

วารสาร นวังกาสัตตศาสนปริทรรศน์



Journal Navangasatthusasana Review

ISSN 3057-0522

ปีที่ 1 ฉบับที่ 1

เดือน มกราคม - มิถุนายน 2567



มูลนิธิพระศรีสุทริเวที (ขวัญ ถิรมโน)

เลขที่ ๑๕๘ วัดอรุณราชวราราม ราชวรมหาวิหาร แขวงวัดอรุณ เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร





วารสาร นวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์
Journal of Navangasatthusasana Review

ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 มกราคม – มิถุนายน 2567

Vol. 2 No.1 January - June 2024

❖ วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมการศึกษาค้นคว้าเผยแพร่มหาความรู้ทางวิชาการและบทความวิจัยในสาขาที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนการศึกษา เกี่ยวข้องกับพุทธศาสนา มนุษยวิทยา ศาสนาศึกษา และพุทธศาสนาอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง
2. เพื่อเป็นแหล่งเผยแพร่มหาความรู้ทางวิชาการและบทความวิจัยและแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ระหว่างนักวิชาการ นักวิจัย จากสถาบันอุดมศึกษา องค์กรต่าง ๆ รวมทั้งนักวิชาการอิสระทั้งภาครัฐและเอกชน
3. เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนการผลิตผลงานทางวิชาการและงานวิจัยที่จะก่อให้เกิดความก้าวหน้าทางวิชาการและเกิดประโยชน์ต่อประเทศชาติโดยรวม

❖ กำหนดการเวลาเผยแพร่

วารสาร นวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ กำหนดเวลาการออกวารสาร ปีละ 2 ฉบับ คือ

ฉบับที่ 1 มกราคม – มิถุนายน เผยแพร่ 31 มิถุนายน

ปิดรับบทความ 31 พฤษภาคม

ฉบับที่ 2 กรกฎาคม – ธันวาคม เผยแพร่ 31 ธันวาคม

ปิดรับบทความ 30 พฤศจิกายน

หากส่งภายหลังกำหนดจะได้รับการพิจารณาให้ตีพิมพ์ในฉบับถัดไป

❖ ข้อกำหนดของบทความที่ตีพิมพ์

บทความทั้งหมดที่ตีพิมพ์ ได้ผ่านการพิจารณาเห็นชอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ (Peer Reviewed) ในสาขาวิชานั้น ๆ ไม่น้อยกว่า 3 ท่านต่อ 1 บทความ โดยเป็นการประเมินแบบ Double-Blinded Review

❖ การพิจารณาบทความ

1. บทความที่ส่งมาขอรับการตีพิมพ์ในวารสาร นวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ จะต้องไม่เคยตีพิมพ์หรืออยู่ระหว่างการพิจารณาเพื่อตีพิมพ์ในวารสารอื่น



2. ผู้เขียนบทความจะต้องปฏิบัติตามหลักเกณฑ์การเสนอบทความวิชาการหรือบทความวิจัยเพื่อตีพิมพ์ในวารสาร นวักส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ อย่างเคร่งครัด รวมทั้งระบบการอ้างอิงต้องเป็นไปตามหลักเกณฑ์ของวารสาร

3. บทความที่ได้รับการเผยแพร่ จะได้พิจารณาถ่วงน้ำหนักผู้ทรงคุณวุฒิน้อย 3 ท่าน ต่อบทความในลักษณะปกปิดรายชื่อ (Double blinded)

❖ **เจ้าของ**

มูลนิธิพระศรีสุทธีเวที (ขวัญ ภิรมโน) เลขที่ ๑๕๘ วัดอรุณราชวราราม ราชวรมหาวิหาร แขวงวัดอรุณ เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร 10600
โทรศัพท์ : 08-0371-4149

“ทรงสนทนาคิดเห็นของผู้เขียนบทความ ถือเป็นความรับผิดชอบ
ของผู้เขียนบทความนั้น และไม่ถือทรงสนทนาคิดเห็นของ
กองบรรณาธิการวารสาร นวักส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์”

❖ **พิมพ์ที่**

ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์ 44/132 หมู่ที่ 6 ซอยก้านแก้ว 36 ถนนก้านแก้ว แขวงบางขุนเทียน เขตจอมทอง กรุงเทพมหานคร 10150
โทรศัพท์ 0-2812-2119, 08-1566-2540 <http://www.prayoonsanthai.co.th/>





❖ บรรณาธิการ

พระศรีสุทธีเวที, ผศ.ดร.

ประธานมูลนิธิพระศรีสุทธีเวที (ขวัญ ถิรมโน)

❖ ผู้ช่วยบรรณาธิการ

ว่าที่ ร.ท. อีร์ธวัช ภูมิประมาณ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

❖ กองบรรณาธิการ

พระมหาบุญรุ่ง สิริโชติ

กรรมการมูลนิธิพระศรีสุทธีเวที (ขวัญ ถิรมโน)

นายศิริเวช รัตนเทพสถิต

รองประธานมูลนิธิพระศรีสุทธีเวที (ขวัญ ถิรมโน)

นายกฤตพล ศรีเคนจันทร์

กรรมการและเหรัญญิกมูลนิธิพระศรีสุทธีเวที

รศ.ดร.ประเวศ อินทองปาน

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

รศ.ดร.สุวิญ รักษัตย์

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

รศ.ดร.อำพล บุตดาสาร

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

รศ.ดร.ศุภกาญจน์ ชยาพัฒน์

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

ดร.ชัยชาญ ศรีหามู

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผศ.ดร.ธานี สุวรรณประทีป

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

❖ ผู้ช่วยบรรณาธิการ

นายวัชร พูนผล





บรรณธิการแถลง

วารสาร นวังคัสตฤสาสน์ปริทรรศน์เป็นวารสารในกลุ่มมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ดำเนินการเพื่อส่งเสริมเผยแพร่ และเป็นสื่อกลางการแลกเปลี่ยน เรียนรู้ทางวิชาการด้านศิลปศาสตร์มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ของคณาจารย์ นักวิชาการ นักวิจัยนิสิต นักศึกษา และผู้สนใจทั่วไป ปีละ 2 ฉบับ คือ ฉบับที่ 1 มกราคม – มิถุนายน เผยแพร่ 31 มิถุนายน ปีถัดบทความ 31 พฤษภาคม ฉบับที่ 2 กรกฎาคม – ธันวาคม เผยแพร่ 31 ธันวาคม ปีถัดบทความ 30 พฤศจิกายนของทุกปี

กองบรรณาธิการหวังเป็นอย่างยิ่งว่า เนื้อหาและสาระของบทความทั้งหมดในฉบับนี้จะให้ประโยชน์แก่ผู้อื่นทั้งในด้านองค์ความรู้และโลกทัศน์ที่มีต่อเรื่องต่าง ๆ ตามที่ผู้เขียนแต่ละท่านได้ศึกษาค้นพบไม่มากนักน้อย และหากท่านประสงค์จะสมัครสมาชิกหรือเขียนบทความส่งมาเพื่อตีพิมพ์ในวารสาร นวังคัสตฤสาสน์ปริทรรศน์ สามารถติดต่อได้ตามรายละเอียดที่อยู่ท้ายเล่มของวารสาร ท้ายที่สุดนี้ กองบรรณาธิการต้องขอขอบคุณสมาชิกวารสารทุกท่านที่ให้การสนับสนุนเป็นอย่างดีเสมอมาไว้เป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

พระศรีสุทธิเวที, ผศ.ดร.

บรรณาธิการบริหาร





สารบัญ

เรื่อง	หน้า
กองบรรณาธิการ	III
บรรณาธิการแถลง	IV
บทความวิจัยและบทความวิชาการ	
❖ ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการพัฒนาจิต Dhammānupassanāsatiṭṭhāna and Mentality Development พระทศพร รตินธโร (เหลื่องขาบทอง)	1
❖ หลักคำสอนสำคัญในมหาสติปัฏฐานสูตร The important doctrines in the Maha Satipatthana Sutta พระมหาแสงเพชร สุทธิจิตโต (สารธิมา)	15
❖ การตีความปฏิจจสมุปบาทสู่วิถีรู้แจ้งของนาคารชุน Nagarjuna's Interpretation on Paṭiccasamuppāda for Complete Realization พระมหาธนากร ธนาโกโร (ลาภเอกอุตม)	26
❖ การเจริญวิปัสสนาเพื่อความสิ้นกรรมด้วยการบรรลุวิชชา ๓ Vipassana Practice for the Cessation of Kamma with Attainment in Vijjā 3 แม่ชีนวพร ทองศรีเพชร	42
❖ อธิปัญญาศึกษาในวิถีการบรรลุธรรม Adhipaṅkāṅsikkhā in the Path Leading to the Enlightenment พเยาว์ ภูมิดิษฐ์	54
❖ การเจริญอินทริยสังวรศีลในปาริสุตติศีล A Development of Faculty Restraint in Pārisuddhisīla พระปลัดวัชรสกลธี นรินโท (แพรทอง)	68
❖ การเจริญอินทริยสังวรศีลในปาริสุตติศีล A Development of Faculty Restraint in Pārisuddhisīla พระปลัดวัชรสกลธี นรินโท (แพรทอง)	84
❖ วิเคราะห์โพชฌงค์ ๗ เพื่อการรู้แจ้งธรรม A Development of Faculty Restraint in Pārisuddhisīla พระทวีวัฒน์ จิรวโส (ธนธีระเศรษฐ์)	100





บทวิจารณ์หนังสือ

- ❖ ทำอย่างไรจะหายโกรธ 117
พระปฐม อจจาทโร (ไชยใต้เพชร)
- ❖ คำแนะนำสำหรับผู้เขียน 126





ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการพัฒนาจิต

Dhammānupassanāsatipaṭṭhāna and Mentality Development

พระทศพร รตินธโร (เหลืองขาบทอง)¹

Phra Thodsaporn Ratindharo (Lueangkhabthong)

E-mail : 6511105015@mcu.ac.th

Received: March 8, 2024 Revised: April 12, 2024 Accepted: May 10, 2024

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาหลักธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานในสติปัฏฐาน และ ศึกษาวิเคราะห์ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการพัฒนาจิต หลักธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานในสติปัฏฐาน คือ การศึกษาข้อปฏิบัติ สำหรับฝึกอบรมพัฒนาปัญญาขั้นสูง เพื่อให้เกิดความรู้อย่างเห็นสิ่งทั้งหลายตาม ความเป็นจริง อันจะทำให้จิตหลุดพ้นจากกิเลสและความทุกข์ทั้งมวล ซึ่งพระพุทธองค์ทรงรับรองว่าทาง นี้เป็นทางสายเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อก้าวล่วงโสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส เพื่อบรรลุ ธรรม และทำให้แจ้งพระนิพพาน วิเคราะห์ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการพัฒนาจิต คือ การพิจารณา สภาวธรรมในธรรมที่เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยว่า สภาวธรรมแต่ละอย่างมีอยู่ในจิตตนหรือไม่ รู้ชัดในจิตว่า เป็นเพียงสภาวธรรมที่เกิดขึ้น มีสติกำหนดรู้อยู่เสมอต่อเนื่องจนเห็นความไม่เที่ยงของการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปตามลำดับ จนจิตเกิดปัญญารู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ สรุปรว่า ผู้ศึกษาพึงตั้งสติพิจารณาวิมุตติ 5 ขั้น 5 อย่าง 12 โพชฌงค์ 7 อริยสัจ 4 ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้น เจริญบริบูรณ์ และดับไปอย่างไร ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้น

คำสำคัญ: สติปัฏฐานสูตร, ธรรมานุปัสสนา, การพัฒนาจิต

Abstract

This article has the following objectives: a study of the teaching of *Dhammānupassanāsatipaṭṭhāna* in Theravada Buddhist scriptures, and an analysis of the development of the mind according to *Dhammānupassanāsatipaṭṭhāna* principle. The principles of *Dhammānupassanāsatipaṭṭhāna* in Theravada Buddhism

¹ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย

mean education, practice, and training in higher wisdom for enlightenment by seeing things as they really are which leads to passion and suffering end, in which the Buddha assures the only one way for purification, abandoning sorrows, lamentation, suffering, griefs and for complete realization and Nibbana attainment. The development of the mind based on *Dhammānupassanāsatipatthāna* is to observe all phenomena happening due to their causes and whether all these things belong to anyone, then knowing that everything is just happening and disappearing. He with mindfulness realizes the impermanence of whatever happens, remains, and falls apart until leading to the Four Noble Truth realization in the final. It concludes that the practitioners should be mindful of five hindrances (*Nivaraṇa*), the five aggregate (*Khandha*), twelve spheres (*Āyatana*), seven enlightenment factors, and the Four Noble Truths, what it is, how it happens, and whether it exists within oneself, how they arise, persist and fade away, as they really were.

Keywords: *Satipatthanasutta*, *Dhammānupassanā*, Mentality Development

บทนำ

การพัฒนาจิตตามหลักวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นกระบวนการตามดูจิต รั้งจิตให้หยุดนิ่งอยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งในปัจจุบัน เพื่อให้จิตเกิดความสุขสงบ มั่นคง เข้มแข็ง และมีภูมิคุ้มกันต่อสภาวะการณ์ชั่วร้ายหรือเฝ้าระวังทั้งหลาย เข้าใจโลก เข้าใจชีวิตตามความเป็นจริง ช่วยในการเปลี่ยนแปลงหรือยกระดับคุณภาพของผู้คนให้ดีขึ้น โดยใช้หลักมหาสติปัฏฐาน 4² คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงรูป กำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงเวทนา กำหนดพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงจิต กำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงสภาวธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตน จึงไม่ควรยึดถือสิ่งเหล่านั้น การบริหารจัดการโดยการตั้งสติกำหนดพิจารณาภายในอิริยาบถนั้น กำหนดลมหายใจเข้าออก การปฏิบัติเช่นนี้ จึงเป็นสิ่งสำคัญในเบื้องต้นของการพัฒนาจิต และสิ่งที่สูงสุดในการพัฒนาจิต คือ การเจริญปัญญา³

² ที.ม. (ไทย) 10/372-403/330-338.

³ ที.ม. (ไทย) 10/147/89.

พระพุทธศาสนามีจุดมุ่งหมายหลัก คือ การพัฒนาคนหรือศักยภาพของมนุษย์ให้เป็นผู้เพียบพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจ ที่จะดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุข ตามเป้าหมายที่วางไว้ จิตใจของมนุษย์ไม่สามารถทนต่อการเปลี่ยนแปลงกับทุกสิ่งได้ เมื่อมีสิ่งหนึ่งสิ่งใดเปลี่ยนแปลงไปในทุก ๆ ขณะ มนุษย์ทั้งหลายได้สัมผัสเรื่องราวต่าง ๆ ทางอายตนะทั้ง 6 แล้วทำให้เกิดความสุข ทุกข์ เพราะการยึดมั่นถือมั่นสิ่งต่าง ๆ ความวุ่นวายทั้งหลายจึงได้ปรากฏขึ้น เพราะฉะนั้นจึงต้องอาศัยหลักธรรมของพระพุทธเจ้า เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาจิตใจของมนุษย์ ให้เกิดความเข้าใจถึงสัจธรรม คลายความยึดมั่นถือมั่น หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าได้บัญญัติขึ้นมา เพื่อสั่งสอนมนุษย์ทั้งหลายในสังคมให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ตามโลกสมมุติที่มีอยู่ ถ้าไม่มีหลักธรรมของพระพุทธเจ้าเป็นแนวทางในการใช้ชีวิตแล้ว บ้านเมืองอาจเกิดความวุ่นวายและไม่สงบสุขอย่างแน่นอน ดังนั้น การนำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้ามาใช้ในชีวิต เพื่ออบรมพัฒนาจิตใจนั้น เป็นสิ่งที่เราทุกคนต้องทำ เพื่อให้เกิดคุณภาพของชีวิต สร้างความสัมพันธ์อันกลมกลืนระหว่างการดำเนินชีวิตของบุคคลกับสภาพแวดล้อม และมุ่งการกระทำตนให้มีความสุขด้วยตนเอง รู้เท่าทันตนเอง เข้าใจตนเอง

การพัฒนาจิตนั้น กล่าวได้ว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงคุณภาพชีวิตของแต่ละคน เป็นการยกระดับจิต ดังนั้น ถ้าต้องการพัฒนาความเป็นอยู่ของสังคมประเทศชาติ ต้องพัฒนาที่จิตใจของมนุษย์เป็นอันดับแรก การฝึกสติโดยให้จิตตั้งมั่น คือ การตามรู้ทันจิตในขณะนั้น ๆ การทำงานของผู้ปฏิบัติจิตตามปัสสนาสติปัฏฐานมีอยู่ 3 ขั้นคือ 1. พิจารณาจิตในจิตเป็นภายในบ้าง (คือความนึกคิดของตน) 2. พิจารณาจิตในจิตเป็นภายนอกบ้าง (คืออารมณ์ที่เข้ามากระทบทางอายตนะ) 3. พิจารณาจิตในจิตทั้งภายในและภายนอกบ้าง (คือ ทั้งความนึกคิดและอารมณ์ที่เข้ามาทางอายตนะ)

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการพัฒนาจิตโดยการพิจารณาธรรมในธรรม ธัมมานุปัสสนา แปลว่า การใช้ปัญญาพิจารณาธรรม หมายความว่า อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานนั้น มีอยู่ 4 อย่าง คือ กาย เวทนา จิต ธรรม ในที่นี้ผู้ปฏิบัติใช้สติสัมปชัญญะกำหนดธรรม 5 หมวด คือ นิเวธน์ ชันธ์ อายตนะ โพขณงค์ อริยสัจ เป็นต้น⁴ จนเห็นธรรมคือรูปและนามเป็นของไม่เที่ยง ทนอยู่ไม่ได้ บังคับบัญชาไม่ได้ เกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด ตัดกระแสธรรมที่เกิดขึ้นในจิต จนเกิดปัญญา มีจิตหลุดพ้นจากกิเลส เป็นสมุจเฉตพหุหนัน ดังนั้น ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานจึงเป็นการพัฒนาจิตให้เกิดขึ้นในตนเองได้อย่างไร

⁴ พรรณราย รัตนไพฑูรย์, “การศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4: ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชมหามุนี”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2544).



ความหมายของธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

“ธัมมานุปัสสนา” หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม สติพิจารณาธรรมที่เป็นกุศล หรืออกุศลที่บังเกิดกับใจเป็นอารมณ์ว่า ธรรมนี้ก็ดีกว่าธรรมไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา⁵

“ธัมมานุปัสสนา” คือ การกำหนดรู้สภาวะธรรมว่าเป็นเพียงสภาวะธรรม ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกเป็น สภาวะเห็น ได้ยิน เป็นต้น แบ่งเป็น 5 หมวด คือ นิ वर्ณ ชันธ์ อายตนะ โพชฌงค์ อริยสัจ⁶

ความสำคัญของธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

พระพุทธองค์ตรัสถึงการเจริญธัมมานุปัสสนาว่า ธมฺเมสุ ธมฺมานุปัสสี วิหริติ อาตปปี สมฺปชาโน สติมา วิเนยฺย โลเก อภิชฌาโทมนสฺส⁷ ความหมายว่า พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้⁸ การเจริญธัมมานุปัสสนา หมายถึง การเจริญสติปัฏฐาน 4 มี กาย เวทนา จิต ธรรม เมื่อย่อลงแล้วเหลือรูปกับนาม คือ การกำหนดรู้ตามสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นกับกาย จัดเป็น “รูป” ส่วนเวทนา จิต ธรรม จัดเป็น “นาม” ที่มีความเกิดขึ้นตั้งอยู่ และดับไป ดังนั้น การกำหนดสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นก็คือ การรู้รูปนามที่เกิดขึ้นทางกายและใจ โดยกำหนดพิจารณาธรรม 5 หมวด คือ นิ वर्ณ ชันธ์ อายตนะ โพชฌงค์ และอริยสัจ ด้วยเหตุนี้ การมีสติสัมปชัญญะรู้เท่าทันต่อสภาวะธรรม เพื่อให้เกิดความรู้สึกรู้ตัว เกิดปัญญาเห็นตามความเป็นจริงตามสภาวะธรรมที่ปรากฏในปัจจุบันอารมณ์ ว่า “เห็นหนอ” “ชอบหนอ” “หรือฟังหนอ” ย่อมก่อให้เกิดปัญญาดังนี้ ธรรมนี้ เมื่อเกิดขึ้นก็เพราะด้วยเหตุปัจจัยให้เกิดขึ้น เมื่อตั้งอยู่ก็ด้วยเหตุปัจจัยให้ตั้งอยู่ เมื่อดับก็ด้วยเหตุปัจจัยให้ดับไปในที่สุด เพราะเหตุแห่งไตรลักษณ์

หลักธรรมสำคัญในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การเจริญธัมมานุปัสสนา⁹ คือ การศึกษาข้อปฏิบัติ สำหรับฝึกอบรมพัฒนาปัญญาขั้นสูง เพื่อให้เกิดความรู้อย่างเห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง อันจะทำให้จิตหลุดพ้นจากกิเลสและความ

⁵ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 22, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557), หน้า 152.

⁶ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสาราภิวงศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, 2549), หน้า 23.

⁷ ที.ม. (บาลี) 10/273.

⁸ ที.ม. (ไทย) 10/372/301.

⁹ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสาราภิวงศ์, หน้า 23.

ทุกข์ทั้งมวล ด้วยการกำหนดรู้สภาวะธรรมว่าเป็นเพียงสภาวะธรรม ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา เขา มีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน โดยจำแนกเป็นสภาวะเห็น ได้ยิน เป็นต้น ผู้ปฏิบัติใช้สติสัมปชัญญะ กำหนดธรรม 5 หมวด คือ นีวรณ 5 ชั้น 5 आयตนะ 12 โพชนงค์ 7 และอริยสัจ 4

1) นีวรณ 5

นีวรณ หมายถึง ธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี, สิ่งที่ขัดขวางจิตไม่ให้ก้าวหน้าในคุณธรรม, อกุศลธรรมที่ก่อกำบังจิตปิดกั้นปัญญา นีวรณมี 5 ประการ คือ 1. กามฉันทะ ความยินดีพอใจในกาม 2. พยาบาท ความโกรธ 3. ถีนมิทธะ ความง่วงซึมเซา 4. อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่าน 5. วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย¹⁰ นักปฏิบัติตามรู้นัวรณทั้งหลายมีกามฉันทะ เป็นต้น จนกระทั่งสงบไปด้วยการกำหนดหนึ่งครั้งหรือหลายครั้งตามสมควรแล้ว พึงตามรู้จิตที่ผ่องใสปราศจากกามฉันทะ โดยกำหนดว่า “รู้หนอ” เมื่อกามฉันทะหายไปแล้ว โยคีย่อมรู้ได้ทันทีว่า กามฉันทะ ไม่มีอยู่ในจิตตนแล้ว แม้พยาบาทเป็นต้นก็มีน้อยเดียวกัน เหตุเกิดของนีวรณ 5 คือ โยนิโสมนสิการ หมายถึง การใส่ใจโดยไม่แยกกาย ส่วนเหตุที่ทำให้นีวรณหายไป คือ โยนิโสมนสิการ หมายถึง การใส่ใจโดยแยกกาย ดังนั้นในหมวดนีวรณจึงกล่าวถึงการใส่ใจโดยไม่แยกกายที่ทำให้เกิดนีวรณ และการใส่ใจโดยแยกกายด้วยการกำหนดรู้นีวรณที่เกิดขึ้นแล้วซึ่งทำให้นีวรณดับไป

2) ชั้น 5

ชั้น หมายถึง การรวมตัวของรูปนามที่เป็นอดีต ปัจจุบัน อนาคต ภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียด ทราบหรือประณีต อยู่ไกลหรือใกล้¹¹ ส่วนอุปาทาน คือ ความยึดมั่นว่าเป็นเราของเรา อุปาทานชั้นจึงเป็นหมู่รูปนามที่เป็นปัจจัยแก่ความยึดมั่น อุปาทานชั้นมี 5 คือ 1. รูป สสารหรือปริมาณเล็ก ๆ ภายในร่างกายที่แปรปรวนด้วยเหตุภายในและภายนอก 2. เวทนา สภาวะรู้สึกเป็นสุขทุกข์ หรือเฉย ๆ 3. สัญญา ความจำได้หมายรู้ 4. สังขาร สภาวะปรุงแต่งที่เกิดร่วมกับจิต 5. วิญญาณ สภาวะรู้อารมณ์ทางทวาร 6 นักปฏิบัติผู้ตามรู้สภาวะเห็นว่า “เห็นหนอ” เป็นผู้ตามรู้ชั้น 5 ตามสมควร คือ รูปย่อมปรากฏในขณะรู้เห็นความใสในการเห็นรูปหรือรูปารมณ์ เวทนาย่อมปรากฏในขณะรู้สึกดีใจ เสียใจ หรือวางเฉยในการเห็น สัญญา่อมปรากฏในขณะรู้สิ่งที่เห็น สังขารย่อมปรากฏในขณะต่าง ๆ เช่น ผัสสะย่อมปรากฏในขณะกระทบกับสี เจตนาย่อมปรากฏในขณะตั้งใจ วิญญาณย่อมปรากฏในขณะเห็นเป็นประธาน นักปฏิบัติผู้รู้อย่างนี้ย่อมสำคัญว่ามีเพียงรูป เวทนา เป็นต้น ซึ่งเป็นสภาวะธรรมปัจจุบันอันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม

¹⁰ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 168-169.

¹¹ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธ-สราภวิวงศ์, หน้า 313.



3) อายตนะ 12

อายตนะ หมายถึง ที่ติดต่อกับ, เครื่องติดต่อกับ, แตนต่อความรู้, เครื่องรู้และสิ่งที่ถูกรู้ เช่น ตา เป็นเครื่องรู้ รูปเป็นสิ่งที่ถูกรู้, หูเป็นเครื่องรู้ เสียงเป็นสิ่งที่ถูกรู้ เป็นต้น¹²

อายตนะ แปลว่า ที่อาศัยของจิตและเจตสิก จำแนกเป็นอายตนะภายใน 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และอายตนะภายนอก 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์¹³ อายตนะเหล่านี้ยัง จำแนกเป็น 3 ประเภทตามลักษณะที่ปรากฏ ดังนี้ 1. ธาตุรับ คือ อายตนะภายใน 5 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ที่เป็นรูปธรรม 2. ธาตุกระทบ คือ อายตนะภายนอก 5 ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งสัมผัส ที่เป็นรูปธรรม พร้อมทั้งธรรมารมณ์ที่เป็นทั้งรูปธรรมและนามธรรม 3. ธาตุรู้ คือ อายตนะที่เป็นนาม ได้แก่ จิตที่รู้อารมณ์ผ่านดวงตา เป็นต้น การเจริญสติระลึกรู้อายตนะภายในและภายนอกนี้ ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติยังเห็นโลกทัศน์ภายในและภายนอกว่า ไม่ใช่ตัวตน มีเพียงกระบวนการเชื่อมโยงกันโดยความเป็นธาตุรับ ธาตุกระทบ และธาตุรู้ ปราศจากตัวเรา ของเรา เทียง เป็นสุข บังคับบัญชาได้ ผู้ที่ไม่อาจแยกแยะขอบเขตของรูปนามในโลกภายในและภายนอก ย่อมหลงผิดปรุงแต่งสิ่งที่ใจรับรู้ตลอดเวลา ส่งผลให้กิเลสสั่งสมพอกพูนขึ้น ผู้ที่กำหนดรู้ด้วยปัญญาพิจารณาอย่างถูกต้อง ย่อมไม่ปรุงแต่งด้วยความชอบหรือไม่ชอบ ส่งผลให้กิเลสอ่อนกำลังลง ในที่สุดถูกละได้โดยเด็ดขาดด้วยมรรคญาณ

เมื่อนักปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้ตามหมวดอายตนะอย่างนี้ กระบวนการอย่างเดียวกันย่อมปรากฏ นั่นคือ อายตนะทั้งภายในและภายนอกนี้เป็นเพียงสภาวธรรม ไม่ใช่เรา ของเรา บุรุษ หรือ สตรี เมื่อแยกแยะอายตนะทีละส่วนออกไป บุคคลก็จะเป็นเพียงกองสังขารที่เป็นกระบวนการเชื่อมโยงกันของอายตนะทั้งหลายเท่านั้น ผู้ปฏิบัติธรรมที่เกิดปัญญาหยั่งเห็นอย่างนี้ ย่อมไม่ยินดีและยึดมั่นกองสังขารด้วยประการใด ๆ

4) โพชฌงค์ 7

โพชฌงค์ แปลว่า องค์แห่งการตรัสรู้ เป็นองค์ประกอบที่ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติเกิดปัญญาหยั่งเห็นสภาวธรรมตามความเป็นจริง ก่อให้เกิดวิชชาและวิมุตินิพพานที่สุด¹⁴ โพชฌงค์เป็นธรรมที่นุ่มนวลไปสู่พระนิพพาน เหมือนแม่น้ำคงคาที่ไหลไปสู่มหาสมุทรตามปกติ¹⁵ โพชฌงค์มี 7 คือ 1. สติ¹⁶ ความระลึก

¹² พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 547-548.

¹³ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสาราภิวงศ์, หน้า 322-323.

¹⁴ เรื่องเดียวกัน, หน้า 338.

¹⁵ ส.ม. (ไทย) 19/258/119.

¹⁶ พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, หลักสูตรจุฬาลงกรณปิฎก, พิมพ์ครั้งที่ 7, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพย์วิสุทธิ, 2550), หน้า 126-127.



ได้ 2. อัมมวิจย การพิจารณาธรรมทั้งภายในภายนอก 3. วิริย ความเพียร 4. ปีติ ความอิ่มใจ 5. ปัสสัทธิ ความสงบกาย สงบใจ 6. สมาธิ ความตั้งมั่นในอารมณ์เดียว 7. อุเบกขา การทำให้สัมปยุตตธรรม มีความสม่ำเสมอในหน้าที่ของตน วิธีปฏิบัติหมวดโพชฌงค์ เมื่อองค์ประกอบแห่งการตรัสรู้ คือ สติปรากฏอยู่ในปัจจุบันขณะ ผู้ปฏิบัติย่อมรู้ชัดว่าสติมีอยู่ภายในจิต เมื่อสติเกิดขึ้นแล้วดับไป ย่อมรู้ชัดว่า บัดนี้สติไม่มีอยู่ในจิต เมื่อผู้ปฏิบัติได้บรรลุอรหัตตมรรค สติจะมีความบริบูรณ์ตั้งแต่ต้นจนถึงกลับสนิทโดยไม่มี ความฟุ้งซ่านเกิดขึ้น เหตุเกิดของสติ คือ โยนิโสมนสิการ หมายถึง สติที่สะสมไว้ด้วยการปฏิบัติธรรมในครั้งก่อนจะส่งผลให้เกิดสติในโอกาสต่อมา เพราะกุศลในอดีตย่อมเป็นเหตุที่มีกำลังทำให้กุศลอื่นเกิดขึ้นได้ในปัจจุบันหรืออนาคต แม้เหตุเกิดของธรรมวิจยเป็นต้นก็เหมือนกัน ผู้ปฏิบัติที่กำหนดรู้สภาวะธรรมภายในภายนอก ซึ่งเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ติดต่อกันอย่างรวดเร็ว ย่อมรู้ชัดว่า สภาวะธรรมเป็นความจริงของชีวิตที่เชื่อมโยงรูปนามอย่างเป็นระบบ ไม่มีอะไรควรให้ยึดติดผูกพัน จิตของเขาอย่าคลายความยึดมั่นถือมั่นในโลกได้

5) อริยสัจ 4

อริยสัจ ความจริงอย่างประเสริฐ, ความจริงของพระอริยะ, ความจริงที่ทำให้คนเป็นพระอริยะ¹⁷ ความจริงอันประเสริฐ 4 ประการ¹⁸ คือ ทุกข์มีสภาพไร้แก่นสาร สมุทัยเหตุให้เกิดทุกข์ นิโรธความดับทุกข์ และมรรคเป็นหนทางแห่งการดับทุกข์ อุปมาว่า ทุกข์เหมือนโรค สมุทัยเหมือนเชื้อโรค นิโรธเหมือนความมีสุขภาพดี และมรรคเหมือนการรักษาโรค อริยสัจ 4 เป็นความจริงของชีวิต เริ่มตั้งแต่สิ่งที่ควรกำหนดรู้คือทุกข์เป็นต้น ถ้าพระพุทธรองค์มิได้ตรัสความจริงนี้ ก็จะไม่มีการหลุดพ้นเป็นอิสระจากกิเลสได้ เมื่อชาวโลกมิได้กำหนดรู้อริยสัจ จึงมีความหลงในสมมุติบัญญัติเหมือนถูกอวิชาห่อหุ้มไว้ ทำให้ไม่อาจที่จะค้นพบความจริงของชีวิตภายในร่างกายที่ยาววา หนาคืบ กว้างศอก และมีใจครองนี้ได้ นอกจากนั้นชาวโลกยังไม่เข้าใจเหตุเกิดทุกข์ ความดับทุกข์ และทางแห่งความดับทุกข์อีกด้วย ตราบใดที่บุคคลยังไม่อาจหยั่งเห็นอริยสัจ ตรานั้นเขาต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในสังสารวัฏภพแล้วภพเล่า เมื่อผู้ปฏิบัติเข้าใจอริยสัจแล้ว สามารถหลีกเลี่ยงทุกข์ด้วยการกำหนดรู้ หลีกเลี่ยงสมุทัยด้วยการละ อีกทั้งสามารถรู้แจ้งความดับทุกข์โดยอาศัยการเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ดังนั้น ผู้ปฏิบัติจึงต้องกำหนดรู้อริยสัจ ละอวิชาและตัณหา เจริญสมาธิและปัญญาให้รู้แจ้งสู่ความเป็นอิสระจากกิเลส

องค์ธรรมของสติปัฏฐาน 4

สติปัฏฐาน 4 องค์ธรรมได้แก่ สติเจตสิก คือ ธรรมชาติที่มีความระลึกได้ในอารมณ์และให้สังวรอยู่ในกุศลธรรม เป็นลักษณะ มีอรรถโดยเฉพาะ คือ มีลักษณะที่จตุกะ 4 ประการ ดังนี้ 1) มีความ

¹⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 519.

¹⁸ พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, หน้า 362.



ระลึกได้ในอารมณ์เนื่อง ๆ เป็นลักษณะ 2) มีความไม่หลงลืม เป็นกิจ 3) มีความจดจ่อต่ออารมณ์ เป็นผล 4) มีความจำอันมั่นคง หรือ มีสติปัญญา 4 คือ กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นเหตุใกล้

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการพัฒนาจิต

พระพุทธองค์แสดงการเจริญสติปัฏฐานไว้ในพระไตรปิฎก เล่มที่ 10 พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ 2 ทีฆนิกาย มหาวรรค เรื่องมหาสติปัฏฐานสูตร เป็นพระสูตรที่สำคัญมากในพระพุทธศาสนา เพราะแสดงถึงแนวทางการปฏิบัติ คือ การเจริญสติและแสดงผลที่ได้รับ คือ วิปัสสนาปัญญาที่รู้แจ้งสภาวะธรรมตามความเป็นจริง จนนำไปสู่ความพ้นทุกข์ได้จริง ผู้วิจัยจะได้นำเสนอต่อไปนี้

1) การพัฒนาจิตตามหลักนิรณ 5 ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การกำหนดรู้กามฉันทะนิรณ พระพุทธองค์ตรัสว่า อิธ ภิกขเว ภิกขุ สนฺตํ วา อชฺชตตํ กามจฺจนทํ อตฺถิ เม อชฺชตตํ กามจฺจนทอติ ปชานาติ อสนฺตํ วา อชฺชตตํ กามจฺจนทํ นตฺถิ เม อชฺชตตํ กามจฺจนทอติ ปชานาติ.¹⁹ ภิกษุในพระศาสนานี้ เมื่อความพอใจยินดีในกามมีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่า ความพอใจยินดีในกามมีอยู่ภายในจิตของเรา เมื่อความพอใจยินดีในกามไม่มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่า ความพอใจยินดีในกามไม่มีอยู่ภายในจิตของเรา.²⁰

จากการศึกษาพบว่า การเจริญสติปัฏฐาน 4 มี กาย เวทนา จิต ธรรม เมื่อย่อลงแล้วเหลือรูปกับนาม คือ การกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นกับกาย จัดเป็น “รูป” ส่วนเวทนา จิต ธรรม จัดเป็น “นาม” ที่มีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ดังนั้น การกำหนดสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นก็คือ การรู้รูปนามที่เกิดขึ้นทางกายและจิต ด้วยเหตุนี้ การมีสติสัมปชัญญะรู้เท่าทันต่อสภาวะธรรม เพื่อให้เกิดความรู้สึกรู้ตัว เกิดปัญญารู้เห็นตามความเป็นจริงตามสภาวะธรรมที่ปรากฏในปัจจุบันอารมณ์ ว่า “เห็นหนอ” “ชอบหนอ” “หรือฟังหนอ” ย่อมก่อให้เกิดปัญญา เมื่อนักปฏิบัติกำหนดอย่างจดจ่อต่อเนื่อง ย่อมเห็นถึงลักษณะของสภาวะธรรมที่มีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

การพัฒนาจิตตามหลักนิรณ 5 ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน พระพุทธองค์ทรงเลือกธรรมที่รู้เห็นได้ง่าย ปฏิบัติได้ง่าย คือ นิรณ 5 มี กามฉันทะ พยาปาทะ ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ และ วิจิกิฉณา มาใช้เป็นหลักตั้งสติในการพิจารณาสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นในขณะปัจจุบันด้วยการกำหนดว่า “รู้หนอ” “โกรธหนอ” “ฟังหนอ” เมื่อกามฉันทะหายไปแล้ว โยคีย่อมรู้ได้ทันทีว่า กามฉันทะไม่มีอยู่ในจิตตน แม้พยาปาทะก็มีน้อยเดียวกัน การกำหนดรู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบัน จัดเป็นโยนิโสมนสิการ ส่วนการไม่กำหนดรู้เท่าทันปัจจุบัน จัดเป็นโยนิโสมนสิการ ให้รู้กิเลสตามความเป็นจริงว่า มันไม่ใช่

¹⁹ ที.ม. (บาลี) 10/290.

²⁰ ที.ม. (ไทย) 10/382/316.



เรา เป็นของไม่เที่ยง เมื่อมีเหตุก็เกิดขึ้น เมื่อหมดเหตุก็ดับไป เรามาปฏิบัติเพื่อรู้จักกิเลสตามความเป็นจริงจนเกิดปัญญา เมื่อเกิดปัญญาแล้วก็สามารถละกิเลสได้เป็นขั้น ๆ ไป จนละได้เด็ดขาด

2) การพัฒนาจิตตามหลักชั้น 5 ในอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การกำหนดรู้ชั้น 5 พระพุทธองค์ตรัสว่า อธิ ภิกขเว ภิกขุ อิติ รูป, อิติ รูปสส สมุทโย, อิติ รูปสส อตถกโม. อิติ เวทนา, อิติ เวทนาย สมุทโย, อิติ เวทนาย อตถกโม. อิติ สัญญา, อิติ สัญญาย สมุทโย, อิติ สัญญาย อตถกโม. อิติ สังขาร, อิติ สังขารานํ สมุทโย, อิติ สังขารานํ อตถกโม. อิติ วิญญาณ, อิติ วิญญาณสส สมุทโย, อิติ วิญญาณสส อตถกโม.²¹ ภิกษุในพระศาสนานี้ย่อมรู้ชัดว่านี่คือรูป ความเกิดของรูปย่อมมีอย่างนี้ ความดับของรูปย่อมมีอย่างนี้ นี่คือนเวทนา ความเกิดของเวทนาย่อมมีอย่างนี้ ความดับของเวทนาย่อมมีอย่างนี้ นี่คือนสัญญา ความเกิดของสัญญาย่อมมีอย่างนี้ ความดับของสัญญาย่อมมีอย่างนี้ นี่คือนสังขาร ความเกิดของสังขารย่อมมีอย่างนี้ ความดับของสังขารย่อมมีอย่างนี้ นี่คือนวิญญาณ ความเกิดของวิญญาณย่อมมีอย่างนี้ ความดับของวิญญาณย่อมมีอย่างนี้²²

การแสดงชั้นของพระพุทธองค์นี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อประกาศความเป็นอนัตตา กล่าวคือ ในสมัยพุทธกาลมีลัทธิจำนวนมากเชื่อว่าอัตตา หรืออาตมมันมีอยู่ในคน สัตว์ และพืช เป็นนามธรรมที่เที่ยงแท้ไม่ตาย แม้คนสัตว์ตายแล้วก็ล่องลอยไปเกิดใหม่ พระพุทธองค์ทรงแสดงชั้น 5 โดยจำแนกเป็นรูป และนามที่เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยซึ่งเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท ชั้นเหล่านี้ ไม่ใช่อัตตา ความเข้าใจเรื่องชั้น 5 ส่งผลให้เข้าใจถึงความเป็นอนัตตาได้โดยตรง มีเพียงชั้นที่ดำเนินไปตามเหตุปัจจัย โดยปราศจากตัวตน หลักระบบของพระพุทธองค์เน้นการดำเนินไปของชั้น 5 ตามเหตุปัจจัย เมื่อไม่มีเหตุปัจจัย ชั้นก็เกิดขึ้นไม่ได้ นักปฏิบัติที่กำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก ย่อมรู้ชัดว่าลมหายใจเป็นเพียงกองรูปที่เคลื่อนไหวโดยเนื่องด้วยร่างกาย นอกจากนี้ลมหายใจมีสภาพไม่เที่ยง เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไปตามธรรมชาติ การรับรู้เช่นนี้เป็นกำหนดรู้รูปชั้น คือ รู้ความเกิดของรูป และความดับของรูป

การพัฒนาจิตตามหลักชั้น 5 ในอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้ชั้น 5 อยู่ ย่อมสำคัญว่ามีเพียงรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ซึ่งเป็นสภาวะธรรมปัจจุบันอันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม การรู้ชัดว่านี่คือรูป หมายถึง การหยั่งเห็นสภาวะพอง ยุบ เป็นต้น เป็นรูปที่แปรปรวน หรือการหยั่งเห็นเวทนาว่าเป็นความรู้สึก สัญญาเป็นความจำได้หมายรู้ สังขารเป็นการปรุงแต่งจิตให้มีสภาวะชอบหรือโกรธ และวิญญาณเป็นการรู้อารมณ์เท่านั้น นักปฏิบัติผู้หยั่งเห็นลักษณะของรูปเป็นต้นอย่างชัดเจนแล้ว ย่อมเกิดปัญญาหยั่งเห็นความเกิดดับของรูปอีกด้วย กล่าวคือ รูปที่เคลื่อนไหวด้วยการเหี่ยยดและการคู้ มีสภาวะเกิดขึ้นและสิ้นสุดในแต่ละอาการที่เหี่ยยดและคู้ ต่อมานักปฏิบัติจะรับรู้การเกิดขึ้นและดับไปอย่างรวดเร็วของสภาวะเหี่ยยดคู้ เป็นต้น ให้รู้จักกิเลส

²¹ ที.ม. (บาลี) 10/291.

²² ที.ม. (ไทย) 10/383/318.



ตามความเป็นจริงว่า มันไม่ใช่เรา มันเป็นของไม่เที่ยง เมื่อมีเหตุก็เกิดขึ้น เมื่อหมดเหตุก็ดับไป เรามาปฏิบัติเพื่อรู้จักกิเลสตามความเป็นจริง เป็นการพัฒนาจิตจนเกิดปัญญา เมื่อเกิดปัญญาแล้วก็สามารถละกิเลสได้เป็นขั้น ๆ ไป จนกระทั่งละได้เด็ดขาด

3) การพัฒนาจิตตามหลักอายตนะ 12 ในอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การกำหนดรู้อายตนะ 12 พระพุทธองค์ตรัสว่า ปุณ จปริ ภิกขเว ภิกขุ ฌเมสุ ฌมมานุปสสี วิหริตี ฌสุ อชฺฌตติกาปิเรสุ อายตเนสุ. กถญจ ปน ภิกขเว ภิกขุ ฌเมสุ ฌมมานุปสสี วิหริตี ฌสุ อชฺฌตติกาปิเรสุ อายตเนสุ.²³ ภิกขุทั้งหลาย ภิกขุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อายตนะภายใน 6 และอายตนะภายนอก 6 ว่าเป็นสภาวะธรรมอยู่อย่างไร.²⁴

อายตนะ แปลว่า ที่อาศัยของจิตและเจตสิก จำแนกเป็นอายตนะภายใน 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และอายตนะภายนอก 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์²⁵ ถ้าไม่มีตา หรือรูป จิตที่รู้อารมณ์ผ่านดวงตาก็เกิดไม่ได้ อายตนะเหล่านี้จำแนกเป็น 3 ประเภท ดังนี้ 1) ชาติรูป คือ อายตนะภายใน 5 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ที่เป็นรูปธรรม 2) ชาติกระทบ คือ อายตนะภายนอก 5 ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ที่เป็นรูปธรรม พร้อมทั้งธรรมารมณ์ที่เป็นทั้งรูปธรรมและนามธรรม 3) ชาติรู้ คือ อายตนะที่เป็นนามได้แก่ จิตที่รู้อารมณ์ผ่านดวงตา เป็นต้น การเจริญสติระลึกรู้อายตนะภายในและภายนอกนี้ ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติยังเห็นโลกทัศน์ว่าไม่ใช่ตัวตน มีเพียงกระบวนการเชื่อมโยงกันโดยความเป็นชาติรูป ชาติกระทบ และชาติรู้ ปราศจากตัวตน ที่เที่ยง เป็นสุข บังคับบัญชาได้ ผู้ที่ไม่อาจแยกแยะขอบเขตของรูปนามทั้งภายในและภายนอก ย่อมหลงผิดปรุงแต่งสิ่งที่ใจรับรู้ตลอดเวลา ส่งผลให้กิเลสสั่งสมพอกพูนขึ้น ผู้ที่กำหนดรู้ด้วยปัญญาพิจารณาอย่างถูกต้อง ย่อมไม่ปรุงแต่งด้วยความชอบหรือไม่ชอบ ส่งผลให้กิเลสอ่อนกำลังลง จนในที่สุดละได้โดยเด็ดขาดด้วยมรรคญาณ

การพัฒนาจิตตามหลักอายตนะ 12 ในอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เมื่อนักปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้ตามหมวดอายตนะอยู่อย่างนี้ กระบวนการอย่างเดียวกันย่อมปรากฏ นั่นคือ อายตนะทั้งภายในและภายนอกนี้เป็นเพียงสภาวะธรรมปราศจากตัวตน เมื่อแยกอายตนะที่ละส่วนออกไป บุคคลก็จะเป็นเพียงกองสังขารที่เป็นกระบวนการเชื่อมโยงกันของอายตนะทั้งหลายเท่านั้น ผู้ปฏิบัติที่เกิดปัญญาเห็นอย่างนี้ ย่อมไม่ยินดีและยึดมั่นกองสังขารด้วยประการใด ๆ กระบวนการทำงานของการรับรู้โลกทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และรู้ถึงปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นตอบสนองต่อการรับรู้ นั้น เป็นกระบวนการที่เป็นไปตามธรรมชาติ ไม่มีอัตตาตัวตนอยู่ในกระบวนการนั้น สิ่งเหล่านี้เป็นผลมาจาก

²³ ที.ม. (บาลี) 10/292.

²⁴ ที.ม. (ไทย) 10/384/319.

²⁵ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธ-สสาราวิวงศ์, หน้า 322-23.



การรับรู้ทางอายตนะ ไม่มีใครทำให้ มีแต่ธรรมะทำหน้าที่ไป ให้เรารู้ไป ก็จะเข้าใจกระบวนการเกิดขึ้นของปัญหาต่าง ๆ หมดอายตนะนี้ให้ตามดูอายตนะ ให้รู้จักเลตามความเป็นจริงว่า มันไม่ใช่เรา มันเป็นของไม่เที่ยง เมื่อมีเหตุก็เกิดขึ้น เมื่อหมดเหตุก็ดับไป เรามาปฏิบัติเพื่อรู้จักกิเลสตามความเป็นจริงจนเกิดปัญญา เมื่อเกิดปัญญาแล้วก็สามารถละกิเลสได้เป็นขั้น ๆ ไป จนกระทั่งละได้เด็ดขาด

4) การพัฒนาจิตตามหลักโพชฌงค์ 7 ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การกำหนดรู้โพชฌงค์ 7 พระพุทธองค์ตรัสว่า ปุณ จปร ภิกขเว ภิกขุ ฌเมสุ ฌมมานุปัสสี วิหริตี สดตสุ โพชฌงค์สุ. กถญจ ภิกขเว ภิกขุ ฌเมสุ ฌมมานุปัสสี วิหริตี สดตสุ โพชฌงค์สุ.²⁶ ภิกษุทั้งหลาย อีกข้อหนึ่ง คือ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ 7 อยู่ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ 7 อยู่ อย่างไร²⁷

จิตของทุกคนมีสภาพรู้สิ่งที่มาปรากฏทางทวารทั้ง 6 ด้วยการเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส และนึกคิด จึงเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์ตามปกติ แต่นามธรรมที่เกิดร่วมกับจิต คือ สัญญา ทำหน้าที่หมายรู้ และสังขารทำหน้าที่ปรุงแต่งให้ตอบสนองในทางบวกหรือลบ ทำให้จิตไม่บริสุทธิ์ มีแต่ความทุกข์ระวนกระวายใจ การเจริญโพชฌงค์จะช่วยให้จิตกลับคืนสู่สภาพบริสุทธิ์ ด้วยกระบวนการเจริญสติที่รับรู้สภาวะธรรมปัจจุบันเป็นหลัก การเจริญโพชฌงค์ที่ถูกต้องก็คือ²⁸ การทำให้อินทรีย์แก่กล้า เป็นการปลูกฝังโพชฌงค์ให้เกิดขึ้น ได้แก่ สติ ฌมมวิจยะ วิริยะ ปิติ ปัสสทธิ สมาธิ และอุเบกขา ธรรมเหล่านี้ คือสาเหตุของการตรัสรู้ธรรม เมื่อมีโพชฌงค์ในใจก็เท่ากับปฏิบัติสร้างเหตุแห่งการตรัสรู้ธรรมและกำลังก้าวเข้าใกล้พระนิพพานมากขึ้นทุกขณะ

การพัฒนาจิตตามหลักโพชฌงค์ 7 ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เมื่อนักปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้โพชฌงค์อยู่อย่างนี้ การตรัสรู้ หมายถึง ปัญญาหยั่งรู้ที่เกิดขึ้นในขณะที่ขณะแห่งการบรรลุมรรคผล อันเป็นปรากฏการณ์ทางจิตที่มีคุณลักษณะพิเศษ มรรคญาณ ผลญาณ คือ สภาวะจิตที่เกิดขึ้นต่อเนื่องและประกอบกันเป็นประสบการณ์แห่งการตรัสรู้ธรรม มรรคญาณ ผลญาณ คือ สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นเมื่อจิตหลุดพ้นจากการเกาะเกี่ยวกับสิ่งที่มีปัจจัยปรุงแต่งทั้งหลาย แล้วรับเอาพระนิพพานมีสภาพที่ไม่ถูกปัจจัยปรุงแต่งมาเป็นอารมณ์ ผลของการเปลี่ยนแปลงนี้จะทำให้กิเลสบางส่วนถูกกำจัดออกไป ทำให้ในระหว่างการพัฒนาจิตเพื่อให้เกิดมรรคผลนี้ ผู้ปฏิบัติที่เข้าใจโพชฌงค์ ก็อาจใช้ธรรมเหล่านี้ในการรักษาสมดุลในการปฏิบัติของตนได้เช่น วิริยะ ปิติ และฌมมวิจยะ ช่วยประคองจิตเมื่อจิตหวั่นไหว ในขณะที่ยังมีปัสสทธิ สมาธิ และอุเบกขา ทำจิตให้สงบลงเมื่อฟุ้งซ่านเกินไป หากผู้ปฏิบัติสามารถ

²⁶ ที.ม. (บาลี) 10/293.

²⁷ ที.ม. (ไทย) 10/385/321.

²⁸ พระกัมมัฏฐานาจริยะ อุ บัณฑิตาภิวังสะ, *รู้แจ้งในชาตินี้ (In This Very Life)*, พิมพ์ครั้งที่ 15, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2560), หน้า 56-58.



รักษาความสมดุลในจิตเอาไว้ได้ ลดความตื่นเต้น และทำจิตที่หัดหุให้ผ่องใส ก็แน่ใจได้ว่าปัญญาญาณจะเกิดขึ้นในไม่ช้า

5) การพัฒนาจิตตามหลักอริยสัจ 4 ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การกำหนดรู้อริยสัจ 4 พระพุทธองค์ตรัสว่า ปุน จปริ ภิกขเว ภิกขุ ธมฺเมสุ ธมฺมานุปัสสี วิหริติ จตุสุ อริยสัจฺเจสุ. กถญจ ปน ภิกขเว ภิกขุ ธมฺเมสุ ธมฺมานุปัสสี วิหริติ จตุสุ อริยสัจฺเจสุ. อิท ภิกขเว ภิกขุ อิทํ ทุกขนติ ยถาภูตํ ปชานาติ. อยํทุกขสมุทโยติ ยถาภูตํ ปชานาติ. อยํ ทุกขนิโรธติ ยถาภูตํ ปชานาติ. อยํ ทุกขนิโรธคามินี ปฏิปทาติ ยถาภูตํ ปชานาติ.²⁹ ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อริยสัจ 4 อยู่ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อริยสัจ 4 อยู่อย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า ‘นี้ทุกข์’ ‘นี้ทุกขสมุทัย’ ‘นี้ทุกขนิโรธ’ ‘นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา’³⁰

อริยสัจ 4 เป็นความจริงของชีวิต เริ่มตั้งแต่สิ่งที่ควรกำหนดรู้ คือ ทุกขเป็นต้นไป ถ้าพระพุทธองค์ได้ตรัสความจริงนี้ ก็จะไม่มีการสามารถหลุดพ้นเป็นอิสระจากกิเลสได้ เมื่อชาวโลกมิได้กำหนดรู้อริยสัจ จึงมีความหลงในสมมุติบัญญัติเหมือนถูกอวิชชาห่อหุ้มไว้ ทำให้ไม่อาจที่จะค้นพบความจริงของชีวิตภายในร่างกายที่ยาววา หนา คีบ กว้างคอก และมีใจครองนี้ได้ นอกจากนั้น ชาวโลกยังไม่เข้าใจเหตุเกิดของทุกข์ ความดับทุกข์ และทางแห่งความดับทุกข์อีกด้วย ตราบใดที่บุคคลยังไม่หยั่งเห็นอริยสัจ ตรานั้นเขาต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในสังสารวัฏฏแล้วภพเล่า

การพัฒนาจิตตามหลักอริยสัจ 4 ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เมื่อนักปฏิบัติเจริญสติระลึกตามหมวดอริยสัจนี้เหมือนการเจริญสติปัฏฐานอื่น ๆ คือ เน้นการกำหนดรู้สัจจะภายในเป็นหลัก เมื่อสัจจะภายในปรากฏชัดเจน สัจจะภายนอกก็จะปรากฏชัดเจนด้วยการอนุมานรู้ พระพุทธองค์ทรงอธิบายทุกข์สัจจะว่าเป็นความทุกข์ทางกายที่เริ่มต้นจากความเกิด แก่ เจ็บ ตาย พร้อมด้วยความทุกข์ใจที่ไม่ประสบกับสิ่งที่ต้องการ เป็นต้น พระพุทธองค์เปรียบเสมือนแพทย์ผู้บอกโรค เหตุเกิดของโรค ยา รักษาโรค และลักษณะการหายจากโรคแก่คนป่วย พระองค์มิใช่แพทย์ผู้บอกเฉพาะโรคแก่ผู้ป่วยแล้ว มิได้รักษาให้หายจากโรคนั้น ความเข้าใจในเรื่องอริยสัจเป็นสิ่งสำคัญมาก เมื่อผู้ปฏิบัติเข้าใจอริยสัจแล้ว สามารถหลีกเลี่ยงทุกข์ด้วยการกำหนดรู้ หลีกเลียงสมุทัยด้วยการละ รู้แจ้งความดับทุกข์โดยการเจริญมรรคมรรค 8 ดังนั้น ผู้ปฏิบัติจึงต้องกำหนดรู้อริยสัจ พยายามละอวิชชาและตัณหา พร้อมทั้งเจริญสมาธิและปัญญา เพื่อให้จิตรู้แจ้งสู่ความเป็นอิสระจากกิเลส

²⁹ ที.ม. (บาลี) 10/294.

³⁰ ที.ม. (ไทย) 10/386/324.

สรุป

จากการศึกษาธัมมานุสสนาสติปัฏฐานในมหาสติปัฏฐาน โดยได้รวบรวมข้อมูลจาก พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ตำราทางวิชาการทางพระพุทธศาสนา พร้อมทั้งเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จึงได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์สรุปผลจากการวิจัย ดังนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงมหาสติปัฏฐานไว้ในพระสูตรที่ชื่อว่า ทีฆนิกาย มหาวรรค แก่พุทธบริษัท 4 ชาวแคว้นกुरु ถึงแนวทางการปฏิบัติ ธัมมานุสสนาสติปัฏฐาน เพื่อพัฒนาจิตของตนเองให้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง โดยให้ตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม 5 หมวด คือ

การพัฒนาจิตตามหลักนิรณ 5 ในธัมมานุสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดรู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบันเป็นโยนิโสมนสิการในวิปัสสนาภาวนา แม้การใส่ใจที่เกื้อกูลแก่การกำหนดรู้ ก็จัดเป็นโยนิโสมนสิการเช่นเดียวกัน ส่วนการไม่กำหนดรู้เท่าทันปัจจุบันและการใส่ใจที่ไม่เกื้อกูลแก่การกำหนดรู้ จัดเป็นอโยนิโสมนสิการทั้งสิ้น ดังนั้น ในหมวดนิรณจึงกล่าวถึงการใส่ใจโดยไม่แยบคายที่ทำให้เกิดนิรณ และการใส่ใจโดยแยบคายด้วยการกำหนดรู้นิรณที่เกิดขึ้นแล้วซึ่งทำให้นิรณดับไป

การพัฒนาจิตตามหลักชั้น 5 ในธัมมานุสสนาสติปัฏฐาน การรู้ชัดว่านี่คือรูป หมายถึงการหยั่งเห็นสภาวะพองยุบ เป็นต้น เป็นรูปที่แปรปรวน หรือการหยั่งเห็นเวทนาว่าเป็นความรู้สึกสัญญาเป็นความจำได้หมายรู้ สังขารเป็นการปรุงแต่งจิตให้มีสภาวะชอบหรือโกรธ และวิญญานเป็นการรู้อารมณ์เท่านั้น นักปฏิบัติผู้หยั่งเห็นลักษณะของรูปเป็นต้นอย่างชัดเจนแล้ว ย่อมเกิดปัญญาหยั่งเห็นความเกิดดับของรูปอีกด้วย กล่าวคือ รูปที่เคลื่อนไหวด้วยการเหี่ยยดและการคู้ มีสภาวะเกิดขึ้นและสิ้นสุดในแต่ละอาการที่เหี่ยยดและคู้ ต่อมานักปฏิบัติจะรับรู้การเกิดขึ้นและดับไปอย่างรวดเร็วของสภาวะเหี่ยยดและคู้ เป็นต้น การพัฒนาจิตตามหลักอายตนะ 12 ในธัมมานุสสนาสติปัฏฐาน เมื่อผู้ปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้ตามหมวดอายตนะอยู่อย่างนี้ กระบวนการอย่างเดียวกันย่อมปรากฏ นั่นคือ อายตนะทั้งภายในและภายนอกนี้เป็นเพียงสภาวะธรรมปราศจากตัวตน เมื่อแยกอายตนะที่ละส่วนออกไป บุคคลก็จะเป็นเพียงกองสังขารที่เป็นกระบวนการเชื่อมโยงกันของอายตนะทั้งหลายเท่านั้น ผู้ปฏิบัติที่เกิดปัญญาเห็นอย่างนี้ ย่อมไม่ยึดมั่นและยึดมั่นกองสังขารด้วยประการใด ๆ การพัฒนาจิตตามหลักโพชฌงค์ 7 ในธัมมานุสสนาสติปัฏฐาน เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดรู้สภาวะธรรมภายใน ภายนอก และทั้งภายใน ภายนอก ซึ่งเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป หรือเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วดับไปติดต่อกันอย่างรวดเร็ว ย่อมรู้ชัดว่าสภาวะธรรมเป็นความจริงของชีวิตที่เชื่อมโยงรูปนามอย่างเป็นระบบ และไม่มีอะไรควรให้ยึดติดผูกพัน จิตของเขาย่อมคลายความยึดมั่นถือมั่นในโลกได้ การพัฒนาจิตตามหลักอริยสัจ 4 ในธัมมานุสสนาสติปัฏฐาน เมื่อผู้ปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้ตามหมวดอริยสัจนี้ด้วยการกำหนดรู้สัจจะภายในเป็นหลัก เมื่อสัจจะภายในปรากฏชัดเจน สัจจะภายนอกก็จะปรากฏชัดเจนด้วยการอนุমানรู้ความเข้าใจเรื่องอริยสัจเป็นสิ่งสำคัญมาก ดังนั้นผู้ปฏิบัติ พยายามละอวิชชาและตัณหา พร้อมทั้งเจริญสมาธิและปัญญา เพื่อให้จิตรู้แจ้งสู่ความเป็นอิสระจากกิเลส



ธรรมเหล่านี้ คือ นิเวศน์ 5 ชั้น 5 อายตนะ 12 โพชนงค์ 7 อริยสัจ 4 เป็นเพียงสภาวะธรรม ผู้ปฏิบัติมีสติพร้อมหน้าว่า “ธรรมมีอยู่” เพียงเพื่อระลึกเท่านั้น คือ มีสติตรงต่อความจริงที่ว่า มีธรรมเป็นธรรม ได้แก่ นามกับรูปเท่านั้น ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา เขา มีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อยู่ภายใต้กฎของไตรลักษณ์ ทั้งนี้เพียงเพื่อเป็นความรู้และสำหรับใช้ระลึก คือ เพื่อเจริญสติสัมปชัญญะ เพื่อให้สติปัญญาเจริญเพิ่มพูน เป็นการพัฒนาจิตให้หลุดพ้นจากกิเลส เครื่องจองจำทั้งหลาย มิใช่เพื่อจะคิดฟุ้งเพื่อละเมอฝันไป ส่วนธรรมที่เพียรปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ อาตปปี สมุขปาณ สติมา แปลว่า “มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ” ในท้ายพระสูตรได้ทรงรับรองผลของการเจริญสติปัญญาอย่างต่อเนื่องว่า ย่อมได้รับอานิสงส์ 2 ประการ คือ เป็นพระอรหันต์ในปัจจุบัน หรือถ้ายังมีสังโยชน์เหลืออยู่ ก็เป็นพระอนาคามี

บรรณานุกรม

- พรรณราย รัตนไพฑูรย์. “การศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4: ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชมหามุนี”. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2544.
- พระกัมมัญฐานาจารย์ อุ บัณฑิตาภิวงษะ. *รู้แจ้งในชาตินี้ (In This Very Life)*. พิมพ์ครั้งที่ 15. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2560.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*. พิมพ์ครั้งที่ 22. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557.
- พระพุทธโฆสาเถระ. *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*. แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, 2554.
- พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ. *หลักสูตรจุฬารัตนธรรมิกะโท*. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพย์วิสุทธิ, 2550.
- พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). *มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน*. แปลโดย พระคันธสาราภิวงศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, 2549.
- _____. *วิปัสสนาธุระ หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์)*. แปลโดย จำรูญ ธรรมดา. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, 2553.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- _____. *พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2500*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535.





หลักคำสอนสำคัญในมหาสติปัฏฐานสูตร

The important doctrines in the Maha Satipatthana Sutta

พระมหาแสงเพชร สุทธิจิตโต (สารธิมา)¹

Phramaha Sangpeth Suddhichitto (Sarathima)

E-mail : 6511105015@mcu.ac.th

Received: March 8, 2024 Revised: April 12, 2024 Accepted: May 10, 2024

บทคัดย่อ

หลักคำสอนสำคัญในมหาสติปัฏฐานสูตร คือ (1) อาตปปี มีความเพียรพยายามเผาผลาญกิเลสในภพ 3 เป็นการปรารภความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวาย ความพยายาม ความอดุสหาะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความมุ่งมั่นอย่างไม่ทอดทิ้ง ความพยายามที่ทํากายและจิตให้เราร้อน ความพยายามที่เป็นไปทุกเมื่อเหมือนลม ความพยายามที่ย้ายความเกียจคร้านอันเป็นข้าศึก จึงเรียกว่า อาตปปี (2) สัมปะชาโน มีความรู้ตัวทั่วพร้อมว่าทำอะไรอยู่ในปัจจุบัน คือ สัมผัสสัญญา (ปัญญา) ความรอบรู้ ความรู้ทั่ว ฯลฯ หรือ สัมมาทิฐิ เห็นชอบ นี้เรียกว่าสัมผัสสัญญา บุคคลใดประกอบแล้ว ฯลฯ มาตามพร้อมแล้ว ด้วยสัมผัสสัญญานี้ เหตุอันบุคคลนั้น จึงเรียกว่า สัมปะชาโน และ (3) สติมา คือ มีสติ ความรู้สึกตัว อาการที่ระลึกได้ ความระลึกได้ในทุกขณะแห่งเวลาการเจริญกรรมฐาน ความระลึกได้ ความระลึกถึง ความระลึกชอบ นี้เรียกว่าสติ บุคคลใดประกอบแล้วด้วยสตินี้ บุคคลนั้น จึงเรียกว่า สติมา หลักธรรมสำคัญทั้ง 3 เป็นสิ่งที่เกี่ยวพันซึ่งกันและกันในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จะขาดสิ่งหนึ่งสิ่งใดไปไม่ได้ เพราะเป็นธรรมที่สามารถทำให้บรรลุผลเป็นพระอริยบุคคลได้ตามลำดับ คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ เข้าสู่พระนิพพาน โดยไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดในภพใหม่ให้ได้รับทุกข์ และโทมนัสอีกต่อไป

คำสำคัญ: มหาสติปัฏฐานสูตร, อาตปปี, สัมปะชาโน, สติมา

¹ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Abstract

The important doctrines in the Maha Satipatthana Sutra are: (1) Atapi, the effort to burn away defilements in the three realms. Diligence, perseverance, effort, perseverance, durability, strength, unfailing determination, effort that excites body and mind. Every effort is like the wind. (2) Sampachano: being fully aware of what is being done in the present, i.e. insight, understanding, understanding, etc., or right view, right view. It is called the simpleness of any person who has assembled it, etc., and has come along. with this sense That is why that person is called sampachano and (3) satima, that is, having mindfulness and consciousness. symptoms that can be remembered Mindfulness at every moment of meditation, mindfulness, mindfulness, right mindfulness this is called mindfulness. When a person is endowed with this mindfulness, that person is called satima. The three essential principles are complementary to each other. in the practice of Vipassana meditation There will be no missing thing. because it is a virtue that can attain the path to become noble persons respectively, namely Sotapanna, Sakadagami, Anagami and Arahant enter nirvana Without having to come back and die, born in a new world to suffer and sorrow anymore

Keywords: Maha Satipatthana Sutra, effort, understanding, mindfulness.

บทนำ

มนุษย์ในยุคปัจจุบันนี้มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว เพราะในยุคสมัยนี้เป็นยุคสมัยที่เรียกว่า ยุคโลกาภิวัตน์ ที่ทำให้วิถีชีวิตและสภาพจิตใจของมนุษย์เปลี่ยนแปลงไปไวต่อการสัมผัสกับความทุกข์ต่าง ๆ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ยากที่จะได้พบกับสันติสุขที่แท้จริง เพราะแม้ว่าวิทยาการจะสาธิตส่องโลกให้สว่างไสว มีวัตถุเทคโนโลยีที่ทันสมัยมากเพียงใดก็ตาม หากว่าด้านจิตใจของคนเราไม่ได้รับการอบรมพัฒนาควบคู่ไปด้วย ก็ยังจะทำให้สังคมปะปนไปกับความทุกข์ และมีปัญหานานัปการตามมา ดังนั้น มนุษย์จึงต่างพากันค้นหาหนทางเพื่อออกจากทุกข์ทั้งปวง เรียกว่า การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา



การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทางพระพุทธศาสนา เป็นการฝึกพัฒนาจิตเพื่อให้เกิดสัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ² ซึ่งก่อให้เกิดปัญญาให้เห็นสภาพความเป็นจริงภายในกายใจ โดยมีสมาธิ 3 ประเภท ได้แก่ 1) อุปจารสมาธิ ความที่จิตตั้งมั่นอยู่ในอุคคหนิमित เป็นนิमितที่เข้าไปอยู่ในจิตใจ กลายเป็นมโนภาพภายใน เป็นสมาธิใกล้ฉาน เป็นสมาธิใกล้จะแนบแน่น 2) อัปปนาสมาธิ ความที่จิตตั้งมั่นแน่วแน่ในปฏิภาคนิमित (เป็นอุคคหนิमितที่เป็นรูป และขนาดเป็นอย่างอื่นไป) และ 3) ขณิกสมาธิ ความที่จิตมีสติไประลึกรู้สภาวะอารมณ์ปรมาณู (ขั้น 5) ทีละขณะ ๆ ตั้งมั่นต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลาที่จิตรับรู้อารมณ์ จิตที่เป็นสมาธิขั้นอุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ เป็นสมาธิที่เป็นสมาธิที่มีความสัจจากกามและอกุศลธรรม บรรลุปฐมฌาน บรรลุทุติยฌาน บรรลุตติยฌาน บรรลุจตุตถฌาน ส่วนขณิกสมาธิเมื่อแก่กล้ามากขึ้น ความตั้งมั่นแห่งจิตในสมถภาวนาย่อมเกิดขึ้น แม้อารมณ์ที่เป็นรูปนามจะเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพที่ปรากฏชัดตามความเป็นจริง ดังนั้น การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา³ จึงเป็นการพัฒนาจิตด้วยสมาธิแห่งปัญญาเบื้องต้น

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในมหาสติปัฏฐานสูตร มีหลักคำสอนสำคัญ ซึ่งสามารถจำแนกออกเป็น 3 หมวด คือ (1) อาตปปี มีความเพียรพยายามเผแผลาญกิเลสในภพ 3 เป็นการปรารภความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวาย ความพยายาม ความอุตสาหะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความมุ่งมั่นอย่างไม่ท้อถอย ความพยายามที่ทํากายและจิตให้เร่าร้อน ความพยายามที่เป็นไปทุกเมื่อเหมือนลม ความพยายามที่ย้ายความเกียจคร้านอันเป็นข้าศึก จึงเรียกว่า อาตปปี (2) สัมปะชาโน มีความรู้ตัวทั่วพร้อมว่าทำอะไรอยู่ในปัจจุบัน คือ สัมปชัญญะ (ปัญญา) ความรอบรู้ ความรู้ทั่ว ฯลฯ หรือ สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ นี้เรียกว่า สัมปชัญญะ บุคคลใดประกอบแล้ว ฯลฯ มาตามพร้อมแล้ว ด้วยสัมปชัญญะนี้ เหตุอันบุคคลนั้น จึงเรียกว่า สัมปะชาโน (3) สติมา (สติ) คือ ความรู้สีกตัว อาการที่ระลึกได้ ความระลึกได้ในทุกขณะแห่งเวลาการเจริญกรรมฐาน ความระลึกได้ ความระลึกถึง ความระลึกชอบ นี้เรียกว่าสติ บุคคลใดประกอบแล้วด้วยสตินี้ บุคคลนั้น จึงเรียกว่า สติมา ดังนั้น การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจึงต้องอาศัยหลักธรรมสำคัญในมหาสติปัฏฐานสูตร คือ อาตปปี สัมปะชาโน และสติมา

ในมหาสติปัฏฐานสูตร ได้กล่าวถึงการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน 4 ซึ่งเป็นทางสายเอก และเป็นทางสายเดียวที่ทำให้ผู้ที่ดำเนินตามทางนี้ ถึงความบริสุทธิ์หมดจด แต่จะต้องเริ่มต้นด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพื่อความบริสุทธิ์หมดจด เพื่อความดับทุกข์และโสมนัส เพื่อบรรลุญาณธรรม เพื่อกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน ดังมีพระพุทธพจน์ว่า

² ม.ม. (ไทย) 12/497/535.

³ ที.ม. (ไทย) 10/305/272.



ภิกษุทั้งหลาย ทาง⁴ (ทาง หมายถึง ทางดำเนินไปสู่พระนิพพาน หรือ ทางที่ผู้ต้องการพระนิพพานควรดำเนินไป) นี่เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโหมณัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้ คือ สติปัฏฐาน⁵ (สติปัฏฐาน แปลว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือการปฏิบัติมีสติเป็นประธาน) สติปัฏฐาน 4 ประการอะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

1. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร (อาตปปี) มีสัมปชัญญะ (สัมปะชาโน) มีสติ (สติมา) กำจัดอภิชฌาและโหมณัสในโลกได้
2. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร (อาตปปี) มีสัมปชัญญะ (สัมปะชาโน) มีสติ (สติมา) กำจัดอภิชฌาและโหมณัสในโลกได้
3. พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร (อาตปปี) มีสัมปชัญญะ (สัมปะชาโน) มีสติ (สติมา) กำจัดอภิชฌาและโหมณัสในโลกได้
4. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร (อาตปปี) มีสัมปชัญญะ (สัมปะชาโน) มีสติ (สติมา) กำจัดอภิชฌาและโหมณัสในโลกได้⁶

ดังนั้น หลักคำสอนสำคัญในมหาสติปัฏฐานสูตร คือ (1) อาตปปี มีความเพียรพยายามเผาผลาญกิเลสในภพ (2) สัมปะชาโน มีความรู้ตัวทั่วพร้อมว่าทำอะไรอยู่ในปัจจุบัน และ (3) สติมา การมีสติ รู้สีกตัว ระลึกรู้ได้ในทุกขณะแห่งเวลาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ทั้ง 3 อย่างนี้มีความเกี่ยวพันซึ่งกันและกัน จะขาดสิ่งหนึ่งสิ่งใดไปไม่ได้ เพราะเป็นหลักธรรมที่มีความสำคัญสามารถทำลายกิเลสบรรลุมรรคผลเป็น พระอริยบุคคลตามลำดับ คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ เข้าสู่พระนิพพาน โดยไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดในภพใหม่ให้ได้รับทุกข์ และโหมณัสอีกต่อไป

ความหมายของมหาสติปัฏฐานสูตร

มหาสติปัฏฐานสูตร คือ เป็นพระสูตรที่ว่าด้วยการเจริญสติ ที่เรียกว่า สติปัฏฐาน 4 อันเป็นทางสายเอกที่จะนำพาผู้ปฏิบัติไปสู่การบรรลุมรรคผลนิพพานได้ เป็นธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ หมายถึง อารมณ์ของสติ ได้แก่ กาย เวทนา จิต ธรรม มหาสติปัฏฐานสูตร คือ หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่ใช้สติและปัญญา กำหนดรู้สภาวะธรรมทางกาย เวทนา จิต ธรรมตามความเป็นจริง

⁴ ที.ม.อ. (ไทย) 371/361.

⁵ ม.ม.อ. (ไทย) 1/106/253.

⁶ ม.ม.อ. (ไทย) 12/105/101.



จนหยั่งรู้ถึงความเปลี่ยนแปลงไปของสภาวะธรรมทั้งหลายว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เราเขา จนเกิดปัญญาเป็นขั้น ๆ เริ่มตั้งแต่วิปัสสนาญาณที่ 1 นามรูปปริเฉทญาณ ไปจนถึงวิปัสสนาญาณที่ 16 ปัจจเวกขณะญาณ หมายถึง ปัญญาที่เห็นในมรรคจิต ผลจิต นิพพาน รวมถึงกิเลสที่ละแล้ว และกิเลสที่ยังคงเหลืออยู่

มหาสติปัฏฐานสูตร แยกออกเป็น 4 คำ คือ

1) มหา เป็นคุณศัพท์ แปลว่า ใหญ่, ยิ่งใหญ่

2) คำว่า สติ คือ ความระลึกได้ นึกได้ ความไม่เพลา การคุมใจไว้กับกิจ (อันเป็นปัจจุบัน) หรือกมฺมจิตไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้อง จำการที่ทำ คำที่พูดได้แม่นยำแล้ว

3) คำว่า ปัฏฐาน ซึ่งแปลว่า เข้าไปตั้งไว้ จึงแปลรวมกันว่า สติปัฏฐาน คือ ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ การปรากฏของสติ ข้อปฏิบัติที่มีสติเป็นประธาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเห็นสิ่งทั้งหลาย ให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติกำกับดูสิ่งต่าง ๆ และความเป็นไปทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพี้ยนตามอำนาจกิเลส⁷ มี 4 อย่าง ได้แก่ (1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาเห็นกายในกายภายในเนือง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกเนือง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในและภายนอกเนือง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก (2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายในเนือง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายนอกเนือง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งภายในและภายนอกเนือง ๆ อยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก (3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในเนือง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกเนือง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในและภายนอกเนือง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสเสียได้ในโลก (4) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายในเนือง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายนอกเนือง ๆ อยู่ คือ การมีสติพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งภายในและภายนอกเนือง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก⁸

4) สูตร (สูตรตี) แปลว่า กฎเกณฑ์แม่บท เช่น สูตรในคัมภีร์กัจจายนไวยากรณ์ เป็นต้น⁹

⁷ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 31, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2561), หน้า 249.

⁸ ที.ม. (ไทย) 10/305/272.

⁹ พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อิทธิฐานวรรณนา, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูร วงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, 2547), หน้า 2.



สรุปความได้ว่า สติปัฏฐาน คือ ความตั้งมั่นในการระลึกรู้อารมณ์ที่เป็นฝ่ายดีอยู่เนื่อง ๆ ยับยั้งมิให้จิตตกไปในทางชั่ว หรือความระลึกได้ที่รู้ทันอารมณ์อันเป็นฝ่ายดี โดยเฉพาะอารมณ์อันเป็นที่ตั้งมั่นแห่งสติ 4 ประการ ประกอบด้วย กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยมีการพิจารณาอารมณ์ทั้งภายในและภายนอก โดยการมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้

ความสำคัญของมหาสติปัฏฐานสูตร

มหาสติปัฏฐานสูตรเป็นพระสูตรใหญ่ แต่เจาะจงความสำคัญเพียง “สติปัฏฐาน” ดังนี้

สติปัฏฐาน เป็นธรรมเครื่องก่อให้เกิดสมาธิ ดังนั้นหากผู้ปฏิบัติกรรมฐานทั้งหลายต้องการบรรลุสมาธินั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องเจริญสติปัฏฐาน เพราะหากขาดสติ สัมมาสมาธิย่อมไม่เกิด¹⁰

สติปัฏฐาน เป็นหนทางอันมุ่งตรงสู่มรรคผลนิพพาน โดยจัดเป็นหนึ่งในมรรคภาวนา ในพระวินัยจึงห้ามมิให้ภิกษุอวดอ้างตนเองว่าเจริญสติปัฏฐาน ซึ่งจะมีนัยให้คนเข้าใจว่าภิกษุนั้นได้คุณวิเศษอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือได้บรรลุมรรคผลนิพพานแล้ว ถือเป็นหนึ่งในสิ่งที่ทรงคุณค่าเทียบได้กับรัตนอัญมณีในพระธรรมวินัย ทำให้พระศาสนาอยู่ได้ยืนยาวนาน เป็นธรรมเพื่อความไม่เลอะเลือนไม่เสื่อมสูญไปของศาสนา เป็นแก่นแห่งธรรม เป็นเครื่องยึดอายุพระพุทธศาสนา

สติปัฏฐาน เป็นหนึ่งในธรรมที่พระองค์แสดงแล้วเพื่อความรู้ยิ่ง สวากทั้งหลาย ฟังเรียนเสพ เจริญ ทำให้มากด้วยดี ซึ่งเมื่อทำเช่นนี้ จะช่วยให้พระศาสนานี้ตั้งอยู่ได้นาน ดำรงอยู่ได้นาน อันเป็นสิ่งที่เกื้อกูลแก่คนหมู่มาก เพื่อสุขแก่คนหมู่มาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก เพื่อประโยชน์ เพื่อเกื้อกูลเพื่อสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

สติปัฏฐาน เป็นทางสายเอกเพียงสายเดียวที่จะทำให้มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายเข้าถึงความพ้นทุกข์สิ้นเชิง หรือถึงพระนิพพานได้ คือ การมีสติพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งภายในและภายนอกเนื่อง ๆ อยู่ มีความเพียร (อาตปปี) มีสัมปชัญญะ (สัมปะชาโน) มีสติ (สติมา) กำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก¹¹

สรุปความได้ว่า ความสำคัญของมหาสติปัฏฐานสูตร คือ สติปัฏฐาน เป็นสิ่งที่ทรงคุณค่าเทียบเท่าได้กับรัตนอัญมณีในพระธรรมวินัย เป็นเครื่องก่อให้เกิดสมาธิ เป็นการพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งภายในและภายนอกเนื่อง ๆ อยู่ มีความเพียร (อาตปปี) มีสัมปชัญญะ (สัมปะชาโน) มีสติ

¹⁰ ม.ม. (ไทย) 12/462/503.

¹¹ ที.ม. (ไทย) 10/404/338.



(สติมา) กำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก เป็นทางสายเอกเพียงสายเดียวที่จะทำให้มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายเข้าถึงความพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิง ให้ถึงซึ่งพระนิพพานได้

หลักคำสอนสำคัญในมหาสติปัฏฐานสูตร

หลักคำสอนสำคัญในมหาสติปัฏฐานสูตร จำแนกออกเป็น 3 หมวด ดังนี้

1) อาตาปี

อาตาปี มีความเพียรพยายามเผาผลาญกิเลสในภพ 3 เป็นการปรารภความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวาย ความพยายาม ความอุตสาหะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความมุ่งมั่นอย่างไม่ท้อถอย ความพยายามที่ทากายและจิตให้เร่าร้อน ความพยายามที่เป็นไปทุกเมื่อเหมือนลม ความพยายามที่ย่ำยีความเกียจคร้านอันเป็นข้าศึก จึงเรียกว่า อาตาปี

ความสำคัญของอาตาปี หรือ วิริยอินทรีย์ ซึ่งเป็นธรรมชาติที่เพียรพยายามต่ออารมณ์ หมายความว่า เป็นสภาวะธรรมที่มีความอดทนต่อสู้กับความยากลำบาก ที่เกี่ยวกับการงานต่าง ๆ ทั้งฝ่ายดีและไม่ดี ไม่ว่าการงานนั้นจะยากลำบากมากน้อยสักเพียงใดก็ตาม เมื่อวิริยอินทรีย์ (วิริยเจตสิก) ประกอบกับจิตดวงใดแล้วย่อมชักนำจิตและเจตสิกที่เกิดพร้อมกันในขณะเดียวกัน ให้มุ่งมั่นในการกระทำกิจการของตน ๆ โดยไม่ให้อ่อนท้อถอย ยิ่งวิริยเจตสิกมีกำลังมากเท่าไร การงานที่ทำอยู่ย่อมสำเร็จเรียบร้อยได้มากเพียงนั้น ถ้าการงานที่ทำอยู่นั้นไม่เหลือวิสัยของบุคคลที่จะพึงทำได้

องค์ธรรมของอาตาปี คือ วิริยเจตสิก เป็นปรมัตถธรรมอย่างหนึ่ง ซึ่งนับเนื่องในสังขารชั้นหยาบ เพราะเป็นสภาวะธรรมที่ปรุงแต่งจิตให้รู้อารมณ์เป็นพิเศษออกไปจากเวทนาชั้นหยาบและสัญญาชั้นหยาบ โดยอาศัยคุณสมบัติพิเศษเฉพาะตน ที่ไม่เหมือนกับสภาวะธรรมอื่น 4 ประการ ที่เรียกว่า วิเสสลักษณะ หรือ ลักษณะที่จตุกะ ได้แก่ (1) มีความอุตสาหะ เป็นลักษณะ (2) มีความอดทนคุณค่าชูสหาตธรรม เป็นกิจ (3) มีการไม่ย่อท้อถอย เป็นผล (4) มีความสดสังเวช เป็นเหตุใกล้¹²

อาตาปีกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ การปรารภความเพียรเพื่อละอกุศลธรรม¹³ เพื่อยังกุศลธรรมให้เกิดขึ้น มีกำลังใจ มีความเพียรมั่น ไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลาย ชื่อว่าอาตาปี เพราะมีปกติเผาผลาญได้โดยสิ้นเชิง ความพยายามอย่างคงเส้นคงวาไม่ยิ่งไม่หย่อนจนเกินไป ย่อมปรากฏเกิดขึ้น ในบางครั้งก็อาจจากความเพียรตึงเกินไปในอิริยาบถใดอิริยาบถหนึ่ง จึงทำให้เกิดภาวะความเครียดลุลูกกลืนในภายหลังได้ ในเวลาเช่นนั้น อาจทำให้เกิดภาวะความฟุ้งซ่าน จนทำให้เกิดจิตที่

¹² พระมหาชินวัฒน์ จกกวโร, พระอภิธรรม เจตสิกปรมัตถ์, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอบุ๊ค ดิสทริบิวชัน จำกัด, 2556), หน้า 234-235.

¹³ ที.ปา. (ไทย) 11/357/357



กำหนดนั้นไม่ปรากฏเท่าที่ควร แต่ในบางครั้ง หากเริ่มต้นโดยการทำความเพียรที่ย่อหย่อนแล้ว อาจจะ ทำให้ภายหลังยิ่งเกิดภาวะย่อหย่อนลงไปได้อีก ในกรณีเช่นนี้ จะทำให้เกิดถีนมิทธะ คือ ความง่วงเหงา หาวนอนหรือความเซื่องซึมได้ จนอาจทำให้การกำหนดสตินั้นเป็นไปอย่างเลือนลาง ไม่คมชัดเท่าที่ควร เพราะฉะนั้น โยคีจึงกระทำความเพียรให้ถูกต้องตั้งแต่ต้น นั่นก็คือไม่ควรให้ตั้งจนเกินไปและไม่ให้ หย่อนจนเกินไป หากตั้งเกิน ก็ปรับให้อยู่ในระดับปานกลาง หากหย่อน ก็ควรปรับ ให้สม่ำเสมอ เมื่อโยคี สามารถปรับระดับความเพียรของตนให้สม่ำเสมอคงเส้นคงวาเช่นนี้แล้ว ก็จะไม่เกิดความลุกี้ลุลกน หรือตั้งเครียดจนเกินไป ความฟุ้งซ่านก็จะไม่เกิดขึ้น เนื่องจากยังมีพาปะระกล่าวคือความขวนขวายเอา ใจใส่ใน อารมณ์อยู่ จึงทำให้ถีนมิทธะความง่วงเหงาหาวนอนไม่เกิด โยคินั้นก็จะสามารถกำหนดได้ทุก ๆ ครั้งที่อารมณ์นั้นปรากฏ โดยไม่ให้เล็ดลอดไปแม้แต่อารมณ์เดียว ก็การเพียรพยายามกำหนดได้อย่าง ต่อเนื่องเช่นนี้ เรียกว่า วิริยสัมโพชฌงค์

2) สัมปะชาโน

สัมปะชาโน มีความรู้ตัวทั่วพร้อมว่าทำอะไรอยู่ในปัจจุบัน คือ สัมปชัญญะ (ปัญญา) ความรอบรู้ ความรู้ทั่ว ฯลฯ หรือ สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ นี้เรียกว่าสัมปชัญญะ บุคคลใดประกอบ แล้ว ฯลฯ มาตามพร้อมแล้ว ด้วยสัมปชัญญะนี้ เหตุนั้นบุคคลนั้น จึงเรียกว่า สัมปะชาโน¹⁴

ความสำคัญของสัมปะชาโน (ปัญญา) คือ ธรรมชาติที่เป็นใหญ่เป็นผู้ปกครองหรือเป็น ประธานในการรู้เหตุผลของสิ่งทั้งปวงตามความเป็นจริง 5 ประการ คือ (1) พิจารณาตั้งแต่ปฏิสนธิ จนถึงการจำความได้ (2) พิจารณาถึงการละว่าตั้งแต่จำความได้มาจนถึงปัจจุบัน (3) พิจารณาถึงข้อ ปฏิบัติว่าตั้งแต่เยาว์มาจนถึงบัดนี้ (4) พิจารณาวิปัสสนาภูมิ 6 ให้เห็นเป็นแต่เพียงรูปกับนามเท่านั้น (5) ศึกษาในโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ให้รู้และเข้าใจเหตุผลของหัวข้อธรรม

องค์ธรรมของสัมปะชาโน คือ ปัญญาหรือเจตสิก เป็นธรรมชาติที่ประกอบด้วยจิตปรุงแต่ง จิต รู้ในเหตุผลของความเป็นจริง รู้ความเป็นจริงของสภาวะธรรมทั้งหลาย ปัญญาเจตสิก มีหน้าที่รู้ แจ่มตามความเป็นจริงของอารมณ์ แต่ปัญญาเจตสิกไม่ได้เป็นประธานในการรับรู้อารมณ์ จิตต่างหากที่ เป็นใหญ่เป็นประธานในการรับรู้อารมณ์ มีการรู้แจ้งซึ่งสภาวะธรรม เป็นลักษณะ มีการกำจัดความมืด เป็นกิจ มีความไม่หลง เป็นผล และมีสมาธิ เป็นเหตุไถ่¹⁵

สัมปะชาโนกับการเจริญวิปัสสนาภาวนา คือ ปัญญาความรู้ตัวทั่วพร้อมในสภาพของ อารมณ์ที่เป็นวิปัสสนาภูมินั้น โดยความเป็นเหตุเป็นผล และเป็นแต่สภาพรูปธรรมนามธรรม มิใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา แต่อย่างใด อันเป็นสภาวะของรูปนามเป็นอารมณ์ จนมีความเห็นแจ้งในสภาพ

¹⁴ พระโมคคัลลานเถระ, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า 196.

¹⁵ พระมหาชินวัฒน์ จุกกวโร, พระอภิธรรม เจตสิกปรมัตถ์, หน้า 754-755.



แห่งรพนามที่มืความเป็นไปตามกฎแห่งตรลักษณ คือ ไมเพียง เป้นทุข เป้นอนัตตา มีการเกิดขึ้น มีการเปลี่ยนแปลงไป อยู่ตลอดเวลา¹⁶

3) สติมา

สติมา คือ มีสติ ความรู้สืกตัว อาการที่ระลึกได้ ความระลึกได้ในทุขณะแห่งเวลาการ เจริญกรรมฐาน ความระลึกได้ ความระลึกถึง ความระลึกชอบ นีเรียกว่าสติ บุคคลใดประกอบแล้ว ด้วยสตินี้ บุคคลนั้น จึงเรียกว่า สติมา

ความสำคัญของสติมา (สติ) คือ สติมีโยนิโสมนสิการเป็นเครื่องผ่องแผ้ว หมายความว่า การที่บุคคลหมั่นนึกคิด พิจารณาหาเหตุผลของสิ่งต่าง ๆ อยู่เสมอ ย่อมทำให้สัญญาความจำได้หมายรู้ในสิ่งที่ถูกที่ควรจำได้หมายรู้ในสิ่งที่เป้นประโยชน์ หมายรู้ในสิ่งที่เป้นโทษ ย่อมเป็นเครื่องเจริญของสติ มี 2 แบบ คือ (1) สติที่ประกอบกับโสภณจิตโดยทั่วไป ในขณะระลึกอารมณ์ที่อดีตสัญญาเก็บจำไว้ ตามนัยแห่งปริยัติ ได้แก่ อปิลปนลักขณาสติ (2) สติที่กระทำความรู้สืกตัวขณะกำหนดรู้รพนามตามความเป็นจริงในการเจริญสติปัฏฐานตามแนวทางแห่งการปฏิบัติกรรมฐาน ได้แก่ อุปคณณลักขณาสติ¹⁷

องคธรรมของสติมา (สติ) คือ สติเจตสิก ได้แก่ สติเจตสิกในมหากุศลจิต 8 มหากิริยาจิต 8 อปปนาชณะ 26 โดยอาศัยคุณสมบัติพิเศษเฉพาะตน ที่ไม่เหมือนกับสภาวะธรรมอื่น 4 ประการ ที่เรียกว่า วิเสสลักษณะ หรือ ลักษณะทิจตุกะ ได้แก่ 1) มีความระลึกได้ในอารมณ์ คือ ความไม่ประมาท เป็นลักษณะ 2) มีการไม่หลงลืม เป็นกิจ 3) มีการรักษาอารมณ์ เป็นผล และ 4) มีการจำได้แม่นยำ เป้นเหตุไกล้

สติมากับการเจริญวิปัสสนาภาวนา (สติ) คือ การเจริญสติปัฏฐาน 4 ซึ่งเป็นหนทางปฏิบัติ อันเป้นทางสายเอกสายเดียว ได้แก่ (1) วิธีเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณา ภายให้รู้เห็นตามเป้นจริงว่า เป้นเพียงกาย ไม่ใช่สัตัวบุคคลตัวตนเราเขา ท่านจำแนกปฏิบัติไว้หลายอย่าง ได้แก่ 1) อานาปานสติ กำหนดลมหายใจ 2) อิริยาบถ กำหนดรู้ทันอิริยาบถ 3) สัมปชัญญะ สร้างสัมปชัญญะในการกระทำความเคลื่อนไหวทุกอย่าง 4) ปฏิกุลมนสิการ พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่ประชุมเข้าเป้นร่างกายนี้ 5) ธาตุมนสิการ พิจารณาเห็นร่างกายของตนโดยสัักว่า เป้นธาตุแต่ละอย่าง ๆ 6) นวสัักกิกา พิจารณาซากศพในสภาพต่าง ๆ อันแปลกกันไปใน 9 ระยะเวลา (2) วิธีเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้เห็นตามเป้นจริงว่า เป้น

¹⁶ พระโสภณมหาเถระ (มหาสัสัยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสุพระนิพนพาน, แปลโดย พระคันธสาราภังค์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, 2549), หน้า 134.

¹⁷ สุภีร์ ทุมทอง, สติปัฏฐาน 4 ดันทางนำไปสู่มรรคผลนิพนพาน, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ฟองทองเอนเตอร์ไพรส์ จำกัด, 2558), หน้า 33.



แต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดเวทนาอันเป็นสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉย ๆ ก็ดี ทั้งที่เป็นสามีส และเป็นนิรามิสตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้น ๆ (3) วิธีเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดจิตของตนที่มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เศร้าหมองหรือผ่องแผ้ว ในขณะนั้น ๆ เป็นต้น (4) วิธีเจริญธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดธรรมทั้งหลาย ได้แก่ นิรวณ 5 ชันธ 5 อายตนะ 12 โพชฌงค์ 7 อริยสัจ 4 ว่าเกิดขึ้น และดับไปได้อย่างไร เป็นต้น ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้น ๆ¹⁸

สรุปความได้ว่า หลักคำสอนสำคัญในมหาสติปัฏฐานสูตร คือ (1) อาตปปี มีความเพียรพยายามแผดผละกิเลสในภพ 3 เป็นการปรารภความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวาย ความพยายาม ความอดุทธาหะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความมุ่งมั่นอย่างไม่ท้อถอย ความพยายามที่ทํากายและจิตให้เร่าร้อน ความพยายามที่เป็นไปทุกเมื่อเหมือนลม ความพยายามที่ย่ำยีความเกียจคร้านอันเป็นข้าศึก จึงเรียกว่า อาตปปี (2) สัมปะชาโน มีความรู้ตัวทั่วพร้อมว่าทำอะไรอยู่ในปัจจุบัน คือ สัมปชัญญะ (ปัญญา) ความรอบรู้ ความรู้ทั่ว ฯลฯ หรือ สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ นี้เรียกว่าสัมปชัญญะ บุคคลใดประกอบแล้ว ด้วยสัมปชัญญะนี้ เหตุนี้บุคคลนั้น จึงเรียกว่า สัมปะชาโน และ (3) สติมา คือ มีสติ ความรู้สึกตัว อาการที่ระลึกได้ ความระลึกได้ในทุกขณะ แห่งเวลาการเจริญกรรมฐาน ความระลึกได้ ความระลึกถึง ความระลึกชอบ นี้เรียกว่าสติ บุคคลใดประกอบแล้วด้วยสตินี้ บุคคลนั้น จึงเรียกว่า สติมา

บทสรุป

หลักคำสอนสำคัญในมหาสติปัฏฐานสูตร คือ (1) อาตปปี มีความเพียรพยายามแผดผละกิเลสในภพ 3 เป็นการปรารภความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวาย ความพยายาม ความอดุทธาหะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความมุ่งมั่นอย่างไม่ท้อถอย ความพยายามที่ทํากายและจิตให้เร่าร้อน ความพยายามที่เป็นไปทุกเมื่อเหมือนลม ความพยายามที่ย่ำยีความเกียจคร้านอันเป็นข้าศึก จึงเรียกว่า อาตปปี ซึ่งในหลักธรรมนี้เราสามารถนำไปใช้ในการประพฤติปฏิบัติเพื่อให้เกิดความเพียรมีวิริยะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หรือนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน คือ เพื่อให้การงานสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี (2) สัมปะชาโน มีความรู้ตัวทั่วพร้อมว่าทำอะไรอยู่ในปัจจุบัน คือ สัมปชัญญะ (ปัญญา) ความรอบรู้ ความรู้ทั่ว ฯลฯ หรือ สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ นี้เรียกว่าสัมปชัญญะ บุคคลใดประกอบแล้ว ฯลฯ มาตามพร้อมแล้ว ด้วยสัมปชัญญะนี้ เหตุนี้บุคคล

¹⁸ ที.ม. (ไทย) 10/403/334.

นั้น จึงเรียกว่า สัมปะชาโน ซึ่งในหลักธรรมนี้เราสามารถนำไปใช้ในการประพฤติปฏิบัติเพื่อให้เกิดความรู้ตัวทั่วพร้อมเกิดเป็นปัญญาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หรือนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน คือ เพื่อไม่ให้เกิดความหลงลืมในการทำงานที่ทำอยู่ และ (3) สติมา คือ มีสติ ความรู้สึกตัว อาการที่ระลึกได้ ความระลึกได้ในทุกขณะแห่งเวลาการเจริญกรรมฐาน ความระลึกได้ ความระลึกถึง ความระลึกชอบ นี้เรียกว่าสติ บุคคลใดประกอบแล้วด้วยสตินี้ บุคคลนั้น จึงเรียกว่า สติมา ซึ่งในหลักธรรมนี้เราสามารถนำไปใช้ในการประพฤติปฏิบัติเพื่อให้มีสติระลึกรู้ในอารมณ์ของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หรือนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน คือ เพื่อให้มีสติในการทำงานต่าง ๆ ให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

บรรณานุกรม

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- _____. อรรถกถาภาษาไทย.ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553.
- พระมหาชินวัฒน์ จุกกวโร. พระอภิธรรม เจตสิกปรมัตถ์. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอบีค ดิสทริบิวชั่น จำกัด, 2556.
- พระมหาสมปอง มุทิโต. คัมภีร์อภิธานวรรณนา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, 2547.
- พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน. พระธรรมโมลี (สมศักดิ์อุปสโม ป.ธ.9. M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ. พระคันธसारากวีร์ แปลและเรียบเรียง. กรุงเทพมหานคร: หจก. ไทยรายวันการพิมพ์, 2549.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ 31. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2561.
- สุกัร ทุมทอง. สติปัฏฐาน 4 ดันทางนำไปสู่มรรคผลนิพพาน. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ฟองทองเอนเตอร์ไพรส์ จำกัด, 2558.





การตีความปฏิจสมุปปาทสู่วิธีรู้แจ้งของนาคารชุน
Nagarjuna's Interpretation on *Paṭiccasamuppāda* for
Complete Realization

พระมหาธนากร ธนากร (ลาภเอกอุตม)¹

Phramaha Thanakorn Dhanakaro (Labekudom)

E-mail: Sumkidgorn@gmail.com

Received: March 8, 2024 Revised: April 12, 2024 Accepted: May 10, 2024

บทคัดย่อ

พระนาคารชุนได้นำหลักทางสายกลางคือ ปฏิจสมุปปาท มาเป็นเครื่องมือในการหยุดไหลตาม สังสารแห่งความคิด (สังขตะ) เพื่อเข้าสู่ความเป็นปรมาตม์ ซึ่งถือว่าเป็นที่สุดของการรู้แจ้งธรรมตามหลักปฏิจสมุปปาทเป็นการอธิบายโลกสมมติซึ่งปกปิดด้วยภาษาสมมติเรียกชื่อต่าง ๆ ซึ่งเป็นตัวสังขารคือความคิด ประชุมแต่ง โดยภาษาสมมติดึงภาพเขียนหรือจินตภาพภาษา เป้าหมายคือการนำจิตไปสู่การรู้สภาวะปรมาตม์อย่างถูกต้องในฐานะที่เป็นจริงสูงสุด การบรรลุด้วยการรู้แจ้งความจริงนี้เป็นเรื่องของจิตที่รู้ตัวและดำรงอยู่กับความว่าง และมองโลกแห่งปรากฏการณ์อย่างที่มีนัยเป็น ซึ่งถือเป็นการพัฒนาจิตถึงซึ่งนิพพาน (คือความสิ้นสุดของสังขตะ) ทำให้หลักปรัชญาของพระนาคารชุนตั้งอยู่บนพื้นฐานของญาณวิทยาบริสุทธิ์ ไม่เกี่ยวข้องกับการภวาทหรือการปฏิบัติใด ๆ การกระทำทุกอย่างล้วนมาจากความคิด การรู้แจ้งความจริงแท้บริสุทธิ์คือความจริงปรมาตม์ (ศูนยตา) จึงเป็นที่สุดของการหมดความสงสัย อยู่เหนือกิเลสทั้งหลาย เมื่อรู้แจ้งความจริงเหนือสมมติจึงดำรงอยู่ในโลกสมมติ ไม่แยกจากสมมติ และยังใช้ภาษาและโลกสมมติเพื่อนำไปสู่การรู้แจ้งความเป็นจริง เข้าถึงหรือประสบการณ์กับความว่างแห่งความว่าง ก่อให้เกิดวัฒนธรรมทางปรัชญาแบบเอกภาพ (Unity) หรือความเป็นจริงหนึ่งเดียวแห่งพหุภาพทั้งหลาย และส่งผลให้เกิดนวัตกรรมทางด้านการพัฒนาจิต ให้เข้าสู่ความเป็นพุทธะด้วยเครื่องมือคือ ญาณวิทยาบริสุทธิ์ ผ่านวิธีการวิภาชวิธี ซึ่งเป็นการวิภาชในสามระดับคือ วิภาชกับคนอื่น (อารมณ์ภายนอก) วิภาชกับความคิดของตนเอง และวิภาชกับกิเลสคือความหลง ในเชิงสุนทรียะ ความรู้ที่สมบูรณ์ของปฏิจสมุปปาทะปรากฏให้เห็นในรูปของมลทล ภาษา

¹ นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม



สัญลักษณ์แฝงในงานพุทธศิลป์ทุกสาขา ซึ่งเป็นมรดกทางจิตวิญญาณหนึ่งที่โดดเด่นของพระพุทธศาสนา

Abstract

Nagarjuna introduced the middle path taken from *Patīccasamuppāda*, as a tool to stop the flow of thought (Sangkhata) to reach the ultimate state of enlightenment. *Patīccasamuppāda* had been explained as an imaginary world through language with various names, which are thought-provoking ideas by fictional language based on virtual or imaginary languages. Its goal is to lead the mind to direct experience of the ultimate reality as the highest truth. Attaining this truth is a matter of mind with emptiness sphere seeing the phenomenal world as it is. This is regarded as developing the mind to Nirvana, the end of thought, it also forces Nagarjuna's view as the base of pure epistemology. It has nothing to do with prayer or practice. All actions are thought-provoking. The enlightenment of the pure truth, *Paramattha*, is thus the ultimate cessation of doubt, all desires cease away, beyond the imaginary, but the enlightened one still lives in the imaginary world, not separated from any thought construction and fictional worlds to guide the enlightenment by complete experience of the emptiness of emptiness. It gave rise to a philosophical culture of unity or the oneness of all and encouraging innovation for mental development to enter into Buddhahood with pure epistemology through the dialectical method which is a dialectic at three levels: dialectic with others, dialectic with one's own thoughts and the dialectic with his/her delusion. In terms of aesthetics, *Patīccasamuppāda* appears in the form of a Mandala, Stupa etc., as the symbolic language hidden in every branch of Buddhist art which is one of the outstanding spiritual heritages of Buddhism.

บทนำ

หลักคำสอนเรื่องปฏิจจสมุปบาทซึ่งปรากฏเป็นหลักคำสอนเดิมโดยแท้คือพระไตรปิฎก และยังถูกกล่าวถึงในเรื่องของความสำคัญตามหลักคำสอนดังกล่าวที่โดยพระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ 2 ประเด็นคือ 1) จักรวาล โลก และสรรพสัตว์แห่งสังสารวัฏญ์ย่อมดำเนินไปตามวัฏฏจักรแห่งสังสารวัฏญ์นี้ และย่อมจะลุ่มหลงติดอยู่กับ กับดักแห่งอตตวาทุพาทนาที่บีบคั้นให้เจ็บปวด ทุกข์ทรมานไม่มีที่สิ้นสุด 2) ไม่มีผู้ใดจะเข้าใจหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าได้หากยังไม่รู้ชัดอย่างแจ่ม



แจ้งในปฏิจสุมุปาบท 3) ด้วยความไม่รู้แจ้งชัดจึงทำให้สัตว์ตกอยู่ในความหลงความยึดติดความคิดปรุงแต่งจนกลายเป็นมิจฉาทิฎฐิตุ่ทุกอย่าง ด้วยเหตุนี้หลักคำสอนเรื่องปฏิจสุมุปาบทจึงเป็นกุญแจสำคัญในการทำความเข้าใจแห่งหลักคำสอนที่สำคัญของพระพุทธเจ้าซึ่งสามารถจะนำไปสู่ความรู้แจ้งของความจริง ข้ามพ้นจากมิจฉาทิฎฐิต่าง ๆ ได้

ในการสร้างหลักปรัชญาศูนยวาทของท่านพระนาคคารุณท่านได้นำหลักแห่งคำสอนเรื่องปฏิจสุมุปาบทมาเป็นหลักของคำสอนพื้นฐาน ในการปูทางแนวคิดเรื่องทางสายกลาง หรือ มัชฌมกะ ซึ่งเป็นที่มาของคัมภีร์มูลาธมมกการิกา แต่งโดยท่านพระนาคคารุณ โดยการเน้นย้ำถึงทฤษฎีสัมพันธภาพคือ ปัจจายการ เพื่อเป็นฐานของการนำไปสู่การปฏิเสธสังขตภาวะคือ ความเห็นทุกอย่าง โดยการใช้วิธีการทางญาณวิทยาแทนการปฏิบัติธรรมแบบอื่น คือ วิชาวิธี เป็นเครื่องมือสำคัญ

การตีความปฏิจสุมุปาบทของพระนาคคารุณ

หลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาเป็นหลักแห่งความจริงโดยท่านพระนาคคารุณท่านได้ศึกษาแนวทางแห่งปฏิจสุมุปาบท หลักธรรมที่อธิบายถึงการเกิดขึ้นพร้อมแห่งธรรมทั้งหลายเพราะอาศัยกัน, การที่สิ่งทั้งหลายอาศัยกันจึงเกิดมีขึ้น เพราะมีปัจจัย จากในพระไตรปิฎกอันว่าด้วยปฏิจสุมุปาบทสูตรที่ว่าด้วยหลักแห่งปฏิจสุมุปาบท ที่มีมาในพระสูตรตันตปิฎกสังยุตตนิกายนิทานวรรค มีดังนี้ว่า สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของอนาถบิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี ณ ที่นั้น พระผู้มีพระภาคได้รับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลายมาและทรงตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย” และภิกษุทั้งหลายเหล่านั้นได้ทูลรับสนองพระดำรัส จากนั้นพระผู้มีพระภาคจึงได้ทรงแสดงหลักคำสอนทรงตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราจักแสดงปฏิจสุมุปาบทแก่เธอทั้งหลาย ขอเธอทั้งหลายจงฟัง จงใส่ใจให้ดี เราจักกล่าว” ภิกษุทั้งหลายเหล่านั้นทูลรับสนองพระดำรัสแล้ว พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงได้ตรัสเรื่องนี้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ปฏิจสุมุปาบท² อันว่านั้นเป็นอย่างไร คือ

เพราะอวิชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี

เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี

เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย นามรูปจึงมี

เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สฬายตนะจึงมี

เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะจึงมี

เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี

เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงมี

เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี

เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพจึงมี

² ส.นิ.อ. 2/1/7 (ปฏิจสุมุปาบท คือ ปัจจายการ หมายถึงอาการแห่งธรรมที่อาศัยกันเกิดขึ้น).

เพราะภาพเป็นปัจจัย ขาดจึงมี

เพราะชาติเป็นปัจจัย ขรา มรณะ โสกะ (ความเศร้าโศก) ปรีทเว (ความคร่ำครวญ) ทุกข์ (ความทุกข์กาย) โทมนัส(ความทุกข์ใจ) และอุปายาส(ความคับแค้นใจ) จึงมีความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ มีได้ด้วยประการฉะนี้ ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า “ปัจจุสมุปบาท”

ส่วนท่านพระนาคคารุณ มีชีวิตอยู่ประมาณปี พ.ศ. 693 ถึง พ.ศ. 793 เกิดในตระกูลพราหมณ์ ที่เมืองวิหารกะ ทางตอนใต้ของอินเดีย และเคยศึกษาอยู่ที่มหาวิทยาลัยนาลันทา และได้เป็นอธิการบดีต่อจากพระราหุลภัทระซึ่งเป็นอาจารย์ของท่าน³ ท่านเป็นพระภิกษุนักพุทธปรัชญาที่มีความสำคัญมากที่สุดคนหนึ่งในศาสนาพุทธ พระนาคคารุณและลูกศิษย์ที่มีชื่อเสียงในพระพุทธศาสนา คือ อารยทเว เป็นผู้ก่อตั้งนิกายมัธยมกะ ในสังกัดของพุทธศาสนานิกายมหายาน พระนาคคารุณยังเป็นคนกำหนดแห่งปรัชญาที่ปรากฏใน ปรัชญาปารมิตาสูตแต่ ท่านนาคคารุณ อ้างว่าตนได้เอกสารต้นกำเนิดของพระสูตรนี้มาจากพญานาคใต้เมืองบาดาล โดยตนเพียงแต่เป็นผู้เผยแพร่ความรู้ใหม่นี้ไปในโลกเท่านั้น นอกจากนั้นท่านยังได้แต่งคัมภีร์มูลมหายมิกการิกา ซึ่งเป็นแหล่งข้อมูลหลักของหลักปรัชญามายมิกะ ซึ่งถือเป็นผลงานสำคัญที่สุด โดยมีเป้าหมายในการพัฒนาจิตให้รู้แจ้งความจริงอยู่เหนือความคิดปรุงแต่งทุกอย่าง และใช้เป็นหลักการในการโต้แย้งกับลัทธิอื่น ๆ ซึ่งยังยึดติดอยู่กับความคิด ทฤษฎี ภาษาโดยไม่รู้ตัว จนทำให้หลักคำสอนของมายมิกะได้รับความนิยมแพร่หลาย ถือว่าเป็นสุดยอดของปรัชญาที่สามารถทำลายมิจฉาทิฐิทุกประการ ไม่มีเจ้าลัทธิใดกล้าโต้ว่าที่กับท่าน เพราะท่านเป็นนักปราชญ์ที่มีความชำนาญในการโต้แย้ง⁴ และได้ใช้ชีวิตช่วงปลายที่อินเดียตอนใต้ ที่เมืองอมราวตี แคว้นอันธระซึ่งมีสถูปที่ระบุว่าประติษฐานอัฐิธาตุของท่านคือ นาคคารุณโกณฑะ

ในช่วงที่มีชีวิตท่านพระนาคคารุณได้ประพันธ์คัมภีร์ไว้มากมายแต่ที่เป็นหลัก ๆ คือ 1) คัมภีร์มหายมิกการิกา หรือ มายมิกศาสตร์ ซึ่งประกอบด้วย 400 การิกา 27 ปริเฉท ซึ่งถือเป็นหลักคำสอนหลักของสำนัก หลักญาณวิทยาของท่านนาคคารุณ 2) อุกุโตภยะ เป็นหนังสือที่อธิบายความของมายมิกการิกา 3) สหกุลเลขะ เป็นจดหมายที่เขียนถึงพระเจ้ายัญศรี เคาตมิปุตระ⁵

แก่นแท้ของของหลักคำสอนของท่านพระนาคคารุณอยู่ที่ประโยคที่ว่า “สรรพสิ่งคือ ความว่างเปล่า (สรวม สุญยม)” ซึ่งนำมาจากหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ทรงตรัสไว้ในสังยุตตนิกายมาสนับสนุนมติของท่านว่า

³ Wallaser, M., The Life of Nagarjuna from Tibetan and Chinese Sources, Madras: Nag Publishers, 1979; Asian Education Services, 1990), pp. 35.

⁴ อติศักดิ์ ทองบุญ, ปรัชญาอินเดีย, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ราชบัณฑิตยสถาน, 2532), หน้า 121.

⁵ ธัญวัฒน์ โพธิศิริ, ชีวิตและผลงานของนักปราชญ์พุทธ, (มหาสารคาม: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2549), หน้า 156-160.



กัจจानะโลกนี้โดยมากอาศัยส่วนสุดสองอย่างคือ อตฺถิถา (ความมี) หนึ่งนตฺถิถา (ความไม่มี) หนึ่ง ก็เมื่อบุคคลเห็นความเกิดแห่งโลกด้วยปัญญาอันชอบตามความเป็นจริงแล้ว นตฺถิถาย่อมไม่มี เมื่อบุคคลเห็นความเกิดแห่งโลกด้วยปัญญา อันชอบตามความเป็นจริงแล้ว อตฺถิถาย่อมไม่มี กัจจานะข้อที่ว่าสิ่งทั้งปวงมีอยู่นี้เป็นส่วนสุดยดอย่างหนึ่ง ข้อที่ว่าสิ่งทั้งปวงไม่มีอยู่นี้เป็นส่วนสุดที่สอง ตถาคตแสดงธรรมโดยสายกลางไม่เข้าไปใกล้ส่วนสุดทั้งสองนั้นว่า เพราะอวิชชาเป็นปัจจัยจึงมีสังขาร⁶

โดยท่านได้นำหลักคำสอนเรื่องปฏิจจสมุปบาท ซึ่งถือว่าเป็นหลักการสำคัญในการดำเนินชีวิตแบบ มัชฌิมาปฏิปทา ซึ่งนำไปสู่การรู้แจ้งความเป็นศูนย์ตา คือ ถู่ว่า “สรรพสิ่งว่างจากสภาวะ” เนื่องจากความเป็นจริงของปัจจัยการหรือปฏิจจสมุปบาทไม่มีความเป็นอยู่อย่างอิสระ ปราศจากความเป็นอยู่โดยตัวมันเอง ไม่มีลักษณะคงที่⁷ ปฏิจจสมุปบาทนี้เรียกว่าทางสายกลางเพราะมีความหมาย 4 อย่างที่สนับสนุนการไม่ติดทางของความเห็นผิดทั้งหลายคือ 1) เพราะตรงกันข้ามกับที่ สุดโต่งด้านเดียว 2) เพราะเว้นเสียซึ่งที่สุดโต่งด้านเดียว 3) เพราะเป็นเอกภาพในพหุภาพ 4) เพราะเป็นปรมาณสังขละ เนื่องจากเราไม่สามารถรับรู้ภาวะโดยอิสระจากอภาวะ การรู้ความเป็นจริงทั้งสองย่อมทำให้จิตดำเนินเข้าสู่การรู้ศูนย์ตา

โดยการนำเสนอหลักคำสอนเรื่องศูนย์ตา พระนาคราชได้จำแนกภาวะของการรับรู้ของคนเราเป็น 2 สถานะคือ โลกสมมติและปรมาณสังขละ แล้วจึงใช้หลักปัจจัยการหรือปฏิจจสมุปบาทมาเป็นเครื่องมือในการอธิบายและนำจิตไปสู่จิตระดับปรมาณสังขละ โดยวิธีการวิภาควิธี การรู้แจ้งหลักปฏิจจสมุปบาทนั่นเองคือการรู้แจ้งปรมาณสังขละ นี่คือการเพ่งหมายสูงสุดของมหายมิกะเพื่อบรรลุถึงนิพพาน⁸ เมื่อว่าโดยปรมาณสังขละ ไม่มีอะไรเกิดเป็นภาวะหรือกลายเป็นอภาวะ ว่าโดยสมมติสังขละเท่านั้น เราจึงสามารถกล่าวถึงความมีหรือความไม่มีแห่งวัตถุและธรรมบัญญัติทั้งหลาย ความจริง ไม่มีสิ่งใดมีภาวะของตัวเอง ที่ได้มีการคิดปรุงแต่ง ที่นั่นไม่พบกับปรมาณสังขละ การคิดปรุงแต่งคือสังขตะกับความจริงชั้นปรมาณสังขละ กล่าวคือ อสังขตะย่อมไปด้วยกันไม่ได้ เพราะฉะนั้น เพื่อเข้าถึงอสังขตะคือนิพพาน บุคคลต้องละทิ้งคืออยู่เหนือสังขตสภาวะโดยสิ้นเชิง เมื่อจิตใจของเราบริสุทธิ์จากมลทินคือสังขตสภาวะแล้ว ย่อมเข้าสู่การรู้แจ้ง ตถาหรือปรมาณสังขละ หรือศูนย์ตา ซึ่งถือเป็นเป้าหมายสูงสุดของนาคราช

⁶ Thanissaro Bhikkhu (1997). SN 12.15 Kaccayanagotta Sutta: To Kaccayana Gotta (online) <http://www.accesstosight.org/tipitaka/sn/sn12/sn12.015.than.html> (15 กันยายน 2564)

⁷ วัชร งามจิตรเจริญ, สมการความว่าง, (สำนักพิมพ์กรีน ปัญญาญาณ: นนทบุรี, 2554), หน้า 184.

⁸ Garfield, Jay L. "Dependent Arising and the Emptiness of Emptiness: Why Did Nāgārjuna Start with Causation?", *Philosophy East & West*, 44 (2), doi:10.2307/1399593, JSTOR 1399593, p. 221.

วิภูฏจักรแห่งโลกสมมติและปรมัตถ์

ในคัมภีร์พระไตรปิฏกพระพุทธเจ้าได้กล่าวถึงความสำคัญของปฏิจจสมุปบาทว่าผู้ใดเห็นปฏิจจสมุปบาทและมีความเข้าใจอย่างชัดแจ้งย่อมพ้นจากความสงสัยคือผลจากมิจฉาทิภูฏได้ ในคัมภีร์อรรถกถารุ่นหลังได้พยายามตีความหลักคำสอนปฏิจจสมุปบาทเกี่ยวข้องกับการวนเวียนตายเกิดในสังสารวิภูฏในเชิงข้ามภพชาติหรือไม่ก็เป็นช่วงของการเกิดดับในลักษณะของจิต ซึ่งโดยธรรมชาติของจิตนั้นเกิดดับตลอดเวลาการมองเห็นความเกิดดับของจิตนั้นโดยอาศัยหลักปฏิจจสมุปบาทสายเกิดและสายดับ ไม่รู้แจ้งสายเกิดคือสายสโมทัยวาร์ก็สามารถจะเกิดความรู้ชัดในอริยสัจทั้งสองส่วนคือทุกขสัจ และทุกขสมุทัยสัจ การเข้าใจและมีประสบการณ์รู้แจ้งสายดับ คือการน้อมจิตไปหาณีพพาน การรู้การเกิด-ดับของจิตจึงถือเป็นอารมณัปรมัตถ์เพื่อเจริญวิปัสสนากรรมฐานในสายเถรวาท

หลักปฏิจจสมุปบาท 12 เป็นคำสอนเดิมที่ปรากฏในในมหานิทานสูตรซึ่งพระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้แล้ว เป็นหลักธรรมที่อธิบายถึงการเกิดขึ้นพร้อมแห่งธรรมทั้งหลายเพราะอาศัยกัน, การที่สิ่งทั้งหลายอาศัยกันจึงเกิดมีขึ้น เช่น ทุกข์เกิดขึ้นเพราะมีปัจจัย 12 เรื่องเกิดขึ้นสืบ ๆ เนื่องกันมาตามลำดับ โดยแบ่งเนื้อหาออกเป็น 2 แบบคือ อนุโลมและปฏิโลม

1) การแสดงอนุโลม หรือแบบสมุทัยวาร์ คือ 1) เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารทั้งหลายจึงมี 2) เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญานจึงมี 3) เพราะวิญญานเป็นปัจจัย นามรูปจึงมี 4) เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สฬายตนะจึงมี 5) เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะจึงมี 6) เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี 7) เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงมี 8) เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี 9) เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพจึงมี 10) เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติจึงมี 11) เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรามรณะจึงมี 12) ความโศก ความคร่ำครวญ ทุกข์ โทมนัส และความคับแค้นใจ ก็มีพร้อม ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งปวงนี้ จึงมี

2) แบบปฏิโลม หรือ แบบนิโรธวาร์ คือ 1) ความทุกข์ จะดับไปได้เพราะ ชาติ (การเกิด อตตาทา “ตัวตน” คิดว่าตนเป็นอะไรอยู่) ดับ 2) ชาติ จะดับไปได้เพราะ ภพ (การมีภาระหน้าที่และภาวะทางใจ) ดับ 3) ภพ จะดับไปได้เพราะ อุปาทาน (ความยึดติดในสิ่งต่าง ๆ) ดับ 4) อุปาทาน จะดับไปได้เพราะ ตัณหา (ความอยาก) ดับ 5) ตัณหา จะดับไปได้เพราะ เวทนา (ความรู้สึกทุกข์หรือสุขหรือเฉย ๆ) ดับ 6) เวทนา จะดับไปได้เพราะ ผัสสะ (การสัมผัส) ดับ 7) ผัสสะ จะดับไปได้เพราะ สฬายตนะ (อายตนะใน 6+นอก 6) ดับ 8) สฬายตนะ จะดับไปได้เพราะ นามรูป (รูปขันธ์) ดับ 9) นามรูป จะดับไปได้เพราะ วิญญาน (วิญญานขันธ์) ดับ 10) วิญญาน จะดับไปได้เพราะ สังขาร



(อารมณ์ปรุงแต่งวิญญาน-เจตสิก) ดับ 11) สังขาร จะดับไปได้เพราะ อวิชชา (ความไม่รู้อย่างแจ่มแจ้ง) ดับ⁹

พระนาคราชุนได้นำหลักคำสอนนั้นมาเสนอเป็นหลักในเชิงปรัชญาแบบญาณวิทยา (Epistemology) คือใช้เน้นเรื่องความรู้ซึ่งเป็นธรรมชาติของจิตเป็นแกนหลักในการเกี่ยวข้องสัมพันธ์ของเรื่องต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับจิต และถือว่าจิตเท่านั้นที่จะรู้แจ้งความเป็นจริงคือปรมาต্মของตนเองได้ซึ่งเป็นลักษณะสำคัญของปรมาตมธรรม (ปัจเจกัตถ์) วามเข้าใจธรรมชาติพื้นฐานของความจริง จะเป็นไปได้ก็ต่อเมื่อเราได้เข้าใจทฤษฎีปฏิจาสุมุปาบทหรือปัจจยาการ ซึ่งเป็นหลักคำสอนเชิงอุปายของมาธยมิกะซึ่งหมายถึงทางสายกลาง คือ ไม่ติดอยู่กับทางสุดโต่งระหว่างสัสสตทิฎฐิ (ความเห็นว่ามีอยู่อย่างเที่ยงแท้) และอุจเฉททิฎฐิ (ความเห็นว่างขาดสูญ) ตามที่พุทธปรัชญาอธิบายว่าสรรพสิ่งล้วนอิงอาศัยกันเกิดขึ้น ไม่มีสิ่งใดมีสถานะที่ดำรงอยู่ได้ด้วยตัวของมันเอง จึงเรียกว่าศูนยตา ทว่าก็ไม่ได้หมายความว่า เป็นความว่างเปล่าหรือขาดสูญแบบอุจเฉททิฎฐิ หากหมายถึง ไม่มีสาระในตัวเอง แต่เป็นเพราะเหตุปัจจยอิงอาศัยกันเกิดขึ้นแบบปัจจยาการ สรรพสิ่งในโลกจึงล้วนเป็นความสัมพันธ์ และความสัมพันธ์กันนี้เป็นตัวบ่งบอกความไม่มีอยู่จริงของสิ่งต่าง ๆ

ไม่ใช่แต่จะให้ความสำคัญกับแนวคิดเรื่องปัจจยาการเชิงหลักการเท่านั้น ไปแล้วเพื่อที่จะทำให้เกิดความเข้าใจชัดเจนกว่าเรื่องความเป็นจริงในการดำรงชีวิตปัจจุบันก็มีความจำเป็นที่จะต้องเข้าใจเรื่องนี้ด้วย โดยปกติคนเรา ในการดำเนินชีวิตปกติเราทุกคนก็ล้วนตกอยู่ในภาวะของการดำเนินชีวิตตามหลักเหตุปัจจัยในทุกวัน ความเข้าใจความเป็นเหตุปัจจัยของสรรพสิ่งที่เกิดขึ้นรอบตัวเราก็จะยิ่งทำให้เราเข้าใจหลักการดำเนินชีวิตตามโพธิจิตในความคิด

การพัฒนาความรู้ของพุทธศาสนาให้เข้าสู่ระดับปรัชญาคือญาณวิทยาซึ่งตั้งอยู่บนพื้นฐานของการเข้าใจความจริง 2 อย่างคือความเป็นจริงแบบปรมาตมและความเป็นจริงแบบสมมติ ซึ่งทั้งสองอย่างดูเหมือนแตกต่างกันอย่างสิ้นเชิงแต่โดยเนื้อหาแล้วทั้งสมมติและปรมาตมต่างดำรงอยู่ในภาวะของปรมาตมโดยอาศัยการเข้าใจหลักความจริงทั้งสอง นำไปสู่การยอมรับความเป็นจริง ศูนยตา (เชิงญาณวิทยา) ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้จิตที่มักหลงยึดติดอยู่ในภาวะยึดถือว่ามีอยู่ และภาวะตรงกันข้ามคือการไม่มีอยู่ ของคนทั่วไป โดยใช้หลักทฤษฎีคือหลักคำสอนเรื่องปฏิจาสุมุปาบท ซึ่งแสดงให้เห็นคำสอนเรื่องสมมติบัญญัติและปรมาตม

ในบทต้นของคัมภีร์มูลสมายมิกการิก นาคราชุน ได้กล่าวโครงสร้างของหลักศูนยวาทของตนเอง และ เนื้อหาหลักของคัมภีร์ว่า

อนุปาทะ ไม่มีความอุบัติ อนิโรธะ ไม่มีความดับ อสาควตะ ไม่มีความเที่ยง อนุจเฉทะ ไม่มีความขาดสูญ อเนการถะ ไม่มีอรรถแต่อย่างเดียว อนานารถะ ไม่มีอรรถ

⁹ ที.ม. (ไทย) 10/95-130/57-76.



นานาประการ อนาคตะ ไม่มีการ เข้ามา อนิระคมะ ไม่มีการออกไป ผู้ที่สามารถกล่าวได้ว่าเป็นเหตุปัจจัย ดับเสียได้ซึ่งปัญญายา ธรรมทั้งปวง ข้าพเจ้า (คือท่านนาคคารุณ) ขออภิวันทนาแด่พระพุทธรองค์ผู้เป็นเอกในบรรดาพุทธทั้งหลาย¹⁰

จากแนวความคิดของท่านพระนาคคารุณดังกล่าวนี้ มักจะถูกเข้าใจผิด ๆ ว่าเป็นพวกกลุ่มเมื่อมองในแง่ของทฤษฎีปฏิบัติสมมุติฐานทางจิตขึ้น โดยแท้จริงแล้ว ตามทัศนะของประชาชนไม่เคยมีความสัมพันธ์ในเชิงการเป็นอยู่อาศัยกันและกันเกิดของโลกของปรากฏการณ์หรือแม้แต่มิไม่มีโลกปกติปรากฏการณ์นั้นไม่เคยมีอยู่จริง แม้ไม่มีสิ่งใดที่ความเป็นจริง แม้แต่ความเป็นจุดยึดใดก็ตามเรานั้นก็ชนก็ยังเน้นย้ำเสมอว่าโลกของปรากฏการณ์ใดเป็นสิ่งที่เปล่าและเพราะว่าปรากฏการณ์ซึ่งมีอยู่ในวัฏจักรทั้ง 12 ส่วนนั้นเป็นเหตุเป็นผลกันคืออาศัยเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ส่วนนั้นเป็นเหตุเป็นผลกันคืออาศัยเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป จึงไม่อาจบอกได้ว่ามีสิ่งใดสิ่งหนึ่งดำรงอยู่แม้แต่เพียงชั่วขณะ

ทฤษฎีปฏิบัติสมมุติฐานที่ถูกนำมาอธิบายปรากฏการณ์ของโลกในลักษณะสูญญตาของการประชุม นั้น มุ่งเน้นไปที่การนำจิตให้เข้าสู่การหลุดพ้นจากความคิดทั้งหมดเมื่อจิตเข้าถึงที่สุดของความคิดแล้วย่อมรู้ภาวะแห่งความเป็นจริงสูงสุดคืออารมณ์ปรมาตม์ซึ่งไม่อาจบอกได้โดยถ้อยคำใด ๆ ในการที่จะเข้าใจองค์ความรู้ของพุทธศาสนาอย่างถูกต้องนั้นนาคคารุณจึงได้นำเสนอความจริง 2 แบบที่ชัดเจนขึ้นคือ

1) ความจริงแห่งโลกปรากฏการณ์ (สังขตะ) ซึ่งเป็นโลกความความคิดปรุงแต่ง ซึ่งเป็นอารมณ์ของจิตที่รับรู้แต่จิตรับรู้ นั้นถูกลองโดยภาษาสมมติและมักจะติดอยู่กับโครงสร้างของภาษาสมมติคือ รูปประโยคยืนยัน และรูปประโยคปฏิเสธ ลักษณะความยึดมั่นอยู่กับภาษาความคิดดังกล่าวทำให้เกิดความคิดเห็นผิดต่าง ๆ จนกระทั่งเกิดการยึดมั่นถือมั่น ความไม่พอใจ และกิเลสอย่างกลางซึ่งทำให้จิตวนเวียนอยู่กับความทุกข์

2) ความจริงแบบปรมาตม์ (อสังขตะ) ซึ่งเป็นสิ่งที่มีอยู่จริงแต่ต้องเข้าใจหรือผ่านการพิสูจน์ด้วยหลักปัจจัยการจนกระทั่งเข้าสู่ความเป็นสุญญตาการรู้ลักษณะของสุญญตาเป็นเรื่องของญาณวิทยา ไม่ใช่เรื่องอภิปรายหรือเรื่องจริยศาสตร์ใด ๆ¹¹

ในประเด็นนี้ทำให้ปรัชญามายมิกะเป็นเรื่องของญาณวิทยาบิสัทธ ความรู้แบบญาณวิทยามายมิกะนี้เป็นจุดเปลี่ยนสำคัญที่ทำให้หลักคำสอนของพุทธศาสนาแตกต่างจากลัทธิหรือศาสนาอื่น อีกอย่างหนึ่งการที่หลักคำสอนของพุทธเจ้าประกอบด้วย การแสดงให้เห็นชัดถึงสมมติสัจจะและปรมาตม์สัจจะจะสามารถทำลายมิจฉาทิฐิได้ทั้งหมด และยังทำให้ผู้ที่ยึดติดอยู่กับคำภีร์

¹⁰ Siderits, Mark; Katsura, Shoryu. Nagarjuna's Middle Way: Mulamadhyamakakarika (Classics of Indian Buddhism). (New Delhi: Wisdom Publications.2013), p.18.

¹¹ Garfield, J. L. (2002). Empty words, pp. 38–39.



อักษรหรือแนวคิดนั้นรู้และเข้าใจในข้อจำกัดของตัวเอง จนต้องมาศึกษาและประพจน์ ปฏิบัติตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาเพื่อให้เข้าถึงหลักความจริงแบบปรมาตม์

แต่ตามหลักความจริงในปรมาตม์นั้นคือการสิ้นสุดของความคิดและคำถามทั้งหลาย การพัฒนาทฤษฎีเหตุปัจจัยตามหลักปฏิจจสมุปบาทนั้นเป็นเพียงเครื่องมือที่นำไปสู่การเข้าใจถึงความว่างเปล่าของสรรพสิ่งทั้งหลาย ซึ่งเป็นประเด็นที่แตกต่างไปจากการตีความไปที่ประชุมของเถรวาท ซึ่งเน้นในเรื่องของภพภูมิแบบข้ามภพชาติและการเกิดดับของช่วงขณะจิตหนึ่งเท่านั้น ดังนั้นปฏิจจสมุปบาทคือหลักคำสอนสำคัญที่สุด ที่แสดงให้เห็นถึงความเป็นจริงคือความว่างเปล่าทั้งบุคคลศูนย์ตาและธรรมศูนย์ตา สิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหลายใด ๆ ก็ตามที่อิงอาศัยกันล้วนนำไปสู่การรู้ของความว่างเปล่า ดังนั้นการเป็นสิ่งที่อิงอาศัยกันของปฏิจจสมุปบาทก็คือคนทางสายกลาง บางสิ่งที่ไม่ได้เกิดขึ้นอย่างอิงอาศัยกันไม่เคยมีขึ้น ดังนั้นสิ่งที่ไม่ว่างเปล่าย่อมไม่เคยมีอยู่¹²

คนส่วนมากมักเข้าใจว่าท่านพระนาคราชสอนปฏิจจสมุปบาทของโลภสมมติและหลักปฏิจจสมุปบาท แต่ก็หาเข้าใจจุดประสงค์และเนื้อหาหลักคำสอนในเรื่องไม่ติดขัดของเอกชนอย่างเข้าใจแล้วก็จะไม่สงสัยในเรื่องที่เขาถูกกล่าวหาว่าเป็นพวกอุกฉัยทิฐิ เพราะพระนาคราชไม่ได้มีจุดประสงค์จะนำเสนอเนื้อหาของหลักคำสอนเกี่ยวกับภววิทยาหรือด้านจริยธรรมใด ๆ แต่ได้เสนอภาวะที่จิตรู้ความเป็นปรมาตม์โดยผ่านทางญาณวิทยา เมื่อจิตหมดความสงสัยคือ ไม่ติดอยู่ในกรอบความคิดซึ่งเป็นโลกสมมติ จิตย่อมดำรงเป็นปรมาตม์นั่นเอง ศูนย์ตาจึงเป็นเพียงเครื่องมือในการนำจิตออกจากกรอบของความคิดปรุงแต่งซึ่งเป็นเรื่องของญาณวิทยา เท่านั้น เมื่อถึงที่สุดของศูนย์ตา คือ ศูนย์ตาในศูนย์ตา คือตัวศูนย์ตาก็ต้องเป็นศูนย์ตาด้วยเพื่อละความคิดยึดมั่นถือมั่นในสภาพบุคคลและธรรมทั้งหลาย โดยอาศัยหลักปฏิจจสมุปบาท เมื่อวิชาเกิดขึ้นทำให้สังขารเกิด เมื่อสังขารเกิดขึ้นแล้วย่อมทำให้วิญญาณเกิด เมื่อวิญญาณเกิดแล้วก็เกิดเหตุให้นามรูปเกิดขึ้น เป็นต้น ห่วงโซ่ทั้ง 12 อย่างซึ่งเป็นสภาพแสดงโลกแห่งปรากฏการณ์และนามธรรมทั้งหมดไม่ได้มีอยู่จริง เพราะเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดสิ่งอื่น ๆ อีก จึงไม่อาจกล่าวได้ว่ามีอยู่ หรือไม่มีอยู่ สรรพสิ่งจึงเป็นศูนย์ตา¹³

ดังนั้นความว่างเปล่าก็คือความความเป็นเหตุเป็นปัจจัย ด้วยเหตุปัจจัยที่เกิดดับต่อเนื่องจึงเป็นเครื่องหมายของความว่างเปล่า ความว่างเปล่าหรือศูนย์ตานี้เท่านั้นเป็นสิ่งที่มียุ่จริง เพราะความว่างเปล่าไม่เคยเปลี่ยนแปลง¹⁴ ความว่างเปล่าหรือศูนย์ตาจึงเป็นความจริงสุดท้ายที่ปฏิเสธทุกสิ่งรวมทั้งตัวมันเองด้วย ความรู้แจ้งนี้เป็นทั้งอภิปรายและจริยศาสตร์ในเวลาเดียวกันจึงถือว่าเป็นความรู้

¹² Mark Siderits and Shoryu Katsura, trans, Nagarjuna's Middle Way: Mulamadhyamikakarika, p.: 18-19.

¹³ เรื่องเดียวกัน, หน้า 175-76

¹⁴ จานงค์ ทองประเสริฐ, บ่อเกิดลัทธิประเพณีอินเดีย เล่ม 1 ภาค 1-4, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ราชบัณฑิตยสถาน, 2540), หน้า 162.

ชั้นสูงซึ่งสอดคล้องกับธรรมชาติของจิต ที่การปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งไม่เปิดช่องทางให้เกิดอัตตานุทิฐิและไม่ยึดติดกับสิ่งใด ๆ ในโลก

วิภาษวิธีเพื่อการรู้แจ้งปรมัตถธรรม (ศุนยตา)

พระนาคราชได้พัฒนาวิธีการทางญาณวิทยาแบบใหม่ซึ่งไม่ใช่การคิดหาเหตุผลทั่วไป เพราะการคิดหาเหตุผลย่อมต้องสาละวนอยู่กับความคิดและไม่ใช่การภาวนาแบบเพ่งดูอารมณ์เพื่อพัฒนาสติสัมปชัญญะรู้อารมณ์เกิด-ดับ ซึ่งยังต้องยึดติดกับผู้คิด ผู้กระทำในฐานะของอัตตาโดยไม่รู้ตัว วิธีการแบบวิภาษวิธีคือ การพัฒนาจิตให้อยู่เหนือกรอบของความคิดทุกอย่าง เพื่อให้เข้าสู่ภาวะปรมัตถ์โดยตรง ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่า วิภาษวิธีคือ การทำลายความคิดเห็น นั้นเอง เป็นการย้อนกลับเพื่อให้จิตไม่ติดอยู่กับโลกสมมติบัญญัติ

วิภาษวิธีคือการใช้ภาษาวิพากษ์วิจารณ์แนวความคิดของฝ่ายตรงข้าม วิภาษวิธีเป็นการเคลื่อนไหวทางจิต เป็นความจำเป็นของการวิจารณ์เหตุผล เป็นวิธีรู้ชัดถึงหลักการและการย้อนหลักการของผู้อื่น เป็นการตีความหมายตรงกันข้ามของกันและกัน เป็นขจัดเสียซึ่งความรู้สึกขัดแย้งของเหตุผลที่ไม่รู้จบ เป็นการแสดงให้เห็นถึงความบกพร่องของลัทธิตรงกันข้ามไม่สมเหตุสมผลอย่างไร¹⁵ เป้าหมายของวิภาษวิธีมีอยู่ 3 ประการคือ 1) เพื่อขจัดความเห็นผิด คือ ชี้ให้เห็นถึงการใช้หลักเหตุผลไม่ถูกต้อง 2) เพื่อสร้างทัศนะที่ถูกต้อง คือ ทำความผิดให้กระจางแจ้งเข้าสู่ปรมัตถธรรมโดยตรงและรวดเร็ว 3) เพื่อขจัดความไม่แน่ใจในทัศนะที่ถูกต้องแล้ว จะต้องแม่นยำในหลักการของตนเอง¹⁶ ด้วยวิธีการทางวิภาษวิธีเท่านั้นจึงจะเป็นทางเอกให้สรรพสัตว์บรรลุถึงความหลุดพ้น พระโพธิสัตว์ต้องเห็นแจ้งในศุนยตาจึงถือว่าเป็นการดำเนินโพธิสัตว์มรรคได้อย่างถูกต้อง

วิภาษวิธีเป็นทั้งวิธีการพัฒนาความรู้ การตรวจสอบ และการปฏิบัติสมาธิเพื่อรู้แจ้งความจริงคือ ศุนยตา โดยนาคราชต้องการโต้แย้งความไม่สมเหตุผลของแนวคิดอัตถิภาวะ และความผิดพลาดของระบบความคิดที่ติดอยู่กับภาวะ กับภาวะ การปฏิเสธทั้งสองเรียกว่า ทางสายกลางซึ่งเป็นทางออกไปสู่การรู้แจ้งความจริงปรมัตถ์โดยวิภาษวิธีแบ่งเป็น 2 หมวด หมวดละ 4 หัวข้อ รวมเป็น 8 ประโยคข้อความคือ

ประโยคยืนยัน คือ 1) ก 2) ไม่ใช่ ก. 3) ทั้ง ก.และไม่ใช่ ก. 4) ไม่ใช่ทั้ง ก. หรือไม่ใช่ ก.

¹⁵ สุวิญ รักษัตย์, พระพุทธศาสนาพยาน, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนบางกอกบลิ๊ก, 2555), หน้า 139.

¹⁶ ฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์ บัญเสน, พระพุทธศาสนาแบบธิเบต, (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ไทยธิเบต, 2538), หน้า 155.



ประโยคนิเสธ คือ 1) ไม่ใช่ (ก.) 2) ไม่ใช่ (ไม่ใช่ ก.) 3) ไม่ใช่ (ทั้ง ก. และไม่ใช่ ก.) 4) ไม่ใช่ (ทั้งไม่ใช่ ก. หรือ ไม่ใช่ ก.)

ทั้ง 8 ประโยคข้อความ สรุปลงได้ 4 ประโยค ซึ่งมักใช้กันอยู่คือ

1 สรรพสิ่ง (ธรรมะ-ขันธ 5) มีอยู่ (คือทั้งการยืนยันภาวะ และการนิเสธภาวะ)

2 สรรพสิ่งไม่มีอยู่ (คือทั้งการยืนยันภาวะ และการนิเสธภาวะ)

3 สรรพสิ่งทั้งมีและไม่มี (ทั้งการยืนยันและนิเสธ)

4 สรรพสิ่งไม่ใช่ทั้งมีและทั้งไม่มี (ไม่ใช่ทั้งการยืนยันและการนิเสธ)¹⁷

รูปแบบของประโยคทั้งหมดที่ผิดพลาดเพราะเป็นเรื่องของการสมมติบัญญัติคำ และรูปประโยคในภาษาซึ่งก่อให้เกิดกระบวนการคิดเชิงเหตุผล ซึ่งปรากฏในรูปของอัตตานุทฤษฎี ซึ่งถือเป็นเรื่องปกติทั่วไปของสามัญชน ข้อจำกัดเกิดจากรูปประโยคของภาษาที่ให้ทางเลือกเพียง ยืนยัน และการปฏิเสธเท่านั้น จึงทำให้คนทั่วไปหลงยึดติดอยู่กับส่วนใดส่วนหนึ่ง จนกลายเป็นมิจฉาทิฐิ วิธีทำลายมิจฉาทิฐิคือการรู้ความไม่สมเหตุผลของความคิดและข้อจำกัดดังกล่าว ก็จะเข้าสู่ปรมาตม์คือ อสังขตะ ซึ่งหมายถึงนิพพานนั่นเอง

จิตที่ฝึกฝนด้วยการใช้หลักภาษาวิธีโต้ตอบกับเจ้าลัทธิหรือทฤษฎีใด ๆ ที่มาจากภายนอก หรือ ตัวความคิดที่เกิดขึ้นกับตนเองตลอดเวลา ก็สามารถใช่วิชาวิธีนี้ทางการปฏิบัติได้ตลอดเวลา อิทธิพลการสนทนากับตนเองปรากฏชัดในแนวคิดของวัชรยาน และโกธานของพระพุทธศาสนานิกายเซน ซึ่งเน้นหลักวิธีการภาษาวิธีในขณะทำสมาธิหรือในขณะดำเนินชีวิตประจำวัน ด้วยการดำเนินตามหลักภาษาวิธีที่ถูกต้องย่อมทำให้จิตเข้าสู่ปรมาตม์โดยอัตโนมัติ หากมีการคิดยึดติด การตั้งคำถามใหม่ด้วยความสงสัยก็ให้หลักภาษาวิธีเหมือนเดิม เมื่อจิตรู้ต้นความคิดแล้วย่อมเป็นอิสระจากความคิดนี้เป็นจุดหมายสูงสุดของศูนยวาท

ปรมาตมธรรมคือพุทธจิต (ผู้รู้ตถตา)

เมื่อได้ฝึกปฏิบัติภาษาวิธีอย่างถูกต้องต้อง พระนาคราชได้อธิบายหลักโพธิจิต ซึ่งเน้นหลักในวิชยานวาทของโยคจาร ซึ่งมุ่งเน้นหลักการพัฒนาจิตเข้าสู่พุทธภาวะ หรือโพธิจิต โดยอาศัยหลักภาษาวิธีของนาคราช แม้ไม่เห็นด้วยบางอย่างกับศูนยวาทคือ วิชยานวาทถือว่า ผู้รู้ศูนยวาทต้องมีอยู่ในฐานะสิ่งที่ปฏิเสธไม่ได้ ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาเป็นหลักโพธิจิต โดยการเรียนรู้ความเป็นเช่นนั้นหรือตถตา (Suchness) ความจริงปรมาตม์ คือ พุทธะนั่นเอง แต่มุ่งเน้นหลักการพัฒนาจิตเข้าสู่แหล่งกำเนิดเดิมของจิต โดยแบ่งจิตในเชิงพัฒนาการ 3 ระดับคือ 1) ระดับปรมัตถวิญญาน คือ การ

¹⁷ Robinson, Richard H. 'Some Logical Aspects of Nagarjuna's System'. Philosophy East & West. Volume 6, no. IV (October 1957). University of Hawaii Press. P.294.

รับรู้การมีอยู่ของอารมณ์ของจิต (วิบากจิต) ผ่านทางประสาทสัมผัสทั้ง 6 ซึ่งคนทั่วไปมักเข้าใจผิดว่ามีสิ่งที่เป็นวัตถุ คือสิ่งที่ไม่ใช่จิตอยู่ภายนอกจนทำให้เกิด มิจฉาทิฐิ ยึดติดกับสิ่งภายนอก ภาวะจิตเช่นนี้ตกอยู่ในสภาวะแห่งปริกัลปิยะ คือ ถูกปกคลุมด้วยอารมณ์อื่น 2) ระดับกิลิขภูมิโนวิญญูณ คือ วิญญูณ หรือจิตที่รับรู้อารมณ์ภายใน เช่น ในความฝัน การทำสมาธิ หรือประสบการณ์ในโลกอื่น ภาวะจิตเช่นนี้ตกอยู่ในสภาวะปรตันตระ ซึ่งถูกครอบงำด้วยวิชา เป็นเรื่องของการสร้างจินตภาพของจิตที่ยังคล้อยอยู่กับความหลง และกิเลสต่าง ๆ 3) อลยวิญญูณ คือ จิตที่เป็นพุทธะซึ่งเป็นจิตเดิมแท้ ไม่ติดอยู่ในการคิดปรุงแต่ง เป็นจิตใต้สำนึก ไร้การปรุงแต่ง ภาวะจิตนี้อยู่ในลักษณะหรือสภาวะปรีนิชปันนะ คือ สมบูรณ์ ครบถ้วน¹⁸

จิตที่สมบูรณ์ครบถ้วนนี้ก็คือ ปรมาต্মหรือศูนย์ตาของนาครชนุนั่นเอง แต่วิชยานวาทไม่เห็นด้วยกับภาวะสมบูรณ์ว่าเป็นศูนย์ซึ่งเป็นลักษณะของนิเสธ จึงนำเสนอหลักปรมัตถธรรมเชิงบวก เพื่อชักชวนให้เกิดความเลื่อมใส ปิติดังการกระตุ้นให้เกิดความต้องการเข้าถึง และมองว่า ศูนย์วาทเป็นเพียงเครื่องมือหรือหนทางให้เข้าสู่ความรู้แจ้งแบบตถตา นี้ คือ รู้แจ้งว่าทุกสิ่งคือ จิตเท่านั้น ในลักษณะ มันเป็นเช่นนั้น ซึ่งสอดคล้องกับหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ทรงมักใช้คำว่า ตถตา หรือ ตถาคต เพื่อเป็นสรรพนามเรียกพระองค์เองซึ่งปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก

ปฏิจจสมุปบาทสู่มณฑลแห่งจักรวาล

ความรู้เรื่องศูนย์วาทและโพธิจิตของพระนาครชนุนำไปสู่วิวัฒนาการธรรมชาตพุทธในสมัยหลัง ที่เป็นได้ชัดคือ นิกาย ต้นตระกูลและวัชรยาน จากนั้นได้เผยแพร่เข้าสู่ประเทศต่าง ๆ ซึ่งได้สร้างสัญลักษณ์ทางศาสนาเพื่ออธิบายความและแสดงโลกทัศน์เพื่อเป็นการสืบต่อและสร้างสิ่งแวดล้อมทางจิตวิญญาณของพระพุทธศาสนาให้ครอบคลุมจิตใจ และกิจกรรมของชีวิตประจำวัน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา สิ่งที่จะช่วยให้เข้าใจหลักสมมติสัจจและปรมัตถสัจจผ่านทางปฏิจจสมุปบาทและวิภูฏสังสารได้ชัดเจนคือ ภาพทังกา (Tangka) ซึ่งได้เขียนเป็นรูปอธิบายธรรมชาตของปฏิจจสมุปบาททั้ง 12 และปรากฏการณ์ของวิบากจิตในกรอบของโลกสมมติ หรือสังขตะ การออกจากสังขตะได้ต้องอาศัยการรู้แจ้งปฏิจจสมุปบาทผ่านทางวิภาชวิธี คือ

กลุ่ม 1 อยู่นอกกรอบรูป เป็นรูปพระสัมมาสัมพุทธเจ้ากำลังชี้ไปที่สัญลักษณ์แห่งการดับทุกข์ “มรรค 8” ภาพล้อธรรมจักร สัญลักษณ์แทน มรรค 8 หวักะโหลกทั้ง เปรียบเหมือน ชั้น 5

กลุ่ม 2 อยู่ในกรอบในสุด และกรอบ 2 คือ 1) สัตว์อยู่ 3 ชนิด ซึ่ง หมู คือ ความโลภ งู คือ ความโกรธ และ ไก่ เป็นตัวแทนของความหลง 2) กรรมมี 2 ด้าน คือ กรรมขาวและกรรมดำ

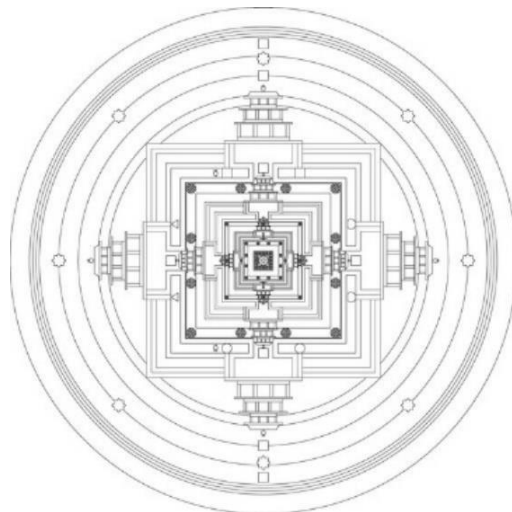
¹⁸ Anderson, Reb. The Third Turning of the Wheel: Wisdom of the Samdhinirmocana sutra (1st ed.). Berkeley, Calif.: Rodmell Press, 2012) p.79.



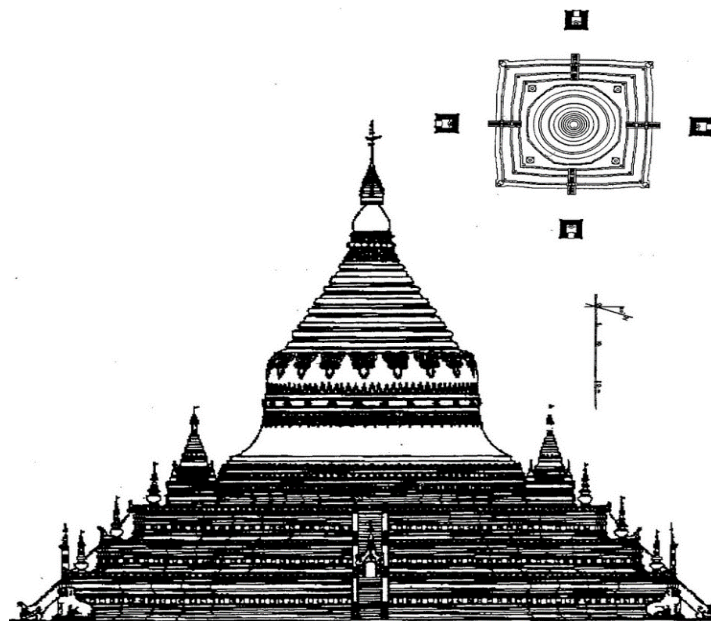
กลุ่ม 3 คือ กรอบของปฏิจจสมุปบาท ได้แก่ 1) อริชชา หมายถึง ความไม่รู้ ไปจนถึง ความทุกข์โสภปริเทวะ (ภาพหญิงแก่ตาบอด) 2) คนปั้นหม้อแทน สังขาร 3) วานร แทน วิญญาณ 4) คนพายเรือแทน นามรูป 5) บ้านมี 6 หน้าต่าง แทน สฬายตนะ 6) บุรุษและสตรีแทน ผัสสะ 7) คนที่ถูกลูกศรติดลูกตาอยู่ เทียบด้วย เวทนา 8) คนติดสุราผู้กระหายหิวเทียบกับ ตัณหา 9) คนติดสุราผู้กระหายหิวเทียบกับ ตัณหา 10) หญิงมีครรภ์เทียบกับ ภพ 11) หญิงที่กำลังคลอดบุตรเทียบกับ ชาติ 12) ภาพคนแก่และศพคนตายเทียบกับ ชรา มรณะ

การสร้างสัญลักษณ์ทางศาสนาในพระพุทธศาสนาไม่ใช่เพียงใช้เป็นทีเคารพบูชาเท่านั้นแต่เป็นสัญลักษณ์ชี้นำไปสู่การเข้าถึงความจริงแท้สูงสุดคือระดับปรมาตม์ เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจเรื่องปฏิจจสมุปบาทและโพธิจิตซึ่งนิยมกันมากในมหายานและแพร่ขยายไปในประเทศต่าง ๆ

ในภาพแสดงกาลจักรของมณฑล แบ่งเป็น 1) ภายนอกคือวงล้อหรือกฎของเวลา อวกาศ 2) วงล้อตรงกลางคือ กรองของธาตุและโครงสร้างของร่างกายมนุษย์และ 3) กรอบวงล้อของภายในสุดคือ คำสอนธรรม และ โพธิจิต ซึ่งอยู่ในภาวะสมาธิ (ศูนยตา) คือการหลุดพ้นจากกรอบของสังขตะ (ดูภาพ 1)

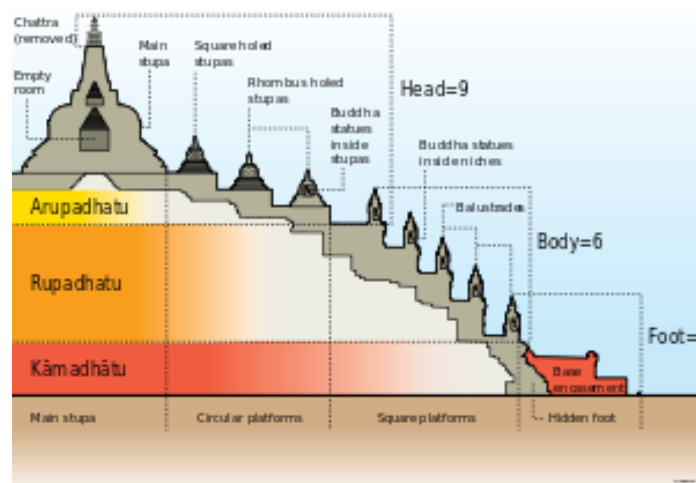


ภาพที่ 2 มณฑลที่แสดงความเชื่อมโยงระหว่างปฏิจจสมุปบาทและโพธิจิต



ภาพที่ 3

รูปเจดีย์ ขเวชิกอน ในพุกาม พม่า สร้างเมื่อ ค.ศ. 1100 เป็นเจดีย์ที่ใหญ่ที่สุดในพุกาม
รูปของขณทลนำไปเป็นรู้แบบในการสร้างงานสลูบ เจดีย์ เช่นที่ โบโรพุทโธ ในประเทศอินโดนีเซีย

Borobudur Cross Section and Building Ratio
Borobudur, Central Java, Indonesia

ภาพที่ 4

มุมมองแบบตัดขวาง (เจดีย์โบโรพุทโธ Borobudur)

จากภาพตัดแสดงให้เห็นการจัดลำดับของโลกแห่งจิตซึ่งเป็นปรมัตถธรรมและกรอบภายนอก
เป็นกรอบแห่งสมมติธรรม โดยมุ่งไปที่พุทธจิตคือ ปรมัตถธรรม (อสังขตะ) ซึ่งเป็นเป้าหมายของหลัก
คำสอนของพระพุทธศาสนาที่แฝงอยู่ในศาสนสถานซึ่งบรรจุคำสอนและการปฏิบัติที่มีผลต่อจิต
วิญญาณมากกว่าเอกสารหนังสือหรือคัมภีร์ อีกทั้งยังทนทานเป็นหลักฐานสำคัญในการยืนยัน

หลักธรรม และยังใช้เป็นที่ยึดปฏิบัติธรรม อาศัยระลึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าผ่านทางปรัชญาธรรมที่แฝงไว้ในพุทธสอฎุบ เเจดีย์ เป็นต้น

บทสรุป

ท่านพระนาคาธุรชุนได้พัฒนาองค์ความรู้ด้านพระพุทธศาสนาให้เด่นชัดขึ้นมาหลังพุทธกาล โดยใช้วิธีการทางญาณวิทยา เริ่มจากการสร้างหลักคำสอนเรื่องมัชฌิมาปฏิปทา โดยผ่านหลักคำสอนเรื่องปฏิจจสมุฎปาบท และนำเอาหลักปฏิจจสมุฎปาบทมาใช้เพื่อนำไปสู่หลักปรัชญาของตนเองคือ “ศูนยตา” ซึ่งถือเป็นภาวะบริสุทธิ์ของจิตที่เป็นปรมาัตถ์ โดยผ่านวิธีการทางญาณวิทยาคือ วิชาขวีวิธี เพื่อเข้าสู่การรู้แจ้ง ตถตา (ความเป็นเช่นนั้น) ซึ่งถือเป็นแก่นหลักของคำสอน หลักคำสอนเรื่องศูนยตาและตถตา นำไปสู่การสร้างสรรคพุทธศิลป์เพื่อใช้เป็นสิ่งแวดล้อมทางจิตวิญญาณของชาวพุทธรุ่นหลัง เพื่อหลีกเลี่ยงการขัดแย้งและการติดกับดักของภาษาทางคัมภีร์ โดยการใช้สัญลักษณ์และความงดงามของการตกทอดของสีแสง ลักษณะ รูปลักษณ์ ของสอฎุบเเจดีย์แทนตัวหนังสือแต่คงไว้ซึ่งประสบการณ์ตรงทางจิตวิญญาณ แห่งศูนยตาของโลกสมมติและปรมาัตถธรรม สู่การดำเนินชีวิตด้วยหลักธรรมแห่งตถตาซึ่งปรากฏในสอฎุบเเจดีย์ และพุทธศาสนสถานซึ่งช่วยเราให้เกิดการตระหนักรู้ถึงความรู้ระดับปรมาัตถ์สูงสุด

เอกสารอ้างอิง

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2535.
- จ่านงค์ ทองประเสริฐ. ป่อเกิดลัทธิประเพณีอินเดีย เล่ม 1 ภาค 1-4. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ราชบัณฑิตยสถาน. 2540.
- ฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์ บัณฑิต. พระพุทธศาสนาแบบธิเบต. กรุงเทพมหานคร: ศูนยไทยธิเบต. 2538.
- วัชรระ งามจิตรเจริญ. สมการความว่าง. นนทบุรี: สำนักพิมพ์กรีน ปัญญาญาณ. 2554.
- สุวิญ รักสัตย์. พระพุทธศาสนาหมายาน. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนบางกอกบลิ๊ก. 2555.
- อดิศักดิ์ ทองบุญ. ปรัชญาอินเดีย พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ราชบัณฑิตยสถาน. 2532.
- ธัญวัฒน์ โพธิศิริ. ชีวิตและผลงานของนักปราชญ์พุทธ. มหาสารคาม: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. 2549.
- Anderson, Reb. The Third Turning of the Wheel: Wisdom of the Samdhinirmocana sutra (1st ed.). Berkeley, Calif.: Rodmell Press. 2012.
- Garfield, J. L. Empty words, Buddhist Philosophy and Cross-Cultural Interpretation, (Oxford University Press. 2002.



- Nagarjuna. Nagarjuna's Middle Way: Mulamadhyamikakarika. Trans.by Mark Siderits and Shoryu Katsura, Wisdom Pub.2013.
- Siderits, Mark; Katsura, Shoryu. Nagarjuna's Middle Way: Mulamadhyamikakarika (Classics of Indian Buddhism). New Delhi: Wisdom Publications.2013.
- Walleser, M., The Life of Nagarjuna from Tibetan and Chinese Sources, Madras: Nag Publishers, 1979.; Asian Education Services,1990.
- Garfield, Jay L. (1994), "Dependent Arising and the Emptiness of Emptiness: Why Did Nāgārjuna Start with Causation?", Philosophy East & West, 44 (2), doi: 10.2307/1399593, JSTOR 1399593.
- Robinson, Richard H. 'Some Logical Aspects of Nagarjuna's System'. Philosophy East & West. Volume 6, no. IV (October 1957). University of Hawaii Press.
- Thanissaro Bhikkhu (1997). SN 12.15 Kaccayanagotta Sutta: To Kaccayana Gotta (online) <http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/sn/sn12/sn12.01.than.html>. (1 5 กันยายน 2564)





การเจริญวิปัสสนาเพื่อความสิ้นกรรมด้วยการบรรลุวิชา 3
Vipassana Practice for the Cessation of Kamma with Attainment
in Vijjā 3

แม่ชีนวพร ทองศรีเพชร¹

Maechee Nawaporn Thongsripetch

E-mail: Sumkidgorn@gmail.com

Received: March 8, 2024 Revised: April 12, 2024 Accepted: May 10, 2024

บทคัดย่อ

การบรรลุวิชา 3 ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง การปฏิบัติเพื่อความรู้แจ้งพิเศษ 3 อย่าง ซึ่งจัดเป็นญาณทัสสนะ ได้แก่ ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ คือ ปัญญา รู้แจ้งในการระลึกชาติก่อนได้ จุตูปปาตญาณ คือ ปัญญา รู้แจ้งจุดติ-อุบัติของเหล่าสัตว์เป็นไปตามกรรม และอาสวกขยญาณ คือ ปัญญา รู้แจ้งธรรมเป็นที่สิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย พระสังคีติกาจารย์ได้รวบรวมวิชา 3 ไว้หลายแห่งในพระไตรปิฎก พบมากในพระสูตร มีปรากฏกว่า 30 สูตร ซึ่งจะประกอบด้วยธรรมะส่วนต้นแล้ว จึงแสดงต่อด้วยวิชาทั้ง 3 ธรรมช่วงต้นที่พบมากที่สุด ได้แก่ กำจัดนิวรณ์ 5 และการเจริญรูปฌาน 4 แล้วจึงเข้าสู่การแสดงวิชา ที่ 1 และ 2 ในส่วนของวิชาที่ 3 อาสวกขยญาณ มีการแสดงไว้หลายแบบ แต่กล่าวถึงการรู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ 4 เป็นส่วนมาก เมื่อบรรลุอรหัตตผลจะเรียกว่า พระอรหันต์เตวิชโช เป็นการเจริญวิปัสสนาแบบสมถยานิก ซึ่งการเจริญในวิชาที่ 1 และ 2 จัดเป็นสมณะที่ต้องเจริญสมาธิถึงรูปฌาน 4 เพื่อเป็นบาทให้อภิญญาจิต เมื่อยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาในวิชาที่ 3 จะเข้าสู่พลวอุทยัพพญาณ ดำเนินไปตามลำดับแห่งวิปัสสนาญาณ 9 ตัดอาสวะและสังโยชน์เข้าสู่ความสิ้นกรรม

การเจริญวิปัสสนาเพื่อความสิ้นกรรมด้วยการบรรลุวิชา 3 เมื่อวิเคราะห์หลักธรรมเกี่ยวกับกรรมและความสิ้นกรรม มี 2 ระดับ คือ ระดับศีลธรรม หรือปฏิจกสมุปปาทข้ามภพชาติ และระดับสังจธรรม เป็นปรมัตถธรรม หรือปฏิจกสมุปปาทจิตดวงเดียวที่เป็นไปเพื่อความสิ้นกรรมโดยตรง ด้วยการเจริญวิปัสสนากำหนดรู้รูปนามปัจจุบัน เรียกว่า กรรมไม่ดำไม่ขาว เพื่อตัดดวงจรกฏแห่งกรรม

¹ นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม



การปฏิบัติจะดำเนินไปตามอริยมรรคมีองค์ 8 ว่าโดยย่อคือ ไตรสิกขา จนสามารถรู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ 4 ในที่สุด นี่เป็นปฏิปทาเพื่อความสิ้นกรรมตามที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ การนำไปใช้สำหรับนักปฏิบัติ ให้ตระหนักถึงสภาพธรรมที่เกิดขึ้น ไม่ยึดติดในคุณสมบัติที่พบ แม้จะย้อนอดีต เห็นกรรมสัมพันธ์ต่าง ๆ เพราะจะเน้นเข้าถึงอวิปัสสนา ให้ตามรู้ด้วยปัญญาที่เห็นตามจริง ส่วนการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันด้วยการเพิ่มกุศลจิต โดยเน้นตัวสติเท่าทันปัจจุบันไปทุกขณะ ๆ จะสะสมจนเกิดเป็นวิปัสสนาปัญญา เข้าสู่ความรู้แจ้งในสภาพปรมาัตถธรรม เป็นเหตุปัจจัยสู่ความสิ้นกรรม

คำสำคัญ: เจริญวิปัสสนา, ความสิ้นกรรม, วิชชา 3

Abstract

The Vijjā 3 in Theravada Buddhist scriptures means practice for special attainment 3 which is Nana-dassana i.e. Pubbenivasa is power of knowing previous existences, Jutupapata is the power of knowing the Law of Karma and Asavakkhaya is supra-mundane knowledge or power relating to destruction of asavas. Venerable Sanghītiṅgācariya systematized in many places in the Tripitaka. It is found in more than 30 suttas, which are composed of the first Dharma. The most common are elimination of the 5 hindrances and the development of the 4th jhana, and then proceeding to the performance of Vijjā 3, respectively. There are many shows. but mostly speaking of attainment in the Four Noble Truths, when attaining Arahantship, it is called Arahant Tewicho. A Vipassana Practice for the Cessation of Kamma: Attainment in Vijjā 3 that is the Vipassana practice through way of Samathayānika. The development of the 1st and the 2nd Vijjā is Samatha, when the mind is raised to Vipassana in the 3rd Vijjā, Asavakkhaya will enter the Udayapaya-nana, proceed according to the Vipassana-nana 9, eliminate Asava and Samyojana to the cessation of kamma.

When analyzing dharma principles concerning karma and ending karma, there are two levels, namely the moral level and the truth level by developing Vipassana, knowing the present form and name is called karma not black and not white. Following the Noble Eightfold Path, briefly referred to as the Threefold Path until finally able to enlighten and stab in the Four Noble Truths. This is a practice for the extinction of karma as said by the Lord Buddha. The implementation for practitioners, to be aware of the dharmic conditions that occur Don't cling to the magic



you find. Even going back to the past and seeing various karmic relationships as you know with the wisdom you see as you really do. Because it will be slow to Vipassana. Applying in daily life by increasing the charity for the ultimate goal emphasis on current consciousness is the Cessation of Kamma.

Keywords: Vipassana Practice, the Cessation of Kamma, Vijjā 3

บทนำ

พุทธวจนะทั้งมวลอันเป็นคำสอนจากพระโอษฐ์ แม้เพียงบทเดียวก็รวมเข้าในอริยสัจ 4 ซึ่งเป็นคำสอนเรื่องทุกข์ โดยหนทางดับทุกข์จะดำเนินไปตามหลักศีล สมาธิ และปัญญา เป็นกระบวนการธรรมแห่งเหตุปัจจัย ว่าโดยพิสดารในปฏิจกสมุปบาท ซึ่งกระบวนการทั้งหมดย่อมหยั่งลงสู่อริยสัจ 4 ดังคัมภีร์เนตติอรรถกถาว่า “ยสฺมา ภควโต วณฺโณ เอกคาถาตตมปิ สจฺจวินิมุตฺตํ นตฺถิ.² พระดำรัสของพระผู้มีพระภาค แม้มีเพียงคาถาเดียว ก็ไม่พ้นจากสัจจะ” ซึ่งในคัมภีร์สัทธัมมปิฎก อริยสัจ 4 พระโพธิสัตว์ได้บรรลุวิชาที่ 1 ในปฐมยามแห่งราตรี เรียกว่า ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ และได้บรรลุวิชาที่ 2 ในมัชฌิมยามแห่งราตรี เรียกว่า จุตูปปาตญาณ เป็นเหตุให้พระองค์ทรงมุ่งสู่ “พระนิพพาน” อย่างไม่คิดหวนกลับ จนกระทั่งบรรลุวิชาที่ 3 ในปัจฉิมยาม เรียกว่า อาสวักขยญาณ³ ได้รู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ 4 เข้าถึงความสิ้นกรรมด้วยการบรรลุวิชา 3 ครั้นเมื่อตรัสรู้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงเสวยวิมุตติสุขอยู่ 7 วัน ทรงพิจารณาปฏิจกสมุปบาท โดยอนุโลมและปฏิโลมอย่างละเอียด

ดังนั้น การเจริญวิปัสสนาภาวนาเพื่อความสิ้นกรรม จึงต้องทำให้แจ้งวิชาและวิมุตติด้วยปัญญาอันยิ่งนั้น⁴ ต้องอาศัยทั้งสมถะและวิปัสสนา⁵ เป็นการปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์และเป็นทางให้ถึงอสังขตธรรม⁶ เริ่มจากการเจริญสมถะส่งผลให้พัฒนาสมาธิไปตามลำดับมีรูปमान 4 ซึ่งจตุตถสมาธินี้เป็นบาทแห่งอภิญญาจิต ทำให้สามารถระลึกชาติ หรือ รู้การจุติ-อุบัติของเหล่าสัตว์เป็นไปตามกรรมเป็นต้น ซึ่งเป็นวิชาที่ 1 และ 2 แต่เพียงสมาธินั้นก็ยังไม่สามารถกำจัดกิเลสให้เด็ดขาดได้ จึงต้องอาศัยการเจริญวิปัสสนาญาณที่มีการพัฒนาไปตามลำดับ ซึ่งการอบรมปัญญาเพื่อความพ้นทุกข์นั้น

² ตตฺถ ยสฺมา ภควโต วณฺโณ เอกคาถาตตมปิ สจฺจวินิมุตฺตํ นตฺถิ, ตสฺมา ปทสฺส อตฺถํ ทสฺสเสตุ จตุสฺส อริยสจฺจเจสุตฺติ วุตฺตํ. ตูรายละเอียดใน เนตติ.อ. (ไทย) 1/18/98, พระธรรมบาลเถระ, เนตติอรรถกถา, แปลโดย พระคันธสาราภวังค์, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอเซ็นเตอร์, 2551), หน้า 221.

³ วิ.มหา. (ไทย) 1/1-15/1-8.

⁴ ม.อ. (ไทย) 14/431491.

⁵ ส.สพ. (ไทย) 18/367/449.

⁶ ส.สพ. (ไทย) 18/367/449.



ต้องดำเนินไปบนทางสายกลาง ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ 8 กระทั่งสามารถตัดกิเลสเป็นสมุจเฉตพหุทาน เป็นพระอรหันต์บุคคล 4 จำพวก รับวิบากเป็นพระนิพพานอันเป็นสุขอย่างแท้จริง เรียกว่า โลกุตระสุข หรือบรมสุข ดังบาลีว่า สนติปริ สุขิ แปลว่า “แม้สุขอื่นยิ่งกว่าพระนิพพานย่อมไม่มี”⁷ ซึ่งการปฏิบัติ เพื่อความสิ้นกรรมด้วยการบรรลุวิชา 3 เป็นการปฏิบัติแบบสมถยานิก ที่อาศัยสมถะเป็นบาทฐานให้ วิปัสสนาญาณเกิดขึ้น เพื่อตัดอาสวะทั้งหลายรู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ 4

แนวทางการปฏิบัติเพื่อความสิ้นกรรมด้วยการบรรลุวิชา 3 เริ่มจากบุพเพนิวาสานุสสติ ญาณ และจุตูปปาตญาณ โดยการปฏิบัติสมถะเพื่อเข้าสู่จตุตถฌานเป็นบาทให้อภิญญาวิถิเกิดแล้ว เห็นความจริงของรูปนาม จึงยกขึ้นสู่วิปัสสนาญาณเพื่อให้บรรลุอาสวักขยญาณ ซึ่งเป็นการเจริญ วิปัสสนาที่เป็นไปตามลำดับแห่งโสฬสญาณ ที่มีความสมบูรณ์ในศีล สมาธิ ปัญญา ด้วยการอบรม อริยมรรคมีองค์ 8 ด้วยความเพียรอย่างยั่งยืน จนเข้าสู่การบรรลุธรรมรู้แจ้งให้ธรรมทั้งปวงได้ สมดัง พุทธพจน์ “เมื่อใดแล ธรรมทั้งหลายปรากฏแก่พราหมณ์ผู้มีความเพียรเพ่งอยู่ เมื่อนั้นความสงสัยทั้ง ปวงของพราหมณ์นั้นย่อมสิ้นไป เพราะได้รู้ธรรมพร้อมทั้งเหตุ”⁸

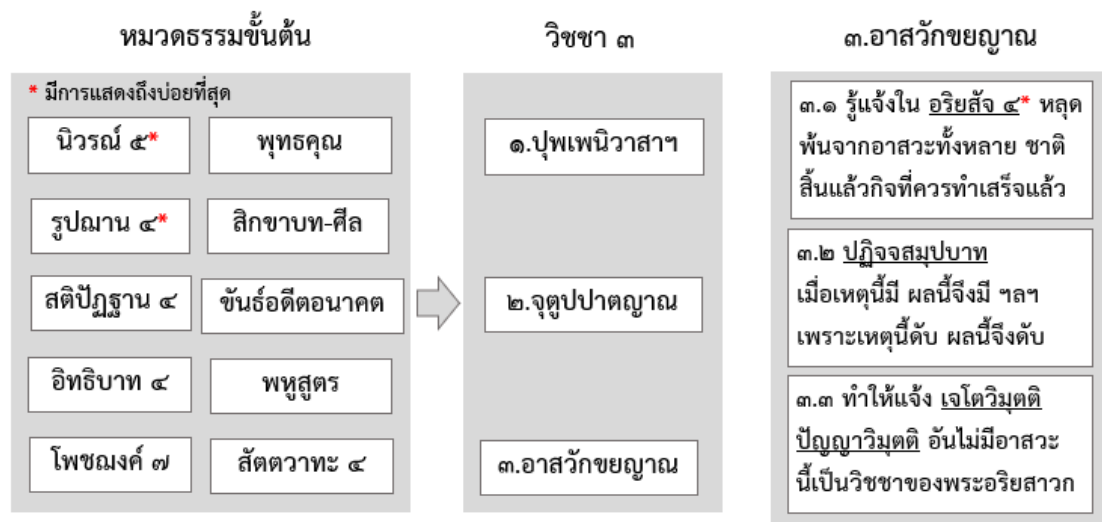
๑. วิชา 3 ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

วิชา 3 คือ ปัญญารู้แจ้งเป็นพิเศษหรือญาณทัสสนะ ได้แก่ (1) ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ คือ ปัญญาระลึกขึ้นถึงที่เคยอาศัยอยู่ในอดีตชาติ (2) จุตูปปาตญาณ คือ ปัญญากำหนดรู้การเกิดแห่ง สัตว์ทั้งหลายที่เป็นไปตามกรรม และ (3) อาสวักขยญาณ คือ ปัญญาที่หยั่งรู้ธรรมที่เข้าถึงความสิ้นอา สวะ หลักธรรมเกี่ยวข้องกับวิชา 3 มีปรากฏมากกว่า 30 สูตร จากที่ศึกษาวิเคราะห์พบว่า พระพุทธเจ้าทรงแสดงหมวดธรรมขั้นต้นก่อน ได้แก่ พุทธคุณ 9 สิกขาบท ศีล สติปัฏฐาน 4 นิเวศน์ 5 รูปฌาน 4 อิทธิบาท 4 โพชฌงค์ 7 ขันธอดีต ขันธอนาคต พหุสูตร และสัตตวาหะ 4 ซึ่งหมวดธรรมที่ แสดงบ่อยที่สุดได้แก่ นิเวศน์ 5 และ ลำดับแห่งรูปฌาน 4 แล้วจึงแสดงวิชาที่ 1 วิชาที่ 2 และ วิชา ที่ 3 ตามลำดับ โดยอาสวักขยญาณมีการแสดง 3 แบบ ว่าโดยย่อ ได้แก่ (1) อริยสัจ 4 คือ รู้แจ้ง อริยสัจ 4 หลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลาย ชาติสิ้นแล้ว กิจที่ควรทำเสร็จแล้ว (2) ปฏิจจสมุပ္บาท คือ เมื่อ เหตุนี้มี ผลนี้จึงมี ฯลฯ เพราะเหตุนี้ดับ ผลนี้จึงดับ และ (3) วิมุตติ คือ ทำให้แจ้งเจโตวิมุตติ ปัญญา วิมุตติ อันไม่มีอาสวะนี้เป็นวิชาของพระอริยสาวก ซึ่งแบบที่แสดงมากที่สุด ก็คืออริยสัจ 4 ซึ่งหมวด ธรรมขั้นต้นและการดำเนินเข้าสู่วิชา 3 ที่วิเคราะห์จาก 30 พระสูตร เป็นตามภาพ

⁷ พุ.ข. (บาลี) 25/25/42.

⁸ พุ.อ. (ไทย) 25/1-2/171-174.





ภาพแสดงการวิเคราะห์รูปแบบการบรรลุวิชา 3 ที่รวบรวมจากพระสูตรต่าง ๆ

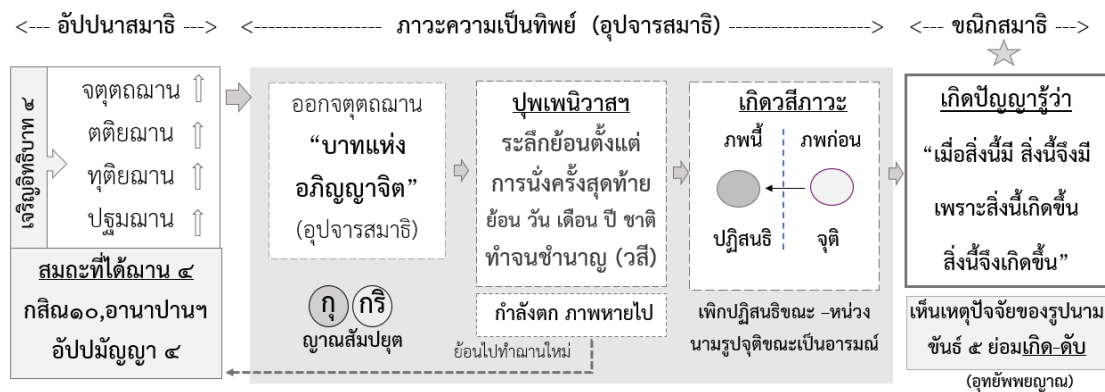
การเจริญวิชา 3 ในพระพุทธศาสนาจะมีความแตกต่างกับสมาธิในศาสนาอื่น ของพุทธจะเจริญสมาธิที่ประกอบด้วยสติทุกขณะ ทำให้เกิดปัญญาเห็นตามความจริง เป็นวิปัสสนาญาณที่พัฒนาไปจนกระทั่งบริบูรณ์ สามารถตัดกิเลสเป็นพระอริยบุคคล เรียกว่า โลกุตตรสมาธิ ที่มีความสามารถใช้อำลัสมายิตได้สูงกว่าระดับสมาธิของศาสนาอื่นมาก แม้แต่ในศาสนาพุทธระดับการใช้พลังจิตจากโลกุตตรสมาธิของปกติสาวก พระมหาสาวก พระอัครสาวก พระปัจเจกพุทธเจ้า และพระพุทธเจ้า ก็แตกต่างกัน⁹ ดังนั้นการเจริญวิชา 3 นั้น วิชาที่ 1 และ วิชาที่ 2 จัดเป็นสมถะ ที่ต้องเจริญสมาธิถึงรูปฌาน 4 เพื่อเป็นบาทให้อภิญญาจิต ซึ่งมีขั้นตอนการปฏิบัติบุพเพนิวาสานุสสติญาณ และจุตูปปาตญาณ ตั้งแต่เจริญรูปฌานจนกระทั่งได้อภิญญาจิต จนเกิดปัญญารู้แจ้งพิเศษ และจุดเชื่อมเข้าวิปัสสนา

2.1 การเจริญบุพเพนิวาสานุสสติญาณ

การเจริญบุพเพนิวาสานุสสติญาณ หรือ การระลึกชาติที่แล้ว ๆ มาได้ เริ่มจากเลือกกองสมณกรรมฐานที่เข้าถึงฌาน 4 ได้แก่ กสิณ 10 อานาปานสติ อัปปมัญญา 4 จากนั้นเข้าฌาน 4 โดยลำดับ แล้วออกจากจตุตถฌาน เพื่อเป็นบาทของอภิญญาจิต ทรงอุปจารสมาธิด้วยสมาธิจิตระดับปริกรรม ซึ่งเป็นระดับของความเป็นทิพย์ จากนั้นระลึกนึกถึงการนั่งครั้งสุดท้ายทั้งหมด เช่น การปูอาสนะก่อนนั่ง ฯลฯ กิจที่ทำตลอดกลางคืนกลางวัน นึกย้อนไปแม้ในวันที่ 2 ที่ 3 ที่ 4 แม้ 10 วัน แม้เดือนหนึ่ง ตลอดทั้งปี ตลอด 10 ปี ทำจนชำนาญเป็นวสีภาวะ ระลึกได้เหมือนประทับโพลงขึ้น ย้อน

⁹ วิสุทธิ. (ไทย) 2/402/550-553.

ไปตลอดหลายสิบปี ไปถึงปฏิสนธิของตนในภพนี้ ฟังนึกถึงนามรูปอันเป็นไปแล้วในจุติขณะในภวก่อน หรืออาจเพิกปฏิสนธิขณะแรกเลย ลักษณะสี่ดำมืดมืดอับ แล้วห้วงนามรูปจุติขณะเป็นอารมณ์ได้ เมื่อฝึกจนเริ่มชำนาญ ฟังสังเกตจะมีทั้งสภาวะที่เย็นและสภาวะที่แสบได้แก่ (1) สภาวะที่เย็น คือ การระลึกถึงเรื่องที่เคยนึกไว้ก่อนแล้ว เมื่อปฏิบัติไปจึงมีการปรุงแต่งจิตขึ้นมา และ (2) สภาวะที่แสบ คือ ระลึกรด้วยญาณปัญญาอันประกอบด้วยสติ ลำดับของภาพอดีตชาติ จะผุดขึ้นเองตามเหตุปัจจัย เหมือนดูภาพยนตร์ที่ไม่สามารถคาดเดาล่วงหน้าได้ว่าฉากต่อไปจะเป็นอย่างไร ทำมากเข้า ๆ ย่อมเบื่อหน่าย คลายกำหนดในภพชาติ ดังพระคาถา “ชั้นเหล่าใดของสัตว์ที่ตายอยู่ หรือดำรงอยู่ในโลกนี้ ดับไปแล้ว ชั้นเหล่านั้นทั้งหมดก็เป็นเหมือนกัน ดับไปแล้ว ไม่มีทางสืบต่อกัน” พิจารณาเห็นความเกิดและความดับของชั้น 5 แม้ในกาล 3 ทั้งอดีต ปัจจุบัน อนาคต เห็นการเกิดขึ้นของเหล่าสัตว์ล้วนเป็นไปตามกรรม เห็นเหตุปัจจัยของรูปนาม โดยขั้นตอนทั้งหมดสรุปได้ตามภาพ



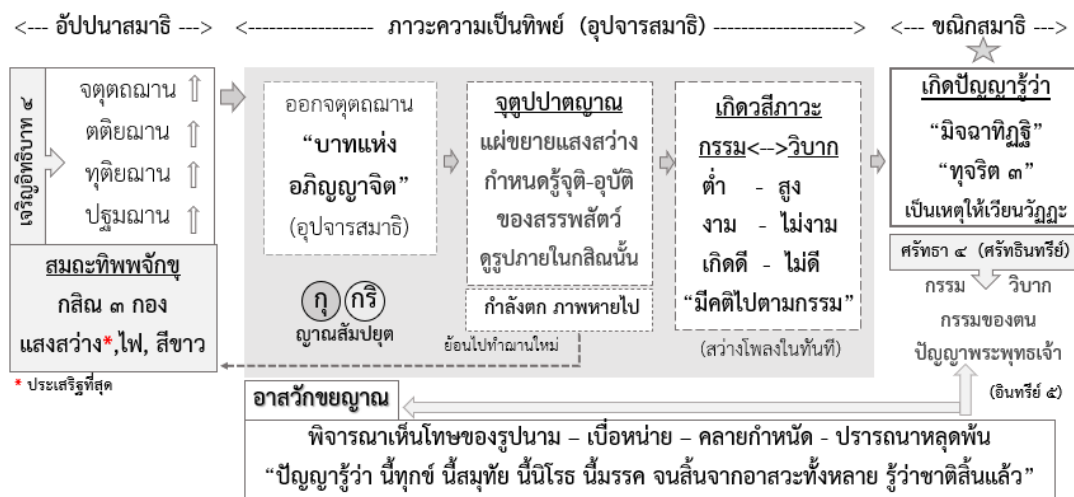
ภาพแสดงขั้นตอนการเจริญพุทฺเพณิวาสสนุสสติญาณ

2.2 การเจริญจุตูปปาตญาณ (ทิพพจักขุ)

การเจริญจุตูปปาตญาณ ปัญญาสามารถรู้ว่าสัตว์ที่ตายไปแล้ว และเกิดมานี้ ตายแล้วไปไหน ก่อนเกิดมาจากไหน ดังนั้นควรใช้กรรมฐานที่ทำเพื่อตาทิพย์ ได้แก่ กลินสีขาว กลินไฟ และกลินแสงสว่าง¹⁰ ซึ่งกองสุดท้ายนี้ท่านว่าประเสริฐที่สุด เข้าฌาน 4 โดยลำดับ แล้วออกจากจตุตถฌาน ฟังทำฌานอันเป็นบาทของอภิญญาจิต ทรงอุปจารสมาธิด้วยสมาธิจิตระดับปริกรรม ซึ่งเป็นระดับของความเป็นทิพย์ ครอบในภายในแห่งกลินที่ขยายเท่านั้น กำหนดรู้จุติและอุบัติแห่งสัตว์ทั้งหลาย อันเป็นไปตามกรรม เมื่อปริกรรมล่วงไป แสงสว่างและรูปก็หายไป ก็ให้เข้าฌานอันเป็นบาทแห่งอภิญญา ทำซ้ำจนชำนาญ จะสามารถแผ่แสงสว่างไปด้วยกำลัง อธิฐานให้แสงสว่างจงมีในที่นี้ได้ตลอด เมื่อจะยกขึ้นสู่วิปัสสนา ต้องใช้ขณิกสมาธิ ซึ่งจะเกิดปัญญารู้ว่า มิฉฉาทิภูฏี และทุจจิริต 3 เป็นเหตุให้ต้องเวียน

¹⁰ พระมหาวิระ ถาวรโร, คู่มือปฏิบัติพระกรรมฐาน, (อุทัยธานี: วัดท่าซุง, ม.ป.ป.), หน้า 3-4.

ในวิญญูจะ จึงเกิดศรัทธา 4 มีสัตว์มีกรรมเป็นของตน เป็นต้น ด้วยอินทรีย์ที่มีประมาณยิ่ง มุ่งเข้าสู่การเจริญวิปัสสนาญาณเพื่อตัดภพตัดชาติ โดยขั้นตอนทั้งหมดสรุปได้ตามภาพ



2.3 การเจริญอัสวักขยญาณ

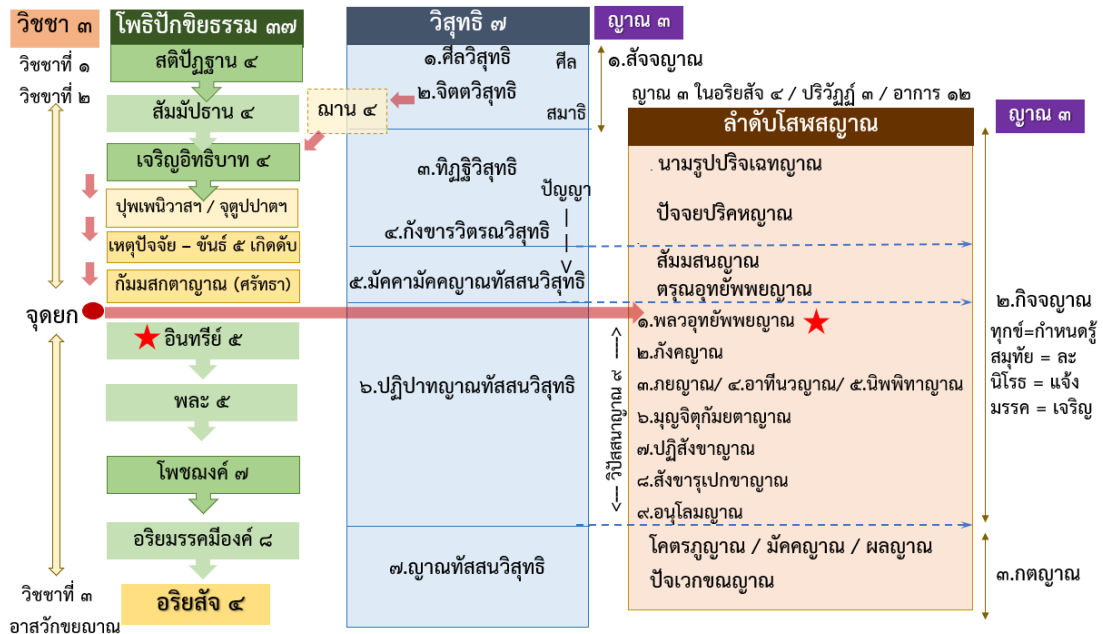
ปฏิบัติในการปฏิบัติของผู้ทรงวิชา 3 คือ รู้จักการทำอาสวกิเลสให้หมดสิ้นไป เริ่มจากรักษาศีลให้สะอาดหมดจด จัดเป็น สิลวิสุทธิตี เมื่อจิตปราศจากนิวรณ์ จัดเป็น จิตตวิสุทธิตี จากนั้นให้เจริญสมาธิตามลำดับแห่งรูปมมาน 4 ด้วยกองกรรมฐานที่เหมาะสม ต้องประกอบด้วยอิทธิบาท 4¹¹ จนถึงจตุตถมมานเพื่อเป็นบาทให้อภิญญาจิต จากนั้นดำเนินขั้นตอนการเจริญปุพเพนิวาสานุสสติญาณ และจตุปปาตญาณ จนเกิดปัญญาเห็นในเหตุปัจจัย จัดเป็นทวิญญูวิสุทธิตี ปัญญาเห็นความเกิด-ดับของขันธในกาล 3 ทั้งอดีต ปัจจุบัน อนาคต เห็นกัมมสกตาญาณ สัตว์มีกรรมเป็นของตน หรือเพราะรู้ชัดในกรรม 12 สงเคราะห์เข้าใน ยถาภูตญาณ สัมมาทัสสนะ และกังขาวิตรณะ ข้ามพ้นความสงสัย จัดเป็นกังขาวิตรณวิสุทธิตี และปัจจยปริคคญาณ เกิดอินทรีย์มีประมาณยิ่ง นี่เป็นอาการที่พร้อมขึ้นสู่วิปัสสนาญาณ รู้ในทางดำเนินที่ถูกต้องเป็นไปเพื่อการกำหนดรู้ทุกข์ ละสมุทัย ผ่านวิปัสสนูปกิเลสมาแล้ว จึงจัดเป็น มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิตี

ยกขึ้นสู่ลำดับแห่งโสฬสญาณตรง “พลวอุทยัพพญาณ”¹² จัดเป็น ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิตี จากนั้นดำเนินสู่วิปัสสนาญาณ 9 ไปตามลำดับ วนรอบไปในญาณ 3 จนครบวิญญู 3 อาการ 12

¹¹ ชุ.ป. (ไทย) 31/105-107/163-165.

¹² ชุ.ป. (ไทย) 31/49-51/77-82.

ตัดสังโยชน 10 ประการ เข้าสู่ความสิ้นกรรม บริบูรณ์ในอัสวักขญาณ¹³ รู้ว่าชาติสิ้นแล้ว กิจที่ควรทำจบแล้ว เป็นพระอรหันต์ในที่สุด จัดเป็น ญาณทัสสนวิสุทธิ เป็นพระอรหันต์ประเภทเทวิโช หรือ เทวิชะ การยกสมณะขึ้นสู่วิปัสสนาแสดงดังภาพ



ภาพแสดงขั้นตอนการยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาญาณ

เมื่อบรรลुวิชา 3 เป็นพระอริยเจ้าขั้นต้น มีพระโสดาบัน เป็นต้น และมีความชำนาญยิ่งแล้วในรูปฌาน 4 สามารถพัฒนาจิตต่อด้วยการฝึกอภิฌาน 6 โดยฝึกเพิ่มอีก 3 ญาณ ได้แก่ อิททวิธญาณ เจโตปริยญาณ และทิพยโสดา หรือฝึกเพิ่มอีก 2 ญาณ ได้แก่ มโนนิยทวิวิปัสสนา ย่อมได้วิชา 8 หรือเรียกว่า อภิฌานใหญ่ เมื่อสำเร็จจะเป็นพระอรหันต์ผู้ได้อภิฌาน หรือ ถ้าพัฒนาต่อไปถึงสมาบัติ 8 จะเป็นพระอรหันต์ผู้ได้อุภโตภาควิมุตติและมีอภิฌานด้วย ซึ่งพระอุภโตภาควิมุตติ ที่ไม่ได้โลกียวิชาและโลกียอภิฌานก็มี เพราะฝึกฝนทางรูปฌาน 4 แล้วต่อยอดด้วยสมาธิ 4 จนสำเร็จสมาบัติ 8 โดยไม่ฝึกอภิฌาน 6 ซึ่งพระอรหันต์ที่ได้ถึงสมาบัติ 8 ทั้งหมดย่อมได้ปฏิสัมภิทาญาณ 4 แตกฉานใน อรรถ ธรรม ภาษา ปฏิภาณ ความแตกฉานนั้นจะขึ้นอยู่กับความเพียรเท่าที่ได้เคยสะสมไว้ด้วย และผู้ชำนาญยิ่งในสมาบัติ 8 จึงจะสามารถเข้านิโรธสมาบัติได้ ซึ่งทั้งหมดนี้จัดเป็นการเจริญสมณะก่อนแล้ว จึงเจริญวิปัสสนา เรียกว่า สมณยานิก

¹³ วิ.ม. (ไทย) 1/1-15/1-8.

3. การเจริญวิปัสสนาเพื่อความสิ้นกรรมด้วยการบรรลุวิชา 3

การเจริญภาวนาเป็นการทำให้เกิดมี ทำให้เจริญขึ้น ใช้กับการอบรมพัฒนาจิตทั้งด้านสมาธิ และปัญญา ดังนั้นวิปัสสนาภาวนา จึงเป็นการอบรมปัญญาให้รู้ตามความเป็นจริงของรูปนาม มี 2 อย่าง คือ วิปัสสนาญาณิกหรือวิปัสสนาล้วน และสมถญาณิกหรือการปฏิบัติที่เจริญสมถะก่อนจึงมาเจริญวิปัสสนา ซึ่งการเจริญวิชา 3 จัดเป็นแบบสมถญาณิก ที่ต้องเจริญสมาธิให้เกิดวิสัณขะ คือมีความชำนาญในรูปนาม 4 ก่อนแล้วจึงทำภิญญาจิต¹⁴ เพื่อให้เกิดปัญญา 3 ชั้น ได้แก่ ชั้นแรก ปัญญาในการระลึกชาติ (ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ) ชั้น 2 ปัญญาในการกรรมของเหล่าสัตว์ที่เวียนว่ายตายเกิด (จตุปปตญาณ) และ ชั้น 3 ปัญญารู้แจ้งธรรมที่ตัดละอาสวะกิเลสหมดสิ้น (อาสวักขยญาณ)

กรรมแบ่งเป็น 3 อย่าง ได้แก่ ตัวกรรม กฎแห่งกรรม และความสิ้นไปแห่งกรรม เนื้อความโดยรวมนั้นกล่าวถึง (1) ตัวกรรม มีมูลเหตุมาจากเจตนา แบ่งออกเป็นกรรมเก่า คือ ทวาร 6 ที่สำเร็จด้วยเจตนาอันเป็นที่ตั้งแห่งเวทนา ส่วนกรรมใหม่ คือ การกระทำปัจจุบันทางกาย วาจา ใจ และทางตัณหา คือ อริยมรรคมีองค์ 8¹⁵ ส่วนข้อ (2) กฎแห่งกรรม คือ ปฏิจจสมุปบาทที่มีความสัมพันธ์กับอริยสัจ 4 โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ทุกขสัจและสมุทยสัจ ยังสามารถเชื่อมโยงถึงวัฏฏะ 3 ดังนั้นกระบวนการปฏิจจสมุปบาทเพื่อความสิ้นกรรมนั้น มี 2 แบบ ได้แก่ ปฏิจจสมุปบาทแบบข้ามภพชาติ และปฏิจจสมุปบาทในจิตดวงเดียว

การเจริญวิปัสสนาเพื่อความสิ้นกรรมด้วยการบรรลุวิชา 3 จะเน้นที่การรู้แจ้งในปฏิจจสมุปบาทแบบข้ามภพชาติ ด้วยการระลึกอดีตชาติด้วยปุพเพนิวาสานุสสติญาณ และการเห็นการอุบัติและจุติของสัตว์ทั้งหลายด้วยจตุปปตญาณก่อน ซึ่งเป็นไปตามกฎแห่งกรรมที่เป็นกระบวนการของเหตุปัจจัย¹⁶ เมื่อเข้าสู่การเจริญอาสวักขยญาณ จึงเป็นการยกสมถะขึ้นสู่วิปัสสนาญาณทั้ง 9 ไปตามลำดับ ปัญญาจะเดินรอบวนไปในปริวัฏฏ์ 3 จนรบอาการ 12 ในสังจญาณ กิจจญาณ และกตญาณ ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสถึงการทำความสิ้นกรรม หรือการทำกรรมทั้งไม่ดำและไม่ขาวนั้น ด้วยการเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ว่าโดยย่อคือหลักไตรสิกขา มีศีล สมาธิ ปัญญา

เมื่อว่าโดยหลักใหญ่ของการทำความกรรมของบุคคลนั้น จะเป็นไปใน 2 หลัก ได้แก่ (1) กรรมที่เป็นไปตามหลักศีลธรรม คือ ดี-เลว ผิด-ถูก มีชาตินี้-ชาติก่อน เป็นบุคลาธิษฐาน เป็นปฏิจจสมุปบาท

¹⁴ พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ 4 วิถีสังคหะ**, พิมพ์ครั้งที่ 8, (กรุงเทพมหานคร: ทิพย์วิสุทธิ, 2553), หน้า 110-113.,

¹⁵ ส.สพ. (ไทย) 18/146/179.

¹⁶ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 17, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ, 2552), หน้า 140.



แบบข้ามภพชาติ รวมความถึงวิชาที่ 1 และ 2 ด้วย (2) กรรมที่เป็นไปตามหลักสังกรรม หรือปรมัตถธรรม คือ มีแต่ปัจจุบันขณะ เพราะรูปนามเกิดดับทุกขณะ เป็นธัมมาธิฐาน เป็นปฏิจจสมุปาทในจิตดวงเดียว¹⁷ เป็นวิชาที่ 3 นับตั้งแต่พลวอุทยัพพญาณ จนถึง ปัจจเวตตญาณ

ดังนั้น วิธีดำเนินหรือปฏิบัติเพื่อความสิ้นกรรมได้แก่การเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ว่าโดยย่อคือไตรสิกขา ด้วยมรรควิธีการกำหนดรู้ขั้น 5 รู้เท่าทันในอาการปัจจุบันด้วยสติ และโยนิโสมนสิการ จึงเกิดปัญญาตถวจรแห่งปฏิจจสมุปาทไปตามลำดับ จนรู้แจ้งในอริยสัจ 4 ตัดอาสวะกิเลสเป็นสมุจเฉตพหุ นัตถมูลเหตุแห่งทุกข์ได้แก่ อวิชชา และตัณหา เมื่อสิ้นตัณหาจึงสิ้นกรรม เพราะสิ้นกรรมจึงสิ้นทุกข์ ด้วยวิชา คือ ความรู้แจ้งในอริยสัจ 4 เหล่านี้คือวิชา หรือ ความรู้แจ้ง รู้พิเศษในอัสวักขยญาณ อันมีบาทฐานมาจากการบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ เพราะเห็นว่าการระลึกชาติอดีตทำให้เหตุปัจจัย เห็นการเกิดดับของขั้น 5 ในทุกภพทุกชาติ และการบรรลจุตูปปาตญาณ เพราะเห็นการจุติและอุบัติของเหล่าสัตว์ทั้งหลาย ล้วนไปเป็นตามกรรม จนเกิดศรัทธา 4 เป็นความเชื่อในกรรม วิบาก กัมมัสสกตาญาณ และปัญญาการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าทำให้อิทธิมัยมีประมาณยิ่ง ยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาญาณตรงพลวอุทยัพพญาณ ดำเนินไปตามลำดับแห่งวิปัสสนาญาณ 9 เข้าสู่มรรคญาณ ผลญาณ ตัดอาสวะกิเลส และสังโยชน์ 10 เข้าสู่ความสิ้นกรรมในที่สุด

การนำมาใช้ในชีวิตจริงนั้น การเจริญวิชา 3 มุ่งเน้นไปที่การปฏิบัติเพื่อความสิ้นกรรมเป็นหลัก คือหลักของปรมัตถธรรมหรือสังกรรม ดังนั้นการนำไปใช้เพื่อให้เกิดปัญญาของนักปฏิบัติที่เกิดสภาวะของวิชาที่ 1 และ วิชาที่ 2 และมีอาการยึดติดในสิ่งที่เกิดขึ้น หลงในความวิเศษที่พบ ทำให้การเข้าสู่วิชาที่ 3 ซึ่งเป็นตัววิปัสสนาแท้ เป็นไปอย่างเนิ่นช้า เพราะเมื่อเราปฏิบัติแล้วเกิดสภาวะเห็นตามจริงย้อนไปเห็นเรื่องราวในอดีต เกิดความเข้าใจพิเศษถึงเหตุปัจจัย และการกระทำของตน บุคคลที่เกี่ยวข้อง เมื่อมีการฝึกู้เห็นตามที่เป็นจริง หรือ ยถาภูต มาอย่างดีแล้ว ย่อมเกิดปัญญาเข้าใจถึงกระบวนการเหตุปัจจัย ไม่หลงติดไปกับสิ่งที่เห็น ไม่ยึดติดว่าตนเป็นผู้วิเศษ จิตจะเข้าถึงความเข้าใจรู้แจ้งด้วยปัญญา แล้วจึงพัฒนาเข้าสู่ลำดับวิปัสสนาญาณแท้ ตั้งแต่พลวอุทยัพพญาณไปตามลำดับจนเข้าสู่มรรคผลนิพพานได้ ซึ่งมีคควิธีในส่วนวิปัสสนาใช้การกำหนดรู้ปัจจุบันตามความเป็นจริงทุกขณะ ๆ จิตจะตถวจรการสร้างสรรค์ เข้าสู่ความสิ้นกรรมทุกขณะ ๆ เช่นกัน เป็นการรู้แจ้งกระบวนการกำหนดปฏิจจสมุปาทในจิตดวงเดียว

ส่วนการนำไปใช้ในระดับศีลธรรม ยังมีชาตินี้ ชาติหน้า มีดีเลว มีถูกผิด มีการเวียนว่ายวัฏฏะอยู่นั้น ต้องตั้งจิตในการสร้างกุศลกรรมเป็นหลักประจำใจก่อน โดยการมีพื้นฐานของ ศีล สมาธิ

¹⁷ พุทธทาส อินทปัญโญ, *อิทัปปัจจยตา*, (กรุงเทพมหานคร: การพิมพ์พระนคร, 2516), หน้า 369-



ปัญญา เป็นที่ตั้ง แล้วหมั่นสะสมการมีสติเท่าทันปัจจุบันเป็นหลัก เพราะเป็นกุศลจิตที่มีอุปการะมาก และเป็นหลักธรรมพื้นฐานเพื่อให้เกิดกุศลธรรมในหมวดต่าง ๆ รวมเข้ากันได้โดยเฉพาะโพธิปักขิยธรรม ซึ่งในระดับศีลธรรม ผู้ปฏิบัติมีวิถีชีวิตอยู่กับการทำงานปกติ ดังนั้น วิชาที่ 1 วิชาที่ 2 นั้นจะเกิดในระดับสุดตมยปัญญา และจินตามยปัญญา คือต้องใช้การฟังและพิจารณาตามเป็นหลัก เพื่อสะสมให้เกิดภาวนามยปัญญาอย่างสมบูรณ์ได้ ซึ่งการฟังและพิจารณา ก็ประกอบด้วยกุศลจิตเช่นกัน ดังนั้นเมื่อสะสมกุศลจิตทุกขณะมากเข้า ๆ ย่อมรวมเป็นวิปัสสนาปัญญาได้ แม้เพียงชั่วขณะก็จะทำให้เกิดความเข้าใจในระดับปรมัตถธรรมได้ เมื่อเหตุปัจจัยถึงพร้อม สะสมพื้นฐานที่ดีไว้ก็สามารถยกจิตขึ้นสู่วิชาที่ 3 หรืออัสวักขญาณ เข้าสู่ความพ้นทุกข์ได้

บทสรุป

วิชา 3 คือ ปัญญา รู้แจ้งเป็นพิเศษหรือญาณทัสสนะ ได้แก่ วิชาที่ 1 ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ คือ ปัญญารลึกซึ้งที่เคยอาศัยอยู่ในอดีตชาติ วิชาที่ 2 จุตูปปาตญาณ คือ ปัญญา กำหนดรู้การเกิดแห่งสัตว์ทั้งหลายที่เป็นไปตามกรรม และ วิชาที่ 3 อัสวักขญาณ คือ ปัญญาที่หยั่งรู้ธรรมที่เข้าถึงความสิ้นอาสวะ เป็นการเจริญวิปัสสนาแบบสมถยานิก ซึ่งการเจริญในวิชาที่ 1 และ วิชาที่ 2 จัดเป็นสมถะ ที่ต้องเจริญสมาธิถึงรูปฌาน 4 เพื่อเป็นบาทให้อภิญญาจิต เมื่อยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาในวิชาที่ 3 จะเชื่อมเข้าตรงพลวอุทยัพพญาณ ไปตามลำดับแห่งวิปัสสนาญาณ 9 จนถึงปัจจุเวกชนญาณ ปัญญาจะเดินรอบวนไปในปริวัฏฏ์ 3 จนครบอาการ 12 ในสังจญาณ กิจจญาณ และกตญาณ ตัดอาสวะและสังโยชน์เข้าสู่ความสิ้นกรรม เป็นพระอรหันต์ประเภทเทวโฆ

หลักธรรมเพื่อความสิ้นกรรม มี 2 ระดับ คือ (1) ระดับศีลธรรม จัดเป็นบุคลาธิษฐาน หรือ ปฏิจจสมุบาทข้ามภพชาติ และ (2) ระดับสังจธรรม เป็นปรมัตถธรรม ธัมมาธิษฐาน หรือ ปฏิจจสมุบาทจิตตดวงเดียว ที่เป็นไปเพื่อความสิ้นกรรมโดยตรง ด้วยการเจริญวิปัสสนากำหนดรู้รูปนามปัจจุบัน เรียกว่า กรรมไม่ดำไม่ขาว รู้เจตนา 3 แจ้งกรรม 12 เพื่อตัดวงจรกฎแห่งกรรม การปฏิบัติจะดำเนินไปตามอริยมรรคมีองค์ 8 ว่าโดยย่อคือ ไตรสิกขา จนสามารถรู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ 4 ในที่สุด นี่เป็นปฏิปทาเพื่อความสิ้นกรรมตามที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้

การนำไปใช้จริงในชีวิตประจำวัน แบ่งออกเป็น 2 ระดับ ได้แก่ ระดับแรก เพื่อแจ้งปรมัตถ์หรือสังจธรรม มีเป้าประสงค์หลักเพื่อบรรลุวิชา 3 ละกิเลสเป็นหลัก ดังนั้นต้องทำความเข้าใจในสภาพธรรมด้วยปัญญาเห็นตามจริงที่เกิดขึ้นว่าเป็นตามเหตุปัจจัย ผู้ปฏิบัติส่วนมากผ่านวิชาที่ 1 และ 2 มักหลงติดในความวิเศษหรือความรู้ด้านอดีตชาติ ด้านกรรมสัมพันธ์กับบุคคล เหตุการณ์ สถานที่ต่างๆ ที่เกิดขึ้น ทำให้เกิดความเนิ่นช้าในการยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาญาณแท้ เพื่อบรรลุวิชาที่ 3 ดังนั้นควรใส่ใจพิเศษตรงจุดเชื่อมต่อระหว่างสมถะแลวิปัสสนาให้มาก กำหนดรู้ปัจจุบันด้วยความจริงเป็นหลักสำคัญ



จะผ่านไปได้ และระดับที่สอง มุ่งเน้นด้านศีลธรรม ทำดี ละชั่ว มีชาตินี้ชาติก่อน ยังเวียนว่ายวัฏฏะ ควรเน้นที่การสะสมกุศลจิตมาก ๆ เพื่อเข้าสู่ปรมาตม์ได้ ด้วยการใส่ใจที่ตัวสติรู้ทันปัจจุบัน เพิ่มปัญญาระดับสุดตมยปัญญา และจินตมยปัญญา ก็ประกอบด้วยกุศลจิตเช่นกัน ดังนั้นเมื่อสะสมกุศลจิตทุกขณะ ๆ ย่อมรวมเป็นวิปัสสนาปัญญาได้ แม้เพียงชั่วขณะก็จะทำให้เกิดความเข้าถึงระดับปรมาตมธรรมได้ เป็นพื้นฐานที่ดีเพื่อยกจิตขึ้นสู่วิชาที่ 3 หรืออัสวักขยญาณได้ต่อไปเมื่อเหตุปัจจัยถึงพร้อม

บรรณานุกรม

- พระธรรมบาลเถระ. **เนตติอรรถกถา**. แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์. นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอเซ็นเตอร์, 2551.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 17. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ, 2552.
- พระมหาวิระ ถาวโร. **คู่มือปฏิบัติพระกรรมฐาน**. อุทัยธานี: วัดท่าซุง, ม.ป.ป.
- พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ. **ปรมาตมโชติกะ ปริเฉทที่ 4 วิธีสังคหะ**. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: ทิพยวิสุทธิ, 2553.
- พุทธทาสภิกขุ. **อิทัปปัจจยตา**. กรุงเทพมหานคร: การพิมพ์พระนคร, 2516.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- _____. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก 2500**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535.





อธิปัญญาสิกขาในวิถีการบรรลุตธรรม

Adhipa^{กั}āsikkhā in the Path Leading to the Enlightenment

พเยาว์ ภูมิดิษฐ์¹

Payao Pumidit

E-mail: Sumkidgorn@gmail.com

Received: March 8, 2024 Revised: April 12, 2024 Accepted: May 10, 2024

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบายอธิปัญญาสิกขาซึ่งเป็นวิถีแห่งการบรรลุตธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท อธิปัญญาสิกขาในวิถีการบรรลุตธรรม เส้นทางสู่การบรรลุแจ้ง เริ่มต้นด้วยการศึกษา การฟังธรรมจากผู้รู้ครูอาจารย์ และเข้าสู่กระบวนการปฏิบัติตามลำดับในวิสุทธิ 7 โดยเบื้องต้น 1. รักษาศีลให้บริสุทธิ์ (ศีลวิสุทธิ)หรืออภิสลสิกขา 2. ฝึกอบรมจิตให้บริสุทธิ์ (จิตวิสุทธิ) หรืออภิจิตสิกขาจนเกิดสมาธิ เป็นบาทฐานแห่งวิปัสสนาภาวนา เข้าสู่การฝึกอบรมปัญญาหรืออธิปัญญาสิกขา 3. ความหมดจดแห่งทัญญู (ทัญญูวิสุทธิ) ความรู้เข้าใจมองเห็นนามรูปตามสภาวะที่เป็นจริง 4. ความหมดจดแห่งญาณ เป็นเหตุข้ามพ้นความสงสัย (กังขาวิตรณวิสุทธิ) 5. ความหมดจดแห่งญาณที่รู้เห็นว่าเป็นทางหรือไม่ใช่ทาง (มคคัมคคญาณทสสนวิสุทธิ) เริ่มมองเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปแห่งสังขารทั้งหลาย 6. ความหมดจดแห่งญาณอันรู้เห็นทางดำเนิน (ปฏิบัติทาญาณทสสนวิสุทธิ) ได้แก่ วิปัสสนาญาณ 9 นั้นเอง คือ นับตั้งแต่อุทยัพพญาณที่พ้นจากวิปัสสนูปกิเลสแล้วเป็นต้นไป จนสุดทางแห่งความเป็นปุถุชน 7. ความหมดจดแห่งญาณทศณะ (ญาณทสสนวิสุทธิ) ความรู้ในอริยมรรค 4 หรือมรรคญาณ นั้นเอง เมื่อมรรคญาณเกิดแล้ว ผลญาณ ก็เกิดขึ้นในลำดับถัดไปจากมรรคญาณนั้น ๆ ตามลำดับของแต่ละชั้นของความเป็นอริยบุคคล

คำสำคัญ: อธิปัญญาสิกขา, การบรรลุตธรรม, วิปัสสนา

¹ นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม



Abstract

The purpose of this academic article is to explain the enlightenment of Adhipaṅkṣī-sikkhā which is the path leading to the enlightenment in Theravada Buddhist scriptures. Adhipaṅkṣī-sikkhā was in the path leading to The Enlightenment, Start with education, listening to the Dharma from the knowledgeable teacher and then enter the process of observing the sequence in Visuddhi 7 (Visuddhi: purity; stages of purity; gradual purification) initially [Adhisīla-sikkhā]; (1) Sāla-visuddhi: purity of morality, [Adhicitta-sikkhā]; (2) Citta~: purity of mind, [Adhipaṅkṣī-sikkhā]; (3) Ditthi-visuddhi: : purity of view; purity of understanding (4) Kaṅkhā-vitarana-visuddhi: purity of transcending doubts (5) Maggāmaggañānadassana-visuddhi: purity of the knowledge and vision regarding path and not-path (6) Patipadāñānadassana -visuddhi: purity of the knowledge and vision of the way of progress (7) Nāṇadassana-visuddhi: purity of knowledge and vision. Visuddhi 7 is a factor that is passed on to one another in order to attain nirvana, like a car 7 takes turns forwarding to a person to reach their destination.

Keywords: Adhipaṅkṣī-sikkhā, Enlightenment, Vipassana

บทนำ

หลักคำสอนของพระพุทธศาสนาการจะพัฒนาจิตให้เป็นกุศลได้นั้นต้องพัฒนาจิตให้เกิดสติปัญญาก่อน ผู้มีปัญญาจะแจ่มอย่างสูง มีปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นความเกิด ความดับ รู้ความจริงว่านี่คือทุกข์ นี่คือเหตุแห่งทุกข์ นี่คือความดับทุกข์ นี่คือหนทางดับทุกข์ ดังพระพุทธเจ้าตรัสว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญาอันประเสริฐ หยั่งถึง ความเกิดและความดับเพิกถอนกิเลส ให้บรรลุลถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ รู้ตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์... นี่ทุกข์สมุทัย (เหตุเกิดทุกข์)... นี่ทุกข์นิโรธ (ความดับทุกข์)... นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา (ปฏิปทาเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์)... เหล่านี้อาสวะ นี่เหตุให้เกิดอาสวะ นี่ความดับอาสวะ นี่ปฏิปทาเครื่องให้ถึงความดับอาสวะ นี่ชื่อว่าอริปัญญาลักขา²

² ชุ.จ. (ไทย) 30/7/64.



ปัญญาที่เกิดจากการศึกษาหาความรู้ (สุตมยปัญญา) ปัญญาที่เกิดจากการคิดด้วยโยนิโสมนสิการ (จินตามยปัญญา) และปัญญาที่เกิดจากการเจริญภาวนาวิปัสสนากรรมฐาน (ภาวนามยปัญญา) คือการปฏิบัติเพื่อเจริญปัญญาให้สูงขึ้นจนตัดกิเลสได้เด็ดขาด อันเป็นข้อปฏิบัติในไตรสิกขา หรือสิกขา 3 เป็นข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับศึกษาคือการฝึกหัดอบรม กาย วาจา จิตใจ และปัญญาให้ยิ่งขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุดคือพระนิพพาน ได้แก่ 1) อธิสัสสิกขา คือข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติอย่างสูง 2) อธิจิตตสิกขา คือ ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกหัดอบรมจิตเพื่อให้เกิดคุณธรรมเช่นสมาธิอย่างสูง และ 3) อธิปัญญาสิกขา คือ ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง³

การเจริญวิปัสสนาภาวนาซึ่งเป็นหลักการพัฒนาอภิญญาสิกขาเป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาอภิญญาสิกขาได้อย่างง่ายและทุกอิริยาบถ ทำให้เจริญวิปัสสนาได้อย่างรวดเร็ว ทำได้ในชีวิตประจำวัน และพัฒนาจิตเป็นฐานให้เกิดปัญญาผ่องใสมีอิสระ สู่ความพ้นทุกข์ หลุดพ้นจากความเศร้าหมอง พบความสุขสงบอย่างถาวร เราต้องมีสติ ศึกษาข้อปฏิบัติ แล้วลงมือปฏิบัติ ดังมี พระพุทธพจน์ตรัสว่า

ผู้มีปัญญารักษาตน มีสติด้วยเหตุ 4 อย่าง คือ เมื่อเจริญสติปัฏฐานพิจารณาภายในกาย พึงศึกษาธรรมเป็นเหตุดับกิเลสเพื่อตน ทั้งอภิสัสสิกขา ทั้งอภิจิตตสิกขา ทั้งอภิญญาสิกขา นี้ชื่อว่า อภิญญาสิกขา เมื่อบุคคลนึกถึง เมื่อทราบ เมื่อเห็น เมื่อพิจารณา เมื่ออธิษฐานจิต เมื่อน้อมใจ เชื่อด้วยศรัทธา เมื่อประกอบความเพียร เมื่อตั้งสติ เมื่อตั้งใจมั่น เมื่อรู้ชัดด้วยปัญญา⁴

ในการที่จะบรรลุธรรมได้นั้นจะต้องทำการศึกษา ฝึกฝนอบรมด้วยการเจริญกรรมฐานซึ่งมีทั้งสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน สมถกรรมฐานก็จะทำให้จิตสงบแนบแน่นเป็นอารมณ์เดียว วิปัสสนากรรมฐานเป็นการเจริญจิตเพื่อให้เกิดปัญญา แต่การที่จะเจริญจิตเพื่อให้เกิดปัญญาได้นั้นจะต้องมีความบริสุทธิ์หมดจดเสียก่อน สิ่งที่สำคัญประการแรกที่จะทำให้บริสุทธิ์หมดจดตามลำดับ คือ สติจะเป็นตัวควบคุมกายและวาจาที่สุจริต สมาธิเป็นอารมณ์ปรมาตม์ที่ตั้งมั่นต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลาที่จิตรับรู้อารมณ์ เป็นคุณสมบัติอันอย่างมากในการบรรลุธรรม หากไม่มีสมาธิที่ดีแล้วการบรรลุธรรมนั้นจะเกิดขึ้นไม่ได้แน่นอน อีกทั้งสมาธิทั้งสามยังทำงานประสานสอดคล้องกันเพื่อเป็นฐานให้เกิดปัญญาอีกด้วย สมาธิในการบรรลุธรรมนี้จัดอยู่ในจิตวิสุทธิ และปัญญานี้เป็นปัญญาเจตสิกที่ทำให้วิปัสสนาญาณเกิด เป็นปัญญาที่ไม่มีความยึดถือว่าปัญญาเป็นเราที่ไม่ถูกตัณหาและทิฐิครอบงำ ปัญญาที่เกิดขึ้นด้วยความบริสุทธิ์หมดจด เป็นปัญญาที่ทำให้ศึกษาสมบูรณ์ คืออภิญญาสิกขา มี 5

³ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 39, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2560), หน้า 107.

⁴ ชุ.จ. (ไทย) 30/31/159.

ระดับ คือ ทิฏฐิวิสุทธิ กังขาวิตรณวิสุทธิ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ และ ญาณทัสสนวิสุทธิ ซึ่งเป็นทิฏฐิที่เกิดขึ้นในวิปัสสนาปัญญาที่จะนำไปสู่การบรรลุธรรม

อริปัญญาลิขิตามีความสำคัญในกระบวนการวิธีการบรรลุแจ้งแห่งปัญญาธรรม เป็นธรรมที่น่าสนใจ เพื่อทำความเข้าใจในรายละเอียดกระบวนการวิธีที่เกี่ยวข้อง และความเชื่อมโยงสนับสนุนถึงกัน บทความนี้จะได้นำเสนอ “อริปัญญาลิขิตาในวิธีการบรรลุธรรม” ซึ่งเป็นการเจริญปัญญานั้นเป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติเจริญวิปัสสนาภาวนา อันจะเป็นประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนา และการดำเนินชีวิตประจำวันที่ดีและมีความสุขต่อไป

ความหมายของอริปัญญาลิขิตา

อริ เป็นคำนำหน้าคำที่มาจากบาลีและสันสกฤต แปลว่า ยิ่ง, ใหญ่, เช่น อริปัญญา = ปัญญาอย่างยิ่ง (ป., ส. ว่า ยิ่ง, ใหญ่, ทับ) ลิขิตา เป็นคำนาม แปลว่า ข้อที่จะต้องศึกษา, ข้อที่จะต้องปฏิบัติ ได้แก่ ศีล เรียกว่า ศีลสิกขา สมาธิ เรียกว่า จิตสิกขา และปัญญา เรียกว่า ปัญญาลิขิตา รวมเรียกว่า ไตรสิกขา; การศึกษา, การเล่าเรียน, เช่น ปริยัติสิกขา ปฏิบัติสิกขา (ป.; ส. ศึกษา)

อริ เป็นอภัยศัพท์ แปลว่า ยิ่ง, ใหญ่, ทับ, เหนือ, บน. ลิขิตา แปลว่า ศึกษา ข้อควรศึกษา⁵ อริปัญญาลิขิตา แปลว่า การศึกษา การฝึก การปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาอันยิ่ง จนตัดกิเลสได้ขาด⁶ อริปัญญาลิขิตา เป็นข้อหนึ่งในไตรสิกขา คือ อริศีลสิกขา อริจิตสิกขา อริปัญญาลิขิตา

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) อธิบาย อริปัญญาลิขิตา ว่า เรื่องอริปัญญาลิขิตาอันจะต้องศึกษา, การศึกษาในอริปัญญาลิขิตา ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมพัฒนาปัญญาอย่างสูง เพื่อให้เกิดความรู้แจ้ง มองเห็นสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง อันจะทำให้จิตใจหลุดพ้นเป็นอิสระ ปราศจากกิเลสและความทุกข์ (ข้อ 3 สิกขา 3 หรือไตรสิกขา) เรียกกันง่าย ๆ ว่าปัญญา⁷

คัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงความหมายของปัญญาไว้ว่า อะไรเป็นปัญญา ปัญญาที่พึงเจริญ พึงยังประโยชน์ให้สำเร็จ คือ วิปัสสนาญาณอันสัมปยุตต์ด้วยกุศลศีล ชื่อว่าปัญญา เพราะมีความหมายว่ารู้ชัด ที่ชื่อว่ารู้ชัดนี้ คือความรู้โดยประการต่าง ๆ ซึ่งพิเศษยิ่งกว่าอาการ คือความหมายรู้และความรู้

⁵ พระอุตรคณาธิการ (ชวินทร์ สระคำ), พจนานุกรม บาลี-ไทย, พิมพ์ครั้งที่ 6, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธรรมสาร จำกัด, 2552), หน้า 16, 445.

⁶ พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. 9 ราชบัณฑิต, พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด คำวัด, (กรุงเทพมหานคร: เลียงเชียง, 2550), หน้า 24.

⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิณม, 2558), หน้า 489.



แจ้ง แม้เมื่อสัญญา วิญญาณ และปัญญา จะเป็นความรู้เหมือนกัน แต่สัญญาเป็นสักแต่จำได้หมายรู้ อารมณ์ เช่น เชี่ยว เหลือง เป็นต้น แต่ไม่อาจจะให้ถึงความรู้แจ้งแจ้งลักษณะว่า “ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา” วิญญาณย่อมรู้จักอารมณ์ว่า “เชี่ยว เหลือง” เป็นต้นด้วย ทั้งให้ถึงความรู้แจ้งแจ้งลักษณะ แต่ไม่อาจให้ก้าวหน้าไปถึงความปรากฏแห่งมรรค ส่วนปัญญาย่อมรู้อารมณ์โดยนัยที่กล่าวแล้ว ทั้งให้รู้แจ้งแจ้งลักษณะและให้ก้าวหน้าขึ้นไปถึงความปรากฏแห่งมรรคด้วย⁸ ปัญญามีการรู้แจ้งสภาวะธรรม เป็นลักษณะ มีการกำจัดความมืด คือโมหะ ที่ปกปิดความจริงของธรรมทั้งหลายเป็นกิจ มีความไม่หลงเป็นผล มีสมาธิเป็นเหตุไถ่ของปัญญานั้น โดยพระบาลีว่า “ผู้มีจิตตั้งมั่นย่อมรู้ย่อมเห็นตามความเป็นจริง”⁹

อภิปัญญาสิกขา หมายถึง ปัญญาที่ยิ่งใหญ่ ปัญญาส่วนตัวพร้อม รู้ความจริงโดยแท้ รู้เหตุรู้ผล รู้ประโยชน์รู้โทษ รู้ชั่วรู้ดี ปัญญาอรุณยัสส 4 รู้ทุกข์ รู้เหตุแห่งทุกข์ รู้ความดับทุกข์ รู้หนทางดับทุกข์ ปัญญาที่ปราศจากตัณหาและทิฐิครอบงำ ปัญญาอันประเสริฐยิ่งถึงความเกิดและความดับ เพิกถอนกิเลส ให้บรรลุถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ

ความสำคัญของอภิปัญญาสิกขา

พระพุทธศาสนาได้ให้ความสำคัญกับอภิปัญญาสิกขาอยู่ในกระบวนการตามลำดับในไตรสิกขา ดังพุทธพจน์ที่ยกมาแสดง ให้เห็นว่ามิใช่ข้อกำหนดที่เป็นลักษณะเด่นพิเศษดังต่อไปนี้

1) หลักไตรสิกขาเป็นที่หลอมรวมของสิกขาบทในพระปาฏิโมกข์ ดังปรากฏพระพุทธพจน์ในปฐมสิกขาสูตร¹⁰ ทุตติยสิกขาสูตร¹¹ และตติยสิกขาสูตร¹² ว่า ภิกษุทั้งหลาย สิกขาบท 150 ถ้วน ที่กุลบุตรผู้ปรารถนาประโยชน์ศึกษาอยู่ มาถึงวาระที่จะยกขึ้นแสดงเป็นข้อ ๆ ตามลำดับทุกกึ่งเดือน สิกขา 3 ประการนี้เป็นที่รวมของสิกขาบท 150 นั้นทั้งหมด สิกขา 3 ประการ คือ 1.อภิสัสสิกขา 2. อภิจิตตสิกขา 3.อภิปัญญาสิกขา สิกขา 3 ประการนี้แลเป็นที่รวมของสิกขาบท 150 นั้นทั้งหมด

2) หลักไตรสิกขาเป็นสิกขาบทเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์ ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ในปฐมสิกขาสูตร ทุตติยสิกขาสูตร และตติยสิกขาสูตร ว่า ภิกษุที่ปฏิบัติตามหลักไตรสิกขาบริบูรณ์ แม้จะละเมิดสิกขาบทเล็กน้อยบ้าง แต่ถ้าได้สมาทานศึกษาในสิกขาบทที่เป็นเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์อย่าง

⁸ พระพุทธโฆสเถระ, วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมหาราช (อาจ อาสภมหาเถร), (กรุงเทพมหานคร: ประยูรวงศ์พิมพ์, 2546), หน้า 73.

⁹ อจ.ทสก. (ไทย) 24/2/4.

¹⁰ อจ.ตีก. (ไทย) 20/87/312.

¹¹ อจ.ตีก. (ไทย) 20/88/314.

¹² อจ.ตีก. (ไทย) 20/89/317.



มันคงก็สามารถบรรลุนิพพานได้ คือ พระพุทธเจ้าตรัสถึงการที่ภิกษุที่มีศีล สมาธิ ปัญญาบริบูรณ์ แม้จะละเมิดสิกขาบทเล็กน้อยบ้าง แต่สมาทานศึกษาในสิกขาบทที่เป็นเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์อย่างมันคงทำเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติให้แจ้ง สิ้นอาสวะกิเลสด้วยปัญญาจึงเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน¹³

ในวัชชีปุตตสูตร พระพุทธเจ้าทรงแนะนำให้ภิกษุวัชชีบุตรศึกษาในหลักไตรสิกขาแทนสิกขาบท 150 ข้อ ดังข้อความในคัมภีร์พระไตรปิฎกว่า ภิกษุวัชชีบุตรรูปหนึ่งได้กราบทูลพระผู้มีพระภาคว่า "ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ สิกขาบท 150 ถ้วนนี้มาถึงวาระที่จะยกขึ้นแสดงเป็นข้อ ๆ ตามลำดับทุกกึ่งเดือน ข้าพระองค์ไม่สามารถศึกษาในสิกขาบทนี้ได้" พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า "ภิกษุ ก็เธอจักสามารถศึกษาในสิกขา 3 คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขาได้หรือไม่" ภิกษุวัชชีบุตรนั้นกราบทูลว่า "ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์สามารถศึกษาในสิกขา 3 คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขาได้" พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า ถ้าเช่นนั้น เธอจงศึกษาในสิกขา 3 คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขาเถิด เมื่อใดเธอศึกษาอธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา เมื่อนั้นเธอก็จักละราคะ โทสะ และโมหะได้ เพราะละราคะ โทสะ และโมหะได้ เธอจักไม่ทำกรรมที่เป็นอกุศล จักไม่ประพฤตสิ่งที่เลวทราม" ครั้นต่อมาภิกษุนั้นศึกษาอธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา ก็ทำให้ละราคะ โทสะ และโมหะได้ จึงไม่ทำกรรมที่เป็นอกุศล ไม่ประพฤตสิ่งที่เลวทรามอีก¹⁴

ความสำคัญของอธิปัญญาสิกขาซึ่งเป็นสิกขาข้อหนึ่งในหลักไตรสิกขา คือ เป็นที่หลอมรวมสิกขาบทในพระปาฏิโมกข์ เป็นหนึ่งในข้อสิกขาบทเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์ มีอิทธิพลต่อคัมภีร์สำคัญทางพระพุทธศาสนา เป็นที่หลอมรวมหลักปฏิบัติธรรมทั้งหมดในพระพุทธศาสนาสามารถสังเคราะห์ไตรสิกขาเข้าในอริยมรรคมีองค์ 8 และวิสุทธิ 7 จะเห็นภาพรวมของอธิปัญญาสิกขาซึ่งเป็นหนึ่งในหลักของไตรสิกขา มีความสำคัญเกี่ยวโยงกันอย่างไร เป็นการกล่าวถึงเฉพาะอธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา ที่เป็นหลักใหญ่ ๆ เท่านั้น หากได้นำเอาข้อธรรมในมรรคมีองค์ 8 และวิสุทธิ 7 มาสังเคราะห์เข้ากับหลักไตรสิกขา ก็จะทำให้เห็นหัวข้อธรรมอันเป็นตัวเนื้อหาที่จะนำมาใช้อธิบายหลักของ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา ได้โดยละเอียด

ข้อธรรมในอริยมรรคมีองค์ 8 ประการ นำมาจัดสังเคราะห์เข้ากับหลักของไตรสิกขา ก็สามารถทำได้ดังต่อไปนี้ คือ

- 1) สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ จัดเข้าใน อธิศีลสิกขา (ศีล)
- 2) สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ จัดเข้าใน อธิจิตตสิกขา (สมาธิ)

¹³ อง.ติก. (ไทย) 20/87/312, อง.ติก. (ไทย) 20/88/314, อง.ติก. (ไทย) 20/89/317-318.

¹⁴ อง.ติก. (ไทย) 20/85/310-311.



3) สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ

จัดเข้าใน อธิปัญญาสิกขา (ปัญญา)

นำมาสังเคราะห์เข้ากับวิสุทธิ 7 สามารถเขียนเป็นตารางเพื่อให้ดูได้ง่ายดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1 ตารางเปรียบเทียบเมื่อสังเคราะห์หลักไตรสิกขา วิสุทธิ 7 และอริยมรรคมีองค์ 8

4 .	ไตรสิกขา	วิสุทธิ 7	อริยมรรคมีองค์ 8
	อริศีลสิกขา	1. สีลวิสุทธิ	1. สัมมาวาจา 2. สัมมากัมมันตะ 3. สัมมาอาชีวะ
	อริจิตตสิกขา	2. จิตตวิสุทธิ	4. สัมมาวายามะ 5. สัมมาสติ 6. สัมมาสมาธิ
	อริปัญญา สิกขา	3. ทิฏฐิวิสุทธิ 4. กังขาวิตรณวิสุทธิ 5. มัคคามัคคญาณทัส สนวิสุทธิ 6. ปฏิปทาญาณทัสสน วิสุทธิ 7. ญาณทัสสนวิสุทธิ	7. สัมมาทิฏฐิ 8. สัมมาสังกัปปะ

ประเภทของอริปัญญาสิกขา

ปัญญามีความหมายหลายนัย แต่เมื่อสรุปรวมแล้วจะเห็นได้ว่าปัญญานั้นก็คือ ความรู้ ความเข้าใจในการหยั่งรู้นั่นเอง ปัญญาเกิดขึ้นได้ด้วยทั้ง 3 ประเภทหรือวิธี ได้แก่ 1) สุตมยปัญญา 2) จินตามยปัญญา 3) ภวานามยปัญญา

1) สุตมยปัญญา คือ ปัญญาเกิดจากการฟัง ได้แก่ ความรู้ที่เกิดจากการศึกษาเล่าเรียน จากการได้ยินได้ฟัง และจากประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ได้รับรู้ ซึ่งปัญญาประเภทนี้เป็นปัญญาหรือความรู้ระดับประสาทสัมผัสที่เรียกว่า ปัญญาเกิดจากปรโตโฆสะ¹⁵ ปัญญาที่เกิดจากการศึกษาเล่าเรียน เป็นเหตุ เป็นปัจจัยให้เกิดกัมมัสสกตาญาณ ดังในอภิธรรมปิฎก วิภังคปกรณ์ กล่าวไว้ว่า

¹⁵ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 232.

ในการทำงานทั้งหลายที่ต้องจัดการด้วยปัญญา ในศิลปะทั้งหลาย¹⁶ ที่ต้องจัดการ ด้วยปัญญา ในวิชาทั้งหลายที่ต้องจัดการด้วยปัญญา บุคคลได้ฟังจากผู้อื่น ได้กัมมัสสกตาญาณ¹⁷ หรือได้สังจານุโลมิกญาณ¹⁸ ว่า รูปไม่เที่ยง ฯลฯ เวทนาไม่เที่ยง ฯลฯ สัญญาไม่เที่ยง ฯลฯ สังขารไม่เที่ยง ฯลฯ วิญญาณไม่เที่ยงดังนี้บ้าง ได้ความสามารถ ความคิดอ่าน ความพอใจ ความกระจำง ความเพ่งพินิจ และได้ปัญญาที่สามารถไตร่ตรองสภาวะธรรมอันเหมาะสม มีลักษณะเช่นว่านี้ นี้เรียกว่า สุตมยปัญญา¹⁹

2) จินตามยปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการคิดพิจารณาไตร่ตรอง ได้แก่ ความรู้ที่เกิดจากการไตร่ตรอง พิจารณา วิเคราะห์วิจัยและเปรียบเทียบ ซึ่งปัญญาประเภทนี้เป็นปัญญาหรือความรู้ที่ละเอียดกว่าความรู้ระดับประสาทสัมผัส เป็นปัญญาจากโยนิโสมนสิการที่ตั้งขึ้นในตนเอง²⁰ ปัญญาที่เกิดจากการคิดพิจารณาในความเป็นอยู่ของสัตว์ทั้งหลาย โดยความมีโรค ไม่มีโรค ความฉลาด ความโง่ สุข ทุกข์ อายุยืน อายุสั้น ยากจน มั่งมี เหล่านี้เป็นต้น เป็นเหตุ เป็นปัจจัยให้เกิดกัมมัสสกตาญาณ ดังในอภิธรรมปิฎก วิภังคปกรณ์ กล่าวไว้ว่า

ในการทำงานทั้งหลายที่ต้องจัดการด้วยปัญญา ในศิลปะทั้งหลาย ที่ต้องจัดการ ด้วยปัญญา หรือในวิชาทั้งหลายที่ต้องจัดการด้วยปัญญา บุคคลมิได้ฟังจากผู้อื่น ได้ กัมมัสสกตาญาณ หรือได้สังจານุโลมิกญาณ ว่า รูปไม่เที่ยง ฯลฯ เวทนาไม่เที่ยง ฯลฯ สัญญาไม่เที่ยง ฯลฯ สังขารไม่เที่ยง ฯลฯ วิญญาณไม่เที่ยงดังนี้บ้าง ได้ความสามารถ ความคิดอ่าน ความพอใจ ความกระจำง ความเพ่งพินิจ และได้ปัญญาที่สามารถไตร่ตรองสภาวะธรรมอันเหมาะสม มีลักษณะเช่นว่านี้ นี้เรียกว่า จินตามยปัญญา²¹

3) ภาวนามยปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการอบรมจิต ได้แก่ ความรู้ที่เกิดจากการปฏิบัติบำเพ็ญภาวนา หรือการฝึกจิตให้เกิดความสงบ แล้วใช้จิตที่สงบนั้นพิจารณาปัญหาต่าง ๆ ก็เกิดขึ้นจากการหยั่งรู้ภายในจิต ปัญญาหรือความรู้ประเภทนี้เป็นภาวนามยปัญญาซึ่งจัดว่าเป็นปัญญาสูงสุด²² ปัญญาที่เกิดจากการเจริญวิปัสสนาเป็นเหตุ เป็นปัจจัยให้เกิดกัมมัสสกตาญาณ คือผลจากการ

¹⁶ อภิ.วิ.อ. (ไทย) 768/438.

¹⁷ ญาณรู้ว่าสัตว์มีกรรมเป็นของ ๆ ตน คือ ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว, อภิ.วิ.อ. (ไทย) 768/440.

¹⁸ สังจານุโลมิกญาณ คือ วิปัสสนาญาณ ท่านเรียกว่า สังจານุโลมิกญาณ เพราะอนุโลมตามสังจะ 4 ประการ มีรูปไม่เที่ยงเป็นต้น, อภิ.วิ.อ. (ไทย) 768/440.

¹⁹ อภิ.วิ. (ไทย) 35/768/504.

²⁰ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 232.

²¹ อภิ.วิ. (ไทย) 35/768/503-504.

²² พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 232.



ภาวนา ดังในอธิธรรมปิฎก วิภังคปกรณ์ กล่าวไว้ว่า “ปัญญาของผู้เข้าสมาบัติแม้ทั้งหมดชื่อว่า ภาวนามยปัญญา”²³

องค์ธรรมของอธิปัญญาสิกขา

องค์ธรรมของอธิปัญญาสิกขา ในขณะที่เจริญวิปัสสนาญาณตามลำดับ องค์ธรรมได้แก่ ปัญญา ในมหากุศลญาณสัมปยุตตจิต 4 ดวง จนได้ที่สุดปัญญาในมหากุศลญาณ 4 เป็นปัจจัยให้ ปัญญาในมคคจิตเกิด สมังคีด้วยอริยสัจจะ 4 ดังนั้นองค์ธรรมของอธิปัญญาจึงมีทั้งโลกียปัญญาและโลกุตตรปัญญา แต่อธิปัญญาสิกขามุ่งเน้นไปที่โลกุตตรปัญญาเป็นที่สุด คือปัญญาเพื่อให้บรรลุมรรคผล นิพพาน

อธิปัญญาสิกขา ซึ่งอยู่ในหมวดปัญญา เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งแห่งธรรมทั้งหลาย เพื่อการ ตัดกิเลสได้ขาดสืบนั้น แหล่งที่มาของปัญญาคือ ภาวนามยปัญญา คือการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา “เมื่อบุคคลนั้นเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 นี้อย่างนี้ สติปัฏฐาน 4 กัปปิ สัมมปปธาน 4 กัปปิ อธิปัตถ 4 กัปปิ อินทริย 5 กัปปิ พละ 5 กัปปิ โพชฌงค์ 7 กัปปิ ย่อมถึงความเจริญเต็มที่”²⁴ ข้อนี้แสดงให้เห็นว่า บุคคล ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในหมวดสติปัฏฐาน 4 ก็เป็นอันเจริญโพธิปักขิยธรรมครบทั้ง 37 ประการ หรือ ปฏิบัติหมวดใดหมวดหนึ่งในบรรดาโพธิปักขิยธรรมทั้ง 37 ประการนั้น ก็เป็นอันเจริญโพธิปักขิยธรรม ครบทั้ง 37 ประการเช่นกัน เพราะในเวลา (มรรค) ญาณทั้ง 4 เหล่านี้ (แต่ละญาณ) เกิดขึ้น โพธิปักขิย ธรรม 37 เหล่านี้ ได้มี (พร้อมกัน) ในจิตดวงเดียวกัน ส่วนในขณะผลจิต ได้โพธิปักขิยธรรมที่เหลือ 33 เว้นสัมมปปธาน 4 และในบรรดาโพธิปักขิยธรรมทั้งหลายเหล่านี้ที่ได้ในจิตดวงเดียวกัน ดังกล่าวนี สติ ซึ่งมีพระนิพพานเป็นอารมณ์อย่างเดียวนั้นแหละ ท่านเรียกว่า สติปัฏฐาน 4 ด้วยทำให้สำเร็จกิจในการ ละความหมายรู้ มีความหมายรู้ว่างามเป็นต้น ในอารมณ์ทั้งหลาย มีกายเป็นต้น วิธีะอย่างเดียวนั้นแหละ ท่านเรียกว่าสัมมปปธาน 4 ด้วยการทำให้สำเร็จกิจ มิให้เกิดขึ้นแห่งอกุศลทั้งหลายที่ยังไม่ เกิดขึ้น เป็นต้น

²³ อภ.วิ. (ไทย) 35/768/504.

²⁴ ม.อ. (ไทย) 14/431/490.

อธิปัญญาสิกขา เป็นเหตุแห่งการบรรลุธรรม

อธิปัญญาสิกขา มีบทบาทเป็นเหตุแห่งการบรรลุธรรม การจะปฏิบัติธรรมก็เพื่อต้องการทำให้บรรลุธรรมหรือบรรลุพระนิพพานไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีก แต่การที่จะบรรลุพระนิพพานได้นั้นจะต้องดำเนินการปฏิบัติให้ครบถ้วนตามหลัก ไตรสิกขา²⁵ เพียงเท่านั้น มีรายละเอียดดังนี้

1) อธิศีลสิกขา เป็นการศึกษาในเรื่องศีลอันยิ่ง คือ ความสำรวมอินทรีย์ในทวารทั้ง 6 ในขณะที่เจริญสติปัฏฐานหรือวิปัสสนาญาณเกิด เป็นความรู้สึกตัวและสังวรอันยิ่งก่อนที่อกุศลจะมีกำลังก้าวล่วงเข้ามาทางกายหรือทางวาจา ขณะที่สติปัฏฐานเกิดขึ้น ขณะนั้นเป็นอินทรีย์สังวรศีล เป็นอธิศีลสิกขา เพราะเป็นการสำรวมระวังอย่างยิ่ง โดยมีรูปธรรมหรือนามธรรมเป็นอารมณ์ เมื่อทำให้สมบูรณ์ในสิกขานี้แล้วจะเกิดความบริสุทธิ์แห่งศีลขึ้นที่เรียกว่า สีลวิสุทธิ เพราะศีลวิสุทธิเป็นการรักษาไว้ซึ่งความบริสุทธิ์หมดจดไม่ต่างพร้อยแห่งศีลตามภูมิของตน คือ การประพฤติดี เลี้ยงชีวิตถูกต้องตามศีลของตน ได้แก่ จตุปาริสุทธิศีล เพราะบริสุทธิ์ได้ด้วยความสามารถ การแสดง การสำรวม การแสวงหา และการพิจารณาบุคคลที่สมบูรณ์ด้วยจตุปาริสุทธิศีลชื่อว่า ถึงพร้อมด้วยศีล ได้แก่ (1) ปาฏิโมกขสังวรศีล การระวังกายวาจา ตามพระปาฏิโมกข์โดยการสมาทานแล้วตั้งวิริติ (เจตนาจนวัน) (2) อินทรีย์สังวร สำรวมระวังอินทรีย์ทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ปิดกั้นไม่ให้บาปอกุศลเกิดขึ้นได้ (3) อาชีวะปาริสุทธิศีล เว้นการทำการพูดเนื่องด้วยมิฉฉาชีพ เป็นอยู่ด้วยความบริสุทธิ์มีสติรู้ทันทุกขณะ (4) ปัจจยสันนิสสิตศีล เว้นจากการอาศัยปัจจัยที่ผิด คือ ไม่ได้พิจารณาก่อนบริโภคปัจจัย 4 เป็นการเว้นจากการบริโภคด้วยตัณหาและอวิชชา สำรวมระวังรักษาศีลให้บริสุทธิ์ การรักษาศีลเพื่อชำระกายวาจาให้บริสุทธิ์ เพื่อเป็นบาทฐานในการเจริญภาวนา เพื่อรู้แจ้งธรรมต่อไป ความบริสุทธิ์แห่งการสำรวมอินทรีย์อันอาศัยวิวิญญู (นิพพาน)²⁶ เป็นอธิศีลยิ่งกว่าศีล พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า “การละเวทีกมกิเลสไว้ในพระวินัยปิฎก เพราะความที่ศีลเป็นเครื่องกำจัดเวทีกมกิเลส”²⁷ จึงกล่าวได้ว่า บุคคลที่ไม่ได้ศึกษาเรื่องศีลมาก่อน ย่อมก่อให้เกิดความสงสัยดุจตะปูตรึงจิตไว้ สัทธินทรีย์ไม่เกิด ทำให้ไม่ยอมไปเพื่อการเจริญวิปัสสนาภาวนา

2) อธิจิตตสิกขา เป็นการศึกษาในเรื่องจิตอันยิ่ง คือ เอกัคคตาเจตสิกที่ทำให้จิตตั้งมั่นในอารมณ์ ในรูปนามที่กำลังปรากฏ ในขณะที่เจริญสติปัฏฐานหรือวิปัสสนาญาณเกิด ขณะนั้นเอกัคคตาเจตสิก (สมาธิ) ที่ละเอียด เพราะปราศจากความเป็นตัวตน ไม่เป็นที่ตั้งของตัณหาและทิฏฐิ สมาธิโดยทั่วไปแม้ถึงขั้นฌานจิตก็ไม่เป็นอธิจิตตสิกขา เพราะยังเป็นที่ตั้งของตัณหาและทิฏฐิ ยังเป็นเราที่มี

²⁵ พระมหาศุภกิจ สุภกิจโจ (ภักดีแสน), “การพัฒนาบุคลิกตามแนวของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)”, พุทธจักร, ปีที่ 70 ฉบับที่ 3 (มีนาคม 2559): 67.

²⁶ ชุ.ธ. (ไทย) 25/87/55.

²⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 24.



สมาธิ เมื่อทำให้สมาธิในสิกขานี้แล้วจะเกิดความบริสุทธิ์แห่งจิตขั้นที่เรียกว่า จิตตวิสุทธิ ที่กล่าวว่า เป็นจิตตวิสุทธิ เพราะจิตตวิสุทธิเป็นความบริสุทธิ์ของจิตที่แนบอยู่กับการกำหนดรู้รูปนาม โดยไม่ฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์นั้นจนสามารถพัฒนาคุณภาพและสมรรถภาพของจิตจนเกิดสมาธิแบบแน่นถึงขั้น “ฌาน”

3) อธิปัญญาสิกขา เป็นการศึกษาในเรื่องปัญญานันยัง หมายถึง ปัญญาเจตสิกในขณะที่ วิปัสสนาญาณเกิด เป็นปัญญานันยังอย่างละเอียด เพราะไม่มีความยึดถือว่าปัญญาเป็นเราเป็นของเรา คือ ไม่ถูกค้นหาและทักขณิกครอบงำ ปัญญาที่เกิดขึ้นในขณะที่ให้ทาน รักษาศีลหรือเป็นไปในสมถภาวนา ไม่เป็นอธิปัญญาสิกขา เพราะยังเป็นที่ตั้งของตัณหาและทักขณิกได้ ต่อเมื่อทำให้สมาธิในสิกขานี้แล้ว จะเกิดความบริสุทธิ์แห่งทักขณิกขึ้นปรากฏ เป็นความบริสุทธิ์แห่งปัญญา 5 ระดับ คือ ทักขณิกวิสุทธิ กังขาตรณวิสุทธิ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ปฏิพาญาณทัสสนวิสุทธิ และญาณทัสสนวิสุทธิ

เมื่อดำเนินตามไตรสิกขาให้สมบูรณ์แล้ว จึงจัดได้ว่า เป็นการเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ไปในตัว²⁸ พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า “สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ จัดเข้าในศีลขันธ์ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ จัดเข้าในสมาธิขันธ์ สัมมาทักขณิกและสัมมาสังกัปปะ จัดเข้าในปัญญาขันธ์”²⁹ โดยมีมรรคเป็นธรรมที่ฆ่ากิเลส ในทางพระพุทธศาสนา สิกขา 3 ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา ผู้เจริญตามอริยมรรคมีองค์ 8 บริบูรณ์แล้วย่อมเป็นเหตุให้เกิดวิชชา (ความรู้) ความรู้ทั่วถึงตามความเป็นจริงหรือตรงตามความเป็นจริง เป็นธรรมฝ่ายกุศลมีลักษณะสามารถตัดอวิชชาให้ขาดสิ้น อวิชชาเปรียบเหมือนแสงสว่างเพราะเป็นแสงสว่างที่ส่องทางดำเนินไปเพื่อความหลุดพ้นทุกข์ทั้งในปัจจุบันและอนาคตได้ สามารถกำจัดกิเลสได้ตามลำดับขั้น ซึ่งก็มีศัพท์ที่เป็นชื่อใช้แทนกัน เช่น ญาณ ปัญญา วิปัสสนา และสัมมาทักขณิก เป็นต้น เป็นผลที่ได้มาจากการเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 การที่จะปฏิบัติเพื่อทำให้อริยมรรคมีองค์ 8 เจริญจนบรรลุพระนิพพานได้นั้นต้องปฏิบัติให้ครบถ้วนในหลักไตรสิกขาได้แก่ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา

ปัญญากับการบรรลุมรรค

อธิปัญญาสิกขา ปัญญานันยัง หมายถึง ปัญญาเจตสิกในขณะที่ วิปัสสนาญาณเกิด เป็นปัญญานันยังอย่างละเอียด เพราะไม่มีความยึดถือว่าปัญญาเป็นเราหรือปัญญาของเรา คือ ไม่ถูกค้นหาและทักขณิกครอบงำ ปัญญาที่เกิดขึ้นในขณะที่ให้ทาน รักษาศีล หรือเป็นไปในสมถภาวนา ไม่เป็นอธิปัญญา เพราะยังเป็นที่ตั้งของตัณหาและทักขณิกได้ เมื่อใดที่ทำให้สมาธิในสิกขานี้แล้วจะเกิดความ

²⁸ ม.ม. (ไทย) 12/508/549.

²⁹ ม.ม. (ไทย) 12/462/503.

บริสุทธิ์แห่งทวิภูมิตั้งปรากฏในความบริสุทธิ์แห่งปัญญา 5 ระดับ คือ ทวิภูมิตวิภูมิต กังขาวิตรณวิภูมิต มัคคามัคคญาณทัสสนวิภูมิต ปฏิปทาญาณทัสสนวิภูมิต และญาณทัสสนวิภูมิต ซึ่งเป็นทวิภูมิตที่เกิดขึ้นในวิปัสสนาปัญญาที่จะนำไปสู่การบรรลุธรรม การที่ปัญญาแก่กล้าขึ้นเป็นระดับ ๆ จนถึงความหลุดพ้นคือนิพพาน เค้าโครงของการปฏิบัติ ถือตามหลักไตรสิกขา แล้วขยายออกตามแนววิภูมิต 7 โดยมีขั้นตอนของการเจริญปัญญาภายใน (วิปัสสนาญาณ) กำกับกันไปตามลำดับขั้นตอนของความเจริญก้าวหน้าทางปัญญาจนกระทั่งถึงความหลุดพ้น สรุปตามแนวคัมภีร์วิภูมิตมรรค ดังนี้³⁰

1) สิลวิภูมิต ความหมัดจดแห่งศีล คือ ประพฤติดี เลี่ยงชีวิตถูกต้อง มีศีลบริสุทธิ์ตามภูมิขั้นของตน คัมภีร์วิภูมิตมคค์กล่าวมุ่งเฉพาะการปฏิบัติของพระภิกษุ หมายถึงปาริสุทธิศีล 4

2) จิตตวิภูมิตความหมัดจดแห่งจิต คือ ผูกอบรมจิต หรือพัฒนาคุณภาพและสมรรถภาพของจิต จนเกิดสมาธิ พอเป็นบาทหรือปฐฐานแห่งวิปัสสนา คัมภีร์วิภูมิตมคค์ว่า ได้แก่ อุปจารสมาธิ จนถึงอัปปนาสมาธิในฌานสมาบัติทั้ง 8 และแสดงวิธีเจริญสมาธิ จนถึงได้ผลพิเศษคือโลกียอภิญญาทั้ง 5

3) ทวิภูมิตวิภูมิต ความหมัดจดแห่งทวิภูมิต คือ ความรู้เข้าใจมองเห็นนามรูปตามสภาวะที่เป็นจริง ทำให้ระงับความเข้าใจผิดว่าเป็นสัตว์บุคคลเสียได้ เริ่มดำรงในภูมิแห่งความไม่หลงผิด

4) กังขาวิตรณวิภูมิต ความหมัดจดแห่งญาณเป็นเหตุข้ามพ้นความสงสัย หรือความบริสุทธิ์ขั้นที่ทำให้กำจัดความสงสัยได้ คือ กำหนดรู้ปัจจัยแห่งนามรูป ตามแนวปฏิจสมุปบาทที่ตามตามแนวกฎแห่งกรรมก็ตาม แนวกระบวนการรับรู้ก็ตาม ตามแนววิภูมิต 3 ก็ตาม หรือตามแนวอื่นก็ตาม ว่านามธรรมและรูปธรรมล้วนเกิดจากเหตุปัจจัย และเป็นปัจจัยแก่กันและกัน อาศัยกัน อันเป็นความรู้ที่ทำให้สิ้นความสงสัยเกี่ยวกับกาลทั้ง 3 คือ อดีต อนาคต และปัจจุบัน

5) มัคคามัคคญาณทัสสนวิภูมิต ความหมัดจดแห่งญาณที่รู้เห็นว่าเป็นทางหรือมิใช่ทาง คือ ยกเอารูปธรรมและนามธรรมทั้งหลายขึ้นมาพิจารณาเป็นหมวด ๆ ตามแนวไตรลักษณ์ ทีละอย่าง ๆ เช่น พิจารณารูปโดยอนิจจลักษณะ โดยทุกขลักษณะ โดยอนัตตลักษณะ แล้วพิจารณาเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ตามลำดับและโดยลักษณะแต่ละลักษณะไปทีละอย่าง แล้วพิจารณาข้อธรรมอื่น ๆ เช่น ในหมวดอายตนะ 12 ปฏิจสมุปบาท 12 และอะไรก็ได้ทุก ๆ อย่าง แม้แต่ ภพ 3 ฌาน 4 อัปปมัญญา 4 สมาบัติ 4 ฯลฯ ไปตามลำดับไตรลักษณ์แต่ละอย่าง ในทำนองเดียวกันนั้น (รวมความก็อยู่ในขั้นที่ 5 นั่นเอง) จนเริ่มมองเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปแห่งสังขารทั้งหลาย เรียกว่าเกิดเป็น ตรุณวิปัสสนา คือ วิปัสสนาญาณอ่อน ๆ

³⁰ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ 47, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, 2559), หน้า 476-480.



6) **ปฏิบัติญาณทัสสนวิสุทธิ** ความหมดจดแห่งญาณอันรู้เห็นทางดำเนิน โดยสาระแท้ ๆ หมายถึง วิปัสสนาที่ถึงจุดสุดยอดด้วยอำนาจวิปัสสนาญาณ 8 กับวิปัสสนาญาณข้อที่ 9 คือสัจจานุโลมิกญาณ แต่พูดอย่างกว้าง ๆ วิสุทธิข้อนี้ ได้แก่ วิปัสสนาญาณ 9 นั้นเอง

7) **ญาณทัสสนวิสุทธิ** ความบริสุทธิ์หมดจดแห่งการรู้การเห็นพระนิพพาน เป็นวิสุทธิที่ปราศจากกิเลสตัณหาเครื่องมลทินทั้งมวลด้วยวิปัสสนาญาณแก่กล้าขึ้น อาศัยกำลังที่ได้รับจากปฏิบัติญาณทัสสนวิสุทธิ เป็นปัจจัยให้เกิดมคควิถี อันเป็นอัปนาวิถีแล้วเมื่อใด ก็ย่อมไม่ขึ้นแก่กาลเวลาเลย ต้องผ่านลำดับของวิถีขั้นที่ โดยเกิดจิตขึ้นครั้งแรกจากภวังค์เป็นภวังคจลนะ ภวังค์ไหวเป็นปัจจัยให้เกิดภวังคุปจเฉตระตักระแสบังแล้วดับลงให้เกิดโนทวาราวชชนะ วิปัสสนาพิจารณาไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ แล้วดับลงส่งให้แก่ปริกรรมมีไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ แล้วดับลงส่งให้เกิด อุปจาระได้ ไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ แล้วดับลงส่งให้อนุโลมญาณวิปัสสนาของโยคาวจร ขณะที่ถึงอนุโลมญาณนี้เรียกว่า วุฏฐานคามินิวิปัสสนา คือถึงยอดวิปัสสนากรรมฐาน แล้วดับลงส่งให้แก่หน้าที่ของโคตรภู ทำกิจโอนโคตรปุณฺณ มีพระนิพพานเป็นอารมณ์ไหลไปสู่อริยมัคค์ อริยผล เมื่อโคตรภูดับลงแล้ว ส่งให้อริยมัคค์เกิด 1 ครั้ง รู้เห็นพระนิพพาน ดับตัณหาเป็นที่สุดแห่งทุกข์ มีมคคสังจประชุมพร้อมสมบูรณ์ทั้ง 8 แล้วดับลงส่งให้อริยผลเกิด 2-3 ครั้ง มีพระนิพพานเป็นอารมณ์ แล้วดับลงสู่ภวังคจิตต่อจากนั้นปัจจเวกชนวิธีก่เกิดขึ้นพิจารณา มรรค ผล นิพพาน และกิเลสที่เหลือที่ละแล้วต่อไปซึ่งเรียกว่า ปัจจเวกชนญาณ ญาณที่ 16 อุปมาเหมือนบุรุษผู้หนึ่งออกไปดูพระจันทร์ในกลางคืนที่แรกไม่เห็นพระจันทร์ เพราะท้องฟ้าเต็มไปด้วยความมืด ฟ้ามืด ครั้นเมื่อลมพัดไป 3 ครั้ง สามารถที่จะมองเห็นพระจันทร์ได้ฉับใด ในมคควิถีก็ฉับนั้น เหมือนกับในขณะที่มีมคคญาณ ผลญาณ และปัจจเวกชนญาณได้พระนิพพานเป็นอารมณ์เห็นแจ้งรู้จริงในนิพพาน พระนิพพานเป็นที่ได้ ที่ถึง ที่บรรลุ ของอริยมัคค์ อริยผล จึงจัดเข้าในญาณทัสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งความรู้ความเห็นพระนิพพานดังนี้ ผ่านญาณ 16 แล้วพ้นจากปุณฺณด้วยการเห็นอนิจจังของรูปนามเป็นปัจจัยถึงพระนิพพานด้วย อนิมิตตวิโมกข์ พ้นด้วยการดับไม่มีนิมิต ผู้เห็นทุกขัง พ้นด้วย อนิมิตตวิโมกข์ พ้นด้วยการดับไม่มีนิมิต ผู้เห็นทุกขัง พ้นด้วย อปฺปณฺหิตวิโมกข์ ผู้เห็นอนัตตาพ้นด้วย สุธมฺมวิโมกข์ ได้ทั้ง สมถยานิกะ และวิปัสสนายานิกะ

สรุป

อธิปัญญาสิกขา เป็นการปฏิบัติเพื่อเจริญปัญญา เป็นกระบวนการหนึ่งในวิถีการบรรลุธรรม เป็นสิกขาลำดับต่อการปฏิบัติศีลสิกขา อธิจิตสิกขา ส่วนอธิปัญญาสิกขาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นวิธีการปฏิบัติเพื่อขจัดตัดกิเลส โดยเริ่มต้นจากปริยัติ คือ การทำการศึกษาเล่าเรียน (สุตมยปัญญา) และสอบถามในธรรมทั้งหลาย แล้วจึงเข้าสู่กระบวนการปฏิบัติตามลำดับวิสุทธิ 7 โดยในเบื้องต้นทำการชำระศีล (ศีลวิสุทธิ) และ ทำจิตของตนให้บริสุทธิ์ (จิตวิสุทธิ) ถือปฏิบัติตามลำดับอัน



เป็นกิจเบื้องต้นของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา แล้วจึงลงมือปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักสติปัฏฐาน 4 อันเป็นหมวดหนึ่งของโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ซึ่งมีวิธีปฏิบัติ 21 ปัพพะ โดยใช้ความเพียร สัมปชัญญะ และสติ อันเป็นองค์ประกอบของเจริญสติปัฏฐานในการกำหนดพิจารณารูปธรรมและนามธรรม ที่เป็นไปในฐานกาย เวทนา จิต และธรรม สลับกันไปทั้งภายใน ภายนอก พิจารณาเห็นธรรม (จินตามยปัญญา) เป็นเหตุเกิดเหตุดับสลับกันไป จนเกิดนิพพิทาและวิราคะ ไม่ยึดมั่นถือมั่นในอุปาทานขันธ เป็นผลให้จิตบริสุทธิ์ สะอาด ผ่องใส เมื่อจิตสะอาด บริสุทธิ์ ผ่องใส อริยมรรค อริยผล (มรรคญาณ ผลญาณ) และปัจจุเวกขณะญาณ ย่อมเกิดขึ้นโดยลำดับ ชื่อว่า ยังวิสุทธิ 7 และวิปัสสนาญาณ 16 ให้สมบูรณ์พร้อม หากยังไม่ได้บรรลุถึงมรรค ผล นิพพานในปัจจุบันชาติ จะได้บรรลุในเวลาใกล้ตาย ถ้าหากในเวลาใกล้ตายยังไม่ได้บรรลุถึงมรรค ผล นิพพาน ก็จะได้เป็นพระอนาคามี 5 ประเภท ประเภทใดประเภทหนึ่ง หรืออย่างน้อยช่วยละวิปัสสนาความสำคัญผิดว่า งาม สุข เทียง และเป็นตัวตน ช่วยให้เกิดสัมมาทิฐิ มีการพัฒนาปัญญาให้เกิดขึ้น และใช้ปัญญาทำให้ได้ประโยชน์สุขในปัจจุบัน

บรรณานุกรม

- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. 9 ราชบัณฑิต. **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด คำวัด**. กรุงเทพมหานคร: เลียงเชียง, 2550.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม, 2558.
- _____. **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ 47. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ท แอนด์โฮม จำกัด, 2559.
- พระพุทธโฆสเถระ. **วิสุทธิมรรค**. แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). กรุงเทพมหานคร: ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง, 2546.
- พระมหาศุภกิจ สุภกิจโจ (ภักดีแสน). “การพัฒนามนุษย์ตามแนวของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)”. **พุทธจักร**. ปีที่ 70 ฉบับที่ 3 (มีนาคม 2559): 67.
- พระอุตรคณาธิการ (ชวินทร์ สระคำ). **พจนานุกรม บาลี-ไทย**. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธรรมสาร จำกัด, 2552.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- _____. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2500**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535.



- _____. อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553.
- ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรมภาษาไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2554. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:
<https://dictionary.orst.go.th/> [15 สิงหาคม 2565].
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่
39. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2560.





วิริยอินทริยในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

Viriyindriya for Vipassana Practice

แม่ชีพิมพ์วรา ทิพยบุลลิตี¹

Maechee Pimwara Tipayaboonlasit

E-mail : 6511105013@mcu.ac.th

Received: March 8, 2024 Revised: April 12, 2024 Accepted: May 10, 2024

บทคัดย่อ

วิริยอินทริยในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นการเพียรพิจารณาอบรมปัญญาให้เกิด อันเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ เป็นที่ตั้งแห่งการงานทางใจที่จะให้เห็นแจ้งในนามรูปในไตรลักษณ์ เป็นการเจริญปัญญาจนรู้รูปรนามตามความเป็นจริง ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งเป็นธรรมชาติที่ประกอบด้วยจิตปรุงแต่งจิต ทำให้จิตรู้แจ้งตามความเป็นจริง และรู้ในเหตุผลของความเป็นจริง รู้ความเป็นจริงของสภาวะธรรมทั้งหลาย และยังเป็นการเพียรพิจารณาอย่างมีสติทำหน้าที่เพิกกิเลสให้เร้าร้อนทนอยู่ไม่ได้ใน กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำตามวงจรปฏิจลสมุปบาท เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณ์ จนละคลายความยึดติดด้วยอำนาจกิเลสทั้งปวง องค์ธรรม คือ ปัญญาเจตสิก ซึ่งมีหน้าที่รู้แจ้งตามความเป็นจริงของอารมณ์ และหลักธรรมที่เกื้อหนุนวิริยอินทริย คือ โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ เป็นธรรมอยู่ในฝ่ายเกื้อหนุนวิริยอินทริย และวิริยสัมโพชฌังคูปาทธรรม คือ ธรรมที่เป็นเหตุให้เกิดวิริยสัมโพชฌังค (วิริยอินทริย) อันเป็นคุณธรรมที่เป็นองค์ประกอบแห่งการตรัสรู้อรหัตต 4

คำสำคัญ: วิริยอินทริย, การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

¹ นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

Abstract

Viriyindriya for Vipassana practice refers to a diligent consideration for wisdom cultivating for purity, it includes the mentality functioning for true realization of the name and form in accordance with Three Common Manners, i.e., impermanence, suffering, not-self, which is the function of the mind, enlighten and knowing the truth behind all phenomena conditioned. It, with continued efforts helps contemplation on defilements to cease defilement away from the bodily actions, feelings, mind, and thought. This is a consistent practice for realizing all things without clinging as described in *Paṭiccasamuppāda* principle to realize the Common Manners of all things for abandoning the clinging all desirable objects. Its Dhamma component is called Panna-cetasika which functions as the seeing the truth, its supportive virtues are 37 *Bodhipakkhiyadhamma*, which directly grows the *Viriyindriya*, and the close origin is *Viriyasamphojhangguppādadhamma* or virtue associated component of Four Noble Truth realization.

Keywords: Viriyindriya, Vipassana Meditation Practice.

บทนำ

พระพุทธศาสนาซึ่งมีองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นประธานประมุข มีเป้าหมายอันสูงสุด คือ ความหลุดพ้นจากกองทุกข์ทั้งปวง กล่าวอีกนัยหนึ่ง คือ การบรรลุมรรค ผล และนิพพานนั่นเอง การเจริญวิปัสสนา² เป็นกระบวนการฝึกฝนจิต เป็นปัญญาที่กำหนดรู้สังขาร³ โดยการพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงของกายกับใจ การเจริญวิปัสสนาภาวนานั้นจะบรรลุมรรค ผล และนิพพาน ได้ช้าหรือเร็วนั้นก็ขึ้นอยู่กับ “วิริยอินทรีย์” คือ เพียรพิจารณาการรับรู้อารมณ์ต่าง ๆ ที่เข้ามากระทบทางกายและทางใจ จนเกิดเป็นปัญญาญาณรู้เห็นสภาวะธรรมที่ปรากฏขึ้นตามความเป็นจริง

วิริยอินทรีย์ ความเพียรอันเป็นใหญ่ เป็นการปรารภความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวย ความพยายาม ความอดสาหัส ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความมุ่งมั่นอย่างไม่ทอดอถอย เป็นสภาวะธรรม ที่มีความอดทนต่อสู้กับความยากลำบาก ทั้งฝ่ายดีและไม่

² ที.ม. (ไทย) 10/304/256.

³ อ.ท.อ. (ไทย) 2/173/71.

ดี องค์ธรรม คือ วิริยเจตสิก ซึ่งเป็นปรมัตถธรรมอย่างหนึ่ง ซึ่งนับเนื่องในสังขารชั้นนี้ เพราะเป็นสภาวะธรรมที่ปรุงแต่งจิตให้รู้อารมณ์เป็นพิเศษออกไปจากเวทนาชั้นนี้และสัญญาชั้นนี้⁴

หลักธรรมที่เกี่ยวพันวิริยอินทรีย์แบ่งเป็น 7 หมวด ได้แก่

1) สติปัญญา 4 คือ ความเพียร (วิริยอินทรีย์) ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำ และเป็นองค์ประกอบในการพิจารณาเห็นกายเวทนา จิต และธรรม โดยรวมคือเข้าไปรู้เห็นในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง คือ วงจรปฏิบัติจนพบภาพ เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณ์ จนละคลายความยึดติดด้วยอำนาจกิเลสทั้งปวง⁵

2) สัมมปธาน 4 คือ วิริยอินทรีย์ ความเพียรชอบ ความเพียรใหญ่ กล่าวถึงพระอรหันต์ทั้งหลายที่ประกอบความเพียร 4 ประการ ได้แก่ สังวรปธาน ปหานปธาน ภวนาปธาน และอนุรักษนาปธาน ย่อมสามารถครอบงำบ่วงมาร และบรรลุถึงสุขได้

3) อิทธิบาท 4 ความเพียร (วิริยอินทรีย์) เป็นคุณเครื่องให้สำเร็จ หรือ คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ คุณเครื่องสำเร็จสมประสงค์ ทางแห่งความสำเร็จ หรือคุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย ได้แก่ (1) เจริญอิทธิบาทที่ประกอบด้วยฉันทะสมาธิปธานสังขาร (2) เจริญอิทธิบาทที่ประกอบด้วยวิริยสมาธิปธานสังขาร (3) เจริญอิทธิบาทที่ประกอบด้วยจิตตสมาธิปธานสังขาร (4) เจริญอิทธิบาทที่ประกอบด้วยวิมังสาสมาธิปธานสังขาร⁶

4) อินทรีย์ คือ ธรรมที่เป็นใหญ่ มี 5 ประการ ได้แก่ (1) สัทธินทรีย์ คือ ศรัทธา ศรัทธา ตถาคต เชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของพระองค์ (2) วิริยอินทรีย์ คือ วิริยะ มีความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม (3) สตินทรีย์ คือ สติ มีสติเป็นเครื่องรักษาตัว (4) สมาธิอินทรีย์ คือ สมาธิ กระทำให้จิตมีอารมณ์เดียว (5) ปัญญินทรีย์ คือ ปัญญา มีปัญญา เห็นการเกิดดับ วิริยอินทรีย์ ในอินทรีย์ 5 คือ ความเพียร (วิริยอินทรีย์) กำจัดอกุศลธรรม ทำหน้าที่สัมพันธ์ คือ เป็นคู่ปรับกับสมาธิโดยตรง หากปรับให้สมดุลกัน จะทำให้เกิดอินทรีย์แก่กล้า มีอำนาจที่จะขจัดอกุศลธรรมให้หมดสิ้นไปได้

5) พละ 5 คือ ธรรมเป็นกำลัง ความหมายว่า เป็นพลังทำให้เกิดความมั่นคง พละหมวดนี้เป็นหลักปฏิบัติทางจิตใจให้ถึงความหลุดพ้นโดยตรง ได้แก่ (1) สัทธาพละ หมายถึง กำลังคือความเชื่อ (2) วิริยพละ หมายถึง กำลังคือความเพียร (3) สติพละ หมายถึง กำลังคือความระลึกได้ (4) สมาธิพละ หมายถึง กำลังคือความตั้งจิตมั่น (5) ปัญญาพละ หมายถึง กำลังคือความรู้ทั่วชัด ซึ่งวิริยะในพละ 5

⁴ ที.ปา. (ไทย) 11/320/310.

⁵ ที.ม. (ไทย) 10/373/301.

⁶ อง.จตุกก. (ไทย) 21/13/23.



เมื่ออินทรีย์พัฒนาจนเป็นพละ ก็เกิดความมั่นคง ไม่หวั่นไหว คือเมื่อวิริยะเป็นใหญ่และมั่นคงไม่หวั่นไหวแล้ว ก็พร้อมที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ ได้ อย่างมั่นคง⁷

6) โภชณงค์ 7 ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ 7 ประการ ได้แก่ (1) สติสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความระลึกได้ (2) ธัมมวิจยสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความเพียรธรรม (3) วิริยสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความเพียร (4) ปิติสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความอิ่มใจ (5) ปัสสทธิสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความสงบกายสงบใจ (6) สมาธิสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความตั้งจิตมั่น (7) อุเบกขาสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความวางใจเป็นกลาง วิริยะ ในโพชณงค์ 7 เป็นความเพียร (วิริยอินทรีย์) เป็นเครื่องนำไปสู่การตรัสรู้ธรรม ทำหน้าที่ประสานสอดคล้องกับธัมมวิจยและปิติ เพื่อยกจิตขึ้นจากความหดหู่ถดถอยให้ากบั่นไปข้างหน้า และเข้าไปหนุนปัสสทธิ สมาธิ อุเบกขา ให้เข้มข้นเข้าสู่โพธิ์ได้⁸

7) อริยมรรค คือ ทางอันประเสริฐ 8 ประการ ได้แก่ (1) สัมมาทิฐิ เห็นชอบ (2) สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ (3) สัมมาวาจา เจรจาชอบ (4) สัมมากัมมันตะ กระทำชอบ (5) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ (6) สัมมาวายามะ พยายามชอบ (7) สัมมาสติ ระลึกรู้ชอบ (8) สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ และ สัมมาวายามะ ในอริยมรรคมีองค์ 8 แปลว่า ความเพียรพยายามชอบ (วิริยอินทรีย์) ทำหน้าที่ประสานสอดคล้องกับสัมมาทิฐิและสัมมาสติ ปฏิบัติกับองค์มรรคทุกข้อเพื่อเปลี่ยนมีจนามรรคให้เป็นสัมมา มรรค และขับเคลื่อนไปสู่สัมมาญาณและสัมมาวิมุตติในขั้นสุดท้าย⁹

วิริยสัมโพชณงค์อุปาทธรรม คือ ธรรมที่เป็นเหตุให้เกิดวิริยสัมโพชณงค์ อันเป็นคุณธรรมที่เป็นองค์ประกอบแห่งการตรัสรู้หรือวิญญู 4 มี 11 ประการ ได้แก่ (1) การพิจารณาเห็นภัยในอบาย (2) การเห็นอนาสงส์ของการบรรลุคุณวิเศษ (3) การพิจารณาทางดำเนินที่ถูกต้อง (4) การให้ความสำคัญต่ออาหารบิณฑบาต (5) การพิจารณาถึงความเป็นธรรมทายาทของตนและอนุชนคนรุ่นหลัง (6) การพิจารณาถึงความยิ่งใหญ่ด้วยพระคุณ แห่งพระบรมศาสดา (7) การพิจารณาถึงชาติกำเนิดของตนเป็นใหญ่ (8) การพิจารณาถึงเพื่อนพรหมจรรย์ ผู้ร่วมประพฤติปฏิบัติธรรม (9) การหลีกเลี่ยง

⁷ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 31, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2561), หน้า 259.

⁸ เรื่องเดียวกัน, หน้า 277.

⁹ ที.ม. (ไทย) 10/402/334.

เว้นจากบุคคลผู้เกียจคร้าน (10) การคบหาบุคคลที่ปรารถนาความเพียรไปสู่ความหลุดพ้น และ (11) การน้อมจิตไปในวิริยสัมโพชฌงค์นั้น¹⁰

วิริยอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นการพัฒนาวิริยอินทรีย์ตามหลักสติปัฏฐาน 4 คือ การเพียรพิจารณาอย่างมีสติทำหน้าที่เฝ้ากิเลสให้เร้าร้อนทนอยู่ไม่ได้ใน กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำตามวงจรปฏิจสมุปบาท เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณะ จนละคลายความยึดติดด้วยอำนาจกิเลสทั้งปวง

ความหมายของวิริยอินทรีย์

วิริยอินทรีย์ (อินทรีย์ คือ วิริยะ)¹¹ หมายถึง การปรารถนาความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวาย ความพยายาม ความอุตสาหะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความมุ่งมั่นอย่างไม่ทอดอย ความไม่ทอดทิ้งฉันทะ ความไม่ทอดทิ้งธุระ ความเอาใจใส่ธุระ วิริยะ วิริยอินทรีย์ วิริยพละ สัมมาวายามะ นี้ชื่อว่าวิริยอินทรีย์

วิริยะ มาจากศัพท์ว่า วิริย (วิรสทูปฺปท+อิร คตฺย+อ) ความพยายาม, ความเพียร, วิริยะ, ชวนชวาย. วิเร สาธุ, วิรานํ วา กมมํ, วิริณา วา อิริยิตพฺพํ ปวตเตตพฺพนติ วิริยํ การทำในสิ่งที่ดีหรือของคนดี หรือความพยายามที่เป็นไปตามวิธี ชื่อว่าวิริยะ (รัสสะ อี ของปัจจัยเป็น อี). มม ปน อจฺจารทฺธํ วิริยํ ความเพียรอันเราปรารถอย่างยิ่งแล้ว

อินทริย (อินท ปรมิสฺสริเย+อฺย) อินทริย. อินทติ ปรมิสฺสริยํ กโรตฺติ อินทริยํ อินทริยํที่กระทำความเป็นใหญ่ ชื่อว่าอินทริยะ (ลง ร อคม). อธิปเตยฺยญฺเณน อินทริยํ¹² ชื่อว่าอินทริยเพราะอรรกว่าเป็นใหญ่¹³

สรุปความได้ว่า วิริยอินทรีย์ หมายถึง ความเพียรอันเป็นใหญ่ เป็นการปรารถนาความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวาย ความพยายาม ความอุตสาหะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่นความมุ่งมั่นอย่างไม่ทอดอย

¹⁰ พระมหาชินวัฒน์ จกกวโร, พระอภิธรรม เจตสิกปรมัตถ์, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอบีเค ดิสทริบิวชัน จำกัด, 2556), หน้า 243-245.

¹¹ ที.ปา. (ไทย) 11/320/310.

¹² ชุ.ป. (บาลี) 31/533/431.

¹³ พระโมคคัลลานเถระ, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, แปลโดย พระมหาสมปอง มุทิโต, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, 2557), หน้า 211.



ความสำคัญของวิริยิทธิ

วิริยิทธิ เป็นธรรมชาติที่เพียรพยายามต่ออารมณ์ หมายความว่า เป็นสภาวะธรรม ที่มีความอดทนต่อสภาวะความยากลำบาก ที่เกี่ยวกับการงานต่าง ๆ ทั้งฝ่ายดีและไม่ดี ไม่ว่าจะงานนั้นจะยากลำบากมากน้อยสักเพียงใดก็ตาม เมื่อวิริยิทธิ (วิริยเจตสิก) ประกอบกับจิตดวงใดแล้วย่อมชักนำจิตและเจตสิกที่เกิดพร้อมกันในขณะเดียวกัน ให้มุ่งมั่นในการกระทำกิจการของตน ๆ โดยไม่ให้ท้อถอย ยิ่งวิริยเจตสิกมีกำลังมากเท่าไร การงานที่ทำอยู่ย่อมสำเร็จ เรียบร้อยได้มากเพียงนั้น

นอกจากนี้ วิริยิทธิ (วิริยเจตสิก) ยังเป็นคุณเครื่องบำเพ็ญกิจการต่าง ๆ ตลอดถึงการบำเพ็ญ บารมีเพื่อดำเนินไปสู่ความบริสุทธิ์ ก็ต้องมีความเพียร ที่เรียกว่า วิริยบารมี และเมื่อ บุคคลมีความเพียรโดยไม่ท้อถอยแล้ว ย่อมสำเร็จในสิ่งที่มุ่งหมายกระทำอยู่แน่นอน ดังพระพุทธทวณะที่ว่า “วิริยเณระ ทุกขะมัจเจติ” แปลว่า บุคคลจะล่วงทุกข์ได้เพราะความเพียร¹⁴

สรุปความได้ว่า ความสำคัญของวิริยิทธิ คือ ความเพียรเป็นสภาวะธรรมที่มีความอดทนต่อสภาวะความยากลำบาก ทั้งฝ่ายดีและไม่ดี ไม่ว่าจะงานนั้นจะยากลำบากมากน้อยสักเพียงใดก็ตาม เมื่อวิริยิทธิประกอบกับจิตดวงใดแล้วย่อมชักนำจิตและเจตสิกที่เกิดพร้อมกันในขณะเดียวกัน ให้มุ่งมั่นในการกระทำของตนโดยไม่ให้ท้อถอย

คำที่เป็นไวยากรณ์ของวิริยิทธิ

คำที่เป็นไวยากรณ์ของ วิริยิทธิ อินทรีย์ คือ วิริยะ คือ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวย ความพยายาม ความอุตสาหะ ความเข้มแข็ง ความมุ่งมั่นอย่างไม่ท้อถอย ได้แก่

1) สัมมปปธาน¹⁵ หมายถึง ความเพียรอันมั่นคง ซึ่งประกอบในกสจติ 21 เป็นไปเพื่อทำหน้าที่ 4 ประการ คือ

- 1.1) พยายามเพื่อละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว เรียกว่า ปหานปธาน
- 1.2) พยายามเพื่อไม่ให้อกุศลใหม่เกิด เรียกว่า สังวรปธาน
- 1.3) พยายามเพื่อให้กุศลใหม่เกิด เรียกว่า ภาวนापธาน
- 1.4) พยายามเพื่อให้กุศลที่เกิดขึ้นเจริญรุ่งเรืองขึ้น เรียกว่า อนุรักษนปธาน

¹⁴ พระมหาชินวัฒน์ จุกกาวโร, พระอภิธรรม เจตสิกปรมัตถ์, หน้า 231.

¹⁵ ที.ปา. (ไทย) 11/306/277.



2) วิริยธิบาท¹⁶ หมายถึง วิริยเจตสิกได้ชื่อว่า อธิบาท คือ ความพยายามอย่างแรงกล้า เป็นบาทเบื้องต้นแห่งความสำเร็จงาน อภิญญา มรรค ผล ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบในกุศลจิต 21 ซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่มุ่งมั่นในกิจการงานอันดีงามทั้งหลายและทำให้สัมปยุตต ธรรม คือ จิตและเจตสิกที่เกิดขึ้นพร้อมกับตนในจิตดวงเดียวกันนั้นมุ่งมั่นกระทำการกิจการงานของตน ๆ โดยไม่ย่อท้อถอยจนสำเร็จกิจที่มุ่งหมายนั้น

3) วิริยินทรีย์¹⁷ หมายถึง วิริยเจตสิก ได้ชื่อว่า อินทรีย์ คือ เป็นคุณธรรมที่เป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองในความพยายามต่อการทำงานและสิ่งที่เป็นกุศล ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบในมหากุศลจิต 8 มหาภิรียาจิต 8 อัปปนาชวนจิต 26 ซึ่งกระทำการในการเพียรพยายามต่อกิจที่ดียิ่งและทำให้สัมปยุตตธรรม คือ จิตและเจตสิกที่เกิดขึ้นพร้อมกับตนในจิตดวงเดียวกันนั้นให้ชวนช่วยกระทำการกิจการงานของตนอย่างเต็มที่ โดยไม่ย่อท้อต่อกิจการงานนั้น ๆ นอกจากนี้ วิริยินทรีย์ ยังมีบทบาทในฐานะเป็นใหญ่เป็นผู้ปกครองสัมปยุตตธรรมที่เป็น อกุศลซึ่งเกิดขึ้นพร้อมกับตนในอกุศลจิตแต่ละดวง ให้มุ่งมั่นกระทำการที่เป็นอกุศลให้สำเร็จลง ได้แก่ วิริยเจตสิกที่ประกอบในอกุศลจิต 12 ซึ่งเป็นใหญ่ในการพากเพียรพยายามกระทำทุจริตต่าง ๆ

4) วิริยพละ¹⁸ หมายถึง วิริยเจตสิก ได้ชื่อว่า พละ คือ เป็นสภาวะธรรมที่มีกำลังในความพยายามต่อกิจการงานหรืออารมณ์ที่ดียิ่งโดยไม่หวั่นไหวต่อธรรมที่เป็นข้าศึก โสฬสชะ ได้แก่ ความเกียจคร้าน ด้วยเหตุนี้ เมื่อวิริยเจตสิกยังมีกำลังเข้มแข็ง ความเกียจคร้านย่อมครอบงำไม่ได้ โดยเฉพาะความเพียรพยายามที่เป็นไปในการเจริญสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน ย่อมเป็นความเพียรที่มีกำลังมากเพื่อให้บรรลุ มรรค ผล นิพพาน ฌาน อภิญญา และย่อมย้ายโสฬสชะ คือ ความเกียจคร้านไม่ให้กำเริบขึ้น ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบในมหากุศลจิต 8 มหาภิรียาจิต 8 อัปปนาชวนจิต 26 นอกจากนี้ วิริยพละ ยังเป็นกำลังสำคัญในการพากเพียรพยายามกระทำกิจที่เป็นอกุศล ที่เป็นทุจริต ทราฐิพต่าง ๆ โดยไม่ย่อท้อถอย ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบในอกุศลจิต 12

5) สัมมาวายามะ¹⁹ หมายถึง วิริยเจตสิก ได้ชื่อว่า สัมมาวายามะ คือ ความเพียรชอบ ความเพียรพยายามอันเป็นไปในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยดำเนินไปตามสัมมปปธาน 4 ได้แก่ เพียรละอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว 1 เพียรระงับอกุศลใหม่ไม่ให้เกิดขึ้น 1 เพียรเจริญกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น 1 และเพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้คงอยู่และเจริญยิ่งขึ้นไป 1 อันเป็นทาง

¹⁶ อภ.วิ. (ไทย) 35/459/353.

¹⁷ ที.ปา. (ไทย) 11/320/310.

¹⁸ ที.ปา. (ไทย) 11/311/290.

¹⁹ ที.ปา. (ไทย) 11/333/340.



ดำเนินไปสู่มรรคผลนิพพาน ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบใน มหากุศลจิต 8 มหาภิรียาจิต 8 และอัปปนาชวณะ 26 (มหัคคตกุศลจิต 9 มหัคคตภิรียาจิต 4 โลกุตตรจิต 8)

6) วิริยสัมโพชฌงค์²⁰ หมายถึง วิริยเจตสิก ได้ชื่อว่า สัมโพชฌงค์ คือ ความเพียรพยายาม ที่มีความเจริญมั่นคงอย่างแรงกล้า อันสืบเนื่องจากสัมมปปธานทั้ง 4 จนเข้าถึงวิริยธิบาท วิริยอินทรีย์ วิริยพละ สัมมาวายามะ อันเป็นองค์แห่งการตรัสรู้ริยสัจ 4 ด้วยอำนาจ แห่งวิปัสสนาภาวนาจนสามารถทำลาย โกสัลลสะ คือ ความเกียจคร้านได้โดยสิ้นเชิง และยอมทำให้สัมโพธิญาณ คือ มรรคจิตทั้ง 4 เกิดขึ้น เรียกว่า วิริยสัมโพชฌงค์ ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ในมหากุศลจิต 8 มหาภิรียาจิต 8 อัปปนาชวณะ 26

7) มิจฉาวายามะ²¹ หมายถึง วิริยเจตสิก ได้ชื่อว่า มิจฉาวายามะ คือ ความเพียรพยายาม ในทางที่ผิดในกิจที่เป็นอกุศล ได้แก่ ความเพียรพยายามในการกระทำทุจริต 10 ประการ อย่างใดอย่างหนึ่ง ให้สำเร็จลุล่วงเป็นอกุศลกรรมบถ อันเป็นหนทางให้ถึงทุกขติภูมิ คือ อบายภูมิ 4 ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบในอกุศลจิต 12

8) วิริยาธิปติ หมายถึง วิริยเจตสิก ได้ชื่อว่า อธิปติ คือ ความเป็นใหญ่ในการพากเพียร พยายามต่ออารมณ์อย่างแรงกล้าและทำให้สัมปยุตตธรรมที่เกิดพร้อมกับตนในจิตดวง เดียวกันนั้นมีความมุ่งมั่นในการทำกิจการงานของตน โดยไม่ย่อท้อถอย ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบในทวิเหตุกข วณจิต 18 คือ โลกมุขจิต 8 โทสมุขจิต 2 มหากุศลญาณวิปยุตตจิต 4 มหาภิรียาญาณวิปยุตตจิต 4 และในติเหตุกขณจิต 34 หรือ 66 คือ มหากุศลญาณ สมปยุตตจิต 4 มหาภิรียาญาณสัมปยุตตจิต 4 มหัคคตกุศลจิต 9 มหัคคตภิรียาจิต 9 โลกุตตรจิต 8 ที่เรียกว่า สาธิปติขณจิต 52 หรือ 84²²

สรุปความได้ว่า คำที่เป็นไวพจน์ของ วิริยอินทรีย์ (ความเพียร) ได้แก่ (1) สัมมปปธาน 4 ความเพียรอันมั่นคง (2) วิริยธิบาท ความพยายามอย่างแรงกล้า (3) วิริยอินทรีย์ คุณธรรมที่เป็นใหญ่ (4) วิริยพละ พยายามต่อกิจการงาน (5) สัมมาวายามะ ความเพียรพยายามอันเป็นไปในทางเจริญ วิปัสสนากรรมฐาน (6) วิริยสัมโพชฌงค์ ความเพียรพยายามที่ มีความเจริญมั่นคงอย่างแรงกล้า (7) มิจฉาวายามะ ความเพียรพยายาม ในทางที่ผิดในกิจที่เป็นอกุศล และ (8) วิริยาธิปติ ความเป็นใหญ่ในการพากเพียร พยายามต่ออารมณ์อย่างแรงกล้า

²⁰ ที.ปา. (ไทย) 11/151/112.

²¹ ที.ปา. (ไทย) 11/333/340.

²² พระมหาชินวัฒน์ จุกกวโร, พระอภิธรรม เจตสิกปรมัตถ์, หน้า 231.



หลักธรรมที่เกื้อหนุนวิริยิทธิ

หลักธรรมที่เกื้อหนุนวิริยิทธิในบทนี้หมายเอาหมวดธรรมที่มีในโพธิปักขิยธรรม เป็นฝักฝ่ายแห่งการตรัสรู้เป็นธรรมอยู่ในฝ่ายเกื้อหนุนวิริยิทธิ ซึ่งแบ่งเป็น 7 หมวด มีความสมบูรณ์ในการปฏิบัติครบถ้วน แม้ว่าจะอธิบายแยกกัน แต่เมื่อปฏิบัติตามหมวดธรรมใดหมวดหนึ่งก็เท่ากับปฏิบัติตามธรรมหมวดอื่น ได้แก่

1) สติปัฏฐาน 4 ในมหาสติปัฏฐานสูตร²³ กล่าวถึง ความเพียร (วิริยิทธิ) ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้ง คือเข้าใจตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำ และเป็นองค์ประกอบในการพิจารณาเห็นกาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำตามวงจรปฏิจลสมุปบาท เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณะ จนละคลายความยึดติดด้วยอำนาจกิเลสทั้งปวง

2) สัมมัปปธาน 4 หรือ เรียกอีกอย่างว่า ปธาน 4 หมายถึง ความเพียรชอบ ความเพียรเป็นใหญ่ (วิริยิทธิ) ในปธานสูตร²⁴ กล่าวถึงพระอรหันต์ทั้งหลายที่ประกอบความเพียร 4 ประการ ได้แก่ สังวรปธาน ปหานปธาน ภาวนापธาน อนุรักษนปธาน ย่อมสามารถครอบงำบ่วงมาร²⁵ (บ่วงมารในที่นี้ หมายถึง วัฏฏะ 3 คือ (1) กิเลสวัฏฏะ (2) กัมมวัฏฏะ (3) วิปากวัฏฏะ ที่เรียกว่าบ่วงมาร เพราะเป็นเหตุให้เกิดกิเลสมาร) และบรรลุถึงสุขได้

3) อิทธิบาท 4 หมายถึง ฐานหรือหนทางสู่ความสำเร็จ หรือ ความเพียร (วิริยิทธิ) ให้ถึงความสำเร็จ คุณเครื่องสำเร็จสมประสงค์ ทางแห่งความสำเร็จ หรือคุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย ในอิทธิบาทสูตร กล่าวถึงการปรารภความเพียรที่สร้างสรรค์ด้วยการเจริญอิทธิบาทเพื่อความรู้อย่างยิ่งยวด มี 4 ประการ คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา

4) อินทรีย์ คือ ธรรมที่เป็นใหญ่ มี 5 ประการ ได้แก่ (1) สัทธินทรีย์ คือ ศรัทธา ศรัทธา ตถาคต เชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของพระองค์ (2) วิริยิทธิ คือ วิริยะ มีความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม (3) สตินทรีย์ คือ สติ มีสติเป็นเครื่องรักษาตัว (4) สมาธินทรีย์ คือ สมาธิ กระทำให้จิตมีอารมณ์เดียว (5) ปัญญินทรีย์ คือ ปัญญา มีปัญญา เห็นการเกิดดับ วิริยิทธิ ในอินทรีย์ 5 คือ ความเพียร (วิริยิทธิ) กำจัดอกุศลธรรม ทำหน้าที่สัมพันธ์ คือ เป็นคู่ปรับกับสมาธิโดยตรง หากปรับให้สมดุลกันจะทำให้เกิดอินทรีย์แก่กล้า มีอำนาจที่จะขจัดอกุศลธรรมให้หมดสิ้นไปได้

²³ ที.ม. (ไทย) 10/373/301.

²⁴ อง.จตุกก. (ไทย) 21/13/23.

²⁵ อง.จตุกก.อ. (ไทย) 2/13/291.



5) พละ 5 คือ ธรรมเป็นกำลัง หมายความว่า เป็นพลังทำให้เกิดความมั่นคง พละหมวดนี้เป็นหลักปฏิบัติทางจิตใจให้ถึงความหลุดพ้นโดยตรง ได้แก่ (1) สัทธาพละ หมายถึง กำลังคือความเชื่อ (2) วิริยพละ หมายถึง กำลังคือความเพียร เกิดจากการกำหนดการเดินจงกรมและการกำหนดอิริยาบถย่อย ซึ่งถ้าทำมากไปจะทำให้จิตฟุ้งซ่าน (3) สติพละ หมายถึง กำลังคือความระลึกได้ สตินั้นท่านกล่าวว่ายิ่งมีมากยิ่งดี การเจริญวิปัสสนานั้นท่านให้กำหนดสติรับรู้จากน้อยไปหา มาก ยิ่งมีอารมณ์กำหนดน้อยก็จะเกิดสมาธิได้ง่าย (4) สมาธิพละ หมายถึง กำลังคือความตั้งจิตมั่น เกิดจากการกำหนดในอิริยาบถนั่ง ถ้ามากไปทำให้ขี้เกียจ ท้อแท้ ง่วง เบื่อ ได้ (5) ปัญญาพละ หมายถึง กำลังคือความรู้ทั่วชัด เกิดจากสติอันเป็นตัวแทนแห่งวิปัสสนา คือ ปัญญามีกำลังมากกว่าสมาธิอันเป็นตัวแทนแห่งสมถะ ที่มีอารมณ์ให้เกิดศรัทธาในองค์ธรรมต่าง ๆ

6) โภชณัง 7 คือ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ ได้แก่ (1) สติสัมโพชณัง หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความระลึกได้ คือ เพียรระลึกได้ ธรรมดาสตินั้นเป็นธรรมชาติทำลายโมหะ คือความหลง ท่านกล่าวว่าโมหะทำให้เกิดอวิชชา และอวิชชาทำให้เกิดโมหะเช่นกัน ดังนั้นผู้เจริญสติจึงได้ชื่อว่าเป็นผู้ทำลายอวิชชาลงเสียได้ (2) อัมมวิจยสัมโพชณัง หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความพิจารณา (3) วิริยสัมโพชณัง หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความเพียร (4) ปิติดัมมสัมโพชณัง หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความอิมใจ (5) ปัสสัทธิสัมโพชณัง หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความสงบกายสงบใจ (6) สมาธิสัมโพชณัง หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความตั้งจิตมั่น และ (7) อุเบกขาสัมโพชณัง หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความวางใจเป็นกลาง

7) อริยมรรคมีองค์ 8²⁶ คือ ทางอันประเสริฐ ได้แก่ (1) สัมมาทิฐิ เห็นชอบ ได้แก่ ความรู้ อริยสัจ 4 เห็นไตรลักษณ์ หรือเห็นปัจจุสมุปบาท (2) สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ ได้แก่ กุศลวิตัก 3 ความคิดในการออกจากกาม ความไม่พยาบาท และการไม่เบียดเบียน (3) สัมมาวาจา เจรจาชอบ ได้แก่ วชิสุจรีต 4 การเว้นจากการพูดเท็จ หยาดคาย ส่อเสียด และเพ้อเจ้อ (4) สัมมากัมมันตะ กระทำชอบ ได้แก่ กายสุจรีต 3 เจตนาละเว้นจากการฆ่า การเอาของที่ไม่ได้ให้ และการประพฤติดิฉินในกาม (5) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ เว้นมิจฉาชีพ ประกอบสัมมาชีพ (6) สัมมาวายามะ พยายามชอบ ได้แก่ สัมมปปธาน 4 ความพยายามป้องกันอกุศลที่ยังไม่เกิด ละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ทำกุศลที่ยังไม่เกิด และดำรงรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้ว (7) สัมมาสติ ระลึกชอบ ได้แก่ สติปัญฐาน 4 และ (8) สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ ได้แก่ ฌาน 4

²⁶ ที.ม. (ไทย) 10/402/334.

สรุปความได้ว่า หลักธรรมที่เกื้อหนุนวิริยีนทริยัหมายเอาหมวดธรรมที่มีในโพธิปักขิยธรรม เป็นฝ่ายแห่งการตรัสรู้ ซึ่งเป็นธรรมอยู่ในฝ่ายเกื้อหนุนวิริยีนทริยั ได้แก่ (1) สติปัฏฐาน 4 การเพียรพิจารณา (วิริยีนทริยั) อย่างมีสติทำหน้าที่เฝ้ากิเลสให้ร่าร้อนทนอยู่ไม่ได้ใน กาย เวทนา จิต และธรรม (2) สัมมปธาน 4 ความเพียรชอบ ความเพียรเป็นใหญ่ ได้แก่ สังวรปธาน ปหานปธาน ภาวนาปธาน และอนุรักษนาปธาน ย่อมสามารถรอบงำบ่วงมาร และบรรลุถึงสุขได้ (3) อิทธิบาท 4 ความเพียรเป็นคุณเครื่องให้สำเร็จ หรือ คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ คุณเครื่องสำเร็จสมประสงค์ ทางแห่งความสำเร็จ หรือคุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย (4) อินทริย 5 คือ วิริยีนทริยั คือ วิริยะ มีความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม (5) พละ 5 คือ กำลังคือความเพียร เกิดจากการกำหนดการเดินจงกรมและการกำหนดอิริยาบถย่อย ซึ่งถ้าทำมากไปจะทำให้จิตฟุ้งซ่าน (6) โพชฌงค์ 7 คือ วิริยสัมโพชฌงค์ เป็นเครื่องนำไปสู่การตรัสรู้ธรรม (7) อริยมรรคมีองค์ 8 คือ สัมมวาายามะ ความเพียรพยายามชอบ ทำหน้าที่ประสานสอดคล้องกับสัมมาทิฐิและสัมมาสติ ปฏิบัติกับองค์มรรคทุกข้อ เพื่อเปลี่ยนมีฉณามรรคให้เป็นสัมมามรรค และขับเคลื่อนไปสู่สัมมาญาณและสัมมาวิมุตติในขั้นสุดท้าย

วิริยีนทริยัในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ในมหาสติปัฏฐานสูตร กล่าวถึง ความเพียร (วิริยีนทริยั) ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้ง คือ เข้าใจตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำ และเป็นองค์ประกอบในการพิจารณาเห็นกาย เวทนา จิต และธรรม คือ

1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง เพียรพิจารณา (วิริยีนทริยั) อย่างมีสติไม่ลืมนึกว่าเป็นแค่ที่รวมของธาตุ 4 ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟมาประชุมรวมกันเป็นร่างกาย ไม่มองกายด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขา แต่มองแยกเป็น รูปธรรมหนึ่ง ๆ อาศัยเหตุปัจจัยมากมายเกิดขึ้นเป็นวงจรปฏิจจสมุปบาท ก็จะทำให้เกิดความเกิดดับ และเห็นว่ากายล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา โดยการพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง เพียรพิจารณา (วิริยีนทริยั) อย่างมีสติไม่ลืมนึกว่า เวทนา, ทั้งสุข ทุกข์ อุเบกขา มีและไม่มีอาภิส ล้วนเป็นนามธรรมอย่างหนึ่ง ไม่มองเวทนาด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขา แต่มองแยกเป็น แคนามธรรมที่อาศัยเหตุปัจจัยมากมายเกิดขึ้นเป็นวงจรปฏิจจสมุปบาท ก็จะทำให้เกิดความเกิดดับ และเห็นว่าเวทนาล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา โดยการพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง เพียรพิจารณา (วิริยีนทริยั) อย่างมีสติไม่ลืมนึกว่าจิตมีเหตุใกล้คือเจตสิกมากมายเป็นปัจจัยให้เกิดอยู่ ไม่มองจิตด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขา คือไม่มองว่า



เรากำลังคิด เรากำลังโกรธ หรือเรากำลังเหม่อลอย แต่มองแยกเป็นนามธรรมอย่างหนึ่ง ที่อาศัยเหตุปัจจัยมากมายเกิดขึ้นเป็นวงจรปฏิจสมุพบาท ก็จะทำให้ความเกิดดับ และเห็นว่าจิตล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา โดยการพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

4) อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง เพียรพิจารณา (วิริยอินทรีย์) อย่างมีสติไม่ลืมนึกว่าโลกียธรรมทั้งปวงเกิดจากเหตุปัจจัยมากมาย ไม่มองด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขา แต่มองเป็นรูปธรรมและนามธรรม ที่อาศัยเหตุปัจจัยมากมายเกิดขึ้นเป็นวงจรปฏิจสมุพบาทก็จะเห็นความเกิดดับ และเห็นว่าธรรมที่เกิดจากเหตุปัจจัยล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา โดยการพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

อาตมาปี ในสติปัฏฐาน 4 แปลว่า มีความเพียร (วิริยอินทรีย์) เป็นเครื่องเผากิเลส ทำหน้าที่เผากิเลสให้เราร้อนทนอยู่ไม่ได้ สัมพันธ์สอดคล้องกับสติมา คือ มีสติกำหนดอารมณ์แล้ว จึงพิจารณาเห็นด้วยปัญญา คือ สัมปชาโน มีสัมปชัญญะเน้นการปฏิบัติให้เป็นปัจจุบัน จุดหมายหลักคือ ทำลายอภิชฌาและโทมนัสให้หมดสิ้นไป

ความเพียรจำเป็นอย่างยิ่งในการปฏิบัติภาวนาที่ผู้ปฏิบัติจะละเลยไม่ได้ ในเรื่องความเพียรนี้ พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแก่โพธิราชกุมาร ว่า เป็นคุณสมบัติของพระสาวกที่มีความตั้งใจในการปฏิบัติจริง ๆ ที่นำไปสู่เป้าหมายคือ มรรค ผล นิพพานเป็นปริโยสานได้²⁷

นอกจากคำว่า ความเพียร ยังมีศัพท์อื่นที่เกี่ยวข้องกับความเพียร คือ โอวาทปาติโมกข์ ท่านอธิบายว่า “ขันติ คือ ความทนทาน เป็นตบะธรรมเป็นเครื่องเผากิเลสอย่างยิ่ง” การจะบรรลุนิพพานนั้นต้องมีตบะ เป็นขันติที่ประกอบด้วยศีล สมาธิ และปัญญา เพราะสามารถเผากิเลส 3 กอง คือ วิตกกิเลส ด้วยศีล ปริยภูณกิเลส ด้วยสมาธิ และอนุสัยกิเลสด้วยปัญญา เมื่อกล่าวโดยย่อคือ มีปัญญา มีสติ ทำอาตมาปะ คือ ความเพียรเผากิเลส

สรุปความได้ว่า วิริยอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ การเพียรพิจารณาอย่างมีสติ ทำหน้าที่เผากิเลสให้เราร้อนทนอยู่ไม่ได้ใน กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำตามวงจรปฏิจสมุพบาท เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณ์ จนละคลายความยึดติดด้วยอำนาจกิเลสทั้งปวง

²⁷ ม.ม. (ไทย) 13/344/417.

บทสรุป

วิธีวินยัยในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นการเพียรพิจารณาอบรมปัญญาให้เกิด อันเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ เป็นการเจริญปัญญาจนรู้รูปรูปนามตามความเป็นจริง ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งเป็นธรรมชาติที่ประกอบกับจิตปรุงแต่งจิต ทำให้จิตรู้แจ้งตามความเป็นจริง และรู้ในเหตุผลของความเป็นจริง รู้ความเป็นจริงของสภาวะธรรมทั้งหลาย และยังเป็นการเพียรพิจารณาอย่างมีสติ ทำหน้าที่เผากิเลสให้เร้าร้อนทนอยู่ไม่ได้ใน กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งตามความเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำตามวงจรปฏิบัติสมุปปาท เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณ์ จนละคลายความยึดติดด้วยอำนาจกิเลสทั้งปวง องค์ธรรม คือ ปัญญาเจตสิก ซึ่งมีหน้าที่รู้แจ้งตามความเป็นจริงของอารมณ์ และหลักธรรมที่เกี่ยวเนื่องวิธีวินยัย คือ โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ เป็นธรรมอยู่ในฝ่ายเกี่ยวเนื่องวิธีวินยัยที่เป็นองค์ประกอบแห่งการตรัสรู้ร้อยยี่สี่ 4

บรรณานุกรม

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2500. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535.
- _____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- _____. อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553.
- พระมหาชินวัฒน์ จุกกวโร. พระอภิธรรม เจตสิกปรมัตถ์. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอบีค ดีสทรี บิวชั่น จำกัด, 2556.
- พระโมคคัลลานเถระ. คัมภีร์อภิธานวรรณนา. แปลโดย พระมหาสมปอง มุทิโต. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, 2557.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ 31. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2561.





การเจริญอินทริยสังวรศีลในปาริสุทธิศีล

A Development of Faculty Restraint in *Pārisuddhisīla*

พระปลัดวชิรศกนธิ์ นรินโท (แพรทอง)¹

Pha Palad Wachirasakon Narindo (Phaethong)

E-mail : 6511105013@mcu.ac.th

Received: March 8, 2024 Revised: April 12, 2024 Accepted: May 10, 2024

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อแสดงให้เห้นเทคนิคการเจริญอินทริยสังวรศีลในปาริสุทธิศีล ได้แก่ ศีลคือการสำรวมอินทริย 6 ประการ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งทำให้จิตสงบและพัฒนาไปสู่ความรู้ระดับญาณ การสำรวมทางสายตาเมื่อมองเห็นรูปก็เข้าใจว่าเป็นเพียงรูปที่จะตั้งอยู่ได้ชั่วคราวเท่านั้นเป็นสิ่งที่ไมจรงย้งยืน การสำรวมทางหูเป็นการสำรวมทางการได้ยินเสียงที่จะเข้ามากระทบทางหูซึ่งมีทั้งเสียงที่น่ายินดีและเสียงไม่น่ายินดี สำรวมทางจมูก เป็นการสำรวมทางกลิ่นที่จะมาสัมผัสประสาททางจมูก การสำรวมทางลิ้นเป็นการสำรวมในการสัมผัสรสชาติของอาหาร การสำรวมทางกายเป็นการสัมผัสทางกายด้วยมีรสสัมผัสต่าง ๆ และการสำรวมทางใจเป็นการสัมผัสทางธรรมารมณ์หรือความรู้ทางอารมณ์ เพื่อให้เกิดความฉลาดรู้เท่าทันอารมณ์ เอาชนะตาในขณะที่เห็นรูป เอาชนะหูในขณะที่ฟังเสียง เอาชนะจมูกในขณะที่ดมกลิ่น เอาชนะลิ้นในขณะที่ลิ้มรส เอาชนะกายในขณะที่ถูกสัมผัส เอาชนะใจขณะรับอารมณ์ ไมให้เกิดความยินดียินร้ายอันเป็นเหตุทำให้ใจเศร้าหมองเสีย เมื่อทำได้อย่างนี้ ชื่อว่า เจริญอินทริยสังวรศีล ฉะนั้น การสำรวมอินทริย คือตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ปัญหาหรือความทุกข์จะไม่เกิดขึ้นกับตัวเราอย่างแน่นอน

คำสำคัญ : การเจริญ, อินทริยสังวรศีล, ปาริสุทธิศีล

¹ นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬศึกษาพุทธโฆส นครปฐม



Abstract

This academic article aims to visualize the technique of faculty development in *PārisuddhiSīla* or morality purification through six organs observing, namely the eyes, ears, nose, tongue, body, and mind for calms and insight knowledge progress. Eye restraint starts from noting the perceived visual objects just as a temporary appearance, transitory, the sound perceived by ears, pleasant and unpleasant, the smells that come into contact with the olfactory nose, is the concentration of the taste of food perceived by tongue, physical contact with different sensations, and mental conditions while the mental formation or emotion occurs in order to be aware of perceived objects and for being free from eye clinging while seeing visible objects, ears while listening, nose while smelling, tongue while tasting, the body while being touched, thought clinging while thinking, without like and dislike which cause the rise of defilements. Having complete this course, one becomes the faculty restrainer through perfect faculty training, namely eye, ear, nose, tongue, body, mind, he also certainly prevents the rise of all problems and suffering at first.

Keywords: Development, Faculty Restraint, *PārisuddhiSīla*

บทนำ

ศีลเป็นข้อบังคับของพระพุทธศาสนา เป็นมูลฐานของการบำเพ็ญวัตร คือหมายความว่า การบำเพ็ญวัตรมีหลายวิธี หลายชั้น ข้อวัตรแต่ละชั้นๆ มีความเคร่งครัดมากน้อยไม่เท่ากัน วัตรประเภทใดเคร่งครัดมาก ทานก็วางศีลเป็นพื้นฐานไว้มากเหมือนการสร้างบ้านเรือน ถ้าเครื่องบนของอาคารมากและกว้างใหญ่เสาก็ต้องมาก เข็มก็ต้องแข็งแรงพอกัน เรียกว่าพื้นสมสวน การที่มีคนกล่าวอ้างคุณวิเศษวา ตบประพตติและปฏิบัติธรรมได้สูง แต่ไม่ปฏิบัติในศีลจึงเป็นสิ่งที่ไม่สมเหตุผล เพราะถ้าละศีลเสียแล้วที่จะหวังมรรค ผล และนิพพานนั้นเห็นจะเป็นการยาก เพราะศีลเป็นพื้นฐานของสมาธิ สมาธิเป็นรากฐานของปัญญา และปัญญาเป็นเครื่องบรรลุนิพพาน ดังพระพุทธพจน์ว่า

ภิกษุพึงหวังได้แต่ความเจริญอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย ตราบเท่าที่ภิกษุยังมีศีลที่ไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ด่าง ไม่พร้อย เป็นไท ไม่ถูกตัดหาที่ภูมิจำกรอก เป็นไปเพื่อสมาธิ เสมอกันกับเพื่อนพรหมจารีทั้งหลายทั้งในที่แจ้งและในที่ลับ² ในพระพุทธศาสนามีปาริสุทธิศีล 4 อันประกอบไปด้วย

² ที.ม. (ไทย) 10/141/88.



1) ปาฏิโมกขสังวรศีล ศีล คือ ความสังวรในพระปาฏิโมกข แปลว่า ยังผู้รักษาให้พ้นจากอบายภูมิทั้ง 4 หมายความว่า ถ้าผู้ใดรักษาสิกขาบทตามที่พระพุทธองค์ทรงบัญญัติไว้มิได้ ประพฤติล่วงละเมิดสำรวมระมัดระวังด้วยสติ ด้วยปัญญา ด้วยความอดทน ด้วยความเพียร ศีลจะรักษาผู้นั้นให้พ้นจากอบายภูมิ

2) อินทริยสังวรศีล แปลว่า ศีลคือการสำรวมอินทริย 6 ได้แก่ สำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ด้วยสติ

3) อาชีวกปาริสุทธิศีล แปลว่า ศีลคือความบริสุทธิ์แห่งอาชีพ หมายความว่า เป็นผู้มีความเพนอยู่อันบริสุทธิ์ มีความเพนอยู่อย่างชอบธรรม มีความเพนอยู่อันสุจริตคือไม่ผิดศีลธรรม

4) ปจจัยสันนิสสิตศีล แปลว่า ศีลอาศัยปัจจัย 4 โดยองค์ธรรม ได้แก่ ปัญญา เจตสิก การพิจารณานั้นเรียกว่า ปจจเวกขณะ³

อินทริย หมายถึง วัตถุที่เป็นใหญ่ ความเป็นใหญ่ เป็นจอม เป็นอิสระ เฉพาะในที่นี้ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ อายตนะเหล่านี้ส่วนหนึ่ง ๆ ล้วนเป็นอิสระเต็มที่แผนกหนึ่งคือ ในการเห็น รูปย่อมสิทธิ์ขาดอยู่ที่ตา การฟังเสียงสิทธิ์ขาดอยู่ที่หู การได้กลิ่นสิทธิ์ขาดอยู่ที่จมูก การลิ้มรสสิทธิ์ขาดอยู่ที่ลิ้น เป็นต้น จะเกิดผลดีหรือความฉิบหายร้ายแรงขึ้นในแผนกนี้ก็เพราะด้วยการกระทำของอวัยวะ อันนี้ในที่นี้ประสงค์เอาอวัยวะที่ได้ชื่อนั้น ๆ พร้อมทั้งประสาทและวิญญาณอันมีหน้าที่ประจำอยู่กับอายตนะนั้น ๆ ตาหมายเอาอวัยวะที่เรียกว่า ลูกตาพร้อมด้วยประสาทอันเป็นสายส่งข่าวติดต่อกับสมองและทั้งจักขุวิญญาณอันแล่นไปตามสายนั้นด้วย ใจในที่นี้ได้แก่ สมองส่วนที่คิดนึกได้ ที่อาจปรุงแต่งเรื่องราวขึ้นได้เอง แล้วยินดียินร้ายได้โดยไม่ต้องอาศัยตา หู จมูก ลิ้นในขณะนั้นเลย⁴

ส่วนอินทริยสังวรศีล คือ การใช้สติสำรวมอินทริยเพื่อมิให้เกิดกิเลสในขณะที่วิญญาณ 6 คือ จิตที่เห็น ไตยีน รูกลิ้น ลิ้มรส รุสัมผัส และนึกคิดเรื่องราวต่าง ๆ กำลังรับรู้อารมณ์ 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ ที่ปรากฏทางทวารทั้ง 6 ⁵ ดังนั้นสติจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะไม่ทำให้ อินทริยสังวรบกพร่องทุก ๆ ขณะที่เรามีสติจิตใจจะได้รับการป้องกันมิให้ความโลภ ความโกรธ และความหลงพลุกพล่านขึ้นมาได้ หากเราระมัดระวังในที่สุดจิตก็จะอ่อนลงและพึงพอใจที่จะไม่โลดแล่นไปสุกามคุณ ทั้งนี้เราต้องมีความตื่นตัวอยู่เสมอ เมื่ออารมณ์มากระทบต้องกำหนดอารมณ์นั้นทันทีตาม

³ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), วิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูร วงศ์พรินท์ติ้ง จำกัด, 2553), หน้า 404-408.

⁴ พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), ตามรอยพระอรหันต์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, 2549), หน้า 222.

⁵ พระกัมมัญฐานาจารย์ พระปณิตตาภิกขุ, รุแจ้งในชาตินี้, พิมพ์ครั้งที่ 7, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2550), หน้า 254.



ความเป็นจริง เราต้องทำให้การเห็นก็สักแต่ว่าเห็น ไตยาก็สักแต่ว่าไตย สัมผัสก็สักแต่ว่าสัมผัส รุสก็สักแต่ว่ารุส และคิดก็สักแต่ว่าคิด

กระบวนการรับรู้เหล่านี้ควรจะต้งชัดเจน ง่าย และไม่มีการนึกคิดปรุงแต่ง หรือถูกครอบงำด้วยกิเลส หากสติสมบูรณอารมณ์กระทบแล้วผ่านไป โดยไม่มีความคิดปรุงแต่งหรือปฏิกิริยาใด ๆ มีแต่กระบวนการทางธรรมชาติของอารมณ์เท่านั้นดังพระพุทธพจน์ว่า

ภิกษุ! เห็นรูปทางตาแล้วไม่รวบถือ ไม่แยกถือ ยอมปฏิบัติเพื่อสำรวมจักขุนทรีย์ ซึ่งเมื่อไม่สำรวมแล้วก็จะเป้นเหตุให้ถูกบาปอกุศล คือ อภิชฌา (ความเพ่งเล็งอยากได้ของคนอื่น) และโทมนัส (ความทุกข์ใจ) ครอบงำได้ จึงรักษาจักขุนทรีย์ถึงสำรวมในจักขุนทรีย์ฟังเสียงทางหู ฯลฯ ตมกลิ่นทางจมูก ฯลฯ ลิ้มรสทางลิ้น ฯลฯ ถูกต้องโณภูฏัพพะทางกาย ฯลฯ รูแจ้งธรรมารมณทางใจแล้วไม่รวบถือ ไม่แยกถือ ยอมปฏิบัติเพื่อสำรวมมโนทริย ซึ่งเมื่อไม่สำรวมแล้วก็จะเป้นเหตุให้ถูกบาปอกุศล คืออภิชฌา และโทมนัสครอบงำได้ จึงรักษามโนทริย ถึงสำรวมในมโนทริยภิกษุ! ประกอบด้วยอริยอินทริยสังวรนี้ ยอมสวสุขอันไม่ระคนด้วยกิเลสภายใน⁶

ความหมายของอินทริยสังวรศีล

สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ได้ให้ความหมายอินทริยสังวรว่า หมายถึง สำรวมอินทริยคือสำรวมอินทริยทั้ง 6 นี้ สำรวมตา สำรวมหู สำรวมจมูก สำรวมลิ้น สำรวมกาย สำรวมใจ สำรวมอย่างไรก็ควมามีความสำรวมคือความป้องกัน ความระมัดระวังด้วยสติ ในทุกเวลาที่ตากับรูปได้ประจวบกัน หูกับเสียงได้ประจวบกัน จมูกกับกลิ่นได้ประจวบกัน ลิ้น กับรสได้ประจวบกัน กายและสิ่งที่กายถูกต้องได้ประจวบกัน มโนคือใจและธรรมะคือเรื่องราวได้ประจวบกัน คือให้พิจารณาโดยแยบคาย สำรวมอินทริยคือตา คือ ในขณะที่ตากับรูปประจวบกัน หรือที่เรียกกันง่าย ๆ วาตาเห็นรูป ก็มีสติคอยสำรวมระวังเอาไว้ มิให้ยึดถือสิ่งที่ตาเห็นนั้น เกิดความยินดีเกิดความยินร้าย อันเรียกว่านากิเลสให้ไหลเข้ามาท่วมจิตใจ สู้จิตใจ คือระมัดระวังมิให้เป็นอารมณ์ที่นำความยินดีความยินร้ายไหลเข้ามาสู่จิตใจ ทวมจิตใจ อันความยินดีความยินร้ายที่ไหลเข้ามาท่วมจิตใจทางตานี้ ได้ชื่อว่าเปนอาสวะอย่างหนึ่ง⁷

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ) ได้ให้ความหมายอินทริยสังวร หมายถึง ปดกัน ป้องกัน ไม่ให้บาปอกุศลธรรมทั้งหลายเกิดขึ้นในจิตเวลาที่มีการรับรู้อารมณ์ทางทวารทั้ง 6

⁶ ที.สี. (ไทย) 9/213/72-73.

⁷ สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, **สัมมาทิฎฐิ**, (เชียงใหม่: โรงพิมพ์นันทพันธ์, 2554), หน้า 135-136.



หรือ หมายถึง การคุ้มครอง การป้องกันรักษาจิตให้มั่นคง เมื่อรับรู้อารมณ์แล้ว อารมณ์ก็จะไม่ฉุดจิตให้ออกไปสนใจภายนอก ไม่หลงยินดีในอารมณ์ที่น่ายก ไม่เกลียดชังในอารมณ์ที่ไม่น่ายก⁸

พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ) ได้ให้ความหมายของอินทรีย์สังวรศีล คือ การใช้สติสำรวมระวังไม่ให้เกิดกิเลสขณะที่วิญญาณเกิดขึ้นรับรู้อารมณ์ โดยให้ความหมายในลักษณะการอธิบายแบบบอภีธรรม ซึ่งถึงองค์ธรรมของสังวรแต่ละอย่าง บอกถึงสังวรธรรมมี 5 อย่าง ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ขันติ และวิริยะ เมื่อใดที่มีธรรมะเหล่านี้เกิดขึ้นในขณะจิต เมื่อนั้นเป็นสังวร เมื่อใดที่เป็นฝ่ายตรงข้าม ได้แก่ ความไม่มีศีล ความไม่มีสติ ความหลง ความไม่อดทน และความเกียจคร้านเกิดขึ้นในขณะจิต เมื่อนั้นเป็นอสังวร สติสังวรนั้นเป็นอินทรีย์สังวรอย่างแท้จริง⁹

พุทธทาสภิกขุ ได้ให้ความหมายของอินทรีย์สังวรเอาไว้ว่า อินทรีย์สังวร คือ การสำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ หกอย่างไว้ ด้วยหวังว่า รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และความรูสึก นึกขึ้นเองในใจอย่าทำความรักใคร่พอใจยินดีหรือความโกรธเคืองหงุดหงิดยินร้าย ให้เกิดขึ้นในใจของตนได้นอกจากนี้ ท่านยังมองว่าอินทรีย์สังวรไม่ใช่แค่เรื่องศีล แต่ยังรวมถึงการเจริญวิปัสสนา จนกระทั่งบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ ซึ่งอินทรีย์สังวรเป็นเหมือนพื้นฐานให้จิตวางเฉยเมื่อตา มองเห็นรูป หู ฟัง จมูกดมกลิ่น เป้นต้น ในขณะที่สามารถเพ่งมองให้เห็นความจริงของรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ และสภาวะธรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้เห็นโดยความเป็นของว่างเปล่าจากตัวตน จนกระทั่งหลุดพ้นก็ได้ ดังนั้นการบำเพ็ญอินทรีย์สังวรนั้น หากมีความตั้งใจจริง ก็สามารถถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้ ดังที่ท่านกล่าวไว้ว่าการสำรวมอินทรีย์นั้น ไม่ใช่มีแต่อย่างต่ำเป็นขั้นศีล อาจมีสูงขึ้นไปถึงขั้น บรรลุ อรหัตตผล ถ้าผู้ใดสำรวมอินทรีย์ชนิดเกิดญาณพิเศษมองเห็นเป็นวิปัสสนา ถึงกับเห็นความเป็น อนัตตาของทุกสิ่งทุกอย่างทั้งที่เป็นภายนอกและภายในจนอนัตตานุปัสสนาญาณเกิดขึ้นแล้ว ผู้นั้นจะบรรลุถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้ แกนนิพพาน ขอนี้หมายความว่า ไม่ใช่เพียงแต่การเห็นรูป แล้วเฉยได้อย่างเดียว ซึ่งเป็นเพียงอินทรีย์สังวรศีล แต่ในขณะที่เฉยนั้นแหละหมายถึงการเพ่งความเป็นธาตุความเป็น ของว่างเปล่าในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ ตลอดถึงผัสสะ และเวทนาทุกชนิดที่ อาศัยรูป เป็นต้นเกิดขึ้นจนเกิดวิมุตติขึ้น¹⁰

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายของอินทรีย์สังวร คือ การสำรวมอินทรีย์ทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ยินดียินร้ายในเวลาเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต

⁸ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2 วาดวย มหาสติปฎฐาน, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สหธรรมิก จำกัด, 2548), หน้า 433.

⁹ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนาญ้ย, แปลโดย พระคันธสาราภิงศ (กรุงเทพมหานคร : ประยูรสาสนการพิมพ์, 2555), หน้า 13-14.

¹⁰ พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), ตามรอยพระอรหันต์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, 2549), หน้า 218.

องโณภูฏัพพะ รุทธรรามณด้วยใจ ระวังไม่ไหกิเลสครอบงำใจ ในเวลารับรู้อารมณ์ทางอินทรีทั้ง 6 และศีลยังมีใช้ข้อปฏิบัติให้ถึงจุดหมายสูงสุดโดยตัวของมันเอง แต่เป็นวิธีการเพื่อก้าวหน้าไปสู่ความเจริญขั้นต่อไปคือ สมาธิ สมาธิจึงเป็นจุดหมายจำเพาะของศีล¹¹

ความสำคัญของอินทรีสังวรศีล

ความสำคัญของอินทรีสังวรศีลที่ส่งผลกระทบต่อการเจริญวิปัสสนาทำให้ผู้เขียนมีความสนใจในการศึกษาค้นคว้าเรื่องนี้เป็นสำคัญ เพราะยังมีอีกหลายประเด็นที่ยังไม่กระจ่าง เช่น อินทรีสังวรศีลส่งผลกระทบต่อการกำหนดรู้สภาวะธรรมในการเจริญวิปัสสนา และภาพรวมของอินทรีสังวรศีลมีความเชื่อมโยงกับหมวดธรรมอื่นในกระบวนการเจริญวิปัสสนา ความรู้ที่ได้จากการบทความนี้จะเป็นการเสริมสร้างความเข้าใจ และให้ความสำคัญในพื้นฐานเรื่องอินทรีสังวรศีลในการปฏิบัติและสามารถน้อมนำมาเป็นแนวทางในการเจริญวิปัสสนา ตรงตามหลักธรรมที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้อันเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อผู้ใดในการศึกษา และผู้สนใจในการเจริญวิปัสสนาอันเป็นหนทางแห่งการบรรลุมรรค ผล และกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพานแก่บุคคลทั้งหลายสืบไป

การรู้จักสำรวมระวัง มีการคุ้มครองป้องกันเวลาที่มีการเห็น การได้ยิน การดมกลิ่น การลิ้มรส การสัมผัส การคิดนึกหรือรับรู้ความรู้สึกต่าง ๆ เป็นหลักการของอินทรีสังวรตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนไว้ เมื่อฝึกหัดให้มีการคุ้มครองได้บ่อย ๆ มั่งคั่งขึ้น ก็ชื่อว่าได้เป็นผู้มีทวารอันคุ้มครองแล้ว ในอินทรีทั้งหลาย จะทำให้จิตเป็นสมาธิ มีความตั้งมั่นดี จะทำกิจการงานใด ๆ ก็ทำด้วยเหตุผลงานสำเร็จด้วยดี หรือจะพิจารณาความจริงอะไรก็แจ่มชัด เกิดประโยชน์ทั้งทางโลกและทางธรรม การจะมีอินทรีสังวรได้นั้น จะต้องมีสติตั้งมั่นเตรียมพร้อมอยู่เสมอ จึงต้องมีการฝึกอบรมไว้ โดยการฝึกให้มีสติมีความรู้ตัวเป็นพื้นฐานเอาไว้ และมีการช่อมอยุ่เสมอ ๆ เมื่อมีการกระทบอารมณ์ทางทวารทั้ง 6 คือ

- 1) ทางตา
- 2) ทางหู
- 3) ทางจมูก
- 4) ทางลิ้น
- 5) ทางกาย
- 6) ทางใจ¹²

¹¹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ 15, (กรุงเทพมหานคร :บริษัทสหธรรมิก จำกัด, 2552), หน้า 762.

¹² ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.



เป็นการพัฒนาอินทรีย์ทั้ง 6 ให้มีคุณภาพ นำมาใช้ประโยชน์ นำความสงบสุขมาให้เรียกว่าอินทรีย์ภาวนา ผู้ที่มีอินทรีย์ฝึกดีแล้ว ย่อมเป็นผู้ที่ปลอดภัยจากบาปอกุศล และปลอดภัยจากทุกขที่จะเกิดมาจากกิเลสต่าง ๆ แม้ในยุคสมัยที่มีเรื่องราวมากมายอย่างยุคปัจจุบัน มีสิ่งยั่วยวนใจมาล่อมากมาย

หลักอินทรีย์สังวรก็ยังใช้ได้เสมอเพราะเป็นการป้องกันไว้ตั้งแต่ต้น ผู้ที่ใดฝึกพัฒนาอินทรีย์สังวรมาจนสมบูรณ์แล้ว ได้แก่ พระอรหันต ทานได้ผ่านการฝึกฝนพัฒนามาจนกระทั่งเกิดอัสวักขญาณ มีวิชา รู้แจ้งอริยสัจสมบูรณ์แล้ว หมกคิเลสโดย ลิ่นเชิง ทานจึงปิดกั้นกิเลสไม่ให้เกิดขึ้นเมื่อมีการรับรู้อารมณ์ต่างๆ ได้ทุกอารมณ์ เป็นผู้ที่มีปัญญา วางเฉยต่อสังขารทั้งหลายที่มาปรากฏทางทวารทั้ง 6 ได้ชื่อว่าผู้ที่มีอินทรีย์สังวรอย่างสมบูรณ์ ส่วนพระอริยเจ้าลำดับรองลงมายังไม่สมบูรณ์ เพราะยังมีความยินดียินร้ายในบางอารมณ์ได้มากน้อยตามกำลังสติปัญญา ส่วนปุถุชนย่อมมีความยินดียินร้ายเกิดขึ้นในอารมณ์มากมาย ต้องอาศัยการป้องกันให้ห่างไกลจากกิเลส โดยการสำรวมระวังการกระทำ คำพูด ความคิด การเลือกอารมณ์ การมีเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบันที่เหมาะสมเอาไว้เพื่อไม่ให้ใจวนกลับไปหาความสุขจากการเสพอารมณ์ ตลอดจนการฝึกฝนทำกรรมฐานต่าง ๆ เพื่อให้เกิดสมาธิและเกิดปัญญาให้ห่างไกลจากกิเลสต่าง ๆ

4. องค์ประกอบของอินทรีย์สังวรศีล

อินทรีย์สังวรศีล ได้แก่ การสำรวมอินทรีย์ทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้อินทรีย์รับรู้อารมณ์ใน เวลาเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องโผฏฐัพพะ รู้ธรรมารมณ์ด้วยใจ ระวังไม่ให้กิเลสครอบงำใจในเวลารับรู้อารมณ์ทางอินทรีย์ทั้ง 6 คือ

(1) อินทรีย์คือ ตา¹³ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงลักษณะของอินทรีย์คือ ตา ไว้ว่า จักขุปสาท (ปสาทตา)

1) มีความผ่องใสแห่งภูตรูป คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม พอกะทบรูป คือสิ่งที่เห็นได้หรือความผ่องใสแห่งภูตรูปอันมีกรรมที่มีความใคร่จะเห็นเป็นต้นเหตุ เป็นลักษณะ

2) ปสาทตานี้เกิดจากกรรม หากเป็นมนุษย์เทวดาหรือพรหม ก็เกิดจากกุศลกรรม หากเป็นสัตว์เดรัจฉาน สัตว์นรก เปรตและอสุรกายก็เกิดจากอกุศลกรรม โดยกรรมที่กระทำไปก่อนหน้านั้น จะเกี่ยวข้องกับความต้องการเห็นเช่น ทำบุญด้วยดอกไม้หมายให้ผู้รับได้เห็นสิ่งสวยงาม มีอันวนเวียนอยู่ในรูปทั้งหลาย เป็นหน้าที่

3) มีความเป็นฐานรองรับจักขุวิญญาณ หรือเป็นที่อาศัยของจักขุวิญญาณ เป็นผล นอกจากนี้ จักขุปสาทเป็นธรรมชาติรูปชนิดหนึ่งที่เกิดจากกรรม มีความใสดูกระจ่างเป็นเครื่องรับรู้ปารมณฺ์เรียงรายด้วยขนตาสีดำวาวงามด้วยแววตาดำและขาว มีสัณฐานคล้ายกับกลีบ

¹³ ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.



บัวขาว แต่ตัวจักขุจริงๆ เล็กประมาณเท่าศีรษะตัวเส้น ตั้งอยู่ในระหว่างกลางตาดำได้รับอุปการะจาก ธาตุ 4 ซึ่งมีหน้าที่อาบเยื่อตาทั้ง 7 ชั้น ดุจปุยสำลีที่อาบด้วยน้ำมันชุ่มอยู่ทั้ง 7 ชั้น ฉะนั้นคือมี

- 1) ธาตุดินทรงไว้
- 2) ธาตุน้ำยึดเกาะกุมกันไว้
- 3) ธาตุไฟทำให้อบอุ่น
- 3) ธาตุลมพยุงไว้ทำให้จักขุตั้งอยู่ได้¹⁴

(2) อินทรีย์ คือ หู¹⁵ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงลักษณะของอินทรีย์คือ หู ไว้ว่า โสตปสาท (ปสาทหู) เป็นธรรมชาติรูปชนิดหนึ่งที่เกิดจากกรรม

- 1) มีความใสบริสุทธิ์ เป็นเครื่องรับเสียงต่างๆ ตั้งอยู่ภายในช่องหูมีสัณฐานดั่งวงแหวน เป็นที่อกแห่งขนแดงเส้นละเอียด โสตปสาทแผ่อยู่ทั่วบริเวณนั้น มีความผ่องใสแห่งภูตรูปพอกระทบเสียงได้หรือมีความผ่องใสแห่งภูตรูป อันมีกรรมที่มีความใคร่จะฟังเป็นต้นเหตุ เป็นลักษณะ
- 2) มีอันวนเวียนอยู่ในเสียงทั้งหลาย เป็นหน้าที่ มีความเป็นฐานรองรับโสตวิญญาน เป็นผล

3) มีธาตุ 4 อุปการะไว้มีอุตุที่พอเหมาะและโอชะ แห่งอาหารอุปถัมภ์มีอายุคือชีวิตอนุบาลไว้เป็นที่ตั้งของโสตวิญญานและวิญญานอื่นที่เกิดขึ้นรับรู้เสียง¹⁶

(3) อินทรีย์ คือ จมูก¹⁷ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงลักษณะของอินทรีย์คือ ลิ้น ไว้ว่า ฆานปสาท (ปสาทจมูก) เป็นธรรมชาติรูปชนิดหนึ่งที่เกิดจากกรรม

- 1) มีความใส บริสุทธิ์เป็นเครื่องรับกลิ่นต่างๆ ตั้งอยู่ภายในช่องจมูกที่มีสัณฐานดั่งกีบแพะ มีความผ่องใสแห่งภูตรูป พอกระทบกลิ่นได้หรือมีความผ่องใสแห่งภูตรูปอันมีกรรมที่มีความใคร่จะดมเป็นต้นเหตุ เป็นลักษณะ
- 2) มีอันวนเวียนอยู่ในกลิ่นทั้งหลาย เป็นหน้าที่
- 3) มีความเป็นฐานรองรับฆานวิญญาน เป็นผล

ฆานะได้รับ ความอุปการะจากธาตุ 4 มีอุตุและอาหารอุปถัมภ์มีชีวิตอนุบาลไว้¹⁸

¹⁴ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลและเรียบเรียงสมเด็จพระพุทธปาหารจารย์ (อาจาสมภมาเถระ), พิมพ์ครั้งที่ 5, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, 2547), หน้า 742-745.

¹⁵ ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.

¹⁶ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า 742-745.

¹⁷ ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.

¹⁸ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า 742-745.



(4) อินทรีย์ คือ ลิ่น¹⁹ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงลักษณะของอินทรีย์คือ ลิ่น ไว้ว่า ชิวหาปสาท (ปสาทลิ่น) เป็นธรรมชาติรูปชนิดหนึ่งที่เกิดจากกรรม

1) มีความใส บริสุทธิ์เป็นเครื่องรับรสต่างๆ มีสัณฐานดังปลายกลีบอุบล ตั้งอยู่บนส่วนกลางของลิ้น มีความผ่องใสแห่งภทรูปพอรับกระทบรสได้หรือมีความผ่องใสแห่งภทรูปอันมีกรรมที่มีความใคร่จะลิ้มเป็นต้นเหตุ เป็นลักษณะ

2) มีอันวนเวียนอยู่ในรสทั้งหลาย เป็นหน้าที่

3) มีความเป็นฐานที่รองรับชีวหาวิญญาน เป็นผล

ชีวหาได้ความอุปการะจากธาตุ 4 มีอุตุและอาหารอุปถัมภ์มีชีวิตอนุบาลไว้²⁰

(5) อินทรีย์ คือ กาย²¹ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงลักษณะของอินทรีย์คือ กาย ไว้ว่า กายปสาท (ปสาทกาย) เป็นธรรมชาติรูปชนิดหนึ่งที่เกิดจากกรรม

1) มีความใส บริสุทธิ์เป็นเครื่องรับสัมผัสต่างๆ มีเย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อน ตั้งอยู่ในทุกตำแหน่งของร่างกาย ยกเว้นแต่ปลายผม ขน เล็บ หนังที่หนา และที่รวมแห่งอาหารใหม่ใต้ใต้อันเป็นสถานที่ของปากจากเตโช มีความผ่องใสแห่งภทรูปพอกระทบไผฐัพพะได้หรือมีความผ่องใสแห่งภทรูปอันมีกรรมที่มีความใคร่จะถูกต้องเป็นต้นเหตุ เป็นลักษณะ

2) มีอันวนเวียนไปในไผฐัพพะทั้งหลาย เป็นหน้าที่

3) มีความเป็นฐานที่รองรับกายวิญญาน เป็นผล

กายได้รับความอุปการะจากธาตุ 4 มีอุตุและอาหารอุปถัมภ์ มีชีวิตอนุบาลไว้²²

(6) อินทรีย์ คือ ใจ²³ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงลักษณะของอินทรีย์คือ ใจ ไว้ว่า มโน (ใจหรือจิต) เป็นอายตนะภายในที่รับอารมณ์ได้กว้างขวางทั้ง 6 อารมณ์คือ รูป เสียง กลิ่น รส ไผฐัพพะ และธัมมารมณ์²⁴

ส่วนการสำรวมอินทรีย์สังวรศีลจึงเป็นไปใน 2 ลักษณะ คือ

1) สำรวมระวังอินทรีย์ทั้ง 6 ด้วยการไม่สอดสายส่งออกไปเที่ยวกระทบหรือผัสสะกับในเหล่า รูป เสียง กลิ่น รส ไผฐัพพะ และธรรมารมณ์ ที่ไม่จำเอน เพราะเมื่อไม่เกิดการ

¹⁹ ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.

²⁰ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า 742-745.

²¹ ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.

²² พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า 742-745.

²³ ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.

²⁴ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า 742-745.

ผัสสะ หรือเมื่อผัสสะดับ จึงดับเวทนาได้ อันเป็นไปตามปฏิจกสมุปบาทธรรมฝ่ายนิโรธวารหรือฝ่ายดับทุกข์

2) อีกในลักษณะหนึ่งนั้น ย่อมไม่สามารถสำรวจได้ตลอดเวลา เพราะต้องมีการกระทบกันบางประการตามในการดำเนินชีวิต แม้แต่ในภิกษุที่ประกอบด้วยความสำเร็จแล้วก็ตาม ดังนั้น เมื่อเกิดการกระทบหรือเกิดการผัสสะกันแล้ว ก็ให้มีการสังวร สำรวมไม่ใหยินดียินร้าย ในเวลาที่เห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องโผฏฐัพพะรูปธรรมารมณด้วยใจ หรือการอุเบกขา หรือไม่พัวพันเสียมันเอง กล่าวคือ ยังมีความระวังไม่ให้เกิดเลศครอบงำใจเวลารับรู้อารมณทางอินทริยทั้ง 6 ²⁵

การปฏิบัติเพื่อพัฒนาอินทริย คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ทำโดยการมีสติอินทริยรู้เท่าทันปฏิกิริยาของจิตที่มีต่ออารมณ์ คือ รู้ถึงความชอบใจหรือไม่ชอบใจที่เกิดขึ้นในจิตตามความเป็นจริง เมื่อรู้เท่าทันตามความเป็นจริงแล้ว จิตก็จะเป็นอุเบกขาเป็นกลางต่ออารมณ์ อภิขมาและ โทมนัสไม่สามารถครอบงำจิตได้ ตามปกติแล้ว เมื่อเห็นรูปทางตาแล้ว จะเกิดปฏิกิริยาทางจิตขึ้น 3 แบบ คือ

- 1) เกิดความชอบใจในสิ่งที่เห็น
- 2) เกิดความไม่ชอบใจในสิ่งที่เห็น
- 3) เกิดทั้งความชอบใจและไม่ชอบใจในสิ่งที่เห็น

ข้อสำคัญในการปฏิบัติอยู่ที่การรู้ชัดปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นในจิตทั้ง 3 นั้น ตามความเป็นจริง เมื่อรู้ชัดตามความเป็นจริงก็จะทราบว่าปฏิกิริยาของจิตทั้ง 3 นั้น เป็นสิ่งที่ปัจจัยปรุงแต่งขึ้นมา ปัจจัยที่ปรุงแต่งนั้นมีทั้งตัวอารมณ์ จิตที่มองเห็น สัญญาความจำได้หมายรู้เกาๆ เกี่ยวกับสิ่งที่ได้เห็นนั้น แต่เดิมไม่มีความรู้สึกเช่นนี้ แต่เมื่อมองเห็นรูปทางตา ก็เกิดความรู้สึกชอบ หรือไม่ชอบขึ้น ความรู้สึกอย่างนั้นเป็นของหยาบ เพราะต้องขึ้นอยู่กับอารมณ์ที่เห็น ถูกอารมณ์นั้นครอบงำจิตหลงไหลไปชอบบ้าง ไม่ชอบบ้าง ความจริงแล้ว สิ่งที่มองเห็นก็เป็นอยู่อย่างนั้นตามธรรมดาตามธรรมชาติของสิ่งนั้น แต่ผู้ที่เห็นกลับมีความชอบหรือไม่ชอบอันเป็นความหลงไหลไป ตามกิเลสของตนเอง เรียกว่า ถูกอภิขมาและโทมนัสครอบงำ²⁶

การเจริญอินทริยสังวรศีลในปาริสุทธศีล

การเจริญอินทริยสังวรศีลในปาริสุทธศีล 4 หากผู้ใดปฏิบัติโดยเคร่งครัดแล้ว จะทำให้เกิดผลที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า

(1) การเจริญอินทริยคือ ตา ได้แก่ ภิกษุในธรรมวินัยนี้เห็นรูปทางตาแล้ว จึงเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ ภิกษุนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า

²⁵ อภ.สง.อ. (ไทย) 1/1/-/284-285.

²⁶ นางสาวณัฐจิตต์ เลหาหิระ, “ศึกษาการพัฒนาอินทริยในอินทริยภาวนาสูต”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554), หน้า 37.



1) เราเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้ว ความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่ง เป็นของหายาบ อาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา

2) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้น ที่เกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุหนึ่งจึงดับไป อุเบกขา ย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนบุรุษมีตาติกระพริบตา ฉับใด

3) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจ อันเกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ฉะนั้นเหมือนกัน

ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อุเบกขาย่อมดำรงมั่น อานนทฺ์ นี้เราเรียกว่า การเจริญอินทรีโยในรูปที่พึงรู้แจ้งทางตาอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย²⁷

(2) การเจริญอินทรีโยคือ หู ได้แก่ ภิกษุภิกษุได้ยินเสียงทางหูแล้วจึงเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ ภิกษุนั้น รู้ชัดอย่างนี้ว่า

1) เราเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้ว ความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่ง เป็นของหายาบอาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา

2) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้นที่เกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุหนึ่งจึงดับไป อุเบกขาย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนบุรุษมีกำลังตีดนิ้วมือได้โดยไม่ยาก ฉับใด

3) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ฉะนั้นเหมือนกัน

ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อานนทฺ์ นี้เราเรียกว่า การเจริญอินทรีโยในเสียงที่พึงรู้แจ้งทางหูอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย²⁸

(3) การเจริญอินทรีโยคือ จมูก ได้แก่ ภิกษุดมกลิ่นทางจมูกแล้วจึงเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจทั้งความไม่ชอบใจ ภิกษุนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า

1) เราเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้ว ความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่ง เป็นของหายาบ อาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา

2) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้น ที่เกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุหนึ่งจึงดับไป อุเบกขาย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนหยาดน้ำกลิ้งไปบนใบบัวที่เอียงนิดหน่อย ย่อมไม่ติดอยู่ฉับใด

²⁷ ม.อ. (ไทย) 14/454/505.

²⁸ ม.อ. (ไทย) 14/455/506.



3) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้ว แก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ฉะนั้นเหมือนกัน

ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อุเบกขาย่อมดำรงมั่น อานนทฺ นี้เรา เรียกว่า การเจริญอินทริยในกลืนที่พึงรู้แจ้งทางจุมกอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย²⁹

(4) การเจริญอินทริยคือ ลิ่น ได้แก่ ภิกษุลิ้มรสทางลิ้นแล้วจึงเกิดความชอบใจ เกิด ความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ ภิกษุนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า

1) เราเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้ว ความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่ง เป็นของหยาบ อาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมี สิ่งทีละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา

2) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้น ที่เกิดขึ้น แล้วแก่ภิกษุนั้นจึงดับไป อุเบกขา ย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนบุรุษมีกำลังตะล่อมก้อนเขพะไว้ที่ปลาย ลิ้นแล้วถ่มไปโดยไม่ยาก ฉนใด

3) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้ว แก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ฉะนั้นเหมือนกัน

ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อุเบกขาย่อมดำรงมั่น อานนทฺ นี้เรา เรียกว่า การเจริญอินทริยในรสที่พึงรู้แจ้งทางลิ้นอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย³⁰

(5) การเจริญอินทริยคือ กาย ได้แก่ ภิกษุถูกต้องโผฏฐัพพะทางกายแล้วจึงเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ ภิกษุนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า

1) เราเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้ว ความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่ง เป็นของหยาบอาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมี สิ่งทีละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา

2) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้นที่เกิดขึ้น แล้วแก่ภิกษุนั้นจึงดับไปอุเบกขาย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนบุรุษมีกำลังเหยียดแขนออกหรือคู้แขน เข้าฉนใด

3) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแก่ ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ฉะนั้นเหมือนกัน

²⁹ ม.อ. (ไทย) 14/456/506.

³⁰ ม.อ. (ไทย) 14/457/507.



ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยาก อย่างนี้ อุเบกขาย่อมดำรงมั่น อานนทฺ นี้เราเรียกว่า การเจริญอินทรีย์ในโณฏฐัพพะที่พึงรู้แจ้งทางกายอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย³¹

(6) การเจริญอินทรีย์คือ ใจ ได้แก่ ภิกษุรู้แจ้งธรรมารมณ์ทางใจแล้วจึงเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจภิกษุนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า

1) เราเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้ว ความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่งเป็นของหายาบ อาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา

2) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้นที่เกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุนั้นจึงดับไป อุเบกขาย่อมดำรงมั่นเปรียบเหมือนบุรุษมีกำลังเอาหยดน้ำ 2 หยด หรือ 3 หยดใส่ลงในกะทะเหล็กที่ร้อนจัดตลอดวัน น้ำที่หยดลงยังเข้าไปที่แท้หยดน้ำนั้นจะระเหยแห้งไปเร็วพลันทันที ฉะนั้น

3) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจ อันเกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ฉะนั้นเหมือนกัน

ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อุเบกขาย่อมดำรงมั่น อานนทฺ นี้เราเรียกว่า การเจริญอินทรีย์ในธรรมารมณ์ที่พึงรู้แจ้งทางใจอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย³²

พระพุทธองค์ทรงแสดงการเจริญอินทรีย์ 6 อันยอดเยี่ยมในอริยวินัยไว้แล้วแสดงพระเสขะผู้กำลังปฏิบัติไว้แล้ว แสดงพระอริยะผู้เจริญอินทรีย์ไว้แล้วอย่างนี้ กิจที่ศาสดาผู้แสวงหาประโยชน์เกื้อกูล ผู้อนุเคราะห์ อาศัยความอนุเคราะห์แล้วพึงทำแก่สาวกทั้งหลายได้ เราก็ได้ทำแก่เธอทั้งหลายแล้ว อานนทฺ นั้นโคนไม้ นั้นเรือนว่าง เธอทั้งหลายจงเพ่งฌาน อย่าได้ประมาท อย่าได้เป็นผู้เดือดร้อนในภายหลัง นี่เป็นคำพร่ำสอนของเราสำหรับเธอทั้งหลาย

อานิสงส์ของอินทรีย์สังวรศีลในปาริสุทธศีล

อินทรีย์สังวรศีลในปาริสุทธศีล จัดเป็นศีลชั้นสัทธิสุทธิตี่เป็นพื้นฐานอันสำคัญโดยเฉพาะของภิกษุที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อการดำเนินไปสู่การปฏิบัติตนให้มีความบริสุทธิ์ มีอานิสงส์อย่างนี้คือ

ในปฏิสัมภิทามรรค แสดงอานิสงส์ของศีลที่สอดคล้องกับปาริสุทธศีลไว้ว่า เพราะสำรวม ปาณาติบาตชื่อว่าศีล เพราะไม่ล่วงละเมิดปาณาติบาตชื่อว่าศีลเป็นต้น ศีลนี้ย่อมเป็นไปเพื่อความไม่เดือดร้อนใจ เพื่อปราโมทย์ เพื่อปิติ เพื่อปัสสัทธิ เพื่อโสมนัส เพื่อการปฏิบัติโดยเอื้อเฟื้อ เพื่อความเจริญ เพื่อทำให้มาก เพื่อเป็นเครื่องประดับ เพื่อเป็นเครื่องป้องกัน เพื่อเป็นเครื่องแวดล้อม เพื่อความสมบูรณ์ ย่อมเป็นไปเพื่อความเบื่อหน่ายโดยส่วนเดียว เพื่อคลายกำหนด เพื่อดับ เพื่อบรรเทา เพื่อบรรเทา

³¹ ม.อ. (ไทย) 14/458/507.

³² ม.อ. (ไทย) 14/459/508.

เพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน ความบริสุทธิ์ด้วยความสำรวมแห่งศีลดังกล่าวนี้ชื่อว่าอริสัจ ๔ จิตที่ตั้งอยู่ในความบริสุทธิ์ด้วยความสำรวมย่อมไม่ฟุ้งซ่าน ความบริสุทธิ์แห่งจิตที่ไม่ฟุ้งซ่านชื่อว่าอริจิต พระโยคาวจรเห็นความบริสุทธิ์ด้วยความสำรวมโดยชอบ เห็นความบริสุทธิ์แห่งจิตที่ไม่ฟุ้งซ่านโดยชอบ ความบริสุทธิ์แห่งความเห็นทั้งสองประการนี้ชื่อว่า อริปัญญา³³

อีกประการหนึ่งว่า ภิกษุทั้งหลาย พืชคามและภุตคามเหล่าใดเหล่าหนึ่ง พืชคามและภุตคามเหล่านั้นทั้งหมดอาศัยแผ่นดิน ดำรงอยู่บนแผ่นดินจึงถึงความเจริญงอกงามไพบูลย์ได้ พืชคามและภุตคามเหล่านี้ถึงความเจริญงอกงามไพบูลย์ด้วยประการฉะนี้แม้ฉันทใด ภิกษุก็ฉันทนั้นเหมือนกัน อาศัยศีล ดำรงอยู่ในศีลแล้ว เจริญทำให้มากซึ่งอริยมรรคมีองค์ 8 ย่อมถึงความเจริญงอกงามไพบูลย์ในธรรมทั้งหลาย³⁴

อีกประการหนึ่ง บรรพชิตบวชในศาสนานี้มีจิตบริสุทธิ์ รักษาปาริสุทธิศีล 4 หมตจตสมาทานอุตงค์ 13 เรียนหลักกรรมฐานอันเหมาะสมแก่จริตของตน อยู่ในเสนาสนะอันสัสดำทำบริกรรมมีกสิณเป็นต้นจนเกิดฌานสมาบัติ

1) ได้บรรลุโสดาปัตติมรรค

2) ได้บรรลุสกทาคามีมรรค

3) ได้บรรลุอนาคามีมรรค

นี้ชื่อว่า อนาคาริยปฏิบัติสุคติ

บรรพชิตนั้นดำรงอยู่ในอัฐภาพนั้นแล้ว ครั้นกายแตก ย่อมเกิดในตระกูลใหญ่ 3 ตระกูล

1) ในมนุษย์โลกบ้าง

2) ในเทพชั้นกามาวจร 6 ชั้นบ้าง

3) ในภพแห่งพรหม 10 ภพบ้าง

4) ในชั้นสุทธาวาส 5 ชั้นบ้าง

5) ในอรุภาพ 4 บ้าง

นี้ชื่อว่า คติสุคติของบรรพชิต³⁵

ในมหาปริณิพพานสูตร มีความปรากฏแห่งอานิสงส์ศีล 5 ประการ คือ

1) บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลในโลกนี้ ย่อมมีโรคภัยเป็นอันมากซึ่งมีความไม่ประมาทเป็นเหตุ

2) กิตติศัพท์อันงามของบุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล ย่อมขจรไป

³³ ชุ.ป. (ไทย) 31/41/61-62.

³⁴ ชุ.ป. (ไทย) 31/22/577-578.

³⁵ ม.ม.อ. (ไทย) 1/1/-/444.



3) บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลจะเข้าไปยังบริษัทใด ๆ มีสมณบริษัทเป็นต้น ย่อมแก้แล้วแล้ว ไม่ก่อเงินในการเข้าไปสู่สมาคมนั้น

4) บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล ย่อมไม่หลงลืมสติตาย

5) บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล หลังจากตายแล้ว ย่อมไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์³⁶

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้แสดงอานิสงส์ของศีลสมบัติไว้ดังนี้

1) ศีลของภิกษุใดเป็นศีลสมบัติปราศจากมลทินดีแล้ว การทรงบาตรและจีวรของภิกษุนั้น ย่อมเป็นที่น่าเลื่อมใส ดวงหทัยของภิกษุผู้มีศีลบริสุทธิ์แล้ว ย่อมไม่หยั่งลงสู่ภยันตรายมีการติเตียนตนเองเป็นต้น เปรียบเหมือนดวงอาทิตย์ที่ไม่หยั่งลงสู่ความมืดมน แม้เพียงกลิ่นกายของภิกษุผู้มีศีล ก็ยังทำความปราโมชให้แก่ฝูงหอยเทพ ไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงกลิ่นคือศีล สักการะทั้งหลายที่บุคคลกระทำแล้วในภิกษุผู้มีศีล แม้จะเป็นของเล็กน้อยก็ย่อมมีผลมาก

2) ภิกษุผู้มีศีลย่อมเป็นภาชนะรองรับเครื่องบูชาสักการะ อาสวะทั้งหลายในปัจจุบันย่อมเบียดเบียนภิกษุผู้มีศีลไม่ได้ ภิกษุผู้มีศีลย่อมหลุดเสียซึ่งรากแห่งทุกข์ที่จะพึงมีในชาติเบื้องหน้า อนึ่ง นิพพานสมบัติอันสงบอย่างหาที่สุดมิได้ ใจของภิกษุผู้มีศีลสมบูรณ์แล้ว ย่อมแล่นตรงแนวไปสู่ความหลุดพ้นจากอวิชชาคือนิพพานนั้น³⁷

สรุป

การเจริญอินทริยสังวรศีลในปาริสุทธิศีล 4 คือ การสำรวมยกระดัดจิตใจให้อยู่ในสติด้วยการพยายามอดทนอดกลั้น ต่อกิเลสและรักษาอาการอันน่าเลื่อมใสในกาย ย่อม ความบริสุทธิ์ในการสำรวมทวารทั้ง 6 อินทริยสังวรนี้ แต่คนที่ไม่ได้เจริญวิปัสสนา ไม่มีปัญญา เมื่อมีอะไรมากระทบสัมผัสอินทริย 6 ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ พวกเขาก็เลือกเอาสิ่งที่ถูกใจของเขาตลอดเวลา เพราะมองไม่เห็นความถูกต้อง ปัญหาหรือทุกข์ก็จะเกิดกับชีวิตของเขาไม่มีที่สิ้นสุด พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ผู้มีปัญญาเท่านั้นที่ดับทุกข์ได้ ถ้าหมั่นฝึกฝนตนเองอย่างนี้ ท่านจะมีปัญญาเกิดขึ้นในจิตใจของท่าน महाศาล ทุกวัน ทุกวินาที เมื่อมีปัญญารู้ความจริงของโลกและชีวิตแล้วก็สามารถแก้ไขปัญหาหรือดับทุกข์ของเราได้ คือ ตั้งแต่ถูกกระทบและยังป้องกันมิให้มีปัญหาหรือทุกข์เกิดขึ้นในอนาคตได้ ทุกข์หรือปัญหาเกิดจากความพอใจไม่พอใจของเราที่เกิดจากการถูกกระทบสัมผัสอินทริย 6 โดยที่เราไม่รู้ไม่เท่าทันสิ่งที่มากระทบ ความพอใจ ไม่พอใจ นี่คือต้นเหตุของทุกข์ คือ โลภะ โทสะ โมหะ หรืออวิชชา เมื่อเราสามารถดับเหตุของปัญหาหรือทุกข์ได้ตั้งแต่ถูกกระทบแล้วปัญหาก็จะไม่มีต่อไปใน

³⁶ ที.ม. (ไทย) 10/150/94.

³⁷ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุทธปาหังจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ 11, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท ธนาเพรส จำกัด, 2556), หน้า 80-81.



อนาคต ปัญหาหรือทุกข์ที่เกิดจากความพอใจไม่พอใจนี้แหละเป็นเหตุปัจจัยให้คนเราเวียนว่ายตายเกิด นับชาติไม่ถ้วน เมื่อดับความพอใจไม่พอใจได้แล้วก็ดับความเกิดได้ เมื่อดับความเกิดได้ความแก่ ความเจ็บ และความตายก็ไม่มี นี่แหละเรียกว่าสุขภาวะหรือไร้ทุกข์หรือนิพพานนั่นเอง ทุกท่านที่เกิดมาเป็น คนสามารถฝึกฝนตนเองให้ไปถึงจุดนี้ได้ทุกคน

เอกสารอ้างอิง

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณ

ราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539.

ณัฐจิตต เลาหิระ. “ศึกษาการพัฒนาอินทรีย์ในอินทรีย์ภาวนาสูต”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์

มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2554.

พระกัมมัญฐานาจารย์ พระปณิตาภิวงศ. รุ่งแจ้งในชาตินี้. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด. 2550.

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). ตามรอยพระอรหันต์. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา. 2549.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ). วิปัสสนากรรมฐาน. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด. 2553.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ). วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2 วาดวย มหาสติปัฏฐาน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สหธรรมิก จำกัด. 2548.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ 15. กรุงเทพมหานคร :บริษัทสหธรรมิก จำกัด. 2552.

พระพุทธโฆสเถระ. คัมภีร์วิสุทธิมรรค. แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจอาสภมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท ธนาเพรส จำกัด. 2556.

พระพุทธโฆสเถระ. คัมภีร์วิสุทธิมรรค. แปลและเรียบเรียงสมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจอาสภมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด. 2547.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). วิปัสสนานัย. แปลโดย พระคันธสाराภิวงศ กรุงเทพมหานคร : ประยูรสาสนการพิมพ์. 2555.

สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก. สัมมาทิฐิ. เชียงใหม่: โรงพิมพ์นันทพันธ์. 2554.





วฤคราะห์โพชนงค 7 เพื่การร้จ้งธรรม

A Development of Faculty Restraint in *Pārisuddhisīla*

พระทวี่วณั จรวัส (ธนธีระเศรชญ์)¹

Phra Thaweewat Ciravanso (Thanateerasate)

E-mail : 6511105017@mcu.ac.th

Received: March 8, 2024 Revised: April 12, 2024 Accepted: May 10, 2024

บทคตัยอ

บทควมวขการนัมีวตัถุประสงคเพื่วฤคราะห์โพชนงคในฐานะเป็นองคแห่งการตรัสรู้และการปฏิบัติซึ่งทำให้เกิดวขและวมุตติ โพชนงคมีลักษณะไม่เป็นวนรณครื่องกangkั ไม่เป็นควมเศร้าหมองแห่งจิต บุคคลที่เจรฤโพชนงคมากยอ่มทำให้จ้งวขและวมุตติได้ คุณค่าของโพชนงคเป็นธรรมภาคปฏิบัติที่นำให้ถึงอริยมรรคญาณระดับสูง ซึ่งต้องอาศัยเหตุปัจจัยที่เป็นครื่องเกื่อหนุนส่งทอดกัันมาตามลำดับ ส่วนการวฤคราะห์โพชนงคเพื่การร้จ้งธรรมโดยผู้ปฏิบัติต้องมีสติระลึกรู้ตนตลอดเวลา ซื่อว่า มีสติสั่มโพชนงค การวจย เลือกสรร พิจารณาธรรมนัด้วยปัญญาซื่อว่า มีธัมมวจยสั่มโพชนงค ควมเพียร ควมไม่ยอ่หย่อน พิจารณาธรรมตอเนื่องด้วยปัญญาซื่อว่า มีวริยสั่มโพชนงค ปติอันปราศจากอามิสเกิดขึ้นแก่ผู้มีควมเพียรที่ปรารภแล้วซื่อว่า มีปติสั่มโพชนงค กายและจิตของผู้มีปติ ยอ่มสงบระงับ เพราะระงับควมกระวนกระวายทางกาย และทางจิตซื่อว่า มีปัสสทธิสั่มโพชนงค จิตของผู้มีกายสงบระงับแล้ว มีควมสุขที่ตั้งมั่นไว้โดยชอบ ซื่อว่า สมาริสั่มโพชนงค จิตของผู้เพ่งพิจารณาตั้งมั่นอย่างนัเป็นผู้วางเฉยในสิ่งต้งๆ ที่เข้ามากระทบซื่อว่า มีอุเบกขาสั่มโพชนงค โพชนงคท้ง 7 นัถ้าบุคคลประพตปฏิบัติตามอย่างครบถ้วนยอ่มเป็นไปเพื่การร้จ้งธรรม

คำสำคัญ : วฤคราะห์, โพชนงค 7 , ร้จ้งธรรม

¹ นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

Abstract

The academic article investigates on an analysis of *Bhojjhanga* as the principle of perfect realization and practical codes for insight knowledge and liberation. Virtue of *Bojjhanga* or enlightenment factors is against mental hindrance, free from surface defilements and helping the practitioners to attain the state of insight knowledge and liberation. The value of the enlightenment factors plays as the practical key enabling to attain the highest insight knowledge or *Maggaññā* in which it relies on proper supported causes in each gradual state. In aspect of its analysis, the practitioner starts with awareness, being mindful all time called *Satisambojjhanga*, research, observing all mental formations with knowledge called *Dhammavicayasambojjhanga*, the continued efforts of Dhamma observing without laziness called *Viriyasambojjhanga*, the pure rapture occurring to the happy meditator called *Pitisambojjhanga*, physical and mental state of the meditator cease away due to the disappearing of physical and mental distraction called *Passaddhisambojjhanga*, the mind of those who have physical peace, becomes happily well-established called *Samādhisambojjhanga*, the mind of meditator who ever observe all phenomena becomes neutral called *Upekkhāsambojjhanga*. Meditators with accomplished practice will surely lead to final realization.

Keywords: Analysis, Seven Enlightenment Factors, Realization

บทนำ

ศีลเป็นข้อบังคับของพระพุทธศาสนา เป็นมูลฐานของการบำเพ็ญวัตร คือหมายความว่า การบำเพ็ญวัตรมีหลายวิธี หลายชั้น ข้อวัตรแต่ละชั้นๆ มีความเคร่งครัดมากน้อยไม่เท่ากัน วัตรประเภทใดเคร่งครัดมาก ทานก็วางศีลเป็นพื้นฐานไว้มากเหมือนการสร้างบ้านเรือน ถ้าเครื่องบนของอาคารมากและกว้างใหญ่เสาก็ต้องมาก เข็มก็ต้องแข็งแรงพอกัน เรียกว่าพื้นสมสวน การที่มีคนกล่าวอ้างคุณวิเศษว่า ตนประพุดติและปฏิบัติธรรมได้สูง แต่ไม่ปฏิบัติในศีลจึงเป็นสิ่งที่ไม่สมเหตุผล เพราะถ้าละศีลเสียแล้วที่จะหวังมรรค ผล และนิพพานนั้นเห็นจะเป็นการยาก เพราะศีลเป็นพื้นฐานของสมาธิ สมาธิเป็นรากฐานของปัญญา และปัญญาเป็นเครื่องบรรลุนิพพาน ดังพระพุทธพจน์ว่า



ภิกษุพึงหวังได้แต่ความเจริญอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย ตราบเท่าที่ภิกษุยังมีศีลที่ไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ด่าง ไม่พร้อย เปนไท้ ไม่ถูกตัดหาที่ภิกษุครอบงำ เปนไปเพื่อสมาธิ เสมอกันกับเพื่อนพรหมจารีทั้งหลายทั้งในที่แจ้งและในที่ลับ² ในพระพุทธศาสนามีปาริสุทธิศีล 4 อันประกอบไปด้วย

1) ปาฏิโมกขสังวรศีล ศีล คือ ความสังวรในพระปาฏิโมกข แปลว่า ยังผู้รักษาให้พ้นจากอภัยภูมิตั้ง 4 หมายความว่า ถ้าผู้ใดรักษาสิกขาบทตามที่พระพุทธองค์ทรงบัญญัติไว้มิได้ ประพฤติล่วงละเมิดสำรวมระมัดระวังด้วยสติ ด้วยปัญญา ด้วยความอดทน ด้วยความเพียร ศีลจะรักษาผู้นั้นให้พ้นจากอภัยภูมิตั้ง 4

2) อินทริยสังวรศีล แปลว่า ศีลคือการสำรวมอินทริย 6 ได้แก่ สำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ด้วยสติ

3) อาชีวปาริสุทธิศีล แปลว่า ศีลคือความบริสุทธิ์แห่งอาชีพ หมายความว่า เปนผู้มีความเป็นอยู่อันบริสุทธิ์ มีความเป็นอยู่อย่างชอบธรรม มีความเป็นอยู่อันสุจริตคือไม่ผิดศีลธรรม

4) ปจจัยสันนิสสิตศีล แปลว่า ศีลอาศัยปจจัย 4 โดยองค์ธรรม ได้แก่ ปัญญา เจตสิก การพิจารณาอันเรียกว่า ปจจเวกขณะ³

อินทริย หมายความว่า วัตถุที่เป็นใหญ่ ความเป็นใหญ่ เป็นจอม เป็นอิสระ เฉพาะในที่นี้ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ อายตนะเหล่านี้ส่วนหนึ่ง ๆ ล้วนเป็นอิสระเต็มที่แผนกหนึ่งคือ ในการเห็น รูปย่อมสิทธิ์ขาดอยู่ที่ตา การฟังเสียงสิทธิ์ขาดอยู่ที่หู การได้กลิ่นสิทธิ์ขาดอยู่ที่จมูก การลิ้มรสสิทธิ์ขาดอยู่ที่ลิ้น เป็นต้น จะเกิดผลดีหรือความฉิบหายร้ายแรงขึ้นในแผนกนี้ก็เพราะด้วยการกระทำของอวัยวะ อันนี้ในที่นี้ประสงค์เอาอวัยวะที่ได้ชื่อนั้น ๆ พร้อมทั้งประสาทและวิญญาณอันมีหน้าที่ประจำอยู่กับอายตนะนั้น ๆ ตาหมายเอาอวัยวะที่เรียกว่า ลูกตาพร้อมด้วยประสาทอันเป็นสายส่งข่าวติดต่อกับสมองและทั้งจักขุวิญญาณอันแล่นไปตามสายนั้นด้วย ใจในที่นี้ได้แก่ สมองส่วนที่คิดนึกได้ ที่อาจปรุงแต่งเรื่องราวขึ้นได้เอง แล้วยินดียินร้ายได้โดยไม่ต้องอาศัยตา หู จมูก ลิ้นในขณะนั้นเลย⁴

ส่วนอินทริยสังวรศีล คือ การใช้สติสำรวมอินทริยเพื่อมิให้เกิดกิเลสในขณะที่ยินทรีย์ 6 คือ จิตที่เห็น ไฉน รูกลิ้น ลิ้มรส รู้สัมผัส และนึกคิดเรื่องราวต่าง ๆ กำลังรับรู้อารมณ์ 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ ที่ปรากฏทางทวารทั้ง 6⁵ ดังนั้นสติจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะไม่ทำให้

² ที.ม. (ไทย) 10/141/88.

³ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), วิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูร วงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, 2553), หน้า 404-408.

⁴ พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), ตามรอยพระอรหันต์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, 2549), หน้า 222.

⁵ พระกัมมัญญานาจริยะ พระปณิตตาภิกขุ, รูปร่างในชาตินี้, พิมพ์ครั้งที่ 7, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2550), หน้า 254.



อินทริยสังวรบกพร่องทุก ๆ ขณะที่เรามีสติจิตใจจะได้รับการป้องกันมิให้ความโลภ ความโกรธ และความหลงพลุ่งพล่านขึ้นมาได้ หากเราระมัดระวังในที่สุดจิตก็จะอ่อนลงและพึงพอใจที่จะไม่โลดแล่นไปสู่กามคุณ ทั้งนี้เราต้องมีความตื่นตัวอยู่เสมอ เมื่ออารมณ์มากระทบต้องกำหนดอารมณ์นั้นทันทีตามความเป็นจริง เราต้องทำให้การเห็นก็สักแต่ว่าเห็น ไฉนก็สักแต่ว่าไฉน สัมผัสก็สักแต่ว่าสัมผัส รูสก็สักแต่ว่ารูรส และคิดก็สักแต่ว่าคิด

กระบวนการรับรู้เหล่านี้ควรจะต้องชัดเจน ง่าย และไม่มีการนึกคิดปรุงแต่ง หรือถูกครอบงำด้วยกิเลส หากสติสมบูรณอารมณ์กระทบแล้วผ่านไป โดยไม่มีความคิดปรุงแต่งหรือปฏิกิริยาใด ๆ มีแต่กระบวนการทางธรรมชาติของอารมณ์เท่านั้นดังพระพุทธพจน์ว่า

ภิกษุ! เห็นรูปทางตาแล้วไม่รวบถือ ไม่แยกถือ ยอมปฏิบัติเพื่อสำรวมจักขุนทริย ซึ่งเมื่อไม่สำรวมแล้วก็จะเปื้อนเหตุให้ถูกบาปอกุศล คือ อภิชฌา (ความเพ่งเล็งอยากได้ของคนอื่น) และโทมนัส (ความทุกข์ใจ) ครอบงำได้ จึงรักษาจักขุนทริยถึงความสำรวมในจักขุนทริยฟังเสียงทางหู ฯลฯ ตมกลิ่นทางจมูก ฯลฯ ลิ้มรสทางลิ้น ฯลฯ ถูกต้องโณภูมิจิตทางกาย ฯลฯ รูแจ้งธรรมารมณ์ทางใจแล้วไม่รวบถือ ไม่แยกถือ ยอมปฏิบัติเพื่อสำรวมมโนทริย ซึ่งเมื่อไม่สำรวมแล้วก็จะเปื้อนเหตุให้ถูกบาปอกุศล คืออภิชฌา และโทมนัสครอบงำได้ จึงรักษามโนทริย ถึงความสำรวมในมโนทริยภิกษุ! ประกอบด้วยอินทริยสังวรนี้ ย่อมเสวยสุขอันไม่ระคนด้วยกิเลสภายใน⁶

ความหมายของอินทริยสังวรศีล

สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ได้ให้ความหมายอินทริยสังวรว่า หมายถึง ความสำรวมอินทริยคือสำรวมอินทริยทั้ง 6 นี้ สำรวมตา สำรวมหู สำรวมจมูก สำรวมลิ้น สำรวมกาย สำรวมใจ สำรวมอย่างไรก็ความีความสำรวมคือความป้องกัน ระวังระมัดระวังด้วยสติ ในทุกเวลาที่ตากับรูปได้ประจวบกัน หูกับเสียงได้ประจวบกัน จมูกกับกลิ่นได้ประจวบกัน ลิ้น กับรสได้ประจวบกัน กายและสิ่งที่กายถูกต้องได้ประจวบกัน มโนคือใจและธรรมะคือเรื่องราวได้ประจวบกัน คือให้พิจารณาโดยแยบคาย สำรวมอินทริยคือตา คือ ในขณะที่ตากับรูปประจวบกัน หรือที่เรียกกันง่าย ๆ วาตาเห็นรูป ก็มีสติคอยสำรวมระวังเอาไว้ มิให้ยึดถือสิ่งที่ตาเห็นนั้นเกิดความยินดีเกิดความยินร้าย อันเรียกว่านากิเลสให้ไหลเข้ามาท่วมจิตใจ สู้จิตใจ คือระมัดระวังมิให้เป็นอารมณ์ที่นำความยินดีความยินร้ายไหลเข้ามาสู่จิตใจ ท่วมจิตใจ อันความยินดีความยินร้ายที่ไหลเข้ามาท่วมจิตใจทางตานี้ ได้ชื่อว่าเปื้อนอาสวะอย่างหนึ่ง⁷

⁶ ที.ส. (ไทย) 9/213/72-73.

⁷ สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, **สัมมาทิฐิ**, (เชียงใหม่: โรงพิมพ์นันทพันธ์, 2554), หน้า 135-136.



พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ) ได้ให้ความหมายอินทรีย์สังวร หมายถึง ปดกัน ปองกัน ไม่ให้บาปอกุศลธรรมทั้งหลายเกิดขึ้นในจิตเวลาที่มีการรับรู้อารมณ์ทางทวารทั้ง 6 หรือ หมายถึง การคุ้มครอง การป้องกันรักษาจิตให้มั่นคง เมื่อรับรู้อารมณ์แล้ว อารมณ์ก็จะไม่ฉุดจิตใจออกไปสนใจภายนอก ไม่หลงยินดีในอารมณ์ที่น่ารัก ไม่เกลียดชังในอารมณ์ที่ไม่น่ารัก⁸

พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ) ได้ให้ความหมายของอินทรีย์สังวรศีล คือ การใช้สติสำรวมระวังไม่ให้เกิดกิเลสขณะที่วิญญานเกิดขึ้นรับรู้อารมณ์ โดยให้ความหมายในลักษณะการอธิบายแบบอภิธรรม ซึ่งถึงองค์ธรรมของสังวรแต่ละอย่าง บอกถึงสังวรธรรมมี 5 อย่าง ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ขันติ และวิริยะ เมื่อใดที่มีธรรมะเหล่านี้เกิดขึ้นในขณจิต เมื่อนั้นเป็นสังวร เมื่อใดที่เป็นฝ่ายตรงข้าม ได้แก่ ความไม่มีศีล ความไม่มีสติ ความหลง ความไม่อดทน และ ความเกียจคร้านเกิดขึ้นในขณจิต เมื่อนั้นเป็นอสังวร สติสังวรนั้นเป็นอินทรีย์สังวรอย่างแท้จริง⁹

พุทธทาสภิกขุ ได้ให้ความหมายของอินทรีย์สังวรเอาไว้ว่า อินทรีย์สังวร คือ การสำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ หกอย่างไว้ ด้วยหวังว่า รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และความรูสึก นึกขึ้นเองในใจอย่าทำความรักใคร่พอใจยินดีหรือความโกรธเคืองหงุดหงิดยินร้าย ให้เกิดขึ้นในใจของตนได้นอกจากนี้ ทนายยังมองว่าอินทรีย์สังวรไม่ใช่แค่เรื่องศีล แต่ยังรวมถึงการเจริญวิปัสสนา จนกระทั่งบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ ซึ่งอินทรีย์สังวรเป็นเหมือนพื้นฐานให้จิตวางเฉยเมื่อตา มองเห็นรูป หูฟัง จมูกดมกลิ่น เป้นต้น ในขณะที่นั้นก็สามารถเพ่งมองให้เห็นความจริงของรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ และสภาวะธรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้เห็นโดยความเป็นของว่างเปล่าจากตัวตน จนกระทั่งหลุดพ้นก็ได้ ดังนั้นการบำเพ็ญอินทรีย์สังวรนั้น หากมีความตั้งใจจริง ก็สามารถถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้ ดังที่ท่านกล่าวไว้ว่า การสำรวมอินทรีย์นั้น ไม่ใช่มีแต่อย่างต่ำเป็นขั้นศีล อาจมีสูงขึ้นไปถึงขั้น บรรลุ อรหัตตผล ถ้าผู้ใดสำรวมอินทรีย์ชนิดเกิดญาณวิเศษมองเห็นเป็นวิปัสสนา ถึงกับเห็นความเป็น อนัตตาของทุกสิ่งทุกอย่างทั้งที่เป็นภายนอกและภายในจนอนัตตานุปัสสนาญาณเกิดขึ้นแล้ว ผู้นั้นจะบรรลุถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้ แก่นิพพาน ขอนี้หมายความว่า ไม่ใช่เพียงแต่การเห็นรูป แล้วเฉยได้อย่างเดียว ซึ่งเป็นเพียงอินทรีย์สังวรศีล แต่ในขณะที่เฝ้านั้นแหละหมายถึงการเพ่งความเป็นธาตุความเป็น ของว่างเปล่าในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ ตลอดถึงผัสสะ และเวทนาทุกชนิดที่ อาศัยรูป เป็นต้นเกิดขึ้นจนเกิดวิมุตติขึ้น¹⁰

⁸ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ), วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2 วาดวย มหาสติปฐฐาน, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สหธรรมิก จำกัด, 2548), หน้า 433.

⁹ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนานัย, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ (กรุงเทพมหานคร : ประยูรสาสนการพิมพ์, 2555), หน้า 13-14.

¹⁰ พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), ตามรอยพระอรหันต์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, 2549), หน้า 218.



พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายของอินทริยสังวร คือ การสำรวมอินทริยทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ยินดียินร้ายในเวลาเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกตองไผ่ภูฏัพพะ รุ้ธรรมารมณ์ด้วยใจ ระวังไม่ให้กิเลสครอบงำใจ ในเวลารับรู้อารมณ์ทางอินทริยทั้ง 6 และศีลยังมีใช้ข้อปฏิบัติให้ถึงจุดหมายสูงสุดโดยตัวของมันเอง แต่เป็นวิธีการเพื่อก้าวหน้าไปสู่ความเจริญขั้นต่อไปคือ สมาธิ สมาธิจึงเป็นจุดหมายจำเพาะของศีล¹¹

ความสำคัญของอินทริยสังวรศีล

ความสำคัญของอินทริยสังวรศีลที่ส่งผลกระทบต่อการเจริญวิปัสสนาทำให้ผู้เขียนมีความสนใจในการศึกษาค้นคว้าเรื่องนี้เป็นสำคัญ เพราะยังมีอีกหลายประเด็นที่ยังไม่กระจ่าง เช่น อินทริยสังวรศีลส่งผลกระทบต่อการกำหนดรู้สภาวะธรรมในการเจริญวิปัสสนา และภาพรวมของอินทริยสังวรศีลมีความเชื่อมโยงกับหมวดธรรมอื่นในกระบวนการเจริญวิปัสสนา ความรู้ที่ได้จากการบทความนี้จะเป็นการเสริมสร้างความเข้าใจ และให้ความสำคัญในพื้นฐานเรื่องอินทริยสังวรศีลในการปฏิบัติและสามารถน้อมนำมาเป็นแนวทางในการเจริญวิปัสสนา ตรงตามหลักธรรมที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้อันเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อผู้ใดในการศึกษา และผู้สนใจในการเจริญวิปัสสนาอันเป็นหนทางแห่งการบรรลุมรรค ผล และกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพานแก่บุคคลทั้งหลายสืบไป

การรู้จักสำรวมระวัง มีการคุ้มครองป้องกันเวลาที่มีการเห็น การได้ยิน การดมกลิ่น การลิ้มรส การสัมผัส การคิดนึกหรือรับรู้ความรู้สึกต่าง ๆ เป็นหลักการของอินทริยสังวรตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนไว้ เมื่อฝึกหัดให้มีการคุ้มครองได้บ่อย ๆ มั่งคั่งขึ้น ก็ชื่อว่าได้เป็นผู้มีทวารอันคุ้มครองแล้ว ในอินทริยทั้งหลาย จะทำให้จิตเป็นสมาธิ มีความตั้งมั่นดี จะทำกิจการงานใด ๆ ก็ทำด้วยเหตุผลงานสำเร็จด้วยดี หรือจะพิจารณาความจริงอะไรก็แจ่มชัด เกิดประโยชน์ทั้งทางโลกและทางธรรม การจะมีอินทริยสังวรได้นั้น จะต้องมีสติตั้งมั่นเตรียมพร้อมอยู่เสมอ จึงต้องมีการฝกอบรมไว้ โดยการฝกให้มีสติมีความรู้ตัวเป็นพื้นฐานเอาไว้ และมีการช่อมอยู่เสมอ ๆ เมื่อมีการกระทบอารมณ์ทางทวารทั้ง 6 คือ

- 1) ทางตา
- 2) ทางหู
- 3) ทางจมูก
- 4) ทางลิ้น
- 5) ทางกาย

¹¹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ 15, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหธรรมิก จำกัด, 2552), หน้า 762.



6) ทางใจ¹²

เป็นการพัฒนาอินทรีย์ทั้ง 6 ให้มีคุณภาพ นำมาใช้ประโยชน์ นำความสงบสุขมาให้เรียกว่าอินทรีย์ภาวนา ผู้ที่มีอินทรีย์ฝักดีแล้ว ย่อมเป็นผู้ที่ปลอดภัยจากบาปอกุศล และปลอดภัยจากทุกขที่จะเกิดมาจากกิเลสต่าง ๆ แม้ในยุคสมัยที่มีเรื่องราวมากมายอย่างยุคปัจจุบัน มีสิ่งยั่วยวนใจมาล่อมากมาย

หลักอินทรีย์สังวรก็ยังใช้ได้เสมอเพราะเป็นการป้องกันไว้ตั้งแต่ต้น ผู้ที่ฝึกพัฒนาอินทรีย์สังวรมาจนสมบูรณ์แล้ว ได้แก่ พระอรหันต ทานได้ผ่านการฝึกฝนพัฒนามาจนกระทั่งเกิดอัสวักขญาณ มีวิชา รู้อย่างอริยสังฆสมบูรณ์แล้ว หมดกิเลสโดยสิ้นเชิง ทานจึงปกกันกิเลสไม่ให้เกิดขึ้นเมื่อมีการรับรู้อารมณ์ต่างๆ ได้ทุกอารมณ์ เป็นผู้ที่มีปัญญา วางเฉยต่อสังขารทั้งหลายที่มาปรากฏทางทวารทั้ง 6 ได้ชื่อว่าผู้ที่มีอินทรีย์สังวรอย่างสมบูรณ์ สอนพระอริยเจ้าลำดับรองลงมายังไม่สมบูรณ์ เพราะยังมีความยินดียินร้ายในบางอารมณ์ได้มากน้อยตามกำลังสติปัญญา สอนปุถุชนย่อมมีความยินดียินร้ายเกิดขึ้นในอารมณ์มากมาย ต้องอาศัยการป้องกันให้ห่างไกลจากกิเลส โดยการสำรวมระวังการกระทำ คำพูด ความคิด การเลือกอารมณ์ การมีเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบันที่เหมาะสมเอาไว้เพื่อไม่ให้ใจหวนกลับไปหาความสุขจากการเสพอารมณ์ ตลอดจนการฝึกฝนทำกรรมฐานต่าง ๆ เพื่อให้เกิดสมาธิและเกิดปัญญาให้ห่างไกลจากกิเลสต่าง ๆ

องค์ประกอบของอินทรีย์สังวรศีล

อินทรีย์สังวรศีล ได้แก่ การสำรวมอินทรีย์ทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ยินดียินร้ายใน เวลาเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องโผฏฐัพพะ รู้ธรรมารมณ์ด้วยใจ ระวังไม่ให้กิเลสครอบงำใจในเวลารับรู้อารมณ์ทางอินทรีย์ทั้ง 6 คือ

(1) อินทรีย์คือ ตา¹³ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงลักษณะของอินทรีย์คือ ตา ไว้ว่า จักขุปสาท (ปสาทตา)

1) มีความผ่องใสแห่งภูตรูป คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม พอกระทบรูป คือสิ่งที่เห็นได้หรือความผ่องใสแห่งภูตรูปอันมีกรรมที่มีความใคร่จะเห็นเป็นต้นเหตุ เป็นลักษณะ

2) ปสาทตานี้เกิดจากกรรม หากเป็นมนุษย์เทวดาหรือพรหม ก็เกิดจากกุศลกรรม หากเป็นสัตว์เดรัจฉาน สัตว์นรก เปรตและอสุรกายก็เกิดจากอกุศลกรรม โดยกรรมที่กระทำไปก่อนหน้านั้น จะเกี่ยวข้องกับความต้องการเห็นเช่น ทำบุญด้วยดอกไม้หมายให้ผู้รับได้เห็นสิ่งสวยงาม มีอันวนเวียนอยู่ในรูปทั้งหลาย เป็นหน้าที่

3) มีความเป็นฐานรองรับจักขุวิญญาณ หรือเป็นที่อาศัยของจักขุวิญญาณ เป็นผล

¹² ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.

¹³ ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.



นอกจากนี้ จักขุปสาทเป็นธรรมชาติรูปชนิดหนึ่งที่เกิดจากกรรม มีความใสดูกระจ่างเงา เป็นเครื่องรับรูปรารมณฺ์เรียงรายด้วยขนตาสีด้าวาวงามด้วยแววตาดีและขาว มีสัณฐานคล้ายกับกลีบ บัวขาบ แต่ตัวจักขุจริงๆ เล็กประมาณเท่าศีรษะตัวเส้น ตั้งอยู่ในระหว่างกลางตาดีได้รับอุปการะจาก ธาตุ 4 ซึ่งมีหน้าที่อาบเยื่อตาทั้ง 7 ชั้น ดุจปุยสำลีที่อาบด้วยน้ำมันชุ่มอยู่ทั้ง 7 ชั้น ฉะนั้นคือมี

- 1) ธาตุดินทรงไว้
- 2) ธาตุน้ำยึดเกาะกุมกันไว้
- 3) ธาตุไฟทำให้อบอุ่น
- 3) ธาตุลมพยุ้งไว้ทำให้จักขุตั้งอยู่ได้¹⁴

(2) อินทรีย์ คือ หู¹⁵ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงลักษณะของอินทรีย์คือ หู ไว้ว่า โสตปสาท (ปสาทหู) เป็นธรรมชาติรูปชนิดหนึ่งที่เกิดจากกรรม

1) มีความใสบริสุทธิ์ เป็นเครื่องรับเสียงต่างๆ ตั้งอยู่ภายในช่องหูมีสัณฐานดั่งวงแหวน เป็นที่อกแห่งขนแดงเส้นละเอียด โสตปสาทแผ่อยู่ทั่วบริเวณนั้น มีความผ่องใสแห่งภูตรูปพอกระทบเสียงได้หรือมีความผ่องใสแห่งภูตรูป อันมีกรรมที่มีความใคร่จะฟังเป็นต้นเหตุ เป็นลักษณะ

2) มีอันวนเวียนอยู่ในเสียงทั้งหลาย เป็นหน้าที่ มีความเป็นฐานรองรับโสตวิญญาณ เป็นผล

3) มีธาตุ 4 อุปการะไว้มีอุตุที่พอเหมาะและโอชะ แห่งอาหารอุปถัมภ์มีอายุคือชีวิตอนุบาลไว้เป็นที่ตั้งของโสตวิญญาณและวิญญาณอื่นที่เกิดขึ้นรับรู้เสียง¹⁶

(3) อินทรีย์ คือ จมูก¹⁷ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงลักษณะของอินทรีย์คือ ลิ้น ไว้ว่า ฆานปสาท (ปสาทจมูก) เป็นธรรมชาติรูปชนิดหนึ่งที่เกิดจากกรรม

1) มีความใส บริสุทธิ์เป็นเครื่องรับกลิ่นต่างๆ ตั้งอยู่ภายในช่องจมูกที่มีสัณฐานดั่งกีบแพะ มีความผ่องใสแห่งภูตรูป พอกระทบกลิ่นได้หรือมีความผ่องใสแห่งภูตรูปอันมีกรรมที่มีความใคร่จะดมเป็นต้นเหตุ เป็นลักษณะ

2) มีอันวนเวียนอยู่ในกลิ่นทั้งหลาย เป็นหน้าที่

3) มีความเป็นฐานรองรับฆานวิญญาณ เป็นผล

ฆานะได้รับ ความอุปการะจากธาตุ 4 มีอุตุและอาหารอุปถัมภ์มีชีวิตอนุบาลไว้¹⁸

¹⁴ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลและเรียบเรียงสมเด็จพะพุทธาจารย์ (อาจาสมภมาเถระ), พิมพ์ครั้งที่ 5, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, 2547), หน้า 742-745.

¹⁵ ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.

¹⁶ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า 742-745.

¹⁷ ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.

¹⁸ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า 742-745.



(4) อินทรีย์ คือ ลิ่น¹⁹ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงลักษณะของอินทรีย์คือ ลิ่น ไว้ว่า ชิวหาปสาท (ปสาทลิ่น) เป็นธรรมชาติรูปชนิดหนึ่งที่เกิดจากกรรม

1) มีความใส บริสุทธิเป็นเครื่องรับรสต่างๆ มีสัณฐานดังปลายกลีบอุบล ตั้งอยู่บนส่วนกลางของลิ้น มีความผ่องใสแห่งภทรูปพอรับกระทบรสได้หรือมีความผ่องใสแห่งภทรูปอันมีกรรมที่มีความใคร่จะลิ้มเป็นต้นเหตุ เป็นลักษณะ

2) มีอันวนเวียนอยู่ในรสทั้งหลาย เป็นหน้าที่

3) มีความเป็นฐานที่รองรับชีวหาวิญญาน เป็นผล

ชีวหาได้ความอุปการะจากธาตุ 4 มีอุตุและอาหารอุปถัมภ์มีชีวิตอนุบาลไว้²⁰

(5) อินทรีย์ คือ กาย²¹ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงลักษณะของอินทรีย์คือ กาย ไว้ว่า กายปสาท (ปสาทกาย) เป็นธรรมชาติรูปชนิดหนึ่งที่เกิดจากกรรม

1) มีความใส บริสุทธิเป็นเครื่องรับสัมผัสต่างๆ มีเย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อน ตั้งอยู่ในทุกตำแหน่งของร่างกาย ยกเว้นแต่ปลายผม ขน เล็บ หน้าที่หนา และที่รวมแห่งอาหารใหม่ใต้ใต้อันเป็นสถานที่ของปากจากเตโช มีความผ่องใสแห่งภทรูปพอกระทบโณฐัพพะได้หรือมีความผ่องใสแห่งภทรูปอันมีกรรมที่มีความใคร่จะถูกต้องเป็นต้นเหตุ เป็นลักษณะ

2) มีอันวนเวียนไปในโณฐัพพะทั้งหลาย เป็นหน้าที่

3) มีความเป็นฐานที่รองรับกายวิญญาน เป็นผล

กายได้รับความอุปการะจากธาตุ 4 มีอุตุและอาหารอุปถัมภ์ มีชีวิตอนุบาลไว้²²

(6) อินทรีย์ คือ ใจ²³ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงลักษณะของอินทรีย์คือ ใจ ไว้ว่า มโน (ใจหรือจิต) เป็นอายตนะภายในที่รับอารมณ์ได้กว้างขวางทั้ง 6 อารมณ์คือ รูป เสียง กลิ่น รส โณฐัพพะ และธัมมารมณ์²⁴

ส่วนการสำรวมอินทรีย์สังวรศีลจึงเป็นไปใน 2 ลักษณะ คือ

1) สำรวมระวังอินทรีย์ทั้ง 6 ด้วยการไม่สอดสายส่งออกไปเที่ยวกระทบหรือผัสสะกับในเหล่า รูป เสียง กลิ่น รส โณฐัพพะ และธรรมารมณ์ ที่ไม่จำเอน เพราะเมื่อไม่เกิดการ

¹⁹ ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.

²⁰ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า 742-745.

²¹ ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.

²² พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า 742-745.

²³ ที.ปา. (ไทย) 11/323/315-316.

²⁴ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า 742-745.



ผัสสะ หรือเมื่อผัสสะดับ จึงดับเวทนาได้ อันเป็นไปตามปฏิจจสมุปปาทธรรมฝ่ายนิโรธวารหรือฝ่ายดับทุกข์

2) อีกในลักษณะหนึ่งนั้น ย่อมไม่สามารถสำรวมได้ตลอดเวลา เพราะต้องมีการกระทบกันบางประการตามในการดำเนินชีวิต แม้แต่ในภิกษุที่ประกอบด้วยความสำเร็จแล้วก็ตาม ดังนั้น เมื่อเกิดการกระทบหรือเกิดการผัสสะกันแล้ว ก็ให้มีการสังวร สำรวมไม่ให้ยินดีในราย ในเวลาที่เห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องโผฏฐัพพะรูปธรรมารมณด้วยใจ หรือการอุเบกขา หรือไม่พัวพันเสียมันเอง กล่าวคือ ยังมีความระวังไม่ให้เกิดเลศครอบงำใจเวลารับรู้อารมณทางอินทริยทั้ง 6 ²⁵

การปฏิบัติเพื่อพัฒนาอินทริย คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ทำโดยการมีสติอินทริยรู้เท่าทันปฏิกิริยาของจิตที่มีต่ออารมณ์ คือ รู้ถึงความชอบใจหรือไม่ชอบใจที่เกิดขึ้นในจิตตามความเป็นจริง เมื่อรู้เท่าทันตามความเป็นจริงแล้ว จิตก็จะเป็นอุเบกขาเป็นกลางต่ออารมณ์ อภิชฌาและ โทมนัสไม่สามารถครอบงำจิตได้ ตามปกติแล้ว เมื่อเห็นรูปทางตาแล้ว จะเกิดปฏิกิริยาทางจิตขึ้น 3 แบบ คือ

- 1) เกิดความชอบใจในสิ่งที่เห็น
- 2) เกิดความไม่ชอบใจในสิ่งที่เห็น
- 3) เกิดทั้งความชอบใจและไม่ชอบใจในสิ่งที่เห็น

ข้อสำคัญในการปฏิบัติอยู่ที่การรู้ชัดปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นในจิตทั้ง 3 นั้น ตามความเป็นจริง เมื่อรู้ชัดตามความเป็นจริงก็จะทราบว่าปฏิกิริยาของจิตทั้ง 3 นั้น เป็นสิ่งที่ปัจจัยปรุงแต่งขึ้นมา ปัจจัยที่ปรุงแต่งนั้นมีทั้งตัวอารมณ์ จิตที่มองเห็น สัญญาความจำได้หมายรู้ต่างๆ เกี่ยวกับสิ่งที่ได้เห็นนั้น แต่เดิมไม่มีความรู้สึกเช่นนี้ แต่เมื่อมองเห็นรูปทางตา ก็เกิดความรู้สึกชอบ หรือไม่ชอบขึ้น ความรู้สึกอย่างนั้นเป็นของหยาบ เพราะต้องขึ้นอยู่กับอารมณ์ที่เห็น ถูกอารมณ์นั้นครอบงำจิตหลงไหลไปชอบบ้าง ไม่ชอบบ้าง ความจริงแล้ว สิ่งที่มองเห็นก็เป็นอยู่อย่างนั้นตามธรรมดาตามธรรมชาติของสิ่งนั้น แต่ผู้ที่เห็นกลับมีความชอบหรือไม่ชอบอันเป็นความหลงไหลไป ตามกิเลสของตนเอง เรียกว่า ถูกอภิชฌาและโทมนัสครอบงำ²⁶

²⁵ อภ.สง.อ. (ไทย) 1/1/-/284-285.

²⁶ นางสาวณัฐฐจิตต์ เลหาวิระ, “ศึกษาการพัฒนาอินทริยในอินทริยภาวนาสูต”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554), หน้า 37.



การเจริญอิทธิยสังวรศีลในปาริสุทธิศีล

การเจริญอิทธิยสังวรศีลในปาริสุทธิศีล 4 หากผู้ใดปฏิบัติโดยเคร่งครัดแล้ว จะทำให้เกิดผลที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า

(1) การเจริญอิทธิยคือ ตา ได้แก่ ภิกษุในธรรมวินัยนี้เห็นรูปทางตาแล้ว จึงเกิดความพอใจ เกิดความไม่พอใจ และเกิดทั้งความพอใจและความไม่พอใจ ภิกษุนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า

1) เราเกิดความพอใจ เกิดความไม่พอใจ และเกิดทั้งความพอใจและความไม่พอใจนี้แล้ว ความพอใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่ง เป็นของหายาบ อาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา

2) ความพอใจ ความไม่พอใจ ความพอใจและความไม่พอใจนั้น ที่เกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุนั้นจึงดับไป อุเบกขา ย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนบุรุษมีตาตึงกระพริบตา ฉันท

3) ความพอใจ ความไม่พอใจ ความพอใจและความไม่พอใจ อันเกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ฉันทนั้นเหมือนกัน

ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อุเบกขาย่อมดำรงมั่น อานนท นี้เราเรียกว่า การเจริญอิทธิยในรูปที่พึงรู้แจ้งทางตาอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย²⁷

(2) การเจริญอิทธิยคือ หู ได้แก่ ภิกษุภิกษุได้ยินเสียงทางหูแล้วจึงเกิดความพอใจ เกิดความไม่พอใจ และเกิดทั้งความพอใจและความไม่พอใจ ภิกษุนั้น รู้ชัดอย่างนี้ว่า

1) เราเกิดความพอใจ เกิดความไม่พอใจ และเกิดทั้งความพอใจและความไม่พอใจนี้แล้ว ความพอใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่ง เป็นของหายาบอาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา

2) ความพอใจ ความไม่พอใจ ความพอใจและความไม่พอใจนั้นที่เกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุนั้นจึงดับไป อุเบกขาย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนบุรุษมีกำลังตีดนิ้วมือได้โดยไม่ยาก ฉันท

3) ความพอใจ ความไม่พอใจ ความพอใจและความไม่พอใจอันเกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ฉันทนั้นเหมือนกัน

ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อานนท นี้เราเรียกว่า การเจริญอิทธิยในเสียงที่พึงรู้แจ้งทางหูอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย²⁸

(3) การเจริญอิทธิยคือ จมูก ได้แก่ ภิกษุดมกลิ่นทางจมูกแล้วจึงเกิดความพอใจ เกิดความไม่พอใจ และเกิดทั้งความพอใจทั้งความไม่พอใจ ภิกษุนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า

²⁷ ม.อ. (ไทย) 14/454/505.

²⁸ ม.อ. (ไทย) 14/455/506.



1) เราเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้ว ความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่ง เป็นของหายาบ อาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา

2) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้น ที่เกิดขึ้นแล้วแก่งักขุณฺณจึงดับไป อุเบกขาย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนหยาดน้ำกลิ้งไปบนใบบัวที่เอียงนิดหน่อย ย่อมไม่ติดอยู่ฉันใด

3) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้ว แก่งักขุรูปใดรูปหนึ่ง ฉะนั้นเหมือนกัน

ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อุเบกขาย่อมดำรงมั่น อานนทฺ นี้เราเรียกว่า การเจริญอินทรีในกลืนที่พึงรู้แจ้งทางจุมกอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย²⁹

(4) การเจริญอินทรีคือ ลิ่น ได้แก่ ภิกษุลิ้มรสทางลิ้นแล้วจึงเกิดความชอบใจ เกิด ความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ ภิกษุนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า

1) เราเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้ว ความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่ง เป็นของหายาบ อาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา

2) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้น ที่เกิดขึ้นแล้วแก่งักขุณฺณจึงดับไป อุเบกขา ย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนบุรุษมีกำลังตะล่อมก้อนเขพะไว้ที่ปลายลิ้นแล้วถ่มไปโดยไม่ยาก ฉนใด

3) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้ว แก่งักขุรูปใดรูปหนึ่ง ฉะนั้นเหมือนกัน

ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อุเบกขาย่อมดำรงมั่น อานนทฺ นี้เราเรียกว่า การเจริญอินทรีในรสที่พึงรู้แจ้งทางลิ้นอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย³⁰

(5) การเจริญอินทรีคือ กาย ได้แก่ ภิกษุถูกต้องโผฏฐัพพะทางกายแล้วจึงเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ ภิกษุนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า

1) เราเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้ว ความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่ง เป็นของหายาบอาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา

²⁹ ม.อ. (ไทย) 14/456/506.

³⁰ ม.อ. (ไทย) 14/457/507.



2) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้นที่เกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุหนึ่งจึงดับไปอุเบกขาย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนบุรุษมีกำลังเหยียดแขนออกหรือคู้แขนเข้าฉับใด

3) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ฉะนั้นเหมือนกัน

ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยาก อย่างนี้ อุเบกขาย่อมดำรงมั่น อานนทฺ์ นี้เราเรียกว่า การเจริญอินทรีย์ในโณฐัพพะที่พึงรู้แจ้งทางกายอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย³¹

(6) การเจริญอินทรีย์คือ ใจ ได้แก่ ภิกษุรู้แจ้งธรรมารมณ์ทางใจแล้วจึงเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจภิกษุนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า

1) เราเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้ว ความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่งเป็นของหายาบ อาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา

2) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้นที่เกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุหนึ่งจึงดับไป อุเบกขาย่อมดำรงมั่นเปรียบเหมือนบุรุษมีกำลังเอาหยดน้ำ 2 หยด หรือ 3 หยดใส่ลงในกะทะเหล็กที่ร้อนจัดตลอดวัน น้ำที่หยดลงยังเข้าไปที่แท้หยดน้ำนั้นจะระเหยแห้งไปเร็วพลันทันที ฉับใด

3) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจ อันเกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง ฉะนั้นเหมือนกัน

ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อุเบกขาย่อมดำรงมั่น อานนทฺ์ นี้เราเรียกว่า การเจริญอินทรีย์ในธรรมารมณ์ที่พึงรู้แจ้งทางใจอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย³²

พระพุทธองค์ทรงแสดงการเจริญอินทรีย์ 6 อันยอดเยี่ยมในอริยวินัยไว้แล้วแสดงพระเสขะผู้กำลังปฏิบัติไว้แล้ว แสดงพระอริยะผู้เจริญอินทรีย์ไว้แล้วอย่างนี้ กิจที่ศาสดาผู้แสวงหาประโยชน์เกื้อกูล ผู้อนุเคราะห์ อาศัยความอนุเคราะห์แล้วพึงทำแก่สาวกทั้งหลายได้ เราก็ได้ทำแก่เธอทั้งหลายแล้ว อานนทฺ์ นั้นโคนไม้ นั้นเรือนว่าง เธอทั้งหลายจงเพ่งฌาน อย่าได้ประมาท อย่าได้เป็นผู้เดือดร้อนในภายหลัง นี่เป็นคำพร่ำสอนของเราสำหรับเธอทั้งหลาย

³¹ ม.อ. (ไทย) 14/458/507.

³² ม.อ. (ไทย) 14/459/508.



อานิสงส์ของอินทริยสังวรศีลในปาริสุทธิศีล

อินทริยสังวรศีลในปาริสุทธิศีล จัดเป็นศีลชั้นศีลวิสุทธิตีที่เป็นพื้นฐานอันสำคัญโดยเฉพาะของภิกษุที่มีจุดมุ่งหมายเพื่การดำเนินไปสู่การปฏิบัติตนให้มีความบริสุทธิ์ มีอานิสงส์อย่างนี้คือ

ในปฐิสัมภิตามรรค แสดงอานิสงส์ของศีลที่สอดคล้องกับปาริสุทธิไว้ว่า เพราะสำรวมปาณาติบาตชื่อว่าศีล เพราะไม่ล่วงละเมิดปาณาติบาตชื่อว่าศีลเป็นต้น ศีลนี้ยอมเป็นไปเพื่อความไม่เดือดร้อนใจ เพื่อปราโมทย์ เพื่อปิตี เพื่อปัสสัทธิ เพื่อสมนัส เพื่การปฏิบัติโดยเอื้อเพื่อ เพื่อความเจริญ เพื่อทำให้มาก เพื่อเป็นเครื่องประดับ เพื่อเป็นเครื่องป้องกัน เพื่อเป็นเครื่องแวดล้อม เพื่อความสมบูรณ์ ย่อมเป็นไปเพื่อความเบื้อหน่ายโดยส่วนเดียว เพื่อคลายกำหนด เพื่อดับ เพื่การจับ เพื่การรู้ยั้ง เพื่การตรัสรู้ เพื่การนิพพาน ความบริสุทธิ์ด้วยความสำรวมแห่งศีลดังกล่าวนี้ชื่อว่าอริศีล จิตที่ตั้งอยู่ในความบริสุทธิ์ด้วยความสำรวมยอมไม่ฟุ้งซ่าน ความบริสุทธิ์แห่งจิตที่ไม่ฟุ้งซ่านชื่อว่าอริจิต พระโยคาวจรเห็นความบริสุทธิ์ด้วยความสำรวมโดยชอบ เห็นความบริสุทธิ์แห่งจิตที่ไม่ฟุ้งซ่านโดยชอบ ความบริสุทธิ์แห่งความเห็นทั้งสองประการนี้ชื่อว่า อริปัญญา³³

อีกประการหนึ่งว่า ภิกษุทั้งหลาย พิชคามและภุตคามเหล่าใดเหล่าหนึ่ง พิชคามและภุตคามเหล่านั้นทั้งหมดอาศัยแผ่นดิน ดำรงอยู่บนแผ่นดินจึงถึงความเจริญงอกงามไพบูลย์ได้ พิชคามและภุตคามเหล่านี้ถึงความเจริญงอกงามไพบูลย์ด้วยประการฉะนี้แม้ฉันใด ภิกษุก็ฉันนั้นเหมือนกัน อาศัยศีล ดำรงอยู่ในศีลแล้ว เจริญทำให้มากซึ่งอริยมรรคมีองค์ 8 ย่อมถึงความเจริญงอกงามไพบูลย์ในธรรมทั้งหลาย³⁴

อีกประการหนึ่ง บรรพชิตบวชในศาสนานี้มีจิตบริสุทธิ์ รักษาปาริสุทธิศีล 4 หมดจดสมาทานจตุรค 13 เรียนหลักกรรมฐานอันเหมาะแก่จริตของตน อยู่ในเสนาสนะอันสัดทำปาริกรรมมีกลืนเป็นต้นจนเกิดฌานสมาบัติ

- 1) ได้บรรลุโสดาปัตติมรรค
- 2) ได้บรรลุสกทาคามีมรรค
- 3) ได้บรรลุอนาคามีมรรค

นี้ชื่อว่า อนาคาริยปฏิบัติสุคต

บรรพชิตนั้นดำรงอยู่ในอัฐภาพนั้นแล้ว ครั้นกายแตก ย่อมเกิดในตระกูลใหญ่ 3 ตระกูล

- 1) ในมนุษยโลกบ้าง
- 2) ในเทพชั้นกามาวจร 6 ชั้นบ้าง
- 3) ในภพแห่งพรหม 10 ภพบ้าง

³³ ขุ.ป. (ไทย) 31/41/61-62.

³⁴ ขุ.ป. (ไทย) 31/22/577-578.



4) ในชั้นสุทธาวาส 5 ชั้นบ้าง

5) ในอรุณภาพ 4 บ้าง

นี้ชื่อว่า คติสุคติของบรรพชิต³⁵

ในมหาปริณิพพานสูตร มีความปรากฏแห่งอานิสงส์ศีล 5 ประการ คือ

1) บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลในโลกนี้ ย่อมมีโรคภัยเป็นอันมากซึ่งมีความไม่ประมาทเป็นเหตุ

2) กิตติศัพท์อันงามของบุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล ย่อมขจรไป

3) บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลจะเข้าไปยังบริษัทใด ๆ มีสมณบริษัทเป็นต้น ย่อมแก้แล้วไม่แก้อะไรในการเข้าไปสู่สมาคมนั้น

4) บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล ย่อมไม่หลงลืมสติตาย

5) บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล หลังจากตายแล้ว ย่อมไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์³⁶

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้แสดงอานิสงส์ของศีลสมบัติไว้ดังนี้

1) ศีลของภิกษุใดเป็นศีลสมบัติปราศจากมลทินดีแล้ว การทรงบาตรและจีวรของภิกษุนั้น ย่อมเป็นที่น่าเลื่อมใส ดวงหทัยของภิกษุผู้มีศีลบริสุทธิ์แล้ว ย่อมไม่หยั่งลงสู่กามการณของตนเองเป็นต้น เปรียบเหมือนดวงอาทิตย์ที่ไม่หยั่งลงสู่ความมืดมน แม้เพียงกลิ่นกายของภิกษุผู้มีศีล ก็ยังทำความปราโมชให้แก่ฝูงทวยเทพ ไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงกลิ่นคือศีล สักการะทั้งหลายที่บุคคลกระทำแล้วในภิกษุผู้มีศีล แม้จะเป็นของเล็กน้อยก็ย่อมมีผลมาก

2) ภิกษุผู้มีศีลย่อมเป็นภาชนะรองรับเครื่องบูชาสักการะ อาสวะทั้งหลายในปัจจุบันย่อมเบียดเบียนภิกษุผู้มีศีลไม่ได้ ภิกษุผู้มีศีลย่อมขุดเสียซึ่งรากแห่งทุกข์ที่จะพึงมีในชาติเบื้องหน้า อนึ่ง นิพพานสมบัติอันสงบอย่างหาที่สุคติได้ ใจของภิกษุผู้มีศีลสมบูรณ์แล้ว ย่อมแล่นตรงแนวไปสู่ความหลุดพ้นจากอวิชชาคือนิพพานนั้น³⁷

สรุป

การเจริญอินทริยสังวรศีลในปาริสุทธิศีล 4 คือ การสำรวมยกระดับจิตใจให้อยู่ในสติด้วยการพยายามอดทนอดกลั้น ต่อกิเลสและรักษาอาการอันน่าเลื่อมใสในกายอย่าง ความบริสุทธิ์ในการสำรวมทวารทั้ง 6 อินทริยสังวรนี้ แต่คนที่ไม่ได้เจริญวิปัสสนา ไม่มีปัญญา เมื่อมีอะไรมากระทบสัมผัส

³⁵ ม.ม.อ. (ไทย) 1/1/-/444.

³⁶ ที.ม. (ไทย) 10/150/94.

³⁷ พระพุทธโฆสะเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุทธปาหังจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ 11, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท ธนาเพรส จำกัด, 2556), หน้า 80-81.



อินทรีย์ 6 ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ พวกเขาก็เลือกเอาสิ่งที่ถูกใจของเขาตลอดเวลา เพราะมองไม่เห็นความถูกต้อง ปัญหาหรือทุกข์ก็จะเกิดกับชีวิตของเขาไม่มีที่สิ้นสุด พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ผู้มีปัญญานั้นที่ดับทุกข์ได้ ถ้าหมั่นฝึกฝนตนเองอย่างนี้ ท่านจะมีปัญญาเกิดขึ้นในจิตใจของท่าน มหาศาล ทุกวัน ทุกวินาที เมื่อมีปัญญารู้ความจริงของโลกและชีวิตแล้วก็สามารถแก้ไขปัญหาหรือดับทุกข์ของเราได้ คือ ตั้งแต่ถูกระทบและยังป้องกันมิให้มีปัญหาหรือทุกข์เกิดขึ้นในอนาคตได้ ทุกข์หรือปัญหาเกิดจากความพอใจไม่พอใจของเราที่เกิดจากการถูกระทบสัมผัสอินทรีย์ 6 โดยที่เราไม่รู้เท่าทันสิ่งที่มากระทบ ความพอใจ ไม่พอใจ นี่คือต้นเหตุของทุกข์ คือ โลภะ โทสะ โมหะ หรืออวิชชา เมื่อเราสามารถดับเหตุของปัญหาหรือทุกข์ได้ตั้งแต่ถูกระทบแล้วปัญหาก็จะไม่มีต่อไปในอนาคต ปัญหาหรือทุกข์ที่เกิดจากความพอใจไม่พอใจนี้แหละเป็นเหตุปัจจัยให้คนเราเวียนว่ายตายเกิด นับชาติไม่ถ้วน เมื่อดับความพอใจไม่พอใจได้แล้วดับความเกิดได้ เมื่อดับความเกิดได้ความแก่ ความเจ็บ และความตายก็ไม่มี นี่แหละเรียกว่าสุขภาวะหรือไร้ทุกข์หรือนิพพานนั่นเอง ทุกท่านที่เกิดมาเป็นคนสามารถฝึกฝนตนเองให้ไปถึงจุดนี้ได้ทุกคน

เอกสารอ้างอิง

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณ**

ราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539.

ณัฐจิตต เลหาวิระ. **“ศึกษาการพัฒนาอินทรีย์ในอินทรีย์ภาวนาสูตร”.** วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์

มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2554.

พระกัมมัญฐานาจารย์ พระปณิตาภิวงศ. **รูแจ้งในชาตินี้.** พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด. 2550.

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). **ตามรอยพระอรหันต์.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา. 2549.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ). **วิปัสสนากรรมฐาน.** กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศพรินต์ติ้ง จำกัด. 2553.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ). **วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2 วาดวย มหาสติปัฏฐาน.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สหธรรมิก จำกัด. 2548.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ.** พิมพ์ครั้งที่ 15. กรุงเทพมหานคร :บริษัทสหธรรมิก จำกัด. 2552.

พระพุทธโฆสเถระ. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค.** แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจอาสภมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท ธนาเพรส จำกัด. 2556.



พระพุทธโฆสเถระ. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. แปลและเรียบเรียงสมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจอาสภมหาเถร).

พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด. 2547.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **วิปัสสนานัย**. แปลโดย พระคันธसारากวีวงศ์ กรุงเทพมหานคร :

ประยูรสาสนการพิมพ์. 2555.

สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก. **สัมมาทิฐิ**. เชียงใหม่:

โรงพิมพ์นันทพันธ์. 2554.



บทวิจารณ์หนังสือ (Book Review)

ชื่อหนังสือ : ทำอย่างไรจะหายโกรธ
ผู้เขียน : สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต)
จัดพิมพ์โดย : นครปฐม: บริษัท วิสคอมเซ็นเตอร์ จำกัด
จำนวนหน้า : 90 หน้า
ผู้วิจารณ์ : พระปฐม อจจาทโร (ไชยได้เพชร)¹

หลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา รุ่นที่ 4

E-mail : Pathom11122526@gmail.com

Received: March 8, 2024 Revised: April 12, 2024 Accepted: May 10, 2024

บทนำ

หนังสือเรื่อง “ทำอย่างไรจะหายโกรธ” เขียนโดยสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) พิมพ์เมื่อปี 2556 หนังสือเล่มนี้ได้นำเสนอวิธีการระงับความโกรธ 10 ประการตามแนวทางพระพุทธศาสนา ที่เน้นความรู้ ความเข้าใจ เรื่องความโกรธโดยการให้รู้จักโทษของความโกรธที่เป็นเหตุให้เกิดความขุ่นเคืองในจิตตังนั้นท่านให้ระงับความโกรธด้วยเจริญเมตตาธรรมและนำไปประยุกต์ใช้เพื่อให้เกิดความสุขในการดำเนินชีวิต

ผู้เขียนหนังสือเรื่องนี้คือ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ซึ่งท่านถือว่ามีผลงานมากมายหลายรูปแบบหลายร้อยชิ้นงาน เป็นผลงานที่ทรงคุณค่า ทางวิชาการทั้งสิ้น ผลงานการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของท่านปรากฏ ในหลายลักษณะ มีทั้งด้านการสอน การบรรยาย การปาฐกถาการอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และการแสดงพระธรรมเทศนา

ผลงานนิพนธ์ของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) เป็นที่รู้จักกันอย่างทั่วไปอย่างแพร่หลาย ในแวดวงวิชาการ ในลักษณะที่เป็นตำราวิชาการ เอกสารทางวิชาการ และหนังสืออธิบายธรรมะต่างๆไปมีมากมายกว่า 300 เรื่อง ผลงานทางวิชาการของท่านที่แพร่หลายมากที่สุดและรู้จักเป็นที่ยอมรับในทางวิชาการมากที่สุด คือพุทธธรรม พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ ธรรมานุชีวิต การศึกษาของคณะสงฆ์ ปรัชญา การศึกษาพุทธศาสนาในเอเชีย การพัฒนาที่ยั่งยืน เป็นต้น

¹ นิสิตปริญญาเอก สาขาวิปัสสนาภาวนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม. Pathom11122526@gmail.com

ผลงานวิชาการเล่มใหญ่ที่มีชื่อเสียงมากที่สุดของท่านคือ พุทธธรรม ฎกพิมพ์ เผยแพร่มาแล้วหลายครั้ง หนังสือพุทธธรรมนี้วางวิชาการทางพุทธศาสนาต่างเห็นพ้องต้องกันให้เป็นสุดยอดงานชิ้นเอกที่ยอดเยี่ยมที่สุดของท่าน ในวิชาการทางพระพุทธศาสนาจึงมีความเห็นสอดคล้องกันว่าพุทธธรรม คือ หนังสือ ภาษาไทยที่บรรจุสาระสำคัญแห่งหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาที่สมบูรณ์ที่สุดในยุคปัจจุบัน

หนังสือเล่มนี้ได้อธิบายวิธีการทำจิตให้เกิดเมตตาขึ้นภายในใจเพื่อระงับความโกรธโดยใช้หลักในทางพระพุทธศาสนาโดยได้แบ่งเนื้อหาไว้ตามประเด็นต่างๆ ที่สำคัญไว้ดังนี้

โครงสร้างเนื้อหา

เนื้อหาในหนังสือเล่มนี้ “ทำอย่างไรจะหายโกรธ” ได้รวบรวมวิธีการที่ใช้ระงับความโกรธไว้ 10 วิธี เหมาะกับการนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตเพื่อพัฒนาจิตสำนึกด้วยหลักเมตตาธรรม ซึ่งต้องใช้วิธีการฝึกพัฒนาความเมตตาในตนเองอย่างสม่ำเสมอ จะสามารถสร้างและพัฒนาจิตใจอารมณ์ให้ไม่โกรธ เป็นการป้องกันที่สาเหตุความโกรธ การฝึกฝนอบรมหลักเมตตาธรรมอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้เมื่อใดที่เกิดความโกรธจะมีสติรู้ตัว , ระลึกได้ถึงโทษของความโกรธ, จะสามารถลดความโกรธ, และเป็นทั้งการระงับปัญหาก่อนที่จะเกิดขึ้นได้และระงับผลร้ายที่จะตามมา ในทางพระพุทธศาสนา อันเป็นศาสนาแห่งเมตตาการุณย์ พระพุทธเจ้ามีพระคุณข้อใหญ่ประการหนึ่ง คือ พระมหากรุณา ชาวพุทธทุกคนได้รับการสั่งสอนให้มีเมตตาการุณาให้ช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นด้วยกายวาจา และมีน้ำใจปรารถนาดี แม้แต่เมื่อไม่ได้ทำอะไรอื่น ก็ให้แผ่เมตตาแก่เพื่อนมนุษย์ตลอดจนสัตว์ทั้งปวงขอให้อยู่เป็นสุขปราศจากเวรภัยกันโดยทั่วหน้า

อย่างไรก็ตาม เมตตา มีคู่ปรับสำคัญอย่างหนึ่งคือความโกรธ ความโกรธเป็นศัตรูที่คอยขัดขวางไม่ให้เมตตาเกิดขึ้น คนบางคนเป็นผู้มักโกรธ พอโกรธขึ้นมาแล้วก็ต้องทำอะไรรุนแรงออกไปทำให้เกิดความเสียหาย ถ้าทำอะไรไม่ได้ ก็หงุดหงิดงุ่นง่านทรมานใจตัวเองในเวลานั้นเมตตาหลบหายไปไม่รู้จะไปซ่อนตัวอยู่ที่ไหน ไม่ยอมปรากฏให้เห็น ส่วนความโกรธทั้งที่ไม่ต้องการแต่ก็ไม่ยอมหนีไป บางทีจนปัญญาไม่รู้จะขับไล่หรือกำจัดให้หมดไปได้อย่างไร

โบราณท่านรู้ใจและเห็นใจคนซึ่งโกรธจึงพยายามช่วยเหลือ โดยสอนวิธีการต่างๆ สำหรับระงับความโกรธ วิธีการเหล่านี้มีประโยชน์ไม่เฉพาะสำหรับคนมักโกรธเหล่านั้นแต่เป็นคติแก่ทุกคน ช่วยให้เห็นโทษของความโกรธ และมันในคุณของเมตตายิ่งขึ้น จึงขอนำมาเสนอพิจารณากันดู วิธีเหล่านั้นท่านสอนไว้เป็นขั้นๆ ดังนี้²

² สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ทำอย่างไรจะหายโกรธ, หน้า 4



ขั้นที่ 1 นึกถึงผลเสียของความเป็นคนมักโกรธ

ก. สอนตนเองให้คิดว่า พระพุทธเจ้าของเราทรงมีพระมหากรุณาธิคุณ และทรงสอนชาวพุทธให้เป็นคนมีเมตตา เรามัวมาโกรธอยู่ ไม่ระงับความโกรธเสีย เป็นการไม่ปฏิบัติตามคำสอนของพระองค์ ไม่ทำตามอย่างพระศาสดา

ข. พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า คนที่โกรธเขาก่อนก็นับว่าเลวอยู่แล้ว คนที่ไม่มีสติรู้เท่าทันหลงโกรธตอบเขาไปอีก ก็เท่ากับสร้างความเลวให้ยืดยาวเพิ่มมากขึ้น นับว่าเลวหนักลงไปกว่าคนที่โกรธก่อนนั้นอีก เราอย่าเป็นทั้งคนเลว ทั้งคนเลวกว่านั้นเลย

ค. พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนต่อไปอีกว่า เขาโกรธมาเราไม่โกรธตอบไป อย่างนี้เรียกว่า ชนะสงครามที่ชนะได้ยากเมื่อรู้ทันว่าคนอื่นหรืออีกฝ่ายหนึ่งเขาขุ่นเคืองขึ้นมาแล้ว เรามีสติระงับใจไว้เสีย ไม่เคืองตอบ จะถือว่าเป็นผู้ทำประโยชน์ให้แก่ทั้งสองฝ่าย คือ ช่วยไว้ทั้งเขาและทั้งตัวเราเอง เพราะฉะนั้น เราอย่าทำตัวเป็นผู้แพ้สงครามเลย จงเป็นผู้ชนะสงคราม และเป็นผู้สร้างประโยชน์เกิดอย่าเป็นผู้สร้างความพินาศอวตวยเลยถ้าคิดนี้กระตือรือร้นอย่างนี้แล้วก็ไม่หายโกรธ ให้พิจารณาขั้นที่สองต่อไปอีก³

ขั้นที่ 2 พิจารณาโทษของความโกรธขั้นที่ 1 ในขั้นนี้มีพุทธพจน์ตรัสสอนไว้มากมาย เช่นว่า

“คนซึ่งโกรธจะมีผิวพรรณไม่งาม คนซึ่งโกรธนอนก็เป็นทุกข์ ฯลฯ คนโกรธไม่รู้เท่าทันว่าความโกรธนั้นแหละคือภัยที่เกิดขึ้นข้างในตัวเอง พอโกรธเข้าแล้วก็ไม่รู้จักรว่าอะไรเป็นประโยชน์ โกรธเข้าแล้วมองไม่เห็นธรรม เวลาถูกความโกรธครอบงำ มีแต่ความมืดตื้อ คนโกรธจะผลาญสิ่งใด สิ่งนั้นทำยากก็เหมือนทำง่าย แต่ภายหลังพohายโกรธแล้ว ต้องเดือดร้อนใจเหมือนถูกไฟเผา “กาลใดไม่มีเท่าโทษะ ฯลฯ เคาระหืออะไรเท่าโทษะไม่มี” คนโกรธฆ่าพ่อแม่ของตัวเองก็ได้ ฆ่าพระอรหันต์ ฆ่าคนสามัญก็ได้ทั้งนั้น แต่ “ฆ่าความโกรธแล้วนอนเป็นสุข ฆ่าความโกรธแล้วไม่โศกเศร้าเลย” เมื่อพิจารณาถึงโทษของความโกรธทำนองนี้แล้ว ก็น่าจะบรรเทาความโกรธได้ แต่ถ้ายังไม่สำเร็จก็ลองวิธีต่อไปอีก⁴

ขั้นที่ 3 นึกถึงความดีของคนที่เราโกรธ

ถ้ามีอะไรที่ขุนใจกับเขา ก็อย่าไปมองส่วนที่ไม่ดี พึงมองหาส่วนที่ดีของเขาเอาขึ้นมาระลิกนึกถึง ถ้าเขาไม่มีความดีอะไรเลยที่จะให้มองเอาจริงๆ ก็ควรคิดสังสาร ตั้งความกรุณาแก่เขาว่า เขาน่าสงสาร ต่อไปคนคนนี้จะต้องประสบผลร้ายต่างๆ เพราะความประพฤตินี้ไม่ดีอย่างนี้ นรกอาจรอเขา

³ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ทำอย่างไรจะหายโกรธ, หน้า 5.

⁴ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ทำอย่างไรจะหายโกรธ, หน้า 6-8.



อยู่ ดังนั้นเป็นต้น พึงระงับความโกรธเสีย เปลี่ยนเป็นสงสารเห็นใจหรือคิดช่วยเหลือแทน ถ้าคิดอย่างนี้ ก็ยังไม่หายโกรธ ลองวิธีขึ้นไปอีก⁵

ขั้นที่ 4 พิจารณาว่าความโกรธคือการสร้างทุกข์ให้ตัวเอง และเป็นการลงโทษตัวเองให้ สมใจศัตรู

คนโกรธจะสร้างความเสื่อมพินาศให้แก่ตัวเองได้ตั้งหลายอย่าง โดยที่ศัตรูไม่ต้องทำอะไร ให้ลำบากก็ได้สมใจของเขา เช่น ศัตรูปรารถนาว่า “ขอให้มัน (ศัตรูของเขา) ไม่สวยไม่งาม มีผิวพรรณ ไม่น่าดู” หรือ “ขอให้มันนอนเป็นทุกข์ขอให้มันเสื่อมเสียประโยชน์ เป็นต้น เป็นที่หวังได้อย่างมากว่า คนโกรธจะทำผลร้ายเช่นนี้ให้เกิดแก่ตนเองตามปรารถนาของศัตรูของเขา ด้วยเหตุนี้ ศัตรูที่ฉลาดจึง มักหาวิธีแกล้งยั่วให้ฝ่ายตรงข้ามโกรธ จะได้ผลลิสต์ทำการผิดพลาดพลั้งพลาดเมื่อรู้เท่าทันเช่นนี้แล้ว ก็ไม่ควรจะทำร้ายตนเองด้วยความโกรธ ให้ศัตรูได้สมใจเขาโดยไม่ต้องลงทุนอะไร

ดังนั้น “ศัตรูจะทำทุกข์ให้แก่ผู้ใด ถ้าไม่มีตัวตนของผู้นั้นมารับทุกข์ ศัตรูนั้นจะทำทุกข์ให้ ใครได้ ตัวเจ้านั่นแหละเป็นเหตุของทุกข์อยู่ขณะนี้ แล้วทำไมจะไปโกรธเขาเล่า” ถ้าพิจารณาอย่างนี้ ก็ยังไม่หายโกรธ ก็ลองพิจารณาขึ้นไป⁶

ขั้นที่ 5 พิจารณาความที่สัตว์มีกรรมเป็นของตน คือ

พึงพิจารณาว่า ทั้งเราและเขาต่างก็มีกรรมเป็นสมบัติของตน ทำกรรมอะไรไว้ก็จะได้รับผล ของกรรมนั้น เพราะเมื่อเราจะทำกรรมชั่วที่เกิดจากโทสะนั้น ก่อนเราจะทำร้ายเขา เราก็ทำร้ายแผด เผาตัวเราเองเสียก่อนแล้วเหมือนเอามือทั้งสองกอบถ่านไฟจะขว้างใส่คนอื่นก็ไหม้มือของตัวเองก่อน ถ้า พิจารณากรรมแล้ว ความโกรธก็ยังไม่ระงับ พึงพิจารณาขึ้นไป⁷

ขั้นที่ 6 พิจารณาพระจริยาวัตรในปางก่อนของพระพุทธเจ้า

พระพุทธองค์ได้ทรงบำเพ็ญประโยชน์แก่ผู้อื่น โดยยอมเสียสละแม้แต่พระชนมชีพของ พระองค์เอง เมื่อทรงถูกข่มเหงกลั่นแกล้งเบียดเบียนด้วยวิธีการต่างๆ ก็ไม่ทรงแค้นเคือง ทรงเอาความ ดีเข้าตอบ ถึงเขาจะตั้งตัวเป็นศัตรูถึงขนาดพยายามปลงพระชนม์ ก็ไม่ทรงมีจิตประทุษร้าย บางครั้ง พระองค์ช่วยเหลือเขา แทนที่เขาจะเห็นคุณค่ากลับทำร้ายพระองค์ พุทธจริยาเช่นที่ว่ามานี้ เป็นสิ่งที่ มนุษย์ทั่วไปยากที่จะปฏิบัติได้ แต่ก็ยังเป็นแบบอย่างที่ดี ซึ่งชาวพุทธควรจะนำมาระลึกนึกเตือนสอนใจ ตน ในเมื่อประสบเหตุการณ์ต่างๆ ว่าที่เราถูกกระทบกระทั่งอยู่ เมื่อเทียบกับที่พระพุทธเจ้าทรง

⁵ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *ทำอย่างไรจะหายโกรธ*, หน้า ๘-9.

⁶ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *ทำอย่างไรจะหายโกรธ*, หน้า 10-11.

⁷ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *ทำอย่างไรจะหายโกรธ*, หน้า 13.

ประสบมาแล้ว นับว่าเล็กน้อยเหลือเกิน เทียบกันไม่ได้เลยแม้พิจารณาถึงอย่างนี้แล้ว ความโกรธก็ยังไม่ระงับ พึงลองพิจารณาวิธีต่อไป⁸

ขั้นที่ 8 พิจารณาความเคยเกี่ยวข้องกันในสังสารวัฏ ในสังสาระ คือการเวียนว่ายตายเกิดที่กำหนดจุดเริ่มต้นมิได้นี้ สัตว์ที่ไม่เคยเป็นมารดา ไม่เคยเป็นบิดา ไม่เคยเป็นบุตร ไม่เคยเป็นธิดากันมิใช่หาได้ง่าย เมื่อเป็นเช่นนี้ หากมีเหตุโกรธเคืองจากใคร พึงพิจารณาว่า ท่านผู้นี้บางทีจะเคยเป็นมารดาของเรา ท่านผู้นี้บางทีจะเคยเป็นบิดาของเรา ถ้าพิจารณาอย่างนี้แล้วก็ยังไม่หายโกรธ ก็อาจพิจารณาตามวิธีในข้อต่อไปอีก⁹

ขั้นที่ ๘ พิจารณาอานิสงส์ของเมตตาธรรมที่ตรงข้ามกับความโกรธ ก็คือ เมตตา ความโกรธ มีโทษก่อผลร้ายมากมาย ฉันท เมตตาก็มีคุณ ก่อให้เกิดผลดีมาก ฉันทนั้น เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ควรที่จะระงับความโกรธเสีย แล้วตั้งจิตเมตตาขึ้นมาแทน ให้เมตตานี้แหละช่วยกำจัด และป้องกันความโกรธไปในตัว เมตตาทำให้จิตใจสดชื่น ผ่องใส มีความสุข ดังตัวอย่างในที่แห่งหนึ่ง พระพุทธเจ้าตรัสแสดงอานิสงส์ของเมตตาไว้ 11 ประการ คือ หลับก็เป็นสุข ตื่นก็เป็นสุข ไม่ฝันร้าย เป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย เป็นที่รักของอมนุษย์ทั้งหลาย เทวดารักษา ไฟ พิษ และศาสตราไม่กล้ากราย จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิได้รวดเร็ว สนิหน้าผ่องใส ตายก็มีสติไม่หลงพินเพื่อน เมื่อยังไม่บรรลุนิพพานที่สูงกว่า ย่อมเข้าถึงพรหมโลก ดังนั้น จึงควรพยายามทำเมตตาให้เป็นธรรมประจำใจให้จงได้ โดยหมั่นฝึกอบรมทำใจอยู่เสมอๆ ถ้าจิตใจเมตตายังไม่เข้มแข็งพอ เอาชนะความโกรธยังไม่ได้ เพราะสังสมนัสย์มักโกรธไว้นานจนยากจะเลิกล้มแน่หนา พึงลองพิจารณาวิธีต่อไป¹⁰

ขั้นที่ 9 พิจารณาโดยวิธีแยกธาตุวิธีการชอนนี้ เป็นการปฏิบัติใกล้แนววิปัสสนา หรือเอาความรู้ทางวิปัสสนามาใช้ประโยชน์ คือ มองดูชีวิตนี้ มองดูสัตว์ บุคคล เรา เขา ตามความเป็นจริงว่าที่ถูกที่แท้แล้ว ก็เป็นแต่เพียงส่วนประกอบทั้งหลายมากมายมาประชุมกันเข้าแล้วก็สมมติเรียกกันไปว่าเป็นคน เป็นสัตว์ เป็นฉันท เป็นเธอเป็นเรา เป็นเขา แต่มองไม่เห็นความจริงเช่นนั้นก็แก้ความโกรธไม่สำเร็จ ถ้าเป็นเช่นนั้น ก็พึงดำเนินการตามวิธีต่อไป¹¹

ขั้นที่ 10 ปฏิบัติทาน คือ การให้หรือแบ่งปันสิ่งของขั้นนี้เป็นวิธีการในขั้นลงมือทำ เอาของของตนให้แก่คนที่เป็นปรปักษ์ และรับของของปรปักษ์มาเพื่อตน หรืออย่างน้อยอาจให้ของของตนแก่เขาฝ่ายเดียว ถ้าจะให้ดียิ่งขึ้นควรมีปิยวาจา คือ ถ้อยคำสุภาพไพเราะ ประกอบเสริมไปด้วย การให้

⁸ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ทำอย่างไรจะหายโกรธ, หน้า 18.

⁹ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ทำอย่างไรจะหายโกรธ, หน้า 1๘.

¹⁰ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ทำอย่างไรจะหายโกรธ, หน้า 19.

¹¹ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ทำอย่างไรจะหายโกรธ, หน้า 21.



เป็นเครื่องฝึกคนที่ยังฝึกไม่ได้ การให้ยังสิ่งประสงค์ทั้งปวงให้สำเร็จได้ ผู้ให้ก็เบิกบานขึ้นมาหาด้วยการให้ ฝ่ายผู้ได้รับก็น้อมลงมาพบด้วยปียวาจา”เมื่อความโกรธเลือนหาย ความรักใคร่ก็เข้ามาแทนความเป็นศัตรูกลับกลายเป็นมิตร ไฟพยาบาทก็กลายเป็นน้ำทิพย์แห่งเมตตา ความแผดเผาเราร้อนด้วยทุกข์ที่เรารุมใจ ก็กลายเป็นความสดชื่นผ่องใสเบิกบานใจด้วยความสุข

วิธีทั้ง 10 ที่ว่ามาเป็นขั้นๆ นี้ ความจริงมิใช่จำเป็นต้องทำไปตามลำดับเรียงรายข้ออย่างนี้ วิธีใดเหมาะได้ผลสำหรับตน ก็พึงใช้วิธีนั้น ตกลงว่า วิธีการท่านก็ได้แนะนำไว้อย่างนี้แล้ว เป็นเรื่องของผู้ต้องการแก้ปัญหา จะพึงนำไปใช้ปฏิบัติให้เกิดประโยชน์แท้จริงต่อไป¹²

บทวิจารณ์

นอกจากเนื้อหาโดยย่อของหนังสือ เรื่อง “ทำอย่างไรจะหายโกรธ” ผู้วิจารณ์แสดงความคิดเห็นในด้านเนื้อหาเป็น 2 ประเด็น คือ จุดเด่นของเนื้อหาและจุดด้อยของหนังสือในเชิงวิชาการ ดังนี้

จุดเด่นของหนังสือ ผู้วิจารณ์แสดงความคิดเห็น ในประเด็นจุดเด่นของเนื้อหา โดยกำหนดประเด็นสำคัญคือ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ท่านได้แสดงให้เห็นถึงความเชี่ยวชาญในด้านพระพุทธศาสนา โดยการเอาหลักของความเมตตา มาอธิบายให้เห็นถึงความสำคัญในการใช้ชีวิต ท่านได้แสดงแนวทางในการปฏิบัติเพื่อระงับความโกรธว่าหากโกรธแล้วมีผลเสียอย่างไรพร้อมบอกวิธีการต่าง ๆ ไว้ 10 ประการเพื่อนำไปใช้ตามความเหมาะสมและยกพระพุทธเจ้ามาแสดงอีกทั้งยังได้นำคติธรรมต่างๆ มาแสดงไว้เป็นเครื่องเตือนสติและให้สร้างความเมตตาอันเป็นคู่ปรับกับความโกรธ

โดยสอนวิธีการต่างๆ ในการระงับความโกรธ วิธีการเหล่านี้มีประโยชน์ไม่เฉพาะสำหรับคนมักโกรธเท่านั้น แต่เป็นคติแก่ทุกคน ช่วยให้เห็นโทษของความโกรธ และมันในคุณของเมตตายิ่งขึ้น จึงให้พิจารณาผลเสียของความโกรธ ผลของความเป็นคนมักโกรธให้นึกถึงความดีของเขาและพิจารณาต่อไปอีกว่าความโกรธคือการสร้างทุกข์ให้กับตัวเองและผลกระทบก็ตกเป็นของตัวเองไม่มีค้ายมารับกรรมแทนเราได้และให้น้อมนึกถึงพระจริยาวัตรในปางก่อนของพระพุทธเจ้าที่ยอมเสียสละถูกข่มเหงกลั่นแกล้งเบียดเบียนด้วยวิธีการต่างๆ ก็ไม่ทรงแค้นเคือง ไม่ทรงถือโกรธและทรงทำดีกับเขาต่อไป ให้พิจารณาถึงการเวียนว่ายตายเกิดที่หาจุดเริ่มต้นมิได้ เพราะเราอาจจะเคยเป็นพ่อ แม่ ลูกกันมาก่อน หากเราโกรธเคืองใคร ก็เหมือนเราโกรธมารดา บิดา ของเราเองและให้อาณิสสของเมตตาที่มีคุณมาพิจารณาว่า เมตตาก่อให้เกิดผลดีมากและเมื่อเป็นเช่นนี้เราก็ควรที่จะระงับความโกรธเสีย แล้วตั้งจิตเมตตาขึ้นมาแทน ให้เมตตานั่นแหละช่วยกำจัด และป้องกันความโกรธไปในตัว แต่ถ้าจิตใจ

¹² สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ทำอย่างไรจะหายโกรธ, หน้า 23.

เมตตายังไม่เข้มแข็งพอ เอาชนะความโกรธยังไม่ได้ เพราะสังขณีสัยมักโกรธไว้นานจนกิเลสตัวนี้แน่นหนา ก็ให้ลองพิจารณาใช้วิธีโดยวิธีแยกธาตุวิธีการข้อนี้ เป็นการปฏิบัติใกล้แนววิปัสสนา หรือเอาความรู้ทางวิปัสสนามาใช้ประโยชน์ คือ มองดูชีวิตนี้ มองดู สัตว์ บุคคล เรา เขา ตามความเป็นจริงว่าที่ถูกที่แท้แล้ว ก็เป็นแต่เพียงส่วนประกอบทั้งหลายมากมายมาประชุมกันเข้าแล้วก็สมมติเรียกกันไปว่าเป็นคน เป็นสัตว์ เป็นฉัน เป็นเธอ เป็นอาการ 32 เป็นธาตุ 4 แล้วลองดูว่าความโกรธบรรเทาลงไปหรือยัง เพราะคนบางคนจิตใจและสติปัญญายังไม่พร้อม ไม่อาจพิจารณาแยกธาตุออกไปอย่างนี้ได้ หรือสักว่าแยกไปตามที่ได้ยินได้ฟังได้อ่านมา แต่มองไม่เห็นความจริงเช่นนั้นก็แก้ความโกรธไม่สำเร็จ ถ้าเป็นเช่นนั้น ก็ให้ปฏิบัติทาน คือ การให้หรือแบ่งปันสิ่งของชั้นนี้เป็นวิธีการในชั้นลงมือทำ เอาของของตนให้แก่คนที่เป็นปรปักษ์ และรับของของปรปักษ์มาเพื่อตน หรืออย่างน้อยอาจให้ของของตนแก่เขาฝ่ายเดียว ถ้าจะให้ดียิ่งขึ้นควรมีปิยวาจา คือ ถ้อยคำสุภาพไพเราะ ประกอบเสริมไปด้วย

ข้อดีอีกประการหนึ่งคือเป็นหนังสือไม่หนามาก เนื้อหาสร้างความเข้าใจที่ลึกซึ้ง แต่มีการใช้คำศัพท์และภาษาที่เข้าใจง่ายในการเขียน มีการให้ความรู้ด้วยการนำหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการการปฏิบัติ เพื่อให้เกิดเมตตาจิตมากขึ้น มีการอธิบายอุปมา อุปไมย ให้เข้าใจได้ง่าย พร้อมทั้งมีการเปรียบเทียบและมีการยกตัวอย่างประกอบ ได้มีการแบ่งเป็นลำดับหัวข้อ ทำให้อ่านแล้วไม่น่าเบื่อ มีการเชื่อมโยงหลักธรรมกับการปฏิบัติด้วยการอธิบายรายละเอียดแบบค่อยเป็นค่อยไป ทำให้ผู้อ่านได้อ่านอย่างเข้าใจได้ง่าย

จุดด้อยของหนังสือเล่มนี้ จากเนื้อหาในหนังสือเล่มนี้ ผู้วิจารณ์แสดงความคิดเห็นในประเด็น จุดด้อยของเนื้อหา คือ หนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือที่ดี ที่น่าอ่าน เป็นหนังสือที่เน้นในการให้ความรู้ในการสร้างเมตตาเพื่อระงับความโกรธ แม้หนังสือเล่มนี้จะมีเนื้อหาดีแค่ไหนแต่เนื่องจากเป็นหนังสือนี้ก็ยังมึเนื้อหาที่น้อย จนทำให้ขาดอรรถรสในการอ่าน ควรจะได้เพิ่มเติมในส่วนของรายละเอียดในเรื่องเมตตาในระดับต่าง ๆ และ อาณิสสค์ของเมตตาก็ไม่ได้อธิบายลงรายละเอียดจึงอาจทำให้เข้าใจคลาดเคลื่อนได้ จำเป็นต้องมีความเป็นวิชาการมากกว่านี้ ในหนังสือเล่มนี้น่าจะขยายความคำว่า โกรธมีที่มาอย่างไร และข้อเสียของความโกรธมีกี่ข้อ ก็จะทำให้เนื้อหาในหนังสือมีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

บทสรุป

เนื้อหาในหนังสือ “ทำอย่างไรจะหายโกรธจิต” ได้อธิบายกล่าวว่า ความโกรธเป็นศัตรูที่คอยขัดขวางไม่ให้เมตตาเกิดขึ้น คนบางคนเป็นผู้มักโกรธ พอโกรธขึ้นมาแล้วก็ต้องทำอะไรรุนแรงออกไป ทำให้เกิดความเสียหาย ถ้าทำอะไรไม่ได้ ก็หงุดหงิดงุ่นง่านทรมานใจตัวเองในเวลานั้นเมตตาหลบหาย ไม่รู้จะไปซ่อนตัวอยู่ที่ไหน ไม่ยอมปรากฏให้เห็น ส่วนความโกรธ ทั้งที่ไม่ต้องการแต่ก็ไม่ยอมหนีไป บางทีจนปัญญาไม่รู้จะขับไล่หรือกำจัดให้หมดไปได้อย่างไร คนโบราณท่านรู้ใจและเห็นใจคนซี้



โกรธ จึงพยายามช่วยเหลือ โดยสอนวิธีการต่างๆ สำหรับระงับความโกรธ วิธีการเหล่านี้มีประโยชน์ไม่เฉพาะสำหรับคนมักโกรธเท่านั้น แต่เป็นคติแก่ทุกคน ช่วยให้เห็นโทษของความโกรธ และมันในคุณของเมตตายิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะ

หนังสือ **ทำอย่างไรจะหายโกรธ** เล่มนี้ จึงเหมาะกับทุกเพศทุกวัยและเหมาะสมอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่ต้องการปฏิบัติเพื่อละความโกรธเพื่อเข้าใจกระบวนการของอาการโกรธที่เกิดขึ้น และนำมาปรับใช้การปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน ให้เกิดความสงบสุขในสถาบันครอบครัวสังและประเทศชาติ

เอกสารอ้างอิง

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **ทำอย่างไรจะหายโกรธ** . พิมพ์ครั้งที่ 3.
นครปฐม: บริษัท วิสคอมเซ็นเตอร์ จำกัด 2556.





คำแนะนำสำหรับผู้แต่ง

บทความที่ส่งมาขอรับการตีพิมพ์ในวารสารนังคสัตตทูลาสันปริทรรศน์ จะต้องไม่เคยตีพิมพ์หรืออยู่ระหว่างการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อตีพิมพ์ในวารสารอื่น ผู้เขียนบทความจะต้องปฏิบัติตามหลักเกณฑ์การเสนอบทความวิชาการหรือบทความวิจัยเพื่อตีพิมพ์ในวารสารนังคสัตตทูลาสันปริทรรศน์ อย่างเคร่งครัด รวมทั้งระบบการอ้างอิงต้องเป็นไปตามหลักเกณฑ์ของวารสาร

ทัศนะและความคิดเห็นที่ปรากฏในบทความในวารสารนังคสัตตทูลาสันปริทรรศน์ ถือเป็นความรับผิดชอบของผู้เขียนบทความนั้น และไม่ถือเป็นทัศนะและความรับผิดชอบของกองบรรณาธิการวารสารนังคสัตตทูลาสันปริทรรศน์ รวมทั้งผู้เขียนจะต้องคำนึงถึงจริยธรรมการวิจัย ไม่ละเมิดหรือคัดลอกผลงานของผู้อื่นมาเป็นของตนเอง ซึ่งทางวารสารได้กำหนดความซ้ำของผลงานด้วยโปรแกรม CopyCat เว็บไซต์ Thaijo ในระดับ ไม่เกิน 20% โดยมีผลตั้งแต่ เดือน กรกฎาคม 2562 เป็นต้นไป

โดยผู้เขียนจะต้องตรวจสอบความสมบูรณ์ของบทความตามคำแนะนำสำหรับผู้เขียน หากไม่ปฏิบัติตามกติกา กองบรรณาธิการวารสารขอสงวนสิทธิ์ในการปฏิเสธการตีพิมพ์ ดังต่อไปนี้

1. หากบทความมีความซ้ำซ้อนมากกว่า 20%
2. ผู้เขียนไม่ปฏิบัติตามรูปแบบของวารสาร
3. บทความไม่ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิ หรือ
4. ไม่แก้ไขบทความตามข้อเสนอแนะตามระยะเวลาที่กำหนด (1 เดือน หลังการแจ้งของบรรณาธิการ)

การส่งบทความเข้าระบบ Thaijo เพื่อได้รับการตีพิมพ์

การส่งในระบบ (Online Submission) สามารถส่งเข้าระบบออนไลน์ได้เว็บไซต์ วารสารนังคสัตตทูลาสันปริทรรศน์ เมื่อส่งเข้าระบบสำเร็จระบบจะแจ้งการยืนยันการส่งเข้า E-mail ของผู้ส่งบทความ เข้าสู่ระบบ หรือ สมัครสมาชิก

การจัดเตรียมต้นฉบับ

1) ต้นฉบับบทความต้องมีความยาวระหว่าง 12-15 หน้ากระดาษ A4 (รวมเอกสารอ้างอิง) พิมพ์บนกระดาษหน้าเดียว ใช้ตัวอักษรแบบ เปลี่ยนเป็นฟอนต์ TH SarabunPSK ตั้งค่าหน้ากระดาษโดยเว้นขอบบน ขอบซ้าย 1 นิ้ว และขอบขวา ขอบล่าง 1 นิ้ว กำหนดระยะห่างระหว่างบรรทัดเท่ากับ 1 และเว้นบรรทัดระหว่างแต่ละย่อหน้า การนำเสนอรูปภาพและตาราง ต้องนำเสนอรูปภาพและตารางที่มีความคมชัดพร้อมระบุหมายเลขกำกับรูปภาพไว้ด้านล่าง พิมพ์เป็นตัวหนาเช่นตาราง 1 หรือ

Table 1 และ รูป 1 หรือ Figure 1 รูปภาพที่นำเสนอต้องมีรายละเอียดของข้อมูลครบถ้วนและเข้าใจได้โดยไม่ต้องกลับไปอ่านที่เนื้อความอีก ระบุลำดับของรูปภาพทุกรูปให้สอดคล้องกับเนื้อหาที่อยู่ในต้นฉบับ โดยคำอธิบายต้องกระชับและสอดคล้องกับรูปภาพที่นำเสนอ

2) ชื่อเรื่องต้องมีภาษาไทยและภาษาอังกฤษ พิมพ์ไว้หน้าแรกตรงกลาง

3) ชื่อผู้เขียน ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ ระบุวุฒิการศึกษาสูงสุด พร้อมระบุ ตำแหน่งทางวิชาการพิมพ์ด้วยตัวอักษรปกติอยู่ใต้ชื่อเรื่องโดยเรียงมาทางด้านขวา และให้ตัวเลขเป็นตัวยกท้ายชื่อผู้เขียนเพื่อแสดงรายละเอียดเกี่ยวกับตำแหน่งทางวิชาการและชื่อหน่วยงาน

4) มีบทคัดย่อภาษาไทยและภาษาอังกฤษ ไม่เกิน 350 คำต่อบทคัดย่อ

5) กำหนดคำสำคัญ (Keywords) ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ (3 - 5 คำ)

6) การเรียงหัวข้อ หัวข้อใหญ่สุด ให้พิมพ์ชิดขอบด้านซ้าย หัวข้อย่อยเว้นห่างจาก หัวข้อใหญ่ 3-5 ตัวอักษร พิมพ์ตัวที่ 6 และหัวข้อย่อยขนาดเดียวกัน ต้องพิมพ์ให้ตรงกัน เมื่อขึ้นหัวข้อใหญ่ ควรเว้นระยะพิมพ์ เพิ่มอีก 0.5 ช่วงบรรทัด

7) การใช้ตัวเลขคำย่อ และวงเล็บ ควรใช้ตัวเลขอารบิกทั้งหมด ใช้คำย่อที่เป็นสากลเท่านั้น (ระบุคำเต็มไว้ในครั้งแรก) การวงเล็บภาษาอังกฤษ ควรใช้ดังนี้ (Student centred learning)

บทความวิจัย ให้เรียงลำดับสาระ ดังนี้

1) บทคัดย่อ (Abstract) เสนอวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัยและผลการวิจัยโดยสรุปมีความกะทัดรัด และสั้น

2) บทนำ (Introduction) ระบุความสำคัญของปัญหาการวิจัยกรอบแนวคิดและระบุวัตถุประสงค์การวิจัย

3) วิธีดำเนินการวิจัย (Research Methodology) ระบุแบบแผนการวิจัยการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่างและการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล

4) ผลการวิจัย/ผลการทดลอง (Results) เสนอผลที่พบตามวัตถุประสงค์การวิจัยตามลำดับอย่างชัดเจน ควรเสนอในรูปแบบตารางหรือแผนภูมิ

5) อภิปรายผล/วิจารณ์ (Discussion) เสนอเป็นความเรียง ชี้ให้เห็นถึงความเชื่อมโยงของผลการวิจัยกับกรอบแนวคิด และงานวิจัยที่ผ่านมา ไม่ควรอภิปรายเป็นข้อ ๆ แต่ชี้ให้เห็นถึงความเชื่อมโยงของตัวแปรที่ศึกษาทั้งหมด



6) สรุป (Conclusion) ระบุดูสรุปที่สำคัญและข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ และประเด็นสำหรับการวิจัยต่อไป

7) องค์ความรู้จากการวิจัย

8) เอกสารอ้างอิง (References) ต้องเป็นรายการที่มีการอ้างอิงไว้ในเชิงบรรณานุกรม การอ้างอิงในเนื้อเรื่อง ใช้ระบบ APA

บทความวิชาการ (original article) และหรือบทความวิจารณ์หนังสือ (book review) ดังนี้

1) บทคัดย่อ (Abstract)

2) บทนำ (Introduction)

3) เนื้อเรื่อง (Content) แสดงสาระสำคัญที่ต้องการนำเสนอตามลำดับ

4) สรุป (Conclusion)

5) เอกสารอ้างอิง (Reference) เชิงบรรณานุกรมรูปแบบแทมเพต

ระบบการอ้างอิงและเอกสารอ้างอิงทางวิชาการพร้อมตัวอย่างประกอบ

วารสารใช้ระบบการอ้างอิงแบบ APA6

เอกสารที่นำมาอ้างอิงควรได้มาจากแหล่งที่มีการตีพิมพ์ชัดเจน อาจเป็นวารสาร หนังสือ หรือข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตก็ได้ ทั้งนี้ผู้เขียนบทความต้องเป็นผู้รับผิดชอบต่อความถูกต้องของ เอกสารอ้างอิงทั้งหมด ก่อนส่งต้นฉบับผู้เขียนบทความควรตรวจสอบถึงความถูกต้องของการ อ้างอิงเอกสาร เพื่อป้องกันความล่าช้าในการตีพิมพ์บทความ เนื่องจากบทความที่มีการอ้างอิงไม่ ถูกต้องจะไม่ได้รับการส่งต่อเพื่อพิจารณาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจนกว่าการอ้างอิงเอกสารจะได้รับการ แก้ไขให้ถูกต้อง สำหรับการอ้างอิงเอกสารในบทความนั้น ใช้ระบบ APA ให้ใช้ระบบตัวอักษร โดยใช้วงเล็บ เปิด-ปิด แล้วระบุชื่อ-นามสกุล ของผู้เขียนและเลขหน้าของเอกสารที่นำมาอ้างอิง กำกับท้ายเนื้อความที่ได้อ้างอิง เอกสารที่อ้างอิงในบทความจะต้องปรากฏในเอกสารอ้างอิงท้าย บทความทุกรายการ และเจ้าของบทความต้องรับผิดชอบถึงความถูกต้องของเอกสารที่นำมา อ้างอิงทั้งหมด โดยรูปแบบของการอ้างอิงเอกสาร มีดังนี้

อ้างอิงจากเอกสารภาษาไทย

1) ผู้แต่งหนึ่งรายให้อ้างชื่อผู้แต่ง เครื่องหมายจุลภาค (,) ตามด้วยปีที่พิมพ์ เช่น (พระ มหาธรรมา ธมมมหาโส, 2554)

2) ผู้แต่ง 1 -3 รายให้อ้างชื่อของผู้แต่งสองราย เครื่องหมายจุลภาค (,) ตามด้วยปีที่พิมพ์ เช่น (พระมหาสุทิตย์ อาภากร และ เขมณัฏฐ์ อินทรสุวรรณ, 2553) หากมีเอกสารที่นำมาอ้างอิงมากกว่า 1 รายการให้ใช้เครื่องหมายอัฒภาค (;) คั่นระหว่างรายการอ้างอิง เช่น (สมภาร พรหมทา, 2548; ธนิต อยู่โพธิ์, 2550)

3) ถ้ามีผู้แต่งมากกว่า 3 รายให้อ้างชื่อของผู้แต่งรายแรก เว้นวรรคหนึ่งครั้ง เพิ่มคำว่า และคณะ เช่น (สนิท ศรีดำแดงและคณะ, 2548)

4) ให้เรียงลำดับการอ้างอิงตามลำดับพยัญชนะตัวแรกของชื่อผู้แต่ง เช่นเดียวกับลำดับการอ้างอิงในส่วนเอกสารอ้างอิง

อ้างอิงจากเอกสารภาษาอังกฤษ

1) ถ้ามีผู้แต่งหนึ่งรายให้อ้างนามสกุลของผู้แต่ง เครื่องหมายจุลภาค ปีที่พิมพ์ และหน้าที้นำมาอ้างอิง เช่น (Keown, 2003)

2) ถ้ามีผู้แต่งสองรายให้อ้างนามสกุลของผู้แต่งสองราย เครื่องหมายจุลภาค ปีที่พิมพ์ และหน้าที้นำมาอ้างอิง เช่น (Hersey & Blanchard, 2000) และให้ใช้เครื่องหมายอัฒภาค (;) คั่นกลางระหว่างเอกสารที่นำมาอ้างอิงมากกว่า 1 เอกสาร เช่น (Keown, 2003; Hersey & Blanchard, 2000)

3) ถ้ามีผู้แต่งมากกว่า 2 รายให้อ้างนามสกุลของผู้แต่งรายแรก ตามด้วย et al., ปีที่พิมพ์ และหน้าที้นำมาอ้างอิง (Kaiser et al., 2008)

4) ให้เรียงลำดับการอ้างอิงชื่อผู้แต่ง

รูปแบบการนำบทความลงตีพิมพ์ลงในวารสารนวักส์ตฤสสาสน์ปริทรรศน์

ต้นฉบับบทความที่เสนอเพื่อพิจารณาตีพิมพ์ในวารสารให้อยู่ในรูปแบบของไฟล์เอกสาร *.docx ของ Microsoft Word Version 2010 หรือมากกว่า หากต้นฉบับประกอบด้วยภาพ ตาราง หรือสมการ ให้ส่งแยกจากไฟล์เอกสาร ในรูปแบบไฟล์ภาพ สกุล *.PDF*.JPG*.GIF หรือ *.bmp ความยาวของต้นฉบับต้องไม่เกิน 15 หน้า (รวมบทคัดย่อ ภาพ ตารางและเอกสารอ้างอิง) กองบรรณาธิการจะพิจารณาบทความเบื้องต้น เกี่ยวกับความถูกต้องของรูปแบบทั่วไป ถ้าไม่ผ่านการพิจารณาจะส่งกลับไปแก้ไข ถ้าผ่านจะเข้าสู่การพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิเมื่อผลการประเมินผ่านหรือไม่ผ่านหรือมีการแก้ไข จะแจ้งผลให้ผู้เขียนทราบ โดย



การพิจารณาบทความเพื่อลงตีพิมพ์ได้จะคำนึงถึงความหลากหลายและความเหมาะสมทางวิชาการเป็นประโยชน์ต่อสังคม

สิทธิของบรรณาธิการ

ในกรณีที่กองบรรณาธิการหรือผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งได้รับเชิญให้เป็นผู้ทรงคุณวุฒิผู้ตรวจประเมินบทความมีความเห็นว่าควรแก้ไข กองบรรณาธิการจะส่งคืนเพื่อให้เจ้าของบทความแก้ไข โดยจะยึดถือข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิผู้ตรวจประเมินเป็นเกณฑ์หลัก และหรือขอสงวนสิทธิ์ที่จะพิจารณาไม่ตีพิมพ์ ในกรณีที่รายงานการวิจัย บทความทางวิชาการหรือบทความวิจัยไม่ตรงกับแนวทางของวารสารนวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ หรือไม่ผ่านการพิจารณาของกองบรรณาธิการหรือผู้เชี่ยวชาญ เมื่อบทความที่ได้รับการตีพิมพ์ผู้เขียนจะได้รับ ลิงค์วารสารฉบับที่นำบทความลงตีพิมพ์ พร้อมกับหนังสือรับรองการตีพิมพ์บทความในวารสารนวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ เนื้อหาและข้อมูลในบทความที่ลงตีพิมพ์ในวารสารนวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ ถือเป็นข้อคิดเห็นและความรับผิดชอบของผู้เขียนบทความโดยตรงซึ่งกองบรรณาธิการวารสาร ไม่จำเป็นต้องเห็นด้วย หรือร่วมรับผิดชอบใด ๆ

บทความ ข้อมูล เนื้อหา รูปภาพ ฯลฯ ที่ได้รับการตีพิมพ์ในวารสารนวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ ถือเป็นลิขสิทธิ์ของวารสารนวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ หากบุคคลหรือหน่วยงานใดต้องการนำทั้งหมดหรือส่วนหนึ่งส่วนใดไปเผยแพร่ต่อหรือเพื่อกระทำการใด ๆ จะต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากวารสารนวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ก่อนเท่านั้น

ประกาศเกี่ยวกับลิขสิทธิ์

เนื้อหาและข้อมูลในบทความที่ลงตีพิมพ์ในวารสารนวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ ถือเป็นข้อคิดเห็นและความรับผิดชอบของผู้เขียนบทความโดยตรงซึ่งกองบรรณาธิการวารสาร ไม่จำเป็นต้องเห็นด้วย หรือร่วมรับผิดชอบใด ๆ

บทความ ข้อมูล เนื้อหา รูปภาพ ฯลฯ ที่ได้รับการตีพิมพ์ในวารสารนวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ ถือเป็นลิขสิทธิ์ของวารสารนวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ หากบุคคลหรือหน่วยงานใดต้องการนำทั้งหมดหรือส่วนหนึ่งส่วนใดไปเผยแพร่ต่อหรือเพื่อกระทำการใด ๆ จะต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากวารสารนวัคส์ตฤสาสน์ปริทรรศน์ ก่อนเท่านั้น

