

รูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล

The Model of Meditation Practice in the Buddha's Time

พระปลัดธวัชชัย ชัตติรัตน์

Phrapalad Thawatchai Kattirat

วัดสันกำแพง สำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดเชียงใหม่

Wat Sankangpla, Office of Buddhism, Chiang Mai Province

Corresponding Author, Email: tawatchai.kat@mcu.ac.th

Received: 2024-12-04 Revised: 2024-12-25 Accepted: 2024-12-26

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 2 ข้อ คือ 1) เพื่อศึกษาความเป็นมาและพัฒนาการของการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล และ 2) เพื่อศึกษารูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล โดยใช้การวิจัยเชิงเอกสาร

ผลการวิจัยพบว่า ความเป็นมาและพัฒนาการของการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล เกิดจากปฐมเทศนาที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่พระปัญจวัคคีย์ ซึ่งเป็นพระสูตรที่ว่าด้วยมัชฌิมาปฏิบัติ คือ การปฏิบัติตามทางสายกลาง ให้เว้นทางที่สุดโต่ง 2 อย่าง และว่าด้วยอริยสัจ 4 พัฒนาการของการปฏิบัติธรรมในครั้งพุทธกาลเริ่มจากการปฏิบัติแบบสมถะ ตามแนวคิดของสำนักปฏิบัติที่มีอยู่ก่อน ภายหลังจากพระพุทธเจ้าทรงพัฒนาจากแบบ “สมถ” ขึ้นสู่แบบ “วิปัสสนา” อันเป็นแนวทางปฏิบัติตามหลักมัชฌิมาปฏิบัติที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบว่า เป็นการปฏิบัติที่ถูกต้องและเป็นไปเพื่อการเข้าถึงพระนิพพาน ส่วนรูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาลนั้น พระพุทธเจ้าทรงนำหลักการปฏิบัติธรรมที่ทรงค้นพบมาสั่งสอน ปรับให้เหมาะสมกับกาลสถานที่ จริต หรือ ทิฐิของผู้ปฏิบัติ เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพอันสูงสุดอย่างแท้จริง มีรูปแบบการปฏิบัติ คือ 1) แบบการปฏิบัติธรรมด้วยการฟังธรรม 2) แบบเริ่มต้นจากสมถกัมมัฏฐานแล้วเข้าสู่วิปัสสนากรรมฐาน และ 3) แบบวิปัสสนากรรมฐานล้วนๆ คือ การปฏิบัติที่เจริญปัญญาให้เกิดการรู้แจ้ง รู้ชัด รู้เห็น สภาวะความเป็นจริงของสรรพสิ่งตามกฎไตรลักษณ์

คำสำคัญ : การปฏิบัติธรรม, รูปแบบ, สมัยพุทธกาล

Abstract

This research article has two objectives: 1) to study the history and development of meditation practice during the Buddha's time, and 2) to study the forms of meditation practice during the Buddha's time, using documentary research.

The research results found that the history and development of meditation practice during the Buddha's time originated from the first sermon that the Buddha gave to the five ascetics, which was a sermon on the Middle Way, which is practicing the middle path, avoiding the two extremes, and on the Four Noble Truths. The development of meditation practice during the Buddha's time began with the practice of Samatha, according to the concept of the existing meditation centers. Later, the Buddha developed it from the "Samatha" to the "Vipassana", which is a practice based on the principles of the Middle Way, which the Buddha discovered as correct practice and leading to attainment of Nirvana. As for the forms of meditation practice during the Buddha's time, the Buddha taught the principles of meditation that he discovered, adjusting them to be appropriate for the time, place, temperament, or views of the practitioners, in order to achieve the highest level of true efficiency. There are two forms of practice: 1) Dhamma practice by listening to Dhamma; 2) starting from Samatha meditation and then entering Vipassana meditation; and 3) pure Vipassana meditation, which is a practice that develops wisdom to realize, know clearly, and see the true nature of all things according to the law of three characteristics.

Keywords: Dhamma practice, Form, Buddha's time

บทนำ

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานมีความสำคัญอย่างมากมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลจนถึงปัจจุบัน ดังปรากฏว่า สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ในกรุงชนบท มีนิคมของชาวกรุงชื่อว่า กัมมาสทัมมะ ณ ที่นั้น พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกภิกษุทั้งหลายว่าภิกษุทั้งหลายภิกษุเหล่านั้นทูลรับพระผู้มีพระภาคว่า พระพุทธเจ้าข้า พระผู้มีพระภาคได้ตรัสพระพุทธานุชาตินี้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นที่ไปอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงความโศกและปริเทวะเพื่อความดับสูญ แห่งทุกข์และโศมนัส เพื่อบรรลุลุทธิธรรมที่ถูกต้อง เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพานหนทางนี้ คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 273: 336)

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งปัญญา (พระมหาดรณรงค์ กนต์สิโร (อุ้นคำ), 2548: 7) ในการตรัสรู้โลกุตระธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ทรงเจริญด้วยสติปัฏฐาน 4 ซึ่งเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทุกพระองค์ได้ทรงเจริญและตรัสรู้อนุตรสัมโพธิญาณ ดังที่พระสารีบุตรได้กล่าวไว้ว่า “พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกพระองค์ แม้ในอดีตกาล ในอนาคตกาล และในบัดนี้ ทรงละนิวรณ์ 5 ที่เป็นเครื่องเศร้าหมองใจ ทอนกำลังปัญญา มีพระทัยตั้งมั่นดีในสติปัฏฐาน 4 ทรงเจริญโพชฌงค์ 7 ตามความเป็นจริง จึงตรัสรู้พระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 143: 104-105) และพระพุทธองค์ได้ตรัสสอนเรื่องทุกข์และความดับทุกข์ โดยชี้ให้เห็นว่าสติปัฏฐาน 4 เท่านั้นที่เป็นหนทางดับทุกข์ที่แท้จริง ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโศกและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโศมนัส เพื่อบรรลุลุทธิธรรม เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้ คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 373: 301)

ยุคก่อนสมัยพุทธกาล นักบวชอินเดียได้ฝึกปฏิบัติ สมถกัมมัฏฐาน (สมาธิ) ทั้งแบบทรมาณตนเอง และสุขแบบสุดโต่ง ซึ่งทั้ง 2 ไม่ใช่หนทางหลุดพ้นจากความทุกข์ ในช่วงก่อนการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ท่านอาหารดาบสและอุทกดาบส ได้ปฏิบัติสมาธิ ถึงขั้นสูงสุดของอรุณมาน 4 และเป็นอาจารย์สอนสมาธิแก่เจ้าชายสิทธัตถะหลังเสด็จออกบวชใหม่ ต่อมาอาจารย์ทั้ง 2 ได้เสียชีวิตก่อนพระพุทธเจ้าจะตรัสรู้ และได้ไปเกิดในชั้นอรุณพรหมที่ละเอียดที่สุด หลังจากที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้แล้วไม่สามารถไปแสดงธรรมแก่อาจารย์ทั้ง 2 ให้บรรลุถึงพระนิพพานได้ เพราะยุคก่อนมีแต่การสอนสมถกัมมัฏฐาน ซึ่งไม่สามารถทำให้พ้นทุกข์ได้ หากต้องการพ้นทุกข์ต้อง เจริญสติปัฏฐาน หรือวิปัสสนากัมมัฏฐานเท่านั้น หลังจากพระพุทธองค์ ได้ฝึกสมาธิ (สมถกัมมัฏฐาน) กับท่านอาหารดาบสและอุทกดาบส จนจบหมดแล้ว ท่านทรงรู้นั่นไม่ใช่ทางพ้นทุกข์ จึงแสวงหาทางหลุดพ้นต่อไปจนในที่สุด ได้ทรงค้นพบการปฏิบัติเพื่อเข้าถึง ความหลุดพ้นจากกิเลสในใจ ด้วยการปฏิบัติแนวทางสายกลาง โดยไม่ติดสุขหรือทุกข์สุดโต่ง เนื่องจากการปฏิบัติแต่สมาธิอย่างเดียว ไม่ทำให้หลุดพ้นจาก อาสวะกิเลสได้หลักการปฏิบัติที่พระพุทธองค์ทรงตรัสรู้ และสอนให้ปฏิบัติตาม คือ หลักสติปัฏฐาน 4 ทางกาย เวทนา จิต และธรรม หรือวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งเป็น เอกายนมรรคที่เป็นวิธีทางพ้นทุกข์ ทางเดียวเท่านั้น พุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า “ทางนี้เป็นทางอันเอกหรือเป็นทางเดียวเท่านั้น เพื่อทำกาย วาจา ใจ ของสรรพสัตว์ให้บริสุทธิ์ เพื่อดับความเศร้าโศกและความคร่ำครวญ เพื่อดับความทุกข์กาย และ ความทุกข์ใจ เพื่อบรรลุลุทธิธรรม คือ อริยมรรค และเพื่อ

ทำพระนิพพานให้แจ้ง ทางนี้ได้แก่ สติปัฏฐาน 4” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 106: 101)

การปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล จะศึกษาปริยัติประมาณ 5 ปีแล้วเข้ามาบวชในสำนักของพระพุทธเจ้า จะอยู่ในสำนักพระพุทธเจ้าโดยตรง หรือในสมัยหลังๆ อยู่ในสำนักพระมหาเถระอื่นๆ ก็แล้วแต่สมัยที่พระพุทธเจ้ายังทรงพระชนม์อยู่ แรกๆ ก็ให้บวชเอหิภิกขุอุปสัมปทา ถัดมาก็ติสรณคณูปสัมปทา ถัดมาก็บวชอย่างองค์สงฆ์ อนุญาตให้สงฆ์เป็นผู้บวช มีพระอุปัชฌาย์เมื่ออยู่ในสำนักพระอุปัชฌาย์หรือพระอาจารย์อยู่ประมาณ 5 พรรษา ศึกษาภาคปริยัติ และเมื่อได้ระยะเวลาพอสมควร พวกกันออกไปอยู่ป่าสักๆ จึงขอกัมมัฏฐานจากพระอุปัชฌาย์อาจารย์ หรือจากสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะฉะนั้นในสมัยพุทธกาล จึงเรียนทั้งภาคปริยัติและภาคปฏิบัติ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 79: 121)

การปฏิบัติธรรมสมัยหลังพุทธกาล ธรรมเนียมนี้เป็นศัพท์ที่ท่านบัญญัติขึ้นมาใช้ใหม่ในสมัยหลังพุทธกาลแล้ว สมัยพุทธกาลพระพุทธเจ้าทรงใช้ คำว่า “ภาวนา” ในความหมายของการฝึกสมาธิ เพราะการฝึกสมาธินั้นมีมาก่อนพระพุทธศาสนา ธรรมเนียม แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน คำว่า “งาน” ในที่นี้คือ งานของใจ ความหมาย ที่มีมาตามนัยแห่งมูลฎีกาแสดงวินิจฉัยคำ “กรรมฐาน” ไว้ว่า “กมฺมเมว วิเสสชาติคฺมนสฺส ฐานนฺติ กมฺมฐานํ” แปลว่าการงานที่เป็นเหตุแห่งการบรรลุคุณวิเศษชื่อว่า “กรรมฐาน” บางท่านแปลว่า อารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งงานเจริญภาวนา หรือที่ตั้งแห่งงานทำความเพียรฝึกอบรมจิต ได้แก่สิ่งที่ผูกใจให้สงบระงับ เป็นของมีอารมณ์เดียว เป็นวิธีควบคุมจิตใจให้สงบและเกิดปัญญา บางทีเขียนเป็น “กัมมัฏฐาน” ก็ได้ แต่นิยมเขียนเป็น “กรรมฐาน” ธรรมเนียมนี้มีอยู่ 2 อย่าง คือ สมถกรรมฐาน 1 วิปัสสนากรรมฐาน 1 (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2543: 29)

วิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในสมัยพุทธกาล พระพุทธองค์ทรงสอนวิธีปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 หรือวิปัสสนากัมมัฏฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎก หมวดมหาสติปัฏฐาน 21 บรรพ (ฐาน) โดยมีแนวทางปฏิบัติได้ทั้ง สมถและวิปัสสนา ซึ่งอธิบายตาม หลักสติปัฏฐาน 4 หมวดใหญ่ที่ประกอบด้วยกาย เวทนา จิต และธรรม อย่างละเอียดไว้ถึง 21 บรรพ หรือ ฐาน ดังนี้

1. กายานุปัสสนาสติปัฏฐานการเจริญสติตั้งมั่น พิจารณาเห็นกายในกาย และพิจารณาเรื่อยๆ ซึ่งกาย คือ การกำหนดให้เห็นรูปธรรมนั้น มีทั้งหมด 14 บรรพ
2. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานการเจริญสติตั้งมั่น พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่เรื่อยๆ เช่น เมื่อเราเสวยสุขเวทนาอยู่ก็รู้ชัดว่าเราเสวยสุขเวทนา เวทนาชั้นนี้ทั้งหมด 9 อย่างได้แก่ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา สุขเวทนาที่เจือด้วยอามิส ทุกขเวทนาที่เจือด้วยอามิส อุเบกขาที่เจือด้วยอามิส สุขเวทนาที่ไม่เจือด้วยอามิส ทุกขเวทนาที่ไม่เจือด้วยอามิส อุเบกขาเวทนาที่ไม่เจือด้วยอามิส สุขเวทนาที่เกิดขึ้นด้วยสมถกัมมัฏฐาน หรือวิปัสสนากัมมัฏฐานก็ดีทุกขเวทนาที่เกิดขึ้น

จากสภาพแห่งสังขารก็ดี และอุเบกขาเวทนาซึ่งเกิดมีความสงบจากอารมณ์ของสมถะหรือวิปัสสนากัถิ จัดว่าเป็นสุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนาที่ไม่เจือด้วยอามิส เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานทั้ง 9 นี้ใช้ในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานแต่อย่างเดียว จะเพ่งเวทนาโดยความเป็นอารมณ์ของ สมถกัมมัฏฐาน เพื่อให้เกิดฌานจิตนั้นไม่ได้ การตามพิจารณาเวทนาก็เพื่อให้รู้เห็นประจักษ์ชัดว่าทุกข์สุขที่กำลังเกิดอยู่นั้น เป็นธรรมชาติชนิดหนึ่งซึ่งไม่มีรูปร่าง สันฐานที่ให้เห็นได้ด้วยนัยน์ตา เป็นธรรมชาติที่ไม่ใช่รูป แต่เรียกว่า นาม คือ นามเจตสิก เวทนานี้ไม่ใช่เราและเราก็ไม่ใช่เวทนา ต่อเมื่อมีเหตุมีปัจจัยเวทนาก็เกิดขึ้นปรากฏขึ้น จะห้ามไม่ให้เกิดก็ห้ามไม่ได้ ครั้นหมดเหตุ หมดปัจจัยแล้วเวทนาก็ดับไปเอง ไม่ดำรงคงอยู่ตลอดไป ความรู้ในเวทนาดังกล่าวนี้เรียกว่า เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน อันเป็นอารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งมีความสามารถประหารสัkkายทิฏฐิได้ ความจริงเวทนานี้ ก็เกิดอยู่เสมอทุกขณะไม่มีว่างเว้นเลย ขนทั้งหลายก็รู้สึกทุกข์หรือสุขอยู่ แต่ไปยึดถือว่าเราทุกข์เราสุข จึงไม่อาจที่จะละสัkkายทิฏฐิได้เลย หากเป็นเช่นนี้ไม่เรียกว่าเวทนาเป็นอารมณ์ของสติปัฏฐานหรือวิปัสสนากัมมัฏฐาน 3. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตทั้ง 16 นี้ ใช้เป็นอารมณ์แห่งสติปัฏฐานในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน การกำหนดพิจารณาจิตเหล่านี้ในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ก็เพื่อให้รู้เท่าทันว่าจิตที่กำลังเกิดอยู่นั้นเป็นจิตโลก จิตโภคะ จิตหลง จิตฟุ้งซ่าน หรือเป็นจิตชนิดใด เมื่อรู้ประจักษ์ชัดเช่นนี้ก็ทำให้เกิด ความรู้ต่อไปว่า ที่โลกที่โภคะ ที่หลงนั้น เป็นอาการของจิต หาใช่ที่เราโลก เราโภคะ เราหลงไม่ เพราะจิตนี้ไม่ใช่ตัวเรา และเราก็ไม่ใช่จิต จะห้ามไม่ให้จิตอย่างนั้นเกิดให้เกิดแต่จิตอย่างนี้เถือจะ ย่อมไม่ได้เลย

ด้วยสาเหตุนี้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะทำการศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาลโดยทำการศึกษเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล วิวัฒนาการของการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล ความสำคัญของการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล คุณค่าและประโยชน์ของการปฏิบัติธรรม ความหมายของรูปแบบการปฏิบัติธรรม ในสมัยพุทธกาล ความสำคัญจากรูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล รูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล วิธีการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความเป็นมาและพัฒนาการของการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล
2. เพื่อศึกษารูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ การวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ได้ศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร ตามลำดับขั้นตอนต่อไปนี้

1. ศึกษาข้อมูลขั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ผู้วิจัยได้ศึกษาจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช 2539 ตลอดจนคัมภีร์ อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา
2. ศึกษาเอกสารขั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) โดยศึกษาค้นคว้าจาก หนังสือ ตำรา บทความทางวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล
3. นำข้อมูลที่ได้จากการค้นคว้าจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ตลอดจนคัมภีร์ อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา หนังสือ ตำรา บทความทางวิชาการ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยมาสังเคราะห์วิพากษ์ แยกแยะ จัดเป็นหมวดหมู่ ความรู้
4. สรุปผลการวิจัยและเสนอแนะ

ผลการวิจัย

1. ความเป็นมาและพัฒนาการของการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ถือเป็นหน้าที่หลักอย่างหนึ่งของพุทธศาสนิกชน ควบคู่กับการศึกษาหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า พระพุทธองค์ตรัสไว้ในสุกสูตรว่า ปพพชากมมัญฐานัน กัมมัฏฐาน (หรือหน้าที่การงาน) ในการบรรพชาไว้ด้วย แต่ทั้งในพระไตรปิฎกและอรรถกถาไม่ได้อธิบายไว้ ท่านอาจารย์ธนิต อยู่โพธิ์ ได้ให้ความเห็นว่า กัมมัฏฐานในบรรพชา หมายถึง คำเลียนแบบหน้าที่การงานหรืออาชีพของฆราวาส และถ้าอนุโลมตามแบบฆราวาส กัมมัฏฐาน หมายถึง อาชีพในการบวช หรือ หน้าที่การงานในบรรพชา ซึ่งหมายถึง การงานหรือหน้าที่ของผู้สละชีวิตในการครองเรือนแล้วออกบวชจะต้องปฏิบัติ ซึ่งท่านจำแนกไว้เป็นธูระ 2 ประการ คือ คันถธูระ ได้แก่ หน้าที่ศึกษาเล่าเรียนพระปริยัติ และวิปัสสนาธูระ ได้แก่ หน้าที่ปฏิบัติวิปัสสนา คือ การฝึกหัดปฏิบัติอบรมใจด้วยการบำเพ็ญสมณภาวนาและวิปัสสนาภาวนา (ธนิต อยู่โพธิ์, 2517: 369) ความเป็นสังคมแห่งการแสวงหาธรรมอันเป็นอมตะและความสุขอันสูงสุด จึงทำให้สังคมอินเดียโบราณมีความเป็นมาของการประพฤติปฏิบัติธรรมมีอยู่อย่างแพร่หลายเพื่อแสวงหาธรรมอันเป็นที่พึงสูงสุดทางจิตใจของคนในสังคมมาโดยตลอด เมื่อครั้งพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าดำรงพระชนม์ชีพ ก่อนการออกผนวชพระองค์ทรงทอดพระเนตรเห็นสมณะผู้ปฏิบัติธรรม ทรงพิจารณาเห็นว่า การปฏิบัติธรรมอันเป็น 1 ใน 4 ของ

เหตุที่กระตุ้นเตือนและเป็นเหตุสำคัญประการหนึ่งทำให้พระพุทธองค์เสด็จออกผนวช ทรงมองเห็นถึงความสำคัญของการปฏิบัติธรรมเป็นหนทางเดียวเท่านั้นที่จะแสวงหาพรหมจรรย์ แม้พระพุทธองค์เองก็แสวงหาการปฏิบัติธรรมโดยตลอดนับแต่เสด็จออกผนวชโดยปฏิบัติตามเจ้าสำนักต่างๆ และด้วยกรรมวิธีแห่งการปฏิบัติธรรมแบบต่างๆ ที่มีอยู่ในสังคมอินเดียโบราณ ในครั้งพุทธกาลนั้น แต่ก็ไม่สามารถนำไปสู่ความสำเร็จอย่างแท้จริง ในที่สุดพระพุทธองค์ก็ทรงละแนวทางแห่งการปฏิบัติธรรมเหล่านั้น และแสวงหาแนวทางด้วยพระองค์เองด้วยปัญญาบารมีอันสูงสุดแห่งพระพุทธองค์ทำให้สามารถค้นพบทางแห่งการปฏิบัติธรรมอันนำไปสู่การหลุดพ้นและละกิเลสทั้งมวลได้อย่างแท้จริง ทรงเสด็จอุบัติขึ้นเป็นพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยพระองค์เองภายหลังการตรัสรู้พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงหลักแห่งการปฏิบัติธรรมอันเป็นปฏิปทาอันถูกต้องแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายให้เป็นไปตามจริตและทิวฐิของพุทธศาสนิกชนทั้งหลายทั้งในระดับสมถและระดับวิปัสสนา

การปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนานั้น แท้ที่จริงมีความหมายกว้างครอบคลุมถึงการปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ ยกตัวอย่าง เช่น การมีความเชื่อในเรื่องของกรรมและผลของกรรม การเวียนว่ายตายเกิด อริยสัจ 4 และความเชื่อสูงสุด คือ นิพพาน หรือความเชื่อทั่วไป เช่น ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว และดำเนินชีวิตตามโอวาทปาฏิโมกข์ คือ ละชั่ว (อกุศลกรรมบถ 10) ทำดี (บุญกิริยาวัตถุ 10) ทำจิตให้บริสุทธิ์ชั่วขณะ (สมาธิ) และทำจิตบริสุทธิ์ตลอดไป (ปัญญา) หรือการบำเพ็ญตนตามหลักไตรสิกขา คือ การรักษาศีล เรียกว่า รักษากายและวาจา การปฏิบัติสมาธิ เรียกว่า การบำเพ็ญจิต และการให้ทำแจ้งซึ่งพระนิพพาน เรียกว่า ปัญญา โดยมีการพิจารณาตนเองอย่างสม่ำเสมอ ไม่ต้องอยู่ในความประมาท คอยสำรวจการกระทำทางกาย วาจา ใจ ไม่ให้ทำความชั่ว ทำแต่ความดี ซึ่งการปฏิบัติสมาธินั้น เป็นเพียงส่วนหนึ่งของการปฏิบัติธรรมเท่านั้น การเจริญสมาธิเป็นเพียงการฝึกสติให้สามารถทำกิจต่างๆ อย่างถูกต้อง ไม่เกิดความไม่ประมาท มีสติรับรู้ความรู้สึกตัว เรียกว่า สัมปชัญญะ โดยอาจฝึกอย่างง่าย เช่น การกำหนดลมหายใจที่ผ่านเข้าออกตรงรูจมูก ทำให้สามารถหยุดความคิดที่ฟุ้ง ไม่ฟุ้งซ่าน เป็นการพักผ่อนอย่างมีสติในขณะที่ไม่ได้นอนหลับ โดยใช้พลังงานน้อยที่สุด พร้อมทั้งฝึกสติไปในตัว การเจริญสติ สมาธิ ปัญญา มีอยู่ 2 แนวทาง คือ สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน

สมถกรรมฐาน (Concentration Meditation) เป็นวิธีที่ทำให้จิตสงบหรือบรรเทาจากกิเลสเพียงชั่วคราวเท่านั้น แต่ไม่สามารถละกิเลสได้ทั้งหมด มีเพียงวิธีเดียวที่จะขจัดกิเลส คือ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน (Insight orientation) การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสอนให้คนเรารู้จักวิธีการจัดการกับสิ่งเร้าที่มากระทบทางตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถดำรงตนอยู่ในยุคโลกาภิวัตน์ได้ด้วยสติปัญญา (จำลอง ดิษยวณิช, 2543: 2)

วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง การกระทำอันเป็นที่ตั้งแห่งการแจ้งในรูปนาม โดยความเป็นพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขังและอนัตตา องค์ธรรมของวิปัสสนากรรมฐานได้แก่ ปัญญาเจตสิก ในอีกความหมายหนึ่ง “วิปัสสนา” มาจากคำสองคำ คือ “วิ” แปลว่า แจ่มหรือชัด “ปัสสนา” แปลว่า การเห็น วิปัสสนา จึงหมายถึง ปัญญาที่เห็นแจ้งชัดในรูปนามหรือขั้นธำหว่ามี ลักษณะของความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความไม่ใช่ตัวตนเป็นภาวนามยปัญญาที่ทำให้เข้าใจถึงอริยสัจจ์ 4 จนบรรลุมรรคผล นิพพาน ตามกำลังของวิปัสสนาญาณ (จำลอง ดิษยวินิช, 2543: 3)

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้น ส่วนใหญ่นิยมการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน 4 หรือมหาสติปัฏฐานสูตร เป็นพระสูตรที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์มหาเวรค ทิฆนิกาย มหาสติปัฏฐานสูตรนั้นเป็นพระสูตรหนึ่งที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสแสดง ขณะที่เสด็จประทับอยู่ที่แคว้นกุฏกัมมาสทัมมนิคม พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า ทางสายนี้เป็นทางสายเอกหรือเป็นทางเดียวเท่านั้น (จำลอง ดิษยวินิช, 2543: 7) มีเป้าหมาย คือ

- 1) เพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย
- 2) เพื่อระงับความโลภและความคร่ำครวญ
- 3) เพื่อความทุกข์และความโทมนัส
- 4) เพื่อบรรลุธรรม คือ อริยมรรค
- 5) เพื่อเห็นแจ้งพระนิพพาน

พัฒนาการของการปฏิบัติธรรมครั้งพุทธกาลเริ่มจากการปฏิบัติธรรมในแนวทางของแนวคิดของสำนักการปฏิบัติของพราหมณ์ คือ การปฏิบัติแบบสมณะ ตามแนวคิดของสำนักการปฏิบัติที่มีอยู่ก่อนการตรัสรู้ของพระพุทธองค์ ภายหลังจากนั้นพระพุทธองค์ทรงยกระดับและพัฒนาการของการปฏิบัติธรรม จาก “สมณะ” ขึ้นสู่การปฏิบัติธรรมแบบ “วิปัสสนา” อันเป็นแนวทางสูงสุดของการปฏิบัติธรรมตามหลักของมัชฌิมาปฏิปทาอันเป็นทางที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบว่าเป็นการปฏิบัติที่ถูกต้องและเป็นไปเพื่อการเข้าถึงบรมสุข หรือพระนิพพานอันเป็นเป้าหมายที่แท้จริงของหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่พระพุทธองค์ทรงนำมาแสดงเพื่อโปรดสรรพสัตว์ทั้งหลาย

2. รูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล

เมื่อพระพุทธองค์ทรงเริ่มการปฏิบัติธรรมทรงใช้แนวทางของการปฏิบัติแบบพราหมณ์ ของสำนักปฏิบัติธรรมในยุคนั้น เมื่อปฏิบัติแล้วก็ทรงทราบว่า การปฏิบัติธรรมเหล่านั้นมิได้ทำให้บรรลุถึงที่สุดของเป้าหมาย จึงปรับเปลี่ยนเป็นการปฏิบัติโดยพระองค์เอง การหาแนวทางของพระพุทธองค์เพื่อให้ค้นพบการปฏิบัติธรรมอย่างแท้จริง พระพุทธองค์ทรงกระทำทุกวิถีทางแม้การเข้าชีวิตเข้าแลก หรือการปฏิบัติแบบสุดโต่ง หรือการปฏิบัติธรรมแบบ “อัตถิกลมณายุค”

คือ การทรงบำเพ็ญทุกรกิริยานานถึง 6 ปีจนเกือบสิ้นพระชนม์ก็ไม่ทรงค้นพบแนวทางที่ถูกต้อง ทรงเปลี่ยนแนวทางการปฏิบัติธรรมจากรูปแบบดังกล่าวมาเป็นการปฏิบัติแบบทางสายกลาง หรือมัชฌิมาปฏิปทา อันเกิดจากการทรงพิจารณาจากการแสดงนิมิตของเทวดาที่บรรเลงพิณ 3 สายให้ทรงสดับและทรงบรรลุธรรมพระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณในที่สุด

เมื่อทรงบรรลุธรรมเสด็จอุบัติขึ้นเป็นพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ทรงน้อมนำหลักแห่งการปฏิบัติธรรมอันถูกต้องแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายด้วยพระอัจฉริยภาพอันยิ่ง ทรงแสดงหลักและรูปแบบของการปฏิบัติธรรมที่เหมาะสมและสอดคล้องหรือเหมาะสมกับ จริต หรือ ทัศนะของผู้ปฏิบัติ เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพอันสูงสุดอย่างแท้จริง ทรงแสดงหลักแห่งการปฏิบัติธรรมอันเหมาะสมกับ กาล สถานที่ และบุคคล ก่อให้เกิดประโยชน์อย่างสูงสุดแก่โลกอย่างแท้จริง จึงมีรูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล ดังนี้

1) รูปแบบการปฏิบัติธรรมด้วยการฟังธรรม คือ การฟังคำสั่งสอนของพระที่พุทธเจ้าเป็นสิ่งที่ประโยชน์มาก เพราะพระธรรมของพระองค์เป็นเครื่องขัดเกลากิเลส เครื่องเศร้าหมองให้หมดไปจากจิตใจ ชำระจิตใจให้สะอาดผ่องใสแลเห็นเหตุผลตามความเป็นจริงว่า อะไรเป็นเหตุแห่งสุข อะไรเป็นเหตุแห่งทุกข์ ความพินทุข์มีอะไรเป็นเหตุ ดังนั้น จึงควรฟังธรรมเพื่อชำระกิเลส เป็นเหตุให้ทุกข์น้อยลง หรือเบาบาง จนถึงหมดสิ้นไปเป็นเครื่องสรวนจิตใจให้เยือกเย็น พ้นจากทุกข์ เช่น พระอริยบุคคลผู้บรรลุตั้งแต่โสดาบันขึ้นไปจนถึงพระอรหันต์ ก็ล้วนสำเร็จด้วยการฟังธรรมจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นส่วนใหญ่ นอกนั้นก็สำเร็จเพราะฟังธรรมจากพระอัครสาวกบ้าง จากพระมหาสาวกบ้าง ดังนั้น การฟังธรรมจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมาก ซึ่งนับเป็นมงคลสูงสุดประการหนึ่ง ตัวอย่างการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา คือ พระจูฬปันถก เป็นบุตรในธิดาของชนเศรษฐี เจริญวิปัสสนากรรมฐานยกผ้าผืนนั้นขึ้นเปรียบเทียบกับอดีตภาพร่างกายเป็นอารมณ์ ก็ได้บรรลุพระอรหันต์ผลพร้อมด้วยปฏิสัมภิทาญาณ และพระนางเขมา เป็นอุบาสิกาผู้ได้รับการยกย่องจากองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้เป็นเอตทัคคะทางด้านปัญญา

2) แบบสมถกัมมัฏฐาน คือ วิธีการปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสงบทางจิตใจ หรือการทำจิตใจให้เป็นสมาธิ ความมั่นคง โดยการฝึกจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เรียกว่า “อารมณ์” จนจิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวที่เรียกว่า “เอกัคคตา” ความตั้งมั่นหรือ “สมาธิ” เมื่ออารมณ์แน่วแน่มากขึ้นสมาธิก็จะสูงขึ้น ก็จะเกิดภาวะแห่งจิตที่เรียกว่า “ฌาน” ซึ่งหมายถึง สภาวะที่จิตจับอยู่ในอารมณ์และเผ้าสังเกตุอารมณ์อยู่อย่างแนบสนิท วิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ หลักและวิธีการปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาแจ่มเห็นตามความเป็นจริงในรูปนามหรือขั้น 5 ว่าเป็นสภาวะที่ไม่เที่ยง (นิจจัง) เป็นทุกข์ทนได้ยาก (ทุกขัง) เป็นสภาวะที่ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เราเขา บังคับบัญชาไม่ได้ (อนัตตา) เรียกว่า วิปัสสนา ตัวอย่างการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา พระอานนท์ เป็นพระ

ราชบุตรของพระเจ้าสุกโกทนะ จนกระทั่งถึงเวลาใกล้รุ่ง ท่านจึงปลงใจเอนกายเพื่อจะนอน แต่ศีรษะยังไม่ทันถึงหมอนและเท้ายังไม่ทันพ้นจากพื้น ในระหว่างนั้น จิตก็ได้หลุดพ้นจากอาสวะ เพราะความไม่ถ้อยมั่นด้วยอริยาบถกึ่งนั่งกึ่งนอน

3) แบบวิปัสสนากรรมฐาน คือ ปัญญาที่รู้แจ้งรู้ชัด โดยรู้เห็นไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ความไม่เที่ยง ทุกขัง ความเป็นทุกข์อนัตตา ความไม่มีตัวตน ฉะนั้น ในคัมภีร์อภิธรรมัตถวิภาวินี ได้อธิบายความหมายของวิปัสสนาไว้ว่า “อนิจจาทีวิธการโต ทสสนตเถน วิปัสสนาสงฆาตานุจ” แปลว่า และที่เรียกว่า วิปัสสนา เพราะว่า เห็นโดยอาการต่างๆ ตลอดจนอนิจจัง คือ มีความไม่เที่ยง เป็นต้น และท่านวิปัสสนาจารย์ได้ วิเคราะห์ศัพท์ไว้อีกนัยหนึ่งว่า วิเสสนปสสตีติ วิปัสสนา, วิสิญฺฐตฺโต วิเสสสทฺโท ที่เรียกว่า วิปัสสนา เพราะว่า มีการเห็นแปลกประหลาด ศัพท์ว่า วิเสสสะ มีอรรถว่า แปลกประหลาด คือ เห็นสภาวะหรือปรากฏการณ์แปลกๆ ประหลาดๆ ถ้าเป็นรูปหรือนิมิตก็เห็นได้แจ่มแจ้งชัดเจนยิ่งกว่ามองเห็นด้วยตาเนื้อ คือ ลืมตาดูเสียอีกและได้เห็นต่างๆ เห็นแปลกๆ .ใหม่ จึงต้องเข้าใจอย่างถ่องแท้ ตัวอย่างการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา พระจักขุบาล สอนตนเอง เตือนตนเองว่าจะเลือกพระพุทธศาสนาหรือว่าจะเลือกเอาดวงตา ทำยสุดท่านเลือกเอาพระพุทธศาสนาละความวิตกกังวลในอาการป่วยทางตา ในปัจฉิมยาม ดวงตาทั้งสองข้างแตกพร้อมกับท่านได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ และพระภิกษุที่พิจารณาซากศพ ในสมัยพุทธกาลมีตัวอย่างบุคคลที่เจริญสุกภูมิมีภูฐาน จนใจหยุดนิ่งบรรลุธรรมหลายท่าน ในที่นี้จึงยกมาเป็นตัวอย่าง พระเถระรับคำแล้วได้ไปพิจารณาซากศพ โดยให้เลิกผ้าห่มออกแล้ว พิจารณาตั้งแต่ฝ่าเท้าถึงปลายผม

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษารูปแบบการปฏิบัติในสมัยพุทธกาล ผู้วิจัยสามารถนำผลการศึกษามาอภิปรายผลได้ ดังต่อไปนี้

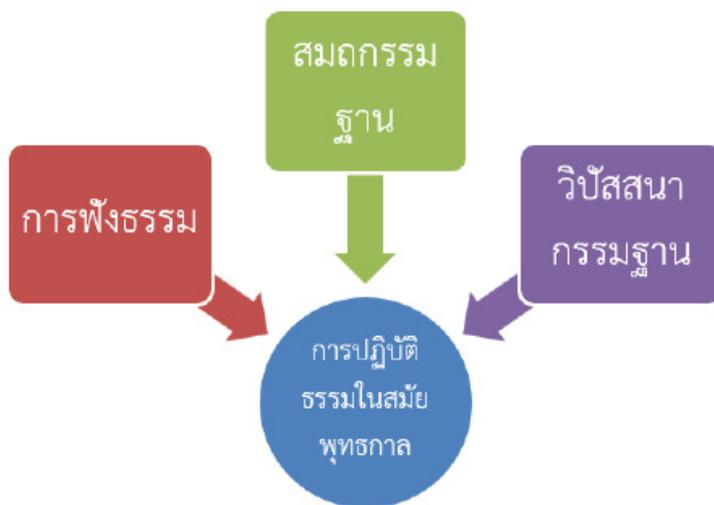
การปฏิบัติธรรมนั้นแท้จริงแล้วมีมาก่อนการกำเนิดขึ้นของพระพุทธศาสนาแล้ว แต่ละสำนักมีแนวทางการปฏิบัติธรรมที่แตกต่างกันไป เช่นในสำนักของอาหารดาบสและอุทกดาบส เป็นต้น เมื่อพระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นในโลกนี้แล้ว จึงได้นำเสนอแนวทางการปฏิบัติธรรมบางแนวทางมีความสอดคล้องกับสำนักต่างๆ ที่มีอยู่ก่อนแล้ว เช่น การใช้กสิณ การใช้พรหมวิหารธรรม และการใช้รูปกรรมฐาน เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ **พระครูสุริวุฒิคุณ (นวปฏฺล กุสลาญาโณ)** (2561) ที่ศึกษา “การปฏิบัติสมาธิภาวนาในสมัยก่อนพุทธกาล” ที่พบว่า ยุคก่อนพุทธกาลนั้นมีการปฏิบัติกรรมฐาน 3 หมวดเป็นอารมณ์ในการปฏิบัติภาวนา คือ 1) กสิณภาวนา 2) พรหมวิหาร และ 3) รูป-อรูปกรรมฐาน ผู้ที่มีอุปนิสัยถึงพร้อมสามารถบรรลุ

ธรรมสูงสุด คือ สมาบัติ 8 และอภิญญา 5 ตัวอย่าง เช่น อาหารตาบสและอุทกตาบส บุคคลเหล่านี้หากเสียชีวิตโดยฉับพลันโดยไม่เสื่อกก็จะได้เกิดในพรหมโลก

วิธีปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาลนั้นเป็นการปฏิบัติตนเพื่อให้พ้นจากความทุกข์ในสังสารวัฏ โดยในสังคัมอินเดียนั้นมีรูปแบบการปฏิบัติธรรมหลากหลายสำนัก เมื่อจำแนกแล้วมี 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ทรมานตนเองและกลุ่มที่ปรนเปรอตนเอง พระพุทธเจ้าได้ทรงคิดค้นรูปแบบขึ้นใหม่ที่ปฏิเสธแนวทางสุดโต่งทั้ง 2 อย่างนั้น และเผยแพร่รูปแบบนั้นแก่สาวกให้ดำเนินตาม เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา หรือทางสายกลาง ซึ่งเป็นทางแห่งการหลุดพ้นอย่างสิ้นเชิง ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ **พระกัมพล กมฺพโล (สายอาภรณ์) และคณะ (2563)** ที่ศึกษาวิเคราะห์คุณค่าและความสำคัญของมัชฌิมาปฏิปทาในอัมมจักกัปปวัตตนสูตร พบว่า มัชฌิมาปฏิปทาเป็นอริยมรรคมีองค์ 8 ประการ เป็นทางดำเนินสู่ความดับทุกข์คือการรู้แจ้งพระนิพพานโดยผู้ปฏิบัติจะหยั่งเห็นอริยสัจ 4 ด้วยมรรคญาณ และสามารถรู้แจ้งพระนิพพานด้วยผลญาณ เนื่องจากพระนิพพานเป็นจุดหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนาและเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย เพื่อหวังความสิ้นทุกข์หลุดพ้นจากวัฏสงสารดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงตรัสว่าการบรรลุความสำเร็จอีกชั้นหนึ่งที่เป็นความดับทุกข์คือรูปนามทั้งหมด (นิพพานาย ส่วตตติ) และสอดคล้องกับงานวิจัยของ **พระสุรพงษ์ อธิธรรมโม (โปรงไธสง) และคณะ (2566)** ที่ศึกษาวิเคราะห์จิตวิทยาในหลักมัชฌิมาปฏิปทาของพุทธปรัชญาเถรวาท ผลการศึกษาพบว่า มัชฌิมาปฏิปทาในพุทธปรัชญาเถรวาท คือ ทางสายกลาง มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต เป็นทางปฏิบัติสายกลาง เพื่อให้ถึงความดับทุกข์ด้วยปัญหาแห่งทุกข์ด้วยปัญญา คือการดำเนินชีวิตที่ดีเพื่อกำหนดรู้ทุกข์ และปัญหาแห่งทุกข์ หรือปฏิบัติเพื่อกำหนดรู้ทุกข์ เมื่อปฏิบัติตามหลักมัชฌิมาปฏิปทาจะก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ ซึ่งเป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ และเพื่อนิพพาน

องค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย

จากการศึกษารูปแบบการปฏิบัติในสมัยพุทธกาล สามารถสรุปองค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย ได้ ดังต่อไปนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

สรุป

การปฏิบัติธรรมเป็นแนวทางเดียวที่จะทำความทุกข์ทั้งหมดให้สิ้นไป พระพุทธเจ้าทรงหาแนวทางการปฏิบัติธรรมและบำเพ็ญเพียรเพื่อให้บรรลุสู่ธรรมอันสูงสุดอันเป็นไปเพื่อการทำความทุกข์ทั้งหมดให้หมดไป การปฏิบัติธรรมของพระพุทธองค์ได้กระทำทุกวิถีทางแม้แต่การเอาชีวิตเข้าแลก คือ การบำเพ็ญธรรมอย่างอุกถหรือทรงบำเพ็ญทุกรกิริยาก็ไม่ทรงค้นพบหนทางอันแท้จริง จึงหันแนวทางมาสู่การปฏิบัติธรรมแห่งทางสายกลางอันเป็นปฏิปทาที่เทวดาทรงแสดงนิมิตด้วยการบรรเลงพิณ 3 สาย การปฏิบัติธรรมแห่งทางสายกลางหรือมัชฌิมาปฏิปทานี้ทำให้พระพุทธองค์สามารถบรรลุพระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ รู้แจ้งเห็นจริงทำที่สุดของทุกข์ให้หมดไปอย่างแท้จริง และหลักธรรมเหล่านี้พระพุทธองค์ทรงนำมาแสดงถึงการนำหลักปฏิบัติธรรมอันประเสริฐและเป็นหลักแห่งการปฏิบัติธรรมอย่างถูกต้องและเป็นไปเพื่อประโยชน์สุขอันสูงสุด

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากผลการศึกษาวิจัย เรื่องรูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาลนี้ ผู้วิจัยขอแสดงทัศนะเพื่อเป็นข้อเสนอแนะ รวมเป็น 3 ประการดังนี้

- 1) การศึกษาเรื่องรูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล จะทำให้ทราบถึง

หลักของการปฏิบัติเพื่อค้นหาแนวทางที่ถูกต้องสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคมนุชย์ที่เกิดขึ้นเพื่อครั้งพุทธกาลและนำมาเปรียบเทียบกับหลักการปฏิบัติธรรมของบุคคลต่างๆที่อยู่ในสังคมโลก ทั้งที่ร่วมยุคสมัยและมีมาในอดีต จะทำให้เราทราบถึงสภาพการณ์ต่างๆที่เรากำลังดำรงอยู่ในสังคมว่าบุคคลแบบใดจึงมีความเหมาะสม อันจะทำให้สามารถนำแนวทางเหล่านั้นเป็นหลักปฏิบัติของตน เพื่อจะทำให้เป็นผู้รู้เท่าทันเหตุการณ์และ นำมาใช้เป็นหลักในการดำรงชีวิตให้เหมาะสมกับสภาพการณ์นั้นๆ เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอย่างเป็นสุขในสังคม

2) หลักการปฏิบัติธรรมต่างๆ ที่ปรากฏในพุทธวิธี ล้วนเป็นหลักธรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขของการดำรงชีวิตทั้งในระดับปัจเจกบุคคลและในระดับสังคมโดยรวม หลักธรรมเหล่านั้นมีประโยชน์และความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะน้อมนำมาประพฤติปฏิบัติ เพราะย่อมจะนำสิ่งที่เป็นคุณประโยชน์ และสามารถนำมาปฏิบัติตามได้อย่างแท้จริง เพราะเรื่องราวต่างๆ ที่อยู่ในงานวิจัยนี้ย่อมเป็นบทพิสูจน์ได้ถึง เมื่อใดก็ตามธรรมทั้งหลายเหล่านี้ เกิดขึ้นในบุคคลหรือสังคมใด สังคมนั้นจะเป็นสังคมแห่งอุดมคติ อันเป็นที่ปรารถนาของทุกคน

3) สิ่งเตือนใจประการหนึ่งจากการวิจัยพบว่า สรรพสิ่งต่างๆ ล้วนตกอยู่ในกฎแห่งพระไตรลักษณ์ อันไม่เที่ยงแท้ การแสวงหาและยึดติดกับทรัพย์สินสมบัติต่างของมนุษย์ย่อมนำมาซึ่งความทุกข์ในที่สุด ดังนั้นเราควรแสวงหาความจริงอันเป็นประโยชน์ และเป็นคุณค่าอันแท้จริงอันเป็นอริยะทรัพย์ ที่จะนำพาความสุขอันแท้จริงที่เราทุกคนล้วนปรารถนา อันปรากฏในหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาอันเป็นที่สุด คือ พระนิพพาน ที่พระพุทธเจ้า พระผู้ทรงตรัสสั่งสอนไว้แก่สรรพสัตว์

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาเรื่อง “รูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล” ทำให้ทราบถึงแนวทางในการนำไปศึกษาต่อยอดการวิจัย ดังนี้

- 1) ศึกษาถึงวิธีการถ่ายทอดการปฏิบัติธรรมแบบต่างๆ ที่สอดคล้องกับหลักการปฏิบัติธรรมที่มีในปัจจุบัน
- 2) ศึกษาวิจัยการนำหลักการปฏิบัติธรรมไปประยุกต์ใช้ในชุมชน หรือองค์กรต่างๆ
- 3) ศึกษาแนวโน้มและทิศทางแห่งการปฏิบัติธรรม เปรียบเทียบกับสภาพสังคมในโลกยุคเทคโนโลยี
- 4) ศึกษาความเป็นประสิทธิภาพ ทั้งในหลักการ หรือบุคคล ที่ปฏิบัติธรรมอย่างเป็นรูปธรรม

บรรณานุกรม

- จำลอง ดิษยวณิช. (2543). **วิปัสสนากรรมฐานและเขาวัวปัญญา**. เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงทิพย์.
- ธนิต อยู่โพธิ์. (2517). **วิปัสสนาญาณมาด้วยทฤษฎีและการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน**. กรุงเทพมหานคร: นิยมวิทยา.
- พระกัมพล กมพล (สายอาภรณ์), พระครูสุธีศัมภีร์ญาณ, โสวิทย์ บำรุงภักดี และพระมหาสำรอง สดยญ โท. (2563). “การศึกษาวิเคราะห์คุณค่าและความสำคัญของมัชฌิมปฏิปทาในอัมมจักกัปปวัตตนสูตร”. *Journal of Modern Learning Development*. 5 (5): 248-259.
- พระครูสุธีวุฒิกคุณ (นวปฎล กุศลญาโณ). (2561). “การปฏิบัติสมาธิภาวนาในสมัยก่อนพุทธกาล”. *วารสาร มจร ปรัชญาปริทรรศน์*. 1 (2): 70.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2543). **วิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในสมัยพุทธกาล**. กรุงเทพมหานคร: สุขุมและบุตร.
- พระมหาดนรงค์ กนตสีโล (อุ้นคำ). (2548). **จุดเด่นพระพุทธศาสนา**. เชียงใหม่: โรงพิมพ์ตรีโอ แอดเวอร์ไทซิ่งแอนด์มีเดีย.
- พระสุรพงษ์ ชีระธมโม (โปร่งไธสง), วิเชียร ชาบุตรบุญฑริก และพระปลัดกิตติ ยุตติธโร. (2566). “การศึกษาวิเคราะห์จริยศาสตร์ในหลักมัชฌิมาปฏิปทาของพุทธปรัชญาเถรวาท”. *วารสารวิชาการ มจร บุรีรัมย์*, 8 (1): 51-63.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ศึกษาวิเคราะห์การปกครองตามหลักธรรมาธิปไตยในพระพุทธศาสนา

A Study and Analysis of Governance in Accordance with the Principles of Dharmadhipok in Buddhism

พนม ศรีเฟื้อง

Phanom Sriphaet

กองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายในราชอาณาจักร จังหวัดเชียงใหม่

Internal Security Operations Command, Chiang Mai Province

Corresponding Author, Email: sriphaetphanom@gmail.com

Received: 2024-12-06 Revised: 2024-12-20 Accepted: 2024-12-26

บทคัดย่อ

บทความวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์ 2 ข้อ คือ 1) ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการเมือง การปกครองในพระพุทธศาสนา และ 2) ศึกษาวิเคราะห์การปกครองตามหลักธรรมาธิปไตยในพระพุทธศาสนา เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร วิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาวิเคราะห์

ผลการศึกษาพบว่า การเมืองการปกครองตามแนวทางพระพุทธศาสนา คือ การจัดการอย่างถูกต้องตามกฎของธรรมชาติ เพื่อคนจำนวนมากจะอยู่ร่วมกันอย่างผาสุก การปกครองของรัฐจึงต้องมีการจัดการที่ดีทั้งในด้านการปกครอง เศรษฐกิจ และด้านสังคม โดยควรที่จะนำหลักธรรมในทางพุทธศาสนามาใช้ควบคู่กับกฎหมายของรัฐเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพ เสถียรภาพในการบริหารกิจการของรัฐ รัฐกับศาสนาไม่สามารถที่จะแยกออกจากกันได้ เพราะการเปลี่ยนแปลงใดๆ ที่เกิดขึ้นในทางการเมือง การปกครอง เศรษฐกิจ และสังคมย่อมมีผลกระทบต่อศาสนา และในทำนองเดียวกันการเปลี่ยนแปลง ในทางศาสนาก็จะมีผลกระทบต่อการเมืองการปกครอง เศรษฐกิจ และสังคมเช่นเดียวกัน พระพุทธศาสนาเน้นการปกครองแบบธรรมาธิปไตยในหลักการปกครอง 3 ประเภท คือ อัตตาธิปไตย ธรรมาธิปไตย และโลกาธิปไตย เพื่อให้สังคมส่วนรวมมีความเป็นปกติสุข ไม่มีการแบ่งพรรค แบ่งพวก หรือชนชั้นวรรณะ มีความสมานฉันท์ และคุ้มครองสิทธิของบุคคลทั่วไปให้ได้รับความเป็นธรรม หลักการปกครองตามแนวพระพุทธศาสนาจึงยึดหลักการปกครองสายกลาง อหิงสา ไม่เบียดเบียนผู้อื่นให้ได้รับความเดือดร้อน ยึดหลักความถูกต้องเป็นหลัก คือ หลักธรรมาธิปไตย

คำสำคัญ : การเมือง, การปกครอง, พระพุทธศาสนา

Abstract

This research article has two objectives: 1) to study the concept of politics and government in Buddhism and 2) to study and analyze the governance according to the principle of Dharma in Buddhism. It is documentary research with descriptive data analysis.

The results of the study found that Politics and government according to the Buddhist approach is to manage in accordance with the law of nature so that a large number of people can live together in peace. Therefore, the government of the state must be well managed in terms of governance, economy and society. The principles of Buddhism should be used in conjunction with the state law to create efficiency and stability in the administration of state affairs. The state and religion cannot be separated because any change that occurs in politics, governance, economy and society will affect religion. Similarly, changes in religion will also affect politics, governance, economy and society. Buddhism emphasizes the Dharma governance in three types of governance principles: autocracy, Dharma and globalism so that society as a whole is peaceful and happy, without divisions of parties, groups or castes, with unity and protection of the rights of the general public to receive justice. The principle of governance according to Buddhism is based on the principle of governance in the middle path, non-violence, not causing others to suffer, and based on the principle of correctness, which is the principle of Dharma.

Keywords: Politics, Governance, Buddhism

บทนำ

การปกครองแบบประชาธิปไตยนี้ นักปรัชญาการเมืองตะวันตกตั้งแต่สมัยยุคคลาสสิกกล่าวว่ายังมีข้อบกพร่องอย่างมาก เมื่อคนส่วนใหญ่มีความรู้่น้อย เป็นผู้ใช้สิทธิออกเสียงส่วนใหญ่ เป็นประชาธิปไตยในการบริหารจัดการรัฐ ย่อมนำไปสู่เป้าหมายที่ผิดพลาด อีกประการหนึ่งที่ประชาธิปไตยเน้นที่เสรีภาพเกินไป ทุกคนต่างเรียกร้องหาความเสมอภาค นานวันเข้าก็ไม่มีใครเกรงกลัวหรือเคารพต่อกฎระเบียบของสังคมปัญหาการเมือง การปกครองเกิดมาจากความ

โง่งเงลา คือ ขาดการศึกษาอย่างเพียงพอ และความเห็นแก่ตัวอย่างรุนแรง เพื่อความเป็นพรรค และพวกพ้อง เห็นแก่ประโยชน์ตนมากกว่าประโยชน์ส่วนรวม รัฐเพลโตเสนอรูปแบบระบบ การปกครองที่ดีที่สุด คือ ระบบอภิชนาธิปไตย ซึ่งมีระบบการปกครองโดยอำนาจการเมืองการ ปกครองอยู่ในชนชั้นผู้เป็นราชาปราชญ์ เป็นผู้ผ่านการทดสอบ คัดเลือกมาเป็นอย่างดี มีคุณธรรม จะต้องคัดคนโดยการเลื่อนขึ้นมาจากระบบการศึกษา หน้าที่ใหญ่ของรัฐ คือ การจัดระเบียบ ส่งเสริมการปกครองโดยชนชั้นนำที่มีคุณธรรม ไม่ควรมีทรัพย์สินส่วนตัว เพราะจะเกิดการ แข่งขันชิงดีเพื่ออำนาจการเมือง อำนาจทางสังคม เป็นอันตรายป้องกันได้ยากมาก (พระสานนท์ จรณธมโม (เตียนวน), 2549: 25)

ท่านพุทธทาสภิกขุเป็นคนแรกที่น่าคำสอนระดับโลกุตตรธรรมกลับคืน หลังจากที่ถูกวิทยาศาสตร์ตีจนถอยร่นและซุกตัวอยู่ในป่าเขานานหลายทศวรรษ ต่อมาพระธรรมปิฎกเขียน หนังสือ “พุทธธรรม” เสริมและสานงานที่ท่านพุทธทาสภิกขุทำไว้ คือ การนำคำสอนชั้นโลกุตตร ธรรมกลับคืนสู่พระพุทธศาสนาและสำนักของชาวพุทธ ทั้งพุทธทาสภิกขุและพระธรรมปิฎกให้ ความสำคัญ จริยธรรมพระพุทธศาสนาส่วนบุคคลและในมิติสังคม การอธิบายปฏิรูปพระพุทธ ศาสนาของทั้งสองท่านได้เชื่อมโยงพระพุทธศาสนาไปยังศาสตร์ต่างๆ เช่น วิทยาศาสตร์ นิติศาสตร์ สังคมศาสตร์ และรัฐศาสตร์

ด้วยเหตุนี้การปฏิรูปพระพุทธศาสนาจึงมีภารกิจในการปฏิรูปสังคมมาควบคู่กัน เพราะ พระพุทธศาสนามีศักยภาพมหาศาลในการปฏิรูปสังคม ที่สามารถช่วยให้ประชาสังคมเข้มแข็ง หลุดพ้นจากการครอบงำของรัฐและทุน การนำระบบคุณธรรมเข้ามาแทนที่ระบบคุณค่าแบบ เงินตราและระบบเกียรติยศของรัฐ จะมีความสำคัญในสังคมได้ ก็เพราะพระสงฆ์เป็นพลังใน ทางศีลธรรม คือ พร้อมทั้งจะซุก ซัก หรือแสดงจุดยืนในทางศีลธรรม หากบังเกิดความไม่ถูก ต้องในสังคม (พระไพศาล วิสาโล, 2545: 64) แนวคิดการปฏิรูปพระพุทธศาสนากับสังคมและ การเมืองอีกท่านหนึ่งที่สะท้อนบทบาทอย่างตรงไปตรงมาทั้งแนวคิดและการปฏิบัติของพระ โปธิรักษ์ ในการนำคณะชาวอโศกร่วมเคลื่อนไหวในเวทีการเมืองภาคประชาชน ดังนั้นผู้วิจัยจึง ได้เห็นความสำคัญของการรวบรวม เรียบเรียง พัฒนาการแนวคิดในการปฏิรูปพระพุทธศาสนา กับการเมืองหลัง พ.ศ. 2475 เพื่อทำให้ธรรมมีอำนาจอิสระเหนือการตีความเพื่อรับใช้รัฐ หลัก พระพุทธศาสนาที่ไม่ผูกติดกับ ลัทธิพราหมณ์ ฝู ฤๅษี โสยศาสตร์ พุทธพาณิชย์และกรอบของรัฐ ชาติ กลับไปหารากฐานของสังฆะธรรม ที่เป็นความจริงแท้ดั้งเดิม เป็นฐาน เป็นแม่บท เป็นก รอบใหญ่ กรอบหลักของสังคม และหลักกฎหมาย ที่ปกครองในระบอบประชาธิปไตย อันมี พระมหากษัตริย์เป็นประมุขที่ประสงค์จะปกครองแผ่นดินโดยธรรม มีธรรมเป็นอำนาจยธรรม เป็นใหญ่ ตัดสินใจด้วยหลักธรรม ให้การศึกษาให้รู้ธรรม เข้าถึงธรรมให้มากที่สุด ที่เรียกกันว่า