

อหิงสาวิถีตามแนวพระโพธิสัตว์ในคัมภีร์ลัทธิลังกาสูตร

Nonviolence, the Way of the Bodhisattva in Langkavatarasuth

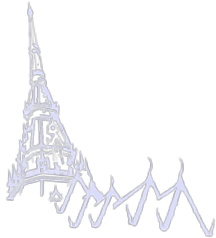
ซาริสวีณี รัตนบุรี

Sarrisvinee Rantanaburi

สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Buddhist Studies Mahamakut Buddhist University, Thailand

Email: seeyanarak@gmail.com



Received January 22, 2021; Revised February 10, 2021; Accepted April 20, 2021

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มุ่งศึกษาอหิงสาวิถีตามแนวพระโพธิสัตว์ในคัมภีร์ลัทธิลังกาสูตร กล่าวถึงพระมหามติโพธิสัตว์ผู้ต้องการจะรู้ประโยชน์และโทษของการกินเนื้อสัตว์ คุณธรรมของผู้กินเนื้อสัตว์และผู้ไม่กินเนื้อสัตว์ พระพุทธเจ้าตรัสว่า การกินเนื้อสัตว์ไม่เหมาะสมสำหรับพระภิกษุผู้เป็นอนาคาริก รวมทั้งผู้ปฏิบัติธรรมอื่นๆ ด้วย ผู้ปรารถนาพุทธภูมิเชื่อว่ามิโพธิจิตมุ่งบำเพ็ญบารมีเป็นพระพุทธเจ้าในอนาคต ปฏิบัติตามวิถีแห่งโพธิมรรคเป็นผู้มีปัญญานำความรู้แจ้งในพระสัจธรรมสั่งสอนแก่สรรพสัตว์ให้พ้นทุกข์ พระโพธิสัตว์จึงเป็นผู้มีปัญญาอันบริสุทธิ์ประกอบด้วยเมตตาและกรุณาที่จะไม่เบียดเบียนสรรพสัตว์ทั้งหลายตามวิธีแห่งอหิงสาวิถี หลักการแห่งอหิงสาวิถีตามแนวพระโพธิสัตว์ในคัมภีร์ลัทธิลังกาสูตร ย่อมเกิดความสุขสบายภายในจิตใจ พร้อมกับมีการส่งเสริมให้สังคมประกอบด้วยความเมตตากรุณาต่อกัน ทำให้เกิดความสุขสันติภายในจิตใจ ย่อมนำไปสู่แนวทางแห่งการสร้างสันติสุขหรือสันติภาพในสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา อันเป็นความสุขแท้จริงที่สามารถนำมาใช้และปฏิบัติได้อย่างเป็นรูปธรรม

คำสำคัญ: อหิงสา; ตามแนวพระโพธิสัตว์; คัมภีร์ลัทธิลังกาสูตร

Abstract

This academic article focuses on the study of Nonviolence, the Way of the Bodhisattva in Langkavatarasuth. Talks about the Bodhisattva who wants to know the benefits and harms of eating meat. The virtues of meat eaters and non-meat eaters Buddha said Eating meat is not suitable for Anakarika monks, as well as other dharma practitioners who wish to become a Buddha in the future. Following the path of the Bodhidharma, Bodhisattva, being wise, brings knowledge of the truth to teach all beings to be free from suffering. The Bodhisattva is therefore a pure wise man with compassion and kindness not to encroach upon



all beings according to the way of nonviolence. Principles of Nonviolence in the Langkawatana Sutra will bring peace within the mind along with the promotion of society to be compassionate to each other. Causing the peace of mind would lead to the way of creating peace or peace in society according to Buddhism which is a real happiness that can be applied and practiced in a concrete way.

Keywords: Nonviolence; Along the Bodhisattva; Scripture of Lanka

บทนำ

คัมภีร์ลังกาวตารสูตร เป็นพระคัมภีร์หลัก (Text) ของพุทธศาสนาฝ่ายมหายาน เป็นหนึ่งคัมภีร์ ซึ่งเป็นคัมภีร์สำคัญที่เรียกว่า “สูตร” ลังกาวตารสูตรพิมพ์ขึ้นเป็นภาษาสันสกฤต เมื่อ ค.ศ. 1722 โดยท่าน Bunyin Nangio. M.A. (oxon) D. Litt. Kvoto. สูตรนี้แปลเป็นภาษาจีนครั้งแรก เมื่อ ค.ศ. 433 โดยท่านโพธิรุจิแห่งอินเดียและครั้งที่สามเมื่อ ค.ศ. 700 โดยท่านศึกษาด้วยศีลธรรมล้วน (พุทธทาสภิกขุ, 2552)

เนื้อหาลังกาวตารสูตร กล่าวถึงพระมหามติโพธิสัตว์ผู้ต้องการจะรู้ประโยชน์และโทษของการกินเนื้อสัตว์ คุณธรรมของผู้กินเนื้อสัตว์และผู้ไม่กินเนื้อสัตว์ คำปรารภบางตอนของพระมหามติโพธิสัตว์ติดใจกับข้อปฏิบัติของพุทธศาสนิกบางคนที่ยังมีการกินเนื้อสัตว์อยู่ ตั้งข้อสังเกตว่า แม้แต่พวกเดียรถีย์ผู้ยึดถือคำสอนที่ผิดและยึดติดโลกายัตถิฎฐิ เป็นอุจเฉททิฎฐิและสัสตทิฎฐิยังห้ามกินเนื้อสัตว์และงดเว้นจากการกินเนื้อสัตว์ ส่วนพระพุทธเจ้าผู้ส่งเสริมรสแห่งความเมตตากรุณาและเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จะไม่ห้ามกินเนื้อสัตว์ได้อย่างไร พร้อมแสดงเหตุผลในการงดเว้นการกินเนื้อสัตว์ และพระพุทธองค์ทรงแสดงทั้งเรื่องการกินเนื้อและไม่กินเนื้อ

พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงใช้คำว่า “ห้ามกินเนื้อสัตว์” แต่ตรัสว่า “การกินเนื้อสัตว์ไม่เหมาะสำหรับพระภิกษุผู้เป็นอนาคาริก” รวมทั้งผู้ปฏิบัติธรรมอื่นๆ ด้วย, ห้ามการกินเนื้อสัตว์อันจะทำให้เกิดความหวาดสะดุ้งในหมู่ประชาชน เพราะการกินเนื้อสัตว์นั้นย่อมเป็นอุปสรรคต่อธรรม คือ ความหลุดพ้น การไม่กินเนื้อสัตว์นี้เป็นเครื่องหมายของบัณฑิต, การกินเนื้อสัตว์มีห้ามไว้ในหลายสูตร เช่น หัสติกกษยสูตร มหาเมฆสูตร นีรวานสูตร อังลิมาติกาสสูตร และลังกาวตารสูตร การกินเนื้อสัตว์ห้ามไว้ทุกแห่งและทุกเวลา สำหรับบุคคลผู้ดำรงอยู่ในเมตตา พรหมวิหารธรรม เขาผู้กินเนื้อสัตว์จะบังเกิดในภพเดียวกันกับสิงโต เสือ หมาป่า เป็นต้น

เพราะเหตุนี้ปรารภนาพุทธภูมิชื่อว่าโพธิจิตมุ่งบำเพ็ญบารมีเป็นพระพุทธเจ้าในอนาคต ปฏิบัติตามวิถีแห่งโพธิมรรคเป็นผู้มีปัญญานำความรู้แจ้งในพระสัจธรรมสั่งสอนแก่สรรพสัตว์ให้พ้นทุกข์ พระโพธิสัตว์จึงเป็นผู้มีปัญญาอันบริสุทธ์ประกอบด้วยเมตตาและกรุณาที่จะไม่เบียดเบียนสรรพสัตว์ทั้งหลายตามวิธีแห่งอหิงสาวิถี หลักการแห่งอหิงสาวิถีตามแนวพระโพธิสัตว์ในคัมภีร์ลังกาวตารสูตร ย่อมเกิดความสงบสุขภายในจิตใจ พร้อมกับมีการส่งเสริมให้สังคมประกอบด้วยความเมตตากรุณาต่อกัน ทำให้เกิดความสงบสุขสันติภายในจิตใจ ย่อมนำไปสู่แนวทางแห่งการสร้างสันติสุขหรือสันติภาพในสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา อันเป็นความสุขแท้จริงที่สามารถนำมาใช้และปฏิบัติได้อย่างเป็นรูปธรรม



ข้อมูลเกี่ยวกับการกินเนื้อสัตว์

ลังกาวตารสูตรกล่าวถึงพระโพธิสัตว์ผู้มีธรรมชาติ คือ กรุณา ไม่กินเนื้อสัตว์ใดๆ ด้วยเหตุผลว่า ในช่วงแห่งการเวียนว่ายตายเกิดของสรรพสัตว์อันยาวนาน เมื่อมีชีวิตเกิดขึ้นมาย่อมมีญาติพี่น้อง อาจเกิดเป็น สัตว์นานาชนิดสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ทางใดทางหนึ่ง ด้วยเหตุนี้พระโพธิสัตว์มหาสัตว์ผู้ปรารถนาที่จะ ใกล้ชิดกับสัตว์มีชีวิตทั้งหมดเหมือนหนึ่งว่าเป็นตัวเขาเองและปรารถนาที่จะปฏิบัติตามพุทธธรรม จึงไม่ ปรารถนาที่จะกินเนื้อสัตว์ แม้แต่รากษส (ยักษ์ร้าย, ผีเสื้อน้ำ) เมื่อได้ฟังพระธรรมเทศนาของพระตถาคตว่า ด้วยแก่นธรรมอันสูงส่ง เกิดความคิดที่จะคุ้มครองพระพุทธศาสนา และเกิดความรู้สึกสงสารยังงดเว้นการกิน เนื้อสัตว์, พระโพธิสัตว์จึงไม่ควรกินเนื้อเพื่อความรักอันบริสุทธิ์ เพื่อไม่ให้เกิดความทุกข์ทรมานแก่สัตว์มีชีวิต ดังนั้น พระโพธิสัตว์ผู้กำลังฝึกตนเพื่อบรรลุกรุณาจึงควรงดเว้นจากการกินเนื้อสัตว์, เพราะการกินเนื้อสัตว์นั้น ทำให้สัตว์มีชีวิตทั้งหลายสะดุ้งกลัว เนื้อสัตว์ที่เหล่าคนพาลชอบ(กิน) เต็มไปด้วยกลิ่นเหม็นและการกิน เนื้อสัตว์นั้นทำให้คนมีชื่อเสียงไม่ดี ซึ่งทำให้บัณฑิตหลีกเลี่ยง โดยอาหารของบัณฑิตก็คือสิ่งที่พวกฤๅษีกิน เป็น อาหารที่ไม่ประกอบด้วยเนื้อและเลือด (พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ สมมาปญโญ), 2553)

พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงใช้คำว่า “ห้ามกินสัตว์” แต่ตรัสว่า “การกินเนื้อสัตว์ไม่เหมาะสมพระภิกษุผู้ เป็นอนาคาริก” รวมทั้งผู้ปฏิบัติธรรมอื่นๆด้วย ดังนั้นโดยสรุปก็คือสำหรับผู้ปฏิบัติแล้ว ไม่ควรกินเนื้อสัตว์โดย สิ้นเชิง เช่น การกินสัตว์ เราไม่ได้ห้ามใครๆไว้เลย เราไม่ห้าม เราจะไม่ห้าม มหาหมติ เราจะบอกเธอ การกิน เนื้อสัตว์ไม่เหมาะสมสำหรับพระภิกษุผู้เป็นอนาคาริก ด้วยเหตุ พระพุทธองค์ทรงห้ามการกินเนื้อสัตว์มี 4 ข้อ

1. เนื้อเป็นสิ่งที่เหล่าบัณฑิตไม่เห็นด้วย เนื้อนั้นมีกลิ่นน่าเกลียดชัง ทำให้เกิดเกียรติศัพท์อันเลวทราม เป็นอาหารของสัตว์กินเนื้อ มหาหมติ เราจึงกล่าวดังนี้ เนื้อนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ควรกิน

2. เราห้ามไว้แล้วในสูตร เช่น หัสติกัษยสูตร มหาเมฆสูตร นิรวานสูตร อังลิมาติกาสสูตร และลังกาว ตารสูตร

3. การกินเนื้อสัตว์ อันเราห้ามไว้ทุกแห่งและทุกเวลา สำหรับบุคคลผู้ดำรงอยู่ในเมตตา พรหมวิหาร ธรรม เขาผู้กินเนื้อสัตว์ จะบังเกิดในภพเดียวกันกับสิงโต เสือ หมาป่า เป็นต้น

4. อย่ากินเนื้อสัตว์อันจะทำให้เกิดความหวาดสะดุ้งในหมู่ประชาชน เพราะการกินเนื้อสัตว์นั้นย่อม เป็นอุปสรรคต่อธรรมคือความหลุดพ้น การไม่กินเนื้อสัตว์นี้เป็นเครื่องหมายของบัณฑิต (พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ สมมาปญโญ), 2553)

สมภาร พรหมทา (2540) กล่าวถึงพระพุทธองค์ทรงตรัสการบริโภคอาหารมังสวิรัตินในลังกาวตารสูตร ว่า เนื้อหากำหนดให้พระโพธิสัตว์บริโภคอาหารเจ ประโยชน์ในด้านสุขภาพกายทำให้ร่างกายไม่ต้องบรรจุ ซากศพสัตว์อีกต่อไป ขับถ่ายของเสียออกได้เร็วไม่ตกค้างบูดเน่า ร่างกายสะอาดปลอดภัยจากเชื้อโรคและ สารพิษจากเนื้อสัตว์ ระบบขับถ่ายปกติ ระบบการไหลเวียนเลือดในร่างกายปกติ, ประโยชน์ด้านสุขภาพจิตทำ ให้จิตใจสงบเย็นเป็นสมาธิ ไม่วิตกกังวลเรื่องความเจ็บป่วย อยู่เย็นเป็นสุข และพระพุทธองค์ได้ตรัสอานิสงส์ ของการไม่กินเนื้อสัตว์ว่า เป็นที่รักใคร่ของบรรดาเทพพรหมตลอดจนมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย สามารถตัดขาด ความอาฆาตต่อบารมณีย์หมัดเคียดแค้นในใจลงได้ มีอายุมั่นขวัญเย็น สามารถดำรงอยู่ในกระแสแห่งนิพพาน ไม่พลัดหลงตกลงสู่อบายภูมิ หน้าที่ที่ละสังขารจากโลกนี้ จิตญาณจะมุ่งสู่สุคติภพ ดังนั้น เราไม่อาจทราบแน่ๆ



ภายในจักรวาลนี้ยังมีสิ่งที่มีชีวิตอื่นที่ฉลาดทัดเทียมหรือเกินกว่ามนุษย์หรือไม่แต่ภายในระบบสุริยะนี้ เพราะว่ามีสิ่งหนึ่งที่เราควตระหนักก็คือสัตว์นั้นอยู่ด้วยสัญชาตญาณในการดำรงชีพ คนต่างจากสัตว์ตรงที่คนมีทางเลือก และรู้จักเลือก ศีลธรรม เมตตาธรรม

พัฒน์ เพ็งผลา (2530) กล่าวถึงข้อปฏิบัติในการละเว้นการบริโภคเนื้อสัตว์ เพราะมีความเชื่อว่า การฆ่าสัตว์เหล่านี้มาเป็นอาหารเพื่อปะถังชีวิตก็จะเกิดสร้างอกุศลกรรมในวงจรวิภูสงสาร เวียนว่ายตายเกิดแบบไม่มีสิ้นสุด จึงเป็นที่มาของการบริโภคมังสวิรัตติ หากพิจารณาตามอุดมการณ์ของพระโพธิสัตว์ คือ การห้ามกินเนื้อสัตว์ทุกชนิด และการหันมากินเจโดยมีเหตุผลในฐานะผู้ปรารถนาความหลุดพ้นในสัตว์ทั้งหลายเสมอด้วยตน โพธิสัตว์ยอมไม่ประสงค์จะเห็นชีวิตอื่นถูกทำลาย ทำให้ดวงจิตของสัตว์ไม่ได้พัฒนาต่อเนื่องในการเวียนว่ายตายเกิด สัตว์ที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับโพธิสัตว์อาจเคยเกิดเป็นญาติมิตรในอดีตของตน เพราะฉะนั้นในลังกาวดารสูตรจึงเห็นว่า พระโพธิสัตว์ยอมไม่กินเนื้อสัตว์ และยังห้ามกินของสดคาวและหัวหอมหัวกระเทียมเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดกำหนดราคะกั้นจิตไม่ให้เกิดสมาธิเป็นต้น

ดังนั้น สำหรับผู้ปฏิบัติธรรมแล้ว ไม่ควรกินเนื้อสัตว์โดยสิ้นเชิง เช่น การกินเนื้อสัตว์ เราไม่ได้ห้ามใคร ๆ ไว้ เราไม่ห้าม เราจะไม่ห้าม เราจะบอกเธอ การกินเนื้อสัตว์ไม่เหมาะสมสำหรับพระภิกษุ ผู้เป็นอนาคาริก เพราะเนื้อเป็นสิ่งที่เหล่าบัณฑิตไม่เห็นด้วย เนื้อนั้นมีกลิ่นน่าเกลียดชัง ทำให้เกิดเกียรติศัพทอันเลวทราม เป็นอาหารของสัตว์กินเนื้อ เนื้อนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ควรกิน

การบำเพ็ญบารมีของพระโพธิสัตว์

มหายานมีทัศนะว่ามนุษย์มีพุทธภาวะและมีศักยภาพในการบรรลุพุทธภูมิเป็นพระพุทธเจ้าได้ จากสาระสำคัญของสัทธัมปฐกปริกสูตร (Gene Reeves, 2008) ยืนยันความมีอยู่ของพุทธภาวะในสรรพสัตว์ทั้งหลาย แม้แต่ในคนชั่วช้า สัตว์เดรัจฉานก็มีพุทธภาวะและสามารถบรรลุถึงความเป็นพระพุทธเจ้าได้ โดยเฉพาะเนื้อหาในบทที่ 10 ของพระสูตรนี้ได้กล่าวไว้อย่างชัดเจนว่า “สรรพสัตว์ทั้งหลายมีความสามารถที่จะกลายเป็นพระพุทธเจ้าได้ ความสามารถนี้ไม่ได้จำกัดเฉพาะในพระภิกษุ ภิกษุณี คฤหัสถ์ พระสาวกหรือพระโพธิสัตว์เท่านั้น แม้แต่สัตว์เดรัจฉาน เช่น พญามังกร สัตว์ในเทพนิยาย เป็นต้น ก็มีเช่นเดียวกัน”

สุวรรณมา สถาอนันท์ (2536) ได้กล่าวถึงศักยภาพที่จะบรรลุพุทธภาวะไว้ในหนังสือปรัชญาพุทธทาสกับมหายานธรรม สรุปใจความได้ว่า ธรรมชาติแห่งพุทธภาวะสามารถทำสรรพสัตว์เข้าถึงพุทธภาวะได้ และมีอยู่ทุกหนทุกแห่งทุกกาลเวลา พืชพันธุ์หรือเชื้อแห่งพุทธภาวะมีอยู่แล้วในความรู้สึกนึกคิด สัญชาตญาณ และสันดานของสัตว์ หรือจะเรียกว่าจิตก็ได้ เพราะในจิตตามธรรมชาตินี้จะมีเชื้อแห่งพุทธภาวะ ซึ่งได้รับการวิวัฒนาการทำให้ไปถึงภาวะแห่งความรู้ตื่นและเบิกบานหรือพุทธภาวะนั้น ซึ่งความรู้ตื่นนี้ ได้แก่ การรู้แจ้งด้วยปัญญาอันชอบว่า ความทุกข์ได้หมดสิ้นไปแล้ว ชาตินี้สิ้นแล้ว ชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย ความเกิดย่อมไม่มีอีกต่อไป อย่างนี้เรียกเบิกบานถึงที่สุดซึ่งจัดเป็นจุดหมายปลายทางที่แท้จริงของทุกชีวิต

มหายานยกหลักโพธิจิต สอนให้ทุกคนปรารถนาในโพธิญาณไม่ปรารถนาเพียงอรหัตตญาณเท่านั้น ได้ยกหลักพุทธการกธรรมคือหลักธรรมเพื่อความ เป็นพระพุทธเจ้าซึ่งมีอยู่ในพระบาลีดั้งเดิม ยกขึ้นประกาศ



เป็นพิเศษ คือ หลักของพุทธบารมีเป็นหัวใจหลัก บุคคลผู้ตั้งมูลปณิธิปรารภนาพุทธภูมิผู้นั้นชื่อว่าโพธิจิต (อภิชัย โพธิ์ประสิทธิ์ศาสตร์, 2534)

พระโพธิสัตว์ จึงเป็นบุคคลที่มุ่งบำเพ็ญบารมีเพื่อจะเป็นพระพุทธเจ้าในอนาคต เป็นการตั้งโพธิจิตบังเกิดขึ้นในตนและเป็นได้ทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ ปฏิบัติตามวิถีแห่งโพธิมรรคให้บริบูรณ์ เป็นผู้มีปัญญานำความรู้แจ้งในพระสัจธรรมยังประโยชน์แก่ปวงสรรพสัตว์ให้พ้นทุกข์ ด้วยการยึดมั่นในหลักมหาเมตตากฎณาอย่างมั่นคง อุทิศตนเพื่อช่วยสรรพสัตว์ทั้งปวงให้ก้าวข้ามวิถีสงสารในที่สุด (พระศุภวัฒน์ สุขวาทมน (เกตุกระทีก), 2561)

พระโพธิสัตว์ตามแนวคิดของมหายานแบ่งตามลักษณะหลักปณิธานที่ตั้งไว้ในอุดมคติของการเป็นพระโพธิสัตว์อันปฎิญาเพื่อช่วยเหลือสรรพสัตว์เป็นสำคัญมีอยู่ 2 ประเภท ได้แก่ (วศิน อินทสระ, 2531)

1. มนุषีโพธิสัตว์ หมายถึง ท่านผู้ปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในอนาคต เช่น อดีตประวัติของพระศากยมนีพุทธเจ้า ตั้งแต่ทรงปรารภนาพุทธภูมิมาจนถึงพระชาติสุดท้ายตอนเป็นสิทธัตถะโพธิสัตว์ ซึ่งพระโพธิสัตว์ประเภทนี้จะมีอยู่ในสภาพมนุษย์ทั่วไปซึ่งมีจำนวนมากมาย เพราะมหายานถือว่าใครก็ตามหากมีจิตใจประกอบด้วยความกรุณาปรานีอย่างสูงและพยายามช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ทรมานโดยมิได้คิดถึงความสุขส่วนตัวแล้วถือว่ามีฐานะเป็นโพธิสัตว์ เป็นนักเสียสละและนักอุทิศตนที่แท้จริงต่อการอุทิศชีวิตตัวเองเพื่อความสุขผู้อื่น

2. ฌานีโพธิสัตว์ เป็นพระโพธิสัตว์ซึ่งกำหนดไม่ได้ว่ามาเกิดในโลกมนุษย์เมื่อใด แต่เกิดขึ้นก่อนกาลแห่งพระศากยมนีพุทธเจ้า พระโพธิสัตว์เหล่านี้ท่านได้บรรลุพุทธภูมิแล้ว แต่ทรงมีความกรุณาในหมู่สัตว์ ทรงตั้งพระทัยไม่เข้าสู่พุทธเกษตร ประทับอยู่เพื่อโปรดสัตว์ในโลกนี้ต่อไป พระโพธิสัตว์ประเภทนี้เรียกว่า ฌานีโพธิสัตว์หรือธยานีโพธิสัตว์

ฌานีโพธิสัตว์จะมีลักษณะเป็นเหล่าเทพเจ้าผู้สถิตอยู่ในสรวงสวรรค์มีคุณลักษณะทางจิตเข้าสู่ภูมิธรรมขั้นสูงสุดและดำรงไว้ซึ่งพระโพธิญาณอย่างมั่นคงจึงมีสถานะที่สูงกว่าพระโพธิสัตว์ทั่วไปและมักจะมีภูมิหลังที่ยาวนาน เป็นพระโพธิสัตว์ที่สำเร็จเป็นพระโพธิสัตว์มาเนิ่นนานนับแต่สมัยพระอดีตพุทธเจ้าองค์ก่อนๆ ด้วยเหตุนี้ โพธิสัตว์ประเภทนี้จะเป็นที่เคารพบูชาของพุทธศาสนิกชนมหายาน (พระมหาสมจินต์ สมมาปัญญา, 2544, หน้า 247)

สุมาลี มหณรงค์ชัย (2546) ได้แบ่งตามวิถีการดำเนินชีวิตของพระโพธิสัตว์ ซึ่งพระโพธิสัตว์ที่ถือเพศเป็นบรรพชิต เรียกว่า เนกขัมโพธิสัตว์ ส่วนพระโพธิสัตว์ผู้ที่ดำเนินชีวิตตามวิถีของฆราวาสแต่ไม่ออกบวช เรียกว่า เคาโพธิสัตว์หรือฆราวาสโพธิสัตว์ ที่มีทั้งผู้ถือพรหมจรรย์ประพฤติดนเียงสมณะเรียกว่า ฆราวาสมนี และผู้ที่บริโภคกามคุณอยู่เรียกว่า ปุถุชนโพธิสัตว์

หลักการบำเพ็ญบารมีของพระโพธิสัตว์ในพระพุทธศาสนามหายานเน้นการสร้างบารมี 2 ส่วน (ประยงค์ แสนบุราณ, 2548) คือ

1. อาทิบารมี 6 อย่างมีทาน ศีล ขันติ วิริยะ ธ्यान (สมาธิ) และปัญญา ซึ่งบารมีทั้ง 6 อย่าง เป็นคู่ปรับกิลเลส 3 กอง โดยทานกับศีลเป็นคู่ปรับกับโลภะ ขันติกับวิริยะเป็นคู่ปรับกับโทสะ และธ्यानกับปัญญาเป็นคู่ปรับกับโมหะ



2. ปรีโยสานบารมี ในคัมภีร์ทศกมุติได้เพิ่มบารมีอีก 4 ข้อ รวมกับอาทิบารมี 6 ข้อ เป็น 10 ข้อ คือ

- 1) อุปายบารมี การรู้จักกุศลโลบายในการบำเพ็ญแม้เพียงเล็กน้อยก็ได้อันสนองตอบแทนมากมาย ถือว่าเป็นวิธีดึงดูดความศรัทธาเริ่มแรกแล้วค่อยพัฒนาจิตมหาชนในภายหลัง
- 2) ปณิธานบารมี คือ ความตั้งใจอย่างมุ่งมั่น (อธิษฐาน) เพื่อให้ตนเองได้บรรลุพุทธภูมิ ซึ่งมาคู่กับวิริยะบารมี ถือว่าเป็นการสร้างบารมีเพื่อตนเองให้สำเร็จตามที่อธิษฐานไว้
- 3) พละบารมี คือ กำลังในการบำเพ็ญบารมี และมหายานมีการแบ่งพละบารมีออกเป็น 2 ส่วน มีจิตตมัยพละ เป็นกำลังแห่งความเข้าใจในธรรมตามเหตุผล และภาวนามัยพละ เป็นกำลังแห่งความเข้าใจตามที่บำเพ็ญอบรมมา
- 4) ญาณบารมี คือ ญาณหรือความรู้อันเกิดจากการบำเพ็ญบารมีที่กล่าวมาข้างต้นทั้งอาทิบารมีและปรีโยสานบารมี ล้วนเป็นเครื่องมือสำคัญของพระโพธิสัตว์ผู้ปรารถนาเป็นพระพุทธเจ้าในอนาคต เพราะหากขาดการบำเพ็ญญาณบารมีนี้แล้วจะไม่มีปัจจัยอะไรที่จะเกื้อหนุนให้บรรลุได้

ดังนั้น การบำเพ็ญบารมี 6 ประการแรกนั้นถือเป็นบารมีหลักส่วนบารมีที่เหลือ 4 ประการหลังเป็นบารมีเสริม เมื่อรวมบารมีทั้งหมดเข้าด้วยกันต่างก็สนับสนุนกันและกัน จะเห็นได้ว่าบารมีแต่ละข้อจะมีความสัมพันธ์กันและเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับความสมบูรณ์ในการบรรลุความเป็นพระพุทธเจ้า ดังข้อความที่ปรากฏในลังกาวตารสูตร (D.T. Suzuki, 1978) ว่า “ความเป็นพระพุทธเจ้า จะบรรลุได้ก็ด้วยการบำเพ็ญบารมีธรรมทั้ง 6 ให้บริบูรณ์ บารมี 6 เหล่านี้ เป็นกัลยาณมิตรของพระโพธิสัตว์ เป็นครู เป็นทางเดิน เป็นแสงสว่าง เป็นคบเพลิง เป็นดวงประทีป เป็นที่พักพิง เป็นที่พึ่งพา เป็นที่พักผ่อน เป็นสิ่งบรรเทาทุกข์ เป็นเกาะ เป็นมารดา เป็นบิดา และช่วยให้พระโพธิสัตว์ได้เข้าใจตามความเป็นจริงจนได้ตรัสรู้ในที่สุด”

กระบวนการบำเพ็ญบารมีของพระโพธิสัตว์เริ่มต้นขึ้นหลังจากตั้งปณิธาน คือ ความมั่นคงแน่วแน่ไม่เปลี่ยนแปลงหรือความมุ่งมั่นตั้งใจจริง บำเพ็ญบารมีให้บริบูรณ์จนกว่าจะได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า พระโพธิสัตว์จะเริ่มตั้งมหาจุดปณิธาน 4 ประการตามที่กล่าวมาแล้วนั้น ดังนั้น ปณิธาน 4 จะอยู่ในฐานะเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของพระโพธิสัตว์และเปรียบเสมือนสิ่งกระตุ้นความมุ่งมั่นอย่างอันแรงกล้าในการบำเพ็ญบารมีธรรมของผู้เป็นพระโพธิสัตว์

เมื่อสั่งสมบารมีตามวิถีของพระโพธิสัตว์บริบูรณ์ดีแล้ว จิตของพระโพธิสัตว์ก็จะก้าวเข้าสู่ภาวะหรือฐานะอันเป็นฐานะของพระมหาสัตว์เรียกว่า ภูมิ ซึ่งภูมิพระโพธิสัตว์ หมายถึง ระดับคุณธรรมของพระโพธิสัตว์ที่แสดงให้เห็นทราบว่า พระโพธิสัตว์พระองค์นั้นมั่นคงในพุทธภูมิแล้วหรือไม่ และภูมิของพระโพธิสัตว์มี 10 ประการ เรียกว่า ทศภูมิ เมื่อพระโพธิสัตว์ดำรงอยู่ในแต่ละภูมิแล้วเชื่อว่าจะไม่มีการทำความชั่วอีกเลย มีแต่ทำความดีหรืออาจมีความชั่วปะปนอยู่บ้าง (สุวิญ รักษ์สัตย์, 25458) ภูมิพระโพธิสัตว์มี 10 ภูมิ (อภิชัย โพธิ์ประสิทธิ์ศาสตร์, 2534) ดังนี้

1. ปรมุทิตา คือ เป็นภูมิที่พระโพธิสัตว์ได้มีการบำเพ็ญทานบารมีเป็นที่ตั้ง
2. วิมลลา คือ เป็นภูมิที่พระโพธิสัตว์ได้มีการบำเพ็ญศีลบารมีเป็นที่ตั้ง
3. ปรมากริ คือ เป็นภูมิที่พระโพธิสัตว์ได้มีการบำเพ็ญขันติบารมีเป็นที่ตั้ง พิจารณาสภาพแท้จริงของสิ่งทั้งหลาย เพื่อช่วยเหล่าสรรพสัตว์ที่ประสบทุกข์
4. อริสมติ คือ เป็นภูมิที่พระโพธิสัตว์ได้มีการบำเพ็ญวิริยะบารมีเป็นที่ตั้ง เพื่อขจัดความคิดผิดๆ ให้หมดสิ้นไป



5. สุพุทธขย คือ เป็นภูมิที่พระโพธิสัตว์ได้มีการบำเพ็ญสมาธิบารมีเป็นที่ตั้ง
6. อภิมุข คือ เป็นภูมิที่พระโพธิสัตว์ได้มีการบำเพ็ญปัญญาบารมีเป็นที่ตั้ง เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งในปฏิจจสมุปบาท
7. ทุรงค คือ เป็นภูมิที่พระโพธิสัตว์ได้มีการบำเพ็ญอุบายวิถี เพื่อเกิดความชำนาญในการสั่งสอนเหล่าสรรพสัตว์
8. อจล คือ เป็นภูมิที่พระโพธิสัตว์ได้มีการบำเพ็ญปณิธาน
9. สาทุมตี คือ เป็นภูมิที่พระโพธิสัตว์ได้มีการบำเพ็ญละบารมีเป็นที่สุด ถือว่ามีปรัชญาของพระโพธิสัตว์บริบูรณ์เต็มที่ สามารถสั่งสอนธรรมและปลุกสรรพสัตว์ให้ตื่นจากอวิชชา
10. ธรรมเมฆ คือ เป็นภูมิที่พระโพธิสัตว์ได้มีการบำเพ็ญญาณบารมี เป็นภูมิสุดท้ายที่มีอำนาจ และลักษณะเช่นเดียวกับพุทธะ ทุกประการ

ภูมิ 10 สามารถแสดงการพัฒนาของพระโพธิสัตว์ได้ครบถ้วน ทั้งด้านการบำเพ็ญธรรมและผลของการบำเพ็ญ ได้แก่อำนาจและหน้าที่ในแต่ละภูมิ เมื่อพระโพธิสัตว์บำเพ็ญภูมิธรรมครบทั้ง 10 ประการแล้ว จะเป็นผู้มีคุณธรรมเทียบเท่ากับพระพุทธเจ้าและเหลือเพียงอีกชาติเดียวจะตรัสรู้สู่นุตตรสัมมาสัมโพธิญาณเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโปรดสรรพสัตว์ต่อไป

สรุปได้ว่ามหายานมีทัศนะว่ามนุษย์มีพุทธภาวะและมีศักยภาพในการบรรลุพุทธภูมิเป็นพระพุทธเจ้าได้ ธรรมชาติแห่งพุทธภาวะสามารถทำสรรพสัตว์เข้าถึงพุทธภาวะได้และมีอยู่ทุกหนทุกแห่งทุกกาลเวลา มีอยู่ในความรู้สึกนึกคิด สัญชาตญาณและสันดานของสัตว์ หรือที่เรียกว่าจิต บุคคลผู้ตั้งมูลปณิธิปรารถนาพุทธภูมิผู้นั้นชื่อว่ามิโพธิจิต เป็นพระโพธิสัตว์ผู้มุ่งบำเพ็ญบารมีเพื่อจะเป็นพระพุทธเจ้าในอนาคต การตั้งโพธิจิตบังเกิดขึ้นในตนและทำได้ทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ ปฏิบัติตามวิถีแห่งโพธิมรรคให้บริบูรณ์ เป็นผู้มีปัญญานำความรู้แจ้งในพระสัจธรรมยังประโยชน์แก่ปวงสรรพสัตว์ให้พ้นทุกข์

จริยาพระโพธิสัตว์ในพรหมวิหารธรรม

การส่งเสริมให้มนุษย์มีเมตตากรุณาต่อสัตว์เป็นพื้นฐานสำคัญของจิตสำนึกอย่างหนึ่ง ซึ่งตรงกันกับหลักเมตตาต่อโลก ด้วยเชื่อว่าเป็นคุณสมบัติของคนดี หากแต่เมตตาคือ ความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข ผู้อื่นในที่นี้ขยายกว้างได้จนถึงโลกทั้งใบนี้ แม้เป็นสิ่งที่คนส่วนใหญ่ไม่ขยายกรอบความคิดมาถึง แต่คติ “เมตตาธรรมค้ำจุนโลก” (สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, 2510) ความเมตตาต่อโลกจึงต้องเมตตาให้เขามีความสุขในความสมดุลของธรรมชาติ โลกมีความสุขมนุษย์ก็มีความสุขจึงเป็นสุขแท้, หากมนุษย์ขาดเมตตาต่อโลก คือเข้าไปจัดการโลกจนโลกขาดสมดุล ความปรารถนาที่ไม่สิ้นสุดทำให้มนุษย์ใช้ทรัพยากรต่าง ๆ หรือแม้แต่จัดการต่อมนุษย์ด้วยกันเองอย่างที่ไม่ได้พิจารณาสมดุล สงครามและภาวะมลพิษของสิ่งแวดล้อมจึงเกิดขึ้น เป็นการมีความสุขบนความทุกข์ของผู้อื่น ไม่ใช่สุขแท้ ดังนั้น มนุษย์ทุกวันนี้จึงรู้สึกไม่มีความสุข กลัวสิ่งต่างๆ รอบตัวไปหมด, มนุษย์ถือเอาการได้ผลประโยชน์เป็นความสุข เขาก็ยอมทำทุกสิ่งเพื่อให้ได้ผลประโยชน์ ในยุคสมัยใหม่มีแนวคิดประโยชน์นิยมที่ทำให้มนุษย์ใช้ยกอ้างแนวคิดประโยชน์นิยมมาเป็นฐานเพื่อให้ยอมรับว่ามนุษย์กระทำการต่างๆ ก็เพราะต้องการผลประโยชน์เป็นเรื่องปกติ เป็นสิ่งถูกต้อง อีกทั้งยังใช้เพื่อเน้น



ผลประโยชน์สูงสุด และแสวงหาความสุขให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ย้อนกลับมามองว่า หากคนฝึกตนให้มีเมตตา สัตว์ป่าก็ปลอดภัยใจคนก็เป็นสุข ถ้าเราพัฒนาคนไม่สำเร็จคนก็จะเป็นสัตว์ป่าที่ร้ายกว่าสัตว์ป่าทั้งหมด

ผู้บำเพ็ญบารมีเป็นพระโพธิสัตว์ต้องมีเป้าหมายที่จะช่วยเหลือสรรพสัตว์ให้พ้นจากวัฏสงสาร เป็นผู้มีปัญญาอันบริสุทธิ์มองเห็นทุกคนทั้งตนเองและผู้อื่นล้วนเป็นอันเดียวกัน ประกอบด้วยความเมตตากรุณาอันมีต่อสรรพสัตว์ทั้งหลายอย่างไม่มีที่สิ้นสุด เรียกว่า อัปมาณหฤทัย หรืออปปัญญาหฤทัย คือ

1. เมตตา เป็นสิ่งที่พระโพธิสัตว์ต้องมุ่งในการให้ความสุขแก่สรรพสัตว์โดยไม่เลือกหน้า ปรารถนาดีต่อสัตว์ทั้งปวงซึ่งเป็นความเมตตาที่เกิดจากจิตอันบริสุทธิ์
2. กรุณา เป็นสิ่งที่พระโพธิสัตว์ต้องมุ่งปลดเปลื้องความทุกข์ของผู้อื่น ห่วงใจในทุกข์ของผู้อื่น
3. มุทิตา เป็นสิ่งที่พระโพธิสัตว์มีจิตยินดีในความมีความสุขของผู้อื่นเราก็แสดงความสุขกับผู้อื่นด้วยไม่ว่าเขาจะเป็นมิตรหรือศัตรู
4. อุเบกขา การรู้จักวางเฉย วางใจให้เป็นกลางเพราะพิจารณาเห็นว่า ใครทำดียอมได้ดี ใครทำชั่วยอมได้ชั่ว (อภิชาต โภธิประสิทธิศาสตร์, 2534)

พระพุทธศาสนาเถรวาทอธิบายการเจริญพรหมวิหารเป็นอปปมัญญา แผ่เมตตาเป็นต้นไปอย่างไร้ประมาณว่าเป็นปฏิปทาของพระโพธิสัตว์ทั้งหลายผู้ที่จะสามารถบำเพ็ญบารมีให้บริบูรณ์ได้ด้วยมีอปปมัญญาทุกข้อเป็นพื้นฐาน โดยข้อมูลในพรหมวิหารนิเทศ ปริจเฉทที่ 9 แห่งคัมภีร์วิสุทธิมรรค (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2555) กล่าวถึงขั้นตอนการเจริญพรหมวิหาร 4 มีกิจเบื้องต้นของการเจริญกัมมฐาน เช่น เลือกสถานที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ ละปليโพธ เลือกผู้ควรเป็นกัลยาณมิตรคืออาจารย์ แสวงหาธรรมที่เกื้อกูลแก่การปฏิบัติ เป็นต้น แล้วเริ่มต้นเจริญพรหมวิหารไปตามลำดับ

1. การเจริญเมตตาภาวนา เริ่มต้นด้วยการพิจารณาให้เห็นโทษของความโกรธ และผลดีของขันติ ความอดทนอย่างชัดเจนเสียก่อน เพราะการเจริญเมตตาพรหมวิหาร เพื่อจะละทิ้งความโกรธและให้บรรลุถึงซึ่งขันติความอดทนเป็นจุดหมายสำคัญ ในช่วงต้นห้ามเจริญเมตตาภาวนาไปในบุคคล 4 จำพวกก่อน คือ 1) คนที่เกลียดชัง 2) เพื่อนที่รักมาก 3) คนที่เป็นกลางๆ 4) คนที่เป็นคู่เวรกัน ส่วนเพศตรงข้ามห้ามเจริญเมตตาไปเจาะจงคนใดคนหนึ่ง และคนที่ตายแล้ว ห้ามเจริญเมตตา เพราะไม่สามารถทำสมาธิในเมตตาสมาบัติให้เกิดขึ้นได้

เริ่มต้นด้วยการเจริญเมตตาภาวนาไปในตนเองเป็นอันดับแรกก่อน จนกว่าเมตตาจิตในตนจะเกิดขึ้นอย่างชัดเจน การเจริญเมตตาในตนเองขั้นแรกนี้ยังไม่สามารถทำจนเป็นสมาธิได้ แต่จะทำให้เห็นประโยชน์ในการทำให้ผู้อื่นมีความสุขด้วยการพิจารณาว่า เราเป็นผู้รักสุขเกลียดทุกข์ และต้องการมีชีวิต ไม่อยากตายเพียงใด แม้ผู้อื่นก็ฉันทันเหมือนกัน, ลำดับต่อมาเจริญเมตตาไปในคนที่รักหรือคนที่เคารพ และควรพยายามที่จะเจริญเมตตาโดยไม่จำกัดขอบเขตอยู่เฉพาะคนที่ตนรัก ทำจนเป็นสมาธิ (อปปนาสมาธิ - ขั้นที่จิตตั้งมั่นอย่างสนิทแน่วแน่) ให้ช้านานแล้วจึงขมจิตที่มีภาวะรักมากนั้นให้ลดลงมาอยู่ในภาวะที่เป็นความรักอย่างธรรมดา, เจริญเมตตาไปในเพื่อนที่รักมากเป็นลำดับที่สาม ทำจนเป็นสมาธิให้ช้านานแล้วขมจิตที่มีภาวะรักมากนั้นให้ลดลงมาอยู่ในภาวะที่เป็นความรักอย่างธรรมดา, ต่อด้วยเจริญเมตตาไปในคนที่เป็นกลางๆ ทำจนเป็นสมาธิให้ช้านาน, และเจริญเมตตาไปในคนที่เป็นคู่เวรกัน ทำจนเป็นสมาธิให้ช้านาน, แล้วพิจารณาไปจนกว่าจะมี



เมตตาสม่ำเสมอในบุคคลทั้งหมดรวมทั้งตนเองด้วย อย่างไม่กำหนดปริมาณหรือเจริญเมตตาแผ่ไปอย่างไม่มีประมาณ, เมตตาภาวนาบรรลุนานได้ตั้งแต่ฌานที่ 1 ถึงฌานที่ 3 ในจำนวนฌานทั้ง 4 ระดับ การที่เมตตาภาวนาไม่ถึงฌานที่ 4 ด้วยเมตตานี้เป็นฝ่ายโสมนัสเวทนา (ความเข้มข้น ปลื้มใจ สุขใจ) จึงไม่ถึงองค์ฌานที่ 4 ที่ประกอบด้วยอุเบกขาเวทนา

2. การเจริญกรุณาภาวนา เริ่มต้นด้วยการพิจารณาให้เห็นโทษของวิหิงสาคือการเบียดเบียนสัตว์และข้อดีของกรุณาอย่างชัดเจนเสียก่อน เพราะการเจริญกรุณาพรหมวิหาร เพื่อจะละทิ้งการเบียดเบียนสัตว์และให้บรรลุถึงซึ่งกรุณา เป็นจุดหมายสำคัญ เมื่อเริ่มฝึกสมาธิด้วยกรุณาภาวนาห้ามเจริญไปในบุคคล 5 จำพวกก่อน คือ 1) คนที่รัก 2) เพื่อนที่รักมาก 3) คนเป็นกลางๆ 4) คนที่เกลียดชัง 5) คนคู่แ้ว ส่วนเพศตรงข้ามห้ามเจริญกรุณาไปเจาะจงคนใดคนหนึ่ง และคนที่ตายแล้ว ห้ามเจริญกรุณา เพราะไม่สามารถทำสมาธิในกรุณาสมาบัติให้เกิดขึ้นได้ (เหมือนเมตตาภาวนา)

เริ่มต้นด้วยการเจริญกรุณาภาวนาไปในคนที่ประสบความสำเร็จและยังประกอบบำเพ็ญทำชั่วอยู่เป็นอันดับแรกก่อน โดยภาวนาแต่ในใจเข้าไปเข้ามาจนกว่ากรุณาจิตในตนจะเกิดขึ้นอย่างชัดเจน ถ้าไม่พบคนประเภทแรกนั้นให้เจริญกรุณาภาวนาในคนที่มีความสุข แต่ยังไม่ประกอบบำเพ็ญทำชั่วอยู่ โดยภาวนาแต่ในใจเข้าไปเข้ามาจนกว่ากรุณาจิตในตนจะเกิดขึ้นอย่างชัดเจน, ลำดับต่อมาเจริญกรุณาไปในคนที่รักหรือคนที่เคารพ โดยเลือกยกเอาส่วนแห่งทุกข์ของคนที่เราที่ปรากฏเห็นอยู่ในชาติปัจจุบันหรือที่จะเกิดแก่เขาในชาติต่อไป แล้วจึงเจริญกรุณาให้เป็นไปในคนที่รัก ทำจนเป็นสมาธิให้ชำนาญ แล้วขมจิตที่มีภาวะกรรมมากนั้นให้ลดลงมาอยู่ในภาวะที่เป็นกรุณาอย่างธรรมดา, ต่อด้วยเจริญกรุณาไปในคนที่เป็นกลางๆ โดยเลือกยกเอาส่วนแห่งทุกข์ของคนเป็นกลาง ทำจนเป็นสมาธิให้ชำนาญ, เจริญกรุณาไปในคนที่เป็นคู่แ้วกัน โดยเลือกยกเอาส่วนแห่งทุกข์ของคนเป็นคู่แ้วกัน ทำจนเป็นสมาธิให้ชำนาญ, แล้วเพียรภาวนาไปจนกว่าจะมีกรุณาสม่ำเสมอในบุคคลทั้งหมดรวมทั้งตนเองด้วย อย่างไม่กำหนดปริมาณหรือเจริญกรุณาแผ่ไปอย่างไม่มีประมาณ, กรุณาภาวนาบรรลุนานได้ตั้งแต่ฌานที่ 1 ถึงฌานที่ 3 ในจำนวนฌานทั้ง 4 ระดับ ตามที่ได้แสดงมาแล้วในเมตตาภาวนาทุกประการ

3. การเจริญมุทิตาภาวนา ห้ามเจริญไปในบุคคล 3 จำพวกก่อน คือ 1) คนที่รัก 2) คนเป็นกลางๆ 3) คนคู่แ้ว ส่วนเพศตรงข้ามห้ามเจริญมุทิตาไปเจาะจงคนใดคนหนึ่ง และคนที่ตายแล้ว ห้ามเจริญมุทิตา เพราะไม่สามารถทำสมาธิในมุทิตาสมาบัติให้เกิดขึ้นได้ (เหมือนเมตตาภาวนา)

เริ่มต้นด้วยการเจริญมุทิตาภาวนาไปในเพื่อนที่รักมาก โดยนึกถึงสภาพที่มีความสมบูรณ์พูนสุข มีเครื่องบำรุงบำเรออย่างเพียบพร้อม เป็นอันดับแรกก่อน โดยภาวนาแต่ในใจเข้าไปเข้ามาจนกว่ามุทิตาจิตในตนจะเกิดขึ้นอย่างชัดเจน ทำจนเป็นสมาธิให้ชำนาญ แล้วขมจิตที่มีภาวะมุทิตามากนั้นให้ลดลงมาอยู่ในภาวะที่เป็นมุทิตาอย่างธรรมดา, ลำดับต่อมาเจริญมุทิตาไปในคนที่รักหรือคนที่เคารพ โดยเลือกยกเอาส่วนที่เขาเคยมีความสมบูรณ์พูนสุขมาพิจารณา ทำจนเป็นสมาธิให้ชำนาญ, เจริญมุทิตาไปในคนเป็นกลางๆ ทำจนเป็นสมาธิให้ชำนาญ, ต่อด้วยเจริญมุทิตาไปในคนที่เป็นคู่แ้วกัน ทำจนเป็นสมาธิให้ชำนาญ, แล้วเพียรภาวนาไปจนกว่าจะมีมุทิตาสม่ำเสมอในบุคคลทั้งหมดรวมทั้งตนเองด้วย เหมือนอย่างการเจริญเมตตาภาวนาดังกล่าว



แล้วข้างต้น, มุทิตากาวนาบรรลุดังได้ตั้งแต่ตอนที่ 1 ถึงตอนที่ 3 ในจำนวนตอนที่ 4 ระดับ ตามที่ได้แสดงมาแล้วในเมตตากาวนาทุกประการ

4. การเจริญอุเบกขากาวนา จะต้องเป็นผู้ได้ปฏิบัติพรหมวิหาร 3 เบื้องต้นข้อใดข้อหนึ่ง จนได้บรรลุดังตอนที่ 3 มาแล้ว จึงจะลงมือเจริญกาวนาอุเบกขาพรหมวิหารเป็นผลสำเร็จ เพราะว่าอุเบกขาพรหมวิหารนี้เป็นสภาวะธรรมละเอียด สามารถให้บรรลุดังตอนที่ 4 ได้ โดยห้ามเจริญไปในบุคคล 3 จำพวกก่อน คือ 1) คนที่รัก 2) เพื่อนที่รักมาก 3) คนคู่เวร ส่วนคนต่างเพศห้ามเจริญอุเบกขาไปเจาะจงคนใดคนหนึ่ง และคนที่ตายแล้ว ห้ามเจริญอุเบกขา เพราะไม่สามารถทำสมาธิในอุเบกขาสมาบัติให้เกิดขึ้นได้ (เหมือนเมตตากาวนา)

เมื่อบุคคลต้องการจะเจริญอุเบกขากาวนา ต้องเข้าฌานในเมตตาหรือกรุณาหรือมูทิตาอย่างใดอย่างหนึ่งให้ถึงตอนที่ 3 ก่อน ออกจากตอนที่ 3 แล้วพิจารณาเห็นโทษของอารมณ์ในเมตตาหรือกรุณาหรือมูทิตาที่ยังหยาบอยู่ พร้อมกับเห็นคุณหรือข้อดีของอุเบกขากาวนาว่า เป็นสภาพที่ละเอียดสุขุม ประณีต ห่างไกลจากกิเลสมาก และมีผลอันกว้างใหญ่ไพศาลกว่าพรหมวิหาร 3 ข้างต้น, ลำดับต่อมาเจริญอุเบกขากาวนาไปในบุคคลกลางๆ เป็นอันดับแรกก่อน โดยวิธีมองในแง่ที่คนทุกคนรวมทั้งตนเองด้วยเป็นผู้มีกรรมเป็นของแห่งตน เป็นไปด้วยอำนาจกรรมและรับผลแห่งกรรมตามที่แต่ละคนทำเอง การวางใจไว้เป็นกลางเป็นหนทางที่พระอรุณเจ้าทั้งหลายดำเนินไปแล้ว ทำจนเป็นสมาธิให้ชำนาญ, ต่อด้วยเจริญอุเบกขากาวนาไปในคนที่รัก ทำจนเป็นสมาธิให้ชำนาญ, เจริญอุเบกขากาวนาไปในเพื่อนที่รักมาก ทำจนเป็นสมาธิให้ชำนาญ, แล้วเจริญอุเบกขากาวนาไปในคนที่คู่เวรกัน ทำจนเป็นสมาธิให้ชำนาญ, เพียรกาวนาไปจนกว่าจะมีอุเบกขาสมาเสมอกันในบุคคลทั้งหมดรวมทั้งตนเองด้วย เหมือนอย่างการเจริญเมตตากาวนาดังกล่าวแล้วข้างต้น จนสามารถทำฌาน 4 ในอุเบกขากาวนาให้สำเร็จได้

ด้วยพระโพธิสัตว์มีความตั้งใจอันแน่วแน่ที่จะช่วยเหลือสรรพสัตว์ให้พ้นทุกข์นับเป็นการกระทำที่ไม่คำนึงถึงความทุกข์ลำบากของตนเอง พระโพธิสัตว์จึงต้องมีหลักปฏิบัติที่เรียกว่า มหาปณิธาน 4 ประการ คือ

1. เราจักโปรดสรรพสัตว์ทั้งหลายให้หมดสิ้น เราจะต้องปลดเปลื้องให้พ้นทุกข์ เทียบทุกข์ในหลักอริยสัจ 4 คือ กำหนดรู้ เมื่อเรารู้ว่าเราทุกข์ ก็ยอมต้องรู้แจ้งในความทุกข์ของคนอื่นด้วยเช่นกัน แต่พระโพธิสัตว์นั้นมีจิตที่ปรารถนาช่วยให้สรรพสัตว์พ้นทุกข์ได้

2. เราทำลายกิเลสทั้งหลายให้หมดสิ้น เราจะต้องละทิ้งทำลายให้หมด และปรารถนาที่จะให้สรรพสัตว์ทำลายกิเลสเหล่านั้นด้วยเทียบกับสมุทัย คือ ตัณหาซึ่งเราต้องละ แต่พระโพธิสัตว์ถือว่านอกจากตัวเราจะทำลายกิเลสแล้ว จะต้องช่วยแนะนำให้สรรพสัตว์ทำลายกิเลสของเขาด้วย

3. เราจะต้องบรรลุดุธรรมทั้งหลายให้เจนจบ เราจักต้องเรียนรู้และทำการศึกษาปฏิบัติ เทียบกับมรรค คือ ต้องเจริญให้มีขึ้นเราจึงจะกำหนดรู้ทุกข์และสมุทัยได้ และจะต้องยังสรรพสัตว์ให้ศึกษาในพระธรรมด้วย

4. เราจะต้องบรรลุพุทธภูมิให้จงได้ เทียบกับนิโรธ คือ ทำให้แจ้งและจะต้องยังสรรพสัตว์ให้บรรลุดังด้วย (อภิขัย โพธิ์ประสิทธิศาสตร์, 2534)

สรุปว่า ผู้บำเพ็ญบารมีเป็นพระโพธิสัตว์ต้องมีเป้าหมายที่จะช่วยเหลือสรรพสัตว์ให้พ้นจากวัฏสงสารเป็นผู้มีปัญญาอันบริสุทธิ์ประกอบด้วยความเมตตากาวนาอันมีต่อสรรพสัตว์ทั้งหลายอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ดำเนิน



ขั้นตอนการพิจารณาตามแบบอริยสัจ โดยกำหนดรู้ความทุกข์ของตนก่อน แล้วถึงรู้แจ้งในทุกข์ของผู้อื่น จากนั้นก็กำจัดความทุกข์และกิเลสทั้งหลายที่มีในตน เห็นสิ่งอื่นใดคือต้องเจริญเมตตาจิตคิดช่วยเหลือสรรพสัตว์กำจัดกิเลสให้หมดสิ้นด้วยการศึกษา และปฏิบัติให้รอบรู้ในพระสัจธรรมตั้งแต่โลกียธรรมจนถึงโลกุตระธรรมทำยสุตธรรมสัตว์สำเร็จยังพุทธภูมิแล้วตนเองค่อยสำเร็จตามที่หลัง

อหิงสาวิถีในคัมภีร์ลึงกาวตารสูตร

ความไม่เบียดเบียน มีความปรารถนาคิดให้ผู้อื่นมีความสุขเป็นจิตที่ประกอบด้วยเมตตา มองสรรพสัตว์ทั้งหลายเป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตายเหมือนกัน สัตว์โลกจึงเป็นเหมือนเพื่อนร่วมโลกที่ต่างก็มีความทุกข์ด้วยกัน เมื่อจิตที่ประกอบเมตตาก็จะมองผู้อื่นด้วยความรัก ความสงสาร อยากเข้าไปช่วยเหลือ เกื้อหนุน อยากให้ผู้อื่นหลุดพ้นจากความทุกข์ ผู้ที่มีจิตคิดด้วยความไม่เบียดเบียนคนอื่น จึงพร้อมที่จะให้การช่วยเหลือ

ลึงกาวตารสูตร กล่าวถึงเรื่องการกินเนื้อสัตว์โดยเฉพาะ เรียกว่า ภาคมังสภิกษนปริวรรตจากข้อความในภาคนี้ ย่อมเป็นการพิสูจน์ไว้อย่างเต็มที่ว่า สวากในพระพุทธศาสนาจะเป็นบรรพชิตหรือฆราวาสก็ตาม จะไม่รับประทานเนื้อปลาหรือเนื้อสัตว์ ชนิดใดชนิดหนึ่งเลย (พุทธทาสภิกขุ, 2552)

เนื้อหาเกี่ยวกับอหิงสาวิถี กล่าวถึงเหตุผลหลายประการ แสดงว่าเนื้อสัตว์ทุกชนิดเป็นสิ่งที่ควรปฏิเสธ, การเวียนว่ายตายเกิดของสรรพสัตว์ต่างเคยเป็นญาติพี่น้องท้องเดียวกันมาก่อน, ด้วยเนื้อย่อมเกิดมาจากเลือดและน้ำอสุจิจึงเป็นสิ่งไม่ควรบริโภค สำหรับพระสาวกผู้ประสงค์ต่อธรรมอันบริสุทธิ์ และเป็นการสร้างความหวาดกลัวให้เกิดขึ้นในระหว่างกันและกัน, เนื้อเป็นสิ่งที่ควรกินสำหรับผู้ใจดำอำมหิต เป็นสิ่งที่มีกลิ่นอันน่ารังเกียจ เป็นต้นเหตุแห่งความเสื่อมเสียและเป็นสิ่งที่จะถูกห้ามโดยสัตบุรุษ, สัตบุรุษย่อมบริโภคแต่อาหารที่สมควรแต่ท่านผู้บริสุทธิ์ ไม่ยอมบริโภคเนื้อและเลือด, ปรารถนถึงพระพุทธเจ้า ผู้ทรงเยือกเย็นไปด้วยพระมหากรุณา มีพระทัยเปี่ยมล้นไปด้วยความเป็นที่พึ่ง ที่ป้องกันแก่ดวงใจของปวงสัตว์น้อยใหญ่และมีพระสัมปชัญญะสมบูรณ์ จะไม่ปล่อยให้เป็นโอกาสสำหรับความเสื่อมเสียระบาคขึ้น ย่อมจะทรงบัญญัติเนื้อสัตว์ว่าเป็นสิ่งไม่ควรบริโภค, บรรพชิตในพระพุทธศาสนาผู้หวังความบริสุทธิ์จะไม่บริโภคเนื้อใดเลย, เนื้อทุกชนิดเป็นสิ่งที่ไม่ควรบริโภคสำหรับพุทธศาสนิกชนซึ่งเป็นผู้ที่ปรารถนาจะมีคุณความดีทางจิตทั้งเพื่อตนเองและผู้อื่น และสรุปในช่วงท้ายใจความว่า พระชินวรได้ตรัสไว้ว่า สุรา เนื้อ หอมและกระเทียม เป็นสิ่งที่พุทธศาสนิกชนไม่ควรบริโภค บรรพชิตควรเว้นเสมอจากเนื้อสัตว์ หัวหอม กระเทียม และเครื่องตีมันมาทั้งหลาย เขาผู้ฆ่าสัตว์ชนิดใดๆ ก็ตามเพื่อเงินและจ่ายเงินเพื่อซื้อเนื้อนั้น ทั้งสองพวกได้ชื่อว่าเป็นผู้ประกอบอกุศลธรรม และจักจมลงสู่โรคะนรกและนรกอื่นๆ, ทรงบัญญัติห้ามกินเนื้อสัตว์ไว้ในหลายคัมภีร์ คือ หัสติกกัสยะ มหาเมฆะ นิรวาณาคลิมาลิกา และลึงกาวตารสูตร, อุปมาว่าการถูกพันธนาการเป็นข้าศึกของความหลุดพ้นเป็นอิสรภาพ การกินเนื้อสัตว์ สุรา เป็นต้น ก็เป็นข้าศึกของนิรวาณ (นิพพาน) ฉะนั้น, ดังนั้น เนื้อสัตว์ซึ่งเป็นของคูนากแล้วแก่สรรพสัตว์ และเป็นอุปสรรคแก่การปฏิบัติเพื่อวิมุตติ จึงเป็นของไม่ควรกินนี่คือธงชัยแห่งอารยชน

สรุปว่า อหิงสาวิถีในลึงกาวตารสูตร กล่าวถึงการเจริญเมตตาในสัตว์ทั้งหลายโดยพิจารณาว่าสรรพสัตว์ที่เวียนว่ายตายเกิดต่างเคยเป็นญาติพี่น้อง จึงไม่ควรเบียดเบียนกันควรมีเมตตาหลีกเลี่ยงการกินเนื้อที่ต้องมีการฆ่าสัตว์แล้วนำเนื้อมากินและทำให้เกิดความหวาดกลัวของสัตว์ที่จะถูกฆ่าด้วย พิจารณาความไม่สะอาด

