

การสอนสักคาสมาธิในเรือนจำ

Sakkasasamathi Teaching class in Prison

นุชนารถ ปลอดห่วง ^{*}

บทคัดย่อ

บทความนี้มีจุดมุ่งหมายต้องการศึกษาวิเคราะห์การสอนสมาธิในเรือนจำ ในหลักสูตร “สักคาสมาธิ” (สมาธิยกใจสู่สวรรค์) ของสถาบันพลังจิตตานุภาพ โดย พระธรรมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุโร ผู้ก่อตั้งสถาบัน) เป็นการสอนสมาธิในระยะเวลา ๒๐ วัน มุ่งเน้นให้ผู้ต้องขังได้ทำสมาธิต่อเนื่องทุกวันเพื่อให้เกิดสมาธิกับการทำงานการใช้ชีวิตประจำวันให้มีชีวิตอย่างปกติสุข เพื่อให้เกิดความสมดุลและมีประโยชน์อันยิ่งใหญ่ไพศาลและมหาอำนาจใดที่มีกำลังผลักดันให้สมาธิเข้ามาสู่จุดนี้และกระจายเข้าสู่สังคมโลกให้ทั่วถึงโดยไม่แบ่งชั้นวรรณะและศาสนา เพื่อนำไปสู่สันติภาพในอนาคต ผู้ต้องขังสามารถจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทิศทางที่ดีหลังจากได้ผ่านการอบรมในหลักสูตรนี้ ซึ่งเป็นแนวทางแห่งมรรคมงคล ๘ ในข้อที่ ๘ สัมมาสมาธิ - การฝึกจิตชอบ การฝึกจิตให้สงบนิ่งอยู่กับอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียว การบริกรรมว่าพุทโ พุทโ ก็จะเกิดความเป็นหนึ่งของจิตทันที เมื่อพุทโ พุทโ ต่อเนื่องถือว่าสมาธิได้ต่อเนื่อง ก็จะเกิดความเป็นหนึ่งของจิตทันที เมื่อจิตมีความสงบแล้วย่อมมีแสงสว่างและมีกำลังสามารถนำมาใช้งานได้

คำสำคัญ: ๑. สักคาสมาธิ ๒. เรือนจำ

^{*} นางสาวนุชนารถ ปลอดห่วง นักศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Abstract

This article aims to study the analysis of meditation instruction in prisons under the “Sakkhasa Meditation” program (Meditation Raising the Heart to Heaven) of the Institute of Phalang Jittanubhap by Phra Thammamongkolyannavit (Luang Por Wiriyang Sirinath Ro, the founder of the institute) is a ๒๐-day meditation lesson. Focusing on the inmates to continuously meditate every day in order to concentrate on work and daily life to live a normal life. To achieve balance and immense benefits And any superpower that has the power to concentrate on this point and spread into the global society thoroughly Without categorization and religion to lead to peace in the future. Inmates are able to change their behavior in a positive direction after being trained in this course. Which is the way of Mak. There is ๘ elements in Article ๘. Right Focus - Mindfulness is like practicing mind to remain calm and alone with one emotion. The practice that the output of the output will become one of the mind immediately. When the output of the output will be considered continuous meditation will immediately become a part of the mind When the mind is calm, then there is light and power that can be used.

Keywords: 1. Sakkhasak Samadhi 2. Prison

ความเป็นมา

เนื่องด้วยกรมราชทัณฑ์เป็นองค์กรหนึ่งในกระบวนการยุติธรรมสังกัดกระทรวงยุติธรรม ซึ่งมีหน้าที่ในการควบคุม แก้ไข และพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง เพื่อคืนคนดีมีคุณค่าสู่สังคม รัฐมนตรีว่าการกระทรวงยุติธรรมได้มอบนโยบายการบริหารงานราชทัณฑ์ให้กับผู้บริหารงานกรมราชทัณฑ์ ตามนโยบาย ๕ ก้าวอย่างแห่งการเปลี่ยนแปลงราชทัณฑ์ ซึ่งในก้าวที่ ๔ เป็นการพัฒนาจิตใจด้วยหลักสูตรสี่คาสมาธิ โดยกรมราชทัณฑ์ได้รับความเมตตาจากพระธรรมมงคลญาณ ประธานมูลนิธิสถาบันพลังจิตตานุภาพ ได้จัดทำหลักสูตรสี่คาสมาธิ และมอบให้กรมราชทัณฑ์ได้นำมาอบรมผู้ต้องขัง และมอบหมายให้ตั้งคณะทำงานซึ่ง

เป็นอาจารย์จากสถาบันพลังจิตตานุภาพ เป็นวิทยากรให้การอบรมผู้ต้องขังทุกเรือนจำทั่วประเทศ เพื่อเป็นการปรับทัศนคติจิตใจ พฤติกรรม ให้มีความอ่อนโยน รู้จักมีเมตตา มีความอดทนอดกลั้น ควบคุมอารมณ์ ไม่ก่อให้เกิดโทษภัย ทั้งแก่ตนเอง ครอบครัว และสังคม เป็นการให้วัคซีนทางใจ

ความดำริของพระธรรมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวริย์รักษ์ สิริธโร ผู้ก่อตั้งสถาบัน) ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของสมาธิที่มีต่อผู้ต้องขังซึ่งถือเป็นทรัพยากรบุคคลของประเทศของโลกเช่นเดียวกับบุคคลทั่วไป ให้ได้เรียนรู้การทำสมาธิเช่นเดียวกับบุคคลภายนอก ได้ดำเนินเรื่องนี้ไว้นานนับสิบปีและมาดำหริอีกครั้งตอนเปิดหลักสูตรสมาธิขั้นสูงเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๙ ว่านำ

จะมีเจ้าหน้าที่ ที่เกี่ยวข้องได้เห็นความสำคัญตรงจุดนี้ และได้นำเอาหลักสูตรนี้ไปใช้ในเรือนจำ ต่อมาจึงได้มีโครงการ ๕ ก้าวอย่างแห่งการเปลี่ยนแปลงราชทัณฑ์ ซึ่งในก้าวที่ ๔ เป็นการพัฒนาจิตใจด้วยหลักสูตรศีลคาสมาธิ โดยกรมราชทัณฑ์ได้รับความเมตตาจากพระธรรมมงคลญาณ ประธานมูลนิธิสถาบันพลังจิตตานุภาพ ได้จัดทำหลักสูตรศีลคาสมาธิ และมอบให้กรมราชทัณฑ์ ได้นำมาอบรมผู้ต้องขัง และมอบหมายให้ตั้งคณะทำงานซึ่งเป็นอาจารย์จากสถาบันพลังจิตตานุภาพ เป็นวิทยากรให้การอบรมผู้ต้องขังทุกเรือนจำทั่วประเทศ จึงได้สร้างหลักสูตรนี้ขึ้น หลักสูตรศีลคาสมาธิเป็นหนึ่งในหลายๆ หลักสูตรของสถาบันพลังจิตตานุภาพ ที่เปิดสอนในวิชาสมาธิที่มีทั้งภาคทฤษฎีจากหนังสือ ๓ เล่ม ในหลักสูตรศีลคาสมาธิใช้เนื้อหาในเล่ม ๑ และภาคปฏิบัติเดินจงกรมและนั่งสมาธิ เพื่อให้เกิดสัมมาสมาธิ ตามแนวทางที่พระพุทธองค์ได้สั่งสอนไว้ เนื่องด้วยกรมราชทัณฑ์เป็นองค์กรหนึ่งในกระบวนการยุติธรรม สังกัดกระทรวงยุติธรรม ซึ่งมีหน้าที่ในการควบคุม แก้ไข และพัฒนาพฤติกรรมผู้ต้องขัง เพื่อคืนคนดีมีคุณค่าสู่สังคม ซึ่งพลเอกไพบูลย์ คุ้มฉายา รัฐมนตรีว่าการกระทรวงยุติธรรม ได้มอบนโยบายการบริหารงานราชทัณฑ์ให้กับผู้บริหารงานกรมราชทัณฑ์ ตามนโยบาย ๕ ก้าวอย่างแห่งการเปลี่ยนแปลงราชทัณฑ์ ซึ่งในก้าวที่ ๔ เป็นการพัฒนาจิตใจด้วยหลักสูตรศีลคาสมาธิ โดยกรมราชทัณฑ์ได้รับความเมตตาจากพระธรรมมงคลญาณ ประธานมูลนิธิสถาบันพลังจิตตานุภาพ ได้จัดทำหลักสูตรศีลคาสมาธิ และมอบให้กรมราชทัณฑ์ ได้นำมาอบรมผู้ต้องขัง และมอบหมายให้ตั้งคณะทำงานซึ่งเป็นอาจารย์จากสถาบันพลังจิตตานุภาพ เป็นวิทยากรให้การอบรมผู้ต้องขังทุก

เรือนจำทั่วประเทศ เพื่อเป็นการปรับทัศนคติจิตใจ พฤติกรรม ให้มีความอ่อนโยน รู้จักมีเมตตา มีความอดทนอดกลั้น ควบคุมอารมณ์ไม่ก่อให้เกิดโทษภัย ทั้งแก่ตนเอง ครอบครัว และสังคม เป็นการให้วัคซีนทางใจ ให้สอดคล้องกับความหมายของคำว่า “ศีลคาสมาธิ” ที่หมายถึงสมาธิซึ่งเป็นหนทางสู่สวรรค์ “ศีลคาสมาธิ” แปลว่า สมาธิเพื่อหนทางสู่สวรรค์ “ศีลคาสมา” แปลว่า สวรรค์

ห้าก้าวอย่าง แห่งการเปลี่ยนแปลงราชทัณฑ์

ตามที่ พลเอกไพบูลย์ คุ้มฉายา รัฐมนตรีว่าการกระทรวงยุติธรรม มอบนโยบายเร่งด่วนว่าด้วยการแก้ปัญหาเสพติด โทรศัพท์มือถือ และสิ่งของต้องห้ามในเรือนจำ ให้กรมราชทัณฑ์ไปดำเนินการ ให้ข้าราชการกรมราชทัณฑ์ปฏิบัติงานเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี สนองต่อนโยบายรัฐบาลอย่างจริงจัง จึงนำสู่การสร้างภาพลักษณ์ที่ดีของกรมราชทัณฑ์ต่อสังคม ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในกระบวนการยุติธรรมของรัฐบาลที่มีความมุ่งมั่น คืนคนดีที่มีคุณค่า สู่สังคม

นโยบายเร่งด่วน : ๕ ก้าวอย่างแห่งการเปลี่ยนแปลงราชทัณฑ์ มีแนวทางขับเคลื่อนภายใต้

แนวคิด “ราชทัณฑ์ที่มั่นคงและยั่งยืน” (กรมราชทัณฑ์, ๒๕๕๙) เพื่อให้สังคมรับรู้และเห็นผลในเชิงประจักษ์ตลอดไป ภายใต้การบริหารงานของนายสมบุญรัตน์พลกล้า ได้ดำเนินการตามนโยบายห้าก้าวอย่างแห่งการเปลี่ยนแปลงราชทัณฑ์ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง สร้างระเบียบวินัย ปลุกฝังจิตสำนึกให้กลับตนเป็นคนดี ดังนี้

ก้าวที่ ๑ การควบคุมปราบปรามยาเสพติด โทรศัพท์มือถือ และสิ่งของต้องห้ามในสถานกักขัง

การควบคุมปราบปรามยาเสพติด
โทรศัพท์มือถือ และสิ่งของต้องห้ามในเรือนจำส่งเสริม
การปราบปรามการค้ายาเสพติดในเรือนจำอย่างต่อเนื่อง

ก้าวที่ ๒ การจัดระเบียบภายในเรือนจำ

การจัดระเบียบภายในเรือนจำ
โดยให้ดำเนินการจัดระเบียบภายในเรือนจำและ
ทัณฑสถาน ภายใต้แนวทาง “วินัยเข้ม สะอาด
เป็นระเบียบ สวยงามทุกตารางนิ้ว” ให้ครบทุกแห่ง
ตลอดจนเจ้าหน้าที่และผู้ต้องขัง

ก้าวที่ ๓ การฝึกวินัยผู้ต้องขัง

การฝึกวินัยผู้ต้องขังให้จัดโครงการ
ประกวดสวนสนามผู้ต้องขัง เป็นประจำต่อเนื่อง ทุกปี
และเสริมสร้างลักษณะนิสัยแห่งความรับผิดชอบให้กับ
ผู้ต้องขังด้วยการมอบหมายให้ดูแลพื้นที่ที่กำหนด
ให้เกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อยเพื่อนิสัยแห่งความ
รับผิดชอบนี้จะติดตัวไปเมื่อพ้นโทษจากเรือนจำออกสู่
สังคมต่อไป

ก้าวที่ ๔ การพัฒนาจิตใจด้วยหลักสูตร สัจธรรม

การพัฒนาจิตใจด้วยหลักสูตร
สัจธรรมโดยผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการได้รับ
ประโยชน์จากการฝึกปฏิบัติสมาธิตามแนวทางของ
หลวงพ่อดาวทอง สิริธโร เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลง
จากจิตใจภายใน และส่งผลต่อพฤติกรรมภายนอก
ให้มีความอ่อนโยน รู้จักมีเมตตา มีความอดทนอดกลั้น
สามารถควบคุมอารมณ์และมีพฤติกรรมที่เหมาะสม
รวมทั้งสามารถกลับตนเป็นคนดีของสังคมได้ ดังนั้น

จะขยายผลการพัฒนาจิตใจด้วยหลักสูตรสัจธรรม
ในเรือนจำให้ครบทุกแห่ง รวมถึงเจ้าหน้าที่และผู้ต้องขัง

ก้าวที่ ๕ การสร้างความยอมรับจากสังคม โดยดำเนินการ ดังนี้

๑. การให้ประชาชนรับรู้ผ่านสื่อ
ต่างๆ อย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดความเข้าใจๆ ที่ถูก
ต้อง และเกิดการยอมรับผู้พ้นโทษ รวมทั้งปลูกฝัง
ความเชื่อ ความศรัทธาทำให้เกิดทัศนคติและค่านิยม
ที่ถูกต้อง

๒. จัดทำสื่อวิดิทัศน์ เพื่อนำเสนอ
ให้เห็นถึงความมุ่งมั่น ตั้งใจของกรมราชทัณฑ์ในการที่
จะยกระดับการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังให้ได้มาตรฐาน
โดยถ่ายทอดผลการดำเนินงานให้ความเชื่อมโยงของ
๔ ก้าวที่ผ่านมา รวมทั้งผลลัพธ์ที่ได้จากการดำเนินงาน

๓. จัดทำสื่อวิดิทัศน์ เพื่อถ่ายทอด
เรื่องราวของผู้ที่พ้นโทษไปแล้วสามารถกลับตัวเป็นคน
ดีของสังคม ประกอบอาชีพสุจริต รวมทั้งสามารถนำ
ความรู้ที่ได้จากการอบรมในเรือนจำ/ทัณฑสถานไป
ประกอบอาชีพ และพึ่งตนเองได้ หรือที่เรียกว่า ผลิตผล
คนดี

๔. จัดทำบันทึกประวัติศาสตร์
(Hall of fame) เพื่อเป็นการสร้างค่าความเชื่อมั่นและ
ความภาคภูมิใจแก่เจ้าหน้าที่ในเรือนจำ/ทัณฑสถาน
ที่ได้ร่วมแรงร่วมใจกันในการแก้ไขปัญหามาต่างๆ ใน
เรือนจำ และเป็นอนุสรณ์เตือนใจว่าทุกคนได้ก้าวข้าม
หุบเหวแห่งความเลวร้ายทั้งปวงหายสาบสูญ โทรศัพท์
มือถือ และปัญหาอื่นๆ มาแล้ว จึงไม่ควรหวนกลับไป
ในหนทางเก่าอีก

เป็นเรื่องยากที่สังคมจะยอมรับคนที่ต้อง
ราชทัณฑ์ เพื่อให้ผู้ต้องขังได้รับการยอมรับจากสังคม

ภายใต้การบริหารงานของนายสมบูรณ์ นพเกล้า ผู้อำนวยการฯ เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่จังหวัดจัดขึ้นและหน่วยงานภายนอกจังหวัด จะเผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร เพื่อให้สังคมทำความเข้าใจเกี่ยวกับตัวผู้ต้องกักขังว่าแต่ละคนนั้นมีการฝึกฝนขัดเกลา เช่น การฝึกจิตใจ การฝึกวินัย การฝึกอาชีพ รวมถึงการให้ความร่วมมือด้านสาธารณประโยชน์ เช่น ผู้ต้องกักขังร่วมเก็บกวาดขยะ ตัดหญ้า ตากแต่งต้นไม้ ตามสถานที่ต่างๆ เป็นต้น

ทั้งหมดนี้คือก้าวอย่างสำคัญที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงสถานกักขังกลางจังหวัดตราดและทัณฑสถานทั่วประเทศให้เป็นองค์กรที่ขัดเกลาผู้กระทำความผิด และส่งคืนคนดีกลับสู่สังคมด้วยการยอมรับจากทุกภาคส่วนภายใต้นโยบาย “ห้าก้าวอย่างแห่งการเปลี่ยนแปลงราชทัณฑ์”

(ที่มา <http://www.correct.go.th/inc trad/fivesteps.html>)

สัจธรรมของสมาธิคืออะไร

การปฏิบัติเจริญกรรม - นั่งสมาธินั้น ก็เริ่มจากการบริหารลมพุทโธ คำว่า พุทโธ นี้เป็นพุทธานุสติ เมื่อเริ่มบริหารก็ถือว่าได้ว่า ปิดหนทางสู่สวรรค์ได้ เมื่อใครนึก “พุทโธ” เพียงคำเดียว เวลาจะละจากกายหยาบเข้าสู่กายละเอียด จะไม่ไปทางอบาย “สัจธรรมของสมาธิ” ที่หมายถึงสมาธิซึ่งเป็นหนทางสู่สวรรค์ “สัจธรรมของสมาธิ” แปลว่าสมาธิเพื่อหนทางสู่สวรรค์ “สัจธรรม” แปลว่า สวรรค์

สัจธรรมของสมาธิกับก้าวอย่างที่ ๔ ของกรมราชทัณฑ์

จุดประสงค์ของการทำสมาธิ คือ สะสมพลังจิต ก่อนที่จะทำสมาธิ เรามีอารมณ์มากมาย เมื่อเริ่มบริหาร

อารมณ์ก็จะหายไปหมด เหลือคำบริกรรมเพียงอย่างเดียว คือจิตเป็นหนึ่ง เมื่อจิตเป็นหนึ่งก็จะเกิดการผลิตพลังจิต การทำสมาธิในครั้งที่ ๒ ครั้งที่ ๓ ทำเรื่อยๆ จะเกิดการสะสมพลังจิต และพลังจิตนี้จะไม่หายไปไหน จะอยู่ติดตัวของเราไป พลังจิตนี้สามารถควบคุมตนเองได้ ในที่สุดก็จะเกิดการเปลี่ยนพฤติกรรม นี่คือการอันสงฆ์ของการทำสมาธิ เมื่อสมาธิควบคุมจิตใจได้แล้ว ความขัดแย้งใหญ่โตแค่ไหน สมาธิจะสามารถช่วยได้ ก่อให้เกิดสันติสุขต่อครอบครัว สังคม ประเทศชาติ และโลก เมื่อทำสมาธิมากขึ้นจะเกิด “ตัวเตือน” มาช่วยเราได้ ตัวเตือนนี้จะเกิดขึ้นเอง หลวงพ่อสอนสมาธิไม่เฉพาะคนไทย สอนคนแคนาดาด้วย (ยกตัวอย่างชาวแคนาดาที่เรียนสมาธิจนจบนำไปประกาศนียบัตรมาคืนหลวงพ่อก) เหมือนกับการที่พวกเขาทั้งหลายไปเรียนหนังสือทุกวัน อ่านหนังสือถูกไม่เป็นไร แต่พออ่านผิดจะมีตัวเตือน มาบอกว่า อ่านผิดแล้ว หากไม่เคยเรียนหนังสือ เปิดหนังสืออ่านก็ไม่รู้ว่าอ่านถูกหรือผิด ไม่มีตัวเตือน มาบอก เช่นเดียวกับคนที่ไม่ทำสมาธิ เมื่อเกิดเหตุวิกฤติหรือคับขัน ก็ไม่มีตัวเตือนคอยบอก จนอาจทำให้เกิดการตัดสินใจผิดพลาดได้ การทำสมาธิเป็นบุญ ทำให้เกิดวาสนา บารมี สมัยหลวงพ่อกอายุ ๑๓ ปี ก็ไปหาปู่หาปลา มาทำกิน แต่พ่อกทำสมาธิแล้ว แม้แต่ยุ่งมากก็ หลวงพ่อกไม่เคยตี สิ่งเหล่านี้มันเกิดขึ้นเอง นอกจากนี้สมาธิจะทำให้เกิดปัญญา ปัญญาจะทำให้พวกเขาทั้งหลายสร้างตัวเป็นบุคคลใหม่ขึ้นมา พวกเขามีโอกาสในการทำสมาธิตั้งเยอะ เพราะไม่ต้องกังวลเรื่องการทำงาน พวกเขามีโอกาสมากกว่าคนอื่นอีกหลายๆ คน จึงควรใช้โอกาสนี้ทำสมาธิ คนบางคนไม่มีโอกาสเข้าวัด ไม่มีโอกาสได้ทำสมาธิ หากเราเกิดมาแล้วไม่ได้ทำสมาธิ ก็ถือว่าไม่มีประโยชน์ เกิดมาตายเปล่า

“เมื่อ พ.ศ. ๓๑๕ หลังจากพระพุทธเจ้าปรินิพพานได้ ๓๐๐ ปี มีเณรคนหนึ่งเดินเข้าไปในคุก คุณนี้พระเจ้าโศกสร้างไว้เพื่อประหารชีวิตคน ถ้าใครเข้าไปในคุกให้สามารถประหารได้เลย เณรเผลอเดินไปบิณฑบาตในคุก จึงถูกขัง ขณะที่เณรถูกขังอยู่ในคุกก็ได้พบผัวเมียคูหนึ่งเป็นชู้กัน และถูกประหารโดยการดำด้วยครกจนตายทั้งสองคน เมื่อเณรได้เห็นจึงบรรลुพระอรหันต์ สามารถเหาะได้ เรื่องรู้ถึงพระเจ้าอโศกว่ามีเณรเหาะได้ ท่านจึงอยากเห็นคนเหาะได้ จึงเดินทางไปที่คุก แล้วบอกให้เณรเหาะให้ดู แต่เณรไม่ทำเพราะผิดข้อบัญญัติของพระพุทธเจ้า พระเจ้าอโศกจึงสั่งประหารเณร เณรจึงเหาะให้ดู หลังจากนั้นมาพระเจ้าอโศกก็เกิดความเลื่อมใสในพุทธศาสนา” สักคาสมาธิ หลวงพ่อใช้เวลาเขียนหลักสูตรกว่า ๒๐ ปี ขอให้พวกเธอทั้งหลายจงตั้งใจเรียน (พระธรรมมงคลญาณ, ๒๕๕๘)

สมาธิที่เป็น สัมมาสมาธิ การ ผีกสมาธิเพื่อให้เกิดประโยชน์และคุณค่า ผู้ฝึกหรือผู้ปฏิบัติย่อมต้องการที่จะฝึกหรือปฏิบัติในแนวทางที่ถูกต้อง ซึ่งนอกจากจะฝึกหรือปฏิบัติได้ถูกต้องแล้ว จำเป็นจะต้องทราบว่าวัตถุประสงค์ของการฝึกหรือปฏิบัติเพื่ออะไร ทั้งนี้การฝึกสมาธิในแนวทางที่ถูกต้องในทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า สัมมาสมาธิ และสัมมาสมาธิ นั้น โดยความหมายทั่วไป หมายถึงการตั้งจิตมั่นชอบ ซึ่งในพระไตรปิฎกได้กล่าวถึงสัมมาสมาธิไว้หลายแห่ง โดยได้อธิบายความหมาย ตลอดจนลักษณะของสัมมาสมาธิไว้ หลายแห่งดังนี้

พระสูตรตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ สติปัฏฐานสูตร เล่ม ๑๗ หน้า ๖๒๘-๙ กล่าวว่า ภิกษุใน

ธรรมวินัยนี้ สัตว์จากกาม สัตว์จากอกุศลธรรม เข้าถึงปฐมฌานมีวิตกวิจารณ์มีปีติและสุขเกิดแต่เวกอยู่ เธอเข้าถึงทุติยฌาน มีความผ่องใสแห่งจิตในภายในเป็นธรรมเอกผุดขึ้น เพราะวิตกวิจารณ์สงบไป ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์มีปีติและสุขอันเกิดแต่สมาธิอยู่ เธอมีอุเบกขา มีสติ มีสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย เพราะปีติสิ้นไป เข้าถึงตติยฌาน ที่พระอริยะทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้ได้ฌานนี้เป็นผู้มีอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข เธอเข้าถึงจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข เพราะละสุขและทุกข์ และดับโสมนัสโทมนัสก่อนๆ ได้ มีอุเบกขาเป็นเหตุให้สติบริสุทธิ์อยู่ อันนี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ ดูก่อนภิกษุทั้งหลายอันนี้เรียกว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ

สำหรับการอบรมหลักสูตรสักคาสมาธิทั้ง ๓ แห่งนี้ ถือว่าเป็นโครงการนำร่อง (ทัศนสถานบำบัตพิเศษ (ทสป) จังหวัดปทุมธานี, พระครูสังฆรักษ์สุริยา เป็นประธานสงฆ์ ณ ทัศนสถานบำบัตพิเศษ (ทสป) เรือนจำธัญบุรี และพระพงษ์ศักดิ์ เป็นประธานสงฆ์ ณ ทัศนสถานบำบัตพิเศษ (ทสป) เรือนจำสีคิ้ว) โดยมีการเรียนภาคทฤษฎี ๔๐ ชั่วโมง ภาคปฏิบัติ ๖๐ ชั่วโมง รวม ๑๐๐ ชั่วโมง และมีการสอบวัดผล ถือเกณฑ์ผ่านคือ ๕๐% ผู้มีสิทธิ์สอบต้องมีชั่วโมงเรียน/ปฏิบัติไม่ต่ำกว่า ๘๐ ชั่วโมง เมื่อผลเป็นที่น่าพอใจ จะมีโครงการขยายผลจัดอบรมทุกเรือนจำที่มีความพร้อมทั่วประเทศ ซึ่งทั้งหมดมีกว่า ๑๔๐ เรือนจำ ปัจจุบันอบรมไปแล้วหลายรุ่น ครอบคลุมทุกเรือนจำ จำนวนผู้ต้องขังที่ได้รับการอบรมไปแล้วสองแสนกว่าคนทั่วประเทศ (พระธรรมมงคลญาณ/ ๒๕๕๘/สถานที: ทัศนสถานพิเศษ ปทุมธานี)

อริยมรรคมีองค์แปด

มรรค (สันสกฤต: มรค; บาลี: มคค) คือหนทางสู่ความดับทุกข์ เป็นหนึ่งในอริยสัจ ๔ จึงเรียกอีกอย่างว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา หรือการลงมือปฏิบัติเพื่อให้พ้นจากทุกข์ ประกอบด้วยองค์ประกอบ ๘ ประการในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร พระพุทธเจ้าตรัสว่า อริยมรรคมีองค์ ๘ นี้เป็นทางสายกลาง คือเป็นข้อปฏิบัติอันพอดีที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น (วิภังคสูตร, พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๙ พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๑ (ฉบับมหาจุฬาฯ) สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค)

ตามวิภังคสูตร พระพุทธเจ้าทรงอธิบายรายละเอียดมรรคมีองค์ ๘ ไว้ว่า

๑. **สัมมาทิฐิ** (ความเห็นที่ถูกต้อง) หมายถึง ความรู้ในอริยสัจ ๔ หมายถึง แนวคิดที่ถูกต้อง เห็นชอบตามทำนองคลองธรรม เช่น เห็นว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ถือเป็นองค์แรกในมรรคมีองค์แปด อันเป็นแนวทางสู่การหลุดพ้นจากทุกข์ รู้ชัดในรากเหง้าของกุศลและอกุศล

๒. **สัมมาสังกัปปะ** (ความคิดที่ถูกต้อง) หมายถึง ความคิดในการออกจากกาม ความไม่พยายา และการไม่เบียดเบียน หมายถึง ดำริชอบ หรือความนึกคิดในทางที่ถูกต้อง เป็นหนึ่งในมรรค ๘ หรือ มรรคมีองค์แปดสัมมาสังกัปปะ มี ๓ อย่าง ได้แก่

๑. **เนกขัมมสังกัปป** (หรือ เนกขัมมวิตก) คือ ความดำริที่ปลอดจากโลภะ ความนึกคิดที่ปลอดโปร่งจากกามไม่หมกมุ่นพัวพันติดข้องในสิ่งสนองความอยากต่างๆ ความคิดที่ปราศจากความเห็นแก่ตัว ความคิดเสียสละ และความคิดที่เป็นคุณเป็นกุศลทุกอย่าง จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากราคะหรือโลภะ

๒. **อพยยาบทสังกัปป** (หรือ อพยยาบทวิตก) คือ ดำริในอันไม่พยายาหา ความดำริที่ไม่มีมีความเคียดแค้น ชิงชัง ชัดเคือง หรือเพ่งมองในแง่ร้ายต่างๆ โดยเฉพาะมุ่งเอาธรรมที่ตรงข้าม คือเมตตา กรุณาซึ่งหมายถึงความปรารถนาดี ความมีไมตรี ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากโทสะ

๓. **อวิหิงสาสังกัปป** (หรือ อวิหิงสวิตก) คือ ดำริในอันไม่เบียดเบียน ไม่มีการคิดทำร้ายหรือทำลายด้วยความไม่รู้ เพราะคิดคะนอง ทำโดยไม่มีความรู้หรือความโกรธมาเกี่ยวข้อง โดยเฉพาะมุ่งเอาธรรมที่ตรงข้าม ปัญญาคือเข้าใจโลกนี้ตามความเป็นจริง รู้ชัดในกฎแห่งกรรม หรือมีสามัญสำนึกในสิ่งที่ถูกต้องดีงามเอง จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากโมหะ

กุศลวิตก ๓ ประการนี้ไม่กระทำความผิดหมิ่นกระทำปญญาจักขุ กระทำญาณ ยังปัญญาให้เจริญไม่เป็นไปในฝ่ายแห่งความคับแค้น เป็นไปเพื่อนิพพาน

๓. **สัมมาวาจา** (วาจาที่ถูกต้อง) หมายถึง การเว้นจากการพูดเท็จ หยาบคาย ส่อเสียด และเพ้อเจ้อ คือ วจีสุจจริต ๔ (เว้นจาก วจีหุจจริต ๔)

หลักธรรมเกี่ยวกับสัมมาวาจา

- ละการพูดเท็จ เว้นขาดจากการพูดเท็จ พูดแต่คำจริง ดำรงคำสัตย์ มีถ้อยคำเป็นหลักฐาน ควรเชื่อได้ ไม่พูดลวงโลก

- ละคำส่อเสียด เว้นขาดจากคำส่อเสียด พังจากข้างนี้แล้วไม่ไปบอกข้างโน้น เพื่อให้คนหมู่นี้แตกร้างกัน หรือพังจากข้างโน้น แล้วไม่มาบอกข้างนี้ เพื่อให้คนหมู่นี้แตกร้างกัน สมานคนที่แตกร้างกันแล้วบ้าง ส่งเสริมคนที่พร้อมเพรียงกันแล้วบ้าง ชอบคนผู้พร้อมเพรียงกัน ยินดีในคนผู้พร้อมเพรียงกัน เพลิดเพลินใน

คนผู้พร้อมเพรียงกัน กล่าวแต่คำที่ทำให้คนพร้อมเพรียงกัน

- ละคำหยาบ เว้นขาดจากคำหยาบ กล่าวแต่คำที่ไม่มีโทษเพราะหู ชวนให้รัก จับใจ เป็นของชาวเมืองคนส่วนมากรักใคร่พอใจ

- ละคำเพื่อเจ้อ เว้นขาดจากคำเพื่อเจ้อ พุดถูกกาล พุดแต่คำที่เป็นจริง พุดอิงอรรถ พุดอิงธรรม พุดอิงวินัย พุดแต่คำมีหลักฐานมีที่อ้าง มีที่กำหนด ประกอบด้วยประโยชน์ โดยกาลอันควร

รู้จักมิจมาวาจาว่ามิจมาวาจา รู้จักสัมมาวาจาว่าสัมมาวาจา ความรู้นั้น เป็น สัมมาทิล्ली

สัมมาวาจา ๒ อย่าง

- สัมมาวาจาที่ยังเป็นสาสวะ เป็นส่วนแห่งบุญให้ผลแก่ขั้นนี้ คือ เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการพูดส่อเสียด งดเว้นจากการพูดคำหยาบ งดเว้นจากการเจรจาเพื่อเจ้อ

- สัมมาวาจาของพระอริยะที่เป็นอนาสวะ เป็นโลกุตระ เป็นองค์มรรค คือ ความงด ความเว้น ความเว้นขาด เจตนางดเว้น จากวจีทุจริตทั้ง ๔ ของภิกษุผู้มีจิตไกลข้าศึก มีจิตหาอาสวะมิได้ พรั่งพร้อมด้วยอริยมรรค เจริญอริยมรรคอยู่

วาจาสุภาสิต

วาจาประกอบด้วยองค์ ๕ ประการ เป็นวาจาสุภาสิต ไม่เป็นทุพภาสิต และเป็นวาจาไม่มีโทษ วิญญูชนไม่พึงติเตียน คือ

๑. วาจานั้นย่อมเป็นวาจาที่กล่าวถูกกาล
๒. เป็นวาจาที่กล่าวเป็นสัจ
๓. เป็นวาจาที่กล่าวอ่อนหวาน
๔. เป็นวาจาที่กล่าวประกอบด้วยประโยชน์
๕. เป็นวาจาที่กล่าวด้วยเมตตาจิต

อีกนัยหนึ่ง วาจาอันประกอบด้วยองค์ ๔ เป็นวาจาสุภาสิต ไม่เป็นทุพภาสิต เป็นวาจาไม่มีโทษ และวิญญูชนไม่พึงติเตียน

๑. ย่อมกล่าวแต่คำที่เป็นสุภาสิต ไม่กล่าวคำที่เป็นทุพภาสิต

๒. ย่อมกล่าวคำที่เป็นธรรม ไม่กล่าวคำที่ไม่เป็นธรรม

๓. ย่อมกล่าวแต่คำอันเป็นที่รัก ไม่กล่าวคำอันไม่เป็นที่รัก

๔. ย่อมกล่าวแต่คำสัตย์ ไม่กล่าวคำหละหละ อภัยราชกุมารสูตร (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๓) กล่าวถึงธรรมะที่เกี่ยวข้องว่า

ตถาคตย่อมรู้วาจาที่ไม่จริง ไม่แท้ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ และวาจานั้นไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ตถาคตไม่กล่าววาจานั้น

อนึ่ง ตถาคตย่อมรู้วาจาที่จริง ที่แท้ แต่ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ และวาจานั้นไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ตถาคตไม่กล่าววาจานั้น

อนึ่ง ตถาคตย่อมรู้วาจาที่จริง วาจาที่แท้ และประกอบด้วยประโยชน์ แต่วาจานั้นไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ในข้อนี้ ตถาคตย่อมรู้กาลที่จะพยากรณ์วาจานั้น

ตถาคตย่อมรู้วาจาที่ไม่จริง ไม่แท้ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ แต่วาจานั้นเป็นที่รัก เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ตถาคตไม่กล่าววาจานั้น ตถาคตย่อมรู้วาจาที่จริง ที่แท้ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ แต่วาจานั้นเป็นที่รัก เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ตถาคตไม่กล่าววาจานั้น

อนึ่ง ตถาคตย่อมรู้วาจาที่จริง ที่แท้ และประกอบด้วยประโยชน์ และวาจานั้นเป็นที่รัก เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ในข้อนี้ ตถาคตย่อมรู้กาลที่จะพยากรณ์วาจานั้น

๔. สัมมกัมมันตะ (การปฏิบัติที่ถูกต้อง)

หมายถึง เจตนาละเว้นจากการฆ่า โจรกรรม และการประพฤติดิในกาม เป็นหนึ่งในมรรค ๘ หรือ มรรคมิองค์แปด กระทำชอบ ทำการชอบ คือ การกระทำที่เว้นจากความประพฤติชั่วทางกาย ๓ อย่าง อันได้แก่

- การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์
- การงดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เขามิได้ให้
- การงดเว้นจากการประพฤติดิในกาม

๕. สัมมาอาชีวะ (การหาเลี้ยงชีพที่ถูกต้อง)

หมายถึง การเว้นจากมิฉาชีพ ประกอบสัมมาชีพ สัมมาอาชีวะเป็นหนึ่งในมรรค ๘ หรือ มรรคมิองค์แปด

- เลี้ยงชีพชอบ หมายถึงการทำมาหากินด้วยอาชีพที่สุจริต

- ขรवास สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเว้นมิฉาอาชีวะ อันได้แก่ การเลี้ยงชีพไม่ชอบ คือ การแสวงหาปัจจัยมาบริโภคที่มีชอบคือการโกงหรือหลอกลวง เว้นการประจบสอพลอ การบีบบังคับขู่เข็ญ และการต่อลาภด้วยลาภ หรือก็คือการแสวงหาลาภโดยไม่ประกอบด้วยความเพียร (สัมมาวายามะ) คือขี้เกียจอยากได้มาง่ายๆโดยไม่อาศัยกำลังแห่งสติปัญญาและแรงกาย ข้ำโลกาจนไม่ชอบธรรม เช่น เบียดเบียนลูกจ้างและทำลายสิ่งแวดล้อม สังคม เพื่ออย่างได้มาก เสียให้น้อยรวมถึงการไม่ประกอบมิฉาอาชีวะ ๕ ประเภทดังนี้

๑. สัตตวณิชชา คือ การขายอาวุธ ได้แก่ อาวุธปืน อาวุธเคมี ระเบิด นิวเคลียร์ อาวุธอื่นๆ เป็นต้น อาวุธเหล่านี้หากมีเจตนาเพื่อทำร้ายกัน จะก่อให้เกิดการทำลายล้างซึ่งกันและกัน โลกจะไม่เกิดสันติสุข

๒. สัตตวณิชชา หมายถึง การค้าขายมนุษย์ ได้แก่ การค้าขายเด็ก การค้าทาส ตลอดจนการ

ใช้แรงงานเด็กและสตรีอย่างทารุณ รวมถึงการขายตัวหรือขายบริการทางเพศทั้งของตัวเองและผู้อื่น

๓. มังสวณิชชา หมายถึง ค้าขายสัตว์ เป็น สำหรับฆ่าเพื่อเป็นอาหารเป็นการส่งเสริมให้ทำผิดศีลข้อที่ ๑ คือการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต

๔. มัชชวณิชชา หมายถึง การค้าขายน้ำเมา ตลอดจนการค้าสารเสพติดทุกชนิด รวมถึงการเสพเอง

๕. วิสวณิชชา หมายถึง การค้าขายยาพิษซึ่งเป็นอันตรายต่อผู้ใช้ รวมทั้งเป็นอันตรายต่อสัตว์

บรรพชิต (นักบวช) สัมมาอาชีวะ หมายถึง การใช้ชีวิตด้วยการบริโภคปัจจัยสี่ อย่างภิกษาบิที่จำเป็น ถ้าเป็นนักบวชที่อยู่ด้วยการขอต้องรักษาปัจจัยสี่ของทายกอย่างดี เพื่อให้คุ้มค่าต่อผู้ให้ ไม่เบียดเบียน และไม่แสพสิ่งที่นอกเหนือจากปัจจัยสี่โดยไม่จำเป็นเช่นกามคุณ ๕ เพราะแม้ไม่เสพกามคุณมนุษย์ก็สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ สัมมาอาชีวะของผู้บวชคือไม่เสพบริโภคเกินจำเป็น เช่น ดูการละเล่น แต่งตัว เป็นต้น

๖. สัมมาวายามะ (ความเพียรที่ถูกต้อง)

หมายถึง สัมมปัชาน ๔ คือ ความพยายามป้องกันอกุศลที่ยังไม่เกิด ละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ทำกุศลที่ยังไม่เกิด และดำรงรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้ว สัมมาวายามะเป็นหนึ่งในมรรค ๘ หรือ มรรคมิองค์แปด เพียรชอบเกิดนั้นหะพยายาม ปราภกความเพียร ประคองจิตไว้ตั้งจิตไว้

- เพื่อมิให้ออกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิดบังเกิดขึ้น

- เพื่อละออกุศลธรรมอันลามกที่บังเกิดขึ้นแล้ว

- เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดบังเกิดขึ้น
 - เพื่อความตั้งอยู่ไม่เลือนหาย เจริญยิ่ง
- ไพบุลย์ มีขึ้น เต็มเปี่ยมแห่งกุศลธรรมที่บังเกิดขึ้นแล้ว

การจะเกิดสัมมาสติ ต้องอาศัยความเพียรพยายามกำหนดสติอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ จนเกิดเป็นสัมมาสมาธิ ดังนั้นสัมมาวายามะจึงต้องมีอยู่หน้าสัมมาสติ

๗. สัมมาสติ (การมีสติที่ถูกต้อง) หมายถึง สติปัฏฐาน ๔ สัมมาสติ คือการมีสติกำหนดระลึกอยู่เป็นนิจว่า กำลังทำอะไร กำหนดรู้สภาวะที่เกิดขึ้นจริง ในขณะปัจจุบัน ในสภาวะทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม ตามความจำกัดความแบบพระสูตร คือ หลักธรรมที่เรียกว่าสติปัฏฐาน ๔ แบ่งออกเป็น ๔ คือ (สัมมาสติ เป็นไฉน ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็น กายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัด อภิชฌา และโทมนัสในโลกเสียได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ ฯลฯ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ฯลฯ พิจารณา เห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและ โทมนัสในโลกเสียได้ อันนี้เรียกว่า สัมมาสติ ฯ) จากพระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๐ พระสูตรตันตปิฎก เล่มที่ ๒ ทีฆนิกาย มหาวรรค ฉบับหลวง มหาสติปัฏฐานสูตร

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดระลึกไว้ในกาย คือ อิริยาบถ ๔ การเคลื่อนไหว (อานาปานบรรพ อิริยาปถบรรพ สัมปชัญญะบรรพ ปฏิกุลมณสิการบรรพ ธาตุมนสิการบรรพ นวสีลิกการบรรพ)

๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดระลึกไว้ในเวทนา คือ เวทนาทางกาย ทางใจ สุข ทุกข์ อุเบกขา

๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดระลึกไว้ในจิต จิตมีโทสะรู้ มีราคะรู้ มีโมหะรู้ ฯลฯ

๔. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดระลึกไว้ในธรรม คือ สัญญา (ความนึก) และสังขาร (ความคิด) นิรวรณ ๕ อุปาทานขันธ์ ๕ อายตนะภายในและภายนอก ๖ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔

๘. สัมมาสมาธิ (การมีสมาธิที่ถูกต้อง) แปลว่า สมาธิชอบ คือความตั้งใจมั่นโดยถูกทาง โดยการที่กุศลจิตมีอารมณ์เป็นอันเดียว (ความตั้งมั่นแห่งกุศลจิตในในอารมณ์อันใดอันหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน) เข้าถึง ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และ จตุตถฌาน (จิตตั้งมั่นในฌานทั้ง ๔ นี้ ส่วนรูปฌาน) ทั้ง ๔ ท่านจัดเข้าในจตุตถฌานตามอารมณ์ที่รูปฌานมีเจตสิกที่เข้ามาประกอบในจิต คือ อุเบกขาเจตสิกและเอกัคคตาเจตสิก เช่นเดียวกับ จตุตถฌาน หมายถึง การบรรลุฌาน ๔

ความแตกต่างของสมาธิและสัมมาสมาธิ

๑. คำว่าสมาธิ กับคำว่า สัมมาสมาธิ มีความแตกต่างกัน สมาธิได้แก่การถือเอา อารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง ทำให้แน่วแน่อยู่นในอารมณ์นั้น แบบสมถะสมาธิ สัมมาสมาธิ นั้น เป็นสมาธิที่มีรากฐานจากการกำหนดรู้ในมหาสติปัฏฐานทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม

๒. อริยมรรค ๘ คือหนทางแห่งการดำรงชีวิตอย่างรู้แจ้ง มีสติเป็นพื้นฐานด้วยการฝึกสติสามารถพัฒนาสมาธิจิตซึ่งจะช่วยให้บรรลุถึงปัญญา เพราะสัมมาสมาธิจึงสามารถบรรลุถึงสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ และสัมมาวายามะ ปัญญาความเข้าใจซึ่งพัฒนาขึ้นนั้นสามารถกำจัดความไม่รู้ (อวิชชา) ได้ในที่สุด

ลักษณะของสัมมาสมาธิ

๑. จิตสงบแล้วจากกามทั้งหลาย สงบแล้วจากกรรมที่เป็นอกุศลธรรมทั้งหลาย เข้าถึงปฐมฌาน ประกอบด้วยวิตกวิจารณ์มีปิติและสุขอันเกิดจากวิเวก

๒. เพราะความที่วิตกวิจารณ์ทั้งสองระงับลง เข้าถึงทุติยฌาน เป็นเครื่องพ้องใสแห่งใจในภายใน ให้สมาธิเป็นธรรมอันเอกผุดขึ้น ไม่มีวิตกวิจารณ์ มีแต่ปิติและสุขอันเกิดจากสมาธิ

เพราะความจางคลายไปแห่งปิติ เป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติและสัมปชัญญะ และเสวยสุขด้วยนามกาย มีสติ อยู่เป็นปรกติสุข เข้าถึงตติยฌาน

เพราะละสุขและทุกข์เสียได้ เพราะความดับไปแห่งโสมนัสและโทมนัสทั้งสอง เข้าถึงจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีแต่ความที่สติเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา

เมื่อเทียบกับหลักไตรสิกขา ของคัมภีร์ข้อ ๑-๒ เป็นปัญญา ข้อ ๓-๔-๕ วิมุตติสูตร, พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๙ พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๑ (ฉบับมหาจุฬาฯ) สังยุตตนิกาย มหาวรรค เป็นศีล และข้อ ๖-๗-๘ เป็นสมาธิ

บทสรุป

การนำหลักสูตรสัจธรรมสมาธิมาใช้ในเรื่องจำเป็นก้าวอย่างที ๔ นั้นได้คุณประโยชน์ทั้งกับผู้ต้องขังคือผู้ได้รับโทษทั้งที่ตัดสินแล้ว, และรอตัดสิน, ผู้คุมที่มีหน้าที่อบรมดูแลทั้งด้านความเป็นอยู่, ความประพฤติ, ระเบียบวินัยและพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังและทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องดังนี้

๑. ความพัฒนาของโครงการจากแต่แรกใช้งบประมาณจากการทำนุบำรุงรักษาในสถาบัน มาเป็นโครงการที่ปัจจุบันทางกรมราชทัณฑ์โดยอธิบดีกรม

ราชทัณฑ์รับบรรจุเข้าเป็นโครงการต่อเนื่องของกรมโดยใช้งบประมาณของกรมราชทัณฑ์

๒. การเรียนหลักสูตรสัจธรรมสมาธินั้นผู้ต้องขังจะได้ใบวุฒิบัตรรับรองเมื่อจบหลักสูตร มีอายุ ๖ เดือนในการใช้ลดโทษต่อไป นับเป็นประโยชน์ต่อผู้ต้องขังโดยตรง ที่ทำสมาธิได้ต่อเนื่องเมื่อจบหลักสูตรแล้วก็ตาม คือสามารถใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างต่อเนื่อง

๓. การเรียนหลักสูตรนี้ จากการสอบถามผู้คุมและตัวผู้ต้องขัง การทำสมาธิทำให้จิตใจของผู้ต้องขังสงบ เย็นลงสามารถอยู่ร่วมกันได้ในเรือนจำอย่างสงบสันติมากขึ้นกว่าเดิม มีเรื่องขัดแย้ง ชกต่อย ตบตี ลดลง มีการรับคำสั่งในการปฏิบัติภารกิจประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

๔. การเรียนในหลักสูตรนี้เมื่อผู้ต้องขังพ้นโทษออกไปจากเรือนจำแล้ว สามารถกลับใจได้ด้วยการเปลี่ยนมาประกอบสัมมาอาชีพ ด้วยมีการทักทายอาจารย์ผู้สอนในหลักสูตรนี้ บอกเล่าถึงอาชีพที่ตนทำด้วยความภาคภูมิใจ เป็นการคืนคนดีสู่สังคมโดยแท้จริง

๕. การเรียนหลักสูตรนี้นับเป็นการปูพื้นฐานทางด้านจิตใจและปรับเปลี่ยนการคุมประพฤติของผู้คุมทำให้ทำงานได้ง่ายรับฟังผู้คุมดีขึ้น การกระทบอารมณ์ก็ลดลงตามไปด้วย

๖. เมื่อผู้ต้องขังจบหลักสูตรนี้ไปแล้วสามารถนำความรู้ไปใช้ต่อยอดในการเรียนหลักสูตรอื่นๆ ต่อไปได้เช่นหลักสูตรปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยที่จะเปิดสอนเพราะมีความรู้พื้นฐานในเรื่องสมาธินำมาต่อยอดในการเรียนทางวิชาการหรือปริยัติเพราะได้ปฏิบัติมาแล้ว จนเกิดปัญหาคือการนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากขึ้น

การอบรมหลักสูตรศาสตราจารย์เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงจากจิตใจภายใน และส่งผลต่อพฤติกรรมภายนอก ให้มีความอ่อนโยน รู้จักมีเมตตา มีความอดทนอดกลั้นสามารถควบคุมอารมณ์และมีพฤติกรรมที่เหมาะสม รวมทั้งสามารถกลับตนเป็นคนดีของสังคมได้ ดังนั้นจะขยายผลการพัฒนาจิตใจด้วยหลักสูตรศาสตราจารย์ ในเรือนจำให้ครบทุกแห่ง รวมถึงเจ้าหน้าที่และผู้ต้องขัง ซึ่งปัจจุบันได้อบรมเจ้าหน้าที่ไปแล้ว ๒ รุ่นจนสามารถสอนเป็นอาจารย์ผู้สอนในหลักสูตรนี้ได้เรียกว่า “อาจารย์สา” คืออาจารย์ผู้สอน

ของสถาบันพลังจิตตานุภาพ หลังจากเรียนหลักสูตรเต็ม คือ ครูสมาธิเป็นเวลา ๒๐๐ ชั่วโมง สามารถกลับไปสอนผู้ต้องขังในชั้นเรียนศาสตราจารย์ได้ทางประเทศอเมริกา ซึ่งมีนักโทษอยู่จำนวนถึง สี่แสนกว่าคนก็ได้ส่งเจ้าหน้าที่มาศึกษาดูงาน เพื่อที่จะนำหลักสูตรไปใช้อบรมผู้ต้องขังด้วยเช่นกัน จึงนับว่าเป็นหลักสูตรที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมหลักสูตรหนึ่ง และเป็นการคืนคนดีสู่สังคมตามนโยบาย ๕ ก้าวอย่าง ในก้าวที่ ๔ ดังที่กล่าวมา

เอกสารอ้างอิง

พระธรรมมงคลญาณ หลักรัฐธรรมนูญ-ชั้นสูง พิมพ์ครั้งที่ ๒, กรุงเทพฯ ๒๕๕๕: หน้า ๒๗

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๓๘, กรุงเทพฯ ๒๕๕๙, หน้า ๒๑๕

แสง จันทรงาม พุทธศาสนวิทยา พิมพ์ครั้งที่ ๔, กรุงเทพฯ : สว่างสรรค์บุ๊ค ๒๕๕๔, หน้า ๒๒๓

<http://www.correct.go.th/incrtrad/fivesteps.html> / สถานักกชังกลางจ้งหวัดตราด
กรมราชทัณฑ์กระทรวงยุติธรรม

พระธรรมมงคลญาณ/ วันที่ ๑๕ พ.ค. ๒๕๕๘/สถานที่: ทัณฑสถานพิเศษ ปทุมธานี

พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์ สติปัฏฐานสูตร เล่ม ๑๗ หน้า ๖๒๘-๙

ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร, พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๙ พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๑ (ฉบับมหาจุฬาฯ) สังยุตตนิกาย
มหาวารวรรค

พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), มรรคมิ้องค์ ๘, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม

วิภังคสูตร, พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๙ พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๑ (ฉบับมหาจุฬาฯ) สังยุตตนิกาย

มหาวารวรรคพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๒

พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๐ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๒ ทีฆนิกาย มหาวรรค ฉบับหลวง มหาสติปัฏฐานสูตร

