

## บทที่ ๔

### หลักศรัทธากับการปฏิบัติวิปัสสนา จากพระพุทธรูปสมัยสุโขทัย

พระพุทธรูปแบบเถรวาทเจริญรุ่งเรืองในสุโขทัย และเคียงคู่มากับสังคมไทย โดยมีพระพุทธรูปที่งดงามเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวความศรัทธาแน่นไว้อย่างมั่นคง สังคมไทยจึงไม่เคยว่างเว้นไปจากพระพุทธรูปศาสนา ดังนั้น พระพุทธรูปจึงอยู่ในฐานะเป็นกุศโลบายสำคัญในการรักษาความศรัทธา และอยู่ในฐานะเป็นปูชนียวัตถุทางพระพุทธรูปศาสนาไปพร้อม ๆ กัน ในบทนี้ผู้วิจัยได้กำหนดประเด็นการศึกษาเพื่อการพัฒนาจากศรัทธาเข้าสู่การปฏิบัติวิปัสสนา ดังต่อไปนี้

๔.๑ ศรัทธา หลักธรรมสำคัญ

๔.๒ ไตรสิกขา กระบวนการพัฒนาสู่การปฏิบัติวิปัสสนา

๔.๓ การปฏิบัติวิปัสสนา โดยตีความจากลักษณะพระพุทธรูปสมัยสุโขทัย

๔.๔ การปฏิบัติวิปัสสนา ตามแนวสติปัฏฐาน ๔

๔.๕ สรุปท้ายบท

#### ๔.๑ ศรัทธา หลักธรรมสำคัญ

ศรัทธา หลักธรรมสำคัญประการแรกในคำสอนของพระพุทธเจ้า หมายความว่า บุคคลเมื่อจะกระทำอะไรก็ตามต้องมีความเชื่อมั่นเป็นปัจจัยสำคัญ ความศรัทธาจึงเปรียบเสมือน บุคคลที่ต้องมีมือที่ใช้หยิบฉวยแก้ว แหวน เงิน ทอง เมื่อพอใจแล้ว อิ่มเอมแล้วก็วางความศรัทธา ลง เข้าสู่ความไม่ต้องการอะไรอีก นอกจากบรรลุซึ่งสุขที่เป็นบรมสุข คือ พระนิพพาน

##### ๔.๑.๑ ความหมายของศรัทธา

ศรัทธา เป็นคำภาษาสันสกฤต ซึ่งตรงกับภาษาบาลีว่า สทฺธา หมายถึง ความเชื่อ ความกำหนด ความเลื่อมใส และสัทธินทรีย์ สัทธาพละ<sup>๑</sup> ศรัทธา มักใช้คู่กับคำว่า ปสาทะ ที่แปลว่า ความเลื่อมใส, ความชื่นบานผ่องใส, ความเชื่อถือนั่นใจ, ความรู้สึกชื่นชมต่อบุคคลหรือ สิ่งพบเห็น ได้ฟังหรือระลึกถึง<sup>๒</sup>

ความหมายของศรัทธาที่มีใช้กันทั่ว ๆ ไปในคัมภีร์ทางพระพุทธรูปศาสนา มีความหมายแตกต่างกัน เช่น

<sup>๑</sup> พ.จ. (ไทย) ๓๐/๑๑๔/๓๗๗.

<sup>๒</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๑๑/๒๗๗.

ศรัทธา หมายถึง ความเชื่อ มนุษย์เมื่อมีความยินดี พอใจในสิ่งใดสิ่งหนึ่งแล้วก็จะยอมจะต้องเข้าไปใกล้ เข้าไปศึกษาเพื่อเรียนรู้ถึงที่มาที่ไป เข้าไปศึกษาถึงความเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงของสิ่งนั้น ๆ ทั้งโดยทางตรง และทางอ้อมเท่าที่ตนเองจะทำได้ เพื่อจะให้ตัวเองรู้ และเข้าใจในสิ่งนั้น เช่น บุคคลคนหนึ่ง มีความชื่นชมในความงดงาม ในความมีสัดส่วนงามสมบูรณ์แบบของพระพุทธรูปองค์หนึ่งเป็นพิเศษ เป็นความศรัทธาที่มีอยู่ในตนอย่างเต็มเปี่ยม สิ่งที่เขาต้องพยายามทำต่อไปก็คือ ต้องชวนชวนในทุกวิถีทาง เพื่อหาข้อมูลศึกษาเรียนรู้ถึงที่มาที่ไปของพระพุทธรูปองค์นี้ อย่างน้อยก็เพื่อให้เกิดความสุขใจแก่ตนเอง ในด้านการพระศาสนา ก็เช่นเดียวกัน บุคคลคนหนึ่ง เมื่อศรัทธาในพระพุทธรูปศาสนา ก็ย่อมจะต้องเข้ามาใกล้ชิด เพื่อเข้าไปศึกษาถึงความเป็นมาของ “พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์” เพื่อแสวงหาความรู้ความเข้าใจ และเพื่อเพิ่มพูนความศรัทธาให้แน่นแฟ้นยิ่ง ๆ ขึ้น

พระพุทธองค์ได้ตรัสรับรองเรื่อง ศรัทธาแล้วยอมเข้าไปหา นี้ว่า

กุลบุตรในศาสนา นี้ เกิดศรัทธาแล้วยอมเข้าไปหา เมื่อเข้าไปหาย่อมนั่งใกล้ เมื่อนั่งใกล้ ย่อมตั้งใจฟัง เมื่อตั้งใจฟังแล้ว ย่อมได้ฟังธรรม ครั้นฟังธรรมแล้วยอมจำได้ ย่อมพิจารณา เนื้อความแห่งธรรมที่จำไว้แล้ว เมื่อพิจารณาเนื้อความอยู่ ย่อมได้เพ่งพินิจ เมื่อมีการเพ่ง พินิจธรรมอยู่ ฉันทะ คือ ความพอใจ ความยินดีย่อมเกิด กุลบุตรนั้นเมื่อเกิดฉันทะแล้ว ย่อมมีความพากเพียร ครั้นพากเพียรแล้วยอมได้ไตร่ตรอง . . .<sup>๓</sup>

ศรัทธา คือ ธรรมอันเป็นกำลังที่ทำให้คนเกิดความคิด ซึ่งเป็นเครื่องเกื้อหนุนแก่การที่จะนำไปสู่การบรรลุธรรม คนเราจะทำการใดให้ประสบกับผลสำเร็จได้นั้น เบื้องต้นต้องเป็นคนมีศรัทธา ศรัทธาเป็นเพียงเครื่องนำทางให้เกิดมีธรรมองค์อื่น ๆ ตามมา ศรัทธาเป็นผู้ชักนำให้บุคคลเข้าหา ให้สนทนา ให้ตั้งใจฟัง ให้จดจำ ให้นำไปพิจารณา ให้บุคคลได้บรรลุจุดมุ่งหมายอันสูงสุดในชีวิต พระพุทธองค์ตรัสว่า “บุคคลยอมข้ามโอชะได้ด้วยผู้มีศรัทธา”<sup>๔</sup>

#### ๔.๑.๒ ความสำคัญของศรัทธา

ครั้งหนึ่งในสมัยพุทธกาล พระมหาโมคคัลลานะได้กล่าวสรรเสริญพระสารีบุตร เรื่อง ความสำคัญของศรัทธาว่า

กุลบุตรผู้มีศรัทธาออกจากเรือน บวชเป็นบรรพชิต ไม่โอ้อวด ไม่มีการยา ไม่หลอกลวง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ถือตน ไม่กลับกลอก ไม่ปากกล้า สรรวมวาจา คัมภีรทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย รู้ประมาณในการบริโภค ประกอบความเพียรในธรรมอันเป็นเครื่องตั้งน้อม

<sup>๓</sup> ดูรายละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๓๗/๑๓๖.

<sup>๔</sup> โอชะ คือ กิเลสอันเป็นดุจกระแสน้ำท่วมพาผู้ตกลงไปให้พินาศ. ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๔๖/๓๕๓.

ต่อเนื่อง ใส่ใจในสมณะธรรม มีความเคารพอย่างหนักแน่นในสิกขา ไม่เป็นผู้มักมาก มีสติตั้งมั่น มีสัมปชัญญะ มีจิตมั่นคงแน่วแน่ ไม่เป็นคนโง่เขลาเบาปัญญา กุลบุตรนั้นพึงธรรมของท่าน เหมือนหนึ่งว่า จะดื่มจะกลืนวจา และใจของท่านพระสารีบุตรไว้ เพราะคิดว่าทำให้เราทั้งหลายออกจากอกุศลธรรมแล้ว ดำรงอยู่ในกุศลธรรม<sup>๕</sup>

[ตามความหมายนี้ ศรัทธาจึงเป็นคุณสมบัติสำคัญที่จะนำไปสู่คุณความดี ซึ่งเป็นองค์ธรรมที่กระตุ้นให้บุคคลใฝ่สร้างคุณความดี แต่สำหรับบุคคลผู้ไม่มีศรัทธา ไม่สนใจออกบวช ไม่ได้ศึกษาธรรม ย่อมจะเป็นคนโง่เขลา ฯลฯ มีจิตใจฟุ้งซ่านได้ง่าย]

มีตัวอย่างเรื่อง ความสำคัญของศรัทธา อีกประการหนึ่ง ขณะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประทับในเขตเมืองอาฬวี ถิ่นของอาฬวกยักษ์ ครั้นนั้นอาฬวกยักษ์ ทูลถามพระพุทธเจ้าว่า อะไรเล่า? เป็นทรัพย์เครื่องปลื้มใจที่ประเสริฐของบุรุษในโลกนี้ พระพุทธเจ้าตรัสตอบว่า “ศรัทธา เป็นทรัพย์เครื่องปลื้มใจที่ประเสริฐสุดของบุรุษในโลกนี้”<sup>๖</sup>

ดังนั้น การมีศรัทธาจึงเหมือนเป็นการได้ทรัพย์ที่สำคัญอย่างหนึ่ง ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อบุคคล และต่อสังคมหลายประการ เช่น ทำให้เกิดการยอมรับนับถือในชุมชน และช่วยให้มีการคล้อยตามได้ง่าย ทำให้เกิดการรวมกลุ่มสังคม ทำให้เกิดพลัง ทำให้เกิดความกล้าหาญ ทำให้เกิดความเจริญอย่างอริยะ และเป็นเหตุปัจจัยเพื่อพัฒนาตนให้พ้นไปจากกองทุกข์ได้<sup>๗</sup>

พระกัมมัญฐานาจารย์ะ พระปณิตตาภิวงค์ แสดงข้อความไว้ในหนังสือ รู้แจ้งในชาตินี้ว่า “เมื่อมีศรัทธา ก็จะมีผลปรารถนาในการปฏิบัติ และยินดีที่จะทุ่มเทพลังให้ถึงจุดหมาย ศรัทธาที่เข้มแข็ง เป็นรากฐานของความจริงใจ และปฏิบัติที่มั่นคงในการปฏิบัติธรรม ซึ่งจะทำให้เกิดมีความเพียร สติ และสมาธิแก่กล้าขึ้นตามลำดับ แล้วปัญญาก็จะปรากฏขึ้นในลักษณะของวิปัสสนาญาณขั้นต่าง ๆ”<sup>๘</sup>

พระคันธสาราภิวงค์ แสดงข้อความไว้ในหนังสือ โพธิปักขิยธรรม ว่า “บุคคลที่ประกอบด้วยศรัทธา ย่อมจะมีความเชื่อมั่นอย่างมั่นคง ศรัทธาจึงเสมือนมือที่ใช้หยิบฉวยรัตนะที่

<sup>๕</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๖๓/๕๕.

<sup>๖</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๘๔๐/๓๕๒.

<sup>๗</sup> อ้างใน พระชัยพร จันทวโส, (จันทวงศ์) “ศึกษาศรัทธาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๔๘.

<sup>๘</sup> พระกัมมัญฐานาจารย์ะ พระปณิตตาภิวงค์, รู้แจ้งในชาตินี้, แปลโดย พิชิต-วิธัญญา ภัทรวิมลพร, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สหธรรมิก, ๒๕๕๓), หน้า ๑๐๖.

มีค่าได้ คนไม่มีศรัทธาจึงเหมือนคนไม่มีมือ”<sup>๙</sup> ดังนั้น ศรัทธาจึงเป็นองค์ธรรมสำคัญที่ควรกล่าวถึง และกล่าวได้ว่าเป็นขั้นต้นที่สุดในกระบวนการพัฒนาไปสู่ปัญญา<sup>๑๐</sup>

ในทางพุทธธรรม ให้ความสำคัญของศรัทธาที่เป็นไปอย่างถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนา<sup>๑๑</sup> ว่า ศรัทธาสามารถเป็นเหตุปัจจัยทำให้เกิดหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ และจะต้องเป็นไปที่จะเกิดความเพียร เกิดสติ เกิดสมาธิ และเกิดปัญญา

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), แสดงข้อความไว้ในหนังสือ พุทธธรรม ว่า ความศรัทธาในทางพระพุทธศาสนาจะมุ่งเน้นไปในด้านปัญญา มีปัญญาเป็นยอด แต่เพื่อควบคุมศรัทธาให้อยู่ในความหมายที่ถูกต้อง ธรรมหมวดใดในพุทธธรรม ถ้ามีศรัทธาเป็นองค์ประกอบขึ้นก่อนข้อหนึ่ง จะต้องมีความปัญญาคุมเป็นอีกข้อหนึ่งด้วยเสมอไป และตามปกติศรัทธาย่อมมาเป็นข้อที่ ๑ พร้อมกับมีความปัญญาคุมเป็นข้อสุดท้าย แต่บางหมวดมีปัญญา จึงไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงศรัทธาอีกก็ได้<sup>๑๒</sup>

#### ๔.๑.๓ เหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดศรัทธา

ทุกสิ่งทุกอย่างในโลก ล้วนมีเหตุมีปัจจัย มีบ่อเกิดทั้งสิ้น ไม่ได้มีอะไรเกิดขึ้นเองโดยไม่มีเหตุปัจจัย ศรัทธาก็เหมือนกับองค์ธรรมอื่น ๆ ที่ต้องอาศัยเหตุปัจจัยทำให้เกิดขึ้นมาได้ สมดังพระพุทธดำรัสที่ว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวถึงศรัทธาว่า มีเหตุที่อิงอาศัย มิได้กล่าวว่า ไม่มีเหตุที่อิงอาศัย. . .”<sup>๑๓</sup> ดังนั้นจึงสามารถพิจารณาเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดศรัทธา ได้จาก

- ๑) คุณสมบัติของบุคคล (โดยการถือประมาณ ๔ อย่าง)
- ๒) ปัจจัยภายนอก (ปรโตโฆสะ)
- ๓) ปัจจัยภายใน (โยนิโสมนสิการ)
- ๔) ประสบการณ์ (โดยทดลองปฏิบัติ)

#### ๑) คุณสมบัติของบุคคล

คุณสมบัตินี้มีตัวบุคคลเป็นเหตุปัจจัย เป็นเครื่องวัดในการที่จะเกิดความศรัทธา ความเลื่อมใสได้ พระพุทธศาสนาที่ยังสามารถสืบทอดมาถึงปัจจุบันนี้ได้ เป็นเพราะพระพุทธเจ้า

<sup>๙</sup> พระคันธสาราภังค์, โพธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บุญศิริ การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๘๕.

<sup>๑๐</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๕๘๗.

<sup>๑๑</sup> ศรัทธาที่ถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนา หมายถึง ศรัทธาที่เชื่อมโยงไปสู่ปัญญา, ศรัทธาในปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า สุภีร์ ทุมทอง, ศรัทธาที่ถูกต้อง, หน้า ๘๘.

<sup>๑๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๕๘๗.

<sup>๑๓</sup> ดูรายละเอียดใน ส.นิ. (ไทย) ๒๖/๒/๖๙/๑๒๒.

พระองค์ทรงได้รับการยกย่องว่าเป็นครูที่ยอดเยี่ยมของทั้ง ๓ โลก (โลกมนุษย์, โลกสวรรค์, พรหมโลก) ทรงใช้ความหมดจดงดงามแห่งมหาปฐิสลักษณ์ ๓๒ ประการมาสร้างแรงดึงดูดพุทธบริษัททั้ง ๔ ให้เกิดความศรัทธาเลื่อมใสได้ โดยถือประมาณต่าง ๆ กัน เรียกว่า ความงาม ๔ อย่างหรือปมาณิกา ๔<sup>๑๔</sup> ดังนี้

๑.๑) รูปปมาณิกา (ผู้ถือรูปเป็นประมาณ) บุคคลที่มองเห็นรูปร่างสวยงาม ทรวดทรงดี อวัยวะสมส่วน ท่าทางสง่า สมบูรณ์พร้อม จึงชอบใจเลื่อมใสที่จะเชื่อถือ เช่น เห็นพระสรีระของพระพุทธองค์ อันประดับไปด้วยพระมหาบุรุษลักษณะ และอนุพยัญชนะ มีพระฉวีวรรณดุจทองคำ ย่อมเลื่อมใส ดังพระวักลิ เข้ามาบวชในพระพุทธศาสนา ด้วยความอยากเห็นพระรูป พระโฉมของพระศาสดา คอยติดตามเฝ้าดูพระองค์ตลอดเวลา จนไม่เป็นอันเจริญภาวนา พระองค์ตรัสเตือนว่า “จะมีประโยชน์อะไรที่ได้เห็นกายเปื่อยเน่านี้ ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเรา”<sup>๑๕</sup> และทรงสอนต่อด้วยอุบายวิธีก็สำเร็จพระอรหันต์ เป็นเอตทัคคะในบรรดาศรัทธาวิมุตติ เป็นผู้หลุดพ้นด้วยศรัทธา

บุคคลที่มองเห็นรูปร่างสวยงาม ทรวดทรงดี อวัยวะสมส่วน ท่าทางสง่า สมบูรณ์พร้อม จึงชอบใจเลื่อมใสที่จะเชื่อถือ มีปรากฏในพระไตรปิฎกอีกหลายที่ เช่น พระปุสสเทวเถระ ได้เห็นพระรูปของพระพุทธเจ้าที่มารเนรมิตขึ้น ได้เกิดปีติอันมีพระพุทธเจ้าเป็นอารมณ์ว่า พระพุทธเจ้าที่มารเนรมิตนี้ ยังมีราคะ โทสะ โมหะอยู่ ก็ยังสวยงามขนาดนี้ แล้วพระรูปของพระพุทธเจ้าที่แท้จริงจะไม่สวยงามได้อย่างไรเล่า เพราะพระองค์ทรงปราศจากราคะ โทสะ โมหะไปหมดแล้ว จากอารมณ์ที่เป็นพุทธานุสสตินี้ ต่อล่วงเลยเข้าสู่อารมณ์วิปัสสนาปัญญา ได้บรรลุพระอรหันต์ในที่สุด<sup>๑๖</sup>

ครั้งหนึ่งพระเจ้าอโศกรับสั่งให้พยานาคนามเนรมิตพระพุทธรูปให้ดู<sup>๑๗</sup> วันหนึ่งทรงให้นำพยานาคนามว่า กาฬะ ผู้มีอายุตลอดกัปหนึ่ง พระเจ้าอโศกรับสั่งว่า ผู้ใดเคยพบเห็นพระรูปของพระพุทธเจ้า เชิญให้ขนดกายเหนือบัลลังก์ อันควรค่ามากนี้ ภายใต้เศวตฉัตร จะทรงกระทำการบูชาด้วยดอกไม้ ทั้งที่เกิดในน้ำ ทั้งที่เกิดบนบก หลายร้อยพรรณ และด้วยสุวรรณบุปผา และเชิญท่านกระทำพระรูปของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ทรงยังจักร คือ พระสัทธรรมอันประเสริฐให้หมุนไป ทรงพระญาณอันหาที่สุดมิได้ ให้ถึงความซาบซึ้งแก่ดวงตาของข้าพเจ้าก่อนเถิด ดังนั้น พยานาค นามว่า กาฬะ จึงเนรมิตเป็นพระรูปของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ประหนึ่งว่า

<sup>๑๔</sup> ชุ.คาถา. (ไทย) ๔๒/๒/๒๑/๑๕๙.

<sup>๑๕</sup> ส.ช. (ไทย) ๑๗/๘๗/๑๕๙.

<sup>๑๖</sup> พระพุทธโฆสเถระ, *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*, หน้า ๓๙๗.

<sup>๑๗</sup> วิมพา. (ไทย) ๑/ปฐมภาค/๙/๗๙.

พื้นน้ำอันประดับแล้วด้วยดอกไม้ซึ่งแย้มบาน ปานประหนึ่งว่า แผ่นฟ้าอันพรายพรายด้วยความระยิบ-ระยับ ด้วยการพวยพุ่งแห่งพระขำรัศมีของกลุ่มดารา เพราะความที่พระพุทธรูปนั้น ทรงมีพระสิริด้วยพระมหาปฐิสลักษณ์ ๓๒ ประการ ประดับด้วยอนุพยัญชนะ ๘๐ ประการ ซึ่งบังเกิดแล้วด้วยอำนาจแห่งบุญอันพรรณรายทั่วพระสรีระนั้น งดงามด้วยจอมพระเศียรอันเฉิดฉายด้วยพระเกตุมาลา ซึ่งปราศจากมลทินสีต่าง ๆ ประหนึ่งยอดแห่งภูเขาทอง อันแวดว้างด้วยสายรุ้ง และสายฟ้า อันกลมกลืนกับแสงเงิน เป็นประหนึ่งจุดดั่งดวงตาแห่งพรหม ทวยเทพ มวลมนุษย์ ผุ้ขนาด และหมู่ยักษ์ เพราะพระพุทธรูปนั้น มีความแพรวพราว ด้วยความฉวัดเฉวียนแห่งพระรัศมีอันแผ่อย่างละว้า มีวงล้อมรัศมีอันวิจิตรด้วยสี มีสีเขียว สีเหลือง สีแดง เป็นต้น พระเจ้าอโศกได้ทรงกระทำการบูชาอันได้ชื่อว่า บูชาด้วยดวงตา ตลอด ๗ วัน ด้วยความศรัทธา-ปสาทะ คือ ความเลื่อมใส, ความชื่นบานผ่องใส, ความเชื่อถือนั่นใจ, ความรู้สึกยอมรับนับถือ, ความเปิดใจรับ อาการที่จิตเริ่มมีความแจ่มใส โปร่งโล่ง เบิกบาน ปราศจากความอึดอัด ขุ่นมัว โดยเกิดความรู้สึกชื่นชมต่อบุคคลหรือสิ่งที่ได้พบเห็น ได้ฟังหรือได้ระลึกถึง<sup>๑๘</sup>

๑.๒) โฆสัปปมาณิกา (ผู้ถือเสียงเป็นประมาณ) เมื่อบุคคลที่ได้ยิน ได้ฟังเสียงสรรเสริญเกียรติคุณ หรือเสียงพูดจาไพเราะจึงชอบใจ เลื่อมใส น้อมใจที่จะเชื่อถือ เช่น ฟังเสียงประกาศพระเกียรติคุณของพระศาสดา และเสียงประกาศพระธรรมเทศนา ย่อมเลื่อมใส ดังเช่นพระพุทธเจ้าทรงแสดงพระธรรมโปรดชาวเมืองจัมปานคร มีกบตัวหนึ่งอยู่ริมสระ ได้ยินเสียงอันไพเราะ เกิดเลื่อมใสศรัทธาในเสียงนั้น ถือเอาเสียงของพระพุทธเจ้านั้นเป็นนิมิต บังเอิญตายเพราะถูกไม้พลองจากคนเลี้ยงวัว ได้ไปเกิดในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ชื่อ มัณฑุกเทพบุตร<sup>๑๙</sup> เป็นผู้รุ่งเรืองด้วยฤทธิ์ ด้วยยศ มีผิวพรรณงามยิ่ง ได้มากราบพระบาทพระพุทธเจ้า และได้ฟังธรรมก่อนกลับไป และครั้งหนึ่ง ในท่ามกลางหมู่ชนที่คับคั่งไปด้วยเทวดา และมนุษย์ เพื่อจะให้บริษัททั้งปวงยินดีในพระพักตร์ที่เบิกบาน และด้วยพระสุรเสียงที่ไพเราะเพราะพริ้ง พระพุทธองค์ได้ตรัสชมสาวกของพระองค์ว่า “. . . ภิกษุอื่นผู้มุ่งมั่นด้วยศรัทธา มีปัญญาดี มีความชอบใจในการดูเราเช่นกับวัฏกกลีภิกษุนี้ไม่มีเลย”<sup>๒๐</sup>

๑.๓) ลูขัปปมาณิกา (ผู้ถือในความคร่ำหรือเศร้าหมองเป็นประมาณ) บุคคลที่มองเห็นสิ่งของเครื่องใช้ ความเป็นอยู่ที่เศร้าหมองหรือมองเห็นการกระทำคร่ำครึเป็นทฤฏิกิริยาประพฤติเคร่งครัดเข้มงวดขูดเกลาค้น จึงชอบใจเลื่อมใส น้อมใจที่จะเชื่อถือ เช่น อาศัยความที่พระพุทธองค์เป็นผู้เศร้าหมองด้วยปัจจัยทั้งหลาย มีจีวร เป็นต้น ย่อมเลื่อมใส

<sup>๑๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๒๒๖.

<sup>๑๙</sup> ชุ.วิ. (ไทย) ๒๖/๘๕๗/๑๐๐.

<sup>๒๐</sup> ชุ.อป. (ไทย) ๓๓/๓๔/๒๔๒.

๑.๔) ฌัมปปาณิกา (ผู้ถือธรรมเป็นประมาณ) บุคคลที่พิจารณาด้วยปัญญาเห็นสาระธรรมหรือการปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา จึงชอบใจเลื่อมใส น้อมใจที่จะเชื่อถือ เช่น พระพุทธองค์จะทรงแสดงพระธรรมแก่ พระนางรูปนันทา โดยทรงตกลงพระหุทัยว่า “รูปนันทานั้น ยึดติดในรูป สำคัญตนเองว่างาม”<sup>๒๑</sup> มีความเยื่อใยในอรรถภาพของตนอย่างรุนแรง ควรบรรเทาความเมาในรูปด้วยรูป” พระองค์ทรงนิรมิตหญิงมีรูปสวยพริ้งผู้หนึ่งงามกว่าพระนางรูปนันทา แต่กลับค่อย ๆ เสื่อมลงดุจซากศพ เมื่อพระนางทรงคิดเห็นอรรถภาพ โดยความเป็นสภาพไม่เที่ยงแล้ว จึงละความสำคัญของตนลงได้ การที่พระนางได้เห็นปัจจัยภายนอกเช่นนี้ ช่วยให้พระนางสำเร็จโสดาปัตติผล และทรงสอนต่อด้วยอุบายวิธีก็สำเร็จพระอรหันต์ เป็นเอตทัคคะในผู้บำเพ็ญฌาน

บุคคล ๓ จำพวกข้างต้น คือ รูปปปาณิกา, โสฬสปาณิกา และลูชปปาณิกา ยังมีโอกาสผิดพลาดได้มาก เพราะอาจมีอคติส่วนตัว อาจถูกครอบงำจากบุคคลอื่น ถูกชักจูง ถูกพาไปด้วยความรัก ความหลง ความกลัวหรือติดอยู่เฉพาะรูปแบบภายนอก ไม่รู้จักคนที่ตนพิจารณาได้อย่างแท้จริง ไม่เข้าถึงสิ่งอันเป็นสาระแก่นสารได้ ส่วนบุคคลที่ ๔ คือ ฌัมปปาณิกา ถือเอาธรรมเป็นประมาณ จะทำให้รู้จักคนที่ตนพิจารณาได้อย่างชัดเจนว่า เป็นคนประเภทไหน จึงไม่ถูกครอบงำโดยปัจจัยใด ๆ หรือถูกชักจูงไปได้ ความเชื่อของบุคคลที่ ๔ นี้ จึงถูกต้องไม่ผิดพลาด

## ๒) ปัจจัยภายนอก (ปรโตโมสะ)

ปรโตโมสะ จัดเป็นศรัทธาของปุถุชน เป็นศรัทธาที่มาจากการสดับฟังเสียงจากภายนอก คือ การได้ยินได้ฟังมาจากคนอื่น ซึ่งอาจเป็นครู นักวิชาการ เพื่อน ฯลฯ หรือจากการได้อ่านคัมภีร์ ตำรา หนังสือที่เป็นวรรณกรรมประเภทต่าง ๆ รวมทั้งข้อมูลที่ถูกล่ามุดทอดมาทางสื่อแขนงต่างๆ หมายเอาเฉพาะส่วนที่ตึงาม ถูกต้อง เฉพาะอย่างยิ่งการรับฟังธรรม หรือคำแนะนำจากบุคคลที่เป็นกัลยาณมิตร บุคคลใดแม้จะเป็นคนดี มีปัญญา แต่เมื่อยังไม่อาจให้ใคร ๆ เกิดศรัทธาได้ ก็ยังไม่ได้ฐานะว่า เป็นกัลยาณมิตร มีข้อตัดสินประการหนึ่งว่า การทำหน้าที่ของกัลยาณมิตรให้ได้ผลสำเร็จ คือ การทำให้ผู้ที่เสวนาด้วยเกิดมีสัมมาทิฐิ<sup>๒๒</sup>

บุคคลผู้มีคุณสมบัติเหมาะสม สามารถทำหน้าที่ปรโตโมสะที่ดี มีคุณภาพสูง มีคำเรียกเฉพาะว่า กัลยาณมิตร<sup>๒๓</sup> เป็นการสั่งสอนชักนำสัมมาทิฐิให้แก่ผู้อื่น เช่น ในสมัยสุโขทัย พ่อขุนรามคำแหง พระองค์ทรงทำหน้าที่ของกัลยาณมิตรเสียเอง ทรงเทศนาสั่งสอนราษฎรของ

<sup>๒๑</sup> ขุ.ขุ. (ไทย) ๒๕/๑๕๐/๗๘.

<sup>๒๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๕๘๒.

<sup>๒๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๕๖๓.

พระองค์ โดยนำหลักพุทธธรรมระดับศีลธรรมมาเป็นปัจจัยในการวางรากฐานสังคมทรงใช้ปัญญานำศรัทธา<sup>๒๔</sup> จนประสบความสำเร็จ ดังข้อความปรากฏในศิลาจารึกหลักที่ ๑ ว่า “วันเดือนดับเดือนโอกแปดวัน ผุ่งปู่ ครู เถร มหาเถรขึ้นนั่งเหนือขดานหิน สุตธรรมแก่อบาสกผุ่งท่วยจำศีล ผิใช้วันสุตธรรมขุนรามคำแหงเจ้าเมืองศรีสขณาฬัยสุโขทัยขึ้นนั่งเหนือขดานหิน. . .”<sup>๒๕</sup> นอกจากจะสอนให้ราษฎรของพระองค์รักษาศีล และขยันขันแข็งแล้ว พระองค์ยังใช้กุศโลบายชักนำประชาชนโดยวิธีอื่น ๆ อีก เช่น ทรงสร้างพระพุทธรูปลีลาที่งดงามที่สุด มีผู้สันนิษฐานว่า<sup>๒๖</sup> พ่อขุนรามคำแหง สร้างขึ้นเพื่อเตือนสติข้าราชการ และเพื่อเตือนใจราษฎรทั้งหลายของพระองค์ให้ตื่นตัว คือ สุโขทัยก่อนหน้านี้นิยมสร้างแต่พระพุทธรูปในแบบนั่ง (เป็นการพัฒนาจิตให้หมดบาป) พระองค์เห็นว่าการนั่งไม่ใช่การพัฒนาประเทศ ชาติจะพัฒนาคนต้องลุกขึ้นเดิน แสดงถึงความสามารถของพระองค์ที่ทำหน้าที่ ปรัตโยมะที่ดี มีคุณภาพสูงหรือในกรณีของพระยาสิทธิไท้เช่นกัน พระองค์ทรงใช้หลักพุทธธรรมเป็นสิ่งที่กำหนดเงื่อนไข อันเป็นคุณค่าสำคัญสำหรับผู้ปกครองจะพึงปฏิบัติ คือ ใช้ธรรมะในการปกครองบ้านเมือง โดยพระองค์ทรงสอน และพร้อมกับทรงเป็นแบบอย่างด้วยเช่น พระองค์ยังคงรักษาศีล และสดับพระธรรมเทศนาเป็นนิจ ทรงปกครองบ้านเมืองโดยทศพิธราชธรรม ทรงมีพระราชศรัทธาในพระศาสนาถึงกับออกผนวช ในขณะที่ครองราชย์ ทรงกระทำมหาทานเป็นนิจ และทรงมีพระราชปณิธานแน่วแน่ ปราศณาเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อสั่งสอนสัตว์ให้พ้นจากทุกข์ทั้งในโลกนี้ และโลกหน้า ทรงรอบรู้พระไตรปิฎก ทรงปรีชาสามารถนิพนธ์ ไตรภูมิภิกษา (ไตรภูมิพระร่วง) โดยเนื้อหากล่าวถึง ภูมิ ๓ คือ กามภูมิ รูปภูมิ อรูปภูมิ มีเนื้อหาสอนให้ราษฎรของพระองค์ยึดมั่นอยู่ในศีลธรรม ทรงข้อคิดในทางธรรมว่า ชีวิตมนุษย์เป็นขบวนการแห่งทุกข์ การให้ทาน รักษาศีลเป็นเพียงบันไดที่จะนำไปสู่การเกิดใหม่ในภพภูมิที่ดี ไม่ใช่ทางที่จะเอาชนะทุกข์ได้ การเข้าถึงพระนิพพานต่างหากที่ถือว่าเป็นสภาวะแห่งความพ้นทุกข์ที่แท้จริง<sup>๒๗</sup> และรักษาคุณงามความดีตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ให้รู้จักกรรมและผลของกรรม ให้รู้จักบาป บุญ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ ให้มีจิตสำนึกละอายชั่ว กลัวบาป นับว่าทรงนำปัจจัยภายนอก (ปรัตโยมะ) มาใช้กับพลเมืองของพระองค์อย่างเต็มพละกำลัง ในขณะที่เดียวกันพระองค์ทรงสอนให้มีการปฏิบัติธรรมเพื่อนำตนเข้า

<sup>๒๔</sup> สุภาพรรณ ณ บางช้าง, พุทธธรรมที่เป็นรากฐานสังคมไทยก่อนสมัยสุโขทัยถึงก่อนเปลี่ยนแปลงการปกครอง, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๕), หน้า ๓๑.

<sup>๒๕</sup> พ่อขุนรามคำแหง, จารึกสมัยสุโขทัย, (กรุงเทพมหานคร: กรมศิลปากร, ๒๕๒๖), หน้า ๑๓-๑๔.

<sup>๒๖</sup> สิริวัฒน์ คำวันสา, ประวัติพุทธศาสนาในประเทศไทย, (กรุงเทพมหานคร: จรัสสินทวงศ์การพิมพ์, ๒๕๔๒), หน้า ๒๙.

<sup>๒๗</sup> สุจิตรา อ่อนค้อม, พระพุทธศาสนากับพระมหากษัตริย์ไทย, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สหธรรมิก, ๒๕๔๓), หน้า ๓๖.



สู่พระนิพพานด้วย คือ รู้จักพิจารณาปัจจัยภายใน (โยนิโสมนสิการ) ดังมีกล่าวใน ไตรภูมิภวาทว่า พระพุทธองค์ทรงค้นพบความจริงของสิ่งทั้งหลายทั้งปวงว่า มีลักษณะ ๓ ประการ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คือ จุดหมายปลายทางที่มนุษย์ทั้งมวลควรปฏิบัติ เพื่อการเข้าถึงพระนิพพาน<sup>๒๘</sup>

ดังนั้น ศรัทธาของปุถุชน ซึ่งเป็นผู้มีปัญญาไม่แก่กล้า จำเป็นต้องพึ่งพิงปัจจัยภายนอก (ปรโตโฆสะ) เป็นหลัก ดังพระพุทธพจน์ที่แสดงความสำคัญของการพึ่งพิงนี้ว่า “สำหรับภิกษุ ปุถุชน ผู้ยังต้องศึกษา เรามองไม่เห็นองค์ประกอบภายนอกอื่นใด มีประโยชน์มาก เหมือนความมีกัลยาณมิตรเลย”<sup>๒๙</sup>

พระพุทธเจ้าตรัสเรื่อง การพึ่งพิงปัจจัยภายนอกกับบุคคลทั่ว ๆ ไป หลายกลุ่ม หลายลัทธิ เพราะเป็นช่วงที่พระองค์กำลังเผยแผ่พุทธศาสนาท่ามกลางลัทธิอื่น ๆ ที่มีอยู่ก่อนแล้ว ดังเช่น พระองค์ตรัสกับอัครศิษย์ ผู้กำลังจะออกบวชเป็นฤๅษีพร้อมกับเหล่าบริวารว่า

มนุษย์จำนวนมาก เมื่อถูกภัยคุกคามต่างนึกถึงภูเขา ป่าไม้ อาราม และรุกขเจดีย์เป็นสรณะ<sup>๓๐</sup> นั้นมิใช่สรณะอันเกษม นั้นมิใช่สรณะอันสูงสุด เพราะผู้อาศัยสรณะเช่นนั้น ย่อมไม่พ้นจากทุกข์ทั้งปวง ส่วนผู้ที่ถึงพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ว่าเป็นสรณะ ย่อมใช้ปัญญาชอบพิจารณาเห็นอริยสัจ ๔ ประการ คือ ทุกข์ เหตุเกิดทุกข์ ความดับทุกข์ และปฏิบัติที่นำไปสู่ความดับทุกข์ (อริยมรรค มีองค์ ๘) อันเป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความสงบ ระงับทุกข์ นั้นเป็นสรณะอันเกษม นั้นเป็นสรณะอันสูงสุด เพราะผู้อาศัยสรณะเช่นนั้น ย่อมหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้<sup>๓๑</sup>

แต่ถ้า ปรโตโฆสะ ที่ปุถุชนนั้นยึดถืออยู่ มาจากแหล่งที่ดั่งงาม ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การได้รับฟังธรรมหรือได้รับคำแนะนำจากบุคคลที่เป็นกัลยาณมิตร ก็ถือได้ว่ามีจุดเริ่มต้นที่ดี ประกอบด้วยศรัทธาที่ดี แล้วได้อาศัยศรัทธาที่ดีนี้เป็นเหตุปัจจัยส่งเสริมให้ก้าวหน้าต่อไปอีก การพัฒนาเช่นนี้จึงต้องได้ปัจจัยภายนอกมาเป็นกัลยาณมิตร ที่เรียกว่า “กัลยาณมิตตตา”<sup>๓๒</sup> แม้พระพุทธองค์ก็ทรงให้ความสำคัญกับการมีกัลยาณมิตรไว้ว่า

<sup>๒๘</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้าเดียวกัน.

<sup>๒๙</sup> อภ.เอก. (ไทย) ๒๐/๑๐๑/๑๗.

<sup>๓๐</sup> สรณะ คือ สิ่งที่ทำลาย ขจัดปัดเป่า บรรเทาทุกข์และ กิเลส การถือพระรัตนตรัยว่าเป็นสรณะก็เพื่อเป็นเครื่องช่วยทำลาย ขจัดปัดเป่าทุกข์ภัย และกิเลสต่าง ๆ ในจิตใจให้หมดสิ้น. วิ.ม. (ไทย) ๔/๓๔/๔๓.

<sup>๓๑</sup> พุ.พ. (ไทย) ๒๕/๑๘๘/๙๒.

<sup>๓๒</sup> อภ.สตตก. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๑.

เราไม่พิจารณาเห็นธรรมอื่น ที่เป็นเหตุให้อริยมรรคมีองค์ ๘ ที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้นหรือเป็นเหตุให้อริยมรรคมีองค์ ๘ ที่เกิดขึ้นแล้วถึงความเจริญเต็มที่เหมือนกัลยาณมิตตตานี้ ผู้มีกัลยาณมิตร พึงหวังข้อนี้ได้ว่า จักเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ ทำอริยมรรคมีองค์ ๘ ให้มาก คือเจริญสมาธิภาวนา อันเป็นธรรมมีการกำจัดราคะ โทสะและโมหะ อันเป็นที่สุด. . .<sup>๓๓</sup>

การมีกัลยาณมิตรจะเป็นจุดเริ่มต้นของการได้ใช้ความคิด มีการพิจารณาใคร่ครวญให้ถูกต้อง (โยนิโสมนสิการ) จนเกิดความเห็นที่ชอบที่ถูกต้อง (สัมมาทิฐิ) ถ้าหากไม่มี ๒ ปัจจัยข้างต้นช่วยเกื้อหนุน ก็จะมีความเห็นผิด (มิจฉาทิฐิ) และมีการใช้ความคิดที่ผิด (อโยนิโสมนสิการ) การกระทำก็ผิด เกิดทุกข์โทษแก่สังคมส่วนรวม และกับตัวเองได้ ดังเช่น การบูชาอ้อนวอนสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การบนบานเช่นสรวงสังเวศ และรอคอยการดลบันดาลของเทพเจ้า [นอนคอยโชคชะตา] ในทางพระพุทธศาสนาสอนว่า การหวังพึ่งอาศัยเช่นนั้น ไม่เป็นทางแห่งความมั่นคง ไม่ปลอดภัย ไม่มีประโยชน์ ไม่นำไปสู่ความพ้นทุกข์ได้ ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า

การสดับธรรมจากบุคคลอื่น นับได้ว่าเป็นปัจจัยช่วยให้เกิดศรัทธาได้จริง ครั้งหนึ่งพระพุทธเจ้า ตรัสกับพระเจ้าอชาตศัตรู เพื่อเป็นปฏิญาณให้เกิดศรัทธาว่า “มหาบพิตร ขอพระองค์โปรดสดับธรรม โปรดตั้งพระทัยให้ดี อาตมภาพจักแสดงถวาย. . . คหบดี บุตรคหบดี หรืออนุชน (คนผู้เกิดภายหลัง) ในตระกูลใด ตระกูลหนึ่ง ได้สดับธรรมนั้นแล้วเกิดศรัทธาในตถาคต เมื่อมีศรัทธาย่อมตระหนักได้ว่า. . .”<sup>๓๔</sup>

การได้สดับรับฟังจากปรโตโมหะนี้ เป็นการอาศัยปัญญาของผู้อื่น และการเชื่อแบบนี้สามารถเกิดขึ้นได้หลาย ๆ ทาง ไม่ว่าจะเป็นการฟัง การอ่าน การสอบถาม แนะนำ การถ่ายทอด การโฆษณา และอื่น ๆ จะช่วยให้เกิดความรู้ได้ทั้งสิ้น ความรู้ดังกล่าว ทำให้คนเกิดความเชื่อ ความศรัทธาได้ ข้อนี้ เป็นองค์ประกอบฝ่ายภายนอก ได้แก่ ปัจจัยทางสังคม เรียกว่า วิธีแห่งศรัทธา<sup>๓๕</sup>

### ๓) ปัจจัยภายใน (โยนิโสมนสิการ)

โยนิโสมนสิการ เป็นการใช้ความคิดอย่างถูกวิธี เป็นเรื่องของการคิดอย่างมีระเบียบ หมายถึง การรู้จักมอง รู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลายว่า มันก็เป็นของมันเช่นนั้น แยกแยะสิ่งนั้น ๆ หรือปัญหานั้น ๆ ออกให้เห็นสภาวะตามความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย เรียกว่า การทำในใจโดย

<sup>๓๓</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๔/๕๕.

<sup>๓๔</sup> ที.ส. (ไทย) ๙/๑๘๗-๑๙๐/๖๓-๖๔.

<sup>๓๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๕๖๓.

แบบคาย ข้อนี้เป็นองค์ประกอบฝ่ายภายใน คือ ปัจจัยภายในตัวบุคคล เรียกว่า วิธีการแห่งปัญญา<sup>๓๖</sup>

หากศึกษาถึงความหมายของการคิดอย่างแบบคาย พิจารณาตั้งแต่ต้นทาง จนถึงผลของการคิด สามารถแบ่งแยกออกได้เป็น ๔ อย่าง ดังนี้

๑. อุบายมนสิการ แปลว่า คิด หรือพิจารณาโดยอุบาย คือ คิดอย่างมีวิธี หมายถึง คิดอย่างถูกวิธีเพื่อจะให้ได้ถึงความจริง สอดคล้องเข้ากับแนวสัจจะ ทำให้สามารถหยั่งรู้สามัญลักษณะ (ความเป็นของไม่เที่ยง, ความเป็นทุกข์, ความเป็นของไม่ใช่ตน) ของสิ่งทั้งหลาย

๒. ปณมมนสิการ แปลว่า คิดเป็นทาง หรือคิดถูกทาง คือ คิดได้ต่อเนื่องเป็นลำดับ มีขั้นตอน เป็นแนวเป็นแถว หมายถึง คิดเป็นระเบียบ ไม่ยุ่งเหยิง

๓. กรณมนสิการ แปลว่า คิดตามเหตุ คิดอย่างมีเหตุมีผล หมายถึง การคิดสืบค้นตามแนวความสัมพันธ์สืบทอดกันตามเหตุปัจจัย พิจารณาสืบสาวหาสาเหตุตั้งแต่จุดเริ่มต้น ซึ่งส่งผลมาตามลำดับ

๔. อุปาทกมนสิการ แปลว่า คิดให้เกิดผล คือ การนำความคิดมาใช้ให้เกิดผลตามที่ประสงค์ เล็งถึงการคิดอย่างมีเป้าหมาย หมายถึง การคิดการพิจารณาที่ทำให้เกิดกุศล เช่น ปลุกเร้าให้เกิดความเพียร การรู้จักคิดในทางที่ทำให้หายโกรธ หายกลัวหรือการพิจารณาที่ทำให้มีสติ การคิดนั้นก็ช่วยให้มีจิตใจเข้มแข็งมั่นคงขึ้น<sup>๓๗</sup> หากจะเขียนเป็นหัวข้อสั้น ๆ เพื่อจำได้ง่าย คือ (๑) คิดถูกวิธี (๒) คิดมีระเบียบ (๓) คิดมีเหตุผล (๔) คิดเร้ากุศล

ใน ๓ ข้อแรกข้างต้นของการคิดโดยแบบคาย กัลยาณมิตรช่วยได้เพียงชี้แนะให้เห็นช่องทาง ตัวบุคคลผู้นั้นจะต้องคิดพิจารณาทำความเข้าใจด้วยตนเอง ส่วนข้อที่ ๔ ศรัทธาแสดงบทบาทได้อย่างแรงกล้า เช่น คนบางคนเป็นคนอ่อนแอ ท้อถอยง่ายหรือชอบคิดเรื่องเหลวไหล ชอบทำแต่เรื่องที่ทำให้เกิดความเสียหายต่าง ๆ ถ้ากัลยาณมิตรสามารถสร้างศรัทธาได้ถูกต้อง ถูกเวลา และเป็นผลสำเร็จ ก็จะช่วยคนเช่นนี้ได้ เช่น การพูดให้กำลังใจ พูดปลุกใจ และพูดชักจูงด้วยวิธีการต่าง ๆ เป็นต้น

ถ้าศึกษาถึงการทำหน้าที่ของ โยนิโสมนสิการ ทั้งที่เป็นของฝ่ายปุถุชน และฝ่ายอริยะ สามารถแบ่งออกได้เป็น ๒ ประเภท คือ

๑. โยนิโสมนสิการ ประเภทสร้างเสริมคุณภาพจิต คือ มุ่งปลุกเร้าให้เกิดคุณธรรม หรือกุศลธรรมอื่น ๆ เน้นไปที่การสกัดหรือข่มตัณหา เป็นฝ่ายของสมณะ มีลักษณะเป็นการเสริมสร้างพลังฝ่ายดีมาข่มไว้ กดทับไว้หรือปิดบังฝ่ายชั่วไว้ ให้ผลเป็นชั่วคราวขึ้นอยู่

<sup>๓๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๕๖๓.

<sup>๓๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๖๒๒.

กาลเวลาหรือเป็นเพียงเครื่องเตรียมความพร้อม หนุนเสริม และสร้างนิสัย นำไปสู่โลกียะ สัมมาทิฐิ

๒. โยนิโสมนสิการ ประเภทพัฒนาปัญญา คือ มุ่งให้เกิดความรู้แจ้งตามสภาวะ รู้ และเข้าใจ มองเห็นตามความเป็นจริง ตามที่มันเป็น เน้นไปที่การกำจัดอวิชชา เป็นฝ่ายของ วิปัสสนา ความรู้ที่เกิดขึ้นมีลักษณะเป็นการส่องสว่างทำลายความมืด หรือชำระสิ่งสกปรก ให้ ผลได้ไม่จำกัดกาล นำไปสู่โลกุตตรสัมมาทิฐิ<sup>๓๘</sup>

สรุปได้ว่า ทั้งปรัโตโสสะ และโยนิโสมนสิการนี้ เป็นปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ โดยมี โยนิโสมนสิการ เป็นแกนกลาง คือ เป็นส่วนที่ขาดไม่ได้ การที่บุคคลจะบรรลุถึงจุดมุ่งหมายได้ ก็ ต้องอาศัยโยนิโสมนสิการนี้เป็นหลัก คนที่ไม่ต้องอาศัยปรัโตโสสะเลย ใช้แต่โยนิโสมนสิการอย่าง เดียว มีแต่อัจฉริยะบุคคลยอดเยี่ยม เช่น พระพุทธเจ้า เป็นต้นเท่านั้น ซึ่งมีน้อยคนอย่างยิ่ง ส่วน คนแทบทั้งหมดในโลก ต้องอาศัยปรัโตโสสะเป็นตัวชักนำ ชี้ช่องทางให้ทั้งสิ้น<sup>๓๙</sup> ปัจจัยทั้ง ๒ ซึ่ง เป็นปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ เป็นองค์ประกอบสำคัญของมรรค ในฐานะที่เป็นจุดเริ่มต้นของการ ปฏิบัติธรรมหรือเป็นขั้นเริ่มแรกในระบบการศึกษาตามหลักการของพระพุทธศาสนา โดยเริ่มต้น จากปรัโตโสสะ ที่ส่งผลได้ถึงศรัทธา และจบลงในทางโลกียสัมมาทิฐิ ปรัโตโสสะเป็นธรรมที่ต้อง ได้รับการพัฒนาให้บริสุทธิ์ ชัดเจนขึ้น เป็นอิสระขึ้นตามลำดับโดยปลูกโยนิโสมนสิการให้มีขึ้น จึง จะนำไปสู่โลกุตตรสัมมาทิฐิ บรรลุจุดมุ่งหมายสูงสุดตามหลักของพุทธศาสนาได้ในที่สุด ดังนั้น การเสริมสร้างสัมมาทิฐิจึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง โดยเป็นแกนนำ เป็นต้นทาง และเป็นตัวยืนหลักของ กระบวนการศึกษาทั้งหมด สมดังพุทธพจน์ที่ว่า “ปัจจัยเพื่อความเกิดขึ้นแห่งสัมมาทิฐิ มี ๒ ประการ คือ ปรัโตโสสะและโยนิโสมนสิการ”<sup>๔๐</sup>

#### ๔) ประสพการณ์ตรง (โดยการทดลองปฏิบัติ)

เป็นการทดลองปฏิบัติด้วยตนเอง เกิดจากการนำความรู้ที่ได้จากการสวดรับฟังจาก ภายนอกหรือการคิดตรិตรองด้วยตนเองจากภายใน มาทดลองปฏิบัติ เรียกว่า เป็นการนำสิ่งที่ ตนรู้มาพิสูจน์หาความจริง

ความรู้ที่เกิดจากการคิดหรือการได้สวดรับฟังมานี้ หากผ่านจากการปฏิบัติทดลอง แล้วพบว่า เรื่องดังกล่าวเป็นเรื่องจริง เป็นประโยชน์ และมีแต่คุณ เป็นผลที่น่าพอใจจะได้รับ การยอมรับเอาโดยอาการ คือ เชื่อมั่นสิ่งที่ตนรู้อย่างมั่นคงแน่วแน่ ความเชื่อที่เกิดขึ้นจากการมี

<sup>๓๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๖๗๙.

<sup>๓๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๖๑๕.

<sup>๔๐</sup> อภ.เอก. (ไทย) ๒๐/๑๒๗/๑๑๕.

ประสบการณ์ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งนี้ จึงมักเป็นความเชื่อที่มั่นคง มีพลัง และยากแก่การเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่น แต่หากเรื่องดังกล่าวเป็นเท็จ ไม่เป็นประโยชน์ มีแต่โทษ ก็จะถูกปฏิเสธไม่ยอมรับ และจะไม่ให้ความสนใจอีก

ศรัทธาที่เกิดจากการมีประสบการณ์ตรง ผ่านการพิสูจน์ด้วยตนเองมาแล้วนี้ มิได้เกิดขึ้นเพียงเพราะได้ยินคำพูดที่น่าเชื่อถือหรือเป็นผลการวิจัยทางวิชาการ หรือการให้เหตุผลแบบใดที่จะทำให้เกิดศรัทธาชนิดนี้ขึ้นได้ และไม่มีวิปัสสนาจารย์ นักบวชใดจะบังคับให้เรา มีศรัทธาประเภทนี้ได้ มีแต่เพียงการได้ประสบกับสภาวะธรรมโดยตรงด้วยตนเองเท่านั้น ที่จะทำให้มีศรัทธาอันแรงกล้า มั่นคง และยั่งยืนชนิดนี้เกิดขึ้น<sup>๔๑</sup>

#### ๔.๑.๔ ประเภทของศรัทธา

การมีศรัทธาที่กล่าวว่า เป็นธรรมขั้นต้นสุดนั้น เปรียบเหมือนเป็นร่องไหลของกระแสความคิด เมื่อเรารับรู้อารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งไม่เกินกำลังของศรัทธาที่มีอยู่ในตัว กระแสความคิดนั้นก็วิ่งไหลไปตามร่อง ทำให้ไม่คิดไปในทางอื่นที่ผิดลู่ผิดทาง พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้จัดประเภทของศรัทธาที่วิ่งไหลไปตามร่องไว้ ๒ อย่าง<sup>๔๒</sup> คือ

- ๑) ศรัทธาที่ไม่มีปัญญารองรับ
- ๒) ศรัทธาที่มีปัญญากำกับ

##### ๑) ศรัทธาที่ไม่มีปัญญารองรับ

ศรัทธาที่ไม่มีปัญญารองรับ เป็นศรัทธาที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ถือว่าเป็นศรัทธาที่ยังไม่บริสุทธิ์ยังมีกิเลสอยู่ เพราะยังมีความโลภ โกรธ หลง เจือปนอยู่ ความศรัทธาในรูปแบบนี้ หากเป็นความรู้สึกด้านใดด้านหนึ่ง หนักอยู่ด้านเดียว (อาเวก ความรู้สึกดีใจง่าย, อุนเฉียวง่ายหรือร้องไห้ได้ง่าย เป็นต้น) เช่น หากรู้สึกชอบก็จะมอบกายมอบใจ ไว้วางใจให้อย่างสิ้นเชิง โดยไม่ต้องถามเหตุผล บางครั้งชอบจนไม่รู้ชอบเขตของศรัทธา กลายเป็นลำเอียงเพราะชอบ<sup>๔๓</sup> (ฉันทาคติ) หรือมีความเลื่อมใสศรัทธาติดในตัวบุคคล ก็ถือว่าเป็นข้อเสียข้อบกพร่อง แม้แต่ความเลื่อมใสติดตาติดใจในองค์พระพุทธรูป ก็ทำให้หึงมงายได้ เพราะไม่มีปัญญาใคร่ครวญวิเคราะห์หาเหตุผล แม้แต่ความเลื่อมใสในองค์พระศาสดา พระองค์ก็ทรงสอนให้ละเสีย (เช่น พระวัคคิ) เพราะเป็นศรัทธาที่แรงด้วยความรู้สึกทางอาเวก ย่อมจะเป็นอุปสรรคต่อความหลุด

<sup>๔๑</sup> พระกัมมภูฏานาจริยะ พระปณิธิตาภิวังศ์, *รู้แจ้งในชาตินี้*, หน้า ๑๐๘.

<sup>๔๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*, หน้า ๕๘๘.

<sup>๔๓</sup> อคติ ๔ อย่าง คือ ๑. ฉันทาคติ (ลำเอียงเพราะชอบ) ๒. โทสาคติ (ลำเอียงเพราะชัง) ๓. โมหาคติ (ลำเอียงเพราะหลง, ผิดพลาดเพราะเขลา) ๔. ภยาคติ (ลำเอียงเพราะกลัว). วิมหา. (ไทย) ๒/๔๘๘/๕๘๐.

พัน และประการสำคัญหากเข้าใจความหมายของศรัทธาผิดไปจากแนวทางพุทธธรรม จะกลายเป็นเชื่อในกิเลสตนเอง คือ เชื่อมั่นในตนเองแบบผิดในรูปของอหังการมมังการ<sup>๔๔</sup> ไป โดยไม่รู้ตัว

### หลักธรรมที่เป็นศรัทธา แต่ไม่มีปัญญาคุมเป็นข้อสุดท้าย เช่น

๑.๑. อนุตตรริยะ <sup>๔๕</sup> หมายถึง ภาวะที่ไม่มีสิ่งอื่นยอดเยี่ยมกว่าหรือวิเศษกว่า หรือเรียกว่า ภาวะอันยอดเยี่ยมนำผลอันวิเศษมาให้ มีดังนี้

๑. ทัสสนานุตตรริยะ (การเห็นอันยอดเยี่ยม) การเห็นรูป เช่น การได้เห็นพระพุทธรูป และภิกษุสงฆ์มีความศรัทธา เต็มเปี่ยมไปด้วยความรักที่ตั้งมั่นหรือเห็นอารมณ์พระกรรมฐาน มีกสิณ และอสุภกนิมิต เป็นต้น อย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งก่อให้เกิดความเจริญแก่จิตใจ จัดเป็น ทัสสนานุตตรริยะ ส่วนการเห็นสิ่งที่มีค่าอื่น ๆ เช่น เห็นช้าง ม้า เป็นต้น ไม่ใช่ทัสสนานุตตรริยะ มีพระพุทธรูป แสดงรับรองความสำคัญของศรัทธา ในข้อนี้ว่า

ภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดมีศรัทธาตั้งมั่น มีความรักตั้งมั่น มีศรัทธาไม่หวั่นไหว มีความเลื่อมใสยิ่ง เมื่อได้ไปเห็นพระตถาคตหรือสาวกของพระตถาคต การเห็นนี้ยอดเยี่ยมกว่า การเห็นทั้งหลาย ย่อมเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์แห่งสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงความโศก และความรำไร เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์ และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม เพื่อทำให้แจ้งซึ่งนิพพาน ข้อที่บุคคลผู้มีศรัทธาตั้งมั่น มีความรักตั้งมั่น มีศรัทธาไม่หวั่นไหว มีความเลื่อมใสยิ่ง เพราะได้ไปเห็นพระตถาคตหรือสาวกของพระตถาคตนี้ เรียกว่า ทัสสนานุตตรริยะ<sup>๔๖</sup>

๒. สวнанุตตรริยะ (การฟังอันยอดเยี่ยม) การได้ฟังการพรรณาคุณของพระรัตนตรัย ด้วยความศรัทธา ด้วยความรักที่ตั้งมั่นหรือการได้ฟังการอ่านพระพุทธรูป จัดเป็น สวнанุตตรริยะ ส่วนการฟังการพรรณาคุณของบุคคลอื่น ไม่ใช่สวнанุตตรริยะ

๓. ลาภานุตตรริยะ (การได้อันยอดเยี่ยม) การได้มีศรัทธาเต็มเปี่ยมในพระพุทธรูป และพระสาวกหรือการได้อริยทรัพย์ ๗ อย่าง (ทรัพย์ คือ ศรัทธา ได้แก่ ศีล เป็นต้น) จัดเป็น ลาภานุตตรริยะ ส่วนการได้แก้วแหวนเงินทอง ไม่ใช่ลาภานุตตรริยะ

๔. ลิกขานุตตรริยะ (การศึกษาอันยอดเยี่ยม) การได้ฝึกอบรมไตรสิกขา (ศีล, สมาธิ, ปัญญา) จัดเป็น ลิกขานุตตรริยะ ส่วนการศึกษาศิลปะอย่างอื่น เช่น ศิลปะการฝึกช้าง การฝึกร้องเพลง ไม่ใช่ลิกขานุตตรริยะ

<sup>๔๔</sup> อหังการ คือ ความยึดถือว่าตัวข้า (ทิฐิ), มมังการ คือ ความยึดถือว่าของข้า (ตัณหา).

ส.ช. (ไทย) ๑๗/๑๒๕/๒๑๙.

<sup>๔๕</sup> อ.จ.น.ก. (ไทย) ๒๒/๓๐/๔๗๑.

<sup>๔๖</sup> อ.จ.ป.น.ก. (ไทย) ๒๒/๓๐/๔๗๒.

๕. ปาฏิหาริยานุตตรียะ (การบำรุงอันยอดเยี่ยม) การบำรุงพระศาสนา พระรัตนตรัย จัดเป็น ปาฏิหาริยานุตตรียะ ส่วนการบำรุงบุคคลอื่น ไม่ใช่ปาฏิหาริยานุตตรียะ

๖. อนุสสรตานุตตรียะ (การระลึกอันยอดเยี่ยม) การระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย จัดเป็น อนุสสรตานุตตรียะ ส่วนการระลึกถึงคุณบุคคลอื่น ไม่ใช่อนุสสรตานุตตรียะ

อนุตตรียะทั้ง ๖ ประการนี้ เป็นได้ทั้งฝ่ายโลกียะ และฝ่ายโลกุตระ คือ การเห็น การฟัง การได้ การศึกษา การบำรุงรับใช้ และการระลึกถึง ที่เป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ ล่วงพ้น โสกะปริเทวะ ดับทุกข์โทมนัส เพื่อการบรรลุญาณธรรม ย่อมทำให้แจ้งพระนิพพานได้

**๑.๒. อนุสสติ ๖**<sup>๔๗</sup> ในพระไตรปิฎกเรียกว่า อนุสสติภูมิจาน ที่เรียกว่า “ฐาน” เพราะเป็นเหตุให้ได้รับประโยชน์เกื้อกูล และความสุขทั้งในภพนี้ และภพหน้า เช่น พุทธานุสสติ ย่อมเป็นเหตุให้บรรลุคุณวิเศษ เพราะเมื่อบุคคลระลึกถึงพุทธคุณอยู่ ปิติ (ความอิ่มใจ) ย่อมเกิด จากนั้นจึงพิจารณาปิติให้เห็นความสิ้นไป เสื่อมไป จนได้บรรลุอรหัตตผล พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสบอกกับพระอานนท์ ว่า อนุสสติภูมิจาน นี้มี ๖ ประการ คือ

๑. ภิกษุในธรรมวินัยนี้ สงัดจากกาม และอกุศลธรรมแล้ว บรรลุปฐมฌาน ที่มีวิตก วิจารณ์ ปิติ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตก วิจารณ์สงบระงับ

๒. ภิกษุ มีจิตปลอดโปร่งไม่ถูกนิเวศน์ (ความพอใจในกาม, ความขัดเคืองใจ, ความหดหู่และเชื่องซึม, ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ, ความลังเลสงสัย) เข้ามาพัวพันย่อมมีจิตเจริญ

๓. ภิกษุ พิจารณาเห็นกายนี้เท่านั้น ตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไป ตั้งแต่ปลายผมลงมา มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยของไม่สะอาดประการต่าง ๆ

๔. ภิกษุ เห็นร่างที่ถูกทิ้งไว้ในป่าช้า ตายแล้วหนึ่งวัน สองวันหรือสามวัน พองขึ้น มีสีเขียวคล้ำ มีหนองไหล ก็น้อมกายนี้เปรียบอย่างนั้นว่า “แม้กายนี้ก็เป็นธรรมดา มีภาวะอย่างนี้ ไม่ล่วงพ้นอย่างนี้ไปได้”

๕. ภิกษุ ละสุข และทุกข์ได้ เพราะโสมนัส และโทมนัสดับไปก่อน จึงบรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์ เพราะมีอุเบกขาอยู่ นี่เป็นอนุสสติภูมิจานที่ภิกษุเจริญแล้ว ทำให้มากแล้วอย่างนี้ ย่อมเป็นไปเพื่อการรู้แจ้ง

๖. ภิกษุ มีสติก้าวไป มีสติถอยกลับ มีสติยืนอยู่ มีสตินั่งอยู่ มีสตินอนอยู่ มีสติประกอบการทำงานอยู่ อานนท์ เหล่านี้เป็นอนุสสติภูมิจาน ที่ภิกษุเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ”

<sup>๔๗</sup> อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๒๙/๔๖๘.

พระพุทธโฆสเถระ แสดงข้อความในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ว่า อนุสสติ ๖ นี้ ย่อมสำเร็จเฉพาะแก่อริยะสาวกพวกเดียวกันนั้น เพราะอริยะสาวกทั้งหลาย เป็นผู้ประกอบด้วยศีลบริสุทธิ์ ไม่ขาด ไม่ทะลุ เป็นต้น เป็นผู้ประกอบด้วยจาคะที่ไม่มีมลทิน และมีศรัทธาเป็นเช่นเดียวกับคุณของเทวดา<sup>๔๘</sup>

อนุสสติฐาน ๖ นี้แม้จะสำเร็จได้เฉพาะอริยะสาวกตามที่เข้าใจว่าเป็นภิกษุ ดังที่กล่าวไว้ข้างต้น แต่พระพุทธองค์ก็ทรงเคยแสดง อนุสสติ ๖ ประการนี้แก่เจ้ามหานามะ ซึ่งเป็นบุคคลผู้มีศรัทธา มีสติมั่นคง มีสมาธิ มีปัญญา ให้เป็นผู้สำเร็จได้ นี่ย่อมแสดงว่าแม้ปุถุชนสามัญที่มั่นคงในศรัทธาก็สามารถบำเพ็ญได้ การได้ระลึกถึงพุทธคุณของพระพุทธเจ้าอยู่เนื่อง ๆ จิตย่อมผ่องใสด้วยอานุภาพของการระลึกอยู่นั้นเป็นอารมณ์ มีความปราโมทย์ (ความบันเทิงใจ, ความปลื้มใจ) จึงเริ่มวิปัสสนากรรมฐาน จะทำให้แจ้งซึ่งพระอรหันต์ได้เช่นกัน<sup>๔๙</sup>

**๑.๓. วุฒิธรรม** <sup>๕๐</sup> ธรรมเป็นเครื่องเจริญ, คุณธรรมที่ก่อให้เกิดความเจริญงอกงามในพระไตรปิฎก เรียกว่า พหุการสูตร เป็นธรรมมีอุปการะมากแก่นุชย์ในบาลี เรียกว่า ปัญญาวุฒิธรรม คือ ธรรมที่เป็นไปเพื่อปัญญาวุฒิ เพื่อความเจริญงอกงามแห่งปัญญา มี ๔ อย่าง คือ

๑. สัมปยุตสังเสวะ เสวนากับสัตบุรุษ, คบหาท่านผู้ทรงธรรม ทรงปัญญาเป็นกัลยาณมิตร มีความประพฤติชอบด้วยกาย วาจา ใจ

๒. สัทธัมมัสสวนะ ฟังสัทธรรม, เอาใจใส่เล่าเรียน หาความรู้จากการฟัง การอ่าน ได้ศึกษาธรรมที่แท้

๓. โยนิโสมนสิการ ทำในใจโดยแยบคาย, รู้จักคิดพิจารณา หาเหตุผลโดยถูกวิธี จับสาระที่จะนำไปใช้ประโยชน์ได้

๔. อัมมานุอัมมปฏิปัตติ ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม, ปฏิบัติธรรมถูกหลัก ให้ธรรมย่อยกล้อยธรรมใหญ่ สอดคล้องตามวัตถุประสงค์ของธรรมทั้งหลายที่สัมพันธ์กัน, ดำเนินชีวิตถูกต้องตามธรรม

## ๒) ศรัทธาที่มีปัญญากำกับ

ศรัทธาที่มีปัญญากำกับ เป็นศรัทธาที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับเหตุผล ส่งเสริมความคิดวิเคราะห์สืบค้นจนมั่นใจ หมดความเคลือบแคลงสงสัยใด ๆ ศรัทธาที่มุ่งไปสู่ปัญญานี้ ตอนต้นจะเป็นความซาบซึ้งในเหตุผลเท่าที่ตัวเองมองเห็น คือ การมั่นใจในตัวเอง โดยให้เหตุผล

<sup>๔๘</sup> พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๓๔๙.

<sup>๔๙</sup> พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๓๔๖.

<sup>๕๐</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๒๔๙/๓๖๘.



ว่า จุดหมายที่อยู่เบื้องหน้านั้นเป็นไปได้จริง และมีค่าควรแก่การที่ตนจะดำเนินไปให้ถึง เป็นศรัทธาที่เข้าใจให้อยากพิสูจน์ความจริงของเหตุผลที่มองเห็นอยู่ ถือว่าเป็นบันไดขั้นต้นสู่ความรู้ และเพื่อเป็นการควบคุมศรัทธาให้อยู่ในความหมายที่ถูกต้อง ธรรมหมวดใดในพุทธธรรม ถ้ามีศรัทธาเป็นส่วนประกอบข้อหนึ่งแล้ว จะต้องมียุทธาอีกข้อหนึ่งกำกับอยู่ท้ายเสมอไป<sup>๕๑</sup>

### หลักธรรมที่มุ่งไปสู่ปัญญาเริ่มต้นที่ศรัทธา มีปัญญากำกับเป็นข้อสุดท้าย เช่น

**๒.๑. อริยทรัพย์ ๗**<sup>๕๒</sup> ทรัพย์ คือ คุณธรรมประจำใจอย่างประเสริฐ ธรรมเหล่านี้เป็นคุณธรรมอันประเสริฐอยู่ภายในใจ ที่ประเสริฐกว่าทรัพย์ภายนอก พระพุทธเจ้าทรงร่ำรวยด้วยพระอริยทรัพย์ ไม่มีอะไรจะเท่าเทียมกับทรัพย์ที่มีอยู่ในจิตใจ เพราะผู้ใดมีอยู่ ย่อมมีแต่ความอึดเอิบใจ มีแต่ความพอ เปรียบเหมือนตม่น้ำที่เต็มไปด้วยน้ำแล้ว นี่คือน้ำพระทัยของพระพุทธเจ้าผู้มีความบริสุทธิ์ในจิตใจ สั่งสอนสัตว์โลกด้วยความบริสุทธิ์ใจ ปราภุมิเหตุการณ์ในครั้งพุทธกาลเกี่ยวกับเรื่อง อริยทรัพย์ ว่า พระรัฐบาลเถระ<sup>๕๓</sup> ได้กล่าวกับพระเจ้าโกธวัช ผู้ครองแคว้นกุรุ เรื่อง ปัญญาประเสริฐกว่าทรัพย์ว่า “เราเห็นหมู่มนุษย์ที่มีทรัพย์ในโลกนี้ ได้ทรัพย์แล้วไม่ให้ทานเพราะความลุ่มหลง ได้ทรัพย์แล้วทำการสะสมไว้แล้วก็ปรารถนาอยากได้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป คล้ายว่าชีวิตนี้นั้นยาวนานนัก มนุษย์จะได้อายุยืนเพราะทรัพย์ก็หาไม่ จะละความแก่เพราะทรัพย์ก็หาไม่ เพราะเหตุนี้ ปัญญาจึงจัดว่าประเสริฐกว่าทรัพย์ เพราะปัญญาเป็นเหตุให้บรรลुพระนิพพาน อาตมาได้เห็นโทษในกามคุณเหล่านี้จึงออกบวช” พระรัฐบาลเถระได้รับเอตทัคคะเป็นยอดของเหล่ากุลบุตรผู้บวชด้วยศรัทธา อริยทรัพย์ มี ๗ ประการ ได้แก่

๑. สัทธานะ (ทรัพย์คือ ศรัทธา) เชื่อปัญญาการตรัสรู้ของตถาคตว่า พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ ฯลฯ

๒. สีลธนะ (ทรัพย์คือ สีล) เป็นผู้เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ เป็นผู้เว้นขาดจากการเสพของมีนเมา คือ สุรา และเมรัย อันเป็นเหตุแห่งความประมาท

๓. หิริธนะ (ทรัพย์คือ หิริ) เป็นผู้มียหิริ คือ ละอายต่อกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต ละอายต่อการทำบาปอกุศลธรรมทั้งหลาย

๔. โอตตปณนะ (ทรัพย์คือ โอตตปณะ) เป็นผู้มียโอตตปณะ คือ สะดุ้งกลัวต่อกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต สะดุ้งกลัวต่อการทำบาปอกุศลธรรมทั้งหลาย

<sup>๕๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๕๘๗.

<sup>๕๒</sup> อัง.สตุตถก. (ไทย) ๒๓/๖/๙.

<sup>๕๓</sup> ขุ.อป. (ไทย) ๓๒/๑๑๑/๑๑๗.

๕. สุทธนะ (ทรัพย์คือ สุตะ) เป็นพหูสูต ทรงสุตะ สังสมสุตะ เป็นผู้ได้ฟังมาก ซึ่งธรรมทั้งหลายที่มีความงามในเบื้องต้น มีความงามในท่ามกลาง และมีความงามในที่สุด ประกาศพรหมจรรย์ พร้อมทั้งอรรถ และพยัญชนะ บริสุทธิ์ บริบูรณ์ครบถ้วน ทรงจำไว้ได้ คล่องปาก ขึ้นใจ แหว่งตลอดดีด้วยสัมมาทิฐิ

๖. จาคณะ (ทรัพย์คือ จาคะ) เป็นผู้มึใจปราศจากความตระหนี่อันเป็นมลทิน มีจาคะอันสละแล้ว มีฝ่ามือชุ่มยินดีในการสละ ควรแก่การขอ ยินดีในการแจกทาน และเป็นธรรมของผู้อยู่ครองเรือน

๗. ปัญญาณะ (ทรัพย์คือ ปัญญา) เป็นผู้มึปัญญา คือ ประกอบด้วยปัญญาให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ

ดังนั้น ผู้ใดไม่ว่าจะเป็นสตรีหรือบุรุษ เป็นผู้มึทรัพย์ ๗ ประการนี้ คือ สัทธานะ สीलธนะ หิริธนะ โอตตปฺปธนะ สุทธนะ จาคณะ และปัญญาณะ บัณฑิตทั้งหลายเรียกผู้นั้นว่า “เป็นคนไม่ขัดสน ชีวิตของเขาก็ไม่สูญเปล่า” เพราะฉะนั้น ผู้มึปัญญาเมื่อระลึกถึงคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ ควรหมั่นประกอบศรัทธา ศีล ความเลื่อมใส และการเห็นธรรม<sup>๕๔</sup>

**๒.๒. เวสาร์ชชกรณธรรม <sup>๕๕</sup>** เป็นธรรมที่ช่วยให้เกิดความกลัวกลัว ไม่เกรงกลัวอันตรายใด ๆ กล้าที่จะคิด กล้าที่จะพูด และกล้าที่จะกระทำโดยไม่มีความหวาดหวั่นหรืออ่อนไหว

ใน เวสาร์ชชสูตร <sup>๕๖</sup> ซึ่งเป็นสูตรที่ว่าด้วยญาณอันเป็นเหตุให้พระพุทธองค์ทรงกล้าหาญ กล้าบันลือสีหนาท กล้าประกาศว่าพระธรรมที่ทรงได้ตรัสรู้แล้วนั้นถูกต้อง ไม่ผิดพลาด พระพุทธองค์ตรัสว่า “เราไม่เห็นมีใคร ไม่ว่าสมณะ พราหมณ์ เทวดา มารหรือพรหมหรือใคร ๆ ในโลก จักหักท้วงเราได้โดยชอบแก่เหตุผลเลย เราจึงโปร่งใจ เราจึงไม่ครั่นคร้าม เราจึงกล้าหาญในบริษัททั้งหลาย” แต่ใน เวสาร์ชชกรณธรรม ชื่อว่าเป็นเครื่องกระทำความเป็นผู้กล้ากล้าแห่งภิกษุผู้เสาะ หมายถึง ปุณฺณผู้ยังต้องศึกษาด้วย มี ๕ ประการ

๑. ศรัทธา เป็นผู้มีความเชื่อในเหตุผล มั่นใจในหลักที่ถือ และมั่นใจในความดี
๒. ศีล เป็นผู้มีความประพฤติถูกต้องดีงาม ไม่ผิดวินัย ไม่ผิดศีลธรรม
๓. พหุสัจจะ เป็นผู้ได้ศึกษาเล่าเรียนมาก

<sup>๕๔</sup> อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๔๗/๗๗.

<sup>๕๕</sup> อภ.ปญจก. (ไทย) ๓๖/-/๑๐๑/๒๓๓.

<sup>๕๖</sup> อภ.จตุกก. (ไทย) ๓๕/๒/๘/๑๙.

๔. วิริยารัมภะ เป็นผู้ปรารภความเพียร คือ การที่ได้เริ่มลงมือทำความเพียรพยายามในกิจนั้น ๆ อย่างจริงจัง และมั่นคง

๕. ปัญญา เป็นผู้มีความรอบรู้ เข้าใจชัดในเหตุผล ดี ชั่ว ประโยชน์ ไม่ใช่ประโยชน์ รู้คิด รู้วินิจฉัย และรู้ที่จะจัดการกับสิ่งที่เข้ามาบรรจบด้วยปัญญา

**๒.๓. อินทรีย์ ๕<sup>๕๗</sup>** คือ ความเป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองในสภาวะธรรมที่จะให้เข้าถึงมรรค ผล นิพพาน อินทรีย์ที่มีปรากฏใน โภธิปักขิยธรรม (องค์ธรรมแห่งการตรัสรู้) ต้องแรงกล้ามาก จะต้องแนบแน่นในจิตใจมาก จึงจะสามารถทำจิตใจที่ประกอบด้วยความเศร้าหมองให้เข้มขึ้นแจ่มใส ปลุกใจให้ชวนชวยในการเจริญสมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา ให้เป็นไปด้วยดีตลอดขณะกำลังปฏิบัติ หากขาดอินทรีย์อย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว สมถะ และวิปัสสนาทั้งหลายก็อันตรธานไป อินทรีย์มี ๕ ประการ

๑. สัทธา (ความเชื่อ) หมายถึง กิริยาที่เชื่อ ความเชื่อมั่นในเรื่องของกรรม ผลของกรรม และเชื่อในพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ความเชื่อมั่นว่าสัตว์มีกรรมเป็นของตน ๆ

๒. วิริยะ (ความเพียร) หมายถึง การปรารภความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความอุตสาหะก้าวดำเนินไปอย่างไม่ท้อถอย

๓. สติ (ความระลึกได้) หมายถึง กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลือนลอย ความไม่หลงสติ

๔. สมาธิ (ความตั้งจิตมั่น) หมายถึง ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ซัดส่ายไป มีความสงบ ความดำรงอยู่แห่งจิต

๕. ปัญญา (ความรู้แจ้งชัดในเหตุผล) หมายถึง ความไม่หลง ความวิจัย ความเลือกสรร กิริยาที่รู้ชัด เป็นต้น

ความเกี่ยวเนื่องกันของอินทรีย์ ๕ โดยความเป็นเหตุเป็นผลของกันและกัน กล่าวคือ ศรัทธาเป็นเหตุทำให้เกิดวิริยะ เพราะมีศรัทธาในการปฏิบัติธรรม จึงเกิดวิริยะทั้งทางกายและใจ วิริยะก่อให้เกิดสติตามรู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบัน สติที่ต่อเนื่องย่อมก่อให้เกิดสมาธิที่ตั้งมั่นในอารมณ์กรรมฐาน และความตั้งมั่นย่อมเป็นเหตุให้เกิดศรัทธาที่มั่นคงในการปฏิบัติธรรม ซึ่งจะก่อให้เกิดวิริยะมากขึ้นกว่าเดิม อินทรีย์ ๕ มีความสำคัญต่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมาก เพราะอินทรีย์ทั้ง ๕ นี้เมื่อเจริญจนถึงแก่กล้าเต็มที่ ย่อมเป็นไปเพื่อการตรัสรู้ ดังพระพุทธพจน์ว่า สัทธินทรีย์เป็นโพธิปักขิยธรรม ย่อมเป็นไปเพื่อความตรัสรู้<sup>๕๘</sup> ปัญญินทรีย์เป็นโพธิปักขิยธรรม

<sup>๕๗</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๓๖/๒๙๒.

<sup>๕๘</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๗๑/๒๘๒.

ยอมเป็นไปเพื่อความตรัสรู้ และอินทรีย์ ๕ ประการนี้บุคคลเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อละสังโยชน์ได้<sup>๕๙</sup>

**๒.๔. พละ ๕<sup>๖๐</sup>** คือ ธรรมอันเป็นกำลัง มีความไม่หวั่นไหว ความเป็นพละที่มีปรากฏใน โปธิปักขิยธรรม (องค์ธรรมแห่งการตรัสรู้) หมายถึง กุศลพละ อันเป็นกำลังที่ผลักดันอกุศลธรรมให้พินาศไป และยังความตรัสรู้ มรรค ผล นิพพาน ให้บังเกิดขึ้น เปรียบเสมือนแม่ทัพหลวงที่มีความกล้าหาญในการรบกับข้าศึก คือ สักกายทิฏฐิ ให้พินาศลงได้ มี ๕ ประการ คือ

๑. ศรัทธาพละ ความเชื่อ กำลังการควบคุมความสงสัย
  ๒. วิริยะพละ ความเพียร กำลังการควบคุมความเกียจคร้าน
  ๓. สติพละ ความระลึกได้ ควบคุมความประมาท การไม่ใส่ใจ ใจลอย ไร้สติ
  ๔. สมาธิพละ ความตั้งใจมั่น กำลังที่ใช้ควบคุมการวอกแวก และฟุ้งซ่าน
  ๕. ปัญญาพละ ความรอบรู้ทั่วชัด เป็นกำลังควบคุมเพิกเฉยไม่สนใจ หลงงมมาย
- พละทั้ง ๕ นี้ เป็นหลักธรรมที่ผู้เจริญวิปัสสนาควรรู้ หมายความว่า ศรัทธาต้องปรับให้สมดุลกับปัญญา วิริยะต้องปรับให้สมดุลกับสมาธิ ส่วนสติพึงเจริญให้มาก เพราะช่วยในการเจริญธรรมทั้ง ๔ ประการดังกล่าว สำหรับพละธรรมนี้ จะพบว่ามาคู่กับอินทรีย์ ๕ เสมอ

#### ๔.๑.๕ ระดับของศรัทธา

ศรัทธาในหลักการทางพระพุทธศาสนา เป็นศรัทธาที่เป็นฝ่ายนามธรรม ไม่ใช่ใครเป็นผู้ศรัทธา ไม่ใช่ศรัทธาของใคร เพราะตัวเราไม่มี ตัวเราเป็นเพียงที่ประชุมของรูปและนาม เป็นสังขาร ศรัทธานี้จึงเป็นสังขารชั้นหยาบ คือ เป็นส่วนที่ปรุงแต่งให้จิตมีคุณภาพเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ สังขารชั้นหยาบจึงมีทั้งฝ่ายดีและไม่ดี แต่ส่วนของศรัทธา จะมีแต่ฝ่ายดีงามเพียงอย่างเดียว ที่เรียกว่า ฝ่ายโสภณ ดังนั้นศรัทธาที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ จึงแบ่งออกเป็น ๒ ระดับหลัก ๆ ด้วยกัน คือ

๑. ศรัทธาระดับปุถุชนทั่วไป
๒. ศรัทธาระดับพระอริยะ<sup>๖๑</sup>

#### ๑. ศรัทธาระดับปุถุชนทั่วไป

เป็นความเชื่อที่เชื่อด้วยอารมณ์ เชื่อด้วยการตัดสินใจของตนเองเป็นสำคัญ เชื่อที่ยึดติดกับตัวบุคคลไม่เกี่ยวกับเหตุผล เป็นศรัทธาที่ปิดกั้นปัญญา เป็นศรัทธาของชาวโลกทั่ว ๆ

<sup>๕๙</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๕๓๑/๓๔๕.

<sup>๖๐</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๓๗/๒๙๓.

<sup>๖๑</sup> สุภีร์ ทุมทอง, ศรัทธาที่ถูกต้อง, หน้า ๓๒.

ไป ไม่นั่นคง ห้วนไหวง่าย มีโอกาสเปลี่ยนแปลงได้เสมอ ไม่ประกอบด้วยปัญญา เรียกศรัทธาแบบนี้เป็น สัทธาญาณวิปยุต เช่น ศรัทธาในพระพุทธรูปว่างาม หรือศรัทธาในคุณงามความดีของคนโน้นคนนี้ หรือศรัทธาคนที่เขาทำดี เป็นต้น ความศรัทธาอย่างนี้ไม่ใช่เป็นศรัทธาที่ถูกต้อง ไม่ใช่เป็นแบบที่จะทำให้เกิดปัญญา ถึงแม้จะเป็นศรัทธาในฝ่ายดีงาม<sup>๖๒</sup> (โสภณะ) ก็ตาม แต่ก็ไม่ใช่ศรัทธาที่จะนำไปสู่เป้าหมายสูงสุด (พระนิพพาน) ในพระพุทธศาสนาได้

ส่วนศรัทธาที่ถูกต้องของพระพุทธศาสนา คือ ศรัทธาที่เชื่อมั่นในปัญญาของพระพุทธเจ้า, เชื่อในปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ศรัทธาที่เรียกว่า ตถาคตโพธิศรัทธา หมายความว่า พระพุทธเจ้าทรงเป็นพระบรมศาสดาของพระพุทธศาสนา เป็นผู้ตรัสรู้จริง คือ ทรงรู้จักความดี และความชั่วอย่างถูกต้อง ทรงเป็นยถาว่าที่ ตถาการี คือ ตรัสอย่างใด ทรงทำอย่างนั้น<sup>๖๓</sup> มีพระดำรัสของพระพุทธองค์ รับรองไว้ดังนี้

ผู้มีศรัทธา เชื่อพระปัญญาเครื่องตรัสรู้ของพระตถาคตว่า “แม้เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ เพียบพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เสด็จไปดี รู้แจ้งโลก เป็นสารถีฝึกผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม เป็นพระศาสดาของเทวดา และมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระผู้มีพระภาค<sup>๖๔</sup>

ความรู้ที่แท้จริง การพูดจริง และการกระทำจริงของพระองค์ล้วนมีแต่ประโยชน์ทั้งสิ้น ผู้ที่เป็นพุทธบริษัท อุบาสก อุบาสิกา ที่มีศรัทธาอยู่ในระดับปุถุชนนี้ ยังไม่มีปัญญาเป็นของตนเอง จึงต้องใช้วิธีเชื่อปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้านี้จึงจะเป็นไปเพื่อเกิดปัญญา เป็นไปเพื่อจะทุเมทะกำลังความเพียร ประพฤติปฏิบัติ ละชั่ว ทำความดี และทำจิตให้ผ่องใส ซึ่งเมื่อมี ตถาคตโพธิศรัทธาเต็มที่แล้ว ก็จะเป็นทางให้มีศรัทธาอีกสามประการตามมา คือ ๑. กัมมสัทธา (เชื่อกรรม เชื่อกฎแห่งกรรม เชื่อว่ากรรมมีอยู่จริง) ๒. วิปากสัทธา (เชื่อวิปาก เชื่อผลของกรรม) ๓. กัมมัสสกตาสัทธา (เชื่อความที่สัตว์มีกรรมเป็นของของตน)<sup>๖๕</sup> ศรัทธาทั้ง ๔ ประการนี้ [ตถาคตโพธิสัทธา, กัมมสัทธา, วิปากสัทธา, กัมมัสสกตาสัทธา] แสดงลักษณะที่มุ่งตรงไปสู่ความจริง ไม่ยึดติดทฤษฎี บุคคลหรือหลักการใด ๆ แต่เป็นอิสระด้วยปัญญา และตรงไปที่ตัวของความจริง

<sup>๖๒</sup> ศรัทธาฝ่ายดีงาม (โสภณเจตสิก) หมายถึง เจตสิกฝ่ายดีงาม มี ๒๕ แบ่งเป็น ก. โสภณะสาธารณะเจตสิก ๑๙, ข. วีรติเจตสิก ๓, ค. อัปปมัญญาเจตสิก ๒, ง. ปัญญินทรีย์เจตสิก ๑. พระพรหมคุณาภรณ์, (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์**, หน้า ๔๖๖.

<sup>๖๓</sup> กองพุทธศาสนศึกษา, **หลักการปฏิบัติธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ, ๒๕๕๖), หน้า ๑๐.

<sup>๖๔</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๗/๓๐๖.

<sup>๖๕</sup> กองพุทธศาสนศึกษา, **หลักการปฏิบัติธรรม**, หน้า ๑๑.

## ๒. ศรัทธาระดับพระอริยะ

เป็นศรัทธาที่ผ่านการฝึกฝนอบรมตน ด้วยกระบวนการพัฒนา ๓ ระดับ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นศรัทธาที่เกิดขึ้นเนื่องจากได้เห็นธรรมตามที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้แล้ว จึงเป็นศรัทธาที่ยั่งยืนอย่างมั่นคง ไม่หวั่นไหวในคุณของพระพุทธเจ้า คุณของพระธรรม คุณของพระสงฆ์ และเป็นผู้มีศีลบริบูรณ์ เป็นผู้ประเสริฐสุดในหมู่มนุษย์ เรียกว่า เป็นศรัทธาของพระโสดาบัน สมดังพระพุทธองค์ตรัสว่า “ในหมู่มนุษย์ คนที่ฝึกแล้ว ซึ่งอดกลั้นต่อคำลวงเกินได้ ประเสริฐสุด ม้าอัสตร ม้าอาชาไนย ม้าสินธพ ช้างใหญ่ที่ได้รับการฝึกหัดแล้วประเสริฐ แต่คนที่ฝึกหัดแล้ว ประเสริฐกว่าสัตว์พาหนะเหล่านั้น”<sup>๖๖</sup>

ศรัทธาในแบบของพระอริยะที่ประกอบไปด้วยเหตุผล และประกอบด้วยปัญญา จะเน้นหนักไปทางเหตุผล มีความเป็นภาวะวิสัยสูง ใกล้ชิดกับความจริงมาก และมีการใช้ปัญญาเป็นฐานรองรับ เป็นความเชื่อ ที่เชื่อดด้วยปัญญาจริง เชื่อด้วยการตัดสินใจบนหลักการหรือหลักธรรมที่มีเหตุผล เป็นความเชื่อที่ไม่ยึดติดกับบุคคล เป็นศรัทธาที่เป็นสื่อนำไปสู่ปัญญา เรียกว่า สัทธานุภาพสัมปยุต<sup>๖๗</sup>

### ๔.๑.๖ หน้าที่ของศรัทธา

เนื่องด้วยศรัทธา เป็นหลักธรรมที่สำคัญมาก ซึ่งเมื่อเป็นศรัทธาที่ถูกต้อง และมีการนำมาใช้อย่างถูกต้องด้วย จะเป็นปัจจัยให้เกิดองค์ธรรมอื่น ๆ<sup>๖๘</sup> อีกหลายองค์ธรรม อาทิเช่น

#### ๑) ศรัทธาเป็นปัจจัยให้เกิดศีล

ศรัทธาช่วยให้เกิดศีลได้ เพราะศีลเป็นฐานของคุณความดีทั้งปวง หากบุคคลปราศจากศีลแล้ว คุณธรรมอย่างอื่น เช่น การมีกัลยาณมิตรที่ดี เป็นต้น ก็ไม่สามารถเกิดขึ้นได้ ศีลจึงเป็นหลักธรรมสำคัญ และจำเป็นที่มนุษย์ทุก ๆ คนต้องมี และนำมาประพฤติปฏิบัติ ดังนั้นพระพุทธองค์ได้ตรัสย่อหลักธรรมนี้เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติ และเพื่อใช้จำได้ง่ายขึ้น พระองค์ทรงรวมศีลเข้าไว้ด้วยทุกแห่ง เช่น บุญกิริยาวัตถุ ๓ คือ ทาน ศีล ภาวนา, ไตรสิกขา ๓ คือ ศีล สมาธิ

<sup>๖๖</sup> พ.ม. (ไทย) ๒๙/๙๐/๒๘๒.

<sup>๖๗</sup> ญาณ แปลว่า ความรู้, ความเฉลียวฉลาด, ความเข้าใจแจ่มแจ้ง, ปรีชากำหนดรู้ โดยจะพบในคำอื่น ๆ อีก เช่น ญาณจกขุ (จักขุคือ ปัญญา) ญาณทสสน (ความรู้ความเห็น, ความเข้าใจแจ่มแจ้ง), พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตโต), พระพุทธศาสนาในฐานะเป็นรากฐานของวิทยาศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๑๐๗.

<sup>๖๘</sup> อ้างใน พระชัยพร จันทวิโส, (จันทวงศ์) “ศึกษาศรัทธาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔”, หน้า ๓๘.

ปัญญา, หลักคำสอนย่อใน โอวาทปาฏิโมกข์ คือ การไม่ทำบาปทั้งปวง คือ มีศีล, การทำกุศลให้ถึงพร้อม คือ มีสมาธิ, การทำใจของตนให้สะอาด ผ่องแผ้ว คือ มีปัญญา

## ๒) ศรัทธาเป็นปัจจัยให้เกิดสมาธิ

ศรัทธาช่วยให้เกิดสมาธิได้ ทั้งในแง่ที่ทำให้เกิดปีติ (ความอิ่มใจ ความดีมีค่า) เกิดความสุข เพราะศรัทธาที่ตั้งมั่นแล้วนำความสุขมาให้ ทำให้มีจิตสงบมั่นคง หายฟุ้งซ่าน ไม่กระสับกระส่าย กระวนกระวาย และในแง่ที่ทำให้เกิดความเพียรพยายาม แก่ล้าวกล้า จิตใจพุ่งแล่นไปในทางเดียว เกิดความมั่นคง แน่วแน่ อิงอาศัยต่อเนื่องกันไป จึงทำให้ไม่หวั่นไหว โอนเอนต่อสิ่งอื่นที่เข้ามากระทบจิตใจ

## ๓) ศรัทธาเป็นปัจจัยให้เกิดปัญญา

ศรัทธาช่วยให้เกิดปัญญา เริ่มตั้งแต่โลกียสัมมาทิฐิเป็นเบื้องต้น และเหนือขึ้นไปอีก ศรัทธาจะเชื่อมต่อกับโยนิโสมนสิการใน ๒ ลักษณะ<sup>๖๙</sup> คือ

ลักษณะที่ ๑ เป็นช่องทางให้กัลยาณมิตร ได้ทำหน้าที่กระตุ้น ชักจูงหรือชี้แนะให้เกิดความรู้จักคิด คือ กระตุ้นให้บุคคลได้เริ่มใช้โยนิโสมนสิการ

ลักษณะที่ ๒ ศรัทธาช่วยเตรียมพื้นฐานหรือวางแนวของเรื่องที่จะพิจารณาบางอย่างไว้สำหรับให้โยนิโสมนสิการนำไปคิดอย่างเป็นอิสระต่อไป ศรัทธาเพื่อการนี้เห็นชัดเจนอยู่ในตัวแล้วว่า ต้องเป็นศรัทธาที่มีการใช้ปัญญา และเป็นศรัทธาที่ใช้ประโยชน์ได้ดีสูงสุด พระพุทธองค์ตรัสรับรองถึงปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ ไว้ว่า “ปัจจัยเพื่อความเกิดขึ้นแห่งสัมมาทิฐิ มี ๒ ประการ คือ ๑. โปรโตโฆสะ (การได้สดับรับฟังจากบุคคลอื่น) ๒. โยนิโสมนสิการ (การทำในใจโดยแยบคาย) ปัจจัยให้เกิดสัมมาทิฐิมี ๒ ประการนี้แล”<sup>๗๐</sup>

## ๔.๑.๗ ศรัทธามีความสัมพันธ์กับสัมมาทิฐิ

สำหรับภิกษุผู้เป็นเสขะ และปุณฺณชนทั่วไป ที่มีปัญญายังไม่แก่กล้า ยังต้องอาศัยการแนะนำชักจูงจากผู้อื่น การเจริญปัญญาจึงเริ่มต้นมาจากองค์ประกอบภายนอกก่อน คือ ความมีกัลยาณมิตร เช่น มีพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตร เป็นต้น เพื่อช่วยให้เกิดศรัทธาก่อน จากนั้นจึงก้าวมาถึงขั้นองค์ประกอบภายในของตนเอง ด้วยโยนิโสมนสิการ เป็นต้นไปจนเกิดเป็นสัมมาทิฐิ และทำให้ปัญญาเจริญยิ่ง ๆ ขึ้น จนกลายเป็นญาณทัสสนะ คือ การเห็นแจ้งในที่สุด<sup>๗๑</sup>

<sup>๖๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๖๘๐.

<sup>๗๐</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๕๒/๔๙๑.

<sup>๗๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๖๘๐.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ให้ความหมายคำว่า ทิฏฐิ ดังนี้ หากมาคำเดียวโดด ๆ ทิฏฐิ แปลว่า ความเห็น [มักออกไปในทางที่ไม่ดี] หมายถึง ความยึดถือตามความเห็น, ความเชื่อมั่นที่จะทำให้เป็นไปตามความเห็นของตน, ความยึดติดในทฤษฎี, ความใฝ่นิยมหรือมักเรียกกันว่า ค่านิยม ซึ่งปัจจุบันนับว่ามีบทบาทในการกำหนดวิถีชีวิต และสังคมของมนุษย์เป็นอย่างมาก [ทิฏฐิ ในความเห็นผิด ๒ อย่าง ได้แก่ ๑. สัสสตทิฏฐิ (ความเห็นว่าเที่ยง) ๒. อจเฉททิฏฐิ (ความเห็นว่าขาดสูญ)] [ทิฏฐิ ในความเห็นผิด ๓ อย่าง ได้แก่ ๑. อภิปิทยทิฏฐิ (ความเห็นว่าไม่เป็นอันทำ) ๒. อเหตุกทิฏฐิ (ความเห็นว่าไม่มีเหตุ) ๓. นัตถิกทิฏฐิ (ความเห็นว่าไม่มี คือ ถืออะไรเป็นหลักไม่ได้ เช่น พ่อ-แม่ ไม่มี, บุญ-บาป ไม่มี)] เป็นต้น

ทั้งนี้ ทิฏฐิ มักมีคำขยายนำหน้าแบ่งแยกเห็นชัดเจน คือ สัมมาทิฏฐิ (ความเห็นชอบ), มิจฉาทิฏฐิ (ความเห็นผิด)<sup>๗๒</sup>

บุคคลที่เข้าใจต่อสภาวะของโลกและชีวิตว่า ทุกสิ่งในโลกนี้ ไม่มีความเที่ยงแท้ถาวร เป็นธรรมดา เขาย่อมไม่หวั่นไหว ไม่หวั่นกลัวต่อการดำรงชีวิต สามารถปรับตัวไปตามกระแสของโลกได้ เรียกว่า มีความเห็นชอบ คือ เป็นสัมมาทิฏฐิ เพราะได้รับการหล่อหลอมกลมกล่อมเกลาในทางที่ถูกต้องจากสภาพแวดล้อมของสังคมที่ดี นั่นคือ ปรโตโมสะที่ดั่งามหรือการได้สนทนากับสัตบุรุษ ถือว่าเป็นปัจจัยภายนอกหรือองค์ประกอบของสังคม ด้วยอาศัยศรัทธาเป็นพื้นฐาน<sup>๗๓</sup> และมีโยนิโสมนสิการ คือ การทำในใจโดยแยบคาย ซึ่งเป็นปัจจัยภายใน ช่วยให้รู้จักคิด คิดเป็นหรือคิดถูกวิธี

ในส่วนของสัมมาทิฏฐิ ที่เรียกว่า ความเห็นที่ถูกต่อนั้น พระสารีบุตร อัครสาวกฝ่ายขวา ผู้เป็นพระธรรมเสนาบดีในพระพุทธศาสนา ได้กล่าวกับพระภิกษุในนครสาวัตถี ถึงเนื้อความของสัมมาทิฏฐิ ว่ามีอยู่ ๒ อย่าง คือ

๑) โลกียสัมมาทิฏฐิ

๒) โลกุตตรสัมมาทิฏฐิ<sup>๗๔</sup>

### ๑) โลกียสัมมาทิฏฐิ

โลกียสัมมาทิฏฐิ หมายถึง กัมมัสสกะตาญาณ (ญาณหยั่งรู้ว่า คนมีกรรมเป็นของของตน รู้ว่าคนเป็นเจ้าของการกระทำของตน จะต้องรับผิดชอบต่อการกระทำนั้น คือ รู้และเข้าใจถึงพฤติกรรม และผลสืบเนื่องจากพฤติกรรมว่า เป็นไปตามกฎธรรมชาติของความสัมพันธ์สืบทอด

<sup>๗๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์, หน้า ๑๓๑.

<sup>๗๓</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๓๙/๖๔.

<sup>๗๔</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๘/๘๑.



แห่งเหตุปัจจัย) และสัจจานุโลมิกญาณ (ญาณหยั่งรู้โดยสมควรแก่การกำหนดรู้หรือริยสัจ ญาณอันคล้อยต่อการตรัสรู้หรือริยสัจ หรือเรียกว่า อนุโลมญาณ ขั้นสุดท้ายของวิปัสสนาญาณ ๙ ได้ด้วย) โลภียสัมาทิภูตฺธินี้ สามารถที่จะทำให้ก้าวหน้าไปในมรรคได้ คือ ส่งผลแก่องค์มรรคข้ออื่น ๆ ได้ตั้งแต่ช่วยให้เกิดสัมมาสังกัปปะ เป็นต้น และในเมื่อเป็นความรู้ความเข้าใจที่สอดคล้องกับความ เป็นจริงตามธรรมดาของธรรมชาติ โลภียสัมาทิภูตฺธินี้ จึงจะเชื่อมต่อให้ก้าวไปยัง โลกุตตร- สัมาทิภูตฺธิ ได้ด้วย

## ๒) โลกุตตรสัมาทิภูตฺธิ

โลกุตตรสัมาทิภูตฺธิ หมายถึง ความเห็นชอบที่ไม่ขึ้นต่อโลก อยู่เหนือโลก เป็นความรู้ ความเข้าใจตามสภาวะของธรรมชาติ คือ มองความจริงผ่านทะลุเลยระดับสังคัมปุณฺณไปถึง สภาวะธรรมที่อยู่เบื้องหลัง แล้วผลที่ได้จึงเป็นปัญญาที่ประกอบด้วยอริยมรรค อริยผล สืบเนื่องมาจากโลภียสัมาทิภูตฺธิ ที่เป็นของปุณฺณชนนั่นเอง<sup>๗๕</sup>

กล่าวสรุป ความสัมพันธ์ระหว่างศรัทธากับความมีสัมาทิภูตฺธิได้ว่า ปุณฺณชนเมื่อคิดจะ ทำการใด ๆ ก็ตาม หากขาดโยนิโสมนสิการเสียแล้ว ถ้าไม่ตกอยู่ในอำนาจของค่านิยมภายนอก ก็ จะตกเป็นทาสอารมณ์ (ตัณหา) ของตนเอง เมื่อใดมีสัมาทิภูตฺธิ เมื่อนั้นจึงเป็นปัญญา แม้ว่าในขั้น แรกเริ่มสัมาทิภูตฺธิจะเป็นเพียงความเห็นหรือความเชื่อแบบธรรมดาอยู่ แต่เมื่อความเห็นนั้น สอดคล้องกับความเป็นจริง เห็นตรงตามสภาวะ ตามเหตุปัจจัย และการที่สัมาทิภูตฺธิจะเจริญขึ้น ได้ตลอด ย่อมต้องอาศัยโยนิโสมนสิการ [ศรัทธา] เรื่อยไป เพราะโยนิโสมนสิการช่วยไม่ให้มองสิ่ง ต่าง ๆ อย่างผิวเผินหรือมองเห็นเฉพาะผลรวมที่ปรากฏ แต่ช่วยให้มองเห็นแบบแยกส่วนขึ้น ลึกซึ้งขึ้น ทำให้ไม่ถูกชักจูงให้ลุ่มหลงไปกับคตินิยมต่าง ๆ ที่คุ้นเคยอย่างที่เคยเป็น ได้แก่ ทางรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ดังนั้น ปุณฺณชนเมื่อพ้นออกจากอิทธิพลของค่านิยมทางสังคัม ทำให้มี พฤติกรรมอิสระที่เป็นไปด้วยปัญญา เมื่อนั้นก็เริ่มออกจากอำนาจครอบงำของอวิชชา และตัณหา ย่อมหลุดพ้นจากอำนาจปรุงแต่งของสังคัมโลกได้อย่างแท้จริง

## ๔.๒ ไตรสิกขา กระบวนการพัฒนาสู่การปฏิบัติวิปัสสนา

ไตรสิกขา คือ หลักการศึกษาหรือการฝึกฝนอบรม เป็นกระบวนการศึกษาที่มี องค์ประกอบ ๓ ขั้น คือ ศีล สมาธิ และปัญญา ซึ่งทั้ง ๓ ขั้นนี้ คาบเกี่ยวกันไปโดยตลอด ที่เป็น ขึ้นเพราะเป็นปัจจัยส่งทอดแก่กัน เรียงลำดับไปตามหน้าที่ที่ทำให้เข้าถึงจุดหมาย คือ การ แก้ปัญหาหรือเป็นตัวการศึกษาที่แท้จริง จำแนกเป็นข้อ ๆ มี ๓ ข้อคือ

<sup>๗๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๖๙๒.

๔.๒.๑ ศิล หรือ อธิศิลสิกขา (การศึกษาในศิลอันยิ่ง)

๔.๒.๒ สมาธิ หรือ อธิจิตตสิกขา (การศึกษาในจิตอันยิ่ง)

๔.๒.๓ ปัญญา หรือ อธิปัญญาสิกขา (การศึกษาในปัญญาอันยิ่ง)<sup>๗๖</sup>

#### ๔.๒.๑ ศิล หลักความประพฤติเบื้องต้นของความเป็นมนุษย์

ศิล คือ ภาวะของผู้ที่มีหลักความประพฤติถูกต้อง หมายความว่า ต้องมีความประพฤติดีทางกาย วาจา และสัมมาชีพ ศิลมิใช่ตัวทำให้เกิดปัญญาโดยตรง แต่เป็นปัจจัยสนับสนุนการสร้างปัญญาด้วยระบบของความประพฤติ และการดำเนินชีวิตที่ดี

##### ๑) ความสำคัญของศิลหรืออธิศิล

ศิล ที่ใช้เป็นข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติชั้นสูง มีความมุ่งหมายสูงสุดที่ ปาฏิโมกขสังวรศิล ถึงแม้ศิลจะเป็นข้อกำหนดที่จัดตั้งขึ้นตามเหตุผลของกฎธรรมชาติ รวมอยู่เป็นส่วนต้นของการดำเนินชีวิต ซึ่งผู้ปฏิบัติจะต้องมองเห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบ แม้จะยังไม่มีปัญญารู้แจ้งแจ่มชัด มีแต่เพียงศรัทธาก็ต้องเป็นอาการดีศรัทธา คือ มีพื้นความเข้าใจในเหตุผลเบื้องต้น พอเป็นฐานให้เกิดปัญญารู้ชัดต่อไปในอนาคต เมื่อได้มีการปฏิบัติธรรมต่อหรือมีการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาชีวิต<sup>๗๗</sup> หากมองไปตามลำดับของสิ่งที่ต้องการจะทำให้ประณีตยิ่งขึ้นไปตามขั้น ก็ต้องจัดเตรียมพื้นฐานนี้ให้แข็งแรง ไม่ให้ขาดตกหรือพร่องไป โดยเริ่มด้วยที่การละเว้นหรือกำจัดความชั่วเสียก่อน แล้วจึงเสริมสร้างความดีให้บริบูรณ์ จนถึงความหลุดพ้นได้ในที่สุด [เหมือนการจะทำนาปลูกข้าว สิ่งแรกต้องทำ คือ กำจัดสิ่งที่จะเป็นอุปสรรค เช่น ตอไม้ วัชพืชต่าง ๆ ออกเสียก่อน ปรับเตรียมพื้นดินแล้วจึงหว่านเมล็ดข้าว ดูแลบำรุงรักษาไปจนถึงเก็บเกี่ยว ได้ผลตามที่หมายไว้] ดังพระคาถาที่พระพุทธองค์ ตรัสกับจันทนเทพบุตร ว่า “บุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยศิล มีจิตตั้งมั่นแล้ว มีความเพียร มีปัญญา ในกาลทุกเมื่อ ย่อมข้ามห้วงน้ำ (โอชะ) อันข้ามยากได้”<sup>๗๘</sup>

ศิลเป็นสิกขาหนึ่งในไตรสิกขา คือ ศิล สมาธิ ปัญญา ในแต่ละสิกขาต่างก็อยู่ในฐานะที่สัมพันธ์เกี่ยวเนื่องถึงกัน คือ ศิลเป็นพื้นฐานของสมาธิ และสมาธิเป็นพื้นฐานของปัญญา พระพุทธโฆษาจารย์ แสดงข้อความไว้ใน คัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า “ศิลนี้ทำให้สำเร็จได้เป็นอย่างดีด้วยศรัทธา”<sup>๗๙</sup> ดังนั้น ศรัทธาจึงเป็นหลักยึดช่วยค้ำศิลไว้ โดยเหนี่ยวรั้งไม่ให้ตกไปสู่การทำชั่ว และ

<sup>๗๖</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๒.

<sup>๗๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๗๑๕.

<sup>๗๘</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๙๖/๑๐๒.

<sup>๗๙</sup> พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๕๒.

ทำให้มั่นคงในความสุขจิต ศรัทธาแบบนี้ถึงแม้ไม่มีความคิดเหตุผล คือ ไม่ประกอบด้วยปัญญา ก็ใช้ได้ และมีปรากฏให้เห็นได้บ่อย ๆ ว่า ศรัทธาแบบเชื่อดังโดยไม่คิดถึงเหตุผลนั้น ใช้ประโยชน์ได้ดีในขั้นศีล และอาจดีกว่าศรัทธาที่มีการใช้ปัญญาด้วยซ้ำไป<sup>๘๐</sup>

## ๒) ประเภทของศีล

ศีลเป็นข้อวินัยหรือบทบัญญัติข้อหนึ่ง ๆ แต่ละข้อ เรียกว่า ลิกขาบท เพราะเป็นข้อที่ต้องศึกษาหรือเป็นข้อฝึกฝนอบรมตนของปุถุชน อุบาสก อุบาสิกา สามเณร และภิกษุ สำหรับศีลในพระพุทธศาสนานั้น มีหลายประเภท หลายสมุฏฐาน เช่น ปริยัตตปาริสุทธิศีล (ศีล คือ ความบริสุทธิ์อันมีที่สุด), ปริปุณณปาริสุทธิศีล (ศีล คือ ความบริสุทธิ์บริบูรณ์)<sup>๘๑</sup> เป็นต้น และศีลมิใช่เพียงแค่ว่าหมายถึง ความประพฤติที่ดีงามสุจริตทางกาย และสุจริตทางใจเท่านั้น แต่รวมหมายถึง อาชีวะสุจริตด้วย เรื่องการหาเลี้ยงชีพก็มีความสำคัญด้านศีลนี้เช่นกัน<sup>๘๒</sup>

ศีลมี ๓ ประเภท คือ (๑) ศีลพื้นฐานของปุถุชน [ศีล ๕, ศีล ๘, กุศลกรรมบถ ๑๐] (๒) ศีลของบรรพชิต [ศีล ๑๐ สำหรับสามเณร, ศีล ๔ สำหรับภิกษุ] (๓) ศีลในองค์ ๘ ของมรรค [รวมข้อปฏิบัติทั้งหมดในพระพุทธศาสนา]

(๑) ศีล ๕ เป็นข้อกำหนดอย่างต่ำที่สุด และคนทุกคนควรมีเป็นพื้น เป็นปกติ ศีลนี้เป็นวินัยเพื่อช่วยให้คนได้รักษากาย วาจา และใจของตนให้สงบเรียบร้อย เพื่อให้สมาชิกในสังคมอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุขสงบร่มเย็นให้พอกันกันได้ ไม่เบียดเบียนกันนัก เรียกข้อกำหนดนี้ว่า “ลิกขาบท” (ข้อศึกษาหรือข้อฝึกความประพฤติ) หรือบางครั้ง เรียกว่า “นิจศีล” (ศีลประจำหรือศีลที่ควรรักษาเป็นนิตย์)<sup>๘๓</sup>

ศีล ๘ (หรืออุโบสถศีล) เป็นศีลสำหรับการฝึกตนในการพัฒนาชีวิต เพื่อไม่ให้ชีวิตของตนไปยุ่งเกี่ยวในการเสพวัตถุมากเกินไป ฝึกเป็นอยู่ให้ดีงาม และมีความสุขโดยไม่ต้องพึ่งการบำเรอทางตา หู จมูก ลิ้น และสัมผัสทางกาย มีเวลาเหลือก็ใช้ไปในทางที่ดีงามอย่างอื่น เช่น บำเพ็ญเพียร เจริญจิต เป็นต้น

<sup>๘๐</sup> ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, หน้า ๖๘๐.

<sup>๘๑</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๗/๕๗.

<sup>๘๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, หน้า ๗๒๐.

<sup>๘๓</sup> ดูรายละเอียดใน พระราชสิทธิมุนี, พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี. เอกสารการสอน: **สมณะใน**

กุศลกรรมบท ๑๐<sup>๘๔</sup> เป็นศีลสำหรับผู้ครองเรือนพึงใช้เป็นหลักประพฤติ เป็นทางนำไปสู่ความสุข ความเจริญ และสุขคติ หรือทางแห่งกุศลกรรม ครั้งหนึ่งขณะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประทับในเขตเมืองอาฬวี ถิ่นของอาฬวกยักษ์ ครั้นนั้นอาฬวกยักษ์ ทูลถามพระพุทธเจ้าว่า อะไรเล่า? ที่บุคคลประพฤติดีแล้ว นำความสุขมาให้ พระองค์ตรัสตอบว่า “กุศลกรรมบท ๑๐ ที่บุคคลประพฤติดีแล้ว นำความสุขมาให้”<sup>๘๕</sup> กุศลกรรมบท ๑๐ แบ่งออกดังนี้

๑) กายสุจริต คือ ประพฤติชอบทางกาย เรียกว่า กายทวาร มี ๓ อย่าง ได้แก่

๑. เว้นจากการปลงชีวิต ๒. เว้นจากการลักขโมย ๓. เว้นจากประพฤติผิดในกาม

๒) วจีสุจริต คือ ประพฤติชอบทางวาจา เรียกว่า วจิตวาร มี ๔ อย่าง ได้แก่

๑. ไม่พูดเท็จ ๒. ไม่พูดส่อเสียด ๓. ไม่พูดคำหยาบ ๔. ไม่พูดเพ้อเจ้อ

๓) มโนสุจริต คือ ประพฤติชอบทางใจ เรียกว่า มโนทวาร มี ๓ อย่าง ได้แก่

๑. ไม่เพ่งอยากได้ของผู้อื่น ๒. ไม่มีจิตประทุษร้ายใคร ๓. มีความเห็นชอบ

สมดังพุทธสุภาษิตที่ว่า “บุคคลใดในโลกนี้ สำรวมกาย สำรวมวาจา สำรวมใจ ไม่ทำบาปกรรมอะไร ไม่พูดเหลวไหลและเพราะเหตุแห่งตน บัณฑิตเรียกคนเช่นนั้นว่า มีศีล”<sup>๘๖</sup>

อนึ่ง ถ้าหากเป็นการกระทำที่ไม่ดี มิใช่ประโยชน์ เป็นไปเพื่อความเป็นโทษ เรียกว่า ทุจริต ๓

(๒) ศีลของบรรพชิต เป็นข้อศีล เรียกว่า ลีกขาบท เพราะเป็นข้อที่จะต้องศึกษาที่พระพุทธรเจ้าทรงบัญญัติขึ้น และทรงให้โอวาทแก่ภิกษุทั้งหลายอยู่บ่อย ๆ เพื่อเกื้อหนุนให้ภิกษุทั้งหลายอุทิศกาย ใจให้แก่การบำเพ็ญเพียร ในการพัฒนาเพิ่มพูนกุศล และลดละอกุศล สำหรับสามเณร และผู้มีอุตสาหะมากก็รักษาได้เช่นกัน สำหรับศีลของพระภิกษุ ตามพระวินัย มี ๔

<sup>๘๔</sup> กุศลกรรมบท ๑๐ มี กายกรรม ๓ คือ ๑) ละการฆ่า การเบียดเบียน มีเมตตา กรุณาช่วยเหลือก่อกูลกัน ๒) ละอกินนาทาน เคารพกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินของผู้อื่น ๓) ละการประพฤติผิดในกาม ไม่ล่วงละเมิดประเพณีทางเพศ, วจีกรรม ๔ คือ ๔) ละการพูดเท็จ ไม่ยอมกล่าวเท็จ เพราะเหตุของตนเอง ผู้อื่น หรือเพราะเห็นแก่ประโยชน์ใด ๆ ๕) ละการพูดคำส่อเสียด ช่วยสมานคนที่แตกร้างกัน ชอบกล่าวถ้อยคำที่สร้างสามัคคี ๖) ละคำหยาบ พูดแต่คำสุภาพอ่อนหวาน ๗) ละการพูดเพ้อเจ้อ พูดแต่คำจริง มีเหตุผล มีสารประโยชน์ ถูกกาลเทศะ, มโนกรรม ๓ คือ ๘) ไม่เพ่งเล็งอยากได้ของผู้อื่น ๙) ไม่มีจิตคิดร้าย คิดปรารถนาแต่ว่า ขอให้สัตว์ทั้งหลายไม่มีเวร ไม่เบียดเบียน ไม่มีทุกข์ ๑๐) มีความเห็นชอบ เช่น ทานมีผล การบูชามีผล ผลวิบากของกรรมดี กรรมชั่วมี พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรม พุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๓๔.

<sup>๘๕</sup> ส.ส (ไทย) ๑๕/๘๔๐/๓๕๒.

<sup>๘๖</sup> ชุ.ชา. (ไทย) ๒๗/๗๒/๖๐๗.

ประการ เรียกว่า “จตุปาริสุทธิศีล”<sup>๘๗</sup> เพราะความประพฤติดีที่บริสุทธิ์ จัดเป็นศีล ปาริสุทธิศีล ๔ จึงชื่อว่า ศีล ดังนี้

๑. ปาฏิโมกขสังวรศีล ได้แก่ การสำรวมในพระปาฏิโมกข์ ด้วยการเว้นจากข้อห้ามที่พระพุทธเจ้าทรงห้าม และทำตามข้อที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาต ประพฤติเคร่งครัดในสิกขาบท มีศีลรวมอยู่ ๒๒๗ ข้อ ศีลข้อนี้รักษาสำเร็จด้วยศรัทธา\* พระพุทธองค์ตรัสถึงความสำคัญสูงสุดของปาฏิโมกขสังวรศีล ว่า

ศีลก็คือ การสำรวมในพระปาฏิโมกข์เท่านั้น หากปาฏิโมกขสังวรศีลของภิกษุใดแตกแล้ว ฟังกล่าวได้ว่า จะรักษาศีลที่เหลือไว้ไม่ได้ เหมือนคนหัวขาด ไม่มีทางจะรักษามือเท้าไว้ได้ ส่วนปาฏิโมกขสังวรศีลของภิกษุใด ไม่เสียหาย ภิกษุนั้นก็สามารถทำศีลที่เหลือให้กลับเป็นปกติได้อีก แล้วรักษาข้ออื่น เหมือนคนหัวไม่ขาด สามารถรักษาชีวิตไว้ได้<sup>๘๘</sup>

๒. อินทริยสังวรศีล คือ การสำรวมอินทริย<sup>๘๙</sup> ระวังตนเองไม่ให้บาปอกุศล เช่น ความชอบ ไม่ชอบ ติดใจ หรือขัดใจ เป็นต้น เข้าครอบงำ เมื่อรับรู้อารมณ์ด้วยอินทริยทั้ง ๖ รู้จักควบคุมบังคับพฤติกรรมทางกาย ทางวาจา และทางใจ พระพุทธองค์ให้ระลึกว่า “อินทริยสังวร ก็สักว่าเป็นไปในทวาร ๖ เท่านั้น”<sup>๙๐</sup> ศีลข้อนี้รักษาสำเร็จด้วยสติ\*

๓. อาชีวปาริสุทธิศีล คือ การเลี้ยงชีวิตโดยทางที่ชอบธรรม บริสุทธิ์ เช่น ไม่เอาลาภต่อลาภ คือ ให้ของน้อยแก่เขา เพื่อว่าเขาจะถวายของมากตอบมา เป็นต้น พระพุทธองค์ทรงสอนให้ระลึกว่า “อาชีวะบริสุทธิ์ สมบูรณ์ด้วยศีล สามารถคุ้มครองทวารทั้ง ๖ ได้”<sup>๙๑</sup> ศีลข้อนี้รักษาสำเร็จด้วยวิริยะ\*

๔. ปัจจัยสันนิสสิตศีล คือ การพิจารณาในการใช้สอยปัจจัย ๔ คือ บิณฑบาต (อาหาร) เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ให้เป็นไปตามความหมาย และประโยชน์ของสิ่งนั้น ไม่บริโภคด้วยตัณหา พระพุทธองค์ทรงให้พิจารณาว่า ปัจจัยสันนิสสิต ก็เพื่อความสันโดษ บริโภคตามแต่จะได้อีก ฟังเป็นผู้ทำศีลทั้งหลายให้บริบูรณ์เกิด<sup>๙๒</sup> ศีลข้อนี้รักษาสำเร็จด้วยปัญญา\*<sup>๙๓</sup> พระพุทธองค์ตรัสรับรองเรื่อง ปาริสุทธิศีล ๔ กับภิกษุทั้งหลายว่า “เมื่อท่านทั้งหลายมีศีลถึงพร้อม มีปาฏิโมกข์ถึงพร้อมอยู่ สำรวมในปาฏิโมกข์ มีความเพียรทำไม่ย่อหย่อน สติตั้งมั่น ไม่พินเพื่อน

<sup>๘๗</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๓/๒/๑๖๒/๓๖๖.

<sup>๘๘</sup> ส.ม. (ไทย) ๓๐/๑/๘๓๐/๔๙๑.

<sup>๘๙</sup> วิ.ม. (ไทย) ๑/๒/๒.

<sup>๙๐</sup> ดุรายละเอียดยใน ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๒/๑๕.

<sup>๙๑</sup> ดุรายละเอียดยใน ที.ส. (ไทย) ๙/๑๙๓/๖๕.

<sup>๙๒</sup> ดุรายละเอียดยใน อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๗๑/๑๕๗.

<sup>๙๓</sup> \*พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๕๒-๖๑.

กายไม่กระสับกระส่าย จิตย่อมเป็นสมาธิแน่นแน มีใจเด็ดเดี่ยว ย่อมไม่เกิดความกังวลในการปฏิบัติธรรม”<sup>๙๔</sup>

(๓) ศิลในองค์มรรค มรรคนี้ มีชื่อเรียกเต็มๆ ว่า อริยอัฏฐังคิกมัคค์ แปลว่า ทางมีองค์ ๘ ของพระอริยะ<sup>๙๕</sup> เรียกย่อ ๆ ว่า มรรคมืองค์ ๘ ก็คือ การรวมข้อปฏิบัติทั้งหมดในพระพุทธศาสนา และองค์ของมรรค ๘ นั้น จัดเป็น ๓ ชั้นคือ ศิล สมาธิ ปัญญา เมื่อกล่าวถึงศิลที่เป็นข้อปฏิบัติจริง ๆ ในหมวดศิลนี้ ก็คือ สัมมาวาจา [ข้อ ๓ ในอริยมรรคมืองค์ ๘], สัมมากรรมันตะ [ข้อ ๔], สัมมาอาชีวะ [ข้อ ๕] ทั้ง ๓ ข้อนี้ คือ ศิลที่แท้ ศิลที่จริง และครบบริบูรณ์<sup>๙๖</sup> ยกมาแสดงพอสังเขป ดังนี้

๑. สัมมาวาจา (เจรจาชอบ) ได้แก่ ละมุสาวาท (เว้นการพูดเท็จ) ละปสุณาวาจา (เว้นการพูดส่อเสียด) ละผรุสวาจา (เว้นการพูดคำหยาบ) ละสัมผัปปลาปะ (เว้นการพูดเพ้อเจ้อ)

๒. สัมมากรรมันตะ (กระทำชอบ) ได้แก่ ละปาณาติบาต (เว้นการทำลายชีวิต) ละอทินนาทาน (เว้นการเอาของที่เขาไม่ได้ให้) ละกาเมสุมิฉาจาร (เว้นการประพฤติดีกาม)

๓. สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ) ได้แก่ ละมิฉาชีพ เลี้ยงชีวิตด้วยอาชีพสุจริต รวมถึง ความขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพที่สุจริต มีการทำงานไม่คั่งค้าง ไม่หมักหมม ไม่จับจด ไม่ผิดผ่อน<sup>๙๗</sup> เป็นต้น

ครั้งหนึ่ง พระพุทธเจ้าตรัสตอบเจ้าลิจฉวี ที่ทูลถามข้อสงสัยว่า “ข้อควรปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม มีอะไรบ้าง”

มรรคมืองค์ ๘ อันประเสริฐ คือ สัมมาทิฐิ (เห็นชอบ), สัมมาสังกัปปะ (ดำริชอบ), สัมมาวาจา (เจรจาชอบ), สัมมากรรมันตะ (กระทำชอบ), สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ), สัมมาวายามะ (พยายามชอบ), สัมมาสติ (ระลึกชอบ) และสัมมาสมาธิ (ตั้งจิตมั่นชอบ) นี้แลคือ ทางที่ควรทำให้เจริญ นี่คือ ข้อปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมเหล่านั้น<sup>๙๘</sup>

#### ๔.๒.๒ สมาธิ องค์ธรรมหลักปฏิบัติทางจิต

สมาธิในพระพุทธศาสนานั้น มีจุดประสงค์มุ่งไปที่การกำจัดกิเลสอันเป็นตัวก่อความทุกข์ ความเดือดร้อนเป็นสำคัญ สมาธิที่ถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนา จัดเป็นสัมมาสมาธิ คือ

<sup>๙๔</sup> วจ.จตุกก. (ไทย) ๓๕/๒/๑๒/๓๖.

<sup>๙๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๕๔๔.

<sup>๙๖</sup> ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์, พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๗๑๙-๗๒๓.

<sup>๙๗</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๖/๕๕.

<sup>๙๘</sup> ที.สี. (ไทย) ๙/๓๗๕/๑๕๗.

สมาธิชอบ และสมาธิก็เป็นเพียงวิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงจุดหมายเท่านั้น สมาธิจึงมิใช่ตัวจุดหมาย<sup>๙๙</sup>

สมาธิ หรือ อธิจิตตสิกขา คือ การศึกษาในอธิจิต หมายถึง ข้อปฏิบัติฝึกรวมจิต การได้ศึกษาทฤษฎี และการได้ฝึกเจริญสมาธิ จึงเป็นการเตรียมจิตที่เป็นสนามทำงานของปัญญา ให้พร้อมดีก่อน จึงจะสามารถนำพลังของสมาธิไปใช้ในทางสร้างสรรค์ ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง

### ๑) ประเภทของสมาธิ

ในพระไตรปิฎกได้กำหนดประเภทของการเจริญภาวนา ตามวิธีปฏิบัติ ๒ วิธี<sup>๑๐๐</sup>

๑. สมถภาวนา หมายถึง การฝึกรวมจิตให้สงบเป็นสมาธิ

๒. วิปัสสนาภาวนา หมายถึง การฝึกรวมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้ง

พระกัมมัฏฐานาจริยะ พระปณิธิตาภิวงศ์ แสดงข้อความไว้ในหนังสือ รู้แจ้งในชาตินี้ โดยท่านแบ่งประเภทของสมาธิไว้เป็น ๒ ประเภท คือ

๑) สมาธิที่ต่อเนื่องเคลื่อนไหว เกิดจากการกำหนดจิตอยู่กับอารมณ์ ๑ เดียว จัดเป็นสมาธิที่ได้จากการเจริญสมถภาวนา โดยให้จิตกำหนดนิ่งอยู่ที่อารมณ์ ๑ เดียว ไม่ใส่ใจกับอารมณ์อื่นใดทั้งสิ้น ผู้ปฏิบัติตามแนวทางนี้จะสามารถประสบกับสมาธิที่ต่อเนื่องได้ เมื่อจิตหยั่งลงสู่ฌานจิต

๒) สมาธิจิตจับนิ่งอยู่กับอารมณ์ สมาธิประเภทนี้ คือ ขณิกสมาธิ เป็นสิ่งสำคัญที่สุดในการเจริญวิปัสสนา อารมณ์วิปัสสนานั้นเกิดขึ้น และดับไปตลอดเวลา และขณิกสมาธิก็เกิดขึ้นในแต่ละขณะพร้อม ๆ กับอารมณ์ แม้ว่าจะมีอายุสั้น ๆ แต่สมาธิแบบนี้สามารถเกิด ดับต่อเนื่องกันไปโดยไม่ขาดสายได้ มีคุณสมบัติเหมือนสมาธิแบบต่อเนื่อง และมีอำนาจในการทำให้จิตและกิเลสสงบนิ่งอยู่ สมมุติว่า ผู้ปฏิบัติกำลังกำหนดอาการพอง-ยุบ พยายามรักษาสติอยู่กับอาการพอง-ยุบนั้น ผู้ปฏิบัติกำลังอยู่กับปัจจุบันขณะ การระลึกรู้พัฒนาขึ้นมาด้วยพลังของสติ และความเพียรในแต่ละขณะนั้น ซึ่งมีลักษณะเหมือนความเพียรที่ยังลึก ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกว่าการจิตจดจ่ออยู่กับอารมณ์ที่กำหนด ผู้ปฏิบัติจะตกลงสู่อารมณ์ ไม่เพียงแต่จิตจะมีความแหลมคม ทางตลอด และสงบนิ่งอยู่กับอารมณ์ขณะนั้นเท่านั้น แต่สมาธิ (เอกัคคตาเจตสิก) ยังมีพลังในการรวมเจตสิกอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นพร้อมกับจิตที่ระลึกรู้นั้น เอกัคคตาเจตสิก เป็นเจตสิกที่ทำ

<sup>๙๙</sup> กองพุทธศาสนศึกษา, **หลักการปฏิบัติธรรม**, หน้า ๕๗.

<sup>๑๐๐</sup> คำว่า ภาวนา มักเรียกง่าย ๆ ว่า เจริญ เช่นคำว่า สมาธิภาวนา เรียก การเจริญสมาธิ, เมตตาภาวนา เรียก เมตตาสมาธิ, วิปัสสนาภาวนา เรียก การเจริญวิปัสสนา เป็นต้น ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔/๒๕๖.

หน้าที่รวมจิต และควบคุมให้เจตสิกรวมกลุ่มกันไม่กระจัดกระจายออกไป ดังนั้น จิตจึงจับนิ่งอยู่กับอารมณ์<sup>๑๐๑</sup>

ในเอกสารการศึกษาของนิสิตปริญญาโท แบ่งจิตที่เป็นสมาธิไว้ ๓ ประเภท<sup>๑๐๒</sup>

๑. ขณิกสมาธิ คือ สมาธิชั่วขณะหรือเรียกได้อีกว่า “มุลสมาธิ”<sup>๑๐๓</sup> เป็นสมาธิขั้นแรกที่คนทั่วไปสามารถนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี และขณิกสมาธินี้สามารถใช้เป็นฐานในการเจริญวิปัสสนาได้ เพราะจิตมีสติระลึกรู้ในอารมณ์ปรมาตม์ (รูป-นาม, ชันธ ๕) ทีละขณะ ๆ ตั้งมั่นต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลาที่จิตรับรู้อารมณ์ ดังนั้น ขณิกสมาธิ จึงใช้ได้ทั้งการเจริญสมถะและเจริญวิปัสสนา

๒. อุปจารสมาธิ คือ สมาธิเฉียด ๆ จวนจะแน่วแน่ อยู่ในขั้นระงับนิวรณ์ได้ จิตมีความตั้งมั่นในอารมณ์บัญญัติ ไม่ถึงระดับที่เป็นฌาน เป็นส่วนเบื้องต้นแห่งอัปปนาสมาธิ

๓. อัปปนาสมาธิ คือ สมาธิแน่วแน่ เป็นสมาธิประเภทสูงสุด จิตมีความตั้งมั่นแน่วแน่ในอารมณ์บัญญัติ ถึงระดับที่เป็นฌาน และถือเป็นผลที่ต้องการแห่งการเจริญสมาธิ

## ๒) ประโยชน์ของการเจริญสมาธิ

พระพุทธเจ้า ตรัสเปรียบเทียบประโยชน์ของสมาธิ ว่าเหมือนกับบุรุษเสาะหาแก่นไม้ เมื่อพบต้นไม้ใหญ่มีแก่น แต่กลับเข้าใจว่ากระพี้ คือ แก่นของไม้ จึงถากเอาไป ดังนั้นงานของเขาที่ต้องใช้แก่นไม้จึงไม่สำเร็จประโยชน์ ฉนใด ภิกษุผู้มีศรัทธาออกบวช แต่กลับไม่รู้ไม่เห็นซึ่งญาณทัสสนะนั้น เขาจึงมัวเมา ลืมตัว และประมาท เมื่อประมาทย่อมอยู่เป็นทุกข์ ฉะนั้น<sup>๑๐๔</sup>

นอกจากนี้ การฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธินั้น ในพระพุทธศาสนายังถือว่า เป็นความดีที่สามารถทำให้หลุดพ้นจากทุกข์ได้ ดังมีพระพุทธพจน์ตรัสรับรองไว้ว่า “จิตนี้ควบคุมได้ยาก มีความเปลี่ยนแปลงง่าย ชอบไผ่หาแต่อารมณ์ที่ปรารถนา การฝึกให้สงบได้ จัดว่าเป็นความดี เพราะจิตที่ฝึกดีแล้วย่อมนำสุขมาให้” และตรัสอีกว่า “คนเหล่าใด สำรวมจิตที่เกี่ยวไปได้ไกล เทียวไปดวงเดียว ไม่มีรูปร่าง อาศัยอยู่ในอัมภิมิต คนเหล่านั้น จักพ้นจากปวงมารได้”<sup>๑๐๕</sup> [วัฏฏะสงสาร]

<sup>๑๐๑</sup> พระกัมมภูฏานาจริยะ พระปณติตาภิวงศ์, *รู้แจ้งในชาตินี้*, หน้า ๒๒๒.

<sup>๑๐๒</sup> พระราชสิทธิมุนี และพระมหาประเสริฐ มนต์เสวี, *รายงานวิชาสมถะในคัมภีร์*, เอกสารการศึกษาของนิสิตปริญญาโท สาขาวิปัสสนากวนา วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม, หน้า ๑๐.

<sup>๑๐๓</sup> *ดูรายละเอียดใน* อ.ส.ต.ด.ก. (ไทย) ๓๗/๔/๑๖๐/๕๙๕.

<sup>๑๐๔</sup> *ม.ม.* (ไทย) ๑๒/๓๑๑/๓๔๖.

<sup>๑๐๕</sup> *ดูรายละเอียดใน* ข.ข. (ไทย) ๒๕/๓๕-๓๗/๓๖-๓๗.



การเจริญสมาธิเป็นประโยชน์ที่เกื้อกูลแก่ผู้ปฏิบัติธรรมในด้านวิปัสสนามาก เช่น สมาธิเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ คือ การตามดู รู้ทันความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และดับไปในความเป็นอยู่ประจำวันของตนเอง เช่น รู้ว่าเวทนา สัญญา และวิตกทั้งหลายจะเกิดขึ้น จะตั้งอยู่ จะดับไปก็เป็นไปโดยพิจารณา รู้ชัด รู้แจ้งสภาวะธรรมตามความเป็นจริง เรียกว่า เป็นบาทแห่งวิปัสสนาเพื่อยถาภูตญาณทัสสนะ อันนำไปสู่วิชชา และวิมุตติในที่สุด โดยปฏิบัติไปตามลำดับ คือ อบรมสมาธิด้วยศีล อบรมปัญญาด้วยสมาธิ ปัญญาที่สมาธิอบรมดีแล้วก็จะอบรมจิต จิตที่ปัญญาอบรมดีแล้ว ก็ย่อมรู้ตามความเป็นจริง สมดังพระพุทธดำรัสที่ว่า “เมื่อจิตตั้งมั่นแล้ว ย่อมรู้ ย่อมเห็นตามความเป็นจริง”<sup>๑๐๖</sup>

สมาธิเป็นสิกขาหนึ่งในไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ในแต่ละสิกขาต่างก็อยู่ในฐานะที่สัมพันธ์เกี่ยวเนื่องถึงกัน คือ ศีลเป็นพื้นฐานของสมาธิ และสมาธิเป็นพื้นฐานของปัญญา ดังมีพระพุทธดำรัส แสดงธรรมีกถาแก่ภิกษุผู้เป็นเสขะว่า “สมาธิอันบุคคลอบรมโดยมีศีลเป็นฐาน ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ปัญญาอันบุคคลอบรมโดยมีสมาธิเป็นฐาน ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก จิตอันบุคคลอบรมโดยมีปัญญาเป็นฐาน ย่อมหลุดพ้นโดยชอบจากอาสวะทั้งหลาย คือ กามาสวะ ภวาสวะ อวิชชาสวะ”<sup>๑๐๗</sup>

สรุปได้ว่า สมาธินอกจากเป็นพื้นฐานของความสำเร็จในหน้าที่การงานของบุคคลแล้ว สมาธิยังเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้ปัญญาเกิดขึ้นด้วย เพราะมีความสัมพันธ์กันอยู่ คือ เมื่อจิตสงบนิ่งลงก็ทำให้ปัญญาเกิดขึ้น สามารถเข้าใจสภาวะที่แท้จริงของรูปและนามได้ บางครั้งอาจมีญาณหยั่งรู้ความแตกต่างระหว่างรูปและนาม ตลอดจนความสัมพันธ์โดยความเป็นเหตุเป็นผลระหว่างรูปและนาม ปัญญาจึงจะเจริญขึ้นตามลำดับ จนสามารถหยั่งรู้ความเป็นจริงในระดับที่ลึกซึ้งมากขึ้น ผู้ปฏิบัติจะเห็นได้อย่างชัดเจนในลักษณะของความไม่เที่ยง (อนิจจัง) ความเป็นทุกข์ (ทุกขัง) ความเป็นของมิใช่ตัวตน (อนัตตา) และในที่สุดก็ถึงญาณที่หยั่งรู้การดับทุกข์<sup>๑๐๘</sup> ถึงแม้สมาธิจะเป็นเพียงวิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงจุดหมาย มิใช่ตัวจุดหมาย<sup>๑๐๙</sup> แต่พระพุทธองค์ก็ตรัสถึงความสำคัญที่ผู้ปฏิบัติจะได้รับ และทรงตั้งวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรมสมาธิภาวนาไว้ ๔ ประการ คือ

๑. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน (ทิฏฐธรรมสุขวิหาร)

<sup>๑๐๖</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๙/๔๑๙.

<sup>๑๐๗</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๑๕๗.

<sup>๑๐๘</sup> พระกัมมัฏฐานาจริยะ พระปณิศาภิวงศา, รู้แจ้งในชาตินี้, หน้า ๒๒๕.

<sup>๑๐๙</sup> กองพุทธศาสนศึกษา, หลักการปฏิบัติธรรม, หน้า ๕๗.

๒. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อได้ญาณทัสสนะ

๓. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ

๔. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ<sup>๑๑๐</sup>

#### ๔.๒.๓ ปัญญา องค์ธรรมสูงสุดในความรู้แจ้ง

ปัญญาหรืออภิญญาสิกขา คือ ปัญญาอันยิ่ง<sup>๑๑๑</sup> หมายถึง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้แจ้ง มองเห็นสภาพของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ว่าโดยความหมายสูงสุด คือ วิปัสสนาญาณ ดังพระพุทธองค์ตรัสรับรองไว้ว่า

ผู้มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญาอันประเสริฐ หยั่งถึงความเกิด และความดับ เพิกถอนกิเลส ให้บรรลุลึງความสิ้นทุกข์โดยชอบ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์” เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์สมุทัย (เหตุเกิดทุกข์)” เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์นิโรธ (ความดับทุกข์)” เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา (ข้อปฏิบัติเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์)” . . . นี้ชื่อว่า อภิญญาสิกขา<sup>๑๑๒</sup>

หลักของไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นระบบการฝึกปฏิบัติจากภายนอกเข้าไปหาภายใน จากส่วนหยาบเข้าไปหาส่วนละเอียด และจากส่วนที่ง่ายเข้าไปหาส่วนที่ยาก และลึกซึ้งกว่า หมายถึง การฝึกส่วนหยาบภายนอกในขั้นศีล ช่วยเป็นฐานให้แก่การฝึกส่วนละเอียดภายใน ทำให้พร้อม และสะดวกที่จะฝึกในขั้นจิต และปัญญาให้ได้ผลดียิ่ง ๆ ขึ้น เมื่อฝึกถึงขั้นละเอียดภายในถึงขั้นจิต และปัญญา ก็จะส่งผลกลับออกมาช่วยการดำเนินชีวิตด้านนอก เช่น ทำให้มีความประพฤติสุจริต มีศีลโดยเป็นปกติธรรมดาของตน ไม่ต้องฝืนใจ ไม่สงสัย คิดแก้ปัญหาและทำกิจต่าง ๆ ด้วยปัญญาบริสุทธิ์<sup>๑๑๓</sup> เป็นต้น

ตามหลักทางพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ตรัสว่า ธรรมทั้งหลายทั้งปวงนั้น มีปัญญาเป็นยอด มีปัญญาเป็นสิ่งที่สูงสุด ดังพระบาลีรับรองไว้ว่า

“ปญฺญุตตา สพฺเพ ธมฺมา” ธรรมทั้งหลายทั้งปวงมีปัญญาเป็นยอด มีปัญญาเป็นสิ่งที่สูงสุด

“อมโตคธา สพฺเพ ธมฺมา” ธรรมทั้งหลายทั้งปวง มีอมตะเป็นที่รวมลง

“นิพฺพานปริโยสานา สพฺเพ ธมฺมา” ธรรมทั้งหลายทั้งปวง มีนิพพานเป็นที่สุด<sup>๑๑๔</sup>

<sup>๑๑๐</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๗/๒๘๗.

<sup>๑๑๑</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๒.

<sup>๑๑๒</sup> ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๐/๔๙.

<sup>๑๑๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๘๖๙.

<sup>๑๑๔</sup> อง.ทสก. (บาลี) ๒๕/๕๘/๘๕. อ้างใน สุภีร์ ทุมทอง, ศรัทธาที่ถูกต้อง, หน้า ๑๒.

### ๑) บ่อเกิดของปัญญา

บ่อเกิดของปัญญา หมายถึง แหล่งที่เกิด แหล่งที่มา ต้นกำเนิดของปัญญาหรือกระบวนการ วิธีการ ขั้นตอนที่ทำให้เกิดปัญญา ปัญญานั้นเป็นสิ่งที่สามารถทำให้เกิดมี และพัฒนาให้เจริญงอกงามได้ ปัญญาในพระพุทธศาสนานั้น เป็นธรรมชาติที่ละเอียด เห็นได้ยาก นิยมจำแนกออกเป็นหลายอย่างตามแหล่งที่มา โดยแบ่งตามระดับของความรู้ความเข้าใจบ้าง ตามหน้าที่บ้าง ตามการทำงานของปัญญาบ้างหรือตามทางที่ปัญญานั้นเกิดขึ้นบ้าง เป็นต้น เพราะความแตกต่างกันในหลายระดับเช่นนี้ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค พระพุทธโฆสจารย์ จำแนกปัญญาไว้ถึง ๔ อย่าง โดยกล่าวว่าแท้จริงแล้ว ปัญญามีเพียง ๑ เท่านั้น คือ การรู้แจ้งแทงตลอดสภาวะธรรม หมายถึง หยั่งถึงความเป็นจริงของสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็น<sup>๑๑๕</sup>

ในหัวข้อบ่อเกิดของปัญญานี้ สามารถแบ่งแยกปัญญาออกเป็น ๒ ส่วน ได้แก่ บ่อเกิดของปัญญาในทางโลก และบ่อเกิดของปัญญาในทางธรรม เพราะปัญญาในทางโลกสิ้นสุดอยู่ที่ปัญญาชั้นโลกียะ มิได้เป็นพื้นฐานของโลกุตตรปัญญาโดยตรง ส่วนโลกียปัญญาในทางธรรมนั้นเป็นพื้นฐานของโลกุตตรปัญญาต่อไป นั่นคือ การจะทำให้เกิดปัญญาชั้นโลกุตตระขึ้นได้ จำเป็นต้องทำให้เกิดปัญญาชั้นโลกียะก่อน แล้วจึงพัฒนาขึ้นไปจนถึงปัญญาชั้นโลกุตตระ<sup>๑๑๖</sup>

ปัญญาจะเกิดมีได้ เพราะประกอบด้วยเหตุที่ทำให้เกิดปัญญา ดังพระพุทธองค์ตรัสพระคาถาแก่พระโฏฐิตเถระว่า “ปัญญา เกิดมีเพราะการประกอบ [มนสิการโดยแยบคาย (การใช้ความคิดถูกวิธี) ในอารมณ์ธรรม] และเสื่อมไปเพราะการไม่ประกอบ เมื่อรู้ทางเจริญ และทางเสื่อมแห่งปัญญาทั้ง ๒ ทางนี้แล้ว บุคคลพึงตั้งตนไว้โดยวิธีที่ปัญญาจะเจริญยิ่ง ๆ ขึ้น”<sup>๑๑๗</sup>

### ๒) ระดับของปัญญา

ปัญญาตามแนวพระพุทธศาสนา แบ่งออกได้หลายระดับตามความรู้ หรือการรับรู้ต่อโลกภายในหรือภายนอกตามแต่กรณี หากเป็นความรู้ธรรมดา ๆ ของโลกที่เรียกว่า โลกียปัญญา จนถึงความรู้ที่ลึกซึ้ง ที่ละเอียดยิ่งขึ้น เป็นความรู้เห็นตามความเป็นจริง ตรงตามสภาวะ ไม่ขึ้นต่อเหตุผล และสิ่งใด ๆ เป็นความรู้เหนือวิสัยของโลก เรียกว่า โลกุตตรปัญญา

<sup>๑๑๕</sup> ดูรายละเอียดใน พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๗๓๓-๗๔๐.

<sup>๑๑๖</sup> อ้างใน พระมหาเลอเดช วรวิโส, (วงศ์ศรีชา) “การศึกษาวิเคราะห์ปัญหาบารมีของพระศรีมโหสถ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๖๔.

<sup>๑๑๗</sup> ชุ.ช. (ไทย) ๒๕/๒๘๒/๑๒๐.

ดังนั้น ตามแนวทางพระพุทธศาสนา จึงแบ่งประเภทความรู้ของปัญญาออกเป็น ๕ อย่าง<sup>๑๑๘</sup> คือ

๑. ความรู้ประเภทวิญญาน คือ ความรู้ที่เกิดจากการรับรู้ทางอินทรีย์ทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นความรู้พื้นฐานเบื้องต้น จะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยอายตนะภายใน เช่น ตา เป็นต้น ไปกระทบกับอายตนะภายนอก มีรูป เกิดความรู้ขึ้น เรียกว่า จักขุวิญญาน อันเป็นความรู้ที่เกิดขึ้นทางตา ที่เหลืออีก ๕ อย่างก็มีชื่อเรียกตามอินทรีย์นั้น ๆ วิญญานนี้เป็นความรู้ชั้นความรู้หลัก ที่เป็นกิจกรรมประจำของจิต ทำหน้าที่คอยรับรู้กิจกรรมทุกอย่างของจิต

๒. ความรู้ประเภทสัญญา ความรู้ประเภทนี้ มีการสืบเนื่องมาจากความรู้ประเภทวิญญาน คือ เป็นความรู้ที่เกิดจากการจำไว้ กำหนดหมายไว้ ทำให้มีการรู้จัก เข้าใจในเรื่องนั้น ๆ และสามารถคิดต่อได้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปเรียกว่า สัญญา

๓. ความรู้ประเภททิณฺฐิ (ความเห็น) เป็นความรู้ที่เกิดจากความเข้าใจ ตามแนวคิดตามความเห็นของตน อาจจะเป็นความรู้ที่มาจากแหล่งภายนอก (ปรโตโมสะ) โดยนำมาเปรียบเทียบแล้วสรุปลงเป็นความเห็น เป็นทฤษฎี (ทรรคนะ) อย่างใดอย่างหนึ่ง แล้วยึดครองไว้เป็นแนวคิดของตน เริ่มตั้งแต่ไม่มีเหตุผลจนถึงมีเหตุผลน้อยบ้างมากบ้าง แต่ถ้าได้พัฒนาขึ้นไปจนเป็นความรู้ ความเห็น ความเข้าใจที่ถูกต้องตามความเป็นจริง ก็เป็นปัญญาที่เรียกว่า สัมมาทิณฺฐิ

๔. ความรู้ประเภทอภิญญา เป็นความรู้ที่เกิดจากความสามารถพิเศษในทางจิตใจ โดยผ่านการฝึกฝนปฏิบัติเจริญสมาธิ จนจิตสามารถรู้อารมณ์หรือสิ่งเร้าได้โดยตรง ไม่ต้องอาศัยการสัมผัสใด ๆ ไม่ขึ้นอยู่กับกาล อาตมิ วิชา ๓ ความรู้แจ้ง เรื่องอดีตชาติของตน เป็นต้น วิชา ๘ ความรู้เรื่องวิปัสสนาญาณ เป็นต้น อภิญญา ๖ ความรู้อันยิ่ง มีความรู้ที่ทำให้แสดงฤทธิ์ต่าง ๆ ได้ ปฏิสัมภทา ๔ ความรู้ที่แตกฉานในอรรถ ในธรรม ภาษาและปฏิภาณ สัพพัญญุตญาณ พระญาณที่ยังรู้ธรรมทั้งปวง

๕. ความรู้ประเภทญาณ คือ ความรู้บริสุทธิ์ เป็นความรู้ตรงตามสภาวะ เป็นความรู้ที่เกิดจากการหยั่งรู้ ที่ผุดขึ้นสว่างแจ้งขึ้น ทำให้มองเห็นธรรมชาติอันแท้จริงของสิ่งนั้น ๆ ตามที่มันเป็นจริง โดยไม่มีความเห็น (ทรรคนะ) ส่วนตนหรือเหตุผลส่วนตัวเข้าไปเกี่ยวข้อง เป็นความรู้ที่เกิดภายในของบุคคลผู้รู้ญาณเท่านั้น เป็นความรู้โดยอาศัยประสบการณ์ทางจิตโดยตรงอันเกิดจากการปฏิบัติโดยเฉพาะ ความรู้ประเภทญาณนี้ เป็นความรู้สูงสุดในพระพุทธศาสนา

<sup>๑๑๘</sup> ดูรายละเอียดใน บุญมี แท่นแก้ว, พระพุทธศาสนากับปรัชญา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท ว. เพ็ชรสกุล จำกัด, ๒๕๔๐), หน้า ๕๙-๖๑.

ความรู้ประเภทญาณนี้ มีโพธิญาณ จัดว่าเป็นญาณยิ่งใหญ่สูงสุด คือ เป็นญาณที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ เรียกว่า สัมมาสัมโพธิญาณ จัดเป็นญาณรวบยอด เป็นญาณสูงสุด เป็นปัญญาเกิดขึ้นภายใน ที่เกิดจากการเจริญสมาธิ และเข้าสู่การเป็นวิปัสสนาโดยตรง ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า “ผู้มีสัมมาสมาธิ จึงมีสัมมาญาณะ และผู้มีสัมมาญาณะ จึงมีสัมมาวิมุตติ”<sup>๑๑๙</sup>

ปัญญาประเภทญาณนี้ สามารถทำลายกิเลสให้หมดสิ้นได้ จิตพ้นจากทุกข์ได้ มีความสงบสุขอย่างแท้จริง คือ พระนิพพาน เป็นสภาวะที่ไม่สามารถรู้ได้ด้วยสัญญาธรรมดาหรือการคาดคะเน (อนุมาน) ด้วยเหตุด้วยผลใด ๆ แต่สามารถหยั่งรู้ได้ด้วยปัญญาญาณในลักษณะของประสบการณ์ตรง ความรู้ทั้ง ๕ ประเภทข้างต้นนั้น แบ่งแยกออกได้เป็น ๒ ระดับ คือ

๑. ความรู้ระดับโลกียปัญญา

๒. ความรู้ระดับโลกุตตระปัญญา

### ๑. ความรู้ระดับโลกียปัญญา

ความรู้ระดับโลกียปัญญา คือ ความรู้ที่อยู่ในวิสัยของโลก ที่ชาวโลกหรือคนทั่วไปสามารถเจริญหรือกระทำให้เกิดขึ้นได้ ความรู้ที่จัดเข้าประเภทโลกียปัญญา คือ ๑. ความรู้ประเภทวิญญูญาณ ๒. ความรู้ประเภทสัญญา ๓. ความรู้ประเภททัญญู ๔. ความรู้ประเภทอภิญญา โดยความรู้ทั้ง ๔ ข้อต้นเป็นความรู้ที่ยังมีกิเลสอยู่ ส่วนความรู้ในประเภทที่ ๕ หากยังเจืออยู่ด้วยกิเลส ก็จัดเข้าเป็นความรู้ประเภทของโลกียปัญญาด้วยเช่นกัน

ปัญญาในระดับวิสัยของโลก ที่ปรากฏในสังคิติสูตรมี ๓ ประการ<sup>๑๒๐</sup> ด้วยกัน คือ

๑.๑) สุตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการสดับเล่าเรียน (ปัญญาเกิดจากปรโตโฆสะ) เป็นความรู้ที่ต้องอาศัยการฟัง คือ เมื่อยังคิดเองไม่เป็นหรือคิดไปไม่ถึง มองอะไร ๆ ไม่ออก ไม่เข้าใจ ก็ต้องมีผู้แนะนำสั่งสอนบอกให้ จำแนกออกได้เป็น ๒ อย่าง คือ วิชาการในทางโลก มีผู้รู้ ครู อาจารย์ แนะนำอธิบาย เกิดเป็นการศึกษาที่หลากหลาย สามารถถ่ายทอดกันได้โดยการศึกษเล่าเรียน รวมไปถึงการพูดคุยถ่ายทอดต่อ ๆ กันมาจากผู้อื่น การได้ยิน ได้ฟัง และการได้เห็นจากสื่อต่าง ๆ มีหนังสือ ตำราเรียน และตำราทางวิชาการต่าง ๆ สิ่งพิมพ์ โทรทัศน์ ข่าวสาร ข้อมูลทั้งหลาย เป็นต้น และวิชาการในทางธรรม มีกัลยาณมิตร อย่างพระพุทธเจ้า เป็นต้น ผู้รู้ ครู อาจารย์ ช่วยแนะนำชี้แจงอธิบาย จึงรู้เข้าใจถึงความจริงได้ในระดับหนึ่ง

<sup>๑๑๙</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๙๐/๒๒๕.

<sup>๑๒๐</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๑.

**๑.๒) จินตามยปัญญา** คือ ปัญญาเกิดจากการรู้จักคิดพิจารณา (ปัญญาเกิดจาก โยนิโสมนสิการที่ตั้งขึ้นในใจตนเอง) เมื่อได้ความรู้ความเข้าใจมาจากการฟัง ก็ฝึกคิดภายในใจให้ มองเห็นรู้เข้าใจกว้างไกลขึ้น สามารถแยกย่อยออกไปได้ ทำให้เข้าถึงความจริง และใช้ความรู้ อย่างได้ผล รวมถึงการทำงานทั้งหลายที่ต้องจัดการด้วยปัญญา คิดสร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ โดยที่ไม่เคย ได้ฟังมาจากใคร เช่น การคิดประดิษฐ์สิ่งใหม่ ๆ ในทางวิทยาศาสตร์ เป็นต้น ซึ่งความรู้ที่เกิดจาก การคิด การพิจารณา การค้นคว้า วิจัย วิเคราะห์ ใคร่ครวญหาเหตุผลตามความเป็นจริงของสิ่ง ต่าง ๆ จนรู้ที่แท้ที่ไปของสิ่งทั้งหลายว่า สิ่งนี้มีเหตุปัจจัยอย่างนี้ แล้วทำให้เกิดผลอย่างนี้ ซึ่งเป็น การคิดด้วยตนเอง อีกอย่างหนึ่ง ความรู้ชนิดนี้อาจจัดเป็นความรู้โดยอ้อม เพราะก่อนคิดได้ จะต้องได้เห็น ได้ฟังหรือได้อ่านมาก่อน การได้เห็น การได้ฟังหรือได้อ่านนั่นเอง จึงเหมือนเป็น สื่อกลาง จึงเป็นความรู้ที่เกิดขึ้นโดยอ้อม และในทางธรรม จินตามยปัญหานี้ หมายรวมถึง โภค ๓ ประการ<sup>๑๒๑</sup> ด้วย ได้แก่ อายโกศล (อกุศลซึ่งยังไม่เกิดก็ไม่เกิด ที่เกิดแล้วก็เสื่อมไป) อปาย-โกศล (กุศลที่ยังไม่เกิดก็ไม่เกิด ที่เกิดแล้วก็ดับไป) อุบายโกศล (ปัญญาทั้งหมดเป็นอุบายสำหรับ ใช้แก้ไขในกิจต่าง ๆ รับผิดชอบที่เกิดขึ้น)

**๑.๓) ภาวนามยปัญญา** ปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติบำเพ็ญ ความรู้ที่เป็นผลของ การปฏิบัติธรรม หรือปัญญาของผู้เข้าสมาบัติ ซึ่งการปฏิบัติธรรมนั้นอาจจำแนกเป็นการให้ทาน การรักษาศีล และการเจริญภาวนาหรือจำแนกตามหลักไตรสิกขา ได้แก่ การรักษาศีล การเจริญ สมาธิ และการเจริญปัญญา ซึ่งการปฏิบัติธรรมในแต่ละขั้นแต่ละตอนก็จะเกิดปัญญาควบคู่กันไป ด้วย เช่น การให้ทานก็ทำให้เกิดทานมยปัญญา การรักษาศีลก็ทำให้เกิดศีลมยปัญญา ส่วนการ เจริญภาวนาแบ่งการเกิดปัญญาเป็น ๒ อย่าง คือ ๑) การเจริญสมถกรรมฐาน เป็นการฝึกจิตให้ เกิดสมาธิ และ ๒) การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เป็นการฝึกจิตให้เกิดปัญญา ซึ่งภาวนาทั้ง ๒ อย่างนี้ล้วนทำให้เกิด ภาวนามยปัญญา กล่าวคือ การเจริญสมถกรรมฐานจนบรรลุฌานสมาบัติ ๘ คือ รูปฌาน ๔ และอรุณฌาน ๔ ขึ้นใดขั้นหนึ่งจะทำให้เกิดปัญญาของผู้ที่เข้าสมาบัติ ซึ่งปัญญา ทั้งหมดนี้ ก็ได้ชื่อว่า ภาวนามยปัญญา<sup>๑๒๒</sup>

## ๒. ความรู้ระดับโลกุตตรปัญญา

ความรู้ระดับโลกุตตรปัญญา คือ ความรู้หรือปัญญาที่อยู่เหนือโลก ไม่ขึ้นต่อโลก เป็น ความรู้ที่ถูกต้องตามความเป็นจริง รู้เห็นเข้าใจตรงตามสภาวะของธรรมชาติ เป็นความรู้ที่ไม่เจอ

<sup>๑๒๑</sup> อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๗๑๑/๕๐๕.

<sup>๑๒๒</sup> อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๗๖๙/๕๐๔.

ด้วยอัสวะกิเลส เพราะไม่มีอัสวะกิเลสเหลือ ปัญญาที่เป็นโลกุตตระ คือ ปัญญินทรีย์ ปัญญา  
พละ ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ สัมมาทิฏฐิ เป็นองค์แห่งมรรค<sup>๑๒๓</sup>

ครั้งหนึ่ง ขณะพระพุทธเจ้าประทับในเขตเมืองอาฬวี ถิ่นของอาฬวกยักษ์ ครั้งนั้นอา-  
ฬวกยักษ์ ทูลถามพระพุทธเจ้าว่า นักปราชญ์ทั้งหลาย กล่าวถึง ชีวิตของบุคคลผู้เป็นอยู่อย่างไร?  
ว่า ประเสริฐสุด พระพุทธองค์ตรัสตอบว่า “นักปราชญ์ทั้งหลาย กล่าวถึง ชีวิตของผู้อยู่ด้วย  
ปัญญาว่า เป็นผู้ประเสริฐสุด”<sup>๑๒๔</sup>

ปัญญาขั้นสูงในพระพุทธศาสนา คือ ปัญญาญาณ ซึ่งเป็นผลเบื้องปลายของการ  
ภาวนา เพราะประสบการณ์ชั้นธรรมดามีขอบเขตจำกัด เหตุนั้น จึงต้องมีการพัฒนาจิตให้สูงขึ้น  
เพื่อขยายขอบเขตของความรู้ที่ได้รับทางประสาทสัมผัสที่มีจากประสบการณ์ตรงชั้นธรรมดา ให้  
เป็นประสบการณ์ตรงชั้นพิเศษขึ้น อันเป็นปัญญาที่แท้จริงของชั้นโลกุตตรปัญญา

### ๓) ลักษณะของปัญญา

ลักษณะของปัญญาในทางพระพุทธศาสนานั้น มีปรากฏในคัมภีร์ต่าง ๆ มากมาย  
หลายลักษณะ เช่น มีลักษณะแห่งการรู้แจ้งความจริง ที่เรียกว่า อริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ  
มรรค, มีลักษณะแห่งการรู้สภาวะธรรมดาของธรรมทั้งหลาย คือ ลักษณะ ๓ คือ อนิจจัง ทุกขัง  
อนัตตา, มีลักษณะส่องแสงให้สว่าง และกำจัดความมืดหรือกำจัดอวิชชา คือ ความไม่รู้ ซึ่ง  
เป็นเหมือนกับความมืดที่ทำให้หลง ให้ลึนสูญไป ขณะเดียวกันก็ทำวิชา คือ ความรู้ ซึ่งเปรียบ  
เสมือนความสว่างให้เกิดขึ้น ทำให้หายจากความหลง, มีลักษณะรู้ทั่วถึงธรรมทั้งหลาย, มีลักษณะ  
การแทงตลอดสภาวะธรรม และมีลักษณะแห่งการรู้ตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นคุณ และโทษของ  
โลก และอุปายเป็นเครื่องออกไปจากโลก<sup>๑๒๕</sup>

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้อธิบายลักษณะของปัญญาไว้ว่า “ปัญญามีการตรัสรู้แห่ง  
ตลอดแห่งสภาวะธรรมเป็นลักษณะ มีหน้าที่กำจัดความมืด คือ โมหะ ที่ปกปิดสภาวะธรรมแห่ง  
ความเป็นจริง มีความไม่หลงเป็นผลที่ปรากฏชัดเจน (ปัจจุปัญฐาน) มีสมาธิเป็นเหตุใกล้  
(ปทัฏฐาน) ของปัญญานั้น”<sup>๑๒๖</sup>

พระพุทธองค์ทรงบัญญัติ ศีล สมาธิ ปัญญาไว้ ๓ อย่าง คือ คำสั่งสอนอันมีความงาม  
๓ ประการ พระพุทธองค์ทรงประกาศว่า ในสิกขา ๓ นั้น อธิศีลสิกขา ชื่อว่า ศีล จัดเป็น  
ความงามในเบื้องต้น เพราะเหตุว่า ศีลเป็นเบื้องต้นแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย การไม่ทำบาป

<sup>๑๒๓</sup> ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๓๗/๑๓๖.

<sup>๑๒๔</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๘๔๐/๓๕๒.

<sup>๑๒๕</sup> ขุ.ม. (ไทย) ๖๖/๒/๙๒๐/๕๘๐.

<sup>๑๒๖</sup> พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๗๓๓.

ทั้งปวง ชื่อว่าเป็นความงาม, อธิจิตตสิกขา ชื่อว่า สมาธิ จัดเป็นความงามในท่ามกลาง เพราะการยังกุศลธรรมให้ถึงพร้อมนั้นนำมาซึ่งคุณต่าง ๆ ก็ชื่อว่าเป็นความงาม, อธิปัญญาสิกขา ชื่อว่า ปัญญา จัดเป็นความงามในที่สุด เพราะการชำระจิตของตนให้ผ่องแผ้ว เพราะการมีปัญญาเป็นยอด ปัญญานั้นก็ได้ชื่อว่า เป็นความงาม<sup>๑๒๗</sup>

ในบรรดาธรรมทั้ง ๓ ประการนี้ [ศีล สมาธิ ปัญญา] ถ้าขาดอย่างหนึ่ง อีกอย่างหนึ่งก็เกิดขึ้นไม่ได้ เพราะเป็นธรรมที่เป็นอุปนิสัย<sup>๑๒๘</sup> ซึ่งกันและกัน ในคำสอนของพระพุทธองค์นั้น จึงมีทั้งในชั้นของศรัทธา และชั้นของการพัฒนาสู่ปัญญา โดยทรงให้ศรัทธานั้นเป็นปัจจัยเกื้อกูลต่อปัญญา เพื่อให้เกิดผลอันยิ่งใหญ่ในการปฏิบัติวิปัสสนาต่อไป

#### ๔.๓ การปฏิบัติวิปัสสนา โดยตีความจากลักษณะพระพุทธรูปสมัยสุโขทัย

นับตั้งแต่ศาสนาพุทธแบบเถรวาท ลัทธิลังกาวงศ์ เริ่มเข้ามาประดิษฐานในสุโขทัย ชาวบ้านชาวเมืองยังไม่คุ้นเคยกับการปฏิบัติวิปัสสนาที่พระสงฆ์ชาวลังกานำมาเผยแผ่ แต่ด้วยพระปรีชาสามารถของกษัตริย์กรุงสุโขทัย ที่ทรงใช้ปัญญานำศรัทธา ทรงใช้กุศโลบายต่าง ๆ ทำให้เกิดศรัทธาขึ้นในหมู่พลเมืองของพระองค์ ดังมีปรากฏอยู่ในหลักศิลาจารึก และเอกสารต่าง ๆ เช่น ๑) ในหลักศิลาจารึกของวัดป่ามะม่วงหลัก ที่ ๔ พ.ศ. ๑๙๔๐ มีข้อความว่า พระยาสิทธิไทนนั้น ทรงศึกษาพระไตรปิฎกจากพระเถระชาวลังกา และเชี่ยวชาญพระไตรปิฎกมาก สามารถสอนพระวินัย และพระอภิธรรมตามแบบอย่างของอาจารย์แก่พระสงฆ์ในวัดได้<sup>๑๒๙</sup> ๒) พระยาสิทธิไทนทรงสร้างพระพุทธรูปเพื่อช่วยในการบำเพ็ญกายนุสสนาสติปัญญา สร้างพระสถูปเจดีย์ สร้างรอยพระพุทธรูป ทรงพระนิพนธ์เตฏมิกถา ว่าด้วยเรื่อง บุญ บาป นรก สวรรค์ และรวบรวมพระไตรปิฎก<sup>๑๓๐</sup> ๓) ในศิลาจารึกหลักที่ ๔๙ จารึกวัดสรศักดิ์ ด้านที่ ๑ บรรทัดที่ ๓๒-๓๓ ความว่า “. . . นายสรศักดิ์ขออากรได้สี่ที่ ได้สร้างหมู่วัดพายัพ ๒ ที่ ที่หนึ่งสร้างพระเจ้าหย่อนดิน [พระพุทธรูปยืน] อีกที่หนึ่งสร้างพระเจ้าจรงกรม. . .” [พระพุทธรูปเดิน] ๔) มีคติความเชื่อเรื่องการสร้างพระพุทธรูปอยู่หลายประการดังข้อความในจารึกวัดพญาภู และวัดช้างล้อม<sup>๑๓๑</sup> และ ๕) มีงานกลุ่มปฏิมากรรมที่ถูกสร้างขึ้นในความหมายของ “พระสี่อิริยาบถ” เช่น ในสุโขทัย มีวัดพระพายหลวง และวัดเชตุพน ในกำแพงเพชร มีวัดพระสี่อิริยาบถ ซึ่งวัดทั้งสามแห่งนี้ล้วนสร้าง

<sup>๑๒๗</sup> อภิ.ธ. (ไทย) ๗๙/๓/๙๑/๓๐๐.

<sup>๑๒๘</sup> อุปนิสัย หมายถึง หมวดธรรมที่เป็นเหตุทำหน้าที่ร่วมกัน. ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๙๐/๒๒๔.

<sup>๑๒๙</sup> จารึกหลักที่ ๔ ด้านที่ ๑ บรรทัดที่ ๕๕-๕๖, ประชุมจารึกภาคที่ ๘, หน้า ๒๙๙-๓๐๑.

<sup>๑๓๐</sup> จารึกสมัยสุโขทัย, (กรุงเทพมหานคร: กรมศิลปากร, ๒๕๒๖), หน้า ๖๕, ๖๙, และ ๑๐๕.

<sup>๑๓๑</sup> จารึกฐานพระพุทธรูปวัดพญาภู องค์ที่ ๑ พ.ศ. ๑๙๗๐, ประชุมจารึก ภาคที่ ๘ จารึกสุโขทัย,



ขึ้นในเขตอรัญญิก อันเป็นที่จำพรรษาของพระภิกษุฝ่ายอรัญวาสี ตั้งห่างจากตัวเมืองพอที่พระสงฆ์จะเดินเข้าไปบิณฑบาตถึงในเมืองได้ ทั้งนี้เพราะฝ่ายอรัญวาสีเน้นการบำเพ็ญศีล ภาวนา และเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ดังนั้นการสร้างพระพุทธรูป ๔ อิริยาบถ จึงสะท้อนให้เห็นคตินิยมของฝ่ายอรัญวาสี ในการนำพระพุทธรูปที่สร้างขึ้นมาประกอบในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน<sup>๑๓๒</sup> จากข้อความที่กล่าวอ้างมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงอาศัยการตีความจากพระพุทธรูปสมัยสุโขทัย เพื่อเข้าสู่การปฏิบัติวิปัสสนา ดังนี้

#### ๔.๓.๑ พระพุทธรูป ๔ อิริยาบถ

พระพุทธรูปที่สร้างขึ้นในเขตอรัญญิกของสุโขทัยทั้ง ๓ วัด มีกลุ่มปฏิมากรรมชุดของพระพุทธรูป ๔ อิริยาบถ ได้แก่ วัดพระพายหลวง, วัดเชตุพน, วัดสี่อิริยาบถ มีรายละเอียดดังนี้

##### ๑) ปฏิมากรรม “พระสี่อิริยาบถ” วัดพระพายหลวง เมืองเก่าสุโขทัย

ปฏิมากรรม “พระสี่อิริยาบถ” ปรากฏอยู่ในโบราณสถานในเขตพุทธาวาสของวัดพระพายหลวง ซึ่งเป็นโบราณสถานที่ตั้งเยื้องออกมาทางด้านทิศใต้ของแนวแกนประธานถัดออกมาทางด้านหน้ากลุ่มศาสนสถานที่เป็นเจดีย์รูปสี่เหลี่ยม อาคารหลังนี้เมื่อมีการขุดแต่งโบราณวัตถุ เมืองเก่าสุโขทัย ถูกเรียกว่า มณฑป ก่อสร้างด้วยอิฐถือปูน มีพระพุทธรูปปูนปั้นขนาดใหญ่ โดยด้านหน้าทิศตะวันออกเป็นพระพุทธรูปเดิน<sup>๑๓๓</sup> ด้านข้าง ๒ ข้างเป็นพระพุทธรูปยืน ขนาดย่อม [สันนิษฐานว่าเป็นพุทธสาวกเบื้องขวาและเบื้องซ้าย] ด้านละ ๒ องค์ ส่วนด้านหลังสันนิษฐานว่าเป็นพระพุทธรูปยืนอีก ๑ องค์ [ชำรุดหมด คงมีเหลือเพียงแค่ฐาน] (ดูภาพ ๓๗)



ภาพที่ ๓๗ แสดงภาพปฏิมากรรม “พระสี่อิริยาบถ” วัดพระพายหลวง เมืองเก่าสุโขทัย<sup>๑๓๔</sup>

<sup>๑๓๒</sup> สุริยวุฒิ สุขสวัสดิ์, “กลุ่มพระพุทธรูปสี่อิริยาบถในศิลปะสุโขทัย: ความหมายทางพระพุทธศาสนาบางประการ.” วารสารเมืองโบราณ. ปีที่ ๑๓ ฉบับที่ ๓ (กรกฎาคม-กันยายน ๒๕๓๐), ๖๐.

<sup>๑๓๓</sup> ศักดิ์ชัย สายสิงห์, “พระเจ้าหย่อนดิน พระพุทธรูปลีลา และพระพุทธรูปปางเสด็จจากดาวดึงส์ในศิลปะสุโขทัย”, ใน พุทธปฐมา : งานช่างพลังแห่งศรัทธา, ม.ป.ท., หน้า ๑๓๐-๑๓๑.

<sup>๑๓๔</sup> ที่มาของภาพ: บุญยกร วชิระเจียรชัย, “ศึกษาวิเคราะห์คติความเชื่อเรื่องพระอัฐารสที่มีอิทธิพลต่องานพุทธศิลป์”, หน้า ๑๑๓.

## ๒) ปฏิมากรรม “พระสี่อิริยาบถ” วัดเชตุพน เมืองเก่าสุโขทัย

ปฏิมากรรม “พระสี่อิริยาบถ” ปรากฏอยู่ในโบราณสถานเขตพุทธาวาสของวัดเชตุพน เป็นอาคารที่เรียกว่า มณฑป ซึ่งเป็นอาคารประธานของวัดแห่งนี้ มณฑปหลังนี้ทำเป็นที่ประดิษฐานพระพุทธรูป ที่เรียกว่า “พระสี่อิริยาบถ” กล่าวคือ มีพระพุทธรูปในอิริยาบถยืนอยู่ทางด้านทิศตะวันตก มีพระพุทธรูปเดินอยู่ทางด้านหน้าทิศตะวันออก พระพุทธรูปในอิริยาบถนั่งอยู่ทางด้านทิศเหนือ ส่วนมีพระพุทธรูปในอิริยาบถนอนอยู่ทางด้านทิศใต้ (ดูภาพ ๓๘)



ภาพที่ ๓๘ แสดงภาพปฏิมากรรม “พระสี่อิริยาบถ” วัดเชตุพน เมืองเก่าสุโขทัย<sup>๑๓๕</sup>

## ๓) ปฏิมากรรม “พระสี่อิริยาบถ” วัดพระสี่อิริยาบถ เมืองกำแพงเพชร

ปฏิมากรรม “พระสี่อิริยาบถ” ปรากฏอยู่ในโบราณสถานเขตพุทธาวาสของวัดพระสี่อิริยาบถ เป็นอาคารที่เรียกว่า มณฑป กล่าวคือ อาคารดังกล่าวประดิษฐานพระพุทธรูปยืนอยู่ด้านทิศตะวันตก พระพุทธรูปเดินอยู่ด้านทิศตะวันออก (ด้านหน้า) พระพุทธรูปนั่งอยู่ทางด้านทิศใต้ ส่วนพระพุทธรูปนอนอยู่ทางด้านทิศเหนือ (ซึ่งต่างจากวัดเชตุพนที่พระพุทธรูปในอิริยาบถนอนอยู่ทางด้านทิศใต้ ส่วนพระพุทธรูปในอิริยาบถนั่งอยู่ทางด้านทิศเหนือ) (ดูภาพ ๓๙)



ภาพที่ ๓๙ แสดงภาพปฏิมากรรม “พระสี่อิริยาบถ” วัดพระสี่อิริยาบถ เมืองกำแพงเพชร<sup>๑๓๖</sup>

<sup>๑๓๕</sup> ที่มาของภาพ: บุญยก วชิระเจียรชัย, “ศึกษาวิเคราะห์คติความเชื่อเรื่องพระอัฐารสที่มีอิทธิพลต่องานพุทธศิลป์”, หน้า ๑๑๓.

<sup>๑๓๖</sup> ที่มาของภาพ: บุญยก วชิระเจียรชัย, หน้า ๑๑๔.

แต่จากลักษณะการสร้างของสถาปัตยกรรมไทย ตัวของมณฑปจะอยู่ในรูปแบบที่เรียกว่า “วิหารจัตุรมุข” เพื่อประดิษฐานพระพุทธรูปในอิริยาบถยืน เดิน นั่ง และนอน โดยสร้างแกนก่ออิฐถือปูนขนาดใหญ่ แกนเดียว แต่ละด้านของแกนจะประดิษฐานองค์พระพุทธรูป แต่ละอิริยาบถไว้<sup>๑๓๓</sup> รอบ ๆ แกนเป็นบริเวณกว้างอยู่ภายในกำแพงแก้ว

จากการศึกษางานกลุ่มปฏิมากรรม “พระสี่อิริยาบถ” ที่ผ่านมามีการอธิบายถึงที่มาในการแปลความหมายของคำว่า “พระสี่อิริยาบถ” ย่อมพิจารณาเห็นความสอดคล้องกันว่าการสร้างพระพุทธรูปในอิริยาบถทั้ง ๔ ไว้ในวัดเขตอรัญญิก และมีถึง ๓ แห่งนั้น ก็เพื่อใช้เป็นเครื่องช่วยในการบำเพ็ญกายนุสสนาสำหรับการปฏิบัติวิปัสสนาใน ๔ อิริยาบถ โดยวิเคราะห้ได้ว่า ศาสนาพุทธแบบเถรวาท ลัทธิลังกาวงศ์ ซึ่งเพิ่งเริ่มเข้ามาประดิษฐานในสุโขทัย ชาวบ้านชาวเมืองยังไม่คุ้นเคยกับการปฏิบัติวิปัสสนาที่พระสงฆ์ชาวลังกานำมาเผยแพร่ด้วย ดังนั้นการนำเอาพระพุทธรูปในแบบ ๔ อิริยาบถมาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจจึงมีความสำคัญยิ่ง โดยเฉพาะมีกษัตริย์ทรงเป็นองค์อุปถัมภ์ที่สำคัญ มีเจ้าขุนมูลนายที่ศรัทธาแรงกล้าในพระพุทธศาสนาช่วยสนับสนุน ดังปรากฏข้อความบนหลักศิลาจารึก ในขณะเดียวกันชาวเมืองสุโขทัย และพื้นที่ใกล้เคียง มีความเชี่ยวชาญมากในการก่อสร้าง และงานปั้น งานหล่อพระพุทธรูป จึงช่วยให้งานทั้งหลายทั้งปวงนี้ประสบความสำเร็จ นำมาซึ่งความเจริญรุ่งเรืองสูงสุด

#### ๔.๓.๒ อิริยาบถของการปฏิบัติวิปัสสนา

อิริยาบถ หมายถึง กิริยา อาการ และท่าทาง หรืออาการเคลื่อนไหวของกายขณะที่กำลังเป็นปัจจุบัน เช่น ขณะนั้นกายนั่งอยู่ ก็ให้รู้ในอาการของกายในขณะนั้น ว่าเป็นอิริยาบถอันนั้น ซึ่งจำแนกออกเป็น ๒ ส่วน คือ

๑. อิริยาบถใหญ่
๒. อิริยาบถย่อย

##### ๑. อิริยาบถใหญ่

อิริยาบถใหญ่ หรืออาการเคลื่อนไหวใหญ่ ๆ หรือที่เรียกว่า อิริยาบถ ๔ คือ อิริยาบถยืน เดิน นั่ง และนอน ซึ่งเป็นสิ่งที่มีอยู่แล้วเหมือนลมหายใจ ไม่ต้องสร้างขึ้นก็มีเอง หน้าที่ของนักปฏิบัติ คือ เพียรตามรู้ให้ตรงตามที่เป็นจริง ตรงตามปัจจุบันเท่านั้น ดังมีพระพุทธรูปดรัสแสดงไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเมื่อยืนอยู่ ก็รู้ชัดว่า ยืนอยู่ ภิกษุเมื่อเดินอยู่ ก็รู้ชัดว่า เดินอยู่ ภิกษุ

<sup>๑๓๓</sup> อ้างใน บุญยกร วชิระเชียรชัย, “ศึกษาวิเคราะห์คติความเชื่อเรื่องพระอัฐารสที่มีอิทธิพลต่องานพุทธศิลป์”, หน้า ๑๘๔.

เมื่อนั่งอยู่ ก็รู้ชัดว่า นั่งอยู่ ภิกษุเมื่อนอนอยู่ ก็รู้ชัดว่า นอนอยู่”<sup>๑๓๘</sup> หมายความว่า ในขณะที่กายทรงอยู่ หรือเคลื่อนไหวอยู่ มิใช่เคลื่อนไหวไปเฉพาะส่วนใดส่วนหนึ่ง แต่จะเคลื่อนไหวไปด้วยกันทั้งหมด อย่างนี้เรียกว่า อิริยาบถใหญ่ ซึ่งมีอยู่ ๔ อย่าง คือ

**๑.๑. อิริยาบถยืน** เมื่อกำหนดสติกำหนดระลึกอาการที่ยืนอยู่ ก็ให้ใส่ใจกำกับอาการที่ยืนนั้น ให้สติรับรู้อาการที่เห็นปรากฏว่ายืนอยู่จริง ไม่ได้เห็นความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา ให้รู้ชัดลงไปอย่างนี้ ดังข้อความที่แสดงไว้ว่า “เมื่อยืนอยู่ ก็รู้ชัดว่า ยืนอยู่” เมื่อกำหนดรู้อาการยืนก็ให้ใส่ใจในอาการยืนนั้นให้ชัดเจน เพื่อประโยชน์ต่อการกำหนดรู้อิริยาบถของการจะเดินต่อไป

**๑.๒. อิริยาบถเดิน** (เดินจงกรม) การกำหนดรู้อาการเดินก็เช่นกัน ต้องใส่ใจในขณะที่กำหนด กำกับรู้เท่าทันในขณะรับรู้ความเป็นไปของการเคลื่อนไหวให้ต่อเนื่องสม่ำเสมอ ไม่ขาดตอนไปจากการมีสติกำหนดรู้ ดังข้อความที่แสดงไว้ว่า “เมื่อเดินอยู่ ก็รู้ชัดว่า เดินอยู่” ในการเดิน และการกำหนดรู้อาการเดิน มีสติอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ การกำหนดรู้อาการจากขณะหนึ่งไปสู่อีกขณะหนึ่ง ผู้ปฏิบัติได้ชื่อว่า มีสติต่อเนื่องในการกำหนดรู้รูปนามได้อย่างชัดเจน ในปัจจุบัน การเดินจงกรมนั้นก่อให้เกิดสมาธิได้เร็วกว่าการนั่งกรรมฐาน เป็นสิ่งที่นักปฏิบัติควรกระทำให้ดีที่สุด และควรเดินอย่างเป็นธรรมชาติ<sup>๑๓๙</sup> เมื่อทำการกำหนดรู้ในอิริยาบถยืน และเดิน จนเกิดความต่อเนื่องกัน จะทำให้วิริยะมีกำลังสม่ำเสมอ ย่อมเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่ออิริยาบถนั่ง

**๑.๓. อิริยาบถนั่ง** การกำหนดอาการนั่ง มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพราะหลังจากเดินจงกรมจนมีวิริยะสม่ำเสมอดีแล้ว ทำให้การรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดจากการเดินมีผลดีต่อการนั่ง การรู้ชัดของการกำหนดรู้ก็จะปรากฏความรู้เห็นตามความเป็นจริง ดังข้อความที่แสดงไว้ว่า “เมื่อนั่งอยู่ ก็รู้ชัดว่า นั่งอยู่” ผู้ปฏิบัติอย่างนี้ได้ชื่อว่า พิจารณาเห็นกายในกายอยู่อย่างนี้<sup>๑๔๐</sup> การกำหนดรู้ในอิริยาบถนั่ง จนเกิดความต่อเนื่องกันไม่ขาดตอน ย่อมเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อการกำหนดรู้อาการนอนอย่างมีสติต่อไป

**๑.๔. อิริยาบถนอน** กำหนดรู้ในอิริยาบถนอน มีความสำคัญไม่น้อยไปกว่าอิริยาบถอื่น ๆ เพราะนักปฏิบัติต้องไม่ละเลยจากการกำหนดรู้ตลอดเวลา คือ ต้องปฏิบัติตั้งแต่ตื่นนอนในตอนเช้าจนถึงเข้านอนในตอนค่ำ จนเป็นปกตินิสัยของการกำหนดรู้ มีสติอยู่เสมอว่า “เมื่อนอนอยู่ ก็รู้ชัดว่า นอนอยู่” หมายความว่า ขณะเอนตัวลงนอน พึงกำหนดตามกิริยาอาการ และท่าทางของกาย จนกว่าจะนอนเรียบร้อยแล้ว กำหนดรู้จนกว่าจะหลับไป

<sup>๑๓๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙

<sup>๑๓๙</sup> พระคันธสาราภิกขุ, โพธิปักขิยธรรม, หน้า ๒๖.

<sup>๑๔๐</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๘/๑๐๔

## ๒) อริยาบถย่อย

อริยาบถย่อยถือว่าเป็นอริยาบถที่มีมาก สุดแต่แต่กายจะเคลื่อนไหวไปมา<sup>๑๔๑</sup> เป็นการกำหนดรู้ในสัมปชัญญะ ซึ่งช่วยส่งเสริมให้สติมีกำลังในการใส่ใจที่เข้าไปประจักษ์ด้วยโยนิโสมนสิการ เป็นการรู้ตัวทั่วพร้อม รู้รอบคอบ รู้ตัวเสมอ รู้เท่าทันในอริยาบถย่อย เช่น การก้าวไป การถอยกลับ การเหลียวซ้าย แลขวา การคู้ เหยียด พาดสังขมาฏฐิ อัมบาตร ห่มจีวร บริโภค ดื่ม เคี้ยว ลิ้ม ถ่ายอุจจาระ ถ่ายปัสสาวะ เป็นต้น เมื่อจะกล่าวโดยย่อ ๆ ก็ได้แก่ ความเคลื่อนไหวไปมาต่าง ๆ ของร่างกายนี้เอง ดังพระพุทธดำรัสว่า “กายจะตั้งอยู่โดยอาการใด ก็กำหนดรู้โดยอาการนั้น ๆ”<sup>๑๔๒</sup> หมายความว่า เวลาเหยียดแต่ละครั้ง อย่าไปตามอำนาจจิตเท่านั้น ต้องกำหนดรู้ประโยชน์ และมีใช้ประโยชน์ ต้องมีสติ ไม่ประมาท มีกรรมฐานอยู่เป็นนิจ ตามสภาวะความเป็นจริง ในระหว่างการคู้ การเหยียดจะไม่มีบุคคล ตัวตน เรา เขา ผู้คู้ ผู้เหยียด แต่จะมีเพียง ๒ อย่างเท่านั้น คือ การกระทำของจิต และการกระทำของวาโยธาตุ

วัตถุประสงคที่เรajerิณฐติปฏฐาน โดยพิจารณาตุรูปยีน เเดิน น่ง นอน และอาการอื่น ๆ ให้เห็นความจริงว่า ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่เรายีน เราเดิน เราน่ง เรานอน. . . ให้เห็นว่าเป็นทุกข ไม่ใช่สุข เป็นไปตามกฎของไตรลักษณ์ เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ การพิจารณาอริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ ได้อย่างถูกต้องนั้น จะเป็นการปูพื้นฐานเพื่อไปสู่อริยาบถย่อยอื่น ๆ ต่อไปได้ดียิ่งขึ้น จากการที่มีสติใส่ใจกำหนดรู้ในอริยาบถย่อยได้อย่างต่อเนื่องด้วยความเพียรนั้น จะทำให้สติสัมปชัญญะเกิดกำลัง (สมาธิ) ในการกำหนดรู้อารมณ์ปรมาตถะเลียดมากขึ้นเรื่อย ๆ จนกระทั่งเกิดปัญญารู้ชัดตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา

## ๔.๔ การปฏิบัติวิปัสสนา ตามหลักสติปฏฐาน ๔

การเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปฏฐาน ๔ เป็นการปฏิบัติที่พระพุทธองค์ตรัสว่า เป็นทางสายเอก (เอกายนมรรค) เมื่อปฏิบัติได้อย่างดีงาม ย่อมเป็นเครื่องสนับสนุนให้โพชฌงค์ ๗ องค์แห่งการตรัสรู้บริบูรณ์ ซึ่งยังให้วิชชา และวิมุตติบริบูรณ์ จึงถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้

การปฏิบัติทั้งหลายไม่ว่าในทางโลก หรือทางธรรมก็ตาม ล้วนต้องเรียนรู้ให้เข้าใจ จุดประสงค์เสียก่อน ต้องมีปัญญาหรือวิชชาเป็นพื้นฐานบ้างเสียก่อน จึงค่อยเริ่มลงมือปฏิบัติ จึงจะถูกต้องดีงาม อันจะยังผลให้การปฏิบัติเป็นไปอย่างถูกต้องตามแนวทางของพระพุทธศาสนา ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า “เธอทั้งหลายพึงเรียน พึงรู้ พึงเจริญให้มาก พรหมจรรย์นี้จะพึงตั้งอยู่ได้

<sup>๑๔๑</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙), วิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๘๔๔.

<sup>๑๔๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙-๒๕๐.

นาน ดำรงอยู่ได้นาน เป็นไปเพื่อเกื้อกูลแก่คนหมู่มาก เพื่อสุขแก่คนหมู่มาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก ธรรมนั้นก็คือ สติปัฏฐาน ๔”<sup>๑๔๓</sup>

#### ๔.๔.๑. ความหมายของวิปัสสนา

วิปัสสนา คือ การเข้าไปรู้อารมณ์ตามที่เป็นจริง อย่างแจ่มแจ้ง ไม่หลงในอารมณ์ (อารมณ์วิปัสสนา คือ รูป-นาม) โดยอาศัยสมาธิ คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตเป็นบาทฐานก่อนเกิดตัวปัญญา<sup>๑๔๔</sup>

#### ๔.๔.๒. ความหมายของสติปัฏฐาน

สติปัฏฐาน คือ ฐานที่ตั้งหรือเป็นฐานที่รองรับการกำหนดของสติอย่างประเสริฐยิ่ง เพราะสติปัฏฐานนี้ เป็น เอกายนมรรค คือ เป็นหนทางที่ไปอันเอก หรือเป็นหนทางเดียวเท่านั้นที่สามารถนำจิตให้ดำเนินไปถึงพระนิพพาน อันเป็นที่สุดแห่งทุกข์ทั้งปวงได้

สติปัฏฐาน จำแนกออกด้วยอำนาจแห่งอารมณ์ มี ๔ ประการ<sup>๑๔๕</sup> และเพื่อเกื้อกูลตามจริตของบุคคลผู้ปฏิบัติ คือ

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่ สติกำหนดพิจารณาเห็นกายในกาย (ในกายแห่งสติปัฏฐาน) เพื่อเหมาะแก่ผู้มีตัณหาจริตที่มีปัญญาอ่อน
๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่ สติกำหนดพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา (ในเวทนาแห่งสติปัฏฐาน) เพื่อเหมาะแก่ผู้มีตัณหาจริตที่มีปัญญากล้า
๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่ สติกำหนดพิจารณาเห็นจิตในจิต (ในจิตแห่งสติปัฏฐาน) เพื่อเหมาะแก่ผู้มีทิฏฐิจริตที่มีปัญญาอ่อน
๔. ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๑๔๖</sup> ได้แก่ สติกำหนดพิจารณาเห็นธรรมในธรรม (ในธรรมแห่งสติปัฏฐาน) เพื่อเหมาะแก่ผู้มีทิฏฐิจริตที่มีปัญญากล้า

#### ๔.๔.๓ องค์ธรรมของสติปัฏฐานมี ๓ ประการ คือ

ผู้เจริญสติปัฏฐาน ซึ่งจะต้องกำจัดอภิชฌา (ความพอใจ) และโทมนัส (ความไม่พอใจ) ในโลกให้พินาศไปได้นั้น ต้องประกอบด้วยองค์ธรรม ๓ ประการ คือ

<sup>๑๔๓</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๘๓/๑๓๐.

<sup>๑๔๔</sup> ดูรายละเอียดใน สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.), อริยวงศ์ปฏิบัติ ปฏิภาณอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๓๓-๓๗.

<sup>๑๔๕</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๕/๑๐๑.

<sup>๑๔๖</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๕/๑๑๒.

๑ อาตมามี ต้องมีความเพียรเพิกเลสที่เร่าร้อน<sup>๑๔๗</sup> เป็นองค์ธรรมที่ช่วยในการขับเคลื่อนการปฏิบัติ ให้ดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง ไม่เกียจคร้านหรือท้อแท้ต่อการปฏิบัติ

๒ สัมปชาโน คือ ความรู้ตัวทั่วพร้อม ได้แก่ สัมปชัญญะ เป็นความรู้สึกรู้ตัวในขณะปัจจุบัน ในอาการทั้งภายนอกและภายใน อันได้แก่ อิริยาบถใหญ่และอิริยาบถย่อย (ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม พูด คิด เป็นต้น) อันเป็นส่วนของ กายานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และธรรมมานุปัสสนา โดยกำหนดถึงการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปของอาการนั้น

๓ สติมา คือ ความระลึกอยู่ในอารมณ์ที่เป็นไปในสติปัฏฐาน ๔ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิท การเจริญสติมีประโยชน์ทำให้จิตตั้งมั่นมีสมาธิ เพื่อการพัฒนาปัญญา<sup>๑๔๘</sup>

องค์ธรรมทั้ง ๓ ประการ คือ ความเพียร ความรู้ตัว ความระลึกได้ ดังกล่าวเป็นตัวของผู้ปฏิบัติเอง (โยคาวจร) คือ ผู้เพ่ง ส่วนสติปัฏฐาน ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม หรือรูป-นาม เป็นตัวถูกเพ่ง โดยมีตัวที่เพ่งกับตัวถูกเพ่ง ๒ อย่างตามนัยแห่งสติปัฏฐานนี้เท่านั้น ที่จะทำให้เห็นสภาวะตามความเป็นจริง คือ วิปัสสนาปัญญา

การเจริญวิปัสสนา คือ การกำหนดรู้ความจริงของรูป-นาม แต่วิธีการที่จะกำหนดรู้รูป-นามนั้น ต้องกำหนดตามนัยของสติปัฏฐาน เมื่อย่อสติปัฏฐานลงแล้ว ได้แก่ รูปกับนาม คือ :

๑ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	ได้แก่	รูปชั้น	เป็นรูป
๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน	”	เวทนาชั้น	เป็นนาม
๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	”	ปัญญาชั้น	เป็นนาม
๔ ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	”	ชั้นทั้ง ๕	เป็นทั้งรูป-นาม

### ขั้นตอนการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔

ในงานวิจัยนี้ ผู้ศึกษานำเสนอเฉพาะที่เป็นประสบการณ์ตรง ในอิริยาบถใหญ่ ๒ อย่าง คือ อิริยาบถเดิน และอิริยาบถนั่ง นำมาเป็นหลักในการปฏิบัติ [อิริยาบถยืนจะปรากฏในขณะยืนก่อนจะเริ่มเดิน และหันกายกลับ ส่วนอิริยาบถนอน ให้กำหนดท่าทางของกายจนกว่าจะนอนเรียบร้อยแล้ว และกำหนดอาการพองหนอ-ยุบหนอ จนกว่าจะหลับ] สำหรับอิริยาบถเดิน (จงกรม) ถือได้ว่า เป็นการใช้พละควบกันทั้ง ๕ อย่างครบถ้วน คือ ใช้สัทธาพละ ปัญญาพละ สมาธิพละ วิริยะพละ ซึ่งทั้ง ๔ นี้ ต้องทำให้เสมอกันเพื่อให้เกิดปัญญา ที่เรียกว่า ญาณ<sup>๑๔๙</sup> ส่วน

<sup>๑๔๗</sup> วิ.มหา. (ไทย) ๑/๑๙๙/๑๘๔.

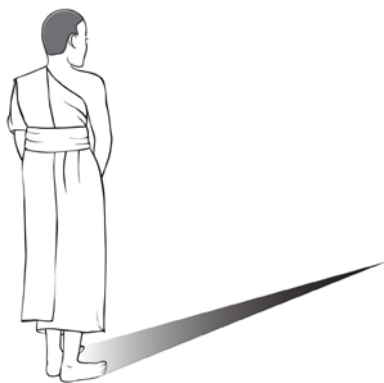
<sup>๑๔๘</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๓๓.

<sup>๑๔๙</sup> กองพุทธศาสนศึกษา, หลักการปฏิบัติธรรม, หน้า ๑๗๘.

สติพละยิ่งเจริญมากยิ่งขึ้น ในระหว่างการเจริญวิปัสสนาจะมีสภาวะธรรมเกิดขึ้นหลายอย่าง เช่น ศรัทธาพยายามเอาชนะปัญญา วิริยะกับสมาธิก็เช่นกัน ดังนั้น การปรับอินทรีย์สองคู่นี้ [ศรัทธากับปัญญา, วิริยะกับสมาธิ] ให้สมดุลกันเป็นสิ่งจำเป็นมากสำหรับความก้าวหน้า และเป็นการรักษาทิศทางการปฏิบัติให้ถูกต้องด้วย<sup>๑๕๐</sup>

มีพระพุทธดำรัสหลายแห่งแสดงไว้ว่า “ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พึงชำระจิตให้บริสุทธิ์จากธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี (นิวรณ์และอกุศลธรรม) ด้วยการเดินจงกรม ด้วยการนั่งตลอดวัน. . . ภิกษุนั้นชื่อว่า เป็นผู้หมั่นประกอบความเพียร เป็นเครื่องตั้งอยู่ตลอดปฐมยาม และปัจฉิมยาม”<sup>๑๕๑</sup> พระองค์ทรงเน้นการเดินจงกรมก่อนที่จะนั่งกรรมฐาน เพราะว่าการเดินจงกรมนั้นก่อให้เกิดสมาธิได้เร็วกว่าการนั่ง เนื่องจากสภาวะเดินที่ประกอบด้วยกายยก ย่างเหยียบ ประจักษ์ชัดกว่าสภาวะพอง-ยุบที่ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้ในขณะนั่ง<sup>๑๕๒</sup> และพระพุทธองค์ทรงรับรองว่าการเดินจงกรมนั้นมีอานิสงส์ ๕ ประการ คือ ๑) เป็นผู้มีความอดทนต่อการเดินทางไกล ๒) เป็นผู้มีความอดทนต่อการบำเพ็ญเพียร ๓) เป็นผู้มิเจ็บไข้ (อาพาธ) น้อย ๔) อาหารที่กิน ดื่มน้ำแล้วย่อยได้ง่าย ๕) สมาธิที่ได้เพราะการเดินจงกรมตั้งอยู่ได้นาน<sup>๑๕๓</sup>

### วิธีปฏิบัติในอิริยาบถเดินจงกรม



ภาพที่ ๕๐ แสดงภาพการเดินจงกรม<sup>๑๕๔</sup>

การเริ่มต้นเดินจงกรม เมื่อตั้งใจพร้อมให้ยืนตัวตรง ไม่เกร็ง เก็บมือประสานไว้ด้านหน้าหรือหลัง มือขวาจับข้อมือซ้าย สันเท้าชิด ปลายเท้าแยกพอประมาณ ก้มหน้าเล็กน้อย

<sup>๑๕๐</sup> ดูรายละเอียดใน พระกัมมมัฏฐานาจริยะ พระปันจิตาภิวงศ์, **รู้แจ้งในชาตินี้**, หน้า ๒๓๑-๒๓๓.

<sup>๑๕๑</sup> อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๑๘/๓๙๑.

<sup>๑๕๒</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร**, หน้า ๘๙.

<sup>๑๕๓</sup> อง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๒๙/๔๑.

<sup>๑๕๔</sup> ที่มาของภาพ: ภาพวาดจากประสบการณ์ตรงของผู้วิจัยในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน



ศีรษะไม่เอียง ทอดสายตาลงพื้น เดินจงกรมไป-กลับในเส้นทางเดียวกัน ความยาวทางเดินประมาณไม่เกิน ๔ เมตร เมื่อทำยืนเรียบร้อยแล้ว ให้หลับตา เอาสติมาจับที่ร่างกายให้ภาวนาว่า “ยืนหนอๆๆ” มีสติกำหนดพิจารณารู้อาการยืน รู้ตั้งแต่พื้นจนถึงปลายเส้นผม จนกว่าพร้อมที่จะเดิน เมื่อพร้อมเดินให้ลืมตาประมาณกึ่งหนึ่ง จากนั้นเคลื่อนสติไปจับอยู่ที่เท้า เดินช้า ๆ พร้อมกำหนดไปตามอาการอย่างจดจ่อต่อเนื่อง รับรู้ความรู้สึกของเท้าที่ค่อย ๆ ยกขึ้น ค่อย ๆ ย่างลง

การเดินจงกรม มี ๖ ระยะ<sup>๑๕๕</sup>

๑. ซ้ายย่างหนอ ขว้าย่างหนอ (การเดิน ๑ จังหวะ) ให้กำหนดอาการยืน ยืนหนอ ๆ ๆ ประมาณ ๓ ครั้ง ทอดสายตาประมาณ ๑ วา กำหนดสติรู้ที่เท้า จิตสงบแล้วจึงก้าวไปเป็นจังหวะช้า ๆ พร้อมกับกำหนดให้ถูกกับอาการเคลื่อนไหวของเท้า ให้พอดีกัน

๒. ยกหนอ เขยิบหนอ (การเดิน ๒ จังหวะ) ให้กำหนดอาการยืน ยืนหนอ ๆ ๆ ประมาณ ๓ ครั้ง เมื่อกาย ใจพร้อมเดิน เอาจิตไปกำหนดที่เท้าข้างที่จะใช้ก้าวเดิน และควรมีการกำหนดต้นจิตด้วย คือ อยากเดินหนอ ๆ ๆ หมายความว่า จิตอยากจะเดิน แต่ยังไม่เดิน จิตก็เป็นกุศลในการกำหนดเจริญสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งก็คือ การบำเพ็ญเพียร เพื่อละอุปาทานชั้น ๕ การเดินระยะนี้หากผู้ปฏิบัติมีความตั้งใจสูงสามารถเกิดญาณหยั่งรู้เหตุปัจจัยของรูปนามได้ (นามรูปปริเนทญาณ)

๓. ยกหนอ ย่างหนอ เขยิบหนอ (การเดิน ๓ จังหวะ) ให้เอาสติไปจดจ่อที่อาการยกขึ้นของเท้า รู้ลักษณะของการยกเท้า กำหนดสติพร้อมกับการสิ้นสุดของการเขยิบ ผู้ปฏิบัติที่ปฏิบัติมาถึงระยะที่ ๓ นี้ จะสามารถตระหนักรู้สภาวะอาการเกิด-ดับของอารมณ์ที่กำหนดขณะเดิน พิจารณาเห็นว่าอาการเดินเป็นรูป จิตที่รู้เป็นนามได้ ในระยะนี้ให้หยุดยืนกำหนดเสียความรู้สึกนึกคิด ลมที่พัดมาถูกตัว เป็นต้น ผู้ปฏิบัติธรรมจะกำหนดรู้สภาวะธรรมของรูปนามในกาลทั้ง ๓ คือ อดีต ปัจจุบัน อนาคต และพิจารณาว่า รูปนามที่กำหนดอยู่นี้เกิดจากเหตุปัจจัย (ปัจจัยปริคคหญาณ และกังขาวิตรณวิสุทธิ ความหมดจดด้วยการข้ามความสงสัย) การรู้เห็นในลักษณะนี้เป็นญาณที่เกิดตามอัธยาศัย และบารมีของผู้ปฏิบัติธรรม<sup>๑๕๖</sup>

๔. ยกสั้นหนอ ยกหนอ ย่างหนอ เขยิบหนอ (การเดิน ๔ จังหวะ) เหมาะกับผู้มีอินทรีย์แก่กล้าแล้ว จิตของผู้ปฏิบัติจะละเอียดขึ้นเป็นลำดับ พระวิปัสสนาจารย์จะคอยแนะนำเป็นรายบุคคล เพราะความแตกต่างกันของอินทรีย์

<sup>๑๕๕</sup> พระครูปลัดสัมพิพัฒน์ธรรมาจารย์, รายวิชาสติปัฏฐานภาวนา, หน้า ๔๒๕-๔๓๐.

<sup>๑๕๖</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๒, หน้า ๙๕.

๕. ยกส้นหนอ ยกหนอ ย่างหนอ ลงหนอ ถูหนอ (การเดิน ๕ จังหวะ) การส่งอารมณ์กับพระวิปัสสนาจารย์ จะช่วยให้การปฏิบัติธรรมเจริญก้าวหน้าขึ้น และถูกต้องตามแนวการปฏิบัติวิปัสสนา

๖. ยกส้นหนอ ยกหนอ ย่างหนอ ลงหนอ ถูหนอ กดหนอ (การเดิน ๖ จังหวะ) การปฏิบัติตามคำแนะนำจากพระวิปัสสนาจารย์อย่างเคร่งครัด จะช่วยให้เห็นผลได้เร็ว และจะได้รับกำลังใจให้ร่าเริงต่อการปฏิบัติวิปัสสนา

### วิธีปฏิบัติในอิริยาบถนั่งเจริญสติ



ภาพที่ ๔๑ แสดงภาพอิริยาบถนั่ง<sup>๑๕๗</sup>

การนั่งกำหนดอาการฟอง-ยุบของท้อง จัดเป็นอิริยาบถนั่ง อยู่ในหมวดสัมปชัญญะ และธาตุมนสิการ ลักษณะของท่าที่นั่งนี้มี ๓ แบบ คือ ๑) ท่านั่งแบบขัดสมาธิ [แบบพระพุทธรูป] หรือเรียกว่า ขัดสมาธิเพชร ๒) ท่านั่งแบบซ้อนขา (ขัดสมาธิราบ) คล้ายแบบแรก แต่ใช้ขาขวาวางซ้อนทับบนขาซ้าย ๓) ท่านั่งแบบเรียงขา คล้ายแบบที่สอง แต่จะวางขาเรียงกันกับพื้น ให้เท้าใดเท้าหนึ่งอยู่ด้านนอก มีข้อดีคือ เกิดทุกขเวทนาได้ช้ากว่าเพราะ ไม่ได้วางขาทับซ้อนกัน<sup>๑๕๘</sup>

ผู้ปฏิบัติควรเลือกนั่งในท่าที่ตนเองถนัดที่สุด วางฝ่ามือซ้อนกัน นิ้วหัวแม่มือต่อกัน ตั้งกายตรง หลังตาลงเบา ๆ จากนั้นกำหนดสติรู้อาการฟอง-ยุบ มีสติตามระลึกรู้อาการตั้งแต่ท้องเริ่มพอง กำหนดว่า พอง . . . จนสุดพองจึงกำหนด . . . หนอ เมื่อท้องเริ่มยุบกำหนดว่า ยุบ . . . จนสุดยุบจึงกำหนด . . . หนอ กำหนดอย่างนี้ให้ตรงกับอาการฟอง-ยุบของท้อง จนเมื่อมีอารมณ์อื่นเข้ามาแทรก จึงหยุดกำหนดฟอง-ยุบ แล้วตั้งสติไปกำหนดอารมณ์ที่เข้าแทรกนั้น กำหนดให้

<sup>๑๕๗</sup> ที่มาของภาพ: ภาพวาดจากประสบการณ์ตรงของผู้วิจัยในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน

<sup>๑๕๘</sup> พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์, รายวิชาสติปัญญาภาวนา, หน้า ๔๓๒.

ตรงกับความเป็นจริง ตรงกับอาการปัจจุบัน กำหนดจนอารมณ์นั้นจางไป ดับไป จึงกลับมา กำหนดอาการพอง-ยุบ ต่อไป เมื่อปฏิบัติดังกล่าวนี้อีกต่อไป การเห็นรูป เห็นนามจะชัดขึ้น อินทรีย์จะพอกพูนขึ้นเป็นลำดับ อาการพอง อาการยุบของวาโยธาตุในท้องจะเปลี่ยนแปลงไป เป็นลำดับ โยคีผู้ปฏิบัติได้ส่งอารมณ์กับพระวิปัสสนาจารย์เสมอ ๆ จะได้รับคำแนะนำใหม่ ๆ เพิ่มขึ้น การพัฒนาปัญญาจะสูงขึ้นไปตามสภาวะธรรม จนในที่สุดจะมีแต่นามธรรมล้วน ๆ ไม่มี ภาวะของบุคคล ตัวตน เรา เขา โดยมองเห็นว่า กายนี้เป็นเพียงที่ประชุมของธาตุ ซึ่งจัดอยู่ใน หมวดธัมมานุปัสสนากรรมฐาน สมดังพระพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร ว่า

ภิกษุ! นั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้า พิจารณาเห็นทั้งธรรมที่เป็นเหตุเกิด และธรรมที่เป็น เหตุดับในธรรมทั้งหลาย ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่ต้องอาศัยตัณหา และทิฏฐิ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ในการปฏิบัติวิปัสสนานั้น พระพุทธองค์ตรัส สอนแก่ภิกษุไว้มาก ดังมีปรากฏในพระไตรปิฎกว่า

ธรรม ๔ ประการที่ควรเจริญ คือ สติปัฏฐาน ๔ ได้แก่ ๑. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ สามารถกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ ๒. พิจารณา เห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ๓. พิจารณาเห็นจิตในจิต ๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรม ทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ<sup>๑๕๙</sup>

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามพุทธประสงค์ คือ การกำหนดรู้รูปนามเป็นอารมณ์ ถ้าผิดไปจากการกำหนดรู้รูปนาม ก็ไม่ใช่การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา<sup>๑๖๐</sup> การกำหนดขณะปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา จะต้องไม่มีการหยุดพักการกำหนดในระหว่างปฏิบัติ เพราะอาการกำหนดก่อน และกำหนดหลังต้องต่อเนื่องกันไปไม่ขาดสาย สภาวะของสมาธิแรกกับสมาธิหลังก็ต้องอาศัยซึ่ง กันและกัน สภาวะของปัญญาแรกกับปัญญาหลังเป็นปัจจัยให้กันและกัน ขณิกสมาธิจึงจะ ติดต่อกันอย่างมั่นคง ลำดับขั้นของจิตจะแก่กล้าขึ้นจนมีกำลังบริบูรณ์เต็มที่ เป็นการรวมกำลัง ของศีล สมาธิ ปัญญา โยคีผู้ปฏิบัติจะสามารถบรรลุมรรคญาณ ผลญาณได้<sup>๑๖๑</sup>

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาพึงกำหนดรู้อากัปกิริยาที่เคลื่อนไหวไม่ว่าจะน้อยหรือมาก (กายา- นุปัสสนา) พึงกำหนดรู้ความรู้สึกทุกอย่างทั้งที่เป็นสุขหรือทุกข์ อันปรากฏทางกาย และใจ

<sup>๑๕๙</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๔/๓๗๖.

<sup>๑๖๐</sup> กองพุทธศาสนศึกษา หลักการปฏิบัติธรรม, หน้า ๑๗๗.

<sup>๑๖๑</sup> พระครูปลัดสัมพิพัฒน์ธรรมจารย์, เอกสารการสอน, สติปัฏฐานภาวนา, หน้า ๔๐๔-๔๐๕.

(เวทนานุปัสสนา) พึงกำหนดรู้สภาวะทางจิตที่คิดฟุ้งซ่านในเรื่องดี และไม่ดี (จิตตานุปัสสนา) และพึงกำหนดรู้สภาวะทุกอย่างที่ปรากฏทางใจ เช่น นิรวณฺณ เป็นต้น (ธรรมานุปัสสนา)<sup>๑๖๒</sup>

#### ๔.๕ สรุปท้ายบท

ศรัทธาเป็นหลักธรรมสำคัญประการแรกของบุคคล การมีศรัทธาจึงเสมือนการมีทรัพย์ที่ก่อประโยชน์ต่อบุคคล และต่อสังคม ศรัทธาที่เข้มแข็งเป็นรากฐานของความจริงใจ และศรัทธาสามารถพัฒนาให้เจริญขึ้นเพื่อเป็นปัจจัยไปสู่องค์ธรรมอื่น ๆ ที่สูงขึ้นไปได้ เช่น ศรัทธาที่เกิดจากการฟังที่ดี ที่เกิดจากการคิดที่ดี ย่อมเป็นสื่อนำไปสู่ความเห็นชอบ (สัมมาทิฐิ) และสามารถทำให้ปัญญาเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นได้ด้วยกระบวนการพัฒนาที่เรียกว่า ไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นระบบการฝึกปฏิบัติจากภายนอกเข้าหาภายใน จากส่วนหยาบเข้าไปหาส่วนละเอียด ธรรมทั้ง ๓ ประการนี้ ต้องอาศัยซึ่งกันและกัน พระพุทธเจ้าทรงให้ศรัทธานี้เป็นปัจจัยเกื้อกูลต่อปัญญา เพื่อให้เกิดผลอันยิ่งใหญ่ในการปฏิบัติวิปัสสนา

การปฏิบัติวิปัสสนาที่เข้ามาพร้อมกับพระพุทธศาสนาเถรวาท แบบลังกาวงศ์ นับว่าเป็นสิ่งใหม่ที่มีขึ้นในสุโขทัย ดังนั้น การสร้างวัดในเขตอรัญญิก ซึ่งเป็นส่วนของพระที่พอใจในการปฏิบัติธรรมที่เรียกว่า คณธรรมาวาส โดยวัดที่สร้างมีรูปแบบเฉพาะของการปฏิบัติวิปัสสนา ที่เรียกว่า “วิหารจตุรมุข” และสร้างพระพุทธรูปในแบบ ๔ อริยาบถประดิษฐานไว้ในแต่ละด้านของวิหาร ย่อมเป็นตัวอย่างที่ดีในการเชิญชวนให้ผู้คนมีศรัทธา ได้เข้ามาใกล้ชิด และได้ประพฤติปฏิบัติตาม ทั้งนี้เพราะการปฏิบัติวิปัสสนา ซึ่งมีสติปัฏฐาน ๔ เป็นหลักธรรมสำคัญ ใช้การกำหนดรู้อย่างมีสติในอริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ คือ อริยาบถยืน เดิน นั่ง นอน ที่เรียกว่า กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน อันจะนำมาซึ่ง “วิปัสสนาปัญญา” โดยมีเป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา คือ ความหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงโดยสิ้นเชิง ดับภพดับชาติ หยุดการเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป

<sup>๑๖๒</sup> พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์, รายวิชาสติปัฏฐานภาวนา, หน้า ๒๓.