

## บทที่ 2

### แนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วัตถุประสงค์ของการศึกษา ตัวแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่าง พละ 5 และพฤติกรรมด้านคุณธรรมในมิติของสังคหวัตถุ 4 ของผู้ปฏิบัติกรรมฐานในพุทธศาสนาเถรวาท และความสามารถเชิงปัญญาของผู้นำเชิงกลยุทธ์ในธุรกิจธนาคารพาณิชย์ไทย ครั้งนี้ เพื่อยืนยันรูปแบบความสัมพันธ์ของตัวแปรในโมเดลตามสมมติฐานที่ศึกษากับความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ได้จากข้อมูลเชิงประจักษ์ และเพื่อตอบคำถามตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาโดยการทบทวนวรรณกรรมต่างๆ ทั้งจากแนวคิด ทฤษฎี บทความ และเอกสารทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับหัวข้อที่ศึกษาเพื่อเป็นพื้นฐานในการพัฒนารอบแนวคิด สมมติฐานเพื่อทราบถึงรูปแบบของความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษา และนำไปพัฒนาเป็น โมเดลการวิจัยต่อไป โดยผู้ศึกษาได้นำเสนอแนวทางในการพัฒนาแยกตามหัวข้อที่ศึกษาตามลำดับ ดังนี้

1. กรอบแนวคิดการศึกษา
2. ความเป็นมาของพุทธศาสนาเถรวาท
3. อัตลักษณ์ และความสำคัญของพุทธศาสนาเถรวาท
4. พระพุทธศาสนาเถรวาทในบริบทที่เกี่ยวข้องกับการประกอบการธุรกิจ
5. การปฏิบัติกรรมฐานในพุทธศาสนาเถรวาท
6. แนวทางการปฏิบัติกรรมฐาน ในพระพุทศาสนาเถรวาท
7. สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทศาสนาเถรวาท
8. การปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทศาสนาเถรวาทกับบริบทของพฤติกรรมด้านคุณธรรม
9. พฤติกรรมด้านคุณธรรมในผู้ปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทศาสนาเถรวาทกับบริบทของความสามารถเชิงปัญญาในผู้นำการจัดการเชิงกลยุทธ์
10. ความสามารถเชิงปัญญาของผู้นำเชิงกลยุทธ์ในธุรกิจธนาคารพาณิชย์ไทยในผู้ปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทศาสนาเถรวาท
11. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

## กรอบแนวคิดในการศึกษา

### 1. กรอบแนวคิดด้านในเชิงทฤษฎี

1) กรอบทฤษฎีหลัก ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาภายใต้กรอบทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบการกระทำ หรือทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบการกระทำ (Operant Conditioning Theory) ของ บี. เอฟ. สกินเนอร์ (B. F. Skinner, 1953, Online) เป็นทฤษฎีที่เชื่อว่าพฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออก หรือเปลี่ยนแปลง ซึ่งมีผลมาจากการที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมใน 2 ปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยเงื่อนไขนำ (Antecedents) ซึ่งเป็นเงื่อนไข เหตุการณ์ หรือสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นก่อนที่บุคคลจะแสดงออกในพฤติกรรม (Behavior) ต่างๆ ซึ่งเป็นปัจจัยเงื่อนไขที่สองในกรอบทฤษฎี นำไปสู่ปัจจัยเงื่อนไขผลที่ได้รับ หรือผลกรรม (Consequences) ซึ่งเป็นปากฎการณ์หรือสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นหลังการแสดงพฤติกรรมแล้วเป็นปัจจัยเงื่อนไขที่สามตามกรอบทฤษฎี โดยปัจจัยเงื่อนไขทั้ง 3 ประการ มีลักษณะเป็นอนุกรมต่อเนื่องกันไปไม่ขาดสาย โดยปัจจัยผลที่ได้รับ หรือผลกรรม (Consequences) จะย้อนกลับกลายเป็นปัจจัยเงื่อนไขนำ (Antecedents) ส่งผลไปสู่การแสดงพฤติกรรม (Behavior) และนำไปสู่ปัจจัยผลที่ได้รับ หรือผลกรรม (Consequences) ต่อเนื่องเป็นพลวัตรไม่สิ้นสุด

ดังนั้นการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงเห็นว่าหลักธรรมในเรื่องพละ 5 ที่เกิดขึ้นในผู้ปฏิบัติกรรมฐานในพุทธศาสนาเถรวาท เป็นปัจจัยเงื่อนไขนำ (Antecedents) ซึ่งเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการแสดงออกทางพฤติกรรมของผู้บริหารซึ่งเป็นกระบวนการที่ผู้บริหารใช้พิจารณาตัดสินใจว่าควรหรือไม่ควรแสดงพฤติกรรมนั้นๆ ซึ่งเป็นปัจจัยเงื่อนไขด้านพฤติกรรม (Behavior) ของบุคคลไปสู่ปัจจัยผลที่ได้รับหรือผลกรรม (Consequences) ของบุคคลซึ่งเป็นผลของการกระทำ หรือพฤติกรรมที่แสดงออกมาเป็นกรอบทฤษฎีหลักเพื่อศึกษา และสร้างโมเดลในงานวิจัย

2) กรอบทฤษฎีรอง ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยนำแนวทางการปฏิบัติกรรมฐานในพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งเป็นแนวทางการปฏิบัติในพระพุทธรูปศาสนาหินยานซึ่งเป็นนิคายที่นักปราชญ์ในทางพระพุทธศาสนาทั่วโลกยอมรับกันว่าเป็นนิคายที่รักษาแบบแผนการปฏิบัติ และยึดมั่นในคำสอนดั้งเดิมของพระพุทธเจ้าไว้อย่างเคร่งครัด แม้นักปราชญ์ทางพุทธศาสนาในนิคายฝ่ายมหายานเองต่างก็เห็นความสำคัญเช่นกัน (วรภัทร์ ภูเจริญ, 2544, หน้า 17) ผู้วิจัยจึงนำแนวทางการปฏิบัติกรรมฐาน ในพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งเป็นกุศโลบายเพื่อการพัฒนาพละ 5 หรือกำลัง 5 ประการที่มีในตัวบุคคล หลักธรรมในเรื่องสังคหวัตถุ 4 ซึ่งเป็นหลักธรรมที่แสดงถึงหลักการสงเคราะห์ ความเอื้ออาทรสงเคราะห์กันเพื่อยึดเหนี่ยวจิตใจของผู้อื่นให้อยู่ร่วมกัน (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต, 2546, ออนไลน์) มาเป็นกรอบทฤษฎีหลักเพื่อศึกษา และสร้างโมเดลในงานวิจัย

ผู้ศึกษาได้ทบทวนวรรณกรรมจากแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร และบทความทางวิชาการ ตามกรอบทฤษฎีหลัก และกรอบทฤษฎีรอง พบหลักฐานความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยตัวแปรพละ 5 ในผู้ปฏิบัติกรรมฐานในพุทธศาสนาเถรวาท พฤติกรรมด้านคุณธรรมในมิติของสังคหวัตถุ 4 และ

ความสามารถเชิงปัญญาของผู้นำเชิงกลยุทธ์ในธุรกิจธนาคารพาณิชย์ไทย ดังนั้นผู้ศึกษาจึงนำความสัมพันธ์ที่พบจากการทบทวนวรรณกรรมมาสร้างเป็นโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษา (Measurement model or Confirmatory factor models) และเพื่อการวิเคราะห์องค์ประกอบปัจจัยเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตกับตัวแปรแฝง (Latent Variable) ในโมเดลโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่ศึกษา (ศิริชัย กาญจนวาที และคณะ. 2551. หน้า 94)

## 2. กรอบแนวคิดด้านตัวแบบจำลองโมเดลการศึกษา

จากการทบทวนวรรณกรรมตามกรอบแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัย บทความทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกัน พบว่า ตัวแปรที่สังเกตได้ (Manifest Variable) ในโมเดลเชิงสาเหตุ (Causal model) ที่ทำการศึกษามีความสัมพันธ์กันตามสมมติฐานการวิจัยที่ได้ออกแบบไว้ครั้งนี้ ผู้ศึกษาจึงได้นำตัวแบบโมเดลสมการโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ (Structural Equation Modeling) มาพัฒนาและสร้างเป็นตัวแบบโมเดลการวัด (Measurement model or Confirmatory factor models) เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ปัจจัยองค์ประกอบที่แสดงถึงความสัมพันธ์ในระหว่างตัวแปรที่สังเกตได้กับตัวประกอบหรือตัวแปรแฝง (Latent Variable) ในโมเดลโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ (ศิริชัย กาญจนวาที และคณะ. 2551. หน้า 94) จากกรอบแนวคิดการวิจัยผู้ศึกษาได้พัฒนาตัวแบบโมเดลการวัดโดยแยกออกเป็น 3 โมเดล ได้แก่ ตัวแปรแฝง จำนวน 3 ตัวแปร และมีตัวแปรที่สังเกตได้ จำนวน 16 ตัวแปร ดังนี้

1. ตัวแบบโมเดลการวัดปัจจัยพละ 5 ประกอบด้วยตัวแปรแฝง 1 ตัวแปร และตัวแปรตัวแปรสังเกต 5 ตัวแปร
2. ตัวแบบโมเดลการวัดปัจจัยพฤติกรรมด้านคุณธรรมในมิติของสังคหวัตถุ 4 ประกอบด้วยตัวแปรแฝง 1 ตัวแปร และตัวแปรสังเกต 4 ตัวแปร
3. ตัวแบบโมเดลการวัดปัจจัยความสามารถเชิงปัญญาของผู้นำเชิงกลยุทธ์ในธุรกิจธนาคารพาณิชย์ไทย ประกอบด้วยตัวแปรแฝง 1 ตัวแปร และตัวแปรสังเกต 4 ตัวแปร

## 3. กรอบแนวคิดด้านระเบียบวิธีวิจัยทางสถิติในการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้ นำการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ปัจจัยเชิงสาเหตุโดยใช้ตัวแบบโมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling) ซึ่งเป็นตัวแบบสมการทางด้านสถิติมาใช้เพื่ออธิบายความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในตัวแบบโมเดลโครงสร้างความสัมพันธ์กันทางสถิติระหว่างตัวแปรแฝงภายนอก (exogenous latent variables) 1 ตัวแปร ได้แก่ ปัจจัยด้านพละ 5 ประการ ซึ่งผลต่อตัวแปรผลหรือตัวแปรแฝงภายใน (endogenous latent variables) 2 ตัวแปร ได้แก่ ปัจจัยด้านพฤติกรรมด้านคุณธรรมของผู้บริหารในมิติของสังคหวัตถุ 4 และปัจจัยด้านความสามารถเชิงปัญญาของผู้นำเชิงกลยุทธ์ในธุรกิจธนาคารพาณิชย์ไทย ที่ปฏิบัติกรรมฐานในพุทธศาสนาเถรวาท

ดังนั้นเพื่อให้การศึกษาครั้งนี้ ถูกต้องเที่ยงตรงตามหลักวิชาการ และเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ผู้วิจัยจึงใช้การประมวลผลข้อมูลเชิงประจักษ์ด้วยการใช้โปรแกรม SPSS

(Statistical Package for Social Science: SPSS) ซึ่งเป็นโปรแกรมที่ใช้เพื่อการวิจัยทางด้านสังคมศาสตร์ มาเพื่อใช้ประมวล และวิเคราะห์ผลของข้อมูลเชิงประจักษ์ในส่วนของค่าทางสถิติเชิงพรรณนา และใช้โปรแกรม ลิสเรล (Linear Structure Relationship: LISREL) มาเพื่อใช้หาความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุ และเพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันความถูกต้อง (Confirmatory Factor Analysis: CFA) ในส่วนสถิติเชิงอนุมานในตัวแบบโมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM) ในการศึกษาครั้งนี้

### ความเป็นมาของพุทธศาสนาเถรวาท

พุทธศาสนาเถรวาท เป็นศาสนาในลัทธิอเทวนิยม กำเนิดในประเทศอินเดีย มากกว่า 2500 ปี โดยมีพระสมณะ โคดม หรือพระพุทธเจ้า เป็นศาสดา ที่มีตัวตนจริงในประวัติศาสตร์ หลักธรรมที่สำคัญในพุทธศาสนาเถรวาท มีคติความเชื่อที่ว่ามนุษย์ทุกคนมีศักยภาพเพียงพอในการพัฒนาจิตใจไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ด้วยความสามารถของตนเอง จึงเกิดแนวคิดที่ว่ามนุษย์สามารถกำหนดชีวิตของตนเองได้ด้วยผลการกระทำของตนเอง (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณกรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 25. ย่อหน้า 22. หน้า 30-31. ออนไลน์) โดยอาศัยการปฏิบัติด้วยตนเอง (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณกรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 17. ย่อหน้า 87-88. หน้า 42-43. ออนไลน์. 2554) โดยหลักคำสอนเป็นการสอนที่มุ่งให้มนุษย์หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงในโลกด้วยการสร้างปัญญาและการอยู่ร่วมกับความทุกข์อย่างรู้เท่าทันตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นแนวทางเดียวกันกับที่พระพุทธเจ้าได้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงด้วยกำลังสติปัญญาและความเพียรของพระองค์เองในฐานะที่พระองค์ก็ทรงเป็นมนุษย์คนหนึ่งเช่นกัน (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณกรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 20. ย่อหน้า 248-256. หน้า 56 – 60. ออนไลน์) หลักพุทธศาสนาเถรวาทเกิดขึ้นหลังจากพระพุทธเจ้าเสด็จปรินิพพานได้ 3 เดือน โดยการรวบรวมคำสอนของพระพุทธเจ้า ณ ตำบลบรณคูหา ข้างเขาเวภาระ กรุงราชคฤห์ ประเทศอินเดีย โดยพระมหากัสสปะ เป็นประธาน โดยพระอานนท์เป็นผู้ให้คำตอบเกี่ยวกับพระธรรม พระอุบาลีเป็นผู้ให้คำตอบเกี่ยวกับพระวินัย ร่วมกับพระอรหันต์ที่ได้เคยรับฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าเข้าร่วมในการสังคายนา จำนวน 500 รูป โดยมีพระเจ้าอชาตศัตรูเป็นองค์อุปถัมภ์ การรวบรวมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าในครั้งนั้นเรียกว่า “การทำสังคายนา” ใช้เวลา 7 เดือน หลังจากที่พระพุทธเจ้าปรินิพพานแล้ว และอีกประมาณ 100 ปี จึงมีการสังคายนาพระธรรมวินัยอีกครั้งเป็นครั้งที่ 2 ณ เมืองเวสาลี แคว้นวัชชี ประเทศอินเดีย โดยพระยสะกัทธกบุตร เป็นผู้ชักชวนร่วมกับพระเถระเข้าร่วมประชุมจำนวน 8 รูป ได้แก่ พระสัพพกา มี พระสาพหะ พระขุชชโสภิตะ พระวาสภคามิกะ พระเรวตะ พระสัมภุตะสาณวาสี พระยสะกัทธกบุตร พระสุมนะ และมีพระสงฆ์ร่วมประชุมจำนวน 700 รูป ใช้เวลา 8 เดือน (พระครูสุ

วัฒนธรรมการณ. ออนไลน์. 2554) การสังคายนา ครั้งที่ 2 เกิดจากการที่หมู่พระภิกษุได้มีแนวคิดเห็นที่แตกต่างกันออกไป (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 7 ย่อหน้า 663 หน้า 336-342 ออนไลน์) โดยพระภิกษุส่วนหนึ่งเชื่อว่าพระธรรมวินัยสามารถปรับปรุงเปลี่ยนแปลงได้ตามกาลเวลา และสถานการณ์ที่เหมาะสมเพื่อดำรงไว้ซึ่งความอยู่รอดของพระพุทธศาสนา (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 7 หน้า 336-342 ออนไลน์)

จากแนวคิดที่แตกต่างดังกล่าวก่อให้เกิดการแบ่งแยกพระพุทธศาสนาออกเป็นสองนิกายใหญ่ๆ ได้แก่ นิกายหินยานซึ่งได้ยึดถือและปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าตามพระคัมภีร์ฉบับดั้งเดิมอย่างเคร่งครัดไม่เปลี่ยนแปลงที่เรียกว่า “พระพุทธศาสนาเถรวาท” ซึ่งเป็นรูปแบบเดียวของนิกายหินยานที่ยังคงหลงเหลืออยู่ในปัจจุบัน และนิกายใหม่ที่ชื่อ “นิกายมหายาน” อย่างไรก็ตามพระพุทธศาสนาทั้งสองนิกายได้เผยแผ่อย่างกว้างขวางในแถบเอเชีย และปัจจุบันได้ขยายออกไปทั่วโลกพระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นนิกายหลักที่มีอยู่ในประเทศกัมพูชา ลาว พม่า ศรีลังกา และไทย โดยเป็นหลักธรรมที่มุ่งเน้นการปฏิบัติตามหลักที่บัญญัติไว้ในคัมภีร์พระไตรปิฎก เน้นคุณค่าในการพัฒนาตนเองด้วยการปฏิบัติธรรม และให้ความสำคัญกับการเข้าสู่นิพพานด้วยการพัฒนาตนเองผ่านการปฏิบัติธรรมฐานที่มีเป้าหมายในการพัฒนาอภิญญาของปัจเจกบุคคลให้เกิดปัญญา เพื่อหลีกเลี่ยงพ้นจากสังสารวัฏด้วยการสร้างบุญ สร้างกุศล และการกระทำตามหลักศีลธรรมเพื่อชีวิตในภพภูมิกายหน้าหรือในชาติหน้าให้ดีขึ้น โดยการปฏิบัติตามฐานตามที่ปรากฏในคัมภีร์ไตรปิฎกเพื่อนำไปสู่ความสงบ และหลุดพ้น (Kate Crosby. ออนไลน์. 2554. หน้า 1. 7. 8)

### อัตลักษณ์ และความสำคัญของพระพุทธศาสนาเถรวาท

การศึกษาครั้งนี้ ยึดตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท ตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งลักษณะสำคัญ 15 ประการ (พระพรหมคุณาภรณ์: ป.อ. ปยุตโต. 2547. ออนไลน์) ได้แก่

1. พุทธศาสนา มีลักษณะเป็นทางสายกลาง ในทุกระดับเป็นเรื่องของความพอดีเพื่อให้ถึงจุดหมาย หรือให้ตรงกับความจริง ไม่ให้ไปสุดโต่ง เอียงสุด ไปจากความจริง เรียกว่า “สมตา” ความสมดุล เช่น ทางสายกลางในการปรับอินทรีย์ 5 โดยการปฏิบัติธรรมจะเน้นให้ผู้ปฏิบัติรักษาสมตา หรือความสมดุล ความพอดี ในระหว่างองค์ประกอบ ที่เรียกว่า อินทรีย์ 5 ประกอบด้วย ศรัทธินทรีย์ วิริยอินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธิินทรีย์ และปัญญาอินทรีย์ โดยบุคคลต้องมีศรัทธาพอดีกับปัญญา ถ้าศรัทธาแรงกล้าก็จะกลายเป็นบุคคลที่หลงเชื่อง่ายมง่าย หากปัญญามากแต่ศรัทธาความเชื่อ น้อยก็จะกลายเป็นคนที่จี้สงสัย มักมีความคิดเห็นในเชิงปฏิเสธก่อนเสมอ ขาดความลึกซึ้งในการพิจารณา หรือหากสมดุลระหว่างวิริยะความเพียรมากไป สมาธิ น้อยจะกลายเป็นเครียดและฟุ้งซ่าน หรือหากความเพียรน้อยสมาธิมาก มักหลงเพลินเพลินสบายจนอาจจะทำให้เกิดคร้านได้ ฉะนั้นจึงต้องมี

ความพอดีระหว่างวิริยะกับสมาธิ และศรัทธากับปัญญา โดยมีสติควบคุมให้ดำเนินไปตามทางสายกลาง ความพอดี เพื่อให้ถึงจุดหมาย ที่ตรงกับความจริงไม่สุดโต่ง ไม่เอียงสุด

2. พุทธศาสนา มีลักษณะที่เป็นสากลทั้งความคิดและการปฏิบัติเป็นคำสอนที่เกี่ยวกับสังขารม สอนความจริงที่เป็นสากล เป็นกลางไม่ขึ้นกับบุคคล กลุ่ม เหล่า พรรคพวก ยึดถือตามหลักธรรมคำสอน ไม่บังคับให้ปฏิบัติ ไม่บังคับให้เชื่อ ไม่ช่วยด้วยการลงโทษ สอนให้เห็นความจริงตามความเป็นจริง การกระทำใดจะเกิดผลดี หรือผลเสียก็เป็นไปตามธรรมชาติของเหตุปัจจัยของมันเอง เป็นสังขารสากลที่ทุกคนสามารถพิจารณาเห็นพ้องต้องกันได้ด้วยสติปัญญาตนเอง

3. พุทธศาสนา มีลักษณะที่ให้ความสำคัญทั้งสาระ และรูปแบบ ประกอบด้วยหลักพระธรรมกับหลักพระวินัย เทียบเคียงกับประเด็นที่ถกเถียงกันอยู่เสมอว่าระหว่างคนกับระบบ ปัจจัยใดสำคัญกว่ากัน ในทางพระพุทธศาสนามีหลักเกณฑ์ที่เรียกว่า “พระวินัย” ซึ่งเป็นรูปแบบ และกฎเกณฑ์ เป็นข้อกำหนดที่เน้นสภาพแวดล้อมทางกาย และทางด้านวัตถุ ซึ่งเป็นเรื่องทางสังคม ที่บัญญัติขึ้นไว้เพื่อให้สังคมอยู่ได้ โดยนัยนี้พุทธศาสนาจึงให้ความสำคัญทั้งในด้านปัจเจกบุคคล และสังคม ให้ความสำคัญทั้งสาระ และรูปแบบ ให้ความสำคัญทั้งการปฏิบัติ และทางจิตใจ

4. พุทธศาสนา ลักษณะที่เป็นกรรมวาท กิริยาท วิริยาท โดยพุทธศาสนาสอนหลักกรรมว่าการกระทำมีจริงเป็นกรรมวาท สอนว่าการทำเป็นการแสดงออกเป็นกิริยาท และสอนว่าความเพียรพยายามมีผลจริง จึงให้ทำการใดๆ ด้วยความเพียรพยายามเป็นวิริยาท พุทธศาสนาจึงเป็นศาสนาแห่งการกระทำเป็นศาสนาแห่งการเพียรพยายามไม่หยุดนิ่ง ให้ความสำคัญแก่ความเพียร จึงเป็นศาสนาแห่งการกระทำความเพียรพยายาม ความรับผิดชอบต่อตนเอง และรู้จักพึ่งตนเอง

5. พุทธศาสนา มีลักษณะที่เป็นการแยกแยะ (วิจักษณ์) ซึ่งมีความหมายใกล้เคียงกับคำว่าวิเคราะห์ พุทธศาสนาจึงแสดงให้เห็นความจริง และมีรูปแบบการสอนด้วยการจำแนกแยกแยะไม่มองความจริงเพียงด้านเดียว แต่มุ่งเน้นการวิเคราะห์โดยการจำแนกแยกแยะมองความจริงอย่างครบถ้วนในทุกด้าน ไม่ให้ความสำคัญไปอย่างใดอย่างหนึ่ง แม้ในการตอบคำถามก็มีลักษณะของการจำแนกแยกแยะไม่ตีความ หรือด่วนสรุป เป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมให้บุคคลมีหลักการแสดงท่าทีสนองตอบ หรือมีปฏิกริยาต่อสิ่งทั้งหลายด้วยการพิจารณาอย่างวิเคราะห์ และจำแนกแจกแจงแยกแยะเพื่อให้เห็นความจริงครบทุกแง่มุมในทุกด้าน

6. พุทธศาสนา มีลักษณะที่มุ่งอิสรภาพ มีวิมุตติหรือความมีอิสรภาพ ความหลุดพ้น ในทางธรรมใช้คำว่า วิมุตติรส พระพุทธเจ้าทรงตรัสเป็นคำอุปมาว่า “มหาสมุทรแม้จะกว้างใหญ่ และ น้ำในมหาสมุทรที่มากมาย แต่มีรสชาติเดียวคือรสเค็ม เปรียบได้กับธรรมวินัยแม้จะมีมากมายแต่ก็มีรสเดียวคือวิมุตติรส ได้แก่ การหลุดพ้นจากทุกข์และกิเลส” พุทธศาสนาจึงมีลักษณะของวิธีปฏิบัติเพื่อรู้เท่าทันความจริงในสิ่งทั้งหลายว่าเป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่เป็นไปตามความปรารถนาของเรการเข้าไปยึดมั่นถือมั่น ไม่เป็นประโยชน์และเป็นไปไม่ได้ และไม่สามารถทำให้มีผลเป็นจริงได้ จึงสอน

ให้มีอิสรภาพไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลายโดยการรู้เห็นแจ้งด้วยปัญญาตามความจริงของตนเอง จนจิตจนหลุดพ้นเป็นอิสระ

7. พุทธศาสนา มีลักษณะที่เป็นศาสนาแห่งปัญญา พระพุทธศาสนาถือปัญญาเป็นหลักธรรมสำคัญเป็นธรรมที่เป็นแกนกลาง และเป็นหลักธรรมสูงสุดในการตัดสินใจขั้นสุดท้ายเพื่อเข้าถึงจุดหมายสูงสุด พุทธศาสนาไม่ใช่ศาสนาแห่งศรัทธา แต่เป็นศาสนาแห่งปัญญา โดยให้ความสำคัญแก่ ศรัทธา ศีลวัตร และสมาธิ แต่คำสอนยังคงย้ำว่าศรัทธาเป็นฐานในการนำไปสู่ปัญญา ส่วนศีลวัตรเป็นข้อปฏิบัติเพื่อช่วยประคับประคองบุคคลให้เกิดสมาธิเพื่อนำไปสู่ภาวะดีมีค่าทางจิต สมาธิเป็นเพียงเรื่องของสมณะไม่ถึงนิพพาน อย่างไรก็ตามสมาธิเป็นปัจจัยที่นำไปสู่การเกิดปัญญาเช่นกัน ปัญญาจึงถือเป็นคุณธรรมสำคัญ และเป็นเอกในพระพุทธศาสนา การรู้เท่าทันสังขารที่เรียกว่า “วิปัสสนา” เป็นปัญญาในขั้นสูงสุดที่ทำให้บุคคลสามารถตัดสังขโยชน์ซึ่งเป็นเครื่องผูกมัดตัวตนกับวัฏฏสงสารและความทุกข์ลงได้

8. พุทธศาสนา มีลักษณะสอนหลักอนัตตา พระพุทธศาสนาประกาศหลักสำคัญเกี่ยวกับความจริงของสภาวะธรรมต่างๆ ที่เรียกว่า หลักอนัตตาหรือหลักของการไม่ยึดติดในตัวตน คนส่วนใหญ่มักยึดติดในอัตตาหรือตัวตน เป็นสิ่งที่ฝังลึกแนบแน่นในจิตใจคน และคนมักหวงแหนความรู้สึกผูกพันในอัตตานี้ไว้อย่างเหนียวแน่น พุทธศาสนาจึงสอนเรื่องการทำลายความเห็นผิดเกี่ยวกับอัตตา แม้พระโศดาบันก็ต้องทำลายความเห็นว่าเป็นตัวของตน และถอนความเห็นว่าเป็นตัวเป็นตน โดยถอนการยึดมั่นในความถือตัวตน หลักอนัตตาจึงมีความสำคัญ และเป็นหลักพิจารณาโดยใช้ปัญญาด้วยการไม่ยึดติดในอัตตา ไม่ให้ยึดมั่นถือมั่นด้วยความปรารถนาของตัวตน แต่ให้รู้เท่าทันว่าสิ่งทั้งหลายจะให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ใจปรารถนาไม่ได้

9. พุทธศาสนา มีลักษณะที่มองตามเหตุปัจจัย ยึดหลักความเป็นไปโดยเหตุปัจจัย และเห็นว่าสิ่งทั้งหลายไม่มีอยู่โดยลำพังตน แต่ต้องอาศัยซึ่งกันและกัน ตามหลักสัมพันธภาพ (Relativity) ในพุทธศาสนาเรียกหลักนี้ว่า “อิทัปปัจจยตา” หรือ “ปฏิจจสมุพบาท” ซึ่งเป็นหลักวิปัสสนาเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งความเป็นไปตามเหตุปัจจัย เรียกว่า “วิปัสสนาภูมิ”

10. พุทธศาสนา มีลักษณะยืนยันในศักยภาพสูงสุดของมนุษย์ ว่ามนุษย์มีภาวะที่ฝึกได้ และฝึกได้จนถึงขั้นสัตว์ประเสริฐ โดยนัยว่ามนุษย์เป็นสัตว์ที่ต้องอาศัยการฝึกฝน และปฏิบัติจึงจะมีศักยภาพสูงสุด เช่น การที่พระพุทธเจ้าพัฒนาฝึกฝนพระองค์ด้วยปัญญาจนบรรลุธรรมเป็นศาสดาในพุทธศาสนา

11. พุทธศาสนา มีลักษณะเป็นแห่งการศึกษา โดยนำการศึกษามาเป็นสาระสำคัญเป็นเนื้อแท้ของการดำเนินชีวิต โดยนำวิถีการดำเนินชีวิตของมนุษย์มาศึกษาเพื่อฝึกฝนพัฒนาตนให้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องเพื่อบรรลุจุดหมายที่ดั่งามบริบูรณ์ด้วยปัญญาหยั่งรู้ในสังขาร และดำเนินชีวิตด้วยสันติสุข

12. พุทธศาสนา มีลักษณะที่ทำให้ความสำคัญทั้งแก่ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก เพื่อสร้างความสมดุลหรือความพอดี โดยการสร้างสมดุลโดยปัจจัยภายนอกส่งเสริมการมีกัลยาณมิตร การมีครูอาจารย์ที่ดี การมีแหล่งความรู้ซึ่งมีข้อมูลที่ดีเป็นประโยชน์ กับปัจจัยภายในด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาสิ่งต่างๆ ด้วยการพิจารณาโดยแยกแยะด้วยสัมมาทิฐิเพื่อการบรรลุธรรม ในรูปแบบที่เรียกว่า “โยนิโสมนสิการ”

13. พุทธศาสนา มีลักษณะที่ทำให้ตื่นตัวด้วยความไม่ประมาท ดังคำรัสสุตท้ายของพระพุทธเจ้าก่อนจะปรินิพพานของว่า “สังขารทั้งหลาย มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม” เป็นคำสอนให้มนุษย์ตั้งอยู่บนความไม่ประมาทไม่ละเลย ไม่นิ่งเฉย แต่ให้กระตือรือร้นเร่งรัดตนในการบำเพ็ญหน้าที่ด้วยสติระลึกรู้ ตื่นตัวเพื่อการป้องกัน แก้ไข หรือกำจัดเหตุของความเสื่อม และเร่งสร้างสรรค์เหตุแห่งความเจริญออกมา

14. พุทธศาสนา มีลักษณะที่แสดงให้เห็นทุกข์แต่เป็นสุข โดยสอนให้มองเห็นความทุกข์ แต่ให้ปฏิบัติด้วยความสุข มุ่งสอนให้รู้จักโลกและชีวิตตามความเป็นจริงว่าล้วนแต่ไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วดับไป แปรวนไม่คงที่ และสอนให้เผชิญกับความทุกข์โดยรู้เท่าทันด้วยปัญญา ทำจิตใจปลอดโปร่งเป็นอิสระไม่ถูกความทุกข์บีบคั้น หลักพุทธศาสนาจึงถือว่าความสุขเข้าถึงได้ด้วยความทุกข์

15. พุทธศาสนา มีลักษณะที่มุ่งหมายเพื่อประโยชน์สุขของมนุษย์ทุกหมู่เหล่า (พหูชนหิตายะ) เห็นได้จากเมื่อเริ่มประกาศพระศาสนาพระองค์ทรงส่งพระสาวกออกประกาศพระศาสนาด้วยคำว่า จรธ ภิขเว จาริกัม พหูชนหิตาย พหูชนสุขาย โลกานุกมฺปาย แปลว่า ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงจาริกไป เพื่อประโยชน์แก่กุลแก่พหูชน เพื่อความสุขแก่พหูชน เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก

จากลักษณะสำคัญของพุทธศาสนาเถรวาท 15 ประการแสดงให้เห็นว่าหลักธรรมทางพุทธศาสนาที่ยังคงทันสมัยมาจนถึงปัจจุบัน แม้ปัจจัยสิ่งแวดล้อมต่างๆ ในโลกจะเปลี่ยนแปลงไปและส่งผลกระทบต่อบุคคล สังคม และองค์กร แต่หลักธรรมข้างต้นยังคงสามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อการบริหารจัดการด้วยหลักเหตุผล รู้จักโลก รู้จักธรรมชาติ เป็นหลักของการจัดการความสัมพันธ์ในปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคนและสิ่งแวดล้อมโดยการคำนึงถึงคุณธรรมจริยธรรมซึ่งยังคงพบเห็นได้ในสังคมมนุษย์

การประยุกต์แนวคิด หลักการทางพุทธศาสตร์ ซึ่งพบโดยพระพุทธเจ้ากว่า 2500 ปี ที่ผ่าน มา จึงเป็นหลักการที่เข้ากันได้กับกระบวนการทัศน์ในการบริหาร ซึ่งหลักการบริหารเชิงพุทธศาสตร์ เป็นบริบท และหลักการที่น่าสนใจ แม้แต่นักวิชาการทางซีกโลกตะวันตก ก็ได้นำหลักการบริหารเชิงพุทธศาสตร์ไปประยุกต์ในเชิงวิชาการ (วรภัทร ภูเจริญ, 2537, หน้า 5) การบูรณาการองค์ความรู้ และการปรับเปลี่ยนกระบวนการทัศน์ในการดำเนินธุรกิจจากกระแสหลักที่มุ่งเน้นการได้เปรียบทางการแข่งขัน และผลกำไรจากการดำเนินกิจการไปสู่แนวทางการบริหารจัดการ โดยใช้หลักของการเกื้อกูลกันมากขึ้น และสร้างปัญหาน้อยที่สุดทั้งต่อตนเอง องค์กร และสังคม แต่ยังคงศักยภาพ



ความเข้มแข็งทางการแข่งขัน และสามารถสร้างความสุขในการทำงานแก่บุคคลมากยิ่งขึ้นในเวลาเดียวกัน จึงเป็นบริบทที่มีความสำคัญและน่าสนใจศึกษามากขึ้นเป็นลำดับ

### พระพุทธศาสนาเถรวาทในบริบทของการประกอบการธุรกิจ

กิจกรรมทางธุรกิจเป็นพลังสำคัญในการสร้างสรรค์ความเจริญรุ่งเรืองแก่อารยธรรมของมนุษย์ และสังคม แต่ในขณะเดียวกันนักธุรกิจจำนวนมากยังคงยึดแนวทางการดำเนินกิจกรรมทางธุรกิจเพียงเพื่อมุ่งแสวงหาประโยชน์สูงสุด และสร้างรายได้เปรียบเหนือคู่แข่งกัน โดยไม่สนใจว่าจะสร้างปัญหา ทั้งต่อตนเองและสังคมหรือไม่ ดังพบเห็นได้เสมอในสังคมทั่วทุกมุมโลก หลักการบริหารสมัยใหม่ จึงมุ่งเน้นทางด้านเทคนิคและวิธีการปฏิบัติ เพียงเพื่อให้องค์กรบรรลุเป้าหมายในการแสวงหากำไรสูงสุด และการสร้างรายได้เปรียบทางการแข่งขัน ซึ่งเป็นไปตามบริบทของธุรกิจแบบทุนนิยม การดำเนินธุรกิจในลักษณะเช่นนี้ได้กลายเป็นวิถีปฏิบัติ และเป็นกระแสหลักที่เป็นสากลในระบบการค้าเสรีทั่วโลก ซึ่งเป็นแนวทางที่ได้รับอิทธิพลมาจากแนวคิดของ มิลตัน ฟรายด์แมน นักเศรษฐศาสตร์รางวัลโนเบล ที่กล่าวว่า “หน้าที่หนึ่งเดียวของบริษัท คือ การใช้ทรัพยากรของบริษัทเพื่อประกอบกิจกรรมที่เพิ่มผลกำไร トラบเท่าที่อยู่ในกฎของการแข่งขัน” (Milton Friedman. 1998)

นักธุรกิจกระแสหลักมักต่อต้านแนวคิดการบูรณาหลักธรรมในทางศาสนาเข้ากับการทำงาน ซึ่งนักธุรกิจส่วนใหญ่มักมีทัศนคติว่าการนำแนวคิดทางด้านศาสนาเข้าสู่การดำเนินการทางธุรกิจเป็นการเพิ่มต้นทุนให้แก่องค์กร และส่งผลให้ผลประกอบการของบริษัทด้อยลง ด้วยทัศนคติดังกล่าว นักธุรกิจกระแสหลักจึงมีความเชื่อว่าแนวคิดในเรื่องของจิตวิญญาณ และศาสนาไม่สามารถผสมผสานเข้ากับการประกอบการธุรกิจได้ และเป็นสิ่งแปลกแยกไม่สามารถหล่อหลอมให้เป็นหนึ่งเดียวกันได้ การนำแนวคิดทางศาสนาเข้ามาในกิจกรรมทางธุรกิจเป็นการสิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย และจะทำให้ผลกำไรขององค์กรลดน้อยลง หรืออาจจะส่งผลให้องค์กรธุรกิจไม่สามารถแข่งขันได้ในระบบการแข่งขันเสรีได้ ส่งผลกลายเป็นมาตรฐานในการดำเนินธุรกิจของนักธุรกิจทั่วโลก และยังมีอิทธิพลอย่างมากแม้ในนักธุรกิจไทย ซึ่งต่างก็เห็นพ้องกันว่า เรื่องของศาสนาหรือธรรมเป็นแนวคิดที่อยู่ตรงข้ามกับการดำเนินกิจกรรมทางด้านธุรกิจ และศาสนาหรือธรรมเป็นสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้องกับผู้ที่ใช้ชีวิตในสังคมทางโลก ผู้ที่ต้องการเจริญในธรรมต้องละทิ้งหน้าที่การงานและแยกตัวออกจากสังคม

ปัจเจกบุคคลจึงมักเชื่อว่าธรรมและทรัพย์สมบัติเป็นบริบทที่แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง ดังเห็นได้ว่ามีผู้บริหาร และนักวิชาการจำนวนมากที่สนใจพัฒนาแนวคิดหรือกระบวนการทัศน์ในการดำเนินธุรกิจนำรากฐานทางพระพุทธศาสนามาใช้เพื่อให้เป็นที่ยอมรับด้วยข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับสากล แม้ประเทศไทยที่มีศาสนาพุทธเป็นศาสนาประจำชาติ แต่มีองค์กรธุรกิจไม่มากนักที่นำหลักการทางศาสนามาประยุกต์ใช้ในการดำเนินธุรกิจอย่างจริงจัง ซึ่งยิ่งการตอกย้ำและสนับสนุน

แนวคิดอย่างชัดเจนว่าผู้ประกอบการในองค์กรภาคธุรกิจต่างเห็นพ้องต้องกันว่าหลักการทางพุทธศาสนากับแนวทางการดำเนินธุรกิจ เป็นบริบทที่เป็นเส้นคู่ขนานจนไม่สามารถบรรจบกันได้

แต่เมื่อพิจารณาหลักธรรมในพุทธศาสนา อาทิ ในเรื่องอริยมรรคซึ่งมีข้อบัญญัติในเรื่องของสัมมาอาชีวะในหลักอริยมรรค 8 จะพบว่าเป็นหลักธรรมที่กล่าวถึงการประกอบกิจการงานไว้ให้แก่ผู้ประกอบการอาชีพการงานหรือการค้า นอกจากนี้ยังมีหลักธรรมในเรื่อง หลักฌราวาส 4 หลักสังคหวัตถุ 4 และหลักพรหมวิหาร 4 ซึ่งล้วนเป็นหลักธรรมที่กล่าวถึงเรื่องคุณธรรมในระดับปัจเจกบุคคล เพื่อการสงเคราะห์เกื้อกูลกัน และเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจผู้อื่น และสร้างเสริมคุณธรรมประจำใจให้เกิดขึ้นในผู้นำเพื่อการปกครองคนด้วยหลักการด้านคุณธรรมและความดี ซึ่งล้วนเป็นหลักธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการบริหารจัดการได้

ดังปรากฏในสมัยพุทธกาลปรากฏผู้ที่มีวิถีชีวิตที่เกี่ยวข้องกับการค้าได้นำเอาหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนามาปฏิบัติ และอยู่ร่วมในสังคมได้ ซึ่งในคัมภีร์พระไตรปิฎกได้มีการบันทึกไว้หลายท่าน อาทิเช่น ท่านอนาถบิณฑิกะเศรษฐี นางจิตตคหบดี หรือนางวิสาขา ได้เป็นบุคคลตัวอย่างที่แสดงให้เห็นว่าธรรมในทางพระพุทธศาสนากับการค้าไม่ใช่สิ่งแปลกแยก แต่แนวคิดในทางพุทธศาสนาสามารถเข้ากันได้กับการทำงาน โดยการบูรณาการผสมผสานรวมกันได้ อย่างเป็นเอกภาพ และเป็นแนวคิดที่ไม่ใช่สิ่งใหม่อย่างที่เข้าใจกัน แต่เป็นทางในการปฏิบัติที่เกิดขึ้นและถูกสอนมากกว่า 2,500 ปี เพียงแต่ไม่มีผู้ใดสนใจทำการศึกษาอย่างจริงจัง หลักธรรมในทางพุทธศาสนาจึงเป็นกระบวนทัศน์ทางเลือกสำหรับนักธุรกิจสมัยใหม่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้อยู่ในฐานะของผู้นำองค์กร ได้นำมาเป็นหลักเพื่อการพัฒนาตนเอง หน่วยงาน องค์กร และสังคม ตลอดจนเพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการบริหารจัดการ และเพื่อการตัดสินใจแก้ไขปัญหาทางธุรกิจได้อย่างถูกต้องชอบธรรมตามหลักการทางด้านศาสนา แต่คงยังเข้มแข็งความขององค์กรได้อย่างยั่งยืน

### การปฏิบัติกรรมฐานในพุทธศาสนาเถรวาท

การปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท แม้มีแนวทางการปฏิบัติ และวิธีการที่มีความหลากหลาย แต่แนวทางการปฏิบัติที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถาว่าเป็นวิธีการที่ถูกต้องตรงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า เท่านั้นที่จะช่วยให้ผู้ปฏิบัติสามารถพัฒนาตนจากปุถุชนคนธรรมดาไปสู่ความเป็นอริยบุคคลตามอุดมคติในทางพระพุทธศาสนาได้ (พระราชวรมุนี: ประยูรชมภูจิตโต. 2535. หน้า 301-302) การเป็นชาวพุทธที่บริบูรณ์จึงมีหน้าที่ต้องปฏิบัติตามหลักพระสัทธรรม 3 ประการ คือ ปรีชาติ: คันถุระ หมายถึง คำสอนที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ให้หรือการเล่าเรียน ปฏิบัติ: วิปัสสนาธุระ หมายถึง การปฏิบัติตนตามพระวินัยที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ และ ปฏิเวธ หมายถึง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นมาเองภายในใจของผู้ปฏิบัติและเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเฉพาะแต่ละบุคคลไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นได้ในปัจเจกบุคคลโดยทั่วไป (พระราชนิโรธรังสี: เทสก์ เทสรังสี. 2547. ออนไลน์) พระสัทธรรมในทางพระพุทธศาสนาจึงเป็นปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิต

ของชาวพุทธ ผู้เข้าถึงสังขารมจะสามารเปลี่ยนแปลงจิตใจให้เป็นคนดีขึ้นและมีความสุขมากขึ้น ทำให้จิตใจมนุษย์หลุดพ้นจากอำนาจของตัณหา และอหังการพาพานความยึดมั่นในตัวเองจนทำให้มองโลกอย่างบิดเบือน (Optical Delusion) ในพระพุทธานุศาสนานี้เรียกว่า “สัญญาวิปลาส” หรือการรับรู้ที่คลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง แต่อาการดังกล่าวสามารถกำจัดได้ด้วยพระกรรมฐาน (พระธรรมโกศาจารย์: ประยูร ธมฺมจิตฺโต. ออนไลน์) ผู้ศึกษาได้ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติพระกรรมฐาน โดยมีรายละเอียดแยกตามลำดับหัวข้อ ดังนี้

### 1. กระบวนทัศน์ของการปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธานุศาสนาเถรวาท

ก่อนพระพุทธเจ้าปรินิพพาน ได้มอบพุทธานุศาสนาให้แก่ พุทธบริษัท 4 ได้แก่ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา เป็นผู้ดูแลสืบทอดพุทธานุศาสนาแทนพระองค์ โดยให้ยึดถือปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนที่พระองค์ได้ตรัสรู้ โดยให้หมั่นเพียรศึกษาประพฤติปฏิบัติด้วยความไม่ประมาท โดยคำสอนที่พระองค์ตรัสรู้ต่อมาได้ถูกรวบรวมเป็นคัมภีร์เรียกว่า “พระไตรปิฎก” (กรมการศาสนา. 2554. หน้า 9. 22) ซึ่งแบ่งหลักธรรมออกเป็น 3 หมวด ได้แก่ พระวินัยปิฎก พระสุตตันตปิฎก และพระอภิธรรมปิฎก เรียกย่อว่า พระวินัย พระสุตตร และพระอภิธรรม พระไตรปิฎกจึงนับเป็นขุมทรัพย์ทางภูมิปัญญาของมนุษยชาติ และเป็นพระสัทธรรมเพื่อการดำรงอยู่อย่างมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบ การที่ได้ศึกษา และปฏิบัติตามพระไตรปิฎกแล้วย่อมจะเกิดการพัฒนาตนให้มีความสงบ เป็นการระงับยับยั้งได้จากภายในก่อให้เกิดความสุข และปัญญา และเป็นผู้ที่สามารถบรรลุถึงความดีสูงสุดเกิดสันติภาพ และความมั่นคงในสังคม (วาริญา ภาวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม. ออนไลน์. 2554. หน้า 321–336)

การปฏิบัติกรรมฐาน เป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อการชำระจิตใจในผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์ ผู้ที่เข้าวัดฟังธรรม และศึกษาเกี่ยวกับการฝึกจิตมักเข้าใจว่าการปฏิบัติกรรมฐานเป็นการฝึกสมาธิ แต่การปฏิบัติกรรมฐานโดยรากศัพท์ เป็นที่ตั้งของการสร้างกำลังทางจิตใจ มี 2 ประการ ได้แก่ สมถกรรมฐานเป็นอุบายในการสร้างความสงบทางใจ และวิปัสสนากรรมฐานเป็นอุบายเพื่อสร้างเสริมให้เกิดปัญญา (ราชบัณฑิตยสถาน. 2542. ออนไลน์) แม้การปฏิบัติกรรมฐานจะมีหลากหลายแนวทางและวิธีในการปฏิบัติก็ตาม แต่ในทางพุทธานุศาสนาเถรวาท มีความเชื่อและยอมรับแนวทางการปฏิบัติตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎก และอรรถกถาว่าเป็นวิธีการที่ถูกต้องตรงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า และเป็นวิธีการที่ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติได้พัฒนาตนจากปุถุชนธรรมดาไปสู่ความเป็นอริยบุคคลในอุดมคติในพระพุทธานุศาสนา (พระศรีวิธานุ (วิ): บุญจิต ญาณส่วโร. 2542) ดังที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย จิตที่เศร้าหมองด้วยราคะ ย่อมไม่หลุดพ้นหรือปัญญาที่เศร้าหมองด้วยอวิชชา ย่อมไม่เจริญด้วยประการฉะนี้แล ดูกรภิกษุทั้งหลาย เพราะสํารอกราคะได้ จึงชื่อว่าเจโตวิมุติ เป็นการหลุดพ้นด้วยสมาธิ เพราะสํารอกอวิชชาได้จึงชื่อว่าปัญญาวิมุติ เป็นการหลุดพ้นด้วยปัญญา” (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิตติยกรวโรดม กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 20 ย่อหน้า 276 หน้า 686 – 341. ออนไลน์)

นอกจากนี้พระพุทธองค์ยังทรงตรัสถึงแนวทางในการละอวิชชาความไม่รู้ไว้ว่า “อภิกขุทั้งหลาย ธรรม 2 อย่างเป็นไปในส่วนแห่งวิชา ธรรม 2 อย่างเป็นไฉน คือ สมณะ: ความสงบ หนึ่ง และวิปัสสนา: ความเห็นแจ้ง หนึ่ง อภิกขุทั้งหลาย สมณะที่ภิกษุเจริญแล้ว ย่อมเสวยประโยชน์อะไร ย่อมอบรมจิต จิตที่อบรมแล้วย่อมเสวยประโยชน์อะไร ย่อมละราคะ: ความกำหนัดยินดี หรือความติดอกติดใจ ได้ วิปัสสนาที่อบรมแล้วย่อมเสวยประโยชน์อะไร ย่อมอบรมปัญญา ปัญญาที่อบรมแล้ว ย่อมเสวยประโยชน์อะไรย่อมละอวิชชา หรือความไม่รู้ตามความจริงได้” (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยกรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 20 ย่อหน้า 276 หน้า 686 – 341. ออนไลน์)

ดังนั้นการปฏิบัติกรรมฐานตามคัมภีร์พระไตรปิฎกในพระพุทธศาสนาเถรวาท จึงเป็นแนวทางการปฏิบัติที่ว่าด้วยการฝึกอารมณ์ ที่เรียกว่าการเจริญกรรมฐาน หรือการเจริญภาวนา แยกออกเป็น 2 แนวทาง ได้แก่ 1) สมถกรรมฐาน เป็นการฝึกอบรมทางด้านจิตใจ ให้เจริญองกาม ด้วยคุณธรรม มีความเข้มแข็งมั่นคง เบิกบาน สงบสุข ผ่องใส พร้อมด้วยความเพียร สติ สมาธิและ 2) วิปัสสนากรรมฐาน เป็นการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาให้เจริญทางด้านปัญญาโดยการเรียนรู้เท่าทันเข้าใจในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จนมีจิตใจเป็นอิสระไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลส และความทุกข์ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. สมถภาวนา. หน้า 295–353. วิปัสสนาภาวนา. หน้า 263–294. ออนไลน์) อีกนัยหนึ่งสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน เป็นแนวทางการปฏิบัติที่ผู้ปฏิบัติยึดเอาสภาพอารมณ์เป็นฐานที่ตั้งเพื่อเป็นแนวทางในการเจริญภาวนา โดยมีมุ่งหมายการปฏิบัติตนให้ เป็นไปตามธรรมชาติ โดยการทำให้สงบ มีสติรู้เท่าทันต่อเหตุการณ์ต่างๆ ในชีวิตตามความเป็นจริงโดยไม่หวั่นไหว ไปตามความสุขหรือความทุกข์ที่เกิดขึ้นเพื่อเป้าหมายสูงสุดคือการหลุดพ้นจากวัฏสงสารการเวียนว่ายตายเกิดในภพภูมิต่างๆ เข้าสู่พระนิพพาน

## 2. พละ 5 ในบริบทของการปฏิบัติกรรมฐาน

การปฏิบัติกรรมฐานในพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอุบายเพื่อฝึกอบรมจิตใจ และการเจริญปัญญาให้องกามด้วยคุณธรรมให้มีความเข้มแข็งมั่นคง เบิกบาน สงบสุข ผ่องใส เข้าใจ และรู้เท่าทันสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จิตเป็นอิสระไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลส และความทุกข์ เป็นไปตามธรรมชาติด้วยการทำให้สงบ มีสติรู้เท่าทันเหตุการณ์ตามความเป็นจริงไม่หวั่นไหวไปตามความสุขและความทุกข์ที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นผลจากการปรับคุณภาพของอินทรีย์ 5 ในตัวเอง ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า “อภิกขุทั้งหลาย อินทรีย์ 5 เหล่านี้ อินทรีย์ 5 เป็นไฉน สัทธินทรีย์: ความเชื่อ วิริยินทรีย์: ความเพียร สตินทรีย์: ความระลึกได้ สมาธินทรีย์: ความตั้งใจมั่น ปัญญาอินทรีย์: ปัญญา อภิกขุทั้งหลายก็จะพึงเห็นสัทธินทรีย์ในที่ไหน พึงเห็นใน โสคาปัตตคังคะ: ธรรมอันเป็นองค์เพื่อบรรลุถึงกระแสนิพพาน 4 อภิกขุทั้งหลายก็จะพึงเห็นวิริยินทรีย์ในที่ไหน พึงเห็นใน สัมมปธาน 4 อภิกขุทั้งหลาย ก็จะพึงเห็นสตินทรีย์ในที่ไหน พึงเห็นในสติปฏิฐาน 4 อภิกขุทั้งหลายก็จะพึงเห็นสมาธินทรีย์ในที่ไหน พึงเห็นในฉาน 4 อภิกขุทั้งหลายก็จะพึงเห็นปัญญาอินทรีย์

ในที่ไหนพึงเห็นในอริยสัจ 4 (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 31 ย่อหน้า 459-461 หน้า 227-253. ออนไลน์)

อินทรีย์ 5 ในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง ความเป็นใหญ่หรือสภาพจิตที่เป็นใหญ่ในกิจของตนในการทำหน้าที่อย่างหนึ่งๆ ตรงกับ พละ 5 ซึ่งเป็นกำลังในการทำหน้าที่อย่างหนึ่งๆ ซึ่งเป็นนัยที่แสดงถึงกำลังที่ทำให้เกิดความเข้มแข็งมั่นคงได้แก่ สัทธาพละ วิริยะพละ สติพละ สมาธิ พละ และปัญญาพละ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. พละ 5. หน้า 357 – 442. ออนไลน์) ในทางพระพุทธศาสนาถือว่า อินทรีย์ 5 กับพละ 5 เป็นองค์ธรรมเดียวกัน ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “คูกริกมูทังหลาย ปริยายที่อินทรีย์ 5 อาศัยแล้ว เป็นพละ 5 ที่พละ 5 อาศัยแล้ว เป็นอินทรีย์ 5 มีอยู่ ปริยายที่อินทรีย์ 5 อาศัยแล้ว เป็นพละ 5 ที่พละ 5 อาศัยแล้ว เป็นอินทรีย์ 5 มีอยู่เป็นไฉน? และ “คูกริกมูทังหลาย สิ่งใดเป็นสัทธาอินทรีย์ สิ่งนั้นเป็นสัทธาพละ สิ่งใดเป็นสัทธาพละ สิ่งนั้นเป็นสัทธาอินทรีย์ สิ่งใดเป็นวิริยอินทรีย์ สิ่งนั้นเป็นวิริยพละ สิ่งใดเป็นวิริยพละ สิ่งนั้นเป็นวิริยอินทรีย์ สิ่งใดเป็นสติอินทรีย์ สิ่งนั้นเป็นสติพละ สิ่งใดเป็นสติพละ สิ่งนั้นเป็นสติอินทรีย์ สิ่งใดเป็นสมาธิอินทรีย์ สิ่งนั้นเป็นสมาธิพละ สิ่งใดเป็นสมาธิพละ สิ่งนั้นเป็นสมาธิอินทรีย์ สิ่งใดเป็นปัญญาอินทรีย์ สิ่งนั้นเป็นปัญญาพละ สิ่งใดเป็นปัญญาพละ สิ่งนั้นเป็นปัญญาอินทรีย์ 4 (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 19 ย่อหน้า 977 หน้า 239-240. ออนไลน์) จากพุทธวจนในเรื่อง อินทรีย์ 5 หรือพละ 5 ขยายความ ได้ดังนี้

1. สัทธาพละหรือสัทธาอินทรีย์ ตามพุทธวจนที่กล่าวไว้ว่า “คูกริกมูทังหลาย ก็จะมีพละเห็น สัทธาอินทรีย์ในที่ไหน พึงเห็นใน “โศดาปัตติยงคะ 4” เป็นหลักธรรมที่กล่าวถึงความศรัทธา หมายถึง ผู้ที่เห็นธรรมอันเป็นองค์แห่งการบรรลุดุกระแสนิพพาน 4 ประการ หรือเป็นคุณสมบัติที่ทำให้เป็นพระโศดาบัน 4 ประการ ได้แก่ 1) สัมปปริสสังเสวระ: เสวนาสัตบุรุษ หมายถึง ผู้ที่คบหาท่านผู้ทรงธรรมทรงปัญญาเป็นกัลยาณมิตร 2) สัทธัมมัสสวณะ: สดับสัทธรรม หมายถึง ผู้ที่ใส่ใจเล่าเรียนฟังอ่านหาความรู้ให้ได้ธรรมที่แท้ 3) โยนิโสมนสิการ: ทำในใจโดยแยบคาย หมายถึง ผู้ที่รู้จักคิดพิจารณาหาเหตุผลโดยถูกวิธี และ 4) ธัมมานุวัตรปฏิบัติ: ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม โดยเป็นผู้ที่ปฏิบัติธรรมถูกหลักให้ธรรมย่อยคล้อยแก่ธรรมใหญ่สอดคล้องตามวัตถุประสงค์ของธรรมทั้งหลายที่สัมพันธ์กัน และการปฏิบัติธรรมนั้นๆ สอดคล้องพอดีตามขอบเขตความหมายและวัตถุประสงค์กับธรรมข้ออื่นๆ กลมกลืนกันเป็นหลักใหญ่ที่เป็นระบบโดยการดำเนินชีวิตถูกต้องตามธรรม (พระพรหมคุณาภรณ์: ป.อ. ปยุตโต. 2546. โศดาปัตติยงคะ 4. ออนไลน์)

2. วิริยะพละหรือวิริยอินทรีย์ ตามพุทธวจนที่กล่าวไว้ว่า “คูกริกมูทังหลาย ก็จะมีพละเห็น วิริยอินทรีย์ในที่ไหน พึงเห็นใน สัมมปธาน 4 ประการ” หรือ ปธาน 4 ประการ เป็นหลักธรรมที่กล่าวถึงด้านความเพียร ได้แก่ 1) สังวรปธาน หมายถึง ความเพียรระวังหรือเพียรปิดกั้นเพื่อระวังยับยั้งบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด มิให้เกิดขึ้น 2) ปหานปธาน หมายถึง ความเพียรละหรือเพียรกำจัด เพื่อละ

บาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว 3) ภาวนาปธาน หมายถึง ความเพียรเจริญ หรือเพียรก่อให้เกิด เพื่อทำ กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ให้เกิดมี และ 4) อนุรักษนาปธาน หมายถึง ความเพียรรักษา เพื่อรักษา กุศล ธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นและให้เจริญยิ่งขึ้น ไปจนไพบุลย์ (พระพรหมคุณาภรณ์: ป.อ. ปยุตโต. 2546. สัมมัตตปธาน 4. ออนไลน์)

3. สติผลหรือสตินทรีย์ ตามพุทธวจนที่กล่าวว่า “คูกรภิกษุทั้งหลาย ก็จะมีสติเห็นสตินทรีย์ ในที่ไหน พึงเห็นในสติปัฏฐาน 4 ประการ เป็นหลักธรรมที่กล่าวถึงการตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่ง ทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง ว่าที่สิ่งนั้นๆ มันเป็นของมัน ได้แก่ 1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณากายให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นเพียงกายไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตน เราเขา จำแนกปฏิบัติไว้หลายอย่าง คือ อานาปานสติ กำหนดลมหายใจ 1 อิริยาบถ กำหนดรู้ทัน อิริยาบถ 1 สัมปชัญญะ สร้างสัมปชัญญะในการกระทำความเคลื่อนไหวทุกอย่าง 1 ปฏิกุณฺณสิการ พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่ประชุมเข้าเป็นร่างกายนี้ 1 ชาติมนสิการ พิจารณา เห็นร่างกายของตนโดยสักว่าเป็นธาตุแต่ละอย่างๆ 1 นวสีวิภา พิจารณาซากศพในสภาพต่างๆ อัน แปรเปลี่ยนไปใน 9 ระยะเวลา ให้เห็นคติธรรมคาของร่างกาย ของผู้อื่นเช่นใด ของตนก็จักเป็นเช่นนั้น 2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา โดยมีสติรู้ชัดเวทนาอันเป็นสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉยๆ ก็ ดี ทั้งที่เป็นสามีส วัตถุที่เข้าชวนล่อใจ และเป็นนิรามิสสิ่งที่ไม่ใช่วัตถุที่เข้าชวนล่อใจ ให้คล้อยตาม ไปในขณะนั้นๆ 3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตาม เป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา โดย มีสติรู้ชัดจิตของตนที่มีราคะ ไม่มี ราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เสร้าหมองหรือผ่องแผ้ว พึงชานหรือเป็นสมาธิ ฯลฯ อย่าง ไรๆ ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ และ 4) ชัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติ กำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา โดย มีสติรู้ชัดธรรมทั้งหลาย ได้แก่ นิเวศน์ 5 ชั้นๆ สิ่งที่ขัดขวางจิตไม่ให้ก้าวหน้าในคุณธรรมมี 5 ประ การ อายุตนะ 12 ประกอบด้วย อายุตนะภายใน เครื่องที่ใช้ในการกำหนดรู้ 6 ประการ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ กับอายุตนะภายนอก สิ่งที่ถูกรู้มี 6 ประการ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และ ชัมมะ ธรรมารมณณ์ รวมเป็นอายุตนะ 12 โพชฌงค์ 7 องค์ธรรมเพื่อการตรัสรู้ ได้แก่ สติ ชัมมวิจยะ (การสอดส่องเลือกเฟ้นธรรม) วิริยะ ปีติ ปัสสัทธิ ความสงบทางกายและใจ สมาธิ และอุเบกขา อริยสัจ 4 ความจริงที่ทาคนให้เป็นพระอริยะ 4 ประการ ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้น เจริญบริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร ด้วยการพิจารณาตามที่เป็น จริงของมันอย่างนั้นๆ (พระพรหมคุณาภรณ์: ป.อ. ปยุตโต. 2546. สติปัฏฐาน 4. ออนไลน์)

4. สมาธิผล หรือสมาธิทริยรีย ตามพุทธวจนที่กล่าวว่า “คูกรภิกษุทั้งหลาย ก็จะมีสติเห็น สมาธิทริยรียในที่ไหน พึงเห็นในฌาน 4 ประการ เป็นหลักธรรมที่กล่าวถึงการเพ่งอารมณ์จนใจแน่ว แน่เป็นอัปนาสมาธิเป็นภาวะจิตสงบประณีตซึ่งมีสมาธิเป็นองค์ธรรมหลักตามหลักอภิกขกรรมแบ่ง

ฉานเป็น 4 ฉาน ประการคัมภีร์ 1) ปฐมฉาน หรือฉานที่ 1 หมายถึง ภาวะจิตสงบประณีต มืองค์ 5 คือ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา 2) ทุตติยฉาน หรือ ฉานที่ 2 หมายถึง ภาวะจิตสงบประณีต มืองค์ 3 คือ ปีติ สุข เอกัคคตา 3) ตุตติยฉาน หรือ ฉานที่ 3 หมายถึง ภาวะจิตสงบประณีต มืองค์ 2 คือ สุข เอกัคคตา และ 4) จตุตถฉาน หรือ ฉานที่ 4 หมายถึง ภาวะจิตสงบประณีต มืองค์ 2 คือ อุเบกขา เอกัคคตา (พระพรหมคุณาภรณ์: ป.อ. ปยุตโต. 2546. ฉาน 4. ออนไลน์)

5. ปัญญาพลหรือปัญญาปริยัติ ตามพุทธวจนที่กล่าวว่า “คูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ะพึงเห็นปัญญาปริยัติในที่ไหน พึงเห็นในอริยสัจ 4 ประการ ซึ่งเป็นหลักธรรมกล่าวถึงการเข้าใจในความจริงอันประเสริฐซึ่งเป็นความจริงของพระอริยะ และเป็นความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นอริยะบุคคล ผู้ปฏิบัติธรรมจึงมีกิจในอริยสัจ ซึ่งหมายถึงหน้าที่อันพึงทำต่ออริยสัจ 4 ที่ต้องปฏิบัติให้ถูกต้องและเสร็จสิ้นใน 4 ประการ จึงได้ชื่อว่ารู้ในอริยสัจหรือเป็นผู้ตรัสรู้หรือเรียกว่าเป็นผู้รู้แจ้งรู้ชัดแล้ว กิจในอริยสัจ 4 ได้แก่ 1) ทุกข์ หมายถึง ความทุกข์ สภาวะที่บีบคั้นขัดแย้ง และความไม่เที่ยงแท้ ได้แก่ ชาติ ชรา มรณะ การพบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความไม่สมหวังเป็นขั้นตอนของการแถลงปัญหาที่จะต้องทำความเข้าใจและรู้ขอบเขต (ปริยญา) ด้วยการกำหนดรู้เป็นกิจในทุกข์ ตามหลักว่า ทุกข์ควรกำหนดรู้ จึงต้องศึกษาให้รู้จักให้เข้าใจชัดตามสภาพที่เป็นจริง ได้แก่ การทำความเข้าใจและกำหนดขอบเขตของปัญหา 2) สมุทัย หมายถึง สาเหตุการเกิดทุกข์ เป็นขั้นวิเคราะห์และวินิจฉัยมูลเหตุของปัญหา ซึ่งจะต้องแก้ไขกำจัดให้หมดสิ้นไป ปหานะ การละซึ่งเป็นกิจในสมุทัย ตามหลักว่า ของ สมุทัยว่าควรละ หรือการกำจัด ทำให้หมดสิ้นไปเป็นการแก้ไขกำจัดต้นเหตุของปัญหา 3) นิโรธ หมายถึง ความดับทุกข์ ซึ่งเป็นภาวะที่ตัดขาดดับสิ้นไป สามารถกำจัดอวิชชา ละตัณหาสิ้น หลุดพ้น สงบ ปลอดโปร่ง เป็นอิสระ คือนิพพาน ซึ่งเป็นขั้นซึบออกภาวะที่ปราศจากปัญหา เป็นจุดหมายที่ต้องการแสดงให้เห็นว่าการแก้ปัญหานั้นไปได้ และจุดหมายสามารถเข้าถึงได้ และจะต้องทำให้สำเร็จ (สังนิกริยา) ซึ่งเป็นแนวทางในการทำให้แจ้ง เป็นกิจในนิโรธ ตามหลักว่า ควรทำให้แจ้งโดยการเข้าถึง หรือบรรลู่ เป็นการเข้าถึงสภาวะที่ปราศจากปัญหาและบรรลู่จุดหมายที่ต้องการ และ 4) มรรค เป็นขั้นกำหนดวิธีการ ขั้นตอน และรายละเอียดที่จะต้องปฏิบัติในการลงมือแก้ปัญหามีชื่อว่า การเจริญภาวนาซึ่งเป็นกิจในมรรค ตามหลักว่า มรรคควรเจริญ คือ ควรฝึกอบรม ลงมือปฏิบัติ กระทำตามวิธีการที่จะนำไปสู่จุดหมาย ได้แก่การลงมือแก้ไข ปัญหา (พระพรหมคุณาภรณ์: ป.อ. ปยุตโต. 2546. อริยสัจ 4. ออนไลน์)

ดังนั้นกุศลธรรมที่เรียกว่าอินทรีย์ 5 เปรียบเหมือนกับสมรรถภาพที่มีในตัวบุคคล ส่วนพละ 5 ก็เปรียบเหมือนกับพลังที่บุคคลแสดงออก ซึ่งหากบุคคลได้ทำการฝึกฝนสมรรถภาพในตนแล้ว แล้วยอมเป็นพลังที่นำไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง อินทรีย์ 5 จึงหมายถึงความเป็นใหญ่ที่เป็นส่วนของกุศลธรรมทำหน้าที่ดูแลรักษาป้องกันอกุศลธรรมไม่ให้เข้าสู่จิตใจ 5 ประการส่วนพละ 5 เป็นพลังที่เสริมให้อินทรีย์ 5 มีกำลังในการต้านอกุศลธรรมได้อย่างต่อเนื่องอย่างไม่ย่อท้อ ดังนั้นจึงสรุป

ได้ว่า อินทรีย์ 5 และพละ 5 จึงมีองค์ประกอบและความหมายอย่างเดียวกัน และองค์ธรรมทั้งสองมีหน้าที่ของและองค์ประกอบ ดังปรากฏตามตารางที่ 2.1 ดังนี้

ตารางที่ 2.1 องค์ประกอบ ความหมาย และหน้าที่ของอินทรีย์ 5 และพละ 5

ลำดับ	อินทรีย์ 5	พละ 5	ความหมาย	หน้าที่
1	สัทธินทรีย์	สัทธาพละ	ความเชื่อ/เลื่อมใส	กำจัดค้นหาความดั้นรนอยากได้
2	วิริยอินทรีย์	วิริยพละ	ความเพียร	กำจัด โทสัสชะวาทความเกียจคร้าน
3	สติอินทรีย์	สติพละ	ความระลึกรู้	กำจัดมฤฎะสัจจะความหลงลืม
4	สมาธิอินทรีย์	สมาธิพละ	ความตั้งใจมั่น	กำจัดวิกเขปะความฟุ้งซ่าน
5	ปัญญาอินทรีย์	ปัญญาพละ	ความรอบรู้	กำจัดสัมโมหะความลุ่มหลง

ในการปฏิบัติกรรมฐานจะได้ผลช้าหรือเร็วจึงขึ้นกับตรรกในการปรับอินทรีย์ และพละในตัวปัจเจกบุคคลให้เสมอสมดุลงัน อาทิเช่น การปรับสมดุลงระหว่างศรัทธากับปัญญาไม่ว่าในทางพระพุทธศาสนา หรือในเชิงตรรก จะพบว่าบุคคลที่มีศรัทธามากแต่ใช้ปัญญาในการพิจารณาน้อยแล้วย่อมก่อให้เกิดความเชื่อแบบความยึดมั่นถือมั่น และหลงมกมาย รวมทั้งเกิดความโลภเข้าครอบงำภาวะจิต แต่หากใช้ปัญญามากกว่าศรัทธาแล้วย่อมเกิดความลังเลสงสัยเข้าครอบงำจิตใจ หรือในการปรับสมดุลงระหว่างวิริยะกับสมาธิ จะพบว่าหากบุคคลมีวิริยะมากกว่าสมาธิแล้วย่อมก่อให้เกิดความฟุ้งซ่านเข้าครอบงำจิตใจ เป็นลักษณะของบุคคลที่พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงความคิดและการกระทำได้ตลอดเวลา ขาดความมุ่งมั่นตั้งใจในการนำตนไปสู่เป้าหมายในกิจการที่กระทำ แต่หากมีสมาธิมากกว่าวิริยะย่อมเกิดความง่วงเข้าครอบงำจิตใจ เป็นลักษณะของบุคคลที่มีความมุ่งมั่นจดจ่อในกิจการย่ำคิดย่ำทำ ซ้ำวากจำเจซึ่งเป็นบาทฐานที่นำไปสู่ความเบื่อหน่าย ดังนั้นแนวทางการปฏิบัติในการปรับสมดุลงจึงต้องพิจารณาว่าถ้าอย่างใดอย่างหนึ่งในองค์ประกอบของแต่ละคู่ในอินทรีย์ 5 หรือพละ 5 ได้แก่ ศรัทธากับปัญญา และวิริยะกับสมาธิ ให้เสมอกันโดยใช้สติควบคุมตลอดเวลา

ดังนั้นการใช้อินทรีย์ 5 และพละ 5 ซึ่งเป็นธรรมที่มีองค์ประกอบเหมือนกันซึ่งต่างพึ่งพาอาศัยกันและกัน อินทรีย์ 5 และพละ 5 เป็นธรรมที่เป็นไปได้ทั้งฝ่ายกุศลธรรม และฝ่ายอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นกับจิตใจ โดยหากเป็นธรรมในฝ่ายกุศลธรรมจะเป็นธรรมที่จำเป็นต้องจะกระตุ้นและฝึกปฏิบัติให้เกิดขึ้นภายในตน แต่หากเป็นธรรมในฝ่ายอกุศลธรรมก็จำเป็นต้องลดละภายในตนเช่นกัน การปฏิบัติกรรมฐานจึงต้องนำหลักการปรับสมดุลงอินทรีย์ 5 และพละ 5 มาปรับใช้ในปัจเจกบุคคลเพื่อพัฒนาตนให้ก้าวหน้าในกุศลธรรม



อย่างไรก็ตามขณะธรรมในฝ่ายกุศลมีกำลังเจริญเข้มแข็งขึ้นผู้ปฏิบัติย่อมสามารถละในฝ่ายอกุศลได้โดยการพัฒนาอินทรีย์ 5 และพละ 5 ให้สมดุลกันนั้น ควรปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญาคู่หนึ่ง และวิริยะเสมอกับสมาธิอีกคู่หนึ่ง ดังพบได้จากบุคคลผู้มีศรัทธามากกว่าปัญญา ก็จะเป็นผู้ที่เชื่อมั่นงายไร้เหตุผล และถ้าหากบุคคลใช้แต่ปัญญาหาเหตุผลเรื่อยไปก็จะเป็นบุคคลที่ความเชื่อเกิดขึ้นมีในตัวเองได้ยากทำให้ลักษณะที่ขาดศรัทธา หรือเกิดศรัทธากับสิ่งรอบข้างได้ยาก ในทำนองเดียวกันหากบุคคลมีความเพียรมากจะทำให้เกิดความฟุ้งซ่าน ซึ่งไม่ส่งเสริมต่อการเกิดสมาธิ และถ้าบำเพ็ญแต่สมาธิก็จะเชื่อซึ่งขาดความเพียร ส่วนสติจะเป็นธรรมที่ยิ่งในการควบคุมพละทั้ง 4 ประการข้างต้น ยังมีมากยิ่งดีเพราะเป็นธรรมที่จำเป็นในการประกอบกิจการทั้งปวง

องค์ประกอบในการปฏิบัติกรรมฐานจึงเป็นเรื่องของการอบรมจิตในระดับปัจเจกบุคคล โดยเริ่มจากผู้ปฏิบัติกรรมฐานต้องถึงพร้อมด้วยความศรัทธาพร้อมปฏิบัติเพื่อความสำเร็จ โดยใช้ความวิริยะเป็นหลักมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติอย่างแรงกล้า เมื่อมีความพร้อมแล้วองค์ธรรมทั้งหลายก็จะเกื้อกูลกันและจะดำเนินไปอย่างเป็นระเบียบ เกิดการพิจารณา วินิจฉัย คัดเลือกแยกแยะส่งผลให้เกิดการพัฒนาตัวเองจิตเริ่มสงบลง ด้วยเหตุที่มีสมาธิดีขึ้น เมื่อมีกำลังสมาธิแก่กล้าขึ้นความเข้มแข็งทางจิตจะเปลี่ยนไปตามเวลาด้วยความเพียร ไม่ย่อท้อกลายเป็นธรรมที่เกื้อหนุนเป็นอิทธิบาทหรือบาทฐานแห่งความสำเร็จในองค์ธรรมต่างๆ ตามหลักสติปัญญาได้แก่ ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติก็จะเกิดขึ้นตามมา เมื่อมุ่งมั่นดำเนินสติปัญญาโดยอาศัยพละและอินทรีย์อย่างต่อเนื่องในระดับที่สูงขึ้นจะค่อยเปลี่ยนไปเป็นองค์แห่งสมาธิเพื่อคอยระวังกำกับจิตเนื่องจากสติยังไม่มั่นคง โดยสมาธิที่ยังไม่แก่กล้าหรือยังไม่ถึงระดับขั้นจึงต้องใช้สมาธิพละเป็นบาทฐานกำกับให้เกิดวิริยะ เมื่อได้กระทำความเพียรอยู่สติจะค่อยๆ สมบูรณ์เข้มแข็งขึ้นตามลำดับจนจิตเป็นสมาธิแนบแน่น ดังนั้นไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใด ก็มีสมาธิเป็นหนึ่งแนบแน่นถึงระดับสมาธิอินทรีย์ไม่ว่าจะอยู่ในระหว่างนี้การยืนเดินนั่งนอน หรือสนทนากับใครๆ จิตจะเป็นสมาธิตลอดเวลาและสามารถพิจารณารับรู้สิ่งที่ผ่านเข้ามาทางอายตนะหรือเครื่องรับรู้และสิ่งรู้ต่างๆ โดยการพิจารณาด้วยปัญญาตลอดเวลา และเมื่อสติความระลึกเริ่มมีกำลังแก่กล้าจนถึงระดับสติอินทรีย์ สมาธิก็ถึงระดับสมาธิอินทรีย์ ความเพียรในระดับนี้จะทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถเจริญจิต เจริญสมาธิ จนถึงระดับญาณทัสนะได้ และหากเกื้อหนุนด้วยพละธรรมและอินทรีย์ธรรมแล้ว การพิจารณาธรรมที่ผ่านอายตนะสู่ปัญญาที่แตกธรรมตลอดเวลามีการระลึกรู้ตลอดเวลา และเป็นสมาธิตลอดเวลา ปัญญาจะค่อยๆ พัฒนาขึ้นมีกำลังแก่กล้าขึ้นจนถึงระดับปัญญินทรีย์ไปสู่ความรู้ ซึ่งเป็นสายทางแห่งปัญญา

### แนวทางการปฏิบัติกรรมฐาน ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

พระกรรมฐาน หมายถึง ที่ตั้งแห่งการงานเป็นอารมณ์ซึ่งเป็นที่ตั้งแห่งการงานของใจ และเป็นอุบายทางใจหรือวิธีการฝึกอบรมทางจิต แยกออกได้เป็น 2 ประเภท ได้แก่ สมถกรรมฐาน คืออุบายสงบใจ และ วิปัสสนากรรมฐาน คืออุบายเรื่องปัญญา มีความหมายเดียวกับภาวนา หมายถึง

การทำให้มีขึ้นเป็นขึ้นเกิดขึ้นเป็นการเจริญหรือการบำเพ็ญซึ่งเป็นการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้เข้าใจตามเป็นจริง อีกนัยหนึ่ง หมายถึง 1) จิตภาวนา คือ การฝึกอบรมจิตใจให้เจริญงอกงามด้วยคุณธรรม มีความเข้มแข็ง มั่นคง เบิกบาน สงบสุขผ่องใส พร้อมด้วยความเพียร สติ และสมาธิ และ 2) ปัญญาภาวนา คือ การฝึกอบรมเจริญปัญญาให้รู้เท่าทันเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จนมีจิตใจเป็นอิสระไม่ถูกรอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์ โดยแสดงดังรายละเอียด ต่อไปนี้

### 1. แนวทาง และวิธีการปฏิบัติสมถกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท

สมถกรรมฐาน หมายถึง การฝึกจิตให้สงบ แน่วแน่ และแนบแน่นอยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งจนเป็นสมาธิ โดยสิ่งที่จิตใจเข้าไปยึดไว้ในการปฏิบัติสมถกรรมฐานเพื่อเป็นอารมณ์ มี 40 กอง แบ่งออกเป็น 7 หมวด (สมเด็จพระพุทธาจารย์: อัจ จาสกมหาเถร. 2554. หน้า 182-185) ดังนี้

1) กสิณกรรมฐาน 10 หมายถึง กรรมฐานที่ว่าด้วยสิ่งต่างๆ อาทิ การเพ่งปฐวีกสิณ เป็นวิธีปฏิบัติโดยการเพ่งดินทั้งปวง หรือว่าดินทั้งปวงก็เหมือนกับดินที่ดวงกสิณนี้เองกสิณมี 10 วิธี การเพ่งด้วยวิธีอย่างใดอย่างหนึ่งใน 10 วิธี อย่างแน่วแน่ ก็จะทำให้จิตไม่คั่นรนไม่กระสับกระส่ายทำให้เกิดเสถียรเครื่องเสว้าหมองเร่าร้อนต่างๆ สงบระงับลงได้ จนสามารถทำให้เกิดฌานจิตตั้งแต่ปฐมฌานไปถึงปฐมฌาน จำแนกออกได้เป็น 10 แนวทาง ได้แก่

- |   |   |                   |
|---|---|-------------------|
| 1. ปฐวีกสิณ คือ การเพ่งดิน                              | } | เรียกว่า กุศลกสิณ |
| 2. อาโปกสิณ คือ การเพ่งน้ำ                              |   |                   |
| 3. เตโชกสิณ คือ การเพ่งไฟ                               |   |                   |
| 4. วาโยกสิณ คือ การเพ่งลม                               |   |                   |
| 5. นีลกสิณ คือ การเพ่งสีเขียว                           | } | เรียกว่า วันณกสิณ |
| 6. ปิตกสิณ คือ การเพ่งสีเหลือง                          |   |                   |
| 7. โลหิตกสิณ คือ การเพ่งสีแดง                           |   |                   |
| 8. โอทาทกสิณ คือ การเพ่งสีขาว                           |   |                   |
| 9. อาโลกกสิณ คือ การเพ่งแสงสว่าง                        |   |                   |
| 10. ปริจฉินนาทกสิณ คือ การเพ่งที่ว่างเปล่าซึ่งกำหนดขึ้น |   |                   |

2) อสุภะกรรมฐาน 10 หมายถึง กรรมฐานที่เพ่งของที่ไม่งามเป็นกรรมฐานหรืออสุภะ มี 10 วิธี การเพ่งอย่างใดอย่างหนึ่งจะสามารถให้เกิดฌานจิตได้แค่ปฐมฌาน จำแนกออกได้ 10 วิธี ได้แก่

1. อุทฺฐมาตกอสฺสุภะ คือ การเพ่งศพที่น่าเกลียด โดยมีอาการขึ้นพอง
2. วินีลทกอสฺสุภะ คือ การเพ่งศพที่น่าเกลียด เน่า ขึ้นเขียว
3. วิปฺพทกอสฺสุภะ คือ การเพ่งศพที่น่าเกลียด มีน้ำเหลืองน้ำหนองไหลออกมา
4. วิจิตทกอสฺสุภะ คือ การเพ่งศพที่น่าเกลียด โดยถูกตัดขาดเป็นท่อน ๆ
5. วิทฺทิตกอสฺสุภะ คือ การเพ่งศพที่น่าเกลียด ถูกสัตว์แทะกัดกิน เหวอะหะ
6. วิกขิตทกอสฺสุภะ คือ การเพ่งศพที่น่าเกลียด มือ เท้า สิริษะอยู่คนละทาง

7. หตวิกจิตตกอสุภะ คือ การเพ่งศพที่น่าเกลียด โดยถูกสับฟันยับเยิน
8. โลहितกอสุภะ คือ การเพ่งศพที่น่าเกลียด มีโลหิตไหลอาบ
9. ปุพฺพกอสุภะ คือ การเพ่งศพที่น่าเกลียด มีหนองไหลทั่วร่างกาย
10. อัญญิกอสุภะ คือ การเพ่งศพที่น่าเกลียด เหลือแต่กระดูกกระจัดกระจายไป

3) อนุสสติกรรมฐาน 10 หมายถึง กรรมฐานที่ตามระลึกหรือระลึกถึงอย่างเนื่อง ๆ มาเป็น อารมณกรรมฐาน การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวทางอนุสสติกรรมฐาน 10 แนวทางนี้ ใช้เพ่งเพื่อให้เกิดมานจิตได้เพียง 2 ประการคือ กายคตาสติเจริญได้เพียงปฐมฌาน ส่วนอานาปานสติ เจริญได้ตั้งแต่ปฐมฌานขึ้นไปตามลำดับจนถึงปัญจฌาน จำแนกออกเป็น 10 แนวทาง ได้แก่

1. พุทธานุสสติ การตั้งสติกำหนดระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า
2. ธัมมานุสสติ การตั้งสติกำหนดระลึกถึงคุณของพระธรรม
3. สังฆานุสสติ การตั้งสติกำหนดระลึกถึงคุณของพระอรหันตสงฆ์
4. สีตานุสสติ การตั้งสติกำหนดระลึกถึงคุณของสีต
5. จาคานุสสติ การตั้งสติกำหนดระลึกถึงคุณของการบริจาค
6. เทวดานุสสติ การตั้งสติกำหนดระลึกถึงคุณของการเป็นเทวดา
7. มรณานุสสติ การตั้งสติกำหนดระลึกถึงบ่อยๆ ถึงความที่จะต้องตาย
8. กายคตาสติ การตั้งสติกำหนดระลึกถึงถึง กายซึ่งล้วนแต่ไม่สะอาด
9. อานาปานสติ การตั้งสติกำหนดระลึกถึงลมหายใจเข้า ลมหายใจออก
10. อุปमानุสสติ การตั้งสติกำหนดระลึกถึงถึงคุณของพระนิพพาน

4) พรหมวิหารกรรมฐาน 4 หมายถึง กรรมฐานที่แผ่ไปในสัตว์ทั้งหลายโดยไม่เลือกที่รักที่ชัง หรือเรียกว่า พรหมวิหารซึ่งเป็นธรรมอันเป็นเครื่องสำราญอยู่ของพรหมมี 4 ประการ การปฏิบัติพรหมวิหารกรรมฐาน 3 คือ เมตตา กรุณา มุทิตา ผู้ปฏิบัติสามารถเจริญให้ถึงได้ ตั้งแต่ ปฐมฌานขึ้นไปตามลำดับจนถึงจตุตถฌาน ส่วนอุเบกขาเจริญเพื่อให้เกิด ปัญจฌานเพียงอย่างเดียวเท่านั้น พรหมวิหารกรรมฐาน 4 ได้แก่

1. เมตตา การแผ่ความรักใคร่ ความปรารถนาดีต่อสัตว์ทั้งหลายให้มีความสุขสบาย ความสุขโดยทั่วกัน ไม่เลือกชาติ ชั้น วรรณะ
2. กรุณา การแผ่ความสงสารต่อสัตว์ทั้งหลายที่กำลังได้รับความทุกข์อยู่หรือที่ จะได้รับความทุกข์ต่อไปในภายหน้า โดยไม่เลือก ชาติ ชั้น วรรณะ
3. มุทิตา การแผ่ความชื่นชมยินดีต่อสัตว์ทั้งหลายที่กำลังได้รับความสุขอยู่ หรือที่จะ ได้รับความสุขต่อไปในภายหน้า โดยไม่เลือก ชาติ ชั้น วรรณะ
4. อุเบกขา การวางเฉยต่อสัตว์ทั้งหลาย ด้วยอาการวางตนเป็นกลาง ไม่รักใคร่ ไม่ สงสาร ไม่ชื่นชมยินดี ไม่มีอคติแต่ประการใดๆ โดยไม่เลือกชาติ ชั้น วรรณะ

5) อนุกรมฐาน 4 หมายถึง กรรมฐานที่ไม่ใช่รูป ที่ไม่มีรูปเป็นวิสัยมีแนวทางการปฏิบัติ 4 ประการ ได้แก่

1. อากาสนัญจายตนะ การเพ่งอากาศความว่างเปล่าเว้งว่างไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์ซึ่งสามารถให้เกิด อากาสนัญจายตนะฉานจิตซึ่งเป็นสภาวะจิตที่ถืออากาศเป็นอารมณ์ ทรงจิตรักษาอากาศ ไว้โดยกำหนดใจว่าอากาศหาที่สุคติได้จนจิตเป็นอุเบกขารมณ์ ความวางเฉยในอารมณ์
2. วิญญาณัญจายตนะ การเพ่งวิญญาณไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์ ซึ่งสามารถให้เกิด วิญญาณัญจายตนะฉานจิต โดยกำหนดรู้อารมณ์ที่มากกระทบ ได้แก่ วิญญาณ 6 คือ จักขุวิญญาณ ความรู้อารมณ์ทางตา (เห็น) โสตวิญญาณ ความรู้อารมณ์ทางหู (ได้ยิน) ฆานวิญญาณ ความรู้อารมณ์ทางจมูก (ได้กลิ่น) ชิวหาวิญญาณ ความรู้อารมณ์ทางลิ้น (รู้รส) กายวิญญาณ ความรู้อารมณ์ทางกาย (รู้สิ่งต้องกาย) และ มโนวิญญาณ ความรู้ อารมณ์ทางใจ (รู้เรื่องในใจ)
3. อากิญจัญญายตนะ การเพ่งความไม่มีอะไรเป็นอารมณ์ ซึ่งสามารถให้เกิด อากิญจัญญายตนะฉานจิต ภาวะจิตที่กำหนดภาวะไม่มีอะไรเลยเป็นอารมณ์ได้
4. เนวสัญญานาสัญญายตนะ การเพ่งสัญญาละเอียด ซึ่งจะว่ามีสัญญาก็ไม่ใช่ไม่มีก็ไม่ใช่ เป็นอารมณ์ ความรู้ถึงขั้นนี้มีความละเอียดอ่อนประณีตหนอ ซึ่งสามารถให้ เกิด เนวสัญญานาสัญญายตนะ

6) สัญญา หมายถึง อาหารเรปปฏิกุศลสัญญากรรมฐาน เป็นกรรมฐานที่พิจารณาจากอาหารที่ บริโภคเข้าไปว่าเป็นของที่น่าเกลียดเป็นอารมณ์ จนมีความรู้สึกเป็นไปตามที่พิจารณาเห็นนั้น การ พิจารณาความเป็นปฏิกุศลของอาหารนี้ไม่สามารถที่จะให้เกิดฉานจิตได้ แต่ทำให้จิตแน่นแน่วเป็น สมานธิได้เหมือนกัน

7) จตุราตุวัตถถานกรรมฐาน หมายถึง กรรมฐานที่พิจารณาธาตุทั้ง 4 ได้แก่ ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ ที่ปรากฏอยู่ในร่างกายเพื่อให้เห็นว่าร่างกายนี้คือ ธาตุต่าง ๆ ที่มา รวมกันอยู่เท่านั้น ไม่ใช่ตัวตนของเราของเขาการกำหนดพิจารณาธาตุทั้ง 4 นี้ ไม่สามารถที่จะถึง ฉานจิตได้ เพียงแต่เป็นสมานธิที่เฉียดเข้าฉานเท่านั้น

การปฏิบัติสมถกรรมฐานเป็นแนวทางการปฏิบัติธรรมที่เกิดขึ้นก่อนสมัยที่พระพุทธเจ้าจะ ได้ตรัสรู้ เมื่อพระพุทธเจ้าได้ออกบวชและเข้าศึกษาธรรมเบื้องต้นกับอาจารย์อาฬารดาบส และ อาจารย์อุทกดาบสรามบุตร โดยได้รับการอบรมสั่งสอนและปฏิบัติจนบรรลุธรรมทั้งรูปฉานและ อรูปฉาน แต่พระพุทธองค์ทรงเห็นว่าเป็นธรรมที่เกิดขึ้นเพื่อความสงบทางจิตเท่านั้น จึงลาท่าน อาจารย์ทั้งสองเพื่อแสวงหาธรรมที่ทำให้หลุดพ้นจากวัฏฏะด้วยพระองค์เอง เริ่มต้นด้วยการบำเพ็ญ ทุกรกิริยา แต่ได้ทรงพบว่าไม่ใช่หลักธรรมเพื่อความหลุดพ้นจากวัฏฏะ และในที่สุดก็ได้ทรงค้นพบ

การปฏิบัติด้วยการเดินทางสายกลางจนได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 13 ย่อหน้า 489 - 508)

การปฏิบัติสมถกรรมฐานจัดเป็นธรรมในระดับโลกีย์ธรรม เมื่อปฏิบัติแล้วได้เพียงความสงบมิใช่ธรรมเพื่อความหลุดพ้นจากวัฏฏะการวนเวียน ด้วยอำนาจของกิเลสและวิบากกรรม และหากไม่เจริญภาวนาอย่างต่อเนื่องแล้วสภาวะฉานย่อมเสื่อมลงได้ และความสงบที่ได้รับจากการปฏิบัติจะเกิดขึ้นเพียงในขณะช่วงเวลาที่ดำรงอยู่ในสมาธิฐาน ซึ่งเป็นการสงบชั่วขณะด้วยมีอำนาจของการข่มกิเลส การข่มนิเวรณไว้ เปรียบประดุจหินทับหญ้าไว้ถ้าหากนำหินออกหญ้าก็ยังสามารถเจริญงอกงามขึ้นได้อีก กิเลสในตัวบุคคลจึงยังไม่หมดลง การปฏิบัติสมถกรรมฐานจึงยังไม่ใช่วิธีแนวทางการปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นจากกิเลส และวัฏฏะอย่างแท้จริง

ผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐานจำเป็นต้องมีพื้นฐานความรู้เข้าใจในอรรถบัญญัติ 40 กอง ก่อนเริ่มต้นการปฏิบัติ ได้แก่ กสิณ 10 อสุภกรรมฐาน 10 ออนุสสติ 10 อัปปมัญญา 4 อาหารเรปฏิกูลสติปัญญา จตุชาติวัตตธาน 1 อรูป 4 แนวทางในการปฏิบัติสมถกรรมฐานผู้ปฏิบัติจะต้องเลือกอรรถบัญญัติอย่างใดอย่างหนึ่งในอรรถบัญญัติ 40 กอง ที่ตรงกับจริตและอารมณ์ของตัวเอง ด้วยการใช้สติมั่นคงจดจ่อในลักษณะของการเพ่งจ้องโดยการกำหนดอารมณ์พร้อมกับการบริกรรมภาวนาตามกรรมฐานในอรรถบัญญัติที่ตรงกับจริตและอารมณ์ของตัวเองจนความสงบแห่งจิตเกิดขึ้น

## 2. แนวทาง และวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นอุบายหรือวิธีการสร้างปัญญาด้วยการพิจารณาทำความเข้าใจสภาวะต่าง ๆ ตามความเป็นจริงรู้ตรงตามสภาวะของมันจนไม่หลงผิด จนสามารถเปลี่ยนทัศนคติท่าทีที่มีต่อโลกและชีวิต จนเกิดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ โดยภาวะที่เกิดขึ้นระหว่างการปฏิบัติเรียกว่า “ญาณ” หรือ “วิชชา” ซึ่งเป็นความรู้ที่เกิดจากภาวะที่จิตเกิดความรู้แจ้งสงบสุขผ่องใสปราศจากกิเลสซึ่งเป็นเป้าหมายของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2541. หน้า 306) จำแนกออกเป็น 4 แนวทาง (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 21 ย่อหน้า 170. อดนัลไลค์) ได้แก่

1. การปฏิบัติสมถปุพพังคมวิปัสสนา เป็นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานโดยใช้การปฏิบัติสมถกรรมฐานนำหน้า โดยการทำให้สงบก่อนแล้วจึงเจริญปัญญาโดยผู้ปฏิบัติทำสมถให้สมาธิเกิดขึ้นก่อนจะเป็นอุปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิก็ได้ จากนั้นจึงพิจารณาองค์ธรรมอื่น ๆ ทั้งหลายที่ประกอบร่วมกับสมาธินั้นเพื่อให้เห็นสภาวะที่เป็นของไม่เที่ยงเป็นทุกข์ จนมรรคเกิดขึ้นในตนเอง

2. การปฏิบัติวิปัสสนापุพพังคมสมถะ เป็นการปฏิบัติสมถกรรมฐานโดยมีวิปัสสนากรรมฐานนำหน้า โดยการพิจารณาธรรมในหัวข้อต่างๆ โดยเฉพาะไตรลักษณ์ไปเรื่อยๆ จนจิตสงบปล่อยวางเป็นสมาธิ ผู้ปฏิบัติใช้ปัญญาพิจารณาสังขารต่างๆ ตามสภาวะที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ และเป็น

อนัตตา ความไม่มีตัวตนเมื่อจิตผู้ปฏิบัติเกิดความปล่อยวางธรรมทั้งหลายได้ปรากฏในวิปัสสนาแล้ว ผู้ปฏิบัติจึงยึดเอาภาวะของการปล่อยวางนั้นเป็นอารมณ์แทนปรากฏภาวะคงอยู่ในอารมณ์เดียวเป็นสมาธิแน่วแน่

3. การปฏิบัติคุณัทธสมถวิปัสสนา เป็นการปฏิบัติสมถะและวิปัสสนาเข้าคู่กัน วิธีนี้เป็นการเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันอย่างพอเหมาะ ผู้เจริญกรรมฐานปฏิบัติสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป เมื่อผู้ปฏิบัติสามารถละอุทธัจจะความฟุ้งซ่านได้จะเกิดสมาธิและในภาวะที่จิตมีอารมณ์หนึ่งเดียว ในขณะเดียวกันเมื่อละอวิชชาที่จะเกิดวิปัสสนาการตามรู้เห็นแจ้งได้

4. การปฏิบัติธัมมัทธจวิตคหิตมานัส เป็นความเข้าใจผิยัคเคอผลที่ประสบในระหว่างการปฏิบัติว่าเป็นมรรค ผล นิพพาน วิธีนี้เป็นการยึดเอาข้อผิดพลาดในการปฏิบัติมาเป็นประสบการณ์ และเป็นแนวทางให้ปฏิบัติให้ถูกต้องต่อไปโดยผู้เจริญกรรมฐานแล้วเกิดมีโอกาสแสงสว่าง ญาณ ปีติ ความสงบเย็น สุข มีศรัทธาแก่กล้าความเพียรที่พอดี สติซัดกัมกับอยู่ จิตเรียบเสมอและเป็นกลาง แล้วเกิดความเข้าใจผิยัคเคอว่าโอกาสแสงสว่างหรือผลที่ผู้ปฏิบัติได้ประสบในระหว่างปฏิบัติ นั้นว่าเป็นธรรมเป็นมรรค ผล นิพพาน เป็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตานั้นเพื่อมาเป็นแนวทางในการปฏิบัติให้ถูกต้องต่อไป

ในทางพุทธศาสนาเถรวาทได้กำหนดอารมณ์วิปัสสนาเพื่อเป็นอุบายให้ผู้ปฏิบัติรู้แจ้งตามความเป็นจริงเพื่อนำไปสู่การเกิดปัญญาด้วยอารมณ์วิปัสสนา 6 ประการ ที่เรียกว่า วิปัสสนากัมมิ 6 แบ่งเป็น 1) ขั้น 5 2) อายุคนะ 12 3) ธาตุ 18 4) อินทรี 22 5) ปฏิกิจสมุปปาต 12 และ 6) อริยสัจ 4 รวมเป็น ปรมัตถ์ เป็นสภาวะธรรมที่เที่ยงแท้แน่นอน 47 ประการ ซึ่งเป็นอุบายในการปฏิบัติโดยการกำหนดจิตพิจารณาโดยการอาศัย รูป: กาย และ นาม: ใจ เป็นอารมณ์ที่ใช้กำกับในการปฏิบัติ (พระธรรมชิคราชมุนี: โฆดก ญาณสิทฺธิ. 2546. หน้า 3) จึงหมายถึงการเจริญสติปัฏฐาน 4 ซึ่งเป็นธรรมหรืออารมณ์ที่เป็นที่ตั้งของสติ แบ่งออกเป็น กาย เวทนา จิต และ ธรรม รวม 4 ฐาน เพื่อให้เหมาะสมกับผู้ปฏิบัติแต่ละบุคคล (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยกรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 273. ออนไลน์) การตั้งสติกำหนดเพื่อพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง และมีสติกำกับพิจารณาความเป็นไปในสิ่งต่างๆ อย่างรู้เท่าทันตามสภาวะโดยไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้ายทำให้การมองเห็น ไม่เพี้ยน ไปตามอำนาจของกิเลสเครื่องที่ทำให้จิตใจให้เศร้าหมอง และความชั่วที่แฝงอยู่ในความรู้สึกลึกซึ้ง ที่ทำให้จิตใจงุนงงไม่บริสุทธิ์ ใน 4 ฐาน หรือ 4 อย่าง (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. สติปัฏฐาน. หน้า 295 - 353. ออนไลน์) เป็นทางสายเอกตามที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลายทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วง โสกะ: ความทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่ง และปริทเวะ: ทุกข์ที่เกิดจากสัมผัสทางกาย เพื่อดับทุกข์ และโทมนัส และเพื่อบรรลุนิพพาน ธรรมที่เป็นความจริงเหมาะสมถูกต้องถูกวิธี ด้วยแนวทางที่ถูกต้องเพื่อให้แจ้งถึงนิพพาน คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ เราอาศัยทางเดียวนี้แล้วจึงกล่าวคำดังพรรณนามาฉะนี้” (มหาจุฬาลงกรณราช

วิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 405. ออนไลน์) ได้แก่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และขัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 373-404. ออนไลน์) ซึ่งเรียกอย่างสั้นๆ ว่า กาย เวทนา จิต และธรรม ขยายความได้ ดังนี้

1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การพิจารณาภายในกาย ได้แก่ การตั้งสติกำหนดพิจารณาเห็นภายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำกับความรู้เท่าทันกาย และเรื่องทางกาย จำแนกเป็น 6 บรรพ หรือ 6 ข้อ ดังนี้

1. อานาปานบรรพ หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ภายในหมวดลมหายใจเข้าออก (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 374)

2. อิริยาบถบรรพ หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ภายในหมวดอิริยาบถ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 375)

3. สัมปชัญญะบรรพ หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ภายในหมวดการเคลื่อนไหว (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 376)

4. ปฏิกูลมนสิการบรรพ หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ภายในหมวดการทำไว้ในใจว่าเต็มไปด้วยของไม่สะอาดต่าง ๆ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 377)

5. ธาตุมนสิการบรรพ หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ภายในหมวดการทำไว้ในใจว่าประกอบด้วยธาตุ 4 ธาตุ ได้แก่ ปฐวีธาตุ สภาวะที่แผ่ไปหรือกินเนื้อที่เรียกสามัญว่าธาตุแข็งแข็งหรือธาตุดิน อาโปธาตุ สภาวะที่เอิบอาบคูดซึม เรียกสามัญว่า ธาตุเหลวหรือธาตุน้ำ เตโชธาตุ สภาวะที่ทำให้ร้อน เรียกสามัญว่าธาตุไฟ และวาโยธาตุ สภาวะที่ทำให้เคลื่อนไหว เรียกสามัญว่า ธาตุลม (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 378)

6. นวสีวลิกาบรรพ หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ภายในหมวดเปรียบด้วยซากศพ โดยการมองเห็นศพในสภาพต่าง ๆ กัน โดยแบ่งเป็น 9 ระยะ เริ่มตั้งแต่ศพที่ตายใหม่ ๆ จนกระทั่งซากศพผุพัง และให้พิจารณาย้อนกลับมา ที่ร่างกายของตนว่าจะต้องเป็นเช่นนั้นเช่นเดียวกัน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 379)

2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การพิจารณาเวทนาในเวทนา ได้แก่ การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา การมีสติกำกับรู้เท่าทันเวทนา โดยการพิจารณากำหนดรู้ชัดถึงการเสวยเวทนาที่เป็นสุขหรือทุกข์ และเวทนาทั้ง 3 นั้นประกอบด้วยอามิสเครื่องล่อใจหรือไม่ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 380)

1. สุขเวทนา เป็นการพิจารณากำหนดรู้ภายในหมวดความรู้สึกสุข สบายทางกาย/ทางใจ
2. ทุกขเวทนา เป็นการพิจารณากำหนดรู้ภายในหมวดความรู้สึกทุกข์ ไม่สบาย ทางกาย หรือทางใจ
3. อทุกขมสุขเวทนา เป็นการพิจารณากำหนดรู้ภายในหมวดความรู้สึกเฉย ๆ จะสุขก็ไม่ใช่ทุกข์ก็ไม่ใช่

3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การพิจารณาจิตในจิต ได้แก่ การตั้งสติพิจารณาและกำกับรู้เท่าทันจิตหรือรู้เท่าทันสภาพและอาการของจิต หรือการพิจารณากำหนดรู้ชัดของจิตที่มีสถานะต่าง ๆ กัน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 381)

4) ฌัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การพิจารณาธรรมในธรรม โดยการตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม การมีสติกำกับรู้เท่าทันธรรม มี 5 บรรพ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 382) ดังนี้

1. นีวรณบรรพ หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ธรรมใน นีวรณ 5 ได้แก่ ธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี สิ่งที่ขัดขวางจิตไม่ให้ก้าวหน้าในคุณธรรมมี 5 อย่าง คือ กามฉันท์ ความพอใจในกามคุณ พยาบาท การคิดร้ายผู้อื่น ถีนมิทธะ ความหดหู่ซึมเซา อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและรำคาญ และ วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 382)

2. ชั้นชบรรพ หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ธรรมในอุปาทานชั้น 5 ได้แก่ รูปชั้น 5 หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ธรรมในส่วนประกอบที่เป็นรูปธรรม ประกอบด้วย ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ เวทนาชั้น 5 คือ ความรู้สึกต่ออารมณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบทางตา หู ลิ้น จมูก กายใจ แล้วเกิดเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง ได้แก่ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา สัญญาชั้น 5 คือ การจำได้หมายรู้ในอารมณ์ทั้ง 6 ได้แก่ รูป (รูปสัญญา) เสียง (สัททสัญญา) กลิ่น (คันธสัญญา) รส (รสสัญญา) สัมผัสทางกาย (โผฏฐัพพสัญญา) และอารมณ์ที่รู้ได้ด้วยใจ (ธรรมสัญญา) สังขารชั้น 5 คือ ความนึกคิดในเรื่องต่าง ๆ หรืออารมณ์ต่าง ๆ ได้แก่ ความคิดดีบ้าง ไม่ดีบ้าง เป็นกลาง ๆ บ้าง และวิญญานชั้น 5 คือ ความรู้ในอารมณ์ต่างๆทางตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 383)



3. อายตนะบรรพ หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ธรรมในอายตนะภายใน และอายตนะภายนอก 6 คือการรู้ชัดทางตา รู้ชัดทางรูป รู้ชัดทางหู รู้ชัดทางเสียง ชัดทางจมูก รู้ชัดทางกลิ่น รู้ชัดทางลิ้น รู้ชัดทางรส รู้ชัดทางกาย รู้ชัดทางโผฏฐัพพะ และรู้ชัดทางใจ รู้ชัดทางธรรมารมณ์ ในสังโยชน์ซึ่งหมายถึงกิเลสที่ผูกมัดใจ ได้แก่ โอรัมภาคิยสังโยชน์ สังโยชน์เบื้องต่ำ ได้แก่ สักกายทิฎฐิ ความเห็นว่าเป็นตัวของตน วิจิกิจฉา ความตั้งเลศสงสัย สิลัพพตปรามาส ความถือมั่นศีลพรด กามราคะ ความติดใจในกามคุณ ปฏิฆะความกระทบกระทั่งในใจ และอุทมัภาคิยสังโยชน์ สังโยชน์เบื้องสูง ได้แก่ รูปราคะ ความติดใจในรูปธรรมอันประณีต อรูปราคะ ความติดใจในอรูปธรรมมานะ ความถือว่าตัวเป็นนั่นเป็นนี่ อุทธัจจะ ความฟุ้งซ่าน และอวิชชา ความไม่รู้จริงโดยอาศัยตา และรูปทั้งสองนั้นเกิดขึ้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัด เหตุนั้น การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดด้วยเหตุนั้น (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 384)

4. โพชฌงค์บรรพ หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ธรรมในโพชฌงค์ ได้แก่ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้หรือองค์ของผู้ตรัสรู้มี 7 อย่าง ได้แก่ สติสัมโพชฌงค์ ความระลึกได้ และการสำนึกพร้อมผู้มีอาการปรากฏในขณะปัจจุบัน ชัมมวิจยโพชฌงค์ ความเพียรธรรม ความสอดคล้อง สืบค้นธรรม พิจารณาเพื่อให้เห็นประจักษ์สภาวะของอารมณ์ที่กำลังพิจารณาอยู่ให้เห็นตามความเป็นจริง วิริยสัมโพชฌงค์ ความเพียรเป็นความสืบเนื่องอย่างไม่ขาดตอนในกิจที่กำลังกระทำอยู่นั้น มีลักษณะประการการกระทำนั้นเพื่อให้สำเร็จผล ขณะที่กำลังค้นคว้า ไตร่ตรอง พิจารณาธรรมนั้นด้วยปัญญา มีความเพียรไม่ย่อหย่อน ปิตีสัมโพชฌงค์ ปิติ หมายถึงความอิ่มใจ ซาบซ่าน แ่มชื่นซาบซึ่ง ปิตินี้เกิดในขณะที่มีสติ มีความเพียรพิจารณาธรรมอยู่ ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ความสบายกายสงบใจ ผ่อนคลายเรียบเย็น ไม่เครียด ไม่กระสับกระส่าย เบาสบาย สมာธิสัมโพชฌงค์ การมีใจตั้งมั่น แน่วแน่ในอารมณ์ที่กำลังพิจารณา ไม่วอกแวก ไม่ฟุ้งซ่าน และมีอุเบกขาสัมโพชฌงค์ คือ ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามเป็นจริง นิ่ง ดูไม่สอดแต่ ไม่แทรกแซง สภาวะจิตตั้งมั่นวางเฉย (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 385)

5. สัจจบรรพ หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ธรรมในอริยสัจ 4 ประการ ได้แก่

1) ทุกข์อริยสัจ ได้จำแนกความทุกข์ไว้ 12 ประการ ได้แก่ 1.ชาติ (ความเกิด) 2.ชรา (ความแก่) 3.มรณะ (ความตาย) 4.สกะ (ความโสภ) 5.ปริเทวะ (ความคร่ำครวญ) 6. ทุกข์ (ความทุกข์กาย) 7. โทมนัส (ความทุกข์ใจ) 8. อุปายาส (ความ คับแค้นใจ) 9. อับปิยสัมปิโยค (ความประสพกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก) 10. ปิยวิปปโยค (ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก) 11. อิจฉิตาลาภะ (การไม่ได้ในสิ่งที่ต้องการ) และ 12. อุปาทานขันธ 5

2) สมุทัยอริยสัจ ได้จำแนกต้นเหตุแห่งทุกข์ หมายถึง ตัณหาความทะยานอยาก 3 ประการ ได้แก่ 1. กามตัณหา ความทะยานอยากในกามคุณ 2. ภวตัณหา ความทะยานอยากในภพ 3. วิภว

ค้นหาความทะยานอยากให้พ้นจากภพ

3) นิโรธอริยสัง ได้จำแนกแห่งความดับกิเลสไม่เหลือด้วยวิราคะ ความปล่อยวาง ความสละคืน ความพ้น ความไม่ติด คือ ความดับกิเลสไม่เหลือด้วยวิราคะ ความปล่อยวาง ความสละคืน ความพ้น ความไม่ติด

4) มรรคอริยสัง หมายถึง ทางเดินหรือข้อปฏิบัติ ซึ่งเรามีหน้าที่ลงมือทำเพื่อให้ถึงซึ่งการดับทุกข์ เพื่อพ้นจากความทุกข์ ได้จำแนกไว้ 8 ประการ ได้แก่ 1. สัมมาทิฐิ (การเห็นชอบ) 2. สัมมาสังกัปปะ (การดำริชอบ) 3. สัมมาวาจา (การเจรจาชอบ) 4. สัมมากัมมันตะ (การกระทำชอบ) 5. สัมมาอาชีวะ (การเลี้ยงชีพชอบ) 6. สัมมาวายามะ (การพยายามชอบ) 7. สัมมาสติ (การระลึกชอบ) และ 8. สัมมาสมาธิ (การตั้งจิตมั่นชอบ) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 368-402)

ดังนั้นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในทางพุทธศาสนาจึงเป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นจากกิเลส และวัฏฏะ ซึ่งเป็นแนวทางการปฏิบัติที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาขณะที่พระพุทธเจ้าค้นหาแนวทางการปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นจากกิเลส และวัฏฏะ โดยการที่พระพุทธเจ้าได้ทรงปฏิบัติสมถกรรมฐานจนล่วงเข้าสู่จุดถุณแล้ว โน้มจิตด้วยปัญญาด้วยวิชาความรู้แจ้ง 3 ประการ ได้แก่ 1) บุพเพนิวาสานุสติญาณซึ่งเป็นภาวะญาณที่สามารถระลึกภูชาชาติได้ 2) จุขุปปาติญาณ เป็นญาณที่เกิดปัญญาระลึกถึงการจุติปฏิสนธิของสัตว์ในอดีตและปัจจุบัน และเมื่อได้ทรงพิจารณารู้ตามความเป็นจริงแล้วจึงใช้วิชาทั้งสองเป็นพื้นฐานในการเจริญวิปัสสนาเพื่อความรู้แจ้ง และ

3) อาสวักขยญาณ อันเป็นปัญญาความรู้ที่ทำให้สิ้นอาสวะหรือกิเลส ด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาเพื่อค้นหาปัจจัยเหตุ และผลของการเวียนว่ายตายเกิด หรือผลของการเกิดดับในปฏิจสมุปบาท 12 ประการ ตามลำดับ ดังนี้ 1) เพราะมีอวิชชา คือ ความไม่รู้จึงเป็นปัจจัยให้มีสังขารด้วยการมีกายสังขาร จึงมีสภาพที่ปรุงแต่งการกระทำทางกาย ด้วยการวจีสังขาร คือ สภาพที่ปรุงแต่งการกระทำทางวาจา และด้วยการมีจิตตสังขารหรือมนัสสังขาร จึงมีสภาพที่ปรุงแต่งการกระทำทางใจ

2) เพราะมีสังขารจึงเป็นปัจจัยให้มีวิญญานทั้ง 6 ได้แก่ จักขุวิญญาน (ความรู้อรมณฺ์ทางตา) การมองเห็น โสทวิญญาน (ความรู้อรมณฺ์ทางหู) การได้ยิน ฉานวิญญาน (ความรู้อรมณฺ์ทางจมูก) การได้กลิ่น ชิวหาวิญญาน (ความรู้อรมณฺ์ทางลิ้น) การรู้รส กายวิญญาน (ความรู้อรมณฺ์ทางกาย) รู้สิ่งที่กายสัมผัส และ มโนวิญญาน (ความรู้อรมณฺ์ทางใจ) การรับรู้ทางใจ 3) เพราะมีวิญญานจึงเป็นปัจจัยให้มี นาม คือ สิ่งที่ไม่มีรูป คือ รู้ไม่ได้ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย แต่รู้ได้ด้วยใจ ได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาน และ รูป คือ สิ่งที่มีรูป สิ่งที่เป็นรูป ได้แก่รูปขันธ์ทั้งหมด 4) เพราะมีนามและรูปจึงเป็นปัจจัยให้มีสพายนะปัจจัย หรืออวัยวะที่ใช้สัมผัสหรือการทำงานภายในจิตตคานนามธรรม ที่ทำให้เกิดความรู้สึกในอายตนะเครื่องรู้และสิ่งที่รับรู้ภายใน 6 ประการ 5) เพราะมีผัสสะในอายตนะจึงเป็นปัจจัยให้มีเวทนา การรับรู้อรมณฺ์ความรู้สึกความสุข และความทุกข์ มี

3 อย่าง คือ สุขเวทนาความรู้สึกสุขสบาย ทุกขเวทนาความรู้สึกไม่สบาย และ อทุกขมสุขเวทนาความรู้สึกไม่สุขไม่ทุกข์ คือ เฉย ๆ เรียกอีกอย่างว่าอุเบกขา 6) เพราะมีเวทนาจึงเป็นปัจจัยให้มีตัณหา ความทะยานอยากดิ้นรนปรารถนาอยากมีใคร่ได้ 3 ประการ คือ กามตัณหาความทะยานอยากในกามอยากได้อารมณ์ที่น่ารัก ใคร่ กวตัณหาความอยากในภพการอยากเป็นนั่นเป็นนี่ และ วิภวตัณหาความทะยานอยากในวิภพ คือ การอยากไม่เป็นนั่นไม่เป็นนี่หรือความอยากพรากพ้นดับสูญไปเสีย 7) เพราะมีตัณหาจึงเป็นปัจจัยให้มีอุปาทาน คือ ความยึดมั่นถือมั่นด้วยอำนาจของกิเลส 4 ประการ ได้แก่ กามุปาทานเป็นความถือมั่นในกาม ทิฏฐุปาทานเป็นความถือมั่นในการคือ ดิ่งในความเห็น, สัมผัสอุปาทานความถือมั่นในสัมผัสและพรต และอัตตวาทุปาทานความถือมั่นว่าตน 8) เพราะมีอุปาทานจึงเป็นปัจจัยให้มีภพหรือโลกซึ่งเป็นที่อยู่ของสัตว์ภาวะชีวิตของสัตว์ คือ กามภพ และภพของผู้ยังเสวยกามคุณเป็นภพของผู้เข้าถึงรูปฌาน และ ภพของผู้เข้าถึงอรุณฌาน 9) เพราะมีภพจึงเป็นปัจจัยให้มีชาติมีการเกิดเป็นชนิดพวกเหล่า และปวงชนแห่งประเทศเดียวกัน 10) เพราะมีชาติจึงเป็นปัจจัยให้มีชรามรณะความแก่และการตาย 11) เพราะมีชรามรณะจึงเป็นปัจจัยให้เกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งปวงซึ่งเป็นสภาพที่ทนอยู่ได้ยาก หรืออยู่ไม่ได้ 12) เพราะถูกบีบคั้นด้วยความเกิดขึ้นและความดับสลาย เนื่องจากต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัยที่ไม่ขึ้นต่อตัวมันเอง เป็นความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ จึงเป็นเหตุให้พระพุทธรู้แจ้งในอริยสัจ 4 จนบรรลุอรหัตตสัมมาสัมพุทธเจ้าในที่สุด (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. เล่มที่ 10 ย่อหน้า 483-484)

ดังนั้น การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานผู้ปฏิบัติจะต้องมีพื้นฐานความรู้ความเข้าใจในหลักวิปัสสนาภูมิ 6 ประกอบด้วย 1) ขันธ์ 5 2) आयตนะ 12 3) ธาตุ 18 4) อินทรีย์ 22 5) ปฏิจสมุปบาท 12 และ 6) อริยสัจ 4 โดยนัย หมายถึง การพิจารณากำหนดรู้ในรูปธรรมกับนามธรรมหรือการพิจารณากำหนดรู้ในขันธ์ 5 ได้แก่ 1) รูป คือ สิ่งที่เห็นได้ด้วยตา ได้ยินได้ด้วยหู สัมผัสได้ด้วยจมูก และสุดท้ายสัมผัสได้ด้วยกาย ในทางโลกเข้าใจตรงกันว่าเป็นรูปธรรม 2) นาม คือ สิ่งที่สัมผัสได้ด้วยจิต และเจตสิก ได้แก่ วิญญาณขันธ์ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ และสังขารขันธ์ ในทางโลกเข้าใจตรงกันว่าเป็นนามธรรม การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจึงเป็นแนวทางในการฝึกสติให้ระลึกรู้อารมณ์ที่ปรากฏให้เป็นปัจจุบันเป็นหลักการใช้สติเฝ้าระลึกรู้สภาวะธรรมที่กำลังปรากฏในปัจจุบันตามความเป็นจริงและพิจารณาต่อเนื่องในลักษณะของรูปกับนาม ที่ปรากฏตามหลักไตรลักษณ์ ได้แก่ อนิจจังความไม่เที่ยง ทุกขังความทุกข์สภาพที่ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ และอนัตตา ความไม่ใช่ตัวตน การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานส่งผลให้เกิดปัญญารู้แจ้งในสภาวะธรรมตามความจริงตามลำดับอย่างเป็นขั้นเป็นตอนที่เรียกว่า วิปัสสนาญาณ ไปจนสามารถตัดกิเลสได้อย่างถาวรเมื่อปฏิบัติจนได้บรรลุวิปัสสนาญาณขั้นสูงเรียกว่าอริยบุคคลซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่เมื่อเกิดขึ้นในตัวบุคคลแล้วจะไม่เสื่อมไป และเป็นแนวทางในการแก้ไขบรรเทา และกำจัดวิปัสสนา เนื่องด้วยการใช้

วิธีโยนิโสมนสิการซึ่งเป็นกระบวนการทางด้านปัญญาเพื่อการสืบสาวหาเหตุปัจจัยและแยกแยะองค์ประกอบตรวจสอบดูสภาวะโดยที่ผู้ปฏิบัติมีสติพร้อม

### สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท

สภาวะธรรม หมายถึง สภาวะที่เป็นธรรมชาติตามนามและรูปที่เกิดด้วยเหตุปัจจัย และเป็นความจริงของชีวิตที่ไม่เปลี่ยนแปลงตามเวลา บุคคล หรือสถานที่ โดยขณะที่ผู้ปฏิบัติเจริญสติเพื่อบริกรรมฐานที่เกิดขึ้นกับทางกายและทางจิตที่เกิดขึ้น จะรู้สึกว่ามีเพียงสภาวะธรรมทางกายกับจิตที่เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยเท่านั้น ไม่มีตัวเราอยู่ในสภาวะธรรมนั้น ซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่ผู้ปฏิบัติคลายจากความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนของตัวเองลงได้ ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติรู้จักตัวเอง และมีความเข้าใจผู้อื่นได้ดีขึ้น ซึ่งการที่ผู้ปฏิบัติจะสามารถเห็นสภาวะธรรมนี้ได้จำเป็นต้องอาศัยกระบวนการปฏิบัติที่ทำให้ผ่อนคลายซึ่งเป็นธรรมชาติของมนุษย์เมื่อร่างกายผ่อนคลายลงจิตจะค่อยๆ สงบลงสามารถหยั่งเห็นไตรลักษณ์ซึ่งเป็นความจริงของชีวิต 3 ประการ ได้แก่ อนิจจัง ความไม่เที่ยง, ทุกขัง ความทุกข์ และอนัตตา ความไม่ใช่ตัวตน (พระคันธสาราภิวงศ์. 2551. หน้า 5-6 และ 8-9)

สภาวะธรรม จึงเป็นสภาวะที่เป็นไปเองตามธรรมชาติของเหตุปัจจัย (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. สภาวะ. ธรรม. หน้า 295-353, 90-114. ออนไลน์) การปฏิบัติกรรมฐานจึงเป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อให้เกิดสภาวะธรรมในบุคคลที่ก่อให้เกิดความสงบขึ้นทั้งทางกายและทางใจในผู้ปฏิบัติและสามารถรับรู้ได้ในขณะปฏิบัติเป็นสภาวะที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงของรูปและนาม เรียกว่าเป็นอารมณ์กรรมฐาน ใน 2 ลักษณะได้แก่ สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติสมถกรรมฐาน เรียกว่า สภาวะสมาธิ เป็นสภาวะที่เป็นสุขสงบผ่อนคลายไม่มีความเศร้าหมอง ไม่ขุ่นมัว และไม่มีสิ่งรบกวนให้สะดุ้ง หรือคิดขัดใดๆ เป็นสภาวะธรรมที่ปราศจากนิรันดร ส่วนสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เรียกว่า สภาวะญาณ วิชชา หรือปัญญา เป็นสภาวะที่สุขสงบผ่อนคลายและเป็นอิสระจากการได้พ้นจากอำนาจของกิเลสครอบงำ เห็นและรับรู้ทุกสรรพสิ่งตามความเป็นจริงไม่เป็นทุกข์เจ็บปวดเร้าร้อนด้วยอวิชชา (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2541. หน้า 305-306)

#### 2.7.1 การปฏิบัติสมถกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับสภาวะสมาธิ

การปฏิบัติสมถกรรมฐาน หรือการเจริญสมถกรรมฐาน หมายถึงการเจริญสมาธิภาวนา ด้วยภาวะจิตของปुरुชนซึ่งไม่เคยผ่านการฝึกฝนจำเป็นจะต้องมีเครื่องยึดเหนี่ยวเพื่อกำหนดรู้ดังปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกและคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้กำหนดเครื่องยึดเหนี่ยวในการปฏิบัติไว้ 40 อย่าง เพื่อให้ผู้ปฏิบัติใช้เป็นเครื่องมือในการกำหนดจิตเพื่อปฏิบัติให้เข้าสู่สมาธิ ตามความเหมาะสมกับพื้นฐานนิสัยของแต่ละบุคคล สมาธิเป็นฐานนำไปสู่สภาวะสมาธิในผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐาน (มูลนิธิมหาจุฬาราชวิทยาลัยในพระบรมราชูปถัมภ์. 2554. ออนไลน์) ด้วยการเจริญสมถกรรมฐาน หรือการปฏิบัติสมถกรรมฐาน จากสภาวะสมาธิไปสู่สภาวะสมาธิตั้งแต่ ปฐมสมาธิไปจนถึงจตุตถสมาธิส่งผลให้ผู้ปฏิบัติมีสภาวะจิตที่สงบจากอกุศลธรรมมีความผุดผ่องภายในจิต อยู่ในสภาวะที่ไม่

สุข ไม่ทุกข์ และเป็นอุเบกขามีสติวิสุทธิ (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 11 ย่อหน้า 232-233. ออนไลน์) ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก แบ่งสภาวะจิตออกเป็น 4 ชั้น ส่วนในพระอภิธรรมปิฎกได้แบ่งสภาวะจิตออกเป็น 5 ชั้น เหตุเพื่อให้ผู้ที่มีความยังไม่แก่กล้าสามารถแบ่งอารมณ์กรรมฐานหรือองค์ธรรมได้ละเอียดชัดเจน เพื่อให้สามารถพิจารณาอารมณ์กรรมฐาน หรือองค์ธรรมได้ที่ละอารมณ์กรรมฐานหรือในแต่ละองค์ธรรม (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. ฌาน. หน้า 29- 60. ออนไลน์) สรุปได้ว่าการปฏิบัติสมาธิก็คือการปฏิบัติสมถกรรมฐานนั่นเอง (มูลนิธิมหามกุฏราชวิทยาลัยในพระบรมราชูปถัมภ์. 2554. ออนไลน์)

การปฏิบัติสมถกรรมฐานจึงเป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความสงบทางจิตซึ่งเป็นลักษณะของจิตที่มีสมาธิตั้งมั่นแนบแน่นนิ่งอยู่ในอารมณ์เดียวโดยผู้ปฏิบัติจะเลือกแนวทางในการปฏิบัติ 1 อย่างใน 40 อย่าง มาใช้เป็นอารมณ์กรรมฐาน หรือใช้เป็นเครื่องมือกำหนดครุในการฝึกฝนจิตของผู้ปฏิบัติเพื่อการบรรลุสมาธิ (พ. วชิรญาณมหาเถร. 2504. หน้า 34) เมื่อสภาวะจิตในผู้ปฏิบัติมีสมาธิเข้มแข็งแล้วนิวรรณ์ 5 ได้แก่ กามฉันทะ ความพอใจ คิดใจ หลงไหลในกามโลกีย์ พยาบาท ความไม่พอใจจากความไม่ได้สมปรารถนา ความผูกโกรธ จองล้างจองผลาญ ถีนมิทธะ ความเกียจคร้าน ท้อแท้หมดกำลังใจ อุทธัจจะกุกกุกจะ ความคิดฟุ้งซ่านไม่สงบ และ วิภิจฉา ความลังเลสงสัย ซึ่งเป็นอกุศลธรรมที่เป็นอุปสรรคสำคัญต่อบรรลุธรรมทั้ง 5 ประการ ไม่สามารถสอดแทรกเข้าภายในจิตของผู้ปฏิบัติที่มีสมาธิแน่วแน่ได้สภาวะธรรมในระดับนี้เรียกว่าสภาวะจิตตวิสุทธิ แบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ (พระโสภณมหาเถร. 2548. หน้า 59) โดยสมาธิที่แน่วแน่ในสภาวะจิตตวิสุทธิเป็นพื้นฐานในการนำผู้ปฏิบัติเข้าสู่สภาวะฌานแบ่งออกได้เป็น 5 ระดับ คือสภาวะจิตที่บรรลุปฐมฌาน ทุคิยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน และปัญจมัชฌาน (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 35 ย่อหน้า 715-719. ออนไลน์) ดังนี้

### 1. ขณิกสมาธิ

ขณิกสมาธิ หมายถึง การมีสมาธิชั่วขณะ เป็นสมาธิในขั้นต้นเพียงพอสำหรับใช้ในการเล่าเรียนทำงานให้ได้ผลดี จิตใจสงบสบายได้พักชั่วคราว และเป็นสภาวะจิตที่สามารถใช้เริ่มปฏิบัติวิปัสสนาได้ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. ขณิกสมาธิ. 2541. หน้า 26-28, ออนไลน์) ขณิกสมาธิในการปฏิบัติกรรมฐานเป็นสภาวะของสมาธิที่เกิดขึ้นชั่วครู่ในขณะที่ผู้ปฏิบัติตั้งจิตกำหนดรู้สภาวะธรรมอยู่โดยจิตตั้งมั่นในอารมณ์ปัจจุบันพิจารณารูป และนามอย่างต่อเนื่องโดยปราศจากนิวรรณ์ 5 ผู้ปฏิบัติพิจารณากำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ขณะที่ใช้สติควบคุมและปรับอินทรีย์ 5 และพละ 5 ได้แก่ ศรัทธากับปัญญา และสมาธิกับวิริยะ ที่ซึ่งเป็นสภาวะธรรมเกิดขึ้นให้มีกำลังเสมอกัน (พระโสภณมหาเถร. 2548. หน้า 61)

ขณิกสมาธิจึงเป็นสมาธิที่เกิดขึ้นในลักษณะชั่วครู่ตามการกำหนดจิตโดยการคิดตามคำภาวนาได้ชั่วครู่ แต่ผู้ปฏิบัติยังคงนำความรู้สึกนึกคิด และอารมณ์ภายนอกคำภาวนามาคิดเสมอและมักจะทิ้งองค์ภาวนา หรือยังตั้งอยู่ในองค์ภาวนาไม่ได้ อารมณ์จิตของผู้ปฏิบัติยังไม่สว่างแจ่มใส การตั้งจิตในการภาวนาตามที่วิปัสสนาจารย์สอนเป็น ไปอย่างขาดๆ เกินๆ

## 2. อุปจารสมาธิ

อุปจารสมาธิ หมายถึง สมาธิจนจะแน่วแน่แต่ยังไม่ถึงที่สุดเป็นขั้นทำให้กิเลสระงับลงได้ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. อุปจารสมาธิ. หน้า 357– 442. ออนไลน์) และเป็นสมาธิที่เข้าใกล้จะแนบแน่นเป็นกามาวจรสมาธิเป็นสภาวะที่จิตแยกนออกจากอารมณ์ได้แล้วในขณะที่ปฏิบัติ โดยไม่นำเอาอารมณ์และสิ่งแวดล้อมมาคิดคำนึง (พระโสภณมหาเถระ. 2548. หน้า 60 – 61) แม้ว่าสภาวะการกำหนดจิตยังไม่ถึงที่สุดแต่ก็จัดว่าเป็นมหากุศลสมาธิที่มีลักษณะอาการเหมือนกับอารมณ์กรรมฐานที่นิกำหนดจนจำได้แม่นในใจหรือการเพ่งดูจนติดตาติดใจ แม้หลับตาก็เห็นซึ่งเป็นการเห็นที่เกิดจากสัญญาสามารถนึกขยายหรือย่อส่วนให้ใหญ่หรือเล็กได้ตามความปรารถนาของอารมณ์ โดยนิเวศน์ต่างๆ สงบลง เรียกว่าอุปจารสมาธิ (พ. วัชรญาณมหาเถระ. 2504. หน้า 34)

สภาวะธรรมในอุปจารสมาธิเป็นสมาธิที่สามารถคุมอารมณ์สมาธิไว้ได้นานพอสมควร มีอารมณ์ใสสว่างพอใช้ได้มีอาการดังนี้

1. วิตก หมายถึง สามารถกำหนดจิตนึกคิดในองค์ภาวนาหรือกำหนดรูปกสิณอยู่ได้อย่างไม่คลาดเคลื่อนในเวลานานพอสมควร

2. วิจารณ์ หมายถึง สามารถพิจารณาใคร่ครวญในรูปกสิณนิมิต ที่จิตถือเอาเป็นนิมิตที่จิตกำหนดรู้ ในอาการ เคลื่อนไหวหรือคงที่ว่ามีสี สวรรณะเป็นอย่างไร เล็กหรือใหญ่ สูงหรือต่ำ จิตกำหนดรู้ไว้ได้ ถ้าเป็นองค์ภาวนา ภาวนาครบถ้วนหรือไม่ ผิดถูกอย่างไร กำหนดรู้เสมอ ถ้ากำหนดลมหายใจ ก็กำหนดรู้ว่า หายใจเข้า หรือหายใจออก หายใจยาว หรือสั้น เบาหรือแรง โดยรับรู้อยู่ในเวลานานพอสมควร เรียกว่าวิจารณ์

3. ปีติ หมายถึง ขณะปฏิบัติเกิดความปลาบปลื้มเอิบอิ่มใจ มีจิตใจชุ่มชื่นเบิกบาน ไม่อึดไม่เบื่อในการ เจริญภาวนามีอารมณ์ผ่องใส โดยอาการของปีติมีห้าอย่าง ได้แก่ มีการขนลุกขนชัน มีน้ำตาไหล ร่างกายโยกโคลง ร่างกายลอยขึ้นเหนือพื้นที่นั่ง และมีอาการกายชุ่มซ่า คล้ายร่างกายโปร่งและใหญ่โตสูงขึ้นอย่างผิดปกติ โดยแม้จะมีอาการของปีติแต่จิตใจเป็นสมาธิแนบแน่นไม่หวั่นไหว มีสมาธิตั้งมั่น การกำหนดจิตเข้าสมาธิง่าย คล่อง สามารถกำหนดจิตเข้าสมาธิได้ทันที

4. สุข หมายถึง มีความสุขที่ละเอียดอ่อน เป็นความสุขอย่างที่ไม่เคยปรากฏการณ์มาก่อน สามารถนั่งสมาธิได้นานนานไม่รู้สึกปวดเมื่อย อาการปวดเมื่อยจะมีเมื่อคลายสมาธิแล้ว มีความสุขสำราญตลอดเวลา

5. เอกัคคตา หมายถึง ความมีอารมณ์เป็นอันเดียว คือ ความมีจิตแน่วแน่อยู่ในอารมณ์อันเดียว ได้แก่สมาธิ

อุปจารสมาธิเป็นสมาธิที่ผู้ปฏิบัติสามารถกำหนดจิตตั้งมั่นในสมาธิได้มากกว่าขณิกสมาธิ สามารถคงสภาวะธรรมที่เรียกว่า 1) วิตก คือ ถ้ากำหนดภาวนาก็สามารถภาวนาได้ต่อเนื่องใน เวลานานพอสมควร 2) วิจาร สามารถการกำหนดรู้การภาวนาถูกต้องครบถ้วน 3) ปิติ มีความชุ่มชื้น ผ่องใส และ 4) สุข มีความสุขใจ และ 4) เอกัคคตา มีสมาธิตั้งมั่นเกือบตลอดเวลาความเกิด ความสว่างทางใจปรากฏขึ้นในขณะที่หลับตาภาวนา

### 3. อัปนาสมาธิ

อัปนาสมาธิ หมายถึง การมีสมาธิแน่วแน่มิติดั้งมั่นสนิทเป็นสมาธิในฉาน (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. อัปนาสมาธิ. หน้า 357–442. ออนไลน์) เป็นสมาธิที่เกิดขึ้นในลักษณะ ที่จิตสามารถกำหนดรู้และตั้งมั่นสนิทสามารถคุมอารมณ์ในนิเวศต่างๆ ได้อย่างแน่วแน่มิติดั้งมั่น ผ่องใสสว่างมั่นคงเป็นเวลานาน ผู้บรรลุอัปนาสมาธิจะสามารถปฏิบัติได้ตลอดทั้งวันทั้งคืนเปรียบ เหมือนบุรุษผู้มีกำลังแข็งแรงลุกขึ้นจากที่นั่งแล้วสามารถยืนอยู่ได้ทั้งวันมีความสงบทางจิตเกิดขึ้น เป็นขั้นของการปฏิบัติขั้นต้นของการเตรียมการเพื่อบรรลุปฐมฉาน (พ. วัชรญาณมหาเถระ. 2504. หน้า 46)

### 4. ปฐมฉาน

ปฐมฉาน ตามคัมภีร์พระไตรปิฎกกล่าวถึงสภาวะปฐมฉานว่า “ภิกษุในศาสนานี้เจริญมรรค ปฏิบัติเพื่อเข้าถึงรูปภพ สังคจากกาม สังคจากอกุศลธรรมทั้งหลายบรรลุปฐมฉานมีปฐมวิกสิตเป็น อารมณ์ประกอบด้วยวิตก วิจาร มีปิติ และสุขอันเกิดแต่วิเวกอยู่ในสมัยใดฉานมีองค์ 5 คือ วิตก วิจาร ปิติ สุข เอกัคคตา แห่งจิต มีในสมัยนั้น นี้เรียกว่า “ปฐมฉาน” (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์ เจ้ากิติยกรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 35. ย่อหน้า 734. ออนไลน์)

สภาวะปฐมฉาน หมายถึง ฉานที่ 1 มีองค์ประกอบของอารมณ์ 5 ประการ ผู้ปฏิบัติมีสมาธิ จิตตั้งมั่นสนิทสามารถคุมอารมณ์ในนิเวศต่าง ๆ ได้อย่างแน่วแน่มิติดั้งมั่น ได้แก่ วิตก วิจาร ปิติ สุข และ เอกัคคตามีรายละเอียดดังนี้

1. วิตก หมายถึง ความตรึง การยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ หรือปักจิตลงสู่อารมณ์ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. วิตก. หน้า 263–294. ออนไลน์) เป็นสภาวะธรรมที่จิตกำหนดนึกคิด โดยการ กำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก กำหนดรู้คำในองค์ภาวนาอย่างไม่ขาดสาย หากเพ่งกสิณ สามารถ กำหนดจับภาพ กสิณอยู่ตลอดเวลาเรียกว่าวิตก

2. วิจาร หมายถึง ความตรอง การพิจารณาอารมณ์ การตามเห็นอารมณ์ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. วิจาร. หน้า 263 – 294. ออนไลน์) เป็นสภาวะธรรมที่จิตสามารถใคร่ครวญ กำหนดรู้การหายใจเข้า-ออก หายใจยาว-สั้น หายใจเบา-แรง หากภาวนาสามารถใคร่ครวญกำหนดรู้ ความถูกต้องครบถ้วนในองค์ภาวนา และหากเพ่งภาพกสิณสามารถใคร่ครวญกำหนดรู้การ เปลี่ยนแปลงของได้ตลอดเวลา

3. ปิติ หมายถึง ความอิ่มใจ ความดีมีค่าในใจ มี 5 อย่าง ได้แก่ 1) ขุททกاپิติ ปิติเล็กน้อยพอขนขนน้ำตาไหล 2) ขณิกापิติ ปิติชั่วขณะรู้สึกแปลบ ๆ ดุจฟ้าแลบ 3) โลกกันติกापิติ ปิติเป็นระลอก รู้สึกขู่ลงมามาๆ ดุจคลื่นซัดฝั่ง 4) อุพเพคาปิติ ปิติไหลตลอด ให้ใจฟูตัวเบาหรืออุทานออกมา 5) พรณาปิติ ปิติซาบซ่าน เอิบอาบไปทั่วร่างกาย (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. ปิติ. หน้า 295–353. ออนไลน์) เป็นสภาวะธรรมที่ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติมีความเอิบอิ่มใจ ความชุ่มชื่นเบิกบานใจในขณะปฏิบัติกรรมฐาน

4. สุข หมายถึง ความสบาย ความสำราญ. ได้แก่ 1) กายิกสุข ความสุขทางกาย 2) เจตสิกสุข ความสุขทางใจ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. สุข. หน้า 295 – 353. ออนไลน์) เป็นสภาวะธรรมที่ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติเกิดความสุขสงบเยือกเย็น เป็นความสุขทางกายอย่างประณีตอย่างที่ไม่เคยพบมาก่อน โดยเกิดขึ้นในขณะปฏิบัติกรรมฐาน

5. เอกัคคตา หมายถึง การมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว คือ สภาวะที่มีจิตแน่วแน่นอยู่ในอารมณ์อันเดียว ได้แก่สมาธิ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. เอกัคคตา. หน้า 357 – 442. ออนไลน์) เป็นสภาวะธรรมที่ผู้ปฏิบัติมีอารมณ์เป็นหนึ่ง คือ ตั้งมั่นอยู่ในองค์ธรรมทั้ง 4 ประการข้างต้นอย่างไม่คลาดเคลื่อน

สภาวะปฐมฌาน เป็นสภาวะที่ผู้ปฏิบัติสามารถควบคุมองค์ธรรม 5 ประการ ได้แก่ วิตก วิจารณ์ ปิติ สุข และ เอกัคคตา ให้ปรากฏขึ้นพร้อมๆ กันโดยการพิจารณากำหนดรู้ในองค์ภาวนาครบถ้วนถูกต้องหรือไม่ประการใด มีความชุ่มชื่นเบิกบานใจ มีอารมณ์ผ่องใสสว่างไสวในขณะปฏิบัติ มีความสุข มีอารมณ์จับอยู่ในองค์ภาวนา ไม่สนใจอารมณ์และเสียงภายนอกที่มากระทบจิตใจมันคง อยู่กับอารมณ์ภาวนาเป็นปกติ อุปสรรคในการปฏิบัติเพื่อบรรลุปฐมฌาน ได้แก่ เสียงปฐมฌานจัดเป็นฌานโลกีย์ซึ่งเสื่อมง่ายจากนิเวศน์ 5 ประการที่เป็นอกุศลธรรม (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. ปฐมฌาน. หน้า 132– 176.. ออนไลน์) ได้แก่ 1) กามฉันทะ หมายถึง ความพอใจใน รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัสอันเป็นวิสัยของ กามารมณ์ 2) พยาบาท หมายถึง ความผูกโกรธ จองล้างจองผลาญ 3) ถีนมิทธะ หมายถึง ความง่วงเหงาหาวนอน ในขณะเจริญสมถกรรม 4) อุทธัจจกุกกุจจะ หมายถึง ความคิดฟุ้งซ่าน และความรำคาญหงุดหงิดใจ 5) วิจิกิจฉา หมายถึง ความลังเลสงสัยในผลของการปฏิบัติ ไม่นั่นใจว่าจะมีผลจริงตามที่คิด ไว้หรือไม่เพียงใด

### 5. ทุติยฌาน

ทุติยฌาน ตามคัมภีร์พระไตรปิฎกกล่าวถึงสภาวะทุติยฌานว่า “ภิกษุในศาสนานี้เจริญมรรคปฏิบัติเพื่อเข้าถึงรูปภพ บรรลุทุติยฌานที่มีปฏิเวทวิสัยเป็นอารมณ์ ไม่มีวิตก มีแต่วิจารณ์ มีปิติและสุขอันเกิดแต่วิเวก อยู่ในสมัยใด ฌานมีองค์ 4 คือ วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตาแห่งจิต มีในสมัยนั้น เรียกว่า ทุติยฌาน ธรรมทั้งหลายที่เหลือ เรียกว่าธรรมที่สัมปยุตด้วยฌาน” (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 35. ย่อหน้า 734. ออนไลน์)



ทุติยฌาน หมายถึง ฌานที่ 2 มีองค์ประกอบอารมณ์ 4 ประการ ผู้ปฏิบัติในสภาวะฌานนี้สามารถละวิตก คงเหลือองค์ประกอบ วิจาร์ ปิติ สุข และเอกัคคตา สภาวะอารมณ์ในทุติยฌานเป็นสภาวะอารมณ์ที่ผู้ปฏิบัติสามารถทรงอารมณ์ในปฐมฌานจนสามารถตัดวิตกในระยษะนี้จิตจะหยุดภวานามีอารมณ์นิ่งดิ่งสบาย ขณะที่ภวานามีความรู้สึกว่าลมหายใจอ่อนลงหูได้ยินเสียงภายนอกเบา ลงจิตไม่สนใจสิ่งรอบด้านอารมณ์เงียบสงบสามารถตัดคำภวานาออกด้วยได้เข้าถึงอารมณ์ที่ละเอียด คงเหลือแต่ความชุ่มชื้นหรรษาปิติ และสุขที่ละเอียดอ่อนประณีตด้วยอำนาจสมาธิที่มีความตั้งมั่นกว่าสภาวะปฐมฌานจิตเป็นหนึ่งสงัดจากอารมณ์ภายนอกแม้คำภวานา

## 6. ตติยฌาน

ตติยฌาน ตามคัมภีร์พระไตรปิฎกกล่าวถึงสภาวะตติยฌานว่า “ภิกษุในศาสนา นี้ เจริญมรรคปฏิบัติเพื่อเข้าถึงรูปภพบรรลุตติยฌานที่มีปฐมวิกสิตเป็นอารมณ์ที่เป็นไปภายในเป็นไปตามธรรมชาติที่ผ่องใสเพราะวิตก และวิจาร์สงบ เป็นธรรมเอกผุดขึ้นแก่ใจ ไม่มีวิตก ไม่มีวิจาร์ มีแต่ปิติ และสุขอันเกิดแต่สมาธิ อยู่ในสมย์ใด ฌานมีองค์ 3 คือ ปิติ สุข เอกัคคตาแห่งจิตมีในสมย์นั้น เรียกว่า ตติยฌาน ธรรมทั้งหลายที่เหลือ เรียกว่า ธรรมที่สัมปยุตด้วยฌาน” (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 35. ย่อหน้า 734. ออนไลน์)

ตติยฌาน หมายถึง ฌานที่ 3 มีองค์ประกอบอารมณ์ 3 ประการ ผู้ปฏิบัติในฌานนี้สามารถละวิตก วิจาร์ คงเหลืออารมณ์ ปิติ สุข และเอกัคคตา ในฌานนี้ผู้ปฏิบัติสามารถละปิดความเอิบอิมใจได้เพิ่มขึ้นคงเหลืออารมณ์สุข เป็นความสุขที่ประณีตที่ปราศจากปิติ เป็นความสุขทางจิตที่ไม่มีความสุขที่เป็นความสุขทางกาย เกิดสภาวะธรรมที่เรียกว่าเอกัคคตาในอารมณ์เดียว ไม่มีอารมณ์ห่วงใยในกายเป็นอาการที่สงัดจากกาย ฌานนี้เป็นฌานที่กายกับจิตแยกจากกันอย่างเด็ดขาดไม่มีการภวานาเลยแม้ว่ายังภวานาอยู่ แม้ว่าหูจะได้ยินเสียงชัด แต่ไม่รำคาญลมหายใจยังปรากฏแต่ก็รู้สึกเบา คล้ายไม่หายใจจิตสงัดไม่หวั่นไหวมีสมาธิแนบแน่น

## 7. จตุตถฌาน

จตุตถฌาน ตามคัมภีร์พระไตรปิฎกกล่าวถึงสภาวะจตุตถฌานว่า “ภิกษุในศาสนา นี้ เจริญมรรคปฏิบัติเพื่อเข้าถึงรูปภพเพราะคลายปิติได้อีกด้วย จึงเป็นผู้มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะอยู่ และเสวยสุขด้วยนามกาย บรรลวจตุตถฌานที่มีปฐมวิกสิตเป็นอารมณ์ ซึ่งเป็นฌานที่พระอริยเจ้าทั้งหลายกล่าวสรรเสริญผู้ได้บรรลุว่า เป็นผู้มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุขดังนี้ อยู่ในสมย์ใด ฌานมีองค์ 2 คือ สุข เอกัคคตาแห่งจิต” (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 35. ย่อหน้า 734. ออนไลน์)

จตุตถฌาน หมายถึง ฌานที่ 4 มีองค์ประกอบอารมณ์ 2 ประการ ผู้ปฏิบัติที่เข้าถึงสภาวะฌานนี้สามารถละสุข คงเหลือเพียงเอกัคคตา ในฌานที่ 4 มีองค์ประกอบอารมณ์ 2 ประการ เหมือน

ฉานที่ 3 แตกต่างกันที่ฉาน 3 มืองค์ประกอบอารมณ์สุขและเอกัคคตา ส่วนฉานที่ 4 ผู้ปฏิบัติสามารถละความสุขได้คงเหลืออารมณ์เอกัคคตา ในคัมภีร์พระอภิธรรมได้เพิ่มอารมณ์ อุเบกขาการวางเฉยในฉานที่ 4 จึงมีสภาวะธรรมที่แตกต่างจากฉานที่ 4

ในฉานที่ 4 ไม่ปรากฏการกำหนดรู้ความรู้สึกในลมหายใจเหมือนสภาวะฉานอื่น เนื่องจากลมหายใจของผู้ปฏิบัติจะละเอียดจนคล้ายไม่ปรากฏว่ามีลมหายใจ สภาวะของอารมณ์จิตในฉานที่ 4 จะมามีอารมณ์สังขติยปราศจากอารมณ์ ภายนอก ไม่ได้ยินเสียง สามารถดับการจำได้หมายรู้ในทุกข์ทางกาย มีสภาวะอารมณ์สังขติย ไม่เกี่ยวข้องด้วยร่างกาย ไม่ว่ากายจะสุข จะทุกข์ จิตในระหว่างสมาธิ จะไม่รู้ เพราะกายกับจิตแยกกันเด็ดขาด

### 8. ปัญจมัชฉาน

ปัญจฉาน ตามคัมภีร์พระไตรปิฎกกล่าวถึงสภาวะบรรลุปัญจฉานว่า “ภิกษุในศาสนา นี้เจริญมรรคปฏิบัติเพื่อเข้าถึงรูปภพ บรรลุปัญจฉานที่มีปฐมวิกสิตเป็นอารมณ์ ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข เพราะละสุขและทุกข์ได้เพราะ โสมนัสและโทมนัสดับสนิทในก่อน มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา อยู่ในสมัยใด ฉานมืองค์ 2 คือ อุเบกขา เอกัคคตาแห่งจิต มีในสมัยนั้น นี้เรียกว่า ปัญจฉาน ธรรมทั้งหลายที่เหลือ เรียกว่า ธรรมที่สัมปยุตด้วยฉาน(พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 35. ย่อหน้า 734. ออนไลน์)

ปัญจมัชฉาน หมายถึง ฉานที่ 5 มืองค์ประกอบอารมณ์ 2 อย่าง ผู้ปฏิบัติที่เข้าถึงสภาวะฉานนี้สามารถละทุกข์ ละสุข คงเหลืออารมณ์อุเบกขา และเอกัคคตา การที่คัมภีร์อภิธรรมแบ่งอารมณ์ของฉานย่อยเป็น 5 ฉานเพื่อประโยชน์ สำหรับผู้ปฏิบัติใช้ในกรณีที่ผู้ปฏิบัติกรรมฐานยังมีญาณไม่แก่กล้าจึงให้พิจารณาละวิตกและวิจารณ์ ลงทีละองค์

#### 2.7.2 การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับสภาวะญาณ

วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง ความเห็นแจ้ง การเห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวะธรรม หรือ ปัญญาที่เห็นในไตรลักษณ์อันให้ถอนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารเสียได้เป็นการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดในภาวะของสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นของมันเอง (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. วิปัสสนา. วิปัสสนากรรมฐาน. หน้า 263– 294. ออนไลน์) การภาวนา หรือ ปัญญาภาวนา ซึ่งเป็นการฝึกอบรมเจริญปัญญาให้รู้เท่าทันเข้าใจในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จนสภาวะของจิตเป็นอิสระไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์ มีความเข้มแข็งมั่นคง เจริญออกงามด้วยคุณธรรม (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. ภาวนา. ปัญญาภาวนา. หน้า 132– 176. ออนไลน์) ในทางพระพุทธศาสนาได้กำหนดปัญญาไว้ 3 ระดับ ได้แก่ 1) ปัญญาที่เกิดจากการรับฟังการเล่าเรียน เรียกว่า “สุตมยปัญญา” หรือ “สุตมยญาณ” 2) ปัญญาที่เกิดจากการคิดการพิจารณาหาเหตุผล เรียกว่า “จินตมยปัญญา” หรือ “จินตมยญาณ” และ 3) ปัญญาที่เกิดจากการฝึกอบรมลงมือปฏิบัติ เรียกว่า “ภาวนามยปัญญา” หรือ “ภาวนาญาณ” (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยา

กรวรรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 11 ย่อหน้า 228. หน้า 291-223 และ เล่มที่ 35 ย่อหน้า 804. หน้า 475-476. ออนไลน์) “ภาวนามยปัญญา” หรือ “ภาวนาญาณ” หรือ “ปัญญาญาณ” จึงเป็นปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติกรรมฐานซึ่งเป็นปัญญาในขั้นสูงสุดเรียกว่า “ปรมัตต์ปัญญา”

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในทางพุทธศาสนาเถรวาทเป็นแนวทางในการสร้างปัญญาซึ่งปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกว่าการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสามารถทำได้หลายแนวทาง อาทิ เช่น การปฏิบัติโดยอาศัยสมาธิในระดับอุจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิ เพื่อเป็นเครื่องมือนำไปสู่วิปัสสนาหรือปัญญาเพื่อมุ่งสู่มรรค ผล นิพพาน เรียกว่า สมถยานิก ส่วนการปฏิบัติวิปัสสนาโดยไม่อาศัยสมาธิในระดับอุจารสมาธิ หรือ อัปปนาสมาธิ แต่ใช้สมาธิในระดับขณิกสมาธิ เรียกว่า วิปัสสนายานิก (พระโสภณมหาเถระ. 2548. หน้า 61 - 62)

การเจริญสติที่จัดเป็นวิปัสสนาภาวนาหรือวิปัสสนากรรมฐานเนื่องจากการฝึกอบรมให้ผู้ปฏิบัติยังเห็นในไตรลักษณ์ ได้แก่ 1) อนิจจัง: ความไม่เที่ยง 2) ทุกขัง: ความทนอยู่ไม่ได้ และ 3) อนัตตา:ความไม่ใช่ตัวตน ซึ่งเป็นการเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริงที่เรียกว่า “วิปัสสนาญาณ” (พระโสภณมหาเถระ. 2548. หน้า 1) สภาวะญาณในคัมภีร์พระไตรปิฎกในพุทธศาสนาเถรวาทกล่าวว่ามีทั้งสิ้น 73 ญาณ โดยยกเว้น 6 ญาณสุดท้าย ได้แก่ อินทริยปิโรปริยัตติญาณ อาสขานุสยญาณ ยมกปาฏิหาริญาณ มหากรุณาสมาบัติญาณ สัพพัญญุตญาณ และสัพพัญญุตญาณ ซึ่งเป็นญาณที่เกิดขึ้นได้เฉพาะพระพุทธองค์เท่านั้น (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 31 ย่อหน้า 1. ออนไลน์)

สภาวะญาณ หมายถึง ความรู้ที่บุคคลสามารถหยั่งรู้หรือกำหนดรู้ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. ญาณ. หน้า 61– 89. ออนไลน์) ซึ่งเป็นปริชาญาณที่เกิดขึ้นในผู้ปฏิบัติวิปัสสนาจนบรรลุมรรคผลนิพพาน มีทั้งสิ้น 16 ระดับ เรียกว่า “ญาณ 16 หรือ โสฬสญาณ” ได้แก่ นามรูปปริจเฉทญาณ หมายถึง ญาณที่สามารถกำหนดแยกนามธรรม และรูปธรรม ปัจจัยปริคคหญาณ หมายถึง ญาณกำหนดปัจจัยแห่งนามรูป สัมมสนญาณ หมายถึง ญาณพิจารณานามรูปได้โดยไตรลักษณ์ อุทัพพยานุปัสสนาญาณ หมายถึง ญาณที่ตามเห็นความเกิดและความดับแห่งนามรูป กังคานุปัสสนาญาณ หมายถึง ญาณตามเห็นจำเพาะความดับเด่นขึ้นมา ภยตูปัญฐานญาณ หมายถึง ญาณอันมองเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว อาทิ นวานุปัสสนาญาณ หมายถึง ญาณคำนึงเห็นโทษ นิพพิทานุปัสสนาญาณ หมายถึง ญาณคำนึงเห็นด้วยความหน่าย มุจจิตุกัมมตาญาณ หมายถึง ญาณหยั่งรู้อันให้ใครจะพ้นไปเสีย ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ หมายถึง ญาณอันพิจารณาทบทวนเพื่อจะหาทาง สังขารเปกขาญาณ หมายถึง ญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร สัจจานุโลมิกญาณ หมายถึง ญาณเป็นไปโดยควรแก่การหยั่งรู้หรือริยสัจจ์ ไคตรกุกุญาณ หมายถึง ญาณครอบโคตรคือหัวต่อที่จะข้ามพ้นภาวะปุถุชน มัคคญาณ หมายถึง ญาณในอริยมรรค ผลญาณ หมายถึง ญาณใน

อริยผล และ ปัจเจกขณญาณ หมายถึง ญาณที่พิจารณาทบทวน (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. ญาณ 16 . หน้า 61– 89. ออนไลน์)

สำหรับสภาวะญาณที่นับเป็นวิปัสสนาเรียกว่า “วิปัสสนาญาณ 9” ได้แก่ อุทฺธัพพยานุปัสสนาญาณ หมายถึง ญาณตามเห็นความเกิดและความดับแห่งนามรูป กังคานุปัสสนาญาณ หมายถึง ญาณตามเห็นจำเพาะความดับเด่นขึ้นมา กยคูปฏิฐานญาณ หมายถึง ญาณอันมองเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว อาทินวานุปัสสนาญาณ หมายถึง ญาณค้ำนั่งเห็นโทษ นิพพิทานุปัสสนาญาณ หมายถึง ญาณค้ำนั่งเห็นด้วยความหน่าย มุจจิกคัมยตาญาณ หมายถึง ญาณหยั่งรู้อันให้ใคร่จะพ้นไปเสีย ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ หมายถึง ญาณอันพิจารณาทบทวนเพื่อจะหาทาง สังขารูปกขาญาณ หมายถึง ญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร และ สัจจานุโลมิกญาณ หมายถึง ญาณเป็นไปโดยควรแก่การหยั่งรู้หรือริยสัจจ์ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. วิปัสสนาญาณ 9. หน้า 263 - 294. ออนไลน์) วิปัสสนาญาณ 9 เป็นสภาวะธรรมหมายถึงผู้ปฏิบัติที่ได้พ้นจากวิปัสสนูปกิเลสแล้วนับตั้งแต่ “อุทฺธัพพยานุปัสสนาญาณ” ไปจนถึง “สัจจ โลมิกญาณ” ซึ่งเป็นวิปัสสนาสูงสุดถือว่าสุดทางแห่งวิปัสสนา และเป็นสุดทางแห่งความเป็นปุถุชน (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2541. หน้า 363 - 364) โดยสภาวะธรรมในวิปัสสนาญาณมีรายละเอียด ดังนี้

### 1. อุทฺธัพพยานุปัสสนาญาณ

อุทฺธัพพยานุปัสสนาญาณ เป็นญาณที่กำหนดรู้ในความเกิดดับของนามและรูป หมายถึง การพิจารณาความเกิดขึ้นและความดับไปของขั้น 5 ได้แก่ 1) รูปขั้น 2) เวทนขั้น 3) สัญญาขั้น 4) สังขารขั้น และ 5) วิญญาณขั้น จนเห็นปัจจุบันธรรมที่เกิดขึ้นและดับสลายไปชัดเจนและเข้าใจว่าเป็นสภาวะที่ไม่เที่ยง ไม่สามารถอยู่ในสภาพเดิมได้ไม่อยู่ในบังคับบัญชาตามความอยากของใคร และหยั่งรู้ว่าสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้วต้องดับไป อาทิเช่น เมื่อเกิดก็รับรู้ถึงการเคลื่อนไหวในแต่ละขณะสามารถกำหนดรู้และมองเห็นนามธรรม รูปธรรม ที่เกิดขึ้นแล้วทั้งรูปธรรม และนามธรรม โดยเมื่อพิจารณาตัวรู้นั้นแล้วสภาวะนั้นก็ดับไปพร้อมกันทั้งหมดซึ่งเป็นความรู้ชัดที่แก้กล่าวทำให้สามารถละในนิจาสัญญา: การจำได้หมายรู้ในสังขาร สุขสัญญา: การจำได้หมายรู้ในความสุข) และอตตสัญญา: การจำได้หมายรู้ในตัวตนลงได้

สรุปว่า อุทฺธัพพยานุปัสสนาญาณ เป็นภาวะของการตระหนักรู้ในผู้ปฏิบัติที่เห็นการเกิดดับของรูปและนาม เป็นกระบวนการของขั้น 5 หรือเบญจขั้น ซึ่งเป็นการพิจารณาด้วยปัญญา ผู้ปฏิบัติสามารถพิจารณาเห็นการเกิดดับของรูปและนามจนเห็นสภาวะธรรมต่างๆ ตามความเป็นจริงในการเกิดขึ้นและการดับไปของขั้น 5 ด้วยปัญญา ในขณะที่ปัจจุบันจิตหรือปัจจุบันธรรมตั้งแต่เริ่มเกิดขึ้นและค่อยๆ ดับสลายลงไป การเห็นและความเข้าใจในสภาวะธรรมดังกล่าวเป็นอารมณ์ปรมัตถ์ที่เป็นความจริงแท้แน่นอน เช่น การเห็นสังขารขั้นตามความคิดที่ผุดขึ้นว่าเพราะมีสังขารนี้จึงเป็นทุกข์โดยไม่ใช้การพิจารณาในรายละเอียดปลีกย่อยของความคิดนั้นๆ และไม่ปรุงแต่งด้วยความคิดใดๆ ในสิ่งที่เห็นนั้นๆ

## 2. ภัทธานุสัสสนาญาณ

ภัทธานุสัสสนาญาณ เป็นญาณที่กำหนดรู้แต่ความดับของนามและรูป หมายถึง ญาณที่เกิดขึ้นเมื่อผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นความเกิดดับเช่นนั้นชัดเจนถี่เข้า ก็จะคำนึงเห็นเด่นชัดในส่วนของความดับที่เป็นจุดจบสิ้น มองเห็นแต่อาการที่สิ่งทั้งหลายดับไปๆ และสามารถพิจารณาเห็นว่าสิ่งต่างๆ ทั้งหลายทั้งปวงล้วนต้องดับสลายไปทั้งสิ้น

สรุปว่า ภัทธานุสัสสนาเป็นภาวะของการตระหนักรู้ในผู้ปฏิบัติที่เห็นการแตกดับ และเมื่อเห็นการเกิดดับบ่อยๆ ถี่ขึ้น และชัดเจนมากขึ้น ผู้ปฏิบัติก็จะเริ่มคำนึงเด่นชัดขึ้นด้วยปัญญาในความดับไป สิ่งที่มีมองเห็นเด่นชัดขึ้นที่จิตและปัญญาว่า นาม และรูปของชั้นต่างๆ ต้องดับสลายไป ผู้ปฏิบัติได้เห็นการดับไปได้อย่างชัดเจนเป็นปัจจัยตั้งเป็นการเห็นได้ด้วยตนเองด้วยอุเบกขาการวางเฉยเป็นกลางไม่เอนเอียงแทรกแซง และปรุ้งแต่งด้วยความคิดใดๆ

## 3. กยตุปฏิฐานญาณ

กยตุปฏิฐานญาณ เป็นญาณที่กำหนดรู้ว่านามและรูปเป็นกย หมายถึง ญาณที่เกิดขึ้นเมื่อผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นความแตกสลายอันมีแก่สิ่งทั้งปวงหมดทุกอย่างแล้ว ว่าสังขารทั้งปวงไม่ว่าจะเป็นไปในภพใดชาติใด ก็ปรากฏเป็นสิ่งที่น่ากลัว เพราะล้วนต้องแตกสลายไป ไม่ปลอดภัยทั้งสิ้น

สรุปว่า กยตุปฏิฐานญาณ เป็นภาวะของการตระหนักรู้ในผู้ปฏิบัติที่เกิดขึ้นเมื่อผู้ปฏิบัติได้พิจารณาเห็นสังขารหรือนามรูปด้วยปัญญาแล้วระลึกรู้ว่าเป็นของมีภัย เพราะสังขารหรือนามรูป ล้วนไม่เที่ยง ต้องแปรปรวน แตกสลายดับไปไม่มีแก่นสารตัวตนที่แท้จริงเป็นของน่ากลัวหากยึดไว้ ย่อมก่อทุกข์ และโทษภัยจากการที่ต้องเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏต่อไปไม่สิ้นสุดจึงคลายความอยากความยึดในสังขารต่างๆ ลงได้

## 4. อาทินวานุสัสสนาญาณ

อาทินวานุสัสสนาญาณ เป็นญาณที่กำหนดรู้ในโทษของนามรูป หมายถึง ญาณที่เกิดขึ้นเมื่อผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นสังขารทั้งปวงว่าล้วนต้องแตกสลายไปเป็นของน่ากลัว ไม่ปลอดภัยทั้งสิ้นคำนึงเห็นว่าสังขารทั้งปวงเป็นโทษเป็นสิ่งที่มีความบกพร่องระคนอยู่ด้วยทุกข์

สรุปว่า อาทินวานุสัสสนาญาณ เป็นภาวะของการตระหนักรู้ในผู้ปฏิบัติที่พิจารณาเห็นโทษหรือคำนึงเห็นถึงโทษของนามรูป เมื่อผู้ปฏิบัติเห็นสิ่งต่างๆ ล้วนต้องดับหรือแตกสลายแล้ว จึงคำนึงเห็นถึงโทษที่จะเกิดขึ้น และจากการดับสลายของสิ่งต่างๆ จะทำให้เกิดทุกข์โทษภัย หากอยากมีหรือยึดไว้ย่อมก่อให้เกิดสังสารวัฏการเวียนว่ายตายเกิดในภพในชาติอันเป็นทุกข์และเป็นโทษ

## 5. นิพพิทานุสัสสนาญาณ

นิพพิทานุสัสสนาญาณ เป็นญาณที่กำหนดรู้ถึงความเบื่อหน่ายต่อนามและรูป หมายถึง ญาณที่เกิดขึ้นเมื่อผู้ปฏิบัติพิจารณาแล้วเห็นว่าสังขารเป็นโทษจึงเกิดความเบื่อหน่ายไม่เพลิดเพลินและติดใจต่อนาม และรูป อีกต่อไป

สรุปว่า นิพพิทานุปีสสนาญาณ เป็นภาวะของการตระหนักรู้ในผู้ปฏิบัติที่ได้พิจารณาโดยคำนึงถึงสิ่งต่างๆ ด้วยความหน่ายจากการรับรู้ในสภาวะธรรมตามความเป็นจริงของสังขารหรือชั้น 5 ว่าล้วนเป็นสิ่งไม่เที่ยง แปรปรวนและแตกดับไปเป็นที่สุดไม่สามารถควบคุมบังคับได้ตามปรารถนา เกิดความเบื่อหน่ายต่อสังขารต่างๆ ซึ่งเป็นการพิจารณาด้วยปัญญาที่รู้ตามความเป็นจริงอย่างที่สุด ผู้ปฏิบัติจึงคลายจากการยึดติด ความอยากหรือค้นหาทั้งปวงว่าสังขารเป็นโทษแล้วเกิดความหน่าย

#### 6. มุจจิตุกัมมตาญาณ

มุจจิตุกัมมตาญาณ เป็นญาณที่ผู้ปฏิบัติอยากจะพ้นไปจากนาม และรูป หมายถึง ญาณที่เกิดขึ้นเมื่อผู้ปฏิบัติพิจารณาจนเกิดความหน่ายในสังขารและปรารถนาที่จะไปให้พ้นเสียจากสังขารเหล่านั้น

สรุปว่า มุจจิตุกัมมตาญาณ เป็นภาวะของการตระหนักรู้ในผู้ปฏิบัติที่อยากให้ตนเองพ้นไปจากความทุกข์ เป็นภาวะการหยั่งรู้ หรือตระหนักรู้แล้วว่าตนเองต้องการไปให้พ้นจากสังขารที่ก่อให้เกิดทุกข์ หรือเป็นภาวะของการตระหนักรู้ในผู้ปฏิบัติที่ต้องการไปให้พ้นจากสังขารหรือชั้น 5 ที่ปัจจัยที่ก่อให้เกิดทุกข์

#### 7. ปฏิสังขานุปีสสนาญาณ

ปฏิสังขานุปีสสนาญาณ เป็นญาณที่รู้จักอุบายหรือแนวทางที่ทำให้ผู้ปฏิบัติพ้นจากนามและรูป หมายถึง ญาณที่เกิดขึ้นเมื่อผู้ปฏิบัติต้องการจะพ้น ไปเสีย จึงยกเอาสังขารทั้งหลายขึ้นมาพิจารณา กำหนดด้วยไตรลักษณ์เพื่อมองหาอุบายที่จะปลดปล่อยออกไป

สรุปว่า ปฏิสังขานุปีสสนาญาณ เป็นภาวะการตระหนักรู้ในผู้ปฏิบัติที่มีต้องการให้ตนพ้นไปจากสังขารที่ก่อให้เกิดทุกข์ โดยยกเอาสังขารทั้งหลายขึ้นมา กำหนดด้วยไตรลักษณ์เพื่อเป็นอุบายที่จะปลดปล่อยตนออกไปจากสังขารหรือชั้น 5 เพื่อให้หลุดพ้นจากภัยเหล่านั้น

#### 8. สังขารูปกขาญาณ

สังขารูปกขาญาณ เป็นญาณที่วางเฉยต่อนามและรูป หมายถึง ญาณที่ผู้ปฏิบัติได้พิจารณาสังขารทั้งหลายแล้วหยั่งรู้เห็นสภาวะของสังขารตามความเป็นจริงว่า สังขารทั้งหลายที่มีอยู่ เป็นอยู่ มันเป็น ไปของมันอย่างนั้นเป็นธรรมดา หรือเป็นธรรมดาของมันอย่างนั้น เมื่อผู้ปฏิบัติพิจารณาได้ตั้งว่าแล้วสามารถวางใจเป็นกลางวางเฉย ไม่ยินดียินร้าย ไม่ขัดใจ ไม่คิดใจในสังขารทั้งหลาย ญาณโน้มนุ่มเข้าสู่พระนิพพาน จิตสามารถเลิกละการเกี่ยวข้องกับสังขารทั้งหลาย ญาณนี้จัดเป็นวิปีสสนา ที่ถึงจุดสุดท้ายที่จะเชื่อมต่อสู่มรรคอันเป็นสภาวะธรรมที่จิตของผู้ปฏิบัติแยกออกจากสิ่งที่ยึดหรือแยกออกจากสังขาร

สรุปว่า ปฏิสังขานุปีสสนาญาณ เป็นภาวะของการตระหนักรู้ในผู้ปฏิบัติที่สามารถวางใจเป็นกลางต่อสังขารทั้งปวง เป็นภาวะตระหนักรู้ในผู้ปฏิบัติที่เป็นไปโดยความเป็นกลาง: อุเบกขา ต่อสังขาร เมื่อผู้ปฏิบัติรู้และเข้าใจสภาวะธรรมตามความเป็นจริงของสิ่งทั้งหลายทั้งปวงด้วยปัญญาดูด้วย

การตระหนักรู้และเข้าใจสภาวะธรรมของสังขารโดยปรมาตม์: ความจริงสูงสุดแล้ว จึงสามารถวางใจเป็นกลางต่อสังขาร และกายสังขารได้โดยไม่ยินดียินร้ายไม่คิดใจในสังขารทั้งหลาย สภาวะจิตโน้มโน้มที่จะมุ่งสู่ความหลุดพ้นหรือพระนิพพาน

### 9. สัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ

สัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ เป็นญาณที่อนุโลมให้เห็นอริยสัจ 4 หมายถึง เมื่อผู้ปฏิบัติวางใจเป็นกลางต่อสังขารทั้งหลาย ไม่พะวง และญาณโน้มโน้มมุ่งตรงสู่พระนิพพานแล้ว ญาณอันคล้อยต่อการตรัสรู้อริยสัจจ์ ย่อมเกิดขึ้นในลำดับถัดไป และเป็นญาณในลำดับสุดท้ายของวิปัสสนาญาณ

สรุปว่า สัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ เป็นภาวะของการตระหนักรู้ในผู้ปฏิบัติในอริยสัจจ์ ด้วยการวางใจเป็นกลางต่อสังขารทั้งหลายแล้วจัดเป็นวิปัสสนาญาณในขั้นสุดท้ายในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็นภาวะของการตระหนักรู้ในผู้ปฏิบัติที่ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติสามารถบรรลุเข้าถึงถึงอริยสัจจ์ที่จะมุ่งสู่มรรคผลนิพพานในลำดับถัดไป

### 2.7.3 เปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท

การปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท ตามที่แสดงในตารางที่ 2.2 ดังนี้

ตารางที่ 2.2 เปรียบเทียบการปฏิบัติสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท

	สมถกรรมฐาน	วิปัสสนากรรมฐาน
1. การกำเนิด	มีก่อนการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า	พบโดยพุทธเจ้า
2. ประเภทของธรรม	เป็นโลกียธรรม	เบื้องต้นเป็นโลกียธรรม แต่เป็นองค์ธรรมที่นำไปสู่โลกุตระธรรม
3. พื้นฐานความเข้าใจ	อารมณ์กรรมฐานที่ตรงกับจริตของตน	เข้าใจในเรื่องของวิปัสสนาภูมิ 6
4. การบัญญัติอารมณ์	ใช้อารมณ์บัญญัติใดอย่างหนึ่งใน 40 อารมณ์บัญญัติ	ใช้ "ปรมาตมอารมณ์" พิจารณาในวิเสสลักษณะ หรือ คุณลักษณะเฉพาะตัวของรูป และนาม
5. หลักปฏิบัติ	ใช้สติจับอยู่ในอารมณ์ใดอย่างหนึ่งในอารมณ์บัญญัติ 40 ประการที่กำหนด บริกรรมภาวนาจนเกิดความสงบทางจิต	กำหนดสติระลึกรู้อารมณ์ที่ปรากฏในปัจจุบันพร้อมพิจารณาวิเสสลักษณะในปรมาตมธรรมของรูปและนาม

## ตารางที่ 2.2 (ต่อ)

6. อานิสงส์	จิตสงบจากนิรณัม 5 ช่วงขณะ เกิดเป็นสมาธิจาก ขณิกสมาธิ ไปถึง อัปปนาสมาธิ จนได้ฌานตั้งแต่ปฐมฌาน จนถึงปัญจมัชฌาน	เกิดปัญญารู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริงในการศึกษาครั้งนี้เรียกว่า "วิปัสสนาญาณ" มี 9 ระดับ ตั้งแต่อุท্থัพพญาณ ถึง อนุ โลมญาณ
7. อุปสรรค	1. นิรณัม 5 ได้แก่ กามฉันทนิรณัม พยาบาทนิรณัม, ถีนมิทธนิรณัม อุทธัจจกุกกุจจนิรณัม และ วิจิกิจฉานิรณัม 2. สถานที่ปฏิบัติ และวิธีปฏิบัติ ต้องมีความสัปปายะ คือสบายและเหมาะสมกับจริตของตน	1. วิปัสสนาธรรม 4 ได้แก่ นิจจวิปัสสลาส สุขวิปัสสลาส อัตตวิปัสสลาส และสุกวิปัสสลาส 2. วิปัสสนุกิเลส 10 ได้แก่ โภกาส ปิตี ปัสสัทธิ อธิโมกข์ ปัคคาหะ สุข ญาณ อุปปีฏฐาน อุเบกขา และนิกัณติ

## การปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับพฤติกรรมด้านคุณธรรม

## 1. บริบทด้านคุณธรรมในผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท

การปฏิบัติสมถกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อหยุดความฟุ้งซ่านทางจิตที่เกิดจากอารมณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบ โดยการนำเอาอารมณ์บัญญัติอย่างใดอย่างหนึ่งในอารมณ์กรรมฐาน 40 ประการ มาใช้บริกรรมเพื่อให้จิตสงบแนบแน่น ไม่ฟุ้งซ่านเป็นสมาธิอยู่ในอารมณ์บัญญัติที่กำหนดไว้ เมื่อผู้ปฏิบัติมีสมาธิแนบแน่นประณีตขั้นเป็นลำดับ และภาวะจิตจะเข้าสู่สภาวะฌานโดยลำดับ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต, 2541, หน้า 867-868) ส่งผลให้จิตของผู้ปฏิบัติสงบสามารถละจากนิรณัม 5 หรือ นิรณัมธรรม 5 ซึ่งเป็นเครื่องขัดขวางจิตไม่ให้ก้าวหน้าในคุณธรรม 5 ประการ ประกอบด้วย 1) กามฉันท์ ความพอใจในกามคุณ ได้แก่ ความพึงพอใจในรูป รส กลิ่น เสียง และสัมผัส 2) พยาบาท การคิดร้าย มุ่งร้ายผู้อื่น 3) ถีนมิทธะ ความหดหู่ซึมเซา 4) อุทธัจจกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านและรำคาญ และ 5) วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต, 2538, นิรณัม 5, หน้า 115 – 131.ออนไลน์)

ท่านอาจารย์จำลอง และ ท่านอาจารย์พริ้มเพรา เสนอแนวคิดเกี่ยวกับ นิรณัม 5 หรือนิรณัมธรรม ในบทความเรื่อง “แนวคิดเชิงพุทธของความคิดกังวล” ว่า นิรณัม 5 หรือ นิรณัมธรรม 5 จัดเป็นกิเลสที่เรียกว่า ปริยภูฐานกิเลส (Internally Active Defilements) เมื่อผู้ปฏิบัติมีอารมณ์มากระทบอนุสัยกิเลสที่สงบอยู่ในภวังคจิตจะฟุ้งกระจายส่งผลทำให้จิตใจขุ่นมัว และฟุ้งซ่าน ในสภาวะเช่นนี้ออนุสัยกิเลสจะเปลี่ยนไปเป็นปริยภูฐานกิเลสในวิถีจิต (the thought process) ซึ่งในทาง



จิตวิทยาจัดเป็นกิเลสที่ปรากฏขึ้นในระดับจิตสำนึก (the conscious) และจิตก่อนสำนึก (the preconscious) กิเลสประเภทนิวรณ์ (hindrances) มีคุณลักษณะ ดังนี้

1. กามฉันทนิวรณ์ หมายถึง ความรักใคร่หรือความยินดี บางทีเรียกว่ากามราคะ คือ มีความพอใจ และความอยากได้ในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส หมายถึง สิ่งที่ถูกต้องกายเป็นกิเลสพวกโลกะ ทำให้จิตเกิดความอยากได้ใคร่มี ไม่สงบ ไม่ตั้งมั่น และไม่ป็นสมาธิ

2. พยาบาทนิวรณ์ หมายถึง จิตที่มีความพยาบาท อาฆาตและความปองร้ายผู้อื่น เป็นความรุนแรง ความก้าวร้าว ความคับข้องใจ พยาบาทจัดว่าเป็นปัจจัยที่ทำให้คนเราร้าวร้อน ได้แก่โทสจริต ซึ่งเกิดจากการกระทบทางจิต จนเกิดความไม่พอใจ ความโกรธ และความแค้น พยาบาททำให้จิตใจเลียดแค้น โกรธ ไม่ราบรื่น และไม่ป็นสมาธิ

3. ถีนมิทธนิวรณ์ หมายถึง ความหดหู่ความเชื่องซึม มาจากคำว่า ถีนะ คือ ความหดหู่ ความห่อเหี่ยว ความท้อแท้ ความเหงาหงอย ความละเหี่ย มีสภาพเป็นกิเลสเป็นอาการทางใจ และมีทระ คือ ความเชื่องซึม ความเฉื่อยชา ความง่วงเหงาหาวนอนเป็นอาการทางกาย โดย ถีนะ และคำว่า มิทธะ คือ สภาพธรรมที่เกิดร่วมกัน โดยสภาวะจิตที่ถูกครอบงำด้วย ถีนมิทธะ จะไม่เข้มแข็ง ไม่ว่องไว ไม่เหมาะแก่การงาน และไม่ป็นสมาธิ หากมีมากเกินไปจะทำให้เกิดอาการซึมเศร้า (depressive symptom)

4. อุทธัจจกุกกุกนิวรณ์ หมายถึง ความฟุ้งซ่าน และความรำคาญใจ มาจากคำว่า อุทธัจจะ แปลว่า ความฟุ้งซ่านของใจ หรือสภาพที่ใจไม่สามารถตั้งอยู่ในอารมณ์เดียวได้นาน และกุกกุกจะ แปลว่า ความรำคาญใจ ความกั้มใจ ความกังวลใจ กิเลสทั้งสองต่างก็เป็นอกุศลเจตสิก: ความชั่วที่เกิดขึ้นภายในใจ ประดุจแต่งจิตให้เป็นบาปที่มีลักษณะเหมือนกัน และเกิดพร้อมกัน โดยจิตที่ถูกอุทธัจจกุกกุกนิวรณ์ครอบงำแล้ว ย่อมพล่านฟุ้ง และวิตกกังวล ไม่อาจสงบลงได้ และไม่ป็นสมาธิเป็นกิเลสที่พบได้เสมอในชีวิตประจำวันของคนเรา อุทธัจจะในทางจิตวิทยาเรียกว่า ความวิตกกังวลที่ลอยตัวเป็นอิสระ (Free-floating anxiety) เป็นความวิตกกังวลที่แผ่กระจายและไม่ติดอยู่กับความคิดใดๆ หรือเป็นอาการวิตกกังวลโดยไม่รู้สาเหตุ ความจริงมีสาเหตุอยู่แต่เป็นสาเหตุที่อยู่ในจิตไร้สำนึกที่ถูกเก็บสะสมเอาไว้มานานแล้ว ในทางพุทธศาสนา อุทธัจจะมีต้นตอมาจากอนุสัยกิเลสในภวังคจิตที่ลอยตัวขึ้นมา และเปลี่ยนสภาพจากกิเลสอย่างละเอียดไปเป็นกิเลสอย่างกลาง

ส่วน กุกกุกจะ คือ ความรำคาญใจนี้ ในทางจิตวิทยาเรียกว่า ความวิตกกังวล (anxiety) หรือความกังวลใจ (worry) ทำให้จิตกระวนกระวาย ร้าวร้อน เดือดร้อน และไม่มีโอกาสที่จะหยุดพักให้สบายในทางพุทธศาสนาเปรียบได้กับความวิตกกังวล (anxiety) ส่วนในทางจิตวิทยา กิเลสอย่างละเอียดที่เก็บสะสมไว้ในภวังคจิตบางส่วนที่ลอยตัวขึ้นมาสู่วิถีจิตทำให้เกิดอาการฟุ้งซ่าน และอาการรำคาญใจ มีลักษณะคล้ายคลึงกับความขัดแย้งในอดีตที่อยู่ในจิตไร้สำนึกที่เป็นสาเหตุของความวิตกกังวล

5. วิถีจิตนิวรรณ์ หมายถึง จิตที่มีความสงสัยหรือความลังเลใจ ในทางธรรม ได้แก่ ความสงสัยในพระรัตนตรัย สงสัยในเรื่องบาปบุญ ในเรื่องของนรกสวรรค์ ในเรื่องกฎแห่งกรรม รวมถึงความสงสัยในเรื่องการเจริญภาวนา จิตที่มีความสงสัยเช่นนี้ ย่อมไม่ตั้งมั่น และไม่อาจแน่วแน่เป็นสมาธิได้ ในทางโลกความลังเลใจสงสัยมีส่วนเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตประจำวันที่ส่งผลให้เกิดความขัดแย้ง (conflicts) ในสังคม และความไม่กล้าตัดสินใจ (indecisiveness) ที่จะลงมือทำจึงมักปล่อยให้เวลาล่วงเลยไปโดยเปล่าประโยชน์

ดังนั้นนิวรรณ์ 5 จึงเป็นสภาวะธรรมในลักษณะของการเกิดขึ้น การตั้งอยู่ และการดับไป ซึ่งเป็นกิเลสที่จะสามารถขจัดได้ด้วยอำนาจของสมาธิด้วยการการเจริญสมถกรรมฐาน (จำลอง ดิษยวิช และพริ้มเพรา ดิษยวิช, 2555. ออนไลน์) และการปฏิบัติสมถกรรมฐานส่งผลให้เกิดอานิสงส์ต่อผู้ปฏิบัติ 7 ประการ (พระเทพสิทธิมุนี: โชคก ญาณสิทธิ, 2546. หน้า 97-98) ดังนี้

1. ผู้ได้สมาธิ ตั้งแต่สมาธิในระดับ ขณิกสมาธิ จะเป็นผู้มีจิตกำหนดแน่วแน่ได้ชั่วขณะ อุปจารสมาธิ จะเป็นผู้มีจิตกำหนดได้แน่วแน่จนจะแนบแน่น และ อัปนาสมาธิจะเป็นผู้มีจิตกำหนดได้อย่างแน่วแน่และแนบแน่น

2. สงบจากนิวรรณ์ทั้ง 5 ได้แก่ 1) มีความสงบในกามฉันท์ ความพอใจในกามคุณทั้ง 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส โสภณัฐพะหรือสัมผัส 2) มีความสงบในพยาบาท การผูกใจเจ็บ และคิดแก้แค้น 3) มีความสงบในถีนมิทธะ อาการที่จิตหดหู่เชื่อมซึมเคลิบเคลิ้ม หรือมวงเหงงซึมเซา 4) มีความสงบในอุจจกุกุกจะ ความฟุ้งซ่าน ความประหม่า ความขวยเขิน ที่ทำให้รำคาญใจวิตกกังวล อึดอัดคลุมใจ และ 5) มีความสงบในวิจิกิจฉา ความลังเลตกลงตัดสินใจไม่ได้ หรือความไม่แน่ใจสงสัย

3. บรรลุรูปฌาน เป็นฌานที่มีรูปธรรมเป็นอารมณ์ และอรูปรฌานเป็นฌานที่มีอรูปรธรรมเป็นอารมณ์

4. เข้าสู่สมาบัติซึ่งเป็นสุขในภพปัจจุบัน และได้อภิญญา 5 ประการ ได้แก่ 1) อิทธิวิธี เป็นผู้ที่สามารถแสดงฤทธิ์ได้ 2) ทิพพโสตะ เป็นผู้ที่มีหูทิพย์ 3) ประจิตตวิชานนระ เป็นผู้ที่รู้วาระจิตของบุคคลอื่น 4) บุพเพนิวาสานุสสติ เป็นผู้ที่ระลึกชาติได้ และ 5) มีทิพพจักขุ เป็นผู้มีตาทิพย์

5. เข้าสู่นิโรธสมาบัติได้เป็นพระอนาคามี และพระอรหันต์ ซึ่งเป็นผู้ที่เข้าถึงความดับสัญญาหรือละความจำ และเวทนาหรือการรับรู้อารมณ์ เรียกว่าการเข้าสู่นิโรธสมาบัติ

6. เข้าสู่ฐานวิปัสสนาเพื่อให้ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน เรียกว่า สมถยานิก เป็นแนวทางในการปฏิบัติพระกรรมฐานด้วยการเอาสมถะมาเป็นยานพาหนะนำไปสู่วิปัสสนา เพื่อให้เกิดปัญญาทำลายกิเลสให้เป็นสมุจเฉทปหานการละกิเลสได้อย่างเด็ดขาดต่อไป

ดังนั้นสมาธิจึงมีบทบาทสำคัญที่นำไปสู่สภาวะฌานในการปฏิบัติสมถกรรมฐาน สภาวะฌานในผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐานจะเป็นภาวะจิตที่ลึกซึ้ง แต่ก็ยังเป็นสภาวะธรรมที่เพียงทำให้กิเลสต่างๆ ระวังหรือการหลุดพ้นไปเป็นการชั่วคราวในขณะที่อยู่ในภาวะฌานเท่านั้น ไม่ยั่งยืนแน่นอนเรียกว่า

เป็น “วิฆัมภนวิมุติ” ซึ่งเป็นการหลุดพ้นด้วยการระงับกิเลสด้วยกำลังของสมาธิหรือการข่มไว้เปรียบเหมือนการเอาแผ่นหินทับหญ้า เมื่อยกแผ่นหินออกเมื่อใดหญ้าย่อมกลับงอกงานขึ้นได้ใหม่ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2541. หน้า 868-869) อย่างไรก็ตามสมาธิหรือการบรรลุฌานย่อมส่งผลดีและเป็นประโยชน์ต่อผู้ปฏิบัติกรรมฐาน (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2541. หน้า 834-835) ดังนี้

1. ประโยชน์ด้านสุขภาพจิตและการพัฒนาบุคลิกภาพ ฌานหรือสมาธิส่งผลให้ผู้ปฏิบัติมีจิตใจและเป็นผู้มีบุคลิกลักษณะที่เข้มแข็งหนักแน่นมั่นคง มีความสงบเยือกเย็นสุภาพน้อมนวล มีความสดชื่นผ่องใสกระฉับกระเฉงเบิกบาน งามสง่า มีเมตตากรุณา รู้จักตนเอง และผู้อื่นตามความเป็นจริง มีจิตใจที่พร้อมและง่ายต่อการปลูกฝังคุณธรรมต่างๆ เป็นการเสริมสร้างนิสัยที่ดี รู้จักทำจิตใจให้สงบและสะกดขี้ฟ่อนเบาความทุกข์ที่เกิดขึ้นในใจได้

2. ประโยชน์ด้านการใช้ชีวิตประจำวัน สมาธิจะช่วยทำให้จิตใจอ่อนคลาย หายเครียด เกิดความสงบ หยุดความก่อกวนวิตกกังวล เป็นวิธีการในการพักผ่อนร่างกายเพื่อให้จิตใจสบาย และมีความสุข ในเวลาที่จำเป็นต้องรอคอย หรือแทรกในเวลาที่ทำงานที่ต้องใช้สมอง และเป็นฌานที่พระพุทธเจ้า และพระอรหันต์ทั้งหลายใช้เพื่อพักผ่อนร่างกายและจิตใจให้อยู่อย่างสุขสบาย

3. ประโยชน์ในการส่งเสริมประสิทธิภาพในการทำงาน การเล่าเรียน และการทำกิจทุกอย่างเพราะจิตที่เป็นสมาธิ แน่วแน่อยู่กับสิ่งที่กำลังกระทำย่อมช่วยให้เรียน ให้คิด ให้ทำงานได้ผลดี การงานก็เป็นไปด้วยความรอบคอบไม่ผิดพลาด และป้องกันอุบัติเหตุได้ดี เพราะเมื่อมีสมาธิก็ย่อมมีสติกำกับอยู่ด้วย ดังที่ท่านเรียกว่าจิตเป็นกัมมณีหรือกรรมณี แปลว่าควรแก่งาน หรือเหมาะแก่การใช้งาน

4. ประโยชน์ในการช่วยเสริมสุขภาพกาย และแก้ไขโรค ผู้ปฏิบัติจะเป็นผู้มีจิตใจเข้มแข็ง และเป็นผู้มีจิตใจผ่องใสเบิกบาน ซึ่งช่วยให้เป็นผู้เฝ้าอิมมีผิวพรรณผ่องใส สุขภาพกายดี เป็นภูมิในการต้านทานโรคซึ่งมีความสัมพันธ์ต่ออัตราส่วนความต้องการและการเผาผลาญใช้พลังงานของร่างกายดังเช่น พระภิกษุที่บรรลุธรรมแล้วมีความปิติเป็นกษัตริย์อาหารวันละมื้อเดียว แต่มีผิวพรรณผ่องใสจิตใจดีไม่เฉพาะช่วยเสริมให้สุขภาพดีเท่านั้น โรคทางกายหลายอย่างเป็นเรื่องของความสัมพันธ์ระหว่างร่างกายกับจิตใจ โดยความแปรปรวนทางจิตใจไม่ว่าในอารมณ์ของความรัก ความโกรธ ความก่อกวน มักทำให้เกิดโรคปวดศีรษะหรือโรคกระเพาะอาหาร แต่หากทำจิตใจให้รู้เท่าทันสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นแล้วย่อมช่วยแก้ไขหรือป้องกันโรคเหล่านี้ได้

จากวรรณกรรมที่ทบทวนข้างต้น แสดงให้เห็นว่าผลที่ได้รับจากการปฏิบัติสมถกรรมฐานเป็นการเสริมสร้างกำลังใจในการดำเนินชีวิต โดยเน้นหลักสันโดษ มีความพึงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่แล เป็นที่มาของสมาธิ และมีสติสมบูรณ์ทำให้ผู้ปฏิบัติเป็นผู้ที่มีวินัย เข้มแข็งมั่นคง เสริมสร้างในด้านประสิทธิภาพในการทำงาน มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงาน สร้างความรักและเมตตาให้เกิดขึ้นในหมู่มนุษยชาติอันส่งผลให้สังคมสงบสุข ส่วนมุมมองในด้านคุณธรรม พบว่า ผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐานแม้จะไม่สามารถบรรลุคุณธรรมขั้นสูงตามคดิธรรมในพุทธศาสนาเถรวาทได้ แต่

แนวทางในการปฏิบัติสมถกรรมฐานในคัมภีร์พระไตรปิฎกในพุทธศาสนาเถรวาท ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติสามารถควบคุมตนเองโดยการปรับสมดุลย์ในพละ 5 ได้แก่ ศรัทธาพละ วิริยะพละ สติพละ สมาธิ และปัญญา ซึ่งที่เป็นหลักธรรมที่ใช้เพื่อการควบคุมจิตใจตนเองให้เกิดความสงบสงัดเป็นสมาธิ ตั้งแต่ขั้นของสมาธิจนถึงขั้นของการบรรลุฌาน ซึ่งสงบสงัดจากนิเวศทั้ง 5 แสดงให้เห็นว่าได้ว่าสมถกรรมฐานเป็นผู้ที่สามารถละกิเลสหลุดพ้นจากอกุศลจิต และอกุศลธรรมทั้งหลายได้ชั่วคราวเฉพาะในขณะที่ปฏิบัติธรรม ที่อาจเรียกได้ว่าเป็นคุณธรรมที่ได้เกิดขึ้นแล้วแม้จะเป็นชั่วขณะ แต่ก็นับได้ว่าเป็นคุณธรรมที่ครบถ้วนสมบูรณ์เพียงพอที่จะนำไปใช้ในชีวิตประจำวันและชีวิตการทำงานในยามที่อกุศลจิตหรืออกุศลธรรมเกิดขึ้นตามควรแก่เวลา และความจำเป็นที่เกิดขึ้นในตนเอง โดยใช้หลักการปฏิบัติด้วยการบังคับหรือข่มจิต และอารมณ์ตนเอง ไม่ให้แสดงพฤติกรรมออกตามอำนาจของฝ่ายอกุศลจิตที่เกิดขึ้น

## 2. บริบทด้านคุณธรรมในผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธานุสสาเถรวาท

วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง ความเห็นแจ้งเป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อให้เห็นตรงต่อความเป็นจริงด้วยปัญญาในไตรลักษณ์ ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติลดความหลงผิดรู้ผิดในสังขาร (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต, 2538. วิปัสสนา, หน้า 263 - 294. ออนไลน์) เป็นสภาวะธรรมที่เห็น โดยการหยั่งรู้ในสภาวะธรรมตามความเป็นจริงจนเกิดปัญญาเข้าใจเห็นในไตรลักษณ์ อนิจจลักษณะ ความไม่เที่ยงการเปลี่ยนแปลง ทุกข์ความเป็นทุกข์ความบีบคั้นด้วยอำนาจของธรรมชาติทำให้ไม่สามารถทนอยู่ในสภาพเดิมได้ และ อนัตตาคความไม่สามารถบังคับให้ทุกสิ่งเป็นไปตามต้องการได้ เรียกว่า “เกิดญาณทัสนะ” (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต, 2538. ญาณทัสนะ, หน้า 61 – 89. ออนไลน์) โดยญาณทัสนะที่นับเข้าในวิปัสสนามี 9 อย่าง ได้แก่ 1) อุทัพพยานุปัสสนาญาณ เป็นญาณที่ผู้ปฏิบัติตามเห็นความเกิดและความดับของนาม และรูป 2) กังคานุปัสสนาญาณ เป็นญาณที่ตามเห็นเฉพาะความดับ 3. กายคุปัสสนาญาณ เป็นญาณอันพิจารณาเห็นว่าสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว 4) อาทีนวานุปัสสนาญาณ เป็นญาณที่คำนึงเห็นโทษของนาม และรูป 5) นิพพิทานุปัสสนาญาณ เป็นญาณที่คำนึงเห็นของนาม และรูปด้วยความหน่าย 6) มุจจิตกัมมตาญาณ เป็นญาณที่หยั่งรู้อันให้ใคร่จะพ้นไปเสียในนาม และรูป 7) ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ เป็นญาณอันพิจารณาทบทวนเพื่อจะหาทางไปเสีย ของนาม และรูป 8) สังขารเปกขาญาณ เป็นญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร และ 9) สัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ เป็นญาณที่เป็นไปโดยควรแก่การหยั่งรู้ในอริยสัจ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต, 2538. วิปัสสนาญาณ 9 . หน้า 263-294. ออนไลน์)

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจึงเป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่สภาวะจิตที่ล่วงเข้าสู่ สัจจานุโลมิกญาณ หรืออนุโลมญาณ ซึ่งเป็นญาณที่โน้มโน้มเข้าสู่กระแสพระนิพพาน เป็นญาณหยั่งรู้ที่เพื่อการตรัสรู้ริยสัจจ์ ซึ่งจะเกิดขึ้นในลำดับถัดไป สัจจานุโลมิกญาณ หรืออนุโลมญาณจึงเป็นญาณขั้นสุดท้ายในวิปัสสนาญาณ ตามคติดธรรมในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้ระบุลำดับขั้น

ของการรู้แจ้งสังขารที่เรียกว่า “การบรรลุธรรมหรือการบรรลุญาณ” ไว้อย่างเป็นขั้นตอนตามการละกิเลสในสังโยชน์ ซึ่งแปลว่า การเป็นเครื่องผูกมัดใจสัตว์ไว้กับความทุกข์ 10 ประการ (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. สังโยชน์. หน้า 295-353. ออนไลน์) ได้แก่

1. สักกายทิฎฐิ เป็นความยึดมั่นในขันธห้า
2. วิจิกิจฉา เป็นความลังเลสงสัย
3. สิ้นพหุปรามาส เป็นความยึดพิธีกรรมโดยไม่เข้าใจในเนื้อแท้
4. กามราคะ เป็นความยินดีใน รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางกาย
5. ปฏิฆะ เป็นความคับแค้นขุ่นเคืองใจ
6. รูปราคะ เป็นความคิดใจยินดีในความสุขในรูปฌาน
7. อรูปราคะ เป็นความคิดใจยินดีในความสุขในอรูปฌาน
8. มานะ เป็นความยึดมั่นถือมั่นในตัวเอง
9. อุทธัจจะ เป็นความฟุ้งซ่าน หงุดหงิด รำคาญใจ
10. อวิชชา เป็นความไม่รู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต หรือการไม่รู้ในอริยสัจ 4

คติธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทการบรรลุธรรมในบุคคลเป็นไปตามปัญญาญาณที่เกิดจากการกำหนดรู้หรือตระหนักรู้ที่เรียกว่า “การตรัสรู้” “การรู้แจ้ง” หรือ “การบรรลุธรรม” มีลำดับขั้นที่เป็นระบบกฎเกณฑ์แน่นอนชัดเจนไว้ (สารานุกรมปรัชญาออนไลน์ฉบับสังเขป. 2554. ออนไลน์) ผู้ปฏิบัติกรรมฐานจนล่วงสู่กระแสพระนิพพานได้ชื่อว่าเป็นอริยบุคคล (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. อริยบุคคล. หน้า 357 - 442. ออนไลน์) ในระดับต้นเป็นการการบรรลุเป็นพระโสดาบัน คือ ผู้ที่สามารถละสักกายทิฎฐิ เป็นการละได้ในรูปและนาม เป็นผู้ที่สามารถละความใจว่าเป็นตัวตน วิจิกิจฉา ความสงสัยในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และสิ้นพหุปรามาส การพ้นจากการเชื่อในลัทธิที่ไม่มีสังขารและมรรคธรรมประกอบ ลำดับถัดมาได้แก่ผู้ล่วงบรรลุพระสกิทาคามี นอกจากจะสามารถละสักกายทิฎฐิ วิจิกิจฉา และสิ้นพหุปรามาส ในการบรรลุพระโสดาบันแล้วยังเป็นผู้ที่สามารถลด ราคะ โทสะ และโมหะให้เบาบางลง (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2538. พระโสดาบัน. หน้า 295 - 353. ออนไลน์) สรุปเป็นลำดับได้ดังนี้

1. พระโสดาบัน เป็นผู้ละสักกายทิฎฐิ วิจิกิจฉา และสิ้นพหุปรามาสได้
2. พระสกิทาคามี เป็นผู้ละสังโยชน์ 3 ประการได้เช่นเดียวกับที่พระโสดาบันละได้และสามารถทำราคะ โทสะ และโมหะให้เบาบางลง
3. พระอานาคามี เป็นผู้ละสังโยชน์เพิ่มขึ้นได้อีก 2 ประการจากที่พระโสดาบัน และพระสกิทาคามี เป็นผู้ที่สามารถละ กามราคะและปฏิฆะ รวมเป็น 5 อย่าง
4. พระอรหันต์ เป็นผู้ละสังโยชน์ทั้ง 10 อย่างได้โดยสมบูรณ์

อย่างไรก็ตามผู้ที่บรรลุเป็นอริยะบุคคลแล้วก็ยังคงอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ ดังปรากฏหลักฐานตามคัมภีร์พระไตรปิฎกว่าอริยะบุคคลที่เข้าถึงกระแสพระนิพพานเป็นผู้ที่มองเห็นพระ

นิพพานแล้วแต่ยังอยู่ครองเรือน มีครอบครัว มีบุตร ภรรยา สามี ดำเนินชีวิตที่ดั่งาม ชอบด้วยศีลธรรม และอยู่ในสังคมของชาวโลก (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2541. หน้า 261) อริยะบุคคลเหล่านี้เป็นมีคุณธรรมสูงเนื่องจากการเป็นผู้ที่ปราศจากราคะ โทสะ โมหะ เป็นผู้ที่มีสภาวะจิตมั่นคงไม่หวั่นไหว ไม่มีความกลัว ไม่หวาดเสียว ไม่สะดุ้งตกใจ การแสดงออกของบุคคลเหล่านี้จึงเป็นการแสดงออกตามเหตุผล ตามความสมควร จากการพิจารณาเห็นด้วยปัญญา เป็นผู้ที่ไม่มีความคิดในทางที่ทำให้ตนเอง ผู้อื่น ทั้งตนเองและผู้อื่น ต้องลำบากเดือนร้อน (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2541. หน้า 276-277)

ผลการปฏิบัติธรรมจึงสามารถตรวจสอบได้ด้วยหลักที่เรียกว่า “อริยวัชถ์” ความเจริญของอริยชน ความเจริญแบบอารยะ เป็นหลักวัดความเจริญหรือพัฒนาการของอารยชน ซึ่งเป็นหลักการพิจารณาจากกุศลธรรมกุศลธรรมหรือคุณธรรมต่างๆ ที่องงามขึ้นมาแทนอกุศลธรรม 5 ประการ (พระพรหมคุณาภรณ์: ป.อ. ปยุตโต. 2532. หน้า 100-104)

ประการที่ 1 เป็นบุคคลที่มีความมั่นใจ และเชื่อมั่นในสิ่งที่เป็นกุศล สิ่งที่เป็นความดีงามมาก และมั่นใจในศักยภาพของตนเองที่จะพัฒนาตนไปในทางกุศลธรรมในความดีงามต่างๆ ได้มากขึ้น

ประการที่ 2 เป็นบุคคลที่มีระเบียบในการดำเนินชีวิตมากขึ้น มีการประพฤติตนอยู่ในสุจริตดีขึ้น ที่แสดงออกภายนอกโดยการดำเนินชีวิต มีความมั่นคงโดยตั้งมั่นในสุจริตมากขึ้น มีระเบียบวินัยมากขึ้น มีความสัมพันธ์กับโลกกับมนุษย์กับสังคมดีขึ้น เรียกได้ว่าเป็นผู้มีศีลมากขึ้น

ประการที่ 3 เป็นบุคคลที่มีความรู้จากการรับฟัง ศึกษา และค้นคว้ามากขึ้น ได้เรียนรู้มากขึ้น และกว้างขวางเพียงพอในธรรมที่นำมาปฏิบัติ หรือนำมาใช้แก้ปัญหาหรือในการพัฒนาตนเอง

ประการที่ 4 เป็นบุคคลที่สามารถลดละกิเลสได้มากขึ้น กิเลสต่างๆ โดยเฉพาะความโลภ ความโกรธ ความหลง ความเห็นแก่ตัว ลดน้อยลง มีความเสียสละมากขึ้น มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีน้ำใจ เห็นแก่เพื่อนมนุษย์และผู้อื่นมากขึ้น มีจิตใจกว้างขวางโปร่งใสมากขึ้น

ประการที่ 5 เป็นบุคคลที่มีความรู้ความเข้าใจในความจริงของสิ่งทั้งหลาย มองเห็นเหตุปัจจัยและความสัมพันธ์ของสิ่งทั้งหลายชัดเจน สามารถนำความรู้มาเชื่อมโยงใช้ในการแก้ปัญหา และสร้างสรรค์พัฒนาให้เป็นผลดีซึ่งเป็นตัวแกนแท้ที่ตนเองต้องการมาเป็นตัวควบคุม

ความเป็นอริยะบุคคลหรือ โสดาบันจึงเป็นชีวิตในระดับที่ยอมรับได้เพียงพอชนในสังคมว่าน่าพอใจและวางใจได้ทั้งในด้านคุณธรรม และในด้านความสุข เป็นผู้มีคุณความดีเพียงพอที่จะเป็นหลักประกันว่าจะไม่ก่อให้เกิดอันตรายหรือความเดือดร้อนเสื่อมโทรมเสียหาย หรือเป็นภัยทั้งในส่วนบุคคล และสังคม คุณธรรมจากการปฏิบัติกรรมฐานเป็นคุณธรรมที่มั่นคงด้วยปรีชาญาณเป็นความสามารถทางปัญญาเพื่อเป็นฐานรองรับ และส่งผลให้เกิดทัศนคติอย่างใหม่ที่มิต่อโลก และชีวิต (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2541. หน้า 399 - 400) บุคคลที่มีสภาวะของอริยะบุคคลหรือ โสดาบันจะมีคุณสมบัติพิเศษควรแก่การดำเนินชีวิต 2 ประการ ได้แก่ ประการแรกจะเป็นบุคคลที่มีความเข้าใจ และมั่นใจในกฎธรรมดาในเหตุ และผล เชื่อมั่นในวิธีแห่งปัญญาและมุ่งหวังผลสำเร็จ

ต่างๆ จากการกระทำด้วยปัญญาและความเพียรพยายามตามทางของเหตุผลเท่านั้น และประการที่สองจะเป็นผู้เข้าใจโลก และเข้าใจชีวิตมากเพียงพอที่จะไม่หลงไปตามแรงกิเลสมีความเข้มแข็งมั่นคงในจริยธรรม (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. 2541. หน้า 427 - 428)

เมื่อเทียบเคียงกับกพระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 10 กรกฎาคม 2535 ความว่า “หลักของคุณธรรม คือการคิดด้วยจิตใจที่เป็นกลาง ก่อนจะทำสิ่งใด จำเป็นต้องหยุดคิดเสียก่อนเพื่อรวบรวมสติให้ตั้งมั่น และให้จิตสว่างแจ่มใส ซึ่งเมื่อฝึกหัดจนคุ้นเคยชำนาญแล้ว จะกระทำได้อย่างคล่องแคล่วช่วยให้สามารถแสดงความรู้ ความคิด ในเรื่องต่าง ๆ ให้ผู้ฟังเข้าใจได้ง่าย ได้ชัด ไม่ผิดทั้งหลักวิชาทั้งหลักคุณธรรม” (พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชการที่ 9. 2535. ออนไลน์)

จากพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในเรื่องหลักคุณธรรม ดังกล่าว ผู้ศึกษาเห็นว่า เป็นพระราชดำรัสเพื่อปลูกฝังให้ผู้ฟังนำไปเป็นหลักในการปฏิบัติเพื่อการรวบรวมสติตั้งมั่น และให้จิตสว่างแจ่มใสด้วยจิตใจที่เป็นกลาง เพื่อให้เกิดปัญญา ได้แก่ ความรู้ ความคิด ในเรื่องต่าง ๆ อย่างชัดเจนโดยไม่ผิดทั้งหลักวิชา และหลักคุณธรรม ซึ่งเป็นหลักการเดียวกันกับหลักการปฏิบัติกรรมฐานในพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งเป็นแนวทางการปฏิบัติที่พุทธเจ้าได้ตรัสสอนแก่พุทธบริษัท 4 ประกอบด้วย ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก และอุบาสิกา เพื่อใช้เป็นแนวทางการปฏิบัติสำหรับการฝึกอบรมจิตใจให้เจริญองงามด้วยคุณธรรม มีความเข้มแข็งมั่นคง เบิกบาน สงบสุขผ่องใสพร้อมด้วยความเพียร สติ และสมาธิไม่เลื่อนลอยฟุ้งซ่านไร้จุดหมาย เพื่อเป็นการฝึกจิต และพัฒนาปัญญาให้เห็นแจ้งเห็นตรงต่อความเป็นจริงในสภาวธรรม เกิดปัญญาเห็นในไตรลักษณ์ ได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา เป็นการเห็นอย่างปรมาตถ์เป็นความจริงสูงสุด ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติถอนจากความหลงผิดรู้ผิดในสังขาร ด้วยการเห็นแจ้งรู้ชัดภาวะในสิ่งต่างๆ ทั้งหลายตามที่มันเป็นของมันเองเป็นแนวทางการพัฒนา และการเจริญทางปัญญา ให้รู้เท่าทันเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จนมีจิตใจเป็นอิสระไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์ เป็นหลักคุณธรรมที่บุคคลเมื่อนำไปฝึกฝนปฏิบัติแล้วย่อมทำให้บังเกิดความเจริญองงาม ความสุข ความร่มเย็น และเป็นหลักประกันชีวิตของตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ

### **พฤติกรรมด้านคุณธรรมในผู้ปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท กับบริบทของความสามารถเชิงปัญญาในผู้นำการจัดการกลยุทธ์**

ความสามารถของผู้บริหารในองค์กรเป็นประเด็นที่มีการกล่าวถึงกันอย่างกว้างขวางตราบนานเท่าที่ผู้บริหารเป็นผู้มีความสำคัญต่อความสำเร็จ และล้มเหลวขององค์กร จากการที่ผู้บริหารมีภาระความรับผิดชอบโดยตรงต่อการวางแผน การตัดสินใจสั่งการ การดูแล การควบคุมกลไก และบุคคลากรในองค์กรให้สามารถปฏิบัติงานต่างๆ เพื่อบรรลุตามเป้าหมาย และวัตถุประสงค์ขององค์กร รวมถึงมีภาระหน้าที่ และความรับผิดชอบต่อการพัฒนาองค์กรให้เจริญก้าวหน้า จาก

งานวิจัยเชิงคุณภาพในโครงการวิจัยคุณลักษณะและกระบวนการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมในประเทศไทย พบว่า คุณลักษณะของผู้นำที่มีคุณธรรม และจริยธรรมมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการผลักดันให้มีมิติต่างๆ ในสังคมให้ดำเนินไปได้ด้วยการใช้คุณธรรมและจริยธรรมเป็นเครื่องกำกับตลอดจนเป็นผู้ที่มีส่วนเอื้อให้เกิดการสร้างกฎระเบียบและมาตรฐานทางด้านคุณธรรมจริยธรรมให้เกิดขึ้นในหน่วยงานที่ผู้บริหารคนนั้นสังกัดอยู่ จากนักปรัชญารุ่นแรกๆ เช่น โสเครตีส และเพลโต เชื่อว่า คุณธรรม เป็นความรู้ ส่วนอริสโตเติลเห็นว่าคุณธรรมเป็นนิสัยอันดีงามเป็นสภาวะที่ไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นได้เองโดยธรรมชาติแต่เกิดขึ้นได้ด้วยการฝึกฝนและปฏิบัติจนเป็นอุปนิสัยประจำตัว (สายฤดี วรกิจ โภคาธร และคณะ. 2552. หน้า 11,22)

เดวิด ลุค และ วิลเลียม อาร์ ทอร์เบอร์ท ได้สำรวจเพื่อค้นหาคุณลักษณะของผู้นำที่องค์กรต้องการจากคุณลักษณะแบบผู้นำการเปลี่ยนแปลง (Transformational Leadership) 7 ประเภท พบว่า ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงที่องค์กรต้องการในระดับสูง และสูงที่สุดมีเพียง 2 ประเภท ซึ่งมีสัดส่วนเพียงร้อยละ 5 ของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเท่านั้น โดยกลุ่มผู้นำที่องค์กรต้องการดังกล่าวเป็นคุณลักษณะภาวะผู้นำแบบนักยุทธศาสตร์ (Strategist) ร้อยละ 4 ซึ่งมีคุณสมบัติเด่นในด้านความรู้ความสามารถสูง ความสามารถมองเห็นภาพรวมขององค์กร มีวิสัยทัศน์ สามารถสร้างความรักและศรัทธาให้เกิดขึ้นในองค์กร ยึดผลประโยชน์องค์กรเป็นหลัก สามารถรับความขัดแย้งได้ทุกรูปแบบ และมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้องค์กรมีความก้าวหน้า ส่วนอีกร้อยละ 1 เป็นผู้นำแบบนักสร้างสรรค์พัฒนา (Alchemist) เป็นกลุ่มผู้นำที่องค์กรมีความต้องการในระดับสุด เป็นภาวะผู้นำที่มีความคล้ายคลึงกับกลุ่มผู้นำแบบนักยุทธศาสตร์ (Strategist) แต่ต่างกันตรงที่ผู้นำประเภทนักสร้างสรรค์พัฒนา นอกจากมีความสามารถในการบริหารงานได้อย่างดีเยี่ยมแล้ว ยังสามารถรับมือกับข้อขัดแย้งได้ในทุกสถานการณ์ไม่มีความขัดแย้งเนื่องจากเป็นผู้ที่มองเห็นปัญหาเป็นเรื่องธรรมดา และมีความสามารถในการคิดริเริ่มสร้างสรรค์สิ่งใหม่ที่เหนือความคาดหมาย อย่างไรก็ตาม คุณสมบัติสำคัญที่มีเหมือนกันของภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงทั้ง 2 ประเภท ได้แก่ คุณสมบัติด้านคุณธรรม (David Rooke and William R. Torbert. 2005) คุณสมบัติด้านคุณธรรมในผู้นำจึงเป็นคุณสมบัติที่องค์กรต่างๆ เห็นตรงกันว่าเป็นคุณสมบัติที่สำคัญสำหรับผู้บริหาร และผู้นำองค์กร

บุคคลที่มีคุณธรรมคือคนดีนั่นเอง (สนอง วรอุไร. 2553. หน้า 10) สอดคล้องกับคติธรรมในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ดังปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย ลักษณะบัณฑิต นิमितบัณฑิต ความประพฤตินิไมฆาตของบัณฑิต 3 ประการนี้ 3 ประการเป็นไฉน ดูกรภิกษุทั้งหลาย บัณฑิตในโลกนี้ย่อมเป็นผู้คิดเรื่องที่ดี 1 พูดคำที่ดี 1 ทำกรรมที่ดี 1 เช่นนั้นบัณฑิตจะพึงรู้เขาได้ด้วยเหตุอะไรว่าผู้นี้เป็นบัณฑิตเป็นคนดี ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็เพราะบัณฑิตย่อมเป็นผู้คิดเรื่องที่ดี พูดคำที่ดี และทำกรรมที่ดี ฉะนั้น บัณฑิตจึงรู้จักเขาว่า ผู้นี้เป็นบัณฑิตเป็นคนดี ดูกรภิกษุทั้งหลาย ลักษณะบัณฑิต นิमितบัณฑิต ความประพฤตินิไมฆาตของบัณฑิต 3 ประการนี้แล” (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470.



พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 20 ย่อหน้า 442. ออนไลน์) คนดีจึงหมายถึงบุคคลที่คิดในเรื่องที่ดี พุคด้วยคำพูดที่ดี และกระทำแต่กรรมดี

จากรายงานการสำรวจของ เดวิด ลุก และ วิลเลียม อาร์ ทอร์เบอร์ท สรุปว่ากลุ่มผู้นำซึ่งมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ขององค์การ ต้องเป็นผู้ที่มีศรัทธาภาพ และความสามารถสูง และยังคงต้องเป็นผู้นำที่เปี่ยมด้วยคุณธรรม แต่จากการศึกษาพบว่าผู้นำที่มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ในระดับสูงสุดซึ่งมีเพียงร้อยละ 5 จากกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา ดังนั้นคุณสมบัติด้านคุณธรรม และจริยธรรมในผู้บริหารในองค์กรต่างๆ จึงเป็นภาวะที่นำวิตกอย่างยิ่ง สอดคล้องกับผลการสำรวจการเข้าร่วมกิจกรรมทางวัฒนธรรมของพุทธศาสนิกชนที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไปในด้านคุณธรรมในประเทศไทย ปี 2548 โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า คุณธรรมด้านความกตัญญูกตเวที ความขยันหมั่นเพียร ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และความเมตตากรุณา ของคนไทยยังคงมีอยู่มาก แต่คุณธรรมด้านการยอมรับผิด ความอดทนอดกลั้น ความมีระเบียบวินัย การเคารพต่อกฎหมาย และความซื่อสัตย์สุจริตยังคงมีค่อนข้างน้อย (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. ออนไลน์) ภาวะด้านคุณธรรมสำหรับประเทศไทยยังจัดได้ว่าอยู่ในขั้นนำวิตกอย่างยิ่งเช่นกัน อย่างไรก็ตามแนวคิดทางด้านคุณธรรมยังคงเป็นแนวคิดที่เป็นบริบทที่มีความแตกต่างหลากหลาย

ดังนั้นปัจจัยด้านคุณธรรมที่นำมาใช้ศึกษาตัวแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพละ 5 ในผู้ปฏิบัติกรรมฐานในพุทธศาสนาเถรวาท กับพฤติกรรมด้านคุณธรรมในมิติของสังคหวัตถุ 4 และความสามารถเชิงปัญญาของผู้นำเชิงกลยุทธ์ในธุรกิจธนาคารพาณิชย์ไทย ครั้งนี้ ผู้ศึกษาจึงบูรณาการแนวคิดโดยน้อมนำพระราชดำรัสและพระบรมราโชวาทในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในรัชกาลที่ 9 ซึ่งได้พระราชทานเนื่องในวโรกาสต่างๆ เข้ากับคำสอนของพระพุทธเจ้า ตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกในพระพุทธานุชาจรณสูตรเพื่อสร้างเครื่องมือ และมาตรวัดความสัมพันธ์ในตัวแบบโมเดลที่ศึกษา

จากพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ซึ่งได้พระราชทานในพิธีประดับยศนายตำรวจชั้นนายพล ณ พระตำหนักจิตรลดารโหฐาน วันพฤหัสบดีที่ 15 มกราคม 2519 ในเรื่องคุณธรรมความสามัคคี ความว่า “...ในปัจจุบันนี้เป็นที่ทราบทั่วกันว่า ประเทศชาติอยู่ในภาวะที่ต้องอาศัยความเข้มแข็ง เพื่อที่จะให้อยู่รอด ประเทศไทยจะอยู่ได้ก็ด้วยทุกคน ทุกฝ่ายสามัคคีกัน ความสามัคคีนั้นได้พูดอยู่เสมอว่าต้องมี แต่อาจจะเข้าใจยากว่าทำไมสามัคคีจะทำให้บ้านเมืองอยู่ได้สามัคคีก็คือการเห็นแก่บ้านเมืองและช่วยกันทุกวิถีทาง เพื่อที่จะสร้างบ้านเมืองอยู่ได้สามัคคีนี้ก็คือ การเห็นแก่บ้านเมือง และช่วยกันทุกวิถีทาง เพื่อที่จะสร้างบ้านเมืองให้เข้มแข็ง ด้วยการเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน และไม่ทำลายงานของกันและกัน และทำงานด้วยความซื่อสัตย์สุจริต ต้องส่งเสริมงานของกันและกัน และไม่ทำลายงานของกันและกัน มีเรื่องอะไรก็ได้พูดปรองดองกัน อย่าเรื่องใครเรื่องมัน และงานก็ทำงานอย่างตรงไปตรงมา นึกถึงประโยชน์ส่วนรวม...” (พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 9. 2519)

จากกระแสพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในรัชกาลที่ 9 ได้มีพระราชดำริถึงความซื่อสัตย์สุจริต ความสามัคคี การเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ไม่ทำลายกัน ทำงานอย่างตรงไปตรงมา นึกถึงประโยชน์ส่วนรวม และให้พูดเพื่อสร้างความปรองดอง ซึ่งเป็นแนวทางที่ใช้เพื่อการขจัดเหี้ยมโหด และประสานหมู่ชนไว้ด้วยความสามัคคี ตรงกับหลักธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทในหลักสังคหวัตถุ 4 เป็นหลักคุณธรรมที่เป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อสร้างความสามัคคี ซึ่งเป็นพื้นฐานด้านคุณธรรมที่ทำให้ทุกคนมีความรักมุ่งช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สร้างความสามัคคี และเสียสละเพื่อส่วนรวม เป็นเครื่องหมายที่แสดงให้เห็นว่าบุคคลผู้นั้นเป็นคนดี ประกอบด้วย 1) ทาน หมายถึง การให้หรือการแบ่งปันสิ่งของที่ควรแบ่งปันแก่ผู้อื่น รวมทั้งการให้ความรู้ ความเข้าใจ และศิลปวิทยา 2) ปิยวาจา หมายถึง การพูดจาด้วยถ้อยคำที่อ่อนหวาน นุ่มนวล ไพเราะเป็นที่เจริญใจ ทำให้เกิดความพอใจแก่ผู้ได้ยินได้ฟัง 3) อตถจริยา หมายถึง การประพฤติตนในสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กันและกัน ด้วยการช่วยเหลือกันด้วยกำลังกาย กำลังความคิด หรือกำลังทรัพย์ และ 4) สมานัตตตา หมายถึง การวางตนอย่างเหมาะสม ประพฤติปฏิบัติเหมาะสมตามที่ควรจะเป็นหรือการวางกิริยาธำรงยศเหมาะสมกับฐานะ ตำแหน่ง หรือหน้าที่ของตน (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต. สังคหวัตถุ 4. หน้า 295-353. ออนไลน์) สอดคล้องกับงานวิจัยของวรภาส ที่ศึกษาในเรื่องหลักการบริหารการศึกษาตามแนวพุทธธรรม โดยใช้ระเบียบวิจัยเชิงพัฒนาด้วยการวิเคราะห์เอกสาร และการสัมภาษณ์ ร่วมกับการใช้เทคนิคฟายพบว่า หลักการบริหารการศึกษามีความสอดคล้องกับหลักพุทธธรรมตามคตินิยมในเรื่องสังคหวัตถุ 4 ซึ่งครอบคลุมหลักการบริหาร 3 ประการ ได้แก่ 1) หลักการครองตน 2) หลักการครองคน และ 3) หลักการครองงาน (วรภาส ประสมสุข และ นิพนธ์ กินาวงศ์. 2550. หน้า 63) พฤติกรรมด้านคุณธรรมในผู้นำจึงเป็นปัจจัยสำคัญในการทำธุรกิจในยุคโลกาภิวัตน์ เนื่องจากผู้นำคุณธรรมจะเป็นต้นแบบการกระทำซึ่งส่งผลให้องค์กรเป็นองค์กรคุณธรรม และคนในองค์กรก็จะถูกหล่อหลอมให้มีคุณธรรมไปด้วย และหากองค์กรที่ได้รับความศรัทธา เชื่อมั่น และความจงรักภักดีจากผู้มีส่วนเกี่ยวข้องแล้วย่อมนำองค์กรไปสู่ความยั่งยืน (สมบัติ ฑีฆทรัพย์. 2004. หน้า 12.)

ดังนั้นจากคตินิยมในทางพระพุทธศาสนาในข้อสังคหวัตถุ 4 ถือเป็นหลักธรรมที่ใช้เป็นเครื่องขจัดเหี้ยมโหด และประสานหมู่ชนไว้ด้วยความสามัคคี ได้แก่ 1) ทาน หมายถึง การให้ด้วยความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เสียสละ โดยการแบ่งปันช่วยเหลือกันด้วยสิ่งของรวมถึงการให้ความรู้การให้คำแนะนำสั่งสอน 2) ปิยวาจา หรือ เปยยวัชชะ หมายถึง การพูดอันเป็นที่รัก วาจาดีดัดมีน้ำใจ หรือวาจาซาบซึ้งใจ พูดด้วยคำสุภาพไพเราะอ่อนหวานสมานสามัคคีเกิดไมตรีและความรักใคร่ นับถือ รวมถึงคำพูดที่แสดงประโยชน์ และประกอบด้วยเหตุผลเป็นหลักในการจูงใจให้นิยมยอมตาม 3) อตถจริยา หมายถึง การประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นประโยชน์โดยช่วยเหลือโดยบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ รวมถึงการช่วยแก้ไขปรับปรุงส่งเสริมในทางจริยธรรม และ 4) สมานัตตตา หมายถึง การปฏิบัติตนสม่ำเสมอในชนทั้งหลาย และเสมอในสุขทุกข์โดยรวมรับรู้อารมณ์

ตลอดถึงการวางตนเหมาะสมแก่ฐานะ ภาวะ บุคคล เหตุการณ์และสิ่งแวดล้อมอย่างถูกต้องตามธรรม  
ในแต่ละกรณี (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต, 2555. หัวข้อที่ 183. ออนไลน์)

นอกจากนี้ สังคหวัตถุ 4 ยังถูกจัดรวมเป็นหนึ่งในหลักธรรมในหมวดผละ ที่เรียกว่า ผละ 4  
ได้แก่ 1) ปัญญาผละ เป็นพลังทางปัญญา 2) วิริยผละ เป็นพลังด้านความเพียร 3) อนวัชชผละ เป็น  
พลังสุจริตเพื่อการกระทำที่ไม่มีโทษทั้งกายกรรม วาจากรรม และมโนกรรม ประพฤติ และปฏิบัติ  
หน้าที่การงาน โดยสุจริต ไม่มีข้อบกพร่องเสียหาย พุดจริง มีเหตุผล มุ่งดี ไม่รุกรานให้ร้ายใคร ทำ  
การด้วยเจตนาที่บริสุทธิ์ และ 4) สังคหผละ เป็นพลังการสงเคราะห์ และการยึดเหนี่ยวน้ำใจคนและ  
ประสานหมู่ชนไว้ในสามัคคี ในหลักผละ 4 จึงเป็นหมวดธรรมที่เป็นกำลังเป็นพลังให้บุคคลดำเนิน  
ชีวิตด้วยความมั่นใจ ไม่หวั่นไหวต่อภัยทุกอย่าง มีผลให้ผู้ประพฤติธรรมในหมวดนี้สามารถดำเนิน  
ชีวิตด้วยความมั่นใจจากพลังในตนและสามารถพ้นภัยจาก อาชีวิตภัย เป็นภัยจากการครองชีพ อสิ  
โลกภัย เป็นภัยจากความเสื่อมเสียชื่อเสียง ปริสสารัชชภัย เป็นภัยจากความครั่นคร้ามกลัวเงินหรือ  
ประมาทในที่ชุมนุม มรณภัย ภัย เป็นภัยจากที่กลัวความตาย และ ทุกคติภัย ภัย เป็นภัยภัยในภัย หรือ  
ทุกคติ ภัย เป็นภัยจากการไปที่อันชั่ว ที่อยู่อันชั่ว ภพอันเป็นที่ไปของสัตว์ที่ชั่ว เมื่อขยายแนวคิด  
หลักธรรมในสังคหวัตถุ 4 ในมิติของสังคหผละ 4 ประการ ซึ่งประกอบด้วย 1) ทาน เป็นการให้โดย  
ปกติ เป็นการให้ความช่วยเหลือในด้านทุนหรือปัจจัยเครื่องยังชีพ ตลอดจนเพื่อแผ่กันด้วยไมตรี  
และในทางพุทธธรรมยังหมายถึงการให้อย่างเลิศเรียกว่า ธรรมทาน เป็นการแนะนำสั่งสอนให้  
ความรู้ความเข้าใจ จนเขารู้จักพึ่งตนเองได้ 2) เปยวัชชณะ เป็นการพูดจับที่ใจ หรือ ปิยวาจา โดย  
การพูดด้วยน้ำใจหวังดี มุ่งให้เป็นประโยชน์และรู้จักพูดให้เป็นผลดี ทำให้เกิดความเชื่อถือเกิดความ  
สนิทสนม ความเคารพนับถือ และในทางพุทธธรรมยังหมายถึงการพูดอย่างเลิศ โดยการหมั่นแสดง  
ธรรม คอยช่วยชี้แจงแนะนำหลักความจริง ความถูกต้องดีงาม แก่ผู้ที่ต้องการ 3) อตถจริยา เป็นการ  
บำเพ็ญประโยชน์เพื่อช่วยเหลือรับใช้ทำงานสร้างสรรค์ การประพฤติ ปฏิบัติตนให้เป็นประโยชน์  
และในทางพุทธธรรมยังหมายถึงการบำเพ็ญประโยชน์อย่างเลิศ ซึ่งเป็นการช่วยเหลือส่งเสริมคนให้  
มีความเชื่อถือถูกต้อง (สัทธาสัมปทา) ให้ประพฤติดีงาม (ศีลสัมปทา) ให้มีความเสียสละ (จาค  
สัมปทา) และให้มีปัญญา (ปัญญาสัมปทา) และ 4) สมานัตตตา การมีตนเสมอกับผู้อื่น โดยเป็นหลัก  
ของความเสมอภาค ไม่เอาเปรียบ ไม่ถือสูงต่ำ ร่วมสุข ร่วมทุกข์ด้วยกัน และในทางพุทธธรรมยัง  
หมายถึงหลักของความเสมอภาคอย่างเลิศโดยเป็นความเสมอกัน โดยธรรม อย่างเช่นคติธรรมในทาง  
พระพุทธศาสนาพระ โสดาบันมีตนเสมอกับพระ โสดาบัน เป็นต้น (พระธรรมปิฎก: ป.อ. ปยุตโต.  
สังคหวัตถุ 4. หน้า 295-353. ออนไลน์)

## ความสามารถเชิงปัญญาของผู้นำเชิงกลยุทธ์ในธุรกิจธนาคารพาณิชย์ไทยที่ปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ผู้นำเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในทุกภาคส่วนในหน่วยงาน ทุกองค์การ และสังคม ภายใต้อุณลักษณะที่เรียกว่า “ภาวะผู้นำ” ผู้นำจึงเป็นผู้ที่ถูกเลือกและได้รับการยอมรับยกย่องให้เป็นหัวหน้าโดยบุคคลในหน่วยงาน องค์การ หรือสังคมนั้นๆ ในฐานะเป็นสัญลักษณ์ทางความคิด ทางสติปัญญา ของบุคคลในหน่วยงาน องค์การ หรือสังคมนั้นๆ ด้วย ในคัมภีร์พระไตรปิฎกในพุทธศาสนาเถรวาท ได้กล่าวถึงผู้นำ หรือภาวะผู้นำไว้ ดังนี้

“ถ้าเมื่อใดทั้งหลาย วายข้ามแม่น้ำไป โคหัวหน้าฝูงว้ายข้ามตรง เมื่อมีโคผู้นำฝูงว้ายข้ามตรงอย่างนั้น โคทั้งหมดก็ยอมว้ายข้ามตรงไปตามกันในหมู่มนุษย์ทั้งหลายก็เหมือนกัน ผู้ใดได้รับสมมติแต่งตั้งให้เป็นใหญ่ ถ้าผู้นั้นประพฤติเป็นธรรม ประชาชนนอกนั้นก็ยอมประพฤติเป็นธรรมไปตามโดยแท้ ถ้าพระราชาก็เป็นใหญ่ตั้งอยู่ในธรรมรัฐก็ยอมอยู่เป็นสุขทั่วกัน” (พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ์ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. 2470. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ 27 ย่อหน้า ย่อหน้า 634-637. ออนไลน์)

จากสภาวะแวดล้อมที่ซับซ้อน สับสน และเปลี่ยนแปลงตลอดอย่างรวดเร็วในปัจจุบัน ภาวะผู้นำจึงมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งต่อองค์กร (House Spangler & Woycke. 1991. Online) ผู้นำเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญต่อการขับเคลื่อนองค์กร ดังที่ “ยูคัล” กล่าวว่าผู้บริหารสามารถจะสามารถนำองค์กรให้ประสบความสำเร็จได้จำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงตนเอง และให้ความสำคัญกับผู้ติดตาม เพื่อให้ผู้ติดตามเกิดความพึงพอใจ และเต็มใจในการปฏิบัติงาน หรือให้ผู้ติดตามแสดงพฤติกรรมตามที่ผู้นำมุ่งหวังเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ผู้นำกำหนด (G. Yukl. 1999. Online) ผู้นำมีส่วนสำคัญต่อความสำเร็จ ประสิทธิภาพ และประสิทธิผลขององค์กร จากการศึกษาของ เดวิด รูค และคณะ พบว่า รูปแบบภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง 7 ประเภท มีรูปแบบภาวะผู้นำแบบนักยุทธศาสตร์ (Strategist) และภาวะผู้นำแบบนักสร้างสรรค์พัฒนา (Alchemist) เท่านั้น ที่เป็นรูปแบบของผู้นำที่องค์กรต้องการ โดยภาวะผู้นำทั้ง 2 แบบ พบคุณสมบัติร่วมกันอย่างหนึ่งได้แก่ คุณสมบัติทางด้านคุณธรรม ซึ่งเป็นคุณสมบัติสำคัญที่แตกต่างจากภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงแบบอื่น (อ้างแล้วใน David Rooke and William R. Torbert. 2005)

ดังนั้นผู้นำจึงเป็นผู้ที่มีส่วนสำคัญในการสร้างความต่อเนื่องในการนำพาองค์กรไปสู่ความสำเร็จใน 2 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการกำหนดทิศทาง (direction) ขององค์กรโดยการกำหนดวิสัยทัศน์ (vision) การทำให้พันธกิจ (mission) มีความชัดเจนไม่ถูกกละเลย หรือเบี่ยงเบนไปเพื่อให้สามารถบรรลุผล (result) หรือมีประสิทธิผล (effectiveness) และ 2) ด้านการบริหารจัดการ (management) ได้แก่ บทบาทในการจัดโครงสร้าง (structure) และระบบ (system) เพื่อช่วยให้อบรมผลการดำเนินงานที่ดี และมีประสิทธิภาพ (efficiency) โดยมุ่งเน้นการวิเคราะห์ต้นทุนกำไร (cost-benefit analysis) นโยบาย ขั้นตอนวิธีการ ด้วยการใช้อย่างมีประสิทธิภาพเชิงตรรกะ แต่ผู้นำองค์กร

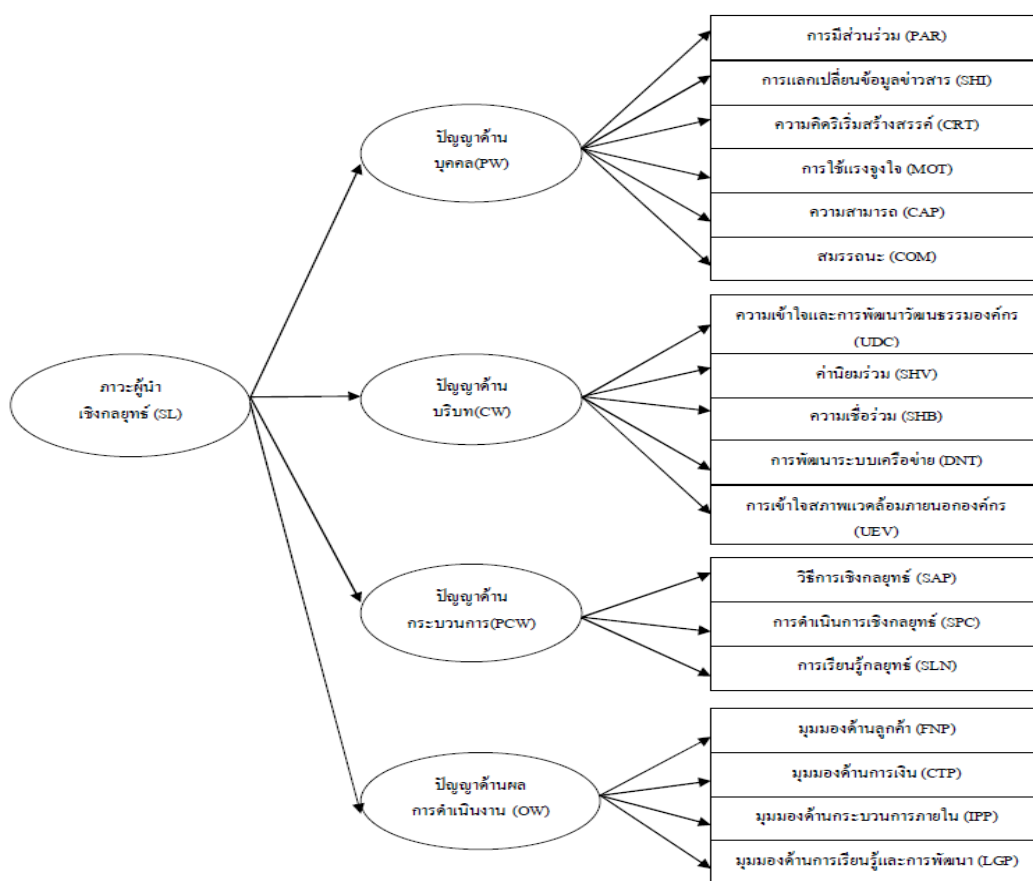
ส่วนใหญ่มีมุมมองเน้นหวังผลระยะสั้น โดยละเลยความสำคัญในการสื่อสารวิสัยทัศน์ และทิศทางขององค์กร การสร้างทีมงาน การพัฒนาบุคลากร หรือการประชุมวางแผน แต่จะทำเมื่อมีภาระเร่งด่วนจำเป็นเฉพาะหน้าเท่านั้น ผู้นำการจัดการเชิงกลยุทธ์ (Strategic leadership) จึงเป็นภาวะผู้นำที่มีความสำคัญ และจำเป็นอย่างยิ่งที่ช่วยให้องค์กรมีวิสัยทัศน์ มีการกำหนดทิศทาง สามารถสร้างแรงจูงใจ และสร้างทีมงาน ที่พื้นฐานมาจากความนับถือต่อกันของสมาชิกในหน่วยงาน หรือองค์กร (สุเทพ พงศ์ศรีวัฒน์. 2555. ออนไลน์) การจัดการองค์กรสมัยใหม่จึงให้ความสำคัญกับภาวะผู้นำการจัดการเชิงกลยุทธ์ และเปลี่ยนแนวคิดจากเดิมโดยกระจายให้เป็นภาระหน้าที่ของผู้บริหารในทุกระดับในองค์กร เพื่อการมีส่วนร่วมในกระบวนการวิเคราะห์ จัดทำแผนกลยุทธ์ และนำแผนกลยุทธ์ไปสู่การปฏิบัติด้วยกันทั้งองค์กร (อ้างแล้วใน Tim O'Shannassy. 2003. p. 53)

แม้ว่าจะเป็นที่ยอมรับกันว่าภาวะผู้นำเชิงกลยุทธ์มีความสำคัญต่อหน่วยงาน องค์กร และทุกภาคส่วนแต่การศึกษาวิจัยส่วนใหญ่เป็นศึกษาในบริบทที่เกี่ยวข้องกับ ความหมาย นิยาม บทบาท และความสามารถในเชิงพฤติกรรมของผู้นำเชิงกลยุทธ์ (อ้างแล้วใน Daren E. Hancott. 2005, Abraham Carmeli and John Schaubroeck. 2006, James I. Schaap. 2006. Rubina Mahsud. 2006, Patricia M. Guzman. 2007] Karen Dianelokelani Bryson. 2004] Colleen Joy Butler. 2005, เปรมปรีดี หมูวิเศษ. 2549, Elizabeth Christine Stubbs. 2005, Angela Elizabeth Gordon. 2007] John D. Benson. 2009, Fernando A. D'Alessio. 2006)

แต่สำหรับการศึกษา ตัวแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่าง พละ 5 และพฤติกรรมด้านคุณธรรมในมิติของสังคหวัตถุ 4 ของผู้ปฏิบัติธรรมฐานในพุทธศาสนาเถรวาท และความสามารถเชิงปัญญาของผู้นำเชิงกลยุทธ์ในธุรกิจธนาคารพาณิชย์ไทย ครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจศึกษาความสามารถของผู้นำการจัดการเชิงกลยุทธ์ในบริบทของความสามารถเชิงปัญญา สอดคล้องกับแนวคิดในงานวิจัยของ รวีวรรณ กลิ่นหอม ที่ได้พัฒนามาตรวัดความสามารถของผู้นำการจัดการเชิงกลยุทธ์ในเชิงปัญญา โดยได้ต่อยอดแนวคิดมาตรวัดเชิงคุณภาพของเดวิส ไปสู่แนวคิดมาตรวัดในเชิงปริมาณ ซึ่งแนวคิดของเดวิสที่ได้ทำการศึกษาความสามารถในเชิงปัญญาของผู้นำการจัดการเชิงกลยุทธ์ในรูปแบบของภาวะผู้นำเชิงกลยุทธ์ ด้วยระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ปี คศ. 2004 2505 และ 2506 โดยได้สรุปนิยามที่สมบูรณ์เกี่ยวกับรูปแบบภาวะผู้นำเชิงกลยุทธ์ในความสามารถเชิงปัญญาไว้ 3 ด้าน ได้แก่ 1) ความสามารถเชิงปัญญาในด้านบุคคล ในองค์ประกอบ ของการมีส่วนร่วม การแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การใช้แรงจูงใจ ความสามารถ และ สมรรถนะ 2) ความสามารถเชิงปัญญาในด้านบริบท ในองค์ประกอบ ของความเข้าใจและการพัฒนาวัฒนธรรมองค์กร การมีค่านิยมร่วม ความเชื่อร่วม การพัฒนาระบบเครือข่าย และการเข้าใจสภาพแวดล้อมภายนอกองค์กร และ 3) ความสามารถเชิงปัญญาในด้านกระบวนการ ในองค์ประกอบของวิธีการเชิงกลยุทธ์ การดำเนินการเชิงกลยุทธ์ และการเรียนรู้เชิงกลยุทธ์ (Davies. B. J. and Davies. 2006) จากแนวคิดเดวิส ในทัศนะของรวีวรรณ กลิ่นหอม เห็นว่าการวัด

ความสามารถของผู้จัดการเชิงกลยุทธ์เชิงปัญหา เพียง 3 ด้าน ไม่เพียงพอควรเพิ่มการวัดความสามารถเชิงปัญหาในการจัดการเชิงกลยุทธ์ในด้านผลการดำเนินงานด้วย และเพื่อให้ตัวแบบการวัดความสามารถของผู้จัดการเชิงกลยุทธ์มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น จึงนำแนวคิดการวัดผลดำเนินการของ Kaplan and Norton ตามตัวแบบมาตรวัดดุลยภาพ (Balanced Scorecard) ในมุมมอง 4 ด้าน มาบูรณาการใช้เป็นองค์ประกอบเพื่อวัดความเฉลียวฉลาดของผู้จัดการเชิงกลยุทธ์ในมุมมองด้านความเข้าใจในผลการดำเนินงานมาใช้เป็นมาตรวัดในด้านที่ 4 ประกอบด้วยมาตรวัดด้านความสามารถเชิงปัญหาในด้านผลการดำเนินงาน ในองค์ประกอบ ของมุมมองด้านลูกค้า มุมมองด้านการเงิน มุมมองด้านกระบวนการภายใน และมุมมองด้านการเรียนรู้และพัฒนา ซึ่งจากการทดสอบ พบว่า มีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (รวิวรรณ กลิ่นหอม. 2550. หน้า 4-5)

แผนภาพโมเดลการประยุกต์แนวคิดการวัดความสามารถ ในผู้จัดการเชิงกลยุทธ์เชิงปัญหา พัฒนาโดย ดร. รวิวรรณ กลิ่นหอม แสดงให้เห็นได้ตามภาพประกอบที่ 2.5 ดังนี้



ภาพประกอบที่ 2.1 รูปแบบการวัดภาวะผู้นำเชิงกลยุทธ์พัฒนาโดย ดร.รวิวรรณ กลิ่นหอม

## งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยเรื่อง “Spiritual Development Through Buddhist Insight Meditation Practice for Human Resource in a Thai Business Organization” เป็นการศึกษาโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการนำการปฏิบัติวิปัสสนามาใช้เพื่อการพัฒนาจิตใจทรัพยากรบุคคลในองค์กรภาคธุรกิจไทย 2) ศึกษาผลของการนำเอาการปฏิบัติวิปัสสนามาใช้เพื่อการพัฒนาจิตใจทรัพยากรบุคคล จากการศึกษา พบว่า องค์กรที่นำการปฏิบัติวิปัสสนามาใช้เพื่อการพัฒนาจิตใจทรัพยากรบุคคลอย่างจริงจัง ส่งผลต่อการพัฒนาบุคคลในองค์กร 2 ด้าน ได้แก่ 1. พบว่าการปฏิบัติวิปัสสนาส่งผลทางด้านจิตวิทยาในระดับปัจเจกบุคคล การพัฒนาจิตใจด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานผู้ปฏิบัติจะเป็นบุคคลที่มีคุณธรรม จริยธรรม และสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดี มีความสุข มีสมาธิ และมีสติ 2. การปฏิบัติวิปัสสนาส่งผลทางด้านความสัมพันธ์ในภาพรวมต่อจริยธรรม ประสิทธิภาพ และความจงรักภักดีต่อองค์กร ได้ (Yupa Pongsabutr, 2009)

งานวิจัยเรื่อง “Enlightening Leadership: A Phenomenology” เป็นการศึกษาโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยเทคนิคปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenological Method) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและทำความเข้าใจเกี่ยวกับภาวะผู้นำ และการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเด็นประสบการณ์ของผู้นำในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จากการศึกษา พบว่า การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นเครื่องมือในการพัฒนาภาวะผู้นำ และช่วยปลูกฝังคุณสมบัติที่จำเป็นในผู้นำ การเปลี่ยนแปลง โดยผู้นำที่ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นผู้ที่มีการพัฒนาระดับภาวะผู้นำ ในด้านของความเอื้อเฟื้อของจิตใจ และความเข้าใจในสิ่งต่างๆ รอบตัว (Kevin Michael Mays, 2008)

งานวิจัยเรื่อง “Executive Coaching and the Worldview of Vipassana Meditators: A Heuristic Inquiry” เป็นการศึกษาโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพด้วยเทคนิคการสืบค้นด้วยตนเอง มีวัตถุประสงค์เพื่อทราบถึงประสบการณ์ในการนำเสนองานต่อผู้บริหารในกรณีที่เสนอรายงานได้ฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมาเป็นเวลาอย่างน้อย 10 ปี โดยเป็นการศึกษาในเชิงจิตวิทยา และการพัฒนาองค์กร จากการศึกษา พบว่า โลกทัศน์ด้านธรรมในผู้ที่ฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมาเป็นเวลานานเป็นปัจจัยสนับสนุนเพื่อสร้างสติ และความสามารถในการนำเสนองานต่อผู้บริหาร (Barbara J. Braham, 2005)

งานวิจัยเรื่อง “Relationship Among Stress Blood Pressure and Heart Rate Variability in Meditators” เป็นการศึกษาโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด ความดันเลือด และความแปรปรวนในอัตราการเต้นของหัวใจในผู้ปฏิบัติสมาธิภาวนาจากการศึกษา พบว่า การปฏิบัติสมาธิภาวนามีผลต่อความดันโลหิต และการรับรู้ความเครียดที่เกิดขึ้นกับตนในปัจจุบันขณะ โดยพบว่า การปฏิบัติสมาธิภาวนาจึงมีความสัมพันธ์กับความเครียด โดยผู้ปฏิบัติสมาธิภาวนามีการรับรู้ต่อภาวะความเครียดในระดับต่ำ (Sangthong Terathongkam, 2006)

งานวิจัยเรื่อง “Training Attention through Intensive Meditation: Improvements in Sustained Performance and Response Inhibition” การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ แสดงให้เห็นถึงการปรับปรุงการรับรู้ที่ยั่งยืน การยับยั้งชั่งใจ และการตอบสนองที่มีผลมาจากการฝึกรวมการทำสมาธิอย่างเข้มข้น จากการศึกษาบ่งชี้ถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านความสามารถในการระลึกได้ ซึ่งเป็นปัจจัยที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับประสิทธิภาพในการทำงานดีขึ้น หลักฐานที่ค้นพบยืนยันว่าการฝึกสมาธิสามารถปรับปรุงประสิทธิภาพในพฤติกรรมของบุคคลได้ และนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงในการทำงานของสมองอย่างยั่งยืน โดยคาดการณ์ได้ว่าในช่วงระยะเวลาของการฝึกรวมอย่างเป็นทางการได้เกิดการเปลี่ยนแปลงในเรื่องของการยับยั้งชั่งใจซึ่งเป็นไปในเชิงบวกทั้งในการทำงานทางสังคม และทางอารมณ์ (Katherine Anne Maclean. 2009)

งานวิจัยเรื่อง “Transpersonal Awareness, Mindfulness Meditation, and Guided Imagery: A Qualitative Study Using Concise Narrative Vignettes” เป็นการศึกษาโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิธีการที่บุคคลตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลผ่านการรับรู้ที่มีสติร่วมกับการฝึกปฏิบัติเพื่อการเปลี่ยนแปลงอย่างบูรณาการ (integral transformative practices: ITP) โดยการศึกษาใน 2 บริบท ได้แก่ การฝึกปฏิบัติเพื่อการเปลี่ยนแปลงแบบบูรณาการในบริบทของการปฏิบัติกรรมฐาน (mindfulness meditation) และในบริบทของจิตสังเคราะห์ (psychosynthesis) ด้วยวิธีผ่อนคลายด้วยมโนภาพ (the guided imagery) ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่าการปฏิบัติกรรมฐานเป็นประจำทุกวันเป็นแนวทางสำคัญในการเปิดทางให้แต่ละบุคคลเกิดการบูรณาการฝึกปฏิบัติเพื่อการตระหนักรู้ถึงความสัมพันธ์ในระหว่างบุคคล และการปฏิบัติกรรมฐานและการฝึกผ่อนคลายด้วยวิหิมโนภาพ ในบริบทของจิตสังเคราะห์สนับสนุนให้เกิดการพัฒนาในระดับเจกบุคคล และสร้างเสริมให้เกิดศักยภาพในด้านการตระหนักรู้ถึงความสัมพันธ์ในระหว่างบุคคล (Jain Wells. 2009)

งานวิจัยเรื่อง “Vipassana Meditation: A Qualitative Study” การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อทราบถึงประสบการณ์ กระบวนการ และผลที่ผู้ปฏิบัติได้รับจากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ผลการศึกษาพบว่า 1. การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสามารถปรับเปลี่ยนสร้างสรรค์โครงสร้างทางศีลธรรม, สังคมและปรัชญาขึ้นใหม่อย่างมีนัยสำคัญในองค์ประกอบด้านความรู้ความเข้าใจ, พฤติกรรม และประโยชน์ทางสังคม 2. สร้างสรรค์การบริหารจัดการความเครียด 3. ส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรม การเอาใจใส่, ความเห็นอกเห็นใจ, ความบริสุทธิ์ใจ, การสื่อสารที่สนับสนุนซึ่งกันและกัน และการป้องกันความเหนื่อยหน่าย ส่งผลให้เกิดการเพิ่มผลผลิตจากการทำงาน (Madhu Sameer. 2007)