

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่องการพัฒนาอินทรีย์ ๕ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ผู้วิจัยได้กำหนดวัตถุประสงค์ไว้ ๓ ประการ คือ เพื่อศึกษาอินทรีย์ ๕ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาการพัฒนาอินทรีย์ ๕ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เน้นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) โดยมุ่งการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส หนังสือ ตำราเอกสาร ผลงานทางวิชาการ และงานการวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมาประมวล และเรียบเรียงตรวจสอบความถูกต้องจากผู้เชี่ยวชาญอาจารย์ที่ปรึกษา นำมาบรรยายเชิงพรรณนา โดยมีผลสรุปการวิจัย และข้อเสนอแนะ ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาเรื่องการพัฒนาอินทรีย์ ๕ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ดังกล่าวนั้น ทำให้ผู้วิจัยทราบชัดเรื่องอินทรีย์ ๕ และการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ดังนี้

๕.๑.๑ อินทรีย์ ๕ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

อินทรีย์ ๕ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท มีประเด็นในการศึกษา คือ

ความหมายของอินทรีย์ ๕ แปลว่า เป็นใหญ่, ความเป็นใหญ่ในหน้าที่ตน, ความเป็นผู้ปกครองในสภาวะธรรมที่เกิดร่วมกับตน ธรรมที่เป็นใหญ่ในหน้าที่ของตน มี ๕ อย่าง คือ สัทธินทรีย์ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธิินทรีย์ ปัญญินทรีย์ โดยมีความหมาย ดังนี้ คือ

สัทธินทรีย์ เป็นใหญ่ในหน้าที่ของตน คือ น้อมใจตั้งหรือเด็ดเดี่ยว มีความเชื่อมั่นในอารมณ์ที่ดี เป็นลักษณะ มีความเลื่อมใส เป็นหน้าที่ มีความไม่ขุ่นมัว เป็นผล มีปุชนียวัตถุ เป็นเหตุใกล้

วิริยีนทรีย์ เป็นใหญ่ในหน้าที่ของตน คือ การเฝ้าระวัง การละอกุศลธรรม เจริญกุศลธรรม และรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญไพบูลย์เต็มที่ และมีความอดุสาหะ เป็นลักษณะ มีความอดทนคำขุสหาติธรรม เป็นกิจ มีความไม่ท้อถอย เป็นผล มีความสดสังเวช เป็นเหตุใกล้

สตินทรีย์ เป็นใหญ่ในหน้าที่ของตน คือ ตามระลึก หวนระลึก กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลื่อนลอย ความไม่ลืมสติ มีความระลึกได้ การเข้าไปประคองไว้ เป็นลักษณะ มีความไม่ลืม เป็นรส มีความอารักขา เป็นอาการปรากฏ สติเป็นธรรมที่พึงปรารถนาในที่ทั้งปวง คือ ที่กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งเป็นที่ตั้งที่เกิดของสติ สตินทรีย์ คือ สติ สติพละ สัมมาสติ นี้เรียกว่า สตินทรีย์

สมาธินทรีย์ เป็นใหญ่ในหน้าที่ของตน คือ ความตั้งมั่นฝ่ายกุศลธรรม ทำให้จิตตั้งมั่นไม่หวั่นไหวในอารมณ์ คือ รูปนามหรือขั้น ๕ เป็นต้น สมาธิ มีความไม่ฟุ้งซ่านขัดส่าย เป็นลักษณะ กำจัด ความฟุ้งซ่าน หรือมีความตั้งจิตมั่น เป็นกิจ มีความไม่หวั่นไหว หรือมีการละความตั้งใจมั่นในทางผิด เป็นผล มีบรรทัดฐานอยู่ที่ความสุข มีอยู่ ๓ ระดับ คือ อุچارสมาธิ อัปปนาสมาธิ และฌณิกสมาธิ หรือวิปัสสนาฌณิกสมาธิ สมาธิที่เป็นสมาธินทรีย์ คือ ฌาน ๔ ได้แก่ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน วิปัสสนาฌณิกสมาธิจัดเข้าได้ในฌาน เรียกว่า วิปัสสนาฌาน

ปัญญาณทรีย์ เป็นใหญ่ในหน้าที่ของตน คือ ย่อมรู้ทั่วอริยสัจ ๔ ทำให้รู้อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สามารถรอบงำกำจัดอวิชชา ทำอวิชชาให้เกิดขึ้น ครองความเป็นใหญ่กว่าธรรมอื่นใน ลักษณะแห่งการเห็น หรือรู้ทั่วถึงธรรมที่เป็นกุศลและอกุศล ที่ควรเสพและไม่ควรเสพ ที่เลวและ ประณีต เป็นต้น ปัญญามีการส่องแสง และการรู้ทั่ว หรือการรู้แจ้งซึ่งสภาวะธรรมตามความเป็นจริง เป็นลักษณะ มีการส่องให้เห็นอารมณ์ หรือมีการกำจัดความมืด เป็นรส มีความไม่หลงในอารมณ์ เป็นผล มีสมาธิ เป็นเหตุใกล้

อินทรีย์ ๕ มีเหตุเกิดด้วยอาการ ๔๐ อย่าง โดยย่อ คือ

เหตุเกิดแห่งฉันทะด้วยอำนาจความน้อมใจเชื่อ เป็นเหตุเกิดแห่งสัทธินทรีย์

เหตุเกิดแห่งฉันทะด้วยอำนาจการประคองไว้ เป็นเหตุเกิดแห่งวิริยีนทรีย์

เหตุเกิดแห่งฉันทะด้วยอำนาจความตั้งมั่น เป็นเหตุเกิดแห่งสตินทรีย์

เหตุเกิดแห่งฉันทะด้วยอำนาจความไม่ฟุ้งซ่าน เป็นเหตุเกิดแห่งสมาธินทรีย์

เหตุเกิดแห่งฉันทะด้วยอำนาจความเห็น เป็นเหตุเกิดแห่งปัญญาณทรีย์

อินทรีย์ ๕ ปรากฏในหลักธรรม และพระสูตรต่าง ๆ โดยย่อ มีดังนี้

ในทฎฐัพพสูตรว่าด้วยการเห็นอินทรีย์ในหลักธรรมต่าง ๆ

พึงเห็นสัทธินทรีย์ได้ที่ในองค์เครื่องบรรลู่โสดา ๔ ประการ

พึงเห็นวิริยีนทรีย์ได้ในสัมมปปธาน ๔ ประการ

พึงเห็นสตินทรีย์ได้ในสติปัฏฐาน ๔ ประการ

พึงเห็นสมาธิทรีย์ได้ในฌาน ๔ ประการ

พึงเห็นปัญญาทรีย์ได้ในอริยสัจ ๔ ประการ

ในทัศนะของนักปราชญ์หรือนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา ได้ให้ความหมายของอินทรีย์ โดยสรุป ได้ดังนี้ คือ อินทรีย์ มีความหมายว่า เป็นอธิบดี ความเป็นใหญ่ คือ ครอบงำ เพราะครอบงำเสียซึ่งอัสสัทธิยะ ความไม่เชื่อ โกสัชชะ ความเกียจคร้าน ปมาทะ ความประมาท วิกเขปะ ความฟุ้งซ่าน และสัมโมหะ ความหลง ที่ชื่อว่า อินทรีย์ เพราะมีสภาพเป็นใหญ่ ความเป็นใหญ่ คือ สามารถยั้งธรรมซึ่งเกิดอาศัยในตนเป็นไปในอำนาจของตนโดยประการทั้งปวง ทำให้สำเร็จความเป็นใหญ่ในหน้าที่นั้น ๆ มีความเชื่อ เป็นต้น ที่แปลว่า ความเป็นใหญ่ คือ เป็นใหญ่ในกิจหรือหน้าที่ของตน ธรรมที่เป็นเจ้าการในการทำหน้าที่ เช่น สัทธินทรีย์เป็นใหญ่ในทางเชื่อถือ หรือวิริยะเป็นเจ้าการในการครอบงำเสียซึ่งความเกียจคร้าน เป็นต้น

อินทรีย์ ๕ มีความสำคัญในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ก็เพราะอาศัยการพัฒนาอินทรีย์ ๕ ประการนี้เป็นหลัก เพื่อให้รู้แจ้งซึ่งฉานธรรม ญาณธรรม และอริยสัจธรรม ความสำคัญระดับองค์รวมของอินทรีย์ ๕ เป็นเครื่องวัดความพร้อม และบ่งชี้ความก้าวหน้าของการปฏิบัติธรรม ว่าช้าหรือเร็ว ความสำคัญสูงสุดของอินทรีย์ คือ เป็นเหตุให้สิ้นอาสวะทั้งหลาย ดับทุกข์ได้โดยสิ้นเชิง

๕.๑.๒ การเจริญสติปัฏฐาน ๔ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ มีจุดหมายอันสูงสุด คือ ทำให้แจ้งพระนิพพาน และหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงโดยสิ้นเชิง มีประเด็นในการศึกษา คือ

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ เป็นการเจริญธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือการปฏิบัติที่มีสติเป็นประธานลงในฐานทั้ง ๔ อันเป็นเหตุให้เกิดวิปัสสนาญาณเห็นแจ้งโดยการหยั่งรู้สภาวะธรรม อันเป็นอารมณ์ภายในกายใจ หรือรูปกับนามตามความเป็นจริงว่า สภาวะธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา เขา และเจริญขึ้นเกิดปัญญาญาณการหยั่งรู้นำไปสู่การรู้แจ้งอริยสัจ ๔ โดยมีองค์ประกอบอันสำคัญของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ อาตปปี สมปชาโน สติมา มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ (สัมมาวายามะ สัมมาทิฏฐิ และสัมมาสติ ซึ่งเป็นองค์มรรค ๓ ข้อที่ต้องใช้ประจำเสมอในการเจริญสติปัฏฐาน) เพื่อนำออกซึ่งอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ โดยมีปรมัตถ์เป็นอารมณ์ คือ รูปกับนาม เพราะเป็นเหตุเกิดของวิปัสสนา คือ วิปัสสนาภูมิ ๖ มีขั้น ๕ อายุตนะ ๑๒ ชาติ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ ปฏิจจสมุพบาท ๑๒ ธรรมเหล่านี้เป็นอารมณ์ของการเจริญสติปัฏฐาน เพื่อให้เกิดวิปัสสนาญาณ โดยการเจริญสติลงในฐานทั้ง ๔ คือ

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การมีสติกำหนดรู้ดูกาย มี ๖ ปัพพะ ได้แก่ ลมหายใจ เข้าออก อิริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ เป็นต้น ว่าเป็นเพียงกาย ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม

๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การมีสติกำหนดรู้ดูเวทนา ความรู้สึก มี ๙ ปัพพะ ได้แก่ ความรู้สึกสุข ทุกข์ อุเบกขา เป็นต้น ว่าเป็นเพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม

๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การมีสติกำหนดรู้ดูอาการของจิต มี ๑๖ ปัพพะ ได้แก่ จิตมีราคะ จิตไม่มีราคะ จิตมีโทสะ จิตไม่มีโทสะ จิตมีโมหะ จิตไม่มีโมหะ เป็นต้น ว่าเป็นเพียงจิต ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม

๔. ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การมีสติกำหนดรู้ดูสภาวะธรรม มี ๕ ปัพพะ ได้แก่ นิรวณ ๕ ชั้น ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ และ อริยสัจ ๔ ว่าเป็นเพียงสภาวะธรรม ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม

โดยมีอานิสงส์จากการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งพระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า ผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด ๗ วันจนถึง ๗ ปี พึงหวังผลได้ ๑ ใน ๒ อย่าง คือ อรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทาน เหลืออยู่ ก็จักเป็นอนาคามี และการที่จะได้รับอานิสงส์ ดังกล่าวนี้นี้ ต้องมีวิปัสสนาญาณที่แก่กล้า ด้วยกำลังอินทรีย์ ๕ การพัฒนาอินทรีย์ ๕ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ จึงเป็นสิ่งสำคัญจำเป็นอย่างยิ่ง

๕.๑.๓ การพัฒนาอินทรีย์ ๕ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔

ผู้วิจัยได้ศึกษาการพัฒนาอินทรีย์ ๕ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ และได้เข้าใจในประเด็นต่อไปนี้เป็น โดยความหมายของการพัฒนาอินทรีย์ ๕ คือ การเจริญ หรือภาวนา เป็นการฝึกให้เป็น ทำให้เกิดมีขึ้นบ่อย ๆ ทำให้เจริญเพิ่มพูนมากยิ่งขึ้น ในอินทรีย์ ๕ คือ สัทธินทรีย์ วิริยอินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธิอินทรีย์ ปัญญาอินทรีย์ โดยการฝึกฝนอบรมดำเนินตามมรรควิธีเพื่อที่จะกำจัดเหตุแห่งทุกข์ ซึ่งผู้ปฏิบัติต้องรู้วิธีการทำอินทรีย์ ๕ ให้เจริญขึ้น

โดยมีหลักธรรมอันเป็นฝักฝ่ายแห่งการตรัสรู้ คือ เกื้อกูลแก่การตรัสรู้ เป็นเครื่องเกื้อหนุน อริยมรรคเข้าประกอบ นั่นคือ โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ มีสติปัฏฐาน ๔ สัมมปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และมรรคมองค์ ๘ เพราะเป็นธรรมหลักที่เป็นไปเพื่อการรู้แจ้งอริยสัจ เมื่อธรรมเหล่านี้ครบบริบูรณ์ รวมลงในจิตใจของบุคคลใด บุคคลนั้นก็จะตรัสรู้ อริยสัจ ๔

มีหลักการพัฒนาประกอบด้วยความเพียร มีสติสัมปชัญญะเพียรระลึกอยู่กับปัจจุบัน อารมณ์ของรูปนามอยู่เสมอ ๆ ยังอินทรีย์ ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ให้แก่กล้า โดยเริ่มต้นจากการมีศรัทธา เมื่อมีศรัทธาทำให้เกิดความเพียร เมื่อมีความเพียรช่วยให้สติมั่นคง เมื่อสติ

มันคงแล้วกำหนดอารมณ์ได้อย่างจดจ่อต่อเนื่องตั้งมั่นเป็นสมาธิ เมื่อมีสมาธิดีแล้วจะเกิดปัญญา คือ มีความรู้เห็นถึงความจริงอันประเสริฐ ๔ ถัดไต่ว่าเมื่ออินทรีย์ทั้ง ๕ ได้พัฒนาสมบูรณ์พร้อม ก็บรรลุ มรรค ผล พระนิพพานเป็นที่สุดได้ ซึ่งมีวิธี คือ

ด้วยอาหารของวิชาและวิมุตติ คือ อินทรีย์ ๕ เริ่มต้นที่ศรัทธา การจะมีศรัทธาได้นั้น เกิดจากการคบสัตบุรุษ แล้วได้ฟังสัทธรรม ทำให้เกิดศรัทธา เมื่อมีศรัทธา ก็มีมนสิการโดยแยบคาย มีสติสัมปชัญญะ มีความสำรวมอินทรีย์ มีสุจริต ๓ มีการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เมื่อเจริญสติปัฏฐาน ๔ ได้บริบูรณ์ ทำให้โพชฌงค์ ๗ บริบูรณ์ ทำวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์ได้ และยังมีวิธีอื่นอีก คือ การพัฒนาอินทรีย์ ๕ ด้วยอาการ ๔ มีการใส่ใจสังเกตดูความดับของอารมณ์ที่เกิดขึ้นทุก ๆ ขณะ เรื่อยไปจนถึงมีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติไปจนกว่าจะบรรลุถึงจุดหมายของการปฏิบัติ

มีอานิสงส์ของการพัฒนาอินทรีย์ ๕ ที่ปรากฏในปาจิณาทีสูตร พระพุทธองค์ทรงแสดง ถึงอานิสงส์ของการเจริญอินทรีย์ ๕ ว่าเมื่อภิกษุเจริญอินทรีย์ ๕ ประการ ย่อมโน้มไป โน้มไป โอน ไปสู่พระนิพพานได้ และในผลสูตร พระพุทธองค์ตรัสว่า อินทรีย์ ๕ อันบุคคลเจริญ กระทำให้มาก แล้ว ฟังห้วงผลานิสงส์ ๗ ประการ คือ จะได้ชมอรรถัตผลในปัจจุบัน ถ้าไม่ได้ชมอรรถัตผลในปัจจุบัน จะได้ชมเวลาใกล้ตาย ถ้าปัจจุบันไม่ได้ชมในเวลาใกล้ตายก็จะได้เป็นพระอนาคามี เพราะสังโยชน์ อันเป็นส่วนเบียดต่ำ ๕ ลั่นไป และที่สุดแล้วเป็นพระอรหันต์ เพราะอินทรีย์ ๕ ประการเต็มบริบูรณ์ ในปฏิปันนสูตร มีพระพุทธพจน์รับรองว่า บุคคลเป็นพระอรหันต์เพราะอินทรีย์ ๕ ประการเต็ม บริบูรณ์ การพัฒนาอินทรีย์ ๕ จึงมีผลสูงสุดเมื่อเต็มบริบูรณ์ดังนี้

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๑) กระทรวงศึกษาธิการ ควรกำหนดหลักสูตร เกี่ยวกับการศึกษาเรื่องการพัฒนา อินทรีย์ ๕ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อนักเรียนนักศึกษาจะได้ศึกษาและปฏิบัติ แล้วนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันในกระแสโลกยุคปัจจุบันได้

๒) หน่วยงาน บริษัท ห้างร้าน หรือเอกชน ควรกำหนดนโยบาย การพัฒนาศักยภาพ คุณภาพชีวิต เพื่อผลดีของการทำงานที่มีประสิทธิภาพ หรือการดำเนินชีวิตให้มีความสุขสำเร็จ โดย การศึกษาเรื่องการพัฒนาอินทรีย์ ๕ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ แล้วนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้

๓) ด้านการศาสนา เช่น สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ หรือสำนักปฏิบัติธรรม ต่าง ๆ ควรที่จะมีการส่งเสริมการศึกษาการพัฒนาอินทรีย์ ๕ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ให้เข้าใจ

ถ่องแท้แน่ชัด ถูกต้องตรงตามความเป็นจริง แล้วนำมาปฏิบัติพัฒนาตน เพื่อเป้าหมาย คือ บรรลุ
มรรค ผล พระนิพพาน ดับทุกข์ได้โดยสิ้นเชิง

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ มุ่งไปที่ศึกษาการพัฒนาอินทรีย์ ๕ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ แต่
เพื่อความสมบูรณ์ควรศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นต่อไปนี้ คือ

- ๑) ศึกษาความสัมพันธ์ของอินทรีย์ ๕ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา
- ๒) ศึกษาการปรับอินทรีย์ ๕ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อการบรรลุธรรม
- ๓) ศึกษาการพัฒนาอินทรีย์ ๕ เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันในกระแสโลกยุคปัจจุบัน