

โพชฌงค์ 7

Seven Factors of Awakening

สมนึก หงษ์ยิม

Somnnk Hongyim

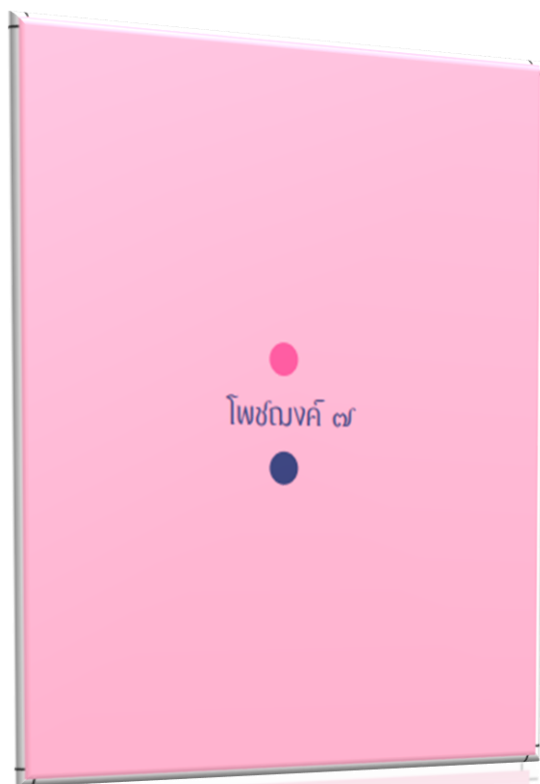
พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครสวรรค์

Doctor of Philosophy Buddhist Studies Graduate School

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Nakhon Sawan Campus

E-mail: somnuk_hongyim@hotmail.com



ชื่อหนังสือ : โพชฌงค์ 7

ผู้เขียน : สุภีร์ ทุมทอง

สำนักพิมพ์ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์

ปีที่พิมพ์ : 2560

พิมพ์ครั้งที่ : 1

จำนวนหน้า : 463 หน้า

ISBN : 978-616-403-038-1

บทนำ

หนังสือเล่มนี้ เป็นหนังสือเล่ม ที่ 4 ในชุดโพธิปักขิยธรรม ซึ่งมีทั้งหมด 5 เล่ม เรียบเรียงจากคำบรรยายในหัวข้อ “โพธิปักขิยธรรม” ของ อาจารย์สุภีร์ ทุมทอง ที่รวบรวมคำบรรยายทุกวันอังคารที่สองของเดือน เวลา 13.30-15.00 น. หนังสือเล่มนี้อธิบายให้ความเข้าใจเกี่ยวกับโพชฌงค์ 7 ใน ประเด็นหลัก 4 เรื่อง ได้แก่ (1) ความหมายและลักษณะของโพชฌงค์ อธิบายความหมาย และลักษณะของโพชฌงค์ตามรูปศัพท์ และโดยเป็นสถานะที่ตรงข้ามกับ นิรวรณ 5 เป็นต้น (2) แจกแจงองค์ธรรมของโพชฌงค์แจกแจงตัวสถานะของ โพชฌงค์ทั้ง 7 แยกเป็น 3 นัย ทั้งนัยที่มี 7 นัยที่แยกเป็น 14 และนัยที่แสดงอิงอาศัยวิเวก เป็น

ต้น (3) ความสำคัญของโพชฌงค์ แสดงให้เห็นความสำคัญของ หลักธรรมชุดนี้ ตามนัยที่ทรงแสดงไว้ ในพระสูตรต่างๆ เช่น ทำให้จิตโน้ม เอียงไปนิพพาน ทำให้วิชาและวิมุตติบริบูรณ์ เป็นไปเพื่อความสิ้นกรรม ทำให้ละกิเลสได้ เป็นการทำความเพียรอย่างถูกต้อง ทำให้หายป่วย เป็นต้น (4) วิธีฝึกโพชฌงค์แสดงวิธีเจริญโพชฌงค์ 7 โดยการมีศีลเป็นที่ตั้ง มีกัลยาณมิตรกับโยนิโสมนสิการ ปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 ปฏิบัติในกรรมฐาน วิธีเจริญโพชฌงค์ให้เหมาะกับสภาพจิต และกระบวนเหตุ ปัจจัยของโพชฌงค์

สรุปสาระสำคัญของเนื้อหา

หนังสือเล่มนี้ เป็นการรวบรวมคำบรรยายของผู้แต่งมาเป็นหนังสือ โดยมุ่งให้ผู้อ่านทำความเข้าใจเกี่ยวกับโพชฌงค์ 7 แบ่งเป็น 4 ส่วนสำคัญ สรุปเนื้อหาได้ดังนี้ (Tumthong.S 2017, introduction) Tumthong.S (2017). The Seven Factors of Enlightenmentdha. Nonthaburi: Limited Partnership Publishing.

ส่วนที่ 1 ความหมายและลักษณะของโพชฌงค์

โพชฌงค์ 7 ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ หรือองค์ประกอบให้ตรัสรู้ หมายถึง ธรรมหรือข้อปฏิบัติเพื่อยังวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์ กล่าวคือ ถึงที่สุดแห่งการดับทุกข์หรือการตรัสรู้ อันมี 7 ประการ ซึ่งเมื่อปฏิบัติอย่างถูกต้องดังงามก็ย่อมเป็นปัจจัยส่งเสริมเกื้อหนุนแก่กันและกันเพื่อการดับไปแห่งทุกข์หรือการตรัสรู้ โดยผู้เขียนได้ให้ความหมายไว้ 2 แบบ คือ มีความหมายตามคำแปล แบบที่ 1 คือ พุดถึงสภาวะธรรม หมายถึงองค์ประกอบที่ทำให้มีปัญญาตรัสรู้ แบบที่ 2 พุดถึงบุคคล คุณสมบัติของ บุคคลผู้ที่จะได้ตรัสรู้ตอนนี้ยังไม่ได้ตรัสรู้ มีโอกาสจะตรัสรู้ คำว่า ตรัสรู้ คือเกิด ปัญญา มีอริยมรรคประชุมรวมกัน ลักษณะของโพชฌงค์โดยเป็นสภาวะที่ตรงข้ามกับนิรวรณ 5 คือเครื่องกั้นและปิดขวางไม่ให้บรรลุความดีไม่เปิดโอกาสให้ทำความดี และเป็นเครื่องกั้นความดีไว้ไม่ให้เข้าถึงจิต เป็นอุปสรรคสำคัญที่ทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุธรรมไม่ได้ หรือทำให้เลิกล้มความตั้งใจปฏิบัติไป ซึ่งมี 5 ข้อ ได้แก่ 1) กามฉันทะ- ความพอใจ ติดใจ หลงใหลใฝ่ฝัน ในกามโลภียทั้งปวง 2) พยาบาท- ความไม่พอใจ จากความไม่ได้สมดังปรารถนาในโลภียะสมบัติทั้งปวง 3) ถีนมิทธะ- ความขี้เกียจ ท้อแท้ อ่อนแอ หมดอาลัย ไร้กำลังทั้งกายใจ ไม่ฮึกเหิม 4) อุทธัจจะกุกกุจจะ- ความคิดซัดส่ายตลอดเวลา ไม่สงบนิ่งอยู่ในความคิดใดๆ 5) วิจิกิจฉา-ความไม่แน่ใจ ลังเลใจ สงสัย กังวล กล้า ๆ กลัว ๆ กลัว ๆ ไม่เต็มที่ไม่มั่นใจ โพชฌงค์ 7 ไม่เป็นนิรวรณ ไม่เป็นเครื่องกั้น ทำให้จิตสะอาด ปลอดโปร่ง ไม่เศร้าหมอง เจริญและทำให้มาก เป็นไปเพื่อกระทำให้แจ้งผลแห่งวิชา และวิมุตติ ถ้าเจริญธรรมนี้ให้มากแล้ว จะได้วิชา หลุดพ้น หมดกิเลส

ส่วนที่ 2 แจกแจงองค์ธรรมของโพชฌงค์ ประกอบด้วย

1. สติสัมโพชฌงค์ คือ สติระลึกรู้เท่าทัน การระลึกตัวเองในปัจจุบัน และการเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็นการใช้สติเหมือนกันกับอิริยาบถ อิริยาบถคือการพิจารณาเหตุผลและผลลัพธ์ของพฤติกรรมของเรา โดยพิจารณาว่ามันเป็นไปตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าหรือไม่

2. ธัมมวิจยะสัมโพชฌงค์ (ธัมมะวิจยะ) หรือธรรมวิจย คือความสอดส่อง การสืบค้นธรรม, การวิจัยหรือค้นคว้าพิจารณาในธรรมอย่างหาเหตุหาผล(ไม่ใช่จากการน้อมเชื่อ) การสอดส่องธรรมและการวินิจฉัยเกี่ยวกับธรรม ซึ่งเป็นการวิจารณ์และค้นคว้าเพื่อดูว่าความคิดของเราตรงกับคำสั่งสอนของ

พระพุทธเจ้าหรือไม่ และการพิจารณาว่าที่เรากระทำนั้นมีความเคร่งเครียดหรือไม่ การกระทำเป็นมัชฌิมาปฏิปทาหรือไม่ และผลลัพธ์ที่ได้จากการกระทำนั้นเป็นอย่างไร ว่ามีผลให้เกิดความสุขหรือไม่ โดยเราสามารถใช้นั้นเป็นเครื่องมือในการบรรลุความสุขได้ในทางหลาย ๆ ด้าน

3. วิริยสัมโพชฌงค์ คือความเพียร ทานหมายถึงความเข้มแข็ง ความพยายาม บากบั่น สู้กิจ ไม่ย่อหย่อน ความแก่ว่างไม่ทอดลอยต่อการปฏิบัติ ความเพียรและความพากเพียรในการรับมือกับอุปสรรคและความขัดแย้งในชีวิตประจำวัน

4. ปิติสัมโพชฌงค์ คือเมื่อมีสติพิจารณาในธรรม ด้วยความเพียรจนเกิดผลคือเกิดปัญญา และความอิ่มใจที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ เราไม่สามารถสร้างปิตินี้ขึ้นมาเองได้ แต่ต้องปฏิบัติตามกฎแห่งการกระทำอย่างเหมาะสม โดยเฉพาะการพิจารณากรรมฐานในสมาธิปัญญาและสังเกตเหตุผลในการกระทำของเรา ทำให้เกิดความชุ่มชื้นและความสุขในจิตใจ สมมติว่าเราทำสมาธิจิตให้ได้ในระดับที่สูงขึ้น เมื่อเรามีความสมาธิเข้าถึงจุดหนึ่ง ๆ และมีอาการที่สมดุล เราจะรู้สึกอิ่มใจและมีความสุขใจ เมื่อมีความสมาธิในการตัดสินใจและพิจารณา เราจะรู้สึกเต็มใจและมีความพอใจกับสิ่งที่เกิดขึ้น

5. ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ คือความสงบกายและความสงบใจ ความผ่อนคลายกายใจ อันเกิดแต่ปิติสุขที่ระงับไป ความสงบในจิตใจซึ่งเป็นผลมาจากการรักษาอารมณ์ของเราให้สมดุลและรักษาอารมณ์ของอานาปานสติกรรมฐานเข้าไว้ เมื่อเรามีความสงบในใจ เราจะไม่ประสพกับความดิ้นรนและจิตใจจะไม่ตื่นเต้นหรือสงสัย การรักษาอารมณ์ให้สงบจะช่วยให้เรามองเห็นและเข้าใจสถานการณ์ได้อย่างชัดเจน

6. สมาธิสัมโพชฌงค์ ความมีจิตตั้งมั่น ตั้งใจ จิตแน่วแน่มั่นคงในกิจที่ทำ ใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับงาน การตั้งใจที่มั่นหน้าในการรักษาอารมณ์ของเราให้เป็นเอกัคคตาธรรม และไม่ให้อารมณ์เหล่านั้นหลบลี้หนีไปสู่อารมณ์อื่น ๆ เราต้องมีสมาธิในการรับมือกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นและไม่ให้ตนเองเข้าไปสู่อารมณ์เหล่านั้นอย่างสม่ำเสมอ การรักษาสมาธิจะช่วยให้เรามีจิตใจที่มั่นคงและสงบในทุกสถานการณ์ในชีวิต

7. อุเบกขาสัมโพชฌงค์ มีสมาธิคือความตั้งมั่นหรือแน่วแน่ เข้มแข็ง เด็ดเดี่ยว การรับฟังอารมณ์ของคนอื่น ๆ และวางเฉยต่อมัน ไม่ว่าจะเป็นการไม่พอใจหรือความสุข เราต้องรับฟังและพยายามเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น โดยไม่มีที่ติ เราต้องรับฟังและยอมรับทั้งความสุขและความเสียใจของผู้อื่น นี่เป็นสิ่งธรรมดาของชีวิตที่ต้องเผชิญหน้าและรับมืออย่างถูกต้องในทุกสถานการณ์

ส่วนที่ 3 ความสำคัญของโพชฌงค์ 7

ผู้เขียนแสดงให้เห็นความสำคัญของ หลักธรรมชุดนี้ ตามนัยที่ทรงแสดงไว้ในพระสูตรต่างๆ เช่น ทำให้จิตโน้มเอียงไปนิพพาน ทำให้วิชาและวิมุตติบริบูรณ์ เป็นไปเพื่อความสิ้นกรรม ทำให้ละกิเลสได้ เป็นการทำสมาธิอย่างถูกต้อง ทำให้หายป่วย เป็นต้น สรุปได้ดังนี้โพชฌงค์มีความสำคัญ ดังนี้

ข้อที่ 1 คือ ทำให้จิตโน้มเอียงไปทางนิพพาน

ข้อที่ 2 ทำให้วิชาและวิมุตติบริบูรณ์เป็นเหตุเป็นปัจจัยเป็นอาหารให้วิชา และวิมุตติ บริบูรณ์ ซึ่งก็มีปรากฏในพระสูตรมากมาย

ข้อที่ 3 เป็นไปเพื่อความสิ้นกรรม

ข้อที่ 4 ทำให้ละกิเลสได้ การเจริญโพชฌงค์นั้นเป็นการละกิเลสไปด้วยในตัว เพราะกิเลสนั้น มีการละได้หลายอย่าง การละกิเลส ละอาสวะ ละเรื่องไม่ดีทั้งหลาย

ข้อที่ 5 เป็นการทำความเพียรถูกต้อง

ข้อที่ 6 ทำให้หายป่วย

ข้อที่ 7 เป็นมรรคปฏิบัติเพื่อดับกิเลส

ข้อที่ 8 จำแนกบุคคลให้ต่างกัน

ข้อที่ 9 โพชฌงค์เป็นอธิปัตถิยาธรรม คือ ธรรมะอันเป็นที่ตั้งแห่งความไม่เสื่อม ถ้ามีโพชฌงค์แล้วจะไม่เสื่อม

ข้อที่ 10 มีเฉพาะเมื่อมีพระพุทธเจ้า เป็นสิ่งที่มีเฉพาะในธรรมวินัยนี้ มีเมื่อพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้เท่านั้น

ข้อที่ 11 ได้ผลานิสงส์ 7 ประการ ทำให้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ หรือ ถ้ายังกิเลสเหลืออยู่ทำให้เป็นพระอนาคาม โดย ผลานิสงส์ 7 ประการ ประกอบด้วย

1. จะได้บรรลุอรหัตผลทันทีในปัจจุบัน
2. หากในปัจจุบันยังไม่ได้บรรลุ ก็จะได้บรรลุในเวลาใกล้ตาย
3. หากในปัจจุบันและในเวลาใกล้ตายยังไม่ได้บรรลุ ก็จะได้เป็น พระอนาคามีผู้อันตราปรินิพพายี เพราะโอรัมภาคิยสังโยชน์ 5 ประการ สิ้นไป
4. หากในปัจจุบันและในเวลาใกล้ตายยังไม่ได้บรรลุ และไม่ได้ เป็นพระอนาคามีผู้อันตราปรินิพพายี ก็จะได้เป็นพระอนาคามีผู้อุปหัจจปรินิพพายี
5. หากในปัจจุบันและในเวลาใกล้ตายยังไม่ได้บรรลุ ไม่ได้เป็น พระอนาคามีผู้อันตราปรินิพพายี และไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้อุปหัจจปรินิพพายี ก็จะได้เป็นพระอนาคามีผู้สังขารปรินิพพายี เพราะโอรัมภาคิย สังโยชน์ 5 ประการสิ้นไป
6. หากในปัจจุบันและในเวลาใกล้ตายยังไม่ได้บรรลุ ไม่ได้เป็นพระ อนาคามีผู้อันตราปรินิพพายี ไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้อุปหัจจปรินิพพายี และไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้สังขารปรินิพพายี ก็จะได้เป็นพระอนาคามี ผู้สังขารปรินิพพายี เพราะโอรัมภาคิยสังโยชน์ 5 ประการสิ้นไป
7. หากในปัจจุบันและในเวลาใกล้ตายยังไม่ได้บรรลุ ไม่ได้เป็นพระ อนาคามีผู้อันตราปรินิพพายี ไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้อุปหัจจปรินิพพายี ไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้สังขารปรินิพพายี และไม่ได้เป็นพระอนาคามี ผู้สังขารปรินิพพายี ก็จะได้เป็นพระอนาคามีผู้อุทกังโสโตกนิภูคามี เพราะโอรัมภาคิยสังโยชน์ 5 ประการสิ้นไป

ส่วนที่ 4 วิธีฝึกโพชฌงค์

ผู้เขียนได้แสดงวิธีเจริญโพชฌงค์ 7 โดยการมีศีลเป็น ที่ตั้ง มีกัลยาณมิตรกับโยนิโสมนสิการ ปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 7 ปฏิบัติในกรรมฐาน วิธีเจริญโพชฌงค์ให้เหมาะกับสภาพจิต และกระบวนเหตุปัจจัยของโพชฌงค์ สรุปได้ดังนี้

ข้อที่ 1 มีศีลเป็นที่ตั้ง เป็นคนมีศีล จะฝึกโพชฌงค์ ทำให้โพชฌงค์เจริญ งอกงามนี้ ต้องอาศัยศีล ตั้งมั่นอยู่บนพื้นฐานคือศีล สติสัมปชัญญะก็จะเพิ่มขึ้น

ข้อที่ 2 กัลยาณมิตร กับ โยนิโสมนสิการ

ข้อที่ 3 สติปัฏฐาน 4 อาศัยการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 บุคคลที่มีจิตตั้งมั่นในสติปัฏฐาน 4 ก็เป็น สติสัมโพชฌงค์ เอามาพัฒนาต่อเป็นธัมมวิจยะ วิริยะ ต่อไป

ข้อที่ 4 การฝึกโพชฌงค์ในกรรมฐานต่างๆ เมื่อทำกรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่ง ทุกๆ กรรมฐาน ต้องอาศัยสติเป็นตัวนำในการปฏิบัติ เช่น พุทธานุสสติ มีสติ ระลึก นึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า ทำให้จิตมีความสะอาด ปลอดโปร่ง เป็นพื้นฐานที่ดี ก็เอาสติตัวนี้มาพัฒนาต่อให้เป็นสติสัมโพชฌงค์ ทำธัมมวิจยะสัมโพชฌงค์ ต่อไป

ข้อที่ 5 เจริญโพชฌงค์ให้เหมาะกับสภาพจิต วิธีการฝึกโพชฌงค์ เพื่อให้โพชฌงค์งอกงามยิ่งขึ้น ต้องฝึกให้ถูกตามเวลาเหตุปัจจัยของโพชฌงค์ วิธีการฝึกโพชฌงค์โดยอาศัยเหตุปัจจัยอื่นๆ มีธรรมะอีกหลายประการ ที่เป็นเหตุปัจจัย หรือเป็นอาหารของโพชฌงค์ โพชฌงค์เป็นธรรมะในภาคปฏิบัติ เป็นชุดก่อน อริยมรรค เป็นชุดที่อยู่ระดับสูง จึงมีเหตุปัจจัยที่เป็นเครื่องเกื้อหนุนส่ง ทอดกันมาตามลำดับ เริ่มตั้งแต่ได้ฟัง ธรรม แล้วมาฝึกปฏิบัติ ธรรมะที่ส่งผลต่อเนื่อง มาเป็นกระบวนการเหล่านั้น ก็เป็นเหตุให้เกิดโพชฌงค์ เมื่อได้ ทำเหตุมาตามลำดับ ผลก็จะส่งต่อเนื่องกันมา

บทวิจารณ์

ผู้วิจารณ์มีประเด็นวิจารณ์ 2 ประเด็น ได้แก่ ประเด็นเห็นด้วยและประเด็นตั้งข้อสังเกต ดังนี้

ประเด็นที่เห็นด้วย

1. ด้านโครงสร้างของหนังสือหนังสือ ผู้เขียนได้แบ่งโครงสร้างเป็นเรื่องใหญ่ๆ ได้แก่ 1 ความหมาย และลักษณะของโพชฌงค์ 2. แจกแจงองค์ธรรมของโพชฌงค์ 3. ความสำคัญของโพชฌงค์ 4. วิธีฝึกโพชฌงค์ แสดงวิธีเจริญโพชฌงค์ 7 ผู้วิจารณ์เห็นว่า การจัดโครงสร้างของหนังสือมีความเหมาะสม ด้วยการแบ่งเนื้อหา ที่ลงตัว ลำดับการนำเสนอเนื้อหาเป็นลำดับขั้นตอนได้ชัดเจน สอดคล้องกัน และมีการยกพระไตรปิฎก ประกอบการนำเสนอ

2. ด้านปกหนังสือและภาพประกอบ ผู้เขียนได้จัดทำปกแบบเรียบง่ายทำให้น่าสนใจ และภายใน หนังสือค้นพบจะมีภาพวาดจิตรกรรมที่น่าสนใจ สวยงาม ช และทำให้ผู้อ่านเกิดกระบวนการคิดตาม เพิ่มความ น่าสนใจให้หนังสือ

3. ด้านเนื้อหา ผู้เขียนได้อธิบายไว้น่าสนใจ โดยโพชฌงค์ 7 เป็นหลักธรรมเพื่อการตรัสรู้ ปรากฏ ในโพชฌงค์สูตร พระสูตรทั้ง 3 คือ Saṃyuttanikāya Saṃyuttanikāya Mahāvāravagga (Tripitaka in Thai Language 1996; 19/195/128) มหากัณฐกโพชฌงค์สูตร มหาโมคคัลลานโพชฌงค์สูตร (Tripitaka in Thai Language 1996; 23 /26 /40) มหาจุณทะโพชฌงค์สูตร ซึ่งปรากฏในคัมภีร์สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค Saṃyuttanikāya Mahāvāravagga (Tripitaka in Thai Language 1996; 35/466-467/358-359) เนื้อหา โพชฌงค์สูตรทั้ง 3 นั้นกล่าวถึงหลักธรรมที่ทำให้พระพุทธองค์ตรัสรู้ 7 ประการ คือ 1) สติ ความระลึกได้ 2) ธัมมวิจยะ การเลือกเฟ้นธรรม 3) วิริยะ ความเพียร 4) ปีติ ความอิ่มใจ 5) ปัสสัทธิ ความสงบ 6) สมาธิ ความ

ตั้งใจมั่น และ 7) อุเบกขา ความวางเฉย หนังสือได้นำเสนอโดยทราบถึง ลักษณะ แจกแจงองค์ธรรม ความสำคัญ และวิธีฝึกอย่างครบถ้วนทีเดียว วิธีฝึกให้ โพชฌงค์เกิดขึ้น ฝึกอย่างไรบ้าง มีเหตุปัจจัยอะไรบ้าง มีสิ่งที่เป็นพื้นฐาน มีธรรม เครื่องอุปการะอะไรบ้าง

ประเด็นตั้งข้อสังเกต

1. จำนวนหน้าของหนังสือ มีถึง 463 หน้า การวางเนื้อหาบางหน้ามีจำนวนตัวอักษรไม่มากนัก ตัวอักษรเป็นสีดำ และสีชมพู จึงทำให้ไม่รู้ว่าอะไรคือจุดเน้น และไม่ทราบความหมายของการใช้สีตัวอักษรว่าสีดำคืออะไร สีชมพูคืออะไร ถ้ามีการจัดรูปแบบหนังสือให้มีขนาดและจำนวนหน้าที่น่าอ่านจะทำให้ น่าสนใจมากขึ้น

2. การขึ้นต้นการเขียนในแต่ละบท จะมีการทบทวนสิ่งที่เขียนมาจากส่วนที่ผ่านมาแล้ว อาจเป็น เพราะหนังสือทำมาจากคำบรรยายธรรม ผู้วิจารณ์เห็นว่า เนื่องจากเป็นหนังสือ อาจไม่ต้องทบทวนจากสิ่งที่ได้ เขียนที่ผ่านมาจำนวนมาก อาจจะใช้วิธีการสรุป และต่อเรื่องต่อไปได้เลย เพื่อให้ผู้อ่านได้เชื่อมโยงความคิด จากการอ่านได้เอง

3. ผู้เขียนไม่ได้อ้างอิงข้อมูลที่นำมาจากคัมภีร์ในพระไตรปิฎก และอรรถกถา แต่มีในบรรณานุกรม ซึ่งถ้ามีการอ้างอิงจะเป็นประโยชน์ในการค้นหาคำตอบให้กับผู้อ่าน

4. การอธิบายประเด็น โพชฌงค์ 7 ทำให้หายป่วย ผู้วิจารณ์เห็นว่าผู้เขียนอาจจะอธิบายยังไม่ ชัดเจน ทั้งนี้ โพชฌงค์ทั้ง 7 มีผลต่อร่างกายเช่นเดียวกับจิตใจ เพราะกายกับจิตเชื่อมโยงกันอย่างใกล้ชิด เมื่อ จิตมีความ บริสุทธิ์โดยมีโพชฌงค์ประทับประกอบอยู่ ระบบการหมุนเวียนโลหิตจะทำงานได้ดีขึ้น เม็ดเลือดที่ สร้างขึ้นใหม่จะมีความ บริสุทธิ์และจะแทรกซึมไปตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย ทำให้อวัยวะสะอาดร่างกายมี ความคล่องแคล่ว ความสามารถใน การรับรู้สูงขึ้น ผิวพรรณผ่องใส ผู้ปฏิบัติบางคนอาจรู้สึกว่ามีแสงออกจาก ร่างกายของตนเองจนทำให้สว่างไสวเวลา กลางคืน จิตก็เช่นกันจะแจ่มใสมีศรัทธาเข้มแข็งเช่นเดียวกับศรัทธา สัมปทา ที่เกิดจากประสบการณ์โดยตรงของผู้ปฏิบัติ จิตจะเบาและคล่องแคล่วเช่นเดียวกับร่างกายที่บางครั้ง รู้สึกเหมือนล่องลอยอยู่ในอากาศ บ่อยครั้งที่ร่างกายหายไปและ ผู้ปฏิบัติสามารถนั่งได้นานๆ โดยไม่รู้สีก เจ็บปวด พลังของโพชฌงค์จะส่งผลต่อความเจ็บป่วยเรื้อรัง เช่น วัณโรค โรคความดันโลหิตสูง โรคลำไส้ขาด โรค ทางเดิน ปัสสาวะ โรคหัวใจ มะเร็ง และอื่น ๆ โดยเฉพาะในการปฏิบัติในระดับลึกซึ้ง แต่ผลเหล่านี้ไม่อาจเป็น ที่รับประกันได้ หากผู้ปฏิบัติเข้มแข็ง อดทน กล้าหาญ ในการกำหนดสติที่อาการเจ็บปวดที่เกิดจากความ เจ็บป่วย หรืออาการบาดเจ็บในอดีต ผู้ปฏิบัติอาจพบการเปลี่ยนแปลงที่น่าอัศจรรย์จากอาการเหล่านี้ ความพยายามอย่างไม่ลดละทำอะไร่เกิดขึ้นได้ การเจริญสติปัฏฐาน หรือการเจริญโพชฌงค์ อาจให้ผลดี ค่อนข้างมาก โดยเฉพาะกับผู้ป่วยเป็นมะเร็ง มะเร็ง เป็นโรคร้ายที่สร้างความเจ็บปวดให้แก่ร่างกายและจิตใจ อย่างแสนสาหัส ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานกรรมฐานได้ก้าวหน้า สามารถทำอาการให้ทุเลาลงโดยการกำหนดสติที่ ความเจ็บปวด ไม่ว่าจะรุนแรงเพียงใด ผู้ปฏิบัติจะสามารถตายได้ อย่างสงบ มีสติอย่างสมบูรณ์ กำหนดรู้ความ เจ็บปวดอย่างเต็มที่ สมบูรณ์ และแม่นยำ ความตายเช่นนี้เป็นสิ่งที่ดีและประเสริฐ

5. การฝึกปฏิบัติโพชฌงค์ 7 ผู้วิจารณ์เห็นว่า หลักการของธรรมะในภาคปฏิบัติ ธรรมะที่เป็นเหตุ ให้มีปัญญาตรัสรู้ ก็เริ่มต้นมาจากการฝึกจิตตามหลักสติปัฏฐาน 4 จนถึงมาถึงโพชฌงค์ 7 นี้แหละ ถ้าใคร

คุณสมบัติพร้อม ก็จะรวมอริยมรรคขึ้น ถ้าฝึกมาตามลำดับ สัมมาทิฐิก็จะ เพิ่มขึ้น สัมมาสังกัปปะก็เพิ่มขึ้น สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ก็เพิ่มขึ้น พอสมบูรณ์พร้อม ก็จะรวมกัน ทำหน้าที่ละกิเลสและความเห็นตรงเรื่องกรรมและผลของ กรรม ก็ชำระมาตั้งแต่พื้นฐาน ต่อมาก็ฝึกให้มีสติ มั่นคง ด้วยสติปัฏฐาน 4 ทำความเพียรให้ครบวงจร ด้วยสัมมัปปธาน 4 ทำจิตให้ตั้งมั่น มีอารมณ์เดียว ด้วยอิทธิบาท 4 ฝึกจิตให้มีความพร้อมสำหรับใช้ปัญญา ด้วยอินทริย 5 พละ 5 เมื่อ พร้อมแล้ว ก็ปฏิบัติเน้นปัญญา ด้วยโพชฌงค์ 7

บทสรุป

หนังสือเรื่อง โพชฌงค์ 7 เป็นหนังสือที่ผู้วิจารณ์ได้อ่านและพิจารณาตามความเหมาะสมแล้วนั้น จัดว่าเป็นหนังสือธรรมะที่มีคุณค่า และน่าสนใจเป็นอย่างมากมีทั้งหลักธรรมที่ผู้เขียนนำมาแสดง เหมาะกับผู้ที่ยังใหม่ต่อพระพุทธศาสนา ซึ่งหนังสือเล่มนี้ได้อธิบายครอบคลุมทั้ง 4 ประเด็นสำคัญ คือ 1. ความหมายและลักษณะของโพชฌงค์ 2. แจกแจงองค์ธรรมของโพชฌงค์ 3. ความสำคัญของโพชฌงค์ 4. วิธีฝึกโพชฌงค์แสดงวิธีเจริญโพชฌงค์ 7 ถึงแม้ว่าจะมีการใช้ศัพท์ทางพระพุทธศาสนาบางคำที่ยากต่อความเข้าใจ แต่ก็เป็นข้อมูลเบื้องต้นที่จะไปค้นหาและศึกษาต่อ โพชฌงค์ 7 องค์ธรรมแห่งการตรัสรู้ หนึ่งในโพธิปักขิยธรรม 37 ประการมรดกชิ้นสำคัญที่พระพุทธเจ้าทรงมอบไว้ให้เรา ที่เมื่อฟังแล้ว นอกจากจะมีอานิสงส์ให้หายจากโรคโดยควรแก่ฐานะแล้ว ยังเป็นองค์ประกอบสำคัญที่จิตของเราต้องมีเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในอริยสัจ 4 ด้วย โดยเริ่มจาก สติสัมโพชฌงค์ ร้อยเรียงต่อเนื่องไปจนถึงอุเบกขาสัมโพชฌงค์ การวิจารณ์หนังสือนี้ ผู้วิจารณ์ไม่มีเจตนาให้เกิดความเสียหายต่อเนื้อหาสาระ เพราะสิ่งที่ท่านได้อธิบายขยายความมีความสมบูรณ์ดีอยู่แล้ว แต่ผู้วิจารณ์มีเจตนาเพื่อให้ผู้อ่านมีความเข้าใจ และมีแนวทางในการค้นคว้าต่อ เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาและปฏิบัติหรือเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ให้เข้าใจประเด็นต่าง ๆ ที่ยกมาให้ถูกต้องและกระจ่างมากขึ้น

Reference

Books

- Phra Brahmagunabhorn (P.A. Payutto). (2016). *The Seven Factors of Enlightenmentdha: A Buddhist Way of Enhancing Health*. Bangkok: Charoendee Man Kong Printing.
- Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (1996). *Thai Tripitaka*. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya University Printing House.
- Tumthong.S (2017). *The Seven Factors of Enlightenmentdha*. Nonthaburi: Limited Partnership Publishing.