



รายงานการวิจัย

เรื่อง

วิเคราะห์การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม

A ANNALYSIS HUMAN DEVELOPMENT IN THE PRINCIPLES OF  
BUDDHADHAMMA

โดย

ผศ.ไกรวุฒิ มะโนรัตน์

รศ.ดร.สุเทพ พรมเลิศ

คณะพุทธศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พ.ศ. ๒๕๕๕

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS 610759014



รายงานการวิจัย

เรื่อง

วิเคราะห์การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม

A ANNALYSIS HUMAN DEVELOPMENT IN THE PRINCIPLES OF  
BUDDHADHAMMA

โดย

ผศ.ไกรวุฒิ มะโนรัตน์

รศ.ดร.สุเทพ พรหมเลิศ

คณะพุทธศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พ.ศ. ๒๕๕๕

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

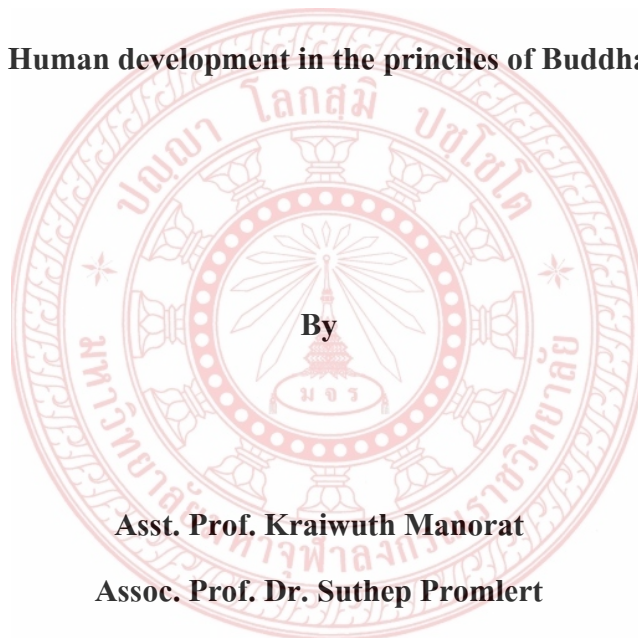
MCU RS 610759014

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



## **Research Report**

**A analysis Human development in the princiles of Buddhadhamma.**



**By**

**Asst. Prof. Kraiwuth Manorat**

**Assoc. Prof. Dr. Suthep Promlert**

**Faculty of Buddhism**

**Mahachulalongkornrajavidylaya University**

**B.E. 2562**

**Reserch Project Supported by Mahachulalongkornrajavidylaya University**

**MCU RS 610759014**

**(Copyright Mahachulalongkornrajavidylaya University)**

ชื่อรายงานการวิจัย : วิเคราะห์การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม  
 ผู้วิจัย : ผศ. ไกรวุฒิ มะโนรัตน์  
 : รศ.ดร.สุเทพ พรหมเลิศ  
 ส่วนงาน : คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
 ปีงบประมาณ : ๒๕๕๘  
 ทุนอุดหนุนการวิจัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

### บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ในการวิจัย ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม ๒) เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม ๓) เพื่อวิเคราะห์พุทธธรรมเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์

ผลการวิจัยพบว่า

ตามหลักพระพุทธศาสนา มนุษย์ทุกคนมีความสามารถหรือศักยภาพในการที่จะพัฒนาจิตของตนให้เกิดปัญญาจนบรรลุถึงนิพพานได้โดยไม่มีข้อจำกัดทางด้านเพศ อายุ เชื้อชาติ วรรณะ และพื้นความรู้

การพัฒนามนุษย์ คือ การทำให้มนุษย์เจริญขึ้นด้วยการพัฒนาให้ครบ ๔ ด้าน ๑) กาย ภาวนา การพัฒนาอินทรีย์ทั้งหลายให้มีความเจริญงอกงามเพื่อให้รู้จักการใช้อินทรีย์อย่างเหมาะสม ไม่ก่อความเดือดร้อนให้ทั้งแก่ตนเองและบุคคลอื่น ๒) สីลภาวนา การพัฒนาพฤติกรรมทางสังคม ให้ยอมรับ เคารพ ในกฎเกณฑ์ กติกา จรรยา ของสังคม ๓) จิตตภาวนา การพัฒนาจิตให้เจริญงอกงามด้วยคุณธรรม มีความเข้มแข็งมั่นคง เบิกบาน สงบสุข ผ่องใส พร้อมด้วยความเพียร สติ และสมาธิ พร้อมทั้งจะเสียสละเพื่อส่วนรวม ๔) ปัญญาภาวนา การพัฒนาปัญญาให้รู้เท่าทันสรรพสิ่งตามความเป็นจริงจนมีจิตใจเป็นอิสระ ไม่ถูกรอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์

การพัฒนามนุษย์ในพระพุทธศาสนาถือว่า จิตเป็นตัวคอดกำหนดพฤติกรรม และเป็นเหตุให้เกิดนามรูป การพัฒนามนุษย์ในทางพระพุทธศาสนาจึงอยู่บนพื้นฐานของการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติตามหลักของศีล สมาธิ และปัญญา ปัญญาที่ได้จากการพัฒนาจิตนำไปสู่เป้าหมายของสุดคือนิพพานซึ่งเป็นการพัฒนามนุษย์อย่างสมบูรณ์

**Research Title** : **A Analysis Human Development in the princiles of Buddhadhamma.**

**Researchers** : **Asst. Prof. Kriwuth Manorat**  
: **Assoc. Prof. Dr. Suthep Promlert**

**Deperament** : **Faculty of Buddhism**  
**Mahachulalongkornrajavidalaya University.**

**Fiscal Year** : **2559 / 2016**

**Research Scholarship Sponsor** : **Mahachulalongkornrajavidalaya University.**

#### ABSTRACT

This research has 3 purposes; 1) to study the concept of Human development in the principles of Buddhadhamma 2) to study the of the process of human development in the principles of Buddhadhamma in the principles of Buddhadhamma 3) to analyze the Buddhadhamma along with the Human development.

The results of research found that:

According to Buddhist principles, all human beings are abilities and efficiencies for development of their mind to be wisdom until attain Nibbana it is not limited about gender, age, race, caste and knowledge.

Human development is to make human growing up by the 4 aspecys : 1) Physical development : the development of facayties to be growth, to know how to use the faculties properly, not violeuce to onesels and others. 2) Moral development the socail behaviour development is accepted, respected in the regulations, rules, ethics of society, 3) Mental development : the development of mind by virtue : to by strung, enjoy, peaceful with the effort, mindfulness and concentration, to by ready dedicate for pubsic. 4) Wisdom development : to devenop wisdom knowing all things according to reality until having freedom of mind, not cover by defilements and suffering.

The human development in Buddhism stated that the mind is contral the behavior and it is cause of arising Nams and Rupa : It is based upon the development of the mind by pra cticing the morality, concentration, and wisdom. The wisdom is developed by mental development leading to the ultimate geoaal which is called Nibbana, is the development of human completely.

## กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณ คณะพุทธศาสตร์และสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่ได้สนับสนุนทุนการวิจัยนี้ เพื่อพัฒนาวิชาการของสถาบันการศึกษา

ขอขอบพระคุณพระมหาสมบุรณ์ สุทธิโม,รศ.ดร. ที่เมตตาให้คำแนะนำแหล่งข้อมูลและพิจารณาภาพรวมทั้งหมดของงานวิจัยนี้

นอกจากนี้ ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้บริหาร คณาจารย์ คณะพุทธศาสตร์ และบุคลากรทางการศึกษาทุกภาคส่วนของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยเฉพาะพระมหาศนนัท คมภิรมเมโธ ที่กรุณาตรวจรูปแบบงานวิจัย และขอขอบคุณคุณดวงดี โอฐสู ที่ตรวจแก้บทคัดย่อภาษาอังกฤษ จนทำให้การวิจัยเล่มนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ผศ.ไกรวุฒิ มะโนรัตน์ และคณะ

๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒



## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	ข
กิตติกรรมประกาศ .....	ค
สารบัญ .....	ง
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ .....	ช
<b>บทที่ ๑ บทนำ</b> .....	<b>๑</b>
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	๕
๑.๓ ปัญหาการวิจัย .....	๕
๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย .....	๕
๑.๕ นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย .....	๕
๑.๖ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	๖
๑.๗ กรอบแนวคิดในการวิจัย .....	๕
๑.๘ วิธีดำเนินการวิจัย .....	๕
๑.๙ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	๕
<b>บทที่ ๒ แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม</b> .....	<b>๑๐</b>
๒.๑ มนุษย์ .....	๑๐
๒.๒ องค์ประกอบของมนุษย์ .....	๑๑
๒.๓ การพัฒนามนุษย์ .....	๒๐
๒.๔ การเกิดการพัฒนามนุษย์ .....	๒๔
๒.๕ วิธีการพัฒนามนุษย์ .....	๓๐
๒.๖ จุดมุ่งหมายของการพัฒนามนุษย์ .....	๓๓
๒.๗ มนุษย์ในอุดมคติ .....	๓๘
<b>บทที่ ๓ กระบวนการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม</b> .....	<b>๔๓</b>
๓.๑ ขั้นตอนการพัฒนามนุษย์ .....	๔๓
๓.๑.๑ ขี่นำเข้าสู่ไตรสิกขา .....	๔๓

## สารบัญ (ต่อ)

๓.๑.๒ ชั้นไตรสิกขา .....	๔๕
๓.๒ หลักการสำคัญของพัฒนามนุษย์ .....	๕๑
๓.๒.๑ การพัฒนากาย .....	๕๓
๓.๒.๑ การพัฒนาสังคม .....	๖๖
๓.๒.๓ การพัฒนาจิต .....	๘๑
๓.๒.๔ การพัฒนาปัญญา .....	๑๐๑
<b>บทที่ ๔ วิเคราะห์พุทธธรรมเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ .....</b>	<b>๑๔๒</b>
๔.๑ วิเคราะห์ตามหลักกรรม .....	๑๔๒
๔.๒ วิเคราะห์ตามหลักไตรสิกขา .....	๑๔๘
๔.๓ วิเคราะห์ตามบุญกิริยาวัตถุ .....	๑๕๒
<b>บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ .....</b>	<b>๑๕๖</b>
๕.๑ สรุปผลการวิจัย .....	๑๕๖
๕.๒ ข้อเสนอแนะ .....	๑๕๙
<b>บรรณานุกรม .....</b>	<b>๑๖๐</b>
<b>ภาคผนวก .....</b>	<b>๑๖๔</b>
ภาคผนวก ก บทความวิจัย .....	๑๖๕
ภาคผนวก ข กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการนำผลจากการวิจัยไปใช้ประโยชน์ .....	๑๖๘
ภาคผนวก ค ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่วางแผนไว้ และกิจกรรมที่ได้ดำเนินการมาและผลที่ได้รับจากโครงการ .....	๑๘๐
ภาคผนวก ง ประวัติผู้วิจัยและแบบสรุปโครงการวิจัย .....	๑๘๓
ประวัติผู้วิจัย .....	๑๘๔
แบบสรุปโครงการวิจัย .....	๑๘๕



## คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

### อักษรย่อชื่อคัมภีร์\*

ชื่อย่อคัมภีร์ต่าง ๆ ในงานวิจัยนี้ ได้จัดทำตามที่ย่างในพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อรรถกถาภาษาไทย และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยการอ้างอิง เล่ม/ข้อ/หน้า เช่น ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๒๘/๑๕๒ หมายถึง พระไตรปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค ภาษาไทย เล่มที่ ๑๕ ข้อที่ ๑๒๘ หน้า ๑๕๒ อักษรย่อเรียงตามลำดับคัมภีร์ดังนี้

### พระวินัยปิฎก

วิ.มหา. (ไทย)	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.มหา. (บาลี)	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์	(ภาษาบาลี)

### พระสุตตันตปิฎก

ที.ส. (ไทย).	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ส. (บาลี).	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาบาลี)
ที.ปา. (ไทย).	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (บาลี).	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกวรรค	(ภาษาบาลี)
ที.ม. (ไทย).	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย).	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มูลปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย).	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย).	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อ. (ไทย).	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปริปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ส.นิ. (ไทย).	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
ส.นิ. (บาลี).	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	นิทานวรรค	(ภาษาบาลี)
ส.ส. (ไทย).	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ติก. (ไทย).	สุตตันตปิฎก	อังกุตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ติก. (บาลี).	สุตตันตปิฎก	อังกุตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)

อง.ตึก. (ไทย).	สุดตันตปีฎก	อังคุดตินิกาย	จตุนิบาท	(ภาษาไทย)
อง.จตุก. (บาลี).	สุดตันตปีฎก	อังคุดตินิกาย	จตุนิบาท	(ภาษาไทย)
บ.ธ. (ไทย).	สุดตันตปีฎก	บุทธกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
บ.ธ. (บาลี).	สุดตันตปีฎก	บุทธกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาบาลี)

### พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.ส. (ไทย)	อภิธรรมปิฎก	ฉัมมสังคณี	(ภาษาไทย)
อภิ.ส. (บาลี)	อภิธรรมปิฎก	ฉัมมสังคณี	(ภาษาบาลี)
อภิ.วิ. (ไทย).	อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)

### คัมภีร์อรรถกถา

อภิ.ส.อ. (ไทย)	อภิธรรมปิฎก	สมันตปาสาทิกา อรรถกถา	(ภาษาไทย)
ม.อ.อ. (ไทย).	สุดตันตปีฎก	ทีฆนิกาย อูปริปันณสก์ อรรถกถา	(ภาษาไทย)
วิสุทฺธิ. (บาลี).	วิสุทฺธิมรรค	(ภาษาบาลี)	



## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นับจากการปฏิวัติอุตสาหกรรมในยุโรปเป็นต้นมา โลกได้เจริญก้าวหน้าอย่างมากมาย และอย่างรวดเร็ว โดยความเจริญของโลกทั้งหมดในยุคนี้ เป็นไปตามกระแสของอารยธรรมตะวันตก ที่มีประเทศอุตสาหกรรมที่พัฒนาแล้วเป็นผู้นำ และเรียกการสร้างความสำเร็จของโลกตามกระแสของอารยธรรมตะวันตกนั้นว่า การพัฒนา<sup>๑</sup>

แต่ปัจจุบันนี้ ประเทศผู้นำที่พัฒนาแล้วทั้งหลาย ได้ตระหนักรู้แล้วว่า ความเจริญก้าวหน้าของโลก จากการพัฒนาของตนและในโลกทั้งหมดที่พัฒนาตามอย่างตน ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา ซึ่งมุ่งสร้างความเจริญทางวัตถุ โดยเน้นความเติบโตทางเศรษฐกิจนั้น ได้ก่อให้เกิดปัญหามากมาย ทั้งแก่ชีวิตมนุษย์ สังคม และธรรมชาติแวดล้อมอย่างร้ายแรง จนจะนำมนุษยชาติไปสู่ความพินาศหรือหายนะ จึงจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนแนวทางการพัฒนาใหม่<sup>๒</sup> ซึ่งนำไปสู่การคิดริเริ่มแนวทางการพัฒนาใหม่ขึ้น เรียกว่า การพัฒนาแบบยั่งยืน (sustainable development) และการพัฒนาเชิงวัฒนธรรม (cultural development) คือ การพัฒนาโดยยึดมนุษย์เป็นศูนย์กลาง เน้นคุณค่าของความเป็นมนุษย์<sup>๓</sup>

การพัฒนาตลอดระยะเวลาที่ผ่านมาหรือการพัฒนาในความหมายเดิมนั้น วิไล องค์กรนันต์คุณ<sup>๔</sup> ให้ทัศนะว่า แม้ว่าจะช่วยให้สังคมมนุษย์ในยุคปัจจุบัน มีความก้าวหน้า มีวิทยาการและเทคโนโลยีที่มากมายและทันสมัย แต่เมื่อลองมาวิเคราะห์ดูคุณภาพในแต่ละด้านของชีวิตมนุษย์ดู ก็จะพบว่า

๑. ทางด้านกายภาพ มนุษย์ในปัจจุบันยังคงมีปัญหาเรื่องสุขภาพอยู่มาก แม้ว่าการแพทย์ปัจจุบันจะทันสมัยและมีความสามารถในการรักษาบำบัดกำจัดโรคระบาดต่าง ๆ ได้มากมาย แต่โรค

<sup>๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การพัฒนาที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๖. (กรุงเทพมหานคร : พิมพ์ที่ บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๒๐๘.

<sup>๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนา พัฒนาคนและสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๗. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑.

<sup>๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การพัฒนาที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๖. หน้า ๒๑๑;๒๐๗-๒๐๘.

<sup>๔</sup> วิไล องค์กรนันต์คุณ, “การวิเคราะห์แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเพื่อการพัฒนามนุษย์”, (บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๒), หน้า ๓๑๖-๓๑๗.

ใหม่ ๆ ที่ร้ายแรงก็เกิดขึ้นตามมาแทนที่ ซึ่งทำให้เกิดปัญหาแก่มนุษย์อย่างมาก<sup>๕</sup> ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพราะว่า มนุษย์ในปัจจุบันนั้น มีการแก้ปัญหาที่ปลายเหตุ คือเมื่อเกิดโรคภัยไข้เจ็บหรือความเสื่อมเสียทางด้านสุขภาพขึ้นแล้ว จึงเริ่มหันมาดูแลรักษาอาการผิดปกติที่เกิดขึ้นให้หายไป มนุษย์ในปัจจุบันส่วนมาก มักจะปิดความรับผิดชอบในเรื่องสุขภาพของตนเองไปให้กับวงการแพทย์ ซึ่งการกระทำเช่นนี้เป็นการสร้างภาระที่หนักเกินกำลังของสถาบันการแพทย์ มนุษย์ในปัจจุบันมีความรู้ในเรื่องของการรักษาสุขภาพของตนเองน้อยมาก และยังคงคำนึงถึงเรื่องของการป้องกันไม่ให้เกิดความเจ็บป่วยหรือความเสื่อมโทรมทางด้านสุขภาพนั้นน้อยอยู่

๒. ทางด้านสังคม แม้ว่าสังคมมนุษย์ในปัจจุบัน จะดูมีความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคนิคและวิทยาการมากกว่าสังคมโบราณ แต่ปัญหาต่าง ๆ ในสังคม ไม่ได้ลดลงเลย กลับมีแต่เพิ่มมากขึ้น ดังจะเห็นว่า โลกปัจจุบันนี้ได้เผชิญอยู่กับปัญหาใหญ่ ๒ อย่าง ซึ่งเป็นภัยคุกคามประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกอยู่ คือ ปัญหาความแตกต่างทางเชื้อชาติและปัญหาสิ่งแวดล้อม<sup>๖</sup> โดยปัญหาสิ่งแวดล้อม เป็นผลสืบเนื่องมาจากการขยายตัวอย่างรวดเร็วของประชากรโลกและการนำเอาวิทยาการใหม่ ๆ มาใช้ในการพัฒนาความเป็นอยู่ของมนุษย์ โดยไม่ได้คำนึงถึงผลกระทบที่จะเกิดขึ้นตามมาภายหลัง<sup>๗</sup>

๓. ทางด้านจิตใจ คนในสังคมปัจจุบัน มีปัญหาทางด้านจิตใจกันสูงมาก ดังจะเห็นได้ว่า คนทั้งหลายมีจิตใจเร่าร้อน มีความกระวนกระวาย มีความกังวล มีความเคลียดสูง มีความเหงาว่าเหว คนมากขึ้นแต่บุคคลโดดเดี่ยวยิ่งขึ้น มีความรู้สึกแปลกแยก เป็นโรคจิตโรคประสาทมากขึ้น ฆ่าตัวตายมากขึ้น จิตใจประหลาด ชีวิตไม่มีความหมาย<sup>๘</sup>

๔. ทางด้านปัญญา แม้ว่ามนุษย์ในปัจจุบัน จะ ได้พัฒนาศักยภาพทางการใช้สมองอย่างมาก จนสามารถคิดค้นสิ่งประดิษฐ์แปลกใหม่และระบบที่มีความซับซ้อน ได้มากมาย แต่กระนั้น มนุษย์ก็ยังไม่สามารถที่จะควบคุมทิศทางการใช้ปัญญาที่ได้พัฒนาขึ้นมาแล้ว ไปในทางที่ถูกต้องเลย จะเห็นได้ว่า มนุษย์ยังคงใช้ปัญญาไปในการผลิตอาวุธเพื่อการฆ่ากัน ใช้ปัญญาเพื่อเอาเปรียบหรือสร้างความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น ใช้ปัญญาเพื่อผลิตสิ่งฟุ่มเฟือย ที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อชีวิตอย่างแท้จริง ทำให้

<sup>๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๖-๒๗.

<sup>๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธวิธีแก้ปัญหาเพื่อศตวรรษที่ ๒๑, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕. (กรุงเทพมหานคร : พิมพ์ที่ บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๔๔), หน้า ๖.

<sup>๗</sup> บุญคง หันจางสิทธิ์.ศ.ดร., เศรษฐศาสตร์ทรัพยากรมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๖. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ์, ๒๕๕๖), หน้า ๓๔.

<sup>๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การพัฒนาที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๖. หน้า ๒๖.

การบริหารการใช้ทรัพยากรเป็นไปอย่างไม่สมดุล จนก่อความเดือดร้อนให้ผู้อื่น โดยทางอ้อมได้ตลอดจนปัญญาของมนุษย์ยังไม่พัฒนาพอที่จะแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมยุคหลังได้<sup>๕</sup>

เหตุที่สังคมปัจจุบันยังคงมีปัญหาอยู่มากมายดังกล่าวมา อาจจะเป็นเพราะว่า การพัฒนาที่ผ่านมาหรือการพัฒนาในความหมายเดิมนั้น ตั้งอยู่บน แนวคิดหรือทัศนคติพื้นฐานในการมองโลก และชีวิตที่ผิดพลาดจึงส่งผลให้ความสัมพันธ์ของมนุษย์ที่มีต่อตนเอง สังคม และธรรมชาติผิดเพี้ยนไปด้วย จึงก่อให้เกิดปัญหาในมิติต่าง ๆ ตามมา

เมื่อแนวคิดในการมองโลกและชีวิต เป็นสาเหตุพื้นฐานของปัญหาต่าง ๆ ดังนั้น การแก้ไข ปัญหาที่ตรงจุดจึงจำเป็นต้องแก้ที่ “แนวคิดพื้นฐาน” กล่าวคือ จะต้องปรับเปลี่ยนแนวคิดพื้นฐานเสียใหม่ จากแนวคิดกระแสหลัก (conventional paradigm) ซึ่งกำลังมีอิทธิพลอย่างยิ่งในปัจจุบัน ไปสู่แนวคิดใหม่ ที่มีมาในพระพุทธศาสนา โดยเรียกว่า แนวคิดการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม

พุทธธรรม เป็นองค์ความรู้ที่ได้รับจากการตรัสรู้ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งพระองค์ได้ทรงค้นพบหลักสัจธรรมและกฎระเบียบต่าง ๆ แห่งธรรมชาติตามความเป็นจริง ด้วยพระองค์เอง แล้วทรงนำมาแสดงแก่ชาวโลก พุทธธรรมมีขอบเขตกว้าง ครอบคลุมทุกสภาพการณ์ในโลกและในจักรวาล หลักการสำคัญของพุทธธรรม มีทั้งที่เป็นทฤษฎีและข้อปฏิบัติ ซึ่งบุคคลสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้เต็มที่ตามความสนใจและความต้องการของตน ขณะเดียวกัน หลักการของพุทธธรรมได้รับการพิสูจน์และทดลองมาแล้วจากองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า จากพระสาวกและจากวิญญูชนทั้งหลายที่น้อมรับและปฏิบัติตามในยุคต่อมาจนถึงปัจจุบัน และจะยังมีคงสারেต่อไปในอนาคต<sup>๖</sup>

พุทธธรรมทั้งระบบ เน้นความสำคัญเรื่องการดับทุกข์<sup>๗</sup> โดยสอนให้มนุษย์รู้เท่าทันตามความเป็นจริงตามธรรมชาติของโลกและชีวิตว่าเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้ มีการเกิดขึ้น เปลี่ยนแปลง และเสื่อมสลายไปตามกฎธรรมชาติ จะได้ไม่ยึดติด เพราะการยึดติดจะทำให้เกิดทุกข์ ส่วนการมีความรู้ ความเข้าใจโลก และชีวิตอย่างถ่องแท้ตามความเป็นจริงที่จะช่วยแก้ปัญหาความดับทุกข์ในชีวิตได้ พุทธธรรมทั้งระบบ

<sup>๕</sup> วิไล องค์กรันต์คุณ, “การวิเคราะห์แนวคิดนิโอสิวแมนนิสเพื่อการพัฒนาคนมนุษย์”, หน้า ๓๑๘.

<sup>๖</sup> จานงค์ อติวัฒน์สิทธิ์, รศ.ดร., สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๒-๓.

<sup>๗</sup> ส.ส. (ไทย). ๑๕/๑๓๑/๒๒๘.

เน้นการพัฒนาตนเอง โดยให้มั่นใจในศักยภาพของมนุษย์<sup>๑๒</sup> หลักการสำคัญของพุทธธรรม คือ การมุ่งช่วยแก้ปัญหาของมวลมนุษยชาติ และจุดมุ่งหมายของพุทธธรรม คือ เพื่อประโยชน์สุขของมวลมนุษยชาติ<sup>๑๓</sup>

แนวคิดพื้นฐานของพุทธธรรม คือ แนวคิดที่มองว่า ๑) สรรพสิ่งทั้งปวง มีอยู่และเป็นไปตามกฎปัจจัยสัมพันธ์ (ปฏิจสุมุปปาท) มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งในกฎปัจจัยสัมพันธ์นั้น ๒) ชีวิตและการกระทำของมนุษย์ในกฎปัจจัยสัมพันธ์ ย่อมเป็นไปตามและมีผลส่งผลตามกฎปัจจัยสัมพันธ์นั้นด้วย ๓) มนุษย์ทุกคน มีสภาพเป็นเวไนยสัตว์ คือ พัฒนาได้ตามระดับสติปัญญาของแต่ละคน และสามารถเข้าถึงพุทธภาวะ (Buddha nature) ๔) ความสามารถของมนุษย์ที่พัฒนาแล้วอย่างหนึ่ง คือ ทำให้ความแตกต่างกลายเป็นความประสานเสริมเติมเต็มกลมกลืนซึ่งกันและกัน<sup>๑๔</sup>

ส่วนมนุษย์ตามแนวคิดพื้นฐานของพุทธธรรมดังกล่าวนี้ เราสามารถพิจารณาได้ว่า ๑) ในด้านศักยภาพ มนุษย์สามารถพัฒนาตนให้อยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมได้อย่างกลมกลืน โดยไม่ทำลายธรรมชาติ ๒) ในด้านอิสรภาพ มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอย่างมีความสุขด้วยตนเอง โดยไม่ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ๓) ในด้านความสุข มนุษย์สามารถมีความสุขได้ โดยไม่ต้องอาศัยหรือพึ่งพาสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ๔) ในด้านภาวะ มนุษย์แตกต่างกันได้หลากหลาย ทั้งแนวตั้งและแนวนอน แนวตั้งคืออยู่ในระดับการพัฒนาไม่เท่ากัน และแนวนอน คือมีความถนัดอัธยาศัยไม่เหมือนกัน พระพุทธศาสนามองมนุษย์แตกต่างกันหมดและยอมรับความแตกต่างหลากหลายนั้นและการพัฒนา คือตัวโยงให้ความแตกต่าง หลากหลาย ให้เป็นหนึ่งเดียว ไม่ให้เกิดความขัดแย้ง ๕) ในด้านฐานะ มนุษย์มีฐานะเป็นเพียงผู้ร่วมกับธรรมชาติ เพราะมนุษย์เกิดจากธรรมชาติและเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติเหมือนกับสิ่งอื่น ๆ คือ มีความเป็นไปตามธรรมชาติ ธรรมชาติมีกฎเกณฑ์อย่างไร มนุษย์ก็มีความเป็นไปที่สอดคล้องกับกฎเกณฑ์อย่างนั้น<sup>๑๕</sup>

<sup>๑๒</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธศาสนกับการแนะแนว, พิมพ์ครั้งที่ ๖. (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๓), หน้า ๑๕.

<sup>๑๓</sup> “จรถ ภิภูเว จาริกั พุชชนหิตาย พุชชนสุขาย โลกานุกมปาย อุตถาย หิตาย สุขาย เทวมนุสฺสานั”, วิ.ม.ห. (บาลี). ๔/๓๒/๔๐.

<sup>๑๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การพัฒนาที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๖. หน้า ๑๕๑-๑๕๓.

<sup>๑๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๕๗-๑๖๓.

ดังนั้น พุทธธรรม จึงเป็นแนวคำสอนหรือเป็นแนวคิดหนึ่ง ที่อาจตอบโจทย์เรื่องการพัฒนา มนุษย์ เป็นแนวคิดที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ เพื่อการแก้ปัญหาทางด้านการพัฒนามนุษย์และสังคมให้ สมบูรณ์ขึ้นได้ เนื่องจากสังคมไทยในปัจจุบันที่กำลังประสบปัญหาเรื่องการพัฒนาคน เรื่องความเสื่อม ทางศีลธรรม เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างพัฒนาวัตถุและการพัฒนาจิตใจ เรื่องทิศทางและเป้าหมาย ทางการศึกษา ตลอดจนเรื่องของการประยุกต์การสอนจริยธรรมให้เป็นที่สนใจต่อคนรุ่นใหม่ต่าง ๆ

## ๑.๒ วัตถุประสงค์ของการศึกษาวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม
- ๑.๒.๓ เพื่อวิเคราะห์พุทธธรรมเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์

## ๑.๓ ปัญหาการวิจัย

ในการศึกษาวิเคราะห์การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรมนี้ มีปัญหาในการวิจัย หรือมี ข้อจำกัดในการวิจัย ดังนี้

๑. เนื่องจากคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้อง มีจำนวนมาก ประกอบกับช่วงเวลาที่ ใช้ในการทำการวิจัยนั้นมีอยู่น้อย จึงอาจทำให้ข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูลและข้อสรุปนั้น มี ข้อบกพร่องหรือข้อผิดพลาดได้
๒. การที่ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลและแนวคิดจากนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาเป็นส่วน ใหญ่ อาจทำให้ความคิดและความเข้าใจต่าง ๆ ของผู้วิจัยเกิดความโน้มเอียงไปในทางที่จะแสดง นิยมแนวคิดของนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาได้

## ๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ กำหนดขอบเขตของการวิจัยโดยการศึกษาจาก เอกสาร (Documentary research) และประเด็นการวิจัย คือ แนวคิดการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธ ธรรม โดยเน้นกระบวนการพัฒนามนุษย์ใน ๔ ด้าน ได้แก่ การพัฒนามนุษย์ทางด้านกายภาพ การ พัฒนามนุษย์ทางด้านสังคม การพัฒนามนุษย์ทางด้านจิตใจ และการพัฒนามนุษย์ทางด้านปัญญา

## ๑.๕ นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ มีศัพท์ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาวิจัยและเพื่อเป็นประโยชน์ต่อการ ศึกษาวิจัย ผู้วิจัยจึงให้คำจำกัดความดังนี้

๑.๕.๑ แนวคิด หมายถึงทัศนคติพื้นฐานในการมองชีวิต โดยแนวคิดหรือทัศนคติดังกล่าว เป็นกำหนดแบบแผนของระบบความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ สังคม และธรรมชาติของประชาคม หนึ่งในระยะเวลาหนึ่ง ดังนั้น หากมนุษย์มีแนวคิดที่ผิดพลาดไปจากความเป็นจริงของโลกและชีวิต แล้ว ก็ย่อมส่งผลให้ความสัมพันธ์ของมนุษย์ที่มีต่อตนเอง สังคม และธรรมชาติผิดเพี้ยนไปด้วย จึงก่อให้เกิดปัญหาในมิติต่าง ๆ ติดตามมา

๑.๕.๒ การพัฒนา หมายถึงการปรับปรุงการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ภายใตชีวิตมนุษย์ จากสภาพหนึ่งไปสู่อีกสภาพหนึ่งที่ดีกว่า

๑.๕.๓ มนุษย์ หมายถึงคนทั่ว ๆ ไป ที่เป็นส่วนประกอบของสังคมหรือเป็นตัวที่กระทำให้เกิดสังคมขึ้น

๑.๕.๔ พุทธธรรม หมายถึงหลักคำสอนในพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ปกรณ์ วิเสส และตำราอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง อันเป็นหลักธรรมที่แสดงสาระแห่งการพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ให้มีความเจริญงอกงามในด้านพฤติกรรมที่แสดงออกทางกาย วาจา จิตใจและปัญญา

๑.๕.๕ แนวคิดการพัฒนามนุษย์ หมายถึงแนวคิดในการพัฒนาชีวิตของมนุษย์ตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

๑.๕.๖ วิธีการพัฒนามนุษย์ หมายถึงแนวทางหรือขั้นตอนในการปฏิบัติตนให้บรรลุผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์

๑.๕.๗ การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม หมายถึงการทำให้มนุษย์ดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์หรือการพัฒนาตน

## ๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้ศึกษาวิจัยจะได้ดำเนินการโดยการศึกษาวิเคราะห์จากหลักพุทธธรรม ในคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ปกรณ์วิเสส และเอกสารอื่น ๆ ที่ผู้ทรงคุณวุฒิได้ศึกษาค้นคว้าไว้แล้วนำมาเผยแพร่ที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน ในเบื้องต้นนี้ผู้ศึกษาวิจัยได้สำรวจเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

๑.๖.๑ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต)<sup>๑๖</sup> ได้ให้ความหมายของการศึกษาหรือการพัฒนาไว้ว่า คือ การพัฒนาคนให้พ้นจากการมีชีวิตภายใต้การบงการของตัณหาที่จะดิ้นรนแสวงหาสุขเวทนา และหลีกเลี่ยงทุกข์เวทนา บนฐานของความไม่รู้คืออวิชชา ที่ทำให้เวียนวนอยู่ในตาข่ายของการก่อ

<sup>๑๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร (พุทธศาสนากับพัฒนามนุษย์), (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๘), หน้า ๑-๖๖.



ปัญหาเพิ่มทุกข์ ไปสู่การมีชีวิตอยู่ด้วยปัญญาซึ่งทำให้เกิดมีฉันทะที่จะปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง ทำให้เกิดความเป็นอิสระไร้ทุกข์ปราศจากปัญหา ในพระพุทธศาสนามีหลักการให้การศึกษาหรือการพัฒนามนุษย์ด้วยการฝึกฝนพัฒนาให้รู้จักรับรู้และรู้จักปฏิบัติต่อสิ่งที่เกี่ยวข้องในชีวิตอย่างถูกต้อง ซึ่งจะทำให้ไม่มีปัญหาเกิดขึ้น เรียกว่า ทำให้ไร้ทุกข์ การศึกษาหรือพัฒนามนุษย์นี้ ก็ดำเนินการไปตามหลักกรรมนั่นเอง

๑.๖.๒ พระเทพเวที (ป.อ.ปยุตฺโต)<sup>๑๓</sup> ได้ให้ข้อเสนอเกี่ยวกับเป้าหมายของการศึกษาหรือการพัฒนาไว้ว่า ควรจะทำให้ชีวิตสามารถเข้าถึงอิสรภาพที่แท้จริงได้ คือ สามารถหลุดพ้นจากอำนาจครอบงำของสิ่งแวดล้อมภายนอกให้ได้มากที่สุด และมีความเป็นใหญ่ในตนเองสามารถกำหนดความเป็นอยู่ของตนให้มีความสุขมากที่สุด พ้นจากภาวะบีบคั้นทั้งจากสภาพแวดล้อมภายนอกและจากความคิรินภายในจิตใจของตนเองได้ การศึกษาควรช่วยให้มนุษย์สามารถเข้าใจกลไกแห่งชีวิตและจิตใจของตน จนสามารถเข้าใจความจริงอันลึกลับของธรรมชาติที่แวดล้อมตนอยู่ และรู้จักวิธีที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับธรรมชาติเหล่านั้นในทางที่เป็นประโยชน์แก่อุททั้งแก่ตนและบุคคลอื่นหรือธรรมชาติแวดล้อมอื่นได้

นอกจากสภาพแวดล้อมที่เป็นวัตถุหรือสภาพแวดล้อมทางกายภาพแล้ว มนุษย์ต้องมีมนุษย์คนอื่น ๆ ที่เป็นสิ่งแวดล้อมภายนอกอีกด้วย มนุษย์จึงจำเป็นต้องมีการเรียนรู้วิธีการที่จะอยู่ร่วมกันอย่างเกื้อกูลกันและกันให้มากที่สุด ก่อปัญหาและเบียดเบียนกันให้น้อยที่สุดให้ได้ จึงจะเกิดเป็นสังคมที่สมบูรณ์น่าอยู่ขึ้น

๑.๖.๓ รองศาสตราจารย์ ดร. จันทน์ อธิวัฒน์สิทธิ์<sup>๑๔</sup> ได้กล่าวไว้ว่า คำว่า การพัฒนา (Development) หมายถึงการทำให้เจริญงอกงาม ซึ่งคำว่าพัฒนานี้ เป็นคำที่กำหนดให้มีคุณค่า และตามหลักการของพระพุทธศาสนา การพัฒนาจะต้องดำเนินการไปพร้อม ๆ กัน ๔ ทาง คือ ๑) การพัฒนาทางด้านกายภาพ ๒) การพัฒนาทางด้านสังคม และ/หรือทางด้านศีลธรรม ๓) การพัฒนาทางด้านจิตใจ หรือทางอารมณ์ ๔) การพัฒนาทางด้านสติปัญญา

๑.๖.๔ สุวัฒน์ จันทน์จันทน์<sup>๑๕</sup> กล่าวว่า การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม เป็นผลมาจากความต้องการที่จะดึงความเชื่อของมนุษย์ปุถุชนจากเทพมาสู่ธรรม โดยสอนให้เชื่อในกฎแห่งกรรม สอนให้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเองจึงจะประสบความสำเร็จ และสอนให้เชื่อว่าความสำเร็จมิได้

<sup>๑๓</sup> พระเทพเวที (ป.อ.ปยุตฺโต), **ปรัชญาการศึกษาไทย**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เคล็ดไทย, ๒๕๑๘), หน้า ๑-๖๖.

<sup>๑๔</sup> จันทน์ อธิวัฒน์สิทธิ์, **สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๑๖๓.

<sup>๑๕</sup> สุวัฒน์ จันทน์จันทน์, **ปรัชญาและศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๐), หน้า ๓๓๑.

เกิดจากการคลั่งบันดาลของเทวะหรือเกิดจากปาฏิหาริย์ใด ๆ แต่เกิดจากกรรมคือการกระทำ ที่ต้องใช้ ความเพียรพยายาม ที่เป็น ไปด้วยความสุขุมรอบคอบ และไม่ตั้งอยู่ในความประมาท กล่าวคือ หมั่น ศึกษาพัฒนาปรับปรุงการกระทำ (กรรม) ต่อไปอย่างไม่หยุดนิ่ง

๑.๖.๕ วรพิมพ์ ผ่องสมัย<sup>๒๐</sup> ได้วิจัยเรื่องวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธธรรม ในพระไตรปิฎก พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ต้องนำหลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนา มาใช้ในการพัฒนาตน ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา ทำให้เป็นคนที่มีคุณภาพ ดำเนินชีวิต สอดคล้องกับสภาพสังคมปัจจุบัน ก่อให้เกิดประโยชน์สุขแก่กุลทังต่อตนเองสังคมโดยรวม

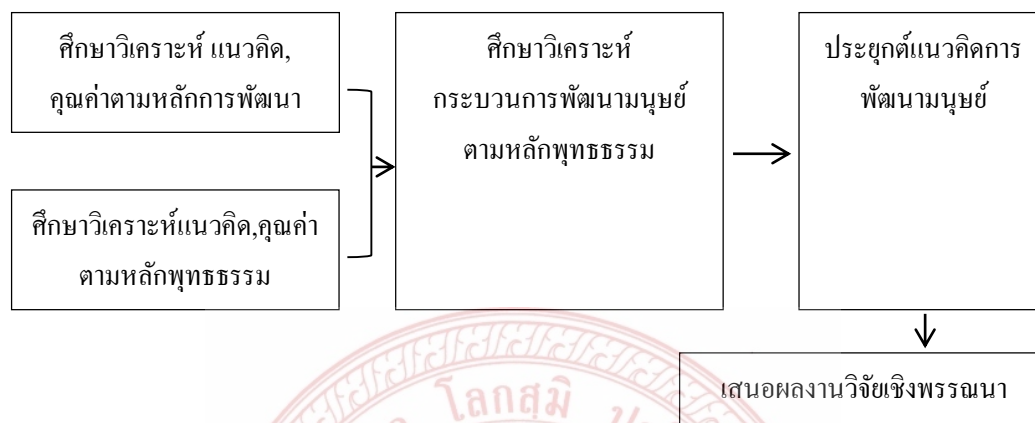
๑.๖.๖ ภัทรพร สิริกาญจนและฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์<sup>๒๑</sup> กล่าวถึงธรรมชาติของมนุษย์ว่า มนุษย์เป็นเวไนยสัตว์ คือสัตว์หรือสิ่งมีชีวิตอันสั่งสมอบรมได้ ถ้ามีผู้แนะนำ มีเพื่อนที่ดี และมีความ เพียรจริงจัง ก็จะสามารถพัฒนาตนเองให้บรรลุความพ้นทุกข์ มนุษย์มีเจตนาและมีกรรมของตนเอง มนุษย์สามารถเปลี่ยนแปลงตนเองได้ และไม่ตกเป็นทาสของสัญชาตญาณหรือสิ่งแวดล้อมหากมนุษย์ ไม่สมักรใจ พุทธศาสนาถือว่า มนุษย์ประกอบด้วยร่างกายและจิตใจ โดยที่จิตใจมีความสำคัญและมี อำนาจเหนือร่างกาย ความทุกข์และความสุข ความดีและความชั่วของมนุษย์จึงขึ้นอยู่กับจิตใจของ มนุษย์เป็นสำคัญ หากจิตใจดีก็เป็นบ่อเกิดให้มีวาจาและการกระทำที่ดีตามมา หากจิตใจชั่ว ก็ชักนำไป พุศหรือกระทำชั่วได้ ในทำนองเดียวกัน ความสุขความทุกข์ก็มีบ่อเกิดที่มีจิตใจเป็นหลัก หากจิตใจเป็น สุข ร่างกายก็เป็นสุข หากจิตใจเป็นทุกข์ร่างกายก็เป็นทุกข์ พุทธศาสนาถือว่า จิตใจมิได้เป็นทาสของ ร่างกาย ฉะนั้น แม้ร่างกายจะเจ็บปวด ผู้ที่ฝึกจิตใจอย่างดีและมีปัญญาเข้าถึงความจริงของโลกและชีวิต แล้วย่อมรักษาจิตใจให้สงบไม่หวั่นไหวกับความทุกข์ทางกายได้ เช่น พระอรหันต์ย่อมไม่เศร้าโศก ร้องไห้ แม้ร่างกายจะทุกข์ เป็นต้น ความคิดข้อยหรือหลุดพ้นจากทุกข์จึงเป็นเรื่องของจิตใจ ผู้ที่ปฏิบัติ ธรรมจนจิตเป็นอิสระจากกิเลสตัณหาอย่างสิ้นเชิงย่อมบรรลุนิพพาน

<sup>๒๐</sup> วรพิมพ์ ผ่องสมัย, “การศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธธรรมใน พระไตรปิฎก”, *ปริยญาพุทธศาสนาคุณฐิบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), บทคัดย่อ.

<sup>๒๑</sup> ภัทรพร สิริกาญจนและฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์, *ความรู้พื้นฐานทางศาสนา*. พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๗), หน้า ๕๓.

### ๑.๗ กรอบแนวคิดการวิจัย

จากวิธีดำเนินการวิจัยดังกล่าวข้างต้นนี้ สามารถกำหนดเป็นกรอบแนวคิด (Conceptual framework) ในการศึกษาวิจัย ดังนี้



### ๑.๘ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative reseach) โดยการศึกษาจากเอกสาร (Documentary research) ซึ่งมีขั้นตอนของการดำเนินการวิจัย (Reseach process) ดังนี้

๑.๘.๑ ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ กระบวนการพัฒนามนุษย์ ตามหลักพุทธธรรม จากพระไตรปิฎก อรรถกถา หนังสือ วารสาร เอกสาร บทความ วิทยานิพนธ์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๘.๒ รวบรวม เรียบเรียง และวิเคราะห์ข้อมูล

๑.๘.๓ อภิปรายผลในเชิงพรรณนา

### ๑.๙ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๙.๑ ทำให้ทราบแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม

๑.๙.๒ ทำให้ทราบกระบวนการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม

๑.๙.๓ ทำให้ทราบพุทธธรรมเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์

## บทที่ ๒

### แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม

การเสนอแนวคิดเรื่องการพัฒนาคนตามหลักพุทธธรรม เป็นผลมาจากความต้องการที่จะดึงความเชื่อของมนุษย์ปุถุชนจาก “เทพ” มาสู่ “ธรรม”<sup>๑</sup> นอกจากนั้น พระพุทธศาสนา เชื่อว่า ความทุกข์หรือปัญหาต่าง ๆ ของมนุษย์ มีสาเหตุมาจากกรรมคือการกระทำของมนุษย์ ที่ไม่เป็นไปตามหลักธรรมคือกฎธรรมชาติ แต่การที่จะสามารถทำกรรมตามหลักกรรมได้นั้น มนุษย์จะต้องมีปัญญาซึ่งเกิดการศึกษา ที่เรียกว่า ศึกษา<sup>๒</sup> ด้วยเหตุนี้ พระพุทธศาสนาจึงคิดที่จะพัฒนามนุษย์ใหม่ โดยสอนให้เชื่อใน “กฎแห่งกรรม” สอนให้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเองจึงจะประสบความสำเร็จ และสอนให้เชื่อว่าความสำเร็จมิได้เกิดจากการคลั่งคลั่งของเทวะหรือเกิดจากปาฏิหาริย์ใด ๆ แต่เกิดจากกรรมคือการกระทำ ที่ต้องใช้ความเพียรพยายาม ที่เป็นไปด้วยความสุขุมรอบคอบ และไม่ตั้งอยู่ในความประมาท กล่าวคือ หมั่นศึกษาพัฒนาปรับปรุงการกระทำ (กรรม) ต่อไปอย่างไม่หยุดนิ่ง<sup>๓</sup>

เนื่องจากแนวคิดการพัฒนาคนตามหลักพุทธธรรมนี้ ตั้งอยู่บนพื้นฐานความเข้าใจใน โครงสร้างพื้นฐานของชีวิต ดังนั้น ผู้ศึกษาวิจัยจึงมีความจำเป็นที่จะต้องอธิบายลักษณะ โครงสร้างพื้นฐานของความเป็นมนุษย์เสียก่อน เพราะความเข้าใจใน โครงสร้างพื้นฐานของชีวิตดังกล่าว จะช่วยทำให้มองเห็นความหมายของชีวิตมนุษย์ได้ดียิ่งขึ้น นอกจากนั้น การศึกษาวิเคราะห์มนุษย์อย่างมีเหตุผล จะช่วยนำไปสู่การแก้ไขปัญหาชีวิตและสังคมได้ อย่างน้อยที่สุดจะทำให้มนุษย์มีความทุกข์น้อยลงและมีความสุขเพิ่มขึ้น

#### ๒.๑ มนุษย์

ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ได้บัญญัติคำใช้ ที่หมายถึงมนุษย์อยู่หลายคำ ได้แก่ มนุษย์ บุคคล นรชน คน ท่านผู้มีอายุ ท่านผู้เจริญ ชีวิต สัตว์โลก เป็นต้น คำเหล่านี้ มิได้มีความหมาย

---

<sup>๑</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๒), หน้า ๕.

<sup>๒</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔.

<sup>๓</sup> สุวัฒน์ จันทรวงศ์, ปรัชญาและศาสนา, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๐), หน้า ๓๓๑.

ตรงกันทั้งหมดทีเดียว มักจะมีความหมายไปตามบริบทที่คำนั้นใช้อยู่<sup>๔</sup> ดังนั้น การนำคำดังกล่าวมาอ้างอิงถึงนั้น ผู้ศึกษาวิจัยมุ่งหมายเชื่อมโยงมาถึงคำว่า “มนุษย์” ทั้งสิ้น

ตามทัศนะพระพุทธศาสนา ชีวิตทุกชีวิตล้วนมี “แบบ หรือ เบ้าหลอม” ของตนเองด้วยกันทั้งสิ้น โดยเรียกแบบหรือเบ้าหลอมของชีวิตนั้นว่า “โยนิ” แปลว่า กำเนิดของสัตว์หรือชนิดของการเกิด<sup>๕</sup> มี ๔ ชนิด คือ ๑) อัมพาชะ เกิดในไข่ คือ ออกเป็นฟองไข่ก่อน แล้วจึงฟักเป็นตัว เช่น นก เป็ด ไก่ เป็นต้น ๒) ชลาพุชะ เกิดในครรภ์ คือ คลอดออกมาเป็นตัว เช่น คน โคน กระบือ สุนัข แมว เป็นต้น ๓) สัสเสทชะ เกิดในโคล คือ เกิดในที่ชื้นแฉะ สกปรก หมักหมม เน่าเปื่อยขยายพันธุ์แพร่ออกไปเอง เช่น กิมิชาติ (หนอน) บางอย่าง ๔) โอปปาติกะ เกิดผุดขึ้น คือ ผุดขึ้นเต็มตัวในที่ ไม่ต้องมีเชื้อหรือซากปรากฏ เช่น เทวดา สัตว์นรก<sup>๖</sup> และในกำเนิดของสัตว์ ๔ ชนิดนั้น เราจะเห็นว่า “ชลาพุชะ” คือ กำเนิดของชีวิตมนุษย์<sup>๗</sup>

ชีวิตมนุษย์ ตามนัยชลาพุชะ เริ่มต้นจากองค์ประกอบ ๓ ประการ มาประจวบเหมาะพร้อมกัน ในเวลาเดียวกัน นั่นคือ ๑) มารดาและบิดาอยู่ร่วมกัน (มาตาปิตโร สนุ นิปิตตา) ๒) มารดามีระดู (อุตุนี) ๓) คันธัพพะคือวิญญาณมาเกิด (ปัจจุပ္ภุจิวโต กนธพโพ)<sup>๘</sup> และในองค์ประกอบ ๓ ประการนั้น วิญญาณ<sup>๙</sup> หรือปฏิสนธิวิญญาณ ที่สืบเนื่องมาจากจิตวิญญาณของสัตว์ที่ถึงแก่กรรม<sup>๑๐</sup> ถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่สุดในการถือกำเนิดเป็น “มนุษย์”

## ๒.๒ องค์ประกอบของมนุษย์

มนุษย์ (Man) ในทางพระพุทธศาสนา ประกอบด้วยองค์ประกอบพื้นฐาน ๕ ส่วน เรียกว่า “เบญจขันธ์” หรือขันธ์ ๕ (The five Aggregates) คือ<sup>๑๑</sup>

<sup>๔</sup> สุมน อมรวิวัฒน์, ศ., การสอนโดยสร้างสรรคธาและโยนิโสมนสิการ, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, ๒๕๓๐), หน้า ๑๕.

<sup>๕</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๑๕๗.

<sup>๖</sup> ที.ปา. (บาลี). ๑๑/๓๑๒/๒๐๕.

<sup>๗</sup> ที.ปา. (บาลี). ๑๑/๓๑๒/๒๐๕; ม.ม. (ไทย). ๑๒/๑๕๒/๑๕๑-๑๕๒.

<sup>๘</sup> ม.ม. (บาลี). ๑๒/๔๐๘/๓๖๔.

<sup>๙</sup> ที.ปา. (บาลี). ๑๑/๓๒๑/๒๐๕.

<sup>๑๐</sup> ที.อุ. (บาลี). ๒/๓๖๔/๑๐๐.

<sup>๑๑</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๗. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๑๕-๑๖.

๑. รูปขันธ์ หรือรูป (Corporeality) ได้แก่ ร่างกายทั้งหมด พร้อมทั้งคุณสมบัติที่มีอยู่ในร่างกาย ได้แก่ มหาภูตรูป ๔ และอุปาทายรูป ๒๔

๒. เวทนาขันธ์ หรือเวทนา (Feeling or Sensation) ได้แก่ ความรู้สึกทางอารมณ์ เช่น เป็นสุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ ซึ่งเกิดจากผัสสะทางประสาทสัมผัสทั้ง ๕ คือ สัมผัสทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

๓. สัญญาขันธ์ หรือสัญญา (Perception) ได้แก่ กำหนดได้หมายรู้ คือ กำหนดรู้อาการ เครื่องหมายหรือลักษณะต่าง ๆ อันเป็นเหตุให้จำอารมณ์ (object) นั้น ๆ ได้ เช่น จำรูป จำเสียง จำกลิ่น จำรส จำสิ่งที่ถูกต้องกาย (โผฏฐัพพะ) และจำสิ่งที่เกิดขึ้นกับใจ (ธรรมารมณ์)

๓. สังขารขันธ์ หรือสังขาร (Mental Formation or Volitional Activities) ได้แก่ คุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต ที่เรียกว่า เจตสิก ที่เกิดขึ้นกับจิต ซึ่งมีเจตนาเป็นตัวนำซึ่งแต่งจิตให้ดี ให้ชั่ว หรือให้เป็นกลาง ๆ เช่น ศรัทธา สติ หิริ โอตตปปะ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ปัญญา โมหะ โลภะ มานะ ทิฏฐิ อสสา มัจฉริยะ เป็นต้น

๕. วิญญาณขันธ์ หรือวิญญาณ (Consciousness) ได้แก่ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางประสาททั้ง ๕ และทางใจ คือ การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การรู้สัมผัสทางกาย และการรู้สิ่งที่เกิดขึ้นกับใจ ในทางพระอภิธรรมนิยามเรียกวินญาณนั้นว่า จิต

ในเบญจขันธ์หรือขันธ์ ๕ นั้น รูปขันธ์ เป็นส่วน “รูป” และอีก ๔ ขันธ์ที่เหลือ เป็นส่วน “นาม” ขันธ์ส่วนแรก เรียกว่า “กาย” ขันธ์ส่วนหลัง เรียกว่า “จิต”

### ๒.๒.๑ กาย (Body)

กายของมนุษย์ล้วน ๆ เป็นรูปธรรม เรียกว่า รูป คำว่า “รูป” แปลว่า สภาวะที่แปรปรวนแตกสลายเพราะปัจจัยต่าง ๆ อันขัดแย้ง<sup>๑๒</sup> รูป (Corporeality) หรือกายของมนุษย์นั้น ประกอบด้วย ๒ ส่วนย่อย คือ ส่วนของรูปหลักและส่วนของคุณสมบัติของรูปหลัก ตลอดถึงพลังงานที่แฝงอยู่ในรูปส่วนแรก เรียกว่า มหาภูตรูป<sup>๑๓</sup> ส่วนหลัง เรียกว่า อุปาทายรูป<sup>๑๔</sup> รูปทั้ง ๒ ส่วนนี้ มีอธิบายความดังนี้

๑. มหาภูตรูป (primary elements) คือ รูปหลักหรือประธานหรือรูปพื้นฐาน ซึ่งมีลักษณะปรากฏให้เห็นได้ชัดเจนและเป็นแหล่งรวมหรือแหล่งอาศัยของอุปาทายรูป เรียกมหาภูตรูปนี้ในทางพระสูตรว่า “ธาตุ ๔”<sup>๑๕</sup> โดยมีสาระสำคัญดังนี้

<sup>๑๒</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๓/๑๑.

<sup>๑๓</sup> ม.อ. (บาลี). ๑๔/๘๖/๖๘.

<sup>๑๔</sup> อภิ.ส. (บาลี). ๓๔/๕๕๔-๕๘๔/๖๒-๖๓.

<sup>๑๕</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๒/๓๐๒-๓๐๕/๓๓๔-๓๓๖.

๑) ปฐวีธาตุ แปลตามรูปศัพท์ว่า ธาตุดิน หมายถึงธาตุที่มีลักษณะแข็ง หยาบ มีรูปร่าง และมีน้ำหนัก เมื่อปฐวีธาตุไปปรากฏอยู่ในที่ใดส่วนใดมาก ที่นั้นหรือส่วนนั้นก็มีลักษณะแข็งมาก ได้แก่ ผม (เกศา) ขน (โลมา) เล็บ (นขา) ฟัน (ทนต์) หนัง (ตโจ) เนื้อ (มंस) เอ็น (นหารุ) กระดูก (อฏฐิ) เยื่อในกระดูก อฏฐิมลฺลชฺ ม้าม (วฤก) หัวใจ (หทย) ตับ (ยมก) ฟังผืด (กิโลมก) ไต (ปีทก) ปอด (ปฺปฬาส) ไล่ใหญ่ (อนต) ไล่ย่อย (อนตคฺคณ) อาหารใหม่ (อุทฺริย) อาหารเก่า (กรีส) มันสมอง (มตฺถลฺลฺก)

ปฐวีธาตุ ทำหน้าที่รองรับหรือให้ธาตุที่เหลืออีก ๓ ธาตุ คือ อาโปธาตุ เตโชธาตุ และ วาโยธาตุอาศัย เปรียบได้กับพื้นดินเป็นที่อาศัยของสิ่งต่าง ๆ เช่น แม่น้ำ ลำคลอง ต้นไม้ ภูเขา และสิ่งมีชีวิตทุกชนิด เป็นต้น

๒) อาโปธาตุ แปลตามรูปศัพท์ว่า ธาตุน้ำ หมายถึงสิ่งที่มีลักษณะเอิบอาบ ซึมซาบธาตุที่เกิดร่วม โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือปฐวีธาตุ ให้รวมตัวกัน ได้แก่ ดิ (ปิตต) น้ำตา (อสฺสุ) เสดล (เสมห) มันเหลว (วสา) หนอง (ปฺพุโพ) น้ำลาย (เขโพ) เลือด (โลหิต) น้ำมูก (สงฺฆานิกา) เหงื่อ (เสโท) ไขข้อ (ลลิกา) มันขี้ (เมโท) น้ำปัสสาวะ (มุตต)

๓) เตโชธาตุ แปลตามรูปศัพท์ว่า ธาตุไฟ หมายถึงธาตุที่ทำให้ความร้อนหรืออุณหภูมิแก่กาย ได้แก่ ความร้อนที่ยังกายให้อบอุ่น (อุสมเตโช) ความร้อนที่ย่อยอาหาร (ปจกเตโช) ความร้อนที่ยังกายให้ทรุดโทรมหรือเปลี่ยนแปลง (ชีรณเตโช) ความร้อนที่ยังกายให้กระวนกระวาย (สนฺตาปเตโช) ตามปรมัตถนัย เตโชธาตุนี้ให้ความร้อนแก่ ๓ ธาตุ คือ ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ และวาโยธาตุ

๔) วาโยธาตุ แปลตามรูปศัพท์ว่า ธาตุลม หมายถึงธาตุที่ทำให้ร่างกาย (ซึ่งเป็นที่ประชุมของธาตุอื่น ๆ) เคลื่อนไหวหรือเคลื่อนที่ไป จนปรากฏเป็นอาการต่าง ๆ เช่น เกร็ง ตึง หย่อน ย้ายมือ และยกเท้า เป็นต้น ได้แก่ ลมพัดขึ้นเบื้องบน เช่น ไอ จาม หาว เป็นต้น (อุทฺขมฺวาโย) ลมพัดลงต่ำ เช่น ผายลม เป็นต้น (อโรคมฺวาโย) ลมในท้อง เช่น อาการจุก เสียด เป็นต้น (กฺขณฺณฺฐฺวาโย) ลมในลำไส้ เช่น ท้องลั่นหรือท้องถ่วง เป็นต้น (โกฏฐฺวาโย) ลมชานตามตัวหรือสรรพวงค์กาย ซึ่งทำให้กายหรือส่วนต่าง ๆ ของกายเคลื่อนไหว (องฺคฺมฺกฺนฺสาโรวโย) ลมหายใจ (อสฺสาสฺปฺสาสฺวาโย)

พระพุทธศาสนาถือว่า กายของมนุษย์ต้องประกอบด้วยธาตุ ๔ นี้ ถ้าขาดธาตุใดธาตุหนึ่งแล้ว กายไม่อาจตั้งอยู่ได้ หน้าที่ของธาตุ ๔ นั้น คือ ปฐวีธาตุ ทำหน้าที่เป็นธาตุพื้นฐาน อาโปธาตุ ทำหน้าที่เกาะกุมหรือกุมให้ปฐวีธาตุมวลรวมตัวเข้าด้วยกัน เตโชธาตุ ให้อบอุ่นแก่ร่างกายไม่ให้น้ำเสีย วาโยธาตุ ช่วยพยุงไว้และเกิดการเคลื่อนไหวไปมา อนึ่ง ธาตุ ๔ นี้ ถือเป็นหน่วยพื้นฐานของการเกิดรูปขันธ์ของมนุษย์ ทำให้เกิดกระบวนการชีวิตที่สมบูรณ์ขึ้นมา ดังนั้น ธาตุ ๔ นี้ จึงเรียกว่า “มหาภูตรูป” และเรียกรูปที่อิงอาศัยมหาภูตรูปเกิดขึ้นนี้ว่า “อุปาทายรูป”

๒. อุปาทาหารูป (derivative materiality) คือ รูปอาศัยมหาภูตรูป หรือรูปที่เนื่องมาจากมหาภูตรูป เป็นรูปที่ช่วยเสริมให้มหาภูตรูปหรือธาตุ ๔ มีความสมบูรณ์ มีชีวิตดำรงอยู่ได้ และสามารถทำหน้าที่ได้ต่อเนื่อง มี ๒๔ ประการ แต่ละประการ มีสารสำคัญโดยสรุปดังนี้<sup>๑๖</sup>

๑) ปสาทรูป ๕ แปลว่า รูปที่มีความใสจนสามารถรับวิสัญญรูปได้ หมายถึงประสาทสำหรับอารมณ์ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย เราเรียกปสาทรูป ๕ นี้ว่า รูปฝ่ายรับ

๒) วิสัญญรูป ๔ (หรือ โจรรูป) แปลว่า รูปที่เป็นอารมณ์ของจิต หมายถึงอารมณ์หรือสิ่งเร้าสำหรับให้จิตรับรู้อารมณ์ภายนอก ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น และรส เรียกวิสัญญรูป ๔ นี้ว่า รูปฝ่ายเร้า

การที่พระอภิธรรมแสดงวิสัญญรูป (หรือ โจรรูป) ไว้เพียง ๔ ประการ เป็นเพราะไม่นับโณภูฏัพพรูปที่เป็นอารมณ์ของจิตทางกาย (กายปสาทรูป) ทั้งนี้เพราะถือว่าตัวการที่ทำให้เกิดโณภูฏัพพรูปหรือกายสัมผัสจริง ๆ นั้น คือ มหาภูตรูป ๓ ได้แก่ ปฐวีธาตุ เตโชธาตุ และวาโยธาตุ

๓) ภาวรูป ๒ หมายถึงรูปแสดงเพศ เครื่องหมาย ความประพฤติ อันเป็นนิสัยใจคอ และกิริยาอาการแห่งความเป็นชายหญิง ได้แก่ (๑) อิตถิภาวรูป ความเป็นหญิง (๒) บุริสภาวรูป ความเป็นชาย ซึ่งเครื่องหมายให้รู้ภาวรูปนี้ ได้แก่ “ลึงคะ” ทรวดทรง เช่น มือ เท้า แขน ขา หน้าตา เป็นต้น “นิมิตตะ” เช่น หนวด เครา หน้าตา และการแต่งตัว เป็นต้น “กุตตะ” ความประพฤติ อุปนิสัยใจคอ กิริยาอาการ ความโน้มเอียงทางพฤติกรรมที่เห็นได้จากความประพฤติตั้งแต่เด็ก “อาภัพปะ” กิริยาอาการ เช่น การยืน นั่ง เดิน กิน ดื่ม<sup>๑๗</sup>

๔) หทัยรูป หมายถึงรูปที่เป็นที่ตั้งของจิต (หัวใจ) ซึ่งในที่นี้ ได้แก่ “วัตถุหทัยรูป” ในจำนวนหทัยรูป ๒ อย่างนี้ คือ (๑) มังสหทัยรูป เนื้อหัวใจ (๒) วัตถุหทัยรูป (หรือหทัยวัตถุ) รูปชนิดหนึ่งที่เกิดอยู่ในมังสหทัยรูป<sup>๑๘</sup>

๕) วิญญัตติรูป หมายถึงรูปที่แสดงอาการหรือพฤติกรรม ทำให้รู้ความประสงค์ของกันและกันหรือทำให้รู้ถึงจิตใจของคนอื่น คือ (๑) กายวิญญัตติ การแสดงให้รู้ความหมายด้วยกาย (๒) วจีวิญญัตติ การแสดงให้รู้ความหมายด้วยวาจา

๖) ชีวิตรูป หมายถึงชีวิตหรือภาวะที่ทำให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ ชีวิตรูปนี้ทำหน้าที่รักษาสหชาตรูป (มหาภูตรูป ๔ ปสาทรูป ๕ วิสัญญรูป ๔ ภาวรูป ๒ หทัยรูป ๑ ชีวิตรูป ๑ และปริจเฉทรูป ๑) ให้คงอยู่และเป็นไปได้ตลอดอายุของรูปนั้น ๆ คุณน้ารักษาไม่ว่าทั้งหลายที่เกิดในน้ำให้อยู่ต่อไปได้

<sup>๑๖</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๓/๑๑-๑๒.

<sup>๑๗</sup> อภิ.สง.อ. ๓๖/๒๔๐-๒๔๔.

<sup>๑๘</sup> บุญมี เมธางกูร และวรรณสิทธิ์ ivaทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะปริจเฉทที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สุทธินิสารการพิมพ์, ๒๕๒๕), หน้า ๓๑.



๓) ปริจเฉทรูป หมายถึงช่องว่างหรืออากาศ ช่องว่างที่เห็นได้ตามธรรมดา นั้น เช่น ช่องท้อง ช่องหู ช่องปาก ช่องตามบริเวณผิวด้าน เป็นต้น

๔) วิการรูป ๓ หมายถึงรูปแสดงภาวะพิเศษเฉพาะตัว ที่ทำให้มนุษย์หรือสิ่งมีชีวิต เคลื่อนไหวไปมาได้ ได้แก่ (๑) รูปลหุตา ความเบาหรือความรวดเร็วของกาย (๒) รูปมฤตา ความยืดหยุ่นของกาย (๓) รูปกัมมัณฺญตา ความพอดีหรือภาวะที่ควรแก่การงานของกาย

๕) ลักขณรูป ๔ หมายถึงรูปแสดงลักษณะอาการของกาย ได้แก่ (๑) อุปัจจยรูป ความก่อตัว (๒) สันตติรูป ความสืบต่อ (๓) ชรตารูป ความทรุดโทรม (๔) อนิจจตารูป ความปรวนแปร

๑๐) อาหารชรูป หรือโอชารูป หมายถึงโอชาหรือสารอาหารที่ยังชีวิตให้เจริญเติบโต และสร้างพลังงานให้แก่ชีวิต (กวจิงการาหาร)

กายของมนุษย์ (ที่ประกอบด้วยมหาภูตรูป ๔ และอุปาทายรูป ๒๔) นี้ มีลักษณะทางธรรมชาติอย่างมีนัยสำคัญ คือ ๑) เกิดจากเหตุปัจจัย มิได้ผุดขึ้นอย่างลอย ๆ และไม่มีใครสร้างขึ้นมา และเหตุปัจจัยนั้น ได้แก่ วิญญาณ (อิทัปปัจจยตภาวะ)<sup>๑๕</sup> ๒) ถูกปัจจัยอันได้แก่มหาภูตรูปปรุงแต่งขึ้น มิได้มีอยู่โดยลำพัง<sup>๑๖</sup> และเป็นไปตามสังขตธรรม คือ ปราภภูตกำเนิด ความเสื่อม และความผันแปร (สังขตธรรม)<sup>๑๗</sup> ๓) เป็นกลาง ๆ ไม่ดี ไม่ชั่ว ไม่สามารถที่จะทำบุญหรือบาปได้ด้วยตัวของกายเอง จะเป็นคุณหรือโทษนั้น ก็ขึ้นอยู่กับการใช้ชีวิตของผู้เป็นเจ้าของชีวิตเอง (อัพยาภตภาวะ) ๔) ไม่รู้อารมณ์ คือ ไม่รู้รูป ไม่รู้เสียง ไม่รู้กลิ่น ไม่รู้รส ไม่รู้สิ่งมาถูกต้องกาย และไม่รู้อะไรที่นึกคิดทางใจ (รูปธรรมหรือสสาร)<sup>๑๘</sup> กายของมนุษย์ ทำหน้าที่ตามธรรมชาติ ๒ ประการ คือ เป็นช่องทางหรือเชื่อม (ทวาร) ให้เกิดกระบวนการรับรู้ของมนุษย์ และเป็นเครื่องมือในการแสดงพฤติกรรมต่อโลกภายนอก<sup>๑๙</sup>

อย่างไรก็ตาม การที่มนุษย์มีเพียงกาย ที่เรียกว่า มหาภูตรูป กับคุณสมบัติของกาย ที่เรียกว่า อุปาทายรูป ซึ่งแฝงอยู่ในกายอย่างเดียว มนุษย์ก็ไม่ต่างอะไรกับกายที่ใช้ชีวิต ความเป็นมนุษย์จะสมบูรณ์ได้ก็ต่อเมื่อมนุษย์มีสภาวะอย่างหนึ่งที่เรียกว่า จิต

<sup>๑๕</sup> ส.นิ. (บาลี). ๑๖/๖๕/๑๑๖.

<sup>๑๖</sup> ส.ส. (ไทย). ๑๕/๑๓๐-๑๓๑/๒๒๖-๒๒๗.

<sup>๑๗</sup> อ.จ.ติ. (บาลี). ๒๐/๔๗/๑๔๖.

<sup>๑๘</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, ๒๕๓๐), หน้า ๖๔.

<sup>๑๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ พลธิมม, ๒๕๕๕), หน้า ๓๓.

### ๒.๒.๒ จิต (Mind)

แม้พระพุทธศาสนาจะเชื่อว่า ชีวิตมนุษย์ประกอบด้วยกายกับจิต แต่พระพุทธศาสนาก็ให้ความสำคัญแก่จิตมากกว่ากาย เพราะเชื่อว่า แก่นแท้ของความเป็นมนุษย์ ได้แก่ “จิต” จิต คือผู้บงการทุกอย่าง ชีวิตมนุษย์จะมีค่าหรือไร้ค่าก็เพราะจิต ชีวิตจะทรนทรายหรือจะสงบสัน โดยก็เพราะจิต<sup>๒๔</sup> จิตเป็นที่มาของสิ่งต่าง ๆ เช่น ประดิษฐ์กรรมต่าง ๆ หรือการกระทำอันเป็นความประพฤติดังต่าง ๆ ของมนุษย์ ที่เรียกว่าพฤติกรรม<sup>๒๕</sup> จิต (ที่ถูกชักจูงโดยเจตสิก) สามารถควบคุมบังคับร่างกายให้แสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ทั้งทางกายและทางวาจาได้ ถึงแม้ว่าตัวจิตเองนั้นจะอาศัยกาย (กุหาสย)<sup>๒๖</sup> อยู่ก็ตาม ซึ่งนัยแห่งความเชื่อนี้ จะเห็นได้จากพุทธพจน์ที่ว่า

“ใจเป็นผู้นำสรรพสิ่ง ใจเป็นใหญ่ (กว่าสรรพสิ่ง) สรรพสิ่ง  
สำเร็จได้ด้วยใจ ถ้าพูดหรือทำสิ่งใดด้วยใจชั่ว ความทุกข์ย่อม  
ติดตามเขาเหมือนล้อหมุนตามเท้าโค” ... ถ้าพูดหรือทำสิ่งใดด้วยใจ  
บริสุทธิ์ ความสุขย่อมติดตามเขาเหมือนเงาติดตามคน”<sup>๒๗</sup>

พุทธพจน์นี้ แสดงว่า พฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์ เป็นภาพสะท้อนมาจากภายในจิต หรือวิญญาณ จิตของมนุษย์นั้น โดยธรรมชาติเดิมแท้ มีธรรมชาติผ่องใส (ประกัสสร) แต่ที่ต้องเศร้าหมองไปก็เพราะมีกิเลสเข้ามาทอหุ้ม<sup>๒๘</sup> ซึ่งจะเห็นว่า จิตของมนุษย์ มีธรรมชาติเป็นกลาง ไม่ดีไม่ชั่ว ในตัวเอง มนุษย์จึงต้องระวังตนไม่ให้ตกไปเป็นทาสของกิเลสตัณหา โดยการสร้างเงื่อนไขที่เหมาะสมในการดำรงชีวิตตามหลักพุทธ โอวาท เช่น การคบเพื่อนที่ดี การอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม และการมีเมตตากรุณาต่อกัน เป็นต้น<sup>๒๙</sup> จิตที่ฝึกฝนดีแล้ว สามารถนำพามนุษย์ให้หลุดพ้นจากอำนาจของกิเลส บรรลุนิพพาน ได้<sup>๓๐</sup> จิตของมนุษย์นั้น มีทั้งส่วนที่ดีและส่วนที่เลว แต่

<sup>๒๔</sup> สุวัฒน์ จันทรวงศ์, **ปรัชญาและศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ, ๒๕๔๐), หน้า ๒๐๓.

<sup>๒๕</sup> จิตเดน นิยติ โลก : โลกถูกจิตนำไป, ส.ส. (บาลี). ๑๕/๖๒/๔๔.

<sup>๒๖</sup> พุ.ธ. (บาลี). ๒๕/๓๗/๒๒.

<sup>๒๗</sup> พุ.ธ. (บาลี). ๒๕/๑/๑๕.

<sup>๒๘</sup> “ปกัสสรमितฺถํ ภิกฺขเว จิตฺตํ ตณฺจ โข อคฺคตฺตเกหิ อุปกฺกิลเสหิ อุปกฺกิลฺลิจฺฐํ นานํ ภิกฺขเว อณฺเฏ อเอกฺขมมปิ สมนุสฺสสํมึ ยํ เอวํ ลหุปริวตฺตํ ยถยิทํ ภิกฺขเว จิตฺตํฯ ขาวณฺจิทํ ภิกฺขเว อุปมาปิ น สุกฺราขาว ลหุปริวตฺตํ จิตฺตํฯ”, อ.จ.เอก. (บาลี). ๒๐/๔๘-๕๑/๕.

<sup>๒๙</sup> ภัทรพร สิริกาญจนและฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์, “พุทธศาสนา” ใน **ความรู้พื้นฐานทางศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๗): หน้า ๕๓.

<sup>๓๐</sup> พุ.ธ. (บาลี). ๒๕/๓๓-๓๗/๒๒.

พระพุทธศาสนาเชื่อว่า จิตของมนุษย์มีคุณสมบัติที่ดีเป็นองค์ประกอบ มิใช่เป็นสภาวะที่ถูกดลบันดาลจากอำนาจที่เหนือมนุษย์ ส่วนปัจจัยที่เป็นตัวผลักดัน ที่อยู่เบื้องหลังของการมีจิตที่มีคุณสมบัติที่ดีนั้น ในทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า ปัญญา

จิตในทางพระพุทธศาสนา ถูกบัญญัติชื่อเรียกขานกันในหลายชื่อ เช่น เจโต มานสะ มานัส หทัย ปันชระ มนายตนะ มนินทริย์ วิญญาณขันธ และมโนวิญญาณธาตุ<sup>๑๑</sup> โดยการบัญญัติชื่อจิต ตามลักษณะ อากาโร หน้าที่ และความเป็นไป แต่ชื่อที่ผู้ศึกษาพระพุทธศาสนาและคนทั่วไปคุ้นเคยมากที่สุด คือ “จิต มโน วิญญาณ” ซึ่งชื่อเหล่านี้มีความหมายเดียวกัน ดังพุทธดำรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย ก็ธรรมชาติที่เรียกว่า จิตบ้าง มโนบ้าง วิญญาณบ้าง ขณะที่ดวงหนึ่งกำลังดับ ดวงใหม่กำลังเกิดขึ้น เป็นอย่างนี้เรื่อยไปตลอดวันและคืน”<sup>๑๒</sup>

จิต ในทางพระพุทธศาสนา ไม่เป็นอมตะ จึงไม่ใช่ Soul ไม่ใช่อาตมัน และไม่ใช่พรหมัน หรือปรมาตมัน แต่เป็นสิ่งที่อยู่เหนือประสาทสัมผัสที่มีการเกิดดับอยู่ตลอดเวลา<sup>๑๓</sup>

จิต เป็นนามธรรม คำว่า “นาม” แปลว่า สิ่งที่นุ่มไปหรือนุ่มเข้าหาอารมณ์ (คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางกาย และสัมผัสทางใจ)<sup>๑๔</sup> แยกได้เป็น ๒ ส่วน คือ ส่วนของนามหลัก ได้แก่ วิญญาณขันธทั้งหมด (ในขันธ ๕) และส่วนของคุณสมบัติของนามหลัก ได้แก่ เวทนาขันธ สัญญาขันธ และสังขารขันธ นามส่วนแรก เรียกว่า จิต นามส่วนหลัง เรียกว่า เจตสิก<sup>๑๕</sup>

คำว่า “จิต” หมายถึงธรรมชาติที่คิดหรือรู้อารมณ์<sup>๑๖</sup> คำว่า “คิด” คือ ๑) คิดด้วยไตรตรอง (อุหนจินฺตา) ได้แก่ วิตถ ๒) คิดด้วยรู้แจ้งอารมณ์ (วิขานนจินฺตา) ได้แก่ วิญญาณ ๓) คิดด้วยรู้ชัด (ปชานนจินฺตา) ได้แก่ ปัญญา ส่วนคำว่า “รู้” คือ ๑) หมายถึง (สยฺขานน) ได้แก่ สัญญา ๒) รู้แจ้งอารมณ์ (วิขานน)

<sup>๑๑</sup> พ.ม. (ไทย). ๒๕/๑/๑๕๑; อภ.วิ. (บาลี). ๓๕/๑๘๔/๓๐.

<sup>๑๒</sup> ส.น. (ไทย). ๑๖/๖๒/๑๑๗.

<sup>๑๓</sup> สุวณฺณ จันทรจันง, ปรัชญาและศาสนา, (กรุงเทพมหานคร; สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ, ๒๕๔๐), หน้า ๒๐๓.

<sup>๑๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. (กรุงเทพมหานคร; โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๕๘.

<sup>๑๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๒๗.

<sup>๑๖</sup> พระอนุรุทธาจารย์, อภิธรรมมุตตสดกปาฐก สห อภิธรรมมุตตภาวินี นาม อภิธรรมมุตตสดกทฎีกา, พิมพ์ครั้งที่ ๕. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๖๖.

ได้แก่ วิญญาณ ๓) ฐัชด์ (ปชานน) ได้แก่ ปัญญา<sup>๓๖</sup> คำว่า “อารมณ” หมายถึงสิ่งถูกรู้หรือถูกรับรู้ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปพะ (สัมผัสทางกาย) และธรรมารมณ (เรื่องในใจเวลาใจคิดเรื่องใด ๆ)<sup>๓๗</sup>

จิต เป็นนามธรรม ไม่มีตัวตนที่มองเห็นหรือสัมผัสได้ (ต่างจากกายซึ่งเป็นรูปธรรม) แต่แสดงออกให้รู้ได้ว่ามีอยู่โดยทางความรู้สึก การจำได้หมายรู้ การนึกคิด และการรับรู้อารมณ (คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสกาย และสัมผัสใจ) ทางปัญจทวาร คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และทางมโนทวาร คือ ใจ จิตที่รู้อารมณ เรียกว่า จักขุวิญญาณ จิตที่รู้เสียง เรียกว่า โสทวิญาณ จิตที่รู้กลิ่น เรียกว่า ฆานวิญาณ จิตที่รู้รส เรียกว่า ชิวหาวิญาณ จิตที่รู้สิ่งที่มาต้องกาย เรียกว่า กายวิญาณ จิตที่รู้ความรู้สึกนึกคิดทางใจ เรียกว่า มโนวิญาณ

การรู้ของจิตทางต่าง ๆ เหล่านี้ ไม่ว่าจะเป็จักขุวิญญาณ โสทวิญาณ ฆานวิญาณ ชิวหาวิญาณ กายวิญาณ และมโนวิญาณ ก็ตาม จะมีสภาพธรรมเกิดร่วมอีก ๓ ประการ คือ เวทนา สัญญา และสังขารเสมอ ไม่มีอำนาจใดที่จะห้ามไม่ให้สภาพธรรม ๓ ประการนี้เกิดร่วมกับการที่จิตรู้อารมณได้ สภาพธรรม ๓ ประการที่เกิดร่วมกับจิตรู้อารมณคือวิญญาณนั้น ถ้าจะแยกพูดการเกิดก่อนหลังของมันแล้ว อาจจะพูดได้ว่า เมื่อจิตรู้อารมณแล้วก็จะเกิดเวทนา ต่อจากเวทนาจึงเป็นสัญญา ต่อจากสัญญาก็เป็นสังขาร แต่ในแง่ของความเป็นจริงแล้ว สภาพธรรมเหล่านี้เกิดพร้อม ๆ กับการที่รู้อารมณ ซึ่งเป็นไปอย่างรวดเร็วมากยากแก่การกำหนดนับด้วยเวลาตามธรรมดาได้<sup>๓๘</sup>

พระพุทธศาสนาถือว่า จิตเป็นสังขารธรรมเช่นเดียวกับกาย คือ เป็นสิ่งที่เกิดจากเหตุปัจจัย ไม่ได้ผุดขึ้นอย่างลอย ๆ และไม่มีใครสร้างขึ้นมา ในทางพระพุทธศาสนาได้แสดงถึงเหตุปัจจัยที่ทำให้จิตเกิดขึ้นไว้เป็นนัยต่าง ๆ อย่างกว้างขวาง แต่เหตุปัจจัยที่สำคัญที่ทำให้จิตเกิดมี ๓ ประการ คือ<sup>๓๙</sup>

๑. วัตถุ หมายถึงปสาทรูป (ทำหน้าที่รับ) ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ (จักขุปสาทรูป โสทปสาทรูป ฆานปสาทรูป ชิวหาปสาทรูป กายปสาทรูป และหทัยวัตถุรูป)

๒. อารมณ หมายถึงอารมณ (ทำหน้าที่เร้า) ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งที่มาต้องกาย และสิ่งที่นึกคิดทางใจ (รูปารมณ สัททารมณ คันธารมณ รสอารมณ โสภณูปพารมณ และธัมมารมณ)

๓. มนสิการ คือ การกระทำในใจ ซึ่งแยกได้เป็น ๒ ประการ คือ โยนิโสมนสิการและอโยนิโสมนสิการ

<sup>๓๖</sup> พระอนุรุทธาจารย์, อภิธมฺมตฺถสํกฺขปฺปาลิยา สห อภิธมฺมตฺถวิภาวิณี นาม อภิธมฺมตฺถสํกฺขทฺฐิกา, พิมพ์ครั้งที่ ๕. หน้า ๔๓๑-๔๓๒.

<sup>๓๗</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. หน้า ๓๕๐.

<sup>๓๘</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, หน้า ๑๐๖.

<sup>๓๙</sup> ดูรายละเอียด ใน โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, หน้า ๑๑๑-๑๑๓.

ตามแนวพระอภิธรรม ได้แสดงจิตไว้ ๘๕ ดวง หรือ ๑๒๑ ดวง และในบรรดาจิตทั้งหมด นั้น ๑) ถ้าจำแนกตามภูมิหรือระดับของจิต ก็ได้แก่ กามาวจรจิต ๕๔ รูปาวจรจิต ๑๕ อรูปาวจรจิต ๑๒ โลกุตระจิต ๘ (แยกพิสดารเป็น ๔๐) ๒) ถ้าจำแนกตามคุณสมบัติ ก็ได้แก่ ๑) อกุศลจิต ๑๒ กุศลจิต ๒๑ (พิสดารเป็น ๓๗) วิบากจิต ๓๖ (พิสดารเป็น ๕๒) กิริยาจิต ๒๐<sup>๔๑</sup> อย่างไรก็ตาม แม้พระอภิธรรมจะแบ่งจิตออกเป็น ๘๕ ดวง หรือ ๑๒๑ ดวง แต่ถ้ากล่าวโดยสภาวะหรือโดยธรรมชาติแล้ว ก็มีเพียงอย่างเดียวเท่านั้น คือ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์

จิตของมนุษย์จะรู้อารมณ์ต่าง ๆ โดยผ่านใน ๒ ช่องทาง คือ ๑) ทางปัญจทวาร ได้แก่ รูปร่าง รู้อเสียง รู้กลิ่น รู้รส และสัมผัส ผ่าน ตา หู จมูก ลิ้น กาย ๒) ทางมโนทวาร คือ รู้ธรรมารมณ์ ผ่านใจ<sup>๔๒</sup> ส่วนแรก เรียกว่า “รู้สิ่งอื่น” ส่วนหลัง เรียกว่า “รู้ตัวเอง” ซึ่งจิตนั้นจะรับรู้อารมณ์ต่าง ๆ อยู่เสมอ จะอยู่เฉย ๆ โดยไม่คิดหรือไม่รู้อารมณ์ไม่ได้ (ยกเว้นบางเวลา เช่น เวลาหลับ ลึนสติ เป็นต้น)

การรู้อารมณ์ของจิต จะเป็นไปโดยอัตโนมัติ เมื่อตาเห็นรู้ หูฟังเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส กายกระทบกับสิ่งที่มาถูกต้องกาย และใจคิดธรรมารมณ์ การรับรู้อารมณ์ของจิตแต่ละขณะ จะไม่รับรู้อารมณ์พร้อม ๆ กัน แต่จะรับรู้อารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งเพียงอย่างเดียว เช่น ถ้าขณะจิตใด รับรูรูปรามณ์ ขณะนั้นจิตจะไม่รับรู้สัททวารมณ์ คันธารมณ์ รสอารมณ์ โภกฐัพพารมณ์ และขัมมารมณ์ หรือถ้าขณะใด จิตรับรู้สัททวารมณ์ ขณะนั้นจิตจะไม่รับรู้อารมณ์อื่น ๆ จิตอาจรู้อารมณ์อื่นได้แต่หลังจากปล่อยจากการรับรู้อารมณ์นั้นไปแล้ว<sup>๔๓</sup>

อนึ่ง ณ ขณะแรกของการรับรู้ นั้น จะไม่อาจกล่าวได้ว่า จิตเป็นกุศลหรืออกุศล เพราะตามสภาวะพื้นฐานของจิตแล้ว จิต เป็นกลาง ๆ ไม่ได้ ไม่ชั่ว แต่ที่ทราบว่าเป็นกุศลหรืออกุศลอย่างใดอย่างหนึ่งก็เพราะว่าในการรับรู้ของจิตนั้น มีธรรมชาติบางอย่างชักนำหรือกระตุ้นหรือชักจูง เรียกธรรมชาติบางอย่างนี้ว่า “เจตสิก” ดังนั้น การรู้ของจิต จึงขึ้นอยู่กับชักนำหรือการชักจูงของเจตสิก<sup>๔๔</sup> การแสดงพฤติกรรมใด ๆ ในทางกาย ทางวาจา และทางใจ ไม่ว่าจะป็นด้านบวกหรือด้านลบ ย่อมขึ้นอยู่กับคุณสมบัติของจิต เป็นตัวชักจูงให้กระทำหรือแสดงออกทั้งสิ้น

คำว่า “เจตสิก” (mental factors; mental concomitants) หมายถึงคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต<sup>๔๕</sup> มีลักษณะ ๔ ประการ คือ (๑) เอกุปปาท เกิดพร้อมกับจิต (๒) เอกนิโรธ ดับพร้อมกับจิต

<sup>๔๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๒๗.

<sup>๔๒</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๑๕/๓๐๐.

<sup>๔๓</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, หน้า ๔๐.

<sup>๔๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, หน้า ๓๖.

<sup>๔๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๐.

(๓) เอกาลมพณ รับอารมณ์อย่างเดียวกับจิต (๔) เอกาตุถก อาศัยวัตถุอย่างเดียวกับจิต ในพระอภิธรรมปิฎก แบ่งเจตสิกเป็น ๕๒ ดวง ใน ๓ หมวดนี้ คือ

๑. อัญญาสมานาเจตสิก เจตสิกที่เกิดได้กับกุศลจิตและอกุศลจิต มี ๑๓ ชนิด คือ ๑) สัพพสาธารณเจตสิก เจตสิกที่เกิดได้ทั่วไปกับจิตทุกดวง มี ๗ ชนิด ได้แก่ ผัสสะ เวทนา สัญญา เจตนา เอกัคคตา ชีวิตินทรีย์ มนสิการ ๒) ปกิณณกเจตสิก เจตสิกที่เกิดได้กับจิตทั่ว ๆ ไปทั้งฝ่ายกุศลและอกุศล แต่ไม่แน่นอนตายตัวเสมอไปทุกดวง มี ๖ ชนิด ได้แก่ วิตก วิจาร อธิโมกข์ วิริยะ ปิติ ฉันทะ

๒. อกุศลเจตสิก เจตสิกที่เป็นอกุศล มี ๑๔ ชนิด คือ ๑) สัพพากุศลสาธารณเจตสิก เจตสิกที่เกิดกับอกุศลจิตทุกดวง มี ๔ ชนิด ได้แก่ โมหะ อหิริกะ อโนตปปะ อุทธัจจะ ๒) ปกิณณกอกุศลเจตสิก เจตสิกที่เกิดกับอกุศลจิตเป็นบางดวง มี ๑๐ ชนิด ได้แก่ โลภะ ทิฏฐิ มานะ โทสะ อิสสา มัจฉริยะ กุกกุจจะ ถีนะ มัทธะ วิจิกิจฉา

๓. โสภณเจตสิก เจตสิกดีงาม เกิดกับจิตที่เป็นกุศลและอัพยาภุต มี ๒๕ ชนิด คือ ๑) โสภณสาธารณเจตสิก เจตสิกที่เกิดกับจิตดีงามทุกดวง มี ๑๕ ชนิด ได้แก่ ศรัทธา สติ หิริ โอตตปปะ อโลภะ อโทสะ ตัตถมัมหมัตตา กายปัสสัทธิ จิตตปัสสัทธิ กายลหุตา จิตตมูหตา กายกัมมัณฺญตา จิตตกัมมัณฺญตา กายปาคุณฺญตา จิตตปาคุณฺญตา กายชุกตา จิตตชุกตา ๒) ปกิณณกโสภณเจตสิก เจตสิกเกิดกับจิตดีงามแต่ไม่ตายตัวทุกครั้ง ได้แก่ (๑) วิรติเจตสิก เจตสิกที่งดเว้นจากการทำบาปทั้งทางกายและวาจา มี ๓ ชนิด คือ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ (๒) อัปปมัญญาเจตสิก เจตสิกที่แผ่ไปในมวลสัตว์อันหาประมาณมิได้และไม่มิชอบเขตจำกัด ๒ ชนิด คือ กรุณา มุทิตา (๓) ปัญญาเจตสิก เจตสิกที่รู้เท่าทันกับความเป็นจริง คือ ฐ่อริยสัง ๔ มี ๑ ชนิด คือ ปัญญินทรีย์

จิต (ตามการบงการของเจตสิก) นี้ เป็นนามธรรม เป็นอสสาร รู้อารมณ์ คือ รู้รูป รู้เสียง รู้รส รู้สิ่งที่มากระทบกาย และรู้สิ่งที่นึกคิดทางใจ (ธรรมารมณ) ซึ่งต่างจากกาย ที่เป็นรูปธรรม เป็นสสาร ไม่รู้อารมณ์ คือ ไม่รู้รูป ไม่รู้เสียง ไม่รู้กลิ่น ไม่รู้รส ไม่รู้สิ่งที่มากระทบกายหรือมาตองกาย และไม่รูสิ่งที่นึกคิดทางใจ

### ๒.๓ การพัฒนามนุษย์

การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม เป็นระบบการพัฒนาที่มีวัตถุประสงค์เพื่อการดำรงชีพอย่างปกติสุขของมนุษย์ การดำรงชีพอย่างปกติสุขของมนุษย์ หมายถึงการมีอิสรภาพและสันติสุขของมนุษย์ การมีอิสรภาพและสันติสุขของมนุษย์ อาศัยความเกื้อกูลกันขององค์ประกอบ ๓

ประการ คือ มนุษย์ สังคม และธรรมชาติหรือสิ่งแวดล้อม<sup>๔๖</sup> โดยเริ่มต้นที่มนุษย์กับมนุษย์ (สังคม) และมนุษย์กับธรรมชาติ ดังพุทธพจน์ว่า

“คนที่เป็นบัณฑิต มีปัญญามาก ย่อมคิดการ มิใช่เพื่อ  
เบียดเบียนตน มิใช่เพื่อเบียดเบียนผู้อื่น มิใช่เพื่อเบียดเบียนทั้ง  
สองฝ่าย เมื่อจะคิด ย่อมคิดการที่ ‘เกื้อกูล’ แก่ตน แก่ผู้อื่น แก่ทั้ง  
สองฝ่าย แก่ทั้งโลกเลยทีเดียว”<sup>๔๗</sup>

ความเกื้อกูล (ต่อโลกและสรรพสิ่ง) โดยปราศจากการเบียดเบียนกันนี้ จะเกิดขึ้นได้  
ไม่ยาก หากมนุษย์ในโลกนี้เพียงแต่ปฏิบัติตามหลักการสั้น ๆ แห่งพุทธพจน์ที่ว่านี้คือ

“บัณฑิตชน พัฒนาธรรมเหล่านี้ คือ การให้ การปฏิบัติต่อกัน  
กันโดยชอบธรรม และจิตใจที่เมตตาแล้ว ... ก็จะเข้าถึงโลกที่เป็น  
สุขไว้การเบียดเบียน”<sup>๔๘</sup>

ตามทฤษฎีพระพุทธศาสนา คำว่า “การพัฒนา” (Development) หมายถึงกระบวนการ  
หรือความพยายามที่ดำเนินการเปลี่ยนแปลง ปรับปรุง รักษา สิ่งที่ดีให้คงอยู่ ซึ่งสามารถขยายความ  
เพิ่มเติมได้ คือ การพัฒนา หมายถึงกระบวนการหรือความพยายามที่จะ ๑) กำจัดหรือละทิ้งสิ่งที่ไม่ดี  
มีปัญหาและไม่พึงปรารถนาให้หมดไป (ปหานปธาน) ๒) สร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามซึ่งยังไม่เกิดให้เกิด  
มีขึ้น (สังวรปธาน) ๓) ปั้นฟูสิ่งที่ดีงามซึ่งเคยมีอยู่ให้กลับคืนมาและมีความสำคัญเหมือนเดิม (อนุ  
รักษนาปธาน) ๔) พัฒนาสิ่งที่ดีอยู่แล้วให้เจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป (ภาวนาปธาน)<sup>๔๙</sup>

ตามแนวทางพระพุทธศาสนา คำว่า “การพัฒนา” อาจแยกออกเป็น ๒ ส่วน คือ การ  
พัฒนาทางวัตถุและการพัฒนามนุษย์ การพัฒนาทางวัตถุ ซึ่งไม่ใช่เป็นการพัฒนามนุษย์ เช่น การ  
พัฒนาเศรษฐกิจ การพัฒนาสังคม เป็นต้น จะนิยมเรียกว่า “พัฒนา”<sup>๕๐</sup> ส่วนการพัฒนามนุษย์ ซึ่งไม่  
ว่าจะเป็นทางด้านกายหรือจิต จะเรียกว่า “ภาวนา” แปลตามรูปศัพท์ว่า ทำให้มี ทำให้เป็น หมายถึง  
การทำชีวิตมนุษย์ให้เจริญงอกงาม<sup>๕๑</sup>

<sup>๔๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การพัฒนาที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๖, หน้า ๒๓๑.

<sup>๔๗</sup> อจ.จตุกก. (ไทย). ๒๑/๑๘๖/๒๖๘.

<sup>๔๘</sup> พุ.ธ. (บาลี) ๒๕/๓๑๒/๑๓๓.

<sup>๔๙</sup> งานงค์ อดิวัตตนสิทธี, รัช.ศ.ร., สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์, หน้า ๑๖๔.

<sup>๕๐</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษา: มองเมื่อ ๓๐ ปีก่อน, พิมพ์ครั้งที่ ๑.  
(กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท ชรรมิก จำกัด, ๒๕๕๕) หน้า ๑๒.

<sup>๕๑</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), ธรรมกับการพัฒนาชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร:  
สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๕), หน้า ๒-๓.

การพัฒนาคนในฐานทรัพยากรมนุษย์ (Human Development) ในโลกปัจจุบัน แยกได้เป็น ๒ กระแส คือ<sup>๕๒</sup>

๑. การพัฒนาคนในฐานทรัพยากรมนุษย์ หมายถึงการพัฒนาคนในกระแสการพัฒนาเศรษฐกิจ ที่มองมนุษย์ในฐานะเป็นทรัพยากรอย่างหนึ่ง คือ เป็นทุน เป็นเครื่องมือ เป็นปัจจัยในการที่จะนำมาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม เรียกการพัฒนาคนในกระแสนี้ว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ (Human Resource Development)<sup>๕๓</sup>

๒. การพัฒนาคนในฐานผู้มีความเป็นมนุษย์ หรือการพัฒนาคนในฐานที่เป็นมนุษย์ เพื่อให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มีชีวิตที่ดีงาม มีความสุข มีอิสรภาพ เรียกการพัฒนาคนในกระแสนี้ว่า การพัฒนาคน (Human Development)<sup>๕๔</sup>

การพัฒนาในกระแสแรก จะช่วยให้สังคมมีทุนมนุษย์ที่มีคุณภาพและมีประสิทธิภาพในการประกอบการต่าง ๆ ที่จะก่อให้เกิดผลในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ที่เรียกว่า พัฒนาให้เป็นนักผลิต ซึ่งพร้อมที่จะสนองความต้องการของสังคม ส่วนการพัฒนาในกระแสที่ ๒ จะช่วยให้บุคคลมีคุณสมบัติพร้อมที่จะดำเนินชีวิตแห่งปัญญาเพื่อความดีงาม ที่เรียกว่า พัฒนาให้เป็นบัณฑิตที่สามารถนำชีวิตและสังคม ไปสู่สันติสุข<sup>๕๕</sup>

ในบรรดากระแสการพัฒนา ๒ กระแสนั้น กระแสการพัฒนาซึ่งตรงตามเจตนารมณ์ของพระพุทธศาสนา ในทัศนะของผู้ศึกษาวิจัย ได้แก่ การพัฒนาในกระแสที่ ๒ เพราะเป็นการพัฒนาที่สอดคล้องกับพื้นฐานที่แท้จริงของมนุษย์ คือ “กายกับจิต” ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของชีวิตที่เป็นองค์รวมแห่งความสัมพันธ์ ที่เริ่มจากภายในและประสานสัมพันธ์กับธรรมชาติภายนอก ที่เป็นความสัมพันธ์ที่ถูกต้อง ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ (สังคม) และมนุษย์กับธรรมชาติแวดล้อม<sup>๕๖</sup>

คำว่า “การพัฒนาคน” ตามหลักพระพุทธศาสนา จากการศึกษาของ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) หมายถึงการทำมนุษย์ให้ดำเนินชีวิตไปในวิถีชีวิตที่ถูกต้องหรือการดำเนินชีวิตที่ดี ที่เรียกว่า “อริยมรรค” ด้วยวิธีแห่งการศึกษา ที่เรียกว่า “สิกขา” จนกว่าจะเข้าถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดของ

<sup>๕๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนา พัฒนาคนและสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๑-๒.

<sup>๕๓</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๒-๓.

<sup>๕๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษาเพื่อสร้างบัณฑิตหรือการศึกษาเพื่อเพิ่มผลผลิต, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๒), หน้า ๖-๗.

<sup>๕๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนา พัฒนาคนและสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๒.

<sup>๕๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), “การศึกษาเพื่อสร้างบัณฑิตหรือการศึกษาเพื่อเพิ่มผลผลิต” ในรวมบทความวิชาการพระพุทธศาสนาและปรัชญา, รวบรวมและจัดพิมพ์โดย กองวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐): หน้า ข.



ชีวิต คือ อิศรภาพ หรือภาวะไร้ปัญหา หรือไร้ทุกข์ มีความเต็มอ้อมที่ชีวิตไม่มีความบกพร่อง<sup>๕๗</sup> เมื่อมนุษย์ดำรงตนหรือปฏิบัติตนอยู่ในอริยมรรค ตามแนวทางแห่งสิกขาอย่างสมบูรณ์แล้ว ก็จะนำไปสู่การเข้าถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดของชีวิตเอง<sup>๕๘</sup>

จากทัศนะดังกล่าวนี้ แสดงว่า ๑) จุดมุ่งหมายสูงสุดของชีวิตมนุษย์ในทางพระพุทธศาสนา คือ อิศรภาพ หรือภาวะไร้ปัญหาหรือไร้ทุกข์ (นิพพาน) ๒) การจะสามารถเข้าถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดของชีวิตนั้น มนุษย์จะต้องมีวิถีชีวิตที่ถูกต้อง<sup>๕๙</sup> ๓) วิถีชีวิตที่ถูกต้อง เกิดจากการพัฒนาตนด้านพฤติกรรมจิตใจ และปัญญา สำหรับอริยมรรคมีองค์ ๘ ประการนั้น มีสาระสำคัญ ดังนี้<sup>๖๐</sup>

๑. สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ หมายถึงเห็นอริยสัจ ๔ ตามความเป็นจริง คือ เห็นตรงตามสภาวะของธรรมชาติ ซึ่งเกิดจากการเริ่มรู้จักคิดใคร่ครวญและพิจารณา ทำให้การกระทำต่าง ๆ เป็นไปด้วยความถูกต้องดีงาม เกื้อกูลแก่ชีวิตและนำไปสู่ความดับทุกข์ในที่สุด

๒. สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ หมายถึงความนึกคิด ที่ปลอดโปร่ง โปร่งใส เป็นอิสระแก่ตัวเอง ไม่แอบแฝงด้วยความชอบใจและไม่ชอบใจ ความดำริชอบนี้ มีมูลฐานมาจากความเห็นชอบ

๓. สัมมาวาจา เจรจาชอบ หมายถึงการงดเว้นจากการพูดเท็จ (ละมุสาวาท) การเว้นจากพูดส่อเสียด (ละปิสุณาวาจา) การเว้นจากการพูดคำหยาบ (ละมรุสวาจา) การเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ (สัมผัปปลาปะ) แต่ให้พูดคำจริง (สัจจาจา) พูดไม่ส่อเสียด (อปิสุณาวาจา) พูดคำอ่อนหวาน (สัทธวาจา) ประสานสามัคคี เกิดผลดีแก่ผู้อื่น (มันตภาษา/พูดด้วยความคิด) เป็นการพัฒนาตนในทางคำพูดให้สะอาดบริสุทธิ์

๔. สัมมากัมมันตะ การงานชอบ หมายถึงการงดเว้นจากการทำลายชีวิต หรือดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นทางด้านชีวิตร่างกาย (ละปาณาติบาต) เว้นจากการลักทรัพย์ หรือดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นทางด้านทรัพย์สินและกรรมสิทธิ์ (ละอทินนาทาน) เว้นจากการประพฤติดินกาม หรือดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นทางด้านคูครอง บุคคลที่รักใคร่หวงแหน (ละกามสุมิจจาจาร) แต่ให้มีสัทธสันโดษ เป็นการพัฒนาตนในทางร่างกายให้สะอาดบริสุทธิ์

๕. สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ หมายถึงการงดเว้นจากการเลี้ยงชีพในทางที่ผิด เช่น การโกง การหลอกลวง การบังคับขู่เข็ญ นอกจากนี้ ต้องเว้นอาชีวะ ๕ ประการ ที่นำความเดือดร้อนมาให้ผู้อื่น ที่เรียกว่า อกรรมวิঘ्नชชชา แปลว่า การค้าที่ไม่ควรทำ คือ ๑) การค้าศัสตรา (สัตตวิঘ्नชชชา) หมายถึงอาวุธและเครื่องประหารทั้งหลาย ๒) การค้าสิ่งมีชีวิต (สัตตวิঘ्नชชชา) หมายถึงการค้ามนุษย์

<sup>๕๗</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), *ธรรมกับการพัฒนาชีวิต*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๒-๓.

<sup>๕๘</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔.

<sup>๕๙</sup> วิ.มหา. (บาลี). ๔/๑๓/๑๓-๑๔; ที.ม. (บาลี). ๑๐/๔๐๒/๒๖๖-๒๖๘.

<sup>๖๐</sup> พระมหาบุญชิต สุตโปรง, “ศึกษาวิเคราะห์คุณสมบัติของพระอรหันต์ในพระพุทธศาสนานเถรวาท”, หน้า ๓๖-๓๘.

๓) การค้ำเนื้อสัตว์ (มังสวณิชา) หมายถึงเลี้ยงสัตว์ประเภทใช้ฆ่ากินเนื้อไว้ขาย ๔) การค้ำน้ำเมา (มัจฉวณิชา) หมายถึงการค้ำยาเสพติดให้โทษทุกชนิด ๕) การค้ำยาพิษ (วิสวณิชา) แต่ให้ประกอบอาชีพสุจริต ขยันหมั่นเพียร ดำรงตนอย่างเหมาะสมในงานหรืออาชีพนั้น ๆ

๖. สัมมาวายามะ ความพยายามชอบ หมายถึงสัมมปปธาน ๔ ประการ คือ ๑) สัมมปปธาน เพียรป้องกันกิเลสอกุศลทั้งปวงไม่ให้เกิดขึ้น ๒) ปหานปธาน เพียรต่อภาระหรือกำจัดกิเลสอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ๓) ภวานาปธาน เพียรสร้างกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ๔) อนรักขณปธาน เพียรรักษาและส่งเสริมให้กุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ดำรงอยู่

๗. สัมมาสติ ความระลึกชอบ หมายถึงการเจริญสติฝึกอบรมจิต มีสติเป็นตัวที่คอยยับยั้งและควบคุมพฤติกรรม ตลอดจนปฏิบัติหน้าที่ มิให้เกิดความประมาท

๘. สัมมาสมาธิ ความตั้งใจชอบ หมายถึงการฝึกอบรมจิตในขั้นลึกซึ้ง ให้จิตมีความสงบเป็นสมาธิ ตั้งมั่น ไม่ฟุ้งซ่าน กระวนกระวาย เหมาะแก่การใช้งาน และพร้อมที่จะใช้ปัญญา

ส่วนสิกขา ซึ่งแปลตามรูปศัพท์ว่า การศึกษา อันหมายถึงการพัฒนาตนเองของมนุษย์ให้มีวิถีชีวิตที่ดีหรือการดำเนินชีวิตได้ถูกต้อง เพื่อการเข้าถึงจุดหมายสูงสุดของชีวิตนั้น มี ๓ ประการ เรียกว่า “ไตรสิกขา” คือ<sup>๖๐</sup>

๑. อธิศีลสิกขา การศึกษาเพื่อฝึกหัดอบรมควบคุมกายและวาจา เพื่อสร้างคามมีระเบียบวินัยให้กับตนเอง อันจะเป็นกรอบให้บุคคลกระทำสิ่งที่ดีงามหรือมีพฤติกรรมที่ดี กล่าวคือ พุทธดี (สัมมาวาจา) ทำการงานดี (สัมมากรรม) และดำรงชีวิตด้วยดี (สัมมาอาชีวะ)

๒. อธิจิตตสิกขา การศึกษาเพื่อพัฒนาจิต ให้มีคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพ เป็นการสร้างสติให้รู้จักยั้งคิดและรู้จักกระตุ้นเตือนตนเอง ให้สำนึกในความรับผิดชอบต่อน้ำที่ ทั้งนี้ โดยมีความเพียร (สัมมาวายามะ) ความระลึกรู้ (สัมมาสติ) และจิตที่มั่นคงแน่วแน่ (สัมมาสมาธิ)

๓. อธิปัญญาสิกขา การศึกษาเพื่อความรู้ระดับสูง รู้แจ้งแทงตลอดซึ่งสังขารทั้งปวง เป็นการศึกษาเพื่อพัฒนาด้านวุฒิปัญญา ให้มีความคิดที่ถูกต้อง มีความรู้ที่ถูกต้อง ตรงตามสัจจะความจริง (สัมมาทิฏฐิ) และความดำริในทางที่ชอบ (สัมมาสังกัปปะ)

## ๒.๔ การเกิดการพัฒนามนุษย์

สำหรับแนวคิดเรื่องการเกิดการพัฒนามนุษย์นี้ นักปราชญ์ร่วมสมัยในทางพระพุทธศาสนา คือ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้เสนอไว้ในงานนิพนธ์ต่าง ๆ โดยพอจะประมวลได้ดังนี้

<sup>๖๐</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๐๔/๒๗๒; อ.ต.ก. (ไทย). ๒๐/๘๗/๓๑๒.

๑. มนุษย์ต้องการพัฒนาตน<sup>๖๒</sup> เนื่องจากมนุษย์ส่วนมาก ยังช่วยเหลือตนเองไม่ได้เต็มที่ หรือมีระดับแห่งการพึ่งพาตนเองที่ยังไม่สมบูรณ์<sup>๖๓</sup> ถ้าปล่อยให้มนุษย์อยู่ตามธรรมชาติ ก็จะดำเนินชีวิต โดยอาศัยตัณหาสนองความต้องการทางประสาทสัมผัสทั้ง ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ซึ่งเสี่ยงที่จะเกิด อันตรายหรือเกิดปัญหาต่อชีวิตของตน (ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ) สังคม และธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม<sup>๖๔</sup> ดังนั้น เพื่อให้มนุษย์ดำเนินชีวิตด้วยปัญญา แทนการดำเนินชีวิตด้วยตัณหาหรือแทนการ วิ่งพล่านด้วยตัณหา<sup>๖๕</sup> พระพุทธศาสนาจึงต้องมาพัฒนามนุษย์ให้เขาสามารถช่วยเหลือตนเองได้ ตาม หลักการแห่งพุทธพจน์ที่ว่า “อตุตา หิ อตุตโน นาโถ” แปลว่า ตนเองเป็นที่พึ่งแห่งตน<sup>๖๖</sup> ส่วนสาเหตุที่ มนุษย์ปุถุชนไม่สามารถพึ่งพาตนเองได้นั้น เนื่องจากมนุษย์ปุถุชนนั้น “ขาด” ในสิ่งต่อไปนี้

๑) ปัญญา คือ ความรู้ความเข้าใจใน (๑) ชีวิตของตนเอง (๒) สิ่งแวดล้อม ทั้งสังคม และธรรมชาติ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง มนุษย์ขาดความรู้ความเข้าใจใน โลกและชีวิต ซึ่งมีอยู่และ ดำเนินไปตามเหตุปัจจัยหรือกฎธรรมชาติ<sup>๖๗</sup> เมื่อมนุษย์ไม่รู้ ไม่เข้าใจในสังขารของโลกและชีวิต (อวิชชา) จึงปฏิบัติต่อโลกและชีวิต ด้วยความอยากและความยึดมั่นถือมั่น (ตัณหา/อุปาทาน) ด้วย เหตุนี้ มนุษย์จึงเกิดมีความติดขัดบีบคั้นเป็นทุกข์หรือมีปัญหาตามมา<sup>๖๘</sup>

๒) ความมั่นใจในศักยภาพของตน คือ ไม่เชื่อมั่นในตนเอง ไม่มองตนเองในฐานะเป็น สัตว์ที่พัฒนาได้ จึงยอมสยบอยู่กับอำนาจเหนือธรรมชาติ เมื่อพระพุทธเจ้าทรงอุบัติขึ้นแล้ว จึงทรงสอน ว่า มนุษย์เป็นสัตว์พิเศษ เรียกว่า “เวไนยสัตว์” แปลว่า สัตว์ผู้ควรแก่การแนะนำสั่งสอน สัตว์ที่พึง แนะนำได้ หรือสัตว์ที่พอคัดได้สอนได้<sup>๖๙</sup> หมายถึงสามารถสั่งสอนได้ เรียนรู้ได้ ปรับปรุงตนเองได้ พัฒนาได้ ตามระดับสติปัญญาของแต่ละบุคคล และสามารถที่จะตรัสรู้ตามพระพุทธเจ้าได้ ถ้ามีผู้ แนะนำดี มีเพื่อนดี (กัลยาณมิตร) มีความเชื่อมั่นในพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า (ตถาคตโพธิ สัทธา) มีความเพียรจริงจัง และน้อมใจทดลองพิสูจน์ให้เห็นพระสังขารที่พระองค์ทรงค้นพบหรือ

<sup>๖๒</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธศาสนกับการแนะนำ, พิมพ์ครั้งที่ ๖, หน้า ๒๓.

<sup>๖๓</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๓.

<sup>๖๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร (พระพุทธศาสนากับการพัฒนา มนุษย์), พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๕), หน้า ๑๖-๑๗.

<sup>๖๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๒.

<sup>๖๖</sup> พุ.ธ. (บาลี), ๒๕/๑๖๐/๔๕.

<sup>๖๗</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), การพัฒนาที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๖, หน้า ๑๕๑.

<sup>๖๘</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธศาสน์และการแนะนำ, พิมพ์ครั้งที่ ๖, หน้า ๑๒.

<sup>๖๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, หน้า ๒๔๑.

ตรัสรู้ (เอหิปัตสโก/โอบนายโก) มนุษย์มีเจตนาและมีกรรมของตนเอง มนุษย์สามารถเปลี่ยนแปลงตนเองและไม่ตกเป็นทาสของสัญชาตญาณหรือสิ่งแวดล้อม หากมนุษย์ไม่สมัครใจ

๓) แรงจูงใจที่เอื้อต่อการพัฒนาตน หรือที่เอื้อต่อการพัฒนาศักยภาพของตน คำว่าแรงจูงใจ ในเชิงการกระทำ ได้แก่ ความใฝ่รู้ ใฝ่สร้างสรรค์ หรือใฝ่ทำ คือ ความอยากทำให้เกิดความดีงามนั่นเอง เรียกแรงจูงใจนี้ในศัพท์ทางพระพุทธศาสนาว่า “ฉันทะ”

๔) จิตสำนึกต่อการเวลาและความเปลี่ยนแปลง ที่ทำให้เกิดความกระตือรือร้น ไม่เร่งรัดตนเองในการทำหน้าที่การงาน เฉื่อยชา ไม่รู้จักใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ และไม่เอาจริงในการพัฒนาตน รวมความว่า มีความประมาทในชีวิตนั่นเอง

๕) การรู้จักคิด หรือขาดการคิดเป็น การรู้จักคิดหรือคิดเป็น ได้แก่ คิดในทางที่ทำให้เกิดความรู้และเกิดผลดี การคิดตามข้อแรก หมายถึงการค้นหาคำความจริง โดยมองและคิดตามที่มันเป็น เช่น การสืบสาวหาเหตุปัจจัย ส่วนการคิดตามข้อหลัง หมายถึงคิดในทางที่ทำให้เกิดความสงสัย เกิดเมตตากฎา การรู้จักคิดหรือคิดเป็นนี้กินความรวมไปถึงการรู้จักตัดสินใจด้วยตนเอง

๖) การมีทำที่ถูกต้องต่อประสบการณ์ทั้งหลาย คำว่า การมีทำที่ถูกต้องต่อประสบการณ์ทั้งหลาย หมายถึงการมองสิ่งทั้งหลายเป็นการเรียนรู้ มองตามที่เป็น ไม่ไข่มองตามที่เราอยากให้เป็น หรือตามที่เราคิดใ้มันเป็น

๗) ความมีวินัยในชีวิตและในการอยู่ร่วมสังคม วินัย คือ การจัดระเบียบชีวิตของตนให้มีลำดับ ให้มีจังหวะในความเป็นอยู่และการทำกรต่าง ๆ โดยเฉพาะในกิจกรรมประจำวัน ความขาดวินัยหรือความไม่มีศีล แสดงถึงการขาดความสามารถที่จะบังคับควบคุมกายวาจา หรือพฤติกรรมต่าง ๆ ได้ กล่าวให้สั้น ก็คือ ไม่สามารถบังคับควบคุมตนเอง จึงเป็นความบกพร่องที่ควรเอาใจใส่ตรวจตราตั้งแต่เบื้องต้น<sup>๑๐</sup>

๘) มนุษย์มีความกลัวเป็นพื้นฐาน มนุษย์ทุกคนต้องการความปลอดภัยในชีวิต ต้องการที่พึ่ง<sup>๑๑</sup> ดังพุทธพจน์ที่ว่า “มนุษย์จำนวนมากถูกความกลัวคุกคามแล้ว พวกเขายึดเอา ภูเขาบ้าง ป่าบ้าง สวนและต้นไม้ศักดิ์สิทธิ์บ้าง และเจดีย์บ้าง เป็นที่พึ่ง”<sup>๑๒</sup> ความกลัวสามัญที่เป็นพื้นฐาน ก็คือ ความกลัวต่อภัยอันตรายหรือความเดือดร้อนที่จะเกิดแก่ชีวิตของตน กลัวต่อความเจ็บปวดและโรคร้ายไข้เจ็บ ตลอดจนกลัวความไม่มั่นคงแก่ชีวิตและฐานะซึ่งเป็นความกลัวที่สลบซับซ้อนยิ่งขึ้น ความกลัวเหล่านี้ เป็นแรงจูงใจหรือเป็นแรงผลักดันสำคัญที่ทำให้มนุษย์บุุคคลนั้นกระทำกรต่าง ๆ เพื่อ

<sup>๑๐</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *พุทธศาสนกับการแนะแนว*, พิมพ์ครั้งที่ ๖. หน้า ๓๗-๓๘.

<sup>๑๑</sup> *พ.บ. (บาลี)*. ๒๕/๑๒๕-๑๓๐/๔๐.

<sup>๑๒</sup> *พ.บ. (บาลี)*. ๒๕/๑๘๘/๕๐.

การดำรงอยู่ของชีวิต เช่น การแสวงหาอาหาร การจัดสร้างที่อยู่อาศัย ตลอดจนมีความไม่ประมาท เร่งรัดป้องกันอันตรายและเตรียมการสร้างสรรค์ต่าง ๆ ซึ่งเรียกรวมกันว่า การพัฒนาตน

๒. มนุษย์มีธรรมชาติที่ทำให้ต้องมีการพัฒนา นั่นคือ มนุษย์มีฉันทะ ๒ ประการ ซึ่ง ได้แก่ ฉันทะฉันทะและกัตตุกัมยฉันทะ ข้อแรกเรียกว่า ฉันทะ ข้อหลังเรียกว่า ฉันทะ<sup>๓๓</sup> ฉันทะ เป็นธรรมชาติที่ไม่ดี หรือว่าดีเพียงโดยสัมพัทธ์ ยังไม่ดีจริง ธรรมชาติที่ถูกต้องแท้จริงที่พึงปรารถนา ที่การพัฒนา มีหน้าที่จะต้องสร้างขึ้นมาให้ได้ ก็คือ ธรรมชาติที่เรียกว่า ฉันทะ (แรงจูงใจที่ถูกต้อง)<sup>๓๔</sup>

ฉันทะ คือ ความกระหายอยากในสิ่งที่ให้เวทนา หรือความกระหายอยากในอารมณ์ที่ ชอบใจ หรือความกระหายอยากในกามคุณทั้งหลาย<sup>๓๕</sup> ฉันทะ ทำให้มนุษย์มีทัศนคติต่อโลกและชีวิต คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง ทำให้สร้างปัญหาให้ทั้งแก่ตนและผู้อื่น ทั้งนี้ ตามระดับของฉันทะ<sup>๓๖</sup> ฉันทะของมนุษย์ มีอยู่อย่างไม่มีที่สิ้นสุดและมีอยู่อย่างไม่มีจำกัด ดังพุทธพจน์ว่า “นคติ ตณฺหาสมา นที แปลว่า ไม่มีแม่น้ำใดเสมอด้วยฉันทะคือความต้องการ”<sup>๓๗</sup> หมายความว่า แม่น้ำเต็มได้แต่ฉันทะ ไม่มีเต็ม หรือดังพุทธพจน์ว่า “น กหาปณฺวสฺเสน ติตฺติ กามสฺส วิชฺชติ แปลว่า ถึงแม้เงินตราจะไหลมา ดังท่าฝ่น ก็ไม่สามารถสนองความต้องการของคนให้เต็มได้”<sup>๓๘</sup>

อย่างไรก็ตาม แม้พระพุทธศาสนาจะยืนยันว่า ฉันทะของมนุษย์จะมีอยู่อย่างไม่มีที่สิ้นสุด และมีอยู่อย่างไม่มีจำกัด แต่พระพุทธศาสนาก็เชื่อว่า มนุษย์สามารถหันเหหรือเปลี่ยนความต้องการสิ่ง ปรนเปรอในแบบฉันทะ (พฤติกรรมสร้างทุกข์หรือก่อปัญหา) มาเป็นความต้องการคุณภาพชีวิตใน แบบ “ฉันทะ” (พฤติกรรมสลายทุกข์หรือแก้ปัญห) ได้ ด้วยการฝึกฝนพัฒนาตน (ทัมมะ) บนพื้นฐาน แห่งพุทธปรัชญาที่ว่า มนุษย์มีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองได้ (โพธิ) โดยเฉพาะการพัฒนาจิต ให้รู้เข้าใจ ใน ๑) ชีวิตของตัวเอง ๒) สิ่งทั้งหลาย ทั้งสังขมและธรรมชาติภายนอก<sup>๓๙</sup> และการพัฒนาจิตให้รู้จักกับ คำว่า “พอ” ดังพุทธพจน์ที่ว่า “สนฺตุฏฺฐิ ปรมฺ ฌนํ แปลว่า ความรู้จักพอเป็นทรัพย์อย่างยิ่ง”<sup>๔๐</sup> คำว่า ฉันทะ แปลว่า ความต้องการ หมายถึงความต้องการฝ่ายกุศลคือเกื้อกูลต่อชีวิต หรือความต้องการ

<sup>๓๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๕๘๔.

<sup>๓๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **การศึกษา มองเมื่อ ๓๐ ปีก่อน**, หน้า ๓๐.

<sup>๓๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๕๘๕.

<sup>๓๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธวิธีในการสอน**, พิมพ์ครั้งที่ ๖. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๖), หน้า ๔.

<sup>๓๗</sup> **พ.ธ.** (บาลี). ๒๕/๒๕๑/๖๐

<sup>๓๘</sup> **พ.ธ.** (บาลี). ๒๕/๑๘๖/๕๐

<sup>๓๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธศาสนกับการแนะแนว**, พิมพ์ครั้งที่ ๖, หน้า ๑๔-๑๕.

<sup>๔๐</sup> **พ.ธ.** (บาลี). ๒๕/๒๐๔/๕๓.

คุณค่าแท้จริงแก่ชีวิตหรือคุณภาพชีวิต ซึ่งตรงกันข้ามกับค้นหาที่เป็นความต้องการฝ่ายอกุศลคือไม่เกื้อกูลต่อชีวิต<sup>๕๐</sup> ฉันทะ แยกได้เป็น ๒ ส่วน คือ ๑) ความใฝ่รู้ หมายถึงใฝ่รู้ความจริงหรืออยากรู้ความจริงแท้ เรียกว่า ใฝ่รู้ ๒) ความใฝ่ดี อยากให้ดี ความใฝ่ปรารถนาในสิ่งที่ดีงาม คือ ต้องการทำให้สิ่งที่ดีงามเกิดมีเป็นจริงขึ้น เรียกว่า ความอยากทำ จึงเรียกฉันทะสองส่วนนี้ว่า ธรรมฉันทะ<sup>๕๑</sup>

ในธรรมชาติของมนุษย์ ๒ ประการ อันได้แก่ ค้นหาและฉันทะนั้น มนุษย์ (ซึ่งเกิดมาพร้อมด้วยอวิชชาคือความไม่รู้ในความจริงของโลกและชีวิต) จะดำเนินชีวิตเพื่อสนองความต้องการทางประสาทสัมผัสทั้ง ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และ ตามการบงการของค้นหา พฤติกรรมที่เป็นไปตามการบงการของค้นหา จะมีผลในทางเพิ่มทุกข์ ก่อปัญหา ไม่คุ้มกับความสุขที่ได้ ด้วยเหตุนี้เพื่อไม่ให้มนุษย์เป็นอยู่อย่างมืดบอดด้วยอวิชชาและวังพล่านไปด้วยค้นหา จึงจำเป็นต้องพัฒนามนุษย์ให้มีฉันทะขึ้น เพราะพฤติกรรมที่เป็นไปตามการบงการของฉันทะ จะมีผลในทางปลดปล่อยปัญหาหรือถ้ามีปัญหาที่แก้ปัญหานั้นได้ เรียกว่า ไร้ทุกข์หรือปลดทุกข์หรือดับทุกข์<sup>๕๒</sup>

๓. มนุษย์มีธรรมชาติที่เอื้อต่อการพัฒนา ในทางพระพุทธศาสนาเรียกธรรมชาติของมนุษย์ส่วนนี้ว่า “ศักยภาพ” เรียกในศัพท์ทางวิชาการว่า “โพธิ” แปลว่า ปัญญาตรัสรู้ หมายถึงปัญญาที่ทำให้มนุษย์กลายเป็นพระพุทธเจ้า<sup>๕๓</sup> และเรียกมนุษย์ผู้มีธรรมชาติดังกล่าวนี้ว่า

๑) เวไนยสัตว์ หมายถึงสัตว์หรือสิ่งมีชีวิตอันสั่งสอนอบมได้ ถ้ามีผู้แนะนำ มีเพื่อนดี และมีความเพียรจริงจัง ก็จะสามารถพัฒนาตนเองให้บรรลุความพ้นทุกข์ได้” มนุษย์มีเจตนาและมีกรรมของตนเอง มนุษย์สามารถเปลี่ยนแปลงตนเองได้ และไม่ตกเป็นทาสของสัญชาตญาณหรือสิ่งแวดล้อมทั้งหลาย หากมนุษย์ไม่สมัครใจ<sup>๕๔</sup> มนุษย์ ต่างจากสัตว์อื่นในแง่ที่การเป็นสัตว์ที่ “ต้องฝึกและฝึกได้” จึงจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ คำว่า “ต้องฝึก” หมายความว่า การดำเนินชีวิตอย่างปลดปล่อยของมนุษย์ ล้วนได้มาจากการศึกษาฝึกฝนพัฒนาเรียนรู้ทั้งสิ้น ต่างจากสัตว์ประเภทอื่นที่ดำเนินชีวิตด้วยสัญชาตญาณอย่างเดียว ส่วนคำว่า “ฝึกได้” หมายความว่า การที่มนุษย์สามารถศึกษาฝึกฝนพัฒนาเรียนรู้ได้นั้น ถือว่าเป็นความสามารถพิเศษของมนุษย์ ซึ่งทำให้มนุษย์มีชีวิตที่ประเสริฐ

<sup>๕๐</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนากันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓. หน้า ๒๑.

<sup>๕๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษา: มองเมื่อ ๓๐ ปีก่อน, พิมพ์ครั้งที่ ๑. หน้า ๑๑.

<sup>๕๒</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนากันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓. หน้า ๒๒-๒๓.

<sup>๕๓</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๔.

<sup>๕๔</sup> ภทฺทพร สิทธิกาญจน และฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์, “พุทธศาสนา” ใน ความรู้พื้นฐานทางศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๒. หน้า ๕๓.

และประเสริฐกว่าเทวดา ที่แม้แต่พรหมก็เคารพบไหว้ ซึ่งต่างจากสัตว์ประเภทอื่นที่เกิดมาด้วยสัญชาตญาณและตายไปด้วยสัญชาตญาณนั้น<sup>๕๖</sup>

๒) ธาตุพุทธะ พระพุทธศาสนายอมรับว่า ในจิตมนุษย์นั้น มีธาตุพุทธะซึ่งสามารถทำให้มนุษย์ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าได้ แต่ใช้ว่ามนุษย์จะสามารถตรัสรู้ได้หมดทุกคน เพราะมนุษย์แต่ละคนมีความแตกต่างกันด้านกรรม พระพุทธศาสนาอธิบายว่า บางคนฉลาดเข้าถึงธรรมะได้ง่าย บางคนโง่เขลาเหมือนบัวติดคม รังแต่จะเป็นอาหารของปลาเต่า ไม่สามารถรู้แจ้งได้เลย<sup>๕๗</sup> กล่าวอีกนัยหนึ่ง มนุษย์ทุกคนสามารถพัฒนาจิตของตนให้หลุดพ้นจากกิเลสจนบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้เหมือนกัน (เวไนยบุคคล) แต่การที่จะสามารถประจักษ์แจ้งโพธิได้หรือไม่ นั่น ย่อมขึ้นอยู่กับกรรมบารมีธรรมของแต่ละบุคคล และขึ้นอยู่กับการพัฒนาศักยภาพของปัจเจกบุคคลตามที่ได้สั่งสมกรรมไว้<sup>๕๘</sup>

กล่าวโดยสรุป พระพุทธศาสนาถือว่า มนุษย์มีธรรมชาติคือความเป็นสัตว์ที่สามารถฝึกฝนพัฒนาตนเองได้แฝงอยู่จึงต้องพัฒนามนุษย์<sup>๕๙</sup> นัยแห่งความเชื่อนี้ จะเห็นได้จากบทสวดสรรเสริญพระพุทธคุณที่ว่า “... อนุตฺตโร ปริสทมฺมสารถิ ...”<sup>๖๐</sup> นอกจากนี้ยังมีพุทธพจน์อื่น ๆ อีกมากมาย ที่เน้นย้ำหลักการฝึกฝนพัฒนาตนเองของมนุษย์ และเร้าเตือน พร้อมทั้งส่งเสริมกำลังใจให้ทุกคนมุ่งมั่นในการฝึกพัฒนาตนจนถึงที่สุด เช่น

“วรมสฺสตรา ทนฺตา อชานินฺยา ว สินฺธฺวา  
 กุญฺชฺรา ว มหานาคา อุตฺตทนฺโต ตโต วรี  
 อัสตร สินฺธฺพ อชานินฺย กุญฺชฺร และช้างหลวง ฝึกแล้วล้วนดีเลิศ  
 แต่คนที่ฝึกตนแล้วประเสริฐกว่า (ทั้งหมด) นั้น”<sup>๖๑</sup>  
 “ทนฺโต เสฏฺโฐ มนุสฺเสสุ  
 ผู้ฝึกแล้ว เป็นผู้ประเสริฐสุดในหมู่มนุษย์”<sup>๖๒</sup>  
 “วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน โส เสฏฺโฐ เทวมานุเส

<sup>๕๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษาเพื่ออารยธรรมที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๓. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๕), หน้า ๑๓.

<sup>๕๗</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๓/๔๖๓/๕๑๑.

<sup>๕๘</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓. หน้า ๓๖-๓๗.

<sup>๕๙</sup> พระมหาสมปอง จนฺทปญฺโญ (ยุงรัมย์), “ธรรมชาติของมนุษย์ในพุทธปรัชญาเถรวาทกับปรัชญาของอริสโตเติล”, หน้า ๑๖.

<sup>๖๐</sup> วิ.มหา. (บาลี). ๑/๑/๑.

<sup>๖๑</sup> พุ.ธ. (บาลี). ๒๕/๓๒๒/๗๒.

<sup>๖๒</sup> พุ.ธ. (บาลี). ๒๕/๓๒๑/๗๒.

ผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เป็นผู้ประเสริฐสุด ทั้งในหมู่มนุษย์  
และมวลเทวา”<sup>๕๓</sup>

“อตุตา หิ อตุตโน นาโถ โภ หิ นาโถ ปโร สียา  
อตุตนา หิ สุตุนเตน นาคํ ลภติ พุทฺธกํ  
คนแลเป็นที่พึงของตน แท้จริงนั้น คนอื่นใครเล่าจะเป็นที่พึงได้  
มีคนที่ฝึกดีแล้วนั้นแหละ คือ ได้ที่พึงซึ่งหาได้ยาก”<sup>๕๔</sup>

“มนุสสภูตํ สมพุทฺธํ อตุตทนต์ สมมาหิตํ  
เทวาปิ ตํ นมสฺสนติ .....

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทั้งที่เป็นมนุษย์นี้ แต่ฝึกพระองค์ดีแล้ว  
แม้เทพทั้งหลายก็น้อมนมัสการ”<sup>๕๕</sup>

ความหมายที่ต้องการในที่นี้ ก็คือ การมองมนุษย์ว่าเป็นสัตว์ที่ฝึกได้หรือต้องฝึก (เป็น  
สัตว์ที่พัฒนาได้หรือต้องพัฒนา) และกระตุ้นเตือนให้เกิดจิตสำนึก ตระหนัก ในการที่จะต้องปฏิบัติ  
ตามหลักแห่งการฝึกฝนพัฒนาตนนั้น โดยระลึกอยู่เสมอว่า มนุษย์นั้น ถ้าไม่ฝึกก็จะไม่ประเสริฐ แต่  
ถ้าฝึกแล้วจะมีขีดความสามารถสูงสุด เพราะมนุษย์มีความสามารถในการฝึกตนเองได้จนถึงที่สุด  
เรียกในศัพท์ทางวิชาการปัจจุบันว่า มนุษย์มีศักยภาพสูง และเรียกศักยภาพสูงสุดนี้ว่า “โพธิ์”

ในการพัฒนาตนเพื่อการปรากฏขึ้นแห่งโพธิ์นั้น สิ่งสำคัญที่มนุษย์จะต้องมีเป็นเบื้องต้น  
ก็คือ ๑) โพธิ์ศรัทธา หรือเรียกชื่อเต็มว่า ตถาคตโพธิ์ศรัทธา หมายถึงความเชื่อในปัญญาที่ทำให้  
มนุษย์ตรัสรู้ ซึ่งหลักโพธิ์ศรัทธานี้ แสดงว่ามนุษย์มีปัญญาอยู่ มีเชื่อแห่งปัญญาที่พัฒนาได้ ๒) สิกขา  
หมายถึงกระบวนการพัฒนาหรือการฝึกฝนมนุษย์ให้โพธิ์ปรากฏขึ้นทำให้มนุษย์กลายเป็นพุทธะ<sup>๕๖</sup>

## ๒.๕ วิธีการพัฒนามนุษย์

การพัฒนามนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนาเพื่อช่วยแก้ปัญหาเรื่องความทุกข์นี้ มีอยู่  
หลายวิธีและหลายระดับตามความยากง่าย แต่วิธีที่สำคัญนั้น มีอยู่ ๒ วิธี ได้แก่ การศึกษา (สิกขา)  
และการปฏิบัติ (อันเนื่องมาจากการศึกษา) ดังนี้

<sup>๕๓</sup> ส.น. (บาลี). ๑๖/๒๔๕/๒๖๕.

<sup>๕๔</sup> พ.ธ. (บาลี). ๒๕/๑๖๐/๔๕.

<sup>๕๕</sup> อ.จ.ม.ก. (บาลี). ๒๒/๔๓/๓๓๒.

<sup>๕๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธศาสน์และการแนะนำ, พิมพ์ครั้งที่ ๖. หน้า ๑๕-๒๐.



๑. การศึกษา (ศึกษา) หมายถึงการพัฒนาคนหรือมนุษย์<sup>๕๗</sup> การศึกษาทำให้เกิดปัญญาเพื่อความรู้อย่างเข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง<sup>๕๘</sup> การศึกษาทำให้มนุษย์พัฒนาขึ้น จนมีความไม่ประมาทได้ด้วยสติปัญญา ไม่ต้องหม่นไปตามแรงชักจูงของกิเลส ไม่ต้องรอให้ถูกทุกข์บีบคั้นและภัยคุกคามก่อนแล้วจึงคืนรนขนขวาย และเมื่อสุขสบายแล้วก็ไม่เกียจคร้านเฉื่อยชา<sup>๕๙</sup> การศึกษา มีอยู่ ๒ แบบ คือ

๑) การศึกษาแบบทั่วไป เป็นการศึกษาที่ได้จากปัจจัยภายนอกหรือจากผู้อื่น ที่เรียกว่า “ปรโตโมสะ” แปลว่า เสี่ยงจากผู้อื่น รวมถึงวิชาการต่าง ๆ ที่มีการศึกษาในปัจจุบัน เรียกการศึกษานี้ในทางพระพุทธศาสนาว่า “ภิกขุการปริยัติ” และการศึกษาแบบนี้ พระพุทธเจ้าไม่ทรงให้ความสำคัญเท่ากับการศึกษาเพื่อความดับทุกข์ ที่เรียกในทางพระพุทธศาสนาว่า “นิสสรณปริยัติ” หมายถึงการศึกษาเพื่อความหลุดพ้น เพราะทรงเห็นว่า การศึกษาแบบนี้ “บางครั้งก็เหมือนกับงูพิษ จับไม่ดี จับไม่เป็น อาจถูกกัดได้”<sup>๖๐</sup> นอกจากนี้ การศึกษาแบบนี้ ยังสร้าง “อิตตา” ให้แก่มนุษย์จนกลายเป็นสาเหตุแห่งความทะเลาะวิวาทและแตกแยกกันในทางความคิดได้ และเรียกการศึกษานี้ในทางพระพุทธศาสนาว่า “อิตตูปมาปริยัติ”<sup>๖๑</sup> ด้วยเหตุผลดังกล่าว พระพุทธเจ้าจึงได้กล่าวถึงการศึกษานี้บ่อยมาก

๒) การศึกษาแบบไตรสิกขา ระบบการศึกษาของพระพุทธศาสนา มีเป้าหมายเพื่อพัฒนามนุษย์ตั้งแต่ปุถุชนขึ้นไปจนถึงอริยชน การศึกษาที่ถูกต้องจะเป็นหัวใจสำคัญของการพัฒนามนุษย์ พระพุทธศาสนา ได้เสนอหลักการพัฒนามนุษย์ด้วยการศึกษาที่เรียกว่า “ไตรสิกขา” ดังนี้

(๑) อธิศีลสิกขา คือ การศึกษาเพื่อฝึกหัดอบรมควบคุมกายและวาจาเพื่อสร้างความมีระเบียบวินัยให้กับตนเอง อันจะเป็นกรอบให้บุคคลกระทำสิ่งที่ดีงามเพื่อปราบหรือกำจัดกิเลสอย่างหยาบ ได้แก่ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ

(๒) อธิจิตตสิกขา คือ การศึกษาเพื่อพัฒนาจิตให้มีสุขภาพจิตดี เป็นการสร้างสติให้รู้จักขังคิดและรู้จักกระตุ้นเตือนตัวเองให้สำนึกในความรับผิดชอบต่อหน้าที่ ได้แก่ สัมมาวายามะ สัมมา สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ

(๓) อธิปัญญาสิกขา คือ การฝึกหัดอบรมเพื่อความรู้ระดับสูง รู้แจ้งแทงตลอดซึ่งสังขารทั้งปวง เป็นการศึกษาเพื่อพัฒนาด้านวุฒิปัญญาให้มีความคิดที่ถูกต้อง มีความรู้ที่ถูกต้อง อบรมให้เกิดความรู้ขั้นสูงสุด ได้แก่ สัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ

<sup>๕๗</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), การพัฒนาที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๖, หน้า ๑๕.

<sup>๕๘</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธศาสนกับการแนะแนว, พิมพ์ครั้งที่ ๖, หน้า ๑๕.

<sup>๕๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), การพัฒนาที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๖, หน้า ๑๔๘-๑๔๙.

<sup>๖๐</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๒/๒๓๘/๒๕๒-๒๕๓.

<sup>๖๑</sup> พระพุทธโฆษาจารย์, สมณุตปาสาทิกา นาม วินยภูฏกาถา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒), หน้า ๑๕.

การศึกษาในพระพุทธศาสนานั้น มิใช่หมายถึงการเล่าเรียนด้านวิชาการต่าง ๆ เพียงอย่างเดียว หากแต่หมายถึงการปฏิบัติด้วย<sup>๑๑๒</sup> กล่าวคือ ต้องศึกษา แล้วประพฤติและปฏิบัติไปตามลำดับ เป็นขั้นเป็นตอนไป ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ในพระธรรมวินัย (ศาสนา) นี้ มีการศึกษา มีการกระทำ มีการปฏิบัติไปตามลำดับ มิใช่ว่าจะมีการบรรลุเป็นพระอรหันต์โดยทางลัด หรือข้ามขั้นตอน เปรียบเหมือนมหาสมุทรที่ลุ่มลึกไปตามลำดับ ไม่โกรกชันเหมือนเหว”<sup>๑๑๓</sup>

การศึกษาในพระพุทธศาสนา คือ การพัฒนาคนให้พ้นจากการมีชีวิตภายใต้การบงการของตัณหาที่จะดิ้นรนแสวงหาสุขเวทนาและหลีกเลี่ยงทุกข์เวทนา บนฐานของความไม่รู้คืออวิชชาที่ทำให้เวียนวนอยู่ในตาข่ายของการก่อปัญหาเพิ่มทุกข์ ไปสู่การมีชีวิตอยู่ด้วยปัญญา ซึ่งทำให้เกิดมีฉันทะ ที่จะปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง ทำให้เกิดความเป็นอิสระ ไร้ทุกข์ ปราศจากปัญหา<sup>๑๑๔</sup>

## ๒. การปฏิบัติ หมายถึงการเจริญกรรมฐาน ซึ่งมีอยู่ ๒ วิธี คือ<sup>๑๑๕</sup>

๑) สมถกรรมฐาน (Tranquility Development) คือ วิธีฝึกให้จิตสงบระงับจากเครื่องรบกวน ที่เรียกว่า นีวรณ ๕ ได้แก่ (๑) กามฉันทะ ความต้องการกามคุณ (๒) พยาบาท ความคิดร้าย (๓) วิกิจจนา ความลัษณะสังขย (๔) ถีนมิทธะ ความหดหู่และเซื่องซึม (๕) อุทธัจจกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ<sup>๑๑๖</sup> ซึ่งวิธีนี้ ผู้ปฏิบัติจะต้องบังคับใจให้อยู่กับสิ่งที่กำหนด ที่เรียกว่า “อารมณ์สมถกรรมฐาน” ให้ได้ คำว่า อารมณ์ หมายถึงสิ่งที่จิตเข้าไปยึดเหนี่ยวแล้วเกิดความสงบ ซึ่งมี ๔๐ ประการ โดยแบ่งเป็น ๗ หมวด คือ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ อัปมัชฌญา ๔ อาหารเรปฏิภูถลัญญา ๑ จตุธาตวัญฐาน ๑ อรูปฌาน ๔<sup>๑๑๗</sup> ในอารมณ์กรรมฐาน ๔๐ ประการนี้ ย่อให้สั้นลงได้ ๒ ประการ คือ (๑) สัพพัตถกรรมฐาน หมายถึงกรรมฐานที่ใช้ประโยชน์ได้ทุกกรณีทุกคนควรเจริญอยู่เสมอ ได้แก่ เมตตาทพรหมวิหารและมรณสติ (๒) ปาริหริยกรรมฐาน หมายถึงกรรมฐานที่ต้องบริหารอยู่เสมอ หรือกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตนิสัยของแต่ละบุคคล ซึ่งจะต้องพิจารณาว่ากรรมฐานข้อไหนเหมาะกับนิสัยอย่างไร<sup>๑๑๘</sup> การแบ่งหลักปฏิบัติไว้หลายแบบนี้ ก็เพื่อให้เหมาะสมกับจริตลักษณะนิสัยและความแตกต่างของจิตในตัวของผู้ปฏิบัติเอง เพื่อให้เกิดสัมฤทธิ์ผลได้ง่ายยิ่งขึ้น

<sup>๑๑๒</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๕๓๒.

<sup>๑๑๓</sup> วิ.จ. (ไทย). ๓/๑๔๒/๒๕๕; อ.จ.อ.อ. (ไทย). ๒๓/๑๕/๒๒๖; ช.อ. (ไทย). ๒๕/๔๕/๑๘๗.

<sup>๑๑๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๒๔.

<sup>๑๑๕</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๐๔/๒๕๖; อ.จ.ท. (ไทย). ๒๐/๓๒/๗๖.

<sup>๑๑๖</sup> อ.ภ.ส.จ.อ. ๑/๑๘๑ (กามจุนทาทโย ปจุนนิกรมเม สมมติติ สมโถ แปลว่า ที่ชื่อว่า “สมถะ” เพราะยังธรรมอันเป็นข้าศึกให้สงบ

<sup>๑๑๗</sup> วิสุทฺธิ. (บาลี). ๑/๑๓๕.

<sup>๑๑๘</sup> วิสุทฺธิ. (บาลี). ๑/๑๒๒.

๒) วิปัสสนากรรมฐาน (Insight Developmen) คือ วิธีการพิจารณาเพื่อให้เกิด ปัญญาที่แจ่มแจ้งเห็นจริง โดยมองเห็นความเป็นไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ของสรรพสิ่ง (จนถอนตัวออกจากความยึดมั่นถือมั่นและความเห็นผิดทั้งหลายได้ ถึงขนาดเปลี่ยนท่าทีในการมอง โลกและชีวิตใหม่)<sup>๑๑๕</sup> ผลที่มุ่งหมายของวิปัสสนา คือ ญาณ<sup>๑๑๖</sup> ซึ่งวิธีนี้ ผู้ปฏิบัติจะต้องพิจารณา ขั้น ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ให้เห็นเป็นปัจจุบันเท่านั้น

ทั้ง ๒ วิธีการล้วนแต่ต้องอาศัยซึ่งกันและกัน มิใช่แยกเป็นอิสระจากกัน เพราะการศึกษา เล่าเรียนหลักคำสอน เปรียบได้กับการศึกษาแผนผังที่ซึ่งเป็นวิธีที่จะทำให้รู้ทิศทางที่จะนำไปสู่ เป้าหมายได้ถูกต้องและรวดเร็วที่สุด

### ๒.๖ จุดหมายของการพัฒนามนุษย์

ในการพัฒนามนุษย์ทั่ว ๆ ไปนั้น มีจุดหมายหลัก คือ การช่วยเหลือผู้ที่ยังช่วยเหลือ ตนเองไม่ได้ ให้สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง เข้าใจ และยอมรับตนเองในด้านต่าง ๆ ตลอดจน ตระหนักถึงความต้องการของตนเอง ดำเนินตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ และสามารถพัฒนาตนเองได้ จนถึงสูงสุด มีทัศนคติใหม่ ๆ ที่ดีเกิดขึ้น รู้จักการพึ่งตนเองได้อย่างสมบูรณ์

ในทัศนะพระพุทธศาสนา คุณภาพ อัน ได้แก่ ความรู้ ความสามารถ ความฉลาดหลักแหลม ความขยัน ความสะอาด ความประหยัด ความซื่อสัตย์ ความเสียสละ ความตรงต่อเวลา ความ รับผิดชอบ ความมีระเบียบวินัยและเคารพกฎหมาย ความมีศีลธรรมและจริยธรรม เป็นต้น<sup>๑๑๗</sup> ทุก อย่างที่มนุษย์มีอยู่นั้น เป็นผลมาจากการพัฒนาตนทั้งสิ้น ถ้ามนุษย์ต้องการให้คุณภาพและคุณสมบัติ ใด ๆ เกิดมีขึ้นในตน มนุษย์สามารถพัฒนาเอาได้ ด้วยการปฏิบัติตนตามหลักการที่พระพุทธเจ้าทรง วางหลักการไว้โดยเน้นที่หลักไตรสิกขา คือ ๑) อริสัสสิกขา พัฒนาด้านความประพฤติทางกายและ วาจา ๒) อริจิตตสิกขา พัฒนาด้านจิต ๓) อริปัญญาสิกขา พัฒนาด้านปัญญา<sup>๑๑๘</sup>

จุดหมายของชีวิตอันเกิดจากการศึกษา ที่เรียกว่า “สิกขา” และจากการพัฒนาชีวิต ที่ เรียกว่า “ภาวนา” ในทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ “อัตถะ” หรือ “อรรถ” ๓ ระดับ คือ<sup>๑๑๙</sup>

<sup>๑๑๕</sup> อภ.สง.อ. ๑/๑๘๑ (อนิจจาทิวเสน วิเวเหทิ อากาเรหิ ฐมเม ปสฺสตีติ วิปสฺสนา แปลว่า ที่ชื่อว่า “วิปัสสนา” เพราะเห็นธรรมด้วยอาการต่าง ๆ โดยความไม่เที่ยง เป็นต้น)

<sup>๑๑๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๕๑๒.

<sup>๑๑๗</sup> บุญคง หันจางสิทธิ์, ศ.ดร., เศรษฐศาสตร์ทรัพยากรมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๒.

<sup>๑๑๘</sup> อภ.ติก. (บาลี). ๒๐/๘๗/๒๒๕.

<sup>๑๑๙</sup> ชู.จ. (ไทย). ๓๐/๑๔๔/๔๖๔.

๑. จุดหมายขั้นตาเห็น หรือประโยชน์ปัจจุบันทันตา หรือชีวิตทางเศรษฐกิจ ที่สำคัญ คือ<sup>๑๑๔</sup>

- ๑) ความมีสุขภาพดี ร่างกายแข็งแรง สง่างาม ไร้โรค ตลอดจนมีอายุยืนยาว
- ๒) ความมีทรัพย์สินเงินทอง อย่างน้อยมีอาชีพการงาน พึ่งตนเองได้ในทางเศรษฐกิจ
- ๓) การมีครอบครัวมั่นคง ผาสุก ตลอดจนวงศ์ตระกูลเป็นที่นับถือ
- ๔) ความเป็นที่ยอมรับในสังคม ไม่ว่าจะเป็นเกียรติยศ บริวารยศ หรืออิสริยยศ

เรียกจุดหมายของชีวิตขั้นตาเห็น ในศัพท์ทางวิชาการว่า “ทฤษฎีหมักกัตตะ” ทฤษฎีหมักกัตตะ เป็นจุดหมายของชีวิตในทางเศรษฐกิจ เนื่องจากพระพุทธศาสนาตระหนักดีว่า ความอึดอัดขัดสนทางเศรษฐกิจ เป็นสาเหตุเบื้องต้นของอาชญากรรมทั้งหลาย มีการลักทรัพย์ การฆ่า เป็นต้น<sup>๑๑๕</sup> จุดหมายของชีวิตในระดับนี้ มนุษย์สามารถพัฒนาตนให้เข้าถึงได้ ด้วยหลักการพัฒนาเศรษฐกิจที่พึงปรารถนา ๔ ประการ คือ<sup>๑๑๖</sup>

(๑) อุฏฐานสัมปทา การรู้จักหา การขยันในการทำงาน เพราะทรัพย์สมบัติจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อบุคคลมีความขยันหมั่นเพียรในการทำงาน

(๒) อารักขสัมปทา การออมทรัพย์นับว่าเป็นสิ่งจำเป็นมาก ผู้หวังความเจริญด้วย โภคสมบัติ จะต้องรู้จักรักษาทรัพย์ที่หามาได้ด้วยหยาดเหงื่อแรงงาน ด้วยสติปัญญา ด้วยความชอบธรรม โดยไม่ให้เป็นอันตรายหรือเสื่อมไปจากภัยพิบัติและเหตุอันไม่ควร

(๓) กัลยาณมิตรตตา การมีเพื่อนดี การมีเพื่อนดีทำให้เรามีความเจริญก้าวหน้า ในเศรษฐกิจ เพราะเมื่อมีปัญหา ก็ได้รับคำปรึกษาที่ดีจากเพื่อน ดังนั้น การคบเพื่อน จึงควรเลือกคบเพื่อนที่ดีหรือมิตรแท้ ซึ่งมีคุณสมบัติ ๔ ข้อ คือ มีอุปการคุณ ร่วมสุขร่วมทุกข์ แนะนำประโยชน์ให้ และมีความรักใคร่จริงใจ<sup>๑๑๗</sup>

(๔) สมชีวิตา การรู้จักเลี้ยงชีพให้พอเหมาะกะฐานะและกำลังทรัพย์ที่หามาได้ ไม่สุรุ่ยสุร่ายฟุ่มเฟือย ผู้หวังความเจริญด้วย โภคทรัพย์ จะต้องรู้จักประหยัดทรัพย์ พยายามใช้ทรัพย์ในสิ่งที่เป็นที่จำเป็นเท่านั้น ด้วยการใช้ทรัพย์ที่หามาได้ด้วยกำลังสติปัญญาความสามารถนั้น ตามหลักการใช้จ่ายทรัพย์ที่เรียกว่า “โภควิภาค” ๔ ส่วน คือ “เอเกณ โภเค ญญเชยฺย” หนึ่งส่วนบริ โภคใช้สอย “ทฺวิหิ กมมํ ปโยชเย” สองส่วนใช้ประกอบการงานการธุรกิจ “จตุตถญฺจ นิธาเปยฺย” หนึ่งส่วนเก็บออมเอาไว้ในคราวจำเป็น<sup>๑๑๘</sup>

<sup>๑๑๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนา พัฒนาคณและสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๕.

<sup>๑๑๕</sup> อ.อ.อุฏฐก. (บาลี). ๒๓/๕๕/๒๓๗-๒๓๘.

<sup>๑๑๖</sup> อ.อ.อุฏฐก. (ไทย). ๒๓/๕๔/๓๔๐.

<sup>๑๑๗</sup> ที.ปา. (บาลี). ๑๑/๑๕๒/๒๐๑.

<sup>๑๑๘</sup> ที.ปา. (บาลี). ๑๑/๑๕๔/๒๐๒.

การแสวงหาและการเก็บรักษาทรัพย์ไว้ให้นาน ๆ หรือมีทรัพย์เพิ่มขึ้น และไม่ให้ทรัพย์ที่แสวงหามาได้โดยสุจริตชอบธรรมเสื่อมไปเร็ว แนวทางนั้น คือ ไม่เจ้าชู้ล่าสอน ไม่เสพลึงเสพล์ คิดให้โทษ ไม่มัวเมาการพนัน มีกัลยาณมิตร<sup>๑๑๕</sup> ถ้ามุขยทำได้ตามแนวทางดังกล่าว เขาจะพบความสุขขั้นพื้นฐาน คือ<sup>๑๒๐</sup>

(๑) อัตติสุข สุขเกิดจากการมีทรัพย์ มีความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนมีโภคทรัพย์ที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรง ความขยันหมั่นเพียรของตน

(๒) โภคสุข สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์นั้น ด้วยความภาคภูมิใจ และมั่นใจว่าตนได้ใช้จ่ายทรัพย์ที่หามาได้ เลี้ยงชีพตนเอง เลี้ยงผู้ที่ควรเลี้ยงและบำเพ็ญประโยชน์

(๓) อนนสุข สุขเกิดจากการไม่เป็นหนี้ มีความภูมิใจ อímใจ สุขใจ ว่าตนไม่เป็นหนี้สินติดค้างใคร

(๔) อนวัชชสุข สุขเกิดจากการประพฤติที่ไม่มีโทษ มีความภาคภูมิใจ อímใจ ว่าตนมีความประพฤติสุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ที่ใคร ๆ จะติเตียนได้

การที่มนุษย์จะมีความสุขในระดับที่ภุชฐัมมิกัตถะดำรงอยู่ได้นานและมั่นคง มุขยต้องมีหลักธรรมประจำใจควบคู่กันไปด้วย ได้แก่ “หลักกฤตจักรฐิติธรรม” มี ๔ ประการ คือ<sup>๑๒๑</sup>

(๑) ญุชฐกเวสนา เมื่อของหายรู้จักเสาะแสวงหากินมา ไม่ปล่อยให้สูญหายไป  
 (๒) ชินนปฏิสังขารณา ของเก่า ของชำรุด รู้จักบรณะซ่อมแซม  
 (๓) ปรมิตปาน โภชนา รู้จักประมาณความพอดีในการกินการใช้ ไม่สุรุ่ยสุร่ายฟุ่มเฟือย รู้จักเจียมฐานะของตน

(๔) อธิปัจจสิลวันตสถาปนา ผู้นำครอบครัวต้องมีศีลธรรม อย่างน้อยต้องมีศีล ๕ และละเว้นอบายมุขทุกชนิด

มนุษย์ส่วนมากในโลกนี้ มุ่งความสุขระดับนี้ อันเป็นความสุขขั้นพื้นฐานของชีวิต อย่างไรก็ตาม พระพุทธศาสนา ยังมีเป้าหมายที่สูงขึ้นไปกว่านี้อีก เพราะเป้าหมายที่แท้จริงไม่ใช่การมีทรัพย์สมบัติเพียงอย่างเดียว แต่เชื่อว่ามีความสุขอีกประเภทหนึ่งที่ไม่ต้องอาศัยทรัพย์สมบัติ โดยได้มาด้วยการพัฒนาจิต ได้แก่ จุดหมายขั้นเลขาเห็นและจุดหมายสูงสุดของชีวิต ที่เรียกว่า “สัมปรายกัตถะและระดับปรมัตถะ” ซึ่งจะกล่าวถึงต่อไป

๒. จุดหมายขั้นเลขาเห็น หรือประโยชน์เบื้องต้น หรือประโยชน์ของชีวิตหลังความตาย ที่สำคัญ เช่น

<sup>๑๑๕</sup> อ.จ.อภุชฐก. (ไทย). ๒๓/๕๔/๓๔๒.

<sup>๑๒๐</sup> อ.จ.จตุกก. (ไทย). ๒๑/๖๒/๑๐๕.

<sup>๑๒๑</sup> อ.จ.จตุกก. (ไทย). ๒๑/๒๕๘/๓๓๓.

๑) การมีความสุขทางจิตใจ ด้วยศรัทธาในพระรัตนตรัย ซาบซึ้งในบุญกุศลและมุ่งมั่น  
ในการทำความดี

๒) ความอึดใจมุ่งมั่นในชีวิตของคนที่มีความประพฤติสุจริตดีงาม ได้ทำสิ่งที่ถูกต้อง

๓) ความอึดใจภูมิใจในความมีชีวิตที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์ ที่ได้เสียสละทำการ  
สร้างสรรค์ก่อคุณไว้แก่เพื่อนมนุษย์และสังคม

๔) ความแก้แค้นมุ่งมั่นใจและความปลอดโปร่งเบิกบานใจ เนื่องจากมีความรู้ มี  
ปัญญาที่จะแก้ปัญหาและจัดทำดำเนินการกิจการต่าง ๆ ให้สำเร็จลุล่วงไปได้

๕) ความสบายใจมุ่งมั่นใจในกรรมที่ได้ประกอบไว้ อันเป็นบุญกุศลดีงามสุจริต เป็น  
หลักประกันชีวิตในภพหน้า สามารถจากโลกนี้ไปโดยไม่ต้องหวาดหวั่นพรั่นพรึงภัยแห่งทุกคติ<sup>๑๒๒</sup>

เรียกจุดหมายชั้นเลิศตาเห็นนี้ ในศัพท์ทางวิชาการว่า “สัมปรายิกัตถะ” ซึ่งจุดหมายของ  
ชีวิตระดับสัมปรายิกัตถะนี้ นอกจากจะให้ความสุขทางจิตใจในโลกปัจจุบันแล้ว ยังเพ่งไปที่  
หลักประกันชีวิตในอนาคตคือภพหน้าด้วย เพราะเมื่อถึงเวลาละโลกนี้ไป ใจจะสงบไม่ต้อง  
หวาดกลัวภัยในโลกหน้า หรือเมื่อยังมีชีวิตอยู่ในโลกนี้ ก็มีจิตใจเบิกบาน เจริญอกงามในคุณธรรม  
มีความสว่าง สงบ ไม่ตกเป็นทาสของวัตถุ จุดหมายของชีวิตในระดับนี้ มนุษย์ผู้มีความประสงค์  
สามารถพัฒนาชีวิตให้เข้าถึงได้ ด้วยหลักการ ๔ ประการนี้ คือ<sup>๑๒๓</sup>

(๑) สัทธาสัมปทา เชื่อปัญญาการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า คือเชื่อว่า พระพุทธเจ้า  
เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย พระองค์เป็นผู้เบิกบาน เป็นผู้จำแนกธรรม

(๒) ลีลสัมปทา การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การประพฤตินอก  
การพูดเท็จ พูดคำหยาบ พูดเพื่อเจ้อ การดื่มน้ำเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

(๓) จาคสัมปทา การมีจิตปราศจากมลทิน คือ การไม่ตระหนี่ การเสียสละเพื่อ  
ผู้อื่น ยินดีในการเสียสละ พร้อมทั้งจะให้ ยินดีในการจำแนกทาน

(๔) ปัญญาสัมปทา การมีปัญญา คือ การรู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต ทำ  
จิตให้เป็นอิสระได้

๓. จุดหมายสูงสุด หรือประโยชน์อย่างยิ่ง หมายถึงความมีจิตใจที่หลุดพ้นจากกิเลสและ  
ความทุกข์ทั้งปวง บรรลุภาวะที่เรียกว่า “นิพพาน” ซึ่งเป็นอิสระภาพ สันติ และความสุขอย่างสูงสุด ที่  
เกิดจากความรู้แจ้งหยั่งเห็นความจริงแท้ของโลกและชีวิต<sup>๑๒๔</sup> เรียกจุดหมายสูงสุดนี้ ในศัพท์ทาง  
วิชาการว่า “ปรมัตถะ” ซึ่งปรมัตถะนี้ บุคคลสามารถเข้าถึงได้ด้วยวิธีการพัฒนาตน ที่เรียกว่า

<sup>๑๒๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนา พัฒนาการและสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๔-๕.

<sup>๑๒๓</sup> อ.อ.อ.อ.อ. (บาลี), ๒๓/๕๕/๒๓๕-๒๔๐.

<sup>๑๒๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนา พัฒนาการและสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๖.

“ภาวนา ๔” คือ (๑) กายภาวนา การพัฒนาทางด้านกายภาพ (๒) สីลภาวนา การพัฒนาทางด้านสังคม (๓) จิตตภาวนา การพัฒนาทางด้านจิตใจ (๔) ปัญญาภาวนา การพัฒนาทางด้านปัญญา<sup>๑๒๕</sup>

ตามคติของพระพุทธศาสนา จุดมุ่งหมายของชีวิตทั้ง ๓ ระดับนี้ มนุษย์ควรดำเนินชีวิตให้บรรลุถึงอย่างน้อย ๒ ชั้น คือ ชั้นทวิภูษณ์มิกัตถะและชั้นสัมปรายิกัตถะ เพราะผู้ที่ดำเนินชีวิตบรรลุจุดมุ่งหมายของชีวิตทั้ง ๒ ชั้นนี้ ย่อมได้ชื่อว่า “บัณฑิต” แปลว่า ผู้ดำเนินชีวิตด้วยปัญญา ดังพุทธพจน์ว่า “บัณฑิต ไม่ประมาท จึงยึดอัตถะ ๒ ประการได้ คือ ทวิภูษณ์มิกัตถะและสัมปรายิกัตถะ คนที่เรียกว่าเป็นปราชญ์ เป็นบัณฑิต เพราะบรรลุอัตถะ”<sup>๑๒๖</sup>

อนึ่ง ในจุดมุ่งหมายของชีวิต ๓ ระดับนั้น จุดมุ่งหมายระดับทวิภูษณ์มิกัตถะและสัมปรายิกัตถะ เป็นเพียงจุดมุ่งหมายของชีวิตในระดับ โลภียะ ส่วนปรหมัตถะ เป็นจุดมุ่งหมายของชีวิตระดับโลกุตตระ ซึ่งเป็นจุดหมายสูงสุดของชีวิต ที่มนุษย์ทุกคนปรารถนาและมนุษย์ก็สามารถพัฒนาตนเองให้บรรลุถึงได้ด้วย “การพัฒนา” ที่เรียกว่า “ภาวนา”

นอกจากนี้ มนุษย์ยังต้องพิจารณาถึงข้อจำกัดในสังคมและภาระหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติต่อผู้อื่นอีก กล่าวคือ

๑. ประโยชน์ (อัตตัตถะ) หมายถึงประโยชน์ ๓ ระดับดังกล่าวแล้วข้างต้นนั้น ที่พึงทำให้เกิดขึ้นแก่ตนเอง หรือพัฒนาชีวิตของตนเองให้บรรลุถึง

๒. ประโยชน์ผู้อื่น (ปรัตถะ) หมายถึงประโยชน์ ๓ ระดับดังกล่าวแล้วข้างต้นนั้น ที่พึงช่วยเหลือให้ผู้อื่นหรือเพื่อนมนุษย์ได้บรรลุถึง ด้วยการชักนำให้เขาพัฒนาชีวิตจนเข้าถึงตามลำดับ

๓. ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย (อุภยัตถะ) หมายถึงประโยชน์ร่วมกันหรือประโยชน์แก่สังคมทั้งหมด โดยเฉพาะสภาพและปัจจัยแวดล้อมต่าง ๆ ที่พึงช่วยกันสร้างสรรค์บำรุงรักษา อันจะเกื้อหนุนให้ทั้งตนเองและผู้อื่นเข้าถึงจุดหมายทั้ง ๓ ระดับนั้น

โดยทั่วไป มนุษย์ทุกคนมีศักยภาพที่จะฝึกฝนพัฒนาตนให้บรรลุอัตถะทั้ง ๓ ระดับได้ และมีหน้าที่ที่จะต้องบำเพ็ญประโยชน์หรืออัตถะทั้ง ๓ ด้าน ดังนั้น มนุษย์ทุกคน จึงสามารถเป็นบัณฑิตด้วยการฝึกฝนพัฒนาตนด้วยการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา

จะเห็นได้ว่า พระพุทธศาสนา ไม่ได้เสนอจุดหมายระดับทวิภูษณ์มิกัตถะเท่านั้น แต่ยังเสนอเป้าหมายในระดับที่สูงขึ้นไปอีก ทั้งนี้เนื่องจากมนุษย์มีศักยภาพที่จะพัฒนาไปสู่ระดับที่สูงกว่าได้ แต่มนุษย์ยังขาดการอบรมในด้านคุณธรรม ถ้าหากสังคมหรือรัฐคำนึงถึงจุดมุ่งหมายของชีวิตระดับสัมปรายิกัตถะเป็นหลัก มนุษย์ที่เข้าถึงจุดมุ่งหมายของชีวิตระดับนี้จะมีมากขึ้น คนดีมีมากขึ้น

<sup>๑๒๕</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๐๕/๒๗๒.

<sup>๑๒๖</sup> ส.ส. (ไทย). ๑๕/๑๒๘/๑๕๒.

ตั้งคมจะดีขึ้น อนึ่ง ในจุดหมายของชีวิต ๓ ระดับนั้น บุคคลผู้สามารถพัฒนาตนจนบรรลุจุดหมายระดับปรมาตมะนั้น เรียกในทางพระพุทธศาสนาว่า “พระอรหันต์”

### ๒.๗ มนุษย์ในอุคมคติ

มนุษย์ในอุคมคติสูงสุดของพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระอรหันต์ เพราะได้ผ่านขั้นตอนของการพัฒนาชีวิตจากสามัญชนจนกลายมาเป็นบุคคลที่สมบูรณ์ อีกทั้งระดับจิตของมนุษย์ที่อยู่ในภาวะเช่นนี้ ย่อมหมายถึงเป็นผู้ได้บรรลุภาวะสูงสุดในพระพุทธศาสนา กล่าวคือ พระนิพพานแล้ว

พระพุทธศาสนา กล่าวถึงมนุษย์ตามพัฒนาการทางปัญญาไว้ ๕ ระดับ นับจากปัญญาสูงสุดไปหาต่ำสุด คือ ๑) พระอรหันต์ หมายถึงคนผู้บรรลุนิพพานหรือบรรลุอรหัตผล เป็นบุคคลในอุคมคติสูงสุดของพระพุทธศาสนา ๒) พระอนาคามี ๓) พระสกทาคามี ๔) พระโสดาบัน ๕) ปุถุชน ซึ่งได้แก่ กัลยาณปุถุชน (คนดี) และอัมมชาลชน (ผู้เขลาเหมือนคนตาบอด)<sup>๑๒๗</sup> โดยมนุษย์ปุถุชน คือ มนุษย์เป้าหมายที่พระพุทธศาสนาประสงค์จะพัฒนาให้เป็นมนุษย์ในอุคมคติ อันได้แก่ การเป็น พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ ตามลำดับ

ผลสูงสุดของการพัฒนาตน โดยการปฏิบัติธรรมในระดับลึก ก็คือ การได้บรรลุนิพพานเป็นอริยบุคคล นิพพาน คือ จุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา เป็นภาวะที่มนุษย์สามารถประจักษ์แจ้งได้ในชาตินี้เมื่อมีฉันทะเพียรพยายาม ดังคุณลักษณะอย่างหนึ่งของนิพพานที่ว่า “สนทภูริโก” ประจักษ์แจ้งในชีวิตนี้ “อกาลิก” ไม่จำกัดกาล<sup>๑๒๘</sup> และความจริงที่ว่ามีพุทธพจน์ตรัสยืนยันว่า “เรากล่าวว่าผู้เป็นวิญญู ไม่ไ้อวด ไม่มีมารยา เป็นคนตรง จงมาเถิด เราจะสอน เมื่อปฏิบัติตามคำสั่งสอน ก็จักประจักษ์แจ้งด้วยปัญญาอันยิ่งเอง ซึ่งประโยชน์ยอดเยี่ยม ที่กุลบุตรทั้งหลายผู้เป็นอนาคาริกต้องการ เป็นจุดหมายของพรหมจรรย์ เข้าถึงในปัจจุบันนี้ที่เดียว (โดยใช้เวลา) เจ็ดปี ... หกปี ... ห้าปี ... ฯลฯ หนึ่งเดือน ... กึ่งเดือน ... เจ็ดวัน”<sup>๑๒๙</sup>

พระพุทธศาสนามีทัศนะว่า ในการช่วยเหลือให้ผู้อื่นบรรลุอุคมคติสูงสุดในชีวิตนั้น ก็ด้วยการให้คำแนะนำสั่งสอนหรือชี้ให้เท่านั้น ทุกคนต้องลงมือด้วยตนเอง จะหวังพึ่งพาจากผู้อื่นหาได้ไม่ แม้จะมีพระพุทธเจ้าทรงอุบัติขึ้นพร้อมกันสักกี่ร้อยพระองค์ก็ตาม พระพุทธเจ้าเหล่านั้นก็ไม่สามารถที่จะช่วยบำเพ็ญกิจแทนเราได้ ดังพุทธพจน์ว่า “ตนเองเป็นที่พึ่งของตน คนอื่นใครเล่าจะให้เราพึ่งได้”<sup>๑๓๐</sup> “ความเพียรนั้น ท่านต้องทำเอง ตถาคตเป็นเพียงผู้ชี้ทางให้”<sup>๑๓๑</sup>

<sup>๑๒๗</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๘๑๒.

<sup>๑๒๘</sup> *อ.ต.ก.* (ไทย), ๒๐/๕๖/๒๑๕-๒๒๐.

<sup>๑๒๙</sup> *ที.ปา.* (ไทย), ๑๑/๗๗/๕๕-๕๗.

<sup>๑๓๐</sup> *จ.ธ.* (บาลี), ๒๕/๑๖๐/๔๕.

<sup>๑๓๑</sup> *จ.ธ.* (บาลี), ๒๕/๒๗๖/๖๔.



ตามหลักพุทธธรรม มนุษย์ปุถุชนทุกคน มีความสามารถหรือมีศักยภาพในการที่จะพัฒนาจิตของตนให้เกิดปัญญาจนบรรลุนิพพานเป็นอริยบุคคลได้ โดยไม่มีข้อจำกัดทางด้านเพศ อายุ เชื้อชาติ วรรณะ และพื้นความรู้ ดังพุทธพจน์ว่า “ทางนั้น ชื่อว่าทางสายตรง ที่ศนั้น ชื่อว่าทิศไม่มีภัย รถชื่อว่ารถไร้เสียง ประกอบด้วยล้อคือธรรม มีหิริเป็นฝา มีสติเป็นเกราะกั้น ธรรมรถนั้น เราบอกให้ มีสัมมาทิฏฐินำหน้าเป็นสารถิ บุคคลใดมียานเช่นนี้ จะเป็นสตรีหรือบุรุษก็ตาม เขาย่อมใช้ยานนั้น (ขับไป) ถึงในสำนักแห่งนิพพาน”<sup>๑๓๒</sup> แต่ว่าการบรรลุอุดมคติสูงสุดในชีวิตของมนุษย์นั้น อาจจะแตกต่างกันที่การใช้เวลาทำความเข้าใจหลักธรรมที่จะนำไปสู่การปฏิบัติ และอาจแตกต่างกันที่การสั่งสมกรรมประเภทที่เกี่ยวกับการพัฒนาศักยภาพของตน เช่น หากมีการสั่งสมสติปัญญาไว้มาก ก็ทำให้เกิดเป็นบุคคลประเภทที่ ๑ คือ อุกมภูติปัญญา เป็นต้น

ในทางพระพุทธศาสนา ได้แบ่งอริยบุคคลผู้พัฒนาจิตตามศักยภาพของตนจนสามารถบรรลุสภาวะธรรมชั้นสูงออกเป็น ๔ ระดับ (คือ โสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และอรหัตต์)<sup>๑๓๓</sup> ทั้งนี้ตามจิตที่ละ “สังโยชน์” แปลว่า กิเลสที่ผูกใจสัตว์หรือกิเลสที่มัดสัตว์ไว้กับทุกข์ในสังสารวัฏฏ์ (เหมือนเทียมสัตว์ไว้กับรถ) ได้ (มิใช่แบ่งตามลักษณะทางกายภาพ) ดังนี้

๑. โสดาบัน ละสังโยชน์ ๓ ประการ คือ ๑) สักกายทิฏฐิ ความเห็นที่ยังติดแน่นในสมมติว่าเป็นตัวตน ๒) วิภิจฉา ความสงสัยในพระรัตนตรัย ทำให้ไม่มั่นใจที่จะดำเนินชีวิตตามหลักธรรม ๓) สีลัพพตปรามาส ความยึดมั่นในศีลและพรต ที่ไม่เป็นไปตามความหมายและความมุ่งหมายที่แท้จริงของศีลและวัตร คำว่า “โสดาบัน” แปลว่า ผู้ถึงกระแสนิพพาน มี ๓ ประเภท คือ (๑) เอกพิชิ เกิดอีกครั้งเดียว (๒) โกลัง โกละ เกิดอีก ๒-๓ ครั้ง (๓) สัตตักขัตตูปรมะ เกิดอีก ๗ ครั้ง อย่างมาก<sup>๑๓๔</sup>

๒. สกทาคามี ละสังโยชน์ได้เหมือน โสดาบัน แต่ทำให้ราคะ โทสะ เหลือบางเบายิ่งขึ้น<sup>๑๓๕</sup> เมื่อโสดาบันได้พักเพียรพยายามด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐานอย่างต่อเนื่อง โดยปรับอินทรีย์ ๕ (คือ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา) ให้สม่ำเสมอจนอินทรีย์แก่กล้าแล้ว ภาวะของโสดาบันก็จะเปลี่ยนไปเป็นอริยบุคคลชั้นอนาคามี

๓. อนาคามี ละสังโยชน์เพิ่มอีก ๒ ประการ คือ ๑) ราคะ ความกำหนัด ความติดใจในกามคุณ ๒) ปฏิฆะ (โทสะ) ความหงุดหงิดขุ่นเคือง อริยบุคคลชั้นสกทาคามีที่พัฒนาจิตมาถึงชั้นอนาคามีนี้ ถือได้ว่าเกิดจุดเปลี่ยนที่สำคัญอีกครั้งหนึ่ง คือ ราคะและโทสะที่เคยเบาบางในชั้นสกทาคามี ได้หมดไปทันทีในชั้นอนาคามี และจะไม่ถูกคุกคามด้วยกามคุณชนิดใด ๆ อีก แม้ว่าจะมีคู่ครองอยู่ก็ตามที่

<sup>๑๓๒</sup> ส.ส. (ไทย). ๑๕/๔๖/๖๐.

<sup>๑๓๓</sup> ที.สี. (ไทย). ๘/๓๓๓/๑๕๖.

<sup>๑๓๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, หน้า ๒๕๘.

<sup>๑๓๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๔๗.

อนาคามี มี ๕ ประเภท คือ (๑) อันตราปรินิพพายี ผู้ปรินิพพานในระหว่างอายุยังไม่ถึง (หมายถึงโดยกิเลสปรินิพพาน) (๒) อุปปหัจจปรินิพพานยิ ผู้ปรินิพพานเมื่อจวนจะถึงสิ้นอายุ (๓) อสังขารปรินิพพายี ผู้ปรินิพพานโดยไม่ต้องใช้ความเพียรนัก (๔) สสังขารปรินิพพายี ผู้ปรินิพพานโดยต้องใช้ความเพียรมาก (๕) อุทซังโสโต อภิญญุคคามิ ผู้มีกระแสในเบื้องบนไปสู่อกนิฏฐภพ

๔. อริยบุคคลชั้นอรหัตต์ ละสังโยชน์อีก ๕ ประการ คือ ๑) รูปราคะ ความกำหนัดยินดีในรูป ๒) อรูปราคะ ความกำหนัดยินดีในสภาวะที่มีรูปร่าง ๓) มานะ ความถือตัวหรือสำคัญตนเป็นนั่นเป็นนี่ ๔) อุทธัจจะ ความฟุ้งซ่าน ๕) อวิชชา ความไม่รู้จริง "ไม่รู้เท่าทันสภาวะ"<sup>๑๖๖</sup>

อริยบุคคลชั้นอรหัตต์ จึงถือได้ว่าเป็นมนุษย์ในอุดมคติของพระพุทธศาสนาที่ได้พัฒนาชีวิตจากสามัญชนหรือปุถุชนจนกลายเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เพราะได้ผ่านขั้นตอนของการพัฒนาชีวิตหรือการปฏิบัติธรรมในระดับลึก อีกทั้งทั้งระดับจิตของมนุษย์ที่อยู่ในภาวะนี้ ย่อมหมายถึงเป็นบุคคลผู้ได้บรรลุภาวะสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา กล่าวคือ นิพพานแล้ว

อริยบุคคลชั้นอรหัตต์ ย่อมมีคุณลักษณะหรือคุณสมบัติ ๔ ประการ ดังนี้<sup>๑๖๗</sup>

๑) ภาวิตกาย มีกายที่พัฒนาแล้ว (มีกายภาวนา) คือ มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพในทางที่เกื้อกูลกัน เริ่มจากการรู้จักใช้อินทรีย์ อันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ต่อสิ่งที่มีกระทบ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัสมารมณฺ์ อย่างมีสติรู้เท่าทัน บริโภคปัจจัย ๔ ตามคุณค่าแท้ (มีความสัมพันธ์อย่างถูกต้องกับวัตถุภายนอก)

๒) ภาวิตศีล มีศีลที่พัฒนาแล้ว (มีศีลภาวนา) คือ มีพฤติกรรมทางสังคมที่พัฒนาแล้ว รู้จักสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคมอย่างไม่มีปัญหา ไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น ในทางตรงกันข้าม กลับสามารถช่วยเหลือผู้อื่นให้ดำเนินชีวิตอย่างสงบสุขได้ (มีความสัมพันธ์ที่ถูกต้องระหว่างมนุษย์กับมนุษย์)

๓) ภาวิตจิต มีจิตที่ภาวนาแล้ว (มีจิตภาวนา) คือ มีจิตใจที่ฝึกอบรมดีแล้ว สมบูรณ์ด้วย (๑) “คุณภาพจิต” คือ ประกอบด้วยคุณธรรม เช่น เมตตา กรุณา เอื้ออารี มีมุทิตา มีความเคารพอ่อนโยน ซื่อสัตย์ กตัญญู เป็นต้น (๒) “สมรรถภาพจิต” คือ มีจิตใจเข้มแข็งมั่นคง มีความเพียรพยายาม กล้าหาญ อดทน รับผิดชอบ มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น และ (๓) “สุขภาพจิต” คือ มีจิตใจที่ร่าเริงเบิกบานแจ่มใส สดชื่น เิบอิม ผ่องใส และสงบ เป็นสุข

<sup>๑๖๖</sup> อ.ทสก. (ไทย). ๒๔/๑๓/๒๑.

<sup>๑๖๗</sup> อ.ปญจก. (บาลี). ๒๒/๗๕/๕๕; พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), ชีวิตที่เป็นอยู่ดีด้วยมีการศึกษา ทั้ง ๓ ที่ทำให้พัฒนาครบ ๔, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๔), หน้า ๓๒-๓๓.

๔) ภาวิตปัญญา มีปัญญาที่พัฒนาแล้ว (มีปัญญาภาวนา) คือ สามารถมองเห็นสิ่งทั้งหลายได้ตามสภาพความเป็นจริง ไม่ได้ถูกพันธนาการไว้ด้วยอิทธิพลของกิเลส (มีความรู้ความเข้าใจในสรรพสิ่งตามความเป็นจริง)

มนุษย์ผู้มีคุณลักษณะ ๔ ประการข้างต้น จะเป็นคนที่ช่วยแก้ปัญหาและพัฒนาสังคมได้ เพราะเจริญด้วยคุณสมบัติที่สมบูรณ์พร้อมทั้งวิชาและจรณะ เรียกมนุษย์ที่ผ่านการพัฒนาตนใน ๔ ด้านโดยสมบูรณ์นี้ว่า “ภาวิตตตะ”<sup>๑๓๘</sup> หมายถึงพระอรหันต์ผู้บรรลุนิพพาน เป็นมนุษย์ในอุดมคติของพระพุทธศาสนา<sup>๑๓๙</sup>

คำว่า “อรหันต์” หมายถึงพระอริยบุคคลชั้นสูงสุดที่ได้บรรลุ “อรหัตตผล” ซึ่งแปลว่าผลที่ได้รับจากการละสังโยชน์ทั้งหมด อันสืบเนื่องมาจากอหัตตมรรค (ทางปฏิบัติเพื่อบรรลุความเป็นพระอรหันต์) ทำให้เป็นพระอรหันต์<sup>๑๔๐</sup> พระพุทธเจ้า ทรงเป็นพระอรหันต์และทรงเป็นผู้ให้กำเนิดพระอรหันต์ ความหมายของคำว่า “อรหันต์” หรือ อรห ในภาษาบาลี คือ ๑) ผู้ไกล (อารกะ) ได้แก่ ไกลจากกิเลสและบาปธรรม ทรงความบริสุทธิ์ ๒) ผู้กำจัดข้าศึกหรือหักชื่อกำ (อริ/อระ) ได้แก่ กำจัดข้าศึกคือกิเลส อัน ได้แก่ อวิชา ตัณหา อุปาทาน กรรม หรือหักการเวียนหมุนของ “กรรม กิเลส และวิบาก” ได้หมดสิ้นแล้ว ๓) ผู้ควร (อรหะ) ได้แก่ ควรแนะนำสั่งสอนผู้อื่น ควรรับความเคารพ ควรแก่การทักขิณาและการบูชาพิเศษ ๔) ผู้ไม่มีข้อยึด (รหะ) คือ ไม่มีข้อเสียดายอันควรปกปิด<sup>๑๔๑</sup>

พระอรหันต์ผู้บรรลุนิพพานนี้ มีภาวะชีวิตหรือมีพฤติกรรม ซึ่งมองได้ ๓ ด้าน คือ<sup>๑๔๒</sup>

๑) ภาวะทางปัญญา คือ มองสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นหรือเห็นตามความเป็นจริง ไม่ถูกชักจูงไปตามความชอบใจ/ไม่ชอบใจ สามารถตามดูรู้เห็นอารมณ์นั้น ๆ ไปตามสภาวะของมัน ตั้งแต่ต้นจนตลอดสาย ... ลึกซึ้งลงไปอีก คือ มีปัญญาที่รู้เท่าทันสังขาร รู้สามัญญลักษณะที่เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา รู้เท่าทันสมมติบัญญัติ ไม่ถูกหลอกให้หลงไปตามรูปลักษณะภายนอกของสิ่งทั้งหลายและยอมรับความจริงทุกด้าน ไม่ใช่ติดใจอยู่เพียงแค่แง่ใดแง่หนึ่ง

<sup>๑๓๘</sup> พ.ญ. (บาลี). ๓๐/๑๔๘/๗๑.

<sup>๑๓๙</sup> พระราชวรมุนี (ประยูร ปยุตโต), *ปรัชญาการศึกษาไทย*, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เคทีดีไทย, ๒๕๑๘), หน้า ๗๕-๘๔.

<sup>๑๔๐</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์*, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. หน้า ๓๒๖.

<sup>๑๔๑</sup> พระพุทธโฆสะจารย์, “*วิสุทธิมคฺคสูตร นาม ปกรณวิเสสสูตร (ปฐโม ภาโค)*, พิมพ์ครั้งที่ ๕. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), ๒๕๓-๒๕๗.

<sup>๑๔๒</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*, พิมพ์ครั้งที่ ๗. หน้า ๒๔๒-๒๕๒.

๒) ภาวะทางจิต คือ มีความเป็นอิสระ หรือความหลุดพ้น ไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์ ที่เข้าวน ชั่วๆ ไม่ยึดติดถือมั่นในสิ่งต่าง ๆ เป็นผู้มีสติควบคุมตนได้ เรียกว่า ผู้ชนะตน ที่ถือเป็นยอดของผู้ชนะสงครามทั้งหลาย

๓) ภาวะทางความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่แสดงออกทางสังคม คือ มีพฤติกรรม หรือการดำเนินชีวิตในลักษณะที่ไม่ถูกชักจูงโดย อวิชา ตัณหา และอุปาทาน ไม่ทำการด้วยความยึดมั่น ในความดี ความชั่ว ที่เกี่ยวกับตัวฉัน ของฉัน ผลประโยชน์ของฉัน ไม่มีความปรารถนาเพื่อตัวตนแฝงอยู่ มุ่งทำงานเพื่อประโยชน์แก่ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง เป็นแบบอย่างที่ดีแก่อนุชนต่อไป

อริยบุคคลชั้นอรหัตต์ เป็นบุคคลตัวอย่างของชาวพุทธ ที่พัฒนาศักยภาพของตน ให้เข้าถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดนั้นได้ จนสามารถหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้และหมดสิ้นการ เวียนตายเวียนเกิดโดยสิ้นเชิง



## บทที่ ๓

### กระบวนการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม

ชีวิตจะดีงามมีความสุข ประเทศชาติจะรุ่งเรืองมั่นคง และสังคมจะร่วมเย็นเกษมสันต์ ก็ด้วยปัจจัยที่สำคัญที่สุด นั่นคือ การพัฒนามนุษย์ ซึ่งจะ使人เป็นคนดีมีความสุขและเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพ การพัฒนามนุษย์ ก็คือ การศึกษา<sup>๑</sup>

#### ๓.๑ ขั้นตอนการพัฒนามนุษย์

การพัฒนามนุษย์ เพื่อให้มนุษย์มีวิถีชีวิตที่ดีหรือการดำเนินชีวิตที่ดี หรือเพื่อให้มนุษย์มีบุคลิกภาพที่สมบูรณ์และได้สวัสดีแท้จริงของชีวิตนั้น มีกระบวนการพัฒนา ซึ่งแยกได้เป็น ๒ ขั้นตอน คือ<sup>๒</sup>

##### ๓.๑.๑ ขั้นนำเข้าสู่ศึกษา

##### ๓.๑.๒ ขั้นไตรสิกขา

แต่ละขั้นตอนมีหลักการที่สำคัญดังนี้

##### ๓.๑.๑ ขั้นนำเข้าสู่ศึกษา

ขั้นนำเข้าสู่ศึกษา คือขั้นก่อนที่จะเข้าสู่ไตรสิกขา เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ขั้นก่อนมรรค ในขั้นนี้ มนุษย์ต้องมีปัจจัยหนุนนำในตนก่อน ศึกษา ซึ่งหมายถึงกระบวนการพัฒนาชีวิต (วิถีชีวิตหรือการดำเนินชีวิตที่ดี) และมรรค ซึ่งหมายถึงวิถีชีวิตหรือการดำเนินชีวิตที่ดี (สู่อิสรภาพหรือภาวะไร้ปัญหาหรือไร้ทุกข์) จึงจะเกิดขึ้นโดยง่าย ปัจจัยหนุนนำนี้มี ๗ ประการ โดยมีสาระสำคัญดังนี้<sup>๓</sup>

๑. กัลยาณมิตรตา (มีกัลยาณมิตร) คือ รู้จักเลือกหาแหล่งปัญญาและแบบอย่างที่ดี ได้แก่ ปรโตโมสะที่ดี

๒. สีสัมปทา (มีวินัยเป็นพื้นฐานของการพัฒนาชีวิต) คือ รู้จักจัดระเบียบชีวิตและการอยู่ร่วมในสังคมให้เป็นไปโดยเรียบร้อยด้วยดี

<sup>๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนา พัฒนาคนและสังคม, หน้า ๓.

<sup>๒</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๒๗.

<sup>๓</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), ธรรมกับการพัฒนาชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๘๕-๘๕.

๓. ฉันทสัมปทา (มีจิตใจใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์) คือ มีแรงจูงใจที่ถูกต้อง พอใจใฝ่รักในความรู้ อยากรู้ให้จริงและปรารถนาจะทำสิ่งทั้งหลายให้ดีงาม เรียกในทางธรรมว่า “ใฝ่ธรรม”

๔. อัตตสัมปทา คือ มุ่งมั่นพัฒนาตนให้เต็มศักยภาพ มีความเชื่อมั่นในศักยภาพของมนุษย์ที่มีอยู่ในตนและมีจิตสำนึกในการที่จะพัฒนาตนอยู่เสมอ โดยมุ่งมั่นพัฒนาศักยภาพให้เต็มที่

๕. ทิฏฐิสัมปทา (ถือหลักเหตุปัจจัย) คือ ปรับทัศนคติและค่านิยมให้สมแนวเหตุผล ได้แก่ มีท่าทีถูกต้องต่อประสบการณ์ต่าง ๆ และมองสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัย ไม่ใช่ท่าทีของการยินดี ยินร้าย ชอบ ชัง

๖. อัปปรมาทสัมปทา (ตั้งตนอยู่ในความไม่ประมาท) คือ มีสติระลึกรู้ตื่นตัวตลอดเวลา ได้แก่ มีจิตสำนึกต่อกาลเวลาและความเปลี่ยนแปลง (อนิจจัง) พระพุทธเจ้าทรงสอนหลักเรื่องการเปลี่ยนแปลงนี้ เพื่อให้คนมีความไม่ประมาท ซึ่งหมายความว่า เราจะต้องตื่นตัวต่อเหตุการณ์และสถานการณ์ทุกอย่าง เพราะความเปลี่ยนแปลงผูกพันกับกาลเวลา นอกจากนี้ จะต้องรู้ตระหนักตามหลักการที่ว่า ความเปลี่ยนแปลง ไม่เป็นไปอย่างเลื่อนลอย แต่เป็นไปตามเหตุปัจจัย ความตื่นตัวระลึกรู้ที่เรียกว่า ความไม่ประมาท จะเป็นตัวเร่งให้เข้าหาการศึกษาเหตุปัจจัยและการกระทำให้ตรงกับเหตุปัจจัยและทำให้เราต้องมีการพัฒนาชีวิตอยู่ตลอดเวลา

๗. โยนิโสมนสิการ (ฉลาดคิดแยกคายให้ได้ประโยชน์และความจริง) คือ แก้ปัญหาและพึ่งพาตนได้ด้วยความรู้คิด รู้จักพิจารณา คิดเองเป็น โดยคิดตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย ที่เรียกว่า โยนิโสมนสิการ การคิดเองเป็นและรู้จักคิดตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยนี้ เป็นหลักสำคัญที่จะทำให้แก้ปัญหาได้ถูกต้อง และเป็นวิธีการสำคัญที่จะทำให้เกิดปัญญาและพัฒนาปัญญาให้่องงามยิ่งขึ้นไป ดังนั้น หลักการรู้จักคิดและคิดเป็น จึงเป็นจุดเน้นที่สำคัญในพระพุทธศาสนา และเป็นหลักที่ทำให้มนุษย์พึ่งพาตนเองได้

ปัจจัยหนุมนำทั้ง ๗ ประการนี้ รวมกันเรียกว่า “บุพนิมิต” แปลว่า เครื่องหมายบอกล่วงหน้า<sup>๔</sup> เป็นจุดเริ่มต้นที่จะเข้าสู่มรรค คือ วิถีชีวิตที่ดีงามของผู้มีการศึกษา พระพุทธศาสนาเชื่อว่าเมื่อใดก็ตาม บุพนิมิต ๗ ข้อนี้ แม้อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดมีในมนุษย์แล้ว เมื่อนั้น ก็เชื่อมั่นได้เลยว่ากระบวนการพัฒนาชีวิตอย่างต่อเนื่อง (สิกขา) ก็จะเกิดขึ้นทันที และวิถีชีวิตหรือการดำเนินชีวิตที่ดี (มรรค) ก็จะเกิดขึ้นตามมา หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า เมื่อใดก็ตาม ที่บุพนิมิต ๗ ข้อนี้ แม้อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดมีในมนุษย์แล้ว มนุษย์จะเจริญ พัฒนา ทำให้มาก ซึ่งมรรคเอง คือ จะดำเนินชีวิตไปในมัชฌิมาปฏิปทาเองโดยธรรมชาติหรือโดยอัตโนมัติ<sup>๕</sup> อนึ่ง ด้วยเหตุที่บุพนิมิตเกิดนำหน้ามรรค จึง

<sup>๔</sup> ส.ม. (บาลี). ๑๕/๕๐-๕๕/๒๓-๒๔.

<sup>๕</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, หน้า ๒๐๕.

เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “บุพนิมิตแห่งมรรค” แปลว่า เครื่องหมายบอกล่วงหน้าถึงการมาของมรรค<sup>๖</sup> หรือ “บุพนิมิตแห่งมัชฌิมาปฏิปทา” แปลว่า เครื่องหมายบอกล่วงหน้าถึงวิถีชีวิตหรือการดำเนินชีวิตไปในมัชฌิมาปฏิปทา<sup>๗</sup>

ในบุพนิมิตแห่งมรรค ๗ ประการนี้ ปรโตโฆสะ (กัลยาณมิตตดา) และ โยนิโสมนสิการ ถือว่าเป็นพื้นฐานหรือเป็นจุดเริ่มให้มนุษย์มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เพราะเป็นบ่อเกิดของสัมมาทิฐิ ที่เป็นพื้นฐานของการพัฒนา เรียกปัจจัย ๒ ประการนี้ว่า “ปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ” ดังพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ปัจจัยเพื่อความเกิดขึ้นแห่งสัมมาทิฐิ มี ๒

ประการ คือ ปรโตโฆสะ (กัลยาณมิตตดา) และ โยนิโสมนสิการ”<sup>๘</sup>

สิ่งสำคัญอย่างหนึ่ง ในการที่จะเข้าไปช่วยบุคคลอื่นเพื่อนำเขาเข้าสู่ไตรสิกขา ก็คือ จะต้องรู้จักบุคคลก่อนว่ามีลักษณะอย่างไร นั่นก็คือ ต้องรู้ความเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล เช่น เรื่องบุคคล ๔<sup>๙</sup> และจิต ๖ เป็นต้น เพื่อจะได้ประยุกต์กระบวนการศึกษาให้เหมาะกับบุคคลนั้น ๆ ในการปฏิบัติเฉพาะกรณี

### ๓.๑.๒ ชั้นไตรสิกขา

ชั้นไตรสิกขาเป็นขั้นตอนของกระบวนการพัฒนามนุษย์ โดยใช้หลักไตรสิกขาเต็มระบบ แต่ก่อนที่จะเข้าสู่กระบวนการพัฒนามนุษย์ตามหลักไตรสิกขา เราควรทราบถึง ๑) ความหมายของไตรสิกขา ๒) พุทธทระจะว่าด้วยไตรสิกขา ๓) ความสำคัญของไตรสิกขา ตามคัมภีร์เสียก่อน ดังนี้

#### ๓.๑.๒.๑ ความหมายของไตรสิกขา

คำว่า “ไตรสิกขา” แปลทับศัพท์ว่า สิกขา ๓ คำว่า “สิกขา” แปลว่า การศึกษา การสำเหนียก ข้อที่จะต้องศึกษา หมายถึงข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับฝึกอบรมพัฒนากาย วาจา ใจ และปัญญา ให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไป จนบรรลุจุดหมายสูงสุด คือ ความหลุดพ้นหรือนิพพาน สิกขา ๓ ได้แก่ ๑) อธิศีลสิกขา ๒) อธิจิตตสิกขา และ ๓) อธิปัญญาสิกขา<sup>๑๐</sup> ในพระไตรปิฎกให้คำจำกัดความของสิกขา ๓ แต่ละอย่าง ดังนี้

<sup>๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), จะพัฒนากันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๓๒.

<sup>๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๕๖๓.

<sup>๘</sup> อ.จ.ท.ก. (ไทย), ๒๐/๑๒๗/๑๑๕.

<sup>๙</sup> บุคคล ๔ คือ ๑) อุมคติตัณญา ผู้รู้เข้าใจได้ลับแล ๒) วิปจิตตัณญา ผู้รู้ต่อเมื่อขยายความ ๓) เนยยะ ผู้พอจะแนะนำได้ ๔) ปทปรมะ ผู้อับปัญญา, อ.จ.ท.ก. (ไทย), ๒๑/๑๓๓/๒๐๒.

<sup>๑๐</sup> ที.ปา. (ไทย), ๑๑/๓๐๕/๒๗๒.

“... เมื่อนึกถึง ชื่อว่าศึกษา เมื่อทราบ ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อเห็น ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อพิจารณา ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่ออธิษฐานจิต ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อน้อมใจเชื่อด้วยศรัทธา ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อประกอบความเพียร ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อตั้งสติ ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อตั้งใจ ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อรู้ชัดด้วยปัญญา ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อรู้ชัดธรรมที่ควรรู้ชัด ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อกำหนดรู้ธรรมที่ควรกำหนดรู้ ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อละธรรมที่ควรละ ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อเจริญธรรมที่ควรเจริญ ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อทำให้แจ้งธรรมที่ควรทำให้แจ้ง ชื่อว่าฟังศึกษา คือ ประพฤติเอื้อเพื่อ ประพฤติเอื้อเพื่อโดยชอบ สมาทานปฏิบัติ”

“อริสัสติศึกษา เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ มีศีล สำรวมด้วยกาย สังกวในพระปาติโมกข์ สมบูรณ์ด้วยอาจารย์และโคจร เห็นภายใน โทษเพียงเล็กน้อย สมาทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลายอยู่ คือ ในศีลชั้นเล็ก ในศีลชั้นใหญ่ ศีลเป็นที่พึ่ง เป็นเบื้องต้น เป็นความประพฤติ เป็นความสำรวม เป็นความระวัง เป็นหัวหน้า เป็นประธานเพื่อความถึงพร้อมแห่งธรรมที่เป็นกุศล นี้ชื่อว่า อริสัสติศึกษา”

“อริจิตตศึกษา (สมาธิ) เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ สัจจจากามและอกุศลธรรมทั้งหลาย บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก วิจารณ์ ปิติ และสุข อันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตก วิจารณ์ สงบระงับไปแล้ว บรรลุทุติยฌาน มีความผ่องใสภายใน มีภาวะจิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปิติและสุขที่เกิดขึ้นจากสมาธิอยู่ เพราะปิติจางคลายไป มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอริยทั้งหลายสรรเสริญว่าผู้มีอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข เพราะละสุขได้แล้ว เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริบูรณ์ เพราะอุเบกขาอยู่ นี้ชื่อว่าอริจิตตศึกษา”

“อริปัญญาศึกษา เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ มีปัญญาอันประเสริฐ หยั่งถึงความเกิดและความดับ เพิกถอนกิเลสให้บรรลุถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า ‘นี้ทุกข์’ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า ‘นี้สมุทัย (เหตุเกิดทุกข์)’ เธอรู้



ตามความเป็นจริงว่า ‘นี่ทุกขนิโรธ (ความดับทุกข์)’ เธอรู้ความเป็นจริงว่า ‘นี่ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ข้อปฏิบัติเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์)’ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า ‘เหล่านี้อาสวะ’ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า ‘นี่อาสวะสมุทัย’ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า ‘นี่อาสวนิโรธ’ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า ‘นี่อาสวนิโรธคามินีปฏิปทา’ นี่ชื่อว่าอริปัญญาศึกษา”<sup>๑๑</sup>

ในคัมภีร์สมันตปาสาทิกา อรรถกถาแห่งพระวินัยปิฎก แสดงถึงความหมายของสิกขา ๓ ในแง่ลำดับขั้นของการละกิเลสว่า ๑) อริศีลสิกขา เป็นวิติกมปหาน แปลว่า ละหรือปราบหรือกำจัดกิเลสอย่างหยาบ (วิติกมกิเลส) ๒) อริจิตตสิกขา หรือสมาธิ เป็นปริยฎฐานกิเลส แปลว่า ละหรือปราบหรือกำจัดกิเลสอย่างกลาง ที่รุ่มเร้าอยู่ในจิตใจ ได้แก่ นิเวรณ ๕ ๓) อริปัญญาศึกษา เป็นอนุสัยปหาน แปลว่า ละหรือปราบหรือกำจัดกิเลสอย่างละเอียด ที่แอบแนบนอนคอยอยู่ในสันดาน ได้แก่ อนุสัย ๙<sup>๑๒</sup>

พระบาลีและอรรถกถาข้างต้นนี้ แสดงความหมายและจุดมุ่งหมายของสิกขา ๓ หมายถึง การพัฒนาความประพฤติ การพัฒนาจิต และการพัฒนาปัญญา ที่ทำให้แก้ปัญหาของมนุษย์ เป็นไปเพื่อความดับทุกข์ นำไปสู่ความสุข และความเป็นอิสระแท้จริง”

### ๓.๑.๒.๒ พุทธวณะว่าด้วยไตรสิกขา

พุทธวณะว่าด้วยไตรสิกขา มีปรากฏอยู่หลายแห่งในพระบาลีหรือในพระไตรปิฎก เช่น

“ภิกษุทั้งหลาย ความเสื่อมญาติ เสื่อม โภคะ เสื่อมยศ เป็นเรื่องเล็กน้อย เมื่อเทียบกับความเสื่อมปัญญา ความเสื่อมปัญญา เป็นเรื่องสำคัญ ภิกษุทั้งหลาย ความเจริญด้วยญาติ โภคะ และยศ เป็นเรื่องเล็กน้อย เมื่อเทียบกับความเจริญด้วยปัญญา ความเจริญด้วยปัญญา เป็นเรื่องสำคัญ เรากล่าวว่า ความเจริญด้วยปัญญา เป็นเลิศ ดังนั้น เธอทั้งหลาย ฟังศึกษาในเรื่องความเจริญด้วยปัญญา”<sup>๑๓</sup>

“ภิกษุทั้งหลาย มีบุคคลอยู่ ๓ จำพวก คือ ๑) ผู้มีหวัง ๒) ผู้หมดหวัง ๓) ผู้ไม่หวัง บุคคลผู้ไร้ศีลไร้ธรรม เป็นผู้หมดหวังในการบรรลุธรรม เหมือนจันทาลหมดหวังในรัชสมบัติ บุคคลผู้มี

<sup>๑๑</sup> ขุ.มทา. (ไทย). ๒๕/๑๐/๔๘-๔๙.

<sup>๑๒</sup> วิ.อฎ. ๑/๒๒.

<sup>๑๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๕๔๖.

<sup>๑๔</sup> อญ.เอฎก. (ไทย). ๒๐/๗๖-๘๑/๑๔.

ศีลธรรม เชื่อว่าผู้มีหวังในการบรรลุนิพพาน เหมือนผู้เกิดในราชตระกูล ผู้มีหวังในรัชสมบัติ ผู้บรรลุนิพพานแล้ว เชื่อว่าผู้ไม่หวัง เพราะความหวังได้ถึงขั้นเต็มเปี่ยมสมบูรณ์ เหมือนพระราชาก็ได้มรรคาภิเษกแล้วครองราชย์แล้ว ไม่ต้องหวังเรื่องรัชสมบัติอีกต่อไป”<sup>๑๕</sup>

“ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้ดีด้อยกว่า ทั้งในเรื่องศีล สมาธิ และปัญญา ภิกษุไม่ควรเสพ ไม่ควรคบ ไม่ควรเข้าไปนั่งใกล้ ยกเว้นแต่ต้องการจะอนุเคราะห์ด้วยความเอ็นดู บุคคลผู้เสมอดีด้วยศีล สมาธิ และปัญญา ภิกษุควรเสพ ควรคบ บุคคลผู้ยิ่งกว่า ทั้งโดยศีล โดยสมาธิ และโดยปัญญา ภิกษุควรทำสักการะ เคารพ นับถือ แล้วเข้าไปคบหาสมาคม เข้าไปนั่งใกล้ บุคคลคบคนเลวย่อมเลวลง คบคนเสมอกันย่อมไม่เสื่อม คบคนประเสริฐย่อมมีฐานะดีขึ้นโดยฉับพลัน เพราะฉะนั้น จึงควรคบผู้มีคุณธรรมเหนือตน”<sup>๑๖</sup>

“ภิกษุทั้งหลาย กิจที่สมณะควรทำ มีอยู่ ๓ ประการ คือ ๑) การสมาทานอธิศีลสิกขา ๒) การสมาทานอธิจิตตสิกขา ๓) การสมาทานอธิปัญญาสิกขา ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงศึกษาว่า เราจะมีนันทะอย่างแรงกล้าในการสมาทานอธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ไม่มีความพอใจในการศึกษาอธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา แม้จะเดินตามหลังภิกษุทั้งหลายไปด้วยความสำคัญว่า ‘เราเป็นภิกษุ เราเป็นภิกษุ ก็หาชื่อว่าเป็นภิกษุเหมือนรูปอื่น ๆ ไม่’ เหมือนพาซึ่งเดินตามหลังฝูงโค แต่สีก็ดี เสียงก็ดี เท้าก็ดี ไม่เหมือนโคเลย แม้ว่ามันจะสำคัญตนว่าเป็นโค ก็หาเป็นโคอย่างโคทั้งหลายไม่”<sup>๑๗</sup>

“ภิกษุชาวแคว้นวัชชีรูปหนึ่ง กราบทูลพระพุทธองค์ว่า ไม่อาจจะรักษาศีลปาติโมกข์จำนวน ๑๕๐ ให้ครบถ้วนบริบูรณ์ได้ พระพุทธองค์ตรัสว่า ไม่ต้องรักษาศีล ๑๕๐ หรือก เพียงแต่รักษาศีล ๓ คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา จะสามารถทำได้

<sup>๑๕</sup> อัง.ติก. (ไทย). ๒๐/๑๓/๑๕๑-๑๕๓.

<sup>๑๖</sup> อัง.ติก. (ไทย). ๒๐/๒๖-๒๗/๑๗๕-๑๗๗.

<sup>๑๗</sup> อัง.ติก. (ไทย). ๒๐/๘๒-๘๓/๓๐๘-๓๐๙.

หรือไม่ ภิกษุรูปนั้นตอบว่า สามารถทำได้ พระพุทธองค์ตรัสว่า เมื่อรักษาศีลา ๓ อยู่ย่อมสามารถละระคะ โทสะ โมหะ ได้จริง”<sup>๑๘</sup>

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ถึงพร้อมด้วยธรรม ๓ ประการ ซึ่งว่าเป็นผู้ควรแก่การเคารพบูชา คือ ๑) มีศีล สำรวมในพระปาติโมกข์ พิจารณาเห็นภัยในโทษแม้เล็กน้อย เหมือนม้าอาชาไนยอันควรแก่พระราชา ซึ่งสมบูรณ์ด้วยสี มีสีงาม ๒) ปราศจากความเพียรอยู่เสมอ ไม่ทอดทิ้งธุระในการละอกุศลธรรม และเจริญกุศลธรรม เหมือนม้าทรงของพระราชาซึ่งสมบูรณ์ด้วยกำลัง ๓) มีปัญญารู้ อริยสัจ เหมือนม้าทรงของพระราชาซึ่งสมบูรณ์ด้วยเขาวัว”<sup>๑๙</sup>

“ภิกษุทั้งหลาย เพราะไม่รู้แจ้งแทงตลอดธรรม ๔ ประการ เราและเธอทั้งหลาย จึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาลยาวนานอย่างนี้ ธรรม ๔ ประการ คือ อริยศีล อริยสมาธิ อริยปัญญา และอริยวิมุตติ ภิกษุทั้งหลาย เราได้รู้แจ้งแทงตลอดอริยศีล อริยสมาธิ อริยปัญญา และอริยวิมุตติ เราถอนภวตัณหาได้แล้ว ภวเนตติสิ้นไปแล้ว บัดนี้ภพใหม่ไม่มี อีกแล้ว พระพุทธองค์ตรัสต่อไปว่า ธรรมเหล่านี้ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา และวิมุตติ อันยอดเยี่ยม พระโคตมผู้มียศตรัสรู้แล้ว ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสบอกธรรมแก่ภิกษุทั้งหลาย เพื่อความรู้ยิ่ง พระศาสดาทรงทำที่สุดแห่งทุกข์ มีจักขุ ปรินิพพานแล้ว”<sup>๒๐</sup>

“สำหรับผู้ที่นั่งอยู่ตลอดเวลา ศึกษา ไตรสิกขาทั้งกลางวัน และกลางคืน น้อมจิตเข้าหา นิพพาน อาสวะทั้งหลาย ย่อมตั้งอยู่ไม่ได้”<sup>๒๑</sup>

### ๓.๑.๒.๓ ความสำคัญของไตรสิกขา

ผู้ที่บวชเข้ามาในพระพุทธศาสนา จะต้องศึกษาฝึกฝนพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เพื่อนำตนไปสู่ความหลุดพ้น ให้ได้เป็นผู้ซึ่งเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยสิกขาและสาชีพ<sup>๒๒</sup> และเป็นอเสขบุคคล ดังที่พระพุทธศาสนาได้แบ่งอริยบุคคลออกเป็น ๒ จำพวก คือ

<sup>๑๘</sup> อ.จ.ต. (ไทย). ๒๐/๘๕/๓๑๐-๓๑๑.

<sup>๑๙</sup> อ.จ.ต. (ไทย). ๒๐/๘๗/๓๓๐-๓๓๑.

<sup>๒๐</sup> อ.จ.ต. (ไทย). ๒๑/๑/๑-๒.

<sup>๒๑</sup> พ.ร. (ไทย). ๒๕/๒๒๖/๑๐๓.

<sup>๒๒</sup> อ.ท.ต. (ไทย). ๒๔/๘๘/๒๓๕,

๑. เสขบุคคล หมายถึงผู้ยังต้องศึกษา

๒. อเสขบุคคล หมายถึงผู้ไม่ต้องศึกษา ได้แก่ ผู้บรรลอรหัตตผลแล้ว

สำหรับเสขบุคคล ซึ่งหมายถึงผู้ที่ยังต้องศึกษาฝึกฝนพัฒนาตนอย่างต่อเนื่อง จนกว่าจะบรรลอรหัตตผลนั้น ผู้ที่ดำรงอยู่ในระดับเสขบุคคลนี้ ต้องศึกษาฝึกฝนตนให้อยู่ในหลักไตรสิกขาอยู่เสมอ ดังพุทธพจน์ว่า “ที่ชื่อว่าเสขะ เพราะยังต้องศึกษา ศึกษาอะไร คือ ศึกษาอริสัจตสิกขาบ้าง อริจิตตสิกขาบ้าง อธิปัญญาสิกขาบ้าง”<sup>๒๓</sup> ในทางพระพุทธศาสนาได้จัดแบ่งเสขบุคคลไว้ ๗ ประเภท ที่เหล่าสาวกต้องฝึกฝนพัฒนาตนเองไปตามลำดับขั้น คือ<sup>๒๔</sup>

๑) ผู้ดำรงอยู่ในโศดาปัตติมรรค

๒) ผู้ดำรงอยู่ในโศดาปัตติผล

๓) ผู้ดำรงอยู่ในกทามิมรรค

๔) ผู้ดำรงอยู่ในสกทาคามีผล

๕) ผู้ดำรงอยู่ในอนาคามิมรรค

๖) ผู้ดำรงอยู่นาคามีผล

๗) ผู้ดำรงอยู่ในอรหัตตมรรค

ไตรสิกขา เป็นหลักการสำคัญของการฝึกฝนพัฒนามนุษย์ที่ยังอยู่ในระดับเสขบุคคล เป็นเครื่องมือพัฒนาตนเองไปสู่ระดับที่เรียกว่า อเสขบุคคล พระพุทธศาสนากำหนดไตรสิกขานี้เป็นกิจที่สำคัญยิ่งสำหรับผู้บวชเข้ามาต้องศึกษาฝึกฝนพัฒนาอยู่เป็นประจำเนื่องด้วย ดังพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย กิจที่สมณะควรทำเป็นของสมณะ ๓ ประการนี้ อะไรบ้าง คือ ๑) การสมาทานอริสัจตสิกขา ๒) การสมาทานอริจิตตสิกขา ๓) การสมาทานอธิปัญญาสิกขา เธอทั้งหลายพึงสำเหนียกอย่างนี้ว่า เราจักมีความพอใจอย่างยิ่งในการสมาทานอริสัจตสิกขา เราจักมีความพอใจอย่างยิ่งในการสมาทานอริจิตตสิกขา เราจักมีความพอใจอย่างยิ่งในการสมาทานอธิปัญญาสิกขา”<sup>๒๕</sup>

“ติสสา เธอจงศึกษาในไตรสิกขา โยคกิเลสทั้งหลายอย่าได้ครอบงำเธอเลย เธอจงปราศจากโยคกิเลสทั้งหมด ท่องเที่ยวไปในโลกอย่างไม่มีอาสวะเกิด”<sup>๒๖</sup>

<sup>๒๓</sup> อ.จ.ต.ก. (ไทย), ๒๐/๘๖/๓๑๑-๓๑๒.

<sup>๒๔</sup> ที.ปา. (ไทย), ๑๑/๓๓๓/๓๔๑; อ.จ.น.ว. (ไทย), ๒๓/๑๐/๔๔๕; อ.ภ.ป. (ไทย), ๓๖/๒๐๗/๒๒๕.

<sup>๒๕</sup> อ.จ.ต.ก. (ไทย), ๒๐/๘๒/๓๐๘-๓๐๙.

<sup>๒๖</sup> ขุ.เถรี. (ไทย), ๒๖/๔/๕๕๒.

### ๓.๒ หลักการสำคัญของการพัฒนามนุษย์

พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับหลักไตรสิกขาว่า ไตรสิกขา คือ หลักการสำคัญของการพัฒนามนุษย์ เป็นกระบวนการพัฒนาที่ทำให้มนุษย์พัฒนาชีวิตอย่างมีบูรณาการ และให้มนุษย์เป็นองค์รวมที่พัฒนาอย่างมีคุณภาพ โดยแบ่งออกเป็น ๓ ขั้นตอนใหญ่ ดังนี้<sup>๒๗</sup>

๑. อธิศีลสิกขา การพัฒนาในด้านความประพฤติ ระเบียบวินัยให้มีสุจริตทางกาย วาจา และอาชีพ เรียกว่า “ศีล”

๒. อธิจิตตสิกขา การพัฒนาทางจิต การปลูกฝังคุณธรรม สร้างเสริมคุณภาพจิต สมรรถภาพ และสุขภาพจิต เรียกว่า “สมาธิ”

๓. อธิปัญญาสิกขา การพัฒนาทางปัญญาอย่างสูง ทำให้เกิดความรู้แจ้งที่สามารถชำระจิตให้บริสุทธิ์หลุดพ้นโดยสมบูรณ์ เป็นอิสระไร้ทุกข์สิ้นเชิง เรียกว่า “ปัญญา”

หลักการสำคัญของการพัฒนามนุษย์ใน ๓ ขั้นตอนนี้ จัดวางขึ้นไว้โดยอาศัยหลักปฏิบัติที่เรียกว่า วิธีแก้ปัญหของอารยชนเป็นพื้นฐาน วิธีแก้ปัญหแบบอารยชนนี้ เรียกตามพระบาลีว่า “อริยมรรค” แปลว่า ทางดำเนินสู่ความดับทุกข์ ที่ทำให้เป็นอริยชนหรือวิถีดำเนินชีวิตที่ประเสริฐ คือ สัมมาทิฏฐิ (เห็นชอบ) สัมมาสังกัปปะ (ดำริชอบ) สัมมาวาจา (เจรจาชอบ) สัมมาสัมมัณตะ (กระทำชอบ) สัมมาวายามะ (พยายามชอบ) สัมมาสติ (ระลึกชอบ) และสัมมาสมาธิ (จิตมั่นชอบ)

หลักการสำคัญของการพัฒนามนุษย์ใน ๓ ขั้นตอนนี้ มุ่งหวังให้ผลเกิดขึ้นตามหลักปฏิบัติแห่งอริยมรรค (มรรควิธีแก้ปัญหหรือมรรคาแห่งความดับทุกข์) คือ เป็นการฝึกฝนพัฒนาให้องค์แห่งมรรคทั้ง ๘ นั้น เกิดมีและเจริญงอกงาม ไข่แก้ปัญหาดับทุกข์ได้ กล่าวคือ

๑. อธิศีลสิกขา หมายถึงการพัฒนาด้านหรือขั้นตอนแห่งการพัฒนาให้เกิด “สัมมาวาจา สัมมาสัมมัณตะ และสัมมาอาชีพะ” จนมีความพร้อมทางความประพฤติ วินัย และความสัมพันธ์ทางสังคม ถึงมาตรฐานของอารยชน เป็นพื้นฐานแก่การสร้างเสริมคุณภาพจิต

๒. อธิจิตตสิกขา หมายถึงการพัฒนาด้านหรือขั้นตอนแห่งการพัฒนาให้เกิด “สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ” จนมีความพร้อมทางคุณธรรม มีคุณภาพจิต สมรรถภาพจิต และสุขภาพจิต ถึงมาตรฐานของอารยชน เป็นพื้นฐานแห่งการพัฒนาปัญญา

๓. อธิปัญญาสิกขา หมายถึงการพัฒนาด้านหรือขั้นตอนแห่งการพัฒนาให้เกิด “สัมมาทิฏฐิและสัมมาสังกัปปะ” จนมีความพร้อมทางปัญญาถึงมาตรฐานของอารยชน สามารถดำรงชีวิตด้วยปัญญา มีจิตใจผ่องใส เบิกบาน ไร้ทุกข์ หลุดพ้นจากความยึดมั่นถือมั่นต่าง ๆ เป็นอิสระด้วยปัญญาอย่างแท้จริง

<sup>๒๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๖๑๑-๖๑๓.

หลักการสำคัญของการพัฒนามนุษย์ใน ๓ ขั้นตอนนี้เป็นส่วนประกอบของวิถีชีวิตหรือการดำเนินชีวิตที่ดี ที่จะนำมนุษย์เข้าสู่อิสรภาพหรือสันติสุขหรือความสุขที่แท้จริงถาวรของมนุษย์ อันเป็นความสุขอันลึกซึ้งภายในตัวของมนุษย์เอง ซึ่งจะสามารถบรรลุถึงได้โดยการพัฒนาชีวิตจากภายใน ทั้งทางด้านกาย อารมณ์ และจิตใจ อันละเอียดอ่อน ที่เรียกกันว่า จิตวิญญาณ (Spirituality) ความสุขชนิดนี้ เป็นความสุขอันสงบลึกซึ้ง เบิกบาน เต็มเปี่ยม และไม่เบื่อหน่าย ความสุขชนิดนี้ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับวัตถุภายนอก แต่ตั้งอยู่ในจิตใจของมนุษย์แต่ละคน เมื่อจิตส่วนลึกเกิดความรู้สึกเต็มเปี่ยมและพอใจ มนุษย์ก็จะไม่รู้สึกทุกข์แม้ว่าจะขาดวัตถุต่าง ๆ จากภายนอก<sup>๒๘</sup> ความสุขชนิดนี้ เรียกกันว่า “นิพพาน” นิพพานหรือความสุขที่สมบูรณ์ในส่วนลึกของจิต จึงเป็นทั้งเป้าหมายชีวิต และเป้าหมายของการพัฒนาตามหลักพระพุทธศาสนา ด้วยเหตุนี้ จึงควรพัฒนาศักยภาพของตนในทุก ๆ ด้าน เพื่อที่จะได้บรรลุถึงความสุขสมบูรณ์ภายในดังกล่าวแล้ว

หลักการสำคัญของการพัฒนามนุษย์ที่เรียกว่า ไตรสิกขานี้ บางทีใช้ศัพท์แทนด้วยคำว่า “ภาวนา” แปลว่า ทำให้เจริญ ทำให้เป็น ทำให้มีขึ้น หรือฝึกอบรม มี ๔ ด้าน คือ กายภาวนา ศิลภาวนา จิตตภาวนา และปัญญาภาวนา<sup>๒๙</sup> กล่าวอีกนัยหนึ่ง การพัฒนามนุษย์เพื่อให้มนุษย์มีวิถีชีวิตที่ดีหรือการดำเนินชีวิตที่ดี หรือเพื่อให้มนุษย์มีบุคลิกภาพที่สมบูรณ์และได้สารัตถะแท้จริงของชีวิต นั้น มีกระบวนการพัฒนาซึ่งจะต้องดำเนินไปพร้อม ๆ กัน ๔ ด้าน ดังนี้<sup>๓๐</sup>

๓.๒.๑ การพัฒนากาย (Physical Development)

๓.๒.๒ การพัฒนาสังคม (Social Development)

๓.๒.๓ การพัฒนาจิต (Spiritual Development)

๓.๒.๔ การพัฒนาปัญญา (Intellectual Development)

ทั้งนี้ เพื่อให้เหมาะสมกับศักยภาพ (potentiality) ของมนุษย์แต่ละบุคคล ตามที่พระพุทธองค์ได้ตั้งสมมติฐานว่า สมรรถภาพทางจิตของมนุษย์ สามารถฝึกให้รู้แจ้งธรรมได้ ดังดอกบัว<sup>๓๑</sup> ที่พร้อมจะเบ่งบานทุกเมื่อ หากมนุษย์นั้นได้รับการเสริมแรง (reinforcement) จากสิ่งแวดล้อมที่ดี

<sup>๒๘</sup> วิล อังค่อนันต์คุณ, “การวิเคราะห์แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเพื่อการพัฒนาคน” หน้า ๓๘.

<sup>๒๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๓๕.

<sup>๓๐</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), ธรรมกับการพัฒนาชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๓-๘.

<sup>๓๑</sup> วิ.ม. (ไทย). ๔/๕/๑๔, ม.ม. (ไทย). ๑๒/๒๘๒/๓๐๘, ม.ม. (ไทย). ๑๓/๓๓๕/๔๑๐, อง. จตถก.

### ๓.๒.๑ การพัฒนากาย

บุคคลโดยทั่วไป มักจะเข้าใจกันอย่างผิวเผินว่า การพัฒนากาย หมายถึงการทำร่างกายให้เจริญเติบโต มีสุขภาพแข็งแรง และการพัฒนาทักษะให้มีความชำนาญการหรือให้เชี่ยวชาญในด้านการที่จะประกอบกิจการหรือธุรกิจต่าง ๆ ซึ่งมุ่งหมายในทางการอาชีพการงานเป็นหลัก แต่ในทางพระพุทธศาสนา คำว่า การพัฒนากาย มีความหมายกว้างกว่านั้น คือ หมายถึงการพัฒนาอินทรีย์<sup>๓๒</sup>

#### ๓.๒.๑.๑ อินทรีย์

คำว่า “อินทรีย์” ตามพระบาลีว่า “อินฺทฺริเยสุ คฺคฺตฺตฺวาโร” หรือ “อินฺทฺริยสํวเรน สมฺนุ นาคโต”<sup>๓๓</sup> แปลว่า ความเป็นใหญ่เฉพาะในหน้าที่ของตน มี ๖ ประการ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ<sup>๓๔</sup> ความเป็นใหญ่เฉพาะในหน้าที่ของตนของอินทรีย์แต่ละอย่าง หมายถึง ๑) ตาเป็นใหญ่ในการดู ๒) หูเป็นใหญ่ในการฟัง ๓) จมูกเป็นใหญ่ในการดมกลิ่น ๔) ลิ้นเป็นใหญ่ในการลิ้มรส ๕) กายเป็นใหญ่ในการสัมผัสทางผิวหนัง ๖) ใจเป็นใหญ่ในการรับรู้อารมณ์ทุกอย่าง ตลอดจนความรู้สึก นึกคิด ทักษณคติ อุดมคติ และคิดปรุงแต่งให้เกิดการกระทำต่าง ๆ<sup>๓๕</sup> แต่อินทรีย์ในความหมายของการพัฒนาอินทรีย์นี้ หมายถึงเฉพาะอินทรีย์ ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย<sup>๓๖</sup>

ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เหล่านี้ นอกจากจะได้ชื่อว่า “อินทรีย์” แล้ว ยังได้ชื่ออื่น ๆ อีกด้วย ได้แก่ ๑) อายตนะ หมายถึงแดนต่อระหว่างชีวิตของเรากับโลกภายนอก ๒) ทวาร หมายถึงประตูหรือช่องทางเชื่อมต่อระหว่างชีวิตของเรากับโลกภายนอก เป็นช่องทางเข้ามาของข้อมูลต่าง ๆ เป็นทางสัมพันธ์ของชีวิตเรากับโลกภายนอก<sup>๓๗</sup> ซึ่งแสดงว่า มนุษย์นั้น ๑) สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้วยหรือทางอินทรีย์หรืออายตนะ ๒) สัมพันธ์กับโลกภายนอก ด้วยพฤติกรรมที่แสดงออกทางประตู (ทวาร) ๓ คือ กาย วาจา ใจ ได้แก่ การเคลื่อนไหวจับนั้นจับนี้ “ด้วยกาย” ติดต่อกับสื่อสารกับโลกมนุษย์ภายนอก “ด้วยวาจา” และมีเจตน์จำนง คิดการต่าง ๆ “ด้วยใจ”<sup>๓๘</sup>

<sup>๓๒</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **ธรรมกับการพัฒนาชีวิต**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๕.

<sup>๓๓</sup> ที.สี. (บาลี). ๕/๒๑๓/๓๐.

<sup>๓๔</sup> คูรายละเอียดใน อภ.สง. (ไทย). ๓๔/๕๕๕/๓๕๐.

<sup>๓๕</sup> สุภีร์ ทุมทอง, **การพัฒนาอินทรีย์สังวร**, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์ จำกัด (มหาชน), ๒๕๓๕), หน้า ๓๐๕.

<sup>๓๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๓๕๖.

<sup>๓๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **แก่นแท้ของพระพุทธศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๔๓. (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๕๕.

<sup>๓๘</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๔-๕๕.

### ๓.๒.๑.๒ ความสำคัญของอินทรีย์

ในหนังสือ “พุทธธรรม” ของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงความสำคัญของอินทรีย์ และถือว่าเป็นความจำเป็นที่จะต้องได้รับการพัฒนาไว้ ดังนี้<sup>๓๕</sup>

๑. อินทรีย์ เป็นจุดเริ่มต้นและเป็นจุดทางแยกระหว่างทางสองแพร่งในการดำเนินชีวิต คือ ทางสายหนึ่ง นำไปสู่ความประมาท มัวเมา ลุ่มหลง และจมติดอยู่กับโลก อันได้แก่ การจมติดอยู่กับอารมณ์ซึ่งมีอิทธิพลยิ่งต่อชีวิตมนุษย์ นั่นคือ รูปที่เห็น เสียงที่ได้ยิน กลิ่นที่ได้ดม รสที่ได้ลิ้ม สัมผัสทางกายที่อ่อนนุ่ม และสัมผัสทางใจ ทางอีกสายหนึ่ง นำไปสู่การรู้เท่าทันสภาวการณ์ทั้งปวง มีสติสัมปชัญญะ และหลุดพ้นเป็นอิสระจากอารมณ์เหล่านั้น

ในทางสองสายแห่งการดำเนินชีวิตนั้น ทางสายแรก เมื่อไม่มีการพัฒนาอินทรีย์และไม่รู้จักวิธีปฏิบัติต่ออินทรีย์เหล่านั้นอย่างถูกต้องและเหมาะสม มนุษย์ทั้งหลายจึงถูกชักจูงล่อลวงให้ดำเนินชีวิตในทางที่มุ่งเพื่อแสวงหาความสุข โดยการทำกรรมต่าง ๆ เพียงเพื่อแสวงหาอารมณ์ มาปรนเปรออินทรีย์ของตน พอสนุกสนาน โกรธ หลง จนก่อความวุ่นวายเดือดร้อนให้ทั้งแก่ตน และผู้อื่นอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ดังจะเห็นได้ไม่ยากว่า ในสังคมปัจจุบันนี้ การเบียดเบียนกัน การขัดแย้ง แข่งชิงผลประโยชน์กัน การกดขี่บีบบังคับกัน การเอาใจเอาเปรียบกัน ตลอดจนปัญหาสังคมต่าง ๆ ได้มีเพิ่มขึ้นและแก้ไขไม่สำเร็จ ทั้งนี้เป็นผลสืบเนื่องมาจากการดำเนินชีวิตแบบปล่อยตัวปล่อยใจ ด้วยการเที่ยวทำการแสวงหาอารมณ์ต่าง ๆ มาปรนเปรออินทรีย์ของตนจนเคยชินและรุนแรงยิ่งขึ้นนั่นเอง ส่วนผู้รู้ตามความเป็นจริง ไม่ยึดมั่นถือมั่นในอารมณ์หรือสิ่งทั้งหลาย จึงเป็นผู้อยู่เหนือโลก สามารถข้ามพ้นจากอารมณ์ซึ่งเปรียบด้วยมหาสมุทรอันกว้างใหญ่ ที่เต็มไปด้วยทุกข์และอันตรายมากมาย ไปสู่สถานที่อันปลอดภัยได้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้ไม่ได้สติ ย่อมกล่าวว่า สมุทรสมุทร นั้นไม่ใช่สมุทรในอริยวินัย นั้นเป็นแอ่งน้ำใหญ่ เป็นห้วงน้ำใหญ่ ภิกษุทั้งหลาย จักขุเป็นสมุทรของบุรุษ กำลังของจักขุนั้นเกิดจากรูป บุรุษใด ออกคลื่นกำลังอันเกิดจากรูปนั้นได้ บุรุษนี้ได้ข้ามสมุทรคือจักขุซึ่งมีคลื่น วังวน สัตว์ร้าย และผีเสื้อน้ำ เราเรียกว่า บุคคลผู้ลอยบาปข้ามถึงฝั่งดำรงอยู่บนบก ... โสตะ ... ฆานะ ... ชิวหา ... กาย ... มโน ...”<sup>๓๖</sup>

<sup>๓๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๕๖-๕๗.

<sup>๓๖</sup> ส.สพ. (บาลี). ๑๘/๒๒๕/๒๑๘-๒๑๙.



เพื่อละเว้นการดำเนินชีวิตแบบปล่อยตัวปล่อยใจตามทางสายที่หนึ่ง มาดำเนินชีวิตตามทางสายที่สอง ซึ่งเป็นการดำเนินชีวิตที่มีสติ หยุดยั้งการกระทำตามความเคยชิน ใช้อินทรีย์ของตนได้อย่างถูกต้อง เป็นไปเพื่อความสงบจากความยินดียินร้าย ปราศจากอคติในอารมณ์ต่าง ๆ และเกิดสติปัญญายิ่ง ๆ ขึ้นไป จึงต้องมีการพัฒนาอินทรีย์ขึ้น ด้วยการ (๑) สร้างความเข้าใจให้รู้เท่าทันความหมายของอินทรีย์และสิ่งที่เกี่ยวข้องว่า ควรจะมีบทบาทและความสำคัญในชีวิตของตนแค่ไหน เพียงไร (๒) ฝึกฝนอบรมตน ด้วยวิธีการควบคุม การสำรวมระวังอินทรีย์ในการใช้งาน และการใช้อินทรีย์เหล่านั้นในทางที่จะเป็นประโยชน์อย่างแท้จริง แก่ชีวิตของตนเองและแก่สังคม

๒. อินทรีย์ เป็นแหล่งที่มาของความสุขและความทุกข์ ซึ่งเป็นเป้าหมายแห่งการดำเนินชีวิตทั่วไปและความเพียรพยายามทุกอย่างของมนุษย์ปวงชน ด้านสุขก็แสวงหา ด้านทุกข์ก็หลีกเลี่ยง อย่างไรก็ตาม ความสุขความทุกข์ เกี่ยวเนื่องกับปัญหาความประพฤติประพฤติชั่วของมนุษย์เอง นอกจากนี้ อันตัวความสุขความทุกข์นั้น ก็เป็นปัญหาในตัวของมันเอง ในแง่ของคุณค่า ความมีแก่นสาร และความหมาย ดังจะเห็นได้ว่า มีมนุษย์ไม่น้อย ที่หลังจากกระดมสรรพกำลังและเวลาแห่งชีวิตของตนวิ่งตามหาความสุขจากการดูรูปสวย ๆ ฟังเสียงเพราะ ๆ ดมกลิ่นหอม ๆ ลิ้มรสอร่อย ๆ ภายต้องสัมผัสนุ่มนวลใจได้รับรู้สิ่งรับรู้ทางใจ จนเหนื่อยอ่อนแล้ว กลับผิดหวังจากสิ่งแสพเสวยโลกนั้น จึงทอดถอนความหลังบ้าง หันไปดำเนินชีวิตด้วยการอยู่อย่างทรมาณตนบ้าง ดังนั้น จากจุดนี้เอง มนุษย์ทั้งหลายจึงต้องพัฒนาอินทรีย์ของตน เพื่อให้เกิดความรู้เท่าทันสภาพความจริงและประพฤติปฏิบัติตนด้วยการวางท่าทีที่ถูกต้อง ไม่ให้เกิดเป็นพิษภัยแก่ตนเองและผู้อื่นมากนัก อย่างน้อยก็จะได้มีหลัก พอรู้ออกที่จะแก้ไขตัว นอกจากจะระมัดระวังในการใช้วิธีการที่จะแสวงหาความสุขเหล่านี้แล้ว ยังเข้าใจขอบเขตและขั้นระดับต่าง ๆ ของมัน แล้วรู้จักหาความสุขในระดับที่ประณีตยิ่งขึ้น ไปด้วย

๓. อินทรีย์ เป็นแหล่งที่มาของกระบวนการรับรู้และการแสวงหาปัญญา จุดเริ่มต้นของการศึกษาเรียนรู้ที่แท้จริงของมนุษย์ ซึ่งเป็นการพัฒนาที่ถูกทาง ทำให้เกิดความสุขสงบร่มเย็น ทำให้แก้ปัญหาทุกอย่างได้อย่างแท้จริงนั้น เริ่มต้นจากการอินทรีย์ที่ถูกต้อง ด้วยการรู้จักสำรวมระวังเมื่อต้องเข้าไปเกี่ยวข้องกับอารมณ์ต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อชีวิตมนุษย์ นั่นคือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางกาย และสัมผัสทางใจ ไม่ให้อารมณ์ต่าง ๆ เหล่านั้น มาเป็นเหตุให้เกิดกิเลส เกิดโทษต่อตนเองและผู้อื่น ในทางตรงกันข้าม กระบวนการรับรู้และการแสวงหาปัญญา ซึ่งเริ่มต้นจากการใช้อินทรีย์นั้น ถ้าปฏิบัติในตอนเริ่มแรกไม่ถูกต้อง การรับรู้ก็จะไม่บริสุทธิ์ จะกลายเป็นกระบวนการรับรู้ที่รับใช้กระบวนการแสพเสวยโลก ทำให้ได้รับความรู้ที่บิดเบือน เอนเอียง เคลือบแฝง มีอคติ ไม่ถูกต้องตามความจริงหรือตรงกับสภาวะ

๔. การรับรู้อารมณ์หรือการรับรู้ประสบการณ์ของอินทรีย์ ในแต่ละอย่างนั้น มนุษย์จะมีความรู้ลึกอย่างใดอย่างหนึ่งใน ๒ ด้านนี้ คือ (๑) ด้านรู้ ได้แก่ รับรู้ข้อมูลข่าวสาร เช่น ตา ดู รู้ว่าเป็นอะไร เรียกหน้าที่ของอินทรีย์ด้านนี้ว่า “ด้านเรียนรู้หรือด้านศึกษา” (๒) ด้านความรู้ลึกหรือรับ

ความรู้สึก เช่น เห็นแล้ว รู้สึกสบายหรือไม่สบายหรือเฉย ๆ ถูกตา ไม่ถูกตา เป็นต้น เรียกหน้าที่ของอินทรีย์ด้านนี้ว่า “ด้านเสพ”<sup>๔๑</sup> ถ้ามนุษย์ใช้อินทรีย์เพื่อการเรียนรู้ให้มาก มนุษย์จะไม่วุ่นวายอยู่กับการไล่วิ่งหาสิ่งที่ชอบ และคืนรนหลีกเลี่ยงจากสิ่งที่ไม่ชอบ วนเวียนอยู่กับความชอบใจความไม่ชอบใจ เป็นต้นนั้น ในทางตรงกันข้าม ถ้ามนุษย์ใช้อินทรีย์เพื่อเสพความรู้สึกเป็นส่วนใหญ่ และหลงติดอยู่กับการหาเสพความรู้สึกที่เป็นไปได้แก่นักเสพนักบริโภค โดยไม่รู้จัก “ใช้อินทรีย์เพื่อการศึกษา” สนองความต้องการความรู้หรือความใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์ ปัญญาของเขา ย่อมหาความเจริญงอกงามได้ยาก ดังพุทธพจน์ที่ว่า “คนได้รับการศึกษาน้อย แก่ตัวเข้าเหมือนโคถึก เพราะเจริญแต่เนื้อ ส่วนปัญญา หาเจริญไม่”<sup>๔๒</sup> มนุษย์ย่อมไม่พบกับความสุขใหม่ ๆ มีชีวิตที่ไร้ความดีงามและไม่มีคุณค่าแก่สังคม ดังนั้น เพื่อให้มนุษย์ใช้อินทรีย์เพื่อการเรียนรู้หรือเพื่อการศึกษาให้มาก จะได้ไม่ต้องวุ่นวายสืบสนอยู่กับการไล่วิ่งหาสิ่งที่ชอบและหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่ชอบนั้น จึงต้องมีการพัฒนาอินทรีย์ ทั้งนี้เพื่อใช้สัมพันธ์กับโลกภายนอกหรือโลกของวัตถุอย่างสร้างสรรค์

ตามทัศนะพระพุทธศาสนา แม้มนุษย์จะประกอบไปด้วยส่วนประกอบที่สำคัญ ๒ ส่วนคือ รูปกับนามหรือกายกับจิต แต่มนุษย์ก็ไม่ได้เกี่ยวข้องกับส่วนประกอบเหล่านั้นแต่อย่างใด หากแต่เกี่ยวข้องกับชีวิตในทางปฏิบัติหรือการดำเนินชีวิตประจำวัน ซึ่งได้แก่ การติดต่อสื่อสารกับโลกภายนอก โดยอาศัย ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ในการรับรู้อารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์<sup>๔๓</sup>

### ๓.๒.๑.๓ การพัฒนาอินทรีย์

คำว่า “การพัฒนาอินทรีย์” เรียกในศัพท์ทางวิชาการว่า อินทรีย์ภาวนา หมายถึงการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างอินทรีย์ของเราหรือตัวของเรา กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุหรือทางกายภาพ ให้เป็นไปในทางที่เกิดประโยชน์แก่ชีวิต โดยการปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมเหล่านั้น ในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ<sup>๔๔</sup>

สิ่งแวดล้อมทางวัตถุหรือทางกายภาพขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ปัจจัย ๔ การพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีหรือการสัมพันธ์กับปัจจัย ๔ อย่างถูกต้อง หมายถึงการให้มีปัจจัย ๔ พอที่จะ

<sup>๔๑</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), ชีวิตที่เป็นอยู่ดีด้วยการศึกษาทั้ง ๓ ด้าน ที่ทำให้พัฒนาครบ ๔, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๔), หน้า ๑๕-๑๖.

<sup>๔๒</sup> บุ.ธ. (บาลี). ๒๕/๑๕๒/๔๔.

<sup>๔๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๒๘.

<sup>๔๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๓๔๘.

ดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างดี ผาสุก และใช้ปัจจัย ๔ นั้น อย่างถูกต้องตามความมุ่งหมาย การใช้ปัจจัย ๔ อย่างถูกต้องตามความมุ่งหมาย หมายถึงการใช้เพื่อคุณค่าแท้ ไม่ใช่เพื่อคุณค่าเทียม<sup>๕๕</sup>

คุณค่าแท้ (Real Needs) หมายถึงคุณค่าหรือประโยชน์ของสิ่งทั้งหลายในแง่ที่จะสนองความต้องการของชีวิตโดยตรง หรือให้เกิดความดีงามแก่ชีวิตของตนหรือผู้อื่น คุณค่านี้อาศัยปัญญาเป็นเครื่องตีค่าและวัดราคา เรียกว่า คุณค่าที่สนองปัญญา เช่น อาหารมีคุณค่าอยู่ที่ประโยชน์สำหรับหล่อเลี้ยงร่างกายให้มีชีวิตอยู่ได้ มีสุขภาพดีเป็นสุขได้ มีสุขภาพดีเป็นอยู่ผาสุก มีกำลังเหมาะที่จะทำหน้าที่ เช่น รถยนต์ช่วยให้เดินทางได้สะดวก รวดเร็ว เกื้อกูลต่อการปฏิบัติหน้าที่การงาน ความเป็นอยู่ การบำเพ็ญประโยชน์สุข ควรมุ่งเอาความสะอาดปลอดภัย แข็งแรง ทนทาน เป็นต้น

คุณค่าเทียม (Artificial Needs) หมายถึงคุณค่าหรือประโยชน์ คุณค่าพอกเสริมของสิ่งทั้งหลายที่มนุษย์พอกพูนให้แก่สิ่งนั้น เพื่อสนองความต้องการทางเนื้อหนัง ทางกามคุณ หรือเสริมความมั่นคงยิ่งใหญ่ของอัตตาที่ยึดถือไว้ คุณค่าชนิดนี้ อาศัยตัณหาเป็นเครื่องตีค่า หรือวัดราคา เรียกว่า คุณค่าสนองตัณหา เช่น อาหารที่มีคุณค่าอยู่ที่ความเอร็ดอร่อย เสริมความสนุกสนาน เป็นเครื่องแสดงฐานะความโก้หรูหรา ใช้รถยนต์เพื่อแสดงฐานะ แสดงความหรูหรา มี มุ่งความสวยงาม ความเด่น เป็นต้น<sup>๕๖</sup>

การพัฒนาอินทรีย์มีเป้าหมายโดยทั่วไป ๒ ประการ คือ

๑. เพื่อให้อินทรีย์ทั้งหลาย มีความเหนียวคม มีความละเอียดอ่อน มีความไว มีความคล่อง มีความชัดเจน อาจเรียกว่า การพัฒนาทักษะต่าง ๆ ซึ่งเป็นเรื่องการใช้งาน

๒. เพื่อให้รู้จักเลือกรับสิ่งที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์แก่ชีวิต

ซึ่งข้อที่สองนี้ถือว่าสำคัญที่สุด เพราะการรับรู้อารมณ์หรือการรับรู้ประสบการณ์นั้น มนุษย์สามารถรับรู้ได้ ทั้งในส่วนที่เป็นคุณและในส่วนที่เป็นโทษแก่ชีวิต หากรับรู้อารมณ์ในส่วนเป็นคุณแก่ชีวิต ผลก็คือ ทำให้กุศลธรรมเจริญออกงาม คือ ได้คุณภาพ แต่ถ้ารับรู้อารมณ์ในส่วนเป็นโทษแก่ชีวิต (เพราะไม่เคยพัฒนาอินทรีย์มาก่อน) ผลก็คือ ทำให้กุศลธรรมเจริญออกงาม ดังนั้น การรู้จักเลือกรับสิ่งที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์แก่ชีวิต จึงเป็นเรื่องที่สำคัญมากสำหรับมนุษย์และเป็นจุดเน้นของพระพุทธศาสนา<sup>๕๗</sup>

ส่วนเป้าหมายหลักของการพัฒนาอินทรีย์ คือ เพื่อให้จิตเป็นกลาง (อุเบกขาจิต) ต่ออารมณ์ต่าง ๆ (สุข/ทุกข์) อย่างรวดเร็ว และปล่อยวางความพอใจหรือความไม่พอใจแล้ววางเฉยได้ไวยิ่งขึ้น จนมีปัญหา หมดความเห็นผิดและความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งต่าง ๆ มีอำนาจเหนืออารมณ์ต่าง ๆ จนกระทั่งมี

<sup>๕๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษา: มองเมื่อ ๓๐ ปีก่อน, พิมพ์ครั้งที่ ๑, หน้า ๕๕.

<sup>๕๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๖. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๖๔๕.

<sup>๕๗</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), ธรรมกับการพัฒนาชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๑๐.

สติสัมปชัญญะที่สมบูรณ์เป็นพระอรหันต์ผู้อยู่เหนือโลกได้ในที่สุด ซึ่งเป้าหมายหลักของการพัฒนาอินทรีย์ อันได้แก่ “อุเบกขาจิต” นี้ จะเห็นได้จากพุทธพจน์ในอินทรีย์ภาวนาสูตรที่ว่า

“อานนที การพัฒนาอินทรีย์อันยอดเยี่ยมในอริยวินัย เป็นอย่างไร? อานนที เพราะเห็นรูปด้วยจักขุ ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ จึงเกิดขึ้น แก่ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้, เธอรู้ชัด (รู้เท่าทัน) อย่างนี้ว่า ‘ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ เกิดขึ้นแล้วแก่เรา แต่ทว่า ความชอบใจ เป็นต้นนั้น เป็นภาวะปรุ้งแต่ง เป็นของหายาบอาศัยปัจจัยเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียดย ประณีต อยู่ นั่นคือ อุเบกขา’ (เมื่อรู้ชัดอย่างนี้) ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ ที่เกิดขึ้นแล้วแก่เธอนั้น จึงดับไป อุเบกขา ย่อมตั้งมั่น อานนที ภิกษุรูปหนึ่งรูปใด ที่ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ เกิดขึ้นแล้ว ดับไป อุเบกขา ตั้งมั่นโดยเร็ว โดยพลันทันที โดยไม่ยากลำบาก ดังบรุษชาติ ลืมตาแล้วหลับตา หรือหลับตาแล้วลืมตา อานนที นี้เราเรียกว่า การพัฒนาอินทรีย์ ในรูปที่รู้ได้ด้วยจักขุ อันยอดเยี่ยมในวินัยของอริยชน ...

... เพราะได้ยินเสียงด้วยหู ... เพราะดมกลิ่นด้วยจมูก ... เพราะลิ้มรสด้วยลิ้น ... เพราะต้องโผฏฐัพพะด้วยกาย ... เพราะรู้ธรรมารมณ์ด้วยใจ ... ภิกษุรูปหนึ่งรูปใด ที่ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ เกิดขึ้นแล้ว ดับไป อุเบกขาตั้งมั่นโดยเร็ว โดยพลันทันที โดยไม่ยากลำบาก ดังบรุษกำลังดี เอาหยาดน้ำสอหรือสามหยาด หยดลงกระทะเหล็กที่ร้อนจัดตลอดทั้งวัน การหยดลงแห่งหยาดน้ำนั้นยังช้า (ไม่ทันที่) หยาดน้ำนั้นจะเหือดหายหมดสิ้นไปจับพลันทันทีโดยแน่แท้ อานนที นี้เราเรียกว่า การพัฒนาอินทรีย์ ในธรรมารมณ์ ที่รู้ได้ด้วยใจ อันยอดเยี่ยมในอริยวินัย”<sup>๔๘</sup>

สาระสำคัญของการพัฒนาอินทรีย์ตามนัยแห่งอินทรีย์ภาวนาสูตร ก็คือ “การรู้ชัด” ซึ่งเป็นลักษณะของการรู้ตามความเป็นจริง โดยเฉพาะการรู้ความจริงของสังขารธรรมทั้งหลาย อันมีลักษณะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เมื่อรู้ความจริงเช่นนี้ จิตจะเป็นอุเบกขา คือ การวางเฉย ได้แก่

<sup>๔๘</sup> ม.อ. (ไทย). ๑๔/๔๕๔-๔๕๕/๕๐๕-๕๐๖.

การวางเฉยเพราะรู้เท่าทันอารมณ์ทางอินทรีย์ทุกอย่าง โดยที่จิตไม่หลงไม่ยึดมั่นถือมั่น ที่เรียกชื่อตามอรรถกถาว่า วิปัสสนูปেকขา แปลว่า การวางเฉยเพราะรู้แจ้งตามความเป็นจริง<sup>๔๕</sup>

ในทางพระพุทธศาสนา เรียกผู้ได้ผ่านการพัฒนากายหรือผ่านการพัฒนาอินทรีย์แล้วว่า ๑) ภาวิตกาย หมายถึงผู้พัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุหรือทางกายภาพ โดยรู้จักอยู่ดีมีสุขอย่างเกื้อกูลกันกับสิ่งสรรพและธรรมชาติ โดยเฉพาะให้การรับรู้ทางอินทรีย์ ๕ เป็นไปด้วยสติและเพื่อปัญญา และให้การใช้สอยเสพบริโภคต่าง ๆ เป็นไปอย่างพอดีที่จะได้ประโยชน์หรือได้คุณค่าแท้ที่จริง ไม่หลงไหลเคล็ดเคล็ดไปตามอิทธิพลของความชอบใจหรือไม่ชอบใจ ไม่หลงมัวเมา มิให้เกิดโทษ แต่ให้เป็นคุณ มิให้อกุศลเข้าครอบงำ แต่หนุนให้อกุศลธรรมงอกงาม<sup>๔๖</sup> หรือ ๒) ภาวิตินทรีย์<sup>๔๗</sup> แปลว่า ผู้ได้พัฒนาอินทรีย์แล้ว ซึ่งนัยแห่งความหมายนี้ จะเห็นได้จากพุทธดำรัสที่ว่า

“อานนท์ พระอริยะ ผู้ภาวิตินทรีย์ เป็นอย่างไร? อานนท์ เพราะเห็นรูปด้วยจักขุ ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ จึงเกิดขึ้นแก่ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้, เธอ นั้น หากจ้านงว่า เราจะหมายรู้ในสิ่งปฏิกุศล ว่าไม่ปฏิกุศล ก็หมายรู้ในสิ่งนั้น ๆ ว่าไม่ปฏิกุศลได้ หากจ้านงว่า เราจะหมายรู้ในสิ่งไม่ปฏิกุศล ว่าปฏิกุศล ก็หมายรู้ในสิ่งนั้น ๆ ว่าปฏิกุศลได้ หากจ้านงว่า เราจะหมายรู้ในสิ่งที่ปฏิกุศลและไม่ปฏิกุศล ว่าไม่ปฏิกุศล ก็หมายรู้ในสิ่งนั้น ๆ ว่าไม่ปฏิกุศลได้ หากจ้านงว่า เราจะหมายรู้ในสิ่งทั้งปฏิกุศลและไม่ปฏิกุศล ว่าปฏิกุศล ก็หมายรู้ในสิ่งนั้น ๆ ว่าปฏิกุศลได้ หากจ้านงว่า เราจะเว้นคานึงทั้งปฏิกุศลและไม่ปฏิกุศล มีอุเบกขาอยู่โดยมีสติสัมปชัญญะ ก็มีอุเบกขาในสิ่งนั้น ๆ อยู่โดยมีสติสัมปชัญญะได้

“อานนท์ ข้ออื่นยังมีอีก เพราะได้ยินเสียดด้วยหู ... เพราะดมกลิ่นด้วยจมูก ... เพราะลิ้มรสด้วยลิ้น ... เพราะต้องโผฏฐัพพะด้วยกาย ... เพราะรู้ธรรมารมณ์ด้วยใจ ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ จึงเกิดขึ้นแก่ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ เธอ นั้น ... เราจะเว้นคานึงทั้งปฏิกุศลและไม่ปฏิกุศล มีอุเบกขาอยู่โดยมีสติสัมปชัญญะ ย่อมมีอุเบกขาในสิ่งนั้น ๆ อยู่โดยมีสติสัมปชัญญะได้ อานนท์ นี้แลชื่อว่าพระอริยะผู้มีภาวิตินทรีย์”<sup>๔๘</sup>

<sup>๔๕</sup> ม.อ.อ. (ไทย). ๓/๒/๕๓๐.

<sup>๔๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๓๔๕.

<sup>๔๗</sup> ม.อ.อ. (ไทย). ๑๔/๔๕๔-๔๕๕/๕๐๕-๕๐๕.

### ๓.๒.๑.๔ แนวทางการพัฒนาอินทรีย์

ตามหลักพระพุทธศาสนา การพัฒนาอินทรีย์ ให้ความสำคัญแก่หลักอินทรีย์สังวรและหลักโภชนมัตตัญญูตา<sup>๕๒</sup> โดยการเริ่มต้นที่หลักอินทรีย์สังวร<sup>๕๓</sup>

๑. อินทรีย์สังวร แปลตามรูปศัพท์ว่า การสำรวมอินทรีย์ หมายถึงการปิดกั้น ป้องกันไม่ให้มีอกุศลธรรม (คืออกิขมาและโทมนัน) เกิดขึ้นในจิต เมื่ออินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ รับรู้อารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ ดังพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ความสำรวม เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ เห็นรูปทางตาแล้ว ไม่นินดีในรูปที่น่ารัก ไม่นิยร้ายในรูปที่ไม่น่ารัก เป็นผู้ตั้งมั่นกายคตสติ มีอัปปมาณจิตอยู่ และรู้ชัดเจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติ ตามความเป็นจริง อันเป็นที่ดับไปโดยไม่เหลือแห่งธรรมที่เป็นบาปอกุศลเหล่านั้นที่เกิดขึ้นแล้วแก่เธอ ... กายคตสติที่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่งเจริญ ทำให้มากแล้ว ตาย่อมไม่จุตภิกษุนั้นไปในรูปที่น่าพอใจ รูปที่ไม่น่าพอใจ ย่อมไม่เกลียด ... ลิ้นย่อมไม่จุต ... ใจย่อมไม่จุตภิกษุนั้นไปในธรรมารมณ์ที่น่าพอใจ ธรรมารมณ์ที่ไม่น่าพอใจ ย่อมไม่เกลียด ภิกษุทั้งหลาย ความสำรวมเป็นอย่างนี้แล”<sup>๕๔</sup>

สาระสำคัญของการสำรวมอินทรีย์ตามพุทธพจน์ข้างต้นนี้ ได้แก่ การไม่ปล่อยจิตไปตามนิมิตต่าง ๆ อันจะเป็นเหตุให้เกิดความขุ่นเคือง ชอบใจ ไม่ชอบใจ แล้วถูกอกุศลธรรมคืออกิขมาและโทมนัสครอบงำ<sup>๕๕</sup> เราเรียกการไม่ปล่อยจิตไปตามนิมิตต่าง ๆ นี้ว่า การมีกายคตสติ (มีสติพร้อมอยู่ทุกเมื่อ) คำว่า กายคตสติ แปลว่า สติอันพิจารณาให้เห็นตามสภาพที่มีส่วนประกอบซึ่งล้วนเป็นของไม่สะอาด ไม่งาม น่ารังเกียจ ทำให้เกิดความรู้เท่าทัน ไม่หลงใหลมัวเมา<sup>๕๖</sup>

กายคตสติ เกิดจากการถือปฏิบัติตามนัยแห่งพระบาลีคือ น นิมิตตคคาหิ นานุพฺพยฺชนคคาหิ ซึ่งแปลว่า ไม่รวบถือ ไม่แยกถือ กล่าวคือ เมื่อรับรู้อารมณ์ทางอินทรีย์ทั้งหลายแล้ว ไม่รวบถือ ไม่แยกถือ ในรูปที่เห็น ในเสียงที่ได้ฟัง ในกลิ่นที่ดม ในรสที่ลิ้ม ในสัมผัสทางกาย และในสังผัสทางใจ ปล่อยให้อารมณ์ที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจนั้น เป็นเพียงสักว่าอารมณ์ที่ถูกรับรู้เท่านั้น ทั้งนี้ เพราะตระหนักรู้ดีว่า หากรวบถือ (นิมิต) แยกถือ (อนุพยฺชนะ) ในรูปที่เห็น ในเสียงที่

<sup>๕๒</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษาเพื่ออารยธรรมที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๓๗-๓๘.

<sup>๕๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๑, หน้า ๓๕๖.

<sup>๕๔</sup> ส.พ. (ไทย). ๑๘/๒๔๗/๒๖๔-๒๖๕.

<sup>๕๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๑, หน้า ๕๗.

<sup>๕๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, หน้า ๑๗.

ฟัง ในกลิ่นที่ดม ในรสที่ลิ้ม ในกายที่สัมผัส ในใจที่รู้ธรรมารมณ์ จิตจะเสวยความรู้สึก (เวทนา) เกิด ความยินดียินร้ายทันที ดังพุทธพจน์ว่า

“เพราะเห็นรูปจึงหลงลืมสติ เมื่อใส่ใจในนิมิตที่น่ารัก ก็ มีจิตกำหนดเสวยอารมณ์นั้น ทั้งคิดใจในอารมณ์นั้น เวทนาที่เกิด จากรูปจำนวนมากก็เจริญแก่เขา และจิตของเขาก็ถูกอวิชชาและ วิหิงสาเข้าไปกระทบ เมื่อเขาตั้งสมมุติอยู่อย่างนี้ บัณฑิตกล่าวว่า ยังห่างไกลจากนิพพาน”<sup>๕๗</sup>

นอกจากนี้ หากหลงลืมสติไปใส่ใจในนิมิตและอนุพยัญชนะ (อีกทั้งหากขาดโยนิโสมนสิการด้วยแล้ว) ย่อมจะเป็นเหตุให้ออกิขมา (กามฉันทะ) และ โทมนัส (พยาบาท) เกิดขึ้นในจิตได้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า

“อะไรเล่า เป็นอาหารที่ทำให้กามฉันทะที่ยังไม่เกิดให้ เกิดขึ้น หรือกามฉันทะที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น คือ ‘สุกนิมิต’ มีอยู่ การทำมนสิการ โดยไม่แยกคายในสุกนิมิตนั้นให้มากนัก เป็นอาหารที่ทำให้กามฉันทะที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น หรือทำกามฉันทะที่ เกิดขึ้นแล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น

อะไรเล่า เป็นอาหารทำพยาบาทที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น หรือทำพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น คือ ‘ปฏิฆนิมิต’ มีอยู่ การทำมนสิการ โดยไม่แยกคายในปฏิฆนิมิตนั้นให้มากนัก เป็น อาหารทำพยาบาทที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น หรือทำพยาบาทที่เกิดขึ้น แล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น”<sup>๕๘</sup>

ตามทัศนะพระพุทธศาสนา การสำรวมอินทรีย์นี้ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า การคุ้มครอง ทวาร (หรือคุ้มครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย) หมายถึงการมีสติพร้อมอยู่ เมื่อทวาร คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ รับรู้อารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ ดังพุทธพจน์ว่า

“มหาบพิตร ภิกษุชื่อว่าคุ้มครองทวารในอินทรีย์ ทั้งหลายเป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เห็นรูปด้วยตาแล้ว ไม่ รวบถือ ไม่แยกถือ ย่อมปฏิบัติเพื่อสำรวมในจักขุนทรีย์ ซึ่งเมื่อไม่ สำรวมแล้ว ก็ย่อมเป็นเหตุให้ถูกบาปอกุศลธรรมคืออกิขมาและ

<sup>๕๗</sup> ส.ส. (ไทย). ๑๘/๕๕/๑๐๑.

<sup>๕๘</sup> ส.ม. (ไทย). ๑๕/๒๓๒/๑๖๒.

โหม่นสกรอบงำได้ จึงรักษาจักขุนทรีย์ ถึงความสำรวมในจักขุนท  
 รัย ฟังเสียงด้วยหู ... ดมกลิ่นด้วยจมูก ... ลิ้มรสด้วยลิ้น ... ถูกต้อง  
 โผฏฐัพพะด้วยกาย ... รู้ธรรมารมณด้วยใจ ... ภิกษุผู้ประกอบด้วย  
 ความสำรวมอินทรีย์อันเป็นอริยะนี้ ย่อมเสวยสุขอันไม่ระคนกับ  
 กิเลสในภายใน มหาบพิตร ภิกษุชื่อว่าคัมภรอนทวารในอินทรีย์  
 ทั้งหลาย เป็นอย่างนี้”<sup>๕๕</sup>

การปฏิบัติตามหลักอินทรีย์สังวรนี้ ช่วยเราได้ทั้งด้านป้องกันความชั่วเสียหาย ป้องกัน  
 ความทุกข์ และป้องกันการสร้างความรู้ความคิดที่บิดเบือนเอนเอียง เพราะหลักของอินทรีย์สังวร  
 นั้น มุ่งการระมัดระวังใจตนเอง ไม่ให้หลงไปยินดียินดีร้ายในอารมณ์ที่มาปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น  
 กาย และใจ หากมีสิ่งใดที่ต้องเข้าไปเกี่ยวข้อง ก็เข้าไปเกี่ยวข้องด้วยความระมัดระวัง ไม่ให้เกิดเป็น  
 พิชัยแก่ตนเองและผู้อื่น การมีสติสังวรไม่หลงไปตามรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ ย่อม  
 ทำให้ไม่ถูกอกุศลและโหม่นสเข้าครอบงำจิต

อย่างไรก็ดี พระพุทธศาสนาถือว่า การสำรวมอินทรีย์นี้ ยังเป็นขั้นของผู้ฝึกฝนพัฒนาดน  
 ยังไม่ใช่ขั้นของพระอรหันต์ ซึ่งเป็น “ภาวตินทรีย์” (ผู้ได้พัฒนาอินทรีย์แล้ว) ที่เมื่อบุคคลทำให้มาก  
 จะทำสุจริต ๓ ให้บริบูรณ์ สุจริต ๓ นั้น ทำให้มากแล้ว ทำสติปัญญา ๔ ให้บริบูรณ์ สติปัญญา ๔  
 นั้น ทำให้มากแล้ว จะทำให้โพชฌงค์ ๗ บริบูรณ์ และโพชฌงค์ ๗ นั้น ทำให้มากแล้ว จะทำวิชชาและ  
 วิมุตติ ซึ่งเป็นผลานิสงส์สุดท้ายให้บริบูรณ์ ผลานิสงส์ทั้งหมดนี้ จะเห็นได้จากพุทธพจน์ที่ว่า

“คุณทลีย์ อินทรีย์สังวร ที่บุคคลเจริญแล้ว กระทำให้  
 มากแล้วอย่างไร จะยังสุจริต ๓ ให้บริบูรณ์? คุณทลีย์ ภิกษุในพระ  
 ธรรมวินัยนี้ เห็นรูปที่น่าชอบใจด้วยจักขุแล้ว ไม่หลงไหล ไม่คิด  
 ใคร่ ไม่ก่อราคะให้เกิดขึ้น และกายของเธอก็คงตัว จิตก็คงตัว มั่นคง  
 ดี ในภายใน ปลอดภัยไปด้วยดี อนึ่ง เธอเห็นรูปที่ไม่น่าชอบใจด้วย  
 จักขุแล้ว ก็ไม่ขัดใจ ไม่กระด้างใจ ไม่บีบใจ ไม่ขุ่นเคืองแค้นใจ  
 และกายของเธอก็คงตัว จิตก็คงตัว มั่นคงดี ในภายใน ปลอดภัยไป  
 ด้วยดี อีกประการหนึ่ง ภิกษุฟังเสียงด้วยหู ... ดมกลิ่นด้วยจมูก ... ลิ้ม  
 รสด้วยลิ้น ... ถูกต้องโผฏฐัพพะด้วยกาย ... รู้ธรรมารมณด้วยใจแล้ว

<sup>๕๕</sup> ที.สี. (บาลี). ๕/๒๑๓/๗๒/๗๓.



... คุณทลีย์ อินริยสังวร ที่บุคคลเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว อย่าง  
นี้แล ย่อมยังสุจริต ๓ ให้บริบูรณ์”<sup>๖๐</sup>

สาระสำคัญโดยสรุปของหลักอินทริยสังวร คือ การใช้อินทริย คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย  
ในการรับรู้โดยไม่เกิดโทษก่อนผลเสียหาย (ส่งเสริมคุณภาพชีวิต) และการฝึกอินทริยให้มี  
ประสิทธิภาพในการใช้งาน นั่นคือ ให้ดูเป็น ฟังเป็น ดมเป็น ลิ้มรสเป็น สัมผัสทางกายเป็น<sup>๖๑</sup> และ  
หลักปฏิบัติที่สำคัญในการใช้อินทริย คือ<sup>๖๒</sup>

๑) รู้จักพิจารณาเลือกเฟ้นสิ่งที่จะดู จะฟัง เป็นต้น แยกแยะได้อย่างรู้เท่าทันว่า สิ่งใด  
รายการใด ดีงามหรือไม่ เป็นคุณประโยชน์หรือเป็นโทษภัย แล้วหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายเป็นโทษภัย  
และรับดูรับฟังสิ่งที่ดีงามเป็นประโยชน์

๒) ดู ฟัง เป็นต้น อย่างมีสติ ควบคุมตนเองได้ รู้จักประมาณ รู้พอดี ไม่ปล่อยตัวให้  
ลุ่มหลง จนตกเป็นทาสของสิ่งที่ดูที่ฟังนั้น อันจะทำให้เสียทรัพย์สิน เวลา สุขภาพ การงาน เป็นต้น

๓) ไม่เห็นแก่ความสนุกสนานบันเทิง ไม่ติดอยู่แต่ความชอบใจไม่ชอบใจ แต่รู้จักดู  
รู้จักฟัง ให้ได้คุณค่าที่ดีงามเป็นประโยชน์สูงสุด โดยเฉพาะที่สำคัญคือต้องให้ได้ปัญญา และคติที่จะ  
นำมาใช้ประโยชน์ในการพัฒนาชีวิตและสังคม

คำว่า “การใช้อินทริย” หมายถึงการใช้อินทริยอย่างเหมาะสม การใช้อินทริยอย่าง  
เหมาะสม หมายถึงการใช้อินทริยเพื่อการศึกษา การใช้อินทริยเพื่อการศึกษา หมายถึงการมีปัญญา  
เข้าใจใน “คุณค่าแท้” ของวัตถุที่เราเข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์ เช่น การมีปัญญาเข้าใจในคุณค่าแท้  
ของปัจจัย ๔ แต่ละอย่าง ได้แก่ การรู้จักเสพหรือบริโภคด้วยปัญญา มิใช่เสพหรือบริโภคด้วยตัณหา  
หรือด้วยโมหะ ดังพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาโดยแยกกาย  
แล้ว จึงนุ่งห่มจีวร เพียงเพื่อป้องกันความหนาว ความร้อน สัมผัสแห่ง  
เหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน เพื่อปกปิดอวัยวะที่น่าละอาย

พิจารณาโดยแยกกายแล้ว จึงฉันอาหารบิณฑบาตร มิใช่  
เพื่อสนุก มิใช่เพื่อมัวเมา มิใช่เพื่อประดับตกแต่ง มิใช่เพื่อความเด่น  
ดัง แต่ฉันเพียง เพื่อให้ร่างกายดำรงอยู่ได้ เพื่อยังชีวิตให้เป็นไปได้  
เพื่อระงับความหิว เพื่อเกื้อกูลชีวิตที่ประเสริฐ ด้วยความหวังว่า เรา

<sup>๖๐</sup> ส.ม. (บาลี). ๑๕/๑๘๓/๖๖-๖๘.

<sup>๖๑</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), *ธรรมกับการพัฒนาชีวิต*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๑๒๐.

<sup>๖๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พระพุทธศาสนา พัฒนาคนและสังคม*, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๑๐-๑๑.

จะกำจัดเวทนาเก่า ป้องกันเวทนาใหม่ ให้ชีวิตดำเนินไปได้ พร้อม ทั้งความไม่มีโทษและความอยู่ผาสุก

พิจารณาโดยแยกกายแล้ว จึงเสพเสนาสนะ เพียงเพื่อกำจัดความหนาว ความร้อน สัมผัสแห่งเหลือบ ยุง ลม แดด และ สัตว์เลื้อยคลาน เพื่อบรรเทาอันตรายจากฤดูกาล เพื่อได้ความรื่นรมย์ ในการหลีกเร้น

พิจารณาโดยแยกกายแล้ว จึงเสพยาและเครื่องประกอบอัน เป็นปัจจัยสำหรับคนไข้ เพียงเพื่อกำจัดเวทนาทั้งหลายเนื่องจากอาพาธ ต่าง ๆ ซึ่งเกิดขึ้นแล้ว เพื่อความเป็นผู้ไม่มีอาพาธเบียดเบียนอย่างยิ่ง”<sup>๖๓</sup>

๒. โภชนมัตตัตถุญตา แปลว่า ความรู้จักประมาณในการบริโภคหรือใช้สอย<sup>๖๔</sup> ลักษณะ สำคัญที่เป็นตัวตัดสินคุณค่าของการรู้จักประมาณ คือ “ความพอดี” เช่น มัชฌิมา (พอดี) สมตา (พอดี) มตฺตณฺณตา (รู้จักพอดี) มตฺตณฺณตา สทา สาธุ (ความพอดีให้ผลดีทุกเมื่อ) ความพอดี จึงเป็น หลักการสำคัญในการใช้ชีวิตทุกด้าน เช่น ในการใช้ปัจจัย ๔ อันได้แก่ อาหาร เครื่องแต่งกาย ที่อยู่ อาศัย และยารักษาโรคหรือศิลาเภสัช ตลอดจนสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ ด้วยปัญญา คือ ใช้ ด้วยความรู้เข้าใจความมุ่งหมายของสิ่งที่ใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิต ซึ่งพระพุทธศาสนาถือว่า เป็น องค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญมาก ที่มนุษย์ต้องนำมาพัฒนาอินทรีย์เพื่อทดสอบความกล้าหาญทาง จริยธรรมของมนุษย์ในสังคม เพื่อให้มนุษย์ในสังคมนั้น “รู้จักใช้อินทรีย์เหล่านั้น อย่างเหมาะสม ไม่ก่อความเดือดร้อนให้ ทั้งแก่ตนเองและบุคคลอื่น” ดังพุทธพจน์ที่ว่า

“จุนทะ เรามิใช่แสดงธรรมแก่เธอทั้งหลาย เพื่อปิดกั้น บรรดาอาสวะ (ความเสียหายหมักหมม) ที่เป็นไปในปัจจุบันเท่านั้น อีกทั้งเราก็มิใช่แสดงธรรมเพื่อป้องกันบรรดาอาสวะ ที่จะเป็นไปในอนาคต เท่านั้น หากแต่เราแสดงธรรม ทั้งเพื่อปิดกั้นบรรดาอาสวะที่เป็นไปใน ปัจจุบันและเพื่อป้องกันบรรดาอาสวะที่จะเป็นไปในอนาคตด้วย

“จุนทะ ดังนั้น จีวรใด อันเรานุญาตแล้วแก่เธอทั้งหลาย จีวร นั้น ควรแก่พวกเธอ เพียงเพื่อป้องกันความหนาว ความร้อน สัมผัสแห่ง เหลือบยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน เพียงเพื่อปกปิดอวัยวะอันน่าละอาย

<sup>๖๓</sup> ม.ม. (บาลี). ๑๒/๑๔/๑๔.

<sup>๖๔</sup> ที.ปา. (บาลี). ๑๑/๓๐๔/๑๕๒.

“บิณฑบาตใด อันเรานุญาตแล้วแก่เธอทั้งหลาย บิณฑบาต นั้น ควรแก่พวกเธอ เพียงเพื่อความดำรงอยู่แห่งกายนี้ เพื่อยังกายนี้ให้ เป็นไป เพื่อระงับ (ขาดอาหารอันจะ) เบียดเบียนชีวิต เพื่อเกื้อหนุน พรหมจริยา (โดยรู้ว่า) ด้วยการปฏิบัติดังนี้ เราจะบรรเทาเวทนาเก่าได้ ทั้งจะไม่ยังเวทนาใหม่ให้เกิดขึ้นด้วย และเราก็จะมีชีวิตที่ดำเนินไป ราบรื่น พร้อมความไร้โทษและความอยู่สำราญ

“เสนาสนะใด อันเรานุญาตแล้วแก่เธอทั้งหลาย เสนาสนะ นั้น ควรแก่พวกเธอ เพียงเพื่อป้องกันความหนาว ความร้อน สัมผัสแห่ง เหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน เพียงเพื่อบรรเทาอุตุอันตราย เพื่อความรื่นรมในการหลีกเร้น

“คิลานปัจฉัยเภสัชบริขารใด อันเรานุญาตแก่พวกเธอ คิลาน ปัจฉัยเภสัชบริขารนั้น ควรแก่พวกเธอ เพียงเพื่อบำบัดเวทนาทั้งหลาย อัน เนื่องมาจากอาพาธต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เพื่อความไม่มีทุกข์อย่างยิ่ง”<sup>๖๕</sup>

ซึ่งหลัก โภชนะมัตตัตถุญจตา ในส่วนที่เป็นสาระสำคัญนี้ โดยสรุป ก็ได้แก่ ปัจฉัยปฏิเสวนา หมายถึงการใช้ปัญญาทำความเข้าใจ แล้วบริโภคนหรือใช้ปัจจัยทั้งหลายให้ได้ผล ตรงพอดีตามคุณค่าแท้ที่เป็นจุดหมายของการบริโภคหรือใช้สิ่งนั้น โดยมีหลักในการปฏิบัติดังนี้<sup>๖๖</sup>

๑) บริโภคหรือใช้ด้วยความรู้ตระหนักว่าการมี – ใช้ – บริโภคสิ่งเหล่านั้น มิใช่เป็น จุดหมายของชีวิต แต่เป็นปัจจัยเครื่องช่วยเกื้อหนุนให้เราสามารถพัฒนาชีวิต และทำการสร้างสรรค์ ประโยชน์สุขที่สูงยิ่งขึ้นไป

๒) บริโภคหรือใช้ด้วยความรู้เท่าทันต่อวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการบริโภคหรือ การใช้สอยปัจจัยนั้น ๆ เช่น การสวมรองเท้ามีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยปกป้องเท้า มิให้เป็นอันตราย จากสิ่งกระทบกระทั่งและเชื้อโรค เป็นต้น และเพื่อช่วยให้เดินวิ่งได้สะดวกรวดเร็วทนนาน เป็นต้น มิใช่สวมใส่เพื่ออวดฐานะกันตามค่านิยมที่เลื่อนลอย

๓) บริโภคหรือใช้โดยพิจารณาจัดสรรควบคุมให้ได้ปริมาณ ประเภท และคุณสมบัติ ของสิ่งที่บริโภคตรงพอดีกับวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการบริโภคสิ่งนั้น เช่น บริโภคอาหารใน ปริมาณและประเภท ซึ่งพอดีกับความต้องการของร่างกายที่จะช่วยให้มีสุขภาพดี

<sup>๖๕</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๑๘๒/๑๔๐-๑๔๑.

<sup>๖๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนา พัฒนาคณและสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๑๓.

๔) สามารถละเว้นหรือเลิกเสพบริโภคสิ่งที่ไม่เป็นปัจจัยเกื้อหนุนชีวิต เช่น สิ่งที่ทำลายสุขภาพ เป็นต้น โดยไม่เห็นแก่การเสพรสหรือความหรรษา เป็นต้น

การพัฒนาการหรือกายภาวนา ซึ่งหมายถึงการพัฒนาอินทรีย์โดยวิธีปฏิบัติตามหลักอินทรีย์สงวรและหลักโภชนมัตตัญญูตามนี้ นอกจากเป็นการฝึกฝนหรือการพัฒนาชีวิตในทางที่เป็น การส่งเสริมคุณภาพชีวิตโดยตรงแล้ว ยังเป็นมาตรการขั้นแรกสุดในการรักษาอิสรภาพของชีวิตไว้ด้วย

การพัฒนาการ เพื่อให้มนุษย์สามารถดำรงตนอยู่ในสังคมหรืออยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคม ได้อย่างเป็นปกติสุขนั้น ต้องอาศัยธรรมชาติของมนุษย์ ๒ อย่าง คือ ๑) ความเคยชิน เนื่องจากชีวิตมนุษย์ส่วนใหญ่ที่ดำรงอยู่นั้น ล้วนดำรงอยู่ด้วยความเคยชินทั้งสิ้น และพฤติกรรมในการแสดงออกต่าง ๆ ของมนุษย์นั้น ก็เป็นไปตามความเคยชินแทบทั้งสิ้น<sup>๖๓</sup> ๒) สร้างศรัทธาเข้ามาช่วย<sup>๖๔</sup> ทั้งนี้ เพราะเมื่อมนุษย์มีศรัทธาที่จะให้บุคคลอื่นฝึกฝนตนเองและยอมให้ฝึกฝนตนเองแล้ว กระบวนการฝึกฝนพัฒนาพร้อมได้ผลเร็วขึ้น

สรุปว่า กายพัฒนาการ ตามความหมายของพระพุทธศาสนา แยกได้หลายอย่าง อย่างง่ายที่สุด คือ พัฒนาร่างกายให้แข็งแรง มีสุขภาพดี ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บที่จะเป็นไปได้ ซึ่งในแง่นี้มักเป็นความหมายของการพัฒนาการในระบบการศึกษาสมัยใหม่ทั่วไป แต่ในทางพระพุทธศาสนา การพัฒนาการ หมายถึงพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพอย่างถูกต้องดีงาม ในทางที่เป็นคุณประโยชน์ ซึ่งไม่ใช่เพียงพัฒนาร่างกายให้แข็งแรงเท่านั้น แต่พัฒนาให้กายนี้มีความสัมพันธ์ที่ถูกต้องกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ สิ่งแวดล้อมทางกายภาพขั้นพื้นฐาน ก็คือ ปัจจัย ๔ การสัมพันธ์กับปัจจัย ๔ อย่างถูกต้อง ก็คือ การให้มีปัจจัย ๔ พอที่จะดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างดี ผาสุก และใช้ปัจจัย ๔ นั้นอย่างถูกต้อง ตามความมุ่งหมาย นั่นคือ ใช้ปัจจัย ๔ “เพื่อคุณค่าแท้ ไม่ใช่เพื่อคุณค่าเทียม”

### ๓.๒.๒ การพัฒนาสังคม

พระพุทธศาสนา ไม่ได้เสนอแต่เพียงเรื่องของการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดี ระหว่างอินทรีย์ของเราหรือตัวของเรา อันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ให้เป็นในทางที่เกิดประโยชน์จริงแท้แก่ชีวิตเท่านั้น แต่ยังได้เสนอวิธีพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดี ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ และมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ในสังคมด้วย โดยมีหลัก “ศีล” เป็นหลักในการปฏิบัติตนของแต่ละปัจเจกบุคคล เพื่อให้ปัญหาในด้านต่าง ๆ ที่มีอยู่นั้น สามารถลดน้อยถอยลงได้ เราเรียกการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมนุษย์และสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ในสังคมนี้ว่า การพัฒนาศีล

<sup>๖๓</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *พัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยจิตวิทยาแบบยั่งยืน*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๓๖.

<sup>๖๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๘๒๓.

### ๓.๒.๒.๑ ศิล

ตามคัมภีร์วิสุทธิมรรค ศิล เป็นข้อปฏิบัติทางกายและวาจา เพื่อให้กายและวาจาเป็นปกติ เรียบร้อย (สมาทาน) และเพื่อเป็นแหล่งเกิดของกุศลธรรมทั้งหลาย (อุปชาธม)<sup>๖๕</sup>

ศิล เป็นองค์ประกอบสำคัญยิ่งสำหรับการจัดระเบียบในสังคัม ศิลมีความจำเป็นสำหรับวิถีชีวิตฆราวาสหรือผู้ครองเรือนเป็นอย่างสูง ยิ่งกล่าวสำหรับนักบวชแล้ว ศิลยิ่งมีความจำเป็นมากที่สุด ความแตกต่างระหว่างสังคัมฆราวาสกับสังคัมภิกษุสงฆ์ อยู่ที่ระดับของศิลและการปฏิบัติตามศิล

ในหนังสือชื่อ “พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย” ของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงศิลพื้นฐานและได้แบ่งศิลสำหรับบุคคลในแต่ละประเภทไว้ ดังนี้

๑. ศิลพื้นฐาน หมายถึงศิลที่เป็นหลักกลางของศิลทั้งปวง ซึ่งเป็นความหมายของ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ ที่เป็นองค์ของมรรค ได้แก่ การพูด การกระทำ การประกอบอาชีพ ที่ประกอบด้วยเจตนา ซึ่งปราศจากความทุจริตหรือความเบียดเบียน คือ<sup>๖๖</sup>

๑) สัมมาวาจา เจรจาชอบ หมายถึง (๑) เว้นการพูดเท็จ (มุสาวาท) พูดแต่คำจริง (สัจวาจา) (๒) เว้นการพูดส่อเสียด (ปิสุณวาจา) พูดแต่คำสมานสามัคคี (สมัคคกรณีวาจา) (๓) เว้นการพูดคำหยาบ (ผรุสวาจา) พูดแต่คำสุภาพ (สันหวาจา) (๔) เว้นการพูดเพ้อเจ้อ (สัมผัปปลาปะ) พูดแต่คำมีประโยชน์ สร้างสรรค์ (อถตสันหิตวาจา)<sup>๖๗</sup>

๒) สัมมากัมมันตะ การงานชอบหรือการกระทำชอบ หมายถึง (๑) ละปาณาติบาต ให้การช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน (๒) ละอทินนาทาน ให้การบริจาคทาน ตามฐานะและโอกาส (๓) ละกามสุมิจฉาจาร มีสทธารสันโดษ คือ พอใจในคู่ครองของตนเท่านั้น<sup>๖๘</sup>

๓. สัมมาอาชีวะ อาชีพชอบ หมายถึงเว้นมิฉาอาชีวะ<sup>๖๙</sup> คือ การโกงหรือหลอกลวง การประจบสอพลอ การบีบบังคับขู่เข็ญ และการต่อลาภด้วยลาภ<sup>๗๐</sup> รวมถึงอาชีพอีก ๔ ประเภท คือ (๑) การค้าอาวุธ (สัตถวณิชชา) (๒) การค้ามนุษย์ (สัตตวณิชชา) (๓) การค้าสัตว์เป็นเพื่อเป็นอาหาร (มังสวณิชชา) (๔) การค้ำน้ำเมา (มัชชวณิชชา) (๕) การค้ายาพิษ (วิสวณิชชา)<sup>๗๑</sup> อนึ่ง สัมมาอาชีวะ

<sup>๖๕</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๑/๕.

<sup>๖๖</sup> ที.ม. (ไทย). ๑๐/๔๐๒/๓๓๕-๓๓๖.

<sup>๖๗</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๒/๑๓๕/๑๒๖๑๒๘; อ.จตุกก. (บาลี). ๒๑/๑๔๘-๑๔๙/๑๕๘.

<sup>๖๘</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๔๗/๓๖๒-๓๖๔; ม.ม. (ไทย). ๑๒/๑๓๕/๑๒๖.

<sup>๖๙</sup> คุราลละเอียคใน ที.ม. (ไทย). ๑๐/๔๐๒/๓๓๖.

<sup>๗๐</sup> คุราลละเอียคใน ม.ม. (ไทย). ๑๔/๑๔๐/๑๕๐.

<sup>๗๑</sup> คุราลละเอียคใน อ.จตุกก. (ไทย) ๒๒/๑๓๗/๒๕๕.

เลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ ละมิจณาอาชีพะ เลี้ยงชีพด้วยสัมมาอาชีพะ รวมถึงความขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพสุจริต เช่น ทำงานไม่ให้คั่งค้างอากุล<sup>๖๖</sup>

๒. ศีลสำหรับสังคมนมนุษย์ทั่วไป ได้แก่ เบญจศีล หรือศีล ๕ ด้วยพระพุทธศาสนาพิจารณาว่า ในโลกนี้จะต้องมีความสัมพันธ์กับมนุษย์ด้วยกัน และจะต้องมีความสัมพันธ์กับสังคม จึงต้องมีข้อประพฤติพื้นฐานร่วมกันในสังคม ได้แก่

๑) ละปาณาติบาต เว้นการฆ่า การสังหาร ไม่ประทุษร้ายต่อชีวิตและร่างกายผู้อื่น

๒) ละอทินนาทาน เว้นการลักขโมย ไม่ประทุษร้ายต่อทรัพย์สินของผู้อื่น

๓) ละกามสุมิจณาจาร เว้นประพฤติผิดในกาม ไม่ประทุษร้ายต่อคนรักของผู้อื่น

๔) ละมุสาวาส เว้นการพูดเท็จ โกหก หลอกลวง ประทุษร้ายคนอื่นด้วยวาจา

๕) ละสุราเมรัย ไม่เสพสิ่งเสพติดให้โทษ อันเป็นให้เกิดความประมาทมัวเมา ก่อ

ความเสียหาย ผิดพลาด ขาดสติ

นอกจากเบญจศีลที่เป็นข้อห้ามแล้ว พระพุทธศาสนายังมีธรรมที่ต้องประพฤติควบคู่ไปกับเบญจศีลด้วย คือ เบญจธรรม ซึ่งผู้รักษาเบญจศีล ควรมีไว้ประจำใจเป็นนิจ มี ๕ ประการ คือ

๑) เมตตา กรุณา มีความรัก ความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข ความเจริญ มีความสงสาร คิดช่วยเหลือให้พ้นทุกข์

๒) สัมมาอาชีพะ ประกอบอาชีพในทางสุจริต

๓) กามสังวร สำรวมระวัง รู้จักยับยั้งควบคุมตนในทางกามารมณ์ ยินดีในคู่ครองตนเอง ไม่หลงไหลในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส

๔) สัจจะ มีความซื่อสัตย์ ซื่อตรง การพูดแต่ความจริง มีประโยชน์

๕) สติสัมปชัญญะ ระลึกได้และรู้ตัวอยู่เสมอ คือ ฝึกตนให้เป็นคนรู้จักยั้งคิด รู้สึกตัวอยู่เสมอว่าสิ่งใดควรทำและไม่ควรทำ ระวังมิให้เป็นคนมัวเมาประมาท

๓. ศีลสำหรับภคุหัตถ์ เรียกว่า “กัณหินัย” หมายถึงวินัยของภคุหัตถ์หรือศีลของชาวบ้าน มีความปรากฏอยู่ในสังคาลกสูตร<sup>๖๗</sup> มีสาระสำคัญสรุปได้ ๔ หมวด ดังนี้

หมวด ๑: ปลอดภัย ๑๔ ประการ คือ

๑) ละกรรมกิเลส (ข้อเสื่อมเสียของความประพฤติ ๔ ประการ) ได้แก่ (๑) ปาณาติบาต (๒) อทินนาทาน (๓) กามสุมิจณาจาร (๔) มุสาวาท

<sup>๖๖</sup> ม.อ. (ไทย). ๑๔/๑๔๐/๑๗๕-๑๘๐.

<sup>๖๗</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๒๔๔-๒๗๓/๒๐๐-๒๑๘.

๒) ไม่กระทำบาปกรรมโดย ๔ สถาน คือ ไม่ทำกรรมชั่วด้วยลูกแก้ว (๑) ฉันทาคติ ลำเอียงเพราะชอบ (๒) โทสาคติ ลำเอียงเพราะชัง (๓) โมหาคติ ลำเอียงเพราะเขลา (๔) ภัยาคติ ลำเอียงเพราะกลัว

๓) ไม่เสพอบายมุข (ช่องทางเสื่อมเสียแห่งโลกะ ๖ ประการ) คือ (๑) ดิดสุราและสิ่งเสพติด (๒) ดิดเที่ยวกลางคืน (๓) ดิดเที่ยวดูการละเล่น (๔) ดิดการพนัน (๕) ดิดคบคนชั่วเป็นมิตร (๖) เกียจคร้านการทำงาน

หมวด ๒: ให้รู้จักมิตรแท้และมิตรเทียมซึ่งควรคบและไม่ควรคบ กล่าวคือ

๑) มิตรแท้ ๔ จำพวก ได้แก่ (๑) มิตรอุปการะ (๒) มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ (๓) มิตรแนะนำประโยชน์ (๔) มิตรมีน้ำใจ

๒) มิตรเทียม ๔ จำพวก ได้แก่ (๑) มิตรปอกลอก (๒) มิตรตีแต่พูด (๓) มิตรหัวประจบ (๔) มิตรชวนให้ฉิบหาย

๓) ให้รู้จักรวบรวมรักษาสะสมทรัพย์ เหมือนดั่งผึ้งขยันรวบรวมเกสรดอกไม้สร้างรัง หรือเหมือนมดปลวกก่อจอมปลวก แล้วพึงจัดสรรทรัพย์ใช้สอยและผูกมิตร โดยแบ่งเป็น ๔ ส่วน คือ

(๑) กินใช้เลี้ยงดูคน และทำประโยชน์ ๑ ส่วน (๒) ทำทุนประกอบกิจการงาน ๒ ส่วน (๓) เก็บไว้ใช้คราวจำเป็น ๑ ส่วน

หมวด ๔: ปกแผ่ทิศทั้ง ๖ คำว่า ปกแผ่ทิศทั้ง ๖ หรือทิศ ๖ หมายถึงปฏิบัติหน้าที่ต่อบุคคลที่สัมพันธ์กับตนให้ถูกต้องตามฐานะทั้ง ๖ คือ

๑) บุตรีธิดา บำรุงมารดาบิดาผู้เป็นเหมือนทิศเบื้องหน้า โดย (๑) ท่านเลี้ยงเรามาแล้วเลี้ยงท่านตอบ (๒) ช่วยทำกิจการงานของท่าน (๓) ดำรงวงศ์ตระกูล (๔) ประพฤติตนให้เหมาะสมกับความเป็นทายาท (๕) เมื่อท่านล่วงลับไปแล้วทำบุญอุทิศให้ท่าน

ส่วนมารดาบิดา อนุเคราะห์บุตรีธิดา โดย (๑) ห้ามกันจากความชั่ว (๒) ฝึกอบรมให้ตั้งอยู่ในความดี (๓) ให้ศึกษาศิลปวิทยา (๔) เป็นธุระในการมีคู่ครองที่สมควร (๕) มอบทรัพย์สมบัติให้เมื่อถึงโอกาส

๒) ศิษย์ บำรุงครูอาจารย์ผู้เป็นเหมือนทิศเบื้องขวา โดย (๑) รุกับ แสดงความเคารพ (๒) เข้าหา (เช่น ช่วยรับใช้ ปรีกษาซักถาม รับคำแนะนำ) (๓) ตั้งใจฟังและรู้จักฟัง (๔) ประนินนินติ ช่วยบริการ (๕) เรียนศิลปวิทยาโดยเคารพ

ส่วนครูอาจารย์ สงเคราะห์ศิษย์ โดย (๑) แนะนำฝึกอบรมให้เป็นคนดี (๒) สอนให้เข้าใจแจ่มแจ้ง (๓) สอนศิลปวิทยาให้สิ้นเชิง (๔) ยกย่องให้ปรากฏในหมู่พวก สร้างเครื่องคุ้มภัยในสารทิศ

๓) สามี บำรุงภรรยา ผู้เป็นเหมือนทิศเบื้องหลัง โดย (๑) ยกย่องให้เกียรติสมฐานะ ภรรยา (๒) ไม่ดูหมิ่น (๓) ไม่นอกใจ (๔) มอบความเป็นใหญ่ในงานบ้าน (๕) ให้เครื่องประดับเป็นของขวัญตามโอกาส

ส่วนภรรยา ย่อมอนุเคราะห์สามี โดย (๑) จัดงานบ้านให้เรียบร้อย (๒) สงเคราะห์ญาติมิตร ทั้งสองฝ่ายด้วยดี (๓) ไม่นอกใจ (๔) รักษาทรัพย์สมบัติที่หามาได้ (๕) ขยันช่างจัดซั้่งทำในงานทุกอย่าง

๔) บำรุงมิตรสหาย ผู้เป็นเหมือนทิศเบื้องซ้าย โดย (๑) เผื่อแผ่แบ่งปัน (๒) พุดอย่างรักกัน (๓) ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน (๔) ร่วมสุขร่วมทุกข์กัน (๕) ซื่อสัตย์จริงใจต่อกัน

ส่วนมิตรสหาย ย่อมอนุเคราะห์ตอบ โดย (๑) เมื่อเพื่อนประมาท ช่วยรักษา ป้องกัน (๒) เมื่อเพื่อนประมาท ช่วยรักษาทรัพย์ของเพื่อน (๓) ในคราวมีภัย เป็นที่พึ่งได้ (๔) ไม่ละทิ้งในยามทุกข์ยาก (๕) นับถือตลอดวงศ์ญาติของมิตร

๕) นาย บำรุงคนรับใช้และคนงาน ผู้เป็นเหมือนทิศเบื้องล่าง โดย (๑) จัดงานให้ทำตามความเหมาะสมกับกำลังเพศวัยและความสามารถ (๒) ให้ค่าจ้างรางวัลสมควรแก่งานและความเป็นอยู่ (๓) จัดสวัสดิการดี มีช่วยรักษาพยาบาลในยามเจ็บไข้ เป็นต้น (๔) มีอะไรได้พิเศษมาก็แบ่งปัน (๕) ให้มีวันหยุดและพักผ่อนใจตามโอกาส

ส่วนคนรับใช้และคนงาน ย่อมอนุเคราะห์นาย โดย (๑) เริ่มทำงานก่อน (๒) เลิกงานทีหลัง (๓) เอาแต่ของทีนายให้ (๔) ทำการงานให้เรียบร้อยและดียิ่งขึ้น (๕) นำความดีของนายงานและกิจการ ไปเผยแพร่

๖) คฤหัสถ์ บำรุงพระสงฆ์ ผู้เป็นเหมือนทิศเบื้องบน โดย (๑) จะทำสิ่งใด ก็ทำ ด้วยเมตตา (๒) จะพูดสิ่งใด ก็พูดด้วยเมตตา (๓) จะคิดสิ่งใด ก็คิดด้วยเมตตา (๔) ต้อนรับด้วยความ เต็มใจ (๕) อุปถัมภ์ด้วยปัจจัย ๔

ส่วนพระสงฆ์ ย่อมอนุเคราะห์คฤหัสถ์ โดย (๑) ห้ามปรามสอนให้เว้นจากความชั่ว (๒) แนะนำสั่งสอนให้ตั้งอยู่ในความดี (๓) อนุเคราะห์ด้วยน้ำใจงาม (๔) ให้ฟังให้รู้สิ่งที่ยังไม่เคยรู้ไม่เคยฟัง (๕) บอกทางสวรรค์ให้ (สอนวิธีดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จ)

นอกจากคิหิวินัยแล้ว ยังหมายรวมถึงสังคหัตถุด้วย คือ บำเพ็ญหลักการสงเคราะห์ เพื่อ ยืดเหนี่ยวใจคนและประสานสังคมให้สามัคคี ๔ ประการ คือ (๑) ทาน เผื่อแผ่ เสียสละ แบ่งปัน ช่วยเหลือกันด้วยสิ่งของ ตลอดถึงให้ความรู้และแนะนำสั่งสอน (๒) ปิยวาจา พุดอย่างรักกัน (๓) อัตถจริยา ทำประโยชน์แก่เขา (๔) สมานัตตตา เอาตัวเข้าสมาน



๔. ศิลสำหรับบรรพชิตหรือนักบวช กล่าวตามคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แก่ ศิล ๔ อย่าง ที่เรียกว่า “จตุปาริสุทธิศิล ๔” หมายถึงศิลที่มีความสะอาดบริสุทธิ์ ๔ ประการ ดังนี้<sup>๗๘</sup>

๑) ปาติโมกขสังวรศิล แปลว่า ศิลคือความสำรวมในพระปาติโมกข์ เว้นจากข้อห้าม ทำตามข้ออนุญาต ประพฤติเคร่งครัดในสิกขาบททั้งหลาย คำว่า ปาติโมกข์ แปลว่า ทางรอดจากทุกข์ทั้งหลายอันมีทุกข์ในอบายภูมิ เป็นต้น<sup>๗๙</sup> หมายถึงศิล (สิกขาบท = ข้อศึกษา ข้อฝึกความประพฤติ) ทั่วไป ได้แก่ ศิล ๕ ศิล ๘ ศิล ๑๐ ศิล ๒๒๗ และศิล ๓๑๑ นั้นเอง

๒) อินทริยสังวรศิล แปลว่า ศิลคือความสำรวมอินทริย์ ระวังไม่ให้บาปอกุศลธรรมครอบครองเมื่อจิตรับรู้อารมณ์ (คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสกาย และสัมผัสใจ) ด้วยอินทริย์ทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

๓) อาชีวะปาริสุทธิศิล แปลว่า ศิลคือความบริสุทธิ์แห่งอาชีวะ โดยการเลี้ยงชีพในทางที่ชอบ ไม่ประกอบด้วยการแสวงหาไม่สมควร (อนธนา) มีการหลอกลวงเขาเลี้ยงชีพ เป็นต้น

๔) บัณฑิตสันนิสิตศิล แปลว่า ศิลที่เกี่ยวข้องกับบัจฉัย ๔ ได้แก่ การพิจารณาใช้บัจฉัย ๔ ให้เป็นไปตามความหมายและประโยชน์ของสิ่งนั้น ไม่บริโภคด้วยคณา

ซึ่งจตุปาริสุทธิศิลนี้ พระพุทธศาสนาได้เสนอแนวทางของการรักษาศิลให้สำเร็จว่าความสำเร็จของการรักษาจตุปาริสุทธิศิลจะเกิดขึ้นได้ไม่ยาก ถ้าหากเรามี “ศรัทธา สติ วิริยะ และปัญญา” ดังคัมภีร์วิสุทธิมรรคอธิบายว่า

๑) ความสำเร็จของการรักษาปาติโมกขสังวรศิล อาศัยศรัทธา (ศัทธาสาธนะ)<sup>๘๐</sup> เป็นพื้นฐาน กล่าวคือ เมื่อได้สมาทานศิลแล้วให้ปฏิบัติตามด้วยชีวิต ศิลและผลของศิลจึงจะสำเร็จขึ้นได้ ส่วนขอบเขตของศรัทธาในการรักษาศิลของภิกษุเป็นอย่างไร จะเห็นได้จากพุทธคำรัสที่ว่านี้

“ภิกษุทั้งหลาย ผู้จะรักษาศิล จงรักในศิล ความรพ (ในศิล)

ทุกเมื่อไป คุณกต้อยติวิตรักษาฟอง จามรีรักษานหาง มารดรักษา  
บุตรรักคนเดียว คนตาเดียวรักษานัยน์ตา (ที่เหลือ) ข้างเดียว”<sup>๘๑</sup>

“เมื่อจะรักษาปาติโมกข์ให้หมดจด แม้จะพึงสละชีวิต ก็  
ไม่พึงทำลายศิลสังวรที่พระโลกนาถเจ้าทรงบัญญัติไว้”<sup>๘๒</sup>

<sup>๗๘</sup> วิสุทธิ. ๑/๑๕.

<sup>๗๙</sup> วิสุทธิ. ๑/๒๐.

<sup>๘๐</sup> วิสุทธิ. ๑/๔๔.

<sup>๘๑</sup> วิสุทธิ. ๑/๔๔

<sup>๘๒</sup> วิสุทธิ. ๑/๔๕.

๒) ความสำเร็จของการรักษาอินทรียสังวรศีล อาศัยสติ (สติสาธนะ)<sup>๔๓</sup> เป็นพื้นฐาน คำว่า “สติ” แปลว่า ความระลึกได้ เป็นความระลึกได้ที่เป็นไปในสิ่งที่เป็นกุศล เช่น การมีเจตนาเสียสละ การมีเจตนางดเว้นจากทุจริต การทำจิตใจให้สงบด้วยสมถกัมมัฏฐานหรือการอบรมเจริญปัญญาให้เข้าใจสภาวะธรรมตามความเป็นจริงด้วยวิปัสสนากัมมัฏฐาน<sup>๔๔</sup> การมีชีวิตอยู่อย่างไม่ขาดสติหรือการดำเนินชีวิตโดยสติกำกับนั้น ย่อมทำให้ได้ประโยชน์เป็นอนεκประการ ได้แก่ (๑) ความคุ้มครองสภาพจิตให้อยู่ในสภาวะที่ต้องการ โดยการตรวจตรากระบวนการรับรู้และกระแสความคิด เลือกรับสิ่งที่ต้องการกับสิ่งที่ไม่ต้องการออก ตรึงกระแสความคิดให้นิ่งเข้าที่และทำให้จิตเป็นสมาธิได้ง่าย (๒) ทำให้ร่างกายและจิตใจอยู่ในสภาพที่เรียกได้ว่าเป็นตัวของตัวเอง เพราะมีความโปร่งเบา ผ่อนคลาย เป็นสุขโดยสภาพของมันเอง พร้อมทั้งจะเผชิญความเป็นไปต่าง ๆ และจัดการสิ่งทั้งหลายในโลกอย่างได้ผลดี (๓) ในภาวะจิตเป็นสมาธิ อาจใช้สติเหนี่ยวนำกระบวนการรับรู้และกระแสความคิด ทำขอบเขตการรับรู้และความคิดให้ขยายออกไปในมิติต่าง ๆ หรือให้เป็นไปต่าง ๆ ได้ (๔) โดยการยึดหรือการจับเอาอารมณ์ที่เป็นวัตถุแห่งการพิจารณาวางไว้ต่อหน้าจึงทำให้การพิจารณาสืบค้นด้วยปัญญาดำเนินไปได้ชัดเจนเต็มที่ เท่ากับเป็นพื้นฐานในการสร้างเสริมปัญญาให้เจริญบริบูรณ์ (๕) ชำระพฤติกรรมต่าง ๆ ทุกอย่าง (ทั้งกายกรรม วาจากรรม และมโนกรรม) ให้บริสุทธิ์ อิสระ ไม่ก่อกมลแล้ว หรือเป็น ไปด้วยอำนาจคัมภีระอาพาทานและร่วมกับสติสัมปชัญญะ ทำให้พฤติกรรมเหล่านั้นเป็นไปด้วยปัญญาหรือเหตุผลบริสุทธิ์ล้วน ๆ<sup>๔๕</sup>

ความสำเร็จของการรักษาอินทรียสังวรศีลนี้ อีกแนวทางหนึ่งก็คือ การไม่มีนัยน์ตาลอกแฉก เหมือนลิงป่า เหมือนเนื้อเต้านาง และเหมือนเด็กอ่อน ทอดจักษุ แลดูชั่วแอก ไม่ตกอยู่ในอำนาจของจิตที่หลุกหลิกเหมือนลิงป่า<sup>๔๖</sup> ซึ่งอินทรียสังวรนี้ เมื่อเจริญได้สมบูรณ์ดีแล้ว ย่อมทำให้ปาติโมกขสังวรศีลยั่งยืนไปด้วย เหมือนข้าวกล้าที่มีรั้วล้อมไว้คอย่อมยืนต้นอยู่ได้ แม้มิเลสทั้งหลายเข้าทำลายไม่ได้ เหมือนโจรไม่สามารถทำลายบ้านที่ประตูแน่นหนาได้ อีกทั้งราคาเกี้ยวจรจัดไม่ได้ เหมือนฝนร่ำรดเรือนที่มุงบังดีแล้วไม่ได้ ข้อนี้จะเห็นจากพุทธพจน์ที่ว่า

“ภิกษุ พึงรักษาอินทรีย ในเพราะรูป เสียง กลิ่น รส และ  
ผัสสะทั้งหลาย เพราะว่าการทั้งหลายที่ปิดแล้วระว่างแล้วนั้น หากทำ  
ร้าย (ผู้ระวาง) ไม่เหมือนพวกโจรทำลายบ้านที่ประตูปิดแล้วไม่ได้”<sup>๔๗</sup>

<sup>๔๓</sup> วิสุทฺธิ. ๑/๔๕.

<sup>๔๔</sup> สุภีร์ ทุมทอง, การพัฒนาอินทรียสังวร, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๑๓๑.

<sup>๔๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๓๖๔.

<sup>๔๖</sup> วิสุทฺธิ. ๑/๔๘.

<sup>๔๗</sup> วิสุทฺธิ. ๑/๔๕.

“ผ่นยอมรื้อรถเรือนที่มุงคิแล้วไม่ได้ ฉันทิ ราคะยอมรื้อ  
เข้าจิตที่อบรมคิแล้วไม่ได้ ฉันทินัน”<sup>๘๘</sup>

๓) ความสำเร็จของการรักษาอาชีวปาริสุทธิศีล อาศัยความเพียรกล้า (วิริยสาธนะ)<sup>๘๙</sup> เป็นพื้นฐาน เพราะเหตุว่า ความเพียรที่ปรารถแล้วโดยชอบ เป็นเหตุให้มีการละมิจฉาอาชีวะได้ โดยมิจฉาอาชีวะสำหรับคฤหัสถ์ทั่วไป ได้แก่ อาชีพที่เรียกว่า “อกรณียวณิษา” อันแปลว่า การค้าที่ไม่ควรทำ มี ๕ ประการ คือ (๑) สัตถวณิษา ค้าอาวุธยุทธโธปกรณ์ (๒) สัตถวณิษา ค้ามนุษย์ (๓) มังสวณิษา ค้าสัตว์ (๔) มัชชวณิษา ค้าสิ่งเสพติดทั้งหลาย (๕) วิสวณิษา ค้ายาพิษ<sup>๙๐</sup> เรียกอกรณียวณิษา นี้ตามนัยอรรถกถาว่า มิจฉาวณิษา<sup>๙๑</sup> ส่วนมิจฉาอาชีวะ สำหรับภิกษุสงฆ์ ได้แก่ การดำรงชีพด้วยวิธีการ คือ ล่อลวง (กุหนา) ป้อย (ลปนา) ส่งชิก (เนมิตติคตา) บีบบังคับ (นิปเปสิคตา) แสวงหาลากด้วยลาก (ลาเกน ลากิ นิชิคิสนตา)<sup>๙๒</sup>

๔) ความสำเร็จของการรักษาปัจฉัยสันนิสิตศีล อาศัยปัญญา (ปัญญาสาธนะ)<sup>๙๓</sup> เป็นพื้นฐาน คำว่า “ปัญญา” ในที่นี้ นอกจากจะหมายถึงการมีความรู้ความเข้าใจในคุณค่าแท้และคุณค่าเทียมของปัจฉัย ๔ เพื่อยังชีพแล้ว ยังหมายถึงการรู้เท่าทันว่า การใช้สอย (ปัจฉัย ๔ ด้วย) มีอยู่ ๔ ลักษณะ คือ (๑) ไถยบริโภค ใช้อย่างขโมย ได้แก่ การใช้ปัจฉัย ๔ ของภิกษุผู้ทุศีล ท่ามกลางสงฆ์ผู้ทรงศีล (๒) อธิยบริโภค ใช้อย่างเป็นหนี้ ได้แก่ การใช้ปัจฉัย ๔ ของภิกษุมิศีลบริบูรณ์ แต่ขาดพิจารณาไตร่ตรอง (๓) ทายัชชบริโภค ใช้อย่างผู้รับมรดก ได้แก่ การใช้ปัจฉัย ๔ ของอริยบุคคล ๗ จำพวก (๔) สามิบริโภค ใช้อย่างเป็นเจ้าของ ได้แก่ การใช้ปัจฉัย ๔ ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะทรงใช้ด้วยปัญญามีได้ทรงใช้ด้วยตณหา<sup>๙๔</sup>

ในทางพระพุทธศาสนา ศีลทุกข้อ ทำหน้าที่ชำระกายวาจาและใจให้สะอาดปราศจากโทษคือมลทินความเศร้าหมอง (โสเจยยะ) ความสะอาดกาย เรียกว่า กายโสเจยยะ ความสะอาดวาจา เรียกว่า วจิโสเจยยะ และความสะอาดใจ เรียกว่า มโนโสเจยยะ<sup>๙๕</sup> ความสะอาดกาย วาจา ใจ หมายถึงการกระทำหรือพฤติกรรมทางกายและวาจาที่มีต่อคนอื่นหรือสิ่งแวดล้อมอื่นอย่างถูกต้อง

<sup>๘๘</sup> พุ.ธ. (บาลี). ๒๕/๑๓/๑๗.

<sup>๘๙</sup> วิสุทฺธิ. ๑/๔๕.

<sup>๙๐</sup> อัง.ปญจ. (ไทย). ๒๒/๑๗๗/๒๕๕.

<sup>๙๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๗๒๓.

<sup>๙๒</sup> วิสุทฺธิ. ๑/๒๘-๒๙.

<sup>๙๓</sup> วิสุทฺธิ. ๑/๕๓.

<sup>๙๔</sup> วิสุทฺธิ. ๑/๕๓.

<sup>๙๕</sup> วิสุทฺธิ. ๑/๑๐.

เหมาะสม<sup>๕๖</sup> การกระทำทางกายและวาจาที่ถูกต้องเหมาะสมตามแง่ของศีลนั้น เช่น ๑) ตามหลัก โอวาทปาติโมกข์ หมายถึงการงดเว้นจากการทำความชั่วทั้งปวง (สพฺพปาปสฺส อกรรม)<sup>๕๗</sup> ๒) ตามหลักกุศลกรรมบถ ๑๐ หมายถึงการงดเว้นจากกายทุจริต ๓ วาจทุจริต ๔ มโนทุจริต ๓<sup>๕๘</sup> ๓) ตามหลัก อริยมรรคมีองค์ ๘ หมายถึงสัมมาวาจา สัมมากรรมันตะ และสัมมาอาชีวะ<sup>๕๙</sup>

ส่วนสาระสำคัญของศีลนั้น อยู่ที่ ๑) เจตนา คือ ความตั้งใจจะไม่ละเมิด ๒) เจตสิก คือ ความคิดที่จะไม่ละเมิด คำว่า “ละเมิด” หมายถึงละเมิด ระเบียบ กฎเกณฑ์ บทบัญญัติ วินัย หรือ ละเมิดต่อบุคคลอื่น ๓) สังวร คือ การคอยปิดกั้นหรือหลีกเลี่ยงไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้นในจิต ๔) อวิตกกัมมะ คือ สภาพจิตของผู้ไม่คิดจะละเมิด ไม่คิดจะเบียดเบียนใคร<sup>๖๐</sup>

ศีลในทางพระพุทธศาสนา เป็นข้อปฏิบัติทางกายและวาจาเพื่อให้กายและวาจาเป็นระเบียบเรียบร้อย<sup>๖๑</sup> เป็นหลักการฝึกฝนตนในการเว้นจากความชั่ว จึงเรียกศีลเป็นข้อ ๆ ว่า ลิกขาบท (ข้อฝึกหัด - rule of training) การรักษาศีลตามความหมายที่ถูกต้องของพระพุทธศาสนา ก็คือ “การฝึกตน” ในทางความประพฤติ เริ่มแต่เจตนาที่จะละเว้นความชั่วจนถึงประพฤติกว้างขวางที่ตรงข้ามกับความชั่วนั้น การรักษาศีลหรือการปฏิบัติตามศีล นอกจากให้เกิดการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขในสังคมแล้ว ยังมีวัตถุประสงค์เฉพาะ คือ เพื่อเป็นบาทฐานของสมาธิ ในระบบการพัฒนาบุคคลให้พร้อมและสามารถใช้กำลังงานของจิต ให้เป็นบาทฐานของปัญญาที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น เป็นอิสระด้วย ส่วนการไปสวรรค์เป็นต้น เป็นเพียงผลพลอยได้ในระหว่าง ตามธรรมดาของเหตุปัจจัย<sup>๖๒</sup>

### ๓.๒.๒.๒ ความสำคัญของศีล<sup>๖๓</sup>

ศีล เป็นมาตรฐานที่ก่อให้เกิดความเป็นปกติสุข โดยเฉพาะอย่างยิ่ง บรรทัดฐานทางสังคม (Social Norms) เป็นหลักการที่ช่วยให้สังคมเป็นปกติสุข ไม่เกิดปัญหาความสับสน วุ่นวาย และความเดือดร้อนต่าง ๆ ศีล เป็นบรรทัดฐานทางสังคมอย่างหนึ่ง คือ เป็นข้อปฏิบัติสำหรับควบคุมกายวาจา ให้ตั้งอยู่ในความดีงาม และการรักษาสังคมให้เป็นปกติโดยการปฏิบัติตามระเบียบวินัยของสังคม ความ

<sup>๕๖</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, หน้า ๒๒๓.

<sup>๕๗</sup> ทิ.มหา. (ไทย). ๑๐/๕๐/๕๐.

<sup>๕๘</sup> ทิ.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๔๙/๓๖๒-๓๖๓.

<sup>๕๙</sup> ทิ.ม. (ไทย). ๑๐/๔๐๒/๓๓๕-๓๓๖.

<sup>๖๐</sup> ชุ.ปฎิ. (ไทย). ๓๑/๓๕/๖๐.

<sup>๖๑</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา, รายงานการวิจัย, หน้า ๒๒๒.

<sup>๖๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๓๖๖-๓๖๗.

<sup>๖๓</sup> จำนงค์ อธิวัฒน์สิทธิ์, รศ.ดร., สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์, หน้า ๖๓-๖๕.

สำนึกในการรักษาศีลหรือปฏิบัติตามศีล แยกได้เป็น ๒ ส่วน คือ ๑) การฝึกหัดขัดเกลาดตนเอง เพื่อความก้าวหน้าในคุณธรรมที่สูงยิ่งขึ้น ๒) การคำนึงถึงประโยชน์ของผู้อื่นหรือของสังคม

พระพุทธศาสนาพิจารณาว่า สังคมจะมีความมั่นคงและเจริญก้าวหน้าไปได้ก็โดยอาศัยศีล เป็นบรรทัดฐานแรก ดังนั้น จึงมีความจำเป็นที่จะต้องพัฒนาพฤติกรรมทางสังคมของบุคคลให้ดีขึ้น ข้อนี้อาจทำได้ โดยการส่งเสริมให้บุคคลปฏิบัติตามศีล กล่าวคือ ส่งเสริมให้บุคคลปฏิบัติตามระเบียบวินัย มีความประพฤติกายและวาจาที่ดีงาม มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น รวมทั้งมีความสุจริตกาย วาจา และอาชีพ

ศีล เป็นบรรทัดฐานนำไปสู่ชีวิตที่สมบูรณ์ที่สุด คือ การบรรลุความเป็นพระอรหันต์ ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดสำหรับชีวิต ศีล เป็นบรรทัดฐานที่มีความสำคัญใน ๒ ระดับ คือ

๑. ในระดับบุคคล ศีล เป็นการฝึกอบรมบุคคลเกี่ยวกับความประพฤติที่ดี ความมีระเบียบ มีวินัย ความสุจริตทางกายวาจาและอาชีพ ซึ่งเป็นพื้นฐานแห่งความสงบสุขในทางจิตใจ ทำให้เกิดสมาธิ และเป็นฐานแห่งการฝึกจิตให้มีความเข้มแข็ง มีคุณภาพ และสุขภาพดีต่อไป

๒. ในระดับสังคม ศีล เป็นบรรทัดฐานที่มีความสำคัญใน ๓ ระดับ คือ ๑) ระดับตน คือ การไม่เบียดเบียนกัน ได้แก่ การไม่ทำร้ายให้คนอื่นได้รับความเดือดร้อนและมีความเจ็บปวด ๒) ระดับบวก คือ การช่วยเหลือรับใช้บริการประโยชน์ต่าง ๆ ของส่วนรวมโดยไม่เห็นแก่ตัว ในระดับนี้ เป็นการเสียสละตนเองเพื่อประโยชน์แก่สังคม ๓) ระดับคุณภาพ คือ ระดับที่แทรกอยู่ตรงกลางระหว่างสองระดับแรก เป็นระดับแห่งระเบียบวินัย เป็นระดับแห่งการพัฒนาความประพฤติที่ดีงาม ระดับการสร้างสุจริต กาย วาจา การสร้างสัมพันธ์ไมตรีที่ดีทางสังคม การไม่เบียดเบียนประทุษร้ายคนอื่น การช่วยเหลือคนอื่น และการฝึกอบรมตนในสัมมาชีพ

ศีลเป็นบรรทัดฐานที่มีความสำคัญยิ่ง การรักษาศีลหรือการปฏิบัติตามศีลอย่างสม่ำเสมอ จะได้ประโยชน์เพิ่มเติม คือ

๑. ทำให้บุคคลและสังคมได้รับความสุข (สุคติ ынดี) ข้อนี้อาจเป็นผลจากการปราศจากการเบียดเบียนซึ่งกันและกัน

๒. ทำให้บุคคลบริบูรณ์ด้วยทรัพย์สมบัติ (โภคสมบัติ) ศีล ช่วยบุคคลทำงานด้วยความสุจริต ขยันหมั่นเพียร ไม่ใช่จ่ายพุ่มเพื่อย คนที่มีความซื่อสัตย์สุจริตย่อมเป็นที่รักใคร่ของบุคคลอื่น และเป็นที่น่าไว้วางใจของบุคคลอื่นด้วย ข้อนี้อาจส่งผลให้บุคคลไม่ตกทุกข์ได้ยาก มีงานทำตลอด และได้รับรางวัลเป็นผลตอบแทนสูงขึ้น นอกจากนี้ ศีลถือว่าเป็นอริยทรัพย์ คือ ทรัพย์อันประเสริฐ คนที่มีศีลจึงเรียกว่าผู้มีอริยทรัพย์อยู่ในใจ ซึ่งดีกว่าทรัพย์ภายนอก เพราะไม่มีผู้ใดแย่งชิงได้ ไม่สูญหายไปด้วยภัยอันตรายใด ๆ ทำใจไม่ให้อ่างว้าง ยากจน และเป็นทุนทรัพย์ภายนอกได้ด้วย

๓. ช่วยกำจัดกิเลสให้หมดสิ้นไป (นิพฺพตี ฺยฺนฺติ) คีลเป็นพื้นฐานของสมาธิ เมื่อบุคคลปฏิบัติตามศีลด้วยการรักษากาย วาจา ให้เรียบร้อย กล่าวคือ สะอาดกายสะอาดวาจาแล้ว จิตใจย่อมมั่นคง (มีสมาธิ) และสามารถบรรลุถึงความสงบสุข

### ๓.๒.๒.๓ การพัฒนาศีล

คำว่า “การพัฒนาศีล” เรียกในศัพท์ทางวิชาการว่า ศีลภาวนา หมายถึงการพัฒนาพฤติกรรมหรือความประพฤติของบุคคล ให้ตั้งอยู่ในกฎระเบียบ ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหายแก่บุคคลอื่น ในทางกาย ทางวาจา และทางอาชีพ สามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างปกติสุข มีความเอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ เกื้อกูล ต่อบุคคลอื่น<sup>๑๑๔</sup>

การพัฒนาศีล ให้สามารถแก้ปัญหาชีวิตและสังคมได้นั้น ตามทัศนะของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ในหนังสือ “การพัฒนาที่ยั่งยืน”<sup>๑๑๕</sup> หมายถึงการพัฒนาพฤติกรรม (การพัฒนาตนเองและสังคม) โดยพัฒนาตนให้เกิดความเคยชินกับการไม่เบียดเบียนตนเองและสังคม แต่เป็นพฤติกรรมที่สร้างสรรค์เกื้อกูล โดยเน้น

๑. พฤติกรรมทั่วไป ให้ความสำคัญพิเศษแก่พฤติกรรมเคยชิน โดยใช้แบบอย่างที่ดี มีวินัยและวัฒนธรรม เพราะถ้าพฤติกรรมเคยชินที่ไม่เกื้อกูลเกิดขึ้นแล้ว จะแก้ไขยากมาก เช่น การรักษาพระธรรมวินัย เป็นต้น เพราะฉะนั้น การสร้างพฤติกรรมเคยชินจึงเป็นจุดเน้นข้อแรก

๒. พฤติกรรมในการเลี้ยงชีพ โดยพุ่งเป้าการพัฒนาคนมาที่การทำมาหาเลี้ยงชีพ ให้เป็นสัมมาอาชีพะ โดยเป็นการหาเลี้ยงชีพที่สุจริต ไม่เบียดเบียนก่อเวรภัยทำลายผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม แต่ให้เป็นการหาเลี้ยงชีพที่ช่วยแก้ไขปัญหา สร้างสรรค์เกื้อกูลสังคมและสิ่งแวดล้อม ข้อสำคัญ ต้องให้พฤติกรรมในการประกอบอาชีพ เป็นไปในแนวทางที่มุ่งให้เกิดผลที่เป็นวัตถุประสงค์ของวิชาชีพนั้น ๆ อย่างแท้จริง พร้อมทั้งใช้พฤติกรรมในการประกอบอาชีพนั้นเป็น โอกาสหรือเป็นปัจจัยเกื้อหนุนการพัฒนาชีวิตของบุคคลนั้น

๓. พฤติกรรมเศรษฐกิจทั่วไป เช่น การกิน การใช้จ่ายซื้อหา การเตรียมอาหาร การกำจัดของเสียทิ้งขยะ ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตและสภาพแวดล้อม ดังนั้น จึงควรพัฒนาตนให้มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เพราะถ้ามีพฤติกรรมที่ดี ๆ ทั้งหมดจะช่วยส่งเสริมคุณภาพชีวิตและเกื้อกูลต่อสิ่งแวดล้อม เช่น ความรู้จักประมาณในการบริโภค การซื้อหาปัจจัยสี่และสิ่งของเครื่องใช้โดยมุ่งเอาคุณค่าแท้ เช่น การไม่เสพสิ่งเสพติดดินเผา เป็นต้น

<sup>๑๑๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๓๔๘.

<sup>๑๑๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การพัฒนาที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๖, หน้า ๒๓๘-๒๔๐.

๔. พฤติกรรมในการหาความสุข คนที่มีความบกพร่องทางด้านจิตใจ ไม่พัฒนา มักจะหาความสุขด้วยการเบียดเบียน ก่อทุกข์หรือให้ทุกข์แก่คนอื่น และมีความเห็นแก่ตัว พยายามทำลายสิ่งแวดล้อม ดังนั้น จึงควรพัฒนาจิตใจให้รู้จักหาความสุขด้วยพฤติกรรมที่เกื้อกูล ความสุขที่อิงธรรมชาติ หาความสุขแบบประสาน และความสุขจากการให้ความสุข ซึ่งต้องอาศัยการพัฒนาด้านจิตใจสูงขึ้นไป

๕. ส่งเสริมพฤติกรรมที่เกื้อหนุนการพัฒนาคน หรือการพัฒนาชีวิตของบุคคล โดยเฉพาะพฤติกรรมที่เป็นฐานของการพัฒนาจิตและปัญญา ซึ่งจะทำให้ชีวิตเห็นห่างจากการเบียดเบียนอย่างเป็นไปเอง เช่น การไปค้นคว้าหาความรู้ เป็นต้น

๖. ชีวิตกับการเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับวัตถุ ถ้ามนุษย์มีเป้าสัมพันธ์อยู่ที่วัตถุมากและเป็นความสัมพันธ์ในแง่การแสวงหาและการเสพ พฤติกรรมก็จะโน้มเอียงไปในทางเบียดเบียนได้มาก ดังนั้น การพัฒนาคน ในขั้นต้นจึงมุ่งสร้างคุณภาพ โดยฝึกคนให้มี “การให้” ควบคู่ไปกับ “การได้” หรือการเอา” คือ “ไม่ให้มุ่งจะได้หรือจะเอาอย่างเดียวแต่ให้มีการให้ด้วย คุณภาพจึงเกิดขึ้นทั้งแก่ชีวิตและสังคม การเบียดเบียนก็จะลดน้อยลงมีแต่การเกื้อกูลกัน

การพัฒนาศีล ให้สามารถแก้ปัญหาชีวิตและสังคมได้ สามารถพัฒนาได้ใน ๒ ระดับ คือ ๑) ระดับลบ คือ เพียงการไม่เบียดเบียนกัน ๒) ระดับบวก ได้แก่ การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน<sup>๑๑๖</sup> ความหมายของการพัฒนาศีลใน ๒ ระดับ จะเห็นได้จากองค์มรรค ๓ ประการ ดังนี้<sup>๑๑๗</sup>

๑. สัมมาวาจา เจรจาชอบ ได้แก่ ๑) ละมูสาวาท เว้นการพูดเท็จ ให้มีสัจวาจา พูดคำจริง ๒) ละปิสุณวาจา เว้นการพูดส่อเสียด ให้มีสัมมคฺคกรณิวาจา พูดคำสมานสามัคคี ๓) ละผรุสวาจา เว้นการพูดคำหยาบ ให้มีสัณฺหาวาจา พูดคำอ่อนหวานสุภาพ ๔) ละสัมผัปปลาปะ เว้นการพูดเพื่อเจ้า ให้มีอิตฺถสัณฺหิตวาจา พูดคำมีประโยชน์

๒. สัมมากัมมันตะ กระทำชอบ ได้แก่ ๑) ละปาณาติบาต เว้นการทำลายชีวิต ให้มีการกระทำที่ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ๒) ละอทินนาทาน เว้นการเอาของที่เจ้าของเขามีให้ ให้มีสัมมาอาชีวะหรือทาน ๓) ละกามสุมิฉฉาจาร เว้นการประพฤติดิฉินในกาม ให้มีสทฺธสัณ โดย คือ ให้มีความยินดีเฉพาะในคู่ครองของตน

๓. สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ ละมิจฉาชีพ เลี้ยงชีวิตด้วยสัมมาชีพ รวมถึงความขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพที่สุจริต เช่น ทำงานไม่ให้คั่งค้างอาภูล (ไม่หมักหมม)

ความสำคัญในการพัฒนาศีล แยกได้เป็น ๒ ด้าน คือ (๑) การฝึกหัดขัดเกลาตนเอง เพื่อความก้าวหน้าในคุณธรรมขั้นสูง (๒) การคำนึงถึงประโยชน์ของผู้อื่นหรือของสังคม<sup>๑๑๘</sup>

<sup>๑๑๖</sup> นงลักษณ์ เอ็มประดิษฐ์, นักสังคมสงเคราะห์กับการพัฒนาสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๑. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๒), หน้า ๑๑.

<sup>๑๑๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๗๒๓.

<sup>๑๑๘</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๑๕.

### ๓.๒.๒.๔ แนวทางการพัฒนาศีล

แนวทางการพัฒนาศีล เพื่อให้สามารถแก้ปัญหาชีวิตและสังคมได้นั้น อาศัยธรรมชาติ ๒ ประการ คือ “ความเคยชินและศรัทธา” มาเป็นปัจจัยพื้นฐาน และใช้สติปัญญาคอยบังคับบัญชา ตั้งแต่เริ่มต้นแห่งการฝึกฝน ทั้งนี้เพื่อให้ได้ศีลที่ดี ความเคยชิน เป็นธรรมชาติที่เกิดตามธรรมชาติของธรรมชาติ และเป็นไปตามเหตุปัจจัยในการดำเนินชีวิตของมนุษย์<sup>๑๐๕</sup> เรียกความเคยชินนี้ในทางธรรมว่า นิสสยะหรือนิสัย อุปนิสสยะหรืออุปนิสัย สันตानะหรือสันดาน และวาสนา ซึ่งความเคยชินนี้จะเกิดขึ้น ได้ก็ด้วยการฝึกวินัย

สาระของวินัย คือ การอาศัย (ความรู้)ใน สภาวะธรรมมาจัดสรรตั้งวางระเบียบระบบต่าง ๆ ขึ้น เพื่อให้มนุษย์ได้ประโยชน์สูงสุดจากสภาวะธรรมนั้น วินัยจึงเป็นจุดเริ่มต้นในกระบวนการพัฒนา มนุษย์ เป็นกระบวนการพื้นฐานในการฝึกพฤติกรรมที่ดี และจัดสรรสภาพแวดล้อมที่จะปกป้องไม่ให้มี พฤติกรรมที่ไม่ดี แต่ให้เอื้อต่อการมีพฤติกรรมที่ดีที่พึงประสงค์ พร้อมทั้งฝึกคนให้คุ้นกับพฤติกรรมที่ดี จนพฤติกรรมเคยชินที่ดั้นนั้น กลายเป็นพฤติกรรมเคยชิน และเป็นวิถีชีวิตของเขา ตลอดจนการจัดระเบียบ ระบบทั้งหลายทั้งปวงในสังคมมนุษย์เพื่อให้เกิดผลเช่นนั้น เมื่อใด การฝึกศึกษาได้ผล จนพฤติกรรมที่ดี ตามวินัย กลายเป็นพฤติกรรมเคยชิน อยู่ตัว หรือเป็นวิถีชีวิตของบุคคล เมื่อนั้นก็เกิดเป็น “ศีล”<sup>๑๐๖</sup>

วินัย (Discipline) คือ กฎระเบียบสำหรับอยู่ร่วมกันในสังคม ดังจะเห็นว่า พระพุทธองค์ทรงบัญญัติหลักพระธรรมวินัยไว้สำหรับสาวกของพระองค์ กล่าวคือ ทรงบัญญัติศีล ๕ สำหรับอุบาสก อุบาสิกา ศีล ๘ สำหรับฆราวาสที่ปฏิบัติธรรม ศีล ๑๐ สำหรับสามเณร ศีล ๒๒๗ สำหรับพระภิกษุ และศีล ๓๑๑ สำหรับภิกษุณี ศีลเป็นบรรทัดฐาน (Norms) สำหรับควบคุมสมาชิกในสังคมให้ดำรงชีวิตอย่างเป็น ปกติไม่ทำให้สังคมเดือดร้อนและไร้ระเบียบ เราจึงเห็นว่า การทำให้สังคมมีความสงบสุขร่มเย็น เป็น เป้าหมายสำคัญประการหนึ่งของพระพุทธศาสนา<sup>๑๐๗</sup> โดยมีศีลเป็นหลักในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นและสิ่ง อื่น ๆ ในสังคมมนุษย์ เพื่อให้ลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างกันและกันนั้นมีปัญหาน้อยลง และเพื่อให้ บุคคลสามารถดำเนินชีวิตไปได้อย่างก้าวหน้า จนสามารถบรรลุถึงเป้าหมายของชีวิตและสังคมได้เร็วที่สุด

วินัย จึงเป็นตัวกำหนดคุณค่าหรือจัดระบบพฤติกรรม<sup>๑๐๘</sup> การพัฒนาพฤติกรรมหรือการ พัฒนาตนเองและสังคม มีหลักปฏิบัติที่สำคัญ ๔ หมวด คือ<sup>๑๐๙</sup>

<sup>๑๐๕</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), วินัยเรื่องใหญ่กว่าที่คิด, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิ พุทธธรรม, ๒๕๓๘), หน้า ๑๘-๒๒.

<sup>๑๐๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม (ฉบับเดิม), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. หน้า ๓๕๕.

<sup>๑๐๗</sup> จำนงค์ อดิวัฒนสิทธิ์, รัช.ดร., สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์, หน้า ๑๓-๑๔.

<sup>๑๐๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), แก่นแท้ของพระพุทธศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๔๕. หน้า ๔๕.

<sup>๑๐๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), ชีวิตที่เป็นอยู่ดีด้วยการศึกษาทั้ง ๓ ด้านที่ทำให้พัฒนาครบ ๔, หน้า ๑๒-๑๓.



๑. ปาฏิโมกขสังวร คือ การรักษาวินัยแม่บทของชุมชน เมื่อคนอยู่ร่วมกัน จำเป็นจะต้องจัดระบบระเบียบให้เกิดความเรียบร้อย ความประสานสอดคล้อง ความเกื้อหนุนกัน ความร่วมรับผิดชอบและสามัคคี ที่จะเอื้อโอกาสหรือเป็นหลักประกันให้ชีวิตความเป็นอยู่และกิจการต่าง ๆ ดำเนินไปด้วยดี สมตามวัตถุประสงค์แห่งชีวิตหรือกิจการของชุมชนนั้น วินัยแม่บทสำหรับสังคมมนุษยชาติทั้งหมด ก็คือ ศีล ๕ เพราะเป็นหลักประกันที่รักษาสังคมให้มั่นคงปลอดภัย เพียงพอที่มนุษย์จะอยู่ร่วมกันเป็นปกติสุขและดำเนินชีวิตกิจการต่าง ๆ ให้เป็นไปด้วยดีพอสมควร

๒. อินทริยสังวร การสำรวมอินทริย์ หมายถึงการใช้อินทริย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อย่างมีสติ มิให้ถูกความโลภ ความโกรธ ความหลง ความแค้นเคือง ความริษยา เป็นต้น เข้ามาครอบงำ แต่ใช้ให้เป็น ให้ได้ประโยชน์ โดยเฉพาะให้เกิดปัญญา รู้ความจริง และได้ข้อมูลข่าวสารที่จะนำไปใช้ในการแก้ปัญหาและทำการสร้างสรรค์ต่าง ๆ ต่อไป

ตามหลักพระพุทธศาสนา อินทริย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ จะทำหน้าที่ ๒ อย่าง คือ ๑) หน้าที่รู้ คือ รับรู้ข้อมูลข่าวสาร ๒) หน้าที่รู้สึก หรือรับรู้ความรู้สึก กล่าวคือ เมื่อตา หู จมูก ลิ้น กาย หรือใจ นั้น พอรับรู้ข้อมูลแล้วก็จะเกิดความรู้สึกชอบ ความรู้สึกไม่ชอบ ความรู้สึกเฉย ๆ เป็นต้น ตามมา หน้าที่อย่างแรก เรียกว่า ด้านเรียนรู้หรือศึกษา ส่วนหน้าที่อย่างหลัง เรียกว่า ด้านรู้สึกหรือด้านเสพ<sup>๑๑๔</sup> ดังนั้นเพื่อการใช้อินทริย์เพื่อการศึกษา พระพุทธศาสนาจึงเสนอหลักปฏิบัติที่สำคัญในการใช้อินทริย์ คือ<sup>๑๑๕</sup>

๑) รู้จักพิจารณาเลือกเฟ้นสิ่งที่จะดู จะฟัง เป็นต้น แยกแยะได้อย่างรู้เท่าทันว่า สิ่งใดรายการใด ดีงามหรือไม่ เป็นคุณประโยชน์หรือเป็นโทษภัย แล้วหลีกเลี่ยงเว้นสิ่งที่ชั่วร้ายเป็นโทษภัย และรับรู้รับฟังสิ่งที่งามเป็นประโยชน์

๒) ดู ฟัง เป็นต้นอย่างมีสติ ควบคุมตนเองได้ รู้ประมาณ รู้พอดี ไม่ปล่อยตัวให้ลุ่มหลงมัวเมา ตกเป็นทาสของสิ่งที่ดูที่ฟังเป็นต้นนั้น อันจะทำให้สิ้นเปลืองเงินทอง สูญเสียเวลา เสียสุขภาพ เสียการงาน เสียการเล่าเรียน เป็นต้น

๓) ไม่เห็นแก่ความสนุกสนานบันเทิง ไม่ติดอยู่แต่ความชอบใจไม่ชอบใจ แต่รู้จักดู รู้จักฟัง ให้ได้คุณค่าที่ดีงามเป็นประโยชน์ที่สูงกว่า โดยเฉพาะที่สำคัญคือต้องให้ได้ปัญญาและคติที่จะนำมาใช้ประโยชน์ในการพัฒนาชีวิตและสังคม

๓. ปัจจัยปฏิเสวนา การบริโภคนปัจจัยโดยใช้ปัญญา หมายถึงการใช้ปัญญาทำความเข้าใจแล้วบริโภคนปัจจัยทั้งหลายให้ได้คุณค่าแท้ที่เป็นจุดหมายของการบริโภคนั้น ๆ ศีลหมวดนี้ มีหลักในการปฏิบัติ ดังนี้<sup>๑๑๖</sup>

<sup>๑๑๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม* (ฉบับเดิม), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, หน้า ๓๕๖.

<sup>๑๑๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พระพุทธศาสนา พัฒนาการและสังคม*, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๑๑.

<sup>๑๑๖</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒-๑๓.

๑) บริโภคด้วยความรู้ตระหนักว่าการมี-ใช้-บริโภคสิ่งเหล่านั้น มิใช่เป็นจุดหมายของชีวิต แต่เป็นปัจจัยเครื่องช่วยเกื้อหนุนให้เราสามารถพัฒนาชีวิตและทำการสร้างสรรค์ประโยชน์สุขที่สูงยิ่งขึ้นไป

๒) บริโภคด้วยความรู้เท่าทันต่อวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการบริโภคใช้สอยสิ่งนั้น ๆ เช่น การสวมรองเท้ามีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยปกป้องเท้าให้เป็นอันตรายจากสิ่งกระทบและเชื้อโรค เป็นต้น และเพื่อช่วยให้เดินวิ่งได้สะดวกรวดเร็วทนนาน เป็นต้น มิใช่สวมใส่เพื่ออวดฐานะทางสังคมตามค่านิยมที่เลื่อนลอย

๓) บริโภคโดยพิจารณาจัดสรรควบคุมให้ได้ปริมาณ ประเภท และคุณสมบัติของสิ่งทีบริโภคตรงพอดีกับวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการบริโภคสิ่งนั้น เช่น บริโภคอาหารในปริมาณและประเภทซึ่งดีกับความต้องการของร่างกายที่จะช่วยให้มีสุขภาพดี

๔) สามารถละเว้นหรือเลิกเสพบริโภคสิ่งที่ไม่เป็นปัจจัยเกื้อหนุนชีวิต เช่น สิ่งที่ทำลายสุขภาพ เป็นต้น โดยไม่เห็นแก่การเสพรสหรือความโก้หรูหร่า เป็นต้น

๔. สัมมาอาชีวะ คือ การเลี้ยงชีพโดยทางที่ชอบ ซึ่งเป็นศีลข้อสำคัญอย่างหนึ่ง หากเน้นสำหรับพระภิกษุ จะเรียกว่า อาชีพปริสุทธิ อันแปลว่า ความบริสุทธิ์แห่งอาชีวะ เป็นเรื่องของความสุจริตเกี่ยวกับ ปัจจัยปริเยสนา คือ การแสวงหาปัจจัย ศีลข้อนี้ในขั้นพื้นฐาน หมายถึงการเว้นจากมิถาชีพ ไม่ประกอบอาชีพที่ผิดกฎหมาย ผิดศีลธรรม แต่หาเลี้ยงชีพโดยทางสุจริต ว่าโดยสาระได้แก่ ไม่ประกอบอาชีพที่เป็นการเบียดเบียน ก่อความเดือดร้อนแก่ชีวิตอื่นและแก่สังคม หรือที่จะทำชีวิต จิตใจ และสังคมให้เสื่อมโทรมต่ำลง อนึ่ง สัมมาอาชีวะยังมีลักษณะที่สำคัญ ๆ ดังนี้<sup>๑๑๑</sup>

๑) เป็นอาชีพที่ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ก่อเวรหรือสร้างความเดือดร้อนเสียหายแก่สังคม

๒) เป็นอาชีพที่ช่วยแก้ไขปัญหหรือสร้างสรรค์ชีวิตและสังคม ในทางใดทางหนึ่ง

๓) เป็นอาชีพที่ช่วยให้ผู้ทำได้พัฒนาชีวิตของตนเองให้องกามยิ่งขึ้น ทั้งทางด้านพฤติกรรม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา

๔) เป็นอาชีพที่ไม่ทำลายคุณค่าของชีวิต และไม่เสื่อมเสียคุณภาพชีวิต แต่ทำให้ชีวิตของตนมีคุณค่าน่าภาคภูมิใจ

๕) เป็นอาชีพที่ทำให้ได้ปัจจัยเลี้ยงชีพ ด้วยเร็วแรง กำลังกาย กำลังสติปัญญา ความเพียรพยายาม ความสามารถและฝีมือของตน และทำให้ได้ฝึกฝนพัฒนาความเชี่ยวชาญ จัดเจนหรือฝึกปรือฝีมือในทางสร้างสรรค์ยิ่งขึ้นไป

<sup>๑๑๑</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑-๑๒.

การรักษาศีลนั้น ถือเป็นการรักษาเบื้องต้นในการป้องกันความชั่ว (อกุศล) ศีลนั้น เมื่อบุคคลได้รับการฝึกอบรมและได้ซึมซับคุณค่าของศีลแล้ว เขาจะเริ่มมีความเข้าใจในชีวิตในแง่ที่ว่า คนเราทุกคนมีความรักสุขเกลียดทุกข์ด้วยกันทั้งสิ้น แม้จะเกิดมาต่างชาติเชื้อวรรณะกันก็ตาม แต่ความเหมือนกันของมนุษย์ทุกคน ก็คือ ทุกคนเป็นเพื่อนร่วมเกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกัน คนที่มีศีลบริสุทธิ์ ศีลจะมีบทบาทสำคัญในการจัดระเบียบกายวาจาใจให้อยู่ในหลักแห่งศีลธรรม โดยไม่ก่อความเดือดร้อนให้แก่ตนเองและผู้อื่นทั้งโดยตรงและโดยอ้อม

### ๓.๒.๓ การพัฒนาจิต

มนุษย์ทุกคนล้วนมีความปรารถนาที่คล้ายคลึงกัน นั่นก็คือ “ความสุข” แต่มนุษย์แต่ละคนนั้น แสวงหาความสุขด้วยวิธีการที่แตกต่างกัน บางคนพยายามแสวงหาความสุขด้วยการสร้างฐานะให้มั่นคง บางคนแสวงหาความสุขด้วยการหาคนมารักมาเข้าใจ และบางคนแสวงหาความสุขด้วยการสะสมวัตถุ ชื่อเสียง ฯลฯ ด้วยวิธีการต่าง ๆ แต่ความสุข (จากสิ่งภายนอก) เหล่านั้น ล้วนเป็นความสุขอันไม่คงทนถาวร เพราะเมื่อใด ที่ฐานะ คนรัก หรือวัตถุต่าง ๆ นั้นหมดไป เมื่อนั้น ความสุขนั้นก็หายไปด้วย

ตามหลักพระพุทธศาสนา ความสุขที่แท้จริงถาวรของมนุษย์นั้น เป็นความสุขอันลึกซึ้งภายในตัวของมนุษย์เอง ซึ่งจะสามารถบรรลุถึงได้ด้วยการพัฒนาชีวิตจากภายใน ทั้งทางด้านกาย จิตใจ และปัญญา ความสุขชนิดนี้ เป็นความสุขอันสงบลึกซึ้ง เบิกบาน เต็มเปี่ยม และไม่เบื่อหน่าย ความสุขชนิดนี้ ไม่ขึ้นอยู่กับวัตถุภายนอก แต่ตั้งลึกอยู่ในจิตของมนุษย์แต่ละคน เมื่อจิตส่วนลึกเกิดความรู้สึกรู้สึกที่เต็มเปี่ยมและพอใจ มนุษย์ก็จะไม่รู้สึกลึกทุกข์ แม้ว่าจะขาดแคลนวัตถุต่าง ๆ จากภายนอก<sup>๑๑๘</sup> ความสุขชนิดนี้ เรียกว่า “นิพพาน” นิพพานหรือความสุขที่สมบูรณ์ในส่วนลึกของจิตมนุษย์ จึงเป็นทั้งเป้าหมายชีวิตและเป้าหมายหลักทางการศึกษาหรือการพัฒนาของพระพุทธศาสนา ด้วยเหตุนี้ มนุษย์ จึงควรพัฒนาศักยภาพของตนในทุก ๆ ด้าน โดยเฉพาะการพัฒนาจิต (อารมณ์)

#### ๓.๒.๓.๑ จิต

จิต เป็นต้นกำเนิดที่ทำให้มนุษย์มีธรรมชาติรู้จักใช้สติปัญญา คำว่า “จิต” ตามคัมภีร์อภิธรรมมัตตสังคหะ<sup>๑๑๙</sup> คัมภีร์อัฐฐาสาลินี<sup>๑๒๐</sup> และคัมภีร์ปรมัตถทีปนี<sup>๑๒๑</sup> หมายถึงธรรมชาติที่คิดหรือรู้

<sup>๑๑๘</sup> วิไล องค์กรันต์คุณ, “การวิเคราะห์แนวคิด นิโอสิวแมนนิสเพื่อการพัฒนาคนมนุษย์”, หน้า ๓๘.

<sup>๑๑๙</sup> พระอนุรุทธาจารย์, อภิธรรมมุตตองคฺพลาภียา สห อภิธรรมมุตตวิภาวิณี นาม อภิธรรมมุตตองคฺพลาภียา, พิมพ์ครั้งที่ ๕. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๖๖.

<sup>๑๒๐</sup> อภิ.สง.อ. (ไทย). ๑/๑/๓๑๕.

<sup>๑๒๑</sup> พระญาณธชะ, “ปรมัตถทีปนี”, อภิธรรมมัตตองคฺพลาภียาและปรมัตถทีปนี, พระคันธสารากิจส์ แปล, พิมพ์ครั้งที่ ๓. (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๒). หน้า ๑๔๓-๑๔๘.

อารมณ์ ธรรมชาติที่เป็นตัวรู้หรือผู้รู้ คำว่า “อารมณ์” หมายถึงสิ่งถูกรู้ การรับรู้และเข้าใจโลกและชีวิต หมายถึงจิตรู้อารมณ์<sup>๑๒๒</sup> การรู้อารมณ์ เรียกว่าการคิดหรือการดำริ หมายถึงการรับเอาอารมณ์นั้นมาเป็นเหตุปัจจัยในการปรุงแต่งสิ่งต่าง ๆ นอกจากจิตจะเป็นตัวรู้ คือ รู้สภาวะธรรมที่เกิดตามเหตุปัจจัยแล้ว จิตยังเป็นธาตุรู้ที่ขาดอารมณ์ไม่ได้ด้วย และเป็นเช่นนั้นในทุกขณะจิต การรับรู้อารมณ์ของจิต เป็นการรู้แบบวิญญูณรู้ คือ รู้ว่าได้มีการรับอารมณ์อยู่เสมอ ตามทวารต่าง ๆ ได้แก่ ได้เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รู้รส รู้สัมผัสผัสส และรู้เรื่องในใจ<sup>๑๒๓</sup>

จิตเป็นธาตุรู้ เป็นหนึ่งในสี่หน่วยที่เล็กที่สุดที่ไม่สามารถแบ่งได้อีก คือ จิต เจตสิก รูป และนิพพาน เป็นความจริงระดับปรมาตม์ เป็นนามธรรม และมีอยู่ในสิ่งที่มีชีวิตเท่านั้น จิตเกิดดับตลอดเวลา ไม่เที่ยงแท้แน่นอน จิตที่เป็นธาตุรู้ในมนุษย์นี้มีลักษณะเหมือนกันหมด<sup>๑๒๔</sup> จิต เป็นนามธรรม ไม่มีตัวตนที่มองเห็นหรือสัมผัสได้ แต่แสดงออกให้รู้ได้ว่ามีอยู่โดยทางความรู้สึก การจำได้ หมายถึง การนึกคิด และการรับรู้อารมณ์ทางปัญจทวาร<sup>๑๒๕</sup>

จิตแม้จะเป็นนามธรรม แต่เป็นสิ่งที่สมรรถนะหรือมีความสามารถเฉพาะในตัวของมันเองและสามารถที่จะพัฒนาให้มีสมรรถนะเพิ่มขึ้น โดยอาศัยวิธีการฝึกต่าง ๆ เช่น สมถวิธี หมายถึงวิธีฝึกจิตให้สงบและมั่นคง และวิปัสสนาวิธี หมายถึงวิธีนำจิตที่ฝึกให้สงบและมั่นคงแล้วมาใช้พิจารณาให้เห็นสัจจะแห่งชีวิต จิตซึ่งได้รับการพัฒนาอย่างดีแล้ว จะแสดงศักยภาพได้เต็มที่ สภาวะที่มนุษย์จะทำได้ ดังพุทธจรรยาว่า “จิตที่ฝึกดีแล้วนำสุขมาให้ การฝึกจิตเป็นความดี หรือ จิตที่คุ้มครองดีแล้วนำสุขมาให้”<sup>๑๒๖</sup> ในขั้นสูงสุด จิตซึ่งฝึกฝนดีแล้วสามารถนำมนุษย์ให้หลุดพ้นจากอำนาจของกิเลส บรรลุนิพพานได้<sup>๑๒๗</sup>

<sup>๑๒๒</sup> ระวี ภาวิไล, *อภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่*, พิมพ์ครั้งที่ ๓. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๘), หน้า ๘.

<sup>๑๒๓</sup> อรทัย มีแสง, “แนวคิดและการเปรียบเทียบเชิงพุทธบูรณาการ”, *สารนิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๖๓-๖๘.

<sup>๑๒๔</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๐๓.

<sup>๑๒๕</sup> บุญทัน มูลสุวรรณ, “พระอภิธรรม เล่ม ๘,” ใน *พระไตรปิฎกสำหรับเยาวชน*, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๓๕), หน้า ๕.

<sup>๑๒๖</sup> ชู.ธ. (บาลี). ๒๕/๓๕/๒๒.

<sup>๑๒๗</sup> บุญทัน มูลสุวรรณ, “พระอภิธรรม” ใน *พระไตรปิฎกสำหรับเยาวชน เล่ม ๘*, พิมพ์ครั้งที่ ๒. หน้า ๕-๖.

จิต มีสมรรถนะหรือความสามารถ ๖ ประการ<sup>๑๒๘</sup> และมีอธิบายดังนี้<sup>๑๒๙</sup>

๑. สมรรถนะด้านการกระทำ (วิจิตตกรรม) คือ ทำให้มนุษย์มีการกระทำหรือมีพฤติกรรมต่าง ๆ ทั้งที่ดีและไม่ดี ตลอดจนทำให้มนุษย์ทำสิ่งต่าง ๆ ขึ้นมา ทั้งที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์ น่าดูและไม่น่าดู แปลกประหลาด และน่าสะพรึงกลัว เป็นต้น

๒. สมรรถนะภายในตัวมันเอง (อตุตโน จิตตตาย) คือ จิตนี้ มีความหลากหลายทางสภาพจิต ทั้งที่เป็นกุศล อกุศล วิบาก กิริยา เช่น จิตประกอบด้วยราคะ โทสะ โมหะ หรือจิตมีศรัทธา จิตมีปัญหา และจิตสงบ เป็นต้น

๓. สมรรถนะในการสั่งสมกรรม (จิตตํ กุมมกิลเสหิ) คือ สั่งสมกรรมที่บุคคลนั้น ๆ กระทำไว้ ทั้งกรรมดี กรรมชั่ว และสามารถนำข้ามภพข้ามชาติไปได้ด้วย

๔. สมรรถนะในการรักษาผลกรรม (จิตตํ ตายติ) คือ รักษาผลของกรรมที่บุคคลนั้น ๆ กระทำไว้ ทั้งผลของกรรมดี ผลของกรรมชั่ว มิให้สูญหาย จนกว่าวิบากหรือผลแห่งกรรมนั้น ๆ จะปรากฏเมื่อถึงโอกาส

๕. สมรรถนะในการพัฒนาตัวตนหรือสั่งสมสันดานของตน (จิโนติ อตุตสนุนานํ) คือ สามารถพัฒนาได้ทั้งที่เป็นทางดีและทางชั่ว จากการกระทำหรือพฤติกรรมที่กระทำหรือแสดงออกเสมอ ๆ จนเกิดเป็นความชำนาญหรือความคุ้นเคยจนกลายเป็นนิสัยหรือสันดานของบุคคลนั้น ๆ ไปในที่สุด

๖. สมรรถนะในการรับอารมณ์ (วิจิตตารมณํ) คือ รับอารมณ์ต่าง ๆ อยู่เสมอ ทั้งในด้านการเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส รับรู้สัมผัส และปรุงแต่งอารมณ์ สลับเปลี่ยนหมุนเวียนอยู่ในอารมณ์ทั้ง ๖ ตลอดเวลา ไม่เคยว่างจากอารมณ์

จิต ตามคัมภีร์ดังกล่าว ทำงานในหน้าที่ ซึ่งเรียกว่า “กิจ” ๑๕ อย่าง คือ<sup>๑๓๐</sup>

๑. ปฏิสนธิกิจ สืบต่อภพชาติใหม่
๒. ภวังคกิจ รักษาภพชาติ คือ ทำให้ภพชาติตั้งอยู่เท่าที่อายุของสัตว์จะพึงอยู่ได้
๓. อาวัชชนกิจ น้อมถึงอารมณ์ที่ปรากฏขึ้นใหม่หรือที่เข้ามากระทบใหม่
๔. ทัสสนกิจ เห็นโดยอาศัยประสาทตา
๕. สวณกิจ ได้ยินโดยอาศัยประสาทหู
๖. ฉายนกิจ ได้กลิ่นโดยอาศัยประสาทจมูก
๗. สายนกิจ รู้รสโดยอาศัยประสาทลิ้น

<sup>๑๒๘</sup> พระสุเมธเถรจารย์, อภิธัมมัตถวิภาวินี, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาบุญราชวิทยาลัย, ๒๕๓๐), หน้า ๕.

<sup>๑๒๙</sup> บุญทัน มูลสุวรรณ, “พระอภิธรรม” ใน พระไตรปิฎกสำหรับเยาวชน เล่ม ๘, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๕-๖.

<sup>๑๓๐</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๖-๒๗.

๘. รับสัมผัสโดยอาศัยประสาทกาย

๘. สัมผัสปฏิจันนกิจ รับอารมณ์ที่ ๕ อย่างแล้วส่งอารมณ์นั้นต่อให้จิตดวงต่อไป

๑๐. สันตிரณกิจ พิจารณาอารมณ์เฉพาะที่ผ่านตา หู จมูก ลิ้น กาย ว่าเป็นอารมณ์ใด

๑๑. โวภูฏัพพนกิจ ตัดสินอารมณ์ทั้ง ๕ นั้นว่าเป็นกุศลหรืออกุศล เป็นต้น

๑๒. ขวนกิจ เสวยอารมณ์ คือ ถ้าอารมณ์ที่ได้รับเป็นอารมณ์ที่ดี เช่น รูปสวย เสียงเพราะ ก็พอใจหรือยินดี แต่ถ้าตรงกันข้ามก็ไม่พอใจหรือยินร้าย

๑๓. ตทาลัมพนกิจ เก็บอารมณ์หรือยึดอารมณ์ที่ได้เสวยในขั้นของขวนกิจนั้นก่อนที่จะจิตจะตกสู่ภวังค์

๑๔. จุตติกิจ เคลื่อนจากภพปัจจุบันก่อนจะถือปฏิสนธิหรือเกิดในภพต่อไป

ในพระสูตรต้นตปิฎก กล่าวถึงลักษณะทางธรรมชาติของจิต (วิเสสลักษณะ) ในมนุษย์ปุถุชนไว้ ซึ่งสรุปได้ ๑๑ ประการ<sup>๑๑๑</sup> และ บรรจบ บรรณรุจิ อธิบายความเพิ่มไว้ ดังนี้<sup>๑๑๒</sup>

๑. ไปได้ไกล (ทฺรุงคฺม) คือ มีความสามารถในการรับอารมณ์ได้ไกลและมีความสามารถที่จะดึงหรือเหนี่ยวอารมณ์ที่อยู่ไกล เข้ามาหาตัวเองได้ ทั้งอารมณ์ที่มีอยู่ในปัจจุบัน อารมณ์ในอดีต และอารมณ์ในอนาคต

๒. ไปดวงเดียว (เอกจรี) หมายความว่า จิตแม้จะสามารถคิดได้เป็น ๑๐๐ เรื่อง แต่ก็คิดได้ทีละเรื่องเท่านั้น ไม่สามารถคิด ๒-๓ เรื่องในขณะเดียวกันได้ ในทางพระพุทธศาสนา เรียกการไปของจิตว่า “ขวนะ” แปลว่า การวิ่ง ไม่ปรากฏว่ามีการใช้คำว่า “เดิน” เป็นกิริยาของจิต

๓. ไม่มีรูปร่าง (อสรีริ) หมายความว่า จิตไม่มีรูปร่าง ให้สัมผัสได้ทางประสาทสัมผัสทั้ง ๕ แต่มีอยู่ในรูปของพลังงานนามธรรม ซึ่งสามารถทำงานและเที่ยวไปมาได้ โดยไม่ทิ้งร่องรอยที่เป็นรูปธรรมไว้

๔. มีถ้าเป็นที่อาศัย (กุหาสย) หมายความว่า จิตนั้น แม้จะเป็นนามธรรม แต่ต้องอาศัยอยู่ในถ้าคือกายชนิดหนึ่ง จึงจะสามารถทำหน้าที่ของตนได้อย่างบริบูรณ์ กายจึงเปรียบเสมือนเครื่องมือที่ทำให้จิตสามารถทำงานได้สะดวกขึ้น

๕. คின்றน (ผนุทน์) คือ คின்றนไปกับอารมณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบทางทวารทั้ง ๖ เปรียบเหมือนปลาที่ถูกเหยียดขึ้นบนบก แต่ก็ยังคின்றนจมน้ำอีก

๖. กวัดแกว่ง (จปัล) หมายความว่า ขาดความมั่นคง จับอยู่หรือหยุดอยู่ในอารมณ์เดียวไม่ได้นาน แม้บางครั้งจะสงบนิ่ง แต่เมื่อมีอารมณ์มากระทบเข้า ก็อดที่จะหวั่นไหวไปตามอารมณ์นั้นไม่ได้ เปรียบเหมือนเด็ก ๆ ที่อยู่ในอิริยาบถเดียวไม่ได้นาน หรือเหมือนกับลิงที่อยู่นิ่งไม่เป็น

<sup>๑๑๑</sup> บุ.ธ. (บาลี). ๒๕/๓๓-๓๗/๒๒.

<sup>๑๑๒</sup> บรรจบ บรรณรุจิ, จิต มโน วิญญาณ, พิมพ์ครั้งที่ ๑. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไรรีเรือนสมาธิ, ๒๕๓๓), หน้า ๓๘.

๗. รักษายาก (ทुरुกข์) หมายความว่า การที่จะรักษาจิตให้มั่นคงสงบนิ่งอยู่ตลอดเวลาเป็นสิ่งที่ทำได้ยากมาก การรักษาอารมณ์ที่เป็นสัปปาเย (Suitable) คือ เหมาะควร ไม่เป็นข้าศึกต่อความมั่นคงของจิต ทำได้ยากยิ่ง เปรียบเหมือนการควบคุมโคลไม่ให้เล็มข้าวกล้าในที่ที่มีข้าวกล้า ย่อมควบคุมได้ยาก

๘. ห้ามยาก (ทุนุณิวารย) หมายความว่า จะห้ามจิตไม่ให้หนีไปสู่อารมณ์ที่เป็นข้าศึกต่อความสงบของจิต เป็นสิ่งที่ทำได้ยาก เพราะธรรมชาติของจิต มักจะไหลไปสู่อารมณ์ที่ต่ำเสมอ เปรียบเหมือนกระแสน้ำ ที่มักจะไหลไปสู่ที่ราบลุ่มเสมอ การห้ามจิตไม่ให้ตกต่ำจึงเหมือนการทวนกระแสน้ำ ย่อมเป็นการกระทำที่ยากกว่าการว่ายน้ำตามกระแสน้ำ เพราะไม่ต้องออกแรง

๙. ข่มได้ยาก (ทนุณิคุคห) หมายความว่า เมื่อจิตเคลื่อนก่อกล้อยู่กับอารมณ์ที่ชั่วแล้ว การที่จะบีบบังคับให้จิตถอยห่างออกจากอารมณ์ที่ชั่วนั้น ต้องใช้กำลังมากในการที่จะจุดดึงและฝืน เปรียบเหมือนการบีบบังคับให้คนที่ติดยาเสพติดอย่างหนักไม่ให้เสพยาอีก ย่อมเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก

๑๐. มีธรรมชาติเบา (ลหุน) หมายความว่า จิตมีการเกิดดับอย่างรวดเร็วและสามารถเปลี่ยนไปยึดเกาะอารมณ์ต่าง ๆ ได้อย่างรวดเร็ว เพราะจิตมีธรรมชาติที่เบาตนเอง จึงทำให้สามารถเคลื่อนที่ไปยึดเกาะอารมณ์ได้อย่างรวดเร็ว

๑๑. หมกมุ่นอยู่ในอารมณ์ที่ชอบ (กามนิปาตณ) หมายความว่า จิตปุถุชนมักคิดอยู่ในกามสุข น้อมไปหามาเสพเสวย ทั้งในกิเลสกามและวัตถุกาม

ด้วยจิตมีความวิจิตรหรือความหลากหลาย และเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้เอง ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคจึงกล่าวไว้ว่า “ชีวิต อรรถภาพ และสุขทุกข์ทั้งมวล ประกอบกันเป็นธรรมเสมอด้วยจิตดวงเดียว ขณะย่อมเป็นไปพลัน”<sup>๑๓๓</sup>

ลักษณะของจิตที่กล่าวถึงข้างต้นนี้ เปลี่ยนแปลงเร็ว เกิดเร็ว ดับเร็ว ดังพุทธพจน์ว่า “เราไม่เห็นธรรมอื่นแม้อย่างหนึ่งที่เปลี่ยนแปลงเร็วเหมือนจิตนี้ จิตนี้เปลี่ยนแปลงเร็วจนเปรียบกับอะไรไม่ได้ง่าย ๆ”<sup>๑๓๔</sup> การเกิดดับสืบต่อนี้รวดเร็วมาก มีลักษณะการเกิดดับสืบเนื่องกันไปเป็นสาย และมีอนุমানว่าชั่วลัดนิ้วมือเดียว จิตเกิดดับถึงแสนโกฏิจนะ<sup>๑๓๕</sup> จิตเดิมแท้คือผ่องใส แต่ที่เศร้าหมองไปก็เพราะอุปกิเลสที่จรมา จิตเปลี่ยนแปลงเร็วมากจนยากที่จะหาอะไรมาเปรียบได้<sup>๑๓๖</sup> ใดๆก็ดี

<sup>๑๓๓</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๓/๒๕๕.

<sup>๑๓๔</sup> อจ.เอก. (ไทย). ๒๐/๔๘/๕.

<sup>๑๓๕</sup> อจ.เอก.อ. (ไทย). ๑-๑/๑๐๓.

<sup>๑๓๖</sup> “ปภสฺสสมมิตํ ภิกฺขเว จิตฺตํ, ตณฺจ โข อาคณฺธุเกหิ อุปฺภกฺกิลเสหิ อุปฺภกฺกิลฺลฺหฺงฺฯ นานํ ภิกฺขเว อณฺเฏญฺเฐกธมฺมมปี สมฺนุสฺสสามิ, ยํ เอวํ ลหุปรวิวตฺตํ, ยถยิทํ ภิกฺขเว จิตฺตํฯ ยาวณฺจิทํ ภิกฺขเว อุปฺมาปิ น สุกฺรา ยาว ลหุปรวิวตฺตํ จิตฺตํฯ”, อจ.เอก. (บาลี). ๒๐/๔๘-๕๑/๕.

พระพุทธศาสนามีทัศนะว่า แม้จิตมนุษย์ปุถุชนจะมีลักษณะเฉพาะทางธรรมชาติเหล่านี้ แต่ก็ยังเป็นธรรมชาติที่สามารถฝึกฝนพัฒนาได้<sup>๑๓๗</sup>

แม้ว่าจิตจะมีลักษณะทางธรรมชาติ เช่น คึณรน กวิตแกว่งนี้ พระพุทธเจ้าตรัสว่า สามารถฝึกได้ ฝึกเพื่ออะไร เพื่อให้เกิดการรู้เท่าทันของเหตุปัจจัยที่มากกระทบทางทวารต่าง ๆ เมื่อจิตรู้เท่าทันตามความเป็นจริง จิตจะปลดปล่อยจากการยึดเหนี่ยวอุปาทานทั้งหลาย เกิดความเบาสบาย และเป็นสุข และในที่สุด จิตก็หลุดพ้น<sup>๑๓๘</sup> ดังพุทธพจน์ว่า “เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ว่าหลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่า ‘ชาติ (การเกิด) สิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป’”<sup>๑๓๙</sup>

### ๓.๒.๓.๒ การพัฒนาจิต

คำว่า “การพัฒนาจิต” เรียกในศัพท์ทางวิชาการว่า “จิตตภาวนา” แปลตามรูปศัพท์ว่า การทำจิตให้เจริญงอกงาม<sup>๑๔๐</sup> หมายถึงการใช้วิธีมรรคสมาธิ ระงับจิตที่คึณรน กวิตแกว่ง รักษายากห้ามยาก คึณรนไปมา เปลี่ยนแปลงง่าย เทียบไปไกล เป็นต้นนั้น ให้เป็นจิตอันเกษม พ้นจากมารกล่าวคือ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน<sup>๑๔๑</sup> แต่ในที่นี้ การพัฒนาจิต หมายถึงการฝึกอบรมเสริมสร้างจิตใจให้พร้อมสมบูรณ์ด้วยคุณสมบัติ ๓ ด้าน คือ<sup>๑๔๒</sup>

๑. ด้านคุณภาพจิต ได้แก่ พัฒนาคุณธรรมต่าง ๆ กล่าวคือ คุณสมบัติที่เสริมสร้างจิตให้ดีงาม ให้เป็นจิตที่สูง ประณีต และประเสริฐ เช่น ๑) เมตตา ความรัก ความปรารถนาดี ๒) กรุณา ความสงสาร ๓) มุทิตา ความพลอยยินดีกับผู้ที่ประสบความสำเร็จ ๔) อุเบกขา ความวางตัววางใจ เป็นกลาง ๕) จาคะ ความมีน้ำใจเสียสละ ๖) กตัญญูกตเวทิตา ความรู้จักคุณค่าแห่งการกระทำของผู้อื่น และแสดงออกให้เห็นถึงการรู้คุณค่านั้น ๗) หิริ ความละอายบาป ๘) โอตตปปะ ความกลัวบาป ๙) การวะ ความใส่ใจรู้จักให้ความสำคัญแก่สิ่งนั้นแก่ผู้อื่นอย่างถูกต้องเหมาะสม ๑๐) มัทวะ ความสุภาพอ่อนโยน สุภาพ นุ่มนวล ไม่กระด้าง

๒. ด้านสมรรถภาพจิต (หรือประสิทธิภาพจิต) โดยเสริมสร้างคุณสมบัติที่ทำให้จิตมีความเข้มแข็ง หนักแน่นมั่นคง แก่ล้าวกกล้า สามารถทำหน้าที่ได้ดี เช่น ๑) ฉันทะ ความใฝ่รู้ใฝ่

<sup>๑๓๗</sup> พุ.ธ. (บาลี). ๒๕/๑๓/๑๕-๒๐.

<sup>๑๓๘</sup> อรรถชัย มีแสง, “แนวคิดและการเปรียบเทียบเชิงพุทธบูรณาการ”, หน้า ๑๘๑.

<sup>๑๓๙</sup> ที.ลี. (ไทย). ๕/๒๔๘/๘๔.

<sup>๑๔๐</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), *ธรรมกับการพัฒนาชีวิต*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๘.

<sup>๑๔๑</sup> พุ.ธ.อ.๒/๑๑๘.

<sup>๑๔๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *การศึกษา มองเมื่อ ๓๐ ปีก่อน*, หน้า ๕๖-๕๗.



สร้างสรรค์ ๒) วิริยะ ความรับผิดชอบ ไม่ยอมทอดทิ้งกิจการที่ ๓) อุตสาหะ ความขยัน บากบั่น ๔) ขันติ ความอดทน เข้มแข็ง ๕) จิตตะ การอุทิศตัวอุทิศใจให้แก่กิจการที่หรือสิ่งที่ทำ ๖) สัจจะ ความจริงใจและจริงจังต่อสิ่งที่ทำ ๗) อธิษฐาน ความตั้งใจเด็ดเดี่ยว ความมุ่งมั่นแน่วแน่ ต่อจุดหมาย ๘) ตบะ ความพากเพียรในการทำกิจการที่ให้สำเร็จ ๙) สติ ความทันต่อสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นไปซึ่งจะต้องเกี่ยวข้องกับทุกอย่าง ๑๐) สมภาทิ ภาวะที่จิตมั่นคง

๓. ด้านสุขภาพจิต ได้แก่ พัฒนาความสุขและภาวะที่เกื้อหนุนสุขภาพของจิต ซึ่งคุณสมบัติที่ควรเสริมสร้างให้มีอยู่ประจำในใจเพื่อความมีสุขภาพจิตที่ดี มีหลายอย่าง โดยเฉพาะ ๑) ปราโมทย์ ความร่าเริง เบิกบานใจ ๒) ปีติ ความอิ่มใจ ปลื้มใจ ๓) ปีสัทธิ ความสงบเย็น ผ่อนคลายกายใจ ๔) สุข ความคล่องใจ ๕) สันติ ความสงบ ปราศจากความร่าร้อนใจ ๖) เกษม ความปลอดโปร่ง โล่งใจไร้กังวล ๗) สติภาพ ความเย็นสบาย ไม่ตรอมตรม ๘) เสรีภาพ ความมีใจเสรี เป็นอิสระ ๙) ปรีโยทาดตา ความผ่องใส สว่างใจ ไร้ความขุ่นมัวเศร้าหมอง ๑๐) วิมริยาทักตตา ความมีใจไร้พรมแดน

ในบรรดาคุณสมบัติของจิต ๓ ด้าน อันได้แก่ คุณภาพจิต สมรรถภาพจิต และสุขภาพจิต นั้น “สุขภาพจิต” คือ วัตถุประสงค์หลักของการพัฒนา เพราะการพัฒนาที่แท้ ได้แก่ การทำให้คนเป็นสุขได้ และรู้จักวิธีที่จะหาความสุขอย่างถูกต้อง<sup>๑๔๓</sup> สุขหรือความสุขภาพ ตามแนวพระพุทธศาสนา เป็นภาวะที่เป็นความดีงามของชีวิต ประกอบด้วยลักษณะแห่ง “วิชชา” ความสว่าง ผ่องใส “วิมุตติ” ความหลุดพ้นเป็นอิสระ “วิสุตติ” ความหมดจด ไม่ขุ่นมัวเศร้าหมอง “สันติ” ความสงบไม่ร่าร้อนกรวนกรวย<sup>๑๔๔</sup>

คำว่า “สุขภาพ” ตามแนวพระพุทธศาสนา หมายถึงภาวะปราศจากโรคทั้งทางกายและทางจิต ภาวะปราศจากโรคทางกาย เรียกว่า “สุขภาพกายดี” ได้แก่ ร่างกายมีโรคภัยเบียดเบียนน้อย (อุปปาพาโฆ หรือ อุปปาตงโก) ดังพุทธพจน์ว่า “ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ ... อาพาธน้อย มีโรคเบาบาง”<sup>๑๔๕</sup> ภาวะปราศจากโรคทางจิต เรียกว่า “สุขภาพจิตดี” ได้แก่ ภาวะทางสภาพจิตปราศจากกิเลสสิ้นเชิง พระพุทธศาสนามีทัศนะว่า โรคมีอยู่ ๒ ชนิด คือ โรคทางกายและโรคทางใจ<sup>๑๔๖</sup> ในโรค ๒ ชนิดนั้น โรคทางใจ เกิดมีกับมนุษย์ทุกคนยกเว้นพระอรหันต์ ดังพุทธพจน์ว่า

“สัตว์ผู้อ้างว่า ตนเองไม่มีโรคทางกายตลอดระยะเวลา ๑

ปีบ้าง ๒ ปีบ้าง ๓ ปีบ้าง ๔ ปีบ้าง ๑๐ ปี บ้าง ๒๐ ปีบ้าง ๓๐ ปีบ้าง ๔๐

<sup>๑๔๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษา มองเมื่อ ๓๐ ปีก่อน, หน้า ๕๘.

<sup>๑๔๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), “สุขภาพภาวะองค์รวมตามแนวพุทธ”, ใน พุทธจักร, ปีที่ ๕๕ ฉบับที่ ๑๑ (พฤศจิกายน ๒๕๔๘): ๕-๑๐.

<sup>๑๔๕</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๓/๓๗๕/๔๖๔.

<sup>๑๔๖</sup> อ.ป.ญก. (ไทย). ๒๑/๑๕๗/๒๑๗.

ปีบ้าง ๕๐ ปีบ้าง แม้อย่างกว่า ๑๐๐ ปีบ้าง ยังพอมืออยู่ แต่สัตว์ผู้จะกล่าว  
อ้างว่า ตนเองไม่มีโรคทางใจ ตลอดระยะเวลาแม้ครู่เดียว หาได้ยาก  
ยกเว้นท่านผู้หมกมิดแล้ว”<sup>๑๔๗</sup>

สาเหตุหลักของการเกิดโรคทางใจ ได้แก่ รากเงาของความชั่ว (อกุศลมูล) ๓ ประการ คือ โลภะ ความอยากได้เกินกำลัง โทสะ ความคิดปองร้าย และโมหะ ความหลงหรือความเห็นผิดจาก  
ทำนองคลองธรรม<sup>๑๔๘</sup> เป็นเหตุให้มนุษย์ต้องทำกรรม เมื่อมนุษย์ทำกรรมแล้วก็จะก่อทุกข์ให้เกิดขึ้น  
ทางใจ และนำไปสู่การเกิดโรคทางกายด้วย ดังนั้น เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรคทางใจขึ้น  
พระพุทธศาสนาจึงแนะนำให้บริหารจิตด้วยหลักปฏิบัติที่สำคัญ ๓ ประการ คือ<sup>๑๔๙</sup>

๑. การละเว้นความชั่ว (สพฺพปาปสฺส อกรรม) หมายถึงการเว้นจากการทำความชั่ว ๓  
ทาง คือ ๑) ความชั่วทางกาย เรียกว่า “กายทุจริต” ได้แก่ การฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การประพฤตินิด  
ในกาม ๒) ความชั่วทางวาจา เรียกว่า “วจีทุจริต” ได้แก่ การพูดเท็จ การพูดส่อเสียด การพูดคำหยาบ  
การพูดเพื่อเจ้อ ๓) ความชั่วทางใจ เรียกว่า “มโนทุจริต” ได้แก่ การเป็นคน โลภมาก การเป็นคนมีจิต  
พยาบาท และการเป็นคนมีความเห็นผิด<sup>๑๕๐</sup>

๒. การทำความดี (กุสลสุสฺสพฺพทา) หมายถึงการทำความดี ๓ ทาง คือ ๑) การทำความดี  
ทางกาย เรียกว่า “กายสุจริต” ได้แก่ การละเว้นจากการฆ่าสัตว์ การละเว้นจากการลักทรัพย์ และการละ  
เว้นจากการประพฤตินิดในกาม ๒) การทำความดีทางวาจา เรียกว่า “วจีสุจริต” ได้แก่ การละเว้นจาก  
การพูดเท็จ การละเว้นจากการพูดส่อเสียด การละเว้นจากการพูดคำหยาบ และการละเว้นจากการพูด  
เพื่อเจ้อ ๓) การทำความดีทางใจ เรียกว่า “มโนสุจริต” ได้แก่ การเป็นคนไม่มีความโลภ การเป็นคนไม่  
มีจิตพยาบาท และการเป็นคนมีความเห็นถูกต้อง เรียกการทำความดี ๓ ทางนี้ว่า กุศลกรรมบถ ๑๐<sup>๑๕๑</sup>

๓. การชำระจิตของตนให้บริสุทธิ์ (สจิตฺตปริโยทปนํ) หมายถึงการเจริญสมถกรรมฐาน  
และวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อมุ่งกำจัดกิเลสต่าง ๆ ที่นอนเนื่องอยู่ในจิต (อนุสัยกิเลส) เช่น โลภะ  
โทสะ โมหะ เป็นต้น ให้หมดสิ้น เป็นการดับกิเลส ดับทุกข์หรือบรรลุนิพพานในที่สุด การชำระจิต  
ให้บริสุทธิ์นี้ โดยวิธีการ ก็คือ การทำจิตให้อยู่กับปัจจุบันกาลทุกขณะและการทำจิตให้ว่าง ดังพุทธ  
พจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ไม่เศร้าโศกถึงอดีต ไม่เศร้าโศกถึงอนาคต กำหนดปัจจุบัน”<sup>๑๕๒</sup>

<sup>๑๔๗</sup> อ.บุญจก. (ไทย). ๒๑/๑๕๗/๒๑๗.

<sup>๑๔๘</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๐๕/๒๕๕; ม.ม. (ไทย). ๑๒/๘๘/๘๓.

<sup>๑๔๙</sup> ที.ม. (ไทย). ๑๐/๕๔/๕๗; พ.ธ. (ไทย). ๒๕/๒๔/๓๓.

<sup>๑๕๐</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๒/๔๔๐/๔๗๓-๔๗๕.

<sup>๑๕๑</sup> ม.ม. ๑๒/๔๔๑/๔๗๕-๔๗๘.

<sup>๑๕๒</sup> ส.ส. (ไทย). ๕/๒๐๓-๒๐๔/๒๕๔-๒๕๖.

การพัฒนาจิต เป็นสิ่งสำคัญในการเกื้อหนุนให้การพัฒนาในด้านกายภาพและในด้านสังคม เกิดเป็นจริงขึ้นมาได้ พระพุทธศาสนากล่าวว่า ความสุข เป็นแกนของจริยธรรม ถ้าบุคคลมีความสุขแล้ว เขาจะไม่ก่อความเดือดร้อนหรือก่อปัญหาให้แก่ตัวเองและสังคมส่วนรวม ความสุข มีความสำคัญเป็นอย่างมากในการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนา อาจกล่าวได้ว่า “พุทธจริยธรรม ไม่อาจแยกจากกันต่างหากจากความสุข” ดังจะเห็นว่า ในการทำความดีหรือกรรมดีทั่วไป ที่เรียกว่า “บุญ” ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นนั้น ก็มีพุทธพจน์ตรัสว่า “บุญเป็นชื่อของความสุข”<sup>๕๓</sup> ยิ่งในการบำเพ็ญเพียรทางจิตหรือเจริญภาวนา ความสุขก็ยังเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้เกิดสมาธิ ดังพุทธพจน์ว่า “ผู้มีสุข จิตย่อมตั้งมั่น (เป็นสมาธิ)”<sup>๕๔</sup> และเมื่อจิตเป็นสมาธิบรรลุฌานแล้ว ความสุขก็เป็นองค์ประกอบของฌาน<sup>๕๕</sup> จุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คือ “นิพพาน” ก็เป็นความสุขและเป็นบรมสุขคือสุขสูงสุด<sup>๕๖</sup> ซึ่งบรมสุขนั้น บุคคลจะพึงบรรลุได้ด้วยความสุขหรือด้วยข้อปฏิบัติที่มีความสุข มิใช่บรรลุได้ด้วยความทุกข์หรือด้วยข้อปฏิบัติที่เป็นทุกข์<sup>๕๗</sup> และในเรื่องนี้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงยืนยันเองว่า พระองค์ได้ทรงบรรลุถึงความสุขที่ไม่ต้องอาศัยกามและความสุขอย่างอื่นที่ประณีตยิ่งไปกว่านั้นแล้ว จึงทรงยืนยันได้ว่า จะไม่ทรงเวียนกลับมาหากามอีก<sup>๕๘</sup>

การกล่าวเช่นนี้เพื่อชี้ว่า การพัฒนาจิต มีความสำคัญมากต่อการพัฒนามนุษย์ให้เกิดปัญญา เพื่อนำไปสู่การบรรลุถึงจุดหมายสูงสุดของชีวิต จิตและปัญญานั้นมีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง จนยากที่จะอธิบายถึงพัฒนาการของสิ่งหนึ่งแยกไปจากอีกสิ่งหนึ่งได้ ความสามารถในการพัฒนาจิตให้มีความสบาย ความสงบ ความสุข ความปลอดโปร่ง และความปราศจากกิเลส ย่อมทำให้ปัญญามีความสดใส และเห็นสรรพสิ่งตามความเป็นจริง โดยไม่มีการปรุงแต่งเอาตามที่ใจตนปรารถนา<sup>๕๙</sup>

### ๓.๒.๓.๒ แนวทางการพัฒนาจิต

พระพุทธศาสนากล่าวว่า จิตเป็นตัวการที่สำคัญที่สุดที่ทำให้มีการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมาไม่ว่าดีหรือชั่ว จิตที่ถูกความชั่ว (อกุศล) เข้าปรุงแต่งก็จะหนาทึบไปด้วยกิเลส โดยมีความหลงผิด (โมหะ) เป็นคุณสมบัติฝ่ายชั่วซึ่งเป็นตัวอยู่เบื้องหลังการแสดงออกทางกาย (กายทวาร) ทาง

<sup>๕๓</sup> ชู.อิติ. (บาลี). ๒๕/๒๒/๒๔๕-๒๔๖.

<sup>๕๔</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๕๐/๓๘๖.

<sup>๕๕</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๒/๑๓๓/-๑๓๕-๑๓๖.

<sup>๕๖</sup> ม.ม. (บาลี). ๑๓/๒๑๓/๑๕๒ ; ชู.ธ. (บาลี). ๒๕/๑๘๔/๕๐.

<sup>๕๗</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๒/๑๘๐/๑๘๓.

<sup>๕๘</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๗. หน้า ๕๒๕-๕๓๐.

<sup>๕๙</sup> นงลักษณ์ เอ็มประดิษฐ์, นักสังคมสงเคราะห์กับการพัฒนาสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๓. หน้า ๑๒.

วจา (วจีทวาร) หรือ ทางจิต (มโนทวาร) พระพุทธศาสนาถือว่า จิตมีคุณสมบัติที่ดีเป็นองค์ประกอบ มิใช่เป็นสภาวะที่ถูกดลบันดาลจากอำนาจที่เหนือมนุษย์ และปัจจัยที่เป็นตัวผลักดันที่อยู่เบื้องหลัง ของการมีจิตที่มีคุณสมบัติที่ดีนั้น พระพุทธศาสนาเรียกว่า ปัญญา ถึงแม้ปัญญาจะเป็นที่มีกิเลสอยู่ก็ สามารถสัมผัสกับความดีในระดับปุถุชนได้ และสามารถพัฒนาความดีให้เป็นความดีในระดับ สูงสุดได้ พระอรหันต์เป็นตัวอย่างในการที่จิตไม่ถูกกิเลสเข้าไปปรุงแต่งอีกต่อไป

พระพุทธศาสนา เป็นศาสนาที่มีคำสอนมุ่งตรงไปที่การแก้ปัญหาชีวิตทุกระดับ โดยเน้น เป้าหมายสูงสุดคือการดับทุกข์ (นิพพาน) แต่การจะถึงความดับทุกข์ได้นั้นก็ต้องอาศัยการพัฒนาจิต เพราะจิตเป็นสิ่งที่มัลลกายพอยู่ในตัว หากไร้เสียซึ่งการพัฒนาแล้ว ศักยภาพที่มีอยู่ในตัวนั้นก็ไร้ค่า พระพุทธศาสนาจึงมีคำสอนเน้นเรื่องจิตเพราะจิตเป็นผู้ปรุงแต่งโลก มนุษย์จะสุขหรือทุกข์ล้วนเกิด จากจิต การขัดเขตลาฝึกฝนธรรมชาติของจิตก็เพื่อให้จิตเป็นอิสระหลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวง<sup>๑๖๐</sup>

ในการพัฒนาจิตนั้น บุคคลแต่ละคนจะต้องพึ่งตนเองเป็นสำคัญ บุคคลอื่นจะมีส่วนช่วย ได้ ก็เพียงเป็นผู้คอยแนะนำเป็นกัลยาณมิตรเป็นสิ่งแวดล้อมทางชีวภาพให้เท่านั้น ตนเองต้องลงมือ ปฏิบัติจิตด้วยตนเอง การพัฒนาจิตจึงจะประสบผลสำเร็จตามความมุ่งหมายของพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาสอนว่าบุคคลทุกคนที่เกิดมา สามารถพัฒนาจิตของตนให้หลุดพ้นจากกิเลสจน บรรลุเป็นพระอรหันต์ได้เหมือนกัน (เวไนยบุคคล) ทั้งนี้ย่อมขึ้นอยู่กับ การตั้งสมภารมิมของแต่ละ บุคคล แม้จะใช้เวลายาวนานสักเพียงใดก็ตาม การพัฒนาของแต่ละบุคคลก็ต้องดำเนินไปจนกว่าจะ ถึงจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คือ นิพพาน<sup>๑๖๑</sup>

การพัฒนาจิตตามหลักพระพุทธศาสนาเพื่อจะช่วยเหลือแก้ปัญหาเรื่องความทุกข์นี้ มีอยู่หลาย วิธี หลายระดับ ตามความยากง่าย จิตจึงจะเข้าสู่สภาวะที่ปราศจากกิเลสได้ ไม่มีความทุกข์อีกต่อไป แนวทางการพัฒนาจิตในพระพุทธศาสนา ที่สำคัญมีวิธีการอยู่ ๒ วิธี คือ

วิธีที่ ๑ เน้นที่การศึกษาเล่าเรียนพระปริยัติธรรม ซึ่งมีจุดประสงค์เพื่อศึกษาคำสอนที่บรรจุ ไว้ในพระไตรปิฎกให้ลึกซึ้งเป็นเรื่องของการศึกษาทฤษฎี และวิธีนี้มีประโยชน์คือชี้แนะแนวทางการ พัฒนาจิตให้ดำเนินไปสู่สภาวะจิตที่สูงยิ่งขึ้น อย่างไรก็ตาม การพัฒนาจิตถ้าศึกษาในเชิงทฤษฎีเพียง ส่วนเดียวแล้ว ถือว่ายังไม่สมบูรณ์ตามกระบวนการ ด้วยว่าเป็นเพียงการเรียนรู้ในระดับหนึ่งเท่านั้นจึง ต้องประกอบด้วยภาคปฏิบัติควบคู่กันไปเพื่อให้เกิดการรู้แจ้งเห็นจริงในระดับที่ละเอียดยิ่งขึ้น

วิธีที่ ๒ เป็นวิธีปฏิบัติธรรม คำว่า “วิธีปฏิบัติธรรม” ตามพระบาลีหรือพระไตรปิฎก ได้ แสดงไว้ ๔ แบบ คือ ๑) เจริญวิปัสสนามีสมณะนำ ๒) เจริญสมณะมีวิปัสสนานำ ๓) เจริญสมณะและ

<sup>๑๖๐</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พระพุทธศาสนา พัฒนาคณและสังคม*, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๓๐.

<sup>๑๖๑</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๖-๒๗.

วิปัสสนาควบคู่กัน ๔) การระงับความฟุ้งซ่าน การระงับการคิดมากจนเกิดสมาธิ<sup>๑๖๒</sup> แต่สรุปได้เป็น ๒ แบบ เรียกว่า ภาวนา ๒ คือ ๑) สมถภาวนา การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ การฝึกสมาธิ ๒) วิปัสสนาภาวนา การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริง<sup>๑๖๓</sup>

ในชั้นอรรถกถา ซึ่งเป็นคัมภีร์ชั้นรองจากพระบาลี เรียกภาวนานั้นว่า “กรรมฐาน” มี ๒ ประการ คือ สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน และเรียกบุคคลผู้เจริญกรรมฐานใน ๒ ประการ นั้นว่า “สมถยานิกะ” หมายถึงผู้เจริญสมถะก่อนแล้วจึงวิปัสสนาทีหลัง และ “วิปัสสนายานิกะ” หมายถึงผู้เริ่มปฏิบัติด้วยเจริญวิปัสสนาโดยไม่เคยฝึกหัดสมาธิใด ๆ มาก่อน<sup>๑๖๔</sup> โดยผู้ที่มุ่งบรรลุอุรีย ภูมิจะต้องมีทั้งสมถะและวิปัสสนาครบทั้งสองในทุกบุคคล

กรรมฐาน เป็นแนวทางการฝึกจิตและพัฒนาไปสู่ความพ้นทุกข์ เป็นธรรมที่ควรเจริญยิ่ง<sup>๑๖๕</sup> เมื่อภิกษุรู้ว่าตนเองยังไม่ได้เจริญสมถะและวิปัสสนาก็ควรเจริญเสีย<sup>๑๖๖</sup> เพราะสมถะและวิปัสสนาเป็นส่วนแห่งวิชา เป็นทางให้ถึงความสิ้นราคะ โทสะ และโมหะ<sup>๑๖๗</sup> เป็นต้น ทั้งสมถะและวิปัสสนาต่างก็มี ความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันอย่างลึกซึ้ง คือ เป็นปัจจัยให้แก่กันและกันและเอื้อประโยชน์ต่อกัน

คำว่า “สมถกรรมฐาน” หมายถึงวิธีฝึกจิตให้สงบระงับจากสิ่งรบกวน ๕ ประการ เรียกว่า นิวรณ ๕ ได้แก่ ๑) กามฉันทะ ความพอใจในกาม ๒) พยาบาท ความผูกใจเจ็บ ปองร้ายผู้อื่น ๓) ถีน มิทธะ ความหดหู่วังซีมิ ๔) อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านรำคาญ ๕) วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย<sup>๑๖๘</sup>

สมถกรรมฐาน เป็นวิธีทำจิตไม่ให้ฟุ้งซ่านซัดส่าย ช่วยเสริมสร้างจิตให้มีกำลัง ที่เรียกว่า เอกัคคตารมณ์ คือ ๑) สมาหิตะ ตั้งมั่น ๒) ปริสุทธะ บริสุทธิ์ ๓) ปริโยทตะ ผ่องใส ๔) อนังคะ โปร่งโล่ง เกี้ยวเกลา ๕) วิคตูปกิเลส ปราศจากสิ่งมัวหมอง ๖) มุทฺฐุตตะ นุ่มนวล ๗) กัมมณิยะ ควรแก่ งาน ๘) จิตฺตานัญชุปตตะ อยู่ตัว ไม่หวั่นไหว<sup>๑๖๙</sup> สมถกรรมฐาน เป็นพื้นฐานของวิปัสสนาได้เป็น อย่างดี ถือเป็นกรรมฐานที่สนับสนุนการบรรลุธรรม<sup>๑๗๐</sup>

<sup>๑๖๒</sup> อ.จตุกก. (ไทย). ๒๑-๑๓๐/๒๓๗-๒๓๘; ชุ.ป. (ไทย). ๓๑/๑/๔๑๓-๔๑๔.

<sup>๑๖๓</sup> ที.ป. (ไทย). ๑๑/๓๕๒/๓๖๕; อ.จ.ทก. (ไทย). ๒๐/๑๓๓/๑๒๗.

<sup>๑๖๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๔๔๕.

<sup>๑๖๕</sup> ม.อ. (ไทย). ๑๔/๔๓๑/๔๕๐.

<sup>๑๖๖</sup> ม.อ. (ไทย). ๑๔/๔๕๐/๕๐๓.

<sup>๑๖๗</sup> ส.สพ. ๑๘/๓๗๗/๔๕๓.

<sup>๑๖๘</sup> อ.สิ.อ. ๑/๑๘๑; พระญาณชระ, “ปรมัตถทีปนี” อภิขัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี, หน้า ๘๕๕.

<sup>๑๖๙</sup> ที.ส. (ไทย). ๕/๔๗๒/๒๐๕; อ.จ.ต. (ไทย). ๒๐/๕๕/๒๒๗-๒๓๑.

<sup>๑๗๐</sup> อ.ป.ญจ. (ไทย). ๒๒/๗๕๑/๓๐.

คำว่า “สมถะ” แปลว่า ความสงบ จุดมุ่งหมายของสมถะ คือ สมภาซึ่งหมายถึงสมาธิขั้นสูงที่ทำให้เกิดฌาน หลักการของสมถะ คือ กำหนดใจไว้กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ให้แน่วแน่จนจิตนุ่มนวลอยู่ในสิ่งนั้นสิ่งเดียว ความแน่วแน่หรือตั้งมั่นของจิตนี้ เรียกว่า “สมาธิ”<sup>๑๑๑</sup>

พระพุทธศาสนาถือว่า จิตไม่อาจมีสมาธิได้เองตามปกติธรรมดาโดยไม่ต้องทำอะไร หรือไม่ต้องฝึกฝนพัฒนา ทั้งนี้เพราะว่ามีสภาพธรรมบางอย่างที่เป็นอกุศลธรรมคอยขัดขวางไม่ให้เกิดสมาธิ อกุศลธรรมที่เป็นอุปสรรคขัดขวางไม่ให้เกิดสมาธิ นั้น เรียกว่า นิ वर्ณ ๕ ประการ<sup>๑๑๒</sup> นิ वर्ณ ๕ ประการนี้ เป็นปฏิบัติที่ทำให้จิตขุ่นมัว ไม่สะอาด ทำให้ขาดสติปัญญา ทำให้มืด ทำให้ไร้จักขุ ทำให้ไม่มีญาณ ทำให้เกิดความคับแค้น ขัดข้อง ไม่เป็นไปเพื่อความดับทุกข์<sup>๑๑๓</sup> เป็นจิตไม่ผ่องใส อ่อนแอ ไม่ควรแก่งาน ไม่ตั้งมั่น และไม่สมบูรณ์ ส่วนจิตที่ไม่ถูกนิ वर्ณ ๕ รบกวนหรือครอบงำ เรียกว่า สมาธิหรือสมาธิจิตหรือจิตที่สมบูรณ์ ดังนั้น การฝึกสมถกรรมฐานจึงช่วยทำให้จิตที่รบกวนด้วยนิ वर्ณ ๕ ประการดังกล่าว สงบระงับและทำให้จิตมีสมาธิครบควรแก่งานต่อไป

พระพุทธศาสนาถือว่า สมาธิเป็นธรรมมีอุปการะมากในทางโลกและการปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุถึงจุดหมายปลายทาง โดยเฉพาะแล้วเพื่อหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ ทั้งนี้ก็เพราะพระพุทธศาสนามีทัศนะว่า การปฏิบัติธรรมในขั้นของสมาธิ นั้น เป็นพื้นฐานให้เกิดปัญญา และเพราะปัญญาจึงทำให้หลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ได้ ดังความในมหาปริณีพพานสูตรว่า

“สมาธิที่บ่มอบรมโดยศีล ย่อมมีผลมากมีอานิสงส์มาก ปัญญาที่บ่มอบรมโดยสมาธิ ย่อมมีผลมากมีอานิสงส์มาก จิตที่บ่มอบรมโดยปัญญา ย่อมหลุดพ้น โดยรอบ จากกิเลสอาสวะทั้งหลาย”<sup>๑๑๔</sup>

“สมาธิที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน ... เพื่อได้ญาณทัสสนะ ... เพื่อสติสัมปชัญญา ... เพื่อความสิ้นอาสวะ”<sup>๑๑๕</sup>

เนื่องจากสภาวะของจิตที่ผ่องใส ไม่ขุ่นมัว สามารถพิจารณาธรรมที่ลึกซึ้งได้อย่างถ่องถ้วน ดังนั้น วิธีฝึกจิตตามหลักสมถะ พระอรธกถาจารย์จึงจำแนกไว้ ๔๐ วิธี ใน ๗ หมวด ดังนี้

๑. กสิณ ๑๐ แปลกันว่า วัตถุอันจูงใจหรือวัตถุสำหรับเพ่งเพื่อจูงจิตให้เป็นสมาธิ เป็นวิธีใช้วัตถุภายนอกเข้าช่วย โดยวิธีเพ่ง เพื่อรวมจิตให้เป็นหนึ่ง หมายถึงการเพ่งอารมณ์ไปยังวัตถุใดวัตถุหนึ่ง เพื่อทำให้เกิดสมาธิ มี ๑๐ อย่าง คือ

๑) กุटकสิณ (กสิณคือมหาภูตรูป) ๔ คือ ปรฐวี (ดิน) อาโป (น้ำ) เตโช (ไฟ) วาโย (ลม)

<sup>๑๑๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๔๒๖.

<sup>๑๑๒</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๑๕/๓๐๑.

<sup>๑๑๓</sup> ส.ม. (ไทย). ๑๕/๒๒๑/๑๕๓.

<sup>๑๑๔</sup> อ.จตุกก. (ไทย). ๒๑/๔๑/๕๗; ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๒๓๓/๒๐๘.

<sup>๑๑๕</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๐๗/๒๗๘; อ.จตุกก. (ไทย). ๒๑/๔๑/๕๘.

๒) วรรณกสิณ (กสิณคือสี) ๔ นิล (เขียว) पीต (เหลือง) โลहित (แดง) โอทาท (ขาว)

๓) กสิณอื่น ๆ คือ อาโลก (แสงสว่าง) ปริจินนากาส เรียกสั้น ๆ ว่า อากาศ (ช่วงว่าง)

๒. อสุภะ ๑๐ ได้แก่ การพิจารณาซากศพในระยะต่าง ๆ รวม ๑๐ ระยะ เริ่มจากศพที่ขึ้น  
อืดไปจนถึงซากศพที่เหลือแต่โครงกระดูก คือ

๑) อุทฐุมตกะ ซากศพพองขึ้นอืด

๒) วินีลกะ ซากศพสีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่าง ๆ

๓) วิปฺพุกกะ ซากศพซึ่งน้ำเหลืองไหลเยิ้มตามที่ที่แตกปริออก

๔) วิจฺฉิทกะ ซากศพขาดเป็นสองท่อน

๕) วิกขยิตกะ ซากศพถูกสัตว์แทะ

๖) วิกขิตตกะ ซากศพขาดกระจาย

๗) หตวิกขิตตกะ ซากศพถูกสับเป็นท่อน ๆ

๘) โลहितกะ ซากศพชุ่มเลือด

๙) ปุพฺพุกกะ ซากศพคลาคล้ำด้วยหนอง

๑๐) ซากศพซึ่งแต่ท่อนกระดูก

๓. อนุสสติ ๑๐ ได้แก่ อารมณ์ตั้งใจที่ควรระลึกถึงเนื่อง ๆ คือ

๑) พุทธานุสสติ ระลึกถึงพระพุทธเจ้า และพิจารณาคุณของพระองค์

๒) ธัมมานุสสติ ระลึกถึงพระธรรม และพิจารณาคุณของพระธรรม

๓) สังฆานุสสติ ระลึกถึงพระสงฆ์ และพิจารณาคุณของพระสงฆ์

๔) สीलานุสสติ ระลึกถึงศีล พิจารณาศีลของตนที่ได้ประพฤติบริสุทธ์ไม่ต่างพร้อย

๕) จาคานุสสติ น้อมจิตระลึกถึงทานที่ตนได้บริจาคแล้ว และพิจารณาเห็นคุณธรรมคือ  
ความเผื่อแผ่เสียสละที่มีในตน

๖) เทวदानุสสติ ระลึกถึงเทวดาที่ตนเคยได้รู้เคยได้ยินมา และพิจารณาเห็นคุณธรรม  
ซึ่งทำคนให้เป็นเทวดาตามที่มีอยู่ในตน

๗) มรณสติ ระลึกถึงความตายอันจะต้องมีมาถึงตนเป็นธรรมดา พิจารณาให้เกิด  
ความไม่ประมาท

๘) กายคตาสติ กำหนดพิจารณาภายในให้เห็นว่าประกอบด้วยส่วนประกอบต่าง ๆ คือ  
อาการ ๓๒ อันไม่สะอาด ไม่งาม น่าเกลียด เป็นทางรู้เท่าทันสภาวะของภายใน มิให้หลงไหลมัวเมา

๙) อานาปานสติ สติกำหนดลมหายใจเข้าออก

๑๐) อุปสมมานุสสติ ระลึกถึงและพิจารณาคุณของนิพพานอันเป็นที่หายร้อน ดับกิเลส  
และไร้ทุกข์

๔. อัปป์มัญญา ๔ คือ ธรรมที่พึงแผ่ออกไปในสรรพสัตว์ทั้งหลาย อย่างมีจิตใจสม่ำเสมอ  
ทั่วกัน ไม่มีประมาณ ไม่จำกัดขอบเขต โดยมากเรียกว่า พรหมวิหาร ๔ คือ

๑) เมตตา ความรัก ความปรารถนาดี มีไมตรี อยากให้มีสุขทั่วหน้า

๒) กรุณา ความสงสาร อยากช่วยเหลือให้พ้นจากความทุกข์

๓) มุทิตา ความพลอยยินดี พลอยมีใจแช่มชื่นเบิกบาน เมื่อเขามีสุข เจริญอกงาม  
ประสบความสำเร็จ

๔) อุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง วางจิตเรียบสงบ สม่ำเสมอ เทียงตรงดุจตาซึ่ง  
มองเห็นสรรพสัตว์ได้รับผลดีผลร้ายตามเหตุปัจจัยที่ประกอบ ไม่เอนเอียงไปด้วยชอบหรือชัง

๕. อาหารปฏิกูลสัญญา ๑ ได้แก่ การพิจารณาอาหารที่บริโภคให้เป็นของไม่สะอาดปฏิกูล

๖. จตุราศิวัญฐาน ๑ ได้แก่ การพิจารณาแยกส่วนประกอบต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น ผม  
ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ฯลฯ น้ำมูตร ให้เห็นว่าเป็นเพียงธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ มา  
ประชุมกัน ไม่มีอะไรเป็นแก่นสาร

๗. อรูปฌาน ๔ ได้แก่ กำหนดภาวะอรูปธรรมเป็นอารมณ์ (ใช้ได้เฉพาะผู้ที่เพ่งกสิณ ๕  
อย่างแรก ข้อใดข้อหนึ่ง) จนได้จตุตถฌานมาแล้ว คือ

๑) อากาสนัญญายตนะ กำหนดช่องว่างหาที่สุดมิได้ (ซึ่งเกิดจากการเพิกกสิณ  
ออกไป) เป็นอารมณ์

๒) วิญญานัญญายตนะ กำหนดวิญญานหาที่สุดมิได้ (คือเล็กกำหนดที่ว่าง เลยไป  
กำหนดวิญญานที่แผ่ไปสู่ที่ว่างแทน) เป็นอารมณ์

๓) อากิญจัญญายตนะ (เล็กกำหนดวิญญานเป็นอารมณ์ เลยไป) กำหนดภาวะไม่มี  
อะไรเลยเป็นอารมณ์

๔) เนวสัญญานาสัญญายตนะ (เล็กกำหนดแม้แต่ภาวะไม่มีอะไรเลย) เข้าถึงภาวะมี  
สัญญาที่ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่

อารมณ์กรรมฐานทั้ง ๔๐ นี้ เป็นจุดทำหรือเส้นทางที่ใช้ดำเนินไปสู่ความพ้นทุกข์ ดังคำ  
กล่าวที่ว่า “ท่าข้ามของนิพพานนั้นมีอยู่ทุกแห่ง เหมือนชนทั้งหลายประสงค์จะข้ามจากที่ใด ๆ ของ  
มหาสมุทร ก็มีท่าเป็นเส้นทาง ที่จะไม่มีท่าไม่มี เช่นเดียวกัน ชนทั้งหลายผู้ประสงค์จะข้ามให้ถึงพระ  
นิพพาน ก็จำเป็นต้องอาศัยกรรมฐาน ๓๘ ประการ ซึ่งเป็นท่า เป็นเส้นทาง เพราะกรรมฐานที่จะ  
ไม่ใช่ท่าของนิพพานนั้นไม่มี”<sup>๑๖๖</sup>

<sup>๑๖๖</sup> ที.สี.อ. ๑/๔๕๕/๓๒๗.



บรรดากรรมฐานเหล่านี้ ยังสามารถจำแนกเป็น ๒ ลักษณะ โดยถือในแง่ของการปฏิบัติได้อีก คือ ๑) สัพพัตถกรรมฐาน หมายถึงกรรมฐานที่พึงใช้ในที่ทุกสถาน เพื่ออำนวยความสะดวกในการเจริญกรรมฐาน ได้แก่ เมตตา มรณสติ และอสุภสังขยา ๒) ปาริหาริกรรมฐาน หมายถึงกรรมฐานที่เหมาะสมแก่จริตของแต่ละบุคคล<sup>๑๗๗</sup>

การเจริญสมถกรรมฐานนี้ เป็นอุปการะแก่การเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไป สมถะและวิปัสสนาจึงเป็นธรรมที่ต้องปฏิบัติควบคู่กัน จะเป็นสมถะนำวิปัสสนาหรือวิปัสสนานำสมถะก็ได้ เมื่อปฏิบัติสมถะแล้วจึงมีผลต่อวิปัสสนากรรมฐานด้วย ดังพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลาย เจริญสมาธิ ภิกษุผู้มีสมาธิ ย่อมรู้ชัดตามเป็นจริง”<sup>๑๗๘</sup> ดังนั้น ผู้ที่ฝึกสมถกรรมฐานจนเกิดสมาธิแก่กล้าแล้ว ย่อมมีจิตตั้งมั่น สามารถพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง หรือย่อมรู้ซึ่งหมายถึงวิปัสสนาหรือเกิดมีปัญญาตามลำดับ

อารมณ์สมถกรรมฐาน ๔๐ ใน ๗ หมวดนี้ ไม่จำเป็นว่าจะต้องพิจารณาทุกหมวด แต่ขึ้นอยู่กับจริตของแต่ละบุคคลว่า มีความชอบความถนัดอย่างไร การที่พระพุทธศาสนาจัดแบ่งหลักการปฏิบัติไว้หลายแบบ ก็เพื่อให้เหมาะสมกับลักษณะนิสัยและความแตกต่างของจิตในตัวของผู้ปฏิบัติเอง ที่เรียกว่าจริตนี้เอง คำว่า “จริต” หมายถึงความประพฤติที่หนักไปทางใดทางหนึ่งอันเป็นปกติประจำอยู่ในสันดาน พื้นเพของจิต อุปนิสัย พื้นนิสัย มนุษย์มีความประพฤติที่แตกต่างกัน เพราะแนวโน้มที่ติดตัวมาแต่กำเนิดและจากที่ได้รับการอบรมบ่มนิสัย ธรรมชาติของมนุษย์ตามนัยนี้ ถือเป็นธรรมชาติที่มองเห็นง่าย แบ่งไว้ ๖ ประการ คือ<sup>๑๗๙</sup>

๑. รากจริต แปลว่า ผู้มีรากะเป็นความประพฤติปกติ หมายถึงมีพฤติกรรมที่หนักไปในทางรักสวยรักงาม บุคคลรากจริตจะต้องเจริญอสุภกรรมฐาน ๑๐ และกายคตาสติ ๑<sup>๑๘๐</sup>

๒. โทสจริต แปลว่า ผู้มีโทสะเป็นความประพฤติปกติ หมายถึงมีพฤติกรรมที่หนักไปในทางใจร้อนหงุดหงิดง่าย ขัดเคืองง่าย บุคคลโทสจริตจึงเป็นคนที่หงุดหงิดง่าย และจึงต้องเจริญพรหมวิหาร ๔ หรืออัปปมัญญา ๔ และวณณกสิณ ๔<sup>๑๘๑</sup>

๓. โมหจริต แปลว่า ผู้มีโมหะเป็นความประพฤติปกติ หมายถึงมีพฤติกรรมที่หนักไปในทางเขลา เหนงซึม งมงาย อ่อนค้ำด้วยทางเหตุผล บุคคลโมหจริตจะต้องเจริญอานาปานสติ<sup>๑๘๒</sup>

<sup>๑๗๗</sup> วิ.อ. ๑/๑๖๕/๔๕๔-๔๕๕; วิสุทธิ. ๑/๔๒/๑๐๕.

<sup>๑๗๘</sup> ส.ม. (ไทย). ๑๕/๑๐๗๑/๕๘๓.

<sup>๑๗๙</sup> จ.ม. (บาลี). ๒๕/๑๕๖/๒๕๕; วิสุทธิ. (บาลี). ๑/๑๓๑.

<sup>๑๘๐</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๑/๑๔๔.

<sup>๑๘๑</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๑/๑๔๔๒/๑๔๖.

<sup>๑๘๒</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๑/๑๔๖.

๔. สัทธาจริต แปลว่า ผู้มีศรัทธาเป็นความประพฤติปกติ หมายถึงมีพฤติกรรมที่หนักไปในทางซาบซึ้ง น้อมจิตใจให้เลื่อมใสอะไรได้ง่าย เชื่อง่าย บุคคลสัทธาจริตจะต้องเจริญอนุสสติ ๖ อย่าง คือ พุทธานุสสติ ธรรมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ และเทวตานุสสติ<sup>๑๘๓</sup>

๕. พุทธิจริต หรือญาณจริต แปลว่า ผู้มีความรู้เป็นความประพฤติปกติ หมายถึงมีพฤติกรรมที่หนักไปในทางการใช้ความคิดพิจารณา ชอบการคิดค้นหาหลักการ ไม่เชื่ออะไรง่าย ๆ หนักในเหตุผล บุคคลพุทธิจริตจะต้องเจริญกรรมฐาน ๔ อย่าง คือ มรณานุสสติ อุปสมานุสสติ อาหารปฏิบัติกุศลสัญญา และจตุธาตวาวุฏฐาน<sup>๑๘๔</sup>

๖. วิตกจริต แปลว่า ผู้มีวิตกเป็นความประพฤติปกติ หมายถึงมีพฤติกรรมที่หนักไปในทางนึกคิดจับจด ฟุ้งซ่าน บุคคลวิตกจริตจะต้องเจริญกสิณที่เป็นอุปมาณารมณ์<sup>๑๘๕</sup>

ส่วนอารมณ์ของสมถกรรมฐานอื่น ๆ เช่น กสิณดิน น้ำ ลม ไฟ อากาศ ช่องว่าง และอารูปกรรมฐาน เหมาะกับทุกจริต<sup>๑๘๖</sup>

พฤติกรรมทั้ง ๖ นี้ ทำให้มนุษย์แตกต่างกัน ซึ่งเมื่อสืบค้นถึงที่มาหรือเหตุเกิดแล้ว จะพบว่า เกิดจากธรรมชาติฝ่ายนามธรรมของมนุษย์ คือ “จิต” เป็นผู้กำหนด ซึ่งมีลำดับการเกิดขึ้น ดังนี้

๑) จิตของมนุษย์รับเอาอารมณ์ที่ชอบมาจำไว้ และคิดอ่าน คิดถึงบ่อย ๆ

๒) เมื่อจิตคิดถึงสิ่งใดบ่อย ๆ ก็เกิดความเคยชินกับสิ่งนั้น ถึงขั้นสยบยอมหรือคลุ้มคลั่ง และยึดติด ขั้นตอนนี้เรียกว่า จิตได้รับการอบรมจนกลายเป็นนิสัย

๓) เมื่อจิตได้รับการอบรมจนเคยชินกับอารมณ์ใดบ่อย ๆ จิตก็เกิดการเสพคุ้นกับอารมณ์นั้น เรียกว่า เกิดอาเสวนะ แปลว่า การเสพคุ้น

๔) เมื่อจิตได้รับการอบรมและทำการเสพคุ้นนานเข้า ผลจากการอบรมและเสพคุ้น ทำให้สภาพของจิตแปรเปลี่ยนไปและเป็นไปตามที่จิตชอบเสพคุ้น

๕) เมื่อจิตเดิมซึ่งมีแต่ “รู้” อย่างเดียวถูกขัดข้องด้วยการเสพคุ้นตามที่ชอบจึงเปลี่ยนสถานะไป ทำให้เกิดจริตซึ่งแตกต่างกันไปตามความเคยชินของจิตมนุษย์แต่ละคน

เหตุปัจจัยทั้ง ๕ ประการนี้ พิจารณาแล้วสามารถย่อได้เป็น ๒ อย่าง คือ (๑) อำนาจของสิ่งแวดล้อม และ (๒) การรับรู้และการฝึกรอบรม อำนาจของสิ่งแวดล้อมเป็นเหมือนบ่วงล้อคอยดักให้จิตติดกับและส่งผลให้จิตรับรู้และนำมาฝึกฝนกับจิตเอง สุดท้าย พฤติกรรมโดยรวมของมนุษย์ผู้นั้น ก็แสดงออกมาตามที่จิตเคยชินและชอบหรือยึดติดอยู่

<sup>๑๘๓</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๑/๑๔๖.

<sup>๑๘๔</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๑/๑๔๖.

<sup>๑๘๕</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๑/๑๔๖.

<sup>๑๘๖</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๑/๑๔๖.

ดังนั้น บุคคลที่มีจริตต่างกัน เมื่อเจริญสมถกรรมฐานจนจิตสงบระงับแล้ว สิ่งที่ได้รับคือสมาธิ ๓ ระดับ คือ ๑) ขณิกสมาธิ สมาธิชั่วขณะ ๒) อุปจารสมาธิ สมาธิเฉียด ๆ หรือสมาธิจวนจะแน่วแน่ ๓) อัปนาสมาธิ สมาธิแน่วแน่หรือสมาธิที่แนบสนิท

การเจริญกรรมฐานหรือการเจริญสมาธิมี ๔ แบบ คือ (๑) การเจริญแบบธรรมชาติ (๒) การเจริญแบบอาศัยหลักอภิปิณฑ (๓) การเจริญแบบการใช้สติเป็นตัวนำ (๔) การเจริญแบบมีกฎเกณฑ์

ในวิธีการเจริญ ๔ แบบนั้น การเจริญแบบมีกฎเกณฑ์ หมายถึงการเจริญที่ต้องทำตามหลักเกณฑ์และวิธีการที่กำหนด<sup>๑๘๗</sup> โดยผู้ปฏิบัติจะต้องดำเนินไปตามขั้นตอนและวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

### ๓.๒.๓.๓.๑ ขั้นเตรียมการ

ผู้ประสงค์จะปฏิบัติกรรมฐาน ก่อนจะปฏิบัติควรเตรียมการให้พร้อม โดยทำกิจต่าง ๆ ในเบื้องต้น ดังนี้

๑. ชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ คือ ผู้ที่ไม่ได้สมาทานรักษาศีลก็ควรสมาทานรักษาศีลนั้นอย่าให้เสรีหามอง ผู้ที่สมาทานรักษาศีลอยู่แล้วก็ควรพิจารณาใคร่ครวญดูจิตของตน เห็นว่า ข้อใดไม่บริสุทธิ์ก็ชำระเสียให้บริสุทธิ์ เพราะผู้ที่ดำรงมั่นอยู่ในศีลย่อมเจริญสมาธิได้ง่าย

๒. สมาทานชุกฉกวัตร คือ ข้อปฏิบัติอันเป็นเครื่องขัดเกลาหรือบรรเทากิเลสซึ่งมีทั้งหมด ๑๓ ข้อ โดยผู้ที่เจริญสมาธิควรสมาทานชุกฉกวัตรข้อใดข้อหนึ่งไปด้วย ซึ่งจะช่วยให้การเจริญสมาธิสัมฤทธิ์ผลได้เร็ว ชุกฉกวัตรนี้ส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องของภิกษุ แต่ผู้เป็นฆราวาสจะนำมาปฏิบัติในบางข้อ เช่น บริโภคอาหารมือเดียว หรืออาศัยป่า อาศัยโคนไม้ไม่เป็นนิตยาก็ได้

๓. ตัดเรื่องวิตกกังวล ๑๐ ประการ ซึ่งนับเป็นอันตรายแก่การเจริญสมาธิให้หมดสิ้นไป

๔. เข้าหากัลยาณมิตร คือ เข้าหาอาจารย์ผู้เป็นกัลยาณมิตรช่วยสอนกรรมฐาน พร้อมกับควบคุมดูแลการปฏิบัติอย่างใกล้ชิด เมื่อผู้ปฏิบัติเกิดความสงสัยหรือเกิดปัญหาอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมา ก็จะสามารถจะแนะนำแก้ไขปัญหาได้อย่างถูกต้องและทันที่ นอกจากนี้ ยังจะช่วยบอกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตหรืออุปนิสัยของผู้ปฏิบัติอีกด้วย

๕. มอบตัวกับอาจารย์ผู้สอนกรรมฐาน เพื่อให้ท่านช่วยดูแลว่ากล่าวตักเตือน การมอบตัวถือเป็นการมอบกายถวายชีวิต หากจะเป็นอะไรก็เป็น จะไม่ยอมท้อถอย เป็นการปฏิญาณตนว่าจะปฏิบัติจนถึงที่สุด คือ ได้บรรลุธรรมที่ประสงค์

<sup>๑๘๗</sup> พุทธทาสภิกขุ, สมาธิวิปัสสนาตามวิธีธรรมชาติ, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สิ่งียง เชียง, ๒๕๓๑), หน้า ๓.

๖. เลือกกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตของตน ซึ่งอาจารย์จะเป็นผู้เลือกให้เพราะผู้ที่เจริญกรรมฐานที่ไม่ตรงกับจริตของตนก็เหมือนกับคนไข้ที่รับประทานยาไม่ตรงกับโรค นอกจากจะไม่ได้ผลแล้ว ยังทำให้เสียเวลาไปเปล่าประโยชน์

### ๓.๒.๓.๓.๒ ขั้นปฏิบัติการ

กรรมฐาน ๔๐ ใน ๗ หมวดนั้น แต่ละอย่างมีวิธีเจริญแตกต่างกันออกไปตามประเภทของอารมณ์ที่ใช้เป็นสื่อ ถ้าเป็นประเภทที่ใช้วัตถุหรือสิ่งที่มองเห็นด้วยตา เช่น กสิณหรืออสุภะ ก็ใช้วิธีเพ่งหรือพิจารณาให้เห็นภาพติดตาหรือฝังใจ ถ้าเป็นประเภทที่ไม่สามารถจะมองเห็นได้ด้วยสายตา เช่น อนุสติบางข้อมีพุทธานุสติ เป็นต้น ก็ใช้วิธีน้อมจิตนึกถึงให้จิตจดจ่ออยู่กับสิ่งที่นึกนั้น แต่ในที่นี้จะขอแนะนำวิธีเจริญอานาปานสติ โดยมีขั้นตอนและวิธีการเจริญ ดังนี้

๑. เลือกสถานที่ที่เหมาะสม อาจจะเป็นสถานที่หนึ่งที่ใครก็ได้ เช่น ตามโคนต้นไม้ หรือเรือนว่างที่มีความสงบ การให้เลือกสถานที่ดังกล่าว ความมุ่งหมายก็เพื่อให้ผู้ปฏิบัติแยกตัวออกจากสิ่งแวดล้อมที่เคียดชัง

๒. นั่งคู่บัลลังก์หรือนั่งขัดสมาธิ การเจริญสมาธินั้นสามารถจะทำได้ในทุกอิริยาบถ แต่ที่นิยมทำกันมากที่สุดกว่าวิธีอื่น คือ การนั่ง เพราะสามารถจะสงัดใจนึกถึงอารมณ์ที่เพ่งได้อย่างเต็มที่ ไม่ต้องเกรงว่าจะเซหรือล้มเหมือนทำอื่น

– วิธีนั่ง นั่งเหมือนพระพุทธรูปปางสมาธิ คือ นั่งเอาเท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นั่งตัวตรงดำรงสติไว้ให้มั่น ควบคุมมิให้ฟุ้งซ่านไปในภายนอก แล้วกำหนดลมหายใจเข้าออกที่ฐานลมกระทบทั้ง ๓ จุด คือ (๑) ปลายจมูกหรือริมฝีปาก (๒) กลางอก (๓) ที่ท้อง ใน ๓ จุดนี้ จุดใดกำหนดได้ง่ายที่สุดก็ให้ถือเอาจุดนั้น เมื่อนั่งได้ตามระยะที่กำหนดแล้วหรือนั่งนานเกินไปก็เปลี่ยนอิริยาบถใหม่

– วิธียืน ยืนอย่างสงบ สายตาทอดลง โดยยืนตัวตรง ยืนอย่างสบาย อย่างเกร็งตัว เอามือซ้ายวางบนท้องแล้วเอามือขวาทับบนมือซ้าย แล้วเริ่มกำหนดลมหายใจเข้าออกไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะเปลี่ยนอิริยาบถใหม่

– วิธีเดิน เริ่มด้วยการยืนอย่างสงบก่อน ก้มไปข้างหน้านิดหนึ่ง มือซ้ายวางบนหน้าท้อง มือขวาวางทับมือซ้ายเช่นเดียวกับทำยืน เดินทอดสายตาลงไปข้างหน้าประมาณ ๑ วา ก้าวไปแต่พอดี คือ อย่าให้ช้านัก อย่าให้เร็วนัก อย่าให้สั้นนัก อย่าให้ยากนัก พอเดินถึงปลายสุดด้านหนึ่งของสถานที่จงกรม ตามที่กำหนดแล้วอย่าฟุ้งหุนหันตัวกลับ ต้องยืนก่อน แล้วจึงหุนหันตัวกลับไปทางขวา ขณะยืนให้กำหนดรู้ตัวว่าเรากำลังยืน หรือกำหนดลมหายใจเข้าออกก็ได้ และขณะเดียวกันให้กำหนดว่าเรากำลังเดินโดยนิยามให้เลี้ยวขวา เดินไปอย่างนี้เรื่อย ๆ จนกว่าจะเปลี่ยนอิริยาบถใหม่

– วิธีนอน นอนด้วยอาการสงบ แบบสัทไสยาสน์ คือ นอนตะแคงขวา มือขวาวางไว้ที่ข้างแก้ม มือซ้ายวางราบไปตามตัว ขาซ้ายทับขาขวา ให้พอเหมาะพอดี อย่าคู้หรือเหยียดเกินไป แล้วกำหนดลมหายใจเข้าออกที่ปลายจมูกหรือตามแต่ถนัด

๓. ตั้งกายให้ตรง หมายถึงการนั่งให้ตัวตรง กระดูกหลังทุกท่อนตั้งตรงกัน การนั่งในลักษณะนี้จะช่วยให้นั่งได้นาน ไม่รู้สึกปวดเมื่อย อันเนื่องมาจากเลือดลมเดินไม่สะดวก ผู้ทำสมาธิได้ดีนั้น ตัวจะนั่งตรงอยู่ตลอดเวลา ไม่ค้อมหน้าค้อมหลัง ลมหายใจเข้าออกจะเดินได้สะดวก ไม่รู้สึกอึดอัดขัดข้อง

๔. ดำรงสติให้มั่น หมายถึงเวลากำหนดลมหายใจเข้าออก จะต้องมีสติอยู่ตลอดเวลา ไม่ปล่อยสติส่งใจไปคิดเรื่องอื่น จะต้องจดจ่ออยู่ที่ลมหายใจเข้าออกเท่านั้น ยังมีสติสมบูรณ์มากเท่าไร สมาธิก็จะประณีตมากขึ้นเท่านั้น ลมหายใจจะเปลี่ยนจากสภาพหยาบ เป็นลมหายใจมีสภาพละเอียด และจะละเอียดยิ่งขึ้นไปตามลำดับ จนในที่สุดจะรู้สึกว่ามีลมหายใจนั้นเหลืออยู่อีกเลย อาการที่เกิดขึ้นเช่นนี้ เป็นลักษณะของอานาปานสติกรรมฐาน

๕. กำหนดลมหายใจเข้าออก ซึ่งสามารถกำหนดลมหายใจเข้าออกได้ใน ๒ วิธีด้วยกัน คือ

๑) การนับ (คณนา) การนับจะช่วยตรึงจิตได้ดี การนับแบ่งเป็น ๒ ตอน คือ

(๑) ช่วงแรก ให้นับซ้ำ ๆ การนับมีเคล็ดลับหรือกลวิธีว่า อย่างนับต่ำกว่า ๕ (เพราะถ้าต่ำกว่า ๕ จิตจะดิรนในโอกาสอันแคบ) แต่อย่าให้เกิน ๑๐ (เพราะจิตจะไปพะวงที่การนับแทนที่จะจับจดอยู่กับกรรมฐาน) และให้เลขเรียงลำดับ อย่างกระโจนข้าม (เพราะถ้าขาด ๆ ข้าม ๆ จิตจะห้วนจะวุ่น) ที่สำคัญ ให้นับลมหายใจเข้าออกอย่างสบาย ๆ เป็นคู่ ๆ คือ ลมออกว่า ๑ ลมเข้าว่า ๑ ลมออกว่า ๒ ลมเข้าว่า ๒ อย่างนี้เรื่อยไปจนถึง ๕,๕ แล้วตั้งต้นใหม่ เพิ่มทีละคู่ไปจนครบ ๑๐ คู่ แล้วกลับย้อนที่ ๕ คู่ใหม่ จนถึง ๑๐ คู่ อย่างนั้นเรื่อยไป อาจเขียนให้เป็นตัวเลข ดังนี้

๑,๑ ๒,๒ ๓,๓ ๔,๔ ๕,๕

๑,๑ ๒,๒ ๓,๓ ๔,๔ ๕,๕ ๖,๖

๑,๑ ๒,๒ ๓,๓ ๔,๔ ๕,๕ ๖,๖ ๗,๗

๑,๑ ๒,๒ ๓,๓ ๔,๔ ๕,๕ ๖,๖ ๗,๗ ๘,๘

๑,๑ ๒,๒ ๓,๓ ๔,๔ ๕,๕ ๖,๖ ๗,๗ ๘,๘ ๙,๙

๑,๑ ๒,๒ ๓,๓ ๔,๔ ๕,๕ ๖,๖ ๗,๗ ๘,๘ ๙,๙ ๑๐,๑๐

๑,๑ ๒,๒ ๓,๓ ๔,๔ ๕,๕

๑,๑ ๒,๒ ๓,๓ ๔,๔ ๕,๕ ๖,๖

(๒) ช่วงสอง ให้นับเร็ว กล่าวคือ เมื่อลมหายใจเข้าออกปรากฏแก่ใจชัดเจนแล้ว (จิตอยู่กับลมหายใจ โดยลมหายใจช่วยตรึงไว้ได้ ไม่สายพุ่งไปภายนอก) ก็ไม่ต้องคำนึงถึงลมเข้าใน หรือลมออกนอก ให้เลิกนับซ้ำเสีย ให้เปลี่ยนเป็นนับเร็ว โดยการเอาสติกำหนด ณ จุดที่ลมกระทบ คือ ที่ปลายจมูก หรือริมฝีปากบน (แห่งใดแห่งหนึ่ง แล้วแต่ที่ใครรู้สึกชัด) อาจเขียนเป็นตัวเลข ดังนี้

๑, ๒ ๓, ๔ ๕

๑, ๒ ๓ ๔ ๕ ๖

๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗

๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘

๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙

๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐

๑ ๒ ๓ ๔ ๕

๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖

ฯลฯ

ให้กำหนดนับอย่างนี้เรื่อยไป จนกว่าเมื่อใด แม้มิได้นับแล้ว สติก็ยังตั้งแน่วแน่นอยู่ได้ในอารมณ์ คือ ลมหายใจออกนั้น ซึ่งวัตถุประสงค์ของการนับนี้ ก็เพื่อให้สติตั้งแน่วแน่นอยู่ได้ในอารมณ์ ตัดความคิดฟุ้งซ่านไปภายนอกได้นั่นเอง

๒) การตามลม (อนุพันทนา) ในขั้นนี้ให้ใช้สติติดตามลมหายใจเข้าออก ไม่ให้ขาดระยะ คือ ใช้สติกำหนดอยู่ตรงที่ลมหายใจเข้าออกกระทบ โดยแบ่งเป็น ๓ จุด คือ ปลายจมูก ทรวงอก และสะดือ เวลาหายใจเข้า ปลายจมูกจะเป็นจุดแรก (ต้นลมหายใจเข้า) ทรวงอกเป็นจุดกลาง (กลางลมหายใจเข้า) สะดือเป็นจุดสุดท้าย (ปลายลมหายใจเข้า) เวลาหายใจออก สะดือเป็นจุดแรก ทรวงอกเป็นจุดกลาง ส่วนปลายจมูกเป็นจุดสุดท้ายของลมหายใจออก ให้ใช้สติกำหนดอยู่ที่จุดลมหายใจออกกระทบ ไม่ต้องติดตามจากจุดหนึ่ง ไปสู่จุดหนึ่ง จะทำให้รู้สึกเหน็ดเหนื่อยและอึดอัด เหมือนคนเลี้ยงโคที่ฉลาดปล่อยโคออกหากินในตอนเช้า ไม่ต้องตามไปในที่ที่โคหากิน แต่จะคอยดักอยู่ที่ที่โคจะต้องไป เช่น ทำน้ำหรือแหล่งน้ำที่โคต้องลง การกำหนดลมหายใจก็เช่นกันหากกำหนดที่จุดใดจุดหนึ่งที่ ๓ จุดนั้น ก็จะทำให้ทำได้ง่าย แต่ส่วนใหญ่จะกำหนดที่ปลายจมูกซึ่งเป็นจุดแรกของลมหายใจเข้า

เมื่อผู้เจริญกรรมฐานหรือเจริญสมาธิ ได้ดำเนินการตามขั้นตอนและวิธีการข้างต้น ก็จะทำให้การปฏิบัติสมาธิได้ประสบผลสำเร็จ คือ ได้บรรลุถึงขั้นอัปปมาณาซึ่งถือว่าเป็นจุดมุ่งหมายของการเจริญสมถกานา

จึงกล่าวได้ว่า การพัฒนาจิต อาศัยธรรมชาติ ๒ ส่วน คือ (๑) อาศัยธรรมชาติภายนอกตัวมนุษย์มาเป็นอารมณ์หรืออุปกรณ์สำหรับการฝึกฝน เช่น สีต่าง ๆ อากาศ ช่องว่าง ของที่ไม่สวยงาม

เป็นต้น (๒) อาศัยธรรมชาติภายในที่เกิดกับจิต ได้แก่ สติ มาเป็นเชือกผูกจิตไว้กับอุปกรรมหรือ อารมณ์ที่ต้องการ โดยมีกัลยาณมิตรคอยดูแล ให้คำแนะนำ ตรวจสอบความก้าวหน้าในการฝึกฝน และอาศัยธรรมชาติภายในที่เกิดในร่างกาย คือลมหายใจเข้า – ออก เป็นอารมณ์หรืออุปกรรมให้สติ ใช้มัดจิตเอาไว้ โดยมีเป้าหมายในการพัฒนาอยู่ ๓ ประการ คือ (๑) เพื่อให้จิตมีคุณภาพ เช่น มีความ เมตตา กรุณา (๒) เพื่อให้จิตมีสมรรถภาพ เช่น มีความเข้มแข็ง อดทน ใช้งานได้ดี (๓) เพื่อให้จิตมี สุขภาพ เช่น ร่าเริง เบิกบาน มีปราโมทย์ และสำคัญคือเพื่อให้เป็นฐานปฏิบัติการทางปัญญา หรือ เป็นบาทฐานของวิปัสสนา<sup>๑๘๘</sup>

อนึ่ง การพัฒนาจิตนี้มีสมาธิเป็นศูนย์กลาง จึงนิยมเรียกว่า “สมาธิ”<sup>๑๘๙</sup> ซึ่งสมาธินั้น เมื่อ บุคคลปฏิบัติสูงขึ้นหรือปฏิบัติเข้มข้นขึ้น ความสำคัญของสมาธิที่เป็นแกนหรือเป็นศูนย์กลางก็จะยิ่ง เติบโตมากขึ้น และเมื่อสมาธิเจริญขึ้นจนจิตแน่วแน่อยู่กับตัวอย่างแท้จริงแล้ว อันผู้บำเพ็ญสมาธินั้น ก็จะบรรลุภาวะจิตที่เรียกว่า “ฌาน” ซึ่งเป็นสมาธิจิตขั้นสูง การพัฒนาสมาธินี้ แม้จะมีประโยชน์ มากมาย นำไปใช้เพื่อวัตถุประสงค์หลายอย่าง เช่น ในเรื่องพลังจิต และในด้านการหาความสุขทาง จิต แต่คุณค่าแท้จริงหรือวัตถุประสงค์แท้จริงตามความมุ่งหมาย คือ เพื่อเป็นบาทฐานของวิปัสสนา หรือเป็นเครื่องเกื้อหนุนการพัฒนาปัญญา<sup>๑๙๐</sup> การทำงานทางปัญญาที่ยังละเอียดซับซ้อนและลึกซึ้ง มากขึ้นก็ยิ่งต้องการสมาธิจิตสูงขึ้น การพัฒนาสมาธินี้จึงมีความสำคัญมาก<sup>๑๙๑</sup>

### ๓.๒.๔ การพัฒนาปัญญา

ตามทัศนะ พระพุทธศาสนานั้น มนุษย์มีความสัมพันธ์กับ โลกในตนเองและโลก ภายนอกตนเอง (สังขาร โลก สัตว์โลก โอภาส โลก) อยู่ตลอดเวลา และมนุษย์จะมีความสัมพันธ์กับ โลกนั้น ๆ อย่างไร ขึ้นอยู่กับโลกตามที่เขารู้จัก และตามขั้นตอนของความรู้ที่เขารู้ เช่น การเข้าไป รู้จักความจริงของโลกได้เพียงแค่ระดับสมมติสัจ จะทำให้มีความสัมพันธ์อยู่กับโลกอย่างยึดมั่น มีความทุกข์ เศร้าโศก เสียใจ เมื่อโลกแปรเปลี่ยนไป และถ้าหากรู้ความจริงของโลกได้ถึงขั้นปรมัตถ์ จะทำให้มีความสัมพันธ์กับโลกอย่างปล่อยวาง ไม่มีความยึดมั่นถือมั่น โลกจะแปรเปลี่ยนผันแปร ไปอย่างไร ก็ทำใจได้ว่ามันเป็นธรรมดาของโลก สามารถเข้าไปสัมพันธ์กับโลกอย่างสมควร

<sup>๑๘๘</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๘. หน้า ๘๓๓.

<sup>๑๘๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** (ฉบับเดิม), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. หน้า ๓๕๑-๓๕๒.

<sup>๑๙๐</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๘. หน้า ๘๓๓.

<sup>๑๙๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พระพุทธศาสนา พัฒนาการและสังคม**, พิมพ์ครั้งที่ ๗. หน้า ๑๗.

เหมาะสมกับความเป็นจริงหรือสามารถตั้งตนอยู่ในธรรมที่สมควรแก่ธรรมได้ ด้วยเหตุนี้ พระพุทธศาสนาจึงเน้น “ปัญญา” ว่าเป็นคำสอนที่สำคัญที่สุด<sup>๑๕๒</sup>

### ๓.๒.๔.๑ ปัญญา

คำว่า “ปัญญา” แปลตามรูปศัพท์ว่า ความรู้ทั่ว ความรู้ชัด หรือความรู้รอบรู้ หมายถึง ความรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริง (ยถาภูตญาณทัสนะ)<sup>๑๕๓</sup> ตามนัยคัมภีร์วิสุทธิมรรค หมายถึง วิปัสสนาญาณ<sup>๑๕๔</sup> แปลว่า ความรู้ที่ทำให้เกิดความเห็นแจ้ง เข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง ทำให้จิตหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์<sup>๑๕๕</sup> มี ๕ ชั้น ดังนี้

๑. อุทกัพพยานุปัสสนาญาณ หรืออุทกัพพยญาณ ญาณเห็นความเกิดดับของรูปนาม

๒. กังคานุปัสสนาญาณ หรือกังกญาณ ญาณเห็นความแตกสลาย คือ เมื่อเห็นความเกิดดับของรูปนามแล้ว คำนึงถึงเฉพาะความดับอันเป็นจุดจบอย่างเด่นชัด และเมื่อคำนึงถึงเช่นนั้นแล้ว ความเห็นว่าสังขารทั้งปวงล้วนต้องสลาย ก็ย่อมเกิดขึ้น

๓. กยตูปัญฐานญาณ หรือกยญาณ ญาณเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว คือ เมื่อเห็นความแตกสลายอันมีทั่วไปในทุกสิ่งอย่างเช่นนั้นแล้ว ความเห็นว่า สังขารทั้งปวง ไม่ว่าจะอยู่ในภพใด คติใด ก็ปรากฏเป็นสิ่งที่น่ากลัว เพราะต้องสลายไป ไม่ปลอดภัยทั้งสิ้น

๔. อาทีนวานุปัสสนาญาณ หรืออาทีนวญาณ ญาณเห็นโทษ คือ เมื่อเห็นสังขารทั้งปวงจะต้องแตกสลาย น่ากลัว ไม่ปลอดภัย ย่อมคำนึงเห็นสังขารทั้งปวงนั้นว่าเป็นโทษ เป็นสิ่งบกพร่อง ประกอบด้วยทุกข์

๕. นิพพิทานุปัสสนาญาณ หรือนิพพิทาญาณ ญาณคำนึงถึงความหน่าย คือ เมื่อเห็นความเป็นโทษในสังขารทั้งปวงแล้ว ย่อมเกิดความหน่ายไม่คิดใจเพลิดเพลินในสังขารนั้น

๖. มุญจितุกัมมตาญาณ ญาณต้องการจะพ้น ไป คือ เมื่อหน่ายต่อสังขารแล้ว ย่อมปรารถนาจะพ้น ไปจากสังขารเหล่านั้น

๗. ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ ญาณคำนึงพิจารณาหาทาง คือ เมื่อต้องการจะพ้น ไปจากสังขาร ย่อมหันกลับขึ้นมาพิจารณาสังขารทั้งหลาย ด้วยหลักไตรลักษณ์เพื่อหาอุบายปลดเปลื้อง

<sup>๑๕๒</sup> โสภณ ศรีภักษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, หน้า ๑๔๐.

<sup>๑๕๓</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๓/๑.

<sup>๑๕๔</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๓/๑.

<sup>๑๕๕</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒.



๘. สังขารเพิกษาญาณ ญาณเห็นความเป็นกลางต่อสังขาร คือ เมื่อพิจารณาสังขารใหม่ อีก ย่อมกำหนดรู้เห็นสภาวะของสังขารตามความเป็นจริงว่า ความเป็นไปของมันอย่างนั้นเป็นธรรมดา จึงวางใจเป็นกลางได้ ไม่ยินดียินร้ายในสังขารทั้งปวง แต่สามารถมองเห็นนิพพานเป็นสันติบท ญาณจึงโน้มโน้มที่จะมุ่งไปยังนิพพาน เลิกละความผูกพันกับสังขารทั้งหลาย

๙. สัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ ญาณเป็นไปโดยอนุโลม คือ เมื่อวางใจไปสู่ นิพพานแล้ว ญาณซึ่งคล้อยต่อการตรัสรู้หรือริยสัง ย่อมเกิดขึ้นในลำดับต่อไป เป็นขั้นสุดท้ายของวิปัสสนาญาณ ต่อจากอนุโลมญาณจะเกิดโคตรญาณ มากันกลางญาณนี้เป็นหัวต่อระหว่างภาวะปุถุชนกับภาวะ อริยบุคคล แล้วจึงเกิดมรรคญาณ ให้สำเร็จความเป็นอริยบุคคลต่อไป เมื่อมรรคญาณ ซึ่งเกิดถัดจากโคตร ญาณแล้วผลญาณ ก็จะเกิดขึ้นมาตามลำดับของแต่ละขั้นของความเป็นอริยบุคคล ต่อจากนี้จะเกิดปัจเจกขณญาณ คือ ญาณที่พิจารณามรรค ผล กิเลสที่ละแล้ว กิเลสที่ยังเหลืออยู่และนิพพาน

พระพุทธศาสนาเรียกวิปัสสนาญาณนี้ในอีกชื่อหนึ่งว่า “วิปัสสนาปัญญา” แปลตามรูป ศัพท์ว่า ปัญญาที่เกิดจากการเห็นแจ้งหรือรู้แจ้ง เป็นปัญญาที่เป็นผลของการเจริญวิปัสสนา กรรมฐาน สารสำคัญโดยสรุปของวิปัสสนาปัญญา คือ รู้แจ้งขั้น ๕ อายุขณะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ สัจจะ ๔ และปฏิจสงฆูปบาท ๑๒ ว่าเป็นสภาวะของรูปนามที่เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา กล่าวคือ มีปัญญารู้ว่าสิ่งทั้งหลายในโลกนี้ ทั้งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิตก็ตาม สรุปลงเป็นความจริง ๒ อย่าง คือ รูปและนาม รูปและนามนี้ล้วนเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ความรู้แจ้งเห็นจริงแบบ วิปัสสนาปัญญาหรือวิปัสสนาญาณนั้น เมื่อเกิดขึ้นแล้วเป็นความรู้เห็นที่ถาวร ทำให้หมดความหลงผิดโดยสิ้นเชิง เป็นความรู้ที่สามารถกำจัดทำลายกิเลส และความทุกข์ได้โดยเด็ดขาด ในวิปัสสนา ญาณ ๑๖ นี้ ที่จัดว่าเป็น โลกุตตรปัญญาจริง ๆ นั้น มีเพียง ๓ คือ มรรคญาณ ผลญาณ และปัจเจกขณ ญาณ ที่เหลือออกนั้นจัดอยู่ในชั้นของ โลกียปัญญา<sup>๑๕๖</sup>

วิปัสสนาญาณหรือวิปัสสนาปัญญานี้ เป็นปัญญาระดับสูง เป็นความรู้ความเห็นที่ถาวร ทำให้ หมดความเห็นผิดโดยสิ้นเชิง เป็นความรู้ที่สามารถกำจัดอวิชชา ทำลายกิเลสและความทุกข์ได้โดยเด็ดขาด<sup>๑๕๗</sup>

ปัญญา มีนัยแห่งความหมายต่างจาก “สัญญาและวิญญาณ” ซึ่งเป็นชั้นของปัญญา คู่ด้วยกัน กล่าวคือ<sup>๑๕๘</sup>

๑. สัญญา แปลว่า ความรู้จักอารมณ์ หมายถึงการหมายรู้หรือกำหนดรู้อาการของอารมณ์ เช่น ลักษณะ ทรวดทรง สี สันฐาน ฯลฯ ตลอดจนชื่อเรียก และสมมติบัญญัติต่าง ๆ คำว่า “อาการ ของอารมณ์” หมายถึงอาการของ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางกาย สัมผัสทางใจ (รูปสัญญา สัทท

<sup>๑๕๖</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, หน้า ๑๗๓.

<sup>๑๕๗</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๓/๑.

<sup>๑๕๘</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๓/๑-๓.

สัญญา คันธสัญญา รัสสัญญา โภกฐัพพสัญญา ชัมมสัญญา) การหมายรู้นี้ อาศัยการจับเผชิญหรือ การเทียบเคียงระหว่างประสบการณ์หรือความรู้เก่ากับประสบการณ์หรือความรู้ใหม่ ลักษณะสำคัญของสัญญา คือ ทำงานกับอารมณ์ที่ปรากฏ กล่าวคือ เมื่ออารมณ์ปรากฏต่อหน้า จึงกำหนดได้ หมายรู้อา หรือจำได้ซึ่งอารมณ์นั้น

๒. วิญญาณ แปลว่า ความรู้แจ้งอารมณ์ หมายถึงความรู้แจ้งอารมณ์ทางประสาทสัมผัส ทั้ง ๕ และทางใจ ได้แก่ รู้อรูป รู้เสียง รู้กลิ่น รู้รส รู้สิ่งที่มาต้องกาย รู้เรื่องในใจหรือที่เกิดกับใจ (จักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณ และมนโณวิญญาณ) ความรู้แจ้งอารมณ์นี้ เป็นความรู้ที่อาศัย ๑) อายตนะภายใน (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) ๒) อายตนะภายนอก (รูป เสียง กลิ่น รส โภกฐัพพะ ธรรมารมณ์) และ ๓) มนสิการ ประจวบกัน ลักษณะสำคัญของวิญญาณ คือ อาศัยอารมณ์ที่ปรากฏอยู่จึงทำงานได้

๓. ปัญญา แปลว่า ความรู้ทั่ว ความรู้ชัด หรือความรอบรู้ หมายถึงรู้ทั่วถึงความจริงหรือรู้ตรงตามความเป็นจริง เป็นความรู้ที่เกิดจากการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เรียกว่า ภาวนามยปัญญา หรือวิปัสสนาญาณ เป็นความรู้ในระดับที่สามารถทำให้หลุดพ้นจากอัสวะกิเลสทั้งปวง เป็นความรู้เข้าใจไตรลักษณ์อย่างถ่องแท้ และสามารถทำให้มรรคเกิดขึ้นได้ด้วย

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงขอบเขตของปัญญาแบบ “สัญญา วิญญาณ และปัญญา” ด้วยข้ออุปมาด้วยบุคคล ๓ ประเภทว่า สัญญาเพียงรู้จักอารมณ์ว่า เขียว เหลือง เป็นต้น (คือรู้อาการของอารมณ์) ไม่อาจช่วยให้เข้าใจถึงลักษณะ คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาได้ วิญญาณรู้อารมณ์ว่า เขียว เหลือง เป็นต้น ได้ด้วย ช่วยให้เข้าใจถึงลักษณะว่าอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาได้ด้วย (คือเข้าใจตามที่ปัญญาบอก) แต่ก็ยังไม่ถึงขั้นที่จะทำให้มรรคปรากฏขึ้นได้ (คือให้ตรัสรู้อริยสัจไม่ได้) ส่วนปัญญา ทั้งรู้อารมณ์ ทั้งให้ถึงความเข้าใจลักษณะ และทั้งส่งผลถึงความปรากฏขึ้นของมรรค

ความรู้ (สัญญา วิญญาณ และปัญญา) ๓ แบบนั้นเหมือนคน ๓ คน มองดูกองเหรียญ สตางค์ที่กองเงินของเหรียญคือ เด็กไร้เดียงสา คนชาวบ้าน และเหรียญเด็กไร้เดียงสา มองดูแล้ว รู้แต่ความงามแปลก ๆ ยาว สั้น สีเหลือง และกลม แห่งเหรียญเท่านั้น แต่ไม่รู้ว่าเขาสมมติกันว่า สิ่งนี้เป็นแก้ว เป็นเครื่องชื้อหาสิ่งอุปโลกนวิโลกนเหรียญ คนชาวบ้าน รู้ความสดใสแปลก ๆ เป็นต้น ด้วย และรู้ว่าเขาสมมติกันว่าเป็นสิ่งนี้เป็นแก้ว เป็นเครื่องชื้อหาสิ่งอุปโลกนวิโลกนด้วย แต่แยกไม่ออกว่าเหรียญนี้แท้ นี้ปลอม นี้ปน มีเงินจริงครึ่งหนึ่ง เป็นต้น ส่วนเหรียญรู้ทุกอย่าง เพียงแค่ได้เห็น ได้ยินเสียงเคาะ ได้กลิ่น ก็รู้ทุกอย่างทันทีว่าเหรียญนั้น ทำจากไหน ใครทำ

ตามนัยแห่งคัมภีร์วิสุทธิมรรคนี้ ปัญญาไม่ได้เกิดขึ้นเสมอไป บางทีมีแต่สัญญาและวิญญาณ หากมีปัญญาดูด้วยไม่ แต่คราวใด มีปัญญาเกิดร่วมด้วยกับสัญญาและวิญญาณ คราวนั้น ก็จะแยกให้เห็นความแตกต่างจากกันและกัน

### ๓.๒.๔.๒ ลักษณะของปัญญา

ปัญญา มีนัยแห่งความหมายตรงข้ามกับ “โมหะ” หรือ “อวิชชา” ที่แปลว่า ความหลง ความไม่รู้ หรือความเข้าใจผิด<sup>๑๕๕</sup> พระพุทธศาสนา ได้กล่าวถึงลักษณะของปัญญาไว้ในคัมภีร์ต่าง ๆ ดังนี้

๑. คัมภีร์มิลินทปัญหา ได้กล่าวถึงลักษณะของปัญญาว่า “ปัญญา มีลักษณะตัดให้ขาด คือสามารถตัดสินปัญหาได้ ตั้งชวานาเกี่ยวข้าว รวบกอข้าวด้วยมือข้างหนึ่งแล้วถือเกี่ยวเกี่ยวกอข้าวให้ขาดด้วยมืออีกข้างหนึ่ง”<sup>๑๖๐</sup> “ปัญญา มีลักษณะส่องให้สว่าง คือ เมื่อปัญญาเกิดขึ้น ย่อมกำจัดความมืดคืออวิชชา ทำความสว่างคือวิชชาให้เกิด ส่องแสงคือญาณ เห็นแจ้งอริยสัจ ๔ เห็นไตรลักษณ์ด้วยปัญญาอันชอบว่า สิ่งนี้ไม่เที่ยง สิ่งนี้เป็นทุกข์ สิ่งนี้ไม่ใช่ตัวตน เหมือนบุคคลถือไฟเข้าไปในเรือนที่มืด ไฟที่ถือเข้าไปแล้ว ย่อมกำจัดความมืดเสีย ทำความสว่างให้เกิด ส่องแสง ทำให้รูปปรากฏ ชื่อนั้น ฉนฺได ปัญญาเมื่อเกิดย่อมกำจัดความมืดคืออวิชชา ทำความสว่างคือวิชชาให้เกิด ส่องแสงสว่างคือญาณ ทำอริยสัจทั้งหลายให้ปรากฏ ...”<sup>๑๖๑</sup>

๒. คัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้กล่าวถึงลักษณะของปัญญา รวมถึงหน้าที่ของปัญญา ผลปรากฏของปัญญา และเหตุชนิดใดที่ทำให้เกิดปัญญาว่า ลักษณะของปัญญา คือการหยั่งรู้สภาวะธรรม หน้าที่ของปัญญา คือการขจัดเสียซึ่งความมืดบอดคือโมหะอันปิดบังสภาวะธรรม ผลปรากฏของปัญญา คือความหายหลง เหตุชนิดใดที่ทำให้เกิดปัญญา คือ สมาธิ ได้แก่ มีสมาธิเป็นพื้นฐาน<sup>๑๖๒</sup>

### ๓.๒.๔.๓ องค์ประกอบของปัญญา

ปัญญาในทางพระพุทธศาสนา มีพื้นฐานทางเนื้อหาที่มาจากองค์มรรค ๒ ประการรวมกัน คือ สัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปป<sup>๑๖๓</sup> องค์มรรคทั้ง ๒ ประการ มีอธิบายความดังนี้

๑. สัมมาทิฐิ (Right View) แปลว่า ความเห็นชอบ ตามนัยพระอภิธรรมปิฎก หมายถึง ความรอบรู้ ญาณ การวิจัยธรรม การจำแนก การกำหนดหมาย ภาวะที่รู้ ภาวะฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง การค้นคิด การใคร่ครวญ<sup>๑๖๔</sup> ตามนัยพระสูตรซึ่งพบบ่อยที่สุด หมายถึง ๑)

<sup>๑๕๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๒๐.

<sup>๑๖๐</sup> มหามกุฏราชวิทยาลัย, **มิลินทปัญหา ฉบับพิสดาร**, พิมพ์ครั้งที่ ๖. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์บรรณศิลป์, ๒๕๑๖), หน้า ๑๐๖-๑๐๗.

<sup>๑๖๑</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๗-๑๒๘.

<sup>๑๖๒</sup> **วิสุทธิ**. (บาลี). ๓/๓.

<sup>๑๖๓</sup> **ม.มู.** (ไทย). ๑๒/๔๖๒/๕๐๓; พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๓๔๕; ๖๑๓, ๘๖๘.

<sup>๑๖๔</sup> **อภิ.ธ.** (ไทย). ๓๗/๓๔.

ความรู้แจ้งในอริยสัจ ๒) ความรู้แจ้งในอกุศลและอกุศลมูลกับกุศลและกุศลมูล ๓) ความเห็นแจ้งในไตรลักษณ์ ๔) ความเห็นแจ้งในปฏิจาสมุปบาท

๑) ความรู้แจ้งในอริยสัจ ดังพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย สัมมาทิฏฐิ คือ อะไร คือ ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกขสมุทัย ความรู้ในทุกขนิโรธ ความรู้ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา”<sup>๒๐๕</sup>

๒) ความรู้แจ้งในอกุศลและอกุศลมูล (โลภะ โทสะ โมหะ) กับ กุศลและกุศลมูล (อโลภะ อโทสะ อโมหะ) ดังพุทธพจน์ว่า “เมื่อใด อริยสาวกผู้ชด ชั่งอกุศล ... อกุศลมูล ... กุศล ... และกุศลมูล ด้วยเหตุเพียงนี้ เธอเชื่อว่ามีสัมมาทิฏฐิ, มีความเห็นตรง ประกอบด้วยความเลื่อมใสแน่วแน่ในธรรม เข้าถึงสัทธรรมนี้แล้ว”<sup>๒๐๖</sup>

๓) ความเห็นแจ้งในไตรลักษณ์ ดังพุทธพจน์ว่า “ภิกษุเห็นรูป ... เวทนา ... สัญญา ... สังขาร ... วิญญาณ ซึ่งไม่เที่ยง ว่าไม่เที่ยง ความเห็นของเธอนั้นเป็นสัมมาทิฏฐิ เมื่อเห็นชอบ ก็ย่อมหน่าย เพราะสิ้นเพลین ก็สิ้นการข้อมติ เพราะสิ้นการข้อมติ ก็สิ้นเพลิน เพราะสิ้นเพลินและข้อมติ จิตจึงหลุดพ้น เรียกว่าพ้นขาดแล้ว” “ภิกษุเห็นจักขุ ... โสตะ ... ฆานะ ... ชิวหา ... กาย ... มโน ... รูป ... เสียง ... กลิ่น ... รส ... โภจฺจัพพะ ... ธรรมารมณฺ์ ซึ่งไม่เที่ยง ว่าเที่ยง ความเห็นของเธอนั้นเป็นสัมมาทิฏฐิ ฯลฯ”<sup>๒๐๗</sup>

๔) ความเห็นแจ้งในปฏิจาสมุปบาท ดังพุทธพจน์ต่าง ๆ เช่น “เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้เกิด สิ่งนี้จึงเกิด เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ก็ไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับ สิ่งนี้จึงดับ”<sup>๒๐๘</sup>

นอกจากนี้ ในทางพระสูตร ยังได้จำแนกความหมายของสัมมาทิฏฐิเป็น ๒ ระดับ คือ ระดับที่เป็นสาสวะกับระดับโลกุตตระ ดังพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมาทิฏฐิเป็นไฉน? เรากล่าวว่าสัมมาทิฏฐิมี ๒ อย่าง คือ สัมมาทิฏฐิที่ยังมีอาสวะ ซึ่งเป็นฝ่ายบุญ อำนวยวิบากแก่ขันธ อย่างหนึ่ง กับ สัมมาทิฏฐิที่เป็นอริยะ ไม่มีอาสวะ เป็นโลกุตตระ และเป็นองค์แห่งมรรค อย่างหนึ่ง”

“สัมมาทิฏฐิที่ยังมีอาสวะ ซึ่งเป็นฝ่ายบุญ อำนวยวิบากแก่ขันธ เป็นไฉน? คือ ความเห็นว่าทานที่ให้แล้วมีผล การบำเพ็ญทานมีผล การบูชาผู้มีผล กรรมที่ทำไว้ดีและชั่ว มีผล มีวิบาก โลกนี้มี พร โลกมี มารดา มีบิดามี สัตว์ที่เป็นโอปปาติกะมี สมณพราหมณ์ผู้ประพฤดิชอบ ปฏิบัติชอบ

<sup>๒๐๕</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๐/๔๐๒/๓๓๕; อ.จ.ต.ก. (ไทย). ๒๐/๕๐/๓๑๕.

<sup>๒๐๖</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๒/๘๕/๘๒-๘๓.

<sup>๒๐๗</sup> ส.ส. (ไทย). ๑๘/๑๕๖-๑๕๕/๘๑๕๓-๑๕๕.

<sup>๒๐๘</sup> ส.น. (ไทย). ๑๖/๑๕/๒๕.

ซึ่งประกาศโลกนี้และปรโลกให้แจ่มแจ้ง เพราะรู้อย่างด้วยตนเอง มีอยู่ นี้แล  
สัมมาทิฏฐิที่ยังมีอาสวะ ซึ่งเป็นฝ่ายบุญ อำนวยวิบากแก่ขั้นชั

“สัมมาทิฏฐิที่เป็นอริยะ ไม่มีอาสวะ เป็นโลกุตตระ เป็นองค์  
มรรค เป็นไฉนะ? คือ องค์มรรค ข้อสัมมาทิฏฐิ ที่เป็นตัวปัญญา ปัญญา  
นทรีย์ ปัญญาพละ ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ ของผู้มีจิตเป็นอิสระ มีจิตไร้  
อาสวะ มีอริยมรรคเป็นสมังคี ผู้กำลังเจริญอริยมรรคอยู่ นี้แล  
สัมมาทิฏฐิที่เป็นอริยะ ไม่มีอาสวะ เป็นโลกุตตระ เป็นองค์มรรค”<sup>๒๐๕</sup>

ตามคำจำกัดความของสัมมาทิฏฐิดังกล่าวข้างต้นนี้ แสดงให้เราทราบว่า สัมมาทิฏฐิ มี ๒  
ประเภท หรือ ๒ ระดับ คือ<sup>๒๐๐</sup>

๑) โลกียสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบหรือเห็นถูกต้องระดับ โลกียะ ความเห็นชอบหรือ  
เห็นถูกต้องที่ยังเนื่องใน โลก ความเห็นชอบหรือเห็นถูกต้องที่ขึ้นต่อ โลก หมายถึงความเห็นถูกต้อง  
ตามคลองธรรม ได้แก่ ความเห็น ความเชื่อ ความเข้าใจ เกี่ยวกับ โลกและชีวิตที่ถูกต้องตามหลักแห่ง  
ความดี เป็นไปตามคลองธรรม หรือสอดคล้องกับศีลธรรม โดยสาระสำคัญ ได้แก่ “กัมมัสสกตา  
ญาณ” หมายถึงความรู้ว่ามนุษย์มีกรรมเป็นของตน มนุษย์เป็นเจ้าของการกระทำของตน จะต้อง  
รับผิดชอบต่อการกระทำนั้น คือ ได้รับผลแห่งการกระทำของตน ซึ่งเป็นความรู้ความเข้าใจที่  
สอดคล้องกับกฎแห่งกรรม หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า รู้เข้าใจถึงการที่พฤติกรรมและผลสืบเนื่องจาก  
พฤติกรรมทั้งหลายของมนุษย์ เป็น ไปตามกฎแห่งปัจจัยสัมพันธ์

๒) โลกุตตรสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบหรือความเห็นถูกต้องในระดับ โลกุตตระ ความ  
เห็นชอบหรือความเห็นถูกต้องที่เหนือโลก ไม่ขึ้นต่อโลก ไม่ขึ้นต่ออิทธิพลของสิ่งแวดล้อม เป็นการ  
เกี่ยวข้องกับธรรมเองแท้ ๆ หมายถึงความเห็นถูกต้องตามเป็นจริง คือ เห็นตรงสภาวะหรือตามเหตุปัจจัย  
ได้แก่ ความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับ โลกและชีวิตถูกต้อง ตามเป็นจริง ตามสภาวะ หรือตามเหตุปัจจัยและโล  
กุตตรสัมมาทิฏฐินี้จัดเป็นความรู้ความเข้าใจชัดเจนแจ่มแจ้ง ถึงขั้นเป็นมรรคเป็นผล ทำให้เป็นอริยบุคคล

สัมมาทิฏฐิระดับ โลกียะ (กัมมัสสกตาสัมมาทิฏฐิ) เป็นทัศนะในขั้นจริยธรรม ได้แก่  
แนวคิด ทฤษฎี ค่านิยม ความเชื่อในการกระทำและผลของการกระทำของตน หรือที่เรียกว่า ความ  
เห็นชอบตามคลองธรรม เช่น เชื่อว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เป็นต้น ส่วนสัมมาทิฏฐิระดับ โลกุตตระ  
(สัจจานุโลมิกญาณ) เป็นทัศนะในขั้นสังขธรรม คือ ความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามสภาวะ ไม่เอน  
เอียงไปตามความชอบ ความชัง

<sup>๒๐๕</sup> ม.อ. (ไทย). ๑๔/๑๓๖/๑๓๕-๑๓๖.

<sup>๒๐๐</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๖๕๑-๖๕๒.

พระพุทธศาสนาถือว่า สัมมาทิฏฐิ มีความสำคัญมาก ในฐานะเป็นจุดเริ่มต้นของการปฏิบัติธรรม ซึ่งถ้าขาดเสียแล้ว องค์มรรคหรือองค์ประกอบข้ออื่น ๆ จะเกิดมีขึ้นไม่ได้ เมื่อสัมมาทิฏฐิเบิกช่องทางหรือตั้งต้นให้แล้ว องค์มรรคข้ออื่น ๆ จึงเกิดขึ้นตามได้เป็นลำดับไป ความสำคัญของสัมมาทิฏฐิ เป็นอย่างไร จะเห็นได้จากพุทธพจน์ในสูตรต่าง ๆ ต่อไปนี้

“ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์อุทัยอยู่ ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อน เป็นบุพนิมิต ฉะนั้น สัมมาทิฏฐิก็เป็นต้นนำ เป็นบุพนิมิตเพื่อการตรัสรู้ซึ่งอริยสัจ ๔ ฉะนั้น ...”<sup>๒๑๑</sup>

“ภิกษุทั้งหลาย บรรดามรรคมีองค์ ๘ นั้น สัมมาทิฏฐิ เป็นประธาน อย่างไร? คือ เพราะสัมมาทิฏฐิ จึงรู้จักมิจฉาทิฏฐิว่ามิจฉาทิฏฐิ รู้จักสัมมาทิฏฐิว่าเป็นสัมมาทิฏฐิ รู้จักมิจฉาสังกัปปะว่าเป็นมิจฉาสังกัปปะ รู้จักสัมมาสังกัปปะว่าเป็นสัมมาสังกัปปะ รู้จักมิจฉาวาจาว่าเป็นมิจฉาวาจา ...”<sup>๒๑๒</sup>

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมาทิฏฐิเป็นหัวหน้าอย่างไร? เพราะสัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะจึงพอเหมาะได้ เพราะสัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจาจึงพอเหมาะได้ ...”<sup>๒๑๓</sup>

“โดยนัยดังนี้แล พระเสขะ ผู้ประกอบด้วยองค์ ๘ จึงกลายเป็นพระอรหันต์ ผู้ประกอบด้วยองค์ ๑๐”<sup>๒๑๔</sup>

“ข้อที่ภิกษุทำลายอวิชชา ยังวิชชาให้เกิดขึ้น ทำให้แจ้งนิพพานได้ด้วยทิฏฐิที่ตั้งไว้ชอบ (สัมมาทิฏฐิ) ด้วยมรรคภาวนาที่ตั้งไว้ชอบ นี่เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ นั่นเป็นเพราะเหตุอะไร ก็เพราะมีทิฏฐิที่ตั้งไว้ชอบแล้ว (สัมมาทิฏฐิ)”<sup>๒๑๕</sup>

“เราไม่เห็นธรรมอย่างอื่น แม้อย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นเหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้น หรือที่เกิดขึ้นแล้ว เป็นไปเพื่อเจริญงอกงามไปพลุลย์เหมือนสัมมาทิฏฐินี้เลย”<sup>๒๑๖</sup>

<sup>๒๑๑</sup> ส.ม. (ไทย). ๑๕/๑๐๗/๖๑๗.

<sup>๒๑๒</sup> ม.อ. (ไทย). ๑๔/๑๓๘/๑๗๗.

<sup>๒๑๓</sup> ม.อ. (ไทย). ๑๔/๑๔๑/๑๘๐-๑๘๑.

<sup>๒๑๔</sup> ม.อ. (ไทย). ๑๔/๑๔๑/๑๘๐-๑๘๑.

<sup>๒๑๕</sup> ส.ม. (ไทย). ๑๕/๕/๑๔.

<sup>๒๑๖</sup> อ.จ.ติก. (ไทย). ๒๐/๒๓๕/๓๘.

๒. สัมมาสังกัปปะ (Right Thought) แปลตามรูปศัพท์ว่า ความดำริชอบ หมายถึงความดำริ ๓ ประการ คือ ๑) ความดำริออกจากกาม ๒) ความดำริในการไม่ปองร้าย ๓) ความดำริในการไม่เบียดเบียน ดังพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมาสังกัปปะ เป็นไฉน? เนกขัมมสังกัปปะ อพยบาทสังกัปปะ อวิหิงสาสังกัปปะ นี้เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ”<sup>๒๑๗</sup>

นอกจากนี้ ตามพระสูตร ยังจำแนกคำจำกัดความของสัมมาสังกัปปะออกเป็น ๒ ระดับ คือ ระดับโลกิยะและระดับโลกุตตระ เรียกว่า โลกิยะสัมมาสังกัปปะและโลกุตตรสัมมาสังกัปปะ ดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมาสังกัปปะ เป็นไฉน? เรากล่าวว่าสัมมาสังกัปปะ มี ๒ อย่าง คือ สัมมาสังกัปปะ ที่ยังมีอาสวะ เป็นฝ่ายบุญ อำนาจวิบากแก่ขันธ อย่างหนึ่ง กับ สัมมาสังกัปปะ ที่เป็นอริยะ ไม่มีอาสวะ เป็นโลกุตตระ และเป็นองค์มรรค อย่างหนึ่ง”

“สัมมาสังกัปปะ ที่ยังมีอาสวะ ... คือ เนกขัมมสังกัปปะ อพยบาทสังกัปปะ อวิหิงสาสังกัปปะ ...”

“สัมมาสังกัปปะ ที่เป็นอริยะ ไม่มีอาสวะ เป็นโลกุตตระ เป็นองค์มรรค คือ ความตริก (ตักกะ) ความนึกคิด (วิตักกะ) ความดำริ (สังกัปปะ) ความคิดแน่วแน่ (อัปปนา) ความคิดปักแน่น (ปัณ) (พยัปปนา) ความเอาใจจดจ่อลง (วิสังขาร) ของผู้มีจิตเป็นอริยะ มีจิตไร้อาสวะ มีอริยมรรคเป็นสมังคี ผู้กำลังเจริญอริยมรรคอยู่ ...”<sup>๒๑๘</sup>

ในคำจำกัดความของสัมมาสังกัปปะ ๒ ระดับนั้น ในระดับโลกิยะ หมายถึงความดำริชอบ หรือความนึกคิดในทางที่ถูกต้อง ตรงกันข้ามกับความดำริผิดหรือความนึกคิดในทางที่ไม่ถูกต้อง ที่เรียกว่า “มิฉฉาสังกัปปะ” ซึ่งมี ๓ อย่าง คือ<sup>๒๑๙</sup>

๑. กามสังกัปปะ หรือ กามวิตก คือ ความดำริเกี่ยวข้องกับกาม ความนึกคิดในทางที่จะแสวงหาสิ่งสนองความต้องการทางประสาทสัมผัสทั้ง ๕ หรือสิ่งสนองตัณหาอุปาทาน ความนึกคิดในทางเห็นแก่ตัว เป็นความนึกคิดในฝ่ายราคะหรือโลภะ

๒. พยาบาทสังกัปปะ หรือ พยาบาทวิตก คือ ความดำริในทางพยาบาท ความดำริที่ประกอบด้วยความขัดเคืองเพ่งมองในแง่ร้าย เป็นความนึกคิดในฝ่ายโทสะ (ตรงข้ามกับเมตตา)

๓. วิหิงสาสังกัปปะ หรือ วิหิงสวิตก คือ ความดำริในทางเบียดเบียน ความนึกคิดในทางทำลาย ทำร้ายหรือก่อความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น เป็นความนึกคิดในฝ่ายโทสะ (ตรงข้ามกับกรุณา)

<sup>๒๑๗</sup> ที.ม. (ไทย). ๑๐/๔๐๒/๓๓๕; ม.ม. (ไทย). ๑๒/๑๓๕/๑๒๖; ม.อ. (ไทย). ๑๔/๓๓๕/๔๒๒.

<sup>๒๑๘</sup> ม.อ. (ไทย). ๑๔/๑๓๓/๑๓๓.

<sup>๒๑๙</sup> อ.จ.ภ.ก. (ไทย). ๒๒/๑๐๕/๖๓๐.

ความดำริหรือแนวความคิดแบบนี้ เป็นเรื่องปกติของมนุษย์ปุถุชน เพราะตามธรรมดา เมื่อปุถุชนรับรู้อารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง โดยการเห็น ได้ยิน เป็นต้น จะเกิดความรู้สึกอย่างใดอย่างหนึ่ง ใน ๒ อย่างนี้ คือ ถ้าถูกใจก็ชอบ ถ้าไม่ถูกใจก็ชัง จากนั้น ความดำรินึกคิดต่าง ๆ ก็จะดำเนินไปตามแนวทางหรือแรงผลักดันของความชอบหรือไม่ชอบนั้น ด้วยเหตุนี้ ความนึกคิดของปุถุชนโดยปกติ จึงเป็นความนึกคิดที่เอนเอียงไปข้างใดข้างหนึ่ง ทำให้ไม่มองเห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ทำให้เกิดทัศนคติ (หรือเจตคติ) ต่อสิ่งต่าง ๆ อย่างไม่ถูกต้อง

ส่วนความดำริชอบหรือความนึกคิดในทางที่ถูกต้อง หมายถึงความดำริ ๓ ประการ คือ ความดำริปลอดกามหรือปลอดโลภะ ความดำริปลอดพยาบาท และความดำริปลอดอหิงสา เรียกว่า “สัมมาสังกัปปะ” ๓ ประการ ดังนี้<sup>๒๒๐</sup>

๑. เนกขัมมสังกัปปะ หรือ เนกขัมมวิตก คือ ความดำริปลอดจากโลภะ ความนึกคิดปลอดจากกาม ความคิดปราศจากความเห็นแก่ตัว ความคิดในทางเสียสละ และความคิดเป็นกุศลทุกอย่าง

๒. อพยาบาทสังกัปปะ หรือ อพยาบาทวิตก คือ ความดำริที่ไม่พยาบาทหรือความคิดร้าย ความนึกคิดที่ประกอบด้วยเมตตาโดยสมบูรณ์ ไม่มีขอบเขตจำกัด

๓. อวิหิงสาสังกัปปะ หรือ อวิหิงสวิตก คือ ความดำริปลอดจากการเบียดเบียน ความนึกคิดที่ประกอบด้วยกรุณา ไม่คิดร้าย หรือมุ่งทำลาย คิดแต่จะช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์

ความดำริชอบนี้ เป็นสิ่งที่เนื่องด้วยความเห็น ทศนะ หรือทักขิณี คือ เมื่อมีความเห็นถูกต้อง (สัมมาทิฏฐิ) แล้ว ย่อมมีความคิดหรือแนวคิด ที่จะทำอะไรต่อไปที่ถูกต้อง (สัมมาสังกัปปะ) ด้วย

ตามหลักพระพุทธศาสนา ความดำริชอบ เกิดจากโยนิโสมนสิการ คือ การมองเห็นทั้งหลายอย่างไม่ผิวเผิน รับอารมณ์ทั้งหลาย โดยมีสติสัมปชัญญะ ไม่ปล่อยความคิดไปตามกระแสความรู้สึก ใช้ความคิดวิเคราะห์แยกแยะ และคิดสืบสาวสอบค้นเหตุปัจจัย ตามหลักโยนิโสมนสิการ ด้วยการมีโยนิโสมนสิการนี้ ย่อมทำให้ผู้นั้นมีสัมมาทิฏฐิ คือ การเห็นตามความเป็นจริง และเมื่อเห็นตามความเป็นจริง สัมมาสังกัปปะ (ความดำรินึกคิด ซึ่งปลอดโปร่ง โล่งเบา เป็นอิสระ ปราศจากความเอนเอียง ตรงข้ามกับมิจฉาสังกัปปะ) ก็เกิดขึ้นเสริมสัมมาทิฏฐิให้เพิ่มพูนยิ่งขึ้น และได้เกิดขึ้นในภาวะจิตที่มีโยนิโสมนสิการนั้น

หลักธรรมที่เป็นองค์มรรค ๒ ประการ คือ สัมมาทิฏฐิและสัมมาสังกัปปะนี้ เป็นหลักธรรมในชั้นของปัญญาซึ่งเป็นข้อปฏิบัติในชั้นของจิตและเป็นหลักธรรมชั้นสูงกว่าสมาธิ เพราะสมาธิเป็นขั้นที่ทำให้จิตสงบ ระงับ ผ่องใส และมั่นคงตั้งมั่น ส่วนปัญญา (สัมมาทิฏฐิและสัมมาสังกัปปะ) เป็นตัวการที่กำหนดการเดินทางหรือการทำงานของจิต เป็นตัวการที่ทำให้จิตหลุด

<sup>๒๒๐</sup> อ.จ.นฤก. (ไทย). ๒๒/๑๐๕/๖๓๑.



พื้น ทะลุผ่านบังแห่งความมืดคือโมหะได้ ตามหลักพุทธธรรมถือว่า คนเราจะคิด (สังกัปปะ) จะพูด และจะทำ อย่างไรต่อไป ย่อมเนื่องมาจากความคิดเห็นหรือความรู้ จึงกล่าวได้ว่า ความคิดเห็นหรือความรู้ (ทัญญู) เป็นบ่อเกิดสำคัญของการกระทำหรือพฤติกรรมของมนุษย์<sup>๒๒๐</sup>

#### ๓.๒.๔.๔ ประเภทของปัญญา

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แบ่งปัญญาไว้หลายประเภท แต่ละประเภทก็ประกอบด้วยหมวดต่าง ๆ มากมาย และแต่ละหมวดก็ประกอบด้วยชุดต่าง ๆ อีก มากบ้าง น้อยบ้าง แต่ที่น่าสนใจ ได้แก่ ปัญญา ๒ ประเภทนี้ คือ<sup>๒๒๑</sup>

๑. โลกีย์ปัญญา หมายถึงปัญญาทางโลกหรือความรู้ทางโลก ความรู้ความเข้าใจในวิชาการต่าง ๆ ความรู้เกี่ยวกับข้อเท็จจริงหรือทฤษฎีเกี่ยวกับข้อเท็จจริง ให้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิตหรือการดำรงชีพ ซึ่งปัญญาในระดับนี้ เป็นปัญญาของปุถุชน เป็นความรู้ของชาวโลกที่ขึ้นอยู่กับตัวผู้รู้และสิ่งที่ถูกรับรู้ ความรู้ประเภทนี้ เป็นความรู้ที่เกิดจากประสบการณ์ทางประสาทสัมผัส โดยอาศัยอายตนะภายในและอายตนะภายนอก ดังพุทธพจน์ว่า

“ท่านผู้อายุทั้งหลาย เมื่อมีตา รูปจึงมี ... เมื่อมีหู เสียงจึงมี  
... เมื่อจมูก กลิ่นจึงมี ... เมื่อมีลิ้น รสจึงมี ... เมื่อมีกาย โผฏฐัพพะจึงมี  
... เมื่อมีใจ ธรรมารมณ์จึงมี

ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย จักขุวิญญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยตาและรูป ประชุมพร้อมกัน ๓ ประการ จึงเกิดผัสสะ เพราะผัสสะเป็นปัจจัย การเสวยอารมณ์จึงมี บุคคลเสวยอารมณ์ใด ย่อมหมายรู้อารมณ์นั้น หมายรู้ในอารมณ์ใด ย่อมตรัสรู้ในอารมณ์นั้น”<sup>๒๒๒</sup>

“สมิทฺธิ ที่ใดมีจักขุ มีรูป มีวิญญาณจักขุ มีธรรม (สิ่ง) ที่พึงรู้ด้วยจักขุวิญญาณ ที่นั่นมีโลก หรือบัญญัติว่าเป็นโลก คู่ก่อนสมิทฺธิ ที่ใด ไม่มีจักขุ มีรูป มีวิญญาณจักขุ มีธรรม (สิ่ง) ที่พึงรู้ด้วยจักขุวิญญาณ ที่นั่นไม่มีโลก และบัญญัติว่าโลก”<sup>๒๒๓</sup>

อนึ่ง ในทางธรรม โลกีย์ปัญญา เป็นปัญญาที่ประกอบด้วยกิเลส มีผลคือ ทำให้ได้อภิญญา (ความรู้พิเศษ) ๕ คือ (๑) อิทธิวิธี ความรู้ที่ทำให้แสดงฤทธิ์ต่าง ๆ ได้ (๒) ทิพพโสถ ญาณที่

<sup>๒๒๐</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา, รายงานการวิจัย, หน้า ๒๔๕-๒๔๗.

<sup>๒๒๑</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๓/๓.

<sup>๒๒๒</sup> ส.ส. (ไทย). ๑๘/๕๓/๕๔-๕๖.

<sup>๒๒๓</sup> ส.ส. (ไทย). ๑๘/๖๕/๕๖-๕๗.

ทำให้มีเหตุพิภพ (๓) เจโตปริยญาณ ญาณที่ทำให้กำหนดหรือทลายใจคนได้ (๔) ปุพเพนิวาสานุสสติ ญาณ ญาณที่ทำให้ระลึกชาติได้ (๕) ทิพพจักขุญาณ ญาณที่ทำให้มีตาทิพย์<sup>๒๒๕</sup>

๒. โลกุตตรปัญญา หมายถึงปัญญาหรือความรู้ที่ทำให้หมดความหลงผิด ที่เป็นเหตุให้มีความยึดมั่นติดอยู่กับ โลกด้วยความเขลา ความรู้ที่ทำให้อยู่เหนือกระแสโลก หรือทำให้ไม่ต้องตกอยู่ในวัฏฏจักรแห่งสังสารวัฏ ซึ่งปัญญาในระดับนี้ เป็นความรู้ความเข้าใจของบุคคลที่เป็นพระอรหันต์ ตั้งแต่พระโสดาบันขึ้นไป อนึ่ง โลกุตตรปัญญา เป็นความรู้ระดับสูงทั้งในแง่ของวิธีการเข้าถึงและเป้าหมายของความรู้ ความรู้ระดับนี้ อยู่พ้นประสาทสัมผัส ต้องอาศัยประสบการณ์โดยตรงจึงจะรู้ และรู้ได้ด้วยจิตเท่านั้น (มโนทวาร) โดยการปฏิบัติตามหลักอริยมรรคหรือไตรสิกขา

สรุปว่า ในปัญญา ๒ ประเภท อันได้แก่ โลกียปัญญาและโลกุตตรปัญญานั้น โลกียปัญญา คือ ปัญญาที่เป็นความรู้ความเข้าใจในศิลปะวิทยาการ หรือความรู้ทางวิชาการหรือวิชาชีพ ส่วนโลกุตตรปัญญา คือ ปัญญาที่รู้เข้าใจถึงสาระแห่งความเป็นไปของโลกและชีวิต ซึ่งเป็นจุดหมายสูงสุดของการพัฒนาปัญญา คือ ความรู้แจ้ง ที่ส่งผลให้ชีวิตเข้าถึงอิสรภาพ หลุดพ้นจากความทุกข์โดยสมบูรณ์<sup>๒๒๖</sup>

### ๓.๒.๔.๕ แหล่งเกิดของปัญญา

ปัญญา โดยสภาวะหรือโดยธรรมชาติ มีเพียงหนึ่งเดียว คือ การรู้แจ้งสภาวะตามเป็นจริง แต่ถ้ากล่าวโดยประเภท พระพุทธศาสนาแบ่งปัญญาเป็นหลายอย่าง ทั้งนี้ ตามระดับของความรู้ความเข้าใจบ้าง ตามหน้าที่หรือด้านของการทำงานของปัญญาบ้าง ตามแหล่งเกิดของปัญญาบ้าง สำหรับปัญญาตามแหล่งเกิดหรือที่มานั้น ในคัมภีร์พระไตรปิฎกและคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงไว้ดังนี้

๑. ในคัมภีร์พระไตรปิฎก ได้แก่ ปัญญา ๓ ประการ คือ จินตามยปัญญา สุตมยปัญญา และภาวนามยปัญญา<sup>๒๒๗</sup> แต่โดยทั่วไปนิยมเรียงลำดับปัญญาโดยถือเอาคนทั่วไปเป็นที่ตั้ง คือ สุตมยปัญญา จินตามยปัญญา และภาวนามยปัญญา<sup>๒๒๘</sup>

การเรียงลำดับปัญญาใน ๒ แบบนี้ ต่างคำนึงถึงบุคคลเป็นหลักหรือมองธรรมตามความเกี่ยวข้องของบุคคลทั้งสิ้น อนึ่ง ปัญญา ๓ ประการนั้น แต่ละประการ มีอธิบายความ ดังนี้

๑) สุตมยปัญญา แปลตามรูปศัพท์ว่า ปัญญาเกิดจากสุตะ ซึ่งแปลว่า การสดับ หมายถึงปัญญาเกิดจากการศึกษา การค้นคว้าวิจัย เป็นต้น ได้แก่ ปรัตติกมยะ แปลตามรูปศัพท์ว่า

<sup>๒๒๕</sup> ม.ม.อ. (ไทย). ๒/๓๑๐/๑๓๕.

<sup>๒๒๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษา มงเมื่อ ๓๐ ปีก่อน, หน้า ๕๘-๕๙.

<sup>๒๒๗</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๐๔/๒๓๑.

<sup>๒๒๘</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พัฒนาปัญญา, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๐), หน้า ๕๕.

เสียงจากผู้อื่น หมายถึงการกระตุ้น หรือการชักนำ จากภายนอก เช่น การสั่งสอน การแนะนำ การถ่ายทอด โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การสั่งสอน การแนะนำ จากบุคคลที่เป็นกัลยาณมิตร<sup>๒๒๕</sup> สุตมยปัญญา เป็นความรู้แบบประจักษ์หรือประสบการณ์ ซึ่งใช้ประสาทสัมผัสทั้ง ๕ เป็นเกณฑ์ในการรู้ความจริง

๒) จินตามยปัญญา แปลตามรูปศัพท์ว่า ปัญญาเกิดจากจินตะ ซึ่งแปลว่า การคิด หมายถึงปัญญาเกิดจากการพิจารณา การไตร่ตรอง การใคร่ครวญ การพิจารณาไตร่ตรองตามเหตุผล ได้แก่ โยนิโสมนสิการ ซึ่งแปลตามรูปศัพท์ว่า การทำในใจโดยแยบคาย หมายถึงการคิดถูกวิธี การรู้จักคิด การคิดเป็น การคิดตรงตามสภาวะและเหตุปัจจัย การคิดสืบค้นถึงต้นเค้า<sup>๒๓๐</sup> มีความหมายตามคัมภีร์อรรถกถาและฎีกา ๔ นัย คือ คิดถูกวิธี (อุบายมนสิการ) คิดมีระเบียบ (ปถมนสิการ) คิดมีเหตุผล (การณมนสิการ) คิดเร้ากุศล (อุปาทกมนสิการ)<sup>๒๓๑</sup> จินตามยปัญญา เป็นปัญญาหรือความรู้เหนือประสบการณ์ ไม่ได้ใช้ประสาทสัมผัสทั้ง ๕ ในการรู้ แต่ใช้จิตเป็นเกณฑ์ในการรู้ และจินตามยปัญญานี้สามารถรู้ความจริงได้ล่วงหน้าก่อนประสบการณ์

๓) ภาวนามยปัญญา แปลตามรูปศัพท์ว่า ปัญญาเกิดจากภาวนา ซึ่งแปลว่า การเจริญ (ปัญญาเกิดจากปัญญาสองอย่างแรกนั้น แล้วหมั่นมนสิการในบรรดาสภาวะธรรม) มี ๒ ประการ คือ (๑) สมถภาวนา การเจริญจิตหรือการฝึกจิตให้เกิดความสงบ (เพราะปลอดพ้นจากนิวรณ์) หรือให้เกิดสมาธิ (๒) วิปัสสนาภาวนา การเจริญปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งสภาวะธรรมตามความเป็นจริง<sup>๒๓๒</sup> ผลจากการเจริญสมถภาวนาจะทำให้จิตตั้งมั่น ใสสะอาดได้ ส่วนผลจากการเจริญวิปัสสนาภาวนา ทำให้มีปัญญา ละอวิชชาได้ ซึ่งผลของการเจริญภาวนาทั้งสองนี้ จะเห็นได้จากพุทธพจน์ที่ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ธรรม ๒ อย่างนี้ เป็นวิชาภาคิยธรรม (ธรรมอันเป็นไปในส่วนแห่งความรู้) คือ สมถะและวิปัสสนา ... สมถะฝึกฝนแล้วจะได้ประโยชน์อะไร สมถะที่ฝึกแล้วจะทำให้จิตได้รับการอบรม จิตที่ได้รับการอบรมแล้วจะได้ประโยชน์อะไร จิตที่ได้อบรมแล้วจะละอวิชชาได้ วิปัสสนาที่ฝึกแล้วจะได้ประโยชน์อะไร วิปัสสนาที่ได้รับการอบรมแล้วจะทำให้ปัญญาได้รับการอบรม ปัญญาที่ได้อบรมแล้วจะได้ประโยชน์อะไร ปัญญาที่ได้ฝึกอบรมแล้วจะละอวิชชาได้ ... ภิกษุทั้งหลาย จิตที่เศร้าหมองด้วยราคะ ย่อมไม่หลุดพ้น ปัญญาที่เศร้าหมอง

<sup>๒๒๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๖๒๖.

<sup>๒๓๐</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๒๒.

<sup>๒๓๑</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๒๑-๖๒๒.

<sup>๒๓๒</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๕๒/๓๖๕.

ด้วยวิชา ย่อมเจริญไม่ได้ และเพราะสามารถจะ ได้ จึงมีเจโตวิมุตติ

เพราะสามารถวิชา ได้ จึงมีปัญหาวิมุตติ<sup>๒๓๓</sup>

ภาวนามยปัญญา ถือว่าเป็นความรู้ทางจิต ความรู้ทางจิตในขั้นของภาวนามยปัญญานั้น ไม่ใช่ด้วยการคาดคะเนเอาเอง ไม่ใช่ด้วยการตรีกตรองเอาตามกฎเกณฑ์ใดกฎเกณฑ์หนึ่ง แต่เป็น ความรู้ที่จิตเข้าไปรู้หรือหยั่งรู้ความจริงนั้น โดยตรง หลังจากที่จิตเข้าถึงภาวะที่บริสุทธิ์หลุดพ้นจาก ความเศร้าหมองของจิตคือกิเลสแล้ว พระพุทธศาสนาถือว่า เมื่อบำเพ็ญเพียรทางจิตเจริญก้าวหน้าไป ตามลำดับอย่างถูกต้องแล้ว จิตจะเป็นสมาธิ สงบ ผ่องใส สะอาด บริสุทธิ์ มีสมรรถนะ เมื่อจิตบรรลุ ถึงภาวะเช่นนี้ ภาวนามยปัญญาก็เกิดขึ้น ไม่ต้องรู้เห็นด้วยประสาทสัมผัสทั้ง ๕ และไม่ใช่ด้วยการ นึกคิด<sup>๒๓๔</sup> เรียกภาวนามยปัญญานี้ก็อย่างหนึ่งว่า วิปัสสนาญาณ<sup>๒๓๕</sup>

ในบรรดาปัญญา ๓ ประการ อันได้แก่ จินตามยปัญญา สุตมยปัญญา และภาวนามยปัญญา นั้น แต่ละประการจะให้ความจริงที่ต่างกันและให้สำเร็จประโยชน์ที่ต่างกัน กล่าวคือ ๑) จินตามยปัญญา ให้ความจริงที่ไม่ใช่ประสบการณ์ เป็นการรู้ความจริงโดยการคิดตรองตามเหตุผล ช่วยให้รู้ความจริง ได้ก่อนหรือล่วงหน้าประสบการณ์ ปัญญาแบบนี้ ช่วยในการวางโครงการ การวางแผนและการกระทำ ใน ฐานะที่เป็นการสร้างเหตุเพื่อให้เกิดผลดีหรือประโยชน์สุขในอนาคตได้อย่างถูกต้อง เป็นการรักษา ประโยชน์สุขในปัจจุบันให้ดำเนินต่อไปถึงชีวิตอนาคต ๒) สุตมยปัญญา ให้ความจริงที่เป็น ประสบการณ์ ข้อเท็จจริงหรือทฤษฎีเกี่ยวกับข้อเท็จจริง เป็นประโยชน์ต่ออาชีพหรือการค้ารังชีพใน ปัจจุบัน ๓) ภาวนามยปัญญา ให้ความจริงที่เป็นขั้นของสังขารม เป็นความรู้แจ้งแทงตลอด ไม่อาจเกิด โดยวิธีการศึกษาเล่าเรียนหรือการคิดตรองตามเหตุผล แต่เป็นความรู้ที่เกิดจากการปฏิบัติธรรม การรู้ความ จริงในขั้นนี้เอง ทำให้บรรลุถึงประโยชน์สุขสูงสุดคือนิพพานหรือการพ้นจากความทุกข์โดยสิ้นเชิง<sup>๒๓๖</sup> อนึ่ง สุตมยปัญญา ทำให้มีความรู้หรือความเข้าใจในระดับของวิทยาศาสตร์ กฎหมาย ขนบธรรมเนียม ประเพณี ศีลธรรม เป็นต้น ซึ่งเป็นขั้นที่รู้ด้วยประสบการณ์ จินตามยปัญญา ทำให้รู้หรือเข้าใจได้เลยจาก ประสบการณ์ และภาวนามยปัญญา ทำให้รู้หรือเข้าใจในระดับที่เป็นความจริงที่เป็นสังขารม<sup>๒๓๗</sup>

๒. คัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้กล่าวถึงแหล่งเกิดของปัญญา ๓ ประการ คือ สชาติปัญญา วิปัสสนาปัญญา และปาริหาริกปัญญา<sup>๒๓๘</sup> ดังนี้

<sup>๒๓๓</sup> อจ.ทุก. (ไทย). ๒๐/๓๓/๗๖.

<sup>๒๓๔</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, หน้า ๑๔๖-๑๔๗.

<sup>๒๓๕</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๓/๑.

<sup>๒๓๖</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, หน้า ๑๗๓.

<sup>๒๓๗</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๘๖.

<sup>๒๓๘</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๑/๔.

๑) สหชาติปัญญา ปัญญามาพร้อมกับชาติกำเนิด ซึ่งปัญญาข้อนี้ โสภณ ศรีภุชดาพร<sup>๒๓๕</sup> ให้ความกระจ่างว่า เป็นปัญญาที่นับเนื่องมาจากปัญญาบารมีที่ทำไว้แต่ชาติก่อน พระพุทธศาสนาถือว่า สิ่งที่ทำหรือกรรมที่ทำไว้ไม่สูญสลายไปไหน แต่จะเป็นหรือจะมีในลักษณะที่เก็บสะสมไว้ในจิตของตน ถ้าเป็นการสั่งสมสิ่งดีงาม เรียกว่าบารมี ถ้าเป็นการสั่งสมความชั่ว เป็นเชื้อแห่งความชั่ว เรียกว่าอาสวะ ดังนั้น บุคคลที่ได้พยายามสนใจใฝ่การศึกษาหาความรู้ใส่ตนในอดีตกาลผ่านมาแล้ว ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีปัญญาบารมี ถ้าเป็นผู้ตั้งใจใฝ่การศึกษาแสวงหาความรู้ใส่ตนในปัจจุบัน ได้ชื่อว่าเป็นผู้บำเพ็ญปัญญาบารมี ปัญญาบารมีที่เป็นอดีต ย่อมมีผลสัมพันธ์ถึงชีวิตในอนาคต ปัญญาที่จัดว่าเป็นสหชาติปัญญาหรือปัญญาติดตัวนี้ หมายถึงไปถึงสิ่งที่เรียกว่า พรสวรรค์ (gift) ไหวพริบ ปฏิภาณ และไอคิว (I.Q.) ซึ่งเป็นผลเนื่องมาจากปัญญาบารมีหรือกรรมดีในอดีต

ในจุฬกัมมวิภังคสูตร<sup>๒๔๐</sup> ได้กล่าวว่า คนที่ไม่สนใจใฝ่ศึกษาหาความรู้ใส่ตน มีสิ่งใดไม่รู้ไม่เข้าใจก็ไม่ไปหาผู้รู้เพื่อสอบถามให้รู้ให้เข้าใจเหตุในกาลก่อน ย่อมเป็นสาเหตุให้เกิดมาเป็นคนมีปัญญาน้อยในปัจจุบัน และคนที่ได้สนใจใฝ่ศึกษาหาความรู้ใส่ตน “ไม่รู้ไม่เข้าใจสิ่งใด ก็เข้าไปหาผู้รู้เพื่อสอบถามให้รู้ให้เข้าใจ จนเป็นที่รู้เข้าใจในอดีต ย่อมเป็นสาเหตุให้เป็นคนมีปัญญามาในปัจจุบัน มีปฏิภาณ ไหวพริบ เป็นต้น

๒) วิปัสสนาปัญญา ปัญญาเกิดจากวิปัสสนา คำว่า “วิปัสสนา” แปลตามรูปศัพท์ว่าการเห็นแจ้งหรือวิธีทำให้เกิดการเห็นแจ้ง หมายถึงข้อปฏิบัติต่าง ๆ ในการฝึกฝนอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งชัดสิ่งทั้งหลายตรงต่อความเป็นจริง ตรงต่อสภาวะ หรือตรงต่อเหตุปัจจัย (ไม่ใช่เห็นไปตามที่เราวาดภาพให้มันเป็น ด้วยความชอบ ความชัง ความอยากได้ หรือความขัดใจของเรา) รู้แจ้งเข้าใจชัด ซึ่งความเห็นแจ้งนี้เมื่อเกิดขึ้นแล้ว จะถอนความหลงผิด รู้ผิด และยึดติดในสิ่งทั้งหลายได้ ถึงขั้นเปลี่ยนท่าทีต่อโลกและชีวิตใหม่ ทั้งท่าทีแห่งการมอง การรับรู้ การวางจิตใจ และความรู้สึกทั้งหลาย

ความรู้ความเข้าใจถูกต้อง ที่เกิดเพิ่มขึ้นในระหว่างการปฏิบัตินั้น เรียกว่า “ญาณ” มีหลายระดับ ญาณสำคัญในขั้นสุดท้าย เรียกว่า “วิชชา” เป็นภาวะตรงข้ามที่กำจัดอวิชชา คือ ความหลงผิดไม่รู้แจ้งไม่รู้จริงให้หมดไป

ภาวะจิตมีญาณหรือวิชชา เป็นภาวะสุขสงบ ผ่องใส และเป็นอิสระ เพราะพ้นจากอำนาจการครอบงำของกิเลส เช่น ความชอบ ความชัง ความติดใจ และความขัดใจ เป็นต้น “ญาณและวิชชา” จึงเป็นจุดมุ่งหมายของวิปัสสนา เพราะนำไปสู่วิมุตติ คือ ความหลุดพ้น เป็นอิสระแท้จริง ซึ่งยั่งยืนถาวร เรียกว่า สมุจเฉตนิโรธ หรือสมุจเฉตวิมุตติ แปลว่า ดับกิเลสหรือหลุดพ้น โดยเด็ดขาด<sup>๒๔๑</sup>

<sup>๒๓๕</sup> โสภณ ศรีภุชดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, หน้า ๑๔๔-๑๔๕.

<sup>๒๔๐</sup> ม.อ. (ไทย), ๑๔/๒๕๖/๒๕๕.

<sup>๒๔๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๔๒๗.

๓) ปาริหาริกปัญญา ปัญญาที่ต้องบริหารอยู่เสมอ หมายถึงปัญญาเกิดจากการเจริญสมถะ คำว่า “สมถะ” แปลตามรูปศัพท์ว่า ความสงบ (คือ สงบจากนิวรณ์ซึ่งมารบกวนจิต) แต่โดยทั่วไป หมายถึงวิธีทำใจให้สงบ ได้แก่ ข้อปฏิบัติต่าง ๆ ในการฝึกจิตให้เกิดความสงบ จนตั้งมั่นเป็นสมาธิ หลักการของสมถะ คือ กำหนดใจไว้กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง (อารมณ์) ให้แน่วแน่จนจิตนุ่มนวลอยู่ในสิ่งนั้นสิ่งเดียว ความแน่วแน่หรือตั้งมั่นของจิตนี้ เรียกว่า “สมาธิ” เมื่อสมาธิแนบสนิทเต็มที่แล้ว จะเกิดภาวะอย่างหนึ่งซึ่งเรียกว่า “ฌาน” ในระดับต่าง ๆ ได้แก่ รูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๔ โดยเรียกรวมกันว่า สมาบัติ ๘ ภาวะจิตในฌานนั้น เป็นภาวะที่สุขสงบ ผ่องใส ไม่มีความเศร้าหมอง ขุ่นมัว ไม่มีสิ่งรบกวนให้สลดหรือติดข้องอย่างใด ๆ เรียกว่า ปราศจาก “นิวรณ์” นอกจากฌานแล้ว ผลของสมถะยังอาจทำให้เกิดความสามารถพิเศษซึ่งเรียกว่า อภิญญา ๕ ได้แก่ แสดงฤทธิ์ได้ อ่านใจคนอื่นได้ ระลึกชาติได้ หูทิพย์ และตาทิพย์<sup>๒๔๒</sup>

### ๓.๒.๔.๕ การพัฒนาปัญญา

คำว่า “การพัฒนาปัญญา” เรียกในศัพท์ทางวิชาการว่า ปัญญาภาวนา แปลตามรูปศัพท์ว่าการทำปัญญาให้เจริญงอกงาม หมายถึงการพัฒนาปัญญาให้เจริญงอกงามจนเกิดความรู้แจ้งชัด สภาวะธรรมตามความเป็นจริง โดยรู้สิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็น รู้เท่าทัน เห็นแจ้ง โลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลอดพ้นจากความทุกข์ มีชีวิตเป็นอยู่ แก้ไขปัญหา และทำการทั้งหลาย ด้วยปัญญาที่รู้ถึงเหตุปัจจัย<sup>๒๔๓</sup> การพัฒนาในด้านปัญญานั้น จะทำให้มนุษย์สามารถเข้าใจความผิดปกติต่าง ๆ ของจิตใจและอารมณ์ของตนเองได้ จนสามารถที่จะควบคุมความผิดปกติต่าง ๆ เหล่านั้น ไม่ให้เกิดขึ้นได้ เป็นต้น

การพัฒนาในด้านปัญญา บุคคลใดที่ได้พัฒนาชีวิตในระดับทางกายและจิตดังกล่าวข้างต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การพัฒนาจิตจนเข้าถึงความสุขภายใน มีความเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนน้อยลง สิ่งเหล่านี้ย่อมเป็นพื้นฐานในการพัฒนาในขั้นของปัญญา ซึ่งหมายถึงการพัฒนากระบวนการรับรู้สิ่งต่าง ๆ ตามที่เป็นจริงไม่ถูกบิดเบือนไป เพราะความโลภ ความโกรธ ความหลง อันเป็นกิเลสที่ทำให้เราไม่สามารถรับรู้สิ่งต่าง ๆ ตามที่เป็นจริงได้ การพัฒนาในด้านจิตใจและด้านปัญญาจะช่วยให้การพัฒนาด้านกายและด้านสังคมไม่บิดเบือนไปจากทิศทางที่ถูกต้อง<sup>๒๔๔</sup>

<sup>๒๔๒</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๒๖.

<sup>๒๔๓</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๔๕.

<sup>๒๔๔</sup> นงลักษณ์ เอมประดิษฐ์, นักสังคมสงเคราะห์กับการพัฒนาสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๑๑.

การพัฒนาปัญญา หมายถึงการพัฒนาสัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะ จนบุคคลมีความพร้อมทางปัญญาถึงมาตรฐานของอารยชน สามารถดำรงชีวิตอยู่ด้วยปัญญา มีจิตใจผ่องใส เบิกบานไร้ทุกข์ หลุดพ้นจากความยึดติดถือมั่นต่าง ๆ เป็นอิสระเสรีด้วยปัญญาอย่างแท้จริง<sup>๒๔๕</sup>

เนื่องจากปัญญาในทางพระพุทธศาสนา มีองค์ประกอบพื้นฐานทางเนื้อหาจากองค์มรรค ๒ ประการ คือ สัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะ และในองค์มรรค ๒ ประการนั้นพระพุทธศาสนาถือว่า สัมมาทิฐิ จัดว่าเป็นลักษณะหนึ่งของปัญญา<sup>๒๔๖</sup> เป็นเหมือนไฟส่องทางหรือเข็มทิศ ให้เห็นทางและให้มั่นใจในทางเดินอันถูกต้องที่จะนำไปสู่จุดหมาย<sup>๒๔๗</sup> ดังนั้น การพัฒนาปัญญา จึงต้องเริ่มต้นที่การพัฒนาสัมมาทิฐิ โดยการพัฒนาที่ปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ

พระพุทธศาสนา ได้กล่าวถึงปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ หรือปัจจัยที่ช่วยให้เกิดสัมมาทิฐิไว้ ๒ ประการ คือ ปรโตโฆสะและโยนิโสมนสิการ ดังพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ปัจจัยเพื่อความเกิดขึ้นแห่งสัมมาทิฐิ มี ๒ ประการ คือ ปรโตโฆสะและโยนิโสมนสิการ”<sup>๒๔๘</sup>

“โดยการกำหนดว่าเป็นองค์ประกอบภายนอก เราไม่เห็นองค์ประกอบอื่น แม้อย่างหนึ่ง ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์มาก เหมือนความมีกัลยาณมิตรเลย”

“โดยการกำหนดว่าเป็นองค์ประกอบภายใน เราไม่เห็นองค์ประกอบอื่น แม้อย่างหนึ่ง ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์มาก เหมือนโยนิโสมนสิการเลย”<sup>๒๔๙</sup>

ปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิทั้ง ๒ ประการนี้ ย่อมสนับสนุนซึ่งกันและกัน โดยปัจจัยข้อแรกเป็นองค์ประกอบฝ่ายภายนอก เรียกว่า “ปัจจัยทางสังคม” ส่วนปัจจัยข้อสอง เป็นองค์ประกอบฝ่ายภายใน หรือ “ปัจจัยภายในตัวบุคคล” และอาจเรียกง่าย ๆ ว่า “วิธีการแห่งปัญญา” ในบรรดาปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ ๒ ประการนี้ ปัจจัยข้อที่ ๒ คือ โยนิโสมนสิการ ถือเป็นปัจจัยหลัก เป็นแกนกลางหรือเป็นส่วนที่ขาดไม่ได้ การพัฒนาหรือการศึกษาจะสำเร็จผลหรือไม่ จะบรรลุจุดหมายหรือไม่ ย่อมขึ้นอยู่กับปัจจัยข้อที่ ๒ นี้ ปัจจัยข้อที่ ๒ อาจให้เกิดการพัฒนาได้โดยไม่ต้องมีปัจจัยข้อที่ ๑ แต่

<sup>๒๔๕</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๒/๔๖๒/๕๐๓; พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๓๔๕; ๖๑๓, ๘๖๘.

<sup>๒๔๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม (ฉบับเดิม)*, หน้า ๒๓๓.

<sup>๒๔๗</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๒๕.

<sup>๒๔๘</sup> อจ.ทูก. (ไทย). ๒๐/๑๒๗/๑๑๕.

<sup>๒๔๙</sup> อจ.เอกก. (ไทย). ๒๐/๕๑/๑๕; ๑๐๗/๑๗.

ปัจจัยข้อที่ ๑ จะต้องนำไปสู่ปัจจัยข้อที่ ๒ ด้วย จึงจะสัมฤทธิ์ผลของการพัฒนาที่แท้จริง การค้นพบต่าง ๆ การคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ความก้าวหน้าทางปัญญาที่สำคัญ ๆ และการตรัสรู้สังขารม ย่อมสำเร็จได้ด้วยโยนิโสมนสิการทั้งสิ้น<sup>๒๕๐</sup>

อนึ่ง ในการพัฒนาปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ ๒ ประการนั้น พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) ให้ทัศนะว่า สำหรับปุถุชนทั่วไป ซึ่งมีปัญญายังไม่แก่กล้า ยังต้องอาศัยคำแนะนำสั่งสอนจากผู้อื่น การพัฒนาสัมมาทิฐิ จะเริ่มต้นด้วยปัจจัยข้อที่ ๑ คือ ปรโตโมสะ ส่วนผู้ที่มีปัญญาแก่กล้า จะเริ่มด้วยปัจจัยข้อที่ ๒ คือ เริ่มต้นที่ตัวหลักการใช้ปัญญา นั่นคือ โยนิโสมนสิการ<sup>๒๕๑</sup>

### ๓.๒.๔.๕.๑. ปรโตโมสะ

คำว่า “ปรโต โมสะ” แปลตามรูปศัพท์ว่า เสียงจากผู้อื่น (ที่จะให้เกิดสัมมาทิฐิ) หมายถึงเสียงที่ดีงาม เสียงที่ถูกต้อง เช่น การสนทนาซักถาม การศึกษา การค้นคว้าวิจัย เป็นต้น ซึ่งเกิดจากแหล่งที่ดี คือ สัตบุรุษหรือบัณฑิต

คำว่า “สัตบุรุษ” หมายถึงคนดี คนมีศีลธรรม เพราะมีธรรมของสัตบุรุษ ที่เรียกว่า สัปบุริสธรรม ๗ ประการ คือ ๑) รัชมัญญตา รู้หลักและรู้จักเหตุ ๒) อัถถัญญตา รู้ความมุ่งหมายและรู้จักผล ๓) อัถถัญญตา รู้จักตน ๔) มัตถัญญตา รู้จักประมาณ ๕) กาลัญญตา รู้จักกาล ๖) ปริสัจญตา รู้จักชุมชน ๗) ปุคคลัญญตา รู้จักบุคคล<sup>๒๕๒</sup>

ส่วนคำว่า “บัณฑิต” หมายถึงคนฉลาดหรือคนที่ดำเนินชีวิตด้วยปัญญา มีคุณสมบัติที่แสดงไว้หลายแบบ เช่น ในพุทธพจน์ที่ว่า

“คนที่เรียกว่า เป็นปราชญ์ เป็นบัณฑิต ก็เพราะบรรลุประโยชน์ที่มุ่งหมาย ๒ ประการ คือ ทิฐุชัมมิกัตตะ (ประโยชน์ปัจจุบัน) และสัมปราชิกัตตะ (ชีวิตหลังความตาย)”<sup>๒๕๓</sup>

“คนที่เรียกว่า เป็นบัณฑิต มีปัญญามาก ในโลกนี้ ย่อมไม่คิดการเพื่อเบียดเบียนตนเอง ย่อมไม่คิดการเพื่อเบียดเบียนผู้อื่น ย่อมไม่คิดการเพื่อเบียดเบียนทั้งตนเองและผู้อื่น

<sup>๒๕๐</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๖๑๔.

<sup>๒๕๑</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๖๔.

<sup>๒๕๒</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๓๐/๓๓๓; อัง.สตุตท. (ไทย). ๒๓/๖๘/๑๔๓.

<sup>๒๕๓</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๐๕/๒๖๒.



เมื่อจะคิด ย่อมคิดแต่การอันเป็นประโยชน์แก่กุล แก่ตน แก่ผู้อื่น  
แก่ทั้งสองฝ่าย แก่ทั้งโลกเลยทีเดียว”<sup>๒๕๔</sup>

“สัตบุรุษทั้งหลาย ย่อมไปไม่คิดในที่ทุกสถาน  
สัตบุรุษ ไม่ปราศัยเพราะอยากได้กาม บัณฑิตถูกสุขหรือทุกข์ก็  
ตามกระทบเข้า ย่อมไม่แสดงอาการขึ้น ๆ ลง ๆ”

“บัณฑิต ไม่ทำชั่ว เพราะเหตุแห่งตนหรือเพราะเหตุ  
แห่งบุคคลอื่น ไม่พึงปรารถนาบุตร ทรัพย์ ฐานะ ความสำเร็จแก่ตน  
โดยไม่ชอบธรรม บัณฑิตนั้น เป็นผู้มึนคิด มีปัญญา มีธรรม”<sup>๒๕๕</sup>

“ภิกษุทั้งหลาย อาศัยสัตบุรุษแล้ว พึงหวังอันสงฆ์ ๔  
ประการได้ คือ จะเจริญด้วยศีลอย่างอริยะ จะเจริญด้วยสมาธิอย่างอริยะ  
จะเจริญด้วยปัญญาอย่างอริยะ จะเจริญด้วยวิมุตติอย่างอริยะ”<sup>๒๕๖</sup>

การทำหน้าที่ของสัตบุรุษหรือบัณฑิตต่อบุคคลอื่น ด้วยความปรารถนาดี ด้วยความ  
เมตตากรุณา โดยการช่วยแนะนำ สั่งสอน ชักนำ ให้เขามีความรู้ มีความเห็นถูกต้อง และมีศรัทธาที่  
จะถือตามอย่างตน อย่างใดอย่างหนึ่ง จนเกิดสัมมาทิฐิ และเกิดการประพฤติปฏิบัติชอบตามอย่าง  
ตนขึ้น เรียกว่า “กัลยาณมิตร”

คำว่า “กัลยาณมิตร” หมายถึงบุคคลผู้เฝ้ายามพร้อมด้วยคุณสมบัติที่จะสั่งสอน แนะนำ  
ชี้แนะแนวทาง หรือเป็นแบบอย่างให้ผู้อื่นดำเนินไปในมรรคาแห่งการฝึกฝนพัฒนาอย่างถูกต้อง  
กล่าวตามคัมภีร์วิสุทธิมรรค ก็เช่น พระพุทธเจ้า พระอรหันตสาวก ครู อาจารย์ และท่านผู้เป็นพหูสูต  
ทรงปัญญา สามารถสั่งสอนแนะนำ เป็นที่ปรึกษาได้ แม้จะวัยอ่อนกว่า<sup>๒๕๗</sup>

กัลยาณมิตร มีคุณสมบัติหลายประการ คือ นอกจากจะมีสติปฐิธรรมแล้ว ยังมี  
คุณสมบัติอื่น ๆ อีกมากมาย ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

๑. มีศรัทธา ศีล สุตะ คือ ความเป็นพหูสูต จากะ ปัญญา<sup>๒๕๘</sup> มีกัลยาณมิตรธรรม ๗  
ประการ คือ ๑) ปิโย น่ารัก ๒) ครุ นำเคารพ ๓) ภาวนีโย นำสรรเสริญ ๔) วตุตา ฉลาดพูด ๕)

<sup>๒๕๔</sup> อัง.จตุกก. (ไทย). ๒๑/๑๘๖/๒๖๘.

<sup>๒๕๕</sup> พุ.ธ. (ไทย). ๒๕/๘๔/๕๔.

<sup>๒๕๖</sup> อัง.จตุกก. (ไทย). ๒๑/๒๔๒/๓๕๘.

<sup>๒๕๗</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๑/๑๒๓-๑๒๔.

<sup>๒๕๘</sup> อัง.จตุกก. (ไทย). ๒๑/๑๘๖/๒๔๓.

วณกุขโม ทนต่อถ้อยคำ คือ พร้อมที่จะรับฟังคำปรึกษาซักถามแม้จักจิก ๖) คมกิริยญจ กถิ กตุตา แดงเรื่องทีล้าลึกได้ ๗) โน จฏฐาเน นิโยชเย ไม่ชักนำทางเสื่อม<sup>๒๕๕</sup>

๒. ดำรงตนอยู่ในหลักปฏิบัติที่เน้นความบริสุทธิ์และความมีเมตตา ที่เรียกว่า “ธรรมเทศกธรรม” แปลว่า ธรรมของผู้แสดงธรรม ๕ ประการ คือ ๑) อนุปุพพิกธา สอนเนื้อหาวิชาไปตามลำดับความยากง่าย ๒) ปริยายทสฺสาวิ ซึ่งแจกเหตุผลประกอบการสอน ๓) อนุทยตฺ ปฏิจฺจ สอนเขาด้วยเมตตา มุ่งจะให้ประโยชน์แก่เขา ๔) น อามิสฺสนฺตโร สอนเขาโดยไม่มุ่งประโยชน์ตอบแทนจากเขา ๕) อตุตฺตานญจ ปรณฺจ อนุปฺพหฺจ สอนธรรมหลัก ตามเนื้อหา มุ่งแสดงอรรถ แสดงธรรม ไม่ยกตนข่มผู้อื่น ไม่เสียดสีผู้อื่น<sup>๒๖๐</sup>

๓. มีคุณสมบัติพิเศษ ซึ่งอาจถือว่าเป็นคุณสมบัติอย่างเลิศ คือ ๑) ทำได้จริงในสิ่งที่สอน ๒) มีความเป็นอิสระ (ทั้งการดำเนินชีวิตและจิตใจ) ได้แก่ เมื่อจะช่วยเหลือผู้อื่น ตนเองต้องไม่ติดข้องใด ๆ ในเรื่องที่เขาติดข้อง<sup>๒๖๑</sup> ดังพุทธพจน์ว่า

“ทำตนเองนี้แหละ ให้ตั้งอยู่ในคุณความดีอันสมควรก่อน  
จากนั้น จึงคอยพรัาสอนผู้อื่น บัณฑิตไม่ควรมีข้อมัวหมอง ถ้าพรัาสอนผู้อื่น ฉันทใด ก็ควรทำตน ฉันทนั้น”<sup>๒๖๒</sup>

คุณค่าหรือประโยชน์ที่สำคัญด้านหนึ่งของความมีกัลยาณมิตร ก็คือ ๑) การมีตัวอย่างที่ช่วยให้เกิดความมั่นใจว่า สิ่งที่กำลังปฏิบัติและมุ่งหมายนั้น เป็นสิ่งที่ทำได้จริง บรรลุได้จริง และถ้าทำได้สำเร็จแล้ว จะได้รับผลดีจริง ๒) กัลยาณมิตรมีความรู้ความเข้าใจ มีประสบการณ์ในสิ่งที่ปฏิบัตินั้นดีกว่า จึงสามารถช่วยชี้แนะแนวทางหรือวิธีการที่จะให้การปฏิบัติง่ายขึ้นหรือมีทางลัดขึ้น

กัลยาณมิตรที่ได้บรรลุผลการปฏิบัติด้วยตนเองมาแล้ว ย่อมอำนวยความสะดวกค่าหรือประโยชน์ตามที่กล่าวมาได้เต็มที่ ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดศรัทธา มีกำลังใจแรงกล้า

กัลยาณมิตร มีหน้าที่หลัก ๒ ประการ คือ<sup>๒๖๓</sup>

๑. หน้าที่ถ่ายทอดศิลปวิทยา หมายถึงการถ่ายทอด รักษา ส่งเสริม เพิ่มพูนวิชาการและวิชาชีพ ตลอดจนสืบทอดมรดกทางวัฒนธรรมทางวิชาการของมนุษย์ ซึ่งมีทั้งระยะสั้นและระยะยาว ระยะสั้นคือ สำหรับบุคคลแต่ละคนหรือแต่ละชีวิต ระยะยาว คือ อารยธรรมที่สืบทอดต่อกันไปของ

<sup>๒๕๕</sup> อ.จ.สตฺยทก. (บาลี). ๒๓/๓๗/๒๕.

<sup>๒๖๐</sup> อ.จ.ปญฺจก. (ไทย). ๒๒/๑๕๕/๒๖๒.

<sup>๒๖๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๕๗๕.

<sup>๒๖๒</sup> พ.ธ. (ไทย). ๒๕/๑๕๕-๑๕๕/๘๑-๘๒.

<sup>๒๖๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษา มองเมื่อ ๓๐ ปีก่อน, หน้า ๔๑-๔๒.

มนุษยชาติทั้งหมด ซึ่งทั้งระยะสั้นและระยะยาวนั้น ตั้งอยู่บนหลักการพื้นฐานที่ว่า จะต้องให้ความรู้  
จริงและรู้ยิ่งขึ้น นอกจากนี้ให้รู้จริงและรู้ยิ่งขึ้นแล้ว ยังสร้างความเป็นเลิศได้ ทั้งในด้านสติปัญญา  
ความสามารถส่วนตัว และในด้านประโยชน์ต่อชีวิตและสังคมประเทศชาติด้วย

๒. หน้าที่ในการชี้แนะ ให้รู้จักการดำเนินชีวิตและฝึกฝนพัฒนาตน จนบรรลุถึงความ  
สมบูรณ์ ซึ่งเป็นเนื้อหาของการพัฒนาโดยตรง เช่น การทำให้คนมีแรงจูงใจในการศึกษา การสร้าง  
จิตสำนึกในการศึกษา การทำให้คนมีพัฒนาการในด้านต่าง ๆ เป็นต้น

กัลยาณมิตร มีความสำคัญมาก ทั้งแก่พระภิกษุหรือบรรพชิตและแก่คฤหัสถ์หรือ  
ประชาชนทั่วไป ซึ่งความสำคัญดังกล่าว จะเห็นได้จากพุทธพจน์ต่อไปนี้

“ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์จะอุทัย ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมา  
ก่อน เป็นบุพนิมิต ฉันทใด ความมีกัลยาณมิตร ก็เป็นตัวนำ เป็นบุพนิมิต  
แห่งการเกิดอริยอัษฎางคิกมรรค แก่ภิกษุ ฉันทนั้น ภิกษุผู้มีกัลยาณมิตร  
พึงหวังสิ่งนี้ได้ คือ จักเจริญ ทำให้มาก ซึ่งอริยอัษฎางคิกมรรค”<sup>๒๖๔</sup>

“ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์จะอุทัย ย่อมมีแสงเงินแสง  
ทอง เป็นบุพนิมิตขึ้นมาก่อน ฉันทใด ความมีกัลยาณมิตร ก็เป็นตัวนำ  
เป็นบุพนิมิตแห่งการ โขขณงค์ ๗ แก่ภิกษุ ฉันทนั้น ภิกษุผู้มีกัลยาณมิตร  
พึงหวังสิ่งนี้ได้ คือ จักเจริญ ทำให้มาก ซึ่ง โขขณงค์ ๗”<sup>๒๖๕</sup>

“อานนท์ ความมีกัลยาณมิตร ... เท่ากับเป็นพรหมจรรย์  
ทั้งหมดที่เดิย เพราะว่ามีกัลยาณมิตร ... พึงหวังสิ่งนี้ได้ คือ จักเจริญ  
ทำให้มาก ซึ่งอริยอัษฎางคิกมรรค

อาศัยเราผู้เป็นกัลยาณมิตร เหล่าสัตว์ผู้มีชาติเป็นธรรมดา ก็  
พ้นจากชาติ ผู้มีชราเป็นธรรมดา ก็พ้นจากชรา ผู้มรณะเป็นธรรมดา ก็  
พ้นจากมรณะ ผู้มีโสกะ ปรีเทวะ ทุกข์ และโทมนัส ก็พ้นจากโสกะ  
ปรีเทวะ ทุกข์ และโทมนัส”<sup>๒๖๖</sup>

“เพราะองค์ประกอบภายนอก เราไม่เห็นองค์ประกอบอื่น  
แม้อย่างหนึ่ง ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์มาก เหมือนความมีกัลยาณมิตรนี้  
ความมีกัลยาณมิตร ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์มาก”<sup>๒๖๗</sup>

<sup>๒๖๔</sup> ส.ม. (ไทย). ๑๕/๔๕/๔๓.

<sup>๒๖๕</sup> ส.ม. (ไทย). ๑๕/๑๕๓/๑๒๖-๑๒๗.

<sup>๒๖๖</sup> ส.ม. (ไทย). ๑๕/๒/๓-๔.

<sup>๒๖๗</sup> อ.จ.เอกก. (ไทย). ๒๐/๕๕/๑๖; ๑๑๑/๑๗.

“เราไม่เห็นธรรมอื่น แหมอย่างหนึ่ง ที่เป็นเหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นก็เกิดขึ้น หรือเป็นเหตุให้อกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เสื่อมไป เหมือนความมีกัลยาณมิตรนี้ เมื่อมีกัลยาณมิตร กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นก็เกิดขึ้น และอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วก็เสื่อมไป”<sup>๒๖๘</sup>

“สำหรับภิกษุผู้เสาะ ยังไม่บรรลอรหัตตผล บรรณาความเกษมจากโยคะอันยอดเยี่ยม เราไม่เห็นองค์ประกอบภายนอกอย่างอื่น แหมอย่างหนึ่ง ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์มาก เหมือนความมีกัลยาณมิตรเลย ภิกษุผู้มีกัลยาณมิตร ย่อมกำจัดอกุศลได้ และย่อมบำเพ็ญกุศลให้เกิดขึ้น”<sup>๒๖๙</sup>

“ภิกษุผู้เป็นกัลยาณมิตร ... พึงหวังสิ่งนี้ได้ คือ (๑) จักเป็นผู้มีศีล สำรวมระวังในปาติโมกข์ สมบูรณ์ด้วยอาจารย์และโคจร ฯลฯ (๒) จักเป็นผู้ได้ (มีโอกาสสดับฟัง ได้ร่วมสนทนาอย่างสะดวกสบาย) ตามความปรารถนาในเรื่องต่าง ๆ ที่ขัดเกลาอุปนิสัย ขำระจิตใจให้ปลอดโปร่ง คือ เรื่องความมักน้อย ฯลฯ เรื่องการบำเพ็ญเพียร เรื่องศีล เรื่องสมาธิ เรื่องปัญญา เรื่องวิมุตติ เรื่องวิมุตติญาณทัศนะ (๓) จักเป็นผู้ตั้งหน้าทำความเพียร เพื่อกำจัดอกุศลธรรมและเพื่อบำเพ็ญกุศลธรรมให้เพียบพร้อม จักเป็นผู้แข็งขัน บากบั่น มั่นคง ไม่ทอดธุระ ในกุศลธรรม (๔) จักเป็นผู้มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญา ที่เป็นอริยะ หยั่งรู้ถึงความเกิดความดับ ชำแรกกิเลส นำไปสู่ความจบสิ้นแห่งทุกข์”<sup>๒๗๐</sup>

พุทธพจน์ที่ยกมาอ่างนี้ เน้นความสำคัญของความมีกัลยาณมิตรสำหรับพระภิกษุ เพราะเป็นพุทธพจน์ที่ตรัสแก่พระภิกษุ ส่วนในด้านคำสอนสำหรับคนทั่วไป โดยเฉพาะชาวบ้าน ยังมีหลักธรรมและพุทธภาษิต ที่ย้ำถึงความสำคัญของการคบหาและการเสวนาคณดี เพิ่มจากนี้อีกมากมาย ดังเช่นว่า “ความมีกัลยาณมิตร เป็นข้อธรรมอย่างหนึ่งที่เป็นไปเพื่อบรรลุนิพพานมรรค (ประโยชน์ทันตเห็น)”<sup>๒๗๑</sup>

อนึ่ง พุทธพจน์ทำนองนี้ เกี่ยวข้องกับการเสวนากับพระภิกษุ โดยมากมีจุดหมายมุ่งตรงต่อปรมัตถะและประสงค์จะเสริมสร้างสัมมาทิฐิในแนวที่จะเป็นโลกุตตระ ส่วนที่แสดงสำหรับคนทั่วไป

<sup>๒๖๘</sup> อ.อ.อ. (ไทย). ๒๐/๓๑/๑๓.

<sup>๒๖๙</sup> อ.อ.อ. (ไทย). ๒๕/๑๓/๓๖๑.

<sup>๒๗๐</sup> อ.อ.อ. (ไทย). ๒๕/๓๑/๒๓๕.

<sup>๒๗๑</sup> อ.อ.อ. (ไทย). ๒๓/๕๕/๓๔๕.

เน้นประโยชน์ในขั้นทฤษฎีมีกัตตะ มุ่งการช่วยเหลือเกื้อกูลกันในชีวิตประจำวัน กลมกลืนไปกับการชกัจจวมมาทิกฐิในระดับโลกิยะ คือ ความเชื่อกรรม ความสำนึกรับผิดชอบเกี่ยวกับความดี ความชั่ว<sup>๒๗๒</sup>

ตามที่สนะพระพุทธศาสนา กัลยาณมิตร (ผู้มีคุณสมบัติเหมาะสมดังกล่าว) เป็นปัจจัยให้เกิดศรัทธา (แก่ผู้แสวงหาสัมมาทิกฐิ) “ผู้ใด แม้จะเป็นคนดีมีปัญญา แต่ถ้ายังไม่สามารถให้คนอื่นเกิดศรัทธาได้ ก็ยังไม่ได้สถานะแห่งกัลยาณมิตร และการเสวนาสัตบุรุษก็ยังไม่เกิด เมื่อศรัทธาแล้วใจรับ นำความคิดได้ นำพฤติกรรมได้ และอาจให้เกิดการเลียนแบบหรือชกัจจวมมาทิกฐิให้รู้จักคิดอย่างถูกต้องตามอย่างตน เมื่อนั้น จึงเรียกว่ากัลยาณมิตร เกณฑ์ตัดสินของการเป็นกัลยาณมิตร จึงอยู่ที่การทำให้ผู้เสวนาเกิดมีสัมมาทิกฐิ (โลกิยสัมมาทิกฐิ)”<sup>๒๗๓</sup>

คำว่า “ศรัทธา” แปลว่า ความเชื่อ หมายถึงการไว้ใจในปัญญาของผู้อื่น หรืออาศัยปัญญาของผู้อื่น โดยผ่านทางคำแนะนำสั่งสอนเป็นต้นของกัลยาณมิตร<sup>๒๗๔</sup> เป็นศรัทธาที่นำไปสู่สัมมาทิกฐิ มิได้หมายถึงศรัทธาหรือความเชื่อแบบมอโงปลงปัญญาให้ไปโดยไม่ต้องพิจารณาเหตุผล (อมุลิกาศรัทธา หรือ ศรัทธาญาณวิปยุต) แต่หมายถึงศรัทธาเพื่อปัญญาหรือศรัทธาที่นำไปสู่ปัญญาเป็นมูลฐานเท่านั้น (อาการวติศรัทธา หรือ ศรัทธาญาณสัมปยุต) อนึ่ง ศรัทธาในพระพุทธศาสนานั้น ไม่ได้มาคู่กับความภักดีแต่มาคู่กับปัญญา

ตามที่สนะพระพุทธศาสนา ศรัทธาหรือความเชื่อเป็นเรื่องของตนเองหรือเฉพาะตน การจะเชื่อหรือไม่เชื่อ ต้องเกิดจากการตัดสินใจด้วยปัญญาของตนเองเท่านั้น ดังในเทศปุตติสูตร<sup>๒๗๕</sup> ได้แสดงหลักเกณฑ์ของศรัทธาหรือความเชื่อไว้ ดังนี้

- |                             |   |
|-----------------------------|---|
| ๑. มา อนุสฺสเวน             | อย่าปลงใจเชื่อด้วยการฟังตามมา                     |
| ๒. มา ปรมุปราย              | อย่าปลงใจเชื่อด้วยการถือสืบ ๆ กันมา               |
| ๓. มา อติกิราย              | อย่าปลงใจเชื่อด้วยตื่นข่าวลือ                     |
| ๔. มา ปิฎกสมุปทานน          | อย่าปลงใจเชื่อด้วยการอ้างตำรา                     |
| ๕. มา ตกุกเหตุ              | อย่าปลงใจเชื่อโดยนึกเอาเอง                        |
| ๖. มา นยเหตุ                | อย่าปลงใจเชื่อโดยการคาดคะเน หรืออนุมาน            |
| ๗. มา อาการปริวิตกเคน       | อย่าปลงใจเชื่อโดยการคิดเอาตามอาการ                |
| ๘. มา ทิกฐินิซฆมานกฺขนฺติยา | อย่าปลงใจเชื่อโดยเห็นว่าเข้ากันได้กับความคิดของตน |
| ๙. มา ภพฺพุรูปตาย           | อย่าปลงใจเชื่อโดยเห็นว่าผู้พูดสมควรเชื่อถือได้    |

<sup>๒๗๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๕๖๕.

<sup>๒๗๓</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๘๒.

<sup>๒๗๔</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้าเดียวกัน.

<sup>๒๗๕</sup> อัง.ติก. (ไทย). ๒๐-๖๖/๒๕๖.

๑๐. มา สมโณ โน ครุ           อย่าปลงใจเชื่อถือโดยความนับถือว่าเป็นครูอาจารย์เรา  
แต่เมื่อใดพิจารณาใคร่ครวญจนเห็นแจ้งด้วยปัญญาของตนเองแล้วว่า สิ่งนี้ดี ไม่มีโทษ  
ผู้รู้สรรเสริญ หากนำไปปฏิบัติให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์และความสุขโดยส่วนเดียว  
เมื่อนั้น จึงเชื่อและทำตามนั้น

คุณธรรมที่เด่นสำหรับพุทธศาสนิกชนในระดับเบื้องต้น ได้แก่ “ศรัทธา” ซึ่งศรัทธานี้  
อาจเป็นความเชื่อเพราะพอใจในเหตุผลเบื้องต้นของคำสอนนั้น และหรือความเชื่อในความมีเหตุผล  
หรือลักษณะอันสมเหตุสมผลน่าไว้วางใจของตัวผู้สอนเอง ที่ทำให้เขา (ผู้เสวนา) ยอมฟังคำแนะนำ  
ยอมศึกษาฝึกฝนพัฒนาตน เพื่อนำไปสู่สัมมาญาณ (ความรู้ชอบ) และสัมมาวิมุตติ (ความหลุดพ้น)  
ต่อไป ซึ่งพระพุทธศาสนาถือว่า เมื่อเกิดศรัทธาแล้ว กระบวนการพัฒนาปัญญา ที่เรียกว่า ปัญญาวิ  
กรรม อันแปลว่า ธรรมเป็นเครื่องเจริญปัญญา ก็จะเริ่มขึ้นตามลำดับ คือ<sup>๒๖๖</sup>

๑. สัมปยุตสังเสวะ การเสวนาสัตบุรุษหรือการคบหาคนดีมีปัญญา
๒. สัทธัมมัสสวนะ การสดับสัทธรรม การฟังธรรมที่แท้ เรียนรู้สิ่งที่ถูก ที่ดี ที่ถูกต้อง
๓. โยนิโสมนสิการ การทำใจโดยแยบคาย การใช้ความคิดถูกถูกวิธี การรู้จักคิด
๔. ธรรมานุธรรมปฏิบัติ การนำไปปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลัก การปฏิบัติธรรมถูกหลัก

จากปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิในส่วนของปรโมสะข้างต้นนี้ ซึ่งให้เห็นว่า กระบวนการ  
พัฒนาปรโตโมสะ เกี่ยวข้องกับสิ่งที่สำคัญ ๓ ประการ เป็นอย่างน้อย คือ<sup>๒๖๗</sup>

๑. บุคคลผู้มีความยุ่งยากลำบากใจ ได้แก่ ผู้รับการพัฒนา
๒. บุคคลที่คอยให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ที่มีความยุ่งยากลำบากใจ ได้แก่ ผู้ให้การพัฒนา
๓. ปฏิสัมพันธ์ ระหว่างผู้ให้การพัฒนากับผู้รับการพัฒนา มีผลก่อให้เกิดการ  
เปลี่ยนแปลงบางสิ่งบางอย่างในผู้รับการพัฒนา

ผู้รับการพัฒนา ตามข้อ ๑ หมายถึงผู้แสวงหาสัมมาทิฐิ ซึ่งต้องประกอบด้วยธรรม ๕  
ประการ คือ ๑) ไม่นึกหมิ่นเรื่องที่เขาพูด ๒) ไม่นึกหมิ่นผู้พูด ๓) ไม่นึกหมิ่นตนเอง ๔) ใจไม่  
ฟุ้งซ่าน ฟังธรรม โดยมีจิตหนึ่งเดียว ๕) ทำในใจโดยแยบคาย (โยนิโสมนสิการ)<sup>๒๖๘</sup>

ผู้ให้การพัฒนา ตามข้อ ๒ หมายถึงกัลยาณมิตร ซึ่งนำผู้แสวงหาสัมมาทิฐิ ไปสู่การสดับ  
ธรรม โดยตรงบ้าง โดยอ้อมบ้าง ธรรมที่แสดงหรือวิธีแสดงธรรมนั่นเอง ช่วยให้ผู้ฟังปลุก “โยนิโ  
มนสิการ” คือ ให้รู้จักคิดรู้จักพิจารณาด้วยตนเอง โดยมองสรรพสิ่งตามสภาวะหรือเหตุปัจจัย

<sup>๒๖๖</sup> อ.จตุกก. (ไทย). ๒๑/๒๔๕/๓๖๘.

<sup>๒๖๗</sup> พงษ์พันธ์ หงส์โสภา, ทฤษฎีและเทคนิคการให้การปรึกษา, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร:  
พัฒนาศึกษา, ๒๕๕๓), หน้า ๔.

<sup>๒๖๘</sup> อ.ปญจก. (ไทย). ๒๒/๑๕๑/๒๕๑.

ปฏิสัมพันธ์ ตามข้อ ๓ อธิบายว่า ตามหลักพระพุทธศาสนา การที่กัลยาณมิตรช่วยเหลือคนผู้หนึ่งผู้ใดนั้น มิใช่เพื่อให้คนผู้นั้นหันมาคิดพินิจตน ซึ่งกลายเป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างตัวผู้นั้นกับกัลยาณมิตรไป และอาจมีผลเพียงว่า ให้เชื่ออย่างกัลยาณมิตรเชื่อหรือทำอย่างกัลยาณมิตรทำเท่านั้น แต่เข้ามาเพียงเพื่อเป็นสื่อกลางช่วยให้คนผู้นั้นได้สัมพันธ์กับสิ่งที่สาม คือ โลกและชีวิตอย่างถูกต้อง โดยเข้ามาชี้บอกให้เขาหันไปมองโลกและชีวิตนั้นและพิจารณาให้รู้จักตามความเป็นจริง จนเขารู้ได้ด้วยตนเองว่า เขาควรจะสัมพันธ์กับสิ่งเหล่านั้นให้ถูกต้องอย่างไร

กระบวนการที่เกี่ยวข้องทั้ง ๓ ประการนี้ จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้รับการพัฒนาได้มากหรือน้อยเพียงใดนั้น สิ่งสำคัญย่อมขึ้นอยู่กับผู้ให้การพัฒนาว่าจะมีทักษะและเทคนิคต่อการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้รับการพัฒนาอย่างไร ซึ่งประเด็นเรื่องทักษะและเทคนิคนี้ ถือได้ว่ามีความสำคัญต่อกระบวนการพัฒนามาก สำหรับทักษะและเทคนิคของพระพุทธเจ้าท่านนั้น เรียกว่า “เทคนิคและลีลาการสอน ๔” ซึ่งมีดังนี้<sup>๒๗๕</sup>

๑. สนทนาสนทนา ชี้แจงให้ชัดเจน เป็นขั้นตอนของการแจกแจงเรื่องที่สอน แสดงเหตุ และผลให้ชัดเจน ผู้ฟังเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง

๒. สมหาทนา การโน้มน้าวจิตใจให้ผู้ฟังอยากปฏิบัติตาม เป็นการบรรยายชี้ให้ผู้ฟังเห็นคุณค่าและความสำคัญของเรื่องที่สอน จนเกิดความอยากที่จะฝึกฝนเพื่อให้เกิดความชำนาญ

๓. สมมุเตชนา เร้าใจให้อาจหาญ แก่กล้า เป็นเทคนิคในการทำให้ผู้ฟังหรือผู้เรียนเกิดความกระตือรือร้น มีกำลังใจที่จะเรียนรู้ กระทำให้สำเร็จ สู้งาน ไม่ย่อท้อ อดทน ไม่กลัวลำบาก

๔. สมุหฺสนา ปลุกใจให้ผู้เรียนสดชื่นร่าเริง เป็นเทคนิคในการทำให้ผู้เรียนเกิดความชื่นบาน โดยชี้ให้เห็นผลดีหรือประโยชน์ที่จะได้รับ และแนวทางที่จะนำไปสู่ความสำเร็จขั้นที่สูงขึ้นไป

อย่างไรก็ตาม การพัฒนาสัมมาทิฐิ แม้จะเริ่มต้นจากองค์ประกอบภายนอก คือ ความมีกัลยาณมิตร สำหรับให้เกิดศรัทธา (ความมั่นใจด้วยเหตุผลที่ได้พิจารณาเห็นจริงแล้ว) เป็นเบื้องต้น แต่ปัญญาของปุถุชนจะเจริญงอกงามต่อไปได้ ก็ต้องอาศัยโยนิโสมนสิการของเขาด้วย เพราะลำพังศรัทธาอย่างเดียว จะทำให้ปัญญาเจริญขึ้นจนถึงที่สุดไม่ได้ โดยเฉพาะปัญญาขั้นโลกุตระที่ยังรู้สังขารกัจจกิลเลสสันเชิงจะเกิดขึ้นไม่ได้เลยหากขาดโยนิโสมนสิการ การค้นพบต่าง ๆ ความริเริ่มสร้างสรรค์ ความก้าวหน้าที่ปัญญาที่สำคัญ ๆ และการตรัสรู้ธรรม จะสำเร็จได้ก็ด้วยโยนิโสมนสิการนี้ ดังนั้น ธรรมที่ต้องการเน้น ณ ที่นี้ ได้แก่ “โยนิโสมนสิการ” ซึ่งเป็นตัวการที่ทำหน้าที่ทางปัญญาให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ความรู้จักคิดรู้จักพิจารณาด้วยตนเอง

<sup>๒๗๕</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, หน้า ๑๓๔.

### ๓.๒.๔.๕.๒. โยนิโสมนสิการ

ตามนัยแห่งกัมภีร์มิลินทปัญหา โยนิโสมนสิการ ไม่ใช่ตัวปัญญาโดยตรง ความแตกต่างระหว่างโยนิโสมนสิการกับปัญญา คือ “โยนิโสมนสิการมีลักษณะคำนึงพิจารณา ส่วนปัญญามีลักษณะตัดให้ขาด โยนิโสมนสิการ รวบรวมความคิดมานำเสนอ ทำให้ปัญญาทำงานกำจัดกิเลสได้ เหมือนมือซ้ายรวบรวมรวงข้าวไว้ ให้มือขวาที่ถือเกี่ยวเกี่ยวตัดได้สำเร็จ”<sup>๒๘๐</sup>

อย่างไรก็ตาม แม้โยนิโสมนสิการไม่ใช่ปัญญาโดยตรง แต่ก็ยังเป็นหลักการนำไปสู่มรรคภาวนา คือ เป็นหลักความคิดในการสกัดอวิชชาและตัณหาไม่ให้เกิดขึ้น เป็นปัจจัยให้เกิดปัญญาคือ สัมมาทิฐิ เป็นตัวรวบรวมความคิดมานำเสนอให้ปัญญาทำงานกำจัดปัญหาต่าง ๆ เช่น เมื่อเกิดการทะเลาะวิวาทกันในหมู่คณะ คนที่ใช้โยนิโสมนสิการจะหยุดทะเลาะและหาทางระงับ เป็นปัจจัยปลุกให้เกิดการแสวงหาปัญญาและแสวงหากุศลธรรม เป็นองค์ประกอบสำคัญเบื้องต้นสำหรับการศึกษาและการฝึกปฏิบัติเพื่อกำจัดอวิชชาและตัณหา<sup>๒๘๑</sup>

ในกระบวนการพัฒนาปัญญา โยนิโสมนสิการ อยู่ในระดับเหนือศรัทธา เพราะเป็นขั้นที่เริ่มใช้ความคิดของตนเองเป็นอิสระ ส่วนในระบบการศึกษา โดยโยนิโสมนสิการเป็นการฝึกความคิดให้รู้จักคิดอย่างถูกวิธี คิดอย่างมีระเบียบ รู้จักคิดวิเคราะห์ ไม่มองสิ่งต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาทางอายตนะหรืออินทรีย์ทั้งหลายอย่างผิวเผิน เป็นขั้นสำคัญในการสร้างปัญญาที่บริสุทธิ์เป็นอิสระ ทำให้พึ่งตนเองได้ และนำไปสู่จุดหมายของพุทธธรรมอย่างแท้จริง<sup>๒๘๒</sup> ด้วยเหตุนี้ โยนิโสมนสิการนี้ จึงมีความสำคัญมาก ดังจะเห็นได้จากพุทธพจน์ต่อไปนี้

“ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์จะอุทัย ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อน เป็นบุพนิมิต ฉันทใด ความถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ ก็เป็นตัวนำ เป็นบุพนิมิตแห่งการเกิดอริยอัษฎางคิกมรรค แก่ภิกษุ ฉันทนั้น ภิกษุผู้ถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ พึงหวังสิ่งนี้ได้ คือ จักเจริญ ทำให้มาก ซึ่งอริยอัษฎางคิกมรรค”<sup>๒๘๓</sup>

“ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์จะอุทัย ย่อมมีแสงเงินแสงทองเป็นบุพนิมิตมาก่อน ฉันทใด โยนิโสมนสิการ ก็เป็นตัวนำ เป็นบุพนิมิตแห่ง

<sup>๒๘๐</sup> มหามกุฏราชวิทยาลัย, มิลินทปัญหา ฉบับพิศดาร, พิมพ์ครั้งที่ ๖. หน้า ๑๐๖-๑๐๗.

<sup>๒๘๑</sup> จานงศ์ อติวิธานสิทธิ์, รัช.,ดร. สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสนาตรี, หน้า ๒๘.

<sup>๒๘๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๖๑๕.

<sup>๒๘๓</sup> ส.ม. (ไทย). ๑๕/๕๕/๔๔-๔๕.



การเกิดโพชนงค์ ๗ แก่ภิกษุ ฉะนั้น ภิกษุผู้ถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ พึงหวังสิ่งนี้ได้ คือ จักเจริญ ทำให้มาก ซึ่งโพชนงค์ ๗<sup>๒๘๔</sup>

“เพราะองค์ประกอบภายใน เราไม่เห็นองค์ประกอบอื่น ภายนอกอย่างหนึ่ง ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์มาก เหมือนโยนิโสมนสิการนี้ โยนิโสมนสิการ ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์มาก”<sup>๒๘๕</sup>

“สำหรับภิกษุผู้เสาะ ยังไม่บรรลุอรหัตตผล บรรณาความเกษมจากโยคะอันยอดเยี่ยม เราไม่เห็นองค์ประกอบภายในอย่างอื่น ภายนอกอย่างหนึ่ง ที่มีประโยชน์มาก เหมือนโยนิโสมนสิการนี้เลย ภิกษุใช้โยนิโสมนสิการ ย่อมกำจัดอกุศลได้ และย่อมบำเพ็ญประโยชน์ให้เกิดขึ้น”<sup>๒๘๖</sup>

“เราไม่เห็นธรรมอื่น ภายนอกอย่างหนึ่ง ที่เป็นเหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นก็เกิดขึ้น หรือเป็นเหตุให้อกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เสื่อมไป เหมือนโยนิโสมนสิการนี้ เมื่อมนสิการโดยแยกกาย กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นก็เกิดขึ้น และอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วก็เสื่อมไป”<sup>๒๘๗</sup>

“เราไม่เห็นธรรมอย่างอื่น ภายนอกอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นเหตุให้สัมมาทิฐิที่ยังไม่เกิดขึ้น หรือที่เกิดขึ้นแล้ว ก็เจริญยิ่งขึ้น เหมือนโยนิโสมนสิการนี้ เมื่อมนสิการโดยแยกกาย สัมมาทิฐิที่ยังไม่เกิดขึ้นก็เกิดขึ้น และที่เกิดขึ้นแล้วก็เจริญยิ่งขึ้นไป”<sup>๒๘๘</sup>

คำว่า “โยนิโสมนสิการ” แปลตามรูปศัพท์ว่า การทำในใจโดยแยกกาย การทำในใจโดยแยกกาย มีความหมายตามคัมภีร์ชั้นอรรถกถาและฎีกา ซึ่งแยกเป็นข้อ ๆ ดังนี้<sup>๒๘๙</sup>

๑. อุบายมนสิการ แปลว่า คิดหรือพิจารณาโดยอุบาย หมายถึงคิดถูกวิธีหรือคิดอย่างมีวิธี ที่จะให้เข้าถึงความจริง สอดคล้องกับสัจจะ ทำให้หยั่งรู้สภาวะลักษณะและสามัญลักษณะของสรรพสิ่ง

๒. ปถมนสิการ แปลว่า คิดเป็นทางหรือคิดถูกทาง หมายถึงความคิดเป็นระเบียบ ตามแนวเหตุผล เป็นต้น

<sup>๒๘๔</sup> ส.ม. (ไทย). ๑๕/๑๕๔/๑๒๓.

<sup>๒๘๕</sup> อญ.เอภูก. (ไทย). ๒๐/๕๑/๑๕; ๑๐๗/๑๓.

<sup>๒๘๖</sup> พุ.อติ. (บาลี). ๒๕/๑๖/๒๔๑-๒๔๒.

<sup>๒๘๗</sup> อญ.เอภูก. (ไทย). ๒๐/๖๓/๑๒.

<sup>๒๘๘</sup> อญ.เอภูก. (ไทย). ๒๐/๓๐๓/๓๕.

<sup>๒๘๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๖๒๑-๖๒๒.

๓. การณมนสิการ แปลว่า คิดตามเหตุ คิดค้นเหตุ คิดตามเหตุผล หรือคิดอย่างมีเหตุผล หมายถึงการคิดสืบค้นตามแนวความสัมพันธ์สืบทอดกันแห่งเหตุปัจจัย พิจารณาสืบสาวหาสาเหตุ ให้เข้าใจถึงต้นเค้าหรือแหล่งที่มาซึ่งส่งผลต่อเนื่องมาตามลำดับ

๔. อุปาทกมนสิการ แปลว่า คิดให้เกิดผลที่พึงประสงค์ ในทางธรรม หมายถึงการคิด การพิจารณาที่ทำให้เกิดกุศลธรรม เช่น ปลูกเร้าให้เกิดความเพียร การรู้จักคิดในทางที่ทำให้หาย ความหวาดกลัว ให้หายโกรธ การพิจารณาที่ทำให้มีสติหรือทำให้จิตเข้มแข็ง เป็นต้น

สาระสำคัญของโยนิโสมนสิการ ตามคัมภีร์อรรถกถาและฎีกาทั้ง ๔ ข้อข้างต้น ก็คือ “คิดถูกวิธี คิดมีระเบียบ คิดมีเหตุผล คิดเร้ากุศล” และในความหมายที่เป็นสาระสำคัญทั้ง ๔ ประการ นั้น สามารถสรุปลงได้เป็นหนึ่งเดียว คือ “ความรู้จักคิดหรือคิดเป็น”

ความรู้จักคิดหรือคิดเป็น หมายถึงการพิจารณาสืบค้นถึงต้นเค้า การใช้ความคิดสืบสาว ตลอดสาย การคิดอย่างมีระบบ การรู้จักคิดพิจารณาด้วยอุบาย การคิดแยกแยะออกดูตามสภาวะของ สิ่งนั้น ๆ โดยไม่เอาความรู้สึกด้วยตัณหา อุปาทาน ของตนเข้าจับ<sup>๒๕๐</sup>

การรู้จักคิดหรือคิดเป็น เป็นองค์ประกอบที่สำคัญยิ่งของการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ผลของการดำเนินชีวิตถูกต้อง คือ การมีความสุขอย่างแท้จริง พระพุทธศาสนาถือว่า การมีความสุขอย่างแท้จริง ซึ่งหมายถึงการมีความสุขที่เอื้อต่อการเกิดมีความสุขของบุคคลอื่นด้วยนั้น จะต้องดำเนินชีวิตให้ถูกต้องหรือมีชีวิตที่ดีงาม และการดำเนินชีวิตให้ถูกต้องนั้น หมายถึงการปฏิบัติให้ถูกต้อง ได้แก่ ๑) แก้ปัญหาเป็น ๒) คิดเป็น พุดเป็น ทำเป็น ๓) ดูเป็น ฟังเป็น คมเป็น ลืมเป็น สัมผัสเป็น คิดเป็น ๔) กินเป็น ใช้นเป็น บริโภคเป็น เสวนาเป็น<sup>๒๕๑</sup>

ตามหลักพระพุทธศาสนา การคิดถูกต้อง รู้จักคิด หรือคิดเป็น เป็นตัวนำของชีวิตที่ดีงาม หรือมรรค การฝึกฝนพัฒนาความคิดที่ถูกต้อง ให้รู้จักคิด หรือคิดเป็น และเป็นตัวนำของการศึกษา หรือสิกขา อนึ่ง การพัฒนาความรู้จักคิดหรือคิดเป็น เป็นปัจจัยนำไปสู่ความรู้ ความเข้าใจ ตลอดจนนำไปสู่ความเชื่อที่ถูกต้อง ที่เรียกว่า “สัมมาทิฐิ” การรู้จักคิดหรือคิดเป็นนั้น ประกอบด้วยวิธีคิด ค่าง ๆ หลายอย่าง การพัฒนาความรู้จักคิดหรือคิดเป็น หมายถึงการพัฒนาตนหรือการพัฒนา บุคลิกภาพตนตามแนวทางของวิธีคิด ได้แก่ การพัฒนาตนหรือการพัฒนาบุคลิกภาพตามแนววิธีคิด แบบโยนิโสมนสิการ วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ หมายถึงการนำโยนิโสมนสิการมาใช้ในทางปฏิบัติ

<sup>๒๕๐</sup> อ.ทก. (ไทย). ๒๐/๑๒๖/๑๑๕.

<sup>๒๕๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๖๐๘.

(ปฏิบัติการ) ซึ่งวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้ประมวลจากพระบาลีแสดงไว้เป็น ๑๐ แบบใหญ่ ๆ ดังนี้<sup>๒๕๒</sup>

๑. วิธีคิดแบบสืบสาวหาเหตุปัจจัย คือ พิจารณาปัญหา หาหนทางแก้ไข ด้วยการค้นหาสาเหตุและปัจจัยต่าง ๆ ที่สัมพันธ์ อาจเรียกวธีคิดนี้ว่า “วิธีคิดแบบอัทปปัจจัยตา หรือ ปฏิจจสมุปบาท” ได้แก่ ๑) คิดแบบปัจจัยสัมพันธ์ ๒) คิดแบบสอบสวนหรือตั้งคำถาม

๒. วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ เป็นการคิดที่มุ่งให้มองเห็นและให้รู้จักสิ่งทั้งหลายตามสภาวะหรือความเป็นจริง ในทางธรรม หมายถึงการคิดการพิจารณาให้เห็นความไม่มีแก่นสารหรือความไม่เป็นตัวตนที่แท้จริงของสิ่งทั้งหลาย ให้หายยึดติดในสมมติบัญญัติ โดยการพิจารณาสัตว์ บุคคล ให้เห็นเป็นเพียงการประชุมกันเข้าขององค์ประกอบต่าง ๆ ที่เรียกว่า ชั้น ๕ และขันธ์ ๕ แต่ละอย่างก็เกิดขึ้นจากส่วนประกอบย่อยอื่น ๆ อีก ซึ่งการพิจารณาเช่นนี้ ช่วยให้เห็นความเป็นอนัตตาได้ อนึ่ง ในคัมภีร์อรรถกถา เรียกการคิดพิจารณาแบบแยกแยะส่วนประกอบนี้ว่า “นามรูปวัตถานหรือนามรูปปริคคหะ” คือ ไม่มองสัตว์บุคคลตามสมมติบัญญัติ ว่าเป็นเขา เป็นเรา แต่มองตามสภาวะ โดยแยกแยะว่า เป็นนามธรรมและรูปธรรม เมื่อหัดมองหรือฝึกความคิดเช่นนั้นจนชำนาญแล้ว ก็จะมองเห็นเป็นเพียงกองแห่งนามธรรมและรูปธรรม เป็นเพียงสภาวะว่างเปล่าจากจากความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา อันนับว่ามีกระแสความคิดความเข้าใจที่คอยค้านไม่ให้คิดอย่างหลงใหลหมั่นติดสมมติบัญญัติมากเกินไป

๓. วิธีคิดแบบสามัญลักษณะ หรือ วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา คือ มองอย่างรู้เท่าทันความเป็นอยู่ ความเป็นไป ของสิ่งทั้งหลายว่า ส่วนเกิดจากปัจจัยปรุงแต่ง ลักษณะของสิ่งที่เกิดจากเหตุปัจจัยปรุงแต่ง คือ ๑) เป็นอนิจจัง ไม่เที่ยงแท้ถาวร ๒) เป็นทุกขัง ไม่อาจคงอยู่ในสภาพเดิมได้ ๓) เป็นอนัตตา เป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่ใช่เป็นไปตามใจอยากของใครหรืออะไรทั้งสิ้น

วิธีคิดแบบสามัญลักษณะ แบ่งได้ ๒ ขั้นตอน คือ ๑) รู้เท่าทันและยอมรับความจริง เป็นการวางใจวางท่าที่ต่อสิ่งทั้งหลายโดยสอดคล้องกับความจริงของธรรมชาติ เป็นท่าที่แห่งปัญญา ท่าที่แห่งความเป็นอิสระ ๒) แก้ไขและทำการตามเหตุปัจจัย เป็นขั้นปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายโดยสอดคล้องกับความจริงของธรรมชาติ เป็นการปฏิบัติด้วยปัญญา ด้วยความรู้เท่าทัน เป็นอิสระ

๔. วิธีคิดแบบอริยสัง หรือ คิดแบบแก้ปัญห เรียกว่าตามโฆหารทางธรรมว่า วิธีแห่งความดับทุกข์ หลักการวิธีคิดนี้ คือ เริ่มต้นจากปัญหาหรือความทุกข์ที่ประสบ โดยการกำหนดรู้ ทำความเข้าใจปัญหาคือความทุกข์นั้นให้ชัดเจน แล้วสืบค้นหาสาเหตุเพื่อเตรียมการแก้ไข ในเวลาเดียวกัน ก็

<sup>๒๕๒</sup> ดูรายละเอียดใน, พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่

กำหนดเป้าหมายของตนให้ชัดเจนว่าคืออะไร จะเป็นไปได้หรือไม่ และเป็นไปได้อย่างไร แล้วคิดวางวิธีปฏิบัติที่จะกำจัดสาเหตุของปัญหา โดยสอดคล้องกับการที่จะบรรลุจุดหมายที่กำหนดไว้

๕. วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ หรือคิดตามหลักการและความมุ่งหมาย คือ พิจารณาให้เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่าง “ธรรมกับอรรถ” หรือ “หลักการกับจุดหมาย” ความเข้าใจถูกต้องในเรื่องหลักการและความมุ่งหมายนี้ นำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้อง ที่เรียกว่า “ธรรมานุธรรมปฏิบัติ” อันแปลตามรูปศัพท์ว่า ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม หมายถึงปฏิบัติธรรมน้อยคล้ายแก่ธรรมใหญ่ หรือปฏิบัติหลักย่อยคล้ายตามหลักใหญ่ เพื่อจุดหมายที่ต้องการ

๖. วิธีคิดแบบเห็นคุณค่าและทางออก คือ คิดพิจารณาให้เห็นสิ่งทั้งหลายครบ ๓ ด้าน และยอมรับความจริงของสิ่งนั้น ๆ ใน ๓ ด้าน คือ ๑) อัสสาทะ ด้านดีหรือข้อดี ๒) อาทีนวะ ด้านเสียหรือข้อเสีย ๓) นิสสรณะ ทางออก ทางรอด ภาวะที่ปลอดภัยหรือสลัดออกได้

๗. วิธีคิดแบ่รู้คุณค่าแท้-คุณค่าเทียม หรือการพิจารณาเกี่ยวกับ “ปฏิเสธวนา” คือ การใช้ปัจจัย ๔ เป็นวิธีคิดแบบสลัดหรือบรรเทาต้นเหตุ เป็นขั้นฝึกหัดขัดเกลากิเลสหรือตัดทางไม่ให้กิเลสเข้ามาครอบงำจิตใจแล้วชักนำพฤติกรรมต่อไป

หลักการโดยย่อของวิธีคิดนี้ มีอยู่ว่า คนเราเข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งต่าง ๆ เพราะเรามีความต้องการและเห็นว่าสิ่งนั้น ๆ สามารถสนองความต้องการของตนได้ สิ่งใดสามารถสนองความต้องการได้ สิ่งนั้นมีคุณค่าหรือมีประโยชน์ คุณค่าหรือประโยชน์นี้ จำแนกได้ ๒ ประเภท ตามชนิดของความต้องการ คือ

๑) คุณค่าแท้ หมายถึงความหมาย คุณค่า หรือประโยชน์ของสิ่งที่สนองความต้องการของชีวิตโดยตรงหรือที่มนุษย์นำมาใช้แก้ปัญหาของตน เพื่อความดีงาม ความดำรงอยู่อย่างผาสุกของชีวิต หรือเพื่อประโยชน์สุขทั้งของตนเองและผู้อื่น คุณค่าแท้นี้ อาศัยปัญญาเป็นเครื่องตีค่าหรือวัดราคา เรียกว่า คุณค่าสนองปัญญา

๒) คุณค่าเทียม หมายถึงคุณค่าพอกเสริม ที่มนุษย์พอกเพิ่มให้แก่สิ่งนั้น เพื่อปรนเปรอการเสพเวทนา คุณค่าเทียมนี้ อาศัยต้นเหตุเป็นเครื่องตีค่าหรือวัดราคา เรียกว่า คุณค่าสนองต้นเหตุ

วิธีคิดแบบนี้ สำหรับใช้พิจารณาในการเข้าเกี่ยวข้องกับปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ โดยทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นการบริโภค ใช้สอย การซื้อหา หรือการครอบครอง โดยมุ่งให้เข้าใจและเลือกเสพคุณค่าแท้ ที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิตอย่างแท้จริง เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขทั้งแก่ตนและผู้อื่น

คุณค่าแท้ นอกจากจะเป็นประโยชน์แก่ชีวิตอย่างแท้จริงแล้ว ยังเกี่ยวเนื่องกับความเจริญงอกงามของกุศลธรรม เช่น ความมีสติ เป็นต้น ทำให้พ้นจากความเป็นทาสของวัตถุ เพราะเป็นการเกี่ยวข้องกับปัญญาและมีขอบเขตอันเหมาะสม มีความพอเหมาะพอดี ต่างจากคุณค่าเทียมหรือ

คุณค่าพอกเสริมด้วยค้นหาซึ่งไม่ค่อยเกื้อกูลแก่ชีวิต อนึ่ง คุณค่าแท้และคุณค่าเทียมเป็นอย่างไรหรือต่างกันอย่างไร ให้พิจารณาได้จากพุทธพจน์ต่อไปนี้

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาโดยแยกกายแล้ว จึงนุ่งห่มจีวร เพียงเพื่อป้องกันความหนาว ความร้อน สัมผัสแห่ง เหลือบ ขุน ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน เพื่อปกปิดอวัยวะที่น่าละอาย

พิจารณาโดยแยกกายแล้ว จึงฉันอาหารบิณฑบาตร มิใช่เพื่อสนุก มิใช่เพื่อมัวเมา มิใช่เพื่อประดับตกแต่ง มิใช่เพื่อความเด่นดัง แต่ฉันเพียง เพื่อให้ร่างกายนี้ดำรงอยู่ได้ เพื่อยังชีวิตให้เป็นไปได้ เพื่อระงับความหิว เพื่อเกื้อกูลชีวิตที่ประเสริฐ ด้วยความหวังว่า เรา จะกำจัดเวทนาเก่า ป้องกันเวทนาใหม่ ให้ชีวิตดำเนินไปได้ พร้อม ทั้งความไม่มีโทษและความอยู่ผาสุก

พิจารณาโดยแยกกายแล้ว จึงเสพเสนาสนะ เพียงเพื่อ กำจัดความหนาว ความร้อน สัมผัสแห่งเหลือบ ขุน ลม แดด และ สัตว์เลื้อยคลาน เพียงเพื่อบรรเทาอันตรายจากฤดูกาล เพื่อ ได้รับความ รื่นรมย์ในการหลีกเร้น

พิจารณาโดยแยกกายแล้ว จึงเสพยาและเครื่องประกอบอัน เป็นปัจจัยสำหรับคนไข้ เพียงเพื่อกำจัดเวทนาทั้งหลายเนื่องจากอาพาธ ต่าง ๆ ซึ่งเกิดขึ้นแล้ว เพื่อความเป็นผู้ไม่มีอาพาธเบียดเบียนอย่างยิ่ง”<sup>๒๕๓</sup>

๘. วิธีคิดแบบเร้ากุศล หรือคิดแบบกุศลภาวนา เป็นวิธีคิดในแนวสกดกันหรือบรรเทา และขัดเกลาค้นหา จึงจัดได้ว่าเป็นข้อปฏิบัติระดับต้น ๆ สำหรับส่งเสริมความเจริญของงามแห่ง กุศลธรรมและสร้างเสริมโลกียสัมมาทิฐิ

หลักการทั่วไปของวิธีคิดแบบนี้ มีอยู่ว่า ประสพการณ์ คือ สิ่งที่ได้ประสบหรือได้รับรู้ อย่างเดียวกัน บุคคลผู้ประสบหรือรับรู้ต่างกัน อาจมองเห็นและคิดนึกปรุงแต่งไปคนละอย่าง สุดแต่ โครงสร้างของจิตหรือแนวทางของความเคยชินต่าง ๆ ที่เป็นเครื่องปรุงแต่งจิตคือสังขารที่ผู้นั้นสั่ง สมไว้ หรือสุดแต่การทำใจในขณะนั้น ๆ

การทำใจ ที่ช่วยตั้งต้นและชักนำความคิดให้เดินไปในทางที่ดีและเป็นประโยชน์ เรียกว่า วิธีคิดแบบอุบายปลุกเร้าคุณธรรม ซึ่งมีความสำคัญมาก ทั้งในแง่ที่ทำให้เกิดความเคยชิน และการกระทำที่ดีเป็นประโยชน์ในขณะนั้น ๆ และในแง่ที่ช่วยแก้ไขนิสัยความเคยชินร้าย ๆ ของ

<sup>๒๕๓</sup> ม.มู. (บาลี). ๑๒/๑๔/๑๔.

ชีวิตที่ได้สั่งสมไว้แต่เดิม พร้อมกับสร้างความเคยชินใหม่ ๆ ที่ดีให้แก่จิตในเวลาเดียวกันด้วย เช่น การคิดถึงความตายอย่างถูกวิธี จะประกอบด้วย “สติ” ความคุมองใจไว้หรือมีใจอยู่กับตัว ระลึกรู้ถึง สิ่งที่พึงเกี่ยวข้อง “สังเวค” ความรู้สึกเร้าใจ ได้คิด และดำเนินที่จะเร่งรีบทำการที่ควรทำ และ “ญาณ” ความรู้เท่าทันธรรมดาหรือรู้ตามเป็นจริง

๘. วิธีคิดแบบอยู่กับปัจจุบัน คือ การคิดในแนวทางของความรู้หรือคิดด้วยอำนาจปัญญา ถ้าคิดในแนวทางของความรู้หรือคิดด้วยอำนาจปัญญาแล้ว ไม่ว่าจะเป็นเรื่องที่เป็นไปอยู่ในขณะนี้ หรือเป็นเรื่องล่วงไปแล้วหรือเป็นเรื่องของกาลภายหน้า ก็จัดเข้าในการอยู่กับปัจจุบันทั้งสิ้น คำว่า “ความเป็นปัจจุบัน” นี้กำหนดเอาที่ความเกี่ยวข้อง ต้องรู้ ต้องทำ เป็นสำคัญ ความหมายของวิธีคิดแบบอยู่กับปัจจุบันนี้ จะเห็นได้จากพุทธพจน์ต่อไปนี้

“ไม่พึงหวนละห้อยถึงสิ่งที่ล่วงแล้ว ไม่พึงเพ้อหวังถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง สิ่งใดเป็นอดีต สิ่งนั้นล่วงไปแล้ว สิ่งใดเป็นอนาคต สิ่งนั้นยังมาไม่ถึง ส่วนผู้ใด มองเห็นแจ้งชัด ซึ่งสิ่งเป็นปัจจุบันในกรณีนั้น ๆ อันไม่ถ่วงแน่น ไม่คลอนแคลน ครั้นรู้ชัดแล้ว พึงหวังสิ่งนั้น”

“ควรทำความเพียรเสียแต่วันนี้ ใครเล่าจะรู้ได้ว่าจะตายในวันพรุ่ง กับพญามัจจุราชแม่ทัพใหญ่นั้น ไม่มีการผัดผ่อนได้เลย”

“ผู้เป็นอยู่อย่างนี้ มีความเพียร ไม่ซึมเซาทั้งคืนและวัน พระสันตมุนีทรงเรียกขานว่า ผู้มีแต่ละวันเจริญดี”<sup>๒๕๔</sup>

“ผู้ถึงธรรม ไม่เศร้าโศกถึงสิ่งที่ล่วงแล้ว ไม่ฝันเพ้อถึงสิ่งที่ยังไม่มา ดำรงอยู่ด้วยสิ่งที่เป็นปัจจุบัน ฉะนั้น ศิวพรหมจึงผ่องใส”

“ส่วนเหล่าชนที่อ่อนปัญญา ฝืนแต่ฝันเพ้อถึงสิ่งที่ยังไม่มา ละห้อยหาสิ่งที่ล่วงแล้ว จึงซัดเซียวหม่นหมอง เหมือนต้นอ้อสดที่เขาถอนทิ้งไว้กลางแดด”<sup>๒๕๕</sup>

๑๐. วิธีคิดแบบวิภาษวาท เรียกอย่างสมัยใหม่ว่า วิธีคิดแบบวิเคราะห์ คำว่า “วิภาษวาท” แปลว่า การพูดแยกแยะ พูดจำแนก หรือพูดแจกแจง หมายถึงระบบแสดงคำสอนแบบวิเคราะห์ ลักษณะสำคัญของความคิดและการพูดแบบนี้ คือ การมองและแสดงความจริงโดยแยกแยะออกให้เห็นครบทุกด้าน ไม่ใช่จับเอาแง่หนึ่งแง่เดียวหรือบางแง่ขึ้นมาวินิจฉัยแล้วสรุปความลงไป ในที่นี้อาจจำแนกแนววิธีคิดแบบวิภาษวาทโดยนั้นต่าง ๆ ดังนี้

<sup>๒๕๔</sup> ม.อ. (ไทย). ๑๔/๒๗๒/๓๒๐.

<sup>๒๕๕</sup> ส.ส. (ไทย). ๑๕๑๐/๑๐.

๑) โดยความจริง การคิดแนวนี้นี้ มีผลรวมไปถึงการเข้าใจในภาวะที่องค์ประกอบต่าง ๆ หรือลักษณะด้านต่าง ๆ มาประมวลกันเข้าโดยครบถ้วน จึงเกิดเป็นสิ่งที่นั่น ๆ หรือเหตุการณ์นั้น ๆ

๒) โดยส่วนประกอบ คือ วิเคราะห์แยกแยะ ให้รู้เท่าทันภาวะที่สิ่งนั้นเกิดขึ้นจากองค์ประกอบย่อยต่าง ๆ มาประสมกันเข้า เช่น แยกแยะสัตว์ บุคคลเป็นนามและรูป เป็นขั้น ๕ จนเห็นภาวะที่ไม่เป็นอัตตา เป็นทางรู้เท่าทันความจริงของสังขารทั้งหลาย

๓) โดยลำดับขณะ คือ แยกแยะวิเคราะห์ปรากฏการณ์ตามลำดับความสืบทอดแห่งเหตุปัจจัย ให้เห็นตัวเหตุปัจจัยที่แท้จริง

๔) โดยความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย คือ สืบสาวเหตุปัจจัยต่าง ๆ ที่สัมพันธ์สืบทอดกันมาของสิ่งหรือปรากฏการณ์ต่าง ๆ ทำให้มองเห็นความจริงที่สิ่งทั้งหลายไม่ได้ตั้งอยู่ลอย ๆ ไม่ได้เกิดขึ้นลอย ๆ ไม่ได้ดำรงอยู่อย่างเป็นอิสระจากสิ่งอื่น ๆ และไม่ได้ดำรงอยู่โดยตัวของมันเอง แต่เกิดขึ้นด้วยอาศัยเหตุปัจจัย จะดับไปและสามารถดับได้ ด้วยการดับที่เหตุปัจจัย

๕) โดยเงื่อนไข คือ มองหรือแสดงความจริงโดยพิจารณาเงื่อนไขประกอบ

๖) โดยทางเลือกหรือความเป็นไปได้ วิธีคิดแบบนี้ จะเห็นตัวอย่างจากพุทธประวัติ เมื่อพระพุทธเจ้า ทรงทดลองบำเพ็ญทุกรกิริยาจำพวกคบะที่เป็นอุดมการณ์ของยุคสมัยอย่างสุดกำลังและสุดหนทางที่จะมีบุคคลผู้ใดปฏิบัติได้ยิ่งไปกว่านั้นแล้วไม่สำเร็จผล แทนที่จะทรงคิดค้นและสั่นหวัง กลับทรงเห็นว่า ไม่ใช่ทางที่ถูกต้องที่จะบรรลุจุดหมาย แล้วทรงดำริต่อไป คือ ทรงดำริว่า “เราจะบรรลุญาณที่ชนะอันพิเศษที่ทำให้เป็นอริยะ ซึ่งเหนือกว่าธรรมของมนุษย์นั้น ด้วยทุกรกิริยาอันเผ็ดร้อนนี้ หาได้ไม่ หนทางตรัสรู้คงจะเป็นอย่างอื่น”<sup>๒๕๖</sup>

วิธีคิดแบบ โยนิโสมนสิการนี้ แม้จะมีหลายอย่างหลายวิธี แต่โดยหลักแล้ว สรุปลงได้เป็น ๒ แบบ คือ โยนิโสมนสิการที่มุ่งสัจหรือกำจัดอวิชชาโดยตรง และ โยนิโสมนสิการที่มุ่งเพื่อสัจหรือบรรเทาตัณหา<sup>๒๕๗</sup> วิธีคิดแบบ โยนิโสมนสิการ เป็นกระบวนการคิดที่สนองปัญญา คือ การคิดที่แก้ปัญหา นำไปสู่ความดับทุกข์ และเป็นการศึกษาหรือการพัฒนาตนตามหลักพระพุทธศาสนา บุคคลผู้มีการศึกษาสมบูรณ์แล้ว เมื่อคิด ย่อมคิดอย่างโยนิโสมนสิการ เมื่อไม่คิด ย่อมมีสติครองใจอยู่กับปัจจุบัน คือ กำกับจิตอยู่กับสิ่งที่ต้องทำและพฤติกรรมที่กำลังดำเนินไปของตน<sup>๒๕๘</sup>

กล่าวโดยสรุป การพัฒนาปัญญาในทางพระพุทธศาสนา เริ่มต้นที่การพัฒนาสัมมาทิฐิ เพราะสัมมาทิฐิ เป็นจุดเริ่มต้นหรือเป็นตัวนำในการดำเนินชีวิตตามมรรคาแห่งมัชฌิมาปฏิปทา<sup>๒๕๙</sup>

<sup>๒๕๖</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๒/๒๐๖-๒๑๒/๒๑๘-๒๒๓.

<sup>๒๕๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๖๒๗.

<sup>๒๕๘</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๑๗-๖๑๘.

<sup>๒๕๙</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๔๕.

การพัฒนาสัมมาทิฐิ หมายถึงการพัฒนาปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ (เหตุปัจจัยที่ช่วยให้เกิดสัมมาทิฐิ) ซึ่งมี ๒ ประการ คือ ๑) ปรโตโฆสะ สิ่งแวดล้อมที่ถูกต้องดีงามซึ่งเป็นปัจจัยภายนอก ช่วยชักจูงหรือกระตุ้นให้เกิดสัมมาทิฐิ เช่น การสนทนาซักถาม การศึกษา การค้นคว้าวิจัย และจากคำบอกเล่าของกัลยาณมิตร ๒) โยนิโสมนสิการ การคิดอย่างมีระบบหรือคิดตามแนวทางของปัญญา คือ การรู้จักมอง รู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามสภาวะ โดยไม่เอาความรู้สึกด้วยอคติหาอุปาทานของตนเข้าจับ<sup>๓๐๐</sup>

ในปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ ๒ ประการนั้น สำหรับปุถุชนทั่วไป ผู้ยังมีปัญญาไม่แก่กล้า ยังต้องอาศัยการแนะนำจากผู้อื่น การพัฒนาปัญญานั้นว่าเริ่มต้นจากองค์ประกอบภายนอก คือ ความมีกัลยาณมิตร สำหรับให้เกิดศรัทธาก่อน จากนั้น จึงก้าวมาสู่องค์ประกอบภายใน เริ่มจากนำความเข้าใจตามแนวศรัทธาไปเป็นพื้นฐานในการใช้ความคิดอย่างอิสระ ด้วยโยนิโสมนสิการ เป็นต้นไป ทำให้เกิดสัมมาทิฐิ และทำให้เกิดปัญญาเจริญยิ่งขึ้น จนกลายเป็นญาณทัสนะ คือ การรู้การเห็นประจักษ์ในที่สุด<sup>๓๐๑</sup>

### ๓.๒.๔.๖ แนวทางการพัฒนาปัญญา

ในปัญญาหรือความรู้ ๓ ประการ อันได้แก่ จินตามยปัญญา สุตมยปัญญา ภวานามยปัญญานั้น พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญต่อภวานามยปัญญามากที่สุด เพราะถือว่าภวานามยปัญญานั้น ให้ความจริงที่ถูกต้องและในระดับลึกที่สุดและยังให้สำเร็จประโยชน์ได้มากกว่าวิธีอื่น ๆ ทั้งหมด

ภวานามยปัญญา เป็นความรู้ที่เป็น ไปในมโนทวาร ไม่ใช่เป็นความรู้ที่เกิดจากปัญจทวาร และไม่ใช่เป็นความรู้ที่เกิดจากการอนุมานหรือการหาเหตุผล แต่เป็นความรู้ที่เกิดจากการปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา เรียกในศัพท์ทางวิชาการว่า ภวานาหรือกรรมฐาน คำว่า “ภวานา” แปลตามรูปศัพท์ว่า การทำให้มีขึ้นเป็นขึ้น การทำให้เกิดขึ้น การเจริญ หรือการบำเพ็ญ หมายถึงการฝึกอบรม<sup>๓๐๒</sup> การฝึกอบรม ตามหลักพระพุทธศาสนา มี ๒ อย่าง คือ สมถภวานาและวิปัสสนาภวานา<sup>๓๐๓</sup> ภวานาทั้ง ๒ นี้ เป็น ไปด้วยกันหรือมีความสัมพันธ์กัน คือ สมถภวานา ไม่อาจบรรลุถึงวิปัสสนาปัญญาได้ (วิปัสสนาญาณ) ถ้าไม่ได้ดำเนินไปต่อตามวิธีของวิปัสสนาภวานา และวิปัสสนาภวานาจะดำเนินไปไม่ได้ถ้าไม่มีสมถภวานาเป็นฐานรองรับ<sup>๓๐๔</sup>

<sup>๓๐๐</sup> อ.ช.ท. (ไทย). ๒๐/๑๒๖/๑๑๕.

<sup>๓๐๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๖๕๐.

<sup>๓๐๒</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, หน้า ๑๗๒.

<sup>๓๐๓</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๐๔/๒๕๖; อ.ช.ท. (ไทย). ๒๐/๑๒๖/๑๑๕.

<sup>๓๐๔</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, หน้า ๑๗๐.



### ๓.๒.๔.๖.๑ สมถภาวนา

สมถภาวนา แปลว่า การฝึกรวมจิตใจให้เกิดความสงบ หรือการเจริญสมาธิ ซึ่งมี ๓ ชั้น คือ ๑) บริกรรมภาวนา ภาวนาขั้นเตรียมการ คือ กำหนดอารมณ์กรรมฐาน ๒) อุปจารภาวนา ภาวนาขั้นจวนเจียน คือ เกิดอุปจารสมาธิ ๓) อัปนาภาวนา ภาวนาขั้นแน่นแน่ คือ เกิดอัปนาสมาธิเข้าถึงฌาน สมาธิขั้นสูงสุดจากการเจริญสมถะ คือ อัปนาสมาธิหรือสมาธิในฌาน<sup>๓๐๕</sup>

การเจริญสมาธินั้น จะประณีตขึ้นไปเป็นขั้น ๆ โดยลำดับ ภาวะจิตที่มีสมาธิถึงขั้นอัปนาสมาธิแล้ว เรียกว่า “ฌาน” (absorption) ซึ่งมีหลายชั้น ยิ่งเป็นขั้นสูง องค์กรรมต่าง ๆ ซึ่งทำหน้าที่ประกอบอยู่กับสมาธิก็ยิ่งลดน้อยลงไป ฌาน โดยทั่วไปแบ่งเป็น ๒ ระดับใหญ่ และแบ่งย่อยเป็นระดับละ ๔ รวมเป็น ๘ อย่าง เรียกว่า “ฌาน ๘ หรือ สมาบัติ ๘” คือ รูปฌาน ๔ และอรุปรฌาน ๔ การเพียรพยายามบำเพ็ญสมาธิโดยใช้วิธีการใด ๆ ก็ตาม เพื่อให้เกิดสมาบัตินี้ ท่านเรียกว่า “สมถะ”

มนุษย์ปุถุชนเพียรพยายามบำเพ็ญสมาธิเพียงใดก็ตาม ย่อมได้ผลสำเร็จอย่างสูงสุดเพียงสมาบัติ ๘ เท่านั้น เพราะสมถะล้วน ๆ ยื่อนำไปสู่ภาวะจิตที่เป็นสมาธิได้สูงสุด คือ เนวสัญญานาสัญญายตนฌานเท่านั้น ส่วนท่านผู้บรรลุผลสำเร็จครบทั้งสมถะและวิปัสสนา เป็นพระอนาคามีหรือพระอรหันต์ สามารถเข้าถึงภาวะที่ประณีตสูงสุดอีกชั้นหนึ่งซึ่งเป็นขั้นที่ ๙ คือ สัญญาเวทนยัตนิโรธหรือนิโรธสมาบัติ เป็นภาวะที่สัญญาและเวทนาดับ และเป็นความสุขขั้นสูงสุด

ปัญญาหรือความรู้ที่เกิดจากการสมถะหรือสมถกรรมฐานนั้น นอกจากฌาน ๘ หรือสมาบัติ ๘ แล้ว สำหรับท่านผู้ผ่านการเจริญทั้งสมถะและวิปัสสนา ยังอาจให้ปัญญาหรือความรู้พิเศษในระหว่าง คือ ความสามารถพิเศษต่าง ๆ ที่เกิดจากฌานสมาบัติเกิดขึ้นด้วย โดยเฉพาะที่เรียกว่า “อภิญา” ซึ่งมี ๖ อย่าง คือ

๑. อิทธิวิธี แสดงฤทธิ์ต่าง ๆ ได้ ๒) ทิพพโสต หูทิพย์

๓. เจโตปริยญาณ ทายใจคนอื่นได้

๔. ทิพพจักขุ/จตุปปาตญาณ ตาทิพย์หรือรู้การจตุและอุบัติของเหล่าสัตว์ตามกรรมของตน

๕. ปุพเพนิวาสานุสติญาณ ระลึกชาติได้

๖. อาสวกขยญาณ ญาณหยั่งรู้ความสิ้นอาสวะ

ในอภิญา ๖ ข้อนั้น อภิญา ๕ ข้อแรก เป็นโลกียอภิญา ส่วนอภิญาข้อสุดท้าย เป็นโลกุตตรอภิญา เป็นผลสำเร็จสุดท้ายที่เป็นจุดมุ่งหมาย ผู้ได้โลกิยฌานหรือโลกิยสมาบัติ ๕ ข้อแรกและทำจิตให้สงบระงับจากกิเลสได้ แต่ไม่อาจทำให้อาสวกิเลสหมดสิ้นได้ ผู้ที่ได้โลกุตตรฌานหรือโลกุตตรสมาบัติ จึงสามารถมีอภิญาครบทั้ง ๖ ได้

<sup>๓๐๕</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๑/๑๐๗.

ส่วนวิธีเจริญสมาธิ มีวิธีการหรืออุบายสำหรับเหนี่ยวนำสมาธิอยู่หลายวิธี แต่ที่พระอรธกถาจารย์รวบรวมไว้ มีทั้งหมด ๔๐ วิธี เรียกว่า อารมณสมถกรรมฐาน ๔๐ ได้แก่ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อสุตติ ๑๐ อัปมัณญา ๔ อาหารเรปฏิกุลตัณญา ๑ ธาตุวัญญู ๑ รูป ๔ สำหรับรายละเอียดของขั้นตอนและวิธีปฏิบัติในการเจริญสมาธิ นั้น ดังผู้ศึกษาวิจัยได้กล่าวไว้แล้วในเรื่องแนวทางพัฒนาจิต ข้อ ๓.๓.๓ อนึ่ง การเจริญสมถกรรมฐาน เป็นอุบายการทำจิตให้สงบ มีสมาธิทั้ง ๓ ระดับ แต่ยังไม่ถึงขั้นให้เกิดปัญญาที่จะทำให้หลุดพ้นจากอวิชชาหรือบรรลุนิพพานได้ เป็นเพียงบาทฐานสำคัญในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานเท่านั้น

### ๓.๒.๔.๖.๒ วิปัสสนาภาวนา

วิปัสสนาภาวนา แปลตามรูปศัพท์ว่า การเจริญวิปัสสนา คำว่า “วิปัสสนา” แปลว่า ความเห็นแจ้ง คือ เห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวธรรม หมายถึงปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์อันให้ถอนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารได้ หรือการฝึกรวมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดภาวธรรมตามความเป็นจริงหรือตามที่มันเป็น<sup>๓๐๖</sup> ตามหลักพระพุทธศาสนา ปัญญาที่เกิดในมโนทวาร ซึ่งเป็นความรู้ที่เกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยตรง เรียกว่า “ญาณ” ซึ่งญาณหรือวิปัสสนาญาณนี้ ไม่อาจเกิดจากประสบการณ์หรือการคิดโดยการอนุมานได้ แต่เกิดจากการเจริญวิปัสสนาอย่างเดียว<sup>๓๐๗</sup>

การเจริญวิปัสสนากรรมฐานจึงเป็นหนทางเดียวเท่านั้น ที่จะทำให้พุทธศาสนิกชนทุกคนสามารถนำไปปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้น เพื่อการบรรลุมรรค ผล นิพพาน นอกเหนือจากการเรียนรู้หลักธรรมอื่น ๆ ที่พระพุทธองค์ตรัสสอน เพราะหลักธรรมนั้นเป็นเพียงส่วนหนึ่งในการศึกษาพระพุทธศาสนาที่ประกอบด้วยปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ<sup>๓๐๘</sup> วิธีการปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นนั้น เรียกว่า วิปัสสนาธุระ ซึ่งมีหลักฐานปรากฏในพระไตรปิฎก ว่าด้วยเรื่อง มหาสติปัฏฐานสูตร<sup>๓๐๙</sup>

การเจริญสติปัฏฐาน ตามนัยพระสูตรนี้ หมายถึงการทำให้สติเกิดขึ้นและดำรงอยู่อย่างแน่นแฟ้น มั่นคง และแนบสนิทกับอารมณ์ที่กำหนดอยู่<sup>๓๑๐</sup> การเจริญสติถือว่าเป็นการรักษาหรือดูแลจิต ดัง

<sup>๓๐๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, หน้า ๒๓๑-๒๓๒.

<sup>๓๐๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๔๗๗-๔๘๐.

<sup>๓๐๘</sup> อรทัย มีแสง, “การพัฒนาจิต: แนวคิดและการเปรียบเทียบเชิงพุทธบูรณาการ”, หน้า ๕๑.

<sup>๓๐๙</sup> ที.ม. (ไทย). ๑๐/๓๗๒/๓๐๑.

<sup>๓๑๐</sup> วรเดช ปัญรงคะ, การเจริญสติด้วยวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ พิมพ์พรณการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๑๗.

พุทธพจน์ว่า “สติเป็นเครื่องรักษาจิต”<sup>๓๑๑</sup> การเจริญสติเป็นหนทางเดียวที่จะนำไปเพื่อการหลุดพ้น ดังพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางสายเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงพ้น โสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้ คือ สติปัญญา”<sup>๓๑๒</sup> การเจริญสติ หมายถึงการมีสติตามรู้กาย เวทนา จิต ธรรม (กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และธัมมานุปัสสนา) การเจริญวิปัสสนา นอกจากจะกำหนดอารมณ์ตามฐานทั้ง ๔ แล้ว ยังสามารถแบ่งอารมณ์หรือกรรมฐานของวิปัสสนาได้อีก ๖ หมวด เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ ๖

การเจริญวิปัสสนานั้น เมื่อบุคคลปฏิบัติวิปัสสนากาณาหรือเจริญสติปัญญาให้ดำเนินไปอย่างถูกต้องแล้ว วิปัสสนาญาณ ก็จะเกิดขึ้นตามลำดับขั้นของการปฏิบัติ ซึ่งมี ๔ ขั้น ดังนี้<sup>๓๑๓</sup>

๑. ขั้นญาณปริปัญญา (ขั้นกำหนดทุกขสัจ) ปัญญาขั้นนี้ คือ รู้ เข้าใจ มองเห็นรูปนามตามสภาวะที่เป็นจริง (ทัญญูวิสุทธิ) ทำให้ไม่หลงผิดคิดว่าเป็นสัตว์ หรือบุคคล เริ่มดำรงอยู่ในภูมิแห่งความไม่หลงไหล ไม่หลงผิดยึดมั่นถือมั่น เรียกญาณนี้ในอีกชื่อว่า นามรูปปริจเฉทญาณ (๑) หมายถึงการรู้จักแยกแยะสัตว์บุคคลตัวตนว่าอะไรเป็นรูป อะไรเป็นนาม ความรู้ในขั้นนี้ จะทำให้มนุษย์คลายจากความยึดมั่นถือมั่น มนุษย์จะมองเห็นความว่างเปล่ามากขึ้นโดยลำดับ

๒. ขั้นญาณปริปัญญา (ขั้นกำหนดสมุทัยสัจ) ปัญญาขั้นนี้ เป็นความหมดจดแห่งญาณเป็นเหตุข้ามพ้นความสงสัย คือ กำหนดรู้ปัจจัยแห่งนามรูปตามแนวปฏิจสมุปบาทจนสิ้นความสงสัยในกาลทั้ง ๓ คือ อดีต อนาคต และปัจจุบัน เรียกความรู้หรือญาณนี้ในอีกชื่อว่า นามรูปปัจจยปริคคหญาณ (๒) แปลว่า ญาณที่กำหนดปัจจัย (เหตุผล) ของนามรูป บางทีเรียกชื่ออื่น เช่น ธัมมัญญูติญาณ หรือยถาภูตญาณ หรือ สัมมาทัสสนะ ผู้มีญาณนี้ เรียกว่า จุฬโศดาบับหรือพระโศดาบับน้อย

๓. ขั้นตริณปริปัญญา (รู้สามัญญลักษณะหรือหยั่งถึง ไตรลักษณ์) ปัญญาขั้นนี้ เป็นปัญญาที่หมดจดที่รู้ว่าทางหรือมิใช่ทาง (มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ) คือ พิจารณาสังขารจนเห็นความเกิดขึ้นและเสื่อมไปแห่งสังขาร อันเรียกว่า อุทัพพยานุปัสสนา ซึ่งเป็นวิปัสสนาอ่อน ๆ แล้วมีอุปกิเลสเกิดขึ้นกำหนดรู้ได้ว่า วิปัสสนูปกิเลสทั้ง ๑๐ เช่น แสงสว่าง เป็นต้น นั้นมิใช่ทาง ความรู้ในขั้นนี้ยังมีใช้วิปัสสนาญาณ เป็นขั้นสมถกรรมฐาน ส่วนวิปัสสนาญาณที่เริ่มดำเนินเข้าสู่วิถีนั่นเป็นทางที่ถูกต้อง เตรียมที่จะประกอบจิตไว้ในวิถิ คือ วิปัสสนาญาณนั้นต่อไป ความรู้ที่เกิดขึ้นในญาณนี้ เรียกว่า สัมมสนญาณ (๓) แปลว่า ญาณที่พิจารณาหรือตรวจตรา (นามรูปแนวไตรลักษณ์)

<sup>๓๑๑</sup> ส.ส. (ไทย). ๑๘/๑๑๗/๑๓๕.

<sup>๓๑๒</sup> ที.ม. (ไทย). ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๓๑๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๔๗๗-๔๘๐.

๔. ขั้นปหานปริญา (ความรู้ขึ้นละความเห็นผิดถอนตัวเป็นอิสระ) คือ ประกอบความเพียรในวิปัสสนาญาณทั้ง ๘ ตั้งแต่อุท্থัพพยานุปีสสนาญาณ อันพ้นจากวิปัสสนูปกิเลสไปจนสุดทางแห่งความเป็นปุถุชน (ปฏิบัติภาวนาทัตสนวิสุทฺธิ) วิปัสสนาญาณ ๘ นั้นมีดังนี้

๑) อุท্থัพพยานุปีสสนาญาณ หรืออุท্থัพพญาณ (๔) ญาณเห็นความเกิดดับของรูปนาม

๒) กังขานุปีสสนาญาณ หรือกังกญาณ (๕) ญาณเห็นความแตกสลาย คือ เมื่อเห็นความเกิดดับของรูปนามแล้ว คำนึงถึงเฉพาะความดับอันเป็นจุดจบอย่างเด่นชัด และเมื่อคำนึงถึงเช่นนั้นแล้ว ความเห็นว่าสังขารทั้งปวงล้วนต้องสลาย ก็ย่อมเกิดขึ้น

๓) ภยตูปัญฐานญาณ หรือภยญาณ (๖) ญาณเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว คือ เมื่อเห็นความแตกสลายอันมีทั่วไปในทุกสิ่งอย่างเช่นนั้นแล้ว ความเห็นว่า สังขารทั้งปวง ไม่ว่าจะอยู่ในภพใด คติใด ก็ปรากฏเป็นสิ่งที่น่ากลัว เพราะต้องสลายไป ไม่ปลอดภัยทั้งสิ้น

๔) อาทีนวานุปีสสนาญาณ หรืออาทีนญาณ (๗) ญาณเห็นโทษ คือ เมื่อเห็นสังขารทั้งปวงต้องแตกสลาย น่ากลัว ไม่ปลอดภัย ย่อมคำนึงเห็นสังขารทั้งปวงนั้นว่าเป็นโทษ เป็นสิ่งบกพร่อง ประกอบด้วยทุกข์

๕) นิพพิทานุปีสสนาญาณ หรือนิพพิทาญาณ (๘) ญาณคำนึงถึงความหน่าย คือ เมื่อเห็นความเป็นโทษในสังขารทั้งปวงแล้ว ย่อมเกิดความหน่าย ไม่ติดใจเพลิดเพลิน ในสังขารนั้น

๖) มุญฺจิตุกัมมตาญาณ (๙) ญาณต้องการจะพ้นไป คือ เมื่อหน่ายต่อสังขารแล้ว ย่อมปรารถนาจะพ้นไปจากสังขารเหล่านั้น

๗) ปฏิสังขานุปีสสนาญาณ (๑๐) ญาณคำนึงพิจารณาหาทาง คือ เมื่อต้องการจะพ้นไปจากสังขาร ย่อมหันกลับขึ้นมาพิจารณาสังขารทั้งหลาย ด้วยหลักไตรลักษณ์เพื่อหาอุบายปลดเปลื้อง

๘) สังขารูปกขาญาณ (๑๑) ญาณเห็นความเป็นกลางต่อสังขาร คือ เมื่อพิจารณาสังขารใหม่อีก ย่อมกำหนดรู้เห็นสภาวะของสังขารตามความเป็นจริงว่า มีความเป็นไปของมันอย่างนั้นเป็นธรรมดา จึงวางใจเป็นกลางได้ ไม่ยินดียินร้ายในสังขารทั้งปวง แต่สามารถมองเห็นนิพพานเป็นสันติบท ญาณจึงโน้มโน้มที่จะมุ่งไปยังนิพพาน เลิกละความผูกพันกับสังขารทั้งหลาย

๙) สัจจานุ โลมิกญาณ หรือ อนุ โลมญาณ (๑๒) ญาณเป็นไปโดยอนุ โลม คือ เมื่อวางใจไปสู่นิพพานแล้ว ญาณซึ่งคล้อยต่อการตรัสรู้หรือริยสัจ ย่อมเกิดขึ้นในลำดับต่อไป เป็นขั้นสุดท้ายของวิปัสสนาญาณ ต่อจากอนุ โลมญาณ จะเกิดโคตรภูญาณ (๑๓) มาคั่นกลางญาณนี้เป็นหัวต่อระหว่างภาวะปุถุชนกับภาวะอริยบุคคล แล้วจึงเกิดมรรคญาณ (๑๔) ให้สำเร็จความเป็นอริยบุคคลต่อไป เมื่อมรรคญาณ (๑๔) ซึ่งเกิดถัดจากโคตรภูญาณแล้ว ผลญาณ (๑๕) ก็จะเกิดขึ้นมาตามลำดับของแต่ละขั้นของความเป็นอริยบุคคล ต่อจากนี้ จะเกิดปัจจเจกขณญาณ (๑๖) คือ ญาณที่พิจารณามรรค ผล กิเลสที่ละแล้ว กิเลสที่ยังเหลืออยู่ และนิพพาน

จะเห็นได้ว่า ญาณหรือวิปัสสนาญาณหรือวิปัสสนาปัญญานั้น เกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนา หรือการเจริญวิปัสสนากรรมฐานอย่างเดียว การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เป็นระบบการฝึกฝนอบรมจิต ให้เกิดปัญญา การเจริญวิปัสสนากรรมฐานจะทำให้เข้าใจในความไม่เที่ยงแท้ (อนิจจัง) ความคงทนอยู่ไม่ได้ (ทุกขัง) และความไม่มีตัวตนแท้จริง (อนัตตา) อย่างแจ่มแจ้ง ผลจากการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ย่อมจะทำให้คนผู้ประสบกับภาวะต่าง ๆ ไม่ว่าจะด้านบวกหรือด้านลบ ไม่มีความทุกข์ระวนระวายใจ เพราะมีความเข้าใจในภาวะต่าง ๆ ตามความเป็นจริง ปัญญาในระดับนี้ เป็นปัญญาที่รู้แจ้งในสมมติบัญญัติและปรมาตตบัญญัติ อันเป็นสิ่งที่มิอยู่ในเบญจขันธ์หรือรูปกับนาม

วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึงอุบายวิธีสำหรับฝึกจิตให้เกิดปัญญารู้แจ้งตามเป็นจริง เป็น สัมมาทิฐิ<sup>๓๐๔</sup> พระพุทธศาสนา เรียกคุณภาพของจิตในบุคคลผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแล้วว่า “ญาณ” ญาณเป็นชื่อของปัญญา แต่ก่อนที่จะได้ญาณหรือปัญญานั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องมีธรรมเป็น เครื่องประกอบในจิต ๓ ประการ คือ

- ๑) มีความพากเพียรในเวลาปฏิบัติ (อาตปปี)
- ๒) มีความระลึกได้ (สติมา)
- ๓) มีความรู้ตัว (สัมปชาโน)

คุณธรรมทั้ง ๓ ประการนี้ เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของจิตในเวลาปฏิบัติวิปัสสนา กรรมฐาน เพราะจะทำให้ผู้ปฏิบัติมีความตั้งใจจริง มีความระลึกได้ และมีความรู้ตัวในเวลา ผู้ปฏิบัติมีสติกำหนดรู้ (ปริยัญญูจิต) อารมณ์ที่มากระทบทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เมื่อผู้ปฏิบัติมีสติ ดีขึ้น พร้อมทั้งปรับปรุงความเชื่อ (ศรัทธา) กับปัญญา และปรับปรุงความเพียร (วิริยะ) กับความ ตั้งใจมั่น (สมาธิ) ให้มีความเสมอกันทั้งสองคู่แล้วก็เป็นการง่ายที่จะเกิดปัญญามาเป็นเครื่องพิจารณา ต่อไป เมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเจริญสติหรือฝึกฝนสติในเวลา ยืน เดิน นั่ง นอน จนเกิด วิปัสสนาญาณบรรลุเป็นพระอรหันต์

ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยการปฏิบัติตามแนวทางแห่งสติปัญญา คือ การตั้ง สติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติกำกับคู่สิ่งต่าง ๆ และ ความเป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวธรรม ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ที่ทำให้ มองเห็นเพี้ยนไปตามอำนาจของกิเลส ๔ อย่าง คือ<sup>๓๐๕</sup>

๑) กายานุปัสสนาสติปัญญา การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย การมีสติกำกับคู่รู้เท่าทัน กายและเรื่องราวของกาย

<sup>๓๐๔</sup> อภ.สัง. (ไทย). ๓๔/๕/๓๐.

<sup>๓๐๕</sup> ที.ม. (บาลี). ๑๐/๒๓๓-๓๐๐/๓๒๕-๓๕๑.

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา การมีสติกำกับรู้เท่าทันเวทนา

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต การมีสติกำกับรู้เท่าทันจิต หรือสภาพและอาการของจิต

๔) ฌัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม การมีสติกำกับรู้เท่าทันธรรม การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ นี้ โดยสาระสำคัญ ก็คือ การตามกำหนดรู้เท่าทันกาย เวทนา จิต และธรรม ทุกขณะจิต จนกระทั่งเห็นแจ้งตามความเป็นจริงนั่นเอง

ตามหลักพระพุทธศาสนา “ปัญญา” มิใช่เป็นจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา จุดหมายสูงสุดนั้น คือ วิมุตติหรือความหลุดพ้นจากทุกข์ ปัญญาเป็นเพียงวิธีการหรือเครื่องมือขั้นสุดท้ายที่นำไปสู่จุดหมายปลายทางนั้นเท่านั้น ในแง่ของจริยศาสตร์นั้น ขั้นตอนปฏิบัติของศีลก็เพื่อควบคุมกายและวาจา ขั้นตอนปฏิบัติของสมาธิก็เพื่อควบคุมจิต แต่การปฏิบัติศีลและสมาธิทั้งสองอย่างก็เพื่อจุดหมายให้เกิดปัญญา จริงอยู่ การปฏิบัติในขั้นของศีล สามารถกำจัดกิเลสในขั้นหายาบได้ และการปฏิบัติในขั้นของสมาธิ สามารถกำจัดกิเลสขั้นกลางได้ แต่ยังไม่สามารถทำให้กิเลสในขั้นละเอียดสงบระงับได้ กิเลสอย่างละเอียดจะต้องกำจัดด้วยปัญญา และในขั้นของปัญญาที่ใช้กำจัดกิเลสอย่างละเอียดนี้ จะมีได้ก็ด้วยการปฏิบัติธรรมจนจิตมีความบริสุทธิ์สงบระงับเท่านั้น<sup>๓๖</sup> เรียกการปฏิบัติธรรมในแนวทางนี้ว่า “การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน”

### ๓.๒.๔.๓ ประโยชน์ของการพัฒนาปัญญา

การพัฒนาปัญญา อาศัยธรรมชาติที่เนื่องมาจากการพัฒนาด้านพฤติกรรม (กายและศีล) และจิต และอาศัยองค์ประกอบภายนอก คือ ปร โทโมสะ องค์ประกอบภายใน คือ โยนิโสมนสิการ บวกกับหลักการพัฒนาปัญญา ๓ ประการ คือ สุตะ จินตา และภาวนา เข้ามาช่วยโดยมีธรรมชาติที่เรียกว่า อินทรีย์ ๖ ซึ่งมีอยู่แล้วในชีวิตมนุษย์เป็นช่วงทางเชื่อมต่อระหว่างภายในกับภายนอก

ผลที่ได้จากการพัฒนาในแต่ละด้านจะส่งเสริมสนับสนุนซึ่งกันและกัน นั่นคือ พฤติกรรม (กายและศีล) ที่พัฒนาได้แล้วเป็นประโยชน์อย่างมากต่อการพัฒนาด้านจิต จิตที่พัฒนาได้แล้วเป็นประโยชน์อย่างมากต่อการพัฒนาด้านปัญญา ปัญญาที่พัฒนาได้สมบูรณ์แล้ว เป็นประโยชน์อย่างมากต่อการฝึกฝนอบรมพฤติกรรมและจิตใจ

การพัฒนาปัญญา มีความสำคัญสูงสุด เพราะปัญญาเป็นตัวนำทางและควบคุมพฤติกรรมทั้งหมด การพัฒนาปัญญา ช่วยให้มีมนุษย์ได้ประโยชน์หลายด้าน เช่น

๑. ปัญญาที่ช่วยให้ดำเนินชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ ประสบความสำเร็จ ได้แก่

<sup>๓๖</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, หน้า ๑๔๑-๑๔๒.

๑) รู้เข้าใจข้อมูลความรู้ รวมทั้งศิลปะวิทยาการต่าง ๆ เข้าถึงเนื้อหาความหมายได้ ถูกต้องชัดเจน

๒) รับรู้เรียนรู้อย่างถูกต้องตามเป็นจริง ตรงตามสถานะของสิ่งนั้น ๆ

๓) รู้จักจับสาระของความรู้หรือเรื่องราวต่าง ๆ รู้จุด รู้ประเด็น สามารถยกขึ้นพูด ยกขึ้นแสดง หรือยกขึ้นเป็นหลักได้

๔) รู้จักสื่อสารถ่ายทอดความรู้ความเข้าใจและความต้องการของตน ให้ผู้อื่นรู้ตาม เห็นตาม เป็นต้น

๕) คิดวินิจฉัยถูกต้องชัดเจนและเที่ยงตรง

๖) รู้จักแยกแยะวิเคราะห์หิวัยสืบสาวเหตุปัจจัยของเรื่องราวต่าง ๆ ที่จะทำให้สามารถ แก้ไขปัญหาและทำการสร้างสรรค์ต่าง ๆ ได้

๗) รู้จักจัดทำดำเนินการหรือบริหารจัดการกิจการต่าง ๆ ได้สำเร็จผลตามที่มุ่งหมาย

๘) รู้จักเชื่อมสัมพันธ์ประสบการณ์ข้อมูลและองค์ความรู้ต่าง ๆ โยงเข้ามาประสาน เป็นภาพองค์รวมที่ชัดเจน หรือโยงออกไปสู่ความหยั่งรู้หยั่งเห็นใหม่ ๆ ได้

๒. ปัญญาที่ช่วยให้ดำเนินเข้าสู่วิถีชีวิตที่ถูกต้องดีงาม เช่น รู้เข้าใจในระบบ ความสัมพันธ์ของสิ่งทั้งหลายที่อิงอาศัยสืบเนื่องส่งผลต่อกันตามเหตุปัจจัย มองเห็นภาวะและ กระบวนการที่ชีวิต สังคม และโลกคือหมู่สัตว์มีความเป็นมาและจะเข้าไป ตามกระแสแห่ง เจตจำนงและเหตุปัจจัยที่ตนประกอบ สร้างสม จัดสรร และมีปฏิสัมพันธ์กับปัจจัยอื่นทั้งหลาย เรียก ง่าย ๆ ว่าเป็นไปตามกรรม

๓. ปัญญาที่ช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมายสูงสุดของชีวิตที่ดียิ่งได้แก่ รู้เข้าใจเข้าถึงเท่าทันความจริงของสังขารคือโลกและชีวิตที่เปลี่ยนแปลงเป็นไปตามกฎธรรมชาติ จนสามารถวางใจถูกต้องต่อสิ่งทั้งหลาย ทำจิตใจให้หลุดพ้นเป็นอิสระได้โดยสมบูรณ์ และมีชีวิตที่เป็นอยู่ด้วยปัญญาอย่างแท้จริง<sup>๓๑๓</sup>

<sup>๓๑๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนา พัฒนาการและสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, หน้า ๑๗-๑๘.

## บทที่ ๔

### วิเคราะห์พุทธธรรมเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์

หลักธรรมต่าง ๆ ในทางพระพุทธศาสนา ไม่ว่าจะมื่อชื่อใด ๆ ส่วนสัมพันธ์เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันทั้งสิ้น เพราะแสดงถึงหรือสืบเนื่องมาจากสังขธรรมเดียวกันและเป็นไปเพื่อจุดหมายเดียวกัน แต่นำมาแสดงในชื่อต่าง ๆ กัน โดยชี้ความจริงเพียงส่วนใดส่วนหนึ่งคนละส่วนคนละตอนกันบ้าง เป็นความจริงอันเดียวกันแต่แสดงคนละรูปละแนวเพื่อวัตถุประสงค์คนละอย่างบ้าง ด้วยเหตุนี้ หลักธรรมบางข้อจึงเป็นเพียงส่วนย่อยของหลักใหญ่ บางข้อเป็นหลักใหญ่ด้วยกัน ครอบคลุมความหมายของกันและกัน แต่มีแนวหรือรูปแบบการแสดงและความมุ่งหมายจำเพาะในการแสดงต่างกัน<sup>๑</sup> สำหรับหลักธรรมที่เกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์มีอยู่หลายประการ แต่ในที่นี้ ผู้ศึกษาวิจัยจะนำมาศึกษาเพียง ๓ ประการเท่านั้น ซึ่งมีดังนี้

#### ๔.๑ หลักกรรม

#### ๔.๒ หลักไตรสิกขา

#### ๔.๓ หลักบุญกิริยาวัตถุ

#### ๔.๑ วิเคราะห์ตามหลักกรรม

การพัฒนามนุษย์หรือพัฒนาชีวิตที่ถูกต้อง คือ การพัฒนาตามหลักภาวนา ๔ คือ ๑) กายภาวนา การพัฒนาอินทรีย์ทั้งหลายให้มีความเจริญงอกงามเพื่อให้รู้จักการใช้อินทรีย์อย่างเหมาะสม ไม่ก่อความเดือดร้อนให้ทั้งแก่ตนเองและบุคคลอื่น ๒) สีลภาวนา การพัฒนาพฤติกรรมทางสังคมให้ยอมรับ เคารพ ในกฎเกณฑ์ กติกา จรรยา ของสังคม ๓) จิตตภาวนา การพัฒนาจิตให้เจริญงอกงามด้วยคุณธรรม มีความเข้มแข็ง มั่นคง เบิกบาน สงบสุข ผ่องใส พร้อมด้วยความเพียร สติ และสมาธิ พร้อมทั้งจะเสียสละเพื่อส่วนรวม ๔) ปัญญาภาวนา การพัฒนาปัญญาให้รู้เท่าทันสรรพสิ่งตามความเป็นจริงจนมีจิตเป็นอิสระ ไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์<sup>๒</sup>

<sup>๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๒๓๔.

<sup>๒</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), *ธรรมกับการพัฒนาชีวิต*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๖๗.



การพัฒนาตามหลักภavana ๔ นั้น หากพิจารณาดูให้ถ่องแท้แล้ว จะเห็นว่า มีสาระสำคัญอยู่ที่ การดำเนินไปตามหลักของกรรมนั่นเอง”

คำว่า “กรรม” (Volitional Action) แปลตามรูปศัพท์ว่า การกระทำ โดยทั่วไป หมายถึง การงานการอาชีพ<sup>๔</sup> ดังพุทธพจน์ว่า “มนุษย์ ไม่ได้เป็นคนถ้อย ไม่ได้เป็นพราหมณ์ เพราะชาติ แต่เป็นคนถ้อย เป็นพราหมณ์ เพราะกรรม”<sup>๕</sup> “... เป็นชวานา ศิลปิน พ่อค้า ผู้รับใช้ โจร นักรบ ปุโรหิต และแม้เป็นพระราชา ก็เพราะกรรม ... โลก หมู่สัตว์ ย่อมเป็นไปเพราะกรรม เพราะสัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นเครื่องผูกพัน”<sup>๖</sup> แต่ในทางธรรม และในความหมายละเอียดและลึก กรรม หมายถึง พฤติกรรมทุกอย่าง ทั้งที่ปรากฏและไม่ปรากฏออกมาภายนอก ซึ่งรวมถึงพฤติกรรมส่วนใหญ่ของบุคคล ที่เรียกว่าการงานการอาชีพนั้นด้วย<sup>๗</sup> จากความหมายของกรรมดังกล่าวมา พระพุทธศาสนา แบ่งกรรมหรือการกระทำหรือพฤติกรรมของมนุษย์ตามทางที่แสดงออกได้ ๓ ทาง คือ<sup>๘</sup>

๑. กายกรรม ได้แก่ การกระทำทางกาย เช่น การเคลื่อนไหว การใช้กายทำกิจกรรมต่าง ๆ

๒. วาจากรรม ได้แก่ การกระทำทางวาจา ได้แก่ การพูด การสื่อสาร การเขียนหนังสือ

๓. มโนกรรม ได้แก่ การกระทำทางใจ เช่น ความคิด ความเชื่อ ความเห็น การยึดถือ

ในกรรม ๓ ทางนั้น พระพุทธศาสนาถือว่า มโนกรรม มีความสำคัญมากที่สุดและมีผลกว้างขวางรุนแรงที่สุด เหตุที่มโนกรรมสำคัญมากที่สุด เป็นเพราะมโนกรรมนั้นเป็นจุดเริ่มต้นของการแสดงพฤติกรรมทางกายและทางวาจา กล่าวคือ คิดก่อนแล้ว จึงพูด จึงกระทำ คือ แสดงออกทางกายและวาจา และเหตุที่มโนกรรมมีผลกว้างขวางรุนแรงที่สุด ก็เพราะว่ามโนกรรมนั้น หมายถึงรวมถึงกระบวนการคิดทั้งหมด ตั้งแต่ความคิดนึก การคิดปรุงแต่ง รวมทั้งความเชื่อ ความคิดเห็น ทัศนคติ ค่านิยม แนวความคิด ทฤษฎี ลัทธิ อุดมการณ์ทั้งหลาย ซึ่งพระพุทธศาสนาเรียกว่า “ทิฏฐิ” เช่น สัมมาทิฏฐิ มิจฉาทิฏฐิ เป็นต้น<sup>๙</sup>

อนึ่ง ในกรรม ๓ ทางนั้น พระพุทธศาสนาถือว่ากรรมแต่ละด้านมีสิ่งที่เป็นแกนกลางหรือแกนร่วมอย่างหนึ่ง นั่นคือ เจตนาหรือเจตจำนง ดังพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวเจตนา

<sup>๓</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๒๔-๒๕.

<sup>๔</sup> เรื่องเดียวกัน, ๒๔-๒๕.

<sup>๕</sup> ขุ.สุตฺต. (บาลี). ๒๕/๑๔๒/๓๖๑.

<sup>๖</sup> ขุ.สุตฺต. (บาลี). ๒๕/๖๕๖-๖๕๘/๖๕๔.

<sup>๗</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๓.

<sup>๘</sup> ม.ม. (บาลี). ๑๓/๕๓/๓๘-๓๙.

<sup>๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๒๔๓; พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๔.

(เจตจำนง) ว่าเป็นกรรม บุคคลคิดแล้ว จึงกระทำ ด้วย กาย วาจา ใจ”<sup>๑๑</sup> ดังนั้น จึงนิยามความหมายของกรรมว่า หมายถึงการกระทำที่ประกอบด้วยเจตนาหรือเจตจำนงหรือความตั้งใจ<sup>๑๒</sup>

พระพุทธศาสนาถือว่า โลกมนุษย์นั้นเป็นโลกแห่งเจตนาหรือเจตจำนง ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นและเป็นไปในโลกมนุษย์ เกิดจากและเป็นไปตามเจตนาหรือเจตจำนงของมนุษย์ทั้งสิ้น<sup>๑๓</sup> พฤติกรรมที่ประกอบด้วยเจตนา นี้ เป็นเหตุปัจจัยส่วนที่มนุษย์เป็นเจ้าของและเป็นผู้รับผิดชอบอย่างเต็มที่ เพราะมนุษย์เป็นผู้กำหนดเจตนาหรือกรรมของตนเอง แล้วเจตนาหรือกรรมของตนก็มากำหนดชีวิตตลอดจนสังคมนมนุษย์เองด้วย ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในชีวิตและสังคม<sup>๑๔</sup>

ส่วนคุณสมบัติหรือคุณภาพของกรรมนั้น ก็ได้แก่ กุศลกรรมและอกุศลกรรม<sup>๑๕</sup> กุศลกรรม (กรรมดี) คือ การกระทำที่สร้างเหตุดี ส่วนอกุศลกรรม (กรรมชั่ว) คือ การกระทำที่สร้างเหตุชั่ว กรรมดีในระดับวิถีชีวิตทางสังคมของชาวบ้านทั่วไป เช่น การทำบุญให้ทาน การรักษาศีล การเจริญภาวนา<sup>๑๖</sup>

ตามหลักกรรมถือว่า สิ่งที่เป็นผลจะเกิดขึ้นจากเหตุ คือเป็นกฎแห่งเหตุและผล แต่เป็นกฎเหตุผลในส่วนที่เกี่ยวกับพฤติกรรมหรือการกระทำของมนุษย์ กล่าวอีกนัยหนึ่ง ตามหลักกรรมนั้น การกระทำเป็นเหตุ สิ่งที่ต้องการเป็นผล ผลสำเร็จที่ต้องการ ย่อมเกิดขึ้นจากการกระทำ และในการกระทำนั้น ความเพียรเป็นแรงขับเคลื่อนสำคัญ ในการนำไปสู่ผลสำเร็จที่ต้องการ<sup>๑๗</sup> ความเพียร จึงมีความสำคัญมาก ดังพุทธพจน์ว่า “มนุษย์จะล่วงทุกข์ได้ก็เพราะความเพียร”<sup>๑๘</sup> นอกจากความเพียรแล้ว การกระทำที่จะก่อให้เกิดผลสำเร็จที่ต้องการนั้น มนุษย์จะต้องกระทำให้ตรงตามหลักธรรม (กฎธรรมชาติ)<sup>๑๙</sup> ด้วยปัญญาที่เกิดหรือได้มาจากกระบวนการศึกษา ที่เรียกว่า “ศึกษา” ได้แก่ ศิล สมาธิ ปัญญา คือ การเรียนรู้ การฝึกฝน และการพัฒนาตนให้ดำเนินไปตามแนวทางแห่งมรรคมีองค์ ๘ ประการ<sup>๒๐</sup>

<sup>๑๑</sup> อัง.ฉก. (บาลี). ๒๒/๖๓/๓๕๕.

<sup>๑๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๒๔๐.

<sup>๑๓</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๔.

<sup>๑๔</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗.

<sup>๑๕</sup> อัง.เอก. (บาลี). ๒๐/๕๖-๖๐/๑๐-๑๑.

<sup>๑๖</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, หน้า ๓๕.

<sup>๑๗</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๒๔-๒๕.

<sup>๑๘</sup> วิริเยน ทุกขมจเจติ”, ชุ.สุตฺต. (บาลี). ๒๕/๑๘๖/๓๗๐.

<sup>๑๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๑๐-๑๑.

<sup>๒๐</sup> สุวัฒน์ จันทระจันง, ศาสนาและปรัชญา, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ, ๒๕๔๐), หน้า ๒๐๘.

ดังนั้น พระพุทธศาสนา จึงเน้นถึงความสำคัญของกรรมเป็นอย่างมาก ดังพุทธพจน์ว่า “โลกย่อมเป็นไปตามกรรม มนุษย์ย่อมเป็นไปตามกรรม”<sup>๒๐</sup> นอกจากนี้ พระพุทธศาสนายังถือว่า แม้ว่ามนุษย์จะเกิดจากธรรมชาติและเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ แต่มนุษย์มีวิสัยพิเศษในตนเอง กล่าวคือกรรมนิยาม ซึ่งสามารถสร้างสังคมและสิ่งประดิษฐ์ต่าง ๆ ที่นอกเหนือจากโลกธรรมชาติ มนุษย์มีเจตจำนงเสรีในการกระทำใด ๆ ได้ด้วยสติปัญญาของตนเอง ภายใต้กฎธรรมชาติเช่นเดียวกัน จึงไม่มอบความไว้วางใจให้กับสิ่งที่อยู่เหนือธรรมชาติและไม่ขึ้นอยู่กับอำนาจของเทวะบันดาล<sup>๒๑</sup>

จากที่กล่าวมาข้างต้นนี้ ชี้ให้เห็นว่า พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการกระทำ (กรรมวาท และกิริยวาท) เป็นศาสนาแห่งความเพียรพยายาม (วิริยวาท) ไม่ใช่ศาสนาแห่งการอ่อนวอน<sup>๒๒</sup> โดยสอนให้เชื่อในกฎแห่งกรรม สอนให้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเองจึงจะประสบความสำเร็จ สอนให้เชื่อในความสำเร็จใด ๆ ของมนุษย์ มิได้เกิดจากการดลบันดาลจากเทพหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ปาฏิหาริย์ใด ๆ ทั้งสิ้น หากแต่เกิดจากการกระทำด้วยความเพียรที่ตรงตามหลักกรรม จึงสอนให้เชื่อมั่นในหลักกรรมและความเพียรของมนุษย์ ไม่ให้เชื่อในการบันดาลของเทวะ

ความเชื่อในหลักกรรมและความเพียร หมายถึงเชื่อในการกระทำด้วยตนเองและยอมรับผลจากการกระทำของตนเองหรือเชื่อในหลักแห่งกรรมที่ตนเองก่อขึ้นมาโดยเจตนาว่า กรรมนั้น ไม่ว่าจะเป็ กุศลกรรมหรืออกุศลกรรมที่ลงมือกระทำด้วย กาย วาจา ใจ ย่อมก่อให้เกิดผลของกรรม (วิบาก) ที่จะตามมาตอบสนองการกระทำเสมอทั้งในปัจจุบันหรือในอนาคต เชื่อในกรรมนิยามหรือกฎแห่งกรรมว่า ทำดีย่อมได้ดี ทำชั่วย่อมได้ชั่ว<sup>๒๓</sup> ดังพุทธพจน์ว่า “ตนเองเป็นที่พึ่งแห่งตน คนอื่นใครเล่าจะให้เราพึ่งได้”<sup>๒๔</sup> “ทำบาปเองย่อมเศร้าหมองเอง ไม่ทำบาปย่อมบริสุทธิ์ ความบริสุทธิ์และไม่บริสุทธิ์เป็นของเฉพาะตน คนอื่นทำคนอื่นให้บริสุทธิ์ไม่ได้”<sup>๒๕</sup> “หว่านพืชเช่นใด ย่อมได้ผลเช่นนั้น ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว”<sup>๒๖</sup> “กรรมดีหรือชั่วทุกอย่าง ย่อมมีผล ขึ้นชื่อว่ากรรม แม้จะนิดหน่อย ที่จะว่างเปล่าไปเลย ย่อมไม่มี”<sup>๒๗</sup> “กรรม ไม่ว่าจะดีหรือชั่ว

<sup>๒๐</sup> “กมฺมุนา วตฺตตี โลโก กมฺมุนา วตฺตตี ปชา”, **พ.สุตฺต.** (บาลี). ๒๕/๖๖๐/๔๖๑.

<sup>๒๑</sup> สุวัตถ์ จันทรจันง, **ปรัชญาและศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ, ๒๕๔๐), หน้า ๒๐๕.

<sup>๒๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๖.

<sup>๒๓</sup> สุวัตถ์ จันทรจันง, **ปรัชญาและศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ, ๒๕๔๐), หน้า ๑๕๕.

<sup>๒๔</sup> **พ.ธ.** (บาลี). ๒๕/๑๖๐/๔๕.

<sup>๒๕</sup> **พ.ธ.** (บาลี). ๒๕/๑๖๕/๔๖.

<sup>๒๖</sup> **ส.ส.** (ไทย). ๑๕/๒๕๖/๓๗๔.

<sup>๒๗</sup> **พ.ชา.** (บาลี). ๒๗/๒๔-๒๖/๓๒๕.

ยอมไม่สูญเสียเปล่าเลย”<sup>๒๘</sup> “ความเพียรนั้น ท่านต้องทำเอง ตลาคดเป็นเพียงผู้ชี้ทางให้”<sup>๒๙</sup> โชคลากความสำเร็จ ความปลอดภัยจากภยันตรายทั้งปวง เกิดขึ้นจากการกระทำของตนเองทั้งสิ้น

กรรมหรือการกระทำที่ประกอบด้วยเจตนา<sup>๓๐</sup> แม้ว่าจะเล็กน้อยก็มีได้<sup>๓๑</sup> ไร้ผล ดังพุทธพจน์ว่า “กรรมดีหรือชั่วทุกอย่างที่สั่งสมไว้ย่อมมีผล ขึ้นชื่อว่ากรรมแม้จะนิดหน่อยที่จะว่างเปล่าไปเลย ย่อมไม่มี”<sup>๓๒</sup> และว่า “กรรมไม่ว่าดีหรือชั่ว ย่อมไม่สูญเปล่า”<sup>๓๓</sup> เรียกกรรมหรือการกระทำของมนุษย์นี้ในทางจิตวิทยาว่า “พฤติกรรม”<sup>๓๔</sup>

พฤติกรรม (Behavior) เป็นผลมาจากการแสดงปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้า (Stimulus) ในสถานการณ์ต่าง ๆ การกระทำของมนุษย์อาจสังเกตเห็นได้ชัดเจน ได้แก่ การกระทำทางกาย เช่น การยืน เดิน นั่ง นอน เป็นต้น เรียกว่า “กายกรรม” การกระทำทางวาจา ได้แก่ การพูด สนทนา ทักทายและการสั่งสอน เป็นต้น เรียกว่า “วจีกรรม” ส่วนการกระทำที่ซับซ้อนมากขึ้น ยกต่อความเข้าใจ ต้องติดตามสังเกต วิเคราะห์ ตีความ และประเมินค่า เป็นการกระทำทางใจ เรียกว่า “มโนกรรม”<sup>๓๕</sup> พฤติกรรมของมนุษย์ทั้ง ๓ ลักษณะ มิได้อยู่แยกจากกัน แต่ทำงานผสมผสานเป็น “จริต” หรือ จริยา ซึ่งแปลว่า ความประพฤติซึ่งหนักไปทางใดทางหนึ่ง อันเป็นปกติประจำอยู่ในสันดาน<sup>๓๖</sup> คือ รากจริต โทสจริต โมหจริต สัทธาจริต พุทธจริต วิตกจริต<sup>๓๗</sup> เรียกจริตเหล่านี้ในทางจิตวิทยาตะวันตกว่า บุคลิกภาพ (Personality) ซึ่งหมายถึงคุณสมบัติภายในและพฤติกรรมเฉพาะบุคคลโดยรวม<sup>๓๘</sup>

พระพุทธศาสนาถือว่า พฤติกรรมต่าง ๆ เกิดขึ้นและเป็นไปตามความโน้มเอียงหรือตามแรงผลักดันของ “อาสวะ” แปลว่า สิ่งที่มีหมักหมม หรือหมักคอง ๔ ประการ คือ ๑) กามาสวะ กิเลสหมักคองในสันดาน ทำให้เกิดความใคร่ ๒) ภวาสวะ กิเลสหมักคองในสันดาน ทำให้อยากเป็น

<sup>๒๘</sup> บุ.ชา. (บาลี). ๒๘/๑๒๘๒/๒๕๘.

<sup>๒๙</sup> บุ.ธ. (บาลี). ๒๕/๒๓๖/๖๔.

<sup>๓๐</sup> บุ.ชา. ๒๓/๒๐๕๔/๔๑๓, อ้างใน พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, หน้า ๑๗๗.

<sup>๓๑</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, หน้า ๑๗๗.

<sup>๓๒</sup> พระมหาสุกวัฒน์ ชุตินฺธฺ โด (สุขดำ), “การศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิดเรื่องพฤติกรรมของมนุษย์ในทัศนะของพุทธปรัชญาสเถรวาทกับซิกมันด์ฟรอยด์”, หน้า ๔๗.

<sup>๓๓</sup> เรียม ศรีทอง, รศ.ดร., **พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน**, (กรุงเทพมหานคร; บริษัท เวิร์คเวฟ เอ็ดดูเคชั่น จำกัด, ๒๕๔๒), หน้า ๕.

<sup>๓๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, หน้า ๑๘๕.

<sup>๓๕</sup> บุ.ม. (ไทย). ๒๕/๑๕๖; ๒๕/๔๓๐,๑๕๑/๕๔๕; **วิสุทธิ**. ๑/๔๐-๖๐.

<sup>๓๖</sup> Gordon Allport, **The Person in Psychology**, (Boston : Beacon Press, 1968), p. 568.

อยากเกิด อยากมีอยู่ คงอยู่ ตลอดไป ๓) ทิฐฐาสวะ กิเลสหมักคองในสันดาน ทำให้เกิดความยึดมั่น  
ในความเห็นของตน ๔) อวิชชาสวะ กิเลสหมักคองในสันดาน ทำให้ไม่รู้ตามความเป็นจริง<sup>๓๓</sup>

อาสวะต่าง ๆ เหล่านี้ เป็นที่มาแห่งพฤติกรรมของมนุษย์ปุถุชนทุกคน เป็นตัวการที่ทำให้  
มนุษย์หลงผิด มองเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นตัวตนอันเป็นอวิชชาขั้นพื้นฐานแล้วบังคับบัญชาให้นึกคิด  
ปรุงแต่งแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ตามอำนาจของมัน โดยไม่รู้ตัว เป็นขั้นเริ่มต้นวงจรแห่งปฏิเสธสมุ  
บาท คือ เมื่ออาสวะเกิดขึ้น อวิชชาก็เกิดขึ้นแล้วอวิชชาที่เป็นปัจจัยให้เกิดสังขาร หรือกล่าวอีกอย่าง  
หนึ่งว่า ในภาวะที่การแสดงพฤติกรรมด้วยความหลงว่าตัวตนนี้ มนุษย์ไม่เป็นตัวของตัวเอง เพราะ  
พฤติกรรมถูกบังคับบัญชาด้วยสังขาร (ความคิดปรุงแต่ง) ที่เป็นแรงขับไว้สำนึกทั้งสิ้น<sup>๓๔</sup>

พฤติกรรมต่าง ๆ ที่มนุษย์แสดงออกทางกาย ทางวาจา และทางใจนั้น มีทั้งทางลบและ  
ทางบวก พฤติกรรมทางลบ เช่น ๑) พฤติกรรมทางกาย ได้แก่ (๑) ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต (๒) ลักทรัพย์ (๓)  
ประพฤติดิถีประเวณี (๔) พฤติกรรมทางวาจา ได้แก่ (๑) พูดเท็จ (๒) พูดคำหยาบ (๓) พูดส่อเสียด  
(๔) พูดเพื่อเจ้อ (๕) พฤติกรรมทางใจ ได้แก่ (๑) โลภอยากได้ของคนอื่น (๒) พยาบาทปองร้าย (๓)  
เห็นผิดเป็นถูก<sup>๓๕</sup> ส่วนพฤติกรรมทางบวกมีนัยตรงกันข้ามนั้น

พฤติกรรมต่าง ๆ ที่มนุษย์แสดงออกมา ไม่ว่าจะอยู่ในที่แจ้งหรือในที่ลับ ล้วนเป็นผลสืบ  
เนื่องมาจากบทบาทแห่งการกำหนดวิถีชีวิตทั้งสิ้น ทั้งในปัจจุบัน และในอนาคต ผลของพฤติกรรม  
จะมีการทำงานแบบลูกโซ่ มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด แยกกันไม่ออก พฤติกรรมในอดีต ย่อม  
ส่งผลต่อพฤติกรรมที่กำลังทำในปัจจุบันและในอนาคต ซึ่งจะกลับวนเวียนอยู่เช่นนี้ตลอดไป トラ  
บใดที่พฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกมานั้นเป็นพฤติกรรมที่มีกิเลส พฤติกรรมที่ช่วยย้อมก่อให้เกิดชีวิต  
ในทางที่เป็นทุกข์ ส่วนพฤติกรรมที่ดีย่อมส่งผลต่อชีวิตในทางที่เป็นความสุขในทางใจ

ดังนั้น หากเราต้องการความสุขในชีวิตนี้ การพัฒนามนุษย์เพื่อปลอดพ้นจากพฤติกรรม  
ด้านลบมาเป็นพฤติกรรมด้านบวก จึงถือเป็นความจำเป็นยิ่งสำหรับมนุษย์ปุถุชนทุกคน อนึ่ง การ  
พัฒนามนุษย์ มีแหล่งใหญ่อยู่ที่มโนกรรมซึ่งเป็นต้นกำเนิดแห่งอารยธรรมของมนุษย์ที่ปรากฏใน  
รูปแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นความคิดเห็น ความเชื่อ เจตจำนง หรือทัศนคติ เป็นต้น ซึ่งส่งผลให้เกิด

<sup>๓๓</sup> ส.สพ. (ไทย). ๑๘/๓๒๑/๑๔๐.

<sup>๓๔</sup> คุราลละเอียดยใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓.  
หน้า ๑๕๓-๑๕๕.

<sup>๓๕</sup> ที.ป.า. (ไทย). ๑๑/๓๖๐/๔๓๑-๔๓๒.

กายกรรมและวจีกรรมตามมามีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน นั่นคือ เมื่อคิดอย่างไรก็จะทำและพูดเช่นนั้น หรือเมื่อทำและพูดอย่างไรก็จะสะท้อนถึงความคิดว่าเป็นเช่นไร<sup>๔๐</sup>

ส่วนวิธีการพัฒนามนุษย์ให้เปลี่ยนจากพฤติกรรมด้านลบมาเป็นพฤติกรรมด้านบวก ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของสังคมมนุษย์นั้น ในทางพระพุทธศาสนาใช้วิธีการแห่ง “สิกขา” แปลว่า การศึกษา หมายถึงการพัฒนาพฤติกรรม<sup>๔๑</sup> ได้แก่ ข้อปฏิบัติหลักสำหรับการพัฒนากาย วาจา ใจ ให้เจริญงอกงาม จนบรรลุจุดหมายสูงสุด คือ ความหลุดพ้นหรือนิพพาน สิกขา เป็นการศึกษา หรือการพัฒนาที่แท้จริงตามนัยแห่งพระพุทธศาสนา ที่มีลักษณะเป็น สัมมาญาณ คือ ความรู้อันชอบยิ่ง และเป็น ภาวิตญาณ คือ ความรู้ที่เหนือสัจชาติญาณของมนุษย์ ดังนั้น จึงจำเป็นต้องศึกษาฝึกหัดขัดเกลาอบรมด้วยตนเองจึงจะบรรลุได้<sup>๔๒</sup>

#### ๔.๒ วิเคราะห์ตามหลักไตรสิกขา

หลักธรรมที่เป็นเนื้อหาของพัฒนามนุษย์โดยตรง ได้แก่ ไตรสิกขา คำว่า ไตรสิกขา แปลว่า สิกขา ๓ คำว่า สิกขา แปลว่า การศึกษา การสำเหนียก การฝึก การหัด หรือการพัฒนา ได้แก่ ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับฝึกอบรมพัฒนากาย วาจา ใจ และปัญญา ให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไป จนบรรลุจุดมุ่งหมายสูงสุด คือ ความหลุดพ้นหรือนิพพาน<sup>๔๓</sup> สิกขา ๓ มีสาระสำคัญโดยสัมพันธ์กับจุดมุ่งหมาย ดังนี้

๑. อธิศีลสิกขา คือ การฝึกหัดอบรมควบคุมกายและวาจา เพื่อให้ผู้ศึกษามี

๑) สัมมาวาจา เจรจาชอบ หมายถึงการงดเว้นจากการพูดเท็จ (ละมุสาวาท) การเว้นจากการพูดส่อเสียด (ละปิสุณาวาจา) การเว้นจากการพูดคำหยาบ (ละผรุสวาจา) การเว้นจากการพูดเพื่อเจ้อ (สัมผัปปลาปะ) แต่ให้พูดคำจริง (สัจจวาจา) พูดไม่ส่อเสียด (อปิสุณาวาจา) พูดคำอ่อนหวาน (สันตวาจา) ประสานสามัคคี เกิดผลดีแก่ผู้อื่น (มันตาภาษา/พูดด้วยความคิด) เป็นการพัฒนาตนในทางคำพูดให้สะอาดบริสุทธิ์

๒) สัมมากัมมันตะ การงานชอบ หมายถึงการงดเว้นจากการทำลายชีวิต หรือดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นทางด้านชีวิตร่างกาย (ละปาณาติบาต) เว้นจากการลักทรัพย์ หรือดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นทางด้านทรัพย์สินและกรรมสิทธิ์ (ละอทินนาทาน) เว้นจากการ

<sup>๔๐</sup> พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต), การศึกษากับการวิจัย, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๔), หน้า ๘๓.

<sup>๔๑</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓. หน้า ๒.

<sup>๔๒</sup> สุมน อมรวิวัฒน์, ศ., การสอนโดยสร้างศรัทธาและโยนิโสมนสิการ, พิมพ์ครั้งที่ ๒. หน้า ๒๘.

<sup>๔๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๕๔๖.

ประพาศพิศในกาม หรือดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นทางด้านคุ้มครอง บุคคลที่รักใคร่หวง  
แหน (ละกามสมุจฉณาจาร) แต่ให้มีสพารสัน โศข เป็นการพัฒนาตนในทางร่างกายให้สะอาดบริสุทธิ์

๑) สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ หมายถึงการงดเว้นจากการเลี้ยงชีพในทางที่ผิด เช่น การ  
โกง การหลอกลวง การบังคับขู่เข็ญ นอกจากนี้ ต้องเว้นอาชีพ ๕ ประการ ที่นำความเดือดร้อนมาให้ผู้อื่น  
ที่เรียกว่า อกรณียฉวมัชชา แปลว่า การค้าขายที่ไม่ควรทำ คือ (๑) การค้าขายศัสตรา (สัตตฉวมัชชา)  
หมายถึงอาวุธและเครื่องประหารทั้งหลาย (๒) การค้าขายสิ่งมีชีวิต (สัตตฉวมัชชา) หมายถึงการค้าขาย  
มนุษย์ (๓) การค้าขายเนื้อสัตว์ (มังสฉวมัชชา) หมายถึงเลี้ยงสัตว์ประเภทใช้ฆ่ากินเนื้อไว้ขาย (๔) การค้า  
ขายน้ำเมา (มัชชฉวมัชชา) หมายถึงการค้ายาเสพติดให้โทษทุกชนิด (๕) การค้าขายยาพิษ (วิสฉวมัชชา)  
แต่ให้ประกอบอาชีพสุจริต ขยันหมั่นเพียร ดำรงตนอย่างเหมาะสมในงานหรืออาชีพนั้น ๆ

๒) อธิจิตตติกา คือ การฝึกอบรมจิต ให้มีสุขภาพจิตดี เป็นการสร้างสติให้รู้จักยั้งคิด  
และรู้จักกระตุ้นเตือนตัวเอง ให้สำนึกในความรับผิดชอบ ต่อหน้าที่ ทั้งนี้โดยมี

๑) สัมมาวายามะ ความพยายามชอบ หมายถึงสัมมัปปธาน ๔ ประการ คือ (๑) สังวร  
ปธาน เพียรป้องกันกิเลสอกุศลทั้งปวงไม่ให้เกิดขึ้น (๒) ปหานปธาน เพียรต่อการละหรือกำจัดกิเลส  
อกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว (๓) ภวานापธาน เพียรสร้างกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น (๔) อนูรักขณปธาน  
เพียรรักษาและส่งเสริมให้กุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ดำรงอยู่

๒) สัมมาสติ ความระลึกชอบ หมายถึงการเจริญสติฝึกอบรมจิต มีสติเป็นตัวที่คอย  
ยับยั้งและควบคุมพฤติกรรม ตลอดจนปฏิบัติหน้าที่ มิให้เกิดความประมาท ๓) สัมมาสมาธิ ความ  
ตั้งใจชอบ หมายถึงการฝึกอบรมจิตในขั้นลึกซึ้ง ให้จิตมีความสงบเป็นสมาธิ ตั้งมั่น ไม่ฟุ้งซ่าน  
กระวนกระวาย เหมาะแก่การใ้ใช้งาน และพร้อมที่จะใช้ปัญญา

๓) อธิปัญญาสิกขา คือ การฝึกอบรมให้เกิดความรู้แจ้ง ซึ่งเป็นความรู้ระดับสูง รู้แจ้งแทง  
ตลอดซึ่งสังขธรรมทั้งปวง เป็นการศึกษาเพื่อพัฒนาด้านวุฒิปัญญาให้มีความคิดที่ถูกต้อง มีความรู้ที่  
ถูกต้องอบรมให้เกิดความรู้ขั้นสูงสุด ได้แก่

๑) สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ หมายถึงเห็นอริยสัจ ๔ ตามความเป็นจริง คือ เห็นตรง  
ตามสภาวะของธรรมชาติ ซึ่งเกิดจากการเริ่มรู้จักคิดใคร่ครวญและพิจารณา ทำให้การกระทำต่าง ๆ  
เป็นไปด้วยความถูกต้องดีงาม เกื้อกูลแก่ชีวิตและนำไปสู่ความดับทุกข์ในที่สุด

๒) สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ หมายถึงความนึกคิด ที่ปลอดโปร่ง โปร่งใส เป็นอิสระ  
แก่ตัวเอง ไม่แอบแฝงไปด้วยความชอบใจและไม่ชอบใจ ความดำริชอบนี้ มีมูลฐานมาจากความเห็นชอบ

สิกขา ๓ หรือ ไตรสิกขา อันได้แก่ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญา เป็นที่เข้าใจของพุทธศาสนิกชนโดยทั่วไปว่า “ศีล สมาธิ และปัญญา” มีสาระในแง่การพัฒนาโดยสรุป ดังนี้<sup>๔๔</sup>

๑. ศีล การฝึกในด้านพฤติกรรม โดยเฉพาะพฤติกรรมเคยชิน โดยมีวินัยเป็นเครื่องมือในการฝึก วินัยเป็นจุดเริ่มต้นในกระบวนการศึกษาและการพัฒนามนุษย์ เพราะวินัยเป็นตัวการจัดเตรียมชีวิตให้อยู่ในสภาพที่เอื้อต่อการพัฒนา

๒. สมาธิ การพัฒนาคุณภาพต่าง ๆ ของจิต ในด้าน ๑) คุณธรรม เช่น ความเมตตา กรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ๒) ความสามารถของจิต เช่น ความเข้มแข็ง มั่นคง ความเพียรพยายาม ความรับผิดชอบ ความแน่วแน่ มั่นคง ความมีสติ ๓) ความสุข เช่น ความอิ่มใจ ความร่าเริงเบิกบานใจ ความสดชื่น ผ่องใส ความรู้สึกพอใจ เรียกโดยสรุปว่า การพัฒนาคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพของจิต

๓. ปัญญา การพัฒนาในด้านการรู้ความจริง เริ่มตั้งแต่ความเชื่อ ความเห็น ความรู้ ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การรู้จักวินัย ไตร่ตรอง ตรวจสอบ คิดการต่าง ๆ สร้างสรรค์ เฉพาะอย่างยิ่งเน้นการรู้ตรงตามความเป็นจริง ตลอดจนรู้แจ้งความจริงที่เป็นสากลของสิ่งทั้งปวง จนถึงขั้นรู้เท่าทันธรรมชาติของโลกและชีวิต ที่ทำให้จิตเป็นอิสระ ปลอดภัย ไร้ทุกข์ เข้าถึงอิสรภาพโดยสมบูรณ์

ไตรสิกขา อันได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา คือ เครื่องมือหรือวิธีการสำหรับให้มนุษย์ดำเนินชีวิตไปในวิถีที่ถูกต้องที่เรียกว่า “อริยมรรคา” เพื่อการไปสู่เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คือ พระนิพพาน ซึ่งไตรสิกขานี้จะเกิดขึ้นในมนุษย์โดยไม่ยากหากมนุษย์มีปัจจัยหนุนนำ ๗ ประการนี้ คือ<sup>๔๕</sup>

๑. กัลยาณมิตร (มีกัลยาณมิตร) คือ รู้จักเลือกหาแหล่งปัญญาและแบบอย่างที่ดี ได้แก่ ปรโตโมสะที่ดี

๒. สีสัมปทา (มีวินัยเป็นพื้นฐานของการพัฒนาชีวิต) คือ รู้จักจัดระเบียบชีวิตและการอยู่ร่วมในสังคมให้เป็นไปโดยเรียบร้อยด้วยดี

๓. ฉันทสัมปทา (มีจิตใจใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์) คือ มีแรงจูงใจที่ถูกต้อง พอใจใฝ่รักในความรู้ อยากรู้ให้จริงและปรารถนาจะทำสิ่งทั้งหลายให้ดีขึ้น เรียกในทางธรรมว่า “ใฝ่ธรรม”

๔. อัตตสัมปทา คือ มุ่งมั่นพัฒนาตนให้เต็มศักยภาพ มีความเชื่อมั่นในศักยภาพของมนุษย์ที่มีอยู่ในตนและมีจิตสำนึกในการที่จะพัฒนาตนอยู่เสมอ โดยมุ่งมั่นพัฒนาศักยภาพให้เต็มที่

๕. ทิฏฐิสัมปทา (ถือหลักเหตุปัจจัย) คือ ปรับทัศนคติและค่านิยมให้สมแนวเหตุผล ได้แก่ มีท่าทีถูกต้องต่อประสบการณ์ต่าง ๆ และมองสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัย ไม่ใช่ท่าทีของการยินดี ยินร้าย ชอบ ชัง

<sup>๔๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๓๗-๓๘.

<sup>๔๕</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), ธรรมกับการพัฒนาชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๘๕-๘๕.



๖. อัปมาทสัมปทา (ตั้งตนอยู่ในความไม่ประมาท) คือ มีสติกระตือรือร้นตื่นตัวตลอดเวลา ได้แก่ มีจิตสำนึกต่อกาลเวลาและความเปลี่ยนแปลง (อนิจจัง) พระพุทธเจ้าทรงสอนหลักเรื่องการเปลี่ยนแปลงนี้ เพื่อให้คนมีความไม่ประมาท ซึ่งหมายถึงว่า เราจะต้องตื่นตัวต่อเหตุการณ์และสถานการณ์ทุกอย่าง เพราะความเปลี่ยนแปลงผูกพันกับกาลเวลา นอกจากนี้ จะต้องรู้ตระหนักตามหลักการที่ว่า ความเปลี่ยนแปลง ไม่เป็นไปอย่างเลื่อนลอย แต่เป็นไปตามเหตุปัจจัย ความตื่นตัวกระตือรือร้นที่เรียกว่า ความไม่ประมาท จะเป็นตัวเร่งให้เข้าหาการศึกษาเหตุปัจจัยและการกระทำให้ตรงกับเหตุปัจจัยและทำให้เราต้องมีการพัฒนาชีวิตอยู่ตลอดเวลา

๗. โยนิโสมนสิการ (ฉลาดคิดแยกคายให้ได้ประโยชน์และความจริง) คือ แก้ปัญหาและพึ่งพาตนได้ด้วยความรู้คิด รู้จักพิจารณา คิดเองเป็น โดยคิดตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย ที่เรียกว่า โยนิโสมนสิการ การคิดเองเป็นและรู้จักคิดตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยนี้ เป็นหลักสำคัญที่จะทำให้แก้ปัญหาได้ถูกต้อง และเป็นวิธีการสำคัญที่จะทำให้เกิดปัญญาและพัฒนาปัญญาให้งอกงามยิ่งขึ้นไป ดังนั้น หลักการรู้จักคิดและคิดเป็น จึงเป็นจุดเน้นที่สำคัญในพระพุทธศาสนา และเป็นหลักที่ทำให้มนุษย์พึ่งพาตนเองได้

ปัจจัยหนูนำทั้ง ๗ ประการนี้ รวมกันเรียกว่า “บุพนิมิต” แปลว่า เครื่องหมายบอกล่วงหน้า<sup>๖๖</sup> เป็นจุดเริ่มต้นที่จะเข้าสู่มรรค คือ วิถีชีวิตที่งดงามของผู้มีการศึกษา พระพุทธศาสนาเชื่อว่าเมื่อใดก็ตาม บุพนิมิต ๗ ข้อนี้ เมื่ออย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นในมนุษย์แล้ว เมื่อนั้น ก็เชื่อมั่นได้โดยกระบวนการพัฒนาชีวิตอย่างต่อเนื่อง (สิกขา) ก็จะเกิดขึ้นทันที และวิถีชีวิตหรือการดำเนินชีวิตที่ดี (มรรค) ก็จะเกิดขึ้นตามมา หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า เมื่อใดก็ตาม ที่บุพนิมิต ๗ ข้อนี้ เมื่ออย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นในมนุษย์แล้ว มนุษย์จะเจริญ พัฒนา ทำให้มาก ซึ่งมรรคเอง คือ จะดำเนินชีวิตไปในมัชฌิมาปฏิปทาเองโดยธรรมชาติหรือโดยอัตโนมัติ<sup>๖๗</sup> อนึ่ง ด้วยเหตุที่บุพนิมิตเกิดนำหน้ามรรค จึงเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “บุพนิมิตแห่งมรรค” แปลว่า เครื่องหมายบอกล่วงหน้าถึงการมาของมรรค<sup>๖๘</sup> หรือ “บุพนิมิตแห่งมัชฌิมาปฏิปทา” แปลว่า เครื่องหมายบอกล่วงหน้าถึงวิถีชีวิตหรือการดำเนินชีวิตไปในมัชฌิมาปฏิปทา<sup>๖๙</sup>

ในบุพนิมิตแห่งมรรค ๗ ประการนี้ ปรโตโฆสะ (กัลยาณมิตตดา) และโยนิโสมนสิการ ถือว่าเป็นพื้นฐานหรือเป็นจุดเริ่มให้มนุษย์มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เพราะเป็นบ่อเกิดของสัมมาทิฐิ ที่เป็นพื้นฐานของการพัฒนา เรียกปัจจัย ๒ ประการนี้ว่า “ปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ” ดังพุทธพจน์ว่า

<sup>๖๖</sup> ตี.ม. (บาลี). ๑๘/๕๐-๕๕/๒๓-๒๔.

<sup>๖๗</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒. หน้า ๒๐๕.

<sup>๖๘</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๑. หน้า ๓๒.

<sup>๖๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๕๖๓.

“ภิกษุทั้งหลาย ปัจจัยเพื่อความเกิดขึ้นแห่งสัมมาทิฏฐิ มี ๒

ประการ คือ ปรโตโฆสะ (กัลยาณมิตรตา) และ โยนิโสมนสิการ”<sup>๕๐</sup>

ปัจจัยแห่งสัมมาทิฏฐิหรือปัจจัยให้เกิดสัมมาทิฏฐิ ๒ ประการ ตามพุทธพจน์นั้น คือ<sup>๕๑</sup>

๑. ปรโตโฆสะ แปลว่า เสี่ยงจากผู้อื่น การกระตุ้นหรือการชักจูงจากภายนอก เช่น การสั่งสอน แนะนำ การถ่ายทอด การโฆษณา คำบอกเล่า ข่าวสาร ข้อเขียน คำชี้แจง อธิบาย การเรียนรู้จากผู้อื่น ในที่นี้ หมายถึงเฉพาะส่วนที่ฟังตามถูกต้อง เฉพาะอย่างยิ่ง การฟังธรรม ความรู้ หรือคำแนะนำจากบุคคลที่เป็นกัลยาณมิตร (hearing or learning from others; inducement by other)

๒. โยนิโสมนสิการ แปลว่า การทำในใจโดยแบคาย หมายถึงการใช้ความคิดถูกวิธี ความรู้จักคิด คิดเป็น หรือคิดอย่างมีระเบียบ หมายถึงการรู้จักมอง รู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็น และโดยวิธีคิดหาเหตุผล สืบค้นถึงต้นเค้า สืบสาวให้ตลอดสาย แยกแยะสิ่งนั้น ๆ หรือปัญหานั้น ๆ ออก ให้เห็นตามสภาวะและตามความสัมพันธ์แห่งปัจจัย โดยไม่เอาความรู้สึกด้วย ตัณหาอุปาทานของตนเข้าจับ (analytical reflection; reasoned or systematic attention)

จะเห็นว่า การพัฒนามนุษย์นั้น จำต้องสร้างสัมมาทิฏฐิให้เกิดขึ้นก่อน โดยอาศัยปัจจัย ๒ ประการ ได้แก่ ปัจจัยภายนอกคือปรโตโฆสะ และปัจจัยภายในของแต่ละบุคคลคือโยนิโสมนสิการ เมื่อสัมมาทิฏฐิเกิดขึ้นแล้วการตีค่าและการประพฤติปฏิบัติก็จะดำเนิน ไปในแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสมต่อการเข้าถึงความจริงแท้ของสรรพสิ่งจนบรรลุสภาวะนิพพาน

#### ๔.๒.๓ วิเคราะห์ตามหลักบุญกิริยาวัตถุ

หลักธรรมที่เกื้อหนุนต่อการพัฒนามนุษย์ ได้แก่ “บุญกิริยาวัตถุ”<sup>๕๒</sup> หมายถึงหลักการทำบุญ ๓ อย่าง ซึ่งเป็นหลักการเบื้องต้นในการฝึกฝนพัฒนาคนให้เจริญอกงามในความดี ซึ่งบุญกิริยาวัตถุนี้ เมื่อนำมาปฏิบัติอย่างถูกต้องและให้แพร่หลาย จะช่วยเสริมสร้างความมั่นคงและความสงบสุขแก่สังคม และเป็นพื้นฐานที่จะช่วยให้ก้าวหน้าในไตรสิกขาได้อย่างดี ดังจะยกตัวอย่างวิธีปฏิบัติดังนี้<sup>๕๓</sup>

๑. ทาน คือ การให้ การสละ การเผื่อแผ่แบ่งปัน เป็นการให้เพื่ออนุเคราะห์ ที่ควรเน้น คือ

๑) การถวายทานแก่พระภิกษุสามเณร ในฐานะที่ท่านปฏิบัติธรรมเป็นแบบอย่างและเป็นผู้ดำรงธรรมไว้ให้แก่สังคม ด้วยการถวายจตุปัจจัย

<sup>๕๐</sup> อ.ท.ท. (ไทย). ๒๐/๑๒๓/๑๑๕.

<sup>๕๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓, หน้า ๕๖๓.

<sup>๕๒</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๐๕/๒๖๕; อ.ท.ท. (ไทย). ๒๓/๓๖/๒๕๔.

<sup>๕๓</sup> สรุปความจาก พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนา พัฒนาการและสังคม, หน้า ๒๐-๒๓.

๒) การสงเคราะห์ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ที่มีความจำเป็น เช่น ให้ปัจจัยยังชีพแก่ผู้ด้อยโอกาส คนยากไร้ขาดแคลนทั่วไป

๓) การบำเพ็ญกุศลทาน คือ บำเพ็ญเมตตาการุณยธรรมให้ความไม่มีภัยแก่สัตว์ทั้งหลาย ด้วยการไม่รังแก ไม่เบียดเบียน ช่วยสงวนพันธุ์ช่วยอนุรักษ์ถิ่นที่อยู่อาศัยของมัน ด้วยการรักษาป่า เป็นต้น

๒. ศีล คือ ความประพฤติดีงาม การหาเลี้ยงชีพในทางสุจริต ความมีระเบียบวินัย และความมีกิริยามารยาทงดงาม มีพฤติกรรมที่ไม่เบียดเบียนและฝึกหัดขัดเกลา เฉพาะอย่างยิ่ง เน้นศีลในระดับการอยู่ร่วมกันด้วยดีโดยสงบสุขในสังคม ได้แก่

๑) รักษาศีล ๕ สำหรับคฤหัสถ์คือชาวบ้านผู้ยังแสวงหาวัตถุหรือสิ่งเสพบริโภคต่าง ๆ โดยให้ทุกคน (๑) เว้นจากปาณาติบาต ไม่ละเมิดต่อชีวิตร่างกายกัน รวมทั้งไม่รังแกสัตว์ (๒) เว้นจากอทินนาทาน ไม่ละเมิดต่อกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินของกันและกัน (๓) เว้นจากกาเมสุมิฉฉาจาร ไม่ละเมิดต่อคู่ครองของรักของหวงกัน (๔) เว้นจากมุสาวาท ไม่ละเมิดต่อกันทางวาจา ไม่ทำร้ายหรือทำลายผลประโยชน์กันด้วยวาจาที่จ โทกหลอกลวง (๕) เว้นจากสุรามรัยสิ่งเสพติดให้โทษ ไม่คุกคามต่อความรู้สึกลับั่นคงปลอดภัยของผู้อื่น ด้วยการมีพฤติกรรมที่ขาดสติสัมปชัญญะเพราะเสพสิ่งเสพติด

๒) รักษาอุโบสถ (ศีล ๘) ศีล ๕ นั้น ช่วยให้สังคมมีความสงบเรียบร้อย อย่างน้อยไม่เดือดร้อนจนถึงกับถูกเป็นไฟ แต่ก็ไม่ใช่หลักประกันว่าคนจะมีความสุข ดังนั้น ผู้ที่ปรารถนาที่จะมีความสุข จึงควรฝึกหัดพัฒนาตนต่อไป ด้วยการรักษาอุโบสถหรือศีล ๘ ซึ่งมีข้อปฏิบัติเพิ่มจากศีล ๕ อีก ๓ ข้อ คือ (๑) เว้นจากอพรหมจรรย์ ถือพรหมจรรย์ งดเว้นเมถุน (๒) เว้นจากนัจจกิตวาทิต-มาลา คันธวิเลปนะ งดการฟ้อนรำขับร้องเพลงเล่นดนตรีดูการละเล่น และประดับตกแต่งกายใช้เครื่องหอมเครื่องลูบไล้ (๓) เว้นอุจจาสนนมหาสนนะ งดนอนบนฟูกที่นั่งที่นอนสูงใหญ่หยาบ

การรักษาอุโบสถหรือศีล ๘ นี้ เป็นการฝึกตนในการรักษาอิสรภาพของชีวิตไว้ ไม่ให้ชีวิตและความสุขของตนต้องไปขึ้นต่อการเสพหรือบริโภควัตถุให้มากจนเกินไป ไม่ให้กลายเป็นคนลุ่มหลงมัวเมาในวัตถุ

๓. ภาวนา คือ การพัฒนาชีวิต โดยเฉพาะในที่นี้ หมายถึงการพัฒนาชีวิตด้านใน ได้แก่ จิตใจและปัญญา คือ พัฒนาให้เจริญขึ้นด้วยคุณธรรมต่าง ๆ ให้เข้มแข็งมั่นคงหนักแน่น และให้มีปัญญารู้เท่าทันสังขาร คือ รู้เท่าทันโลกและชีวิตหรือมีโลกทัศน์และชีวทัศน์ที่ถูกต้อง

ภาวนาในที่นี้ ได้แก่ สมานธิและปัญญา ซึ่งในไตรสิกขา เรียกว่า สมานธิภาวนาหรือจิตตภาวนาและปัญญาภาวนา และที่เน้นเป็นพิเศษสำหรับภาวนาในระดับบุญกิริยาวัตถุนี้ พระพุทธเจ้าทรงหมายถึงการเจริญเมตตาจิต ซึ่งเป็นฐานของท่านและศีล เพราะเมตตาหรือความมีน้ำใจไม่ตรีต่อ

กันและกัน เป็นคุณสมบัติที่แท้จริงในตัวของมนุษย์ที่จะรักษาสันติภาพไว้ในสังคมและทำให้โลกนี้มี  
ความร่มเย็นเป็นสุข

นอกจากนี้ ยังมีข้อปฏิบัติอีกหลายอย่างในการพัฒนาจิต (จิตตภาวนา) และพัฒนาปัญญา  
(ปัญญาภาวนา) ดังยกตัวอย่าง เช่น

๑) ธรรมสวนะ คือ การฟังธรรม รวมทั้งการศึกษาหาความรู้ ความจริง ความดีงาม

๒) ธรรมเทศนา คือ การแสดงธรรม ให้คำสอน แนะนำ ความรู้ แก่คนอื่น

๓) ทิฎฐชุกกรรม คือ การทำความเห็นให้ตรง ซึ่งทำร่วมกับการทำบุญข้ออื่นทุกข้อ ให้  
เป็นการกระทำด้วยความรู้ ความเข้าใจ ความตั้งใจมุ่งหมายถูกต้อง (สัมมาทิฎฐิ) เช่น ให้ทาน เพื่อช่วยเหลือ  
ด้วยเมตตาการุณย์ และสละโลภะหรือมัจฉริยะในใจของตน ไม่ใช่ให้เพื่อหวังผลตอบแทน เป็นต้น

สำหรับมัจฉริยะ ซึ่งแปลว่า ความตระหนี่ ความหวง ความคิดกีดกันไม่ให้ผู้อื่นได้ดี หรือ  
มีส่วนร่วม ที่มนุษย์ทั้งโลกจะต้องละและก้าวข้ามให้ได้เพื่อสันติภาพของโลก มี ๕ ประการ คือ<sup>๕๔</sup>

๑) อาวาสมัจฉริยะ ตระหนี่ที่อยู่ หวงที่อาศัย ประเทศ ท้องถิ่น ดินแดน

๒) กุลมัจฉริยะ ตระหนี่ตระกูล หวงตระกูล พรรคพวก พงศ์เผ่า เหล่ากอ ชาติพันธุ์  
ลัทธิศาสนา

๓) ลาภมัจฉริยะ ตระหนี่ลาภ ทรัพย์สมบัติ ผลประโยชน์

๔) วัฒนมัจฉริยะ ตระหนี่วรรณ หวงวรรณะ คือ (๑) หวงสรวิรรณะ หรือ ศิวพรรณ ไม่  
พอใจให้ผู้อื่นสวยงาม (๒) หวงคุณวัณณะ คำสรรเสริญ ไม่อยากให้ใครมีคุณความดีมาแข่งตน  
หรือไม่พอใจได้ยินคำสรรเสริญคุณความดีของผู้อื่น ตลอดจนแบ่งชั้นวรรณะกัน

๕) รัชมัจฉริยะ ตระหนี่ธรรม หวงวิชาความรู้ และคุณพิเศษที่ได้บรรลु ไม่ยอมสอน  
ไม่ยอมบอกผู้อื่น กลัวเขาจะรู้เทียบเท่าหรือเกินตน

การศึกษาถูกต้อง เป็นสีกขาจริง จะทำให้มนุษย์พัฒนาคุณลักษณะในด้านความสัมพันธ์  
กับเพื่อนมนุษย์โดยมีมัจฉริยะทั้ง ๕ เหล่านี้ ลดน้อยลง ๆ จนหมดไปในที่สุด มนุษย์ยังพัฒนาไปถึงยัง  
หลุดพ้นจากความคับแคบ (มัจฉริยะ) ที่เกิดจากการยึดถือตัวตนของตนที่ทำให้แยกตัวออกจากกัน  
มนุษย์ยังพัฒนาก็ยังขยายความรู้สึกรู้จักคิด ขยายจิตใจ ขยายปัญญาพ้นความคับแคบแบ่งแยก สู่ความ  
เป็นกลางที่เป็นสากล ซึ่งความเป็นสากลนี้มีอยู่ ๑ ประการ คือ<sup>๕๕</sup>

<sup>๕๔</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๑๕/๓๐๑; อจ.ปญจก. (ไทย). ๒๒/๒๕๔-๒๖๑/๓๕๔-๓๕๘; ชุ.ม. (ไทย).  
๒๕/๕/๔๖; อภิ.วิ. (ไทย). ๓๕/๕๓๒/๕๘๓-๕๘๔.

<sup>๕๕</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), มองสันติภาพโลกผ่านภูมิหลังอารยธรรมโลกาภิวัตน์, พิมพ์ครั้งที่  
๒. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๒), หน้า ๑๘๓-๑๕๐.

๑) ความจริงที่เป็นสากล คือ หลักความจริงที่เป็นกลาง ๆ มีผลเสมอเหมือนกันแก่ทุกคน ทุกที่ รวมทั้งทุกศาสนา

๒) ความเป็นมนุษย์ที่เป็นสากล คือ ความเป็นมนุษย์ที่จะต้องมองเห็น เข้าใจ ให้ความนับถือเสมอเหมือนกัน การทำร้ายและการทำลายชีวิตมนุษย์ ไม่ว่าจะมีส่วนใดหรือไม่ ว่าเป็นความไม่ดีไม่งามทั้งสิ้น

๓) ความมีเมตตาที่เป็นสากล คือ แผ่ความรู้สึกเป็นมิตรไมตรี มีความรักความปรารถนาประโยชน์สุขแก่มนุษย์ทุกคนเสมอเหมือนกัน โดยไม่มีการจำกัดหรือแบ่งแยก

จากการวิเคราะห์หลักพุทธธรรม ๓ ประการ อันได้แก่ หลักกรรม หลักไตรสิกขา และหลักบุญกิริยาวัตถุ ดังกล่าวมาข้างต้น ทำให้เห็นถึงแนวคิดการพัฒนามนุษย์ว่า การพัฒนาบุุคคลตามหลักพุทธธรรม เป็นการพัฒนาที่กรรมคือการกระทำหรือพฤติกรรมของบุคคล ส่วนเครื่องมือหรือวิธีการในการพัฒนาบุุคคล เพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คือพระนิพพาน ได้แก่ ไตรสิกขา ในขณะที่บุญกิริยาวัตถุเป็นหลักธรรมสำหรับหนุนหรือเป็นปัจจัยเกื้อหนุนเครื่องมือหรือวิธีการนั้นอีกชั้นหนึ่ง



## บทที่ ๕

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### ๕.๑ สรุปผลการวิจัย

จากผลของการวิจัยการวิเคราะห์การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม ได้ผลสรุปดังนี้ การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม หมายถึงการทำให้มนุษย์ดำเนินชีวิตตนไปในวิถีที่ถูกต้อง ที่เรียกว่ามรรคา ด้วยวิธีการแห่งการศึกษา ที่เรียกว่าสิกขา จนกว่าจะเข้าถึงภาวะที่สมบูรณ์สูงสุดคือนิพพาน อันเป็นจุดหมายปลายทางของการพัฒนามนุษย์ที่แท้จริง

การพัฒนามนุษย์หรือการพัฒนาชีวิตตามหลักพุทธธรรม อาศัยความเชื่อความมั่นใจและความรู้ความเข้าใจที่เป็นพื้นฐาน ๒ ประการ คือ

๑. ความเชื่อความมั่นใจในธรรมชาติของมนุษย์ว่าเป็นสัตว์ที่ฝึกฝนพัฒนาได้และมีวิสัยแห่งแห่งการพัฒนาได้อย่างสูงสุด การพัฒนามนุษย์นั้น มีลักษณะเด่นอย่างหนึ่ง คือ การดึงเอาศักยภาพที่มีอยู่ในตัวมนุษย์แต่ละคนออกมาพัฒนาในห้วงอวกาศเต็มที่ และใช้ให้ได้ผลดีที่สุด

๒. การทำให้บุคคลแต่ละคนรู้จักตัวเอง ความพร้อมและความสามารถในการที่จะตอบรับต่อสิ่งภายนอก ได้แก่ การยอมรับการเปลี่ยนแปลง การรู้จักดู และการรู้จักเลือกรับ

การพัฒนามนุษย์ที่รอบด้านครอบคลุม ได้แก่ การพัฒนา ๔ ด้าน เรียกว่า ภาวนา ๔ คือ

๑. กายภาวนา หมายถึงการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดี ระหว่างตัวเราหรืออินทรีย์ของเรา กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุหรือทางกายภาพ (รวมทั้งเทคโนโลยี) โดยเฉพาะ การรับรู้สิ่งทั้งหลายทางอินทรีย์ ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย อย่างเหมาะสม ไม่ก่อความเดือดร้อนให้ทั้งแก่ตนเองและบุคคลอื่น โดยปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ ไม่ให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ

สิ่งแวดล้อมทางกายภาพขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ปัจจัย ๔ (และสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ) การสัมพันธ์กับปัจจัย ๔ อย่างถูกต้อง ก็คือ การให้มีปัจจัย ๔ พอที่จะดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างผาสุกและใช้ปัจจัย ๔ นั้นอย่างถูกต้อง ตามความมุ่งหมาย ที่เรียกว่า เพื่อคุณค่าแท้ ไม่ใช่เพื่อคุณค่าเทียม\*

๒. สីลภาวนา หมายถึงการพัฒนาพฤติกรรมทางสังคมให้ยอมรับ เคารพ ในกฎเกณฑ์ กติกา จรรยา ของสังคม การพัฒนาศีลในขั้นต้น ก็คือ ไม่ก่อการเบียดเบียน ไม่ทำความเดือดร้อนแก่ผู้อื่นหรือแก่สังคม ซึ่งการพัฒนาศีลในขั้นต้นนี้ เป็นขั้นง่ายที่สุดและมีความหมายเป็นฝ่ายลบ ส่วน

\* พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษา มงเมื่อ ๓๐ ปีก่อน, หน้า ๕๕.

ความหมายในทางบวก ได้แก่ ประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่บุคคลอื่นหรือต่อสังคม การมีระเบียบวินัย การอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยดี และการประกอบอาชีพสุจริต ด้วยความขยันหมั่นเพียร ซึ่งรวมไปถึงการฝึกฝนสัมมาอาชีวะทั้งหมด ศิลปในทางพระพุทธศาสนา จึงไม่ใช่เพียงแต่การเว้นจากการเบียดเบียนทั้งกาย วาจา เท่านั้น แต่หมายถึงอาชีวะ ได้แก่ ๑) สัมมาวาจา เจรจาชอบ ๒) สัมมากัมมันตะ การงานชอบ ๓) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ<sup>๒</sup>

คุณประโยชน์ของศีลทุกชนิดทุกประเภท คือ การทำให้กายวาจาและอาชีพสะอาดปราศจากโทษที่เป็นมลทินมาแปดเปื้อน ความสะอาดกายวาจาและอาชีพ ตามทัศนะพระพุทธศาสนา ไม่ได้หมายถึงความสะอาดในแง่ของการล้างด้วยน้ำหรือเช็ดถู แต่หมายถึงการกระทำหรือพฤติกรรมทางกายวาจาและอาชีพที่กระทำต่อสิ่งอื่นหรือบุคคลอื่นอย่างถูกต้องเหมาะสม การกระทำหรือพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสม มี ๓ ทาง คือ ๑) ทางกาย ได้แก่ ละปาณาติบาต ละอทินนาทาน ละกาเมสุมิฉฉาจาร ๒) ทางวาจา ได้แก่ ละมุสาวาท ละปิสฺสุณาวาจา (การพูดต่อเสียด) ละมรฺสุวาจา (การพูดหยาบคาย) ละสัมผฺสปฺลาปะ (การพูดเพื่อเจ้า) ๓) ทางใจ ได้แก่ อนภิชฺชา (ไม่คิดจ้องเอาของคนอื่น) อพยฺยาบาท (ความไม่ผูกใจเจ็บ) และสัมมาทิฏฺฐิ

๓. จิตตภาวนา หมายถึงการพัฒนาจิตให้เจริญงอกงามด้วยคุณธรรม มีความเข้มแข็ง มั่นคง เบิกบาน สงบสุข ผ่องใส พร้อมด้วยความเพียร สติ และสมาธิ พร้อมทั้งจะเสียดสละเพื่อส่วนรวม ได้แก่ การพัฒนาคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต ใน ๓ ด้าน คือ ๑) ด้านคุณภาพหรือคุณธรรม เช่น เมตตา กรุณา ความมีไมตรี ความเห็นอกเห็นใจ ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความสุภาพอ่อนโยน ความเคารพ ความซื่อสัตย์ ความกตัญญู ๒) ด้านสมรรถภาพหรือความสามารถของจิต เช่น ความเข้มแข็ง มั่นคง ความเพียรพยายาม ความกล้าหาญ ความขยัน ความอดทน ความรับผิดชอบ ความมุ่งมั่นแน่วแน่ ความมีสติ ความมีสมาธิ ๓) ด้านสุขภาพหรือความสุข เช่น ความมีปีติอิ่มใจ ความมีปราโมทย์ ร่าเริง เบิกบานใจ ความสดชื่นผ่องใส ความรู้สึกพอใจ<sup>๓</sup>

๔. ปัญญาภาวนา หมายถึงการพัฒนาปัญญาให้รู้เท่าทันสรรพสิ่งตามความเป็นจริงจนมีจิตใจเป็นอิสระ ไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์ เริ่มตั้งแต่ความเชื่อที่มีเหตุผล ความเห็นที่เข้าสู่แนวทางของความเป็นจริง การรู้จักหาความรู้ การรู้จักคิดพิจารณา การรู้จักวินิจฉัย ไตร่ตรอง ทดลอง ตรวจสอบ ความรู้ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การเข้าถึงความจริง การนำความรู้มาใช้แก้ปัญหาและคิดการต่าง ๆ ในทางที่เกื้อกูลสร้างสรรค์ เฉพาะอย่างยิ่ง เน้นการรู้ตรงตามความเป็นจริง

<sup>๒</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๖.

<sup>๓</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม (ฉบับเดิม), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. หน้า ๓๕๑-๓๕๒.

ตลอดจนรู้แจ้งความจริงที่เป็นสากลของสิ่งทั้งปวง จนถึงขั้นรู้เท่าทันธรรมชาติของโลกและชีวิต ที่ทำให้มีจิตใจเป็นอิสระ ปลอดปัญหา ไร้ทุกข์ เข้าถึงอิสรภาพโดยสมบูรณ์<sup>๔</sup>

ในเรื่องปัญหานี้ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) แบ่งปัญญาเพื่อความสะดวกต่อการทำความเข้าใจไว้ ๒ วิธี โดยวิธีแรก แบ่งปัญญาตามลักษณะและระดับของความละเอียดอ่อนหรือความซับซ้อนในการทำงาน ดังนี้<sup>๕</sup>

๑) ปัญญาที่เป็นความรู้ความเข้าใจในศิลปวิทยาการ หรือความรู้ทางวิชาการและวิชาชีพ  
 ๒) การรับรู้เรียนรู้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง ไม่บิดเบือนหรือเอนเอียงด้วยอคติ  
 ๓) เนื่องจากการรับรู้ นั่น คือ การคิดวินิจฉัย ซึ่งหมายถึงการคิดวินิจฉัยด้วยการใช้ปัญญาโดยบริสุทธิ์ ที่ไม่ถูกรอบงำบัญชาการ โดยกิเลส

๔) ปัญญาที่รู้เข้าใจถึงสาระความเป็นไปของโลกและชีวิต รู้ทางเลื่อมทางเจริญ และเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง รู้วิธีแก้ไขปัญหาและสร้างสรรค์ความสำเร็จที่ทำให้พัฒนาตน พัฒนาชีวิตและสังคมให้เจริญยิ่งขึ้นไป

ส่วนวิธีที่สอง เป็นการแบ่งตามลำดับการทำงานเป็น ๓ ชั้น คือ ๑) ความสามารถในการแสวงหาความรู้ โดยรู้จักเลือกรับ คัดเลือก จัดสรร กลั่นกรอง และประมวลข้อมูลให้ได้ความรู้ที่ถูกต้องเป็นจริง ๒) ความสามารถในการคิดให้ชัดเจน ในแต่ละเรื่อง โดยรู้จักวิเคราะห์องค์ประกอบและสืบสวนเหตุปัจจัย เป็นต้น ๓) ความสามารถในการโยงความรู้และความคิด แต่ละด้านเข้าหากัน ให้เกิดภาพรวมที่ชัดเจน หรือปรุงแต่งเป็นความรู้ความคิดใหม่ (องค์ความรู้) ในการที่จะสร้างสรรค์

พระพุทธศาสนามีทัศนะว่า มนุษย์ซึ่งผ่านการพัฒนาครบทุกด้าน ตามหลักแห่งกาย ภาวนา สติภาวนา จิตตภาวนา และปัญญาภาวนา แล้วจะมีคุณสมบัติพิเศษตนในแต่ละด้าน เรียกว่า “ภาวิตกาย ภาวิตศีล ภาวิตคิเลส และภาวิตปัญญา” ดังนี้<sup>๖</sup>

๑. ภาวิตกาย มีกายที่พัฒนาแล้ว (กายภาวนา) คือ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพในทางที่เกื้อกูลกัน เริ่มแต่รู้จักบริโภคปัจจัย ๔ รู้จักใช้อินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ในการเสพหรือใช้สอยปัจจัย ๔ และเครื่องอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ในทางที่เป็นการส่งเสริมคุณภาพชีวิต (กินเป็น ใช้เป็น บริโภคเป็น ดูแลเป็น พึ่งเป็น ฯลฯ)

๒. ภาวิตศีล มีศีลที่พัฒนาแล้ว (มีศีลภาวนา) คือ มีพฤติกรรมทางสังคมที่พัฒนาแล้ว ไม่เบียดเบียนก่อความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น ดำรงตนอยู่ในวินัยและอาชีพะที่สุจริต (เสวนา – คบหาเป็นสังคมเป็น พุดเป็น สื่อสารเป็น ทำเป็น)

<sup>๔</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๕๒.

<sup>๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษา มองเมื่อ ๓๐ ปีก่อน, หน้า ๕๕.

<sup>๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันอย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓, หน้า ๔๓-๔๕.



๓. ภาวิตจิต มีจิตที่พัฒนาแล้ว (มีจิตตภาวนา) คือ มีจิตใจที่ฝึกอบรมดีแล้ว สมบูรณ์ด้วย  
 ๑) คุณภาพจิต คือ ประกอบด้วยคุณธรรม เช่น ความเมตตา กรุณา ความเอื้ออาทร มีมูทิตา ความเคารพ  
 อ่อนน้อม ความกตัญญู กตเวที เป็นต้น ๒) สมรรถภาพจิต คือ มีจิตใจเข้มแข็ง มั่นคง มีความเพียร  
 พยายาม มีอุตสาหะ วิริยะ รับผิดชอบ มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น ๓) สุขภาพจิต คือ มีจิตใจที่ร่าเริง เบิก  
 บาน สดชื่น เอิบอím ผ่องใส และสงบสุข (ตั้งจิตเป็น วางใจเป็น ทำใจเป็น)

๔. ภาวิตปัญญา มีปัญญาที่พัฒนาแล้ว (มีปัญญาภาวนา) คือ รู้จักคิด รู้จักพิจารณา รู้จัก  
 วินิจฉัย รู้จักแก้ปัญหา และรู้จักจัดทำดำเนินการต่าง ๆ ด้วยปัญญาที่บริสุทธิ์ ซึ่งมองดูรู้เข้าใจเหตุผล  
 มองเห็นสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงหรือตามที่มันเป็น ปราศจากอคติ และแรงงูใจเคลือบแฝง เป็น  
 อิสระจากการครอบงำของกิเลส เป็นอยู่ด้วยความรู้เท่าทันธรรมดาของโลกและชีวิต เข้าถึงอิสรภาพ  
 ปลอดทุกข์ปราศปัญหา (คิดเป็น แก้ปัญหาเป็น ดับทุกข์เป็น)

ผู้มีภาวนาครบทั้ง ๔ อย่างนี้ เป็นภาวิตทั้ง ๔ ด้านนี้แล้ว โดยสมบูรณ์ เรียกว่า “ภาวิตตะ”  
 แปลว่า ผู้ได้พัฒนาตนแล้ว ได้แก่ พระอรหันต์ เป็นอเสขะ คือ ผู้จบการศึกษาแล้ว ไม่ต้องพัฒนาตนอีกต่อไป

## ๕.๒ ข้อเสนอแนะ

จากศึกษาวิจัยการศึกษาวิเคราะห์การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม ผู้วิจัยมี  
 ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาครั้งต่อไปดังนี้

๑. การศึกษาอินทรีย์เพื่อการบรรลุถึงมรรคมีองค์ ๘ และสัมปรายิกัตถประโยชน์
๒. การศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาสังคมตามหลักพุทธธรรม
๓. การศึกษาปัญญาเพื่อแก้ปัญหาหาศรัทธาในพระพุทธศาสนา
๔. การศึกษาพุทธทัศน์ที่มีต่อศาสนาอื่น

## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาบาลี – ไทย

#### ๑.๑ ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

พระพุทธโฆษาจารย์. สมณุตปาสาทิกาย นาม วินยภูฏกถาย ปฐโม ภาค. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

\_\_\_\_\_. วิสุทธิมคฺคสูตร นาม ปกรณวิเสสสูตร ปฐโม ภาค. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

\_\_\_\_\_. วิสุทธิมคฺคสูตร นาม ปกรณวิเสสสูตร ทุตโย ภาค. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

\_\_\_\_\_. วิสุทธิมคฺคสูตร นาม ปกรณวิเสสสูตร ตุตโย ภาค. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

\_\_\_\_\_. ธมฺมปทภูฏกถา (ทุตโย ภาค), พิมพ์ครั้งที่ ๓๑. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

พระอนุรุธาจารย์. อภิธมฺมตฺตสฺงคฺคปาติยา สห อภิธมฺมตฺตวิภาวินี นาม อภิธมฺมตฺตสฺงคฺคหฺฎีกา,

พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

พระญาณชชะ. อภิธมฺมตฺตสฺงคฺคหฺและปรมตฺตปิณี, พระคัรชศารากิวงส์ แปล, กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์ ประยูรสาส์นการพิมพ์, ๒๕๕๒.

พระศุมนังคลาจารย์. อภิธมฺมตฺตสฺงคฺคหฺวิภาวินี, พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

ราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

#### ๑.๒ ข้อมูลทุติยภูมิ

จ่านงค์ อติวัฒนาสิทธิ์,รศ.ดร. สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.

นางลัดดา อมประดิษฐ์, นักสังคมสงเคราะห์กับการพัฒนาสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร:

สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๒.

บุญทัน มูลสุวรรณ. พระไตรปิฎกสำหรับเยาวชน เล่ม ๕. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร:

สำนักพิมพ์ ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๓๕.

บุญคง หันจางสิทธิ์.ศ.ดร. เศรษฐศาสตร์ทรัพยากรมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๖.

บุญมี เมธางกูรและวรรณสิทธิ์ ไหวทยะเสวี. คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะปริจเฉทที่ ๖.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สุทธิสารการพิมพ์, ๒๕๒๕.

บรรจบ บรรณรุจิ. จิต มโน วิญญาณ, พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไรรีออนสมาธิ,

๒๕๓๓.

พุทธทาสภิกขุ. สมာธิวิปัสสนาตามวิธีธรรมชาติ, พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง,

๒๕๓๑.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). การพัฒนาที่ยั่งยืน. พิมพ์ครั้งที่ ๖. โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก

จำกัด, ๒๕๕๐. ๒๕๕๐.

\_\_\_\_\_. พระพุทธศาสนา พัฒนาคคนและสังคม. โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๕.

\_\_\_\_\_. จะพัฒนาคคนกันได้อย่างไร (พุทธศาสนากับการพัฒนามนุษย์). พิมพ์ครั้งที่ ๑.

กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_. ธรรมกับการพัฒนาชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิ

พุทธธรรม, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_. การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร:

สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๒.

\_\_\_\_\_. การศึกษาเพื่ออารยธรรมที่ยั่งยืน. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์

มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_. การศึกษา มองเมื่อ ๓๐ ปีก่อน. โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๕.

\_\_\_\_\_. พุทธวิธีในการสอน. พิมพ์เนื่องในงานพระราชทานเพลิงศพ พระราชปริยัติโกศล

(แนบ ภัททวณฺโณ ป.ธ. ๖). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,

๒๕๔๓.

\_\_\_\_\_. พัฒนาปัญญา. พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม,

๒๕๔๐.

- ..... . **แก่นแท้ของพระพุทธศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๔๑. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๒.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). **พุทธธรรม** (ฉบับเดิม). พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๔.
- ..... . **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ พลิขัมม์, ๒๕๕๕.
- ..... . **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.
- ..... . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๖.
- ..... . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๖.
- ..... . **พุทธศาสน์กับการแนะแนว**. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๓.
- ..... . **ชีวิตที่เป็นอยู่ดีด้วยมีการศึกษาทั้ง ๓ ที่ทำให้พัฒนาครบ ๔**, กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๔.
- ..... . **วินัยเรื่องใหญ่กว่าที่คิด**, พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๘.
- พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต). **การศึกษากับการวิจัย**, พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๔.
- พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). **ปรัชญาการศึกษาไทย**, กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เคล็ดไทย, ๒๕๑๘.
- ภัทรพร สิริกาญจนและฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์, “พุทธศาสนา” ใน **ความรู้พื้นฐานทางศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๖.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. **มลินทปัญหา ฉบับพิศดาร**, พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ บรรณศิลป์, ๒๕๑๖.
- ระวี ภาวิไล, **อภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่**, พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๘.
- เรียม ศรีทอง, รศ.ดร., **พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน**, กรุงเทพมหานคร; บริษัทเชิร์คเวฟ เอ็ดดูเคชั่น จำกัด, ๒๕๔๒.

สุกักร์ ทุมทอง. การพัฒนาอินทรีย์สังวร. พิมพ์ครั้งที่ . กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ บริษัทศิริวัฒนา  
อินเตอร์พริ้นท์ จำกัด (มหาชน), ๒๕๓๕.

สุวัฒน์ จันทรวงศ์. ปรัชญาและศาสนา, กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, ๒๕๕๐.

ศุมน อมรวิวัฒน์,ศ., การสอนโดยสร้างศรัทธาและโยนิโสมนสิการ, พิมพ์ครั้งที่ ๒, กรุงเทพมหานคร:  
สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, ๒๕๓๐.

วิไลองค์ อนันต์คุณ. การวิเคราะห์แนวคิด นิ โออิวิแมนนิสเพื่อการพัฒนามนุษย์, จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๒.

โสภณ ศรีกฤษดาพร. ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา. รายงานการวิจัย กรุงเทพมหานคร:  
มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, ๒๕๓๐.

## ๒. ภาษาอังกฤษ

Herbert V. Guenther. **Philosophy and Psychology in the Abhidharma**. Delhi: Motilal  
Banarsidass, 1991.

Phra Assajita Dhammajito (awale). **An Analytical Study on Concept of Citta and its  
Significance in Thervada Philosophy**. MA Thesis. In Philosophy. Faculty of  
Graduate School. Mahachulalongkorn Buddhist University, 1995.





## วิเคราะห์การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม

A analysis Human development in the principles of Buddhadhamma

ผศ. ไกรวุฒิ มะโนรัตน์\*

รศ. ดร. สุเทพ พรหมเลิศ\*

### บทคัดย่อ

ตามหลักพระพุทธศาสนา มนุษย์ทุกคนมีความสามารถหรือศักยภาพในการที่จะพัฒนาตนให้เกิดปัญญาจนบรรลุนิพพานได้โดยไม่มีข้อจำกัดทางด้านเพศ อายุ เชื้อชาติ วรรณะและพื้นความรู้

การพัฒนาคน คือ การทำให้มนุษย์เจริญขึ้นด้วยการพัฒนาให้ครบ ๔ ด้าน คือ ๑) กายภาวนา การพัฒนาอินทรีย์ทั้งหลายให้มีความเจริญงอกงามให้รู้จักการใช้อินทรีย์อย่างเหมาะสม ไม่ก่อความเดือดร้อนให้แก่ทั้งตนเองและบุคคลอื่น ๒) ศิลภาวนา การพัฒนาพฤติกรรมทางสังคมให้ยอมรับ เคารพ ในกฎเกณฑ์ กติกา จรรยา ของสังคม ๓) จิตตภาวนา การพัฒนาจิตให้เจริญงอกงามด้วยคุณธรรม มีความเข้มแข็งมั่นคง เบิกบาน สงบสุข ผ่องใส พร้อมด้วยความเพียร สติ และสมาธิ พร้อมทั้งจะเสียสละเพื่อส่วนรวม ๔) ปัญญาภาวนา การพัฒนาปัญญาให้รู้เท่าทันสรรพสิ่งตามเป็นจริงจนมีจิตใจเป็นอิสระ ไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์

การพัฒนาคน ในทางพระพุทธศาสนาถือว่า จิตเป็นตัวคอยกำหนดพฤติกรรมและเป็นเหตุให้เกิดรูปนาม การพัฒนาคนในทางพระพุทธศาสนา จึงอยู่บนพื้นฐานของการพัฒนาจิตด้วยการพัฒนาตามหลักของศีล สมาธิ และปัญญา ปัญญาที่ได้จากการพัฒนาจิตนำไปสู่เป้าหมายสูงสุด คือ นิพพานซึ่งเป็นการพัฒนาคนอย่างสมบูรณ์

**คำสำคัญ:** การวิเคราะห์, การพัฒนาคน, หลักพุทธธรรม,

\*อาจารย์ประจำภาควิชาพระพุทธศาสนา คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

\* หัวหน้าภาควิชาพระพุทธศาสนา คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



## ABSTRACT

This research has 3 purposes; 1) to study the concept of Human development in the principles of Buddhhadhamma 2) to study the of the process of human development in the principles of Buddhhadhamma in the principles of Buddhhadhamma 3) to analyze the Buddhhadhamma along with the Human development.

The results of research found that:

According to Buddhist principles, all human beings are abilities and efficiencies for development of their mind to be wisdom until attain Nibbana it is not limited about gender, age, race, caste and knowledge.

Human development is to make human growing up by the 4 aspects : 1) Physical development : the development of faculties to be growth, to know how to use the faculties properly, not violence to oneself and others. 2) Moral development the social behaviour development is accepted, respected in the regulations, rules, ethics of society, 3) Mental development : the development of mind by virtue : to be strung, enjoy, peaceful with the effort, mindfulness and concentration, to be ready dedicate for public. 4) Wisdom development : to develop wisdom knowing all things according to reality until having freedom of mind, not cover by defilements and suffering.

The human development in Buddhism stated that the mind is control the behavior and it is cause of arising Nams and Rupa : It is based upon the development of the mind by practicing the morality, concentration, and wisdom. The wisdom is developed by mental development leading to the ultimate goal which is called Nibbana, is the development of human completely.

**Keywords:** a Analysis, Human development, the Principles of buddhadhamma,

## บทนำ

การพัฒนาโดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจของโลกตลอดระยะเวลาที่ผ่านมาได้ช่วยให้สังคมมนุษย์ในยุคปัจจุบัน มีความเจริญก้าวหน้า มีวิทยาการและเทคโนโลยีมากมายและทันสมัย แต่อย่างไรก็ตาม เมื่อลองมาวิเคราะห์คุณภาพในแต่ละด้านของชีวิตมนุษย์ดู ก็จะพบว่า ๑) ทางด้านกายภาพ มนุษย์ในยุคปัจจุบันยังคงมีปัญหาเรื่องสุขภาพอยู่มาก แม้ว่าการแพทย์ปัจจุบันจะทันสมัยและมีความสามารถในการรักษาบำบัดกำจัดโรคต่าง ๆ ได้มากมายก็ตาม ๒) ทางด้านสังคม แม้ว่าสังคมมนุษย์ในยุคปัจจุบัน จะมีความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคนิคและมีวิทยาการมากกว่าสังคม

ยุคโบราณ แต่ปัญหาต่าง ๆ ในสังคมไม่ได้ลดลงเลย กลับมีแต่เพิ่มมากขึ้น ๓) ทางด้านจิตใจ มนุษย์ในยุคปัจจุบัน มีปัญหาทางด้านจิตใจกันสูงมาก เช่น มีความเครียดสูง เป็นโรคประสาท มีความร่าร้อน กระวนกระวาย ๔) ทางด้านปัญญา แม้ว่ามนุษย์ในยุคปัจจุบัน จะได้พัฒนาศักยภาพทางด้านการใช้สมองอย่างมาก จนสามารถคิดค้นสิ่งประดิษฐ์ต่าง ๆ มากมาย แต่มนุษย์ก็ยังไม่สามารถที่จะควบคุมทิศทางการใช้ปัญญาที่ได้พัฒนาขึ้นมาแล้วไปในทางที่ถูกต้องเลย

เหตุที่สังคมมนุษย์ปัจจุบันยังคงมีปัญหาอยู่มากมายดังกล่าว อาจจะเป็นเพราะว่าการพัฒนาที่ผ่านมา นั้น ตั้งอยู่บนแนวคิดพื้นฐานที่ผิดพลาดของมนุษย์นั่นเอง คำว่า “แนวคิด” หมายถึงแบบแผนการคิดหรือทัศนคติพื้นฐานในการมองโลกและชีวิต เมื่อแนวคิดในการมองโลกและชีวิตเป็นสาเหตุพื้นฐานของปัญหาต่าง ๆ ดังนั้น การแก้ไขปัญหาที่ตรงจุด จึงจำเป็นต้องแก้ที่ “แนวคิดพื้นฐาน” แนวคิดพื้นฐานของพุทธธรรม คือ แนวคิดที่มองว่า ๑) สรรพสิ่งมีอยู่และเป็นไปตามกฎปัจจัยสัมพันธ์ ๒) มนุษย์ในกฎปัจจัยสัมพันธ์ ย่อมเป็นไปตามและมีผลส่งผลตามกฎปัจจัยสัมพันธ์นั้น ๓) มนุษย์ทุกคนมีสภาพเป็นเวไนยสัตว์ คือ พัฒนาได้ตามระดับสติปัญญาของแต่ละคน และสามารถเข้าถึงพุทธภาวะ ๔) ความสามารถของมนุษย์ที่พัฒนาแล้วอย่างหนึ่ง คือ ทำให้ความแตกต่างกลายเป็นความประสานเสริมเติมเต็มกลมกลืนซึ่งกันและกัน

ดังนั้น พุทธธรรมจึงเป็นแนวคำสอนหรือเป็นแนวคิดหนึ่ง ที่อาจตอบโจทย์เรื่องการพัฒนาคน เป็นแนวคิดที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ เพื่อการปัญหาทางการพัฒนามนุษย์และสังคมให้สมบูรณ์มากขึ้นได้

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม
๒. เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม
๓. เพื่อวิเคราะห์พุทธธรรมเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) โดยการศึกษาจากเอกสาร (Documentary research) ซึ่งมีขั้นตอนของการดำเนินการวิจัย (research) ดังนี้

- ๑) ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ กระบวนการพัฒนามนุษย์ ตามหลักพุทธธรรม จากพระไตรปิฎก อรรถกถา หนังสือ วารสาร เอกสาร บทความ วิทยานิพนธ์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- ๒) รวบรวม เรียบเรียง และวิเคราะห์ข้อมูล
- ๓) อภิปรายผลในเชิงพรรณนา

## ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง วิเคราะห์การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม ๒) เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม ๓) เพื่อวิเคราะห์พุทธธรรมเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ และแต่ละประการ มีผลการวิจัยโดยสรุป ดังนี้

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ ๑ พบว่า การเสนอแนวความคิดการพัฒนามนุษย์ของ พระพุทธศาสนา เป็นผลมาจากความต้องการที่จะดึงความเชื่อของมนุษย์ปุถุชนในยุคอินเดียโบราณ ออกจาก “เทพ” มาสู่ “ธรรม”<sup>๑</sup> โดยสอนให้เชื่อใน “กฎแห่งกรรม” สอนให้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง จึงจะประสบความสำเร็จ และสอนให้เชื่อว่าความสำเร็จมิได้เกิดจากการบันดาลของเทวะหรือ เกิดจากปาฏิหาริย์ใด ๆ แต่เกิดจากกรรมคือการกระทำ ที่ต้องใช้ความเพียรพยายาม ที่เป็นไปด้วยความสุขุมรอบคอบ และไม่ตั้งอยู่ในความปรมาท กล่าวคือ หมั่นศึกษาพัฒนาปรับปรุงการกระทำ (กรรม) ต่อไปอย่างไม่หยุดนิ่ง<sup>๒</sup>

การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธศาสนา หมายถึงการทำมนุษย์ให้ดำเนินชีวิตไปในวิถีชีวิต ที่เรียกว่า “อริยมรรคา” ด้วยวิธีแห่งการศึกษาหรือพัฒนา ที่เรียกว่า “ศึกษา” จนกว่าจะเข้าถึง เป้าหมายสูงสุดของชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา คือ อิสระภาพ ภาวะไร้ทุกข์ หรือภาวะไร้ปัญหา ที่เรียกว่า นิพพาน<sup>๓</sup> สำหรับแนวคิดอันเป็นที่มาของการพัฒนามนุษย์นั้น สามารถกล่าวได้ว่า

๑. พระพุทธศาสนามองว่า มนุษย์มีธรรมชาติที่เอื้อต่อการพัฒนา เรียกธรรมชาติส่วนนี้ของมนุษย์ว่า “ศักยภาพ” เรียกในศัพท์ทางวิชาการว่า “โพธิ” แปลว่า ปัญญาตรัสรู้ หมายถึงปัญญาที่ทำให้มนุษย์กลายเป็นพระพุทธเจ้า<sup>๔</sup> นัยแห่งความเชื่อที่ว่านี้ ปรากฏในบทสวดสรรเสริญพระพุทธคุณที่ว่า “... อนุตตโร ปุริสทมมสารถิ ...”<sup>๕</sup> อนึ่ง พระพุทธศาสนาเรียกบุคคลผู้มีธรรมชาติดังกล่าวนี้ว่า “เวไนยสัตว์” หมายถึงสัตว์หรือสิ่งมีชีวิตอันสั่งสอนอบรมได้ ถ้ามีผู้แนะนำ มีเพื่อนดี (กัลยาณมิตร) และมีความเพียรจริงจัง ก็จะสามารถพัฒนาตนเองให้บรรลุความพ้นทุกข์ได้ มนุษย์มี

<sup>๑</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๕), หน้า ๑๔.

<sup>๒</sup> สุวัฒน์ จันทระจาง, ปรัชญาและศาสนา, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ, ๒๕๔๐), หน้า ๓๓๑.

<sup>๓</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), ธรรมกับการพัฒนาชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๕), หน้า ๒-๓.

<sup>๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร (พระพุทธศาสนากับการพัฒนามนุษย์), พิมพ์ครั้งที่ ๓. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๕), หน้า ๓๔.

<sup>๕</sup> วิมหา. (บาลี). ๑/๑/๑.

เจตนาและมีกรรมของตนเอง มนุษย์สามารถเปลี่ยนแปลงตนเองได้ และไม่ตกเป็นทาสของสัญชาตญาณหรือสิ่งแวดล้อมทั้งหลายหากมนุษย์ไม่สมครใจ<sup>๖</sup>

๒. พระพุทธศาสนามองว่า มนุษย์ต้องการพัฒนาตน<sup>๗</sup> เนื่องจากมนุษย์ส่วนมาก ยังช่วยเหลือตนเองไม่ได้เต็มที่ หรือมีระดับแห่งการพึ่งพาตนเองที่ยังไม่สมบูรณ์ ถ้าปล่อยให้มนุษย์อยู่ตามธรรมชาติ ก็จะดำเนินชีวิตโดยอาศัยค้ำหาสนองความต้องการทางประสาทสัมผัส ทั้ง ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ซึ่งเสี่ยงที่จะเกิดอันตรายหรือเกิดปัญหาต่อชีวิตของตน (ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ) สังกม และสิ่งแวดล้อม<sup>๘</sup> ดังนั้น เพื่อให้มนุษย์ดำเนินชีวิตด้วยปัญญาแทนการดำเนินชีวิตด้วยค้ำหาหรือแทนการวิ่งพรานด้วยค้ำหา พระพุทธศาสนาจึงต้องมาพัฒนามนุษย์ให้เขาสามารถช่วยเหลือตนเองได้ ทั้งนี้ ตามหลักการแห่งพุทธพจน์ที่ว่า “อตุตา หิ อตุตโน นาโถ: ตนเองเป็นที่พึ่งแห่งตน”<sup>๙</sup> ส่วนสาเหตุที่มนุษย์ปุถุชนไม่สามารถพึ่งพาตนเองได้นั้น เป็นเพราะมนุษย์ปุถุชนนั้น “ขาด” ในสิ่งต่อไปนี้ ๑) ปัญญา คือ ความรู้ความเข้าใจในโลกและชีวิตซึ่งมีอยู่และดำเนินไปตามกฎธรรมชาติ<sup>๑๐</sup> จึงปฏิบัติตนต่อโลกและชีวิตด้วยไม่รู้จักความอยากและความยึดมั่นถือมั่น (อวิชา/ค้ำหา/อุปาทาน) และจึงเกิดทุกข์หรือปัญหาตามมา<sup>๑๑</sup> ๒) ความเชื่อมั่นในศักยภาพของตน คือ ไม่เชื่อมั่นในตนเอง ไม่มองตนในฐานะเป็นสัตว์ที่พัฒนาได้ จึงยอมสยบอยู่กับอำนาจเหนือธรรมชาติ เมื่อพระพุทธศาสนาอุบัติแล้ว จึงสอนว่า มนุษย์เป็นสัตว์พิเศษ เรียกว่า เวไนยสัตว์ ๓) แรงจูงใจที่เอื้อต่อการพัฒนาตน ๔) การรู้จักคิดหรือคิดเป็น ๕) การมีท่าทีที่ถูกต้องต่อประสบการณ์ทั้งหลาย ๖) ความมีวินัยในชีวิตและการอยู่ร่วมสังคัม ๗) มีความกลัวเป็นพื้นฐาน<sup>๑๒</sup>

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ ๒ พบว่า การพัฒนามนุษย์ที่มีเป้าหมายสูงสุดของชีวิต คือ อิศรภาพ ภาวะไร้ทุกข์ หรือภาวะไร้ปัญหานั้น โดยการพัฒนาให้ครบ ๔ ด้านของชีวิต คือ

<sup>๖</sup> ภิกขุพร สิริกาญจน และฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์, พุทธศาสนา” ใน ความรู้พื้นฐานทางศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๓. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๔๐), หน้า ๕๓

<sup>๗</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนากับการแนะแนว, พิมพ์ครั้งที่ ๖. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มุคตินิพุทธรธรรม, ๒๕๓๘), หน้า ๒๓.

<sup>๘</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร, พิมพ์ครั้งที่ ๓. หน้า ๑๖-๑๗.

<sup>๙</sup> พุ.ธ. (บาลี). ๒๕/๑๖๐/๔๕.

<sup>๑๐</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), การพัฒนาที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๖. (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๑๕๑.

<sup>๑๑</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธศาสน์และการแนะแนว, พิมพ์ครั้งที่ ๖. หน้า ๑๒.

<sup>๑๒</sup> พุ.ธ. (บาลี). ๒๕/๑๘๘/๕๐.

๑. ด้านกายภาพ (กายภาวนา) หมายถึงการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างอินทรีย์ของเราหรือตัวเรา อันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุหรือสิ่งแวดล้อมทางกายภาพให้เป็นไปในทางที่เกิดประโยชน์แก่ชีวิต โดยการปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้น ในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษให้กุศลธรรมงอกงาม ให้กุศลธรรมเสื่อมสูญ<sup>๑๑</sup> สิ่งแวดล้อมทางวัตถุหรือสิ่งแวดล้อมทางกายภาพขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ปัจจัย ๔ การพัฒนาความสัมพันธ์กับปัจจัย ๔ อย่างถูกต้อง หมายถึงการใช้ปัจจัย ๔ เพื่อคุณค่าแท้ มิใช่คุณค่าเทียม<sup>๑๒</sup> สาระสำคัญของการพัฒนาอินทรีย์ คือ การใช้ตา หู จมูก ลิ้น กาย ในการรับรู้โดยไม่เกิดโทษก่อผลเสียหาย (ส่งเสริมคุณภาพชีวิต) และการฝึกอินทรีย์ให้มีประสิทธิภาพในการใช้งาน นั่นคือ ให้ดูเป็น ฟังเป็น ดมเป็น ลิ้มรสเป็น สัมผัสทางกายเป็น<sup>๑๓</sup> ส่วนแนวทางการพัฒนาอินทรีย์นั้น ให้ความสำคัญแก่หลักสังวร (คือ ปาติโมกขสังวร สติสังวร ญาณสังวร ขันติสังวร วิริยสังวร)<sup>๑๔</sup> และหลักโภชนมัตตัญญูตา<sup>๑๕</sup>

๒. ด้านสังคม (ศีลภาวนา) หมายถึงการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ และมนุษย์กับธรรมชาติสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ โดยมี “ศีล” เป็นหลักในการปฏิบัติตนของแต่ละปัจเจกบุคคลเพื่อให้ปัญหาด้านต่าง ๆ ที่มีอยู่นั้น สามารถลดน้อยลงได้ เราการพัฒนาด้านสังคมนี้น่า “การพัฒนาศีล” ศีล ในทางพระพุทธศาสนามีชื่อ “ข้อห้าม” ที่เป็นทิวะ โองการ หากแต่เป็นกระบวนการที่นำมาปรับเปลี่ยนเพื่อให้เกิดคุณภาพแห่งชีวิตมนุษย์ ศีลในพระพุทธศาสนามีหลายอย่างและหลายระดับ แต่ศีลที่จะนำมาเป็นเครื่องมือในการพัฒนามนุษย์ด้านสังคม จึงได้แก่ “จตุปาริสุทธิศีล” ประกอบด้วย (๑) ปาติโมกขสังวรศีล สारรวมในพระปาติโมกข์ เว้นจากข้อห้าม ทำตามข้ออนุญาต ประพฤติเคร่งครัดในสิกขาบททั้งหลาย (๒) อินทรีย์สังวรศีล สारรวมอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้บาปอกุศลธรรมครอบงำจิต เมื่อจิตรับรู้อารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสกาย และสัมผัสใจ (๓) อาชีวนิวิฐุทธิ เลี้ยงชีพในทางที่ชอบ ไม่ประกอบด้วยการแสวงหาไม่สมควร เช่น การหลอกลวง เป็นต้น (๔) ปัจจัยสันนิสิตศีล การพิจารณาใช้ปัจจัย ๔ ให้เป็นไปตามความมุ่งหมาย

<sup>๑๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ผลิตภัณณ์, ๒๕๕๕), หน้า ๓๔๘.

<sup>๑๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **การศึกษา: มองเมื่อ ๓๐ ปีก่อน**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๕๕.

<sup>๑๓</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **ธรรมกับการพัฒนาชีวิต**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๑๒๐.

<sup>๑๔</sup> **วิสุทธิ**. (บาลี). ๑/๘.

<sup>๑๕</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **การศึกษาเพื่ออารยธรรมที่ยั่งยืน**, พิมพ์ครั้งที่ ๓. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๕), หน้า ๓๗-๓๘.

และประโยชน์ของสิ่งนั้น ไม่บริโภคด้วยตัณหา<sup>๑๘</sup> ส่วนแนวทางการพัฒนาศีลนั้น อาศัยธรรมชาติ ๒ อย่าง คือ “ความเคยชินและศรัทธา” มาเป็นปัจจัยพื้นฐานและใช้สติปัญญาคอยบังคับบัญชาตั้งแต่เริ่มฝึกฝน ทั้งนี้เพื่อให้ได้ศีลที่ดี<sup>๑๙</sup>

๓. ด้านจิตใจ (จิตตภาวนา) หมายถึงการฝึกอบรมเสริมสร้างจิตให้พร้อมด้วยคุณสมบัติ ๓ ด้าน คือ (๑) ด้านคุณภาพจิต ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา จาคะ หิริ โอตตัมปะ เป็นต้น (๒) ด้านสมรรถภาพจิต หรือประสิทธิภาพจิต โดยเสริมสร้างคุณสมบัติที่ทำให้จิตเข้มแข็งหนักแน่น แกล้วกล้า สามารถทำหน้าที่ได้ เช่น ฉันทะ วิริยะ อุตสาหะ ขันติ เป็นต้น (๓) ด้านสุภาพจิต ได้แก่ พัฒนาความสุขและภาวะที่เกื้อหนุนสุภาพของจิต เช่น ปราโมทย์ ปีติ เป็นต้น<sup>๒๐</sup> ส่วนแนวทางการพัฒนาจิตเพื่อให้มีคุณสมบัติดังกล่าว มีอยู่หลายวิธี แต่ที่เน้นมาก ได้แก่ วัธีปฏิบัติธรรม หมายถึงการเจริญกรรมฐานทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน

๔. ด้านปัญญา หมายถึงการพัฒนาสัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะจนบุคคลมีความพร้อมทางปัญญาถึงมาตรฐานของอารยชน สามารถดำรงชีวิตอยู่ด้วยปัญญา มีจิตผ่องใส เบิกบาน ไร้ทุกข์ หลุดพ้นจากความยึดติดถือมั่นต่าง ๆ เป็นอิสระเสรีด้วยปัญญาอย่างแท้จริง<sup>๒๑</sup> ตามนัยพระสูตร ปัญญา หมายถึงความรู้แจ้งในอริยสัจ ๔<sup>๒๒</sup> ความรู้แจ้งในอกุศลและอกุศลมูลกับกุศลและกุศลมูล<sup>๒๓</sup> ความรู้แจ้งในไตรลักษณ์<sup>๒๔</sup> ความรู้แจ้งในปฏิจางสมุปบาท<sup>๒๕</sup> ความรู้ในระดับโลกิยะ เรียกว่า กัมมัศกตาญาณ” หมายถึงความรู้ความเข้าใจถึงการที่พฤติกรรม และผลสืบเนื่องจากพฤติกรรมทั้งหลายของมนุษย์เป็นไปตามกฎปัจจัยสัมพันธ์ ความรู้ในระดับโลกุตตระ หมายถึงเฉพาะความรู้ความเข้าใจชัดเจนแจ่มแจ้ง ถึงขั้นเป็นมรรคเป็นผล ทำให้เป็นอริยบุคคล<sup>๒๖</sup> ความรู้ความเข้าใจในสาระแห่งความเป็นไปของโลกและชีวิต ซึ่งเป็นจุดหมายสูงสุดของการพัฒนาปัญญา คือ ความรู้แจ้ง

<sup>๑๘</sup> วิสุทธิ. ๑/๑๕.

<sup>๑๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), วินัยเรื่องใหญ่กว่าที่คิด, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๘), หน้า ๑๘-๒๒.

<sup>๒๐</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษา: มองเมื่อ ๓๐ ปีก่อน, หน้า ๕๖-๕๗.

<sup>๒๑</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๒/๔๖๒/๕๐๓; พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๓๔๕, ๖๑๓, ๘๖๘.

<sup>๒๒</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๐/๔๐๒/๒๒๕.

<sup>๒๓</sup> ม.ม. (ไทย). ๑๒/๘๔/๘๒-๘๓.

<sup>๒๔</sup> ส.ส. (ไทย). ๑๘/๑๕๖-๑๕๘/๘๔๓-๘๔๕.

<sup>๒๕</sup> ส.นิ. (ไทย). ๑๖/๑๕/๒๕.

<sup>๒๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๖๕๒.

ที่ส่งผลให้ชีวิตเข้าถึงอิสรภาพ หลุดพ้นจากความทุกข์โดยสมบูรณ์<sup>๒๓</sup> ตามนัยวิสุทธิมรรค หมายถึง วิปัสสนาญาณหรือวิปัสสนาปัญญา<sup>๒๔</sup> หมายถึงความรู้ที่ทำให้เกิดความเห็นแจ้ง เข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงทำให้จิตหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ได้ แบ่งเป็น ๕ ชั้น คือ ๑) อุทกัพพยานุปัสสนาญาณ ญาณเห็นความเกิดดับของรูปนาม ๒) ภัทธานุปัสสนาญาณ ญาณเห็นความแตกสลาย ๓) กยคุปฏฐานญาณ ญาณเห็นสังขารปรากฏเป็นสิ่งที่น่ากลัว ๔) อาทีนยานุปัสสนาญาณ ญาณที่เห็นโทษ ๕) นิพพิทานุปัสสนาญาณ ญาณเห็นความเบื่อหน่าย ๖) มุญจितุกัมมตาญาณ ญาณที่ต้องการจะพ้นไปเสีย ๗) ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ ญาณพิจารณาหาทางที่จะปลดปล่อย ๘) สังขารูปกขาญาณ ญาณที่เป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร ๙) สัจจานุโลมิกญาณ ญาณที่คล้อยต่อการตรัสรู้อริยสัจ<sup>๒๕</sup> ในวิปัสสนาญาณหรือวิปัสสนาปัญญา ๕ ชั้นนี้ เมื่อกล่าวโดยสรุปแล้ว ก็ได้แก่ ปัญญาที่รู้ขั้น ๕ อย่างคนละ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ สัจจะ ๔ และปฏิบัติสมบูรณ์ ๑๒ เป็นสภาวะของรูปนามที่เป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา กล่าวคือ มีปัญญารู้ว่าสิ่งทั้งหลายในโลกนี้ทั้งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิตก็ตาม สรุปลงเป็นความจริง ๒ อย่าง คือ รูปและนาม และล้วนเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา<sup>๒๖</sup> ส่วนแนวทางการพัฒนาปัญญาในทางพระพุทธศาสนาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งนั้น เน้นวิธีการฝึกฝน ที่เรียกว่า วิปัสสนาภาวนา

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ ๓ พบว่า หลักธรรมในการพัฒนามนุษย์มีอยู่มากมาย แต่ได้นำมากล่าวถึงเพียง ๒ ส่วน คือ

๑. หลักไตรสิกขา ซึ่งเป็นทั้งหลักการและวิธีการในการพัฒนามนุษย์โดยตรง คือ สติ สมาธิ และปัญญา ในสิกขา ๓ นั้น ๑) สติ เป็นข้อปฏิบัติทางกายและวาจาเพื่อให้มนุษย์มี (๑) สัมมาวาจา เจรจาชอบ ได้แก่ วจีสัจฉิต ๔ (๒) สัมมากรรมมันตะ กระทำชอบ ได้แก่ กายสุจฉิต ๓ (๓) สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ เว้นมิฉฉาชีพ ประกอบสัมมาชีพ ๒) สมาธิ เป็นข้อปฏิบัติทางจิตให้มีสุขภาพจิตดี เป็นการสร้างสติให้รู้จักยั้งคิดและรู้จักกระตุ้นเตือนตัวเอง ให้สำนึกในความรับผิดชอบ ได้แก่ (๑) สัมมาวายามะ เพียรชอบ ได้แก่ ปธานหรือสัมมัปปธาน ๔ (๒) สัมมาสติ ระลึกชอบ ได้แก่ สติปฏิฐาน ๔ (๓) สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ ได้แก่ ฌาน ๔ ๓) ปัญญา เป็นความรู้ระดับสูง รู้แจ้งแทงตลอดซึ่งสังขารทั้งปวง เป็นการศึกษาเพื่อพัฒนาด้านสติปัญญาให้มีความคิดที่ถูกต้อง มีความรู้ที่ถูกต้อง ได้แก่ “สัมมาทิฐิ” เห็นชอบ ได้แก่ ความรู้อริยสัจ ๔ ความรู้แจ้งไตร

<sup>๒๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษา: มองเมื่อ ๓๐ ปีก่อน, หน้า ๕๘-๕๙.

<sup>๒๔</sup> วิสุทธิ. (บาลี). ๓/๑.

<sup>๒๕</sup> ชู.ปฎิ. (ไทย). ๓๑/๑/๕๓๘-๕๔๓

<sup>๒๖</sup> โสภณ ศรีกฤษดาพร, “ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา”, รายงานการวิจัย, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, ๒๕๓๐), หน้า ๑๗๓.

ลักษณะ ความรู้แจ้งอกุศลและอกุศลมูลกับกุศลและกุศลมูล หรือความรู้แจ้งปัจจุสมุปบาท “สัมมาสังกัปปะ” คำริชอบ ได้แก่ คำรียอกจากกาม คำริไม่เคียดแค้น คำริไม่เบียดเบียน<sup>๑๑</sup>

๒. หลักธรรมที่เกื้อหนุนต่อการพัฒนามนุษย์ ได้แก่ “บุญกิริยาวัตถุ”<sup>๑๒</sup> หมายถึง หลักการทำบุญ ๓ อย่าง ซึ่งเป็นหลักการเบื้องต้นในการฝึกฝนพัฒนาคนให้เจริญงอกงามในความดี ซึ่งบุญกิริยาวัตถุนี้ เมื่อนำมาปฏิบัติอย่างถูกต้องและให้แพร่หลายแล้ว จะช่วยเสริมสร้างความมั่นคงและความสงบสุขแก่สังคม และเป็นพื้นฐานที่จะช่วยให้ก้าวหน้าในไตรสิกขาเป็นอย่างดี บุญกิริยาวัตถุ ๓ นั้น ได้แก่ ทาน ศีล และภาวนา

## บทสรุป

การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม หมายถึงการทำให้มนุษย์ดำเนินชีวิตของตนไปในวิถีที่ถูกต้อง ที่เรียกว่ามรรคา ด้วยวิธีการแห่งการศึกษา ที่เรียกว่าสิกขา จนกว่าจะเข้าถึงภาวะที่สมบูรณ์สูงสุดคือนิพพาน อันเป็นจุดหมายปลายทางของการพัฒนามนุษย์ที่แท้จริง

การพัฒนาชีวิตตามหลักพุทธธรรม อาศัยความเชื่อความมั่นใจและความรู้ความเข้าใจที่เป็นพื้นฐาน ๒ ประการ คือ

๑. ความเชื่อความมั่นใจในธรรมชาติของมนุษย์ว่าเป็นสัตว์ที่ฝึกฝนพัฒนาได้และมีวิสัยแห่งแห่งการพัฒนาได้อย่างสูงสุด การพัฒนามนุษย์นั้น มีลักษณะเด่นอย่างหนึ่ง คือ การดึงเอาศักยภาพที่มีอยู่ในตัวมนุษย์แต่ละคนออกมาพัฒนาให้งอกงามเต็มที่ และใช้ให้ได้ผลดีที่สุด

๒. การทำให้บุคคลแต่ละคนรู้จักตัวเอง ความพร้อมและความสามารถในการที่จะตอบรับต่อสิ่งภายนอก ได้แก่ การยอมรับการเปลี่ยนแปลง การรู้จักคู่ และการรู้จักเลือกรับ

การพัฒนามนุษย์ที่รอบด้านครอบคลุม ได้แก่ การพัฒนา ๔ ด้าน เรียกว่า ภาวนา ๔ คือ

๑. กายภาวนา หมายถึงการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดี ระหว่างตัวเราหรืออินทรีย์ของเรา กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุหรือทางกายภาพ (รวมทั้งเทคโนโลยี) โดยเฉพาะ การรับรู้สิ่งทั้งหลายทางอินทรีย์ ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย อย่างเหมาะสม ไม่ก่อความเดือดร้อนให้ทั้งแก่ตนเองและบุคคลอื่น โดยปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ ไม่ให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้กุศลธรรมเสื่อมสูญ

๒. สីลภาวนา หมายถึงการพัฒนาพฤติกรรมทางสังคมให้ยอมรับ เคารพ ในกฎเกณฑ์ กติกา จรรยา ของสังคม การพัฒนาศีลในขั้นต้น ก็คือ ไม่ก่อการเบียดเบียน ไม่ทำความเดือดร้อนแก่ผู้อื่นหรือแก่สังคม ซึ่งการพัฒนาศีลในขั้นต้นนี้ เป็นขั้นง่ายที่สุดและมีความหมายเป็นฝ่ายลบ ส่วน

<sup>๑๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. หน้า ๕๔๖.

<sup>๑๒</sup> ที.ปา. (ไทย). ๑๑/๓๐๕/๒๖๕.



ความหมายในทางบวก ได้แก่ ประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นหรือต่อสังคม การมีระเบียบวินัย การอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยดี และการประกอบอาชีพสุจริต ด้วยความขยันหมั่นเพียร ซึ่งรวมไปถึงการฝึกฝนสัมมาอาชีวะทั้งหมด ศิลปในทางพระพุทธศาสนา จึงไม่ใช่เพียงแค่การเว้นจากการเบียดเบียนทั้งกาย วาจา เท่านั้น แต่หมายถึงอาชีวะ ได้แก่ ๑) สัมมาวาจา เจรจาชอบ ๒) สัมมากัมมันตะ การงานชอบ ๓) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ<sup>๓๓</sup>

๓. จิตตภาวนา หมายถึงการพัฒนาจิตให้เจริญงอกงามด้วยคุณธรรม มีความเข้มแข็ง มั่นคง เบิกบาน สงบสุข ผ่องใส พร้อมด้วยความเพียร สติ และสมาธิ พร้อมทั้งจะเสียดสละเพื่อส่วนรวม ได้แก่ การพัฒนาคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต ใน ๓ ด้าน คือ ๑) ด้านคุณภาพหรือคุณธรรม เช่น เมตตา กรุณา ความมีไมตรี ความเห็นอกเห็นใจ ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความสุภาพอ่อนโยน ความเคารพ ความซื่อสัตย์ ความกตัญญู ๒) ด้านสมรรถภาพหรือความสามารถของจิต เช่น ความเข้มแข็ง มั่นคง ความเพียรพยายาม ความกล้าหาญ ความขยัน ความอดทน ความรับผิดชอบ ความมุ่งมั่นแน่วแน่ ความมีสติ ความมีสมาธิ ๓) ด้านสุขภาพหรือความสุข เช่น ความมีปีติอิ่มใจ ความมีปราโมทย์ ร่าเริง เบิกบานใจ ความสดชื่นผ่องใส ความรู้สึกพอใจ<sup>๓๔</sup>

๔. ปัญญาภาวนา หมายถึงการพัฒนาปัญญาให้รู้เท่าทันสรรพสิ่งตามความเป็นจริงจนมีจิตใจเป็นอิสระ ไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์ เริ่มตั้งแต่ความเชื่อที่มีเหตุผล ความเห็นที่เข้าสู่แนวทางของความเป็นจริง การรู้จักหาความรู้ การรู้จักคิดพิจารณา การรู้จักวินิจฉัย ไตร่ตรอง ทดลอง ตรวจสอบ ความรู้ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การเข้าถึงความจริง การนำความรู้มาใช้แก้ปัญหาและคิดการต่าง ๆ ในทางที่เกื้อกูลสร้างสรรค์ เฉพาะอย่างยิ่ง เน้นการรู้ตรงตามความเป็นจริง ตลอดจนรู้แจ้งความจริงที่เป็นสากลของสิ่งทั้งปวง จนถึงขั้นรู้เท่าทันธรรมดาของโลกและชีวิต ที่ทำให้มีจิตใจเป็นอิสระ ปลอดปัญหา ไร้ทุกข์ เข้าถึงอิสรภาพโดยสมบูรณ์<sup>๓๕</sup>

<sup>๓๓</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๖.

<sup>๓๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม (ฉบับเดิม)*, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๔), หน้า ๓๕๑-๓๕๒.

<sup>๓๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๕๒.

## บรรณานุกรม

มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

ฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์ และคณะ. ความรู้พื้นฐานทางศาสนา. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร :

สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๔๐.

พระพุทธโฆษาจารย์. วิสุทธิมคฺคสูตร นาม ปกรณวิเสสสูตร ปฐโม ภาค. กรุงเทพมหานคร :

มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

\_\_\_\_\_. วิสุทธิมคฺคสูตร นาม ปกรณวิเสสสูตร ตติโย ภาค. กรุงเทพมหานคร :

มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). การพัฒนาที่ยั่งยืน. พิมพ์ครั้งที่ ๖. โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก

จำกัด, ๒๕๕๐.

\_\_\_\_\_. พระพุทธศาสนา พัฒนาการและสังคม. โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด,

๒๕๔๕.

\_\_\_\_\_. จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร (พุทธศาสนากับการพัฒนามนุษย์). พิมพ์ครั้งที่ ๓.

กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_. ธรรมกับการพัฒนาชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์

มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_. การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร:

สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๒.

\_\_\_\_\_. พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย. พิมพ์ครั้งที่ ๓๓. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์

ผลิธรรม, ๒๕๕๕.

\_\_\_\_\_. ชีวิตที่เป็นอยู่ดีด้วยมีการศึกษาทั้ง ๓ ที่ทำให้พัฒนารอบ ๔. กรุงเทพมหานคร :

สำนักพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๔.

\_\_\_\_\_. พระพุทธศาสนากับการแนะแนว. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิ

พุทธธรรม, ๒๕๓๕.

..... **วินัยเรื่องใหญ่กว่าที่คิด. พิมพ์ครั้งที่ ๒.** กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิ  
พุทธธรรม, ๒๕๓๘.

..... **การศึกษาเพื่ออารยธรรมที่ยั่งยืน. พิมพ์ครั้งที่ ๑.** กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิ  
พุทธธรรม, ๒๕๓๘.

สุกักร์ ทุมทอง. **การพัฒนาอินทรีย์สังวร. พิมพ์ครั้งที่ .** กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ บริษัท ศิริวัฒนา  
อินเตอร์พรีนซ์ จำกัด (มหาชน), ๒๕๓๘.

สุวัฒน์ จันทร์จาง. **ปรัชญาและศาสนา.** กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๐.

โสภณ ศรีกฤษดาพร. **ความคิดเรื่องมนุษย์ในพุทธปรัชญา. รายงานการวิจัย.** กรุงเทพมหานคร :  
มหาวิทยาลัยกรุงเทพฯ, ๒๕๓๐.





ภาคผนวก ข

กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการนำผลจากโครงการวิจัยไปใช้ประโยชน์

## กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการนำผลจากการวิจัยไปใช้ประโยชน์

### ๑. กิจกรรมด้านการเรียนการสอนในสถานการศึกษา

– สามารถนำกระบวนการศึกษาวิจัยไปประยุกต์ใช้ ในการเรียนการสอนรายวิชาที่เกี่ยวข้องทั้งระดับปริญญาตรี ปริญญาโท และปริญญาเอก ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยด้านพระพุทธศาสนาอื่น ๆ

– สามารถนำเนื้อหาและผลการศึกษาวิจัยไปใช้ ในการเรียนการสอนรายวิชาพระพุทธศาสนา เช่น พระวินัยปิฎก พระไตรปิฎกศึกษา พระไตรปิฎกวิเคราะห์ วิสุทธิมคคศึกษา จิตวิทยาพระพุทธศาสนา ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยด้านพระพุทธศาสนาอื่น ๆ

### ๒. กิจกรรมด้านการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา

– สามารถนำองค์ความรู้เกี่ยวกับหลักพุทธธรรม ไปใช้เผยแพร่และทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาให้มั่นคงยั่งยืน

– สามารถต่อยอดองค์ความรู้ไปสู่การสร้างสรรค์นวัตกรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา เพื่อสร้างมิติใหม่ในการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาให้คงอยู่คู่กับประชาคมโลกอย่างยั่งยืน

### ๓. กิจกรรมด้านบริการวิชาการ

– สามารถตีพิมพ์/ทำแผ่นพับองค์ความรู้/จัดทำเอกสารประกอบการสัมมนาวิชาการโดยนำเนื้อหาที่ได้จากการศึกษาเพื่อเผยแพร่แก่วัด ชุมชน และประชาชนทั่วไปได้

– สามารถบริการวิชาการเกี่ยวกับองค์ความรู้ที่ได้รับ จากงานวิจัยแก่นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนาและประชาชนทั่วไปได้

ภาคผนวก ค  
ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่วางแผนไว้ และกิจกรรมที่ได้  
ดำเนินการมาและผลที่ได้รับของโครงการ



ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่วางแผนไว้ และกิจกรรมที่ได้ดำเนินการมาและผลที่ได้รับของโครงการ

กิจกรรม	ผลที่ได้รับ	บรรลุวัตถุประสงค์	ทำให้
ศึกษาพุทธธรรมจากคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา เช่น พระไตรปิฎก รวมทั้งศึกษาข้อมูลและแนวคิดนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนา ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับประเด็นการวิจัย คือ แนวคิดการพัฒนามนุษย์ โดยเน้นการพัฒนามนุษย์ใน ๔ ด้าน คือ ด้านกายภาพ ด้านสังคม ด้านจิตใจ ด้านปัญญา	ได้ทราบหลักพุทธธรรมตามคัมภีร์พระพุทธศาสนา	ข้อ ๑	ทำให้สามารถนำพุทธธรรมไปศึกษาวิเคราะห์ต่อได้
ศึกษากระบวนการพัฒนามนุษย์จากหลักพุทธธรรมสำคัญ โดยเฉพาะ หลักภavana ๔ หลักไตรสิกขา และมรรคมีองค์ ๘	ได้ทราบถึงวิธีการหรือกระบวนการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรมจากคัมภีร์พระพุทธศาสนา	ข้อ ๒	ทำให้สามารถเข้าใจในหลักพุทธธรรมดียิ่งขึ้นและทำให้สามารถนำหลักธรรมนั้นไปวิเคราะห์ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
วิเคราะห์หลักพุทธธรรมในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนามนุษย์ ได้แก่ หลักกรรม หลักไตรสิกขา หลักบุญกิริยาวัตถุ	ทำให้ทราบหลักพุทธธรรมว่ากรรม คือพฤติกรรมหรือการกระทำของบุคคล ส่วนสิกขา คือ กระบวนการหรือวิธีการพัฒนามนุษย์ให้เป็นไปได้ในเชิง	ข้อ ๓	ทำให้สามารถพัฒนาตนตามหลักพุทธธรรม

	สร้างสรรค์สังคม ในขณะที่ บุญกิริยาวัตถุ คือ หลักธรรม สำหรับหนุนให้เกิดการ พัฒนา		
นำเนื้อหาและผลการวิจัยไป ใช้ในการเรียนการสอน ใน รายวิชาที่เกี่ยวข้องกับศาสนา เช่น วิชาวิสุทธิมคคศึกษา วิชาจิตวิทยาพุทธศาสนา วิชา พระไตรปิฎกวิเคราะห์	นิสิตมีส่วนวิพากษ์เนื้อหา และผลการศึกษาวิจัย		
รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์	ได้รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ ที่ตอบวัตถุประสงค์ของการ วิจัยทั้ง ๓ ข้อ คือ ๑. เพื่อการศึกษาแนวคิดที่ เกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ตาม หลักพุทธธรรม ๒. เพื่อศึกษาวิธีการหรือเพื่อ ศึกษากระบวนการพัฒนา มนุษย์ตามหลักพุทธธรรม ๓. เพื่อวิเคราะห์พุทธธรรมที่ เกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์		



ภาคผนวก ก  
ประวัติผู้วิจัยและแบบสรุปโครงการวิจัย



## ประวัติผู้วิจัย

## ๑. หัวหน้าโครงการ

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาไทย)	ผศ. ไกรวุฒิ มะโนรัตน์
ชื่อ-นามสกุล (ภาษาอังกฤษ)	Asst. Prof. Kraiwuth Manorat.
ตำแหน่งปัจจุบัน	อาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ ๒๓๘/๑ หมู่ ๑ ต. เขาบางแกรก อ. หนองฉาง จ. อุทัยธานี ๖๑๑๗๐
ประวัติการศึกษา	ป.ธ. ๕, อ.ม.(ศาสนาเปรียบเทียบ/ม. มหิดล)

## ๒. ผู้ร่วมวิจัย

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาไทย)	รศ.ดร. สุเทพ พรหมเลิศ
ชื่อ-นามสกุล (ภาษาอังกฤษ)	Assoc. Prof. Dr. Suthep Promlert.
ตำแหน่งปัจจุบัน	อาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ ๕๘/๒๑๐ หมู่ ๗ หมู่บ้านธารา ถ. ปลายบาง ต. มหาสวัสดิ์ อ. บางกรวย จ. นนทบุรี ๑๑๑๓๐
ประวัติการศึกษา	ป.ธ.๕, ศศบ., พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

## แบบสรุปโครงการวิจัย

สัญญาเลขที่ ว. ๐๑๔ / ๒๕๕๕

ชื่อโครงการ วิเคราะห์การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม

หัวหน้าโครงการ ผศ.ไกรวุฒิ มะโนรัตน์

สังกัด คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

โทรศัพท์ ๐๘๑ ๕๗๒๖๓๕๖

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นับจากการปฏิวัติอุตสาหกรรมในยุโรปเป็นต้นมา โลกได้เจริญก้าวหน้าอย่างมากมายและอย่างรวดเร็ว โดยความเจริญของโลกทั้งหมดในยุคนี้ เป็นไปตามกระแสของอารยธรรมตะวันตก ที่มีประเทศอุตสาหกรรมที่พัฒนาแล้วเป็นผู้นำ และเรียกการสร้างความสำเร็จของโลกตามกระแสของอารยธรรมตะวันตกนั้นว่า การพัฒนา

แต่ปัจจุบันนี้ ประเทศผู้นำที่พัฒนาแล้วทั้งหลาย ได้ตระหนักรู้แล้วว่า ความเจริญก้าวหน้าของโลก จากการพัฒนาของตนและในโลกทั้งหมดที่พัฒนาตามอย่างตน ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา ซึ่งมุ่งสร้างความสำเร็จทางวัตถุ โดยเน้นความเติบโตทางเศรษฐกิจนั้น ได้ก่อให้เกิดปัญหามากมาย ทั้งแก่ชีวิตมนุษย์ สังคม และธรรมชาติแวดล้อมอย่างร้ายแรง จนจะนำมนุษยชาติไปสู่ความพินาศหรือหายนะ จึงจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนแนวทางการพัฒนาใหม่ ซึ่งนำไปสู่การคิดริเริ่มแนวทางการพัฒนาใหม่ขึ้น เรียกว่า การพัฒนาแบบยั่งยืน (sustainable development) และการพัฒนาเชิงวัฒนธรรม (cultural development) คือ การพัฒนาโดยยึดมนุษย์เป็นศูนย์กลาง เน้นคุณค่าของความเป็นมนุษย์

การพัฒนาตลอดระยะเวลาที่ผ่านมาหรือการพัฒนาในความหมายเดิมนั้น แม้ว่าจะช่วยให้สังคมมนุษย์ในยุคปัจจุบัน มีความก้าวหน้า มีวิทยาการและเทคโนโลยีที่มากมายและทันสมัย แต่เมื่อลองมาวิเคราะห์ดูคุณภาพในแต่ละด้านของชีวิตมนุษย์ดู ก็จะพบว่า

๑. ทางด้านกายภาพ มนุษย์ในปัจจุบันยังคงมีปัญหาเรื่องสุขภาพอยู่มาก แม้ว่าการแพทย์ปัจจุบันจะทันสมัยและมีความสามารถในการรักษาบำบัดกำจัดโรคระบาดต่าง ๆ ได้มากมาย แต่โรคใหม่ ๆ ที่ร้ายแรงก็เกิดขึ้นตามมาแทนที่ ซึ่งทำให้เกิดปัญหาแก่มนุษย์อย่างมาก ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพราะว่า มนุษย์ในปัจจุบันนั้น มีการแก้ปัญหาที่ปลายเหตุ คือเมื่อเกิดโรคร้ายไข้เจ็บหรือความเสื่อมเสียทางด้านสุขภาพขึ้นแล้ว จึงเริ่มหันมาดูแลรักษาอาการผิดปกติที่เกิดขึ้นให้หายไป มนุษย์ในปัจจุบันส่วนมาก มักจะปิดความรับผิดชอบในเรื่องสุขภาพของตนเองไปให้กับวงการแพทย์ ซึ่งการกระทำเช่นนี้เป็นการสร้างภาระที่หนักเกินกำลังของสถาบันการแพทย์ มนุษย์ในปัจจุบันมีความรู้ใน

เรื่องของการรักษาสุขภาพของตนเองน้อยมาก และยังคงคำนึงถึงเรื่องของการป้องกันไม่ให้เกิดความเจ็บป่วยหรือความเสื่อมโทรมทางด้านสุขภาพนั้นน้อยอยู่

๒. ทางด้านสังคม แม้ว่าสังคมมนุษย์ในปัจจุบัน จะมีความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคนิคและวิทยาการมากกว่าสังคมโบราณ แต่ปัญหาต่าง ๆ ในสังคมไม่ได้ลดลงเลย กลับมีแต่เพิ่มมากขึ้น ดังจะเห็นว่า โลกปัจจุบันนี้ได้เผชิญอยู่กับปัญหาใหญ่ ๒ อย่าง ซึ่งเป็นภัยคุกคามประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกอยู่ คือ ปัญหาความแตกต่างทางเชื้อชาติและปัญหาสิ่งแวดล้อม โดยปัญหาสิ่งแวดล้อม เป็นผลสืบเนื่องมาจากการขยายตัวอย่างรวดเร็วของประชากรโลกและการนำเอาวิทยาการใหม่ ๆ มาใช้ในการพัฒนาความเป็นอยู่ของมนุษย์ โดยไม่ได้คำนึงถึงผลกระทบที่จะเกิดขึ้นตามมาภายหลัง

๓. ทางด้านจิตใจ คนในสังคมปัจจุบัน มีปัญหาทางด้านจิตใจกันสูงมาก ดังจะเห็นได้ว่า คนทั้งหมดมีจิตใจเร่าร้อน มีความกระวนกระวาย มีความกลัว กังวล มีความเคลียดสูง มีความเหงา ว้าเหว่ คนมากขึ้นแต่บุคคล โดดเดี่ยวยิ่งขึ้น มีความรู้สึกแปลกแยก เป็นโรคจิตโรคประสาทมากขึ้น ฆ่าตัวตายมากขึ้น จิตใจประะบาง ชีวิตไม่มีความหมาย

๔. ทางด้านปัญญา แม้ว่ามนุษย์ในปัจจุบัน จะได้พัฒนาศักยภาพทางการใช้สมองอย่างมาก จนสามารถคิดค้นสิ่งประดิษฐ์แปลกใหม่และระบบที่มีความซับซ้อน ได้มากมาย แต่กระนั้น มนุษย์ก็ยังไม่สามารถที่จะควบคุมทิศทางการใช้ปัญญาที่ได้พัฒนาขึ้นมาแล้ว ไปในทางที่ถูกต้องเลย จะเห็นได้ว่า มนุษย์ยังคงใช้ปัญญาไปในการผลิตอาวุธเพื่อการฆ่ากัน ใช้ปัญญาเพื่อเอาเปรียบหรือสร้างความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น ใช้ปัญญาเพื่อผลิตสิ่งฟุ่มเฟือย ที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อชีวิตอย่างแท้จริง ทำให้การบริหารการใช้ทรัพยากรเป็นไปอย่างไม่สมดุล จนก่อความเดือดร้อนให้ผู้อื่นโดยทางอ้อมได้ ตลอดจนปัญญาของมนุษย์ยังไม่พัฒนาพอที่จะแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมยุคหลังได้

เหตุที่สังคมปัจจุบันยังคงมีปัญหามากมายดังกล่าวมา อาจจะเป็นเพราะว่า การพัฒนาที่ผ่านมาหรือการพัฒนาในความหมายเดิมนั้น ตั้งอยู่บนแนวคิดพื้นฐานที่ผิดพลาดของมนุษย์นั่นเอง คำว่า “แนวคิด” หมายถึงแบบแผนการคิดหรือทัศนะพื้นฐานในการมองโลกและชีวิต โดยแบบแผนหรือทัศนะดังกล่าว เป็นตัวกำหนดแบบแผนของระบบความสัมพันธ์ระหว่าง มนุษย์ สังคม และธรรมชาติ ของประชาคมหนึ่งในระยะเวลาหนึ่ง ดังนั้น หากมนุษย์มีแนวคิดที่ผิดพลาดไปจากความเป็นจริงของโลกและชีวิตเสียแล้ว ก็ย่อมส่งผลให้ความสัมพันธ์ของมนุษย์ที่มีต่อตนเอง สังคม และธรรมชาติผิดเพี้ยนไปด้วย จึงก่อให้เกิดปัญหาในมิติต่าง ๆ ตามมา

เมื่อแนวคิดในการมองโลกและชีวิต เป็นสาเหตุพื้นฐานของปัญหาต่าง ๆ ดังนั้น การแก้ไข ปัญหาที่ตรงจุดจึงจำเป็นต้องแก้ที่ “แนวคิดพื้นฐาน” กล่าวคือ จะต้องปรับเปลี่ยนแนวคิดพื้นฐานเสียใหม่ จากแนวคิดกระแสหลัก (conventional paradigm) ซึ่งกำลังมีอิทธิพลอย่างยิ่งในปัจจุบัน ไปสู่แนวคิดใหม่ ที่มีมาในพระพุทธศาสนา โดยเรียกว่า แนวคิดการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม

พุทธธรรม เป็นองค์ความรู้ที่ได้รับจากการตรัสรู้ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งพระองค์ได้ทรงค้นพบหลักสัจธรรมและกฎระเบียบต่าง ๆ แห่งธรรมชาติตามความเป็นจริง ด้วยพระองค์เอง แล้วทรงนำมาแสดงแก่ชาวโลก พุทธธรรมมีขอบเขตกว้าง ครอบคลุมทุกสภาวะการณ์ในโลกและในจักรวาล หลักการสำคัญของพุทธธรรม มีทั้งที่เป็นทฤษฎีและข้อปฏิบัติ ซึ่งบุคคลสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้เต็มที่ตามความสนใจและความต้องการของตน ขณะเดียวกัน หลักการของพุทธธรรมได้รับการพิสูจน์และทดลองมาแล้วจากองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า จากพระสาวกและจากวิญญูชนทั้งหลายที่น้อมรับและปฏิบัติตามในยุคต่อมาจนถึงปัจจุบัน และจะยังมีคงสาระต่อไปในอนาคต

พุทธธรรมทั้งระบบ เน้นความสำคัญเรื่องการดับทุกข์ โดยสอนให้มนุษย์รู้เท่าทันตามความเป็นจริงตามธรรมชาติของโลกและชีวิตว่า เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้ มีการเกิดขึ้น เปลี่ยนแปลง และเสื่อมสลายไปตามกฎธรรมชาติ การเข้าไปยึดติดจะทำให้เกิดทุกข์ การมีความรู้ ความเข้าใจโลกและชีวิตอย่างถ่องแท้ตามความเป็นจริง จะเป็นหนทางหนึ่งที่จะช่วยแก้ปัญหาความดับทุกข์ในชีวิตได้ในระดับหนึ่ง พุทธธรรมทั้งระบบ เน้นการพัฒนาตนเอง โดยให้มั่นใจในศักยภาพของมนุษย์ หลักการสำคัญของพุทธธรรม คือ การมุ่งช่วยแก้ปัญหาของมวลมนุษยชาติ และจุดมุ่งหมายของพุทธธรรมคือ เพื่อประโยชน์สุขของมวลมนุษยชาติ

แนวคิดพื้นฐานของพุทธธรรม คือ แนวคิดที่มองว่า ๑) สรรพสิ่งทั้งปวง มีอยู่และเป็นไปตามกฎปัจจัยสัมพันธ์ (ปฏิจายสัมปบาท) มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งในกฎปัจจัยสัมพันธ์นั้น ๒) ชีวิตและการกระทำของมนุษย์ในกฎปัจจัยสัมพันธ์ ย่อมเป็นไปตามและมีผลส่งผลตามกฎปัจจัยสัมพันธ์นั้นด้วย ๓) มนุษย์ทุกคน มีสภาพเป็นเวไนยสัตว์ คือ พัฒนาได้ตามระดับสติปัญญาของแต่ละคน และสามารถเข้าถึงพุทธภาวะ (Buddha nature) ๔) ความสามารถของมนุษย์ที่พัฒนาแล้วอย่างหนึ่ง คือ ทำให้ความแตกต่างกลายเป็นความประสานเสริมเติมเต็มกลมกลืนซึ่งกันและกัน

ส่วนมนุษย์ตามแนวคิดพื้นฐานของพุทธธรรมดังกล่าวนี้ เราสามารถพิจารณาได้ว่า ๑) ในด้านศักยภาพ มนุษย์สามารถพัฒนาตนให้อยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมได้อย่างกลมกลืน โดยไม่ทำลายธรรมชาติ ๒) ในด้านอิสรภาพ มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอย่างมีความสุขด้วยตนเอง โดยไม่ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ๓) ในด้านความสุข มนุษย์สามารถมีความสุขได้ โดยไม่ต้องอาศัยหรือพึ่งพาสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ๔) ในด้านภาวะ มนุษย์แตกต่างกันได้หลากหลาย ทั้งแนวตั้งและแนวนอน แนวตั้งคืออยู่ในระดับการพัฒนาไม่เท่ากัน และแนวนอน คือมีความถนัดอัธยาศัยไม่เหมือนกัน พระพุทธศาสนาอมองมนุษย์แตกต่างกันหมดและยอมรับความแตกต่างหลากหลายนั้น และการพัฒนา คือตัวโยงให้ความแตกต่าง หลากหลาย ให้เป็นหนึ่งเดียว ไม่ให้เกิดความขัดแย้ง ๕) ในด้านฐานะ มนุษย์มีฐานะเป็นเพียงผู้อยู่ร่วมกับธรรมชาติ เพราะมนุษย์เกิดจากธรรมชาติและเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติเหมือนกับสิ่งอื่น ๆ คือ มีความเป็นไปตามธรรมชาติ ธรรมชาติมีกฎเกณฑ์

<p>อย่างไร มนุษย์ก็มีความเป็นไปที่สอดคล้องกับกฎเกณฑ์อย่างนั้น</p> <p>ดังนั้น พุทธธรรม จึงเป็นแนวคำสอนหรือเป็นแนวคิดหนึ่ง ที่อาจตอบโจทย์เรื่องการพัฒนาคน เป็นแนวคิดที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ เพื่อการแก้ปัญหาทางด้านการพัฒนามนุษย์และสังคมให้สมบูรณ์ขึ้นได้ เนื่องจากสังคมไทยในปัจจุบันที่กำลังประสบปัญหาเรื่องการพัฒนาคน เรื่องความเสื่อมทางศีลธรรม เรื่องความสมดุลระหว่างการพัฒนาวัตถุและการพัฒนาจิตใจ เรื่องทิศทางและเป้าหมายทางการศึกษา ตลอดจนเรื่องของการประยุกต์การสอนจริยธรรมให้เป็นที่สนใจต่อคนรุ่นใหม่ต่าง ๆ</p>
<p><b>วัตถุประสงค์ของการศึกษาวิจัย</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>๑. เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม</li> <li>๒. เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม</li> <li>๓. เพื่อวิเคราะห์พุทธธรรมเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์</li> </ol>
<p><b>ผลการวิจัย</b></p> <p>จากการวิจัยเรื่องวิเคราะห์การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม พบว่า การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธธรรม หมายถึงการทำให้มนุษย์ดำเนินชีวิตตนไปในวิถีที่ถูกต้อง ที่เรียกว่ามรรคา ด้วยวิธีการแห่งการศึกษา ที่เรียกว่าสิกขา จนกว่าจะเข้าถึงภาวะที่สมบูรณ์สูงสุดคือนิพพาน อันเป็นจุดหมายปลายทางของการพัฒนามนุษย์ที่แท้จริง</p> <p>การพัฒนามนุษย์หรือการพัฒนาชีวิตตามหลักพุทธธรรม อาศัยความเชื่อความมั่นใจและความรู้ความเข้าใจที่เป็นพื้นฐาน ๒ ประการ คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>๑. ความเชื่อความมั่นใจในธรรมชาติของมนุษย์ว่าเป็นสัตว์ที่ฝึกฝนพัฒนาได้และมีวิสัยแห่งการพัฒนาได้อย่างสูงสุด การพัฒนามนุษย์นั้น มีลักษณะเด่นอย่างหนึ่ง คือ การดึงเอาศักยภาพที่มีอยู่ในตัวมนุษย์แต่ละคนออกมาพัฒนาให้งอกงามเต็มที่ และใช้ให้ได้ผลดีที่สุด</li> <li>๒. การทำให้บุคคลแต่ละคนรู้จักตัวเอง ความพร้อมและความสามารถในการที่จะตอบรับต่อสิ่งภายนอก ได้แก่ การยอมรับการเปลี่ยนแปลง การรู้จักดู และการรู้จักเลือกรับ</li> </ol> <p>การพัฒนามนุษย์ที่รอบด้านครอบคลุม ได้แก่ การพัฒนา ๔ ด้าน เรียกว่า ภาวนา ๔ คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>๑. ภาวนา หมายถึงการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดี ระหว่างตัวเราหรืออินทรีย์ของเรา กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุหรือทางกายภาพ (รวมทั้งเทคโนโลยี) โดยเฉพาะ การรับรู้สิ่งทั้งหลายทางอินทรีย์ ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย อย่างเหมาะสม ไม่ก่อความเดือดร้อนให้ทั้งแก่ตนเองและบุคคลอื่น โดยปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ ไม่ให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้กุศลธรรมเสื่อมสูญ</li> </ol> <p>สิ่งแวดล้อมทางกายภาพขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ปัจจัย ๔ (และสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ) การสัมพันธ์กับปัจจัย ๔ อย่างถูกต้อง ก็คือ การให้มีปัจจัย ๔ พอที่จะดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างผาสุกและใช้ปัจจัย ๔ นั้นอย่างถูกต้อง ตามความมุ่งหมาย ที่เรียกว่า เพื่อคุณค่าแท้ ไม่ใช่เพื่อคุณค่าเทียม</p>

๒. สីลภาวนา หมายถึงการพัฒนาพฤติกรรมทางสังคมให้ยอมรับ เคารพ ในกฎเกณฑ์ กติกา จรรยา ของสังคม การพัฒนาศีลในขั้นต้น ก็คือ ไม่ก่อการเบียดเบียน ไม่ทำความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น หรือแก่สังคม ซึ่งการพัฒนาศีลในขั้นต้นนี้ เป็นขั้นง่ายที่สุดและมีความหมายเป็นฝ่ายลบ ส่วน ความหมายในทางบวก ได้แก่ ประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อผู้อื่นหรือต่อสังคม การมี ระเบียบวินัย การอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยดี และการประกอบอาชีพสุจริต ด้วยความขยันหมั่นเพียร ซึ่ง รวมไปถึงการฝึกฝนสัมมาอาชีวะทั้งหมด ศีลในทางพระพุทธศาสนา จึงไม่ใช่เพียงแค่การเว้นจาก การเบียดเบียนทั้งทางกาย วาจา เท่านั้น แต่หมายถึงอาชีวะ ได้แก่ ๑) สัมมาวาจา เจรจาชอบ ๒) สัมมากัมมันตะ การงานชอบ ๓) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ

คุณประโยชน์ของศีลทุกชนิดทุกประเภท คือ การทำให้กายวาจาและอาชีพสะอาดปราศจาก โทษที่เป็นมลทินมาแปดเปื้อน ความสะอาดกายวาจาและอาชีพ ตามทัศนะพระพุทธศาสนา ไม่ได้ หมายถึงความสะอาดในแง่ของการล้างด้วยน้ำหรือเช็ดถู แต่หมายถึงการกระทำหรือพฤติกรรมทาง กายวาจาและอาชีพที่กระทำต่อสิ่งอื่นหรือบุคคลอื่นอย่างถูกต้องเหมาะสม การกระทำหรือพฤติกรรมที่ ถูกต้องเหมาะสม มี ๓ ทาง คือ ๑) ทางกาย ได้แก่ ละปาณาติบาต ละอทินนาทาน ละกามสุมิฉฉาจาร ๒) ทางวาจา ได้แก่ ละมุสาวาท ละปิสุณาวาจา (การพูดส่อเสียด) ละผรุสวาจา (การพูดหยาบคาย) ละสัมผัปปลาปะ (การพูดเพ้อเจ้อ) ๓) ทางใจ ได้แก่ อกภิชฌา (ไม่คิดจ้องเอาของคนอื่น) อพยาบาท (ความไม่ผูกใจเจ็บ) และสัมมาทิฐิ

๓. จิตตภาวนา หมายถึงการพัฒนาจิตให้เจริญงอกงามด้วยคุณธรรม มีความเข้มแข็ง มั่นคง เบิก บาน สงบสุข ผ่องใส พร้อมด้วยความเพียร สติ และสมาธิ พร้อมทั้งจะเสียดละเพื่อส่วนรวม ได้แก่ การ พัฒนาคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต ใน ๓ ด้าน คือ ๑) ด้านคุณภาพหรือคุณธรรม เช่น เมตตา กรุณา ความมี ไมตรี ความเห็นอกเห็นใจ ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความสุภาพอ่อนโยน ความเคารพ ความซื่อสัตย์ ความกตัญญู ๒) ด้านสมรรถภาพหรือความสามารถของจิต เช่น ความเข้มแข็งมั่นคง ความเพียรพยายาม ความกล้าหาญ ความขยัน ความอดทน ความรับผิดชอบ ความมุ่งมั่นแน่วแน่ ความมีสติ ความมีสมาธิ ๓) ด้านสุขภาพหรือ ความสุข เช่น ความมีปีติอิ่มใจ ความมีปราโมทย์ ร่าเริง เบิกบานใจ ความสดชื่นผ่องใส ความรู้สึกพอใจ

๔. ปัญญาภาวนา หมายถึงการพัฒนาปัญญาให้รู้เท่าทันสรรพสิ่งตามความเป็นจริงจนมี จิตใจเป็นอิสระ ไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์ เริ่มตั้งแต่ความเชื่อที่มีเหตุผล ความเห็นที่ เข้าสู่แนวทางของความเป็นจริง การรู้จักหาความรู้ การรู้จักคิดพิจารณา การรู้จักวินิจฉัย ไตร่ตรอง ทดลอง ตรวจสอบ ความรู้ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การเข้าถึงความจริง การนำความรู้มาใช้ แก่ปัญหาและคิดการต่าง ๆ ในทางที่เกื้อกูลสร้างสรรค์ เฉพาะอย่างยิ่ง เน้นการรู้ตรงตามความเป็นจริง ตลอดจนรู้แจ้งความจริงที่เป็นสากลของสิ่งทั้งปวง จนถึงขั้นรู้เท่าทันธรรมดาของโลกและชีวิต ที่ทำ ให้มีจิตใจเป็นอิสระ ปลอดปัญหา ไร้ทุกข์ เข้าถึงอิสรภาพโดยสมบูรณ์

ในเรื่องปัญญานี้ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) แบ่งปัญญาเพื่อความสะดวกต่อการทำความเข้าใจไว้ ๒ วิธี โดยวิธีแรก แบ่งปัญญาตามลักษณะและระดับของความละเอียดอ่อนหรือความซับซ้อนในการทำงาน ดังนี้

๑) ปัญญาที่เป็นความรู้ความเข้าใจในศิลปวิทยาการ หรือความรู้ทางวิชาการและวิชาชีพ  
 ๒) การรับรู้เรียนรู้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง ไม่บิดเบือนหรือเอนเอียงด้วยอคติ  
 ๓) เนื่องจากการรับรู้ นั่น คือ การคิดวินิจฉัย ซึ่งหมายถึงการคิดวินิจฉัยด้วยการใช้ปัญญาโดยบริสุทธิ์ ที่ไม่ถูกรอบงำบัญชาการ โดยกิเลส

๔) ปัญญาที่รู้เข้าใจถึงสาระความเป็นไปของโลกและชีวิต รู้ทางเสื่อมทางเจริญ และเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง รู้วิธีแก้ไขปัญหาและสร้างสรรค์ความสำเร็จที่ทำให้พัฒนาตน พัฒนาชีวิตและสังคมให้เจริญยิ่งขึ้นไป

ส่วนวิธีที่สอง เป็นการแบ่งตามลำดับการทำงานเป็น ๓ ชั้น คือ ๑) ความสามารถในการแสวงหาความรู้ โดยรู้จักเลือกรับ คัดเลือก จัดสรร กลั่นกรอง และประมวลข้อมูลให้ได้ความรู้ที่ถูกต้องเป็นจริง ๒) ความสามารถในการคิดให้ชัดเจน ในแต่ละเรื่อง โดยรู้จักวิเคราะห์องค์ประกอบและสืบสวนเหตุปัจจัย เป็นต้น ๓) ความสามารถในการโยงความรู้และความคิด แต่ละด้านเข้าหากัน ให้เกิดภาพรวมที่ชัดเจน หรือปรุงแต่งเป็นความรู้ความคิดใหม่ (องค์ความรู้) ในการที่จะสร้างสรรค์

พระพุทธศาสนามีทัศนะว่า มนุษย์ซึ่งผ่านการพัฒนาครบทุกด้าน ตามหลักแห่งกายภาวนา ศิลภาวนา จิตตภาวนา และปัญญาภาวนา แล้วจะมีคุณสมบัติพิเศษในแต่ละด้าน เรียกว่า “ภาวิตกาย ภาวิตศีล ภาวิตจิต และภาวิตปัญญา” ดังนี้

๑. ภาวิตกาย มีกายที่พัฒนาแล้ว (กายภาวนา) คือ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพในทางที่เกื้อกูลกัน เริ่มแต่รู้จักบริโภคน้ำ อากาศ ๔ รู้จักใช้อินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ในการเสพหรือใช้สอยปัจจัย ๔ และเครื่องอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ในทางที่เป็นการส่งเสริมคุณภาพชีวิต (กินเป็น ใช้เป็น บริโภคเป็น ดูแลเป็น พึ่งเป็น ฯลฯ)

๒. ภาวิตศีล มีศีลที่พัฒนาแล้ว (มีศีลภาวนา) คือ มีพฤติกรรมทางสังคมที่พัฒนาแล้ว ไม่เบียดเบียนก่อความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น ดำรงตนอยู่ในวินัยและอาชีพะที่สุจริต (เสวนา – คบหาเป็นสังคมเป็น พูดเป็น สื่อสารเป็น ทำเป็น)

๓. ภาวิตจิต มีจิตที่พัฒนาแล้ว (มีจิตตภาวนา) คือ มีจิตใจที่ฝึกอบรมดีแล้ว สมบูรณ์ด้วย ๑) คุณภาพจิต คือ ประกอบด้วยคุณธรรม เช่น ความเมตตากรุณา ความเอื้ออาทร มีมูทิตา ความเคารพอ่อนน้อม ความกตัญญูกตเวที เป็นต้น ๒) สมรรถภาพจิต คือ มีจิตใจเข้มแข็งมั่นคง มีความเพียรพยายาม มีอุตสาหะวิริยะ รับผิดชอบ มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น ๓) สุขภาพจิต คือ มีจิตใจที่ร่าเริง เบิกบาน สดชื่น เอิบอิ่ม ผ่องใส และสงบสุข (ตั้งจิตเป็น วางใจเป็น ทำใจเป็น)



๔. ภาวิตปัญญา มีปัญญาที่พัฒนาแล้ว (มีปัญญาภาวนา) คือ รู้จักคิด รู้จักพิจารณา รู้จักวินิจฉัย รู้จักแก้ปัญหา และรู้จักจัดทำดำเนินการต่าง ๆ ด้วยปัญญาที่บริสุทธิ์ ซึ่งมองดูรู้เข้าใจเหตุผลมองเห็นสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงหรือตามที่มันเป็น ปราศจากอคติ และแรงงูใจเคลือบแฝง เป็นอิสระจากการครอบงำของกิเลส เป็นอยู่ด้วยความรู้เท่าทันธรรมดาของโลกและชีวิต เข้าถึงอิสรภาพปลอดทุกข์ปราศปัญหา (คิดเป็น แก้ปัญหาเป็น ดับทุกข์เป็น)

ผู้มีภาวนาครบทั้ง ๔ อย่างนี้ เป็นภาวิตทั้ง ๔ ด้านนี้แล้ว โดยสมบูรณ์ เรียกว่า “ภาวิตตะ” แปลว่า ผู้ได้พัฒนาตนแล้ว ได้แก่ พระอรหันต์ เป็นอเสขะ คือ ผู้จบการศึกษาแล้ว ไม่ต้องพัฒนาตนอีกต่อไป

### การนำผลจากการวิจัยไปใช้ประโยชน์

#### ๑. กิจกรรมด้านการเรียนการสอนในสถานการศึกษา

– สามารถนำกระบวนการศึกษาวิจัยไปประยุกต์ใช้ ในการเรียนการสอนรายวิชาที่เกี่ยวข้อง ทั้งระดับปริญญาตรี ปริญญาโท และปริญญาเอก ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยด้านพระพุทธศาสนาอื่น ๆ

– สามารถนำเนื้อหาและผลการศึกษาวิจัยไปใช้ ในการเรียนการสอนรายวิชาพระพุทธศาสนา เช่น พระวินัยปิฎก พระไตรปิฎกศึกษา พระไตรปิฎกวิเคราะห์ วิสุทธิมัคคศึกษา จิตวิทยาพระพุทธศาสนา ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยด้านพระพุทธศาสนาอื่น ๆ

#### ๒. กิจกรรมด้านการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา

– สามารถนำองค์ความรู้เกี่ยวกับหลักพุทธธรรม ไปใช้เผยแพร่และทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาให้มั่นคงยั่งยืน

– สามารถต่อยอดองค์ความรู้ไปสู่การสร้างสรรค์นวัตกรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา เพื่อสร้างมิติใหม่ในการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาให้คงอยู่กับประชาคมโลกอย่างยั่งยืน

#### ๓. กิจกรรมด้านบริการวิชาการ

– สามารถตีพิมพ์/ทำแผ่นพับองค์ความรู้/จัดทำเอกสารประกอบการสัมมนาวิชาการโดยนำเนื้อหาที่ได้จากการศึกษาเพื่อเผยแพร่แก่วัด ชุมชน และประชาชนทั่วไปได้

– สามารถบริการวิชาการเกี่ยวกับองค์ความรู้ที่ได้รับ จากงานวิจัยแก่นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนาและประชาชนทั่วไปได้

### การประชาสัมพันธ์

๑. การประชาสัมพันธ์ผลงานวิจัยทางเว็บไซต์ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและเอกสารแผ่นพับ

๒. การตีพิมพ์ผลงานวิจัยในเอกสารและวารสารวิชาการ

๓. การนำเสนอผลการวิจัยในกิจกรรมการประชุมวิชาการระดับชาติ