



ศึกษาการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
A STUDY OF SELF-DEVELOPMENT FOR LIBERATION
OF VIPASSANA MEDITATION

พระภุชงค์ สิริธโร (จิรอุดมทรัพย์)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐



ศึกษาการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

พระภุชงค์ สิริโส (จิรอุตมทรัพย์)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



A Study of Self-development for Liberation of Vipassana Meditation

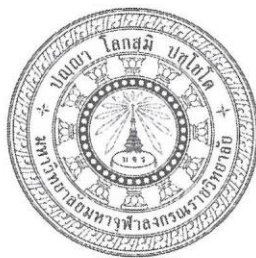
Phra Phutanik Siridharo (Jiraudomsup)

A Research Paper Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Vipassana Meditation)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University

C.E. 2017

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตนิพนธ์ เรื่อง “ศึกษาการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบนิพนธ์

(พระมหาสุรศักดิ์ ปัจจนตเสโน, ดร.)

ประธานกรรมการ

(รศ.ดร.มานพ น้กการเรียน)

กรรมการ

(ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง)

กรรมการ

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง

ชื่อผู้วิจัย

(พระภุชณิก สิริธโร)

ชื่อสารนิพนธ์ : ศึกษาการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
ผู้วิจัย : พระภุชงค์ สิริวิโร (จิรอุดมทรัพย์)
ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)
อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ้มครอง, ป.ธ.๙, พธ.ม. (พระพุทธศาสนา),
พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)
วันเสร็จสมบูรณ์ : ๑๙ มกราคม ๒๕๖๑

บทคัดย่อ

สารนิพนธ์ฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ เพื่อศึกษาความหลุดพ้นใน คัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ตลอดจนหนังสือตำรา เอกสารทางวิชาการและงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง รวบรวมนำมาเรียบเรียงบรรยายเชิง พรรณนา แล้วตรวจสอบความถูกต้องโดยผู้เชี่ยวชาญ จากการศึกษาพบว่า

ความหลุดพ้น หรือวิมุตติ ในภาษาบาลี หมายถึง ความก้าวล่วงพ้นจากทุกข์และ ความสิ้นไปแห่งอาสวะกิเลสเพราะสิ้นภวสังโยชน์ เป็นผลมาจากการอบรมจิตให้เกิดปัญญารู้แจ้ง อริยสัจ ๔ บรรลุความเป็นอริยบุคคลสูงสุด ได้แก่ พระอรหันต์ หมายถึง ผู้มีตนที่พัฒนาแล้ว หรือ ผู้ที่ได้พัฒนาตนแล้ว ตรงกับคำบาลีว่า “ภาวิตัตต” ผู้หลุดพ้นแล้วเป็นผู้มีความสำเร็จสูงสุด เพราะบรรลุเป้าหมายสูงสุดของการพัฒนาตน และเข้าถึงแก่นแท้แห่งพุทธศาสนา ได้ชื่อว่าเป็น ผู้ทำตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว

การพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น คือ การศึกษา ฝึกอบรมจิต ให้เกิดปัญญารู้ชัดตาม ความเป็นจริงของชีวิตในชั้น ๕ โดยความเป็นไตรลักษณ์ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา ขั้นตอนปฏิบัติในการพัฒนาตน คือ (๑) ไตรสิกขา (๒) อริยมรรคมีองค์ ๘ (๓) ภาวนา การ ปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความหลุดพ้นโดยตรง คือ การเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ด้วยการกำหนดรู้ กาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อให้เกิดสมาธิและปัญญารู้แจ้งรูปนามโดยความ เป็นไตรลักษณ์ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าเป็นทางเดียวเท่านั้นที่สามารถดับทุกข์และทำให้แจ้ง นิพพานได้

Research Paper Title: A Study of Self-development for Liberation of Vipassana Meditation

Researcher : Phra Phutanik Siridharo (Jiraudomsup)

Degree : Master of Arts (Vipassana Meditation)

Research Paper Supervisor

: Asst. Prof. Dr. Viroj Koomkrong Pali IX, M. A. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Completion : January 19, 2018

Abstract

This Research paper had two objectives; to study the Liberation in Theravada Buddhist Scriptures and to study self-development for Liberation of Vipassana Meditation. Data are clarified and taken from the Theravada Buddhist Scriptures, academic documentaries and other related texts, and it is arranged, descriptive narration and verified by Buddhist scholars. The findings are as follow:

Liberation or Vimutti in Pali word means the transcendence from all the sufferings, the end of mental defilements by uprooting the Fetters through the mind training which results in clearly insight knowledge of the Four Noble Truths to attain the highest state of the Noble Ones (Ariya-Puggala) as Arahant, being called bhāvitatta in Pali word that means one who has developed himself or one who is self-developed. The one liberated, namely complied with all doctrines of the Buddha, is considered to have the most successful life by cause of attaining the ultimate goal of Self-development and culminating the essence of Buddhism.

Self-development for Liberation is the study, mind-training which results in clearly insight knowledge of experiencing the truth of life or Five Aggregates referring to insight into the Three marks of existence: impermanence, suffering, and non-self. There are three steps for practicing on Self-development: (1) the Threefold Training (2) the Noble Eightfold Path (3) Bhāvanā or mental culture. Insight meditation, sometimes called Vipassana meditation, based on contemplation of four foundations of mindfulness; body, feeling, mind and mental objects causing wisdom (Pañña) arise and know Rūpa and Nāma clearly, that is the Three Characteristics are regarded as the righteous practical way of meditation leading to liberation. The Buddha said that this path is the only way to cease all the sufferings and attain Nibbāna.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้า ๆ ขอประทานโอกาสกราบขอบพระคุณ ท่านเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), ศาสตราจารย์พิเศษ (สาขาภาษาบาลี), ป.ธ.๙, M.A., Ph.D., เจ้าอาวาสวัดพิชยญาติการาม, เจ้าคณะใหญ่หนกลาง, กรรมการมหาเถรสมาคม, ประธานศูนย์เผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ, รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ผู้ก่อตั้งและวางรากฐานสถาบันแห่งนี้ เป็นอย่างสูงยิ่ง ที่พระเดชพระคุณฯ ได้เปิดหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนานี้ขึ้น เพื่อให้โอกาสในการศึกษา ด้วยเจตจำนงนำเอาวิปัสสนาธุระมาสู่คนธรรมดา เป็นแรงขับเคลื่อนด้วยการส่งเสริมให้มีการศึกษาหลักปริยัติควบคู่ไปกับการปฏิบัติ อันเป็นวิธีการอย่างหนึ่งในการดำรงและจรโลงไว้ ซึ่งปฏิบัติสัทธิธรรมมิให้เสื่อมสูญไป

ขอกราบขอบพระคุณ พระครูปลัดสัมพิพัฒน์ธรรมอาจารย์ (นิรันดร์ อภิปัญโญ), พระครูภาวนาวิริยานุโยค วิ.,ดร. (บุญยงค์ ถาวโร), คณะวิปัสสนาจารย์ ที่ช่วยแนะนำการปฏิบัติและสอบอารมณ์ ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมธรรมโมลี ความรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติจริงนับว่ามีสำคัญต่อการทำสารนิพนธ์นี้เป็นอย่างยิ่ง

ขออนุโมทนาขอบคุณ ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ้มครอง อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ที่ให้คำปรึกษา คำแนะนำ ตรวจสอบ แก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ จนเสร็จสมบูรณ์ลุล่วงด้วยดี และขอขอบพระคุณ คณะผู้บริหาร คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ทุกๆ ท่าน ผู้ชี้แนะแนวทางและประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ตลอดระยะเวลา ๒ ปี บ่มเพาะผู้วิจัยให้มีความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหาวิชาตามหลักสูตรและสามารถนำองค์ความรู้ที่ได้รับมาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่องานวิจัยนี้ พร้อมทั้งเจ้าหน้าที่บรรณรักษ์ ห้องสมุดพุทธโฆษาจารย์ ที่ช่วยเหลืออำนวยความสะดวกในด้านการค้นคว้าข้อมูลจากพระคัมภีร์และตำราต่างๆ และเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องทุกท่านไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ พระครูสมุห์นภบาลย์ รตนวณโณ เจ้าอาวาสวัดศาลเจ้า ตำบลบ้านกลาง อำเภอเมืองปทุม จังหวัดปทุมธานี และ เจ้าอาวาสวัดมหาสวัสดิ์นาคพุฒาราม ที่ได้เมตตาอนุเคราะห์และเอื้อเฟื้อความสะดวกเรื่องที่พักพิงจำวัดในระหว่างการทำวิจัย

สุดท้ายนี้ ด้วยอาณิสสงส์แห่งบุญกุศลในการศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตลอดทั้งคุณประโยชน์แห่งสารนิพนธ์เล่มนี้ที่จะพึงมี ผู้วิจัยขอน้อมนำความดีทั้งหมดถวายเป็นเครื่องสักการบูชาต่อคุณพระรัตนตรัย รวมถึงคุณบิดา คุณมารดา คุณครูอุปัชฌาย์ อาจารย์ทุกๆ ท่าน และสหธรรมิก ทั้งในส่วนของภิกษุและฆราวาส สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา รุ่น ๑๑/๒๕๕๘ ขอจงเป็นผู้มีเมตตาในธรรมแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และให้มีส่วนแห่งกุศลนี้ด้วยทุกรูป/ท่าน เทอญ

พระภูธนิกร สิริธโร (จิรอุดมทรัพย์)

๑๙ มกราคม ๒๕๖๑

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฉ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๐
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๐
บทที่ ๒ ความหลุดพ้นในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๑๑
๒.๑ ความหมายและความสำคัญของความหลุดพ้น	๑๒
๒.๒ ประเภทและระดับของความหลุดพ้น	๑๗
๒.๓ วิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความหลุดพ้น	๒๓
๒.๔ ประเภทของอริยบุคคล	๒๖
๒.๕ อุปมาและลักษณะความหลุดพ้น	๓๔
๒.๖ วิมุตติในฐานะธรรมที่เป็นคู่เปรียบกัน	๓๘
๒.๗ เหตุแห่งความหลุดพ้น	๔๐
๒.๘ ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อความหลุดพ้น	๔๓
๒.๙ สรุปร้อยบท	๔๕
บทที่ ๓ การพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๔๗
๓.๑ ความหมายของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น	๔๗
๓.๒ ความสำคัญของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น	๔๙
๓.๓ แนวคิดการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น	๕๑
๓.๔ ระดับของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น	๕๒

๓.๕ แนวทางการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น	๕๕
๓.๖ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น	๗๐
๓.๗ เป้าหมายของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น	๘๐
๓.๘ เกณฑ์ชีวิตการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น	๘๓
๓.๙ สรุปท้ายบท	๙๒
บทที่ ๔ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๙๕
๔.๑ สรุปผลการวิจัย	๙๕
๔.๒ ข้อเสนอแนะ	๙๙
บรรณานุกรม	๑๐๐
ประวัติผู้วิจัย	๑๐๕

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

สารนิพนธ์นี้ ผู้วิจัยได้ใช้ข้อมูลอ้างอิงจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ มีหลักการใช้คำย่อชื่อพระไตรปิฎก โดยเริ่มจากอักษรย่อชื่อคัมภีร์ ตามด้วยวงเล็บฉบับที่ใช้แล้วตามด้วยเล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น

- ที.สี. (ไทย) ๙/๒๗๖/๙๗. หมายถึง ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๙๗

การอธิบายบอกอักษรย่อในสารนิพนธ์นี้ ทำเฉพาะคัมภีร์ที่อ้างอิงในสารนิพนธ์นี้เท่านั้น

พระวินัยปิฎก

เล่ม	คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๔-๕	วิ.ม.	(ไทย)	= วินัยปิฎก มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๗	วิ.จ.	(ไทย)	= วินัยปิฎก จุฬวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

เล่ม	คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๙	ที.สี.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
๑๐	ที.ม.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๑๑	ที.ปา.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
๑๒	ม.ม.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์	(ภาษาไทย)
๑๓	ม.ม.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปณณาสก์	(ภาษาไทย)
๑๔	ม.อุ.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปรปณณาสก์	(ภาษาไทย)
๑๕	ส.ส.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
๑๖	ส.นิ.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
๑๗	ส.ข.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
๑๘	ส.สพ.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค	(ภาษาไทย)
๑๙	ส.ม.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
๒๐	อ.จ.เอกก.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
	อ.จ.ทุก.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
	อ.จ.ติก.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๑	อ.จ.จตุกก.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๒	อ.จ.ปัญจก.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
	อ.จ.ฉก.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ฉกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๓	อ.จ.สตตก.	(ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย สตตกนิบาต	(ภาษาไทย)

	อจ.อภุชก.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคตตรนิกาย	อัฐฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
	อจ.นวก.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคตตรนิกาย	นวกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๔	อจ.ทสก.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๕	ขุ.ขุ.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
	ขุ.ธ.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
	ขุ.อุ.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อุทาน	(ภาษาไทย)
	ขุ.อิติ.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
	ขุ.สุ.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	สุตตนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๖	ขุ.วิ.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	วิมานวัตถุ	(ภาษาไทย)
	ขุ.เถร.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เถรคาถา	(ภาษาไทย)
	ขุ.เถรี.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เถรีคาถา	(ภาษาไทย)
๒๘	ขุ.ชา.อสีติ.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อสีตินิบาตชาดก	(ภาษาไทย)
๒๙	ขุ.ม.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิทเทศ	(ภาษาไทย)
๓๐	ขุ.จ.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จุฬนิทเทศ	(ภาษาไทย)
๓๑	ขุ.ป.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)
๓๒	ขุ.อป.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อปทาน	(ภาษาไทย)
๓๓	ขุ.อป.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อปทาน	(ภาษาไทย)
	ขุ.พุทธ.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	พุทธวงศ์	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

เล่ม	คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๓๔	อภ.สง.	(ไทย)	= อภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
๓๖	อภ.ปุ.	(ไทย)	= อภิธรรมปิฎก ปุคคลบัญญัติ	(ภาษาไทย)

ปกรณ์วิเสส

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
เนตติ.	(ไทย)	= เนตติปกรณ์	(ภาษาไทย)
วิสุทธิ.	(ไทย)	= วิสุทธิมรรคปกรณ์	(ภาษาไทย)

ข. คำย่อชื่อคัมภีร์อรรถกถา

สารนิพนธ์นี้ ผู้วิจัยได้ใช้คัมภีร์อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย รูปแบบในการอ้างอิงจะขึ้นต้นด้วยอักษรย่อชื่อคัมภีร์แล้วตามด้วยภาค (ถ้ามี)/ชื่อ/หน้า ตามลำดับ เช่น

- ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๖๕/๒๔๕. หมายถึง มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ ปปัญจสูทนี ภาค ๑

อรรถกถาภาษาไทย ภาค ๑ ข้อ ๖๕ หน้า ๒๔๕ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๕๒

- ขุ.อิตติ.อ. (ไทย) -/๔๖/๒๔๘. หมายถึง ขุททกนิกาย ปรมัตถทีปนี อิติวุตตกอรรถกถา ภาษาไทย ข้อ ๔๖ หน้า ๒๔๘ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๕๖
การอธิบายบอกอักษรย่อในสารนิพนธ์นี้ ทำเฉพาะคัมภีร์ที่อ้างอิงในสารนิพนธ์นี้เท่านั้น

อรรถกถาพระสูตรต้นปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
ที.ม.อ. (ไทย) = ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ม.มฺ.อ. (ไทย) = มัชฌิมนิกาย	ปัญจสุทนี มุลปณาสกอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.ฉกฺก.อ. (ไทย) = อังคุตตรนิกาย	มนโรธปุรณี ฉกฺกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ขุ.อ. (ไทย) = ขุททกนิกาย	ปรมัตถโชติกา ขุททกปาฐอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.อ. (ไทย) = ขุททกนิกาย	ธัมมปัทฏฐกถา ธรรมบทอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.อุ.อ. (ไทย) = ขุททกนิกาย	ปรมัตถทีปนี อุทานอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.อิตติ.อ. (ไทย) = ขุททกนิกาย	ปรมัตถทีปนี อิติวุตตกอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.อ. (ไทย) = ขุททกนิกาย	สัทธัมมปัปกาสนี ปฏิสัมภิทามรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)

อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
อภิ.ปญจ.อ. (ไทย) = อภิธรรมปิฎก	ปัญจปกรณ์อรรถกถา	(ภาษาไทย)

อรรถกถาปกรณ์วิเสส

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
เนตติ.อ. (ไทย) =	เนตติอรรถกถา	(ภาษาไทย)
สงฺคห. (ไทย) =	อภิธัมมัตถสังคหะ	(ภาษาไทย)
อภิ.วตาร. (ไทย) =	อภิธัมมวตาร	(ภาษาไทย)

ค. อธิบาย อักษรย่อเกี่ยวกับภาษาไทย ที่ได้นำมาประกอบ

ม.ป.ท. (ไทย) =	หมายถึง ไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์
ม.ป.ป. (ไทย) =	หมายถึง ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนามีความแตกต่างจากศาสนาอื่น คือ การแสวงหาความหลุดพ้นจากทุกข์ อันเป็นเป้าหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา หรือ ที่เรียกว่าแก่นแท้ของพระพุทธศาสนา มีที่มาใน มหาสารโปฐมสูตร ปรากฏข้อความในตอนท้ายของพระสูตรว่า พรหมจรรย์นี้มีใช้มีลาภสักการะและความสรรเสริญเป็นอันสงฆ์ มิใช่มีความสมบูรณ์แห่งศีลเป็นอันสงฆ์ มิใช่มีความสมบูรณ์แห่งสมาธิเป็นอันสงฆ์ มิใช่มีญาณทัสสนะเป็นอันสงฆ์ แต่พรหมจรรย์นี้มีเจโตวิมุตติอันไม่กำเริบเป็นเป้าหมาย เป็นแก่น เป็นที่สุด^๑ ประการต่อมา พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับการพัฒนาตน พระพุทธเจ้าทรงใช้ความเพียรในการฝึกฝนตนเป็นระยะเวลาถึง ๖ ปี จึงค้นพบอริยมรรคมีองค์ ๘ อันเป็นประตูบานแรกนำไปสู่การตรัสรู้หรือริยสัจ ๔ ด้วยพระองค์เองโดยชอบก่อนใคร ถือได้ว่าทรงเป็นผู้บุกเบิกและต้นแบบแห่งการเป็นผู้ฝึกฝนอบรมตน ดังข้อความที่ปรากฏใน จุฬาลงกรณ์สูตรว่า “พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้นตรัสรู้แล้ว ทรงแสดงธรรมเพื่อให้ตรัสรู้ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้นทรงฝึกพระองค์แล้ว ทรงแสดงธรรมเพื่อฝึกตน”^๒

การพัฒนาฝึกฝนอบรมตน ถือว่าเป็นมโนทัศน์ (Concept)^๓ ต้องเริ่มจากการที่คนเรา ขวนขวายรู้จักพึ่งตนเอง พยายามช่วยเหลือตัวเอง ไม่ทำตนให้เป็นภาระแก่ผู้อื่นหรือสังคม ในทางพระพุทธศาสนาหมายถึงไม่เบียดเบียนทั้งตนเองและผู้อื่น ซึ่งก็มาจากการฝึกฝน อบรมตน ดังที่องค์สมเด็จพระบรมศาสดาตรัสว่า “คนแลเป็นที่พึ่งของตน บุคคลอื่นใครเล่า จะเป็นที่พึ่งได้ เพราะบุคคลที่ฝึกตนดีแล้ว ย่อมได้ที่พึ่งอันได้โดยยาก”^๔ ได้ที่พึ่งที่ได้ยาก คัมภีร์อรรถกถา กล่าวว่า คือ อรหัตตผล^๕ เป็นเหตุให้บรรลุพระนิพพานอันตรงกับเป้าหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนาที่ทำให้หลุดพ้นจากความทุกข์ ซึ่งปรากฏหลักฐานแจ้งชัดหลายแห่ง เช่น ในปุราณาสุตตนิทเทส และ ในเมตตคฺคฺมาณวปัญหานิทเทส มีข้อความตรงกันว่า “บุคคลผู้ฝึกแล้ว มีตนฝึกหัดแล้วอย่างดี ย่อมไปถึงนิพพานอันเป็นทิศที่ไม่เคยไปถึงได้ พระอรหันต์ทั้งหลาย หลุดพ้นจากภพใหม่แล้ว บรรลุถึงภูมิที่ฝึก

^๑ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๑๑/๓๔๘.

^๒ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๖๑/๓๙๙.

^๓ ดูรายละเอียดใน พระมหาอุเทน ปัญญาปริทัตต์, พระไตรปิฎกร่วมสมัย, พิมพ์ครั้งที่ ๑๘, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสารสินไทย การพิมพ์, ๒๕๕๗), หน้า ๓๙๗-๓๙๙.

^๔ ข.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๖๐/๘๒.

^๕ ข.ธ.อ. (ไทย) ๒/๑๖๐/๑๓๙.

แล้ว”^๖ ในทนต์ภูมิสูตร ว่าด้วยภูมิของผู้ได้รับการฝึกแล้ว มีข้อน่าสังเกตปรากฏตอนท้ายพระสูตรว่า “พระเถระ พระมัชฌิมะ และพระนวกะ ผู้สิ้นอาสวะแล้ว ได้มรณภาพลง ถือว่ามรณภาพลงอย่างฝึกแล้ว”^๗ เมื่อสืบค้นต่อไปพบว่า คำว่าทนต์ภูมินี้ ยังปรากฏในอรหันตสูตร ซึ่งตอนท้ายของพระสูตรได้กล่าวถึงพระอรหันต์ว่า “มีร่างกายนี้เป็นร่างสุดท้าย พ้นจากภพใหม่ถึงทนต์ภูมิ ขณะเด็ดขาดแล้วในโลก” ในเชิงอรรถนั่นเองเปรียบเสมือนแว่นขยาย ช่วยตัดสงสัย ขจัดคลุมเครือ และให้ความกระจ่างชัดว่า ทนต์ภูมิ หมายถึง ภูมิของบุคคลผู้ได้รับการฝึกตนแล้ว ได้แก่ พระอรหันต์ผล^๘

ในสาริปุตตเถรปาทาน ได้กล่าวถึงพระนิพพานไว้ว่า “การบรรลุมตนิพพาน คือพระนิพพานอันไม่จุติ เป็นผู้สมควรแก่ความงามเป็นเหมือนผู้ฝึกฝนตนมาแล้ว เหมือนช้างถูกแทงด้วยหอกไม่หวั่นไหว”^๙ เมื่อประมวลความตามลำดับ ทำให้ได้ข้อสรุปลงตัว อีกทั้งยังสามารถเข้าถึงสิ่งที่เป็นสาระแก่นสารของการพัฒนาตนในทางพระพุทธศาสนาว่า พระอรหันต์ คือ ผู้ที่ฝึกฝน อบรมพัฒนาตน ไปสู่ความเป็นอริยบุคคลขั้นสูงสุด ดุจดั่งผู้ก้าวเข้าสู่หลักชัยของชีวิตด้วยวิริยะ เรี่ยวแรง และกำลังสามารถแห่งตน เป็นสัญลักษณ์แสดงออกเชิงประจักษ์ภายในที่รู้ได้เฉพาะตัวของผู้นับถือถึงความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ พระนิพพานเปรียบเสมือนปริญญญาบัตรคุณวุฒิบัณฑิตทางโลกที่ได้รับทันทีเมื่อรู้แจ้ง แม้แต่พระโสดาบันซึ่งเป็นพระอริยบุคคลขั้นต้น ได้ชื่อว่าเป็นพระเสขะ ยังต้องศึกษาและปฏิบัติต่อไป เพราะยังมีกิจต้องกระทำ ยังไม่อยู่จบพรหมจรรย์ ยังไม่ได้ทำที่สุดทุกขันธ์ตนเอง ด้วยเหตุผลเดียวกัน ปุถุชนทั่วไปยังไม่บรรลุนิพพาน จึงจำเป็นต้องมีการฝึกฝน อบรม เพื่อพัฒนาตัวเองเรื่อยไปจนกว่าจะหลุดพ้นจากทุกข์อย่างสิ้นเชิง

จากการศึกษามีข้อพึงตระหนักว่า พระนิพพานมีอยู่ แต่ทางลัดย่นระยะทางไปสู่พระนิพพานไม่มี มิฉะนั้น พระนิพพานจะกลายเป็นของฉาบฉวยไป เพราะมีขั้นตอนการศึกษาไปตามลำดับ มีการบำเพ็ญไปตามลำดับ มีการปฏิบัติไปตามลำดับ ไม่ใช่มีการบรรลุนิพพานโดยทันทีขั้นเดียวเท่านั้น^{๑๐} พระพุทธเจ้าได้ทรงวางรากฐานระบบการฝึกฝน อบรม พัฒนาตนอันเป็นข้อที่พึงศึกษาและปฏิบัติทั่วไปที่เรียกว่าไตรสิกขา ทั้งนี้ต้องอยู่ภายใต้กรอบดุลยภาพแห่งข้อปฏิบัติอันเป็นทางดำเนินของเหล่าพระอริยะที่นำไปสู่ความหลุดพ้น มีชื่อเรียกว่ามัชฌิมาปฏิปทา ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นฐานปฏิบัติการใหญ่คลุมอีกชั้นหนึ่ง ซึ่งปฏิปทานี้จัดว่าเป็นยานอันประเสริฐในพระธรรมวินัยนี้^{๑๑} เพราะเป็นปฏิปทาที่เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน ในมหาปรินิพพานสูตร พระพุทธเจ้าได้ทรงมีปัจฉิมวาจาเน้นย้ำกับสุภทัชเทปริพาชกกว่า “โลกจะไม่พึงว่างจากพระอรหันต์ ถ้าภิกษุทั้งหลายเป็นอยู่โดยชอบ ในธรรมวินัยนี้หากปราศจากอริยมรรคมีองค์

^๖ พุ.ม. (ไทย) ๒๙/๙๐/๒๘๒., พุ.จ. (ไทย) ๓๐/๑๘/๑๑๘.

^๗ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๒๒/๒๕๕.

^๘ ส.ช. (ไทย) ๑๗/๗๖/๑๑๗.

^๙ พุ.อป. (ไทย) ๓๒/๒๙๓-๒๙๔/๔๖-๔๗.

^{๑๐} ดูรายละเอียดใน อ.อ.อรรถก. (ไทย) ๒๓/๑๙/๒๔๘-๒๔๙., ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๘๓/๒๑๒.

^{๑๑} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔/๖.

๘ แล้ว พระอรหันต์ทั้งหลายย่อมไม่ปรากฏในโลกนี้”^{๑๒} การพัฒนาตนไม่อาจบรรลุเป้าหมายสูงสุดได้ถ้าปราศจากยานอันประเสริฐนี้ ที่สำคัญเหนือสิ่งอื่นใด คือ การเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ วิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความหลุดพ้นในการพัฒนาตน ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสว่าเป็นทางเดียวเท่านั้นที่สามารถดับทุกข์และทำให้แจ้งพระนิพพานได้

จากความสำคัญของปัญหาในประเด็นดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาขั้นตอนการฝึกฝน อบรม พัฒนาตนตามแนวทางที่พระบรมศาสดาได้ชี้แนะ และศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ทั้งนี้เพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องและชี้แนวทางให้กับ ผู้มีใจเด็ดเดี่ยว^{๑๓} มุ่งยกระดับการฝึกฝนอบรมตนจนถึงขั้นสูงสุดแห่งศักยภาพของมนุษย์ที่สามารถทำได้ คือความเป็นพุทธะ ตลอดถึงผู้ศรัทธาใคร่ในธรรมทั่วไปได้เตรียมตัวให้พร้อมก่อนลงสู่สนามจริงเมื่อเวลาอันควรมาถึง จักได้แน่วแน่ในขั้นตอนแล้วนำไปปฏิบัติอย่างสัมฤทธิ์ผลต่อไปในภายภาคหน้า อันเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมและอนุชนรุ่นหลังสืบต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาความหลุดพ้นในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๓.๑ ความหลุดพ้นในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร

๑.๓.๒ การพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีขั้นตอนปฏิบัติเป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยศึกษาความหลุดพ้นในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และศึกษาการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยแบ่งขอบเขตการวิจัยเป็นสองส่วน มีรายละเอียดดังนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ผู้วิจัยเลือกใช้คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙

เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ผู้วิจัยเลือกใช้คัมภีร์ต่อไปนี้ คือ อรรถกถาพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๕๒-๒๕๕๙ ฎีกา ปกรณ์

^{๑๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๔/๑๖๒.

^{๑๓} วิ.ม. (ไทย) ๕/๔๖๖/๓๕๘.

วิเสส อื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น วิสุทธิมรรค อภิธัมมัตถสังคหะ ปรมัตถทีปนี วิปัสสนาขุณี เป็นต้น ตลอดจนเอกสาร หนังสือ ตำราวิชาการ บทความ ของพระเถระ นักปราชญ์ นักวิชาการทางพระพุทธศาสนา รายงานวิจัย และ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่างๆ ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย เช่น วิปัสสนานัย, มหาสติปัฏฐานสูตร รจนาโดย พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) และพุทธธรรม ฉบับปรับขยาย โดย สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต) เป็นต้น เป็นฐานในการศึกษาค้นคว้า

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการศึกษา

ศึกษาเนื้อหาหลักธรรมที่เกี่ยวกับการฝึกฝน อบรม พัฒนาดน, หลักวิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ตลอดจนความหลุดพ้น ซึ่งในงานวิจัยนี้ ศึกษาเฉพาะความหลุดพ้นตามคำพระบาลีว่า “วิมุตติ” (ไม่รวมวิโมกข์) แล้วนำมาสรุป เรียบเรียง นำเสนอแบบบรรยายเชิงพรรณนา

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ **พัฒนาดน** หมายถึง การยกระดับ การทำตนให้เจริญขึ้น ด้วยการฝึกฝน อบรม จิตตามแนวทางพระพุทธศาสนาบรรลุถึงความ เป็นอริยบุคคลตามลำดับขั้น ภายใต้กรอบแนวทาง และวิธีการปฏิบัติ ได้แก่ ไตรสิกขา อริยมรรคมีองค์ ๘ และภาวนา

๑.๕.๒ **ความหลุดพ้น** หมายถึง ภาวะเข้าถึงความเป็นอิสระทางจิตที่อยู่เหนือพ้นจาก อาสวะกิเลสทั้งปวง เพราะรู้แจ้งอริยสัจ ๔ โดยชอบและเพราะสิ้นภวสังโยชน์ ด้วยอำนาจอริยมรรค ในพระไตรปิฎกปรากฏลักษณะการใช้คำไวพจน์ที่มีความหมายโดยอรรถอย่างเดียวกัน คือ ความหลุดพ้น ได้แก่ วิมุตติ กับ วิโมกข์ ในงานวิจัยนี้ มุ่งศึกษาความหลุดพ้น ตามศัพท์พระบาลีว่า วิมุตติ เท่านั้น

๑.๕.๓ **วิปัสสนาภาวนา** หมายถึง การฝึกตน อบรมจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง รู้ชัดและรู้เท่าทันสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จนมีจิตใจเป็นอิสระ ไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาและทบทวนเอกสาร ตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนา รวมทั้งรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

๑.๖.๑ คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑) คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ ปรากฏข้อความที่เกี่ยวกับการฝึกฝน อบรม พัฒนาดนหลายแห่ง เช่น

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ พุทฺชนนิตสูตฺร ได้กล่าวถึงบุคคล เกื้อกูลชาวโลก สรุปความได้ว่า พระพุทธเจ้าจัดว่าเป็นบุคคลจำพวกที่ ๑ เพราะทรงเป็นผู้แสวงหา

คุณอันยิ่งใหญ่, พระอริยบุคคลสูงสุด หมายถึง พระอรหันตสาวกจัดว่าเป็นบุคคลจำพวกที่ ๒ เพราะเป็นผู้อบรมตนแล้วจนตรัสรู้ตาม ได้ชื่อว่า พระอเสขะ และ พระอริยบุคคลขั้นต้นจัดว่าเป็นบุคคลจำพวกที่ ๓ เพราะเป็นผู้อบรมตนอยู่ กำลังปฏิบัติอยู่ ได้ชื่อว่า พระเสขะ บุคคล ๓ จำพวกนี้เป็นผู้ประเสริฐที่สุดในเทวดาและมนุษย์^{๑๔}

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย อัฐกนิบาต อัคขณสูตร ว่าด้วยขณะที่สมควรรออยู่ประพาศพรหมจรรย์ ได้กล่าวถึงการพัฒนาตนของบุคคลผู้อบรมตนแล้ว กำลังอบรมตนอยู่ ทำตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า สรุปลงความได้ว่า บุคคลผู้ได้อัตภาพความเป็นมนุษย์ในกาลสมัยที่พระพุทธเจ้าอุบัติ และได้ทำตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว และกำลังทำตามคำสั่งสอนปฏิบัติตามอยู่ ชื่อว่าได้รู้แจ้งขณะ พระอรหันต์คือผู้ทำตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว เป็นผู้ถึงความสิ้นอาสวะแล้ว ได้ชื่อว่า เป็นผู้ถึงฝั่งในโลก^{๑๕}

๒) คัมภีร์อรรถกถาภาษาไทย พระสุตตันตปิฎก อิติวุตตกอรรถกถา (ปรมัตถทีปนี) ได้กล่าวถึงเรื่องความหลุดพ้น สรุปลงความได้ว่า วิมุตติหรือความหลุดพ้นเป็นแก่นสารแห่งพระศาสนา นี้ เพราะคืออรรถที่สุดผล คือพระนิพพาน ผู้หวังความเจริญย่อมเจาะจงวิมุตติเป็นแก่นสารด้วยการบำเพ็ญปฏิบัติตามไตรสิกขา พระอรหันต์เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า พระอเสขะ เป็นผู้เห็นพระนิพพานแล้ว ไม่มีธรรมที่ต้องละ ไม่มีธรรมที่กำเริบ เป็นผู้ถึงที่สิ้นสุดแห่งชาติและภพแล้ว^{๑๖}

๓) คัมภีร์ปกรณ์วิเสส เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค พระพุทธโฆสเถระ ได้กล่าวถึงวิปัสสนาภาวนาว่าเป็นอุปกรณ์สำคัญในการพัฒนาตนอย่างแท้จริง ดังปรากฏข้อความว่า

สามัญญผลอันประเสริฐสุดยอด ระวังความทุกข์ทนกระวนกระวาย คายกามารมณ์ เครื่องล่อใจของโลกออกไป มีมตนิพพานเป็นอารมณ์ สงบ ผ่องใส ท่วมทับด้วยความสุข บริสุทธิ มีโอชะ แขมขึ้นอ่อนหวานเป็นอย่างยิ่ง ประดุจน้ำหวานที่เจือปนด้วยน้ำอมฤต เพราะเหตุที่ท่านบ้นชิตได้ทำวิปัสสนาปัญญาให้เกิดขึ้น จึงประสบความสุขอันประเสริฐยิ่งนั้น ซึ่งเป็นรสของพระอริยผลนั้น เพราะฉะนั้น ท่านจึงกล่าวในที่นี้ว่า การเสวยรสของพระอริยผลดังกล่าวนี้ เป็นอานิสงส์ของวิปัสสนาภาวนา^{๑๗}

๔) คัมภีร์อรรถกถาปกรณ์วิเสส เช่น ในปรมัตถทีปนี พระญาณธชเถระ ได้กล่าวถึงอานาปานของวิปัสสนา ดังปรากฏข้อความว่า

ความสำเร็จประโยชน์ด้วยการรู้เห็นทุกข์ เป็นอานาปานของสมาธิที่ตรงกันข้ามกับความยึดถือด้วยต้นหาคือความต้องการ เมื่อบุคคลหยั่งเห็นเช่นนั้นแล้วหลุดพ้นอยู่ วิปัสสนาและมรรคย่อมได้รับชื่อตามหน้าที่ของสมาธิที่เกิดร่วมกัน เมื่อบุคคลกำหนดรู้ว่าไม่เที่ยง

^{๑๔} พุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๘๔/๔๕๑.

^{๑๕} ตูรายละเอียดยใน อง.อฎฐก. (ไทย) ๒๓/๒๙/๒๗๘.

^{๑๖} พุ.อิติ.อ. (ไทย) -/๔๖/๒๔๘-๒๔๘.

^{๑๗} พระพุทธโฆสเถระ รจนา, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๑๘๙.

สัทินทรีย์เป็นสภาพมีกำลังมาก เมื่อกำหนดรู้ว่าเป็นทุกข์ สมานินทรีย์มีกำลังมาก เมื่อกำหนดรู้ว่าจะไม่ใช่ตัวตน ปัญญินทรีย์มีกำลังมาก หน้าที่พิเศษของธรรม ๓ อย่างในมรรคย่อมสำเร็จด้วยอานุภาพของการเข้าถึงวิปัสสนา^{๑๘}

๑.๖.๒ ตำราวิชาการพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑) สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต) ได้กล่าวถึงความหลุดพ้นไว้ในหนังสือชื่อ “พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย” สรุปความได้ว่า วิมุตติ หรือ ความหลุดพ้น ในระดับสูงสุดใช้แตกต่างออกไป ๓ อย่าง คือ (๑) การหลุดพ้น กิริยาที่หลุดพ้นออกมาได้ หรืออาการที่เป็นไปในขณะหลุดพ้นเป็นอิสระ วิมุตติ ในความหมายอย่างนี้ ท่านเรียกว่าเป็น มรรค (๒) ความเป็นผู้หลุดพ้น คือความเป็นอิสระในเมื่อหลุดพ้นออกมาได้แล้ว วิมุตติในความหมายอย่างนี้ ท่านเรียกว่าเป็นผล (๓) ภาวะแห่งความเป็นผู้หลุดพ้น ภาวะแห่งความเป็นอิสระที่ผู้หลุดพ้นหรือผู้เป็นอิสระนั้นเข้าถึงและรู้สึกได้ วิมุตติในความหมายอย่างนี้ คือที่ใช้เป็นไวพจน์ของนิพพาน คือหมายถึง นิพพาน นั้นเอง แต่เรื่องของวิมุตติเองแท้ๆ คือ วิมุตติในความหมายอย่างนี้ ๒ คือ วิมุตติในความหมายที่เป็นผล ที่แยกให้เห็นชัดเป็น ๒ ด้าน คือ เป็นเจโตวิมุตติ และ ปัญญาวิมุตติ เพราะผลในที่นี้ตามปกติหมายถึง อรหัตตผล ที่เกิดจากการละสังโยชน์ได้หมดสิ้น จิตพ้นจากอาสวะทั้งหลายแล้ว^{๑๙}

๒) พุทธทาสภิกขุ ได้กล่าวถึงการเข้าถึงตัวพระพุทธศาสนาหรือแก่นแท้ในพุทธศาสนาไว้ในหนังสือชื่อ “คู่มือมนุษย์” สรุปความได้ว่า พระพุทธศาสนามีลักษณะหลายเหลี่ยมหลายมุม ในเหลี่ยมที่เป็นศาสนา (Religious) คือส่วนที่เป็นตัวระเบียบปฏิบัติ ซึ่งได้แก่ศีล สมาธิ ปัญญา กระทั่งผลที่เกิดขึ้น คือความหลุดพ้น และปัญญาที่รู้เห็นความหลุดพ้นว่าเมื่อใครปฏิบัติแล้วจะหลุดพ้นไปจากความทุกข์ได้จริง ส่วนนี้นับว่าเป็นสิ่งชาวพุทธต้องสนใจมากที่สุดมากกว่าเหลี่ยมอื่นๆ เพราะหมายถึงวิธีปฏิบัติเพื่อให้รู้ความจริงว่าสิ่งทั้งปวงเป็นอะไร จนถอนความยึดถือออกมาเสียจากสิ่งทั้งปวงได้ การกระทำเช่นนี้ เรียกว่า เราเข้าถึงตัวพระพุทธศาสนาในฐานะเป็นพุทธศาสนาอย่างแท้จริง^{๒๐}

๓) พระปณิตตาภิกษุ (พระกัมมภูฏานาจริยะ) ได้กล่าวอุปมาโดยเปรียบเทียบพระนิพพานกับยานพาหนะไว้ในหนังสือชื่อ “รู้แจ้งในชาตินี้” ดังปรากฏข้อความว่า

ในโลกนี้ ยานพาหนะส่วนใหญ่ล้วนสร้างไว้เสร็จเรียบร้อยมาจากโรงงาน แต่ยานพาหนะสู่พระนิพพานนั้นต้องสร้างด้วยตนเอง เป็นอุปกรณ์ที่ต้องต่อเติมเอง เบื้องต้นผู้ปฏิบัติต้องมีศรัทธา พระนิพพานนั้นเป็นสิ่งที่ผู้ปฏิบัติบรรลุได้ และต้องมีศรัทธาต่อหนทางที่จะนำไปสู่

^{๑๘} พระญาณธชช, **ปรมัตถทีปนี ปริจเฉทที่ ๙ กัมมภูฏานสังคหะ**, แปลโดย พระคันธสาราภิกษุ, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๘๗๓.

^{๑๙} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๔๙, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสธรรมิก จำกัด, ๒๕๖๐), หน้า ๔๒๙.

^{๒๐} พุทธทาสภิกขุ, **คู่มือมนุษย์**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๙-๑๑.

พระนิพพาน นอกจากนี้ ผู้ปฏิบัติต้องมีแรงบันดาลใจอันได้แก่ความปรารถนาอย่างจริงใจ และมุ่งมั่นที่จะเดินทางไปสู่จุดหมาย แต่แรงบันดาลใจเพียงอย่างเดียวจะพาผู้ปฏิบัติไปไม่ได้ ไกล นอกเสียจากผู้ปฏิบัติจะลงมือปฏิบัติจริงๆ^{๒๑}

๔) พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้กล่าวถึงแนวทางการพัฒนาตนเพื่อเข้าถึง การดับทุกข์ไว้ในหนังสือชื่อ “มหาสติปัฏฐานสูตร” ดังปรากฏข้อความว่า

หลักชัยของศาสนาพุทธคือการดับทุกข์ และมีนโยบายหลักคือการเจริญสติ ธรรมชาติใน ตัวมนุษย์มีขุมทรัพย์คืออริยสัจ ๔ ซ่อนอยู่ภายในร่างกายที่ยาวา หนา คีบ กว้าง คอก และมี ใจครอง การดำเนินตามคำสอนในมหาสติปัฏฐานสูตรนี้ด้วยการเจริญสติเป็นหลัก ทำให้ได้ ค้นพบประจักษ์แจ้งอริยสัจด้วยประสบการณ์ของตนภายใต้ศักยภาพของมนุษย์เพื่อดำเนิน ไปสู่ความพ้นทุกข์ โดยไม่ขึ้นอยู่กับดวงดาวหรืออำนาจเหนือมนุษย์ใดๆ^{๒๒}

๕) ทวีวัฒน์ ปุณฺฑริกวิวัฒน์ ได้กล่าวถึงแนวทางการพัฒนาตนตามหลักพุทธธรรม ไว้ในหนังสือชื่อ “พุทธศาสนากับสังคมไทย” สรุปความได้ว่า แนวทางการพัฒนาตนตามหลักพุทธธรรม ซึ่งใช้มรรคมืองค์ ๘ หรือไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) เป็นแนวทางในการพัฒนา กล่าวคือ การใช้ศีล นำเป็นจุดเน้น ใช้สมาธิเป็นจุดเน้นในการพัฒนา และการใช้ปัญญาเป็นจุดเน้นในการพัฒนา แนวทางทั้งสามจะต้องสอดคล้องกับเป้าหมาย ลักษณะและความพร้อมของผู้ถูกพัฒนา เช่น ผู้ที่ ต้องการพัฒนาตนเองในแนวทางพุทธ เป็นผู้มีเป้าหมายในการพัฒนาเพื่อที่หลุดพ้นจากห้วงทุกข์ มี ภูมิธรรมสูง ต้องใช้ปัญญาเป็นแนวทางในการพัฒนา เพราะสอดคล้องทั้งเป้าหมายและความพร้อม ของผู้ที่ต้องการพัฒนา แต่หากผู้ศึกษาปฏิบัติมีเป้าหมายในระดับโลกียธรรม ยังพอใจและมีความสุข กับการเวียนว่ายตายเกิด ต้องการความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน มีคุณธรรมศีลธรรมเป็นพลเมืองดี แนวทางการพัฒนาอาจเป็นเพียงระดับศีล หรือระดับสมาธิ ก็เพียงพอ ความชัดเจนในปัจจุบันสาม ประการนี้จะทำให้ประสิทธิผลและประสิทธิภาพการพัฒนามากยิ่งขึ้น^{๒๓}

๑.๖.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑) พระมหาวิญญู วชิรเมธี (ศรีทอง) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาขณิกสมาธิในการ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวมหาสติปัฏฐานสูตร” ผลการวิจัยพบว่า การศึกษาเรียนรู้ในพุทธ ศาสนามีอยู่ ๓ อย่าง คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา การศึกษาทั้งสามอย่างนี้มี ความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กัน กล่าวคือ การศึกษาเรื่องศีลได้ดีแล้ว จะช่วยสนับสนุนให้เกิดสมาธิจิต

^{๒๑} พระปณฺฑิตาภิวังศ์ (พระกัมมัญฐานาจารย์), **รู้แจ้งในชาตินี้**, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, พิมพ์ ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๓๙๓.

^{๒๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร**, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๙), หน้าคำนำ (๑).

^{๒๓} ทวีวัฒน์ ปุณฺฑริกวิวัฒน์, **พุทธศาสนากับสังคมไทยปัจจุบัน**. อ่างใน พิทยา ว่องกุล (บรรณาธิการ), **วิกฤตศาสนาในยุคธนาธิปไตย: พุทธวิบัติ?**, (กรุงเทพมหานคร: โครงการวิถีทัศน์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๔๑-๑๗๕.

และจิตที่ฝึกฝนอบรมเป็นสมาธิดีแล้ว จะสนับสนุนให้เกิดปัญญา เห็นแจ้งในสัจธรรมความจริง ทุกวันนี้ พุทธศาสนิกชนมักเน้นการศึกษาหนักไปด้านใดด้านหนึ่ง ในขณะที่การศึกษาอีก ๒ อย่างนอกนี้ มักให้ความสนใจน้อยลงมา เช่น ผู้ที่ถือศีล เคารงครัดในศีล ก็มีความพอใจอยู่แค่การรักษาศีล และมักจะหวังแค่ภพภูมิที่ดี ไม่ใคร่สนใจในเรื่องสมาธิ หรือบางคนเมื่อฝึกจิตสงบนิ่งแล้วก็ติดอยู่ในรสของความสุขอันเกิดจากสมาธินั้น ไม่พัฒนาไปให้ถึงปัญญา เป็นต้น การเน้นไปด้านใดด้านหนึ่งนี้ ทำให้การศึกษาอันกล่าวคือการฝึกฝนอบรมโดยมาก จึงไม่สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดทางพุทธศาสนา^{๒๔}

๒) **ผู้ช่วยศาสตราจารย์เสริมศิริ อัครพุมพันธ์** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า การก้าวพ้นตัวตน หมายถึงสภาวะที่จิตใจอยู่เหนือ หรือข้ามพ้นความหมายแห่งตัวตน (Self) โดยเห็นภาพรวมความสัมพันธ์ของหลักธรรมที่เกี่ยวข้อง เช่น ปฏิจจสมุปบาท กฎไตรลักษณ์ ฯลฯ และปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ในกรอบของโพธิปักขิยธรรม ๓๗ จนสามารถก้าวข้ามพ้น อัตตาตัวตน เข้าสู่ภาวะเห็นความเกิดดับของรูปนาม พัฒนาการก้าวข้ามตั้งแต่ญาณที่ ๑๓ ถึงญาณที่ ๑๕ และทบทวนญาณกลับไปกลับมาจนถึงญาณที่ ๑๖ เพื่อบรรลุนิพพานในที่สุด^{๒๕}

๓) **แม่ชีศุภรภาวดี ณ พัทลุง** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา: กรณีศึกษาพุทธทาสภิกขุ” ผลการวิจัยพบว่า ไตรสิกขาเป็นระบบการศึกษาหรือระบบการฝึกฝนอบรมที่มีความสัมพันธ์กับอริยสัจ ๔ โดยมีมรรคมืองค์ ๘ เป็นข้อปฏิบัติไปสู่นิพพานหรือทางดำเนินชีวิตที่ดีงาม เพราะเมื่อมีการศึกษาหรือการฝึกอบรม ก็เกิดเป็นการดำเนินชีวิตที่ดีงามหรือชีวิตที่ประเสริฐ ข้อปฏิบัติต่างๆ เหล่านี้เป็นทางสายกลาง ประกอบด้วย ๘ ประการ คือ (๑) เห็นชอบ (๒) ดำริชอบ (๓) เจรจาชอบ (๔) กระทำชอบ (๕) เลี้ยงชีพชอบ (๖) พยายามชอบ (๗) ระลึกชอบ (๘) ตั้งใจมั่นชอบ ทั้งนี้ไตรสิกขายังมีความสัมพันธ์กับมรรคมืองค์ ๘ คือ ศีลสัมพันธ์กับ เจรจาชอบ กระทำชอบ และเลี้ยงชีพชอบ สมาธิสัมพันธ์กับ พยายามชอบ ระลึกชอบ ตั้งใจมั่นชอบ ส่วนปัญญา สัมพันธ์กับ เห็นชอบ ดำริชอบ นอกเหนือจากประโยชน์สูงสุดคือการดับทุกข์แล้ว ข้อปฏิบัติเหล่านี้ยังเป็นหลักในการพัฒนาทางกาย พัฒนาทางจิตและพัฒนาทางปัญญาให้สูงขึ้น เพื่อมีความเป็นอยู่โดยชอบในการดำเนินชีวิตประจำวัน^{๒๖}

^{๒๔} พระมหาวิญญู วชิรเมธี (ศรีทอง), “ศึกษาขณิกสมาธิในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวมหาสติปัฏฐานสูตร”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), หน้า ๑.

^{๒๕} ผศ.เสริมศิริ อัครพุมพันธ์, “การพัฒนาเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๓๑.

^{๒๖} แม่ชีศุภรภาวดี ณ พัทลุง, “การเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา: กรณีศึกษาพุทธทาสภิกขุ”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า ๔๔.

๔) พระครูปริยัติสิทธิวงศ์ (สิทธิพงศ์ กิตติวณฺโณ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างมัชฌิมาปฏิปทา กับหลักวิปัสสนาภาวนา” ผลการวิจัยพบว่า มัชฌิมาปฏิปทา หมายถึง การปฏิบัติตามแนวทางสายกลาง คือ ทางที่ไม่สุดโต่งไปในกามสุขัลลิกานุโยค และ อตตกิลมณานุโยค เป็นทางปฏิบัติที่ทำให้จักขุและปัญญาได้รับการพัฒนา ทำให้กิเลสสงบระงับ ทำให้รู้ยิ่ง ทำให้รู้แจ้ง และทำให้ดับทุกข์ได้ ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ คือ สัมมาทิฐิ, สัมมาสังกัปปะ, สัมมาวาจา, สัมมากัมมันตะ, สัมมาอาชีวะ, สัมมาวายามะ, สัมมาสติ และ สัมมาสมาธิ ซึ่งเป็นหลักธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุถึงความ เป็นอริยบุคคลในทางพุทธศาสนาได้ นอกจากนี้ มัชฌิมาปฏิปทา กับหลักวิปัสสนาภาวนามีความสัมพันธ์กันในด้านองค์ธรรม คือ มัชฌิมาปฏิปทา สามารถสังเคราะห์องค์ธรรมเข้าในหลักวิปัสสนาภาวนา คือสติปัญญาได้ด้วย หลักธรรม ๕ ประการ ได้แก่ ปัญญา, วิริยะ, สติ, สมาธิ, ศีล และมีความสัมพันธ์ในด้านที่สนับสนุนส่งเสริมกัน คือ เมื่อเจริญสติปัญญา เป็นไปตามหลักอตาปี สัมปชาโน สติมา จนดำเนินไปได้สะดวก ก็ได้ชื่อว่า เจริญมัชฌิมาปฏิปทาไปในคราวเดียวกัน เพราะเมื่อเจริญสติ อริยมรรคมีองค์ ๘ มี สัมมาทิฐิ เป็นต้น ย่อมได้รับการพัฒนาไปโดยลำดับ จนเป็นมคคสมังคี จึงสามารถประหาณกิเลส เป็นสมุจเฉท ปหานได้อย่างเด็ดขาด^{๒๗}

๕) รองศาสตราจารย์วนิดา ขำเขียว ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การวิเคราะห์องค์ความรู้ด้านการพัฒนามนุษย์จากองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนา” ผลการศึกษวิจัยพบว่า มนุษย์ในทัศนะของพระพุทธศาสนานั้นเป็นสัตว์ที่ต้องพัฒนา และถ้าพัฒนาไปจนถึงขั้นสูงสุดจะมีความเกี่ยวข้องกับเรื่องของคุณค่าอันสูงสุด ซึ่งเป็นสิ่งที่มนุษย์ไม่ได้สร้างหรือกำหนดขึ้นมาเอง หากแต่เป็นสิ่งที่มิอยู่ในตัวเอง คุณค่าสูงสุดนี้เป็นอุดมคติของมวลมนุษย์ที่เป็นความจริงสูงสุด และเป็นความดีงามสูงสุดที่เรียกว่า พระนิพพาน ซึ่งต่างจากสิ่งอื่นๆ ที่เป็นคุณค่าสามัญและเป็นค่านิยมอันนำไปสู่การสนองความเห็นแก่ตัวและสนองผลประโยชน์ซึ่งมนุษย์เป็นผู้กำหนดขึ้นมา^{๒๘}

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยยังไม่พบรายงานการวิจัย ที่มุ่งเน้นให้ความสำคัญของการพัฒนาตนเชิงลึกอันเป็นคุณค่าแท้ภายในที่ไปถึงแก่นของพระพุทธศาสนา คือ การสลัดตนให้พ้นจากกองทุกข์และกระทำพระนิพพานให้แจ้งจนบรรลุอรหัตผล อันเป็นปรมัตถประโยชน์อย่างจริงจัง โดยเฉพาะในแง่ของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอันเป็นเงื่อนไขสำคัญเพื่อบรรลุไปสู่เป้าหมายสูงสุด มีแต่เพียงในลักษณะที่เป็นการพัฒนาตนในเชิงประยุกต์พุทธธรรมเพื่อนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันทางโลกเท่านั้น ดังนั้น การศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งเน้นศึกษาเพิ่มเติมในรายละเอียด เพื่อประโยชน์เกื้อกูลต่อผู้สนใจศึกษา จักได้ใช้เป็นพื้นฐานในการเจริญวิปัสสนาและมีความก้าวหน้าสามารถบรรลุมรรค ผล นิพพาน สืบต่อไปได้

^{๒๗} พระครูปริยัติสิทธิวงศ์ (สิทธิพงศ์ กิตติวณฺโณ), “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างมัชฌิมาปฏิปทา กับหลักวิปัสสนาภาวนา”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

^{๒๘} รศ.วนิดา ขำเขียว, “การวิเคราะห์องค์ความรู้ด้านการพัฒนามนุษย์จากองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนา”, *งานวิจัย*, (คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๓), หน้า ๙๐.

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ผู้วิจัยได้แบ่งการวิจัย วิธีสืบค้นข้อมูลและ ลำดับเอกสารไว้ดังนี้

๑.๗.๑ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิคือ คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับ มหาคุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙

๑.๗.๒ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ คือ อรรถกถาพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาคุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๕๒-๒๕๕๙ ฎีกา อนุฎีกา และปกรณ์วิเสส ตลอดจนเอกสาร หนังสือ ตำราวิชาการ บทความ หนังสือ และ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่างๆ ในส่วนที่ เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

๑.๗.๓ เรียบเรียงข้อมูลและตรวจสอบความถูกต้องกับคัมภีร์พระไตรปิฎก

๑.๗.๔ นำข้อมูลที่ได้จากแหล่งทั้งสองดังกล่าวแล้ว มาศึกษาวิเคราะห์จัดเป็นหมวดหมู่

๑.๗.๕ สรุปและนำเสนอข้อมูลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไข เรียบเรียงแบบบรรยายเชิง พรรณา แล้วนำเสนอเป็นสารนิพนธ์

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบความหลุดพ้นในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

บทที่ ๒

ความหลุดพ้นในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

เมื่อคราวที่พระผู้มีพระภาคทรงตอบรับคำอาราธนาของท้าวสัทัมบดีพรหมที่ทูลขอให้พระองค์โปรดแสดงธรรมแก่สัตว์โลกผู้มีธุลีในจักขุน้อย พระองค์ได้ทรงมีพุทธวจนคาถาตอบท้าวสัทัมบดีพรหมว่า “สัตว์ทั้งหลายเหล่าใดจะพึง จงปล่อยศรัทธามาเถิด เราได้เปิดประตูมตรธรรมแก่สัตว์ทั้งหลายเหล่านั้นแล้ว”^๑ การแสวงหาในทางพระพุทธศาสนามี ๓ ประการ คือ การแสวงหากาม (กามเสนา) การแสวงหาภพ (ภเวสนา) และ การแสวงหาพรหมจรรย์ (พรหมจริเยสนา)^๒ พระผู้มีพระภาคผู้แสวงหาคุณอันยิ่งใหญ่ ได้ตรัสว่า “การแสวงหาที่ประเสริฐ (อริยปริเยสนา) คือ การแสวงหานิพพานที่ไม่มีความเกิด, ความแก่, ความเจ็บไข้, ความตาย, ความเศร้าโศก, ความเศร้าหมอง ไม่มีธรรมอื่นยิ่งกว่าและเกษมจากโยคะ”^๓ “การแสวงหาตนประเสริฐกว่าการแสวงหาสิ่งอื่น”^๔ ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย พุทธวงศ์ สุธมฺมปุตฺตเจ้าได้มีพุทธดำรัสว่า “เมื่อทางไปมีอยู่ บุรุษนั้นถูกขี้กบปิดล้อมไม่ยอมหนีไปนั้นไม่ใช่ความผิดของหนทาง ฉันทใด เมื่อทางเกษมมีอยู่ บุคคลถูกกิเลสปิดล้อม ไม่แสวงหาทางนั้น นั่นก็ไม่ใช่ความผิดของทางอันเกษม ฉันทนั้น”^๕

ในทางพุทธศาสนาถือว่าความหลุดพ้นจากอาสวะกิเลสและทุกข์ทั้งปวงเป็นการพ้นอันเยี่ยม หรือที่เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า วิมุตตานุตตริยะะ บทนี้ ผู้วิจัยจึงได้กำหนดประเด็นในการศึกษาไว้ดังต่อไปนี้

- ๒.๑ ความหมายและความสำคัญของความหลุดพ้น
- ๒.๒ ประเภทและระดับของความหลุดพ้น
- ๒.๓ วิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความหลุดพ้น
- ๒.๔ ประเภทของอริยบุคคล
- ๒.๕ อุปมาและลักษณะความหลุดพ้น
- ๒.๖ วิมุตติในฐานะธรรมที่เป็นคู่เปรียบกัน
- ๒.๗ เหตุแห่งความหลุดพ้น
- ๒.๘ ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อความหลุดพ้น
- ๒.๙ สรุปท้ายบท

^๑ วิ.ม. (ไทย) ๔/๙/๑๕.

^๒ ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๖๕., ขุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๕๔/๔๐๗.

^๓ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๗๕/๒๙๘-๒๙๙.

^๔ วิ.ม. (ไทย) ๔/๓๖/๔๕-๔๖.

^๕ ขุ.พุทธ. (ไทย) ๓๓/๑๕-๑๖/๕๖๙.

๒.๑ ความหมายและความสำคัญของความหลุดพ้น

๒.๑.๑. ความหมายของความหลุดพ้น

ความหลุดพ้น เป็นคำตามพระบาลีว่า “วิมุตติ” หมายถึง ความเป็นอิสระหลุดพ้นแห่งจิตจากกิเลสและกองทุกข์สิ้นเชิง อันเป็นจุดหมายปลายทางของพระพุทธศาสนา ด้วยการแทงตลอดอริยสัจ ๔ รู้แจ้งโลกุตตรธรรม ๙ หยั่งลงสู่อริยภูมิ บรรลุความเป็นอริยบุคคลขั้นสูงสุด คือ พระอรหันต์ เป็นผลมาจากการฝึกฝน อบรมจิต พัฒนาตนจนสูงสุดเท่าที่มนุษย์มีศักยภาพสามารถทำได้

๑) ความหมายโดยศัพท์ (ศัพท์นัย)

พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช) ได้แสดงความหมายของคำว่าวิมุตติไว้ดังต่อไปนี้ว่า “วิมุตติ หมายถึง วิมุตติ, พระนิพพาน มีวจนัตถะว่า สัพพสงขารเห วิมัจจนโต วิมุตติ สภาวะที่หลุดพ้นจากสังขารทั้งปวง (วิ บทหน้า มุจ ธาตุ ในความหมายว่าหลุด, พ้น, ตี ปัจจัย, ลบ จ ซ้อน ต)”^๖

พระมหาสมปอง มุทีโต ได้แสดงความหมายของคำว่าวิมุตติไว้ดังต่อไปนี้ว่า “วิมุตติ (วิ + มุจ โมจเน + ตี) นิพพาน, วิมุตติธรรม, ธรรมที่พ้นจากสังขาร. มีวจนัตถะว่า สัพพสงขารา วิมัจจนโต วิมุตติ เพราะพ้นจากสังขารทั้งปวง นิพพานจึงชื่อว่าวิมุตติ (ลบ จ, ซ้อน ต)”^๗

พระธรรมบาลเถระ ได้ให้รายละเอียดเพิ่มขึ้นไว้ดังต่อไปนี้ว่า “เป็นสภาวะหลุดพ้นแล้วจากปฏิปกขธรรม มีวจนัตถะว่า ปฏิปกขโต วิมัจจตีติ วิมุตติ”^๘

๒) ความหมายโดยเนื้อความ (อรรถนัย)

ราชบัณฑิตยสถานได้ให้คำจำกัดความของคำว่าหลุดพ้นไว้ดังต่อไปนี้ว่า “หลุดพ้น ก. หมายถึง เป็นอิสระจากสิ่งผูกมัดติดข้องอยู่เป็นต้น เช่น หลุดพ้นจากกิเลส, หลุดพ้นจากคดี”^๙ ในขณะเดียวกัน ยังได้ให้คำจำกัดความของคำว่าวิมุตติไว้ด้วยว่า “วิมุตติ [วิมุต, วิมุตติ] น. หมายถึง ความหลุดพ้น, ชื่อหนึ่งของพระนิพพาน”^{๑๐}

^๖ พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๕๘), หน้า ๘๒๙.

^๗ พระมหาสมปอง มุทีโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๗), หน้า ๓๑.

^๘ พระธรรมบาลเถระ, เนตติอรรถกถา, แปลและอธิบายโดย พระคันธสาราภิงค์, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีไอไอเซ็นเตอร์, ๒๕๕๑), หน้า ๑๕๒.

^๙ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๕๔, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทนานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์ จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๑๓๑๖.

^{๑๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๒๓.

ความหลุดพ้น ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกทั่วไป เช่น หลุดพ้นแล้วจากอาสวะทั้งหลายเพราะไม่ถือมั่น^{๑๑} เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ว่าหลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป^{๑๒} แต่บางแห่งใช้ในความหมายอย่างย่อ คือ พ้น เช่น พ้นทุกข์^{๑๓} พ้นจากกิเลส^{๑๔} พ้นแล้วจากบ่วงทั้งปวง^{๑๕} พ้นจากความเกิดและความตาย^{๑๖} ฯลฯ ในอรรถกถาหลายแห่ง ท่านขยายความให้เข้าใจมากยิ่งขึ้นดังนี้ “คำว่า วิมุตติ ได้แก่ ภาวะที่จิตหลุดพ้นด้วยอำนาจสงบระงับอุปกิเลส อีกอย่างหนึ่ง พึงทราบจิตนั้นแหละว่าหลุดพ้นแล้วอย่างนั้น”^{๑๗} “คือ อรหัตตผล เพราะภาวะที่หลุดพ้นแล้วจากกิเลสทั้งปวง”^{๑๘} “จิตที่หลุดพ้น ชื่อว่า อาเนญชะ เพราะไม่หวั่นไหวในกามราคะ”^{๑๙}

๓) ความหมายตามทัศนะของพระเถระและนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา

พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ ได้แสดงทัศนะความหมายของ “วิมุตติ” ดังต่อไปนี้ว่า “วิมุตติ หมายถึง ความพ้นวิเศษ, นิพพาน, พระอรหัตตผลวิมุตติ”^{๒๐}

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) ได้แสดงทัศนะความหมายของ “วิมุตติ” ดังต่อไปนี้ว่า

ความหลุดพ้นนี้ ท่านเรียกว่า ความเป็นอิสระก็มี เรียกว่านิพพานก็มี แล้วแต่จะเรียก ชื่อนี้ไม่สำคัญมีหลายชื่อด้วยกัน แต่ความหมายที่แท้จริงก็คือการเป็นอิสระหลุดพ้น หรือปราศจากสิ่งที่มาครอบงำเบียดเบียนให้เป็นความทุกข์ทรมาน ความที่มีจิตเป็นอิสระเหนือสิ่งทั้งปวง เราเรียกภาวะอย่างนี้สั้นๆ ว่า ความหลุดพ้น เมื่อถามว่าหลุดพ้นจากอะไร ก็ต้องหมายความว่าหลุดพ้นจากสิ่งที่มาครอบงำ หรือมาทำจิตไม่ให้เป็นอิสระ^{๒๑}

^{๑๑} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๗/๒๒๙.

^{๑๒} ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๑๘๘/๒๙๐.

^{๑๓} ชุ.ชา. (ไทย) ๒๘/๓๖๙/๑๕๘.

^{๑๔} ชุ.เถรี. (ไทย) ๒๖/๑๑๑/๕๗๓.

^{๑๕} วิ.ม. (ไทย) ๔/๓๒/๔๐.

^{๑๖} ชุ.เถรี. (ไทย) ๒๖/๑๑/๕๕๔.

^{๑๗} ชุ.อุ.อ. (ไทย) -/๑/๔๑.

^{๑๘} ชุ.ป.อ. ๒/๒๐๔/๒๒๘.

^{๑๙} ชุ.อุ.อ. (ไทย) -/๒๓/๒๒๘.

^{๒๐} พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ, ปทานุกรม บาลี ไทย อังกฤษ สันสกฤต, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๗๑๔.

^{๒๑} พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), คู่มือพ้นทุกข์ ฉบับสมบูรณ์, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๙), หน้า ๖๖.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ได้แสดงทัศนะความหมายของ “วิมุตติ” ไว้ดังต่อไปนี้ “วิมุตติ หมายถึง ความพ้นอย่างวิเศษ, ความหลุดพ้น คือ การที่จิตหลุดพ้นจากกิเลสและอาสวะ คือ ราคะ โทสะ โมหะ ได้โดยสิ้นเชิง วิมุตติ หมายถึง พระนิพพานก็ได้”^{๒๒}

พระพรหมมุนี (วิน ธรรมสภาร) ได้แสดงทัศนะความหมายของ “วิมุตติ” ไว้ดังต่อไปนี้ “วิมุตติ แปลว่า ความพ้นวิเศษหรือความหลุดพ้น ศัพท์บาลีใช้ว่า มุตตะ ก็มี วิมุตตะ ก็มี หมายความว่าอย่างเดียวกัน มุตตะ แปลว่า พ้นแล้วหรือพ้น วิมุตตะ แปลว่าพ้นวิเศษ หรือหลุดพ้น หรือหลุดรอดพ้นจากอะไร พุดตามธรรมดาสามัญแล้ว ก็ว่าพ้นจากกิเลส”^{๒๓}

๔) คำพ้องความหรือไวพจน์

คำพ้องความ หมายถึง คำหรือกลุ่มคำที่มีความหมายอย่างเดียวกันหรือเหมือนกัน อาจจะเป็นศัพท์หนึ่งคำที่มีความหมายใกล้เคียงกันหรือในบริบทเดียวกัน แต่การเขียนและการออกเสียงแตกต่างกัน คำพ้องความอาจเรียกได้อีกอย่างหนึ่งว่า “คำไวพจน์” บางครั้งก็มีชื่อเรียกไปตามความเข้าใจว่าเป็น “การหลាកคำ”^{๒๔} บ้าง ถือว่าเป็นศิลปะการเลือกสรรคำ ที่เป็นเสน่ห์และความงามในภาษาอย่างหนึ่ง ในทางพุทธศาสนากล่าวว่าเป็นธรรมที่มีอรรถอย่างเดียวกัน ต่างกันแต่พยัญชนะ ความหลุดพ้น หรือ คำบาลีว่า วิมุตติ มีคำพ้องความหรือไวพจน์ดังต่อไปนี้

(๑) นิพพาน^{๒๕}

(๒) โมกขธรรม ธรรมนำสัตว์ให้หลุดพ้นจากกิเลส, ความหลุดพ้น, นิพพาน^{๒๖}

(๓) วิโมกข์ ความหลุดพ้นจากกิเลส มี ๓ ประเภท คือ ๑) สุกญัตติวิโมกข์ หลุดพ้นด้วยเห็นอนัตตาแล้วถอนความยึดมั่นได้ มองเห็นความว่าง ๒) อนิมิตตวิโมกข์ หลุดพ้นด้วยเห็นอนิจจัง แล้วถอนนิमितได้ ๓) อัปปณิหิตวิโมกข์ หลุดพ้นด้วยเห็นทุกข์ แล้วถอนความปรารถนาได้^{๒๗}

สรุปได้ว่า วิมุตติ หมายถึง ความหลุดพ้น ความสิ้นไปแห่งอาสวะ ภาวะความเป็นอิสระ หลุดพ้นแห่งจิตจากกิเลสทั้งปวงเพราะรู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ ว่าตามสภาวะมี ๒ อย่าง คือ (๑) ความหลุดพ้นจากกิเลส (๒) ความหลุดพ้นจากทุกข์

^{๒๒} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ คำวัต, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๕๓), หน้า ๙๑๙.

^{๒๓} พระพรหมมุนี (วิน ธรรมสภาร), อนุสรณ์ ในการพระราชทานเพลิงศพ หลวงภิรมย์บรรณารักษ์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บูรพาศิลป์, ๒๕๑๕), หน้า ๑.

^{๒๔} พิชญา สุวรรณโน, “ความสามารถด้านการเขียนกวีนิพนธ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา”, งานวิจัย, (มหาวิทยาลัยหาดใหญ่, ๒๕๕๗), หน้า ๕๖.

^{๒๕} ชู.ป. (ไทย) ๓๑/๒๙/๔๗๙.

^{๒๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๒๗, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๙), หน้า ๓๒๕.

^{๒๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๘๐.

๒.๑.๒. ความสำคัญของความหลุดพ้น

พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามีความละเอียดลึกซึ้ง ตรัสไว้เพื่อส่องนำทางแก่มวลชนผู้หวังประโยชน์สุขทั้งในชาตินี้และชาติต่อไป ตลอดจนอำนวยความสะดวกสูงสุดแก่ผู้แสวงหาความหลุดพ้นจากทุกข์และกิเลส ซึ่งเป็นสาเหตุให้ต้องวนเวียนอยู่ในวัฏสงสาร

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ทฬทสูตร แสดงให้ทราบถึงความยาวนานของวัฏสงสาร และการกลับมาเกิดใหม่ในแต่ละครั้งนั้น มีคติที่ไม่แน่นอนสลับไปมาในระหว่างภพ ๓ คือ กามภพ รูปภพ และ อรูปภพ ทั้งนี้พระผู้มีพระภาคได้ตรัสว่า

“เปรียบเทียบเหมือนท่อนไม้ที่บุคคลโยนขึ้นไปบนอากาศ บางคราวตกลงทางโคน บางคราวก็ตกลงทางขวาง บางคราวก็ตกลงทางปลาย อุปมานี้ฉันใด อุปมาอีกฉันนั้น สัตว์ทั้งหลายผู้ถูกอวิชชาคิดขวาง ถูกตัณหาผูกไว้ วนเวียนท่องเที่ยวไป บางคราวจากโลกนี้ไปสู่โลกอื่น บางคราวก็จากโลกอื่นมาสู่โลกนี้ ชื่อนั้นเพราะว่าสังสารนี้มีเบื้องต้นและเบื้องปลายรู้ไม่ได้ ฯลฯ ควรเพื่อหลุดพ้น”^{๒๘}

สัตว์ทั้งหลายเหล่านั้นที่ได้กลับมาเกิดในหมู่เทวดาหรือในหมู่มนุษย์มีจำนวนน้อย แม้กระทั่งสัตว์ที่จุติจากเทวดาและจุติจากมนุษย์เองก็ตามส่วนใหญ่ไปเกิดในนรก ในกำเนิดสัตว์เดรัจฉาน ในภูมิแห่งเปรต^{๒๙}

พระผู้มีพระภาคได้ทรงเปิดเผยเงื่อนไขของการเวียนว่ายตายเกิด ความยาวนานของสังสารวัฏ สาเหตุของทุกข์ ตลอดจนบอกวิธีที่จะดับภัยในสังสารวัฏ และทางหลุดพ้นจากทุกข์ว่า ตัณหาทำคนให้เกิด จิตของคนนั้นย่อมเล่นพลาญไป ความทุกข์ที่เกิดจากการเวียนว่ายในสังสารวัฏ นับว่าเป็นภัยใหญ่ที่ทำให้ไม่อาจหลุดพ้นจากทุกข์ไปได้^{๓๐} การวนไปและเวียนกลับมาเกิดบ่อยๆ เป็นความทุกข์^{๓๑} เหตุที่ทำให้คนเราต้องเที่ยวเร่ร่อนไปจากภพหนึ่งสู่อีกภพหนึ่งครั้งแล้วครั้งเล่า เป็นเพราะไม่รู้แจ้งแทงตลอดไตรสิกขาและอริยมุตติ^{๓๒} วิธีที่ทุกข์จะไม่พึงมี คือ พึงเข้าไปสงบ พึงถึงความสิ้นสุด ระวังในชาตินี้ ได้แก่ การไม่เกิดอีกต่อไป^{๓๓} บุคคลละความพอใจในกามคุณ ๕ และใจได้ยอมหลุดพ้นจากทุกข์ได้^{๓๔} การตรัสรู้ที่ชื่อว่าวิมุตติ เพราะมีสภาวะเป็นแก่นสาร การตรัสรู้ที่ชื่อว่า

^{๒๘} ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๑๓๒/๒๒๓.

^{๒๙} ตูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๑๗๒-๑๒๐๑/๖๕๓-๖๕๗.

^{๓๐} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๕๕-๕๖/๖๙-๗๐.

^{๓๑} ขุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๑๘๓/๓๖๓.

^{๓๒} อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑/๑-๒.

^{๓๓} ขุ.จ. (ไทย) ๓๐/๖๑/๒๓๙.

^{๓๔} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๓๐/๓๔.

ธรรมที่ยิ่งลงสู่มตะคือนิพพาน เพราะมีสภาวะเป็นที่สุด”^{๓๕} ผู้ที่หลุดพ้นเพราะความเบื่อหน่าย เพราะคลายกำหนด เพราะดับ ไม่ถือมั่นในชั้น ๕ เรียกว่าผู้บรรลุนิพพานในปัจจุบัน^{๓๖}

ด้วยเหตุนี้ ในทางพุทธศาสนาถือว่าความหลุดพ้นด้วยการทำให้ทุกข์ดับสิ้นไปเป็น เป้าหมายสูงสุดที่มนุษย์แสวงหา ผู้บรรลุดุคหมายปลายทางแล้วในทางพุทธศาสนา หมายถึง พระอรหันต์ซึ่งณาสพผู้ถึงที่สุดแห่งสังสารวัฏ การดับทุกข์ย่อมมีส่วนเกี่ยวเนื่องกับการตัดวิภวัญญะ ทำให้ไม่มีการเวียนเกิดและเวียนตายอีกต่อไป ดังพุทธอุทานที่ว่า

“บุคคลตัดวิภวัญญะได้ จึงบรรลุดุคถึงความไม่หวัง แม่น้ำคือต้นหาที่ถูก
 อรหันต์มรรคญาณทำให้เหือดแห้งแล้ว จึงไหลไปอีกไม่ได้ วิภวัญญะที่ตัดได้แล้ว
 ย่อมไม่หมุนวนได้อีก สภาพนี้แหละคือความสิ้นสุดแห่งทุกข์”^{๓๗}

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สกปิฎกสูตร ได้ชี้แนวทางสว่างให้เห็นว่า บุคคลที่มิ
 ความสำเร็จในชีวิตทางพระพุทธศาสนา มีลักษณะและมีความแตกต่างจากความสำเร็จทางโลก
 อย่างไร เพราะเหตุใดจึงถือเช่นนั้น ดังที่พระพุทธเจ้ายังได้ตอบปัญหาคลายความสงสัยของท้าว
 สักกเทวราชว่า

“ผู้หลุดพ้นเพราะสิ้นต้นหาเท่านั้นจึงจะมีความสำเร็จสูงสุด มีความเกษม
 จากโยคะสูงสุด ประพฤติพรหมจรรย์ถึงที่สุด มีที่สุดอันสูงสุด เป็นผู้ประเสริฐ
 สดกว่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย”^{๓๘}

ความหลุดพ้นจากทุกข์และกิเลส เป็นลักษณะเฉพาะโดดเด่นของพุทธศาสนาที่ไม่มีใน
 ศาสนาอื่น ความเป็นอิสระหลุดพ้นแห่งจิตโดยสมบูรณ์นี้เป็นคุณค่าในระดับโลกุตระ ไม่ต้อง
 ย้อนกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป ในแง่นี้ การทำที่สุดแห่งทุกข์ ก็เพื่อความหลุดพ้นจาก
 วัฏสงสาร พระอรหันต์สามารถหลุดพ้นจากภพใหม่ไปได้ เพราะจิตพ้นไป ใจอยู่นิ่ง จึงเป็นผู้มีจิต
 หลุดพ้นเป็นอิสระแล้วโดยสมบูรณ์

พระอุปติสสเถระ ได้กล่าวถึงความสำคัญของความหลุดพ้นไว้ในหนังสือชื่อ “วิมุตติ
 มรรค” ปรากฏข้อความว่า

มีคนดีที่เหมือนคนตาบอดผู้เที่ยวไปในโลกกว้างโดยปราศจากผู้นำทาง ทั้งๆ ที่เขาปรารถนา
 ความหลุดพ้นแต่เขาไม่เคยได้ยินการสอนเรื่องความหลุดพ้น เพราะเขาไม่ได้รับรู้เรื่องความ
 หลุดพ้นและเพราะรับรู้มาผิดๆ เพราะเหตุนี้เขาถูกรอบงำห่อหุ้มมากไปด้วยความทุกข์ เขาจึง

^{๓๕} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๐/๕๗๕.

^{๓๖} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๑๑๖/๒๑๐.

^{๓๗} ขุ.อุ. (ไทย) ๒๕/๖๒/๓๑๑.

^{๓๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๖๖/๒๙๓-๒๙๔., ส.ช. (ไทย) ๑๗/๔/๑๖.

ไม่ได้รับความหลุดพ้น แม้เขาปรารถนาจะได้รับความหลุดพ้น แต่เขายังไม่มีหนทางสู่ความหลุดพ้น หนทางจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการบรรลุความหลุดพ้น^{๓๙}

นอกจากนี้ พระผู้มีพระภาคได้ทรงเปรียบเทียบผู้ยิ่งใหญ่ในทางโลกเช่นกษัตริยาธิราช เจ้าผู้เป็นจอมทัพขุนศึก ยังไม่ถึงเศษหนึ่งส่วนสิบหกของผู้ยิ่งใหญ่ในทางภูมิธรรมเช่นพระโสดาบัน^{๔๐} ปุถุชนที่แม้ดำรงตำแหน่งเป็นถึงพระเจ้าจักรพรรดิ ถึงกระนั้น เมื่อละโลกไปแล้ว ท่านเหล่านั้นก็ยังเป็นผู้ที่มีอนาคตไม่แน่นอน ยังมีโอกาสเวียนว่ายตายเกิดในอบายภูมิได้อีก ชื่อว่ายังไม่ปลอดภัย ส่วนพระโสดาบันผู้เป็นอริยบุคคลขั้นต้นไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิในวันข้างหน้า พ้นแล้วจากนรก พ้นจากกำเนิดสัตว์เดรัจฉาน พ้นจากภูมิแห่งเปรตไปได้ มีแต่เพียงสุคติเพียงอย่างเดียวเท่านั้นเป็นที่ไป ได้แก่แก่มนุษย์และเทวดา

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย นขสิขาสุตต ว่าจะด้วยฝุ่นติดปลายเล็บ พอสรุปความได้ว่า พระพุทธเจ้าได้ทรงเปรียบเทียบให้เห็นความทุกข์ของพระอริยบุคคลขั้นต้นอย่างพระโสดาบันที่แม้ยังต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีกไม่เกิน ๗ ชาติ แต่ก็สามารถปิดประตูอบายได้ นับว่ามีประโยชน์มิใช่น้อย โดยทรงเปรียบเทียบกับแผ่นดินใหญ่ว่า ฝุ่นที่พระองค์ใช้ปลายเล็บช้อนขึ้นมา มีเพียงเล็กน้อย ไม่ถึงเศษหนึ่งส่วนร้อยถึงเศษหนึ่งส่วนแสน เช่นเดียวกับ ความทุกข์ทั้งหมดสิ้นไปของบุคคลผู้เป็นอริยสาวกผู้ถึงพร้อมด้วยทิวฐิ ผู้รู้แจ้งมีมากกว่า ส่วนความทุกข์ที่เหลือมีประมาณน้อย เมื่อเทียบกับกองทุกข์ทั้งหมดสิ้นไปซึ่งมีในก่อน ความทุกข์ที่ได้รับมากมายใน ๗ อตภาพ มีประมาณน้อย ไม่ถึงเศษหนึ่งส่วนร้อยถึงเศษหนึ่งส่วนแสน การตรัสรู้ธรรมและการได้ธรรมจักขุมิประโยชน์ยิ่งอย่างนี้^{๔๑} หากปราศจากความหลุดพ้นซึ่งเป็นเพชรอันล้ำค่าในพุทธศาสนา สิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์พึงแสวงหาและไขว่คว้าได้ก็คือ หนทางที่ทำให้ได้ไปเกิดในพรหมโลกเท่านั้น ยังไม่อาจพ้นจากวัฏสงสารนี้ไปได้

สรุปได้ว่า ความสำคัญของความหลุดพ้น ก็เพื่อยุติและตัดวงจรแห่งวัฏฏะ ทำให้ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป ด้วยการปฏิบัติตามแนวทางคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า อันนำไปสู่การดับทุกข์อย่างสิ้นเชิง

๒.๒ ประเภทและระดับของความหลุดพ้น

๒.๒.๑. ประเภทของความหลุดพ้น

คัมภีร์พระไตรปิฎกได้จัดแบ่งประเภทของความหลุดพ้นออกเป็น ๒ อย่าง คือ เจโตวิมุตติ (ความหลุดพ้นแห่งจิต) และ ปัญญาวิมุตติ (ความหลุดพ้นด้วยปัญญา)^{๔๒}

^{๓๙} พระอุปติสสเถระ, วิมุตติมรรค, แปลโดย พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) และคณะ, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสำนักพิมพ์สยามปริทัศน์ จำกัด, ๒๕๕๗), หน้า ๓.

^{๔๐} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๙๗/๔๘๙.

^{๔๑} ส.น. (ไทย) ๑๖/๗๔/๑๖๑.

^{๔๒} อจ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๘๘/๑๐๗.

๑) เจโตวิมุตติ หมายถึง ความหลุดพ้นแห่งจิต ด้วยอำนาจการฝึกอบรมจิต ความหลุดพ้นแห่งจิตจากราคะ โทสะ โมหะ ด้วยกำลังสมาธิ ทำให้หลุดพ้นจากกิเลสเครื่องผูกมัดทั้งหลายได้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “จิตที่เศร้าหมองเพราะราคะย่อมไม่หลุดพ้น เพราะล้ารอกราคะจึงมีเจโตวิมุตติ”^{๔๓} ความหลุดพ้นเป็นผลมาจากการเจริญสมถกัมมัฏฐาน ซึ่งมีกรรมฐาน ๔๐ กองเป็นอารมณ์ ผลที่มุ่งหมายของสมถะคือฌาน โดยอาศัยสมาธิระดับอัปปนา เป็นสมาธิที่สัมปยุตด้วยอรหัตตผลทำให้พ้นจากราคะ แต่มิได้ระงับบาปอกุศลธรรมอื่นๆ อารมณ์ของสมถะใช้อารมณ์บัญญัติ ซึ่งการทำสมถะใช้การเพ่งหรือการดูตัวอารมณ์ที่เรียกว่าอารมณ์ูปนิชฌาน (ฌานที่เพ่งอารมณ์) และมีทางดำเนินแห่งความหลุดพ้นจากราคะ โทสะ โมหะไปตามครรลองแห่งสมถยานิก โดยอาศัยสมาธิเพียงเท่าที่จำเป็นเท่านั้น คือ อาศัยฌานสมาบัติไม่เกินรูปฌานเป็นบาทฐานยกขึ้นสู่วิปัสสนาต่อไป แนวทางหลุดพ้นแบบเจโตวิมุตตินี้ ถือว่าเป็นแบบเดินทางอ้อม

๒) ปัญญาวิมุตติ หมายถึง ความหลุดพ้นด้วยปัญญา ด้วยอำนาจการเจริญปัญญา ความหลุดพ้นแห่งจิตจากอวิชชา ด้วยปัญญาที่รู้เห็นตามเป็นจริง^{๔๔} ซึ่งการเห็นตามเป็นจริงนี้เรียกว่า ยถาภูตทัตสนะ ความหลุดพ้นเป็นผลมาจากการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ถือว่าเป็นทางเดินสายตรงไปสู่เป้าหมายปลายทางคือ มรรค ผล นิพพานเลย กล่าวคือ เป็นการอบรมปัญญาให้รู้ชัดและเห็นแจ้งในรูปนามตามความเป็นจริงด้วยวิปัสสนาภาวนา ปัญญาที่เจริญแล้วย่อมละอวิชชาได้ ผลที่มุ่งหมายของวิปัสสนาคือญาณ โดยอาศัยฉนิกสมาธิ อารมณ์ของวิปัสสนา เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า วิปัสสนาภูมิ เมื่อย่อลงแล้วได้ ๒ อย่าง คือ รูป กับ นาม ซึ่งการเจริญวิปัสสนาใช้การรู้ลักษณะอันเป็นไตรลักษณ์ของรูปนามที่เรียกว่า ลักขณูปนิชฌาน (ฌานที่เพ่งไตรลักษณ์) และมีทางดำเนินแห่งความหลุดพ้นจากอวิชชาไปตามครรลองแห่งวิปัสสนายานิก โดยใช้ปัญญานำสมาธิ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ปัญญาที่เศร้าหมองเพราะอวิชชาย่อมไม่เจริญ เพราะล้ารอกอวิชชา จึงมีปัญญาวิมุตติ”^{๔๕}

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต) ได้แสดงทัศนะในเรื่องความหลุดพ้นทั้งสองประเภทนี้ ไว้ในหนังสือชื่อ “พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย” สรุปความได้ว่า ผู้บรรลุอรหัตตผล “พระปัญญาวิมุตติ” จะต้องได้ทั้งเจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตตินี้ ครบทั้งสองอย่างทุกบุคคล ถ้าหมายถึงความหลุดพ้นเด็ดขาดขั้นมรรคผลตั้งแต่โสดาปัตติผลขึ้นไป จะต้องมาด้วยกันกับปัญญาวิมุตติ ต้องมีทั้งเจโตวิมุตติ และปัญญาวิมุตติ มาด้วยกันครบสองอย่าง จึงเป็นวิมุตติที่สมบูรณ์ ซึ่งเจโตวิมุตติที่กล่าวนี้ หมายถึง เจโตวิมุตติแบบที่อาศัยสมาธิเพียงเท่าที่จำเป็นเท่านั้น หมายถึงได้ฌานสมาบัติเพียงขั้นรูปฌาน คือ ไม่เกินจตุตถฌาน ซึ่งไม่ใช่เจโตวิมุตติในความหมายที่เป็นพิเศษออกไป ซึ่งหมายถึงได้ฌานสมาบัติตั้งแต่อรุปรุฌานขั้นใดขั้นหนึ่ง^{๔๖} “พระปัญญาวิมุตติ” ที่กล่าวนี้ ว่าตามความหมายที่

^{๔๓} อจ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๒/๗๖.

^{๔๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ ๓๔, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๙), หน้า ๔๓

^{๔๕} อจ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๒/๗๖.

^{๔๖} ดูรายละเอียดใน สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*, พิมพ์ครั้งที่ ๔๙, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๖๐), หน้า ๔๓๐-๔๓๒.

เครื่องครัด หรือโดยนิปริยาย เป็นผู้ได้แต่อาสวัชยญาณอย่างเดียว ไม่ได้วิชาหรืออภิญญาอื่นๆ และแม้ไม่ได้รูปสมบัติ การได้วิชาครบ ๓ หรืออภิญญาครบ ๖ จึงเป็นวิสัยของ “พระอุกโตภาควิมุตติ” ซึ่งได้สมบัติขั้นรูปแล้ว^{๔๗} เพราะฉะนั้น “พระอุกโตภาควิมุตติ” เป็นผู้หลุดพ้นทั้งสองส่วนคือหลุดพ้นจากรูปกายด้วยรูปสมบัติ จึงหมายถึง ได้เจโตวิมุตติในความหมายพิเศษ ตั้งแต่ขั้นรูปฌานขึ้นใดขั้นหนึ่ง ตั้งแต่ อากาสาณัญจายตนสมาบัติไปจนถึงเนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัติ ตลอดถึงได้สัญญาเวทิตนโรธ และหลุดพ้นจากนามกายด้วยอริยมรรค ได้แก่ ปัญญาวิมุตติ

สอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาพงศ์ศักดิ์ จานิโย เรื่อง “พระอรหันต์ปัญญาวิมุตต้องอาศัยฌานสมาบัติในการบรรลุธรรมหรือไม่” ที่ได้แสดงทัศนะความเห็นเกี่ยวกับการบรรลุธรรมของพระอรหันต์ประเภทปัญญาวิมุตติ ผลการวิจัยพบว่า เมื่อพิจารณาเพียงรูปศัพท์โดยลำพังแล้ว อาจจะทำให้เข้าใจได้ว่า พระอรหันต์ปัญญาวิมุตติ ไม่มีความจำเป็นเป็นที่จะต้องอาศัยสมาบัติใดเลยในการปฏิบัติ ซึ่งเป็นความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง พระอรหันต์ปัญญาวิมุตติ มีความจำเป็นต้องอาศัยฌานสมาบัติในการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรมด้วย หากแต่สมาบัตินี้อยู่ในระดับของ “รูปฌาน” เท่านั้น ไม่ถึงในระดับของ “อรุปรฌาน” ที่เป็นคุณสมบัติพิเศษเฉพาะสำหรับพระอรหันต์อุกโตภาควิมุตติ^{๔๘}

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มหามาลุงกยสูตร พระผู้มีพระภาคตรัสกับพระอานนท์ว่า “เพราะความต่างกันแห่งอินทรีย์ ภิกษุทั้งหลายในพระธรรมวินัยนี้ บางพวกจึงเป็นเจโตวิมุต บางพวกจึงเป็นปัญญาวิมุต”^{๔๙} ด้วยเหตุนี้ การแบ่งความหลุดพ้นออกเป็น ๒ ประเภทข้างต้นที่กล่าวมา นอกจากหมายเอาสภาวะความหลุดพ้นแล้ว ยังหมายรวมถึงตัวบุคคลผู้หลุดพ้นด้วย ทั้งนี้จะเห็นได้ว่า เจโตวิมุตติอรหันต์ ท่านอาศัยสมาธิอินทรีย์เป็นตัวนำในการกำจัดราคะ โดยสมาธิอินทรีย์จะทำหน้าที่ในการตั้งมั่นแน่วแน่ในอารมณ์เป็นอันหนึ่งเดียว กล่าวคือ สมณะเป็นเครื่องยังเจโตวิมุตติให้บังเกิดขึ้น เจโตวิมุตติได้แก่อรหัตตสมาธิ ส่วนปัญญาวิมุตติอรหันต์ ท่านอาศัยปัญญาอินทรีย์ที่แก่กล้าเป็นตัวนำในการกำจัดอวิชชา โดยปัญญาอินทรีย์จะทำหน้าที่ในการรู้แจ้งอริยสัจ ๔ กล่าวคือ วิปัสสนาเป็นเครื่องยังปัญญาวิมุตติให้บังเกิดขึ้น ปัญญาวิมุตติได้แก่อรหัตตผลญาณ

การแบ่งประเภทความหลุดพ้นดังกล่าวใช้เป็นเกณฑ์แบ่งสำหรับผู้หลุดพ้นจากอาสวะกิเลสอย่างสิ้นเชิง คือ พระอรหันต์ เท่านั้น จากการศึกษา เมื่อสืบค้นต่อไปพบว่า ยังสามารถแบ่งประเภทความหลุดพ้นออกเป็นอีกแนวทางหนึ่ง โดยถือเอาภพภูมิในสงสารเป็นเกณฑ์ คำว่า สงสารนั้น แปลว่า ท่องเที่ยวไป หมายความว่า เล่นไปในภพน้อยภพใหญ่ คือไปสู่สุคติบ้าง ไปสู่ทุคติบ้าง สงสารนั้นมีอยู่ ๓ อย่าง คือ

(๑) เภฏฐิมสงสาร คือ สงสารเบื้องต้น ได้แก่ อบายภูมิ ๔ ผู้ฝึกฝน อบรม พัฒนาตนจนสำเร็จเป็นพระโสดาบัน หรือพระสกทาคามีนั้น สามารถละสังโยชน์เบื้องต้น ๓ ประการ คือ

^{๔๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๕๕.

^{๔๘} พระมหาพงศ์ศักดิ์ จานิโย, ดร., “พระอรหันต์ปัญญาวิมุตต้องอาศัยฌานสมาบัติในการบรรลุธรรมหรือไม่”, ธรรมธारा, ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-ธันวาคม ๒๕๕๘): ๑๘๓-๑๘๔.

^{๔๙} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๓๓/๑๔๙.

สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา และ สัสสปตปรามาสได้โดยเด็ดขาดแล้ว จึงหลุดพ้นจากเหตุภูมิสงสาร คือ อบายภูมิทั้ง ๔ ได้ แต่ยังไม่พ้นจากมัชฌิมสงสาร และอุปริมสงสาร

(๒) มัชฌิมสงสาร คือ สงสารท่ามกลาง ได้แก่ มนุษย์ภูมิ และเทวดาภูมิ ผู้ฝึกฝน อบรม พัฒนาตนจนสำเร็จเป็นพระอนาคามี สามารถละสังโยชน์เบื้องต่ำอีก ๒ ประการได้ คือ ประหณ กามราคะ และพยาบาท จึงถือว่า สังโยชน์เบื้องต่ำ หรือโอรัมภาคียสังโยชน์ทั้ง ๕ สิ้นแล้ว จึงเป็นผู้ หลุดพ้นจากมัชฌิมสงสาร แต่ยังไม่พ้นอุปริมสงสาร

(๓) อุปริมสงสาร คือ สงสารเบื้องบน ได้แก่ รูปพรหม และอรูปรหม ผู้ฝึกฝน อบรม พัฒนาตนจนสำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้ว จึงพ้นจากอุปริมสงสารได้ เพราะสามารถละสังโยชน์ทั้ง ๑๐ ซึ่งเป็นเครื่องผูกมัดสัตว์ไว้ให้จมในวัฏฏะได้เด็ดขาดแล้ว

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย พาหิยสูตร หลังจากที่พระพุทธเจ้าได้ตอบ คำถามแก่เหล่าภิกษุทั้งหลายที่ต้องการทราบคติของพระพาหิยะทารุจิริยะที่ถูกโคแม่ลูกอ่อนขวิด ตาย ว่าพระพาหิยะทารุจิริยะปรินิพพานแล้ว พระพุทธองค์ทรงมีพุทธอุทานว่า

“ในนิพพาน ไม่มีดิน น้ำ ไฟ ลม ไม่มีดวงดาวส่องแสง ไม่มีดวงอาทิตย์ ส่องแสง ไม่มีดวงจันทร์ส่องแสง และไม่มีควมมืด เมื่อใด พรหมณ์ชื่อว่า เป็นมุณี เพราะมีโมณธรรม รู้แจ้งด้วยตนเอง เมื่อนั้น เขาย่อมหลุดพ้นจากรูปภพ อรูปภพ และจากสุขและทุกข์”^{๕๐}

ในอภิธัมมวาทาร พระพุทธทศตเถระ ได้อธิบายสภาพความหลุดพ้นมีความสอดคล้องไปในแนวทางเดียวกันดังนี้ “สภาพหลุดพ้นมี ๓ อย่าง ได้แก่ ปฐมฌานที่หลุดพ้นจากกามคุณ อากาสนัญญายตนฌานซึ่งไม่มีรูปที่หลุดพ้นจากรูป และพระนิพพานที่หลุดพ้นจากชั้นทั้งปวงซึ่งเกิดขึ้น อันมีปัจจัยปรุงแต่งเกิดขึ้นโดยอาศัยปัจจัย”^{๕๑} ด้วยเหตุนี้ ความหลุดพ้นอาจจัดแบ่งได้อีก อย่าง โดยถือเอาการหลุดพ้นจากสงสาร คือ การเที่ยวเร่ร่อนไปในภพทั้ง ๓ นั้นเอง

สรุปได้ว่า เจโตวิมุตติ หมายถึงความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอำนาจการฝึกจิต ซึ่งเป็นผล แห่งสมาธิด้วยมีสมถกัมมัฏฐานเป็นพื้นฐาน โดยอาศัยสมาธิเพียงเท่าที่จำเป็นเท่านั้น คือ อาศัยฌาน สมบัติไม่เกินรูปฌานเป็นบาทฐานยกขึ้นสู่วิปัสสนาต่อไป ส่วนปัญญาวิมุตติ หมายถึงความหลุดพ้น จากกิเลสด้วยการกำจัดอวิชชาได้ ซึ่งเป็นผลแห่งปัญญาด้วยมีวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นพื้นฐาน

๒.๒.๒. ระดับแห่งความหลุดพ้น

ในทางพุทธศาสนาได้กล่าวถึงความหลุดพ้นไว้หลายอย่าง เช่น เจโตวิมุตติกับปัญญา วิมุตติ ที่จัดว่าอยู่ในประเภทของความหลุดพ้นได้กล่าวไปแล้ว และยังกล่าวถึงความหลุดพ้นอื่นๆ ที่อิง

^{๕๐} ขุ.อ. (ไทย) ๒๕/๑๐/๑๘๗-๑๘๘.

^{๕๑} พระพุทธทศตเถระ, อภิธัมมวาทาร, แปลและอธิบายโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๒๘๖-๒๘๗.

ตามผลที่ได้จากวิธีปฏิบัติ ไม่ว่าจะสมณะและวิปัสสนา ด้วยเหตุนี้ ระดับของวิมุตติ หรือ ธรรมเป็นเครื่องหลุดพ้นในทางพุทธศาสนา มี ๕ ประการ^{๕๒} คือ

- ๑) วิชฌมณวิมุตติ คือ ความหลุดพ้นด้วยขมหรือสะกดไว้
- ๒) ตทังควิมุตติ คือ ความหลุดพ้นด้วยอาศัยองค์ธรรมที่เป็นคู่ปรับกัน
- ๓) สมุจเฉทวิมุตติ คือ ความหลุดพ้นด้วยตัดขาด
- ๔) ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ คือ ความหลุดพ้นด้วยสงบระงับ
- ๕) นิสสรณวิมุตติ คือ ความหลุดพ้นด้วยสลัดออกได้

ในอรรถกถา ได้กล่าวถึงความหลุดพ้นแต่ละอย่างไว้สรุปความได้ว่า วิชฌมณวิมุตติ หมายถึงความหลุดพ้นจากนิเวศน์ที่ตนข่มได้เอง ด้วยกำลังของสมาบัติ ๘ ตทังควิมุตติ หมายถึงความหลุดพ้นด้วยกำลังของอนุปัสสนา ๗ ประการ ซึ่งเป็นองค์ธรรมที่เป็นข้าศึกต่อมรรคที่ตนกำหนดเอง สมุจเฉทวิมุตติ หมายถึงความหลุดพ้นจากกิเลสทั้งหลายที่ตนถอนขึ้นเอง ด้วยกำลังของอริยมรรค ๔ ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ หมายถึงความหลุดพ้นเพราะสงบระงับ ได้แก่ สามัญญผล ๔ เพราะเกิดขึ้นในที่สุดแห่งการระงับกิเลสทั้งหลายด้วยอานาภาพแห่งมรรค และนิสสรณวิมุตติ หมายถึงความหลุดพ้นเพราะสลัดออก ได้แก่ พระนิพพาน เพราะเป็นธรรมที่ปราศจากและเป็นธรรมที่ดำรงอยู่ไกลจากกิเลสทั้งปวง^{๕๓}

พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร) ได้แสดงทัศนะในเรื่องระดับแห่งความหลุดพ้น โดยให้ความกระจ่างชัดยิ่งขึ้นในรายละเอียด ปรากฏข้อความดังต่อไปนี้

วิชฌมณวิมุตติ ได้แก่ ความหลุดพ้นเพราะการข่มอกุศลธรรมความชั่วร้ายไว้ ด้วยอำนาจแห่งอัฐมณสมาบัติ หรือฉานสมาบัติ ๘ ประการ คือ (๑) ปฐมมณสมาบัติ (๒) ทุตติยมณสมาบัติ (๓) ตติยมณสมาบัติ (๔) จตุตถมณสมาบัติ (๕) อากาสนัญญาตนสมาบัติ (๖) วิญญานัญญาตนสมาบัติ (๗) อากิญจัญญาตนสมาบัติ (๘) เนวสัณญานาสัญญาตนสมาบัติ ตัววิชฌมณวิมุตติจริงๆ ก็คือ อัฐมณสมาบัติ หรือฉานสมาบัติ ๘ ประการ วิธีการเข้าถึงความหลุดพ้นดังกล่าว ย่อมมีได้ด้วยวิธีแห่งสมถกรรมฐาน^{๕๔}

ตทังควิมุตติ ได้แก่ ความหลุดพ้นด้วยองค์วิปัสสนาญาณนั้นๆ หมายถึง ความหลุดพ้นจากอกุศลกรรม คือ ความชั่วร้ายทั้งปวงที่ฝังติดแน่นในสันดาน แล้วเป็นตัวการบันดาลให้ต้องท่องเที่ยวเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารโดยไม่มีวันสิ้นสุด หลุดพ้นด้วยองค์วิปัสสนาญาณ ที่นับเอาเฉพาะตั้งแต่วิปัสสนาญาณที่ ๑ นามรูปปริจเฉทญาณ ถึง วิปัสสนาญาณที่ ๑๓ โคตรภูญาณอันเป็นตทังควิมุตติขั้นสุดท้ายเป็นที่สุด^{๕๕}

^{๕๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๓/๖.

^{๕๓} ที.ม.อ. (ไทย) ๑๓/๒๘-๒๙.

^{๕๔} คุรยละเอียดใน พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร), **วิมุตติรัตนมาลี เล่ม ๑**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า ๒๕๔๕, ๒๕๔๕), หน้า ๗๕-๗๘.

^{๕๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๖๕-๒๖๖.

สมุจเฉทวิมุตติ ได้แก่ ความหลุดพ้นโดยการละได้เด็ดขาด ทั้งนี้สามารถละสังโยชน์ได้อย่างเด็ดขาด และมรรคญาณเป็นตัวสมุจเฉทวิมุตติอย่างแท้จริง ซึ่งมีทั้งหมดตามลำดับขั้นแห่งอริยมรรค ๔ ประการ คือ (๑) ปฐมมรรค (พระโสดาปัตติมรรคญาณ) (๒) ทุตติยมรรค (พระสกทาคามีมรรคญาณ) (๓) ตติยมรรค (พระอนาคามีมรรคญาณ) (๔) จตุตถมรรค (พระอรหัตตมรรคญาณ)^{๕๖}

ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ ได้แก่ ความหลุดพ้นโดยสงบเย็นเป็นอย่างยิ่ง มีสภาพเป็นความสุขวิเศษสุด ซึ่งเกิดขึ้นหลังจากที่พระอริยมรรคญาณสมุจเฉทวิมุตติ ได้ทำการประหารสังโยชน์อกุศลธรรม ออกจากขันธสันดานได้อย่างเด็ดขาด ตัวปฏิปัสสัทธิวิมุตติในพระพุทธศาสนาที่แท้จริง คือ พระอริยผลญาณ ซึ่งมีตามลำดับขั้นแห่งพระอริยผลญาณ ๔ ประการ คือ (๑) พระโสดาปัตติผลญาณ (๒) พระสกทาคามีผลญาณ (๓) พระอนาคามีผลญาณ (๔) พระอรหัตผลญาณ^{๕๗}

นิสสรณวิมุตติ ได้แก่ ความหลุดพ้นโดยการสลัดออกไป ได้แก่ ความหลุดพ้นโดยการสลัดออกไปของพระอรหันตอริยบุคคล ซึ่งเป็นไปทั้งในปัจจุบันกาลและในอนาคต คือ การได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ หลังจากพระอรหัตอริยมรรคญาณ พระอรหัตอริยผลญาณบังเกิดขึ้นแล้วนี้ จัดเป็นนิสสรณวิมุตติในปัจจุบัน เพราะเป็นการหลุดพ้นโดยการสลัดออกจากกิเลสสังโยชน์โดยประการทั้งปวง หลังจากที่ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ และเข้าสู่การดับขั้นปรินิพพานในอนาคตต่อมา จัดเป็นนิสสรณวิมุตติในอนาคต เพราะเป็นการหลุดพ้นโดยการสลัดออกจากภพชาติโดยสิ้นเชิง รวมความว่า ตัวนิสสรณวิมุตติที่แท้จริง ก็คือ พระนิพพาน อันเป็นยอดธรรมทางพระพุทธศาสนา^{๕๘}

อนึ่ง วิมุตติตามความหมาย ๒ อย่างแรก คือ ตหังควิมุตติ และวิกขัมภณวิมุตติ คลุมถึงสามายิกเจโตวิมุตติ และเป็นโลกียวิมุตติทั้งหมด หมายถึง วิมุตติที่เป็นโลกีย์ คือ ความพ้นอย่างโลกๆ ไม่เด็ดขาด ไม่สิ้นเชิง กิเลสและความทุกข์ยังกลับครอบงำได้^{๕๙} หมายความว่า เป็นกุปปวิมุตติ หมายถึงวิมุตติที่ยังกำเริบได้ คือยังเสื่อมได้หรือเป็นสมยวิมุตติ หลุดพ้นชั่วสมัยหรือชั่วคราว อันเป็นวิมุตติของสามัญชนทั่วไป ซึ่งเมื่อได้ปฏิบัติในศีล สมาธิ ปัญญา ก็ยอมได้วิมุตติด้วยองค์ศีล สมาธิ ปัญญา ตามภูมิตามขั้นเป็นครั้งเป็นคราว ได้แล้วก็เสื่อม โดยตหังควิมุตติได้แก่ การระงับอกุศลเจตสิกได้เป็นคราวๆ ส่วนวิกขัมภณวิมุตติได้แก่ การระงับกิเลสกามและอกุศลธรรมด้วยกำลังของฌาน คือ การบรรลุมรรคญาณที่จิตหลุดพ้นจากกิเลสชั่วคราว หรือที่เรียกว่าเจโตวิมุตติประเภทยังไม่เด็ดขาด

^{๕๖} ดูรายละเอียดใน พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร), **วิมุตติรัตนมาลี เล่ม ๒**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า ๒๕๔๕, ๒๕๔๕), หน้า ๒๕-๒๘.

^{๕๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐๑-๒๐๓.

^{๕๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๘๗-๔๘๘.

^{๕๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๓๕๓.

ส่วนวิมุตติตามความหมาย ๓ อย่างหลังนี้ เป็นอสามายิกเจโตวิมุตติ และเป็นโลกุตตรวิมุตติ ซึ่งกิเลสและความทุกข์ที่ละได้แล้วไม่กลับคืนมาอีก ไม่กลับกลาย^{๖๐} จากการศึกษาพบว่า สมุจเฉทวิมุตติ ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ และ นิสสรณวิมุตติเป็นความหลุดพ้นด้วยมรรคผลนิพพาน เป็นอกุปปธรรม คือความหลุดพ้นไม่มีสมัยคือตลอดไป เป็นวิมุตติของพระอริยบุคคลทั้งหลาย ขยายความให้ชัดเจนยิ่งขึ้นว่า สมุจเฉทวิมุตติเป็นความหลุดพ้นด้วยตัดขาด ได้แก่ระงับกิเลสด้วยอริยมรรค ปฏิปัสสัทธิวิมุตติเป็นความหลุดพ้นด้วยความสงบราบ ได้แก่อริยผล และ นิสสรณวิมุตติเป็นความหลุดพ้นด้วยออกไปเสีย ได้แก่นิพพาน

สรุปได้ว่า วิมุตติ แปลว่า ความหลุดพ้นแบ่งออกเป็น ๕ ระดับ ตามอำนาจแห่งการหลุดพ้น คือ (๑) วิกขัมภณวิมุตติ เป็นความหลุดพ้นจากกิเลสได้ด้วยอานาปานสมาธิตั้งแต่วิปัสสนาญาณไปจนถึงอรุณญาณ ๔ (๒) ตทังควิมุตติ เป็นความหลุดพ้นชั่วคราวจากสภาวะเอกัคคตาจิตจากสมาธิภาวนาที่เป็นปทัฏฐานของวิปัสสนาญาณ เป็นโลกียะ (๓) สมุจเฉทวิมุตติ เป็นความหลุดพ้นจากกิเลสที่ตนตัดขาดแล้วด้วยอริยมรรค ๘ (๔) ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ เป็นความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยการเจริญผลญาณ (๕) นิสสรณวิมุตติ เป็นความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยนิพพาน เมื่อว่าโดยสาระแท้ๆ วิมุตติ ๕ นี้ ก็คือ สมณะ วิปัสสนา มรรค ผล และ นิพพาน ตามลำดับ

๒.๓ วิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความหลุดพ้น

พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามี ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ล้วนมีจุดหมายหมายอย่างเดียวกัน คือ ใช้เป็นหลักปฏิบัติเพื่อนำไปสู่ความหลุดพ้นจากทุกข์ หรือที่เรียกว่า วิมุตติ เป็นบรมธรรม ปรมัตถธรรม อุดมธรรม โมกขธรรม อันเป็นจุดหมายสูงสุดในทางพุทธศาสนา ผู้ปฏิบัติสามารถบรรลุความดับสนิทแบบได้เปล่า^{๖๑} ความหลุดพ้นเป็นผลที่เกิดขึ้นจากการลงมือปฏิบัติ เป็นธรรมที่ควรทำให้แจ้ง หรือควรบรรลุ ที่เรียกว่า สัจฉิกาดัตถธรรม ซึ่งสอดคล้องกับกิจในอริยสัจ ๔ ข้อที่ ๓ ได้แก่ การทำนิโรธให้แจ้ง คือ การเข้าถึงสภาวะแห่งการดับทุกข์ บรรลุจุดหมายสูงสุด

การนำพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามาปฏิบัติมีแตกต่างออกไปหลายระดับ เช่น การให้ทาน การรักษาศีล หรือ การเจริญสมาธิภาวนา เป็นต้น ผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบ ประพฤติตามธรรมอยู่ ผู้นั้นชื่อว่าสักการะ เคารพ นับถือ บูชาพระพุทธเจ้าอย่างแท้จริง แต่วิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความหลุดพ้นนับว่ามีส่วนสำคัญยิ่งโดยตรง เพราะเป็นการปฏิบัติธรรมอันสมควรแก่มรรคผลอันเป็นส่วนเบื้องปลาย ดังที่ปรากฏในพระสูตรต้นตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค ทูตยโกฏิกามสูตร พระพุทธเจ้าตรัสว่า

“ชนเหล่าใดไม่รู้ทุกข์ เหตุเกิดทุกข์ ธรรมชาติเป็นที่ดับทุกข์ลงได้สิ้นเชิง และไม่รู้จักทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ชนเหล่านั้นเป็นผู้เสื่อมจากเจโตวิมุตติ และปัญญาวิมุตติ เป็นผู้ไม่ควรที่จะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ เป็นผู้เข้าถึง

^{๖๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๕๔.

^{๖๑} ชุ.ช. (ไทย) ๒๕/๗/๑๑.

ชาติและชราแท้ ส่วนชนเหล่าใดรู้ทุกข์ เหตุเกิดทุกข์ ธรรมชาติเป็นที่ดับทุกข์
ลงได้สิ้นเชิง และรู้จักทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ชนเหล่านั้นเป็นผู้ถึง
พร้อมด้วยเจโตวิมุตติ และปัญญาวิมุตติ เป็นผู้ควรที่จะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้
ไม่เป็นผู้เข้าถึงชาติและชรา”^{๖๒}

ในทางพระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงวิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความหลุดพ้นด้วยการปฏิบัติ
วิปัสสนาภาวนาตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ยุกนัทธิสูตร โดยกล่าวว่า
แนวทางการเจริญวิปัสสนามี ๔ แบบ ได้แก่ (๑) สมถปุพพังคมวิปัสสนา (๒) วิปัสสนาปุพพังคม
สมถะ (๓) ยุกนัทธิสมถวิปัสสนา (๔) ธัมมทัจจวิคคหิตมานัส^{๖๓}

๑) สมถปุพพังคมวิปัสสนา คือ การเจริญวิปัสสนาอันมีสมถะนำหน้า การเจริญวิปัสสนา
โดยเริ่มที่สมถะก่อน โดยเพ่งบัญญัติเป็นอารมณ์ ให้เข้าถึงฌานจิต นั้นหมายถึงว่าจิตดำเนิน
เข้าถึงอัปนาสมาธิ คือ สมาธิที่แนบแน่นในอารมณ์ได้ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน
ปัญจฌาน หรือ อรูปฌาน ๔ ได้ฌานสมาธิแนบแน่นในอารมณ์ บุคคลที่ได้ฌานเช่นนี้สามารถต่อ
วิปัสสนาได้ โดยการยกจิตที่มีสมาธิให้เข้าสู่ไตรลักษณ์ ให้เห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ผู้
ที่ได้ในฌานระดับไหนก็เอาองค์ฌานเหล่านั้นมากำหนดพิจารณา แต่ขณะที่อยู่ในฌานสมาบัตินั้นไม่
อาจกำหนดพิจารณาได้ พระพุทธเจ้าทรงสอนเรื่องการทำสมถะ ก็เพื่อเป็นบาทฐานให้แก่การทำ
วิปัสสนา

ผู้ปฏิบัติตามแนวทางนี้ เรียกว่า สมถยานิก หมายถึง ผู้มีสมถะเป็นยาน เป็นการปฏิบัติที่
อาศัยกำลังสมาธิฌาน มีบัญญัติเป็นอารมณ์ เป็นบาทฐาน โดยออกจากฌานแล้วกำหนดรู้องค์ฌาน
ซึ่งเป็นรูปนาม อันได้แก่ นามธรรมคือฌานจิตตูปาทาในปัจจุบันขณะนั้น หทัยรูปอันเป็นที่ตั้งของจิต
หรือรูปอย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดจากจิต^{๖๔} การกำหนดรู้องค์ฌานของนักปฏิบัติผู้เจริญ
สมถภาวนาแล้วทำสมถะให้เป็นบาทของวิปัสสนา ส่วนใหญ่มักกำหนดรู้ปิติเป็นอารมณ์ เพราะปิติ
เป็นธรรมชาติที่ปรากฏชัดแม้ในขณะที่ออกจากฌานแล้ว

๒) วิปัสสนาปุพพังคมสมถะ หมายถึง การเจริญสมถะอันมีวิปัสสนานำหน้า โดยเจริญ
วิปัสสนาเลยตั้งแต่ต้น ไม่ต้องไปทำสมาธิก่อน ถ้าใช้สมาธิก็เพียงเล็กน้อยแค่ขณิกสมาธิ ผู้ปฏิบัติ
สามารถทำวิปัสสนาได้เลยโดยเจริญสติกำหนดรู้สภาวะปรมาณธรรมต่างๆ ที่กำลังปรากฏทางตา หู
จมูก ลิ้น กาย ใจ

ผู้ปฏิบัติตามแนวทางนี้เรียกว่า วิปัสสนายานิก หมายถึง ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน หรือเรียก
อีกอย่างว่า สุทธิวิปัสสนายานิก แปลว่า ผู้มีวิปัสสนาล้วนๆ เป็นการปฏิบัติที่อาศัยวิปัสสนาสมาธิ ที่
เรียกว่า ขณิกสมาธิ ใช้อารมณ์ปรมาณธรรมเป็นบาทฐาน ในการเจริญวิปัสสนากำหนดรู้รูปนามปัจจุบัน

^{๖๒} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๙๒/๖๐๖-๖๐๗.

^{๖๓} อจ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๗-๒๓๘.

^{๖๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, แปลและเรียบเรียงโดย พระ
คันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๑๕๙.

ขณะนั้นๆ ต่างกันกับสมถยานิกตรงที่ สมถยานิกเป็นผู้บรรลุญาณแล้ว จึงกำหนดรู้ฌานเป็นต้นได้ ส่วนวิปัสสนายานิกมิได้บรรลุญาณ แต่กำหนดรูปรูปนามในขณะเห็น

๓) ยุคนี้ทศสมถวิปัสสนา เป็นการเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่ไปพร้อมกัน ด้วยอาการ ๑๖ อย่าง ได้แก่ (๑) ด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์ (๒) ด้วยมีสภาวะเป็นโคจร (๓) ด้วยมีสภาวะละ (๔) ด้วยมีสภาวะสละ (๕) ด้วยมีสภาวะออก (๖) ด้วยมีสภาวะหลีกออก (๗) ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมละเอียดย (๘) ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมประณีต (๙) ด้วยมีสภาวะหลุดพ้น (๑๐) ด้วยมีสภาวะไม่มีอาสวะ (๑๑) ด้วยมีสภาวะเป็นเครื่องข้าม (๑๒) ด้วยมีสภาวะไม่มีนิमित (๑๓) ด้วยมีสภาวะไม่มีปณิหิตะ (๑๔) ด้วยมีสภาวะเป็นสุญญตะ (๑๕) ด้วยมีสภาวะมีรสเป็นอย่างเดียวกัน (๑๖) ด้วยมีสภาวะเป็นคู่กันไม่ล่วงเลยกัน เมื่อละอุทธัจจะ จึงมีสมาธิคือความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่าน และเมื่อละอวิชชา จึงมีวิปัสสนา เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็น มินิโรธเป็นอารมณ์ ด้วยประการดังนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีรสเป็นอย่างเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเลยกันด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์^{๖๕} เนื่องจากว่า เป็นการเอาสมถะและวิปัสสนามาเป็นบาทในครั้งแรก ดังนั้น วิธีนี้จึงสงเคราะห์เข้าในสมถปุพพังคมนัย^{๖๖}

๔) ธัมมูทัจจวิคคหิตมานัส เป็นการเจริญขณะเมื่อจิตมีความฟุ้งซ่าน หรือ วิปัสสนุกิเลสปรากฏ จิตย่อมกวัดแกว่ง หวั่นไหวเพราะโอภาส เพราะญาณ เพราะปีติ เพราะปัสสัทธิ เพราะสุข เพราะอิโมกข์ เพราะปัสคหะ เพราะอุปปุฏฐาน เพราะอุเบกขา เพราะน้อมนึกถึงอุเบกขาและนิกันติ^{๖๗} ให้กำหนดรู้ไปจนดับ เมื่อปราศจากอุทธัจจะ การเจริญสมถะและวิปัสสนาขณะนั้น จิตย่อมตั้งมั่นอยู่กับอารมณ์เป็นหนึ่งมีสมาธิและเจริญขึ้นถึงมรรคญาณในที่สุด ซึ่งหลักการนี้มีความเกี่ยวข้องกับสมถยานิกะและวิปัสสนายานิกะทั้งสอง จึงสามารถสงเคราะห์เข้าในทั้งสมถปุพพังคมนัยและวิปัสสนापุพพังคมนัย^{๖๘}

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต) ได้สรุปสาระสำคัญของวิธีปฏิบัติทั้ง ๔ นี้ว่ามีหลักใหญ่เพียง ๒ อย่างคือ วิธีที่ ๑ วิปัสสนามีสมถะนำหน้า และวิธีที่ ๒ สมถะมีวิปัสสนานำหน้า ส่วนสองวิธีหลังเป็นเพียงวิธีการที่แทรกซ้อนเข้ามาในระหว่างการปฏิบัติ กล่าวคือ วิธีที่ ๓ สมถะและวิปัสสนาเข้าคู่กัน จัดได้ว่าเป็นข้อปฏิบัติที่ข้อยหรือขยายออกไปจากวิธีที่ ๑ ส่วนวิธีที่ ๔ ทางออกเมื่อจิตเขวด้วยธรรมูธัจจ ก็เป็นเพียงวิธีปฏิบัติที่แทรกเข้ามาในระหว่าง หรือเป็นข้อปฏิบัติพิเศษเฉพาะกรณี สำหรับใช้แก้ปัญหบางอย่างในระหว่างการปฏิบัติธรรม^{๖๙}

^{๖๕} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๑๙-๔๒๔.

^{๖๖} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาธุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์), แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๗๕.

^{๖๗} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๒๕.

^{๖๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาธุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์), หน้า ๗๖.

^{๖๙} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, หน้า ๔๔๘.

สรุปได้ว่า วิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความหลุดพ้น คือ การปฏิบัติวิปัสสนาโดยมีแนวทางปฏิบัติ ๔ แบบ คือ (๑) สมถปุพพังคมนัย (๒) วิปัสสนาปุพพังคมนัย (๓) ยุคณัทธนัย (๔) ธัมมัจจนัย ทั้ง ๔ แบบนี้ สรุปลงเหลือ ๒ วิธี คือ (๑) สมถยานิกะ (๒) วิปัสสนายานิกะ

๒.๔ ประเภทของอริยบุคคล

พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามีคุณลักษณะที่สำคัญ ๒ ประการในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความหลุดพ้น จากพระธรรมคุณทั้งสิ้น ๖ ประการ ได้แก่ บทว่า สนทิกฺกุโง หมายถึง เป็นธรรมที่พึงเห็นได้เอง เพราะพระอริยบุคคลทั้งหลายพึงเห็น คือ พึงแทงตลอดด้วยญาณทัสสนะเองโดยลำดับการปฏิบัติ และ บทว่า ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญญูหิ หมายถึงเป็นธรรมที่วิญญูชนทั้งหลายพึงรู้ได้เฉพาะตน คือ พึงรู้ได้เฉพาะตนที่ละคน เพราะว่าผู้ใดบรรลุ ผู้นั้นเท่านั้นย่อมรู้ ผู้อื่นที่มีได้บรรลุ หามิส่วนรู้ด้วยไม

อริยบุคคล คือ บุคคลผู้ฝึกฝน อบรม พัฒนาตน โดยปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ด้วยการอบรมไตรสิกขา และเดินตามทางที่พระพุทธเจ้าทรงชี้แนวทางให้ไว้ คือ เจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ ได้บรรลุมรรคผลระดับใดระดับหนึ่ง จนสามารถยกระดับตัวเองพ้นจากภาวะความเป็นปุถุชนไปสู่ภาวะความเป็นอริยบุคคล โดยก้าวข้ามผ่านเส้นแบ่ง หมายถึง สังโยชนซึ่งเป็นกิเลสเครื่องร้อยรัดผูกสัตว์ทั้งหลายไว้ ๑๐ ประการ อันได้แก่ (๑) สักกายทิฏฐิ (๒) วิจิกิจฉา (๓) สีลัพพตปรามาส (๔) กามราคะหรือกามฉันทะ (๕) ปฏิฆะหรือพยาบาท (๖) รูปราคะ (๗) อรูปราคะ (๘) มานะ (๙) อุทธัจจะ (๑๐) อวิชชา หยั่งลงสู่โลกุตตรภูมิ

อริยบุคคล แปลว่า บุคคลผู้บรรลุธรรมวิเศษ มีโสดาปัตติมรรค เป็นต้น^{๗๐} ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงประเภทของอริยบุคคลหรือลำดับพระอริยบุคคลในที่หลายแห่ง มีทั้งกล่าวโดยรวมที่เป็นเข้าใจกันทั่วไป มีทั้งกล่าวโดยจำแนกขอยแบ่งย่อยลงไปอีกในแต่ละประเภทหรือแต่ละชั้น ซึ่งมีชื่อเรียกเฉพาะไม่ซ้ำกัน และเป็นที่รู้จักกันเฉพาะผู้ที่คุ้นเคยและสนใจศึกษาในทางพระพุทธศาสนาอย่างจริงจังเท่านั้น ผู้วิจัยขอนำมาเสนอตามลำดับไป ดังต่อไปนี้

๒.๔.๑ อริยบุคคล ๒^{๗๑}

๑) เสขะ หมายถึง พระเสขะ, พระผู้ยังต้องศึกษาได้แก่ พระอริยบุคคล ๗ เบื้องต้น ในจำนวน ๘

๒) อเสขะ หมายถึง พระอเสขะ, พระผู้ไม่ต้องศึกษา ได้แก่ผู้บรรลุอรหัตผลแล้ว

การศึกษาตามความหมายทางพุทธศาสนา มาจากคำว่า “สิกขา” โดยยึดถือเอาไตรสิกขาเป็นเกณฑ์สำคัญ แนวทางดังกล่าวมาจากคัมภีร์พระสูตรตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ตั้งแต่ปฐมสิกขาสูตฺร ทุติยสิกขาสูตฺรและตติยสิกขาสูตฺร กล่าวไว้พอสรุปความได้ว่า ผู้ทำไตรสิกขาได้

^{๗๐} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๕๔, หน้า ๑๓๗๙.

^{๗๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๗๗.

บริบูรณ์ย่อมให้สำเร็จได้บริบูรณ์ ผู้ทำได้เพียงบางส่วนย่อมให้สำเร็จได้บางส่วน^{๗๒} ผู้ทำได้บริบูรณ์ คือ พระอรหันต์ หมายถึงบำเพ็ญไตรสิกขาได้บริบูรณ์แล้ว จึงไม่ต้องศึกษาอีกต่อไป ส่วนพระอริยบุคคล ชั้นต้นทำได้บางส่วน สำเร็จบางส่วนตามลำดับขั้น ยังต้องศึกษา ฝึกฝน อบรม พัฒนาตนต่อไป พระอริยบุคคลที่ยังไม่บรรลุอรหัตตผล ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี ทั้งหมดรวมเรียกว่า เสาะ หมายถึงผู้ยังต้องศึกษา

๒.๔.๒ อริยบุคคล ๔^{๗๓}

๑) โสดาบัน หมายถึง ผู้แรกถึงกระแสอันนำไปสู่พระนิพพานเนตต่อการตรัสรู้ ชำรงหน้า, ท่านผู้บรรลุโสดาปัตติผลแล้ว สามารถแบ่งประเภทย่อยได้อีก ๓ ประเภท^{๗๔} คือ

(๑) เอกพีซี หมายถึง ผู้มีพีชคืออภิปภอันเดียว คือกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกครั้งเดียวเท่านั้นก็จะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ เป็นพวกที่มีอินทรีย์แก่กล้า

(๒) โกลังโกละ หมายถึง ผู้ไปจากสกุลสู่สกุล เกิดในตระกูลสูงอีก ๒-๓ ครั้ง แล้วจึงจะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ เป็นพวกที่มีอินทรีย์ปานกลาง

(๓) สัตตักขัตตูปรมะ หมายถึง ผู้ที่เวียนเกิดในสุคติภพอีกอย่างมากเพียง ๗ ครั้ง แล้วจึงจะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้

พระโสดาบัน เป็นผู้หยั่งลงสู่กระแสพระนิพพานแล้ว เดินทางถูกต้องอย่างแท้จริง ตามแนวทางที่พระพุทธองค์ทรงสอน เป็นผู้ปฏิบัติและดำรงตนอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ อย่าง ถูกต้องและครบถ้วน เรียกว่า ผู้ถึงกระแส สภาวะที่เรียกว่า ธรรมจักขุหรือดวงตาเห็นธรรม หมายถึง มัคคญาณ จะบังเกิดแก่ผู้ปฏิบัติเป็นครั้งแรก เป็นผู้ทำได้บริบูรณ์ในขั้นศีล ทำได้พอประมาณในสมาธิ และทำได้พอประมาณในปัญญา สามารถละสังโยชน์เบื้องต่ำ ๓ อย่างได้ คือ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส เป็นการบรรลุอริยผลขั้นที่ ๑ คือ โสดาปัตติผล พระโสดาบันยังมีหน้าที่ในการบำเพ็ญมรรคญาณเพื่อความหมดสิ้นแห่งกิเลสอีกต่อไป เพราะพระพุทธศาสนาถือว่าการบรรลุพระอรหัตตผลเป็นจุดหมายสูงสุด

องค์คุณสำคัญของโสดาบันที่ถือว่าเป็นหลักประกันขั้นต้นก็คือ ไม่มีทางตกต่ำ หมายถึงไม่ตกไปในอบาย ๔ คือ นรก กำเนิดสัตว์เดรัจฉาน เปรต และพวกอสุร เพราะจิตใจมีความประณีตเกินกว่าที่จะไปเกิดในภูมิเหล่านั้น มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิในวันข้างหน้า หมายถึง มรรค ๓ เบื้องสูง ได้แก่ สกทาคามีมรรค อนาคามีมรรค และอรหัตตมรรค^{๗๕} และอีกไม่เกิน ๗ ชาติ จะบรรลุเป็นพระอรหันต์ มีศรัทธาในพระรัตนตรัยอย่างมั่นคง

^{๗๒} คุรยละเอียดใน อัง.ติก. (ไทย) ๒๐/๘๗-๘๙/๓๑๒-๓๑๘.

^{๗๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๗๗.

^{๗๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๘.

^{๗๕} ชุ.วิ. (ไทย) ๒๖/๑๕๕/๒๘.

พระโสดาบันมีคติเป็น ๒ เท่านั้น คือ ถ้าไม่เกิดเป็นมนุษย์อีก ก็จะไปบังเกิดในสวรรค์ ชั้นใดชั้นหนึ่งอย่างแน่นอน ในกรณีที่ไปเกิดบนสวรรค์ ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย มหาโมคคัลลานสูตร ได้ให้รายละเอียดในเรื่องนี้ไว้ โดยติสสพรหมได้ตอบพระมหาโมคคัลลานะ สรุปได้ว่า โลกุตระภูมิอันเป็นสถานที่รองรับพระโสดาบัน คือ ผู้ที่เป็นพระโสดาบันนั้น จะเกิดในสวรรค์ทุกชั้น ตั้งแต่ชั้นที่ ๑ จนถึง ชั้นที่ ๖ เป็นเทวดาชั้นจาตุมหาราชิกา ชั้นดาวดึงส์ ชั้นยามา ชั้นดุสิต ชั้นนิมมานรดี ชั้นปรนิมมิตวสวัตตี^{๗๖}

พระโสดาบันอาจจะประมาทได้บ้าง ต้องอาบัติเบาได้บ้าง แต่ก็ไม่ปกปิดอาบัตินั้นไว้ แต่ยังไม่เสียก็จะไม่ทำอาภิวาจา ๖ เป็นอันขาด หมายถึงฐานะอันหนัก ๖ ประการ ได้แก่ (๑) ข่มารดา (๒) ข่มบิดา (๓) ข่มพระอรหันต์ (๔) ทำโลหิตของพระพุทธเจ้าให้ห้อ (๕) ทำให้สงฆ์แตกกัน (๖) เข้ารีตศาสดาอื่น^{๗๗}

๒) สกทาคามี หมายถึง ผู้กลับมาอีกครั้งเดียว, ท่านผู้บรรลุสกทาคามีผลแล้ว สามารถแบ่งประเภทย่อยได้อีก ๕ ประเภท^{๗๘} คือ

- (๑) ผู้บรรลุในโลกนี้แล้ว ปรีนิพพานในโลกนี้เอง
- (๒) ผู้บรรลุในโลกนี้แล้ว ปรีนิพพานในเทวโลก
- (๓) ผู้บรรลุในเทวโลกแล้ว ปรีนิพพานในเทวโลกนั่นเอง
- (๔) ผู้บรรลุในเทวโลกแล้ว เกิดในโลกนี้จึงปรีนิพพาน
- (๕) ผู้บรรลุในโลกนี้แล้ว ไปเกิดในเทวโลกหมดอายุแล้ว กลับมาเกิดในโลกนี้จึงปรีนิพพาน

วิธีการปฏิบัติเพื่อบรรลุความเป็นสกทาคามี คือ เจริญวิปัสสนาจนกระทั่ง มัคคญาณเกิดขึ้นเป็นครั้งที่ ๒ เป็นผู้ทำให้บริบูรณ์ในชั้นศีล ทำได้พอประมาณในสมาธิและปัญญา สามารถละสังขโยชน์เบื้องต้นได้ ๓ อย่าง คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสึลลพตปราคาส เหมือนโสดาบัน แต่ยังสามารถทำให้ราคะ โทสะ โมหะเบาบางลงได้ สกทาคามีบุคคลนั้นพ้นจากอบายภูมิไปแล้วตั้งแต่ตอนเป็นโสดาบัน จึงมาสู่โลกนี้อีกเพียงครั้งเดียวเท่านั้นก็จะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้

๓) อนาคามี หมายถึง ผู้ไม่เวียนกลับมาอีก, ท่านผู้บรรลุอนาคามีผลแล้ว แบ่งออกเป็น ๕ จำพวก^{๗๙} ได้แก่

(๑) อันตราปรีนิพพายี หมายถึง ผู้ปรีนิพพานในระหว่าง คือ เกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้ว อายุยังไม่ถึงกึ่ง ก็ปรีนิพพานโดยกิเลสปรีนิพพาน

^{๗๖} อัง.ฉก. (ไทย) ๒๒/๓๔/๔๘๑-๔๘๓.

^{๗๗} ขุ.ขุ. (ไทย) ๒๕/๙-๑๒/๑๑-๑๒.

^{๗๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๗๙.

^{๗๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๙.

(๒) อุปหัจจปรินิพพายี หมายถึง ผู้จวนจะถึงจึงปรินิพพาน คือ อายุพ้นกึ่งแล้ว จวนจะถึงสิ้นอายุจึงปรินิพพาน

(๓) อสังขารปรินิพพายี หมายถึง ผู้ปรินิพพานโดยไม่ต้องใช้แรงชักจูง คือ ปรินิพพานโดยง่าย ไม่ต้องใช้ความเพียรนัก

(๔) สสังขารปรินิพพายี หมายถึง ผู้ปรินิพพานโดยใช้แรงชักจูง คือ ปรินิพพานโดย ต้องใช้ความเพียรมาก

(๕) อุทังโสโตกนิภูคคามิ หมายถึง ผู้มีกระแสในเบื้องบนไปสู่อกนิภูคภาพ คือ เกิด ในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งก็ตาม จะเกิดเลื่อนต้อขึ้นไปจนถึงอกนิภูคภาพแล้วจึงปรินิพพาน

วิธีการปฏิบัติเพื่อบรรลุความเป็นอนาคามี คือ เจริญวิปัสสนาจนกระทั่งมัคคญาณ เกิดขึ้นเป็นครั้งที่ ๓ เป็นผู้ทำให้บริบูรณ์ในศีลและสมาธิ สามารถละโอรัมภาคียสังโยชน์เบื้องต่ำทั้ง ๕ ประการได้ทั้งหมด คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามฉันทะ และ ปฏิฆะ พระอนาคามี ไม่ต้องกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก แต่ไปเกิดที่สุทธาวาสภูมิ จะดำรงภาวะอยู่ในขั้นนั้นๆ และ ปรินิพพานสิ้นกิเลสในภพชั้นสุทธาวาสนั่นเอง เหตุผลสำคัญที่ไม่กลับมาเกิดในกามภูมิอีกเลย เพราะ ความยินดีพอใจในกามได้ถูกทำลายไปแล้ว แต่จะไปเกิดในภูมิที่พ้นจากเรื่องของกามคือ รูปภูมิ หรือ อรูปภูมิเท่านั้น ในรูปภูมิ ๑๖ ชั้นนั้น จะมีสถานที่เป็นที่เกิดของอนาคามีผลบุคคลโดยเฉพาะ ซึ่งรวม เรียกว่าสุทธาวาสภูมิ มี ๕ ชั้น ประกอบด้วย

(๑) อวิหาภูมิ คือ พรหมโลกชั้นที่ ๑๒ มีอายุได้ ๑,๐๐๐ มหากัป ผู้ที่จะมาอุบัติเกิด ในพรหมโลกชั้นนี้ ต้องเป็นผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานจนตติยมรรคบังเกิดสำเร็จเป็นพระอนาคามี อริยบุคคล และขณะที่เจริญวิปัสสนาอยู่นั้น ปรากฏว่ามีสัทธินทรีย์ คือ มีศรัทธาแก่กล้ามากกว่า อินทรีย์อย่างอื่น^{๘๐}

(๒) อตปปาภูมิ คือ พรหมโลกชั้นที่ ๑๓ มีอายุได้ ๒,๐๐๐ มหากัป ผู้ที่จะมาอุบัติ เกิดในพรหมโลกชั้นนี้ ต้องเป็นผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานจนตติยมรรคบังเกิดสำเร็จเป็นพระอนาคามี อริยบุคคล และขณะที่เจริญวิปัสสนาอยู่นั้น ปรากฏว่ามีวิริยินทรีย์ คือ มีวิริยะแก่กล้ามากกว่า อินทรีย์อย่างอื่น^{๘๑}

(๓) สุตัสสาภูมิ คือ พรหมโลกชั้นที่ ๑๔ มีอายุได้ ๔,๐๐๐ มหากัป ผู้ที่จะมาอุบัติ เกิดในพรหมโลกชั้นนี้ ต้องเป็นผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานจนตติยมรรคบังเกิดสำเร็จเป็นพระอนาคามี อริยบุคคล และขณะที่เจริญวิปัสสนาอยู่นั้น ปรากฏว่ามีสติินทรีย์ คือ มีสติแก่กล้ามากกว่าอินทรีย์ อย่างอื่น^{๘๒}

^{๘๐} พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร), **โลกทิปนี**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า ๒๕๔๔, ๒๕๔๕), หน้า ๑๓๕.

^{๘๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๓๖.

^{๘๒} อ่างแล้ว

(๔) สุทัตสัณฺฑิมิ คือ พรหมโลกชั้นที่ ๑๕ มีอายุคณนาได้ ๘,๐๐๐ มหากัป ผู้ที่จะมาอุบัติเกิดในพรหมโลกชั้นนี้ ต้องเป็นผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานจนตติยมรรคบังเกิดสำเร็จเป็นพระอนาคามีอริยบุคคล และขณะที่เจริญวิปัสสนาอยู่นั้น ปรากฏว่ามีสมาธิในทริย คือ มีสมาธิแก่กล้ามากกว่าอินทริยอย่างอื่น^{๘๓}

(๕) อกนิภุสฺสุมิ คือ พรหมโลกชั้นที่ ๑๖ มีอายุคณนาได้ ๑๖,๐๐๐ มหากัป ผู้ที่จะมาอุบัติเกิดในพรหมโลกชั้นนี้ ต้องเป็นผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานจนตติยมรรคบังเกิดสำเร็จเป็นพระอนาคามีอริยบุคคล และขณะที่เจริญวิปัสสนาอยู่นั้น ปรากฏว่ามีปัญญินทริย คือ มีปัญญาแก่กล้ามากกว่าอินทริยอย่างอื่น^{๘๔} จากการศึกษาพบว่า พระพรหมอนาคามี ที่อุบัติเกิดในสุทธาวาสภูมิที่กล่าวมาแล้วข้างต้น คือ ชั้นอวิหา อตปฺปา สุทัตสสา สุทัตสสี หากยังไม่สำเร็จเป็นพระอรหันต์ในชั้นนั้นๆ ก็จะต้องมาอุบัติเกิดในชั้นนี้ พอมาบังเกิดในชั้นอกนิษฺฐนี้แล้ว ย่อมไม่ไปอุบัติบังเกิดในภูมิอื่นอีกเลย จะต้องได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์และปรินิพพานอยู่ในชั้นอกนิษฺฐนี้เอง พรหมโลกชั้นอกนิษฺฐนี้มีศีลคุณ สมาธิคุณ และปัญญาคุณ ประเสริฐล้ำเลิศยิ่งกว่าพรหมโลกชั้นอื่นทั้งหมด

โดยปกติแล้ว พระอนาคามีบุคคลจะไม่กลับมาในมนุษยโลกอีกเลยในอนาคตกาลสำหรับปวัตติกาล ถ้าสมัยใดมีองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงอุบัติขึ้นในโลก พระอนาคามีบุคคลซึ่งอยู่ในพรหมโลกก็ย่อมมาสู่มนุษยโลกนี้ เพื่อที่จะได้ทอดทศนา และสดับธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น เช่นนี้ก็มิได้อยู่บ้างเป็นธรรมดา^{๘๕}

๔) อรหันต์ หมายถึง ผู้หักงำแห่งสงสารแล้ว ท่านผู้บรรลุอรหัตผลแล้ว

อรหันต์ แปลว่า ผู้ห่างไกลจากกิเลสแล้ว ผู้หักงำของวงล้อสังสารวัฏได้แล้ว ผู้ควรแก่ปัจจัย ผู้ไม่มีความลับในเรื่องการทำบาป อรหันต์ หมายถึง ผู้สำเร็จอรหัตผล ผู้สิ้นกิเลสแล้ว เรียกเต็มว่า พระอรหันต์ ในคำไทยใช้เรียกตามเสียงบาลีว่า พระอรหันัง ก็มี^{๘๖}

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มหาอัสนฺสปุสฺสสูตร ได้กล่าวว่า อรหันต์ คือ ผู้ห่างไกลจากบาปอกุศลธรรม ที่ก่อให้เกิดความเศร้าหมอง นำไปเกิดในภพใหม่ มีความกระวนกระวาย มีวิบากเป็นทุกข์ ให้มีชาติ ชรา มรณะต่อไป^{๘๗}

พระอรหันต์ คือ ผู้บรรลุโลกุตระธรรมสูงสุด เป็นผู้บำเพ็ญไตรสิกขาสมบุรณ เป็นผู้ถึงที่สุดแห่งการปฏิบัติในโลก เป็นผู้บรรลุอริยผลชั้นยอด คือ อรหัตผล กระทำที่สุดแห่งทุกข์โดยชอบ อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นที่ต้องทำอีกต่อไป ปลงภาระได้แล้ว บรรลุประโยชน์ตนโดยลำดับแล้ว สิ้นภวสังโยชน์ทั้ง ๑๐ ประการแล้ว หลุดพ้นเพราะรู้โดยชอบ ย่อมไม่มี

^{๘๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๓๗.

^{๘๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๓๘.

^{๘๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๕๙-๑๖๐.

^{๘๖} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ คำวัต, หน้า ๑๒๖๙.

^{๘๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๓๔/๔๖๓.

วิญญูจะเพื่อจะบัญญัติต่อไป พระอรหันต์เป็นผู้ละกิเลสได้ทั้งหมด จึงเป็นพระอริยเจ้าสูงสุดในหมู่ อริยบุคคลทั้งหลาย

วิธีการปฏิบัติเพื่อดำเนินสู่หนทางแห่งความเป็นพระอรหันต์ คือ บุคคลที่เจริญ วิปัสสนาจนเกิดมัคคญาณเป็นครั้งที่ ๔ ทำลายกิเลสที่เหลือทุกตัวได้อย่างหมดสิ้น จนไม่มีกิเลสใดๆ เหลืออีกเลย สังโยชน์ที่มรรคจิตขั้นนี้ทำลายไป ได้แก่ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ อวิชชา คือ สังโยชน์เบื้องสูง ๕ ประการที่มีชื่อเรียกเฉพาะว่า อุทธัมภาคิยสังโยชน์ เป็นผู้ปราศจากกิเลส อย่างสิ้นเชิงแล้ว เพราะกิเลสตัวสุดท้ายถูกทำลายไปในขณะแห่งอรหัตตมรรคจิตที่ผ่านมาแล้ว

พระอรหันต์ยังต้องเสวยทุกขเวทนาทางกาย แต่ไม่ได้เสวยทุกขเวทนาทางจิต เพราะ ท่านสิ้นความยึดมั่นถือมั่นในชั้น ๕ แล้ว ปล่อยวางได้แล้ว ปลงภาระได้แล้ว ภาระในที่นี้แยกเป็น ๒ ส่วน คือ (๑) กิเลสภาระ คือภาระที่เกี่ยวกับกิเลส พระอรหันต์สามารถถอนค้นหาพร้อมมูลรากได้ แล้ว (๒) ชั้นระภาระ คือภาระเรื่องชั้น พระอรหันต์ซึ่งยังมีชีวิตอยู่ ถือว่ามีวิบากชั้นธออยู่ ยังมีลูกศร เสียบกายอยู่ หมายถึงกายิกทุกข์ ต่อเมื่อท่านแตกกายทำลายชั้น สิ้นชีวิตแล้ว กายิกทุกข์ก็สิ้นไป ทันที และไม่มีทุกข์ใดๆ เกิดขึ้นอีก จึงเป็นการหมดทุกข์โดยสิ้นเชิง เป็นการสิ้นสุดภาระทั้งสอง

๒.๔.๓ อริยบุคคล ๗^{๘๘}

๑) บุคคลผู้เป็นอุภโตภาควิมุตติ คือ ผู้หลุดพ้นทั้ง ๒ ส่วน หมายถึงพระอรหันต์ผู้ บำเพ็ญสมณะมามากจนได้สมบัติ ๘ แล้วจึงใช้สมณะนั้นเป็นฐานบำเพ็ญวิปัสสนาต่อไป ชื่อว่าหลุด พ้น ๒ ส่วน คือ (๑) หลุดพ้นจากรูปกายด้วยอรุปรสสมบัติ (วิกขัมภณะ) (๒) หลุดพ้นจากนามกายด้วย อริยมรรค (สมุจเฉทะ) ได้เจโตวิมุตติขั้นอรุปรสสมบัติ และสิ้นอาสวะเพราะเห็นด้วยปัญญาเป็นพระ อรหันต์ผู้ได้ปัญญาวิมุตติ

๒) บุคคลผู้เป็นปัญญาวิมุตติ คือ ผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา หมายถึง พระอรหันต์ผู้ บำเพ็ญวิปัสสนาล้วนๆ มิได้สัมผัสวิโมกข์ ๘ ด้วยกายอยู่ แต่อาสวะทั้งหลายของเขาย่อมสิ้นไปเพราะ เห็นด้วยปัญญา

๓) บุคคลผู้เป็นกายสักขี หมายถึง ผู้มีศรัทธาแก่กล้า ได้สัมผัสวิโมกข์ ๘ ด้วยนาม กายอยู่และอาสวะบางอย่างก็สิ้นไปเพราะเห็นด้วยปัญญา และหมายถึงผู้บรรลุโสดาปัตติผลขึ้นไป จนถึงท่านผู้ปฏิบัติเพื่ออรหัตตผล ที่มีสมาธิในทรีย์แก่กล้าในการปฏิบัติ

๔) บุคคลผู้เป็นทวิภูมิตตะ คือ ผู้บรรลุสัมมาทวิภูมิตตะ เป็นผู้เข้าใจอริยสัจถูกต้อง และ กิเลสบางส่วนสิ้นไปเพราะเห็นด้วยปัญญา มีปัญญาแก่กล้า และหมายถึงผู้บรรลุโสดาปัตติผลจนถึงผู้ ปฏิบัติเพื่ออรหัตตผล ที่มีปัญญาในทรีย์แก่กล้าในการปฏิบัติ

๕) บุคคลผู้เป็นสัทธาวิมุตติ คือ ผู้หลุดพ้นด้วยศรัทธา เป็นผู้เข้าใจอริยสัจถูกต้อง ได้แก่ ผู้บรรลุโสดาปัตติผลขึ้นไป จนถึงผู้ปฏิบัติเพื่อบรรลุพระอรหัตที่มีสัทธาในทรีย์แก่กล้าในการ ปฏิบัติ

^{๘๘} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๘๒/๒๐๘.

๖) บุคคลผู้เป็นธัมมานุสारी คือ ผู้แล่นไปตามธรรม เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อให้แจ้งโสดาปัตติผลมีประมาณยิ่ง บุคคลนั้นย่อมเจริญอริยมรรคอันมีปัญญาเป็นตัวนำ กำลังปฏิบัติเพื่อให้แจ้งโสดาปัตติผล บรรลุผลแล้วกลายเป็นทิวฏฐิปัตตะ

๗) บุคคลผู้เป็นสัทธานุสारी คือ ผู้แล่นไปตามศรัทธา หมายถึง ผู้ดำรงอยู่ในโสดาปัตติมรรค กำลังปฏิบัติเพื่อบรรลุโสดาปัตติผล เจริญอริยมรรคอันมีศรัทธาแก่กล้าเป็นตัวนำ บรรลุผลแล้วชื่อว่าผู้เป็นสัทธาวิมุตตะ

๒.๔.๔ อริยบุคคล ^{๘๙}

แยกเป็นมรรคสมังคี คือ ผู้พร้อมด้วยมรรค ๔ และ ผู้พร้อมด้วยผลสมังคี คือ ผู้พร้อมด้วยผล ๔ ได้แก่

- ๑) โสดาบัน หมายถึง ท่านผู้บรรลุโสดาปัตติผลแล้ว, พระผู้ตั้งอยู่ในโสดาปัตติผล
- ๒) ท่านผู้ปฏิบัติเพื่อให้แจ้งโสดาปัตติผล หมายถึง พระผู้ตั้งอยู่ในโสดาปัตติมรรค
- ๓) สกทาคามี หมายถึง ท่านผู้บรรลุสกทาคามีผลแล้ว, พระผู้ตั้งอยู่ในสกทาคามีผล
- ๔) ท่านผู้ปฏิบัติเพื่อให้แจ้งสกทาคามีผล หมายถึง พระผู้ตั้งอยู่ในสกทาคามีมรรค
- ๕) อนาคามี หมายถึง ท่านผู้บรรลุอนาคามีผลแล้ว, พระผู้ตั้งอยู่ในอนาคามีผล
- ๖) ท่านผู้ปฏิบัติเพื่อให้แจ้งอนาคามีผล หมายถึง พระผู้ตั้งอยู่ในอนาคามีมรรค
- ๗) อรหันต์ หมายถึง ท่านผู้บรรลุอรหัตตผลแล้ว, พระผู้ตั้งอยู่ในอรหัตตผล
- ๘) ท่านผู้ปฏิบัติเพื่อให้แจ้งอรหัตตผล หมายถึง พระผู้ตั้งอยู่ในอรหัตตมรรค

จากการศึกษา ผู้วิจัยพบว่า นอกจากการแบ่งอริยบุคคลเป็นประเภทต่างๆ ดังที่ได้กล่าวมาข้างต้น พระอริยบุคคลชั้นสูงสุด คือ พระอรหันต์ยังสามารถแบ่งประเภทย่อยลงไปอีกได้ดังต่อไปนี้

ก. แบ่งตามแนวทางการปฏิบัติ

ได้แก่ พระอรหันต์ ๒ คือ

๑) พระวิปัสสนายานิก เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า พระสุกขวิปัสสก ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน คือ ผู้เจริญวิปัสสนาโดยยังไม่ได้ฌานสมาบัติมาก่อน

๒) พระสมถยานิก ผู้มีสมถะเป็นยาน หมายถึงผู้เจริญสมถกรรมฐาน จนได้ฌานก่อนแล้วจึงเจริญวิปัสสนาต่อ

ข. แบ่งตามวิธีการตรัสรู้ หรือ รู้แจ้งอริยสัจ ๔

ได้แก่ พระอรหันต์ ^{๙๐} คือ

^{๘๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๗๗-๗๘.

^{๙๐} อภิ.ป. (ไทย) ๓๖/๒๐๒/๒๒๖.

๑) พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นผู้ตรัสรู้สัจจะ ๔ ด้วยตนเองในธรรมที่ไม่เคยสติบมาก่อน บรรลุความเป็นสัพพัญญูในธรรมคือสัจจะ ๔ นั้น และถึงความชำนาญในทศพลญาณ

๒) พระปัจเจกพุทธเจ้า เป็นผู้ตรัสรู้สัจจะ ๔ ด้วยตนเองในธรรมที่ไม่เคยสติบมาก่อน แต่ไม่บรรลุความเป็นสัพพัญญูในธรรมคือสัจจะ ๔ นั้น และไม่ถึงความชำนาญในทศพลญาณ

๓) พระอรหันตสาวก เป็นผู้ไม่ตรัสรู้สัจจะด้วยตนเองในธรรมที่ไม่เคยสติบมาก่อน หมายถึง เป็นผู้ตรัสรู้ตามพระพุทธเจ้า เป็นผู้ทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ในปัจจุบัน เพราะปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ที่พระพุทธรเจ้าได้ทรงชี้แนวทางไว้ ซึ่งยังแบ่งย่อยออกไปอีก ๒ อย่าง คือ (๑) พระสาวกอรหันต์บารมีญาณ เป็นผู้ไม่ตรัสรู้สัจจะด้วยตนเองในธรรมที่ไม่เคยสติบมาก่อน เป็นผู้ทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ในปัจจุบันและบรรลุสาวกบารมีญาณ เช่น พระสารีบุตรและพระโมคคัลลานะ (๒) พระอรหันต์สาวกทั่วไป เป็นผู้ไม่ตรัสรู้สัจจะด้วยตนเองในธรรมที่ไม่เคยสติบมาก่อน เป็นผู้ทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ในปัจจุบัน แต่ไม่บรรลุสาวกบารมีญาณ ทั้งนี้ถือเอาเฉพาะกรณีกระทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ในปัจจุบันเท่านั้น บ้างเรียกพระอรหันตสาวก ว่า อนุพุทธะ เพราะ มาจากศัพท์ว่า อนุ (ตาม) + พุทธะ (ผู้รู้) แปลว่า ผู้ตรัสรู้ตาม หมายถึง สาวกผู้รับคำสั่งสอนจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาปฏิบัติตามจนได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์

ค. แบ่งตามแนวทางการปฏิบัติและผลพิเศษอื่นที่ได้รับ

ได้แก่ พระอรหันต์ ๔^๑ คือ

๑) พระสุกขวิปัสสก หมายถึง พระผู้เจริญวิปัสสนาล้วนสำเร็จพระอรหันต์ มิได้ประจักษ์แจ้งด้วยการรู้จำเพาะอย่างอื่นอีก เช่น มิได้ฌานสมาบัติ ไม่ได้อภิญญา เป็นต้น เรียกอีกอย่างว่า วิปัสสนายานิก หรือ สุทธวิปัสสนายานิก

๒) พระเตวิชชะ หมายถึง ผู้ประกอบด้วยวิชา ๓^๒ คือ วิชาขั้นที่ ๑ ได้แก่ ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ คือ ความรู้เป็นเครื่องระลึกถึงขั้นที่เคยอาศัยอยู่ในกาลก่อน วิชาที่ ๒ ได้แก่ ทิพพจักขุญาณ คือ ความรู้ที่สามารถแลเห็นหมู่สัตว์ที่เป็นไปต่างๆ กัน เพราะอำนาจกรรมเรียกอีกอย่างว่า จุตูปปาตญาณ เป็นญาณคือแสงสว่างที่ทำลายความมืดมิด หมายถึงวิชาที่ปิดบังการจติและปฏิสนธิของสัตว์ทั้งหลาย วิชาที่ ๓ ได้แก่ อรหัตตมัคคญาณ เป็นญาณคือความรู้เป็นเหตุละสังโยชน์ได้ทั้ง ๑๐ ประการ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า อาสวัภยญาณ เป็นญาณคือแสงสว่างที่ทำลายความมืดมิด คือวิชาที่ปิดบังอริยสัง ๔ ประการ

๓) พระฉฬภิญญะ หมายถึง ผู้ประกอบด้วยอภิญญา ๖^๓ คือ (๑) อิทธิวิธิ คือ ความรู้ที่ทำให้แสดงฤทธิ์ต่างๆ ได้ (๒) ทิพยโสตะ คือ ญาณที่ทำให้มีหูทิพย์ (๓) เจโตปริยญาณ คือ

^๑ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๘๐-๘๑.

^๒ อภ.ป. (ไทย) ๓๖/๒๐/๑๕๒.

^๓ อ้างแล้ว

ญาณที่ทลายใจผู้อื่นได้ (๔) บุพเพนิวาสานุสสติญาณ คือ ญาณที่ทำให้ระลึกชาติได้ (๕) ทิพพจักขุ คือ ญาณที่ทำให้เห็นตาทิพย์ (๖) อาสวักขยญาณ คือ ญาณที่ทำให้อาสวะสิ้นไป

๔) พระปฏิสัมภีที่ปัตตะ หมายถึง ผู้บรรลุปฏิสัมภี ๔ คือ ได้ปัญญาแตกฉาน ๔ ประการ ได้แก่ (๑) อตถปฏิสัมภี ความแตกฉานในอรรถ (๒) อัมมปฏิสัมภี ความแตกฉานในธรรม (๓) นิรุติปฏิสัมภี ความแตกฉานในภาษา (๔) ปฏิภาณปฏิสัมภี ความแตกฉานในปฏิภาณไหวพริบ

ง. แบ่งตามคุณสมบัติเฉพาะตัว

ได้แก่ พระอรหันต์ ๕^{๙๔} คือ

๑) พระปัญญาวิมุต ไม่ได้เป็นผู้สัมผัสวิโมกข์ ๘ ด้วยกายอยู่ แต่อาสวะทั้งหลายของเขาย่อมสิ้นไปเพราะเห็นด้วยปัญญา

๒) พระอุกโตภาควิมุต เป็นผู้สัมผัสวิโมกข์ ๘ ด้วยกายอยู่และอาสวะทั้งหลายของเขาย่อมสิ้นไปเพราะเห็นด้วยปัญญา

๓) พระเตวิชชะ ผู้ประกอบด้วยวิชา ๓

๔) พระฉฬภิญโญ ผู้ประกอบด้วยอภิญญา ๖

๕) พระปฏิสัมภีที่ปัตตะ ผู้บรรลุปฏิสัมภี ๔

สรุปได้ว่า อริยบุคคล หมายถึง บุคคลผู้ประเสริฐ เป็นผลมาจากการอบรม ฝึกฝนจนสามารถละอาสวะกิเลสที่มีอยู่ภายในจิตไปได้ตามลำดับขั้นของการพัฒนาแต่ละขั้น ตั้งแต่บรรลุโสดาปัตติมรรคไปจนบรรลุอรหัตผล ทำให้พ้นจากความเป็นปุถุชน ในทางพุทธศาสนาท่านจัดว่าเป็นทักษิโณยบุคคล

๒.๕ อุปมาและลักษณะความหลุดพ้น

๒.๕.๑. อุปมา

อุปมา หมายถึง สิ่งหรือข้อความที่ยกมาเปรียบ มักใช้เข้ากับ อุปไมย ในประโยค เช่น เรื่องนี้มีอุปมาฉันใด อุปไมยก็ฉันนั้น^{๙๕} พุทธวิธีในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาประการหนึ่งที่พระพุทธเจ้าทรงใช้บ่อยครั้ง คือ การอธิบายเปรียบเทียบ ถือว่าเป็นกลวิธีและอุบายประกอบการสอน เป็นลีลาการแสดงธรรมที่งดงามอย่างหนึ่งในพระพุทธศาสนา เพราะทำให้ผู้ฟังมองเห็นภาพได้

^{๙๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๘๐-๘๑.

^{๙๕} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๔๒, หน้า ๑๓๖๖.

ชัดเจน และสร้างจินตนาการตามได้ง่าย^{๙๖} ในคัมภีร์พระไตรปิฎกได้กล่าวเปรียบเทียบลักษณะการหลุดพ้นไว้ในที่ต่างๆ ดังต่อไปนี้

๑) เปรียบเหมือนดอกไม้ เช่น “ข้าพระองค์แสวงหาดอกไม้คือวิมุตติ ซึ่งเป็นเหตุหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพให้สรรพสัตว์ยินดีด้วยการได้ดอกไม้คือวิมุตติ”^{๙๗}

๒) อุปมาดังไฟที่ดับไป เช่น “ผู้ตรัสรู้ชอบ เป็นนักปราชญ์ เป็นผู้ถึงที่สุดแห่งการปฏิบัติในโลก ท่านผู้ประกอบด้วยวิมุตติอันเป็นที่สิ้นต้นเหตุ ย่อมมีจิตหลุดพ้นจากสังขารธรรมเพราะวิญญานดับสนิท เหมือนความดับแห่งประทีปฉะนั้น”^{๙๘}, “เรามีศีลสมบุรณ์ ทำตามคำสั่งสอนของพระศาสดา ไม่เกียจคร้าน ไม่ฟุ้งซ่าน โฉนจะไม่บรรลุนิพพานเล่า เราล้างเท้า เห็นน้ำล้างเท้าไหลจากที่ดอนมาสู่ที่ลุ่ม ใส่ใจนิมิตในน้ำ แต่นั้น เราตั้งใจไว้มั่นคง ดูจมาอาชาไนยที่ดี ลำดับนั้น ถือประทีปเข้าไปยังวิหาร ตรวจดูที่นอน ขึ้นนั่งบนเตียง ต่อแต่นั้น ถือลูกตาล(ปิดประตูลงกลอน) หมุนไส้ประทีปลง ความหลุดพ้นทางใจก็ได้มี เหมือนประทีปดับโพลงแล้วดับลง”^{๙๙}, “ความเป็นไปของไฟที่ลุกโพลงขึ้นที่ถูกแผ่นเหล็กหนาทับไว้แล้วดับสนิทไปตามลำดับ ใครๆ ก็รู้ไม่ได้ ฉันทิ คติของผู้หลุดพ้นโดยชอบแล้ว ซึ่งข้ามเครื่องผูกพันคือกามและโอฆะ ได้บรรลुบทอนไม่หวั่นไหว ย่อมไม่มีเพื่อจะให้ใครๆ รู้ได้ ก็ฉันทิ”^{๑๐๐}

๓) ผู้หลุดพ้นแล้ว เหมือนทองคำที่พ้นจากหิน^{๑๐๑} นักรบอาชีพรที่ได้รับความช่วยเหลือในสงคราม^{๑๐๒}, ผู้ว่าตัดกระแสมารไปถึงฝั่งโดยสวัสดิ^{๑๐๓}, บุคคลผู้ไต่ขึ้นแล้วข้ามไปถึงฝั่ง เป็นผู้ลอบบาปอยู่บนบก^{๑๐๔}, ต้นไม้มียางที่แห้ง ผู้ใช้ขวานฟันส่วนไหนก็ไม่มียางออกมา^{๑๐๕}

๔) ผู้หลุดพ้นแล้ว เรียกว่า เป็นผู้ถอนลิมสลักขึ้นได้, เป็นผู้รู้เครื่องแวดล้อมได้, เป็นผู้ถอนเสาระเนียดขึ้นได้, เป็นผู้ถอดกลอนออกได้, เป็นผู้ไกลจากข้าศึกปลดตรงลงได้ ปลงภาระลงได้ ไม่ประกอบด้วยวิญญะ^{๑๐๖}

^{๙๖} ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), **พุทธวิธีในการสอน**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๘, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๕๒-๕๓.

^{๙๗} ขุ.อป. (ไทย) ๓๒/๓๐๒/๔๘.

^{๙๘} อจ.ติก. (ไทย) ๒๐/๙๑/๓๒๐.

^{๙๙} ขุ.เถรี. (ไทย) ๒๖/๑๑๓-๑๑๖/๕๗๔.

^{๑๐๐} ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๒๘๖-๒๘๗/๔๒๕.

^{๑๐๑} อจ.ฉก. (ไทย) ๒๒/๔๓/๕๐๐.

^{๑๐๒} อภิ.ปุ. (ไทย) ๓๖/๑๙๘/๒๒๓.

^{๑๐๓} ม.มู. (ไทย) ๑๒/๓๕๒/๓๘๖.

^{๑๐๔} อจ.สตตก. (ไทย) ๒๓/๑๕/๒๔.

^{๑๐๕} ดูรายละเอียดใน ส.สหา. (ไทย) ๑๘/๒๓๑/๒๒๐-๒๒๔.

^{๑๐๖} อจ.ปณจก. (ไทย) ๒๒/๗๑/๑๑๙-๑๒๑.

๕) ผู้ทำให้แจ่มแจ้งโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ อันไม่มีอาสวะ เพราะอาสวะสิ้นไปด้วย ปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน เรียกว่า บุคคลที่มีจิตเหมือนเพชร^{๑๐๗}

๖) จิตของผู้หลุดพ้นแล้ว เปรียบเหมือนเสาหินที่ไม่สั่นคลอน ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย สีลาเยปสูตร พระสารีบุตรได้กล่าวกับท่านพระจันทิกาบุตรไว้ดังนี้ว่า

แม้หาก รูป, เสียง, กลิ่น, รส, โสภณวัตถุและธรรมารมณ์ อย่างหยาบที่พึงรู้แจ้งทางตา, หู, จมูก, ลิ้น, กายและใจ ผ่านมาทางคลองจักษุ, คลองโสต, คลองฆานะ, คลองชีวหา, คลองกายและคลองใจ ของภิกษุผู้มีจิตหลุดพ้นโดยชอบแล้วอย่างนี้ รูป, เสียง, กลิ่น, รส, โสภณวัตถุและธรรมารมณ์เหล่านั้นก็ครอบงำจิตของเธอไม่ได้ จิตของเธอไม่ระคนกับรูป, เสียง, กลิ่น, รส, โสภณวัตถุและธรรมารมณ์เหล่านั้นเลย เป็นจิตตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว และเธอย่อมพิจารณาเห็นความเสื่อมแห่งรูป, เสียง, กลิ่น, รส, โสภณวัตถุและธรรมารมณ์นั้น เป็นดุจเสาหินยาว ๑๖ ศอก หยั่งลงไปในหลุม ๘ ศอก อยู่บนหลุม ๘ ศอก แม้มลมพายุอย่างแรงพัดมาทางทิศบูรพา ก็ไม่พึงทำให้เสาหินนั้นสั่นคลอน สะเทือน หวั่นไหวได้ แม้มลมพายุอย่างแรงพัดมาทางทิศตะวันตก ฯลฯ ทางทิศเหนือ ฯลฯ ทางทิศใต้ ก็ไม่พึงทำให้เสาหินนั้นสั่นคลอน สะเทือน หวั่นไหวได้ ซ่อนเพราะหลุมลึกและเสาหินฝังไว้ดี^{๑๐๘}

กลุ่มปฏิบัติงานเพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ได้กล่าวถึงวิมุตติโดยอุปมาไว้ใน ธรรมโฆษณ์อรรถานุกรม (ฉบับย่อ) ดังต่อไปนี้ วิมุตติโดยอุปมา: เปรียบเสมือน (๑) แก่นของต้นไม้ หมายถึง พรหมจรรย์ (๒) วัคซีนป้องกันโรคทางวิญญาณอย่างสารพัดนึกครอบจักรวาล (๓) ทะเลที่ไม่มีคลื่นเพราะปราศจากลม (๔) อากาศอันว่างและไม่มีขอบเขต เป็นอิสระ (๕) การหลุดพ้นจากคุกแห่งชีวิตทุกชนิด คุกสุดท้ายคือตัวตน^{๑๐๙}

สรุปได้ว่า อุปมา คือ สิ่งหรือข้อความที่ยกมาเปรียบ ที่พระพุทธรเจ้าได้ทรงหยิบยกมาใช้เป็นอุปกรณ์ประกอบในการสอนธรรม นับว่าเป็นลีลาการแสดงธรรมที่งดงามอย่างหนึ่งในพระพุทธศาสนา เพื่อให้ผู้ฟังธรรมเห็นภาพพจน์เข้าใจหลักธรรมยากๆ ได้ง่ายขึ้น

๒.๕.๒. ลักษณะของความหลุดพ้น

ความหลุดพ้นโดยตัวของมันเองมีลักษณะเป็นอย่างเดียวกันหมด เหมือนกันหมด ไม่ว่าพระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกพระองค์ในอดีตกาล ในปัจจุบัน หรือในอนาคต ทรงหลุดพ้นอย่างนี้ เพราะทรงมีศีลอย่างนี้ ทรงมีธรรมอย่างนี้ ทรงมีปัญญาอย่างนี้ ทรงมีธรรมเครื่องอยู่อย่างนี้^{๑๑๐}

^{๑๐๗} อัง.ติก. (ไทย) ๒๐/๒๕/๑๗๔.

^{๑๐๘} อัง.นวก. (ไทย) ๒๓/๒๖/๔๘๕-๔๘๖.

^{๑๐๙} กลุ่มปฏิบัติงานเพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา, ธรรมโฆษณ์อรรถานุกรม (ฉบับย่อ), พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ตถาตา พับลิเคชั่น, ๒๕๕๖), หน้า ๑๙๒.

^{๑๑๐} ตูรายละเอียดยใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๘/๒๓๐-๒๓๒.

ในการทำงานเดียวกัน ความหลุดพ้นของพระอริยสาวก ก็หาได้มีลักษณะที่แตกต่างกันแต่อย่างใดไม่ ลักษณะความหลุดพ้นของภิกษุผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา เพราะเบื่อหน่าย เพราะคลายกำหนด เพราะดับ เพราะไม่ถือมั่นรูป เรียกว่า หลุดพ้นด้วยปัญญาเหมือนกัน มีส่วนแตกต่างกันเฉพาะระหว่างพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้ากับพระอรหันตสาวกผู้หลุดพ้นด้วยปัญญาเท่านั้น ทั้งนี้ ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สัมมาสัมพุทธสูตร พระพุทธเจ้าตรัสว่า

“ภิกษุทั้งหลาย พระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทำทางที่ยังไม่เกิด ให้เกิดขึ้น ทำให้รู้จักทางที่ใครๆ ไม่รู้จัก บอกทางที่ยังไม่มีใครบอก เป็นผู้รู้จักทาง รู้แจ้งทาง ฉลาดในทาง ภิกษุทั้งหลาย ส่วนเหล่าสาวกในบัดนี้ เป็นผู้ดำเนินไปตามทางอยู่ เป็นผู้ตามมาในภายหลัง นี้แล เป็นความผิดแผกแตกต่างกัน ระหว่างพระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้ากับภิกษุผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา”^{๑๑๑}

ลักษณะความหลุดพ้นเป็นอย่างเดียวกัน เสวยวิมุตติรสเหมือนกัน ไม่แตกต่างกัน หลุดพ้นด้วยอรรถเหตุผลญาณ ที่ชื่อว่าสัมมาวิมุตติ และมีลักษณะการเสวยพระนิพพานเป็นอารมณ์เท่านั้น ในอรรถกถา ท่านกล่าวว่า เมื่อแทงตลอดวิมุตติได้ ชื่อว่าความแตกต่างกันในโลกุตตรมรรคที่ใดๆ แทงตลอดได้แล้ว ย่อมไม่มี^{๑๑๒} ความหลุดพ้นย่อมเกิดมิได้เฉพาะการเจริญวิปัสสนาจนเกิดมรรคจิตครบ ๔ ครั้ง ดังนี้ จึงจะสามารถกำจัดกิเลสต้นหาในจิตที่ปรากฏภายในให้หมดสิ้นไปได้สิ้นเชิงอย่างแท้จริง

ในคัมภีร์สารัตถทีปนี มหาวรรคพรรณนา ได้กล่าวว่า เมื่อบรรลุอรรถเหตุผลแล้ว วิมุตติคือความหลุดพ้นนี้ไม่พินาศ ไม่ถูกปรักขักรรมเบียดเบียนด้วยสภาพ ๒ อย่าง คือ เหตุอันได้แก่มรรคและอารมณ์ (คือพระนิพพาน) เนื่องจากไม่เวียนกลับมาสู่กิเลสที่ถูกขจัดด้วยมรรคทั้ง ๔ อีก และด้วยอารมณ์ที่รับเอาพระนิพพานอันมีสภาพไม่วิบัติไปเป็นอารมณ์ เพราะโลกียสมาบัตติที่มีอารมณ์วิบัติ ไม่อาจรับพระนิพพานเป็นอารมณ์ได้^{๑๑๓}

เมื่อสืบค้นต่อไปพบว่า หากกล่าวถึงลักษณะความหลุดพ้นในแง่ของสภาวะแล้วว่าเป็นเช่นไร ประเด็นนี้ สุนทร ฌ รังสี ได้แสดงทัศนะไว้ในหนังสือชื่อ “พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก” โดยกล่าวไว้ดังต่อไปนี้

ภาวะแห่งความหลุดพ้นจากทุกข์โดยสิ้นเชิงที่เรียกว่านิพพานนั้น เป็นภาวะที่อยู่เหนือกาลเวลา ไม่อาจกล่าวได้ว่าผู้เข้าถึงภาวะเช่นนั้นแล้วมีอยู่ ณ ที่ใดในเวลาใด เพราะเป็นผู้หลุดพ้นแล้วทั้งจากความมีและความเป็น วิธีเดียวที่จะบรรยายเกี่ยวกับผู้เข้าถึงฐานะเช่นนั้นได้ นั้น

^{๑๑๑} ส.ข. (ไทย) ๑๗/๕๘/๙๒-๙๓.

^{๑๑๒} อง.ปณจก. (ไทย) ๓/๓๑/๒๕.

^{๑๑๓} พระสารีบุตรเถระ, สารัตถทีปนี มหาวรรคพรรณนา, แปลและอธิบายโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๑๑๑.

คือด้วยการปฏิเสธว่าไม่เป็นอย่างนั้น ไม่เป็นอย่างนี้ ไม่เป็นอะไรๆ ทุกอย่างในโลกมีและเป็น ไม่มีอยู่ในโลกนี้ ไม่มีอยู่ในโลกหน้า ไม่มีอยู่ในระหว่างโลกนี้และโลกหน้า นี่คือภาวะแห่งความหลุดพ้นจากทุกข์โดยสิ้นเชิง^{๑๑๔}

สรุปได้ว่า ลักษณะความหลุดพ้นในทางพุทธศาสนาเป็นอย่างเดียวกัน ไม่ต่างกัน คือ วิมุตติรส ผู้หลุดพ้นแล้วเท่านั้นที่จะสัมผัสได้ว่า พ้นแล้วจากทั้งความมีและความเป็น ไม่มีและไม่เป็น อะไรอีกต่อไป ทุกสิ่งทุกอย่างสิ้นสุดแล้วในอ้อมกอดนี้

๒.๖ วิมุตติในฐานะธรรมที่เป็นคู่เปรียบเทียบ

ในทางพระพุทธศาสนาความหลุดพ้นเป็นผลมาจากการฝึกฝน อบรมจิตด้วยการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา เพื่อพัฒนาตนให้เกิดความรู้ที่เรียกว่า วิปัสสนาปัญญา อันจะนำไปสู่การรู้แจ้ง อริยสัจ ๔ และทำพระนิพพานให้แจ้ง ความรู้แจ้ง หรือความรู้วิเศษสุดยอดที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบ ก็คือ วิชา ๓ อันได้แก่ (๑) ปุพเพนิวาสานุสติญาณ (๒) จุตูปปาตญาณ และ (๓) อาสวักขยญาณ โดยเฉพาะอาสวักขยญาณนี้เองเป็นความรู้ที่ทำให้สิ้นอาสวะ หรือการบรรลุพระนิพพาน กล่าวได้ว่า ธรรม ๓ อย่าง คือ วิมุตติ วิชา และนิพพาน นับว่ามีส่วนข้องเกี่ยวสัมพันธ์กันอย่างแนบชิด

ในคัมภีร์พระไตรปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก จุฬเวทลลสูตร นางธมมทินนาภิกษุณี ได้ตอบคำถามของวิสาขอุบาสกว่า “วิมุตติเป็นคู่เปรียบแห่งวิชา ... นิพพานเป็นคู่เปรียบแห่งวิมุตติ”^{๑๑๕} คำว่า “คู่เปรียบ” หมายถึงคำสองคำที่ใช้ในลักษณะเปรียบเทียบกัน มี ๒ ประเภท คือ (๑) คู่เปรียบที่ขัดแย้งกัน เช่น สุขกับทุกข์ และ (๒) คู่เปรียบที่คล้ายคลึงตามกัน ทั้งนี้ “วิมุตติเป็นคู่เปรียบแห่งวิชา ... นิพพานเป็นคู่เปรียบแห่งวิมุตติ” ล้วนเป็นคู่เปรียบที่คล้ายคลึงตามกัน

๒.๖.๑ วิมุตติเป็นคู่เปรียบแห่งวิชา

วิชา หมายถึง ความรู้แจ้ง, ความรู้วิเศษ ผู้มีวิชา หมายถึง ผู้ได้สดับ รู้ชัดรูป รู้ชัด ความเกิดแห่งรูป ฯลฯ รู้ชัดปฏิบัติทาที่ให้ถึงความดับแห่งรูป ... เวทนา ... สัญญา ... รู้ชัดสังขาร ฯลฯ รู้ชัดปฏิบัติทาที่ให้ถึงความดับแห่งวิญญาณ^{๑๑๖} ที่มาแห่งวิชชาข้อมมาจากสองส่วน คือ (๑) ปัญญา (๒) วิญญาณ ซึ่งปัญญาและวิญญาณ ๒ ประการนี้ รวมกัน ไม่แยกกัน และไม่สามารถแยกแยะบัญญัติหน้าที่ต่างกันได้ เพราะปัญญารู้ชัดสิ่งใด วิญญาณก็รู้แจ้งสิ่งนั้น วิญญาณรู้แจ้งสิ่งใด ปัญญาที่รู้ชัดสิ่งนั้น^{๑๑๗} ชื่อว่า วิชาวิมุตติ เพราะเมื่อรู้จึงหลุดพ้น เมื่อหลุดพ้นก็ย่อมรู้^{๑๑๘}

^{๑๑๔} สุนทร ฌ รังสี, พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๔๙๐.

^{๑๑๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๖๖/๕๐๗.

^{๑๑๖} ส.ข. (ไทย) ๑๗/๑๑๔/๒๐๘-๒๐๙.

^{๑๑๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๔๙/๔๘๘-๔๘๙.

^{๑๑๘} ข.ป. (ไทย) ๓๑/๔๑/๖๐๖.

นอกจากนี้ วิชา คือ มรรคญาณ มีหน้าที่รู้แจ้งแทงตลอดวิชา ส่วนวิมุตติ คือ ผลญาณ เป็นผลเกิดขึ้น เป็นความหลุดพ้นจากทุกข์ ปรากฏอยู่แก่ใจ ด้วยเหตุนี้ การทำพระนิพพานให้แจ้ง หรือ การบรรลุอรหัตตผล จึงหมายถึง การทำให้แจ้งผลแห่งวิชาและวิมุตติ^{๑๑๙} กล่าวอีกนัยหนึ่ง วิชาเป็นธรรมสำหรับผู้มีปัญหาเท่านั้น และปัญญาที่ใช้ในการทำลายอวิชานั้น อริยสาวกผู้ได้สติบอาศัยมัคคปัญญา (ปัญญาในอริยมรรค) และวิมุตติที่รู้แจ้งนั้น หมายถึง วิปัสสนาญาณ เมื่อทำลายอวิชชาไปได้ความมืดมิดก็มลายหายไป แสงสว่างคือวิชาได้เกิดขึ้นแทนที่ ทำให้จิตหลุดพ้นเป็นอิสระ พระอรหันต์จึงเป็นผู้อยู่ประพตืออริยมรรคจบแล้ว ไม่มีกิจต้องทำเพื่อประพติมรรคพรหมจรรย์อีกต่อไป

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงวิชาและวิมุตติธรรมคู่เปรียบที่คล้ายตามกันในหนังสือชื่อ “พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย” ไว้ดังนี้

วิชาเป็นองค์ธรรมฝ่ายทำงาน ส่วนวิมุตติไม่ใช่ตัวการทำงานโดยลำพังของมันเอง แต่เป็นภาวะฝ่ายผลเมื่อวิชาทำงานบรรลุวัตถุประสงค์แล้ว ถ้าเปรียบปุณฺณเหมือนคนถูกมัด วิชา ก็เป็นมัดตัดเครื่องผูกขาดออกไป วิมุตติ ก็คือการหลุดพ้นออกไปจากเครื่องผูกมัด เป็นอิสระเสรี ในทางหลักวิชา ถือว่าวิชาเป็นมรรค ส่วนวิมุตติเรียกคร่าวๆ ว่าเป็นผล แต่ตามตำรา ท่านแยกวิมุตติละเอียดออกไปเป็นสองตอน คือ เป็นทั้งมรรค และทั้งผล กิริยาที่หลุดหรือพ้นออกไปหรือขณะที่หลุดพ้น ท่านว่าเป็นมรรค ภาวะที่เมื่อหลุดพ้นออกไปแล้ว มีความเป็นอิสระเสรีอยู่เป็นปกติ เรียกว่าเป็นผล^{๑๒๐}

ในคัมภีร์พระไตรปิฎก อังคุตตรนิกาย อวิชาสูตร ว่าด้วยวิชาและวิมุตติ พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงให้เห็นว่า สติปัฏฐาน ๔ เป็นอาหารหล่อเลี้ยงโพชฌงค์ ๗ และสติปัฏฐาน ๔ นั้น เมื่อได้เจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมยังโพชฌงค์ ๗ ให้บริบูรณ์ โพชฌงค์ ๗ เมื่อเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยังวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์^{๑๒๑} ด้วยเหตุนี้ การพัฒนาตนเพื่อนำไปสู่การเข้าถึงวิชาและวิมุตติ ก็คือ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าได้ทรงชี้แนวทางไว้

๒.๖.๒ นิพพานเป็นคู่เปรียบแห่งวิมุตติ

วิมุตติและนิพพานต่างก็เป็นโลกุตตรธรรมด้วยกัน ชื่อว่าวิมุตติ เพราะมีสถานะเป็นแก่นสาร ชื่อว่าธรรมที่หยั่งลงสู่อมตะคือนิพพาน เพราะมีสถานะเป็นที่สุดควรรู้อยิ่ง^{๑๒๒} วิมุตติ และนิพพาน จัดว่าเป็นหลักธรรมในประเภทสัจฉิกัตถัพพธรรม เป็นธรรมอันพึงประจักษ์แจ้ง หรือเป็นสิ่งที่ควรได้ ควรถึง หรือควรบรรลุ เพราะเป็นธรรมจำพวกที่เป็นจุดหมาย เป็นที่ดับสิ้นไปแห่งทุกข์ ทั้งสองสิ่งนี้เมื่อกล่าวโดยรวมยอดก็คือ นิโรธ หรือ นิพพาน นั่นเอง

^{๑๑๙} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๒-๔๓/๔๐.

^{๑๒๐} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, หน้า ๓๘๑-๓๘๒.

^{๑๒๑} อ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๑/๑๓๕.

^{๑๒๒} ช.ป. (ไทย) ๓๑/๒๐/๒๘.

วิมุตติมี ๒ อย่าง คือ (๑) นิพพานเป็นวิมุตติ (๒) ธรรมทั้งปวงที่เกิดเพราะมีนิพพานเป็น อารมณฺ์เป็นวิมุตติ^{๑๒๓} ธรรมทั้งปวงมีวิมุตติเป็นแก่น^{๑๒๔} วิมุตติ คือ ความหลุดพ้นวิเศษ หมายถึง หลุด พ้นจากกิเลสและเครื่องผูกมัดทั้งปวง ความเป็นอิสระ วิมุตติเป็นไฉนของนิพพาน พรหมจรรย์นี้มี เจโตวิมุตติอันไม่กำเริบเป็นเป้าหมาย เป็นแก่น เป็นที่สุด^{๑๒๕} ชื่อว่าวิมุตติ เพราะมีสภาวะสละ ได้แก่ ผลวิมุตติ เพราะหลุดพ้นจากธรรมชาติที่สละแล้วนั้นๆ ไม่มีสิ่งอื่นที่จะต้องแสวงหาเกินผลวิมุตตินั้น ไป ชื่อว่าวิมุตติเพราะมีสภาวะเป็นแก่นสาร วิมุตติเป็นธรรมชาติที่ควรรู้อย่าง

ส่วนนิพพาน หมายถึง การดับกิเลสด้วยอำนาจของวิปัสสนา และออกจากทุกข์ทั้งปวง ไม่มีการเกิดดับ อันปัจจัยอะไรๆ ประชุมแต่งไม่ได้ เป็นการดับทุกข์สิ้นเชิง พ้นจากการเกิด แก่ เจ็บ ตาย พ้นจากการเวียนว่ายในวัฏสงสาร พรหมจรรย์มีนิพพานเป็นที่หยั่งลง มีนิพพานเป็นจุดหมาย มี นิพพานเป็นที่สุด^{๑๒๖} นิพพานที่หยั่งลงสู่อมตะมีปริโยสานะเป็นลักษณะ เป็นลักษณะที่แท้ ไม่แปรผัน พระนิพพานชื่อว่าวิมุตติ เพราะหลุดพ้นจากสังขตธรรมทั้งปวง^{๑๒๗} สัมมาวิมุตติ คือ ธรรมอย่างหนึ่งที่เป็นเหตุให้ถึงนิพพาน^{๑๒๘}

บนเส้นทางการปฏิบัตินั้น วิมุตติและนิพพาน ต่างก็นับว่าเป็นผลสำเร็จของการปฏิบัติ ธรรม พระอรหันต์ คือ ผู้หลุดพ้นแล้วโดยชอบ คือ ผู้บรรลุนิพพาน ไม่ว่าจะหลุดพ้นจากกิเลส หรือ บรรลุนิพพานเพราะดับทุกข์ ผลที่ได้รับย่อมเหมือนกัน คือ ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป เป็นการทำให้สิ้นสุดแห่งวัฏสงสาร

สรุปได้ว่า ธรรมที่เป็นคู่เปรียบกันกับวิมุตติ มี ๒ อย่าง คือ (๑) วิมุตติเป็นคู่เปรียบแห่ง วิชา (๒) นิพพานเป็นคู่เปรียบแห่งวิมุตติ ทั้งสองคู่เป็นการกล่าวถึงคู่เปรียบในลักษณะที่คล้ายคลึงกัน ไปในบริบทที่สามารถเทียบเคียงแล้วคล้ายคลึงกัน โดยอิงกับผลแห่งการปฏิบัติที่เกิดขึ้น

๒.๗ เหตุแห่งความหลุดพ้น

องค์สมเด็จพระบรมศาสดาได้ทรงแสดงมูลเหตุที่ทำให้บุคคลเข้าถึงการหลุดพ้นจาก อาสวะกิเลสไว้ในวิมุตตายนตฺตสูตร ว่า เหตุแห่งวิมุตติ ๕ ประการ ซึ่งเป็นเหตุให้จิตของผู้ไม่ประมาท มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่ ที่ยังไม่หลุดพ้น ย่อมหลุดพ้น อาสวะที่ยังไม่สิ้นไป ย่อมถึงความสิ้น ไป หรือย่อมบรรลุดุจธรรมอันเป็นแดนเกษมจากโยคะอันยอดเยี่ยมที่ยังไม่ได้บรรลุ ทั้งนี้ การหลุดพ้น จากอาสวะกิเลสมีเหตุ ๕ ประการ^{๑๒๙} ดังนี้ คือ

^{๑๒๓} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๙/๔๗๙.

^{๑๒๔} อัง.อฏฺฐก. (ไทย) ๒๓/ ๘๓/๔๐๙.

^{๑๒๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๑๑/๓๔๘.

^{๑๒๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๖๖/๕๐๗.

^{๑๒๗} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๑๒๙/๑๙๐.

^{๑๒๘} อัง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๔๒/๒๘๙.

^{๑๒๙} ตูรายลະເຢີຍດໃນ ອງ.ປຸງຈກ. (ไทย) ๒๒/๒๖/๓๒-๓๕.

๑) ศาสตราหรือเพื่อนพรหมจารีผู้ตั้งอยู่ในฐานะครุบางรูป แสดงธรรมแก่เธอในธรรมวินัยนี้ เธอรู้แจ้งอรรถ รู้แจ้งธรรมในธรรมนั้น ตามที่ศาสดาหรือเพื่อนพรหมจารีผู้ตั้งอยู่ในฐานะครุบางรูปแสดงแก่เธอ เมื่อเธอรู้แจ้งอรรถรู้แจ้งธรรม ย่อมเกิดปราโมทย์ เมื่อมีปราโมทย์ ย่อมเกิดปีติ เมื่อใจมีปีติ กายย่อมสงบ เธอมีกายสงบ ย่อมได้รับสุข เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น กล่าวโดยย่อ หมายถึง การฟังธรรม

๒) ศาสตราหรือเพื่อนพรหมจารีผู้ตั้งอยู่ในฐานะครุบางรูปไม่ได้แสดงธรรมแก่เธอ แต่เธอแสดงธรรมตามที่ตนได้สดับมา ตามที่ตนได้เรียนมาแก่ผู้อื่นโดยพิสดาร เธอรู้แจ้งอรรถรู้แจ้งธรรมในธรรมนั้นตามที่เธอแสดงธรรม ตามที่ตนได้สดับมา ตามที่ตนได้เรียนมาแก่ผู้อื่นโดยพิสดาร เมื่อเธอรู้แจ้งอรรถรู้แจ้งธรรม ย่อมเกิดปราโมทย์ เมื่อมีปราโมทย์ ย่อมเกิดปีติ เมื่อใจมีปีติ กายย่อมสงบ เธอมีกายสงบย่อมได้รับสุข เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น กล่าวโดยย่อ หมายถึง การแสดงธรรม

๓) ศาสตราหรือเพื่อนพรหมจารีผู้ตั้งอยู่ในฐานะครุบางรูปไม่ได้แสดงธรรมแก่เธอ แม้เธอก็ไม่ได้ แสดงธรรมตามที่ตนได้สดับมา ตามที่ตนได้เรียนมาแก่ผู้อื่นโดยพิสดาร แต่เธอสาธยายธรรมตามที่ตนได้สดับมา ตามที่ตนได้เรียนมาโดยพิสดาร เธอรู้แจ้งอรรถรู้แจ้งธรรมในธรรมนั้น ตามที่เธอแสดงธรรม ตามที่ตนได้สดับมา ตามที่ตนได้เรียนมาแก่ผู้อื่นโดยพิสดาร เมื่อเธอรู้แจ้งอรรถรู้แจ้งธรรม ย่อมเกิดปราโมทย์ เมื่อมีปราโมทย์ ย่อมเกิดปีติ เมื่อใจมีปีติ กายย่อมสงบ เธอมีกายสงบย่อมได้รับสุข เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น กล่าวโดยย่อ หมายถึง การสาธยายธรรม

๔) ศาสตราหรือเพื่อนพรหมจารีผู้ตั้งอยู่ในฐานะครุบางรูปไม่ได้แสดงธรรมแก่เธอ แม้เธอก็ไม่ได้แสดงธรรมตามที่ตนได้สดับมา ตามที่ตนได้เรียนมาแก่ผู้อื่นโดยพิสดาร ไม่ได้สาธยายธรรมตามที่ตนได้สดับมา ตามที่ตนได้เรียนมาโดยพิสดาร แต่เธอตรีกตามตรงตามเพ่งตามด้วยใจ ซึ่งธรรมตามที่ตนได้สดับมา ตามที่ตนได้เรียนมา เธอรู้แจ้งอรรถรู้แจ้งธรรมในธรรมนั้น ตามที่เธอตรีกตามตรงตามเพ่งตามด้วยใจ ซึ่งธรรมตามที่ตนได้สดับมาตามที่ตนได้เรียนมา เมื่อเธอรู้แจ้งอรรถรู้แจ้งธรรม ย่อมเกิดปราโมทย์ เมื่อมีปราโมทย์ ย่อมเกิดปีติ เมื่อใจมีปีติ กายย่อมสงบ เธอมีกายสงบย่อมได้รับสุข เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น กล่าวโดยย่อ หมายถึง การใคร่ครวญธรรม

๕) ศาสตราหรือเพื่อนพรหมจารีผู้ตั้งอยู่ในฐานะครุบางรูปไม่ได้แสดงธรรมแก่เธอ แม้เธอก็ไม่ได้แสดงธรรมตามที่ตนได้สดับมา ตามที่ตนได้เรียนมาแก่ผู้อื่นโดยพิสดาร ไม่ได้สาธยายธรรมตามที่ตนได้สดับมา ตามที่ตนได้เรียนมาโดยพิสดาร และไม่ได้ตรีกตามตรงตามเพ่งตามด้วยใจซึ่งธรรมตามที่ตนได้สดับมาตามที่ตนได้เรียนมา แต่เธอเรียนสมาธินิมิตอย่างใดอย่างหนึ่งมาดี มนสิการดี ทรงจำไว้ดี แห่งตลอดดีด้วยปัญญา เธอรู้แจ้งอรรถรู้แจ้งธรรมในธรรมนั้นตามที่เธอได้เรียนสมาธินิมิตอย่างใดอย่างหนึ่งมาดี มนสิการดี ทรงจำไว้ดี แห่งตลอดดีด้วยปัญญา เมื่อเธอรู้แจ้งอรรถรู้แจ้งธรรม ย่อมเกิดปราโมทย์ เมื่อมีปราโมทย์ ย่อมเกิดปีติ เมื่อใจเกิดปีติ กายย่อมสงบ เธอมีกายสงบย่อมได้รับสุข เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น กล่าวโดยย่อ หมายถึง การเจริญสมณะและวิปัสสนา

วคิน อินทสระ ได้แสดงทัศนะเหตุแห่งวิมุตติทั้ง ๕ ประการนี้ไว้ในหนังสือชื่อ “เรียนธรรมจากคำถาม” ปรากฏข้อความว่า “ทางแห่งความหลุดพ้นตามพระสูตรนี้มีหลายทาง ท่าน

เปรียบด้วยสระใหญ่ที่มีทางลงโดยรอบ ใครจะลงทางไหนก็ได้รอบๆ สระนั้น ลงไปในสระได้เหมือนกัน”^{๑๓๐}

อนึ่ง ลำพังการฟังธรรมแต่ส่วนเดียว โดยไม่ได้เจริญวิปัสสนาไปด้วย ย่อมไม่อาจบรรลุธรรมได้ ในสมัยก่อนบุคคลที่ฟังธรรมแล้วบรรลุธรรมได้ ก็เพราะว่า สามารถเข้าใจองค์ธรรมแล้ว จำแนกเป็นชั้นๆ อายตนะ ธาตุ อินทรีย์ สัจจะ และทราบว่าจะธรรมอย่างไรสมควรกำหนดรู้ ธรรมอย่างไรควรละ ธรรมอย่างไรควรทำให้แจ้ง ธรรมอย่างไรควรอบรมให้เกิดขึ้น แล้วกำหนดรู้ชั้น ๕ ตามนัยของโอตรณหาระ (แนวทางการหยั่งลงสู่ชั้น ๕ เป็นต้น) จึงบรรลุคุณธรรมพิเศษในพระศาสนาได้ วิปัสสนาญาณและมรรคญาณจะเกิดขึ้นไม่ได้ หากไม่มีการกำหนดรู้สภาวะธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งใน ๔ อย่าง คือ กองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรมตามหลักสติปัฏฐาน ๔^{๑๓๑}

เมื่อขยายให้ชัดเจนอีกอย่างหนึ่ง ก็คือ การฟังธรรมที่จะเป็นเหตุให้หลุดพ้นหรือบรรลุธรรมได้ จิตของผู้ฟังต้องส่งไปตาม เลื่อมใส ตั้งมั่นดีด้วย ถ้าเป็นนักปฏิบัติวิปัสสนา สามารถฟังไปปฏิบัติไปพร้อมกันได้เลย เพราะในขณะที่ได้ยินเสียงพระแสดงธรรมอยู่นั้น ชั้น ๕ เกิดแล้ว อารมณ์ของวิปัสสนาเกิดแล้ว คือ เสียงกับหูเป็นรูปชั้น ๕ ได้ยินเสียงธรรมะแล้วสบายใจเป็นเวทนาชั้น ๕ จำได้เป็นสัญญาชั้น ๕ แต่งให้เห็นว่าดีหรือไม่ดีเป็นสังขารชั้น ๕ ได้ยินเป็นวิญญานชั้น ๕ ย่อให้สั้นๆ ก็ได้แก่ รูปกับนาม ซึ่งรูปกับนามนี้แหละเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา เป็นธรรมที่ควรกำหนดรู้ ดังนั้น นักปฏิบัติวิปัสสนาจึงลงมือปฏิบัติได้ทันที โดยตั้งสติไว้ที่หู ดังตัวอย่าง พาทิยะทวารุจิริยะ ได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าที่ตรัสว่า “ได้ยินก็ดีกว่าแค่ได้ยิน” ไม่ช้าท่านก็ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์^{๑๓๒}

จากการศึกษา ผู้วิจัยพบว่า ในบรรดาเหตุแห่งความหลุดพ้น ๕ ประการนั้น มีเพียงข้อสุดท้าย คือ การเจริญสมณะและวิปัสสนา คือ เหตุแห่งความหลุดพ้นโดยตรง ที่เหลืออีก ๔ ข้อนั้น เป็นเหตุเพิ่มเสริมขึ้นมาประกอบ ไม่ใช่ปัจจัยหลักโดยลำพังที่สามารถทำให้หลุดพ้นได้ โดยไม่ได้กำหนดรูปรูปนามอันเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา และไม่ได้ส่งจิตตามไปด้วยในขณะที่ฟังธรรม แสดงธรรม สาธยายธรรม หรือใคร่ครวญธรรม

สรุปได้ว่า การหลุดพ้นจากอาสวะกิเลสมีเหตุที่เกิดขึ้นได้ ๕ ประการ คือ (๑) การฟังธรรม (๒) การแสดงธรรม (๓) การสาธยายธรรม (๔) การพิจารณาใคร่ครวญธรรม (๕) การเจริญสมณะและวิปัสสนา

^{๑๓๐} วคิน อินทสระ, *เรียนธรรมจากคำถาม*, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๑๔.

^{๑๓๑} ดูรายละเอียดใน สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), *อริยวังสปฏิบัติ* ข้อปฏิบัติอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๒๐๙-๒๑๑.

^{๑๓๒} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทฺธิ), “ความมุ่งหมายของการฟังธรรม”, *สารธรรมสถาน สำนักบริหารศิลปวัฒนธรรม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*, ฉบับที่ ๙๕ (เมษายน ๒๕๖๐): ๙.

๒.๘ ธรรมที่เป็นปฏิกิริยาต่อความหลุดพ้น

ในทางพุทธศาสนาท่านเรียกสิ่งที่ยึดขวางไม่ให้บุคคลบรรลุถึงความตั้งงามว่า “มาร” ประกอบด้วย กิเลสมาร ชันธมาร อภิสังขารมาร เทวปุตตมาร และ มัจจุมาร พระพุทธเจ้าเองเมื่อครั้งยังเป็นพระมหากษัตริย์ก่อนที่จะตรัสรู้ก็ยังคงต้องผจญกับพระยามารที่ได้ยกทัพเหล่าเสนามารมาขัดขวางการบำเพ็ญเพียรของพระองค์ โดยได้แสดงฤทธิ์หลายอย่างเพื่อข่มขู่ให้พระพุทธรองค์ตกพระทัยและล้มเลิกความเพียร แต่พระมหากษัตริย์ทรงรำลึกถึงพระบารมี ๑๐ ที่ได้ทรงบำเพ็ญมา ทรงตั้งมหาปฐพีเป็นพยานและทรงใช้พระบารมี ๑๐ นั้นเข้าต่อสู้ จนพระยามารและหมู่เสนามารพ่ายแพ้ไป ส่วนพระองค์เองได้ตรัสรู้พระโพธิญาณเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า^{๑๓๓}

ในการปฏิบัติธรรมย่อมมีสิ่งที่เป็นข้าศึก อุปสรรค ขัดขวาง ถ่วงรั้งของวิปัสสนาด้วยเหตุหลายประการดังต่อไปนี้

๒.๘.๑ ธรรมที่เป็นเครื่องกั้นทางหลุดพ้น ๘ ประการ^{๑๓๔}

๑) กามฉันทะ หมายถึง ความยินดีพอใจในกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส สิ่งที่น่าชวนให้รักชกให้ใครยินดีกำหนดเป็นที่น่าพอใจ ได้แก่ รูปสวย เสียงเพราะ กลิ่นหอม และสัมผัสที่น่ายินดี จิตที่ถูกรักรับครอบงำเพราะมีปัจจัยปรุงแต่งไปตามอารมณ์นั้นๆ

๒) พยาบาทะ หมายถึง ความหงุดหงิด ไม่พอใจ โกรธ ความคิดร้าย คือ สภาพจิตมีพยาบาท ซึมซาบแผ่ไปอยู่ในดวงจิตเสมอ ทำให้จิตเกิดความไม่พอใจ ขัดเคืองใจ คิดปองร้าย เหมือนดังคลื่นใต้น้ำในมหาสมุทร ที่คอยปิดกั้นกระแสแห่งบุญกุศลอยู่เสมอ

๓) ถีนมิทธะ หมายถึง ความหดหู่และซึมเซา คือ สภาพจิตที่เชื่องซึม สติหลงลืม เลื่อนลอย จิตไม่ผ่องใส เหมือนน้ำมีจอกแหวนปกคลุม คอยกั้นกุศลธรรมอยู่เป็นนิจ

๔) อุทธัจจกุกกุกจะ หมายถึง ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ คือ สภาพจิตฟุ้งซ่านเดือดร้อนใจ มีสภาวะความไม่นิ่งของสภาพอารมณ์และจิตแปรปรวนอยู่เสมอ ดิ้นรน ขัดส่าย เหมือนลูกคลื่นในมหาสมุทร

๕) วิจิกิจฉา หมายถึง ความลังเลสงสัย คือ ความสงสัยในพระรัตนตรัย สงสัยในชั้น ๕ ทั้งในอดีต ปัจจุบัน และในอนาคต สงสัยในพระธรรม คือ มรรค ผล นิพพาน สงสัยในพระอริยสงฆ์ผู้บรรลุนิพพาน สงสัยในรูปนามด้วยเหตุจากอวิชชา สงสัยในแนวทางการปฏิบัติ หรือสงสัยในคำแนะนำของวิปัสสนาจารย์ เป็นต้น

๖) อวิชชา หมายถึง ความไม่รู้แจ้ง หมายถึง ความไม่รู้ตามความเป็นจริง ไม่รู้ตรงสภาวะ ทำให้เกิดความยึดถือในตัวตนขึ้น เป็นภาวะที่มีอยู่แต่เดิมของทุกคนที่ต้องกำจัดให้หมดสิ้นไป อวิชชาเป็นสังโยชน์เบื้องสูง คือ อุปสรรคสำคัญด่านสุดท้ายที่ผู้ปฏิบัติจำเป็นต้องละเสียให้ได้ก่อนจะ

^{๑๓๓} มงคล เดชนครินทร์, “พุทธประวัติในภาษาธรรม”, วารสารราชบัณฑิตยสถาน, ปีที่ ๓๗ ฉบับที่ ๒ (เมษายน-มิถุนายน ๒๕๕๕): หน้า ๒๖๗.

^{๑๓๔} ชู.ปฎิ. (ไทย) ๓๑/๑๕๓/๒๓๔-๒๓๖.

บรรลอรหัตตผล นอกจากนี้ อวิชชายังเป็นต้นสายกระบวนธรรมนิโรธวารแห่งปฏิจจสมุปบาท อวิชชาเป็นหัวหน้าในการยังอกุศลธรรมให้ถึงพร้อมอีกด้วย อวิชชาคือสาเหตุของทุกข์

๗) อรติ หมายถึง ความไม่ยินดีในภาวณา ปัจจัยสำคัญที่มีส่วนเกี่ยวข้องโดยตรงกับความหลุดพ้น คือ การเจริญภาวณา เป็นธรรมะในส่วนของปฏิบัติสัทธรรม หมายถึงสิ่งที่พึงปฏิบัติ ดังจะเห็นได้จาก ผู้รับเอาธรรมของพระพุทธเจ้ามาปฏิบัติให้เข้าถึง เรียกว่า ธรรมทายาท เป็นการนับถือพระพุทธเจ้าอย่างแท้จริง พระพุทธทรงสรรเสริญปฏิบัติบูชานี้ยิ่งกว่าอามิสบูชา ผู้ไม่ยินดีในการนั่งสมาธิ เติบงกรม กำหนดรู้สภาวะความเกิดดับของรูปนาม นับว่ายังห่างไกลจากความหลุดพ้น

๘) อกุศลธรรมทั้งปวง หมายถึง ธรรมฝ่ายอกุศล หรือธรรมฝ่ายชั่ว อกุศลธรรมเป็นธรรมชนิดหนึ่งที่เป็นเครื่องกีดขวางความเจริญของวิปัสสนา มีเครื่องวินิจฉัยอกุศลธรรมอยู่ ๓ ประการ คือ (๑) อะกุสะลัง ไม่เป็นกุศล (๒) สาวัชชะ มีโทษ (๓) ทุกขวิปาก ให้ผลเป็นทุกข์

สรุปได้ว่า ธรรมที่เป็นเครื่องกีดขวางหลุดพ้นทั้ง ๘ ประการนี้ ถือว่าเป็นอุปสรรคในระหว่างทางที่ผู้ปฏิบัติจะต้องฝ่าฟันให้ผ่านพ้นไปได้

๒.๘.๒ ธรรมที่เป็นอันตรายต่อการบรรลุมรรคผล ๕ อย่าง^{๑๓๕}

๑) กัมมันตราย อันตรายคือกรรม เรียกอีกอย่างว่า อนันตริยกรรม ๕ ประการ ได้แก่ (๑)ฆ่ามารดา (มาตุฆาตกะ) (๒) ฆ่าบิดา (ปิตุฆาตกะ) (๓) ฆ่าพระอรหันต์ (อรหันตฆาตกะ) (๔) ทำให้พระพุทธเจ้าทรงหื้อพระโลหิต (โลหิตุปปาตกะ) (๕) ทำลายสงฆ์ให้แตกแยกกัน (สังฆเภทกะ) โดยกรรมสุดท้ายเกี่ยวกับภิกษุเท่านั้น กรรมเหล่านี้ เป็นกรรมที่ให้ผลไปเกิดในอบายภูมิหลังจากเสียชีวิตแล้ว กรรมทั้ง ๕ อย่างนี้ขัดขวางการไปสู่สวรรค์และบรรลุนิพพาน ส่วนกรรมอีกประเภทหนึ่ง คือ ภิกษุณีทุสกะ (ประทุษร้ายนางภิกษุณี) ขัดขวางเฉพาะการบรรลุมรรค

๒) กิเลสอันตราย อันตรายคือกิเลส หมายถึง นียตมิจฉาทิฎฐิ ๓ ประการ อันได้แก่ (๑) ความเห็นผิดว่าไม่มีบุญบาป กรรมดีกรรมชั่ว ไม่สามารถส่งผลให้คุณให้โทษได้ (อภิกิริยทิฎฐิ) (๒) ความเห็นผิดว่าเหล่าสัตว์ตายแล้วสูญ ไม่มีภพใหม่ ไม่มีผลของบุญบาปในภพต่อไป (นัตถิกทิฎฐิ) (๓) ความเห็นผิดว่าไม่มีกรรมดีกรรมชั่วที่เป็นเหตุให้เกิดคุณโทษ เหล่าสัตว์ที่เป็นสุขหรือทุกข์ก็โดยปราศจากเหตุปัจจัย (อเหตุกทิฎฐิ) ทั้งนี้ความเห็นผิดทั้ง ๓ ประการเหล่านี้ย่อมส่งผลนำพาตรงไปสู่ นรก เป็นกิเลสขัดขวางการเข้าถึงสวรรค์และนิพพาน ในบรรดาความเห็นที่กล่าวมานี้ อเหตุกทิฎฐิ ปฏิเสธเหตุว่ากรรมไม่มี นัตถิกทิฎฐิ ปฏิเสธผลว่าผลกรรมไม่มี ส่วนอภิกิริยทิฎฐิ ปฏิเสธทั้งเหตุและผล อย่างไรก็ตาม เมื่อปฏิเสธเหตุก็จัดว่าปฏิเสธผล และเมื่อปฏิเสธผลก็เป็นการปฏิเสธเหตุ ความเห็นผิดทั้ง ๓ ประการจึงมีเหมือนกันโดยคัดค้านว่าบาปบุญไม่มีจริง ผลของบาปบุญก็ไม่มีจริง

๓) วิปากันตราย อันตรายคือวิบาก ได้แก่ การเกิดเป็นบัณฑิต ๓ สัตว์ดิรัจฉาน และสัตว์ ๒ เพศ หมายถึง ปฏิสนธิจิตที่เป็นอเหตุกปฏิสนธิ (หมายถึง ปฏิสนธิที่ไม่มีเหตุ ๓ คือ อโลภเหตุ อโทสเหตุ และอโมหเหตุ) และทวิเหตุปฏิสนธิ (หมายถึง ปฏิสนธิที่มีเหตุ ๒ คือ อโลภเหตุและ

^{๑๓๕} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, หน้า ๒๗-๒๙.

อโทสเหตุ) บุคคลผู้ประกอบด้วยปฏิสนธิประเภทนี้ไม่สามารถบรรลุผลนิพพานได้ในชาตินี้ เพราะปราศจากปัญญาในขณะที่ปฏิสนธิ ถ้าทำกุศลไว้ก็ไปเกิดเป็นมนุษย์หรือเทวดาได้ อันตรายประเภทนี้จึงห้ามการบรรลุผล ผล ฌาน และอภิญญา แต่ไม่ห้ามการเข้าถึงสวรรค์

๔) อริยปวาทันตราย ได้แก่ การว่าร้ายพระอริยเจ้า หมายถึง การพูดให้ร้ายพระอริยบุคคลเพื่อให้ท่านเสียชื่อเสียงหรือศีลธรรม แม้จะรู้ว่าท่านเป็นพระอริยบุคคลหรือไม่ก็ตาม อันตรายประเภทนี้ห้ามการเข้าถึงสวรรค์และนิพพาน แต่ถ้าขอขมาแล้วก็หลุดพ้นได้

๕) อาณาวิตกกมันตราย ได้แก่ การต้องอาบัติอย่างใดอย่างหนึ่งในอาบัติ ๗ หมวดของภิกษุที่จงใจล่วงละเมิด คือ ปาราชิก สังฆาทิเสส ฐลัจฉัย ปาจิตตีย์ ปาฏิเทสนีย์ ทุกกฏ และทุพภาสิต อันตรายประเภทนี้ห้ามการเข้าถึงสวรรค์และนิพพาน แต่ถ้าชำระโทษตามวินัยกรรมแล้วก็พ้นจากอันตรายนี้

ในทุติยสมันตปาสาทิกาแปล ภาค ๒ ได้กล่าวว่า ธรรมเหล่าใดทำอันตรายแก่สวรรค์และนิพพาน เพราะเหตุนี้ ธรรมเหล่านั้นชื่อว่า อันตรายิกธรรม มี ๕ อย่าง ด้วยอำนาจ กรรม กิเลส วิบาก อุปวาท และอาณาวิตกกมะ^{๓๓๖}

สรุปได้ว่า ธรรมที่เป็นอันตรายต่อการบรรลุผลทั้ง ๕ ประการนี้ เป็นปฏิปักษ์ธรรมที่ส่งผลร้ายยิ่งกว่าธรรมที่เป็นเครื่องกั้นทางหลุดพ้น มีผลเสียโดยเฉพาะต่อผู้ปฏิบัติที่ปรารถนาความเพียร มีความตั้งใจมั่น บางครั้งทำให้เกิดความท้อแท้ นอกจากนี้ยังทำให้วิปัสสนาญาณไม่ก้าวหน้าด้วย

๒.๙ สรุปท้ายบท

พระพุทธศาสนามีวิมุตติ หรือความมีอิสรภาพแห่งจิตเป็นเป้าหมายสูงสุด เพราะมีสภาวะเป็นแก่นสาร พระพุทธเจ้าทรงทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ด้วยวิมุตติอันยอดเยี่ยมที่พระองค์ทรงตรัสรู้ ความหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์นี้เท่านั้น เป็นสาระแห่งพระศาสนาที่มนุษย์ทุกคนพึงแสวงหา ความหลุดพ้นเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของการพัฒนาตนในทางพระพุทธศาสนา นับว่าเป็นการสร้างหลักประกันชีวิตให้กับตนเองที่มั่นคงและถาวร เรียกว่า “อยู่รอดและปลอดภัย” เพราะเป็นการยุติวงจรสังสารวัฏทำให้ไม่ต้องกลับมาเกิดใหม่

ความหลุดพ้น เป็นไวพจน์ของนิพพาน และมาจากคำบาลีว่า วิมุตติ หมายถึง ความหลุดพ้นจากทุกข์ ความสิ้นไปแห่งอาสวะกิเลส ความพ้นวิเศษ ความเป็นอิสระหลุดพ้นแห่งจิต มีอาการหลุดพ้นเพราะรู้แจ้งอริยสัจ ๔ โดยชอบและเพราะสิ้นภวสังโยชน์

ความหลุดพ้นแบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ เจโตวิมุตติ (ความหลุดพ้นแห่งจิต) เป็นผลมาจากการเจริญสมถกัมมัฏฐาน มีทางดำเนินแห่งความหลุดพ้นจากราคะ โทสะ โมหะไปตามครรลองแห่งสมถยานิก โดยอาศัยสมาธิเพียงเท่าที่จำเป็นเท่านั้น คือ อาศัยฌานสมาบัติไม่เกินรูป

^{๓๓๖} มหามกุฏราชวิทยาลัย, ทุติยสมันตปาสาทิกาแปล ภาค ๒, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), ๓๐๑.

ฉานเป็นบาทฐานยกขึ้นสู่วิปัสสนาต่อไป และ ปัญญาวิมุตติ (ความหลุดพ้นด้วยปัญญา) ความหลุดพ้นด้วยอำนาจการเจริญปัญญา ความหลุดพ้นแห่งจิตจากอวิชชา ด้วยปัญญาที่รู้เห็นตามเป็นจริง เป็นการอบรมปัญญาให้รู้ชัดและเห็นแจ้งในรูปรนามตามความเป็นจริงด้วยวิปัสสนากาวานา ปัญญาที่เจริญแล้วย่อมละอวิชชาได้ มีทางดำเนินแห่งความหลุดพ้นจากอวิชชาไปตามครรลองแห่งวิปัสสนายานิก ใช้ปัญญานำสมาธิ

ระดับของความหลุดพ้น มี ๕ ประการ คือ (๑) วิกขัมภณวิมุตติ เป็นความหลุดพ้นจากกิเลสได้ด้วยอำนาจแห่งสมถกาวานา ตั้งแต่ปฐมฉานไปจนถึงอรุณฉาน (๒) ตทังควิมุตติ เป็นความหลุดพ้นชั่วคราวจากสภาวะเอกัคคตาจิตจากสมถกาวานาที่เป็นปทัฏฐานของวิปัสสนาญาณ (๓) สมุจเฉทวิมุตติ เป็นความหลุดพ้นจากกิเลสที่ตนตัดขาดแล้วด้วยอริยมรรค ๔ (๔) ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ เป็นความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยการเจริญผลญาณ (๕) นิสสรณวิมุตติ เป็นความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยนิพพาน

ตทังควิมุตติ และวิกขัมภณวิมุตติ เป็นโลกียวิมุตติทั้งหมด พ้นอย่างโลกๆ ไม่ได้ตัดขาด ไม่สิ้นเชิง กิเลสและความทุกข์ยังกลับครอบงำได้ วิมุตติที่ยังกำเริบได้ เป็นวิมุตติของสามัญชนทั่วไป ส่วนวิมุตติตามความหมาย ๓ อย่างหลัง คือ สมุจเฉทวิมุตติ ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ และ นิสสรณวิมุตติ เป็นวิมุตติของพระอริยบุคคลทั้งหลาย และเป็นโลกุตตรวิมุตติ ซึ่งกิเลสและความทุกข์ที่ละได้แล้วไม่กลับคืนมาอีก ไม่กลับกลายเป็นกำเริบ สมุจเฉทวิมุตติเป็นความหลุดพ้นด้วยตัดขาด ได้แก่ระงับกิเลสด้วยอริยมรรค ปฏิปัสสัทธิวิมุตติเป็นความหลุดพ้นด้วยความสงบบราบ ได้แก่ก่ออริยผล และ นิสสรณวิมุตติเป็นความหลุดพ้นด้วยออกไปเสีย ได้แก่กนิพพาน

ความหลุดพ้นมีลักษณะเป็นอย่างเดียวกัน เหมือนกันหมด ไม่ว่าจะเป็ความหลุดพ้นของพระพุทธเจ้าในอดีตกาล ในปัจจุบัน หรือในอนาคต หรือในอริยสาวก ก็หาได้มีลักษณะที่แตกต่างกันแต่อย่างใดไม่ ลักษณะความหลุดพ้นเพราะเบื่อหน่าย เพราะคลายกำหนด เพราะดับ เพราะไม่ถือมั่นในรูปรนาม หลุดพ้นด้วยปัญญาเหมือนกัน ไม่แตกต่างกัน มีลักษณะการเสวยพระนิพพานเป็นอารมณ์เท่านั้น ที่แตกต่างกันก็คือ พระพุทธเจ้าทำทางที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ทำให้รู้จักทางที่ใครๆ ไม่รู้จัก บอกทางที่ยังไม่มีใครบอก เป็นผู้รู้จักทาง รู้แจ้งทางฉลาดในทาง ส่วนบรรดาเหล่าอริยสาวกทั้งในอดีต ในปัจจุบัน หรือในอนาคต เป็นผู้ดำเนินไปตามทางอยู่ เป็นผู้ตามมาในภายหลัง

พระพุทธเจ้าตรัสบอกวิธีที่หลุดพ้นจากทุกข์ คือ พึงเข้าไปสงบ พึงถึงความสิ้นสุด ระงับในชาตินี้เอง ด้วยแนวทางการเจริญวิปัสสนา ๔ แบบ ได้แก่ (๑) สมถปุพพังคมวิปัสสนา (๒) วิปัสสนาปุพพังคมสมถะ (๓) ยุคันทสมถวิปัสสนา (๔) ธัมมัทธัจจวิคคหิตมานัส ทั้งนี้ ความหลุดพ้นย่อมเกิดมิได้เฉพาะการเจริญวิปัสสนาจนเกิดมรรคจิตครบ ๔ ครั้ง จึงจะสามารถกำจัดกิเลสตัณหาในจิตที่ปรากฏภายในให้หมดสิ้นไปได้สิ้นเชิงอย่างแท้จริง

เมื่อบรรลอรหัตตผลแล้ว วิมุตติคือความหลุดพ้นนี้ไม่พินาศ ไม่ถูกปรปักษ์ธรรมเบียดเบียนด้วยสภาพ ๒ อย่าง คือ เหตุอันได้แก่มรรคและอารมณ์ (คือพระนิพพาน) เนื่องจากไม่เวียนกลับมาสู่กิเลสที่ถูกขจัดด้วยมรรคทั้ง ๔ อีก

บทที่ ๓

การพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการพัฒนาตน แกนกลางของการปฏิบัติธรรมในทางพระพุทธศาสนาเป็นไปเพื่อการฝึกฝน อบรมจิตและพัฒนาปัญญาภายใต้ศักยภาพของมนุษย์ โดยมีจุดหมายปลายทางเพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ และดับกิเลสทั้งปวง ผู้หลุดพ้นแล้ว คือ ผู้ที่บรรลุเป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา ท่านเรียกว่า ผู้มีตนที่พัฒนาแล้ว หรือ ผู้ที่ได้พัฒนาตนแล้ว (ภาวิตตตะ) หรือมีตนอันฝึกแล้ว (อตตทนต์ตะ) ในงานวิจัยนี้ได้กำหนดหัวข้อในการศึกษาเพื่อจะส่งผลให้เกิดประโยชน์ในด้านการปฏิบัติธรรมแก่ผู้ปฏิบัติ ดังนี้

- ๓.๑ ความหมายของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น
- ๓.๒ ความสำคัญของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น
- ๓.๓ แนวคิดการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น
- ๓.๔ ระดับของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น
- ๓.๕ แนวทางการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น
- ๓.๖ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น
- ๓.๗ เป้าหมายของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น
- ๓.๘ เกณฑ์ชี้วัดการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น
- ๓.๙ สรุปท้ายบท

๓.๑. ความหมายของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น

การพัฒนาตน หมายถึง การศึกษาเรียนรู้ความจริงของชีวิต คือ อริยสัจ ๔ ที่ปรากฏในร่างกายและจิตใจ ให้ดำเนินไปในวิถีชีวิตที่ถูกต้องและดีงาม ตลอดจนสามารถกำจัดกิเลสต่างๆ ออกได้ไปตามลำดับ พ้นจากความเป็นปุถุชนกลายเป็นอริยบุคคลตามลำดับขั้นของการพัฒนา จนในที่สุดถึงความเป็นอิสระ หลุดพ้นจากทุกข์ ไม่ตกอยู่ในอำนาจครอบงำของกิเลส เป็นผู้บรรลุจุดหมายปลายทางแล้ว^๑

การพัฒนาตน แยกออกได้เป็น ๒ ส่วน คือ พัฒนา + ตน คำว่า “พัฒนา” แปลว่า เจริญหรือทำให้เจริญ ตรงกับศัพท์ว่า ภาวนา มาจากคำบาลีว่า ภาเวติ หมายถึง การฝึกอบรม ส่วนคำว่า “ตน” ในทางพระพุทธศาสนาได้แก่ ชั้น ๕ หมายถึงกองแห่งรูปธรรมและนามธรรมทั้ง ๕ ที่ทำให้เกิดเป็นตัวตนหรือชีวิตขึ้นมา ในหนังสือมังคลัตถปิณีแปล เล่ม ๑ ท่านกล่าววว่า จิตและอตภาพ

^๑ ชุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๙๐/๕๖.

ทั้ง ๒ นั้นเรียกว่า ตน เพราะอรรถว่าไป ได้แก่ แล่นไปสู่ภพน้อยภพใหญ่ประสบทุกข์ในสงสารโดยชาติและชรา เป็นต้น ติดต่อกัน^๒ การพัฒนาตนในทางพระพุทธศาสนาแบ่งออกเป็น ๒ ลักษณะ คือ

๑) การกระทำในลักษณะที่มีผลทำให้กุศลธรรมเกิดขึ้น และที่เกิดขึ้นมีอยู่แล้ว ให้ดำรงคงอยู่ มิให้เสื่อม เพิ่มขึ้น เจริญงอกงามยิ่งขึ้น เช่น บำเพ็ญ, ภาวนา, เจริญภาวนา, รักษา, เพิ่มพูน ฯลฯ

๒) การกระทำในลักษณะที่มีผลป้องกันการเกิดอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดในตน ทำให้อกุศลธรรมที่มีอยู่ให้สิ้นไป หรือให้ลดน้อยเบาบางลง เช่น สัจจ, สัจรวม, คัมครอง, ระวังปิดกั้น, ควบคุม, กำจัด ฯลฯ

การพัฒนาตนในทางพุทธศาสนานั้น จำเป็นต้องกระทำทั้งสองลักษณะดังกล่าวควบคู่กันไป ทั้งในส่วนที่รักษา เพิ่มเติมกุศลธรรม กับ ในส่วนที่ควบคุม ปิดกั้น กำจัดอกุศลธรรม เมื่อกล่าวโดยรวม การพัฒนาทั้งสองลักษณะสามารถแสดงยกย่องและสงเคราะห์ลงได้ในคำว่า “ฝึกฝน” และ “อบรม” ตามอรรถกถา ท่านกล่าวว่าฝึกตนด้วยสามารถแห่งการตามประกอบกัมมัญฐาน^๓ หัวใจของการพัฒนาตนจะอยู่ที่การฝึกอบรมอินทรีย์ เพราะการบรรลุธรรมจะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อปัจจัยแห่งอินทรีย์ถึงพร้อม ได้แก่ ความแก่กล้าของอินทรีย์ ดังปรากฏในปาราปริยเอรคคาถาที่ว่า

อินทรีย์ทั้งหลายนั้นแหละ ย่อมมีไว้เพื่อเป็นประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์สำหรับมวลมนุษย์ อินทรีย์ที่ไม่ได้ระวังรักษาย่อมเป็นไปเพื่อมิใช่ประโยชน์ ส่วนอินทรีย์ที่ระวังรักษาแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์ ... ผู้ใดไม่ห้ามจักขุนทรีย์ที่เป็นไปในรูปทั้งหลาย ไม่ห้ามโสตินทรีย์ที่เป็นไปในเสียงทั้งหลาย ผู้นั้นย่อมพ้นจากทุกข์ไม่ได้เลย ... คนมีกำลัง เมื่อจะถากไม้ย่อมใช้ลิ้มตอกลิ้ม ฉันทิ ภิคุผู้ฉลาดก็ฉันทันนั้น ย่อมใช้อินทรีย์นั้นแหละขจัดอินทรีย์ ... นรชนใดอบรมศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา ใช้อินทรีย์ ๕ ฝึกอินทรีย์ ๕ เป็นพราหมณ์ไม่มีทุกข์ ถึงอนุปาติเสสนิพพาน^๔

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มหาโคपालสูตร พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงวิธีป้องกันมิให้บาปอกุศลธรรมคืออภิชฌาและโทมนัสครอบงำได้ พอสรุปได้ว่า อินทรีย์สังวรหรือการสำรวมอินทรีย์ ๖ เมื่อเห็นรูปทางตา ... ฟังเสียงทางหู ... ดมกลิ่นทางจมูก ... ลิ้มรสทางลิ้น ... ถูกต้องโผฏฐัพพะทางกาย ... รู้แจ้งธรรมารมณ์ทางใจ แล้วไม่รวบถือ ไม่แยกถือ ซึ่งเมื่อไม่สำรวมแล้ว ก็จะเป็นเหตุให้บาปอกุศลธรรมคืออภิชฌาและโทมนัสครอบงำได้ พระพุทธเจ้าทรงตรัสเรียกวิธีการเช่นนี้ว่า เป็นการปกปิดแผล^๕

^๒ ดูรายละเอียดใน พระสิริมังคลาจารย์, มงคลัตถทีปนีแปล เล่ม ๑, แปลโดย มหามกุฏราชวิทยาลัย, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๘), หน้า ๑๗๓.

^๓ ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๒/๓๐๕/๔๓๑-๔๓๒.

^๔ ดูรายละเอียดใน ชุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๗๒๘-๗๔๕/๔๖๓-๔๖๕.

^๕ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๔๙/๓๘๒.

พระธรรมทั้งปวงสามารถเรียนรู้ได้ที่จิตของตนเอง เพียงแค่ให้มีสติรู้และเฝ้าดูอารมณ์ที่กำลังปรากฏ โดยไม่ปล่อยสังขจิตเข้าไปในอารมณ์นั้น แท้จริงแล้วการพัฒนาตน คือ การฝึกอบรมจิต เพื่อทำให้เกิดปัญญาญาณหยั่งรู้อริยสัจ ๔ และทำพระนิพพานให้แจ้ง ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เราไม่เห็นธรรมอื่นแม้อย่างหนึ่งที่ได้ฝึก ได้คุ้มครอง ได้รักษา ได้สำรวมแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์มาก เหมือนจิตนี้ จิตที่ได้ฝึกแล้วย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์มาก”^๖

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต) ได้กล่าวถึงการพัฒนาตนไว้ในหนังสือชื่อ “หลักแม่บทของการพัฒนาตน” สรุปความได้ว่า สิกขา เป็นคำบาลี แปลว่า การศึกษา การเรียนรู้ การฝึกอบรม ตรงกับคำว่า ไตรสิกขา หมายถึง ภาวนา ทมะ และสิกขา คำว่า ภาวนา ใช้ในเรื่องของการปฏิบัติธรรมทุกอย่างในทางพระพุทธศาสนา คำว่า ไตรสิกขา อันได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ครอบคลุมการปฏิบัติทั้งหมด ส่วน คำว่า ทมะ นั้นมุ่งใช้ถึงคุณสมบัติของบุคคล พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการพัฒนาตน ซึ่งเป็นแกนกลางของการปฏิบัติทั้งหมดในพระพุทธศาสนา ผู้ที่บรรลุเป้าหมายอันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา ท่านเรียกว่า บุคคลที่พัฒนาตนแล้ว หรือผู้มีตนอันพัฒนาแล้ว ตรงกับคำบาลีว่า ภาวิตัตตะ หรือ ผู้มีตนอันฝึกฝนแล้ว ตรงกับคำบาลีว่า อัตตัตนัตตะ^๗

สรุปได้ว่า การพัฒนาตนตามนัยที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทได้แก่ การฝึกฝน อบรมจิต เพื่อพัฒนาสมาธิและปัญญาด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา จนในที่สุดถึงความเป็นอิสระ หลุดพ้นจากทุกข์ ไม่ตกอยู่ในอำนาจครอบงำของกิเลส อันเป็นเป้าหมายสูงสุด

๓.๒ ความสำคัญของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น

ปัจจุบันโลกมีความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะความทันสมัยในเรื่องของเทคโนโลยีสารสนเทศ ที่ทำให้โลกเชื่อมต่อกันอย่างไร้พรมแดน ที่เรียกว่ายุคโลกาภิวัตน์ วิวัฒนาการความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของแต่ละประเทศก็เป็นผลมาจากการประดิษฐ์ คิดค้นของมนุษย์ เพราะฉะนั้น มนุษย์ก็จำเป็นต้องพัฒนาตนเองให้รู้เท่าทันต่อกระแสความเปลี่ยนแปลงของโลก เพื่อมิให้ตนเองตกเป็นเหยื่อของกิเลสตัณหาที่แฝงตัวมากับความเจริญทางด้านเทคโนโลยี ความสำคัญของการพัฒนาตน เพื่อมิให้ถูกตัณหาครอบงำ เพื่อเข้าถึงความหลุดพ้นจากทุกข์และอาสวะทั้งปวง พ้นจากวัฏฏะ ทำให้ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป

ในการปฏิบัติธรรมนั้น ย่อมมีผลแห่งการปฏิบัติที่เกิดจากการฝึก อบรม พัฒนาตน เป็นลำดับขั้นขึ้นไป วิธีปฏิบัติที่ถูกต้องต่อความทุกข์ก็คือ トラบไคที่ยังไม่กระทำที่สุดทุกข์ อาสวะกิเลสยังไม่สิ้นไป ยังต้องเพียรพยายามทำเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นไปต่อไป นี่คือเหตุผลที่ต้องพัฒนา เพราะยังมีสิ่งที่ดีกว่า ยังมีธรรมประณีตกว่า ต้องเพียรปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความสุขที่สูงขึ้นไป

^๖ อ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๔๐/๗.

^๗ ดูรายละเอียดใน สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), หลักแม่บทของการพัฒนาตน, พิมพ์ครั้งที่ ๒๘, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม, ๒๕๖๐), หน้า ๑๒-๑๙.

จนถึงสุขสูงสุดที่เป็นภาวะอันไร้ทุกข์โดยสิ้นเชิง ดังพระพุทธดำรัสที่ปรากฏในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อานาปานัสสติสูตร ว่า “เธอทั้งหลายในธรรมวินัยนี้ จงปรารถนาความเพียรเพื่อถึงธรรมที่ตนยังไม่ถึง เพื่อบรรลุธรรมที่ตนยังไม่บรรลุ เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ตนยังไม่ทำให้แจ้งให้ยิ่งๆ ขึ้นไปเถิด”^๘

การบรรลุคุณวิเศษในทางพุทธศาสนาย่อมเกิดจากการฝึกฝน อบรม พัฒนาตนค่อยเป็นค่อยไป ทีละขั้น ไม่ใช่บรรลุหรือหัตผลด้วยขั้นเดียวเท่านั้น ย่อมมีได้ด้วยการบำเพ็ญสิกขาโดยลำดับ ด้วยการบำเพ็ญกิริยาโดยลำดับ ด้วยการบำเพ็ญปฏิบัติโดยลำดับ^๙ ในอรรถกถากล่าวว่า ผู้ฝึกตนแล้ว ย่อมยึดเอาอรหัตผลไว้ได้ทีเดียว^{๑๐}

ในพระธรรมวินัยนี้ เรียกอริยบุคคล ๔ ว่าสมณะ ๔ เรียงตามลำดับไป โดยมีพระโสดาบันเป็นสมณะที่ ๑ พระสกทาคามีเป็นสมณะที่ ๒ พระอนาคามีเป็นสมณะที่ ๓ และ พระอรหันต์เป็นสมณะที่ ๔^{๑๑} ทั้งนี้ การทำให้แจ้งอรหัตผล บรรลุนิพพาน เป็นพระอรหันต์ คือ ที่สุดของการพัฒนาตน ดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สามัญญผลสูตร ว่า

“เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว รู้ว่าหลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป ไม่มีผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ดีกว่าและประณีตกว่านี้อีกแล้ว”^{๑๒}

ผู้ปฏิบัติที่ฝึกฝน อบรม พัฒนาตนจนเข้าถึงความเป็นพระอริยบุคคลขั้นต้น อันได้แก่พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี เพียงแค่ได้เห็นอริยสัจ ๔ แม้ยังมีได้กระทำพระนิพพานให้แจ้งในอภิตาภนี้ แต่อานสงฆ์มีใช้น้อย พระอริยบุคคลขั้นต้นเหล่านี้ชื่อว่าไม่ตายเปล่า หมายถึงไม่ไร้ผล คือ บรรลุสามัญญผล (ผลแห่งความเป็นสมณะ) แล้ว^{๑๓} มีหลักประกันที่แน่นอนที่ได้อบรมสร้างสมเอาไว้ ยิ่งเงเสียก็ไม่คลายจากพระนิพพาน สูงสุดไม่เกิด ๗ ชาติอย่างแน่นอน

สรุปได้ว่า ความสำคัญของการพัฒนาตนอยู่ที่อบรมอินทรีย์ภายในที่มีอยู่ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ไปในทางที่ถูกที่ควร เพื่อปิดกั้นกิเลสใหม่ไม่ให้เข้า ในขณะที่เดียวก็ค่อยๆ กำจัดกิเลสที่มีอยู่เดิมให้หมดสิ้นไป ทำให้หลุดพ้นจากทุกข์และกิเลสทั้งปวง ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารอีกต่อไป

^๘ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๕/๑๘๔.

^๙ ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๘๓/๒๑๒.

^{๑๐} ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๗๙/๕๔๗.

^{๑๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๔/๑๖๒., อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๒๔๑/๓๕๗-๓๕๘.

^{๑๒} ที.ส. (ไทย) ๙/๒๔๙/๘๔.

^{๑๓} ขุ.อ. (ไทย) ๒๕/๗๐/๓๒๐.

๓.๓ แนวคิดการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น

มนุษย์ แปลว่า สัตว์ที่รู้จักใช้เหตุผล, สัตว์ที่มีจิตใจสูง สิ่งที่ทำให้มนุษย์เป็นสัตว์พิเศษ แตกต่างจากสัตว์ทั้งหลาย ได้แก่ สึกขา หรือการศึกษา มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐขึ้นมาเลยก็หาไม่ แต่ประเสริฐได้ด้วยการฝึก ความประเสริฐของมนุษย์อยู่ที่การฝึกฝน อบรม และ พัฒนาตนเอง ถ้าไม่มีการเรียนรู้อีกพัฒนาตน ก็ไม่ต่างอะไรไปจากสัตว์เดรัจฉาน ธรรมเท่านั้นทำให้แตกต่างและธรรมเท่านั้นประเสริฐที่สุดในหมู่ชนทั้งในโลกนี้และโลกหน้า มนุษย์ทุกคนไม่ว่าหญิงหรือชาย ต่างก็มีศักยภาพ มีความสามารถและคุณสมบัติพิเศษอยู่ในตัวทุกคน เพียงแต่รอเวลาการอบรม ฝึกฝน พัฒนาที่เหมาะสม ก็จะมีโอกาสได้บรรลุธรรม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความพร้อม ความสุกอม ความแก่รอบ แห่งอินทรีย์ ซึ่งมาจากวาสนาและบารมีที่ได้สั่งสมมา แนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาตนตามหลักพระพุทธศาสนา ปรากฏดังต่อไปนี้

๑) การได้เกิดมาเป็นมนุษย์แสนยาก ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ทูตยนิคคพยุคสูตร สมเด็จพระบรมศาสดาได้ทรงชี้ช่อง บอกทางสว่าง เพื่อให้หลุดพ้นจากทุกข์ ไม่ต้องกลับมาเกิดใหม่อีก พอสรุปได้ดังนี้ การได้ความเป็นมนุษย์ก็ยาก อุปมาเหมือนเต่าตาบอดโผล่ขึ้นมา ๑๐๐ ปีต่อครั้งสอดคอเข้าไปในห่วงได้ การที่พระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นในโลกก็ยาก พระธรรมวินัยที่พระพุทธองค์ได้ทรงประกาศแล้วรุ่งเรืองในโลกก็ยาก เพราะเหตุนั้น เมื่อได้เกิดมาเป็นมนุษย์แล้ว ก็พึงทำความเพียรเพื่อรู้อัดตามความเป็นจริงในอริยสัจ ๔^{๑๔} การได้อัตภาพความเป็นมนุษย์นั้นมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการสร้างบุญกุศลเพื่อให้บรรลุเป้าหมายสูงสุด เรียกว่าเป็น “ภาชนะทอง” ที่สามารถรองรับเอาบุญกุศล เอามรรคผลนิพพานอันประเสริฐได้ กายมนุษย์เท่านั้นที่สามารถสั่งสมบำเพ็ญบุญและเจริญภาวนาได้ การปฏิบัติธรรมมีเฉพาะในโลกมนุษย์เท่านั้น การได้เกิดมาเป็นมนุษย์ กอปรทั้งในสมัยที่มีพระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นนั้น เป็นโอกาสเดียวที่จะประพาศพรหมจรรย์ ความหลุดพ้นจะมีได้ในสมัยที่มีพระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นในโลกเท่านั้นซึ่งเรียกว่า ขณะที่ ๔ เรียกว่า นวมขณะ คือ พุทธูปบาทขณะ และเมื่อปฏิบัติตามแนวทางที่พระตถาคตทรงสั่งสอน คือ การเจริญวิปัสสนาภาวนา คนเหล่านั้นชื่อว่าได้รู้แจ้งขณะ คือพรหมจรรย์อันยอดเยี่ยมในโลก^{๑๕} ชื่อว่า เป็นผู้ได้รับผลกำไรจากการได้เกิดมาเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริง

๒) ความเชื่อพื้นฐานที่ว่ามนุษย์มีศักยภาพภายในที่สามารถฝึกฝน อบรม และ พัฒนาตนขึ้นไปให้บรรลุถึงภาวะที่ประเสริฐสูงสุดได้ โดยมีพระพุทธเจ้าทรงเป็นแบบอย่างของมนุษย์ผู้ใช้ความเพียรพัฒนาตนจนตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ ดังในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย จุฬสังกจสูตร ปรากฏข้อความว่า

พระผู้มีพระภาคตรัสรู้แล้ว ทรงแสดงธรรมเพื่อให้ตรัสรู้ พระผู้มีพระภาคทรงฝึกพระองค์แล้ว ทรงแสดงธรรมเพื่อฝึกตน พระผู้มีพระภาคทรงสงบแล้ว ทรงแสดงธรรมเพื่อความสงบ พระผู้มีพระภาคทรงข้ามพ้นแล้ว ทรงแสดงธรรมเพื่อให้ข้ามพ้น พระผู้มีพระภาคปรินิพพาน

^{๑๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๑๑๘/๖๓๑.

^{๑๕} อง.อภุจก. (ไทย) ๒๓/๒๙/๒๗๘.

แล้ว ทรงแสดงธรรมเพื่อปรินิพพาน”^{๑๖} ทรงเป็นสารถิ์ฝึกผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม เป็น ศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย^{๑๗}

๓) มนุษย์ทุกคนเกิดมาเท่าเทียมกัน เสมอกันหมด ก่อนสมัยพุทธกาลมีการแบ่งชนชั้นวรรณะ พระพุทธเจ้าเป็นผู้ทำลายกำแพงข้อจำกัดนี้ โดยทรงเป็นผู้นำเสนอหลักการและรับรองสถานะสิทธิความเท่าเทียมกันที่มีอยู่ในตัวมนุษย์ทุกคน ไม่คำนึงถึงเชื้อชาติ ตระกูล ฐานะ เพศสภาวะ ก่อนสมัยชวาใหญ่แห่งสหประชาชาติได้รับรองปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชนเป็นเวลาล่วงหน้าผ่านมากกว่า ๒,๕๖๐ ปีเสียอีก พระพุทธศาสนาปฏิเสธระบบวรรณะที่มีอยู่เดิมในศาสนาพราหมณ์ ชาติกำเนิดที่ติดตัวมาแต่เกิดหาใช่เครื่องตัดสินว่าใครดีกว่ากัน ปัจจุบันกรรมที่ทำต่างหากเป็นเครื่องชี้วัด โดยเฉพาะผู้ปฏิบัติธรรมจนนำพาตนหลุดพ้นจากทุกข์ได้ นับว่าประเสริฐสุด เป็นผู้เลิศกว่าคนทั้งหลายในวรรณะ ๔ เหล่านั้น^{๑๘} นิพพานเป็นจุดหมายที่ทุกคนเข้าถึงได้ ไม่จำกัดชาติ ชั้น หญิงหรือชาย

๔) มนุษย์ทุกคนสามารถลิขิตชีวิตตนเอง ตัวเราเองเท่านั้นเป็นผู้กำหนด เลือกทำแต่กรรมดี พึ่งพาตนเอง ไม่รอคอยโชคชะตา หรือความหวังจากผู้อื่น ปฐมบทแห่งการพัฒนาตนในทางพุทธศาสนา ปรากฏอยู่ใน คัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธรรมบท ดังพระพุทธวจนะที่ว่า “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน ผู้ที่ฝึกตนดีแล้ว ย่อมได้ที่พึ่งอันดีโดยยาก”^{๑๙} วิธีการสร้างที่พึ่งให้แก่ตนเอง คือ การทำความดี ทำกุศล สร้างเครื่องต้านทานภัยไว้ในขณะเมื่อมีชีวิตอยู่ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ถือว่าเป็นวิธีการสร้างที่พึ่งให้แก่ตนเองที่ดีที่สุด เพราะสามารถทำให้พ้นทุกข์ไปได้^{๒๐} ไม่มีที่พึ่งอย่างอื่นทั้งในโลกนี้และโลกหน้า นอกเหนือจากพระนิพพานเท่านั้น

สรุปได้ว่า แนวคิดการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น มาจากมนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐที่มีสมองสามารถฝึก เพื่อนำเอาศักยภาพภายในที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์ขั้นสูงสุดได้ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาให้เกิดปัญญารู้แจ้งอริยสัจ ๔ อันนำไปสู่ความหลุดพ้นจากทุกข์ได้ในที่สุด และมีเพียงอรรถภาพของมนุษย์เท่านั้นที่สามารถปฏิบัติธรรมตามที่พระพุทธเจ้าทรงชี้แนะทางไว้ได้

๓.๔ ระดับของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น

การพัฒนาตนในทางพุทธศาสนา หมายถึง การทำตนให้เบาบางจากความยึดมั่นถือมั่นที่มีอยู่ให้ค่อยๆ ลดน้อยลงตามลำดับ จนกระทั่งถึงขั้นปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ อีกต่อไป ในทางพุทธศาสนาสามารถแบ่งการพัฒนาตนออกได้เป็น ๓ ระดับ คือ (๑) ผู้ไม่อบรมตน (๒) ผู้อบรมตนอยู่ (๓) ผู้อบรมตนแล้ว

^{๑๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๖๑/๓๙๙.

^{๑๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๙๑/๓๒๒.

^{๑๘} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๑๖/๘๗.

^{๑๙} ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๖๐/๘๒.

^{๒๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๘๐/๕๙.

๓.๔.๑ ผู้ไม่อบรมตน

หมายถึง ปุถุชนผู้ไม่ได้สติบ เพราะเป็นผู้ไม่มีปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ เพราะไม่ได้กำหนดรู้ จึงพิจารณาเห็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณว่า นั่นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นอัตตาของเรา มิได้รู้ชัดตามความเป็นจริงโดยความเป็นไตรลักษณ์ จำเป็นต้องอบรมจิต เพื่อบรรลุคุณวิเศษอย่างใดอย่างหนึ่งที่พระสาวกจะพึงบรรลุ ยกกระตักการพัฒนาตนไปสู่ความเป็นอริยสาวกผู้ได้สติบ^{๒๑} ซึ่งอริยสาวกนี้หมายถึงผู้บรรลุธรรมตั้งแต่ขั้นโสดาบันขึ้นไป ผู้ไม่อบรมตนนี้ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า เนวเสกขานาเสชบุคคล คือ บุคคลผู้ยังต้องศึกษาก็มิใช่ผู้ไม่ต้องศึกษาก็มิใช่ หมายถึง ปุถุชนหรือผู้ที่ยังไม่ได้บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคล^{๒๒}

๓.๔.๒ ผู้อบรมตนอยู่

หมายถึง ปุถุชนที่กำลังฝึกฝน อบรมตน รวมถึงพระอริยบุคคลขั้นต้นที่ได้พัฒนาตนมาในระดับเบื้องต้น แต่ยังไม่สามารถทำนิพพานให้แจ้ง ยังต้องฝึกฝน อบรมตนเพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่ได้บรรลุ เพื่อคุณวิเศษอันยิ่งอย่างอื่นจากคุณวิเศษที่มีอยู่ก่อน^{๒๓} ได้แก่ เสชบุคคล หมายถึงบุคคลผู้ที่ยังต้องศึกษา ๓ จำพวก ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี และพระอนาคามี ไม่ได้บรรลุอรหัตผลปรารถนาธรรมเป็นแดนเกษมจากโยคะอันยอดเยี่ยมอยู่ เป็นผู้ยังต้องฝึกอบรมในไตรสิกขา คือ (๑) อธิศีลสิกขา ฝึกอบรมในเรื่องศีล (๒) อธิจิตตสิกขา ฝึกอบรมในเรื่องจิต (สมาธิ) (๓) อธิปัญญาสิกขา ฝึกอบรมในเรื่องปัญญา ที่ชื่อว่าบุคคลผู้ยังต้องศึกษา ผู้อบรมตนอยู่ เพราะกำลังฝึกฝน อบรมตน ยังไม่ได้ทำที่สุดแห่งทุกข์ในปัจจุบัน

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สาริปุตตสุตตนิทเทส ได้อธิบายคำว่า “อบรมตนอยู่” พอสรุปได้ดังนี้ คือ การปรารถนาความเพียร ไม่ทอดทิ้งธุระในกุศลธรรมทั้งหลาย ส่งตนไปพิจารณาให้เห็นความจริงในไตรลักษณ์ ส่งตนไปในปฏิจจสมุปปาทธรรม ทั้งในสายเกิดและสายดับ ให้เห็นว่าเพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี เพราะอวิชชาดับ สังขารจึงดับ ส่งตนไปในอริยสัจ ๔ ให้รู้ว่าเป็นธรรมที่ควรกำหนดรู้ ควรละ ควรทำให้แจ้ง และควรเจริญ^{๒๔}

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มหาสังจกสูตร ได้อธิบายให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างปุถุชนผู้ไม่ได้สติบและอริยสาวกผู้ได้สติบอย่างชัดเจน พอสรุปได้ดังนี้ ปุถุชนผู้ไม่ได้สติบคือ บุคคลผู้มีได้อบรมกาย มิได้อบรมจิต เมื่อมีสุขเวทนาเกิดขึ้น ถูกสุขเวทนากระทบแล้ว มีความยินดียิ่งนักในสุขเวทนา ครั้นเมื่อสุขเวทนาดับไป ทุกขเวทนาจึงเกิดขึ้น เขาถูกทุกขเวทนากระทบเข้าแล้ว ก็เศร้าโศก เสียใจ รำพัน ตีอก คร่ำครวญ ส่วนอริยสาวกผู้ได้สติบคือ บุคคลผู้ได้

^{๒๑} อจ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๕๑-๕๒/๙-๑๐.

^{๒๒} พระศรีคัมภีร์ญาณ, รศ.ดร.และคณะ, **พจนานุกรมพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, รายงานวิจัย**, (สำนักงานอธิการบดี: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า ๑๑๒๒.

^{๒๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๖/๒๒๕.

^{๒๔} คุรยละเอียดใน ข.ม. (ไทย) ๒๙/๑๙๖/๕๗๖-๕๗๗.

อบรมกาย ได้อบรมจิต เมื่อมีสุขเวทนาเกิดขึ้น ถูกสุขเวทนากระทบแล้ว ไม่มีความยินดียิ่งนักในสุขเวทนา ครั้นเมื่อสุขเวทนาดับไป ทุกขเวทนาจึงเกิดขึ้น เขาถูกทุกขเวทนากระทบเข้าแล้ว ก็ไม่เศร้า โศก ไม่เสียใจ ไม่รำพัน ไม่ต้อก คร่ำครวญ^{๒๕}

๓.๔.๓ ผู้อบรมตนแล้ว

หมายถึง พระอรหันต์ เป็นผู้ฝึกฝน อบรมตนแล้ว^{๒๖} เป็นผู้มีตนที่พัฒนาแล้ว หรือ ผู้ที่ได้พัฒนาตนแล้ว ได้บรรลุคุณวิเศษอย่างยิ่งของพระพุทธศาสนากลายเป็นพระอริยบุคคลชั้นสูงสุด เพราะเหตุทำอสังขารทั้งปวงให้สิ้นไป จึงเรียกว่า พระอรหันตชินาสพ เพราะเหตุได้บำเพ็ญไตรสิกขา บริบูรณ์ ศึกษาเสร็จสิ้นแล้ว เป็นบุคคลผู้ไม่ต้องศึกษาอีกต่อไป จึงเรียกว่า อเสขบุคคล

ในอรรถกถาท่านกล่าวแยกคำออกมาให้เห็นอย่างชัดเจนดังนี้ ผู้ยังมีมรรคมีโสดาปัตติมรรคเป็นต้นให้เกิดขึ้นอยู่ ย่อมชื่อว่า “ฝึกตน” แต่เมื่อบรรลุอรหัตผลแล้ว ย่อมจัดว่า “ฝึกตนแล้ว” โดยส่วนเดียว^{๒๗} ด้วยเหตุนี้ การพัฒนาตนในทางพุทธศาสนาที่ต้องตามพุทธประสงค์ ย่อมมีเป้าหมายที่ชัดเจนแตกต่างจากทางโลก คือ การฝึกฝนตนเองเพื่อบรรลุอรหัตผล

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปุณฺณิสมิทามรค ได้ช่วยให้ทำความเข้าใจถึงความแตกต่างของการพัฒนาตนในแต่ละระดับได้ชัดเจนยิ่งขึ้น คือ สังขารุเปกขาญาณ ได้แก่ วิปัสสนาญาณที่ ๑๑ เป็นญาณที่วางเฉยต่อรูปนาม โดยอธิบายการน้อมจิตไปในสังขารุเปกขาของปุถุชน ของพระเสขะ และของท่านผู้ปราศจากราคะดังนี้ “ปุถุชนย่อมเห็นแจ้งสังขารุเปกขาเพื่อละสังโยชน์ ๓ (หมายถึง สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และ สีลัพพตปรามาส) เพื่อต้องการได้โสดาปัตติมรรค พระเสขะย่อมเห็นแจ้งสังขารุเปกขาเพื่อต้องการได้มรรคชั้นสูงขึ้นไปเพราะเป็นผู้ละสังโยชน์ ๓ ได้แล้ว ท่านผู้ปราศจากราคะย่อมเห็นแจ้งสังขารุเปกขาเพื่อต้องการอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน เพราะเป็นผู้ละกิเลสทั้งปวงได้แล้ว การน้อมจิตไปในสังขารุเปกขาของปุถุชน ของพระเสขะ และของท่านผู้ปราศจากราคะต่างกันโดยสถานะที่ละกิเลสได้กับสถานะที่ยังละกิเลสไม่ได้ดังนี้”^{๒๘}

ปัจจัยที่มีผลต่อการบรรลุธรรมประการหนึ่ง คือ ความเป็นผู้มีอินทรีย์และปัญญาแก่กล้า พระนิพพานเป็นธรรมอันลึกซึ้งยากแก่การหยั่งรู้ เพราะฉะนั้น ถึงแม้บุคคลผู้อบรมตนอยู่จะตั้งใจปฏิบัติ แต่ก็ยังไม่อาจบรรลุได้ในชาตินี้ เรียกว่าพลาดจากธรรมอันเป็นแดนเกษมจากโยคะ หรือพลาดจากนิพพานก็ตาม ถึงอย่างไรก็ดี การปฏิบัติในชาตินี้ก็ไม่สูญเปล่า เท่ากับเป็นการบำเพ็ญบารมีที่ยังไม่บริบูรณ์ให้บริบูรณ์นั่นเอง และเป็นเหตุปัจจัยให้บรรลุในภพถัดไป ถ้าได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย พุทธวงศ์ เทวดาและมนุษย์ หลังจากได้ฟังพุทธวจนถกของสุเมธพระพุทธรเจ้าจบลง ต่างก็ชื่นชมและได้กล่าวต่อไปว่า

^{๒๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๖๘-๓๖๙/๔๐๔.

^{๒๖} คุรยละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๒๒/๒๕๔-๒๕๕.

^{๒๗} ขุ.ธ.อ. (ไทย) -/๘๐/๕๔๗.

^{๒๘} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๖/๙๑.

ถ้าเราทั้งหลายจักพลาดศาสนาของพระโลกนาถพระองค์นี้ เราทั้งหลายก็จักพร้อมหน้า
หน้าพอทราบคุณนี้ในอนาคตกาล มนุษย์ทั้งหลายเมื่อจะข้ามแม่น้ำ พลาดท่าเฉพาหน้าแล้ว ก็
ยึดเอาท่าถัดไปจึงข้ามแม่น้ำใหญ่ไป ฉันทใด เราทั้งหมดก็ฉันทนั้นเหมือนกัน ถ้าพลาดพระชินเจ้า
พระองค์นี้ก็จักพร้อมหน้าหน้าพอทราบคุณนี้ในอนาคตกาล^{๒๙}

จากการศึกษา ผู้วิจัยเห็นว่าประตูปังไม่ปิดตายสำหรับผู้ปรารถนาความเพียร แต่มีอาจ
บรรลุลุทธิธรรมได้ในอรรถภาพนี้เพราะเหตุแห่งอุปนิสัยยังไม่ถึงพร้อม ทำถัดไปคือประตูที่เปิดรอ ยังมี
โอกาสอีกครั้งหากได้เกิดมาเป็นมนุษย์ในสมัยพระพุทธเจ้าองค์ถัดไปที่จะมาอุบัติ ในที่นี้หมายถึงพระ
ศรีอริยมุตไตรย ผู้จะได้ตรัสรู้เป็นพระพุทเจ้า พระองค์ที่ ๕ เป็นลำดับสุดท้ายแห่งภัทรกัปนี้^{๓๐}

สรุปได้ว่า การพัฒนาตนในทางพุทธศาสนาแบ่งออกเป็น ๓ ระดับ คือ (๑) ผู้ไม่อบรมตน
(๒) ผู้อบรมตนอยู่ (๓) ผู้อบรมตนแล้ว

๓.๕ แนวทางการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น

ทุกคนเมื่อเกิดมาล้วนต้องการประสบความสำเร็จในชีวิตทั้งสิ้น ความสำเร็จในชีวิตย่อมมี
ปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบหลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็นการกำหนดเป้าหมาย ความมุ่งมั่น ความพยายาม
การควบคุมตนเอง การใฝ่เรียนรู้ เป็นต้น สิ่งที่มีความสำคัญยิ่งอีกประการหนึ่งก็คือแนวทาง หมายถึง
ทางปฏิบัติที่วางไว้เป็นแนว ในการปฏิบัติธรรมนั้นหากเริ่มต้นลงมือปฏิบัติโดยปราศจากแนวทางหรือ
มีผู้รู้ที่คอยชี้แนะ ย่อมทำให้เสียเวลา อาจทำให้หลงทาง ปฏิบัติผิดวิธี วิปัสสนาญาณไม่เกิด ทำให้
ไม่ได้รับผลจากการปฏิบัติ เพราะการปฏิบัติที่ถูกย่อมนำไปสู่จุดหมายปลายทาง คือ ความหลุดพ้น
จากกิเลสและกองทุกข์ ผู้ที่ชอบเข้าวัดทำบุญและฟังธรรม แม้จะกระทำเช่นนี้ตลอดชีวิต ถึงเขาจะ
กล่าวว่าเข้าใจสัจธรรมชีวิตเป็นอย่างดี แต่ชีวิตก็ยังนับว่าห่างไกลจากนิพพานหรือความหลุดพ้น การ
สวดมนต์ หรือ การให้ทาน เป็นเพียงบุญพิธีที่เป็นปัจจัยหนุนส่งต่อสวรรค์สมบัดเท่านั้น ยังไม่ใช่วิธี
จัดการกับความทุกข์อย่างถูกต้องตรงต่อรากเหง้าแห่งเหตุ การเจริญวิปัสสนาภาวนาต่างหากจึงจะ
สามารถจัดการกับความทุกข์ได้ตามคำสอนของพระพุทเจ้า

การพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นตามหลักพุทธศาสนา มีขั้นตอนการปฏิบัติไปตามลำดับ
ผู้หลุดพ้นแล้วโดยชอบ หมายถึง พระอรหันต์ ได้ชื่อว่า เป็นผู้มีความสำเร็จสูงสุด เพราะฝึกฝน อบรม
ตนไปถึงจุดหมายปลายทางอันเป็นแก่นแท้ของพระพุทธศาสนา บุคคลไม่บรรลุนิพพานทั้งหมด ผู้
ปฏิบัติชอบรู้เฉพาะธรรมที่ควรรู้อย่างยิ่ง คือกำหนดรู้ธรรมที่ควรกำหนดรู้ ละธรรมที่ควรละ เจริญธรรมที่
ควรเจริญ ทำให้แจ้งซึ่งธรรมที่ควรทำให้แจ้ง ย่อมบรรลุพระนิพพาน แนวทางการพัฒนาตนเพื่อ
ความหลุดพ้นมี ๓ อย่าง คือ (๑) ไตรสิกขา (๒) อริยมรรคมีองค์ ๘ (๓) ภาวนา ธรรมทั้งสามอย่างนี้
เรียกว่า ภาเวตัพพธรรม เพราะเป็นธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติหรือเป็นวิธีการที่จะทำ หรือดำเนินเพื่อให้
บรรลุจุดหมายแห่งการดับทุกข์ ดังพุทพจน์ที่ว่า

^{๒๙} ขุ.พุทฐ. (ไทย) ๓๓/๗๒-๗๔/๕๗๖-๕๗๗.

^{๓๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๐๗/๗๘-๗๙.

“ในหมู่มนุษย์ เหล่าชนผู้ไปถึงฝั่งโน้น มีจำนวนน้อย ส่วนหมู่อื่นนอกนี้
เลาะไปตามฝั่งนี้ทั้งนั้น ส่วนชนเหล่าใดประพฤติตามธรรม ในธรรมที่พระผู้มี
พระภาคตรัสไว้โดยชอบ ชนเหล่านั้นจักข้ามพินวัฏฏะ อันเป็นบ่วงมารที่ข้าม
ได้แสนยาก ไปถึงฝั่งโน้นได้”^{๓๑}

๓.๕.๑ ไตรสิกขา

ไตรสิกขา หรือ สิกขา ๓ หมายถึง ข้อที่จะต้องศึกษา, ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับศึกษา
คือ ผีกหัดอบรม กาย วาจา จิตใจ และปัญญา ให้ยิ่งขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน
ได้แก่ (๑) อธิศีลสิกขา หมายถึง สิกขาคือศีลอันยิ่ง, ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติ
อย่างสูง (๒) อธิจิตตสิกขา หมายถึง สิกขาคือจิตอันยิ่ง, ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมจิตเพื่อให้เกิด
คุณธรรม เช่น สมาธิอย่างสูง (๓) อธิปัญญาสิกขา หมายถึง สิกขาคือปัญญาอันยิ่ง, ข้อปฏิบัติสำหรับ
ฝึกอบรมปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง^{๓๒}

ไตรสิกขา คือ หลักการพัฒนาชีวิตเพื่อให้เป็นคนสมบูรณ์แบบ หลักคำสอนที่ครอบคลุม
หลักปฏิบัติธรรมทั้งหมดในพุทธศาสนาย่อมไม่พ้นไปจากไตรสิกขา ผู้ที่ปฏิบัติตามไตรสิกขาจะทำให้
เกิดพัฒนาการทางจิตเป็นขั้นๆ ได้แก่ โสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และ อรหันต์ ในแต่ละขั้น
สังโยชน์จะถูกทำลายลงตามลำดับจนหมดสิ้น บุคคลผู้ปฏิบัติสิกขา ๓ อย่าง มีศีลสิกขาเป็นต้น
ร่วมกัน ชื่อว่า สพรหมจารี^{๓๓} พระพุทธเจ้าทรงมีพุทธดำรัสว่า “ผู้ฉลาดในประโยชน์มุ่งหวังบรรลุ
สันตบพ ควรบำเพ็ญกรณียกิจ”^{๓๔} ในอรรถกถา ท่านอธิบายว่า สันตบพ เป็นชื่อของพระนิพพาน
ส่วนคำว่า ควรบำเพ็ญกรณียกิจ หมายถึง การศึกษาในไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และ ปัญญา^{๓๕}

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาปรินิพพานสูตร พระพุทธเจ้าได้ทรงเรียก
พระภิกษุทั้งหลายมาตรัสต่อหน้าพระอานนท์ว่า

“ศีลมีลักษณะอย่างนี้ สมาธิมีลักษณะอย่างนี้ ปัญญามีลักษณะอย่างนี้
สมาธิอันบุคคลอบรมโดยมีศีลเป็นฐาน ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ปัญญา
อันบุคคลอบรมโดยมีสมาธิเป็นฐาน ย่อมมีผลมากมีอานิสงส์มาก จิตอัน

^{๓๑} ชุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๘๕/๕๕.

^{๓๒} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๔๙,
(กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๖๐), หน้า ๕๖๑.

^{๓๓} พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท
ประยูรวงศ์พรินติ้ง จำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๔๘๘-๔๘๙.

^{๓๔} ชุ.ช. (ไทย) ๒๕/๑/๒๐.

^{๓๕} ชุ.ช.อ. (ไทย) -/๑/๓๔๔.

บุคคลอบรมโดยมีปัญญาเป็นฐาน ย่อมหลุดพ้นโดยชอบจากอาสวะทั้งหลาย
คือ กามาสวะ ภาวาสวะ และอวิชชาสวะ”^{๓๖}

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้แสดงทัศนะเรื่องไตรสิกขาไว้ในหนังสือชื่อ “พรหมวิหาร” พอสรุปได้ดังนี้ บุคคลผู้รอบรู้ในสิ่งที่ เป็นประโยชน์ หากประสงค์จะบรรลุพระ นิพพานอันเป็นแดนสงบ จะต้องอบรมสิกขาสาม คือ ศีล สมาธิ ปัญญา เพราะว่า ศีล สมาธิ ปัญญา มีประโยชน์อย่างยิ่งในการเดินทางออกจากสังสารวัฏ บุคคลจำเป็นต้องพัฒนาให้เจริญขึ้น อย่างน้อย ถ้าทำศีลให้บริบูรณ์ ก็จะไม่ตกอบาย ได้มาเกิดในโลกมนุษย์หรือเทวโลกอันเป็นสุคติภูมิ คือภูมิที่มี ความเป็นอยู่ที่ดีเป็นส่วนมาก ถ้าบรรลุฌานสมาบัติขั้นใดขั้นหนึ่ง ก็จะได้เลื่อนขึ้นไปอยู่ในพรหมภูมิที่ มีความสุขมากขึ้น และมีอายุที่ยืนยาวหลายกัป ถ้าบรรลุวิปัสสนาปัญญาถึงขั้นโสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล ก็จะพ้นจากอบายภูมิทั้ง ๔ โดยเด็ดขาด และได้บรรลุอรหัตตผลหลังจากที่เกิดใน สุคติภูมิอีกไม่เกิน ๗ชาติ ถ้าบรรลุอรหัตตมรรคอรหัตตผลในชาตินี้ ก็จะพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงใน สังสารวัฏ ไม่ต้องเกิดอีกต่อไป^{๓๗}

วศิน อินทสระ ได้แสดงทัศนะเรื่องการปฏิบัติธรรมในส่วนที่เกี่ยวกับไตรสิกขาไว้ใน หนังสือชื่อ “สิ่งที่ควรทำความเข้าใจกันใหม่เพื่อความถูกต้อง” พอสรุปได้ดังนี้ ความหมายที่แท้จริง ของการปฏิบัติธรรม มันพ่วงอยู่กับการศึกษาและการปฏิบัติซึ่งก็คือสิกขานั้นแหละ สิกขาถือเป็นตัว การศึกษา และศึกษาก็หมายถึงการปฏิบัติด้วย ถ้าเรียนอย่างเดียวท่านไม่ได้ใช้คำว่าสิกขา ท่านใช้คำ ว่าปริยัติ ปริยัตินั้นเรียนอย่างเดียว ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ แต่ถ้าสิกขานี้มันจะเป็นการปฏิบัติอยู่ในตัว สิกขาเป็นการทำความเข้าใจในสิ่งนั้นและปฏิบัติในสิ่งนั้น เช่น ศีลสิกขา สิกขาคือศีล ศึกษาในเรื่อง ศีล ศึกษาทำความเข้าใจในเรื่องศีล และปฏิบัติในเรื่องศีล...การศึกษาในความหมายที่แท้จริงทาง พุทธศาสนา คือ การเรียนรู้ ความเข้าใจ และการลงมือปฏิบัติให้เกิดผล^{๓๘}

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ได้กล่าวถึงความเป็นมาของสิกขา ๓ ตลอดถึง ความสำคัญในแง่มุมต่างๆ ไว้ในพระสูตรต่างๆ ทั้งนี้จากการศึกษาพบว่า

๑) ในวัชชีปุตตสูตร พระผู้มีพระภาคได้ตรัสตอบภิกษุวัชชีบุตรรูปหนึ่งที่กราบทูลว่าไม่ สามารถศึกษาในสิกขาบท ๑๕๐ ถ้วนนี้ได้ว่า

“เธอจงศึกษาในสิกขา ๓ คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญา สิกขา เมื่อใด เธอศึกษาอธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา เมื่อนั้น เธอผู้ศึกษาอธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขาอยู่ ก็จักละ

^{๓๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๕๕/๑๐๐.

^{๓๗} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), พรหมวิหาร, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสารสินไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒๔-๑๒๕.

^{๓๘} วศิน อินทสระ, สิ่งที่ควรทำความเข้าใจกันใหม่เพื่อความถูกต้อง, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทขุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๗), หน้า ๙๓.

ราคะ โทสะและโมหะได้ เพราะละราคะ โทสะ และโมหะได้ เธอจักไม่ทำ
กรรมที่เป็นอกุศล จักไม่ประพฤตีสั่งที่เลวทรามอีก”^{๓๙}

๒) ในเสกขสูตร ได้ชี้ให้เห็นใครบ้างที่ยังต้องศึกษาอยู่ ทำไมศึกษา ๓ จึงกลายมาเป็น
หัวใจหลักของการศึกษาทางพระพุทธศาสนา อะไรเป็นผลสูงสุดที่พึงหวังได้เกิดจากศึกษา ๓ นี้
ตลอดถึงลำดับขั้นตอนที่สำคัญก่อนจะถึงความหลุดพ้นมีอะไร พอสรุปได้ว่า ญาณในความสิ้นกิเลส
ย่อมเกิดขึ้นแก่พระเสขะ ผู้กำลังศึกษาและปฏิบัติตามทางสายตรงก่อน ลำดับต่อจากนั้นอรหัตตผล
จึงเกิด ต่อจากนั้น ญาณในความสิ้นไปแห่งภวสังโยชน์ว่า วิมุตติของเราไม่กำเริบ ย่อมเกิดขึ้นแก่ท่าน
ผู้หลุดพ้นด้วยอรหัตตผล^{๔๐}

๓) ในปฐมสิกขาสูตร, ทุตติสิกขาสูตร ตติยสิกขาสูตร ทั้งสามพระสูตร ได้กล่าวถึงศึกษา
๓ และ อริยบุคคล คือผลที่ได้รับจากการปฏิบัติตามศึกษา ๓ อีกทั้งยังได้แสดงถึงรายละเอียด
ประเภทของอริยบุคคลในแต่ละระดับต่างๆ ที่แยกย่อยลงไป สรุปสาระได้ว่า ศึกษา ๓ เป็นที่รวม
ของศึกษาบท ๑๕๐ ผู้ทำได้เพียงบางส่วนย่อมให้สำเร็จได้บางส่วน หมายถึง พระโสดาบันมีปกติทำ
ศีลให้บริบูรณ์ มีปกติทำสมาธิพอประมาณ มีปกติทำปัญญาพอประมาณ ละสังโยชน์เบื้องต้น
ได้ ๓ อย่างแรกได้ คือสักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส ไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่
จะสำเร็จสัมโพธิ ในวันข้างหน้า พระสกทาคามี ทำทุกอย่างได้เหมือนพระโสดาบัน และทำราคะ
โทสะ โมหะให้เบาบางลงได้ มาสู่โลกนี้อีกเพียงครั้งเดียวก็จะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ พระอนาคามี มี
ปกติทำสมาธิให้บริบูรณ์ มีปกติทำปัญญาพอประมาณ ละสังโยชน์เบื้องต้นที่เหลืออีก ๒ อย่างได้ คือ
กามฉันทะ และ พยาบาท จะปรินิพพานในชั้นสุทธาวาสภูมิ ไม่เวียนกลับมาอีก ส่วนพระอรหันต์เป็น
ผู้บำเพ็ญไตรสิกขาให้บริบูรณ์ได้ครบทั้งสามส่วน สามารถละสังโยชน์ทั้ง ๑๐ ประการได้หมด ทำให้
แจ้งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติอันไม่มีอาสวะเพราะอาสวะสิ้นไปด้วยปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ใน
ปัจจุบัน^{๔๑}

เมื่อมองในแง่วิทยาศาสตร์ ผู้วิจัยเห็นว่า ศึกษา ๓ หรือไตรสิกขา นับว่าเป็นนวัตกรรม
อันล้ำค่าที่พระพุทธเจ้าทรงคิดค้นและนำมาสั่งสอนในฐานะเป็นเครื่องมือในการพัฒนาตนอย่าง
บูรณาการครอบคลุมทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของมนุษย์ ไม่ว่าจะกล่าวถึงเรื่องราวในแง่มุมไหน
ที่ข้องเกี่ยวกับเรื่องของคนก็ไม่พ้นไปจากศึกษา ๓ นี้ ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย
มหานามสูตร พระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า “อริยสาวกผู้ได้บรรลุอริยผลแล้ว เป็นผู้รู้ชัดศาสนาแล้ว”^{๔๒}
ในอรรถกถา ท่านได้ขยายความว่า รู้ชัดศาสนา หมายถึง รู้แจ้งไตรสิกขา คือ อธิศีลสิกขา
อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา^{๔๓} ด้วยเหตุนี้ การบำเพ็ญไตรสิกขา ท่านจึงจัดว่าเป็น

^{๓๙} อจ.ติก. (ไทย) ๒๐/๘๕/๓๑๑.

^{๔๐} อจ.ติก. (ไทย) ๒๐/๘๖/๓๑๒.

^{๔๑} ดูรายละเอียดใน อจ.ติก. (ไทย) ๒๐/๘๗-๘๙/๓๑๒-๓๑๘.

^{๔๒} อจ.ฉก. (ไทย) ๒๒/๑๐/๔๒๑.

^{๔๓} อจ.ฉก.อ.๓/๑๐/๑๓๘.

สิกขานุตตริยะะ คือ การศึกษาอันยอดเยี่ยม ผู้ที่อยู่จบไตรสิกขาแล้ว หมายถึง ผู้สำเร็จการศึกษาขั้นสูงสุดในพุทธศาสนา คือ พระอรหันต์ ไม่มีอะไรต้องศึกษาเรียนรู้อีกต่อไป จึงได้ชื่อว่า อเสขะ

การฝึกฝน อบรม พัฒนาดนในทางพระพุทธศาสนาต้องกระทำในลักษณะสอดคล้องกันระหว่าง ศีล สมาธิ และปัญญา และดำเนินไปพร้อมกันในรูปกระบวนการ จึงจะยังผลลัพธ์ให้เกิดชีวิตที่ดีและประเสริฐจนถึงขั้นสูงสุด คือ หลุดพ้นจากความทุกข์ในวัฏสงสารไปได้ โดยมีศีลเป็นเครื่องมือในการฝึกฝน อบรม ปฏิบัติ เพื่อให้กาย วาจา เกิดความสะอาดเรียบร้อย สมาธิเป็นเครื่องมือในการฝึกฝน อบรม ปฏิบัติ เพื่อให้จิตใจสงบตั้งมั่นเป็นหนึ่งเดียว และเป็นบาทฐานของปัญญาต่อไป ส่วนปัญญาเป็นเครื่องมือในการฝึกฝน อบรม ปฏิบัติ เพื่อให้เกิดความรู้อย่างพิเศษที่เรียกว่า ญาณทัสสนะ

พระพุทธโฆสาจารย์ ได้กล่าวถึงเหตุของความเป็นอริยบุคคลที่เกี่ยวข้องกับศึกษา ๓ ไว้พอสรุปได้ว่า เหตุของความเป็นพระโสดาบันและพระสกทาคามี แสดงไว้ด้วยศีล เพราะพระโสดาบันและพระสกทาคามีได้รับการตรัสว่า สีเลสุ ปริปุรการี หมายถึงผู้บำเพ็ญศีลบริบูรณ์ เหตุของความเป็นพระอนาคามี แสดงไว้ด้วยสมาธิ เพราะพระอนาคามีได้รับการตรัสว่า สมาธิมิตี ปริปุรการี หมายถึงผู้บำเพ็ญสมาธิสมบูรณ์ และเหตุของความเป็นพระอรหันต์ แสดงไว้ด้วยปัญญา เพราะพระอรหันต์ได้รับการตรัสว่า ปญญาย ปริปุรการี หมายถึงผู้บำเพ็ญปัญญาบริบูรณ์^{๔๔}

ในขั้นตอนปฏิบัติจะต้องทำงานร่วมกันพร้อมกันไป ใน ศีล สมาธิ และปัญญา ไม่ใช่เจริญคนละครั้ง ต้องเจริญไปพร้อมกันในระหว่างการทำปฏิบัติ ไม่ว่าจะปัญญาที่เกิดขึ้นพร้อมกับการปฏิบัติสมาธิ ไม่ว่าจะเกิดกัณฐกตาสมาธิที่เกิดก็เกิดร่วมกับวิปัสสนาปัญญา หรือสมาธิกับปัญญาในมหากุศลญาณสัมปยุตตจิตตูปบาทดวงนั้น ต่างก็เป็นอุปการะแก่กันและกันโดยอัญญมัญญปัจจัย ศีลซึ่งเป็นตัวสังวรก็สามารถประหาณกิเลสอย่างหยาบได้ ในขณะที่สมาธิก็เป็นอธิจิต สามารถประหาณนิรวณอันเป็นกิเลสอย่างหยาบได้ ในขณะที่ปัญญาเป็นอธิปัญญาสามารถประหาณอนุสัยคือกิเลสอย่างละเอียดได้ ในขณะที่ไตรสิกขาจะทำงานพร้อมกันในอารมณ์เดียวเป็นเอกสมังคคี

สรุปได้ว่า ไตรสิกขา คือ กระบวนการศึกษาในการพัฒนาตนเองของมนุษย์ เพื่อให้ชีวิตของตนดำเนินไปสู่ความสมบูรณ์ คือ ภาวะที่เป็นผู้มีวิชา ด้วยข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับฝึกอบรมพัฒนากาย วาจา จิตใจ และปัญญา ให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไปจนบรรลุเป้าหมายของชีวิตสูงสุด คือ ความหลุดพ้น หรือนิพพาน

๓.๕.๒ อริยมรรคมีองค์ ๘

อริยมรรค แปลว่า หนทางของผู้ไกลจากกิเลส ทางอันประเสริฐ อริยมรรคมีองค์ ๘ หมายถึง แนวทางดำเนินชีวิตอันประเสริฐ เป็นทางสายกลางที่ไม่ตั้งหรือหย่อนจนเกินไปที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา เป็นทางสายใหม่ที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงค้นพบ เป็นธรรมที่ควร

^{๔๔} พระพุทธโฆสาจารย์, วิสุทธิมรรค ฉบับแปลและอธิบาย เล่ม ๑, แปลและอธิบายโดย พระคันธสาราภิวังค์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๘), หน้า ๒๗.

เจริญ^{๔๕} เป็นปฏิปทาเพื่อสํารอราคะ^{๔๖} เป็นปฏิปทาเพื่ออนุปาทาปรินิพพาน หมายถึง ความดับไม่มีเชื้อ^{๔๗} อันทำให้ผู้ฝึกฝน อบรม พัฒนาค้น พ้นจากความเป็นปุถุชน บรรลุถึงความ เป็นพระอรียเจ้า เป็นหนทางนำพาตนออกจากวัฏสงสารนี้ ไปสู่ภาวะหลุดพ้นเป็นอิสระจากกิเลส และกองทุกข์ทั้งปวง ปฏิปทาที่จะให้ถึงพระนิพพานอันประเสริฐนั้น มีอยู่เฉพาะในพระพุทศาสนาเท่านั้น ความวิเศษสุดของพระศาสนาอยู่ตรงที่มีปฏิปทาไปสู่พระนิพพานนี้เอง ดังปรากฏในธัมมจักกัปปวัตนสูตรที่พระผู้มีพระภาคได้แสดงปฐมเทศนาแก่ปัญจวัคคีย์ไว้ดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย มัชฌิมาปฏิปทาที่ตถาคตได้ตรัสรู้แล้ว อันเป็นปฏิปทา ก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อ ความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ นี้แหละ คือ (๑) สัมมาทิฏฐิ หมายถึง การเห็นชอบ (๒) สัมมาสังกัปปะ หมายถึง การดำริชอบ (๓) สัมมาวาจา หมายถึง การเจรจาชอบ (๔) สัมมากัมมันตะ หมายถึง การกระทำชอบ (๕) สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ (๖) สัมมาวายามะ หมายถึง การพยายามชอบ (๗) สัมมาสติ หมายถึง การระลึกชอบ (๘) สัมมาสมาธิ หมายถึง การตั้งจิตมั่นชอบ”^{๔๘}

มรรค ที่เรียกเต็มว่า มรรคมีองค์ ๘ นั้น คือรวมข้อปฏิบัติทั้งหมดในพระพุทศาสนา และองค์ ๘ ของมรรคนั้น ก็จัดได้เป็น ๓ ชั้น คือ ๓ หมวด ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา ทั้งนี้โดยจัด สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ เข้าเป็นหมวดศีล จัด สัมมาวายามะ สัมมาสติ และ สัมมาสมาธิ เข้าเป็นหมวดสมาธิ จัดสัมมาทิฏฐิ และสัมมาสังกัปปะ เข้าเป็นหมวดปัญญา^{๔๙} ในเวลา จะฝึกปฏิบัติกันจริงจัง ก็ฝึก ก็ศึกษากันใน ๓ อย่าง คือ ศีล สมาธิ ปัญญา โดยจัดเป็นระบบ การศึกษาที่เรียกว่า ไตรสิกขา แปลว่า สิกขา ๓ คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา เรียกว่า กัว่า ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นอันว่า การปฏิบัติ การฝึก การหัด การพัฒนาคน การดำเนิน ชีวิตที่ดำรงมา ตลอดจนปฏิปทาที่จะให้ถึงนิพพาน ทั้งหมดทั้งสิ้น ก็อยู่ใน ๓ หมวดแห่ง ศีล สมาธิ ปัญญา ที่มาจากมรรคมีองค์ ๘ นั้นเอง^{๕๐}

อธิศีลสิกขา	อธิจิตตสิกขา	อธิปัญญาสิกขา
สัมมาวาจา	สัมมาวายามะ	สัมมาทิฏฐิ
สัมมากัมมันตะ	สัมมาสติ	สัมมาสังกัปปะ
สัมมาอาชีวะ	สัมมาสมาธิ	

^{๔๕} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๕/๓๖.

^{๔๖} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๑/๓๙.

^{๔๗} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๘/๔๑.

^{๔๘} วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๓/๒๐-๒๑.

^{๔๙} สมเด็จพระพุทธิโชษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๕๔๕.

^{๕๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๑๙.

พระพุทธศาสนามีหลักการสำคัญอันหนึ่งที่เรียกว่า ธัมมานุธัมมปฏิปัตติ แปลอย่างสับสนกันมาว่า ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ความเข้าถึงสุตตะ^{๕๑} แปลตามความหมายว่า ปฏิบัติธรรมน้อยค่อยแก่ธรรมใหญ่ หรือปฏิบัติธรรมหลักย่อยค่อยตามหลักใหญ่ แปลง่ายๆ ว่า ปฏิบัติธรรมถูกหลัก คือ ทำให้ข้อปฏิบัติย่อย เข้ากันได้ สอดคล้องกัน และส่งผลแก่หลักการใหญ่ เป็นไปเพื่อจุดหมายที่ต้องการ ธัมมานุธัมมปฏิปัตติเป็นสิ่งสำคัญมาก อาจเรียกได้ว่า เป็นตัวตัดสินว่าการปฏิบัติธรรม หรือการกระทำนั้นๆ จะสำเร็จผลบรรลุจุดหมายได้หรือไม่^{๕๒} การเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นการดำเนินปฏิปทาที่เป็นธรรมน้อยค่อยตามนิพพานธรรมซึ่งเป็นโลกุตระ ซึ่งว่า ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ผู้แสวงหาความหลุดพ้นจำเป็นต้องเดินบนทางนี้ จึงจะไปถึงเป้าหมายสูงสุดทางพุทธศาสนาได้ เพราะญาณในอริยมรรค หรือที่เรียกว่า มัคคญาณ ถือว่าเป็นปัญญาสูงสุดที่สามารถกำจัดกิเลสเป็นเหตุให้บรรลุความเป็นอริยบุคคลชั้นหนึ่งๆ อริยมรรคมีองค์ ๘ ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมให้ถึงนิพพาน มีนิพพานเป็นเบื้องหน้า มีนิพพานเป็นที่สุด^{๕๓} ย่อมเป็นไปเพื่อถึงฝั่งโน้นจากฝั่งนี้^{๕๔} อริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นทางที่ให้ถึงอมตะ^{๕๕} อริยมรรคมีองค์ ๘ อันบุคคลเหล่าใดเหล่าหนึ่งพลาดแล้ว อริยมรรคมีองค์ ๘ ที่ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ ก็ชื่อว่าเป็นอันบุคคลเหล่านั้นพลาดแล้ว อริยมรรคมีองค์ ๘ อันบุคคลเหล่าใดเหล่าหนึ่งปรารภแล้ว อริยมรรคมีองค์ ๘ ที่ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ ก็ชื่อว่าเป็นอันบุคคลเหล่านั้นปรารภแล้ว”^{๕๖} ด้วยเหตุนี้ ย่อมกล่าวได้ว่า อริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นปัจจัยชี้วัดความสำเร็จเป้าหมายปลายทางแห่งพระพุทธศาสนา ที่สำเร็จก็เพราะปรารภดีแล้ว ที่ไม่บรรลุก็ถือว่าพลาดแล้วนั่นเอง

จากการศึกษา ผู้วิจัยพบว่าเหตุที่อริยมรรคมีองค์ ๘ จึงเริ่มต้นด้วยสัมมาทิฐิ เนื่องจาก สัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะ ต่างก็สงเคราะห์เข้าในอริปัญญา แต่สัมมาทิฐิคือความเห็นชอบย่อมสำคัญกว่า พระพุทธเจ้าทรงตรัสสัมมาทิฐิคือปัญญาขึ้นก่อน เพราะมุ่งไปที่การดับทุกข์เป็นสำคัญ ถ้าหากเอาตัวอื่นขึ้นก่อนปัญญา อาจทำให้ปฏิบัติหลงทางได้ง่าย พระพุทธเจ้าทรงเป็นเจ้าของธรรมหรือที่เรียกว่า ธรรมสามี^{๕๗} ย่อมทรงเล็งเห็นลำดับความสำคัญว่าอะไรควรอยู่ก่อนหลัง และคำนึงถึงประโยชน์สูงสุดของผู้ฟังธรรมที่จะได้รับ ดังตัวอย่างที่เห็นได้ชัดเจน พระปัญญาวัชคีย์นั้นย่อมเข้าใจในด้านศีลและสมาธิอยู่แล้ว เพียงแต่ยังขาดปัญญานำทางจึงทำให้หลงเดินทางผิดไป เพราะเห็นว่าการทรมานตนเป็นหนทางนำพาไปสู่ความหลุดพ้น

^{๕๑} คุรยละเอียดใน อภิ.ปุ. (ไทย) ๓๖/๑๘๙/๒๑๖-๒๑๗.

^{๕๒} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, หน้า ๖๓๖.

^{๕๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐/๑๔-๑๕.

^{๕๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๔/๓๓.

^{๕๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๗/๑๐.

^{๕๖} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๓/๓๒.

^{๕๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๗, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พลีธัมม์, ๒๕๕๙), หน้า ๑๔๙.

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มัคควรรค ได้กล่าวถึงพระพุทธรูปเจ้าว่าทรงเป็นมัคคุเทศก์นำทางเหล่าเวไนยสัตว์ให้พ้นทุกข์ โดยพระผู้มีพระภาคทรงมีพุทธรูปเจ้าว่า

“บรรดามรรค มรรคมืองค์ ๘ ประเสริฐที่สุด... ทางเพื่อความหมดจดแห่งทัสสนะ คือทางนี้เท่านั้น มิใช่ทางอื่น... เธอทั้งหลายดำเนินไปตามทางนี้แล้ว จักทำที่สุดแห่งทุกข์ได้... เธอทั้งหลายควรทำความเพียรเองเถิด ตถาคตเป็นเพียงผู้ชี้บอกเท่านั้น ผู้บำเพ็ญภาวนา ดำเนินตามทางนี้แล้ว เฟ่งพินิจอยู่ จักพ้นจากเครื่องผูกแห่งมารได้”^{๕๘}

กล่าวโดยสรุป อริยมรรคมีองค์แปด เป็นทางสายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทา) คือทางที่นำไปสู่การพ้นทุกข์ ที่พระพุทธรูปเจ้าได้ทรงตรัสรู้แล้ว ด้วยปัญญาอันยิ่ง ทำญาณให้เกิด ย่อมเป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้อยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๓.๕.๓ ภาวนา

ได้แก่ (๑) สมถะและวิปัสสนา (๒) สมถภาวนา และ (๓) วิปัสสนาภาวนา

การสร้างกุศล หรือ ที่ตั้งแห่งการทำบุญในทางพระพุทธศาสนามี ๓ อย่าง คือ (๑) ทาน (๒) ศีล และ (๓) ภาวนา รวมเรียกว่า บุญกิริยาวัตถุ ๓ ภาวนามัย หมายถึง บุญสำเร็จด้วยการเจริญภาวนา คือ การฝึกอบรมจิตใจ เจริญปัญญา ซึ่งมีชื่อเรียกเฉพาะว่า ภาวนามยปัญญา เพราะเป็นปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติโดยตรง อานิสงส์แห่งกุศลในการเจริญภาวนาเป็นการสร้างบุญบารมีที่สูงที่สุดและยิ่งใหญ่ที่สุดในพระพุทธศาสนา จัดว่าเป็นแก่นแท้ และสูงกว่าการให้ทาน หรือ การรักษาศีล เพราะเป็นการระงับถ่ายถอนกิเลส และกำจัดความไม่รู้ หรือวิชาที่ห่อหุ้มจิตใจเราเอาไว้ ทำให้เกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริงของสรรพสิ่งที่ดำเนินไปในชีวิต และนำพาตนหลุดพ้นจากทุกข์ไปได้ อาจกล่าวได้ว่า การเข้าถึงพระพุทธศาสนาที่แท้จริงต้องลงมาสู่ขั้นตอนของภาวนา ด้วยการลงมือปฏิบัติ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่าออกจากปริยัติมาสู่ปฏิบัติ ท่านกล่าวว่า ภาวนาเป็น บุญสายตรง หรือ บุญพุทธประสงค์ ที่ระงับขจัดขจัดเกลากิเลสได้อย่างมีประสิทธิภาพกว่าทานและศีล เมื่อภาวนาระงับขจัดขจัดเกลากิเลสได้ดีกว่าทานและศีล ภาวนาก็ย่อมเกิดบุญผลานิสงส์มากกว่าทานและศีลอย่างแน่นอน^{๕๙}

ภาวนา แปลว่า การเจริญ การอบรม การทำให้มีให้เป็นขึ้น คือ การอบรมกาย, การอบรมจิต และการอบรมปัญญา^{๖๐} หมายถึง การทำจิตใจให้สงบและทำปัญญาให้เกิดขึ้น ด้วยการฝึกฝนอบรมจิตไปตามแบบที่ท่านกำหนดไว้ ซึ่งเรียกชื่อไปต่างๆ เช่น การบำเพ็ญกรรมฐาน การทำสมาธิ การเจริญภาวนา การเจริญจิตภาวนา

^{๕๘} ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๗๓-๒๗๖/๑๑๗.

^{๕๙} พระมหาอุเทน ปัญญาปริพัทธ์, วิปัสสนาสาธิต แสดงบูรพกิจและวิปัสสนาวิธี สำหรับผู้เริ่มปฏิบัติธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๙๐.

^{๖๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๒.

พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช) ได้แสดงทัศนะความหมายของ “ภาวนา” ไว้ในหนังสือชื่อ “พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์” ตามหลักพระบาลี ดังต่อไปนี้

ภาวนา หมายถึง ภาวนา, การเจริญ, การทำให้มีให้เป็นขึ้น มีวจนัตถะว่า ภาเวตีติ ภาวนา คุณชาติที่ยังกุศลให้มีขึ้น (ภู ธาตุในความหมายว่ามี, เป็น ยุ ปัจจัย อา อิต., พุทธิ อู เป็น โอ , แปลง โอ เป็น อาว, ยุ เป็น อน)^{๖๑}

วรรณสิทธิ ไวทยะเสวี ได้ให้ความหมายของคำว่า “ภาวนา” ไว้ในหนังสือชื่อ “คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๙ ก็มีภูฐานสังคหวิภาค” ดังต่อไปนี้

คำว่า “ภาวนา” แปลว่า ธรรมที่ควรเจริญ คือทำให้เกิดขึ้นบ่อยๆ ในสันดานของตน มีวจนัตถะว่า ภาเวตพุพาทิ = ภาวนา แปลความว่า “ธรรมที่บัณฑิตทั้งหลาย พึงทำให้เกิดขึ้นครั้งแรกและครั้งหลังๆ ให้ติดต่อกันเป็นนิตย์ จนถึงความเจริญขึ้น ธรรมนี้ ชื่อว่า “ภาวนา”^{๖๒}

๑) สมถะและวิปัสสนา

ในทางพระพุทธศาสนากล่าวว่า ภาวนามี ๒ อย่าง ได้แก่ (๑) สมถภาวนา เป็นการฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิจากกิเลสนิวรณ์ (๒) วิปัสสนาภาวนา เป็นการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงปัญญาให้เห็นแจ้ง เพื่อให้รู้เหตุผลของสภาวะธรรมตามความเป็นจริง สมถะและวิปัสสนาเป็นธรรม ๒ อย่างที่ควรเจริญ^{๖๓} พึงทราบว่าการมรรฐานแห่งสมถภาวนา ชื่อว่า สมถกรรมฐาน และกรรมฐานแห่งวิปัสสนาภาวนา ชื่อว่า วิปัสสนากรรมฐาน สมถะ คือ คุณธรรมอันระงับกิเลสหรือธรรมหยาบอย่างอื่นมิวิตก เป็นต้น หมายถึงสมาธิที่เรียกว่า เอกัคคตา อันเป็นไปอย่างนั้น ส่วนวิปัสสนา คือ ปัญญาที่รู้แจ้งไตรลักษณ์ หมายถึง ภาวนาปัญญาที่มีการหยั่งเห็นความไม่เที่ยงเป็นต้น ล่วงพ้นความเป็นสตรีและบุรุษ ทั้งความเที่ยงและความสุขเป็นต้น ซึ่งมหาชนในโลกรู้เห็นกันในขั้นทั้งหลาย

การเจริญสมถะย่อมตั้งอยู่ในอารมณ์ มีกสิณ เป็นต้น ส่วนการเจริญวิปัสสนาย่อมตั้งอยู่ในรูปนาม จึงชื่อว่า ฐาน (ฐานะ) ที่แปลว่า ที่ตั้ง และ กมม แปลว่า การกระทำ ดังนั้นกรรมฐาน หรือ กัมมภูฐาน จึงแปลว่า เป็นที่ตั้งแห่งการเจริญสมถะและวิปัสสนา สมถภาวนาถือเอาโลกบัญญัติเป็นอารมณ์ เช่น ภาวนาปฐวีกสิณ อาโปกสิณ ฯลฯ เป็นต้น จนจิตนั้นสงบจากนิวรณ์ธรรม เป็นเอกัคคตาสมาธิ ส่วนวิปัสสนาภาวนานั้นถือเอาปรมัตถสภาวะเป็นอารมณ์ ถือเอาสภาวะขั้นธ ายตนะ ธาตุ เป็นอารมณ์ ย่อลงเหลือรูปกับนาม มีจิต เจตสิก เป็นเครื่องรองรับ มีเกิด มีดับ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

^{๖๑} พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๕๘), หน้า ๖๕๓.

^{๖๒} วรรณสิทธิ ไวทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๙ ก็มีภูฐานสังคหวิภาค, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพยวิสุทธ, ๒๕๕๗), หน้า ๙.

^{๖๓} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๕/๓๕.

สมณะและวิปัสสนาเป็นทางที่ให้ถึงอสังขตธรรม อันได้แก่ ความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ และความสิ้นโมหะ^{๖๔} สมณะและวิปัสสนาเป็นฝ่ายวิชชา สมณะที่เจริญแล้วทำให้จิตเจริญ จิตที่เจริญแล้ว ย่อมละราคะได้ เมื่อสำรอกราคะได้แล้วจึงมี “เจโตวิมุตติ” ส่วนวิปัสสนาที่เจริญแล้วย่อมทำให้ปัญญาเจริญ ปัญญาที่เจริญแล้วย่อมละอวิชชาได้ เมื่อสำรอกอวิชชาได้แล้วจึงมี “ปัญญาวิมุตติ”^{๖๕} กล่าวอีกนัยหนึ่งได้ว่า การปฏิบัติสมณกัมมัฏฐานเป็นการเดินทางอ้อม คือ ต้องปฏิบัติเพื่อบรรลุมรรคและสมาบัติเสียก่อนแล้วเอาฌานสมาบัตินั้นเป็นบาทฐานรองรับยกขึ้นสู่วิปัสสนา เพื่อบรรลุมรรคผลนิพพานอีกต่อหนึ่ง ซึ่งท่านเรียกผลในการบรรลุนั้นว่า เจโตวิมุตติ ส่วนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นการเดินทางลัด หรือทางตรง ไปสู่เป้าหมายปลายทาง คือ มรรค ผล นิพพานเลยทีเดียว ซึ่งท่านเรียกการบรรลุนั้นว่า ปัญญาวิมุตติ^{๖๖}

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มหาวัจจโคตตสูตร พระผู้มีพระภาคได้ตรัสกับวัจจโคตรปริพาชกผู้เป็นพระอริยบุคคลชั้นโสดาบัน สกทาคามี อนาคามี บรรลุแล้วด้วยญาณของพระเสขะ และด้วยวิชชาของพระเสขะ ที่มาเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า แล้วขอให้พระองค์สอนธรรมที่สูงขึ้นไป คือ อรหัตตมรรค อรหัตตผล พระพุทธองค์ตรัสสอนดังนี้ว่า “ถ้าเช่นนั้น เธอก็เจริญสมณวิปัสสนานี้แหละ ให้เจริญสมณวิปัสสนาให้ยิ่งขึ้นไป เพราะทางอื่นไม่ใช่เป็นทางที่จะปฏิบัติ ก็มีทางนี้ทางเดียว คือ เจริญสมณวิปัสสนา เมื่อมีความพากเพียรยิ่งขึ้น เธอก็จะได้มีโอกาสได้เจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ เกิดขึ้น”^{๖๗} ซึ่งต่อมาท่านพระวัจจโคตรได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์องค์หนึ่งในบรรดาพระอรหันต์ทั้งหลาย

ความแตกต่างระหว่างสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน คือ สมถกรรมฐานหมายถึงกรรมฐานเป็นอุบายสงบใจ โดยมีกรรมฐาน ๔๐ กองเป็นอารมณ์ ส่วนวิปัสสนากรรมฐานหมายถึง กรรมฐานเป็นอุบายเรื่องปัญญา มีปรมัตถเป็นอารมณ์ ท่านว่า บุคคลผู้มีตัณหาจริต ที่ชอบเพเลียดเพเลียดในกามคุณ (กามสุขัลลิกานุโยค) ต้องแก้ด้วยแนวทางสมณะ ส่วนบุคคลผู้มีทิฏฐิจริต ชอบทรมานตนให้ลำบาก (อตตกิลมถานุโยค) ต้องแก้ด้วยแนวทางวิปัสสนา เมื่อจิตฟุ้งซ่าน ก็เป็นกาลแห่งสมณะ เมื่อจิตตั้งมั่น ก็เป็นกาลแห่งวิปัสสนา สมณะระงับกิเลสเป็นบุญตั้งแต่เริ่มเจริญภาวนา ยิ่งเมื่อบรรลุสมาธิขั้นสูงก็ยิ่งได้บุญมาก เพราะระงับกดข่มกิเลสลงเสียได้ แต่วิปัสสนากลับได้บุญมากยิ่งขึ้นกว่า เพราะสมณะเป็นวิภูฏคามินีกุศลวนเวียนอยู่ในสังสารวัฏ แม้จะพาไปเกิดในพรหมโลก ก็ยังหนีไม่พ้นยังต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีก เมื่อถึงคราวสิ้นอายุขัย แต่วิปัสสนาเป็นวิภูฏคามินีกุศลพาออกไปจากสังสารวัฏไม่กลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีก นำพาไปถึงโลกุตระภูมิ พันทุกข้อย่างสิ้นเชิง^{๖๘}

^{๖๔} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๖๗/๔๔๙.

^{๖๕} อจ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๒/๗๖.

^{๖๖} ธนิต อยุโพธิ์, วิปัสสนานิยาม ว่าด้วยทฤษฎีและการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๖๐-๖๑.

^{๖๗} คุรายละเอียดยใน ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๙๗-๑๙๘/๒๓๕-๒๓๘.

^{๖๘} พระมหาอุเทน ปัญญาปริทัตต์, วิปัสสนาสาธิต แสดงบุรพกิจและวิปัสสนาวิธี สำหรับผู้เริ่มปฏิบัติธรรม, หน้า ๘๘-๘๙.

ผลการเจริญสมถภาวนา จะทำให้บรรลุถึงฌาน อภิญญาได้ แต่จะหยุดเพียงระดับอัปนาสมาธิ ไปไม่ถึงขั้นปัญญาที่จะประหารกิเลส ยังไม่บรรลุธรรม ผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐานที่ปรารถนาบรรลุธรรม ผล นิพพาน จะต้องเจริญวิปัสสนาต่อไปอีก เป็นการใช้สมาธิหรือสมถะเป็นบาทของวิปัสสนา ที่เรียกว่าสมถยานิก ส่วนการเจริญวิปัสสนาภาวนา เป็นการกำหนดรู้รูปนามเป็นอารมณ์ จนเกิดปัญญาเห็นไตรลักษณ์ ญาณปัญญาปรากฏถึงขั้นสังขารุเปกขาญาณ เมื่อนั้นจิตจะรวมตัวมีกำลังสมาธิเกิดขึ้น จึงกล่าวได้ว่า ผู้เจริญวิปัสสนาก็มีผลสำเร็จของสมถะเกิดขึ้นด้วย หรือพระอรหันต์ที่สำเร็จโดยการเจริญวิปัสสนาล้วนๆ เมื่อสำเร็จแล้วก็หันกลับมาเจริญสมถะเพื่อประโยชน์แห่งการเข้านิโรธสมาบัติ^{๖๙}

สรุปได้ว่า สมถะและวิปัสสนาเป็นการปฏิบัติธรรมวิธีหนึ่ง เมื่อเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไป ย่อมมีรสเป็นอย่างเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเลยกันด้วยมีสภาวะหลุดพ้นคู่กัน คือเมื่อละอุทธัจจะ จึงมีสมาธิคือความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่าน หลุดพ้นจากกามาสวะ มีนิโรธเป็นโคจร เมื่อละอวิชชา จึงมีวิปัสสนาเพราะมีสภาวะพิจารณาเห็น หลุดพ้นจากอวิชชาสวะ มีนิโรธเป็นโคจร ชื่อว่าเจโตวิมุตติ เพราะมีสภาวะปราศจากราคะ ชื่อว่าปัญญาวิมุตติ เพราะมีสภาวะปราศจากอวิชชา

๒) สมถภาวนา หรือ สมถกรรมฐาน

สมถะ แปลว่า สงบ มีความหมาย ๓ ประการ คือ (๑) สงบจากกิเลสนิวรณ์ (๒) สงบตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์อันเดียว หรือที่เรียกว่า เอกัคคตจิต (๓) สงบลงจากองค์ฌานชนิดหยาบ ส่วนกัมมัฏฐาน หรือ กรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้งของการกระทำคือความเพียร สมถกัมมัฏฐาน จึงหมายถึงกรรมฐานเพื่อการทำจิตให้สงบเป็นสมาธิ ลักษณะของสมาธิโดยทั่วไป คือ สมาธิมีความไม่ฟุ้งซ่านเป็นลักษณะ มีการกำจัดความฟุ้งซ่านเป็นรส คือเป็นกิจ มีความไม่กระเพื่อมของจิตเป็นเครื่องปรากฏ มีสุขเป็นบรรทัดฐานคือเหตุไถ่ ด้วยเหตุนี้ บ้างจึงเรียกสมถภาวนาว่า สมาธิภาวนา

สมาธิที่สามารถทำให้จิตสงบจากนิวรณ์ได้ต้องเป็น มหัคคสมถะ ซึ่งหมายถึง การเจริญสมถภาวนาที่เข้าถึงอัปนาภาวนา คือ เข้าถึงมหัคคตฌาน เพราะองค์ฌานที่ประกอบด้วยมหัคคตจิต จะมีกำลังมาก สามารถข่มนิวรณ์ได้ด้วยวิชฌมณปหาน^{๗๐}

สมถกรรมฐานมี ๗ หมวด เมื่อว่าโดยอารมณ์มี ๔๐ อย่าง ได้แก่

หมวดที่ ๑ กสิณ ๑๐	กัมมัฏฐานว่าด้วย ทั้งสิ้น
หมวดที่ ๒ อสุภะ ๑๐	กัมมัฏฐานว่าด้วย ไม่สวยไม่งาม
หมวดที่ ๓ อนุสสติ ๑๐	กัมมัฏฐานว่าด้วย ตามระลึก

^{๖๙} พระวิสุทธิวารสารณ์ (ธรรมรัตน์ กิตติภทโท), คู่มือการปฏิบัติสมถวิปัสสนากรรมฐาน, (ม.ป.ท.), หน้า ๑๒๗.

^{๗๐} วรณสิทธิ ไวทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๙ กัมมัฏฐานสังคหวิภาค, หน้า ๑๑.

หมวดที่ ๔ อัมปมัญญา ๔	ก็มีมัญญานว่าด้วย แฝไปไม่มีประมาณ
หมวดที่ ๕ อรูป ๔	ก็มีมัญญานว่าด้วย อรูปก็มีมัญญาน
หมวดที่ ๖ อาหารปฏิกุศลสัญญา ๑	ก็มีมัญญานว่าด้วย หมายถึงรู้ความปฏิกุศลใน อาหาร
หมวดที่ ๗ จตฺธาตุวตฺถานะ ๑	ก็มีมัญญานว่าด้วย กำหนดธาตุทั้ง ๔

๒.๑) กสิณ ๑๐^{๗๑} คือ วัตถุสำหรับเพ่งให้จิตเป็นสมาธิ ที่ว่าด้วยทั้งสี่นี้ หมายความว่า เช่น เพ่งปฐวีกสิณ ก็เหมือนกับว่าเพ่งดินทั้งหมด การเพ่งกสิณนี้ทำให้กิเลสนิวรณ์สงบระงับ สามารถทำให้สมาธิจิตเกิดได้ ตั้งแต่ปฐมฌานจนถึงปัญจฌาน และเป็นกรรมฐานที่ทำให้ถึงฌานเร็วกว่ากรรมฐานอื่นๆ มี ๑๐ อย่าง คือ

- | | |
|----------------------------|------------------------------|
| ๑. ปฐวีกสิณ (เพ่งดิน) | ๒. อาโปกสิณ (เพ่งน้ำ) |
| ๓. เตโชกสิณ (เพ่งไฟ) | ๔. วาโยกสิณ (เพ่งลม) |
| ๕. นิลกสิณ (เพ่งสีเขียว) | ๖. ปิตกสิณ (เพ่งสีเหลือง) |
| ๗. โลหิตกสิณ (เพ่งสีแดง) | ๘. โอทาทกสิณ (เพ่งสีขาว) |
| ๙. อากาสกสิณ (เพ่งที่ว่าง) | ๑๐. อาโลกกสิณ (เพ่งแสงสว่าง) |

๒.๒) อสุภะ ๑๐^{๗๒} คือ สภาพที่ไม่สวยงาม วัตถุที่ใช้ในการเพ่งอารมณ์หมายถึงซากศพในสภาพต่างๆ เพราะมุ่งหมายเอาความเปลี่ยนแปลงแห่งร่างกายของคนตายไปแล้วเท่านั้น มี ๑๐ อย่าง

- | | |
|--|----------------------------------|
| ๑. อุทฺธุมาทกะ (ศพที่พองอืด) | ๒. วินีลกะ (ศพที่ขึ้นเขียว) |
| ๓. วิบุพพะกะ (ศพที่มีหนองไหลเยิ้ม) | ๔. วิจฉิทกะ (ศพที่ขาดเป็นท่อน) |
| ๕. วิกขายิตกะ (ศพที่ถูกสัตว์แทะกิน) | ๖. วิกขิตตกะ (ศพเรี่ยราด) |
| ๗. หตวิกขิตตกะ (ศพที่ถูกสับเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย) | ๘. โลหิตกะ (ศพที่อาบไปด้วยเลือด) |
| ๙. ปุฬุวะกะ (ศพที่มีหนอนชอนไช) | ๑๐. อัฏฐิกะ (กองกระดูก) |

๒.๓) อนุสติ ๑๐^{๗๓} คือ การตามระลึก หรือ ระลึกถึงเนืองๆ มี ๑๐ อย่าง

- | | |
|--|---|
| ๑. พุทธานุสสติ (การหมั่นระลึกถึงพระพุทธคุณ) | ๒. ธรรมานุสสติ (การหมั่นระลึกถึงพระธรรมคุณ) |
| ๓. สังฆานุสสติ (การหมั่นระลึกถึงพระสงฆ์คุณ) | ๔. สีลานุสสติ (การหมั่นระลึกถึงศีลคุณ) |
| ๕. จาคานุสสติ (การหมั่นระลึกถึงคุณในการบริจาค) | ๖. เทวตานุสสติ (การหมั่นระลึกถึงคุณธรรมที่ทำให้ไปเกิดเป็นเทวดา) |

^{๗๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๕.

^{๗๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๓.

^{๗๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๔.

๗. มรณานุสสติ (การหมั่นระลึกถึงความตาย) ๘. กายคตาสติ (การตามรู้กักรูป)
๙. อานาปานสติ (การตามรู้ลมหายใจเข้าออก) บ้างเรียก อานาปานัสสติ ๑๐. อุปสมานุสสติ (การหมั่นระลึกถึงความสงบ)

อนุสสติ ๑๐ ประการนี้ ใช้เพ่งให้เกิดฌานจิตได้เพียง ๒ ประการเท่านั้น คือ กายคตาสติ ได้แก่ การเพ่ง ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น เจริญได้เพียงปฐมฌานเท่านั้นเอง ส่วนอานาปานสติ เจริญได้ตั้งแต่ปฐมฌานขึ้นไปตามลำดับจนถึงปัญจฌาน ส่วนอนุสสติ ที่เหลือ ๘ อย่างนั้น สามารถเจริญได้เพียงอุจารสมาธิ คือ สมาธิที่แนบแน่นกับอารมณ์จนใกล้จะไดฌาน และสามารถข่มกิเลสนิวรณ์ให้สงบลงได้ แต่ยังไม่ถึงอัปนาฌาน เพราะอารมณ์ละเอียดไม่ปรากฏแจ้งชัดเหมือนกลิน

๒.๔) อัปมัญญา ๔^{๗๔} หมายถึง ธรรมที่เป็นไปในสัตว์ทั้งหลาย อันหาประมาณมิได้ มี ๔ อย่าง ได้แก่ (๑) เมตตา (๒) กรุณา (๓) มุทิตา (๔) อุเบกขา อัปมัญญาธรรม ๔ ประการนี้ บางทีก็เรียกว่า พรหมวิหารธรรม หมายถึงธรรมที่เป็นเครื่องอยู่ของบรรดาพรหมทั้งหลาย

๒.๕) อรูป ๔ หรือ อารูปกรรมฐาน ๔^{๗๕} หมายถึง ฌานมีรูปธรรมเป็นอารมณ์ ฌานที่เป็นอรุปาวจร หรือการปฏิบัติเพื่อบรรลุสมาบัติขั้นสูง คือ สมาบัติที่เป็นอรุปฌาน ๔ ได้แก่ (๑) อากาสนัญญายตนฌาน (๒) วิญญานัญญายตนฌาน (๓) อากิญจัญญายตนฌาน (๔) เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน

๒.๖) อหारेปฏิกุสสัญญา ๑^{๗๖} คือ ความสำคัญหมายในอาหารว่าเป็นของปฏิกุส

๒.๗) จตุธาตววัตถาน ๑^{๗๗} บ้างก็เรียก “วัตถาน ๑” เท่านั้น คือ การกำหนดรู้ธาตุทั้งสี่ ได้แก่ การพิจารณาแยกแยะร่างกายออกให้เห็นเป็นส่วนประกอบต่างๆ ที่จัดเข้าในธาตุสี่ (ดิน น้ำ ลม ไฟ)

จากการศึกษา ผู้วิจัยพบว่า การเจริญสมถภาวนาต้องเป็นมหากุศลญาณสัมปยุตตจิต ซึ่งสงบเพราะระลึกอารมณ์ของสมถภาวนาในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งใน ๔๐ อารมณ์ที่กล่าวมาข้างต้นเท่านั้น เช่น ผู้ที่เห็นซากศพแล้วตกใจกลัว การท่อบทพุทโธโดยลำพังแต่ไม่ได้ระลึกถึงพระพุทธรูปประการใดๆ อย่างนี้ไม่ใช่มหากุศลญาณสัมปยุตต ไม่ใช่การเจริญสมถภาวนา

สรุปได้ว่า สมถภาวนา คือ การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบเป็นสมาธิ ทำจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งในอารมณ์กรรมฐาน ๔๐ อย่าง ไม่ฟุ้งซ่านซัดส่ายไปยังอารมณ์อื่นๆ เป็นอุบายสงบใจเนื่องจากสามารถทำให้กิเลสนิวรณ์สงบระงับลงได้

^{๗๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๕.

^{๗๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๙.

^{๗๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๗.

^{๗๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๘.

๓) วิปัสสนาภาวนา

วิปัสสนาภาวนา เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า วิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นองค์ความรู้ที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงค้นพบ และเป็นศาสตร์เดียวที่สามารถพิสูจน์และเห็นผลได้เฉพาะตัวผู้ปฏิบัติ โดยไม่จำกัดกาลแต่อย่างใด คือ สูดยอดของวิชาที่อยู่เหนือวิชาอื่นใดทั้งหมดในโลก มีเฉพาะในพระพุทธศาสนา เป็นศาสตร์เดียวที่สามารถทำให้ผู้ปฏิบัติตามอย่างถูกต้องให้หลุดพ้นไปจากอำนาจการครอบงำของอัสวะกิเลส ตั้งแต่เบาบาง จนกระทั่งปราศจากกิเลสโดยสิ้นเชิง

วิปัสสนาภาวนา มาจากภาษาบาลีว่า วิปัสสนาภาวนา แยกศัพท์เป็น วิ + ปัสสนา + ภาวนา วิปัสสนาประกอบด้วยคำว่า วิ + ปัสสนา วิ อุปสัค (บทหน้า) แปลว่า วิเศษ, แจ่ม ต่าง ปัสสนมาจาก ทิส ธาตุ ความว่า การเห็น, การดู วิเคราะห์ว่า ปทิสสติติ ปัสส ความว่า ความเห็นชัด (ทิส ธาตุในความหมายว่าเห็น อ ปัจจัย, แปลง ทิส เป็น ปัสส)^{๗๘}

ชื่อว่าวิปัสสนาเพราะมีสภาวะพิจารณาเห็น^{๗๙} หมายถึง กิริยาที่รู้ชัด ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง เป็นต้น^{๘๐} ตามความเป็นจริงด้วยปัญญาอันชอบอย่างนี้ว่า นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่เป็นนั่น นั่นไม่ใช่อัตตาของเรา^{๘๑} โดยพิจารณาเห็นความเป็นไตรลักษณ์ที่ปรากฏในสังขาร^{๘๒} รู้ชัดทั้งคุณและโทษแห่งกามทั้งหลาย ตลอดจนทางออกจากกาม^{๘๓} รู้ชัดตามความเป็นจริงในอริยสัจ ๔ ว่า นี่ทุกข์ นี่ทุกข์สมุทัย นี่ทุกข์นิโรธ นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา เห็นทุกข์และความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ทั้งหลาย^{๘๔}

พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช) ได้แสดงทัศนะความหมายของ “วิปัสสนา” ไว้ในหนังสือชื่อ “พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์” ดังต่อไปนี้ “วิปัสสนา หมายถึง ความเห็นแจ้ง มีวจนัตถะว่า วิวิธี อนิจจาतिक สงขาระสุ ปัสสสติติ วิปัสสนา ปัญญาที่เห็นสภาวะต่างๆ มีอนิจจลักษณะเป็นต้นในสังขาร (วิ บทหน้า ทิส ธาตุในความหมายว่าเห็น ยุ ปัจจัย อา อิต., แปลง ทิส เป็น ปัสส ยุ เป็น อน)”^{๘๕}

^{๗๘} สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, บาลีไวยากรณ์ วจีวิภาคที่ ๒ หลักสูตร เปรียญธรรมตรี, พิมพ์ครั้งที่ ๔๖, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๙๓.

^{๗๙} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๙/๒๗.

^{๘๐} ดุรายละเอียดใน อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖-๓๗.

^{๘๑} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๒/๗๐.

^{๘๒} ชุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๗๗-๒๗๙/๑๑๘.

^{๘๓} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๗๐/๑๗๑.

^{๘๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๗๑/๕๘๓.

^{๘๕} พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์, หน้า ๘๒๔.

ในอรรถกถา มัชฌิมนิกาย อากังขะยสุตตวันถนา อธิบายว่า วิปัสสนา คือ การพิจารณาเห็นลักษณะของสภาวะธรรมที่ปรากฏ ๗ ประการ คือ (๑) อนิจจานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง (๒) ทุกขานุปัสสนา พิจารณาเห็นความเป็นทุกข์ (๓) อนัตตานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตน (๔) นิพพิทานุปัสสนา พิจารณาเห็นความน่าเบื่อหน่าย (๕) วิราคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความคลายกำหนัด (๖) นิโรธานุปัสสนา พิจารณาเห็นความดับกิเลส (๗) ปฏินิสัคคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความสลัดทิ้งกิเลส ผลของวิปัสสนาภาวนาทำให้ปัญญาารู้แจ้งสภาพธรรมตามความเป็นจริงและดับกิเลสเป็นสมุจเฉทตามขั้นตอนของโลกุตตรมัคคจิตซึ่งมีพระนิพพานเป็นอารมณ์ จนถึงอรหัตตมัคคจิตซึ่งดับกิเลสหมดไม่เหลือ จึงดับสังสารวัฏ ไม่เกิดใหม่อีกเลย

ปัญญาที่เกิดจากวิปัสสนาเรียกว่า ญาณ เพราะมีสภาวะรู้ธรรมนั้น ในทางพุทธศาสนาเรียก ญาณที่เกิดแก่ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาโดยลำดับตั้งแต่ต้นจนถึงจุดหมาย คือ มรรคผลนิพพาน ๑๖ อย่าง นี้ว่า ญาณ ๑๖ หรือ โสฬสญาณ ได้แก่

๑. นามรูปปริจเฉทญาณ	ญาณกำหนดแยกนามรูป
๒. ปัจจยปริคคหญาณ	ญาณกำหนดรู้ปัจจัยแห่งนามรูป
๓. สัมมสนญาณ	ญาณพิจารณานามรูปโดยไตรลักษณ์
๔. อุทยัพพญาณ	ญาณตามเห็นความเกิดและความดับแห่งนามรูป
๕. กังคญาณ	ญาณตามเห็นจำเพาะความดับเด่นขึ้นมา
๖. ภยญาณ	ญาณอันมองเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว
๗. อาทีนวญาณ	ญาณคำนึงเห็นโทษ
๘. นิพพิทาญาณ	ญาณคำนึงเห็นด้วยความหน่าย
๙. มุญจิตุกัมยตาญาณ	ญาณหยั่งรู้อันให้ใครจะพ้นไปเสีย
๑๐. ปฏิสังขยาญาณ	ญาณอันพิจารณาทบทวนเพื่อจะหาหนทางพ้นไปจากรูปนาม
๑๑. สังขารเบกขาญาณ	ญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร
๑๒. อนุโลมญาณ	ญาณเป็นไปโดยควรแก่การหยั่งรู้อริยสัจ
๑๓. โคตรภูญาณ	ญาณครอบโคตรคือหัวต่อที่ข้ามพ้นภาวะปุถุชน
๑๔. มัคคญาณ	ญาณในอริยมรรค
๑๕. ผลญาณ	ญาณในอริยผล
๑๖. ปัจจเวกขณญาณ	ญาณที่พิจารณามรรค ผล นิพพาน กิเลสที่เหลือและกิเลสที่หมดแล้ว

ในขั้นตอนของการปฏิบัติ เมื่อกล่าวถึงวิปัสสนาญาณโดยเฉพาะ ท่านหมายถึง นับแต่อุทยัพพญาณ ถึง อนุโลมญาณ ที่เรียกว่า วิปัสสนาญาณ ๙ คือ ตั้งแต่ อุทยัพพญาณ ถึง สัจจानุโลมิกญาณหรืออนุโลมญาณ ผู้ที่จะรู้แจ้งในรูปนามต้องผ่านญาณ ๔ คือ อุทยัพพญาณ เพราะเป็นญาณที่เห็นความเกิดดับของรูปนามอย่างชัดเจน

สรุปได้ว่า วิปัสสนาภาวนา หมายถึง การฝึกอบรมปัญญาให้มีขึ้น ให้เจริญขึ้น จนเกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เห็นความเกิดดับของรูปนามในปัจจุบัน เห็นพระไตรลักษณ์จนถอดถอนวิปลาสธรรม คือ ความเห็นผิดจากความเป็นจริงออกไปจากขันธสันดาน ไม่ยึดมั่นถือมั่นในตัวตน จนบรรลุมรรค ผล และนิพพาน

๓.๖ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น

พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าในชั้นลงมือปฏิบัติมีหลายองค์ธรรม ต่างก็มีส่วนช่วยเสริมซึ่งกันและกัน แต่พระสัทธรรมที่เป็นหัวใจของการปฏิบัติและเป็นทางสู่ความหลุดพ้นจริงๆ คือ สติปัฏฐาน ๔ การเจริญวิปัสสนาภาวนาในการพัฒนาตนเพื่อให้บรรลุถึงความดับทุกข์และเข้าถึงความหลุดพ้น คือ การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ดังที่ปรากฏในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ทีมนิกาย มหาวรรค มหาสติปัฏฐานสูตร^{๘๖} พระพุทธเจ้าได้ชี้แนวทางไว้ ทรงมีพุทธดำรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วงโสกะและปริเวทะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอริยมรรคและเพื่อทำนิพพานให้แจ้ง”

๓.๖.๑ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ มีองค์ประกอบที่สำคัญ คือ การประกอบความเพียร มีสัมปชัญญะ และมีสติ ไปพร้อมกับการกำหนดรู้รูปนามด้วยการระลึกไปตามฐานที่ตั้งทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรมอย่างจดจ่อต่อเนื่อง กล่าวโดยย่อ อธิบายแยกออกเป็น ๒ ส่วน ดังนี้

๑) หัวใจของการปฏิบัติ ๓ ประการ ได้แก่ (๑) อาตปปี (๒) สัมปะชาโน (๓) สติมา

๒) วิธีการปฏิบัติมี ๔ ฐาน กระจายออกได้เป็น ๒๑ ประเภท ได้แก่

(๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีสติพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในและภายนอก แบ่งออกเป็น ๖ หมวด ๑๔ ประเภท คือ ๑) อานาปานปัพพะ มี ๑ ประเภท ๒) อิริยาปถปัพพะ มี ๑ ประเภท ๓) สัมปชัญญูปปัพพะ มี ๑ ประเภท ๔) ปฏิกุลมนสิการปัพพะ มี ๑ ประเภท ๕) ธาตุมนสิการปัพพะ มี ๑ ประเภท ๖) นวสีถิกปัพพะ มี ๙ ประเภท

(๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีสติพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา ทั้งภายในและภายนอก มี ๑ ประเภท

(๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีสติพิจารณาเห็นจิตในจิต ทั้งภายในและภายนอก มี ๑ ประเภท

(๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีสติพิจารณาเห็นธรรมในธรรม ทั้งภายในและภายนอก แบ่งออกเป็น ๕ หมวด ๕ ประเภท คือ ก) นิรวรณ ๕ ข) อุปาทานขันธ ๕ ค) อายตนะ ๑๒ ง) โพชฌงค์ ๗ จ) อริยสัจ ๔ รวมทั้งหมดมี ๕ ประเภท

^{๘๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

๓.๖.๒ ความหมายของสติปัฏฐาน ๔

สติปัฏฐาน หมายถึง ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือ การปฏิบัติที่มีสติเป็นประธาน เพราะสามารถนำจิตให้ดำเนินไปถึงพระนิพพานได้ อีกนัยหนึ่ง หมายถึง การระลึกรู้อย่างมั่นคงในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม โดยอาการว่าไม่งาม ว่าเป็นทุกข์ ว่าเป็นอนัตตา

คำว่า สติปัฏฐาน มีความหมายของคำ อย่างนี้ว่า สรณฺภูเจเน สติ อุปฺภูจฺจานฺภูเจเน ปฺภูจฺจํ อิติ สติ จ สา ปฺภูจฺจํ อติ สติปัฏฐานํ แปลว่า ชื่อว่า สติ เพราะอรรถว่า ระลึก, ชื่อว่า ปฏฺฐาน เพราะอรรถว่า เข้าไปตั้งไว้, ธรรมชาตินั้น ชื่อว่าสติด้วย ชื่อว่าปฏฺฐานด้วย โดยอรรถ ตามประการดังกล่าวมานี้ เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่า สติปัฏฐาน ความว่า เป็นสติที่เข้าไปตั้งไว้ที่อารมณ์ ๔ อย่าง มีกาย เป็นต้น^{๘๗}

การเจริญสติจัดเป็นวิปัสสนากาวนา เพราะเป็นการปฏิบัติเพื่ออบรมจิต พัฒนาตน ด้วยการเรียนรู้รูปนามจากขั้น ๕ ที่ปรากฏในร่างกายและจิตใจ ได้แก่ การพิจารณาดูกาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อรู้แจ้งความจริงของสิ่งทั้งหลายในโลกว่า เป็นเพียงรูปกับนามเท่านั้น โดยการพิจารณาหยั่งรู้ถึงสภาวะลักษณะรูปนามโดยความเป็นไตรลักษณ์ คือไม่เที่ยง เพราะเกิดดับตลอดเวลา เป็นทุกข์ เพราะทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ เป็นอนัตตา เพราะไม่ใช่ตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้ ปัญญาที่เกิดขึ้นนี้เรียกว่า วิปัสสนาปัญญา

ผู้เจริญวิปัสสนาพึงกำหนดรู้อากัปกิริยาทางกายที่เคลื่อนไหวไม่ว่าจะน้อยหรือมาก (กายนุปัสสนา) พึงกำหนดรู้ความรู้สึกทุกอย่างทั้งที่เป็นสุขหรือทุกข์อันปรากฏทางกายและใจ (เวทนานุปัสสนา) พึงกำหนดรู้สภาวะทางจิตที่คิดฟุ้งซ่านในเรื่องดีหรือไม่ดี (จิตตานุปัสสนา) และพึงกำหนดรู้สภาวะทุกอย่างที่ปรากฏทางใจ เช่น นิรวรณ เป็นต้น (ธัมมานุปัสสนา)

๓.๖.๓ ความสำคัญของสติปัฏฐาน ๔

สติปัฏฐานเป็นหลักคำสอนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ทรงแสดงไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่าเป็นเพียงทางปฏิบัติสายเดียว เพื่อความพ้นทุกข์ นอกจากนี้ คัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มัคคสุตต ยังได้กล่าวว่า แม้แต่พระพุทธเจ้าเองก็เดินไปตามทางนี้ ได้ชำระตนให้บริสุทธิ์จากกิเลส บรรลุพระนิพพานด้วยการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ด้วยเช่นกัน^{๘๘}

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย จิรัลลิตฺตสุตฺต ท่านพระภัททคามพระอานนท์ว่า อะไรเป็นเหตุปัจจัยให้พระสัทธรรมตั้งอยู่ได้ไม่นานและเป็นเหตุปัจจัยให้พระสัทธรรมตั้งอยู่ได้นาน พระอานนท์ตอบว่า “เพราะบุคคลไม่เจริญสติปัฏฐาน ๔ พระสัทธรรมจึงตั้งอยู่ได้ไม่นาน ถ้าเจริญสติปัฏฐาน ๔ ก็จักตั้งอยู่ได้นาน”^{๘๙}

^{๘๗} ไชยวัฒน์ กปิลกาญจน์, อภิธัมมัตถสังคหะและคำอธิบาย ปริจเฉทที่ ๗ สมุจจยสังคหวิภาค, (กรุงเทพมหานคร: ชวนพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๕๔.

^{๘๘} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๐๙/๒๖๖-๒๖๗.

^{๘๙} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๘๘/๒๔๖.

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย จักกวัตติสูตร พระผู้มีพระภาคทรงมีพุทธดำรัสสอนให้มีตนเป็นเกาะ มีตนเป็นที่พึ่ง มีธรรมเป็นเกาะ มีธรรมเป็นที่พึ่ง อันหมายถึง การเจริญสติปัฏฐาน ๔ และให้ประพฤติธรรมอันเป็นโคจรที่สืบเนื่องมาจากบิดา (พระองค์เอง) เมื่อประพฤติข้อนี้ บุญกุศลจะเจริญยิ่งขึ้น มารจะขัดขวางมิได้^{๙๐} ด้วยเหตุนี้ ผู้ปฏิบัติที่รู้ชัดสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริง ท่านจึงกล่าวว่า คือ ผู้ฉลาดในโคจร^{๙๑}

ผู้ใดก็ตามที่เจริญสติปัฏฐาน ๔ อย่างนี้ ตลอด ๗ ปี เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ พระอรหัตผลในอภัพนี้ หรือเมื่อยังมีความยึดมั่นหลงเหลืออยู่ ก็จะมีบรรลุนาคามิผล หรือ อย่างว่าแต่ ๗ ปีเลย ผู้ใดก็ตามเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้ อย่างนี้ตลอด ๖ ปี ... ๕ ปี ... ๔ ปี ... ๓ ปี ... ๒ ปี ... ๑ ปี เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือพระอรหัตผลในอภัพนี้ หรือเมื่อยังมีความยึดมั่นหลงเหลืออยู่ ก็จะมีบรรลุนาคามิผล หรือ อย่างว่าแต่ ๑ ปีเลย ผู้ใดก็ตามเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้ อย่างนี้ตลอด ๗ เดือน เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ พระอรหัตผลในอภัพนี้ หรือเมื่อยังมีความยึดมั่นหลงเหลืออยู่ ก็จะมีบรรลุนาคามิผล หรือ อย่างว่าแต่ ๗ เดือนเลย ผู้ใดก็ตามเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้ อย่างนี้ตลอด ๖ เดือน ... ๕ เดือน ... ๔ เดือน ... ๓ เดือน ... ๒ เดือน ... ๑ เดือน เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือพระอรหัตผลในอภัพนี้ หรือเมื่อยังมีความยึดมั่นหลงเหลืออยู่ ก็จะมีบรรลุนาคามิผล หรือ อย่างว่าแต่ทั้งเดือนเลย ผู้ใดผู้หนึ่งพึงเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้ อย่างนี้ตลอด ๗ วัน เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ พระอรหัตผลในอภัพนี้ หรือเมื่อยังมีความยึดมั่นหลงเหลืออยู่ ก็จะมีบรรลุนาคามิผล^{๙๒}

อนึ่ง สำหรับผู้มีปัญญาแก่กล้าแล้ว ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย โภธิราชกุมารสูตร กล่าวว่า ผู้ที่ได้รับการสั่งสอนจากพระพุทธองค์ในเวลาเย็น จักบรรลुकุณวิเศษในเวลาเช้า หรือถ้าได้รับการสั่งสอนจากพระพุทธองค์ในเวลาเช้า จักบรรลुकุณวิเศษในเวลาเย็น^{๙๓}

๓.๖.๔ หัวใจของการปฏิบัติ

หลักธรรมคำสั่งสอนที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงในแต่ละองค์ธรรมมีสาระสำคัญที่แตกต่างกันออกไป บ้างก็เป็นส่วนเกี่ยวพัน บ้างก็เป็นปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติโดยตรง สาระสำคัญที่เป็นหัวใจในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ มี ๓ ประการ คือ (๑) อาตาปี (๒) สมุปชาโน (๓) สติมา^{๙๔} แต่ละอย่างมีความโดดเด่นในการทำหน้าที่ของตนในการทำหน้าที่แตกต่างกันออกไป คือ

^{๙๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๘๐/๕๙-๖๐.

^{๙๑} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๔๙/๓๘๓.

^{๙๒} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๔-๔๐๕/๓๓๘-๓๔๐.

^{๙๓} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๔๕/๔๑๙.

^{๙๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร**, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังค์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๓๐-๓๓.

๑) อาตมาปี มีความเพียรเผากิเลส คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมัตถาน ๔ คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่าและไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่และเพิ่มพูนกุศลเก่า ได้แก่ สัมมาวายามะในอริยมรรคมีองค์ ๘ ความเพียรทำหน้าที่คอยปลูกเร้าจิตไม่ให้เกิดความย่อท้อ ถอยหลัง และเป็นแรงผลักดันให้จิตหลุดพ้นไปพ้นนุศลธรรมอื่นๆ ให้มีความเจริญยิ่งขึ้นไป ในทางพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับเรื่องความเพียรเป็นพิเศษในขั้นตอนของการปฏิบัติธรรม พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ภิกษุพึงหวังได้แต่ความเจริญอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย ตราบเท่าที่ยังปรารถนาความเพียร”^{๙๕} ความเพียรมีส่วนเกี่ยวข้องโดยตรง ดังจะเห็นได้จาก คำว่า “กรรมฐาน” หมายถึง ที่ตั้งแห่งงานทำความเพียรฝึกอบรมทางจิต หลักธรรมอื่นที่มีนัยเดียวกัน เช่น วิริยะ ชาคริยานุโยค ตบะ วิริยารัมภะ ปธาน สัมมัตถาน ฯลฯ

๒) สมปะชาโน มีปัญญาหยั่งเห็น จัดว่าเป็นตัววิปัสสนาอย่างแท้จริง เพราะทำหน้าที่พิจารณาและรู้เท่าทันอารมณ์ ไม่ให้ความหลงเข้าครอบงำจิต อีกทั้งทำให้เข้าใจถูกต้องตามสภาวะที่เป็นจริง คือ การหยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง ได้แก่ สัมมาทิฏฐิในอริยมรรคมีองค์ ๘ จำแนกเป็น ๒ ประการ ได้แก่

(๑) สภาวะลักษณะ หมายถึง ลักษณะพิเศษของรูปนาม คือ ลักษณะเฉพาะตัวของรูปนามแต่ละอย่างที่รูปนามอื่นไม่มี เช่น สี เสียง กลิ่น รส เย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อน ตึง เป็นต้น ที่มีลักษณะเฉพาะตัวตามสภาวะของตน

(๒) สัมมัญญลักษณะ หมายถึง ลักษณะทั่วไปของรูปนาม คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตตา เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ไตรลักษณ์ สมปะชาโน หรือ สัมปะชญัญจะนับว่าเป็นส่วนสำคัญของการพัฒนาตน เราต้องเพิกถอนสมมุติบัญญัติก่อน แล้วรับรู้สภาวะลักษณะเป็นเบื้องต้น ต่อมาจึงจะสามารถหยั่งรู้สัมมัญญลักษณะ

๓) สติมา มีสติ คือ การมีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิท การเจริญสติทำให้จิตตั้งมั่นมีสมาธิ และเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาปัญญาต่อมา ได้แก่ สัมมาสติในอริยมรรคมีองค์ ๘ สติมานี้จะทำหน้าที่กำหนดจับอารมณ์ไว้เพื่อให้สัมปะชญัญจะพิจารณา ทำให้สามารถกำหนดรู้เท่าทันปัจจุบันอารมณ์ ไม่หลงลืม สับสน

สรุปได้ว่า ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาต้องใช้ความเพียรกำหนดอย่างต่อเนื่อง ถ้าขาดความเพียร จิตจะตกอยู่ในความเกียจคร้าน ทำให้ไม่สามารถเจริญภาวนาได้ หรือปฏิบัติไปก็ไม่ก้าวหน้า อีกทั้งยังต้องมีสัมปะชญัญจะความรู้ตัวทั่วพร้อม ตื่นตัวอยู่ทุกขณะ ทุกสภาวะอารมณ์จดจ่อต่อเนื่อง ไม่ว่าจะเป็นการยืน การเดิน การนั่ง การนอน การกิน การดื่ม การพูด ฯลฯ และต้องเป็นผู้ระลึกรู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบัน โดยมีสติตามกำหนดรู้้อย่างจดจ่อต่อเนื่องทำให้เห็นแจ้งสภาวะของรูปนามตามความเป็นจริงว่า ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา ไม่มีบุรุษ สตรี เป็นเพียงแต่สภาวะรูปธรรม และนามธรรมเท่านั้นที่ปรากฏขึ้น

^{๙๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๓๘/๘๕.

๓.๖.๕ วิธีการเจริญสติปัฏฐาน ๔

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ หมายถึง การเจริญสติรับรู้สภาวะธรรมปัจจุบันในกาย เวทนา จิต และสภาวะธรรม แบ่งออกเป็น ๔ ฐาน ๒๑ ประเภท ดังนี้

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๙๖} การดำรงสติตามรู้กาย หมายถึง การกำหนดรู้กองรูปว่าเป็นเพียงกองรูป ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม เป็นหลักปฏิบัติว่าด้วยการพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางกาย คือ เอาสติไปตั้งไว้ที่กายในอริยาบถต่างๆ จำแนกออกเป็น ๖ หมวดใหญ่ ๑๔ ประเภท คือ

(๑) หมวดอานาปานะ มี ๑ ประเภท คือ การกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก^{๙๗}

(๒) หมวดอริยาบถ มี ๑ ประเภท คือ การกำหนดรู้อริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน^{๙๘}

(๓) หมวดสัมปชัญญะ มี ๑ ประเภท คือ การกำหนดรู้อริยาบถย่อย มีการเหยียด การคู้ เป็นต้น ร่วมไปกับอริยาบถใหญ่^{๙๙}

(๔) หมวดปฏิกุศลมนสิการ มี ๑ ประเภท คือ การพิจารณาอวัยวะ ๓๒ อย่างในร่างกาย เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ด้วยการกำหนดรู้สิ่งปฏิกุศล^{๑๐๐}

(๕) หมวดธาตุมนสิการ มี ๑ ประเภท คือ การกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ อันได้แก่ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม^{๑๐๑}

(๖) หมวดนวลวิถิกะ มี ๙ ประเภท คือ การกำหนดรู้ซากศพประเภทต่างๆ เช่น มีซากศพที่พองอืด เป็นต้น^{๑๐๒}

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๑๐๓} มี ๑ ประเภท ได้แก่ การดำรงสติตามรู้เวทนา หมายถึง การกำหนดรู้เวทนาในเวทนา ๙ อย่าง ว่าไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกเป็นความรู้สึกเป็นสุข ทุกข์ และวางเฉย (ไม่ทุกข์ไม่สุข) ทั้งนี้ เวทนานุปัสสนา มุ่งละสุขสัจญญา คือ ความสำคัญว่าเป็นสุข เป็นหลักปฏิบัติว่าด้วยการใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางเวทนา

^{๙๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๓๔, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธิมร์, ๒๕๕๙), หน้า ๑๔๑.

^{๙๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒-๓๐๔.

^{๙๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๙๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๑๐๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๗/๓๐๖-๓๐๗.

^{๑๐๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๗-๓๐๘.

^{๑๐๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๙/๓๐๘-๓๑๓.

^{๑๐๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๔๑.

การกำหนดรู้เวทนาในขณะที่ปฏิบัติย่อมรับรู้การเกิดขึ้น และการดับไปของเวทนาที่ได้กำหนดพิจารณาตามความเป็นจริง จะทำให้เกิดสติสัมปชัญญะระลึกถึงเท่าทันว่ามีเพียงความรู้สึกสุข ทุกข์ หรือว่างเฉยเป็นกลางเท่านั้น ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ไม่มีตัวตน คือว่างจากตัวตนว่าเป็น เรา ของ เรา บุรุษ หรือสตรี เมื่อกำหนดดังนี้ย่อมปราศจากความยึดมั่นถือมั่นในอุปาทานชั้น

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๑๐๔} มี ๑๖ ประเภท ได้แก่ การดำรงสติตามรู้จิต หมายถึง การใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางวิญญาณชั้น ด้วยกำหนดตามระลึก รู้จิตในจิตนับแล้วมี ๑๖ วิธี^{๑๐๕} ว่าไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกเป็นจิตที่ประกอบด้วยโลภะ เป็นต้น ทั้งนี้ จิตตานุปัสสนา มุ่งละนิจจสัญญา คือ ความสำคัญว่าเที่ยง เป็นหลักปฏิบัติว่าด้วยการพิจารณาใช้สติ กำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางจิตว่า

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------------------|
| (๑) จิตมีราคะ | (๒) จิตปราศจากราคะ |
| รู้ชัดว่า จิตมีราคะ | รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ |
| (๓) จิตมีโทสะ | (๔) จิตปราศจากโทสะ |
| รู้ชัดว่า จิตมีโทสะ | รู้ชัดว่า จิตปราศจากโทสะ |
| (๕) จิตมีโมหะ | (๖) จิตปราศจากโมหะ |
| รู้ชัดว่า จิตมีโมหะ | รู้ชัดว่า จิตปราศจากโมหะ |
| (๗) จิตหุดหู่ รู้ชัดว่า จิตหุดหู่ | (๘) จิตฟุ้งซ่าน รู้ชัดว่า จิตฟุ้งซ่าน |
| (๙) จิตเป็นมหัคคตะ | (๑๐) จิตไม่เป็นมหัคคตะ |
| รู้ชัดว่า จิตเป็นมหัคคตะ | รู้ชัดว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ |
| (๑๑) จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า | (๑๒) จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า |
| รู้ชัดว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า | รู้ชัดว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า |
| (๑๓) จิตเป็นสมาธิ | (๑๔) จิตไม่เป็นสมาธิ |
| รู้ชัดว่า จิตเป็นสมาธิ | รู้ชัดว่า จิตไม่เป็นสมาธิ |
| (๑๕) จิตหลุดพ้นแล้ว | (๑๖) จิตไม่หลุดพ้น |
| รู้ชัดว่า จิตหลุดพ้นแล้ว | รู้ชัดว่า จิตไม่หลุดพ้น |

ผู้ปฏิบัติที่ยังเห็นการเกิดการดับของจิตดังนี้ ย่อมจะเกิดสติสัมปชัญญะรู้ว่ามีเพียงจิตที่รับรู้อารมณ์ ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล เรา ของเรา บุรุษหรือสตรี ย่อมปราศจากความยึดมั่นถือมั่นสิ่งใด ๆ ในโลก คือ อุปาทานชั้น

๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๑๐๖} มี ๕ ประเภท ได้แก่ การดำรงสติตามรู้สภาพธรรม หมายถึง การใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางสังขารชั้น ด้วยกำหนดรู้สภาวะธรรมว่า

^{๑๐๔} อ่างแล้ว.

^{๑๐๕} ที.ม. ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

^{๑๐๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๔๑.

เป็นเพียงสภาวะธรรม ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกเป็นสภาวะเห็น ได้ยิน เป็นต้น ทั้งนี้ ธรรมานุปัสสนา มุ่งละอึดติด สัญญา คือ ความสำคัญว่าเป็นตัวตน แบ่งออกเป็น ๕ ประเภท คือ (ก) นิ वर्ณ ๕ (ข) อุปาทานขันธ ๕ (ค) आयตนะ ๑๒ (ง) โพชฌงค์ ๗ (จ) อริยสัจ ๔

(๑) นิ वर्ณ ๕ เป็นสิ่งกันจิตไม่ให้บรรลุความดี เป็นปฏิปักษ์โดยตรงกับสมาธิ เป็นสภาวะที่เป็นเครื่องกั้นกุกุศลธรรมทั้งหลาย มีมาน มรรค ผล เป็นต้น ไม่ให้เกิด ได้แก่ ๑) กามฉันทะ คือ ความพอใจในกาม ๒) พยาบาท คือความคิดร้าย ๓) ถีนมิทธะ คือความหดหู่ และเซื่องซึม ๔) อุทธัจจกุกกุกจะ คือ ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ และ (๕) วิจิกิจฉา คือ ความลังเล สงสัย

เมื่อนิ वर्ณตัวใดตัวหนึ่งภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่าภายในของผู้ปฏิบัติมีอยู่ หรือเมื่อไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่าภายในของผู้ปฏิบัติไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นของนิ वर्ณตัวใดตัวหนึ่งที่ยังไม่เกิดขึ้นไม่ได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น และนิ वर्ณตัวใดตัวหนึ่ง ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น และนิ वर्ณตัวใดตัวหนึ่ง ที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น

ผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือว่า ผู้ปฏิบัตินั้นมีสติปรากฏอยู่ เฉพาะหน้าว่า จิตมีอยู่ ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยตัณหาและทิฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่น ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ ได้ชื่อว่า พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่^{๑๐๗}

(๒) อุปาทานขันธ ๕ หมายถึง ขันธ์อันเป็นที่ตั้งแห่งอุปาทาน, ขันธ์ที่ประกอบด้วยอุปาทาน ได้แก่ เบญจขันธ์ คือ รูป, เวทนา, สัญญา, สังขาร, วิญญาณ ที่ประกอบด้วยอาสวะ เมื่อกล่าวโดยสรุป อุปาทานขันธ หมายถึงทุกข์ ว่าโดยสังเคราะห์ อุปาทานขันธ ๕ เป็นตัวทุกข์

เมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนากาวณา พิจารณาเห็นความเกิดและความดับของรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณว่าเป็นอย่างนี้ ด้วยวิธีนี้ ผู้ปฏิบัติจึงพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิด ทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือว่า ผู้ปฏิบัตินั้นมีสติปรากฏอยู่ เฉพาะหน้าว่า จิตมีอยู่ ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยตัณหาและทิฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่น ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ ได้ชื่อว่า พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่^{๑๐๘}

^{๑๐๗} คุรยละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

^{๑๐๘} คุรยละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘-๓๑๙.

(๓) आयตนะ ๑๒ หมายถึง आयตนะ ๑๒ ประการ คือ ๑) จักขายตนะ ๒) รูปายตนะ ๓) โสทายตนะ ๔) สัททายตนะ ๕) ฆานายตนะ ๖) คันธายตนะ ๗) ชิวหายตนะ ๘) รสายตนะ ๙) กายายตนะ ๑๐) โผฏฐัพพายตนะ ๑๑) มนายตนะ ๑๒) ธัมมายตนะ

การเจริญวิปัสสนากาวนา โดยตั้งสติไว้ที่ฐานต่างๆ ซึ่งอายตนะที่ว่าด้วยการกำหนดรู้อันประกอบด้วยอายตนะภายใน ๖ และ อายตนะภายนอก ๖ อายตนะนั้น แปลว่า ที่เชื่อมต่อกับเครื่องติดต่อ หมายถึง สิ่งที่เป็นสื่อสำหรับติดต่อกันทำให้เกิดความรู้ขึ้นแบ่งเป็น ๒ อย่าง (๑) อายตนะภายใน ๖ ทาง คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ (๒) อายตนะภายนอก ๖ ทาง คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และ ธรรมารมณ์ ซึ่งอายตนะทั้ง ๑๒ นี้เป็นพระไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ผู้ปฏิบัติรู้ซัดตา, รู้ซัดรูป, รู้ซัดหู, รู้ซัดเสียง, รู้ซัดจมูก, รู้ซัดกลิ่น, รู้ซัดลิ้น, รู้ซัดรส, รู้ซัดกาย, รู้ซัดโผฏฐัพพะ, สังโยชน์ใดอาศัยตาและรูปทั้งสองนั้นเกิดขึ้น, อาศัยหูและเสียงทั้งสองนั้นเกิดขึ้น, อาศัยจมูกและกลิ่นทั้งสองนั้นเกิดขึ้น, อาศัยลิ้นและรสทั้งสองนั้นเกิดขึ้น, อาศัยกายและโผฏฐัพพะทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ซัดสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนั้น การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนั้น และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนั้น

ผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่, พิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายนอกอยู่, หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่, พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่, พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่, หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่, หรือว่า ผู้ปฏิบัตินั้นมีสติปรากฏอยู่ เฉพาะหน้ว่า จิตมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ, เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยตัณหาและทิฏฐิอยู่ และไม่มียึดมั่นถือมั่น ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ ได้ชื่อว่า พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่^{๑๐๙}

(๔) โพชฌงค์ ๗ หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ มี ๗ ข้อ คือ ๑) สติ ๒) ธัมมวิจยะ ๓) วิริยะ ๔) ปีติ ๕) ปัสสัทธิ ๖) สมาธิ ๗) อุเบกขา

เมื่อสติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่, ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่, วิริยะสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่, ปีติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่, ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่, สมาธิสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่, อุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ซัดว่าภายในของเราเรามีอยู่ หรือเมื่อสติสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่, ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่, วิริยะสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่, ปีติสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่, ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่, สมาธิสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่, อุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่ ก็รู้ซัดว่าภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งสติสัมโพชฌงค์, ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์, วิริยะสัมโพชฌงค์, ปีติสัมโพชฌงค์, ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์, สมาธิสัมโพชฌงค์, อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนั้น และความเจริญบริบูรณ์แห่งสติสัมโพชฌงค์, ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์, วิริยะสัมโพชฌงค์, ปีติสัมโพชฌงค์,

^{๑๐๙} ตูรายละเอียดยใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙-๓๒๑.

ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์, สมาธิสัมโพชฌงค์, อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัด เหตุนั้น

ผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือว่า ผู้ปฏิบัตินั้นมีสติปรากฏอยู่ เฉพาะหน้าว่า จิตมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหาและทิวฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่น ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ ได้ชื่อว่า พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่^{๑๐๐}

(๕) อริยสัจ ๔ หมายถึง ความจริงอย่างประเสริฐ, ความจริงของพระอริยะ, ความจริงที่ทำให้คนให้เป็นพระอริยะ มี ๔ อย่าง คือ ๑) ทุกข์ ๒) สมุทัย ๓) นิโรธ ๔) มรรค เรียกเต็มว่า ทุกข[อริยสัจ] สมุทัย[อริยสัจ] ทุกขนิโรธ[อริยสัจ] และ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา[อริยสัจ]^{๑๐๑} อริยสัจทั้งสี่ประการนี้ เรียกอีกอย่างว่า จตุราริยสัจ

๕.๑) ทุกขสัจจะ ผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ ทุกข์ในอริยสัจแบ่งออกเป็น ๑๑ ประเภท ได้แก่ ๑) ความเกิดเป็นทุกข์ ๒) ความแก่เป็นทุกข์ ๓) ความตายเป็นทุกข์ ๔) ความเศร้าโศก ๕) ความคร่ำครวญ ๖) ความทุกข์กาย ๗) ความทุกข์ใจ ๘) ความคับแค้นใจเป็นทุกข์ ๙) การพบกับสิ่งที่ไม่ชอบเป็นทุกข์ ๑๐) การพลัดพรากจากอารมณ์ที่ชอบเป็นทุกข์ ๑๑) การไม่ได้รับสิ่งที่ปรารถนาเป็นทุกข์

ผู้ปฏิบัติมีหน้าที่กำหนดรู้ทุกข์เพื่อให้เข้าใจลักษณะเฉพาะอย่างชัดเจนว่า รูปมีสภาพแปรปรวน เวทนามีสภาพรู้สึก สัญญามีสภาพจำได้หมายรู้ สังขารมีสภาพปรุงแต่ง และวิญญาณมีสภาพรู้อารมณ์ทางทวารทั้ง ๖ และเพื่อให้หยั่งเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตนของอุปาทานชั้นร์ ทุกข์เป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้ กิจในอริยสัจข้อนี้ เรียกว่า ปริยญา การกำหนดรู้ เป็นกิจในทุกข์

๕.๒) สมุทยสัจจะ คือ ตัณhamี ๓ อย่าง ได้แก่ ๑) กามตัณหา ๒) ภวตัณหา และ ๓) วิภวตัณหา เป็นเหตุเกิดของทุกข์ที่ก่อให้เกิดชั้นร์ ๕ ในภพใหม่ไม่มีที่สิ้นสุดนั้น มีลักษณะ ๓ ประการ คือ (ก) ก่อให้เกิดภพใหม่ (ข) ประกอบด้วยความยินดี (ค) เพลิดเพลินภพและอารมณ์นั้นๆ

ผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ ทุกขสมุทยอริยสัจ หมายถึง ตัณหาเป็นเหตุเกิดขึ้นในภพใหม่ สหระคตด้วยความกำหนัดยินดี เป็นเหตุเพลิดเพลินในอารมณ์นั้นๆ คือ กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา เมื่อเกิดขึ้น เกิดที่ไหน เมื่อตั้งอยู่ ตั้งอยู่ที่ไหน เช่น

^{๑๐๐} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๑-๓๒๓.

^{๑๐๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า

ปิยรูปสาตรูปใดมีอยู่ในโลก ตัณหาเมื่อเกิด ก็เกิดที่ปิยรูปสาตรูป เมื่อตั้งอยู่ ก็ตั้งอยู่ที่ปิยรูปสาตรูป^{๑๒} สมุทัยนี้เป็นสิ่งที่ควรละ กิจในอริยสังข์ข้อนี้ เรียกว่า ปหานะ การละ เป็นกิจในสมุทัย

๕.๓) นิโรธสังข์จะ คือ ความดับทุกข์ หมายถึง การดับตัณหาได้สิ้นเชิง ภาวะปลอดทุกข์เพราะไม่มีทุกข์ที่จะเกิดขึ้น หมายถึง พระนิพพาน การปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนามีจุดมุ่งหมายเพื่อละตัณหาที่ปรากฏทางทวารทั้ง ๖ นิโรธเป็นสิ่งที่ควรทำให้แจ้ง กิจในอริยสังข์ข้อนี้ เรียกว่า สังขนิกริยา การทำให้แจ้งหรือการบรรลุ เป็นกิจในนิโรธ

ผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ ทุกขนิโรธอริยสังข์ หมายถึง ความดับกิเลส ไม่เหลือด้วยวิวิธาคะ ความปล่อยวาง ความสละคืน ความพ้น ความไม่ติด ปิยรูปสาตรูปใดมีอยู่ในโลก ตัณหานี้เมื่อละ ก็ละที่ปิยรูปสาตรูปนี้ เมื่อดับก็ดับที่ปิยรูปสาตรูปนี้ เช่น ตา หู ลิ้น กายและใจ, รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะและธรรมารมณ์, จักขุวิญญูณ โสทวิญญูณ ฆานวิญญูณ ชิวหาวิญญูณ กายวิญญูณ มโนวิญญูณ, จักขุสัมผัส โสทสัมผัส ฆานสัมผัส ชิวหาสัมผัส กายสัมผัส มโนสัมผัส, ฯลฯ เป็นปิยรูปสาตรูปในโลก ตัณหาที่เกิดจากตา ก็ต้องละที่ตา ตัณหาที่ถูกละได้และดับอยู่ในสภาพคือตานี้ อย่างนี้เป็นต้น เช่นนี้ จึงเรียกว่า ผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ ทุกขนิโรธอริยสังข์^{๑๓}

การเจริญสติปัฏฐานจนกระทั่งเกิดวิปัสสนาที่ละตัณหาได้บางส่วนเป็นตหังคนิโรธ และย่อมถูกกำจัดได้ด้วยมรรคญาณตามลำดับความหยาบและละเอียด ในที่สุดย่อมถูกกำจัดด้วยอรหัตตมรรคญาณเป็นสมุจเฉทนิโรธ

๕.๔) มัคคสังข์จะ คือ ทางดำเนินไปสู่ความดับทุกข์ เป็นสิ่งที่ควรเจริญ กิจในอริยสังข์ข้อนี้ เรียกว่า ภาวนา การเจริญ คือ บำเพ็ญ ปฏิบัติ เป็นกิจในมรรค

ผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นธรรมในธรรม ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสังข์ คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ นี้ได้แก่ (๑) สัมมาทิฐิ เห็นชอบ (๒) สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ (๓) สัมมาวาจา เจรจาชอบ (๔) สัมมากัมมันตะ กระทำชอบ (๕) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ (๖) สัมมาวายามะ พยายามชอบ (๗) สัมมาสติ ระลึกรู้ชอบ (๘) สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ การพิจารณาเห็นธรรมในธรรม นี้เรียกว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสังข์^{๑๔}

การเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ นี้ ในทางปฏิบัติจำเป็นต้องอาศัยอาการpong-yub ของท้องมาเป็นอุปกรณ์ในการกำหนด ดังที่ชมรมมหาสติปัฏฐานสูตร ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “การเจริญสติด้วยวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔” ปรากฏข้อความว่า

ตามหลักปริยัติ การเจริญกรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔ นี้ต้องเอาชั้น ๕ มาเป็นอารมณ์ รูปก็คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญูณ คือนาม เมื่อย่อลงแล้วก็คือ รูปกับนาม

^{๑๒} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๐/๓๒๔-๓๓๑.

^{๑๓} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๑/๓๓๒-๓๓๔.

^{๑๔} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒-๔๐๓/๓๓๕-๓๓๘.

พองเป็นรูป ยุบก็เป็นรูป จิตที่เข้าไปรู้ว่าพอง หรือยุบเป็นนาม ดังนั้น การเอารูปนามมาเป็น อารมณ์ ก็คือการเอาชั้น ๕ มาเป็นอารมณ์นั่นเอง รูปนามมีอยู่ที่ใด ชั้น ๕ ก็มีอยู่ที่นั่น

นอกจากนี้ การที่เห็น และรู้ว่า อาการพอง หรืออาการยุบ เกิดขึ้น คงอยู่แล้วก็หายไป แล้วเกิดขึ้นใหม่ แล้วก็หายไปอีก สลับกันอยู่เช่นนี้ อาการอย่างนี้เป็นอนิจจัง เมื่อกำหนดไปๆ เวทนาก็เกิดขึ้น รู้สึกเจ็บปวดตรงนั้น ตรงนี้ อาการอย่างนี้เป็นทุกขัง เมื่อกำหนดว่าพอง จะ บังคับไม่ให้มันยุบก็ไม่ได้ เมื่อเวทนาเกิดขึ้นจะบังคับไม่ให้มันเกิดก็ไม่ได้ อาการพองก็ดี ทุกขเวทนาก็ดี ไม่อาจบังคับอะไรได้เลย อาการอย่างนี้เป็นอนัตตา ดังนั้นในขณะที่เราเอาสติ มากำหนดที่ กาย เวทนา จิต และธรรม ตัวอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็มีอยู่ที่รูปกับนามนั่นเอง จะคลุกเคล้าอยู่กับรูปนาม ที่เรากำหนดอยู่ตลอดเวลา รูปนามเกิดขึ้นในที่ใด พระไตรลักษณ์ก็ มีอยู่ในที่นั้น อุปมาเหมือนเมื่อเห็นเสือ ก็ย่อมเห็นลายเสือฉะนั้น นั่นคือ พระไตรลักษณ์ ก็มีอยู่ในพองในยุบนั่นเอง^{๑๑๔}

เหตุผลที่สติปัฏฐานมี ๔ ข้อ พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ไม่ขาด ไม่เกิน โดยยึดโยงกับ จริต ๒ อย่าง คือ ตัณหาจริต และทิวฐิจริต เพื่อให้เกื้อกูลเหมาะสมกับคน ๔ จำพวก ดังนี้ คือ (๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีอารมณ์หยาบ เป็นวิสุทธิมรรคสำหรับเวไนยสัตว์ ประเภทตัณหา จริต ที่มีปัญญาอ่อน (๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีอารมณ์ละเอียด เป็นวิสุทธิมรรค สำหรับ เวไนยสัตว์ ประเภทตัณหาจริต ที่มีปัญญาแก่กล้า (๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งมีอารมณ์ แดกประเภทไม่มากนัก เป็นวิสุทธิมรรคสำหรับเวไนยสัตว์ ประเภททิวฐิจริต ที่มีปัญญาอ่อน (๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งมีอารมณ์แดกประเภทมากยิ่งขึ้น เป็นวิสุทธิมรรค สำหรับเวไนย สัตว์ ประเภททิวฐิจริต ที่มีปัญญาแก่กล้า^{๑๑๖}

สรุปได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ คือ การใช้สติเป็นฐานเข้าไปสู่อารมณ์ทั้งหลาย โดยกำหนดอาการว่าไม่งาม ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ด้วยการทำกิจให้ สำเร็จในการละสุภวิปลาส ในกาย เวทนา จิต และธรรม และเป็นการตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่ง ทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง โดยอาศัยกาย เวทนา จิต และธรรมเป็นฐานรองรับ เมื่อผู้ฝึกตน ปฏิบัติดีแล้ว ย่อมสามารถกำจัดอภิชฌา และโทมนัส ส่งผลให้ถึงความบริสุทธิ์และนำไปสู่ความหลุด พ้นได้ในที่สุด

๓.๗ เป้าหมายของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น

เป้าหมาย หมายถึง จุดหมาย จุดมุ่งหมาย หรือ จุดประสงค์ที่ต้องการ เป้าหมาย เปรียบเสมือนการตีกรอบให้เดินไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งเอาไว้ ไม่ให้ออกนอกกลุ่มนอกทาง เมื่อมี เป้าหมายแน่ชัด และเดินไปตามกรอบที่วางเอาไว้ ผลสำเร็จย่อมเป็นอันหวังได้ ในทาง

^{๑๑๔} ชมรมมหาสติปัฏฐานสูตร, การเจริญสติด้วยวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๓๔.

^{๑๑๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๕๗.

พระพุทธศาสนาแบ่งเป้าหมายการพัฒนาตนโดยยึดเอาประโยชน์เป็นที่ตั้งไว้ ๓ ระดับ^{๑๑๗} ได้แก่ (๑) ทิฏฐธัมมิกัตถะ คือ ประโยชน์ปัจจุบัน (๒) สัมปรายิกัตถะ คือ ประโยชน์เบื้องต้น (๓) ปรมัตถะ คือ ประโยชน์อย่างสูงสุด

๑) ทิฏฐธัมมิกัตถะ เพื่อประโยชน์สุขในปัจจุบัน ด้านรูปธรรม เป้าหมายระดับต้นของการเกิดมาเป็นมนุษย์ในชาตินี้ เป็นจุดหมายประการหนึ่งในการดำเนินชีวิตประจำวันของมนุษย์ หรือการปฏิบัติตามธรรมในพระพุทธศาสนา เป็นสิ่งที่ทุกคนพึงกระทำให้บรรลุผลสำเร็จให้ได้ นั่นคือการดำรงตนเป็นคนดีที่โลกต้องการ ในทางพระพุทธศาสนา เรียกว่า สัตบุรุษ รู้จักแสวงหาสิ่งต่างๆ โดยชอบธรรม การมีอาชีพการงานเป็นหลักฐาน การมีมิตรสหายบริวาร และการมีชีวิตครอบครัวที่ดี การเป็นที่ยอมรับในสังคม ปฏิบัติหน้าที่ต่อกันอย่างถูกต้องในระหว่างมนุษย์ เพื่อความสุขร่วมกัน

เป้าหมายของการพัฒนาตนในระดับนี้ ใช้สำหรับคฤหัสถ์ ผู้เป็นกามโภคีบุคคล อยู่ครองเรือน และหมายรวมถึงโสดาบันบุคคลด้วย^{๑๑๘} ดังปรากฏในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย อานัณยสูตร พระผู้มีพระภาคได้ตรัสกับอนาถบิณฑิกคหบดีว่า

“สุข ๔ ประการที่คฤหัสถ์ผู้บริโภคกาม พึงได้รับตามกาล ตามสมัย ได้แก่ (๑) อตฺถิสุข หมายถึง สุขเกิดจากความมีทรัพย์ (๒) โภคสุข หมายถึง สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์ (๓) อานัณยสุข หมายถึง สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ (๔) อนวัชชสุข หมายถึง สุขเกิดจากความประพฤติที่ไม่มีโทษ สุขแม้ทั้ง ๓ อย่างแรกนี้มีค่าไม่ถึงเสี้ยวที่ ๑๖ แห่งสุขเกิดจากความประพฤติอันไม่มีโทษ”^{๑๑๙}

๒) สัมปรายิกัตถะ เพื่อประโยชน์สุขในเบื้องต้น ด้านนามธรรม เกี่ยวกับชีวิตด้านใน อันเป็นประโยชน์ด้านคุณค่าของชีวิตที่ลึกเข้าไปทางจิตใจ คลายความยึดติดในวัตถุ ฐานะ ลาภ ยศ สุข สรรเสริญ การมีคุณธรรมความดีงามทางด้านจิตใจ มีความสุขสงบใจ มีสุขภาพจิตที่ดี อันเป็นความสุขทางด้านจิตใจจากความมั่นใจในคุณค่าของชีวิต การได้บำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่เพื่อนมนุษย์ ตลอดจนการมีปัญญาที่ทำให้รู้จักปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายได้ถูกต้องและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ทำให้ชีวิตเป็นอยู่ด้วยดี การจะบรรลุถึงเป้าหมายในระดับนี้ จะต้องประกอบด้วยธรรมเหล่านี้ คือ มีศีล มีจาคะ มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีสุตะ มีความรู้ได้เล่าเรียนศึกษาและมีปัญญา มีความเข้าใจรู้จักสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เป้าหมายระดับนี้นอกจากจะทำให้บุคคลมีความสุขทางด้านจิตใจแล้ว ยังส่งผลให้บุคคลได้พบกับความสุขในโลกหน้า คือ สุคติโลกสวรรค์ภายหลังจากตายไปแล้ว

^{๑๑๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๓๘.

^{๑๑๘} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, หน้า ๑๐๔๓.

^{๑๑๙} ตูรายละเอียดใน อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๖๒/๑๐๕-๑๐๗.

๓) ปรมาตมะ เพื่อประโยชน์สูงสุด ด้านนามธรรมชั้นโลกุตตระ มีจิตใจที่เป็นอิสระ ผีกฝน อบรม พัฒนาตนจนกลายเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มุ่งไปที่ความหลุดพ้นจากทุกข์ ปราศจากกิเลสทั้งปวง หลุดพ้นจากสังสารวัฏ เพื่อบรรลุมรรคผลนิพพาน ไม่กลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีก เป็นความสุขอย่างแท้จริงสำหรับมนุษย์ เป็นบรมสุขที่มนุษย์ควรแสวงหามากที่สุด เพราะเป็นความสุขชนิดที่ไม่กลับกลายไปเป็นความทุกข์อีก ความหลุดพ้นเป็นเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา ผู้จะถึงประโยชน์ขั้นนี้ได้ต้องเจริญวิปัสสนากรรมฐานเท่านั้น เป้าหมายระดับนี้มีปรากฏเฉพาะในพระพุทธศาสนาเท่านั้น ไม่ปรากฏในคำสอนของศาสนาหรือลัทธิความเชื่ออื่นใดในโลกเลย หมายถึง พระอรหันต์ เพราะเป็นผู้เข้าถึงประโยชน์สูงสุดในการพัฒนาตนแล้ว บรรลุนิพพานแล้ว กล่าวอีกนัยหนึ่งได้ว่าเป็นผู้บรรลุประโยชน์ตนแล้ว ไม่มีอะไรจะต้องทำเพื่อตัวเองอีกต่อไป ชีวิตที่เหลืออยู่จึงทำเพื่อผู้อื่นอย่างเดียว เป็นประโยชน์ต่อสังคมส่วนรวม โดยเฉพาะกิจในการนำพาเพื่อนมนุษย์ด้วยกันให้หลุดพ้นจากทุกข์ ดังพุทธจาริตที่พระอรหันตสาวกในอดีตได้ปฏิบัติสืบต่อกันมา การกระทำเช่นนี้พระพุทธเจ้านับว่า เป็นการปฏิบัติเพื่อเกื้อกูลตน และปฏิบัติเพื่อเกื้อกูลผู้อื่น^{๑๒๐}

พุทธทาสภิกขุ ได้แสดงทัศนะจุดมุ่งหมายของพระพุทธศาสนา ไว้ในหนังสือชื่อ “ตัวกู-ของกู” ปรากฏข้อความดังนี้

ประโยชน์ทั้ง ๓ คือ มนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ และนิพพานสมบัตินั้น มนุษย์สมบัติ และสวรรค์สมบัติเป็นเหมือนปลาที่มีก้าง อย่างมองเห็นบ้าง หรืออย่างซ่อนเร้น อย่างหยาบ หรืออย่างละเอียด โดยสมควรแก่ชั้นเชิงของมันทั้งนั้น คนต้องหัวเราะและร้องไห้สลับกันไปอย่างไม่รู้จักสิ้นสุด ก็เพราะมนุษย์สมบัติและสวรรค์สมบัติ ต้องทนทุกข์อย่างซ้ำซากก็เพราะสมบัตินี้สองนี้ ต้องเป็นทุกข์โดยตรงหรือโดยประจักษ์ชัด ในเมื่อแสวงหามันมา และต้องเป็นทุกข์โดยอ้อมหรือโดยเร้นลับ ในเมื่อได้สมตามประสงค์ ต่อเมื่อได้สมบัตินั้นที่ ๓ เข้ามา เมื่อนั้นแหละเขาจะสามารถปลดเปลื้องพิษสงหรือความบีบคั้นของสมบัติ ๒ ประเภทข้างต้นออกไปได้ มีชีวิตอยู่อย่างอิสระเหนือการบีบคั้นของสมบัติทั้ง ๒ ไม่ต้องเดือดร้อนเพราะอำนาจราคะ โทสะ โมหะ อันเนื่องด้วยสมบัติทั้ง ๒ นั้นอีกต่อไป^{๑๒๑}

สรุปได้ว่า เป้าหมายของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น เป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของการพัฒนาตนในทางพระพุทธศาสนา สำหรับผู้ปฏิบัติที่มีความมุ่งมั่น มีใจเด็ดเดี่ยว เพื่อยุติวงจรแห่งทุกข์ ไม่ต้องการกลับมาเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารนี้อีกต่อไป

^{๑๒๐} อภ.ปณจก. (ไทย) ๒๒/๒๐/๒๓.

^{๑๒๑} ดูรายละเอียดใน พุทธทาสภิกขุ, ตัวกู - ของกู, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๓๖), หน้า ๔๖-๔๘

๓.๘ เกณฑ์ชี้วัดการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น

ในการทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของการทำงานย่อมต้องมีการตรวจสอบวัดผลว่าดำเนินไปตามวัตถุประสงค์หรือไม่ การปฏิบัติธรรมมีการวัดผลเพื่อเป็นเครื่องมือตรวจสอบและกระตุ้นผู้ปฏิบัติ แบ่งออกเป็น ๒ ลักษณะ คือ

๑) ความก้าวหน้าในการปฏิบัติ ดูจากลำดับขั้นของความเจริญก้าวหน้าภายใน คือการที่ปัญญาแก่กล้าขึ้นเป็นระดับๆ ตรวจสอบได้จากลำดับญาณในโสฬสญาณ หรือ ญาณ ๑๖ เพราะเป็นญาณที่เกิดขึ้นแก่ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาโดยตรง ทั้งนี้เมื่อผู้ปฏิบัติมีพัฒนาการก้าวหน้ามาถึงญาณที่ ๑๖ คือ ปัจจเวกขณญาณ ถือว่าผู้ปฏิบัติบรรลุอิริยมรรคอริยมรรค ได้เห็นแจ้งพระนิพพานชั้นโสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผลแล้ว ย่อมนับว่าเข้าถึงความสำเร็จด้วยเช่นกัน

๒) ผลสำเร็จจากการปฏิบัติ ดูจากการบรรลุเป้าหมายทางพุทธศาสนา ในที่นี้ ได้แก่ เกณฑ์ที่ใช้ในการตรวจสอบหรือชี้วัดการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น มี ๒ ประการ คือ (๑) การบรรลุคุณวิเศษตามสมควรแก่การปฏิบัติ (๒) ภาวิต ๔ ทั้งสองประการนี้จัดว่าเป็นธรรมอันพึงประจักษ์แจ้ง สิ่งที่เราควรได้ควรถึงหรือควรบรรลุ เพราะเป็นธรรมจำพวกที่เป็นจุดหมาย หรือเป็นที่ดับหายสิ้นไปแห่งทุกข์หรือปัญหา หรือที่เรียกว่า สัจฉิกัตถัพพธรรม^{๑๒๒} เกณฑ์ชี้วัดข้อนี้สอดคล้องตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัยชิ้นนี้ ดังที่จะกล่าวเป็นลำดับสืบไป

๓.๘.๑ การบรรลุคุณวิเศษตามสมควรแก่การปฏิบัติ

คำสอนของพระพุทธเจ้าสามารถแยกได้เป็น ๒ ระดับ คือ (๑) ระดับพื้นฐานสำหรับใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ได้แก่ คำสอนเรื่องศีลธรรมและจริยธรรม (๒) ระดับสูงที่มุ่งขัดเกลากิเลส โดยเฉพาะสำหรับผู้แสวงหาความพ้นทุกข์ ได้แก่ การทำจิตให้บริสุทธิ์ การปฏิบัติธรรมนับว่ามีความสำคัญสำหรับผู้แสวงหาความหลุดพ้น พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ผู้รู้ทั่วถึงอรรถ รู้ทั่วถึงธรรม และปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมมีจำนวนน้อย ผู้ที่รู้ทั่วถึงอรรถ รู้ทั่วถึงธรรม แต่ไม่ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมมีจำนวนมากกว่า ... ผู้ที่ได้อรรถรส ธรรมรส และวิมุตติรสมีจำนวนน้อย ส่วนผู้ที่ไม่ได้อรรถรส ธรรมรส และวิมุตติรสมีจำนวนมากกว่า”^{๑๒๓} อรรถรสหมายถึงสามัญญผล ๔ ธรรมรสหมายถึงมรรค ๔ และ วิมุตติรสหมายถึงอมตนิพพาน จากการศึกษา ผู้วิจัยพบว่า รสทั้ง ๓ อย่างแห่งพระธรรมวินัยนี้ ก็คือ นวโลกุตตรธรรม หรือ โลกุตตรธรรม ๙ หมายถึง มรรค ๔ ผล ๔ และ นิพพาน ๑ ซึ่งนับว่าเป็นคุณวิเศษขั้นต่ำและขั้นสูงในทางพระพุทธศาสนา การบรรลุคุณวิเศษตามสมควรแก่การปฏิบัติ เป็นเกณฑ์ชี้วัดอริยบุคคลทั่วไปตามภูมิธรรมที่พัฒนาได้แล้วไปตามลำดับ

^{๑๒๒} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), *ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง*, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒๓, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พลีชัย, ๒๕๕๙), หน้า ๗๔

^{๑๒๓} อ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๓๓๐-๓๓๕/๔๓-๔๔.

พระญาณธชะ ได้แสดงทัศนะเรื่องปฏิบัติสัทธรรมไว้ดังต่อไปนี้ว่า “ผู้ปรารถนาารสแห่งข้อปฏิบัติที่น่ายินดีในพระศาสนาพึงเจริญภาวนา ๒ อย่างอันประเสริฐ คำว่า “ปฏิบัติ” หมายถึง (๑) ในแง่ที่เป็นข้อปฏิบัติ คือ ข้อที่พึงปฏิบัติ (๒) เครื่องบรรลุลักษณะพิเศษชั้นสูงยิ่งๆ ขึ้นไป”^{๑๒๔}

ในโลกนี้มีทักษิณียบุคคล ๒ จำพวก คือ (๑) พระเสขะ (ผู้ยังต้องศึกษา) และ (๒) พระอเสขะ (ผู้ไม่ต้องศึกษา)^{๑๒๕} บุคคลผู้บรรลุลักษณะนี้ จัดว่าเป็นทักษิณียบุคคล หมายถึง บุคคลผู้ควรรับทักษิณา เป็นนื่อนาบุญของโลก เป็นผู้ที่ควรแก่การเคารพสักการะบูชา เป็นนื่อนาบุญที่ดี ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งไปกว่า การให้ทานแก่ทักษิณียบุคคลมีอานิสงส์มาก บ้างก็เรียกว่าเป็นปุชไนยบุคคล การบูชาของบุคคลผู้บูชาท่านที่อบรมตนดีแล้วคนเดียว ด้วยการให้ภิกษาทัฬหีหนึ่ง ประเสริฐกว่า การบูชาบุคคลนอกนี้บูชาตั้ง ๑๐๐ ปี^{๑๒๖}

หลักเกณฑ์ที่ใช้ในการชี้วัดการพัฒนาตน ไม่ว่าจะเป็นครุห์สัทหรือบรรพชิตก็มีหลักอันเดียวกัน คือ การบรรลุลักษณะจากการปฏิบัติที่ถูกต้อง ตามสมควรแก่การปฏิบัติของแต่ละบุคคลนั่นเอง คุณวิเศษเช่นนี้เป็นคุณธรรมภายในที่ไม่จำกัดด้วยเพศภาวะ ด้วยการแทงตลอดดีด้วยทิฐิหยั่งล่งสู่อริยมุมิ ทำให้พ้นจากสภาวะปุถุชนกลายมาเป็นอริยบุคคล ในมิลินทปัญหา พระนาคเสนตอบพระเจ้ามิลินท์ว่า “ขอถวายพระพร สมเด็จพระชินวรเจ้าได้ตรัสไว้ว่า เราสรรเสริญสัมมาปฏิบัติ ทั้งของครุห์สัทและบรรพชิต ครุห์สัทก็ตามบรรพชิตก็ตาม เมื่อปฏิบัติชอบแล้วก็ได้สำเร็จญะยธรรม (ธรรมที่พึงรู้) ทั้งนั้น”^{๑๒๗}

ก่อนพุทธกาล มีผู้แสวงหาความหลุดพ้นมากมาย เช่น โยคี ฤๅษี ดาบส เป็นต้น วิธีปฏิบัติในสมัยนั้นเป็นเรื่องสมาธิภาวนา เจริญสมณะเท่านั้น ยังไม่ปรากฏวิปัสสนาภาวนา มักใช้ชีวิตอยู่ตามป่าและบำเพ็ญตบะ ฝึกสมาธิจนได้มานสมาบัติ ได้โลกียอภิญา มีฤทธิ์ มีปาฏิหาริย์ หูทิพย์ ตาทิพย์ ฯลฯ อานิสงส์ที่เกิดนี้เป็นเพียงความสามารถพิเศษเหนือสามัญวิสัยเท่านั้น ยังไม่อาจทำให้สิ้นทุกข์และไม่อาจหลุดพ้นจากวัฏสงสารไปได้ ดังที่สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยาเดชาติศร ได้ทรงรวบรวมโคลงโลกนิติของเก่ามาชำระแก้ไขใหม่ ไว้ใน ประชุมโคลงโลกนิติ ดังนี้ว่า

มีฤทธิ์ล้ำโลกหล้า	ชาตรี
ผ่านแผ่นภพนาคิ	ต่ำได้
เบื้องบนจนอัสญูญิ	พรหมโลก
ถาซุ่มจจราชได้	หลีกพ้นเพียงนิพพาน ^{๑๒๘}

^{๑๒๔} พระญาณธชะ, **ปรมัตถทีปนี ปริจเฉทที่ ๙ กัมมัฏฐานสังคหะ**, แปลโดย พระคันธสาราภิงค์, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๘๘๕.

^{๑๒๕} อจ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๖/๗๙.

^{๑๒๖} ดูรายละเอียดใน พระสิริมงคลจารย์, **มังคลัตถทีปนีแปล เล่ม ๑**, หน้า ๘๑-๘๒, ๑๑๐-๑๑๑.

^{๑๒๗} ธัมมโชติ, **มิลินทปัญหา ตอนที่ ๒๗**, [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://tripitaka-online.blogspot.com/2016/05/ml027.html> [๑๗ กันยายน พ.ศ. ๑๕๖๐]

^{๑๒๘} สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยาเดชาติศร, **ประชุมโคลงโลกนิติ**, (ฉบับอเล็กทรอนิกส์, ๑ มีนาคม ๒๕๕๘), หน้า ๕๕๓.

สังคมไทยมักเรียกคนมีฤทธิ์เช่นนี้ว่า ผู้วิเศษ แต่หาใช่คุณวิเศษในทางพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริงไม่ เป็นแค่ความรู้ยิ่ง เป็นความรู้พิเศษที่เกิดจากการอบรมจิตด้วยการเจริญสมณะเท่านั้น ความวิเศษเช่นว่านี้ ไม่ใช่เครื่องตัดสินความเป็นพระอรหันต์แต่อย่างใด

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) ได้แสดงทัศนะกล่าวถึงบุคคลเช่นนี้ว่าเป็นเพียงผู้ได้ผลวิเศษแห่งสมณะ แต่ไม่ได้บรรลุจุดหมายสูงสุดและมีทางเสื่อมถอยได้ ปรากฏข้อความว่า

ผลที่ต้องการจากสมณะตามหลักพุทธศาสนา คือการสร้างสมาธิเพื่อใช้เป็นบาทฐานของวิปัสสนา จุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาสำเร็จได้ด้วยวิปัสสนา คือการฝึกอบรมปัญญาที่มีสมาธินั้นเป็นบาทฐาน หากบรรลุจุดหมายสูงสุดด้วย และยังได้ผลพิเศษแห่งสมณะด้วย ก็จัดว่าเป็นผู้มีคุณสมบัติพิเศษ ได้รับการยกย่องนับถืออย่างสูง แต่หากบรรลุจุดหมายแห่งวิปัสสนาอย่างเดียว ไม่ได้ผลพิเศษแห่งสมณะ ก็ยิ่งเลิศกว่าได้ผลพิเศษแห่งสมณะ คือได้ฌานสมาบัติและอภิญา ๕ แต่ยังไม่พ้นจากอวิชชาและกิเลสต่างๆ สมาธิของผู้เจริญสมณะอย่างเดียว จนได้ฌานสมาบัติและอภิญา แต่ไม่ได้เจริญวิปัสสนา ไม่ได้บรรลุมรรคผล แม้สมาธินั้นจะเป็นสมาธิชั้นสูง มีผลพิเศษ แต่ก็ขาดหลักประกันที่จะทำให้อยั่งยืนมั่นคง ผู้ได้สมาธิอย่างนี้ ถ้ายังเป็นปุถุชน ก็อาจถูกกิเลสครอบงำทำให้เสื่อมถอยได้ หรือแม้จะได้เจริญวิปัสสนาจนบรรลุมรรคผลขึ้นพระโสดาบันหรือพระสกทาคามี ก็ยังมีกามราคะรบกวนหรือบั่นทอนสมาธิได้ ท่านยังไม่เรียกว่าเป็นผู้บำเพ็ญสมาธิบริบูรณ์^{๑๒๙}

เพราะฉะนั้น คุณวิเศษในพระศาสนานี้ ได้แก่ คุณวิเศษขั้นต่ำและขั้นสูง หรือ คุณวิเศษทั้งเบื้องต้นและเบื้องปลาย^{๑๓๐} หมายถึง ความเป็นพระอริยบุคคล ได้แก่ ผู้บรรลุอริยมรรค ๔ และผู้ดำรงอยู่ในอริยมรรค ๔ ตามภูมิธรรมที่พัฒนาได้แล้วไปตามลำดับ คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และ พระอรหันต์

จากการศึกษา ผู้วิจัยพบว่า ในทางพระพุทธศาสนามีเครื่องมือที่ใช้เป็นหลักเกณฑ์พิจารณาการบรรลุคุณวิเศษ ๒ ประการ คือ (๑) ความสามารถในการเจริญหรือบำเพ็ญไตรสิกขา คือ ๑) อธิศีลสิกขา ๒) อธิจิตตสิกขา ๓) อธิปัญญาสิกขา และ (๒) ความสามารถในการละกิเลส คือ สังโยชน์ ๑๐ ประการ ไตรสิกขาเป็นเครื่องมือที่ชี้วัดความเป็นอริยบุคคล คือดูจากความสามารถในการบำเพ็ญไตรสิกขาให้บริบูรณ์ คือ ศีล สมาธิและปัญญาครบทั้งสามส่วน ผู้ทำได้บริบูรณ์ย่อมให้สำเร็จได้บริบูรณ์ ผู้ทำได้เพียงบางส่วนย่อมให้สำเร็จได้บางส่วน^{๑๓๑} ผู้ทำได้บริบูรณ์ คือ พระอรหันต์ หมายถึงบำเพ็ญไตรสิกขาได้บริบูรณ์นั่นเอง เกณฑ์มาตรฐานขั้นต่ำที่จะทำให้ปุถุชนกลายเป็นอริยบุคคล คือ ประการแรกสุดต้องเป็นบุคคลผู้มีปกติทำศีลให้บริบูรณ์ และเป็นผู้มีปกติทำสมาธิและปัญญาได้พอประมาณ นับว่าเป็นด่านสำคัญที่สุดเพราะเป็นผู้ระงับภัยเวรในปัจจุบันและในเบื้อง

^{๑๒๙} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, หน้า ๔๒๘.

^{๑๓๐} ชุ.อุ. (ไทย) ๒๕/๕๐/๒๗๘.

^{๑๓๑} ตูรายละเอียดใน อัง.ติก. (ไทย) ๒๐/๘๗-๘๘/๓๑๒-๓๑๘.

หน้าที่จะได้ประสบทุกข์โศกนันททางใจ ที่เขาจะได้เสียได้แล้ว^{๑๓๒} นอกจากนี้ ยังต้องพิจารณาจากความสามารถในการละสังโยชน์ด้วย ในสมัยพุทธกาลมีผู้บรรลุธรรมเป็นจำนวนมาก ทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ แล้วใช้อะไรเป็นหลักในการตรวจสอบ เขาวัดกันที่การขจัดสังโยชน์ ๑๐ หรืออาสวะกิเลสให้หมดไปจากใจ

พระโศดาบันเป็นผู้ทำที่พึงให้แก่ตนเอง มีปกติทำศีลให้บริบูรณ์ มีปกติทำสมาธิและปัญญาได้พอประมาณ ละสังโยชน์เบื้องต้น ๓ ประการได้ (สีกกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสึลลพตปรามาส) ชื่อว่าได้ก้าวหน้าแนวตั้งไปแล้วในทางแห่งการตรัสรู้ ไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิ ในวันข้างหน้า ท่านจึงชื่อว่า สัมโพธิปรายนะ^{๑๓๓} อีกอย่างหนึ่ง สามารถปิดประตูอบายได้เด็ดขาด ถ้าไม่เกิดเป็นมนุษย์อีก ก็จะไปบังเกิดเป็นเทวดาในสวรรค์ชั้นใดชั้นหนึ่งอย่างแน่นอน ตั้งแต่สวรรค์ชั้นที่ ๑ จนถึงชั้นที่ ๖ ได้แก่ เทวดาชั้นจาตุมหาราชิกาลถึงปรนิมมิตวสวัตตี^{๑๓๔} บ้างก็เรียกว่า บุคคลผู้ไหลขึ้นแล้วเหลียวมองดู^{๑๓๕}

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้กล่าวถึงผู้ปฏิบัติที่บรรลุถึงวิปัสสนาญาณชั้นที่ ๒ คือปัจฉยปริคคหญาณ ด้วยการกำหนดรู้ตามความเป็นจริงแห่งปัจจัยของนามและรูป ยถาภูตญาณย่อมเกิดขึ้น สัมมาทัสสนะคือความเห็นชอบเกิดขึ้น และเพราะเห็นด้วยดีว่าสังขารทั้งปวงไม่เที่ยง ทำให้กัขาวิตรณะเกิดขึ้นคือละความสงสัยได้ ผู้อบรมพัฒนาตนที่ประกอบด้วยสิ่งต่างๆ ที่กล่าวมานี้ ได้ชื่อว่า พระจุฬโศดาบัน ย่อมเป็นผู้ได้ความเบาใจแล้วได้ที่พึงในพระพุทธศาสนาแล้ว เป็นผู้มิดติแน่นอน^{๑๓๖} จุฬโศดาบันนี้ หรือ จุลโศดาบันนี้ มีผู้เข้าใจคลาดเคลื่อนไปว่า จุลโศดาบัน คือ พระโศดาบันชั้นอ่อน เชมเย สยาดอ ได้กล่าวถึงประเด็นนี้ สรุปได้ว่า ในกรณีนี้คำว่า “จุล” มิได้แปลว่าเล็ก หรือ อ่อนอาวุโส จุลโศดาบัน หมายถึง เป็นบุคคลที่เหมือนพระโศดาบัน หรือ คล้ายพระโศดาบัน^{๑๓๗} ด้วยเหตุนี้ จุฬโศดาบัน หรือจุลโศดาบัน ยืนยันว่าเป็นปุถุชน มิใช่พระอรหันต์บุคคลแต่อย่างใด แม้ยังไม่ถึงขั้นหลุดพ้น เพราะมิได้บรรลุคุณวิเศษก็ตาม แต่ก็เป็นผู้มีสุคติภพเป็นที่ไปในเบื้องหน้า

^{๑๓๒} ุรายละเอียดใน อัง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๙๒/๒๑๒-๒๑๓.

^{๑๓๓} อภิ.ปัจฉย.อ. (ไทย) ๓/๓๑/๖๗.

^{๑๓๔} ุรายละเอียดใน อัง.ฉก. (ไทย) ๒๒/๓๔/๔๘๑-๔๘๓.

^{๑๓๕} ุรายละเอียดใน อัง.สตตก. (ไทย) ๒๓/๑๕/๒๓.

^{๑๓๖} พระพุทธโฆสเถระ ุรณา, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาส อามมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพลส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๐๐๘.

^{๑๓๗} เชมเย สยาดอ พระชนกาทิววงศ์ อัคคมหากัมมัฏฐานาจริยะ, **วิปัสสนาญาณก้าวหน้าอย่างไร (Development of Insight)**, หน้า ๑๐๙.

พระสกทาคามีพัฒนาตนได้มากกว่าพระโสดาบันอีกชั้นหนึ่ง คือ ทำราคะ โทสะและ โมหะให้เบาบางลง เป็นผู้กลับมาเกิดอีกเพียงครั้งเดียว จะไปเกิดในสุคติภูมิ อันได้แก่ มนุษย์ เทวดา พรหม บ้างก็เรียกว่า บุคคลผู้ไต่ขึ้นแล้วข้ามไป^{๑๓๘}

พระอนาคามีพัฒนาตนได้มากกว่าพระโสดาบันและพระสกทาคามี คือ เป็นผู้บำเพ็ญสมาธิบริบูรณ์ เป็นสมาธิที่สมบูรณ์ในตัว ยั่งยืนคงระดับ มีพื้นฐานมั่นคง เพราะไม่มีกิเลสที่จะทำให้เสื่อมถอยได้ จึงนับว่าเป็นผู้ทำที่พึ่งแก่ตนเอง โดยสามารถจัดสังโยชน์ขั้นต่ำทั้ง ๕ ได้ หมายถึง สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ และ ปฏิฆะ ไม่เวียนมาเกิดอีกในกามภูมิ เข้าถึง อริยมุขอันเป็นทิพย์ หมายถึง สุทธาวาสภูมิ ที่อยู่ของพระอนาคามี มี ๕ ภูมิ คือ อวิหา อตปปา สุทัสสา สุทัสสี และ อภินิฐา^{๑๓๙} บ้างก็เรียกว่า บุคคลผู้ไต่ขึ้นแล้วได้ที่พึ่ง^{๑๔๐}, บุคคลผู้มีภาวะตั้งมั่น^{๑๔๑} ทั้งนี้ พระอนาคามีที่เป็นฆราวาสและยังมีชีวิตอยู่ เป็นผู้สั่งสมสมาธิอย่างบริบูรณ์ จะมีปกติถือศีล ๘ นุ่งขาวห่มขาว และไม่ทำกิจการงานของฆราวาสทั้งหมด แต่จะมุ่งปฏิบัติธรรมเพียงอย่างเดียว^{๑๔๒}

พระอริยบุคคลขั้นต้นทั้ง ๓ จำพวกที่กล่าวไป ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี และพระอนาคามี รวมเรียกว่า พระเสขบุคคล หากไม่พึงหยุดชะงักในระหว่างเพียงแค่ว่าบรรลुकุณวิเศษขั้นต่ำ ย่อมพึงหวังความเจริญอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย^{๑๔๓} พระอริยบุคคลขั้นต้นยังต้องพยายามเพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่บรรลุ^{๑๔๔} ทั้งนี้ พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดงความหมายดังกล่าวยกย่องไปอีกรูปแบบหนึ่ง ดังที่ได้ตรัสกับเจ้านันทิยศากยยะว่า “อริยสาวกที่ประกอบด้วยความไม่หวั่นไหวในพระพุทฺธ ... ในพระธรรม... ในพระสงฆ์ ประกอบด้วยศีลทั้งหลายที่พระอริยะยอมรับ แต่ไม่พยายามให้ยิ่งขึ้นไป นับว่าเป็นผู้อยู่ด้วยความประมาทโดยแท้”^{๑๔๕}

ส่วนพระอรหันต์สามารถละกิเลสที่เหลือได้สิ้นเชิง คือ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และ อวิชชา จะไม่เวียนตายเวียนเกิดในวัฏสงสารอีก เป็นผู้บรรลุความสำเร็จและทำให้แจ้งซึ่งประโยชน์ยอดเยี่ยมแล้ว คือ บรรลุธรรมอันเป็นแดนเกษมจากโยคะที่ยอดเยี่ยม หมายถึง อรหัตผลหรือนิพพาน จึงเป็นผู้บรรลุคุณวิเศษอันยอดเยี่ยม เพราะสามารถละอาสวะทั้งหลายอันทำให้เศร้าหมอง ปราศจากตัณหาโดยสิ้นเชิง จึงมีชื่อเรียกอีกอย่างว่า พระชินาสพ^{๑๔๖} เพราะเป็นผู้บำเพ็ญ

^{๑๓๘} ดูรายละเอียดใน อัง.สตตก. (ไทย) ๒๓/๑๕/๒๓.

^{๑๓๙} ชุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๓๖/๑๐๖.

^{๑๔๐} ดูรายละเอียดใน อัง.สตตก. (ไทย) ๒๓/๑๕/๒๓.

^{๑๔๑} อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๕/๘.

^{๑๔๒} พระมหากัจจายนเถระ, **เนตติปกรณ์**, แปลและอธิบายโดย พระคันธสาราภิงค์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๐), หน้า ๗๙.

^{๑๔๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๓๗/๘๔.

^{๑๔๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๑/๑๖.

^{๑๔๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๓๖/๕๕๗.

^{๑๔๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๓๓

ไตรสิกขาบริบูรณ์แล้ว ไม่ต้องศึกษาต่อไปอีกแล้ว จึงได้ชื่อว่า พระอเสขบุคคล^{๑๔๗} บ้างก็เรียกว่า บุคคลผู้ไต่ลั่นแล้วข้ามไปถึงฝั่ง เป็นผู้ลอยบาปอยู่นบ^{๑๔๘}

สภาวะจิตของผู้บรรลุโลกุตตรธรรมสูงสุด ตามอรรถกถา ท่านกล่าวว่า คือ จิตของพระอรหันตชินาสพ ซึ่งจะมีลักษณะต่างๆ ดังนี้ คือ (๑) มีจิตที่ไม่หวั่นไหวด้วยโลกธรรม (๒) มีจิตที่ไม่เศร้าโศก (๓) มีจิตที่ปราศจากอริ คือ โลภะ โทสะ และโมหะ (๔) มีจิตเกษมหรือจิตหลุดพ้น^{๑๔๙} พระอรหันต์ก้าวล่วงพ้นความกำหนดหมายทั้งปวงแล้ว เป็นผลมาจากการพัฒนาตน จึงเป็นเหตุนำมาซึ่งความเจริญในชีวิต ด้วยเหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงได้นำเอาเหตุทั้งสี่ประการนี้มากล่าวรวมไว้ในมงคลสูตร เพื่อให้ยึดถือเป็นแบบอย่างการปฏิบัติ ฝึกฝนตนเอง ซึ่งมีทั้งหมด ๓๘ ประการ

จากการศึกษา ผู้วิจัยพบว่า การบรรลุธรรมเป็นอริยบุคคลเฉพาะในส่วนของคฤหัสถ์นั้น ถ้าเป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี ก็อยู่ในเพศคฤหัสถ์ได้ตลอดชีวิตของตน เท่าชีวิตของตน แต่ถ้าบรรลุความเป็นพระอรหันต์ผล มีข้อควรทำความเข้าใจเป็นการเฉพาะ คือ จะต้องบวชหรือไม่ก็ต้องปรินิพพานในวันนั้น

ในทางพระพุทธศาสนามีชื่อเรียกเฉพาะอริยบุคคลแตกต่างกันออกไป พระโสดาบัน ชื่อว่าสมณะผู้ไม่หวั่นไหว (สมณะอจละ) เพราะอรรถว่าเป็นผู้ไม่หวั่นไหว ด้วยการกล่าวร้ายของคนอื่นเหมือนเสาเขื่อนไม่หวั่นไหวเพราะลมทั้ง ๔ เป็นผู้ประกอบด้วยศรัทธาอันไม่คลอนแคลน ส่วนพระสกทาคามี ชื่อว่าสมณะผู้เสมือนดอกบัวหลวง (สมณะปทุมะ) เพราะอรรถว่ามีรากะโทสะและโมหะเบาบาง พระอนาคามี ชื่อว่า สมณะผู้เสมือนดอกบัวขาว (สมณะปุนทริกะ) เพราะอรรถว่าจักรัสรู้ (บาน) พลันทีเดียว เพราะไม่มีรากะและโทสะ ส่วนพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวก ชื่อว่าสมณะผู้ละเอียดอ่อนในหมู่สมณะ (สมณะสุ สมณสุขุมาล) เพราะไม่มีกิเลสทุกอย่างที่ทำให้กระด้าง เพราะสิ้นอาสวะทั้งหลาย ฯลฯ สำเร็จอยู่^{๑๕๐}

สรุปได้ว่า การบรรลุคุณวิเศษ เป็นเครื่องชี้วัดสถานะโดยทั่วไปของพระอริยบุคคล คุณวิเศษนี้มีผลเหนือกว่าการได้ผลวิเศษแห่งสมณะ คือได้ฉันทสมาบัติและอภิญญา ๕ ที่คนทั่วไปยกย่องว่าเป็นผู้วิเศษ อาณิสสที่เกิขึ้นเป็นเพียงความสามารถพิเศษเหนือสามัญวิสัยเท่านั้น ยังไม่อาจทำให้สิ้นทุกข์ และไม่อาจหลุดพ้นจากวัฏสงสารไปได้ การบรรลุคุณวิเศษของพระอริยบุคคลมีหลักประกันแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิ ในวันข้างหน้าอีกไม่เกิน ๗ชาติ

๓.๘.๒ ภาวิต ๔

เกณฑ์ที่ใช้ในการวัดการพัฒนาตนขั้นนี้ เป็นเกณฑ์ชี้วัดสำหรับพระอรหันต์โดยเฉพาะเท่านั้น เป็นภาวะของผู้บรรลุนิพพานแล้ว หมายถึง คุณค่าด้านความเป็นอิสระหลุดพ้นของจิต โดยเฉพาะในระดับที่พัฒนาสมบูรณ์แล้ว จะมีลักษณะที่สำคัญ ๒ ประการ คือ (๑) ความปลอดทุกข์

^{๑๔๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๓๐.

^{๑๔๘} อภ.สตตก. (ไทย) ๒๓/๑๕/๒๔.

^{๑๔๙} ขุ.ขุ.อ. (ไทย) -/๑๒/๒๒๖-๒๒๗.

^{๑๕๐} ที.ปา ๑๑/๓๑๔/๒๔๘., ตูรายละเอียดใน อภ.ป. (ไทย) ๓๖/๑๙๐/๒๑๗-๒๑๘.

คือเป็นอิสระหลุดพ้นจากความรู้สึกรู้สึกบีบคั้นจากความยึดมั่นถือมั่นต่างๆ (๒) ความปลอดกิเลส คือเป็นอิสระหลุดพ้นจากอำนาจบีบคั้นครอบงำและบงการของกิเลสทั้งหลาย^{๑๕๑} ผู้บรรลุจุดหมายปลายทางแล้วในทางพุทธศาสนา หมายถึง พระอรหันต์ซึ่งนิมิตผู้ถึงที่สุดแห่งสังสารวัฏ ในอรรถกถา ท่านอธิบายว่า พระชินาสพยงวิภูษะให้สิ้นไปได้แล้ว ย่อมเป็นผู้ซึ่งว่ามีทางไกลอันถึงแล้ว ส่วนพระอริยบุคคลชั้นต้นมีพระโสดาบันเป็นต้น ยังชื่อว่าเป็นผู้เดินทางไกลอยู่ เพราะเหตุความที่วิภูษะอันตนยังให้สิ้นไปไม่ได้นั่นเอง^{๑๕๒}

ภาวิต ๔ คือ ภาวิตกาย ภาวิตศีล ภาวิตจิต ภาวิตปัญญา หมายถึง ผู้ที่ได้เจริญกาย ศีล จิต และปัญญาแล้ว เป็นพัฒนาการ ๔ ด้าน อันได้แก่ (๑) กายภาวนา (๒) ศีลภาวนา (๓) จิตตภาวนา และ (๔) ปัญญาภาวนา คำว่า ภาวนา ในชุดภาวนา ๔ นี้ มิใช่หมายถึงการปฏิบัติที่กำลังทำอยู่ มิใช่การปฏิบัติเพื่อให้ถึงจุดหมาย แต่หมายถึงการปฏิบัติที่สำเร็จเสร็จหรือจบไปแล้ว หรือการปฏิบัติที่ถึงจุดหมายเสร็จสิ้นแล้วของพระอรหันต์”^{๑๕๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต) ได้แสดงทัศนะเรื่องจุดหมายของการพัฒนาให้เป็นคนเต็มคน ไว้ในหนังสือชื่อ “การศึกษาทั่วไปเพื่อพัฒนามนุษย์” ปรากฏข้อความว่า

จุดหมายของการพัฒนาให้เป็นคนเต็มคน คือเป็นคนที่มีสมบูรณ์ ในทางพระพุทธศาสนามีเครื่องมือชีวิตตรวจสอบได้ว่า พระอรหันต์คือคนที่พัฒนาตนสมบูรณ์ทั้ง ๔ ด้าน คือ

(๑) พัฒนากาย เช่น รู้จักใช้ปัจจัย ๔ เป็นใหม่ กินเป็นใหม่ กินแล้วได้สุขภาพดี หรือกินไม่เป็น ไม่รู้จักประมาณในการบริโภค กินแล้วได้โทษ ใช้อุปกรณ์เทคโนโลยีต่างๆ เป็นใหม่ ดูเป็นใหม่ ฟังเป็นใหม่ ฟังแล้วได้ความรู้ใหม่ อย่างนี้เป็นต้น

(๒) พัฒนาศีล เช่น อยู่ร่วมกับเพื่อนมนุษย์ได้ดีขึ้นใหม่ มีพฤติกรรมทั่วไปและการประกอบอาชีพที่ก่อความเดือดร้อนเบียดเบียน หรือเป็นไปในทางช่วยแก้ปัญหาและสร้างสรรค์สังคมอะไรอย่างนี้

(๓) พัฒนาจิตใจ เช่นว่า จิตใจมีคุณธรรมใหม่ มีเมตตากรุณาใหม่ มีศรัทธาใหม่ มีความเคารพ มีความกตัญญูกตเวที มีหิริโอตตปปะ มีคุณธรรมต่างๆ ที่จะมาเป็นฐานของพฤติกรรมที่เราเรียกว่าจริยธรรมที่ทำให้เกิดความมั่นคงและความสอดคล้องในระบบชีวิตทางจริยธรรม รวมทั้งการที่ว่าจิตใจมีความสุขหรือมีความทุกข์ มีความขุ่นมัว เศร้าหมอง มีความกระวนกระวาย ถ้าพัฒนาในทางที่ดีก็ต้องมีจิตใจที่เบิกบาน ผ่องใส สงบ มีความสุข ถ้าคนยังไม่มีความสุขแต่ยังมีความสุขมาก ก็ถือว่าขาดการพัฒนาเหมือนกัน

(๔) พัฒนาปัญญา เช่นว่า มีความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายถูกต้องตามความเป็นจริงใหม่ เข้าถึงความจริงของสิ่งต่างๆ มีความรับรู้โดยไม่มีอคติ สามารถพิจารณาวินิจฉัยปัญหาต่างๆ

^{๑๕๑} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, หน้า ๑๑๔-๑๑๕.

^{๑๕๒} พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๙๐/๕๖๔.

^{๑๕๓} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, หน้า ๓๘๔.

อย่างไม่เอนเอียง สามารถนำความรู้ความคิดมาประยุกต์ในการแก้ปัญหา ตลอดจนทำจิตใจของตนให้เป็นอิสระเหนือการกระทบกระทั่งของสิ่งแวดล้อมได้หรือไม่ เป็นต้น^{๑๕๔}

จากการศึกษาพบว่า ผู้ปฏิบัติที่ได้พัฒนาตนด้วยการฝึกฝน อบรมตนครบทั้ง ๔ ด้านแล้วย่อมบรรลุเป้าหมายทางพุทธศาสนา เรียกว่า “ภาวิตตะ” มาจาก ภาวิตะ + อตตะ แปลว่า “ผู้มีตนที่พัฒนาแล้ว” หรือ “ผู้ได้พัฒนาตนแล้ว” เป็นคำที่ใช้แก่พระอรหันต์ทั้งหมด ทั้งพระพุทเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า และเหล่าพระอรหันตสาวก^{๑๕๕} บ้างเรียกว่า อตตันทตะ มาจาก อตตะ + ทันตะ แปลว่า “ผู้มีตนอันฝึกฝนแล้ว”^{๑๕๖}

นอกจากนี้ เมื่อสืบค้นต่อไปยังพบว่า ในคัมภีร์พระไตรปิฎกปรากฏเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการฝึกฝน อบรม พัฒนาตนแทบทุกพระสูตร แต่พระสูตรที่แสดงให้เห็นเด่นชัดเป็นพิเศษในแง่ของพัฒนาการสูงสุดมี ๓ พระสูตร ดังนี้

๑) ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย ทันทภูมิสูตร เรียกผู้ได้เจริญกาย ศีล จิตและปัญญาแล้วนี้ว่า เป็นผู้ได้รับการฝึกแล้ว พระพุทเจ้าได้ตรัสกับอจิรวตะสามเณรว่า “ถ้าภิกษุปุณณะระ ปุณมัชฌิมะ ปุณนวกะ ผู้สิ้นอาสวะแล้ว ผู้เป็นชีณาสพมรณภาพลง ย่อมถึงการนับว่า มรณภาพลงอย่างฝึกแล้ว”^{๑๕๗}

๒) ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปุราณะสุตตนิทเทส พระพุทเจ้าทรงมีพุทธดำรัสว่า “ในหมู่มนุษย์ คนที่ฝึกแล้วประเสริฐสุด เพราะใครก็ไปถึงนิพพานอันเป็นทิศที่ไม่เคยไปด้วยยานพาหนะเหล่านั้นไม่ได้ เหมือนบุคคลผู้ฝึกแล้ว มีตนฝึกหัดแล้วอย่างดี ไปถึงได้ พระอรหันต์เป็นผู้อบรมอินทรีย์แล้ว ทั้งภายในและภายนอก หลุดพ้นจากภพใหม่แล้ว บรรลุถึงภูมิที่ฝึกแล้ว”^{๑๕๘}

๓) ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย อรหันตสูตร พระพุทเจ้าทรงมีพุทธดำรัสว่า “พระอรหันต์เป็นผู้ไม่หวั่นไหว สำเนียงแล้วในไตรสิกขา มีร่างกายนี้เป็นร่างสุดท้าย พ้นจากภพใหม่ถึงทันทภูมิ ขณะเด็ดขาดแล้วในโลก”^{๑๕๙}

จากการศึกษา ผู้วิจัยพบว่า สารัตถะที่ได้ทั้ง ๓ พระสูตรเมื่อนำมาพิจารณาตถกถกแล้วสรุปความอีกครั้งได้ว่า พระอรหันต์ชีณาสพผู้สิ้นอาสวะแล้ว คือ บุคคลผู้ฝึกแล้ว มีตนฝึกหัดแล้วอย่างดี หลุดพ้นจากภพใหม่แล้ว เพราะเป็นผู้ไม่แสวงหาภพเป็นที่เกิดอีก บรรลุถึงภูมิที่ฝึกแล้ว มีชื่อเรียกเฉพาะว่า ทันทภูมิ ซึ่งเป็นแก่นแท้ของพระพุทธศาสนาและเป็นจุดหมายสูงสุดของการพัฒนาตน ทันทภูมิ คือ โลกุตตรภูมิสูงสุดสำหรับผู้ได้รับการฝึกตนแล้วเท่านั้น

^{๑๕๔} ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), การศึกษาทั่วไปเพื่อพัฒนามนุษย์, (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์บริหารจัดการวิชาการศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๒), หน้า ๓๕-๓๖.

^{๑๕๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๔๔.

^{๑๕๖} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), หลักแม่บทของการพัฒนาตน, หน้า ๑๗.

^{๑๕๗} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๒๒/๒๕๕.

^{๑๕๘} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๙๐/๒๕๒.

^{๑๕๙} ส.ข. (ไทย) ๑๗/๗๖/๑๑๖-๑๑๗.

สุนทร ฦ รั้งสี ได้กล่าวถึงโลกุตตรภูมิไว้พอสรุปได้ว่า โลกุตตรภูมิ หมายถึง ภูมิที่เหนือโลก หรือภูมิที่พ้นระดับของโลก เป็นภูมิแห่งจิตของพระอริยบุคคลที่เรียกว่า โลกุตตรจิต เป็นมรรคจิต ๔ และ ผลจิต ๔ มรรคจิตผลจิตดังกล่าวนี้เป็นจิตที่อยู่ในระดับอปริยาปนภูมิ หรือโลกุตตรภูมิ จิตในระดับโลกุตตรภูมินี้ไม่ได้มีอยู่ตามปกติในหมู่สัตว์โลกทั่วไป จิตในระดับโลกุตตรภูมิเป็นจิตที่ต้องพัฒนาให้มีขึ้นจึงจะเกิดขึ้น^{๑๖๐}

การทำตนให้สมบูรณ์ คือ การพัฒนาศักยภาพในตัวที่มีอยู่ให้เต็มที่ ตรงกับหลักธรรมในทางพุทธศาสนาเรียกว่า อัตตสัมปทา หมายความว่า ต้องทำศักยภาพของตนให้เต็มบริบูรณ์ ผู้ที่เป็นปุถุชนก็ต้องพัฒนาตนให้เป็นอารยชน หรืออริยบุคคล ผู้ที่เป็นอริยบุคคลอยู่แล้ว ก็ต้องพัฒนาให้สูงขึ้นไป ถ้าเป็นโสดาบันก็ก้าวต่อไปให้เป็นพระสกทาคามีและพระอนาคามีตามลำดับ จนกว่าจะสำเร็จเป็นพระอรหันต์ ถึงความเป็นพระอเสขะ หลุดพ้นเป็นอิสระโดยสมบูรณ์ จบกระบวนการของการศึกษา^{๑๖๑}

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจกสูตร ท่านยกย่องสถานะของพระอรหันต์ว่า เป็นผู้ประกอบด้วยคุณทั้งหมด เป็นอุดมบุรุษ^{๑๖๒} โดยจำแนกให้เห็นเด่นชัดว่าเป็นผู้พร้อมด้วยคุณสมบัติ ๒ ประการดังนี้ คือ (๑) เป็นผู้ละองค์ ๕ (๒) เป็นผู้สมบูรณ์ด้วยองค์ ๕

ผู้ละองค์ ๕	ผู้สมบูรณ์ด้วยองค์ ๕
(๑) เป็นผู้ละกามฉันทะ	(๑) เป็นผู้ประกอบด้วยศีลชั้น
(๒) เป็นผู้ละพยาบาท	(๒) เป็นผู้ประกอบด้วยสมาธิชั้น
(๓) เป็นผู้ละถีนมิทระ	(๓) เป็นผู้ประกอบด้วยปัญญาชั้น
(๔) เป็นผู้ละอุทธัจจกุกกัจจะ	(๔) เป็นผู้ประกอบด้วยวิมุตติชั้น
(๕) เป็นผู้ละวิจิกิจฉา	(๕) เป็นผู้ประกอบด้วยวิมุตติญาณทัสสนชั้น

จากการศึกษา ผู้วิจัยพบว่า เกณฑ์ชี้วัดการพัฒนาตนในงานวิจัยนี้เป็นแค่เพียงแนวตรวจสอบในทางปริยัติให้เทียบเคียงเท่านั้น หากใช้เครื่องวินิจฉัยตัดสินชี้ขาดสำหรับปุถุชนทั่วไปไม่เพราะภาวะของความหลุดพ้นนี้เป็นภาวะที่อยู่เหนือวิสัยของคนสามัญธรรมดาโดยทั่วไป แต่อยู่ในวิสัยของผู้บรรลุเท่านั้นที่จะรู้ได้ หมายถึง ผู้ที่จะรู้ได้ว่าใครเป็นอริยบุคคล ก็ต้องเป็นอริยบุคคลด้วยกัน และต้องเป็นระดับเดียวกันหรือสูงกว่าเท่านั้น พระอรหันต์ด้วยตนเองเท่านั้น จึงจะรู้ว่าใครเป็นพระอรหันต์ แม้แต่พระอรหันตสาวกก็ยังไม่อาจกำหนดรู้วาระจิตของพระพุทธเจ้าได้เช่นกัน ดังที่พระสารีบุตรอัครสาวกเบื้องขวาได้ตอบพระพุทธเจ้าว่า “ไม่มีสมณะหรือพราหมณ์ผู้อื่นซึ่งจะมีปัญญาในทางสัมโพธิญาณยิ่งกว่าพระผู้มีพระภาค ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ถึงแม้ว่าข้าพระองค์จะไม่มี

^{๑๖๐} สุนทร ฦ รั้งสี, **พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า

^{๑๖๑} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), **ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง**, หน้า ๕๕-๕๖.

^{๑๖๒} อภ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๒/๑๙-๒๐.

ญาณกำหนดรู้พระทัยของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้งในอดีต อนาคต และปัจจุบัน แต่ข้าพระองค์ก็รู้วิธีการอนุমান”^{๑๖๓}

ในปฏิสัมภิทามรรคอรรรถถก สัทธรรมปาสนี ท่านกล่าวไว้ชัดเจนว่า “ปุถุชนย่อมไม่รู้มรรคจิตและผลจิตของพระอริยบุคคลทั้งหลาย และแม้พระอริยบุคคลชั้นต่ำๆ ก็ย่อมไม่รู้มรรคจิตและผลจิต ของพระอริยบุคคลชั้นสูงๆ แต่พระอริยบุคคลชั้นสูงๆ ย่อมรู้จิตของพระอริยบุคคลชั้นต่ำๆ”^{๑๖๔}

พระอรหันตชีนาสวะย่อมกำหนดรู้กาลเวลาแห่งอายุที่จักปรินิพพานได้บ้าง ไม่ได้บ้าง ไม่แน่นอน แต่ผู้เจริญอานาปานสติ มีวิตถุ ๑๖ นี้แล้วได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ย่อมกำหนดรู้กาลแห่งอายุ จักปรินิพพานได้ทั้งนั้น ภิกษุผู้เจริญอานาปานสติได้บรรลุพระอรหันต์ ย่อมรู้ว่า บัดนี้อายุสังขารของเราจักเป็นไปได้เพียงไม่เลยนี้ไป ดังนี้แล้ว ก็ทำกิจ ขำระร่างกายและการนุ่งห่ม เป็นต้น ตามธรรมดาของตน เมื่อชำระเรียบร้อยแล้วก็หลับตาต่อไป^{๑๖๕}

สรุปได้ว่า ภาวิต ๔ เป็นเครื่องมือในทางปริยัติที่ใช้เป็นเกณฑ์ชี้วัดความเป็นพระอริยบุคคลชั้นสูงสุด คือ พระอรหันต์ เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เป็นผู้ได้พัฒนาตนแล้ว มีตนฝึกหัดแล้วอย่างดี บรรลุถึงภูมิที่ฝึกแล้ว คือ ทันทภูมิ ซึ่งเป็นแก่นแท้ของพระพุทธศาสนาและเป็นจุดหมายสูงสุดของการพัฒนาตน

๓.๙ สรุปท้ายบท

การพัฒนาตนในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง การศึกษาเรียนรู้ความจริงของชีวิตในร่างกายที่ปรากฏในชั้น ๕ คือ รูปกับนาม ตามความเป็นจริงด้วยปัญญาอันชอบโดยความเป็นไตรลักษณ์ รู้แจ้งอริยสัจ ๔ บรรลุถึงแก่นแท้ของชีวิตในอุดมคติ คือความหลุดพ้นอันเป็นเป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา เป็นการฝึกฝน อบรม เพื่อพัฒนาศักยภาพที่มีอยู่ภายในตัว เพื่อให้ตระหนักถึงคุณค่าของความเป็นมนุษย์ในตัวเอง และเพื่อเติมเต็มความเป็นมนุษย์ให้สมบูรณ์

การพัฒนาตนสามารถแบ่งออกได้เป็น ๓ ระดับ คือ (๑) จากปุถุชนไปเป็นพระอริยบุคคลชั้นใดชั้นหนึ่ง (๒) จากพระอริยบุคคลชั้นต้นไปเป็นพระอริยบุคคลลำดับชั้นสูงกว่าอย่างๆ ขึ้นไป (๓) พระอรหันตชีนาสพ เป็นผู้พัฒนาตนแล้ว

แนวทางการพัฒนาตนในทางพระพุทธศาสนามีดังต่อไปนี้ คือ

๑) ไตรสิกขา หมายถึง ข้อปฏิบัติที่ต้องศึกษาและฝึกอบรม ๓ อย่าง คือ (๑) อธิศีลสิกขา (๒) อธิจิตตสิกขา และ (๓) อธิปัญญาสิกขา

^{๑๖๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๘/๒๓๑.

^{๑๖๔} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๑/๑๐๔/๔๗๑.

^{๑๖๕} วรรณสิทธิ ไวทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๙ กัมมภูฐาน สังคหวิภาค, หน้า ๑๒๕.

๒) อริยมรรคมีองค์ ๘ หมายถึง ข้อปฏิบัติอันพอดีที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น ๘ ประการ คือ (๑) สัมมาทิฏฐิ (๒) สัมมาสังกัปปะ (๓) สัมมาวาจา (๔) สัมมากัมมันตะ (๕) สัมมาอาชีวะ (๖) สัมมาวายามะ (๗) สัมมาสติ (๘) สัมมาสมาธิ เป็นแนวทางดำเนินชีวิตอันประเสริฐ และเป็นทางสายกลางที่ไม่ตั้งหรือหย่อนจนเกินไปที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา อันทำให้ผู้ฝึกฝน อบรม พัฒนาตน พ้นจากภาวะความเป็นปุถุชนไปสู่อริยบุคคล เป็นหนทางดำเนินไปสู่ความหลุดพ้น ปฏิปทาที่จะให้ถึงพระนิพพานอันประเสริฐนั้น มีอยู่เฉพาะในพระพุทธศาสนาเท่านั้น ความวิเศษสุดของพระศาสนาอยู่ตรงที่มีปฏิปทาไปสู่พระนิพพานนี้เอง ผู้แสวงหาความหลุดพ้นจำเป็นต้องเดินบนทางนี้ ตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงชี้บอกทางไว้แล้วเท่านั้น จึงจะทำได้ทุกขั้นได้ ส่วนขั้นตอนที่สำคัญก่อนจะถึงความหลุดพ้น คือ ญาณในความสิ้นกิเลสย่อมเกิดขึ้นแก่พระเสขะ ผู้กำลังศึกษาและปฏิบัติตามทางสายตรงก่อน ลำดับต่อจากนั้นอรหัตตผลจึงเกิด ต่อจากนั้น ญาณในความสิ้นไปแห่งภวสังโยชน์ว่า “วิมุตติของเราไม่กำเริบ” ย่อมเกิดขึ้นแก่ท่านผู้หลุดพ้นด้วยอรหัตตผล

๓) ภาวนา ได้แก่ (๑) สมถะและวิปัสสนา (๒) สมถภาวนา (๓) วิปัสสนาภาวนา

(๑) สมถะและวิปัสสนาเป็นการปฏิบัติธรรมวิธีหนึ่งเมื่อเจริญคู่กันไป ย่อมละสังโยชน์ได้ ทั้งสองอย่างนี้ในบาลีท่านเรียกว่า ภาเวตัพพธรรม และวิชชาภาคิยธรรม สมถะและวิปัสสนามีรสเป็นอย่างเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเลยกันด้วยมีสภาวะหลุดพ้น เป็นทางที่ให้ถึงอสังขตธรรม อันได้แก่ ความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ และความสิ้นโมหะ สมถะและวิปัสสนาเป็นฝ่ายวิชา สมถะที่เจริญแล้วทำให้จิตเจริญ จิตที่เจริญแล้วย่อมละราคะได้ เมื่อสำรอกราคะได้แล้วจึงมีใจโตวิมุตติ ส่วนวิปัสสนาที่เจริญแล้วย่อมทำให้ปัญญาเจริญ ปัญญาที่เจริญแล้วย่อมละอวิชชาได้ เมื่อสำรอกอวิชชาได้แล้วจึงมีปัญญาวิมุตติ

(๒) สมถภาวนา เป็นการฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิจากกิเลสนิวรณ์ บ้างจึงเรียกสมถภาวนาว่า สมาธิภาวนา มีวิธีการปฏิบัติในการเจริญสมถกรรมฐานทั้ง ๔๐ กองเป็นแนวทางการเจริญสมาธิ ผลการเจริญสมถภาวนา จะทำให้บรรลุถึงฌาน อภิญญาได้ แต่จะหยุดเพียงระดับอัปปนาสมาธิ ไปไม่ถึงขั้นปัญญาที่จะประหารกิเลส ยังไม่บรรลุธรรม ผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐานที่ปรารถนาบรรลุมรรค ผล นิพพาน จะต้องเจริญวิปัสสนาต่อไปอีก เป็นการใช้สมาธิหรือสมถะเป็นบาทฐานของวิปัสสนา

(๓) วิปัสสนาภาวนา หมายถึง การฝึกอบรมปัญญาให้มีขึ้น ให้เจริญขึ้น จนเกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เห็นความเกิดดับของรูปนามในปัจจุบัน เห็นพระไตรลักษณ์โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน และไม่สวยงาม จนถอดถอนวิปลาสธรรม คือ ความเห็นผิดจากความเป็นจริงออกไปจากขันธสันดาน ไม่ยึดมั่นถือมั่นในตัวตน จนบรรลุมรรค ผล และนิพพาน ผลของวิปัสสนาภาวนาทำให้ปัญญารู้แจ้งสภาพธรรมตามความเป็นจริง และดับกิเลสเป็นสมุจเฉตตามขั้นตอนของโลกุตระมคคจิตซึ่งมีพระนิพพานเป็นอารมณ์ จนถึงอรหัตตมคคจิตซึ่งดับกิเลสหมดไม่เหลือ จึงดับสังสารวัฏ ไม่เกิดใหม่อีกเลย

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น ต้องปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เพราะเป็นเพียงทางปฏิบัติสายเดียว เพื่อความพ้นทุกข์ และเป็นแนวทางที่เหล่าพระอริยเจ้าทั้งหลายได้ดำเนินไปแล้วสู่

มรรค ผล และพระนิพพาน ไม่มีเส้นทางอื่นที่จะทำให้เข้าถึงพระนิพพานได้นอกจากจากการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ผู้ปฏิบัติมีสติกำหนดกาย เวทนา จิต ธรรม อีกทั้งมีความเพียร มีสติ และมีสัมปชัญญะ ย่อมสามารถกำจัดอภิชณา และโทมนัส ย่อมพิจารณาเห็นความเป็นไตรลักษณ์ คือ ลักษณะที่เป็นสามัญทั่วไป ๓ ประการ คือ (๑) ความไม่เที่ยง (๒) ความเป็นทุกข์ และ (๓) ความมิใช่ตัวตน ในรูปธรรม และนามธรรม ในกายนี้ อริยมรรคย่อมปรากฏขึ้น และนำไปสู่ความหลุดพ้นได้ในที่สุด

เป้าหมายของการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้น เป็นเป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา คือ ระดับปรมัตถะ เพื่อประโยชน์สูงสุด ด้านนามธรรมชั้นโลกุตตระ เป็นไปเพื่อการทำให้มีจิตใจที่เป็นอิสระ ผิภวน อบรม พัฒนาตนจนกลายเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ผู้จะถึงประโยชน์ขั้นนี้ได้ต้องเจริญวิปัสสนากรรมฐานเท่านั้น เป้าหมายระดับนี้มีปรากฏเฉพาะในพระพุทธศาสนาเท่านั้น ไม่ปรากฏในคำสอนของศาสนาหรือลัทธิความเชื่ออื่นใดในโลกเลย

เกณฑ์ที่ใช้ในการวัดการพัฒนาตน มี ๒ ประการ คือ

๑) การบรรลุคุณวิเศษตามสมควรแก่การปฏิบัติ คุณวิเศษขั้นต่ำและขั้นสูง ได้แก่ โลกุตตรธรรม ๙ หมายถึง มรรค ๔ ผล ๔ และ นิพพาน ๑ ตามภูมิธรรมที่พัฒนาได้แล้วไปตามลำดับ คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และ พระอรหันต์ เป็นเกณฑ์วัดอริยบุคคลทั่วไป

๒) ภาวิต ๔ เป็นเกณฑ์วัดสำหรับพระอรหันต์โดยเฉพาะเท่านั้น เป็นภาวะของผู้บรรลุนิพพานแล้ว หมายถึง “ผู้มีตนที่พัฒนาแล้ว” หรือ “ผู้ได้พัฒนาตนแล้ว” เป็นผู้ได้บำเพ็ญไตรสิกขาบริบูรณ์แล้ว ไม่มีข้อปฏิบัติที่พึงทำให้งงไปกว่านี้ ไม่มีข้อที่ต้องศึกษาอีกต่อไป จึงเรียกว่า อเสขบุคคล มนุษย์ที่สมบูรณ์ในทางพระพุทธศาสนา ย่อมหมายถึงพระอรหันต์เท่านั้น

บทที่ ๔

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

งานวิจัยเรื่อง “ศึกษาการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาความหลุดพ้นในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และ (๒) เพื่อศึกษาการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงเอกสาร (documentary research) โดยผู้วิจัยได้ศึกษา ค้นคว้า รวบรวมข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา วิสุทธิมรรค ปกรณ์วิเสส และ ตำรา เอกสารทางวิชาการต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง นำมาเรียบเรียง บรรยายเชิงพรรณนา ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาจากอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ สามารถสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะมีดังนี้

๔.๑ สรุปผลการวิจัย

๔.๑.๑ ความหลุดพ้นในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

ความหลุดพ้น มาจากคำบาลีว่า “วิมุตติ” หมายถึง ความหลุดพ้นจากทุกข์ ความสิ้นไปแห่งอาสวะกิเลส ความพ้นวิเศษ ความเป็นอิสระหลุดพ้นแห่งจิต มีอาการหลุดพ้นเพราะรู้แจ้ง อริยสัจ ๔ โดยชอบและเพราะสิ้นภวสังโยชน์ ความหลุดพ้นเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของการพัฒนาตน และเป็นเป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา คือ ระดับปรมัตถะ ความหลุดพ้นแบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ เจโตวิมุตติ (ความหลุดพ้นแห่งจิต) และ ปัญญาวิมุตติ (ความหลุดพ้นด้วยปัญญา)

ระดับของความหลุดพ้น มี ๕ ประการ คือ (๑) วิกขัมภณวิมุตติ (๒) ตทังควิมุตติ (๓) สมุจเฉทวิมุตติ (๔) ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ (๕) นิสสรณวิมุตติ ทั้งนี้ ตทังควิมุตติ และวิกขัมภณวิมุตติ เป็นโลกียวิมุตติทั้งหมด พ้นอย่างโลกๆ ไม่เด็ดขาด ไม่สิ้นเชิง กิเลสและความทุกข์ยังกลับครอบงำได้ วิมุตติที่ยังกำเริบได้ เป็นวิมุตติของสามัญชนทั่วไป ส่วนวิมุตติตามความหมาย ๓ อย่างหลัง คือ สมุจเฉทวิมุตติ ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ และ นิสสรณวิมุตติ เป็นวิมุตติของพระอริยบุคคลทั้งหลาย เป็นโลกุตตรวิมุตติ ซึ่งกิเลสและความทุกข์ที่ละได้แล้วไม่กลับคืนมาอีก ไม่กลับกลายเป็นสมุจเฉทวิมุตติเป็นความหลุดพ้นด้วยตัดขาด ได้แก่ระงับกิเลสด้วยอริยมรรค ปฏิปัสสัทธิวิมุตติเป็นความหลุดพ้นด้วยความสงบราบ ได้แก่อริยผล และ นิสสรณวิมุตติเป็นความหลุดพ้นด้วยออกไปเสีย ได้แก่นิพพาน

นอกจากนี้ ผู้วิจัยพบว่ายังสามารถแบ่งประเภทความหลุดพ้นได้อีกแนวทางหนึ่ง แบ่งออกเป็น ๒ อย่าง คือ (๑) กล่าวโดยคุณลักษณะของสภาวะ คือ หลุดพ้นจากกิเลสและความทุกข์

(๒) กล่าวโดยคุณสมบัติของบุคคลผู้ปฏิบัติ คือ หลุดพ้นจากภาวะความเป็นปุถุชนกลายเป็น อริยบุคคล

ความหลุดพ้นมีลักษณะเป็นอย่างเดียวกัน เหมือนกันหมด ไม่ว่าจะจะเป็นความหลุดพ้นของพระพุทธเจ้าในอดีตกาล ในปัจจุบัน หรือในอนาคต หรือในอริยสาวก ลักษณะความหลุดพ้น เพราะเบื่อหน่าย เพราะคลายกำหนัด เพราะดับ เพราะไม่ถือมั่นในรูปนาม หลุดพ้นด้วยปัญญาเหมือนกัน มีลักษณะการเสวยพระนิพพานเป็นอารมณ์เท่านั้น ที่แตกต่างกันก็คือ พระเจ้าทำทางที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ทำให้รู้จักทางที่ใครๆ ไม่รู้จัก บอกทางที่ยังไม่มีใครบอก เป็นผู้รู้จักทาง รู้แจ้งทางฉลาดในทาง ส่วนบรรดาเหล่าสาวกทั้งหลายเป็นผู้ดำเนินไปตามทางอยู่ เป็นผู้ตามมาในภายหลัง

ความหลุดพ้นย่อมเกิดมิได้เฉพาะการเจริญวิปัสสนาจนเกิดมรรคจิตครบ ๔ ครั้ง จึงจะสามารถกำจัดกิเลสตัณหาในจิตที่ปรากฏภายในให้หมดสิ้นไปได้สิ้นเชิงอย่างแท้จริง ผู้หลุดพ้นแล้วเรียกว่า ผู้บรรลุนิพพานในปัจจุบัน เมื่อบรรลอรหัตตผลแล้ว วิมุตติคือความหลุดพ้นนี้ไม่พินาศ ไม่ถูกปรปักษ์ธรรมเบียดเบียนด้วยสภาพ ๒ อย่าง คือ เหตุอันได้แก่มรรคและอารมณ์ (คือพระนิพพาน) เนื่องจากไม่เวียนกลับมาสู่กิเลสที่ถูกขจัดด้วยมรรคทั้ง ๔ อีก

๔.๑.๒ การพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การพัฒนาตนในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง การศึกษาเรียนรู้ความจริงของชีวิตในร่างกายที่ปรากฏในชั้น ๕ คือ รูปกับนาม ตามความเป็นจริงด้วยปัญญาอันชอบโดยความเป็นไตรลักษณ์ รู้แจ้งอริยสัจ ๔ บรรลุถึงแก่นแท้ของชีวิตในอุตมคติ คือความหลุดพ้นอันเป็นเป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา เป็นการฝึกฝน อบรม เพื่อพัฒนาคุณสมบัติที่อยู่ภายในตัว เพื่อให้ตระหนักคุณค่าของความเป็นมนุษย์ในตัวที่มีอยู่ และเพื่อเติมเต็มความเป็นมนุษย์ให้สมบูรณ์

การพัฒนาตนสามารถแบ่งออกได้เป็น ๓ ระดับ คือ (๑) จากปุถุชนไปเป็นพระอริยบุคคลชั้นใดชั้นหนึ่ง (๒) จากพระอริยบุคคลชั้นต้นไปเป็นพระอริยบุคคลลำดับชั้นสูงกว่ายิ่งๆ ขึ้นไป (๓) พระอรหันต์ และในส่วนของพระอรหันต์นี้ มีคำเฉพาะที่ใช้ คือ ภาวิตตตะ หมายถึงบุคคลที่พัฒนาตนแล้ว หรือผู้มีตนอันพัฒนาแล้ว หรือผู้มีตนอันฝึกฝนแล้ว เป็นที่สุดแห่งการพัฒนาตน เป้าหมายสูงสุดของการพัฒนาตนในทางพระพุทธศาสนา คือ การฝึกฝน อบรมตนเพื่อ บรรลอรหัตตผล

แนวทางการพัฒนาตนในทางพระพุทธศาสนามีดังต่อไปนี้ คือ (๑) ไตรสิกขา (๒) อริยมรรคมีองค์ ๘ และ (๓) ภาวนา มี ๓ อย่าง ได้แก่ สมถะและวิปัสสนา สมถภาวนา และ วิปัสสนาภาวนา

๑. ไตรสิกขา หลักคำสอนที่ครอบคลุมหลักปฏิบัติธรรมทั้งหมดในพุทธศาสนาย่อมไม่พ้นไปจากไตรสิกขา ผู้ทำدابริบูรณ์ย่อมให้สำเร็จได้บิบูรณ์ ได้แก่ พระอรหันต์ ผู้ทำได้เพียง

บางส่วนยอมให้สำเร็จได้บางส่วน การฝึกฝน อบรม พัฒนาตนในพระพุทธศาสนาต้องกระทำในลักษณะสอดคล้องกันระหว่าง ศีล สมาธิ และปัญญา

๒. อริยมรรคมีองค์ ๘ แนวทางดำเนินชีวิตอันประเสริฐ เป็นทางสายกลางที่ไม่ตั้งหรือหย่อนจนเกินไปที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา อันทำให้ผู้ฝึกฝน อบรม พัฒนาตนพ้นจากความเป็นปุถุชน บรรลุถึงความเป็นพระอริยเจ้า เป็นหนทางนำไปสู่ความหลุดพ้นจากทุกข์ ทำให้ไม่ต้องไปเกิดในอบายภูมิอีกต่อไป ปฏิปทาที่จะให้ถึงพระนิพพานอันประเสริฐนั้น มีอยู่เฉพาะในพระพุทธศาสนาเท่านั้น ความวิเศษสุดของพุทธศาสนาอยู่ตรงที่มีปฏิปทาไปสู่พระนิพพานนี้เอง การปฏิบัติธรรมจำเป็นต้องเดินไปตามทางนี้ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงชี้บอกทางไว้แล้วเท่านั้น จึงจะทำได้ทุกแห่งทุกที่ได้

๓. กาวนา ได้แก่ (๑) สมถะและวิปัสสนา (๒) สมถกาวนา (๓) วิปัสสนากาวนา

๑) สมถะและวิปัสสนา เป็นการปฏิบัติธรรมวิธีหนึ่งเมื่อเจริญคู่กันไป ย่อมละสังโยชน์ได้ ทั้งสองอย่างนี้ในบาลีท่านเรียกว่า ภาเวตัพพธรรม และวิชชาภาคยธรรม สมถะและวิปัสสนามีรสเป็นอย่างเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเลยกันด้วยมีสภาวะหลุดพ้น เป็นทางที่ให้ถึงอสังขตธรรม อันได้แก่ ความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ และความสิ้นโมหะ สมถะและวิปัสสนาเป็นฝ่ายวิชา สมถะที่เจริญแล้วทำให้จิตเจริญ จิตที่เจริญแล้ว ย่อมละราคะได้ เมื่อสำรอกราคะได้แล้วจึงมีเจตวิมุตติ ส่วนวิปัสสนาที่เจริญแล้วยอมทำให้ปัญญาเจริญ ปัญญาที่เจริญแล้วยอมละอวิชชาได้ เมื่อสำรอกอวิชชาได้แล้วจึงมีปัญญาวิมุตติ

๒) สมถกาวนา เป็นการฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิจากกิเลสนิวรณ์ บ้างจึงเรียกสมถกาวนาว่า สมาธิกาวนา มีวิธีการปฏิบัติในการเจริญสมถกรรมฐานทั้ง ๔๐ กองเป็นแนวทางการเจริญสมาธิ ผลการเจริญสมถกาวนา จะทำให้บรรลุถึงฌาน อภิญญาได้ แต่จะหยุดเพียงระดับอัปปนาสมาธิ ไปไม่ถึงขั้นปัญญาที่จะประหารกิเลส ยังไม่บรรลุธรรม ผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐานที่ปรารถนาบรรลุมรรค ผล นิพพาน จะต้องเจริญวิปัสสนาต่อไปอีก เป็นการใช้สมาธิหรือสมถะเป็นบาทฐานของวิปัสสนา

๓) วิปัสสนากาวนา หมายถึง การฝึกอบรมปัญญาให้มีขึ้น ให้เจริญขึ้น จนเกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เห็นความเกิดดับของรูปนามในปัจจุบัน เห็นพระไตรลักษณ์โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน และไม่สวยงาม ทำให้ถอดถอนวิปลาสธรรม คือ ความเห็นผิดจากความเป็นจริงออกไปจากชั้นธสันดาน ไม่ยึดมั่นถือมั่นในตัวตน จนบรรลุมรรค ผล และนิพพาน ผลของวิปัสสนากาวนาทำให้ปัญญาแจ้งสภาพธรรมตามความเป็นจริงและดับกิเลสเป็นสมุจเฉทตามขั้นตอนของโลกุตตรมัคคจิตซึ่งมีพระนิพพานเป็นอารมณ์ จนถึงอรหัตตมัคคจิตซึ่งดับกิเลสหมดไม่เหลือ จึงดับสังสารวัฏ ไม่เกิดใหม่อีกเลย วิปัสสนาเป็นวิวิญญูคามินิกุศลพาออกไปจากสังสารวัฏไม่กลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีก นำพาไปถึงโลกุตระภูมิ พ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิง

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น ต้องปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เพราะเป็นเพียงทางปฏิบัติสายเดียว เพื่อความพ้นทุกข์ และเป็นแนวทางที่เหล่าพระอริยเจ้าทั้งหลายได้ดำเนินไปแล้ว สู่มรรค ผล และพระนิพพาน หลักการเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ การปฏิบัติเพื่อพัฒนาตน ด้วยการเรียนรู้รูปรูปนามจากขั้นที่ ๕ ที่ปรากฏในร่างกายและจิตใจ ได้แก่ การพิจารณาดูกาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อรู้แจ้งความจริงของสิ่งทั้งหลายในโลกว่า เป็นเพียงรูปกับนามเท่านั้น โดยการพิจารณาหยั่งรู้ถึงสภาวะลักษณะรูปรูปนามโดยความเป็นไตรลักษณ์ คือไม่เที่ยง เพราะเกิดดับตลอดเวลา เป็นทุกข์ เพราะทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ เป็นอนัตตา เพราะไม่ใช่ตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้ ปัญญาที่เกิดขึ้นนี้เรียกว่า วิปัสสนาปัญญา

เกณฑ์ที่ใช้ในการชี้วัดการพัฒนาตน มี ๒ ประการ คือ (๑) การบรรลุคุณวิเศษตามสมควรแก่การปฏิบัติ หมายถึงคุณวิเศษขั้นต่ำและขั้นสูง ได้แก่ โลกุตตรธรรม ๙ หมายถึง มรรค ๔ ผล ๔ และ นิพพาน ๑ ตามภูมิธรรมที่พัฒนาได้แล้วไปตามลำดับ คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และ พระอรหันต์ เป็นเกณฑ์ชี้วัดอริยบุคคลทั่วไป (๒) ภาวิต ๔ เป็นเกณฑ์ชี้วัดสำหรับพระอรหันต์โดยเฉพาะเท่านั้น เป็นภาวะของผู้บรรลุนิพพานแล้ว หมายถึง “ผู้มีตนอันพัฒนาแล้ว” หรือ “ผู้ได้พัฒนาตนแล้ว” เป็นผู้ได้บำเพ็ญไตรสิกขาบริบูรณ์แล้ว ไม่มีข้อปฏิบัติที่พึงทำให้ยังไปกว่านี้ ไม่มีข้อที่ต้องศึกษาอีกต่อไป จึงเรียกว่า อเสขบุคคล มนุษย์ที่สมบูรณ์ในทางพระพุทธศาสนา ย่อมหมายถึงพระอรหันต์เท่านั้น

พระโสดาบัน หมายถึง บุคคลผู้แรกถึงกระแสพระนิพพาน นับว่าเป็นบันไดขั้นแรกสุดของการพัฒนาตนไปสู่ความเป็นพระอริยเจ้า มีปกติทำศีลให้บริบูรณ์ มีปกติทำสมาธิพอประมาณ มีปกติทำปัญญาพอประมาณ ละโอรัมภาคิยสังโยชน์ หรือสังโยชน์เบื้องต่ำที่มีอยู่ ๕ อย่าง สามารถละ ๓ อย่างแรกได้ (สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส) ไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสมโพธิ ในวันข้างหน้า

พระสกทาคามี ทำทุกอย่างได้เหมือนพระโสดาบัน และทำราคะ โทสะ โมหะให้เบาบางลงได้ มาสู่โลกนี้อีกเพียงครั้งเดียวก็จะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้

พระอนาคามี มีปกติทำศีลและทำสมาธิให้บริบูรณ์ มีปกติทำปัญญาพอประมาณ ทำสังโยชน์เบื้องต่ำ ๕ ประการสิ้นไป จึงเป็นโอปปาติกะ จะปรินิพพานในชั้นสุทธาวาสภูมิ ไม่เวียนกลับมาอีก

พระอรหันต์มีปกติทำศีล สมาธิและปัญญาให้บริบูรณ์ได้ครบทั้งสามส่วน สามารถละสังโยชน์ทั้ง ๑๐ ประการได้หมด ทำให้แจ้งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติอันไม่มีอาสวะเพราะอาสวะสิ้นไปด้วยปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน มีความสำเร็จสูงสุดในทางพุทธศาสนาเพราะบำเพ็ญไตรสิกขาบริบูรณ์ ได้ชื่อว่า รู้ชัดศาสนาแล้ว

อย่างไรก็ดี การพัฒนาตนเป็นเพียงปัจจัยหนึ่งซึ่งนำไปสู่ความหลุดพ้น ความสำเร็จของการพัฒนาตนยังมีปัจจัยอื่นที่มีส่วนเกี่ยวข้องและส่งผลโดยตรง คือ ความยิ่งและหย่อนแห่งอินทรีย์ พระนิพพานเป็นธรรมอันลึกซึ้งยากแก่การหยั่งรู้ มรรคผลจะเกิดขึ้นแก่บุคคลผู้มีอินทรีย์

แก่กล้าและบารมีเต็มรอบเท่านั้น ผู้ฝึกตนที่เพียรพยายามแต่พลาดจากเป้าหมายไป เรียกว่าไม่เสียเปล่า การปฏิบัติในชาตินี้ก็เท่ากับเป็นการบำเพ็ญบารมีที่ยังไม่บริบูรณ์ให้บริบูรณ์นั่นเอง และเป็นเหตุปัจจัยให้บรรลุในภพถัดไป

๔.๒ ข้อเสนอแนะ

งานวิจัย “ศึกษาการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” นี้ มุ่งเน้นแนวทางการพัฒนา ด้วยการฝึกฝน อบรมตนจนถึงขีดสุดแห่งศักยภาพในตัวมนุษย์ที่มีอยู่ ไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ในอุดมคติ เพื่อบรรลุถึงแก่นแท้อันเป็นจุดหมายปลายทางพระพุทธศาสนา อันได้แก่ ความหลุดพ้นจากทุกข์และอาสวะอย่างสิ้นเชิง ซึ่งหมายถึงพระอรหันต์ ทำให้ตัดวงจรวัฏฏะ ชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป งานวิจัยนี้จึงมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

๔.๒.๑ ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้

การศึกษาเรื่อง “ศึกษาการพัฒนาตนเพื่อความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” มีเนื้อหาครอบคลุมหลักปฏิบัติที่สำคัญๆ ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ยังมีรายละเอียดปลีกย่อยอีกมากมาย ที่ล้วนเป็นปัจจัยที่ทำให้การฝึกอบรม พัฒนาตน ยกระดับจากภาวะความเป็นปุถุชนไปสู่ภาวะอริยบุคคลได้สำเร็จ เช่น เรื่องอินทรีย์มีทั้ง อินทรีย์ ๕, อินทรีย์ ๖ เป็นต้น

๔.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำสารนิพนธ์ครั้งต่อไป

สำหรับผู้ที่มีความสนใจที่จะนำข้อมูลไปใช้ในวัตถุประสงค์อย่างอื่นต่อไป ควรศึกษาเพิ่มเติมในหัวข้อดังต่อไปนี้

๑. ศึกษาความสอดคล้องกันระหว่างไตรสิกขา กับอริยมรรคมีองค์ ๘ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
๒. ศึกษาการพัฒนาตนของสังฆานุสारीในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
๓. ศึกษาการพัฒนาอินทรีย์ ๕ ของอุภโตภาควิมุตติในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) คัมภีร์:

พระพุทธโฆสเถระ. คัมภีร์วิสุทธิมรรค. แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ). พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔.

พระพุทธโฆสเถระ. วิสุทธิมรรค ฉบับแปลและอธิบาย เล่ม ๑. แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๘.

พระมหาสมปอง มุทิโต. คัมภีร์อภิธานวรรณนา. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์ พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๗.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒-๒๕๕๙.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ทุติยสมันตปาสาทิกาแปล ภาค ๒. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

(๒) หนังสือ:

กลุ่มปฏิบัติงานเพื่อการเผยแพร่พระพุทธศาสนา. ธรรมโฆษณ์อรรถานุกรม (ฉบับย่อ). พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ตาตา พับลิเคชั่น, ๒๕๕๖.

เชมเย สยาดอ พระชนกาภิวังศ์ อัครมหาภิกษุญาณนิกายทิเบต. วิปัสสนาญาณก้าวหน้าอย่างไร (Development of Insight). แปลโดย มณฑาทิพย์ คุณวัฒนา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บุญศิริการพิมพ์, ๒๕๔๙.

ชมรมมหาสติปัญญาสูตร. การเจริญสติด้วยวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัญญา ๔. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

ไชยวัฒน์ กปิลกาญจน์. อภิธานศัพท์และคำอธิบาย ปริเฉทที่ ๗ สมุจยสังคหวิภาค. กรุงเทพมหานคร: ชวนพิมพ์, ๒๕๔๘.

ทวีวัฒน์ ปุณฺธิกรวิวัฒน์. พุทธศาสนากับสังคมไทยในปัจจุบัน. อังใน พิทยา ว่องกุล (บรรณาธิการ). วิถีสันติศึกษาในยุคโลกาภิวัตน์: พุทธวิบัติ?. กรุงเทพมหานคร: โครงการวิถีสันติ, ๒๕๕๕.

ธนิต อยู่โพธิ์. วิปัสสนาญาณ ว่าด้วยทฤษฎีและการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐.

พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. **ปทานุกรม บาลี ไทย อังกฤษ สันสกฤต**. พิมพ์ครั้งที่ ๔.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗.

พระญาณธชะ. **ปรมัตถทีปนี ปริเฉทที่ ๙ กัมมัฏฐานสังคหะ**. แปลโดย พระคันทสราภิวังศ์. พิมพ์ครั้งที่

๔. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ คำวัด**. พิมพ์ครั้งที่ ๔.

กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๕๓.

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). **คู่มือพันธุข์ ฉบับสมบูรณ์**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์

ธรรมสภา, ๒๕๔๙.

พระธรรมบาลเถระ. **เนตติอรรถกถา**. แปลและอธิบายโดย พระคันทสราภิวังศ์. นครปฐม: ห้างหุ้นส่วน

จำกัด ซีเอไอเซ็นเตอร์, ๒๕๕๑.

พระปณิตาภิวังศ์ (พระกัมมัฏฐานาจารย์ยะ). **รู้แจ้งในชาตินี้**. แปลโดย พระคันทสราภิวังศ์.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๓.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). **การศึกษาทั่วไปเพื่อพัฒนามนุษย์**. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์

บริหารจัดการวิชาการศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๒.

_____ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๔. กรุงเทพมหานคร:

สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๙.

_____ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๗. กรุงเทพมหานคร:

สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๙.

_____ . **พุทธวิธีในการสอน**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๘. กรุงเทพมหานคร: บริษัท พิมพ์สวย จำกัด,

๒๕๕๖.

พระพรหมโมลี (วิลาศ ฉานวโร). **โลกที่ปณี**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า ๒๕๔๔, ๒๕๔๕.

_____ . **วิมุตติรัตนมาลี เล่ม ๑**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า ๒๕๔๕, ๒๕๔๕.

_____ . **วิมุตติรัตนมาลี เล่ม ๒**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า ๒๕๔๕, ๒๕๔๕.

พระพรหมมุนี (วิน ธรรมสภาร). **อนุสรณ์ ในการพระราชทานเพลิงศพ หลวงภิรมย์บรรณารักษ์**.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บูรพาศิลป์, ๒๕๑๕.

พระพุทโธสาจารย์. **วิสุทธิมรรค ฉบับแปลและอธิบาย เล่ม ๑**. แปลและอธิบายโดย พระคันทสราภิ

วังศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๘.

พระพุทโธตเถระ. **อภิธัมมวาทาร**. แปลและอธิบายโดย พระคันทสราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้าง

หุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.

พระภักทันตะอาสภะ. **วิปัสสนาธุระ**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ๑๐๐ ดีไซน์, ๒๕๓๖.

พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช). **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ศัพท์วิเคราะห์**. พิมพ์

ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง, ๒๕๕๘.

พระมหากัจจายนเถระ. **เนตติปกรณ์**. แปลและอธิบายโดย พระคันทสราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้าง

หุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๐.

พระมหาอุเทน ปัญญาปริทัศน์. **พระไตรปิฎกร่วมสมัย**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๘. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วน
จำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๗.

_____ . **วิปัสสนาสาริต แสดงบุรพกิจและวิปัสสนาวิธี สำหรับผู้เริ่มปฏิบัติธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๔.
กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔.

พระวิสุทธิตวารากรณ์ (ธรรมรัตน์ กิตติภทโท). **คู่มือการปฏิบัติสมถวิปัสสนากรรมฐาน**. (ม.ป.ท.).

พระสารีบุตรเถระ, **สารัตถทีปนี มหาวรรคพรรณนา**. แปลและอธิบายโดย พระคันธสาราภิวังศ์.
กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓.

พระสิริมงคลอาจารย์. **มังคลัตถทีปนีแปล เล่ม ๑**. แปลโดย มหามกุฏราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๘.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **พรหมวิหาร**. แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์.
กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕.

_____ . **มหาสติปัฏฐานสูตร**. แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร:
ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.

_____ . **วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์)**. แปลโดย จำรูญ ธรรมดา.
กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย จำกัด, ๒๕๕๓.

_____ . **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**. แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร:
ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๔๘.

พระอุปติสสเถระ. **วิมุตติมรรค**. แปลโดย พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตโต) และคณะ. พิมพ์ครั้งที่ ๙.
กรุงเทพมหานคร: บริษัทสำนักพิมพ์สยามปริทัศน์ จำกัด, ๒๕๕๗.

พุทธทาสภิกขุ. **คู่มือมนุษย์**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย
จำกัด, ๒๕๕๒.

_____ . **ตัวกู - ของกู**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๓๖.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๔**. พิมพ์ครั้งที่ ๒.
กรุงเทพมหานคร: บริษัทนานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์ จำกัด, ๒๕๕๖.

วรรณสิทธิ ไวกยะเสวี. **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๙ กัมมัฏฐาน
สังคหวิภาค**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๗.

วศิน อินทสระ. **เรียนธรรมจากคำถาม**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์
จำกัด, ๒๕๕๔.

_____ . **สิ่งที่ควรทำความเข้าใจกันใหม่เพื่อความถูกต้อง**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทชุมทอง
อุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๗.

สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยาเดชาดิศร. **ประชุมโคลงโลกนิติ**. ฉบับอิเล็กทรอนิกส์ ๑,
มีนาคม ๒๕๕๘.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต). **ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๒๓.
กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๙.

_____ . พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย. พิมพ์ครั้งที่ ๔๙. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๖๐.

_____ . หลักแม่บทของการพัฒนาตน. พิมพ์ครั้งที่ ๒๘. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๖๐.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ). **อริยวังสปฏิปทา ข้อปฏิบัติอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส. **บาลีไวยากรณ์ วชิรภาคที่ ๒ หลักสูตรเปรียญธรรมตรี**. พิมพ์ครั้งที่ ๔๖. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

สุนทร ณ รังสี. **พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

(๓) วิทยานิพนธ์:

พระครูปริยัติสิทธิวงษ์ (สิทธิพงษ์ กิตติวณโณ). “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างมัชฌิมาปฏิปทา กับหลักวิปัสสนาภาวนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระมหาวิญญู วชิรเมธี (ศรีทอง). “ศึกษาขณิกสมาธิในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวมหาสติปัฏฐานสูตร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘.

แม่ชีศุภรภาวดี ณ พัทลุง. “การเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา: กรณีศึกษาพุทธทาสภิกขุ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

เสริมศิริ อัครพุดมพันธ์, ผศ. “การพัฒนาเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

(๔) งานวิจัย/รายงานวิจัย:

พระศรีคัมภีร์ญาณ, รศ.ดร.และคณะ. “พจนานุกรมพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”. **รายงานวิจัย**. สำนักงานอธิการบดี: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พิชญา สุวรรณโน. “ความสามารถด้านการเขียนกวีนิพนธ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา”. **งานวิจัย**. มหาวิทยาลัยหาดใหญ่, ๒๕๕๗.

วนิดา ขำเขียว, รศ. “การวิเคราะห์องค์ความรู้ด้านการพัฒนามนุษย์จากองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนา”. **งานวิจัย**. คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๓.

(๕) บทความ:

พระธรรมธีรราชฆาตมุนี (โชดก ญาณสิทธิ). “ความมุ่งหมายของการฟังธรรม”. **สารธรรมสถาน สำนักบริหารศิลปวัฒนธรรม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**. ฉบับที่ ๙๕ (เมษายน ๒๕๖๐): ๙.
 พระมหาพงศ์ศักดิ์ จานियो, ดร. “พระอรหันต์ปัญญาวิมุตต้องอาศัยมานสมาบัติในการบรรลุธรรมหรือไม่”. **ธรรมธารา**. ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-ธันวาคม ๒๕๕๘): ๑๘๓-๑๘๔.
 มงคล เดชนครินทร์. “พุทธประวัติในภาษาธรรม”. **วารสารราชบัณฑิตยสถาน**. ปีที่ ๓๗ ฉบับที่ ๒ (เมษายน-มิถุนายน ๒๕๕๕): หน้า ๒๖๗.

(๖) สื่ออิเล็กทรอนิกส์:

ฉั ม ม โช ตี . มิ ลี น ท ปั ญ ห า ต อ น ที่ ๒๗ . [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://tripitaka-online.blogspot.com/2016/05/ml027.html> [๑๗ กันยายน พ.ศ.๒๕๖๐].
 สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยาเดชาดิศร. **ประชุมโคลงโลกนิติ**. ฉบับอิเล็กทรอนิกส์. ๑ มีนาคม ๒๕๕๘.

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ-ฉายา/นามสกุล : พระภุชญิก จิรอุตมทรัพย์ (สิริธโร)
- ว/ด/ป เกิด : วันที่ ๔ เดือนสิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๐๔
- ภูมิลำเนา : ๑๖๐/๒ ถนนเจริญกรุง แขวงวังบูรพาภิรมย์ เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร
- การศึกษาทางโลก
 พ.ศ.๒๕๒๖ : ปริญญาตรี นิติศาสตรบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- การศึกษาทางธรรม
 พ.ศ. ๒๕๕๖ : นักธรรมชั้นเอก
 วัดประดู่พัฒนาราม สำนักเรียนคณะจังหวัดนครศรีธรรมราช
- ประสบการณ์ในการปฏิบัติธรรม
 พ.ศ.๒๕๕๘ : ผ่านการอบรมทดสอบภาคปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาก่อนเข้าศึกษา ๑ เดือน
 หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนาภาวนา (รุ่น ๑๑)
 ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอบางบาล จังหวัดนครราชสีมาปฏิบัติ
 พ.ศ.๒๕๕๙ : วิปัสสนากรรมฐานเป็นเวลา ๕ เดือน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี”
 อำเภอบางบาล จังหวัดนครราชสีมา
 พ.ศ. ๒๕๖๐ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นเวลา ๒ เดือน ณ Mahasi Sasana Yeiktha
 Meditation Centre, Yangon, Myanmar.
- บรรพชา/อุปสมบท : วันที่ ๙ เดือนกรกฎาคม พุทธศักราช ๒๕๕๔
- สังกัดวัด : วัดประดู่พัฒนาราม ตำบลท่าวัง อำเภอมืองนครศรีธรรมราช จังหวัด
 นครศรีธรรมราช
- ปีที่เข้าศึกษา : พุทธศักราช ๒๕๕๘ (รุ่น ๑๑)
- ปีที่สำเร็จการศึกษา : พุทธศักราช ๒๕๖๑
- ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดพระพิเรนทร์ ถนนวรจักร แขวงบ้านบาตร เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย
 กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๑๐
- โทรศัพท์ : ๐๘๑-๔๓๒-๓๐๑๑
- E-mail : oattappa@gmail.com