

การเสริมสร้างการมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ในองค์กรตามหลักสาราณียธรรม Enhancing Creative Participation in Organizations in Based on Principles of Sārāṇīyadhamma

รัชชัย ไชยวุฒิ

Tawatchai Chaiwoot

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Lamphun Buddhist College

Corresponding Author, Email: empk.1992@gmail.com

Received: 2024-12-04 Revised: 2024-12-20 Accepted: 2024-12-26

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 2 ข้อ คือ 1) เพื่อศึกษาหลักสาราณียธรรมในพระพุทธศาสนา และ 2) เพื่อศึกษาการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ในองค์กรตามหลักสาราณียธรรม ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพผสมกับการวิจัยเชิงเอกสาร

ผลการวิจัยพบว่า หลักสาราณียธรรมเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้านำหลักเมตตา มาเป็นแกนกลางในการแก้ไขความขัดแย้ง ประกอบด้วย 1. เมตตากายกรรม 2. เมตตาวจีกรรม 3. เมตตาโมหกรรม 4. สาธารณโภคี 5. สีสสามัญญดา 6. ทิฏฐิสามัญญดา สาราณียธรรม 6 ประการนี้ ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพ เป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันเดียวกัน วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ได้ดำเนินการเป็นองค์กรแห่งความสุขแบบบูรณาการ ซึ่งการบูรณาการผ่าน 4 มิติ คือ มิติของการจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพ มิติของวัฒนธรรมองค์กร มิติการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลภายในองค์กร มิติการเชื่อมโยงกับภายนอก และมีการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ ดังนี้ 1. เมตตากายกรรม ตระหนักถึงความสำคัญของการมีสุขภาพกายที่ดีของบุคลากรทุกระดับ การส่งเสริมการมีสุขภาพดีผ่านกิจกรรมต่างๆ 2. เมตตาวจีกรรม ให้ความสำคัญเกี่ยวกับการยกย่องเชิดชูคนดี คนเก่ง 3. เมตตาโมหกรรม การยิ้มให้กัน ทุกคนที่อยู่ร่วมกันจะต้องทำให้ครอบครัวบ้านหลังที่สองมีความสุข 4. สาธารณโภคี มอบสิ่งของเนื่องในสถานการณ์โควิด 19 5. สีสสามัญญดา ได้ส่งเสริมให้บุคลากรได้มีการผ่อนคลายด้วยรักษาศีลและการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สวดมนต์ ไหว้พระ 6. ทิฏฐิสามัญญดา ให้คำปรึกษาหารือกันมีความสนิทสนมเป็นกันเองกับบุคลากรในส่วนงาน

คำสำคัญ : สาราณียธรรม, การมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์, พระพุทธศาสนา, องค์กร

Abstract

This research article has two objectives: 1) to study the principles of Saraniya Dhamma in Buddhism and 2) to study the promotion of creative participation in organizations according to the principles of Saraniya Dhamma. The research method used a qualitative research mixed with documentary research.

The research results found that The principles of Saraniya Dhamma are principles that the Lord Buddha used the principle of loving-kindness as the core in resolving conflicts, consisting of 1. Metta-kaya Karma 2. Metta-vaci Karma 3. Metta-manokarma 4. Satha-tha-bhokhi 5. Sila-samanyata 6. Ditthi-samanyata. These 6 Saraniya Dhammas make people beloved, respected, and lead to mutual assistance, unity, and unity. Lamphun Buddhist College has operated as an integrated organization of happiness, which integrates through 4 dimensions: the dimension of physical environment, the dimension of organizational culture, the dimension of interactions between people within the organization, and the dimension of external connections, and the promotion of creative participation as follows: 1. Metta-kaya Karma Realizing the importance of good physical health of personnel at all levels Promoting good health through various activities 2. Metta-vaji-kamma Emphasizes praising good and capable people. 3. Metta-manokamma Smiling at each other Everyone who lives together must make the second family happy. 4. Satha-tha-bhokhi Giving things during the COVID-19 situation 5. Sila-samanyata Promotes personnel to relax by keeping the precepts and practicing Vipassana meditation, chanting, and worshiping Buddha. 6. Ditthi-samanyata Consulting and discussing with each other Being close and friendly with personnel in the department

Keywords: Saraniya-dhamma, Creative participation, Buddhism, Organization

บทนำ

การทำงานร่วมกันในองค์กรถือได้ว่ามีความสำคัญในการที่จะสร้างความเจริญรุ่งเรืองให้กับองค์กร ผู้บริหารหรือผู้ร่วมงานจะเป็นส่วนหนึ่งของความสำเร็จขององค์กรด้วย ทั้งนี้ กระบวนการมีส่วนร่วมของคนในองค์กรในการร่วมมือกันทำงานจะเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ความสำเร็จดังกล่าวเกิดขึ้น และสามารถต่อยอดหรือพัฒนาไปสู่ความยั่งยืนขององค์กรได้

การมีส่วนร่วมเป็นกระบวนการหนึ่งในการทำงานร่วมกันของบุคลากรที่อยู่ทั้งภายในองค์กรและภายนอกองค์กร เป็นลักษณะหนึ่งของการมีปฏิสัมพันธ์กันของคนในองค์กรที่จะช่วยกันสรรค์สร้างความสำเร็จให้เกิดขึ้นในองค์กร การมีส่วนร่วมเป็นการเกี่ยวข้องของประชาชนในกระบวนการตัดสินใจว่าจะทำอะไร โดยใคร การเกี่ยวข้องนี้เป็นการนำโครงการไปปฏิบัติ แบ่งปันประโยชน์ ติดตามและประเมินผลโครงการ (Cohen and Uphoff, cited in Narayanasamy, N., 2009: 2) การนำเอาแนวคิดการมีส่วนร่วมในด้านต่างๆ ทั้งของประชาชน ชุมชน สังคม มาประยุกต์ใช้กับการมีส่วนร่วมในระดับองค์กร จะเป็นปัจจัยแห่งความสำเร็จหนึ่งที่ทำให้องค์กรสามารถก้าวหน้าและประสบความสำเร็จได้ ในขณะเดียวกัน การเสริมสร้างการมีส่วนร่วมให้เกิดขึ้นกับองค์กรก็ถือว่าเป็นภารกิจหรือหน้าที่หนึ่งของผู้บริหารองค์กร ไม่ว่าจะเป็นองค์กรภาครัฐหรือองค์กรภาคเอกชน ซึ่งใช้ทฤษฎีหรือกระบวนการมีส่วนร่วมในลักษณะเดียวกัน อีกทั้งในองค์กรระดับต่างๆ ก็ย่อมที่จะต้องการการมีส่วนร่วมในองค์กรให้เกิดขึ้น ทั้งนี้ แนวคิดเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมนั้นมีอยู่หลากหลายแนวคิด การที่จะนำแนวคิดใดแนวคิดหนึ่งมาเป็นฐานในการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมของคนในองค์กรนั้นจำเป็นต้องมองถึงบริบทขององค์กรด้วย เช่น องค์กรด้านศาสนา องค์กรด้านการศึกษา องค์กรด้านวิทยาศาสตร์และสิ่งแวดล้อม องค์กรด้านสังคม เป็นต้น ซึ่งความสำคัญในการมองบริบทขององค์กรจะเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้การเลือกสรรแนวคิดการมีส่วนร่วมเพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในองค์กรนั้นมีความถูกต้องและแม่นยำมากยิ่งขึ้น ยกตัวอย่าง การนำเอาทฤษฎีการมีส่วนร่วมทางการเมือง มาประยุกต์ใช้กับการบริหารงานในองค์กร ก็ดูเหมือนจะไม่ตรงตามประเด็นหรือวัตถุประสงค์มากเท่าใดนัก เป็นต้น ดังนั้นแล้ว การเลือกแนวคิดหรือทฤษฎีของการมีส่วนร่วมนั้นจึงจำเป็นต้องมองถึงบริบทขององค์กรด้วย ซึ่งองค์กรแต่ละองค์กรนั้นย่อมที่จะมีความแตกต่างกันเป็นอย่างมาก เพราะองค์กรต่างๆ เป็นที่รวมตัวกันของบุคลากรที่มาจากหลากหลายความคิด หลากหลายทัศนคติ การที่จะทำให้คนในองค์กรทำงานร่วมกันได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นจำเป็นที่จะต้องมองให้ออกถึงบริบทขององค์กรด้วย

การเสริมสร้างการมีส่วนร่วมขององค์กร จึงเป็นกระบวนการหนึ่งที่จะทำให้องค์กรสามารถที่จะพัฒนาไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายขององค์กรได้ ทั้งนี้ การบริหารองค์กรในยุค

ที่เต็มไปด้วยการแข่งขัน ผู้นำขององค์กรจึงเปรียบเสมือนเป็นแม่ทัพที่จะต้องวางยุทธศาสตร์ในการต่อสู้ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วตลอดเวลา ดังนั้น ผู้บริหารในฐานะผู้นำขององค์กรจะต้องเตรียมความพร้อมของตนเองในทุกๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นความรู้ความสามารถทางวิชาการหรือประสบการณ์ต่างๆ ที่จะสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ต่างๆ ได้ (ทองทิพภา วิริยะพันธ์, 2550: 13) กระบวนการการมีส่วนร่วมในองค์กรจะเป็นกลยุทธ์สำคัญที่ผู้นำหรือผู้บริหารจะต้องนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด เบนนิส และ นานัส (Bennis and Nanus) กล่าวว่า ผู้นำ คือ บุคคลที่มีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์ เป็นสัญลักษณ์ของความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในสังคม ผู้นำเป็นผู้ที่จะนำกลุ่มให้พ้นจากความทุกข์ยาก ขจัดปัญหา ขจัดความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในกลุ่ม และฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆ จนสามารถบรรลุตามเป้าหมายของสังคมที่วางไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีประสิทธิผล (Bennis, W., and Nanus, 1985: 215) แนวคิดดังกล่าวนี้มุ่งชี้ให้เห็นถึงผู้นำที่จะต้องทำอะไรบ้างในสังคม ซึ่งผู้นำในองค์กรก็เช่นเดียวกัน จำเป็นที่จะต้องมียุทธศาสตร์สำคัญในการนำองค์กรให้ประสบความสำเร็จผ่านกระบวนการทำงานต่างๆ โดยเฉพาะการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งที่จะเกิดขึ้นในองค์กร อันเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้การทำงานขององค์กรต้องสะดุดลงและอาจจะหยุดชะงักในที่สุด ผู้นำจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความเป็นผู้นำ ทั้งนี้ ผู้นำ มิใช่จะเป็นกันได้อย่างง่ายๆ จะต้องมีความเป็นผู้นำ คือผู้นำที่ได้รับการยอมรับหรือยกย่องให้เป็นผู้นำและต้องเป็นผู้มีความสามารถอันเกิดจากตัวของเขาเอง จนเป็นที่ยอมรับหรือยกย่องของกลุ่มให้เป็นผู้นำและนำทีมไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมาย (วิเชียร วิทย์อุดม, 2550: 2) อย่างไรก็ตาม การนำแนวคิดทฤษฎีการมีส่วนร่วมมาใช้ในการบริหารองค์กรบางครั้งก็จำเป็นที่จะต้องมีการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างการมีส่วนร่วม ซึ่งเป็นแนวคิดที่มีความสำคัญและสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้อย่างไม่จำกัด หลักธรรมสำคัญหนึ่งที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้คือ หลักสาราณียธรรม อันเป็นหลักธรรมที่มีประโยชน์ในทางเกื้อกูลแก่ผู้ปกครอง เน้นความสำคัญของผู้นำและบุคลากรในองค์กร อันจะเป็นแนวทางให้เกิดความสุขความเจริญ มีอยู่ 6 ประการ ประกอบไปด้วย (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 317: 257)

1) เมตตาการุณยธรรม ได้แก่ การเข้าไปตั้งกายกรรมประกอบด้วย เมตตา นั่นคือ การอยู่ด้วยกัน ด้วยการกระทำดีต่อกัน ไม่เบียดเบียนทำร้ายกัน ไม่ก่อสงคราม แต่มุ่งเน้นการสร้างความร่วมมือกันเพื่อความผาสุกของมวลมนุษย

2) เมตตาจริยธรรม ได้แก่ การเข้าไปตั้งจริยกรรมประกอบด้วยเมตตา คือใช้หลักการพูด การเจรจาให้เข้าใจกัน ไม่กล่าวร้ายเสียดสีกัน

3) เมตตาโมกขธรรม ได้แก่ การเข้าไปตั้งมโนกรรมประกอบด้วยเมตตา คือการคิดดี

มองเห็นในแง่ดี มีความหวังดีและปรารถนาดี รักและเมตตาต่อกัน

4) สาธารณโภคี หมายถึง รู้จักแบ่งปันผลประโยชน์ด้วยความยุติธรรม ไม่เห็นแก่ตัว ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนมากกว่าส่วนรวม ไม่เอารัดเอาเปรียบและมีความเสมอภาคต่อกัน เอื้อเพื่อเอื้อเผื่อซึ่งกันและกันอยู่เสมอ

5) สีสสามัญญตา หมายถึง ปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อบังคับหรือวินัยต่างๆ อย่างเดียวกันเคารพในสิทธิเสรีภาพของบุคคลอื่นไม่ล่วงหน้าที่ซึ่งกันและกันไม่อ้างอำนาจ ไม่ถืออภิสิทธิ์ใดๆ ทั้งปวง

6) ทิฏฐิสามัญญตา หมายถึง มีความเห็นร่วมกัน เป็นอย่างเดียวกันปรับมุมมองให้ตรงกัน ไม่ยึดถือความคิดของตนเป็นใหญ่ รู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นของคนอื่นอยู่เสมอ

หลักสาราณียธรรม เป็นหลักธรรมแห่งการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขของคนในองค์กรการทำงาน หลักธรรมนี้มุ่งเน้นการเสริมสร้างความสามัคคีให้เกิดขึ้นและจะนำมาซึ่งความสุขในที่สุด เพราะหลักธรรมนี้เป็นหลักธรรมในการพัฒนาตนเองของผู้ที่อยู่ร่วมกันหรือผู้ที่ทำงานร่วมกันในองค์กร ทั้งนี้ ความสามัคคีอันเกิดจากการมีส่วนร่วมนั้นจะเป็นปัจจัยสำคัญที่สร้างความสำเร็จให้กับองค์กรได้ และประการสำคัญ การมีส่วนร่วมในองค์กรจะต้องเกิดขึ้นจากความพร้อมใจกันของคนในองค์กร และหลักสาราณียธรรม จะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้คนในองค์กรเกิดความรักความสามัคคีกันขึ้น ส่งผลให้การทำงานต่างๆ ร่วมกันเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ นำมาซึ่งคุณภาพของงานที่เกิดจากความตั้งใจและความสามัคคีของคนในองค์กร อันเป็นการแสดงให้เห็นถึงการพัฒนาตนเองของคนในองค์กรตามหลักธรรมดังกล่าวด้วย และเมื่อทุกคนมีการพัฒนาตนเองแล้ว ก็จะนำพาความสามัคคีและความสุขให้เกิดขึ้นได้อย่างแน่นอน

จากความเป็นมาและความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาถึงการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในองค์กรตามหลักสาราณียธรรม เพื่อสร้างจิตสำนึกในการทำงานร่วมกันของคนในองค์กรให้เกิดความรักความสามัคคีกันภายในองค์กร มีการประยุกต์ใช้หลักธรรมเพื่อพัฒนาตนเองที่จะนำไปสู่การพัฒนางานที่มีประสิทธิภาพ โดยผู้วิจัยได้มุ่งศึกษาถึงการมีส่วนร่วมในองค์กร หลักสาราณียธรรม และการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในองค์กรตามหลักสาราณียธรรม อันจะนำมาซึ่งความสำเร็จและความสุขขององค์กรได้อย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาหลักสาราณียธรรมในพระพุทธศาสนา
2. เพื่อศึกษาการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ในองค์กรตามหลักสาราณียธรรม

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างการมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ในองค์กรตามหลัก สาราณียธรรม มีรูปแบบการวิจัยในการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยเน้นการ ศึกษาเอกสาร (Documentary Research) ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีดำเนินการวิจัยมีขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นสำรวจเอกสาร

1) ศึกษาข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ จากคัมภีร์พระ ไตรปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช 2539

2) ศึกษาข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ วรรณคดี ฎีกา อนุฎีกา ปกรณวิเสส ตลอดจนผลงานที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยนี้ ตำรา งานวิจัย วิทยานิพนธ์ บทความ และเอกสาร เป็นการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในองค์กร การมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ในองค์กร และการประยุกต์ใช้หลักสาราณียธรรมในการเสริมสร้าง การมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ในองค์กร

2. ขั้นเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อแสดงให้เห็นถึงแนวคิด หลักการ ทฤษฎีและแนวทาง การเสริมสร้างการมีส่วนร่วม ซึ่งจะทำให้เกิดความเข้าใจอย่างถ่องแท้จากภาพรวมได้หลากหลาย มิติ ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมโดยใช้วิธีการบันทึกข้อมูล ดังนี้ คือ ย่อความให้ได้ใจความตรงตามความ หมายของข้อความเดิม บันทึกโดยถอดข้อความเป็นข้อความของผู้วิจัยเอง คัดลอกข้อความ แล้วทำอัญประกาศ ซึ่งจะกระทำเมื่อข้อความนั้นอยู่ในเกณฑ์ข้อใดข้อหนึ่ง ดังต่อไปนี้ คือ เป็น ข้อความสำคัญมาก เป็นข้อความที่จะมีการพิสูจน์หรือทดสอบข้อเท็จจริง เป็นข้อความที่ผู้วิจัย ต้องการอ้างอิงเพื่อสนับสนุนความคิดเห็นของตนเอง เป็นข้อความที่เขียนได้ดีมาก ถ้อยคำสำนวน กะทัดรัดชัดเจนและข้อความที่เป็นพุทธพจน์ที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก

3. ขั้นตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล เมื่อได้ข้อมูลมาแล้วก่อนการวิเคราะห์ผู้ วิจัยได้ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล โดยตรวจสอบแหล่งที่มา เนื้อหา และความสมบูรณ์ของ ข้อมูล เมื่อได้ตรวจสอบเรียบร้อยแล้วจึงนำมาจัดเรียงลำดับก่อนและหลังเรียงตามวัตถุประสงค์ ของการวิจัยเพื่อนำไปสู่ขั้นตอนของการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

4. ขั้นวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis) ตามประเด็น คือ หลักสาราณียธรรมในพระพุทธศาสนา และการเสริมสร้างการมีส่วนร่วม เชิงสร้างสรรค์ในองค์กรตามหลักสาราณียธรรม

5. ขั้นสรุปผล เมื่อวิเคราะห์ข้อมูลสำเร็จเรียบร้อยแล้วผู้วิจัยนำผลที่ได้จากการ วิเคราะห์ในแต่ละประเด็นมาสรุปเพื่อนำไปสู่ขั้นตอนของการเขียนรายงานการวิจัยต่อไป

ผลการวิจัย

1. หลักสาราณียธรรมในพระพุทธศาสนา

หลักสาราณียธรรม มีความหมายตามที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่าธรรมเป็นเหตุให้ระลึกถึงกัน ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพ เป็นไปเพื่อสงเคราะห์ เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ธรรมว่านี้คือหลักสาราณียธรรม หลักสาราณียธรรม คือ ธรรมะที่จะนำใจของบุคคลให้ระลึกถึงกัน ผูกพันเชื่อมโยงบุคคลไว้ด้วยน้ำใจ ใจจึงมีความสำคัญยิ่งดังนี้ ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สิ่งทั้งหลายสำเร็จมาแต่ใจ เพราะฉะนั้น หากว่าบุคคลใดมีใจผ่องใส จะพูดอะไรก็ตาม จะทำอะไรก็ตาม เพราะเหตุที่มีใจผ่องใส นั้น ความสุขย่อมจะติดตามเขาไปเหมือนเงาติดตามตัว ในแง่ของหลักรัฐศาสตร์ หมายถึง หลักธรรมที่จะทำให้ประชาชนภายในชาติอยู่ด้วยความสามัคคี ทำให้ประเทศชาติเป็นเอกภาพ เป็นหน้าที่หรือปฏิบัติที่ประชาชนควรปฏิบัติต่อคนอื่นในสังคม นอกจากนี้ หลักสาราณียธรรม ยังหมายความว่าถึงสภาวะการแสดงไมตรีและความหวังดีต่อเพื่อนมนุษย์ แสดงอาการกิริยาสุภาพ เคารพนับถือกัน, ช่วยบอกแจ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ สั่งสอนหรือแนะนำตักเตือนกันด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพ แสดงความเคารพนับถือกัน, การตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน มองกันในแง่ดี มีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสต่อกัน, การแบ่งปันลาภผลที่ได้มาโดยชอบธรรม แม้เป็นของเล็กน้อยก็แจกจ่ายให้ได้มีส่วนร่วมใช้สอยบริโภคร่วมกัน, การมีความประพฤติสุจริตตั้งตามรักษาระเบียบวินัยของส่วนรวม ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารังเกียจหรือเสื่อมเสียแก่หมู่คณะ, การเคารพรับฟังความคิดเห็นกัน มีความเห็นชอบร่วมกัน ตกลงกันได้ในการสำคัญ นัยยะดังกล่าวมีความสอดคล้องกับเรื่องราวในภณพินสูตรที่พระพุทธเจ้าตรัสเหตุแห่งความบาดหมางไว้ว่า ภิกษุทั้งหลาย ในทิศใด ภิกษุทั้งหลายเกิดความบาดหมางกัน ทะเลาะ วิวาทกัน ใช้หอกคือปากทิ่มแทงกันอยู่ ทิศนี้ แม้เพียงคิดก็ไม่เป็นที่สำราญแก่เราไม่จำเป็นต้องพูดถึงการไป ส่วนในทิศใด ภิกษุทั้งหลายพร้อมเพรียงกัน ชื่นชมกัน ไม่วิวาทกัน เป็นเหมือนน้ำมันกับน้ำ มองกันด้วยนัยน์ตาที่เปี่ยมด้วยความรักอยู่ทิศนี้ แม้ไปเยือนก็เป็นที่ยำราญแก่เรา ไม่จำเป็นต้องพูดถึงการคิดในเรื่องนี้ ดังนั้น หลักสาราณียธรรมที่มีหลักเมตตาเป็นหลักธรรมที่เป็นแกนกลาง เป็นหลักการที่นำมาซึ่งความระลึกถึงกัน 6 อย่าง คือทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่ความเคารพ เพื่อสงเคราะห์กันเพื่อการไม่ทะเลาะวิวาทกัน เพื่อความสามัคคีปรองดองกัน เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันนั้นมี 6 ประการ คือ เมตตากายกรรม เมตตาวจีกรรม เมตตามโนกรรม การแบ่งปันลาภทั้งหลายที่ได้มาโดยชอบธรรม การรักษาศีล การมีอริยปฏิภาณ

นอกจากนี้ หลักสาราณียธรรมยังหมายถึงสภาวะการแสดงไมตรีและความหวังดีต่อเพื่อนมนุษย์แสดงอาการกิริยาสุภาพ เคารพนับถือกัน, ช่วยบอกแจ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ สั่งสอนหรือแนะนำตักเตือนกันด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพ แสดงความเคารพนับถือกัน การตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน มองกันในแง่ดี มีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใส ต่อกัน การแบ่งปันลาภผลที่ได้มาโดยชอบธรรม แม้เป็นของเล็กน้อยก็แจกจ่ายให้ได้มีส่วนร่วม ใช้สอยบริโภคร่วมกัน การมีความประพฤติสุจริตตั้งมรรักษาระเบียบวินัยของส่วนรวม ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารังเกียจหรือเสื่อมเสียแก่หมู่คณะ การเคารพรับฟังความคิดเห็นกัน มีความเห็นชอบร่วมกัน ตกลงกันได้ในหลักการสำคัญ หลักสาราณียธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสเอาไว้ เกิดขึ้นด้วยอาศัยเหตุการณ์ความแตกสามัคคีของสงฆ์ในขณะนั้นเป็นมูลเหตุ โดยมีจุดประสงค์ในการตรัสอยู่ที่ความต้องการให้ภิกษุที่แตกความสามัคคีในขณะนั้นกลับมาสามัคคีกันดังเดิม และป้องกันไม่ให้เกิดสามัคคีในสงฆ์กลุ่มอื่นๆ จึงทำให้พระพุทธเจ้าตรัสหลักสาราณียธรรมที่ประกอบด้วยหลักปฏิบัติ 6 ประการที่เมื่อนำไปปฏิบัติแล้วจะก่อให้เกิดความสามัคคี โดยทั้ง 6 หลักการปฏิบัตินั้นได้สอดแทรกแนวคิดที่สำคัญเอาไว้ภายในอยู่ 3 ประการ คือ 1) การเป็นผู้มีเมตตาที่เน้นในการแสดงความรักใคร่ ปรารถนาดีอยากให้ผู้อื่นมีความสุข โดยการแผ่ไมตรีจิตและคิดทำประโยชน์แก่ผู้ที่อยู่ร่วมกันในสังคม 2) การเป็นผู้มีศีลที่เน้นการรักษากายและวาจาให้เรียบร้อย ตั้งอยู่ในความดีงามและมีระเบียบวินัยอันดีงาม มีความประพฤติสุจริตตั้งงาม ถูกต้องตามระเบียบวินัย และไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารังเกียจของหมู่คณะ 3) สัมมาทิฐิ ที่เน้นความคิด ความเห็น ความเข้าใจที่ถูกต้องที่สามารถเกิดได้จากการได้ยินได้ฟังสิ่งดีๆ ที่เป็นปรโตโมหะจากกัลยาณมิตร และโยนิโสมนสิการ ที่เน้นใช้ความคิดอย่างถูกวิธี รู้จักคิด คิดเป็น ที่เป็นการกระทำในใจโดยแยบคาย มองสิ่งทั้งหลายด้วยความคิดพิจารณา รู้จักสืบสาวหาเหตุผล แยกแยะสิ่งนั้นๆ หรือปัญหานั้นๆออก ให้เห็นตามสภาวะและตามความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยและเป็น ฝ่ายปัญญาที่เกิดขึ้นภายใน ทำให้มีความคิดความเห็นที่ถูกต้อง หลักธรรมสำคัญที่ถูกสอดแทรกอยู่ภายใต้เงาหลักสาราณียธรรม จึงเป็นส่วนที่คอยอำนวยให้หลักสาราณียธรรมสำเร็จประโยชน์อย่างที่เหมาะสมจะเป็น ซึ่งหลักธรรมเหล่านั้นประกอบไปด้วย ความมีเมตตา ที่ทำให้เป็นที่รักของบุคคลที่อยู่ร่วมกันในสังคม ศีล จะทำให้ความประพฤติของคนในสังคมมีความเสมอภาคกัน อันมีส่วนทำให้ไม่เกิดการเพ่งโทษกันและกัน และสุดท้ายสัมมาทิฐิที่เป็นความส่วนของปัญญา ที่คอยทำหน้าที่เป็นเหมือนหางเสือควบคุมให้เมตตาและศีลทำหน้าที่ของตนเองได้อย่างเต็มที่และมีความยืดหยุ่น จนก่อให้เกิดเป็นหลักสาราณียธรรมที่ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพ อันเป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของหมู่คณะและไม่ก่อให้เกิดความแตกแยกหรือแตกความสามัคคีได้อย่างสมบูรณ์

หลักสาราณียธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกถึงกัน คือ ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพ เพื่อสงเคราะห์กัน เพื่อการไม่ทะเลาะวิวาทกัน เพื่อความสามัคคีปรองดองกัน เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันนั้นมีรายละเอียดหรือองค์ประกอบ ดังต่อไปนี้ 1. เมตตากายกรรม หลักธรรมในข้อนี้เป็นการประพฤติที่เหมาะสมที่ควร เป็นสาราณียธรรมที่ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพแก่คนรอบข้าง เป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กันเกื้อกูลกัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน 2. เมตตาวจีกรรม ใช้วาจาคำพูดที่เป็นสัมมาทฐิ ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่ศรัทธา และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน 3. เมตตาโมหกรรม มีความปรารถนาดี ทำให้เป็นที่เคารพเป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน 4. การแบ่งปันลาภทั้งหลายที่ได้มาโดยชอบธรรม ทำให้เป็นที่เคารพ เป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน 5. รักษาศีล ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ถูกตัดหาและทักท้วงครอบงำ เป็นไปเพื่อการมีสมาธิเสมอกันกับเพื่อน ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพ เป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กันเพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน 6. มีอริยทักขณ มีความเห็นไปในทางที่ถูกที่ควร เป็นธรรมที่นำมาเพื่อความสิ้นทุกข์แก่ผู้ปฏิบัติตาม ข้อนี้ก็หลักสาราณียธรรมที่ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพเป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

ในทางพระพุทธศาสนา ก็มีรูปแบบของชุดแนวคิดและเพื่อการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ในองค์กร โดยพระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสหลักธรรมไว้มากมาย ขึ้นอยู่กับเราหรือสังคมจะนำมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะกับสถานการณ์ปัจจุบัน หลักธรรมที่ทรงคุณค่า ที่สำคัญหมวดหนึ่ง ชื่อว่า สาราณียธรรม เป็นหลักธรรมที่ขึ้นต้นด้วยเมตตาเป็นแกนหลัก จัดว่าเป็นหลักธรรมที่เป็นชุดเครื่องมือหรือเป็นพุทธวิธีในการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ในองค์กรได้เป็นอย่างดี เพราะเหตุผลที่ว่าหลักสาราณียธรรมเป็นหลักการที่นำมาซึ่งความระลึกถึงกัน 6 อย่าง คือ เมตตากายกรรม การแสดงไมตรีและความหวังดีต่อเพื่อนมนุษย์ แสดงอาการกิริยาสุภาพ เคารพนับถือกัน เมตตาวจีกรรม การช่วยบอกแจ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ สั่งสอนหรือแนะนำตักเตือนกันด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพต่อกัน แสดงความเคารพนับถือกัน เมตตาโมหกรรม การตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน มองกันในแง่ดี มีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสต่อกัน สาธารณโภคิการแบ่งปันลาภผลที่ได้มาโดยชอบธรรม แม้เป็นของเล็กน้อยก็แจกจ่ายให้ได้มีส่วนร่วมใช้สอยบริโภคทั่วกัน ศีลสามัญญดา การมีความประพฤติสุจริตดีงาม รักษาระเบียบวินัยของส่วนรวม ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารังเกียจ หรือเกิดเสื่อมเสียแก่หมู่คณะ

2. การเสริมสร้างการมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ในองค์กรตามหลักสราณียธรรม

แนวทางการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ในองค์กรตามหลักสราณียธรรม มีดังนี้

1) หลักเมตตาภายในกรรม คือ การรู้จักข่มใจ และมีท่าทีอดทนต่อสิ่งที่เข้ากระทบ กล่าวคือ การเข้าไปมีปฏิสัมพันธ์นั้น ในฐานะประชาชนกับเจ้าหน้าที่ของรัฐ ควรจะต้องแสดงไมตรีและความหวังดีต่อกัน ด้วยการสร้างสัมพันธ์ที่ดี มีการประสานร่วมมือกันที่จะทำกิจกรรม ร่วมกันการไม่ลงมือลงไม้ หรือไม่ประทุษร้ายกันการปรับตัวเพื่อการอยู่ร่วมกัน การเข้าถึงและเข้าใจภาคประชาชน ผู้บริหารองค์กรวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการมีสุขภาพกายที่ดีของบุคลากรทุกระดับ มีการส่งเสริมการมีสุขภาพดีผ่านกิจกรรมต่างๆ รวมถึง การสนับสนุนงบประมาณในการสร้างลานกีฬา สร้างโรงอาหาร และจัดตั้งชมรมที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเสริมสุขภาพให้แก่บุคลากร

2) หลักเมตตาปัจเจกกรรม การพูดคุยหรือการสื่อสารด้านข้อมูลระหว่างรัฐกับชุมชน ยังมีน้อย ซึ่งหลายฝ่ายเห็นด้วยถ้าจะหันมาใช้หลักการหรือแนวทางเมตตาปัจเจกกรรมให้มากยิ่งขึ้น เพื่อแก้ปัญหาความขัดแย้งในชุมชน โดยแต่ละฝ่ายต่างได้เสนอแนวทางและขั้นตอนด้วยการเน้นการฟังมากขึ้น กล่าวคือ ต้องตั้งใจฟังมาก และรู้จักฟังข้อเรียกร้อง ฟังโดยตั้งใจให้เป็นกุศล วิทยาลัยสงฆ์ลำพูนให้ความสำคัญเกี่ยวกับการเคารพนับถือยกย่อง ซึ่งกันและกัน นั่นคือการนับถือ ยกย่องเชิดชูคนดี คนเก่ง คนเสียสละและคนทำประโยชน์ให้กับองค์กรอยู่ตลอดเวลาโดยเฉพาะการชื่นชมจากผู้บังคับบัญชาจะต้องพูดออกมาบ่อยๆ เพื่อเป็นกำลังใจให้กับบุคลากร ที่จะปฏิบัติหน้าที่ด้วยความขยัน และสร้างผลงานเพื่อวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ดังนั้น การยกย่องเชิดชูในภาษาธรรมเรียกว่า มุทิตา อันเป็นหลักธรรมที่นำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างฉันทมิตรสหายผู้รักใคร่กลมเกลียวกันมากที่สุด เพราะหากบุคลากรมีมุทิตามากเท่าไรก็จะสามารถสร้างผลงานได้มากเท่านั้นอีกทั้งวิทยาลัยสงฆ์ลำพูนจะต้องกำหนดบรรทัดฐานในการยกย่องบุคลากรที่ปฏิบัติตัวอย่างต่อเนื่องด้วยการให้สิ่งตอบแทนอย่างน้อยที่สุดและเป็นสิ่งสำคัญที่สุดนั่นก็คือ คำพูดยกย่องนั่นเอง และบุคลากรผู้นั้น จะรู้สึกว่าได้ได้รับการยอมรับนับถือจะช่วยให้การปฏิบัติในอนาคตมีประสิทธิภาพ มีคุณภาพในผลผลิตมากยิ่งขึ้นก็ด้วยกลายเป็นค่านิยมร่วมกันในองค์กร

3) หลักเมตตาตามโนกรรม คือ การอุทิศตนเพื่องานของชุมชน กล่าวคือ ผู้บริหารงานและเจ้าหน้าที่ภาครัฐควร เสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวมเป็นสำคัญ การเข้ามารับฟังปัญหา และรับรู้ข้อมูลร่วมกันทั้งภาครัฐและชุมชน และการขอโอกาสให้ภาคประชาชน บริหารงานด้วยความมีจิตใจที่ซื่อสัตย์ สุจริต โดยไม่มีการใช้อำนาจหน้าที่เพื่อแสวงหาผลประโยชน์ส่วนตนและพวกพ้อง และเข้าใจหัวอกของบุคคลอื่น วิทยาลัยสงฆ์ลำพูนจึงเป็นบ้าน

หลังที่สอง เมื่อเป็นบ้านหลังที่สอง ทุกคนที่อยู่ร่วมกันจะต้องทำให้ครอบครัวบ้านหลังที่สองมีความสุข สำหรับด้านชีวภาพคือบุคลากรอยู่อย่างไรไม่ต้องอิงอาศัยวัตถุเข้ามาในมหาวิทยาลัย เช่น การยืมให้ซึ่งกันและกัน มีรูปแบบการไหว้พระสวดมนต์หมู่ การไหว้พระร่วมกัน การทำงานร่วมกัน สิ่งเหล่านี้คือชีวภาพทางใจที่เกิดขึ้น คือการมองถึงการมีสุขภาพจิตที่เข้มแข็ง

4) หลักสาธารณโภคี คือ การแบ่งปันผลประโยชน์ที่ได้มาด้วยความชอบธรรมแก่เพื่อนมนุษย์การแบ่งปันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทั้งในด้านอาหาร เครื่องอุปโภคบริโภคเครื่องมือการเกษตร ตลอดจนวิทยาการความรู้ต่างๆ ให้แก่เพื่อนมนุษย์ เป็นคุณธรรมที่ก่อให้เกิดความรักใคร่ นับถือช่วยเหลือกัน เกิดของสามัคคี ทั้งยังเป็นเครื่องสะท้อนความเป็นผู้มีน้ำใจโอบอ้อมอารีของผู้ที่มีจิตใจโอบอ้อมอารีมีน้ำใจ มีจิตใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่ผู้อื่นอยู่เสมอ ย่อมเป็นที่รักแก่ชนทั้งหลายทางผู้บริหาร คณาจารย์ ผู้แทนนิสิตองค์กรนิสิต ได้เดินทางนำเครื่องบริโภคที่เกิดจากโครงการปฏิบัติธรรม จำนวน 120 กระสอบ ตามมติที่ประชุมขององค์กรนิสิต ในท่ามกลางสถานการณ์การระบาดเชื้อไวรัสโควิด-19 จึงมอบให้แก่โรงเรียนเพื่อนำเป็นอาหารกับน้องๆ นักเรียนกินนอนจำนวน 6 แห่ง ดังนี้ 1. โรงเรียนเมธีรุฒิก 2. โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติ 48 พรรษา 3. โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 26 4. โรงเรียนธรรมสาธิต 5. บ้านธารน้ำใส 6. หอพักนิสิต มจร. รวมใจสู่ภัยโควิด ผู้บริหาร บุคลากร นิสิต วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน นำโดย พระครูสิริสุตานุยุต,ผศ.ดร. ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน รวมพลังน้ำใจเพื่อส่งต่อความห่วงใยให้กับพี่น้องชาวจังหวัดลำพูน มอบสิ่งของเนื่องในสถานการณ์โควิด ณ บ้านห้วยหละ อำเภอบ้านโฮ่ง โรงพยาบาลบ้านโฮ่ง ที่ว่าการอำเภอบ้านโฮ่ง และอำเภอบ้านธิ ลำพูน

5) หลักศีลสามัญญตา คือ การสร้างความเชื่อมั่นในตัวผู้นำ ทั้งภาครัฐและภาคท้องถิ่นว่ามีความจริงใจต่อชุมชน มุ่งเน้นการส่งเสริมศีลธรรมให้เกิดมีในตัวผู้นำ เช่น มีความซื่อสัตย์ สุจริต การคงศักยภาพของผู้นำและยึดมั่นในความดี วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ได้ส่งเสริมให้บุคลากรได้มีการผ่อนคลายด้วยการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สวดมนต์ ไหว้พระ และการสนับสนุนด้านกีฬา และกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ซึ่งการกิจกรรมเหล่านี้จะช่วยให้บุคลากรได้คลายความตึงเครียดจากการทำงานและความเครียดในชีวิตประจำวัน เพื่อให้บุคลากรจะสามารถปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างเต็มความสามารถ การฝึกปฏิบัติด้านสมาธิ ใช้หลักของศีล สมาธิ และปัญญา เป็นเครื่องมือในการผ่อนคลาย ซึ่งการปฏิบัติต่างๆ ต้องไม่เป็นการเบียดเบียนตนเองให้เกิดความทุกข์ยากลำบาก

6) หลักทวิญญูสามัญญตา คือ การปฏิบัติภารกิจตามหน้าที่ การปรับความคิดความเห็นให้มีเหตุผล ยึดหลักความดีงาม เคารพรับฟังความคิดเห็นกันและกัน มีความเห็นชอบร่วมกันตกลงกันให้คนกลางมาเป็นผู้เจรจาไกล่เกลี่ยเท่าที่จะกระทำได้ ก่อนปฏิบัติหน้าที่

ควรมีการให้องค์ความรู้แก่ชาวบ้าน มีการเปิดประชุม รับฟังความคิดเห็น เอาอุปสรรคมาเป็นอุปกรณ์ ในการวางแผนการป้องกันมากกว่า การแก้ไขเหมือนเช่นที่ผ่านมา มีการวางแผนการทำงานเชิงรุกอยู่เสมอ วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ยังมีชมรมดนตรี กีฬา ห้องสมุด ให้กับทุกคนได้ผ่อนคลาย หลังจากทำงานเสร็จเรียบร้อยแล้ว มีบริเวณร่มรื่น น่าอยู่ มีธรรมชาติสีเขียวทำให้รู้สึกสบายมาก มีการรับประทานอาหารร่วมกันระหว่างผู้บริหารกับเจ้าหน้าที่เพื่อความสัมพันธ์ในองค์กรที่ดี มีการทำงานแบบพี่น้อง คือ ช่วยเหลือกันหลายด้าน และมีความสนิทสนมเป็นกันเองกับบุคลากรในส่วนงาน ให้คำปรึกษาหารือ ช่วยเหลือกันเวลาเดือดร้อน

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ในองค์กรตามหลักสาราณียธรรม สามารถนำผลการศึกษามาอภิปรายผลได้ดังนี้

หลักสาราณียธรรมเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าแสดงไว้เพื่อให้เกิดความสุขในการอยู่ร่วมกันในสังคม โดยนำหลักเมตตามาขยายความให้ครอบคลุมทั้งทางกาย วาจา และทางใจ พร้อมทั้งการจัดระเบียบทางสังคมให้เหมือนกัน คือ การจัดสรรผลประโยชน์ การจัดทำระเบียบกติกากฎ และการปรับความคิดให้สอดคล้องกัน อันจะทำให้สังคมหรือองค์กรนั้นๆ เป็นองค์กรแห่งสันติหรือองค์กรแห่งความสุข ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ รุ่งสุริยา หอมวัน ปิยวัฒน์ คงทรัพย์ และ นวีรพล พิชนาหะรี (2556) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การบริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นตามหลักสาราณียธรรม : กรณีศึกษาองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดบุรีรัมย์”

ผลการวิจัยพบว่า แนวทางในการนำหลักสาราณียธรรมมาประยุกต์ใช้ในการบริหารงาน คือ การให้เกียรติผู้มารับบริการเสมือนญาติมิตร มีข้อสงสัยก็ให้คำแนะนำด้วยวาจาที่สุภาพ ต้องตอบสนองความต้องการของประชาชน รับฟังความคิดเห็น ผู้บริหารทุกท่านต้องดูแลหน่วยงานทุกส่วน ไม่ควรดูเฉพาะผู้บริหารด้วยกัน มีอัธยาศัยดี ยิ้มแย้มแจ่มใส ไม่พูดส่อเสียด นินทาว่าร้ายผู้อื่น รับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน แนะนำสิ่งที่ดีแก่ผู้ไม่รู้ และพูดจาในสิ่งที่เป็นประโยชน์เพื่อให้กำลังใจคนทำงาน มีความจริงใจในหน้าที่และบริการประชาชนทุกระดับ คิดเสมอว่าคนเรามีความแตกต่างกัน แต่สามารถอยู่ร่วมกันได้ต้องให้บริการหรือปฏิบัติงานด้วยความเมตตา เอื้ออาทรซึ่งกันและกัน ควรจัดอบรมบุคลากรบ่อยๆ เพื่อกระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจ จัดสรรงบประมาณพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชน ควรมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ในทุกๆ ด้านในการทำงาน ต้องปลูกฝังให้มีทัศนคติที่ดีในการอยู่ร่วมกันภายใต้กฎระเบียบต่างๆ ต้องยึดถือและปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ประชุมหรือปรึกษาเรื่องการปฏิบัติงานให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน และยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนร่วมงานในองค์กรและประชาชน จัดประชุมแสดงความคิดเห็น

ในการแก้ปัญหาที่จำเป็นแก่ประชาชนบ่อยๆ เพราะประชาชนมีหลากหลายความเห็น เมื่อเกิดปัญหา จะทำให้มีแนวทางแก้ไขปัญหาคิดดีขึ้น นอกจากนั้นยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ **อภิชาติ อนันตประยูร (2558)** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การประยุกต์หลักสารณียธรรมเพื่อจัดการความขัดแย้งของชุมชนรอบสวนสัตว์เปิดเขาเขียว จังหวัดชลบุรี” ผลการวิจัยพบว่า การประยุกต์หลักสารณียธรรมเพื่อจัดการความขัดแย้งของชุมชน พบว่าชุมชนต่างมองเห็นคุณค่าและความจำเป็น โดยทุกฝ่ายได้ร่วมกันเสนอแนวทางปฏิบัติ เช่น การไม่ประทุษร้ายกัน สื่อสารข้อมูลกันให้มาก รับฟังข้อเรียกร้อง ให้โอกาสภาคประชาชนช่วยเหลือแบ่งปัน จัดสรรสวัสดิการ การเอื้อเฟื้อ การโอนอ่อนผ่อนตามเพื่อบุคคลและชุมชน และร่วมกันตกลงกติกาในชุมชนทุกภาคส่วน เมื่อดำเนินการตามหลักสารณียธรรมเช่นนี้ ย่อมเป็นช่องทางที่จะนำสันติสุขมาสู่สังคมอย่างแน่นนอน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ **นพดล บงกชกาญจน์ (2554)** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การปฏิบัติงานตามหลักสารณียธรรมของบุคลากรศูนย์ซ่อมอากาศยานกองการบินทหารเรือ กองเรือยุทธการ” ผลการวิจัยพบว่า การปฏิบัติงานตามหลักสารณียธรรมของบุคลากรศูนย์ซ่อมอากาศยาน กองการบินทหารเรือ กองเรือยุทธการ ทั้ง 6 ด้าน พบว่า ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติงานตามหลักสารณียธรรมของบุคลากรศูนย์ซ่อมอากาศยาน กองการบินทหารเรือ กองเรือยุทธการ พบว่า ควรสร้างจิตสำนึกโดยให้เห็นถึงการอยู่ร่วมกันในสังคมที่ต้องพึ่งพาอาศัยกัน ส่งเสริมให้มีการเคารพซึ่งกันและกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง มีการอบรมวินัยแก่ผู้ปฏิบัติงานอยู่เสมอ สร้างความร่วมมือในการช่วยเหลือผู้ที่มีความเดือดร้อน หากมีข้อผิดพลาดในการทำงาน ควรแนะนำผู้กระทำความผิดให้ปรับปรุงในสิ่งที่ถูกต้องมากกว่าการว่ากล่าวตักเตือน ด้วยวาจาที่สุภาพ และเป็นประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติงาน ตลอดจนการสร้างจิตสำนึกในการทำงานร่วมกันที่ถือว่าเป็นผลงานของทุกคน การสร้างจิตสำนึกในการแบ่งปันและรู้จักการเสียสละให้แก่ผู้อื่น ส่งเสริมการปฏิบัติให้ถูกต้องตามระเบียบวินัยอยู่เสมอ สร้างความสามัคคีในหมู่คณะอยู่เสมอ เพื่อให้การปฏิบัติงานเป็นไปในทิศทางเดียวกัน และรับฟังการแสดงความคิดเห็นของทุกคน

องค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย

จากการศึกษาการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ในองค์กรตามหลักสารณียธรรม สามารถวิเคราะห์ห่องค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย ได้ดังนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

สรุป

การสรรค์สร้างองค์กรแห่งความสุขตามหลักสาราณียธรรม เป็นกระบวนการในการสร้างความสุขให้กับองค์กร และคนในองค์กร เมื่อคนทำงานอย่างมีความสุขก็จะนำมาซึ่งประสิทธิภาพในการทำงาน และความสุขอันเกิดจากการทำงานนั้นจะเป็นส่วนสำคัญในการสร้างผลผลิตของงานที่มีคุณภาพ สร้างการพัฒนาให้กับองค์กรได้อย่างยั่งยืน การประยุกต์ใช้หลักสาราณียธรรมในการสรรค์สร้างองค์กรแห่งความสุข จำเป็นที่จะต้องสร้างจิตสำนึกบุคคลให้เกิดขึ้นก่อน จากนั้นจึงจะเป็นการสร้างจิตสำนึกร่วมให้เกิดขึ้นกับคนในองค์กรทุกระดับ ตั้งแต่ผู้บริหารจนกระทั่งถึงลูกจ้าง ทุกคนในองค์กรจะเปรียบเสมือนเป็นครอบครัวเดียวกัน มีการปรึกษาหารือ ติดตามงาน ประเมินผลงาน และดำเนินกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน ซึ่งหลักสาราณียธรรมนั้นจะเป็นหลักธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกถึง เป็นหลักธรรมที่จะเสริมสร้างความรู้สึกที่ดีให้เกิดขึ้นต่อกันและกันอยู่เสมอในยามที่ระลึกถึงกัน ซึ่งจะเป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างความสามัคคีมีน้ำหนึ่งใจเดียวกันให้เกิดขึ้น หากองค์กรใดแสวงหาความสุขในองค์กร และมุ่งหวังที่จะเสริมสร้างความสามัคคีและความเป็นปึกแผ่นให้เกิดขึ้น ก็ควรที่จะนำเอาหลักธรรมนี้ไปใช้

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1) หลักสาราณียธรรม เป็นหลักธรรมที่ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพแก่คนรอบข้าง เป็นไปเพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่ความเคารพเพื่อสงเคราะห์กัน เพื่อความสามัคคีปรองดองกัน เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

2) หลักสาราณียธรรม ทำให้เกิดการแบ่งปันลาภ เป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กันเพื่อความไม่วิวาทกันเพื่อความสามัคคีกัน และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

3) หลักสาราณียธรรม เป็นหลักธรรมที่ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ถูกตีตราและทรมานครอบงำ เป็นไปเพื่อการมีสมาธิเสมอกัน

นอกจากนี้การนำไปใช้ยังแสดงถึงภาวะการระวังป้องกันปัญหาที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้นการร่วมกันหยุดยั้งปัญหาที่เกิดขึ้นแล้ว การร่วมกันสร้างหรือปลูกต้นตอของความดีและการร่วมกันดูแล และบำรุงรักษาต้นตอของความดี

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1) ศึกษาวิเคราะห์ผู้นำกับการสร้างความสัมพันธ์ตามหลักสาราณียธรรม

2) ศึกษาหลักสาราณียธรรมกับการสร้างมิตรภาพในชุมชน

3) ศึกษารูปแบบแนวคิดของผู้นำตามหลักสาราณียธรรม

บรรณานุกรม

- ทองทิพภา วิริยะพันธ์. (2550). **ทักษะผู้บริหาร**. กรุงเทพมหานคร: G.P. CYBERPRINT Co., Ltd.
- นพดล บงกชกาญจน์. (2554). “การปฏิบัติงานตามหลักสาราณียธรรมของบุคลากรศูนย์ซ่อมอากาศยานกองการบินทหารเรือ กองเรือยุทธการ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- รุ่งสุริยา หอมวัน ปิยวัฒน์ คงทรัพย์ และ นวีรพล พิชนาหะรี. (2556). “การบริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นตามหลักสาราณียธรรม : กรณีศึกษาองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดบุรีรัมย์”. **รายงานการวิจัย**. สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วิเชียร วิทยอดม. (2550). **ภาวะผู้นำ**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: อีระฟิล์มและไซเท็กซ์.
- อภิชาติ อนันตประยูร. (2558). “การประยุกต์หลักสาราณียธรรมเพื่อจัดการความขัดแย้งของ

ชุมชนรอบสวนสัตว์เปิดเขาเขียว จังหวัดชลบุรี”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

Bennis, W., and Nanus, B. (1985). **Leaders: The strategies for taking change**. New York: Harper and Row.

Cohen and Uphoff, cited in Narayanasamy, N. (2009). **Participatory rural appraisal : Principles, methods and application**. California: Sage Publications.

พุทธวิธีบริหารจัดการน้ำ Buddhist Methods of Water Management

อนันต์ แยมไพบูลย์

Anan yaempaiboon

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Lamphun Buddhist College

Corresponding Author, Email: a24524886@gmail.com

Received: 2024-12-04 Revised: 2024-12-20 Accepted: 2024-12-26

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาการบริหารจัดการทรัพยากรน้ำในสมัยพุทธกาล และ 2) เพื่อวิเคราะห์แนวทางการบริหารจัดการทรัพยากรน้ำตามหลักพระพุทธศาสนา เป็นงานวิจัยเชิงเอกสาร โดยการศึกษาจากพระไตรปิฎกภาษาไทย และอรรถกถา

ผลการวิจัยพบว่า ทรัพยากรน้ำในสมัยพุทธกาล น้ำเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากธรรมชาติ ในพระพุทธศาสนาได้มีการกล่าวถึงน้ำไว้ในมุมมองต่างๆ น้ำที่ปรากฏในคัมภีร์พระวินัย พระสูตรและพระอภิธรรม มีการบัญญัติเรื่องการใช้น้ำ การไม่ให้ดื่มน้ำที่มีสิ่งมีชีวิตอยู่ เห็นว่าน้ำเป็นเครื่องมือหรือสื่อกลางในการสอนธรรมะ และน้ำ คือ คำว่าอาโปธาตุ อุทกภัยสมัยพุทธกาล ก็ได้มีการกล่าวถึงภัยต่างๆ ซึ่งเป็นเหตุการณ์สมัยที่ฝนตกใหญ่นอกฤดูกาล ภัยแล้งสาเหตุของภัยแล้งนั้นเกิดจากฝนไม่ตก ปัญหาการแย่งน้ำทำนาดังเช่นในสมัยพุทธกาล ทะเลาะกันเพราะแย่งน้ำทำนา การบริหารจัดการทรัพยากรน้ำในคัมภีร์พระพุทธศาสนา มีดังนี้ 1) การบริหารจัดการอุทกภัย ในสมัยพุทธกาลนั้นจะใช้หลักแห่งความไม่ประมาทในการแก้ปัญหา 2) การบริหารจัดการภัยแล้งจะยึดหลักการกตัญญูต่อแหล่งน้ำและการกตัญญูต่อต้นไม้ซึ่งเป็นแหล่งให้กำเนิดต้นน้ำลำธารด้วย 3) การบริหารจัดการแหล่งทรัพยากรน้ำกรณีแม่น้ำโรหิณี ทรงระงับความทะเลาะของหมู่พระญาติ หลักธรรมในการบริหารจัดการ ฆราวาสธรรม 4 พรหมวิหาร 4 สังคหวัตถุ 4 วุฒิธรรม 4 ศีล สมาธิ และปัญญา สาราณียธรรม 6 เป็นหลักในการบริหารจัดการทรัพยากรน้ำได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ : การบริหารจัดการ, ทรัพยากรน้ำ, พระพุทธศาสนา

Abstract

This research articles are: 1) To study water resource management during the Buddha's time and 2) To analyze water resource management guidelines according to Buddhist principles. It is a documentary research by studying the Thai version of the Tripitaka and its commentaries.

The results of the research revealed that water resources during the Buddha's time Water is a natural occurrence in Buddhism. Water is mentioned in various perspectives. Water appears in the Vinaya scriptures. Sutras and Abhidhamma There is a law on the use of water. Refusing to drink living water see that water is a tool or medium for teaching Dharma. And water is the word Apothat. The floods in the Buddha's era were mentioned in various dangers, which were events during the off-season heavy rains. Drought The cause of drought is caused by no rain. The problem of scrambling water for farming, as in the Buddha's time quarreling over water for farming. Water resource management in Buddhist scriptures are as follows: 1) Flood management. In the Buddha's time, the principle of negligence was used to solve problems. 2) Drought management will also adhere to the principles of gratitude for water sources and gratitude for trees which are the source of watersheds. 3) Water resource management in the case of the Rohini River He suppressed the quarrels of his relatives. Dharma principles in the management of secular dharmas 4, Brahmawihans 4, Sangkhawattthu 4, maturity 4, precepts, concentration and wisdom, Saraneya-Dhamma 6 are principles for effective water resource management

Keywords: Management, Water resources, Buddhism

บทนำ

โลกเป็นที่อาศัยของสิ่งมีชีวิต หากมองดูบนแผนที่โลกก็จะพบว่าถ้าแบ่งโลกออกเป็น 3 ส่วนแล้ว จะเป็นพื้นน้ำถึงสองส่วนประกอบด้วยทะเล มหาสมุทร ที่เหลืออีกหนึ่งส่วนเป็นผืนแผ่นดิน ดังนั้น อาจเรียกได้ว่าเป็นโลกบาดาล หรือโลกแห่งน้ำ แต่กระนั้นน้ำบนโลกแห่งนี้ส่วน

ใหญ่เป็นน้ำทะเลหรือเป็นน้ำเค็มไม่สามารถนำไปใช้ในการอุปโภคบริโภคได้ถึงร้อยละ 97 เป็นน้ำจืดเพียงร้อยละ 3 และหากนำมาเทียบเป็นร้อยละของน้ำจืดทั้งหมดก็พบว่า อยู่ในรูปของหิมะที่ปกคลุมอยู่บนภูเขาสูงและที่ขั้วโลกเหนือ ซึ่งยังไม่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้โดยตรงถึงร้อยละ 70 น้ำใต้ดินร้อยละ 29 น้ำท่าผิวดิน ร้อยละ 1 และน้ำจืดในส่วนอื่นๆ อีกร้อยละ 1 ซึ่งถือว่าน้อยมากและปริมาณน้ำจืดที่มีอยู่บางแห่งก็ไม่สามารถนำมาใช้ได้ เนื่องจากฝีมือของมนุษย์เองจากน้ำเน่าเสียหรือน้ำมีคุณภาพต่ำ สาเหตุเพราะการทิ้งเศษขยะ ทิ้งวัสดุมีสารพิษลงในแม่น้ำ ลำคลอง การปล่อยน้ำเสียจากโรงงานอุตสาหกรรม การใช้สารเคมีลงในดินและพืช เป็นต้น จึงถือว่าเป็นสถานการณ์ที่น่าเป็นห่วงอย่างยิ่ง

น้ำเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อชีวิตสิ่งมีชีวิต แม้ในร่างกายของมนุษย์ พืชและสัตว์ทั้งหลายก็จะพบว่าองค์ประกอบส่วนใหญ่มีน้ำเป็นส่วนประกอบภายในเซลล์ต่างๆ จึงกล่าวได้ว่าสิ่งมีชีวิตบนพื้นโลกขาดน้ำไม่ได้ น้ำเป็นของเหลวที่เกิดจากการรวมตัวอย่างเหมาะสมระหว่างก๊าซออกซิเจนกับไฮโดรเจน และเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่ใช้ไม่หมด แต่คุณสมบัติของน้ำอาจจะเปลี่ยนแปลงไปเมื่อมนุษย์นำมาใช้ประโยชน์ในด้านต่างๆ ซึ่งส่วนใหญ่จะนำมาใช้เพื่อการอุปโภคบริโภค การเกษตรกรรม การคมนาคมขนส่ง และเป็นแหล่งอาหารเสริมที่สำคัญ อาจจะทำให้กล่าวได้ว่าสรรพสิ่งอิงอาศัยน้ำเป็นแหล่งกำเนิด แม้แต่ร่างกายของเราเองทางพระพุทธศาสนาได้กล่าวไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร เรื่องกายานุปัสสนาว่าภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า “ในกายนี้มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 107: 111)

ในสมัยพุทธกาล พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติพระวินัยไว้หลายข้อ เช่น ห้ามไม่ให้ภิกษุผู้ไม่เป็นชี ถ่ายอุจจาระปัสสาวะ บ้วนน้ำลายลงบนของเขียวและในน้ำ ทรงบัญญัติไว้ให้ระลึกรู้เสมอ ถ้าฝ่าฝืนต้องอาบัติทุกกฏ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 3 ข้อ 124: 397-398) พระพุทธองค์ทรงบัญญัติสิกขาบท เกี่ยวกับเรื่องนี้เอาไว้ในปาทุการวรรค สิกขาบทวิภังค์ ในสิกขาบทที่ 15 เหตุเกิดที่นครสาวัตถี ในครั้งนั้นมีพระฉัพพัคคีย์หลายรูป ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ และบ้วนน้ำลายลงในน้ำ ชาวเมืองไปพบเข้าจึงพากันไปเฝ้าพระพุทธเจ้า พระพุทธองค์ทรงเห็นด้วยกับชาวเมืองจึงทรงบัญญัติ สิกขาบทว่า “ภิกษุไม่เป็นชี ไม่พึงถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ หรือบ้วนน้ำลายลงในน้ำ ภิกษุใดไม่เอื้อเฟื้อ ไม่เป็นชี ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ หรือบ้วนน้ำลายลงในน้ำต้องอาบัติทุกกฏ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 2 ข้อ 653: 733) พระวินัยบัญญัติสิกขาบทนี้ สนับสนุนให้มีการรักษาแหล่งน้ำให้สะอาด เพราะถือว่าอุจจาระ ปัสสาวะ และน้ำลาย เป็นสิ่งสกปรก ไม่ควรทิ้งลงในแหล่งน้ำ การบัญญัติ

สิกขาบทนี้ก็เพื่อป้องกันและรักษาแหล่งน้ำในระบบนิเวศนั่นเอง

ในพระไตรปิฎกมีเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับน้ำ อาทิ ในหมวดพระวินัยปิฎก อธิบายว่า “น้ำ” ได้แก่ น้ำที่อยู่ในภาชนะ ชั่งอยู่ในสระโบกขรณี หรือในบ่อ ภิกษุมิไถยจิต จับต้อง ต้องอาบัติทุกกฏ ทำให้ไหว ต้องอาบัติถุลลัจจัย ทำให้เคลื่อนที่ ต้องอาบัติปาราชิก และในพระวินัยปิฎกมีพระบัญญัติเกี่ยวกับน้ำอยู่มาก อาทิ พระบัญญัติห้ามทรัพย์น้ำที่อยู่ในน้ำ ห้ามนำทรัพย์ที่อยู่ในเรือ ห้ามบริโภคน้ำที่มีสัตว์มีชีวิต ห้ามนำน้ำที่มีสิ่งมีชีวิต รด หรือ ใช้ให้รดหญ้าหรือดิน ห้ามเล่นน้ำ ห้ามสงนน้ำนอกสมัย และไม่พึงถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ หรือบ้วนน้ำลายลงบนของเขียวหรือลงในแม่น้ำ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 2 ข้อ 653: 733) เป็นต้น

ในพระสุตตันตปิฎก มีคำสอนเกี่ยวกับน้ำ ดังนี้ 1) อุปมาเหมือนชาวประมง ทอดแห 2) อุปมาเหมือนหมูสัตว์ผู้กำลังดิ้นรนอยู่เพราะวัตถุที่ยึดถือว่าเป็นของเราเหมือนฝูงปลาในน้ำน้อย 3) อุปมาเหมือนหมูสัตว์ผู้ดิ้นรนอยู่เหมือนฝูงปลาในบ่อที่มีน้ำน้อยเพราะเห็นสัตว์ที่ทำร้ายกันและกัน 4) เปรียบชายคนหนึ่งทีประสัจจะข้ามฝั่งแม่น้ำอรวดีแต่ไม่ข้ามไป ได้แต่เฝ้าอ้อนวอน 5) อุปมาธรรมด้วยแพ 6) ทรงประทานโอวาทแก่พระราหุลโดยใช้น้ำในการสอน 7) ภัยของภิกษุผู้บวชใหม่ 4 ประการซึ่งเปรียบกับน้ำและสัตว์น้ำ 7) เปรียบเหมือนน้ำไหลเข้าเรือรั่ว 8) พระสารีบุตรได้กล่าวสอนเรื่องอุบายกำจัดอาฆาต 5 ประการโดยเปรียบเทียบกับน้ำ นอกจากนี้ในพระสุตตันตปิฎกยังมีประเด็นที่เกี่ยวกับน้ำ อาทิ เรื่องการระงับความทะเลาะของหมู่พระญาติที่ทะเลาะกันเพราะแย่งน้ำทำนา กฎธรรมดาของพระโพธิสัตว์ 16 ประการ การพิจารณาสัตว์โลกเปรียบกับบัว 4 เหล่า และในมหาปริณิพพานสูตรทรงมีเรื่องรับสั่งขอน้ำดื่มจากพระอานนท์ (พระไตรปิฎกภาษาไทย, เล่ม 9, ข้อ 542 : 238) เป็นต้น

ในพระอภิธรรมปิฎก มีคำสอนเกี่ยวกับอาโปธาตุ และในสติปัฏฐานวิภังค์ กายานุปัสสนานิทเทศสอนให้พิจารณาเห็นกายซึ่งก็มีเรื่องน้ำ เช่น น้ำหนอง เลือด เหงื่อ มันทัน น้ำตา เพลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร เป็นต้น นอกจากนี้ในหมวดบุคคลบัญญัติ มีคำสอนเปรียบเทียบบุคคลกับน้ำในประเด็นต่างๆ ดังต่อไปนี้ 1) บุคคลเปรียบเหมือนคนตกน้ำ 7 จำพวก คือ (1) บุคคลผู้จมแล้วครั้งเดียวก็ยังจมอยู่นั่นเอง (2) บุคคลผู้โผล่ขึ้นแล้วจมลงอีก (3) บุคคลผู้โผล่ขึ้นแล้วหยุดอยู่ (4) บุคคลผู้โผล่ขึ้นแล้วเหลียวมองดู (5) บุคคลผู้โผล่ขึ้นแล้วข้ามไป (6) บุคคลผู้โผล่ขึ้นแล้วได้ที่พัก และ (7) บุคคลผู้โผล่ขึ้นแล้วข้ามไปถึงฝั่งเป็นผู้ลอยบาปอยู่บนบก 2) คำสอนเรื่องบุคคล 3 จำพวก คือ (1) บุคคลผู้เปรียบเหมือนรอยขีดบนแผ่นหิน (2) บุคคลผู้เปรียบเหมือนรอยขีดที่แผ่นดิน (3) บุคคลผู้เปรียบเหมือนรอยขีดที่น้ำ และบุคคลเปรียบเหมือนห้วงน้ำ 4 จำพวก คือ (1) ห้วงน้ำตั้งแต่เงาลึก (2) ห้วงน้ำลึกแต่เงาตื้น (3) ห้วงน้ำตื้นและเงาตื้น และ

(4) ห้วงน้ำลึกและเงาลึก (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 13 ข้อ 115: 127) เป็นต้น

นอกจากนี้จากเหตุการณ์ที่พระพุทธเจ้าเสด็จไปเพื่อทรงระงับสงครามระหว่างพระญาติทั้งสองฝ่าย ได้แก่ ฝ่ายพุทธบิดา กับฝ่ายพุทธมารดา ในปัญหาเรื่องแย่งน้ำทำนา (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 25 ข้อ 197: 94) เป็นการสะท้อนให้เห็นถึงชีวิตของคนในสมัยนั้นได้ตัวว่าให้ความสำคัญต่อภาคการเกษตรกรรม โดยเฉพาะที่กล่าวถึงมากที่สุดก็คือ อาชีพการทำนา ที่จะต้องมีการไถหว่าน แม้พระพุทธเจ้าก็ยังตรัสว่าพระองค์ทรงเป็นชาวนาเช่นกัน (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 25 ข้อ 75: 517) ดังนั้น น้ำจึงเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ต้องมีการเตรียมคูคันนาให้มีความสูงเพียงพอที่จะกักเก็บน้ำ และระบายน้ำให้ไหลเข้าออกนาได้ ในเรื่องดังกล่าวพระพุทธเจ้าทรงมีพระบัญญัติวินัยเกี่ยวกับการกำหนดโทษสำหรับภิกษุผู้ทำลายคันนาไว้ด้วย (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 1 ข้อ 108: 89) เป็นการจัดสรรน้ำเพื่อการเพาะปลูกที่เรียกว่า ระบบชลประทาน (อภิชาติ อนุกุลอำไพ 2526: 529) แม่น้ำโรหิณี เป็นแม่น้ำสายสำคัญของเมืองกบิลพัสดุ์และเทวทหะ ปัจจุบันแม่น้ำโรหิณียังรักษาชื่อเดิมไว้ เมื่อไปถึงเมืองสิทธัตถะนาคาลแล้วมุ่งหน้าไปยังรามคาม จะมีสะพานข้ามแม่น้ำแห่งหนึ่งบอกว่า Rohini Khola นั่นคือ สะพานข้ามแม่น้ำโรหิณี ซึ่งไหลมาจากหิมาลัย เช่นเดียวกับแม่น้ำสายสำคัญอื่นๆ เช่น อินทามานที คงคา แม่น้ำโรหิณี ทำให้เกิดเรื่องราวมากมายในครั้งพุทธกาล เนื่องด้วยทั้งสองเมือง ประชาชนเลื่อมใสศรัทธา ด้วยการเกษตรกรรม และแม่น้ำโรหิณีก็นับเป็นแม่น้ำแห่งชีวิตของชาวเมือง หลายครั้งเกิดปัญหาเรื่องการไขน้ำเข้านา จนเกือบเป็นสงคราม ครั้งหนึ่งเกิดการทะเลาะวิวาทของชาวเมืองสองเมือง เรื่องการไขน้ำเข้านา ลามจนกระทั่งถึงเรื่องของกษัตริย์สองเมือง จะยกทัพกันมาห้ำหั่นกันด้วยเรื่องแย่งน้ำ พระพุทธเจ้าทรงทราบ จึงเสด็จมาห้ามทัพ (เป็นที่มาของพระพุทธรูปปางห้ามญาติ) เมื่อมาถึงตรัสถามว่า พวกมหาบพิตรจะทำสงครามกันด้วยเหตุอะไร ทั้งสองฝ่ายทูลตอบว่าเพราะเรื่องน้ำ พระองค์ตรัสต่อไปว่าน้ำกับชีวิตความเป็นกษัตริย์ อะไรมีค่ามากกว่ากันทั้งสองฝ่ายทูลว่า น้ำมีค่าน้อยชีวิตและความเป็นกษัตริย์มีค่ามากกว่า พระพุทธองค์ทรงแสดงว่า ไม่ควรเลยที่ท่านทั้งหลาย จะทะเลาะกันเพียงเพราะเรื่องน้ำ หากอาตมภาพไม่อยู่ในที่นี่ ในวันนี้แม่น้ำ คือ โลหิต คงจะท่วมทับบริเวณนี้เป็นแน่ ตรัสดังนี้แล้วทำให้พวกพระญาติได้สติ

ด้วยเหตุนี้ บทความวิจัยนี้ จะนำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับการบริหารจัดการน้ำในพระไตรปิฎก โดยเน้นความสำคัญของน้ำที่ควรค่าแก่การอนุรักษ์ ตลอดจนต้องการศึกษาหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับน้ำในพระไตรปิฎกที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เช่น การเคารพและกตัญญูต่อแหล่งน้ำ การช่วยเหลือเกื้อกูลกันในการดูแลรักษาทรัพยากรน้ำ และการใช้น้ำเป็นสื่อกลางในการสอนหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาได้ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อการน้อมนำหลักธรรมคำสอนมาปฏิบัติอันเป็นหนทางสู่การพ้นทุกข์ได้ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการบริหารจัดการทรัพยากรน้ำในสมัยพุทธกาล
2. เพื่อวิเคราะห์แนวทางการบริหารจัดการทรัพยากรน้ำตามหลักพระพุทธศาสนา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ เป็นการศึกษาจากเอกสาร (Documentary Research) โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ การศึกษาจากพระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย พุทธศักราช 2539 พร้อมทั้งอรรถกถา และศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) จากเอกสารหลักฐานทางวิชาการ งานวิจัยและเอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยนี้ วิธีการดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ศึกษาแนวทางการบริหารจัดการน้ำในสมัยพุทธกาลจากเอกสารหลักฐานที่เป็นชั้นปฐมภูมิและชั้นทุติยภูมิ
2. วิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลเพื่อเขียนงานวิจัย การแปลความหมายข้อมูลและรายงานผลการวิจัยเป็นขั้นตอนที่ผู้วิจัยแปลความหมายข้อมูลจากหลักฐานและเอกสารค้นหาคำตอบอย่างมีขั้นตอน พร้อมทั้งเสนอผลที่ได้จากการวิจัยมาจัดทำรูปเล่มเป็นรายงานผลการวิจัยในเชิงพรรณนา

ผลการวิจัย

1. การบริหารจัดการทรัพยากรน้ำในสมัยพุทธกาล

ดินแดนที่เคยเป็นสมัยพุทธกาลเรียกว่า อนูทวีปอินเดียหรือภูมิภาคเอเชียใต้ มีแหล่งน้ำใหญ่ๆ อย่าง แม่น้ำหรือมหาสมุทร ที่ยังมีปรากฏให้เห็นอยู่ สามารถแบ่งออกเป็น 4 ประเภท คือ แม่น้ำหิมาลัย แม่น้ำคาบสมุทรเดคคาน แม่น้ำชายฝั่ง และแม่น้ำที่อยู่ดินแดนภายในแม่น้ำหิมาลัย แม่น้ำเหล่านี้จะมีน้ำไหลเต็มตลอดเวลา และยังมีมาจากน้ำฝนในช่วงฤดูมรสุม เมื่อฝนตกมาก แม่น้ำเหล่านี้จะรับน้ำไว้ได้ไม่หมด จึงทำให้เกิดน้ำท่วมอยู่เสมอ ส่วนแม่น้ำในคาบสมุทรเดคคาน จะได้น้ำจากน้ำฝนเท่านั้น ดังนั้น ปริมาณน้ำจึงไม่แน่นอน โดยเฉพาะแม่น้ำคงคา ที่ถือว่าเป็นแม่น้ำที่ใหญ่ที่สุด มีต้นกำเนิดจากเทือกเขาหิมาลัย แม่น้ำสาขาในระบบแม่น้ำคงคา คือ แม่น้ำยมนา แม่น้ำกากรา แม่น้ำกันดัค และแม่น้ำโคสิ ที่ราบลุ่มแม่น้ำคงคา จัดได้ว่ามีความอุดมสมบูรณ์ และกว้างใหญ่ไพศาลที่สุด เป็นบริเวณกว้างถึงหนึ่งในสี่ของประเทศ นอกจากแม่น้ำทะเลหรือมหาสมุทรแล้ว ยังมีแหล่งน้ำที่เป็นบ่อน้ำหรือสระน้ำ ทั้งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติหรือที่เรียกว่าชาตสระ และเกิดจากมนุษย์สร้างขึ้น ส่วนใหญ่แล้วบ่อน้ำและสระน้ำ จะมีไว้เพื่อกักเก็บ

น้ำไว้ใช้ในยามฤดูแล้งและเพื่อกิจกรรมทางด้านศาสนา ในสมัยนั้นนอกจากจะสร้างบ่อน้ำและสระน้ำเพื่อกักเก็บน้ำไว้ใช้แล้ว ยังเป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์เพื่อใช้ในการประกอบพิธีกรรม อันเป็นความเชื่อเกี่ยวกับทางด้านศาสนาของชาวอินเดีย อย่างเช่น การทำน้ำศักดิ์สิทธิ์ หรือ น้ำมนต์ เป็นต้น

น้ำก็เหมือนกับทรัพยากรอื่นหากมีมากเกินไปหรือน้อยเกินไปก็ย่อมส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม ซึ่งเรียกว่าเป็นภัยทางธรรมชาติ เช่น ปัญหาอุทกภัย ปัญหาภัยแล้ง ที่ถือว่าเป็นภัยร้ายแรงที่ก่อให้เกิดความสูญเสียอย่างใหญ่หลวง โดยเฉพาะปัญหาภัยแล้ง เมื่อไม่มีน้ำใช้ ก็เกิดความอดอยาก ทำให้คนพืชสัตว์ล้มตาย เมื่อเกิดสถานการณ์เช่นนี้ สถานที่แห่งนั้นก็ต้องถึงกาลเสื่อมสูญไปในที่สุด นอกจากนี้ เมื่อน้ำเกิดความขาดแคลน ยังทำให้เกิดการแย่งชิงน้ำ เกิดการทะเลาะวิวาท และอาจถึงกับประหัตประหารกัน ปัญหาของทรัพยากรน้ำในสมัยพุทธกาล มีดังนี้

1) อุทกภัย ในสมัยพุทธกาลก็ได้มีการกล่าวถึงภัยต่างๆ ที่เกิดจากน้ำไม่ว่าจะเป็นฝนตกน้ำท่วม ซึ่งเป็นเหตุการณ์สมัยที่ฝนตกใหญ่นอกฤดูกาล เกิดเป็นห้วงน้ำใหญ่ แม้แต่ที่ประทับของพระพุทธเจ้าก็ถูกน้ำท่วม หรืออย่างในกรณีของน้ำหลาก ถือว่าเป็น 1 ใน 10 ของภัยที่เป็นอันตรายต่อพรหมจรรย์ในวันปวารณา และภัยที่พระพุทธเจ้าทรงกล่าวว่าเป็นภัยที่คนลงไปในน้ำพึงประสบ ก็คือ ภัยจากคลื่น (อุมิภยสูตร) การเกิดภัยทางน้ำ จัดว่าเป็นภัยที่ก่อให้เกิดความสูญเสีย เป็นภัยที่เป็นอันตรายต่อทรัพย์สิน ดังที่ปรากฏในโศกสูตร และชีวิตของมนุษย์ บางครั้งก็ไม่อาจคาดการณ์ล่วงหน้าได้ ดังที่ปรากฏในวัสสสูตร ว่าด้วยอันตรายของฝน ดังที่พระพุทธเจ้ายังได้ตรัสไว้ว่าพวกหมอดูก็ไม่อาจรู้ได้ และสิ่งที่จะเกิดขึ้นเมื่อใดก็ไม่มีความสามารถล่วงรู้ได้ หรืออีกเหตุการณ์หนึ่งของพระภิกษุจาลาเถรี ภิกษุณีผู้เลิศทางพระวินัย นางเกิดในตระกูลเศรษฐีผู้มั่งคั่งในกรุงสาวัตถีเจริญวัยแล้วได้หนีมารดาบิดาไปกับชายชาวชนบทธรรมดาว่านางลักลอบรักกับลูกจ้างภายในเรือนเมื่อบิดามารดาจัดหาคนที่มาชาติเสมอกันให้แต่งงานนางจึงได้หนีออกจากเรือนไปอาศัยอยู่ห่างพระนคร 4 โยชน์ เมื่อให้กำเนิดบุตรคนแรกแล้ว นางอุ้มครรภ์บุตรคนที่สอง ต้องการกลับบ้านไปเยี่ยมมารดาบิดาและคลอดบุตร ในเวลาสามเฝ้าเข้าป่าหาของป่า นางแอบหนีออกจากเรือนพร้อมบุตรคนโต แต่สามีก็ติดตามมาทัน นางเจ็บครรภ์ใกล้คลอด ขณะนั้นมีเมฆใหญ่มีฝนตั้งขึ้น แล้วเกิดฝนตกหนักสามีเที่ยวไปเพื่อหาที่กำบังฝนให้นางและลูกจนถูกงูกัดตาย นางได้คลอดบุตรคนที่สองแล้วเป็นดุษฎีคนกำพร้าหมดที่พึ่ง สว่างแล้วเดินต่อไปจนพบแม่น้ำสายน้อย ไม่กว้าง แต่มีน้ำเต็มเปี่ยม นางอุ้มบุตรคนเล็กข้ามไปวางไว้ที่ฝั่งโน้นก่อนแล้วข้ามกลับมาเพื่อรับบุตรคนโต ครั้งนั้นมีเหยี่ยวตัวหนึ่งโฉบเอาบุตรน้อยวัยแบเบาะที่กำลังร้องไห้จำไป บุตรคนโตก็ถูกกระแสน้ำพัดไปจนตาย นางเสียใจสุดประมาณเดินโซเซไปยังบ้านของมารดาบิดา ชาวบ้านจำนางได้จึงบอกแก่นางว่าเมื่อคืนวานเกิดฝนตกหนักมารดาบิดาและ

พี่ชายของนางถูกบ้านถล่มทับตายทั้งหมด ทั้งสามคนถูกเผาที่เชิงตะกอนเดียวกัน นางเสียใจจนเป็นบ้าเดินไร้ผ้าอาภรณ์ไปตามท้องถนน นับแต่นั้นนางก็ถูกเรียกว่า ปญจารา เพราะเปลือยกายไม่มีผ้าห่มคลุม เมื่อเดินทางถึงพระเชตวัน พระพุทธเจ้าได้แสดงธรรมโปรด เมื่อจบเทศนาแล้วนางปญจาราดังอยู่ในโศดาปัตติผล ทูลขอบรรพชากับพระพุทธเจ้า ทรงให้ไปบรรพชาอุปสมบทในสำนักภิกษุณีแล้วนางอุปสมบทแล้วก็เจริญวิปัสสนาและบรรลุพระอรหัตพร้อมด้วยปฏิสัมภิทา 4 นอกจากที่กล่าวมาแล้วข้างต้นเหตุอีกประการหนึ่ง ก็คือ ความเสื่อม ความพินาศของโลก ดังที่ปรากฏในกัปปสูตร คำว่า สังวัฏฏกัป หมายถึง ช่วงระยะเวลาที่โลกเสื่อม มี 3 อย่าง คือ 1) อาโปสังวัฏฏกัป (กัปที่เสื่อมเพราะน้ำ) หมายถึงกัปที่เสื่อม เพราะน้ำนับแต่ชั้นสุกถินพรหมลงมา 2) เตโชสังวัฏฏกัป (กัปที่เสื่อมเพราะไฟ) หมายถึงกัปที่ไฟไหม้ นับแต่ชั้นอาภัสสรพรหมลงมา 3) วาโยสังวัฏฏกัป (กัปที่เสื่อมเพราะลม) หมายถึงกัปที่ลมพัดทำลายนับแต่ชั้นเวทฬผลพรหมลงมา หรือหมายถึงช่วงระยะเวลาที่เปลวไฟดับจนถึงมหาเมฆที่ให้กับพินาศ จะเห็นว่าภัยที่ทำให้โลกเสื่อมนั้นมีอยู่ 3 ประการ ซึ่งในนั้นมีน้ำรวมอยู่ด้วย

2) ภัยแล้ง จัดเป็นภัยพิบัติชนิดหนึ่ง ที่มีผลกระทบโดยตรงต่อชีวิตของมนุษย์พืช และสัตว์ทั้งหลาย เพราะเป็นภัยที่สร้างความเสียหายต่อประชาชนทั้งในด้านสังคมชีวิตความเป็นอยู่ เพราะปริมาณน้ำจากในแหล่งน้ำมีปริมาณไม่เพียงพอจนไม่สามารถใช้น้ำ เพื่อการบริโภค อุปโภคได้ และไม่สามารถเป็นแหล่งที่อยู่อาศัยของสัตว์น้ำได้ นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อด้านเศรษฐกิจ ด้านเกษตรกรรม และด้านอุตสาหกรรม ที่อาศัยน้ำเป็นปัจจัยสำคัญ หรือในด้านการคมนาคมขนส่งทางน้ำ สาเหตุของภัยแล้งนั้นเกิดจากฝนไม่ตก ปัจจัยหนึ่งอาจจะเนื่องมาจากสภาพภูมิประเทศ ภูมิอากาศ หรือแหล่งต้นน้ำคือป่าไม้ถูกทำลายลงไป ซึ่งเรื่องราวของฝนไม่ตก จนทำให้เกิดเป็นภัยแล้งนั้นได้เคยเกิดขึ้น เมื่อครั้งพระพุทธเจ้าเสวยพระชาติเป็นพระเจ้าอริยชัย ในกรุงอินทปัตถ์ พระองค์ประกอบด้วยกุศลกรรมบถ 10 ประการ วันหนึ่งมีพราหมณ์ชาวกาลิงครัฐมาขอพญาช้าง นามว่า อัญชัน อันมีลักษณะถูกต้องตามลักษณะมงคล โดยให้เหตุผลของการขอพญาช้างก็เนื่องว่าถิ่นชนบทที่พราหมณ์อยู่นั้นฝนไม่ตก ทำให้เกิดทุกข์ภัย เกิดความอดอยากมาก ซึ่งพระองค์ก็ได้พระราชทานให้แก่พราหมณ์ สาเหตุอีกประการหนึ่ง ก็คือ ในเรื่องของ การไม่ตั้งอยู่ในธรรม หรือขาดศีลธรรม ซึ่งทำให้มองเห็นว่าสาเหตุที่แท้จริงนั้นมาจากจิตใจของมนุษย์ ดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ในพระสูตรว่าด้วยเรื่องพระราชผู้ไม่ตั้งอยู่ธรรมและผู้ตั้งอยู่ในธรรม เนื้อหาของพระสูตรได้กล่าวเกี่ยวกับพระราชผู้ไม่ตั้งอยู่ธรรมพวกข้าราชการ พราหมณ์ คหบดี ชาวนิคมนและชาวชนบทก็เช่นกัน พระจันทร์ พระอาทิตย์ หมู คาวนักษัตรก็หมุนเวียนไม่สม่ำเสมอ เป็นผลให้วัน คิน เดือน ฤดูแล้ง และปีก็หมุนเวียนไม่สม่ำเสมอ แม้กระทั่งลมก็พัดไปทิศทางไม่สม่ำเสมอ เมื่อเป็นเช่นนี้เหล่าเทวดาก็เกิดขัดเคืองใจ ฝนก็ไม่ตก

ต้องตามฤดูกาล ข้าวกล้าทั้งหลายก็ออกรวงสุกไม่พร้อมกัน ดังนั้นมนุษย์ก็ต้องบริโภคข้าวนั้นเข้าไป ก็ทำให้มีอายุน้อย มีผิวพรรณไม่ดี มีกำลังไม่ดี เกิดความเจ็บป่วย ในขณะที่หากพระราชาพวกข้าราชการ พราหมณ์ คหบดี ขวานิคมและชาวชนบท ล้วนตั้งอยู่ธรรม ผลที่ก็คือ ทุกสิ่งไม่ว่าจะเป็นพระจันทร์ พระอาทิตย์ หมู่ดาวนักษัตร วัน คีน เดือน ฤดูแล้ง และปีก็หมุนเวียนสม่ำเสมอ เหล่าเทวดาก็ไม่โกรธ ฝนก็ตกตามฤดูกาล ได้ข้าวกล้าที่สุกเสมอกัน เรียกว่าเกิดแต่สิ่งดีดี มนุษย์ทั้งหลายต่างก็มีสุขภาพที่แข็งแรง

3) ปัญหาการแย่งน้ำทำนา น้ำมีความสำคัญต่อภาคการเกษตรกรรมเป็นอย่างมาก นอกจากจะเป็นการกำหนดแบ่งเขตแคว้นแล้ว ก็จะต้องมีการตกลงเรื่องการใช้น้ำร่วมกันอย่างสันติ ซึ่งถือได้ว่าน้ำเป็นทรัพยากรที่มีผลประโยชน์ร่วมกัน แต่ถ้าหากว่าเกิดความขัดแย้งกันก็ย่อมจะส่งผลกระทบต่อทุกฝ่าย ดังเช่นในสมัยพุทธกาลจากในพระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกาย หมวดว่าด้วยความสุข เรื่องญาติกัลหุปสมณวัตถุเป็นเรื่องราวพระพุทธเจ้าทรงระงับความทะเลาะของหมู่พระญาติฝ่ายศากยะและโกลิยะ ที่ทะเลาะกันเพราะแย่งน้ำทำนา ซึ่งในอรรถกถาได้อธิบายไว้ว่า ทั้งสองตระกูลได้ตั้งบ้านเมืองอยู่คนละริมฝั่งแม่น้ำโรหิณี เมื่อเกิดฝนแล้ง น้ำไม่เพียงพอ จึงทำให้เกิดปัญหาเรื่องน้ำที่จะต้องทอดขึ้นทำนา และเกิดการแย่งน้ำในแม่น้ำโรหิณี จนเรื่องลุกลามกลายเป็นการทะเลาะวิวาท จนเกือบกลายเป็นศึกสงครามระหว่างสองตระกูล เมื่อพระพุทธเจ้าทรงทราบเหตุด้วยพระญาณ จึงเสด็จไปห้ามสงคราม โดยตรัสให้เห็นถึงความไม่สมควรที่ภคตริยต้องมาฆ่าฟันกันด้วยสาเหตุเพียงแค่การแย่งน้ำเข้านา และได้ตรัสเตือนสติว่า ระหว่างน้ำกับความเป็นพี่น้อง อะไรสำคัญยิ่งกว่ากัน ทั้งสองฝ่ายจึงได้สติ คินตีกัน และขอพระราชทานอภัยโทษต่อเบื้องพระพักตร์พระพุทธองค์ ถึงแม้ว่าจะมีการวิเคราะห์ว่าการทะเลาะวิวาทนี้มีประเด็นทับซ้อนในเรื่องของชาติพันธุ์ของทั้งสองตระกูล และการแสดงพฤติกรรมดังกล่าวก็มาจาก ตัณหา ทิฐิ มานะ เป็นตัวทำหน้าที่ชักใยอยู่เบื้องหลัง แต่จุดเริ่มต้นของการทะเลาะวิวาทก็ยังคงมาจากเรื่องของน้ำนั่นเอง

ปัญหาต่างๆ ส่วนใหญ่เกิดจากการกระทำของมนุษย์แทบทั้งสิ้น จะเห็นได้จากบริเวณที่มีต้นไม้อายุถูกทำลาย กลายเป็นพื้นที่รกร้าง มีการเผาป่า พนสารเคมี หรือมีแหล่งน้ำเน่าเสีย รวมทั้งมีการทำลายแหล่งน้ำ สิ่งเหล่านี้ก็เหมือนกับเป็นสื่อที่บอกให้รู้ว่าผู้คนในถิ่นนั้นมีแต่ความเห็นแก่ตัว เห็นแก่รายได้ที่เป็นตัวเงิน ต้องการมีฐานะความมั่งคั่งทางการเงินเพียงอย่างเดียว เมื่อได้แล้วก็แสวงหาที่ใหม่ ไม่เอาใจใส่ เมื่อเป็นเช่นนี้ผู้คนในแถบนี้ก็จะประสบปัญหาตามมา เช่น เกิดน้ำท่วมซ้ำซาก หรือเกิดภัยแล้ง จะทำให้มีชีวิตที่อดอยาก ยิ่งแหล่งน้ำที่มีอยู่มีแต่น้ำเน่าเสีย ที่เกิดจากการทิ้งขยะลงไปทุกวัน ก็ย่อมทำให้เกิดการแย่งชิงน้ำ บางครั้งส่งผลกระทบต่ออาจถึงแก่ชีวิตได้ นอกจากนี้จากสภาพแวดล้อมที่มีแต่ความแห้งแล้ง กลิ่นคาวไฟ กลิ่นน้ำเน่า

หรือสารเคมี ก็ย่อมทำให้เกิดปัญหาทางด้านมลพิษ ปัญหาทางด้านสุขภาพตามมาอีกมากมาย สิ่งที่เกิดขึ้นเหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งที่ธรรมชาติตอบกลับให้แก่มนุษย์ผู้ขาดศีลธรรม แต่ในทางกลับกัน หากพื้นที่นั้นมีสภาวะแวดล้อมที่ดีมีความสงบร่มเย็น แมกไม้ร่มรื่น สายน้ำใสบริสุทธิ์ ก็แสดงให้เห็นว่าผู้คนในแถบนั้นมีจิตใจงดงาม มีความตระหนักถึงคุณค่าของสิ่งแวดล้อมด้วยการอนุรักษ์ให้อยู่ในสภาพที่ดีอยู่เสมอ และสิ่งที่ตอบกลับของธรรมชาติก็คือ ความอุดมสมบูรณ์ทั้งพืชพันธุ์ธัญญาหาร ทั้งสัตว์ป่ามากมาย ที่อยู่ร่วมกันได้อย่างพึ่งพาอาศัยกัน มีแหล่งที่อยู่อาศัยที่ดี มีสุขภาพที่แข็งแรง ดังนั้นธรรมชาติจะมีสภาวะเช่นใดก็ขึ้นอยู่กับจิตใจของมนุษย์ที่เข้ามาเกี่ยวข้องนั่นเอง

2. วิเคราะห์แนวทางการบริหารจัดการทรัพยากรน้ำในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาได้พยายามที่จะเสริมสร้างจิตสำนึกในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมมาตั้งแต่ต้นแล้ว การบริหารจัดการทรัพยากรน้ำในคัมภีร์พระพุทธศาสนาพระองค์ใช้หลักธรรมใดเป็นหลักการบริหารจัดการน้ำให้เกิดสันติ ความปลอดภัย และเป็นแนวทางในเชิงการบริหารจัดการน้ำในปัจจุบัน

1) การบริหารจัดการอุทกภัย ในสมัยพุทธกาลนั้นจะใช้หลักแห่งความไม่ประมาทในการแก้ปัญหา ยังเป็นพระสูตรหนึ่งในพระไตรปิฎก คือ รัตนสูตร ดังมีความหมายว่า ขอให้ภูตทั้งหลาย ทั้งที่อยู่บนพื้นดินและในอากาศที่มาชุมนุมกันอยู่ในที่นี้ จงเป็นผู้มีใจดี และขอเชิญฟังคำภาสิตพระพุทธเจ้าด้วยความเคารพ ขอให้ภูตทั้งหลายเมตตาคุ้มครองรักษามนุษย์ผู้ที่นำเครื่องเช่นสรวงมาให้ ทั้งในเวลากลางวัน และกลางคืน เพราะฉะนั้นอย่าได้ประมาท ทรัพย์ทั้งหลาย หรือ รัตนชาติในโลก เทียบไม่ได้กับรัตนะอันประณีตของพระพุทธเจ้า คือ สัจจะ ไม่มีพระธรรมอันใดเทียบได้กับรัตนะอันประณีตในพระธรรมของพระพุทธเจ้าผู้มีพระทัยตั้งมั่นบรรลุธรรมอันเป็นที่สิ้นกิเลส ปราศจากราคะ พระพุทธเจ้าผู้ประเสริฐตรัสสรรเสริญสมาธิว่าเป็นธรรมสะอาดอันประณีตในพระธรรม บุคคล 108 พวก แบ่งเป็น 4 คู่อัตถุบุรุษทั้งหลายสรรเสริญ เป็นผู้ควรแก่ทักษิณาทาน พระอริยบุคคลในศาสนาของพระพุทธเจ้า เป็นผู้ประกอบด้วยศีลเป็นอันดี มีใจมั่นคง บรรลุนิพพานเข้าถึงอมตนิพพาน บุคคลผู้ไม่เห็นแจ้งในอริยสัจ เรียกว่า สัตบุรุษเปรียบเหมือนเสาอินทขิล ที่ฝังลึกลงไปในดิน ไม่หวั่นไหวเพราะลมที่พัดมาทั้งสี่ทิศ ถือเป็นรัตนะอันประณีตในพระสงฆ์ พระโสดาบัน ผู้เห็นแจ้งอริยสัจ ที่พระพุทธเจ้าผู้มีปัญญาลึกซึ้ง ได้ทรงแสดงไว้ดีแล้ว แม้จะยังเป็นผู้ประมาทอยู่มาก ก็จะไม่ถือเอาภพที่แปด ถือเป็นรัตนะอันประณีตในพระสงฆ์ พระโสดาบัน คือ ผู้ที่ละธรรม 3 ประการ คือ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา และสัสสัพพตปราคาส พร้อมกับการบรรลุลอคาปัตติมรรคได้แล้ว แม้ยังจะมีกิเลสอยู่บ้าง พระโสดาบันนั้นพ้นแล้วจากอภัยทั้ง 4 และจะไม่ทำอาชญา 6 ได้แก่ ฆ่ามารดา ฆ่าบิดา ฆ่าพระอรหันต์ ทำโลหิต

ของพระพุทธเจ้าหื้อ ทำให้สังฆแตกกัน เข้ารีตศาสนาอื่น และถึงแม้ว่าพระโสดาบันจะทำบาปกรรมทางกาย วาจา ใจไปบ้าง ท่านก็ไม่อาจปิดบังกรรมชั่วที่ท่านทำไว้ พุ่มไม้งามในป่า ผลียอดออกดอกสะพรั่งในต้นเดือนห้าของคิมหันตฤดู ฉันทโศ พระธรรมอันประเสริฐของพระพุทธเจ้าที่ทรงแสดงให้ถึงนิพพาน เพื่อประโยชน์อย่างยิ่งฉัณนั้นพระพุทธเจ้าผู้ประเสริฐ ทรงรู้ธรรม ทรงประธานธรรม ทรงนำทางอันประเสริฐ ทรงยอดเยี่ยมกว่าใครๆ พระชีนาสพเหล่าใดสิ้นภพจะไม่มีเกิดใหม่ ด้วยสัจจะนี้ ขอให้มีความสวัสดี ในการนี้ท้าวสักกะเทวราชกราบทูล ว่า ภูตทั้งหลาย ทั้งที่อยู่บนพื้นดินและในอากาศที่มาชุมนุมกันอยู่ในที่นี้ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอนอบน้อมต่อพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ ดังนั้นพระพุทธเจ้าได้ตรัสพระคาถาแก่ภิกษุทั้งหลายว่า ถ้าเห็นว่าจะได้สุขอันยิ่งใหญ่จากการเสียสละความสุขเพียงเล็กน้อยก็ขอให้พึงสละเพื่อเห็นแก่สุขอันยิ่งใหญ่เถิด

2) การบริหารจัดการภัยแล้ง ในการบริหารจัดการภัยแล้งในพระพุทธศาสนา จะยึดหลักการกตัญญูต่อแหล่งน้ำยังหมายถึงการกตัญญูต่อต้นไม้ซึ่งเป็นแหล่งให้กำเนิดต้นน้ำลำธารด้วย ในมหาวาณิชชาดก สอนให้เห็นถึงความกตัญญูต่อต้นไม้ที่ให้คุณทั้งน้ำ ทั้งอาหาร ที่อยู่อาศัย ทรัพย์สินเงินทอง เรื่องมีดังนี้ มีพ่อค้าจากแคว้นต่างๆ มาประชุมกันที่กรุงพาราณสี พวกเขาได้แต่งตั้งพ่อค้าที่มีปัญญาคณหนึ่งให้เป็นหัวหน้า พวกก็นำทรัพย์กลับ พ่อค้าเหล่านั้นมาถึงถิ่นกันดารที่มีภิกษาน้อย ไม่มีน้ำ ได้พบต้นไทรใหญ่ มีร่มเงาเย็นสบาย นำรีนรมย์ ก็พ่อค้าเหล่านั้นพากันนั่งที่ร่มเงาต้นไทรนั้นนั่นเอง พวกที่เป็นคนโง่ถูกโมหะครอบงำ คิดเห็นพ้องกันว่า ต้นไม้ต้นนี้สดชื่น รวากับมีน้ำซับซิมอยู่ ขอเชิญพวกเราเหล่าพ่อค้าพากันตัดกิ่งด้านตะวันออกเถิด ก็กิ่งไม้นั้นพอถูกตัดแล้วก็หล่นน้ำใส ไม่ขุ่น พ่อค้าเหล่านั้นพากันอาบและดื่มกินตามที่ต้องการ ณ กิ่งไม้นั้น ต่อมาพวกที่เป็นคนโง่ถูกโมหะครอบงำพากันตัดกิ่งต้นไม้จน ทางการ หมด ได้ทรัพย์สินเงินทองและบริวารเป็นอันมากแล้วพากันโค่นต้นไม้ เว้นแต่หัวหน้าพ่อค้าเท่านั้นที่คอยห้ามแต่พวกเขาไม่ฟัง จึงถูกพญานาคฆ่าเหว่นไว้แต่นายกองเกรียนเท่านั้น” มหาวาณิชชาดก สอนให้เห็นถึงความกตัญญูต่อสิ่งของ คือ ต้นไม้ที่ให้คุณทั้งน้ำ ทั้งอาหาร ที่อยู่อาศัย ทรัพย์สินเงินทองมากมาย แต่เมื่อพ่อค้าเกิดความโลภขึ้นมาก็หักโค่นต้นไม้้น ผลที่พวกเขาได้รับ คือ ความตาย การจัดการทรัพยากรน้ำเพื่อแก้ปัญหาภัยแล้งตามหลักพระพุทธศาสนา เพื่อแก้ไขปัญหามลพิษการทำลายทรัพยากรน้ำและปัญหาการจัดการทรัพยากรน้ำ เพื่อสร้างจิตสำนึกในการจัดการทรัพยากรน้ำ เพื่อป้องกันปัญหามลพิษการทำลายทรัพยากรน้ำ และเพื่อรักษาความสมบูรณ์ของทรัพยากรน้ำให้คงอยู่ต่อไป จากเป้าหมายในการจัดการทรัพยากรน้ำตามหลักพระพุทธศาสนาจึงจะนำไปสู่แนวคิดในการจัดการทรัพยากรน้ำตามหลักพระพุทธศาสนา

3) การบริหารจัดการแหล่งทรัพยากรน้ำกรณีศึกษาแม่น้ำโรหิณี การแย่งน้ำทำนา ดังเรื่องในญัตติกาลหุปสมนวัตถุ เรื่องการระงับความทะเลาะของหมู่พระญาติ พระผู้มีพระภาค

ตรัสพระคาถาเพื่อห้ามการทะเลาะกันระหว่างพระญาติฝ่ายศากยะและโกลิยะที่ทะเลาะกัน เพราะแย่งน้ำทำนา เรื่องมีอยู่ว่า พวกเจ้าศากยะและพวกเจ้าโกลิยะได้กันแม่น้ำโรหิณีด้วยทำนบกั้นกัน ในระหว่างนครกบิลพัสดุ์กับนครโกลิยะแล้วให้ทำข้าวกล้าถึงต้นเดือนมิถุนายน เมื่อข้าวกล้าเขียว พวกคนงานทั้งสองนครต่างประชุมว่าน้ำจะไม่พอในการทำนาขอให้เอาน้ำมาใส่ในนครของตนโดยต่างฝ่ายต่างไม่ยอมให้น้ำแก่อีกฝ่ายหนึ่ง ชาวเมืองทั้งสองจึงทะเลาะกัน ประหารซึ่งกันและกัน กระทบกระแทกกับถึงพระราชา จนเกิดเป็นสงครามระหว่างเมืองทั้งสอง พระศาสดาทรงตรวจดูสัตว์โลกในเวลาใกล้รุ่ง ทอดพระเนตรเห็นหมู่พระญาติแล้ว ทรงดำริว่าหากพระองค์เราไม่ไปห้ามพวกญาติเหล่านี้ก็จะเกิดเหตุร้าย จึงเสด็จทางอากาศเพียงพระองค์เดียว ประทับนั่งโดยบัลลังก์ในอากาศ ณ ท่ามกลางแม่น้ำโรหิณี พระญาติทั้งหลาย เห็นพระศาสดาแล้วทั้งอาวุธ ถวายบังคม พระศาสดาตรัสถามพระญาติเหล่านั้นถึงเหตุแห่งการทะเลาะวิวาท ได้ความว่าทะเลาะกันเพราะแย่งน้ำ พระศาสดาจึงถามว่า น้ำมีราคาเท่าไร พวกพระญาติตอบว่ามีราคาน้อย ส่วนกษัตริย์ มีค่ามาก หากมีได้ พระศาสดาจึงตรัสว่าการที่ท่านทั้งหลาย นำพวกกษัตริย์ซึ่งหาว่ามีได้ให้ทะเลาะกันเพราะเรื่องแย่งน้ำควรแล้วหรือ แล้วได้ทรงภาษิตพระคาถาเหล่านี้ว่า ในหมู่มนุษย์ผู้มีเวร เราเป็นผู้ไม่มีเวร อยู่เป็นสุขจริงหนอ ในหมู่มนุษย์ผู้มีเวร เราอยู่อย่างไม่มีเวร ในหมู่มนุษย์ผู้เดือดร้อน เราเป็นผู้ไม่เดือดร้อน อยู่เป็นสุขจริงหนอ ในหมู่มนุษย์ผู้เดือดร้อน เราอยู่อย่างไม่เดือดร้อน ในหมู่มนุษย์ผู้ชวนชวาย เราเป็นผู้ไม่ชวนชวาย อยู่เป็นสุขจริงหนอ ในหมู่มนุษย์ผู้ชวนชวาย เราอยู่อย่างไม่ชวนชวาย พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสคำอธิบายนี้ไว้ว่า ในมนุษย์ทั้งหลายผู้มีเวรกัน ด้วยเวร 5 พวกเราไม่มีเวร ในมนุษย์ทั้งหลายผู้มีความเดือดร้อนด้วยกิเลส พวกเราเชื่อว่าไม่มีความเดือดร้อนเพราะความเป็นผู้ไม่มีกิเลส ในมนุษย์ทั้งหลายผู้มีความชวนชวายในอันแสวงหากามคุณ 5 พวกเราเชื่อว่าไม่มีความชวนชวาย เพราะไม่มีการแสวงหา นั่น จึงเป็นอยู่สบายดี กว่าพวกคุณหัสดี

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาการบริหารจัดการทรัพยากรน้ำในคัมภีร์พระพุทธศาสนา สามารถนำผลการศึกษามาอภิปรายได้ดังนี้

น้ำเป็นทรัพยากรสำคัญในการดำรงชีวิต จากการศึกษาในพระไตรปิฎก พบว่าปัญหาเรื่องน้ำมีมาอย่างยาวนาน นอกจากจะก่อให้เกิดปัญหาในการดำเนินชีวิตแล้ว ยังก่อให้เกิดความขัดแย้ง ทั้งในระดับชุมชน ระดับเมืองและระดับประเทศ ความขัดแย้งจากเรื่องน้ำส่งผลให้เกิดปัญหาบานปลายเป็นการต่อสู้ประหัตประหารต่อกัน ดังนั้น จึงควรมีการวางแผนการบริหารจัดการน้ำให้เป็นระบบที่ดี เช่น การจัดสรรน้ำให้เพียงพอต่อการเกษตร โดยการส่ง

เสริมให้เกษตรกรปลูกพืชอินทรีย์ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการศึกษาของ **อรัญญา ภูโคกค้อย และ วิษณุ สมิตสุวรรณ** (2562) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การบริหารจัดการน้ำอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น: กรณีศึกษาเทศบาลตำบลบ้านโต้น อำเภอพระยืน จังหวัดขอนแก่น” พบว่า ปัญหาของการจัดสรรน้ำ คือ การกระจายน้ำไม่ทันความต้องการของผู้ขอรับบริการในช่วงภาวะฝนทิ้งช่วงเป็นเวลานาน ซึ่งทำให้เกิดความแห้งแล้งและปัญหาด้านงบประมาณพัฒนาแหล่งน้ำไม่เพียงพอ ด้านแนวทางการพัฒนา คือ ส่งเสริมให้เกษตรกรปลูกพืชเกษตรอินทรีย์ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง การจัดการทรัพยากรน้ำควรเริ่มจากการจัดการระดับปัจเจกชน ที่ต้องหาทางเลือกในการพึ่งพาตนเองและปรับเปลี่ยนรูปแบบการจัดการน้ำใหม่ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการเกษตร ไปสู่ระดับชุมชน ที่มีลักษณะเป็น “เครือข่าย” ของแต่ละส่วนทั้งที่เป็นกลุ่มต้นน้ำ กลางน้ำ ปลายน้ำ และสถานประกอบการต่างๆ เป็นการเปิดพื้นที่ทางสังคมและการสร้างตัวตนของคนในกลุ่มน้ำ รัฐควรจะคำนึงถึง “ระบอบทรัพยากรร่วม” ของชุมชน เพื่อป้องกันไม่ให้ทรัพยากรถูกนำไปใช้ประโยชน์ในทางอื่นที่ไม่ใช่ประโยชน์ของประชาชน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ **ยศศักดิ์ บรรเทาและเสนอชัย เก่าวชาลี** (2563) ได้ทำการศึกษา “การบริหารจัดการน้ำอย่างยั่งยืนของชุมชนบ้านหาดง หมู่ที่ 13 ตำบลทาสบเส้า อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน” ผลการวิจัยพบว่า แนวทางการบริหารจัดการน้ำอย่างยั่งยืนเกิดจากการนำศาสตร์ของพระราชาด้านการบริหารจัดการน้ำมาแก้ปัญหาที่ใช้ในชีวิตโดยอาศัยการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนเป็นกลไกสำคัญ

การบริหารจัดการทรัพยากรน้ำตามหลักการพระพุทธศาสนา คือ การประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นรูปแบบของการจัดการ โดยสามารถประยุกต์หลักอริยสัจ 4 หลักสาราณียธรรม เป็นต้น มาเป็นรูปแบบของการบริหารจัดการ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **อำพล ปุญญา** (2559) ที่ศึกษารูปแบบการบริหารจัดการน้ำตามหลักพุทธวิธีของจังหวัดพิจิตร ผลการศึกษาพบว่า การจัดการสามารถแบ่งเป็น 4 ด้าน คือ 1) การบริหารองค์กรที่ดี ตั้งอยู่ในพื้นที่ที่เหมาะสมคืออยู่ในภูมิประเทศที่ดี สามารถเดินทางไปได้สะดวก บุคลากรภายในองค์กรมีความรู้ความสามารถในการบริหารจัดการน้ำ มีการประชุมกันสม่ำเสมอ องค์กรมีงบประมาณที่เพียงพอและมีเอกภาพในการปฏิบัติงาน 2) การบริหารจัดการน้ำและบำรุงรักษา มีการพัฒนาพื้นที่แหล่งจัดเก็บน้ำให้ดี โดยมีการขุดลอกคลองเพื่อกักเก็บน้ำในฤดูน้ำหลาก มีคณะกรรมการกลุ่มน้ำในระดับต่างๆ เข้ามาดูแล มีการพูดคุย ตกลงกันในเรื่องน้ำ ประชาชนมีน้ำใช้ในการอุปโภคบริโภค มีน้ำประกอบอาชีพอย่างเพียงพอ 3) การมีส่วนร่วมขององค์กรผู้ใช้น้ำชลประทานและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียได้เสียสละพื้นที่บางส่วนเพื่อสร้างแหล่งกักเก็บน้ำ มีการจัดตั้งกลุ่มผู้ใช้น้ำอย่างเป็นรูปธรรม มีการประชุมกลุ่มร่วมกันเพื่ออนุรักษ์เรื่องดูแลสิ่งแวดล้อม

กำจัดสิ่งปฏิกูลที่ขวางทางน้ำไหล เพื่อให้ประชาชนมีน้ำเพื่อการอุปโภคบริโภคอย่างเท่าเทียมกัน 4) ผลสัมฤทธิ์ของงาน มีคณะกรรมการบริหารจัดการน้ำระดับจังหวัดที่ชัดเจน ที่มีความรู้ความสามารถในการบริหารจัดการน้ำ มีอำนาจสั่งการอย่างแท้จริง มีแหล่งน้ำชุมชนเพื่อใช้จัดเก็บน้ำหลากตามฤดูกาลโดยมีเส้นทางระบายน้ำที่ดี โดยที่กลุ่มมีข้อตกลงการใช้น้ำร่วมกันและประชาชนในพื้นที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

องค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย

จากการศึกษาการบริหารจัดการทรัพยากรน้ำในคัมภีร์พระพุทธศาสนา สามารถสรุปองค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย ได้ดังนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

สรุป

น้ำเป็นทรัพยากรที่สามารถนำมาใช้ให้ประโยชน์ในด้านต่างๆ อาทิ ใช้ในการอุปโภคบริโภค ใช้ในการเกษตร ใช้เป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ หลักฐานในวินัยปิฎกได้พบว่า มีการบัญญัติเรื่องการใช้น้ำ ทั้งการอุปโภคและบริโภคน้ำและพฤติกรรมที่เหมาะสมในการปฏิบัติตนว่าต้องกระทำอย่างสำรวม ไม่ทำให้ชาวบ้านเสื่อมศรัทธาได้ เช่น การไม่ต้อนน้ำที่มีสิ่งมีชีวิตอยู่ให้ต้อนน้ำที่กรองแล้ว วิธีการล้างบาตร ต้อนน้ำ และเทกระโถนต้องกระทำอย่างสำรวม และไม่เทน้ำล้างบาตรมีเมล็ดข้าวในละแวกบ้าน นอกจากจะเพื่ป้องกันไม่ให้ชาวบ้านตำหนิแล้ว

ยังเป็นการรักษาสุขภาพ และเพื่อสุขภาพอนามัยของพระภิกษุด้วย หลักฐานในพระสูตร ปิฎกได้พบว่า มีการนำน้ำมาใช้เป็นสื่อกลางในการสอนธรรมะ หลายประการ ได้แก่ เปรียบน้ำเหมือนกิเลส เปรียบการหลุดพ้นกับการข้ามฝั่งแม่น้ำอจิรวดี เปรียบการไม่ละอายในการพูดเท็จกับการเหน็บ เปรียบการเจริญภาวนาให้เหมือนน้ำ เปรียบจิตเหมือนน้ำในภาชนะ แนวคิดและท่าทีต่อน้ำในพระสูตรตปิฎกจึงมีเป้าหมายเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในสังคมโดยตรง เพื่อให้คนมีจิตใจที่ดีงามและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข แนวคิดการบริหารจัดการน้ำตามหลักพระพุทธศาสนา เห็นว่า น้ำ หมายถึง สสารที่เป็นธาตุ เป็นสภาพของสิ่งที่ปรากฏอยู่ และสามารถนำมาใช้ในการอธิบายหลักธรรมะได้ โดยพระพุทธองค์ทรง ยกเรื่องน้ำ เปรียบมาอุปมา เปรียบเทียบกับการสอนธรรมะ เพื่อให้คนเกิดสติปัญญา พัฒนาคุณภาพจิตใจให้สูงขึ้น และเอื้อต่อการปฏิบัติธรรมในลำดับที่สูงขึ้นต่อไป

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1) น้ำเป็นทรัพยากรที่สำคัญในการดำรงชีพ เพราะเป็นส่วนประกอบสำคัญทั้งในระดับชีวิต การสร้างสมดุลให้ธรรมชาติ การประกอบอาชีพการงาน ประเทศไทยและหลายประเทศทั่วโลกต่างประสบปัญหาเรื่องน้ำ ทั้งน้ำมากเกินไปและน้ำน้อยเกินไป ดังนั้น จึงควรมีการศึกษาและวางแผนการบริหารจัดการน้ำโดยองค์รวมอย่างจริงจังและสร้างความร่วมมือกันในระดับมหภาค

2) รัฐควรสร้างความตระหนักในการใช้น้ำภาคครัวเรือน การรักษาลำน้ำสาขา การรักษาป่าต้นน้ำ และการบริหารจัดการน้ำของภาคชุมชน ภาคครัวเรือน เพื่อการสร้างความตระหนักร่วมกันและการอนุรักษ์ทรัพยากรน้ำอย่างยั่งยืน

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรมีการศึกษาวเคราะห์ทรัพยากรธรรมชาติชนิดอื่นในคัมภีร์พระไตรปิฎก เช่น สัตว์ป่า ดิน แร่ธาตุ เป็นต้น เพื่อจะได้เข้าใจทรัพยากรธรรมชาติตามหลักพระพุทธศาสนา ครอบคลุมทุกชนิดและได้แนวทางการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติชนิดอื่นเพิ่มเติม

2) การจัดการทรัพยากรน้ำตามหลักพระพุทธศาสนาน่าจะมีการศึกษาวิจัยต่อยอดในภาคปฏิบัติ หรือเป็นข้อเสนอแนะให้รัฐบาลนำไปประกอบการทำแผนบริหารจัดการทรัพยากรน้ำเพื่อให้เกิดผลเป็นรูปธรรมได้อย่างแท้จริงต่อไป

3) ควรทำการศึกษาอนุรักษ์ต้นน้ำที่ทำให้เกิดแหล่งน้ำ

4) ควรทำการศึกษาเรื่องประเพณีที่ก่อให้เกิดการอนุรักษ์ทรัพยากรน้ำให้มากขึ้น

5) ควรทำการศึกษากระบวนการสร้างจิตสำนึกในการอนุรักษ์ทรัพยากรน้ำ

บรรณานุกรม

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ยศศักดิ์ บรรเทาและเสนอชัย เถาว์ชาลี. (2563). “การบริหารจัดการน้ำอย่างยั่งยืนของชุมชนบ้านหาดง หมู่ที่ 13 ตำบลทาสบเส้า อำเภอมะนัง จังหวัดลำพูน”. **วารสาร มจร การพัฒนาสังคม**. 5 (3): 145.
- อภิชาติ อนุกุลอำไพ. (2526). “เทคโนโลยีและการจัดการส่งน้ำให้ได้ประสิทธิภาพสูงสุด”. **เทคโนโลยีที่เหมาะสมในการทำงานชลประทาน**. กรุงเทพมหานคร: สมาคมศิษย์เก่าวิศวกรรมชลประทานในพระบรมราชูปถัมภ์.
- อรัญญา ภูโคค้อยและวิษณุ สุमितสุวรรณ. (2562). “การบริหารจัดการน้ำอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น: กรณีศึกษาเทศบาลตำบลบ้านไถ่น อำเภอยะยา จังหวัดขอนแก่น”. **วารสารมหาจุฬานาครธรรม**. 6 (10): 5067.
- อำพล ปุณญา. (2559). “รูปแบบการบริหารจัดการน้ำตามหลักพุทธวิธีของจังหวัดพิจิตร”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

รูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล The Model of Meditation Practice in the Buddha's Time

พระปลัดธวัชชัย ชัตติรัตน์

Phrapalad Thawatchai Kattirat

วัดสันกำแพงปลา 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 ซึ่งเป็นพระสูตรที่ว่าด้วยมัชฌิมาปฏิปทา คือ การปฏิบัติตามทางสายกลาง ให้เว้นทางที่สุดโต่ง 2 อย่าง และว่าด้วยอริยสัจ 4 พัฒนาการของการปฏิบัติธรรมในครั้งพุทธกาลเริ่มจากการปฏิบัติแบบสมถะ ตามแนวคิดของสำนักปฏิบัติที่มีอยู่ก่อน ภายหลังพระพุทธเจ้าทรงพัฒนาจากแบบ “สมถ” ขึ้นสู่แบบ “วิปัสสนา” อันเป็นแนวทางปฏิบัติตามหลักมัชฌิมาปฏิปทาที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบว่า เป็นการปฏิบัติที่ถูกต้องและเป็นไปเพื่อการเข้าถึงพระนิพพาน ส่วนรูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาลนั้น พระพุทธเจ้าทรงนำหลักการปฏิบัติธรรมที่ทรงค้นพบมาสั่งสอน ปรับให้เหมาะสมกับกาลสถานที่ จริต หรือ ทัศนะของผู้ปฏิบัติ 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 พระผู้มีพระภาคได้ตรัสพระพุทธานุญาตนี้ว่า

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

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งปัญญา (พระมหานรงค์ กนตสีโล (อุนคำ), 2548: 7) ในการตรัสรู้โลกุตตรธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ทรงเจริญด้วยสติปัฏฐาน 4 ซึ่งเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทุกพระองค์ได้ทรงเจริญและตรัสรู้อนุตรสัมโพธิญาณ ดังที่พระสารีบุตรได้กล่าวไว้ว่า “พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกพระองค์ แม้ในอดีตกาล ในอนาคตกาล และในบัดนี้ ทรงละนิรณ 5 ที่เป็นเครื่องเศร้าหมองใจ ทอนกำลังปัญญา มีพระทัยตั้งมั่นในสติปัฏฐาน 4 ทรงเจริญโพชฌงค์ 7 ตามความเป็นจริง จึงตรัสรู้พระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 143: 104-105) และพระพุทธองค์ได้ตรัสสอนเรื่องทุกข์และความดับทุกข์ โดยชี้ให้เห็นว่าสติปัฏฐาน 4 เท่านั้นที่เป็นหนทางดับทุกข์ที่แท้จริง ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโศกและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโศมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อให้แจ้งซึ่งนิพพาน หนทางนี้ คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 373: 301)

ยุคก่อนสมัยพุทธกาล นักบวชอินเดียได้ฝึกปฏิบัติ สมถกัมมัฏฐาน (สมาธิ) ทั้งแบบทรมานตนเอง และสุขแบบสุดโต่ง ซึ่งทั้ง 2 ไม่ใช่หนทางหลุดพ้นจากความทุกข์ ในช่วงก่อนการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ท่านอาหารดาบสและอุทกดาบส ได้ปฏิบัติสมาธิ ถึงขั้นสูงสุดของอรูปฌาน 4 และเป็นอาจารย์สอนสมาธิแก่เจ้าชายสิทธัตถะหลังเสด็จออกบวชใหม่ ต่อมาอาจารย์ทั้ง 2 ได้เสียชีวิตก่อนพระพุทธเจ้าจะตรัสรู้ และได้ไปเกิดในชั้นอรูปพรหมที่ละเอียดที่สุด หลังจากที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้แล้วไม่สามารถไปแสดงธรรมแก่อาจารย์ทั้ง 2 ให้บรรลุถึงพระนิพพานได้ เพราะยุคก่อนมีแต่การสอนสมถกัมมัฏฐาน ซึ่งไม่สามารถทำให้พ้นทุกข์ได้ หากต้องการพ้นทุกข์ต้อง เจริญสติปัฏฐาน หรือวิปัสสนากัมมัฏฐานเท่านั้น หลังจากพระพุทธองค์ ได้ฝึกสมาธิ (สมถกัมมัฏฐาน) กับท่านอาหารดาบสและอุทกดาบส จนจบหมดแล้ว ท่านทรงรู้อย่างแน่นอนไม่ใช่ทางพ้นทุกข์ 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 เพื่อบรรลุนิพพาน 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 พวกกันออกไปอยู่ป่าลึกๆ จึงขอกัมมัฏฐานจากพระอุปัชฌาย์อาจารย์ หรือจากสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะฉะนั้นในสมัยพุทธกาล จึงเรียนทั้งภาคปริยัติและภาคปฏิบัติ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 79: 121)

การปฏิบัติธรรมสมัยหลังพุทธกาล กรณฐานนี้เป็นศัพท์ที่ท่านบัญญัติขึ้นมาใช้ใหม่ในสมัยหลังพุทธกาลแล้ว สมัยพุทธกาลพระพุทธเจ้าทรงใช้ คำว่า “ภาวนา” ในความหมายของการฝึกสมาธิ เพราะการฝึกสมาธินั้นมีมาก่อนพระพุทธศาสนา กรณฐาน แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน คำว่า “งาน” ในที่นี้คือ งานของใจ ความหมาย ที่มีมาตามนัยแห่งมูลฎีกาแสดงวินิจฉัยคำ “กรณฐาน” ไว้ว่า “กมฺเมว วิเสสาธิคมนสฺส ฐานนฺติ กมฺมฐานํ” แปลว่าการงานที่เป็นเหตุแห่งการบรรลุคุณวิเศษชื่อว่า “กรณฐาน” บางท่านแปลว่า อารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งงานเจริญภาวนา หรือที่ตั้งแห่งงานทำความเพียรฝึกอบรมจิต ได้แก่สิ่งที่ผูกใจให้สงบระงับ เป็นของมีอารมณ์เดียว เป็นวิธีควบคุมจิตใจให้สงบและเกิดปัญญา บางทีเขียนเป็น “กัมมัฏฐาน” ก็ได้ แต่นิยมเขียนเป็น “กรณฐาน” กรณฐานนี้มีอยู่ 2 อย่าง คือ สมถกรณฐาน 1 วิปัสสนากรณฐาน 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 และอุเบกขาเวทนาซึ่งเกิดมีความสงบจากอารมณ์ของสมณะหรือวิปัสสนากัมม จิตว่าเป็นสุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนาที่ไม่เจือด้วยอามิส เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานทั้ง 9 นี้ใช้ในการเจริญวิปัสสนากัมมมีภูมิต่ออย่างเดียว จะเพ่งเวทนาโดยความเป็นอารมณ์ของ สมถกัมมมีภูมิต่อ เพื่อให้เกิดฌานจิตนั้นไม่ได้ การตามพิจารณาเวทณาก็เพื่อให้รู้เห็นประจักษ์ชัดว่าทุกข์สุขที่กำลังเกิดอยู่นั้น เป็นธรรมชาติชนิดหนึ่งซึ่งไม่มีรูปร่าง สันฐานที่ให้เห็นได้ด้วยนัยน์ตา เป็นธรรมชาติที่ไม่ใช่รูป แต่เรียกว่า นาม คือ นามเจตสิก เวทนานี้ไม่ใช่เราและเราก็ไม่ใช่เวทนา ต่อเมื่อมีเหตุมีปัจจัยเวทณาก็เกิดขึ้นปรากฏขึ้น จะห้ามไม่ให้เกิดก็ห้ามไม่ได้ ครั้นหมดเหตุ หมดปัจจัยแล้วเวทณาก็ดับไปเอง ไม่ดำรงคงอยู่ตลอดไป ความรู้ในเวทนาดังกล่าวนี้นี้เรียกว่า เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน อันเป็นอารมณ์ของวิปัสสนากัมมมีภูมิต่อ ซึ่งมีความสามารถประหารสัkkายทิฏฐิได้ ความจริงเวทนานี้ ก็เกิดอยู่เสมอทุกขณะไม่มีว่างเว้นเลย ขนทั้งหลายก็รู้สึกทุกข์หรือสุขอยู่ แต่ไปยึดถือว่าเราทุกข์เราสุข จึงไม่อาจที่จะละสัkkายทิฏฐิได้เลย หากเป็นเช่นนั้นไม่เรียกว่าเวทนาเป็นอารมณ์ของสติปัฏฐานหรือวิปัสสนากัมมมีภูมิต่อ 3. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตทั้ง 16 นี้ ใช้เป็นอารมณ์แห่งสติปัฏฐานในการเจริญวิปัสสนากัมมมีภูมิต่อ การกำหนดพิจารณาจิตเหล่านี้ในการเจริญวิปัสสนากัมมมีภูมิต่อ ก็เพื่อให้รู้เท่าทันว่าจิตที่กำลังเกิดอยู่นั้นเป็นจิตโลก จิตโภคะ จิตหลง จิตฟุ้งซ่าน หรือเป็นจิตชนิดใด เมื่อรู้ประจักษ์ชัดเช่นนี้ก็ทำให้เกิด ความรู้ต่อไปว่า ที่โลกที่โภคะ ที่หลงนั้น เป็นอาการของจิต หาใช่เราเราโลก เราโภคะ เราหลงไม่ เพราะจิตนี้ไม่ใช่ตัวเรา และเราก็ไม่ใช่จิต จะห้ามไม่ให้จิตอย่างนั้นเกิดให้เกิดแต่จิตอย่างนี้เถอะ ย่อมไม่ได้เลย

ด้วยสาเหตุนี้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะทำการศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาลโดยทำการศึกษาเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล วิวัฒนาการของการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล ความสำคัญของการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล คุณค่าและประโยชน์ของการปฏิบัติธรรม ความหมายของรูปแบบการปฏิบัติธรรม ในสมัยพุทธกาล ความสำคัญขอรูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล รูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล วิธีการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความเป็นมาและพัฒนนาการของการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล
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 จัดเป็นหมวดหมู่ความรู้
4. สรุปผลการวิจัยและเสนอแนะ

ผลการวิจัย

1. ความเป็นมาและพัฒนาการของการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล

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

เทวทูตที่กระตุ้นเตือนและเป็นเหตุสำคัญประการหนึ่งทำให้พระพุทธองค์เสด็จออกผนวช ทรงมองเห็นถึงความสำคัญของการปฏิบัติธรรมเป็นหนทางเดียวเท่านั้นที่จะแสวงหาพรหมจรรย์ แม้พระพุทธองค์เองก็แสวงหาการปฏิบัติธรรมโดยตลอดนับแต่เสด็จออกผนวชโดยปฏิบัติตามเจ้าสำนักต่างๆ และด้วยกรรมวิธีแห่งการปฏิบัติธรรมแบบต่างๆ ที่มีอยู่ในสังคมอินเดียโบราณ ในครั้งพุทธกาลนั้น แต่ก็ไม่สามารถนำไปสู่ความสำเร็จอย่างแท้จริง ในที่สุดพระพุทธองค์ก็ทรงละแนวทางแห่งการปฏิบัติธรรมเหล่านั้น และแสวงหาแนวทางด้วยพระองค์เองด้วยปัญญาบารมีอันสูงสุดแห่งพระพุทธองค์ทำให้สามารถค้นพบทางแห่งการปฏิบัติธรรมอันนำไปสู่การหลุดพ้นและละกิเลสทั้งมวลได้อย่างแท้จริง ทรงเสด็จอุบัติขึ้นเป็นพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยพระองค์เองภายหลังการตรัสรู้พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงหลักแห่งการปฏิบัติธรรมอันเป็นปฏิปทาอันถูกต้องแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายให้เป็นไปตามจริตและวิถีของพุทธศาสนิกชนทั้งหลายทั้งในระดับสมถและระดับวิปัสสนา

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 ไม่ตั้งอยู่ในความประมาท คอยสำรวจการกระทำทางกาย วาจา ใจ ไม่ให้ทำความชั่ว ทำแต่ความดี ซึ่งการปฏิบัติสมาธินั้น เป็นเพียงส่วนหนึ่งของการปฏิบัติธรรมเท่านั้น การเจริญสมาธิเป็นเพียงการฝึกสติให้สามารถทำกิจต่างๆ อย่างถูกต้อง ไม่เกิดความไม่ประมาท มีสติรับรู้ความรู้สึกตัว เรียกว่า สัมปชัญญะ โดยอาจฝึกอย่างง่าย เช่น การกำหนดลมหายใจที่ผ่านเข้าออกตรงรูจมูก ทำให้สามารถหยุดความคิดทั้งปวง ไม่ฟุ้งซ่าน เป็นการฝึกอย่างมีสติในขณะที่ไม่ได้นอนหลับ 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 สามารถดำรงตนอยู่ในยุคโลกาภิวัตน์ได้ด้วยความไม่ประมาท (จำลอง ดิษยวณิช, 2543: 2)

วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง การกระทำอันเป็นที่ตั้งแห่งการแจ้งในรูปนาม โดยความเป็นพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขังและอนัตตา องค์ธรรมของวิปัสสนากรรมฐานได้แก่ ปัญญาเจตสิก ในอีกความหมายหนึ่ง “วิปัสสนา” มาจากคำสองคำ คือ “วิ” แปลว่า แจ้งหรือชัด “ปัสสนา” แปลว่า การเห็น วิปัสสนา จึงหมายถึง ปัญญาที่เห็นแจ้งชัดในรูปนามหรือชั้นห้าว่ามีลักษณะของความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความไม่ใช่อัตตาเป็นภวณามยปัญญาที่ทำให้เข้าใจถึงอริยสัจ 4 จนบรรลุมรรคผล นิพพาน ตามกำลังของวิปัสสนาญาณ (จำลอง ดิษยวณิช, 2543: 3)

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้น ส่วนใหญ่นิยมการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน 4 หรือมหาสติปัฏฐานสูตร เป็นพระสูตรที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์มหารวรรค ทีฆนิกาย มหาสติปัฏฐานสูตรนั้นเป็นพระสูตรหนึ่งที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสแสดง ขณะที่เสด็จประทับอยู่ที่แคว้นกुरू กัมมาสทัมมนิคม พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า ทางสายนี้เป็นทางสายเอกหรือเป็นทางเดียวเท่านั้น (จำลอง ดิษยวณิช, 2543: 7) มีเป้าหมาย คือ

- 1) เพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย
- 2) เพื่อระงับความโลภและความคร่ำครวญ
- 3) เพื่อความทุกข์และความโศกเศร้า
- 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 “อัตถิภาวนาโยค”

คือ การทรงบำเพ็ญทุกริกิริยานานถึง 6 ปีจนเกือบสิ้นพระชนม์ก็ไม่ทรงค้นพบแนวทางที่ถูกต้อง ทรงเปลี่ยนแนวทางการปฏิบัติธรรมจากรูปแบบดังกล่าวมาเป็นการปฏิบัติแบบทางสายกลาง หรือมัชฌิมาปฏิปทา อันเกิดจากการทรงพิจารณาจากการแสดงนิมิตของเทวดาที่บรรเลงพิณ 3 สายให้ทรงสดับและทรงบรรลุบรมธรรมพระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณในที่สุด

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

1) รูปแบบการปฏิบัติธรรมด้วยการฟังธรรม คือ การฟังคำสั่งสอนของพระที่พุทธเจ้าเป็นสิ่งที่มียุทธธรรมมาก เพราะพระธรรมของพระองค์เป็นเครื่องขัดเกลาจิตใจ เครื่องเศร้าหมองให้หมดไปจากจิตใจ ชำระจิตใจให้สะอาดผ่องใสเห็นเหตุผลตามความเป็นจริงว่า อะไรเป็นเหตุแห่งสุข อะไรเป็นเหตุแห่งทุกข์ ความพ้นทุกข์มีอะไรเป็นเหตุ ดังนั้น จึงควรฟังธรรมเพื่อชำระกิเลส เป็นเหตุให้ทุกข์น้อยลง หรือเบาบาง จนถึงหมดสิ้นไปเป็นเครื่องสลายจิตใจให้เยือกเย็น พ้นจากทุกข์ เช่น พระอริยบุคคลผู้บรรลุตั้งแต่โสดาบันขึ้นไปจนถึงพระอรหันต์ ก็ล้วนสำเร็จด้วยการฟังธรรมจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นส่วนใหญ่ นอกนั้นก็สำเร็จเพราะฟังธรรมจากพระอัครสาวกบ้าง จากพระมหาสาวกบ้าง ดังนั้น การฟังธรรมจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมาก ซึ่งนับเป็นมงคลสูงสุดประการหนึ่ง ตัวอย่างการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา คือ พระจุฬปันถก เป็นบุตรในธิดาของชนเศรษฐี เจริญวิปัสสนากรรมฐานยกผ้าผืนนั้นขึ้นเปรียบเทียบกับอดีตภาพร่างกายเป็นอารมณ์ ก็ได้บรรลุพระอรหันต์ผลพร้อมด้วยปฏิสัมภิทาญาณ และพระนางเขมา เป็นอุบาสิกาผู้ได้รับการยกย่องจากองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้เป็นเอตทัคคะทางด้านปัญญา

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

ราชบุตรของพระเจ้าสุกโกทนะ จนกระทั่งถึงเวลาใกล้รุ่ง ท่านจึงปลงใจเอนกายเพื่อจะนอน แต่ศีรษะยังไม่ทันถึงหมอนและเท้ายังไม่ทันพ้นจากพื้น ในระหว่างนั้น จิตก็ได้หลุดพ้นจากอาสวะ เพราะความไม่ถ่อมมันด้วยอริยาบถกึ่งนั่งกึ่งนอน

3) แบบวิปัสสนากรรมฐาน คือ ปัญญาที่รู้แจ้งรู้ชัด โดยรู้เห็นไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ความไม่เที่ยง ทุกขัง ความเป็นทุกข์ข้อนันตตา ความไม่มีตัวตน ฉะนั้น ในคัมภีร์อภิธัมมัตถวิภาวินี ได้อธิบายความหมายของวิปัสสนาไว้ว่า “อนิจจาติวิธการโต ทสสนตเถน วิปัสสนาสงฆาตานญจ” แปลว่า และที่เรียกว่า วิปัสสนา เพราะว่า เห็นโดยอาการต่างๆ ตลอดจนอนิจจัง คือ มีความไม่เที่ยง เป็นต้น และท่านวิปัสสนาจารย์ได้ วิเคราะห์ศัพท์ไว้อีกนัยหนึ่งว่า วิเสสนปสสตีติ วิปัสสนา, วิสิฏฐตโถ วิเสสสทโท ที่เรียกว่า วิปัสสนา เพราะว่า มีการเห็นแปลกประหลาด ศัพท์ว่า วิเสส มีอรรถว่า แปลกประหลาด คือ เห็นสภาวะหรือปรากฏการณ์แปลกๆ ประหลาดๆ ถ้าเป็นรูปหรือนิมิตก็เห็นได้แจ่มแจ้งชัดเจนยิ่งกว่ามองเห็นด้วยตาเนื้อ คือ สิมตาดูเสียอีกและได้เห็นต่างๆ เห็นแปลกๆ ใหม่ จึงต้องเข้าใจอย่างถ่องแท้ ตัวอย่างการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา พระจักขุบาล สอนตนเอง เตือนตนเองว่าจะเลือกพระพุทธศาสนาหรือว่าจะเลือกเอาดวงตา ทำยสุดท้ายเลือกเอาพระพุทธศาสนาละความวิตกกังวลในอาการป่วยทางตา ในปัจฉิมยาม ดวงตาทั้งสองข้างแตกพร้อมกับท่านได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ และพระภิกษุที่พิจารณาซากศพ ในสมัยพุทธกาลมีตัวอย่างบุคคลที่เจริญสุกภูมิมีภูฐาน จนใจหยุดนิ่งบรรลุธรรมหลายท่าน ในที่นี้จึงยกมาเป็นตัวอย่าง พระเถระรับคำแล้วได้ไปพิจารณาซากศพ โดยให้เลิกผ้าห่มออกแล้ว พิจารณาตั้งแต่ฝ่าเท้าถึงปลายผม

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษารูปแบบการปฏิบัติในสมัยพุทธกาล ผู้วิจัยสามารถนำผลการศึกษามาอภิปรายผลได้ ดังต่อไปนี้

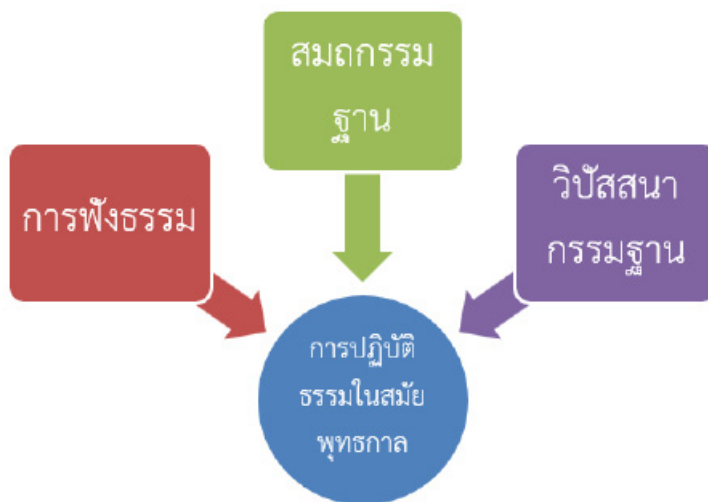
การปฏิบัติธรรมนั้นแท้จริงแล้วมีมาก่อนการกำเนิดขึ้นของพระพุทธศาสนาแล้ว แต่ละสำนักมีแนวทางการปฏิบัติธรรมที่แตกต่างกันไป เช่นในสำนักของอาฬารดาบสและอุทกดาบส เป็นต้น เมื่อพระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นในโลกนี้แล้ว จึงได้นำเสนอแนวทางการปฏิบัติธรรม บางแนวทางมีความสอดคล้องกับสำนักต่างๆ ที่มีอยู่ก่อนแล้ว เช่น การใช้กสิณ การใช้พรหมวิหารธรรม และการใช้รูปกรรมฐาน เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ **พระครูสุธีรวิมุกต (นวปฏฺถ กุสธญาโณ)** (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 อาหารดาบสและอุทกดาบส บุคคลเหล่านี้หากเสียชีวิตโดยฉะฉานสมาบัติไม่เสื่อมก็จะเกิดในพรหมโลก

วิธีปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาลนั้นเป็นการปฏิบัติตนเพื่อให้พ้นจากความทุกข์ในสังสารวัฏ โดยในสังคมอินเดียสมัยนั้นมีรูปแบบการปฏิบัติธรรมหลากหลายสำนัก เมื่อจำแนกแล้วมี 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ทรมานตนเองและกลุ่มที่ปรนเปรอตนเอง พระพุทธเจ้าได้ทรงคิดค้นรูปแบบขึ้นใหม่ที่ปฏิเสธแนวทางสุดโต่งทั้ง 2 อย่างนั้น และเผยแผ่รูปแบบนั้นแก่สาวกให้ดำเนินตาม เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา หรือทางสายกลาง ซึ่งเป็นทางแห่งการหลุดพ้นอย่างสิ้นเชิง ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ **พระกัมพล กมฺพโล (สายอาภรณ์) และคณะ (2563)** ที่ศึกษาวิเคราะห์คุณค่าและความสำคัญของมัชฌิมาปฏิปทาในอัมมจักกัปปวัตตนสูตร พบว่า มัชฌิมาปฏิปทาเป็นอริยมรรคมีองค์ 8 ประการ เป็นทางดำเนินสู่ความดับทุกข์คือการรู้แจ้งพระนิพพานโดยผู้ปฏิบัติจะหยั่งเห็นอริยสัจ 4 ด้วยมรรคญาณ และสามารถรู้แจ้งพระนิพพานด้วยผลญาณ เนื่องจากพระนิพพานเป็นจุดหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนาและเป็นจุดหมายสูงสุดของผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย เพื่อหวังความสิ้นทุกข์หลุดพ้นจากวัฏสงสารดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงตรัสว่าการบรรลุความสำเร็จอีกขั้นหนึ่งที่เป็นความดับทุกข์คือรูปนามทั้งหมด (นิพพานาย ส่วตตติ) และสอดคล้องกับงานวิจัยของ **พระสุรพงษ์ อธิธมฺโม (โปรงไธสง) และคณะ (2566)** ที่ศึกษาวิเคราะห์จริยศาสตร์ในหลักมัชฌิมาปฏิปทาของพุทธปรัชญาเถรวาท ผลการศึกษาพบว่า มัชฌิมาปฏิปทาในพุทธปรัชญาเถรวาท คือ ทางสายกลาง มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต เป็นทางปฏิบัติสายกลาง เพื่อให้ถึงความดับทุกข์ด้วยปัญญาแห่งทุกข์ด้วยปัญญา คือการดำเนินชีวิตที่ดีเพื่อกำหนดรู้ทุกข์ และปัญหาแห่งทุกข์ หรือปฏิบัติเพื่อกำหนดรู้ทุกข์ เมื่อปฏิบัติตามหลักมัชฌิมาปฏิปทาจะก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ ซึ่งเป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ และเพื่อนิพพาน

องค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย

จากการศึกษารูปแบบการปฏิบัติในสมัยพุทธกาล สามารถสรุปองค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย ได้ ดังต่อไปนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

สรุป

การปฏิบัติธรรมเป็นแนวทางเดียวที่จะทำความทุกข์ทั้งหมดให้สิ้นไป พระพุทธเจ้าทรงหาแนวทางการปฏิบัติธรรมและบำเพ็ญเพียรเพื่อให้บรรลุสู่ธรรมอันสูงสุดอันเป็นไปเพื่อการทำความทุกข์ทั้งหมดให้หมดไป การปฏิบัติธรรมของพระพุทธองค์ได้กระทำทุกวิถีทางแม้แต่การเอาชีวิตเข้าแลก คือ การบำเพ็ญธรรมอย่างอุกถหรือทรงบำเพ็ญทุกรกิริยาก็ไม่ทรงค้นพบหนทางอันแท้จริง จึงหันแนวทางมาสู่การปฏิบัติธรรมแห่งทางสายกลางอันเป็นปฏิปทาที่เทวดาทรงแสดงนิมิตด้วยการบรรเลงพิน 3 สาย การปฏิบัติธรรมแห่งทางสายกลางหรือมัชฌิมาปฏิปทานี้ทำให้พระพุทธองค์สามารถบรรลุพระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ รู้แจ้งเห็นจริงทำที่สุดของทุกข์ให้หมดไปอย่างแท้จริง และหลักธรรมเหล่านี้พระพุทธองค์ทรงนำมาแสดงถึงการนำหลักปฏิบัติธรรมอันประเสริฐและเป็นหลักแห่งการปฏิบัติธรรมอย่างถูกต้องและเป็นไปเพื่อประโยชน์สุขอันสูงสุด

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากผลการศึกษาวิจัย เรื่องรูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาลนี้ ผู้วิจัยขอแสดงทัศนะเพื่อเป็นข้อเสนอแนะ รวมเป็น 3 ประการดังนี้

- 1) การศึกษาเรื่องรูปแบบการปฏิบัติธรรมในสมัยพุทธกาล จะทำให้ทราบถึง

หลักของการปฏิบัติเพื่อค้นหาแนวทางที่ถูกต้องสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคมนุชย์ที่เกิดขึ้นเพื่อครั้งพุทธกาลและนำมาเปรียบเทียบกับหลักการปฏิบัติธรรมของบุคคลต่างๆที่อยู่ในสังคมโลกทั้งที่ร่วมยุคสมัยและมีมาในอดีต จะทำให้เราทราบถึงสภาพการณ์ต่างๆที่เรา กำลังดำรงอยู่ในสังคมว่าบุคคลแบบใดจึงมีความเหมาะสม อันจะทำให้สามารถนำแนวทางเหล่านั้นเป็นหลักปฏิบัติแห่งตน เพื่อจะทำให้เป็นผู้รู้เท่าทันเหตุการณ์และ นำมาใช้เป็นหลักในการดำรงชีวิตให้เหมาะสมกับสภาพการณ์นั้นๆ เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอย่างเป็นสุขในสังคม

2) หลักการปฏิบัติธรรมต่างๆ ที่ปรากฏในพุทธวิธี ล้วนเป็นหลักธรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขของการดำรงชีวิตทั้งในระดับปัจเจกบุคคลและในระดับสังคมโดยรวม หลักธรรมเหล่านั้นมีประโยชน์และความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะน้อมนำมาประพฤติปฏิบัติ เพราะย่อมจะนำสิ่งที่เป็นคุณประโยชน์ และสามารถนำมาปฏิบัติตามได้อย่างแท้จริง เพราะเรื่องราวต่างๆ ที่อยู่ในงานวิจัยนี้ย่อมเป็นบทพิสูจน์ได้ถึง เมื่อใดก็ตามธรรมทั้งหลายเหล่านั้น 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). **วิปัสสนากรรมฐานและชาวปัญญา**. เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงทิพย์.
- ธนิต อยู่โพธิ์. (2517). **วิปัสสนาญาณด้วยทฤษฎีและการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน**. กรุงเทพมหานคร: นิยมวิทยา.
- พระกัมพล กมฺพโล (สายอาภรณ์), พระครูสุธีศัมมภิระญาณ, โสวฑฺฒ์ บำรุงภักดิ์ และพระมหาสำรอง สญฺญโต. (2563). “การศึกษาวิเคราะห์คุณค่าและความสำคัญของมัชฌิมาปฏิปทาในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร”. *Journal of Modern Learning Development*. 5 (5): 248-259.
- พระครูสุธีวุฒิกุล (นวปฎล กุศลญาโณ). (2561). “การปฏิบัติสมาธิภาวนาในสมัยก่อนพุทธกาล”. *วารสาร มจร ปรัชญาปริทรรศน์*. 1 (2): 70.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2543). **วิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในสมัยพุทธกาล**. กรุงเทพมหานคร: สุขุมและบุตร.
- พระมหาดรณรงค์ กนตสีโล (อุ่นคำ). (2548). **จุดเด่นพระพุทธศาสนา**. เชียงใหม่: โรงพิมพ์ทรีโอ แอดเวอร์ไทซิงแอนด์มัลติมีเดีย.
- พระสุรพงษ์ ชีระธมฺโม (โปรงไธสง), วิเชียร ชาบุตรบุญทริก 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) ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการเมืองการปกครองในพระพุทธศาสนา และ 2) ศึกษาวิเคราะห์การปกครองตามหลักธรรมาธิปไตยในพระพุทธศาสนา เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร วิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาวิเคราะห์

ผลการศึกษาพบว่า การเมืองการปกครองตามแนวทางพระพุทธศาสนา คือ การจัดการอย่างถูกต้องตามกฎหมายของธรรมชาติ 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 เมื่อคนส่วนใหญ่มีความรู้น้อย เป็นผู้ใช้สิทธิออกเสียงส่วนใหญ่ เป็นประชาธิปไตยในการบริหารจัดการรัฐ ย่อมนำไปสู่เป้าหมายที่ผิดพลาด อีกประการหนึ่งที่ประชาธิปไตยเน้นที่เสรีภาพเกินไป ทุกคนต่างเรียกร้องหาความเสมอภาค นานวันเข้าก็ไม่มีใครเกรงกลัวหรือเคารพต่อกฎระเบียบของสังคมปัญหาการเมือง การปกครองเกิดมาจากความ

โง่เขลา คือ ขาดการศึกษาอย่างเพียงพอ และความเห็นแก่ตัวอย่างรุนแรง เพื่อความเป็นพรรค และพวกพ้อง เห็นแก่ประโยชน์ตนมากกว่าประโยชน์ส่วนรวม รัฐเพลโตเสนอรูปแบบระบบ การปกครองที่ดีที่สุด คือ ระบบอภิชนาธิปไตย ซึ่งมีระบบการปกครองโดยอำนาจการเมืองการ ปกครองอยู่ในชนชั้นผู้เป็นราชาปราชญ์ เป็นผู้ผ่านการทดสอบ คัดเลือกมาเป็นอย่างดี มีคุณธรรม จะต้องคัดคนโดยการเลื่อนขั้นมาจากระบบการศึกษา หน้าที่ใหญ่ของรัฐ คือ การจัดระเบียบ ส่งเสริมการปกครองโดยชนชั้นนำที่มีคุณธรรม ไม่ควรมีทรัพย์สินส่วนตัว เพราะจะเกิดการ แข่งขันชิงดีเพื่ออำนาจการเมือง อำนาจทางสังคม เป็นอันตรายป้องกันได้ยากมาก (พระสานนท์ จรรย์ธมโม (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 เงินตราและระบบเกียรตินิยมของรัฐ จะมีความสำคัญในสังคมได้ ก็เพราะพระสงฆ์เป็นพลังใน ทางศีลธรรม คือ พร้อมที่จะชี้ถูก ชี้ผิด หรือแสดงจุดยืนในทางศีลธรรม หากบังเกิดความไม่ถูก ต้องในสังคม (พระไพศาล วิสาโล, 2545: 64) แนวคิดการปฏิรูปพระพุทธศาสนากับสังคมและ การเมืองอีกท่านหนึ่งที่สะท้อนบทบาทอย่างตรงไปตรงมาทั้งแนวคิดและการปฏิบัติของพระ โพธิรักษ์ ในการนำคณะชาวโศกร่วมเคลื่อนไหวในเวทีการเมืองภาคประชาชน ดังนั้นผู้วิจัย จึงได้เห็นความสำคัญของการรวบรวม เรียบเรียง พัฒนาการแนวคิดในการปฏิรูปพระพุทธ ศาสณากับการเมืองหลัง พ.ศ. 2475 เพื่อทำให้ธรรมมีอำนาจอิสระเหนือการตีความเพื่อรับใช้ รัฐ หลักพระพุทธศาสนาที่ไม่ผูกติดกับ ลัทธิพราหมณ์ ฝั ฤษี ไสยศาสตร์ พุทธพาณิชย์และกรอบ ของรัฐชาติ กลับไปหารากฐานของสังฆะธรรม ที่เป็นความจริงแท้ดั้งเดิม เป็นฐาน เป็นแม่บท เป็นกรอบใหญ่ กรอบหลักของสังคม และหลักกฎหมาย ที่ปกครองในระบอบประชาธิปไตย อันมี พระมหากษัตริย์เป็นประมุขที่ประสงค์จะปกครองแผ่นดินโดยธรรม มีธรรมเป็นอำนาจยกรธรรม เป็นใหญ่ ตัดสินใจด้วยหลักธรรม ให้การศึกษาให้รู้ธรรม เข้าถึงธรรมให้มากที่สุด ที่เรียกกันว่า

ธรรมาธิปไตย จะทำให้พระธรรมมีธรรมฤทธิ์อย่างสมบูรณ์ที่สุด เข้ากำกับบทบาทความสำคัญต่อการปฏิรูปประเทศไทย

ประเทศไทยเปิดรับอารยธรรมตะวันตกด้านการเมือง การศึกษาและเศรษฐกิจเป็นอย่างมาก ผู้วิจัยเห็นถึงความสำคัญอย่างมากในการศึกษาแนวคิดทฤษฎีการเมืองยุคประวัติศาสตร์ จะทำให้ทราบถึงข้อมูลบริบทของสังคมแต่ละยุค และเหตุปัจจัยในการเมืองและศาสนา เพื่อบูรณาการระบบชาติ (ระบบการเมืองไทยในระบอบประชาธิปไตย) ศาสนา (พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติไทย) และพระมหากษัตริย์ที่ทรงกล่าวไว้ว่า “เราจะปกครองแผ่นดินโดยธรรม” พระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่กล่าวเสริมหนุนความตั้งใจปกครองบ้านเมืองให้ธรรมมีอำนาจว่า “...กฎหมายมิใช่ตัวความยุติธรรมหากเป็นแต่เพียงบทบัญญัติหรือปัจจัยที่ตราไว้เพื่อรักษาความยุติธรรมผู้ใดก็ตามแม้ไม่รู้กฎหมาย แต่ถ้าประพฤติปฏิบัติด้วยความสุจริตแล้วควรจะได้รับ ความคุ้มครองจากกฎหมายอย่างเต็มที่ ตรงกันข้ามคนที่รู้กฎหมายแต่ใช้กฎหมายไปในทางทุจริตควรต้องถือว่าทุจริต และกฎหมายไม่ควรคุ้มครองจนเกินไป...” และ “...การรักษาความยุติธรรมในแผ่นดินไม่ควรจะถือเพียงแค่ขอบเขตของกฎหมาย จำเป็นต้องขยายออกไปให้ถึงศีลธรรมจรยาตลอดจนเหตุและผลตามความเป็นจริงด้วย...” (กนก วงษ์ตระหง่าน, 2531: 136)

ในการศึกษาความคิดทางการเมือง (Political thought) ของสังคมใดๆ ในช่วงเวลาใดก็ตาม จุดสำคัญของการศึกษาในระดับมหภาคโดยทั่วไป นักวิชาการจะเน้นเกี่ยวกับเรื่องของ “รัฐ” (State) โดยจะศึกษาถึงโครงสร้าง ธรรมชาติ และวัตถุประสงค์ ของรัฐที่ปรากฏในทางการเมือง ดังนั้น การศึกษาความคิดทางการเมืองจึงมักเป็นการศึกษาความคิดเกี่ยวกับว่ารัฐมี หรือควรมีโครงสร้างอย่างไร บทบาทหน้าที่และการใช้อำนาจของรัฐมีหรือควรมีลักษณะอย่างไรบ้าง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการเมืองการปกครองในพระพุทธศาสนา
2. ศึกษาวิเคราะห์การปกครองตามหลักธรรมาธิปไตยในพระพุทธศาสนา

วิธีดำเนินการวิจัย

ในครั้งนี้ เป็นการศึกษาจากเอกสาร (Documentary Research) โดยผู้วิจัยได้ ทำการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ การศึกษาจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ตำราหนังสือวิชาการ ที่เกี่ยวข้องกับการปกครองประชาธิปไตย และศึกษาข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) จากเอกสารหลักฐานทางวิชาการ งานวิจัยและเอกสารอื่นๆ ที่

เกี่ยวข้องมีวิธีการดำเนินการดังต่อไปนี้

1. รวบรวมข้อมูล
2. การวิเคราะห์ข้อมูล การอ่านวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารหลักฐานที่เป็นชั้นปฐมภูมิและชั้นทุติยภูมิ คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. การสังเคราะห์ข้อมูลเพื่อเขียนงานวิจัย การแปลความหมายข้อมูลและรายงานผลการวิจัยเป็นขั้นตอนที่ผู้วิจัยแปลความหมายข้อมูลจากหลักฐานและเอกสารค้นหาคำตอบอย่างมีขั้นตอนวิเคราะห์ข้อมูลที่รวบรวมมาทั้งหมด
4. สรุปเรียบเรียงผลการวิจัยและนำเสนอข้อมูลที่ได้มา

ผลการวิจัย

1. แนวคิดเกี่ยวกับการเมืองการปกครองในพระพุทธศาสนา

การเมืองการปกครองตามแนวทางพระพุทธศาสนา สิ่งที่เราเรียกว่า การเมือง มีความหมายตามแนวทางของศาสนาว่า การเมือง คือ การจัดอย่างถูกต้องตามกฎหมายของธรรมชาติ เพื่อคนจำนวน มากจะอยู่ร่วมกันอย่างผาสุก สิ่งที่เราเรียกว่าการเมือง คือ ระบบศีลธรรมอันเร้นลับ การดูอย่างนี้มี ประโยชน์และเป็นสิ่งที่จำเป็น ถ้านำมาทำให้ถูกต้องก็จะมีประโยชน์ ถึงอย่างนั้นก็ยังจะต้องแยกออก ให้ง่าย ให้เห็นได้ง่าย ให้ง่ายแก่การที่จะศึกษาหรือปฏิบัติศีลธรรมในรูปแห่งการเมือง และหากให้ ดีกว่านั้นอีกก็ให้การเมืองมาอยู่ในรูปของศาสนาเสียเลย เพราะว่าคำว่า “ศาสนา” ก็คือ ภาวะ สมบูรณ์ของสิ่งที่เรียกว่าศีลธรรม ความเต็มรูปของสิ่งที่เรียกว่าศีลธรรม คือ ศาสนา การเมืองการปกครองในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง การปกครองเพื่อการศึกษา เป็นการปกครองที่ทำให้เกิดความสงบเรียบร้อยโดยใช้ธรรมะ การเมืองการปกครองไม่สามารถที่จะแยกออกจากศาสนาได้การเมืองที่ถูกต้องจะต้องเกี่ยวข้องกับคนทุกคนไม่ว่าจะอยู่ในเพศใดก็ตาม เพื่อให้คนในสังคมสามารถที่จะอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุขได้การเมืองนั้น คือระบบของการจัดหรือการกระทำเพื่อให้คนจำนวนมากอยู่ด้วยกันโดยปราศจากปัญหาโดยไม่ต้องใช้อำนาจ แต่ความสำคัญมันอยู่ที่ว่า มันเป็นระบบที่ต้องจัดทำขึ้นก็เพื่อคนทั้งหมดจะอยู่ร่วมกันโดยปราศจากปัญหา สำหรับพุทธศาสนา นั้น พระพุทธเจ้าในฐานะที่พระองค์เป็นศาสดาเอกของโลกพระองค์มิได้ทรงมุ่งหวังที่จะสร้างระบบปรัชญาการเมืองการปกครองขึ้นมาแต่อย่างใด แต่ทรงให้คำชี้แนะเกี่ยวกับข้อปฏิบัติต่างๆ ในการปกครองแก่รัฐนั้นๆ พระพุทธเจ้ามิได้ทรงสอนปรัชญาการเมืองโดยตรง ดังจะเห็นได้ว่าในพระพุทธศาสนากล่าวถึงเรื่องนี้เป็นส่วนน้อยแต่ดูเหมือนจะเป็นการสอนให้แก่ปัญหาเฉพาะของรัฐ บางรัฐในสมัยพุทธกาลมากกว่า เพราะคำ

สอนที่สอนสำหรับรัฐหนึ่งต่างกับที่สอนกับอีกรัฐหนึ่ง พระพุทธองค์ทรงหวังที่จะให้เกิดความสงบสุข ความเจริญแก่รัฐซึ่งมีจุดมุ่งหมายอยู่ที่การมีศีลธรรม ของบุคคลในรัฐนั้นๆ แต่พระพุทธองค์มิได้ทรงให้ความสำคัญแก่เศรษฐกิจในฐานะเป็นจุดหมายของ รัฐแต่ทรงเห็นว่าสำคัญเพราะเป็นเหตุแห่งความสงบของรัฐ และการแบ่งปันผลผลิตที่มั่งคั่งนั้น ย่อมนำมาความเดือดร้อนมาสู่รัฐ ก็เพราะเป็นเหตุให้คนประพฤติดีศีล

การปกครองของรัฐจึงต้องมีการจัดการที่ดีทั้งในด้านการปกครอง เศรษฐกิจ และด้านสังคม ดำเนินไปได้ด้วยดี โดยควรที่จะนำหลักธรรมในทางพุทธศาสนามาใช้ควบคู่กับกฎหมายของรัฐเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพเสถียรภาพในการบริหาร กิจการของรัฐ ซึ่งพระพุทธศาสนากับการเมืองการปกครองนั้นไม่สามารถที่จะแยกออกจากกันได้ เพราะต่างก็มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด การเปลี่ยนแปลงใดๆ ที่เกิดขึ้นในทางการเมืองการ ปกครอง เศรษฐกิจ และสังคมย่อมมีผลกระทบต่อศาสนา และในทำนองเดียวกันการเปลี่ยนแปลง ในทางศาสนาก็จะมีผลกระทบต่อการเมืองการปกครอง เศรษฐกิจ และสังคมเช่นเดียวกัน

2. วิเคราะห์การปกครองตามหลักธรรมาธิปไตยในพระพุทธศาสนา

คำว่า ธรรมาธิปไตย ปรากฏในหลักอธิปไตย 3 อย่าง (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 228: 231) ซึ่งปรากฏในสังคีตสูตร พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) ได้ขยายความไว้ดังนี้

1) อัตตาธิปไตย ถือตนเป็นใหญ่ คือ ถือเอาตนเองศักดิ์ศรีเกียรติภูมิตลอดจนผลประโยชน์ตนเป็นใหญ่ การทำการด้วยปรารถนา และสิ่งที่เนื่องด้วยตนเป็นประมาณ

2) โลกาธิปไตย ถือโลกเป็นใหญ่ คือ ถือความนิยมของชาวโลกเป็นใหญ่หวั่นไหวไปตามเสียงนิทาและสรรเสริญ ไม่มีหลักการที่แน่นอน การกระทำด้วยการปรารถนาจะเอาใจหมู่ชนหาความนิยมหรือหวั่นกลัวเสียว่ากล่าวเป็นประมาณ

3) ธรรมาธิปไตย ถือธรรมเป็นใหญ่ คือ ถือหลักความจริงความถูกต้องความดีงาม เหตุผลเป็นใหญ่ กระทำการด้วยปรารถนาสิ่งที่ได้ศึกษาตรวจสอบข้อเท็จจริง และความคิดเห็นที่รับฟังอย่างกว้างขวาง แจ่มชัด และพิจารณาอย่างดีที่สุดเต็มขีดแห่งสติปัญญาจะมองเห็นได้ด้วยความรู้ที่กระจ่างเป็นไปโดยชอบธรรมและเพื่อความดีงามเป็นประมาณ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2559: 125)

ความเป็นมาของหลักอธิปไตยนั้นมีจุดเริ่มต้นของอธิปไตยมาจากการรวมตัวกันของคนในสังคมขนาดเล็ก คือ ครอบครัวซึ่งถือว่าเป็นหน่วยสังคมที่เล็กที่สุด และพัฒนามาเป็นสังคมที่ใหญ่ขึ้นเรื่อยๆ จนกลายเป็นชุมชนทางการเมืองของประชาชนที่อาศัยอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มในอาณาเขตอันเดียวกัน ในดินแดนที่แน่นอน และมีรัฐบาลซึ่งมีอำนาจอธิปไตยและความเป็นอิสระ

จากการควบคุมของรัฐอื่นๆ รัฐก็ถูกจัดตั้งขึ้นด้วยเจตนารมณ์ของมนุษย์เองที่ต้องการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขและเพื่อความดีงามของการอยู่ร่วมกัน ดังนั้นอธิปไตยหรืออำนาจอธิปไตยได้เกิดขึ้นมาพร้อมๆ กับการเริ่มก่อตั้งรัฐจะเห็นได้ว่ารัฐที่สมบูรณ์นั้นจะต้องมีองค์ประกอบสำคัญอยู่ 4 ประการด้วยกัน คือ ประชากร ดินแดน รัฐบาล และอำนาจอธิปไตย

อำนาจอธิปไตย คือ การแสดงออกซึ่งเอกราชของประเทศหนึ่งๆ ที่สามารถจะเป็นตัวของตัวเองในการกำหนดนโยบายของตนเองและน่านโยบายของตนออกบังคับใช้ได้อย่างเต็มที่โดยไม่ต้องตกอยู่ใต้อำนาจของประเทศอื่นใด อำนาจอธิปไตย เป็นแนวคิดทางกฎหมายซึ่งอาจแบ่งออกเป็นอำนาจอธิปไตยภายในและอำนาจอธิปไตยภายนอก (จันทิมา เกษแก้ว, 2543: 36)

คุณลักษณะของหลักอธิปไตยทั่วไป จากการศึกษาวិเคราะห์พบว่า คุณลักษณะของอำนาจอธิปไตยโดยทั่วไปแล้วมีลักษณะสำคัญอยู่ 4 ประการ คือ มีความเด็ดขาด เป็นการทั่วไป เป็นความถาวร และไม่สามารถแบ่งแยกได้ซึ่งทำให้รัฐมีอำนาจบังคับให้มีการปฏิบัติตามกฎหมาย และมีอำนาจในการดำเนินกิจการระหว่างประเทศ และเนื่องจากอำนาจอธิปไตยเป็นอำนาจสูงสุดแล้ว จึงไม่มีอำนาจใดที่จะมาอยู่เหนืออำนาจอธิปไตย เพราะถ้ามีอำนาจอื่นมาจำกัดอำนาจอธิปไตยแล้วอำนาจอธิปไตยก็จะไม่เป็นอำนาจอีกต่อไป และในขณะเดียวกันอำนาจที่มาจำกัดก็จะกลายเป็นอำนาจอธิปไตยใหม่ขึ้นแทนที่

ความสำคัญของหลักอธิปไตยทั่วไป จากการศึกษาวิเคราะห์พบว่า ความสำคัญของอธิปไตย หรืออำนาจอธิปไตยนั้นนอกจากจะมีความสำคัญดังที่กล่าวมาแล้วนั้น ในการปกครองด้วยระบอบประชาธิปไตยนั้น ผู้ที่เป็นเจ้าของอธิปไตย คือประชาชน และประชาชนนั้นก็ใช้อำนาจอธิปไตยที่ตนมีผ่านกระบวนการต่างๆ ทางการเมือง เช่น การใช้อำนาจอธิปไตยในการเลือกผู้นำหรือตัวแทนเข้ามาเป็นผู้บริหารประเทศชาติแทนตน การมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาในระดับชาติ และประชาชนยังมีอำนาจในการถอดถอนผู้นำหรือตัวแทนที่เลือกแล้ว แต่ผู้นำนั้นไม่ได้ปฏิบัติงานตอบสนองความต้องการของประชาชนๆ ก็สามารถที่จะเข้าชื่อถอดถอนผู้นำนั้นได้ เพราะฉะนั้น อำนาจอธิปไตย จึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับประชาชนที่จะใช้เพื่อตรวจสอบรัฐบาลเพื่อการเข้าไปมีส่วนร่วมในการบริหารประเทศ การปกครองรัฐ ให้เป็นไปอย่างถูกต้อง และตอบสนองความต้องการของเจ้าของอำนาจที่แท้จริง

ความหมายของหลักอธิปไตยตามแนวพระพุทธศาสนา จากการศึกษาวิเคราะห์พบว่า หลักอธิปไตย ตามแนวพระพุทธศาสนานั้น หมายถึง ความเป็นใหญ่ ความเป็นผู้มีอำนาจเช่นในพระพุทธศาสนาในยุคแรกๆ พระพุทธเจ้าเป็นผู้มีอำนาจอธิปไตย คือ มีอำนาจในการออกกฎระเบียบ ข้อปฏิบัติในการยึดถือปฏิบัติสำหรับพระสาวก เรียกว่า พระธรรมวินัย ทั้งนี้ในการใช้อำนาจ พระองค์ก็ได้ทรงใช้โดยพลการ แต่ทรงอาศัยเหตุที่เกิดขึ้นกับพระภิกษุในการบัญญัติ

พระวินัย อำนาจในการบริหาร เช่น พระพุทธเจ้าทรงจัดองค์กรสงฆ์ขึ้นเพื่อความสามัคคีและความสงบ เรียบร้อย ดึงามของหมู่คณะในการอยู่ร่วมกันของสงฆ์ และอำนาจในการวินิจฉัยตัดสินคดี เช่น เมื่อพระสาวกรูปใดกระทำความผิด พระพุทธเจ้าจะทรงตรัสเรียกมาตำหนิต่อหน้าสงฆ์แล้วทรงลงโทษ พร้อมทั้งทรงบัญญัติกฎ ระเบียบ ขึ้นมาเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติ

แนวคิดเกี่ยวกับหลักอธิปไตยตามแนวพระพุทธศาสนา แนวคิดเกี่ยวกับหลักอธิปไตยตามแนวพระพุทธศาสนา จากการศึกษาวิเคราะห์พบว่า แนวคิดเกี่ยวกับหลักอธิปไตยตามแนวพระพุทธศาสนานั้น ได้มีปรากฏอยู่ในหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ทรงตรัสสอนเกี่ยวกับการเป็นผู้นำเป็นนักปกครอง นักบริหารที่ดีดังผู้วิจัยได้ยกขาคมากล่าวไว้เป็นตัวอย่าง และอีกประการหนึ่งแนวคิดเกี่ยวกับหลักอธิปไตยนั้นได้มีปรากฏอยู่ในพิธีกรรม หรือสังฆกรรมของสงฆ์ เช่น ในพิธีการอุปสมบท พิธีกฐิน พิธีการรับสังฆทาน เป็นต้น พิธีกรรมเหล่านี้ล้วนแล้วแต่ชี้ให้เห็นว่าสังฆกรรมของสงฆ์นั้นจะเป็นสังฆกรรมที่สมบูรณ์ได้ ต้องมีส่วนร่วมของสงฆ์เสมอแสดงให้เห็นถึงความเสมอภาค ความเท่าเทียมกันของสังคมสงฆ์และนี่ถือว่าเป็นพุทธวิธีของการใช้หลักอธิปไตยของพระพุทธเจ้าซึ่งพระพุทธเจ้าไม่ได้มอบอธิปไตยนี้ให้กับภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง แต่ทรงใช้อธิปไตยผ่านทางคณะสงฆ์คือพระพุทธเจ้ามอบอำนาจความเป็นใหญ่ให้กับสงฆ์ปกครองดูแลกันเองส่วนพระพุทธองค์ก็ทรงอยู่เบื้องหลังคอยกำกับดูแลอีกที

ประเภทของหลักอธิปไตยตามแนวพระพุทธศาสนา จากการศึกษาวิเคราะห์พบว่า ประเภทของหลักอธิปไตยตามแนวพระพุทธศาสนานั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ในสังฆีตสูตรว่าอธิปไตยนั้นมีอยู่ 3 ประเภทด้วยกัน คือ อัตตาธิปไตย คือการถือตนเองเป็นใหญ่ โลกาธิปไตย คือ การถือความนิยมของหมู่ชนเป็นใหญ่และประเภทที่สามธรรมาธิปไตย คือ การถือธรรม ความถูกต้อง ความดีงาม และเหตุผลเป็นใหญ่ หลักอธิปไตยทั้งสามประเภทนี้ พระพุทธเจ้าทรงตรัสยกย่องธรรมาธิปไตยว่าเป็นหลักอธิปไตยที่ควรทำให้เกิดมีขึ้นในตนและสังคมเพื่อความสงบสุขร่มเย็นของสังคม ทั้งนี้ตามหลักอธิปไตยทั้ง 3 ประการนี้ พระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนพระสาวกเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติธรรมเท่านั้น ไม่ได้เกี่ยวกับเรื่องของการเมืองการปกครอง แต่ก็สามารถที่จะประยุกต์ใช้ได้ เพราะจุดประสงค์ที่พระพุทธองค์ทรงตรัสหลักธรรมนี้ คือ สอนให้มนุษย์รู้จักใช้สติเป็นตัวนำหน้า ใช้ปัญญาเป็นตัวปฏิบัติและใช้ธรรมะ เป็นหลักยึด ซึ่งหลักคำสอนนี้เป็นการเตือนให้มนุษย์มีสติก่อนที่จะใช้ปัญญา เพราะเหตุของความไม่สงบ ความขัดแย้ง ที่เกิดขึ้นในโลกนี้มักจะเกิดมาจากการใช้ปัญญาเป็นตัวนำหน้า ใช้ความเก่ง ความกล้า ความสามารถ โดยไม่ได้ใช้สติไตร่ตรองให้รอบคอบก่อน เมื่อเป็นเช่นนี้ผล ก็คือ ทำให้เข้าใจผิด คิดผิด พุตผิด ทำผิด ประกอบอาชีพผิด

พอมารู้สึกละเลยก็เลยเสียใจไป เพราะได้ก่อความผิดความชั่วไปแล้ว

โดยสรุปพระพุทธศาสนาจึงเน้นการปกครองแบบธรรมาธิปไตยในหลักการปกครอง 3 ประเภท คือ อัตตาธิปไตย ธรรมาธิปไตย และโลกาธิปไตย เพื่อใช้เป็นหลักของความดี ความถูกต้อง ความเสมอภาค ใช้เป็นหลักในการปกครอง เพื่อให้สังคมส่วนรวมมีความเป็นปกติสุข ไม่มีการแบ่งพรรค แบ่งพวก หรือชนชั้นวรรณะ สีผิวชาติ ตระกูล มีความสมานฉันท์ และคุ้มครองสิทธิของบุคคลทั่วไปให้ได้รับความเป็นธรรม ความเสมอภาคทางสังคมเท่าเทียมกัน หลักการปกครองตามแนวพระพุทธศาสนาจึงยึดหลักการปกครองสายกลาง อหิงสา ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ให้ได้รับความเดือดร้อน ยึดหลักความถูกต้องเป็นหลัก คือ หลักธรรมาธิปไตยนั่นเอง

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาวิเคราะห์การปกครองตามหลักธรรมาธิปไตยในพระพุทธศาสนา สามารถนำมาอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ได้ดังนี้

แนวคิดเกี่ยวกับการเมืองการปกครองในพระพุทธศาสนา พบว่า พระพุทธศาสนามีแนวคิดที่ไม่มุ่งเน้นไปในรูปแบบการปกครองรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง แต่ได้เน้นไปในด้านคุณธรรมของการปกครอง ทั้งกับมีทัศนะว่าระบอบการปกครองใดใดก็ตามจะสมบูรณ์แบบก็ต่อเมื่อมีธรรมะกำกับ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พระมหาศักดิ์ กนกอรียสิน (2552) ที่ได้สรุปแนวทางบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดีในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ตัวแบบใช้พุทธธรรมในการบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดี” ว่า การบริหารบ้านเมืองที่ดีจะต้องมีธรรมะกำกับโดยจัดเป็น 2 กลุ่ม 10 หลักการ คือ กลุ่มแรกเป็นกลุ่มธรรมาภิบาล 6 หลักการ ประกอบด้วย 1.หลักนิติธรรม (Rule of Law) 2.หลักคุณธรรม (Ethic) 3.หลักความโปร่งใส (Transparency) 4.หลักการมีส่วนร่วม (Participation) 5.หลักสำนึกรับผิดชอบ (Accountability) 6.หลักความคุ้มค่า (Value for money) กลุ่มที่สองเป็นหลักการบริหารจัดการภาครัฐแนวใหม่ 4 หลักการ ประกอบด้วย 1.การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ (Human resource development) 2.องค์กรแห่งการเรียนรู้ (Learning Organization) 3.การบริหารจัดการ (Management) 4.เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Information communication and technology) นอกจากนั้นยังสอดคล้องกับ สมศักดิ์ นิยมเล็ก (2544) ได้ศึกษาเรื่อง วิเคราะห์ความคิดทางการเมืองพุทธศาสนิกชน ผลการวิจัยพบว่า พระพุทธเจ้าทรงมีอุดมคติหรือหลักการที่สอดคล้องกับเจตนารมณ์ของระบอบประชาธิปไตย แต่มีข้อบกพร่องของระบบการเมืองประชาธิปไตย คือ การมุ่งเน้นประโยชน์ของเอกชน ให้เสรีภาพแก่ประชาชนตามใจกิเลสของตนมากเกินไป จนทำให้ต่างคนต่างแย่งผลประโยชน์กัน มากกว่าที่จะทำเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม ระบบประชาธิปไตยจะเป็นระบบ

การเมืองที่ดีที่สุดก็ต่อเมื่อมีธรรมมากำกับ ซึ่งท่านเรียกว่า “ธัมมิกประชาธิปไตย” ท่านยังเห็นว่าถ้าไม่ประกอบด้วยธรรมแล้ว จะเป็นระบบที่เลวร้ายที่สุดยิ่งกว่าระบบใด และสอดคล้องกับงานวิจัยของ สมคิด คำบอน (2552) ที่ศึกษาวิจัยเรื่อง “ธัมมิกสังคมนิยมของท่านพุทธทาสภิกขุกับการพัฒนาประชาธิปไตย” ผลการวิจัยพบว่า ธัมมิกสังคม คือ ระบอบที่ถือเอาประโยชน์ของสังคมเป็นหลักและประกอบไปด้วยธรรมะมีองค์ประกอบหลักใหญ่อยู่ 7 ประการ คือ 1.การรับใช้มหาชน 2.การถือกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินสมบัติ การสะสมส่วนเกิน คือ ที่มาของความร่ำรวยในสังคม ทำให้การเมืองผันผวน ตกต่ำ และสกปรก 3.กรรมสิทธิ์ที่ดิน ลัทธิที่ยอมให้ เจ้าที่ดิน นายที่ดิน เจ้าของที่ดินมีมาก เป็นเครื่องมือใช้ขูดรีดผู้อื่น 4.เจตนารมณ์ของสหกรณ์ หรือกิจการสหกรณ์ ความเป็นสหกรณ์นี้เป็นพื้นฐานของธรรมชาติทั้งปวง 5.ระบบคอมมูน คือ ระบบสามัคคีธรรม หรือระบบสหกรณ์นั่นเอง เป็นระบบที่จัดขึ้นเพื่อแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยไม่มีการบังคับ 6.ความมีวินัย คือ ความเป็นระเบียบเรียบร้อยในการอยู่ร่วมกัน และ 7.การอยู่กับพระ คือ การมีจิตใจเป็นพระ สะอาด สว่าง สงบ

องค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย

จากการศึกษาวิเคราะห์การปกครองตามหลักธรรมาธิปไตยในพระพุทธศาสนา สามารถนำมาวิเคราะห์เป็นองค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัยได้ดังนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย

สรุป

อัครคัมภีร์ที่แสดงให้เห็นถึงวิวัฒนาการการกำเนิดของราชชาตินั้น แสดงให้เห็นว่ารัฐชาติตามทฤษฎีทางพุทธศาสนานี้ไม่ใช่รูปแบบเทวสิทธิ์ซึ่งถือว่าอำนาจอันชอบธรรมในการปกครองนั้นมาจากเทวหรือพระเจ้า แต่รัฐตามแบบพุทธนั้นเป็นแบบธรรมราชา คือ ผู้ปกครองรัฐนั้นเป็นผู้ทรงไว้ซึ่งธรรมะและก็ใช้หลักธรรมะในการปกครอง เช่น ทศพิธราชธรรม และสังคหวัตถุ เป็นต้น พระสูตรสำคัญๆ ที่เกี่ยวกับการเมืองการปกครองในพระไตรปิฎกไม่ได้ปรากฏเป็นระบบการเมืองการปกครองที่ชัดเจน พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนปรัชญาการเมืองการปกครองโดยตรง แต่เนื่องจากรัฐมีไว้เพื่อความสุขของประชาชน และความสุขที่แท้ต้องเป็นความดีงามตามหลักพระพุทธศาสนา ดังนั้นคำสอนที่เกี่ยวกับการเมืองการปกครองของพระพุทธองค์ก็ต้องเป็นไปในแนวทางเดียวกันกับคำสอนอื่นๆ และมุ่งไปสู่จุดหมายของชีวิตจุดเดียวกัน พระพุทธศาสนาสอนว่า เมื่อมนุษย์ต้องการความดีงามประโยชน์สุขแก่บ้านเมือง มนุษย์ก็ต้องยึดถือหลักที่เรียกว่า “ธรรม” คือ ถือเอาธรรมเป็นใหญ่ ที่ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า ธรรมาธิปไตย เพราะถ้ามนุษย์ไม่ถือเอาธรรมเป็นใหญ่ ไม่ถือหลักการ ไม่เอาความจริง ความถูกต้อง ความดีงาม ประโยชน์สุขที่แท้เป็นมาตรฐาน เป็นใหญ่ ก็จะทำให้มนุษย์มีจิตใจเอียงหรือเอนไป กลายเป็นยึดถือเอาตัวตนเป็นใหญ่ หรือความนิยมเสียงสรรเสริญของชาวโลกเป็นใหญ่

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

- 1) ในทางคณะสงฆ์ควรมีการศึกษาและนำเอาหลักอริยปทัชมาประยุกต์ใช้กับการบริหารกิจการคณะสงฆ์
- 2) ในทางบ้านเมืองก็ควรที่จะมีการศึกษาและทำความเข้าใจ เกี่ยวกับหลักอริยปทัชเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ทั้งในด้านการวางแผน กำหนดนโยบาย ในการบริหารบ้านเมือง
- 3) การบริหารในทุกภาคส่วนทั้งทางศาสนจักรและทางอาณาจักร ควรที่จะมีการสร้างหลักธรรมาธิปไตยให้เกิดขึ้นในสังคมทุกภาคส่วน เพื่อให้เกิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ควรมีการศึกษาการสร้างหลักธรรมาธิปไตยให้เกิดขึ้นในสังคมไทย เพื่อเป็นการพัฒนาสังคมให้เป็นสังคมแห่งการดำรงอยู่ด้วยธรรม และเป็นสังคมที่อุดมด้วยธรรม
- 2) ควรมีการศึกษาการประยุกต์หลักธรรมาธิปไตยไปใช้ในหลักการบริหารจัดการชุมชน เพื่อให้เกิดประชาธิปไตยในชุมชน
- 3) ควรมีการศึกษาการใช้หลักอริยปทัชตามแนวพระพุทธศาสนา เป็นแนวทางในการพัฒนาระบบประชาธิปไตย ให้เป็นประชาธิปไตยที่อุดมไปด้วยธรรม

บรรณานุกรม

- กนก วงษ์ตระหง่าน. (2531). **แนวพระราชดำริด้านการเมืองการปกครองของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จันทิมา เกษแก้ว. (2540). **การเมืองการปกครอง**. กรุงเทพมหานคร : สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2559). **พจนานุกรมกรรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิการศึกษาเพื่อสันติภาพพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต).
- พระไพศาล วิสาโล. (2545). **วิกฤติศาสนา ยุคธนาธิปไตย**. กรุงเทพมหานคร: อัมรินทร์พรินต์ติ้ง
- พระมหาศักกา กนกอรียสิน. (2552). “ตัวแบบการใช้พุทธธรรมในการบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดี”, **วิทยานิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยสุโขทัย
- ธรรมาธิราช.
- พระสายนท์ จรณธมโม (เตียนนวน). (2549). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เปรียบเทียบแนวความคิดทางการเมืองของเพลโต กับของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาปรัชญา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สมคิด คำบอน. (2552). “แนวคิดธัมมิกสังคมนิยมของท่านพุทธทาสภิกขุกับการพัฒนาประชาธิปไตย” .**วิทยานิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สมศักดิ์ เนียมเล็ก. (2544). “วิเคราะห์ความคิดทางการเมืองของท่านพุทธทาสภิกขุ”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

กัมมัฏฐานล้านนาและกัมมัฏฐานฉบับครูบาเจ้าศรีวิชัย Lanna Meditation and KrubaChao Sriwichai's Meditation

พระครูพิพัฒน์ปริยัตยาภรณ์ (อภิวัฒน์ ทาระทอง)

Phrakru Pipatbapariyattayaporn (Aphiwat Tharathong)

วัดทุ่งขี้เสือ สำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดเชียงใหม่

Wat Tung Khi Suea, Office of Buddhism, Chiang Mai Province

Corresponding Author, Email: parittayaphon1547@hotmail.com

Received: 2024-12-04 Revised: 2024-12-20 Accepted: 2024-12-26

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้ มุ่งนำเสนอความรู้เกี่ยวกับกัมมัฏฐานล้านนาและกัมมัฏฐานฉบับครูบาเจ้าศรีวิชัย คำว่า กัมมัฏฐาน หมายถึง อารมณ์เป็นที่ตั้งในการเจริญภาวนา ที่ตั้งแห่งการทำความเพียรฝึกอบรมจิต หรือวิธีฝึกอบรมจิตในพระพุทธศาสนา ความสำคัญของกัมมัฏฐาน คือ เป็นเครื่องมือในการขัดเกลาจิตใจ แบ่งประเภทออกเป็น 2 อย่าง คือ สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน เมื่อพุทธศาสนาเข้ามาสู่ล้านนาแล้ว ได้เกิดการผสมผสานกับลัทธิความเชื่อเดิมที่มีอยู่ก่อนแล้ว จนกลายมาเป็นลักษณะเฉพาะของพระพุทธศาสนาในล้านนา และการปฏิบัติกัมมัฏฐานของล้านนาที่มีลักษณะเฉพาะ โดยรูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนาได้ยึดแบบคัมภีร์วิสุทธิมรรค มีการกล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้ แล้วกล่าวคำขอมาแก้ว 5 โกฎาก การนำเอาลูกประคำมาเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติ ซึ่งการปฏิบัติแบบใช้ลูกประคำนี้ได้รับอิทธิพลจากพม่า ในช่วงที่เข้าปกครองเชียงใหม่ และในยุคสมัยที่ครูบาเจ้าศรีวิชัยมีอิทธิพลต่อวิถีคิดและระบบสังคมสงฆ์ในล้านนา จนเกิดกรณีพิพาทกับคณะสงฆ์สมัยใหม่ที่นำเอารูปแบบการปกครองคณะสงฆ์จากส่วนกลางเข้ามา ครูบาเจ้าศรีวิชัยก็ยังคงยึดแนวทางการปฏิบัติกัมมัฏฐานของท่านอย่างเหนียวแน่น และกัมมัฏฐานที่ครูบาเจ้าศรีวิชัยใช้สอนมีเพียงเล่มเดียว คือ “กัมมัฏฐานรอม” เท่านั้น

คำสำคัญ : กัมมัฏฐาน, กัมมัฏฐานล้านนา, ครูบาเจ้าศรีวิชัย

Abstract

This article aims to present knowledge about Lanna meditation and Kruba Chao Sriwichai's meditation. The word Kammatthana means the emotion that is the basis for meditation. A place of effort to train the mind or methods of training the mind in Buddhism. The importance of meditation is that it is a tool for purifying defilements. Divided into two types: samatha meditation and vipassana meditation. When the Buddhism came to Lanna there has been a mix of existing beliefs and beliefs. Until it became a characteristic of Buddhism in Lanna and meditation practices of Lanna that have specific characteristics. The style of meditation practice in Lanna is based on the Visuddhimagga scripture. Flower offerings were said and say a five-part request for forgiveness, using rosary beads as a tool for practice. This practice of using rosary beads was influenced by the Burmese during the period when they ruled Chiang Mai. In the era when Kruba Chao Sriwichai influenced the way of thinking and the monastic social system in Lanna. Until there was a dispute with the modern Sangha that brought in a centralized form of Sangha governance. Kruba Srivichai still firmly adheres to his practice of meditation and the meditation that Kruba Srivichai uses to teach is only one book, which is "Kammathana Rom" only.

Keywords: Meditation, Lanna Meditation, Kruba Chao Sriwichai,

บทนำ

วิปัสสนากรรมฐานมีมาแต่ครั้งพุทธกาล เป็นหนทางเดียว ไปคนเดียว ทรงทำให้เกิดขึ้น มีอยู่เฉพาะพุทธศาสนาเท่านั้น มุ่งสู่จุดหมายเดียวคือ พระนิพพาน ใช้คำต่างๆ เช่น วิปัสสนา มรรค อริยมรรคมีองค์ 8 เอกายนมคโค สติปัฏฐาน 4 มรรคภาวนา กายภาวนา จิตภาวนา สติปัฏฐานภาวนา วิปัสสนากรรมฐาน หรือ วิปัสสนาภาวนา มีความหมาย คือ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง ได้แก่ “หลักหรือวิธีปฏิบัติ เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงในขั้น 5 ว่าเป็นสภาวะที่ไม่เที่ยง (อนิจจัง) เป็นทุกข์ หนได้ยาก (ทุกขัง) เป็นสภาวะที่ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เราเขา บังคับบัญชาไม่ได้ เรียกว่า วิปัสสนา”

ที่มาของกัมมัฏฐานโบราณล้านนา คือ วิสุทธิมรรค นอกจากเนื้อหาที่เหมือนกันแล้ว ชื่อใบลานที่เก่าที่สุดที่พบ ในพ.ศ. 2295 ก็ชื่อว่า วิสุทธิมคคัมมัฏฐาน (วัดกิตติวงศ์ อำเภอมะเข่เรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน) อันเป็นหลักฐานหนึ่งที่แสดงว่าการสืบทอดกัมมัฏฐานโบราณล้านนามาจากวิสุทธิมรรค เช่นเดียวกับที่ระบุในประวัติพระมหากัณณเจตร วัดสูงเม่น จังหวัดแพร่ ถึงการให้ความเคารพพระพุทโธมหาราช ในฐานะผู้แต่งวิสุทธิมรรค อย่างไรก็ตาม แม้จะมีหลักการปฏิบัติเช่นเดียวกัน ทว่า ขั้นตอนการปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนา กลับมีรายละเอียดที่ต่างออกไป กัมมัฏฐานล้านนาโบราณนั้น ได้ประยุกต์หลักการจากวิสุทธิมรรคให้เข้ากับธรรมเนียมการปฏิบัติของพระภิกษุสงฆ์ล้านนาโบราณ ซึ่งผู้ปฏิบัติส่วนใหญ่จะถูกเรียกว่า “ตนบุญ” หรือ “นักบุญ” ซึ่งมีความหมายเชิงยกย่องว่าเป็นนักบวชที่มีคุณสมบัติพิเศษในดินแดนล้านนา และหากพูดถึงพระภิกษุสงฆ์ที่ถูกกล่าวขานและได้รับศรัทธาจากพุทธศาสนิกชนมากที่สุดรูปหนึ่ง เห็นจะเป็น “ครูบาศรีวิชัย” (11 มิถุนายน 2421 – 21 กุมภาพันธ์ 2481) ผู้คนจำนวนมากต่างเชื่อว่า ท่านคือ “เจ้าตนบุญแห่งล้านนา” เป็นผู้ที่มาสร้างความเจริญรุ่งเรือง และสืบทอดพระพุทธศาสนาให้คงอยู่ จะเห็นได้ว่าคนล้านนามีความศรัทธา “ครูบาศรีวิชัย” ในฐานะ “ตนบุญ” แสดงให้เห็นว่าในสังคมล้านนายังคงมีแนวคิดและพื้นฐานทางสังคมที่ผูกพันกับจารีตอย่างเหนียวแน่น เมื่อความเปลี่ยนแปลงเข้ามาแทรก จึงก่อให้เกิดปัญหาในการปรับตัวอย่างกับชาวบ้านอยู่พอสมควร ครูบาศรีวิชัยเป็นพระสงฆ์ในล้านนา มีชีวิตอยู่ในช่วงพุทธศตวรรษที่ 25 เป็นที่รู้จักในฐานะผู้สร้างถนนทางขึ้นวัดพระธาตุดอยสุเทพราชวรวิหาร จังหวัดเชียงใหม่ เมื่อปี พ.ศ. 2477 ท่านเป็นผู้มีศีลและธรรม ปฏิบัติกัมมัฏฐานอย่างเคร่งครัด เพื่อสั่งสมบุญบารมี และเอาตนตัวให้พ้นจากกิเลส การปฏิบัติตนอันงดงามอันมีหลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานเป็นพื้นฐานของชีวิต ทำให้ชาวล้านนาเรียกขานท่านด้วยความเคารพอย่างสูงว่า “ครูบาศีลธรรม”

การปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นหน้าที่หลักอย่างหนึ่งที่ควบคู่กับคันถธุระ การศึกษา หลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์หมดจดจนกระทั่งบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดหมายสูงสุดทางศาสนา ก่อนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระองค์ทรงกล่าวถึงพุทธบริษัททั้ง 4 คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ว่าการที่พุทธบริษัทใดบริษัทหนึ่งบรรลุธรรมระดับใดก็ตามด้วยการเจริญพระกัมมัฏฐาน ก็ย่อมทำให้พุทธบริษัทเหล่านั้นเกิดความมั่นใจในการเจริญกัมมัฏฐานเช่นกัน โดยเห็นว่าวิธีเจริญกัมมัฏฐาน

เป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตของมนุษย์ให้บรรลุถึงนิพพานได้

วิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นศาสตร์และศิลป์แห่งการใช้ชีวิต ด้วยเหตุที่สามารถพัฒนาจิตใจของมนุษย์ให้เข้าถึงความสงบและสร้างสติปัญญาแห่งตนได้ (คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551: 25) การเจริญสติปัญญา แปลว่า การที่สติเข้าไปตั้งอยู่ หรือมีสติกำกับอยู่ ว่าโดยหลักการก็คือการใช้สติหรือวิธีปฏิบัติเพื่อใช้สติให้เกิดผลดีที่สุด การเจริญสติเป็นทางเอกที่ทำให้เกิดอิสรภาพหลุดพ้นจากความบีบคั้นของกาลเวลาและบาปกรรมทั้งปวง ประสบความสงบ ความงาม ความสุข มิตรภาพ และพลังแห่งการเรียนรู้และสร้างสรรค์อย่างหาที่เปรียบไม่ได้ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัญญาสี่เป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อทำให้เกิดสติรู้เท่าทัน ทำให้เกิดศีล สมาธิและปัญญา ศีลทำหน้าที่ควบคุมพฤติกรรมทางกายและวาจาให้เป็นปกติ สมาธิทำให้กิเลสอย่างกลางสงบ วิธีเดียวที่จะขจัดกิเลสให้หมดสิ้นได้คือปัญญา (ณอภัย พวงมะลิ, 2561: 55) ดังนั้น การวิปัสสนากัมมัฏฐานมีวัตถุประสงค์หลักก็คือ เพื่อรู้แจ้ง เพื่อละสิ่งที่เป็เหตุแห่งทุกข์นั้นคือกิเลสตัณหาทั้งหลาย การรู้แจ้งทางปัญญาจะทำให้เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตอย่างถูกต้อง เห็นว่ารูปนามเป็นสภาพที่ไม่เที่ยง มีสภาพเป็นทุกข์ มีสภาพเป็นอนัตตา ไม่มีใครสามารถบังคับบัญชาหรือควบคุมได้ การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นวิชาที่พระพุทธเจ้าค้นพบ ไม่ลึกลับ ไม่ใช่ของยาก และไม่ใช่ของง่าย เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ทุกเพศทุกวัย ไม่จำกัดด้วยกาล สถานที่ และผู้พึงปฏิบัติพึงรู้ได้ด้วยตนเองในชาตินี้ ดังพุทธพจน์ว่า “อานนท ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกาใดก็ตามที่ปฏิบัติธรรมตามสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบยิ่ง ปฏิบัติตามธรรมอยู่ ผู้นั้นเชื่อได้ว่าสักการะ เคารพ นับถือ บูชา (เรา) ตถาคตด้วยการบูชาสูงสุด อานนท เพราะฉะนั้นเธอพึงกำหนดใส่ใจว่าเราจะปฏิบัติตามสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบยิ่งปฏิบัติธรรมอยู่ วิปัสสนากัมมัฏฐานถือว่าเป็นเอกลักษณ์ทางพระพุทธศาสนาที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ และนำมาเผยแผ่สั่งสอนพุทธบริษัท โดยมีปรากฏในคัมภีร์มหาสติปัฏฐานสูตร ซึ่งมีหลักปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและหลักวิปัสสนากัมมัฏฐาน ในตัวพระสูตรนี้จะเน้นความสำคัญและความจำเป็นของสติที่จะนำไปใช้งาน คือ การกำจัดกิเลสและการดูแลสติใน 4 แห่ง คือ กายานุปัสสนาสติ เวทนานุปัสสนาสติ จิตตานุปัสสนาสติและธัมมานุปัสสนาสติ ทั้งหลายเหล่านี้ถือเป็นธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติในการระลึกรู้และพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง (พระครูภาวนาภิธานสร, 2562: 45) จึงเป็นความสำคัญอย่างยิ่งที่เราในฐานะชาวพุทธควรที่จะได้ศึกษาถึงรูปแบบและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแบบฉบับของลัทธิที่ถือได้ว่าเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว

คำว่า “กัมมัฏฐาน” (Meditation) มีรากศัพท์เป็นภาษาบาลี จำแนกออกได้เป็น 2 คำ คือ กัมม+ฐาน กัมม แปลว่า การงาน เป็นนามศัพท์ ปุงลิงค์ กัมมิ (แจกตามแบบ กุล)

ฐาน แปลว่า ที่ตั้ง ดังมีรูปวิเคราะห์ว่า ฐาน ๓ ฐาน เมื่อนำคำทั้งสองรวมเข้าด้วยกันโดยซ้อน ฐ ข้างหน้า ฐาน (ซ้อนอักษรตัวที่ 1 หน้าตัวที่ 2 ในวรรคของตนได้ ซึ่ง ฐ วรรค มีอักษร 5 ตัวคือ ฐ ฐ ฐ ฒ น) สำเร็จรูปเป็น “กัมมัฏฐาน” แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน จึง เป็นอารมณ์ที่ชื่อว่า กรรมฐาน เพราะเป็นเหตุที่ตั้งแห่งการประพาสกรรมในภาวนา 2 อย่าง และภาวนาวิธีที่ชื่อว่าเป็นกรรมฐาน เพราะเป็นปทัสถานแห่งการทำความเพียรยิ่งขึ้นไป

กัมมัฏฐาน หมายถึง อารมณ์เป็นที่ตั้งของการงานหรือการกระทำ การงานคือ สมถภาวนา สมถะ หมายถึง สงบจากอกุศล คือ โลภะ โทสะ โมหะ ภาวนา หมายถึง การอบรม การเจริญขึ้น การฝึกกรรมฐานจำเป็นต้องชำระตนให้สะอาดด้วยการรักษาศีล คือ การอบรมกาย และวาจาของตนให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้วก่อน เพราะการฝึกกรรมฐานเป็นการกระทำกุศลกรรมชนิดหนึ่ง โดยเฉพาะมโนกรรม ต่างจากกรรมทั่วไป ตรงที่เป้าหมายสูงสุดเป็นการกระทำเพื่อความสิ้นภพชาติ สิ้นทุกข์ไม่ต้องไปเกิดในแหล่งภพชาติกำเนิดได้อีกต่อไป กรรมฐานแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

1. สมถกัมมัฏฐาน (Concentration Development) คือ กรรมฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งความ สงบทางใจ การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ ที่ใช้ทั่วไปหมายถึงวิธีทำให้สงบ จนตั้งมั่นเป็นสมาธิ ถึงขั้นได้ฌานระดับต่างๆ ซึ่งหมายถึงสมาธิขั้นสูงที่ทำให้เกิดฌาน หลักการของสมถะ คือ กำหนดใจไว้กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้แน่วแน่ จนจิตแนบนิ่งอยู่ในสิ่งนั้นสิ่งเดียว ความแน่วแน่หรือตั้งมั่นของจิตนี้ เรียกว่า สมาธิ เมื่อสมาธิแนบสนิทเต็มที่แล้ว ก็จะเกิดภาวะจิตที่เรียกว่า ฌาน

2. วิปัสสนากัมมัฏฐาน (Insight development) คือ กรรมฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งการเจริญ ทางปัญญา การฝึกฝนปัญญาให้เกิดการรู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงของสิ่งต่างๆ หรือการรู้เท่าทันโลกแห่งชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ บริสุทธิ์จากกิเลสเครื่องผูกมัด และหลุดพ้นจากความทุกข์ หมายความว่า ข้อปฏิบัติต่างๆ ในการฝึกฝนอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้ง รู้ชัดสิ่งทั้งหลาย ตรงต่อสภาวะของมัน คือให้เข้าใจตามความเป็นจริง หรือตามที่เป็นที่เล่านั้นมันเป็นอย่างมันเอง รู้แจ้งชัดเข้าใจจริง จนถอนความหลงผิด รู้ผิด และยึดติดในสิ่งทั้งหลายได้ถึงขั้นเปลี่ยนท่าทีต่อโลกและชีวิตใหม่ ทั้งท่าทีและการมอง การรับรู้ การวางจิตใจและความรู้สึกทั้งหลาย ความรู้ความเข้าใจถูกต้องที่เกิดขึ้นเรื่อยๆ ในระหว่างการปฏิบัตินั้น เรียกว่า ญาณ

โดยสรุปแล้ว กัมมัฏฐาน หมายถึง โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ เมื่อเกิดขึ้นด้วยอานุภาพแห่งมโนสิการ ย่อมออกไปจากฝ่ายสังกิเลสธรรมได้ พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 14 ข้อ 35: 45) โพธิปักขิยธรรม คือธรรมอันเป็นฝักฝ่ายแห่งความตรัสรู้ คือ เกื้อกูลแก่การตรัสรู้ ธรรมเกื้อหนุนแก่อริยมรรค และสติปัฏฐาน 4 ที่ตั้งของสติ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง คือ ตามที่สิ่งนั้นๆ มันเป็นอย่างมันเอง (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ได้แก่

1. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณากายให้รู้เห็นตามเป็นจริง

ว่าเป็นเพียงกาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา ท่านจำแนกปฏิบัติไว้หลายอย่าง คือ อานาปานสติ กำหนดลมหายใจ 1 อิริยาบถ กำหนดรู้ทันอิริยาบถ 1 สัมปชัญญะ สร้างสัมปชัญญะในการทำความเคลื่อนไหวทุกอย่าง 1 ปฏิกุสมนสิการ พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่ประชุมเข้าเป็นร่างกายนี้ 1 ธาตุมนสิการ พิจารณาเห็นร่างกายของตนโดยสักว่าเป็นธาตุแต่ละอย่างๆ 1 นวสวีกา พิจารณาซากศพในสภาพต่างๆ อันแปลกกันไปใน 9 ระยะเวลา ให้เห็นคติธรรมตาของร่างกายของผู้อื่นเช่นใด ของตนก็จักเป็นเช่นนั้น 1

2. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดเวทนาอันเป็นสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉยๆ ก็ดี ทั้งที่เป็นสามิส และเป็นนิรามิส ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ

3. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดจิตของตนที่มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เศร้าหมองหรือผ่องแผ้ว พุ่งชานหรือเป็นสมาธิ ฯลฯ อย่างใดๆ ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ

4. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดธรรมทั้งหลาย ได้แก่ นิเวธน์ 5 ขันธ์ 5 อายตนะ 12 โพชฌงค์ 7 อริยสัจ 4 ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้น เจริญ บริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร เป็นต้น ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้นๆ

ตามหลักฐานในพระไตรปิฎกและอรรถกถาแสดงไว้ว่า พระพุทธเจ้าทรงยกย่องการปฏิบัติขึ้นไ้เป็นอันดับต้น เพราะในขั้นแรกได้มีการปฏิบัติจนเกิดผลของการปฏิบัติคือปฏิเวธแล้ว จึงวางระเบียบวิธีกระทำขึ้นอันเป็นปริยัติในขั้นต่อมา ปริยัติจึงมีความสำคัญเพราะเป็นแผนที่หรือเป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อให้เกิดปฏิเวธ สรุปได้ว่า ฐานะในพระพุทธศาสนามี 2 อย่าง คือ 1. คันถฐานะ ได้แก่ การเรียนรู้คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าตามที่มีปรากฏมาในพระไตรปิฎก ตลอดถึงอรรถกถา ฎีกาต่างๆ จนมีความรู้ความชำนาญในสาขาวิชานั้นๆ แล้วนำมาพิจารณาหาเหตุผลอันเป็นภาคทฤษฎี อุปมาเหมือนกับการเรียนตำราฯ รู้ดีว่าเป็นยาอะไร และแก้โรคอะไรได้บ้าง แต่ยังไม่ได้ปรุงยานั้นรับประทาน ถึงแม้นั้นจะมีคุณภาพดีสักเพียงใดก็ตาม เมื่อยังมีได้รับประทานยา โรคที่เป็นอยู่ก็ยังไม่อาจหายไปจากร่างกายของคนไข้ได้ 2. วิปัสสนาฐานะ ได้แก่ การปฏิบัติตามภาคทฤษฎีที่ได้เรียนรู้นั้นเพื่อพิสูจน์ผล คือ ความจริงของวิชาที่ตนได้เรียนรู้นั้น จนได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน อันเป็นปฏิเวธ ตามสมควรแก่ความสามารถของตนๆ อุปมาเหมือนกับการปรุงยาตามตำราแล้วรับประทานจนได้ผล คือโรคได้หายไปจากร่างกายของคนไข้แล้ว ดังนั้น การศึกษาฐานะทั้งสองอย่างนี้ จึงเป็นหน้าที่ของพุทธบริษัททั้ง 4 คือ ภิกษุ

ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา โดยแท้ (พระมหาบุญเลิศ ธรรมทสสี, นงเยาว์ หนูไชยะ ณ กาฬสินธุ์ และ พรรณราย ชูเลิศ, 2548: 55)

การปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนา

รูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนาได้ยึดแบบคัมภีร์วิสุทธิมรรค แต่ได้เพิ่มเติมการใช้ลูกประจำเข้ามา ซึ่งการปฏิบัติแบบใช้ลูกประจำนี้ได้รับอิทธิพลจากพม่าในช่วงที่เข้าปกครองเชียงใหม่ อีกนัยหนึ่ง น่าจะได้รับอิทธิพลจากพระชาวไทลื้อที่อพยพเข้ามาอยู่ในเชียงใหม่ ในช่วงเวลาของพระยาภาวโณ ปกครองครองเมืองเชียงใหม่ ต่อมาในปี พ.ศ.2494 คณะสงฆ์ภาคเหนือได้คัดเลือกเอาครูบาวัดน้ำบ่อหลวง อ.สันป่าตอง ครูบาวัดพระพุทธรบาทตากผ้า และครูบาทอง วัดเมืองมาง ให้เป็นผู้แทนของพระสงฆ์ในภาคเหนือ ไปศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในแนวสติปัฏฐาน 4 ที่วัดมหาธาตุฯ ท่าพระจันทร์ กรุงเทพฯ เป็นเวลา 1 พรรษา ครูบาทั้ง 3 ปฏิบัติในสายพุทธโธมมาก่อน โดยครูบาวัดพระพุทธรบาทตากผ้านั้นได้เรียนกับ ครูบาแก้ว ขตติโย (ครูบาขัตติยะ) วัดป่าเหียง ต.แม่แรง อ.ป่าซาง ซึ่งเป็นอุปัชฌาย์ของท่าน (ครูบาแก้วเป็นชาวเชียงราย มาอยู่ที่เชียงใหม่ของ จากนั้นก็เดินทางมาจนถึงลำพูน และมาอยู่ที่วัดป่าเหียง) หลังจากเดินทางกลับมาจากกรุงเทพฯ แล้วก็ได้สอนการปฏิบัติธรรมกัมมัฏฐานในแนวสติปัฏฐาน 4 สำหรับครูบาวัดพระพุทธรบาทตากผ้า ท่านจะสอนการปฏิบัติ 2 แนวทาง คือ

1. สำหรับพระภิกษุหนุ่ม สามเณรน้อย จะสอนแบบพุทธโธ
2. สำหรับผู้สูงอายุทั้งพระภิกษุและฆราวาส จะสอนพอง – ยุบ

สำหรับครูบาทอง สิริมงคล เมื่อเดินทางกลับมาเชียงใหม่แล้ว ในปีถัดมาคือ พ.ศ. 2495 ได้เดินทางไปศึกษาเพิ่มเติมที่ประเทศสหภาพพม่า โดยพักอาศัยอยู่ที่วัดกัมมะเอ ระยะเวลาหนึ่ง แล้วย้ายไปพักอยู่ที่วัดพญาจีจองใต้ (เข้าทัดจี) และได้ไปปฏิบัติกับท่านมหาสีสยาตอ ภททันตะโสภณ มหาเถร ที่วัดตาดะนะยิตา ประเทศพม่า เมื่อศึกษาแล้ว ครูบาทอง สิริมงคล ได้เดินทางกลับมาสอนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแบบสติปัฏฐาน 4 ที่วัดเมืองมาง ต่อมาได้ย้ายไปเปิดที่วัดตโปทาราม (ร้าง) และภายหลัง ได้รับอาราธนาให้ไปเป็นเจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร การสอนของครูบาทองนั้นมีผู้เลื่อมใสมาเข้ารับการปฏิบัติเป็นจำนวนมาก ทั้งพระภิกษุ สามเณร อุบาสกและอุบาสิกา เมื่อฝึกปฏิบัติแล้วท่านทั้งหลายเหล่านั้น ก็ได้นำเอารูปแบบและวิธีการของการปฏิบัติสายนี้ไปเผยแพร่ จนได้รับความนิยมไปทั่วภาคเหนือ (วิโรจน์ อินทนนท์, 2559: 117) ทำให้พบว่าในล้านนายุคปัจจุบันนี้มีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวพองหนอ ยุบหนอเป็นหลัก ไม่ปรากฏว่าการปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนาเป็นที่นิยมในล้านนาเช่นในอดีตอีกเลย (ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี, พระครูธีรสุตพจน์ และ ธณิกานต์ วรรณมานนท์, 2560: 184-187)

เมื่อพุทธศาสนาเข้ามาสู่ล้านนาแล้ว ก็เกิดการผสมผสานกับลัทธิความเชื่อเดิมที่มีอยู่ก่อนแล้ว เช่น การนับถือผี ความเชื่อในไสยศาสตร์และโหราศาสตร์ จนกลายมาเป็นลักษณะเฉพาะของพระพุทธศาสนาในล้านนา และการปฏิบัติกัมมัฏฐานของล้านนาที่มีลักษณะเฉพาะนั้นคือ มีการกล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้ แล้วกล่าวคำขอมาแก้ว 5 โกฎาก คือพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน ครูบาอาจารย์ การปฏิบัติเช่นนี้จะทำให้ผู้ปฏิบัติโน้มใจของตัวเองเข้าสู่การปฏิบัติ เป็นการปวารณาตนและเตือนตัวเองอยู่เสมอเพื่อไม่ให้เกิดความพลั้งเผลอ เน้นการท่องบทสวดมนต์เป็นหลัก โดยนำบทสวดภาษาบาลีมาแปลเป็นแบบนิสสัย คือการแปลคำต่อคำ ซึ่งการสวดมนต์เป็นการเตรียมตัวเตรียมใจเข้าสู่การปฏิบัติ ทำให้จิตใจสงบได้ง่าย และมีการนำเอาลูกประคำมาเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติ เมื่อภาวนาไปให้นับลูกประคำไปด้วยในแต่ละครั้ง ซึ่งการใช้ลูกประคำนี้เป็นลักษณะพิเศษของพระสงฆ์ในล้านนา ซึ่งจะได้รับลูกประคำจากพระอุปัชฌาย์หลังจากผ่านพิธีบรรพชาอุปสมบทเสร็จแล้ว จนกล่าวได้ว่าลูกประคำเป็นบริวารชนิดหนึ่งที่ขาดไม่ได้ โดยการเก็บลูกประคำนั้นเนื่องจากเป็นของสูงคือของที่คู่กับการปฏิบัติ พระสงฆ์ในล้านนาจึงนิยมนำมาคล้องคอ ในขณะที่นั่งปฏิบัติกัมมัฏฐานก็จะนำออกมานับพร้อมกับการปฏิบัติ มีการแยกการปฏิบัติแบบสมณะกับวิปัสสนาออกจากกันอย่างชัดเจน โดยให้ปฏิบัติสมณะก่อนแล้วจึงปฏิบัติวิปัสสนา จนถึงระดับหนึ่งเมื่อจิตตั้งมั่นแล้วก็สามารถปฏิบัติวิปัสสนาได้เลย โดยสมณกัมมัฏฐานเป็นกัมมัฏฐานที่ทำให้จิตสงบเป็นขั้นตอนเริ่มแรกของการปฏิบัติ เมื่อจิตสงบแล้วก็สามารถปฏิบัติวิปัสสนา คือเริ่มพิจารณาไตรลักษณ์ได้ ถ้าจิตยังไม่สงบการพิจารณาไตรลักษณ์ก็เป็นไปได้ยาก ดังนั้นกัมมัฏฐานล้านนาจึงเน้นไปที่สมณกัมมัฏฐานเป็นเบื้องต้น ในแต่ละขั้นตอนที่ปฏิบัติจะระบุไว้ว่าจิตได้ถึงสมาธิขั้นไหน เกิดปิติอะไรขึ้นบ้าง หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนานั้นได้ชี้แจงการเกิดขึ้นของปิติเมื่อปฏิบัติเทวดา นุสติจบแล้ว หมายความว่าเริ่มแรกผู้ปฏิบัติจะต้องให้ความสำคัญกับสิ่งที่มีอยู่ในตนเองเสียก่อน เช่น สีสานุสติ (การระลึกถึงศีลที่ตนรักษา) จาคานุสติ (การระลึกถึงทาน ความดีที่ตนสร้าง) ซึ่งการระลึกถึงสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายกว่าสิ่งอื่น เนื่องจากเป็นสิ่งที่ดีงามและบริสุทธิ์เมื่อมีอยู่ในตนเองย่อมก่อให้เกิดปิติได้โดยง่าย

การปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนามีอุปกรณ์หลักในการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนา คือ ลูกประคำ ซึ่งไม่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคแต่อย่างใด ด้วยเหตุนี้ในโบราณกัมมัฏฐานหลายฉบับ จึงบอกเทคนิควิธีการนับลูกประคำด้วย เช่น ให้นับซ้ำๆ อย่าไว ให้ตกไปตามคำบริกรรม ให้เสียงร่อนลงไปยังหัวใจ หรือในการเดินจงกรม ให้ใช้มือขวา ชูสายลูกประคำขึ้นอยู่ระหว่างอก มือซ้ายเหยียดลงแนบขา เดินไปจนถึงเขต กำหนดหัวจงกรม ให้นับลูกประคำเม็ดหนึ่ง ถึงทางจงกรม ให้นับลูกประคำเม็ดหนึ่ง ให้เดินไปซ้ำๆ อย่างสม่ำเสมอ ให้ได้ 8 ลูกประคำ 28 ลูกประคำ หรือเมื่อ

นั่งสมาธิให้ชูสายลูกประคำขึ้นอยู่ระหว่างอก มือซ้ายหงายบนตัก เป็นต้น ก่อนการปฏิบัติกัมมัฏฐาน โยคีหรือผู้ปฏิบัติควรทำดังนี้

1) เตรียมข้าวตอก ดอกไม้เทียน ใส่ในพานไว้ให้เรียบร้อย จัดดอกไม้ให้เป็น 5 โกลฐาน (ส่วน) คือ พระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ กัมมัฏฐานทั้งมวล ครูบาอาจารย์ผู้ให้กัมมัฏฐานและสอนกัมมัฏฐาน เทียน 5 คู่

2) อาบน้ำชำระล้างร่างกายให้สะอาด

3) คฤหัสถ์ ให้สมาทานรักษาศีล 5 หรือศีล 8 ถ้าเป็นสามเณร ให้รักษาศีล 10 ให้บริสุทธิ์ ถ้าเป็นพระภิกษุ ให้ปลงอาบัติ รักษาจตุปาริสุทธศีลให้บริสุทธิ์ ส่วนสถานที่ที่ปฏิบัติควรเป็นสถานที่ที่สงัด จะเป็นวัด ลานเจดีย์ หรือใต้ต้นโพธิ์ก็ได้

ขั้นตอนปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนา

1. กราบพระพุทธรูป 3 ครั้ง
2. จะปฏิบัติกัมมัฏฐานใดก็ตามแต่ให้เริ่มด้วยพุทธานุสสติ อัมมานุสสติ สังฆานุสสติ
3. ขอปิตติสมาธิกับพระพุทธรูป ให้ว่า “ข้าจักขอภavana พุทธานุสสติ อัมมานุสสติ สังฆานุสสติ ครั้นว่าจะภavanaดวงใด ขอให้ว่าดวงนั้นเต๊อะ ว่าข้าขอปิตติสมาธิธรรมเจ้าดวงผาเสริฐ ขอจุงห้อมาบังเกิดในจิตตะสันตาระ (สันดาน) ตนตัวแห่งข้า อันจักนั่งภavanaในที่นี้ มีพุททกปิติเป็นแก้ว (เป็นอันดับแรก) ะหลาบ (ตราบ) ต่อเท่าถึงผรรณปิติแก่ผู้ข้า อันจักนั่งภavanaเพื่อหือเสี่ยงทุกข์สุดทุกข์ แก่ข้าแท้ดีหลีเต๊อะ...” ว่า 3 ครั้ง
4. ภavanaพุทธานุสสติ ธรรมคุณ สังฆคุณ
5. ภavanaบทอื่นๆ ในสมถกัมมัฏฐาน 40 เช่น กายาคตานุสสติ เมตตาภavana เป็นต้น
6. ภavanaวิปัสสนากัมมัฏฐาน ได้แก่ อนิจจังกัมมัฏฐาน ทุกขังกัมมัฏฐาน อนัตตา กัมมัฏฐาน

กัมมัฏฐานครูบาเจ้าศรีวิชัย

ครูบาศรีวิชัยเป็นพระสงฆ์ในล้านนา มีชีวิตอยู่ในช่วงพุทธศตวรรษที่ 25 เป็นที่รู้จักในฐานะผู้สร้างถนนทางขึ้นวัดพระธาตุดอยสุเทพราชวรวิหาร จังหวัดเชียงใหม่ เมื่อปี พ.ศ. 2477 ท่านเป็นผู้มีศีลและธรรม ปฏิบัติกัมมัฏฐานอย่างเคร่งครัด เพื่อสั่งสมบุญบารมี และเอาตนตัวให้พ้นจากกิเลส การปฏิบัติตนอันงดงามอันมีหลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานเป็นพื้นฐานของชีวิต ทำให้ชาวล้านนาเรียกขานท่านด้วยความเคารพอย่างสูงว่า “ครูบาศีลธรรม”

ครูบาเจ้าศรีวิชัยมี “ศาสตร์” แห่งการปฏิบัติธรรม หาใช้ศิษย์ไร้สำนักไม่ ครูบา

อาจารย์ที่เป็นต้นแบบ ประสิทธิ์ประสาทวิชาให้แก่ครูบาเจ้าศรีวิชัย ได้แก่ 1. ครูบาสมณะ วัดบ้านโง้งหลวง ผู้เป็นพระอุปชฌาย์ให้แก่أيายฟ้าฮ้อง หรือดินเพื่อน (นามเดิมของครูบาเจ้าศรีวิชัย) ตอนบรรพชาเป็นสามเณร และอีกครั้งตอนอุปสมบทเป็นพระภิกษุ 2. ครูบาอุปละ แห่งสำนักดอยแต สอนครูบาเจ้าศรีวิชัยให้รู้จักวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานแบบล้านนา 3. ครูบาเมธา วัดหาดดอยคำ สอนวิชาอาภินิหารศาสตร์ ซึ่งต่อมาครูบาเจ้าศรีวิชัยจะนำไปใช้ถ่ายทอดต่อให้แก่คนหมู่มาก เนื่องจากศิษยานุศิษย์ที่เข้ามาหาครูบาเจ้าศรีวิชัยมีร้อยพ่อพันแม่ ยากที่จะให้ครูบาเจ้าศรีวิชัยสอนกัมมัฏฐานชั้นสูง หรือเทศนาหัวข้อธรรมชั้นสูงได้ เนื้อหาที่ท่านเทศน์ส่วนใหญ่จะเป็น ขอบุญดีมนต์ต่อศีลห้า 4. ครูบาโปธา แห่งวัดหาดดอยครั้ง สอนวิชาการนับลูกประจำ 108 เม็ด และวิธีการเดินจงกรมให้แก่ครูบาเจ้าศรีวิชัย ครูบาอาจารย์ทั้งสี่ท่านนี้ ล้วนเป็นศิษย์ของปรมาจารย์ใหญ่อีกสองท่านคือ ครูบาสมเด็จเจ้าวรปัญญา แห่งวัดสันตอันธง สังขราชาเมืองลำพูน ผู้เป็นสหธรรมิกกับครูบากัญจนมหาเถรอรุณวาสี แห่งวัดสูงเม่น เมืองแพร่ เมื่อครูบาเจ้าศรีวิชัยได้รับการถ่ายทอด “ศาสตร์” หรือทฤษฎีในการปฏิบัติธรรมอย่างเข้มข้นแล้ว ครูบาเจ้าศรีวิชัยจำต้องใช้ “ศิลป์” มาช่วยในการถ่ายทอดธรรมะให้แก่ศิษยานุศิษย์นับหมื่นนับพันคน ซึ่งการสอน “ศาสตร์ทางธรรม” อันลึกซึ้งให้แก่คนหมู่มากนั้น ครูบาเจ้าศรีวิชัยจำต้องใช้ “ศิลปะ” หรือสรรหาวิธีที่ง่ายที่สุดมาถ่ายทอดแก่เหล่าสานุศิษย์ นั่นคือ การเน้นคาถาปารมี 30 ทศ ซึ่งท่านได้ร้อยเรียงเป็นคำคล้องจองคล้ายคร่าวขอหรือบทกวีให้สวดง่าย จำง่าย แต่เนื้อหาหลักซึ่งมาก ถือเป็นการใช้ศิลปะชั้นสูงในการสื่อสารกับปริมาณคนที่มากมาย บางคนเป็นชนเผ่าบนดอยสูงที่เคยนับถือผีบรรพบุรุษมาก่อน บางคนทำท่าจะเข้ารีตเป็นคริสต์เตียน บางคนถูกแบ่งแยกให้ไปนับถือนิกายธรรมยุต ดังนั้นท่ามกลางคนหมู่มาก สิ่งที่ครูบาเจ้าศรีวิชัยกระทำหลักๆ คือ 1. สาธกเรื่องอาภินิหารของศีล 5 พื้นฐาน 2. การให้คาถาสวด ปารมี 9 ชั้น (เป็นภาษาล้านนาคำเมือง) กับคาถาสวดปารมี 30 ทศ เป็นภาษาบาลี

ครูบาศรีวิชัยนั้นยึดถือปฏิบัติในแนวของนิกายเชียงใหม่ผสมกับนิกายยองซึ่งมีแนวปฏิบัติบางอย่างต่างจากนิกายอื่นๆ มีธรรมเนียมที่ยึดถือคือ การนุ่งหม้อที่เรียกว่า กุมผ้าแบบรัดอก สวมหมวก ขวบนลูกประจำ ถือไม้เท้าและพัด ซึ่งยึดธรรมเนียมมาจากวัดดอยแต โดยอ้างว่าสืบวิธีการนี้มาจากลังกา และนอกจากจะเป็นพระนักปฏิบัติแล้ว ทางด้านเทศนาโวหาร ครูบาศรีวิชัยก็ยังสามารถแสดงธรรมให้ผู้คนในยุค นั้น ได้เข้าใจถึงหลักธรรมเบื้องต้นอย่างแจ่มแจ้ง ผู้เขียนขอ นำ “ธรรมอาภินิหาร” ที่ครูบาศรีวิชัยได้เขียนไว้เมื่อปี พ.ศ. 2474 เนื่องในงานฉลองวิหารหลวง วัดสวนดอก จ.เชียงใหม่ พิมพ์เป็นอักษรเมือง (ภาษาล้านนา) ปรีวรรตเป็นภาษาไทย โดยนายหนานปวงคำ ต๋ายเขียว เมื่อเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2528 ความตอนหนึ่งว่า “...น้ำแม่น้ำคงคา ยมุนา อจิรวดี มหิมหาสลภู ซึ่งเป็นแม่น้ำใหญ่ทั้ง 5 แม่น้ำ แม่น้ำจักเอามาอาบให้หมดสิ้น

ทั้ง 5 แม่น้ำก็ไม่อาจล้างบาป คือความเดือดร้อน ภายในให้หายได้ และฝนลูกเห็บ แม่นจะตกมา ร้อยทำให้เย็นและหนาวสั่นปานใดก็ดี ก็ไม่อาจจะเย็นเข้าไปถึงภายใน ให้หายความทุกข์เวทนา ได้ ศีล 5 เป็นอริยทรัพย์ เป็นต้นของความบริสุทธิ์ เป็นน้ำทิพย์สำหรับล้างบาป คือความเดือดร้อน ภายในให้หายได้ เป็นบันไดแก้วสำหรับก้าวขึ้นไปสู่สวรรค์...” ซึ่งพระบ้านป่ารูปหนึ่งที่ถือกำเนิดจากครอบครัวสามัญชนที่ยากจน แต่ยึดถือแน่วแน่ในหลักธรรมคำสอนของพระบรมศาสดา มีจิตใจที่มั่นคงไม่หวั่นไหวกับกิเลส มารร้ายที่คอยจ้องทำลายพรหมจรรย์อยู่ตลอดเวลา

ครูบาศรีวิชัยเลือกปฏิบัติพุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ เมตตาตนเอง (เมตตาต่อตนเอง) พรหมวิหาร (เมตตาผู้อื่น กรุณา มุทิตา อุเบกขา) กายคตา ทิฐิวินิสัยญาณ กังขาวิสุทธิญาณ ไตรลักษณ์ ศีล และอรุณพรหม 4 มีทั้งสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนา กัมมัฏฐาน ดังนี้ (ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี และธณิกานต์ วรรณมานนท์, 2561: 2-26)

1. สมถกัมมัฏฐาน ได้แก่ ในหมวดอนุสสติ ได้แก่ พุทธานุสสติ ธรรมานุสสติ สังฆานุสสติ กายคตานุสสติ และสีลานุสสติ หมวดพรหมวิหารกัมมัฏฐาน โดยแบ่งเป็นเมตตาตนเอง (เมตตาตนเอง) และพรหมวิหาร (เมตตาผู้อื่น กรุณา มุทิตา อุเบกขา) หมวดอารูปกัมมัฏฐาน ได้แก่ อาภาสณัญจยตนะ วิญญานัญจยตนะ อาภิญญายตนะ เนวสัญญานาสัญญายตนะ

2. วิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ หมวดวิปัสสนากัมมัฏฐาน ได้แก่ ทิฐิวินิสัยญาณ กังขาวิสุทธิญาณ และไตรลักษณ์ (มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินิเทศ)

- ทิฐิวินิสัย เป็นส่วนที่แสดงเรื่องการกำหนดเห็นนามรูปตามความเป็นจริง
- กังขาวิตรณวิสุทธิ แสดงเรื่องการกำหนดรู้เหตุและปัจจัยของนามรูปว่ามาจาก อวิชชา ตัณหา อุปาทาน กรรมและอาหาร โดยการละความสงสัยในความเป็นมาของตนเองทั้งในอดีต อนาคต และปัจจุบัน

- มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินิเทศ คือ เรื่องสัมมสนญาณ การพิจารณา ขั้น 5 โดยอาการ 40 ประการ มีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรค เป็นต้น เรื่องการทำ อินทรีย์ให้แก่กล้า โดยอาการ 9 มีเห็นความดับอย่างเดียวของสังขารทั้งหลายที่เกิด ขึ้นแล้ว เป็นต้น เรื่องอุทยัพพญาณ เรื่องอุปกิเลส 10 ประการซึ่งจะเกิดขึ้นขณะมีวิปัสสนาอย่างอ่อน ได้แก่ โสภัส (แสงสว่าง) ญาณ (ความรู้) ปติ (ความอึดใจ) ปัสสัทธิ (ความสงบ) สุข (ความสุข) อธิโมกข์ (ความเชื่อ) ปัคคาหะ (ความเพียร) อุปฏฐาน (ความเข้าไปตั้งมั่น) อุเบกขา (ความวางเฉย) และนิกันติ (ความใคร่) ให้พิจารณาว่าอุปกิเลส นั้นไม่เที่ยง ถูกปัจจัยปรุงแต่งไว้ อาศัยปัจจัยเกิดขึ้น มีความสิ้นไปเป็นธรรมดา มีความ ดับไปเป็นธรรมดา เป็นต้น

องค์ความรู้จากการศึกษา

กัมมฐานที่ครูบาศรีวิชัยใช้สอนมีเพียงเล่มเดียว คือ “กัมมฐานรวม” กัมมฐานสมัยครูบาศรีวิชัย มีลักษณะเช่นเดียวกับกัมมฐานล้านนาโบราณ ที่มีรากมาจากคัมภีร์วิสุทธิมรรค เชื่อว่าสืบมาจากกัมมฐานของครูบาทำกัญจนเถร วัดสูงเม่น เมืองแพร่ เพราะมีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน กัมมฐานสมัยครูบาศรีวิชัยเป็นไปเพื่อการสั่งสมบุญบารมี และพัฒนาตนเองให้พ้นไปจากกิเลส หลักการปฏิบัติกัมมฐานของครูบาเจ้าศรีวิชัย ประกอบด้วย 1. บุญกิริยาวัตถุ 3 2. โยนิโสมนสิการ 3. สติ 4. สมาธิ 5. ความนอบน้อม และ 6. ความเพียร ทาน ศีล ภavana หลักการปฏิบัติกัมมฐานของครูบาเจ้าศรีวิชัย สามารถสรุปได้ดังแผนภูมิต่อไปนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

จุดเด่นที่สำคัญคือ ครูบาศรีวิชัยเลือกปฏิบัติพุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ เมตตาตนเอง (เมตตาตนเอง) พรหมวิหาร (เมตตาผู้อื่น กรุณา มุทิตา อุเบกขา) กายคตา ญาณวิสุทธิญาณ กังขาวิสุทธิญาณ ไตรลักษณ์ ศีล และอรุณพรหม 4 มีทั้งสมถกัมมฐานและวิปัสสนากัมมฐาน

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการศึกษา

1. การปฏิบัติกรรมฐานล้านนามีเอกลักษณ์และรูปแบบการปฏิบัติที่ยึดโยงกับพระไตรปิฎก แต่ครูบาอาจารย์ได้พัฒนารูปแบบและวิธีการที่ทำให้สะดวกต่อการปฏิบัติ ให้สามารถเข้าถึงอารมณ์กรรมฐานได้ง่ายยิ่งขึ้น เช่น การใช้ลูกประคำในการกำหนด เป็นต้น ฉะนั้น

กรรมฐานแบบล้านนาจึงสมควรมีการถ่ายทอดกันอย่างเป็นระบบต่อไป

2. กรรมฐานของครูบาเจ้าศรีวิชัยเป็นกรรมฐานที่มีลูกศิษย์ลูกหาสืบทอดกันมาอย่างยาวนาน แต่กำลังจะหายไปจากแผ่นดินล้านนา หน่วยงานราชการ เช่น สำนักงานพระพุทธศาสนา คณะสงฆ์ หรือมหาวิทยาลัยสงฆ์ควรจัดทำตำราและให้มีการนำไปฝึกสอนกันอย่างจริงจังต่อไป

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาครั้งต่อไป

จากการศึกษารูปแบบกรรมฐานของครูบาศรีวิชัย ผู้ศึกษาเห็นว่า มีประเด็นที่มีควรการศึกษาในประเด็นอื่นๆ อีก เช่น

1. ศึกษาผลสัมฤทธิ์จากการใช้ลูกประคำในการเจริญพระกรรมฐานของพระสงฆ์ล้านนา
2. ศึกษาเปรียบเทียบกรรมฐานล้านนาในจังหวัดต่างๆ ของภาคเหนือ เพื่อหาจุดร่วมและจุดต่าง

บรรณานุกรม

- คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2551). **ธรรมะภาคปฏิบัติ 1**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ณอภัย พวงมะลิ. (2561). “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์โดยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ ของศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดถ้ำพระผาคอก อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย”. **วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- พระครูภาวนากิจสุนทร. (2562). “ศึกษารูปแบบและกระบวนการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดนครศรีธรรมราช”. **วารสารมหาจุฬานาครธรรมศน์**. 6 (3): 1590.
- พระมหาบุญเลิศ ธรรมทสสี, นางเยาว์ หนูไชยะ ณ กาฬสินธุ์ และพรณราย ชูเลิศ. (2548). “ศึกษาปรากฏการณ์วิธีการสอน วิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐานสี่ในปัจจุบัน”. **รายงานวิจัย**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วิโรจน์ อินทนนท์. (2559). “กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิธีปฏิบัติและการสืบทอด”. **รายงานวิจัย**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี และธณิกานต์ วรรณมานนท์. (2561). “ลักษณะกัมมัฏฐานสมัยครูบาศรีวิชัย”. **วารสารพุทธศิลปกรรม**. 1 (2): 2-26.

ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี, พระครูธีรสุตพจน์ และธนิศานต์ วรรณมานนท์. (2560). “กัมมัญฐาน
โบราณล้านนา: ที่มา ลักษณะ และการเสื่อมสูญ”. วารสารพื้นถิ่น โขง ชี มูล.
3 (2): 184-187.

การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายในทัศนะของ
พระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคฺโล)
Preparing for Death in the Perspective of
Phra PhromMongkhon (Thong Sirimongkhonlo)

พระครูใบฎีกาธนวัฒน์ ทาทำ

Phrakhrubaideeka Thanawat Tatham

วัดปัญญาธาราม, สำนักพระพุทธศาสนาจังหวัดเชียงใหม่

Wat Panyawutharam, Office of Buddhism, Chiang Mai Province

Corresponding Author, Email: champ20079@gmail.com

Received: 2024-12-05 Revised: 2024-12-25 Accepted: 2024-12-25

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายในทัศนะของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคฺโล) โดยการรวบรวมจากเอกสารต่างๆ และจากประสบการณ์ของผู้เขียนในการอุปฐากดูแลพระพรหมมงคล แนวทางการปฏิบัติของพระพรหมมงคลนั้นเน้นการเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน 4 คือ กาย เวทนา จิต และธรรม พระพรหมมงคลได้สอนกรรมฐานโดยแทรกธรรมและทัศนะเกี่ยวกับความตายและการเตรียมรับมือกับความตายอย่างมีสติ มีหลักการพิจารณาความตายที่เป็นส่วนหนึ่งในอภิญญากรรมฐาน โดยเฉพาะการพิจารณาในด้านกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรือ การพิจารณากาย โอวาทธรรมสามารถสรุปสาระสำคัญ คือ การเห็นว่าร่างกายของตนย่อมเป็นไปตามกฎของไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ดังนั้น ความเสื่อมไปของร่างกายนี้จึงเป็นเรื่องปกติธรรมดา ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจะต้องเข้าใจและเห็นจริงตามกฎไตรลักษณ์นี้ เมื่อเห็นจริงตามนี้แล้วจะเป็นฐานในการเจริญสมาธิภาวนาได้ดียิ่งขึ้น สติจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายอย่างเข้าใจและไม่เกรงกลัว

คำสำคัญ : ความตาย, พระพุทธศาสนา, พระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคฺโล)

Abstract

This academic article aims to study the preparation for death in the perspective of Phra Phrom Mongkhon (Thong Sirimongkalo) by collecting from various documents and from the author's experience in caring for Phra Phrom Mongkhon. Phra Phrom Mongkhon's practice emphasizes the development of Vipassana meditation according to the principles of the Four Foundations of Mindfulness: body, feeling, mind, and dharma. Phra Phrom Mongkhon teaches meditation by inserting Dhamma and perspectives on death and preparing to cope with death mindfully. There is a principle of considering death as part of the meditation subject, especially the consideration of the body, or contemplation of the body. The main point of the Dhamma teaching is to see that one's body is subject to the law of the three characteristics: impermanence, suffering, and non-self. Therefore, the deterioration of the body is normal. In practicing Vipassana meditation, one must understand and see the truth according to the law of the three characteristics. When one truly sees this, it will be a foundation for developing better concentration. Therefore, mindfulness is the most important thing in preparing to cope with death with understanding and without fear.

Keywords: Death, Buddhism, Phra Phrom Mongkhon (Thong Sirimongkalo)

บทนำ

เมื่อกล่าวถึงความตาย หลายคนถือว่าเป็นเรื่องอัปมงคล ไม่ควรนำมาสนทนาหรือกล่าวถึง เมื่อพูดถึงความตายแล้วจิตใจจะหดหู่ เป็นบรรยากาศของความสูญเสีย ความเศร้าโศก เสียใจ แต่ในปฐมสัณญสูตร พระพุทธเจ้าตรัสถึงสิ่งที่ต้องกำหนดรู้ไว้ว่า มรณสัญญา คือการกำหนดรู้ความตายที่จะมาถึงเป็นเรื่องธรรมดา หากเจริญทำให้มากแล้วย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก หยั่งลงสู่อมตะ (นิพพาน) มีอมตะเป็นที่สุด (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 23 ข้อ 48: 75)

ความตายในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ความตายเป็นสิ่งที่ทุกคนจะต้องเผชิญอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่มีใครที่จะสามารถล่วงพ้นความตายไปได้ แต่ถึงกระนั้น เมื่อความตายกำลังเข้ามาถึง มนุษย์ทุกคนกลับสะดุ้งกลัวต่อความตายเกิดความหวาดหวั่น เศร้าโศก เมื่อต้องประสบกับความพลัดพรากจากบุคคลผู้เป็นที่รักของตนสิ่งที่ได้สร้างสั่งสมไว้ระหว่างมีชีวิต หาก

มนุษย์รู้และเข้าใจความหมายที่แท้จริง ความตายเป็นปรากฏการณ์ที่เป็นไปตามธรรมชาติของชีวิต สัตว์โลกที่ยังมีกิเลสอันเป็นประดุจยางเหนียวในเมล็ดพืช ซึ่งมีวิชาเป็นต้นเค้าอยู่นั้น ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพชาตินั้นๆ ตามแรงเหวี่ยงของกรรมดี กรรมชั่ว ที่ได้ทำไว้ (พระสิริปัญญาคุณ และคณะ, 2562: 1814)

การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายจึงเป็นเรื่องที่ควรกระทำ เพราะเป็นการตั้งสติ มีความพร้อมต่อความตาย กำหนดรู้ต่อความตายเพื่อสร้างความไม่ประมาท เป็นอุบายต่อการปฏิบัติธรรมให้ยิ่งยวดต่อไป พระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) วัดพระธาตุศรีจอมทอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นพระอาจารย์ฝ่ายวิปัสสนากรรมฐานที่นำเอาหลักสติปัฏฐานในพระไตรปิฎกมาเป็นแนวทางในการปฏิบัติธรรม เน้นการฝึกสติกำกับร่างกาย เวทนา จิต ธรรมไม่ให้ประมาทในชีวิต มีคำสอนที่สามารถประยุกต์เป็นแนวทางสำหรับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายได้อย่างเหมาะสม

เนื้อหา

1. ประวัติและผลงานของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล)

พระพรหมมงคล มีนามเดิมว่า “ทองแก้ว พรหมะเสน” เกิดเมื่อ วันที่ 21 กันยายน พ.ศ.2466 ตรงกับวันศุกร์ขึ้น 12 ค่ำ เดือน 10 ใต้ (เดือน 12 เหนือ) ปีกุน ณ ตำบลบ้านแอ่น อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่ ตระกูลของท่านสืบเชื้อสายมาจากตระกูลขุนนางในสมัยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 6 คุณปู่ทวดชื่อ ขุนต่างใจ เป็นบุตรของพระยาพิพิธเสนา (ชื่น) ย่าทวดคือ คุณหญิงพิพิธเสนา สกุล พรหมะเสนเป็นสกุลที่ปู่ทวดได้รับพระราชทานจากในหลวงรัชกาลที่ 6 เพราะท่านเป็นทหารมหาดเล็กรักษาพระองค์ คุณปู่ชื่อ ขุนต่างใจ เป็นบุตรของพระยาพิพิธเสนา บ้านเดิมของคุณปู่อยู่ที่อำเภอโคกปีบ จังหวัดปราจีนบุรี ได้ล่องเรือมารับราชการที่เมืองเหนือและได้สมรสกับนางจันทา ที่บ้านนาแก่ง มีบุตรธิดาด้วยกัน 3 คน คือนายใจ นายทา นางเด่น นายทาได้สมรสกับนางแต้ม มีบุตรธิดาทั้งหมด 6 คน พระพรหมมงคลเป็นบุตรคนที่ 5 ของนายทา นางแต้ม (พระพรหมมงคล, ม.ป.ป.: 12)

พระพรหมมงคลได้สำเร็จการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จากนั้นก็เข้าสู่ร่มกาสาวพัสตร์ เมื่อวันศุกร์ ที่ 19 มกราคม ปีระกา พุทธศักราช 2477 อายุ 11 ปี ได้บรรพชาเป็นสามเณร ที่วัดนาแก่ง ตำบลบ้านแอ่น อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่โดยมีท่านครูบาชัยวงศ์ เป็นพระอุปัชฌาย์ เมื่ออายุได้ 18 ปี พระพรหมมงคลเคยได้ธุดงค์ไปอยู่ที่วัดมาลาด แม่จืด และป่าช้าบ้านนาแก่ง และยังเคยได้ธุดงค์ร่วมกับครูบาพรหมา วัดพระพุทบาทตากผ้า อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน พระพรหมมงคลได้อุปสมบทเมื่อวันจันทร์ ที่ 7 กุมภาพันธ์ ปีมะแม พุทธศักราช

2487 อายุครบ 20 ปี ณ พัทธสีมา วัดบ้านแอ่น ตำบลบ้านแอ่น อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่ โดยมีพระครูคัมภีรธรรม (พรหมปัญโญ) เจ้าอาวาสวัดชัยพระเกียรติ เป็นพระอุปัชฌาย์ พระอธิการญาณรังสี วัดห้วยทราย เป็นพระกรรมวาจาจารย์ พระมหาจันทร์ วัดพระสิงห์ วรมหาวิหาร เป็นพระอนุสาวนาจารย์ ได้นามฉายาว่า “สิริมงคล”

จากนั้น ได้ตั้งใจศึกษาเล่าเรียนพระปริยัติธรรม นักธรรมชั้นเอก ต่อมาได้ศึกษาวิปัสสนา ธรรมและคันถ์ว่าการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน 4 ทั้งปริยัติและปฏิบัติ จนเกิดความรู้ ความเชี่ยวชาญ ที่วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ กรุงเทพมหานคร ณ สถานที่ทำวัตรสังคายนา กำบะเอ และวัดพญาจีจ้องใต้ (เข้าทัดจี) ประเทศพม่า แล้วไปปฏิบัติที่วัดตาปะนยะนิตา กับท่านมหาสีสยาตอ ภัททันตะ โสภณมหาเถระ แล้วจึงกลับประเทศไทย ท่านได้ศึกษาคันถ์ จนเกิดความรู้ ความเชี่ยวชาญแตกฉานด้านการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน 4 (พอง – ยุบ) จนเป็นพระวิปัสสนาจารย์ และ เจ้าสำนัก สามารถอบรมสั่งสอนผู้อื่นให้ปฏิบัติและรู้ตามได้ จนกระทั่งขยายสาขา สำนักปฏิบัติวิปัสสนาออกไปทั้งในประเทศและต่างประเทศ ขณะเดียวกัน ได้สนับสนุนการศึกษาของคณะสงฆ์ด้านคันถ์ธุระ แผนกนักธรรม บาลี และพระอภิธรรม เรียกได้ว่า ทั้งคันถ์ธุระและวิปัสสนาธุระ ท่านได้ใส่ใจ ดูแลสนับสนุนควบคู่กันไป

ด้วยความเป็นพระมหาเถระผู้ทรงความรู้ ความสามารถ ด้วยคุณธรรมความดีที่ท่าน ได้บำเพ็ญมา ทั้งยังเป็นผู้รู้จักจริง ปฏิบัติจริง เสียสละทุ่มเทตั้งใจทำงานเพื่อพระพุทธศาสนา ประเทศชาติ พระมหากษัตริย์ ทำให้ท่านได้รับการยกย่องเชิดชูเกียรติ ได้รับสมณศักดิ์เป็นพระราชกณะมาโดยลำดับ กระทั่งปัจจุบันดำรงสมณศักดิ์เป็น “พระพรหมมงคล ภาวนาโกศลสุพพิธาน วิปัสสนาบริหารพิสุทธิ์ ปาวจนุตตมานุศาสน์ คัมภีรญาณพิลาสธำรง มหาคณิสสร บวรสังฆาราม คามวาสี” ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ได้รับแต่งตั้งสมณศักดิ์จากสังฆสภาสามัญฆานิกายประเทศศรีลังกาให้เป็น “พระศาสนโสภณสิริบวรวิปัสสนากัมมัญญานาจารย์” และใน พ.ศ. 2554 ได้รับแต่งตั้งสมณศักดิ์ จากประเทศสาธารณรัฐแห่งสหภาพเมียนมาร์ให้เป็น “อัครมหาคัมมัญญานาจารย์”

ด้านปฏิปทาจริยาวัตรของพระพรหมมงคล ท่านเป็นพระมหาเถระที่มีบุคลิกภาพสง่างาม สุขุม ลุ่มลึก สงบเยือกเย็น มีความสำรวมระวังอินทรีย์อยู่ตลอดเวลา มีเมตตาธรรมสูง ชอบช่วยเหลือผู้ตกทุกข์ได้ยาก โอบอ้อมอารี มีน้ำใจต่อทุกคนโดยไม่เลือกที่รักมักที่ชัง โดยอุปนิสัยเป็นคนพูดน้อย ปฏิบัติมาก อยู่อย่างเรียบง่าย ตั้งตนอยู่ในกรอบพระธรรมวินัยอย่างสม่ำเสมอตั้งแต่ต้นจนถึงปัจจุบัน กล่าวได้ว่า ปฏิปทาจริยาวัตรของท่านอยู่ในระดับดีเยี่ยมเหมาะสมกับเป็นพระนักปฏิบัติโดยแท้จริง พระพรหมมงคลเผยแผ่พระพุทธศาสนาโดยการสอนการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน 4 แบบกำหนดพองหนอ ยุบหนอ (พระเทพสิทธิ

จารย์, 2548: 14) ซึ่งมีผลงานด้านการเผยแผ่ไปทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ เช่น จังหวัด เชียงใหม่ ลำพูน ลำปาง สกลนคร สุรินทร์ ฉะเชิงเทรา ชลบุรี ปราจีนบุรี กรุงเทพฯ สุราษฎร์ธานี และต่างประเทศ ได้แก่ ประเทศอินโดนีเซีย สเปน สวิตเซอร์แลนด์ เนเธอร์แลนด์ เยอรมัน ฝรั่งเศส อังกฤษ เม็กซิโก สหรัฐอเมริกา ฮาวาย และประเทศญี่ปุ่น เป็นต้น (แม่ชีระวีวรรณ ธมมจาริณี (งานวิสุทธิพันธ์), 2550: 61-62)

2. สติปัฏฐาน: แนวทางสอนกรรมฐานของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล)

มหาสติปัฏฐานสูตร เป็นพระสูตรหนึ่งที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอนการ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานไว้เป็นหลักจากพระโอษฐ์ด้วยพระองค์เอง นอกจากนั้นได้ตรัสแทรก ไว้ในโอกาสต่างๆ และในพระสูตรต่างๆ เช่น พระสูตรในสังยุตตนิกาย มหาวารวรรคสติปัฏฐาน สังยุต 104 สูตรและตรัสในที่อื่นๆ อีก มากมายหลายแห่ง และได้มีคัมภีร์อรรถกถาขยายความ อีกมากมาย เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค คัมภีร์สมังควลาลินีติตติยภาค คัมภีร์มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก คัมภีร์ปัญจสุทธานิ เป็นต้น

สติปัฏฐานเป็นหลักธรรมสำคัญในพระพุทธศาสนา ซึ่งสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงพิจารณาเห็นความสำคัญมาแต่แรกตรัสรู้ขณะประทับอยู่ ณ โคนต้นอชปาลนิโครธริมฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา ในอรุณเวลาเสนาณิคม ภายหลังตรัสรู้แล้วในสัปดาห์ที่ 5 ก็ได้ทรงปริวิตกถึงสติปัฏฐาน 4 และตรัสแทรกไว้ในโอกาสต่างๆ และในพระสูตรต่างๆ มากมายหลายแห่งตลอดมาจนในปีที่จะ เสด็จดับขันธปรินิพพาน ขณะประทับอยู่ ณ อัมพปาลิวัน ไกลนครเวสาลี ก็ทรงมีพระเมตตาทรัส เตือนให้ปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ขณะประทับอยู่ ณ เวฬุคามก่อนหน้าเสด็จดับขันธ ปรินิพพาน 10 เดือน ก็ตรัสเตือนให้มีตนเป็นที่พึ่ง มีตนเป็นสรณะ ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาตาม หลักสติปัฏฐาน (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 112: 119)

แสดงว่า ได้ทรงสั่งสอนหลักธรรมสำคัญในสติปัฏฐานมาจนตลอดพระชนมายุ หนึ่งในนั้น พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงแก่ภิกษุซึ่ง ในคัมภีร์อรรถกถากล่าวว่า ชาวแคว้นกुरुในสมัย นั้น มีความอุดมสมบูรณ์ด้วยฤดูกาลและอาหาร อีกทั้งชาวกुरुก็มักกล่าวถึงการเจริญวิปัสสนาตาม หลักสติปัฏฐาน และพากเพียรปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานกันอย่างกว้างขวาง พระบรม ศาสดาจึงตรัสพระสูตรนี้แก่ชาวแคว้นกुरु แม้พระพุทธองค์ได้ตรัสการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลัก สติปัฏฐานไว้โดยสังเขปมาก่อนแล้วในหลายพระสูตร ดังที่ปรากฏในสติปัฏฐานสังยุตต์ แต่การ แสดงพระสูตรนี้จัดว่าเป็นการประกาศแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน 4 อย่างสมบูรณ์ เป็นครั้งแรก หนึ่งในการแสดงมหาสติปัฏฐานสูตรครั้งนั้น พระพุทธองค์ทรงเริ่ม ต้นด้วยทรงพุทธดำรัสว่า “เอกายโน อโย ภิกขเว มคโค สตตานัง วิสุทฺธิยา โสภปริเทวานัง สมตฺก กมาย ทุกฺขโทมนสฺसानัง อตฺถกฺมมาย ฌายสฺส อธิกฺมมาย นิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยาย ฯ ยทฺธิํ จตฺตาโร

สติปัฏฐานา” “ภิกษุทั้งหลาย สติปัฏฐาน 4 เป็นทางเดียวที่จะนำเหล่าเวไนยสัตว์ให้เข้าถึงความบริสุทธิ์ ล่วงพ้นความเศร้าโศก และความรำพันคร่ำครวญได้ดับความทุกข์และโศกนั้นได้บรรลอรุณมรรค และเห็นแจ้งพระนิพพานได้หนทางนี้ คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ”

พระพรหมมงคลได้นำเอาคำสอนเรื่องสติปัฏฐาน 4 มาเป็นแนวทางในการปฏิบัติกรรมฐาน ซึ่งท่านได้ศึกษาแนวทางมาจากประเทศพม่า และนำมาเผยแพร่ในประเทศไทยจนทำให้เกิดการยอมรับและเรียกแนวทางที่ท่านได้อบรมสั่งสอนนั้นว่าสาย “พอง-ยุบ” เหตุผลของการบริหารพอง-ยุบ นั้นเนื่องจาก รูปที่ละเอียดได้แก่รูปที่ลมหายใจถูกต้อง คือ ลมหายใจเข้าไปถูกที่ไหนก็ให้กำหนดที่นั่น ที่นี้สถานที่ๆ ลมหายใจของเราถูกต้องอยู่เสมออันนี้มีอยู่ 2 ที่คือ ที่จมูก 1 ที่บริเวณท้อง 1 บรรดาที่ทั้ง 2 นั้นปรากฏว่า สำหรับที่จมูกจะกำหนดได้ชัดเจนก็เพียงแต่ในระยะเริ่มแรกเท่านั้น ครั้นนานเข้าเมื่อลมละเอียดลงก็ปรากฏไม่ชัดเจน ส่วนที่บริเวณท้องที่มีอาการพอง – ยุบนั้นกำหนดได้ชัดเจนสม่ำเสมอถึงจะนานเท่าใดก็กำหนดได้และแสดงสภาวะได้แจ่มชัดกว่าที่จมูก ฉะนั้นรูปที่ลมถูกต้องที่บริเวณท้องคืออาการพองขึ้นและยุบลง จึงเหมาะสมอย่างยิ่งแก่การตั้งสติกำหนดเพื่อเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งต้องอาศัยการกำหนดรูปรูปนามเป็นสำคัญ

3. โอวาทของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

การศึกษาโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย เป็นการศึกษาจากเอกสาร จากประสบการณ์ตรงของผู้เขียนบทความ ในฐานะพระอุปัฏฐากพระเดชพระคุณพระพรหมมงคลมานานกว่า 10 ปี สามารถสรุปในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย โดยจำแนกตามหลักคำสอนสติปัฏฐาน 4 ซึ่งเป็นแนวคำสอนหลักของวัดพระธาตุศรีจอมทอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ ได้ดังต่อไปนี้

1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย การมีสติกำกับรู้เท่าทันกาย หรือดูรู้ทันกาย ให้รู้เห็นตามความเป็นจริง จำแนกไว้ 6 หมวด ได้แก่

1.1) หมวดอานาปานสติ คือ การกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก

1.2) หมวดอิริยาบถ คือการกำหนดรู้อิริยาบถใหญ่ทั้ง 4 คือ การเดิน ยืน นั่ง นอน

1.3) หมวดสัมปชัญญะ คือ การกำหนดรู้อิริยาบถย่อยมีการเหยียด การคู้ เป็นต้นรวมไปกับอิริยาบถใหญ่

1.4) หมวดปฏิกูลมนสิการ คือ การกำหนดรู้สิ่งปฏิกูลว่าร่างกายเป็นของน่าเกลียดด้วยผม ขน เป็นต้น

1.5) หมวดธาตุมนสิการ คือ การกำหนดรู้ธาตุทั้ง 4 คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม

1.6) หมวดนวสฬิเกะ คือ การกำหนดรู้ซากศพ 9 ประเภทมีซากศพที่พอง อืด เป็นต้น

ในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายสามารถนำหมวดต่างๆ มาประยุกต์ได้ โดยเฉพาะหมวดที่ 5 ธาตุมนสิการ การกำหนดรู้ธาตุ 4 และหมวดที่ 6 นวสฬิเกะ คือ การกำหนดรู้ซากศพ ในหมวดธาตุมนสิการนั้น คือ การพิจารณาธาตุ หรือ จตุธาตววัตถาน คือ การกำหนดธาตุ 4 ธาตุกรรมฐาน คือ กรรมฐานที่กำหนดธาตุ คำว่าธาตุ แปลว่า สภาวะ คือสิ่งที่ทรงสภาวะของมัน อยู่เองตามธรรมชาติของเหตุปัจจัย สภาพที่ว่างเปล่าไม่ใช่บุคคลตัวเราของเรา ธาตุในทางธรรมนั้นเป็นเพียงสภาวะธรรม ไม่ใช่สมมุติบัญญัติซึ่งใช้สื่อสารกันจนเข้าใจกันว่าเป็นก้อนอัตรภาพมนุษย์ การพิจารณาธาตุนี้มีประโยชน์เพื่อให้ละวางความเห็นผิดว่าเป็นตัวตน โดยให้เข้าใจว่ามีเพียงธาตุเท่านั้น ไม่ใช่ตัวเรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี ธาตุดังกล่าวไม่ใช่ธาตุทางเคมีร่อยกว่าชนิดในจักรวาล หรือธาตุที่อาจถูกสังเคราะห์ขึ้นด้วยฝีมือของมนุษย์ การจำแนกร่างกายและชีวิตออกเป็นธาตุ 4 คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม จะทำให้ละความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน เมื่อไม่มีความยึดมั่นถือมั่น ความตายที่แท้จริงก็ไม่มี มีเพียงการเสื่อมสลายของธาตุทั้ง 4 เท่านั้นเอง

พระพรหมมงคล ได้อธิบายว่า กาย คือ การรู้และการพองยุบของท้อง เช่น การกำหนดพองหนอ ยุบหนอ หรือ ขว้างหนอ ซ้ายหนอ ซึ่งเป็นอาการที่ออกมาจากทางกาย เป็นต้น (พระเทพสิทธิอาจารย์, 2548: 6-10) พิจารณาอย่างเต็มที่เพื่อให้เห็นว่า ร่างกายมิใช่ของเราแต่เป็นเพียงการประชุมกันของธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม เท่านั้น ธาตุทั้ง 4 นี้มีอยู่เป็นปกติของโลก ไม่เปลี่ยนแปลง การประชุมกันของธาตุทั้ง 4 นี้ทำให้เกิดสมมุติบัญญัติเป็นมนุษย์ บุคคล เรา เขา แต่ก็ยังเป็นเพียงชั่วคราวชั่วคราวเท่านั้น ไม่ได้ยั่งยืน อย่างมากไม่เกิน 100 ปี ธาตุทั้ง 4 ที่ประชุมกันอยู่นี้ก็แตกสลาย การหยั่งเห็นกายโดยความเป็นธาตุ 4 นี้ เป็นปัญญาแยกแยะว่าร่างกายนี้เป็นเพียงสมมุติบัญญัติ เป็นที่ประชุมของอวัยวะน้อยใหญ่ ความจริงกายนี้ประกอบมาจากธาตุ 4 โดยมีใจเป็นประธาน เป็นผู้ควบคุมให้มหาภูตรูปทำอกกับภิกขิยานั้นๆ ทั้งอริยาบถใหญ่ คือ การยืน เดิน นั่ง นอน และอริยาบถย่อย คือ การเหยียด คู้ ยกขึ้น วางลง ฯลฯ เมื่อพิจารณาโดยแยบคาย จนกระทั่งเกิดปัญญายังเห็นตามความเป็นจริง จะเห็นว่ากายมนุษย์ที่อาศัยมหาภูตรูป 4 ในการปรากฏนี้ไม่แตกต่างจากดิน น้ำ ไฟ และลมภายนอกแต่อย่างใด พระพรหมมงคลจะให้ความสำคัญกับการกำหนดอริยาบถย่อยนี้มาก เพราะเป็นเครื่องมือที่ทำให้สติมีกำลังอย่างต่อเนื่อง ไม่ขาดตอน กับทั้งจะประกอบอริยาบถใหญ่ให้สมบูรณ์ด้วยยิ่งขึ้น ด้วยเหตุนี้พระพรหมมงคลจึงได้วางรูปแบบการปฏิบัติธรรมของสำนักวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหารที่ให้ความสำคัญกับการ

กำหนดรู้ในอิริยาบถย่อยทั้งปวง โดยกำหนดว่า “ก้าวหนอ” “เดินหนอ” “ย่างหนอ” หรือ “ถอยหนอ” “เหยียดหนอ” “คู้หนอ” “ดันหนอ” “ดึงหนอ” “เคลื่อนหนอ” “สั่นหนอ” “นุงหนอ” “ห่มหนอ” “คลุมหนอ” เป็นต้น (แม่ชีระวีวรรณ ธมฺมจาริณี (งานวิสุทธิพันธ์), 2550: 47)

พระเดชพระคุณพระพรหมมงคลปรารภเรื่องความเสื่อมของสังขารของท่าน อยู่เสมอ ว่าจะสามารถดำรงอยู่ได้อีกนานเพียงไหนก็ยังไม่รู้ เพราะล่วงเลยวัยมาเยอะแล้ว แต่อย่างไรเสียก็ต้องไม่ประมาทในชีวิต ในปลายปี 2560 ท่านได้ตัดสินใจเดินทางไปปฏิบัติธรรมเป็นพุทธบูชาที่สังเวชนียสถาน 4 ตำบล ประเทศอินเดียและประเทศเนปาล โดยท่านปรารภว่า จะเป็นการเดินทางไปกราบจุดสังเวชนียสถานเป็นครั้งสุดท้ายของท่าน แสดงให้เห็นถึงการพิจารณาถึงธาตุขันธ์ของท่านอย่างไม่ประมาท

สำหรับหมวดที่ 6 นวสัณทิกะ คือ การกำหนดรู้ซากศพนั้น ไม่ปรากฏว่าพระพรหมมงคลได้ให้ความสำคัญมากนัก อาจเป็นเพราะท่านได้เน้นการปฏิบัติธรรมด้วยการกำหนดพิจารณากาย โดยอาศัยกายของตนเป็นสำคัญมากกว่าการเพ่งเอาร่างกายของผู้อื่นเป็นเครื่องมือ กับทั้งครูบาอาจารย์ที่ท่านไปเรียนกรรมฐานจากประเทศพม่าก็ไม่ได้แนะนำให้ท่านฝึกปฏิบัติด้านพิจารณาซากศพหรือสูกะ แนวคำสอนของท่านจึงค่อยไม่ปรากฏแนวทางปฏิบัติในหมวดที่ 6 นี้เลย ประกอบกับแนวทางการพิจารณาซากศพมีความคาบเกี่ยวกับการปฏิบัติของสมถกรรมฐานในหมวดอสุกะ 10 ความคาบเกี่ยวนี้จะทำให้เกิดความสับสนในการปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐานซึ่งเป็นแนวทางของวิปัสสนากรรมฐาน ท่านจึงไม่ค่อยให้ความสำคัญ

การพิจารณากายเป็นการเข้าใจเรื่องเกี่ยวกับกาย ในความไม่แน่นอน ความเปลี่ยนแปลง ความไม่มีตัวตน “หลวงปู่ดอบอยครั้งว่า อย่าไปยินดียินร้ายกับร่างกายมากเลย มันก็เป็นไปตามสภาพของมัน ความเกิด แก่ เจ็บและตามเป็นสังขารสำหรับทุกคน ร่างกายจากวัยเด็ก ผ่านวัยหนุ่ม เข้าสู่วัยชรา มีความแปรปรวนอยู่ตลอด บางวันร้อน บางวันหนาว บางคราวก็ป่วยไข้” จึงต้องเข้าใจว่าร่างกายนี้ไม่ใช่ของเรา ความเข้าใจดังนี้ไม่ใช่การปล่อยปละละเลยจนไม่ดูแลร่างกาย ปล่อยร่างกายสกปรกเป็นที่สะสมเชื้อโรค หรือใช้ร่างกายอย่างสิ้นเปลืองโดยการเสพสารเสพติด หรือทำงานหนักจนไม่ได้พักผ่อน เพราะการทำแบบนี้ไม่ใช่การเข้าใจในความเสื่อมของสังขาร แต่เป็นการเร่งให้สังขารเสื่อมโดยไม่คิดประกอบคุณงามความดี ท่านจึงสอนเสมอว่า เมื่อได้เกิดมาเป็นมนุษย์แล้ว ควรใช้อัตภาพนี้ทำความดีให้ได้มากที่สุด จะได้ไม่เสียใจในภายหลังว่าตนยังมัวประมาท หากทำความดีไว้มากแล้ว มนุษย์จะไม่กลัวตาย เพราะมันใจที่ไปในภพหน้า ส่วนสาเหตุที่คนกลัวตายเพราะกลัวตกรก ไม่มีใครกลัวได้ขึ้นสวรรค์ การทำความดีจึงเป็นการใช้ร่างกายอย่างคุ้มค่า และจะให้คุ้มค่ามากที่สุดคือใช้ร่างกายนี้เป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติธรรมเจริญพระกรรมฐาน เอาร่างกายและลมหายใจเป็นเครื่องมือให้เกิดสติ

โดยสรุปแล้ว โอวาทพระพรหมมงคลในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายตามแนวทางของกายนุสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณากายให้เข้าใจใน 2 ประเด็น คือ

1. ให้เห็นความสำคัญของกายหรือการได้มาของอัตภาพนี้ในการสร้างคุณงามความดี เพราะการได้อัตภาพเป็นมนุษย์นั้นเป็นของยาก เมื่อได้เกิดมาแล้วพึงนำร่างกายนี้ประกอบความดีโดยการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน คนที่ไม่ปฏิบัติธรรมเป็นคนประมาทในชีวิต การปฏิบัติธรรมก็เพื่อให้ความดีนั้นเป็นเครื่องป้องกันและปกป้องรักษาตามพุทธพจน์ที่ดี “ธรรมเท่านั้นย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม ธรรมที่ประพฤติดีแล้วย่อมนำสุขมาให้ นี่เป็นอันสงส์ในธรรมที่ประพฤติดีแล้วผู้ประพฤติธรรมย่อมไม่ไปสู่ทุกข์” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 26 ข้อ 303: 389) เมื่อบุคคลมีความมั่นใจในความดีของตนที่ได้ทำแล้ว ความหวาดกลัวต่อความตายย่อมไม่ปรากฏ เพราะสุคติย่อมเป็นไปของผู้ที่ประพฤติธรรม (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 26 ข้อ 304: 390)

2. ให้เห็นถึงความเสื่อมไปของสังขาร และความไม่มีสาระแก่นสารของร่างกายในเพราะความเป็นเพียงที่ประชุมกันของธาตุ 4 เท่านั้น การพิจารณาถึงความเสื่อมของกายนี้จะทำให้คลายความยึดมั่นถือมั่นในร่างกาย จิตจะได้ปล่อยวาง หลุดพ้นจากความห่วงหาอาลัย เมื่อความตายมาถึงย่อมเข้าใจได้ชัดเจนว่า ความตายเป็นธรรมดาของสังขาร ความเข้าใจเช่นนี้จะทำให้บุคคลไม่เกิดความเศร้าโศก เสียใจ คร่ำครวญกลัวตาย กลับจะทำให้มีความอาจหาญ มีจิตเข้มแข็ง มีสติไม่หลงตาย ไม่พินเพื่อน เมื่อเป็นดังนี้ สุคติก็ย่อมเป็นหวังสำหรับผู้ดังพุทธพจน์ว่า “เมื่อจิตไม่เศร้าหมอง สุคติก็เป็นอันหวังได้” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 70: 63)

ดังนั้น การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายโดยอาศัยกายนุสสนาสติปัฏฐาน จึงเป็นการตั้งความเข้าใจให้ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องกาย นัยแรกมุ่งเอาที่กายคืออัตภาพความเป็นมนุษย์ใช้เป็นเครื่องประกอบคุณงามความดี นัยที่สอง คือเอากายเป็นฐานที่ระลึกถึงความเสื่อมของกาย เพื่อไม่ให้เกิดความประมาทใจการดำเนินชีวิต

2. เวทนานุสสนาสติปัฏฐานกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

เวทนา หมายถึง ความรู้สึกหรือความสวຍอารมณ์ที่ปรากฏในขณะปฏิบัติทั้งทางกายและจิตใจ เช่น ความรู้สึกสุขสบายหรือทุกข์ที่ปรากฏขึ้นในทางร่างกาย ความรู้สึกเป็นสุขใจ ดีใจ ปลอดปลื้มๆ หรือทุกข์ทางใจ อึดอัด ขัดเคือง ไม่พอใจ ไม่สบายใจ เป็นต้น เวทนานี้เมื่อจำแนกออกไปแล้วมี 3 ประเภท คือ สุขเวทนา 1 ทุกข์เวทนา 1 อุเบกขาเวทนา 1 ซึ่งถ้าหากมีความชัดเจนกว่าอาการพอ - ยุบ ควรตั้งใจกำหนด จนกระทั่งเวทนาหรือความสวຍอารมณ์นั้นๆ จะเสื่อมไป หายไป ถ้ามีอาการอื่นที่ชัดเจนมากกว่านี้อีก ก็ให้ย้ายไปกำหนดอารมณ์นั้น

ทันที ควรกำหนดที่ละอารมณ์ ไม่ควรกำหนดหลายอย่างพร้อมกัน เพราะจะทำให้เกิดความสับสน จนก่อให้เกิดความเครียดมากขึ้น **การกำหนดเวณามีอยู่ 3 วิธี**

1) การกำหนดแบบเผชิญหน้า คือ ตั้งใจกำหนดแบบไม่ทอดยถายายเป็นตาย โดยเอาจิตไปจดจ่อที่อาการปวด จีกลงไปบริเวณที่กำลังปวดมากที่สุด วิธีนี้นักปฏิบัติจะค่อนข้างเหน็ดเหนื่อย เพราะต้องใช้พลังจิตอย่างทุ่มเทและจดจ่อมากที่สุด แต่ก็มีประโยชน์ในการรู้แจ้งทุกข์ลักษณะอย่างพิเศษ

2) การกำหนดแบบลอบทำร้าย คือ ตั้งใจกำหนดแบบจู่โจมในตอนแรก ๆ พอรู้สึกว่าการปวดความเพียรมีน้อยก็ถอยออกมาเตรียมความพร้อมใหม่ เมื่อพร้อมแล้วก็เข้าไปกำหนดอีกครั้งหนึ่ง เช่น ขณะกำหนดปวดอยู่นั้นความปวดกลับทวีความรุนแรงมากขึ้นจนไม่สามารถทนไหว จึงหยุดกำหนดรู้อาการปวดแต่เปลี่ยนไปกำหนดรู้อาการพอง-ยุบ หรืออารมณ์อื่นๆ แทนแต่ยังไม่ถึงขั้นที่ต้องเปลี่ยนอิริยาบถไปยืนหรือเดินในขณะนั้น

3) การกำหนดแบบเฝ้าดูหรือสังเกตการณ์ คือ เมื่อรู้สึกว่าปวดหรือเจ็บมากก็ได้ไปกำหนดตอกย้ำลงไปอีก เพียงแต่กำหนดรู้ด้วยสติปัญญาอยู่เฉย ๆ เช่น กำหนดว่า ปวดหนอๆ เจ็บหนอๆ เมื่อยหนอๆ ชาหนอๆ หรือ รู้หนอๆ เป็นต้น ไม่เน้นหรือย้ำอุปมาเหมือนทหารที่เฝ้าดูข้าศึกอยู่บนที่สูงหรือหอสังเกตการณ์ ไม่ได้ทำการสู้รบกับข้าศึกแต่ประการใด เพียงแต่เฝ้าสังเกตการณ์เคลื่อนไหวของข้าศึกเท่านั้น

การกำหนดรู้เวณาเป็นโอวาทธรรมของพระพรหมมงคลที่เน้นย้ำและให้ความสำคัญมาก เนื่องจากเวณามี 3 ลักษณะดังกล่าวข้างต้น หากเป็นเวณาฝ่ายสุขจะทำให้เกิดความหลงและยึดติด หากเป็นเวณาฝ่ายทุกข์จะทำให้เกิดความคร่ำครวญ โศกเศร้าเสียใจ รังเกียจ กลายเป็นพยาบาลที่ผูกแค้นขึ้นมาใน หรือหากเป็นความรู้สึกเฉยๆ ก็กำหนดรู้ได้ยากขึ้นไปอีก การใช้สติกำหนดเวณาจึงควรทำตอนเวณานั้นเกิดขึ้นชัดเจน หากมีเวณาเกิดขึ้นหลายตัวพร้อมกัน ก็ให้กำหนดตัวที่ชัดเจนกว่าตัวอื่นนั้นก่อน ไม่ใช่กำหนดหลายตัวพร้อมกัน หากตัวที่ชัดเจนนั้นคลายลง จึงไปกำหนดตัวอื่นที่ปรากฏชัดเจนในลำดับถัดไปเรื่อย

พระพรหมมงคลได้ให้โอวาทเกี่ยวกับการกำหนดเวณาไว้ว่า การฝึกกำหนดเวณาอย่างต่อเนื่องเป็นการทำความรู้จักกับเวณา เพราะเวณาไม่เหมือนกายที่เกิดขึ้นและตั้งอยู่แบบนั้นแล้ว กำหนดได้อย่างชัดเจน แต่เวณานั้นจะค่อยปรากฏจากเบาบางไปจนถึงขั้นหนักหน่วง การกำหนดเวณาจนรู้จักเวณาจะทำให้เกิดความเคยชินในอารมณ์นั้น หากฝึกจนชำนาญย่อมไม่หวั่นไหวเมื่อประสบกับสุขเวณาหรือทุกข์เวณา ธรรมดาว่ามนุษย์เมื่อความตายใกล้มาถึงมักจะต้องประสบกับเวณาอย่างแรงกล้า

ในหนังสือธรรมะจากหลวงปู่ มีความตอนหนึ่งที่แสดงถึงเรื่องการกำหนดเวทนาว่า ทุกคนมีเวทนา มีปวด มีเจ็บ มีเมื่อย มีอยู่กับตน ติดตามตน รู้ด้วยเจ็บปวดที่ไหน อย่าคิดว่าเป็นโรคอย่างนั้น อย่างนี้ ให้รู้ตามสภาวะอย่างนี้เป็นทุกข์ พระพุทธองค์ให้เอาสติไปกำหนดเท่านั้นเอง เป็นการกำหนดสติ เวทนาจะปวด จะสบาย จะเฉยๆ เป็นอารมณ์ ที่จะนำเข้าสู่ความพ้นทุกข์ เปรียบเหมือนเรือต้องอาศัยน้ำ อารมณ์นั้นเป็นเหมือนน้ำ จิตเปรียบเหมือนเรือ สติเปรียบเหมือนกัปตัน เมื่อเราขับท้ายเรือก็จะเข้าสู่ฝั่ง (คณะศิษยานุศิษย์, ม.ป.ป.: 66)

พระพรหมมงคลสอนว่า หากเราฝึกกำหนดรู้เวทนาไปเรื่อยๆ จะทำให้รู้สภาพของเวทนา และชินกับเวทนาที่เกิดขึ้น จากเวทนาน้อยๆ คือ อาการปวดขา ปวดหลัง อาการคัน ยุบยิบตามร่างกาย ไปจนถึงเวทนามากๆ เช่น ความเจ็บป่วยของร่างกาย เมื่อความเจ็บป่วยใหญ่มากถึงจะได้ไม่คร่ำครวญหรือทุกข์ทรมานมากเกินไป เพราะเราได้กำหนดรู้และทำความเข้าใจกับเวทนาเหล่านั้นมาอย่างแจ่มแจ้งแล้ว จะได้บรรเทาเวทนาเหล่านั้นได้ เหมือนกันการค่อยๆ เข้าใจในเวทนา

3. จิตตามุขัสสนาสติปัญฐานกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

จิต หมายถึง ธรรมชาติหรือสภาวะธรรมอย่างหนึ่งที่ทำหน้าที่รับรู้อารมณ์ เป็นการกำหนดรู้ตามสภาพที่เป็นจริง โดยการตามกำหนดรู้จิตที่คิดน้อมไปหาหรือรับอารมณ์ในที่ไกลหรือใกล้ การกำหนดรู้จิตนั้นเป็นของละเอียดอ่อนมาก ถ้ากำหนดไม่ถูกวิธีบางครั้งทำให้สับสนและฟุ้งซ่านมากขึ้น อาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความเครียดและอาการมึนตึ๊งของศีรษะได้ อันเป็นปัญหาและอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรม

ก่อนการกำหนด ต้องวางใจให้เป็นปกติเสมือนหนึ่งไม่มีอะไรเกิดขึ้นมาก่อน เพราะเมื่อไม่มีสภาวะลักษณะอย่างนี้ใจเราก็เป็นปกติ ไม่มีชอบหรือชัง แต่พอสภาวะนี้เข้ามาทำให้ใจเราเสียความเป็นปกติไป ฉะนั้น การกำหนดต้องพิจารณาด้วยสติปัญญาให้รู้ตามความจริงที่เกิดขึ้น ไม่ต้องไปคิดปรุงแต่งหรือใส่ข้อมูลอื่นใดเข้าไปอีก ขอให้กำหนดรู้อย่างเดียว มันเกิดอะไรคิดอะไรก็ให้กำหนดรู้ไปตามนั้น เพราะเรามีหน้าที่กำหนดรู้ตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้น เพื่อให้เข้าถึงความเป็นจริง หรือรู้เท่าทันความเป็นจริงที่เกิดขึ้น จนสามารถถอนอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นลงได้ เราไม่มีหน้าที่คิด แต่จิตมีหน้าที่คิด เรามีหน้าที่กำหนดรู้ ก็ให้ทำหน้าที่กำหนดรู้ไปตามนั้น อย่าไปสร้างสิ่งใหม่ให้เป็นปัญหาแก่ตัวเอง

ขณะคิด กำหนดว่า คิดหนอๆ เน้นย้ำ ซ้ำ หนักแน่น ทั้งจังหวะเล็กน้อย เพื่อผ่อนคลาย ถ้าในกรณีที่กำหนดแบบถี่เร็ว ฉับไว จดจ่อ นั้นต้องตอกย้ำและติดต่อกันไม่มีการทิ้งจังหวะ แต่ข้อดีอย่าให้เกิดความเครียดได้ ฉะนั้น จึงควรเลือกให้เหมาะกับตนเอง และบางครั้งสามารถใช้ได้ทั้ง 2 วิธีแบบผสมผสานกันจะทำให้เกิดพลัง ในการสยบอารมณ์ รวมทั้งเกิดการผ่อนคลาย

ไปด้วยในตัว นอกนั้นก็กำหนดเหมือนกัน

ขณะคิดถึง กำหนดว่า คิดถึงหนอๆ **ขณะนึก** กำหนดว่า นึกหนอๆ

ขณะฟังชาน กำหนดว่า ฟังชานหนอๆ **ขณะหงุดหงิด** กำหนดว่า หงุดหงิดหนอๆ

ขณะรำคาญ กำหนดว่า รำคาญหนอๆ **ขณะซึม** กำหนดว่า ซึมหนอๆ

ขณะว่าง กำหนดว่า ว่างหนอๆ **ขณะสงบ** กำหนดว่า สงบหนอๆ

ขณะนิ่ง กำหนดว่า นิ่งหนอๆ

ฯลฯ

การพัฒนาจิตเป็นเรื่องที่สำคัญมาก ชาตินี้เราเป็นคนชาติหน้าจะเป็นหมาก็ได้ พระอินทร์ก็ได้ พระพรหม เป็นอะไรก็เป็นได้ จิตของเราเป็นมองไม่เที่ยง แล้วก็หลงไปว่าแน่นอน มันเที่ยง เพื่อไม่ให้จิตแปรปรวนจึงต้องนำสติมาวางไว้ที่จิต กำหนด “คิดหนอ” ความแน่นอน ก็จะลดลง ความแปรปรวนก็จะมี ถ้าหากเกิดมาแล้วไม่ได้ปฏิบัติ จิตนี้ก็จะพบกับความไม่แน่นอน ยึดติดอยู่กับความไม่แน่นอน ไม่มีสติก็เท่ากับว่าจิตนี้ไม่แน่นอน เหมือนอย่างจิตของ ภิกษุรูปหนึ่งที่ตายไปแล้วไปเกิดตัวไร (พระพรหมมงคล, 2561: 25-26) จิตที่ไม่มั่นคงสามารถ ส่งผลถึงอบายภูมิได้เลย

พระพรหมมงคลให้ความสำคัญกับเรื่องจิตมาก เพราะร่างกายเรานั้นเมื่อแยก แล้วก็เหลือแต่รูปกับนามหรือกายกับจิตเท่านั้น แม้สติปัฏฐานก็เหมือนกัน เมื่อย่อแล้วก็เหมือน แต่รูปกับนามเท่านั้น หมายความว่า กายานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นเรื่องของการ ส่วนเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานและธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นเรื่องของจิต ท่านจึงสอนให้พิจารณาจิต กำหนดให้รู้ทันว่าจิตคิดอะไรโดยเอาสติมาวางไว้ แล้วกำหนด คิดหนอๆ เพื่อให้จิตมีความมั่นคง ไม่แปรปรวนได้ง่าย ทำไปนานๆ จะเป็นความชำนาญ จะกลายเป็นผู้มีจิตไม่หวั่นไหว ไม่คลอนแคลน เป็นอุปัณณียตามส่งไปในภพภูมิที่ดี ในหนังสือธรรมะของหลวงปู่ มีหลักการกำหนดที่จิตง่าย ๆ ว่า ไม่ว่าจิตจะคิดดีหรือคิดไม่ดี เรามีหน้าที่เพียงกำหนดรู้ว่า จิตนั้น “คิดหนอ” (พระพรหมมงคล, 2561: 27) แม้เหตุการณ์ของโลกจะเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร จิตที่มุ่งมองดูสภาวะนั้น ก็จะเคยชินอยู่กับความเปลี่ยนแปลง จะรู้เท่าทันในสภาวะธรรม ก็จะกำจัดเสียซึ่งความหลงผิดคิดว่าเที่ยงลงเสียได้ จิตจะยินดีแต่พระนิพพานเท่านั้น (คณะศิษยานุศิษย์, 2559: 36)

ในหนังสือธรรมะจากหลวงปู่ กล่าวว่า ให้ใจของเราสัมผัสสัพพัญญูอยู่เสมอ จิตของเราจะผ่องแผ้วทุกคน ถ้าหากสัมผัสสัพพัญญูในแนวสติปัฏฐานทั้งสี่ ก็เป็นที่ไวใจ อุ่นใจจะตายเมื่อไหร่ก็ได้ (พระพรหมมงคล, 2561: 81) แสดงให้เห็นว่า พระพรหมมงคลให้เตรียมพร้อมรับมือกับความตายด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐานรักษาจิตของตนเองด้วยสติ เพราะเมื่อจิตสงบ จิต

นิ่งไม่แปรปรวน จิตผ่องแผ้วย่อมเป็นหนทางเข้าสู่สุคติได้ในที่สุด พระพรหมมงคล สอนให้กำหนดที่จิต ให้ความสำคัญกับจิต โดยเน้นที่จิตในปัจจุบันขณะมากกว่าการเตรียมจิตเพื่อความตาย แต่กระนั้น หากมีการอบรมจิตไว้เป็นอย่างดีจะถือเป็นการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายอย่างสมบูรณ์ด้วยเหมือนกัน เพราะจิตเป็นใหญ่ เป็นประธาน ทุกอย่างล้วนสำเร็จที่จิตใจ

การกำหนดรู้ที่จิตนี้พระพรหมมงคลให้ความสำคัญมาก เพราะใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว หากกำหนดควบคุมจิตได้ กายจะไม่ออกนอกกลุ่มอกทางไปไหน จิตจะคอยกระชับตนเองได้โดยตลอด แต่เพราะความที่จิตเป็นสภาพที่วอกแวก กวัดแกว่ง ได้ง่าย รวดเร็ว ไม่หยุดนิ่ง การกำหนดรู้จิตเป็นเหมือนการจับลิงให้อยู่นิ่งๆ มันทำได้ยาก ต้องอาศัยการฝึกอย่างต่อเนื่องและมั่นคง แต่หากเมื่อจิตนิ่งได้แล้ว ประโยชน์จะเกิดขึ้นมากมายแม้กระทั่งการสร้างภาพใหม่ก็ด้วยสภาพจิตนี้เอง

พระพรหมมงคลสอนว่า หากจะรักษาอะไรไม่ได้เลย ก็ให้รักษาจิต มนุษย์มักปล่อยตัวไปตามกระแสจิต ไม่ยอมควบคุมจิต จิตก็เลยฟุ้งซ่าน จิตของคนที่มีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานกับจิตของคนที่ไม่ปฏิบัติจะแตกต่างกัน จิตคนปฏิบัติเมื่อใกล้ตายจะสงบ แน่วแน่ ผ่องใส ละเอียดอ่อน ไม่กลัวตาย ไม่กระสับกระส่ายตื่นตระหนก แต่จิตของคนที่ไม่ปฏิบัติจะร้อนรุ่ม หวาดกลัว มัวหมอง โสภะเศร้า ไม่ผ่องใส ชุ่มมัว การที่จิตเป็นอย่างใดอย่างหนึ่งก่อนตายนั้นจะส่งผลถึงภพภูมิได้เลย เพราะจิตดวงนั้นจะเป็นอาสนกรรม คือ กรรมก่อนตายที่ส่งผลได้ก่อนกรรมอื่นๆ ยกเว้น อกุศลกรรม แต่หากไม่มีอกุศลกรรม อาสนกรรมจะส่งผลให้เกิดภพใหม่ทันที จิตที่ผ่องใส ก็ไปสู่สุคติ จิตที่ชุ่มมัวก็ไปสู่ทุคติ จิตของคนที่มีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจะมีความผ่องใส จึงยอมไปสู่สุคติได้ในที่สุด ดังนั้น การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายก็คือการเตรียมจิตของตนเองให้สงบ สะอาด บริสุทธิ์ ซึ่งก็ไม่มีหนทางใดจะประเสริฐไปกว่าการได้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยเฉพาะที่เรียกว่า จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ พระพุทธองค์จึงทรงเน้นให้ผู้ปฏิบัติ เจริญสติโดยกำหนดพิจารณาสภาพจิตที่กำลังเกิดขึ้น ให้รู้ว่าจิตของตนในปัจจุบันขณะนั้นๆ ว่าเป็นอย่างไร เป็นต้น ว่า จิตสุข ไม่สุข พอใจ ไม่พอใจ ตึงมัน หรือหวั่นไหว ผ่องใส หรือชุ่มมัว ก็ เพียงแค่เฝ้าดู เพียงแค่ระลึกรู้เฉยๆ โดยไม่เข้าไปเป็น หรือไม่เข้าไปแสดงร่วมกับสภาวะจิตนั้นๆ หากแต่ให้พิจารณาว่า สภาวะจิตทั้งหลายทั้งมวลไม่ใช่เป็นของสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา แต่อย่างใด หากแต่ล้วนเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ตามเหตุตามปัจจัย เมื่อนั้นย่อมเกิดความเบื่อหน่าย คลายความยึดมั่นถือมั่น เป็นจิตหลุดพ้นและอิสระได้อย่างแท้จริง

4. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมทั้งหลาย อันได้แก่

นิรณ 5 ชั้น 5 आयตนะ 12 โพชนงค์ 7 อริยสัจ 4 ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้น เจริญบริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร เป็นต้น ตามที่เป็นจริงของมันเป็นอย่างนั้นๆ เป็นการใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางธรรม คือ สัญญาชั้น และสังขารชั้น สัญญาชั้น คือ ความจำได้หมายรู้ สังขารชั้น คือ ความนึกคิด เมื่อเราคิดอะไรอยู่ ก็ต้องกำหนดรู้ว่าคิดอะไรอยู่ หรือเกิดความพอใจ ไม่พอใจ วัง ฟุ้ง สงสัย ซึ่งเรียกว่านิรณก็ต้องกำหนดรู้ในอารมณ์นั้นๆ

สำหรับนิรณ 5 นั้นเป็นเครื่องกันหรืออุปสรรคในการปฏิบัติธรรมมี 5 ประการ คือ ขอบใจ ไม่ขอบใจ วัง ฟุ้ง และสงสัย มีอยู่ในหัวใจทุกคน ตัวชอบก็คือตัวโลภะ (ความโลภ) ไม่ชอบก็คือโมหะ (ความโกรธ) ถิ่นะเป็นโมหะ (ความหลง) คืออาการวัง ฟุ้ง เมื่อเกิดนิรณขึ้นขณะปฏิบัติต้องทิ้งพอง ยุบ เสียก่อน แล้วใช้สติกำหนด คือ (พระพรหมมงคล, 2561: 26)

กามฉันทะ ความรักใคร่ในทางกาม ให้กำหนดว่า ชอบหนอๆ

พยาบาท ความปองร้าย ความอาฆาต ให้กำหนดว่า ไม่ชอบหนอๆ

ถีนมิทธะ ความท้อแท้แบะความง่วงซึม ให้กำหนดว่า ง่วงหนอๆ

อุทธัจจกุกกัจะ ความฟุ้งซ่านและความรำคาญใจ ให้กำหนดว่า ฟุ้งหนอๆ

วิจิกิจฉา ความสงสัยลังเลใจ ไม่อาจตัดสินใจได้แน่แน ให้กำหนด สงสัยหนอๆ

พระพรหมมงคลสอนว่าเมื่อเอาสติเข้าไปกำหนดนิรณอย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว ก็ควรละทิ้งนิรณนั้นเสีย แล้วเอาสติกลับมากำหนดพองหนอ ยุบหนอ ต่อไป (พระพรหมมงคล, 2548: 37-39) อารมณ์ที่เกิดขึ้นมันรวดเร็ว ว่องไว และหลากหลายอารมณ์ อารมณ์ไหนชัด ธรรมตัวไหนชัด ก็ให้กำหนดตัวนั้น หากยังไม่ปรากฏชัดก็ให้กำหนดในสิ่งที่ชัดเจนไปก่อน เช่น หากเวทนาชัดกว่าพยาบาทก็กำหนด ปวดหนอๆ เพื่อให้สติได้รู้แจ้งเห็นตามสภาพที่เป็นจริง แนวคำสอนของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมฺคโล) เกี่ยวกับนิรณนี้ว่า นิรณแม้จะเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรม แต่เมื่อนิรณเกิดขึ้นก็ถือว่าเป็นธรรมวิเศษให้โยคาวจรได้กำหนดได้อย่างชัดเจน เมื่อนิรณเกิดขึ้นจึงต้องวางใจเป็นกลางกำหนดรู้นิรณนั้นอย่างมีสติ ไม่ให้เกิดความพยาบาทเกลียดชังหรือเกิดความพึงพอใจที่เรียกว่ากามฉันทะ การเข้าใจและกำหนดนิรณอย่างรู้ทันจะทำให้เห็นว่านิรณก็เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติธรรมได้ด้วยเช่นกัน

ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานจะกำจัดเสียซึ่งความเป็นตัวตน คือ ความหลงผิดคิดว่าสิ่งนั้นสิ่งนี้เป็นตัวตน ทุกวันนี้สัตว์โลกทั้งหลายไม่รู้จักว่าตัวตนที่แท้จริงคืออะไร ถามตัวเองไม่ได้ บอกตัวเองไม่ถูก ไม่รู้ว่าตัวเองก็มีแต่รูปกับนามเท่านั้น เมื่อได้มาเจริญวิปัสสนาโดยยกเอาธรรมมาเป็นอารมณ์แล้วก็จะมองเห็นว่า สัตว์ บุคคล ตัวตนนั้นหาไม่มี มีเพียงรูปกับนามก็เข้าใจสภาพตามความเป็นจริง ไม่ติดอยู่ในความเป็นตัวตน จะรู้เท่ากันสภาวธรรม จิตจะยินดีแต่นิพพานเท่านั้น ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานจึงเป็นเครื่องทำลายอัตตวิปลาสธรรม คือให้คลาย

ความเป็นตัวเป็นตนนั่นเอง คนที่ทำลายความเป็นตัวเป็นตนได้จะมีแต่ความปลอดภัยจากพันธนาการทั้งปวง เพราะความไม่ยึดติดแม้กระทั่งร่างกายว่าเป็นของตน

ในหมวดธรรมานุสสนาสติปฏฐาน พระพรหมมงคลสอนให้คลายความยึดมั่นถือมั่นในความเป็นตัวเป็นตน ให้เห็นว่ามนุษย์เราเป็นเพียงที่ประชุมของธาตุ 4 หาสาระแก่นสารไม่ได้ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไปเหมือนกันหมด การมีสติเข้าใจสภาพที่แท้จริงของธรรมแบบนี้จะทำให้จิตใจเราแข็งแกร่ง และพร้อมที่จะเผชิญหน้ากับความตายได้ทุกเวลา

ถ้าเข้าใจในธรรมก็คือเข้าใจทุกสิ่งทุกอย่าง เข้าใจธรรมก็คือเข้าใจธรรมชาติและกฎแห่งธรรมชาติ ในพระพุทธศาสนาก็คือไตรลักษณ์ ความเกิดดับของรูปนาม เห็นอริยสัจ 4 คือความทุกข์ทรมาน สาเหตุของทุกข์ ความดับทุกข์และทางดับทุกข์ ผู้ที่เข้าใจเช่นนี้เรียกว่าเป็นสัมมาทิฐิ เป็นอัตตานุสสนา อันเป็นบ่อเกิดแห่งคุณงามความดีทั้งหมดทั้งปวง เพราะเมื่อเห็นพระไตรลักษณ์เช่นนี้แล้ว ปัญญาจะเริ่มสืบคลานเข้าสู่มรรค ผล และนิพพาน

สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะดีหรือไม่ดี หากตามรู้และเข้าใจสภาวะธรรมนั้นทัน และมีสติกำกับสภาวะธรรมนั้นได้ ย่อมเรียกว่าเป็นธรรมวิเศษที่เกิดขึ้น เช่น ความว่าง หากเกิดขึ้นแล้วเรากำหนดรู้ทันความว่างนั้น ด้วยการกำหนดว่า ว่างหนะๆ แสดงว่าความว่างนั้นเป็นธรรมวิเศษ ที่เรียกว่า วิเศษ เพราะปรากฏชัดให้จิตเราเข้าไปกำหนดได้อย่างชัดเจน เมื่อความว่างหายไป สภาวะธรรมอย่างอื่นจะปรากฏขึ้นมาอีก ก็กำหนดไปอีก อันไหนรู้สึกชัดเจนก็นำมากำหนดอันนั้น แต่ทุกสภาวะธรรมที่ปรากฏขึ้นมานั้น ล้วนเป็นธรรมวิเศษสำหรับผู้ปฏิบัติจะได้นำเอามากำหนด ท่านจึงสอนเสมอว่า ธรรมะทั้งนั้นปรากฏขึ้นในโลกนี้

จะเห็นได้ว่า พระพรหมมงคลได้นำแนวคิดของการกำหนดรู้ในธรรมานุสสนาสติปฏฐานมาเป็นเครื่องมือเตรียมพร้อมรับมือกับความตายด้วยการเข้าใจธรรมชาติของสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น โดยสอนให้เกิดเข้าใจการเกิด-ดับของรูปนามทั้งปวง และละวางความยึดมั่นถือมั่นในรูป-นามเหล่านั้น หากคลายความยึดมั่นในรูป-นามได้ ก็เสมือนกันหลุดพ้นจากพันธนาการจิตไม่มีเครื่องผูกมัด ความกลัวตายย่อมไม่บังเกิด เป็นการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายด้วยความฉลาด และใช้ความตายเป็นอุบายธรรมในการพร้อมที่จะตายอย่างสง่างาม

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

จากการศึกษาการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายในทัศนะของพระพรหมมงคล (ทอง) พบว่า พระพรหมมงคลได้ใช้วิปัสสนากรรมฐานตามหลักของสติปฏฐาน 4 มาเป็นหลักในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย โดยใช้หมวดกาย พิจารณาความไม่เที่ยงของสังขาร หมวดเวทนา พิจารณาความแปรปรวนของสังขาร หมวดจิต พิจารณาความเป็นจริง

ของความตายที่เกิดขึ้นกับทุกสรรพสิ่ง และหมวดธรรม พิจารณาให้เห็นถึงความตายเป็นสามัญลักษณ์หรืออยู่ภายใต้กฎของไตรลักษณ์ เพื่อพิจารณาเช่นนี้แล้ว จึงนำหลักความไม่ประมาทมาเป็นหลักในการดำเนินชีวิต นั่นก็คือ หลักการใช้สตินั่นเอง ซึ่งสามารถสรุปเป็นแผนภูมิได้ดังนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

สรุป

พระพุทธมหายานได้มีคำสอนสำหรับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายผ่านการฝึกฝนภาคปฏิบัติที่เรียกว่า สติปัฏฐาน คือการพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม เป็นการนำสติไปกำหนดรู้ตามสภาพจริงที่เกิดขึ้นในฐานทั้ง 4 ให้เห็นถึงความเกิด-ดับ ความไม่สามารถตั้งอยู่ได้นานของสภาวะทั้งปวง โดยเฉพาะการรักษาจิตให้มั่นคง แน่นแน่มั่นไม่หวั่นไหว ฝึกปฏิบัติให้จิตมีความสะอาด ปลอดโปร่ง โล่งสบาย คลายความทุกข์โดยการกำหนดรู้ทั้งทุกข์ที่มาทางกาย (กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน) ทุกข์ที่มาทางใจ (เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน) และสภาวะธรรมอื่นๆ ที่เกิดขึ้น (ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน) ความเข้าใจเช่นนี้เป็นการฝึกฝนตนเองให้อยู่กับปัจจุบัน จะช่วยให้บุคคลไม่เกิดความประมาท และความไม่ประมาทนี้เองที่เป็นการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายที่ดีที่สุด

บรรณานุกรม

คณะศิษยานุศิษย์. (ม.ป.ป.). ธรรมะจากหลวงปู่ 20. เชียงใหม่: ดาราวรรณการพิมพ์.

- คณะศึกษานุศิษย์. (2559). **เปิดประตูสู่นิพพาน**. เชียงใหม่: ดาราวรรณการพิมพ์.
- พระเทพสิทธิอาจารย์. (2548). **ที่ระลึกในวโรกาสพระราชพิธีเฉลิมพระชนมพรรษา 5 ธันวาคม 2548 ทรงพระกรุณาโปรดพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ให้พระราชพรหมจารย์ วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร เป็นพระราชาคณะชั้นเทพในราชทินนามที่ พระเทพสิทธิอาจารย์ วิ..** เชียงใหม่: โรงพิมพ์ช้างเผือก.
- พระเทพสิทธิอาจารย์. (2548). **คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน 4. พิมพ์ครั้งที่ 10.** เชียงใหม่: ม.ป.พ..
- พระพรหมมงคล. (2548). **ธรรมะจากหลวงปู่ 12.** เชียงใหม่: ดาราวรรณการพิมพ์.
- พระพรหมมงคล. (2561). **ธรรมะจากหลวงปู่ 17.** เชียงใหม่: ดาราวรรณการพิมพ์.
- พระสิริปัญญาคุณ และคณะ. (2562). “ศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวทางปฏิบัติต่อความตายในคัมภีร์พระพุทธานุญาต”. **วารสารมหาจุฬานาครธรรมศน์**. 6 (4): 1814.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- แม่ชีระวีวรรณ ธมมจาริณี (งานวิสุทธิพันธ์). (2550). “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน 4 ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐาน วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**.

มรณัสสติในคัมภีร์พระไตรปิฎก Mindfulness of Death in the Tripitaka

เจ้าอธิการอารักษ์ สัมปยุคโคตร

Chao Athikarn Arak Sampayukkot

วัดพระพุทธบาทดอยถ้ำ อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน

Wat Phra Phutthabat Doi Tham, Li District, Lamphun Province.

Corresponding Author, Email: hebacktrack19mar@gmail.com

Received: 2024-12-05 Revised: 2024-12-20 Accepted: 2024-12-26

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษามรณัสสติในคัมภีร์พระไตรปิฎก ในประเด็นเกี่ยวกับความหมาย ประเภท วิธีการเจริญมรณัสสติ ประโยชน์ของมรณัสสติ ซึ่งในคัมภีร์พระไตรปิฎกได้มีการกล่าวถึงเรื่องมรณัสสติไว้เป็นจำนวนมาก เป็นหนึ่งในอารมณ์ของสมถกรรมฐาน ผู้ที่เจริญมรณัสสติได้จะทำให้ใช้ชีวิตไม่ประมาท มีสติในการทำงาน แนวทางการเจริญมรณัสสตินั้นจะต้องมีความเข้าใจในหลักธรรมที่เกี่ยวข้องเป็นพื้นฐานด้วย เช่น หลักไตรลักษณ์ หลักการดำเนินชีวิต หลักการพิจารณามรณัสสติ จึงจะทำให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริง ผู้ที่เจริญมรณัสสติเป็นนิตยยามทำให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง 4 ประการ คือ 1) จิตใจเกิดเป็นสมาธิได้เร็ว 2) รู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงของสังขาร 3) ตระหนักรู้หลักความจริงในชีวิต และ 4) รู้จักเตรียมตัวก่อนตาย

คำสำคัญ : มรณัสสติ, พระพุทธศาสนา, พระไตรปิฎก

Abstract

This academic article aims to study mindfulness of death in the Tripitaka, in terms of meaning, types, methods of developing mindfulness of death, and benefits of mindfulness of death. The Tripitaka mentions a lot about mindfulness of death, and it is one of the objects of Samatha meditation. Those who develop mindfulness of death will be able to live a careful life and be mindful in their work. The approach to developing mindfulness of death requires an understanding

of the principles of Dhamma as a foundation, such as the principle of the three characteristics, principles of living life, and principles of contemplating mindfulness of death, in order to truly create benefits. Those who develop mindfulness of death regularly will experience four benefits for themselves: 1. The mind can quickly attain concentration, 2. Be aware of changes in the body, 3. Be aware of the truth of life, and 4. Know how to prepare before death.

Keywords: Mindfulness of Death, Buddhism, Tripitaka

บทนำ

ความตายเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้นกับมนุษย์ โดยไม่ยกเว้นให้แก่ใคร มนุษย์จึงต้องพบเจอกับความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก และความตายในที่สุด แม้สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังไม่สามารถหลีกเลี่ยงจากสิ่งนี้ได้ เมื่อครั้งที่พระพุทธองค์ใกล้เสด็จดับขันธปรินิพพาน ทรงตรัสกับพระอานนท์ว่า “อานนท์ เราเคยบอกเธอไว้ก่อนมิใช่หรือว่า ความพลัดพราก ความทอดทิ้ง ความแปร เปลี่ยนเป็นอย่างอื่นจากของรักของชอบใจทุกอย่างจะต้องมี ฉะนั้น จะพึงหาได้อะไรจากที่ไหน ในสังขารนี้ สิ่งที่เกิดขึ้น มีขึ้น ถูกปัจจัยปรุงแต่งขึ้น มีความแตกสลายเป็นธรรมดา เป็นไปไม่ได้ ที่จะปรารถนาว่า ขอสิ่งนั้นจงอย่าแตกสลายไปเลย” ในพระพุทธศาสนาจึงให้ความสำคัญกับการพิจารณาถึงความตายเป็นอย่างยิ่ง ในการเจริญกรรมฐานนั้นท่านจัดให้มรณัสสติเป็นหนึ่งในอารมณ์กรรมฐาน 40 (นลินี คณะนา และคณะ, 2563: 119)

มรณัสสติเป็นหนึ่งในอนุสสติ 10 หมายถึง การฝึกฝนและการพิจารณาความตาย เพื่อเตือนสติและพัฒนาจิตใจตามคำสอนของพระพุทธเจ้า โดยมีเป้าหมายหลักในการเข้าใจความไม่เที่ยงของชีวิตและการเตรียมตัวเพื่อการตายอย่างสงบ มรณัสสติในพระไตรปิฎกปรากฏในพระสูตรเป็นส่วนใหญ่ ในพระวินัยปิฎกไม่ได้กล่าวถึงเลย (พระมหาบุญประสิทธิ์ นาถปัญโญ และพระสุทธิสารเมธี, 2566: 2) มรณัสสติเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้ผู้ปฏิบัติสามารถพัฒนาจิตใจและเข้าใจความจริงของชีวิตและความตายได้ดีขึ้น โดยการฝึกฝนและพิจารณาความตายอย่างสม่ำเสมอเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพในการเตรียมตัวสำหรับการตายและการดำเนินชีวิตอย่างมีความหมาย

มรณัสสติ หมายถึง เป็นผู้มึสติระลึกถึงความตาย และสาเหตุที่จะทำให้เกิดความตาย โดยเอาสติไประลึกถึงความตายที่จะมีแก่ตนหรือบุคคลอื่น และถือเอาความตายที่จะมีขึ้นแก่ตนนั้นมาเป็นอารมณ์กรรมฐาน คือให้จิตใจนึกอยู่กับการระลึกถึงความตายเสมอว่า ความ

ตายที่มาถึงตนเป็นเรื่องธรรมดาของชีวิต ไม่มีใครจะหนีพ้นจากความตายไปได้ ทั้งในคน สัตว์ หรือสิ่งที่มีชีวิตทุกชนิด ไม่ว่าจะมีอายุ เก่งกล้าเพียงใด สุดท้ายก็ต้องตายเหมือนกัน ความตาย เป็นปฏิปักษ์ต่อชีวิตของสรรพสัตว์ เมื่อได้พิจารณาให้เข้าใจความจริงของชีวิตดีแล้ว ก็ยอม ทำให้คลายจากความทุกข์กังวล ความกลัวทั้งหลายได้ การพิจารณาถึงความตายของชีวิตเช่น นี้ในทางพระพุทธศาสนากล่าวว่าเป็นการปฏิบัติมรณัสสติที่ถูกต้อง ซึ่งมีปรากฏในปฐมมรณัสสติสูตรว่า “เธอทั้งหลายพึงสำเหนียกอย่างนี้ว่า เราทั้งหลายจักเป็นผู้ไม่ประมาทอยู่ จักปฏิบัติมรณัสสติอยู่เพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 19: 385)

เนื้อหา

1. ความหมายของมรณัสสติในพระไตรปิฎก

มรณัสสติ มีชื่อเรียกที่แตกต่างกัน คือ มรณสติ มรณัสสติ มรณสัญญา เป็นต้น ในพระไตรปิฎกได้แสดงที่มาของมรณัสสติไว้หลายพระสูตร เช่น มหาปริณิพพานสูตร (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 156: 100) มหาสติปัฏฐานสูตร (พระไตรปิฎกภาษาไทย , เล่ม 10, ข้อ 388 : 325) สัมมาทิฏฐิสูตร (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 92: 87) สัจจวิภังคสูตร (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 14 ข้อ 373: 418) เป็นต้น

มรณัสสติ แยกออกเป็นสองคำ คือ “มรณะ” ซึ่งแปลว่า “ความตาย ความจุติ ความเคลื่อนไป ความทำลายไป ความหายไป ความตาย กล่าวคือมฤตยู การทำกาละ ความแตกแห่งขันธ ความทอดทิ้งร่างกาย ความขาดสูญแห่งชีวิตินทรีย์ ในหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้นๆ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 390: 325) กับคำว่า “สติ” ซึ่งแปลว่า ความระลึกได้ นึกได้ ความไม่เผลอ การควบคุมจิตใจไว้กับกิจการงาน หรือคุมจิตใจไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้อง จำการที่ทำและคำที่พูดแล้วแม่นยำได้ โดยไม่มีการลืม เมื่อเอาสองคำนี้มาสมาสกันเป็น มรณัสสติ แปลว่า “การเอาสติมาระลึกถึงความตาย” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 14: 10) ถ้าแปลให้ถูกต้องตามหลักวิชาการแท้ๆ ก็เป็น “การปฏิบัติกรรมฐานโดยมีการระลึกถึงความตายเป็นอารมณ์” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 20: 447)

ในการพิจารณาข้อธรรมมรณธัมมตา เราควรพิจารณาเรื่อยๆ ว่า “เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่อาจล่วงพ้นความตายไปได้” การพิจารณาธรรมะข้อนี้สำคัญยิ่งในกฎธรรมตาของชีวิต สามารถเรียกได้อีกอย่างว่า “มรณะสติ” หรือการเพ่งสติยอมรับกับความตาย เพราะว่าความตายสามารถเกิดขึ้นกับใครก็ได้ เมื่อไรก็ได้ และคนส่วนใหญ่ หรือแทบทุกคนมักคิดว่าตนจะไม่ตายง่ายๆ ดังนั้นหลายคนจึงใช้ชีวิตอยู่ด้วยการรอคอยอะไรสักอย่าง เป็นเหตุให้ชีวิตนั้นเสียเวลาไปมาก โดยที่ไม่ตระหนักกันเลยว่า เราทุกคนได้ถอยหลังเข้าหาความตายกันทุกคน

หรือสามารถคิดได้ว่า ถ้าผ่านไปหนึ่งวัน พวกเราทุกคนก็มีชีวิตสั้นลงหนึ่งวันเช่นกัน ดังนั้นแล้ว เราควรพิจารณาความตายบ่อยๆ จะได้ไม่ประมาทหมัวเมาในการใช้ชีวิต และจะได้ไม่คิดว่าเรามีเวลามากมายนัก หากมัวแต่ปล่อยใจให้เศร้าก็เป็นการเสียเวลาโดยเปล่าประโยชน์ เรามารับทำเรื่องที่ดีมีประโยชน์เพราะชีวิตเราสั้นลง ทุกนาที ทุกชั่วโมง และทุกวัน

2. ความหมายของมรณัสสติในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค เล่ม 2 ภาคสมาธิ ปิฎกที่ 8 อนุสสติกัมมัญฐานนิตะ มรณานุสสติกรรมฐาน กล่าวว่า มรณานุสสติ คือ การภาวนาระลึกนึกถึงความตายไว้เป็นอารมณ์ การระลึกถึงความตาย ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ มองเห็นคน สัตว์ ตายกันหมด ไม่มีใครอยู่ ยงคงกระพัน รอดพ้นจากความตายได้สักคน แม้แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้มีทั้งฤทธิ์เดชเป็น ผู้วิเศษกว่าใครๆ ในโลก ในสวรรค์ ในพรหมก็ต้องตาย เหตุปัจจัยที่ทำให้มรณะ มี 2 อย่าง คือ (1) กาลมรณะ คือ การสิ้นบุญ หรือการสิ้นอายุขัย (2) อกาลมรณะ คือ สิ้นด้วยอำนาจกรรม ที่เข้า ตัดรอนกรรม ในมรณะเหล่านั้น ก็มรณะใดเมื่อความพร้อมมูลแห่งปัจจัยที่เป็นเหตุสืบต่ออายุ ยังมีอยู่ ก็ย่อมมีได้ เพราะความที่กรรมอันเป็นเหตุต่อปฏิสนธิมีวิบากสูงจอมสิ้นเชิงแล้วนี้ชื่อว่ามรณะด้วยการสิ้นบุญ มรณะใดย่อมมีด้วยการสิ้นอายุซึ่งมี 100 ปีเป็นกำหนดเหมือนอายุ ของคนทุกวันนี้ เพราะไม่มีสมบัติ คือ คติ กาล และอาหาร เป็นต้น เหล่านี้ชื่อว่า มรณะ ด้วยการสิ้นอายุ ส่วนมรณะใดย่อมมี แก่เหล่าสัตว์ผู้มีสันดานอันกรรมที่สามารถจะให้เคลื่อน จากฐานในทันทีเข้ามาตัดรอน เหมือนอย่างทุลิมารและกลาพราช เป็นต้น หรือย่อมมีแก่เหล่า สัตว์ผู้มีสันดานขาดไปด้วยความพยายามมีการนำศัสตรามา (ประหาร) เป็นต้น ด้วยอำนาจกรรม ปางก่อน นี้ชื่อว่า อกาลมรณะ มรณะทั้งหมดนั้น สงเคราะห์ด้วยความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ การ ระลึกถึงมรณะ กล่าวคือ ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ ด้วยประการดังกล่าวมานี้ ชื่อว่ามรณัสสติ การหนีความตายให้พ้นความตายหรือการขาดแห่งชีวิตินทรีย์ที่เนื่องอยู่ในภพอันเดียว มี 3 อย่าง คือ (1) สมุทเทมรณะ คือ การปรินิพพานของพระอรหันต์ซึ่งนิมิตต์ทั้งหลายขาดสูญแห่งวัฏฏ ทุกข์ ตายครั้งเดียว เป็นการดับทุกข์โดยสิ้นเชิง (2) ขณิกมรณะ คือ การดับของสังขาร รูปนาม ทุกขณะ คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป (อุปาทกขณะ วิถีขณะ และภังคขณะ) เป็นไปตามเหตุปัจจัย ก็ยังเกิดดับสืบต่อกันไป (3) สมมติมรณะ คือ ความตายที่ชาวโลกสมมติกัน เช่น นาฬิกาตาย รถตาย ต้นไม้ตาย เหล็กตาย เป็นต้น (สุกัร ทุมทอง, 2555: 14)

การเจริญมรณานุสตินั้น ไม่สามารถทำได้กับสมุทเทมรณะ ขณิกมรณะ และ สมมติมรณะ เพราะสมุทเทมรณะมีได้น้อย มีแต่เฉพาะพระอรหันต์เท่านั้น ปุุณชนคนธรรมดา จึงไม่สามารถเห็นได้ทั่วไป ส่วนขณิกมรณะ (การเกิดดับเป็นไปทุกขณะ) ไม่สามารถเห็นความ จริงของการเกิดดับนั้น ส่วนสมมติมรณะนั้น ก็ไม่ทำให้เกิดความสังเวชใจ การพิจารณาความ

ตายจึงต้องพิจารณา ชีวิตินทรีย์ปัจเจกธรรมะ อันเป็นความตายที่เกิดกับทุกคน เห็นได้ชัดเจน เพราะมีการตายเกิดขึ้นทุกวัน เวลาระลึกถึงความตายของคนที่ชอบกันจะเกิดความโศกเศร้า ความเกิดขึ้นแห่งความโศกเป็นต้นเหตุนี้ย่อมมีแก่ผู้ที่ปราศจากสติ ความสังเวช และญาณ ให้พึงพิจารณาถึงความตายของหมู่สัตว์ที่ตายไปซึ่งที่เป็นสมบัติที่ตนเคยเห็นมา ประกอบสติ ความสังเวช และญาณ แล้วยังมนสิการให้เป็นไปโดยนัยมี อาทิว่า มรณ ภวิสสตี ความตาย จักมี การระลึกถึงความตายโดยเวลา 8 อย่างเหล่านี้ คือ (1) โดยปรากฏเหมือนเพชฌฆาต (2) โดยวิบัติจากสมบัติ (3) โดยนำมาเปรียบเทียบ (4) โดยเป็นกายสาธณะแก่หมู่หนอน จาพวกมาก (5) โดยอายุทุพลภาพ (6) โดยไม่มีเครื่องหมาย (7) โดยมีกำหนดระยะเวลา (8) โดยมีขณะเล็กน้อย (สมเด็จพระพุทธอาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), 2554: 397-398)

เมื่อกล่าวโดยสรุป มรณัสสติในพระไตรปิฎกได้หมายถึงการระลึกถึงความตาย อันจะมีแก่ตน ซึ่งเป็นการตายในกาลและนอกกาลทั้งสองลักษณะนี้ถือว่าเป็นความตายที่นำมาเป็นอารมณ์กรรมฐานของการปฏิบัติมรณัสสติ แต่จะต้องเป็นความตายที่ขาดลงของชีวิต หมายความว่าทุกส่วนของอวัยวะได้หยุดการทำงานและไม่สามารถดำรงชีวิตต่อไป ได้ จึงถือเป็นเกณฑ์ปฏิบัติมรณัสสติในพระไตรปิฎก ส่วนความหมายมรณัสสติในทัศนะของ นักปราชญ์ไทย ซึ่งแต่ละท่านต่างก็ได้ให้ความหมายที่ใกล้เคียงกัน คือหมายเอาการระลึกถึงความตายที่ขาดลงของชีวิตบุคคลหนึ่งๆ โดยระลึกเอาความตายนั้นมาเป็นอารมณ์กรรมฐาน เพื่อจะได้พิจารณาให้เกิดความรู้สึกละสังเวชสลดใจ เกิดความเบื่อหน่าย คลายจากความยึดมั่น ในตนและทรัพย์สมบัติทั้งหลายได้ และมีชีวิตเป็นอยู่ด้วยความไม่ประมาทต่อการทำความดี การขาดสิ้นของชีวิตจึงทำให้คนผู้สูญเสียคนรักทำให้เกิดความทุกข์ใจ เพื่อเป็นการตัดความทุกข์ออกจากจิตใจ จึงต้องรู้จักวิธีการปฏิบัติที่ถูกต้อง ในทางพระพุทธศาสนาให้มีการปฏิบัติ มรณัสสติกรรมฐานอยู่เสมอ ผู้ที่ตั้งอยู่ในกรรมฐานเช่นนี้ ย่อมทำให้เป็นผู้มีสติและเข้าใจถึงความจริงในชีวิต เพราะทุกชีวิตจะต้องพบกับกฎเกณฑ์ของความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความพลัดพรากและมีกรรมเป็นของตน การที่กำหนดรู้ความจริงเช่นนี้ ก็จะทำให้ความทุกข์ได้บรรเทาและจะพบกับความสุข เป็นชีวิตที่ไม่มีมรณัสสติในตัวตนบุคคลและทรัพย์สมบัติ จิตใจก็มีควมว่าง การที่จิตใจว่างจากอารมณ์ที่เป็นข้าศึก (กิเลส) ย่อมทำให้มีความสุข เนื่องจากความสุขที่เกิดจากความสงบถือได้ว่าเป็นความสุขที่แท้จริงตามหลักในทางพระพุทธศาสนา ความสุขจากความสงบเป็นสิ่งที่พระพุทธองค์ทรงยกย่องว่าเป็นยอดแห่งความสุขที่ทุกคนจะต้องทำให้เกิดมีกับตน

3. ประเภทของมรณัสสติ

การปฏิบัติถือว่าเป็นอุบายอย่างหนึ่งที่จะทำให้จิตใจเกิดความสงบ บรรเทาความ โศกเศร้า ความเสียใจ ความฟุ้งซ่าน อันเนื่องจากการสูญเสียคนรัก หรือความตายอันจะมีแก่ ตนด้วยเหตุผลความจริงที่เกิดจากปฏิบัติเช่นนี้ จึงได้มีการกล่าวถึงเรื่องการระลึกถึงความตาย และพิจารณาความตาย อันจะเกิดขึ้นกับตนในไม่ช้า ความตายที่จะมีขึ้นแก่ตนนั้น ถ้าเราไม่รู้ จักวิจิพิจารณาด้วยสติปัญญาและเหตุผลก็จะเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์โศกได้ การพิจารณา ความทุกข์จากความตายนั่น เราจะต้องยึดหลักของการปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ซึ่งวิธีนี้ถือได้ว่าเป็นวิธีแก้ความทุกข์จากการตาย เพราะเป็นวิธีพิจารณาถึงความจริงของชีวิต (ความตาย) การ ที่ได้รู้จักความจริงอย่างถูกต้องลึกซึ้งนั้นก็เนื่องด้วยมีการปฏิบัติด้วยสติและปัญญา เพื่อให้เกิด ปัญญายิ่งขึ้นจากการระลึกถึงความตาย จึงได้มีการแบ่งประเภทเอาไว้ในลักษณะที่แตกต่างกัน

การให้ระลึกถึงความตายที่จะเกิดขึ้นตามกาล หมายถึง ให้เอาสติและปัญญาได้ ระลึกถึงความตายที่เกิดแก่ตนตามกาลเวลาหรือตามกำหนดอายุ ที่ควรตายนั้นมาเป็นอารมณ์ กรรมฐาน โดยไม่ปล่อยจิตใจไปในที่อื่น ซึ่งเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า การรักษาจิตใจให้มีอารมณ์เดียว เมื่อจิตใจของเราตั้งมั่นในมรณัสสติเช่นนี้ ย่อมสามารถทำให้บรรเทาจากความทุกข์โศก หวาด กลัวลงได้ จนสามารถทำจิตใจให้รู้จักปล่อยวางในสิ่งของต่างๆ ได้ และยังรู้ถึงคุณค่า ถึงโทษอันเกิด จากความตาย สิ่งที่เป็นคุณค่า คือทำให้เราทราบถึงความจริงของชีวิตว่าสักวันหนึ่งจะต้องตายเป็น แน่ เป็นโทษ คือมันทำให้เรามีความทุกข์ เสียใจร้องไห้ เมื่อมีความรู้ความเข้าใจก็ย่อมก่อให้เกิด ความคิดถึงอดีต อนาคตและปัจจุบัน อดีตที่ผ่านมาอันความดีของเรามีมากหรือน้อย ก็ทำให้ ทราบว่าความดีน้อยก็จะได้เร่งรีบขวนขวายทำความดีให้มาก เมื่อปัจจุบันทำแต่เหตุดีๆ อนาคต ก็ย่อมได้รับสิ่งดีๆ คือความสุข นอกจากนี้ยังมีการมองความตายที่เป็นปัญญาอีกมี 6 ประการ คือ

1. จะทำให้พ้นจากทุกข์ทางกายและจิตใจ คือ เมื่อเรามีความทุกข์เกิดขึ้นอย่างแรง กล้าในกาย ก็ย่อมเป็นสิ่งที่ไม่ปรารถนาของบุคคล แต่เมื่อกายแตกดับลงจึงทำให้ความทุกข์ทั้ง ปวงจบ ดังนั้น ความตายจึงถือได้ว่าเป็นคุณค่าต่อผู้มีความทุกข์ทางกายและจิตใจ

2. จะเอาความผิดทางกฎหมายไม่ได้ คือ ว่าทุกสิ่งทั้งดีและร้ายก็จบสิ้นไป

3. ญาติพี่น้องไม่รบกวน คือว่าญาติพี่น้องต่างก็หมดความอาลัย หมดความหวังหมด ความคิดถึง ฟังพาอาศัยในตัวของผู้ที่ตายไปแล้วไม่ได้

4. มีหนี้สิน เป็นศัตรูอาฆาตพยาบาทต่อกันก็เลิกกันไป คือว่าไม่สามารถที่จะเรียก ร้องใดๆ กับผู้ตายนั่นไม่ได้

5. จะได้ไปเกิดในภูมิใหม่ คือหลังจากตายแล้วดวงวิญญาณก็จะไปเกิดใหม่แต่การ เกิดใหม่นั้นจะเกิดเป็นอะไรก็ขึ้นอยู่กับแรงผลของกรรมที่ตนได้สร้างไว้ ถ้าสร้างแต่กรรมดีไว้มาก

ผลของกรรมดีที่ส่งผลให้เกิดในภพภูมิที่ดี ถ้าสร้างกรรมไม่ดี เมื่อตายผลกรรมช่วยผ่อนนำไปสู่ที่ไม่ดี เช่น ตกนรก เป็นเปรต เป็นสัตว์ดิรัจฉาน

6. ไม่ต้องเป็นภาระแก่บุคคลอื่น คือเป็นการตัดภาระทั้งหลายแก่คนอื่นได้จบลงอย่างสิ้นเชิง

การให้ระลึกถึงสาเหตุแห่งความตาย หมายความว่าให้เอาสติย้อนระลึกถึงสาเหตุไม่ว่าจะเป็นเหตุใด ชนิดใดก็ถือว่านั่นคือสาเหตุเช่น ถูกฆ่าตาย ถูกรถชนตาย ถูกยิงตาย ถูกแทงตาย ตกน้ำตาย ป่วยตายด้วยโรคที่ร้ายแรงแก่ชราตาย หมดบุญหมดกรรมแล้วตาย การตายย่อมมีสาเหตุหลายประการ ในเรื่องนี้ทางพระพุทธศาสนาได้ตรัสถึงสาเหตุของการตายมี 4 ประการคือ (พื้น ดอกบัว, 2543: 28)

1. อายุขยมรณะ หมายถึง การตายที่สิ้นอายุเนื่องจากการมีชีวิตเกิดมานาน มีอายุจนถึงแก่ชราแล้วก็ตายลง โดยไม่มีเหตุใดที่ทำให้ตายนอกจากความแก่ชรา หรือสภาพของร่างกายหมดประสิทธิภาพ ในกรณีเช่นนี้ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่าเป็นการตายเพราะสิ้นอายุ

2. กัมมิกขยมรณะ หมายถึง การตายเพราะสิ้นกรรม เป็นการตายที่หมดกรรม หรือหมดบุญ ที่เป็นเช่นนั้นก็เนื่องจากว่าแต่ละบุคคลมีกรรมมากน้อยต่างกัน คนที่มีกรรมมากก็ย่อมมีชีวิตอยู่ในโลกนานกว่าบุคคลที่มีกรรมน้อย ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่าการตายของแต่ละคนก็อยู่ที่กรรมการตายแบบนี้ในทางพระพุทธศาสนาเรียกว่าตายเพราะสิ้นกรรม

3. อุภยักขยมรณะ หมายถึง การตายเพราะสิ้นอายุและสิ้นบุญ ทั้งสองประการนี้เนื่องจากบุคคลได้มีอายุยืนยาวนานจนถึงวัยชรา และบุญก็ได้หมดลง การตายในลักษณะเช่นนี้ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่าเป็นการสิ้นอายุด้วยและสิ้นบุญด้วย ดังการตายของพระพุทธบิดาของพระพุทธเจ้าที่ถึงเรื่องวาระที่พุทธบิดาทรงอยู่ในภาวะของผู้ป่วยใกล้ตาย เกิดอาการทุกขเวทนาอย่างแรงกล้าจากความเจ็บปวด พระพุทธองค์ซึ่งขณะนั้นประทับอยู่ ณ ภูฏาคารศาลาปามหาวันใกล้พระนครไพสาลี ทรงทราบข่าวพระพุทธบิดาทรงพระประชวรหนัก ได้เสด็จพร้อมด้วยพระสาวกเป็นอันมาก พระพุทธองค์ได้ทรงบำเพ็ญปิฎกฐานธรรมาภยการพยาบาลตามพุทธวิธี ขณะนั้น พระเจ้าสุทโธทนะได้รับการบีบคั้นจากอาพาธกล้าเกิดทุกขเวทนายิ่งนัก มีพระอาการทรมานทรมาย หมดสติ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงยกพระหัตถ์ตั้งพระทัยอธิษฐานจิตบำบัดโรคาพาธแล้วทรงลูบลงด้วยพระบาทมี พระอานนท์เถระเจ้ายกพระหัตถ์ลูบที่พระหัตถ์เบื้องซ้าย อาพาธกล้าข้างซ้ายก็เพลาลง พระราหุลเถระเจ้ายกพระหัตถ์ลูบที่พระปฤษฎางค์อาพาธกล้าที่พระกายก็ทุเลาลง พระเจ้าสุทโธทนะทรงสำราญพระกายคลายความทุกขเวทนาอันสาหัส ทรงลุกขึ้นอวสานสิ้นเพียงนั้นแล้ว ก็ทูลลาพระบรมศาสดาเสด็จปรินิพพานและลาพระบรมวงศานุวงศ์ สิ้นด้วยกันแล้วพระองค์ก็เสด็จปรินิพพานด้วยอนุปาทิเสสนิพพาน การที่พระเจ้าสุทโธทนะได้

เสด็จดับขันธปรินิพพานนั้นเป็นการสิ้นทั้งบุญสิ้นทั้งอายุ และก็เป็นการเสด็จดับขันธปรินิพพานไปตามกาลเวลาที่สมควร

4. อุปัชฌายกษัตริย์ (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2526: 246-257) หมายถึง การตายเพราะประสบอุบัติเหตุ ในระหว่างที่อายุและกรรมยังไม่ครบกำหนดที่จะตาย แต่มาประสบอุบัติเหตุจนทำให้ตายลง ในวัยอันไม่ควรตายก็ต้องมา ตายลง การตายอย่างนี้พุทธศาสนาเรียกว่าเป็นการตายเพราะประสบอุบัติเหตุ ผู้ที่จะตายในเวลาที่ไม่สมควร มีสาเหตุมาจากสิ่งเหล่านี้ คือ ตายเพราะโรคคม ตายเพราะโรคที่มีดีเป็นสมุฏฐาน ตายเพราะโรคที่มีเสมหะเป็นสมุฏฐาน ตายเพราะโรคคม ดี เสมหะรวมกันกำเริบขึ้น (โรคสันนิบาต) ตายเพราะฤดูแปรปรวน ตายเพราะถูกผู้อื่นทำร้าย ตายเพราะการบริหารร่างกายไม่ถูกต้อง และ ตายเพราะโรคที่เกิดแต่เวรกรรม (พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), 2546: 189)

สาเหตุแห่งการตายในลักษณะต่างๆ ของบุคคล สัตว์ทั้งหลายนั้นก็เนื่องด้วยอำนาจของผลกุศลกรรมและอกุศลกรรมของแต่ละคน สัตว์ที่ได้สร้างเอาไว้ และเมื่อถึงคราวที่ผลกรรมนั้นให้ผลก็ย่อมทำให้เป็นไปในลักษณะต่างๆ อาจได้รับผลกรรมหนักบ้าง เบาบ้าง มีอายุยืนบ้าง อายุสั้นบ้าง ในปฐมอนายุสสาสูตรได้กล่าวถึงธรรมที่เป็นเหตุให้อายุสั้นและอายุยืน 5 ประการคือ

1. ไม่ทำสิ่งที่ เป็นสัปปายะ ไม่รู้จักวิธีการที่ทำให้ตนเกิดความสบาย มีความสุข มีความปลอดภัยกับชีวิต

2. ไม่รู้จักประมาณในสิ่งที่ เป็นสัปปายะ เป็นผู้ที่ขาดความคิดที่ถูกต้องว่าสิ่งใดควรทำสิ่งใดที่ไม่ควรทำ หรือสิ่งใดควรมีมากมีน้อยเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต

3. บริโภคสิ่งที่ ย่อยยาก ไม่รู้จักประเภทของอาหารที่ทำให้เกิดความสบายต่อร่างกาย เพราะอาหารบางอย่างย่อยง่าย อาหารบางอย่างย่อยยากจึงเป็นเหตุที่ทำให้ชีวิตมีอายุสั้นได้

4. เทียวในเวลาไม่สมควร ในเวลาวิกาล ในที่มีอันตราย ในที่ห้ามเข้าหรือที่ไม่ควรเข้า เช่น สถานที่มียาพิษ สถานที่มีวัดตระเบิด สถานที่มีโจร และสถานที่มีบุคคลไม่ตั้งอยู่ในศีลธรรมอันดีงาม

5. ไม่ประพฤติพรหมจรรย์ ไม่ตั้งอยู่ในหลักคุณธรรม เช่น ไม่เคยให้ทาน ไม่เคยรักษา ศีล ไม่เคยบำเพ็ญภาวนา จึงเป็นผู้ประมาทในการดำรงชีวิต อยากทำอะไรก็ทำตามความอยาก โดยไม่คำนึงถึงความถูกต้องอันเป็นเหตุทำให้เกิดความทุกข์ต่อตนและคนอื่น และเป็นชีวิตที่ขาดหลักยึดจึงเป็นเหตุทำให้มีอายุสั้น (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 125: 205)

ผลของการตายแต่ละบุคคลนั้นจะเห็นได้ว่า บางคนมีอายุครบกำหนด มีอายุยืนยาวนาน บางคนอาจตายดี บางคนอาจตายร้าย เช่น การถูกฆ่าตาย ยิงตัวตาย ตกน้ำตาย ผูกคอตาย กินยาตาย การที่เกิดความตายตามลักษณะดังกล่าวนี้ ก็ขึ้นอยู่กับผลของกรรมแต่ละบุคคลที่

ทำเอาไว้ในอดีตชาติ ตลอดถึงผลกรรมในปัจจุบันได้ตามทัน จึงเป็นเหตุทำให้เกิดความตาย เร็วบ้าง ช้าบ้าง ดีบ้าง ร้ายบ้างแตกต่างกัน ดังนั้น ในทางพระพุทธศาสนาจึงได้มีการสอนให้ทุกคนยึดหลักแห่งการทำความดีเอาไว้ เพื่อจะได้ตายดีและได้ไปเกิดในภพภูมิที่ดีมีสุขคติเป็นที่อยู่ เนื่องจากกรรมส่งผลเป็นเรื่องราวธรรมะที่มีผลขั้นสูงต่อผู้ปฏิบัติจนถึงให้เกิดบรรลุมรรคผลนิพพาน จึงมีผู้รู้ได้กล่าวไว้ในที่ต่างๆ ดังในคัมภีร์วิสุทธิมรรคก็ได้มีการกล่าวถึงวิธีการระลึกถึงความตายที่จะมีถึงตนแต่ละประเภท

4. วิธีปฏิบัติมรณัสสติ

การปฏิบัติมรณัสสติกรรมฐานนี้ ผู้ปฏิบัติจะต้องพิจารณาศพที่อยู่เฉพาะหน้า หรือระลึกถึงศพที่ตายไปแล้ว ที่มีศ มีอำนาจ มีทรัพย์สมบัติแล้วก็นึกบริกรรมอยู่ในใจว่า “มรณ เม ภวิสสตี, ชีวิตินทริยิ อุกฺขนิชฺชิสสตี” เราจะต้องตาย รูปชีวิติ นามชีวิติ จะต้องขาดจากกันอยู่อย่างนี้เรื่อยๆ ไป หรือจะบริกรรมว่า

ชีวิติ เม อนิยตํ ชีวิตของเราเป็นของไม่ยั่งยืน

มรณ เม นิยตํ ความตายเป็นของเราเป็นของแน่นอน

อวสฺสํ มยา มริตพฺพํ อันเราจะพึงตายเป็นแท้ เราต้องตายแน่นอน

สพฺเพ สตฺตา มรณธมฺมา สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงมีความตายเป็นธรรมดา

มรณปริโยसानา มีความตายเป็นที่สุดในหนึ่งชาติ ความขาดของชีวิตอินทริยในชาติหนึ่ง จุดจบของชาติหนึ่งๆ เป็นอย่างนี้

มรณํ อนตฺตา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้ ไม่อาจหนีความตายได้

มรณํ เม ธฺวํ ชีวิติ เม ธฺวํ ความตายเป็นของแน่ ความมีชีวิตอยู่เป็นของไม่แน่ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 26 ข้อ 238: 161)

การปฏิบัตินี้จะระลึกนึกบริกรรมไปเรื่อยๆ นั้นไม่ได้ จะต้องมียินโสมนสิการประกอบไปด้วย ถ้าระลึกนึกอยู่โดยไม่มีโยนิโสมนสิการแล้ว ปัญญาที่เกี่ยวข้องด้วยสังเวชสลดใจย่อมไม่เกิด และจะกลับเป็นโทษเกิดขึ้น กล่าวคือ เมื่อนึกถึงความตายของคนที่เรารักใคร่ชอบพอนั้นแล้ว ความเศร้าโศกเสียใจก็จักเกิดขึ้น เมื่อนึกถึงความตายของบุคคลที่เป็นศัตรูกับตนความดีใจก็จักเกิดขึ้น เมื่อนึกถึงความตายของบุคคลที่ตนไม่รักไม่เป็นศัตรูก็จะรู้สึกเฉยๆ เมื่อนึกถึงความตายของตนเองก็จะเกิดความกลัว นี่แหละเป็นโทษที่เกิดจากการไม่มีโยนิโสมนสิการ ส่วนการปฏิบัติที่ประกอบด้วยโยนิโสมนสิการนั้นผู้ปฏิบัติมีการระลึกนึกถึงแต่ความตายอย่างเดียวเท่านั้น ไม่ว่าจะมีความตายของบุคคลจำพวกใด เมื่อระลึกนึกอยู่แต่ในความตายอย่างเดียว ไม่เกี่ยวข้องด้วยความรักความชังหรือเป็นศัตรูแล้ว ความสังเวชสลดใจก็จะบังเกิดขึ้น นี่แหละเป็นการระลึกที่ประกอบด้วยโยนิโสมนสิการ เมื่อเป็นเช่นนี้ผู้ปฏิบัติก็ต้องทำการปฏิบัติให้ถูกต้องตามแนวทาง

ที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ และเพื่อให้ทราบถึงวิธีปฏิบัติแก่พุทธบริษัท “ภิกษุทั้งหลาย มรณัสสติที่เจริญแล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก หยั่งลงสู่อมตะมีอมตะเป็นที่สุด” แล้วตรัสถามภิกษุทั้งหลายว่า “เธอทั้งหลายเจริญมรณัสสติกันบ้างหรือไม่” ภิกษุรูปหนึ่งกราบทูลว่าตนเองเจริญอยู่, ตรัสถามว่า “เธอเจริญอย่างไร”

1. ภิกษุรูปนั้นทูลตอบว่า “ข้าพระพุทธเจ้าเจริญโดยมีความคิดว่า โอหนอ ชีวิตเราอาจเป็นอยู่อีกเพียงคืนหนึ่งวันหนึ่งเท่านั้นเราพึงใส่ใจและกระทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้าให้มาก”

2. ภิกษุอีกรูปหนึ่งกราบทูลวิธีเจริญมรณัสสติของตนว่า “โอหนอ ชีวิตเราอาจอยู่อีกเพียงวันหนึ่งเท่านั้น เราพึงใส่ใจ”

3. ภิกษุอีกรูปหนึ่งกราบทูลว่า “โอหนอ ชีวิตเราอาจเป็นอยู่เพียงครึ่งวัน”

4. ภิกษุอีกรูปหนึ่งกราบทูลว่า “โอหนอ ชีวิตเราอาจเป็นอยู่ได้เพียงชั่วเวลาฉันบิณฑบาตมื้อหนึ่ง”

5. ภิกษุอีกรูปหนึ่งกราบทูลว่า “โอหนอ ชีวิตเราอาจอยู่ได้เพียงชั่วเวลาฉันบิณฑบาตไปได้ครึ่งหนึ่ง” (ยังไม่ทันได้อิ่ม)

6. ภิกษุอีกรูปหนึ่งกราบทูลว่า “โอหนอ ชีวิตเราอาจอยู่ได้เพียงชั่วเวลาที่เคี้ยวและกลืนกินข้าวไปได้เพียง 4-5 คำ”

7. ภิกษุอีกรูปหนึ่งกราบทูลว่า “โอหนอ ชีวิตเราอาจอยู่ได้เพียงชั่วเวลาเคี้ยวคำข้าวไปได้เพียง 1 คำ”

8. ภิกษุอีกรูปหนึ่งกราบทูลว่า “โอหนอ ชีวิตเราอาจอยู่ได้เพียงชั่วเวลาที่เราหายใจออกแล้วหายใจเข้า 1 ครั้ง หรือหายใจเข้าแล้วหายใจออก 1 ครั้งเท่านั้น”

เมื่อภิกษุทั้ง 8 รูปกราบทูลแล้ว พระพุทธเจ้าตรัสว่า ภิกษุรูปที่ 1 ถึง 6 ยังได้ชื่อว่ามีสมาธิอยู่มาก จักทำให้สิ้นอาสวะช้า ภิกษุทั้งหลายพึงเป็นดังภิกษุรูปที่ 7 และ 8 ผู้ได้ชื่อว่าเป็นผู้ไม่ประมาท เจริญมรณัสสติเช่นนี้ย่อมสิ้นอาสวะได้เร็ว เพราะฉะนั้น ในเรื่องนี้ พวกเธอทั้งหลาย พึงสำเหนียกใจไว้ว่า “เราทั้งหลาย จักเป็นผู้ไม่ประมาทเป็นอยู่จึงเจริญมรณัสสติ เพื่อความสิ้นอาสวะอย่างแท้จริง” ดังนี้ ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลาย พึงสำเหนียกใจไว้อย่างนี้แล” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 19: 446) นี่เป็นการชี้ให้เห็นว่า การปฏิบัตินั้นได้ถึงขั้นแห่งการสำเร็จแล้ว ในบรรดามรณัสสัญญาทั้งหมดนี้ มรณัสสัญญาข้อ 7 และข้อ 8 แสดงให้เห็นว่าสติของผู้ปฏิบัติถึงซึ่งความดีเป็นเยี่ยม ถูกพุทธประสงค์ทรงชมเชยมาก ส่วนข้อ 1 ถึงข้อที่ 6 นั้นสติของผู้ปฏิบัติยังไม่ถึงขั้นเยี่ยม แต่อย่างไรก็ตาม สำหรับในสมัยนี้ถ้าสติของผู้ปฏิบัติยังไม่ถึงขั้นข้อ 1 ถึง ข้อ 6 ได้ก็จัดว่าดีมากแล้ว เพราะเหตุว่าเป็นบันปลายของพระพุทธศาสนา

1. การตั้งสติระลึกถึงความตาย

ด้วยการบริกรรมบทว่า มรณํ มรณํ หรือนึกถึงความ ตาย มาเป็นอารมณ์กรรมฐาน ให้กระทำอย่างนี้อยู่ทุกลมหายใจเข้าออก ในขณะที่ระลึกความตายก็ใช้สติปัญญาพิจารณาให้เห็นถึงความเปลี่ยนแปลงของชีวิต เริ่มแต่แรกที่เกิดอยู่ในท้องของแม่ จนถึงคลอดออกมาเป็นเด็ก เป็นหนุ่มสาวเป็นคนแก่ เป็นคนชรา และตายในที่สุด ที่มีการเปลี่ยนแปลงนั้นก็เนื่องด้วยเป็นเรื่องราวธรรมดาของชีวิต ไม่มีใครบังคับให้เกิดเช่นนั้นได้ แต่มันก็เป็นไปตามกฎธรรมชาติของสังขาร เมื่อถึงจุด ถึงวาระสังขารนั้นก็แตกดับลง ซึ่งเรียกว่า “ตาย” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 19: 444)

2. การพิจารณาถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดความตาย

สิ่งที่สามารถทำให้ชีวิตขาดดับลงนั้นมีมากมายหลายประเภท ดังมีพุทธพจน์ตรัสว่า ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ กลางวันผ่านไป กลางคืนย่างเข้ามา ย่อมพิจารณาเห็นสาเหตุแห่งความตายของเรามีมาก คือ งูกัดเรา แมลงป่องต่อยเรา หรือตะขาบกัดเรา อาหารที่เราฉันแล้วไม่ย่อย ดีของเราพึงกำเริบ เสมหะของเราพึงกำเริบ ลมพิษกำเริบ เราก็จะตายเพราะเหตุนั้น (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 20: 447)

3. การระลึกถึงความตายให้เกิดปัญญา

การระลึกถึงความตายเพื่อให้เกิดสติปัญญา จะต้องใช้ปัญญาพิจารณาด้วยเหตุผลตามความเป็นจริงของสังขารหรือสิ่งที่เกิดขึ้นนั้น เมื่อได้เข้าใจความจริงของชีวิต คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไปเป็นธรรมดา การได้เข้าใจความเป็นจริงเช่นนี้ ทำให้จิตใจหนักแน่นมั่นคงไม่หวั่นไหวไปตามอิฏฐารมณ์อนิฏฐารมณ์ เหมือนภูเขาหินใหญ่ไม่หวั่นไหวด้วยแรงลม (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 326: 423) และจิตใจก็โน้มไปสู่ความสงบและเกิดสมาธิได้เร็ว การระลึกถึงความตายที่ให้เกิดปัญญา

การสอนให้ได้พิจารณาถึงสาเหตุของความตายอันจะเกิดมีแก่เราอย่างนี้ ย่อมทำให้เรารู้ชัดว่าชีวิตมีความตายและสาเหตุที่ทำให้เราตายมีอยู่ รอบตัว ความตายอาจเกิดขึ้นกับเราได้ตลอดเวลา ทุกสถานที่ โดยไม่มีเครื่องหมายบอกให้ทราบล่วงหน้า ดังนั้น จึงทำให้ได้คิดเตือนใจตนไม่ให้เป็นผู้ประมาทในการสร้างความดี ด้วยการสร้างบารมีทาน ศีล สมาธิให้มาก มีสิ่งใดที่ยังไม่ได้สร้างก็รีบชวนชวายเป็นมากขึ้น การสร้างบุญบารมีอย่างนี้ถือได้ว่าเป็นผู้ไม่ประมาทในกิจทั้งปวง ด้วยการทำดี คิดดี พูดดีและรู้ถึงสิ่งที่ควรปฏิบัติหรือไม่ควรปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้

5. อารมณ์ในการปฏิบัติมรณัสสติ

อารมณ์ในการปฏิบัติมรณัสสติ หมายถึง สิ่งที่ใจของผู้ปฏิบัติจะได้ยึดขณะปฏิบัติ

เช่น การระลึกถึงความตายมาเป็นอารมณ์ เอาจิตใจตั้งมั่นอยู่ในสิ่งนั้น เพื่อให้ใจเป็นสมาธิ ใจจะเกิดสมาธิหรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับการศึกษาใจให้มีอารมณ์เดียว คือ นึกถึงความตายเป็นอารมณ์อยู่ทุกลมหายใจเข้าออก การตั้งอยู่กับการระลึกถึงความตายเช่นนี้ใจก็จะเกิดความสงบจากกิเลส แต่ถ้าปล่อยใจออกนอกอารมณ์กรรมฐาน ใจก็จะไม่มีความสงบ ไม่เป็นสมาธิ ดังนั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องรักษาใจของตนให้ยึดเหนี่ยวตั้งอยู่กับอารมณ์กรรมฐานอยู่โดยไม่ให้เผลอ

คำว่า “อารมณ์” แปลว่า สิ่งที่ยึดเหนี่ยวใจ สิ่งที่ยึดติดใจไว้ เพื่อต้องการให้ตั้งอยู่ในอารมณ์นั้น หมายถึง สิ่งที่เราไปเกาะอยู่แล้วยึดใจไว้ สิ่งที่จะนำมายึดมี 6 อย่าง คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 305: 255)

การปฏิบัติธรรมกรรมฐานย่อมมีอารมณ์ที่จะเอาจิตไปยึด หรือไปกำหนดรู้เพื่อให้ใจตั้งมั่น ซึ่งมีอารมณ์ที่จะต้องระลึกถึงดังนี้

1. ให้ตั้งใจระลึกถึงความตายเป็นอารมณ์ เป็นที่ยึดเหนี่ยว เอาเป็นที่ตั้งของใจไม่ปล่อยใจให้ตกไปในที่อื่น นอกจากการระลึกถึงความตายเท่านั้น ด้วยการตั้งสติกำหนดรู้ความตายอันจะมีแก่ตนและคนอื่นอยู่ทุกลมหายใจเข้าออกโดยไม่เผลอ

2. ให้พิจารณาถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดความตายเป็นอารมณ์มรณัสสติ ด้วยเอาสติปัญญาพิจารณาถึงสาเหตุของความตายที่เกิดขึ้นแก่ตน และคนอื่น เช่น ตายเพราะความแก่ชราถูกฆ่าตายเป็นโรคตาย หรือหอบหืด หมดกรรมตาย ความตายและสาเหตุของการตายเป็นอารมณ์ของผู้ปฏิบัติมรณัสสติจะต้องเอาใจไปยึด ไปตั้งอยู่ เพื่อให้ใจได้มีที่เกาะ มีหลักของใจ เพราะว่าใจของมนุษย์ไม่หยุดนิ่ง มีลักษณะดิ้นรนอยู่ตลอดเวลา ดังนั้นเพื่อให้ใจหยุดนิ่ง สงบ เป็นสมาธิ มีอารมณ์อันเดียว จึงต้องมีที่ยึด สำหรับผู้ปฏิบัติต้องเอาใจไประลึกถึงความตายและสาเหตุความตายเป็นอารมณ์

3. ให้ระลึกถึงชีวิตของเราว่าไม่แน่นอน เราอาจจะตายได้ทุกเมื่อ

4. ให้ระลึกถึงความตายว่าย่อมครอบงำสัตว์ทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นบุคคลชั้นไหนก็ไม่พ้นความตายไปได้ และเราก็จะถูกความตายมาย่ำยีแน่นอน

5. ให้ระลึกว่าเราอาจจะตายด้วยโรคภัยไข้เจ็บอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ถูกทำร้ายตาย หรืออาจจะตายด้วยความร้อนจัด หนาวจัด หรืออาจจะตายบนบกหรือในน้ำก็ได้

6. ให้ระลึกถึงความจริงว่าชีวิตของเราไม่มีกำหนดจะมีชีวิตอยู่นานเท่าไร อาจจะตายเมื่ออายุ 100 ปีก็ได้ 80 ปีก็ได้ หรือ 30 ปีก็ได้ คือ อาจจะตายในวัยเด็ก วัยกลางคน หรือวัยชรา ก็ได้ ไม่มีอะไรแน่นอน แต่ที่แน่นอนอย่างหนึ่งก็คือว่า ขณะนี้เรายังมีชีวิตอยู่ และน่าปลื้มใจที่เราได้มีโอกาสมาปฏิบัติกรรมฐาน ถ้าเราตายก่อนเราก็จะไม่มีโอกาสปฏิบัติมรณัสสติกรรมฐานเช่นนี้ และก็ไม่มีหวังที่จะได้บรรลุคุณธรรมในพระพุทธศาสนา แต่บัดนี้เรายังมีหวังนับว่าไม่เสียทีที่

ได้เกิดมาพบพระพุทธศาสนา (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 19: 449)

6. จุดมุ่งหมายในการปฏิบัติมรณัสสติ

พระพุทธเจ้าได้ทรงสอนให้ภิกษุทั้งหลายได้ยึดถือปฏิบัติด้วยการสอนให้มองเห็นถึงผลประโยชน์จากการปฏิบัติที่ส่งผลให้เกิดผล คือ ความสุขทั้งในภพนี้และภพหน้า ส่วนที่เป็นโทษจากการไม่ปฏิบัติ คือ เป็นบุคคลที่มีจิตใจไม่สงบ ไม่มีความสุข เมื่อได้พบกับความตายที่มาถึงตนและคนที่เรารักจิตใจก็ย่อมเป็นทุกข์ ยากที่จะรักษาใจให้ปล่อยวางได้ เมื่อได้ทราบถึงคุณอันมากเช่นนี้ พระพุทธองค์จึงได้ทรงสอนให้มีการลงมือปฏิบัติด้วยวิธีการต่างๆ โดยให้ผู้ปฏิบัตินั้นเอาสติไประลึกถึงความตายอยู่เนืองๆ ให้มีอารมณ์เดียว และสิ่งที่ยึดถือเป็นอารมณ์ของการปฏิบัติ คือ ให้ระลึกถึงความตาย และบุคคลที่ปฏิบัติได้นั้นจะต้องเป็นผู้มีนิสัยหนักทางพุทธจริต มีจิตใจชอบคิดพิจารณาถึงเหตุผลต่างๆ เกี่ยวกับความตาย จนทำให้จิตใจได้รู้ชัดถึงความจริงของชีวิตว่าทุกอย่างในโลกล้วนเป็นสิ่งไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ควรยึดถือ เมื่อได้ตระหนักรู้ถึงธรรมะเช่นนี้แล้วย่อมมีความปรารถนาอยากมีสถานที่ที่ดีในการปฏิบัติตามหลักในทางพระพุทธศาสนา สถานที่นั้นควรเป็นที่มีความสงบเงียบ ไม่มีโทษและเป็นที่มีความเหมาะสมต่อการปฏิบัติ การกำหนดเวลาที่ใช้ปฏิบัติก็ขึ้นอยู่กับตัวของเราเป็นเกณฑ์ว่า จะใช้เวลาปฏิบัติมากน้อยแค่ไหน ในพระไตรปิฎกได้ทรงตรัสว่าให้มีสติระลึกถึงความตายหรือปฏิบัติอยู่ทุกลมหายใจเข้าออกตลอดเวลาโดยไม่ให้จิตปล่อย

การปฏิบัติแต่ละครั้งนั้นจะต้องรู้จักวิธีกำจัดอุปสรรคหรือมาร ซึ่งเรียกว่า นิวรณ์ 5 คือ สิ่งที่เกิดกั้นไม่ให้สำเร็จความดี โดยให้ตั้งจิตใฝ่มั่นคงหนักแน่น และตั้งความมุ่งหมายเอาไว้เพื่อจะได้เกิดผลประโยชน์ที่สูงสุดตามทางพระพุทธศาสนา มีพระนิพพานเป็นที่สุดตลอดจนสามารถนำเอาหลักการปฏิบัติมาใช้ให้เกิดคุณค่าที่ดีต่อตนเองและสังคมในการดำรงชีวิตประจำวันเป็นอย่างมาก

จากศึกษาพบว่า การปฏิบัติมรณัสสติในพระไตรปิฎก เป็นการเอาสติระลึกถึงความตายที่จะมาถึงตนและสัตว์อื่นๆ เป็นอารมณ์กรรมฐาน ซึ่งให้ถือเอาความตายเป็นอุบายยึดเหนี่ยวจิตใจเพื่อให้จิตใจเกิดความสงบเป็นสมาธิ และคลายออกจากความทุกข์ ในการสอนปฏิบัติให้เกิดความรู้เห็นคุณค่า เห็นโทษ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติเกิดความศรัทธาและยังจะได้ตระหนักรู้ว่าเมื่อได้ปฏิบัติจริงจะทำให้เกิดผล แต่สิ่งสำคัญอย่างหนึ่ง ก่อนปฏิบัติตัวผู้ปฏิบัติจะต้องมีความรู้ในเรื่องนั้นดีโดยเฉพาะเกี่ยวกับหลักการ แนวทางต่างๆ เพราะความรู้ที่เราได้ศึกษานั้นจะช่วยเป็นครูอาจารย์เป็นประทีปส่องหนทางในการปฏิบัติของเราเพื่อจะไปสู่จุดมุ่งหมายและยังเป็นการสร้างพลังความมั่นใจให้เกิดขึ้นในจิตใจ

การปฏิบัติมรณัสสติ เป็นการปฏิบัติเพื่อรักษาจิตใจของตนให้ตั้งมั่นอยู่กับการระลึก

ถึงความตายอยู่เนืองๆ ถึงบางครั้งจิตใจอาจจะตกไปในที่อื่น ก็ให้มีสติระลึกกำหนดรู้พร้อมกับตั้งจิตใจให้กลับมาระลึกถึงความตายอยู่อย่างเดิม การกำหนดรู้อยู่อย่างนี้จิตใจของเราก็จะเกิดความนิ่ง สงบ เป็นสมาธิ ในระหว่างทำการปฏิบัติอาจมีอุปสรรคมาทำให้จิตใจไม่สงบ ให้คิดเสมอว่าสิ่งเหล่านั้นไม่ใช่อาณัติของมรณัสสติ ให้ละอาณัติเหล่านั้นเสียและให้คิดว่าไม่นานอาณัตินั้นก็คงดับไปเอง ผู้หวังความเจริญก้าวหน้าในทางปฏิบัติจะต้องสร้างพลังให้เกิดขึ้นในจิตใจเสมอ สิ่งที่เป็นพลังในทางปฏิบัติเรียกว่า พละ 5 คือ ธรรมที่เป็นพลังทำให้เกิดความมั่นคง ได้แก่ 1) สัทธา คือ พลังความเชื่อ(2) วิริยะ คือ พลังความเพียร 3) สติ คือ พลังความระลึก 4) สมาธิ คือ พลังความตั้งใจมั่น 5) ปัญญา คือ พลังความรู้ทั่วชัด ให้มีในจิตใจของเราเสมอเพราะคุณธรรมเหล่านี้จะเป็นหลักให้จิตใจเราเข้มแข็งต่อสู้กับอุปสรรคได้ และการปฏิบัตินั้นก็ก้าวไปสู่จุดมุ่งหมายสูงสุด คือ มีชีวิตที่สงบสุขทั้งในโลกปัจจุบันและโลกหน้า ดังนั้นการปฏิบัติมรณัสสติจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตประจำวันของเราจริง

ดังนั้น จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติมรณานุสสติเป็นไปเพื่อความดับทุกข์ทั้งปวง แล้วก็พยายามปฏิบัติให้ถึงความประสงค์นั้น ไม่ว่าจะใช้เวลามากหรือน้อย ผลที่ปรากฏออกมาจึงเป็นเครื่องชี้หรือวัดถึงความสามารถและความสำเร็จในการปฏิบัติถือได้ว่าเป็นงานอย่างหนึ่ง แต่เป็นงานทางด้านจิตใจที่จะต้องปฏิบัติเพื่อให้จิตใจที่เราร้อนด้วยกิเลส 1,005 ตัณหา 108 ให้สงบเย็นเป็นสมาธิและเพื่อจะได้เลิก ลด ละ จากสิ่งไม่ดีทั้งหลายให้หมดไป จุดมุ่งหมายของการกระทำหรือประโยชน์จากการปฏิบัติ คือ 1) เพื่อทำสภาวะของกายให้เกิดขึ้น 2) เพื่อทำสภาวะของชีวิตให้เกิดขึ้น 3) เพื่อทำสภาวะของทรัพย์ให้เกิดขึ้น 4) เพื่อทำสภาวะของความรักให้เกิดขึ้น 5) เพื่อทำให้จิตใจสงบ เป็นสมาธิ 6) เพื่อทำให้จิตใจได้คลายออกจากความทุกข์ทั้งปวง 7) เพื่อให้บรรเทาจากกิเลส คือ โลภะ โทสะและโมหะ 8) เพื่อเป็นเครื่องคอยเตือนจิตใจไม่ให้ประมาทในกิจทั้งปวง 9) เพื่อเป็นการปฏิบัติธรรมขั้นสูง คือ วิปัสสนากรรมฐาน 10) เพื่อให้อาสวะหมดสิ้นไป คือ ได้บรรลุมรรคผลนิพพาน

7. วิเคราะห์หลักมรณัสสติ

การปฏิบัติมรณานุสสติในพระไตรปิฎก ทำให้เป็นคนไม่ประมาท ไม่มัวเมา ไม่หลงไปตามความคิดความนึก ไม่เพลินไปกับรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ไม่หลงเพลินไปกับโลก ทำให้จิตไม่มีนิวรณ์ ตั้งมั่น เป็นสมาธิ เมื่อตั้งมั่นเป็นสมาธิก็เอามาเจริญวิปัสสนา เหมือนกับกรรมฐานอื่นๆ ได้เหมือนกัน การปฏิบัติมรณานุสสติในพระไตรปิฎก นอกจากจะมีสติสัมปชัญญะแล้ว ยังมีสังเวคะ คือ กระตุ้นจิตให้มีความเพียร รีบทำสิ่งที่ควรทำ ก่อให้เกิดแรงกระตุ้น ในใจได้มาก ทำให้เป็นคนไม่ประมาทได้อย่างรวดเร็ว มีกำลังใจในการทำความเพียร

1. วิธีการปฏิบัติมรณัสสติ คือ ระลึกถึงความตาย ระลึกถึงจุดที่ชั้นธแตกออกจากกัน จุดที่นามรูปไม่สืบต่อแล้ว ระลึกถึงความตายเป็นที่สุด ไม่อาจจะหนีความตายไปได้ การระลึกถึงบ่อยๆ ระลึกถึงความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ในชาตินี้ เรียกว่า มรณานุสสติ

2. การตั้งสติระลึกถึงความตายหรือนึกถึงความตาย มาเป็นอารมณ์กรรมฐานให้กระทำอยู่อย่างนี้อยู่ทุกลมหายใจเข้าออก ในขณะที่ระลึกความตายก็ใช้สติปัญญาพิจารณาให้เห็นถึงเปลี่ยนแปลงของชีวิต เริ่มแต่แรกที่ปฏิสนธิเกิดอยู่ในท้องของแม่ จนถึงคลอดออกมาเป็นเด็ก เป็นหนุ่มสาวเป็นคนแก่ เป็นคนชรา และตายในที่สุด ที่มีการเปลี่ยนแปลงนั้นก็เนื่องด้วยเป็นเรื่องราวธรรมดาของชีวิต ไม่มีใครบังคับให้เกิดเช่นนั้นได้ แต่มันก็เป็นไปตามกฎธรรมชาติของสังขาร เมื่อถึงจุด ถึงวาระสังขารนั้นก็แตกดับลง ซึ่งเรียกว่า “ตาย” การพิจารณาถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดความตาย สิ่งที่สามารถทำให้ชีวิตขาดดับลงนั้นมี 2 อย่าง คือ

1) กาลมรณ คือ ระลึกถึงความตายที่เกิดขึ้นตามกาลเวลาของสังขาร เอามาเป็นอารมณ์กรรมฐาน

2) อากาลมรณ คือ ระลึกถึงความตายนอกกาลเวลาที่สมควรตายก็ตายด้วยเหตุ เช่น ถูกฆ่าตาย ตกน้ำตาย รถยนต์ชนตายเป็นอารมณ์กรรมฐาน

ผู้ปฏิบัติที่ดีจะต้องรู้จักตัดอารมณ์ที่ไม่ดีออกให้ได้และควบคุมใจให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ที่ดี หรือต้องรู้จักกำหนดอารมณ์อยู่เสมอ และในขณะที่ปฏิบัติอยู่นั้นต้องทราบอีกว่าอารมณ์ที่ไม่ควรยึดตามหลักในทางพุทธศาสนาจะต้องระวังอยู่เสมอ อารมณ์ของมรณานุสสติเป็นเรื่องที่มีความแตกต่างจากอารมณ์ของการปฏิบัติกรรมฐานประเภทอื่นเพราะการปฏิบัติกรรมฐานให้ยึดระลึกเอาความตายมาเป็นอารมณ์ และความตายนั่นจะต้องเป็นการตายที่ขาดชีวิตจริงๆ จะยึดเอาสิ่งอื่นนอกจากการระลึกถึงความตายแล้วไม่ถือว่าเป็นอารมณ์ของมรณานุสสติ ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่าอารมณ์มรณานุสสติมีความแตกต่างจากอารมณ์กรรมฐานประเภทอื่นในด้านรูปแบบ ถึงจะมีความแตกต่างกัน ส่วนจุดมุ่งหมายมีความต้องการเหมือนกันคือ เพื่อให้เกิดเป็นสมาธิ คลายออกจากความทุกข์

8. ประโยชน์ของการปฏิบัติมรณัสสติ

การปฏิบัติมรณัสสติในหลักการตามวิธีการที่พระพุทธรเจ้าทรงตรัสไว้และลงมือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ไม่ปล่อยจิตใจไปในที่อื่นนอกจากการตั้งอยู่กับอารมณ์กรรมฐาน คือ ระลึกถึงความตายอยู่เสมอไม่เผลอ ย่อมทำให้เกิดประโยชน์กับการดำรงชีวิต ดังนี้

1. จิตใจเกิดเป็นสมาธิได้เร็ว คือ การนึกถึงความตายของตนอยู่เนืองๆ ย่อมทำให้เข้าใจถึงแก่นแท้ของชีวิตว่าทุกชีวิตในโลกนี้ ย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปและทุกชีวิตก็มีความตายรอคอยอยู่เบื้องหน้า มีความตายเป็นสมบัติ ซึ่งเป็นสมบัติที่จะได้รับเท่าเทียมกัน เมื่อเราได้ทราบ

ถึงแก่นแท้ในชีวิตเช่นนี้แล้ว ย่อมทำให้เราเกิดความสดใจ เกิดความเบื่อหน่าย คลายจากความยึดมั่นถือมั่น คลายจากกิเลสอันมีโลภะ โทสะ และโมหะได้ และเมื่อมีเรื่องราวเกี่ยวกับความตายเกิดขึ้น ก็ทำให้เรามีสติรู้เท่าทันสามารถทำจิตใจให้ปล่อยวางได้เร็ว ไม่เป็นทุกข์ ไม่เสียใจ และควบคุมจิตใจให้ตั้งมั่นในอารมณ์กรรมฐานได้ จิตใจที่มีการฝึกฝนปฏิบัติ จึงเป็นจิตใจที่มีความหนักแน่น เข้มแข็ง ไม่หวาดหวั่นกลัวตาย เพราะได้มีการฝึกฝนทำความคุ้นเคยกับความตายจนเคยชินแล้ว พร้อมกันนั้นก็มีการระลึกอยู่เสมอว่าความตายเป็นเรื่องของสังขาร เมื่อถึงโอกาสเวลาที่ต้องเป็นไปตามธรรมชาติ ด้วยการเข้าใจแก่นแท้ของชีวิตเช่นนี้ จิตใจจึงไม่เป็นทุกข์ มีความสุข มีความสงบ ซึ่งเรียกว่าจิตเป็นสมาธิ เพราะจิตใจได้ตั้งมั่นอยู่กับอารมณ์เดียวอยู่ตลอดเวลา

2. รู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงของสังขาร คือ รู้ว่าทุกชีวิตในโลกที่มีลักษณะยาวาวหนา คับ กว้างตอกล้วนมีความแตกดับเป็นที่สุด เพราะว่าทุกสิ่งในโลกนี้ล้วนอยู่ภายใต้อำนาจของกฎพระไตรลักษณ์ มี 3 ประการคือ 1) อนิจจตา คือ ความไม่เที่ยง ไม่มั่นคง 2) ทุกขตา คือ ความทนอยู่ไม่ได้ 3) อนัตตา คือ ความมิใช่ตัวตนที่แท้จริง

3. ตระหนักรู้หลักความจริงในชีวิต คือ ทุกชีวิตในโลกล้วนมีความตายในเบื้องหน้า เป็นหลักความจริงที่แน่นอน ที่ใครๆ อาจจะปฏิเสธไม่ได้ จะยกเว้นก็ไม่ได้ จะหลีกเลี่ยงก็ไม่ได้ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน จะยิ่งใหญ่ขนาดไหนก็ไม่มีการยกเว้น ด้วยเหตุที่เป็นจริงเช่นนี้ จึงให้ตระหนักรู้ในหลักความจริงของชีวิตว่า “ชีวิต ความเจ็บไข้ เวลา สถานที่ที่ทอดกาย และภุมิที่จะไปเกิดในโลกหน้า” เรื่องทั้ง 5 อย่างนี้เป็นเรื่องที่ไม่อาจรู้ได้ เพราะเป็นเรื่องที่ไม่มีเครื่องหมายกำหนดไว้

4. รู้จักเตรียมตัวก่อนตาย คือ ก่อนจะมีการเดินทางไปทีใดไกลก็จะต้องมีการเตรียมตัวด้วยกันทุกคน ถึงแม้จะอยู่กับบ้าน ไม่ได้เดินทางไปไหนมาไหนก็ต้องเตรียมตัวด้วยกันทั้งนั้น เช่น เตรียมอาหารประจำวัน เตรียมเสื้อผ้า เงินทอง หยูกยา เป็นต้น ก่อนที่เราจะตายจากโลกนี้ไปสู่โลกหน้านั้นเป็นการสมควรอย่างยิ่งที่จะต้องเตรียมตัวให้มาก และให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้

สรุปแล้ว การนึกถึงความตายมีประโยชน์มาก ทำให้เราเป็นคนไม่ประมาท ไม่มัวเมาไม่หลงไปตามความคิดความนึก ไม่เพลินไปกับรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ไม่หลงเพลินไปกับโลกทำบ่อยๆ ก็ทำให้จิตไม่มีนิวรณ์ ตั้งมั่นเป็นสมาธิ เมื่อตั้งมั่นเป็นสมาธิก็เอามาเจริญวิปัสสนาเหมือนกับกรรมฐานอื่นๆ ได้เหมือนกัน

องค์ความรู้ที่ได้รับจากการศึกษา

จากการศึกษาเรื่องมรณัสสติในพระไตรปิฎก สามารถสรุปองค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา จำแนกออกเป็น 3 ประเด็น คือ

1. ความเข้าใจ - ความตระหนักถึงความไม่เที่ยงและหลีกเลี่ยงไม่ได้ของความตาย

2. การปฏิบัติ - วิธีการระลึกถึงความตายด้วยการเจริญสติในชีวิตประจำวัน

3. ผลที่ได้รับ - ประโยชน์ที่เกิดขึ้น เช่น การลดกิเลสและการมุ่งสู่ความหลุดพ้น

เป้าหมายสูงสุดของการปฏิบัติตามหลักมรณัสสติ คือ การเข้าถึงนิพพาน โดยละวางความยึดมั่นและพ้นจากวัฏสงสาร สามารถสรุปเป็นแผนภูมิได้ดังนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

สรุป

มรณัสสติ คือ การเจริญสติระลึกถึงความตาย ซึ่งเป็นวิธีการสำคัญในพระพุทธศาสนาเพื่อให้เกิดความไม่ประมาทและปัญญาในการดำเนินชีวิต หลักการนี้มีพื้นฐานจากความเข้าใจว่าชีวิตเป็นสิ่งไม่เที่ยง ความตายเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ และอาจมาถึงได้ทุกเวลา ดังนั้น การระลึกถึงความตายจึงไม่ได้มุ่งให้เกิดความหวาดกลัวหรือเศร้าหมอง แต่เพื่อช่วยเตือนใจให้ตระหนักถึงคุณค่าของเวลาและการปฏิบัติธรรม ในพระไตรปิฎก มรณัสสติถูกกล่าวถึงในฐานะเครื่องมือสำคัญที่ช่วยลดความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นทรัพย์สมบัติ ชื่อเสียง หรือความสัมพันธ์ เพราะสิ่งเหล่านี้ไม่สามารถนำติดตัวไปได้เมื่อถึงเวลาตาย การพิจารณาความตายยังช่วยให้ละคลายความโลภ โกรธ และหลง ทำให้จิตใจสงบและพร้อมที่จะมุ่งสู่การปฏิบัติธรรมเพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ พระพุทธเจ้ายังทรงสอนว่า การระลึกถึงความตายช่วยให้เห็นคุณค่าของศีล สมาธิ และปัญญา ผู้ปฏิบัติธรรมที่ตระหนักถึงความตายจะไม่ผัดวันประกันพรุ่ง แต่เร่งสร้างความดีและพัฒนาจิตใจให้ถึงซึ่งนิพพาน การเจริญมรณัสสติจึงเป็นการเตรียมพร้อมทั้งในด้านจิตใจและปัญญา เพื่อต้อนรับความตายอย่างสงบและปล่อยวาง

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการศึกษา

1.1) ความตายแม้จะเป็นเรื่องใกล้ตัว แต่หลายคนปฏิเสธที่จะกล่าวถึง เห็นว่าเป็นเรื่องอับมงคล แต่หากได้มีการเจริญสมาธิภาวนา จะทำให้เห็นว่า ความตายเป็นเรื่องธรรมดาที่สุดของชีวิต ไม่มีอะไรแตกต่างจากการเกิด ดังนั้น หากจะให้เข้าใจเรื่องความตาย ควรมีการส่งเสริมให้มีการปฏิบัติธรรม เจริญวิปัสสนากรรมฐานไปด้วย ซึ่งจะทำให้เห็นไตรลักษณ์ ได้อย่างชัดเจน

1.2) การระลึกถึงความตายไม่ใช่การแข่งตนเอง แต่เป็นการส่งเสริมให้ตนเองได้มีสติ เพื่อไม่ให้เกิดความประมาทในการใช้ชีวิต ชีวิตที่ไม่ประมาทเป็นเหตุมาซึ่งความสุข ดังนั้น การพิจารณาถึงความตายจึงเท่ากับการส่งเสริมความไม่ประมาทในชีวิตไปด้วย เป็นการวางแผนชีวิตอย่างรอบคอบและรัดกุม จึงควรมีการอธิบายถึงการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายอย่างเหมาะสมและถูกวิธี

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาครั้งต่อไป

2.1) แนวทางการสอนมรณสติสำหรับประชาชนทั่วไป โดยเน้นความสบายในการฟัง และการนำหลักมรณสติไปใช้ได้จริง

2.2) ศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเกี่ยวกับมรณสติที่ปรากฏในพระไตรปิฎกกับแนวคิดของนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนา

2.3) เปรียบทศนะเรื่องความตายระหว่างพระพุทธศาสนากับศาสนาต่างๆ เพื่อให้เข้าใจและพัฒนาปัญญาในการดำเนินชีวิต

บรรณานุกรม

นลินี คณะนา, พระครูโสภณรัตนบัณฑิต และพระครูวิจิตรศีลาจาร. (2563). “การประยุกต์ใช้หลักคำสอนเรื่องมรณสติในชีวิตประจำวัน”. วารสารมหาจุฬานครทรรศ. 7 (5): 119.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). (2546). **คลังธรรม**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง. พัน ดอกบัว. (2543). **แนวความคิดเกี่ยวกับสังสารวัฏ : การเวียนว่ายตายเกิดในพระพุทธศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์โสภณการพิมพ์.

สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาท อสภมหาเถระ) (แปลและเรียบเรียง). (2554). **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพมหานคร: ธนาเพรส.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราช**

วิทยาลัย.กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2526). *อภิธัมมัตถสังคหบาลีและอภิธัมมัตถวินิฎ્ฐิกา ฉบับแปลไทย*.

กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย.

สุภีร์ ทุมทอง. (2555). *มรณสติในพระไตรปิฎก*. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์.
