การบำเพ็ญเพียรโดยอาศัยหลักชาคริยานุโยค

พระครูพิพิธวรกิจจานุการ[1] และ อำพล บุดดาสาร[2]

[1] มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

[2]มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

[1]E-mail: Pali123@gmail.com

รับต้นฉบับ 19 กรกฎาคม 2560 วันที่เผยแพร่ 29 ธันวาคม 2560

บทคัดย่อ

การบำเพ็ญเพียรโดยอาศัยหลัก “ชาคริยานุโยค”หลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าจึงมุ่งที่สอนให้มนุษย์มีหลักที่พึ่งทางใจ และมีแนวทางการประพฤติปฏิบัติที่จะทำให้เกิดมงคลแก่ชีวิต อันจะทำให้มนุษย์สามารถอยู่รวมกัน ในสังคมด้วยความสงบสุขและเจริญก้าวหน้า เมื่อมองดูหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาแล้ว จะพบว่า ธรรมทั้งหลายมีมากมาย แต่ธรรมเพื่อการดับทุกข์นั้นมีแค่หลายประการ โดยในที่นี้จึงขอกล่าวแต่เพียงเรื่อง “ชาคริยานุโยค” จัดเป็นธรรมข้อหนึ่งใน “อปัณณกปฏิปทา” หมายถึง ข้อปฏิบัติที่ ไม่ผิด และเป็นธรรมที่ปรารภเหตุเพื่อความสิ้นอาสวะ ปฏิปทาที่เป็นส่วนแก่นสารเนื้อแท้ ซึ่งจะนำผู้ปฏิบัติให้ถึงความเจริญงอกงามในธรรม เป็นผู้ดำเนินอยู่ในแนวทางแห่งความพ้นจากทุกข์อย่างแน่นอนไม่ผิดพลาด ดังที่ สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงไว้ว่า ภิกษุผู้ประกอบด้วยธรรม 3 ประการ ชื่อว่าเป็นผู้ปฏิบัติไม่ผิด และชื่อว่าเธอปรารภปัญญาเพื่อความสิ้นอาสวะทั้งหลาย ธรรม 3 ประการ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้คุ้มครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย 1 เป็นผู้รู้จักประมาณ ในโภชนะ 1 เป็นผู้ประกอบ ความเพียร 1

หลักการสำคัญของชาคริยานุโยค อีกประการหนึ่ง คือ ผู้ปฏิบัติธรรมต้องรู้จักการปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน ไม่ให้ตึงเกินไป เพราะทำให้จิตฟุ้งซ่าน ไม่ให้หย่อนเกิน เพราะทำให้เกิดความเกียจคร้าน เมื่อผู้ปฏิบัติธรรม มีอินทรีย์เสมอกัน ได้เจริญสติปัฏฐาน 4 ด้วยกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และ ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่ปรากฏทั้งในส่วนแห่งสมถะและวิปัสสนา มีความสมบูรณ์ดีแล้ว องค์แห่งโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ย่อมเกิดขึ้นรวมกัน เป็นมรรค เมื่อมรรคเกิดแล้ว ย่อมตัดกิเลส ทำให้เกิดเป็นผล คือ ความสิ้นกิเลส ดับทุกข์ต่อไป

คำสำคัญ: การบำเพ็ญเพียร; ชาคริยานุโยค

Cultivating of Perseverance throughout the Practice of Wakefulness

Phrakhrupipithvarakijjanukarn[1] and Amphon Buddasan[2]

[1]Mahachulalongkornrajavidyalaya University

[2]Phranakhon Rajabhat University

[1]E-mail: Pali123@gmail.com

Retrieved July 19, 2017 Accepted December 29, 2017

ABSTRACT

The cultivation of perseverance throughout the practice of wakefulness was a part of the Buddha's teachings in which predominantly focused on the principles of securing mind and guidelines of forming an auspicious life in order to living together along with the peacefulness and advancement in the society. Although the Buddhist principles were demonstrated in many aspects, but the principles for overcoming the suffering were taught in some parts, in particular, the present study obviously stated the practice of wakefulness which was one of the principle represented in the unimpeachable path referring to the unimpeachable doctrine, the instructing for deliverance of defilement and the path of ultimate reality in which leading the meditators reaching the development of the Dharma and gaining in the path of emancipating the suffering surely and unimpeachably. As the Buddha said, a Buddhist monk whoever followed the three principles was an unimpeachable monk as well as cultivated the wisdom for emancipation of defilements. The three principles in this doctrine and discipline were the control of the senses, the moderation in eating and the practice of wakefulness.

Furthermore, the dominant principle of the practice of wakefulness in which the meditator must recognized was to probably balance the sense-faculties, not be more strict- leading to restlessness, as well as, not be more slack- leading to sluggishness. Whenever the meditator have balanced the sense-faculties along with practicing the foundations of mindfulness that consisted of contemplation of the body, contemplation of feelings, contemplation of mind and

contemplation of mind–objects in which perfectly presented in tranquility development and insight development. Then the virtues of partaking of enlightenment were together represented with the Noble Path and directing to get rid of the defilements, later, the fruition was conducted which leading to the emancipation of defilements and the cessation of suffering.

Keywords: Cultivating of Perseverance; Practice of Wakefulness

บทนำ

การบำเพ็ญเพียรโดยอาศัยหลัก “ชาคริยานุโยค” ศาสนาทุกศาสนาย่อมมีหลักธรรมคำสอนซึ่งถือว่าเป็นหัวใจของศาสนา ในพระพุทธศาสนานั้น พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า “ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเรา”[1] ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นว่าหลักธรรมนั้นสำคัญ เพราะพระพุทธเจ้าทรงค้นพบด้วยพระองค์เองแล้วนำมาเผยแผ่แก่มนุษย์ พระพุทธศาสนาจึงเป็นศาสนาที่บังเกิดขึ้นเพื่อช่วยเหลือมนุษย์ในโลกนี้ ให้หลุดพ้นจากความทุกข์

หลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าจึงมุ่งที่สอนให้มนุษย์มีหลักที่พึ่งทางใจ และมีแนวทางการประพฤติปฏิบัติที่จะทำให้เกิดมงคลแก่ชีวิต อันจะทำให้มนุษย์สามารถอยู่รวมกันในสังคมด้วยความสงบสุขและเจริญก้าวหน้า เมื่อมองดูหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาแล้วจะพบว่า ธรรมทั้งหลายมีมากมาย แต่ธรรมเพื่อการดับทุกข์นั้นมีแค่หลายประการ โดยในที่นี้จึงขอกล่าวแต่เพียงเรื่อง “ชาคริยานุโยค” ดังต่อไปนี้

ความหมายของ “ชาคริยานุโยค”

คำว่า “ชาคริยานุโยค” แปลว่า การหมั่นประกอบความตื่น ไม่เห็นแก่นอน คือ ขยันหมั่นเพียรตื่นตัวอยู่เป็นนิตย์ ชำระจิตมิให้มีนิวรณ์ พร้อมเสมอทุกเวลาที่จะปฏิบัติกิจให้ก้าวหน้าต่อไป[2]

“ชาคริยานุโยค” จัดเป็นธรรมข้อหนึ่งใน “อปัณณกปฏิปทา”

“ชาคริยานุโยค” จัดเป็นธรรมข้อหนึ่งใน “อปัณณกปฏิปทา[3]” หมายถึง ข้อปฏิบัติที่ไม่ผิด และเป็นธรรมที่ปรารภเหตุเพื่อความสิ้นอาสวะ ปฏิปทาที่เป็นส่วนแก่นสารเนื้อแท้ ซึ่งจะนำผู้ปฏิบัติให้ถึงความเจริญงอกงามในธรรม เป็นผู้ดำเนินอยู่ในแนวทางแห่งความพ้นจากทุกข์อย่างแน่นอนไม่ผิดพลาด ดังที่ สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงไว้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ประกอบด้วยธรรม 3 ประการ ชื่อว่าเป็นผู้ปฏิบัติไม่ผิด และชื่อว่าเธอปรารภปัญญาเพื่อความสิ้นอาสวะทั้งหลาย ธรรม 3 ประการ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้คุ้มครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย 1 เป็นผู้รู้จักประมาณ ในโภชนะ 1 เป็นผู้ประกอบ ความเพียร 1

---

[1] สำ.ข. (ไทย) 17/146–147/216.

[2] พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์,** (กรุงเทพมหานคร : เอส.อาร์.พริ้นติ้ง แมส โปรดักส์, 2546), หน้า 45.

[3] องฺ.ติก. (ไทย) 20/16/159

ภิกษุชื่อว่าเป็นผู้คุ้มครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลายอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เห็นรูปด้วยตาแล้วไม่ถือเอาโดยนิมิต[4] ไม่ถือเอาโดยอนุพยัญชนะ[5] ย่อมปฏิบัติเพื่อสำรวมจักขุนทรีย์ ที่เมื่อไม่สำรวมแล้วจะพึงเป็นเหตุให้อกุศลธรรมอันลามก คือ อภิชฌาและโทมนัสครอบงำได้ ย่อมรักษาจักขุนทรีย์ ย่อมถึงความสำรวมในจักขุนทรีย์ ฟังเสียงด้วยหูแล้ว ฯลฯ ดมกลิ่นด้วยจมูกแล้ว ฯลฯ ลิ้มรส ด้วยลิ้นแล้ว ฯลฯ ถูกต้องโผฏฐัพพะด้วยกายแล้ว ฯลฯ รู้แจ้งธรรมารมณ์ด้วยใจแล้ว ย่อมไม่ถือเอาโดยนิมิต โดยอนุพยัญชนะ ย่อมปฏิบัติเพื่อสำรวม มนินทรีย์ ที่เมื่อไม่สำรวมแล้วจะพึงเป็นเหตุให้อกุศลธรรมอันลามก คืออภิชฌาและโทมนัสครอบงำได้ ย่อมรักษามนินทรีย์ ย่อมถึงความสำรวมในมนินทรีย์ ภิกษุชื่อว่าเป็นผู้คุ้มครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลายอย่างนี้

ภิกษุชื่อว่าเป็นผู้รู้จักประมาณในโภชนะอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาโดยแยบคายแล้ว ฉันอาหารไม่ใช่เพื่อเล่น ไม่ใช่เพื่อจะมัวเมา ไม่ใช่เพื่อจะประดับ ไม่ใช่เพื่อจะประเทืองผิว เพียงเพื่อกายนี้ตั้งอยู่ เพื่อจะให้กายนี้เป็นไป เพื่อจะกำจัดความเบียดเบียนลำบาก เพื่อจะอนุเคราะห์พรหมจรรย์[6]ด้วยคิดเห็นว่า เราจักกำจัดเวทนาเก่าเสีย และจักไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้น ความที่กายจักเป็นไปได้นาน ความเป็นผู้ไม่มีโทษและ ความอยู่สำราญจักเกิดมีแก่เรา ดังนี้ ภิกษุชื่อว่าเป็นผู้รู้จักประมาณในโภชนะอย่างนี้

ภิกษุชื่อว่าเป็นผู้ประกอบความเพียรอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอาวรณิยธรรม[7] ด้วยการเดินจงกรม ด้วยการนั่งตลอดวัน ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอาวรณิยธรรม ด้วยการเดินจงกรมด้วยการนั่งตลอดยามต้นแห่งราตรี ตลอดยามกลางแห่งราตรี ย่อมสำเร็จสีหไสยา โดยข้างเบื้องขวา ซ้อนเท้าเหลื่อมเท้า มีสติสัมปชัญญะ ทำความหมายในอันจะลุกขึ้นไว้ในใจ ย่อมลุกขึ้นชำระจิตให้บริสุทธิ์ จากอาวรณิยธรรม ด้วยการเดินจงกรม ด้วยการนั่งตลอดปัจฉิมยาม ภิกษุชื่อว่าเป็นผู้ประกอบความเพียรอย่างนี้

ภิกษุประกอบด้วยธรรม 3 ประการนี้แลย่อมชื่อว่าเป็นผู้ปฏิบัติไม่ผิด และชื่อว่าเธอปรารภปัญญาเพื่อความสิ้นอาสวะทั้งหลาย ฯ”[8]

---

[4] องฺ.ติก.อ. (ไทย) 1/455/46 ได้แก่รวมถือเอาทั้งหมดในรูปที่ได้เห็น, ได้ยิน, ได้กลิ่น, รถอร่อย,สัมผัสที่อ่อนนุ่ม ท่านเปรียบด้วยกิริยาที่จระเข้ฮุบเหยื่อ

[5] องฺ.ติก.อ. (ไทย) 1/455147 ได้แก่เลือกถือเอาเป็นอย่าง ๆ ในรูป ฯลฯ นั้นว่าคิ้วงาม นัยน์ตางาม จมูกงาม ท่านเปรียบด้วยกิริยาที่เป็ดไซ้หาเหยื่อ

[6] องฺ.ติก.อ (ไทย) 1/455147 คือเพื่อให้มีกำลังบำเพ็ญพรหมจรรย์ต่อไป

[7] องฺ.ติก.อ. (ไทย) 1/–/53 นิวรณ์ธรรม 5 ประการที่กางกั้นจิตไว้

[8] องฺ. ติก. (ไทย) 20/455/142

“ชาคริยานุโยค” ธรรมของบุคคลผู้ตื่น

นิทฺทำ น พหุลีกเรยฺย ชาคริยำ ภเชยฺย อาตาปี
ตนฺทึ มายำ หสฺสำ ขิฑฺฑำ เมถุนำ วิปฺปชเห สวิภูสำ.[9]

ผู้มีความเพียรไม่พึงนอนมาก พึงเสพธรรมเครื่องตื่น พึงละความเกียจคร้าน มายา ความร่าเริง การเล่น และเมถุนพร้อมทั้งเครื่องประดับเสีย[10]

คำว่า ความเพียร นั้น เป็นคุณอันพยุงจิตในการประกอบกิจ ไม่ให้ย่อท้อต่อการงาน ทั้งน้อยและใหญ่ จะเป็นการงานฝ่ายโลกก็ตาม งานปฏิบัติธรรมก็ตาม แต่งานจะสำเร็จได้ ต้องอาศัยความเพียร งานทุกอย่างต้องเพียรพยายามโดยอาศัยขันติ จึงจะสำเร็จประโยชน์ได้ ตามความปรารถนา ก็ต้องไม่เห็นแก่นอนมากนัก เพราะเสพธรรมเครื่องตื่นอยู่เสมอที่เรียกว่า “ชาคริยานุโยค”

เมื่อบุคคลกระทำการงานได้ดังกล่าวแล้วโดยไม่ทอดทิ้ง หรือไม่วางธุระหน้าที่การงานอันนั้นกระทำให้ติดต่อกันไป ไม่ให้ขาดช่วงหรือขาดตอน เมื่อกระทำได้อย่างนั้น ผู้นั้นย่อมละความเกียจคร้าน อันเป็นเหตุแห่งการไม่กระทำงาน ที่มักอ้างว่า หนาวนัก ร้อนนัก แล้วไม่กระทำการงาน เมื่อละมายา คือความเจ้าเล่ห์ ความร่าเริง การเล่นและเมถุนพร้อมทั้งเครื่องประดับเสียได้ ผู้นั้น ย่อมประสบแต่ความสุข ความเจริญ ก้าวหน้าในหน้าที่และการงาน ไม่ต้องเดือดร้อนอีกต่อไป เพราะอาศัยความเพียรนั้นเอง[11] ฉะนั้น ผู้เป็นนักปราชญ์ ควรมีสติ มีความประพฤติธรรมอันเป็นส่วนสุดรอบ ดังนี้

ธรรมเป็นส่วนสุดรอบคือ “ชาคริยานุโยค”

ในคำว่า ภิกษุ มีสติ ประพฤติในธรรมเป็นส่วนสุดรอบคือ ภิกษุที่เป็นกัลยาณปุถุชน หรือภิกษุที่เป็นพระเสขะ คำว่า มีสติ ความว่า มีสติด้วยเหตุ 4 ประการ คือ เมื่อเจริญสติปัฏฐานคือพิจารณาเห็นกายในกาย ก็ชื่อว่ามีสติ เมื่อเจริญสติปัฏฐานคือพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ก็ชื่อว่ามีสติ เมื่อเจริญสติปัฏฐานคือพิจารณาเห็นจิตในจิต ก็ชื่อว่ามีสติ เมื่อเจริญสติปัฏฐานคือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ก็ชื่อว่ามีสติ ภิกษุนั้นท่านเรียกว่า เป็นผู้มีสติ

---

[9] ขุ. มหา. (บาลี) 29/457/460

[10] ขุ. สุ. 25/515

[11] คณาจารย์แห่งโรงพิมพ์เลี่ยงเชียง, **พุทธศาสนสุภาษิต เล่ม 2 ฉบับมาตรฐาน**, (กรุงเทพฯ :โรงพิมพ์เลี่ยงเชียง,2549).

ธรรมเป็นส่วนสุดรอบในคำว่า ประพฤติธรรมเป็นส่วนสุดรอบ มี 4 ประการ คือ ธรรมเป็นส่วนสุดรอบคือ ศีลสังวร 1 ธรรมเป็นส่วนสุดรอบคืออินทรียสังวร 1 ธรรมเป็นส่วนสุดรอบคือโภชเนมัตตัญญุตา 1 ธรรมเป็นส่วนสุดรอบคือชาคริยานุโยค 1

ธรรมเป็นส่วนสุดรอบ คือชาคริยานุโยค ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากธรรมทั้งหลายอันเป็นเครื่องกั้นกาง ด้วยการเดิน การนั่งตลอดวัน ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากธรรมทั้งหลายอันเป็นเครื่องกั้นกาง ด้วยการเดินการนั่งตลอดปฐมยามแห่งราตรี ย่อมสำเร็จสีหไสยา (นอนอย่างราชสีห์) โดยข้างเบื้องขวา ซ้อนเท้าเหลื่อมเท้า มีสติสัมปชัญญะใส่ใจถึงสัญญาในความลุกขึ้น ตลอดมัชฌิมยามแห่งราตรี กลับลุกขึ้นแล้ว ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากธรรมทั้งหลายอันเป็นเครื่องกั้นกาง ด้วยการเดิน การนั่งตลอดปัจฉิมยามแห่งราตรี พิจารณาถึงความอยู่แห่งบุคคลผู้มีราตรีเดียวเจริญ ชื่อว่าประพฤติในธรรมเป็นส่วนสุดรอบคือชาคริยานุโยคในภายใน ย่อมไม่ทำลายชาคริยานุโยคอันเป็นเขตแดน นี้ชื่อว่า ธรรมเป็นส่วนสุดรอบคือ ชาคริยานุโยค เพราะเหตุนั้น จึงชื่อว่า ภิกษุเป็นผู้มีสติ ประพฤติในธรรมเป็นส่วนสุดรอบ[12] เป็นธรรมอันสมควรแต่ผู้ปรารถนาสัมโพธิญาณ

ปาพจน์แห่ง “ชาคริยานุโยค” อันเป็นส่วนประกอบแห่งการบำเพ็ญเพียร

หลักธรรม ชาคริยานุโยคในพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ การประกอบความเพียร ในการเป็นผู้ตื่นอยู่เสมอ นอกจากมีคำว่า ชาคริยานุโยคแล้ว ยังมีศัพท์ที่ใช้ในความหมายอย่างเดียวกัน เช่น อุสสาหะ ความอุตสาหะ ปธาน ความเพียรที่ชอบ วิริยารัมภะ การปรารภความเพียร หรือการระดมความเพียร วิริยะ ความเพียร อาตาปี ความเพียรเผากิเลส ปรักกมะ ความบากบั่น วายามะ ความพยายาม อสิถิลปรักกมตา ความมุ่งมั่นอย่างไม่ท้อถอย อนิกขิตตฉันทตา ความไม่ทอดทิ้งฉันทะ อนิกขิตตธุรตา ความไม่ทอดทิ้งธุระ ธุรสัมปัคคาหะ ความเอาใจใส่ธุระ หลักธรรมเกี่ยวกับความเพียรมีอยู่ในหลายหมวด เช่น หมวดอินทรีย์ เรียกว่า วิริยินทรีย์ หมวดพละ เรียกว่า วิริยพละ หมวดอริยมรรคมีองค์ 8 เรียกว่า สัมมาวายามะ หรือเป็นองค์ธรรมแท้ ๆ ไม่มีหมวดอื่นเกี่ยวข้อง เช่น สัมมัปปธาน 4

จึงกล่าวได้ว่า หลักธรรมเรื่องชาคริยานุโยคนี้ มีปรากฏทั่วไปในพระไตรปิฎก ตลอดจนอรรถกถา เพราะเป็นหลักปฏิบัติ เพื่อทำให้หลุดพ้นจากทุกข์การประกอบความเพียรนี้ ผู้ปฏิบัติธรรมต้องทำอย่างต่อเนื่อง ด้วยการเดินจงกรม นั่งสมาธิ ตั้งแต่เช้ายันค่ำ นอนพักเพียง 4 ชั่วโมง

[12] ขุ. ม. (ไทย) 5/2/590.

เท่านั้น ต่อจากนั้นก็ตื่นทำความเพียรอีก เพื่อทำให้จิตคลายจากความง่วง เพราะความง่วงนี้ไม่มีวิธีใด จะแก้ได้ดี เท่ากับการปรารภความเพียร เมื่อผู้ปฏิบัติธรรม ได้ประกอบความเพียรอย่างต่อเนื่องอย่างนี้แล้ว ต่อไปไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง นอน หรืออยู่ในอิริยาบถไหนก็ตาม ถ้ากามวิตก (ความตรึกในทางกาม) พยาบาทวิตก (ความตรึกในทางพยาบาท) หรือวิหิงสาวิตก (ความตรึกในทางเบียดเบียน) เกิดขึ้น ย่อมสามารถทำให้ดับไปอย่างรวดเร็ว ไม่ปล่อยให้เกิดกับจิตอยู่นาน ๆ จนกระทั่งกิเลสเหล่านี้ ไม่เกิดขึ้นอีก ผู้ปฏิบัติได้อย่างนี้ จึงชื่อว่า ปรารภความเพียรอย่างแท้จริง ทั้งทางกายและอย่างจิต

หลักการสำคัญของชาคริยานุโยค อีกประการหนึ่ง คือ ผู้ปฏิบัติธรรมต้องรู้จักการปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน ไม่ให้ตึงเกินไป เพราะทำให้จิตฟุ้งซ่าน ไม่ให้หย่อนเกิน เพราะทำให้เกิดความเกียจคร้าน เมื่อผู้ปฏิบัติธรรม มีอินทรีย์เสมอกัน ได้เจริญสติปัฏฐาน 4 ทั้งสมถะและวิปัสสนามีความสมบูรณ์ดีแล้ว องค์แห่งโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ย่อมเกิดขึ้นรวมกัน เป็นมรรค เมื่อมรรคเกิดแล้ว ย่อมตัดกิเลส ทำให้เกิดเป็นผล คือความสิ้นกิเลส ดับทุกข์ต่อไป

ผู้ปฏิบัติธรรม เมื่อประยุกต์ชาคริยานุโยค ในการประกอบความเพียรมาใช้ ย่อมทำให้เกิดผลคือ การมีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ เมื่อมีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์อย่างนี้แล้ว การยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม พูด คิด ก็เป็นปัจจุบันกาล หรือการประกอบการงานทั้งทางโลกและทางธรรมในชีวิตประจำวัน ก็เกิดผลดี เพราะทำให้อ่านตนออก บอกตนได้ ใช้ตนเป็น เข้าใจผู้อื่นที่ยังมีกิเลสอยู่ และทั้งสามารถนำไปสู่การพัฒนาอินทรีย์ คือ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา ให้สมบูรณ์แบบ จนถึงขั้นทำลายกิเลสให้หมดสิ้นไป พบแต่บรมสุขคือ พระนิพพาน อันเป็นเป็นหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา[13] ประการสำคัญคือที่ตั้งแห่งความเพียร ประกอบด้วย

อารัพภวัตถุ 8 ที่ตั้งแห่งความเพียร 8 ประการ ก็มีความหมายอย่างเดียวกันกับ “ชาคริยานุโยค” ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย อารัพภวัตถุ 8 ประการนี้ 8 ประการ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ต้องทำการงาน เธอมีความคิดอย่างนี้ว่าเราจักต้องทำการงานแล ก็เมื่อเราทำการงานอยู่ ไม่พึงทำมนสิการคำสั่ง

[13] พระมหาวิสาตย์ ธมฺมิโก (ศรีษะดี) **“**การศึกษาหลักการและวิธีการของชาคริยานุโยคในการปฏิบัติธรรม**”**, **วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต,** (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2537), บทคัดย่อ.

สอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลายได้ง่าย ผิฉะนั้น เราจะรีบปรารภความเพียรเสียก่อน เพื่อถึงธรรมที่ยังไม่ถึง เพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่บรรลุ เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ยังไม่ทำให้แจ้งเธอปรารภความเพียรเพื่อถึงธรรมที่ยังไม่ถึง เพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่บรรลุ เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ยังไม่ทำให้แจ้ง นี้เป็นอารัพภวัตถุประการที่ 1

อีกประการหนึ่ง ภิกษุทำการงานแล้ว เธอมีความคิดอย่างนี้ว่า เราได้ทำการงานแล้ว ก็เมื่อเราทำการงานอยู่ ไม่สามารถมนสิการคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลายได้ ผิฉะนั้น เราจะปรารภความเพียรเพื่อถึงธรรมที่ยังไม่ถึง เพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่บรรลุ เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ยังไม่ทำให้แจ้ง เธอปรารภความเพียรเพื่อถึงธรรมที่ยังไม่ถึง เพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่บรรลุ เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ยังไม่ทำให้แจ้ง นี้เป็นอารัพภวัตถุประการที่ 2

อีกประการหนึ่ง ภิกษุต้องเดินทาง เธอมีความคิดอย่างนี้ว่า เราจักต้องเดินทาง ก็เมื่อเราเดินทางอยู่ ไม่พึงกระทำมนสิการคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลายได้ง่าย ผิฉะนั้น เราจะปรารภความเพียร ฯลฯ นี้เป็นอารัพภวัตถุประการที่ 3

อีกประการหนึ่ง ภิกษุเดินทางแล้ว เธอมีความคิดอย่างนี้ว่า เราได้เดินทางแล้ว ก็เมื่อเราเดินทางอยู่ ไม่สามารถมนสิการคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลายได้ ผิฉะนั้น เราจะปรารภความเพียร ฯลฯ นี้เป็นอารัพภวัตถุประการที่ 4

อีกประการหนึ่ง ภิกษุเที่ยวบิณฑบาตตามบ้านหรือนิคม ไม่ได้โภชนะเศร้าหมองหรือประณีต พอแก่ความต้องการ เธอมีความคิดอย่างนี้ว่า เราเที่ยวบิณฑบาตตามบ้านหรือนิคมไม่ได้โภชนะเศร้าหมองหรือประณีต พอแก่ความต้องการ กายของเรานั้นเบาควรแก่การงาน ผิฉะนั้น เราจะปรารภความเพียร ฯลฯนี้เป็นอารัพภวัตถุประการที่ 6

อีกประการหนึ่ง อาพาธเล็กน้อยเกิดขึ้นแก่ภิกษุ เธอมีความคิดอย่างนี้ว่าอาพาธเล็กน้อยนี้เกิดขึ้นแก่เรา การที่อาพาธของเราจะพึงกลับกำเริบนั้น เป็นฐานะที่จะมีได้ ผิฉะนั้น เราจะปรารภความเพียร ฯลฯ นี้เป็นอารัพภวัตถุประการที่ 7

อีกประการหนึ่ง ภิกษุหายจากอาพาธแล้ว แต่ยังหายไม่นาน เธอมีความคิดอย่างนี้ว่า เราหายจากอาพาธแล้ว แต่ยังหายไม่นาน การที่อาพาธของเราจะพึงกลับกำเริบนั้น เป็นฐานะที่จะมีได้ ผิฉะนั้น จะรีบปรารภความเพียรเสียก่อน เพื่อถึงธรรมที่ยังไม่ถึง เพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่ได้บรรลุ เพื่อกระทำให้แจ้งธรรมที่ยังไม่ทำให้แจ้ง เธอปรารภความเพียรเพื่อถึงธรรม ที่ยังไม่ถึง

เพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่บรรลุ เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ยังไม่ทำให้แจ้ง นี้เป็นอารัพภวัตถุประการที่ 8 ภิกษุทั้งหลาย อารัพภวัตถุ 8 ประการนี้แล ฯ[14]

การบำเพ็ญเพียรภาวนาใน “ชาคริยานุโยค”

การบำเพ็ญเพียรภาวนาใน ชาคริยานุโยค นั้นผู้ปฏิบัติต้องชำระจิตให้บริสุทธิ์ พึงรักษาปาติโมกขสังวรและอาชีวปาริสุทธิศีลให้หมดจดก่อน เมื่อศีลสองอย่างนี้วิบัติก็จะต้องอาบัติและจัดเป็นอันตายเพราะเป็นการล่วงละเมิดข้อบัญญัติของพระพุทธเจ้า (อาณาวีติกกมันตราย) เพราะเมื่อศีลประเภทนี้หมดจดอาชีวิปาริสุทธิศีลก็หมดจดเช่นกันส่วนอิทรีย์สังวรศีลและปัจจัยสันนิสิตศีล ถ้ามีความอุตสาหะต้องการเจริญกุศลก็ควรรักษาให้หมดจดบริบูรณ์เพราะจะช่วยไม่ให้เกิดความเดือดร้อนใจ อวิปปฏิสาร[15] จากธรรมที่เป็นตัวขัดขวางด้วยการจงกรม ด้วยการนั่งตลอดวัน ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากธรรมที่เป็นตัวขัดขวาง ชื่อว่าอธิศีลสิกขา คือการละ การงดเว้นเจตนาและการไม่ล่วงละเมิดทั้ง 4 อย่างนี้เป็นศีลที่เรียกว่า สังวรสีล สติที่พิจารณาเอารูปนามเป็นอารมณ์ไว้อย่างแนบแน่น ชื่อว่า สติสังวร ปัญญาที่หยั่งเห็นรูปนามอย่างแท้จริง ชื่อว่า ญาณสังวร อโทสเจตสิกที่ไม่ประทาร้ายอารมณ์ที่มาปรากฏ ชื่อว่า ขันติสังวร ความเพียรในการกำหนด ชื่อว่า วิริยสังวร สังวรเหลานี้ย่อมปรากฏอย่างบริบูรณ์ ด้วยการจงกรม ด้วยการนั่งตลอดปฐมยามแห่งราตรี นอนดุจราชสีห์โดยข้างเบื้องขวาซ้อนเท้าเหลื่อมเท้า มีสติสัมปชัญญะ[16] หมายใจว่าจะลุกขึ้นในมัชฌิมยามแห่งราตรี ลุกขึ้นชำระจิตให้บริสุทธิ์จากธรรมที่เป็นตัวขัดขวางหรือเครื่องกันความหลุดพ้น 8 ประการ คือ กามฉันทะ ความยินดีพอในในกาม พยาปาทะ ความหงุดหงิดไม่พอใจ โกรธ ปองร้าย ถีนมิทธะ ความง่วงซึมเซา อุทธัจจกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านเดือดร้อนใจ วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย อวิชชา ความไม่รู้ อรติ ความไม่ยินดีในภาวนา อกุศลธรรมด้วยการจงกรม ด้วยการนั่งตลอดปัจฉิมยามแห่งราตรี ภิกษุชื่อว่าประกอบความเพียรเครื่องตื่นอยู่เนื่อง ๆ

การที่พวกเราเห็นแก่นอนเกินไป มันก็เกิดนิสัยชนิดหนึ่งขึ้นมา คือจิตใจที่มัน ที่มักจะซึม ๆ ที่มักจะที่อ ๆ ไม่เฉียบแหลม เพราะมันมีนิสัยชวนไปแต่ในทางที่จะหยุด เหมือนคนชอบการนอน คนนั้นจะมีนิสัยอย่างไรขอให้ไปสังเกตดูให้ดี ๆ พวกใครในการนอนก็คงจะเถียงว่า ไปนอน

---

[14] องฺ. อฏฐก. (ไทย) 23/345/186

[15] พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม), **วิปัสสนานัยเล่ม 1**, หน้า 48.

[16] ที.ปา (ไทย) 11/389/290

เสียให้สบายตามที่มันควรจะนอน แล้วก็คิดอะไรออกเหมือนกัน เหมือนคนสมัยนี้เขาก็นอนตามสบายใจ เขาก็คิดอะไรออกเหมือนกัน ข้อนี้มันก็น่าจะเป็นอย่างนั้น แต่มันก็ไม่ถูกทั้งหมด หมายความว่า ถ้าคิดอะไรออก มันก็ออกไปอีกแบบหนึ่ง ไม่ได้ออกอย่างเดียวกับบุคคลที่มีความเข้มแข็ง ในการบังคับจิตใจหรือบังคับระบบประสาทให้เข้มแข็ง

เรื่องนอนนี้เรื่องหลับนี้ไม่มีความหมายอะไรไม่เป็นปัญหา ถ้าทำได้อย่างนี้ ในความคิดที่คิดออกนั้นมันก็เป็นไปในทางนี้ เป็นในทางที่ช่างขี่มขี่กิเลส คนเห็นแก่นอนมัวเมาในการนอน ก็คิดอะไรออกเหมือนกัน แต่ก็จะคิดเป็นไปในทางที่เป็นเหยื่อแก่กิเลส นี่คือความแตกต่างกัน เพราะฉะนั้นจึงอยากจะแสดงความคิดเห็น ซึ่งเป็นการแนะนำว่าควรจะฝึกฝนให้คุ้นเคยกันเสียบ้างในการที่บางคราวไม่ต้องนอน อย่าให้มันน้อยหน้า เป็นที่ละอายแก่บุคคลธรรมดา บางคนนั่งเล่นไพ่จนสว่างก็ได้ ไม่เห็นมันง่วงนอน นั่งเล่นหมากรุกจนสว่างก็ได้ ไม่เห็นมันง่วงนอน อย่างนี้ก็เคยมี ลองพิจารณาดูแล้วจะเห็นว่า เล่นไพ่ เล่นหมากรุกได้ จนสว่างไม่ง่วงนอนนั้น มันอยู่ได้ด้วยอำนาจของอะไร มันก็อยู่ได้ด้วยอำนาจของจิตที่เพ่งจ้องอยู่ในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เป็นอารมณ์ที่รุนแรง มันก็เลยไม่ง่วงนอน อย่างนี้ทำไมเราจึงไม่เพ่งจ้องในการตรัสรู้ ของพระพุทธเจ้า ให้เป็นอารมณ์ที่รุนแรงถึงขนาดนั้นบ้าง มันจะได้ไม่รู้สึกง่วงนอน เมื่อทราบความจริงอย่างนี้แล้วก็คงจะแก้ปัญหานี้ได้มาก คือ ขจัดการเห็นแก่นอนได้ ในเมื่อจะฝึกฝนการปฏิบัติเกี่ยวกับจิตใจ เช่น เกี่ยวกับสมาธิภาวนา เป็นต้น

ในพระพุทธศาสนามีกลุ่มชนหลายกลุ่ม มีพระภิกษุสงฆ์สามเณรหลายองค์ ที่มีความสนใจในการปฏิบัติธรรมแต่ก็ติดปัญหาหลายหลายที่ทำให้ความเพียรลดลง อาทิเช่นการถูกถีนมิทธะครอบงำจิตจนเกิดความง่วงนอน ถ้าไม่ทำสมาธิมันก็อยู่ได้สบาย แต่พอลงมือทำสมาธิ มันก็ง่วงนอน นั่นแหละคือผลของการเป็นนักนอน ถ้าคนพวกนี้มาฝึกฝนบทเรียนอันนี้ อย่างที่กำลังทำอยู่นี้ ไม่เห็นแก่นอนกันเสียให้มากพอ นิสัยมันก็จะเปลี่ยนไป ร่างกายล้วน ๆ มันก็จะเปลี่ยนไปเป็นการบังคับได้ เข้มแข็งสดชื่นอยู่ได้ ไม่รู้สึกง่วงนอนในการที่จะทำสมาธิเป็นต้น เดี๋ยวนี้มันไม่นิยมการบังคับตัวเองในลักษณะอย่างนี้ อยากนอนก็นอนได้ตามใจ ไม่มีใครบังคับได้ แล้วมันก็นอน แล้วมันก็เกิดเป็นนิสัย พอถึงคราวที่ไม่ต้องการจะนอน ไม่อยากให้มันนอน มันก็นอนสิ ก็ทำไม่ได้ ก็สมน้ำหน้ามัน ที่มันอยากจะนิยมชมชอบในการนอน

ถ้าเราจะสังเกตดูที่พระพุทธเจ้าในการที่ทรงกระทำความเพียรแล้ว จะพบข้อเท็จจริงอันหนึ่งว่า ชาคริยานุโยค คือ การประกอบความเพียรของบุคคลผู้ตื่นอยู่เสมอนั้น เป็นความตื่นรู้ในการที่พระองค์ประสบความสำเร็จ เพื่อตรัสรู้อนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ การที่พระองค์ทรงออกไปอยู่ในที่อันสงัด กระทำความเพียรเป็นเวลานาน ๆ นั้น มันต้องมีความอดกลั้นอดทนหรือ

มากกว่าที่พวกเราต้องอดกลั้นอดทนในที่นี้ในเวลานี้ คือเพิ่งจะอดทนวันนี้แล้วก็ยังไม่ถึงคืนหนึ่งสักที เรียกว่าถ้าจะถือธุดงค์เนสัชชิกังคะ ก็ยังไม่สำเร็จสักที หรือจะประกอบความเพียรที่เรียกว่าชาคริยานุโยค ก็ยังไม่กี่มากน้อย ก็ขอให้นึกข้อที่ว่า พระพุทธเจ้าท่านทรงประกอบความเพียรเกี่ยวกับการไม่รู้จักหลับจักนอนนี่มันมากมายมหาศาล ถึงแม้พระศาสดาแห่งศาสนาอื่นก็คล้าย ๆ กัน เรื่องนอนนั้นเห็นเป็นเรื่องที่เป็นอุปสรรคนะทำให้มืนชา ทำให้ง่วงเหงา ก็ต้องสามารถที่จะนั่งด้วยจิตใจแจ่มใสตลอดวันตลอดคืนเนื่องกันไปหลาย ๆ วัน หลาย ๆ คืน กว่าจะคิดอะไรออก หรือมองเห็นอะไรชัดเจนลงไป ชนิดที่เรียกว่าเป็นการตรัสรู้ ดังนั้นการที่หัดฝึกหัดกันไว้บ้าง ย่อมจะเป็นการดี การฝึกหัดบังคับจิตให้แจ่มใส ไม่งัวเงียเพราะการนอนไว้ให้เป็นระยะยาว ๆ ให้บ่อย ๆ ให้มาก ๆ นั้นเป็นการดี ดังนั้นเราจึงถือเอาโอกาสเช่นนี้ มาฝึกหัดบทเรียนอันนี้ ก็คือบังคับจิตได้ตลอดถึงบังคับกายได้ ไม่ต้องนอนก็ได้ ให้มันอยู่อย่างสดชื่น แจ่มใส เป็นเวลานาน ๆ เป็นโอกาสที่จะเกิดความคิด ความเข้าใจลึกซึ้ง มองเห็นอย่างแจ่มแจ้ง[17]

สรุป

บุคคลผู้ประกอบด้วยธรรม 3 ประการ ได้ชื่อว่า เป็นผู้ปฏิบัติ อปัณณกปฏิปทา และเหตุแห่งความสิ้นอาสวะทั้งหลายอันได้ชื่อว่า เป็นผู้มีทวารอันคุ้มครองแล้วในอินทรีย์ เป็นผู้รู้จักประมาณในโภชนะ เป็นผู้หมั่นประกอบความเป็นผู้ไม่เห็นแก่นอน

“ชาคริยานุโยค” แปลว่า การหมั่นประกอบความตื่น ไม่เห็นแก่นอน คือ ขยันหมั่นเพียรตื่นตัวอยู่เป็นนิตย์ ชำระจิตมิให้มีนิวรณ์ พร้อมเสมอทุกเวลาที่จะปฏิบัติกิจให้ก้าวหน้าต่อไป

“ชาคริยานุโยค” จัดเป็นธรรมข้อหนึ่งใน “อปัณณกปฏิปทา” หมายถึง ข้อปฏิบัติที่ไม่ผิด ปฏิปทาที่เป็นส่วนแก่นสารเนื้อแท้ ซึ่งจะนำผู้ปฏิบัติให้ถึงความเจริญงอกงามในธรรม เป็นผู้ดำเนินอยู่ในแนวทางแห่งความปลอดพ้นจากทุกข์อย่างแน่นอนไม่ผิดพลาด

นอกจากมีคำว่า ชาคริยานุโยคแล้ว ยังมีศัพท์ที่ใช้ในความหมายอย่างเดียวกัน เช่น อุสสาหะ ความอุตสาหะ ปธาน ความเพียรที่ชอบ วิริยารัมภะ การปรารภความเพียร หรือการระดมความเพียร วิริยะ ความเพียร อาตาปี ความเพียรเผากิเลส ปรักกมะ ความบากบั่น วายามะ ความพยายาม อสิถิลปรักกมตา ความมุ่งมั่นอย่างไม่ท้อถอย อนิกขิตตฉันทตา ความไม่ทอดทิ้งฉันทะ อนิกขิตตธุรตา ความไม่ทอดทิ้งธุระ ธุรสัมปัคคาหะ ความเอาใจใส่ธุระ หลักธรรมเกี่ยวกับ

[17] พุทธทาสภิกขุ พุทธทาสภิกขุ, ที่มา ธรรมเทศนา เรื่อง มหาการุณิโก สตถา สพพโลกติกิจฉโก (ความว่างและตำรายาแก้โรควุ่น) กัณฑ์ 3, รหัสไฟล์เสียง 121520060103, 2520.

ความเพียรมีอยู่ในหลายหมวด เช่น หมวดอินทรีย์ เรียกว่า วิริยินทรีย์ หมวดพละ เรียกว่า วิริยพละ หมวดอริยมรรคมีองค์ 8 เรียกว่า สัมมาวายามะ หรือเป็นองค์ธรรมแท้ ๆ ไม่มีหมวดอื่นเกี่ยวข้อง เช่น สัมมัปปธาน 4 และอารัพภวัตถุ 8 ที่ตั้งแห่งความเพียร 8

หลักธรรมเรื่องชาคริยานุโยคนี้ มีปรากฏทั่วไปในพระไตรปิฎก ตลอดจนอรรถกถา เพราะเป็นหลักปฏิบัติ เพื่อทำให้หลุดพ้นจากทุกข์การประกอบความเพียรนี้ ผู้ปฏิบัติธรรมต้องทำอย่างต่อเนื่อง ด้วยการเดินจงกรม นั่งสมาธิ เพื่อทำให้จิตคลายจากความง่วง เพราะความง่วงนี้ ไม่มีวิธีใด จะแก้ได้ดี เท่ากับการปรารภความเพียร เมื่อผู้ปฏิบัติธรรม ได้ประกอบความเพียรอย่างต่อเนื่องอย่างนี้แล้ว ต่อไปไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง นอน หรืออยู่ในอิริยาบถไหนก็ตาม ถ้ากามวิตก (ความตรึกในทางกาม) พยาบาทวิตก (ความตรึกในทางพยาบาท) หรือวิหิงสาวิตก (ความตรึกในทางเบียดเบียน) เกิดขึ้น ย่อมสามารถทำให้ดับไปอย่างรวดเร็ว ไม่ปล่อยให้เกิดกับจิตอยู่นาน ๆ จนกระทั่งกิเลสเหล่านี้ ไม่เกิดขึ้นอีก ผู้ปฏิบัติได้อย่างนี้ จึงชื่อว่า ปรารภความเพียรอย่างแท้จริงทั้งทางกายและอย่างจิต

หลักการสำคัญของชาคริยานุโยค อีกประการหนึ่ง คือ ผู้ปฏิบัติธรรมต้องรู้จักการปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน ไม่ให้ตึงเกินไป เพราะทำให้จิตฟุ้งซ่าน ไม่ให้หย่อนเกิน เพราะทำให้เกิดความเกียจคร้าน เมื่อผู้ปฏิบัติธรรม มีอินทรีย์เสมอกัน ได้เจริญสติปัฏฐาน 4 ด้วยกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และ ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่ปรากฏทั้งในส่วนแห่งสมถะและวิปัสสนา มีความสมบูรณ์ดีแล้ว องค์แห่งโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ย่อมเกิดขึ้นรวมกัน เป็นมรรค เมื่อมรรคเกิดแล้ว ย่อมตัดกิเลส ทำให้เกิดเป็นผล คือ ความสิ้นกิเลส ดับทุกข์ต่อไป

เอกสารอ้างอิง

พระมหาวิสาตย์ ธมฺมิโก (ศรีษะดี). “การศึกษาหลักการและวิธีการของชาคริยานุโยคในการปฏิบัติธรรม”. **วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2537.

พุทธทาสภิกขุ พุทธทาสภิกขุ, ที่มา ธรรมเทศนา เรื่อง มหาการุณิโก สตถา สพพโลกติกิจฉโก. (ความว่าง และตำรายาแก้โรควุ่น) กัณฑ์ 3, 2520.

มหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับภาษาไทย.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,2539.

_____ .**พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎกกำ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,2539.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาแปล ชุด 91 เล่ม.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2525.