

# ปรัชญาธรรมในวิถีแห่งฮินดู ที่สร้างมนุษย์ให้มีคุณค่าในสังคมโลก

ภคินิตย์ เพชรปานีวงศ์\*

## บทคัดย่อ

ฮินดูธรรมเปรียบได้ดั่งเส้นทางแห่งชีวิต ที่สอดแทรกแนวความคิดในเรื่องเกี่ยวกับกฎ ระเบียบ ข้อปฏิบัติที่เป็นความจริงและหน้าที่ของชาวฮินดู ปรัชญาธรรมของฮินดูพบได้ในคัมภีร์พระเวท ซึ่งประกอบด้วยฤคเวท สามเวท ยชุรเวทและอาถรรพเวทเป็นหลัก ซึ่งชาวฮินดูยอมรับและปฏิบัติในชีวิต ด้วยความศรัทธาและความภักดีต่อพระผู้เป็นเจ้านอกเหนือจากนั้น ฮินดูธรรมได้สอนเกี่ยวกับศาสตร์แห่งโยคะ

โยคะเป็นวิธีการบำเพ็ญเพียรโดยการฝึกฝนควบคุมร่างกายและจิตใจ เพื่อผลที่ได้รับคือทางแห่งการหลุดพ้นรวมถึงกฎแห่งกรรมที่เรียกว่า “คักติ” คือ พลังที่มองไม่เห็น คำถามที่อยู่ในความรู้สึกของชาวฮินดูทุกคนคือ คำถามเกี่ยวกับเรื่องของตัวตน ค้นหาความจริงเกี่ยวกับตัวตน จะเห็นได้ในคัมภีร์ภควัทคีตา (บทเพลงแห่งพระผู้เป็นเจ้า) เป็นคำสอนของพระกฤษณะที่สอนให้รู้จักการควบคุมตนเอง รู้จักหน้าที่ที่พึงปฏิบัติต่อสังคม

นับได้ว่าปรัชญาของศาสนา ได้มีความหมายสำคัญต่อเส้นทางชีวิตของศาสนิก และสร้างคนให้มีคุณค่าต่อสังคมโลก

## Abstract

The closest term to be found within Indian thought and practice was Hindu Dharma, the law order truth and duties of the Hindu people. We can find Hindu Dharma from Vedas, they are known as Rig Veda, Sama Veda, Yajur Veda and Atharva Veda. These are the earliest known Hindu Scriptures. Most Hindus accept the status and authority of the Veda with the sense of devotion to God. Besides these, Hindu Dharma taught us about the natural law of Karma which is unseen power, Science of Yoga (Methodical effort to attain perfection, through the control of different elements of human nature, physical and psychical). One of the important questions considered and handed down by Hindus over many centuries has been. “Who am I ? or What is the self ?”. In the Bhagavadgita (song of the Lord), Krishna discusses the practice of the yogin, though he recommends this path only to those capable of great duty, self-control and determination.

Although Hindu Dharma has several important meaning in this context, it means the duties or obligations which fall to a person according to his social class and stage of life. So Hindu Dharma has influence for people to have potentiality and create peaceful in the world.

\* อาจารย์ประจำภาควิชาปรัชญาและศาสนา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ความเป็นฮินดูไม่ได้ขึ้นอยู่กับบุคคลใดบุคคลหนึ่ง หรือแม้แต่สถานการณ์หรือปรากฏการณ์ใดปรากฏการณ์หนึ่ง ณ จุดใดจุดหนึ่ง แต่ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของมนุษย์ที่เพียรพยายามหาสัจจะแห่งชีวิต แล้วถ่ายทอดจากบรรพชนมาโดยลำดับ ศาสนาฮินดูไม่มีการบังคับ แต่ให้อิสระแก่ศาสนิกในการที่จะให้ความหมายของตัวมันเองตามอัตภาพของปัจเจกนั้นๆ

ด้วยเหตุนี้ ใครก็เป็นฮินดูได้ หากคิดว่าตนเองเป็น และภูมิใจในความเป็นฮินดู เนื่องจากความเป็นฮินดูนั้นมีความหมายที่ลุ่มลึกกว้างขวางจนยากที่จะใช้คำใดมากล่าวว่าเป็น “ศาสนาฮินดู” สาเหตุนี้จึงเกิดคำพูดที่แตกต่างกันไป บ้างเรียกว่า “สแนตนธรรม” บ้างเรียกว่า “ไวทิก-ธรรม” หรือ “อารยะธรรม” หรือแม้แต่เรียกว่า “พราหมณธรรม” แท้ที่จริงแล้วศาสนาฮินดูหมายถึงฮินดูธรรม ที่ครอบคลุมในเรื่องของความคิด ความเชื่อ จารีต วิถี ซึ่งมีเป้าหมายสูงสุดคือ “โมกษะ”

ศาสนาเป็นความเชื่อในเรื่องของความคิด ความเชื่อที่นำไปสู่ความรู้สึกและการกระทำ การศึกษา ศาสนาต่างๆ จึงสมควรอย่างยิ่งที่จะศึกษาวิเคราะห์เรื่องของ ประเพณี วัฒนธรรม พิธีกรรม เทพ-นิยาย ลัทธิ นิยายต่างๆ และหลักธรรมของศาสนา รวมถึงข้อปฏิบัติที่ได้กำหนดไว้

“ศาสนาสนาตนธรรม” เป็นคำเรียกศาสนาฮินดู มีความหมายว่า ธรรมที่เกิดขึ้นมากับชีวิต ธรรมที่เป็นจริงตลอดกาล เปรียบได้ดังอาหารใจของคน ศาสนาช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างถูกต้อง ชาวฮินดูในสมัยโบราณจึงพยายามแสวงหาความจริงด้วยความเพียรพยายามเพื่อให้หลุดพ้นจากทุกข์ที่เรียกว่า “โมกษะ” ความเชื่อเรื่องลัทธิหรือศาสนาในสังคมมนุษย์ตั้งแต่ดึกดำบรรพ์จนถึงปัจจุบันจึงปรากฏออกมาหลายกลุ่ม

ดังนั้น การศึกษาศาสนาจึงเป็นวิทยาการที่ลึกซึ้ง ต้องพิจารณาด้วยสติปัญญาของผู้ที่ยอมเปิดใจกว้างมองความสัมพันธ์ในทุกๆ ด้านประกอบด้วย รวมถึงความเป็นไปของสังคม วิธีการปฏิบัติของบุคคลเพื่อมุ่งสู่จุดหมายที่สมบูรณ์ของชีวิต ความดีสูงสุดที่มนุษย์เราปรารถนาในมุมมองของศาสนาฮินดู มิใช่ความสุขจากการได้สิ่งที่ต้องการมาครอบครอง แต่เป็นความสุขสงบที่เกิดขึ้นในจิตใจ เป็นความสุขที่ถาวร

ใน “คัมภีร์อาปัสตัมพะ” ของพราหมณ์ได้กล่าวไว้ว่า บุคคลผู้ยึดมั่นในธรรมะย่อมเก็บเกี่ยวผลในโลกนี้ด้วย แต่ถ้าเขาไม่ยึดมั่นในธรรมะ ผลที่ได้รับก็ไร้ความหมาย เพราะการบรรลุธรรมเป็นจุดหมายสูงสุด (วิจิตรเกิดวิสิษฐ์, 2520: 67)

ก่อนที่จะกล่าวถึงปรัชญาธรรมของศาสนาฮินดู จะขอกล่าวถึง “คัมภีร์พระเวท”<sup>\*</sup> ซึ่งเป็นบ่อเกิดแห่งฮินดูธรรมที่สำคัญ

“คัมภีร์พระเวท” ได้ชื่อว่าเป็น “ศรุต” เพราะถือว่าเป็นประสบการณ์โดยตรงของฤาษี ซึ่งเปิดเผยให้ปรากฏโดยพระผู้เป็นเจ้า สำหรับ “คัมภีร์สมฤติ” ซึ่งเป็นคัมภีร์ในชั้นรองที่แต่งเพิ่มเติมขึ้นภายหลังล้วนแล้วแต่อาศัยคัมภีร์พระเวทเป็นหลักทั้งสิ้น คัมภีร์พระเวทถือว่าเป็นคัมภีร์ที่ศักดิ์สิทธิ์ โดยกล่าวถึงความเป็นจริงของโลกที่เกิดผลและพลังแก่ผู้ปฏิบัติ การมองชีวิตว่าเป็นทุกข์ และกลับสู่พลังที่บริสุทธิ์ ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิด เป็นเป้าหมายหนึ่งของชีวิต ผู้ที่มีโอกาสได้สัมผัสกับคัมภีร์พระเวทจะเห็นได้ว่า เป็นแรงจูงใจที่ลึกซึ้ง ที่ถ่ายทอดจากสภาวะที่ละเอียดอ่อนแห่งจิตใจของคนในสมัยโบราณ ที่มุ่งสู่เป้าหมายชีวิตโดยหลักปรัชญาที่ถ่ายทอดออกมาและสามารถพัฒนาจิตใจของคนไปสู่ระดับสูงขึ้นไปได้

\* ศาสนาพราหมณ์ (Brahmanism) หรือ ศาสนาฮินดู (Hinduism) นักปรัชญาบางกลุ่มจะเรียกศาสนาฮินดูว่า Neo Brahmanism เรียกได้ว่า ศาสนาพราหมณ์เป็นจุดแรกเริ่มก่อนที่จะมีพัฒนาการมาเป็นศาสนาฮินดูในภายหลัง บางกลุ่มจะเรียกว่า ไวทิกธรรม (Vedic Dharma) คือ ธรรมที่มาจากพระเวท (เวท คือความรู้ที่เกี่ยวข้องกับพระผู้เป็นเจ้า)

1. คัมภีร์พระเวท เป็นคัมภีร์ที่บรรจุความรู้ที่เก่าแก่กว่าด้วยบทสวดสำหรับสรรเสริญพระผู้เป็นเจ้า

2. คัมภีร์ยชุรเวท เป็นบทร้อยกรองใช้สาธยายมนต์ในพิธีกรรม

3. คัมภีร์สามเวท เป็นบทสวดสำหรับประกอบพิธีกรรมต่างๆ

4. คัมภีร์อาถรรพเวท เป็นบทสวดความรู้ในการใช้คาถาอาคมเพื่อใช้รักษาโรคและป้องกันตนเอง ในพระเวททั้ง 4 จะมีองค์ประกอบ 4 ส่วน ได้แก่ 1) มंत्रะ เป็นบทสวดสรรเสริญสวดดีเทพเจ้า 2) พราหมณะ เป็นบทอธิบายความหมายของมंत्रะเป็นคู่มือประกอบพิธีกรรมต่างๆ 3) อาริณยะ เป็นคัมภีร์ที่บุคคลผู้เป็นวนปรารถนาต้องศึกษาและปฏิบัติ 4) อุปีษัต เป็นคำสอนของปรัชญามรดกคำสอนที่สำคัญที่สุด

ความเชื่อ ความรู้สึกศรัทธาต่อพระผู้เป็นเจ้าของชีวิต เป็นเป้าหมายสูงสุดของชีวิต เพื่อกลับคืนสู่พระองค์ ความเชื่อ ความศรัทธาที่เกี่ยวข้องถึงตัวตน พันธะที่มีต่อสังคม เป็นแนวปรัชญาธรรมของศาสนาที่ทรงคุณค่ายิ่ง

ศาสนาอินดูมีหลักปฏิบัติที่นำไปสู่เป้าหมาย คือ “โมกษะ” ได้แก่

1. คำสอนที่เรียกว่า “กรรมมรรค” ถือว่ากรรมเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในชีวิต ให้หลีกเลี่ยงกรรมที่เป็นเหตุในการเวียนว่ายตายเกิด ด้วยการกระทำเช่น กระทำการใดๆ ที่ไม่หวังผลตอบแทน ปฏิบัติต่อบุคคลทั้งหลายโดยเสมอภาคกัน ยึดหน้าที่ที่จะต้องกระทำเป็นหลัก กักตุนต่อพระผู้เป็นเจ้าของ

หน้าที่ต่างๆ ในการกระทำดังกล่าว ได้แก่

- ธรรมะที่สามิพึงปฏิบัติต่อภรรยา
- ธรรมะที่ภรรยาพึงปฏิบัติต่อสามิ
- ธรรมะที่พี่น้องพึงปฏิบัติต่อกัน
- ธรรมะที่ผู้ปกครองพึงปฏิบัติต่อประชาชน
- ธรรมะที่ผู้ใหญ่พึงปฏิบัติต่อผู้น้อย
- ธรรมะที่ผู้น้อยพึงปฏิบัติต่อผู้ใหญ่
- ธรรมะที่ประชาชนพึงปฏิบัติต่อประเทศชาติ
- ธรรมะที่มนุษย์พึงปฏิบัติต่อมนุษย์ทั่วไป

ธรรมะดังกล่าวนี้อยู่ใน “กรรมมรรค” ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อความดีสูงสุดแห่งชีวิตหน้าที่เป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งในปรัชญาธรรมของศาสนา เพราะถือว่าเป็นพันธะทางสังคม การมุ่งกักตุนหน้าที่ที่มีปรากฏให้เห็นในข้อปฏิบัติที่กำหนดไว้ทุกขั้นตอนของชีวิตใน “อาศรม4” ของ “คัมภีร์ปุราณะ” และ “มหากาพย์มหาภารตะ”

“อาศรม4” จะเป็นการแสดงให้เห็นถึงหน้าที่และธรรมะในแต่ละอาศรม โดยสอดคล้องกับธรรมชาติของความเป็นมนุษย์ในแต่ละวัย เพื่อให้การปฏิบัติธรรมที่กล่าวไว้ใน “กรรมมรรค” เป็นไปอย่างสมบูรณ์สืบจาก “คัมภีร์มนูธรรมศาสตร์” ของท่านมนูที่ได้วางหลักประเพณีปฏิบัติ กฎหมาย ระเบียบ ข้อปฏิบัติในการดำเนินชีวิตไว้ “อาศรม 4” ประกอบด้วย:

- พรหมจารี วัยที่ต้องศึกษาหาความรู้

หลักธรรมจากครู อาจารย์

- **คฤหัสถ์** วัยที่ต้องรับผิดชอบต่อครอบครัว แบ่งเบาภาระบิดามารดา รักษาวงศ์ตระกูลปฏิบัติตนโดยมีวรรณะและธรรมะเป็นหลักแห่งชีวิต เป็นชั้นสังคมกลาง เป็นระยะเวลาแห่งการกระทำเพื่อสังคม

- **วนปรสธ** วัยที่แสวงหาความสงบ อุทิศร่างกายทำงานให้แก่สังคมส่วนรวม

- **สันยาสี** วัยแห่งการดำเนินชีวิตเพื่อสละโลก เผยแพร่ธรรม เป็นระยะเวลาแห่งการ กระทำเพื่อมนุษยชาติทั้งปวง ในช่วงแรกของชีวิต ครูจะสอนให้รู้จักจักรวาล รู้จักอาตมมันและ พรหมมัน สอนให้เข้าใจโลก จักรวาล และระบบชีวิต หลักธรรมที่ปรากฏในช่วงคฤหัสถ์ วนปรสธ และสันยาสี เป็นหลักธรรมที่ผสมผสานการกระทำ การเสียสละ การแสวงหาความรู้ สร้างวิถีทางแห่งชีวิตให้สอดคล้องกับธรรมชาติของมนุษย์ โดยเน้นความเจริญในธรรมที่จะนำชีวิตไปสู่ความสุข การปฏิบัติตามคำสอนมากหรือน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับผู้ปฏิบัติว่ามีความเข้าใจจุดหมายของการปฏิบัติหรือไม่ ลักษณะการสอนเป็นการสอนให้มองเห็นหลักศาสนาที่ปรากฏในชีวิตตั้งแต่ าระยะต้นแห่งชีวิตจบจนวาระสุดท้ายแห่งชีวิต

ดังได้กล่าวแล้วว่า จริยธรรมอินดูเน้นเรื่องความซื่อสัตย์ บริสุทธิ์ เมตตา อ่อนน้อม ไม่ก้าวร้าว ไม่เบียดเบียน ผู้ใดยึดหลักสันติสงบ เพื่อนำไปสู่การหลุดพ้น จริยธรรมพื้นฐานของศาสนาอินดูที่ปลูกฝังมาตั้งแต่วัยพรหมจารี เช่น พุทธแต่ความสัตย์ ปฏิบัติทางธรรมอย่าทำให้วงศ์ตระกูลขาดสาย อย่าประมาทในการสร้างความก้าวหน้าทางวัตถุ อย่าประมาทในการบูชาเทพเจ้าและบรรพบุรุษ ยกย่องบิดา มารดา ครู อาจารย์เสมือนเทพเจ้าและรับใช้อย่างสุจริตใจ ผู้นับถือศาสนาอินดูจะมีความเชื่อตามคำสอนในพระเวท คือ โลกทั้งโลกคือครอบครัวเดียวกัน เห็นได้จากในคัมภีร์อุปนิษัทที่กล่าวไว้ว่า “ทุกสิ่งในโลกล้วนคือพรหมมัน” โดยมุ่งให้ทุกชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ด้วยความรักเป็นหนึ่งเดียว ตระหนักเสมอว่าชีวิตเราคือชีวิตเขา จิตใจก็จะไร้ซึ่งความเบียดเบียนต่อกัน โดยทุกคนมุ่งทำหน้าที่ของตนให้ดีที่สุดเพื่อประโยชน์ส่วนรวม

การทำตามหน้าที่ด้วยใจที่บริสุทธิ์ ในศาสนาฮินดู ได้กำหนดหน้าที่ที่พึงปฏิบัติไว้ในแต่ละวรรณะ\* ประดุจ ส่วนต่างๆ ของร่างกายเดียวกัน ดังได้กล่าวถึงใน “ฉัน โทคยะอุปนิษัท” (สุวินัย ภรณวลัย, 2540: ฉากที่ 3) ไว้ว่า:

“ด้วยการรับใช้ช่วยเหลือผู้อื่นอย่างไม่เห็นแก่ตัว ชีวิตของเธอจะได้รับผลสำเร็จอยู่เสมอ และเธอจะสมปรารถนาในทุกสิ่ง จงพยายามที่จะรับใช้ให้มีความสุข แก่โลกนี้อยู่เป็นนิจ ทำกิจของเธอเพื่อผู้อื่นเสมอในจิต

สิ่งใดที่บุคคลสำคัญได้กระทำเพื่อผู้อื่น ใครก็จะพยายามทำตามมาตรฐานที่บุคคลสำคัญผู้นั้นได้สร้างไว้ จะทำให้โลกเจริญรุดตาม

คนเขลานั้นกระทำเพื่อผลประโยชน์ของตนเอง แต่ผู้มีปัญญจะกระทำเพื่อความผาสุกของโลกโดยปราศจากความคิดเพื่อตนเอง เธอต้องทำกิจของเธอด้วยความระมัดระวัง รอบคอบอยู่เสมอ โดยมีเมตตาเป็นเครื่องนำทาง”

การปฏิบัติตามบทบาทและหน้าที่ของตนให้ดีที่สุด ก็จะสามารสรสร้างสังคมให้เป็นสุขได้ ไม่ว่าเราจะอยู่ในสถานภาพใดก็ตาม สังคมส่วนใหญ่จะเป็นสุขได้ด้วย ความสัมพันธ์ขั้นมูลฐาน 5 ประการที่เพียบพร้อมด้วยจริยธรรมทั้งกายและใจ ได้แก่

1. ความสุภาพ
2. ความจริงใจ
3. ความโอบอ้อมอารี
4. ความเมตตากรุณา
5. ความภักดีต่อหน้าที่ของตน ต่อโลกและต่อพระผู้เป็นเจ้า

ทั้งนี้เพราะสมาชิกของสังคมย่อมเป็นพื้นฐานรองรับความสำคัญของสังคม

2. “**ชฎาณมรรค**” คำว่า “ชฎาณ” หมายถึง ความรู้ทางปรัชญา ความเห็น ความถูกต้อง อันเป็นผลจากการพิจารณาโดยบริสุทธิ์ใจ ดังนั้น คนที่ได้ชื่อว่า

“ชฎาณโยคี” คือผู้ที่บำเพ็ญเพียรเพื่อขจัดอวิชชา เพื่อให้บรรลุถึงโมกษะ ดุจแสงสว่างที่ทำลายความมืดที่อยู่รอบตัวเรา เพื่อที่เราจะได้ไม่หลงทาง เราเรียกความรู้ที่ว่า “อาตมวิทยา” หรือ “พรหมวิทยา” คือการบรรลุโมกษะ

3. วิถีทางแห่งการนำไปสู่การหลุดพ้นที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ “**การปฏิบัติโยคะ**” ตามขั้นตอนใน “คัมภีร์โยคะสูตร” เป็นขั้นตอนที่เรียกว่าการปฏิบัติเพื่อให้เกิดความบริสุทธิ์ทางศีลธรรม เพื่อไปสู่ความมีสมาธิที่สมบูรณ์ด้วยกฎ ระเบียบ ศีลธรรมของศาสนา เราเห็นได้ชัดเจนในการปฏิบัติทางจิตด้วยการควบคุมพลังและลมหายใจ ในเรื่องของโยคะนั้น นับได้ว่าโยคะเป็นการหยุดพฤติกรรมแห่งจิตทำให้บุคคลควบคุมร่างกายและอารมณ์ เพื่อเป็นเส้นทางแห่งการหลุดพ้นโดยยึดหลัก “อัสถางคโยคะ” (Astangayoga) ซึ่งประกอบด้วย

1. ยมะ คือการบังคับใจเมตตาต่อชีวิตสัตว์ อุดหนุนอดกลั้น ไม่เบียดเบียน ไม่ให้ทุกข์เวทนาแก่ชีวิตทั้งปวง ไม่ลักขโมย ปฏิบัติตามวินัย เคารพเชื่อฟังคำสอนของบิดามารดา ครู อาจารย์ มีสติและสำนึกในเมตตา

2. นิยมะ คือการประพฤติตามศีลธรรม รักษาความสะอาดทั้งกาย ใจ มีปียวาจา มีความสำรวม เคารพบูชาและศึกษาพระเวท เว้นจากความประพฤติดีตถทางกามปฏิบัติต่อครูอาจารย์และศาสนาด้วยความจงรักภักดี ทำตนให้บริสุทธิ์ทั้งกายและใจ ไม่โกรธ และไม่ประมาททางกาย วาจา ใจ

ทั้งยมะและนิยมะถือว่าเป็นหลักศีลธรรมเบื้องต้น

3. อาสนะ คือการอยู่ในท่านั่งที่สบายที่จะก่อให้เกิดประโยชน์ให้แก่ร่างกายและการทำสมาธิ หมายถึงถึงท่านั่งให้ควรแก่งาน บางท่าฝึกง่าย บางท่าต้องอาศัยผู้รู้ฝึกสอนและควบคุม

4. ปราณายามะ คือการกำหนดลมปราณเข้า-ออก หยุดกลั้นลมหายใจ มีจุดหมายเพื่อควบคุมลมปราณให้เกิดความสม่ำเสมอ

\* คำว่า “วรรณะ” (caste system) มีความหมายถึง สัตว์ ต่อมาวรรณะเป็นลักษณะของการแบ่งหน้าที่ รวมไปถึงการรักษาชนชั้นหรือชาติพันธุ์ของตน ระเบียบสังคมคือ การที่แต่ละวรรณะปฏิบัติตามหน้าที่ของตนเช่น

- พราหมณ์ มีหน้าที่เป็นผู้นำในพิธีกรรมบูชาพระผู้เป็นเจ้า และศึกษาพระเวท
- กษัตริย์ มีหน้าที่รักษาดินแดนของประเทศชาติ
- ไวศย เป็นกลุ่มพ่อค้า เกษตรกร
- สูทร เป็นกลุ่มที่คอยรับใช้วรรณะพราหมณ์ กษัตริย์ และ ไวศย

5. ปรัทยาหาระ คือการสกัดจิต ส้ารวมอินทรีย์ ถอนความรู้สึกต่างๆ ออกไปจากอารมณ์ ป้องกันไม่ให้ จิตโลดแล่นไปตามอารมณ์ที่มากกระทบ ให้เพ่งจิตจดจ่อ ต่ออารมณ์ของสมาธิ

โยคะลำดับที่ 3-4-5 เรียกว่า “พาหิรังคสาธนะ” เป็นการฝึกควบคุมทางกายหรือภายนอก ให้เป็นประโยชน์ ต่อการฝึกสมาธิ

6. ธาธนาคือการตั้งใจทำจิตใจให้จดจ่อกับอารมณ์ ของสมาธิ อาจเป็นจุดใดจุดหนึ่งในร่างกาย เช่น ระหว่าง คิ้วทั้งสอง หรือปลายจมูก เพื่อให้จิตสงบนิ่ง จิตรับรู้ เฉพาะอารมณ์ที่เพ่งหรือกำหนดเท่านั้น

7. ธยานะ คือการกำหนดจิตให้แน่วแน่ไม่ถูก รบกวน เป็นไปอย่างสม่ำเสมอ เหมือนกระแสน้ำที่ไหล ไม่ขาดสาย

8. สมาธิ คือการกำหนดจิตให้อยู่ในอารมณ์เดียว อย่างสมบูรณ์เต็มที่ จิตและอารมณ์เป็นอันหนึ่งอัน เดียวกัน

โยคะลำดับที่ 6-7-8 เรียกว่า “อันตริงคสาธนะ” เป็นโยคะภายใน

ราชาโยคะนี้ เป็นวิถีแห่งการควบคุมกายและฝึก จิตให้เป็นอิสระ เกิดพลังความสงบ ซึ่งเป็นทางสู่ความ สำเร็จทั้งปวง เมื่อตราบใดที่จิตสงบนิ่งทุกอย่างก้าว ก็จะ นำไปสู่ความสุขและสันติ เต็มเปี่ยมไปด้วยพลังแห่งการ สร้างสรรค์ ดังนั้น การสร้างพลังจิตจึงเป็นเป้าหมาย สูงสุดของราชาโยคะ ที่เราสามารถนำไปใช้แก้ปัญหาที่ เราเผชิญอยู่ เพราะปัญหาทั้งปวงนั้นมีรากเหง้าอยู่ที่จิต ของเรานั้นเอง

4. “ภักติมรรค” คือ การรับใช้ “กรรม” ด้วย ความมั่นใจ ทำงานหรือปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย ด้วยความภักดี ซึ่งความภักดีต่างๆ นี้ จะทำให้ได้พบกับ พระผู้เป็นเจ้า กล่าวได้ว่าผู้ใดพิจารณาจะพบกับภกวน หรือปรมาตมัน ควรปฏิบัติตนทั้งกาย วาจา ใจ ช่วยเหลือ ผู้อื่นรวมทั้งชีวิตทั้งปวง ภักติมรรครวมถึงการฟังและบอก กล่าวประกาศให้เป็นที่ปรากฏ คิดพิจารณา ไตรตรองสิ่ง ที่ได้ฟังมา ฝึกฝนและพิจารณาให้เกิดความแตกฉาน มากขึ้น ประพฤติปฏิบัติตามคำสอนของพระผู้เป็นเจ้า

บูชาต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ต่อพระผู้เป็นเจ้า ปฏิบัติต่อพระองค์ เยี่ยงเพื่อนปฏิบัติต่อเพื่อน เยี่ยงบ่าวปฏิบัติต่อบุญ หรือ เยี่ยงคนรักปฏิบัติต่อกัน ความภักดีต่อหน้าที่ถือว่าเป็น พันธะทางสังคม

จึงกล่าวได้ว่า “ภักติมรรค” หรือ “ภักติโยคะ” เป็น วิถีแห่งการสละตนเองเพื่อพระผู้เป็นเจ้า เพราะความรัก คือพระผู้เป็นเจ้า และพระผู้เป็นเจ้าคือความรัก เราจะ เข้าถึงได้ด้วยการปลุกความรักขึ้นในจิตใจ เพราะความ รักในพระผู้เป็นเจ้า เป็นความรักที่ไม่หวังผลตอบแทน เป็น ความรักที่แผ่ปรากฏในสรรพสิ่ง ผู้ที่ปฏิบัติ “ภักติโยคะ” นั้นจะต้องบำเพ็ญธรรมที่เรียกว่า “เปรม (ความรัก)” จน เกิดเป็นธรรมข้ออื่นๆ อันได้แก่

- ความจริงใจ
  - ความอ่อนโยน
  - ความเมตตา
  - ความไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่คิดเอาของๆผู้อื่น ฯลฯ
- ธรรมะทั้งหมดนี้ จะสร้างให้เกิดความเป็นเอกภาพ

ระหว่าง “พรหมันและอาตมัน” จึงควรอย่างยิ่งที่จะนำ เอาศาสตร์ทางปรัชญาและวิทยาศาสตร์และภักติมาใช้ ในชีวิต เพื่อสร้างความเจริญก้าวหน้าให้แก่ตน ครอบครัว สังคมรวมไปถึงสันติภาพแก่โลกในที่สุด

การปฏิบัติหน้าที่ต่างๆ ตามหลักของศาสนาอินดู นั้น ศาสนิกอินดูถือว่า เป็นการปฏิบัติธรรมทั้งส่วนตน และสังคม การปฏิบัติโยคะควรเป็นไปทุกรูปแบบให้ ประสานกันอย่างพอเหมาะพอดี การทำงานตามหน้าที่ ด้วยความเสียสละ มุ่งต่อประโยชน์ส่วนรวม และต้องถือ เอาการกระทำนั้นๆ เป็นเครื่องสักการบูชาพระผู้เป็นเจ้า ศาสนิกอินดูที่ดีจึงต้องเป็นผู้ที่ปฏิบัติกรรมะโยคะและ โยคะทั้ง 3 รูปแบบที่ดีได้ด้วย ด้วยจิตสำนึกที่ว่า ตัวเรา คือสรรพสิ่ง และสรรพสิ่งคือตัวเรา ต้องไม่มีความ รังเกียจในสิ่งใด และต้องยึดเอาความสว่างแห่งปัญญา ขจัดมลทินออกไปจากจิตใจ ให้เกิดความรู้แจ้งในตัวตน และสรรพสิ่ง” นั้นหมายถึงว่า จิตใจคือตัวตนภายใน เป็นทางสู่ความหลุดพ้น การส้ารวมกาย วาจาและใจที่ เปี่ยมด้วยสมาธิประสานกันอย่างเหนียวแน่น จะเกิด เป็นพลังอันยิ่งใหญ่ในการสร้างคุณค่าให้แก่สังคมโลก

## ความเชื่อเรื่อง “กรรม”

เราจะเห็นความเด่นชัดของปรัชญาธรรมที่สำคัญอีกลักษณะหนึ่งคือ “ความเชื่อเรื่องกรรม” กรรมมิใช่เป็นเพียงกิริยาที่แสดงออก กฎแห่งกรรมเป็นคำสอนที่สำคัญของศาสนา ไม่มีพลังใดหรืออำนาจใดๆ ที่จะขัดขวางกฎแห่งกรรมได้ ทุกสิ่งย่อมเกิดขึ้นตามกฎแห่งกรรม สิ่งนี้เองที่ทำให้ศาสนิกมีพลังและกำลังใจในการต่อสู้ชีวิต การพยายามทำความดีอย่างไม่ย่อท้อ เพราะมีความสำนึกอยู่เสมอว่าสภาพที่เป็นอยู่เป็นผลแห่งการกระทำของตน

การดำเนินชีวิตโดยกระทำในสิ่งที่ถูกต้องย่อมเกิดผลดีแก่ตน ความเชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรมเป็นความเชื่อที่ถูกปลูกฝังมาแต่ครั้งโบราณกาล ตามความเชื่อเดิมของชาวอารยันเกี่ยวกับดวงวิญญาณที่มีการเวียนว่ายตายเกิดในโลก การกระทำทุกอย่างต้องได้รับผลตอบแทนจากการกระทำนั้น ดังนั้น ศาสนิกจึงถูกสอนให้คิดและทำในสิ่งที่ดีเพื่อบังเกิดผลในชาติหน้า ตามความเชื่อของศาสนาฮินดูนั้นจะเชื่อในเรื่องของวิญญาณโลก เชื่อว่ามนุษย์ไม่ได้อยู่นอกวิญญาณโลก การที่มนุษย์ดำรงอยู่ในแต่ละภพ ในแต่ละชาติมีร่างกายเปรียบเสมือนการสวมเสื้อใหม่ หลังจากตายไปเฉกเช่นการสลัดทิ้งเมื่อเสื้อตัวนั้นเก่าและฉุพัง การที่ร่างกายมนุษย์ถูกครอบงำด้วยกิเลสตัณหา จึงเป็นเครื่องผูกพันและมีผลต่อการเกิดใหม่ ดังนั้น การมีชีวิตอยู่ในชาตินี้จะสามารถควบคุมตนมิให้ตกเป็นทาสของกิเลสตัณหาด้วยการแสวงหาสัจธรรมแห่งชีวิต ดังคำสอนในคัมภีร์ภควัทคีตา ซึ่งได้กล่าวถึงเรื่องของจิตวิญญาณไว้ว่า “หากแม้ร่างกายตายไป แต่จิตวิญญาณหาได้ตายไปไม่”

การกล่าวถึงเรื่อง “กรรม” หรือการกระทำของมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายประกอบด้วย 3 ชนิดคือ 1) กรรมดี 2) กรรมชั่ว 3) กรรมที่เป็นไปตามปกติ ในคัมภีร์ภควัทคีตา พระภกษณะได้สอนเรื่อง การสร้างกรรมชั้นสูงสุด คือการกระทำโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน เสียสละเพื่อส่วนรวม คือสิ่งที่พึงกระทำมากที่สุด กรรมระดับที่ 2 คือการกระทำตามหน้าที่ และกรรมระดับที่ 3 คือกระทำเพราะเหตุจำเป็นต้องกระทำ

## ปรัชญาธรรมจากมหากาพย์มหาภารตะ

“มหากาพย์มหาภารตะ” เป็นสิ่งที่อยู่ในจิตวิญญาณของชาวฮินดู มหากาพย์ดังกล่าวนี้ว่ามีชื่อเสียงและได้ถูกแปลเป็นภาษาต่างๆ ทั่วโลก ทำให้ปรัชญาธรรมที่ปรากฏอยู่ในมหากาพย์มหาภารตะอันเป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อชีวิตของชาวฮินดูมาเป็นเวลานานแพร่หลายไปยังดินแดนต่างๆ โดยเฉพาะในส่วนของ “คัมภีร์ภควัทคีตา” ได้กล่าวถึงคำสอนของพระภกษณะที่ประทานแก่อรชุน กษัตริย์แห่งตระกูลปาณฑพ (ฝ่ายธรรมะ) ซึ่งต้องทำสงครามกับกษัตริย์แห่งตระกูลเกาฬ ทั้งที่เป็นพระญาติเดียวกัน อรชุนต้องเผชิญกับสงครามทั้งภายนอกและภายในจิตใจ เป็นภาพแห่งการสอนให้คนที่หมดกำลังใจ จิตใจมีแต่ความท้อแท้ ให้กลับมีพลังขึ้นในจิตวิญญาณที่จะต่อสู้ หากจะมองอีกแง่มุมหนึ่งเป็นการสอนให้ต่อสู้กับสงครามภายในใจของคน สอนให้คนรู้จักตนเอง จิตวิญญาณและพระผู้เป็นเจ้า ปรากฏให้เห็นว่ามนุษย์เป็นเพียงธรรมชาติลักษณะหนึ่งเท่านั้น ด้วยเหตุที่มนุษย์เป็นสัตว์ที่มีเหตุผล มีอิสระที่จะกระทำความดีเพื่อเป็นหนทางไปสู่นิรวาณ คำสอนนั้นล้วนแต่เป็นการสอนในเรื่องความสมบูรณ์แห่งโยคะทั้งสิ้น

คัมภีร์ภควัทคีตา มีวัตถุประสงค์ที่การปฏิบัติในการทำจิตใจให้บริสุทธิ์ เมื่อจิตใจบริสุทธิ์ก็จะเข้าสู่หนทางแห่งการหลุดพ้นได้ การไม่หลงติดอยู่ในยัญพิธี ไม่ตกเป็นทาสของอวิชชา ไม่หวังผลจากการปฏิบัติ สิ่งเหล่านี้จะไม่ทำให้เราติดอยู่ในสังสารวัฏ คำสอนในภควัทคีตาได้กล่าวถึง “อาตมัน” ที่อยู่กับร่างกายว่ามีลักษณะเป็นอมตะ เป็นสิ่งที่ไม่เสื่อมสลายและไม่มีสิ่งใดที่จะทำลายได้ อาตมันจะเคลื่อนจากร่างเก่าสู่ร่างใหม่เมื่อร่างกายเดิมฉุพังลง

ในมหากาพย์มหาภารตะ ได้กล่าวถึงปรัชญาธรรมไว้อย่างมากมาย ซึ่งยากที่จะนำมาวิเคราะห์ในที่นี้ ได้สมบูรณ์ทั้งหมด จึงขอยกตัวอย่างปรัชญาธรรมเพียงบางส่วนดังต่อไปนี้:

แนวคิดจาก “มหากาพย์มหาภารตะ” เป็นปรัชญาแห่งการกระทำ โดยเน้น “ปัญญา” เป็นสิ่งสำคัญขอยกตัวอย่างจากจตุรตถกถา (อินทราวุธ, 2522: 197-199) ดังนี้

“ไฟอันลุกอยู่ยังถ่านให้เป็นถ่านลงฉันใด อรชุนเอ๋ย ไฟแห่งความรู้ฉลาด ก็จักยังสรรพกรรมให้เป็นถ่านลงไปฉันนั้น

ในโลกนี้ ไม่มีเครื่องชำระอะไรดีเท่าความรู้ฉลาด อันซึ่งผู้มีความสำเร็จดีในโยคะยอมหาได้ในอาตมอันโดยควรแห่งกาล

ผู้มีศรัทธา มีอุตสาหะและมีอินทรีย์อันสำรวม แล้วยอมได้ลัทธิ ความรู้ฉลาด เมื่อได้ลัทธิความรู้ฉลาดแล้ว ก็ยอมนำไปสู่สถานดิอันยิ่งยวดโดยพลัน

แต่ผู้เฒ่าเวลาปราศจากศรัทธา ตนอันยังสงสัยอยู่ ย่อมไปสู่ความพินาศ

ไม่ใช่จิตใจ ไม่ใช่ปรโลก ไม่ใช่สุขโลกสำหรับผู้มีตนอันสงสัยอยู่นั้น

ดูก่อนธรรณชัย ผู้เปลื้องกรรมเสียได้ ด้วยโยคะ ตัดความสงสัยได้เด็ดขาด ด้วยความรู้มีอาตมอันครองกรรมทั้งหลายยอมไม่ผูกพันเขา เหตุนี้ด้วยดาบแห่งความรู้ ความฉลาดของอาตมอันตัดออกซึ่งความเขลาสงสัย อันมีอยู่ในหัวใจเธอ จงตั้งอยู่ในโยคะ ภรตเอ๋ย ลูกขึ้นเกิด”

จากคำสอนของพระกฤษณะที่สอนอรชุนให้มีความเข้มแข็งในการรบ โดยกล่าวถึงบุคคลที่ละทิ้งความอยากในใจ อยู่เหนือความเป็นคู่คือ สุข-ทุกข์ ดี-ใจ-เสียใจ ย่อมเกิดปัญหา ทำให้จิตใจข้ามพ้นความหลง การบำเพ็ญตามหลักโยคะคือการทำให้สงบนิ่ง ไม่ยึดติดกับผลของการกระทำ ไม่ว่าจะสำเร็จหรือล้มเหลว ดังนั้น พุทธิปัญญาจึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง ไม่ยึดติดกับเครื่องผูกพัน หากไม่สามารถกระทำเช่นนี้ได้ ก็จะมีการลืมนสติ สูญเสียความเป็นตัวตน สูญเสียปัญญา ชีวิตก็เข้าสู่ความล่มสลายในที่สุด

สันติเป็นภาวะของพรหม ผู้มีปัญหาจะสงบนิ่งเหมือนน้ำที่ไหลลงสู่ทะเล แม้ในเวลาที่ยืนยง หากสามารถดำรงอยู่ในภาวะแห่งสันติได้แล้ว ก็ย่อมเริ่มเข้าสู่ทางแห่งพรหมนั้นได้

การสอนให้เห็นถึงโทษของอวิชชาและให้ทำหน้าที่ทางโลกโดยอิสระจากตัณหา สอนให้รู้จักการกระทำตามหน้าที่โดยไม่หวังผลตอบแทน ไม่เปิดโอกาสให้ความเห็นแก่ตัวเข้ามาบิบบทบาทในชีวิต ส่งเสริมการยุติ

“กรรม” ดำรงชีวิตอยู่ท่ามกลางสังคมโดยกระทำตามหน้าที่ที่สังคมกำหนดโดยมองว่าโลกทั้งโลกเป็นครอบครัวเดียวกัน มุ่งให้ทุกชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ดังปรากฏคำสอนในคัมภีร์ภควัทคีตาว่า โลกนี้เปรียบเสมือนมารดาทุกคนเป็นส่วนหนึ่งของสังคมที่มีสิทธิ์เท่าเทียมกัน เป็นครอบครัวเดียวกัน แม้ว่าจะมีความเชื่อหรือว่าสภาพความเป็นอยู่และวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน มนุษย์จึงต้องเอาชนะความรู้สึกรังการ แบ่งแยกโดยการสร้างความเข้าใจกันและกันหลักคำสอนจึงเน้นความจริงสูงสุด ความเป็นจริงแห่งชีวิต เมื่อเราเข้าใจชีวิต เข้าใจตนเองแล้ว เราย่อมเข้าใจผู้อื่นและธรรมชาติโดยรอบ นั่นคือการพัฒนาจิตใจแห่งตนให้เกิดดวงปัญญา เพื่อพิจารณายอมรับสภาพธรรมชาติแห่งจิตที่นำไปสู่วิถีทางการดำเนินชีวิตในโลก จะเห็นได้ว่า หลักปฏิบัติที่ขจัดความยึดติดทางโลกคือการรู้แจ้งในสัจจะ กระทำตามหน้าที่ ทำจิตใจให้สงบ ในส่วนของการรู้แจ้งในสัจจะคือการปฏิบัติใดๆ เพื่อสร้างปัญญาให้เกิดขึ้น เพื่อให้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ที่เรียกว่า “ปัญญา” คือการได้สัมผัสกับภาวะบริสุทธิ์แห่งความเป็นจริง ขจัดความรู้สึกอารมณ์ทั้งหมด สิ่งเหล่านี้จะถูกสอนมาโดยลำดับรวมถึงการสั่งสมประสบการณ์โดยใช้สติ ไม่ยึดมั่น ถือมั่น

คำสอนของศาสนาอินทฺ์ จึงเป็นสาระของชีวิตที่สร้างความผูกพันระหว่างมนุษย์กับโลกธรรมชาติ สอนการทำจิตใจให้สงบ ไม่มีจิตคิดมุงร้าย มีความเชื่อมั่นภักดีในพระผู้เป็นเจ้า ความภักดีนั้นเป็นการสร้างทัศนคติที่ดีต่อพระผู้เป็นเจ้า เราสามารถเข้าสู่ภาวะของการหยั่งรู้ด้วยอานาภาพของพระองค์ เพื่อทำจิตใจของเราให้สงบและเกิดสมาธิ

ในตอนหนึ่งของคัมภีร์ภควัทคีตา (ภฏนา และเรื่องอุไร กุศลาลัย, 2539: 117-118) ได้กล่าวถึงคำตอบของยูธิษฐิระ (พระธรรมบุตร) ซึ่งได้ตามหาพระอรุณาที่วิ่งตามกวางที่ใช้เขาเกี่ยวหม้อบรรจุน้ำอรรณิของพราหมณ์ผู้เฒ่า เพื่อนำหม้อมาคืนให้แก่พราหมณ์ผู้นั้น ยูธิษฐิระได้ไปพบน้องชายนอนหลับอยู่ที่ยี่สิบแห่งหนึ่ง เมื่อเข้าไปใกล้สระน้ำก็ได้ยินเสียงประหลาดถามปัญหาธรรมะว่า:

“ทางเดียวที่จะนำไปสู่ธรรม สุขเกียรติ สุขสวรรค์ และความสุขคืออะไร? นอกจากนี้ ก็ได้ถามคำถามที่เกี่ยวกับข้อธรรมะหลายประการไม่ว่าจะเป็นทางไปสู่ความสุข เรื่องของการควบคุมตนเอง การดำรงตนให้บริสุทธิ์ทางจิตวิญญาณ”

จะขอสรุปคำตอบของยูนิซิธรีที่ได้ชื่อว่าธรรมบุตรดังนี้

“ทางเดียวที่จะไปสู่ธรรม คือความสามารถในการปฏิบัติธรรม

- ทางไปสู่เกียรติ คือการบริจาค
- ทางไปสู่สวรรค์ คือการมีสัจจะ
- ทางไปสู่สุข คือการมีความประพฤติดี
- ความเมตตา กรุณาสูงกว่าธรรมะในโลก
- การรู้จักเอาชนะใจตนเองทำให้มนุษย์ไม่เกิดทุกข์
- การผูกมิตรกับคนดีจึงไม่รู้เสื่อม
- การละทิ้งความมโลโหทั้ง ทำให้มนุษย์เป็น

ที่รักใคร่ของผู้อื่น

- การละทิ้งความโกรธ ทำให้มนุษย์ไม่เศร้าโศก
- การละทิ้งความอยาก ทำให้มนุษย์เกิดความ

รุ่มรวย

- การละทิ้งความอาฆาตมาดร้าย ทำให้มนุษย์มีความสุข

- การปฏิบัติตนให้อยู่ในธรรมะ คือการบำเพ็ญตบะ

- การควบคุมใจ คือการควบคุมตนเอง
- การยอมรับความเป็นคู่ ทุกข์-สุข คือความอดทน
- ความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข คือความเมตตาสูงสุด

- การรักษาจิตให้อยู่ในสภาพสมดุล คือความเที่ยงตรง

- ความโกรธ คือศัตรูที่มนุษย์ยากที่จะเอาชนะได้
- ความอาฆาตมาดร้าย คือโรคซึ่งไม่มีที่สิ้นสุด
- คนที่มีความเมตตา กรุณาต่อสรรพชีวิต คือคนดี
- การชำระล้างที่ดีที่สุด คือชำระล้างจิตใจให้

บริสุทธิ์

- ของกำนัลที่มีค่ามากที่สุดในโลก คือการให้ความคุ้มครองแก่สรรพชีวิต”

นอกจากนี้ธรรมะที่เปล่งจากคำสอนของท้าวภิษมะ (พระอัยกาของกษัตริย์แห่งปาณฑพและกษัตริย์แห่งการพ) ก่อนที่จะสิ้นชีพจากการต่อสู้ในสงครามมหาการตะ ได้ประทานอนุศาสนแก่ยูนิซิธรีในการดูแลปกครองบ้านเมือง โดยเน้นในเรื่องของหน้าที่ (กรุณา และเรื่องอุไร กุศลาสัย, 2539: 217-218, บรรพที่ 13 อนุศาสนบรรพ) ดังนี้

“ความสุขอันเกิดจากความสัมผัสเป็นบ่อเกิดแห่งความทุกข์โดยแท้ เป็นความสุขที่มีเบื้องต้น (เกิด) มีที่สุด (ดับ) ผู้รู้ย่อมไม่เริงร่าในความสุขเหล่านั้นเลย ในโลกนี้เองผู้ใดสามารถอดกลั้นอิทธิพลอันเกิดจากกามและไภรจนกระทั่งปลดวาง ผู้นั้นเป็นโยคี เป็นคนมีความสุข

- ความเมตตา กรุณาเป็นคุณธรรมอันสูงส่งทุกคนควรมีเมตตา กรุณาไว้เป็นหลักธรรมประจำใจ

- เราไม่ต้องการให้ผู้อื่นประพฤติปฏิบัติต่อเราเช่นใด ก็ไม่ควรประพฤติปฏิบัติเช่นนั้นต่อผู้อื่นด้วย

- เรารักผู้อื่น ผู้อื่นย่อมรักเรา เราเกลียดผู้อื่น ผู้อื่นย่อมเกลียดเรา

- การไม่เบียดเบียนชีวิตอื่น เป็นศาสนาอันสูงสุด

- การไม่เบียดเบียนชีวิตอื่น เป็นวินัยอันสูงสุด

- การไม่เบียดเบียนชีวิตอื่น เป็นการปฏิบัติธรรมอันสูงสุด

- การไม่เบียดเบียนชีวิตอื่น เป็นการเสียสละอันสูงสุด

- การไม่เบียดเบียนชีวิตอื่น เป็นความสุขอันสูงสุด

- การไม่เบียดเบียนชีวิตอื่น เป็นความสัตย์อันสูงสุด

- การไม่เบียดเบียนชีวิตอื่น ย่อมมีคุณค่าสูงส่งกว่าพิธีกรรมของศาสนาทุกประการ

- จงอย่าปิดบังความผิด เพราะความผิดที่ปิดบังจะทวีปริมาณและความหลากหลายมากยิ่งขึ้น

- จงละทิ้งความริษยา เพราะความริษยาทำให้อายุสั้น

- ความสุขที่สมนุญล้วนไม่มีที่ไหนในโลก

- ทุกสิ่งทุกอย่างย่อมถึงซึ่งความเสื่อมโทรม มีขึ้นย่อมมีลง มีรวมย่อมมีแยก มีชีวิตย่อมมีความตาย



- อย่าหลง อย่ายึดติดในทรัพย์สินทั้งหลาย
- ความประพฤติดี ช่วยให้คนมีอายุยืน
- ความประพฤติชั่ว ทำให้คนมีอายุสั้น
- จงอย่ายุ่งเกี่ยวกับภริยาของชายอื่น จงอย่าให้ร้ายผู้อื่น จงละทิ้งความเกลียดชัง ความแข่งแกร่ง ความขโมย โสโครก ความรุนแรง

- จงให้ความอนุเคราะห์แก่คนชรา ญาติมิตร ผู้ไร้ที่พึ่งพิง ครู สาธุชน คนมีความรู้ ตามความสามารถ ที่จะทำให้ความอนุเคราะห์แก่คนเหล่านั้นได้

- ผู้ทรงศีลกล่าวไว้ว่า การไม่บริโภคเนื้อสัตว์ เป็นเรื่องควรแก่การสรรเสริญยกย่องช่วยให้มีอายุยืนนาน มีพลานามัยดี และย่อมไปสู่สรวงสวรรค์

- ผู้ที่ฆ่าตัวเองด้วย กาม โกรธ หรือกลัว ย่อมไปสู่อนันตนรกโดยแท้

- คนโง่เท่านั้นที่เป็นทาสแห่งความเศร้าโศก เสียใจ ความกลัว ซึ่งเกิดอยู่ทุกเมื่อเชิ้อวัน คนฉลาดหาเป็นเช่นนั้นไม่”

ในคัมภีร์ภควัทคีตายังได้กล่าวถึงธรรมะในอีกส่วนหนึ่ง (กฤณา และ เรื่องอุไร กุศลาศัย , 2539 : 213-214 , ศานติบรรพ) ได้แก่:

“ไม่มีธรรมะอันใดในโลกที่ยิ่งใหญ่ไปกว่าการควบคุมใจของตนเอง

- การให้อภัย ความหนักแน่น ความไม่ปองร้าย ความเยือกเย็น ความซื่อตรง การเอาชนะอินทรีย์ทั้งหก ความสามารถในการปฏิบัติหน้าที่ ความอ่อนโยน ความละเอียดรอบาป ความไม่เรววน การละเว้นความชั่วร้าย ความไม่ฉุนววย ความสันโดษ การพูดจาอ่อนหวาน การไม่เบียดเบียน ไม่อิจฉาริษยา เหล่านี้คือคุณลักษณะของผู้ที่ควบคุมใจตนเองได้

- ความมุ่งหมายของพระเวทคือ ความสัตย์ ความมุ่งหมายของความสัตย์ คือการเอาชนะตนเอง ความมุ่งหมายการเอาชนะตนเอง คือความหลุดพ้นเหล่านี้คือคำสอนอันยิ่งใหญ่” (กฤณา และ เรื่องอุไร กุศลาศัย, 2539: 213-214, ศานติบรรพ)

คัมภีร์ภควัทคีตได้สอนปรัชญาธรรมในทุกๆ ด้าน เพื่อนำคำสอนนั้นไปสร้างความก้าวหน้าให้แก่ชีวิตและเกิดความสุขและสันติภาพในสังคม เนื่องด้วยมนุษย์

เป็นองค์ประกอบหนึ่งของสังคม จึงต้องสนใจพันธะกรรมที่มีต่อสังคม คัมภีร์ภควัทคีตามีชี้แจงมุ่งสอนให้คนหลุดจากโลกแห่งโลกียะเท่านั้น แต่ให้มนุษย์สนใจในพันธะที่มีต่อสังคมเป็นการสนับสนุนการจัดระเบียบสังคมโดยอาศัยระบบวรรณะ กล่าวถึงความใส่ใจในหน้าที่ของคน คือการกระทำตามสังขธรรมแห่งพระผู้เป็นเจ้า ซึ่งมีรากฐานบนความเชื่อและความศรัทธาในพระผู้เป็นเจ้า ในคัมภีร์ได้แสดงให้เห็นถึงการตัดสินใจเพื่อการปฏิบัติตามหน้าที่ โดยยกแก่นแท้ของชีวิต สิ่งที่เห็นเป็นเพียงภาพมายา การกระทำใดที่บริสุทธิ์เกินไปเพื่อตัวมันเอง คือการทำใจให้อยู่เหนือสิ่งที่เป็นคู่ ไม่ดีใจ ไม่เสียใจในผลที่เกิดขึ้น การกระทำของอรชุน แม้ว่าจะเป็นการขัดแย้งกับความสำนึกที่ถูกต้องหรืออารมณ์ส่วนตัว แต่หากมีความจำเป็นต้องฝึกกฎเหล่านั้นเพื่อรักษาระเบียบและกฎของสังคมย่อมสามารถกระทำได้

คำสอนของพระกฤษณะที่ประทานแก่อรชุนในเรื่องของการดำรงชีวิต โดยมองทุกสิ่งให้เสมอกัน ทุกอย่างที่เห็นเป็นเพียงสิ่งสมมุติ แต่จงค้นหาเป้าหมายแห่งชีวิตสังขธรรมสำหรับมนุษย์ คือความรู้แจ้งแห่งปัญญา ดังคำสอนของพระกฤษณะที่ว่า

“จะเป็นเนินดินหรือกองทอง จะเป็นโค ช้าง สุนัข หรือพราหมณ์ หรือคนนอกวรรณะ ผู้ที่ได้รับการอบรมดี จะมองทุกอย่างให้เสมอกัน มีความศักดิ์สิทธิ์เท่าเทียมกัน โดยมุ่งเป้าหมายคือ “ทางหลุดพ้น” อันเป็นความรู้แจ้งแห่งจิตและปัญญา”

สาระสำคัญของศาสนาอินทรีที่ได้ดำรงสืบนามาร่วม 4000 ปี มีความเด่นชัดเกี่ยวกับลักษณะของความ เป็นจริงในธรรมชาติ ที่ถูกบรรยายออกมาในลักษณะของการสรรเสริญพลังยิ่งใหญ่แห่งธรรมชาติ รวมถึงการผสมผสานความเชื่ออย่างเหนียวแน่น ปรัชญาธรรมของศาสนาเป็นหลักจริยธรรมในการครองเรือน และเพื่อชีวิตที่หลุดพ้นสู่จิตวิญญาณอันบริสุทธิ์ การรู้จักตนเอง และผู้อื่น เป็นการสร้างการยอมรับในสังคม สร้างความรับผิดชอบในสังคมโดยเฉพาะในเรื่องของวรรณะ เป็นการลดปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม

ศาสนาอินทรีได้สอนว่าพระผู้เป็นเจ้าเป็นผู้กำหนดดวงชะตาของมนุษย์ แต่สอนในเรื่องกฎแห่งการกระทำ

ที่เป็นตัวกำหนดโชคชะตาชีวิตของคน แนวคิดของศาสนา เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตและมุ่งสู่เป้าหมายสูงสุดของชีวิต เนื่องจากชาวฮินดูจะมองเรื่องชีวิตมนุษย์ที่เป็นศูนย์กลางแห่งจักรวาล มนุษย์มีความรู้สึก มีอารมณ์ มีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม ในทำนองเดียวกันสิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดเป็นอุปสรรคต่อการกลับคืนสู่พลังบริสุทธิ์ หากดำเนินชีวิตโดยสามารถจัดอริยาพจน์เหล่านี้ได้ ก็จะสามารถเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของชีวิตหรือพลังบริสุทธิ์ได้อย่างแน่นอน หลักธรรมต่างๆ ตั้งแต่ระยะต้นของการดำเนินชีวิตเป็นหลักเพื่อการอยู่ร่วมกันในธรรมชาติ การได้รับการอบรมตามหลักอาศรม 4 ด้วยหลักธรรมของศาสนาตามขั้นตอนของชีวิต จะเป็นการเสริมสร้างให้สมาชิกในสังคมให้เป็นผู้ที่มีศักยภาพ ทำให้มีความระมัดระวังในการดำเนินชีวิต เพราะในกลุ่มสังคมมนุษย์นั้นเชื่อว่ามีความผูกพันกับเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน แต่ยังมีพันธะต่อสรรพสัตว์รวมถึงสิ่งแวดล้อมอีกด้วย เมื่อทุกคนรู้จักหน้าที่ของตน ก็จะทำให้สังคมดำรงอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ดังนั้น การเข้าใจความจริงสูงสุด ความไม่ยึดติดในสิ่งใดๆ รวมถึงการทำจิตใจให้สงบ การมีความเชื่อใน

เรื่องกฎแห่งการกระทำ กระบวนการเหล่านี้ทำให้ศาสนิก ผู้ศรัทธาและสมาชิกในสังคมดำเนินชีวิตด้วยความเกรงกลัวต่อบาป ความภักดีที่ได้กล่าวถึงข้างต้นคือการสร้างความสงบแห่งอารมณ์ ความสงบนั้นเริ่มจากการเสียสละการอุทิศตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม ไม่เบียดเบียน การสวดมนต์อธิษฐาน รวมถึงการประกอบพิธีกรรม นั่นคือคำพูดที่ว่า “ผู้ที่เข้าใจในพระผู้เป็นเจ้าย่อมก่อรับด้วยจิตบริสุทธิ์

ปรัชญาธรรมของฮินดูจะเน้นย้ำในเรื่องของชีวิต ในลักษณะของการเอื้ออาทรต่อโลกธรรมชาติ หากจะพิจารณาให้ถ่องแท้จะเห็นได้ว่า สามารถนำหลักธรรมเหล่านั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อชีวิตเพื่อสร้างคุณค่าให้กับโลก มีลักษณะที่เป็นประโยชน์ต่อชีวิตเฉกเช่นเดียวกับปรัชญาธรรมในกลุ่มปรัชญาตะวันตก หากมนุษย์เต็มไปด้วยความรัก ความเอื้ออาทร เอาใจใส่ดูแลกันด้วยความรักและตระหนักในหน้าที่แล้ว ก็จะสามารถขจัดปัญหาต่างๆ ที่อยู่รอบตัวไม่ว่าจะเป็นปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาครอบครัว ปัญหาสังคม ชีวิตของมนุษย์ก็จะเป็นชีวิตที่สมบูรณ์และเต็มไปด้วยความสุขและสันติในที่สุด

## บรรณานุกรม

- การศาสนา, กรม. **หลักคำสอนและพิธีกรรมในศาสนาต่างๆ**. กรุงเทพฯ. มปป.
- กรรณา และ เรืองอุไร กุศลาคัย. **มหาภารตยุทธ**. พิมพ์ครั้งที่ 6, กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สยาม, 2539.
- สมพร สุขเกษม. **หลักคำสอนของศาสนาพราหมณ์-ฮินดู**. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยครูบ้านสมเด็จเจ้าพระยา สหวิทยาลัยรัตนโกสินทร์, 2538.
- สุวินัย ภรณวลัย. **มังกรจักรวาล**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ข้าวฟ่าง, 2540.
- อินทรายุทธ. **ภคเวทีศา**. กรุงเทพฯ: ศิวาลัย, 2522.
- Bernard, Theos. **Hindu Philosophy**. Bombay: Jaico Publishing House, 1957.
- Chatterjee, Satishchandra. **An Introduction to Indian Philosophy**. Indian. University of Calcutta, 1968.
- Knott, Kim. **Hinduism**. Oxford: Oxford University Press, 1998.
- Radha Krishnan. **Indian Philosophy Vol.II**. New York: The Macmillan, 1962.
- Ramade, R.D. **The Bhagavadgita as a Philosophy of God Realization**. India: Nagpur University, 1959.