

Jainism

Religion Of Compassion & Ecology



JAINA Education Committee. The Federation Of Jain Association in North America

ศาสนาเซน
ศาสนาแห่งความเมตตา
และสิ่งแวดล้อม

ประสงค์ กิตตินันทชัย และลลิตา ธีรวัฒนกุล :
แปล

Pravin K. Shah : รวบรวม

ประสงค์ กิตตินันทชัย

: บรรณาธิการ

คำนำของผู้แปล

คุณ Pramod M. Jain (pmjain@hotmail.com) ติดต่อขอให้ข้าพเจ้าและน.ส.ลลิตา ธีรวัฒนกุล แปลเรื่อง “ศาสนาเซน ศาสนาแห่งความเมตตา และสิ่งแวดล้อม” ข้าพเจ้าพิจารณาเห็นว่าหนังสือเล่มนี้ที่แต่งและเรียบเรียงโดย Pravin K. Shah มีเนื้อหาทางศาสนา และปรัชญาเซนที่ละเอียดครอบคลุม เข้าใจง่าย อีกทั้งตำราความรู้ที่เกี่ยวกับปรัชญา และศาสนาเซนในบ้านเรามีอยู่น้อยมาก ข้าพเจ้าตอบตกลงรับงานแปลนี้ เพราะจิตใจที่ได้แปลงานที่ดีเช่นนี้

หนังสือแปลเล่มนี้มีผู้แปลสองท่าน คือข้าพเจ้า และน.ส.ลลิตา ธีรวัฒนกุล ข้าพเจ้าแปลในส่วนแรก เริ่มจากหน้าแรกจนถึงหัวข้อที่ 9 หน้า 43 ส่วนน.ส.ลลิตา ธีรวัฒนกุล แปลส่วนหลัง คือ หัวข้อที่ 10 หน้า 44 จนถึงหัวข้อที่ 19 หน้า 59

ผู้แปลขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้มอบความรู้ในด้านหลักปรัชญาและหลักศาสนาเซนให้แก่ข้าพเจ้าในระหว่างที่ข้าพเจ้าศึกษาปรัชญาเซนที่อินเดียโดยทุนการศึกษาของ ISSJS (International Summer School for Jain Studies) ทุนการศึกษานี้มีส่วนในชิ้นงานแปลนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ขอขอบคุณอาจารย์บำรุง ชำนาญเรือ ภาควิชา หลักสูตร และวิธีสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ที่กรุณาตรวจทาน และแปลคำศัพท์ภาษาสันสกฤต และประกฤติให้ถูกต้องสมบูรณ์

ข้าพเจ้าหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือแปลเล่มนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับนิสิตนักศึกษา และ ผู้สนใจทั่วไป ที่สนใจ ปรัชญา อินเดีย ศาสนา เปรียบเทียบ และการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างพุทธศาสนา และศาสนาเซนต่อไป

ประสงค์ กิตตินันท์ชัย

ภาคปรัชญา

คณะมนุษยศาสตร์

มหาวิทยาลัยรามคำแหง

ศาสนาเซน

ศาสนาแห่งความเมตตา และสิ่งแวดล้อม



รวบรวมโดย

Pravin K. Shah

ประธานกรรมการการศึกษาเซน

สมาพันธ์แห่งสมาคมเซนในทวีปอเมริกาเหนือ

ผู้อำนวยการศูนย์ศึกษาศาสนาเซนแห่งรัฐนอร์ท แคโรไลนา

ศาสนาเชน - ศาสนาแห่งความเมตตา และสิ่งแวดล้อม

ชุดการศึกษาเชน (JES 901)

ตีพิมพ์ครั้งแรก : มิถุนายน 2001

ตีพิมพ์ครั้งที่สอง (ฉบับปรับปรุง): มิถุนายน 2004

ตีพิมพ์ครั้งที่สาม: พฤศจิกายน 2004

ตีพิมพ์ครั้งที่สี่ (ฉบับขยายความ): มิถุนายน 2006

ตีพิมพ์ครั้งที่ห้า: พฤศจิกายน 2006

[http://www.jaina.org/educationcommittee/education_material/\\$\\$\\$PathashalaBooks/JES901-](http://www.jaina.org/educationcommittee/education_material/$$$PathashalaBooks/JES901-)

[Jainism_E5_Ver10_121806.doc](#)

ISBN: 1-59406-041-X

หนังสือเล่มนี้ไม่มีลิขสิทธิ์

กรุณาใช้เนื้อหาศาสนาด้วยความเคารพ และไม่แสวงหากำไร

แจกจ่ายโดย

ประธานกรรมการการศึกษาเชน

สมาพันธ์แห่งสมาคมเชนในอเมริกาเหนือ

ผู้อำนวยการศูนย์ศึกษาศาสนาเชนแห่งรัฐนอร์ท แคโรไลนา (ราเลห์)

Pravin K. Shah

509 Carriage Woods Circle

Raleigh , NC 27607-3969 USA

Telephone and Fax - 919-859-4994

Email - education@jaina.org

Email - pkshah101@gmail.com

Website – www.jaina.org

เราใส่ใจต่อความคิดเห็นของท่าน

ท่านสามารถสนับสนุนศาสนาเชนด้านการศึกษา
โดยบริจาคผ่านการกุศลถึงคณะกรรมการศึกษาศาสนาเชน สมาพันธ์แห่งการศึกษาศาสนาเชน
โดยติดต่อทางเราได้ตามที่อยู่ข้างต้น

ขออุทิศแก่ทุกท่านที่อุทิศตนเพื่อสรรพสัตว์ที่ควรได้รับความเมตตากรุณา เพื่อว่าชีวิตทั้งหลายสามารถดำรงอยู่ร่วมกันได้ด้วยความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ขอสรรเสริญในความเพียรพยายาม และการส่งเสริมในการไม่ใช้ความรุนแรง การปกป้องรักษาสัตว์แวดล้อม เพื่อธรรมชาติและสิ่งมีชีวิตอื่นๆที่ต้องอาศัยพึ่งพาซึ่งกัน และกัน

ขอสรรเสริญบุคคลที่ได้ดำเนินชีวิตตามแนวทางการไม่บริโภคสิ่งมีชีวิต และละเว้นจากสุราเมรัย และยาเสพติด ทั้งปวง แนวทางปฏิบัตินี้เป็นแรงบันดาลใจแก่เราได้แลเห็นความจริงในความสัมพันธ์ของการไม่ใช้ความรุนแรง และแนวทางที่พวกเราได้เลือกกระทำ

หลักการดำเนินชีวิตที่ละเว้นจากการบริโภคชีวิต เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และยาเสพติดเกิดขึ้นจากเหตุผลจริยธรรมและคุณค่าทางศีลธรรม บุคคลที่มีความเพียรพยายามไม่กระทำอันตรายต่อสัตว์ และต่อตนเองทั้งทางกาย ทางใจ และวิญญาณ และยังหลีกเลี่ยงการใช้ผลิตภัณฑ์สินค้าจากสัตว์ทั้งหลาย เช่น เนื้อปลา ไข่ ไช้ น้ำผึ้ง เนยใส (Ghee) นม เนย ไอศกรีม ผลิตภัณฑ์จากนมผง หอยมุก ผ้าไหม ขนสัตว์ และเครื่องหนัง บุคคลผู้นั้นได้ละเว้นจากสารเสพติดทุกประเภท เช่น เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และยาเสพติด

หมายเหตุ

มีรายงานจากการประชุมที่ YJA and YJP ว่าเยาวชนที่นับถือศาสนาชนจำนวนมากกว่า 10 % บริโภคอาหารมังสวิรัตตั้งแต่ปี ค.ศ. 2000

หนังสือพิมพ์ นิว ออร์ค ไทมส์ (ฉบับเดือนตุลาคม 2005) รายงานว่ามีชาวอเมริกันมากกว่าหกล้านคนบริโภคอาหารมังสวิรัต



ถ้อยคำแห่งความเมตตา

บุคคลที่ไม่ใช้ความรุนแรง และมีความเมตตาต่อสิ่งมีชีวิตอื่นย่อมมีความเมตตาแก่ตนเอง
ด้วยเหตุนี้ บุคคลนั้นจึงพ้นจากบาป และความทุกข์
เพราะเขาสามารถรักษาเสรีภาพของตนเองไว้ได้

ศาสดา มหาวีระ

เราควรปฏิเสธการมีชีวิต หากว่าสิ่งมีชีวิตอื่นต้องเจ็บปวดทุกข์ทรมานเพื่อให้เราได้มีชีวิตอยู่

มหาตมะ กานธี

ศาสนานับชั้นปรมาตม์ สอนให้ก้าวไปสู่ความเป็นพี่น้องกันของมวลมนุษย์ทั้งหลาย
และเห็นว่าสิ่งมีชีวิตทั้งหลายมีคุณค่าทัดเทียมเท่ากับท่าน

อาจารย์น่านัก

ขอให้พวกเราได้สวดภาวนาให้อาหารของเราไม่ปนเปื้อนโลหิตของสัตว์
และความทุกข์ทรมานของมนุษย์

อาจารย์ เดวา จิตราพานุจิ

เวลานั้นจะมาถึง เมื่อมนุษย์เห็นว่าการฆาตกรรมสัตว์ก็คือ การฆาตกรรมมนุษย์นั่นเอง

ลีโอนาโด ดา วินชี

ตราบใดที่เรายังไม่สามารถขยายวงล้อมแห่งความเมตตาไปถึงสิ่งมีชีวิตทุกรูปแบบได้
เราก็ยังไม่อาจที่จะชื่นชมกับ “สันติภาพแห่งโลก” ได้จริง

อัลเบิร์ต ชไวเซอร์

“เจ้าจะต้องไม่มา” คำบัญชาตินี้ไม่ได้หมายรวมถึงเฉพาะการฆาตกรรมเพื่อนมนุษย์เท่านั้น
แต่ยังรวมถึงสิ่งมีชีวิตทุกรูปแบบ คำบัญชาตินี้ได้จารึกในแผ่นอกของมนุษย์นานแสนนาน
ก่อนที่จะมีเทศนาคำสอนนี้ในซีไน

ลีโอ ดอลสตอย

ความโหดร้ายเป็นมะเร็งที่มองเห็นได้อย่างง่ายดายของอารยธรรมสมัยใหม่

บาทหลวง.เอ.ดี.เบลคอน

ทุกสิ่งทุกอย่างที่มีความรู้สึกเจ็บปวด ไม่ควรที่จะถูกระทำให้เจ็บปวดอีก

อาร์ เอ็ม ดอลจิน

การเห็นอกเห็นใจสัตว์ชั้นต่ำนับเป็นคุณธรรมที่ประเสริฐสุดที่มนุษย์พึงมี

ชาร์ลส์ โรเบิร์ต คาร์วิน

สารบัญ

คำนำ	9
บทสวดมนต์ศาสนาเซน	11
ก. บทสวดมนต์	11
ข. บทสวดนมนัสการ	13
ค. บทสวดประธานอภัย	13
ง. บทสวดเพื่อสันติภาพ	14
1. บทนำ	15
2. ความหมายของพระเจ้า และตรีถังกร	17
3. ศาสนา	19
4. ศาสดามหาวีระ	19
4ก. ชีวิตประวัติศาสดามหาวีระ	19
4ข. คำสอนของศาสดามหาวีระ	20
5. ปรัชญาเซน I หลักความเชื่อพื้นฐาน	21
6. ปรัชญาเซน II จักรวาล และลักษณะจักรวาล	22
6ก. ความจริงในปรัชญาเซน: ตรีพยะ (Dravya) คุณะ (Guna) และปรุยาย (Paryāya)	22
6ข. สสารพื้นฐานหรือตรีพยะ 6 ประการ	23
7. ปรัชญาเซน III หลักตัดตะวะ 9 ข้อ และทฤษฎีแห่งกรรม	26
7ก. ชีวะ และอชีวะ (วิญญาณ และสิ่งไม่มีชีวิต)	27
7ข. อาสวะ (สาเหตุพันธะแห่งกรรม)	27
7ค. พันธะ (ลักษณะพันธะแห่งกรรม)	27
7ง. บุญ (สิ่งดี) และบาป (สิ่งไม่ดี)	31
7จ. สังวร (การปิดกั้นกรรมใหม่)	32
7ฉ. นิรชรา (การจำกัดกรรมเก่าให้หมดไป)	35
7ช. โมกษะ (ลำดับขั้นของการหลุดพ้นกรรม)	37
8. ปรัชญาแห่งเซน IV: หนทางแห่งการหลุดพ้น	37
8ก. หนทางแห่งการหลุดพ้น 3 ประการ	37
8ข. บันไดธรรม ฆาติกรรม (Ghāti Karma) และอฆาติกรรม (Aghāti Karma)	38

8ค. บันไดธรรม กรรมที่เป็นบาป และบุญ	39
9. การปฏิบัติธรรมและหลักจริยธรรม	40
9ก. หลักมหาพรต 5 และอนุวัตร 12	40
9ข. อหิงสา (ความเมตตา กรุณา การไม่ใช้ความรุนแรง)	41
9ค. อเนกบาท (หลักความคิดพหุนิยม)	41
9ง. อปริกรหะ (Aparigraha) การไม่ครอบครอง	42
9จ. สรูป	43
10. ธรรมปฏิบัติ II: จริยธรรมการดำเนินชีวิตและสิ่งแวดล้อม	43
10ก. จริยธรรมการดำเนินชีวิต และสิ่งแวดล้อม	43
10ข. สัญชาติญาณการมีชีวิตรอด กับ จริยธรรมการดำเนินชีวิต	44
10ค. ผลกระทบต่อสุขภาพและสิ่งแวดล้อม : จริยธรรมของโรงงานอุตสาหกรรม เนื้อสัตว์หรือผลิตภัณฑ์นม เนย	44
10ง. หลักคำสอนศาสนาเซนในสังคมร่วมสมัย	46
11. ธรรมปฏิบัติ III: วัตรปฏิบัติในชีวิตประจำวัน	48
11ก. หลักปฏิบัติ 6 ประการของนิกาย เสวตัมพร	48
11ข. หลักปฏิบัติ 6 ประการของนิกาย ทิคัมพร	48
11ค. ธรรมมรณะ ความตายที่บริสุทธิ์ สันเลขนา (Sanlekhanä)	49
12. คัมภีร์อาคมสูตร (Ägam Sutras)	49
12ก. อังคะ อาคมสูตร (Anga Ägam Sutras)	50
12ข. อังคพาหะ อาคมสูตร (Angabähya Ägam Sutras)	50
12ค. วรรณคดีศาสนานิกายทิคมพร	51
12ง. สามัน สุตตัม (Saman Suttam)	51
12จ. ตัตตวารณะสูตร (Tattvärtha Sutra)	51
13. หลักปฏิบัติที่สำคัญ	52
14. วันสำคัญทางศาสนา	52
15. คำทักทายของชาวเซน	53
15ก. ไช ชินนทระ (Jai Jinendra)	53
15ข. มิจฉามิ ทุกกทำ (Michchhami Dukkadam)	53
16. สัญลักษณ์ศาสนาเซน	54

16ก. ฝ่ามือ	54
16ข. ความเข้าใจสัญลักษณ์ศาสนาเซน	54
17.วัดเซน	56
18.เว็บไซต์เกี่ยวกับศาสนาเซน	57
19.บรรณานุกรม	58

คำนำ

เซนเป็นคำใหม่ หมายถึงการปฏิบัติศาสนาที่มีมาแต่โบราณ หลักคำสอนที่สำคัญคือ คำสอนเรื่องอหิงสา คำว่าเซน แผลงมาจากคำว่า ชินะ หมายถึง บุคคลผู้เอาชนะกิเลสภายในตน อันได้แก่ ความโลภ ความโกรธ ความหลง อัดตาแห่งตน ความกลัว การยึดมั่นถือมั่น และความเกลียดชัง

ศาสนาเซนเป็นศาสนาแห่งวิถีชีวิตที่ลึกซึ้ง ศาสนิกชนเซนเป็นเพียงคนกลุ่มน้อยในอินเดียที่มั่งคั่ง มีศรัทธาปสาทะในศาสนาของตนอย่างสูง แม้ว่าจะมีผู้นำระดับโลกหลายท่านที่ได้รับอิทธิพลจากแนวคิดศาสนาเซน อีกทั้งหลักปรัชญา หรือ คำสอน ได้รับการเผยแพร่สืบทอดในหลายๆ รุ่น แต่ประเทศต่างๆ ที่อยู่นอกเขตเอเชียได้กลับรู้จักศาสนาเซนน้อยมาก ในจำนวนประชากรเซนจำนวน 6 ถึง 8 ล้านคนในประเทศอินเดีย คิดเป็นเปอร์เซ็นต์ก็เพียง 1% จากจำนวนประชากรทั้งหมดของประเทศ มีชาวเซนทั้งหญิง และชายที่ประสบความสำเร็จในชีวิต อยู่ในแวดวงทางด้านวิชาการ วิทยาศาสตร์ เป็นแพทย์ ศิลปิน หรือเจ้าหน้าที่ของรัฐ

ในทวีปอเมริกาเหนือ ประเมินการว่ามีจำนวนครอบครัวที่นับถือศาสนาเซนเป็นจำนวน 25,000 กว่าครอบครัวที่ปฏิบัติศาสนพิธีอันเก่าแก่นี้ ในขณะที่ผู้คนที่พำนักอาศัยอยู่ในประเทศต่างๆ นอกประเทศอินเดียมีพื้นฐานที่หนักแน่นในศาสนาและปรัชญาเซนของตน แต่พวกเขาส่วนมากไม่มีความรู้เพียงพอถึงคำสอนพื้นฐานที่สำคัญของศาสนา ข้อบกพร่องนี้ไม่ใช่ความผิดของพวกเขาแต่อย่างใด โครงสร้างของชุมชนเซนเป็นโครงสร้างทางสังคมระหว่างนักบวชกับฆราวาส การที่นักบวชเซนถือวัตรปฏิบัติอย่างเคร่งครัดในการเดินทาง นับเป็นอุปสรรคต่อการเผยแพร่คำสอนจากนักบวชสู่เพศคฤหัสถ์ ด้วยเหตุนี้จึงเกิดช่องว่างในการศึกษาเรียนรู้คำสอน บางครั้งปรากฏว่ามีทั้งนักบวช และคฤหัสถ์ที่แตกฉานในความรู้ทางคัมภีร์ และปรัชญาอย่างลึกซึ้ง แต่เราก็คงขาดแคลนครูอาจารย์ผู้ที่สามารถให้คำแนะนำในคำสอนเป็นอย่างมาก

เนื่องจากสิ่งตีพิมพ์ส่วนใหญ่ที่เกี่ยวข้องกับศาสนาเซนนั้นบันทึกเป็นภาษาเอเชียใต้ ด้วยเหตุนี้ศาสนิกชนเซนทั่วโลกจึงขาดเอกสารในการศึกษาปรัชญาศาสนาเซน เป็นเหตุให้พวกเราต้องแก้ไขข้อบกพร่องนี้

โดยตีพิมพ์เผยแพร่เอกสารที่เกี่ยวข้องกับศาสนาในภาคภาษาอังกฤษเพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจ

วัตถุประสงค์ที่สำคัญของหนังสือเกี่ยวกับปรัชญาศาสนาเช่นเล่มนี้คือการนำเสนอบทนำพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับศาสนาเช่นให้แก่ผู้ใช้ภาษาอังกฤษโดยเฉพาะอย่างยิ่งเขาวชนในอเมริกาเหนือ และในประเทศอื่น ๆ หนังสือเล่มนี้ครอบคลุมหัวข้อสั้น ๆ ที่เกี่ยวข้องในหลายแง่มุมของปรัชญาศาสนาเช่น จริยธรรม ข้อกำหนด อักษรศาสตร์ วันหยุดทางศาสนา บทสวด สัญลักษณ์ และชีวประวัติศาสดามหาวิระ

ข้าพเจ้าขอขอบคุณท่าน Pujya Ajaya Sägarji (Kobä-Ahmedabad) และท่าน Pujya Panyäs Shri Nandighosh Vijayji Mahäräj Säheb ซึ่งได้ช่วยวิพากษ์วิจารณ์ และให้ข้อเสนอแนะที่มีค่าพร้อมการสนับสนุนกิจกรรมการศึกษาศาสนาเช่นในอเมริกาเหนือ

ข้าพเจ้าขอขอบคุณท่าน Pradip และ Darshana Shah, Mukesh Chhajjer, Rekha และ Lalit Banker, Meera Shah, Jim Sylivant, Kavita Shah, Shweta Shah, Nisha Vária, Mahesh Vária, Samuel Wallace, Harendra Shah, Shänti Mohnot, Jadvaji Kenya , Mukesh Doshi, Sudhir and Anita Shah, and Robert Arnett สำหรับบทวิจารณ์ และแก้ไข และเสนอความคิดเห็นอันเป็นประโยชน์ต่อการตีพิมพ์ในครั้งนี้ และครั้งอื่น ๆ

เนื่องจากบทความนี้อยู่ระหว่างการเรียบเรียง ข้าพเจ้ายินดีที่จะได้รับข้อคิดเห็นและคำแนะนำเกี่ยวกับบทความนี้ ข้อเสนอแนะของท่านจะได้รับการพิจารณาตีพิมพ์ในครั้งหน้า

สำหรับองค์กรหรือบุคคลใดที่ประสงค์จะใช้ข้อมูลจากบทความนี้สำหรับวัตถุประสงค์เพื่อการไม่แสวงหากำไร ท่านไม่จำเป็นต้องขออนุญาตจากผู้เขียน ท่านสามารถดาวน์โหลดบทความได้ที่ <http://www.jaina.org>

Pravin K. Shah

ประธานกรรมการการศึกษาเช่น

สมาพันธ์แห่งสมาคมเช่นในอเมริกาเหนือ

ผู้อำนวยการศูนย์ศึกษาศาสนาเช่นแห่งรัฐนอร์ท คารอไลน่า

วันที่ 11 พฤศจิกายน 2006



จงทำความดีหากท่านจะทำได้ จงทำความดีในทุกทางที่ท่านจะทำได้ และทำความดีทุกๆ ทาง
ทุกๆที่และทุกๆ เวลา และจงทำความดีกับทุกๆ คน

จอห์น เวสลีย์

ศาสนาไม่ได้รับประกันว่าท่านจะหมดเคราะห์หมดโศก
แต่ศาสนารับรองได้ว่าท่านจะมีกำลังใจที่จะเผชิญหน้ากับความทุกข์ยากอย่างสงบได้

นิรนาม

สติคือการตื่นอยู่เสมอ และสามารถดำเนินชีวิตอย่างกลมกลืนกับตนเองและกับโลก
พร้อมทั้งสามารถชื่นชมกับชีวิตที่เต็มอิมในแต่ละขณะ

บทสวดมนต์ศาสนาเซน

ก. บทสวดมนต์

บทสวดมนต์นี้ มีชื่อเรียกต่างๆว่า นมัสการ นวการ หรืออนโมการ มหามันตรา
คำสวดนี้แสดงความเคารพแก่บุคคลทั้ง 5 ประเภท ได้แก่ พระอรหันต (มนุษย์ผู้ตรัสรู้)
พระลัทธะ (ผู้หลุดพ้น) อาจารย์ (ผู้นำศูนย์เซน) อุปัชฌาย์ (นักพรต)
และเหล่าบรรดาสาธุ (นักบวช) แห่งจักรวาล บุคคลดังกล่าวนี้ได้รับการบูชา และความเคารพ
เพราะคุณธรรมของท่าน ด้วยเหตุนี้บุคคลใดที่สามารถยกระดับคุณธรรมทางธรรมของตนได้
จะได้รับการบูชา ณ ที่แห่งนี้

บทสวดมนต์นี้เปรียบได้ดังแสงสว่างที่ขับไล่ความมืดมน
พร้อมได้จุดแสงสว่างให้บังเกิดขึ้น และปลุกคุณลักษณะของวิญญูณาให้ตื่นขึ้น
คำสวดนี้ไม่ใช่บทสวดศาสนพิธีกรรม แต่แสดงถึงความสมบูรณ์อันเป็นนิรันดร์
เป็นทั้งศาสตร์ในตนเอง ประจักษ์ดังหนทางไปสู่ทรัพย์สมบัติแห่งความรู้ที่สูงส่ง

นโม อริหังตาณํ।

นโม อริหังตาณํ

นโม सिद्धाणं।

นโม สิทธาณํ

นโม आयरियाणं।

นโม อาयरียาณํ

नमो उवज्झायानं।

นโม อุวชฌายาณั

नमो लोए सव्वसाहुणं।

นโม โลเอ สวฺวสาหุณั

एसोपंच नमुक्कारो।

เอโส ปจ นมุक्กาโร

सव्वपावप्पणासणो।

สวฺวปาวปฺปณาโสณ

मंगलाणंच सव्वेसिं

มังกลาณั จ สวฺเวสี

पढमं हवइ मंगलं॥

ปดมံ หวอิ มังกั

นโม อริหิตาณั

ข้าพเจ้าขอแสดงความนอบน้อมต่อพระอรหันต (ตีสถังกร) ผู้ตรัสรู้รู้แจ้งแทงตลอด และได้บรรลุความรู้แจ้งอันหาที่สุดไม่ได้ มีความเห็นอันหาที่สุดไม่ได้ มีความสุขอันหาที่สุดไม่ได้ มีอำนาจอันหาที่สุดไม่ได้ โดยชาติกรรม 4 ประการได้ถูกทำลายลง ท่านเหล่านี้เป็นแบบอย่างให้เราเห็นหนทางแห่งการหลุดพ้น อันนำมาซึ่งการสิ้นสุดของวัฏสงสาร ความตาย และความทุกข์

นโม สิทธาณั

ข้าพเจ้าขอแสดงความนอบน้อมต่อท่านสิทธะ (วิญญาณที่หลุดพ้น) ผู้บรรลุถึงสภาวะความสมบูรณ์ และความเป็นอมตะ ท่านเหล่านี้มีจิตในสภาพบริสุทธิ์ ไร้รูปกายดวงวิญญาณเหล่านี้ได้ปลดปล่อยตนเองให้หลุดพ้นจากกรรมทั้งปวง

นโม อายริยาณั

ข้าพเจ้าขอแสดงความนอบน้อมต่อครูอาจารย์ ผู้เป็นผู้นำของชาวเซนทั้งหลายที่ได้สั่งสอนเพื่อทางแห่งการหลุดพ้น คือ การมีศรัทธาชอบ ความรู้ชอบ และความประพฤติชอบ

นโม อุวชฌายาณั

ข้าพเจ้าขอแสดงความนอบน้อมต่ออุปัชฌาย์ ผู้เป็นครูประพฤติปฏิบัติตนสั่งสอนธรรมในคัมภีร์ และเป็นแบบอย่างให้พวกเราเห็นว่าชีวิตทางธรรมประเสริฐกว่าชีวิตทางโลก

นโม โลเอ สวฺวสาหุณั

ข้าพเจ้าขอแสดงความนอบน้อมต่อสาธุและสาธุวี (นักบวชชายและหญิง) ที่ปรากฏอยู่ทั่วหล้า ผู้ประพฤติ และปฏิบัติตามหลักมหาพรต 5 อย่างเคร่งครัด และคลุใจให้พวกเราได้ดำเนินชีวิตอย่างเรียบง่าย

เอส ปณจ นมุกกาโร

ข้าพเจ้าขอสดมภ์ภาวนาแต่ดวงวิญญาณทั้ง 5

สวุปาปปณาสโณ

ถ้าสดมภ์ภาวนานี้จะช่วยลดละบาป และอำนาจด้านมืดให้หมดไป

มกกลานํ จ สุเวลี ปทมํ หวิ มงฺคลํ

บทสวดแรกเริ่มนี้เป็นบทสวดก่อนบทอื่นๆเพื่อความเป็นสิริมงคล

ข. บทสวดนมัสการ

ชตาริ सरणं पवज्जामि अरिहंते सरणंपवज्जामि,
सिद्धे सरणं पवज्जामि साहू सरणं पवज्जामि
केवलि पण्णत्तं धम्मं सरणं पवज्जामि।

จตุตาริ सरणं पवज्जामि अरिहंते सरणंपवज्जामि

सिद्धे सरणं पवज्जामि साहू सरणंपवज्जामि

केवलिपण्णत्तं धम्मं सरणंपवज्जामि।

ข้าพเจ้าขอน้อมนำเอามงคลสูงสุดสี่ประการ อันได้แก่ วิญญาณที่สมบูรณ์
วิญญาณที่หลุดพ้น นักพรต และศาสนาที่มีคำสอนเรื่องการควบคุมตน หลักอหิงสา
และความกรุณา เป็นที่พึงพอใจ

ค. บทสวดประทานอภัย

खामेमि सच्चजीवे, सच्चे जीवा खमंतु मे।
मिती मे सच्च भूएसु, वेरम् वेरं मज्झं न केणइ॥

ขามมิ สวชชีเว สวเว ชีวา ขมंतุ เม

มิตฺตี เม สวภูเอสุ เวรมฺ เวรํ มจฺझํ น เกणइ

ข้าพเจ้าให้อภัยแก่ทุกสรรพสิ่งชีวิต

ขอให้สรรพสิ่งชีวิตได้โปรดยกโทษให้แก่ข้าพเจ้าด้วยเถิด

ข้าพเจ้าขอเป็นมิตรกับทุกสรรพสิ่ง

ข้าพเจ้าไม่ขอเป็นศัตรูกับผู้ใด

ง. บทสวดเพื่อสันติภาพ

उपसर्गाः क्षयं यान्ति, छिद्यन्ते विघ्नवल्लयः।
मनः प्रसन्नतामेति, पूज्यमाने जिनेश्वरे॥

อุปสรรคา กุญข์ ยานติ ฉิทยนเต
วิฆ्नवलลยะ
มนะ ปุรสนนตามเอติ ปุชยมาเน
จินะศุจเร

ความทุกข์ยากทางกายทั้งหลายทั้งปวงขอให้ผ่านพ้นไป
ขอให้อุปสรรคใดๆ ได้ถูกขจัดหมดสิ้น
ทั้งจิต และหัวใจเปี่ยมด้วยความสุขสันต์
มีพระอรหันตาเป็นคุณบูชา

शिवमस्तु सर्वजगतः, परहितनिरता भवन्तु भूतगणाः।
दोषाः प्रयांतु नाशं, सर्वत्र सुखीभवतु लोकः॥

ศิวมสตุ สรวชคตะ ปรหิตนिरตา ภวนตุ
ภูตกณะ
โทษายะ ปุรยาคู นาศิ สรวตุร สุขี ภวตุ
โลกะ

ขอให้จักรวาลทั่วหล้าได้รับพรอันประเสริฐ
ขอให้ทุกสรรพสิ่งชีวิตจงอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข
ขอให้ความอ่อนแอ ความเจ็บป่วย และความผิดพลาดหมดไป
ขอให้ทุก ๆ คน มีพลานามัยที่สมบูรณ์ มีจิตใจเบิกบานแจ่มใส สงบสุข
ทุกๆ ที่ทุกๆ ณะ

1. บทนำ

ชมพูทวีป นอกจากจะเป็นแอ่งอารยธรรมแล้ว ยังเป็นแหล่งกำเนิดสามศาสนาที่ยิ่งใหญ่ของโลกที่สำคัญ ได้แก่ ศาสนาฮินดู พุทธศาสนา และศาสนาเชน ศาสนาเชน และปรัชญาเชนเป็นศาสนาหนึ่งที่เก่าแก่ที่สุด โดยมีบันทึกกล่าวถึงศาสนาเชนปรากฏไว้ในยุคก่อนประวัติศาสตร์ และมีจารึกปรากฏอยู่ในศาสนาฮินดูอีกด้วย ศาสนาเชนต่อมาได้พัฒนากลายเป็นประเพณีปฏิบัติทางศาสนา เป็นศาสนาหนึ่งที่สำคัญในเขตเอเชียใต้ที่มีวัตรปฏิบัติ คำสอน และระบบปรัชญาที่โดดเด่นเป็นแบบเฉพาะต่างจากระบบอื่นๆของศาสนาปรัชญาอินเดีย

ศาสนาเชนเป็นวิถีแห่งการดำรงชีวิต หลักการและหัวใจของคำสอนคือ หลักอหิงสา คือความเมตตากรุณา ปรัชญาเชนเป็นอริยปรัชญา มองโลกในด้านดี วิญญาณมนุษย์ทั้งชายและหญิงสามารถพัฒนาไปสู่สถานะสูงสุด ที่เปรียบดั่งสภาพพระเจ้าเป็นเจ้าของ โดยที่ดวงวิญญาณ (ชีวะ) เป็นอิสระหลุดพ้นจากกรรม หรืออำนาจฝ่ายโลกที่มาควบคุมอีกต่อไป โดยมีคำสอนทางศาสนา และปรัชญาที่ได้รับการถ่ายทอดสืบต่อโดยชินะ หรือที่รู้จักในนามว่า อริหันต์ หรือ ตีรถัง กร นับจากอดีตถึงปัจจุบันที่สามารถสืบย้อนไปจนถึงยุคสมัยก่อนประวัติศาสตร์อันเป็นต้นตระกูลศาสดาเชนนั้น มีตีรถังถึง 24 พระองค์ ศาสตคามหาวีระเป็นศาสดาแห่งเชนสมัยใหม่ (599 – 527 ก่อนคริสตกาล) ท่านศาสดาปารสวานถเป็นศาสดาองค์ที่ 23 ก่อนหน้าพระมหาวีระ (850 ก่อนคริสตกาล)

หัวใจของศาสนาเชนคือ ปรัชญาแห่งกรรม การเวียนว่ายตายเกิดของชีวะหรือวิญญาณที่ยังมีกิเลสในโลก นรก และสวรรค์ ในฐานะรางวัลแห่งการทำความดี และการลงโทษสำหรับการทำความชั่วของบุคคล และการหลุดพ้น (นิพพานหรือโมกษะ) สำหรับตัวตนและชีวะจากความทุกข์โศกของชีวิตและความตาย หลักคำสอนศาสนาเชนมีความคล้ายคลึงกับความเชื่อของศาสนาฮินดู และศาสนาพุทธ แต่ถึงแม้ว่าศาสนาทั้งสามจะมีหลักคำสอนที่คล้ายคลึงกัน แต่ความแตกต่างกันขั้นพื้นฐานของทั้งสามศาสนายังปรากฏให้เห็น ยกตัวอย่างเช่น ศาสนาเชนไม่เชื่อว่ามีอำนาจเหนือธรรมชาติซึ่งให้ผลดีผลร้ายแก่มนุษย์หากว่ามนุษย์ทำให้อำนาจ นอกเหนือธรรมชาติ นั้น มีความพึงพอใจ ศาสนาเชนเชื่อว่าทุกๆสิ่งมีชีวิตนั้นสามารถกำหนดชะตาชีวิตของตนเองได้ ซึ่งขึ้นอยู่กับความเพียรพยายามของการกระทำแต่ละบุคคล และการหลุดพ้นของวิญญาณ

คำสั่งสอนของเซนยังได้กล่าวไว้ว่าจักรวาล และหลักความจริงพื้นฐานที่ว่าชีวิต และสสารนั้นเป็นนิรันดร์ (ไม่มีจุดกำเนิดหรือจุดสิ้นสุด) ไม่มีผู้สร้าง และไม่มีผู้ใดที่จะทำลายได้

ศาสนาเซนยังเชื่อว่าในภาวะความเป็นนิรันดร์นั้น ชีวิตหลังสัมฤทธิ์ธรรมชาติเดิมแท้ของตนเอง เพราะ ถูก ผูก ตี และ ห่อ หุ้ม ไปด้วย อณูภาค ของ กรรม พันธะกรรมเกิดขึ้นและอณูภาคกรรมนี้เองที่ส่งผลให้วิญญาณต้องเวียนว่ายตายเกิด ผ่านพบทั้งสุขและทุกข์ ดวงวิญญาณที่มีคบอดนี้ก็จะยังคงสร้างกรรมใหม่ๆ และพอกพูนกรรมมากยิ่งขึ้น เพราะยังคงมีการกระทำที่ยึดติดกับกิเลสตัณหา

การหลุดพ้นจากทุกข์นั้น ศาสนาเซนได้วางรากฐานคำสอนพระรัตนตรัยเซน 3 ประการ คือ ศรัทธาชอบ (สัมยัคทรรสนะ) ความรู้ชอบ (สัมยัคชญาณ) และความประพฤติชอบ (สัมยัคจาริตร) ถ้าหากว่าบุคคลใดต้องการความหลุดพ้น เขาพึงยึดหลักปฏิบัติ 3 ประการนี้

อันดับแรก บุคคลผู้นั้นจะต้องมีความรู้ชอบในธรรมชาติเดิมของชีวิตที่มีธรรมชาติที่แท้จริง และความจริงอื่น ๆ ตราบใดที่บุคคลผู้นั้นมีความเชื่อมั่นในความรู้ชอบของตน เมื่อนั้นความรู้ดังกล่าวจะปิดเป้าวิชาของบุคคลนั้น ระดับธรรมขั้นนี้เรียกว่า สัมยัคตวา (Samyaktva) เป็นความศรัทธาชอบ และความรู้ชอบ

การรู้ความจริงพึงเป็นหนทางนำไปสู่การประพฤติชอบ การประพฤติชอบคือ มีความกรุณา และการไม่ใช้ความรุนแรง (อหิงสา) ต่อทุกสรรพชีวิต พิจารณาความจริงแท้ พิจารณาว่าความเชื่อหรือทรรสนะอื่นๆมีหลายด้าน (อนเอกวาท (Anekantavada) หรือ (Syadvada) สยาทวาทะ) การไม่ครอบครอง การไม่ติดข้องในสิ่งทั้งปวง หรือความโลกอยากได้สิ่งใดๆ อปริกรหะ (Aparigraha) หรือการควบคุมความอยากได้อย่างมี และความอยากในความไม่อยากได้ไม่อยากมี การชำระตนให้บริสุทธิ์ผุดผ่อง การควบคุมตน การบำเพ็ญตบะ หรือการทรมานตนเพื่อการลดหรือคลายจากกิเลส การดำเนินชีวิตดั่งนักพรต และ ก า ร เ ร จ ริ ญ ส ม า ธิ ธรรมะหลายระดับที่เปรียบเสมือนขั้นบันไดนี้เป็นการแห่งความประพฤติชอบ หลักการนี้เรียกว่า คุณสถาน (Gunasthanas)

ปรัชญาเซนกล่าวถึงหลักความจริงว่า เราไม่อาจรู้ความจริงทั้งหมดจากแง่มุมเดียว การเข้าถึงธรรมชาติความจริงกระทำได้จากหลายๆแง่มุม เราต้องเปิดใจกว้าง

และมีทัศนคติที่บวกต่อคนอื่น ๆ หรือทรรศนะปรัชญาอื่นๆ หลักปรัชญานี้เรียกว่า อนเนกาวาท (Anekāntavāda) (Non-absolutism)

จุดหมายสูงสุดของศาสนาเชน คือ ชีวะหรือวิญญาณได้หลุดพ้นด้วยความรู้ และความเข้าใจ อุดมคติที่สูงที่สุดนี้จะบรรลุได้ก็โดยการไม่ใช้ความรุนแรง มีความเมตตากรุณาต่อสรรพสัตว์อย่างเสมอภาคกัน มีความอ่อนน้อมต่อทุกสรรพสิ่งที่มีชีวิต ถึงพร้อมด้วยการเอาชนะซึ่งกิเลสตัณหา เช่น การยึดมั่นถือมั่น และความไม่รู้จักพอ และพึงพิจารณาหลักปรัชญาอนเนกาวาทว่าเรารู้ธรรมชาติแห่งความจริงแท้ได้จากหลายแง่มุม อุดมคติสูงสุด คือคำสอนในความรักความเมตตาสากลที่เรามอบให้ทุกสรรพสิ่งมีชีวิต และสิ่งแวดล้อม ไม่เฉพาะแต่เพียงมนุษย์เท่านั้น

2. ความหมายของพระเจ้า และติริถังกร

ศาสนาเซนเป็นศาสนาที่มีจุดกำเนิดจากมนุษย์อย่างแท้จริง ในสมัยโบราณนั้นศาสนาเซนเป็นที่รู้จักกันในชื่อที่เรียกขานกันหลายชื่อ เช่น แนวปฏิบัติของกลุ่มสมณะศาสนาของพวกนิครนถ์นาถบุตร หรือศาสนาแห่งชินะ คือ ผู้ที่สามารถเอาชนะกิเลสแห่งตน ศาสนาเซนสอนว่าบุคคลสามารถบรรลุธรรมได้ด้วยตนเอง โดยการฝึกฝนปฏิบัติควบคู่กันมาอย่างดี มีความรู้ชอบ และความเพียรชอบ หลุดพ้นจากการยึดมั่นถือมั่นอันไม่จบสิ้นจากความโลภ และโลภียสุข การเวียนว่ายตายเกิดได้จบสิ้นลง บุคคลที่หมกมุ่นเหล่านี้เป็นที่รู้จักว่าเป็นเทพในศาสนาเซน

พวกเขามีชื่อเรียกต่าง ๆ มากมาย เช่น อรหันตะ อรหันต์ ติริถังกร ชินะ นิครนถ์ นาทบุตร หรือ เกวลิ คำเรียกเหล่านี้แสดงถึงลักษณะต่างๆของความหมายพระเจ้าในศาสนาเซน

พระเจ้าเป็นผู้เอาชนะศัตรูภายในตนด้วยความเพียร คือ การเอาชนะกิเลส ความต้องการในโลภียสุข อันได้แก่ ความต้องการความโกรธ ความเกลียด อัดตาแห่งตน ความหลง ความโลภ นิครนถ์นาถบุตรเป็นบุคคลซึ่งได้กำจัดแล้วซึ่งพันธนาการแห่งอคติ ติริถังกร เป็นบุคคลผู้หลุดพ้นจากทุกข์ด้วยพระมหากรุณาธิคุณ และพระองค์ทรงจัดตั้งคณะนักบวชขึ้น โดยมีสาธุ (นักบวชชาย) สาธุวี (นักบวชหญิง) สาวก (ภรรยาสาธุชาย) สาวิกา (ภรรยาสาธุหญิง)

ท่านยังได้พัฒนาปรับปรุงหลักปรัชญาศาสนาเซนที่มีมาก่อนดั้งเดิมในประวัติศาสตร์แห่งมนุษยชาติในหลายต่อหลายโอกาส อรหันตะเป็นผู้ซึ่งได้ทำลายศัตรูที่อยู่ภายในจิตใจตน

พระเจ้าหรือติริถังกรไม่ใช่พระเจ้าในความหมายเป็นพระเจ้าผู้สร้างโลกและจักรวาล แต่เป็นผู้เข้าถึงอิสรภาพที่แท้คือ หลุดพ้นจากทุกข์ และความปรารถนาด้วยความเพียรแห่งตน ในอดีตนั้น ปัจเจกบุคคลเหล่านี้เป็นมนุษย์เช่นเดียวกับเรา พวกเขาไม่ใช่มนุษย์ที่มีชีวิตเป็นอมตะหรือเป็นปางหนึ่งที่อยู่รอดมาจากพระเจ้า มีอรหันตะ และติริถังกรมากมายนับไม่ถ้วนในอดีต และจะมีอรหันตะ และติริถังกรอีกมากมายในอนาคต มนุษย์ทุกคนต่างมีศักยภาพในการบรรลุความก้าวหน้าแห่งธรรมเช่นเดียวกัน

ความคิดที่ว่าพระเจ้าเป็นผู้สร้าง ผู้คุ้มครอง และผู้ทำลายจักรวาลไม่มีในคำสอนศาสนาเซน และแนวความคิดว่าพระเจ้าเป็นผู้เข้าได้เอาตัวพระองค์ลงมาในร่างมนุษย์เพื่อจัดทำลายความชั่วร้ายก็ไม่ปรากฏในแนวคิดหลักปรัชญาแห่งเซน

เมื่อบุคคลทำลายกรรมที่ทำให้ธรรมชาติของชีวิตจะไม่บริสุทธิ์หม่นหมองหมดสิ้นลงแล้ว (รู้จักในชื่อว่า ฆาติกรรม คู่ส่วนที่ 4.3) บุคคลนั้นได้บรรลุซึ่งความรู้อันหาที่สิ้นสุดไม่ได้ (เกวัลญาณ) การเห็นอันหาที่สิ้นสุดไม่ได้ (เกวัลตรรสนะ) ความสุขอันหาที่สิ้นสุดไม่ได้ และอำนาจอันหาที่สิ้นสุดไม่ได้ เรารู้จักท่านเหล่านี้ในฐานะแห่งอริหัตต์ (ติริถังกร) หรือ สามันยะ (ความเรียบง่าย) เกวลิ อย่างไรก็ตามบุคคลผู้นั้นยังคงมีชีวิตอยู่ในสภาพมนุษย์ จนกว่ากรรมอื่น ๆ ของเขาที่เกิดจากกายกรรม วาจิกรรม และมนกรรมจะหมดหรือถูกทำลายลงจนหมดสิ้น เมื่อนั้นสังขารของบุคคลนั้นก็จักจบสิ้นลง หรือเรียกว่า ตายนั่นเอง (รู้จักในนามอัครคัคคัมมะ คู่ส่วนที่ 4.3)

ติริถังกรหรืออริหัตต์จัดตั้งรูปแบบการปกครองขึ้นเป็นคณะนักบวช แต่สามันยะเกวลิไม่ได้ดำเนินศาสนาในรูปแบบทางองค์กรใดๆขึ้นมา แต่สามันยะเกวลิคงอยู่ในสภาพของญาณสมาธิ ซึ่งเป็นรูปแบบหนึ่งภายใต้รูปแบบการปกครองของอริหัตต์ในเวลาขณะนั้น

ในวาระสุดท้ายแห่งชีวิต ทั้งอริหัตตะ และสามันยะเกวลิได้หลุดพ้น เข้าสู่พระนิพพาน และรู้จักในฐานะแห่งสิทธิ สิทธิต่างๆพระองค์มีวิญญาณที่มีลักษณะเฉพาะ และชีวิตหรือวิญญาณมีสัมปชัญญะ (Consciousness) มีความรู้อันหาที่สิ้นสุดไม่ได้ มีการเห็นอันหาที่สิ้นสุดไม่ได้ มีความสุขอันหาที่สิ้นสุดไม่ได้ และมีอำนาจอันหาที่สิ้นสุดไม่ได้ พวกเขาไม่มีรูปกายที่ปรากฏเป็นวัตถุสภาพ เหตุนี้สิทธิต่างๆพระองค์จึงมีคุณลักษณะ และคุณสมบัติเหมือนกัน

ทุกอริหัตต์ และสิทธิทั้งในอดีต และปัจจุบันต่างเป็นเทพพระเจ้าในความหมายศาสนาเซน

สรุป

พระผู้เป็นเจ้าในศาสนาเซนไม่ใช่พระผู้สร้าง พระผู้เป็นเจ้ามีคุณสมบัติเป็นผู้รู้ และผู้สังเกต แต่ไม่ใช่ผู้กระทำ พระผู้เป็นเจ้าในศาสนาเซนไม่ได้มีเพียงพระองค์เดียว จำนวนของพระผู้เป็นเจ้ามีนับเป็นอนันต์ (ชีวิตหรือวิญญาณอันบริสุทธิ์หรือสิทธิ) ที่ดำรงอยู่ในจักรวาล และจำนวนของพระเจ้านั้นจะมีจำนวนที่เพิ่มมากขึ้น ครอบคลุมเท่าที่จำนวนชีวิตของแต่ละคนได้บรรลุสภาวะแห่งความสมบูรณ์ ขนาดและรูปร่างของชีวิตนั้นขึ้นอยู่กับภพภูมิในอดีตชาติที่เคยเกิดเป็นมนุษย์ในชาติที่แล้ว และชีวิตจะไม่แผ่ขยายไปทั่วทั้งจักรวาลเหมือนกับพรหมันในศาสนาฮินดู

การเป็นเทพเจ้าแบบศาสนาเซนหรือการมีชีวะที่บริสุทธิ์นั้นเป็นจุดหมายปลายทางแห่งสุดท้ายของวิ
ญูณานที่ยังคงข้องแวะอยู่กับ โลกียะ

3. ศาสนา

ประมาณ 2,500 ปีมาแล้ว ตีรดังกรองค์สมเด็จพระมหาวิระ หรือวธรรมาน (599 ถึง 527 ก่อนคริสตกาล) เป็นศาสดาองค์ที่ 24 และเป็นตีรดังกรองค์สุดท้ายแห่งยุคของเรา พระองค์ได้ทรงจัดตั้งรูปแบบการปกครองทางศาสนาโดยมีพื้นฐานจากคำสั่งสอนปรัชญาเซน ซึ่งสืบทอดกันต่อมาโดยศาสดาองค์ก่อนคือ ตีรดังกรปารศวนาถ (950 ถึง 850 ก่อนพุทธกาล) และศาสดาตีรดังกรองค์อื่นๆก่อนหน้านั้น

ศาสดามหาวิระได้เพิ่มเติมหลักปฏิบัติเรื่องการประพฤติชอบ โดยเน้นย้ำการประพฤติพรหมจรรย์ และข้อวัตรปฏิบัติในชีวิตประจำวันหกประการ โดยดำริว่าการเปลี่ยนแปลงนั้นสำคัญเพราะเป็นไปเพื่อความเจริญก้าวหน้าทางธรรม ดังนั้นท่านมิใช่ผู้ก่อตั้งศาสนาใหม่ พระองค์ได้ชื่อว่าเป็นนักปฏิรูปศาสนาจากรูปแบบเดิมที่ท่านปารศวนาถเคยจัดตั้งไว้ มากกว่าจะเป็นผู้จัดตั้งศาสนาขึ้นมาใหม่ คำสอนที่ปรากฏในคัมภีร์ศาสนาเซนในสมัยปัจจุบันเป็นการรวบรวมคำสอนของศาสดามหาวิระ

โดยสรุป คำสอนปรัชญาศาสนาเซน คือ ความจริงอันเป็นนิรันดร์ ตีรดังกรแต่ละท่านเพียงแก้ไขปรับปรุงคำสอนและหลักความประพฤติให้เหมาะสมต่อกาลเวลา ยุคสมัย และสภาพแวดล้อม

4. ศาสดามหาวิระ

4ก. ชีวิตประวัติศาสดามหาวิระ

ศาสดามหาวิระเป็นตีรดังกรองค์ที่ 24 และเป็นศาสดาองค์สุดท้ายในกัลป์นี้ ท่านกำเนิดในวรรณะกษัตริย์ มีนามว่าเจ้าชายวธรรมานะ วธรรมานะเป็นพระโอรสของพระเจ้าลิทธารณะ พระองค์ทรงเสวยความสุข ความสนุกสนาน และความเพลิดเพลินทางโลกีย์ แวดล้อมด้วยข้าทาสบริพารที่พร้อมปฏิบัติตามคำสั่ง แต่กระนั้นก็ตาม เมื่อพระองค์มีพระชนม์ได้ 30 พรรษา พระองค์ได้สละละทิ้งราชสมบัติ พระราชวังและครอบครัว เสด็จออกบวชบำเพ็ญพรตเป็นพระภิกษุ เพื่อแสวงหาทางออกจากความทุกข์ ความโศกเศร้า และความทุกข์ทรมานในชีวิตเพื่อตนเอง และสัตว์โลก

ศาสดามหาวิระทรงบำเพ็ญญาณสมาบัติด้วยความเพียรโดยใช้เวลาสิบสองปี เอาชนะความอยาก ความต้องการ เวทนา และการยึดติดแห่งกิเลสตัณหาได้ พระองค์ทรงขจัดอนุภาคกรรมให้หมดสิ้นจากชีวะ ทรงก้าวล่วงออกจากกรรมทุกรูปแบบ

ซึ่งเคยทำให้ชีวิตหรือวิญญาณในสภาพเดิมแท้ที่เคยสว่างไสบริสุทธิกลับหม่นหมอง
(ก ร ร ม สึ ป ร ะ ก า ร)
ท่านหลีกเลี่ยงด้วยความระมัดระวังในการทำอันตรายแก่สิ่งมีชีวิตทุกรูปแบบ รวมทั้งสัตว์
นก แมลง และพืช ท่านจาริกเดินทางเป็นระยะเวลาอย่างยาวนาน
อดอาหารเพื่อบำเพ็ญเพียรด้วยความสงบเยือกเย็นไว้ได้เมื่อต้องเผชิญหน้ากับความยากลำบาก
ที่ ย า ก ที่ จ ะ ก ำ ว ล ่ ว ง ไป ได้ ใน ระ ห ว ่าง นี้
ชีวิตของท่านได้บรรลุถึงความสมบูรณ์ที่สุดแล้วในความรู้อันหาที่สุดไม่ได้
ความเห็นอันหาที่สุดไม่ได้ อำนาจอันหาที่สุดไม่ได้ และความสุขอันหาที่สุดไม่ได้
ภาวะนี้เรียกว่าการตื่นตรัสรู้หรือเข้าสู่สภาวะนิพพานหรือ เกวัตญาณ

ศาสตามหาวิระทรงใช้ระยะเวลากว่าสามสิบปีเดินทางด้วยเท้าเปล่าทั่วประเทศอินเดียเพื่อ
สั่ง สอน ความ จ ริ ง อัน เป็น อ ม ตะ ที่ ท่าน ได้ ตรัส รู้
เป้าหมายแต่เพียงประการเดียวในคำสอนของศาสตามหาวิระคือ
การแสวงหาหนทางเพื่อหลุดพ้นจากวัฏสงสาร อันได้แก่ การเกิด แก่ เจ็บ ตาย
ความ เจ็บ ป ว ด ความ โศ ก เศ ร ี า
และการบรรลุถึงสภาวะความสงบสุขอันเป็นนิรันดร์ในชีวิตตน สภาวะนี้รู้จักกันในนามว่า
การหลุดพ้น นิพพาน อีสภาพ หรือ โมกษะ

เมื่อศาสตามหาวิระมีพระชนมายุได้ 72 พรรษา ท่านเสด็จตั้งสังฆารเข้าสู่พระนิพพาน
(ป ริ นิ พ พาน) ใน ปี 527 ก่อน คริสต กาล และ ส ตี ต อ ยู่ ณ
ภพอันบริสุทธิ์ในสภาพของสัทธาที่ชีวิตหรือวิญญาณบริสุทธิ์ได้หลุดพ้นแล้ว
และมีสภาวะอัมเอิบเป็นนิรันดร์ ในเวลาคำคืนของวันที่พระองค์ตรัสรู้ทุกปี
ส า ส นิก ช น ได้ ป ระ ก อ บ พิ ธิ ก ร ร ม เ ฉ ลิม ฌ ล อ ง วัน ส ำ คัญ นี้
และเรียกเทศกาลนี้ว่าเทศกาลดวงประทีป หรือที่รู้จักกันในนามว่าเทศกาลที่ปาวลี
เพื่อน้อมรำลึกถึงการตรัสรู้ของศาสตามหาวิระ วันนี้ถือเป็นวันสุดท้ายปฏิบัติทินเซน

4ข. คำสอนของศาสตามหาวิระ

คำ สอน ของ ศา ส ตา ม หา วิ ระ คือ หลัก อ หิง สา (Ahinsa)
การไม่เบียดเบียนสัตว์และพืช สัตยะ (Satya) การพูดความจริง อเจอร์ยะ (Achaurya)
การไม่ลักขโมย การประพฤติพรหมจรรย์ (Brahmacharya) อปริกรหะ (Aparigraha)
การไม่ครอบครองโลภอยากได้สิ่งใดๆ หรือการไม่ติดข้องในสิ่งทั้งปวง
คำสอนทั้งหมดเหล่านี้มีคำสอนเรื่องความเมตตากรุณาเป็นหลักสำคัญ

ศาสตมหาวิระได้กล่าวไว้ว่า สิ่งมีชีวิตทุกรูปแบบ ไม่ว่าจะมิจินาต รูปร่าง รูปทรง หรือมีทิฏฐิ ความเชื่ออันใด ต่างมีความเสมอภาคเท่าเทียมกัน ฟังที่เราจะต้องรักและเคารพพวกเขาเหล่านั้น และนั่นคือหลักคำสอนเรื่องความรักสากล

เราควรลดละความต้องการให้น้อยลง มีความปราถนา และ การ บริ โภ ก อยู่ ใน ระดับ ที่ พอ ปร ะ มา ณ การ ใช้ สอย ทรัพย์ ยากร ที่ เกิน เลย ไป กว่ า ความ ต้ อ ง การ ของ แต่ละ บุ ค ค ล และการ ใช้ สอย อย่าง ผิ ด วิ ธี ถือ เป็นการ ลัก ข โ ม ย และการ กระ ทำ ที่ มี ความ รุน แรง

ศา ส ต ม หา วิ ระ ต ร ัส ก ล ่า ว ว่า “ ร ำ ก าย ที่ มี ชี วิ ต นี้ ไม่ เพียง แต่ เกิด ขึ้น จาก เนื้อ และ หน้ ง เ ท ำ นั้น แต่ ยังมี ชีวะ หรือ วิญญ าน ที่ มีความ เห็น อัน ห า ที่ สุด ไม่ ได้ อนันต ทร ร สนะ (Anant Darshan) ความ ร ู้ อัน ห า ที่ สุด ไม่ ได้ อนันต ญ าน (Anant Jnān) อำนาจ อัน ห า ที่ สุด ไม่ ได้ อนันต วิริ ยะ (Anant Virya) และ ความ สุข อัน ห า ที่ สุด ไม่ ได้ อนันต สุข (Anant Sukha) คำ ส อ น ของ ศา ส ต ม หา วิ ระ แสดง ถึง อิศร ภา พ ของ การ หลุด พ ้น และความ อ ื ม เ อิบ แห่ง จิต วิญญ าน ของ สิ่ง มี ชี วิ ต

ฟังพิจารณาเหตุการณ์ทุกเหตุการณ์ด้วยใจเป็นธรรม ไม่พึงมีอคติว่าชอบ หรือไม่ชอบ

สิ่งจะสูงสุดหรือความจริงแท้ไม่อาจเข้าใจได้โดยตรรสนะใดตรรสนะเดียว สิ่งจะสูงสุดคือภาพรวมของความจริงของแต่ละบุคคลในความคิดอันแตกต่างกัน แม้ว่าความคิดเห็นเหล่านั้นจะมีลักษณะขัดแย้งกันก็ตาม

ศาสตมหาวิระทรงกล่าวว่าธรรมชาติของความจริง คือ ภาวะไร้กาลเวลา ไม่มีจุดเริ่มต้นหรือจุดสิ้นสุด และปฏิเสธตรรสนะที่ว่ามีพระเจ้าเป็นผู้สร้าง ผู้ปกป้อง และผู้ทำลายแห่งจักรวาล ศาสดาได้สอนว่า การบูชาเทพพระเจ้าและเทพีเพื่อให้ได้มาซึ่งวัตถุ และผลประโยชน์ส่วนตัวขัดกับความเจริญก้าวหน้าแห่งธรรม และคำสอนเรื่องกรรม

ศาสตมหาวิระได้กล่าวว่า มนุษย์มีภาวะที่สูงส่ง

และมีความรับผิดชอบเหนือสิ่งมีชีวิตในสวรรค์

และได้เข้าถึงความสำคัญในการมีทัศนคติแง่บวก และความเพียรพยายามของตนเอง

คำสอนของศาสตมหาวิระได้แสดงให้เห็นถึงความมงดามภายใน และความเป็นเอกภาพ ท่านได้ทำให้ศาสนาเป็นเรื่องง่าย และเป็นธรรมชาติ ปราศจากพิธีกรรมที่ฟุ่มเฟือยโดยไม่จำเป็น องค์กรที่ดี ในช่วงระยะเวลาที่ผ่านมา พิธีกรรมบางพิธีกรรมได้ถูกนำเข้ามาปฏิบัติเพิ่มเติม ทำให้ลักษณะพิธีกรรมที่เรียบง่ายของศาสนาเช่นได้สูญเสียคุณลักษณะไป

5. ปรัชญาเซน I หลักความเชื่อพื้นฐาน

- จักรวาลไม่มีจุดเริ่มต้น และจุดสิ้นสุด จักรวาลดำรงอยู่เป็นนิรันดร์ ไม่มีผู้สร้าง และผู้ทำลาย
- จักรวาลมีอยู่บนหลักการพื้นฐาน 6 ประการ หรือที่รู้จักในนามของ ทรีพยะ (Dravya) สสารหกประการได้แก่ วิญญาณ หรือ ชีวะ (Jiva) บุคคล หรือวัตถุ (Pudgal) ธรรม หรือ การเคลื่อนไหว (Dharma) อธรรม (Adharma) หรือ สภาพที่หยุดนิ่ง อากาศ (Ākāsha) หรือ เทชะ และกาล (Kāl) หรือ เวลา
- สสารพื้นฐาน 6 ประการ (All six entities) นี้มีอยู่เป็นนิรันดร์ ถึงแม้ว่าจะผ่านการเปลี่ยนแปลงหลายครั้งหลายครา แต่สสาร 6 ประการนี้จักไม่เปลี่ยนแปลงจากสภาพหนึ่งไปสู่สภาพอื่นๆ เพราะว่าสสารทั้ง 6 มีคุณสมบัติภายในที่คงที่ ไม่เปลี่ยนแปลง
- ชีวะหรือวิญญาณ คือ สิ่งมีชีวิตจิตใจ มีสัมปชัญญะ คือ การรู้ สิ่งมีชีวิตทุกชนิดมี ชีวะหรือ วิญญาณ วิญญาณมีอยู่เป็นอนันต์ และวิญญาณเหล่านี้มีลักษณะเฉพาะตน
- ชีวะที่บริสุทธิ์เรียกว่ามุกตชีวะ (ชีวะที่ไม่มีอนุภาคกรรมมาหุ้มห่อ) มีความรู้อันหาที่สุดมิได้ ความเห็นอันหาที่สุดมิได้ อำนาจอันหาที่สุดมิได้ และความสุอันหาที่สุดมิได้ และปราศจากรูปร่างทางกาย
- ชีวะไม่บริสุทธิ์เรียกว่าพันธชีวะ (ชีวะที่มีอนุภาคกรรมมาหุ้มห่อ) มีความรู้ที่จำกัด ความเห็นที่จำกัด อำนาจที่จำกัด มีรูปร่างทางกาย และความเห็นที่จำกัด รวมทั้งมีสุข และทุกข์
- โลก ที่มี ภ า ว ะ เป็น นิ ร ัน ด ร์ นี้ ชีวะหรือวิญญาณทุกดวงต่างไม่อาจรู้ซึ่งธรรมชาติเดิมแท้ของตนเองได้ ดวงวิญญาณเหล่านี้ถูกพันธนาการด้วยกรรมที่ห่อหุ้มไว้ วิญญาณที่มีวิชาเหล่านี้ ในขณะที่ถูกพันธนาการนี้ ต่างก็สร้างกรรมขึ้นมาใหม่โดยผู้ตนเองเข้ากับกรรมใหม่ๆ เหตุแห่งกรรมนี้ วิญญาณจึงต้องเวียนว่ายในวัฏสงสารจากชีวิตหนึ่งไปสู่ชีวิตหนึ่ง ผ่ า น สุ ข แ ล ะ ทู ก ข์ แ ล ะ ท น ทู ก ข์ ท ร ม า น จุดหมายสูงส่งสำหรับวิญญาณนั้นคือการหลุดพ้นจากความทุกข์โดยมีความรู้ในธรรมชาติของวิญญาณที่บริสุทธิ์ ศาสนาเช่นเชื่อว่าความรู้ชอบ ความศรัทธาชอบ และความประพฤติชอบของผู้ปฏิบัติจะช่วยขจัดอนุภาคกรรมให้หมดสิ้นจากชีวะหรือวิญญาณ ที่ ฏ ก ก ร ร ม ห่ อ หุ้ม ด้วยวิธีการปิดกั้นอนุภาคของกรรมใหม่ภายนอกมิให้หลังไหลแทรกซึมเข้าสู่ชีวะ เมื่อนั้นวิญญาณก็จะหลุดพ้นจากกรรม

- ศาสนิกชนเช่นเชื่อว่าสิ่งมีชีวิตทุกชีวิตล้วนลิขิตชีวิตของตนเอง ด้วยความเพียร และการริเริ่มของตน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับความต้องการในทางโลกหรือวัตถุ หรือเรื่องการบรรลุธรรม พวกเขา (วิญญาณ) ต่างต้องพึ่งตนเองเป็นที่สุด
- ปุถุชนนั้นไม่อาจเข้าใจสัจธรรมทั้งหมดได้เพียงจากทรรสนะใดเพียงทรรสนะหนึ่ง ในการที่จะเข้าใจธรรมชาติแห่งความเป็นจริงนั้น มีความจำเป็นที่จะต้องมีความรู้ และยอมรับความคิดอันหลากหลาย แนวความคิดนี้เรียกว่า อนกวางท (การไม่ยึดติดว่าความคิดใดความคิดหนึ่งเป็นที่สุด)
- ศาสนิกชนเช่นไม่มีความเชื่อในพลังอำนาจเหนือธรรมชาติที่จะให้คุณและโทษแก่เราได้ถ้าหากว่าเราทำ ให้ พ ลั ง อ ำ น า จ เหนือ ธรรมชาติ นั้น พอ ใจ หรือให้ทุกข์แก่เราได้ถ้าหากว่าไม่พอใจ
- คำสอนสูงสุดที่เปรียบเทียบได้ว่าเป็นอุดมคติของศาสนาเช่นคือการไม่ใช้ความรุนแรง ความเมตตา กรุณา ที่มี ต่อ สรรพ สิ่ง อย่าง เท่า เทียม กัน ความนอบน้อมต่อสิ่งมีชีวิตทุกรูปแบบ การไม่ครอบครองหรือติดข้องในสิ่งทั้งปวง และมีหลักปรัชญา คือ การไม่ยึดติดว่าความคิดใดความคิดหนึ่งเป็นที่สุด

6. ปรัชญาเซน II จักรวาล และลักษณะจักรวาล

6ก. ความจริงในปรัชญาเซน: ตรีพยะ (Dravya) คุณะ (Guna) และปรุยาย (Paryäya)

คำสอนศาสนาเซนตั้งอยู่บนหลักการที่ว่าจักรวาลนั้นไม่มีจุดเริ่มต้น และจุดสิ้นสุด จักรวาลมีอยู่เองเป็นนิรันดร์ หลักการสสารพื้นฐานหรือตรีพยะ 6 ประการ (Six Fundamental Substances) หรือ ภาวะ (Entities) ได้รวมตัวกันขึ้นเป็นจักรวาล ถึงแม้ว่าภาวะทั้งหกนี้จะเป็น นิรันดร์ แต่มีการเปลี่ยนแปลงนับไม่ถ้วนตลอดมา ซึ่งรู้จักในนามของ ปรุยาย (Paryaya) ในช่วงการเปลี่ยนแปลงนี้ ไม่มีสิ่งใดถูกสร้างหรือถูกทำลายลง คุณสมบัติพื้นฐานหรือคุณสมบัติของสารพื้นฐาน ((Properties/Qualities) จะยังคงไม่เปลี่ยนแปลง คุณสมบัติที่ไม่เปลี่ยนแปลงนี้เรียกว่า คุณะ (Gunas)

ศาสตามหาวีระได้อธิบายถึงปรากฏการณ์นี้ใน “คำสอนหลักสามประการ”

ซึ่งรู้จักในนามของ ตรีปาติ (Tripadi):

उपपन्नेइ वा, विगमेइ वा, धुवेइ वा ॥

Uppannei vä, Vigamai vä, Dhuvei vä

(อุปปนฺเนติ वा विकमेति वा धुवेति वा)

ศาสตราจารย์ได้ประกาศว่า ภาวะหรือความจริง (ซึ่งรู้จักกันใน “สัต” Sat) คือ เป็นทั้งการปรากฏอุบัติขึ้น (Utpad) การสูญสลาย (Vyaya) และการดำรงอยู่ (Dhrauvyā)

6ข. สสารพื้นฐานหรือทรัพย์ะ 6 ประการ ที่ประกอบกันขึ้นเป็นจักรวาลมีดังต่อไปนี้

- ชีวะ (วิญญาณหรือวิชาน) เป็นสิ่งมีชีวิต
- บุคคล (วัตถุ) เป็นสิ่งไม่มีชีวิต
- ธรรม (การเคลื่อนไหว) เป็นสิ่งไม่มีชีวิต
- อธรรม (การหยุดนิ่ง) เป็นสิ่งไม่มีชีวิต
- อากาศ (Akasha) เป็นสิ่งไม่มีชีวิต
- กาล (Kal) เป็นสิ่งไม่มีชีวิต

วิญญาณหรือชีวะเป็นสิ่งเดียวที่มีชีวิต มีสัมปชัญญะ ในขณะที่สิ่งอื่นๆ ห้าประการนั้นเป็นสิ่งที่ไม่มีชีวิต และเรียกโดยรวมว่า อชีวะ หรือสิ่งอันมิใช่วิญญาณและปราศจากสัมปชัญญะ

(ก) ชีวะหรือวิญญาณ วิญญาณเป็นสิ่งมีชีวิต มีวิชานและมีญาณคือความรู้และสัมปชัญญะ วิญญาณเหมือนกับพลังงานคือไม่อาจมองเห็นได้ มีวิญญาณในจักรวาลนับเป็นอนันต์ ชีวะที่บริสุทธิ์เรียกว่ามุกตชีวะ คือวิญญาณที่ไม่มีอนุกรรมห่อหุ้ม มีความรู้และความเห็นอันหาที่สุดไม่ได้ มีอำนาจอันหาที่สุดไม่ได้ และความสุกอันหาที่สุดไม่ได้ ชีวะที่ไม่บริสุทธิ์เรียกว่าพันชะชีวะ คือวิญญาณที่ถูกกรรมห่อหุ้ม จะมีความรู้และความเห็นอันจำกัด มีอำนาจอันจำกัด มีสุขและทุกข์ สรูป วิญญาณบริสุทธิ์มีคุณสมบัติที่ไม่จำกัด วิญญาณไม่บริสุทธิ์มีคุณสมบัติที่จำกัด

(ข) วัตถุ (Matter) วัตถุเป็นสิ่งไม่มีชีวิต สิ่งที่สามารถมองเห็นได้เรียกว่าสาร แต่มีสารบางประเภทที่มองไม่เห็น โดยสารเหล่านี้จะมีลักษณะที่ละเอียดอ่อนมากเกินกว่าที่จะรู้ได้โดยประสาทสัมผัส ถึงแม้ว่าสิ่ง 5 ประการนั้นจะอาจมองเห็นเช่นเดียวกัน ทุกสิ่งที่เราได้มองเห็น สัมผัส และรู้สึกได้นั้นเป็นสารและ ด้วยเหตุนี้ศาสนาเชนจึงเชื่อว่า เสียง แสง และความมืดมนนั้นเป็นแต่เพียงประเภทของสารที่แตกต่างกันออกไป

มีสารหลากหลายชนิดที่มีอยู่ในจักรวาล อย่างไรก็ตาม
 วิญญาณจะเกี่ยวข้องกับเฉพาะมวลสารเพียง 8 ประเภท คือ สารเหล่านี้ได้แก่ เอทาริก
 (Audārika) ไวกุริย (Vaikriya) อาหารก (Āhāraka) เตชส (Tejas) ภาษา (Bhāshā) มน
 (Mana) ศุวโศ-ฉุชหุวาส (Shvāso-chchhvas) กรุมน วรุคณา (Karman Varganā)
 วิญญาณจะเกี่ยวข้องกับ

- เอทาริก วรุคณา (Audārika Varganā) ร่างกายกำหนดขึ้นในตน
- ไวกุริย วรุคณา (Vaikriya Varganā) ร่างกายกำหนดขึ้นในสิ่งมีชีวิตในสวรรค์และในนรก
- อาหารก วรุคณา (Āhāraka Varganā) นักบวชหรือนักพรตมีร่างกายพิเศษเหมาะสำหรับการเดินทางไปที่ไกล ๆ เพราะบุคคลเหล่านี้ปฏิบัติธรรมในระดับสูง
- เตชส วรุคณา (Tejas Varganā) พลังงานสำหรับการทำให้เกิดความร้อนและการย่อยสลาย
- ภาษา วรุคณา (Bhāshā Varganā) สำหรับการพูด
- มน วรุคณา (Mana Varganā) สำหรับจิตใจ
- ศุวโศ-ฉุชหุวาส วรุคณา (Shvāso-chchhvas Varganā for breathing) สำหรับการหายใจ
- กรุมน วรุคณา (Karman Varganā for Karma or Karmic body) กรรมส่งผลต่อรูปร่าง

เอทาริก วรุคณา และ ไวกุริย วรุคณา (Audārika and Vaikriya Varganās) นั้นมองเห็นได้ และส่วน วรุคณา นั้นไม่อาจมองเห็นได้ เมื่อวรุคณาเกี่ยวข้องกับวิญญาณ พวกเขาสามารถสัมผัสได้ มีการลิ้มรส การได้กลิ่น การมองเห็น และมีสี

อนุภาคเล็ก ๆ ทำให้เกิดกรรม จุลภาคเล็ก ๆ เหล่านี้ไม่สามารถมองเห็นได้ถึงแม้ว่าจุลภาคเหล่านี้จะเป็นส่วนหนึ่งของอนุภาค และจักรวาลทั้งปวงนั้นปกคลุมไปด้วยวรุคณาทั้ง 8

(ค-ข) ธรรมะและอธรรมะ (การเคลื่อนไหวและการหยุดนิ่ง)

การเคลื่อนไหวนั้นช่วยให้วิญญาณและอนุภาคนั้นย้ายที่จากแห่งหนึ่งไปยังอีกแห่งหนึ่งได้ในจักรวาล การเคลื่อนไหวช่วยให้วิญญาณและอนุภาคนั้นสงบนิ่งได้ ทั้งธรรมะและอธรรมะไม่ใช่สาเหตุของการเคลื่อนไหวหรือการหยุดนิ่งของวิญญาณและอนุภาค แต่ทั้งสองนี้ช่วยให้มีการเคลื่อนไหวหรือการหยุดนิ่ง

(ง) อากาศ

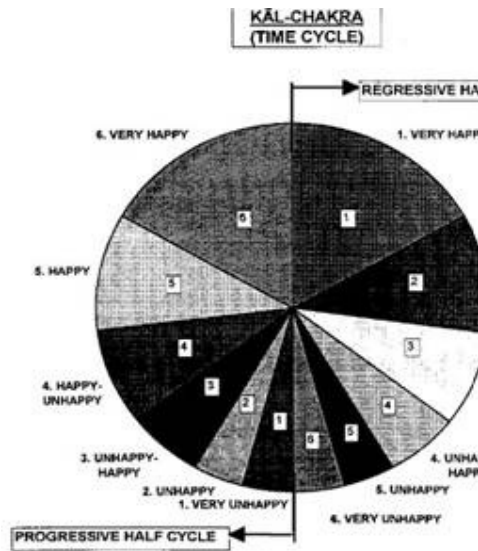
อากาศนั้นแบ่งออกเป็น 2 ส่วน โลกอากาศ (จักรวาล) และอโลกอากาศ

ส่วนของอากาศที่มีสสารทั้ง 5 ยึดครองเรียกว่า โลกา หรือ โลกอากาศ (จักรวาล) ซึ่งโลกาหรือโลกอากาศนี้มีขอบเขตและขีดจำกัด โลกอากาศแบ่งออกเป็น 3 ส่วน นรกตั้งอยู่ใต้โลก โลกมนุษย์และสัตว์ตั้งอยู่บริเวณตอนกลาง และสวรรค์นั้นตั้งอยู่บนบนวิญญานที่ได้รับการปลดปล่อยจะอยู่ส่วนบนของโลกอากาศที่มีชื่อว่า โมกษะ ส่วนอากาศที่เหลือนั้น เรียกว่า อโลกอากาศ ได้แก่ที่ว่างจากสิ่งทั้งหลายที่อยู่นอกโลกขึ้นไป ไร้ขอบเขตและกว้างใหญ่กว่าโลกอากาศว่างเปล่าและไร้ผู้อยู่อาศัย

(จ) กาล

วิญญานและวัตถุเปลี่ยนแปลงได้ด้วยกาลเวลา แม้กระทั่งการเปลี่ยนแปลงที่เล็กที่สุดในสารนั้นสามารถวัดได้ด้วยความรู้ของอรหันต์ (แก้วตี) เรียกว่า สามานยะ ซึ่งเป็นพื้นฐานของกาล กงล้อแห่งกาลเวลานั้นหมุนไปในลักษณะที่เป็นวงกลมโดยไม่รู้หยุด

โดยในครั้งแรกของการหมุนนั้นจะเคลื่อนที่จากด้านล่างไปสู่ด้านบน อันเป็นครบครึ่งรอบ เรียกว่า อุตสรรปณี เป็นความเจริญก้าวหน้าของมนุษย์ ในช่วงแรกความสุข และช่วงชีวิตของมนุษย์จะเพิ่มขึ้นอย่างไม่หยุดยั้ง ในรอบที่สองของการหมุนจะหมุนจากด้านบนไปยังด้านล่าง อันเป็นครึ่งรอบแห่งการถอยหลัง เรียกว่า อวสรรปณี ในช่วงสองนี้ความสุข และความก้าวหน้า และชีวิตของมนุษย์จะลดลง



โดยแต่ละครึ่งรอบของการหมุนจะยังสามารถแบ่งย่อยออกเป็น 6 ส่วนย่อยอีก ซึ่งเรียกว่า 6 ระยะเวลา และรูปแบบของ 6 ระยะเวลาของรอบแห่งการเลื้อยนั้นมีดังต่อไปนี้

1. ช่วงมหาสุข สุข สุข กาล (Sukham Sukham Käl) ความสุข หรือเวลาแห่งความสุข (มีความสุขอย่างล้นเหลือตลอดเวลา)
2. ช่วงความสุข สุข กาล (Sukham Käl) ช่วงแห่งความสุข
3. ช่วงสุข และทุกข์ สุข ทุกข์ กาล (Sukham Dukham Käl) ระยะเวลาที่มีทั้งสุขและทุกข์รวมกัน
4. ช่วงทุกข์และสุข ทุกข์ สุข กาล (Dukham Sukham Käl) ระยะเวลาที่มีทั้งทุกข์และสุข (ความทุกข์ผสมปนเปกับความสุขเล็ก ๆ น้อย ๆ)
5. ช่วงทุกข์ ทุกข์ กาล (Dukham Käl) เวลาที่มีทุกข์ (ไม่มีความสุข)
6. ช่วงทุกข์มหันต์ ทุกข์ ทุกข์ กาล (Dukham Dukham Käl) เวลาที่เกิดความทุกข์ (ไม่สบายใจตลอดเวลา)

ศีร ถึง ทร ทุก พระ องค์ กำเนิด ใน ระหว่าง ระยะเวลาที่ 3 และ 4 ในสมัยของเราอยู่ในระยะเวลาที่ 5 ซึ่งอยู่ในวงจรที่ถดถอย เป็นสมัยแห่งความทุกข์ วนรอบแห่งความก้าวหน้านั้นได้หมุนไปในทิศทางที่กลับกันหรือตรงกันข้าม

7. ปรัชญาเซน III: หลักตัดตะวะ 9 ข้อ และทฤษฎีแห่งกรรม

หลักการตัดตะพีนฐาน 9 ข้อ คือ หัวใจสำคัญของปรัชญาเซน เพราะเกี่ยวข้องกับเรื่องทฤษฎีแห่งกรรม อันเป็นหลักพื้นฐานเพื่อการหลุดพ้น การมีความรู้ในตัดตะพีนที่ถูกต้องจะช่วยให้การประพฤติธรรมเจริญก้าวหน้า

คำสอนเรื่องกรรมเป็นคำสอนที่มีเหตุผลเพียงพอที่อธิบายให้เห็นและเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง ในปรากฏการณ์ การเกิด และการตาย ความสุข และความทุกข์ การที่สัตว์โลกเกิดมาแตกต่างกันทั้งรูปและนาม และมีเผ่าพันธุ์ที่ผิดแผกต่างกันไป

ตัดตะพีนอธิบายว่าชีวิตจะสำเร็จได้ เพราะกรรม กรรมที่ผูกติดหรือแทรกซึมติดอยู่กับชีวะหรือวิญญาณไม่เพียงยังผลทางกายกรรม วาจกรรม และ มโนกรรม แต่เกิดจากเจตนาเป็นสำคัญ ยิ่งศาสนาเช่น มุ่งบรรลุความจริงที่สมบูรณ์สูงสุดของวิญญาณบริสุทธิ์ เพราะมีลักษณะเป็นอิสระจากความทุกข์ ความเจ็บปวด ความปรารถนา พันธะแห่งการเวียนว่ายตายเกิด

หลักตัดตะพีนทั้ง 9 (หลักพื้นฐาน 9 ข้อ)

ชีวะ ชีวะหรือวิญญาณอันมีชีวิตและสัมปชัญญะ

อชีวะ สิ่งอันมิใช่วิญญาณ ไม่มีชีวิตและสัมปชัญญะ

อาสวะ สาเหตุการเกิดพันธนาการแห่งกรรม

พันธะ พันธสภาพของกรรม

บุญ กรรมดี

บาป การละเมิดล่วงเกิน กรรมชั่ว

สังวร การหยุดการเข้ามาของกรรมใหม่

นिरชรา การหมดกรรม

โมกษะ สภาวะการหลุดพ้นจากกรรม

ตำราบางเล่มได้แยกบุญและบาปออกเป็นข้อหนึ่งต่างหาก แต่บางเล่มได้รวมบุญและบาปเข้ากับข้ออาสวะ ข้อเท็จจริงคือทั้งบุญและบาปเป็นผลอันเกิดจากอาสวะ ดังนั้น เมื่อพิจารณาตามความจริงตัดตะพีนมีอยู่เพียง 7 ข้อ

7ก. ชีวะ และอชีวะ (วิญญาณ สิ่งไม่มีชีวิต)

ชีวะและอชีวะ คือ ความจริงสองข้อแรกทางกายภาพของจักรวาล ชีวะตัดตะพีนคือ สิ่งมีชีวิต อชีวะคือ สิ่งมิใช่ชีวิต มี 5 ประเภท ได้แก่ รูป ธรรม อธรรม อากาศ เวลา อย่างไรก็ตาม ในทฤษฎีแห่งกรรม

ตัดตัวอชีวะกล่าวถึงกรรมหรือวัตถุกรรมเพียงอย่างเดียว ตัดตัวทั้ง 7 ได้อธิบายความเกี่ยวข้องสัมพันธ์ระหว่างวิญญาณกับกรรม

7ข. อาสวะ (สาเหตุพันธะแห่งกรรม)

มายา คือ ความหลงผิดของบุคคลในศรัทธาไม่ชอบ ความเห็นไม่ชอบ ไม่มีการควบคุมตน มีความเกียจคร้านในการปฏิบัติธรรมและความประมาท ถูกกิเลสตัณหา เช่น ความ โกรธ อิจฉา ความ หลอกลวง ความ โลก และ ความปรารถนาทางกามารมณ์เข้าครอบงำทั้งกาย วาจา และใจ อันเป็นเหตุให้กรรมเกิดขึ้น และอนุกรรมหรือ วรุณ (Vargana) เข้าไปแทรกซึมติดอยู่กับชีวะ สภาพะนี้เรียกว่า อาสวะ กล่าวได้ว่าชีวะหรือวิญญาณได้ถูกรวมอันมีลักษณะเป็นวัตถุกรรมห่อหุ้มอยู่มาตั้งแต่อดีตนับเป็นนิรันดร์ วัตถุกรรมหรือรูปกรรมนี้ได้ห่อหุ้มชีวะ และดึงดูดกรรมใหม่ๆให้เข้ามาสู่ชีวะ และปลดปล่อยกรรมเก่าทิ้งสู่โลก เมื่อชีวะที่บริสุทธิ์ต้องมาติดข้องด้วยอนุภาคกรรมที่เข้าออกชีวะอยู่ตลอดเวลา จึงเกิดพันธสภาพของชีวะคือการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ มีสุขมีทุกข์ ในสภาพดังกล่าวชีวะไม่อาจหลุดจากกรรมและเข้าถึงการหลุดพ้นได้

7ค. พันธะ (ลักษณะพันธะแห่งกรรม)

อาสวะ เป็นสาเหตุให้อนุกรรมแทรกซึมติดอยู่กับชีวะ กรรมที่หุ้มห่อชีวะก่อให้เกิดพันธสภาพของชีวะ พันธะสภาพของชีวะที่ถูกรวมห่อหุ้มมี 4 ประเภท จำแนกตามช่วงเวลาของพันธะได้คือ

- ประภคิ พันธะ (Prakriti bandha) แบบหรือหมวดหมู่พันธะแห่งกรรม
- สถิติ พันธะ (Sthiti bandha) ช่วงเวลาการเกิดพันธะกรรม ก่อนกรรมจะหลุดออกจากวิญญาณ
- อนุภาค พันธะ (Anubhaga bandha) ความเข้มข้นพันธะแห่งกรรม
- ประเทศ พันธะ (Pradesha bandha) ปริมาณของอนุกรรมที่ห่อหุ้มวิญญาณ

กิจกรรมทางกาย วาจา และใจ ส่งผลต่อประเภท รูปแบบ (Prakriti bandha) และปริมาณพันธะแห่งกรรม (Pradesha bandha)

อย่างไรก็ตาม วิญญาณที่ถูกกิเลส คือ ความ โกรธ อิจฉา ความหลอกลวงและความโลภครอบงำส่งผลต่อช่วงเวลา (Sthiti) และความเข้มข้น (Anubhaga) ของพันธะแห่งกรรม

ทั้งความเข้มข้นและช่วงเวลาของพันธะแห่งกรรม
มีผลให้วิญญาณต้องเวียนว่ายตายเกิด ผ่านทุกข์และสุขและความทุกข์ทรมาน
ดังนั้นบุคคลจำเป็นต้องกำจัดกิเลส
ค้นหาเป็นหนทางแรกเพื่อความเจริญก้าวหน้าในธรรมและความหลุดพ้น

ก) ประกฤติพันธะ (ประเภทพันธะแห่งกรรม)

เมื่อกรรมห่อหุ้มวิญญาณ วิญญาณที่เคยมีสภาพสมบูรณ์ทั้งความรู้ ความเห็น
อำนาจ ความสุข การดำรงอยู่เป็นนิรันดร์ มีสภาวะเป็นอรุณกาย
และเสมอเทียมเท่ากัน ต้องมามัวหมองและสูญเสียดุลยภาพบริสุทธิดั้งเดิมไป
กรรมในประเภทต่างๆนี้ต่างก็ทำให้คุณลักษณะของวิญญาณมัวหมองและสูญเสียดุลยภาพ
บริสุทธิไป กรรม 8 ประเภทนี้แบ่งได้เป็น 2 กลุ่มใหญ่ๆ คือ ฆาติกรรม
และ อฆาติกรรม ฆาติกรรม (Ghati karma)
ทำให้วิญญาณสูญเสียดุลยภาพบริสุทธิของอฆาติกรรม (Aghati karma)
อัน เ กี่ ย ว กั บ ก า ย ไ จ
และสภาพแวดล้อมของสิ่งมีชีวิตไม่ได้ทำให้วิญญาณต้องสูญเสียดุลยภาพบริสุทธิ
แต่อย่างใด

(1) ฆาติกรรม (กรรมที่ทำลายล้าง) วิญญาณสูญเสียดุลยภาพบริสุทธิลง

ชญาณาวรณียกรรม (Jnānāvaraniya karma) ความรู้ถูกบดบังโดยกรรม
กรรมประเภทนี้ปกคลุมบางส่วนและบดบังวิญญาณ ทำให้อำนาจของความรู้กลับมัว
ทรศนาวารณียกรรม (Darshanāvaraniya karma) การเห็นถูกบดบังโดยกรรม
กรรมประเภทนี้ปกคลุมบางส่วนและบดบังวิญญาณ ทำให้อำนาจของความรู้กลับมัว
โมहनียกรรม (Mohaniya karma) กรรมที่ก่อให้เกิดความหลง
กรรมประเภทนี้ก่อให้เกิดวิญญาณเกิดความหลง สัมผัสธรรมชาติของตน
หลงผิดว่า สิ่งภายนอกหรือ สิ่งอื่น เป็น ธรรมชาติ ของ ตน
ก่อให้เกิดกรรมอยู่ในสภาพแห่งความยุ่งเหยิง มีสุขมีทุกข์ปะปนกัน
โมหานียกรรมแบ่งออกได้เป็น 2 กลุ่มย่อย คือ

ทรศนาวารณียกรรม (Darshan Mohaniya karma)

กรรมประเภทนี้ก่อให้เกิดวิหะหรือวิญญาณเกิดความหลงผิดในธรรมชาติเดิมของตนที่เดิมที่มี
ศรัทธาที่ชอบและความรู้ที่ชอบ เป็นกรรมที่อันตรายที่สุด เพราะว่า
บุคคลทั่วไปไม่อาจมีความรู้ที่ถูกต้องแห่งความจริงและธรรมชาติเดิมของวิญญาณตน
แต่หลงเชื่อในความไม่จริง การมีความรู้และศรัทธาชอบหมายถึงถึง

การที่บุคคลมีความรู้ในธรรมชาติเดิมแท้ของวิญญูณตน และพึงเห็นว่าพันธะกรรมเกิดจากกรรมที่มาจากอดีตและห่อหุ้ม อีกทั้งได้ก้าวพ้นและพบหนทางหลุดพ้นจากกรรม ที่เรียกว่า สัมมะยัคัก

จาริตรโมหนิยกรรม (Chāritra Mohaniya karma)

จาริตรโมหนิยกรรมเป็นกรรมย่อยที่ทำให้ธรรมชาติเดิมของวิญญูณในความประพฤดิขอ บต้องมัวหมองในบางส่วน บุคคลที่ถูกกรรมประเภทนี้เข้าครอบงำ จะมีความชั่ว คือ ความโกรธ อัดดา ความโกหกหลอกลวงและความโลภ มีสุขมีทุกข์

อันตรายกรรม (Antarāya karma) กรรมแห่งการหน่วงเหนี่ยว

อันตรายกรรมเป็นกรรมที่หน่วงเหนี่ยวมิให้วิญญูณมีความสามารถที่จะมีอำนาจอย่างไม ่ จั ก ั ก กรรมประเภทนี้หน่วงเหนี่ยวพลังธรรมชาติที่สมบูรณ์ของวิญญูณในความเมตตากรุณาแ ละพลังอำนาจ โดยมีให้บุคคลกระทำซึ่งความดี

(2) อ น า ติ ก ร ร ม (ก ร ร ม ที่ ไ ม่ ท า ล า ย ส ี า ง)

มีความสัมพันธ์ทางรูปกายกับคุณลักษณะทางกาย

เวทนินิยกรรม (Vedaniya karma) ความรู้สึกเกี่ยวกับกรรม

เวทนินิยกรรมส่งผลทั้งดีและไม่ดี ผลดีคือ การเกื้อกูลต่อกาย และผลไม่ดีคือ การไม่เกื้อกูลต่อกาย เช่น การเจ็บป่วยหรือความเจ็บป่วยในภาวะสุดท้าย ความหิว ความเหนื่อยล้า อุบัติเหตุ สุขภาพที่สมบูรณ์ และประสิทธิภาพทางกายที่ดีพร้อม เวทนินิยกรรมส่งผลตามธรรมชาติทำให้ร่างกายเกิดความรู้สึกเจ็บปวดและสุข เวทนินิยกรรมเกิดขึ้นผ่านทางกายเพียงเท่านั้น

เว ท น ิ น ิ ย ก ร ร ม เป็นความรู้สึกที่เกิดกับกายนี้ทำงานร่วมกับกับโมหกรรมก่อให้เกิดสุขและทุกข์ในระดับจิต ใจ สุขทุกข์ที่เกิดขึ้นนี้ เกิดขึ้นเพราะวิญญูณมีความหลงผิด ดังนั้นความรู้ ความคิด การตัดสินใจใด ๆ ย่อมผิดพลาดเพราะอคติและความหลง จึงเป็นเหตุให้วิญญูณที่เคยมีสภาพสว่างใสวกลับหม่นหมอง

เก ว ลี บุ ค ค ล มี เ ว ท น ิ น ิ ย ก ร ร ม แต่ ไ ม่ มี โ ม ห น ิ ย ก ร ร ม เขา เป็น ผู้ มี ค ว า ม ร ู้ ที่ บ ริ สุ ท ธิ์ อ น ห า ที่ ส ุ ค ม ิ ไ ด้ ดังนั้นเขาเพียงเป็นผู้เห็นและเฝ้าสังเกตถึงผลที่ดี ที่เกื้อกูลและผลไม่ดีหรือไม่เกื้อกูลที่เกิดแก่กาย

แต่เกวลีบุคคลไม่ได้เกิดสุขหรือทุกข์ไปตามเวทนานิยะที่เกิดขึ้นเพราะเขาปราศจากโมหะ
นั่นเอง ดังนั้นจึงเกิดสภาพปิติสงบสุขในทุกสถานการณ์

สรุป เวทนานิยกรรมเป็นอฆาติกรรมส่งผลดี ที่เกื้อกูลและผลไม่ดีหรือไม่เกื้อกูลต่อกาย
ก่อให้เกิดความรู้สึกเจ็บปวดและความสุขโดยผ่านกาย และในทางอ้อม
ทำให้เกิดสุขและทุกข์เพราะโมหะกรรม เมื่อบุคคลใดไม่มีโมหะกรรม
บุคคลนั้นก็จะข้ามพ้นสุขและทุกข์ เมื่อนั้น เวทนานิยกรรม
จึงไม่ส่งผลหรือมีอิทธิพลใดๆต่อวิญญาณ

นามกรรม (Nām karma) กรรมที่เป็นที่ตั้งทางกายภาพ

นามกรรม เป็นพันธะกรรมจำแนกสัตว์โลกเกิดขึ้นมาให้แตกต่างกัน (คติ:
สัตว์โลกในสวรรค์ มนุษย์ สัตว์เดรัจฉาน สัตว์และพืช)
สายพันธุ์การเกิดที่มีชีวะครอง (ชานติ) มีรูปลักษณะของร่างกาย (สรีระ)
ที่แตกต่างกัน กรรมประเภทนี้ ทำให้สัตว์โลกที่อยู่ในชั้น อรูปาวจรภูมิ (the non
corporeal existence) ต้องมัวหมอง ส่งผลให้กายมีข้อจำกัดในอินทรีย์ (faculties)
และคุณลักษณะ (quality)

โคตรกรรม (Gotra karma) กรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสถานะ

กรรมนี้ จำแนกสัตว์โลกให้ เกิดในชาติตระกูลสูงต่ำต่างกัน
คุณลักษณะ วิญญาณ ซึ่งแต่เดิมมีสภาพเท่าเทียมกันถูกกระทำให้มัวหมอง
ส่งผลให้เกิดสถานภาพครอบครัว ชนชั้นสังคม และลักษณะของบุคคลที่ต่างกัน

อายุกรรม (Āyu karma) กรรมที่เป็นที่ตั้งของอายุขัย

กรรมนี้ ทำให้ สัตว์โลก มีอายุขัยสั้นยาวต่างกัน
และส่งผลให้ชีวะที่แต่เดิมมีสภาพเดิมเป็นนิรันดร์ต้องมัวหมอง

เกวลีคือบุคคลที่หลุดพ้นหลังจากที่อฆาติกรรมได้ถูกทำลายลง
ซึ่งเกิดขึ้นหลังจากสิ้นอายุขัย
โดยวิญญาณที่เกวลีทุกดวงจะเปลี่ยนสภาพในรูปของสิทธะ (Siddha) คือ จิตบริสุทธิ์
ปราศจากกายที่เปลี่ยนไปด้วยปิติ ดำรงค้อยู่เป็นนิรันดร์

ข) สถิติ พันธะ (Sthiti Bandha) ช่วงเวลาของการผูกติดกับกรรม

เมื่อกรรมได้ห่อหุ้มวิญญาณ กรรมนั้นก็ผูกติดอยู่ในช่วงเวลาหนึ่ง จนกระทั่งส่งผล
ระยะเวลาที่กรรมห่อหุ้มวิญญาณนั้นขึ้นอยู่กับความเข้มข้นหรือแรงขับของกิเลสว่ามีมาก
น้อยเพียงใด เมื่อกรรมนั้นก่อเกิดผลแห่งกรรม ก็จะหลุดออกจากวิญญาณนั้นไป

ค) อณุภาคพันธะหรือรสพันธะ (Anubhāga Bandha or Rasa Bandha) ความเข้มข้นของกรรม

เมื่อเกิดผลแห่งกรรม
ผลนั้นจะส่งผลมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับความเข้มข้นของกิเลสตัณหาในวิญญานที่ถูกกรรม
ห่อหุ้ม

ง) ประเทศ พันธะ (Pradesha Bandha) ปริมาณของกรรม

ปริมาณอนุภาคกรรมที่ห่อหุ้มวิญญานที่ดำเนินไปตามกายกรรม วจีกรรม
และมโนกรรม

จ) สรูป

กิเลสตัณหาอันเกิดจาก ความโลภ ความโกรธ อตตตามีผลต่อช่วงเวลาและความเข้มข้นของกรรม และการกระทำทางกายกรรม วจีกรรม และมโนกรรมของวิญญาณนั้นส่งผลต่อประเภทหรือปริมาณของกรรม

7ง. บุญ (สิ่งดี) บาป (สิ่งไม่ดี)

ในศาสนาเซน กรรมได้ถูกแบ่งเป็นหมวดหมู่ได้หลายแบบคือแบบฆาติกรรมและแบบอฆาติกรรม หรือ กรรมประเภทเดียวกันแบ่งได้เป็นบุญ และบาป ฆาติกรรมทุกแบบเป็นบาป และความชั่วร้ายเพราะทำให้วิญญาณที่บริสุทธิ์ต้องมัวหมองมีเพียงอฆาติกรรมเท่านั้นที่จัดเป็นทั้งบุญและบาป อฆาติกรรมที่เป็นบุญส่งผลให้บุคคลมีสุขภาพกายที่แข็งแรง มีสถานภาพสูงทางสังคมและชาติ ส่วนอฆาติกรรมที่เป็นบาปส่งผลให้บุคคลมีสุขภาพกายที่ไม่แข็งแรง อายุขัยสั้นไปเกิดในนรกหรือเป็นสัตว์ พันธกรรมที่เกิดจากกายกรรม วจีกรรมและมโนกรรมที่ดีเกิดสุขเวทนาที่เรียกว่าบุญ คือตัวอย่างของกระทำเช่น ถวายหรือให้ทาน อาหาร น้ำที่พึงพิง การทำใจให้บริสุทธิ์ มีสภาพทั้งกายและใจที่ปีติสุข ส่งผลให้เกิดกรรมที่เป็นบุญ พันธกรรมที่เกิดจากกายกรรม วจีกรรมและมโนกรรมที่ชั่ว เกิดทุกข์เวทนาที่เรียกว่าบาป ดังตัวอย่างของกระทำเช่น การใช้ความรุนแรง ความไม่ซื่อสัตย์ การลักทรัพย์ ไม่ถือพรหมจรรย์ ยึดมั่นถือมั่นในความโลภ ความโกรธ ความใคร่ ส่งผลให้เกิดกรรมที่เป็นบาป

สรุป บาปจะเป็นอุปสรรคต่อวิญญาณ ไม่ให้วิญญาณมีสภาพที่สมบูรณ์และบริสุทธิ์ดั้งเดิม และส่งผลที่ไม่ดี บุญไม่เป็นอุปสรรคต่อวิญญาณที่จะมีสภาพที่สมบูรณ์และบริสุทธิ์ดั้งเดิม และส่งผลที่ดี อันจะนำไปสู่ความก้าวหน้าทางธรรมสืบไป ทั้งบุญและบาปนำมาซึ่งผลทั้งสุขและทุกข์ คัมภีร์ศาสนาเซนแบ่งบุญและบาปได้เป็น 4 ประเภท

บุญยานุพันธิบุญยะ (Punyanubandhi Punya)

บุคคลได้รับผลบุญที่ตนได้กระทำกุศลกรรมในอดีตชาติ และในปัจจุบันยังคงทำความดีช่วยเหลือผู้อื่นทั้งกำลังทรัพย์ และกำลังกาย ผลบุญกุศลที่ได้กระทำนั้น จะยังส่งผลกระทบดีในชาติหน้า

ปาปานุพันธิบุญยะ (Pāpānubandhi Punya)

บุคคลได้รับผลบุญที่ตนได้กระทำกุศลกรรมในอดีตชาติ แต่ในปัจจุบันได้ใช้เงินทองทรัพย์สิน และกำลังเพื่อประโยชน์แห่งตนในทางมิชอบ ผิดศีลธรรม การกระทำนี้เรียกว่าบาปกรรม

บุญยานุพันธิปาป (Punyanubandhi Päp)

บุคคลใด แม้ว่าจะได้รับผลอกุศลกรรมที่ตนเคยกระทำในอดีตชาติ แต่คิดได้ว่าความทุกข์นั้นเกิดจากอกุศลกรรมที่ตนเคยกระทำ และบุคคลนั้นยอมชดใช้กรรมที่ตนได้กระทำอย่างมีสติ ด้วยเจตนาและทัศนคตินี้จะช่วยส่งผลบุญแก่บุคคลนั้น

ปาปานุพันธิปาป (Päpänubandhi Päp)

บุคคลใดที่ได้รับผลอกุศลกรรมที่ตนเคยกระทำในอดีตชาติ แต่ยังเที่ยวกล่าวโทษผู้อื่นในความทุกข์จากอกุศลกรรมที่ตนได้กระทำ บุคคลนั้นหมกหมุ่นในความโกรธ ความริษยา และการอาฆาตมาดร้าย บุคคลนั้นได้รับผลจากอกุศลกรรมใหม่ที่เรียกว่าบาป แทนจะไม่พบบุคคลที่เมื่อมีทุกข์จะกระทำสิ่งที่เกิดบุญหรือกุศลกรรม จะมีก็เป็นจำนวนน้อยสำหรับบุคคลที่จะได้เสวยผลบุญจากกุศลกรรมที่ตนได้กระทำในขณะทีในชาติปัจจุบันตนเองมีชีวิตอย่างสุขกายสบายใจ เพราะมหาชนมักจะหลงมัวเมากับความสุขสำราญกามในชีวิต จนเกิดความประมาท และเมื่อมีทุกข์เวทนาอันเกิดจากกรรมที่ตนเคยกระทำในอดีต มักจะจมอยู่ในความโกรธ ความริษยาและอาฆาตมาดร้ายอย่างไม่มีวันจบสิ้น

7จ. สังวร (การปิดกั้นกรรมใหม่)

การหยุดยั้งการเข้ามาของกรรมใหม่ที่จะเข้ามาห่อหุ้มวิญญาณ เรียกว่า สังวร ภาระบวณการนี้ตรงกันข้ามกับบอสังวร บุคคลพึงมีความสำเร็จได้โดยการปฏิบัติอย่างต่อเนื่องดังนี้

- ความศรัทธาที่ชอบ (สังยัคตวะ (Samyaktva))
- การรักษาศีลหรือพรต (พรต (Vratas))
- การตื่นรู้ของวิญญาณ (วิรติ (Virati))
- วิราคะ (อกะษายะ (Akashäya))
- ความสงบทางกาย วาจา ใจ (อโยคะ (Ayoga))

คัมภีร์ศาสนาเซนได้กำหนดทางแห่งการปฏิบัติไว้ 57 หนทาง
เพื่อหยุดยั้งการเข้ามาของกรรม ดังนี้

- สมิตี 5 (Samitis) ความไม่ประมาทในการกระทำ
- กุปติละ 3 (Guptis) การควบคุมการกระทำ
- ยติธรรม 10 (Yati Dharma) คุณธรรมทางศาสนา
- ภาวนา 12 (Bhāvanā) การพิจารณาใคร่ครวญ หรือการทำใจให้แนบคาย
- ปรีษะ 22 (Parishaha) ความอดทนต่อความลำบากด้วยใจเป็นกลาง
- จาริตุระ 5 (Chāritra) ความประพฤติ

สมิติ 5 (ความไม่ประมาท)

ส มิ ตี ห ม า ย ถึ ง ค ว า ม น อ ม ะ ปร ะ มา ท
ห รื อ ก า ร มี ส ตี รู้ ตั ว อยู่ เ ส ม อ ทุ ก เ ว ล า ใน ทุ ก กิ จ ก ร ร ม
โดยระมัดระวังที่จะไม่กระทำความเบียดเบียน

อิรยา สมิติ (Iryä Samiti)	สติในการเดิน
ภาษา สมิติ (Bhāshā Samiti)	สติในการพูด
เอษณา สมิติ (Eshanā Samiti)	สติในการขอ
อาทานะ นิกษะปะ สมิติ (Ädāna Nikshepa Samiti)	สติในการรับและการเก็บรักษา
อุตสรรกะ สมิติ (Utsarga Samiti)	สติในการกำจัดสิ่งสกปรกของเสีย

คุปติ 3 (การควบคุมในการกระทำ)

การเว้นจากอกุศลใดๆ ในทางกายกรรม วาจากรรมและมนโกรรม เรียกว่า คุปติ
อันเป็นข้อธรรมที่สำคัญในหมวดสังวร

มโน คุปติ (Mano Gupti)	การควบคุมจิตใจให้อยู่ในความถูกต้อง
วาจา คุปติ (Vachan Gupti)	การควบคุมคำพูดให้อยู่ในความถูกต้อง
กาย คุปติ (Kāya Gupti)	การควบคุมกายให้อยู่ในความถูกต้อง

ยติธรรม 10 (คุณธรรม)

คุณธรรม 10 ประการนี้ ได้แก่หลักแห่งความประพฤติที่บริสุทธิ์

กษมา (Kshamā)	การให้อภัย ความอดทนอดกลั้น
มารทวะ (Mārdava)	การรู้จักพอประมาณ ความสมถะ
อารชวะ (Ārjava)	ความซื่อสัตย์ ตรงไปตรงมา
เสาจะ (Shaucha)	ความสันโดษ
สัตยะ (Satya)	สัตย์จะ
สังยัม (Samyam)	การควบคุมอายตนะ
ตปะ (Tapa)	บำเพ็ญตบะ ทรมานกาย
ตยาจ (Tyāg)	การออกบวช
อากินญจันยะจันยะ (Ākinchanya)	การไม่ยึดติด
พรหมจรรย์ (Brahmacharya)	การถือพรหมจรรย์

ภาวนา 12 (การคิดพิจารณาใคร่ครวญ การทำให้แยบคาย)

ศ า ส น า เ ช น ก ล ี่ า ว ี่ า
บุคคลมีความคิดที่บริสุทธิ์ได้ก็ต่อเมื่อเขาต้องขับความคิดที่ชั่วออกไป
บุคคลนั้นต้องทำให้แยบคาย โดยการภาวนา พินิจสิ่งต่างๆใน 12 ประการนี้

อนิตยะ ภาวนา (Anitya Bhāvanā) พิจารณาความไม่เที่ยงแท้ของโลก
อ ศ ร ัน ภา ว ณา (Asharan Bhāvanā)
พิจารณาว่าไม่มีใครให้ความปกป้องแก่
ตนได้

ส ม ส าร ภา ว ณา (Samsār Bhāvanā)
พิจารณาความสัมพันธ์ที่เที่ยงแท้ใดๆไ
ม่มีในโลก

เอ ก ั ต วั ะ ภา ว ณา (Ekatva Bhāvanā)
พิจารณาความสันโดษของชีวะและวิญ
ญาณ

อ ัน ย์ ทั วั ะ ภา ว ณา (Anyatva Bhāvanā) พิจารณาในความพลัดพราก

อ ศ ุ จิ ภา ว ณา (Ashuchi Bhāvanā) พิจารณาในความไม่บริสุทธิ์ของร่างกาย

อา ส ร วั ะ ภา ว ณา (Āsrava Bhāvanā) พิจารณาการไหลเข้ามาของกรรม

นิ ร ฆ รา ภา ว ณา (Nirjarā Bhāvanā) พิจารณาการกำจัดกรรมเก่า

ส ัง วั ร ภา ว ณา (Samvara Bhāvanā) พิจารณาการกำจัดกรรม

โล ก ะ ภา ว ณา (Loka Bhāvanā) พิจารณาว่าโลกไม่เที่ยง

โ พ ธิ ทุ ร ั ล ั ก ภา ว ณา (Bodhidurlabh Bhāvanā)
พิจารณาถึงการไม่อาจเข้าถึงศรัทธาขอ

บ ความรู้ชอบและความประพฤติชอบ

ธ ร รม ภา ว ณา (Dharma Bhāvanā) พิจารณาถึงการไม่อาจเข้าถึงครูที่ชอบ

กัมภีร์ และศาสนา

ภาวนา 4

การภาวนาเพื่อเจริญความเมตตา กรุณา มี 4 ข้อ
หลักการภาวนาเพื่อพึงเกิดความคิดและการประพฤติปฏิบัติที่บริสุทธิ์
การเจริญภาวนาในทุกๆวันจะยังช่วยให้บุคคลนั้นเจริญในกุศล

ไมตรี (Maitri) มิตรภาพ

ปราโมท (Pramod) ความซาบซึ้ง

กรุณา (Karunā)
มัชฌิมา (Mādhyastha)

ความกรุณา
วางใจเป็นกลาง

ปริยหะ 22 (ความอดทนอดกลั้นต่อความทุกข์)

บุคคลควรวางใจให้สงบในยามประสบกับความยากลำบากเข็ญ คัมภีร์เช่นกล่าวถึงความทุกข์ 22 ประเภท คือ ทุกข์เนื่องจากความหิว ทุกข์เนื่องจากความกระหาย ความหนาวเย็น ความเจ็บปวดอันเกิดจากแมลงสัตว์กัดต่อย และโรคร้าย

หลักความประพฤติ 5

ความพหุติเพื่อให้วิญญานคงสภาพความบริสุทธิ์เป็นนิรันดร์นี้ เรียกว่า หลักความประพฤติ มีอยู่ 5 หมวด ซึ่งตามคัมภีร์ได้ให้ความหมายไว้จากพื้นฐานของชีวะหรือวิญญาน

สามายิกะ จาริตระ (Sāmāyika Chāritra)	ความเท่าเทียมของเวลาที่แน่นอน
เฉโท ปัสถาปนะ จาริตระ (Chhedo-pasthāpana Chāritra)	การดำรงสมณเพศ
ปริหาระ วิศุทธิ จาริตระ (Parihāra-vishuddhi Chāritra)	การปฏิบัติบำเพ็ญตบะ
สุกษมะ สัมปราชะ จาริตระ (Sukshma-Samparāya Chāritra)	การดำรงอยู่ของชีวิตปราศจากความโกรธ ความโลภ ความยึดถือ ความหลงกลวง ดำรงอยู่กับความสันโดษกับความต้องการเพียงน้อยนิด
ยถาขยาตะ หรือ วิตะราคะ จาริยา (Yathākhyāta or Vitarāga Chāritra)	การดำรงชีวิตแบบอริหันต์

7ฉ. นิรชรา (การกำจัดกรรมเก่าให้หมดไป)

นิรชรา คือ การปลดเปลื้องกรรมเก่าที่ได้สะสมกันมา วิธีการทำลายกรรมเก่าคือการบำเพ็ญตบะ ทรมาณตน มี 20 ข้อ แบ่งได้ 2 ประเภท คือ การบำเพ็ญตบะภายนอก และ การบำเพ็ญตบะภายใน

การบำเพ็ญตบะภายนอก คือการฝึกร่างกายเกิดความต้องการหรือความอยากให้น้อยที่สุด การบำเพ็ญตบะภายใน คือ การทำใจให้วิญญานเกิด ความบริสุทธิ์ การบำเพ็ญตบะภายนอกเตรียมร่างกายและจิตใจเพื่อการบำเพ็ญตบะภายใน

การบำเพ็ญตบะภายในถือว่าเป็นการบำเพ็ญตบะที่แท้เพราะได้กำจัดกรรมเก่าก่อนที่กรรมนั้นจะส่งผลดีหรือชั่วและนำไปสู่วิญญานที่บริสุทธิ์ในที่สุด

(ก) การบำเพ็ญตบะภายนอก

อนศัน (Anashan) การละเว้นจากการกินและดื่มทุกชนิด (ยกเว้นน้ำเปล่า) ในช่วงเวลาที่กำหนด เรียกว่า อุปาวสะ

อัลปาหาระ หรือ อุโนทริ (Alpähära or Unodari) รับประทานให้น้อยกว่าอาหารว่าง หรือรับประทานเพียง 10% ในแต่ละครั้ง

อิจจานิโธระ หรือ วฤตติสังเคษปะ (Ichhänirodha or Vritti-sankshepa) จำกัดจำนวนอาหารขณะรับประทานและจำกัดในเรื่องของการครอบครองสิ่งของ
รสตยาถ (Rasatyäg) การละเว้นจากอาหารและเครื่องดื่มีรสชาติอร่อย เช่น เนย นม ชา ของหวาน ผลไม้แห้ง ขนมขบเคี้ยว อาหารรสจัด น้ำผลไม้ เป็นต้น (ไม่ควรยึดติดในรส)

กายเกลศ (Käya-klesha) ความอดทนแน่นแ่งของร่างกายต่อความยากลำบากอยู่เสมอ แม้แต่การเดินก็ต้องเดินเท้าเปล่าเพื่อต่อสู้กับความหนาวเย็นและความร้อนและใช้มือดึงเส้นผมของตน

สันลินตา (Sanlinatä) การนั่งในสถานที่คนเดียวไม่ร่วมกับผู้อื่น ด้วยท่านั่งต่างๆ พร้อมกับการควบคุมการสัมผัสอันเกิดจากการทำงานของอายตนะทั้งในและนอก และควบคุมใจภายใน ไม่สอดสายไปข้างนอก และละเลิกในกามสุขผ่านทางอินทรีย์ห้า

(ข) การบำเพ็ญตบะภายใน

ปรายัชชิตตะ (Präyashchitta) สำนึกผิดในการกระทำชั่วและการที่ตนละเมิดศีลข้อห้าม อันทำให้วิญญูณขาดจากความบริสุทธิ์

วินัย (Vinay) ความประพฤติที่เหมาะสมและถ่อมตนต่อบุคคลทั้งหลาย อันได้แก่นักบวชสาธุ สาธุวี ครู คนชรา

ไ ว ย า วุ รุ ต ต ย ะ (Vaiyävruttya)
การให้ความช่วยเหลืออย่างไม่เห็นแก่ตนต่อสาธุและสาธุวี คนชราและผู้ยากไร้

ส ว า ธู ย า ย (Swädhyäy)
การศึกษาเล่าเรียนด้วยการฟังหลักธรรมทางศาสนาจากคัมภีร์และการเทศนา

ธยานะ (Dhyäna) การทำสมาธิอย่างแน่วแน่

กโยตสรรคคะ หรือ วยุตสรรคคะ (Käyotsarga or Vyutsarga) กโยตสรรคคะ เป็นการบำเพ็ญตบะภายในที่ยังยวดโดยที่กิจกรรมต่าง ๆ ทั้งกาย วาจา ใจ โ ค ย เ ต ร ี ย ม ต น ไ ห้ ส ง บ นั ง

เป็นขั้นตอนการเตรียมกายและใจให้แน่นแฟ้นกับอารมณ์ที่พิจารณาเห็นว่า
ชัวะหรือวิญญานต่างจากกาย นับว่าเป็นขั้นที่สูงสุดในการทำสมาธิกรรม

7ข. โภคะ (ลำดับขั้นของการหลุดพ้นกรรม)

บุคคลผู้ที่ได้ทำลายมาติกรรมทั้ง 4 แล้วเรียกว่า เกวลีหรือสัพพัญญู และเมื่อทำลายล้างอมาติกรรมที่หลงเหลืออยู่ เกวลีจะหลุดพ้น ภาวะการหลุดพ้นเรียกว่าโมกษะหรือนิพพาน ซึ่งจะเกิดในช่วงเวลาสุดท้ายของชีวิตเท่านั้น

วิญญาณที่หลุดพ้นจะเกิดความรู้อันไม่จำกัด ความเห็นอันไม่จำกัดและอำนาจหรือพลังอันไม่จำกัดและมีความสุขเป็นนิรันดร์ วิญญาณที่หลุดพ้นแล้วจะไม่ดำรงในสภาพกายแต่จะดำรงอยู่ในสภาพของจิตบริสุทธิ์ (Pure Consciousness) กล่าวคือ ชีวะที่บรรลุมอกษะนี้จะลอยขึ้นสู่เบื้องสูง และไปพำนักอยู่ที่สุทธศิลาซึ่งเป็นที่สุดของโลกากาศ และสถิตอยู่ ณ ภพอันบริสุทธิ์เปี่ยมด้วยสุขนิรันดร์ ไม่กลับสู่การเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป วิญญาณที่อยู่สถานที่แห่งนี้จะมีความอิสระและมีความสมบูรณ์ ทั้งหมดนี้อาจเรียกได้ว่า นิพพาน

8. ปรัชญาแห่งเซน IV: หนทางแห่งการหลุดพ้น

หลักคำสอนอันสำคัญในศาสนาเซนคือ หลักคำสอนเรื่องธรรมชาติเดิมแท้ของชีวะและความจริง ศาสตามหาวิระสอนว่า วิญญาณทั้งมวลมีความเท่าเทียมกัน คือ มีความรู้ที่ไม่จำกัด มีการเห็นไม่จำกัด มีพลังและอำนาจไม่จำกัด และมีความสุขที่ไม่มีสิ่งอื่นใดมาขวางได้ อย่างไรก็ตาม ชีวะที่มีอยู่เป็นนิรันดร์ถูกอนุภาคกรรมห่อหุ้ม แทรกซึมติดอยู่กับชีวะ เป็นเหตุให้ชีวะหลงลืมธรรมชาติเดิมของตน เมื่อชีวะที่บริสุทธิ์ต้องมาติดข้องด้วยอนุภาคกรรมที่เข้าออกชีวะอยู่ตลอดเวลา จึงเกิดพันธสภาพของชีวะคือการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ เกิดสุขและทุกข์ และมุ่งแสวงหาความสุขจากวัตถุไว้ครอบครอง จึงต้องทนทุกข์ทรมาน เป็นเหตุให้สะสมกรรมใหม่ๆอยู่ทุกขณะ ส่งผลให้เกิดความโกรธ ความหลงผิด ความโลภ คณหาราคะ ความเกียจคร้าน และความคิดที่รุนแรงเพราะยึดถืออัตตาของตน

8ก. หนทางแห่งการหลุดพ้น 3 ประการ

บุคคลสามารถหลุดพ้นและหมดกรรมได้โดยเข้าใจในธรรมชาติเดิมแท้ของชีวะและความจริงอื่นๆ อีกทั้งมีความรู้และความศรัทธาชอบ และทำลายอวิชชาให้สิ้นไป โดยมี ความศรัทธาชอบ (Samyak-Darshan) ความรู้ชอบ (Samyak-Darshan) ความประพฤติชอบ (Samyak-Darshan) ธรรม 3 ประการนี้ เป็นมรรคสู่ความหลุดพ้น

ความรู้ชอบ คือ ความรู้ในความจริง อันได้แก่ ความจริงในสสารพื้นฐาน 6
ป ร ะ ก า ร ห ลั ก ตั ต ต ว ะ 9 ขั อ
และทฤษฎีกรรมที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างวิญญาณและกรรม และการเกิดกรรม
ความรู้ชอบนี้จะช่วยให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องเหมาะสมถึงธรรมชาติสสารพื้นฐานในจักรวาล
ศรัทธาชอบ คือ การมีความเชื่อที่ถูกต้องในความรู้ชอบ
เมื่อบุคคลมีศรัทธาที่เกิดจากความรู้ชอบอันเกิดจากประสบการณ์
บุคคลนั้นจะมีศรัทธาที่ไม่สั่นคลอน ดังนั้นเมื่อบุคคลมีความศรัทธาชอบ
เขาย่อมมีความรู้ชอบเช่นเดียวกัน

ทั้งศรัทธาชอบและความรู้ชอบยังผลให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องเหมาะสม
สามารถแยกออกจากกันได้ว่าอะไรคือ สิ่งเลวที่พึงปฏิเสธ
และอะไรเป็นสิ่งที่ดีคู่ควรแก่การยอมรับ สิ่งเหล่านี้เรียกว่า วิเวก ธรรมข้อนี้ คือ
ค ว า ม รู้ ใน ค ว า ม จ ริ ง สัม ยั ก ต ว ะ (Samyaktva)
และเป็นแนวทางสู่ความประพฤติชอบที่มุ่งเน้นในความไม่รุนแรง (Ahimsa) ความกรุณา
พหุนิยมทางความคิด (Anekantavada หรือ Syadvada) การไม่ถือครอบครอง
หรือการจำกัดในสิ่งที่ครอบครอง (Aparigraha) การทำตนให้บริสุทธิ์ การควบคุมตัวเอง
บำเพ็ญตบะ การถือพรต การละเว้น การฝึกปฏิบัติโยคะ
ข้อธรรมทั้งหลายนี้มีจุดหมายเพื่อการหลุดพ้น
หลักปฏิบัติหรือความประพฤติชอบมีอยู่หลายระดับ ฆราวาสปฏิบัติในระดับธรรมขั้นต้น
นักบวชหรือนักพรตปฏิบัติในระดับธรรมขั้นสูง

8ข. บันไดธรรม: ฆาติกรรม (Ghati Karma) และอฆาติกรรม (Aghati Karma)

ความรู้ในความจริงหรือ สัมยักตวะนำไปสู่ความประพฤติชอบ
ชีวะหรือวิญญาณได้ผ่านบันไดธรรมในขั้นต่างๆเพื่อความเจริญในธรรม
ธรรมะหลายระดับที่เปรียบเทียบเช่นบันไดนี้เป็นหลักการแห่งความประพฤติชอบ
หลักการนี้เรียกว่า คุณสถาน (Gunasthanas)

บันไดธรรมแรก มีชื่อว่า มิถยาตวะ ทุกสรรพสัตว์อยู่ในบันไดระดับแรก
เมื่อบุคคลสามารถทำลายทรศนโมหนิยกรรมลงได้ ศรัทธาชอบและความรู้ชอบจึงเกิดขึ้น
บุคคลที่มีศรัทธาชอบและความรู้ชอบแล้ว ระดับธรรมของเขาจะอยู่ในบันไดธรรมที่ 4
คือสภาวะรู้ในสัมยักตวะ

บุคคลที่ได้ทำลายกรรมที่ก่อเกิดความหลงผิดในความประพฤติ (จารित्रโมหนิยกรรม)
หมดสิ้นด้วยความประพฤติชอบ ขั้นตอนแรก เขาได้สมาทานศีลของฆราวาส คือ อนุวัตร
12 ประการ เพื่อการควบคุมตน (บันไดธรรมขั้นที่ 5) แล้วพัฒนาสละละชีวิตทางโลก

ออกบวชถือพรต (บันไดธรรมขั้นที่ 6 และ 7) บุคคลได้สมาทานถือปฏิบัติมหาพรต 5 ประการ และสามารถสลละละตัณหา เช่น ความโกรธ อตตาทา ความหลง ความโลภ ออกจากตน เมื่อบุคคลสามารถปฏิบัติจนถึงระดับธรรมขั้นสูงสุด เขาสามารถทำลาย จาริตรโมหนิยกรรมลงได้ และพ้นจากกิเลสตัณหาทั้งปวง ระดับธรรมขั้นนี้เรียกว่า ก า ร ร ู้ แ จ้ ง ใน วิ ต ร า ค ะ (Veetaraga) หรือ ธรรมในขั้นหลุดพ้นจากตัณหาหรือความปรารถนาใดๆ (บันไดธรรมขั้นที่ 12)

ครั้นโมหนิยกรรมได้ถูกทำลายจนหมดสิ้นแล้ว ฆาติกรรมทั้งสามที่ยังคงหลงเหลืออยู่ ได้แก่ ฆณฺฑานาวรณียกรรม ทรรศนาวรณียกรรม และอันตรายกรรมก็จะถูกทำลายหมดไปโดยทันทีทันใด สภาวะนี้เรียกว่า การตรัสรู้หรือการรู้แจ้งถึงสภาวะเกวลี (บันไดธรรมขั้นที่ 13)

ข้อต่อไปนี้จะแสดงถึงบุคคลได้ทำลายฆาติกรรมทั้งสี่ และบรรลุถึง

- เกวลีฆณฺฑาน (สัพพัญญู) บุคคลมีความรู้อันหาที่สิ้นสุดไม่ได้ โดยการทำลายฆณฺฑานาวรณียกรรมทั้งสิ้นหมดไป
- เกวลทรรศนะ (การเห็นทั้งหมด) บุคคลมีการเห็นไม่มีที่สิ้นสุด โดยการทำลายทรรศนาวรณียกรรม
- อนันตสุข หรือความสุขที่ไม่มีที่สิ้นสุด บุคคลได้ทำลายโมหนิยกรรม อนันตสุข คือความสุขที่มีความรู้และความศรัทธาชอบในความจริงและธรรมชาติแห่งชีวิต ปราศจากซึ่งความโกรธ ความโลภและความหลง
- อนันตวิริยะ (สัพพะเดชะ) หรือ อานาจอันหาที่สิ้นสุดไม่ได้ บุคคลได้ทำลายอันตรายกรรมจนหมดสิ้น หลังจากที่ได้ทำลายฆาติกรรมจนหมดสิ้น บุคคลที่ได้ชื่อว่าเกวลียังคงอยู่ในสภาพของมนุษย์จนกว่าฆาติกรรมจะถูกทำลายลง นั้น หมายถึง เป็นช่วงเวลาแห่งความตาย หรือ นิพพาน บุคคลนั้นจึงได้หลุดพ้นในที่สุด

8ค. บันไดธรรม กรรมที่เป็นบาปและบุญ

กรรมที่บดบังธรรมชาติเดิมแท้ของชีวิตเรียกว่า ฆาติกรรม กรรมประเภทนี้เกิดขึ้นจากการกระทำ ความชั่วทางกายวาจาและใจ การกระทำที่เป็นบาปมีผลทำให้เกิดในชาติหน้า ส่งผลให้ร่างกายมีพลานามัยไม่แข็งแรง บ้างไปเกิดในภพภูมิที่ไม่ดี บ้างไปเกิดในนรก ไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน การเกิดในภพภูมิเหล่านี้เป็นอุปสรรคขัดขวางความเจริญในธรรม ดังนั้นการพัฒนาจิตใจในขั้นต้น บุคคลควรกำจัดความชั่วทั้งปวงและพึงกระทำแต่ความดี เช่น ทำบุญช่วยเหลือผู้อื่น และบำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือสังคม

ความคิดต่างๆที่ตนเองได้กระทำไปนั้นจะช่วยหนุนนำให้คนมีสภาพร่างกายที่มีพลานามัยที่แข็งแรง มีมิตรและครอบครัวที่ดี บุคคลควรใช้สิ่งแวดล้อมที่ดีที่ตนมีอยู่เพื่อพัฒนาชีวิตให้ดียิ่งขึ้น และเพื่อให้ตนเจริญก้าวหน้าในทางธรรมยิ่งขึ้นเรื่อยๆสืบต่อไป

หมายเหตุบางคนที่มีชีวิตที่ดี แต่ไม่ได้ใช้โอกาสนี้ในการเจริญธรรม ตรงกันข้ามบุคคลเหล่านี้ กลับหมกมุ่นในทางรูป รส กลิ่น เสียง และเนื้อหนังมังสา สะสมกรรมชั่วและถอยห่างออกจากภาวะการหลุดพ้น ดังนั้นการใช้สภาพแวดล้อมที่ดีเพื่อการดำเนินกิจกรรมที่ดีนั้น เพื่อให้รู้ในธรรมชาติดั้งเดิมของชีวะ จะช่วยให้จิตวิญญาณเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้น โดยสามารถกำจัดอึดตายของตน และความชั่วร้ายอื่นๆ เช่น อุปทานหรือความเกลียดชัง เมื่ออึดตายได้ถูกทำลายลงจนหมดสิ้นแล้ว บุคคลก็จะไม่เพียงมีกรรมดีที่เกิดขึ้นใหม่ แต่ยังสามารถกำจัดกรรมเก่าออกไปจนหมดสิ้น นิรชา คือ ความสามารถที่จะหลุดพ้นได้ กล่าวโดยสรุป ศาสนาเช่น มิได้ปฏิเสธมิให้บุคคลทำความดี แต่ต้องการให้เขากระทำความดีอย่างระมัดระวังเพื่อให้เขากำจัดอึดตายของตน เมื่ออึดตายได้ถูกกำจัดสิ้นแล้ว บุคคลก็มีได้หวังถึงผลของการทำความดีอีกต่อไป แต่เพียงยอมรับผลที่เกิดขึ้นมา เมื่อบุคคลพัฒนาตนจนถึงขั้นธรรมสูงสุด บุคคลนั้นไม่หวังผลตอบแทนใดๆทั้งสิ้น ธรรมข้อนี้เป็นธรรมขั้นสูง

สรุปในการเจริญธรรม บุคคลต้องกำจัดความชั่วทั้งปวง และต้องทำความดี หลังจากนั้นเขาควรทำความดีอย่างสม่ำเสมออยู่เรื่อยๆ และกำจัดอึดตายของตน ด้วยเหตุนี้กรรมใหม่ก็จะไม่เข้ามาผูกติดกับชีวะ และกรรมเก่าก็จะหลุดไปเองโดยปริยาย บุคคลก็บรรลุถึงซึ่งความหลุดพ้น

9. การปฏิบัติธรรมและหลักจริยธรรม

9 ก. หลักมหาพรต 5 และอนุวัตร 12

หลักการสูงสุดของศาสนาเซน คือ หลักอหิงสา การมีความรักความเมตตา ไม่เบียดเบียนสัตว์โลก มีความเคารพในสรรพสิ่ง การไม่ครอบครองและการปล่อยวาง และการมีทรศนะว่าไม่มีทรศนะใดทรศนะหนึ่งเป็นที่สุด ความจริงมีหลายด้านไม่ใช่ด้านเดียว เราพึงน้อมปฏิบัติตามหลักการนี้ทั้งกายวาจาและใจ ที่สำคัญ ศาสนาเซนเป็นศาสนาแห่งความรักความเมตตาต่อสรรพสัตว์ ชาวเซนทุกคนได้สมาทานศีลหรือข้อปฏิบัติมหาพรต 5 ข้อ ดังต่อไปนี้

อหิงสา คือ การไม่เบียดเบียนทำร้ายสิ่งมีชีวิตอื่น

สัตยะ คือ ความจริง ได้แก่ การพูดแต่ความจริง และเป็นความสัตย์ที่ไม่ก่อให้เกิดความรุนแรง

การไม่ลักขโมย การไม่ลักทรัพย์ คือ การไม่เอาของของผู้ใดโดยไม่ได้รับอนุญาต

พรหมจรรย์ คือ การไม่หมกมุ่นในกาม

อปริครหะ คือ การไม่ครอบครอง คือ การปล่อยวางจากการยึดมั่นถือมั่นจากสิ่งของและผู้คน

ศาสนาเซนสอนให้บุคคลดำเนินการตามหลักการข้างต้นทางกายวาจาและใจ และสอนให้บุคคลไม่ควรมุ่งมั่นต่อกิจการใดๆ หรือขยงส่งเสริมให้บุคคลหมกมุ่นต่อกิจกรรมใดๆ ที่ผิดต่อหลักการ 5 ข้อ สาธุ และสาธุวิได้ปฏิบัติหลักมหาพรตนี้อย่างเคร่งครัด ส่วนฆราวาสได้ปฏิบัติตามหลักการนี้ในระดับหนึ่งที่เคร่งครัดน้อยกว่า โดยฆราวาสได้เสริมเพิ่มการปฏิบัติเข้าไปอีก 7 ข้อ คือ

สมาทานศีลเพื่อบุญกิริยา 3 ข้อ (คุณวัตร) ได้แก่

ทิศพรต (Dik Vrata)

ถือพรตโดยจำกัดทิศทางและพื้นที่

บริโภคนิสัยและอุปโภคพรต (Bhoga Upbhoga Vrata)

ถือพรตโดยจำกัดการใช้สอย
ในสิ่งบริโภคนิสัยและอุปโภค

อนารถะ ทณฺฑ (Anartha danda Vrata)

ถือพรตโดยเว้นจากการกระทำ
ที่ไม่ก่อประโยชน์

สมาทานวินัยศีล 4

สามายิกะพรต (Samayika Vrata)

ถือพรตโดยจำกัดเวลา

เทศาวากาสิกะพรต (Desavakasika Vrata)

ถือพรตโดยจำกัดสถานที่

เปาสะระพรต (Paushadha Vrata)

ถือพรตนักบวชโดยจำกัดเวลา

จาณะพรต (Atithi Samvibhag Vrata)

ถือพรตโดยการบริจาค

ข้อปฏิบัติเหล่านี้บุคคลไม่อาจกระทำสำเร็จได้ หากไม่ยึดหลักคำสอนในหลักปรัชญาอเนกบาทและทฤษฎีสวายาทะ ความคิดนี้เป็นพื้นฐานเพื่อความเข้าใจธรรมชาติที่แท้จริงของจักรวาล ชีวิต และความจริง

หลักอหิสา หลักอเนกบาทและหลักอปริครหะ เป็นคำสอนหลักในศาสนาเซน

9ข. อหิงสา (ความเมตตากรุณา การไม่ใช้ความรุนแรง)

อหิงสาในความหมายเชิงบวก หมายถึง ความหวังโยสรพชีวิต และการร่วมแบ่งปัน และสำนึกที่จะปกป้องดูแลสรรพสัตว์ เรามีชีวิตเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นให้มีชีวิต

หลักอหิงสาเป็นหลักที่ศาสนิกชนเช่นได้ปฏิบัติ มิใช่เพื่อประโยชน์แก่ตน แต่เป็นประโยชน์เพื่อสิ่งแวดล้อม ในคัมภีร์ได้กล่าวว่าย่าทำร้ายกคจี กักขังประทุษร้าย ดูถูก ทรมาน หรือฆ่าสิ่งมีชีวิตอื่น ทั้งพืชผักและสิ่งอื่นๆ คำสอนในหลักการอหิงสามิใช่ให้เราหลีกเลี่ยงความรุนแรงทางกายเท่านั้น แต่ยังรวมถึงหลีกเลี่ยงความรุนแรงทางใจ อหิงสายังหมายถึง ความหวังโยที่พร้อมจะลงมือปฏิบัติเพื่อสัตว์โลกและสิ่งมีชีวิตอื่นๆ คัมภีร์ศาสนาเชนอธิบายว่า เจตนาที่จะเบียดเบียนทำร้ายและการขาดความเมตตาเป็นสาเหตุให้การกระทำนั้นๆ ได้ชื่อว่าเป็น การกระทำที่รุนแรงและเบียดเบียน

อหิงสายังมีความหมายที่ลึกซึ้งไปกว่านั้น ในความหมายทางธรรม ความรุนแรงที่เราปฏิบัติต่อผู้อื่นทั้งทางกายวาจาและใจ นำไปสู่พันธนาการของกรรมใหม่ที่เลวร้ายให้เกิดขึ้น และเป็นอุปสรรคต่อความเจริญก้าวหน้าในทางธรรม หรือโดยความหมายหนึ่งเมื่อใดก็ตามที่เราทำความรุนแรง หรือเบียดเบียนต่อสิ่งอื่น นั้นก็เท่ากับเราทำความรุนแรงและเบียดเบียนตนเอง เพราะว่าการกระทำดังกล่าวเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาจิตและการเจริญในธรรมของตน ทางแห่งอหิงसानำบุคคลสู่การเจริญในธรรมและการหลุดพ้นจากกรรมทั้งปวง

9ค. อเนกวาท (หลักความคิดพหุนิยม)

หลักความคิดอเนกวาทเป็นหลักที่ว่าด้วยเรื่องญาณวิทยาเซนหรือทฤษฎีความรู้ปรัชญาเซน โดยแสดงถึงความสัมพันธ์ของสรรพสิ่งที่เกี่ยวข้อง จักรวาลที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มีทรรศนะมากมายเป็นอนันต์ ทรรศนะเหล่านี้เกิดขึ้นภายในช่วงเวลาหนึ่ง สถานที่หนึ่ง โอกาสหนึ่ง และเกิดจากแต่ละบุคคล หลักการอเนกวาทหมายถึง การยอมรับทรรศนะทุกทรรศนะที่สอดคล้องกับความจริง และไม่ได้ปฏิเสธความคิดใดความคิดหนึ่ง

หลักการนี้นำไปสู่ความจริงเชิงสัมพัทธ์ หรือหลักปรัชญาสยาทวาท โดยอธิบายว่าความจริงมีหลายทรรศนะ (นายะ) ความจริงอาจเป็นจริงในแง่มุมหนึ่ง แต่อาจชวนสงสัยว่าเป็นจริงในอีกแง่มุมอื่นหรือไม่ เราไม่อาจเข้าถึงความจริงสัมบูรณ์ได้ด้วยทรรศนะใดทรรศนะหนึ่ง ความจริงสัมบูรณ์ คือ

ความจริงหลายๆความจริงของแต่ละคนที่มีทัศนคติที่ต่างกัน และความจริงในทัศนคติเหล่านี้จะขัดแย้งกันอีกด้วย

ศาสนาเช่นไม่ได้ถือว่าคุณค่าความจริงต้องเกิดจากทัศนคติของตน กลุ่มตนหรือเผ่าพันธุ์ตน แต่เปิดกว้างยอมรับความจริงจากทัศนคติอื่นๆที่ต่างชุมชน สังคมหรือเผ่าพันธุ์ชาติอื่นๆ

ลักษณะหลักการอเนกบาท

- พัฒนาและส่งเสริมให้แสวงหาความจริงสัมบูรณ์
- มีความเชื่อว่ามีความจริงอื่นๆที่เป็นไปได้ และยอมรับว่ามีสิ่งจะอยู่ในทัศนคติที่ตรงกันข้ามกัน
- ยอมรับว่ามีความจริงบางส่วนของตนเอง ของผู้อื่น หรือแม้แต่ศัตรู
- หลักอเนกบาทก่อให้เกิดความเท่าเทียมกันและเสมอภาคในทุกสรรพสิ่ง

การมีความเข้าใจในอเนกบาทและสยาทวาท จะช่วยให้เราเห็นแจ้งในปัญหาของมนุษย์ที่มีความขัดแย้ง ความทุกข์ ความเกลียดชัง ความอิจฉาริษยา อันจะช่วยให้เราเข้าใจถึงปัญหาสังคม หรือปัญหาของชาติที่เกิดขึ้น และพร้อมกับการแก้ปัญหาความขัดแย้งในความแตกต่างที่รุนแรงในโลกปัจจุบันโดยนำหลักการอเนกบาทและสยาทวาทมาประยุกต์เพื่อแก้ปัญหา

99. อปริกรหะ (Aparigraha) การไม่ครอบครอง

นักบวชในศาสนาเช่นประพฤติปฏิบัติไม่ครอบครองสิ่งของใดๆ ศาสนาเช่นมีหลักคำสอนให้มรณาสดละความต้องการของตนในการครอบครองหรือลดละความสนุ ก ส น าน เพลิดเพลินข้อนี้จะช่วยให้บุคคลเจริญก้าวหน้าทางธรรมและเกิดสันติสุขภายในใจตน

การบริจาคสิ่งของ รวมทั้งการเสียสละเวลาของตนเพื่อสังคมและศาสนา เป็นส่วนหนึ่งของหน้าที่ศาสนิกชนเช่นพึงมีความสำนึกในความรับผิดชอบต่อสังคมในข้อนี้ทำให้ชาวเช่นได้มีส่วนร่วมในการก่อตั้งมหาวิทยาลัย โรงพยาบาลและคลินิก สถานเด็กกำพร้า และสร้างสถานฟื้นฟูผู้ป่วย คนชรา คนพิการ และผู้ยากไร้ รวมทั้งสถานพยาบาลที่ดูแลสัตว์และนกที่เจ็บป่วย

เราควรลดละความต้องการในการบริโภค การบริโภคควรอยู่ในระดับพอดีการใช้สอยทรัพยากรที่เกินความจำเป็นถือเป็นการขโมยอีกรูปแบบหนึ่งศาสนิกชนเช่นมีความเชื่อไปไกลถึงขนาดที่กล่าวว่ามลภาวะหรือของเสียที่ถูกทิ้งลงสู่โลกเป็นการกระทำที่เบียดเบียนต่อธรรมชาติ

9จ. สรุป

อหิงสาเป็นหลักการที่เหนือกว่าความคิดหรืออุคมการณ์ทั้งมวล อยู่เหนือกว่ากฎระเบียบ แนวทางปฏิบัติ จารีตประเพณีหรือความทันสมัยใดๆทั้งทางเศรษฐกิจ การเมือง ทั้งฟากตะวันออกหรือตะวันตกที่มีความคิดที่เอาตนเองหรือสังคมเป็นศูนย์กลาง หลักอหิงสามีหลักคำสอนอื่นๆเกี่ยวข้อง คือ สัตยะ การรักษาความสัตย์ อัสเตยะ การงดเว้นจากการขโมยหรือการถือเอาสิ่งของของผู้อื่นที่เจ้าของยังมีได้ยกให้การรักษาพรหมจรรย์ ได้แก่การงดเว้นจากการเกี่ยวข้องกับทางเพศกับเพศตรงข้ามโดยสิ้นเชิง และอปริครหะการไม่ติดข้องในสิ่งทั้งปวง หมายถึงการทำใจไม่เพิดเพลินยินดีในกามคุณ 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะ

หลักการอเนกวาทสอนให้หยุดความรุนแรงทั้งทางความคิดและคำพูด และอาจกล่าวว่อเนกวาท คือ การแสดงออกที่ชาญฉลาดของหลักการอหิงสา

อปริครหะ คือ การไม่ครอบครอง หรือติดข้องในสิ่งทั้งปวง หลักการนี้เกิดจากการเคารพในชีวิตอื่น และสิ่งแวดลอม

10. ธรรมปฏิบัติ II: จริยธรรมการดำเนินชีวิตและสิ่งแวดลอม

10ก. จริยธรรมการดำเนินชีวิตและสิ่งแวดลอม

ศาสดามหาวีระดำเนินชีวิตเป็นตัวอย่างที่ดีถึงการดำรงชีวิตที่สอดคล้องกับธรรมชาติ ไม่เบียดเบียนสิ่งแวดลอม และสามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับสรรพชีวิตทั้งหลายได้ พระองค์ทรงดำเนินชีวิตด้วยความเมตตาและเคารพสิ่งแวดลอม

พระองค์ทรงกล่าวถึงสิ่งเหล่านี้อยู่ตลอดเวลาว่า

- บุคคลผู้ใดละทิ้งไม่สนใจต่อโลก อากาศ ไฟ น้ำและพืชพันธุ์ บุคคลผู้นั้นย่อมละทิ้งตนเอง
- การที่มนุษย์เบียดเบียนและฆ่าสิ่งมีชีวิตอื่นก็เพราะมนุษย์เหล่านั้นเป็นผู้มีความละโมภ และมีความต้องการไม่รู้จบ
- สรรพชีวิตต่างพึ่งพาอาศัยและสนับสนุนส่งเสริมซึ่งกันและกัน นี่คือนคติพจน์ตามกัมภีร์ ตัตตวารถะ (Tattvartha)

เมื่อชีวิตทุกชีวิตต่างต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน เราจึงควรตระหนักว่าหากเราเบียดเบียนสิ่งมีชีวิตเพียงหนึ่ง นั้นย่อมหมายถึงเรากำลังเบียดเบียนสรรพชีวิตทั้งหลาย การมีความต้องการในสิ่งของหรือทรัพย์สินสมบัติถือเป็นปัจจัยเบื้องต้นของการเบียดเบียน อันเป็นการสร้างความไม่สมคูลย์แก่สิ่งแวดลอม

คติพจน์เก่าแก่ที่เป็นคำสอนอยู่ในทุกยุคทุกสมัย หลักคำสอนที่พระองค์ทรงสอนมีดังนี้คือ

- อหิงสา (Ahimsa) การไม่เบียดเบียน ถือเป็นการแสดงความเคารพต่อสรรพชีวิตอื่น
- อปกริกรหะ (Aparigraha) การไม่ปรารถนาครอบครอง เป็นหลักแห่งการเคารพชีวิตอื่นรวมทั้งสิ่งแวดล้อม
- อเนกาวาท (Anekantavda) การเปิดใจยอมรับความคิดของผู้อื่น เป็นหลักแห่งการเคารพธรรมชาติของผู้อื่น ซึ่งตรงกับหลักปรัชญาของศาสนาเซนที่เชื่อว่าความจริงมีหลายด้าน

10ข. ลักษณะญาณการมีชีวิตรอด กับ จริยธรรมการดำเนินชีวิต

ศาสนาเซนเชื่อว่า โลก น้ำ ไฟ อากาศและพืชพันธุ์ คือธาตุพื้นฐาน 5 ประการ ของกระบวนการทางสิ่งแวดล้อมของชีวิต มนุษย์มีประสาทสัมผัสทั้ง 5 คือ สัมผัส รส กลิ่น รูป เสียง ในขณะที่ พืชพันธุ์ ลม น้ำ ไฟ มีประสาทสัมผัสแค่หนึ่งคือการสัมผัส แต่สัตว์และมนุษย์มีประสาทสัมผัส 5 อย่างและมีจิต สิ่งนี้จึงทำให้มนุษย์มีพัฒนาการทางด้านความคิด ดังนั้นมนุษย์จึงควรมีความรับผิดชอบต่อผู้อื่นและคำนึงถึงสิ่งมีชีวิตอื่นด้วยความเมตตา กล่าวคือ มนุษย์ควรมีหลักในการดำรงชีวิต

อย่างไรก็ตามคงเป็นไปได้ที่มนุษย์จะสามารถดำรงชีวิตอย่างไม่เบียดเบียน หรือไม่มีความต้องการในปัจจุบันใดๆภายนอกเลย การดำเนินชีวิตในลักษณะที่ไม่เบียดเบียนนั้นย่อมต้องมีขอบเขตแห่งการไม่เบียดเบียนและปริมาณความต้องการที่ไม่มากเกินไปจนเกินไป การมีความต้องการที่เหมาะสม พอเพียง จึงถือเป็นแก่นแห่งการอยู่รอดของชีวิต

ศาสนาเซนมองว่าสิ่งมีชีวิตที่ดำรงชีวิตอยู่ด้วยประสาทสัมผัสทั้งห้า และมีความรู้สึกทางจิตย่อมได้รับความเจ็บปวดมากกว่าสิ่งมีชีวิตที่ดำรงชีวิตอยู่ด้วยประสาทสัมผัสที่มีเพียงหนึ่ง นั่นหมายความว่า สิ่งมีชีวิตไม่ว่าจะเป็นสัตว์ทั้งหลาย นก ปลา ฯลฯ ย่อมได้รับความทรมานมากกว่าพันธุ์พืชที่มีระบบรับสัมผัสเพียงหนึ่งเดียว อีกทั้งการทำลายชีวิตสัตว์ทั้งหลาย ย่อมส่งผลกระทบต่อระบบนิเวศวิทยาและสิ่งแวดล้อมในลักษณะองค์รวม ดังนั้นผู้ที่นับถือศาสนาเซนจึงอุทิศตนเป็นผู้รับประทานอาหารมังสวิรัต และต่อต้านการทำร้ายหรือแม้แต่การเบียดเบียนสิ่งมีชีวิตที่ดำรงชีวิตอยู่ด้วยประสาทสัมผัสทั้ง 5 ซึ่งหลักการนี้ถือเป็นหลักแห่งจริยศาสตร์สิ่งแวดล้อมเช่นกัน

10 ค. ผลกระทบต่อสุขภาพและสิ่งแวดล้อม :

จริยธรรมของโรงงานอุตสาหกรรมเนื้อสัตว์หรือผลิตภัณฑ์นม เนย

จากปริมาณความต้องการการบริโภคเนื้อสัตว์ที่เพิ่มมากขึ้นในปัจจุบัน ส่งผลให้โรงงานอุตสาหกรรมเนื้อสัตว์มีอัตราส่วนที่เพิ่มมากขึ้น จำนวนของสัตว์ที่ถูกนำมาเป็นอาหารที่เพิ่มมากขึ้นย่อมก่อให้เกิดความไม่สมดุลย์แก่สิ่งแวดล้อม เพราะการบริโภคเนื้อสัตว์ย่อมรวมไปถึงการเพิ่มขึ้นของการใช้ทรัพยากรธรรมชาติที่มากกว่าการบริโภค วัฏจักรพืชผัก ผลเสียที่เกิดขึ้นกับสิ่งแวดล้อมจากการทารุณสัตว์และโรงงานฆ่าสัตว์นั้นไม่อาจจะจินตนาการได้จากผลการสำรวจของสถาบัน USDA และสถาบันอื่นๆได้สรุปถึงการเพิ่มจำนวนมากขึ้นต่อผลกระทบที่เกิดขึ้นกับสิ่งแวดล้อม

1. จริยธรรมการดำรงชีวิตและผลิตภัณฑ์นม เนย

ศาสนาเชนเชื่อเรื่องการทานอาหารมังสวิรัต และผู้นับถือศาสนาเชนส่วนใหญ่รับประทานอาหารมังสวิรัต ผู้นับถือศาสนาเชนส่วนใหญ่บริโภคผลิตภัณฑ์นม เนย โดยมีข้อแม้ว่าวัวจะไม่ได้อุณหภูมิระหว่างผลิตน้ำนม ในสมัยก่อนวัวถือเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว นำนมที่มนุษย์ได้ดื่มกินคือน้ำนมที่เหลือจากที่แม่วัวให้ลูกวัวแล้ว

แต่ในปัจจุบันอุตสาหกรรมผลิตภัณฑ์นม เนย มีลักษณะเป็นอุตสาหกรรมเพื่อมุ่งการค้า อุตสาหกรรมเหล่านี้เลี้ยงวัวประหนึ่งเครื่องผลิตน้ำนม มีความต้องการในปริมาณน้ำนมให้ได้มากที่สุด แต่ต้องการเสียค่าใช้จ่ายให้น้อยที่สุด อุตสาหกรรมเหล่านี้ถือเป็นอุตสาหกรรมที่ทรมาณแม่วัวมากที่สุด เช่นเดียวกับโรงงานอุตสาหกรรมผลิตเนื้อวัว จากผลการวิจัยสรุปแล้วว่าวิธีการของอุตสาหกรรมทั้งหลายไม่ว่าจะในประเทศอินเดีย สหรัฐอเมริกาและในทุกประเทศ ทั้งอุตสาหกรรมฟาร์มใหญ่ที่สหรัฐอเมริกา หรือแม้แต่อุตสาหกรรมฟาร์มเล็กในอินเดียต่างก็มีวิธีการปฏิบัติต่อวัวเช่นเดียวกัน (ผู้เขียนได้เข้าเยี่ยมชมฟาร์มเล็กๆหลายฟาร์มในอินเดีย)

- เร่งผลิตน้ำนมให้ได้ปริมาณสูงสุด โดยการให้วัวตั้งท้องตลอดเวลาโดยการฉีดน้ำเชื้อเพื่อให้ตั้งท้อง

- จำหน่ายลูกวัวถึง 80 % ให้แก่โรงงานขายเนื้อสัตว์ ซึ่งโรงงานเหล่านี้จะฆ่าลูกวัวตั้งแต่ 6 เดือน ถึง 5 ปี และในบางครั้งก็ปล่อยให้ลูกวัวอดตายด้วยความหิวก่อนที่จะนำไปแลเนื้อ
- จำหน่ายแม่วัวให้โรงงานฆ่าสัตว์หลังจาก 5-6 ปีผ่านไป เมื่อแม่วัวเริ่มให้ปริมาณการผลิตน้ำนมลดน้อยลง ซึ่งในความเป็นจริงแล้วแม่วัวจะมีอายุอยู่ได้ถึง 20 ปี
- ฉีดฮอร์โมนและสารปฏิชีวนะที่เร่งการผลิตน้ำนมให้แม่วัวทุกวัน (ยกเว้นฟาร์มในระบบชีวภาพ) ซึ่งทำให้ปัจจุบันแม่วัวที่ได้รับการฉีดสารปฏิชีวนะเร่งน้ำนมสามารถผลิตน้ำนมได้มากกว่า แม่วัวที่ผลิตน้ำนมตามธรรมชาติถึง 10 เท่า

หมายเหตุ 1. ในประเทศอินเดียค่อนข้างยากที่จะพบวัวที่มีอายุมากกว่า 5-6 ปี ในฟาร์มเลี้ยงวัว เนื่องจากวัว 25-100% ถูกนำไปฉีดน้ำเชื้อ น้อยกว่า 1% ที่อยู่ในความคุ้มครองซึ่งเราเรียกวัวเหล่านี้ว่า Panjarapol

หมายเหตุ 2 .

ฟาร์มเลี้ยงสัตว์ชีวภาพโดยปกติแล้วจะมีขนาดเล็กกว่าอุตสาหกรรมฟาร์มเลี้ยงสัตว์และจะไม่มีการใช้สารปฏิชีวนะหรือฮอร์โมนใดๆ เพื่อเร่งน้ำนม ดังนั้นจึงไม่มีสารปฏิชีวนะผสมอยู่ในน้ำนม แต่อย่างไรก็ตามฟาร์มเลี้ยงสัตว์ชีวภาพก็มีแนวโน้มที่จะทรมาณสัตว์มากขึ้น แม้วาน้ำนมที่ได้จากแม่วัวในฟาร์มชีวภาพจะถือว่าทรมาณแม่น้อยกว่า

2. การปล่อยของเสียสู่สิ่งแวดล้อม

ในสหรัฐอเมริกา วัวและลูกแกะมากกว่า 5 แสนตัว และไก่อีก 24 ล้านตัว ถูกฆ่าในทุกๆวัน ของเสียถูกปล่อยทิ้งสู่สิ่งแวดล้อมทุกวันจากโรงงานผลิตเนื้อสัตว์ นมเนยในประเทศสหรัฐอเมริกา เป็นจำนวน 230,000 ปอนด์ต่อวินาที ของเสียเหล่านี้ถูกทิ้งสู่พื้นดิน อากาศ และน้ำ

3. มลภาวะโลกร้อน

วัว 1.3 พันล้านตัวในแต่ละปี ก่อให้เกิดก๊าซความร้อน 100 ล้านตัน ซึ่งก๊าซนี้เป็นสาเหตุหนึ่งของภาวะโลกร้อน

4. การบริโภคน้ำ

ผลผลิตของปศุสัตว์ (วัว ลูกวัว หมู) มีปริมาณมากกว่าครึ่งหนึ่งของการบริโภคน้ำในสหรัฐอเมริกา ผลผลิตเนื้อหนึ่งปอนด์โดยเฉลี่ยจะใช้น้ำประมาณ 2,500 แกลลอน ในขณะที่ผลผลิตของมะเขือเทศ กล้วยพีช หรือข้าวโดยเฉลี่ยจะใช้น้ำประมาณ 50-250 แกลลอน

5. พื้นที่เพื่อการใช้สอย

พื้นที่สามส่วนทางตอนเหนือของสหรัฐอเมริกาได้พัฒนาไปสู่การเลี้ยงปศุสัตว์ครึ่งหนึ่งของประเทศ พัฒนาเป็นพื้นที่ที่ใช้เพื่อการเกษตรซึ่งผลผลิตทางการเกษตรเหล่านี้นำมาเป็นอาหารของสัตว์และอุตสาหกรรมการผลิตเนื้อสัตว์ในประเทศสหรัฐอเมริกา 220 ล้านไร่ของพื้นที่ ในประเทศบราซิล 25 ล้านไร่ และครึ่งหนึ่งของป่าตอนกลางของอเมริกาได้ถูกทำลายลงเพื่อการเลี้ยงปศุสัตว์

6. ผลกระทบต่อสุขภาพ

ห้าสิบปีที่ผ่านมา การบริโภคเนื้อในแต่ละวันมีปริมาณสูงขึ้นทั้งในยุโรปและอินเดีย เพื่อให้เพียงพอต่อปริมาณความต้องการของการเติบโตของอุตสาหกรรมการผลิตเนื้อ จำนวนการเกิดขึ้นของวัวและสัตว์อื่นๆสูงขึ้นถึง 10 เท่า

ปริมาณการบริโภคที่เพิ่มมากขึ้นในแต่ละวันทำให้ผู้บริโภคได้รับปริมาณคลอเลสเทอรอลที่สูงขึ้นไขมันสูงขึ้นไปถึงสารบางประเภทที่จะตกตะกอนอยู่ในร่างกายและมีผลสืบเนื่องต่อการเป็นมะเร็งที่ต่อมลูกหมากตลอดจนการเกิดภาวะการขาดแคลนของแคลเซียมซึ่งส่งผลโดยตรงต่อสุขภาพของมนุษย์

10ง. หลักคำสอนศาสนาเซนในสังคัมร่วมสมัย

หากเข้าใจหลักการของศาสนาเซนด้วยทฤษฎีที่ถูกต้องและยึดหลักตามทฤษฎีดังกล่าวย่อมนับได้ว่าปรัชญาเซนเป็นศาสนาเข้ากับยุคสมัยได้ดี หลักการดำเนินชีวิตของศาสนาเซนมีความเป็นจริงศาสตร์ในด้านการเคารพให้เกียรติต่อโลกและสิ่งแวดล้อม นอกจากนี้หลักการของศาสนาเซนยังเป็นหลักที่ก่อให้เกิดความรุนแรงน้อยที่สุดก่อให้เกิดการครอบครองน้อยที่สุด เพราะหลักการดังกล่าวถือเป็นหลักที่ต่อต้านความปรารถนาและการครอบครองและปฏิบัติเรื่องการควบคุมตนเพื่อละกิเลส

หลักการดังกล่าวสร้างปิติสุขให้แก่ชีวิตและส่งผลต่อการความเจริญและพัฒนาด้านจิตวิญญาณ ซึ่งถือเป็นพื้นฐานแห่งความเป็นอิสระจากความต้องการ ตลอดจนมอบความเมตตาต่อสรรพชีวิต

การไม่เบียดเบียน (อหิงสา) ถือเป็นหลักแห่งการทำให้ชีวิตเป็นอิสระ การยอมรับว่าความแท้จริงมีลักษณะที่หลากหลาย ถือเป็นหลักแห่งการทำให้ความคิดและการพูดเป็นอิสระ การไม่ยึดถือ ยึดติดในวัตถุ และการปราศจากความต้องการถือเป็นหลักแห่งอิสระภาพอย่างแท้จริง

หลักทั้ง 3 นี้ เน้นย้ำให้เกิดความเชื่อว่าสิ่งมีชีวิตทุกสิ่งต่างมีสิทธิในการดำรงอยู่

หลักการทั้ง 3 ข้างต้นเมื่อนำมาประพาด จึงเป็นหลักปฏิบัติ 3 ข้อคือ

- การไม่ฆ่า
- การไม่ดูถูกย่ำยีความคิดของผู้อื่น
- การไม่ย่ำยีทำลายธรรมชาติ

และหากเราพัฒนาความคิดทั้ง 3 อย่างนี้ ย่อมจะก่อให้เกิด

- การไม่ทำสงคราม
- การปราศจากการแสวงหาผลประโยชน์ (ของเพื่อนมนุษย์)
- การปราศจากการทำลายระบบนิเวศวิทยาและสิ่งแวดล้อม

สรุป การดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสมตามหลักจริยศาสตร์และการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมเราควร

- สร้างมิตรภาพและความสงบสุขให้แก่โลกและจักรวาลโดยยึดหลักแห่งการไม่เบียดเบียน
- ใฝ่ใจและเคารพต่อสิ่งมีชีวิตอื่นรวมถึงสิ่งแวดล้อมที่เราอาศัยอยู่
- สมานฉันท์ความแตกต่างทั้งทางด้านศาสนา ความเชื่อ การเมือง เชื้อชาติ ตลอดจนความแตกต่างทั้งหลายด้วยหลักปรัชญาพหุนิยม หรือการยอมรับหลักความคิดและความเชื่อที่หลากหลายอื่นๆที่แตกต่างจากความคิดของตนเอง
- รณรงค์เรื่องการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า ไม่ใช่ทรัพยากรฟุ่มเฟือย ปราศจากการยึดถือครอบครองและรู้จักควบคุมตนเอง
- ยึดหลักการรับประทานอาหารมังสวิรัตินิยม หลีกเลี่ยงการรับประทานเนื้อสัตว์รวมถึงสิ่งผลิตที่ได้มาจากสัตว์ เช่น นม เนย น้ำผึ้ง ไอศกรีม รวมไปถึงวัตถุของใช้เช่น เครื่องหนัง ขนสัตว์ ผ้าไหม ไหมูก
- ลดปริมาณความต้องการและการบริโภคให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้
- ลดการทิ้งของเสียโดยการนำกลับมาใช้ใหม่ (เช่น งดพลาสติก กระดาษ)

สิ่งที่ธรรมชาติให้แก่โลกย่อมเพียงพอต่อความต้องการของมนุษย์ แต่จะไม่เพียงพอต่อมนุษย์ที่มีความละโมภและมีความต้องการอย่างไม่มีที่สิ้นสุด จึงให้คำสัตย์กับตนเองว่าจะใช้ชีวิตด้วยความเห็นใจซึ่งกันและกัน จึงดำเนินชีวิตด้วยหลักจริยธรรมที่ส่งผลกระทบในแง่ลบทั้งต่อตนเอง ผู้อื่น และสิ่งแวดลอมให้ น้อยที่สุด ข้อคำสอนและการปฏิบัติเหล่านี้จะช่วยให้มนุษย์สามารถยกระดับจิตใจของตนให้สูงขึ้น สามารถพัฒนาทางด้านจิตใจไปสู่เป้าหมายสูงสุดของชีวิต และจบสิ้นในการเวียนว่ายตายเกิด

11. ธรรมปฏิบัติ III: วัตรปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

ศาสนาเชนวางแนวปฏิบัติในชีวิตประจำวัน 6 ข้อ

11ก. หลักปฏิบัติ 6 ประการของนิกายเศวตัมพร

- สัมมยิกะ (Samayika) ทำจิตใจให้อยู่ในภาวะสงบนิ่งเป็นเวลา 48 นาที และตั้งสัตย์ปฏิญาณต่อตนเองว่าจะไม่เบียดเบียนผู้อื่น
- จั ต ตู วิ ส โ ถ (Chauvisattho) สวดมนต์ภาวนาและมีความเห็นชอบต่อคุณงามความดีของสัตว์ถึงกรทั้ง 24 พระองค์
- วนุทน (Vandan) อุทิศรับใช้ตนเองเพื่อสมณะและนักพรต
- ปุ ร ติ กุ ร ม นุ (Pratikraman) มีความสำนึกผิดและเสียใจต่อการกระทำไม่ดีที่ผ่านมาของตนเอง ทั้งในด้านความคิดและพฤติกรรม
- ก า โ ย ตู ส รุ ก (Kayotsarga) บำเพ็ญทุกรกิริยาในสมาธิทำนั่งและยืนเพื่อขจัดอุปาทานที่เกิดขึ้น
- ปุ ร ต ย า ขุ ย า น (Pratyakhyana) ตั้งสัตย์ปฏิญาณเพื่อเลิกความประพฤติที่ไม่ดี หรือละต่อประเภทอาหารบางประเภท เพื่อเป็นหลักหรือวินัยในการดำเนินชีวิต

11ข. หลักปฏิบัติ 6 ประการของนิกายทิกัมพร

- บูชาองค์ตรีถังกร
- อุทิศตนและบำเพ็ญประโยชน์แก่นักบวช
- ศึกษาคัมภีร์ศาสนา
- รู้จักควบคุมตนเอง
- บำเพ็ญตบะ
- บริจาคทาน

หลักปฏิบัติ 6 ประการของนิกายทิคมพร นิกายเสวตัมพรได้รับนำมาปฏิบัติ โดยถือเป็นหลักปฏิบัติทั้งแก่ฆราวาสทั้งชายและหญิง นอกจากนี้ศาสนิกชนเช่นบางคนยังยึดถือพิธีกรรมทางศาสนา และหลักปฏิบัติการควบคุมการกินอาหารและลดละความต้องการวัตถุในทางโลกและเชื่อเรื่องการพัฒนาตนเองอย่างสูงสุด

11ก. ธรรมมรณะ ความตายที่บริสุทธิ์ (Sanlekkana)

สันเลคคานา (Sanlekkana) เป็นทางเลือกหนึ่งของการตายในขณะที่จิตอยู่ในสภาวะสมาธิที่รู้ตัวทั่วพร้อม เป็นภาวะที่จิตมีความบริสุทธิ์สูงสุด ภาวะแห่งการมีสตินี้เป็นภาวะที่ปราศจากอารมณ์ใดๆ ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์หุดหู่ เศร้าใจ หรืออารมณ์โกรธ เพราะเป็นผลมาจากการค่อยๆอดอาหารทีละน้อย เป็นกิจวัตรโดยมีความสงบอยู่ภายใน ปราศจากความต้องการ แต่มีความระลึกทั่วพร้อมอยู่ตลอด

บุคคลที่ปฏิบัติธรรมขั้นสูงจะสามารถยุติชีวิต หรือกำหนดความตายของตนเองได้ โดยอยู่ภายใต้การแนะนำดูแลจากนักบวช โดยค่อยๆอดอาหารทีละน้อย อย่างไรก็ตามหลักการนี้อนุญาตให้ปฏิบัติสำหรับในบุคคลไม่สามารถที่จะดำรงชีวิตอยู่ต่อไปได้เพราะความเจ็บป่วย สุขภาพทรุดโทรมอย่างหนัก หรือชราภาพอย่างมากและเป็นภาระของสังคม โดยปกติแล้ววิธีการของสันเลคคานา จะใช้เวลา 30 - 120 วัน หลังจากเริ่มลงมือปฏิบัติและกล่าวคำสัจย์ปฏิญาณ

ผู้ที่ปฏิบัติในหลักการดังกล่าวจะปราศจากความต้องการ ปราศจากความหุดหู่ ปราศจากความกลัว ปราศจากความเศร้าโศก ปราศจากบาป จิตใจจะเยือกเย็น สงบ และมีความรู้สึกรักและเมตตาต่อจักรวาล หลักปฏิบัติของสันเลคคานา (Sanlekkana) จึงเรียกได้ว่าเป็นหลักแห่งการตายอย่างสงบ

สันเลคคานา(Sanlekkana) ถือเป็นหลักปฏิบัติที่จิตวิญญาณไม่ยึดติดกับสิ่งทั้งหลาย คือ ความรู้สึกเกลียดชัง และความรู้สึกต้องการครอบครองวัตถุถึงพร้อมในการให้ภัยแก่ผู้อื่น และการกล่าวคำขอโทษต่อผู้อื่น อารมณ์ความรู้สึกทั้งหมดจะถูกจัดไปทั้งภายในและภายนอกโดยวิธีการปฏิบัติที่เคร่งครัด

ดังนั้น หลักการพื้นฐานของสันเลคคานาจึงแตกต่างจากการฆ่าตัวตาย การฆ่าตัวตายเกิดขึ้นจากการปะทุออกของอารมณ์ ในขณะที่สันเลคคานาเกิดขึ้นจากการปราศจากอารมณ์

ศาสนาเช่นไม่สนับสนุนการตายของบุคคลบุคคลหนึ่งอันมีลักษณะของการฆ่าตัวตายร่วมอยู่ ซึ่งอาจมีพื้นฐานมาจากอารมณ์โกรธ หรืออารมณ์ที่หดหู่อย่างมาก

12. คัมภีร์อากมสูตร (Agam Sutras)

ธรรมะที่ศาสดามหาวิระ ได้ทรงเทศนาสั่งสอนได้รับการรวบรวมอยู่ในคัมภีร์หลายเล่ม คัมภีร์เหล่านี้มีชื่อว่า อากมสูตร (Agam Sutras) อากมสูตรสอนถึงการเคารพชีวิตทุกชีวิตและเข้มงวดในเรื่องการบริโภคอาหารมังสวิรัติกการบำเพ็ญตบะ การมีความเมตตา การไม่เบียดเบียนและต่อต้านสงคราม คัมภีร์ของศาสนาเชนมิได้มีการจดบันทึกไว้จนถึงปี คริสตศักราช 450 แต่หลักคำสอนดังกล่าวถูกจดจำไว้ในลักษณะปากต่อปากจากนักบวชหลายรุ่นหลายสมัย คัมภีร์อากมสูตรแบ่งออกเป็นสองหัวข้อใหญ่

12 ก. อังคะ อากมสูตร (Anga Agam Sutras)

เนื้อหาใน อังคะ อากมสูตร (Anga Agam Sutras) คือ หลักคำสอนของศาสดามหาวิระ โดยตรงหลักคำสอนของพระองค์ ได้รับการเรียบเรียงขึ้นจากกณธรร (Ganadhars) ผู้เป็นศิษย์คนสำคัญได้เรียบเรียงเทศนาคำสั่งสอนขององค์มหาวิระเป็นครั้งแรก ซึ่งมีอยู่ด้วยกัน 12 เล่ม (คัมภีร์) คัมภีร์ 12 เล่มนี้ รู้จักในชื่อทฤษฎีวาทะ (Drashtivada) ซึ่งรวบรวมคัมภีร์ปุรวะ (Purvas) ทั้ง 14 เล่ม คัมภีร์บางส่วนได้สูญหายไปดั่งนั้น ณ ปัจจุบันจึงเหลือคัมภีร์อังคะ อากมสูตร อยู่เพียง 11 เล่มเท่านั้น ทั้งชื่อและเนื้อหาในคัมภีร์อังคะ อากมสูตรต่างเป็นที่ยอมรับของเหล่าผู้นับถือศาสนาเชน

12ข. อังกพาหะอากมสูตร (Angabahya Agam Sutras)

นักบวชกลุ่ม Shruta Kevali มีความรู้ในคัมภีร์อังกพาหะอากมสูตร (Angabahya Agam Sutras) ทั้ง 12 เล่ม และได้เรียบเรียงคัมภีร์อังกพาหะอากมสูตร คัมภีร์นี้ถูกเรียบเรียงขึ้นหลังจากที่องค์มหาวิระบรรลุนิพพานแล้ว 160 ปี กลุ่มนักบวชได้อธิบายเนื้อหาในคัมภีร์ อังกพาหะอากมสูตร เพิ่มเติมไว้อีกด้วย

- คัมภีร์ 34 เล่มที่ได้รับการอ้างอิงจากศาสนาเชนนิกายเศวตัมพร มุรติปุชก (Shvetambar Murtipujak)

- คัมภีร์ 21 เล่มที่ได้รับการอ้างอิงถึงจากศาสนาเซนนิกายสถนกวสิ (Sthanakavasi) และนิกายเตระพันตี (Terapanthi)

- คัมภีร์ 14 เล่มที่ได้รับการอ้างอิงถึงจากศาสนาเซนนิกายทิกัมพร

เนื่องด้วยระยะเวลาที่ยาวนาน คัมภีร์อาคมสูตร หลายเล่มถูกกลืนไป บางส่วนได้รับการปรับปรุง และบางส่วนได้ถูกแต่งขึ้นใหม่ หลังจากที่ศาสตามหาวีระได้ทรงบรรลุนิพพาน ประมาณ 1,000 ปี ในยุคแรกเริ่ม เหล่านักบวชบันทึกหลักคำสอนอยู่บนใบปาล์ม และในช่วงระยะเวลาที่คัมภีร์ทฤษฏีวาทะ (Drashtivada) หรือคัมภีร์อังคพาหะอาคมสูตร ทั้ง 12 เล่มได้สูญหายไป จึงไม่มีนักบวชท่านใดจำเนื้อหาในอังคพาหะอาคมสูตรได้เลย

ศาสนาเซนนิกายเสวตัมพรยอมรับเนื้อหาที่ถูกรับบันทึกอยู่ในคัมภีร์อาคมสูตร (11 อังคะ อาคมสูตร และ คัมภีร์อังคพาหะอาคมสูตร ทั้งหมด) ซึ่งถือเป็นหลักคำสอนเนื้อหาขององค์มหาวีระ ในขณะที่ศาสนาเซนนิกายทิกัมพรยอมรับเนื้อหาบางส่วนเท่านั้น กลุ่มนักบวชในศาสนาเซนนิกายทิกัมพรได้รวบรวมและเรียบเรียงเนื้อหาในคัมภีร์หลังจาก 1,000 ปี ผ่านไป ซึ่ง ณ เวลานั้นไม่มีนักบวชท่านใดจำเนื้อหาที่แท้จริงดั้งเดิมของคัมภีร์อาคมสูตรได้เลย คัมภีร์อาคมสูตร ในที่นี้รวมถึงคัมภีร์อังคะ อาคม ทั้ง 11 เล่ม และ อังคพาหะอาคมสูตร ทั้ง 14 เล่ม ของนิกายทิกัมพร

12ค. วรรณคดีศาสนาเซนิกายทิคัมมพร

เนื่องจากคัมภีร์อากมสูตรบางส่วนได้หายไป ศาสนาเซนิกายทิคัมพรจึงยึดหลักปฏิบัติจากอาจารย์ผู้แต่งคำสอนทางศาสนาในช่วงคริสต์ศักราช 100-1,000 ซึ่งรวมถึงคัมภีร์หลักทั้งสองอย่าง คือคัมภีร์ศตักหันท์ อากม (Shatakhand Agam) และคัมภีร์กะสะยะ ปะหุทะ (Kashaya Pahuda) และ อนุโยคะ (Anuyogas) ทั้ง 4 เล่ม ซึ่งรวบรวมเนื้อหามากกว่า 20 คัมภีร์ เช่น คัมภีร์สมยัสร์ (Samaysar) คัมภีร์ปัญจะสติกะยะ (Panchastikaya) คัมภีร์ประวะจันสร (Pravachansar) ของอาจารย์คุนดา คุนดา (Kunda – Kunda) คัมภีร์ตัดตวารณะ (Tattvartha Sutra) ของอูมาสวามี (Umasvami) คัมภีร์ปัทมะ ปุราณะ (Padma – Puran) คัมภีร์อาทิปุราณะ (Adipurān) คัมภีร์มุลละจร์ (Mulachar) และคัมภีร์โกมมัตสร์ (Gommatsar)

12ง. สามัน สุตตัม (Saman Suttam)

หนังสือ สามัน สุตตัม เป็นหนังสือที่รวบรวมบทประพันธ์ทั้ง 756 บท เช่น อากม ทิคัมพร ศาสตุร์ (Jain Agam Digambar Shastras) เป็นผู้เรียบเรียง และจากคัมภีร์เก่าในช่วงปี 1974 ระหว่างงานรำลึกครบรอบ 2,500 ปี แห่งการปรินิพพานของศาสดามหาวีระ ดังนั้น หนังสือเล่มนี้จึงได้รับการยอมรับว่าเป็นหนึ่งในคัมภีร์ของศาสนาเซน มีเนื้อหาอธิบายแบบสรุปถึงแก่นอันเป็นหลักการของศาสนาและปรัชญาเซน

หนังสือจะมีอยู่ด้วยกัน 4 ส่วนและแบ่งออกเป็น 44 บทย่อย หนังสือเล่มนี้สำหรับอ่านเพื่อทำความเข้าใจในหลักคำสอนทางศาสนาและหลักจริยศาสตร์รวมไปถึงกระบวนการเพื่อการพัฒนาทางจิตวิญญาณของชีวิต หนังสือเล่มนี้มีลักษณะปฏิบัติทางศาสนาทั่วไป แต่แนวทางในการปฏิบัติ คือการอุทิศตน

12จ. ตัตตวารณะสูตร (Tattvarha Sutra)

อาจารย์ศรี อูมาสวาตี (Shri Umasvati) หรือ อูมาสวามีอะ (Umasvami) (ช่วงปี 200 – 400 A.D.) ได้แต่งหนังสือ ตัตตวารณะสูตร (Tattvarha Sutra) คัมภีร์นี้ได้รับการยอมรับจากนักบวชเซนและศาสนิกชนเซนทั้งหลาย ส่วนใหญ่วรรณกรรมเชิงศาสนาของเซนจะได้บันทึกเป็นภาษาประกฤติ (Prakrit Ardha Magadhi) อย่างไรก็ตาม หนังสือ ตัตตวารณะสูตร ถือเป็นตำราเล่มแรกของศาสนาเซนที่แต่งด้วยภาษาประกฤติ และมีลักษณะเป็นคติพจน์สุภาษิต

เนื้อหาในหนังสือ แบ่งออกเป็น 10 บท มีคิตพจน์สุภายิต 344 – 357 บทย่อย
เนื้อหาทั้งหมดเชื่อมโยงกับทฤษฎีหลักและหลักปฏิบัติของศาสนาเซน

13. หลักปฏิบัติที่สำคัญ

ศาสตมหาวิระได้รับความสนใจจากเหล่ากลุ่มคนที่พระองค์ทรงเดินผ่าน ทั้งคนรวย คนจน กษัตริย์ คนธรรมดาสามัญ ผู้ชาย ผู้หญิง พระสงฆ์ ผู้ที่อยู่ในวรรณะ และผู้ที่ไม่มีวรรณะ องค์มหาวิระทรงตรัสว่า บุรุษและสตรีมีความเท่าเทียมกันในการพัฒนาเข้าถึงธรรม ผู้หญิงหลายคนดำเนินตามวิถีปฏิบัติขององค์มหาวิระ และละทิ้งการแสวงหาความสุขทางโลก หลักการ ความเสมอภาค ก่อเกิดคุณูปการแก่สังคมในศาสนา เช่น คือ สร้างความเท่าเทียมกันของกลุ่มคน 4 วรรณะ คือ พราหมณ์ กษัตริย์ แพทย์ สุทร รวมไปถึงจัณฑาล ซึ่งไม่ถือว่าอยู่ในกลุ่มวรรณะทั้ง 4 แต่ก็มิอยู่ทั่วไปในสังคม

ศาสตมหาวิระทรงแบ่งกลุ่มผู้นับถือพระองค์ออกเป็น 4 กลุ่ม คือ นักบวชชาย นักบวชหญิง ชมราวาสชาย และชมราวาสหญิง การแบ่งกลุ่มดังกล่าว รู้จักกันตามหลักของเซน จตุรวิธ (Jain Chatruvidha Sangh) หลังจาก 2 -3 ศตวรรษที่องค์มหาวิระทรงบรรลุนิพพาน ศาสนาเซนได้แบ่งออกเป็น 2 นิกายใหญ่ คือ นิกายทิคัมพร และนิกายเสวตัมพร

สรุปหลักการภาพรวมของนิกายในศาสนาเซน

นิกายเสวตัมพร - นักบวชสวมชุดขาว นิกายทิคัมพร - นักบวชไม่สวมเสื้อผ้า (นุ่งลมห่มผ้า) ศาสนาเซนนิกายเสวตัมพรได้ถูกแบ่งออกเป็น 3 นิกายย่อย คือนิกายเสวตัมพร มูรติปุจัก (Shvetambar Murtipujak) หรือ Mandir - Margi คือกลุ่มนักบวชที่บูชารูปจำลอง สถนกวาสี (Sthanakavasi) คือกลุ่มนักบวชที่ไม่บูชารูปจำลอง ริเริ่มโดยโลนกาสะ (Lonkashah)

เ ต ร ป นุ ตี (Terapanthi) คือกลุ่มนักบวชที่ไม่บูชารูปจำลองและยึดหลักปฏิบัติที่แตกต่างไปจากกลุ่มอื่นในเรื่องความเมตตาและการทรมานตน (การบำเพ็ญทุกรกิริยาเพื่อไถ่บาป) ริเริ่มโดยอาจารย์ ภิกษุ (Bhikshu)

ศาสนาเซนนิกายทิคัมพร ถูกแบ่งออกเป็นอีก 3 นิกายย่อยเช่นกันคือ บิสะ ปันถ์ (Bisa Panth) กลุ่มนี้บูชารูปจำลองและยอมรับนับถือหลักคำสอนของภัตตารณะ (Bhattaraka) เตระ ปันถ์ (Terah Panth) กลุ่มนี้บูชารูปจำลองแต่ไม่ยอมรับหลักคำสอนของภัตตารณะ ตะระนะ ปันถ์ (Tarana Panth) กลุ่มนี้ไม่บูชารูปจำลอง ริเริ่มโดยตารณะ นอกจากนี้ มีการแบ่งแยกเป็นกลุ่มย่อยลงไปอีกในแต่ละนิกายย่อย และแม้ว่าภายนอกจะมีความแตกต่างกัน แต่ทรรศนะพื้นฐานในทางจริยธรรมและปรัชญายังมีลักษณะร่วมกันอยู่

14. วันสำคัญทางศาสนา

วันสำคัญทางศาสนาถือเป็นวันเฉลิมฉลองเหตุการณ์สำคัญขององค์ศีร์ถังกร
ข้อที่ศาสนิกชนเซ่นพืงกระทำในวันสำคัญดังกล่าวคือ การบำเพ็ญตบะหรือถือสันโดษ
ท่องจำพระคัมภีร์ สันทนาหรืออภิปรายเรื่องเกี่ยวกับศาสนา ศึกษาคัมภีร์สำคัญ
ตั้งสัตย์ปฏิญาณที่จะควบคุมอายตนะของตนเอง บริจาคทานแก่ผู้อื่น เมตตาผู้อื่น
ละเว้นซึ่งการเบียดเบียน

วันสำคัญประจำปีทางศาสนาจะถือเอาการหมุนรอบของดวงจันทร์ (ประมาณ 354 วันใน
1 ปี) วันสำคัญทางศาสนาของศาสนาเซ่นได้แก่

วันปรยุษัน (Paryushan) และ วันทัตลัษณบรรพ (Dash Lakshana Parva)
เป็นช่วงฤดูกาลแห่งการบูชาของปี ประมาณ 8-9 วันในช่วงเดือนสิงหาคมถึงกันยายน
ข้อที่ศาสนิกชนเซ่นพืงกระทำในวันนี้คือ ปฏิบัติศาสนกิจ ทบทวนหลักปฏิบัติในศาสนาเซ่น
สวดภาวนาขอภัยแก่สรรพชีวิตทั้งหลายที่ได้เคยล่วงเกิน การมองย้อนดูตัวเอง
อภัยโทษแก่ผู้อื่นและกล่าวคำขอโทษต่อผู้อื่นที่ตนเองได้เคยล่วงเกิน ทั้งที่ตั้งใจและไม่ได้ตั้งใจ

วันมหาวิระ ชยันตี (Mahavir Jayanti) ชันมกัลยาณัก (Janma Kalyanak)
คืองานเฉลิมฉลองวันคล้ายวันประสูติขององค์มหาวิระในช่วงเดือนมีนาคม - เมษายน
ในแต่ละวันจะมีเทศกาลต่างๆ ที่จัดขึ้นเพื่อเป็นการเฉลิมฉลอง ในบางครั้ง
จะมีการจัดงานเกี่ยวกับประเพณีและวัฒนธรรมด้วยทั้งวัน

วันที่ปวาตี (Deepavali) ทิวาลี (Diwali) ถือเป็นวันแห่งการตรัสรู้
บรรลุนิพพานของศาสดามหาวิระ

วันชญาณปัญจมี (Jnan Panchami) วันนี้ถือเป็นวันแห่งความรู้
คัมภีร์ของศาสนาเซ่นได้ถูกสืบทอด ณ สถานที่ปฏิบัติศาสนกิจหลายแห่งของศาสนาเซ่น
เหล่าสาวกบูชาคัมภีร์ศักดิ์สิทธิ์นี้ตลอดทั้งวัน

วันเมานเอกาทสี (Mauna Ekadasi) (Agyaras)
วันนี้ศาสนิกชนเซ่นถือเป็นวันแห่งการปฏิบัติศาสนกิจอย่างเคร่งครัดวันหนึ่ง
เนื่องจากวันนี้เป็นวันที่องค์ศีร์ถังกรหลายองค์บรรลุนิพพาน
ดังนั้นวันนี้จึงถือเป็นวันที่ศาสนิกชนจะดำเนินตามวิถีปฏิบัติขององค์ศีร์ถังกรทั้งหลายด้วยการบำเพ็ญ
ตบะอย่างเคร่งครัด

15. คำทักทายของชาวเซ่น

15ก. ไช ชินนทระ (Jai Jinendra)

เมื่อกล่าวคำอวยพรให้แก่ผู้อื่นโดยปกติแล้วศาสนิกชนจะกล่าวคำว่าไชยิเนนทระ (Jai Jinendra) เพื่อให้เกียรติแก่ดวงวิญญาณสูงสุดขององค์ศรีลังกร

15ข. มิจฉามิ ทุกกท (Michchhami Dukkadam)

มิจฉามิ ทุกกท (Michchhami Dukkadam) คือ การอวยพรที่แสดงถึงการให้อภัยเมื่อตนมีภาระทำ นอกจากนี้ในวันนี้ยังเป็นวันแห่งการสำนึกผิด รู้จักกันในชื่อ สังวัตสารี ประฏิกรรมัน (Samvatsari Pratikraman) เป้าหมายหลักของวันสำคัญวันนี้คือการให้อภัยแก่ผู้อื่นเมื่อเขาเหล่านั้นตระหนักถึงความผิดที่ได้กระทำขึ้น

16. สัญลักษณ์ศาสนาเซน

16ก. ฝ่ามือ

รูปฝ่ามือที่มีวงล้อมอยู่ภายใน มีความหมายถึงการไม่เบียดเบียน ซึ่งถือเป็นหลักที่สำคัญที่สุดของศาสนาเซน ส่วนสัญลักษณ์ของฝ่ามือนั้น บ่งบอกถึงความเชื่อมั่นในตนเอง และไม่เกรงกลัวสิ่งใด การไม่เกรงกลัวในที่นี้ อีกนัยหนึ่ง หมายถึง การต่อสู้ ไม่ย่อท้อต่อการเป็นมนุษย์ เนื่องจากมนุษย์ถือเป็นสัตว์ที่ยังคงมีกรรม และยังต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ วงล้อมแห่งธรรมะประกอบด้วยหลักคำสอน 24 ประการ แสดงถึงหลักคำสอนที่องค์ศิโรตถ์ทั้ง 24 พระองค์ได้ทรงเทศนาสั่งสอนไว้ เช่น หลักแห่งการไม่เบียดเบียน หลักแห่งความเมตตา หลักแห่งการไม่ยึดติดทั้งในด้านวัตถุและในด้านร่างกาย หลักแห่งการยอมรับ ธรรมชาติความคิดเห็นอื่นและหลักความเท่าเทียมกันของวิญญาณ

16ข. ความเข้าใจสัญลักษณ์ศาสนาเซน

สัญลักษณ์ทางศาสนาของศาสนาเซนประกอบด้วยพระจันทร์เสี้ยว จุด 3 จุด และสวาดิกะ หรือสัญลักษณ์โอม รูปฝ่ามือที่มีวงล้อมอยู่ภายใน มีนิ้วมือและฝ่ามือโอบล้อมสัญลักษณ์ทั้งหมดไว้ สัญลักษณ์แต่ละสัญลักษณ์มีความหมายที่แตกต่างกันตามแนวคิดของศาสนาเซน

จุด 3 จุด หมายถึงหลักทั้ง 3 แห่งการบรรลุธรรม คือ

1. การมีความเชื่อความศรัทธาที่ชอบ
2. การมีความรู้ที่ชอบ
3. การประพฤติปฏิบัติที่ชอบ

หลัก 3 ข้อนี้ ถือเป็นหลักปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม

สัญลักษณ์พระจันทร์เสี้ยว หมายถึง ไก่วัดยธรรม โมกษะ หรือ นิพพาน ใน ความหมายพุทธศาสนา สัญลักษณ์นี้จึงอยู่สูงสุดและเป็นสถานที่ถาวรที่วิญญาณที่หลุดพ้นแล้วจะไปสถิตอยู่ในสุทธศิลา

สัญลักษณ์สวัสดิกะถือเป็นสัญลักษณ์ศักดิ์สิทธิ์ในศาสนาเซน ด้านทั้ง 4 ของสัญลักษณ์สวัสดิกะ คือ อาณาจักรหรือสถานที่ที่สิ่งมีชีวิตทั้ง 4 ชนิดอาศัยอยู่ อาณาจักรทั้ง 4 คือ สวรรค์ พื้นโลกที่มนุษย์อาศัยอยู่ พื้นดินรวมไปถึงชั้นบรรยากาศที่สัตว์ทั้งหลาย รวมไปถึง สิ่งมีชีวิตสัมผัสเสียดเยว เช่น พืช ตลอดจนจณลม ไฟ น้ำ

ที่มีสิ่งมีชีวิตตั้งแต่สัมผัสเดี๋ยวจนถึงหลายสัมผัสอาศัยอยู่
สัญลักษณ์ดังกล่าวทำให้ตระหนักว่าชีวิตที่ดำรงอยู่ในโลก และยังคงเวียนว่ายตายเกิดอยู่
ต่างก็ได้รับความทรมานจากกรรมที่ห่อหุ้มอยู่ และการตายที่นับไม่ถ้วนภายใต้อาณาจักรทั้ง 4
นี้ ดังนั้น เราควรยึดถือตามหลักแห่งศาสนาที่ถูกต้อง
และมุ่งสู่การหลุดพ้นจากความทรมานทั้งหลายเหล่านี้

สัญลักษณ์โอมในศาสนาเซนประกอบขึ้นด้วยเสียง 5 เสียง และอักษร A, A, A, U, M

- **อักษรตัวที่ 1** หมายถึง อริหันต์
คือมนุษย์ทั้งหลายผู้ซึ่งรู้ได้ถึงธรรมชาติดั้งเดิมของชีวิตและสามารถเอาชนะความต้องการต่าง
ๆ ในทางโลกได้ พวกเขาได้กำจัดมาติกรรม 4 (Ghati) ได้หมดสิ้น
และยึดหลักปฏิบัติตามหลักแห่งศาสนา
- **อักษรตัวที่ 2** หมายถึง Ashariri Ashariri คือ วิญญาณที่ปราศจากร่างกาย
สามารถบรรลุหลุดพ้นแล้ว
- **อักษรตัวที่ 3** หมายถึง ครู อาจารย์ (Acharya Acharyas) คือ ผู้บำเพ็ญตบะ
และเป็นหัวหน้าในการรวมกลุ่มประชุมกัน
- **อักษรตัวที่ 4** หมายถึง อุปัชฌาย์ (Upadhyay Upadhyays) คือ อาจารย์ผู้บำเพ็ญเพียร
บำเพ็ญตบะ
- **อักษรตัวที่ 5** หมายถึง มุนี (Muni Munis) หมายถึง มุนี รวมถึงนักบวชทั้งหลาย
ทั้งชาย-หญิง ผู้ดำเนินรอยตามหลักปฏิบัติ 5 ประการขององค์มหาวิระ ดังนั้น
เครื่องหมายโอมแสดงถึงการให้ความเคารพแก่บุคคลผู้มีความสำคัญทั้ง 5 ในศาสนาเซน
เครื่องหมายโอมเป็นเครื่องหมายของนัสการศาสนาเซน

กรอบภายนอกที่โอบล้อมฝ่ามือไว้ นั้นมีลักษณะเหมือนคนยืนอยู่ด้วยเท้าที่แยกออกจากกัน
และมีแขนทั้งสองข้างอยู่ข้างลำตัว สัญลักษณ์นี้หมายถึงรูปร่างของจักรวาล
ข้อความที่อยู่ด้านล่างสัญลักษณ์ หมายถึงสิ่งมีชีวิตทั้งหลายต่างดำรงอยู่อย่างมีปฏิสัมพันธ์กัน
ในที่นี้หมายถึงมนทัศน์เรื่องการดำรงอยู่ด้วยความเมตตาต่อสิ่งมีชีวิตอื่น

สัญลักษณ์โดยรวมทั่วไป อธิบายได้ถึงความเชื่อเรื่องไตรภูมิ คือสิ่งมีชีวิตดำรงอยู่ใน สวรรค์
โลก มนุษย์ และนรก สิ่งมีชีวิตที่อาศัยอยู่ในโลกทั้ง 3
ต่างได้รับความทรมานจากการเวียนว่ายตายเกิดเปลี่ยนจากร่างของสิ่งมีชีวิตหนึ่งสู่สิ่งมีชีวิตหนึ่ง
แต่สัตว์โลกทั้งหลายยอมดำเนินชีวิตตามหลักศาสนาที่แท้จริง ด้วยการมีศรัทธาชอบ
ความรู้ชอบและประพฤติปฏิบัติชอบ ตามที่องค์ศีร์ถังกรทั้งหลายทรงสั่งสอนไว้

การปฏิบัติตามหลักดังกล่าวย่อมถือเป็นสิริมงคลแก่ตนเอง เพราะเป็นการละเว้นซึ่งการเบียดเบียน หลักปฏิบัตินี้จะช่วยส่งเสริมให้ชีวิตหรือวิญญาณของบุคคลเหล่านั้นพัฒนาอยู่ในระดับขั้นที่สูงขึ้นและดำรงอยู่ในภาวะที่สมบูรณ์สูงสุด

ศาสนิกชนกลุ่มใหญ่ได้พัฒนาหลักความเข้าใจเกี่ยวกับสัญลักษณ์ในศาสนาเซนในช่วงหลังจากที่ศาสตราจารย์ระทรวงหลุดพ้นได้ 2,500 ปี ในปี ค.ศ. 1947 สหพันธ์แห่งศาสนาเซนให้ใช้สัญลักษณ์โอมแทนสัญลักษณ์สวัสดิกะ เนื่องจากสัญลักษณ์สวัสดิกะในทางตะวันตกมีความหมายทางลบหมายถึงผู้ประพฤตินอกกรีต

17. วัดเซน

วัดเซนเป็นศาสนสถานแห่งการสักการะ และเป็นสถานที่ที่ผู้มาสักการะเกิดความสงบสันติสุข วัดเซนมีความสวยงามและเจียมบ่งบ สถานที่สักการะแห่งนี้สะท้อนถึงธรรมชาติที่แท้จริงของชีวะหรือวิญญาณ เป็นสถานที่แห่งการใคร่ครวญ ตรึกตรองถึงสภาวะดั้งเดิมของชีวะ เสมือนหนึ่งรู้สึกได้ถึงสิ่งศักดิ์สิทธิ์ดำรงอยู่ในตน ดังนั้นเราจึงสามารถเป็นส่วนหนึ่งของการเข้าถึงความบริสุทธิ์ที่อยู่ภายในตัวเราได้โดยการละทิ้งซึ่งความโภจ การยึดมั่นถือมั่นในทุกสิ่ง ความลุ่มหลง และความละโมภทั้งหลาย

มีศาสนิกชนเซนมากกว่าร้อยละ 80 ทั้งที่มาจากนิกายเสวตัมพรและนิกายทิคัมพรมีหลักความเชื่อในการบูชาสักการะองค์ตรึงกรในวัด ในสมัยแรกมีรูปปฏิมาตรึงกรเพียงสองแบบเท่านั้น คือ รูปปฏิมาองค์ตรึงกรแบบกิ่งหลักตาของนิกายทิคัมพร และรูปปฏิมาองค์ตรึงกรแบบลิ่มตาที่นิกายเสวตัมพรพัฒนาขึ้น

ศาสนาเซนนิกายทิคัมพรคงความเคารพรูปปฏิมาตรึงกรตามธรรมชาติในรูปแบบเดิม ส่วนนิกายเสวตัมพร มีการสร้างประดับตกแต่งองค์ตรึงกรให้ดูงดงามมากกว่ารูปแบบดั้งเดิม สัญลักษณ์ในการตกแต่งองค์ตรึงกร มีนัยหมายถึงองค์ตรึงกรทรงเป็นกษัตริย์ พระองค์ทรงเสวยราชสมบัติมากมาย แต่พระองค์ก็ยังมีได้รับความสุขที่แท้จริงจากสมบัติเหล่านี้ พระองค์จึงทรงละทิ้งความสุขสบายและทรัพย์สินสมบัติทั้งหลาย และตั้งสัตย์ปฏิญาณว่าจะสละละการครอบครอง

รูปปฏิมาตรึงกรทั้งรูปแบบนั่งสมาธิคอกบัวหรือยืนหันหน้าตรง มีนัยหมายถึงภาวะการอยู่ในสมาธิขั้นสูงสุด พระพักตร์และพระเนตรของพระองค์ แสดงถึงความเมตตาและก่อให้เกิดความสงบทางใจแก่ ผู้มองเห็น รูปเคารพบ่งบอกถึงคุณลักษณะภายในของพระองค์มากกว่ารูปลักษณะที่เห็นได้ง่ายจากภายนอก ดังนั้น รูปปฏิมาตรึงกรจึงมีลักษณะไม่แตกต่างกันมาก โดยปกติแล้วรูปเคารพจะสร้างขึ้นโดยการแกะสลักจากหินอ่อนหรือจากโลหะบริสุทธิ์ ทั้งนิกายทิคัมพรและเสวตัมพรนิยมการสร้างรูปเคารพในลักษณะนี้ แม้กระบวนการในการสร้างจะมีความซับซ้อนและต้องใช้ความปราณีตอย่างมากในการออกแบบโครงสร้าง

องค์ตรึงกรแต่ละองค์ จะมีสัญลักษณ์แตกต่างกันไป สัญลักษณ์ดังกล่าวสังเกตได้จากใต้ฐานขององค์ตรึงกร

ก่อนที่ศาสนิกจะเข้าไปในวัด ทุกคนจะต้องถอดรองเท้าออกก่อน และเมื่อต้องเดินเข้าไปในวัด ศาสนิกควรกล่าวคำนีสิหิ (Nissih) ซึ่งมีความหมายว่าจงทิ้งสิ่งต่างๆไว้ข้างหลัง มีนัยหมายถึงจิตใจ คำพูด และการกระทำที่ไม่ดีทั้งหลาย เราควรทิ้งไว้กับโลกข้างนอก ไม่เอาเข้ามาภายในวัด เช่น ความชั่วต่างๆ คือ ความโกรธ ความถือทิฐิ การหลอกลวง และความละโมภ

ศาสนิกไม่ควรน่านมหรือของหวานเพื่อการถวายบูชา เพราะผลิตภัณฑ์ในการใช้บริโภคเหล่านี้ ได้จากการทรมานและการแสวงหาผลประโยชน์จากวัวและสัตว์ต่างๆ วัวเพศเมียถูกทำให้ตั้งครรรภ์ตลอดระยะเวลาที่กำลังเจริญเติบโต และจะถูกฆ่าหลังจากที่ให้น่านมไม่ได้ถึงร้อยละ 30 ซึ่งเฉลี่ยโดยประมาณ 6 ปี (จากอายุโดยเฉลี่ยของแม่วัวโดยปกติ 15 ปี) เราไม่ควรนำหลักแห่งการไม่เบียดเบียนมาประนีประนอม แม้แต่ในการถวายหรือบูชาสักการะองค์ตรีถังกร

ในการบูชา เราควรบูชาน้ำที่สะอาด แทนที่จะบูชาด้วยน้ำที่ผสมน่านม ควรบูชาด้วยผลไม้แห้งแทนที่จะบูชาด้วยของหวานและควรใช้น้ำมันละหุ่งแทนเนยใส กว่าร้อยละ 90 ที่ผ่านมา ศาสนิกเช่นใช้น้ำมันละหุ่งในการบูชา ศาสนิกไม่ควรใช้กระดาษตะกั่วในการตกแต่งรูปเคารพ เนื่องจากสิ่งนี้ถูกผสมขึ้นจากการใช้แรงงานมนุษย์ เช่นเดียวกับการใช้วัวในการผลิตน่านม ศาสนิกไม่ควรสวมไข่มุก ผ้าไหม ขนสัตว์และหนัง เพราะสิ่งเหล่านี้ได้มาจากการฆ่าหอยนางรม หนอน และสัตว์มีหนัง ศาสนิกไม่ควรกิน ดื่มหรือรับประทานอาหารในวัด ไม่ควรวิ่งไปมา ตะโกน หรือพูดถึงผู้อื่น (นินทา) หรือตั้งกลุ่มเพื่อการใด ๆ ขึ้นในวัด แม้แต่ชื่อของผู้บริจาคตก็ไม่ปรากฏในกล่องบริจาคทำบุญในวัดเช่น

18. เว็บไซต์เกี่ยวกับศาสนาเซน

เว็บไซต์ที่เกี่ยวกับศาสนาเซนมีอยู่มากมาย และมีเพิ่มมากขึ้นในทุกๆปี หากท่านพบเว็บไซต์อื่นๆที่เกี่ยวกับศาสนาเซนที่น่าสนใจ โปรดแจ้งให้เราทราบ เพื่อทางเราจะนำมาเพิ่มเติมจากข้อมูลเว็บไซต์ ณ ปัจจุบันที่เรามีอยู่

www.jaina.org

www.jainworld.com

www.cs.colostate.edu/~malaiya/jainlinks.html

www.anekant.org

www.jainstudy.org

www.sunsite.unc.edu/jainism
www.sacred-texts.com/jai/index.htm
www.atmadharma.com
www.jainism.org
www.fas.harvard.edu/~pluralsm/affiliates/jainism/
www.injm.org/
www.jainsamaj.org/
www.jaintirth.org/
www.jcnc.org/
www.yja.org/
www.terapanthonline.com
www.veg.org/veg/Guide/
www.jainmeditation.org
www.geocities.com/haren-shah
www.jainuniversity.org
www.jainscience-rissios.org

19. บรรณานุกรม

Tattvartha Sutra by Acharya Umasvati, Translated By K. K. Dixit, Published by L. D. Institute of Indology, Ahmedabad

Jaina Sutras, Part I & II, translated by Hermann Jacobi 1895.

Moksha Marg Prakashak by Pundit Todarmal, Digambar Jain Swadhyay Mandir Trust Songadh, India 1961

Atmasiddhi-shastra by Shrimad Rajchandra, Translation By Shree Brahmachariji

A Handbook of Jainology by Acharya Shri Bhuvan-bhanuji Surishvarji, English Translation: Prof K. Ramappa. M.A.B.Ed., Published by Shri Vishva Kalyan Prakashan Trust, Mehsana, India ,1987.

Gandhar-vad by Acharya Shri Bhuvan-bhanuji Surishvarji, English Translation: Prof K. Ramappa. M.A.B.Ed., Publish by Shri Vishva Kalyan Prakashan Trust, Mehsana, India, 1987.

Jain Darshan (Jain Philosophy and Religion) by Muni Shri Nyayvijayaji, Translated By Shri Nagin Shah, Published by Motial Banarasidass, New Delhi, India, 1997.

First Steps To Jainism by Asoo Lal Sancheti M.Com., L.L.B., I.R.A.S., Published By M. Sujan Mal Ugam Kanwar Sancheti Trust, Jodhpur, India.

The Jaina Path of Purification by Padmanabh S. Jaini, Published by Motilal Banarasidass Publication, New Delhi, India 1997

The Path of Arhat: A Religious Democracy by Shri T.U. Mehta Court Justice, Published by Pujya Sohanalal Smaraka Parshvanath, Sodhapitha

Ahimsa Is Not A Religion... It Is A Way of Life by Clare Rosenfield, and Linda Segall and Guides by Shree Gurudev Chitrabhanuji

Aspects of Jaina Religion by Vilas A. Sangave, Published by Bhartiya Jnanpith Publications, New Delhi, India. 1990.

The Jaina Path of Ahimsa by Vilas A. Sangave, Published by Padmashri Sumatibai Vidyapith Trust, Solapur, India, 1991.

Primary Principles of Jainism Compilation by Harendra Shah, Jain Society of San Francisco, 1998

Jain Theism by Hemant Shah. Ph.D., Published by Academy of Philosophy, Amdavad, India, 1997.

Essence of Jainism by Shree Manubhai Doshi, Published by Indira Memorial Trust, Chicago, 1994.

Spiritual Codes And Restraints by Shree Manubhai Doshi, Published by Indira Memorial Trust, Chicago, 1997.



To kill or hurt any living being
amounts to killing or hurting one self,
Compassion to others is compassion to one's own self.

-Mahavir (Bhagwati Aradhana, 797)

That which subdues passions, lead to bliss, and
fosters friendliness is called right knowledge.

-Mahavir (Mulachar 5/71)

There's no knowledge without right faith,
no conduct is possible without knowledge,
without conduct, there's no liberation,
and without liberation, no deliverance.

-Mahavir (Uttaradhyayan, 27/30)

