

## ศึกษาหลักการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมในที่สมณชุตฺร

เสกสรร ศุภแสง

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส

E-mail: thanee\_305@hotmail.com

รับต้นฉบับ 13 มกราคม 2560 วันที่เผยแพร่ 25 มิถุนายน 2560

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ ศึกษาประวัติความเป็นมาของที่สมณชุตฺร หลักการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมในที่สมณชุตฺร เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพภาคเอกสาร พบว่า ที่สมณชุตฺรเป็นพระสูตรที่พระพุทธองค์ทรงแสดงแก่ที่สมณชุตฺรซึ่งเป็นหลานพระสารีบุตร ที่มาเข้าเฝ้าพระพุทธองค์เพื่อเยี่ยมพระสารีบุตรซึ่งเป็นลุงและขอทราบคำสอน มีพระสารีบุตรยื่น ฟังการแสดงธรรมโดยถวายนานพัตแต่พระพุทธองค์อยู่ด้านหลัง พระพุทธองค์ทรงแสดงทิลกฐิติฎฐิติ ที่เป็นเหตุให้เกิดวิเวก กาย (รูป) เป็นที่ประชุมของมหาภูตรูป 4 เวทนา 3 คือสุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา มีเหตุปัจจัยจากผัสสะ เมื่อเสวยเวทนาใดเวทนาหนึ่ง ก็จะได้เสวย เวทนาอีก 2 เวทนา

หลักการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมในที่สมณชุตฺร เหตุปัจจัยที่นำไปสู่การบรรลุธรรมคือ ข้อปฏิบัติตามมรรคมีองค์ 8 เริ่มจากสัมมาทิฎฐิ อันเกิดจากปรโตโฆสะและโยนิโสมนสิการ ด้วยการ ละทิฎฐิอันเป็นเหตุให้เกิดวิเวก เมื่อเห็นความเป็นจริงแล้วมีโทษหาประโยชน์มิได้ โดยการ ปฏิบัติตามสติปัฏฐาน 4 การละกายโดยพิจารณาอาการ 32 ของกาย ให้เห็นความจริงว่าเป็น ปฏิภูณ ไม่สะอาด น่าเกลียด เป็นรังของโรค ก็จะละความพอใจในกาย ละเยื่อใยในกายเสียได้ การ ละเวทนาให้เจริญวิปัสสนา พิจารณาเห็นกฎไตรลักษณ์ คือความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นสิ่งว่างเปล่า หาสาระแก่นสารมิได้ มีปัจจัยปรุงแต่งขึ้น มีความสิ้นไป ดับไปเป็นธรรมดา เมื่อ เห็นความจริงย่อมละเวทนา 3 นั้นเสียได้ พระสารีบุตรได้ฟังธรรมและพิจารณาธรรมด้วยโยนิโสมนสิการ จึงละ สละคืนธรรมเหล่านั้น จิตก็หลุดพ้นจากอาสวะทั้งปวง บรรลุเป็นพระอรหันต์ ส่วน ที่สมณชุตฺร เกิดดวงตาเห็นธรรม บรรลุเป็นพระโสดาบัน ขอถึงพระรัตนตรัยอันมีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นสรณะ และแสดงตนต่อพระผู้มีพระภาคขอเป็นอุบาสกตลอดชีวิต ตั้งแต่นั้นนี้เป็นต้นไป

**คำสำคัญ:** หลักการปฏิบัติ; การบรรลุธรรม; ที่สมณชุตฺร

## A Study of Practical Method for Enlightenment in Dighanakhasutta

Seksan Suphasaeng

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Palisueksa Buddhagosa Campus

E-mail: thanee\_305@hotmail.com

Retrieved January 13, 2017 Accepted June 25, 2017

### ABSTRACT

This article has the objectives; 1) to study the story and significance of Buddha teaching found of Dīghanakhasutta and 2) to study principle of insight development for enlightenment in Dīghanakhasutta. This study is a qualitative research. From the study, it found that;

Principle of insight development for enlightenment in Dīghanakhasutta was found that according to eightfold noble path right view caused by the heard from others (Paratoghosa) and proper attention (Yonisomanasikāra) was main key for realization, one must abandon wrong views causing quarrel, affray and then follow the right views for realizing four noble truths. By following the four foundations of mindfulness. After that he must abandon bodily attachment by observing thirty-two characteristics of body as dirty, impurity, disgusting, heap of disease etc. in order to give up bodily indulgence. The next step was to abandon three feeling attachments. In this step, one must cultivate the insight to see three common characteristics; impermanence, suffering and non-self in all conditioned thing as empty, without essence, conditioned, ending with death as their own natures. When his insight knowledge became perfect, he can abandon all feeling attachment completely. While listening the teaching of Buddha in back side, Ven. Sariputtathera sent his mind focussing on contents of teaching with mindfulness and proper attention then attained enlightenment in the end of discourse. His mind was free from all defilements but Dīghanakha sage entered to stream of enlightenment (Sotapanna), the first state of noble one, then he took the triple gems; Buddha, Dhamma and Sangha as his refuges and committed himself to be Buddhist laity (Upasaka).

**Keywords:** Prticacd/Method; Enlightenment; DighanakhaSutta

## บทนำ

พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญในเรื่องทิวฏฐิเพราะเป็นจุดเริ่มต้นและเป็นจุดเปลี่ยนที่จะนำชีวิตไปสู่ความทุกข์หรือความดับทุกข์ได้ ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับทิวฏฐิชนิดใดเป็นตัวนำ การเริ่มต้นด้วยความเห็นหรือความเชื่อผิดเป็นมิจฉาทิวฏฐิ (พระไตรปิฎกไทย เล่ม 17 ข้อ 154 : 245) หรืออริยชา ก็จะทำให้กระบวนการทำงานของจิตเกิดพลาด ส่งผลให้วิถีชีวิตดำเนินไปในทางแห่งทุกข์ ทิวฏฐิ คือ ความเห็น ความเข้าใจ ความใฝ่ฝันที่ยึดถือต่างๆ มีอิทธิพลและบทบาทในการกำหนดวิถีชีวิตของมนุษย์ในสังคมเป็นอย่างมาก ทิวฏฐิ 2 จัดเป็นมิจฉาทิวฏฐิ ได้แก่ 1) ภวทิวฏฐิ หมายถึงสัสสตทิวฏฐิ คือ ความเห็นว่าเที่ยง 2) วิภวทิวฏฐิ หมายถึงอุจเฉททิวฏฐิ คือความเห็นว่าขาดสูญ สัมมาทิวฏฐิ คือความเห็นชอบ ความเห็นตรง มีความเลื่อมใสอันแน่วแน่ในธรรมอันเป็นความเห็นที่รู้จัก รู้รากเหง้า โดยรู้เรื่องอกุศล กุศล อาหาร สัจจะหรืออริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท สัมมาทิวฏฐิ 2 ได้แก่ 1) โลเกีย สัมมาทิวฏฐิ 2) โลกุตตรสัมมาทิวฏฐิ สำหรับปัจจัยที่เกิดสัมมาทิวฏฐิ ได้แก่ 1) ปรโตโฆสะ เหตุเกิดภายนอก 2) โยนิโสมนสิการ เหตุเกิดภายใน ในที่ชนขุสูตรได้แบ่งสมณพราหมณ์เป็น 3 จำพวก ได้แก่ จำพวกที่ 1 เห็นว่า สิ่งทั้งปวงควรแก่เรา จะอยู่ใกล้ข้างกิเลสเป็นไปด้วยความกำหนด เครื่องประกอบสัตว์ไว้ เป็นเหตุผลิตเพลิน เป็นเหตุยึดมั่น จำพวกที่ 2 เห็นว่าสิ่งทั้งปวงไม่ควรแก่เรา จะอยู่ใกล้ข้างธรรม ไม่เป็นไปด้วยความกำหนด ไม่เป็นเครื่องประกอบสัตว์ไว้ ไม่เป็นเหตุผลิตเพลิน ไม่เป็นเหตุยึดมั่น จำพวกที่ 3 เห็นว่าบางสิ่งควรแก่เรา บางสิ่งไม่ควรแก่เรา ส่วนที่เห็นว่าควรแก่เราจะอยู่ใกล้ข้างกิเลส เป็นไปด้วยความกำหนด เครื่องประกอบสัตว์ไว้ เป็นเหตุผลิตเพลิน เป็นเหตุยึดมั่น ส่วนที่เห็นว่าไม่ควรแก่เรา จะอยู่ใกล้ข้างธรรมไม่เป็นไปด้วยความกำหนดไม่เป็นเครื่องประกอบสัตว์ ไม่เป็นเหตุผลิตเพลิน ไม่เป็นเหตุยึดมั่น การละทิวฏฐิ เกิดได้เมื่อพวกใดพวกหนึ่งมีความยึดมั่นถือมั่นซึ่งทิวฏฐิว่า สิ่งทั้งปวงควรแก่เรา หรือสิ่งทั้งปวงไม่ควรแก่เรา หรือบางสิ่งควรแก่เรา บางสิ่งไม่ควรแก่เรา จะมีความถือผิดจากอีกสองพวก จะเกิดความทุ่มเถียงกัน ความแก่งแย่งกัน ความเบียดเบียนกัน ความทำลายกัน เมื่อพิจารณาเห็นโทษหาประโยชน์อันใดมิได้ของความถือผิดกันหรือขัดแย้งกัน ความทุ่มเถียงกัน ความแก่งแย่งกัน ความเบียดเบียนกัน การทำลายกัน อันเกิดจากการมีทิวฏฐิของตนกับของผู้อื่น จึงละและสลัดคืนทิวฏฐินั้นเสีย ไม่ยึดถือทิวฏฐิอื่นในทางตรงข้ามถ้าเริ่มต้นด้วยความเห็นถูกหรือสัมมาทิวฏฐิ จะส่งผลให้วิถีชีวิตดำเนินไปในเส้นทางแห่งอริยมรรคมีองค์ 8 หรือทางดับทุกข์ ดังนั้น มิจฉาทิวฏฐิและสัมมาทิวฏฐิ จึงได้ชื่อว่าเป็นจุดตัดแยกระหว่างทางสร้างปัญหา กับสิ้นปัญหา การพัฒนาชีวิตตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา หรือทางสายกลางจะเกิดขึ้นไม่ได้ถ้าไม่สร้างสัมมาทิวฏฐิให้เกิดขึ้นก่อนการที่จะ

สร้างสัมมาทิฐิให้เกิดขึ้น เรียกว่าปัจจัยแห่งการเกิดสัมมาทิฐิ มีอยู่ 2 ปัจจัย คือปัจจัยภายนอก เรียกว่า ปรโตโฆสะ และปัจจัยภายในเรียกว่า โยนิโสมนสิการ โดยปรโตโฆสะเป็นวิธีการสร้าง สัมมาทิฐิอาศัยสภาพแวดล้อมภายนอกที่ดีงาม คือการคบกับภิกษุสงฆ์ การฟังคำแนะนำ สักกชน รวมทั้งกระบวนการหล่อหลอมทางสังคม โดยจุดเน้นของการสร้างสัมมาทิฐิด้วยวิธีนี้ คือการใช้ความเลื่อมใสศรัทธาเป็นพลังในการผูกโยงผู้ศึกษาเข้ากับภิกษุสงฆ์ สัมมาทิฐิที่เกิดขึ้นด้วยวิธีนี้จึงอยู่ในศรัทธาระดับโลกิยะ ยังหาความแน่นอนมั่นคงไม่ได้ ส่วนอีกวิธีหนึ่ง คือ โยนิโสมนสิการ เป็นวิธีสร้างสัมมาทิฐิด้วยปัจจัยด้านความคิด คือการคิดอย่างถูกวิธี โดยคิดค้น จนถึงต้นเค้าสืบสาวจนถึงต้นสาย คิดแตกกระจายจนเห็นเหตุปัจจัยที่เชื่อมโยง ความรู้ความเข้าใจ ที่เกิดจากความคิดอย่างถูกต้องถูกวิธี ถือว่าเป็นเหตุปัจจัยแห่งการเกิดขึ้นของสัมมาทิฐิระดับโลกิยะ กุดตระ อันเป็นตัวนำในกระบวนการพัฒนาชีวิตเพื่อความดับทุกข์ กาย (รูป) เป็นที่ประชุมของ มหาภูตรูปทั้ง 4 คือธาตุดิน (20) ธาตุน้ำ (12) รวมเป็นอาการ 32 ธาตุไฟ และธาตุลม มีมารดา บิดาเป็นแดนเกิด เจริญด้วยข้าวสุกและขนมกุ่มมาส ต้องอบและขัดสีเป็นประจำ มีความแตก กระจายกระจายเป็นธรรมดา ควรพิจารณาโดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรคร เป็นดังหัว ฝี่ เป็นดังลูกศร เป็นความลำบาก เป็นความเจ็บไข้ เป็นผู้อื่น เป็นของทรุดโทรม เป็นของว่างเปล่า ไม่ใช่ตน การละกาย ให้พิจารณากายเป็นปฏิภูม เป็นสิ่งสกปรก ไม่สะอาด น่ารังเกียจ ไม่งาม ให้พิจารณาแยกร่างกายออกเป็นชิ้นส่วน แล้วจะคลายความติดใจในกาย (รูป) ของตนและของ ผู้อื่น เมื่อพิจารณาเห็นความเป็นจริงของกายแล้ว ย่อมเบื่อหน่าย ย่อมคลายกำหนด ย่อมละ ความพอใจในกาย ละความเชื่อใจในกาย ไม่อยู่ในอำนาจของกาย ย่อมละกายได้ เวทนา คือ ความรู้สึกหรือการเสวยอารมณ์ เวทนามี 3 คือสุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา เวทนา มีเหตุปัจจัยจากผัสสะ เมื่อเสวยเวทนาใดเวทนาหนึ่ง จะไม่ได้เสวยเวทนาอีกสองเวทนา ทั้งสุข เวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา ล้วนไม่เที่ยง มีปัจจัยปรุงแต่งขึ้น อาศัยปัจจัยเกิดขึ้น มีความ ลื่นไป เสื่อมไป คลายไป ดับไปเป็นธรรมดา การละเวทนา เมื่อพิจารณาเห็นความเป็นจริงว่า เวทนาไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป หาสาระแก่นสารอันใดมิได้ ย่อมเบื่อ หน่ายทั้งสุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา (อุเบกขาเวทนา) ย่อมคลายกำหนด ย่อมหลุด พ้น เมื่อจิตหลุดพ้นแล้วย่อมมีญาณหยั่งรู้ว่าหลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบ แล้ว กิจที่ควรทำสำเร็จแล้ว กิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้มิได้มี ผู้มีจิตหลุดพ้นแล้ว ย่อมไม่วิเวก แก่งแย่งกับใคร โวหารใดที่ชาวโลกพูดกัน ก็พูดไปตามโวหารนั้น แต่ไม่ยึดมั่นด้วยทิฐิ

การปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมในที่ฆนขสูตร พระพุทธศาสนามีคำสอนปรากฏใน พระไตรปิฎก ภาษาไทย เล่ม ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยอริยสัจ 4 อันประกอบด้วย 128 | วารสาร มจร บานีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์ ปีที่ 3 ฉบับที่ 1 มกราคม – มิถุนายน 2560

1) ทุกข์ สรูปโดยย่อ คือกายกับใจ หรือรูปนาม ชั้น 5 ผู้ปฏิบัติมีหน้าที่ให้กำหนดรู้ 2) สมุทัย คือเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ผู้ปฏิบัติมีหน้าที่ต้องละเสียให้สิ้น 3) นิโรธ คือสภาวะที่พ้นจากทุกข์ ด้วยการไม่ยึดถือรูป (กาย) ไม่ยึดถือนาม (ใจ) ผู้ปฏิบัติมีหน้าที่ต้องทำให้แจ้ง 4) มรรค คือทางหรือวิธีปฏิบัติเพื่อให้พ้นจากทุกข์ ผู้ปฏิบัติจะต้องทำหรือเจริญให้มาก ในมรรคมีองค์ 8 สรูปได้คือศีลสมาธิ (จิตตะ) ปัญญา การปฏิบัติจะต้องรู้จริตของตน เพื่อปฏิบัติให้ถูกกับจริตแห่งตน ต้องรู้ความจริงของรูปนามตามกฎไตรลักษณ์ คืออนิจจัง (ไม่เที่ยง) ทุกขัง (ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้) อนัตตา (บังคับไม่ได้ ไม่ใช่ตัวตนที่ถาวร) ต้องตัดความห่วงความกังวลที่เรียกว่าปิลิโพทให้ได้ และต้องละสังโยชน์ กิเลส ตัณหา อุปาทาน ด้วยการเจริญโพชฌงค์ตามหลักสติปัฏฐาน 4 คือกาย เวทนา จิต ธรรม ด้วยอาตาปี (ความเพียรเพื่ากิเลส) สัมปชานโน (การกำหนดรู้และอยู่กับปัจจุบัน) และสติมา (มีความตั้งมั่นในสมาธิ) เพื่อให้การเจริญสมาธิและวิปัสสนาภาวนาเจริญรุดหน้าในญาณ ขึ้นสู่ความเป็นพระอรหันต์บุคคล บรรลุมรรคผลนิพพาน หลุดพ้นจากอภิสวาทังปวงอย่างสิ้นเชิง ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาหลักการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมในทีฆนขสูตร อันมีเนื้อหาหลักธรรมเกี่ยวกับทิวฐิ กาย (รูป) เวทนา ที่เป็นเหตุให้บุคคลต้องเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ และการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมอย่างถูกต้อง ตรงต่อความเป็นจริง อันเป็นแนวทางแห่งการบรรลุมรรคผล และทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน ยังประโยชน์เกื้อกูลแก่พุทธศาสนิกชน ตลอดจนจรรโลงไว้ซึ่งพระพุทธศาสนาสืบไป

## วัตถุประสงค์

1. ศึกษาประวัติและความเป็นมาของทีฆนขสูตร
2. ศึกษาหลักการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมในทีฆนขสูตร

## วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ด้วยการรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary source) ได้แก่พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 13 ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อรรถกถา ภาษาไทย และรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary source) ได้แก่หนังสือ ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำมาเรียบเรียงข้อมูล ตรวจสอบความถูกต้อง สังเคราะห์ข้อมูล และสรุปเพื่อตอบปัญหาการศึกษาที่ตั้งไว้

## ผลการวิจัย

ประวัติและความเป็นมาของทีฆนขสูตร สรุปได้ว่าเป็นพระสูตรที่พระพุทธองค์แสดงแก่ทีฆนขปริพาชกซึ่งเป็นหลานพระสารีบุตร โดยมีพระสารีบุตรยืนถวายงานพัด ณ เบื้องพระปฤษฎางค์ (ด้านหลัง) ของพระผู้มีพระภาค ฟังพระธรรมเทศนานี้ด้วย สาระสำคัญของพระสูตรว่าด้วยเรื่องทิวฏฐิ ทิวฏฐิเป็นเหตุให้เกิดวิวาท ประเด็นคำถามที่ทีฆนขปริพาชกกราบทูลถามพระผู้มีพระภาคเกี่ยวกับทิวฏฐิหรือความเห็นของตนว่า 1) สิ่งทั้งปวงไม่เป็นที่พอใจแก่ตน เพราะปฏิเสธสิ่งทั้งปวงว่าไม่เป็นที่พอใจเป็นอุจเฉทวาทะ 2) แม้คำกล่าวนั้นก็จะฟังเป็นเช่นนั้น เพราะตนยังพอใจในทิวฏฐิของตน คืออุทเททิวฏฐิ 3) ท่านพระโคตมยกย่องทิวฏฐิของตนหรือ เพราะยังมีความเข้าใจผิดในทิวฏฐิของตนหรือไม่เข้าใจและกำหนดเนื้อความที่พระพุทธองค์ตรัสนั้นไม่ได้ หรือไม่เข้าใจและยังถือทิวฏฐิแห่งตนอยู่ (พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล เล่ม 20: 193) พระผู้มีพระภาคตรัสเตือนและสอน ทีฆนขะเป็นทางตรงแต่ตรัสสอนพระสารีบุตรซึ่งถวายงานพัดอยู่ด้านหลังของพระองค์และฟังการแสดงธรรมอยู่ด้วย (เป็นการสอนทางอ้อม) ว่า “สิ่งทั้งปวงไม่เป็นที่พอใจแก่เรานั้น ก็ไม่น่าเป็นที่พอใจแก่ท่านด้วย” แม้ทิวฏฐิที่ท่านชอบใจพอใจยึดมั่นไว้ก่อนนั้น ก็ไม่เป็นที่พอใจแก่ท่าน และยังทรงตอบคำถาม 2) และ 3) ว่า คนเหล่าใดกล่าววาทว่า “แม้คำกล่าวนั้นก็จะฟังเป็นเช่นนั้น ในโลกนี้คนเหล่านั้นละทิวฏฐินั้นไม่ได้และยังยึดถือทิวฏฐิอื่นอีก(ไม่ละทรรคนะเดิมยังยึดถือทรรคนะอื่นอีก) คนเหล่านั้นมีจำนวนมากกว่าคนที่ละได้” และ “คนเหล่าใดกล่าววาทอย่างนี้ว่า แม้คำกล่าวนั้นก็จะฟังเป็นเช่นนั้น ในโลกนี้คนเหล่านั้นละทิวฏฐินั้นได้ และไม่ยึดถือทิวฏฐิอื่น คนเหล่านั้นมีจำนวนน้อยกว่าคนที่ละไม่ได้” บุคคลยึดถืออัสสสททิวฏฐิ<sup>1</sup> ยังละทิวฏฐินี้ไม่ได้ แต่ยังไม่ยึดถืออุจเฉททิวฏฐิหรือเอกัจจสสสททิวฏฐิอีกด้วย บุคคลยึดถืออุทเททิวฏฐิยังละทิวฏฐินี้ไม่ได้ แต่ยังไม่ยึดถืออัสสสททิวฏฐิหรือเอกัจจสสสททิวฏฐิอีก บุคคลยึดถือแม้เอกัจจสสสททิวฏฐิยังละทิวฏฐินั้นไม่ได้ และไม่สามารถยึดถืออัสสสททิวฏฐิหรืออุทเททิวฏฐิ ส่วนบุคคลยังละอัสสสททิวฏฐิเดิมไม่ได้ แต่ยังไม่ยึดถือทิวฏฐิอื่นนั้นได้ ทิวฏฐิเป็นเหตุให้เกิดวิวาท ในทีฆนขสูตรระบุทิวฏฐิเป็นเหตุให้เกิดวิวาท โดยสมณพราหมณ์แต่ละจำพวกมีวาทะและทิวฏฐิ (ความเห็น) แตกต่างกัน แยกได้ 3 จำพวก (พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล เล่ม 20 : 193-194) จำพวกที่ 1 มีทิวฏฐิว่า สิ่งทั้งปวงเป็นที่พอใจแก่ตน จะมีพฤติกรรม (1) อยู่ใกล้ความกำหนัด (2) อยู่ใกล้กิเลสเครื่องผูกสัตว์ไว้ (3) ใกล้กิเลสเป็นเหตุผลิตเพลิน 4) ใกล้กิเลสเป็นเหตุเกาะติด (5) ใกล้กิเลสเป็นเหตุยึดมั่น จำพวกที่ 2

<sup>1</sup> มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539), หน้า 239.

มีทิวฐิว่า สิ่งทั้งปวงไม่เป็นที่พอใจแก่ตน จะมีพฤติกรรม (1) อยู่ใกล้ความไม่กำหนด (2) อยู่ใกล้ธรรมเป็นเครื่องปลื้องสัตว์ (3) ใกล้ธรรมที่ไม่เป็นเหตุเพลิงเพลิง (4) ใกล้ธรรมที่ไม่เป็นเหตุเกาะติด (5) ใกล้ธรรมที่ไม่เป็นเหตุยึดมั่นจำพวกที่ 3 มีทิวฐิว่า บางสิ่งเป็นที่พอใจแก่ตน บางสิ่งไม่เป็นที่พอใจแก่ตน แยกออกได้เป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่ม 1 พวกที่เห็นว่า เป็นที่พอใจแก่ตน จะมีพฤติกรรมเช่นเดียวกับจำพวกที่ 1 กลุ่ม 2 พวกที่เห็นว่าไม่เป็นที่พอใจแก่ตน จะมีพฤติกรรมเช่นเดียวกับจำพวกที่ 2 การละ สลัดทิ้งทิวฐิ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 13 ข้อ 203: 241) โดยสมณพราหมณ์จำพวกที่ 1 เมื่อยึดมั่นถือมั่นในทิวฐิของตนแล้วยืนยันอย่างแข็งขันว่า “นี่เท่านั้นจริง อย่างอื่นไม่จริง” เป็นการเห็นผิดจากจำพวกที่ 2 และจำพวกที่ 3 เป็นเหตุให้เกิดวิวาท มีการทู่เถียงกัน ทำลายกัน การเบียดเบียนกัน เมื่อพิจารณาด้วยโยนิโสมนสิการถึงเหตุ นั้น เห็นโทษความถือผิดอันหาประโยชน์มิได้ จึงละทิวฐิ ไม่ยึดมั่น ไม่ถือมั่นทั้งของตนและทิวฐิอื่น ย่อมละยอมสลัดทิ้งทิวฐิเหล่านั้นเสียได้ (เปลี่ยนแนวคิดจากมิจฉาทิวฐิเป็นสัมมาทิวฐิ) จำพวกที่ 2 มีความเห็นว่า “นี่เท่านั้นจริง อย่างอื่นไม่จริง” ก็ถือผิดเช่นเดียวกันเหมือนจำพวกที่ 1 และ 3 อันเป็นเหตุให้เกิดวิวาท จะมีการทู่เถียงกัน ทำลายกัน และมีการเบียดเบียนกันในตน เมื่อพิจารณาความเห็นผิดเช่นเดียวกับจำพวกที่ 1 และจำพวกที่ 3 จึงละทิวฐิ ไม่ยึดมั่น ไม่ถือมั่นทั้งของตนและทิวฐิอื่น จากการพิจารณาด้วยโยนิโสมนสิการถึงเหตุ นั้นย่อมละ ย่อมสลัดทิ้งทิวฐิเหล่านั้นเสียได้เช่นกันจำพวกที่ 3 มีความเห็นว่า “บางสิ่งเป็นที่พอใจแก่ตน บางสิ่งไม่เป็นที่พอใจแก่ตน” ย่อมพิจารณาเห็นว่า ถ้าจะยึดมั่นถือมั่นในทิวฐิดังว่านี้แล้วยืนยันอย่างแข็งขันว่า “นี่เท่านั้นจริงอย่างอื่นไม่จริง” ก็จะพึงเห็นผิดเช่นเดียวกันกับ 2 จำพวกแรก อันเป็นเหตุให้เกิดวิวาทจึงละทิวฐิ ไม่ยึดมั่น ไม่ถือมั่นทั้งของตนเองและทิวฐิอื่นเช่นเดียวกับจำพวก 1 และจำพวก 2 จากการพิจารณาด้วยโยนิโสมนสิการถึงเหตุ นั้น ย่อมละ ย่อมสลัดทิ้งทิวฐิเหล่านั้นเสียได้ เช่นเดียวกัน กาย (รูป) เกิดจากมหาภูตรูป ได้แก่ธาตุทั้ง 4 อันประกอบด้วย (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 13 ข้อ 205: 242) (1) ปฐวีธาตุหรือธาตุดิน เป็นส่วนที่แข็งแข็งบรรดาที่มีอยู่ภายในกายนี้ ได้แก่ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ไล่ใหญ่ ไล่เล็กหรือสายรัดไล่ อาหารใหม่ อาหารเก่า (อุจจาระ) เยื่อในสมอง รวมเป็นอาการ 20 (2) อาโปธาตุหรือธาตุน้ำ เป็นส่วนที่เอิบอาบเหลวไหลบรรดาที่มีอยู่ภายในกายนี้ ได้แก่ น้ำดี น้ำเสลด น้ำเหลือง น้ำหนอง น้ำเลือด น้ำเหงื่อ น้ำตา น้ำลาย มันข้น มันเหลว น้ำมูก มูลร รวมเป็น 12 (ธาตุดินรวมกับธาตุน้ำ เป็นอาการ 32) (3) เตโชธาตุหรือธาตุไฟ เป็นส่วนที่อบอุ่นบรรดาที่มีอยู่ภายในกายนี้ทำให้ร่างกายขำรุดทรุดโทรม ไฟที่ทำให้ร่างกายเราร้อน ไฟที่ย่อยอาหาร คือช่วยย่อยอาหารในลำไส้ (4) วาโยธาตุหรือธาตุลม เป็นส่วนที่พัดไหวบรรดาที่มีอยู่ภายในกายนี้ ได้แก่

ลมที่พัดขึ้นเบื้องบน ลมที่พัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในไส้หรือในกระเพาะ ลมที่พัดไปมา ตลอดอวัยวะน้อยใหญ่ทั้งหลาย ลมอัสนาสะ (ลมหายใจเข้า) ลมปัสสาสะ (ลมหายใจออก) มหาภูตรูป 4 ประกอบเข้าเป็นกาย เมื่อธาตุทั้ง 4 ยังคูกันอยู่ กายนี้ก็ยังอมดำรงอยู่ คือกายมีชีวิต เมื่อธาตุทั้ง 4 แดกสลาย ความดำรงอยู่แห่งกายก็สิ้นไปชีวิตก็สิ้นไป กาย (รูป) มีมารดาบิดาเป็นแดนเกิด เจริญเติบโตด้วยข้าวสุกและขนมกุ่มมาส มีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นของไม่สะอาด ไม่งาม เป็นสิ่งปฏิญกุล กายนี้ต้องมีการไล้ทา ปีบบวด ต้องอบและขัดสีเป็นประจำ เป็นสิ่งคับแค้น เป็นสิ่งเบียดเบียน เป็นของว่างเปล่า เป็นดุจผู้อื่น เป็นดุจโรค เป็นดุจหัวฝี เป็นดุจลูกศร เป็นสิ่งที่ต้องแตกสลาย กระจัดกระจายไปเป็นธรรมดา เป็นอนัตตา ให้กำหนดรู้ด้วยปัญญา เพื่อพิจารณา กาย (รูป) ว่า มีลักษณะไม่งาม ไม่สะอาด เป็นสิ่งปฏิญกุล ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรค เป็นหัวฝี เป็นลูกศร เป็นความลำบาก เป็นความเจ็บไข้ เป็นผู้อื่น เป็นของทรุดโทรม เป็นของว่างเปล่า ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน การละลาย (รูปกรรมฐาน) โดยพิจารณาเห็นว่าร่างกายที่สภปรกนี้ไร้แก่นสาร และที่สำคัญผิดคิดว่าสวयว่างาม จึงหลงบำรุงบำเรอดูแลส่วนประกอบของรูปกาย แต่งเติมเสริมสวย ด้วยวิธีการต่างๆ เพื่อให้ดูสวยงาม ไม่ทรุดโทรมไปตามกาลเวลา นับเป็นความเห็นผิดและขัดกับกฎไตรลักษณ์ เมื่อพิจารณาเห็นความเป็นจริงของกายแล้ว ย่อมเกิดนิพพิทา คือความเบื่อหน่าย คลายความกำหนัด คลายความมัวเมา คลายความหลงไหลไปทั้งในกายตนและของผู้อื่น เมื่อเห็นความจริงเช่นนี้ ย่อมละความพอใจในกาย คือความทะยานอยากในกาย ละความเยื่อใยในกาย เพราะไม่อยู่ในสุขและไม่อยู่ในอำนาจของกาย คือตัณหา และละความยอมตามกายได้ คือไม่ตกเป็นทาสกิเลสที่เป็นไปตามกายอีกต่อไป

**เวทนา 3** ได้แก่ 1) สุขเวทนา 2) ทุกขเวทนา 3) อทุกขมสุขเวทนา แต่ละเวทนาจะบังเกิดขึ้นไม่พร้อมกัน โดยสวยครั้งละ 1 เวทนาเท่านั้น เวทนาอื่นหาไม่ยอมไม่เกิดขึ้นเลย เวทนาเกิดจากผัสสะคือ เป็นการกระทบกันระหว่างอายตนะภายในได้แก่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ กระทบกับอายตนะภายนอกได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณฺ์ จึงเกิดความรู้สึกหรืออารมณ์ใด อารมณ์หนึ่งใน 3 แต่ละเวทนานั้นไม่เที่ยง ถูกปัจจัยปรุงแต่งขึ้น อาศัยปัจจัยเกิดขึ้น มีความสิ้นไป เสื่อมไป คลายไป และดับไปเป็นธรรมดา การละเวทนา (อรูปกรรมฐาน) ผู้ได้สดับแล้วและเห็นจริง ย่อมเบื่อหน่ายเวทนาทั้ง 3 ย่อมคลายกำหนัด เมื่อคลายกำหนัดจิตย่อมหลุดพ้น เมื่อจิตหลุดพ้นแล้วก็มีญาณหยั่งรู้ว่าหลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำ

เสร็จแล้ว ไม่มีกิจการที่จะต้องทำอีกต่อไป<sup>2</sup> ผู้มีจิตหลุดพ้นแล้วจะไม่ทะเลาะวิวาทพุ่มเถียงกับใคร ๆ โวหารใดที่ชาวโลกนิยมพูดก็พูดไปแต่ไม่ยึดมั่น ถือมั่นธรรมใด ๆ เพียงแต่กล่าวไปตามโวหารนั้นเท่านั้น ดังพระพุทธพจน์ ว่า<sup>3</sup> “ภิกษุใดเป็นพระอรหันต์ ทำกิจเสร็จแล้ว ลีนอาสวะแล้ว เหลือแต่ร่างกายในชาติสุดท้าย ภิกษุนั้นกล่าวว่าเราพูดดังนี้บ้าง กล่าวว่าคนทั้งหลายพูดกับเราดังนี้บ้าง ภิกษุนั้นเป็นผู้ฉลาดทราบคำพูดที่รู้กันในโลก เธอกล่าวตามสมมติที่เขาพูดกัน” จิตตะเหล่านี้แลเป็นโลกสมัญญา (ชื่อที่ชาวโลกใช้เรียก) เป็นโลกนิรุตติ(ภาษาของโลก) เป็นโลกโวหาร (โวหารของชาวโลก) เป็นโลกบัญญัติ (บัญญัติของชาวโลก) พระพุทธองค์ก็ใช้อยู่แต่ไม่ยึดถือ<sup>4</sup> และตรัสว่า “กายนี้มีใช้ของเขอ ทั้งมีใช้ของผู้อื่น กายนี้พึงเห็นว่าเป็นกรรมเก่า (เกิดขึ้นด้วยอำนาจการปรุงแต่งแห่งเหตุปัจจัยทั้งหลายตามกระแสปฏิจกสมุปบาท) ถูกปัจจัยปรุงแต่ง สำเร็จด้วยเจตนา เป็นที่ตั้งแห่งเวทนา”<sup>5</sup> พระสารีบุตรฟังธรรมนี้และคิดตามไปด้วยโยนิโสมนสิการจนจิตหลุดพ้น บรรลุเป็นพระอรหันต์ ส่วนที่ฝนขปริพาชก เกิดธรรมจักขุ บรรลุโสดาบัน แล้วแสดงตนเป็นอุบาสกต่อพระผู้มีพระภาค และขอถึงพระรัตนตรัย ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป จนตลอดชีวิต สำหรับหลักการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมในที่ฝนขสูตรสรุปได้ว่า ทิฏฐิอันเป็นมิจฉาทิฏฐิเป็นเหตุให้เกิดความขัดแย้ง ทะเลาะวิวาท มีการพุ่มเถียงกัน มีการทำลายกัน มีการเบียดเบียนกัน มีแต่โทษหาประโยชน์อันใดมิได้ วิญญูชนเมื่อพิจารณาเห็นความจริงของทิฏฐิ จึงละ สลัดทิ้งทิฏฐิเหล่านั้นและไม่ยึดถือทิฏฐิอื่น ให้มีสัมมาทิฏฐิหรือความเห็นชอบอันเกิดจากปรโตโฆสะและโยนิโสมนสิการ เพื่อเกิดปัญญาารู้แจ้งเห็นจริงในสรรพสิ่งทั้งปวงซึ่งเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์คืออนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนาหรือการปฏิบัติตามสติปัฏฐาน 4 โดยมีสติเป็นประธานในการดู เห็น รู้ ไม่ปรุงแต่งโดยการกำหนดรู้และอยู่กับปัจจุบัน ไม่ส่งจิตออกนอกกาย เพื่อพิจารณาอารมณ์ของสติที่ฐาน 4 ได้แก่ กาย เวทนา จิต และธรรม ด้วยอาตาศือคือความเพียรเพิกกิเลส มีสัมปะชาโนหรือสัมปะชัญญะคือความรู้ตัวทั่วพร้อม และสติมาคือมีสติตั้งมั่นอยู่ในฐาน 4 เพื่อกำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกได้ การพิจารณากาย (รูปกรรมฐาน) และเวทนา 3 คือสุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุขเวทนา (อรูปกรรมฐาน) เพื่อเห็นความจริงว่า ทั้งกายและเวทนา

---

<sup>2</sup> มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, หน้า 243.

<sup>3</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า 28-29.

<sup>4</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า 195.

<sup>5</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า 79.

แม้ธรรมทั้งหลายก็ตาม มีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา มีเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไปเป็นธรรมดา หาสาระแก่นสารอันใดมิได้ จึงไม่ควรยึดมั่นถือมั่นแต่อย่างใด พระสารีบุตรได้ฟังพระธรรมเทศนานี้ โดยพระผู้มีพระภาคซึ่งเป็นกัลยาณมิตรทรงแสดง และฟังด้วยโยนิโสมนสิการคือเจริญวิปัสสนาภาวนาตามไปจนเห็นและรู้อย่างในธรรมทั้งหลาย จึงละและสลัดทิ้งธรรมทั้งปวง จิตก็หลุดพ้นจากอภิสวาททั้งหลาย ไม่ยึดมั่นด้วยอุปาทาน บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ ซึ่งการบรรลุธรรมในพุทธศาสนาตามลำดับ คือมรรค 4 ผล 4 นิพพาน 1 ที่เรียกว่าบรรลุโลกุตตรธรรม 9 ได้แก่โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล (เป็นพระโสดาบัน) สกทาคามิมรรค สกทาคามิผล (เป็นพระสกทาคามี) อนาคามิมรรค อนาคามิผล (เป็นพระอนาคามี) อรหัตตมรรค อรหัตตผล (เป็นพระอรหันต์) และนิพพาน ขณะนั้น ธรรมจักขุอันปราศจากอวิชชาและปราศจากมลทินได้เกิดขึ้นแก่ที่ชนขปริพาชก ว่า “สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นทั้งหมดล้วนมีความดับไปเป็นธรรมดา” ได้บรรลุโสดาปัตติผล เป็นพระโสดาบัน เพราะฟังพระธรรมเทศนานั้นเช่นกัน

### บทสรุป

ที่ชนขปริพาชกหรืออีกชื่อหนึ่งว่า เวทนาปริคคหสูตร เป็นพระสูตรที่พระพุทธองค์แสดงแก่ที่ชนขปริพาชก ซึ่งเป็นหลานของพระสารีบุตร ขณะประทับอยู่ ณ ถ้ำสุกรขาตา ภูเขาศิขณภูเขตกรุงราชคฤห์ เกี่ยวกับเรื่องทวิภูฏิกาย (รูป) เวทนา โดยศึกษาทวิภูฏิกายหรือมิจฉาทวิภูฏิกายอันเป็นเหตุให้เกิดวิเวท เมื่อพิจารณาเห็นโทษแล้วจึงละและสลัดทิ้งทวิภูฏิกายนั้นเสียและไม่ยึดถือทวิภูฏิกายอื่น เรื่องทวิภูฏิกาย (รูป) ศึกษาถึงอาการ 32 ที่มีอยู่ในกาย เป็นสิ่งปฏิรูป ไม่สะอาด เมื่อพิจารณาเห็นความจริงของกายว่าเป็นปฏิรูป ไม่สะอาด นำเกลียด เป็นรังของโรค ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นสิ่งดับแค้น เป็นสิ่งเบียดเบียน เป็นสิ่งต้องแตกสลาย เป็นของว่างเปล่า เป็นอนัตตา ย่อมละความพอใจในกาย ละความเยื่อใยในกายและความยอมตามกายได้ ส่วนเวทนาศึกษาถึงเวทนา 3 คือ สุข ทุกข์ และ อทุกขมสุข (อุเบกขา) เวทนามีเหตุปัจจัยการเกิดและการดับอันเกิดจากผัสสะ เมื่อผัสสะเกิด เวทนาเกิด เมื่อผัสสะดับเวทนามีดับ เวทนาเกิดขึ้นไม่พร้อมกัน กล่าวคือเมื่อสุขเกิด ทุกข์และอทุกขมสุขไม่เกิด เมื่อทุกข์เกิด สุขและอทุกขมสุขไม่เกิด เมื่ออทุกขมสุขเกิด สุขและทุกข์ไม่เกิด เวทนาเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เมื่อพิจารณาเห็นความจริง ย่อมเบื่อหน่ายเวทนาทั้ง 3 ย่อมคลายกำหนด จิตจึงหลุดพ้น ด้วยข้อปฏิบัติไปสู่ทางพ้นทุกข์จากเวทนา เพื่อการบรรลุธรรมด้วยสติปัญญา 4 หรือวิปัสสนาภาวนา ด้วยอริยมรรคมีองค์ 8 เป็นทางปฏิบัติ

## ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้

จากการศึกษาหลักการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมในทีฆนขสูตร มีข้อเสนอแนะสำหรับนำหลักธรรมนี้ไปใช้ในชีวิต ควรถือปฏิบัติดังนี้

ประการแรก ต้องสร้างสัมมาทิฐิให้มีขึ้นแห่งตน เพื่อจะได้ดำเนินชีวิตสู่ความพ้นทุกข์ตามมรรคมีองค์ 8

ประการที่สอง ให้เจริญสติปัฏฐานหรือวิปัสสนาโดยพิจารณากายแห่งตน ว่าเป็นของไม่สะอาด เป็นรังของโรค เป็นของน่าเกลียด ไม่สวย ไม่งาม เป็นการเจริญสติด้วยรูปกรรมฐาน คือพิจารณากายแห่งตนเป็นประจำสม่ำเสมอ เพื่อจะได้ละกิเลส เกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด ละความพอใจในกายละความยึดใ้ในกายของตนและผู้อื่น

ประการที่สาม ให้พิจารณาอารมณ์ความรู้สึกหรือเวทนาแห่งตน ที่เกิดดับอยู่ตลอดเวลา ด้วยการดู เห็น รู้ด้วยจิต ว่า เวทนาเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นสิ่งว่างเปล่า ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น ไม่ปรุงแต่ง เพื่อความเบื่อหน่าย คลายกำหนด ไม่ถือมั่นด้วยอุปาทานใด ๆ

ประการที่สี่ การอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยสัมปชัญญะหรือปัญญา สำหรับชีวิตประจำวัน การอยู่ร่วมกันนั้น การใช้สติควบคุมจิตให้รู้เท่าทันอารมณ์ความรู้สึก อย่างรู้เท่า ตามทัน และให้จิตอยู่กับปัจจุบัน ไม่ฟุ้งซ่าน ด้วยการคิดดี พูดดี และทำดี (การเจริญสติปัฏฐานหรือวิปัสสนาภาวนา) จะเป็นจิตของผู้ที่มีความสุข ย่อมตั้งมั่น หรือจิตที่ตั้งมั่นด้วยสมาธิย่อมเป็นสุข ทุกวันนี้ที่มีทุกข์เพราะมีความกังวลหรือสงสัย เมื่อหมดกังวลหรือข้อสงสัยทุกข์ก็ไม่มี ผู้ไม่มีอะไรให้กังวลย่อมมีแต่ความสุข อีกประการหนึ่งการวางตัวถือตนอันถือได้ว่ามีอัตตา ย่อมก่อให้เกิดความทุกข์ เพราะทุกข์อันเกิดจากการคบหาสมาคมกันนั้นมักเกิดจากถือตัวเรา ถือเขา ของเรา เกิดจากแนวคิดหรือมุมมอง หรือทิฐิคือความเห็นที่ต่างกัน กล่าวคือ คนอื่นเขาจะเป็น (อุปนิสัยหรืออนุสัยแสดงพฤติกรรมทางการคิด พูด ทำ) อย่างที่เขาอยากจะเป็น แต่เขาจะไม่ใช่เป็นอย่างที่เราอยากให้เป็น (เขาเป็นตัวของตัวเอง อิสระ เสรี ไม่ถูกบังคับข่มขืนใจ) ดังนั้น การคบค้าสมาคมกันให้ยาวนานหรืออยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข จะต้องมิตีล ศรัทธา ปัญญา จาคะ และปรับตัวปรับใจให้เสมอกัน ด้วยความรัก ความเข้าใจ ความมีเมตตา กรุณา เอื้ออาทร เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละจริงใจ ใ้วางใจ ซื่อสัตย์ สุจริต เข้าใจ เกรงใจ ให้เกียรติ เชื่อใจ อดทน อดกลั้น มีมนุษยสัมพันธ์ มองกันด้วยความจริงและเข้าใจกัน ให้มองอย่างที่เขาเป็นไม่มองอย่างที่เรายกให้เขาเป็นแล้วจะมีความสุขทั้งสองฝ่าย อย่างมีกิเลส ตัณหา อุปาทาน หรือความคาดหวังให้มากแล้วจะอยู่ร่วมกันได้นาน เพราะชีวิตนี้มีแต่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ความแน่นอนคือความไม่แน่นอน ความไม่

แน่นอนคือความแน่นอน และความตายเท่านั้นเป็นสิ่งที่แน่นอน ซึ่งทุกคนต้องประสบพบเจอ จงพบเพื่อพราก จงพรากเพื่อพบ หรือจงจากเพื่อเจอและจงเจอเพื่อจาก ต้องทำใจแล้วจะเข้าใจความเป็นจริงว่าทุกสรรพสิ่งรวมทั้งตัวเรานั้นไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นของว่างเปล่า ไม่มีอะไรเลยที่เป็นแก่นสารหรือสภาวะ อย่างยึดติดในโลกธรรม 8 (ลาภ เลื่อมลาภ ยศ เลื่อมยศ สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์) เพราะทุกสิ่งเป็นสังขารสิ่งสมมุติทั้งนั้น ถ้ารู้จักละวาง ก็จะว่าง เมื่อว่างก็สลัดทิ้งสิ่งและธรรมทั้งปวงได้ กล่าวคือ จงอยู่กับปัจจุบันด้วยความเป็นจริง อย่ายึดมั่นถือมั่นและจงละธรรมทั้งปวง จงอยู่เหนือดีหรือบุญและไม่ทำชั่วหรือบาป เหนือสุขและทุกข์ จงช่วยเหลือสงเคราะห์แก่กัน ให้อภัยต่อกัน ไม่ก่อความเดือดร้อนรำคาญ ไม่เบียดเบียนกัน พระนิพพานเป็นสิ่งที่ต้องไปให้ถึงให้จงได้ เข้าทำนอง ผันให้ไกล ไปให้ถึง ด้วยการ คิดกว้าง มองไกล ใฝ่สูง มุ่งธรรม แล้วละ สละทิ้งสิ่งทั้งปวงอย่างสิ้นเชิง แล้วชีวิตจะมีแต่สิ่งดีและมีคุณ ควรทำตนอย่างมีคุณภาพ คุณค่า คุณประโยชน์ คุณธรรมนำชีวิตเพื่อผู้อื่นและสังคม ด้วยทำแล้วสบายใจ ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน องค์กรไม่เสียหาย จะทำให้ชีวิตมั่นคง (สติ) มั่งคั่ง (ปัญญา) ยั่งยืน (สันติคือสงบ สุขคือสบาย)

ด้วยข้อเสนอแนะทั้ง 4 คือสัมมาทิฐิ พิจารณากาย พิจารณาเวทนา และการอยู่ร่วมกันด้วยสัมปชัญญะหรือปัญญา ด้วยการใช้สติควบคุมจิตทุกขณะและอยู่กับปัจจุบัน (การเจริญสติปัฏฐานหรือวิปัสสนาภาวนา) แสดงออกลักษณะอาการคิดดี พูดดี ทำดี ควรนำไปใช้ในชีวิตประจำวันจะบังเกิดประโยชน์และเป็นเหตุให้เกิดความหลุดพ้นจากทุกข์ได้

#### ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาต่อไป

การศึกษาเกี่ยวกับหลักธรรมและการบรรลุธรรม หากมีการศึกษาต่อไปควรศึกษาวិเคราะห์เรื่องกายและเวทนา โดย

1. ศึกษาความแตกต่างระหว่างเวทนามกับกาย (รูป)
2. ศึกษาการบรรลุธรรมทางกาย (รูป) ตามหลักปฏิจจสมุปบาท

#### เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539.

\_\_\_\_\_. อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2552.