

(Preface) คำแปลภาษาไทย PREFACE คำนำ

This work is subtitled “An Introduction to Buddhism” and it is just that, an introduction, intended primarily for the Western reader seeking a simple, concise, easy-to-read guide to the Buddhist way of life.

งานเขียนนี้มีชื่อรองว่า “บทนำสู่พระพุทธศาสนา” และเป็นเพียงบทนำเท่านั้น ซึ่งมีวัตถุประสงค์หลักสำหรับผู้อ่านชาวตะวันตกที่กำลังมองหาคู่มือที่เรียบง่าย กระชับ อ่านง่าย เพื่อทำความเข้าใจวิถีชีวิตแบบพุทธ.

It incorporates, with revisions and additions, my three previous books about Buddhism, each of which dealt with one of the Three Jewels of what is called Buddhism’s Triple Gem.

หนังสือเล่มนี้ได้รวบรวมเนื้อหาจากหนังสือสามเล่มก่อนหน้าของผมเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา โดยมีการแก้ไขและเพิ่มเติม ซึ่งแต่ละเล่มกล่าวถึงอัญมณีหนึ่งในสามของสิ่งที่เรียกว่า พระรัตนตรัย (Triple Gem) ในพระพุทธศาสนา.

One of those Jewels is the Buddha, the founder of Buddhism. Another is the Dhamma, the teachings of Buddhism. And the third is the Sangha, the monastic order of Buddhism.

อัญมณีหนึ่งคือ พระพุทธเจ้า ผู้ก่อตั้งพระพุทธศาสนา อีกประการหนึ่งคือ พระธรรม คำสอนในพระพุทธศาสนา และประการที่สามคือ พระสงฆ์ คณะนักบวชในพระพุทธศาสนา.

The form of Buddhism discussed in this book is Theravadan, especially as practiced in Thailand, where Buddhism is the state religion and where there is but a small Muslim minority and an even smaller Christian minority among the approximately sixty-five million Thai nationals.

รูปแบบของพระพุทธศาสนาที่กล่าวถึงในหนังสือเล่มนี้คือ เถรวาท โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่ปฏิบัติกันในประเทศไทย ซึ่งพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติ และมีชนกลุ่มน้อยที่เป็นมุสลิมจำนวนน้อย และชนกลุ่มน้อยที่เป็นคริสเตียนจำนวนน้อยยิ่งกว่าในบรรดาคนไทยประมาณหกสิบล้านคน.

Theravadins regard their Buddhism as the Way of the Elders, which is the very meaning of Theravada, and as directly derived from the teachings of the Buddha as recorded in the earliest written texts, the Pali Canon.

ชาวเถรวาทถือว่าพระพุทธศาสนาของตนคือ วิธีของพระผู้ใหญ่ (Way of the Elders) ซึ่งเป็นความหมายที่แท้จริงของคำว่า เถรวาท และเป็นสิ่งที่สืบทอดโดยตรงจากคำสอนของพระพุทธเจ้าที่บันทึกไว้ในตำราลายลักษณ์อักษรที่เก่าแก่ที่สุด คือ พระไตรปิฎกภาษาบาลี

(Pali Canon). Theravada, called by some the Old Wisdom School, by others Hinayana (the Lesser Vehicle), is the Buddhism of Southern Asia — Thailand, Burma, Cambodia, Sri Lanka — whereas Maha-yana (the Greater Vehicle), a later form, is

พระพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งบางคนเรียกว่า สำนักปัญญาเก่า (Old Wisdom School) และบางคนเรียกว่า หินยาน (ยานที่เล็กกว่า - the Lesser Vehicle) คือพระพุทธศาสนาในเอเชียใต้ ได้แก่ ประเทศไทย พม่า กัมพูชา ศรีลังกา ในขณะที่ มหายาน (ยานที่ยิ่งใหญ่กว่า - the Greater Vehicle) ซึ่งเป็นรูปแบบที่เกิดขึ้นภายหลังนั้น คือ

หมายเหตุของผู้สอน:

คำว่า Hinayana (หินยาน) เป็นคำที่กลุ่มมหายานใช้เรียกในอดีต ซึ่งมีความหมายเชิงลบเล็กน้อย (ยานที่เล็กกว่า) และนักวิชาการสมัยใหม่ไม่นิยมใช้เพื่ออ้างถึงนิกายเถรวาทโดยตรง เนื่องจากเถรวาทเป็นเพียงหนึ่งในกลุ่มของเถรวาทโบราณที่ยังคงอยู่ (ตามที่ปรากฏในผลการค้นหาข้อมูล) แต่ผู้เขียนหนังสือเล่มนี้ได้ระบุไว้ในบริบทดังกล่าวครับ

หนังสือเล่มนี้ให้ความสำคัญกับพระพุทธศาสนาเถรวาทในประเทศไทยเป็นพิเศษ

ต้นฉบับภาษาอังกฤษ (Preface - ต่อ) คำแปลภาษาไทย

the Buddhism of northern Asia — Tibet, China, Japan (Zen), Mongolia, Korea. (Some residents of Thailand practice Mahayana Buddhism, especially some Chinese monks and their followers, and some Vietnamese.)

พระพุทธศาสนาในเอเชียเหนือ ได้แก่ ทิเบต, จีน, ญี่ปุ่น (เซน), มองโกเลีย, เกาหลี (ผู้อยู่อาศัยในประเทศไทยบางคนก็ปฏิบัติพระพุทธศานามหายาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งพระสงฆ์จีนและผู้ติดตามบางส่วน รวมถึงชาวเวียดนามบางคน).

Buddhism is moving westward — there are now more than half a million Buddhists in North America (1992) — and whether it is practiced in any of its various permutations — Theravada, Mahayana, Vajrayana (the Diamond Vehicle), Zen, Tao-combined — the permutations are less important than the “refuge” that all Buddhists find in The Triple Gem.

พระพุทธศาสนา กำลังเคลื่อนไปทางตะวันตก — ปัจจุบันมีชาวพุทธมากกว่าครึ่งล้านคนในอเมริกาเหนือ (ข้อมูลปี 1992) — และไม่ว่าจะปฏิบัติในรูปแบบใดก็ตามที่หลากหลาย — เถรวาท, มหายาน, วัชรยาน (ยานเพชร), เซน, ผสมผสานกับเต๋า — ความแตกต่างของรูปแบบเหล่านี้มีความสำคัญน้อยกว่า “ที่พึ่ง” ซึ่งชาวพุทธทุกคนพบใน พระรัตนตรัย (The Triple Gem).

Pali is the ancient literary language of Theravada Buddhism — and remains to this day its ecclesiastical language. (Sanskrit is the language of Mahayana Buddhism).

ภาษาบาลี เป็นภาษาทางวรรณกรรมโบราณของพระพุทธศาสนาเถรวาท และยังคงเป็นภาษาทางศาสนาจนถึงทุกวันนี้ (ภาษาสันสกฤต เป็นภาษาของพระพุทธศานามหายาน).

Because many Pali words cannot be translated literally into English circumlocutions must be used. There are many translated versions of the Buddha's discourses; some are rendered in remarkably beautiful, though perhaps somewhat fanciful, formal language, others in awkward, archaic, and all too often incomprehensible language.

เนื่องจากคำภาษาบาลีจำนวนมากไม่สามารถแปลเป็นภาษาอังกฤษได้ตรงตัว จึงต้องมีการใช้สำนวนอ้อม ๆ เพื่ออธิบาย มีพระธรรมเทศนาของพระพุทธเจ้าฉบับแปลหลายฉบับ บางฉบับแปลออกมาได้สวยงามอย่างน่าทึ่ง แม้ว่าจะอาจดูเป็นภาษาที่หยาบกร้านจริงและเป็นทางการไปบ้าง ขณะที่บางฉบับก็ใช้ภาษาที่ติดขัด โบราณ และมักจะเข้าใจยาก.

Fortunately, the meaning of what the Buddha said, if not his exact words, may be ascertained from the best of the various translations and circumlocutions, and it is to the meaning that I have turned when citing lines from the Buddha's discourses, the suttas, or other portions of the Buddhist scriptures.

โชคดีที่ความหมายของสิ่งที่พระพุทธเจ้าตรัส แม้จะไม่ใช่คำพูดที่แท้จริงทั้งหมด ก็สามารถยืนยันได้จากฉบับแปลและสำนวนอ้อม ๆ ที่ดีที่สุดหลายฉบับ และเป็นความหมายนี้เองที่ผมได้นำมาใช้เมื่ออ้างอิงข้อความจากพระธรรมเทศนาของพระพุทธเจ้า, จากพระสูตร (suttas) หรือส่วนอื่น ๆ ของพระคัมภีร์ทางพุทธศาสนา.

Furthermore, I have rendered them in contemporary language in order to make the Buddha's teachings more accessible and meaningful to today's readers.

ยิ่งไปกว่านั้น ผมได้ถ่ายทอดคำสอนเหล่านั้นด้วยภาษาปัจจุบัน เพื่อให้คำสอนของพระพุทธเจ้าเข้าถึงง่ายและมีความหมายต่อผู้อ่านในยุคปัจจุบันมากขึ้น.

I have used Pali terminology where appropriate to the ผมได้ใช้คำศัพท์ภาษาบาลี ในที่ที่เหมาะสมเพื่อ



สรุปประเด็นสำคัญ (Key Takeaways)

คำนำส่วนนี้ให้ข้อมูลที่สำคัญดังนี้:

ความแตกต่างของนิกาย: หนังสือเล่มนี้เน้นที่พระพุทธศาสนาเถรวาท (Theravada) ซึ่งเป็นที่รู้จักในฐานะ "Way of the Elders" และใช้ภาษาบาลี (Pali) โดยแตกต่างจาก มหายาน (Mahayana) ซึ่งใช้ภาษาสันสกฤต (Sanskrit) และเป็นที่แพร่หลายในเอเชียเหนือ.

วัตถุประสงค์ในการเขียน: ผู้เขียนมีจุดมุ่งหมายที่จะทำให้คำสอนของพระพุทธเจ้าเข้าถึงง่าย (accessible) และมีความหมาย (meaningful) ต่อผู้อ่านยุคใหม่ โดยการแปลความหมายจากพระสูตร (suttas) และพระคัมภีร์มาใช้ด้วยภาษาปัจจุบัน.

การอพยพของพุทธศาสนา: พระพุทธศาสนากำลังแพร่หลายไปยังโลกตะวันตก (อเมริกาเหนือมีชาวพุทธกว่าครึ่งล้านคนในปี 1992).

(Preface - ต่อ) คำแปลภาษาไทย

text except in those instances where Sanskrit words are more familiar to Westerners. For examples, nirvana and karma are Sanskrit, words more familiar to Westerners than their Pali counterparts, nibbana and kamma. The glossary in the Appendix lists words in both their Pali and Sanskrit forms.

เนื้อหา ยกเว้นในกรณีที่คำสันสกฤต เป็นที่คุ้นเคยสำหรับชาวตะวันตกมากกว่า ตัวอย่างเช่น คำว่า nirvana และ karma เป็นคำสันสกฤต ซึ่งชาวตะวันตกรู้จักมากกว่าคำบาลีคู่กันคือ nibbana และ kamma อภิธานศัพท์ในภาคผนวกได้ระบุคำศัพท์ทั้งในรูปบาลีและสันสกฤต.

I have been living in Thailand, a Buddhist land, for many years, studying and following the path of Buddhism. I have learned that Buddhism is not authoritative, not ritualistic, not speculative, and not metaphysical; that it abjures divination, superstition, and soothsaying; that it is democratic, without prejudice and bigotry; that it is therapeutic and pragmatic, a way of life.

ผมได้อาศัยอยู่ในประเทศไทย ซึ่งเป็นดินแดนแห่งพระพุทธศาสนา มาเป็นเวลาหลายปี ศึกษาและดำเนินตามแนวทางของพระพุทธศาสนา ผมได้เรียนรู้ว่าพระพุทธศาสนาไม่ได้ยึดถืออำนาจ ไม่ใช่พิธีกรรม ไม่ใช่การคาถาเดา และไม่ใช่อภิปราย; และเป็นศาสนาที่ปฏิเสธการทำนาย, ไสยศาสตร์, และหมอดู; เป็นประชาธิปไตย ปราศจากอคติและความคลั่งไคล้; และเป็นแนวทางชีวิตที่บำบัดรักษาและใช้งานได้จริง.

I have also learned that this remarkable religion does not believe in praying to a divinity, ignores the question of whether there is a God, and discourages reliance on ritual and ceremony. Instead, Buddhism teaches one to rely on oneself and to find truth within oneself. (divinity = ติวินินิที = พระเจ้า, เทพเจ้า)

ผมยังได้เรียนรู้ว่าศาสนาที่โดดเด่นนี้ไม่เชื่อในการสวดอ้อนวอนต่อเทพเจ้า, ละเลยคำถามที่ว่า มีพระเจ้าหรือไม่, และไม่ส่งเสริมการพึ่งพาพิธีกรรมและการเฉลิมฉลอง แต่พระพุทธศาสนาสอนให้เราพึ่งพาตนเองและค้นพบความจริงจากภายในตนเอง."

Look within," the Buddha said, "for thou art Buddha." พระพุทธเจ้าตรัสว่า "จงมองเข้าไปภายใน" "เพราะท่านคือพระพุทธเจ้า" (Look within, for thou art Buddha.)

Gerald Roscoe เจอร์ลัด รอสโค

◆ การแปลเป็นภาษาไทยของคำว่า "Look within, for thou art Buddha" คือ:

จงมองดูภายใน เพราะเธอคือพระพุทธเจ้า

🗨 คำอธิบายเพิ่มเติม

ส่วนของประโยค	ความหมาย	หมายเหตุ
Look within	จงมองดูภายใน	เป็นการบอกให้สำรวจจิตใจตัวเอง
for	เพราะ	คำเชื่อมแสดงเหตุผล
thou art	เธอคือ/ท่านคือ	เป็นรูปคำโบราณของ "you are" (คุณคือ)
Buddha	พระพุทธเจ้า	ในบริบทนี้ หมายถึง ธาตุแห่งพุทธะ (Buddha Nature) หรือสภาวะที่บริสุทธิ์ ตื่นรู้ และศักยภาพในการเป็นพระพุทธเจ้าซึ่งมีอยู่ในตัวทุกคน

📌 สรุปและแก่นแท้ของคำนำ (The Core Message)

คำนำส่วนสุดท้ายนี้เน้นย้ำถึงประสบการณ์ของผู้เขียน (Gerald Roscoe) ในประเทศไทย และสรุปแก่นของพระพุทธศาสนาที่เขาได้เรียนรู้:

คำศัพท์: ผู้เขียนเลือกใช้คำ สันสกฤต เช่น Nirvana และ Karma แทนคำ บาลี เช่น Nibbana และ Kamma เนื่องจากเป็นที่คุ้นเคยในโลกตะวันตกมากกว่า

ลักษณะพระพุทธศาสนา:

ไม่ใช่: ศาสนาที่ยึดอำนาจ, เน้นพิธีกรรม, เน้นการคาดเดา, หรือเน้นอภิปราย。

เป็น: ประชาธิปไตย, ปฏิเสธการทำนาย/ไสยศาสตร์, บำบัดรักษา, และใช้งานได้จริง (pragmatic).

การพึ่งพาตนเอง: พระพุทธศาสนาไม่เน้นการอ่อนน้อมต่อเทพเจ้า, ไม่สนใจคำถามเรื่องพระเจ้า, และไม่สนับสนุนการพึ่งพาพิธีกรรม แต่สอนให้พึ่งพาตนเองและค้นพบความจริงภายใน

(หนังสือ หน้า 3)

บทที่หนึ่ง: แรงดึงดูดของพระพุทธศาสนา (The Appeal of Buddhism)

พระพุทธศาสนาซึ่งมีอายุเก่าแก่กว่าศาสนาคริสต์มากกว่าห้าสหัสวรรษ เป็นหนึ่งในศาสนาที่ยิ่งใหญ่และยั่งยืนของอารยธรรมตะวันออก ปัจจุบันกำลังค้นพบแหล่งที่มาของความเข้มแข็งและความมีชีวิตชีวาใหม่ในโลกตะวันตก

ผู้คนจำนวนมากขึ้นเรื่อย ๆ ทั่วทั้งยุโรป, บริเตนใหญ่, ออสเตรเลีย, อเมริกาเหนือ และที่อื่น ๆ กำลังถูกดึงดูดเข้าสู่พระพุทธศาสนา โดยมักเริ่มต้นด้วยความอยากรู้อยากเห็นทางสติปัญญา และต่อมาจึงพบการบำรุงเลี้ยงส่วนบุคคลที่น่าพึงพอใจอย่างลึกซึ้ง ในขณะที่พวกเขากำลังแสวงหาชีวิตที่มีความหมาย

ดังที่ชาวฝรั่งเศสเคยกล่าวไว้ว่า "Je suis athéiste mais Catholique" ("ฉันเป็นผู้ไม่เชื่อในพระเจ้าแต่เป็นชาวคาทอลิก") ผู้ปฏิบัติชาวตะวันตกหลายคนก็อาจกล่าวได้ว่า "ฉันเป็นคริสเตียนแต่เป็นชาวพุทธ" หรือ "ฉันเป็นยิวแต่เป็นชาวพุทธ" หรืออาจกล่าวได้ว่า "ฉันเป็นผู้ไม่เชื่อในพระเจ้าแต่เป็นชาวพุทธ" สำหรับพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับเรื่องของมนุษย์, เรื่องเร่งด่วน, และเรื่องที่ถูกปฏิบัติได้จริง มากกว่าเรื่องที่ว่าพระเจ้าหรือไม่

เป็นที่น่าสังเกตว่าการยอมรับพระพุทธศาสนาไม่จำเป็นต้องมีการปฏิเสธศาสนาเดิมของบิดามารดาหรือศาสนาในช่วงชีวิตก่อนหน้านี้ของตนเอง อันที่จริง พระพุทธศาสนาไม่ต้องการสิ่งใดจากผู้ที่จะฝึกปฏิบัติเลย พระพุทธศาสนาไม่ได้เคร่งครัดในหลักคำสอนหรือเป็นแบบคำถามคำตอบ (catechistic) มันไม่ได้สั่งสอนเรื่องบาป มันไม่ได้กล่าวว่ามี ทางเดียวที่ถูกต้องเท่านั้น แต่มันเสนอหนทางสู่ปัญญา, สู่การรู้แจ้ง; คำว่า พระพุทธะ นั้นมาจากรากศัพท์ พุทธ (buddha) นั่นเอง

พระธรรม (The Dhamma)

...คือการตื่นรู้, การรู้แจ้ง องค์พระพุทธเจ้า ผู้ทรงตรัสรู้โดยสมบูรณ์นั้น ทรงเป็นมนุษย์ ไม่ใช่เทพเจ้า เป็นมนุษย์ผู้ซึ่งอยู่เหนือครูบาอาจารย์ทั้งปวง

สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอน—ซึ่งเป็นที่รู้จักกันในนาม ****พระธรรม (Dhamma)****¹—อาจอธิบายได้ว่าเป็นวิถีการดำเนินชีวิตที่ดี ทั้งสำหรับพระภิกษุและภิกษุณี รวมถึงสำหรับฆราวาส (ผู้ซึ่งในสมัยของพระพุทธเจ้าถูกเรียกว่า "ผู้ครองเรือน" ซึ่งยังคงเป็นคำที่พระภิกษุใช้มาจนถึงทุกวันนี้) สำหรับทั้งบรรพชิตและฆราวาส การดำเนินชีวิตที่ดี—คือชีวิตแห่งศีลธรรม, การทำสมาธิ, และการพัฒนาปัญญา—จะนำไปสู่การรู้แจ้งและ นิพพาน (Nirvana) ซึ่งเป็นสองแนวคิดที่ค่อนข้างยากสำหรับจิตใจของชาวตะวันตกที่จะทำความเข้าใจ และผมจะอธิบายต่อไปในบทหลัง ๆ

พระพุทธศาสนาเสนอ วิถีแห่งชีวิต ซึ่งในหลาย ๆ ด้านก็ไม่แตกต่างจากสิ่งที่ศาสนาคริสต์, ศาสนายูดาห์, ศาสนาอิสลาม, ลัทธิขงจื๊อ, ลัทธิเต๋า, หรือศาสนาอื่น ๆ ของโลกนำเสนอ ความคล้ายคลึงกันระหว่างพระพุทธศาสนากับศาสนาอื่น ๆ อยู่ที่แนวทางด้านศีลธรรมของศาสนาเหล่านั้น ข้อบัญญัติของศาสนาคริสต์-ยูดาห์, พระเวทและอุปนิษัทของศาสนาฮินดู, และ ศีลของชาวพุทธ

สำหรับฆราวาสชาวพุทธมี ศีลห้า ประการ คือ:

"ข้าพเจ้าขอถือเอาข้อฝึกหัดที่จะงดเว้นจาก" (1) การทำลายชีวิต (ฆ่าสัตว์), (2) การถือเอาสิ่งของที่มิได้ให้ (ลักทรัพย์), (3) การประพฤติดีกาม (sexual relations) ที่ไม่ชอบด้วยกฎหมาย/ไม่เหมาะสม, (4) การกล่าวเท็จ, และ (5) สารเสพติดที่นำมาซึ่งความประมาทเลินเล่อ

(ศีลเหล่านี้จะมีการพูดถึงเพิ่มเติมในบทต่อ ๆ ไป)

¹ ตลอดทั้งเอกสารนี้ คำว่า Dhamma ถูกใช้ในความหมายว่า คำสอน, ธรรมะ, ความจริง, สิ่ง que พระพุทธเจ้าทรงสอน (ในประเทศที่นับถือพระพุทธศาสนาแบบเถรวาทเรียกว่า ธรรมะ หรือ ธรรมะ) (นอกจากนี้ยังอาจหมายถึง หลักการ, ความชอบธรรม, เหตุ, ปัจจัย, ปรากฏการณ์, ความเป็นจริง, ปัจจัย, เงื่อนไข, และช่วงเวลาของประสบการณ์ทางจิตในบริบทที่แตกต่างกันไป)

แรงดึงดูดของพระพุทธศาสนา (The Appeal of Buddhism)

โปรดสังเกตว่าคำนำของศีลห้ามีถ้อยคำว่า "ข้าพเจ้าขอถือเอาข้อฝึกหัดที่จะงดเว้นจาก..." ซึ่งเป็นการ ยืนยันความรับผิดชอบส่วนบุคคล ที่แตกต่างอย่างมากจากพระบัญญัติของศาสนาฮีบรูและคริสเตียน

ความแตกต่างที่สำคัญระหว่างพระพุทธศาสนากับศาสนาอื่น ๆ อยู่ที่การรับรู้ถึง **ทุกข์ (dukkha)**² ของชาวพุทธ ในพระพุทธศาสนา ไม่มีคำใดที่สำคัญไปกว่านี้อีกแล้ว ไม่มีแนวคิดใดที่สำคัญไปกว่านี้อีกแล้ว คำว่า ทุกข์ (Dukkha) มักถูกแปลอย่างง่าย ๆ ว่า ความทุกข์ทรมาน (suffering) แต่มันมีความหมายแฝงที่ไกลเกินกว่านั้น

การเชื่อมโยงสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงอธิบายว่าเป็น ทุกข์ นั้น สามารถตอบสนองได้ดีกว่าความพยายามในการนิยามใด ๆ:

การเกิด คือ ทุกข์ เป็นประสบการณ์ที่น่าตกใจและเจ็บปวด

ความเจ็บป่วย คือ ทุกข์ ด้วยความเจ็บปวด, ไข้, ความไม่สบาย, และความปวดร้าว

ความเสื่อมโทรม, ความชรา, และวัยชรา คือ ทุกข์ ด้วยความแข็งแกร่งและความเป็นชีวิตชีวาที่ลดลง, ความอยากอาหารที่จางหายไป, อวัยวะสำคัญที่เสื่อมถอย, และการพึ่งพาผู้อื่นที่เพิ่มขึ้น

ความตาย คือ ทุกข์ เพราะมันคือความกลัวต่อความตาย

ความโศกเศร้า, ความคร่ำครวญ, ความเจ็บปวด, ความคับแค้น, และความสิ้นหวัง คือ ทุกข์

การอยู่ร่วมกับสิ่งที่ตนไม่ชอบ คือ ทุกข์

การพลัดพรากจากสิ่งที่ตนรักหรือจากคนที่รัก คือ ทุกข์

การไม่ได้ในสิ่งที่ต้องการ คือ ทุกข์

ความยึดมั่นในขันธห้า ซึ่งประกอบขึ้นเป็นตัวบุคคล—คือ กาย, ความรู้สึก, การรับรู้, เจตนา และการปรุงแต่ง, การรับรู้ (จิตวิญญาณ/การสำนึก)—คือ ทุกข์ (แนวคิดเรื่องขันธนี้จะมีการพูดถึงเพิ่มเติมในบทต่อ ๆ ไป)

² ในการอธิบายพระพุทธานุศาสนานี้ ๔๐ ๖ ก็ตาม เป็นเรื่องยากและไม่แนะนำให้หลีกเลี่ยงคำบาลี เพราะไม่มีคำในภาษาอังกฤษที่เทียบเท่าได้ดีพอ แต่ผมจะพยายามใช้ให้น้อยที่สุด อย่างไรก็ตาม การใช้สำนวนภาษาบาลีช่วยเพิ่มรสชาติให้การสนทนาเรื่องพระธรรม

พระธรรม (The Dhamma)

...แนวคิดทางพุทธศาสนาที่สำคัญ—ในบทต่อ ๆ ไป)

ความยึดมั่นในความคิดที่ว่ามี "ตน" (self) หรือ "วิญญาณ" (soul) ที่ควบคุม, ถาวร, และอาจเป็นอมตะ ถือเป็น ทุกข์ (dukkha)

ความไม่เที่ยง (Impermanence) ซึ่งเป็นหนึ่งในสิ่งที่พระพุทธเจ้าเรียกว่า "ไตรลักษณ์" (Three Characteristics of Existence) ก็คือ ทุกข์ (dukkha)

นักวิชาการชาวพุทธบางคน เช่น **พระขันติปาโล (Pra Khantipalo)**³ ได้เขียนไว้ว่า ทุกข์ (dukkha) ไม่ควรถูกแปลว่า "ความทุกข์ทรมาน" เพราะมีประสบการณ์ที่น่าพอใจมากมายในโลก แต่สิ่งปรุ้งแต่งทั้งหมดนั้นไม่เที่ยง และดังนั้นแม้ว่าสิ่งนั้นจะน่าพอใจ แต่ก็ไม่ได้เป็น ทุกข์ ทรมาน

สิ่งที่ชายที่เกิดมาในนาม สิทธัตถะ โคตมะ เห็นก่อนที่พระองค์จะออกผนวช ก็คือการที่มนุษย์ต้องทนอยู่กับ ทุกข์ (dukkha) พระองค์ทรงตั้งใจที่จะค้นหาวิธีที่จะยุติ ทุกข์ เหล่านั้น และพระองค์ก็พบวิธีนั้นเมื่อบรรลุการรู้แจ้งโดยสมบูรณ์เมื่อพระชนมายุสามสิบห้า และทรงอุทิศเวลาสี่สิบห้าปีที่เหลือของพระชนม์ชีพเพื่อการสอน ดังที่พระองค์มักจะสรุปอย่างสั้น ๆ ด้วยพระองค์เองว่า: "สิ่งที่ตถาคตสอนคือ ทุกข์ (dukkha) และการดับ ทุกข์"

พระธรรม โดยพื้นฐานแล้วตั้งอยู่บนสิ่งที่พระพุทธเจ้าเรียกว่า อริยสัจสี่ (Four Noble Truths) ซึ่งความจริงข้อแรกคือ: มี ทุกข์ (dukkha) อยู่จริง

ตอนนี้ สิ่งสำคัญคือต้องเน้นย้ำว่า อย่าให้ผู้คนเข้าใจพระพุทธศาสนาผิดว่าเป็นเพียงศาสนาแห่งการปฏิเสธ (negativism) เพราะการยอมรับของชาวพุทธที่ว่ามี ทุกข์ (dukkha) อยู่จริงนั้น ไม่ได้ปฏิเสธ ว่าจะมีความสุขและความปิติ, ความสำเร็จและความสมหวัง, ความผาสุก, และความเป็นอยู่ที่ดี ซึ่งบรรจุอยู่ในคำบาลีว่า สุขะ (sukha)

³ พระขันติปาโล เป็นพระภิกษุชาวอังกฤษซึ่งเคยจำพรรษาในประเทศไทยเป็นเวลาหลายปีก่อนที่จะย้ายไปออสเตรเลียในปี 1975 เพื่อเป็นเจ้าอาวาสของวัดป่ากรรมฐานแห่งหนึ่ง ท่าน

ได้เขียนหนังสือเกี่ยวกับพระพุทธศาสนาหลายเล่มและแปลคัมภีร์ภาษาบาลีหลายฉบับ (คำว่า Pra เป็นคำย่อที่สามารถสะกดได้ว่า Phra ด้วย)

(แปลต่อ หน้า 7)

.....