพูดในขั้นหยาบๆ เท่านั้น เพราะฉะนั้นจึงบอกว่า เมื่อเราทำกิจกรรมอะไรก็ตามสักอย่างหนึ่ง แต่ละคนสามารถพิจารณา หรือถ้าทำกันเป็นกลุ่มทั้งกลุ่มก็สามารถพิจารณาก่อนทำก็ได้ หรือตรวจสอบหลังทำก็ได้ ว่าการศึกษา ๓ ด้านของเราเป็นอย่างไร

ก่อนทำ ก็คิดดู หรือตรวจดู ว่ากิจกรรมที่เรากำลังจะทำอยู่นี้

- ด้านที่ ๑ คือ *ด้านความสัมพันธ์กับโลกภายนอก* ได้แก่ด้านศีล ดูว่ากิจกรรมการกระทำหรือพฤติกรรมของเรานี้จะเป็นการเบียดเบียน ก่อความเดือดร้อนแก่ใคร ทำอะไรให้เสียหายหรือเปล่า หรือเป็นไปในทางส่งเสริมเกื้อกูล ช่วยเหลือกัน อย่างน้อยก็ไม่ก่อให้เกิดโทษ ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน หรือทำอะไรให้เสียหาย
- ด้านที่ ๒ คือ *ด้านจิตใจ* ก็ดูว่า สภาพจิตของเรา ที่กำลังทำอยู่หรือกำลังจะทำกิจกรรมอันนี้ เราทำด้วยเจตนาอย่างไร มีความมุ่งหมายอย่างไร มีแรงจูงใจอะไร มีความหวังดี ปรารถนาดี อยากจะช่วยเหลือเกื้อกูลหรือคิดร้าย มีจิตใจที่ชื่นบานแจ่มใสหรือขุ่นมัว มีความสุขหรือความทุกข์ เป็นต้น
- ด้านที่ ๓ คือ *ด้านปัญญา* หรือด้านความรู้ความเข้าใจ ก็ตรวจดูว่า เรารู้เข้าใจสิ่งที่เรากระทำนี้ชัดเจนดีหรือไม่ เป็นการกระทำที่ตรงตามเหตุปัจจัย จะก่อให้เกิดผลที่

3. Paññā: over and above conduct and state of mind is the process of knowing; the manner and sphere of our interactions with the world is governed by our knowledge and understanding, including our views and opinions, and also by the way we identify with this knowledge.

These three factors function continuously and are inseparable. Classifying them into three distinct categories is only done to provide a basic understanding. For this reason, whenever we engage in an activity, either individually or as a group, we can examine our actions—either while we are performing them or afterwards—in light of these three aspects of learning:

1. External interaction: we consider whether our actions or behaviour are oppressive or exploitative of others in any way, whether they cause anyone distress or harm. Alternatively, we ask ourselves whether our actions are beneficial and supportive of others? At the very least we try not to perform any serious misdeeds that would cause affliction or damage to others.

2. State of mind: we consider our state of mind while we are engaged in activities. We ask the following questions: What is my intention behind this action? What is the purpose? What is the motivation? Am I acting out of goodwill and benevolence or out of malice? Is my mind bright or turbid? Am I experiencing joy or misery?

3. Understanding: we consider whether we have a sufficiently clear understanding of the activities we undertake. Do our actions accord with the law of cause and effect? Will they bring about our desired results in a complete way? What will be the advantages and drawbacks of our actions?

เราต้องการได้ครบถ้วนกระบวนการหรือไม่ ทำไปแล้วจะเกิดผลดี – ผลเสียอะไรบ้าง เป็นต้น

ทุกกิจกรรมเราสามารถพิจารณาทั้ง ๓ ด้านครบเลย อย่างนักเรียนจะทำอะไรสักอย่าง คุณครูหรือหัวหน้าก็บอกว่า เออ ! เรายอมเสียเวลานิดหนึ่ง มาช่วยกันคิดว่าสิ่งที่เรากำลังจะทำนี่ เอามาตรวจดูกับชีวิตของเรา ๓ ด้าน ว่าเป็นไปด้วยดีไหม ว่าในด้านความสัมพันธ์ก็ดีนะ ไม่เบียดเบียนใคร ไม่ก่อความเดือดร้อน ไม่เป็นโทษ แต่ก่อให้เกิดประโยชน์เกื้อกูล ด้านจิตใจของเราก็ดี ด้านปัญญาเราก็ทำด้วยความรู้ความเข้าใจและคิดพิจารณา พอตรวจสอบชัดเจนแล้ว สิกขาครบสามด้าน...ก็ทำด้วยความมั่นใจเลย

สิกขาข้อศีลมี ๒ ด้าน

เมื่อทำไปแล้วก็ตรวจสอบได้อีก คราวนี้วัดผลด้วยภาวนา ๔ เลย แต่เรื่องภาวนา ๔ นี้ ต้องโยงกับสิกขา ๓ หรือไตรสิกขาให้ดี ต้องชัดว่า เราใช้ภาวนา ๔ วัดผลของสิกขา ๓

อีกอย่างหนึ่ง ต้องชัดว่า สิกขา ๓ กลายเป็นภาวนา ๔ เพราะเรื่องสิกขา ๓ เป็นการดูการทำงานแบบองค์รวมขององค์ร่วม ๓ (เรียกรวมเป็นคำเดียวว่า “ไตรสิกขา”) แต่เรื่องภาวนา ๔ เป็นการจำแนกแยกแยะออกดูแต่ละด้านให้ชัดไปทีละอย่าง

ภาวนา ๔ ครูอาจารย์ที่นี่ทุกท่านคงทราบดีอยู่แล้ว คือ *กายภาวนา ศีลภาวนา จิตตภาวนา* และ *ปัญญาภาวนา*

เมื่อเทียบกับสิกขา ๓ ก็จะเห็นว่า ภาวนา ๓ ข้อหลัง ตรงกับสิกขา ๓ เลย แต่เพิ่มข้อแรกคือกายภาวนาเข้ามา จึงต้องทำความ

We are able to reflect on these three factors vis-à-vis all of our activities. Take the example of a student. She receives instruction from her teacher and contemplates: 'I'll spend a bit of time considering these three factors of learning and see whether they are well-integrated. My relationships seem fine; I'm not abusing or troubling anyone; rather, I'm being of help to others. My state of mind is good. I act with understanding and forethought.' Having examined clearly in this way and seen that her training and education is stable and unified, she is able to study with confidence.

Two Facets of Training in Conduct

Having completed an activity we once more engage in inspection. This time we use the four kinds of development (*bhāvanā*) as a measure. The four kinds of development, however, are directly linked to the threefold training (*sikkhā*). We need to recognize that we are applying the four kinds of development to evaluate the three kinds of training.

Another thing to recognize is that, in a manner of speaking, the threefold training becomes the fourfold development. When speaking of the threefold training, one is looking at human activity as a unified system of (three) integrated factors.[21] In respect to the fourfold development, one is distinguishing each component factor for analysis and inspection.

Many of you will remember that the four kinds of development comprise: development of the body, development of virtuous conduct, development of the mind, and development of wisdom.[22]

When comparing these two teachings it is evident that the final three kinds of development correspond to the threefold training. In the fourfold development, however, an initial factor of physical development is added. To clarify this discrepancy, it needs to be pointed out that

---

[21] Trans.: referred to collectively as *tisso sikkhā*; frequently in later texts: *sikkhāttaya*; rarely in later texts: *tisikkhā*.

[22] *Kāya-bhāvanā*, *sīla-bhāvanā*, *citta-bhāvanā*, and *paññā-bhāvanā*, respectively.

เข้าใจนิดหน่อยว่า สิกขาข้อแรก คือศีลนั่นแหละแยกออกเป็น ๒ อย่าง เป็นกาย กับศีล

ทำไมในภาวนา ๔ นั้น แยกศีลเป็น ๒ อย่าง ก็อธิบายว่า ศีลที่ว่าสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมนั้นแยกย่อยออกไปเป็น ๒ ด้าน คือ สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพด้านหนึ่ง และสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคมด้านหนึ่ง ในเรื่องภาวนานี้ต้องการดูทีละอย่างให้ละเอียด จึงแยกศีลซอยออกไปเป็น ๒ ด้าน

แต่ในไตรสิกขา ทำไมศีลจึงรวมหมด ทั้งความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้านวัตถุ และสัมพันธ์กับบุคคลและสังคม ก็เพราะว่าในไตรสิกขานั้น ศีล-สมาธิ-ปัญญา ต้องเป็นไปพร้อมด้วยกันทั้ง ๓ อย่างตลอดเวลา ศีลจึงต้องรวมเป็นข้อเดียว เพราะในครั้งหนึ่งๆ เราสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างใดอย่างหนึ่งอย่างเดียว

เป็นอันว่า การศึกษาก็อยู่ในกิจกรรมทุกอย่างของชีวิตนี่เอง จึงบอกว่าตั้งแต่เกิดมาเราก็ต้องเริ่มการศึกษาแล้ว เพื่อจะให้ชีวิตเป็นอยู่ด้วยดี เพราะฉะนั้นพระพุทธศาสนาจึงเริ่มฝึกคนให้ศึกษาตั้งแต่ในการเป็นอยู่ประจำวัน ว่าการกินการอยู่นี่แหละ เราต้องมีการศึกษา ถ้ากินไม่เป็น ไม่รู้จักใช้ไตรสิกขาในการกิน การกินก็ไม่ได้ผลดี

กินอย่างไรให้เป็นไตรสิกขา

กินอย่างไรให้เป็นไตรสิกขา การกินก็เป็นความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมใช่ไหม คือเป็นการสัมพันธ์กับวัตถุข้างนอก เพราะในการกิน หรือรับประทานนั้น เราใช้ลิ้น ใช้ปาก สัมพันธ์กับสิ่งแวด

the first 'training,' i.e. *sīla*, is separated into two distinct factors in the fourfold development, namely 'body' and 'conduct.'

Why is this distinction made? In the teaching on development the aim is to examine each factor in more detail. *Sīla* as the relationship to one's surroundings is thus divided into two sub-factors: the relationship to one's physical environment and the relationship to one's social environment.

Here one may ask why *sīla* in the threefold training is all-inclusive, encompassing interactions both with physical and social environments. The answer is that the threefold training is describing the process whereby *sīla-samādhi-paññā* function in unison, without interruption. Here, *sīla* is thus all-inclusive, because at any one moment we are only able to interact with one thing at a time.

In sum, education and learning is part of all human activities. In order to lead a good life, we all must undergo an education from the time we are born. Buddhism thus encourages people to apply the teachings and train themselves, beginning in the context of everyday life. Take the simple example of eating: if we are unskilled at eating, or are unable to apply the threefold training to consuming things in general, our consumption of things will be unproductive or perhaps even harmful.

Disciplined Consumption

How can we apply the threefold training to the simple act of eating? Eating is one way of interacting with our environment; it is one form of relationship to material things. When eating, we use our tongues, our palate, to connect with external, material food; eating is therefore one

ล้อมภายนอก จึงเป็นด้านศีล ถ้าใช้คือสัมพันธ์แล้วเป็นประโยชน์เกื้อกูล ก็เป็นศีล แต่ถ้าใช้แล้วเกิดโทษก่อความเดือดร้อน ก็เสียศีล

พร้อมกันนั้น ในขณะที่กิน ด้านจิตใจเราก็มีความพอใจไม่พอใจ มีความสุขหรือความทุกข์ ใจชื่นบานหรือขุ่นมัวเศร้าหมอง ตื่นตัวหรือมัวเมา

นอกจากนั้นอีกด้านหนึ่ง การที่จะพอใจไม่พอใจ จะเป็นสุขหรือเป็นทุกข์อย่างไร ก็ขึ้นอยู่กับปัญญาด้วย ถ้ามองเห็นว่า ที่เรากินนี่มีความมุ่งหมายเพื่อให้สุขภาพดี ความพอใจก็เกิดขึ้นอย่างหนึ่ง ถ้าไม่ได้คิด ไม่ได้พิจารณา มุ่งสนองความต้องการของลิ้นต้องการรสอร่อย ความพอใจและความสุขก็จะไปอีกอย่างหนึ่ง

ตัวปัญญาความรู้ก็มาเป็นปัจจัย หรือนำทางให้แก่ความสุขความทุกข์ด้วย และปรุงแต่งสภาพจิตใจ เช่น ความพอใจ หรือไม่พอใจ ท่านจึงสอนว่าให้เอาปัญญามาใช้พิจารณาว่าที่เรากินนี้ เรากินเพื่ออะไร

ด้วยเหตุนี้แหละ เมื่อพระบวชใหม่ เราจึงมีประเพณีมาแต่โบราณว่า ก่อนบวชต้องไปอยู่วัด ท่องบทสวดมนต์และฝึกฝนเตรียมตัวต่างๆ บรรดาบทสวดมนต์ทั้งหลายนั้น บทที่ให้ท่องบทหนึ่ง ซึ่งเดี๋ยวนี้บางทีไม่รู้จักแล้ว แต่เข้าใจว่าครูอาจารย์ส่วนใหญ่ที่มานี่คงรู้จัก เรียกกันว่าบทปฏิสังขาโย ซึ่งเริ่มต้นว่า *ปฏิสังขาโยนิโส ปิณฑะปาตัง ปฏิเสวามิ* เป็นต้น ซึ่งเป็นบทพิจารณาอาหาร บทนี้รู้จักกันมากที่สุด ที่จริงท่านให้พิจารณาหมดทุกอย่าง มีบทเฉพาะสำหรับแต่ละอย่างๆ

บทพิจารณาอาหารมีใจความว่า ข้าพเจ้าพิจารณาแล้วโดยแยบคาย จึงบริโภคหรือฉันภัตตาหารนี้โดยมองเห็นว่า มิใช่บริโภค

aspect of 'conduct.'[23] If by eating we generate advantageous, beneficial results, our conduct is considered accomplished; if, however, we generate ill-effects and cause harm, our conduct is defective.

Concurrently, while eating, we have various states of mind: contentment and discontent, pleasure and displeasure, cheerful and morose states, vigilant and heedless states, etc.

And on another level, our contentment and discontentment, happiness and suffering, etc. depends on our understanding. If we are aware that the true purpose of eating is to promote good health, we will experience a certain kind of satisfaction. But if we lack this awareness and wise reflection, seeking only to gratify the desires of the palate and taste delicious flavours, our pleasure and satisfaction will veer off in another direction.

Understanding is a supportive condition;[24] it acts as a guide for experiencing happiness or unhappiness. It determines our state of mind, e.g. contentment or dissatisfaction. The Buddhist teachings encourage us to apply our intelligence and insight to reflect on the question: 'For what purpose, for what sake, are we eating?'

There is an ancient custom for ordination candidates to live in the monastery: memorizing chants and preparing for ordination. One of these chants, which has fallen into general obscurity, is known as the Paṭisaṅkhāyo Chant, because it begins with the verse: '*Paṭisaṅkhā yoniso piṇḍapātaṃ paṭisevāmi....*' This first verse is a reflection on eating. It is the most widely known verse of this chant, although the chant itself encompasses reflections on all four of the requisites for life.[25]

This reflection on eating is such: 'Wisely reflecting, I use almsfood: not for fun, not for pleasure, not for fattening, not for beautification,

---

23 *Sīla.*

24 *Paccaya.*

25 Trans.: in many monasteries in Thailand these verses are still chanted on a daily basis. Four requisites for life: food, clothing, shelter, and medicine.

เพียงเพื่อเอร็ดอร่อย เพื่อโก้เก๋อะไรต่างๆ แต่บริโภคเพื่อหล่อเลี้ยงร่างกายให้ชีวิตเป็นอยู่ได้ เพื่อเกื้อหนุนแก่ชีวิตประเสริฐหรือการดำเนินชีวิตที่ดีงาม คือ นำร่างกายไปใช้ทำประโยชน์

นี่เป็นการที่เรานำเอาปัญญามาพิจารณา เมื่อเอาปัญญามาพิจารณาเกิดความเข้าใจถูกต้องแล้ว จิตใจก็เกิดความพอใจที่เปลี่ยนไป คือถ้าหากว่าแต่ก่อนนี้มองเห็นอาหารไม่ถูกปากหรือไม่ได้อย่างใจหน่อยก็โกรธ ไม่ยอมรับประทานแล้ว แต่ตอนนี้พอพิจารณาว่าประโยชน์อยู่ที่คุณค่าที่จะหล่อเลี้ยงชีวิต ให้มีสุขภาพแข็งแรง เราก็รับประทานได้ง่ายขึ้น ทำให้มีพฤติกรรมในการรับประทานที่ดีงามถูกต้อง

ไม่ใช่เพียงแค่มีความพอใจที่จะรับประทานง่ายขึ้นเท่านั้น แม้แต่ปริมาณอาหารก็จะรับประทานไม่เกินควร ไม่ใช่ว่าเห็นแก่อร่อยก็กินเรื่อยไป แต่จะ**กินพอดี อย่างที่เรียกว่า "โภชเน-มัตตัญญุตา"** แปลว่า **รู้จักประมาณในการบริโภค**

การฝึกระดับนี้ ถ้าเป็นศีลของพระ จะมีชื่อเฉพาะเรียกว่า ปัจจัยสันนิสสิตสีล คือศีลที่อิงอาศัยปัจจัย ๔ แต่มีอีกชื่อหนึ่งว่า ปัจจัยปฏิเสวนา คือศีลที่เกี่ยวกับการเสพปัจจัย ศีลประเภทนี้อยู่กับชีวิตประจำวัน แต่ห่างเหินไปจากคนไทยเรา จนเราแทบจะไม่รู้จัก ที่จริงศีลอย่างนี้สำคัญมากในครอบครัว ตั้งแต่ในบ้าน มาที่โรงเรียนก็สำคัญ

only for the maintenance and nourishment of this body, for keeping it healthy, for helping with the Holy Life; thinking thus, "I will allay hunger without overeating, so that I may continue to live blamelessly and at ease".'[26]

This is an example of using wise reflection. Having reflected and gained clearer understanding, the mind experiences a different kind of satisfaction. Before, one may have encountered some food that was not to one's liking or not as expected, and consequently one would reject it. But now, recognizing that the true value of food is to sustain the body and maintain good health, eating is simplified. Our eating behaviour becomes healthy and correct.

Being more content with eating simpler food is not the only benefit. One also learns to refrain from eating excessive amounts of food, overeating simply for the sake of delicious tastes. Instead one eats an optimum amount, which is referred to as 'moderation in eating.'[27]

In relation to monks, this training is called 'conduct connected to the four requisites'[28] or 'conduct pertaining to the wise use of the requisites.'[29] This form of conduct is relevant to every person, but as a practice it has slipped into obscurity and become almost divorced from Thai people's daily lives. In truth, however, it is a vital part of spiritual practice for householders, both within the home and at school.

---

[26] Trans.: this translation is taken from the Amaravati Chanting Book (© 2015 Amaravati Buddhist Monastery).

[27] *Bhojane-mattaññutā*; 'balanced consumption.'

[28] *Paccayasannissita-sīla*.

[29] *Paccayapaṭisevana-sīla*.

เอาปัญญากับจิตใจมาช่วยในการฝึกศีล

จะเห็นว่าศีลอย่างนี้เกี่ยวข้องกับปัจจัย ๔ คือ สิ่งของที่กินที่ใช้ แต่ศีลนั้นก็สำเร็จด้วยปัญญา เราใช้ปัญญามาช่วยฝึกศีล แล้วก็เลยกลายเป็นว่าเราใช้ศีลเป็นแดนฝึกปัญญาไปด้วย แต่ตัวเด่นในกรณีนี้เป็นเรื่องพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับสิ่งภายนอก จึงเรียกว่า *ศีล* ไม่เรียกว่า ปัญญา

แต่ในการที่ศีลจะเป็นไปได้นั้น ก็เห็นชัดเลยว่าต้องอาศัยปัญญา ที่รู้จักคิดพิจารณาและกินใช้ด้วยความรู้ความเข้าใจ พร้อมทั้งด้านจิตใจก็มีความตั้งใจและพอใจเป็นต้นตามปัญญานั้น การที่เราเรียกว่า ศีล สมาธิ ปัญญา จึงไม่ได้แยกออกจากกันเด็ดขาด เป็นแต่เพียงว่า ในตอนนั้นๆ จะเอาตัวไหนเป็นตัวเด่น

ขั้นศีลนี้เป็นการฝึกในชีวิตประจำวัน เกี่ยวข้องกับโลกภายนอก คือเกี่ยวข้องกับวัตถุ และเกี่ยวข้องกับเพื่อนมนุษย์ เป็นด้านที่ง่ายๆ หรือหยาบหน่อย มองเห็นชัด และในการฝึกด้านนี้เราก็เอาด้านจิตใจคือเรื่องสมาธิ และการคิดพิจารณาด้านปัญญาเข้ามาช่วย จึงเป็นการบูรณาการอยู่ในตัวเลย

จะเห็นว่า ในชีวิตที่เป็นจริงเราไม่สามารถจะไม่บูรณาการ ถ้าเราไม่บูรณาการมันก็ไม่สามารถจะเกิดผลดีขึ้นมาได้ ทั้งหมดนี้เมื่อมีการศึกษาถูกทางมันก็เป็นไปเอง แค่ฝึกศีลเท่านั้น สมาธิและปัญญาก็มาเอง แต่ต้องใช้ให้เป็น มันจึงเป็นเรื่องของไตรสิกขาที่เป็นไปตลอดเวลา

ทีนี้ มองดูในแง่*มรรค*ก็ชัดว่า วิถีชีวิตที่ดีก็เกิดขึ้น เช่นในการที่เราจะรับประทานอาหาร เมื่อรับประทานด้วยความเข้าใจถูกต้อง

Intelligence and Attention Help to Guide Our Conduct

Conduct is directly related to the four requisites, to those things that we use and consume. Yet conduct is only perfected by way of wisdom and understanding. Understanding helps to regulate conduct and bring it to maturation. Conversely, conduct—our interactions with the outside world—is an arena for exercising wisdom and understanding. But because the prominent factor in this set of circumstances is our behaviour in relation to external people and things, this engagement is called *sīla* rather than *paññā*.

Having said this, it is clear that our conduct relies on the reflective ability of wisdom to use and consume things with proper understanding. Moreover, wisdom influences our state of mind, for instance by sustaining determination and contentment. The threefold distinction of *sīla*, *samādhi*, and *paññā* is thus not a decisive or irrevocable split. It is simply useful for describing which factor, at any one period of time, is prominent.

Training in conduct is an everyday exercise; it is associated with the outside world, with material things and fellow human beings. It is a domain of activity that is relatively straightforward, basic, and conspicuous. While engaging in this activity we call upon the aid of the mind—of focused attention[30]—and of wise discernment.[31] This results in a synthesis of unified factors.

If one looks closely, one sees that, when living one's life, such a synthesis is unavoidable. If these three factors were to function independently, we would not be able to reach success in any of our activities. Through proper training and education, the smooth operation of these three factors occurs automatically. Simply by practising virtuous conduct, focused attention and wisdom come to join forces naturally. But for this to happen we must be skilled at

---

30 *Samādhi*.

31 *Paññā*.

ว่าอ๋อ...ที่จริงคุณค่าและความมุ่งหมายที่แท้ของการกินก็เพื่อหล่อเลี้ยงร่างกายให้ชีวิตเป็นอยู่ดี พอเรามองเห็นและเข้าใจอย่างนี้ มันก็เข้าสู่แนวที่เรียกว่าเกิดสัมมาทิฏฐิใช่ไหม นี่คือเป็นมรรคแล้ว นี่แหละมาด้วยกัน

ในเวลาที่เราพิจารณาไป ความเห็นที่ถูกต้องก็ก่อตัวขึ้นมา จากการรู้จักคิดพิจารณาถูกต้อง พอสัมมาทิฏฐิเกิด มันก็จะไปเป็นตัวตั้งต้นให้แก่วิถีชีวิตที่เรียกว่ามรรค ให้ดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้อง กระบวนการศึกษาและพัฒนาชีวิตก็ดำเนินไปอย่างนี้ เป็นเรื่องของไตรสิกขากับมรรคมีองค์ ๘ ประสานไปด้วยกัน เราจึงบอกว่า*เอาไตรสิกขามาบูรณาการให้เรามีวิถีชีวิตที่เป็นมรรค* ซึ่งเป็นวิถีชีวิตที่มีองค์ประกอบ ๘ ประการ เป็นอันว่าการศึกษามีตลอดเวลา

พอกินอยู่เป็น...ก็คิดเป็นเอง

ในการศึกษานี้เราเริ่มที่ศีล และเริ่มง่ายๆ ที่การเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน เช่นการกินอาหาร การใช้สอยบริโภคสิ่งต่างๆ ตลอดจนเทคโนโลยีทุกอย่าง คือ ให้รู้จักถามตัวเองว่า ที่เราใช้มันนี้เพื่ออะไร? คุณค่าที่แท้ของมันอยู่ตรงไหน? ถ้าเด็กรู้จักหัดพิจารณาเขาก็เกิดการรู้จักคิดใช่ไหม ?

บางครั้งเราบอกกันว่าการศึกษาคือการคิดเป็น แต่ที่ว่าคิดเป็นนั้น บางทีก็นิ่งอั้นกันไป ไม่รู้จะไปคิดตรงไหน ที่จริงนั้นคิดเป็นก็เริ่มตรงนี้แหละ คือเริ่มที่การกินอยู่ในชีวิตประจำวันนี่แหละ **พอเรากินอยู่เป็น มันก็คิดเป็นเอง ถ้าเราคิดไม่เป็น มันก็กินอยู่ไม่เป็น** เพราะฉะนั้น ให้ชีวิตประจำวันเป็นแดนเริ่มเองเลย พระพุทธเจ้าก็

cultivating and attending to these factors. This describes how the threefold training proceeds in a unified, uninterrupted way.

This is related to the Noble Eightfold Path[32] and a wholesome way of life. Take once more the example of eating. When we eat with correct understanding, we recognize that the true value and objective of eating is to nourish the body and to live at ease. Due to this insight and discernment, we give rise to right view.[33] This is the Path; the Path becomes part of the integrated process.

Right view arises naturally from skilful reflection, and it becomes the starting point of a pure and righteous way of life known as the Path. Spiritual training and growth unfolds in this manner. The threefold training and the Eightfold Path are united and act in concert. In other words, by fulfilling the threefold training we give rise to the Noble Eightfold Path. Once again, this points out how education and learning occur all the time.

Skilful Consumption Leads to Skilful Reflection

Education begins with basic, everyday conduct, for instance with eating, using things, engaging with technology, etc. One asks oneself such questions as: For what purpose am I using this object? What is its true value? If children become proficient at such investigation they will naturally develop the skill of wise reflection.

Sometimes people equate education with developing ordinary thinking. The difficulty with this is that ordinary thinking occasionally becomes stifled or inert; we end up not knowing what to think about. To develop skilful, wise reflection we begin with everyday life and everyday interactions. If we can develop skilful consumption, wise reflection arises naturally. Conversely, if we lack wise reflection, we will be inept at consumption. Our daily lives thus become the starting point for education and spiritual practice. The Buddha pointed out how wisdom[34]

---

32 *Magga.*

33 *Sammā-diṭṭhi.*

34 *Paññā.*

ให้ปัญญามาอยู่ที่ศีลนั่นแหละ และปัญญากับจิตใจก็มาช่วยพัฒนาศีลขึ้นไป มาฝึกกันตั้งแต่นี่เลย

อย่างเช่นอยู่บ้าน ลูกจะรับประทานอาหาร พอถึงวันดีคืนดีคุณแม่ก็อาจจะถามว่า หนูลองคิดซิว่า "ที่เรากินนี่...ประโยชน์ของอาหารมันอยู่ที่ไหนแน่" หรือ "เรากินเพื่ออะไรกันแน่" อย่างนี้เด็กก็ต้องคิดแล้วใช่ไหม? นี่ก็คือใช้ความคิดกับเรื่องที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับชีวิตประจำวันนั่นแหละ แล้วการคิดเป็นมันก็มาเอง

พอคิดเป็น ก็ต้องคิดถูกใช่ไหม ? **ถ้าคิดไม่ถูก มันไม่เกิดผลดี แล้วจะเรียกว่าคิดเป็นได้อย่างไร** คิดเป็น คือคิดถูกต้อง ที่จะทำให้เกิดผลดี ถ้าคิดถูกต้องแล้ว ก็เป็นการคิดเป็น และคิดเป็นนั้นก็มาดูตั้งแต่ชีวิตประจำวัน เช่นมาดูที่กินอยู่เป็น ซึ่งเป็นเรื่องทางปฏิบัติที่ชัดเจนกว่าจะมาพูดว่า "คิดเป็นๆ" แต่ไม่รู้จะไปคิดที่ไหน

เป็นอันว่า คิดเป็นก็อยู่ในชีวิตประจำวันนี่แหละ ทุกอย่างที่จะให้ได้ผลดีก็ต้องมีการคิดเป็นทั้งนั้น และมันก็บูรณาการเอาปัญญาพร้อมทั้งจิตใจเข้ามาสู่กระบวนการหมดเลย คือกระบวนการของชีวิตประจำวัน ตั้งแต่การกินอาหารเป็นต้นไป

จะใช้เสื้อผ้าล่ะ...หนูก็ลองคิดดูซิ ที่เรานุ่งห่มเสื้อผ้านี่เพื่ออะไร ? ประโยชน์ของเสื้อผ้ามันอยู่ที่ตรงไหนแน่ ? บางคนใช้เสื้อผ้ามาเป็นสิบๆ ปีก็ไม่เคยคิดเลยว่านุ่งห่มเพื่ออะไร ? บางทีก็หลงไปตามค่านิยม หลงไปตามกัน ทำตามๆ กันไป ถ้าตามๆ กันไปในทางที่ดี ได้ความเคยชินที่ดี กลายเป็นแบบแผนที่ดี...ก็ดีไป แต่เมื่อไม่ใช้ปัญญาพิจารณา ไม่มีการคิดเป็น ก็เสี่ยงอันตราย ตามกันไปกันมาแบบลุ่มหลงเป็นโมหะ ชีวิตก็เสื่อม สังคมก็โทรม

is integrated with wholesome conduct,[35] and how wisdom and focused attention help to enhance and improve people's conduct. Here is where education begins.

A normal part of family life is providing food to one's children. At an opportune moment, a mother may say to her child: 'Dear, think about it: Why do we eat? What benefits to we get from eating?' Asking in this way, the child will begin to reflect. This is an example of contemplating a matter related to everyday life. Skilful reflection will arise accordingly.

Skilful reflection implies correct thinking, which is fruitful and productive. Wrong thinking, on the other hand, leads to bad results; by its very nature it is unskilful. Skilful reflection can thus also be called proper reflection. And it is applicable to everyday life. It can be applied to eating, for instance, which is a practical, everyday activity. Practising in this way is more coherent than getting caught up in an abstract notion of 'proper thinking,' but not knowing where to engage one's thoughts.

Everything we do that leads to success must be rooted in skilful reflection. These actions work in unison with our intelligence and focused attention, as an integrated dynamic within the context of daily life, beginning with such simple acts as eating.

Children will begin to reflect: 'I am putting on clothes. Let me consider this. What is the purpose of wearing clothing? What good comes from this?' Some people, though they have been wearing clothes for decades, have never really reflected on its significance. Often, people simply follow one another, conforming to cultural trends and values. If they follow one another in good ways and develop favourable habits, one can say that the traditions or customs of that society are positive and all is well. But if people fail to examine these matters with wisdom and lack skilful reflection, the situation becomes hazardous. People then begin to follow one another in deluded and muddled ways. As a consequence, people become degenerate and society falls to ruin.

---

35 *Sīla.*

วินัย คือ จัดตั้งวิถีชีวิตแห่งไตรสิกขา

ในหลักการฝึกที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ เมื่อพูดถึงวินัย เรามักไปนึกถึงแต่ศีลของพระ แล้วเราก็ไม่ได้เอาไปใช้ในวิถีชีวิตของญาติโยม ก็เลยเสียประโยชน์ที่ควรจะได้ สำหรับพระนี่มีดีอย่างหนึ่ง คือมีวินัยชัดเจน

วินัยนี้เป็นเครื่องมือที่จะสร้างวิถีชีวิต และเป็นตัวกำกับช่วยให้เรานำเอา "ระบบไตรสิกขา" มาใช้ได้ พูดง่ายๆ **วินัยเป็นการจัดตั้งของมนุษย์ เพื่อให้เป้าหมายทางธรรมชาติเกิดผลขึ้นมา**

เรารู้ความจริงแล้วว่า ธรรมดาเป็นอย่างนี้ เราต้องการจะมีชีวิตที่ดีงาม ธรรมชาติหรือธรรมดามันเรียกร้องให้เราทำอย่างนี้เอ! ที่ว่าต้องทำอย่างนี้พูดสั้นๆ ว่าต้องไตรสิกขา แล้วจะมีวิธีอย่างไรให้คนทำอย่างนั้นหรือมีชีวิตอย่างนั้นล่ะ เราก็จัดตั้งวิถีชีวิตแบบนั้นขึ้นมา เรียกว่า "วินัย"

***วินัย* คือ การจัดสรร หรือจัดตั้งระบบวิถีชีวิต ที่จะทำให้คนต้องดำเนินชีวิต และทำกิจกรรมต่าง ๆ อยู่ในแนวทางที่เราต้องการให้เป็นไปตาม "หลักไตรสิกขา"** เพราะฉะนั้น วินัยจึงมาเป็นตัวสัมพันธ์ใกล้ชิดที่สุดกับศีล คือจัดตั้งให้เกิดเป็นศีลหรือจัดตั้งวิถีชีวิตที่จะให้มีสิกขาขั้นศีล เพราะศีลเป็นเรื่องของพฤติกรรม ซึ่งแสดงออกทางกาย และวาจา ชัดเจนออกมา การจัดตั้งที่เป็นรูปธรรม ซึ่งอยู่ในสังคม ก็ออกมาในรูปของศีล

ที่จริงวินัยไม่ใช่แค่ฝึกศีลหรอก ก็จัดตั้งให้เกิดโอกาสที่จะฝึกไตรสิกขาทั้งหมดนั่นแหละ แต่มันปรากฏชัดที่ศีล พอฝึกตามวินัย มีชีวิตตามวินัย ตามรูปแบบที่วางไว้นี้ มันก็เกิดเป็นศีลขึ้นมา คือ

Setting Down a Code of Training

Generally, when people talk about 'vinaya' in the context of the Buddha's teachings on spiritual training, they think about the monks' code of discipline. Often, people fail to apply this important concept to the life of the laity. By doing this, one wastes a valuable asset. Granted, the monks are at an advantage because they have a clearly defined code of discipline.

The *vinaya* is a device for constructing a disciplined way of life. It helps people to draw upon the framework of the threefold training and make it applicable to their everyday lives. In other words, the *vinaya* is a formal system enabling the designs of nature to be effective in people's lives.

An insight into reality and the laws of nature, combined with the wish to lead a wholesome way of life, leads to the recognition that the truth of nature[36] advocates or appeals to specific kinds of actions. This appeal by nature is precisely an appeal to engage in the threefold training. The question then follows: What methods are there to engage in this training or to live a wholesome lifestyle? The answer is that we establish a formal structure referred to as *vinaya*.

The *vinaya* is a way of setting up a framework conducive to having people act and conduct their lives in line with the principles of the threefold training. The *vinaya* is thus the closest link to virtuous conduct;[37] it is established in order to generate good conduct—to create a training at the level of good conduct. *Sīla* pertains to behaviour clearly expressed by speech and bodily actions. Setting up a concrete social system of conduct thus manifests as virtuous behaviour.

The meaning of *vinaya* goes beyond simply training in good conduct; it provides the opportunity to practise the complete threefold training. But it is most clearly apparent at the level of conduct. By training in accord with an established discipline, the outcome is conduct,

---

36 *Dhammatā*; *dhamma-jāti*.

37 *Sīla*.

เป็นการดำเนินชีวิตด้านพฤติกรรม ทางกาย และวาจา เป็นต้น ที่เป็นปกติอย่างนั้น ศีลก็คือพฤติกรรมดีงามที่เป็นปกติอย่างนั้นแล้วอยู่ตัวแล้ว หรือจะเรียกเป็นความเคยชินเลยก็ได้ แต่หมายถึงความเคยชินในทางที่ดี

ถ้ามองเห็นความสำคัญของความเคยชิน ก็รู้ความสำคัญของวินัย

คนเรานี้อยู่ด้วยความเคยชินเป็นสำคัญ ใครจะปฏิเสธได้... ที่เราอยู่กันนี้ เราทำไปตามความเคยชินแทบทั้งนั้น เราจะชอบอะไร เราจะหันไปหาอะไร เราจะพูดคำไหนอย่างไร แม้แต่จะเดินแบบไหน ก็มักทำไปตามความเคยชิน

ความเคยชินนี้มีทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ ความเคยชินทางใจ ก็คือใจจะชอบอะไร เคยยกตัวอย่างบ่อยๆ เช่น คนที่ชอบไปเที่ยวห้างสรรพสินค้า ความเคยชินจะออกมาเลย คนหนึ่งก็ไปเข้าร้านหนังสือ อีกคนหนึ่งก็ไปร้านขายเครื่องใช้ของใช้ในบ้าน อีกคนหนึ่งไปร้านเครื่องบันเทิง หรือสิ่งบำรุงบำเรอความสุข นี่เป็นไปตามการสั่งสมสภาพจิตใจที่เคยชิน คนเราก็ทำไปตามความเคยชินนั้น

พระพุทธเจ้าทรงเน้นความสำคัญของความเคยชิน คนเรามีทั้งความเคยชินที่ดี และความเคยชินที่ไม่ดี ถ้าเคยชินไม่ดีก็เสียหาย ซึ่งอาจจะทำให้เสื่อมได้มาก

ถ้าไม่มีคนอย่างพ่อแม่หรือคุณครู ที่เป็นกัลยาณมิตรมาช่วยนำ เด็กก็อาจจะจับพลัดจับผลูไปสร้างความเคยชินที่ไม่ดีขึ้นมา

i.e. a standard behaviour expressed by actions and speech. One way to define *sīla* is 'basic virtuous behaviour.' Another way to define it is 'routine behaviour' or 'habitual behaviour'; in this context, however, it has the connotation of positive, wholesome behaviour.

Habitual Behaviour and a Code of Ethics

As human beings, we chiefly resort to habitual patterns of behaviour. Who can deny that almost everything we do is governed by habit? Our desires, our pursuits, our choice of words, even the manner in which we walk, is more often than not dictated by habitual behaviour.

Habits are expressed by body, speech, and mind. An example of a mental habit is the way we direct our desire. Take for instance a group of people who enter a shopping mall. Generally speaking, their habitual traits will come to the fore: one person will visit the bookshop; another person will enter the household appliance shop; a third person will go to the amusement arcade, etc. This activity proceeds according to the accumulation of habitual mental disposition. We tend to repeat what is routine and familiar.

The Buddha emphasized the importance of habitual behaviour. Human beings have both good and bad habits. Negative or unwholesome habits are harmful and can lead to great misfortune.

If children are deprived of good guidance by 'virtuous friends,'[38] e.g. parents and teachers, they may act aimlessly and develop bad habits unintentionally. For instance, a boy may pick up a stick and for amusement use it to slash the tops off of flowers. The next day he is likely

[38] *Kalyāṇamitta.*

เช่น เด็กเกิดนึกสนุกขึ้นมา ถือไม้ติดมือ เดินไป พอเห็นต้นไม้ดอกไม้ ก็หวดซ้ายหวดขวา ใบไม้ดอกไม้ขาดกระจุย ต่อมาอีกวันพอเดินไป แกก็มีความโน้มเอียงจะทำอย่างนั้นอีก ทำไปทำมาก็เคยชินติดนิสัยกระทั่งไปเป็นผู้ใหญ่ ที่นี้ก็แก้ยากแล้วซิ

เพราะเหตุนี้เราก็เลยต้องพยายามเข้าชิงเสียก่อน ชิงกันระหว่างความเคยชินที่ดี กับไม่ดี **โดยที่เราชิงให้ความเคยชินที่ดีเริ่มต้นได้ก่อน** พอเคยชินดีแล้วเราก็สบายใจได้ ฉะนั้น **ศีลนี้เป็นเรื่องสำคัญในแง่หนึ่งก็คือ การฝึกความเคยชินที่ดีนั่นเอง และความเคยชินที่ดีนี้ก็เกิดขึ้นด้วยวินัย** คือ การจัดตั้งระบบ การวางระเบียบแบบแผนอะไรต่างๆ ให้มีการทำพฤติกรรมที่ดีกันจนเคยชินอยู่ตัว

วินัยแปลว่าอะไร? ท่านแปลว่า “การนำไปให้วิเศษ” ภาษาของพระแปลได้อย่างนี้ ซึ่งในภาษาทางปฏิบัติก็แปลว่า “การฝึก” นั่นเอง แต่ห้ามแปลว่า “ข้อบังคับ” ไม่รู้ว่าทำไมคนไทยไปแปลว่าข้อบังคับ ย้ำอีกทีว่า **วินัย แปลว่า การนำไปให้วิเศษ** หมายความว่า ชีวิตมนุษย์เรานี้จะดี จะวิเศษ จะประเสริฐได้ก็ด้วย**การนำไปให้ถูกทาง**

ถ้ามีผู้นำที่ดี มีประสบการณ์ รู้เข้าใจ เห็นทางถูกต้อง มีสัมมาทิฏฐิอยู่แล้ว จะนำไปในทางที่ถูกต้อง ก็มาจัดตั้งวางระบบขึ้นเป็นวินัย

ระบบการจัดตั้งนี่สำคัญมาก วินัยเป็นรูปแบบที่ว่า บางทีโดยที่ยังไม่ทันรู้ตัว เราก็ได้ความเคยชินที่ดีแล้ว เป็นธรรมดาว่าเราจะหวังให้ทุกคนทำอะไรโดยต้องคิดพิจารณาทุกอย่างนี่ยาก แต่โดยมากคนจะทำตามกันไป ใช่ไหม เราไม่ทันดู ไม่ทันช่วยเลย แก

to be inclined to repeat this action. Eventually, he may acquire a corresponding destructive habit that he carries with him into adulthood. At this point it becomes difficult to rectify.

For this reason, in regard to children, we strive to gain the upper hand—to vie for instilling wholesome habits, before unwholesome habits take root. This is done by introducing wholesome habits from the beginning. When good habits have been well established we can rest at ease. One of the vital aspects of moral conduct[39] is that it facilitates a training in favourable habits. Such favourable habits arise as a consequence of setting down a *vinaya*—a code of conduct or disciplinary system—inducing people to perform virtuous actions until such behaviour becomes ingrained.

What is the literal meaning of 'vinaya'? In the scriptures, this term is defined as 'leading to excellence.' In practical terms it can simply be defined as 'training.' It is unfortunate and incorrect to translate this word as 'commandment.' Many people make this error. The essence of this word is 'leading to excellence,' that is, only by setting our lives on the right track will we achieve prosperity, excellence, and nobility.

If we have the good fortune of having exemplary teachers, valuable personal experiences, a suitable discernment of the way forward, and right view, then we will naturally be led to the correct path. We will then be ready to set down a *vinaya*: a system of training, a code of ethics.

Such conventional systems of training, or ethical codes, are vital. Although some people occasionally develop wholesome habits unconsciously, it is too much to expect for everyone in society to be conscientious and give thorough consideration to their actions. More often than not, people simply follow one another and conform to social habits. We cannot keep pace with them; before we know it they have already fallen in with others; there is no time to intervene. If they conform to immoral or unwholesome actions, their personal habits

[39] *Sīla.*

ตามไปซะแล้ว แกตามคนอื่น ถ้าตามอย่างที่ไม่ดีไป เกิดเป็นความเคยชินที่ไม่ดีเสียแล้ว คราวนี้ก็เป็นปัญหาที่ยาก

เพราะฉะนั้น เราก็เลยหาทางให้มีวัฒนธรรม ซึ่งเป็นความเคยชินที่ดีร่วมกันที่ถ่ายทอดต่อมา เอามาช่วย ซึ่งก็อยู่ในเรื่องวินัยนี่แหละ เป็นระเบียบ แบบแผน ธรรมเนียม จารีต ประเพณี อะไรต่างๆ ซึ่งในที่สุดก็เป็นวิถีชีวิตขึ้นมา

วินัยเป็นรูปแบบ ต้องรักษาสาระไว้ และสื่อสาระได้

ในเรื่องการจัดตั้งที่เป็นวินัยนั้น เราก็ต้องการจัดตั้งวิถีชีวิตและแบบแผนของสังคม ให้มันอยู่ตัวเป็นศีลให้ได้ พอเรามีวิถีชีวิตอย่างนั้นอยู่ตัวแล้ว มันก็กลายเป็นศีลขึ้นมา เพราะฉะนั้นวินัยจึงเป็นจุดเริ่มต้น

แต่เวลาพูดกับญาติโยม เราไม่ได้ใส่ใจพิจารณา เราไม่นึกว่าญาติโยมก็ต้องมีวินัย เดี๋ยวนี้จึงต้องย้ำกันเรื่อย ว่า “นี่ ที่จริงญาติโยมคฤหัสถ์ก็มีวินัยนะ ไม่ใช่มีแต่พระ” เวลาพูดถึงวินัยก็นึกถึงแต่วินัยพระ ถ้าไม่งั้นก็นึกถึงวินัยทหาร และวินัยอะไรต่ออะไร แต่แท้จริงที่สำคัญอย่างยิ่ง คือวินัยชาวพุทธ วินัยชาวบ้าน ซึ่งทุกคนต้องมี

พอนึกถึงวินัยของพระ ก็จะเห็นว่า **พระพุทธเจ้าทรงฝึกให้พระมีวิถีชีวิตที่ดี ด้วยอาศัยวินัย** จึงจัดตั้งขึ้นมาเป็นรูปแบบ ซึ่งถ้ารูปแบบนี้คนปฏิบัติโดยมีความเข้าใจ ใช้ปัญญา และได้จิตใจมา

will already be correspondingly unwholesome. Then we are faced with a very difficult problem.

This is why people create social traditions, namely, customs and routine forms of behaviour considered by the members of that society to be good and advantageous, and passed down to later generations. Such traditions, customs, codes of conduct, rules of etiquette, etc. are all matters pertaining directly to the concept of *vinaya*; they comprise the everyday way of life of the people in that society.

Safeguarding and Imparting a Code of Ethics

The purpose of establishing a social discipline or code of ethics (*vinaya*) is to foster stable moral conduct (*sīla*). A way of life guided by a social discipline naturally gives rise to moral conduct. *Vinaya* is the starting point of this wholesome development.

We often forget to consider that laypeople also require a code of ethics. It needs to be underscored that the *vinaya* does not only pertain to the monks; the laity also require a *vinaya*. When encountering this Pali word, many people only think of the monks. Otherwise, they may think of military discipline or some other formal disciplinary code.[40] A lay Buddhist discipline—a code of conduct for householders—also falls under the umbrella of the word *vinaya*. And it is essential.

The Buddha taught the monks to uphold a virtuous way of life based on moral discipline;[41] he therefore set down a formal disciplinary code.[42] If monks undertake and adhere to this code with understanding and wisdom, accompanied by such mental qualities as contentment, willingness, enthusiasm, and determination, their practice will proceed well. But if they do not combine these factors of wisdom and wholesome mental states, all that remains is a formal convention.

---

40 Trans.: the Thai form of this Pali word is 'vinai' (วินัย), which is often used in such contexts as 'prison discipline,' 'military discipline,' 'classroom discipline,' 'political party discipline,' etc.

41 *Vinaya*.

42 Trans.: this monastic code is usually spelled with a capital letter: Vinaya.

ร่วมด้วย เช่น พอใจ สมัครใจ เต็มใจ ตั้งใจอยากฝึกให้เป็นด้วย ก็ไปได้ดี แต่ถ้าไม่มีด้านปัญญาและจิตใจเข้ามา มันก็เหลือแต่รูปแบบ

แต่ก็ยังดีนะที่วินัยภายนอกช่วยรักษารูปไว้ ตราบใดที่ยังมีขวด ก็ยังมีทางที่จะกรอกน้ำใส่ ถ้ายังมีแก้ว ก็ยังมีทางไปตักน้ำมาดื่ม ถ้าตอนนั้นน้ำไม่มีแล้ว เนื้อไม่มี มีแต่แก้ว มันก็ใช้ประโยชน์ไม่ได้ แต่ถ้าเรายังมีแก้ว ก็ยังดีกว่าไม่มีเลยใช่ไหม ? วันดีคืนดีเรารู้ว่า เอ๊ะ ! แก้วนี่มันไม่ใช่ของที่จะทิ้งไว้เฉยๆ นะ มันต้องเอามาใช้ประโยชน์ ใส่น้ำดื่มหรืออะไรเป็นต้น เออ ! เราก็เอามาใช้ประโยชน์

เหมือนวินัย แบบแผนที่เป็นรูปแบบนี่ นานๆ ไป สาระ และความเข้าใจความหมาย เป็นต้น มันหายไป เหลือแค่รูปแบบ แต่รูปแบบนี่ก็รักษาไว้ เช่น สังฆกรรมหลายอย่างของพระเวลานี้เหลือเพียงพิธีกรรม พอเหลือเป็นพิธีกรรม ก็เหลือแต่รูปแบบ ทำกันไปโดยไม่เข้าใจความหมาย คิดไปอีกทีว่า เออ ! ก็ยังดียังรักษารูปแบบไว้ ก็ได้ขั้นหนึ่ง พอจะได้ความเคยชินที่ดี แต่ไปๆ มาๆ เหลือเป็นเพียงความศักดิ์สิทธิ์ เหลือเป็นความไม่รู้อะไรเลย ไปๆ มาๆ บางทีเขวเถลไถลไปไหนไม่รู้

เหมือนที่ยกตัวอย่างเมื่อกี้ว่า ในศีลของพระ มีเรื่องการปฏิบัติต่อปัจจัย ๔ เรียกว่า ปัจจยปฏิเสวนา เป็นศีลชนิดหนึ่ง เพราะฉะนั้นเวลาจะบวชพระนี่ สมัยอดีตต้องมาอยู่วัดก่อนและท่านก็จะให้ท่องบทสวดมนต์ต่างๆ ซึ่งมีบทสวดปฏิสังขาโย คือบทพิจารณาปัจจัย ๔ นี่ด้วย ต้องท่องหมด เรียกว่า “ปัจจัยปัจจเวกขณ์” แล้วก็มีทั้งบทสวดพิจารณาปัจจุบัน และบทสวดพิจารณาอดีต หมายความว่า ถ้าเผลอไปไม่ได้พิจารณาตอนรับประทาน หรือตอนใช้ปัจจัย ๔ ก็เอาไว้ตอนผ่านไปแล้ว โดย

Having said this, it is still fortunate that an external code of ethics or social discipline remains. As long as we have a bottle, we have a vessel in which to pour water; as long as we have a jug we can scoop up water to drink. If we arrive at a point where we have no water, the vessel cannot be utilized. But it is still fortunate to have the vessel. At an opportune moment, we realize: 'Hey, I shouldn't carelessly throw this vessel away. It has the potential to be quite useful for storing drinking water. Why don't I make use of it now?'

This is similar to the framework or format of the monastic Vinaya. In the course of time, people's understanding of its purpose and significance is lost. All that remains is its formal structure, which has been preserved and safeguarded. For instance, many of the formal acts of the sangha[43] are now no more than rituals or ceremonies. Only the formal structure remains. They are performed without understanding their objective or true significance. Many people consider them to be sacred rituals and perform them without any genuine understanding. Sometimes, their ideas about these rituals even stray off into bizarre directions. But from one perspective, we are fortunate that these basic structures have been preserved, as they often help to generate wholesome habits.

As mentioned earlier, the Buddha taught the monks a training in moral conduct pertaining to the four requisites.[44] In the olden days, ordination candidates were invited to live in the monastery to memorize specific chants, including the Paṭisaṅkhāyo Chant: a reflection on the requisites. There are two versions of this reflection on the four requisites:[45] a chant for reflecting in the present moment and a chant for reflecting past actions. If while eating or using another requisite one has been inattentive or absentminded, one reflects after the fact, especially during the evening chanting service. This can be used as an exhortation, providing one with the opportunity for review and self-evaluation.

---

43 *Saṅghakamma.*

44 *Paccayapaṭisevana-sīla.*

45 *Paccaya-paccavekkhaṇa.*

เฉพาะตอนทำวัตรค่ำ ก็มาสวดกันเพื่อตรวจสอบทวนตัวเอง จะได้สอนใจและได้วัดผลไปด้วย

ที่นี้ก็กลายเป็นประเพณีของพระที่จะต้องท่องเข้าไว้ พอถึงเวลาฉันก็ เอ้า ! พิจารณานะ แต่ไปๆ มาๆ สวดกันไปๆ กลายเป็นเสกอาหาร เวลานี้ตอนว่าปฏิสังขาโย บางทีเรียกกันว่า "เสกอาหาร" หรือ "เสกข้าว" เลยนึกว่า เวลาจะฉันเราสวดบทนี้เพื่อจะให้อาหารมันศักดิ์สิทธิ์ หรืออะไรทำนองนั้น เรียกกันมาอย่างนี้กลายเป็นคำที่ชาวบ้านเขาเรียกกัน

แต่เดี๋ยวนี้เลือนไปเลือนมา ก็เลิกสวดเลย เดี๋ยวนี้ไม่ค่อยมีแล้ว ยิ่งบวชกันสั้นๆ ก็เลยไม่รู้จัก บางแห่งไม่รู้จักเลย ปฏิสังขาโย อันนี้ก็เป็นตัวอย่างของความคลาดเคลื่อนผิดเพี้ยนและเลือนลางต่างๆ ที่เป็นไปได้ และเป็นไปแล้ว

รู้จักศีลครบ ๔ หมวด จึงจะเข้าใจคำว่า "ศีล"

วินัยมีประโยชน์อย่างที่ว่ามานี้ แต่ถ้าใช้ไม่เป็นมันก็คลาดเคลื่อนเลือนลาง จนกระทั่งเนื้อหาสาระหมดไป ก็อาจจะเขวกลายความหมายเป็นอย่างอื่น จนถึงขั้นใช้ผิดวัตถุประสงค์ไปก็ได้ แต่นี่คือให้เห็นว่า การฝึก หรือการศึกษาตามหลักพุทธศาสนาเป็นอย่างนี้

การฝึกตนและฝึกคนเริ่มตั้งแต่ชีวิตประจำวันซึ่งเราอาจจะมองข้ามไป ตั้งแต่เรื่องการกินการอยู่ธรรมดานี่แหละ เพราะอย่างที่บอกแล้วว่า การทำให้ชีวิตเป็นอยู่ได้ดีเป็น**สิกขา** และชีวิตที่เป็นอยู่ได้ดี ก็เป็น**มรรค** เพราะฉะนั้น **การศึกษาก็คือการทำให้ชีวิต**

These days, memorizing this chant has become a ritual for the monks. At mealtime, they are reminded: 'Reflect!' In the end, however, this reflection has become like a magic spell. When sitting down to eat, the monks believe that chanting these verses makes the food holy or something of this manner. Eventually, the laypeople follow suit and begin to refer to this chant as a 'magic food charm.'

With the passing of time, this chant has been discontinued; in many monasteries it has been abandoned. As young men are ordained for shorter and shorter periods of time, many of them never become familiar with it. In some places it has been completely forgotten. The Paṭisaṅkhāyo Chant is an instance of how divergence, incongruity, dissolution, and ambiguity can occur—and has occurred—to traditional structures and practices.

Fourfold Practice in Moral Conduct

The benefits of a social discipline, or code of ethics, have been touched upon above. Yet if one is unskilled at applying and preserving such a discipline, it gradually deviates or falls into decline, until its essential meaning is lost. Its purpose or significance may even become distorted, until it is used contrary to its original goal.

Here, let us focus on how training or education is outlined in the Buddhist teachings. Training oneself and others begins in the context of ordinary, everyday life, which can be easily overlooked. Cultivating a good life is the essence of training or education,[46] and living a good life is equivalent to the Noble Eightfold Path.[47] Education is developing the skill at living a good quality life, and it begins with skilful consumption.

By consuming things wisely and skilfully, one's education begins straight away. I wish to highlight how everyone in family life, including the parents of children, should apply this level of virtuous conduct.[48] Our practice in conduct needs to be complete. Do not make the mistake

---

46 *Sikkhā.*
47 *Magga.*
48 *Sīla.*

สามารถเป็นอยู่ได้อย่างดี และ **การศึกษาก็เริ่มต้นเมื่อคนกินอยู่เป็น**

เมื่อกินอยู่เป็นการศึกษาก็เริ่มทันทีเลย ก็เลยอยากจะเน้นทุกคนในครอบครัว ตั้งแต่คุณพ่อคุณแม่ก็ต้องใช้ศีลประเภทนี้ด้วย ต้องมีศีลให้ครบ อย่าไปเอาเฉพาะศีล ๕ ก็เลยต้องถือโอกาสพูดเรื่องศีล นี่เวลาก็เกินแล้ว เรื่องศีลนี่ขอพูดอีกนิดหนึ่ง

ศีลของพระนี่ท่านจัดเป็น ๔ หมวด

๑. **ปาฏิโมกขสังวรศีล** ศีลคือความสำรวมในปาฏิโมกข์ อันนี้คือศีลแม่บท หรือศีลที่เกิดจากวินัยแม่บท คือวินัยแม่บทของชุมชน

เป็นธรรมดาว่าชุมชนแต่ละชุมชนจะต้องมีกติกา มีข้อปฏิบัติในการอยู่ร่วมกัน ที่จะคุมชุมชนให้อยู่ในแบบแผนเดียวกันอย่างประณีตงดงาม และกำกับความเป็นอยู่ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในการมีชีวิตแบบนั้น เช่น ชีวิตครอบครัวของเรา ควรมีวัตถุประสงค์อย่างไร ? เราควรอยู่กันอย่างไรจึงจะได้ผลตามวัตถุประสงค์นั้น ? ก็วางข้อปฏิบัติขึ้นมา จะเรียกว่ากติกา หรืออะไรก็ตาม ก็ตกลงกันไว้

สำหรับคฤหัสถ์ทั่วไป หรือสังคมใหญ่ เราเอา**ศีล ๕ นี่แหละเป็นศีลปาฏิโมกข์** คือเป็นศีลแม่บทสำหรับคุมให้สังคมอยู่กันด้วยดี จะได้เป็นฐานให้ชีวิตของแต่ละคนก้าวไปสู่จุดหมายที่สูงขึ้นไปได้

๒. **อินทรียสังวรศีล** เป็นศีลอีกประเภทหนึ่งที่สำคัญ คือ **การใช้อินทรีย์ ตั้งแต่ตา หู นี่เป็นเรื่องใหญ่ที่สุด** อินทรีย์เป็นเรื่องใหญ่มาก คือเรื่อง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี่แหละ โดยเฉพาะจะต้องใช้ตาเป็น ใช้หูเป็น ต้องดูเป็น ฟังเป็น

of thinking that moral conduct is comprised simply of keeping the five precepts.[49]

The Buddha classified moral conduct (*sīla*) for monks into four categories:

1. **Moral conduct as restraint in regard to the Pāṭimokkha.**[50] This refers to a main ethical code or a master template for moral conduct. In other words, it refers to virtuous conduct (*sīla*) arising from a standard disciplinary code (*vinaya*) observed by a specific community or society.

Every society has conventions and rules of conduct pertaining to communal life. These rules and conventions direct members of that society to follow a similar model of virtuous behaviour, and regulate how people's lives are conducted in harmony with the goal and objective of such a model. For example, within a society, the questions will be raised: 'What is the objective of family life?' 'How can we support family life so that it receives the benefits in line with these objectives?' There will thus be a mutual consent to formulate principles of conduct, social conventions, etc.

For householders, or for the wider public, we determine the five precepts as the *sīla-pāṭimokkha*: the master template or main ethical code, ensuring a harmonious society. They act as a foundation, helping each individual in society to progress to higher spiritual ends.

2. **Moral conduct as sense restraint.**[51] This is another vital form of moral conduct. The entire domain of engaging with the sense faculties[52]—the eye, ear, nose, tongue, body, and mind—is a crucial subject for contemplation. In particular, we need to develop skill and proficiency in seeing, hearing, tasting, etc.

Lack of sense restraint is a big problem in the present age. This is particularly true in our age of technological advancement, because many people are unskilled or heedless at using technology. This heedlessness

---

49 Trans.: abstaining from killing, stealing, sexual misconduct, lying, and consuming intoxicants.

50 *Pāṭimokkhasaṁvara-sīla*. [Trans.: Pāṭimokkha: the core disciplinary code for monks and nuns.]

51 *Indriyasaṁvara-sīla*.

52 *Indriya*.

เรื่องนี้เป็นปัญหามากของยุคปัจจุบันนี้ โดยเฉพาะในยุคที่มีความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี เกิดปัญหามากมาย เพราะคนใช้เทคโนโลยีไม่เป็น และการที่**เราใช้เทคโนโลยีไม่เป็น ก็เพราะไม่มีศีลด้านนี้** เมื่อศีลด้านอินทรียสังวรไม่มี เราก็ใช้เทคโนโลยีไม่เป็น ดูทีวีไม่เป็น ใช้เครื่องเสียง ใช้และเสพอะไรต่ออะไร แม้แต่คอมพิวเตอร์โดยไม่รู้และไม่ตรงตามวัตถุประสงค์ที่แท้จริงเลย

ถ้าใช้อินทรีย์เป็น ก็ใช้ด้วยสติ และให้เกิดปัญญา ให้เข้าหลักสติปัฏฐานในชีวิตประจำวัน ซึ่งมีหลักสำคัญอยู่ที่ว่า จะดู จะฟังอะไรก็ให้ได้ ๒ อย่าง คือ ได้***ญาณ*** คือได้ความรู้ความเข้าใจ เข้าถึงความจริงของสิ่งนั้นๆ จับสาระได้ และ ได้***สติ*** คือได้ข้อมูลไว้สำหรับระลึกใช้ประโยชน์ ได้ ๒ อย่าง คือ ได้ความรู้ความเข้าใจและได้ข้อมูล ไม่ไปตามชอบใจไม่ชอบใจ ไม่ติดอยู่แค่ถูกใจเพลิดเพลิน

ถ้าเราใช้ *สติปัฏฐาน* ตั้งแต่เด็กๆ ก็สังเกตว่าเขาดูอะไรฟังอะไรแล้วเขาได้ไหม ๒ อย่างนี้ คือ ได้ความรู้ความเข้าใจและได้ข้อมูลไว้ใช้ ได้สองอย่างนี้ก็เข้าสติปัฏฐานแล้ว คือจิตไม่ไปตามชอบใจ-ไม่ชอบใจ มันก็ไม่ไปหลงวุ่นวายอะไรแล้ว พอใช้ตาดู หูฟัง เป็นแล้ว ก็เป็นอินทรียสังวร แต่ถ้าตาดู หูฟัง แค่เด็กดูทีวี ถ้าแกไม่มีหลักไม่มีอินทรียสังวร ก็ไปแล้ว แกก็ดูแค่ลุ่มหลง ชอบใจ-ไม่ชอบใจ เพลิดเพลิน หลงมัวเมา ไม่ได้ประโยชน์อะไรที่ควรจะได้

เอาละ ... ไม่ว่าอะไร เรื่องบันเทิง สนุกสนาน ก็ว่าไป แต่อย่าให้มันกลายเป็นหลักนะ ความสนุกสนานบันเทิงนั้นเป็นตัวประกอบ ต้องถามว่าตัวแท้ที่เราต้องการหรือประโยชน์ที่แท้นั้นเรา

stems from an absence of this kind of moral conduct. If people fail to apply sense restraint, they will not know how to properly use technology to its greatest advantage. When watching television, listening to audio recordings, using computers, etc. they will tend to be reckless and inattentive.

A skilful engagement with the sense faculties refers to using them mindfully and using them to develop understanding. This is a way of applying the teaching on the Four Foundations of Mindfulness[53] to daily life. This teaching contains the important principle that by properly seeing, hearing, smelling, etc. one obtains two things: 1) *ñāṇa*: one gains understanding and insight into the true nature of the sense object engaged with, and 2) *sati*: one gains mindfulness, which in effect means one acquires data and information.[54] One does not act simply by following likes and dislikes, nor is one caught up in pleasurable and enchanting sensations.

If we introduce the practice of the Four Foundations of Mindfulness to children, we can check whether they successfully obtain these two qualities of insight and mindfulness. If they obtain these two things, they have accessed and comprehended the Four Foundations of Mindfulness; their minds will not be overly swayed by likes and dislikes, preferences and aversions. They will be less prone to infatuation and delusion. This skilful engagement with the senses is equivalent to sense restraint.[55] If children lack this principle of sense restraint, when they come into contact with sense impressions, e.g. when they watch television, they are undone. They get caught up in fascination, obsession, and indulgence. They miss out on the true benefits of such interactions.

Providing children with entertainment and amusement is not blameworthy. But do not make this the mainstay of education. Fun and amusement are just minor, supporting factors. We should ask ourselves whether children are accessing the heart of education—whether they

---

53 *Satipaṭṭhāna*. (Trans.: mindfulness as regards the body, feelings, states of mind, and mind-objects.)

54 See endnote B.

55 *Indriyasaṁvara-sīla*.

ได้หรือเปล่า ต้องให้เรื่องบันเทิงเป็นตัวประกอบ และให้ได้ตัวแท้ คือได้ความรู้เข้าใจ และได้ข้อมูลไว้ระลึกใช้

ทำไม ในการศึกษาขั้นพื้นฐาน ท่านเริ่มต้นโดยเอาศีล เป็นที่บูรณาการไตรสิกขา

ในเวลาดูต้องให้เกิดความรู้ความเข้าใจ มองหาหรือมองเห็นเหตุปัจจัย อาจจะถามว่า นี้คืออะไร มันเป็นอย่างไร มันเป็นมาอย่างไร มันเป็นเพราะอะไร เขาทำมันมาทำไม มันมีคุณมีโทษอย่างไร ควรจะใช้อย่างไร ฯลฯ อย่างนี้ถามเข้าไปเถอะ ให้มันได้ **ญาณ** ได้ความรู้ และได้**สติ** เพิ่มข้อมูลไว้ใช้ต่อไป

นี่ถ้าเด็กดู-ฟังอะไร โดยใช้หลัก*อินทรียสังวร* และเอา*สติปัฏฐาน*มาใช้ แกก็สบาย ชีวิตแกก็ดี ไม่เกิดโทษแก่ตัวเอง ตัวเองก็พัฒนา และไม่เกิดโทษแก่พ่อแม่ครอบครัว

แต่นี่เวลานี้ไม่มีหลักเลย เอาแต่ชอบใจ-ไม่ชอบใจ อย่างที่ทางพระท่านเรียกว่า ตาดู หูฟัง ได้แค่ยินดี-ยินร้าย อยู่แค่ยินดียินร้าย พอยินดี-ยินร้าย ก็ชอบ-ชัง พอชอบ-ชัง ก็ปรุงแต่งตามชอบ-ชัง ทุกข์โทมนัส ความสุขโสมนัสอะไรก็ไปตามนี้ ความลุ่มหลง มัวเมา โลภะ โทสะ โมหะ มากันเป็นกระบวนเลย

แบบของเราว่า *ญาณมัตตายะ สติมัตตายะ* (พูดเต็มว่า ญาณมัตตายะ ปฏิสสติมัตตายะ) เอานี่เป็นหลักเลยนะ ถามว่าได้ความรู้ไหม ได้คติและข้อมูลไว้ใช้ประโยชน์ไหม ถ้าได้อย่างนี้ยิ่งดูยิ่งฟังเท่าไรก็กลายเป็นดี แต่ศีลแค่นี้เราก็ไม่เอามาใช้กันเลย

are truly profiting from education. We can provide entertainment as an accessory, but we need to ensure that children obtain knowledge and constructive material for recollection.

Skilful Sense Engagement as a Basis for the Threefold Training

When engaging with sense objects, we encourage them to acquire understanding, by looking for and recognizing causes and conditions. For instance, they may follow this line of inquiry: 'What is this?' 'How does it function?' 'How did it come into existence?' 'What sustains it?' 'Why was it created?' 'What are its advantages and disadvantages?' 'How should it be utilized?' etc. Such an inquiring mind is encouraged. This way they acquire knowledge[56] and useful material for recollection based on mindfulness.[57]

If children are able to develop sense restraint and apply the Four Foundations of Mindfulness, they will discover contentment and wellbeing. They will become mature. And they will not behave in ways that cause harm for themselves or for their parents and relatives.

These days, however, many people lack these basic standards. Their actions are primarily driven by likes and dislikes, preferences and aversions. When there are likes and dislikes, there is love and hate. When there is love and hate, there is mental proliferation conforming to love and hate. This is the source of delight and sorrow, happiness and suffering. Fascination, infatuation, greed, hatred, and delusion, etc. follow in their wake.[58]

We should use this traditional model as our guideline: 'Only to the extent necessary for knowledge and recall.'[59] That is, we should ask ourselves whether, through any particular sense contact, we obtain knowledge and useful lessons for recollection. If the answer is 'Yes'

---

56 *Ñāṇa.*

57 *Sati.*

58 Trans.: note that 'love' and 'happiness' here refer to those emotions fed and conditioned by their opposites (i.e. hate and suffering); this is not true love or true happiness.

59 *Ñāṇamattāya satimattāya*; in full: *ñāṇamattāya paṭissatimattāya.*

ถ้าเด็กไทยมีศีลแค่นี้เราสู้ได้เลย เทคโนโลยีอะไรมา จะมาเท่าไร เรามีอินทรียสังวรปั๊บก็อยู่มือเราเลย เราใช้ได้ประโยชน์หมดเลย มันจะมาท่าไหนเราใช้เป็นหมด พอใช้เป็นก็เป็นศีล

พอใช้ตาดู หูฟังเป็นแล้ว ทีนี้ฝรั่ง–ญี่ปุ่นจะสร้างความเจริญมาอย่างไรเรารับมือได้ทันทีเลย คือเอามาทำให้เกิดประโยชน์ ไม่กลายเป็นการสร้างความเสื่อมโทรมให้แก่ชีวิตและสังคม

แต่เวลานี้ คนไทย ขอใช้ศัพท์ว่า **ถูกกระแสความเจริญไหลมาท่วมท้นและจมตายอยู่ใต้กระแสความเจริญนั้น** หมายความว่าปัญญาก็ไม่ใช้ ใจก็ไม่ดี ศีลก็ไม่มี ใช้ไม่เป็น ได้แต่ติดจมอยู่ใต้ความเจริญ แทนที่ว่า ฝรั่ง-ญี่ปุ่น สร้างความเจริญมาเท่าไร เราขึ้นไปยืนบนความเจริญนั้นเลย อย่างนี้จึงจะเก่งจริง การศึกษาถึงจะได้ประโยชน์

เออ...เอาละ ความเจริญอย่างนี้ เทคโนโลยีเหล่านี้เขาสร้างมาแล้วนี่ และเราต้องสัมพันธ์เกี่ยวข้อง เราก็เอามาทำประโยชน์ใช้ให้เป็น ให้ได้คุณค่าจากมันเต็มที่ ให้เกิดผลดีแก่ชีวิตและสังคมของเรา ก็เท่านั้นแหละ ความเจริญมีมาเท่าไร ก็เท่ากับว่าเราทุ่นเวลาที่จะสร้างที่จะคิดทำสิ่งนั้น เราก็ขึ้นไปยืนเหนือความเจริญนั้นแล้วเอามันเป็นฐานที่จะก้าวต่อไปเลย

ที่นี้ทำอย่างไรจะให้คนของเราได้หลักการนี้ คือเอาความเจริญของเขามาเป็นฐานเพื่อเราจะยืนขึ้นและก้าวต่อไป แทนที่จะไปติดจมอยู่ใต้ความเจริญนั้น ได้แค่ว่ายวนหมุนจมลงไปเลย การอยู่เหนือความเจริญ หรือเอาความเจริญมาใช้ประโยชน์แค่นี้เราก็ทำไม่ได้ แต่ถ้าเราปฏิบัติตามศีล แค่อินทรียสังวรก็อยู่เราแล้ว เรา

then any amount of watching, listening, etc. will lead to favourable ends. Sadly, however, many people fail to apply this practice in moral conduct.

If children in Thailand are endowed with this dimension of moral conduct, they will face life undaunted. No matter what forms of technology are invented and unveiled, they will quickly possess a level of mastery to meet these new innovations. They will gain a competence and know how to benefit from them. This skilful application in itself can be seen as a kind of virtuous conduct.[60]

With skilful sense engagement, no matter what technological breakthroughs come from the West or from Japan, children will be prepared to respond to them without difficulty. They will use them to their advantage. These things will not lead to children's downfall or to moral decline in society.

Presently, however, Thai people are being swept away and drowned by the currents of material progress and prosperity. They fail to apply wise reflection, their hearts are corrupted, they lack morality, and they fall into heedlessness. They flounder under the tides of progress. If only they could adopt these new technological advances from abroad and preserve self-mastery, without being overwhelmed—that would be a great accomplishment. Then we could claim that their education has been truly effective.

Having said this, material progress and technological advances has already occurred, and we have no choice but to interact with these things. We can use them in a skilful way, deriving their full value and worth, and thus generating benefit to ourselves and our communities. Moreover, whatever material progress or technological advances are introduced, we should respond to them by considering how to produce them ourselves and improve on their designs. This way, we surpass these achievements and use them as a platform for trailblazing our own progress.

---

[60] *Sīla.*

ได้หลักเลย และเราก็ใช้ความเจริญที่เขาสร้างมาเป็นฐานให้เราก้าวต่อไป

ได้แค่ศีล เพียงขั้นกินอยู่ดูฟังเป็นเท่านั้น เด็กไทย สังคมไทย มีหรือจะไม่พัฒนา

๓. ศีลหมวดที่ ๓ ขอสลับนิด ขอเอาเรื่อง**ปัจจยปฏิเสวนา** ที่เป็นข้อ ๔ ของท่าน ขึ้นมาก่อน เพราะพูดเกี่ยวกับเด็ก

เรื่องการเสพปัจจัย ๔ ก็เกี่ยวกับสิ่งของเครื่องกินเครื่องใช้ คือการกินอยู่ บริโภคนี่ ที่ว่ากินเป็น บริโภคเป็น ใช้ของเป็น ซึ่งได้พูดมาครั้งหนึ่งแล้ว พอจะกินอะไร จะใช้เสื้อผ้าอะไร ก็เข้าใจความมุ่งหมายว่าเพื่ออะไร มองเห็นคุณค่าประโยชน์ที่แท้ของมันว่าอยู่ที่ไหน

แม้แต่จะใช้คอมพิวเตอร์ก็ต้องมองต้องคิดว่า คอมพิวเตอร์มีไว้เพื่อประโยชน์อะไร ถ้าเรากินอยู่เป็น เวลาจะใช้คอมพิวเตอร์เราก็คิดแล้ว เรามีนิสัยคิดเป็นแล้ว ไม่ว่าจะกินอยู่บริโภคอะไร ความคิดก็มาทันทีเลย ความคิดเป็นก็มาประยุกต์เข้ากับเรื่องการกินอยู่ทุกอย่าง ฉะนั้นเวลาจะใช้คอมพิวเตอร์เราก็คิดว่าคอมพิวเตอร์นี่ประโยชน์ที่แท้ของมันคืออะไร ไม่ใช่นึกได้แค่เล่นเกมแล้วก็จบกัน ถ้าใช้ศีลข้อนี้มันก็มีทางที่จะเกิดการศึกษาและสร้างสรรค์

เด็กมาวัดเคยถามเด็กว่า “หนู ดูทีวีวันละกี่ชั่วโมง ดูรวมแล้วสัปดาห์ละเท่าไร แล้วก็ใช้คอมพิวเตอร์เพื่ออะไร”

How can we help people become established in this course of action? How can we embrace the technological advances from abroad and use them as a foothold for rising up and moving forward, instead of getting bogged down and engulfed by them? Thai people on the whole are still unequipped to rise above material progress and to truly capitalize from it. If we can practise the virtuous conduct of sense restraint, however, we will have a guideline and anchor, and we will be able to use the technological advances created by others for our own progress.

Skilful Consumption and Personal Growth

3. Moral conduct pertaining to wise use of the four requisites.[61] In the scriptures, this is the final of the four factors on moral conduct, but because we are talking about the education of children, allow me to list it as the third factor.

As mentioned earlier, the wise use of the four requisites refers to using material things and consumer products skilfully. When eating food, wearing clothing, etc. one understands the purpose of such actions and recognizes the true advantages of these things.

Even while using a computer, we should consider and examine the true benefits provided by such technology. If we are established in the practice of wise consumption, we will already have the disposition to reflect in this way when using technology. This reflection will arise immediately, no matter with what we engage. Wise reflection is always linked to wise consumption. While using a computer, we reflect: 'What are the actual benefits of this device?' We do not simply use it to play video games. By possessing this form of moral conduct, such activities can be an opportunity for learning and creativity.

I once asked a child who came to the monastery: 'How many hours per day do you watch television? In total, how many hours do you watch television each week? And for what purpose do you use a computer?'

I went on to ask: 'What percentage of your watching TV is done for amusement, and what percentage for learning?' This child had

[61] *Paccayapaṭisevana-sīla.*

ถามไปว่า *"หนูดูทีวีเพื่อเสพกี่เปอร์เซ็นต์ เพื่อศึกษากี่เปอร์เซ็นต์"* เด็กไม่เคยแยกเลย ตอนต้นก็อาจจะงงหน่อย พอเด็กแยกได้แล้ว แกบอกว่าหนูดูเพื่อเสพ ๙๙ เปอร์เซ็นต์ อย่างนี้ก็แย่แล้ว ก็เลยถามว่า *"หนู...แล้วที่หนูทำอย่างนั้นถูกต้องไหม ดูเพื่อเสพ ๙๙ เปอร์เซ็นต์ ดูเพื่อศึกษาแทบไม่มีเลย"* เด็กบอกว่าไม่ถูก *"อ้าว! แล้วจะทำอย่างไรดีล่ะ ให้หนูคิดเองนะ พระไม่วินิจฉัย"* เด็กก็บอกว่า *"ต้องแก้ไข..."*

เด็กว่าอย่างนั้น พอบอกว่า จะแก้ไข การศึกษาก็มาแล้ว ทีนี้ก็ถามต่อไปอีกว่า *"เอ้า...แก้ไข หนูจะทำอย่างไรล่ะ" "ก็ต้องดูเพื่อศึกษามากขึ้น" "แล้วหนูจะเอาเท่าไรล่ะ"* เด็กบอกว่า *"ห้าสิบ ห้าสิบ ดูเพื่อเสพห้าสิบ ดูเพื่อศึกษาห้าสิบ"*

บอกว่า *"โอ้ย ! หนู...เห็นใจ ไม่ต้องมากขนาดนั้นละ การศึกษานะ จาก ๑ เปอร์เซ็นต์ มาเป็น ๕๐ เปอร์เซ็นต์ นี่มันหนักมาก"* เลยบอกว่าหนูค่อยๆ คิดเถอะ พระเห็นใจ หนูอยู่ในยุคนี้ กระแสสังคมเขาเป็นอย่างนี้ ก็ให้ค่อยๆ คิด

ในที่สุดเด็กบอกว่า *"เอาดูเพื่อศึกษา ๓๐ เปอร์เซ็นต์ ดูเพื่อเสพ ๗๐ เปอร์เซ็นต์"* เอาละ แค่นี้เริ่มต้นได้แล้ว

อย่างนี้เป็นการศึกษาพุทธศาสนาในชีวิตประจำวันเลยใช่ไหม ไตรสิกขามาเสร็จเลย กินอยู่ดูฟังเป็น คิดเป็น จิตใจดีงาม มีความสุขกับการทำสิ่งที่ถูกต้อง ถ้าเราทำถูกทางนี่มันมาเป็นกระบวนเลย

รวมความว่าศีล **ด้านปัจจยปฏิเสวนา** คือการกินใช้เสพบริโภคปัจจัย วัตถุสิ่งของ เครื่องใช้ เทคโนโลยี โดยรู้จักคิด

never made this distinction. At first she looked a bit bemused. When she was able to distinguish between these two functions, she answered: '99% of the time I watch for amusement.' This is troubling. I then asked her: 'Do you think that watching 99% of the time for amusement, and almost never for learning, is correct?' She answered that no, it is not. I then replied: 'What do you think you should do about this?' She answered: 'I'll have to turn things around and make it right.'

By saying that she would makes things right, it showed that she was examining this matter. I asked further: 'How are you going to make things right?' She said: 'I'll have to increase the amount of time that I watch TV in order to learn.' 'What proportion of time do you think would be good?' '50/50—I'll watch for entertainment 50% of the time and watch to learn 50%.'

'Dear me,' I said, 'I feel sorry for you. You don't have to make such a radical change. From 1% to 50% is quite an extreme jump.' I told her to gradually think about it. Social trends exert a pressure towards indulgence and amusement; it is better to make a gentle and gradual change.

Finally, she said: 'Okay, I'll watch to learn for 30% of the time; and watch for fun 70%.' That's good. The process of learning was kicking in.

This is an example of Buddhist education, complete with the threefold training, occurring in everyday life. One develops skilful consumption and skilful reflection. One's state of mind is wholesome and one delights in doing that which is correct. When we follow the right track, all necessary factors are present as a matter of course.

In sum, moral conduct pertaining to wise use of the four requisites[62] is the ability to use and consume things, including technological gadgets, with wise and skilful reflection. At the very least, one knows their true purpose, benefit, and value.

[62] *Paccayapaṭisevana-sīla.*

พิจารณา อย่างน้อยให้รู้ว่ามันมีเพื่ออะไร ประโยชน์มันอยู่ที่ไหน คุณค่าแท้คืออะไร

อาชีวะเป็นแดนใหญ่ ทั้งโดยกิจกรรม และโดยกาลเวลา ในการที่จะเอาไตรสิกขามาพัฒนาชีวิตคน

๔. ต่อไป **อาชีวปาริสุทธิศีล** เป็น ศีลด้านอาชีวะ เรื่องของอาชีพการงานการเลี้ยงชีพ คือการที่จะได้จะมีปัจจัย ๔ มาเสพบริโภค ที่จริงท่านเอาปัจจยปฏิเสวนา ไปไว้ข้อสุดท้าย เพราะอะไร เพราะว่าเรามีอาชีพก่อน เราต้องรู้จักหาเลี้ยงชีพ จึงได้ปัจจัย ๔ มาบริโภค แล้วก็บริโภคให้เป็น แต่เด็กได้ของบริโภคจากพ่อแม่หามาให้ สำหรับเด็กก็เลยเน้นศีลด้านเสพบริโภค

อย่างไรก็ตาม เด็กๆ ก็ต้องเป็นอยู่ประพฤติตัวและทำหน้าที่ต่างๆ ให้สมกับการที่จะได้ของกินของใช้นั้นมาเสพบริโภค เพราะฉะนั้นเด็กก็ต้องมี**อาชีวะที่ถูกต้อง เรียกว่า อาชีวปาริสุทธิศีล** แปลตามตัวว่าศีลที่เป็นความบริสุทธิ์แห่งอาชีวะ ซึ่งเป็นศีลอีกหมวดหนึ่ง อย่างในมรรค ศีลประเภทนี้ก็คือสัมมาอาชีวะ ซึ่งเป็นเรื่องใหญ่มาก คนมักมองข้ามเรื่องอาชีพ อย่าลืมว่า**ในมรรค สัมมาอาชีวะเป็นศีลข้อสำคัญ**

บางทีศีล ๘ ท่านแสดงไว้สองชุด ศีล ๘ ที่เราเรียกกันว่าอุโบสถศีลนี้แบบหนึ่ง แล้วก็อาชีวัฏฐมกศีล ศีลมีอาชีวะเป็นที่ ๘ อีกชุดหนึ่ง ชุดหลังนี้จะเน้นเรื่องอาชีวะ คือการประกอบอาชีพให้ถูกต้อง

The Important Role of Livelihood in Personal Development

4. Purity of conduct as regards livelihood.[63] Earning one's livelihood, or making one's living, refers to obtaining the four requisites to enjoy and consume. As mentioned above, in the scriptures, moral conduct pertaining to wise use of the four requisites[64] is placed as the final factor, because we must first work and make a living, before we can enjoy the fruits of our labour. Once we have obtained the requisites, we are encouraged to consume them with wisdom. But children obtain consumable things from their parents without having to work. For this reason, I have highlighted wise consumption.

In any case, children should conduct themselves and fulfil their responsibilities in a way that is fitting and deserving for obtaining material things from their parents to enjoy. Therefore, children too have a just 'occupation,' and they are advised to observe the kind of moral conduct known as 'purity as regards livelihood.'[65] In the Noble Eightfold Path, this kind of virtuous conduct is referred to as 'right livelihood,'[66] an essential element of the Path. It is common for people to overlook the importance of this factor of livelihood. Remember that it is one of the pivotal factors of the Eightfold Path.

In the scriptures, the eight precepts are outlined in two versions: the first group is known as the 'precepts to be observed on the Observance Day';[67] and the second group is known as the 'set of eight precepts of which pure livelihood is the eighth.'[68] This second version highlights earning a living in a righteous way.

---

63 *Ājīvapārisuddhi-sīla.*
64 Ibid.
65 *Ājīvapārisuddhi-sīla.*
66 *Sammā-ājīva.*
67 *Uposatha-sīla.*
68 *Ājīvaṭṭhamaka-sīla.*

ในการประกอบอาชีพนั้น ก็ต้องดูว่าอาชีพต่างๆ ที่มนุษย์ตั้งกันขึ้นมานี้ ทุกอย่าง เขามีวัตถุประสงค์เพื่อจะแก้ปัญหาชีวิต หรือแก้ปัญหาสังคม หรือเพื่อการสร้างสรรค์อะไรสักอย่างหนึ่งทั้งนั้น ดังนั้นเมื่อเราทำอาชีพอะไร เราก็ต้องทำให้ได้ผลสมตามวัตถุประสงค์นั้น

ยกตัวอย่างง่ายที่สุดก็คือ อาชีพแพทย์มีเพื่ออะไร อ้าว ! ก็เพื่อไว้ช่วยบำบัดโรค ช่วยคนไข้ให้หายป่วย ให้เขามีสุขภาพดี เพราะฉะนั้นคนประกอบอาชีพที่ถูกต้องตามความมุ่งหมายของอาชีพนี้ ก็คิดว่าฉันจะทำอาชีพนี้ให้ดีที่สุด ก็คือฉันจะช่วยให้คนไข้หายโรค ให้เขามีสุขภาพดี ส่วนเงินทองก็ได้มาประกอบ

เหมือนเป็นครูอาจารย์นี้ อาชีพของเราก็คือเพื่อจะช่วยให้เด็กมีการศึกษาดี มีชีวิตเจริญงอกงาม ถ้าเราคำนึงถึงวัตถุประสงค์ที่แท้ของอาชีพแล้ว ศีลและผลดีก็แทบจะมาทันทีเลย และเราก็จะรักวัตถุประสงค์นั้น และทำอาชีพด้วยความสุข ทุกอย่างจะสอดคล้องกัน แล้วชีวิตของเราก็สอดคล้องกับความเป็นจริง ไม่เกิดความขัดแย้ง แม้แต่ในใจตัวเอง ก็กลมกลืน ราบรื่น มีความสุขและทำได้ผลดีด้วย

จากนั้นก็หมายถึงว่าอาชีวะนี่ทำแล้วไม่เกิดโทษ ไม่ก่อการเบียดเบียนแก่ใคร ซึ่งก็เสร็จไปแล้วในตัว

แง่ต่อไปก็ให้อาชีพซึ่งใช้เวลาส่วนใหญ่ของชีวิตของเรา วันหนึ่งตั้ง ๘ ชั่วโมง ๑๐ ชั่วโมงนี้ ให้เป็นแดนพัฒนาชีวิตของตัวเอง คนเราจะพัฒนาตัวเองได้ ก็ต้องอาศัยเวลา และอาศัยกิจกรรมในชีวิต เออ...อาชีพนี่เป็นงาน เป็นกิจกรรม เป็นเรื่องที่กินเวลาส่วนใหญ่ของชีวิต ถ้าเราพลาดมันไปเสียแล้ว เราจะเสียเวลาไป

Every kind of human livelihood or profession is established for the sake of attending to personal or social challenges, or for the sake of creating or improving something. Therefore, when pursuing a livelihood we need to work in a way that generates results corresponding to the objectives of the task at hand.

Take the simple example of practising medicine. What is the mission and goal of the medical profession? That is quite easy. The goal is to treat people's illnesses, to heal the sick, and to promote good health. Doctors who earn a living correctly by fulfilling the aims of this profession thus consider how they can best perform their medical work. They consider how they can best heal sick patients and sustain people in an optimum state of good health. Financial remuneration is secondary.

This is similar to the teaching profession. The goal of this vocation is to provide children with a good education, to nurture and support their personal growth. If we reflect on the true purpose of this profession, ethical conduct and professional success will arise almost automatically. We will have a passion for the goal of teaching and will find delight in our work. Everything will be in harmony. We will live our lives in harmony with the truth, without discord or conflict. We will experience a sense of balance, ease, and joy. And our work will bear good fruit. The implications of this is that our work creates no harm or injury to others. It is intrinsically complete.

The next aspect to consider is how we can make our professions and careers, which take up a large proportion of our time—often eight to ten hours of each day—into a domain for spiritual development. Self-development and self-improvement requires time and labour. Our daily work and occupation is an activity taking up much of our time. If we misdirect our efforts we lose a great opportunity and waste much of our

เยอะแยะเลย เพราะฉะนั้นเราก็**เอาอาชีพนี่แหละเป็นแดน เป็นเวทีพัฒนาชีวิตของเรา** เราก็พัฒนาไตรสิกขาไปเลยด้วยอาชีพนี่แหละ อย่างนี้เป็นต้น

อย่างน้อยที่สุด อาชีวปาริสุทธิศีล ก็คือไม่ให้อาชีพของเราไปก่อการเบียดเบียนเกิดโทษ ทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ผู้ใด หรือทำให้สังคมเสื่อมเสีย (และไม่ทำให้ตัวเองสูญเสียหรือเสื่อมจากการพัฒนา)

ถ้ามีวินัยชาวพุทธ ก็มีวิถีชีวิตที่เอื้อต่อการศึกษา

ศีล ๔ แดนนี้น่าจะเอามาย้ำกันในหมู่ชาวพุทธ ไม่ใช่อยู่แค่ศีล ๕ ต้องรู้ว่าศีล ๕ นี้ แม้จะสำคัญยิ่งนัก แต่มันเป็นเพียงส่วนหนึ่งของ “วินัยชาวพุทธ” ซึ่งมันเป็นเพียงพื้นฐานส่วนเริ่มต้นเท่านั้น เพียงแค่ว่าเป็นเกณฑ์อย่างต่ำที่ให้มนุษย์อยู่กันได้ในสังคมนี้ ทำให้สังคมนี้ไม่ถึงกับลุกเป็นไฟ แต่ถ้าคุณจะพัฒนาต่อไป จะมีชีวิตดีงาม มีความสุขแล้ว **คุณจะอยู่แค่ศีล ๕ น่ะไม่พอหรอก** ท่านจึงให้ศีล ๕ นั้นเป็นฐานรักษาสังคม หรือเป็นหลักประกันพื้นฐาน อย่างที่บอกเมื่อกี้ว่าไม่ให้สังคมลุกเป็นไฟ ให้คนพออยู่กันได้

จะเป็นชาวพุทธจริง และจะให้ชีวิตและสังคมพัฒนา ก็ต้องเข้าสู่วินัยชาวพุทธกันจริงๆ อย่างที่บอกแล้วว่าคฤหัสถ์ก็มีวินัย ไม่ใช่พระเท่านั้นที่มีวินัย ตอนนี้คิดว่าต้องฟื้นฟูวินัยชาวพุทธ ที่ภาษาคัมภีร์ท่านเรียกว่า "คิหิวินัย" แปลว่าวินัยของคฤหัสถ์ ได้แก่สิงคาลกสูตร ที่พระพุทธเจ้าตรัสแสดงแก่สิงคาลกมาณพ

time. For this reason we use our work as an arena for self-improvement, for instance by cultivating the threefold training.

The most basic interpretation of purity of conduct as regards livelihood[69] is that our work and profession does not cause affliction or hardship for others, and it does not damage society. Moreover, it does not lead us to squander opportunities for personal development or lead us to spiritual decline.

Buddhist Social Discipline Is Conducive to Education

These four kinds of moral conduct should be highlighted in Buddhist circles. Buddhists should recognize that moral conduct is not comprised simply of keeping the five precepts. Although the five precepts are vital, they are only a basic, rudimentary part of Buddhist training. They act as the minimum standard for communal life and for preventing the world from falling into turmoil. If one wishes to develop spiritually, truly prosper, and discover real happiness, the five precepts are insufficient. The five precepts are a foundation for protecting society, a basic guarantee of safety, preventing social distress and establishing a minimum level of social harmony.

To be genuine Buddhists, and to promote personal and social development, we must adopt an authentic Buddhist social discipline. As mentioned earlier, it is not only the monks who have a *vinaya*; householders too have a *vinaya*. I think it is time to revive a Buddhist social discipline, which in Pali is called *gihi-vinaya*: a layperson's code of ethics. This code is clearly outlined in the Siṅgālaka Sutta, which the Buddha taught to the young brahman student Siṅgālaka.[70]

---

69 *Ājīvapārisuddhi-sīla*.

70 Trans.: Dīgha Nikāya sutta 31.

ตอนนี้ได้เอามาทำเป็นหนังสือเล็กๆ เล่มหนึ่งเลย ถ้าเป็นพระสูตรโดยตรง เวลาไปอ่านบางทีบางคนก็จับยาก เพราะท่านว่าไปเรื่อยๆ ถ้าไม่จับมาตั้งเป็นหัวข้อจัดรูปแบบก็ดูยาก ก็เลยนำมาจัดเรียงตั้งหัวข้อ ลำดับจัดหมวดหมู่ให้เห็นชัดๆ ไป เรียกว่า **วินัยชาวพุทธ**

เมื่อได้พิมพ์เป็นหนังสือแล้ว ก็เลยจะไม่อธิบาย ขอพูดสั้นๆ ว่า...**ถ้าชาวพุทธเรามีวินัยแบบนี้ ก็จะเป็นวิถีชีวิตที่เอื้อให้การศึกษาเดินหน้าไปได้** ถ้าเราไม่มีวิถีชีวิตที่เอื้อแล้วการศึกษาก็เข้ามายาก

การศึกษา ออกผลมาเป็นชีวิตที่เป็นอยู่อย่างดี มีวิถีชีวิตดีงามที่พัฒนาไปในมรรค จนเป็นภาวิต ๔

ไตรสิกขากับมรรคต้องไปด้วยกัน เมื่อเราดำเนินชีวิตไป เราจะฝึกให้ชีวิตพัฒนา ก็เอาไตรสิกขาใส่เข้าไปในชีวิต ชีวิตก็กลายเป็นมรรคไป ที่นี้พอชีวิตเป็นมรรคแล้ว มันก็เอื้อต่อไตรสิกขาที่จะเดินหน้าต่อไปอีก มรรคกับไตรสิกขาก็เจริญคู่กันไป

ฉะนั้น เมื่อสรุปประมวลทั้งหมด ก็มาบรรจบกัน ทั้งไตรสิกขาก็เป็น ศีล สมาธิ ปัญญา และมรรคก็สรุปย่อได้เป็น ศีล สมาธิ ปัญญา

แต่ทางฝ่าย*ไตรสิกขา* ท่านเรียกเต็มว่า **อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา** (ธรรมหมวดสมาธินั้นเวลาเรียกชื่อเต็มจริงๆ ท่านไม่เรียกว่าสมาธิ ที่เราเรียกกันว่าสมาธินั้นเป็นการเรียกกันแบบง่ายๆ สั้นๆ ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา แต่เวลาเรียกเป็นทางการ

I have now restructured and published this sutta as a short book, titled 'The Buddhist's Discipline.'[71] Reading the original sutta word-by-word, some people will find it difficult to understand, because the Buddha presented this teaching in an informal way. If it is not set down with clear headings and arranged into a formal structure, it may appear abstruse. I have therefore organized this teaching into a list of main topics and established clear sections.

I will not go into this teaching in detail here. Let me simply say that if as Buddhists we have such a code of ethics, it will promote a way of life conducive to training and education. If we fail to establish such a code of ethics, however, training and education will likely be ineffective and deficient.

True Education Leads to a Good Quality Life, Progress on the Path, and the Fourfold Mastery

The threefold training and the Eightfold Path must proceed in unison. In our daily lives, we engage in learning and training, and for this purpose we incorporate the threefold training. By doing this our lives naturally assume the form of the Path. As we live the Path, our lifestyles are conducive to further progress in the threefold training. The Path and the threefold training are thus developed in tandem.

In sum, these two factors are connected: the threefold training is comprised of *sīla*, *samādhi*, and *paññā*; and the Eightfold Path can likewise be outlined in a nutshell as *sīla*, *samādhi*, and *paññā.*

When named in full, the three factors of the threefold training are: *adhisīla-sikkhā*, *adhicitta-sikkhā*, and *adhipaññā-sikkhā*.[72] The second factor here is not referred to as *samādhi*; the term *samādhi* is only used in the simple, concise description of the threefold training: *sīla*, *samādhi*, and *paññā*. The formal designation of this second factor in the scriptures is *adhicitta-sikkhā*, referring to all matters pertaining to

[71] In Thai: วินัยชาวพุทธ.

[72] 'Training in higher virtue,' 'training in higher mind,' and 'training in higher wisdom.'

ท่านเรียกว่า อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา ซึ่งเป็นเรื่องจิตใจทั้งหมด รวมทั้งสมาธิด้วย และอธิปัญญาสิกขา)

ส่วนทางฝ่าย*มรรค*มีองค์ ๘ ประการ ท่านจัดเป็นขันธ์ เรียกว่า **ศีลขันธ์** หมวดศีล **สมาธิขันธ์** หมวดสมาธิ และ**ปัญญาขันธ์** หมวดปัญญา

เมื่อพระพุทธเจ้าปรินิพพานแล้ว เคยมีผู้มาสนทนากับพระอานนท์ เขาถามว่าพระพุทธเจ้าตรัสสอนเรื่องอะไรมากที่สุด พระอานนท์ก็ตอบเขาว่า **เรื่องที่พระพุทธเจ้าตรัสมาก หรือธรรมที่ทรงสอนอยู่เสมอก็คือ เรื่อง ศีลขันธ์ สมาธิขันธ์ ปัญญาขันธ์ ซึ่งครอบคลุมหลักปฏิบัติทั้งหมด**

ที่นี้เมื่อเราปฏิบัติไปตามนี้ก็จะเกิดภาวนาขึ้นมา เป็นการพัฒนาชีวิต ๔ ด้าน อย่างที่เคยบอกแล้วว่า เวลาปฏิบัติหรือในการฝึกนั้น เป็นสิกขา ๓ แต่เมื่อดูผล แยกออกเป็นภาวนา ๔ เพราะว่าสิกขาข้อที่ ๑ แยกไปเป็นภาวนา ๒ คือเป็นการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้านวัตถุอย่างหนึ่ง (กายภาวนา) และการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคมอย่างหนึ่ง (ศีลภาวนา)

ในแต่ละขณะจิต มีไตรสิกขาครบทั้ง ๓ และก็มีได้พร้อมกันครั้งละ ๓ เท่านั้น ไม่เป็น ๔ เพราะอะไร เพราะว่าความสัมพันธ์กับวัตถุหรือกับสังคมนั้น ในขณะจิตหนึ่งสัมพันธ์ได้อย่างเดียว ต้องอย่างใดอย่างหนึ่ง

ของพระนั้นท่านแยกเป็นขณะจิตเลย ในเมื่อขณะจิตหนึ่งสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมได้อย่างใดอย่างหนึ่งอันเดียว เพราะฉะนั้นในการฝึกศึกษาหรือสิกขาจึงต้องเป็น ๓ แต่ในเวลาวัดผล เรา

a person's state of mind, or state of consciousness, which includes the quality of *samādhi* ('concentration'; 'focused attention').

The Noble Eightfold Path is arranged into three 'divisions,'[73] namely: the division on conduct,[74] the division on concentration,[75] and the division on wisdom.[76]

After the Buddha's final passing away, a layman came to converse with Ven. Ānanda, and asked him what subject was frequently taught by the Buddha.[77] Ānanda replied that the teaching regularly reiterated by the Buddha was the value and significance of the threefold division on conduct, concentration, and wisdom,[78] which embraces the entire Buddhist doctrine on practice and training. These principles are to be steadfastly observed by all people.[79]

Training in this way naturally gives rise to the fourfold development[80]—the four dimensions of improving and developing our lives. As mentioned above, the act of training or practising is referred to as the threefold training,[81] but when examining the fruits of practice the classification of the fourfold development is applied. In the latter case, the first training is divided into two factors: interaction with one's physical environment[82] and interaction with one's social environment.[83]

In any single mind moment, the complete set of three trainings is operational, working in chorus. Why are there not four factors functioning simultaneously? Because in any single mind moment it is

---

73 *Khandha.*
74 *Sīla-khandha.*
75 *Samādhi-khandha.*
76 *Paññā-khandha.*
77 Subha Sutta; D. I. 204-206.
78 *Sīla-khandha*, *samādhi-khandha*, and *paññā-khandha*.
79 See endnote C.
80 *Bhāvanā.*
81 *Sikkhā.*
82 *Kāya-bhāvanā.*
83 See endnote D.

ต้องการดูรายละเอียดให้กระจ่างแจ้ง ก็ดูให้ชัดไปเป็นอย่างๆ ไม่ต้องดูพร้อมกันทีเดียว เลยแยกเป็น ๔ ก็เป็นภาวนา ๔

เพราะฉะนั้น เมื่อจะดูว่า...เออ...คุณได้ศึกษามีไตรสิกขามา ประสบความสำเร็จงอกงามดีแค่ไหน ก็วัดด้วยภาวนา ๔ เมื่อวัดด้วยภาวนา ๔ ถ้าได้**จบภาวนา ๔ ก็เป็นภาวิต ๔**

ภาวนา เป็นตัวการกระทำหรือกิจกรรมของการพัฒนา ทีนี้เมื่อเป็นคนที่พัฒนาด้านนั้นๆ แล้ว ก็เรียกว่าเป็น*ภาวิต*ด้านนั้นๆ รวมทั้งหมดก็เป็น ***ภาวิต ๔*** คือ **ภาวิตกาย ภาวิตศีล ภาวิตจิต** และ**ภาวิตปัญญา** แปลว่า เป็นผู้มีกายที่พัฒนาแล้วหรือภาวนาแล้ว มีศีลที่ภาวนาแล้ว มีจิตที่ภาวนาแล้ว แล้วก็มีปัญญาที่ภาวนาแล้ว

ภาวนานี้ ถ้าพูดตามสำนวนโบราณเรียกว่า เจริญแล้ว คือเจริญกายแล้ว เจริญศีลแล้ว เจริญจิตแล้ว เจริญปัญญาแล้ว เพราะ**ภาวนาภาษาเก่าแปลว่าเจริญ** เช่น วิปัสสนาภาวนา - เจริญวิปัสสนา, สมถภาวนา - เจริญสมถะ, เมตตาภาวนา - เจริญเมตตา

ภาวนา แปลว่าเจริญ ภาวิต แปลว่าได้เจริญแล้ว รวมทั้งหมดก็เป็นภาวิต ๔ **คนไหนเป็นภาวิต ๔ พระพุทธเจ้าตรัสว่าคนนั้นคือพระอรหันต์**

จุดมุ่งหมายของการศึกษา คือ การเป็นพระอรหันต์ ผู้ที่มีภาวิต ๔ ก็คือภาวนาครบ ๔ ด้าน และภาวนา ๔ นั้นวัดผลได้เลย ใครมีภาวนา ๔ แค่ไหน ก็พัฒนาเจริญไปได้รับผลการศึกษาเท่านั้น หรือมีชีวิตที่อยู่ดีได้เท่านั้น จนในที่สุดก็เป็นภาวิต ๔

only possible to interact with either a material object or with another person—it must be one or the other.[84]

The scriptures make this distinction: in any single mind moment a person only relates to a single external condition. Training is therefore classified as a threefold process. When evaluating or assessing our practice, however, we examine all the distinct factors more clearly. We need not focus on a single instant of time. Thus the division of the fourfold development.

When measuring the level of people's success in education and training, we apply the fourfold development (*bhāvanā*). Having performed this evaluation, if we discover that they have truly completed their training, their development is determined as 'self-mastery' (*bhāvita*; 'fulfilled development').

The term *bhāvanā* refers to the act or deed of development. When someone has developed an aspect of training, he or she is said to be 'fully developed' (*bhāvita*) in that particular domain. In total, there are four such areas of self-mastery: to be developed in body, developed in virtuous conduct, developed in mind, and developed in wisdom.[85]

Traditionally, this term *bhāvanā* can be used in other contexts to denote 'development,' 'cultivation,' 'practice,' etc. For example: 'practising insight meditation,'[86] 'practising tranquillity meditation,'[87] 'cultivating loving-kindness,'[88] etc.

Bhāvanā means 'development'; *bhāvita* means 'to have perfected one's development'—'to be fully developed.' The Buddha said that anyone who is fully developed in the four aspects of development is an arahant.

The ultimate goal of education and training is to be a fully awakened being—an arahant. Someone who has gained the fourfold mastery has fulfilled the fourfold development. And this development can be

---

84 See endnote E.

85 *Bhāvita-kāya*, *bhāvita-sīla*, *bhāvita-citta*, and *bhāvita-paññā*, respectively.

86 *Vipassanā-bhāvanā.*

87 *Samatha-bhāvanā.*

88 *Mettā-bhāvanā.*

ที่สมบูรณ์ จบหลักสูตรพระพุทธศาสนา **ง่าย ๆ ใช่ไหม ? ดูก็มีนิดเดียว นี่ละพุทธศาสนา...**

มอง Child-Centered Education อย่างไร จึงจะเอามาใช้หรือไม่ใช้ อย่างเท่าทัน

อีกอย่างหนึ่งที่อยากพูดไว้ คือ เราอยู่ท่ามกลางความเป็นจริงของกระแสสังคม เมื่อสังคมโดยเฉพาะในด้านการศึกษามีความเคลื่อนไหวอย่างไร ว่าโดยเชิงประวัติเป็นมาอย่างไร มันเสื่อมลงและเจริญขึ้นอย่างไร Child-Centered Education แข่งกับ Teacher- and Subject-Centered Education อย่างไร มันชนะกันตอนไหนด้วยเหตุผลอะไร เราก็ต้องรู้ ต้องทันด้วย

ในเชิงประวัติศาสตร์ การศึกษาแบบที่เรียกว่า "มีเด็กเป็นศูนย์กลาง" นี้ เราเอามาจากอเมริกา

- Child-Centered Education ออกมาสู่การปฏิบัติตั้งแต่ปี ๑๘๗๕ ซึ่งถือเป็นปีแรกที่ใช้ แล้วก็มาพัฒนามากในยุคของ จอห์น ดิวอี้ ซึ่งเป็นผู้ที่ควรเรียกว่า เป็นหัวหอก หรือเป็นผู้นำในเรื่อง Progressive Education
- ต่อมาหลังปี ๑๙๐๐ Child-Centered Education ก็แย่ลง โดยเฉพาะพอรัสเซียส่งดาวเทียมสปุตนิกขึ้นไป เมื่อปี ๑๙๕๗ Child-Centered Education ก็ตกวูบเลย คนอเมริกันพากันติเตียนว่า Child-Centered Education **ทำให้เด็กอ่อนวิชา บุคลิกภาพก็อ่อนแอ ไม่เข้มแข็ง เรียกง่าย ๆ ว่าไม่สู้สิ่งยาก ตามใจเด็กมากเกินไป** เน้นที่

measured. A person's degree of training and spiritual cultivation bears fruit as a corresponding degree of personal progress, accomplishment, and healthy existence, culminating in a perfection of spiritual development. One can say that he or she has completed the Buddhist 'syllabus' or 'course of study.' Very simple, no? From one angle it looks easy. This is the heart of Buddhism.

Insightful Implementation of Child-Centred Education

We must face the reality that we live surrounded by social trends. It is important that we stay abreast of social developments, especially in the area of education. We should address such questions as: 'What is the historical background of educational movements?' 'How have specific educational movements or systems undergone growth or decline?' 'How has Child-Centred Education competed with Teacher- and Subject-Centred Education?' 'Which has been in the ascendency during various periods of recent history, and for what reason?'

Thailand adopted Child-Centred Education from the United States:

- Child-Centred Education was introduced as a pedagogical method in 1875, which is considered the year that it was first applied in schools. It was significantly advanced by John Dewey, who is known as the pioneer or spearhead of Progressive Education.
- After 1900, Child-Centred Education took a turn for the worse, in particular after the Russians launched Sputnik 1.[89] In 1957, Child-Centred Education in America fell into rapid decline. People criticized it for making children intellectually deficient, of weak character, irresolute, and lacking in fighting spirit. They said it pampers children and gives too much import to gratifying their

[89] Trans.: In 1957 the Soviet Union launched the first artificial Earth satellite. This surprise success precipitated the American Sputnik crisis and triggered the Space Race, a part of the larger Cold War.

การสนองความต้องการของเด็ก ถึงตอนนี้ Teacher- and Subject-Centered Education ก็เฟื่องฟูขึ้นมาอีก **ตั้งแต่ปี ๑๙๕๗ เป็นต้นมา**

- แต่มาถึงระยะ ๑๙๘๐ เอาอีกแล้ว คนอเมริกันบอกว่า เด็กมี alienation มีความแปลกแยก มีจิตใจที่ไม่สบาย มีความทุกข์ เครียด อะไรพวกนี้ Teacher- and Subject-Centered Education **ไม่ดีแล้ว ก็เลยหันกลับมา** Child-Centered Education อีก ฝรั่งก็เลยแกว่งเป็นลูกตุ้ม แกว่งไป แกว่งมา แกว่งซ้าย แกว่งขวา ใครจะแกว่งตามอย่างไร ก็แกว่งไป

น่าพิจารณาว่าเรื่องนี้บางทีมันกลายเป็นสุดโต่งทั้ง ๒ อย่าง ทางที่ถูกมันน่าจะเป็นมัชฌิมาได้หรือเปล่า มัชฌิมาปฏิปทาก็คือการปฏิบัติจัดดำเนินการที่สอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมดา **การศึกษาที่แท้ก็ต้องสอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมดา**

พูดถึงการศึกษาที่สอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมดา ธรรมดานั้นเราต้องรู้ด้วยปัญญาใช่ไหม ? นี่ก็คือสัมมาทิฏฐิ เมื่อรู้เข้าใจความเป็นจริงของธรรมดาแล้ว ก็จัดให้สอดคล้องกับความเป็นจริงได้ เรียกว่า **มัชฌิมา คือพอดีกับความจริง** เมื่อพอดีกับความจริงก็เป็นมัชฌิมา

เพราะฉะนั้น **การศึกษาในพุทธศาสนาเป็นมัชฌิมา ซึ่งคงไม่ใช่** Child-Centered Education **ไม่ใช่** Teacher- and Subject-Centered Education ทั้งนั้นแหละ (หรือจะบอกว่าใช่ ก็ต้องทั้งสองอย่างเลย โดยประสานกันอย่างพอดี)

desires. After this date, Teacher- and Subject-Centred Education once again grew in popularity.

- In 1980, however, the situation changed once more. American people observed that children harboured a sense of self-alienation; their minds were in a state of dis-ease, desolation, stress, etc. People claimed that Teacher- and Subject-Centred Education was to blame, so they switched back to Child-Centred Education. Westerners thus oscillated between one method and the other.

It is worthy of consideration whether both of these methods of education can potentially fall into an extreme. A preferable pedagogical system more likely lies as a middle path[90] between these two. A 'middle path' here refers to practice and conduct in harmony with the truth of nature. True education must be in accord with natural truth.[91]

Natural truth is to be discerned with wisdom, otherwise known as 'right view.'[92] Knowing the truth of nature, one is able to adjust one's conduct in line with this truth. Such behaviour is called *majjhimā*: balanced, optimum, and conforming to reality. This is the middle path.

Buddhist education follows a middle path. It is neither Child-Centred Education nor Teacher- and Subject-Centred Education. Or if one wishes to include these terms in Buddhist education, one can say that it is a balanced integration of these two methods.

---

90 *Majjhimā-paṭipadā.*
91 *Dhammatā.*
92 *Sammā-diṭṭhi.*

สองอย่างนั้น ดีไม่ดีจะเป็นสุดโต่ง ๒ ทาง

อย่างที่เขาบอกว่าให้ค้นเอาศักยภาพของเด็กขึ้นมา เราก็บอกว่าให้ระวังนะ ศักยภาพของเด็กน่ะดีแล้ว แต่**อย่าลืมศักยภาพของชีวิต**ด้วยนะ เรื่องของคนเราไม่ใช่มีแค่ศักยภาพของเด็ก บางทีเราคิดแคบไป เราต้องดูด้วยว่าศักยภาพของชีวิตหรือศักยภาพของความเป็นมนุษย์นี่คืออะไร

อีกตัวอย่างหนึ่ง Child-Centered Education จะเน้นเรื่องความแตกต่างของเด็กในด้านความถนัดอะไรพวกนี้ **แต่อย่าลืมว่าเด็กต่างกัน ไม่ใช่ในเรื่องความถนัดอย่างเดียว**

ทางพุทธศาสนาให้แยก ความแตกต่างระหว่างบุคคล เป็น ๒ ด้าน คือ

๑. **ด้านอธิมุติ** คือเรื่องความถนัด ความสนใจ ความพอใจ และภูมิหลังอะไรต่างๆ ตลอดจน **ความเคยชินที่ลงตัวอยู่ตัว ซึ่งท่านเรียกว่า "วาสนา"** อย่างยกตัวอย่างเมื่อกี้ว่าไปห้างสรรพสินค้า คนหนึ่งเข้าร้านเครื่องบันเทิง คนหนึ่งเข้าร้านหนังสือเป็นต้น อย่างนี้เรียกว่าไปตามวาสนา

๒. **ด้านอินทรีย์** คือ ระดับการพัฒนา เช่นว่า มีศรัทธา มีสติ มีสมาธิ มีปัญญาแค่ไหน

พระพุทธเจ้าจะสอนคน ต้องทรงรู้ความแตกต่างระหว่างบุคคลทั้ง ๒ ด้าน คือ

- ด้านอธิมุติ เรียกว่า *นานาธิมุตติกญาณ*
- ด้านอินทรีย์ เรียกว่า *อินทริยปโรปริยัตตญาณ*

แต่ที่ได้ยินพูดกันอยู่ เวลาพูดถึงความแตกต่างของเด็ก มักจะไปเน้นเรื่องความถนัด เรามักจะพูดถึงด้านเดียว แต่ที่จริงความแตก

By following one of these methods of education exclusively, one can fall into an extreme form of behaviour.

Take the example of the wish to discover the potential within every child. In response, it is reasonable to say: 'Be careful.' Yes, it is good to discover children's individual potential, but one should balance this with a recognition of human potential. This need to be distinguished. Sometimes our vision and perspective is too narrow.

Another example is that Child-Centred Education tends to emphasize the differences in individual children's skills and abilities. But we should not forget that children differ in other important ways.

The Buddhist teachings distinguish two domains in which individual people differ:

1. *Adhimutti*: personal potential: the domain of aptitude, skill, interest, preference, along with various aspects of past conditioning, including 'innate disposition.'[93] Returning to the example mentioned earlier: when entering a shopping mall, one person will enter the amusement arcade, another the bookstore, etc. This is an example of following one's innate disposition.
2. *Indriya*: human potential: the domain of spiritual faculties and degree of spiritual development. For example, each person differs in his or her level of faith, effort, mindfulness, concentration, and wisdom.

Before the Buddha would teach people, he would apply two forms of knowledge to recognize their unique differences:

1. Knowledge pertaining to differences in aptitude, preference, innate disposition, etc.[94]
2. Knowledge pertaining to differences in spiritual faculties.[95]

Often, in reference to the differences between children, the emphasis is on aptitude and skill. This is a one-sided perspective. It is necessary

---

93 *Vāsanā.*

94 *Nānādhimuttika-ñāṇa.*

95 *Indriyaparopariyatta-ñāṇa.*

ต่างต้องครบ ๒ ด้าน **ด้านอินทรีย์นี้ต้องฝึกทุกคน ต้องพยายามให้ได้มากที่สุดสูงสุด** ไม่ใช่ไปดูแต่ด้านความถนัดอย่างเดียว

ทีนี้ศักยภาพของเด็ก กับศักยภาพของความเป็นมนุษย์ **บางทีก็ไม่ใช่อันเดียวกัน เราจะต้องพยายามให้เด็กทุกคนเข้าถึงสุดยอดแห่งศักยภาพของมนุษย์** ใช่ไหม ? **ไม่ใช่เอาแค่ศักยภาพของตัวเขาเท่านั้น...**

เรื่องนี้เป็นตัวอย่าง แต่รวมความก็คือว่า เรื่องของยุคสมัย เช่นเรื่องของแนวคิดต่างๆ ที่เข้ามา เราต้องทันและเอามาวิเคราะห์กัน ความเท่าทันสถานการณ์นี้จึงเป็นเรื่องใหญ่เรื่องหนึ่ง

ของที่นำเข้า ต้องรู้ให้เต็มเท่าที่เขาเข้าใจ ของเขาพร่องตรงไหน ก็ต้องรู้และเติมให้เต็มจริง ๆ ได้

เราอาจจะต้องมาคุยกันในเรื่องเหล่านี้ว่า **"แนวคิดที่เข้ามาสมัยใหม่นี้ ของตะวันตกว่าอย่างไร หรือใครว่าอย่างไร มันมีข้อดีข้อด้อยอย่างไร มีจุดอ่อนจุดแข็งอย่างไร หรือมีความหมายที่แท้อย่างไร คลาดเคลื่อนไปอย่างไร ?"**

อย่างเวลานี้ ในเรื่อง Child-Centered Education เมื่อฟังนักการศึกษาพูด ครูอาจารย์ที่อยู่โรงเรียนต่างๆ ดีไม่ดีก็เข้าใจแค่ว่ามุ่งสนองความพอใจของเด็ก เด็กเอาอย่างไร ก็เอาแค่นั้น เลยไม่ต้องพัฒนาเด็ก

แค่คำว่า "ความต้องการ" ของเด็ก ก็ยุ่งแล้ว สับสนกันไป ฝรั่งเขาพูดถึง needs แต่ครูจำนวนมากนึกถึง desire เอาความ

to recognize children's differences in both domains. Training in the domain of developing spiritual faculties to the highest degree is also essential.

In some cases, children's individual potential differs from human potential. Although it is a worthy endeavour to help children realize their individual potential, as teachers or mentors we should also help children realize the apex of human potential.

The matter discussed above is just one example from the field of education. To sum up, we need to stay abreast of various pedagogical trends, theories, etc. introduced from abroad and be able to analyze them. Understanding historical and contemporary circumstances is thus of chief importance.

Refining Foreign Educational Systems

It would be useful to engage in the following discussions: 'What are the contemporary Western viewpoints on education?' 'Who champions these ideas?' 'What are their pros and cons—their strong and weak points?' 'What is the essence and importance of contemporary pedagogical methods?' 'What are their inconsistencies?'

Take the example of Child-Centred Education. When academics and educators speak about this method of education, I often hear them focus on responding to the personal choices and preferences of children. One provides whatever the children want. But by taking this one-sided approach, one may be neglecting other important areas of development and growth.

There are also complications with language. In English the expression 'needs' of children is used, but this term is often interpreted by teachers in Thailand as 'desire.' Equating 'need' with 'desire'

อยากเป็นความต้องการ แล้วจะพูดกันรู้เรื่องได้อย่างไร แค่ภาษาก็สับสนแล้ว

ยิ่งกว่านั้น **การสนองความต้องการของเด็ก กับการพัฒนาความต้องการของเด็ก ก็ไม่เหมือนกัน** ใช่ไหม ? ตามหลักพุทธของเรา เราถือว่าความต้องการพัฒนาได้ การศึกษาจึงไม่ใช่แค่สนองความต้องการ แต่ต้องพัฒนาความต้องการด้วย

เขาบอกว่าทำให้เด็กเป็นสุข เราบอกว่า "พัฒนาเหตุปัจจัยของความสุข" แทนที่จะมัวหาทางทำให้เด็กเป็นสุข เราทำเหตุปัจจัยแห่งความสุขสิ เราช่วยให้เด็กสร้างเหตุปัจจัยของความสุขขึ้นมา เด็กก็มีความสุขได้ด้วยตัวเอง และพัฒนาเปลี่ยนความสุขได้ด้วย

ไม่ใช่จะมัวติด concept ว่าความสุขคืออย่างนี้ แล้วก็พยายามทำให้เด็กเป็นสุขอย่างนั้น ซึ่งเป็นการสนองทิฏฐิอันหนึ่งที่ยึดไว้ว่า ความสุข คืออย่างนี้ แล้วก็ทำให้เด็กเป็นสุขได้แค่อย่างนั้น โดยไม่รู้ว่า **ความสุขนั้นมีหลายแบบ พัฒนาได้หลายขั้น ซึ่งเราควรจะสร้างเหตุปัจจัยแห่งความสุขที่พัฒนาขึ้นไป พร้อมทั้งกำจัดเหตุปัจจัยแห่งความทุกข์** อันนี้สิที่สำคัญ

แทนที่จะมัวมาดูว่า สุข - ไม่สุข ทุกข์ - ไม่ทุกข์ โดยที่ตัวเองมี concept ความเข้าใจ คือทิฏฐิในเรื่องความสุข-ความทุกข์ที่ตายตัวไปแล้ว ซึ่งทำให้เด็กเสียประโยชน์ที่เขาควรจะได้ และการศึกษาก็ไม่ทำให้คนพัฒนาเนื้อตัวที่แท้ของเขาขึ้นมา

นี้ก็เป็นเรื่องที่จะต้องมาคิดมาพูดกันอีกมาก เอาละ ! วันนี้เวลาหมด อันที่จริง ครูอาจารย์มีปัญหาจะมาถาม เลยไม่รู้จะถามอย่างไร เอาไว้โอกาสหน้า

can cause confusion.[96] As this example shows, certain concepts can get lost in translation.

Furthermore, satisfying desire and cultivating desire are not the same things. According to the Buddhist teachings, desire can be cultivated and developed. Therefore, education does not involve merely satisfying or fulfilling desire, but it also involves cultivating desire.

Proponents of this system say: 'Make children happy.' As Buddhists, we respond: 'Let us foster the causes and conditions for happiness.' Instead of getting caught up in making children happy, we help them foster the conditions for happiness. This way, children discover happiness by themselves. Moreover, they are able to enhance and transform their happiness.

Some educators create a fixed concept of happiness for children; they then apply this preconceived form of happiness as a goal in their educational methods. But doing this is simply a way of satisfying and indulging personal views and notions.[97] It also limits children to this form of happiness. Children fail to discover that there are many kinds and levels of happiness. As human beings we should establish the causes and conditions for enhanced degrees of happiness, along with dispelling the causes and conditions for suffering. This is of vital importance.

Failing to appreciate human potential, educators get preoccupied with fixed opinions on children's happiness and suffering, satisfaction and dissatisfaction. The result is that children lose a valuable opportunity and asset, and education fails to develop the essential spiritual qualities of the individual.

This subject is worthy of much more consideration and discussion. But today, our time has come to a close. If any of the teachers have unanswered questions, let us leave them until the next opportunity to meet and discuss.

---

[96] Trans.: note the important distinction in Pali between different kinds of desire, in particular the difference between 'wholesome desire' (*chanda*) and 'covetous desire' or 'craving' (*taṇhā*).

[97] *Diṭṭhi*.

ขออนุโมทนา ทางโรงเรียน ครูอาจารย์ ผู้บริหาร โยมที่เป็นบุพการีของโรงเรียน ทุกท่านที่ได้มีจิตใจเป็นกุศล มาเยี่ยมเยียนวัด เยี่ยมเยียนพระสงฆ์ และมาเยี่ยมเยียนอาตมภาพด้วย ในโอกาสวันครู ซึ่งเป็นวันของโรงเรียน และของคุณครูทุกท่าน

ถ้าถือตามคติพุทธศาสนา จิตใจที่เป็นบุญ เป็นกุศล นี้แหละคือตัวมงคลละ มงคลจึงเกิดขึ้นแล้ว เมื่อมงคลเกิดขึ้น มีจิตใจที่สดใส เบิกบาน มีความสุข มีปีติ มีความอิ่มใจ เป็นต้น ก็เป็นปัจจัยที่จะทำให้เกิด ความสุข ความเจริญ งอกงามต่อไป

อาตมภาพขอถือโอกาสนี้ ตั้งจิตเป็นบุญ เป็นกุศล ร่วมด้วยและขออาราธนาคุณพระรัตนตรัย อวยชัย ให้พร อภิบาลรักษาให้ท่านผู้ใหญ่ โยมบุพการีของโรงเรียน และคุณครู อาจารย์ ผู้บริหาร ครอบครัว พ่อแม่ทั้งหลาย ผู้ปกครอง เป็นต้น โดยเฉพาะเด็กๆ ทั้งหลาย จงเจริญงอกงามด้วยจตุรพิธพรชัย ร่มเย็นในธรรม มีความสุขยิ่งๆ ขึ้นไปทุกเมื่อ เทอญ..... สาธุ...สาธุ...

May I express my gratitude to all the teachers, administrators, and school patrons who have come today with wholesome intent to visit the monastery, to visit the monks, and to visit myself, on this year's Teacher's Day—a special day for all schools and teachers.

According to the Buddha's teachings, the definition of 'blessings' or 'good fortune'—*maṅgala*—is a pure and wholesome mind. Today, we have generated blessings. A pure, bright, joyous, and contented mind is a supportive condition for true happiness and prosperity to blossom and flourish.

May I take this opportunity to share in the spirit of goodness. I call upon the power of the Triple Gem to generate success, good fortune, and protection to all the honourable guests today—to the teachers, administrators, and school benefactors, to the parents and guardians, and especially to all the children—so that you may grow in the fourfold victorious blessing,[98] abide peacefully in the Dhamma, and realize ever greater degrees of happiness.

[98] Trans.: fourfold blessing (*catubbidha-vara*): long-life (*āyu*), radiance (*vaṇṇa*; bright complexion); happiness (*sukha*); and good health (*bala*; strength).

Endnote

A Trans.: in Thai the Pali word *sikkhā* has been transformed into 'seuksah' (ศึกษา). *Sikkhā* has a broad range of meaning, including 'education,' 'learning,' and 'spiritual training.' Although it can be translated as 'education,' this term goes far beyond simply absorbing information at school. True education, or spiritual training, continues throughout one's entire life.

B Trans.: connected to an answer the venerable author kindly sent in reply to a doubt I had about the original passage here, he added the following comments: 'At the time of cognition, if people do not possess mindfulness, they are absentminded and lack an understanding of the sense object with which they come into contact; one can say that the moment passes in vain. This resembles a careless gatekeeper: he does not pay attention to or inspect the people passing through the gate; he fails to obtain the important information about these people, e.g. their identity and character. But when mindfulness 'grabs hold of' a sense object, the cognitive process functions as mindfulness opens the way or initiates. For instance, perception (*saññā*) perceives accurately and comprehensively. As a result, people obtain the information aimed for and designated by mindfulness.

C In the Mahāparinibbāna Sutta (e.g. D. II. 82), there are approximately eight passages recounting the Buddha's frequently spoken Dhamma discourse (*bahuladhammī-kathā*), whereby he describes the benefits of moral conduct, concentration, and wisdom.

D *Sīla-bhāvanā*. [Trans.: although the term *kāya-bhāvanā* can be translated as 'cultivation of the body' or 'physical development,' this should not be interpreted as 'physical exercise,' 'working out,' etc. In the book *Buddhadhamma*, the venerable author explains this factor thus: 'People develop a relationship to their physical environment and to their physical bodies; they have a healthy, contented, and respectful relationship to things and to nature; in particular, they experience things by way of the five senses, e.g. by seeing or hearing, mindfully and in a way that fosters wisdom.']

E This teaching is most commonly outlined in the Abhidhamma, which describes how specific mental factors (*cetasika*) arise, or fail to arise, in particular states of mind. In each moment of analysis or study, it is possible to be equipped with all three factors of the threefold training (although sometimes these three factors are incomplete). Thus, in a single mind-moment, or single moment of consciousness, during which time a person is practising the threefold training: 1) *samādhi* (= the mind): the mind is endowed with wholesome qualities, e.g. faith, lovingkindness, compassion, mindfulness, etc.; 2) *paññā*: wisdom may be present or absent in that specific moment; 3) *sīla* (positive interaction with a person or object, whereby this person or object is the 'sense object'): there can only be one such sense object in a single moment of consciousness (if the person cognizes a new sense object, a new mind-moment has begun). Therefore, while practising the threefold training, we may possess two or three things, namely: 1) mental qualities (*cetasika*); 2) an external person or object as a sense object (*ārammaṇa*); 3) wisdom (*paññā*), which may be present or absent.

Memorandum on Translation Copyrights

This statement is hereby made to serve henceforth as guidelines for prospective translators. As all my books are meant to be gifts of the Dhamma for the welfare and happiness of the people, and are already royalty free, when anyone on seeing their merits wishes, out of good intention, to translate them for publication, whether from English into Thai or from Thai into English or any other language, it is deemed as helping with the promulgation of the Dhamma and furtherance of the public good.

Those working on translation projects must, of necessity, apply their knowledge and ability in their undertakings by putting in no small amount of effort and time. If their translation outputs are produced with attentiveness and are credible or reliable, and since I do not accept any royalties for my source texts, then the respective copyrights of those translations are to be acknowledged as belonging to the translators as proprietors of the translated texts. The translators themselves are to be in charge of and responsible for their own translations, and it is also at their own discretion as they see fit to grant permission to any party concerned to make any use of their translations, whether it be publishing for free distribution as gifts of the Dhamma or publishing for sale, in this country and abroad.

In this connection, what the translators are advised to cooperate to do, as a gesture of courtesy, is to make things clear so as to prevent the misunderstanding that I accept remunerations or any other benefits. They are also requested to notify me, as the original author, every time such a publication takes place. If possible, approximately ten copies of each published work should be given to me as evidence of the publication and for record keeping purposes.

In addition, the translators might further show their generosity by pledging to do any one or all of the following:

a) allow me, the original author, or Wat Nyanavesakavan to publish the translations for free distribution as gifts of the Dhamma;

b) allow me to grant permission to any party concerned to publish the translations exclusively in the case of publishing for free distribution as gifts of the Dhamma;

c) allow me or Wat Nyanavesakavan to grant permission to any party concerned to publish the translations exclusively in the case of publishing for free distribution as gifts of the Dhamma.

Phra Brahmagunabhorn (P. A. Payutto)
November 7, 2009

This work is licensed under a Creative Commons
Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.
(http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

You are free to:

- Share — copy and redistribute the material in any medium or format

The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms.

Under the following terms:

- Attribution — You must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made. You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use.
- NonCommercial — You may not use the material for commercial purposes.
- NoDerivatives — If you remix, transform, or build upon the material, you may not distribute the modified material.

No additional restrictions — You may not apply legal terms or technological measures that legally restrict others from doing anything the license permits.

Notices:

You do not have to comply with the license for elements of the material in the public domain or where your use is permitted by an applicable exception or limitation.

No warranties are given. The license may not give you all of the permissions necessary for your intended use. For example, other rights such as publicity, privacy, or moral rights may limit how you use the material.

Robin Moore, the copyright holder, asserts his moral right to be identified as the author of this book (English translation only).

Robin Moore requests that you attribute ownership of the work to him on copying, distribution, display or performance of the work.