

# การปฏิบัติวิปัสสนาในนชิรติสูตร

An Analytical of Vipassana Practice in Najirati Sutta

<sup>1</sup>พระอธิการดิเรก บัวหลวง และ <sup>2</sup>ธานี สุวรรณประทีป

<sup>1</sup>Phraatikarn Direk Bualuang and <sup>2</sup>Thanee Suwanprateep

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส

Mahachulalongkornrajavidyalaya University. Palisuksa Buddhagosa Campus. Thailand.

E-mail: <sup>1</sup>skoko7374@gmail.com, <sup>2</sup>thanees.u@mcu.ac.th

Received June 1, 2023; Revised September 4, 2023; Accepted October 15, 2023

## บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในนชิรติสูตร 2) เพื่อศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในนชิรติสูตร การวิจัยเชิงเอกสาร โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง สรุปวิเคราะห์ เรียบเรียง บรรยายเชิงพรรณนา ผลการวิจัยพบว่าหลักธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติธรรมเพื่อออกจากทุกข์ หากมีการศึกษาความเป็นมาความสำคัญเนื้อหาของหลักธรรมและหลักปฏิบัติการเจริญวิปัสสนาภาวนาในนชิรติสูตรที่สามารถจะนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ให้เกิดความเข้าใจจนสามารถเข้าถึงธรรมอันประเสริฐของพระผู้มีพระภาคเจ้าที่ทรงตรัสไว้ในนชิรติผลสูตรนี้ และเสริมสร้างองค์ความรู้ที่สามารถจะนำมาเป็นพื้นฐานแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อเป็นแนวทางการศึกษาจะเป็นประโยชน์แก่ผู้สนใจนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตและเพื่อให้พระพุทธศาสนาดำรงสืบต่อไป การเกิดปัญญาเห็นตามเป็นจริง ทำให้พ้นทุกข์ทั้งปวงเข้าถึงสันติสุขอย่างแท้จริง ใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข เนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในนชิรติสูตร ว่าด้วยเรื่อง รูป 1 ความโลภ 1 พรหมจรรย์ 1 ตบะ 1 เป็นแนวทางในการพัฒนาตนเองให้ก้าวไปสู่การดับทุกข์อย่างสิ้นเชิง ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดในชีวิต เหมาะสมสำหรับผู้ประพฤติพรหมจรรย์ ซึ่งการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในนชิรติสูตรเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งในสภาวะรูปธรรมและนามธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริง

**คำสำคัญ:** การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา; นชิรติสูตร; พระพุทธศาสนา

## Abstract

The objectives of this article are 1) to study the content and important principles in Najirati Sutta 2) to study and analyze the practice of Vipassana Bhavana in Najirati Sutta. This Documentary research by studying information from Theravada Buddhist scriptures and various related documents Summary, analysis, compilation, descriptive narrative. The research results found that Dhamma principles that are guidelines for practicing meditation to escape suffering. If there is a study of the history and importance of the content of the principles and practices of Vipassana meditation in the Najirati Sutta, the principles can be applied to gain understanding and be able to access the excellent Dhamma of the Lord Buddha. The Lord Buddha spoke in this Najirati Sutta, and strengthen the body of knowledge that can be used as a basis for practicing

Vipassana meditation as a study guide that will be beneficial to those interested in applying it in their lives and for the continuation of Buddhism. The birth of wisdom to know what is true. Escape all suffering and reach true peace. Live life happily Important contents and principles in the Najirati Sutta Concerning the topic of 1 greed, 1 chastity, 1 penance, it is a guideline for self-development towards the complete cessation of suffering. which is the highest goal in life Suitable for those who practice celibacy. Which is the practice of Vipassana meditation in the Najirati Sutta. To gain knowledge and awareness of all concrete and abstract conditions as they really are.

**Keywords:** Vipassana Practice; Najirati Sutta; Buddhism

## บทนำ

บทความนี้มีเพื่อวิเคราะห์การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในนชิรติสูตร พระพุทธเจ้าทรงเป็นเอกบุรุษ ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง พระองค์เป็นผู้ทรงเห็นนิรมลอันเป็นส่วนที่สิ้นสุดแห่งชาติที่ทำให้หลุดพ้นจากกิลเลสอาสวะทั้งปวงโดยสิ้นเชิง ด้วยการปฏิบัติธรรมเพื่ออบรมจิตและพัฒนาปัญญา ทรงเป็นผู้ประเสริฐประกอบด้วยพระปัญญาธิคุณอันยิ่งใหญ่ ทรงสั่งสอนเวไนยสัตว์ตามจริตนิสัยของผู้ฟังเพื่อให้สามารถรู้แจ้งเห็นจริง โดยทรงชี้ลนทางมัชฌิมาปฏิปทาโดยปฏิบัติตามทางอริยมรรคมีองค์ 8 (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) อันเป็นปฏิปทาที่ก่อให้เกิดจักขุขาร เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ และเพื่อพระนิพพาน พระองค์เมื่อทรงแสดงพระธรรมเทศนากับบุคคลใดก็ตาม จะต้องมิให้เกิดขึ้นเสมอ ซึ่งอาจจะมีเหตุการณ์ที่กำลังจะเกิดขึ้นในขณะนั้นบ้าง เกิดจากการที่พระองค์ทรงต้องการตรัสสั่งสอน เป็นไปตามจริตอุปนิสัยของผู้ต้องการถามปัญหาเพื่อก่อให้เกิดปัญญา และก่อนที่จะทรงแสดงทุกครั้งจะทรงพิจารณาก่อนว่าบุคคลที่รับฟังพระธรรมเทศนานั้นมีประวัติความเป็นมาอย่างไร ควรแสดงธรรมด้วยเนื้อหาสาระและนำเสนออย่างไร ซึ่งโดยส่วนใหญ่เมื่อได้ฟังธรรมจากพระองค์และย่อมได้ผู้คือการบรรลุธรรม (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ ป.อ. ปยุตโต, 2559)

พรหมจรรย์ เป็นสิ่งสำคัญในทางพระพุทธศาสนา มี 2 อย่างคือ 1. การศึกษาทางปริยัติหรือเรียกว่า คันถธุระ เป็นการเรียนรู้ทรงจาพระสูตรแล้วบอกกล่าวให้ผู้อื่นรู้ตาม 2. วิปัสสนาธุระเป็นการปฏิบัติธรรม เช่น การปฏิบัติตามแนวทางแห่งสมถภาวนาเป็นอุบาย เพื่อให้จิตใจมีความสงบตั้งมั่นและวิปัสสนาภาวนา เพื่อให้เกิดปัญญาอันรู้แจ้งธรรมตามความเป็นจริงของสังขัตติธรรมตามหลักพระไตรลักษณ์ ในเรื่องของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ การเห็นด้วยปัญญาตามความเป็นจริง เป็นวิธีปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง เพื่อบรรลุญาณธรรมมีความหมายสูงสุดคือพระนิพพาน พระอริยสงฆ์และผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบเพื่อบรรลุญาณธรรมได้เรียกกันว่า ญาณปฏิปันโน เพื่อกระทำให้แจ้งนิพพานซึ่งทางนี้คือ สติปัฏฐาน 4 เป็นปฏิปทาทางดาเนนไปสู่การปฏิบัติเพื่อจุดมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา (พระพุทธโฆสเถระ, 2554)

สำหรับในนชิรติสูตรพระสูตรว่าด้วยสิ่งที่ไม่ทรุดโทรม อะไรเล่าย่อมไม่ทรุดโทรม อะไรเล่าย่อมไม่ทรุดโทรม อะไรเล่าท่านเรียกว่าทางผิดเป็นพระสูตรหนึ่งอยู่ในพระสูตรตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรคที่ได้กล่าวถึง เทวดาทูลถามว่า อะไรเล่าย่อมไม่ทรุดโทรม อะไรเล่าย่อมไม่ทรุดโทรม อะไรเล่าท่านเรียกว่าทางผิดรูปของสัตว์ทั้งหลายย่อมไม่ทรุดโทรมอะไรเล่าเป็นมลทินของอะไรเล่ามิใช่ น้ำ แต่เป็นเครื่องชำระล้าง ในโลกมีช่องกี่ช่อง ที่จิตตั้งอยู่ไม่ได้ ข้าพระองค์มาเพื่อทูลถามพระผู้มีพระภาค ว่าจะรู้ข้อความนั้นได้อย่างไร พระผู้มีพระภาคตรัสตอบว่า ชื่อและโคตรย่อมไม่ทรุดโทรม รากะท่านเรียกว่าทางผิด ความโลภเป็นอันตรายต่อธรรม วยสิ้นไปตามคืนและวัน หลิงเป็นมลทินของพรหมจรรย์ หมู่สัตว์นี้ขังอยู่ในหลิงนั้น ตบะและพรหมจรรย์นั้นมิใช่ น้ำ แต่เป็นเครื่องชำระล้างในโลกมีช่องอยู่ 6 ช่อง ที่จิตตั้งอยู่ไม่ได้ คือ ความเกียจคร้าน 1 ความประมาท 1 ความไม่ขยัน 1 ความไม่สำรวม 1 ความ

มักหลับ 1 ความอังกิเลสไม่ทำงาน ฟังเว้นช่องทั้ง 6 เสีย โดยประการทั้งปวงเกิดด้วยปัญหากับความสำคัญของ ไนในศีรติสูตรนั้น (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

การเจริญภาวนาหรือการปฏิบัติสมถและวิปัสสนากรรมฐานจึงมีอยู่ 2 ประการคือ (1) สมถภาวนาหรือสมถกรรมฐานคือกรรมฐานเป็นอุบายสงบใจได้แก่การปฏิบัติธรรมด้วยการบริกรรมเป็นการบำเพ็ญเพียรทางจิตโดยใช้สติเป็นหลักมุ่งให้จิตสงบระงับจากนิเวศซึ่งเป็นตัวขัดขวางจิตไม่ให้บรรลุความดีเป็นสำคัญเป็นอุบายวิธีที่หยุดความฟุ้งซ่านแห่งจิตซึ่งมักจะฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์ต่างๆกล่าวคือหยุดความคิดของจิตไว้โดยใช้สติยึดตั้งอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งมาบริกรรมจนกระทั่งจิตเป็นสมาธิแนบแน่น ทำให้นิเวศกิเลสสงบระงับลงได้ไม่ฟุ้งซ่านมันคนั่นเอง (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ผลสำเร็จสูงสุดของการเจริญสมถะ คือฉานแปลว่าการเพ่งคือภาวะจิตที่เพ่งอารมณ์จนแน่วแน่มถึงขั้นอัปปนาสมาธิ (2) วิปัสสนาภาวนาหรือวิปัสสนากรรมฐานคือการอบรมปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริงได้แก่การปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงในชั้น 5 ว่า เป็นตัวทุกข์ เป็นสภาวะไม่เที่ยงเป็นทุกข์ทนได้ยากไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนถ้าใช่ตัวตนของเราจริงๆ เราก็ต้องบังคับบัญชาได้เช่นไม่ให้แก่ไม่ให้เจ็บไม่ให้ป่วย เป็นต้น การเจริญภาวนาจึงเป็นการฝึกอบรมทางด้านจิตใจเป็นการบริหารและพัฒนาจิตหรือที่เรียกว่าจิตตภาวนาซึ่งหมายถึงการคุ้มครองรักษาจิตด้วยการฝึกอบรมอยู่เรื่อยๆ เพื่อลดความกระวนกระวายและเพื่อให้จิตมีความเข้มแข็งก่อให้เกิดสุขภาพจิตที่ดีการเจริญภาวนาจึงมีอยู่ในทุกศาสนาแต่การเจริญภาวนาที่เป็นไปเพื่อให้เกิดปัญญาพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงมีอยู่ในพระพุทธศาสนาเท่านั้น (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์จะค้นคว้าในรายละเอียดของคำสอนในศีรติสูตรเพิ่มเติม อันมีลักษณะที่เป็นข้อปฏิบัติธรรมเพื่อออกจากทุกข์หากมีการศึกษาความเป็นมาความสำคัญเนื้อหาของหลักธรรมและหลักปฏิบัติการเจริญวิปัสสนาภาวนาในศีรติสูตรที่สามารถจะนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ให้เกิดความเข้าใจจนสามารถเข้าถึงธรรมอันประเสริฐของพระผู้มีพระภาคเจ้าที่ทรงตรัสไว้ในศีรติสูตรนี้และเสริมสร้างองค์ความรู้ที่สามารถจะนำมาเป็นพื้นฐานแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อเป็นแนวทางการศึกษาต่อไป

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์เนื้อหาหลักธรรมสำคัญในศีรติสูตร
2. เพื่อวิเคราะห์การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในศีรติสูตร

## การทบทวนวรรณกรรม

จากการศึกษาหลักธรรมในศีรติสูตร คัมภีร์พระพุทธศาสนาสรุปความได้ว่า ในความหมายของธรรมะที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ นั้น รูปชั้นธมมทรุคโทรม เพื่อให้สามารถใช้ปัญญาพิจารณารูปที่เป็นเหตุจนก่อให้เกิดเป็นเวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ให้รู้อย่างแจ่มแจ้งและถ่องแท้ อันเป็นสัจจะธรรมที่ไม่มีอะไรเที่ยงแท้ ความโลภเป็นอันตรายของธรรมเพราะ ความโลภ เป็นอาการของจิตที่อยากได้ไม่รู้จักพอ เป็นความเศร้าหมองของจิตซึ่งทำให้บุคคลแสวงหาสิ่งที่ต้องการในทางทุจริต เป็นรากเหง้าของอกุศลมูล เป็นกิเลสที่โน้มนำเข้าหาอารมณ์ คือ กามคุณ 5 เป็นสภาวะของจิตในขณะที่ปรุงแต่งเป็นบาป เป็นสาเหตุของความประพฤติที่เป็นอกุศลทางกายวาจา พรหมจรรย์เป็นเครื่องชำระล้างมักถูกรู้จักในความหมายแคบๆ เพียงแค่การครองเพศบรรพชิตและการงดเว้นจากเมถุนธรรมอันเป็นความหมายในหนึ่งเท่านั้น

ความจริงพระพุทธเจ้าทรงหมายถึงระบบการครองชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนาทั้งหมด หรือหมายถึงตัวพระพุทธศาสนาทั้งหมด และหมายถึงความประพฤติประเสริฐ มีนัย 10 ประการดังนี้ คือ ทาน (การให้) ไวยาวัจจะ (การชวนช่วยช่วยเหลือ) ปญฺจสีละ (ศีล 5) อัปปมัญญา (การประพฤติพรหมวิหารอย่างไม่มีขอบเขต) เมถุนวิริติ

(การงดเว้นจากการเสพเมถุน) สหการสันโดษ (ความยินดีเฉพาะคู่ครองของตน) วิริยะ (ความเพียร) อุโปสถังคะ (องค์อุโปสถ) อริยมรรค (ทางอันประเสริฐ) และศาสนา (พระพุทธศาสนา) และการที่จะเข้าถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับพรหมจรรย์ได้นั้นต้องดำเนินชีวิตด้วยการประพฤติพรหมจรรย์ในรูปแบบต่างๆ ได้แก่ การครองชีวิตเว้นเมถุนและประพฤติปฏิบัติตนเคร่งครัดต่างๆ ที่จะควบคุมตนให้มุ่งมั่นในการศึกษาได้เต็มที่จุดประสงค์การประพฤติพรหมจรรย์ในพระพุทธศาสนาการประพฤติพรหมจรรย์ในพระพุทธศาสนามีจุดประสงค์เพื่อรักษาพระธรรมวินัยของพระภิกษุ ซึ่งถือว่าเป็นรากฐานที่สำคัญยิ่งของพระพุทธศาสนา เพราะบุคคลใดที่รักษาพระธรรมวินัย ย่อมได้ชื่อว่ารักษาพระพุทธศาสนาเป้าหมายและผลของพรหมจรรย์ในทางพระพุทธศาสนา คือ ความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ ความสิ้นโมหะ เป็นเป้าหมายของพรหมจรรย์” (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

การประพฤติพรหมจรรย์จะบริบูรณ์ได้ นอกจากจะเว้นจากเมถุนวิริติ คือการเสพเมถุนโดยตรงแล้วต้องเว้นจากเมถุนสังโยคอย่างเด็ดขาด เพราะว่าเมถุนสังโยคทั้ง 7 เป็นเครื่องเศร้าหมองแก่พรหมจรรย์ และเป็นความต่างพร้อยด้วยสาเหตุที่ทำให้พรหมจรรย์บริบูรณ์หรือไม่บริบูรณ์นั้นต้อง พร้อมด้วยองค์ประกอบกล่าวคือทั้ง ศาสดา และเหล่าสาวกสาวิกาทั้งหลายเป็นผู้มีปัญหาเฉียบแหลมทรงธรรมทรงวินัย การจัดระดับพรหมจรรย์มี 3 ประการคือ ระดับต้นได้แก่ ทาน การให้ การสละทรัพย์สินให้แก่คนอื่น ไวยาวัจจะ การชวนช่วยช่วยเหลือ และทำประโยชน์ ปัญจศีล รักษาศีล 5 ระดับกลางได้แก่ อัปปมัญญา การประพฤติพรหมวิหารอย่างไม่มีขอบเขต คือการเมตตาแก่สัตว์ทั่วไป สหการสันโดษ มีความยินดี พอใจเฉพาะคู่ครองของตน เมถุนวิริติ การงดเว้นจากการเสพเมถุน ระดับสูงได้แก่วิริยะ ทำความเพียร อุโปสถังคะ รักษาศีลอุโปสถ อริยมรรค บำเพ็ญอริยมรรค มี องค์ 8 ทางอันประเสริฐ (ไตรสิกขา) เป้าหมายแห่งการประพฤติพรหมจรรย์ของภิกษุในพระพุทธศาสนาพระพุทธเจ้าได้ประกาศไว้ชัดเจนว่า เพื่อทำที่สุดแห่งทุกข์ ดังที่พระผู้มีพระภาคปรทานการอุปสมบทแก่ พระสาวกทั้งหลายว่า จงมาเป็นภิกษุเถระธรรมอันเรากล่าวดีแล้ว เธอจงประพฤติพรหมจรรย์เพื่อทำที่สุดแห่งทุกข์โดยชอบเถิด อันเป็นการปฏิบัติเพื่อการพ้นทุกข์

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนาโดยอาศัยข้อกำหนดเป็นสิกขาบทที่พระพุทธเจ้าบัญญัติไว้เป็นกรอบปฏิบัติที่เอื้อต่อการพัฒนาคุณธรรมภายในให้เจริญขึ้น (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ ป.อ. ปยุตโต, 2559) เป็นลักษณะของบรรพชิตที่นำไปสู่ความศรัทธาเลื่อมใสของหมู่ชน สามารถนำความรู้ที่เกิดขึ้นจากการสัมผัสแหล่งเรียนรู้และสามารถเพิ่มทักษะในการนำไปปฏิบัติได้จริง เมื่อเข้าใจแล้วจึงลงมือปฏิบัติคือทดลองฝึกปฏิบัติตามที่ได้เรียนมา และการปฏิบัตินี้จะนำไปสู่ความรู้แจ้งเห็นจริง (Damnoen et al., 2021) การบูรณาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในการดำเนินชีวิตในการพัฒนาพฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสม (พระอรรถชาติ เดชดำรง, 2566) จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องนำไปใช้ด้วยความรอบคอบ (Tan & Damnoen, 2020) ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา (โยตะ ชัยวรมันกุล และคณะ, 2566) ความรู้ ควบคู่กับการมีคุณธรรม จริยธรรม เป็นการปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรม ด้วยการปฏิบัติตามหลักเบญจศีลและเบญจธรรมเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างสุขสงบ (ปรียพร วิศาลบุรณ์ และคณะ, 2566) และมีวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (Klomkul et al., 2023)

## ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาเรื่องการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในนชิรติสูตรในครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยผู้วิจัยมุ่งศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาความเป็นมาหลักธรรมในนชิรติสูตรและแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในนชิรติสูตรมีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) อันได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539 อรรถกถาภาษาไทยอรรถกถา ฎีกาปกรณ์วิเสสอื่น ๆ ตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนา ที่เกี่ยวข้อง

2. ค้นคว้าและเรียบเรียงตรวจสอบความถูกต้องและความน่าเชื่อถือของข้อมูลตลอดจนจัดลำดับความสำคัญของแหล่งที่มา โดยเปรียบเทียบกับคัมภีร์พระไตรปิฎก
3. กำหนดประเด็นเพิ่มเติม วิเคราะห์ สังเคราะห์ ข้อมูล และสรุปคำตอบของปัญหาการวิเคราะห์
4. ปรับปรุง แก้ไขเนื้อหา และสรุปผลการวิจัยในลักษณะพรรณนา

## ผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ที่ 1. ผลการวิจัย พบว่า หลักธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติธรรมเพื่อออกจากทุกข์ หากมีการศึกษาความเป็นมาความสำคัญเนื้อหาของหลักธรรมและหลักปฏิบัติการเจริญวิปัสสนาภาวนาในนชิรติสูตรที่สามารถจะนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ให้เกิดความเข้าใจจนสามารถเข้าถึงธรรมอันประเสริฐของพระผู้มีพระภาคเจ้าที่ทรงตรัสไว้ในนชิรติผลสูตรนี้และเสริมสร้างองค์ความรู้ที่สามารถจะนำมาเป็นพื้นฐานแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อเป็นแนวทางการศึกษาจะเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อผู้ที่สนใจนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตและเพื่อให้พระพุทธศาสนาดำรงสืบต่อไป การเกิดปัญญาเห็นตามเป็นจริง ทำให้พ้นทุกข์ทั้งปวงเข้าถึงสันติสุขอย่างแท้จริง ใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์ที่ 2. ผลการวิจัย พบว่า วิปัสสนาญาณมีสติปัญญาเป็นเหตุ มีวิสุทธิ (ความบริสุทธิ์หมดจด) เป็นผล วิปัสสนาญาณที่เกิดขึ้นก่อน ย่อมเป็นเหตุให้วิปัสสนาญาณที่เกิดขึ้นหลัง เป็นเหตุปัจจัยต่อกันเช่นนี้มีความสัมพันธ์กันเป็นผลที่เกิดจากสติสัมปชัญญะ ดังในนชิรติสูตร ว่า ความสมบูรณ์ของสติสัมปชัญญะ เป็นเหตุปัจจัยส่งผลต่อการพัฒนาไปสู่หิริและโอตตปปะ อินทรีสังวร ศีล สัมมาสมาธิ ยถาภูตญาณทัสสนะนิพพิทาและวิราคะ วิมุตติญาณทัสสนะ อุปมาเหมือนต้นไม้ที่มีกิ่งและใบสมบูรณ์ สะเก็ด เปลือก กระพี้แม่แก่นของต้นไม้ นั้นย่อมถึงความบริบูรณ์เป็นไปตามลำดับขั้น การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัญญา 4 ด้วยความเพียรสัมปชัญญะและสติ ย่อมส่งผลให้สติสัมปชัญญะ ซึ่งเป็นธรรมมีอุปการะมาก ถึงความสมบูรณ์ อันจะเป็นเหตุปัจจัยส่งผลต่อการพัฒนาไปสู่คุณธรรมข้ออื่นๆจนกระทั่งเข้าถึงมรรค ผล นิพพาน ตามลำดับแห่งวิสุทธิ 7 และวิปัสสนาญาณ 16 อันเป็นผลจากการฝึกสติสัมปชัญญะ

ผลของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในที่นี้หมายถึง ผล คือ ความบริสุทธิ์แห่งศีล สมาธิและปัญญาที่เกิดขึ้นโดยลำดับจากการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เรียกว่า วิสุทธิได้แก่ วิสุทธิ 7 วิสุทธิ วิสุทธิ 7 ชื่อว่า ลำดับแห่งการปฏิบัติวิสุทธิ แปลว่า ความสะอาดหมดจด คือ ความบริสุทธิ์ที่สูงขึ้นไปเป็นขั้นๆ หมายถึง ธรรมที่ชำระสัตว์ให้บริสุทธิ์ยังไตรสิกขาให้บริบูรณ์เป็นขั้นๆ ไปโดยลำดับ จนบรรลุจุดหมายคือ นิพพาน ในวิสุทธิ 7 “วิสุทธิ 2 คือ สิววิสุทธิและจิตตวิสุทธิเป็นมูลของปัญญานี้สุทธิ 5 คือ ทิฏฐิวินิวิสุทธิ 1 กังขาวิตรณวิสุทธิ 1 มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ 1 ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ 1 และญาณทัสสนวิสุทธิ 1 เป็นสรีระของปัญญา”

การปฏิบัติวิปัสสนาต้องอาศัยอารมณ์วิปัสสนา หรือภูมิแห่งปัญญา ที่เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ เป็นพื้นที่ในการเจริญปัญญา เมื่อต้องการทำงานอย่างใดอย่างหนึ่งให้สำเร็จ จะต้องมิตัวยึดเหนี่ยวจิต สิ่งหวนงเหนี่ยวจิต สิ่งที่ยึดจิตไว้ พิจารณาให้เกิดปัญญา วิปัสสนาภูมิเป็นสิ่งที่ต้องกำหนดรู้ได้แก่ ชั้น 5 อายุตนะ 12 อินทรี 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท 12 เมื่อก้าวถึงวิปัสสนา ต้องใช้วิปัสสนาภูมิเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติจึงจะเกิดเป็นวิปัสสนาญาณด้วยหนทางสู่ความดับทุกข์ คือ มรรคอริยสัจ เป็นหนึ่งใน อริยสัจ 4 เรียกอีกอย่างว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา หรือการลงมือปฏิบัติเพื่อให้พ้นจากทุกข์ ประกอบด้วยอริยมรรคมีองค์ 4 นี้เป็นทางสายกลาง คือเป็นข้อปฏิบัติอันพอดีที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น โดยพิจารณาธรรมตามหลักสติปัญญา 4 พิจารณา “ชั้น 5” ว่าสังขารเป็นสิ่งที่ปรุงแต่งไม่เที่ยงและก่อให้เกิดทุกข์หลายอย่างไม่ว่าจะเป็นความอยาก ความยึดมั่นถือมั่นในตนเอง ชั้น 5 หมายถึง กองนามธรรมและรูปธรรม 5 อย่างที่ก่อให้เกิดชีวิตที่เรียกว่าสังขาร สังขารประกอบด้วยรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ที่รวมกันกลายเป็นชีวิต สามารถแยกออกได้เป็นส่วนที่เป็นรูปคือร่างกาย และส่วนที่เป็นนาม คือ ส่วนที่

เป็นความคิดและความรู้สึกที่ก่อให้เกิดทุกข์ และอายตนะ 12 เช่น จักขุที่เป็นอายตนะภายในและรูปที่เป็นอายตนะภายนอก คือ ทั้งสองนั้นเป็นธรรมว่าง ชื่อว่ามีส่วนเสมอกันกับภาวะแห่งอายตนะภายใน 6 เป็นต้น ชื่อว่ามีส่วนไม่เสมอกันกับอายตนะเหล่านี้ วิญญาณเป็นตัวรู้อารมณ์ที่มากกระทบ เป็นต้น วิญญาณภายใน คือ หมวตวิญาณที่กระทบกันแล้วทำให้เกิดวิญญาณ ทำให้เกิดการต่อ หรือที่เกิดเป็นที่ประชุม และธาตุ 18 เป็นความเป็นไปทั้งหมดในสรรพสิ่งที่มีชีวิต เป็นการประชุมพร้อมกันของธาตุ 18 และการจะรู้ว่าธาตุนั้น ตกอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตตวน การที่จะเห็นได้อย่างชัดเจนนั้น ก็ต้องเห็นด้วยธรรมจักขุเท่านั้น ดังนั้น การศึกษาธาตุ 18 ในภาคปริยัติจึงเป็นเพียงพื้นฐานให้พอเข้าใจ และศึกษาเพิ่มเติมในภาคปฏิบัติวิปัสสนากาวนา และอินทรี 22 การให้กำหนดสารวมอินทรี การปฏิบัติวิปัสสนากาวนาจะมีผลก้าวหน้าหรือไม่ จะดูที่อินทรี มีสติให้รู้ทันอารมณ์เกิด - ดับ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตตวน ได้อย่างชัดเจน รวดเร็วยิ่ง ไม่ให้ครอบงำเสียซึ่งปฏิบัติกษิยธรรมเป็นธรรมฝ่ายตรงข้ามการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา และการปรับอินทรีให้เสมอกัน คือ การปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา และปรับปัญญาให้เสมอกับศรัทธา ปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ และปรับสมาธิให้เสมอกับวิริยะ ส่วนสตินั้นยังมีเท่าไรก็ดีไม่มีคำว่าเกิน และปฏิบัติจนอุปบาท 12 เปรียบเสมือนงกล้อ มีเหตุมีปัจจัย ให้เกิดการหมุน การสืบต่อดำเนินไป พระพุทธเจ้าทรงทำลายเหตุให้เกิดทุกข์ เช่น ทุกข์เกิดขึ้นเพราะมีปัจจัย 12 เรื่องเกิดขึ้นสืบ ๆ เนื่องกันมาตามลำดับ เพราะชั้น 5 เป็นตัวทุกข์เพราะมีอวิชชาเป็นปัจจัยสังขารจึงมี เพราะฉะนั้น สิ่งมีชีวิตทั้งหมดเกิดมาด้วยความไม่รู้ เรียกว่า อวิชชาเป็นมูลเหตุ เพราะมีเกิด จึงมีชราและมรณะเป็นที่สุด การเจริญวิปัสสนาเพื่อดับวงจรปฏิบัติจนอุปบาท ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป และอริยสัจ 4 ทุกขอริยสัจ หมายถึง เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นทุกข์เป็นสิ่งที่นำมาซึ่งความไม่ชอบใจ ควรกำหนดรู้ สมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ ควรละ นิโรธ ความดับทุกข์ ควรทำให้ประจักษ์แจ้ง และมรรค หนทางแห่งความดับทุกข์ ควรทำให้เจริญขึ้น จะถือว่าเห็นอริยสัจไม่ได้หากไม่เห็นด้วยภาวนาญาณ เป็นการเห็นขั้น 5 เป็นทุกข์ อริยสัจจะปรากฏขึ้นในมรรคจิต สภาพของทุกขอริยสัจ จะทำประโยชน์ให้แก่บุคคลผู้เข้าไปรู้เป้าหมาย สภาวะธรรมแต่ละอย่างได้ชัดเจนว่า มีเพียงรูปนามที่ไม่ใช่บุคคล เรา ของเราบุรุษ หรือสตรี และผู้ที่ได้เจริญสติปัญญา 4 อย่างถูกต้องแล้ว ย่อมได้รับอานิสงส์มากมายเหลือล้นพันที่จะนับที่ประมาณ เมื่อจะกล่าวโดยย่อๆ แล้วมีอานิสงส์ คือ 1) สติทันปัจจุบัน 2) เห็นรูปนาม 3) เห็นพระไตรลักษณ์ 4) ได้มรรค ผล นิพพาน

## อภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการวิจัย พบว่า เมื่อผู้ใดปฏิบัติตามหลักธรรมและรักษาศีลตามนชิรติสูตร แล้วจะสามารถนำมาเป็นพื้นฐานแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาเพื่อเป็นแนวทางการศึกษาจะเป็นประโยชน์ทั้งนี้อาจเป็นการเกื้อกูลต่อผู้ที่สนใจนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตและเพื่อให้พระพุทธานุศาสนาดำรงสืบต่อไป โดยการอบรมพัฒนาปัญญาให้รู้ตามความเป็นจริง ด้วยการเจริญวิปัสสนาตามแนวทางที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนาโดยอาศัยข้อกำหนดเป็นสิกขาบทที่พระพุทธเจ้าบัญญัติไว้เป็นกรอบปฏิบัติที่เอื้อต่อการพัฒนาคุณธรรมภายในให้เจริญขึ้น (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ ป.อ. ปยุตโต, 2559) เมื่อเข้าใจแล้วจึงลงมือปฏิบัติ คือ ทดลองฝึกปฏิบัติตามที่ได้เรียนมา และการปฏิบัตินี้จะนำไปสู่ความรู้แจ้งเห็นจริง (Damnoen et al., 2021) การบูรณาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในการดำเนินชีวิตในการพัฒนาพฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสม (พระอรรถชาติ เดชดำรง, 2566) จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องนำไปใช้ด้วยความรอบคอบ (Tan & Damnoen, 2020) ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา (โยตะ ชัยวรมันกุล และคณะ, 2566) ความรู้ ควบคู่กับการมีคุณธรรมจริยธรรม เป็นการปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรม ด้วยการปฏิบัติตามหลักเบญจศีลและเบญจธรรมเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างสุขสงบ (ปรียพร วิศวบูรณ์ และคณะ, 2566) และมีวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตสามารถอยู่ร่วมกับ

ผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (Klomkul et al., 2023) จุดหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา คือ การแสวงหาเพื่อหลีกเลี่ยงจากทุกข์ เพื่อความพ้นจากทุกข์ เพื่อหนทางแห่งการดับทุกข์ อันเป็นแนวทางพัฒนากายจิตใจของมนุษย์ เพื่อให้เกิดการพัฒนาทางปัญญา

## สรุป

ผลของการศึกษาพบว่า หลักธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติธรรมเพื่อออกจากทุกข์ หากมีการศึกษาความเป็นมา ความสำคัญเนื้อหาของหลักธรรมและหลักปฏิบัติการเจริญวิปัสสนาภาวนาในนชิรติสูตรสามารถจะนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ให้เกิดความเข้าใจจนสามารถเข้าถึงธรรมอันประเสริฐของพระผู้มีพระภาคเจ้าที่ทรงตรัสไว้ในนชิรติผลสูตรนี้และเสริมสร้างองค์ความรู้ที่สามารถจะนำมาเป็นพื้นฐานแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อเป็นแนวทางการศึกษาจะเป็นประโยชน์แก่ผู้สนใจนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตและเพื่อให้พระพุทธศาสนาดำรงสืบต่อไป การเกิดปัญญารู้เห็นตามเป็นจริง ทำให้พ้นทุกข์ทั้งปวงเข้าถึงสันติสุขอย่างแท้จริง ใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข

## องค์ความรู้ใหม่

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในนชิรติสูตรวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักมหาสติปัฏฐาน 4 คือ 1) ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน 2) ในหมวดเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน 3) ในหมวดจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน 4) ในหมวดหลักธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในพระสูตรนี้เน้นหลักธรรมสำคัญที่เป็นเครื่องมือของการเจริญวิปัสสนาภาวนา คือ 1) อาตปปี ได้แก่ การปรารภความเพียรที่สามารถกำจัดกิเลส และ 2) หลักสัมปชัญญะ 4 คือ สาทถกสัมปชัญญะ สปปายสัมปชัญญะ โคจรสัมปชัญญะ และอสมโมหสัมปชัญญะ

## ข้อเสนอแนะ

- 1) เพื่อศึกษาการประพจน์พระธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
  - 2) เพื่อศึกษาปัญหาจริยธรรมในสังคมไทย
  - 3) เพื่อนำเสนอแนวทางการประพจน์พระธรรมเพื่อส่งเสริมจริยธรรมในสังคมไทย
- ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ศึกษาเนกขัมมะที่มีผลต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในนชิรติสูตร 2) ศึกษาอุกฤษฏธรรมที่มีผลต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในนชิรติสูตร 3) ศึกษาอุกฤษฏธรรมที่มีผลต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในนชิรติสูตร

## เอกสารอ้างอิง

- ปรียพร วิชาลบุรณ์, สุรัสมิภา รอดมณี, เนาวนิจ พึ่งจันทร์เดช และ เบญญาภา ทนต์ประเสริฐเวช. (2566). จิตบำบัดตามแนวพุทธจิต: บทวิเคราะห์ในมิติทางการพยาบาล. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 6(1), 120-140.
- พระพุทธโฆสเถระ. (2554). คัมภีร์วิสุทธิมรรค แปลโดย สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: ธนาเพรส.
- พระอรรถชาติ เดชดำรง. (2566). การแบ่งช่วงชั้นทางสังคม : มุมมองของศาสนาพราหมณ์-ฮินดู และพระพุทธศาสนา. *วารสารนวัตกรรมการจัดการศึกษาและการวิจัย*, 5(2), 481-492.
- พระอำพัน นิลโน และ ธาณี สุวรรณประทีป. (2565). การปฏิบัติวิปัสสนาในวิถิตถนสูตร. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 5(2), 538-545.

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2553). *อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- โยตะ ชัยวรมันกุล, พระครูโสภณวิธานวัตร, สุพัฒน์ ชัยวรรณ, สายน้ำผึ้ง รัตนงาม และ ธนัษพร เกตุคง. (2566). พุทธนวัตกรรมภาวนา 4 เพื่อเพิ่มพลังของผู้สูงอายุ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 6(2), 611-625.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2559). *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*. (พิมพ์ครั้งที่ 47). กรุงเทพฯ: เพ็ทแอนด์โฮม.
- Damnoen, P. S., Siri, P., Supattho, P. S., & Kaewwilai, K. (2021). The Development of Student Characteristics in According to the Nawaluk Framework of the Buddhist integration of Buddhapanya Sri Thawarawadee Buddhist College. *Asia Pacific Journal of Religions and Cultures*, 5(2), 126–135.
- Klomkul, L., Damnoen, S., Sawasdee, U., & Wilairadtanakun, A. (2023). Network Development of Buddhist Communication Innovative Space For Media Literacy of Thai Youths. *Journal of Namibian Studies: History Politics Culture*, 35, 919-935.
- 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.