

## บทที่ ๘

### ความไม่ประมาท : สัจธรรมสากล

พระพุทธเจ้าได้ประกาศหลักธรรมไว้มากมาย และหลักธรรมต่าง ๆ นั้นล้วนมีประโยชน์ทั้งสิ้น ถ้าหากบุคคลรู้จักนำหลักธรรมนั้น ๆ มาปฏิบัติ มิใช่เพียงการจดจำหรือท่องบ่น เพราะหากว่าบุคคลกล่าวพุทธพจน์ได้มากแต่เป็นคนประมาท ไม่ทำตามพุทธพจน์นั้น ก็ไม่มีส่วนแห่งสามัญญผล เหมือนคนเลี้ยงโคคอยนับโคให้ผู้อื่น<sup>๑</sup>

ด้วยเหตุนี้คำสอนทั้งหมดที่พระพุทธเจ้าได้สอนไว้นั้น จึงต้องอาศัยหลักธรรมประการสำคัญ คือ ความไม่ประมาท ซึ่งความไม่ประมาทนี้ ผู้ที่ศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้าต่างยกย่องว่าเป็นที่รวมแห่งพระพุทธพจน์ทั้งหมด ทั้งนี้เพราะความไม่ประมาทเป็นพื้นฐาน ให้บุคคลมีความเพียรพยายาม ศึกษาและปฏิบัติธรรมอื่น ๆ อย่างสม่ำเสมอ และพระพุทธเจ้าได้ตรัสเปรียบเทียบไว้ว่า

“รอยเท้าสัตว์ทั้งหลายที่สัญจรไปบนแผ่นดิน ชนิดใด ชนิดหนึ่ง รอยเท้าเหล่านั้นทั้งหมด ย่อมถึงการรวมลงในรอยเท้าช้าง รอยเท้าช้างย่อมกล่าวกันว่า เป็นเลิศกว่ารอยเท้าเหล่านั้น เพราะเป็นของใหญ่ ข้อนี้อุปมาฉันใด... ธรรมอย่างหนึ่งที่ยึดไว้ได้ซึ่งประโยชน์ทั้ง ๒ คือ ประโยชน์ภพนี้และประโยชน์ภพหน้า คือ ความไม่ประมาท”<sup>๒</sup>

#### ๑. ความหมายของความไม่ประมาท

ความไม่ประมาท หมายถึง การมีสติระลึกรู้ได้อยู่ว่าปัจจุบันตนเองกระทำอะไรอยู่ ทำแล้วจะเกิดผลอย่างไร ทำในสิ่งที่ควรกระทำหรือไม่ รวมทั้งความรอบคอบ ระมัดระวังในสิ่งที่กระทำอยู่ให้เป็นไปในทางที่ควรอยู่เสมอ ซึ่งตรงกันข้ามกับความประมาท คือ ความชะล่าใจ การขาดความระมัดระวัง การไม่ทำความดีติดต่อก็จึงมักกล่าวกันว่า “ความประมาทคือหนทางแห่งความตาย” พระพุทธเจ้าทรงเห็นภัยแห่งความประมาทนี้ จึงได้ชี้ทางอันเป็นมงคลชีวิตที่สำคัญ คือ ความไม่ประมาท อันทำให้บุคคลรู้และระลึกได้ถึงสิ่งที่ควรกระทำของตน เพื่อความสุขแห่งตน ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า

“ความไม่ประมาท เป็นทางเครื่องถึงอมตนิพพาน  
ความประมาท เป็นทางแห่งความตาย... คนเหล่าใด  
ประมาทแล้วย่อมเป็นเหมือนคนตายแล้ว บัณฑิต  
ทั้งหลายตั้งอยู่ในความไม่ประมาท... หากรรมอื่น  
ยิ่งกว่ามิได้ ยศย่อมเจริญแก่บุคคลผู้มีความหมั่น  
มีสติมีการงานที่สะอาด ผู้ใคร่ครวญแล้วจึงทำ  
ผู้สำรวจระวัง ผู้เป็นอยู่โดยธรรม และผู้ไม่ประมาท”

## ๒. สิ่งที่ไม่ควรประมาท

สิ่งที่ไม่ควรประมาท มีอยู่ ๔ ประการ คือ

๑. ไม่ประมาทในเวลา
๒. ไม่ประมาทในวัย
๓. ไม่ประมาทในการงาน
๔. ไม่ประมาทในการปฏิบัติธรรม

## ๓. ลักษณะของความประมาทและความไม่ประมาท

ลักษณะของผู้ที่มีความประมาท และผู้ที่ไม่ประมาทนี้ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า  
“โอ้หนอเราอาจจะมีชีวิตอยู่ได้เพียงวันหนึ่งคืนหนึ่งดังนี้ก็ดี, โอ้หนอเราอาจจะมีชีวิต  
อยู่ได้เพียงเวลากลางวันดังนี้ก็ดี, เราอาจจะมีชีวิตอยู่ได้เพียงชั่วขณะที่ฉันบิณฑบาต  
เสร็จมือหนึ่งดังนี้ก็ดี, เราอาจจะมีชีวิตอยู่ได้เพียงชั่วขณะที่ฉันอาหารเสร็จเพียง  
๔-๕ คำ เราพึงใส่ใจถึงคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้าเถิด... เราเรียกว่ายังเป็น  
ผู้ประมาทอยู่”

“โอ้หนอ เราอาจจะมีชีวิตอยู่ได้เพียงชั่วขณะที่ฉันอาหารเสร็จเพียงคำเดียว  
ดังนี้ก็ดี, เราอาจจะมีชีวิตอยู่ได้เพียงชั่วขณะที่หายใจเข้าแล้วหายใจออก หรือชั่ว  
หายใจแล้วเข้า, เราพึงใส่ใจคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้าเถิด การปฏิบัติตาม  
คำสอนควรทำให้มาก... เราเรียกว่า เป็นผู้ไม่ประมาทแล้ว”

## ๔. การฝึกตนให้เป็นผู้ไม่ประมาท

การฝึกตนให้เป็นผู้ไม่ประมาทนั้น พระพุทธเจ้าตรัสไว้ ๔ ประการคือ

๑. จงละกายทุจริต จงเจริญกุศลสุจริต และอย่าประมาทในการละกายทุจริต และการเจริญกุศลสุจริตนั้น

๒. จงละวาจีทุจริต จงเจริญวาจีสุจริต และอย่าประมาทในการละวาจีทุจริต และการเจริญวาจีสุจริตนั้น

๓. จงละมโนทุจริต จงเจริญมโนสุจริตและอย่าประมาทในการละมโนทุจริต และการเจริญมโนสุจริตนั้น

๔. จงละมิฉฉาทิฐิ จงเจริญสัมมาทิฐิ และอย่าประมาทในการละมิฉฉาทิฐิ และการเจริญสัมมาทิฐินั้น<sup>๕</sup>

ในการฝึกตนให้เป็นผู้ไม่ประมาทนี้ การระวังใจถือว่าสำคัญที่สุดเพราะใจเป็นผู้สั่งกายและวาจา ซึ่งการทำใจให้เป็นผู้ไม่ประมาทนั้นมี ๔ ประการคือ

๑. มีสติเครื่องรักษาใจโดยสมควรแก่ตนว่า จิตของเราอย่ากำหนดในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความกำหนด

๒. จิตของเราอย่าขัดเคืองในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความขัดเคือง

๓. จิตของเราอย่าหลงในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความหลง

๔. จิตของเราอย่ามัวเมาในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความมัวเมา<sup>๖</sup>

เมื่อบุคคลมีสติ จิตย่อมเกิดความมั่นคง ไม่หลงไปตามภาวะแวดล้อม ความไม่ประมาทย่อมเกิดขึ้น

## ๕. ประโยชน์ของความเป็นผู้ไม่ประมาท

บุคคลผู้ไม่ประมาทนี้ ถือว่าเป็นผู้ที่สามารถเข้าถึงประโยชน์สูงสุดในชีวิตได้ เพราะความมีสติ ไม่ประมาทสามารถ ทำให้รู้จักเลือกหลักธรรมต่างๆ มาใช้ให้เกิดประโยชน์ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า

“บุคคลผู้ปรารถนาอยู่ซึ่งอายุ ความไม่มีโรค วรรณะ สวรรค์ ความเกิดในตระกูลสูง และความยินดีอันโอฬารต่อ ๆ ไป พึงบำเพ็ญความไม่ประมาท บัณฑิตทั้งหลายย่อมสรรณเสริญ ความไม่ประมาทในบุญกิริยาทั้งหลาย บัณฑิตผู้ไม่ประมาท ย่อมยึดไว้ได้ซึ่งประโยชน์ทั้ง ๒ คือ ประโยชน์ภพนี้ และ ประโยชน์ภพหน้า เพราะยึดไว้ได้ซึ่งประโยชน์ ผู้มีปัญญา จึงได้นามว่า “บัณฑิต”ฯ”<sup>๗</sup>

บุคคลจึงไม่ควรประมาท เพื่อความสุขของตนเองในอนาคตทั้งที่มีชีวิตอยู่ และหลังจากสิ้นชีวิตไปแล้ว เพราะเราไม่สามารถที่จะรู้ว่าพรุ่งนี้จะมีชีวิตอยู่ต่อ ได้อย่างปกติหรือไม่ อนาคตเราจะเจ็บป่วยหรือไม่ เมื่อบุคคลไม่ประมาท ความทุกข์ย่อมเกิดขึ้นได้ยาก ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า

“ความโศกทั้งหลาย ย่อมไม่มีแก่ผู้มีจิตยังไม่ประมาท”<sup>๑</sup>

ด้วยความไม่ประมาท เป็นสิ่งสำคัญที่สุดที่จะทำให้บุคคลรู้จักนำหลักธรรม ต่าง ๆ มาใช้ ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงได้เตือนให้บุคคลไม่ประมาท แม้กระทั่งก่อน ที่พระพุทธเจ้าจะปรินิพพานพระพุทธองค์ ก็ตรัสเป็นปัจฉิมวาจาว่า

“เราขอเตือนพวกเธอว่า สังขารทั้งหลาย มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา พวกเธอ จงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด”<sup>๒</sup>

#### บรรณานุกรมและเชิงอรรถ

<sup>๑</sup> มหามกุฏราชวิทยาลัย พุทธศาสนสุภาษิต เล่ม ๒ (กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์ มหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๓๒) หน้า ๒๘

<sup>๒</sup> ส.ส. ๑๕/๓๗๙/๑๒๒

<sup>๓</sup> ชุ.ธ.๒๕/๑๒๑๑๖

<sup>๔</sup> พุทธทาส อินทปัญโญ ขุมทรัพย์จากพระโอษฐ์ (กรุงเทพฯ: พระนคร การพิมพ์ ๒๕๒๒) หน้า ๒๘๑

<sup>๕</sup> อง.จตุกก. ๒๑/๑๑๖/๑๕๕

<sup>๖</sup> อง.จตุกก.๒๑/๑๑๗/๑๕๕-๑๕๖

<sup>๗</sup> ส.ส.๑๕/๓๘๐/๑๒๒-๑๒๓

<sup>๘</sup> ชุ.อุ.๒๕/๑๐๑/๑๐๓

<sup>๙</sup> ที.ม. ๑๐/๑๔๓/๑๕๔



พิมพ์ที่... สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง  
**Ramkhamhaeng University Press.**



พจนานุกรมศัพท์



PY31342291

19.00 B