

วิเคราะห์การเจริญวิปัสสนาภาวนาในโอริมสูตร

An Analytical of Vipassana Meditation in Orima Sutta

¹พระสมุห์นิวัฒน์ จันทร์ดำ และ ²ธานี สุวรรณประทีป
¹Phrasamu Niwat Jandam and ²Thanee Suwanprateep,

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Palisuksa Buddhagosa Campus. Thailand.
E-mail: ¹Niwatjandam@gmail.com, ²thanee.su@mcu.ac.th

Received May 24, 2023; Revised August 24, 2023; Accepted August 28, 2023

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์การเจริญปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโอริมสูตร การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร เรียบเรียง โดยการศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎก อรรถกถา และคัมภีร์ที่เกี่ยวข้อง เรียบเรียง และนำเสนอผลการวิจัยในลักษณะพรรณนา ผลการวิจัย พบว่า 1) โอริมสูตรเป็นพระสูตรที่พระพุทธเจ้า ตรัสด้วยอัยยาศัยของพระองค์แก่ภิกษุโดยทรงเปรียบเทียบฝั่งแม่น้ำกับฝั่งของกุศลกรรม 10 และอกุศลกรรม 10 ผู้ที่จะข้ามไปฝั่งฝ่ายดีได้อย่างถูกต้องและปลอดภัยต้องประพฤติปฏิบัติตามหลักกุศลกรรม 10 และละอกุศลกรรม 10 ละกามคุณ 5 ละวิภวาท 3 และยินดีในการแสวงหาวิเวกเพื่อจะข้ามพ้นไปสู่ฝั่งฝ่ายดีได้ 2) ผลการวิเคราะห์ หลักการเจริญวิปัสสนาภาวนาในโอริมสูตร พบว่า การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโอริมสูตร เป็นการเจริญสติ อบรม ปัญญาตามแนวทางของสติปัฏฐาน 4 โดยการพิจารณาสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นให้เห็นความเกิด-ดับของรูปนามที่ปรากฏทางตาหูจมูกลิ้นกายและใจ เมื่อผู้ปฏิบัติรู้แจ้งสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงก็จะหลุดพ้นจากกิเลส และบรรลุมรรค ผล นิพพานในที่สุด

คำสำคัญ: การปฏิบัติวิปัสสนา; โอริมสูตร; พระพุทธศาสนา

Abstract

This article aimed to analyze how to practice insight meditation found in Orima Sutta. This was documentary research, the collected data from Tipitaka, its commentaries and related texts was then analyzed, compiled and written in descriptive type. The results revealed that;

1. Orima Sutta refers to the discourse delivered by the Buddha with his wish, to Bhikkhus involving river bank metaphor with 10 wholesome actions and 10 unwholesome deeds. Those who can safely and rightly across into the good bank must cultivate 10 wholesome deeds, abandoning 10 unwholesomeness, 5 sensual desires, 3 circle of birth and death and seeking for innate peaceful places for good bank attainment.

2. the results of insight meditation analysis found in Orima Sutta showed that insight practice contents on mindfulness and wisdom cultivation based on Four Foundations of Mindfulness by contemplating on any circumstances arising focusing on its rise and falls of name and forms appearing through the eyes, ears, nose, tongue, body and mind. Having realized of the true state of all phenomena, practitioner will be free from all desires and attains the Noble Path, Fruits and Nibbana in the end.

Keywords: Vipassana Meditation; Orima Sutta; Buddhism

บทนำ

พระพุทธเจ้าทรงเป็นอัครมหาบุรุษของโลก อุบัติมาเพื่อบำเพ็ญประโยชน์สุขแก่มวลสรรพสัตว์ทรงเป็นดวงประทีปของจักรวาล ทรงชี้หนทางสว่างแก่ผู้ไม่รู้ ทรงประกาศสัจธรรมเพื่อความสงบสุขของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย พระพุทธองค์ทรงเพียรเผยแผ่พระสัทธรรมตลอด 45 ปีเต็ม หลายครั้งทรงดำเนินด้วยพระบาทเปล่าเพื่อไปสอนโดยไม่เห็นแก่ค่าจ้าง รางวัล หรือคำสรรเสริญ (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2525) คำสอนที่เป็นหัวใจของพุทธศาสนา 3 ประการ คือ การไม่ทำบาปทั้งปวง ได้แก่ การไม่ทำบาปทุจริตทางกาย วาจา ใจ โดยการรักษาศีล 5 ศีล 8 เป็นต้น การทำกุศลให้ถึงพร้อม ได้แก่ การสร้างบุญกุศล มีจิตเมตตา กรุณา ช่วยเหลือสรรพสัตว์ทั้งหลายให้พ้นทุกข์ การบำเพ็ญเพียร ทำให้บริสุทธิ์ ได้แก่ การชำระล้างจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ ปราศจากกิเลส มี 2 วิธี คือ 1. สมถกรรมฐาน การทำจิตให้สงบด้วยการฝึกสมาธิ ภาวนา เช่น กำหนดลมหายใจเข้าออก สวดมนต์ภาวนา เป็นต้น 2. วิปัสสนากรรมฐาน การใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นแจ้งในอารมณ์ที่ปรากฏในปัจจุบันขณะ ตามความเป็นจริง สรรพสัตว์ทุกชีวิตเคยเวียนว่ายตายเกิดมาแล้วนับชาติไม่ถ้วน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ดังองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ในจุฬามณีวาทคสูตร ว่า “สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน เป็นทายาทแห่งกรรม มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย กรรมย่อมจำแนกสัตว์ให้เลวและประณีตได้” เปรียบเหมือน หงายของที่คว่ำ หรือเปิดของที่ปิด หรือบอกทางแก่คนหลงทาง หรือตามประทีปในที่มืด ด้วยหวังว่าผู้มีตาดีจักเห็นรูปได้ฉะนั้น

แนวทางแห่งการดับทุกข์หรือความสิ้นไปแห่งกิเลสทั้งปวง ที่เป็นทางให้ถึงอสังขตธรรม (นิพพาน) ได้แก่ สมถะและวิปัสสนา โดยการอบรมพัฒนาปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง ด้วยการเจริญวิปัสสนาตามแนวทางที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร ว่า ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอรหัตตผล เพื่อทำให้แจ้ง พระนิพพาน ทางนี้ คือ สติปัฏฐาน 4 คือ 1) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และ

โหม่นสโนโลกได้ 2) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโหม่นสโนโลกได้ 3) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโหม่นสโนโลกได้ 4) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโหม่นสโนโลกได้

โอริมสูตรที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย มีใจความว่า ฟังนี้และฟังโน้น คือ ธรรมที่ตรงข้ามข้ามในทางพระพุทธศาสนา เรียกว่า อกุศลกรรมบถ คือ ทางแห่งความชั่ว นั้นมี 10 ประการ แบ่งเป็น กายกรรม 3 วาจากรรม 4 มโนกรรม 3 ธรรมที่เป็นฝั่งนี้ การดำเนินชีวิตตามหลักกุศลกรรมบถ (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ.ปยุตโต, 2556) เป็นสิ่งที่บุคคลจะต้องประพฤติปฏิบัติให้เกิดขึ้นในตน และบุคคลอื่น เพื่อประโยชน์เกื้อกูลและความสุข คือ เพื่อความดับทุกข์ของมหาชน เรียกว่า กุศลกรรมบถ

บทความนี้นำเสนอการวิเคราะห์การเจริญวิปัสสนาภาวนาในโอริมสูตร เพื่อประโยชน์แก่การศึกษาวิจัย และเป็นแนวทางการเจริญวิปัสสนาให้ถูกต้องตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า อีกทั้งยังเป็นการสร้างความรู้ใหม่เป็นข้อมูลเชิงวิชาการแก่ผู้สนใจศึกษาค้นคว้าหาความรู้ในพระสูตรนี้ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. วิเคราะห์เนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในโอริมสูตร
2. วิเคราะห์การเจริญวิปัสสนาภาวนาในโอริมสูตร

การทบทวนวรรณกรรม

โอริมสูตร

ความสำคัญของการศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโอริมสูตร พระพุทธเจ้าได้เปรียบเทียบธรรม อันเป็นแนวทางการออกจากกองอกุศลกรรมทั้งปวง ด้วยการเจริญกุศลกรรม อันเป็นบาทฐานในการเจริญกุศลด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ.ปยุตโต, 2556) โอริมสูตรที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย มีใจความว่า ฟังนี้เป็นอย่างไร และฟังโน้นเป็นอย่างไร และวิธีการออกจากฝั่งนี้ ข้ามไปสู่ฝั่งโน้น ทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย ว่า “ในหมู่มนุษย์ คนที่ไปถึงฝั่งมีจำนวนน้อย แต่หมู่สัตว์นอกนี้ย่อมไปตามฝั่งนั่นเอง ส่วนชนเหล่าใดประพฤติดามธรรม ในธรรมที่พระผู้มีพระภาคตรัสดีแล้ว ชนเหล่านั้นจักข้ามบ่วงมฤตยูซึ่งแสนยากที่จะข้ามได้ บัณฑิตพึงละธรรมฝ่ายต่ำเสีย เจริญธรรมฝ่ายขาว ออกจากความอาลัย อาศัยความไม่มีอาลัยแล้ว พึงละกามเสีย เป็นผู้ไม่มีกิเลสเป็นเครื่องกังวล ปราศจากความยินดีในวิเวก ที่สัตว์ยินดีได้ยาก บัณฑิต พึงชำระตนให้ผ่องแผ้ว จากเครื่องเศร้าหมองจิต ชนเหล่าใดอบรมจิตดีแล้วโดยชอบในองค์เป็นเหตุตรัสรู้ ไม่ถือมั่น ยินดีแล้วในความสลесคืน ซึ่งความยึดถือชนเหล่านั้นเป็นผู้สิ้นอาสวะ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) มีความรุ่งเรืองปรินิพพานแล้วในโลก อันเป็นเครื่องข้องอยู่ในวิภวภู มิให้วนอยู่กามภพ อันเป็นบ่วงมารที่ข้ามได้ยากมาสู่วิภวภู มิให้วนอยู่กามภพ ผู้วิจัยจึงใคร่ศึกษาในโอริมสูตร ว่าด้วยธรรมที่เป็นฝั่งนี้ คือ อกุศลกรรมบถ 10 ธรรมที่ทำให้สัตว์เวียนวนเกิดดับไม่รู้จบไม่รู้สิ้น และธรรมที่เป็นฝั่งโน้น คือ กุศลกรรมทั้งปวง ได้แก่ มรรค 4 ผล 4 นิพพาน 1 นั่นเอง

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง ปัญญาที่เห็นสภาวรูปธรรมนามธรรม หรือรูปนามในปัจจุบัน ขณะที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติตามความเป็นจริงว่าเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่ตัวตน ไม่สามารถบังคับบัญชาได้นั่นก็คือไตรลักษณ์ การฝึกอบรมจิตให้เกิดความรู้แจ้ง เกิดปัญญา หรือวิธีการทำให้เกิดการเห็นแจ้ง (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ. ปยุตโต, 2558) ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจนถึงที่สุดแล้ว ผลที่ได้คือ การบรรลุธรรมสามารถขจัดกิเลสจนหมดสิ้นไป คือความหลุดพ้นอย่างเด็ดขาดทำลายอาสวกิเลสด้วยญาณหรือวิชาขั้นสุดท้าย ทดลองฝึกปฏิบัติตามที่ได้เรียนมา และการปฏิบัตินี้จะนำไปสู่ความรู้แจ้งเห็นจริง (Damnoen et al., 2021) การบูรณาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในการดำเนินชีวิตในการพัฒนาพฤติกรรมของตนเอง

(พระอำพัน นิลโน และ ธาณี สุวรรณประทีป, 2565) จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องนำไปใช้ด้วยความรอบคอบ (Tan & Damnoen, 2020) มีความรู้ ควบคู่กับการมีคุณธรรม จริยธรรม เป็นการปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรม ด้วยการปฏิบัติตามหลักเบญจศีลและเบญจธรรมเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างสุขสงบ (ปรียพร วิศาลบุรณ์ และคณะ, 2566)

วิธีการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่การบรรลุธรรม

การจะปฏิบัติเพื่อบรรลุโลกุตตรธรรมได้นั้น โดยสรุปแล้วมีอยู่ 2 ทาง คือ 1) สมถยานิก เป็นการปฏิบัติสมถะ คือการเจริญสมาธิ โดยอาศัยสมาธิระดับอุปปจารหรืออัปปนา มีกรรมฐาน 40 กอง เป็นอารมณ์ที่พิจารณาไปจนถึงขั้นที่รู้รูปนามและอรูปรูปนาม เป็นต้น แล้วจึงพิจารณาความเป็นไตรลักษณ์ของรูปนาม จึงจะสามารถบรรลุธรรม พร้อมกับ ได้วิชา 3 อภิญญา 6 หรือ ปฏิสัมภิทา 4 และ 2) คือวิปัสสนายานิก คือการปฏิบัติวิปัสสนาล้วน เป็นการเจริญปัญญาโดยพิจารณาตามอารมณ์ทั้ง 6 หรือวิปัสสนาภูมิ ได้แก่ ชั้น 5 आयตนะ 12 ธาตุ 18 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 และปฏิจลสมุปบาท 12 ซึ่งมีสมาธิเพียงระดับขณิกเท่านั้น หลักการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุธรรมนั้น คือต้องปฏิบัติกัมมฐานตามแนวทางแห่งสติปัฏฐาน 4 ประกอบด้วย 1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การมีสติในกาย เป็นอารมณ์ 2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติเป็นที่ตั้งแห่งการระลึกรู้เวทนา 3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นที่ตั้งแห่งสติตามระลึกรู้จิตของตน 4) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ฐานที่ตั้งแห่งสติตามระลึกรู้ธรรม กำหนดรู้ อริยสัจ 4 นั้นเอง ซึ่งแนวทางทั้งสองนี้สุดท้ายจุดหมายปลายทางก็คือการเจริญในสติปัฏฐาน 4 การกำหนดรู้ กาย เวทนา จิต และธรรม ให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง จนสำเร็จเป็นพระอริยบุคคล ระดับต่าง ๆ ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และ พระอริยบุคคลชั้นสูงสุด คือพระอรหันต์

สรุปว่า อันเป็นเครื่องออกจากอกุศลกรรมทั้งหลาย ถ้าหากต้องการหยุดทำกรรมใหม่ไม่ให้เกิดต่อเนื่องอยู่ทุกขณะ จะต้องเจริญวิปัสสนาด้วยเจตนาที่จะบรรลุผลตามวิธีต่อไป ในเบื้องต้นต้องชำระศีลให้บริสุทธิ์ เมื่อศีลบริสุทธิ์เป็นพื้นฐานมีกำลังแล้ว จะต้องเรียนรู้การเจริญสมาธิเพื่อช่วยให้การภาวนาเจริญก้าวหน้า การกำหนดรู้ความเกิดขึ้น และดับไปของรูปนาม ก็คือการปฏิบัติวิปัสสนานั้นเอง

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในโอริมสูตรในครั้งนี้ เป็นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) โดยผู้วิจัยมุ่งศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในโอริมสูตร ศึกษาแนวทางการเจริญวิปัสสนาในโอริมสูตร มีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) อัน ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539
2. ค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ เอกสาร ตำราและงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องซึ่งส่วนใหญ่เป็นวิทยานิพนธ์และสารนิพนธ์ ตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ทำให้ได้ข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญเป็นเบื้องต้น
3. กำหนดประเด็นเพิ่มเติม หรือรายละเอียดอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องโดยการขอคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิ และคณาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทาง
4. วิเคราะห์ สังเคราะห์ ข้อมูล และสรุปคำตอบปัญหาการวิจัย
5. เสนอและตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ โดยเข้าพบกับอาจารย์ที่ปรึกษาและคณาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทางเป็นระยะๆ
6. แก้ไข ปรับปรุง นำเสนอผลงาน

ผลการวิจัย

หลักธรรมสำคัญในโอริมสูตร

ผลการวิจัย พบว่า หลักธรรมสำคัญที่ปรากฏในโอริมสูตรคือ การละอกุศลกรรม 10 อย่าง แบ่งเป็น 3 ทาง ได้แก่ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

1) กุศลกายกรรม คือ กุศลทางกาย ได้แก่ เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ เว้นขาดจากการลักทรัพย์ เว้นขาดจากการประพฤติผิดในกาม

2) กุศลวจีกรรม 4 คือ กุศลทางวาจา ได้แก่ เว้นขาดจากการพูดคำเท็จ เว้นขาดจากการพูดเสียด เว้นขาดจากการพูดคำหยาบ เว้นขาดจากการพูดเพ้อเจ้อ

3) กุศลมโนกรรม 3 คือ กุศลทางใจ ได้แก่ ความไม่คิดโลภอยากได้ของผู้อื่นมาเป็นของตน ไม่เพ่งเล็งคิดหาทางเอาแต่จะได้อะไรเสียสละ ทำจิตใจให้ผ่องแผ้ว, ความไม่คิดพยาบาทปองร้ายเบียดเบียนผู้อื่น

เพราะสามารถส่งผลเป็นความสุข มีการปฏิสนธิในสุคติภูมิ ทำให้เข้าถึงมรรคสมบัติสวรัคสมบัติ พรหมสมบัติ และนิพพานสมบัติ จึงเป็นสิ่งที่ควรเจริญให้เกิดขึ้นเป็นนิมิต พิจารณากำหนดรู้ตามและคิดตามสภาวะลักษณะที่นำไปสู่แนวทางที่ถูกต้องตามสภาพความเป็นจริงของสภาวะรูปนามที่เกิดและดับ ไม่หลงไหลเพลิดเพลนปรุงแต่งพิจารณาเป็นสักว่าธาตุ ตามธรรมชาติ ความคิดและการปฏิบัติเช่นนี้ เป็นการละกิเลสอกุศลอันเป็นต้นเหตุเมื่อกามคุณ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะปรากฏขึ้น (พระคันธसारากวีวงศ์, 2558) ก็จะต้องกำหนดรู้ให้เท่าทันเพราะการเจริญวิปัสสนาภาวนานั้น ทำให้เห็นสิ่งต่างๆ เท่าทันตามที่เป็นจริง การกำหนดสภาพธรรมต่างๆ ก็ถูกต้องตามความเป็นจริง ปัญญาเห็นแจ้งอารมณ์ที่เป็นจริงแล้วย่อม ไม่หลงติดในอารมณ์ที่เป็นบัญญัติก็เกิดขึ้นตามกำลังสติปัญญา ในการพิจารณาอารมณ์แล้วเห็นความดับ ชื่อว่า วิปัสสนาญาณ คือ จิตรู้รูปเป็นอารมณ์เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป ผู้ปฏิบัติพึงพิจารณาอารมณ์นั้นๆ แล้วเห็นการดับไปแห่งจิตนั้นด้วย คือ พิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยงแท้ เห็นโดยความเป็นทุกข์เป็นอนัตตา ย่อมเกิดความเบื่อหน่ายไม่ยินดีย่อมคลายกำหนด ทำราคะให้ดับไม่ให้เกิดเมื่อพิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยงแล้ว ย่อมละความไม่เที่ยงได้ เห็นโดยความเป็นทุกข์ย่อมละสุขสัญญาได้ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา ย่อมละความเป็นตัวตนได้ เมื่อเบื่อหน่ายย่อมละความยินดีได้ เมื่อคลายกำหนดการละและการกำจัดอกุศลธรรม (พระพุทธโฆสะเถระ, 2554) สามารถละได้ด้วยอาศัยองค์มรรค การละธรรมทั้งหลายด้วยมรรคญาณ มรรคญาณที่ 1 โสดาปัตติมรรค กามราคะและปฏิฆะ ชนิดหยาบที่ยังเหลือ ฆ่าด้วยมรรคญาณที่ 2 สกทาคามิมรรค กามราคะและปฏิฆะชนิดเบาบาง ฆ่าด้วยมรรคญาณที่ 3 อนาคามิมรรค ส่วนธรรมคือสังโยชน์อีก 5 มี รูปราคะเป็นต้น ฆ่าด้วยมรรคญาณที่ 4 อรหัตตมรรคโดยแท้

พระพุทธเจ้าตรัสถึงความสำคัญของการปฏิบัติธรรมไว้ โดยที่พระองค์ทรงอุปมาเหมือนกับบุคคลผู้ถูกไฟไหม้บนศีรษะ สิ่งแรกที่เราต้องทำคือดับไฟ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) หรือเหมือนกับบุคคลผู้ถูกธนูปักที่อก สิ่งสำคัญอันดับแรกของเขา คือต้องรีบถอนลูกธนูออกก่อนสิ่งอื่นใด สิ่งสำคัญที่สุดของเขา คือรักษาเยียวยาให้หายขาดจากความทุกข์เหล่านั้นโดยสิ้นเชิง โดยโอริมสูตรเป็นพระสูตรว่าด้วยหลักคำสอนในการยกข้อธรรมมาเปรียบเทียบ อันเป็นบาทฐานในการเจริญกุศล เพื่อละอกุศล คือ การไม่ทำบาปทั้งปวง ยังกุศลให้ถึงพร้อม และการทำจิตของตนให้ผ่องใส เป็นแนวทางการปฏิบัติไม่ให้ตกอยู่ในอำนาจของกิเลสตัณหา ปฏิบัติตามแนวทางสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, 2554) ตามธรรมที่ตรัสไว้ดีแล้ว คือ มรรค 4 ผล 4 นิพพาน 1 ให้ตั้งมั่น ให้ดำรงอยู่ในการเจริญสติปัฏฐาน 4 ประการ ประกอบด้วย กาย เวทนา จิต ธรรม เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติละอกุศลทั้งหลาย อันเป็นเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย เป็นเครื่องข้องอยู่ในวิภวภูมิจึงช่วยให้อยู่ในกามภพ อันเป็นบ่วงมารที่ข้ามได้ยาก มาสู่วิภวภูมิจึงช่วยให้อยู่ในอรูปภพ เพื่อช่วยควบคุมกำลัจิตให้เดินเข้าสู่สภาวะ (พระพรหมคุณาภรณ์ ป. อ. ปยุตโต, 2558) พระนิพพานอย่างง่ายตายมีขอบเขตนั่นเอง

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า หลักธรรมในโอริมสูตรเกี่ยวข้องกับธรรมสำคัญอันเป็นทางสายเดียวเป็นทางสายเอกอันเป็นกองกุศลทั้งสิ้น คือ สติปัฏฐาน 4 ซึ่งวิปัสสนาและสติปัฏฐานเป็นสิ่งเดียวกันโดยความเป็นเหตุเป็นผลกัน คือวิปัสสนาญาณจะมีขึ้นไม่ได้เลยหากขาดกระบวนการพิจารณาธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 เป็นกระบวนการพิจารณาธรรมที่ครบถ้วนสมบูรณ์ที่สุด เพราะเป็นทั้งสมณะและวิปัสสนา กล่าวคือ เมื่อจิตสงบจนเกิดสมาธิจนถึงขั้นได้ฌานแล้ว ขณะเดียวกันก็เป็นการพิจารณาอาการเกิดดับของนามรูป ตามอาการที่เป็นจริงจนเกิดปัญญาเข้าใจสภาวะธรรมและเกิดวิปัสสนาญาณในที่สุด พระพุทธองค์ทรงยกย่องและตรัสถึงความสำคัญของสติปัฏฐาน 4 นี้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความหมดจดแห่งสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม เพื่อกำหนดนิพพานให้แจ้ง คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ” จากพุทธพจน์ ชี้ให้เห็นว่า สติปัฏฐาน 4 นี้ เมื่อบุคคลเจริญดีแล้วด้วยความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ ย่อมได้รับอานิสงส์เป็นความบริสุทธิ์ ทำให้พ้นไปจากความโศกเศร้าเสียใจ ดับความทุกข์โทมนัสลงได้ เข้าใจอริยสัจ 4 ตลอดสายด้วยปัญญา มุ่งตรงสู่พระนิพพาน

การจะปฏิบัติเพื่อบรรลุโลกุตตรธรรมได้นั้น โดยสรุปแล้วมีอยู่ 2 ทาง คือ 1) สมถยานิก เป็นการปฏิบัติสมณะ คือการเจริญสมาธิ โดยอาศัยสมาธิระดับอุปจารหรืออัปปนา มีกรรมฐาน 40 กอง เป็นอารมณ์ที่พิจารณาไปจนถึงขั้นที่รู้รูปฌานและอรูปฌาน เป็นต้น แล้วจึงพิจารณาความเป็นไตรลักษณ์ของรูปนาม จึงจะสามารถบรรลุธรรม พร้อมกับ ได้วิชา 3 อภิญญา 6 หรือ ปฏิสัมภิทา 4 และ 2) คือวิปัสสนายานิก คือการปฏิบัติวิปัสสนาล้วนเป็นการเจริญปัญญาโดยพิจารณาตามอารมณ์ทั้ง 6 หรือวิปัสสนาภูมิ ได้แก่ ชั้นธ 5 อายตนะ 12 ธาตุ 18 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 และปฏิจกสมุปบาท 12 ซึ่งมีสมาธิเพียงระดับขณิกเท่านั้น หลักการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุธรรมนั้น คือต้องปฏิบัติกัมมภูมิตามแนวทางแห่งสติปัฏฐาน 4 ประกอบด้วย 1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การมีสติในกาย เป็นอารมณ์ 2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติเป็นที่ตั้งแห่งการระลึกรู้เวทนา 3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นที่ตั้งแห่งสติตามระลึกรู้จิตของตน 4) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ฐานที่ตั้งแห่งสติตามระลึกรู้ธรรม กำหนดรู้ อริยสัจ 4 นั้นเอง ซึ่งแนวทางทั้งสองนี้สุดท้ายจุดหมายปลายทางก็คือการเจริญในสติปัฏฐาน 4 การกำหนดรู้ กาย เวทนา จิต และธรรม ให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง จนสำเร็จเป็น พระอริยบุคคล ระดับต่าง ๆ ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และ พระอริยบุคคลชั้นสูงสุด คือพระอรหันต์

หลักสติปัฏฐาน 4 กล่าวในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า มีองค์ประกอบ 3 ประการ คือ “อาตปปี สมปชาโน สติมา” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) แปลว่า มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ ผลของความเพียรคือ การมีความสำเร็จในกิจนั้น สัมปชัญญะ คือความรู้ตัวทั่วพร้อม เป็นธรรมที่มีอุปการะคู่กับสติ เป็นธรรมที่เอื้อกับสติ ความระลึกได้ และการรู้สึกตัวอยู่เสมอที่กำหนดรู้ในปัจจุบัน เมื่อพิจารณาธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ด้วยความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ วิปัสสนาปัญญาหรือวิปัสสนาญาณก็จะเกิดขึ้นตามลำดับญาณ 16 เป็นการปฏิบัติเพื่อทำมรรคมงคล 8 ให้เจริญจนบรรลุพระนิพพาน โดยต้องปฏิบัติให้ครบถ้วนในหลักไตรสิกขา คือ อธิศีลสิกขา อธิสมาธิสิกขา อธิปัญญาสิกขา เมื่อทำให้สมบูรณ์ในสิกขาแล้ว จะเกิดความบริสุทธิ์แห่งศีลขึ้นเรียกว่า สิวาสติ เป็นการรักษาไว้ซึ่งความบริสุทธิ์ตามศีลของตนได้แก่ จตฺตปาริสฺสทธิศีล ได้แก่ ปาฏิโมกขสังวรศีล อินทริยสังวรศีล อาชีวปาริสฺสทธิศีล และปัจจยสันนิสฺสทธิศีล ซึ่งการรักษาศีลจะแบ่งเป็นศีลเพื่อวิภูษะ และศีลเพื่อวิวิภูษะ คือ พระนิพพาน

สรุปว่า การปฏิบัติเพื่อเจริญวิปัสสนาภาวนาในโอริมสูตร จะต้องเจริญวิปัสสนาภาวนาให้ครบถ้วนในหลักไตรสิกขาเท่านั้น ย่อมบรรลุพระนิพพาน การบรรลุธรรมในโอริมสูตร เป็นพระอรหันต์ผู้เป็นปัญญาวิมุตผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา หมายถึง พระอรหันต์ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาล้วนๆ มิได้สัมผัสวิโมกข์ 8 คือ มิได้ถูกต้องสมาบัติ 8 ด้วยกาย แต่สิ้นอาสวะเพราะเห็นด้วยปัญญา และเป็นพระอรหันต์ผู้เป็นสุขขวิปัสสก คือ เจริญสุทวิปัสสนา หรือ วิปัสสนาล้วน

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

จากการศึกษาเนื้อหาหลักธรรมในโอริมสูตรนี้ เป็นหลักธรรมหนึ่งที่พระพุทธองค์ได้ทรงยกข้อธรรมมาเปรียบเทียบเป็นเบื้องต้น เพื่อให้เห็นกุศลธรรมกับอกุศลธรรมจะมีผลเหมือนกันก็หาไม่ และทรงแสดงแนวทางเพื่อเป็นองค์ธรรมในการ ละ และนำไปสู่การปฏิบัติเพื่อละกามกิเลส ตัณหา ทิฐิมานะ และอวิชชาในที่สุด ในเบื้องต้นเป็นการละอกุศลกรรมทั้งหลาย ที่เป็นเครื่องเศร้าหมองของจิตใจ การละอกุศลกรรมนั้นต้องเพิ่มพูนด้วยการเจริญกุศลกรรมเท่านั้น เป็นบาทฐานของการเจริญวิปัสสนาภาวนาในโอริมสูตร

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

องค์กรหรือหน่วยงานเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา รวมทั้งองค์กรภาครัฐบาลและเอกชน ควรจัดให้มีการศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมพระสูตร ความเข้าใจในเรื่องกุศลกรรม อกุศลกรรม เพื่อความอยู่ร่วมกันอย่างผาสุกในสังคม มีศีลธรรมอันดีงาม และกำหนดนโยบายในการศึกษาเชิงวิเคราะห์ให้เห็นความสำคัญของวิปัสสนาปัญญา อันนำไปเพื่อการมีความเห็นที่ถูกต้องกระทั่งถึงความหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์การเจริญวิปัสสนาภาวนาในโอริมสูตร” ผู้วิจัยพบว่า สามารถศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นอื่น เช่น ศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมเรื่องกรรม หรือการนำเนื้อหา และหลักธรรมเชื่อมโยงกับการวิจัยเชิงปริมาณ และคุณภาพ ดังนั้น หากมีการศึกษาในประเด็นเดียวกันนี้ ควรศึกษาในประเด็น ดังนี้

- (1) ศึกษาแนวทางเพื่อละอกุศลกรรมบถ 10 ในโอริมสูตรกับการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
- (2) ศึกษาเปรียบเทียบกรรม 12 ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

เอกสารอ้างอิง

- ปรียพร วิศาลบุรณ, สุรัฎฐา รอดมณี, เนาวนิจ พึ่งจันทร์เดช และ เบญญาภา ทนต์ประเสริฐเวช. (2566). จิตบำบัดตามแนวพุทธจิต: บทวิเคราะห์ในมิติทางการพยาบาล. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 6(1), 120-140.
- พระคันธसारากวีวงศ์ (สมลักษณ์ คนธสาโร). (2558). *วัมมิกสูตร: ปริศนาแห่งจอมปลวก*. กรุงเทพฯ: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์,
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2558). *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*. (พิมพ์ครั้งที่ 41). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ผลิธัมม.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2556). *พจนานุกรมพุทธศาสนา ฉบับประมวลศัพท์*. (พิมพ์ครั้งที่ 15). กรุงเทพฯ: ผลิธัมม.
- พระพุทธโฆสะเถระ. (2554). *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). สมเด็จพระพุทธมหาราช (อภ. อาสภมหาราช) แปลและเรียบเรียง. กรุงเทพฯ: ธนาเพลส.
- พระอำพัน นิลโน และ ธาณี สุวรรณประทีป. (2565). การปฏิบัติวิปัสสนาในวิถิตถนสูตร. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 5(2), 538-545.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (2559). *อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

มหาวิทยาลัย. (2525). *พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด 91 เล่ม*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย.

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก. (2554). *สัมมาทิฎฐิ*. เชียงใหม่: โรงพิมพ์นันทพันธ์พรินต์.

Damnoen, P. S., Chaiworamankul, Y., Thammawatsiri, P. A., & Soontrondhammanitus, P. (2021). Buddhist Ethics and the way of Living in Daily Life: An Analysis of Genital Malfeasances (Kamesumicchacara). *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education*, 12(8), 2943-2948.

Tan, C. C., & Damnoen, P. S. (2020). Buddhist Noble Eightfold Path Approach in the Study of Consumer and Organizational Behaviors. *Journal of MCU Peace Studies*, 8(1), 1–20.