

การศึกษาเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน  
A STUDY OF PROPER PERSONAL CHARACTERISTIC  
CLASSIFICATION TOOLS  
FOR PRACTICING THE SATIPĀHĀNA

นายสุเมธ โสพต

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต  
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา  
บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๕๔

การศึกษาเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน

นายสุเมธ โสพค

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต  
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา  
บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๕๔

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

**A STUDY OF PROPER PERSONAL CHARACTERISTIC  
CLASSIFICATION TOOLS  
FOR PRACTICING THE SATIPĀHĀNA**

**MR. SUMETH SOROS**

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of  
The Requirement for the The Degree of  
Doctor of Philosophy  
(Buddhist Studies)

Graduate School  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University  
Bangkok, Thailand

C.E. 2011

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย  
ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชา  
พระพุทธศาสนา

.....

(พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ. ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ .....ประธานกรรมการ  
(พระราชสิทธิมุนี (วิ.), ดร.)

.....กรรมการ  
(พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ. ดร.)

.....กรรมการ  
(ดร.อำนาจ บัวศิริ)

.....กรรมการ  
(ดร. วุฒินันท์ กันทะเดียน)

.....กรรมการ  
(ดร. นันทพล โรจนโกศล)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ. ดร.	ประธานกรรมการ
	ดร.อำนาจ บัวศิริ	กรรมการ
	ดร.นันทพล โรจนโกศล	กรรมการ

ชื่อวิทยานิพนธ์	: การศึกษาเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสม ในการเจริญสติปัฏฐาน
ผู้วิจัย	: นายสุเมธ โสพศ
ปริญญา	: พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์	: พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ., ดร., พท.บ., พท.ม., พท.ด. ดร.อำนาจ บัวศิริ, กศ.บ.(เคมี), มศว.คม.(วิจัยการศึกษา), คด.(การ อุดมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย) ดร.นันทพล โรจนโกศล, วศ.บ., พท.ม., พท.ด.
วันเสร็จสมบูรณ์	: ๒๕ มีนาคม ๒๕๕๕

#### บทคัดย่อ

งานวิจัยในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ในการศึกษา ๓ ประการคือ (๑) เพื่อศึกษาแนวทางการเจริญสติปัฏฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อศึกษาเรื่องจริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และ (๓) เพื่อสร้างเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน

ผลการวิจัยพบว่า สติปัฏฐานเป็นธรรมะที่มีความสำคัญสูงสุดหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนาในฐานะทางเอกสายเดียวที่มุ่งตรงสู่นิพพาน สติปัฏฐานมี ๔ หมวดใหญ่ ๒๑ หมวดย่อย โดยได้รวบรวมแนวทางทั้งหมดในการเจริญสติที่เหมาะสมกับทุกจริต แม้สติปัฏฐานจะมีหลายหมวด แต่พบว่าการเจริญสติปัฏฐานเพียงหมวดเดียว หรือหมวดย่อยเดียวก็สามารถทำให้บรรลุธรรมได้เช่นกัน จึงไม่จำเป็นที่ต้องทำให้ครบทุกหมวด และพบว่า สติปัฏฐาน ๔ แต่ละหมวดเหมาะสำหรับคน ๔ ประเภทคือ (๑) คนประเภทต้นทางจริตมีปัญญาไม่แก่กล้า เหมาะกับการเจริญกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน (๒) คนประเภทต้นทางจริตมีปัญญาแก่กล้า เหมาะกับการเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน (๓) คนประเภททวิภูมิจริตมีปัญญาไม่แก่กล้า เหมาะกับการเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน (๔) คนประเภททวิภูมิจริตมีปัญญาแก่กล้า เหมาะกับการเจริญ ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การจำแนกคนเป็นประเภทต่างๆ ในพระพุทธศาสนานั้น สามารถจำแนกได้ ๓ แนวทางหลักคือ (๑) แนวทางจริต ๖ เป็นการจำแนกเพื่อการเจริญสมถกรรมฐาน (๒) แนวทางจริต ๒ เป็นการจำแนกเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน และ (๓) แนวทางอื่นๆ ใช้เพื่อประโยชน์ในการวางแนวทางและวิธีสอนธรรมะ งานวิจัยพบว่าจริตมีสาเหตุมาจากความเคยชินในอดีต แต่สามารถปรับเปลี่ยนโดยการฝึกฝนได้ กรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตจะต้องทำให้เกิดความสบาย เป็นที่พึงพอใจของผู้ฝึก

และเมื่อฝึกแล้วเกิดความสุข ซึ่งเป็นเหตุให้จิตตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิได้ง่าย และเมื่อจิตตั้งมั่นดีแล้ว ย่อมเป็นเหตุให้เกิดปัญญารู้แจ้งธรรมได้ในที่สุด

ผู้วิจัยได้สังเคราะห์ความรู้จากเรื่องสติปัฏฐานและเรื่องจิตนามาสรางเครื่องมือจำแนก จริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน โดยมีการสร้างเครื่องชั่งวัดขึ้น ๓ ชุดคือ (๑) เครื่องชั่งวัดจริต ๒ (๒) เครื่องชั่งวัดความแก่กล้าของปัญญา และ (๓) เครื่องชั่งวัดจริต ๖ พร้อมทั้งแบบจำลอง หลังจากนั้น ได้นำแนวความคิดดังกล่าวไปสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ และนำมาปรับปรุงใหม่จนได้เครื่องมือจำแนก จริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน พร้อมแบบทดสอบ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ปฏิบัติหาแนวทางการ เจริญสติปัฏฐานที่เหมาะสมกับตนเองได้

ผู้วิจัยแนะนำให้ผู้ปฏิบัติ เลือกเจริญสติปัฏฐานในหมวดที่เหมาะสมกับจริต ๒ และความแก่กล้าของปัญญาของคนที่วัดได้จากเครื่องมือจำแนกจริต และอาจเสริมด้วยการเจริญ สมถกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริต ๖ และนำสติปัฏฐานมาประยุกต์ใช้เจริญเนื่องๆ ใน ชีวิตประจำวันเพื่อให้ได้ผลอย่างมีประสิทธิภาพในที่สุด

**Dissertation Title** : The Study of the Proper Personal Characteristic  
Classification Tools for Practicing the Satipaṭṭhāna  
(The Foundations of Mindfulness)

**Researcher** : Mr. Sumeth Soros

**Degree** : Doctor of Philosophy (Buddhist Studies)

**Dissertation Supervisory Committee** : Phra Suthithammanuwat (Thaib Siriñano), Pali ix,  
M.A., Ph.D.

Dr. Amnaj Buasiri, B.Ed. (Chem), M. Ed  
(Ed. Research), Ph.D (Higher Ed)

Dr. Nunthapol Rodjanakoson, B. Eng., M.A.  
(Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)

**Date of Graduation** : March 25, 2012

#### **ABSTRACT**

This study is consists of 3 objectives, i.e., (1) to study the means in practicing the Satipaṭṭhāna (the foundations of mindfulness) in Theravāda Buddhist Scriptures; (2) to study the significance of Carita (personal characteristics) in Theravāda Buddhist Scriptures; and (3) to create the proper tools to classify Carita (personal characteristics) for practicing the Satipaṭṭhāna (the foundations of mindfulness).

From this analytical study, it is found that Satipaṭṭhāna is the most important group of Dhammas in Buddhism in the sense of the only main way to directly reach Nibbāna. Satipaṭṭhāna consists of the 4 main groups and 21 sub-groups by collecting overall ways for Satipaṭṭhāna practicing in accordance with every Carita. Despite having many groups, it is found that Satipaṭṭhāna practicing in only one main group or in only a sub-group can lead the practicer to the attainment of Dhammas. Hence, it is not necessary to practice all the groups. It is also found that Satipaṭṭhāna is suitable for the four types of people, i.e. (1) the type of the people with Tanhā Carita without strong wisdom is suitable for practicing by way of Kāyānupassanā Satipaṭṭhāna;

(2) the type of the people with Tanhā Carita and with strong wisdom is suitable for practicing by way of Vedānānupassanā Satipaṭṭhāna; (3) the type of Diṭṭi Carita without strong wisdom is suitable for practicing by way of Cittānupassanā Satipaṭṭhāna; and (4) the type of Ditti Carita with strong wisdom is suitable for practicing by way of Dhammānupassanā Satipaṭṭhāna.

In Classification of various types of people, it can be done in 3 main groups, i.e. (1) in the way of 6 Caritas for Samatha Kammaṭṭhāna practice; (2) in the way of 2 Caritas for Satipaṭṭhāna practice; and (3) other ways for the benefits of setting up the means in teaching the Dhammas. From the research, it is found that Carita has the causes from the habitude in the past but it could be adjusted or changed. The Kammaṭṭhāna that is proper to Carita must yield the practitioners comfort, satisfaction and happiness after practice which is the easy cause of the right concentration (Sammāsamādhi); and when the mind has the right concentration, it will certainly cause the wisdom to finally attain the Dhammas.

I, as the researcher, have synthesized the knowledge in views of Satipaṭṭhāna and Caritas for creating the tool model to classify the proper Caritas in practicing the Satipaṭṭhāna, by using 3 sets of indexes, i.e. (1) the index to specify 2 Caritas; (2) the index to specify the strength of the wisdom; and (3) the index to specify 6 Caritas, together with the models. After that, I have brought this synthesis to interview some scholars, and brought back to adjust for the appropriate tool to classify Caritas in practicing Satipaṭṭhāna together with the tests which will help the practitioners find their suitable ways to practice Satipaṭṭhāna.

I advised the practitioners to choose the practicing of Satipaṭṭhāna in the group that suits to 2 Caritas including the strength of their wisdom measured from the tool to classify Caritas; and they may add the Samatha Kammaṭṭhāna that suits to 6 Caritas to their practices. They should also often apply the Satipaṭṭhāna to their daily lives for the most effective benefits.



## กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้า และนำเสนอเป็นวิทยานิพนธ์ในระดับปริญญาเอก สาขาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี ด้วยความช่วยเหลือเหลือเกิน และคำแนะนำจากบุคคลหลายท่าน ซึ่งผู้วิจัยขอระบุนามไว้เพื่อแสดงความขอบคุณอย่างยิ่งดังต่อไปนี้

พระราชสิทธิมนี (วิ) ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ดร.วุฒินันท์ กันทะเตียน กรรมการสอบสารนิพนธ์ ผู้มีส่วนสำคัญในการผลักดันให้งานฉบับนี้ได้พัฒนาเนื้อหาให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณพระสุธีธรรมานุวัตร ดร.อำนาจ บัวศิริ และดร.นันทพล โรจนโกศล อาจารย์ที่ปรึกษาควบคุมสารนิพนธ์ ที่เป็นทั้งอาจารย์และกัลยาณมิตรที่มีเมตตาเป็นผู้แนะนำให้คำปรึกษาในทุกด้านๆ จนทำให้งานของผู้วิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ขอขอบคุณ รศ.ชูศักดิ์ ทิพย์เกษร ผู้ตรวจบทคัดย่อภาษาอังกฤษ เพื่อนร่วมรุ่นปริญญาเอกรุ่น ๕ ทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือแนะนำความรู้ทางด้านพระพุทธศาสนาและคอยเป็นกำลังใจห่วงใยซึ่งกันและกัน คุณพูนสุข มาศรีงสรรค์ที่ให้ความช่วยเหลือและคำแนะนำในเรื่องการแปลบทคัดย่อเป็นภาษาอังกฤษ คุณเอื้อมอร ชลวร ผู้ให้ความช่วยเหลืออำนวยความสะดวกในทุกด้าน เจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัยทุกท่าน ผู้อำนวยการความสะดวกตั้งแต่การเรียนในหลักสูตรตลอดจนขั้นตอนในการส่งงานวิทยานิพนธ์ สุดท้ายที่ขาดไม่ได้คือ คนในครอบครัวของผู้วิจัย ไม่ว่าจะเป็นคุณไกล่รุ่ง โสพศ ภรรยาที่คอยให้กำลังใจ ดูแลให้ความรักความอบอุ่นห่วงใยกันเสมอมา และธิดาทองสองคนคือ เด็กหญิงฤทัยธัมม์ โสพศ และเด็กหญิงแหววปราษฎ์ โสพศ ที่เป็นแรงบันดาลใจที่สำคัญที่ทำให้ผู้วิจัยเกิดกำลังใจวิริยะอุตสาหะอย่างต่อเนื่อง

ความสำเร็จและประโยชน์ทางวิชาการของวิทยานิพนธ์นี้ ขอถวายเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา และสังฆบูชา ขอถวายเป็นเครื่องบูชาพระโพธิสัตว์เจ้า ขอถวายเป็นพระราชกุศลแด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช เนื่องในพระบรมราชวโรกาสเฉลิมพระชนมพรรษาครบ ๗ รอบ ๘๔ พรรษา ขออุทิศผลบุญนี้แด่คุณครู อุปัชฌาย์ อาจารย์ ทุกๆท่าน และสุดท้ายขอมอบเป็นเครื่องไทยธรรมอุทิศส่วนกุศลแด่คุณแม่กนิษฐา โสพศ และพันเอก(พิเศษ) สุทัศน์ โสพศ มารดาและบิดาผู้ล่วงลับ

นายสุเมธ โสพศ

๒๕ มีนาคม ๒๕๕๕.

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญตาราง	ฎ
สารบัญภาพ	ฐ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฑ
<b>บทที่ ๑ บทนำ</b>	<b>๑</b>
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๔
๑.๓ ขอบเขตการวิจัย	๖
๑.๔ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๖
๑.๕ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๗
๑.๖ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๖
๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๕
<b>บทที่ ๒ การเจริญสติปัฏฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท</b>	<b>๒๐</b>
๒.๑ สารสำคัญของสติปัฏฐาน	๒๐
๒.๑.๑ ความหมายของสติปัฏฐาน	๒๐
๒.๑.๒ ความเชื่อมโยงของสติกับองค์ธรรมอื่นๆ	๒๑
๒.๑.๓ ความสำคัญของสติและสติปัฏฐาน	๒๒
๒.๒ พัฒนาการของสติปัฏฐาน	๒๖
๒.๒.๑ พัฒนาการของสติปัฏฐานในพระไตรปิฎก	๒๖
๒.๒.๒ พัฒนาการของสติปัฏฐานในอรรถกถา	๓๐
๒.๓ หลักการเบื้องต้น และหลักธรรมะพื้นฐานที่จำเป็นในการเจริญสติปัฏฐาน ๔	๓๑
๒.๓.๑ หลักการเบื้องต้นในการเจริญสติปัฏฐาน ๔	๓๑
๒.๓.๒ ธรรมะพื้นฐานที่จำเป็นในการเจริญสติปัฏฐาน	๓๖
๒.๔ วิธีการเจริญสติปัฏฐาน ๔	๓๘
๒.๔.๑ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๓๕

๒.๔.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๖
๒.๔.๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๗
๒.๔.๔ ฐัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๘
๒.๕ ผลอันเกิดจากการเจริญสติปัฏฐาน	๕๖
๒.๕.๑ เห็นสิ่งต่างๆตามความเป็นจริง	๕๖
๒.๕.๒ สามารถถอนความพอใจ และความไม่พอใจในโลกเสียได้	๕๖
๒.๕.๓ ได้คุณวิเศษจากกำลังของสมถกรรมฐาน	๕๖
๒.๕.๔ อานิสงส์แห่งการเจริญสติปัฏฐาน	
คือการบรรลอรหันตผล หรืออนาคามีผล	๕๗
๒.๖ สติปัฏฐานกับสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน	๕๗
๒.๖.๑ สติปัฏฐานส่วนที่เป็นทั้งสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน	๕๘
๒.๖.๒ สติปัฏฐานส่วนที่จัดอยู่ในหมวดวิปัสสนากรรมฐาน	๕๘
๒.๗ ข้อควรระวังในการเจริญสติปัฏฐาน	๕๘
๒.๗.๑ การเตรียมพื้นฐานไม่ดีพร้อม	๕๘
๒.๗.๒ อินทรีย์ไม่สม่ำเสมอ	๖๐
๒.๗.๓ การเตรียมจิตไม่พร้อม	๖๐
๒.๗.๔ วิปัสสนูปกิเลส	๖๑
๒.๗.๕ ผลข้างเคียงจากการเจริญสุกกรรมฐาน	๖๑
๒.๗.๖ ปฏิบัติด้วยความย่อหย่อนเกินไป หรือตึงเกินไป	๖๑
๒.๘ สรุปแนวคิดพื้นฐานที่สำคัญในการเจริญสติปัฏฐาน	๖๒
๒.๘.๑ การเจริญสติปัฏฐานแต่ละหมวดให้ผลที่เหมือนกัน	๖๒
๒.๘.๒ สติปัฏฐานเป็นทั้งสมถและวิปัสสนา	๖๒
๒.๘.๓ การเจริญสติปัฏฐานอาจไม่จำเป็นต้องทำตามลำดับทุกหมวด	๖๓
๒.๘.๔ สติปัฏฐานทุกหมวดคอยครอบคลุมทุกจริต	๖๓
<b>บทที่ ๓ จริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท</b>	๖๔
๓.๑ ความหมายของจริต	๖๔
๓.๒ ประเภทของจริต	๖๕
๓.๒.๑ แนวทางการจำแนกจริตที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๖๕
๓.๒.๒ จริต ๖ ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๖๕
๓.๒.๓ จริต ๒ ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๘๔

๓.๓	กรณีศึกษาเรื่องจริตกับการบรรลุนิพพานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา	๕๐
๓.๓.๑.	กรณีศึกษาการบรรลุนิพพานของพระพุทธเจ้า	๕๐
๓.๓.๒	กรณีศึกษาบรรลุนิพพานของสังฆวิหาลิกของพระสารีบุตร	๕๔
๓.๓.๓	กรณีศึกษาบรรลุนิพพานของพระนางเขมาเถรี	๕๗
๓.๓.๔.	กรณีศึกษาบรรลุนิพพานของภิกษุณีรูปนันทาเถรี	๑๐๐
๓.๓.๕	สรุปกรณีศึกษา	๑๐๑
๓.๔	วิเคราะห์ความสำคัญของจริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนา	๑๐๒
๓.๔.๑	ความสำคัญของจริตในแง่ของการตัดสินใจเลือกแนวทางประกาศศาสนาของพระพุทธเจ้า	๑๐๒
๓.๔.๒.	ความสำคัญของจริตต่อความเชื่อในเรื่องเกี่ยวกับอดีตกรรมและการปรับเปลี่ยนความเคยชินใหม่เพื่อปรับปรุงจริต	๑๐๔
๓.๔.๓.	ความสำคัญของจริตต่อการยอมรับความหลากหลายในด้านพฤติกรรมและความแตกต่างของปัจเจกชน	๑๐๕
๓.๔.๔.	ความสำคัญของจริตต่อการเลือกคบคน	๑๐๖
๓.๔.๕.	ความสำคัญของจริตต่อการทำความรู้จักตนเอง	๑๐๖
๓.๔.๖.	ความสำคัญของจริตต่อแนวทางการการศึกษาและปฏิบัติธรรม	๑๐๗
๓.๔.๗.	ความสำคัญของจริตต่อการเตรียมตัวเลือกสภาวะแวดล้อมให้เหมาะสมกับการปฏิบัติธรรมและในการดำรงชีวิต	๑๑๐
๓.๔.๘.	ความสำคัญของจริตต่อการการบรรลุนิพพาน	๑๑๐
๓.๕	บทสรุปเรื่องจริต	๑๑๑
บทที่ ๔	เครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา	๑๑๕
๔.๑	องค์ความรู้เรื่องจริตที่เกี่ยวข้องกับการเจริญสติปัญญา	๑๑๕
๔.๒.	แนวคิดเบื้องต้นในการสร้างเครื่องมือจำแนกจริต	๑๑๖
๔.๒.๑	แนวคิดเบื้องต้นเกี่ยวกับการสร้างเครื่องชี้วัด	๑๑๗
๔.๒.๒	ความหมายของเครื่องชี้วัด ( Indicators)	๑๑๗
๔.๒.๓	โครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต	๑๑๘
๔.๒.๔	แบบจำลองเพื่อการใช้เครื่องมือจำแนกจริต	๑๒๐
๔.๒.๕	เครื่องชี้วัดจริต ๒	๑๒๓
๔.๒.๖	เครื่องชี้วัดจริต ๖	๑๒๓

๔.๒.๗ เครื่องชี้วัดความแก่กล้าของปัญญา	๑๒๕
๔.๒.๘ สรุปรูปเครื่องมือจำแนกจริตและเครื่องชี้วัด	๑๓๐
๔.๓. ความเห็นของนักวิชาการที่มีต่อเครื่องมือจำแนกจริต	๑๓๒
๔.๓.๑ เกณฑ์การเลือกผู้ทรงคุณวุฒิ	๑๓๒
๔.๓.๒ ผู้ทรงคุณวุฒิที่ถูกคัดสรร	๑๓๒
๔.๓.๓ ประเด็นการสัมภาษณ์	๑๓๔
๔.๓.๔ ประมวลความเห็นที่ได้จากการสัมภาษณ์	๑๓๕
๔.๓.๔.๑ ความเห็นของพระราชสิทธิมนี(วิ.)	๑๓๕
๔.๓.๔.๒ ความเห็นของดร. โสริช โพธิ์แก้ว	๑๓๖
๔.๓.๔.๓ ความเห็นของ ดร.บรรจบ บรรณรุจิ	๑๓๗
๔.๓.๔.๔ ความเห็นของผู้เชี่ยวชาญสายพระพุทธรูปรูปหนึ่ง	๑๓๘
๔.๓.๔.๕ ความเห็นของหลวงพ่อปราโมทย์ ปาโมชฺโช	๑๓๙
๔.๓.๔.๖ สรุปรูปความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ	๑๔๐
๔.๔ ประเด็นการปรับปรุงเครื่องมือจำแนกจริตในการเจริญสติปัฏฐาน	
หลังจากการสัมภาษณ์	๑๔๒
๔.๕ เครื่องมือจำแนกจริตในการเจริญสติปัฏฐาน	๑๔๓
๔.๕.๑ แบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน	๑๔๓
๔.๕.๒ โครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต	
ที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน	๑๔๗
๔.๕.๓ ประมวลเครื่องมือจำแนกจริต	
เครื่องชี้วัด ชุดเครื่องชี้วัด และตัวชี้วัด	๑๔๙
๔.๖ ตัวอย่างแบบทดสอบเครื่องมือจำแนกจริต	๑๕๗
๔.๖.๑ การพัฒนาแบบทดสอบจากตัวชี้วัด	๑๕๗
๔.๖.๒ การหาความเที่ยงตรง(Validity) ของแบบทดสอบ	๑๖๙
๔.๗ แนวทางการเจริญสติปัฏฐานในชีวิตประจำวันที่เหมาะสมกับแต่ละจริต	๑๗๑
๔.๗.๑ ความหมายและความสำคัญการเจริญสติปัฏฐานในชีวิตประจำวัน	๑๗๑
๔.๗.๒ ประเมินตนเอง	๑๗๑
๔.๗.๓ เลือกสติปัฏฐานหมวดที่เข้ากันได้กับจริต	๑๗๒
๔.๗.๔ เลือกสมถกรรมฐานประจำตัว	๑๗๒
๔.๗.๕ ปรับพื้นฐานด้วยศีลสิกขา	๑๗๒

๔.๓.๖ การฝึกฝนในรูปแบบด้วยหลักการจิตศึกษา เพื่อให้ได้สัมมาสมาธิ	๑๗๒
๔.๓.๗ เจริญสติปัญญาด้วยหลักการ เพิ่มพูนปัญญาศึกษา	๑๗๓
๔.๓.๘ ตัวอย่างแนวทางการเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวัน สำหรับคนต้นหาจริต	๑๗๓
๔.๓.๙ ตัวอย่างแนวทางการเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวัน สำหรับคนทวิจริต	๑๗๓
บทที่ ๕ บทสรุปและข้อเสนอแนะ	๑๗๔
๕.๑ สรุป	๑๗๔
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๑๗๓
๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำเครื่องมือจำแนกจริตไปใช้	๑๗๓
๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป	๑๗๔
บรรณานุกรม	๑๗๕
ภาคผนวก ๑ แบบทดสอบเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา	๑๘๑
ภาคผนวก ๒ รายละเอียดกระบวนการหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาด้วยวิธี IOC	๒๐๕
ภาคผนวก ๓ ตารางแสดงค่า IOC ที่ได้จากการขอความเห็นจากผู้เชี่ยวชาญทั้ง ๔ ท่าน	๒๒๗
ประวัติผู้วิจัย	๒๒๘

ชื่อวิทยานิพนธ์	: การศึกษาเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสม ในการเจริญสติปัฏฐาน
ผู้วิจัย	: นายสุเมธ โสพศ
ปริญญา	: พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์	: พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ., ดร., พท.บ., พท.ม., พท.ด. ดร.อำนาจ บัวศิริ, กศ.บ.(เคมี), มศว.คม.(วิจัยการศึกษา), คค.(การ อุดมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย) ดร.นันทพล โรจนโกศล, วศ.บ., พท.ม., พท.ด.
วันเสร็จสมบูรณ์	: ๒๕ มีนาคม ๒๕๕๕

#### บทคัดย่อ

งานวิจัยในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ในการศึกษา ๓ ประการคือ (๑) เพื่อศึกษาแนวทางการเจริญสติปัฏฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อศึกษาเรื่องจริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และ (๓) เพื่อสร้างเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน

ผลการวิจัยพบว่าสติปัฏฐานเป็นธรรมะที่มีความสำคัญสูงสุดหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนาในฐานะทางเอกสายเดียวที่มุ่งตรงสู่นิพพาน สติปัฏฐานมี ๔ หมวดใหญ่ ๒๑ หมวดย่อย โดยได้รวบรวมแนวทางทั้งหมดในการเจริญสติที่เหมาะสมกับทุกจริต แม้สติปัฏฐานจะมีหลายหมวด แต่พบว่าการเจริญสติปัฏฐานเพียงหมวดเดียว หรือหมวดย่อยเดียวก็สามารถทำให้บรรลุธรรมได้เช่นกัน จึงไม่จำเป็นที่ต้องทำให้ครบทุกหมวด และพบว่า สติปัฏฐาน ๔ แต่ละหมวดเหมาะสำหรับคน ๔ ประเภทคือ (๑) คนประเภทต้นทางจริตมีปัญญาไม่แก่กล้า เหมาะกับการเจริญกายนุปีสสนาสติปัฏฐาน (๒) คนประเภทต้นทางจริตมีปัญญาแก่กล้า เหมาะกับการเจริญเวทนานุปีสสนาสติปัฏฐาน (๓) คนประเภททวิภูมิจริตมีปัญญาไม่แก่กล้า เหมาะกับการเจริญจิตตานุปีสสนาสติปัฏฐาน (๔) คนประเภททวิภูมิจริตมีปัญญาแก่กล้า เหมาะกับการเจริญ ธรรมานุปีสสนาสติปัฏฐาน

การจำแนกคนเป็นประเภทต่างๆ ในพระพุทธศาสนานั้น สามารถจำแนกได้ ๓ แนวทางหลักคือ (๑) แนวทางจริต ๖ เป็นการจำแนกเพื่อการเจริญสมถกรรมฐาน (๒) แนวทางจริต ๒ เป็นการจำแนกเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน และ (๓) แนวทางอื่นๆ ใช้เพื่อประโยชน์ในการวางแนวทางและวิธีสอนธรรมะ งานวิจัยพบว่าจริตมีสาเหตุมาจากความเคยชินในอดีต แต่สามารถปรับเปลี่ยนโดยการฝึกฝนได้ กรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตจะต้องทำให้เกิดความสบาย เป็นที่พึงพอใจของผู้ฝึก

และเมื่อฝึกแล้วเกิดความสุข ซึ่งเป็นเหตุให้จิตตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิได้ง่าย และเมื่อจิตตั้งมั่นดีแล้ว ย่อมเป็นเหตุให้เกิดปัญญารู้แจ้งธรรมได้ในที่สุด

ผู้วิจัยได้สังเคราะห์ความรู้จากเรื่องสติปัฏฐานและเรื่องจิตนำมาสร้างเครื่องมือจำแนก จิตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน โดยมีการสร้างเครื่องชี้วัดขึ้น ๓ ชุดคือ (๑) เครื่องชี้วัดจิต ๒ (๒) เครื่องชี้วัดความแก่กล้าของปัญญา และ (๓) เครื่องชี้วัดจิต ๖ พร้อมทั้งแบบจำลอง หลังจากนั้น ได้นำแนวความคิดดังกล่าวไปสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ และนำมาปรับปรุงใหม่จนได้เครื่องมือจำแนก จิตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน พร้อมแบบทดสอบ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ปฏิบัติหาแนวทางการ เจริญสติปัฏฐานที่เหมาะสมกับตนเองได้

ผู้วิจัยแนะนำให้ผู้ปฏิบัติ เลือกเจริญสติปัฏฐานในหมวดที่เหมาะสมกับจิต ๒ และความแก่กล้าของปัญญาของคนที่วัดได้จากเครื่องมือจำแนกจิต และอาจเสริมด้วยการเจริญ สมถกรรมฐานที่เหมาะสมกับจิต ๖ และนำสติปัฏฐานมาประยุกต์ใช้เจริญเนื่องๆ ใน ชีวิตประจำวันเพื่อให้ได้ผลอย่างมีประสิทธิภาพในที่สุด



**Dissertation Title** : The Study of the Proper Personal Characteristic  
Classification Tools for Practicing the Satipaṭṭhāna  
(The Foundations of Mindfulness)

**Researcher** : Mr. Sumeth Soros

**Degree** : Doctor of Philosophy (Buddhist Studies)

**Dissertation Supervisory Committee** : Phra Suthithammanuwat (Thaib Siriñano), Pali ix,  
M.A., Ph.D.

Dr. Amnaj Buasiri, B.Ed. (Chem), M. Ed  
(Ed. Research), Ph.D (Higher Ed)

Dr. Nunthapol Rodjanakoson, B. Eng., M.A.  
(Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)

**Date of Graduation** : March 25, 2012

#### **ABSTRACT**

This study is consists of 3 objectives, i.e., (1) to study the means in practicing the Satipaṭṭhāna (the foundations of mindfulness) in Theravāda Buddhist Scriptures; (2) to study the significance of Carita (personal characteristics) in Theravāda Buddhist Scriptures; and (3) to create the proper tools to classify Carita (personal characteristics) for practicing the Satipaṭṭhāna (the foundations of mindfulness).

From this analytical study, it is found that Satipaṭṭhāna is the most important group of Dhammas in Buddhism in the sense of the only main way to directly reach Nibbāna. Satipaṭṭhāna consists of the 4 main groups and 21 sub-groups by collecting overall ways for Satipaṭṭhāna practicing in accordance with every Carita. Despite having many groups, it is found that Satipaṭṭhāna practicing in only one main group or in only a sub-group can lead the practicer to the attainment of Dhammas. Hence, it is not necessary to practice all the groups. It is also found that Satipaṭṭhāna is suitable for the four types of people, i.e. (1) the type of the people with Tanhā Carita without strong wisdom is suitable for practicing by way of Kāyānupassanā Satipaṭṭhāna;

(2) the type of the people with Tanhā Carita and with strong wisdom is suitable for practicing by way of Vedānānupassanā Satipaṭṭhāna; (3) the type of Diṭṭi Carita without strong wisdom is suitable for practicing by way of Cittānupassanā Satipaṭṭhāna; and (4) the type of Ditti Carita with strong wisdom is suitable for practicing by way of Dhammānupassanā Satipaṭṭhāna.

In Classification of various types of people, it can be done in 3 main groups, i.e. (1) in the way of 6 Caritas for Samatha Kammaṭṭhāna practice; (2) in the way of 2 Caritas for Satipaṭṭhāna practice; and (3) other ways for the benefits of setting up the means in teaching the Dhammas. From the research, it is found that Carita has the causes from the habitude in the past but it could be adjusted or changed. The Kammaṭṭhāna that is proper to Carita must yield the practitioners comfort, satisfaction and happiness after practice which is the easy cause of the right concentration (Sammāsamādhi); and when the mind has the right concentration, it will certainly cause the wisdom to finally attain the Dhammas.

I, as the researcher, have synthesized the knowledge in views of Satipaṭṭhāna and Caritas for creating the tool model to classify the proper Caritas in practicing the Satipaṭṭhāna, by using 3 sets of indexes, i.e. (1) the index to specify 2 Caritas; (2) the index to specify the strength of the wisdom; and (3) the index to specify 6 Caritas, together with the models. After that, I have brought this synthesis to interview some scholars, and brought back to adjust for the appropriate tool to classify Caritas in practicing Satipaṭṭhāna together with the tests which will help the practitioners find their suitable ways to practice Satipaṭṭhāna.

I advised the practitioners to choose the practicing of Satipaṭṭhāna in the group that suits to 2 Caritas including the strength of their wisdom measured from the tool to classify Caritas; and they may add the Samatha Kammaṭṭhāna that suits to 6 Caritas to their practices. They should also often apply the Satipaṭṭhāna to their daily lives for the most effective benefits.

## กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้า และนำเสนอเป็นวิทยานิพนธ์ในระดับปริญญาเอก สาขาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี ด้วยความช่วยเหลือเหลือเกิน และคำแนะนำจากบุคคลหลายท่าน ซึ่งผู้วิจัยขอระบุนามไว้เพื่อแสดงความขอบคุณอย่างยิ่งดังต่อไปนี้

พระราชสิทธิมนี (วิ) ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ดร.วุฒินันท์ กันทะเตียน กรรมการสอบสารนิพนธ์ ผู้มีส่วนสำคัญในการผลักดันให้งานฉบับนี้ได้พัฒนาเนื้อหาให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณพระสุธีธรรมานุวัตร ดร.อำนาจ บัวศิริ และดร.นันทพล โรจนโกศล อาจารย์ที่ปรึกษาควบคุมสารนิพนธ์ ที่เป็นทั้งอาจารย์และกัลยาณมิตรที่มีเมตตาเป็นผู้แนะนำให้คำปรึกษาในทุกด้านๆ จนทำให้งานของผู้วิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ขอขอบคุณ รศ.ชูศักดิ์ ทิพย์เกษร ผู้ตรวจบทคัดย่อภาษาอังกฤษ เพื่อนร่วมรุ่นปริญญาเอกรุ่น ๕ ทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือแนะนำความรู้ทางด้านพระพุทธศาสนาและคอยเป็นกำลังใจห่วงใยซึ่งกันและกัน คุณพูนสุข มาศรีงสรรค์ที่ให้ความช่วยเหลือและคำแนะนำในเรื่องการแปลบทคัดย่อเป็นภาษาอังกฤษ คุณเอื้อมอร ชลวร ผู้ให้ความช่วยเหลืออำนวยความสะดวกในทุกด้าน เจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัยทุกท่าน ผู้อำนวยการความสะดวกตั้งแต่การเรียนในหลักสูตรตลอดจนขั้นตอนในการส่งงานวิทยานิพนธ์ สุดท้ายที่ขาดไม่ได้คือ คนในครอบครัวของผู้วิจัย ไม่ว่าจะเป็นคุณไกล่รุ่ง โสพศ ภรรยาที่คอยให้กำลังใจ ดูแลให้ความรักความอบอุ่นห่วงใยกันเสมอมา และธิดาทองสองคนคือ เด็กหญิงฤทัยธัมม์ โสพศ และเด็กหญิงแหววปราษฎ์ โสพศ ที่เป็นแรงบันดาลใจที่สำคัญที่ทำให้ผู้วิจัยเกิดกำลังใจวิริยะอุตสาหะอย่างต่อเนื่อง

ความสำเร็จและประโยชน์ทางวิชาการของวิทยานิพนธ์นี้ ขอถวายเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา และสังฆบูชา ขอถวายเป็นเครื่องบูชาพระโพธิสัตว์เจ้า ขอถวายเป็นพระราชกุศลแด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช เนื่องในพระบรมราชวโรกาสเฉลิมพระชนมพรรษาครบ ๗ รอบ ๘๔ พรรษา ขออุทิศผลบุญนี้แด่คุณครู อุปัชฌาย์ อาจารย์ ทุกๆท่าน และสุดท้ายขอมอบเป็นเครื่องไทยธรรมอุทิศส่วนกุศลแด่คุณแม่กนิงสุข โสพศ และพันเอก(พิเศษ) สุทัศน์ โสพศ มารดาและบิดาผู้ล่วงลับ

นายสุเมธ โสพศ

๒๕ มีนาคม ๒๕๕๕.

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญตาราง	ฎ
สารบัญภาพ	ฐ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฑ
<b>บทที่ ๑ บทนำ</b>	<b>๑</b>
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๔
๑.๓ ขอบเขตการวิจัย	๖
๑.๔ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๖
๑.๕ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๗
๑.๖ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๖
๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๕
<b>บทที่ ๒ การเจริญสติปัฏฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท</b>	<b>๒๐</b>
๒.๑ สารสำคัญของสติปัฏฐาน	๒๐
๒.๑.๑ ความหมายของสติปัฏฐาน	๒๐
๒.๑.๒ ความเชื่อมโยงของสติกับองค์ธรรมอื่นๆ	๒๑
๒.๑.๓ ความสำคัญของสติและสติปัฏฐาน	๒๒
๒.๒ พัฒนาการของสติปัฏฐาน	๒๖
๒.๒.๑ พัฒนาการของสติปัฏฐานในพระไตรปิฎก	๒๖
๒.๒.๒ พัฒนาการของสติปัฏฐานในอรรถกถา	๓๐
๒.๓ หลักการเบื้องต้น และหลักธรรมะพื้นฐานที่จำเป็นในการเจริญสติปัฏฐาน ๔	๓๑
๒.๓.๑ หลักการเบื้องต้นในการเจริญสติปัฏฐาน ๔	๓๑
๒.๓.๒ ธรรมะพื้นฐานที่จำเป็นในการเจริญสติปัฏฐาน	๓๖
๒.๔ วิธีการเจริญสติปัฏฐาน ๔	๓๘
๒.๔.๑ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๓๕

๒.๔.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๖
๒.๔.๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๗
๒.๔.๔ ฌัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๘
๒.๕ ผลอันเกิดจากการเจริญสติปัฏฐาน	๕๖
๒.๕.๑ เห็นสิ่งต่างๆตามความเป็นจริง	๕๖
๒.๕.๒ สามารถถอนความพอใจ และความไม่พอใจในโลกเสียได้	๕๖
๒.๕.๓ ได้คุณวิเศษจากกำลังของสมถกรรมฐาน	๕๖
๒.๕.๔ อานิสงส์แห่งการเจริญสติปัฏฐาน	
คือการบรรลอรหันตผล หรืออนาคามีผล	๕๗
๒.๖ สติปัฏฐานกับสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน	๕๗
๒.๖.๑ สติปัฏฐานส่วนที่เป็นทั้งสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน	๕๘
๒.๖.๒ สติปัฏฐานส่วนที่จัดอยู่ในหมวดวิปัสสนากรรมฐาน	๕๘
๒.๗ ข้อควรระวังในการเจริญสติปัฏฐาน	๕๘
๒.๗.๑ การเตรียมพื้นฐานไม่ดีพร้อม	๕๘
๒.๗.๒ อินทรีย์ไม่สม่ำเสมอ	๖๐
๒.๗.๓ การเตรียมจิตไม่พร้อม	๖๐
๒.๗.๔ วิปัสสนูปกิเลส	๖๑
๒.๗.๕ ผลข้างเคียงจากการเจริญสุกกรรมฐาน	๖๑
๒.๗.๖ ปฏิบัติด้วยความย่อหย่อนเกินไป หรือตึงเกินไป	๖๑
๒.๘ สรุปแนวคิดพื้นฐานที่สำคัญในการเจริญสติปัฏฐาน	๖๒
๒.๘.๑ การเจริญสติปัฏฐานแต่ละหมวดให้ผลที่เหมือนกัน	๖๒
๒.๘.๒ สติปัฏฐานเป็นทั้งสมถและวิปัสสนา	๖๒
๒.๘.๓ การเจริญสติปัฏฐานอาจไม่จำเป็นต้องทำตามลำดับทุกหมวด	๖๓
๒.๘.๔ สติปัฏฐานทุกหมวดคอยครอบคลุมทุกจริต	๖๓
<b>บทที่ ๓ จริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท</b>	๖๔
๓.๑ ความหมายของจริต	๖๔
๓.๒ ประเภทของจริต	๖๕
๓.๒.๑ แนวทางการจำแนกจริตที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๖๕
๓.๒.๒ จริต ๖ ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๖๕
๓.๒.๓ จริต ๒ ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๘๔

๓.๓	กรณีศึกษาเรื่องจริตกับการบรรลุนิพพานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา	๕๐
๓.๓.๑.	กรณีศึกษาการบรรลุนิพพานของพระพุทธเจ้า	๕๐
๓.๓.๒	กรณีศึกษาบรรลุนิพพานของสังฆวิหาลิกของพระสารีบุตร	๕๔
๓.๓.๓	กรณีศึกษาบรรลุนิพพานของพระนางเขมาเถรี	๕๗
๓.๓.๔.	กรณีศึกษาบรรลุนิพพานของภิกษุณีรูปนันทาเถรี	๑๐๐
๓.๓.๕	สรุปกรณีศึกษา	๑๐๑
๓.๔	วิเคราะห์ความสำคัญของจริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนา	๑๐๒
๓.๔.๑	ความสำคัญของจริตในแง่ของการตัดสินใจเลือกแนวทางประกาศศาสนาของพระพุทธเจ้า	๑๐๒
๓.๔.๒.	ความสำคัญของจริตต่อความเชื่อในเรื่องเกี่ยวกับอดีตกรรมและการปรับเปลี่ยนความเคยชินใหม่เพื่อปรับปรุงจริต	๑๐๔
๓.๔.๓.	ความสำคัญของจริตต่อการยอมรับความหลากหลายในด้านพฤติกรรมและความแตกต่างของปัจเจกชน	๑๐๕
๓.๔.๔.	ความสำคัญของจริตต่อการเลือกคบคน	๑๐๖
๓.๔.๕.	ความสำคัญของจริตต่อการทำความรู้จักตนเอง	๑๐๖
๓.๔.๖.	ความสำคัญของจริตต่อแนวทางการการศึกษาและปฏิบัติธรรม	๑๐๗
๓.๔.๗.	ความสำคัญของจริตต่อการเตรียมตัวเลือกสภาวะแวดล้อมให้เหมาะสมกับการปฏิบัติธรรมและในการดำรงชีวิต	๑๑๐
๓.๔.๘.	ความสำคัญของจริตต่อการการบรรลุนิพพาน	๑๑๐
๓.๕	บทสรุปเรื่องจริต	๑๑๑
บทที่ ๔	เครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา	๑๑๕
๔.๑	องค์ความรู้เรื่องจริตที่เกี่ยวข้องกับการเจริญสติปัญญา	๑๑๕
๔.๒.	แนวคิดเบื้องต้นในการสร้างเครื่องมือจำแนกจริต	๑๑๖
๔.๒.๑	แนวคิดเบื้องต้นเกี่ยวกับการสร้างเครื่องชี้วัด	๑๑๗
๔.๒.๒	ความหมายของเครื่องชี้วัด ( Indicators)	๑๑๗
๔.๒.๓	โครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต	๑๑๘
๔.๒.๔	แบบจำลองเพื่อการใช้เครื่องมือจำแนกจริต	๑๒๐
๔.๒.๕	เครื่องชี้วัดจริต ๒	๑๒๓
๔.๒.๖	เครื่องชี้วัดจริต ๖	๑๒๓

๔.๒.๗ เครื่องชี้วัดความแก่กล้าของปัญญา	๑๒๕
๔.๒.๘ สรุปรูปเครื่องมือจำแนกจริตและเครื่องชี้วัด	๑๓๐
๔.๓. ความเห็นของนักวิชาการที่มีต่อเครื่องมือจำแนกจริต	๑๓๒
๔.๓.๑ เกณฑ์การเลือกผู้ทรงคุณวุฒิ	๑๓๒
๔.๓.๒ ผู้ทรงคุณวุฒิที่ถูกคัดสรร	๑๓๒
๔.๓.๓ ประเด็นการสัมภาษณ์	๑๓๔
๔.๓.๔ ประมวลความเห็นที่ได้จากการสัมภาษณ์	๑๓๕
๔.๓.๔.๑ ความเห็นของพระราชสิทธิมนี(วิ.)	๑๓๕
๔.๓.๔.๒ ความเห็นของดร. โสริช โปธิ์แก้ว	๑๓๖
๔.๓.๔.๓ ความเห็นของ ดร.บรรจบ บรรณรุจิ	๑๓๗
๔.๓.๔.๔ ความเห็นของผู้เชี่ยวชาญสายพระพุทธรูปหนึ่ง	๑๓๘
๔.๓.๔.๕ ความเห็นของหลวงพ่อบราโมทย์ ปาโมชฺโช	๑๓๙
๔.๓.๔.๖ สรุปรวมความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ	๑๔๐
๔.๔ ประเด็นการปรับปรุงเครื่องมือจำแนกจริตในการเจริญสติปัฏฐาน	
หลังจากการสัมภาษณ์	๑๔๒
๔.๕ เครื่องมือจำแนกจริตในการเจริญสติปัฏฐาน	๑๔๓
๔.๕.๑ แบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน	๑๔๓
๔.๕.๒ โครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต	
ที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน	๑๔๗
๔.๕.๓ ประมวลเครื่องมือจำแนกจริต	
เครื่องชี้วัด ชุดเครื่องชี้วัด และตัวชี้วัด	๑๔๙
๔.๖ ตัวอย่างแบบทดสอบเครื่องมือจำแนกจริต	๑๕๗
๔.๖.๑ การพัฒนาแบบทดสอบจากตัวชี้วัด	๑๕๗
๔.๖.๒ การหาความเที่ยงตรง(Validity) ของแบบทดสอบ	๑๖๙
๔.๗ แนวทางการเจริญสติปัฏฐานในชีวิตประจำวันที่เหมาะสมกับแต่ละจริต	๑๗๑
๔.๗.๑ ความหมายและความสำคัญการเจริญสติปัฏฐานในชีวิตประจำวัน	๑๗๑
๔.๗.๒ ประเมินตนเอง	๑๗๑
๔.๗.๓ เลือกสติปัฏฐานหมวดที่เข้ากันได้กับจริต	๑๗๒
๔.๗.๔ เลือกสมถกรรมฐานประจำตัว	๑๗๒
๔.๗.๕ ปรับพื้นฐานด้วยศีลสิกขา	๑๗๒

๔.๓.๖ การฝึกฝนในรูปแบบด้วยหลักการจิตศึกษา เพื่อให้ได้สัมมาสมาธิ	๑๗๒
๔.๓.๗ เจริญสติปัญญาด้วยหลักการ เพิ่มพูนปัญญาศึกษา	๑๗๓
๔.๓.๘ ตัวอย่างแนวทางการเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวัน สำหรับคนต้นหาจริต	๑๗๓
๔.๓.๙ ตัวอย่างแนวทางการเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวัน สำหรับคนทวิจริต	๑๗๓
บทที่ ๕ บทสรุปและข้อเสนอแนะ	๑๗๔
๕.๑ สรุป	๑๗๔
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๑๗๓
๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำเครื่องมือจำแนกจริตไปใช้	๑๗๓
๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป	๑๗๔
บรรณานุกรม	๑๗๕
ภาคผนวก ๑ แบบทดสอบเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา	๑๘๑
ภาคผนวก ๒ รายละเอียดกระบวนการหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาด้วยวิธี IOC	๒๐๕
ภาคผนวก ๓ ตารางแสดงค่า IOC ที่ได้จากการขอความเห็นจากผู้เชี่ยวชาญทั้ง ๔ ท่าน	๒๒๗
ประวัติผู้วิจัย	๒๒๘



## สารบัญตาราง

เรื่อง	หน้า
ตารางที่ ๓.๑ แสดงการแจกแจงลักษณะเด่นของคนแต่ละจริตที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรค	๓๔
ตารางที่ ๓.๒ แสดงการแจกแจงคุณสมบัติเฉพาะของคนแต่ละจริต ที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทติมรรค	๓๕
ตารางที่ ๓.๓ แสดงข้อแนะนำสำหรับคนแต่ละจริตที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรค	๓๗
ตารางที่ ๓.๔ ธรรมเนียมที่เหมาะสมกับจริต แยกตามคัมภีร์	๘๓
ตารางที่ ๓.๕ การจำแนกบุคคลตามจริต ความแก่กล้าของปัญญา ปฏิปทาและการบรรลุนิพพาน	๘๗
ตารางที่ ๓.๖ แสดงการแจกแจงประเภทจริตกับแนวทางธรรมเนียมและประเภทการหลุดพ้น	๘๘
ตารางที่ ๓.๗ แสดงการแจกแจงประเภทจริตกับแนวทางการเจริญสติปัญญา	๘๙
ตารางที่ ๓.๘ แสดงจริตกับแนวทางการศึกษาและปฏิบัติธรรม	๑๐๕
ตารางที่ ๓.๙ แนวทางการจำแนกจริตที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา	๑๑๔
ตารางที่ ๔.๑ แสดงธรรมเนียมที่เหมาะสมกับแต่ละจริต	๑๑๖
ตารางที่ ๔.๒ แสดงเครื่องผลักดันภายในของจริต ที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรคและวิสุทติมรรค	๑๒๒
ตาราง ๔.๓ แสดงคุณลักษณะเด่นของคนแต่ละจริต ที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรคและวิสุทติมรรค	๑๒๕
ตารางที่ ๔.๔ แสดงชุดตัวชี้วัดนามธรรมภายในเครื่องผลักดันพฤติกรรม ของคนแต่ละจริต (๑-ราคะ โทสะ โมหะ)	๑๒๖
ตารางที่ ๔.๕ แสดงชุดตัวชี้วัดนามธรรมภายในเครื่องผลักดันพฤติกรรม ของคนแต่ละจริต (๒-ศรัทธา พุทธิ วิตก)	๑๒๗

ตารางที่ ๔.๖ แสดงชุดตัวชี้วัดลักษณะพฤติกรรมเด่นของคนแต่ละจริต หมวดที่ (๒)และ(๓)	๑๒๘
ตารางที่ ๔.๗ แสดงชุดตัวชี้วัดลักษณะพฤติกรรมเด่นของคนแต่ละจริต หมวดที่ (๔)และ(๕)	๑๒๙
ตารางที่ ๔.๘ แสดงสารสำคัญที่ได้จากการสัมภาษณ์ทวนสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ ๔ ท่าน	๑๔๑
ตารางที่ ๔.๙ สรุปเครื่องชี้วัดจริต ๒	๑๔๙
ตารางที่ ๔.๑๐ สรุปเครื่องชี้วัดปัญญา	๑๕๐
ตารางที่ ๔.๑๑ เครื่องชี้วัดจริต ๖-ชุดตัวชี้วัด (๑)นามธรรมภายในเครื่องผลักดันพฤติกรรม	๑๕๑
ตารางที่ ๔.๑๒ เครื่องชี้วัดจริต ๖ –ชุดตัวชี้วัด (๒) การมองคูรูป	๑๕๒
ตารางที่ ๔.๑๓ เครื่องชี้วัดจริต ๖ –ชุดตัวชี้วัด (๓) ลักษณะ การ ยืน เดิน นั่ง นอน	๑๕๓
ตารางที่ ๔.๑๔ เครื่องชี้วัดจริต ๖ ชุดตัวชี้วัด (๔) ลักษณะการบริโภคอาหาร	๑๕๔
ตารางที่ ๔.๑๕ เครื่องชี้วัดจริต ๖ ชุดตัวชี้วัด (๕) ลักษณะการบริโภคอาหาร	๑๕๕
ตารางที่ ๔.๑๖ คำแนะนำในการเลือกกรรมฐานสำหรับจริต ๖	๑๕๖
ตารางที่ ๔.๑๗ แบบทดสอบเครื่องมือจำแนกจริต	๑๕๘-๑๖๘
ตารางที่ ๔.๑๘ ตัวอย่างตารางแบบประเมินความสอดคล้อง ระหว่างตัวชี้วัดกับคำถามในแบบทดสอบสำหรับผู้เชี่ยวชาญ ๑ ท่าน	๑๖๐
ตารางที่ ๕.๑ กรรมฐานที่เหมาะสมกับจริต ๖ แยกตามคัมภีร์	๑๗๘
ตารางที่ ๕.๒ แสดงการแจกแจงประเภทจริตกับแนวทางการเจริญสติปัญญา	๑๗๙

## สารบัญภาพ

เรื่อง	หน้า
ภาพที่ ๑.๑ แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย	๕
ภาพที่ ๑.๒ แสดงกระบวนการในการวิจัย	๑๘
ภาพที่ ๓.๑ แสดงการจำแนกจริตและกรรมฐานที่พระพุทธเจ้าทรงแนะนำ	๘๑
ภาพที่ ๔.๑ แสดงโครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต	๑๑๕
ภาพที่ ๔.๒ แสดงแบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน	๑๒๐
ภาพที่ ๔.๓ แสดงแหล่งอ้างอิงในการสร้างแบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน	๑๒๒
ภาพที่ ๔.๔ แสดงโครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต เครื่องชี้วัด ชุดตัวชี้วัด และตัวชี้วัดจริต	๑๓๑
ภาพที่ ๔.๕ แสดงแบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐานหลังปรับปรุง	๑๔๔
ภาพที่ ๔.๖ แสดงแหล่งอ้างอิงในการสร้างแบบจำลองการจำแนกจริต หลังปรับปรุง	๑๔๖
ภาพที่ ๔.๗ แสดงโครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต เครื่องชี้วัด ชุดตัวชี้วัด และตัวชี้วัดจริต	๑๔๘
ภาพที่ ๕.๑ แสดงโครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต	๑๘๐
ภาพที่ ๕.๒ แสดงแบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐานหลังปรับปรุง	๑๘๒

## คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

### การใช้อักษรย่อ

อักษรย่อในสารนิพนธ์ฉบับนี้ ใช้อ้างอิงจากฎีกา ภาษาบาลี พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และอรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย เรียงตามคัมภีร์ดังนี้

### พระวินัยปิฎก

วิ.มหา. (ไทย)	=	วินัยปิฎก มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.ม. (ไทย)	=	วินัยปิฎก มหาวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.จ. (ไทย)	=	วินัยปิฎก จุฬวรรค	(ภาษาไทย)

### พระสุตตันตปิฎก

ที.สี. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุपरปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
สั.ส. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
สั.นิ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
สั.ข. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
สั.สพ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สพายตนวรรค	(ภาษาไทย)
สั.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ทุก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ติก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ฉก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ฉกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตตก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย สตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.นวก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย นวกนิบาต	(ภาษาไทย)

อง.ทสก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทสกนินบาต	(ภาษาไทย)
อง.เอกาทสก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก เอกาทสกนินบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.อ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย อุทาน	(ภาษาไทย)
ขุ.สุ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย สุดตนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.เถร. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.ติก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย ติกนินบาต ชาดก	(ภาษาไทย)
ขุ.ม. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิทเทศ	(ภาษาไทย)
ขุ.ป. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิตามรรค	(ภาษาไทย)
ขุ.พุทธ (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย พุทธวงศ์	(ภาษาไทย)

#### พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
อภิ.วิ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก วิภังค์	(ภาษาไทย)
อภิ.ปุ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก ปุคคลบัญญัติ	(ภาษาไทย)

#### ปกรณ์วิเสส

เนตติ. (ไทย)	=	เนตติปกรณ์	(ภาษาไทย)
วิสุทฺธิ. (ไทย)	=	วิสุทฺธิมรรคปกรณ์	(ภาษาไทย)

#### อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ที.ม.อ. (ไทย)	=	ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ที.ปา.อ. (ไทย)	=	ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี ปาฎิกวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.ติก.อ. (ไทย)	=	อังคุตตรนิกาย มโนรลปุรัมมิติกนินบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.อ. (ไทย)	=	ขุททกนิกาย ธรรมบทอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.เถร.อ. (ไทย)	=	ขุททกนิกาย ปรมัตถทีปนี เถรคาถาอรรถกถา	(ภาษาไทย)

## ไวยากรณ์

อภิธาน. (บาลี)	=	อภิธานปุปทีปิกา	(ภาษาบาลี)
อภิธาน. ฎีกา (บาลี)	=	อภิธานปุปทีปิกาฎีกา	(ภาษาบาลี)

## คัมภีร์สัตทวิเสส

อภิธาน. สูจิ (บาลี)	=	อภิธานปุปทีปิกาสูจิ	(ภาษาบาลี)
สทท. ธาตุ. (บาลี)	=	สทท. นีติปุกรณ์ ธาตุมาลา	(ภาษาบาลี)
สทท. ธาตุ. (ไทย)	=	สัตทนีติปกรณ์ ธาตุมาลา	(ภาษาไทย)

### การใช้หมายเลขย่อ

พระไตรปิฎกภาษาไทย จะแจ้งเล่ม ข้อ หน้า เช่น อญ.ฉก. (ไทย) ๒๒/๔๐/๓๒๖ หมายถึง สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ฉกกนิบาต เล่ม ๒๒ ข้อ ๔๐ หน้า ๓๒๖ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

อรรถกถาภาษาไทย ในกรณีเลข ๓ ตอน หมายถึง การแจ้งเล่ม ภาค หน้า เช่น อญ.เอกก.อ. (ไทย) ๑/๒/๕๗-๘๑ หมายถึง มโนรลปุรณี อังคุตตรนิกาย เอกนิบาต อรรถกถาแปล เล่มที่ ๑ ภาคที่ ๒ หน้า ๕๗-๘๑ ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย ในกรณีเลข ๔ ตอน หมายถึง การแจ้งเล่ม ภาค ตอน หน้า เช่น ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๑/๑๐ หมายถึง ขุททกนิกาย ธรรมบทอรรถกถา เล่มที่ ๑ ภาคที่ ๒ ตอนที่ ๑ หน้า ๑๐ ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย

ปกรณ์วิเสส ภาษบาลี ยกเว้นวิสุทธิมรรคปกรณ์ จะแจ้งเล่ม หน้า ที่ไม่จัดเป็นลำดับเล่ม จะแจ้ง หน้า เช่น มลินุท. (บาลี) ๖๖ หมายถึง มลินุทปัลลหกรณ์ หน้า ๖๖ ฉบับ มหาจุฬาปกรณ์วิเสโส

วิสุทธิมรรคปกรณ์ จะแจ้งข้อ หน้า เช่น วิสุทธิ. (ไทย) ๔๕๕/๗๔๔ หมายถึง วิสุทธิมรรคปกรณ์ ข้อ ๔๕๕ หน้า ๗๔๔ ฉบับ ๑๐๐ ปี สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร)

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สติปัญญา ๔ ถือว่าเป็นธรรมะที่สำคัญมากที่สุดหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าทรงตรัสถึงความสำคัญของสติปัญญา ๔ ไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลายทางนี้เป็นทางเดียวเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโศกและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัสเพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัญญา ๔ ประการ”<sup>๑</sup> ดังนั้นสติปัญญาจึงเปรียบเสมือนหัวใจของพระพุทธศาสนา ซึ่งมีความสำคัญสูงสุด หากจะธำรงรักษาศาสนาไว้พุทธบริษัททั้ง ๔ สมควรที่จะศึกษาและนำหลักสติปัญญาไปปฏิบัติอย่างจริงจัง เมื่อได้ศึกษาพระปริยัติธรรมแล้ว จะเห็นว่า การปฏิบัติธรรมไม่ใช่เรื่องที่เกิดความสามารถสำหรับมนุษย์ทั่วไป ไม่ต้องใช้อุปกรณ์อื่นใดนอกจากการศึกษาลงไปที่รูปธรรมและนามธรรมที่มีอยู่แล้วในตน และสามารถรับรู้ได้ตลอดเวลา โดยไม่ต้องใช้เวลามากมายเกินไปนัก เพียงแต่เจริญสติปัญญา ตามสังเกตรวมชาติของกาย เวทนา จิต ธรรม ที่มีในตนเองอย่างต่อเนื่อง เพียงแค่ ๗ ปี หรือ ๗ เดือน หรือ ๗ วันเท่านั้น ผู้ปฏิบัติก็จะได้รับผลอย่างใดอย่างหนึ่งคือถ้าไม่บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ ก็จะได้เป็นพระอนาคามี<sup>๒</sup>

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นศาสดาเอกของโลกที่มีคุณสมบัติอันเยี่ยมยอดดังที่ปรากฏในพุทธคุณถึง ๕ ประการ<sup>๓</sup> และหนึ่งในคุณสมบัติอันเยี่ยมยอดดังกล่าวนี้ คือคุณสมบัติข้อ

<sup>๑</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๓๓/๓๐๑.

<sup>๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๔/๓๓๘.

<sup>๓</sup> คุรุชละเอียดใน วิ.มหา. (ไทย) ๑/๑/๑, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๔๓/๑๔๒, วิ.มหา. (บาลี) ๑/๑/๑๐๓-๑๑๘, สารตถ.ฎีกา . ๑/๒๓๐-๔๐๐ พระพุทธคุณทั้ง ๕ บทนี้ คือ(๑) ชื่อว่าเป็นพระอรหันต์ เพราะห่างไกลจากกิเลส, (๒) ชื่อว่า ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ เพราะตรัสรู้ธรรมทั้งปวงโดยชอบและด้วยพระองค์เอง (๓) ชื่อว่าเพียบพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เพราะมีวิชา ๓ และวิชา ๘ และถึงพร้อมด้วยการปฏิบัติที่สมบูรณ์ (๔) ชื่อว่าเสด็จไปดี เพราะมีการเสด็จไปงาม เพราะเสด็จไปสู่ฐานะที่ดี เพราะเสด็จไปโดยชอบ และเพราะตรัสไว้โดยชอบ (๕) ชื่อว่า รู้แจ้งโลก เพราะทรงรู้แจ้งโลก เหตุเกิดโลก ความดับโลก วิธีปฏิบัติให้ถึงความดับ (๖) ชื่อว่า เป็นสารลึงผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม เพราะทรงฝึกฝนคนที่ควรฝึกฝน ทั้งเทวดา มนุษย์ อมนุษย์ สัตว์ดิรัจฉาน ด้วยอุบายต่างๆ (๗) ชื่อว่า เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เพราะทรงสั่งสอนเทวดาและมนุษย์ด้วยประโยชน์ ในโลกนี้ ประโยชน์ในโลกหน้า และประโยชน์อย่างยิ่งคือพระนิพพาน (๘) ชื่อว่า เป็นพระพุทธเจ้า



ที่ทรงเป็นผู้สามารถฝึกบรูษที่สมควรฝึกได้อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า ( อนุตฺตโร ปุริสทมฺสารถิ ) ซึ่งเมื่อศึกษาโดยละเอียดแล้วจะพบว่าพระองค์ทรงสำรวจอุปนิสัยของสัตว์โลกก่อน แล้วจึงให้คำสั่งสอนที่เหมาะสมแก่จริต จึงสามารถฝึกสอนสาวกได้อย่างเยี่ยมยอด ไม่มีใครที่จะเทียบได้<sup>๕</sup>

โดยทั่วไปมนุษย์แต่ละคนในโลกนี้ จะมีความแตกต่างกัน ซึ่งเป็นเรื่องของปัจเจกบุคคล ซึ่งมีอุปนิสัย โลกทัศน์ ความชำนาญ อาชีพ สังคม วุฒิภาวะ สิ่งแวดล้อม และจริตที่แตกต่างกันออกไป หากจะสั่งสอนหรือฝึกฝนให้เข้าใจจนบรรลุธรรมได้นั้น อาจต้องดูความเหมาะสมในธรรมะและอุบายอันเป็นที่สบายแก่บุคคลจึงเป็นเรื่องที่มีความละเอียดอ่อนไม่น้อย ซึ่งพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงหยั่งรู้เรื่องดังกล่าวได้ดี การประกาศพุทธธรรมของพระองค์จึงได้ผลอย่างน่าอัศจรรย์ เช่นในกรณีของการโปรดโจรองคฺติมาล<sup>๕</sup> การแสดงธรรมโปรดนางปฎาจารา<sup>๖</sup> และการแสดงธรรมโปรดท่านพาหิยะ<sup>๗</sup> เป็นต้น จะเห็นได้ชัดเจนว่า ธรรมะสำหรับการบรรลุธรรมของแต่ละคนนั้น ไม่ได้มากมายแต่อย่างใด หากพระพุทธรู้จักทรงรู้อุปนิสัยและแสดงธรรมให้ตรงกับจริตของผู้ฟังก็อาจเกิดการบรรลุธรรมได้อย่างรวดเร็ว

บรรดาพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ทรงรู้อุปนิสัยของสรรพสัตว์ และสามารถแจกจ่ายธรรมให้พอเหมาะกับจริตของผู้รับฟังได้ ปรากฏว่ามีพระพุทธเจ้าบางพระองค์ใช้วิธีการสั่งสอนโดยย่อให้ถูกจริตผู้ฟังด้วยการกำหนดจิตของสาวกก่อนแล้วจึงสอนเฉพาะธรรมะที่จำเป็นเท่านั้น<sup>๘</sup> เช่น

เพราะทรงรู้สิ่งที่ควรรู้ทั้งหมดด้วยพระองค์เองและทรงสอนให้ผู้อื่นรู้ตาม (๕) ชื่อว่า เป็นพระผู้มีพระภาค เพราะทรงมีโชค ทรงทำลายข้าศึกคือกิเลส ทรงจำแนกแจกแจงธรรม

<sup>๕</sup>ดูรายละเอียดใน ขุ.ม.(ไทย) ๒๕/๑๕๖/๔๓๐ , ขุ.จ.(ไทย) ๓๐/๘๕/๓๐๔.

<sup>๕</sup> พระเจ้าปเสนทิโกศลทรงอัศจรรย์ใจในความสามารถของพระผู้มีพระภาคในเรื่องการฝึกพระองคฺติมาลจึงทรงตรัสยกย่องพระพุทธองค์ว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ นำอัศจรรย์จริง ไม่เคยปรากฏ พระผู้มีพระภาคทรงฝึกบุคคลที่ใครๆ ฝึกไม่ได้ ทรงทำบุคคลที่ใคร ๆ ทำให้สงบไม่ได้ให้สงบได้ ทรงทำบุคคลที่ใครๆ ดับไม่ได้ให้ดับได้ เพราะว่าหม่อมฉันทั้งที่มีอาชญา มีศัสตราอยู่พร้อมก็ไม่สามารถจะฝึกผู้ใดได้ แต่พระผู้มีพระภาคไม่มีอาชญา ไม่มีศัสตราเลย ยังฝึกผู้นั้นได้...” - ม.ม.(ไทย) ๑๓/๓๔๓/๔๒๑

<sup>๖</sup>ดูรายละเอียดใน ขุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๒๘๘/๑๒๒ , ขุ.ธ.อ.(ไทย) ๑/๒/๒/๔๕๐.

<sup>๗</sup>ดูรายละเอียดใน ขุ.อ.(ไทย) ๒๕/๑๐/๑๘๓.

<sup>๘</sup>ดูรายละเอียดใน วิ.ม.(ไทย) ๑/๑๕/๑๒. พระพุทธเจ้าทรงปรารภกับพระสารีบุตรถึงพระพุทธเจ้าในอดีตว่า “พระพุทธเจ้าเหล่านั้นไม่ทรงผ่อนคลายที่จะกำหนดจิตของสาวกด้วยพระทัยแล้วทรงสั่งสอน สารีบุตรเรื่องเคยเกิดขึ้นแล้ว พระพุทธเจ้าเวสสภูทรงกำหนดจิตภิกษุสงฆ์แล้วทรงสั่งสอนภิกษุสงฆ์ ๑,๐๐๐ รูป ในราวป่าน่าสะพึงกลัวแห่งหนึ่งว่า “เธอทั้งหลายจงพิจารณาเช่นนี้ อย่าพิจารณาอย่างนั้น จงตั้งใจอย่างนี้อย่าตั้งใจอย่างนั้น จงละสิ่งนี้ จงเข้าถึงสิ่งนี้อยู่เถิด” จิตของภิกษุ ๑,๐๐๐ รูปที่พระพุทธเจ้าเวสสภูทรงสั่งสอน หลุดพ้นจากอาสวะ เพราะไม่มีความถือมั่น”

พระพุทธเจ้าวิปัสสี พระพุทธเจ้าลชชี พระพุทธเจ้าเวสสภู ธรรมของท่านที่สั่งสอนจึงมีจำนวนน้อย และเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ศาสนธรรมของพระองค์อันตรธานไปอย่างรวดเร็วหลังเสด็จปรินิพพาน แต่พระพุทธเจ้าบางพระองค์ เช่นพระพุทธเจ้ากกุสันธะ พระพุทธเจ้าโกนาคมณะ และพระพุทธเจ้ากัสสปะ รวมถึงพระพุทธเจ้าโคตมะพระองค์ปัจจุบัน ทรงมิได้ผ่อนคลายในการแสดงธรรมให้มาก ให้หลากหลายและโดยพิสดาร โดยการแสดงธรรมในแต่ละคราวทรงแสดงไว้ให้ครอบคลุมสำหรับบุคคลทุกจริตของผู้ที่เข้าฟังในคราวเดียวกัน ซึ่งการแสดงธรรมโดยพิสดารนี้ ประกอบร่วมกับการบัญญัติพระวินัย จึงทำให้ศาสนาของพระพุทธเจ้าประเภทนี้ดำรงอยู่ได้นาน<sup>๕</sup>

ด้วยเหตุดังกล่าวข้างต้น พระธรรมที่พระพุทธองค์ทรงแสดงในบางพระสูตร เช่นมหาสติปัฏฐานสูตร จึงแสดงสติปัฏฐาน ๔ ไว้อย่างยืดยาวเป็นเอนกปริยาย ถึง ๒๑ หมวดย่อย ครอบคลุมการปฏิบัติไว้ครบถ้วนครอบคลุมกับผู้ที่มีจริตต่างๆทุกประเภท เพื่อสงเคราะห์แก่ผู้มีจริตและปัญหาที่แตกต่างกันทั้งนี้ก็เพราะมุ่งหวังให้ผู้ปฏิบัติได้มีโอกาสเลือกกรรมฐานที่เป็นที่สบายแก่ผู้ปฏิบัติ นั่นเอง<sup>๖</sup>

อนึ่ง เป็นที่ทราบกันดีว่ามนุษย์แต่ละคนมีคุณลักษณะเฉพาะตัวที่ต่างกันทั้งจริต อุปนิสัย ความเคยชิน ระดับสติปัญญา ภาระหน้าที่ รูปแบบการดำรงชีวิต สภาพแวดล้อม และระดับการศึกษาจึงทำให้พื้นฐานความพร้อมในการศึกษาและปฏิบัติธรรมมีความต่างกันไปในแต่ละบุคคล กรรมฐานที่เหมาะสมเฉพาะตัวจึงเป็นเรื่องที่จะต้องนำมาพิจารณาให้ถี่ถ้วน แม้ในครั้งพุทธกาลก็ปรากฏตัวอย่างของความสำเร็จในการเลือกสอนกรรมฐาน เช่นเรื่องของท่านพระจูฬปันถก เมื่อครั้งศึกษากับพระมหาปันถกก็มิได้รับผลสำเร็จเท่าที่ควร แต่เมื่อพระพุทธองค์ทรงทราบว่าพระจูฬปันถกทอดทิ้ง จากคำดำนิของพระมหาปันถกจนคิดลาสิกขา จึงทรงมาโปรด และให้กรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตของท่านพระจูฬปันถก โดยประทานผ้าเช็ดเท้าและให้อริยฐานบริกรรมว่าผ้าสะอาด ในเวลาไม่นานนักท่านพระจูฬปันถกก็สำเร็จเป็นพระอรหันต์เนื่องจากได้กรรมฐานที่เหมาะสม<sup>๗</sup> ซึ่งเรื่องนี้ชี้ให้เห็นว่าครูบาอาจารย์ที่จะสอนกรรมฐานนั้นก็มีความสำคัญมาก เพราะหากได้อาจารย์ที่มีความสามารถก็สามารถเลือกสอนกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตของศิษย์ได้ โดยพระพุทธองค์ตรัส

<sup>๕</sup>ดูรายละเอียดใน วิ.ม.(ไทย) ๑/๑๕/๑๒. พระพุทธเจ้าทรงปรารภว่า “สารีบุตร พระพุทธเจ้ากกุสันธะ พระพุทธเจ้าโกนาคมณะ และพระพุทธเจ้ากัสสปะ ไม่ทรงผ่อนคลายที่จะทรงแสดงธรรมโดยพิสดารแก่สาวก ... มีการแสดงปาติโมกข์...พรหมจรรย์(ของพระองค์จึง)ดำรงอยู่นาน...”

<sup>๖</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๗๗. , ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑/๖๕๕.

<sup>๗</sup> ข.อุป. (ไทย) ๓๒/๔๘-๕๒/๑๐๕.

ถึงเรื่องความสำคัญของผู้สอนว่า “ความมีกัลยาณมิตรเท่ากับเป็นพรหมจรรย์ทั้งหมดทีเดียว เพราะว่ามีกัลยาณมิตรพึงหวังสิ่งนี้ได้คือ จักเจริญ จักทำให้มากซึ่งอัยฎางคิกมรรค”<sup>๑๒</sup>

เป็นที่น่าเสียดายว่าในยุคปัจจุบันการจะหาครูบาอาจารย์ที่มีความสามารถในการจัดสรร ธรรมเนียมให้เหมาะกับศิษย์นั้นหาได้ไม่ถนัดนัก แม้จะมีสำนักปฏิบัติธรรมต่างๆ ที่สอนสติปัญญา กันหลายสำนัก แต่ส่วนใหญ่แต่ละสำนักก็มีแนวทางการปฏิบัติเฉพาะในแนวทางที่เจ้าสำนักมีความ ชำนาญ หรือได้รับผลสำเร็จในการปฏิบัติตามแนวทางนั้นๆ โดยสอนให้กับผู้มาเข้ารับการศึกษา คล้ายๆกันหมดทุกคน เหมือนมีหลักสูตรมาตรฐานหลักสูตรเดียวสำหรับทุก ๆ คน ส่วนด้านผู้ศึกษา เอง ในบางครั้งก็มิได้เลือกเรียนธรรมเนียมในแนวทางที่เหมาะสมกับตนเอง แต่มักเลือกสำนักจาก ปัจจัยอื่นๆภายนอก เช่นเลือกตามเพื่อน เลือกเพราะเห็นว่าเป็นที่นิยม หรือเห็นว่าอาจารย์มีจริยวัตร และแนวทางการสอนที่น่าเลื่อมใส โดยมีได้เลือกปฏิบัติธรรมเนียมตามความเหมาะสมของจริตของ ตนเอง จึงอาจทำให้ไม่ได้ผลที่ควร

ในการเจริญธรรมฐานในพระพุทธศาสนา ต้องอาศัยความละเอียดอ่อน จะใช้ธรรมเนียม เดียวสำหรับทุกคน คล้ายกับการผลิตสินค้าในวงการอุตสาหกรรม หรือหลักสูตรมาตรฐานใน การศึกษาขั้นพื้นฐานทางโลกนั้น อาจไม่เหมาะสมนัก เมื่อฝั่งผู้สอนไม่สามารถเลือกธรรมเนียมให้ เหมาะกับผู้ศึกษาได้ ฝ่ายผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมอาจต้องอาศัยความช่างสังเกตและหลัก โยนิโส มนสิการเข้ามาเพื่อเลือกเฟ้นธรรมเนียมให้เหมาะสมกับตนเอง การปฏิบัติจึงได้ผลก้าวหน้า

ด้วยเหตุดังกล่าวทั้งหมดข้างต้นผู้วิจัยจึงได้เกิดความคิดที่จะรวบรวมองค์ความรู้ในการ เจริญสติปัญญา และองค์ความรู้ที่ว่าด้วยเรื่องของจริต ทั้งที่ปรากฏในพระไตรปิฎก อรรถกถา คัมภีร์ชั้นหลังในเถรวาท นำมาศึกษาวิเคราะห์ และจัดการบูรณาการอย่างเหมาะสม เพื่อสร้าง เครื่องมือจำแนกจริต เพื่อให้ชาวพุทธสามารถประเมินตนเอง และทราบจริตของตนเองจะทำให้ สามารถเลือกสติปัญญาหมวดที่เหมาะสมกับจริตของตนและสอดคล้องกับวิถีการดำรงชีวิตของตน ในยุคปัจจุบัน เพื่อประโยชน์ในการนำไปปฏิบัติให้เหมาะสมในชีวิตประจำวัน ซึ่งจะเป็นการช่วย รักษาแก่นแท้แห่งพุทธศาสนาให้สืบทอดยืนนานต่อไป

## ๑.๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

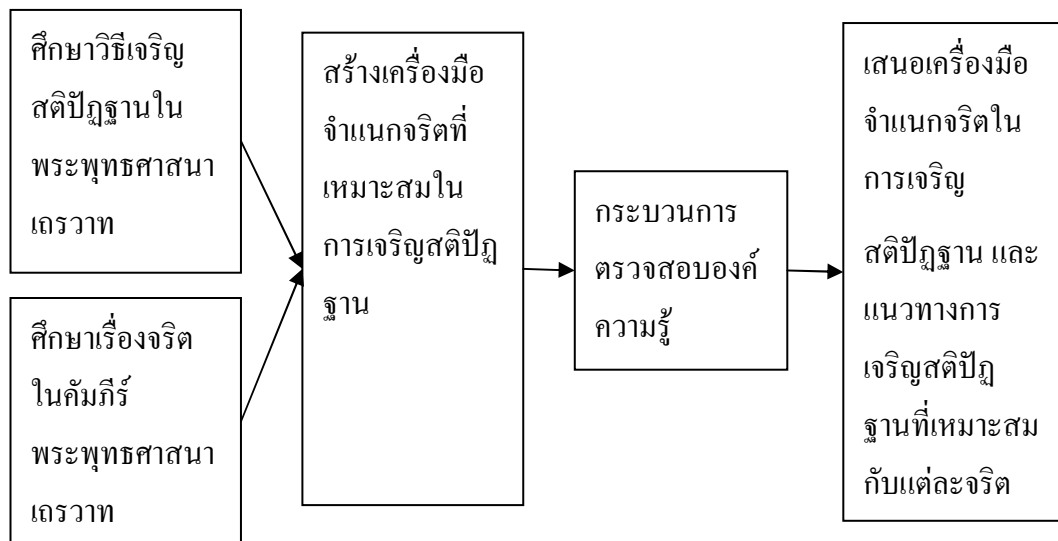
๑.๒.๑ เพื่อศึกษาแนวทางการเจริญสติปัญญาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาเรื่องจริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

<sup>๑๒</sup> ส.ม. (บาลี)๑๕/๕/๒. , ส.ม. (บาลี) ๑๕/๑๒๕/๓๖

๑.๒.๓ เพื่อสร้างเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน

จากวัตถุประสงค์ของการวิจัยดังกล่าวข้างต้นนั้น สามารถกำหนดเป็นกรอบแนวคิด (Conceptual framework) ในการตั้งฐานการวิจัย โดยมีรายละเอียดดังนี้



แผนภูมิ ๑.๑ แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย

### ๑.๓ ขอบเขตการวิจัย

๑.๓.๑ การศึกษาเรื่องสติปัญญา และจิตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญานั้นจะดำเนินการศึกษาเฉพาะในพระพุทธศาสนาเถรวาท โดยจำกัดการศึกษาเฉพาะเป็นการวิจัยเอกสารซึ่งประกอบด้วยพระไตรปิฎก และอรรถกถา และคัมภีร์ ตำรา และเอกสารที่เกี่ยวข้องเท่านั้น

๑.๓.๒ การศึกษาในครั้งนี้ มุ่งเน้นที่การวิจัยเอกสาร เพื่อค้นหาหลักฐานทางเอกสาร เรื่องสติปัญญาและเรื่องจิตที่มีความเกี่ยวเนื่องกัน เพื่อทำการวิเคราะห์และบูรณาการสร้างองค์ความรู้เพื่อพัฒนาแบบจำลองการจำแนกจิตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา จากนั้นนำมาสังเคราะห์หาแนวทางการเจริญสติปัญญาที่เหมาะสมสำหรับแต่ละจิต หลังจากนั้นจะใช้วิธีการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อทวนสอบแบบจำลองการจำแนกจิตนั้น โดยใช้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวนอย่างน้อย ๔ ท่านคือ (๑) ผู้ทรงคุณวุฒิด้านวิปัสสนากรรมฐานสายวัดมหาธาตุ(พองยุบ) (๒) ผู้ทรงคุณวุฒิด้านวิปัสสนากรรมฐานสายอานาปานสติแบบสวนโมกข์ (๓) ผู้ทรงคุณวุฒิด้านวิปัสสนากรรมฐานสายพระอุดมกรรมฐาน(สายอาจารย์มั่นและหลวงพ่อชา) (๔) ผู้ทรงคุณวุฒิด้านวิปัสสนากรรมฐานสายเจริญสติด้วยแนวทางการคูจิตแบบหลวงปู่ดูลย์ อดุลโ

๑.๓.๓ การศึกษาในครั้งนี้ มุ่งเน้นที่การวิจัยเอกสาร เพื่อค้นหาหลักฐานทางเอกสาร เรื่องสติปัญญาและเรื่องจิตที่มีความเกี่ยวเนื่องกัน เพื่อทำการวิเคราะห์และบูรณาการสร้างองค์ความรู้ใหม่ เพื่อให้ได้ “เครื่องมือจำแนกจิต” ที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญาเท่านั้น

### ๑.๔ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้มีศัพท์เฉพาะที่เกี่ยวกับหัวข้อการศึกษาวิจัย และเพื่อประโยชน์ต่อการสื่อความหมายในการศึกษาวิจัย ผู้วิจัยจึงให้คำจำกัดความไว้ดังนี้

๑.๔.๑ จิต หมายถึง ลักษณะเฉพาะตน อันได้แก่ อุปนิสัย ความประพฤติ หรือพื้นเพจิตใจที่เคยชินกับการดำเนินชีวิต

๑.๔.๒ การเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวัน หมายถึง การหลอมรวมการเจริญสติปัญญามาใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็นธรรมชาติและต่อเนื่อง ในทุกอิริยาบถที่ประกอบภารกิจในชีวิตประจำวัน

๑.๔.๓ แบบจำลองการจำแนกจริต หมายถึงผังความคิดรวบยอดในการจำแนกจริตโดยใช้เครื่องมือจำแนกจริต ในการแบ่งคนเป็นลักษณะต่าง ๆ และชี้ให้เห็นรูปแบบสติปัญญาที่เหมาะสมกับผู้จริตต่างๆ

๑.๔.๔ เครื่องชี้วัด ชุดตัวชี้วัด และตัวชี้วัด (Set of Indicators, Indicators, Indicator) เป็นกลุ่มของตัวชี้วัด และตัวชี้วัดย่อยๆ ซึ่งจะมุ่งเน้นการวัดนามธรรม และพฤติกรรม ซึ่งเป็นข้อมูลเชิงคุณภาพ ตัวชี้วัด จึงเป็น สิ่งที่บ่งบอกลักษณะทางนามธรรมอันเป็นลักษณะเฉพาะตัว มากกว่าสิ่งที่เป็นการวัดเชิงปริมาณ ใช้สำหรับการแยกแยะประเภทของจริต หรือบ่งบอกความแก่กล้าของปัญญาของบุคคลได้

๑.๔.๕ “เครื่องมือจำแนกจริต ที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา” หมายถึง ชุดความคิดใช้ร่วมกับแบบจำลองการจำแนกจริต ซึ่งเป็นการวัดนามธรรมเพื่อจำแนกจริต และปัญญา โดยมีวัตถุประสงค์ใช้ในการเลือกหมวดในการเจริญสติปัญญา ประกอบไปด้วยเครื่องชี้วัด ๓ ชุดคือ (๑) เครื่องชี้วัดจริต ๒ (๒) เครื่องชี้วัดจริต ๖ และ (๓) เครื่องชี้วัดปัญญา ประกอบไปด้วยตัวชี้วัดหลายตัว เพื่อบ่งชี้ว่าผู้ถูกศึกษาเป็นประเภทผู้มีปัญญากล้า หรือปัญญาไม่กล้า ซึ่งชุดตัวชี้วัดต่างๆ เหล่านี้จะเป็นตัวชี้วัดสิ่งที่เป็นนามธรรมภายใน และแปลงออกมาโดยการอธิบายลักษณะเฉพาะว่าเป็นจริตใด หรือมีปัญญากล้าหรือไม่

## ๑.๕ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาการเจริญสติปัญญา มีเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

๑.๕.๑ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) กล่าวถึงสติปัญญาในฐานะสัมมาสติในหนังสือ “พุทธธรรม”<sup>๑๑</sup> สรุปใจความได้ว่า การปฏิบัติสติปัญญานี้เป็นวิธีปฏิบัติธรรมที่นิยมกันมาก และนิยมยกย่องกันอย่างสูงถือว่ามีพร้อมทั้งสมณะและวิปัสสนาในตัวเอง ผู้ปฏิบัติอาจเจริญสมณะจนได้ญาณก่อนแล้วจึงเจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัญญานจนถึงที่สุดก็ได้ หรือจะอาศัยเพียงสมาธิขั้นต้นๆ ที่จำเป็นมาประกอบ เจริญวิปัสสนาเป็นตัวนำในแนวสติปัญญานี้ ไปจนถึงที่สุดก็ได้

๑.๕.๒ พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) กล่าวถึงเรื่องสมาธิและวิปัสสนาไว้ในหนังสือ “สมาธิและวิปัสสนาตามธรรมชาติ”<sup>๑๒</sup> สรุปใจความว่า สภาวะแห่ง กัมมุนิโย คือจิตที่ควร

<sup>๑๑</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), **พุทธธรรม**, ฉบับปรับปรุงและขยายความ พิมพ์ครั้งที่ ๔๖, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖).

<sup>๑๒</sup> พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), **สมาธิและวิปัสสนาตามธรรมชาติ**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๕).

แก่การงาน เป็นจิตอันประกอบด้วยสติและสมาธิที่เกิดตามธรรมชาติ ซึ่งมักจะพอเหมาะพอควรแก่การนำไปใช้พิจารณาให้เกิดปัญญา ส่วนสมาธิที่เกิดจากการบำเพ็ญเป็นเทคนิคโดยเฉพาะนั้น มักจะเป็นสมาธิที่มากเกินไป หรืออาจทำให้มีสุขมากเกินไปจนอาจติดหรือหลงว่าเป็นมรรคผลไปเสียเลยก็ได้

๑.๕.๓ พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) กล่าวถึงเรื่องวิปัสสนาไว้ในหนังสือ “วิปัสสนาในการทำงาน”<sup>๕๕</sup> สรุปใจความว่า วิปัสสนาที่แท้จริงเป็นการเห็นตามความจริง ที่สามารถทำลายความเห็นว่ามีตัวตน ความเห็นแก่ตัว หรือความยกหูชูหางมีตัวมีตน สามารถทำได้ในขณะที่ทำการทำงาน โดยเอาการงาน(การเคลื่อนไหวของกายและจิต) เป็นเครื่องอยู่ในการเจริญวิปัสสนาไปในตัว โดยใช้สติ สมาธิที่อยู่ในธรรมชาติเป็นเครื่องควบคุมจิตให้เห็นความจริงเพื่อถอดถอนความรู้สึกรู้ว่ามีตัว โดยใช้หลักการหลุดพ้นแบบปัญญาวิมุตติล้วนๆซึ่งเหมาะกับคนยุคนี้

๑.๕.๔ พรรณราย รัตนไพฑูรย์ กล่าวถึงสติปัญญาในวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัญญา ๔ : ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชฆาณิก (โฆดก ญาณสีหะ)”<sup>๕๖</sup> สรุปความว่า สติปัญญาสี่เป็นทางเอกที่จะนำไปสู่การรู้แจ้งสัจธรรม อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุด โดยพระธรรมธีรราชฆาณิก (โฆดก ญาณสีหะ) ใช้หลักสติปัญญา สอนในภาคทฤษฎีให้เรียนรู้ทั้งเรื่องของสมณะและวิปัสสนา โดยในด้านสมณะสอนให้แผ่เมตตาและระลึกถึงความตาย ในภาคปฏิบัติใช้กระบวนการวิธีการแบบสมณมีวิปัสสนานำ โดยใช้การเคลื่อนไหวของกายในขณะที่เดินจงกรม สลับกับการดูอาการพองยุบ และการเจริญสติในอิริยาบถย่อย

๑.๕.๕ กัณฑ์ทิพย์ ชลวิสุทธิ กล่าวถึงสติเจตสิก ในวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พระอภิธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่นำไปใช้กับชีวิตประจำวันได้”<sup>๕๗</sup> สรุปความว่าสติเจตสิกคือธรรมชาติที่มีความระลึกได้ในอารมณ์(สิ่งที่ถูกรู้) มีลักษณะที่จตุกะคือ มีความระลึกได้ในอารมณ์เนื่องๆเป็นลักษณะ มีความไม่หลงลืมเป็นกิจ มีการรักษาและจดจ่ออารมณ์เป็นผล มีความจำอัน

<sup>๕๕</sup> พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), วิปัสสนาในการทำงาน, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ, ๒๕๕๐).

<sup>๕๖</sup> พรรณราย รัตนไพฑูรย์, “การศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัญญา ๔ : ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชฆาณิก (โฆดก ญาณสีหะ)” , วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิราวุฒวิทยาลัย, ๒๕๔๔)

<sup>๕๗</sup> กัณฑ์ทิพย์ ชลวิสุทธิ, “การศึกษาวิเคราะห์พระอภิธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่นำไปใช้กับชีวิตประจำวันได้” , วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิราวุฒวิทยาลัย, ๒๕๔๖).

มันคงเป็นเหตุใกล้ ทั้งนี้สติมีความสำคัญในชีวิตประจำวัน เนื่องจากจิตจะตกไปในวิถีกุศลหากขาดสติ ในทางตรงข้ามจิตจะมีกุศลได้เพราะมีสติ

๑.๕.๖ เสนาะ ผดุงฉัตร กล่าวถึงความสำคัญในการเจริญสติ ในวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ห่อานาปานสติกถาในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค”<sup>๑๘</sup> สรุปความว่า การเจริญสติ โดยเฉพาะอานาปานสติมีความสำคัญและประโยชน์กับชีวิตประจำวันมากเช่นช่วยผ่อนคลายความเครียด เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน เสริมสุขภาพและบำบัดโรคภัยบางอย่างได้ นอกจากนี้ยังมีอานิสงค์ในการเจริญก้าวหน้าทางธรรมอีก ๕ ประการคือ เป็นเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน เป็นบาทฐานแห่งวิปัสสนา เป็นปทัฏฐานแห่งอภิญญา ทำให้ได้ภพที่วิเศษ และทำให้เข้านิโรธสมาบัติได้

๑.๕.๗ อัยฎางค์ สุวรรณมิตสระ กล่าวถึงสติปัฏฐานในวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาไตรลักษณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”<sup>๑๙</sup> สรุปความว่า สติปัฏฐานสี่ เป็นหนทางเอกที่จะนำไปสู่การรู้แจ้งในสัจธรรมและเข้าถึงความเป็นจริงในชีวิต โดยหากผู้ปฏิบัติมีสติรู้รูปนามที่เป็นปัจจุบันอารมณ์ ด้วยจิตที่ตั้งมั่น จะทำให้เห็นไตรลักษณ์ ซึ่งมีผลให้จิตนั้นปล่อยวางอารมณ์และเกิดปัญญารู้แจ้งตามความเป็นจริง และดำเนินสู่ความเป็นอิสระพ้นจากทุกข์ได้

๑.๕.๘ พระครูสมุห์ประเสริฐ จารุขโม (ใหญ่มีศักดิ์) กล่าวถึงสติปัฏฐานในวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาอัปมัถญา ๔ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”<sup>๒๐</sup> สรุปความว่า การนำหลักการเจริญอัปมัถญา ๔ คือการเจริญเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ไปโดยไม่มีประมาณในทิศทั้งปวง ซึ่งเป็นหลักในการเจริญสมณะมาเป็นบาทฐานให้จิตสงบระงับก่อน แล้วจึงเจริญวิปัสสนา แบบสมถูปพพังคมาวิปัสสนานั้น จะได้ผลดี เพราะทำให้จิตสงบจากนิวรณ์ และมีความสุขเอิบอ้อม ทำให้เกิดกำลังสามารถยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาได้โดยอาศัยการตามรู้รูปนามจันท์ ๕ ต่อไปได้ง่าย และทำให้เห็นไตรลักษณ์ได้ชัดเจน

<sup>๑๘</sup> เสนาะ ผดุงฉัตร, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ห่อานาปานสติกถาในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค” , วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕)

<sup>๑๙</sup> อัยฎางค์ สุวรรณมิตสระ, “การศึกษาไตรลักษณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” , วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒)

<sup>๒๐</sup> พระครูสมุห์ประเสริฐ จารุขโม (ใหญ่มีศักดิ์), “การศึกษาอัปมัถญา ๔ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” , วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑)



๑.๕.๘ พัชรินทร์ พรชัยสำเร็จผล กล่าวถึงสติปัฏฐานในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาสังโยชน์ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”<sup>๒๐</sup> สรุปความว่า สติปัฏฐานที่ถูกต้อง เมื่อเจริญอย่างต่อเนื่องจะเห็นรูปนามตามความเป็นจริงชัดขึ้น เห็นการเกิดดับของสภาวะธรรมอันมีไตรลักษณ์เป็นสามัญลักษณะ มีส่วนให้สังโยชน์ขั้นต่ำ ๕ ประการคือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ ปฏิคะ ลดลงได้

๑.๕.๑๐ พระมหาสมพงษ์ ภทฺทจาโร กล่าวถึงสติปัฏฐานในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์นิรวรณ ๕ อันเป็นธรรมารมณของวิปัสสนากาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”<sup>๒๑</sup> สรุปความว่า สติปัฏฐานควรเริ่มที่การชำระศีลให้บริสุทธิ์ ผู้ปฏิบัติพึงเป็นผู้ว่าง่าย ตัดความกังวล เลือกสถานที่เหมาะสม หากครูบาอาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญ แล้วเจริญสติปัฏฐานอันเป็นแนวทางสู่พระนิพพานก็จะเห็นไตรลักษณ์ในสภาวะธรรมอันได้แก่นิรวรณ อันมีอยู่ภายใน หากสติมีกำลังมากจะสามารถเห็นการเกิดดับอันเป็นเครื่องทำให้เบื่อหน่ายในรูปนามในที่สุด

๑.๕.๑๑ พระครูปริณัติพรหมคุณ (เกษม รวิวงฺโณ) กล่าวถึงสติปัฏฐานในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาปัจจัยปริคคหญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”<sup>๒๒</sup> สรุปความว่าการปฏิบัติวิปัสสนาคือการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน โดยให้มีสติกำกับอยู่ทุกขณะ โดยมีอารมณ์ในกาย เวทนา จิต ธรรม ซึ่งเมื่อภาวนาไปแล้วจะเห็นว่ารูปและนามเป็นคนละสิ่งกัน และรูปเป็นปัจจัยให้เกิดนาม นามเป็นปัจจัยให้เกิดรูป ซึ่งกล่าวได้ว่ารูปนามเป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกัน เมื่อเพียรภาวนาอย่างต่อเนื่องจะเห็นแจ้งและเข้าใจเรื่องของรูปและนามตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดปัญญาญาณต่อไป

๑.๕.๑๒ พระครูภาวนาวราสารักษ์ (วิทยา กัลณธมฺโม) กล่าวถึงสติปัฏฐานในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาภังคานุปัสสนาญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะ

<sup>๒๐</sup> พัชรินทร์ พรชัยสำเร็จผล, “ศึกษาสังโยชน์ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” , วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,๒๕๕๗)

<sup>๒๑</sup> พระมหาสมพงษ์ ภทฺทจาโร, “ศึกษาวิเคราะห์นิรวรณ ๕ อันเป็นธรรมารมณของวิปัสสนากาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” , วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,๒๕๕๗)

<sup>๒๒</sup> พระครูปริณัติพรหมคุณ (เกษม รวิวงฺโณ), “ศึกษาปัจจัยปริคคหญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” , วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,๒๕๕๗)

กรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”<sup>๒๔</sup> สรุปความว่า สติปัฏฐานที่ปฏิบัติถูกต้องต่อเนื่องกัน ย่อมรู้เท่าทันสภาวะปัจจุบันของรูปนาม อันได้แก่ความเกิดและความดับไปของรูปนามต่อเนื่อง และเมื่อเจริญมากขึ้นจะเห็นความดับโดยส่วนเดียวอันเป็นลักษณะของญาณที่ ๕ ในญาณ ๑๖ ซึ่งยิ่งจะทำให้ผู้ปฏิบัติเลื่อมใสในพุทธศาสนามากขึ้น

๑.๕.๑๓ พระศรีธีรวงศ์ สจจวโร(สมัย ต้นสอน) กล่าวถึงสติปัฏฐานในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาภยญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”<sup>๒๕</sup> สรุปความว่า การปฏิบัติวิปัสสนาคือการเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือระลึกรู้ใน กาย เวทนา จิต ธรรม นอกเหนือจากนี้แล้วย่อมไม่เป็นการเจริญวิปัสสนา ทั้งนี้การเจริญวิปัสสนาทำไปเพื่อให้สังเกตเห็นรูปนามเป็นไปตามความจริงตามธรรมชาติคือ ไตรลักษณ์ ซึ่งต้องใช้สติ เป็นเครื่องมือสำคัญ หากขาดสติแล้วย่อมไม่มีการหยั่งเห็นความเป็นจริง ซึ่งเมื่อเจริญสติไประยะหนึ่ง สติจะระลึกรู้ถึงธรรมชาติของรูปนามว่ามีความเกิดขึ้นและดับไป ไม่เห็นความยั่งยืนของรูปนามใดๆ จึงมีความรู้สึกว่ารูปนามนี้ เป็นของน่ากลัว ด้วยเหตุที่เห็นความเสื่อมสลายของทุกๆ สิ่ง ซึ่งภยญาณนี้มีองค์ธรรมคือปัญญาเจตสิก

๑.๕.๑๔ พระปลัดพงษ์ศักดิ์ ฐมฺมวโร(อภัยโส) กล่าวถึงสติปัฏฐานในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาสังขารุเบกขาญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”<sup>๒๖</sup> สรุปความว่าการปฏิบัติวิปัสสนาต้องใช้อารมณ์ในสติปัฏฐานสี่ ซึ่งหากนอกเหนือไปจากนี้จะไม่เป็นการเจริญวิปัสสนา และเมื่อมีสติต่อเนื่องจะเห็นรูปนามเป็นสิ่งที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชา จึงเห็นเป็นของที่น่ากลัว เพราะความเสื่อมสลายไม่คงที่แน่นอนจึงคิดอยากออก อยากหนี และหาอุบายเพื่อความหลุดพ้น แต่ยังไม่อาจถึงความหลุดพ้นได้ จึงอนุโลมตามภาวะที่เป็น และวางเฉยต่อรูปนาม ด้วยเห็นประจักษ์ด้วยปัญญาตามความเป็นจริง

<sup>๒๔</sup> พระครูภาวนาวารานุรักษ์ (วิทยา กัลณธมฺโม), “ศึกษาภยญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์, ๒๕๕๓)

<sup>๒๕</sup> พระศรีธีรวงศ์ สจจวโร(สมัย ต้นสอน), “ศึกษาภยญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์, ๒๕๕๓)

<sup>๒๖</sup> พระปลัดพงษ์ศักดิ์ ฐมฺมวโร(อภัยโส), “ศึกษาสังขารุเบกขาญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์, ๒๕๕๓)

๑.๕.๑๕ แม่ชีปารมิตา บุญประเสริฐ กล่าวถึงสติปัญญาในวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์โพชฌงค์ในสติปัญญา ๔”<sup>๒๗</sup> สรุปความว่าโพชฌงค์ ๗ อันได้แก่ สติ ธรรมวิจยะ วิริยะ ปิณีต ปัสสัทธิ สมาธิ และอุเบกขา เป็นองค์ธรรมเครื่องตรัสรู้ มีกล่าวไว้ในธัมมานุปัสสนาสติปัญญา โดยให้พิจารณาใน ๓ ด้านคือ โพชฌงค์ ๗ แต่ละอย่างมีอยู่ในตนหรือไม่ ถ้ายังไม่เกิดจะเกิดขึ้นได้อย่างไร เกิดขึ้นแล้วจะบริบูรณ์ได้อย่างไร ซึ่งโพชฌงค์นี้สามารถนำมาใช้ในชีวิตประจำวันได้ และองค์ธรรมในโพชฌงค์นี้จะสัมพันธ์กันต่อเนื่องเมื่อเจริญสติปัญญา คือเมื่อจิตเกิดสติ ย่อมเห็นสภาวะธรรมที่อยู่เฉพาะหน้าเป็นการเลือกเฟ้นธรรมโดยธรรมชาติ(ธัมมวิจยะ) เมื่อนั้นย่อมมีความเพียรเพิลิดเพิลินในการเห็นสภาวะธรรม นำมาซึ่งปิณีต ปัสสัทธิ และอุเบกขาตามลำดับ

๑.๕.๑๖ แม่ชีระวีวรรณ งานวิสุทธิพันธ์ กล่าวถึงสติปัญญาในวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัญญา ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐาน วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร”<sup>๒๘</sup> สรุปความว่าการปฏิบัติสติปัญญา นั้นจะต้องมีองค์ประกอบที่เกื้อหนุน เช่นการมีอินทรีย์ที่สม่าเสมอ ความตั้งใจ ความเอาใจใส่ และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

๑.๕.๑๗ ลดา แก้วกูร กล่าวถึงเรื่องการปฏิบัติธรรมในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิธีการสอนกรรมฐานของพระเกจิอาจารย์ในสังคมไทย โดยเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกรรมฐานของสำนักหลวงพ่อดปากน้ำกับสำนักหลวงพ่อดายี่ลิ่งดำ”<sup>๒๙</sup> สรุปว่าแม่ทั้งสองจะมีวิธีการปฏิบัติที่ต่างกัน คือ สำนักวัดปากน้ำเน้นการบรรลุธรรมกาย ส่วนสำนักหลวงพ่อดายี่ลิ่งดำ เน้นมโนมยิทธิ ผลที่ได้จากการฝึกกรรมฐานของทั้ง ๒ สำนัก เป็นการสอนสมาธิซึ่งให้ผลเพียงระดับต้น ๆ มิได้ทำให้หลุดพ้น การตัดกิเลสให้ขาดต้องใช้วิปัสสนากรรมฐาน เพราะทำให้เกิดปัญญาในการรู้แจ้งสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง อย่างไรก็ดี การสอนกรรมฐานทั้ง ๒ สำนัก ได้ผลทางความเป็นระเบียบเรียบร้อย มีการจัดองค์ประกอบอย่างเป็นระบบ ผู้ปฏิบัติรักใคร่กันเป็นผลดีทางสังคม ผู้ปฏิบัติมีศรัทธาในการให้ทาน

<sup>๒๗</sup> แม่ชีปารมิตา บุญประเสริฐ, “การศึกษาวิเคราะห์โพชฌงค์ในสติปัญญา ๔”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒)

<sup>๒๘</sup> แม่ชีระวีวรรณ งานวิสุทธิพันธ์, “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัญญา ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐาน วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑)

<sup>๒๙</sup> ลดา แก้วกูร, “ศึกษาวิธีการสอนกรรมฐานของพระเกจิอาจารย์ในสังคมไทย โดยเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกรรมฐานของสำนักหลวงพ่อดปากน้ำกับสำนักหลวงพ่อดายี่ลิ่งดำ”, อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๓), หน้า ๑๕๕-๑๖๑

๑.๕.๑๘ นางเยาว์ ชาญณรงค์ กล่าวถึงเรื่องสมาธิในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาเปรียบเทียบการทำสมาธิของพุทธศาสนา และสมาธิแบบ ที-เอ็ม”<sup>๓๐</sup> พบว่ามีความคล้ายคลึงกันโดยส่วนใหญ่ คือ มุ่งถึงความสงบด้วยการกำหนดใจไว้กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง เมื่อสมาธิเกิดอย่างเข้มแข็งมั่นคงจนถึงอัปนาสมาธิ ก็จะเกิดฌานระดับต่าง ๆ จนถึงทำอิทธิฤทธิ์ได้ ในทางพระพุทธศาสนาจะใช้สมาธิคู่กับวิปัสสนาเพื่อการกำจัดกิเลส พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบสมาธิเป็นกำลัง วิปัสสนาเป็นอาวุธ เมื่อบุคคลมีกำลังเข้มแข็งและมีอาวุธดีก็สามารถเอาชนะประหารกิเลสและอาสวะทั้งหลายให้หมดสิ้นเด็ดขาด ไม่มีโอกาสเวียนว่ายตายเกิด ส่วนท่านคุรุเทพ(Guru Dew) ผู้เป็นพระสังคจริยะได้ถ่ายทอดวิธีการฝึกสมาธิที่ง่ายและสะดวกเหมาะสมแก่อุปนิสัยและภาวะของคนสมัยปัจจุบัน นั่นคือ เทคนิคที่เรียกว่า Transcendental Meditation หรือเป็นการฝึกจิตสำหรับผู้แสวงหาการหลุดพ้นหรือการฝึกสมาธิแบบพื้นโลก ทำให้มีความสามารถพิเศษบางอย่างเหนือคนทั่วไป แต่ไม่ได้กล่าวถึงผลในด้านการหยุดเวียนว่ายตายเกิด อย่างไรก็ตาม ผลดีของการฝึกสมาธิทั้ง 2 แบบ มีผลดีต่อสุขภาพ ร่างกายและจิตใจ สมองและสติปัญญา การฝึกอย่างสม่ำเสมอผู้ฝึกจะรับรู้ถึงสิ่งดีที่เกิดขึ้นในตัวเองในเวลาไม่นานนัก ร่างกายและจิตใจจะพัฒนาเปลี่ยนแปลงในทางที่ดี บุคคลอื่นและสังคมแวดล้อมก็พลอยได้รับผลดีด้วย เกิดความสุข สงบ สุขุม ร่มเย็น ยังมีผู้ฝึกมากขึ้นเท่าใดสันติสุขย่อมแผ่ขยายออกไปด้วย

๑.๕.๑๙ อรทัย ท้าวสัน กล่าวถึงเรื่องสติปัญญาใน วิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกรรมฐานแบบวัดอโศการาม กับวัดพระธรรมกาย”<sup>๓๑</sup> ผลการศึกษาพบว่าการปฏิบัติกรรมฐานของวัดอโศการามมีการสอนและวิธีปฏิบัติขั้นสมถกรรมฐาน ไม่นับวิธีใดวิธีหนึ่งยึดหลักกรรมฐาน ๔๐ ส่วนใหญ่ใช้อานาปานสติ กายคตาสติ และพุทธานุสสติ เน้นความเคร่งครัดในเรื่องศีล ให้มีความชำนาญในการเข้า-ออกสมาธิถึงขั้นนิวาส ในเรื่องการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานใช้วิธีการพิจารณาสติปัญญา ๔ ตามมหาสติปัญญาสูตร ส่วนการปฏิบัติกรรมฐานของวัดธรรมกาย การสอนอ้างพระไตรปิฎก เน้นการปฏิบัติตามวิชาธรรมกายทางเดียวเท่านั้นจึงจะบรรลุธรรม ในขั้นสมถกรรมฐานใช้การเพ่งกสิณลูกแก้วหรือพระพุทธรูปจนได้นิมิตลูกแก้วหรือพระพุทธรูปมากำหนดไว้ ณ ศูนย์กลางกาย เกิดนิมิตมากมายเป็นกายต่าง ๆ ๑๘ กาย ตามวิชาธรรมกาย ในขั้นวิปัสสนาเป็นขั้นต่อจากสมาธิ โดยพิจารณาข้อธรรมคำสอน เช่น รูป นาม ชั้น ๕

<sup>๓๐</sup> นางเยาว์ ชาญณรงค์ , “ศึกษาเปรียบเทียบการทำสมาธิของพุทธศาสนา และสมาธิแบบ ที-เอ็ม” , อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๒๕)

<sup>๓๑</sup> อรทัย ท้าวสัน , “ศึกษาเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกรรมฐานแบบวัดอโศการาม กับวัดพระธรรมกาย”, อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต , (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๑)

พระไตรลักษณ์ นักปฏิบัติทั้งหลายควรเรียนรู้เรื่องกรรมฐานจากพระไตรปิฎกให้เข้าใจก่อน เพราะแบบแผนจากพระไตรปิฎกจะบอกให้ทราบว่าทางใดเป็นทางไปสู่มรรคผลนิพพานได้จริง

๑.๕.๒๐ สมศักดิ์ ดวงสีเสน กล่าวถึงเรื่องสติการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันไว้ในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาเชิงวิเคราะห์การปฏิบัติของพุทธศาสนิกชนไทยในหลักธรรมว่าด้วยบุญกิริยาวัตถุ ๓ ได้แก่ การทำทาน รักษาศีล และการเจริญภาวนา”<sup>๒</sup> โดยเปรียบเทียบระหว่างผู้มีอาชีพเกษตรกรรม และผู้เป็นลูกจ้างในโรงงานอุตสาหกรรมในพื้นที่ที่กำลังเปลี่ยนไปสู่สภาพสังคมอุตสาหกรรมใหม่ คือ อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี ผลการวิจัยในหัวข้อการเจริญภาวนาซึ่งได้แก่การสวดมนต์ไหว้พระและการทำสมาธิ พบว่าเกษตรกรและลูกจ้างในโรงงานส่วนใหญ่ ร้อยละ ๗๐ และ ร้อยละ ๘๖ ไม่เคยสวดมนต์ไหว้พระก่อนนอนมีเพียง ร้อยละ ๓๐ และ ร้อยละ ๔๐ ที่สวดเป็นบางครั้ง แม้ความเห็นของเกษตรกรและลูกจ้างในโรงงาน ร้อยละ ๕๖ และ ร้อยละ ๖๖ เห็นว่าการทำสมาธิมีประโยชน์เพื่อกำจัดกิเลส แต่ในการทำสมาธินั้นทั้งเกษตรกรและลูกจ้าง ร้อยละ ๕๐ และ ร้อยละ ๕๘ แทบไม่เคยทำสมาธิเลย รูปแบบการใช้เวลาว่างจากการทำงานมักใช้ไปในกิจกรรมทางการบันเทิงการเที่ยวมากกว่าเข้าสู่กิจกรรมทางศาสนา ซึ่งมีทัศนคติว่ายุ่งยาก จึงไม่เข้าไปร่วมพัฒนาวัด หรือให้ความสนใจในการสวดมนต์ไหว้พระ ทำสมาธิ เกิดความเห็นห่าง และมีความสัมพันธ์กับพระพุทธศาสนา ในด้านต่าง ๆ น้อยลง

๑.๕.๒๑ ไชยฉพล อภินัฐลีลา กล่าวถึงเรื่องการพัฒนาปัญญาอันเกิดจากสติปัญญาและปัญญาทางวิทยาศาสตร์ไว้ในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาเปรียบเทียบวิธีพัฒนาภูมิปัญญาตามพระพุทธศาสนาและวิทยาศาสตร์”<sup>๓</sup> โดยสรุป กล่าวถึงหลักการพัฒนาภูมิปัญญา ตามแนวพระพุทธศาสนาว่าเป็นไปโดยลำดับ คือ สุตมยปัญญา จินตามยปัญญา จนถึงภาวนามยปัญญาพัฒนาระบบนามธรรมเพื่อความสุขใจเป็นลำดับ ด้วยการฝึกฝนศักยภาพในการถ่วงรู้ (สติ) แห่งธาตุรู้ อาทิ อนุสติ ๑๐ มหาสติปัญญา ๔ และวิธีการของวิปัสสนา การเรียนรู้ความจริงที่สมบูรณ์นั้นต้องเรียนรู้จากของจริง คือ จิตต้องไปสัมผัสสภาวะนั้นจริง ๆ ด้วยญาณทัสสนะจึงจะเป็นการเห็นความจริงทั้งหมด ทั้งโดยโครงสร้างและกฎเกณฑ์ ทำให้เข้าใจธรรมชาติทั้งหมดโดยภาพรวมเปรียบได้กับการเรียนรู้แบบนก คือ เมื่อต้องการเรียนรู้โลกก็ออกไปอยู่เหนือโลกแล้วมองโลกทีเดียวโดยภาพรวมด้วยปัญญาที่ล้าลึกละเอียดกว้างขวาง มีข้อจำกัดตรงที่ว่าบุคคลที่จะสามารถ

<sup>๒</sup> สมศักดิ์ ดวงสีเสน , “ศึกษาเชิงวิเคราะห์การปฏิบัติของพุทธศาสนิกชนไทยในหลักธรรมว่าด้วยบุญกิริยาวัตถุ ๓ ได้แก่ การทำทาน รักษาศีล และการเจริญภาวนา” , *อักษรศาสตรมหาบัณฑิต* , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๔)

<sup>๓</sup> ไชยฉพล อภินัฐลีลา , “ศึกษาเปรียบเทียบวิธีพัฒนาภูมิปัญญาตามพระพุทธศาสนาและวิทยาศาสตร์” , *อักษรศาสตรมหาบัณฑิต* , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๒)

ฝึกฝนแบบนี้ได้นั้น ต้องมีพื้นฐานทางจิตใจและสติปัญญาดีพอสมควร และดำเนินชีวิตตามรูปแบบเฉพาะเพื่อบำเพ็ญเพียร จึงจะบรรลุผลสูงสุด สำหรับบุคคลธรรมดาที่อาจฝึกฝนสร้างสรรค์ปัญญาตามวิธีดังกล่าวได้ โดยได้ผลตามสมควรแก่การฝึก แต่อาจไม่บรรลุผลสูงสุด ส่วนการพัฒนาภูมิปัญญาตามแนววิทยาศาสตร์ใช้ระบบการคิดคำนึงหาเหตุผล และการทดลองเพื่อพัฒนาในสิ่งที่เป็นรูปธรรมมากกว่าเพื่อความสะดวกกายเป็นสำคัญ ไม่เน้นการเรียนรู้โดยองค์รวมของความเป็นจริง แต่เน้นการเรียนรู้เฉพาะเรื่องมุ่งเจาะให้แคบลึกลงไปเรื่องเดียว เปรียบได้กับการเรียนรู้แบบใส่เดือนที่ขุดคุ้ยอยู่เฉพาะรูที่ตนอยู่ เรียนรู้ทีละส่วน จึงใช้เวลานานไม่ถ้วนกว่าจะขุดคุ้ยแผ่นดินได้หมดทั้งโลก วิทยาศาสตร์จึงเป็นการเรียนรู้ที่ไม่มีวันจบสิ้น เป็นจุดหมายที่ไร้ปลายทาง ปรับเปลี่ยนไปเรื่อย ๆ ตามการค้นพบ

๑.๕.๒๒ กนกกาญจน์ สนิทนิบาล กล่าวถึงเรื่องของจริต ๖ ในพุทธศาสนาไว้ในงานวิจัยเรื่อง “การศึกษาบุคลิกภาพตามแนวจริต ๖ ในพุทธศาสนาของผู้บริหารโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี”<sup>๓๔</sup> ว่าลักษณะและประเภทของจริตมีความสัมพันธ์กับอายุ การศึกษา ประสบการณ์ และการดำรงตำแหน่ง โดยผู้บริหารที่มีอายุ การศึกษา ประสบการณ์ และการดำรงตำแหน่งสูงกว่ามักมีแนวโน้มที่จะมีพุทธจริตและศรัทธาจริตที่สูงกว่า คนในกลุ่มที่มีอายุ การศึกษา ประสบการณ์ และการดำรงตำแหน่งน้อยกว่า ดังนั้นจริตจึงเป็นเรื่องที่สามารถเปลี่ยนแปลงไปได้ตามอายุ การศึกษา ประสบการณ์ และการดำรงตำแหน่ง หรือเปลี่ยนไปตามกระบวนการเรียนรู้ที่เพิ่มมากขึ้น

๑.๕.๒๓ พระเชมวัฒน์ ธรรมกุล กล่าวถึงเรื่องจริต ในการศึกษาวิจัยเรื่อง “บุคลิกภาพตามแนวพุทธศาสนาของครูโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษาจังหวัดเลย” ว่าครูโดยส่วนรวมและจำแนกตามสถานภาพ วุฒิการศึกษา อัตรานอัตราน และบุคลิกภาพการเก็บตัวแสดงตัวมีบุคลิกภาพตามแนวพุทธศาสนา เรียงอันดับจากค่าเฉลี่ยมากไปหาน้อยดังนี้ ด้านพุทธจริต ด้านศรัทธาจริต ด้านราคะจริต ด้านวิตกจริต ด้านโทสะจริต และด้านโมหะจริต ตามลำดับ ครูในโรงเรียนพระปริยัติธรรมที่มีสถานภาพ วุฒิการศึกษา อัตรานอัตราน และบุคลิกภาพการเก็บตัวแสดงตัวต่างกัน มีบุคลิกภาพตามแนวพระพุทธศาสนา โดยรวมรายด้านทั้ง 6 ด้าน ไม่แตกต่างกัน ยกเว้นครูที่มีการศึกษาดำรงตำแหน่งต่ำกว่าปริญญาตรีมีบุคลิกภาพตามแนวพุทธศาสนาโดยรวม มากกว่าครูที่มีวุฒิกศษาระดับ

<sup>๓๔</sup> กนกกาญจน์ สนิทนิบาล, “การศึกษาบุคลิกภาพตามแนวจริต ๖ ในพุทธศาสนาของผู้บริหารโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี”, ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีปทุม, ๒๕๕๒.)

ปริญญาตรีหรือสูงกว่า อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05 นอกจากนี้ไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรดังกล่าวต่อการมีบุคลิกภาพตามแนวพุทธศาสนา โดยรวมและรายด้าน<sup>๕</sup>

๑.๕.๒๔ ดวงดี โอบุสสุ (Dduangdee Aot-Soo) กล่าวถึงเรื่องจิตในงานวิจัยเรื่อง “The study of carita (temperament) in Theravada Buddhism and it’s application to daily lives” ว่า จิตเป็นรากฐานแห่งกุศลและอกุศลกรรม เป็นเครื่องบ่งชี้คุณลักษณะเฉพาะบุคคล ซึ่งเป็นผลจากอดีตกรรม หรืออาจเป็นการสั่งสมมาแต่ชาติปางก่อน จิตสามารถปรับปรุงพัฒนาได้โดยการเจริญภาวนา ซึ่งมีทั้งสมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา ซึ่งการภาวนาจะช่วยแก้จุดอ่อนและกล่อมเกลาจิตให้เป็นไปตามที่ต้องการได้ นอกจากนั้นเมื่อเข้าใจเรื่องจิตที่คนมีจิตต่าง ๆ กัน โดยพื้นฐานนี้ทำให้สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หลากหลายเช่นการปรับความสัมพันธ์ภายในครอบครัว การผลิตสินค้าและบริการให้ตรงตามกลุ่มเป้าหมาย เป็นต้น ดังนั้นการเข้าใจเรื่องจิตจึงมีความสำคัญและทำให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขขึ้น<sup>๖</sup>

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า มีการศึกษาในแง่มุมต่างๆ ของสติปัญญาทั้งในแง่ของการศึกษาแนวทางปฏิบัติแต่ละอย่างเปรียบเทียบกัน และผลของการปฏิบัติสติปัญญาแต่ละหมวดว่าทำให้เกิดความรู้ในธรรมชาติของขั้นธอย่างไร แต่ยังขาดเรื่องการจัดแนวจิตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญาแต่ละหมวด ผู้ศึกษาจึงคิดที่จะศึกษาเพื่อหาเครื่องมือในการจัดแนวจิตเพื่อให้สามารถปฏิบัติสติปัญญาในหมวดที่เหมาะสมกับตนเองและสามารถนำไปใช้เจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

## ๑.๖ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ใช้กระบวนการวิจัยเชิงบูรณาการ ประกอบไปด้วยงานวิจัยเอกสาร (Documentary Research) ในส่วนต้น ร่วมกับการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ และการวัดความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม ในช่วงท้าย ซึ่งผู้วิจัยได้วางกรอบแนวคิดทางทฤษฎีและกระบวนการในการวิจัย (research process) ดังแผนภูมิที่ ๑.๒ โดยสามารถแบ่งการศึกษาวิจัยออกเป็นขั้นตอนดังต่อไปนี้

<sup>๕</sup> พระเชมวัฒน์ ธรรมกุล, “บุคลิกภาพตามแนวพุทธศาสนาของครูโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษาจังหวัดเลย”, ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๔๔)

<sup>๖</sup> Dduangdee Aot-Soo , “The study of carita (temperament) in Theravada Buddhism and it’s application to daily lives”, **Master of Arts** , (Graduate School : Mahachulalongkornrajavidyalaya Univesity, 2010)

๑.๖.๑ ศึกษาวิจัยเอกสารเรื่องสติปัญญาในพุทธศาสนาเถรวาทแล้วนำมาประมวลลงใน  
บทที่ ๒

๑.๖.๒ ศึกษาวิจัยเอกสารเรื่องจิตในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทแล้วนำมาประมวล  
ลงในบทที่ ๓

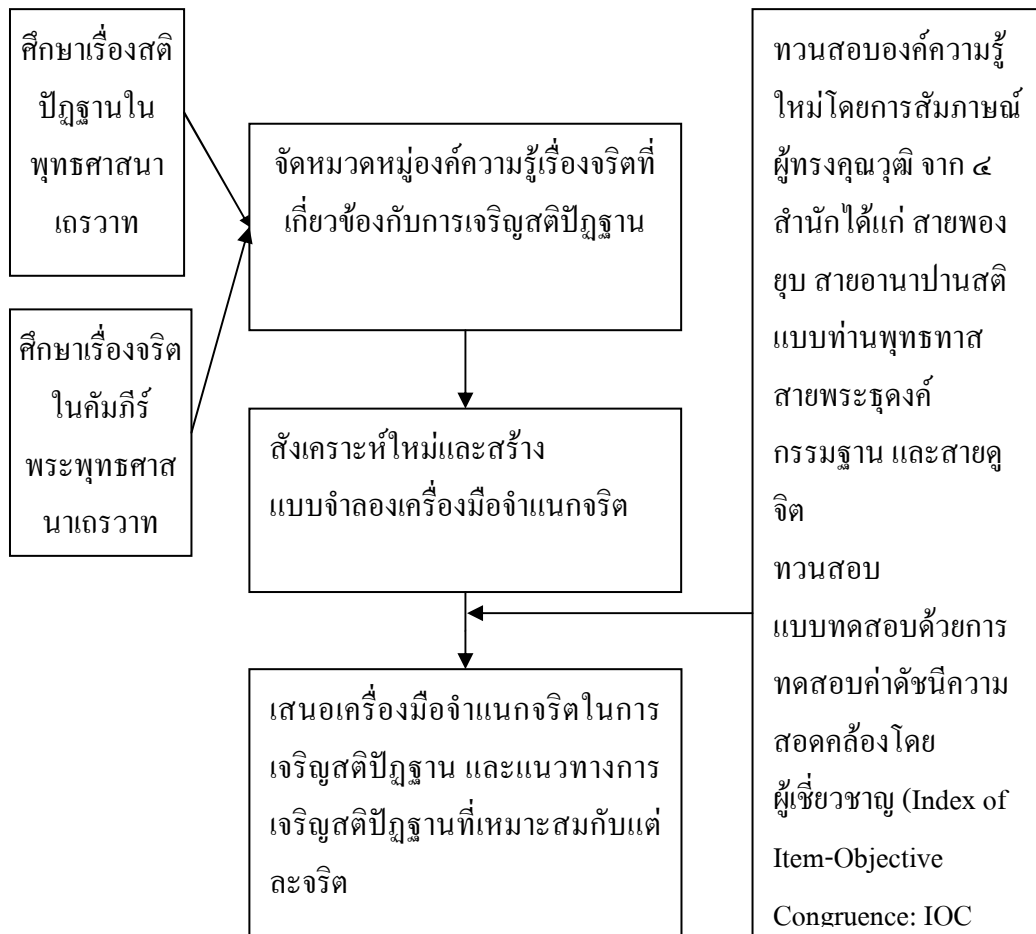
๑.๖.๓ จัดหมวดหมู่องค์ความรู้เรื่องจิตที่เกี่ยวข้องกับการเจริญสติปัญญา นำเสนอใน  
บทที่ ๔

๑.๖.๔ สร้างแบบจำลองเครื่องมือจำแนกจิต นำเสนอในบทที่ ๔

๑.๖.๕ ทวนสอบแบบจำลอง และเครื่องมือจำแนกจิตโดยการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ  
จาก ๔ สำนัก ได้แก่ สายพองยุบ สายอานาปานสติแบบท่านพุทธทาส สายพระรุดงค์กรรมฐาน และ  
สายคูจิต รวมทั้งสังเคราะห์ใหม่โดยการตัดประเด็น หรือยุบรวมประเด็น รวมทั้งการทวนสอบ  
แบบทดสอบด้วยการทดสอบค่าดัชนีความสอดคล้องโดยผู้เชี่ยวชาญ (Index of Item-Objective  
Congruence: IOC )

๑.๖.๖ เสนอเครื่องมือจำแนกจิตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา และแนวทางการ  
เจริญสติปัญญาที่เหมาะสมกับแต่ละจิต นำมาเสนอในบทที่ ๔ และ ๕





แผนภูมิ ๑.๒ แสดงกระบวนการในการวิจัย

## ๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๑.๗.๑ ทำให้ทราบเรื่องสติปัญญาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๗.๒ ทำให้ทราบเรื่องจิตในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๗.๓ ได้เครื่องมือจำแนกจิตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญาและได้รูปแบบการเจริญสติปัญญาที่เหมาะสมกับจิตและวิถีการดำเนินชีวิตประจำวัน

## บทที่ ๒

### การเจริญสติปัฏฐาน ๔ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

#### ๒.๑ สารสำคัญของสติปัฏฐาน

สติปัฏฐาน เป็นหลักธรรมที่สำคัญที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมเทศนาไว้หลายครั้ง ซึ่งถือว่าการเจริญสตินี้เป็นส่วนหนึ่งของแก่นหรือหัวใจศาสนาพุทธในแง่ของมรรควิธีคือหนทางแห่งความพ้นทุกข์ โดยสติปัฏฐานได้ถูกกล่าวถึงทั้งในส่วนพระวินัย พระสูตร และพระอภิธรรม ทั้งนี้สติปัฏฐาน เป็นองค์ธรรมที่มีความสำคัญสูงสุดที่พระพุทธองค์ทรงเน้นย้ำให้ชาวพุทธเจริญให้มาก เพื่อการบรรลุถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาอันได้แก่ มรรคผล นิพพาน โดยอาจกล่าวได้ว่าสติปัฏฐานเป็น”ทางสายเอกสายเดียว” ที่นำผู้ปฏิบัติไปสู่”นิพพานได้” ซึ่งผู้วิจัยขอจำแนกสารสำคัญไว้ดังนี้

#### ๒.๑.๑ ความหมายของสติปัฏฐาน

ในพระไตรปิฎกได้ให้ความหมายของสติไว้ว่า “สติเป็น ไฉน สติ ความตามระลึก ความหวนระลึก สติ กิริยาที่ระลึก ความระลึกความทรงจำ ความไม่เลื่อนลอย ความไม่หลงลืม สติ สตินทรีย์ สติพละ สัมมาสติ นี้เรียกว่า สติ”<sup>๑</sup>

สติปัฏฐานเป็นคำผสมระหว่างคำว่า สติ คือความระลึกได้ นึกได้ ความไม่เพลา การคุมใจไว้กับกิจ (อันเป็นปัจจุบัน) หรือคุมจิตไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้อง จำการที่ทำ คำที่พูดได้มานานแล้ว กับคำว่า ปฏฺฐาน ซึ่งแปลว่าเข้าไปตั้งไว้ จึงแปลรวมกันว่า สติปัฏฐานคือธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ การปรากฏของสติ ข้อปฏิบัติที่มีสติเป็นประธาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเห็นสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติกำกับคู่สิ่งต่าง ๆ และความเป็นไปทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพี้ยนตามอำนาจกิเลส มี ๔ อย่างคือ (๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน (๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน (๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน (๔) ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๒</sup>

<sup>๑</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๓๓/๓๐๑

<sup>๒</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๒๔/๓๕๓.

<sup>๓</sup> คุรยละเอียดใน พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ : ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐,(กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส อาร์ พรินติ้งแมสโปรดักส์ จก., ๒๕๔๖) , หน้า ๒๔๕. , พระธรรม

นิยามของคำว่าสตินั้น หากจะกล่าวให้ครอบคลุมทั่วถึง อาจต้องกล่าวถึงธรรมอันเป็นฝ่ายตรงข้ามกับสติ ซึ่งมีความหมายในแง่ปฏิเสธ ซึ่งจะประกอบด้วย ความไม่ผลอ ไม่เลินเล่อ ไม่พั่นเพื่อนเลือนลอย ความไม่ประมาท (หรืออุปมาทธรรม) สติจึงเป็นเครื่องป้องกัน ลักษณะการทำงาน โดยทั่วไปของสติคือ การไม่ปล่อยใจให้เลือนลอย ไม่ปล่อยอารมณ์ให้ผ่านเรื่อยเปื่อยไป หรือไม่ปล่อยให้เกิดความนึกคิดฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่างๆ สติจะทำงานในทางตรงข้ามคือเฝ้าระวังจับตาดูอารมณ์ต่างๆ ที่ผ่านเข้ามา หรือระลึกที่อยู่เนื่อง ๆ โดยมักเปรียบเทียบกับนายประตูที่เฝ้าระวังอายตนะ คอยตรวจดูอารมณ์ต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาเนื่อง ๆ ปทัสฐาน หรือ เหตุใกล้ที่จะทำให้เกิดสติก็คือ สัญญาที่ถนัดมัน (ฉิรสัญญา) ส่วนคำพ้องกับคำว่าสตินั้นมีหลายคำ เช่น สัมมาสติ สติปัญญา ความไม่ประมาทหรืออุปมาทธรรม<sup>๔</sup>

### ๒.๑.๒ ความเชื่อมโยงของสติกับองค์ธรรมอื่นๆ

สติเป็นองค์ธรรมที่สำคัญ และมักจะถูกอ้างถึงในฐานะที่เป็นส่วนประกอบหนึ่งของธรรมะหมวดต่างๆ โดยสามารถจำแนกความเชื่อมโยงกับธรรมะอื่นๆ ได้ดังนี้

#### ๒.๑.๒.๑ สติเป็นองค์ธรรมหนึ่งในธรรมะหลายหมวด

สติเป็นองค์ธรรมหนึ่งที่มีความเกี่ยวข้องกับธรรมอื่น ๆ หลายหมวด เช่น เป็นองค์ธรรมข้อที่ ๑ ของธรรมที่มีอุปการะมาก ๒<sup>๕</sup> เป็นองค์ธรรมข้อ ๕ ของนาถกรณธรรม ๑๐<sup>๖</sup> เป็นองค์ธรรมข้อ ๓ ในพละ ๕ และอินทรีย์ ๕<sup>๗</sup> เป็นองค์ธรรมข้อ ๑ ของโพชฌงค์ ๗<sup>๘</sup> และเป็นองค์ธรรมข้อ

ปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), **พุทธธรรม (ฉบับเดิม)**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา., ๒๕๔๕), หน้า ๓๑๐-๓๒๐.

<sup>๔</sup> ดูรายละเอียดใน พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), **พุทธธรรม (ฉบับเดิม)**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา., ๒๕๔๕), หน้า ๓๑๐-๓๒๐.

<sup>๕</sup> ธรรมที่มีอุปการะมาก ๒ คือ สติ และสัมปชัญญะ ดูรายละเอียดใน ที.ปา. ๑๑/๓๗๘/๒๕๐

<sup>๖</sup> นาถกรณธรรม ๑๐ คือธรรมอันเป็นเครื่องสร้างที่พึงของตนได้แก่ (๑) สีส-สีล (๒) พาหุสัจจ-ความเป็นผู้มีการเล่าเรียนมาก (๓) กลยาณมิตตดา-ความมีมิตรดี (๔) โสวสสุตดา-ความเป็นผู้ว่าง่าย (๕) กิจกรณียะสุททุกขดา-เอาใจใส่ชวนชววยในกิจของหมู่คณะ (๖) ธมฺมกามา-ความเป็นผู้ใคร่ธรรม (๗) วิริยารมฺภ-ความขยันหมั่นเพียร (๘) สนฺตุฎฐิ-พอใจในสิ่งที่ได้ที่มี (๙) สติ-ความระลึกได้ (๑๐) ปญญา-ความหยั่งรู้ตามความเป็นจริง ดูรายละเอียดใน ที.ปา. ๑๑/๓๕๗/๒๘๑

<sup>๗</sup> พละ ๕ อินทรีย์ ๕ ธรรมอันเป็นกำลัง และธรรมแห่งความเป็นใหญ่ ๕ ประการคือ (๑) สัทธา (๒) วิริยะ (๓) สติ (๔) สมาธิ (๕) ปัญญา ดูรายละเอียดใน ที.ปา. ๑๑/๓๐๐/๒๕๒

<sup>๘</sup> โพชฌงค์ ๗ คือ สติ ปัญญา สมาธิ วิริยะ สัทธา

๗ ของอริยมรรคมีองค์ ๘<sup>๕</sup> เป็นต้น นอกจากนั้น สติ ยังอาจเรียกขานว่า สัมมาสติก็ได้ ซึ่งคำว่า สัมมาสตินั้นก็สามารถแจกแจงได้เป็นองค์ธรรมแห่งสติปัฏฐาน ๔ นั่นเอง

### ๒.๑.๒.๒ สติปัฏฐานสูตรเป็นการรวมรวมการเจริญสติหลายวิธีไว้ในพระสูตรเดียว

ในการแสดงธรรมในบางครั้งบางโอกาส พระพุทธเจ้าอาจแสดงธรรมและแนวทางการภาวนาให้เหมาะกับจริตนิสัยของผู้ฟังคนเดียว หรือกลุ่มผู้ฟังขนาดเล็ก จึงดูเหมือนมีแนวทางการภาวนาหลายอย่างที่ทรงแนะนำให้สาวกปฏิบัติ เช่นอานาปานสติ กายคตาสติ เป็นต้น ส่วนสติปัฏฐานสูตร เป็นพระสูตรที่มีขนาดยาวมากเป็นพิเศษ ประกอบไปด้วยหลายหมวดย่อย ดังนั้น สติปัฏฐานสูตรจึงเหมือนการรวมแนวทางการปฏิบัติที่เหมาะสมกับคนทุกจริตไว้ในพระสูตรเดียวกัน แต่ทั้งนี้ทั้งนั้น ผู้ปฏิบัติอาจเลือกเอาเพียงหมวดใดหมวดหนึ่งที่ถูกอัธยาศัย ซึ่งการเลือกเจริญสติปัฏฐานเพียงหมวดเดียวก็อาจสามารถให้ผลทางปฏิบัติได้เช่นเดียวกัน ซึ่งสามารถยกตัวอย่างในการเจริญอานาปานสติเพียงอย่างเดียวก็สามารถทำให้การเจริญสติปัฏฐานสมบูรณ์ได้ดังพุทธพจน์ต่อไปนี้

“อานาปานสติที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมทำสติปัฏฐาน ๔ ให้บริบูรณ์ สติปัฏฐาน ๔ ที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมทำโพชฌงค์ ๗ ให้บริบูรณ์ โพชฌงค์ ๗ ที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมทำวิชชาและวิมุตติให้บริบูรณ์”<sup>๖</sup>

### ๒.๑.๓ ความสำคัญของสติ และสติปัฏฐาน

๒.๑.๓.๑ สติเป็นองค์ธรรมที่มีประโยชน์มากในทุกกรณี โดยมีพุทธพจน์ว่า “สติญจ ขวาทิ ภิกขเว สพฺพตฺถิกํ วทามิ”<sup>๗</sup> – สติจำเป็นปรารถนา (ใช้ประโยชน์ได้) ในที่ทั้งปวง ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคเปรียบสติเหมือนเกลือที่ต้องใช้ในกับข้าวทุกอย่าง โดยเป็นองค์ธรรมเครื่องเหนี่ยวรั้งปรามจิต หนูน และประคองจิต<sup>๘</sup>

<sup>๕</sup> โพชฌงค์ ๗ องค์ธรรมแห่งการตรัสรู้ คือ (๑) สติ (๒) ธมมวิจยะ (๓) วิริยะ (๔) ปีติ (๕) ปีตสัทธา (๖) สมာธิ (๗) อุเบกขา ดูรายละเอียดใน ที.ปา. ๑๑/๓๒๗/๒๖๔

<sup>๖</sup> อริยมรรคมีองค์ ๘ คือ (๑) สัมมาทิฐิ (๒) สัมมาสังกัปปะ (๓) สัมมาวาจา (๔) สัมมากรรมันตะ (๕) สัมมาอาชีวะ (๖) สัมมาวายามะ (๗) สัมมาสติ (๘) สัมมาสมาธิ ดูรายละเอียดใน ที.ม. ๑๐/๒๕๕/๓๔๘

<sup>๗</sup> ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๗/๑๘๗

<sup>๘</sup> ที.ม. ๑๕/๕๗๒/๑๕๘.

<sup>๙</sup> ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. ๑/๑๖๕.

๒.๑.๓.๒ สติในฐานะอัปมาทธรรม หรือความไม่ประมาทนั้น เป็นหลักธรรมสำคัญ ยิ่งดังจะเห็นในพุทธพจน์หลายครั้งหลายหนที่แสดงให้เห็นว่า สติในฐานะแห่งอัปมาทธรรม(สติ)นี้ มีความสำคัญที่สุดในบรรดาธรรมทั้งหลายดังนี้

“...ภิกษุทั้งหลาย รอยเท้าของสัตว์ที่เกี่ยวไปบนแผ่นดินทั้งหมดรวมลงในรอยเท้าช้าง รอยเท้าช้างชาวโลกกล่าวว่าเลิศกว่ารอยเท้าเหล่านั้น เพราะเป็นรอยใหญ่ แม้นันใด กุศลธรรมทั้งหมดก็ฉันนั้นเหมือนกัน มีความไม่ประมาทเป็นมูลรวมลงในความไม่ประมาท ความไม่ประมาทบัณฑิตกล่าวว่าเลิศกว่ากุศลธรรมเหล่านั้น ภิกษุผู้ไม่ประมาทพึงหวังข้อนี้ได้ ว่า จักเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ ทำอริยมรรคมีองค์ ๘ ให้มาก”<sup>๑๓</sup>

“...เพราะเหตุถึงองค์ประกอบภายใน เราไม่เห็นองค์ประกอบอื่นแม้อย่างหนึ่งที่เป็นไปเพื่อประโยชน์มากเหมือนความไม่ประมาทนี้ ความไม่ประมาทย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์มาก”<sup>๑๔</sup>

“...เราไม่เห็นธรรมอื่นแม้อย่างหนึ่งที่เป็นไปเพื่อความดำรงมั่น ไม่เสื่อมสูญ ไม่หายไป แห่งสัทธรรมเหมือนความไม่ประมาทนี้ ความไม่ประมาทย่อมเป็นไปเพื่อความดำรงมั่น ไม่เสื่อมสูญ ไม่หายไปแห่งสัทธรรม”<sup>๑๕</sup>

“...ภิกษุทั้งหลาย แสงสว่างของดวงดาวทั้งหมดย่อมไม่ถึงเสียที่ ๑๖ แห่งแสงสว่างของดวงจันทร์ แสงสว่างของดวงจันทร์ชาวโลกกล่าวว่าเลิศกว่าแสงสว่างของดวงดาวเหล่านั้น แม้นันใด กุศลธรรมทั้งหมดก็ฉันนั้นเหมือนกัน มีความไม่ประมาทเป็นมูลรวมลงในความไม่ประมาท ความไม่ประมาทบัณฑิตกล่าวว่าเลิศกว่ากุศลธรรมเหล่านั้น”<sup>๑๖</sup>

“...ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์กำลังจะอุทัย ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อน เป็นบุพนิมิต ฉันทิ อปฺปมาทสัมปทา ก็เป็นตัวนำ เป็นบุพนิมิตเพื่อความเกิดขึ้นแห่งอริยมรรคมีองค์ ๘ ฉันทินั้น”<sup>๑๗</sup>

๒.๑.๓.๓ สติปัญญาถือว่าเป็นหนทางอันมุ่งตรงสู่มรรคผลนิพพาน โดยจัดเป็นหนึ่งในมรรคภาวนา ในพระวินัยจึงห้ามมิให้ภิกษุอวดอ้างตนเองว่าเจริญสติปัญญา(จนเจริญสมบูรณ์

<sup>๑๓</sup> ต.ม. (ไทย) ๑๕/๑๔๐/๗๕.

<sup>๑๔</sup> อจ.เอก. (ไทย) ๒๐/๘๓/๑๕.

<sup>๑๕</sup> อจ.เอก. (ไทย) ๒๐/๑๑๕/๑๘.

<sup>๑๖</sup> ต.ม. (ไทย) ๑๕/๑๔๖/๗๖.

<sup>๑๗</sup> ต.ม. (ไทย) ๑๕/๕๔/๔๔.

แล้ว) ซึ่งจะมีนัยให้คนเข้าใจว่าภิกษุผู้นั้นได้คุณวิเศษอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือได้บรรลุมรรคผลนิพพานแล้ว<sup>๑๘</sup>

๒.๑.๓.๔ สติปัญญาถือเป็นหนึ่งในสิ่งที่ทรงคุณค่าเทียบได้กับรัตนอัญมณี ในพระธรรมวินัย<sup>๑๙</sup>

๒.๑.๓.๕ สติปัญญาทำให้พระศาสนาอยู่ได้ยืนยาวนาน เป็นธรรมเพื่อความไม่เลอะเลือน ไม่เสื่อมสูญไปของศาสนา เป็นแก่นแห่งธรรม เป็นเครื่องยึดอายุพระพุทธศาสนา โดยพระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้เมื่อก่อนเข้าสู่ปรินิพพานในมหาปรินิพพานสูตรว่า สติปัญญา เป็นหนึ่งในธรรมที่พระองค์แสดงแล้วเพื่อความรู้อย่าง สวากทั้งหลาย ฟังเรียน เสพ เจริญ ทำให้มากด้วยดี ซึ่งเมื่อทำเช่นนี้ จะช่วยให้พระศาสนาที่ตั้งอยู่ได้นาน ดำรงอยู่ได้นาน อันเป็นสิ่งที่เกื้อกูลแก่คนหมู่มาก เพื่อสุขแก่คนหมู่มาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก เพื่อประโยชน์ เพื่อเกื้อกูล เพื่อสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย<sup>๒๐</sup>

๒.๑.๓.๖ สติปัญญาเป็นทางสายเอกเพียงสายเดียวที่จะทำให้มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายเข้าถึงความพ้นทุกข์สิ้นเชิง หรือถึงพระนิพพานได้ นั่นคือการสรุปว่า การบรรลุธรรม ของทุกท่าน ทุกคน ต้องเป็นการบรรลุธรรมอันเกิดมาจากการเจริญสติปัญญาเท่านั้น ดังนั้นหากปราศจากสติปัญญาแล้ว จะไม่มีผู้ใดสามารถเข้าถึงการบรรลุธรรมได้เลย<sup>๒๑</sup>

๒.๑.๓.๗ สติปัญญาเป็นธรรมที่พระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ทั้งในอดีต อนาคต และปัจจุบันทรงเจริญจึงได้ตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ นอกจากสติปัญญาเป็นทางสายเอกสายเดียว ดังที่กล่าวมาในข้อข้างต้นแล้ว แม้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ ก็อาศัยการเจริญสติปัญญานี้

<sup>๑๘</sup> มรรคภาวนาประกอบด้วย สติปัญญา ๔ สัมมัปปธาน ๔ อธิธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชณกัม ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของอุดตริมนุสสรธรรม คือธรรมที่เหนือมนุษย์ธรรมดา ได้แก่ ฌาน วิโมกข์ สมาธิ สมาบัติ ญาณทัสสนะ มรรคภาวนา การทำผลให้แจ้ง การละกิเลส ภาวะที่จิตปลอดจากกิเลส ความยินดีในเรือนว่าง ดูรายละเอียดใน วิ.มหา.(ไทย) ๒/๗๐/๒๕๖

<sup>๑๙</sup> ธรรมวินัยนี้มีรัตนะมาก มีรัตนะหลายชนิดคือ สติปัญญา ๔ สัมมัปปธาน ๔ อธิธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชณกัม ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ เหมือนมหาสมุทรมีรัตนะมาก มีรัตนะหลายชนิด คือ แก้วมุกดา แก้วมณี แก้วไพฑูรย์ สังข์ศิลา ประพาฬ เงิน ทอง ทับทิม แก้วตาแมว ดูรายละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๔/๓๓๘.

<sup>๒๐</sup> ธรรมที่กล่าวถึงนี้ประกอบด้วย สติปัญญา ๔ สัมมัปปธาน ๔ อธิธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชณกัม ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ ดูรายละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๑๘๔/๑๓๐. และที.ปา.(ไทย) ๑๑/๑๗๗/๑๓๘.

<sup>๒๑</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑

เอง เป็นทางแห่งการตรัสรู้ ด้วย ดังนั้นสติปัญญาจึงมีความสำคัญทั้งต่อการเกิดพุทธรัตนะ และสังฆรัตนะ<sup>๒๒</sup>

๒.๑.๓.๘ สติปัญญาเป็นธรรมเครื่องก่อให้เกิดสมาธิ ดังนั้นหากผู้ปฏิบัติธรรมฐานทั้งหลายต้องการบรรลุสมาธินั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องเจริญสติปัญญา เพราะหากขาดสติสัมมาสมาธิย่อมไม่เกิด<sup>๒๓</sup>

๒.๑.๓.๙ สติปัญญา เป็นธรรมที่เหมาะสมกับทุกคน แม้พระอรหันต์ผู้หมดกิเลสแล้วท่านก็มีจิตตั้งมั่นดีในสติปัญญา ๔ และแม้ภุคส์ถ์นุ่งห่มผ้าขาวก็ควรฝึกหัดจิตให้ตั้งมั่นดีในสติปัญญา ๔ อยู่เนืองๆ ในกาลที่สมควร<sup>๒๔</sup>

๒.๑.๓.๑๐ สติปัญญา เป็นคุณธรรมที่ทำให้เกิดความเลื่อมใสในพระผู้มีพระภาคเจ้า เพราะการบอกให้สาวกดำเนินตามทางสติปัญญาสี่นี้เอง สาวกของพระพุทธเจ้าจำนวนมากจึงได้บรรลุที่สุดแห่งอภิญญาและอภิญญาบารมี<sup>๒๕</sup>

๒.๑.๓.๑๑ สติปัญญา เป็นธรรมเครื่องเกิดความสามัคคีพร้อมเพรียงกันของพุทธบริษัท สติปัญญา เป็นธรรมหมวดที่รวบรวมแนวทางการปฏิบัติสำหรับทุกๆ คน ทุก ๆ จริต เอาไว้โดยร้อยเรียงกันเป็น ๔ หมวดใหญ่ ๒๑ หมวดย่อย ให้เหมาะสมกับอัชฌาสัยของแต่ละคน สติปัญญา (และโพธิปักขิยธรรม ๓๗) จึงเป็นธรรมที่พระพุทธเจ้าอาศัยความเมตตากล่าวสั่งสอนสาวกแล้ว เพื่อให้สาวกทั้งหลายเป็นผู้สามัคคีกัน ร่วมใจกัน ไม่วิวาทกัน ตั้งใจศึกษาในธรรมเหล่านั้น และไม่ควรนำความเห็นที่ต่างกันโดยอรรถบ้าง โดยพยัญชนะบ้าง มาเป็นเหตุเพื่อทะเลาะวิวาทกัน แต่หากมีความเห็นต่างกันควรไถ่เกลี้ยให้เกิดความพร้อมเพรียงแห่งหมู่คณะ<sup>๒๖</sup>

๒.๑.๓.๑๒ สติปัญญาเป็นธรรมที่นำไปสู่ความเป็นพระอริยบุคคล พระพุทธเจ้าเมื่อตรัสถึงหมู่สงฆ์สาวกของพระองค์ ย่อมกล่าวถึงว่าในหมู่สงฆ์นี้มีพระอรหันต์ พระอนาคามี พระ

<sup>๒๒</sup> คุราลละเอียคใน ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๑๔๓/๑๐๕

<sup>๒๓</sup> ความโดยละเอียดตอนนี้ว่า ความที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งเป็นสมาธิ สติปัญญา ๔ เป็นนิมิตของสมาธิ สัมมุปปธาน ๔ เป็นเครื่องอุดหนุนสมาธิ การเสพ การเจริญ การทำให้มากซึ่งธรรมเหล่านั้นนั้นแล เป็นการเจริญสมาธิ คุราลละเอียคใน ม.ม.(ไทย) ๑๒/๔๖๒/๕๐๓

<sup>๒๔</sup> คุราลละเอียคใน ม.ม.(ไทย) ๑๓/๒/๒

<sup>๒๕</sup> คุราลละเอียคใน ม.ม.(ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๕๑

<sup>๒๖</sup> คุราลละเอียคใน ม.อ.(ไทย) ๑๔/๓๕/๔๔



สกทาคามี พระโศดาบัน ถัดนั้นมาทรงกล่าวถึงมีภิกษุบางรูปเจริญสติปัฏฐานสี่ (และโพธิปักขิยธรรม ๓๗) แสดงว่า บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ย่อมเป็นผู้ใกล้ความเป็นพระอริยบุคคล<sup>๒๗</sup>

## ๒.๒ พัฒนาการของสติปัฏฐาน

สติปัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์และหนังสือก็มีพัฒนาการให้เห็นตามยุคตามสมัยดังขนานเสนอให้เห็นภาพแห่งการเคลื่อนไหวในการเจริญสติปัฏฐาน ที่ปรากฏหลักฐานตามลำดับดังต่อไปนี้

### ๒.๒.๑ พัฒนาการของสติปัฏฐานในพระไตรปิฎก

ด้วยการเจริญสติปัฏฐานมีหลายหมวดย่อย ในบางครั้งพระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนเพียงบางหมวด ให้กับผู้ที่สมควรฝึกในบางเวลาเพียงบางส่วน มิได้แสดงสติปัฏฐานทั้งหมดทุกหมวดในทุกครั้งดังอาจมีเรื่องราวย่อยๆ ให้พอเห็นพัฒนาการในการสอนแต่ละครั้งของพระพุทธองค์ได้ในพระไตรปิฎก โดยในที่นี้ผู้วิจัยได้ค้นคว้าการแสดงธรรมเรื่องสติปัฏฐานในบางหมวดสำหรับการแสดงธรรมต่อบุคคลต่างๆ ในต่างวาระโอกาส และการแสดงสติปัฏฐานเต็มทุกหมวดย่อยในการแสดงธรรมต่อมหาชนจำนวนมาก และพัฒนาการในการสอนเรื่องสติปัฏฐานแม้ในยามที่พระองค์จะปรินิพพานดังต่อไปนี้

#### ๒.๒.๑.๑ เรื่องเวสาลีสูตร

เนื้อความโดยย่อ พระผู้มีพระภาคได้ประทานอสุกกรรมฐานให้พระภิกษุ ๓ ป่ามหาวัน เขตกรุงเวสาลี แล้วทรงหลีกเร้นพระวรกายในป่าเป็นเวลาครึ่งเดือนโดยมิให้ใครเข้าพบ ในช่วงดังกล่าวตนเองพระภิกษุจำนวนมากได้เจริญอสุกกรรมฐานแล้วเกิดอึดอัดเบื้อหน่ายในร่างกายตนจึงพากันฆ่าตัวตายวันละหลายรูปจนถึงวันละ ๓๐ รูป เมื่อพระพุทธเจ้าทรงออกจากที่หลีกเร้นแล้วเห็นภิกษุมีจำนวนน้อยลงจึงสอบถามพระอานนท์ เมื่อทราบความจริงแล้วจึงสอน อานาปานสติ ให้เป็นกรรมฐานทดแทนของเดิม<sup>๒๘</sup>

เรื่องดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าแม้ในสมัยพุทธกาลเอง พระพุทธองค์ทรงปรับเปลี่ยนวิธีการสอนสติปัฏฐานให้เหมาะกับกาล สถานที่ และบุคคลผู้มาเรียนกรรมฐานด้วย ผู้วิจัยเห็นว่า

<sup>๒๗</sup> คูรายละเอียดยุคใน ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๗/๑๘๕

<sup>๒๘</sup> ส.มหา.(ไทย) ๑๕/๕๘๕/๔๖๓.

อสุภกรรมฐานเป็นกรรมฐานที่ดี เพราะชวนให้สลัดสังเวช ทำให้ตื่นจากความหลง และทำให้เกิดความปรารถนาออกจากกามสุข แต่อาจมีผลข้างเคียงได้ ควรต้องมีอาจารย์คอยดูแล ดังนั้นในช่วงหลังของเรื่องนี้ พระพุทธองค์ประทานอานาปานสติให้แก่ภิกษุที่เหลืออยู่เป็นกรรมฐานแทน เนื่องจากมีความปลอดภัยกว่านั่นเอง และข้อสังเกตส่วนนี้ ผู้วิจัยจึงขอตั้งความเห็นไว้ว่า การเจริญสติปัญญาฐานนั้น สามารถเลือกเฉพาะหมวดใดหมวดหนึ่งก็ได้ ไม่จำเป็นต้องใช้กรรมฐานหลายอย่าง

### ๒.๒.๑.๒ เรื่องการสอนเฉพาะเวทนาสติปัญญาให้พระโมคคัลลานะ พระสารีบุตร และทิมนขปริพาชกจนได้บรรลุธรรม

ในจบปลายมานสูตร พระพุทธเจ้าปรารภพระโมคคัลลานะนั่งโงกวงวังจึงไปประทานพุทธอุบายแก้ง่วงแล้ว พระโมคคัลลานะถามถึงวิธีการโดยย่อเพื่อบรรลุนิพพาน พระพุทธองค์ทรงตรัสตอบโดยย่อให้พระโมคคัลลานะเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัญญา เพียงประการเดียว ดังที่ปรากฏในพระสูตรดังนี้

โมคคัลลานะ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ได้สดับมาว่า ธรรมทั้งปวงไม่ควรยึดมั่น ภิกษุได้สดับมาอย่างนั้นว่า ธรรมทั้งปวงไม่ควรยึดมั่น ภิกษุนั้นย่อมรู้ชัดธรรมทั้งปวง ครั้นรู้ชัดธรรมทั้งปวงแล้ว จึงกำหนดรู้ธรรมทั้งปวง ครั้นกำหนดรู้ธรรมทั้งปวงแล้ว จึงเสวยเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา หรืออทุกขมสุขเวทนา เธอพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงในเวทนาเหล่านั้นอยู่ พิจารณาเห็นความคลายไปในเวทนาเหล่านั้นอยู่ พิจารณาเห็นความดับไปในเวทนาเหล่านั้นอยู่ พิจารณาเห็นความสลละคืนในเวทนาเหล่านั้นอยู่ เมื่อพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงในเวทนาเหล่านั้นอยู่ พิจารณาเห็นความคลายไปในเวทนาเหล่านั้นอยู่ พิจารณาเห็นความดับไปในเวทนาเหล่านั้นอยู่ พิจารณาเห็นความสลละคืนในเวทนาเหล่านั้นอยู่ เธอก็ไม่ยึดมั่นอะไรๆ ในโลก เมื่อไม่ยึดมั่น ก็ไม่สะดุ้ง เมื่อไม่สะดุ้งก็ปรินิพพานเฉพาะตน เธอย่อมรู้ชัดว่า ‘ชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป โมคคัลลานะ ว่าโดยย่อ ด้วยข้อปฏิบัติเท่านั้นแล ภิกษุจึงชื่อว่าเป็นผู้หลุดพ้นเพราะความสิ้นไปแห่งตัณหา มีความสำเร็จสูงสุด มีความเกษมจากโยคะสูงสุด ประพฤติพรหมจรรย์ถึงที่สุด มีที่สุดอันสูงสุด ประเสริฐกว่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย<sup>๒๕</sup>

ส่วนในทิมนขสูตร พระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนทิมนขเรื่อง เวทนานุปัสสนาสติปัญญาในเรื่องความไม่ยาวนานกทำนองเดียวกัน พระสารีบุตรผู้ถวายงานพัดอยู่ได้บรรลุอรหัตผล ส่วนทิมนขปริพาชกได้บรรลุโสดาบัน<sup>๒๖</sup> เรื่องดังกล่าวนี้ชี้ให้เห็นพัฒนาการในการสอนของพระพุทธเจ้า

<sup>๒๕</sup> อ.สุตตค.(ไทย) ๒๓/๖๑/๑๑๖.

<sup>๒๖</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม.(ไทย) ๑๓/๒๐๑/๒๓๕-๒๔๔.

ว่า หากสอนให้กับผู้ที่เรียนจำนวนไม่มาก เช่นสองพระสูตรดังกล่าว ท่านจะสอนโดยย่อและ  
ประธานกรรมฐานเพียงบางหมวดเท่านั้น

### ๒.๒.๑.๓ ตรัสสอนสติปัฏฐานสมบุรณ์แบบให้แก่ชาวกุรุ

พระพุทธเจ้าเสด็จไปแสดงมหาสติปัฏฐานสูตร ณ นิคมของชาวกุรุชื่อกัมมาศัมมะ  
แคว้นกุรุ ในอรรถกถากล่าวถึงคุณสมบัติที่ดีของชาวนครแคว้นกุรุไว้ว่า

เล่ากันว่า ชาวกุรุ ไม่ว่าเป็นภิกษุ ภิกษุณี และอุบาสก อุบาสิกา มีร่างกายและจิตใจ  
สมบุรณ์อยู่เป็นนิจ ด้วยเสพปัจจัย คืออดุเป็นที่สบาย เพราะแคว้นนั้น สมบุรณ์ด้วยสัปปายะ  
มีอุตุสัปปายะเป็นต้น. ชาวกุรุนั้น มีกำลังปัญญาอันร่างกายและจิตใจที่สมบุรณ์อุดหนุนแล้ว  
จึงสามารถรับเทศนาที่ลึกซึ้งนี้ได้. เพราะฉะนั้นพระผู้มีพระภาคเจ้า เมื่อทรงเห็นความเป็นผู้  
สามารถรับเทศนาที่ลึกซึ้งอันนี้ จึงทรงยกกัมมัฏฐาน ๒๑ ฐานะ ใต้ลงในพระอรรถตรัส  
มหาสติปัฏฐานสูตรที่มีอรรถอันลึกซึ้งนี้ แก่ชาวกุรุเหล่านั้น. เปรียบเสมือนบุรุษได้ผอบ  
ทองแล้ว พึงบรรจุใส่ดอกไม้้นานาชนิดลงในผอบทองนั้นหรือว่าบุรุษได้หีบทองแล้ว พึง  
ใส่รัตนะ ๗ ลงฉันใด แม้พระผู้มีพระภาคเจ้า ฉะนั้นทรงได้ปริยทชาวกุรุแล้ว จึงทรงวาง  
เทศนาที่ลึกซึ้ง. ด้วยเหตุนี้แล <sup>๓๑</sup>

ในมหาสติปัฏฐานสูตร เป็นพระสูตรที่กล่าวไว้กับคนหมู่มาก เป็นการรวบรวม  
กระบวนการเจริญสติปัฏฐานครบทุกหมวดไว้ในพระสูตรเดียวซึ่งเป็นพระสูตรที่ยาวมากที่สุดใน  
การแสดงธรรมเรื่องสติปัฏฐานสี่ <sup>๓๒</sup>

### ๒.๒.๑.๔ ตรัสย้ำสอนสติปัฏฐานเนื่องๆแม้ในช่วงสุดท้ายของพระชนม์ชีพ

สติปัฏฐานเป็นองค์ธรรมสำคัญสูงสุด พระพุทธองค์ตรัสเรื่องสติปัฏฐานมากมาย  
หลายครั้ง <sup>๓๓</sup> ในระบบโปรแกรมคอมพิวเตอร์ พบคำว่า “สติปัฏฐาน” ในพระไตรปิฎกถึง ๑,๑๒๕ ครั้ง  
ครั้ง พบคำว่า “สติ” ๗,๕๕๖ ครั้ง จึงนับว่าเป็นธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนมากที่สุด ทรงย้ำแล้วย้ำ

<sup>๓๑</sup> คุรายละเอียดยใน อ.ที.ม.(ไทย) ๒/๒/๒๕๘.

<sup>๓๒</sup> คุรายละเอียดยใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๒/๓๐๑-๓๔๐.

<sup>๓๓</sup> ในระบบค้นหาอัตโนมัติ โปรแกรมคอมพิวเตอร์พระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พบคำว่า “สติปัฏฐาน” ในพระไตรปิฎกถึง ๑,๑๒๕ ครั้ง พบคำว่า “สติ” ๗,๕๕๖ ครั้ง.

อีก แม้ในวาระสุดท้ายแห่งพระชนม์ชีพ ในมหาปรินิพพานสูตร พระพุทธองค์ก็ยังคงตรัสย้ำสอนสติปัฏฐานถึง ๓ วาระ<sup>๓๔</sup> ในช่วงสุดท้ายก่อนปรินิพพาน ซึ่งปรากฏตอนหนึ่งมีเนื้อหาสาระว่า

พระผู้มีพระภาคพร้อมด้วยภิกษุสงฆ์หมู่ใหญ่เสด็จถึงกรุงเวสาลี ประทับอยู่ที่อัมพปาลีวัน รับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพึงมีสติสัมปชัญญะ “นี่เป็นคำพรา้สอนของเราสำหรับเธอทั้งหลาย” ภิกษุผู้มีสติ เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๒. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ ฯลฯ

๓. พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ฯลฯ

๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

ภิกษุผู้มีสติ เป็นอย่างนี้แล

ภิกษุผู้มีสัมปชัญญะ เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ

ทำความรู้สึกตัวในการแลดู การเหยียดดู

ทำความรู้สึกตัวในการคู้เข้า การเหยียดออก

ทำความรู้สึกตัวในการครองสังฆาฏิ บาตร และจีวร

ทำความรู้สึกตัวในการฉัน การดื่ม การเคี้ยว การลิ้ม

ทำความรู้สึกตัวในการถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ

ทำความรู้สึกตัวในการเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง

ภิกษุผู้มีสัมปชัญญะ เป็นอย่างนี้แล

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพึงมีสติสัมปชัญญะอยู่ นี่เป็นคำพรา้สอนของเราสำหรับเธอทั้งหลาย”<sup>๓๕</sup>

<sup>๓๔</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๑๖๐/๑๐๔., ที.ม.(ไทย) ๑๐/๑๖๕/๑๐๑., ที.ม.(ไทย) ๑๐/๑๘๔/๑๓๐. พระพุทธองค์ตรัสสอนสติปัฏฐานถึง ๓ วาระ ในมหาสติปัฏฐานสูตรเพียงสูตรเดียว แสดงให้เห็นว่าทรงย้ำให้พุทธบริษัทพึ่งตนเองด้วยหลักสติปัฏฐาน ๔

<sup>๓๕</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๑๖๐/๑๐๔.

### ๒.๒.๒ พัฒนาการของสติปัญญาในอรรถกถา

ในอรรถกถาหาสติปัญญาสูตร ซึ่งรจนาหลังพุทธกาลหลายร้อยปี ได้กล่าวถึงการเจริญสติปัญญาในแง่มุมต่างๆ ซึ่งพอจะบอกได้ว่าการเจริญสติปัญญานี้ได้มีพัฒนาการไปอย่างไร หลังพุทธปรินิพพานไปหลายร้อยปีซึ่งผู้วิจัยขอจำกัดวงศึกษาเฉพาะในอรรถกถาหาสติปัญญาสูตรดังพอสรุปได้ดังนี้

๒.๒.๒.๑ สติปัญญาเป็นการเจริญสติไปในชีวิตประจำวัน และเป็นที่นิยมแพร่หลายไปโดยทั่วกันดังข้อความว่า

อนึ่ง บริษัท ๔ ในแคว้นกุรุ นั้น ต่างประกอบเนื่องๆ ในการเจริญสติปัญญาอยู่โดยปกติ โดยที่สุด คนรับใช้ และคนงานทั้งหลาย ก็พูดกันแต่เรื่อง ที่เกี่ยวข้อง สติปัญญากันทั้งนั้น แม้แต่ในที่ทำน้ำ ที่กรอด้ายเป็นต้น ก็ไม่มีการพูดกันถึงเรื่องที่ไร้ประโยชน์เลย. ถ้าสตรีบางท่านถูกถามว่า คุณแม่จะ คุณแม่ใส่ใจสติปัญญาข้อไหน นางจะไม่ตอบว่าอะไร ชาวกรูจะติเตียนเขาวาน่าดำเนินชีวิตของเจ้าจริงๆ เจ้าถึงเป็นอยู่ ก็เหมือนตายแล้ว ต่อนั้นก็สอนเขาว่าอย่าทำอย่างนี้อีกต่อไปนะ แล้วให้เขาเรียนสติปัญญาข้อใดข้อหนึ่ง. แต่สตรีผู้ใดพูดว่า ดิฉันใส่ใจสติปัญญาข้อไหนเจ้าคะ ชาวกรูก็จะกล่าวรับรองว่า สาธุสาธุ แก่นางสรรเสริญด้วยถ้อยคำต่าง ๆ เป็นต้นว่า ชีวิตของเจ้าเป็นชีวิตดีสมกับ ที่เจ้าเกิดมาเป็นมนุษย์ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงอุบัติมาเพื่อประโยชน์แก่เจ้าแท้ๆ. ในข้อนี้ มิใช่ชาวกรูที่เกิดมาเป็นมนุษย์ประกอบด้วยการใส่ใจสติปัญญา แต่พวกเดียวกันนั้น แม้แต่สัตว์ครึ่งจัน ที่อาศัยชาวกรูอยู่ที่ใส่ใจ เจริญสติ ปัญญาด้วยเหมือนกัน<sup>๓๖</sup>

เรื่องนี้ผู้วิจัย คาดคะเนว่าในสมัยพระอาจารย์ผู้รจนาอรรถกถา อาจมีการเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวันกันโดยทั่วไป อรรถกถาจารย์จึงนำเรื่องดังกล่าวมาแสดงไว้ดังปรากฏในอรรถกถา หรืออย่างน้อยก็แสดงร่องรอยให้เห็นว่ามีการพยายามสอนให้พุทธบริษัทหมั่นเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวัน

๒.๒.๒.๒ การเจริญสติปัญญาในยามคับขัน ในอรรถกถากล่าวถึงพระภิกษุ ๓๐ รูป บำเพ็ญเพียรในป่าด้วยกัน ในถ้ำนั้นมีเสือมาคาบพระภิกษุ ไปกินเสียหลายรูป มาวันหนึ่งภิกษุหนุ่มถูกเสือคาบไปจึงร้องบอกเพื่อนสหายว่ามีเสือมา พระภิกษุได้ตามไป พบว่าเสือคาบไปสู่เขาขาดไม่สามารถตามไปได้ แลเห็นภิกษุหนุ่มอยู่ในปากเสือ พอเสือเริ่มกัดกินเท้าภิกษุทั้งหลายก็ได้เตือนสติ ท่านได้เจริญวิปัสสนา ช่มเวทนาไว้ จนสามารถบรรลุนิพพานเป็นโสดาบันเมื่อเสือกิน

<sup>๓๖</sup> ดูรายละเอียดใน อ.ที.ม.(ไทย) ๒/๒/๒๕๘.

ร่างกายท่านถึงหัวเข่า และได้บรรลุอรหัตผลในเวลาต่อมาในขณะที่ถูกเคี้ยวกินอยู่ในปากเสื่อนั้นเอง เรื่องนี้ชี้ให้เห็นการเจริญสติปัฏฐานสามารถทำได้แม้ในคราวคับขัน<sup>๓๓</sup>

สำหรับเรื่องสติปัฏฐานที่กล่าวมาทั้งหมดในหัวข้อ ๒.๒ นี้ก็พอเห็นได้ว่าการเจริญสติปัฏฐานได้มีพัฒนาการมาอย่างต่อเนื่อง โดยเป็นไปตามสถานการณ์ เหตุการณ์ บุคคล และสิ่งที่เกี่ยวข้องนั่นเอง

### ๒.๓ หลักการเบื้องต้น และหลักธรรมะพื้นฐานที่จำเป็นในการเจริญสติปัฏฐาน ๔

ก่อนจะเข้าสู่เนื้อหาแห่งสติปัฏฐาน ผู้วิจัยได้ค้นคว้าหลักการเบื้องต้น และหลักธรรมะพื้นฐานที่จำเป็นในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ไว้ โดยสามารถจำแนกได้ดังนี้

#### ๒.๓.๑ หลักการเบื้องต้นในการเจริญสติปัฏฐาน ๔

๒.๓.๑.๑ เจริญสติปัฏฐาน เพียงหมวดใดหมวดหนึ่งก็มีผลในการกำจัดอกุศลได้เช่นเดียวกัน

สติปัฏฐานประกอบไปด้วย ๔ หมวดใหญ่ ๒๑ หมวดย่อย ซึ่งดูเหมือนว่ามาก ละยุ่งยากในการปฏิบัติ บ้างก็มีข้อสงสัยว่าต้องทำตามลำดับที่ละหมวดหรือไม่ เรื่องดังกล่าวนี้มีกล่าวไว้ในพระสูตรว่า สติปัฏฐานนั้น ไม่จำเป็นต้องทำทุกหมวด และไม่จำเป็นต้องทำตามลำดับ เพียงแต่เจริญสติปัฏฐาน เพียงหมวดใดหมวดหนึ่งก็ได้ ดังปรากฏในพระไตรปิฎกดังนี้

อานนท์ ดินกองใหญ่ที่ถนนใหญ่ ๔ แยก ถ้าเกวียนหรือรถผ่านมาทางทิศตะวันออก ก็ จะกระทบดินกองนั้น ถ้าผ่านมาทางทิศตะวันตก ... ถ้าผ่านมาทางทิศเหนือ ... ถ้าเกวียนหรือรถผ่านมาทางทิศใต้ ก็ จะกระทบดินกองนั้น แม้ฉันใดภิกษุเมื่อพิจารณาเห็นกายในกาย อยู่ก็ดี ชื่อว่าย่อมกำจัดบาปอกุศลธรรมได้ เมื่อพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ... เมื่อพิจารณาเห็นจิตในจิต ... เมื่อพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายก็ดี ชื่อว่าย่อมกำจัดบาปอกุศลธรรมได้ ก็ฉันนั้นเหมือนกัน<sup>๓๔</sup>

ในอรรถกถา महाสติปัฏฐานสูตรได้กล่าวเรื่องนี้ไว้อย่างสอดคล้องกันว่าสติปัฏฐานนั้นมีเพียงหนึ่ง แต่มีทางเข้าถึงสติปัฏฐาน ๔ ทาง เปรียบเหมือนเมืองที่มี ๔ ประตูดังนี้

<sup>๓๓</sup> ดูรายละเอียดใน อ.ที.ม.(ไทย) ๒/๒/๒๖๘.

<sup>๓๔</sup> ส.ม.(ไทย) ๑๕/๕๘๖/๔๖๘.

สติปัฏฐาน มีอันเดียวเท่านั้น โดยเป็นความระลึกและโดยเป็นที่ประชุมลงเป็นอันเดียวกัน มี ๔ ด้วยอำนาจอารมณ์ เปรียบเหมือนพระนครมี ๔ ประตู คนที่มาแต่ทิศตะวันออก นำสิ่งของที่อยู่ทางทิศตะวันออก มาเข้าพระนครทางประตูทิศตะวันออก คนที่มาแต่ทิศใต้ ... ทิศตะวันตก ... ทิศเหนือ ... ฉันทใด ข้ออุปไมยนี้ก็ฉันทนั้น จริงอยู่นิพพาน เปรียบเหมือนนครโลกุตตรมรรคมืองค์แปด เปรียบเหมือนประตูพระนคร สติปัฏฐานมีกายเป็นต้น เปรียบเหมือนทิศทั้งหลายมีทิศตะวันออกเป็นต้น ... บัณฑิตพึงทราบวาทที่ท่านกล่าววาทว่า สติปัฏฐานมีอันเดียวเท่านั้น ก็ด้วยอำนาจความระลึกได้ อย่างหนึ่ง ด้วยอำนาจประชุมลงสู่ความเป็นอันเดียวกันหนึ่ง ที่กล่าวว่ามี ๔ ก็โดยจัดตามอารมณ์ ดังกล่าวมาละนี้<sup>๓๕</sup>

### ๒.๓.๑.๒ สติปัฏฐาน ๔ เหมาะกับจริตและปัญญาที่แตกต่างกัน

ในอรรถกถาสมหาสติปัฏฐานสูตร ได้แสดงให้เห็นว่า การที่พระพุทธเจ้าทรงแสดง สติปัฏฐาน อันเป็นแนวทางการปฏิบัติที่มากมายถึง ๔ หมวดใหญ่ ๒๑ หมวดย่อยนั้น แท้จริงแล้ว ทรงมีพระพุทธประสงค์ที่จะให้ทุกคนสามารถเข้าถึงได้ตามจริตและปัญญาที่มี โดยมีรายละเอียดดังนี้

ถามว่า ก็เพราะเหตุไร พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสสติปัฏฐานว่ามี ๔ ไม่หย่อน ไม่ยิ่ง. ตอบว่า ก็เพราะจะทรงให้เป็นประโยชน์เกื้อกูล แก่เวไนยสัตว์แท้จริง ในจำพวกเวไนยสัตว์ที่เป็น ตัณหาจริต ทิณฺณุจริต ผู้เป็นสมถยานิก (ผู้มีสมถะเป็นยาน) และวิปัสสนายานิก (ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน) ที่เป็นไปโดยส่วนทั้งสอง คือ ปัญญาอ่อน และปัญญากล้า (๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐานมีอารมณ์หยาบเป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์ผู้มีตัณหาจริต มีปัญญาอ่อน (๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานมีอารมณ์ละเอียด เป็นทางหมดจดสำหรับเวไนยสัตว์ผู้มีตัณหาจริต มีปัญญากล้า (๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่มีอารมณ์ไม่แยกออกมากนักเป็นทางหมดจดสำหรับเวไนยสัตว์ผู้มีทิณฺณุจริต มีปัญญาอ่อน (๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่มีอารมณ์แยกออกมาก เป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์ผู้มีทิณฺณุจริต มีปัญญากล้า

อนึ่ง สติปัฏฐานข้อ ๑ ที่มีนิมิตอันจะพึงบรรลุได้โดยไมยาก เป็นทางหมดจดสำหรับเวไนยสัตว์ผู้เป็นสมถยานิก มีปัญญาอ่อน สติปัฏฐานข้อที่ ๒ เพราะไม่ตั้งอยู่ในอารมณ์อย่างหยาบ จึงเป็นทางหมดจดสำหรับเวไนยสัตว์ผู้เป็นสมถยานิก มีปัญญากล้า สติปัฏฐาน ข้อที่ ๓ มีอารมณ์ที่แยกออก, ไม่มากนัก เป็นทางหมดจดสำหรับเวไนยสัตว์ผู้เป็นวิปัสสนายานิกมีปัญญาอ่อน สติปัฏฐาน ข้อที่ ๔ มีอารมณ์ที่แยกออกมาก เป็นทางหมดจดสำหรับเวไนยสัตว์

<sup>๓๕</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๓๕.

ผู้เป็นวิปัสสนาญาณิกมีปัญญากล้า เพราะเหตุดังนั้น จึงกล่าวว่าสติปัฏฐานมี ๔ เท่านั้น ไม่  
หย่อนไม่ยิ่ง.<sup>๔๐</sup>

### ๒.๓.๑.๓ สติปัฏฐาน ๔ เป็นหนทางสู่การละตัณหาวิปลาส ๔

ในอรรถกถาหาสติปัฏฐานสูตร ได้แสดงไว้ว่า สติปัฏฐาน ๔ หมวดเป็นไปเพื่อละ  
ตัณหาวิปลาส ๔ อันได้แก่ ความสำคัญผิดว่า งาม สุข เทียง และตัวตน ดังนั้นท่านจึงสอนให้เจริญ  
สติปัฏฐาน ๔ หมวดเพื่อแก้วิปลาสตามลำดับดังนี้ (๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นไปเพื่อแก้  
ความสำคัญผิดว่างาม (๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นไปเพื่อแก้ความสำคัญผิดว่าสุข (๓) จิต  
ตานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นไปเพื่อแก้ความสำคัญผิดว่าเที่ยง (๔) ชัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นไป  
เพื่อแก้ความสำคัญผิดว่าเป็นตัวเป็นคน<sup>๔๑</sup>

### ๒.๓.๑.๔ ลักษณะตรงข้ามกับสติปัฏฐานคือการปล่อยจิตให้หลงไปตามอายตนะ

ในสติปัฏฐานสังยุตได้กล่าวถึงเรื่องราวที่แสดงให้เห็นหลักการพื้นฐานในการเจริญ  
สติปัฏฐาน โดยชี้ให้เห็นลักษณะที่ตรงข้ามกับสติปัฏฐานไว้เพื่อให้เกิดความกระจ่างว่าแท้จริงแล้ว  
สติปัฏฐานคือสิ่งใดโดยขอยกเรื่องราวมากล่าวไว้ใน สกฺขณฺคณฺโฏสูตร เรื่องเกี่ยวกับนกมูลไถ เรื่องนี้  
เป็นเรื่องที่ทรงแสดงให้เห็นว่า สติปัฏฐาน เปรียบเหมือนที่มั่นสำคัญเพื่อความปลอดภัย ซึ่งสิ่งตรง  
ข้ามคือการไม่สำรวจอายตนะทั้ง ๖ อันเป็นทางอโคจรดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย เรื่องเคยมีมาแล้ว เหยี่ยวโฉบลงจับนกมูลไถอย่างรวดเร็ว ขณะนั้น นก  
มูลไถกำลังถูกเหยี่ยวพาไป ได้ร้องคร่ำครวญอย่างนี้ว่า ‘เราอับโชคมีบุญน้อย เทียวไปใน  
แดนอื่นซึ่งไม่ใช่ที่หากิน ถ้าในวันนี้เราเที่ยวหากินในแดนหากินที่เป็นของบิดาของตนไซ้  
เราก็คงอสู้อยู่ตัวนี้ได้’ เหยี่ยวจึงถามว่า ‘เจ้านกมูลไถ แคนหากินที่เป็นของบิดาของเจ้า  
คืออะไร’ นกมูลไถตอบว่า ‘คือถิ่นที่เป็นดินก้อนมูลไถที่เขาไถไว้’ ขณะนั้นเหยี่ยวหยิ่งใน  
กำลังของตน เมื่อจะอวดอ้างกำลังของตน จึงปล่อยนกมูลไถไปด้วยพูดว่า ‘ไปเถิดเจ้านก  
มูลไถ ถึงเจ้าจะไปในที่นั้นก็ไม่มีพินเรา’ ที่นั้นนกมูลไถจึงไปยังถิ่นที่เป็นดินก้อนมูลไถที่เขา  
ไถไว้ จับที่ก้อนใหญ่ ยืนร้องทำเหยี่ยวว่า ‘เจ้าเหยี่ยว เจ้าจงมาจับเราเดี๋ยวนี้ เจ้าเหยี่ยว เจ้าจง  
มาจับเราเดี๋ยวนี้’ ขณะนั้น เหยี่ยวหยิ่งในกำลังของตน เมื่อจะอวดอ้างกำลังของตน จึงหุบปีก

<sup>๔๐</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๗๗.

<sup>๔๑</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๗๗.



ทั้ง ๒ ลงโทษนรกมูลไถอย่างรวดเร็ว เมื่อนรกมูลไถรู้ว่า ‘เหยี่ยวตัวนี้โฉบมาอย่างรวดเร็วหมายจะจับเรา’ จึงหลบเข้าซอกก่อนดินนั่นเอง เหยี่ยวทำให้อกกระแทกมูลไถ (ตาย)ในทีนั้นเอง เรื่องนรกมูลไถเที่ยวไปในแดนอื่นซึ่งไม่ใช่ที่หากินก็เป็นเช่นนี้แล

ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนั้น เธอทั้งหลายอย่าเที่ยวไปในแดนอื่นที่เป็นอโคจรเมื่อเธอทั้งหลายเที่ยวไปในแดนอื่นที่เป็นอโคจร มารก็จักได้ช่อง ได้อารมณ์ แคนอื่นที่เป็นอโคจรของภิกษุ เป็นอย่างไร คือ กามคุณ ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ (๑.) รูปที่พึงรู้แจ้งทางตา ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด (๒.) เสียงที่พึงรู้แจ้งทางหู ... (๓.) กลิ่นที่พึงรู้แจ้งทางจมูก ... (๔.) รสที่พึงรู้แจ้งทางลิ้น ... (๕.) โผฏฐัพพะที่พึงรู้แจ้งทางกาย ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด ภิกษุทั้งหลาย นี่คือนอกแดนอื่นที่เป็นอโคจรของภิกษุ

ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเที่ยวไปในแดนที่เป็นของบิดาของตนอันเป็นโคจรเกิด เมื่อเธอทั้งหลายเที่ยวไปในแดนที่เป็นของบิดาของตนอันเป็นโคจร มารก็จักไม่ได้ช่อง ไม่ได้อารมณ์ แคนที่เป็นของบิดาของตนอันเป็นโคจรของภิกษุ เป็นอย่างไร คือ สติปัญญา ๔ ประการ...<sup>๔๒</sup>

จากเรื่องดังกล่าว จะเห็นได้ว่าสิ่งที่ตรงข้ามกับสติปัญญาคือการเปลอสติไม่สำรวม ระวัง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ส่วนสติปัญญาคือการสำรวม มีสติ อยู่กับอภยาดนะทั้งหลาย ไม่เลื่อนไหลไปในอารมณ์ที่น่าหลงไหล น่าใคร่ หรือแม้แต่น่าขัดเคืองใจนั่นเอง ซึ่งนอกจากพระสูตรนี้แล้วยังมีอุปมาอีกนัยยะหนึ่งคือเรื่องมกกสูตร ว่าด้วยถึงติดตั้ง โดยอุปมาอุปไมย เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ว่า เหนียวเหมือดตั้ง ที่พรานวางไว้คอยดักจับลิงที่โง่ และทรงแนะนำภิกษุให้ตั้งอยู่ในสติปัญญา ๔ อันเป็นแดนที่ปลอดภัย<sup>๔๓</sup>

### ๒.๓.๑.๕ การอธิบายบทพื้นฐานแห่งสติปัญญา

ในมหาสติปัญญาสูตรมีบทบาลีที่กล่าวถึงการเจริญสติปัญญาว่า

อิธ ภิกขเว ภิกขุ

กายะ กายานุปัสสี วิหริตี อาตาปี สมุปชาโน สติมา วิเนยฺย โลก อภิขมา โทมนสุส

เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหริตี อาตาปี สมุปชาโน สติมา วิเนยฺย โลก อภิขมา โทมนสุส

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหริตี อาตาปี สมุปชาโน สติมา วิเนยฺย โลก อภิขมา โทมนสุส

<sup>๔๒</sup> ส.ม.(ไทย) ๑๕/๓๗๒/๒๑๖

<sup>๔๓</sup> ดูรายละเอียดใน ส.ม.(ไทย) ๑๕/๓๗๓/๒๑๖

ชมเมสสุ ชมมานุปัสสี วิหริติ อาตาศิปิ สมุปชาโน สติมา วินยยุ โลเก อภิขณา โทมนสุสิ<sup>๔๔</sup>

ในบทบาลีดังกล่าวเมื่อศึกษาจากอรรถกถาแล้วจะเห็นว่ามีการให้ความหมายเฉพาะไว้  
อย่างละเอียดโดยจะขอนำมาอธิบายดังนี้

(๑) กาย กายานุปัสสี วิหริติ ตามรู้กายในกาย ในอรรถกถาอธิบายไว้โดยละเอียด  
กล่าวสรุปว่า “ตามดูกาย(บางอย่าง)ในกาย(ทั้งหมด)” หมายถึง การตามดู “กายส่วนใดส่วนหนึ่ง  
(กาย)” ในบรรดา “กายทั้งหลาย(กาย)” คำว่า กาย คือกายทั้งหมด กายานุปัสสี มาจาก กาย + อนู +  
ปัสสี แปลรวมว่า การตามดูกาย (บางอย่าง) วิหริติ หมายถึงกรรม เครื่องอยู่ แปลรวมกันว่า มีกรรม  
เครื่องอยู่ อันประกอบด้วยการตามรู้กายอย่างใดอย่างหนึ่ง ในบรรดากายทั้งหลาย ดังข้อความที่  
ปรากฏดังนี้

ที่แท้พิจารณาเห็นกายเป็นที่รวมอวัยวะน้อยใหญ่ในกายแม้อันนั้น เหมือนพิจารณาเห็น  
ส่วนประกอบของรถฉะนั้น พิจารณาเห็นกายเป็นที่รวมของ ผม ขน เป็นต้น เหมือนพิจารณา  
เห็นส่วนน้อยใหญ่ของพระนคร พิจารณาเห็นกายเป็นที่รวมของภคตรูป และ อุปาทายรูป  
เหมือนแยกใบและก้านของต้นกล้วย และเหมือน แยกกำมือที่ว่างเปล่าฉะนั้น เพราะฉะนั้น  
จึงเป็นอันทรงแสดงการแยกออกจากก่อน ด้วยทรงแสดงวัตถุที่นับได้ว่ากาย โดยเป็นที่  
รวมโดยประการต่าง ๆ นั้นแล้ว...ความจริง กายหรือชายหญิง หรือกรรมไร ๆ อื่นที่พ้นจาก  
กายอันเป็นที่รวมดังกล่าวแล้ว หาปรากฏในกายนั้นไม่ แต่สัตว์ทั้งหลาย ก็ยึดมั่นผิด ๆ โดย  
ประการนั้น ๆ ในกายที่สักว่าเป็นที่รวมแห่งกรรมดังกล่าวแล้ว อยู่นั่นเอง<sup>๔๕</sup>

กล่าวโดยสรุป ตามรู้ กายในกาย คือดูกายส่วนย่อยอย่างใดอย่างหนึ่ง(กาย) จากกาย  
ทั้งหมด(กาย) ซึ่งกายประกอบ ไปด้วยส่วนย่อยๆ มิได้มีกายที่แท้จริง การพิจารณากายในกายก็คือ  
การตามดูอาการของกายอย่างใดอย่างหนึ่งที่ปรากฏขึ้นให้รับรู้ เช่นคลุมหายใจ คู่อริยาบท คูอาการ  
๓๒ ที่ปรากฏให้เห็น ซึ่งในบางสำนักอธิบายว่ากายในกาย คือการเห็นกายเล็ก ซ่อนอยู่ในกายใหญ่  
นั้นน่าจะเป็นความเห็นที่คลาดเคลื่อนจากหลักสติปัญญา

ส่วนในหมวดเวทนา จิต ธรรม ก็มีนัยเช่นเดียวกันคือให้ตามดู เวทนา จิต ธรรม อย่าง  
ใดอย่างหนึ่ง ในบรรดากองเวทนา จิต ธรรม ทั้งหมด

“อาตาศิปิ” หมายถึง การแผดเผา ซึ่งในที่นี้หมายถึงการแผดเผากิเลสด้วยกำลังของ  
ความเพียร “สมุปชาโน” หมายถึงสัพพัญญู เป็นองค์ธรรมของความรู้สึกรู้ตัวทั่วพร้อม จัดเป็น

<sup>๔๔</sup> ที.ม. ๑๐/๒๓๓/๓๒๒

<sup>๔๕</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๘๒.

ปัญญา “สติมา” หมายถึงด้วยความมีสติ ซึ่งองค์ธรรมทั้งสามเป็นสิ่งที่สำคัญมาก เพราะการเจริญสติปัฏฐานต้องเป็นไปด้วยความพากเพียร ไม่ทอดทิ้ง ประกอบไปด้วยปัญญา และมีสติกำกับ<sup>๔๖</sup>

“วิเนยฺย โสเก อภิชฌา โทมนสฺส” หมายถึงสติปัฏฐานนี้ นำมาซึ่งการถอดถอน ระวัง กดข่ม ความพอใจ ยินดี เพลิดเพลิน ด้วยอำนาจระอา ความขัดเคือง ไม่พอใจด้วยอำนาจโทสะ ในโลกคือขั้น ๕ ซึ่งเมื่อเจริญสติปัฏฐานแล้ว ย่อมเห็นอารมณ์ต่างๆ(ที่เกิดในขั้น ๕) ว่าเป็นสิ่งที่ถูกรู้ ถูกดู เกิดขึ้น ดับไปตามธรรมดา จึงไม่นำเข้าไปยินดียินร้ายต่อสิ่งใดๆ<sup>๔๗</sup>

### ๒.๓.๑.๖ ความเข้าใจพื้นฐานเบื้องต้นเกี่ยวกับการปฏิบัติสมถะและวิปัสสนา

การเข้าถึงมรรคผลนิพพานนั้นมีได้หลายวิธี แล้วแต่ผู้ปฏิบัติจะปฏิบัติทางใด ในการบรรลุธรรมทั้งหลายในสำนักของพระอานนท์ ท่านได้จำแนกผู้ปฏิบัติออกเป็น ๔ แนวทางคือ (๑) เจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะนำหน้า (๒) เจริญสมถะโดยมีวิปัสสนานำหน้า (๓) เจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กัน และ (๔) ฝึกปฏิบัติจนกระทั่งในธรรมกัณฑ์ใด ภายหลังจึงมีจิตใจตั้งมั่นจึงเกิดอริยมรรค<sup>๔๘</sup>

### ๒.๓.๒ ธรรมะพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับสติปัฏฐาน

ในหัวข้อนี้จะกล่าวถึงธรรมะพื้นฐาน อันเป็นสิ่งจำเป็นในการช่วยให้การเจริญสติปัฏฐานเป็นไปด้วยดี

#### ๒.๓.๒.๑ คีล และความเห็นอันตรง เป็นคุณธรรมพื้นฐานในการเจริญสติปัฏฐาน

ในภิกขุสูตร พระผู้มีพระภาคเจ้าท่านตรัสสอนภิกษุรูปหนึ่ง เรื่องการเจริญสติปัฏฐานนั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องเตรียมพื้นฐานคุณธรรม คือคีล และความเห็นที่ตรง ซึ่งเป็นเบื้องต้นแห่งกุศลกรรมทั้งหลายว่า

ภิกษุ เพราะเหตุนี้ เธอจงทำเบื้องต้นในกุศลธรรมทั้งหลายให้หมดจดก่อน อะไรเป็นเบื้องต้นแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย คือ “คีลที่บริสุทธิ์ดี และความเห็นที่ตรง” เมื่อใดคีลของเธอ จักบริสุทธิ์ดี และความเห็นจักตรง เมื่อนั้น เธออาศัยคีล ดำรงอยู่ในคีลแล้ว พึงเจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการ ... ภิกษุ เมื่อใด เธออาศัยคีล ดำรงอยู่ในคีลแล้ว จักเจริญสติปัฏฐาน ๔

<sup>๔๖</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๘๔.

<sup>๔๗</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๘๗.

<sup>๔๘</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๗

ประการนี้โดย ๓ วิธีอย่างนี้ เมื่อนั้น เธอพึงหวังความเจริญในกุศลธรรมทั้งหลายตลอดคืน หรือวันที่จักมาถึง ไม่มีความเสื่อมเลย.<sup>๔๕</sup>

จากพระสูตรดังกล่าวข้างต้นผู้สนใจในการเจริญสติปัฏฐาน พึงรักษาศีล และทำความเห็นให้ตรงเพื่อเป็นพื้นฐานในการปฏิบัติสติปัฏฐานต่อไป

### ๒.๓.๒.๒ ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นธรรมอันเกื้อกูลกันเป็นลำดับเพื่อมุ่งสู่นิพพาน

หากจะกล่าวถึงไตรสิกขา คือศีล สมาธิ ปัญญา แล้ว นับว่าเป็นคุณธรรมที่เกื้อกูลกัน โดยผู้มีศีลเป็นพื้นฐาน ย่อมพัฒนาจิตสู่สมาธิได้ และโดยอาศัยสมาธิที่เป็นพื้นฐานอันดีแล้ว ย่อมเจริญด้วยปัญญา อันนำไปสู่ความหลุดพ้น ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า

พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ที่อัมพปาลีวัน เขตกรุงเวสาลี ทรงแสดงธรรมมีกถาเป็นอันมาก แก่ภิกษุทั้งหลายอย่างนี้ว่า ศีลมีลักษณะอย่างนี้ สมาธิมีลักษณะอย่างนี้ ปัญญามีลักษณะอย่างนี้ สมาธิอันบุคคลอบรมโดยมีศีลเป็นฐานย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ปัญญาอันบุคคลอบรมโดยมีสมาธิเป็นฐาน ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก จิตอันบุคคลอบรมโดยมีปัญญาเป็นฐาน ย่อมหลุดพ้นโดยชอบจากอาสวะทั้งหลาย คือ กามาสวะ ภวาสวะ และ อวิชชาสวะ<sup>๔๖</sup>

ดังนั้นหากจะเจริญสติปัฏฐานแล้ว ควรต้องรักษาศีล เพื่อให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งตามความเป็นจริงจนหลุดพ้นจากการปฏิบัติในที่สุด

### ๒.๓.๒.๓ คุณธรรมพื้นฐานเพื่อความหลุดพ้น

ในการเจริญสติปัฏฐานหมวดอานาปานสติ พระพุทธเจ้าทรงแสดงคุณธรรมพื้นฐานเพื่อการบรรลุธรรมไว้ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุประกอบด้วยธรรม ๕ ประการ เสพอานาปานสติก็มีภูมิจำลองอยู่ ไม่นานนัก ย่อมบรรลุอุปปชธรรม ธรรม ๕ ประการอะไรบ้าง คือภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. เป็นผู้มิธุระน้อย มีกิจน้อย เลี้ยงง่าย สันโดษในบริวารแห่งชีวิต
๒. เป็นผู้มิอาหารน้อย หมั่นประกอบความไม่เห็นแก่ปากแก่ท้อง
๓. เป็นผู้มีการหลับน้อย หมั่นประกอบความเพียรเครื่องตื่นอยู่
๔. เป็นพหูสูต ทรงสุตะ ตั้งสมสุตะ เป็นผู้ได้ฟังมากซึ่งธรรมทั้งหลาย...

<sup>๔๕</sup> คุรยละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๓๖๕/๒๑๒

<sup>๔๖</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖๒/๑๐๘

๕. พิจารณาจิตตามที่หลุดพ้นแล้ว  
 ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุประกอบด้วยธรรม ๕ ประการนี้แล เสพอานาปานสติกัมมัฏฐานอยู่  
 ไม่นานนัก ย่อมบรรลุอุปปชรรณ<sup>๕๑</sup>

#### ๒.๓.๒.๔ ธรรมะอันเป็นสัพปายะ

สัพปายะ๗ ประการ หมายถึงธรรมเป็นที่สบายและเป็นอุปการะแก่การชักนำจิตเข้าสู่สมาธิ และวิปัสสนาคือ (๑) อาวาส (๒) โจร (๓) การพุดคุย (๔) บุคคล (๕) โภชนะ (๖) ฤดู (๗) อิริยาบถ<sup>๕๒</sup>

#### ๒.๔ วิธีการเจริญสติปัฏฐาน ๔

สติปัฏฐานได้ปรากฏอยู่หลายแห่ง แต่ที่มีข้อความครอบคลุมมากที่สุดคือมหาสติปัฏฐานสูตร หรือแปลว่าสติปัฏฐานสูตรใหญ่ ซึ่งเป็นพระสูตรขนาดยาว ในทีฆนิกาย มหาวรรค ซึ่งเป็นพระสูตรที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสกับภิกษุ ณ นิคมของชาวกุรุ ชื่อกัมมาตัมมะ แคว้นกุรุ ปัจจุบันเป็นตำบลที่อยู่ในกรุงนิวเดลี ประเทศอินเดีย ซึ่งในอรรถกถา มหาสติปัฏฐานสูตร ได้กล่าวว่าชาวแคว้นกุรุ มีร่างกายและจิตใจสมบูรณ์อยู่เป็นนิจ ด้วยมีอากาศเป็นที่สบาย ชาวกุรุนั้น มีกำลังปัญญาอันร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์อุดหนุนแล้ว จึงสามารถรับเทศนาที่ลึกซึ้งนี้ได้ เพราะฉะนั้นพระผู้มีพระภาคเจ้า เมื่อทรงเห็นความเป็นผู้สามารถรับเทศนาที่ลึกซึ้งอันนี้ จึงทรงยกกัมมัฏฐาน ๒๑ หมวดย่อย กล่าวในคราวเดียวกันในมหาสติปัฏฐานสูตรนี้<sup>๕๓</sup> โดยมีบทเริ่มต้นว่า

ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วง โสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอุบายธรรม เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัฏฐาน ๔ ประการ สติปัฏฐาน ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้

๒. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้

๓. พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้

<sup>๕๑</sup> คุรายละเอียคิน ม.อุ. (ไทย) ๑๒/๒๕๒/๒๗๕

<sup>๕๒</sup> คุรายละเอียคิน ม.อุ.อ. ๓/๑๘๕/๑๑๗.

<sup>๕๓</sup> คุรายละเอียคิน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๕๘.

๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้<sup>๕๔</sup>

### ๒.๔.๑ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หมวดนี้ประกอบไปด้วยหมวดย่อย ๖ หมวด หรือใน อรรถกถาอธิบายว่ามี ๑๔ วิธี เป็นกรรมฐานที่มีนิมิตเหมาะกับผู้เป็นสมถยานิก คณฺหาจริต มีปัญญาอ่อน<sup>๕๕</sup> ดังนี้

#### ๒.๔.๑.๑ หมวดลมหายใจเข้าออก มีรายละเอียดพุทธพจน์ในพระสูตรว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ไปสู่ป่าก็ดี ไปสู่โคนไม้ก็ดี ไปสู่เรือนว่างก็ดี นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก

(๑) เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้ชัดว่า ‘เราหายใจเข้ายาว’<sup>๕๖</sup>

เมื่อหายใจออกยาว ก็รู้ชัดว่า ‘เราหายใจออกยาว’

(๒) เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้ชัดว่า ‘เราหายใจเข้าสั้น’

เมื่อหายใจออกสั้น ก็รู้ชัดว่า ‘เราหายใจออกสั้น’

(๓) สำเนียงว่า ‘เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวง หายใจเข้า’

สำเนียงว่า ‘เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวง หายใจออก’

(๔) สำเนียงว่า ‘เราระงับกายสังขาร หายใจเข้า’

สำเนียงว่า ‘เราระงับกายสังขาร หายใจออก’

ภิกษุทั้งหลาย ช่างกลึง หรือลูกมือช่างกลึงผู้มีความชำนาญ เมื่อชักเชือกยาวก็รู้ชัดว่า ‘เราชักเชือกยาว’ เมื่อชักเชือกสั้น ก็รู้ชัดว่า ‘เราชักเชือกสั้น’ แม้ฉันใด ภิกษุก็ฉันนั้นเหมือนกัน<sup>๕๗</sup>

<sup>๕๔</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๒/๓๐๑

<sup>๕๕</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม.อ.(ไทย) ๒/๒/๒๗๘.

<sup>๕๖</sup> ภาษบาลีว่า “ทีฆํ วา อสุตฺตนาโต ทีฆํ อสุตฺตสมิธิ ปชานาติ” หากผู้วิจยแปลบาลีเป็นไทยเองจะขอแปลว่า “เมื่อหายใจเข้ายาว ย่อมรู้ชัดว่า หายใจเข้ายาว” ด้วยผู้วิจยเห็นว่าสิ่งที่พระสูตรต้องการในช่วงท้าย คือทำให้มองเห็นว่าลมหายใจก็สักแต่เป็นสิ่งที่เกิด-ดับตามเหตุปัจจัย มิได้เป็น “เรา” แต่ประการใด คุรยละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒.

<sup>๕๗</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒. อนึ่งข้อความ “ด้วยวิธีนี้” ภิกษุพิจารณาเห็นภายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นภายในกายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นภายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิด (แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับ (แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับ(แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ‘กายมีอยู่’ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ค้นหาและทักสิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร

การเจริญอานาปานสติในหมวดนี้มี ข้อปฏิบัตินี้ย่อกว่าอานาปานัสสติสูตรโดยยกมาเพียงส่วนต้น ๔ ข้อแรกของการปฏิบัติอานาปานสติ ๑๖ ขั้นตอน<sup>๕๘</sup> ซึ่งการตรัสอานาปานสตินี้ผู้วิจัยมีข้อสังเกตว่า เป็นการเจริญกรรมฐานที่ต้องการสภาพแวดล้อมที่สงบ ดังจะเป็นว่าพระพุทธเจ้าแนะนำสถานที่วิเวกเพื่อการเจริญอานาปานสติในอรรถกถา महाสติปัฏฐานสูตร ได้อธิบายว่าที่ต้องเลือกเช่นนี้เพราะฉะฉานมีเสียงเป็นข้าศึก ดังนั้นหากจะเจริญอานาปานสติแล้วพระพุทธองค์จึงให้หลีกเลี่ยงอยู่ในที่สงบ<sup>๕๙</sup>

... ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิด (แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับ (แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับ(แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่

หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ‘กายมีอยู่’ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณเจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ อย่างนี้แล<sup>๖๐</sup>

วิธีการตามคุณลมหายใจ ในพระสูตรระบุว่าสามารถทำได้ ๓ ประการคือ ตามดูภายในกายภายใน อรรถกถาได้ให้ความหมายส่วนนี้ว่าเป็นการตามดูลมหายใจเข้า-ออกของตนเอง ส่วนภายในกายภายนอก เป็นการตามดูลมหายใจของผู้อื่น และภายในกายทั้งภายในและภายนอกคือการ

ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ อย่างนี้แล” จะมีต่อท้ายในทุกหมวดโดยเปลี่ยนเป็น เวทนา จิต ธรรม ตามเนื้อหาในหมวดต่างๆ

<sup>๕๘</sup> ข้อความใน ๔ ข้อแรกนี้ในอานาปานัสสติสูตรมีว่า สมัยนั้น ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกาย มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ เรากล่าวลมหายใจเข้า ลมหายใจออกนี้ว่าเป็น กายชนิดหนึ่งในบรรดากายทั้งหลาย เพราะเหตุฉนั้น สมัยนั้น ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นกายในกาย ดูรายละเอียดใน ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๗.

<sup>๕๙</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๕๓.

<sup>๖๐</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒. อนึ่งข้อความ “ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิด (แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับ (แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับ(แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ‘กายมีอยู่’ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ อย่างนี้แล” จะมีต่อท้ายในทุกหมวดโดยเปลี่ยนเป็น เวทนา จิต ธรรม ตามเนื้อหาในหมวดต่างๆ

ตามคุณลมหายใจของตนและผู้อื่นในเวลาที่เหมาะสม แต่กระนั้นก็ดี การเจริญสติปัฏฐานต้องเริ่มจากการสังเกตตนเองก่อน แล้วจึงเข้าใจว่าผู้อื่นก็มีธรรมชาติเดียวกัน โดยอาจเห็นผู้อื่นก็มีลมหายใจเป็นธรรมชาติเช่นเดียวกับคนนั่นเอง

ผลที่ได้จากการปฏิบัติคือการเห็นตามความเป็นจริงว่าลมเกิดขึ้นเพราะมีเหตุ ลมดับไปก็เพราะมีเหตุ และเห็นทั้งเหตุที่ลมเกิดและลมดับ เห็นตามความเป็นจริงว่ากาย(ลมหายใจ)มีอยู่เพียงสิ่งที่เกิดขึ้น ดับไปตามเหตุปัจจัย เป็นเครื่องอาศัยให้ระลึกถึง กาย (ลมหายใจ) ที่มีอยู่ ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน สติที่เข้าไปตั้งอยู่นั้นหาใช่เพื่อประโยชน์อย่างใด ที่แท้เพียงเพื่อประโยชน์ในการรู้ยิ่ง (ตามความเป็นจริง) และย่อมไม่ถูกกิเลสครอบงำ เป็นไปเพื่อความไม่ยึดมั่นขันธ์ห้าอย่างใดอย่างหนึ่งว่าเป็นตัวเราของเรา<sup>๖๐</sup>

อนึ่งสำหรับคำอธิบายปิดท้ายนี้ ในหมวดอื่น ๆ ก็จะมีการผนวกส่วนท้ายที่มีนัยยะเช่นเดียวกันกับหมวดลมหายใจนั่นเอง โดยจะเปลี่ยนข้อความจากกาย เป็นเวทนาจิต ธรรม สรูปได้ ว่าสติปัฏฐานทุกหมวดต้องการวิธีการเช่นเดียวกัน และผลที่ได้เป็นเช่นเดียวกัน คือการเห็นตามความเป็นจริงของการเกิด-ดับของสิ่งที่เฝ้าสังเกตด้วยสติ จนเห็นว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จนถอดถอนความเห็นว่ามีตัวมีตนออกไปได้

#### ๒.๔.๑.๒ หมวดอิริยาบถ มีรายละเอียดพุทธพจน์ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง

ภิกษุเมื่อเดิน ก็รู้ชัดว่า ‘เราเดิน’<sup>๖๑</sup>

เมื่อยืน ก็รู้ชัดว่า ‘เรายืน’

เมื่อนั่ง ก็รู้ชัดว่า ‘เรานั่ง’

หรือเมื่อนอน ก็รู้ชัดว่า ‘เรานอน’

ภิกษุนั้น เมื่อดำรงกายอยู่โดยอาการใด ๆ ก็รู้ชัดกายที่ดำรงอยู่โดยอาการนั้น ๆ...”<sup>๖๒</sup>

หมวดอิริยาบถนี้ ทำได้ทุกสถานที่ ทุกเวลาทุกอิริยาบถ ที่น่าสนใจอย่างยิ่งคือการเดินจงกรมก็จัดอยู่ในกรรมฐานหมวดนี้ด้วย ดังนั้นหากจะปฏิบัติสติปัฏฐานด้วยการเดินจงกรมตามสติ

<sup>๖๐</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๕๖.

<sup>๖๑</sup> ผู้วิจัยเห็นว่าสิ่งที่พระสูตรต้องการในช่วงท้าย คือทำให้มองเห็นว่าการเดิน หรือกายที่เคลื่อนไหว เพราะการเดิน ก็สักแต่ว่าเป็นสิ่งที่ เกิด-ดับ ตามเหตุปัจจัย มิได้เป็น “เรา” แต่ประการใด ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒.

<sup>๖๒</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.



ปฏิจจสมุทฺถัง จึงหมายถึงการตามรู้ “การเดิน” แบบธรรมชาตินั่นเอง ซึ่งนับว่าเป็นกิจกรรมที่เรียบง่ายที่สุด

อนึ่งในอิริยาบถสี่นี้เป็นอิริยาบถประจำร่างกายเสียเป็นส่วนมาก ดังนั้นการเจริญสติปัฏฐานหมวดนี้จึงทำได้แทบจะตลอดเวลาตลอดคืน (ยกเว้นช่วงหลับ) คำถามคือจะต้องปฏิบัติต่อเนื่องไปตลอดเวลาไหม เมื่อดูในพระสูตรแล้วท่านไม่ได้ให้เว้นวรรคการปฏิบัติด้วยมีข้อความกำทับในตอนท้ายว่า “ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดำรงกายอยู่โดยอาการใด ๆ ก็รู้ชัดกายที่ดำรงอยู่โดยอาการนั้นๆ”<sup>๖๔</sup> ถ้าตีความโดยอักษรแล้วก็คือให้ปฏิบัติไปเรื่อยๆ ทุกๆ อิริยาบถต่อเนื่องกันไปนั่นเอง จึงดูเหมือนจะเป็นหมวดที่ทำได้ไว้มาก แต่การปฏิบัติจะครอบคลุมช่วงเวลายาวที่สุด ซึ่งการเจริญสติอย่างต่อเนื่องในอิริยาบถเดิน นั่ง และนอนนั้นมี มหาอัสดรสูตร ที่สนับสนุนเรื่องดังกล่าวดังนี้

เธอทั้งหลายควรสำเหนียกอย่างนี้ว่า ‘เราทั้งหลายจักเป็นผู้ประกอบความเพียรในธรรม เป็นเครื่องตั้งอย่างต่อเนื่อง จักชำระจิตให้บริสุทธิ์จากกรรมอันเป็นเครื่องขัดขวางด้วยการเดินจงกรมและการนั่งตลอดวัน จักชำระจิตให้บริสุทธิ์จากกรรมอันเป็นเครื่องขัดขวางด้วยการเดินจงกรม ด้วยการนั่งตลอดปฐมยามแห่งราตรีสำเร็จการนอนดูจราชสีห์โดยตะแคงข้างเบื้องขวา ซ้อนเท้าเหลื่อมเท้า มีสติสัมปชัญญะหมายใจว่าจะลุกขึ้นตลอดมัชฌิมยามแห่งราตรี ลุกขึ้นชำระจิตให้บริสุทธิ์จากกรรมอันเป็นเครื่องขัดขวางด้วยการเดินจงกรม ด้วยการนั่งตลอดปัจฉิมยามแห่งราตรี’<sup>๖๕</sup>

สำหรับการเดินเจริญสติหรือเรียกว่าเดินจงกรมนั้นพระพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญถึงคุณประโยชน์ไว้ในจกกรมสูตรถึง ๕ ประการคือ

อานิสงส์แห่งการเดินจงกรม ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. เป็นผู้มีความอดทนต่อการเดินทางไกล
๒. เป็นผู้มีความอดทนต่อการบำเพ็ญเพียร
๓. เป็นผู้มีความอดทนน้อย
๔. อาหารที่กิน ดื่มน้ำ เคี้ยว ลิ้มแล้วย่อยได้ง่าย
๕. สมาธิที่ได้เพราะการเดินจงกรมตั้งอยู่ได้นาน<sup>๖๖</sup>

<sup>๖๔</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๓๕/๓๐๔.

<sup>๖๕</sup> ม.ม.(ไทย) ๑๒/๔๒๒/๔๕๖.

<sup>๖๖</sup> อ.ญ.ปญจก.(ไทย) ๒๒/๒๕/๔๑.

### ๒.๔.๑.๓ หมวดสัมปชัญญะ มีรายละเอียดพุทธพจน์ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับทำความรู้สึกตัวในการแลดู การเหลียวดูทำความรู้สึกตัวในการก้าวเข้า การเหยียดออก ทำความรู้สึกตัวในการครองสังฆาฏิ บาตร และจีวร ทำความรู้สึกตัวในการจัน การตี้ม การเคี้ยว การลิ้ม ทำความรู้สึกตัวในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ทำความรู้สึกตัวในการเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง<sup>๖๓</sup>

การปฏิบัติสติปัฏฐานหมวดนี้ได้ชื่อว่าสัมปชัญญะ จึงมีแนวทางปฏิบัติที่เข้าใกล้องค์ธรรมแห่งสัมปชัญญะคือปัญญา ที่รู้ตัวทั่วพร้อม หรือการ **ทำความรู้สึกตัว** ในทุกๆ อริยาบท นั่นเอง ในที่นี้หมายถึงสัมปชัญญะ ๔ ในกายของตน คือ (๑) สาทถกสัมปชัญญะ (รู้ชัดว่ามีประโยชน์) (๒) สัมปายสัมปชัญญะ (รู้ชัดว่าเป็นสัมปายะ) (๓) โจรสัมปชัญญะ (รู้ชัดว่าเป็นโจร) (๔) อสัมโมหสัมปชัญญะ (รู้ชัดว่าไม่หลง) ในกายของตน<sup>๖๔</sup>

### ๒.๔.๑.๔ หมวดมนสิการสิ่งปฏิกุศล มีรายละเอียดพุทธพจน์ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นกายนี้ ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดชนิดต่างๆ ว่า ‘ในกายนี้ มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ใจ หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร’

ภิกษุทั้งหลาย กุณมีปาก ๒ ข้าง เต็มไปด้วยธาตุพีชชนิดต่างๆ คือ ข้าวสาลี ข้าวเปลือก ถั่วเขียว ถั่วเหลือง เมล็ดงา ข้าวสาร คนตาดีเปิดดูขยวงนั้นออกพิจารณาเห็นว่า ‘นี่เป็นข้าวสาลี นี่เป็นข้าวเปลือก นี่เป็นถั่วเขียว นี่เป็นถั่วเหลือง นี่เป็นเมล็ดงา นี่เป็นข้าวสาร’ แม้ฉันใด ภิกษุก็ฉันนั้นเหมือนกัน พิจารณาเห็นกายนี้ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบเต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดชนิดต่าง ๆ ...<sup>๖๕</sup>

<sup>๖๓</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

<sup>๖๔</sup> คูรายละเอียดใน ที.สี.อ. ๒๑๔/๑๖๖, ๓๗๖/๓๘๓. , อภิ.วิ.อ. ๕๒๓/๓๗๒-๓๗๓.

<sup>๖๕</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๗/๓๐๖.

หมวดนี้ให้พิจารณาถึงส่วนประกอบของร่างกายเป็นส่วน ๆ ไปตามความเป็นจริง โดยการจำแนกเป็นองค์ประกอบย่อยของอวัยวะส่วนต่างๆ เพื่อความจางคลายความเห็นอันเกิดจากการมองเป็นกลุ่มก้อนว่าเป็นตัวเป็นตน และความเห็นร่างกายเป็นสิ่งสวยงาม

#### ๒.๔.๑.๕ หมวดมนสิการธาตุ มีรายละเอียดพุทธพจน์ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ตามที่ดำรงอยู่โดยความเป็นธาตุว่า ‘ในกายนี้ มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่’

ภิกษุทั้งหลาย คนฆ่าโคหรือลูกมือของคนฆ่าโคผู้มีความชำนาญ ครั้นฆ่าโคแล้วแบ่งอวัยวะออกเป็นส่วน ๆ นั่งอยู่ที่หนทางใหญ่สี่แพร่ง แม้นั้นใด ภิกษุก็จับนั้นเหมือนกันพิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า ‘ในกายนี้ มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่’<sup>๑๐</sup>

ในหมวดนี้เป็นการแจกแจงกายว่าประกอบไปด้วยธาตุ ๔ คือธาตุดินอันเป็นองค์ประกอบของแข็ง ธาตุน้ำ เป็นองค์ประกอบของการยึดเหนี่ยวและความเอิบอาบซึมซ่านด้วยของเหลว ธาตุลม อันเป็นองค์ประกอบของการเคลื่อนไหวและกาซ ธาตุไฟ อันเป็นองค์ประกอบของพลังงาน เมื่อจำแนกเป็นแบบนี้ผู้พิจารณาตามความเป็นจริงจะมองเห็นว่าไม่มีสิ่งใดที่ควรยึดมั่นว่าเป็นตัวเป็นตน

#### ๒.๔.๑.๕ หมวดมนสิการสิ่งปฏิภูล มีรายละเอียดพุทธพจน์ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง

๑. ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าซึ่งตายแล้ว ๑ วัน ตายแล้ว ๒ วัน หรือตายแล้ว ๓ วัน เป็นศพขึ้นอืด สฟเขียวคล้ำ สฟมี น้ำเหลืองเยิ้ม แม้นั้นใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบให้เห็นว่า ‘ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้’ ฉะนั้น ...

๒. ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าซึ่งถูกกาจิกกิน นกตะกรุมจิกกิน แร้งทิ้งกิน สุนัขกัดกิน สุนัขจิ้งจอกกัดกิน หรือสัตว์เล็ก ๆ หลายชนิดกัดกินอยู่ แม้นั้นใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบให้เห็นว่า ‘ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้’ ฉะนั้น ...

<sup>๑๐</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๘.

๓. ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกยังมีเนื้อและเลือด มีเอ็นริงรัดอยู่ แม้นฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบกับให้เห็นว่า ‘ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้’ ฉะนั้น

๔. ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเนื้อ แต่ยังมีเลือดเปื้อนเปรอะ มีเอ็นริงรัดอยู่ แม้นฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบกับให้เห็นว่า ‘ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้’ ฉะนั้น ...

๕. ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเลือดและเนื้อ แต่ยังมีเอ็นริงรัดอยู่ แม้นฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบกับให้เห็นว่า ‘ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้’ ฉะนั้น ...

๖. ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเอ็นริงรัดแล้ว กระจุกกระจายไปในทิศใหญ่ ทิศเฉียง คือ กระจุกมืออยู่ทางทิศหนึ่ง กระจุกเท้าอยู่ทางทิศหนึ่ง กระจุกแข้งอยู่ทางทิศหนึ่ง กระจุกขาอยู่ทางทิศหนึ่ง กระจุกสะเอวอยู่ทางทิศหนึ่ง กระจุกหลังอยู่ทางทิศหนึ่ง กระจุกซี่โครงอยู่ทางทิศหนึ่ง กระจุกหน้าอกอยู่ทางทิศหนึ่ง กระจุกแขนอยู่ทางทิศหนึ่ง กระจุกไหล่อยู่ทางทิศหนึ่ง กระจุกคออยู่ทางทิศหนึ่ง กระจุกคางอยู่ทางทิศหนึ่ง กระจุกฟันอยู่ทางทิศหนึ่ง กะโหลกศีรษะ อยู่ทางทิศหนึ่ง แม้นฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบกับให้เห็นว่า ‘ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้’ ฉะนั้น ...

๗. ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นท่อนกระดูกสีขาวเหมือนสีสังข์ แม้นฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบกับให้เห็นว่า ‘ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วง พ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้’ ฉะนั้น ...

๘. ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นท่อนกระดูกกองอยู่ด้วยกันเกินกว่า ๑ ปี แม้นฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบกับให้เห็นว่า ‘ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้’ ฉะนั้น ...

๙. ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นกระดูกยุบเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย แม้นฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบกับให้เห็นว่า ‘ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้’ ฉะนั้น...<sup>๑๐</sup>

<sup>๑๐</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๘.

ในหมวดนี้เป็นการน้อมกายภายนอก จากซากศพ มาสู่กายภายใน คือกายที่กำลังครอง  
อยู่ นี้ ว่าต้องเป็นอย่างนั้นในวันหนึ่งแน่นอน เพื่อถอดถอนความรู้สึกรู้สึกว่าสวยงาม เทียงแท้ และเป็น  
ตัวตน

การเจริญภาวนาปุัสสนาสติปัฏฐานนี้ ข้อความเกือบทั้งหมด คล้ายกับที่ปรากฏใน  
กายคตาสติสูตร ซึ่งในกายคตาสติสูตรจะต่อด้วยการเจริญฌาน ๑ - ๔ ต่อไปอีก และผลอานิสงส์จาก  
การเจริญภาวนาคตาสตินี้พระพุทธเจ้าตรัสว่ามีผลมีอานิสงส์มากถึง ๑๐ ประการคือ (๑) เป็นผู้อดกลั้น  
ต่อความไม่ยินดีและความยินดีได้ (๒) เป็นผู้อดกลั้นต่อภัยและความหวาดกลัวได้ (๓) เป็นผู้อดทน  
ต่อความหนาว ความร้อน ความหิว ความกระหายต่อการถูกเหยียด บุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน  
ทั้งหลายรบกวน ต่อถ้อยคำหยาบคายร้ายแรง เป็นผู้อดกลั้นเวทนาอันมีในร่างกายที่เกิดขึ้นแล้วเป็น  
ทุกข์ กล้าแข็ง เผ็ดร้อน (๔) เป็นผู้ได้ฌาน ๔ เป็นเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน โดยไม่ยาก โดยไม่  
ลำบาก (๕) บรรลุวิธีแสดงฤทธิ์ได้หลายอย่าง (๖) ได้หูทิพย์ได้ยินเสียงทั้ง ๒ อย่างคือเสียงทิพย์และ  
เสียงมนุษย์ (๗) กำหนดรู้ใจของสัตว์อื่นและบุคคลอื่น (๘) ระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ (๙) ได้ตา  
ทิพย์เห็นการจุติ การเกิดของหมู่สัตว์ (๑๐) เพราะอาสวะสิ้นไป ย่อมทำให้แจ้งเจโตวิมุตติ ปัญญา  
วิมุตติ อันไม่มีอาสวะ ด้วยปัญญาอันยิ่งเอง เข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน<sup>๑๒</sup>

### ๒.๔.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หมวดเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นหมวดที่สอง เป็นการตามระลึกฐานามธรรมอัน  
เกิดจากเวทนา ซึ่งประกอบไปด้วย ๕ หมวดย่อย ซึ่งมีพุทธพจน์ดังนี้

ภิกษุพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่อย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้  
เมื่อเสวยสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยสุขเวทนา’<sup>๑๓</sup>  
เมื่อเสวยทุกขเวทนา ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยทุกขเวทนา’  
เมื่อเสวยยอกุขมสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยยอกุขมสุขเวทนา’  
เมื่อเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส’  
เมื่อเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส’  
เมื่อเสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส’

<sup>๑๒</sup> ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๕๕/๒๐๕.

<sup>๑๓</sup> ผู้วิจัยเห็นว่าสิ่งที่พระสูตรต้องการ ในช่วงท้าย คือทำให้มองเห็นว่าเวทนา ก็สักแต่ว่าเป็นสิ่งที่เกิด-  
ดับตามเหตุปัจจัย มิได้เป็น “เรา” แต่ประการใด ดูรายละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓

เมื่อเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส’  
 เมื่อเสวยทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส’  
 เมื่อเสวยทุกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยทุกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส’  
 ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาใน  
 เวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอก  
 อยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับใน  
 เวทนาทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในเวทนา  
 ทั้งหมดอยู่

หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ‘เวทนามีอยู่’ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ  
 เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุ  
 ทั้งหมด ภิกษุพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ อย่างนี้แล<sup>๑๔</sup>

ในอรรถกถา จัด เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานอยู่ในอรูปกรรมฐาน คือกรรมฐานฝ่าย  
 นามธรรมนั่นเอง สุขเวทนาที่มีอามิส ที่กล่าวไว้ อามิสหมายถึง กามคุณ ๕ อันได้แก่ รูป รส กลิ่น  
 เสียง สรูปตอนท้ายของหมวดนี้ก็เช่นเดียวกันกับหมวดแรก คือให้ดูทั้งเวทนาภายในตนเอง คนอื่น  
 และทั้งคู่ พิจารณาเหตุของความเกิดขึ้น และดับไปแห่งเวทนา เพื่อให้เห็นความเป็นไตรลักษณ์ของ  
 เวทนา และถอดถอนความเห็นว่าเป็นตัวตนของเราในที่สุด<sup>๑๕</sup>

### ๒.๔.๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หมวดจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้มีทั้งหมด ๘ คู่ ๑๖ วิธี ซึ่งมีรายละเอียดพุทธพจน์  
 ในพระสูตรดังนี้

ภิกษุพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ อย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้  
 จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีราคะ’  
 จิตปราศจากราคะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตปราศจากราคะ’  
 จิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีโทสะ’  
 จิตปราศจากโทสะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตปราศจากโทสะ’  
 จิตมีโมหะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีโมหะ’  
 จิตปราศจากโมหะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตปราศจากโมหะ’

<sup>๑๔</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

<sup>๑๕</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๑๐-๓๑๔.

จิตหุดหู่ ก็รู้ซัคว่า ‘จิตหุดหู่’  
 จิตฟุ้งซ่าน ก็รู้ซัคว่า ‘จิตฟุ้งซ่าน’  
 จิตเป็นมหัคคตะ ก็รู้ซัคว่า ‘จิตเป็นมหัคคตะ’  
 จิตไม่เป็นมหัคคตะ ก็รู้ซัคว่า ‘จิตไม่เป็นมหัคคตะ’  
 จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ซัคว่า ‘จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า’  
 จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ซัคว่า ‘จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า’  
 จิตเป็นสมาธิ ก็รู้ซัคว่า ‘จิตเป็นสมาธิ’  
 จิตไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ซัคว่า ‘จิตไม่เป็นสมาธิ’  
 จิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ซัคว่า ‘จิตหลุดพ้นแล้ว’  
 จิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ซัคว่า ‘จิตไม่หลุดพ้น’

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ‘จิตมีอยู่’ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ค้นหาและทิวฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ อย่างนี้แล <sup>๑๖</sup>

จิตตามุปัสสนาสติปัญญาอันนี้ก็เป็นไปตามคุณามธรรมที่เกิดขึ้นกับจิต แท้จริงแล้วเป็นการตามดูเจตสิกที่อาศัยเกิดกับจิต และเห็นจิตเปลี่ยนแปลงเพราะถูกข้อมด้วยเจตสิกอันมีราคะ โทสะ โมหะเป็นต้น ในอรรถกถาได้แจกแจงราคะ โทสะ โมหะ ตามนัยแห่งอภิธรรม ส่วนจิตหุดหู่ อธิบายว่าได้แก่จิตที่ตกไปในถิ่นมัทธา. จิตฟุ้งซ่าน ได้แก่จิตที่เกิดพร้อมด้วยอุทธัจจะ จิตเป็นมหัคคตะ ได้แก่จิตที่ทรงฌาน เป็นรูปาวจร และอรูปาจร จิตไม่เป็นมหัคคตะ ได้แก่จิตที่ไม่ได้ฌานเป็นกามาวจร สอตุตฺร จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ได้แก่จิตที่เป็นกามาวจร หรือไม่ได้อยู่ในฌาน อนุตฺตร จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ได้แก่จิตที่ทรงฌาน เป็นรูปาวจร และอรูปาจร สุมาหิตฺ จิตตั้งมั่นแล้ว ได้แก่อุปนาสมาธิหรืออุปจารสมาธิ. อสมาหิตฺ จิตไม่ตั้งมั่น ได้แก่จิตที่เว้นจากสมาธิทั้งสอง วิมุตฺตฺ จิตหลุดพ้น ได้แก่จิตหลุดพ้นด้วยตทังควิมุตติ หลุดพ้นด้วยธรรมคู่ปรับ หรือหลุดพ้นชั่วคราว และวิกขัมภนวิมุตติหลุดพ้นด้วยการข่มและสะกดไว้ หมายถึงจิตที่ไม่เข้าไปคลุกกับอารมณ์ชั่วคราว

<sup>๑๖</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔.

อวิมุตติ จิตไม่หลุดพ้น ได้แก่จิตที่เว้นจากวิมุตติทั้งสอง. ส่วนสมุจเฉทวิมุตติ ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ และนิสสรณวิมุตติ ซึ่งเป็นโลกุตระวิมุตติ อรรถกถากล่าวว่ายังไม่ใช้ในส่วนนี้<sup>๑๓</sup>

### ๒.๔.๔ ชัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หมวดนี้เป็นการพิจารณานามธรรม อันมีนัยแห่งการดูกระบวนการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ของนามธรรมทั้งหลายมีรายละเอียดตามพุทธพจน์ดังนี้

#### ๒.๔.๔.๑ หมวดนิรวรณ มีรายละเอียดตามพุทธพจน์ดังนี้

ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ อย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ นิรวรณ ๕ อยู่ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ นิรวรณ ๕ อยู่ อย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. เมื่อกามฉันทะ (ความพอใจในกาม) ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘กามฉันทะภายในของเรามีอยู่’ หรือเมื่อกามฉันทะภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘กามฉันทะภายในของเราไม่มีอยู่’ การเกิดขึ้น แห่งกามฉันทะที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น การละกามฉันทะที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น และกามฉันทะที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น

๒. เมื่อพยาบาท (ความคิดร้าย) ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘พยาบาท ภายในของเรามีอยู่’...

๓. เมื่อถีนมิทธะ (ความหดหู่และเซื่องซึม) ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘ถีนมิทธะภายในของเรามีอยู่’ ...

๔. เมื่ออุทธัจจกุกกุจจะ (ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ) ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘อุทธัจจกุกกุจจะภายในของเรามีอยู่’ ...

๕. เมื่อวิจิกิจฉา (ความลังเลสงสัย) ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘วิจิกิจฉาภายในของเรามีอยู่’...<sup>๑๔</sup>

ชรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมวดนิรวรณ นี้ หากพิจารณาให้ดีแล้วจะเห็นว่าท่านเน้นที่การรู้เท่าทันสภาวะธรรม อันเป็นนามธรรมภายในเหมือนหมวดจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน แต่เพิ่มเติม “การสังเกตกระบวนการ” อันได้แก่เหตุที่ทำให้(นิรวรณ)เกิด เหตุที่ทำให้(นิรวรณ)ดับ และ

<sup>๑๓</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๑๕-๓๑๖.

<sup>๑๔</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖.



เหตุที่จะควบคุมมิให้(นิเวศน์)เกิดอีก ซึ่งในอรรถกถาได้อธิบายองค์ประกอบของเหตุปัจจัยของนิเวศน์แต่ละอย่างไว้อย่างกว้างขวาง และเสนอแนะวิธีการบริหารจัดการกับนิเวศน์อย่างละเอียด แต่ผู้วิจัยสังเกตเห็นว่า พุทธประสงค์นั้นอยู่ตรงที่ “ความเข้าใจ” ว่านิเวศน์ ที่ปรุจติดนั้นก็เป็นอนัตตา คือมีเหตุก็เกิด หมดเหตุก็ดับ บังคับ (ไม่ให้เกิด) ไม่ได้ ซึ่งหากมีพุทธประสงค์ที่จะควบคุมมิให้นิเวศน์เกิดจริงแล้วก็ต้องตรัสอธิบายวิธีการควบคุมอย่างกว้างขวางเหมือนที่อรรถกถาระบุไว้ แต่พระองค์ทรงแคว้งแคว้นคำถามไว้เพียงเพื่อผู้ปฏิบัติได้นำไปสังเกต และค้นหาคำตอบด้วยประสบการณ์ตรงด้วยตนเอง และส่วนท้ายก็ยังย้ำเช่นเดิมอีกว่า “ธรรมมีอยู่” ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ค้นหาและทฤษฎี) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก” นั่นเท่ากับว่าท่านทรงมีพระพุทธประสงค์ให้อานิเวศน์เป็นแค่อุปกรณ์ในการเจริญสติเพื่อเกิดญาณทัศนะเห็นตามความเป็นจริงของกฎไตรลักษณ์นั่นเอง จึงมีเพียงกิริยาที่จะกระทำต่อนิเวศน์ว่า “รู้ชัด” เพียงเท่านั้น มิได้มีกิริยาอื่นเช่น “กำจัด ห้าม ป้องกัน ฯลฯ”แต่อย่างใด<sup>๑๕</sup>

#### ๒.๔.๔.๒ หมวดขันธ มีพุทธพจน์แสดงไว้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปาทานขันธ ๕ อยู่ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปาทานขันธ ๕ อยู่อย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปาทานขันธ ๕ อยู่ว่า

๑. รูปเป็นอย่างไร ความเกิดแห่งรูปเป็นอย่างไร ความดับแห่งรูป เป็นอย่างไร
๒. เวทนาเป็นอย่างไร ความเกิดแห่งเวทนาเป็นอย่างไร ความดับแห่งเวทนาเป็นอย่างไร
๓. สัญญาเป็นอย่างไร ความเกิดแห่งสัญญาเป็นอย่างไร ความดับแห่งสัญญาเป็นอย่างไร
๔. สังขารเป็นอย่างไร ความเกิดแห่งสังขารเป็นอย่างไร ความดับแห่งสังขารเป็นอย่างไร
๕. วิญญาณเป็นอย่างไร ความเกิดแห่งวิญญาณเป็นอย่างไร ความดับแห่งวิญญาณเป็นอย่างไร”<sup>๑๖</sup>

ธรรมานุปัสสนา หมวดขันธ นี้ก็เช่นเดียวกับหมวดนิเวศน์คือให้ฝึกสังเกตขันธ การเกิดขึ้นของขันธ และการดับ ไปของขันธ ซึ่งตรงนี้เป็นส่วนที่สำคัญอย่างยิ่ง เพราะผู้ที่ไม่ได้ฝึกสติปัญญานักมักมองเห็นขันธด้วยความเป็นกลุ่มก้อน และด้วยความสับสนเนื่องเป็นสันตติ เช่นเห็นรูปว่าเที่ยง แต่หากดูหมวดนี้ ท่านให้สังเกตเหตุเกิดขึ้นและดับไปของรูป แสดงว่ารูปย่อมมีการเกิดขึ้น ดับ

<sup>๑๕</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖. และ ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๑๓-๓๒๖.

<sup>๑๖</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘.

ไปเป็นธรรมดา แต่สังเกตไม่เห็นโดยง่าย และในทำนองเดียวกัน นามธรรมอันได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ล้วนเป็นสิ่งที่เกิดดับ ไม่เที่ยง ทนอยู่ไม่ได้นาน และไม่เป็นตัวตน สัตว์บุคคลใดๆ<sup>๕๐</sup>

#### ๒.๔.๔.๓ หมวดอายตนะ มีพุทธพจน์ดังรายละเอียดนี้

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อายตนะ ภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ อยู่ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อายตนะ ภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ อยู่อย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. รู้ชัดตา รู้ชัดรูป สัมผัสอันใดอาศัยตาและรูปทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัดสัมผัสอันนั้น การเกิดขึ้นแห่งสัมผัสที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน การละสัมผัสที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน และสัมผัสที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน

๒. รู้ชัดหู รู้ชัดเสียง สัมผัสอันใดอาศัยหูและเสียงทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสัมผัสอันนั้น การเกิดขึ้นแห่งสัมผัสที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน การละสัมผัสที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน และสัมผัสที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน

๓. รู้ชัดจมูก รู้ชัดกลิ่น สัมผัสอันใดอาศัยจมูกและกลิ่นทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสัมผัสอันนั้น การเกิดขึ้นแห่งสัมผัสที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน การละสัมผัสที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน และสัมผัสที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน

๔. รู้ชัดลิ้น รู้ชัดรส สัมผัสอันใดอาศัยลิ้นและรสทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสัมผัสอันนั้น การเกิดขึ้นแห่งสัมผัสที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน การละสัมผัสที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน และสัมผัสที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน

๕. รู้ชัดกาย รู้ชัดโผฏฐัพพะ สัมผัสอันใดอาศัยกายและโผฏฐัพพะ ทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสัมผัสอันนั้น การเกิดขึ้นแห่งสัมผัสที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน การละสัมผัสที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน และสัมผัสที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุอัน

<sup>๕๐</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘. และ ที.ม.อ.(ไทย) ๒/๒/๓๒๗-๓๒๘.

๖. รู้ชัดใจ รู้ชัดธรรมารมณ์ สัจโชนันโดอาศัยใจและธรรมารมณ์ทั้งสองนั้นเกิดขึ้นที่รู้ชัดสังโชนันั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโชนันที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ การละสังโชนันที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และสังโชนันที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้...<sup>๘๒</sup>

ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมวดอายตนะ นั้นมีกิริยาหลักที่คำว่า “รู้ชัด” เช่นเดียวกัน คือให้รู้ชัดในอายตนะแต่ละอย่าง ทั้งอายตนะภายใน และอายตนะภายนอก รวมถึงให้ตามสังเกตว่า หลังจากอายตนะภายในและภายนอกกระทบกัน สัจโชนันคือเครื่องร้อยรัดอันใดเกิดขึ้น เห็นเหตุและกระบวนการเกิดของสังโชนัน กระบวนการดับของสังโชนัน และกระบวนการกระทบของอายตนะโดยที่สังโชนันไม่เกิด ในอรรถกถา มหาสติปัฏฐานสูตร แจกแจงสังโชนันไว้อย่างละเอียดว่า

ถามว่า ก็สังโชนันนั้นเกิดได้อย่างไร. ตอบว่า เกิดได้ดังนี้ จะกล่าวในจักขุทวารก่อน เมื่อบุคลลยินดี. เพลิดเพลินอิฏฐารมณ์ อันมาปรากฏทางจักขุทวารโดยความยินดีในกาม “สังโชนันคือ กามราคะ” ก็เกิด. เมื่อบุคลลขัดเคือง ใน อนิฏฐารมณ์ สัจโชนัน คือปฏิฆะ ก็เกิด. เมื่อสำคัญว่า ยกเว้นเราเสีย ใครอื่นที่สามารถเสวยอารมณ์นั้นไม่มี ดังนี้ สัจโชนัน คือมานะ ก็เกิด. เมื่อยึดถือรูปารมณ์นั้นว่า เทียง ยั่งยืน สัจโชนันคือ ทิฏฐิ ก็เกิด. เมื่อสงสัรูปารมณ์นั้นว่า สัตว์หรือหนอ ของสัตว์ หรือหนอ สัจโชนัน คือวิจิกิจฉา ก็เกิด เมื่อปรารถนาภพว่า อารมณ์นี้เราได้โดยง่าย ในสมบัติภพแน่ สัจโชนันคือ ภวราคะก็เกิด. เมื่อถ่อมสันตและพรตว่า เราถ่อมสันตและพรต อาจได้อารมณ์เห็นปานนี้ต่อไปอีก สัจโชนันคือ สิล্পพตปรามาสก็เกิด. เมื่อเกิดกันอยู่ว่า คนเหล่านี้ ไม่พึงได้รูปารมณ์เห็นปานนี้กันเลย สัจโชนันคือ อิสสา ก็เกิด. เมื่อหวงแหนรูปารมณ์ที่ตนได้แล้ว ต่อผู้อื่น สัจโชนัน คือ มัจจริยะ ก็เกิด เมื่อไม่รู้แจ้ง ด้วยอำนาจ ความไม่รู้สิ่งซึ่งเกิดพร้อมกับจักขุและรูปทั้งหมด สัจโชนัน คืออวิชชา ก็เกิด...<sup>๘๓</sup>

ส่วนกระบวนการเกิด กระบวนการละ และกระบวนการป้องกัน ในพระสูตรก็ทิ้งไว้ให้ผู้ปฏิบัตินำไปศึกษาจากของจริง เพื่อเกิดความเห็นแจ้ง และเข้าใจกระบวนการเกิด ดับ ของสังโชนันที่เกิดขึ้นด้วยเหตุปัจจัยคืออายตนะนั่นเอง ในความเห็นของผู้วิจัย เห็นว่าเป็นสิ่งที่ผู้ฝึกสติปัฏฐานจะเห็นได้เองจากการสังเกตในการเจริญสติ

<sup>๘๒</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๕.

<sup>๘๓</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๒๘-๓๒๙.

#### ๒.๔.๔.๔ หมวดโพชฌงค์ มีรายละเอียดของพุทธพจน์ว่า

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ ๗ อยู่ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ ๗ อยู่ อย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. เมื่อสติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘สติสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่’ หรือเมื่อสติสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘สติสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่’ การเกิดขึ้นแห่งสติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น และความเจริญบริบูรณ์แห่งสติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น

๒. เมื่อธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ...

๓. เมื่อวิริยสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ...

๔. เมื่อปีติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ...

๕. เมื่อปีสัทธสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ...

๖. เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ...

๗. เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ... ก็รู้ชัดว่า ‘อุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่’ หรือเมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘อุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่’ การเกิดขึ้นแห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น และความเจริญบริบูรณ์แห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น<sup>๘๔</sup>

องค์ธรรมเครื่องตรัสรู้อันมีองค์ ๗ ประการในสัมโพชฌงค์ ก็เป็น ธรรม ชนิดหนึ่ง ๆ ในธรรมทั้งหลายอันเป็นฝักฝ่ายของกุศลธรรมที่เป็นนามธรรม หน้าที่ของผู้เจริญสติปัญญา ก็คือ ตามรู้ไปอย่างที่เขาเป็น และรู้ชัดว่ามีองค์แห่งโพชฌงค์ หรือไม่มี ด้วยเหตุอะไร ในพระสูตรระบุให้ “รู้ชัด” ว่ามีหรือไม่ มิด้วยเหตุใด(เผ่าสังเกต) เจริญขึ้นได้ด้วยเหตุใด (เผ่าสังเกต) แต่มิได้ระบุให้สร้างให้มี ทั้งนี้ผู้วิจัยเห็นว่า ผู้ปฏิบัติไม่สามารถสร้างองค์ธรรมแห่งโพชฌงค์ได้เอง เพียงแต่หมั่นประกอบเหตุอันทำให้องค์ธรรมแห่งโพชฌงค์เกิดได้เท่านั้น ซึ่งในอรรถกถาได้อธิบายเหตุ หรือ อาหารของโพชฌงค์แต่ละข้อโดยพิสดารแต่ผู้วิจัยเห็นว่า หน้าที่ของผู้เจริญสติปัญญาคือการหมั่นคอยสังเกตเหตุเกิดแห่งโพชฌงค์ และเหตุที่ทำให้โพชฌงค์บริบูรณ์ ตามที่พระพุทธเจ้าวางแนวทางไว้ ก็เป็นสิ่งที่เพียงพอแล้วในภาคปฏิบัติเพื่อการรู้ทั่วถึงว่าแม้องค์ธรรมแห่งโพชฌงค์นี้ก็เป็นสิ่งที่ไม่

<sup>๘๔</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๑.

นำเข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเรา เป็นของเรา ด้วยความเห็นว่าเป็นอนัตตา เกิดดับตามเหตุปัจจัยเสมอ  
นั่นเอง

๒.๔.๔.๕ หมวดสังขจะ มีพระบาลีกล่าวไว้อย่างยาว แต่ผู้วิจัยขอยกบางส่วนที่สำคัญมา  
กล่าวไว้โดยย่อพอให้เห็นเค้าเงื่อนแห่งพระพุทธรวณะเกี่ยวกับอริยสังขดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ  
อริยสัง ๔ อยู่ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อริยสัง ๔ อยู่ อย่างไร  
คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า ‘นี่ทุกข์’

รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า ‘นี่ทุกข์สมุทัย’

รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า ‘นี่ทุกข์นิโรธ’

รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า ‘นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา’

ทุกข์สังขจิตเทศ

ทุกข์อริยสัง เป็นอย่างไร คือ ชาติ (ความเกิด) เป็นทุกข์ ชรา (ความแก่) เป็นทุกข์  
มรณะ (ความตาย) เป็นทุกข์ โสกะ (ความโศก) ปริเทวะ (ความคร่ำครวญ) ทุกข์ (ความ  
ทุกข์กาย) โทมนัส (ความทุกข์ใจ) อุปายาส (ความคับแค้นใจ) เป็นทุกข์ การประสบกับ  
อารมณ์อันไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากอารมณ์อันเป็นที่รักเป็นทุกข์การไม่ได้  
สิ่งที่ต้องการเป็นทุกข์ โดยย่อ อุปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์...

สมุทัยสังขจิตเทศ

ทุกข์สมุทัยอริยสัง เป็นอย่างไร คือ ตัณหา<sup>๑</sup>เป็นเหตุเกิดขึ้นในภพใหม่ สหระค  
ด้วยความกำหนัดยินดี เป็นเหตุผลิตเพลินในอารมณ์นั้น ๆ คือ กามตัณหา ภวตัณหา  
และวิวัตตัณหา ก็ตัณหา<sup>๑</sup>แหละเมื่อเกิดขึ้น เกิดที่ไหน เมื่อตั้งอยู่ ตั้งอยู่ที่ไหน คือ  
ปิยรูปสาตรูปใดมีอยู่ในโลก ตัณหา<sup>๑</sup>นี้เมื่อเกิด ก็เกิดที่ปิยรูปสาตรูปนี้ เมื่อตั้งอยู่ ก็ตั้งอยู่ที่  
ปิยรูปสาตรูปนี้ อะไรเป็นปิยรูปสาตรูปในโลก คือ

จักขุเป็นปิยรูปสาตรูปในโลก ตัณหา<sup>๑</sup>นี้เมื่อเกิด ก็เกิดที่จักขุ<sup>๑</sup>นี้ เมื่อตั้งอยู่ก็ตั้งอยู่ที่จักขุ  
นี้...

ฉนาระเป็นปิยรูปสาตรูปในโลก ฯลฯ

ชีวหาเป็นปิยรูปสาตรูปในโลก ฯลฯ

กายเป็นปิยรูปสาตรูปในโลก ฯลฯ

มโนเป็นปิยรูปสาตรูปในโลก ตัณหานี้เมื่อเกิด ก็เกิดที่มโนนี้ เมื่อตั้งอยู่ ก็ตั้งอยู่ที่มโนนี้... ๆ, ๆ

นิโรธสังจนิตเทศ

ทุกขนิโรธอริยสัง เป็นอย่างไร คือ ความดับกิเลสไม่เหลือด้วยวิราคะ ความปล่อยวาง ความสละคืน ความพ้น ความไม่ติด ก็ตัณหานี้เมื่อละ ละที่ไหน เมื่อดับดับที่ไหน คือ ปิยรูปสาตรูปใดมีอยู่ในโลก ตัณหานี้เมื่อละ ก็ละที่ปิยรูปสาตรูปนี้ เมื่อดับก็ดับที่ปิยรูปสาตรูปนี้... ๆล ๆ...

มัคคสังจนิตเทศ

ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัง เป็นอย่างไร คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ นั้นนั่นแลได้แก่

๑. สัมมาทิฏฐิ (เห็นชอบ)
๒. สัมมาสังกัปปะ (คำริชอบ)
๓. สัมมาวาจา (เจรจาชอบ)
๔. สัมมากัมมันตะ (กระทำชอบ)
๕. สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ)
๖. สัมมาวายามะ (พยายามชอบ)
๗. สัมมาสติ (ระลึกชอบ)
๘. สัมมาสมาธิ (ตั้งจิตมั่นชอบ) ... ๆล ๆ<sup>๔๕</sup>

ธัมมานุปัสสนาหมวดอริยสังแม้จะมีเนื้อหาค่อนข้างยาว แต่เมื่อสรุปใจความแล้วจะเห็นว่าเป็นการฝึกโดยใช้หลักการเดียวกับหมวดอื่นๆคือ “รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์” เป็นต้น โดยอาศัยการรู้ลงไปในปรมาตสภาวะที่เกิดขึ้นจริงในปัจจุบันขณะ ผู้ฝึกสติปัฏฐานอาจเห็นทุกข์ที่เกิดขึ้นในกายในใจ เห็นสมุทัยที่ผุดขึ้นเป็นระยะเป็นต้น แม้หมวดนี้จะอธิบายละเอียด แต่ก็ยังคงสาระแห่งกระบวนการของ **ธรรม** ที่อาศัยเหตุและปัจจัยหนุนเนื่องกันเกิดขึ้น และเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย มีเกิดมีดับเป็นสิ่งธรรมดา และขมวดท้ายลงว่า ตามระลึกถึงธรรมเพียงเพื่อเป็นเครื่องอยู่เครื่องเจริญสติและปัญญาให้รู้เห็นตามความเป็นจริงเพื่อถอนความยึดมั่นออกเท่านั้น

<sup>๔๕</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๖/๑๒๔. ในที่นี้ผู้วิจัยตัดทอนามาแสดงไว้เพียงพุทธพจน์บางส่วนเท่านั้น แต่เนื้อหาในส่วนที่เหลือได้อธิบายกระบวนการกรรม มรรค อย่างละเอียด

## ๒.๕ ผลอันเกิดจากการเจริญสติปัฏฐาน

๒.๕.๑ เห็นสิ่งต่างๆตามความเป็นจริง จากการเจริญสติปัฏฐาน เมื่อผู้ฝึกหัดมีสติอยู่ในกาย เวทนา จิต ธรรม อย่างใดอย่างหนึ่งในแต่ละขณะ ย่อมเห็นสิ่งต่างๆเกิดขึ้นบ้าง ดับไปบ้าง เห็นเหตุที่เกิดบ้าง เห็นเหตุที่ดับบ้าง เห็นความไม่เที่ยง เห็นความไม่คงทนของสภาวะธรรมต่างๆ และเห็นความเป็นอนัตตาเพราะเห็นว่าสภาวะธรรมล้วนเกิดจากเหตุปัจจัย ไม่สามารถบังคับได้ ซึ่งผลที่เกิดขึ้นนี้ในมหาสติปัฏฐานสูตรได้กล่าวไว้ตอนท้ายของทุกหมวดย่อยว่า เมื่อตามดูด้วยสติแล้วก็จะเห็นความเกิดดับเป็นธรรมดา และเป็นเหตุให้เห็นสภาวะธรรมเหล่านั้นเป็นเครื่องมือในการศึกษา และไม่มียึดมั่นถือมั่นอะไรๆในโลก หรือในขันธ <sup>๕๖</sup>

### ๒.๕.๒ สามารถถอนความพอใจ และความไม่พอใจในโลกเสียได้

เมื่อเจริญสติปัฏฐานแล้ว ผู้ปฏิบัติจะเห็นขันธ ๕ (โลก) ว่าเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง ทนได้ไม่นาน แปรปรวนอยู่เสมอ และบังคับไม่ได้ ด้วยเป็นไปตามเหตุปัจจัย จึงเห็นว่าความสุข หรือความทุกข์ที่เกิดกับขันธ ๕ เป็นสิ่งที่ไม่น่าหลงใหลติดใจ หรือน่าซัดเคืองจนต้องไม่พอใจ สติปัฏฐานจึงเป็นเครื่องถอนความพอใจ และความไม่พอใจทั้งหลายออกจากโลกเสียได้ <sup>๕๗</sup>

### ๒.๕.๓ ได้คุณวิเศษจากกำลังของสมถกรรมฐาน

การเจริญสติปัฏฐานหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรือกายคตาสติ ทำให้เกิดสมาธิได้ และผลจากการได้สมาธิระดับฌาน จะทำให้เกิดความสามารถพิเศษได้ <sup>๕๘</sup>

<sup>๕๖</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔.

<sup>๕๗</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๕๘</sup> มีอานิสงส์มากถึง ๑๐ ประการคือ (๑)เป็นผู้อดกลั้นต่อความไม่ยินดีและความยินดีได้ (๒) เป็นผู้อดกลั้นต่อภัยและความหวาดกลัวได้ (๓) เป็นผู้อดทนต่อความหนาว ความร้อน ความหิว ความกระหายต่อการถูกเหยียบ ชูบ ตม แดง และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลายรบกวน ต่อถ้อยคำหยาบคายร้ายแรง เป็นผู้อดกลั้นเวทนาอันมีในร่างกายที่เกิดขึ้นแล้วเป็นทุกข์ กล้าแข็ง เผ็ดร้อน (๔) เป็นผู้ได้ฌาน ๔ เป็นเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน โดยไม่ยาก โดยไม่ลำบาก (๕) บรรลุวิธีแสดงฤทธิ์ได้หลายอย่าง (๖) ได้หูทิพย์ได้ยินเสียงทั้ง ๒ อย่างคือเสียงทิพย์และเสียงมนุษย์ (๗) กำหนดรู้ใจของสัตว์อื่นและบุคคลอื่น (๘) ระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ (๙) ได้ตาทิพย์เห็นการจุติ การเกิดของหมู่สัตว์ (๑๐) เพราะอาสวะสิ้นไป ย่อมทำให้แจ้งใจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ อันไม่มีอาสวะ ด้วยปัญญาอันยิ่งเอง เข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๕๕/๒๐๕.

#### ๒.๕.๔ อานิสงส์แห่งการเจริญสติปัฏฐาน คือการบรรลุอรหัตผล หรืออนาคามีผล

เมื่อผู้มีความเพียรหมั่นเจริญสติปัฏฐานเนื่องๆ ตลอดเวลาจะพึงได้บรรลุธรรมในเวลาไม่ช้า เพียง ๗ ปีเป็นอย่างมากก็สามารถบรรลุอรหัตผล หรืออนาคามีผล ดังปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตรดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด ๗ ปี พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่าง คือ อรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ ก็จักเป็นอนาคามี

๗ ปีขยกไว้บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด ๖ ปี ... ๕ ปี ... ๔ ปี ... ๓ ปี ... ๒ ปี ... ๑ ปี ... ๗ เดือน ... ๗ วัน พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่าง คือ อรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ ก็จักเป็นอนาคามี...

ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอุบายธรรม เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ เราอาศัยทางเดียวนี้แล้วจึงกล่าวคำดังพรรณนามาจะนี้”<sup>๘๕</sup>

#### ๒.๖ สติปัฏฐานกับสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน

การภาวนาในพระพุทธศาสนาหากค้นจากพระสูตร และอรรถกถา อาจจำแนกการเจริญภาวนาออกเป็น ๒ ประการ คือ (๑) สมถภาวนา (การเจริญการฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิ) (๒) วิปัสสนาภาวนา (การเจริญปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้ง)<sup>๘๖</sup> และในส่วนของพุทธพจน์ที่ขยายความสมถะและวิปัสสนา มีดังนี้

ธรรม ๒ ประการนี้เป็นฝ่ายวิชชา ธรรม ๒ ประการอะไรบ้าง คือ (๑) สมถะ (การฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิ) (๒) วิปัสสนา (ความเห็นแจ้ง)

สมถะที่ภิกษุเจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์อะไร คือ ย่อมให้จิตเจริญ จิตที่เจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์อะไร คือ ย่อมละราคะได้

วิปัสสนาที่ภิกษุเจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์อะไร คือ ย่อมให้ปัญญาเจริญ ปัญญาที่เจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์อะไร คือ ย่อมละอวิชชาได้

<sup>๘๕</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๔/๓๓๘.

<sup>๘๖</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๐๔/๒๕๖., ที.ปา.อ. ๗๘/๒๘



จิตที่เศร้าหมองเพราะระคายเคืองไม่หลุดพ้น ปัญญาที่เศร้าหมองเพราะอวิชชาข่มไม่เจริญ เพราะสำรอกระคายเคืองมีเจโตวิมุตติ เพราะสำรอกอวิชชา จึงมีปัญญาวิมุตติ<sup>๕๐</sup>

พระสารีบุตรท่านกล่าวถึงสมถะและวิปัสสนาไว้ดังนี้ว่า

“ชื่อว่าสมถะ เพราะมีสภาวะไม่ฟุ้งซ่าน ... ชื่อว่าวิปัสสนาเพราะมีสภาวะพิจารณาเห็น ... ชื่อว่าสมถะและวิปัสสนา เพราะมีสภาวะมีรสเป็นอย่างเดียวกัน ... ชื่อว่าธรรมที่เป็นคู่กัน เพราะมีสภาวะไม่ล่วงเลยกันควรรู้อย่าง”<sup>๕๑</sup>

ส่วนในคัมภีร์อภิธรรมมัตถะสังคหะ ได้จำแนกกรรมฐานออกเป็นสองอย่างเช่นกัน ได้แก่ สมถ กรรมฐาน คืออารมณ์ของการอบรมจิตเพื่อให้ใจสงบ กับ วิปัสสนากรรมฐาน คือ อารมณ์ของการอบรมจิตเพื่อให้เกิดปัญญาผู้แจ้ง<sup>๕๒</sup> ซึ่งสมถะกรรมฐานได้แบ่งออกเป็น ๔๐ ประเภท ส่วนวิปัสสนากรรมฐานนั้นท่านถือตามแนววิสุทธิ ๗<sup>๕๓</sup>

ท่านพระอานนท์กล่าวไว้ใน ยุคันทสูตร ว่า แนวทางการปฏิบัติเพื่อบรรลुพระอรหันต์ในสำนักของท่านมี ๔ แนวทางคือ (๑) เจริญวิปัสสนาอันมีสมถะนำหน้า (๒) เจริญสมถะอันมีวิปัสสนานำหน้า (๓) เจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป (๔) ภิกษุมีใจถูกอุทธีจะในธรรมกันไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดขึ้นแก่เธอ (เดิมมีความฟุ้งซ่านในธรรมกันไว้จนเกิดวิปัสสนูปกิเลส ต่อเมื่อจิตตั้งมั่นจึงละจากความฟุ้งซ่านในธรรมนั้นได้ มรรคจึงเกิดเพราะมีจิตที่ตั้งมั่น)<sup>๕๔</sup> นั่นแสดงว่าการเจริญทั้งสมถะ และวิปัสสนานั้นเป็นสิ่งสำคัญ โดยแต่ละคนควรเลือกแนวทางที่ตนถนัดเป็นกรรมฐานที่เป็นพื้นฐาน

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) กล่าวถึงสติปัญญาในฐานะสัมมาสติในหนังสือ “พุทธธรรม” สรุปใจความได้ว่า การปฏิบัติสติปัญญาเป็นวิธีปฏิบัติธรรมที่นิยมกันมาก และนิยมยกย่องกันอย่างสูงถือว่ามีพร้อมทั้งสมถะและวิปัสสนาในตัว ผู้ปฏิบัติอาจเจริญสมถะจนได้ฌานก่อนแล้วจึงเจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัญญาจนถึงที่สุดก็ได้ หรือจะอาศัยเพียงสมาธิขั้นต้นๆที่จำเป็นมาประกอบ เจริญวิปัสสนาเป็นตัวนำในแนวสติปัญญาไปจนถึงที่สุดก็ได้<sup>๕๕</sup> ในการสติปัญญานั้น

<sup>๕๐</sup> อภ.ทก.(ไทย) ๒๐/๓๒/๗๖.

<sup>๕๑</sup> จุ.ป.(ไทย) ๓๑/๑๕/๒๗.

<sup>๕๒</sup> คุรายละเอียดยใน สง.คท. (ไทย) ๕๕

<sup>๕๓</sup> คุรายละเอียดยใน สง.คท. (ไทย) ๑๐๕

<sup>๕๔</sup> คุรายละเอียดยใน อภ.จค. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๗.

<sup>๕๕</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ พิมพ์ครั้งที่ ๔๖, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖).

ผู้วิจัยได้ใช้เกณฑ์ตามแนวทางดังกล่าวข้างต้น ช่วยในการจำแนก อาจจำแนกเป็นว่าสติปัญญา ๔ ทั้ง ๒๑ หมวดมีทั้งส่วนของสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน โดยสามารถจำแนกหมวดหมู่ได้ดังนี้

๒.๖.๑ สติปัญญาส่วนที่เป็นทั้งสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน ได้แก่ หมวดที่เจริญแล้วสามารถทำให้จิตสงบระงับได้ และขณะเดียวกันผู้เจริญกรรมฐานก็สามารถเห็นปรมัตตสภาวะของรูปนามได้ในตัวได้แก่

- (๑) หมวดอานาปานสติ
- (๒) หมวดปฏิกูลมนสิการ
- (๓) หมวดธาตุมนสิการ
- (๔) หมวดป่าช้า ๕ หมวด
- (๕) หมวดอิริยาบถ โดยเฉพาะอิริยาบถเดิน

#### ๒.๖.๒ สติปัญญาส่วนที่จัดอยู่ในหมวดวิปัสสนากรรมฐาน

กรรมฐานที่อยู่นอกเหนือจากที่กล่าวไว้ในหัวข้อ ๒.๖.๑ ทั้งหมดคือหมวดเวทนา จิต ธรรม จัดเป็นวิปัสสนากรรมฐาน เพราะจะทำให้เห็นปรมัตตสภาวะอันได้แก่รูปนามที่เกิดดับต่อเนื่องกันอยู่เป็นธรรมดา

#### ๒.๗ ข้อควรระวังในการเจริญสติปัญญา

หัวข้อนี้ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อที่พึงระวังในการเจริญสติปัญญาเพื่อให้เห็นในบางแง่มุมที่ต้องใส่ใจระมัดระวังเป็นพิเศษดังนี้

##### ๒.๗.๑ การเตรียมพื้นฐานศีลไม่พร้อม

ผู้ปฏิบัติพึงเป็นผู้ที่สำรวมอยู่ในศีล ด้วยศีลเป็นคุณสมบัติพื้นฐานในการเจริญภาวนา ทั้งปวง ผู้มีศีล ย่อมเป็นบาทฐานให้จิตไม่ฟุ้งซ่านซัดส่าย และสามารถตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิได้ง่าย ซึ่งจะเป็นพื้นฐานในการเจริญสติปัญญา<sup>๕๓</sup> นอกจากนั้น ในรตวินิตสูตร ยังกล่าวถึงศีลว่าเป็นคุณธรรมพื้นฐานของการเจริญภาวนาจนถึงที่สุด<sup>๕๔</sup> ดังนั้นผู้เจริญสติปัญญาที่ไม่ได้เตรียมพื้นฐานศีลให้ดี อาจทำให้ปฏิบัติไม่ได้ผลเท่าที่ควร หรือในทางตรงกันข้าม หากเจริญสติปัญญามาเป็นระยะ

<sup>๕๓</sup> คุรายละเอียดใน ส.ม.(ไทย) ๑๕/๓๖๕/๒๑๒

<sup>๕๔</sup> คุรายละเอียดใน ม.ม.(ไทย) ๑๒/๒๕๓/๒๓๗

เวลานานแล้ว แต่ไม่ค่อยก้าวหน้า ควรต้องหมั่นสำรวจศีลของตน และสมาทานตั้งใจมั่นในการรักษาศีลให้เหมาะกับสถานภาพของตน

### ๒.๓.๒ อินทรีย์ไม่สม่ำเสมอ

ผู้ปฏิบัติที่อินทรีย์ไม่สม่ำเสมอ อาจทำให้เกิดอุปสรรคในการภาวนา ดังนั้นการปรับอินทรีย์ให้เกิดสมดุลจะเกิดประโยชน์มากดังพุทธพจน์ต่อไปนี้

“โสดะ เช่นเดียวกัน ความเพียรที่ปรารถนอย่งยอมเป็นไปเพื่อความฟุ้งซ่าน ความเพียรที่ย่อหย่อนเกินไป ย่อมเป็นไปเพื่อความเกียจคร้าน ฉะนั้น เธอจงตั้งความเพียรให้พอดี จงปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน จงถือเอานิมิตในความเสมอกันนั้น”<sup>๕๕</sup>

### ๒.๓.๓ การเตรียมจิตไม่พร้อม

ในรตวินิตสูตร ได้กล่าวถึงการปฏิบัติธรรมเหมือนรถของพระราชา ๘ ผลัด อันได้แก่ (๑) สीलวิสุทธิมิจิตตวิสุทธิเป็นเป้าหมาย (๒) จิตตวิสุทธิมิทัญญวิสุทธิเป็นเป้าหมาย (๓) ทัญญวิสุทธิมิกังขาวิตรณวิสุทธิเป็นเป้าหมาย (๔) กังขาวิตรณวิสุทธิมิมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิเป็นเป้าหมาย (๕) มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิมิปฎิปทาญาณทัสสนวิสุทธิเป็นเป้าหมาย (๖) ปฎิปทาญาณทัสสนวิสุทธิมินุญจนทัสสนวิสุทธิเป็นเป้าหมาย (๗) ญาณทัสสนวิสุทธิมีอนุปาทาปรินิพพานเป็นเป้าหมาย<sup>๕๖</sup> ดังนั้น การเจริญสติปัฏฐานจึงต้องอาศัย จิตตวิสุทธิ หรือจิตตสิกขา ในการอบรมจิตก่อน เพื่อให้จิตตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิ จึงจะสามารถเกิดปัญญาได้

เรื่องจิตตวิสุทธินี้พระสารีบุตรได้ให้คำจำกัดความไว้ว่า “ชื่อว่าจิตตวิสุทธิ เพราะมีสภาวะไม่ฟุ้งซ่าน”<sup>๕๗</sup> ดังนั้นจิตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐานคือจิตที่ไม่ฟุ้งซ่านออกไปภายนอก และมีความตั้งมั่น ซึ่งในอรรถกถาได้ให้ความหมายจิตตวิสุทธิไว้ว่าเป็นสัมมาสมาธิ<sup>๕๘</sup> นั่นคือเป็นภาวะที่จิตตั้งมั่นเป็นผู้สังเกตการณ์ ซึ่งไม่ใช่การเผลอฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ และมีใจจิตที่เคร่งครัดกดข่มไว้ด้วยอำนาจ โลกะซึ่งเป็นมิจจาสมาธิ อนึ่งมิจจาสมาธิมีลักษณะตรงข้ามกับสัมมาสมาธิคือ จิตระคนด้วยกิเลส ระคนด้วยขันธทั้งหลาย และถือเอาสรรพนิมิตภายนอก<sup>๕๙</sup>

<sup>๕๕</sup> วิ.ม. (ไทย) ๕ /๒๔๓/๘

<sup>๕๖</sup> คูรายละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๕๕/๒๘๓

<sup>๕๗</sup> พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕/๒๓.

<sup>๕๘</sup> พุ.ป.อ. ๒/๒๘/๒๔๕.

<sup>๕๙</sup> คูรายละเอียดใน พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖๑/๑๐๐.

ดังนั้นหากกล่าวสรุป ผู้ที่จะเจริญสติปัฏฐานควรมี จิตที่ตั้งมั่น ไม่ฟุ้งซ่าน พร้อมทั้งมีไข้ภาวะที่กดข่มเอาไว้ด้วยอำนาจกิเลสมีโลภะเป็นต้น ไม่ระคนกับขันธ และไม่หลงไปในนิมิตจากภายนอก มีสติสัมปชัญญะ รู้ตัวทั่วพร้อมอยู่ จึงถือว่าเป็นจิตที่สมควรแก่การเจริญสติปัฏฐาน

#### ๒.๓.๔ วิปัสสนูปกิเลส

ในการปฏิบัติสติปัฏฐาน บางครั้งเมื่อจิตของผู้ภาวนาได้เริ่มเห็นวิปัสสนาญาณบ้างแล้ว อาจมีวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้นซึ่งในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้กล่าวไว้ว่า มี ๑๐ ประการซึ่งเมื่อเกิดวิปัสสนูปกิเลสแล้ว อาจทำให้เกิดอุปสรรคในการเจริญภาวนา จึงมีความจำเป็นที่ต้องหาครูบาอาจารย์ผู้ที่เชี่ยวชาญมาเป็นผู้คอยแนะนำและแก้วิปัสสนูปกิเลสให้

#### ๒.๓.๕ ผลข้างเคียงจากการเจริญอสุภกรรมฐาน

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ ในหมวดกาย หมวดย่อยการมนสิการสิ่งปฏิกูล และหมวดป่าช้า ๕ หมวด นั้นอาจมีผลข้างเคียงบ้างดังที่ปรากฏในเวสาลีสูตร เมื่อพระพุทธเจ้าประทานอสุภกรรมฐานให้แก่พระภิกษุแล้ว พระพุทธองค์ปรารภนาปติกวิเวกกิ่งเดือน พระภิกษุเมื่อเจริญอสุภกรรมฐานแล้วเกิดผลข้างเคียงที่ไม่พึงประสงค์ขึ้น โดยพระภิกษุเกิดความอึดอัดเบื่อหน่ายในกายมากจนถึงกับฆ่าตัวตายบ้าง จึงให้คนอื่นฆ่าบ้าง วันละมากถึง ๓๐ รูป เมื่อผ่านไปกิ่งเดือนพระพุทธเจ้าท่านออกจากที่วิเวกเห็นภิกษุเหลืออยู่น้อย จึงถามพระอานนท์ เมื่อทราบความแล้วพระอานนท์ทูลขอกรรมฐานอื่นเพื่อการบรรลुธรรม พระพุทธเจ้าจึงประทานอานาปานสติกรรมฐานให้เจริญแทน<sup>๑๐๔</sup>

ดังนั้นผู้ที่เจริญสติปัฏฐาน ๔ อาจต้องระมัดระวังในเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ในหมวดกาย หมวดย่อยการมนสิการสิ่งปฏิกูล และหมวดป่าช้า ๕ หมวด หากเกิดอาการอึดอัดระอาในร่างกายอาจต้องรีบปรึกษาวิปัสสนาจารย์โดยเร็วเพื่อป้องกันมิให้เกิดอันตราย

#### ๒.๓.๖ ปฏิบัติด้วยความย่อหย่อนเกินไป หรือตึงเกินไป

การเจริญสติปัฏฐานเป็นส่วนหนึ่งของการเดินทางสายกลาง แม้องค์ธรรมด้านความเพียรจะเป็นองค์ธรรมที่สำคัญ แต่การปฏิบัติสติปัฏฐานยังคงต้องคำนึงถึงความพอดี ไม่ย่อหย่อนเกินไป และไม่ตึงไปจนเกิดอาการบังคับกดข่มจนเครียด หรือเพียรจนเกินกำลังของร่างกายจะทนไหว เรื่องนี้ใน โธมตรณสูตร ได้กล่าวถึงข้อปฏิบัติที่พอดีไม่ตึงไม่หย่อนเกินไปว่า

<sup>๑๐๔</sup> ต.มหา.(ไทย) ๑๕/๕๘๕/๔๖๓.

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของอนาถบิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี ครั้นเมื่อราตรีผ่านไป เทวดาองค์หนึ่งมีวรรณะงดงามยิ่งนัก เปล่งรัศมีให้สว่างทั่วพระเชตวัน เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับถวายอภิवाทแล้วยืนอยู่ ณ ที่สมควร ได้ทูลถามพระผู้มีพระภาคดังนี้ว่า ‘ข้าแต่พระองค์ผู้นิรทุกข์ พระองค์ทรงข้ามโอฆะได้อย่างไร’ พระผู้มีพระภาคตรัสตอบว่า ‘ผู้มีอายุ เราเองเมื่อไม่พัก ไม่เพียร จึงข้ามโอฆะได้’

เทวดาทูลถามว่า ‘ข้าแต่พระองค์ผู้นิรทุกข์ ก็พระองค์เมื่อไม่พักไม่เพียรทรงข้ามโอฆะได้อย่างไร’ พระผู้มีพระภาคตรัสตอบว่า ‘ผู้มีอายุ เมื่อใดเรานั้นยังพักอยู่ เมื่อนั้นเราก็กังขมอยู่ เมื่อใดเรายังเพียรอยู่ เมื่อนั้นเราก็กังขมอยู่แน่นอน เราไม่พักไม่เพียรอย่างนี้แล จึงข้ามโอฆะได้’<sup>๑๐๕</sup>

ดังนั้นการเจริญสติปัฏฐานจึงต้องอาศัยความรู้สึกรู้ตัวด้วยความเพียรอย่างพอดี และไม่หย่อนและไม่ตึงเกินไป ด้วยการย่อหย่อนเกินไปไม่อาจเจริญสติปัฏฐานได้อย่างต่อเนื่อง แต่ขณะที่ตึงเกินไป จิตจะขมวดเคร่งเครียด ไม่อ่อนโยน จึงไม่ควรแก่การงานในการเจริญสติปัฏฐาน ดังนั้นผู้ฝึกจึงต้องหาความพอดีให้ได้ ไม่เข้าไปสู่สุดสุดโต่งทั้ง ๒ ข้าง

## ๒.๘ สรุปแนวคิดพื้นฐานที่สำคัญในการเจริญสติปัฏฐาน

ที่ผ่านมาสามารถสรุปองค์ความรู้เรื่องสติปัฏฐานได้ดังนี้

**๒.๘.๑ การเจริญสติปัฏฐานแต่ละหมวดให้ผลที่เหมือนกัน เหมือนประตูเมืองสี่ทิศ<sup>๑๐๖</sup>**  
หรือกองดินกลางสี่แยก<sup>๑๐๗</sup> ซึ่งการเข้าถึงความมีสติ อาศัยการเจริญสติปัฏฐานในหมวดใดหมวดหนึ่ง หรือแม้กระทั่งหมวดย่อยหมวดใดหมวดหนึ่งก็ได้ ซึ่งแล้วแต่ผู้ปฏิบัติจะเลือกปฏิบัติในแนวที่ตนถนัด

**๒.๘.๒ สติปัฏฐาน เป็นทั้งสมถะ และวิปัสสนา** โดยสติปัฏฐานในหมวดกายานุปัสสนา สติปัฏฐาน มักมีแนวโน้มเป็นทั้งสมถะและวิปัสสนาในตัว คือเมื่อปฏิบัติแล้วมักนำไปสู่ความสงบ แต่ขณะเดียวกันก็สามารถทำให้ผู้ภาวนาเห็นสภาวธรรมตามความเป็นจริงได้ในกรรมฐานหมวดเดียวกัน จึงสามารถสรุปได้ว่า สติปัฏฐานรวมทั้งการปฏิบัติแบบสมถะและวิปัสสนาไว้ด้วยกัน บุคคลที่จะบรรลุธรรมได้อาจเจริญสมถะนำหน้า วิปัสสนานำหน้า หรือควบคู่กันก็ได้<sup>๑๐๘</sup>

<sup>๑๐๕</sup> ส.ส.(ไทย) ๑๕/๑/๑.

<sup>๑๐๖</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๓๕.

<sup>๑๐๗</sup> ส.ม.(ไทย) ๑๕/๕๘๖/๔๖๘.

<sup>๑๐๘</sup> อ.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๑๓๐/๒๓๓

๒.๘.๓ การเจริญสติปัฏฐานอาจไม่จำเป็นต้องทำตามลำดับให้ครบทุกหมวด เพียงแต่เลือกบางอย่างที่เหมาะสมกับตนเองก็เพียงพอ เหมือนการเลือกดูกายบางอย่างในบรรดากายทั้งหมด เลือกดูเฉพาะบางอย่างในเวทนาทั้งหมด เป็นต้น ตัวอย่างที่เห็นประจักษ์ชัดคือพระอานนท์ในคืนสุดท้าย ท่านเจริญกายคตาสติเป็นส่วนมากก่อนบรรลุธรรม<sup>๑๑๕</sup> ข้อนี้เป็นเครื่องยืนยันว่าแม้หมวดกายเพียงหมวดเดียวก็สามารถบรรลุผลได้ จึงอาจกล่าวได้ว่าบางครั้งอาจไม่จำเป็นต้องเจริญสติปัฏฐานตามลำดับให้ครบทุกหมวด

๒.๘.๔ สติปัฏฐานทุกหมวดย่อย ครอบคลุมหมดทุกจริต ซึ่งในอรรถกถาได้อธิบายไว้ อย่างชัดเจนว่าการที่พระพุทธเจ้าได้แสดงสติปัฏฐาน ๔ ไว้ถึง ๒๑ หมวดย่อยเพื่อให้ครอบคลุมทุกจริตนั่นเอง<sup>๑๑๖</sup>

---

<sup>๑๑๕</sup> วิ.จ. (ไทย) ๗/๔๓๘/๓๗๗. ครั้งนั้น ภิกษุผู้เถระทั้งหลายได้ปฏิสังขรณ์เสนาสนะที่ทรุดโทรมในเดือนแรก ลำดับนั้นท่านพระอานนท์คิดว่า “พรุ่งนี้เป็นวันประชุม การที่เราผู้ยังเป็นเสขบุคคลอยู่จะไปร่วมประชุมด้วย ไม่สมควรเลย” จึงให้เวลากลางคืนเป็นส่วนมากว่างไปด้วยกายคตาสติ พอถึงเวลาใกล้รุ่งก็เอนกาย ด้วยตั้งใจว่า “จะนอนพัก” แต่ศีรษะยังไม่ทันถึงหมอน เฝ้ายังไม่ทันยกขึ้นจากพื้น ในระหว่างนี้จิตได้หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะทั้งหลาย เพราะไม่มีความยึดมั่นถือมั่น

<sup>๑๑๖</sup> คูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๗๗.

## บทที่ ๓

### จริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

#### ๓.๑ ความหมายของจริต

คำว่า “จริต” นั้นมีรากศัพท์มาจากภาษาบาลี คือคำว่า จรุ(๑) แปลว่า เทียบไป ประพฤติ<sup>๑</sup> เมื่อนำ จร ธาตุ บวกกับ ต ปัจจัยในกิริยาภิกคฺ ซึ่งกฎของ ต ปัจจัยมีอยู่ว่า ถ้างลงหลังธาตุตัวใด ให้ลบที่สุดธาตุของศัพท์นั้นเสีย แต่ถ้าไม่ลบที่สุดธาตุ ให้ลง อิ อากม จึงได้คำว่า จริต ซึ่งจริตใช้เป็นคำคุณศัพท์ เพื่อขยายคำนาม เช่น รากจริต โทสจริต โมหจริต เป็นต้น หากใช้ในรูปคำนามเพียงลำพัง จะมีรูปเป็น “จริยา” สำเร็จรูปมาจาก จร ธาตุ + ญย ปัจจัย โดยใช้ฉิตถิลิงค์ ดังในคัมภีร์วิสุทธิมรรค<sup>๒</sup> และคัมภีร์ปรมัตถทีปนี<sup>๓</sup> กล่าวถึงโดยใช้เป็นคำนาม โดยแสดงเป็นรูปคำว่า รากจริยา โทสจริยา ฯลฯ ส่วนในคัมภีร์อภิธรรมมัตตสังคหะมีรูปว่า รากจริตา โทสจริตา ฯลฯ

ดังนั้น จริต จึงมีความหมายว่า ความประพฤติ พื้นนิสัย หรือพื้นเพแห่งจิตของคนทั้งหลายที่หนักไปทางด้านใดด้านหนึ่ง แตกต่างกันไปคือ (๑) รากจริต ผู้มีรากะเป็นความประพฤติปกติ(หนักไปทางรักสวयรักงาม ติดใจ) (๒) โทสจริต ผู้มีโทสะเป็นความประพฤติปกติ (หนักไปทางใจร้อนขี้หงุดหงิด) (๓) โมหจริต ผู้มีโมหะเป็นความประพฤติปกติ (หนักไปทางหลงงมงาย) (๔) ศรัทธาจริต ผู้มีศรัทธาเป็นความประพฤติปกติ(หนักไปทางน้อมใจเชื่อ) (๕) พุทธิจริต ผู้มีความรู้เป็นความประพฤติปกติ (หนักไปทางคิดพิจารณา) (๖) วิตกจริต ผู้มีวิตกเป็นความประพฤติปกติ(หนักไปทางจับจดฟุ้งซ่าน)<sup>๔</sup> เมื่อพิจารณาจากรากศัพท์และคำแปลข้างต้น จะเห็นได้ว่าจริตเป็นคำที่กินความหมายกว้าง โดยเน้นแนวทางการแสดงออกทางพฤติกรรมด้วยความเคยชิน

---

<sup>๑</sup> พระมหาเทียบ สิริญาโณ (มาลัย), การใช้ภาษาบาลี, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย., ๒๕๔๗), หน้า ๒๑๐.

<sup>๒</sup> คุรุยละเอียดใน วิสุทธิ.(ไทย) ๑๖๖-๑๘๒

<sup>๓</sup> คุรุยละเอียดใน พระญาณชชะ,ปรมัตถทีปนี,แปลโดย พระคันธสารากิวงส์, พิมพ์ครั้งที่ ๔ (กรุงเทพมหานคร : หจก.ประยูรศาสน์ไทยการพิมพ์, ๒๕๕๒) , หน้า ๘๑๕,๘๒๒-๘๒๔. คัมภีร์ปรมัตถทีปนี เป็นคัมภีร์ที่รจนาขึ้นเพื่ออธิบายขยายความคัมภีร์อภิธรรมมัตตสังคหะ

<sup>๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ : ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส อาร์ ฟรืนดิงแมสโปรดักส์ จก., ๒๕๔๖) , หน้า ๑๑.

## ๓.๒. ประเภทของจรีต

ผู้วิจัยได้ค้นคว้าคัมภีร์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้พบร่องรอยการกล่าวถึงจรีตจำนวนมาก โดยพบในพระไตรปิฎก คัมภีร์เนติปกรณ์ อรรถกถามหาสติปัฏฐานสูตร คัมภีร์วิมุตติมรรค คัมภีร์วิสุทธิมรรค คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ คัมภีร์ปรมัตถทีปนี ซึ่งมีการแบ่งจรีตออกเป็น ๓ แนวทางใหญ่ๆ คือ (๑) แบ่งจรีตเป็น ๖ ประเภท (๒) แบ่งจรีตเป็น ๒ ประเภท (๓) แนวทางการแบ่งจรีตอย่างอื่น โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### ๓.๒.๑ แนวทางการจำแนกจรีตที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท มีการแบ่งจรีตออกเป็น หลายแนวทางสามารถนำมาสรุปได้ดังต่อไปนี้

๓.๒.๑.๑ แนวทางการแบ่งจรีตเป็น ๖ ประเภท คือ (๑) รากจรีต (๒) โทสจรีต (๓) โมหจรีต (๔) วิตกจรีต (๕) สัทธาจรีต (๖) ญาณจรีต หรือ พุทธิจรีต พบหลักฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทดังนี้ (๑) พระไตรปิฎก<sup>๕</sup> (๒) คัมภีร์วิมุตติมรรค<sup>๖</sup> (๓) คัมภีร์วิสุทธิมรรค<sup>๗</sup> (๕) คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ<sup>๘</sup> (๖) คัมภีร์ปรมัตถทีปนี<sup>๙</sup> ซึ่งในพระไตรปิฎกใช้จรีตข้อที่ ๖ ว่า ญาณจรีต ส่วนคัมภีร์อื่นๆ ใช้คำว่า พุทธิจรีต ทั้งนี้แนวทางการแบ่งจรีต ๖ นี้เป็นที่รู้จักแพร่หลายมาก ซึ่งในแต่ละคัมภีร์กล่าวถึงจรีต ๖ ได้สอดคล้องกันเป็นส่วนใหญ่ โดยการกล่าวถึง จรีต ๖ นั้น มี

<sup>๕</sup> คุรยละเอียดใน ขุ.ม.(ไทย) ๒๕/๑๕๖/๔๓๐ , ขุ.จ.(ไทย) ๓๐/๘๕/๓๐๔.พระสารีบุตรได้กล่าวยกย่องพุทธคุณ เรื่องพระผู้มีพระภาคทรงมีพระจัญแจ่มแจ้งด้วย “พุทธจักขุ” นั้น ว่าพระผู้มีพระภาคทรงทราบ (๑) บุคคลนี้มีรากจรีต (๒) บุคคลนี้มีโทสจรีต (๓) บุคคลนี้มีโมหจรีต (๔) บุคคลนี้มีวิตกจรีต (๕) บุคคลนี้มีสัทธาจรีต (๖) บุคคลนี้มีญาณจรีต

<sup>๖</sup> คุรยละเอียดใน พระอุปติสสเถระ,วิมุตติมรรค,แปลโดย พระราชวรมุนี (ประยูร ธรรมจิตฺโต) และคณะจากต้นฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา และคณะ, พิมพ์ครั้งที่ ๕ ,(กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สยาม, ๒๕๔๑) , หน้า ๕๕-๖๒.

<sup>๗</sup> คุรยละเอียดใน วิสุทธิ.(ไทย) ๑๖๖-๑๘๒

<sup>๘</sup> คุรยละเอียดใน สงคห.(ไทย) ๕๕

<sup>๙</sup> คุรยละเอียดใน พระญาณชชะ,ปรมัตถทีปนี,แปลโดย พระคันธสารากิจวงศ์, พิมพ์ครั้งที่ ๔ ,(กรุงเทพมหานคร : หจก.ประยูรศาสน์ไทยการพิมพ์, ๒๕๕๒) , หน้า ๘๑๕,๘๒๒-๘๒๔. คัมภีร์ปรมัตถทีปนีเป็นคัมภีร์ที่รจนาขึ้นเพื่ออธิบายขยายความคัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ



จุดประสงค์ที่มุ่งเน้นไปสู่การเตรียมตัวเพื่อเลือกแนวทางการเจริญสมถกรรมฐาน ๔๐ ประการ<sup>๑๑</sup> เป็นหลักใหญ่

๓.๒.๑.๒ แนวทางการแบ่งจริตเป็น ๒ ประเภท คือ ตัณหาจริต และ ทิฏฐิจริต พบได้ใน (๑) คัมภีร์เนตติปกรณ์<sup>๑๒</sup> และ (๒) อรรถกถา(มหาสติปัฏฐานสูตร)<sup>๑๓</sup> แนวทางการแบ่งจริตเป็น ๒ ประเภทนี้มุ่งเน้นเพื่อการเจริญสติปัฏฐานเป็นหลัก โดยได้แบ่งจริตและความแก่กล้าของปัญญาเพื่อเป็นเครื่องช่วยเลือกหมวดในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ นอกจากการพบจริต ๒ ในเนตติปกรณ์และ อรรถกถา(มหาสติปัฏฐานสูตร) แล้ว ผู้วิจัยยังได้ค้นพบร่องรอยของตัณหาจริต และ ทิฏฐิจริตใน คัมภีร์วิมุตติมรรค<sup>๑๔</sup> และคัมภีร์วิสุทธิมรรค<sup>๑๕</sup> โดยได้กล่าวถึงตัณหาจริต และ ทิฏฐิจริต ไว้อีกหมวดหนึ่งโดยนำไปรวมกับ มานะจริต เป็นจริต ๓ แต่ไม่ลงรายละเอียด ผู้วิจัยจึงเห็นว่าการแบ่งจริตเป็น ๒ ประเภท คือ ตัณหาจริต และ ทิฏฐิจริตนี้มีความเก่าแก่มากร่วมกัน เพราะพบในเนตติปกรณ์ซึ่งเป็นคัมภีร์ประเภทปริภควิเสส สันนิฐานว่าแต่งในสมัยพุทธกาลโดยพระมหากัจจายนะ ผู้เป็นเลิศในการอธิบายความย่อให้พิสดาร และได้รับการสังคายนาพร้อมกับพระไตรปิฎกในปฐมสังคายนา<sup>๑๕</sup>

๓.๒.๑.๓ แนวทางการแบ่งประเภทบุคคลที่สัมพันธ์กับจริต นอกจากนั้นแล้วผู้วิจัยยังพบร่องรอยการแบ่งประเภทบุคคลไว้อีกหลากหลายนัยยะในพระไตรปิฎก เช่น

(๑) การแบ่งประเภทบุคคล โดย “ชาตุ” พระพุทธองค์ได้ให้ข้อสังเกตว่าบุคคลทั้งหลายในโลกนี้มีมักคบหากันเพราะมีธาตุที่ตรงกัน คือคนที่มีอุปนิสัย หรือจริตที่คล้ายกันจะมากคบหาสมาคมกัน เช่นคนมีปัญหาามากมักคบหากับผู้มีปัญหามากด้วยกัน เป็นของธรรมดาที่มีในโลก มีรายละเอียดในจกกรมสูตร พระพุทธเจ้าทรงชี้ให้พระภิกษุเห็นว่าพระภิกษุมักอยู่รวมกันโดยธาตุ เช่นผู้มีปัญหามากจะอยู่รวมกลุ่มกับพระสารีบุตร ผู้มีฤทธิ์มากจะอยู่รวมกลุ่มกับพระโมคคัลลานะ ผู้ที่ใฝ่ต่อสุดตะจะอยู่รวมกลุ่มกับพระอานนท์ และผู้มีความปรารถนาลามกจะไปอยู่รวมกลุ่มกับเทวทัต เป็นต้น และทรงสรุปท้ายพระสูตรว่า “แม้ในอดีต แม้ในอนาคต แม้ในปัจจุบันนี้ สัตว์ทั้งหลายก็ได้คบค้าสมาคมกัน โดยธาตุอย่างเดียวกัน คือสัตว์ทั้งหลายผู้มีอชยาศัยแล้ว ได้คบค้าสมาคมกับสัตว์

<sup>๑๑</sup> ยกเว้นในคัมภีร์วิมุตติมรรค มีกรรมฐาน เพียง ๓๘ ประการเท่านั้นโดยขาดอากาสนัญญาตนะ และเนวสัญญานาสัญญาตนะ ๒ ข้อ ส่วนอื่นเหมือนกับวิสุทธิมรรค ดูรายละเอียดใน พระอุปติสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๕-๖๒.

<sup>๑๒</sup> ดูรายละเอียดใน เนตติ (ไทย) ๓๔-๘๐

<sup>๑๓</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ.(ไทย) ๒/๒/๓๗๒/๒๓๘

<sup>๑๔</sup> ดูรายละเอียดใน พระอุปติสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๕-๖๒.

<sup>๑๕</sup> ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๖๖-๑๘๒.

<sup>๑๕</sup> ดูรายละเอียดใน เนตติ. (บาลี) ๑๘๒, เนตติ.อ.(บาลี) ๒๕๗, เนตติ(ไทย) บทนำหน้า ๑๕

ทั้งหลายผู้มีอริยาศัยแล้ว สัตว์ทั้งหลายผู้มีอริยาศัยงาม ได้คบค้าสมาคมกับสัตว์ทั้งหลายผู้มีอริยาศัยงาม”<sup>๖๖</sup> เรื่องนี้อาจให้นัยยะเป็น ๒ คือประการที่หนึ่งเราสามารถสังเกตอุปนิสัยของตนเองได้จากกลุ่มเพื่อนสนิท เช่นเพื่อนทุกคนในกลุ่มที่สนิทของเราเป็นคนโมโหง่าย แสดงว่าเรามีแนวโน้มเป็นพวกโทสะแรงเช่นเดียวกัน ประการที่สอง เรื่องนี้มีนัยยะว่า หากเราต้องการเป็นคนเช่นไร ให้นำตัวเข้าไปสมาคมคบหากับคนเช่นนั้น เช่นหากอยากปฏิบัติธรรมจริงจังก็ควรคบหามิตรสหายและนำตนเองเข้าไปในกลุ่มผู้ที่ฝึกฝนในการเจริญภาวนาเป็นต้น

(๒) การแบ่งประเภทบุคคล โดย “ประเภทของการบรรลุอรหัตผล” เป็น ๒ ประเภท คือ (๑) ผู้หลุดพ้นด้วยกำลังสมาธิ (ผู้ได้วิชชา ๓ อภิญญา ๖ และ อุภโตภาควิมุตติ) และ (๒) ผู้หลุดพ้นด้วยกำลังปัญญา เรื่องนี้พระพุทธเจ้าท่านทรงปรารภถึงหมู่ภิกษุสงฆ์จำนวน ๕๐๐ รูปที่แวดล้อมพระองค์อยู่ ซึ่งล้วนเป็นพระอรหันต์ ด้วยการจำแนกประเภทของพระอรหันต์ว่าบรรดาภิกษุ ๕๐๐ รูปเหล่านี้ ภิกษุ ๖๐ รูปเป็นผู้ได้วิชชา ๓ อีก ๖๐ รูปได้อภิญญา ๖ อีก ๖๐ รูปได้อุภโตภาควิมุตติ ส่วนที่เหลือเป็นผู้ได้ปัญญาวิมุตติ ซึ่งหากรวมตัวเลขแบบนี้จะได้เป็น ๒ กลุ่มใหญ่ โดยกลุ่มแรกเป็นผู้ได้วิชชา ๓ อภิญญา ๖ และ อุภโตภาควิมุตติ มีจำนวนรวมกัน ๑๘๐ รูป ( ร้อยละ ๓๖ ) ซึ่งในจำนวนนี้ หลุดพ้นด้วยกำลังสมาธิ ส่วนกลุ่มที่สอง จำนวน ๓๒๐ รูป ( ร้อยละ ๖๔ ) ที่เหลือ เป็นพวกปัญญาวิมุตติ หลุดพ้นด้วยการเจริญปัญญา ดังรายละเอียดในในปวารณาสูตร<sup>๖๗</sup> เรื่องนี้ชี้ให้เห็นว่า บุคคลมี ๒ ประเภท คือประเภทที่สามารถทำสมาธิได้จนถึงฌานมีประมาณร้อยละ ๓๖ และเป็นผู้ที่ไม่สามารถทำฌานได้แต่หลุดพ้นด้วยการเจริญปัญญามีมากกว่าถึงร้อยละ ๖๔ แต่ทั้ง ๒ ประเภทนี้ก็สามารถบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ได้ (ต่างกันตรงที่พวกแรกเมื่อสำเร็จแล้วจะมีความสามารถพิเศษที่สูงกว่า) และนอกจากนั้นสติคิดดังกล่าวยังบ่งให้เห็นว่า คนส่วนใหญ่ สำเร็จอรหัตต์ได้ด้วยแนวทางปัญญาวิมุตติ (หลุดพ้นด้วยวิธีวิปัสสนานำหน้าสมณะ) นี้เอง ดังนั้นในฐานะที่เป็นชาวพุทธที่มุ่งหวังการบรรลุธรรม ควรต้องประเมินตนเองว่าสามารถทำสมาธิได้ถึงฌานหรือไม่ หากทำได้ควรเลือกแนวทางสมถยานิก(สมถนำหน้าวิปัสสนา) แต่หากไม่สามารถทำได้ ก็ควรเลือกเดินแบบวิปัสสนายานิก (วิปัสสนานำหน้าสมณะ) ซึ่งเป็นแนวทางที่คนส่วนมากดำเนินจนถึงอรหัตต์ได้

(๓) การแบ่งประเภทบุคคล โดย “ศักยภาพการเรียนรู้” พระพุทธองค์ทรงแบ่งเป็น ๓ ระดับคือบัวเหล่าที่ ๑ อยู่ใต้น้ำ บัวเหล่าที่ ๒ อยู่เสมอน้ำ และบัวเหล่าที่ ๓ โผล่พ้นน้ำแสดงถึงทรงเห็นอุปนิสัยและความสามารถในการรับธรรมะได้ ๓ ระดับคือ รับรู้ธรรมะได้ยาก ปานกลาง

<sup>๖๖</sup> ดูรายละเอียดใน ส.น. (ไทย) ๑๖/๕๕/๑๘๗.

<sup>๖๗</sup> ดูรายละเอียดใน ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๑๕/๓๑๓.

และง่ายตามลำดับมีรายละเอียดดังปรากฏในปาสาธาสิสูตร<sup>๔๔</sup> ซึ่งการจำแนกคนแบบนี้มีส่วนทำให้พระพุทธรเจ้าทรงเกิดมหากุณาจิต ตัดสินพระทัยในการประกาศพระศาสนา ด้วยเห็นว่ามีคนจำนวนหนึ่งสามารถรู้ธรรม เห็นธรรม ตามพระองค์ได้ มีคนบางส่วนรู้ธรรมยาก และอีกบางส่วนยากมากที่จะรู้ธรรมตามพระองค์ ด้วยเหตุนี้พระพุทธรองค์ทรงเลือกประกาศธรรมแก่ผู้ที่สมควรได้รับพระธรรมโดยลำดับ และทรงไม่ได้คาดหมายให้ทุกคนต้องมานับถือแนวทางของพระองค์ที่ทรงประกาศ

(๔) การแบ่งประเภทบุคคลโดย “อุปนิสัยที่ควรรับการฝึกสอน” พระพุทธรเจ้าทรงแบ่งประเภทของบุคคลเป็น ๔ ประเภท คือ (๑) บุคคลประเภทฝึกง่าย สมควรฝึกแบบสุภาพ (๒) บุคคลประเภทฝึกยาก สมควรฝึกแบบรุนแรง (๓) บุคคลประเภทที่สมควรฝึกทั้ง ๒ แบบ และ (๔) บุคคลประเภทที่ไม่สมควรแก่การฝึกก็ทรงงดการสอนเสีย มีรายละเอียดดังที่ปรากฏในเกติสูตร<sup>๔๕</sup> เรื่องนี้พระพุทธรองค์ทรงทราบอุปนิสัยของผู้ที่เข้ารับการฝึก จึงทรงมอบแนวทางที่เหมาะสมให้สมควรแก่การฝึก โดยท่านมิได้บังคับให้ทุกคนปฏิบัติอย่างเดียวกัน แต่ทรงมอบชุดกฎวัตร ๑๓ ให้เป็นทางเลือกตามประเภทของผู้ฝึกแบบรุนแรง ส่วนผู้ที่ไม่สามารถฝึกได้พระพุทธรองค์ทรงตัดทิ้งเสียดังเช่นกรณีพระเวททัตเป็นต้น

(๕) การแบ่งประเภทบุคคลโดย “ความรวดเร็วในการรับรู้ภัยในวิภวสงสาร” พระพุทธรเจ้าทรงแบ่งบุรุษอาชาไนย ไว้ ๔ ประเภทคือ บุรุษอาชาไนยผู้เจริญ ประเภทที่ ๑ เพียงได้ฟังข่าวความทุกข์หรือความตายของผู้อื่นก็สลดสังเวช จึงเริ่มบำเพ็ญเพียร ประเภทที่ ๒ เพียงได้ประสบพบเห็นความทุกข์หรือความตายของผู้อื่นด้วยตนเองก็สลดสังเวช จึงเริ่มบำเพ็ญเพียร

<sup>๔๔</sup> ดูรายละเอียดใน ม.นุ.(ไทย) ๑๒/๒๘๓/๑๐๗. เมื่อพระพุทธรเจ้าได้ตรัสรู้ใหม่ๆ ทรงเห็นว่าธรรมที่ทรงตรัสรู้เป็นของปราณีต ยากที่จะมีผู้ใคร่รู้เห็นตาม จึงมีพระทัยในการชวนชวนน้อย สหัมบดีพรหมทราบความคำรินั้นได้มากราบทูลอาราธนาให้พระพุทธรเจ้าได้โปรดแสดงธรรม พระพุทธรเจ้าจึงทรงตรวจดูอุปนิสัยสัตว์โลกแล้วจึงเห็นสัตว์ทั้งหลายจุจดังบัว ๓ เหล่าคือ (๑) บางเหล่า ยังไม่พินน้ำ จมอยู่ในน้ำ. (๒) บางเหล่า อยู่เสมอน้ำ. (๓) บางเหล่า อยู่พินน้ำ ไม่แตะน้ำ ได้เห็นสัตว์ทั้งหลายผู้มีฐิติในดวงตาน้อย มีฐิติในดวงตามาก มีอินทรีย์แก่กล้า มีอินทรีย์อ่อน มีอาการดี มีอาการทราม สอนให้รู้ได้ง่าย สอนให้รู้ได้ยาก จึงได้ตัดสินพระทัยที่จะเผยแผ่พระธรรมเนื่องด้วยสัตว์ที่มีอุปนิสัยที่จะรู้ตามได้พอมีอยู่

<sup>๔๕</sup> ดูรายละเอียดใน อัง.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๑๑๑/๑๖๕. พระสูตรนี้ปรารภการสนทนาระหว่างพระพุทธรเจ้ากับครุฝึกม้าชื่อเกติสารถิ ซึ่งในการสนทนา เกติสารถิถามพระพุทธรองค์ว่าฝึกคนอย่างไร พระพุทธรองค์ทรงย้อนถามนายเกติสารถิว่าท่านฝึกม้าอย่างไร นายเกติสารถิก็แบ่งการฝึกเป็น ๔ อย่างคือ (๑) ฝึกแบบสุภาพสำหรับม้าเชื่อง (๒) ฝึกแบบรุนแรงสำหรับม้าพยศ (๓) ฝึกแบบผสม (๔) ส่วนม้าที่ฝึกไม่ได้ก็ฆ่าทิ้งเสียเพื่อมิให้เสียชื่อเสียงครุฝึกม้า ซึ่งพระองค์ก็ตรัสตอบว่าพระองค์เป็นสารถิฝึกบุรุษก็ใช้ ๔ วิธีเช่นเดียวกันคือ (๑) ฝึกแบบสุภาพ (๒) ฝึกแบบรุนแรง (๓) ฝึกแบบผสม (๔) ผู้ที่ฝึกไม่ได้ก็ทรงงดการสอนเสีย

ประเภทที่ ๓ ญาติของตนประสบความทุกข์หรือความตายที่สลดสังเวช จึงเริ่มบำเพ็ญเพียร ประเภทที่ ๔ ตนเองได้รับความทุกข์ที่สลดสังเวช จึงเริ่มบำเพ็ญเพียร มีรายละเอียดในปโตทสูตร<sup>๒๐</sup> ผู้วิจัยเห็นว่าแต่ละคนมีความรับรู้ไม่เท่ากัน พระองค์จึงทรงอนุญาตให้บางคนบวช ด้วยความเห็นภัยในวิภูฏสงสารแล้ว แต่บางส่วนท่านประทานแนวทางแห่งฆราวาสธรรมให้ดำเนิน โดยมีต้องบวช เพราะยังไม่ต้องการหลุดพ้นอย่างรวดเร็วเพราะยังไม่เห็นภัยในวิภูฏสงสารนั่นเอง

(๖) การแบ่งบุคคลโดยแนวทางจริต ๓ โดยถือเอาปปัญจธรรม ๓ ประการคือ ตัณหา มานะ ทิฏฐิ มาเป็นพื้นฐานการแบ่ง โดยแบ่งเป็น ตัณหาจริต มานะจริต และทิฏฐิจริต พบในคัมภีร์ วิมุตติมรรค<sup>๒๑</sup> ซึ่งการแบ่งแบบนี้ถือเอาแรงผลักดันของปปัญจธรรมเป็นสาเหตุหลักนั่นเอง

จากการประมวลร่องรอยในพระไตรปิฎกและคัมภีร์ทางพุทธศาสนาจะเห็นว่า พระพุทธเจ้าได้ทรงจำแนกประเภทของหมู่มนุษย์ออกเป็นกลุ่ม ๆ โดยใช้หลายกฎเกณฑ์ ซึ่งขึ้นอยู่กับโอกาสและสถานการณ์ในการจำแนกประเภท ซึ่งพอจะสรุปได้ในขณะนี้ว่า ในหมู่มนุษย์นั้นสามารถจำแนกคุณสมบัติได้เป็นหลายกลุ่ม โดยแต่ละกลุ่มมีคุณสมบัติเฉพาะตัวที่คล้ายคลึงกัน โดยเมื่อทรงแบ่งบุคคลเป็นหลายประเภทแล้ว ย่อมทรงแนะนำพร่ำสอนด้วยวิธีที่แตกต่างกันออกไปตาม จริตนิสัย พื้นเพ ความแก่กล้าของอินทรีย์ ของบุคคลประเภทนั้นๆ

ดังนั้น หากกล่าวโดยสรุป ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท มีการจำแนกจริตเป็น ๓ แนวทางใหญ่ๆ คือ จริต ๖ จริต ๒ และโดยวิธีการแบ่งอย่างอื่นๆ ตามสถานการณ์ โดยจริต ๖ มุ่งเน้นที่การเจริญสมถกรรมฐาน ๔๐ ส่วนการแบ่งจริตเป็น ๒ มีไว้สำหรับการเจริญสติปัญญาน ส่วนการแบ่งจริตแบบอื่นๆ พระพุทธเจ้าแบ่งไว้เพื่อประโยชน์ในการฝึกสอน

### ๓.๒.๒ จริต ๖ ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

หลังจากที่ได้กล่าวถึงความรู้เบื้องต้นของจริตที่มีปรากฏร่องรอยในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทในหัวข้อที่ผ่านมาแล้ว ในหัวข้อนี้ จะกล่าวถึงจริต ๖ โดยละเอียดต่อไปโดยจะกล่าวถึง (๑) แก่โครงที่มาของเรื่องจริต ๖ (๒) ลักษณะเฉพาะของจริต ๖ (๓) สาเหตุของการมีจริต ๖ ที่แตกต่างกัน (๔) ข้อแนะนำความสัปปายะในการปฏิบัติธรรมของจริต ๖ (๕) ธรรมเนียมที่

<sup>๒๐</sup>อง.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๑๑๓/๑๓๒ พระพุทธเจ้าทรงปรารภมาอาชาไนย (๑) บางตัวเพียงเห็นเงาปลุกก็ตั้งใจรับฟังคำสั่งของสารถิ (๒) บางตัวเพียงถูกแทงปลุกที่ขน ก็ตั้งใจรับฟังคำสั่งของสารถิ (๓) บางตัวเพียงถูกแทงปลุกที่ผิวหนัง ก็ตั้งใจรับฟังคำสั่งของสารถิ (๔) บางตัวเพียงถูกแทงปลุกที่เนื้อถึงกระดูก ก็ตั้งใจรับฟังคำสั่งของสารถิ เปรียบดัง บุษบาอาชาไนย ๔ จำพวกที่รับรู้ความทุกข์และความตายได้อย่างรวดเร็วและรีบหันมาบำเพ็ญเพียรเพื่อออกจากวิภูฏสงสาร

<sup>๒๑</sup> คุรายละเอียดใน พระอุปติสสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๕-๖๒.

เหมาะกับจริต ๖ และ (๖) ปกิณณะที่เกี่ยวกับจริต ๖ ตามลำดับ โดยจะอ้างหลักฐานตามลำดับความสำคัญในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทดังต่อไปนี้ (๑) พระไตรปิฎก<sup>๒๒</sup> (๒) คัมภีร์วิมุตติมรรค<sup>๒๓</sup> (๓) คัมภีร์วิสุทธิมรรค<sup>๒๔</sup> (๔) คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ<sup>๒๕</sup> และ (๖) คัมภีร์ปรมัตถทีปนี<sup>๒๖</sup> ซึ่งในคัมภีร์ต่าง ๆ นั้นมีรายละเอียดมากน้อยต่างกัน แต่เนื้อหาสาระสอดคล้องไปในทางเดียวกัน ซึ่งผู้วิจัยจะนำมากล่าวถึงดังต่อไปนี้

### ๓.๒.๒.๑ เค้าโครงที่มาของเรื่องจริต ๖

ที่มาของเรื่องจริต ๖ นี้มีที่มาในหลักฐานเก่าแก่ที่สุดปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกโดยพระสารีบุตรได้กล่าวยกย่องพุทธคุณ เรื่องพระผู้มีพระภาคทรงมีพระจักขุแจ่มแจ้งด้วยพุทธจักขุนั้นว่า “พระผู้มีพระภาคทรงทราบ (๑) บุคคลนี้มีราคะจริต (๒) บุคคลนี้มีโทสะจริต (๓) บุคคลนี้มีโมหะจริต (๔) บุคคลนี้มีวิตกจริต (๕) บุคคลนี้มีสังขารจริต (๖) บุคคลนี้มีญาณจริต ...”<sup>๒๗</sup>

ซึ่งการกล่าวถึงจริตในพระไตรปิฎกกล่าวไว้เพียงย่อมนั้น และภายหลังได้มีคัมภีร์ชั้นหลังได้แก่คัมภีร์วิมุตติมรรค<sup>๒๘</sup> คัมภีร์วิสุทธิมรรค<sup>๒๙</sup> คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ<sup>๓๐</sup> และ คัมภีร์ปรมัตถทีปนี<sup>๓๑</sup> ได้กล่าวขยายรายละเอียดเรื่องราวของจริต ๖ ได้อีกจำนวนมากดังจะได้ศึกษาต่อในหัวข้อต่อไป

### ๓.๒.๒.๒ ลักษณะเฉพาะของจริต ๖

บุคคลในจริตต่าง ๆ มีลักษณะเฉพาะตัวแตกต่างกันไป ซึ่งสามารถกล่าวถึงรายละเอียดคุณสมบัติที่แตกต่างกันได้โดยประเภทของจริต มี ๖ ประเภทคือ

<sup>๒๒</sup> คุุรายละเอียดใน บ.ม.(ไทย) ๒๕/๑๕๖/๔๓๐ , บ.จ. (ไทย) ๓๐/๘๕/๓๐๔.

<sup>๒๓</sup> คุุรายละเอียดใน พระอุปติสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๕-๖๒.

<sup>๒๔</sup> คุุรายละเอียดใน วิสุทธิ.(ไทย) ๑๖๖-๑๘๒

<sup>๒๕</sup> คุุรายละเอียดใน สงคห.(ไทย) ๕๕

<sup>๒๖</sup> คุุรายละเอียดใน พระญาณธระ, ปรมัตถทีปนี, แปลโดย พระคันธสารากิจวงศ์, พิมพ์ครั้งที่ ๔ (กรุงเทพมหานคร : หจก.ประยูรศาสน์ไทยการพิมพ์, ๒๕๕๒) , หน้า ๘๑๕, ๘๒๒-๘๒๔.

<sup>๒๗</sup> บ.ม.(ไทย) ๒๕/๑๕๖/๔๓๐ , บ.จ. (ไทย) ๓๐/๘๕/๓๐๔

<sup>๒๘</sup> คุุรายละเอียดใน พระอุปติสเถระ, วิมุตติมรรค หน้า ๕๕-๖๒.

<sup>๒๙</sup> คุุรายละเอียดใน วิสุทธิ.(ไทย) ๑๖๖-๑๘๒

<sup>๓๐</sup> คุุรายละเอียดใน สงคห.(ไทย) ๕๕

<sup>๓๑</sup> คุุรายละเอียดใน พระญาณธระ, ปรมัตถทีปนี, หน้า ๘๑๕, ๘๒๒-๘๒๔.

- (๑) รากจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจรากะ
- (๒) โทสจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจโทสะ
- (๓) โมหจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจโมหะ
- (๔) สัทธาจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจศรัทธา
- (๕) พุทธิจريت (ญาณจريتในพระไตรปิฎก) ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจปัญญา
- (๖) วิตกจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจวิตก

ในคัมภีร์วิมุตติมรรค<sup>๓๒</sup> ได้เสนอว่า ในบางกรณีคนเดียวอาจมีจريتที่ผสมผสานกันสองหรือสามจريت ซึ่งอาจจำแนกต่อไปได้อีกว่า

- (๗) รากโทสจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจรากะและโทสะ
- (๘) รากโมหจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจรากะและโมหะ
- (๙) โทสโมหจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจโทสะและโมหะ
- (๑๐) รากโทสโมหจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจรากะ โทสะ และโมหะ
- (๑๑) สัทธาพุทธิจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจศรัทธาและปัญญา
- (๑๒) สัทธาวิตกจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจศรัทธาและวิตก
- (๑๓) พุทธิวิตกจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจปัญญาและวิตก
- (๑๔) สัทธาพุทธิวิตกจريت ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจศรัทธา ปัญญา และวิตก

อนึ่งการระคนกันของจريتต่างๆ ในคนผู้เดียวกัน เป็นเพราะปุถุชนทุกคนมีกิเลสเป็นแรงผลักดันทั้งสิ้น ต่างแต่ว่ากิเลสชนิดใดมีมากกว่าจึงปรากฏออกมาให้เห็นก่อน และเป็นเครื่องผลักดันพฤติกรรมหลักไปในทางนั้น แต่ในขณะที่เดียวกันกิเลสชนิดอื่นก็คอยหาโอกาสที่จะเป็นผู้ผลักดันบ้างเมื่อมีสถานการณ์เหมาะสม ดังนั้นบางคนจึงมีทั้งโทสะ โมหะ และรากะจريتผสมผสานกันไปในนั่นเอง

จريت ๑๔ ประการนี้มีรากฐานมาจากจريت ๖ ในพระไตรปิฎก<sup>๓๓</sup> นำมาขยายสำหรับผู้มีจريتผสมผสาน จึงเกิดจريتมากขึ้นเป็น ๑๔ แต่เมื่อประสงค์จะจัดกลุ่มของจريتทั้ง ๑๔ นั้น คัมภีร์

<sup>๓๒</sup> คุราลละเอียดยใน พระอุปติสสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๕

<sup>๓๓</sup> บ.ม.(ไทย) ๒๕/๑๕๖/๔๓๐ , บ.จ. (ไทย) ๓๐/๘๕/๓๐๔

วิมุตติมรรคได้ย่อลงเหลือ ๗ โดยใช้หลักการในการจัดจัตที่คล้ายกันไว้ด้วยกัน เพื่อสะดวกต่อการอธิบายความต่อไป ส่วนความต่างนั้นเป็นเพียงระดับของปัญญาของจัตที่ถูกจับคู่กันที่แตกต่างกัน ทั้งนี้ได้ย่อจัตจาก ๑๔ ให้เหลือ ๗ ดังนี้

- (๑) รากจัต กับ ศรัทธาจัต
- (๒) โทสจัต กับ พุทธิจัต
- (๓) โมหจัต กับ วิตกจัต
- (๔) รากโทสจัต กับ สัทธาพุทธิจัต
- (๕) รากโมหจัต กับ สัทธาวิตกจัต
- (๖) โทสโมหจัต กับ พุทธิวิตกจัต
- (๗) รากโทสโมหจัต กับ สัทธาพุทธิวิตกจัต<sup>๓๔</sup>

โดยการจัดกลุ่มจัตดังกล่าวข้างต้น ได้อธิบายว่า รากะ กับศรัทธามีความคล้ายกันใน ๓ ลักษณะย่อยคือ (๑) ต่างก็ใฝ่หาความดีมุ่งสิ่งดีเลิศ (๒) มีลักษณะยึดมั่นเอาไว้ (๓) ไม่ผลัดใส ส่วนโทสกับพุทธิจัต จัดเป็นกลุ่มเดียวกันเพราะ (๑) มีลักษณะใฝ่หาข้อผิดพลาด (๒) ไม่ยึดมั่นในสิ่งที่ดี (๓) ผลัดใส ส่วนโมหะและวิตกก็จัดเป็นกลุ่มเดียวกันเพราะมีความไม่มั่นคง และเคลื่อนไหว หากจะย่อการรวมกลุ่มลงอีก จะเหลือ ๓ กลุ่ม คือ รากจัต โทสจัต โมหจัต<sup>๓๕</sup>

ส่วนในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้เรียกชื่อการแบ่งต่างไปเล็กน้อยคือการเรียกในฐานะคำนามใช้คำว่าจริยา ๖ ประการ ได้แก่รากจริยา โทสจริยา โมหจริยา เป็นต้น และเรียกในฐานะคำคุณศัพท์ว่าจัต เช่น รากจัตบุคคล โทสจัตบุคคล โมหจัตบุคคล แต่ไม่เห็นด้วยกับการแจกจัตเป็น ๑๔ กระนั้นก็ตามกลับเห็นพ้องกับการสรุปย่อจัตเหลือ ๗ คือรวมรากจัตเข้ากับศรัทธาจัต โทสจัตรวมเข้ากับพุทธิจัต และโมหจัตรวมเข้ากับวิตกจัต<sup>๓๖</sup>

พระพุทธโฆษาจารย์ อธิบายเพิ่มเติมในคัมภีร์วิสุทธิมรรค เรื่องการจัดหมวดหมู่จัตไว้ว่า คนรากจัตมีความคล้ายคลึงกับคนศรัทธาจัต สำหรับคนรากจัตขณะที่กุศลจิตเกิดขึ้นจะมีกำลังศรัทธามาก เนื่องจากศรัทธามีลักษณะพื้นฐานใกล้เคียงกับรากะ เพราะรากะยอมทำให้เชื่อใจจิตใจในอารมณ์ ส่วนศรัทธาก็ทำให้เชื่อใจจิตใจในความดีเช่นกัน รากะยอมแสวงหาวัตถุตาม ขณะที่

<sup>๓๔</sup> พระอุปติสสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๕

<sup>๓๕</sup> ศิกขารายละเอียดใน พระอุปติสสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๕-๕๖.

<sup>๓๖</sup> วิสุทธิ.(ไทย) ๑๖๖-๑๖๘.

ศรัทธาก็ย่อมแสวงหาคุณมีศีลเป็นต้น และระคาย่อมไม่ละวางซึ่งสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ขณะที่ศรัทธาก็ไม่ละวางซึ่งสิ่งที่เป็นประโยชน์ คนโทสจริตมีส่วนคล้ายคลึงกับคนพุทธิจริต เพราะขณะที่กุศลจิตเกิดขึ้นคนโทสจริตก็มักมีกำลังปัญญามาก เนื่องจากปัญญามีลักษณะพื้นฐานใกล้เคียงกับโทสะ ฝ่ายอกุศลโทสะไม่เหยื่อใย ไม่คิดอารมณ์ ในฝ่ายกุศล ปัญญาที่ไม่เหยื่อใย ไม่คิดข้องในขั้นโทสะย่อมแสวงหาแต่โทษ แม้ที่ไม่มีจริง ปัญญาที่ย่อมแสวงหาแต่โทษที่มีจริง และโทสะย่อมเป็นไปได้อาการดำหนิ เห็นโทษ เห็นข้อบกพร่องของสัตว์ ปัญญาที่ย่อมมีอาการดำหนิ เห็นโทษ เห็นข้อบกพร่องของสังขารเช่นกัน โมหจริตบุคคลมีส่วนคล้ายกับวิตกจริตบุคคล เมื่อโมหจริตบุคคลเพียรพยายามเพื่อทำให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้นนั้นย่อมมีวิตกเกิดขึ้นมาก ทั้งนี้ เพราะวิตกมีลักษณะใกล้เคียงกับโมหะ ขยายความว่า โมหะเป็นสภาพไม่ตั้งมั่น เพราะหลงเข้าไปรับรู้ในอารมณ์ต่างๆ มากมาย วิตกก็เป็นสภาพไม่ตั้งมั่นเพราะตริตริกนี้ไปโดยประการต่างๆ เช่นกัน และโมหะเป็นสภาพไหวหวั่นเพราะไม่หยั่งลงมั่นในอารมณ์ ส่วนวิตกก็เป็นสภาพไหวหวั่นเพราะกำหนดอารมณ์รวดเร็วเช่นกัน<sup>๓๗</sup>

ลักษณะเด่นของคนแต่ละจริตในคัมภีร์วิมุตติมรรคกล่าวไว้มี ๗ ประการคือ (๑) ลักษณะการมองดูรูป (๒) กิเลส (๓) ลักษณะการเดิน (๔) ลักษณะการนุ่งห่ม (๕) ลักษณะการบริโภคน้ำ (๖) การงาน (๗) การนอนหลับ<sup>๓๘</sup> ซึ่งสามารถสรุปเปรียบเทียบได้ดังตารางต่อไปนี้

<sup>๓๗</sup> วิสุทธิ.(ไทย) ๑๖๘.

<sup>๓๘</sup> ศีลขารายละเอียดใน พระอุปติสสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๘-๖๑



ลักษณะเด่น	ราคะจริต/ศรัทธาจริต	โทสะจริต/พุทธิจริต	โมหะจริต/วิตกจริต
การมองดูรูป	มองนาน/หาข้อดี	มองไม่นาน/เห็นข้อเสีย	คล้อยตามคนอื่น
กิเลส	ริษยา มานะ มายา สาโลย มักมาก	โกรธ พยาบาท มักจะ ตระหนี่ อุปนาคะ	ถีนมิตะ อุทัจจกุกกุจ วิจิจฉา โมหะ
การเดิน	ยกเท้าเร็ว ก้าว สม่ำเสมอ สง่างาม	ยกขากระตุก เขยิบลง ผลุนผลัน กระแทกสั่น	ยกเท้าขึ้นและลงปิดไป ปิดมา
การนุ่งห่ม	ไม่ใช่ของเก่าหรือขาด ไม่ห้อยรุ่มร่าม น่าดูชม	นุ่งห่มรวดเร็ว ไม่ เรียบร้อย ไม่น่าดูชม	นุ่งห่มเชื่องช้า ไม่ เรียบร้อย ไม่น่าดูชม
การบริโภค	เรียบร้อย พอใจในรส แม้ไม่อร่อย	ไม่เรียบร้อย คำโต ถ้า ไม่อร่อยจะไม่พอใจ	ไม่เรียบร้อย คำเล็ก เลอะเทอะไม่สำรวม
การงาน(ปิดกวาด)	จับไม้กวาดพอดี ไม่รีบ ร้อน กวาดสะอาด เรียบร้อย	เร่งรีบ รวดเร็ว กวาด เสียงดัง สะอาด แต่ไม่ เรียบร้อยสม่ำเสมอ	กวาดเชื่องช้า ไม่ สะอาด ไม่เรียบร้อย สม่ำเสมอ
การนอน	เตรียมที่นอนเรียบร้อย ค่อย ๆ เอนกายลงนอน ถ้าถูกปลุกจะลุกทันที และตอบแบบไม่เต็มใจ	เตรียมที่นอนรีบร้อนรีบ นอน เวลาหลับน่านิ้ว คิ้วขมวด ถ้าถูกปลุกจะ ลุกทันทีทันใด และ ตอบแบบไม่พอใจ	ไม่เตรียมที่นอน เรียบร้อย หลับแขนขา ถ่าง ถ้าถูกปลุกจะบ่น พึมพำและใช้เวลานาน จึงตอบ

ตารางที่ ๓.๑ แสดงการแจกแจงลักษณะเด่นของคนแต่ละจริตที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรค

ส่วนในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้อธิบายรายละเอียดคล้ายกับในคัมภีร์วิมุตติมรรค จะกล่าวไว้เฉพาะในส่วนที่แตกต่าง และส่วนเพิ่มเติมนอกเหนือจากในคัมภีร์วิมุตติมรรค สรุปได้ดังนี้<sup>๓๕</sup>

ลักษณะเด่น	ราคะจริต/ศรัทธาจริต	โทสะจริต/พุทธิจริต	โมหะจริต/วิตกจริต
ลักษณะการเดิน	เดินเรียบร้อย วางเท้า สม่ำเสมอ รอยเท้าเข้า กลาง	เดินเหมือนเอาปลายเท้า จุดดินไป เดินเร็ว รอยเท้าจิกปลายลง	เดินส่ายยกและวาง เหมือนคนสะดุ้งตกใจ รอยเท้าหนักทางสั้น
ลักษณะการยืน และ การนั่ง	มีอาการหวนตา น่า เลื่อมใส	มีอาการแข็งกระด้าง	มีอาการชุ่มซำม
การทำงานทั่วไป	ทำอย่างละเอียดลออ เรียบร้อย สม่ำเสมอ ตั้งใจ	ทำอย่างเคร่งเครียด เข้มแข็ง แต่ไม่ สม่ำเสมอ	มักทำไม่ละเอียดลออ งุ่มง่าม ไม่สม่ำเสมอ และไม่มีความเพียร
รสชาติที่พึงใจเมื่อ บริโภค	ชอบอาหารที่มีรส หวานจัด	ชอบอาหารที่ไม่ปราณีต มีรสเปรี้ยว	ไม่ชอบรสอะไรที่ แน่นอน
อกุศลธรรม (สำหรับราคะจริต โทสะจริต และ โมหะจริต)	เสแสร้ง โอ้อวด ถือตัว ปรารถนาลามก มัก มาก ไม่สันโดษ แง งอน มีเล่ห์เหลี่ยม	ความโกรธ ความผูก โกรธ ความลบหลู่ ความดีเสมอ ความ ริษยา ความตระหนี่	หดหู่ เชื่องซึม ความ ฟุ้งซ่าน ไร้ความ ความสงสัย ความ ยึดถือมั่นด้วยสำคัญผิด ความไม่ปล่อยวาง
กุศลธรรมสำหรับคน ศรัทธาจริต พุทธิจริต อกุศลธรรมสำหรับ วิตกจริต	ความเสียสละเด็ดขาด ความใคร่เห็นพระอริย เจ้าทั้งหลาย ความใคร่ ฟังพระสัทธรรม ความ มากไปด้วยปราโมทย์ ไม่โอ้อวด ไม่มีมารยา ความเลื่อมใส	เป็นผู้ว่างาย มีมิตรดี รู้จักประมาณในการ บริโภค ความมี สติสัมปชัญญะ ความ หมั่นประกอบความ เพียร ความตั้งเวช มี ความเพียร โดยแยบคาย	มากไปด้วยการพูด ยินดีในหมู่คณะ ไม่ ยินดีในการภาวนา มี การทำงานไม่แน่นอน กลางคืนเป็นวัน กลางวันเป็นไฟ ความคิดฟุ้ง

ตารางที่ ๓.๒ แสดงการแจกแจงคุณสมบัติเฉพาะของคนแต่ละจริตที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

<sup>๓๕</sup>วิสุทธิ.(ไทย) ๑๗๓-๑๗๗.

### ๓.๒.๒.๓ สาเหตุความแตกต่างของจริต ๖

สาเหตุของจริยา หรือจริตที่ต่างกันมี ๓ ประการที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรคกล่าวไว้คือ

(๑) อคติกรรมและความเคยชิน มีผลต่อจริต คือคนที่เคยสั่งสมอุบายที่น่ารัก หรือจตุมาจจากสวรรค์ มีแนวโน้มเป็นราคะจริต คนที่เคยสั่งสมอกุศลด้านโทสะ และผู้จตุมาจากนรกหรืองู มีแนวโน้มเป็นโทสจริต และผู้ที่สั่งสมการค้ำน้ำมา ไม่ได้มีการศึกษา หรือจตุจากกำเนิดเดรัจฉาน มีแนวโน้มเป็นโมหจริต

(๒) ชาติ ผู้ที่มีชาติดินและน้ำเพิ่มสูง มีแนวโน้มเป็นโมหจริต ชาติลมและไฟสูง มีแนวโน้มเป็นโทสะจริต และชาติเสมอกัน มีแนวโน้มเป็นราคะจริต

(๓) โทษในร่างกาย ผู้มีเสมหะมากกว่าปกติเป็นราคะจริต ผู้มีน้ำดีมากกว่าปกติเป็นโทสจริต [คนไทยเรียกบ้าดีเดือดหมายถึงโทสะมาก] ผู้ที่มีลมมากกว่าปกติเป็นโมหจริต<sup>๔๐</sup>

ส่วนในคัมภีร์วิสุทธิมรรคไม่เห็นด้วยกับสาเหตุทั้ง ๓ ประการข้างต้น แต่ได้ให้ความเห็นว่ากรรมอันคุ้นเคย เป็นเหตุให้ได้ปฏิสนธิวิบาก เป็นเหตุแห่งจริต หรือกล่าวโดยสรุปย่อว่า อุปนิสัย และการคุ้นชินกับกุศลกรรม (อโลภะ อโทสะ อโมหะ) หรืออกุศลกรรม (ราคะ โทสะ โมหะ) ที่เคยสั่งสมมาแต่อดีตชาติ ย่อมมีผลมาถึงปฏิสนธิจิต ก่อให้เป็นคนในจริตต่างๆ และมีอินทรีย์ที่ต่างกันไปตามเหตุปัจจัยที่มาจากความคุ้นชินและการสั่งสมอบรมมา<sup>๔๑</sup>

### ๓.๒.๒.๔ ข้อเสนอแนะความสัปปายะในการปฏิบัติธรรมของจริต ๖

ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติตนของคนแต่ละจริต ในคัมภีร์วิมุตติมรรคได้ให้ข้อคิดในการปฏิบัติตนให้เป็นที่สบายต่อจริตไว้มากมายหลายประการ กล่าวโดยสรุปเพื่อกำจัดจุดอ่อนออกไปเสียเช่นหากเป็นคนราคะจริต ก็ควรบริโภคน้ำและใช้สอยของที่หยาบกระด้างไม่ปราณีต เพื่อลดความคิดอกคิดใจ หากเป็นคนโทสจริตควรบริโภคน้ำใช้สอยสิ่งดีปราณีต เพื่อกันปฏิฆะ สรุปเป็นตารางนี้<sup>๔๒</sup>

<sup>๔๐</sup> ศิกษารายละเอียดใน พระอุปติสสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๘

<sup>๔๑</sup> วิสุทธิ.(ไทย) ๑๖๕-๑๗๓.

<sup>๔๒</sup> ศิกษารายละเอียดใน พระอุปติสสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๘, หน้า ๖๑-๖๒.

ข้อแนะนำสำพะเรื่อง	ราคะ(ศรัทธา)	โทสะ(พุทธิ)	โมหะ(วิตถ)
การครองจีวร	ใช้จีวรปอนๆ นุ่งห่มเป็นปริมณฑล ไม่ควรใช้จีวรสีศดใส	ระมัดระวังรายละเอียด มีความสะอาดสีศดใส นุ่งห่มเป็นปริมณฑล	ควรพอใจตามมีตาม ได้
บิณฑบาต	ควรบิณฑบาตด้วย อาการสุภาพเรียบร้อย ไม่ควรมุงให้ได้อาหาร สะอาดมีรสอร่อย รับบิณฑบาตนิคหน้อย	มุงให้ได้อาหาร ประณีต บริสุทธี รศชาติกลมกล่อม รับบิณฑบาตมากเท่าที่ ต้องการ	ควรพอใจตามมีตาม ได้
สถานที่นอนและนั่ง	ใต้ต้นไม้ริมน้ำที่ ราบเรียบ ต้นไม้ปกคลุมสงบ สังัด วิหารที่ยังไม่แล้วเสร็จ ที่ซึ่งไม่มีเตียง	ใต้ต้นไม้ริมน้ำที่ ราบเรียบ วิหารที่สร้างเสร็จ ที่ซึ่งมีเตียงและผ้าปู นอน	อยู่ใกล้ชิดกับครุบา อาจารย์จะได้อาศัย ท่านเป็นที่พึ่ง
ที่พัก (ล้างแรมเมื่อเดินจาริก)	ควรเป็นที่ม็เครื่องคั้ม และอาหารสามัญง่ายๆ เดินบิณฑบาตรควร หันหน้าสู่แสงตะวัน สถานที่เลว	ควรเป็นที่ม็เครื่องคั้ม และอาหารบริบูรณั เดินบิณฑบาตรไม่ควร หันหน้าสู่แสงตะวัน สถานที่ม็คนศรัทธา	ควรพอใจตามมีตาม ได้
อิริยาบถ	ยืน และเดิน ไปมา	นั่งหรือนอน	เดิน

ตารางที่ ๓.๓ แสดงข้อแนะนำสำหรับคนแต่ละจริตที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรค

ส่วนข้อเสนอสำหรับความสัปปายะของคนจรตทั้ง ๖ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้อธิบายโดยละเอียดโดยแยกเป็นสัปปายะสำหรับคนแต่ละจรต จึงขอเก็บเอารายละเอียดในคัมภีร์วิสุทธิมรรค เฉพาะส่วนที่แตกต่าง และเพิ่มเติมจากคัมภีร์วิมุตติมรรค ดังต่อไปนี้

### (ก) ธรรมเป็นที่สบายของคนจรต

ผู้มีระจจรต โดยปกติจะเป็นคนเรียบร้อยร้วร้งงาม จึงควรแก่การใช้ปัจจัย ๔ ที่ไม่ปราณีตนัก เพื่อทรมานกิเลส เช่นเสนาสนะ ให้ใช้ชนิดที่ไม่ปราณีต เป็นของหยาบ ๆ เพื่อไม่ให้จิตใจพอใจจนเกิดระจจรตในเสนาสนะ เช่น ชนิดที่ตั้งอยู่กับพื้นดิน ชายคารอบ ๆ ไม่ล้างเช็ด ไม่ทำกันสาด เป็นกุฏิมุงหญ้า เป็นบรรณศาลาที่มุงบังด้วยใบตองอย่างใดอย่างหนึ่ง อยู่ทีดอน มีทางสกปรกและสูง ๆ ต่ำ ๆ รูปร่างไม่ดี สีไม่งาม ที่พอแต่เพียงแลเห็นก็ให้เกิดความรังเกียจ ส่วนฝ้านุงและฝ้าห่ม ให้ใช้ชนิดที่ชนิดที่ขาดแหงที่ชาย มีเส้นด้ายสัสน มีสัมผัสสากเหมือนปอปาน เป็นฝ้าเสร้าห่มองและหนัก รักษาลำบาก บาดร ควรใช้บาดรชนิดที่สีไม่งาม หรือบาดรเหล็กชนิดที่ทำลายความงามเสียด้วยแนวตะเข็บและหมุด เป็นบาดรที่หนัก ทรวดทรงไม่ดี น่าเกลียด เส้นทางสำหรับไปบิณฑบาต ก็ให้เป็นทางที่ไม่น่าพอใจ ห่างไกลหมู่บ้าน ขรุขระไม่เรียบร้อย หมู่บ้านที่ไปรับบิณฑบาต ก็ควรเป็นหมู่บ้านที่ไม่ค่อยมีคนศรัทธา โยมอุปัฏฐาก ก็ควรเป็นพวกทาสหรือกรรมกร ที่มีผิวพรรณดำไม่น่าดู ฝ้านุงสกปรก เหม็นสาบ น่าเกลียดจจรจจร ประณินบัคเคี้ยงดูด้วยอาการไม่ยำเกรง กัดดาหาร ข้าวต้มข้าวสวยและของเคี้ยว ก็ควรเป็นชนิดที่เลว สีสนไม่ดี ที่ทำด้วยข้าวชั้นเลว ข้าวปลายเกวียนเป็นต้น เปรียงบูด ผักเคี้ยนคอง แกงผักเก่า ๆ ชนิดใดชนิดหนึ่งเพียงอย่างเดียว พอให้เต็มท้องเท่านั้น แม้อริยาบถ อิริยาบถยืนหรืออิริยาบถเดิน เหมาะสมกับคนจรต อารมณกัมมัฏฐาน เป็นอารมณชนิดใดชนิดหนึ่ง ในวระณกลิตทังหมด มีนิกลิตเป็นต้น ชนิดที่มีสีไม่สะอาดตา เหมาะสมแก่คนจรต นี้คือธรรมเป็นที่สบายของคนจรต<sup>๓</sup>

### (ข) ธรรมเป็นที่สบายของคนโทสจรต

คนโทสจรต เป็นผู้โกรธง่าย ดังนั้นปัจจัยสี่อันเป็นที่สบายจึงต้องสวยงามสะอาด เรียบร้อยเป็นหลัก โดยเสนาสนะ สำหรับคนโทสจรตนั้นควรเป็นชนิดที่มีร่มเงา เรียบร้อย งามด้วยจิตรกรรมนานาชนิด มีพื้นเรียบ เกลี้ยงเกลา เครื่องปลูกและเตียงตั้งจัดแจงแต่งไว้อย่างดี สะอาดน่ารื่นรมย์ ซึ่งพอเห็นเท่านั้นก็ให้เกิดความปีติปราโมช แม้ทางสำหรับเสนาสนะ ควรมีพื้นสะอาดและลมฟ้าเสมอ ประดับตกแต่งเรียบร้อย แม้เครื่องใช้สำหรับเสนาสนะ ในที่นี้ ก็ไม่ต้องมีมากนัก มีเพียงเตียง และตั้งตัวเดียวก็พอ ทั้งนี้เพื่อตัดไม่ให้เป็นที่อาศัยของจำพวกสัตว์ต่างๆ เช่นแมลงสาบ เรือด งู

<sup>๓</sup> ศักขารายละเอียดใน วิสุทธิ.(ไทย) ๑๑๘-๑๑๙

และหนูเป็นต้น ฟ้านุ่งและผ้าห่ม ก็เป็นประเภทผ้าเมืองจีน ผ้าเมืองโสมมาร ผ้าไหม ผ้าฝ้ายและผ้าเปลือกไม้อย่างละเอียด ซึ่งเป็นของประณีตชนิดใดๆ ก็ตาม เอาผ้าชนิดนั้นๆ มาทำเป็นชั้นเดียวหรือสองชั้น เป็นผ้าเบา ย่อมดี มีสีสะอาด ควรแก่สมณะ บาดร เป็นชนิดบาดรเหล็ก มีทรวดทรงดีเหมือนต่อมน้ำ เกลี้ยงเกลาเหล่าหล่อเหมือนแก้วมณี ไม่มีสนิม มีสีสะอาดควรแก่สมณะ ทางสำหรับไปบิณฑบาต ก็เป็นหม้อบ้านที่มีคนศรัทธาและให้ทานโดยความเคารพ คนปรนนิบัติเลี้ยงดู ควรเป็นคนรูปร่างสะสวย นำเลื่อมใส อาบน้ำชำระกายดีแล้ว ล้วนแต่สะอาด มีปกติทำการปรนนิบัติด้วยความเคารพ คนปรนนิบัติเลี้ยงดูเช่นนั้น จึงเป็นที่สบายแก่คนโทสจริต แม้ข้าวต้มข้าวสวยและของเคี้ยว ก็เป็นชนิดที่มีสีต้องตา ถึงพร้อมด้วยกลิ่นและรส มีโอชาน่าชอบใจ ประณีตโดยประการทั้งปวง และเพียงพอแก่ความต้องการจึงเหมาะสมแก่คนโทสจริต แม้อริยาบถ ก็ต้องเป็นอริยาบถนอนหรืออริยาบถนั่ง จึงเหมาะสมแก่คนโทสจริต อารมณ์กัมมัฏฐาน เป็นอารมณ์ชนิดใดชนิดหนึ่ง ในวรรณกลีลาทั้งหลาย มีนิตกถเป็นต้น ซึ่งเป็นชนิดที่มีสีสะอาดหมดจดเป็นอย่างดี นี่คือธรรมเป็นที่สบายของคนโทสจริต <sup>๔๔</sup>

#### (ค) ธรรมเป็นที่สบายของคนโมหจริต

สำหรับคนโมหจริตนั้น เสนาสนะต้องหันหน้าสู่ทิศไม่คับแคบ ที่เมื่อนั่งแล้วทิศย่อมปรากฏโล่งสว่าง ในบรรดาอริยาบถ ๔ อริยาบถเดินจึงเหมาะสม ส่วนอารมณ์กัมมัฏฐานขนาดเล็กย่อมไม่เหมาะสมแก่คนโมหจริต เพราะเมื่อโอกาสคับแคบ จิตก็จะถึงความมึนงงยิ่งขึ้น เพราะฉะนั้นดวงกสิณขนาดใหญ่กว้างมากจึงจะเหมาะสม ประการที่เหลือ มีเสนาสนะเป็นต้น มีลักษณะเช่นเดียวกันกับการที่ได้แสดงไว้แล้วสำหรับคนโทสจริตนั้นแล นี่คือธรรมเป็นที่สบายสำหรับคนโมหจริต <sup>๔๕</sup>

#### (ง) ธรรมเป็นที่สบายของคนศรัทธาจริต พุทธิจริต และวิตกจริต

วิธีที่ได้แสดงมาแล้วในคนโทสจริตแม้ทุก ๆ ประการ จัดเป็นธรรมเป็นที่สบายสำหรับคนศรัทธาจริตด้วย แหะในบรรดาอารมณ์กัมมัฏฐานทั้งหลาย เฉพาะอนุสสติกัมมัฏฐานจึงจะเหมาะสมแก่คนศรัทธาจริต

สำหรับคนพุทธิจริตนั้น ไม่มีข้อจะต้องกล่าวว่า ในบรรดาสัพปาเยทั้งหลายมีเสนาสนะสัพปาเยเป็นต้น สิ่งนี้ย่อมไม่เป็นที่สบายแก่คนพุทธิจริตดังนี้

<sup>๔๔</sup> ศึกษารายละเอียดใน วิสุทฺธิ.(ไทย) ๑๗๕-๑๘๐.

<sup>๔๕</sup> ศึกษารายละเอียดใน วิสุทฺธิ.(ไทย) ๑๘๐-๑๘๑.

สำหรับคนวิตกจริตนั้น เสนาสนะไม่ควรเป็นที่โล่ง เพราะจะมองเห็นภาพได้ หลากหลายทำให้เกิดความฟุ้งซ่านง่าย วิตกจริตบุคคลพึงอยู่ในเสนาสนะที่ตั้งอยู่ในชอกเขาลึก มีป่า กำบัง เช่นเงื้อมเขาห้องซ่างและ เป็นต้น แม้อารมณ์กัมมัฏฐานชนิดกว้างใหญ่ก็ไม่เหมาะสมแก่คน วิตกจริต เพราะอารมณ์เช่นนั้นย่อมเป็นปัจจัยทำให้จิตแล่นพล่านไปด้วยอำนาจแห่งวิตก แต่อารมณ์ ชนิดเล็กจึงจะเหมาะสม ประการที่เหลือ เหมือนกับที่ได้แสดงมาแล้วสำหรับคนราคะจริต<sup>๔๖</sup>

### ๓.๒.๒.๔ กรรมฐานที่เหมาะสมกับจริต ๖

เมื่อกล่าวถึงจริต ทั้ง ๖ กับกรรมฐานที่เหมาะสมแก่จริตนั้นผู้วิจัยได้ค้นคว้าแล้วพบ หลักฐานการกล่าวถึงในพระไตรปิฎก ซึ่งมีรากฐานมาจากทัศนะของพระสาวกที่ได้อธิบายยกย่อง พุทธคุณ เรื่องพระผู้มีพระภาคทรงมีพระจักขุแจ่มแจ้งด้วยพุทธจักขุ ซึ่งปรากฏพระไตรปิฎกดังจะ ขอยกมาดังนี้

พระผู้มีพระภาคทรงทราบว่า (๑) บุคคลนี้มีราคะจริต (๒) บุคคลนี้มีโทสะจริต (๓) บุคคลนี้มี โมหะจริต (๔) บุคคลนี้มีวิตกจริต (๕) บุคคลนี้มีสังขารจริต (๖) บุคคลนี้มีญาณจริต พระผู้มี พระภาคย่อมตรัสสุกฤดาแก่ บุคคลราคะจริต ตรัสการเจริญเมตตาแก่บุคคลโทสะจริต ย่อม ทรงแนะนำบุคคลโมหะจริตให้ดำรงอยู่ในการเล่าเรียน การไต่ถาม การฟังธรรมตามกาล การ สนทนาธรรมตามกาล การอยู่ร่วมกับครู ย่อมตรัสอานาปานสติแก่บุคคลวิตกจริต ตรัสบอก นิमितที่น่าเลื่อมใสความตรัสรู้ชอบของพระพุทธรเจ้า ความเป็นธรรมดีแห่งพระธรรมการ ปฏิบัติชอบของพระสงฆ์ และศีลของตนแก่บุคคลสังขารจริต ย่อมตรัสนิमितแห่งวิปัสสนา มี อากาโรไม่เที่ยง มีอาการเป็นทุกข์ มีอาการเป็นอนัตตาแก่บุคคลญาณจริต<sup>๔๗</sup>

ในภาพที่ ๒.๑ ผู้วิจัยได้จัดทำแผนภาพเกี่ยวกับจริต และสิ่งที่พระพุทธรเจ้าแนะนำให้คน แต่ละจริตไปเจริญภาวนา หรือศึกษาเพิ่มเติม อันเป็นที่สบายแก่จริต

<sup>๔๖</sup> ศึกษารายละเอียดใน วิสุทธิ.(ไทย) ๑๘๑-๑๘๒.

<sup>๔๗</sup> พ.ม.(ไทย) ๒๕/๑๕๖/๔๓๐ , พ.จ. (ไทย) ๓๐/๘๕/๓๐๔

จริต	สิ่งที่พระพุทธเจ้าแนะนำ
ราคจริต	อสุภกรรมฐาน
โทสจริต	การเจริญเมตตา
โมหจริต	การเรียนรู้ ไต่ถาม ฟังธรรมตามกาล การสนทนาธรรมตามกาล การอยู่ร่วมกับครู
วิตกจริต	อานาปานสติ
สังขารจริต	พุทธานุสสติ ธรรมานุสสติ สังฆานุสสติ ศีลानุสสติ
ญาณจริต	นิมิตแห่งวิปัสสนา มีอาการไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ภาพที่ ๓.๑ แสดงการจำแนกจริตและกรรมฐานที่พระพุทธเจ้าทรงแนะนำ<sup>๘๘</sup>

ส่วนในคัมภีร์วิมุตติมรรค ได้อาศัยเค้าโครงจากพระไตรปิฎกดังกล่าวข้างต้น มาขยายเพิ่มเติมกัมมัฏฐานที่ควรเจริญและควรงดเว้นสำหรับคนแต่ละจริตไว้ดังนี้

บุคคลราคจริต ผู้มีอินทรีย์อ่อนควรเจริญอสุภสัญญา ๑๐ เพื่อข่มราคะ และกายคตาสติ ไม่ควรเจริญอัปมัฏญา ๔ เพราะนิมิตของอัปมัฏญาเป็นสิ่งดงาม

บุคคลโทสจริต ผู้มีอินทรีย์อ่อนควรเจริญอัปมัฏญา ๔ เพราะจะข่มโทสะได้ หรือวิณณกสิณ เพราะจิตอ่อนไปในกัมมัฏฐานนั้น ผู้มีอินทรีย์แก่กล้าควรปฏิบัติอายตนะพิเศษ(อรูปกรรมฐาน) แต่ไม่ควรเจริญอสุภสัญญา ๑๐ เพราะจะเกิดปฏิฆสัญญา

<sup>๘๘</sup>พ.ม.(ไทย) ๒๕/๑๕๖/๔๓๐ , พ.จ. (ไทย) ๓๐/๘๕/๓๐๔



บุคคลโมหจริต ผู้ไม่มีอินทรีย์ เป็นผู้ยังไม่ได้ตั้งสมอบรมปัญญาด้วยการศึกษา ยังไม่ควรปฏิบัติกัมมัญฐาน ควรทำการศึกษาพระธรรม ฟังธรรมตามกาล ควรอยู่กับอาจารย์เพื่อสั่งสมปัญญา และอาจารย์พึงมอบกรรมฐานให้ภายหลังสักหนึ่งประการ และเห็นว่ามรณสติ และ จตุธาตุวัญฐาน เหมาะสมเป็นพิเศษ

บุคคลศรัทธาจริต และ บุคคลราคะจริต ผู้มีอินทรีย์แก่กล้า ควรปฏิบัติอนุสสติ ๖ เริ่มด้วย พุทธานุสสติ

บุคคลพุทธิจริตควรปฏิบัติ จตุธาตุวัญฐาน อาหารเรปฏิกูลสัญญา มรณสติ และอุปमानุสสติ และไม่ควรถูกห้ามกัมมัญฐานใดๆเลย

บุคคลวิตกจริต หรือ โมหจริตมีอินทรีย์อ่อน ควรปฏิบัติอานาปานสติ เพราะสามารถกำจัดความฟุ้งซ่านได้<sup>๔๕</sup>

ส่วนในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและอภิธรรมมัตถสังคหะ กล่าวถึงกรรมฐาน ๔๐ ประการ และกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตทั้ง ๖ ไว้ ดังนี้

คนราคะจริต เหมาะกับกรรมฐาน ๑๑ ประการ คือ อสุภ ๑๐ และ กายคตาสติ

คนโทสะจริตเหมาะสมกับกรรมฐาน ๘ ประการ คือพรหมวิหาร ๔ และวรรณกสิน ๔ (อันมี กสิณสี่ เขี้ยว เหลือง แดง ขาว )

คนโมหจริต และ วิตกจริต เหมาะกับ อานาปานสติ

คนศรัทธาจริตเหมาะสมกับ อนุสสติ ๖ ( พุทธานุสสติ ธรรมานุสสติ สังฆานุสสติ สीलานุสสติ จาคานุสสติ เทวดานุสสติ)

คนพุทธิจริต เหมาะกับ มรณสติ อุปमानุสสติ จตุธาตุวัตถาน อาหารเรปฏิกูลสัญญา

ส่วนกรรมฐานที่เหลือคือ กสิณ ๖ อรูป ๔ เหมาะกับคนทุกจริต ส่วนกสิณขนาดเล็กเท่า ขันโอ เหมาะสมแก่คนวิตกจริต กสิณขนาดใหญ่กว่าขันโอจนถึงจานข้าวเหมาะกับคนโมหจริต<sup>๔๖</sup>

ดังนั้นหากประมวลจริตทั้ง ๖ กับกรรมฐานที่เหมาะสมกับแต่ละจริตไว้ด้วยกันโดยเปรียบเทียบที่มาจะสามารถสรุปได้ดังตารางต่อไปนี้

<sup>๔๕</sup> ศึกษารายละเอียดใน พระอุปติสสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๖๑-๖๒.

<sup>๔๖</sup> วิสุทธิ.(ไทย) ๑๕๑., สง.กท. (ไทย) ๑๐๑-๑๐๒

จริต	พระสารีบุตร(ไตรปิฎก)	วิมุตติมรรค	วิสุทธีมรรค
ราคจริต	อสุภกรรมฐาน	อสุภสังขยา ๑๐ และ กายคตาสติ ไม่ควร เจริญอัปปมัญญา ๔	อสุภสังขยา ๑๐ และ กายคตาสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
โทสจริต	เมตตา	ผู้มีอินทรีย์อ่อนควร เจริญอัปปมัญญา ๔ หรือวิมุตติกสิณ ผู้มี อินทรีย์แก่ควรฝึกอรูป กรรมฐาน แต่ไม่ควร เจริญอสุภสังขยา ๑๐	พรหมวิหาร ๔ และ วิมุตติกสิณ ๔ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
โมหจริต	การเรียนรู้ ไต่ถาม ฟัง ธรรมตามกาล การ สนทนาธรรมตามกาล การอยู่ร่วมกับครู	ควรทำการศึกษาพระ ธรรม ฟังธรรมตาม กาล ควรอยู่กับอาจารย์ (หากมีปัญหาแล้ว) ควรฝึกมรณสติ และ จตุธาตุววัฏฐาน	อานาปานสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
สัทธาจริต	อนุสสติ ๔ พุทธานุสสติ ธรรมานุสสติ สังฆานุส สติ สีลานุสสติ	อนุสสติ ๖ (เพิ่ม จากานุสสติ และ เทวดานุสสติ)	อนุสสติ ๖ (เพิ่ม จากานุสสติ และ เทวดานุสสติ) (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
ญาณจริต/พุทธิจริต	นิมิตแห่งวิปัสสนา มี อาการไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา	จตุธาตุววัฏฐาน อา หารปฏิกูลสังขยา มรณสติ และ อุปสมานุสสติ	จตุธาตุววัฏฐาน อา หารปฏิกูลสังขยา มรณสติ และอุป สมานุสสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
วิตกจริต	อานาปานสติ	อานาปานสติ	อานาปานสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)

ตารางที่ ๓.๔ กรรมฐานที่เหมาะสมกับจริต แยกตามคัมภีร์

### ๓.๒.๒.๕ ปกิณกะที่เกี่ยวกับจรีต ๖

จากการประมวลข้อมูลที่ผ่านมาทั้งหมด สามารถสรุปได้ว่า จรีต ๖ น่าจะมีที่มาในยุค พุทธกาล โดยพระสารีบุตรเป็นผู้จำแนกจรีตและพุทธวิธีที่พระพุทธเจ้าได้สงเคราะห์ผู้มีจรีต ต่างๆกัน<sup>๕๐</sup> ส่วนจรีต ๖ ที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรค เป็นการแผ่ขยายความเสริมเข้าไปโดยยังคง เนื้อหาที่ใกล้เคียงของเดิม แต่แต่งเติมความเห็นส่วนตัวของผู้รจนาลงไปเสริม ผนวกกับใสรายละเอียดแวดล้อมขยายความเข้าไปให้มากขึ้น ซึ่งยังคงไม่พบความขัดแย้งกับในพระไตรปิฎก ส่วนคัมภีร์วิสุทธิมรรค ผู้วิจัยสันนิษฐานว่าจะมีการแต่งภายหลังคัมภีร์วิมุตติมรรคอีกครั้งหนึ่ง แต่ น่าจะใช้โครงสร้างทั้งหมดของวิมุตติมรรคในการเดินเรื่องของคัมภีร์ แต่ได้เสริม เติม แต่ง เพิ่มเติม และแสดงทัศนะที่ขัดแย้งกับของเก่า ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าน่าจะเป็นการนำเสนอจุดเด่นที่ทำให้เห็นว่า วิสุทธิมรรค เหนือกว่าวิมุตติมรรค เลยทำให้ในคัมภีร์วิมุตติมรรค มีเนื้อหา มาก แต่กลับพบข้อที่ ขัดแย้งกับสิ่งที่พระสารีบุตรกล่าวไว้บางประการเช่นในส่วนของผู้ที่มิโหจริต ในพระไตรปิฎก และในคัมภีร์วิมุตติมรรค กล่าวให้ไปเรียน ไต่ถาม ฟังธรรมตามกาล การสนทนาธรรมตามกาล และ อยู่ร่วมกับครูอาจารย์ แต่ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกลับให้ผู้มีโหหะจริต ไปเจริญอานาปานสติ ทั้งนี้ อาจ เป็นเพราะมีการเสริมขึ้นภายหลัง โดยเป็นมติของพระพุทธ โฆษาจารย์เองซึ่งอาจ ได้จาก ประสพการณ์ส่วนตัวในการสอนกรรมฐานของท่าน

แต่ทั้งนี้ทั้งนั้น คัมภีร์วิสุทธิมรรคได้เผยแผ่มาเป็นเวลานาน และมีรายละเอียดในเชิง ปฏิบัติจำนวนมาก เลยเป็นที่นิยมและใช้อ้างอิงกันมาก ดังนั้นในยุคปัจจุบัน หากกล่าวถึงเรื่องจรีต แล้ว ผู้คนส่วนใหญ่ มักจะนึกถึง จรีต ๖ ที่กล่าวไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นหลัก

### ๓.๒.๓ จรีต ๒ ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

ในการแบ่งจรีตเป็น ๒ ประเภท คือต้นหาจรีต และทิกุญจจรีตนั้น มีรายละเอียดในคัมภีร์ เนติปกรณ์ ซึ่งเป็นคัมภีร์ประเภทปกรณ์วิเสส สันนิษฐานว่าแต่งในสมัยพุทธกาล โดยพระ มหาทักษณะ ผู้เป็นเลิศในการอธิบายความย่อให้พิสดาร และได้รับการสังคายนา ร่วมกับ พระไตรปิฎกในปฐมสังคายนา<sup>๕๑</sup> และพบอีกแห่งในอรรถกถา มหาสติปัฏฐานสูตร<sup>๕๒</sup> ซึ่งสอดคล้อง ตรงกันเป็นส่วนใหญ่

<sup>๕๐</sup> ดูรายละเอียดใน ชุ.ม.(ไทย) ๒๕/๑๕๖/๔๓๐ , ชุ.จ. (ไทย) ๓๐/๘๕/๓๐๔.

<sup>๕๑</sup> ดูรายละเอียดใน เนตติ (บาลี) ๑๕๒ , เนตติ.อ.(บาลี) ๒๕๗ , เนตติ(ไทย) บทนำหน้า ๑๕

<sup>๕๒</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ.(ไทย) ๒/๒/๓๗๒/๒๗๘

นอกจากนั้นแล้วในคัมภีร์วิมุตติมรรคและวิสุทธิมรรค ยังได้กล่าวถึง การแบ่งจริตอีกอย่างหนึ่ง เป็น ๓ คือ ตัณหาจริต มานะจริต และทัญญุจริต ซึ่งในคัมภีร์วิมุตติมรรคกล่าวเพียงชื่อจริต แต่ไม่ได้กล่าวรายละเอียดเพิ่มเติม ส่วนคัมภีร์วิสุทธิมรรค กลับรวมจริตทั้ง ๓ ไว้ในจริต ๖ ดังนี้

อาจารย์พวกอื่น<sup>๕๔</sup> กล่าวว่า จริยาอื่น ๆ ยังมีอีก ๓ อย่าง ด้วยอำนาจตัณหา ๑ มานะ ๑ ทัญญุ ๑ ใน ๓ อย่างนั้น ตัณหาก็ได้แก่ รากะนั่นเอง และมานะก็ประกอบด้วยรากะนั้น เพราะเหตุฉะนั้น ตัณหาและมานะทั้งสองจึงไม่พ้นรากจริตไปได้ ส่วนทัญญุจริยาก็บวกรวมอยู่ในโมหจริยานั่นเอง เพราะทัญญุมีโมหะเป็นเหตุให้เกิด<sup>๕๕</sup>

เรื่องจริต ๒ คือตัณหาจริตและทัญญุจริตนั้นจึงเป็นสิ่งที่น่าศึกษาไม่น้อยไปกว่าการศึกษาเรื่องจริต ๖ ด้วยเหตุที่ว่าคัมภีร์เนตติปกรณ์นั้นรจนาโดยพระมหากัจจายนะ พระเถระยุคพุทธกาล เช่นเดียวกันกับที่พระสารีบุตรกล่าวถึงจริต ๖ จึงมีน้ำหนักไม่น้อย ประกอบกับคัมภีร์ชั้นหลัง อย่างวิสุทธิมรรคก็ยังกล่าวถึง ซึ่งผู้วิจัยขอนำเข้าสู่รายละเอียดของจริต ๒ ต่อไป

### ๓.๒.๓.๑ ลักษณะเฉพาะของจริต ๒

ในคัมภีร์เนตติปกรณ์ และในอรรถกถา มหาสติปัฏฐานสูตร มีการแบ่งประเภทบุคคลออกโดยจริต สามารถแบ่งเป็น ๒ จำพวกคือ

(๑) ตัณหาจริต (ตัณหาจริโต) มีลักษณะเด่นคือมักจะมี ความอยากเป็นเครื่องผลักดัน ชอบความสุข ชอบความสบาย ชอบความสงบ

(๒) ทัญญุจริต (ทัญญุจริโต) มักมีลักษณะเด่นคือ มีความเห็นมาก ยึดมั่นในความเห็น เจ้าทัญญุ เจ้าทฤษฎี มักมีความคิดมาก<sup>๕๖</sup>

การแบ่งประเภทบุคคลตามจริตคือตัณหาจริต และทัญญุจริต ถ้าแยกตามความแก่กล้าของปัญญา ออกเป็น ๒ คือพวกที่มีปัญญาแก่กล้า กับพวกที่มีปัญญาไม่แก่กล้า จะสามารถจำแนกบุคคลได้เป็น ๔ จำพวก ในเนตติปกรณ์ได้จำแนกบุคคลโดยอ้างอิงบุคคลจากจริต และปัญญาได้ดังนี้

<sup>๕๔</sup> คำว่า “อาจารย์พวกอื่น” ในที่นี้พระพุทธโฆษาจารย์ผู้รจนาวินัยปิฎกของวิมุตติมรรคหมายถึง พระอุปติสสเถระ ผู้รจนาคัมภีร์วิมุตติมรรคนั่นเอง โดยพระอุปติสสท่านแบ่งจริตไว้ ๓ ประการตามปัญญาธรรมคือ ตัณหาจริต มานะจริต และทัญญุจริต ดูรายละเอียดใน พระอุปติสสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๕

<sup>๕๕</sup> วิสุทธิ. (ไทย) ๑๖๘.

<sup>๕๖</sup> การแบ่งจริตเป็นตัณหาจริตและทัญญุจริตนี้ ตรงกับการแบ่งจริตในอรรถกถา มหาสติปัฏฐานสูตร ดูรายละเอียดใน เนตติ (ไทย) ๓๕ ,

(๑) ผู้มีตณฺหาจริตมีปัญญาไม่แก่กล้า (ตณฺหาจริโต มนุโท) ย่อมหลุดพ้นด้วยปฏิปทาอันลำบาก (ทุกขา ย ปฏิปทา) และบรรลุนิพพาน (ทณฺธาภิญฺญา) ด้วยสตินทริยฺ อันอาศัยสติปัญฺญา (เนยยะ) บุคคลประเภทนี้เรียกตามปฏิปทาว่า ทุกขปฏิปทา ทณฺธาภิญฺญา เป็นผู้ที่ย่อมนิพพานได้ลำบาก และบรรลุนิพพาน หรือกำหนดรู้รูปนามได้ลำบาก เพราะเป็นตณฺหาจริตที่พอใจกามคุณทั้ง ๕ อีกทั้งปัญญาไม่กระจ่างเนื่องจากอินทริย ๕ ไม่แก่กล้า จึงต้องอาศัยสติปัญฺญา เพื่อปรับอินทริยให้สมควร จึงสามารถบรรลุนิพพานได้

(๒) ผู้มีตณฺหาจริตมีปัญญาแก่กล้า (ตณฺหาจริโต อุตฺโต) ย่อมหลุดพ้นด้วยปฏิปทาอันลำบาก (ทุกขา ย ปฏิปทา) แต่บรรลุนิพพานเร็ว (จิปฺปาภิญฺญา) ด้วยสมาธิทริยฺ อันอาศัยฌาน (วิปจิตฺตัญญุ) บุคคลประเภทนี้เรียกตามปฏิปทาว่า ทุกขปฏิปทา จิปฺปาภิญฺญา เป็นผู้ที่ย่อมนิพพานได้ลำบาก แต่บรรลุนิพพานเร็ว หรือกำหนดรู้รูปนามได้ลำบาก แต่รู้ธรรมเร็ว ถึงขั้นตณฺหาจริตที่พอใจกามคุณทั้ง ๕ แต่มีปัญญาแก่กล้า และสมาธิมีกำลังมาก จึงต้องอาศัยฌานจึงสามารถบรรลุนิพพานได้

(๓) ผู้มีทิฏฺฐิจริตมีปัญญาไม่แก่กล้า (ทิฏฺฐิจริโต มนุโท) ย่อมหลุดพ้นด้วยปฏิปทาอันสะดวก (สุขา ย ปฏิปทา) และบรรลุนิพพาน (ทณฺธาภิญฺญา) ด้วยวิริยทริยฺ อันอาศัยสัมมปฺปชาน (วิปจิตฺตัญญุ) บุคคลประเภทนี้เรียกตามปฏิปทาว่า สุขปฏิปทา ทณฺธาภิญฺญา เป็นผู้ที่ย่อมนิพพานได้โดยสะดวก แต่บรรลุนิพพานช้า หรือกำหนดรู้รูปนามได้สะดวกแต่บรรลุนิพพานช้า เนื่องจากอินทริย ๕ ไม่แก่กล้า จึงต้องอาศัยความเพียร จึงสามารถบรรลุนิพพานได้

(๔) ผู้มีทิฏฺฐิจริตมีปัญญาแก่กล้า (ทิฏฺฐิจริโต อุตฺโต) ย่อมหลุดพ้นด้วยปฏิปทาอันสะดวก (สุขา ย ปฏิปทา) และบรรลุนิพพานเร็ว (จิปฺปาภิญฺญา) ด้วยปัญฺญินทริยฺ อันอาศัยสัจจะ (อฺกมฺภิตฺตัญญุ) บุคคลประเภทนี้เรียกตามปฏิปทาว่า สุขปฏิปทา จิปฺปาภิญฺญา เป็นผู้ที่ย่อมนิพพานได้สะดวก และบรรลุนิพพานเร็ว หรือกำหนดรู้รูปนามได้สะดวก อีกทั้งปัญญาแก่กล้า จึงสามารถบรรลุนิพพานได้อย่างรวดเร็วเพราะเห็นสภาวะธรรมของอริยสัจจในปัจจุบันขณะอย่างชัดเจน<sup>๕๖</sup>

<sup>๕๖</sup>ดูรายละเอียดใน เนตฺติ (ไทย) ๓๕-๓๖

ประเภทของจริต	ความแก่กล้า ของปัญญา	ปฏิบัติภา ปฏิบัติธรรม	ความเร็วใน การบรรลุธรรม	ธรรมที่ควรเจริญ
ตัณหาจริต	ปัญญาไม่แก่กล้า	ทุกขาปฏิบัติ	บรรลุช้า	สติปัญญา
ตัณหาจริต	ปัญญาแก่กล้า	ทุกขาปฏิบัติ	บรรลุเร็ว	ฌาน
ทิฐฐิจริต	ปัญญาไม่แก่กล้า	สุขาปฏิบัติ	บรรลุช้า	สัมมปปธาน
ทิฐฐิจริต	ปัญญาแก่กล้า	สุขาปฏิบัติ	บรรลุเร็ว	สังขะ

### ตารางที่ ๓.๕ การจำแนกบุคคลตามจริต ความแก่กล้าของปัญญา ปฏิภาและการบรรลุธรรม

#### ๓.๒.๓.๒ ธรรมเนียมที่เหมาะสมสำหรับจริต ๒

การแบ่งประเภทบุคคลออกตามธรรมเนียม ในเนติปกรณ์กล่าวถึงบุคคล ๒ จำพวกคือ (๑) พวกที่ควรเจริญวิปัสสนาที่มีสมณะนำหน้า กับ (๒) พวกที่ควรสมณะที่มีวิปัสสนาหน้า โดยกล่าวความเชื่อมโยงกับจริต ความแก่กล้าของปัญญา และประเภทของการหลุดพ้นไว้ว่า

ผู้มีตัณหาจริตทั้งสองประเภทได้รับการอุปถัมภ์ด้วยวิปัสสนาที่มีสมณะนำหน้า (สมถปุพฺพกมฺยา วิปสฺสนาย) ย่อมหลุดพ้นด้วยมรรคปัญญาที่คลายกำหนด เพื่อเจโตวิมุตติ ผู้มีทิฐฐิจริตทั้งสองประเภท ได้รับการอุปถัมภ์ด้วยสมณะที่มีวิปัสสนาหน้า (วิปสฺสนาปุพฺพกมฺเนน สมเถเนน) ย่อมหลุดพ้นด้วยมรรคปัญญาที่คลายอวิชชาเพื่อปัญญาวิมุตติ<sup>๕๘</sup>

ทั้งนี้ผู้เป็นตัณหาจริตควรเจริญสมถก่อน เพราะตัณหาเป็นปฏิปักษ์กับสมาธิ ส่วนผู้ที่เป็นทิฐฐิจริตควรเจริญวิปัสสนาก่อน เพราะชอบวิเคราะห์หาเหตุผลจึงมีลักษณะคล้ายปัญญาในวิสัยของตน<sup>๕๙</sup> โดยมีรายละเอียดการจำแนกดังตารางที่ ๒ ดังต่อไปนี้

<sup>๕๘</sup> เนติ (ไทย) ๓๘-๓๙

<sup>๕๙</sup> ดูรายละเอียดใน เนติ (ไทย) ๓๘-๓๙

จริต	ปัญหา	วิธีการ	การหลุดพ้น
คณหาจริต	ปัญหาไม่แก้กล้า	วิปัสสนาที่มีสมณานำหน้า	เจโตวิมุตติ
คณหาจริต	ปัญหาแก้กล้า	วิปัสสนาที่มีสมณานำหน้า	เจโตวิมุตติ
ทิฏฐิจริต	ปัญหาไม่แก้กล้า	สมณะที่มีวิปัสสนานำหน้า	ปัญญาวิมุตติ
ทิฏฐิจริต	ปัญหาแก้กล้า	สมณะที่มีวิปัสสนานำหน้า	ปัญญาวิมุตติ

### ตารางที่ ๓.๖ แสดงการแจกแจงประเภทจิตกับแนวทางกรรมฐานและประเภทการหลุดพ้น

สำหรับเรื่องกรรมฐานนั้น ในอรรถกถาสาสติปัฏฐานสูตรได้กล่าวถึงการเจริญสติปัฏฐานสี่ที่เชื่อมโยงมายังจริต ๒ ดังนี้

ถามว่า ก็เพราะเหตุไร พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสสติปัฏฐานว่ามี ๔ ไม่หย่อนไม่ยิ่ง. ตอบว่า ก็เพราะจะทรงให้เป็นประโยชน์แก่อกุล แก่เวไนยสัตว์. แท้จริง ในจำพวกเวไนยสัตว์ที่เป็นคณหาจริต ทิฏฐิจริต ผู้เป็นสมถยานิก (ผู้มีสมณะเป็นยาน) และวิปัสสนายานิก (ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน) ที่เข้าไปโดยส่วนทั้งสอง คือ ปัญญาอ่อน และปัญญากกล้า

- (๑) กายนุปัสสนาสติปัฏฐานมีอรรถนัยหายเป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์ผู้มีคณหาจริต มีปัญญาอ่อน
- (๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานมีอรรถนัยละเอียด เป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์ผู้มีคณหาจริต มีปัญญากกล้า
- (๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่มีอรรถนัยไม่แยกออกมากนักเป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์ผู้มีทิฏฐิจริต มีปัญญาอ่อน
- (๔) ชัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่มีอรรถนัยแยกออกมาก เป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์ผู้มีทิฏฐิจริต มีปัญญากกล้า

อนึ่ง สติปัฏฐานข้อ ๑ ที่มีนิมิตอันจะพึงบรรลุได้โดยไม่ยาก เป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์ผู้เป็นสมถยานิก มีปัญญาอ่อน สติปัฏฐาน ข้อที่ ๒ เพราะไม่ตั้งอยู่ในอรรถนัยอย่างหาย จึงเป็นทางหมดจดสำหรับเวไนยสัตว์ผู้เป็นสมถยานิก มีปัญญากกล้า สติปัฏฐาน ข้อที่ ๓ มีอรรถนัยที่แยกออก ไม่มากนัก เป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์ผู้เป็นวิปัสสนายานิกมี

ปัญหาอ่อน สติปัญฐาน ข้อที่ ๔ มีอารมณ์ที่แยกออกมาก เป็นทางหมดจดสำหรับเวไนยสัตว์ผู้ เป็นวิปัสสนายานิกมีปัญญากล้า เพราะเหตุดังนั้น จึงกล่าวว่สติปัญฐานมี ๔ เท่านั้น ไม่ หย่อนไม่ยิ่ง<sup>๖๐</sup>

เรื่องจริงที่กล่าวถึงในอรรถกถาหาสติปัญฐานสูตรนั้นลงรอยกันได้ดีกับที่อ้างถึงใน คัมภีร์เนติปกรณ์ แต่มีเพิ่มเติมตรงรายละเอียดของชื่อแนวทาง และหมวดกรรมฐาน ๔ หมวดใน สติปัญฐานที่ควรเจริญสำหรับผู้ที่มีจริตและปัญญาแตกต่างกันเท่านั้นและเพิ่มเติมเรื่องของการละ สัญญาวิปลาสเรื่องการเห็นชั้นรั้วสวย สุข เทียง และเป็นตัวตน ด้วยสติปัญฐานสี่ตามลำดับ ดังจะ ขอแจกแจงดังตารางที่ ๓ ดังต่อไปนี้

จริต	ปัญญา	แนวทาง	กรรมฐานที่สมควร	แก้สัญญาวิปลาส
ตัณหาจริต	ไม่แก่กล้า	สมถยานิก	กายนุปัสสนาสติปัญฐาน	(กาย)สวย
ตัณหาจริต	แก่กล้า	สมถยานิก	เวทนानุปัสสนาสติปัญฐาน	(เวทนา)สุข
ทิฏฐิจริต	ไม่แก่กล้า	วิปัสสนายานิก	จิตตานุปัสสนาสติปัญฐาน	(จิต)เทียง
ทิฏฐิจริต	แก่กล้า	วิปัสสนายานิก	ธรรมานุปัสสนาสติปัญฐาน	เป็นตัวตน

### ตารางที่ ๓.๓ แสดงการแจกแจงประเภทจริตกับแนวทางการเจริญสติปัญฐาน

#### ๓.๒.๓.๓ ปกณณะที่เกี่ยวกับจริต ๒

จากการสืบค้นจริต ๒ มีความเก่าแก่ไม่น้อยกว่า จริต ๖ เนื่องจากคัมภีร์เนติปกรณ์ซึ่งมี อายุอยู่ในช่วงพุทธกาล และชาวพุทธบางประเทศเช่นพม่า ได้จัดรวมอยู่ในพระไตรปิฎกด้วย<sup>๖๑</sup> และ พระมหากัจจายนะเป็นผู้รจนาเองและได้ร่วมเข้าปฐมสังคายนาด้วย<sup>๖๒</sup> จึงถือว่าเป็นหลักฐานที่มีความ เก่าแก่น่าเชื่อถือ

<sup>๖๐</sup> ที.ม.อ.(ไทย) ๒/๒/๓๓๒/๒๓๘

<sup>๖๑</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), พุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑,(กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหา จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย., ๒๕๔๖) , หน้า ๕๓๗.

<sup>๖๒</sup> ดูรายละเอียดใน เนตติ (บาลี) ๑๕๒ , เนตติ.อ.(บาลี) ๒๕๗ ,เนตติ(ไทย) บทนำหน้า ๑๕



อีกประการหนึ่งที่สำคัญคือ เป็นส่วนที่ว่าด้วยการจำแนกแนวทางการภาวนาว่าจะให้ผู้ปฏิบัติเริ่มต้นการภาวนาด้วยสมถกรรมฐานหรือเริ่มที่วิปัสณากรรมฐาน และในอรรถกถาหาสติปัญฐานสูตรเอง ก็ได้ใช้หลักฐานสำคัญนี้เชื่อมโยงขยายความการเจริญสติปัญฐานสี่ เพื่ออธิบายว่าในการเจริญสติปัญฐานสี่นั้นจำแนกไว้เพื่อสนองตอบต่อคนที่มีจริตและปัญญาที่แตกต่างกันอย่างไร

ดังนั้นแนวทางจิต ๒ นี้จึงได้นำเสนอแนวทางที่สนองตอบต่อการเจริญภาวนา ทั้งสมถะและวิปัสณาที่น่าสนใจยิ่งเช่นกัน

### ๓.๓ กรณีศึกษาเรื่องจิตกับการบรรลุธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

จากการศึกษาที่ผ่านมา ได้พบว่าจิต มีความสำคัญในหลายแง่มุม ในหัวข้อที่จะดำเนินการศึกษาต่อไปนี้ผู้วิจัยค้นคว้าข้อมูลในพระไตรปิฎกและอรรถกถา เพื่อดูกรณีศึกษาในเรื่องของความสำคัญของเรื่องจิตกับการบรรลุธรรม ในพระพุทธศาสนา ดังจะขอยกเป็นกรณีศึกษาเป็นเรื่อง ๆ ไปดังต่อไปนี้

#### ๓.๓.๑. กรณีศึกษาพระจูฬปันถก

พระจูฬปันถก เป็นพระอรหันตสาวกผู้เป็นเอตทัคคะหรือสาวกผู้เลิศกว่าภิกษุทั้งหลายถึง ๒ ตำแหน่ง คือ (๑) เลิศกว่าภิกษุสาวกทั้งหลาย ผู้สามารถเนรมิตกายมโนมัย<sup>๖๓</sup> และ (๒) เลิศกว่าภิกษุสาวกทั้งหลาย ผู้ฉลาดในเจโตวิวัฏ<sup>๖๔</sup> เรื่องราวของท่านมีประเด็นที่น่าสนใจดังนี้

##### ๓.๓.๑.๑ บุพจริยาของพระจูฬปันถก

ประวัติและปฏิปทาของพระจูฬปันถกปรากฏอยู่หลายแห่งทั้งในพระไตรปิฎกส่วนพระวินัยปิฎก มหาวิภังค์ ปรีวาร สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เอกกนิบาต ขุททกนิกาย ธรรมบท และ

<sup>๖๓</sup> อจ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๑๕๘/๒๖., อจ.เอกก.อ. ๑/๑๕๘/๑๕๕. เนรมิตกายมโนมัย หมายถึงเนรมิตกายที่เกิดขึ้นด้วยใจ เช่น ตามปกติภิกษุอื่นหลายรูปเนรมิตให้กายเกิดขึ้นมีรูปร่างลักษณะเหมือนกัน ทำงานอย่างเดียวกันได้เพียง ๑ หรือ ๔ รูป ไม่มาก ส่วนท่านพระจูฬปันถก เนรมิตกายให้เป็นสมณะตั้ง ๑,๐๐๐ รูป โดยการนึกเพียงครั้งเดียว ทั้งยังสามารถทำให้กายที่เนรมิตนั้นมี รูปร่างต่างกัน ทำการงานต่างกัน เพราะฉะนั้นท่านจึงเลิศกว่าภิกษุผู้เนรมิตกายมโนมัยทั้งหลาย

<sup>๖๔</sup> อจ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๑๕๕/๒๘., อจ.เอกก.อ. ๑/๑๕๕/๑๕๕. ฉลาดในเจโตวิวัฏ หมายถึงฉลาดในการปรับเปลี่ยนใจ คือได้รูปาวจรมาน ๔ (ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน) เพราะความฉลาดในสมาบัติ

ขุททกนิกาย อปทาน ในแต่ละแห่งมีรายละเอียดประวัติในส่วนของอรรถกถา ผู้วิจัยจึงขอยกเนื้อหาโดยย่อที่ปรากฏในพระไตรปิฎกเป็นหลัก และเสริมด้วยรายละเอียดในอรรถกถา ดังต่อไปนี้

ในสมัยพระชินเจ้าพระนามว่าปทุมุตตระ ในชาติอดีตของพระจูฬปันถกได้เป็นพระคาบส ได้เคยเข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาค ท่านคาบสถือร่มดอกบัวชั้นดีเยี่ยมเข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาค ได้ถวายร่มดอกบัวแก่พระผู้มีพระภาค เมื่อทรงรับแล้ว ทรงอนุโมทนา แล้วทรงตรัสพยากรณ์คาบสนี้ว่าจะได้ครองสวรรคตสมบัติ มนุษย์สมบัติ และในกัปที่ ๑๐๐,๐๐๐ (นับจากกัปนี้ไป) พระศาสดาพระนามว่าโคตมจักกวัตติ์ขึ้นในโลก คาบสนี้จักเกิดเป็นมนุษย์ ได้เป็น สาวกเป็นผู้สูงสุดในการเปล่งกายได้ตั้งใจนี้ ครั้นได้บรรลุประโยชน์อย่างสูงสุดแล้ว จักทำให้ศาสนารุ่งเรือง<sup>๖๕</sup>

ในชาติสุดท้ายได้เกิดเป็นหลานท่านธนเศรษฐี อยู่อุปการะของคุณตา มีพี่น้องร่วมอุทรสองคน เมื่อโตเป็นหนุ่ม พี่ชายชื่อมหาปันถกได้ออกบวชในพระพุทธศาสนา หลังจากนั้นไม่นานพระมหาปันถกบรรลุพระอรหันต์ คิดประสงค์ให้น้องชายคือจูฬปันถกได้บวชและได้บรรลุธรรมบ้าง จึงขออนุญาตจากโยมตาให้น้องจูฬปันถกบวช ซึ่งท่านเศรษฐีก็อนุญาต พระมหาปันถกเถระจึงได้ให้จูฬปันถกนั้นบวชเป็นสามเณร ดำรงมั่นอยู่ในศีล ๑๐ ได้ดีแล้ว จึงเล่าให้เรียนปริยัติธรรม โดยให้ท่องคาถาเพียงสี่บาทว่า

“ปทุมมัย ยถา โภกนุทํ สุกนุทํ	ดอกบัวโภกนุทะ กลิ่นหอม บานแต่เช้าตรู่
ปาโตลียา ผลุลลวมวิตกนุทํ	พืงมีกลิ่นยังไม่สิ้นไป ฉันทใด
อังกิรสํ ปสฺส วิโรจมานํ	เชอจทอดทศนาการคฺวพระอังกิรสผู้โพโรจนีอยู่
ตปนฺตมาทิจจิมินฺตลิกฺเข	คฺวพระอาทิตย์ส่องแสงในกลางหาว ฉันทนั้น” <sup>๖๖</sup>

แม้ท่านจูฬปันถกจะท่องคาถาบทเดียวนี้เป็นเวลาถึง ๔ เดือนก็ยังไม่สามารถจำคาถาบทเดียวนี้ได้ พระมหาปันถก จึงได้ให้ท่านสีกเสียว เพราะเห็นว่าเป็นผู้ไร้ความสามารถที่จะเจริญสมณธรรมต่อไปได้<sup>๖๗</sup>

<sup>๖๕</sup> ขุ.อป. (ไทย) ๓๒/๓๕/๑๐๓-๑๑๐ , ขุ.อป.อ. (ไทย) ๘/๒/๒๐. , ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๑/๓๒๓.

<sup>๖๖</sup> ขุ.อป.อ. (ไทย) ๘/๒/๒๑ , ขุ.อป.อ. (ไทย) ๘/๒/๒๐.

<sup>๖๗</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๑/๓๒๘. โดยในอรรถกถาธรรมบทกล่าวถึงอดีตชาติของท่านจูฬปันถกว่า ในสมัยของพระพุทธเจ้ากัสสปะ ท่านเคยบวชแล้วเล่าเรียนแตกฉานมีปัญญาสมาธิวันหนึ่งท่านได้หัวเราะเพราะภิกษุรูปหนึ่งผู้เรียนอุเทศแล้วไม่เข้าใจทำให้ภิกษุรูปนั้นอาย น้อยใจ เลิกเรียน เลิกสาธยาย เพราะกรรมนั้นให้ผล เมื่อบวชแล้วจึงเป็นผู้มีปัญญาทึบไม่สามารถท่องอะไรได้

การที่มีปัญหาที่บั้นนี้ อาจเป็นวิบากที่ติดตามมาหลายชาติ<sup>๖๔</sup> จนถึงชาติปัจจุบัน ท่านจูฟปั่นถกขึ้นร้องไห้เสียใจเพราะถูกพระมหาปັນถกไล่ให้สึกเสีย และไม่ให้อบรมจนกัณฑ์อาหารที่หมอชีวกโกมารภัจจ์นิมนต์

พระศาสดาทรงตรวจอุปนิสัยแล้วเห็นว่าท่านมหาปັນถก ไม่ทราบอุปนิสัยจูฟปั่นถก จึงทรงเสด็จมาโปรด ทรงห้ามมิให้สามเณรจูฟปั่นถกคลาสิกขาบท โดยให้เหตุผลว่า ได้บวชอุทิศต่อพระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า มิได้บวชอุทิศตนแก่ท่านมหาปັນถก แล้วทรงประทานกรรมฐานที่อุกจริตนิสัยและบุพกรรมเดิม ด้วยการประทานผ้าขาวพร้อมให้ท่องคาบปริกรรมว่า " ร โหหรรณฺ ร โหหรรณฺ" (ผ้าเช็ดธุลี ๆ) และพอได้กรรมฐานนี้ไม่นานนัก เมื่อท่านบริกรรมลูบลำผ้าฝืนนั้นไปมา ผ้าสะอาดก็กลายเป็นเส้าหมอง เมื่อท่านบริกรรมลูบลำไปอีก ฝ้านั้นก็กลายเป็นเหมือนผ้าเช็ดหม้อข้าว เพราะมีญาณอันแก่กล้าท่านจึงคิดอย่างนี้ว่า แต่เดิมมาท่านฝ้านั้นก็บริสุทธิสะอาด เพราะอาศัยศีระระอันมีญาณครองนี้ จึงได้กลายเป็นอย่างอื่นเส้าหมองไป ฉะนั้นฝ้านั้นนี้เป็นอนิจจังอย่างไร แม้จิตก็คงเป็นอย่างนั้นแน่ จึงเกิดความสังเวช จิตน้อมไปในดอกบัวนั้น(ที่เคยถวายทานให้พระพุทธเจ้าปทุมตระ) จิตท่านเข้าสู่ฌาน ทำฌานให้เป็นบาท แล้วยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา ไม่นาน ก็ได้บรรลุพระอรหัตตผล<sup>๖๕</sup> พร้อมทั้งปฏิสัมภิตา ๔ ด้วยเหตุที่ชาติหนึ่งท่านจูฟปั่นถกเคยเห็นอนิจจังจากฝ้าที่

<sup>๖๔</sup> คุราวละเอียดยใน พ.ศ.๑. (ไทย) ๑/๒/๑/๑๓๖. ในอดีตชาติท่านจูฟปั่นถกเคยเป็นมาณพชาวพาราณสี เป็นศิษย์ผู้โง่เขลาปัญญาทึบของอาจารย์ทศปาโมกข์ ท่านอาจารย์สอนอะไรก็จำไม่ได้ อาจารย์คิดสงสารศิษย์เพราะอุปนิสัยคือ อาจารย์หวังอนุเคราะห์จึงตรวจดูอนาคตแล้วจึงผูกมนต์นี้ว่า"ขมฺภูติ ขมฺภูติ ก็กรรมา ขมฺภูติ ? อหิปี ตํ ชานามิ ชานามิ." (ท่านเพียรไปเกิด เพียรไปเกิด, เพราะเหตุไร ? ท่านจึงเพียร, แม้เรารู้เหตุนี้มันอยู่ รู่อยู่) ดังนี้แล้วให้ท่องจนขึ้นใจ และให้ท่องคังๆบ่อยๆเท่าที่นึกได้ ศิษย์ทำตาม จนกระทั่งวันหนึ่งมีโจรขุดอุโมงค์มาที่บ้านศิษย์จึงท่องมนต์นี้ โจรจึงหนีไปเพราะคิดว่าเข้าบ้านลวงรู้แผนตนแล้ว พระราชาเห็นเหตุการณ์นี้ จึงให้อำมาตย์เรียกตัวมาณพมาถาม ทราบว่ามีคดีจึงขอเรียน มาณพสอนมนต์ให้พระราชาเสร็จรับพระราชทานทรัพย์ ๑๐๐๐ กหาปณะ พระราชาภายหลังเรียนมนต์แล้วก็ชอบท่องในยามว่าง ซึ่งทำให้พระองค์รอดจากการถูกลบพระชนม์โดยเสนาบดีร่วมกับช่างกุญษามาลา ทรงนึกถึงคุณแห่งมนต์ที่มาณพสอนจึงแต่งตั้งมาณพให้เป็นเสนาบดีแทน

<sup>๖๕</sup> คุราวละเอียดยใน พ.ศ.๑. (ไทย) ๓๒/๓๕/๑๐๗-๑๑๐. ประวัติด้านนี้ท่านจูฟปั่นถกกล่าวด้วยตนเองว่า "ลำดับนั้น พระศาสดาได้เสด็จมายังสถานที่นั้น ทรงลูบลูบศีรษะข้าพเจ้า ทรงจูงแขนข้าพเจ้าพาเข้าสู่สังฆาราม พระศาสดาได้ประทานผ้าสำหรับเช็ดเท้าให้ข้าพเจ้า ด้วยความอนุเคราะห์แล้วตรัสว่า เธอจงอธิษฐานผ้าสะอาดอย่างนี้ ข้าพเจ้าได้อธิษฐาน ณ ที่สมควรข้าพเจ้าใช้มือทั้ง ๒ จับฝ้านั้นแล้วระลึกถึงดอกบัว จิตของข้าพเจ้าก็น้อมไปในดอกบัวนั้น ข้าพเจ้าจึงได้บรรลุอรหัตตผล"

สกปรกเพราะเช็ดแห้ง<sup>๑๐</sup> พอท่านได้บรรลุพระอรหัตแล้วเท่านั้น ความรู้ทั้งถึงพระธรรม และ อภิญญา ๕ ก็ติดตามมาด้วย<sup>๑๑</sup>

ครั้งนั้น พระศาสดาและพระภิกษุสงฆ์รับนิมนต์ไปฉันภัตตาหารที่บ้านชีวกโกมารภัจจ์ เมื่อพระจูฬปันถกได้บรรลุพระอรหัตแล้ว พระศาสดาทรงทราบ จึงตรัสให้หมอชีวกทราบว่ายังมี พระเหลืออยู่อีกรูปหนึ่งในชีวกกัมพวัน หมอชีวกจึงให้คนไปดู พบพระจำนวนมากนับพันอยู่ในวัด ด้วยอำนาจฤทธิ์ของท่านจูฬปันถกเนรมิตให้มีขึ้น จึงกลับมาบอกหมอชีวก พระศาสดาตรัสให้เรียกถามว่าพระรูปใดเป็นท่านจูฬปันถก รูปใดตอบก่อนให้จับข้อมือแล้วนิมนต์มา จึงสามารถนิมนต์พระ จูฬปันถกมาได้ พระพุทธเจ้าจึงตั้งพระจูฬปันถกไว้เป็นเอตทัคคะหรือสาวกผู้เลิศกว่าภิกษุทั้งหลาย ผู้ สามารถเนรมิตกายมโนมัย<sup>๑๒</sup>

### ๓.๓.๑.๒ วิเคราะห์เรื่องจิตกับการบรรลุธรรมในเรื่องพระจูฬปันถก

เรื่องพระจูฬปันถกนี้แสดงให้เห็นว่าบุญกรรม หรือการกระทำในอดีตชาติมีผลเสมอ ทั้ง ในส่วนกุศลกรรมและอกุศลกรรม จะเห็นว่า ในส่วนอกุศลกรรมที่ท่านทำคือกรรมที่เคยดูหมิ่น ผู้อื่นว่าโง่ ส่งผลให้ท่านจูฬปันถกต้องเกิดมาใช้วิบากนั้นให้เป็นผู้มีปัญญาที่บໍสามารถท่องจำ คาถาแม้บทเดียวได้ ส่วนกุศลกรรมได้คอยเกี่ยวหนุนท่านจูฬปันถก ให้บรรลุธรรมได้โดยง่าย

ในเรื่องนี้แสดงให้เห็นว่าการบรรลุธรรมนั้นอาจไม่ได้ขึ้นอยู่กับความฉลาด หรือความจำ เสมอไป แม้ว่าท่านจูฬปันถกจะมีความจำที่ไม่ดี ไม่สามารถท่องจำคาถาเพียงสั้นๆเพียงบทเดียวได้ แต่หากได้กรรมฐานที่ถูกต้องกับจิตและอหยาตย์แล้ว ก็สามารถบรรลุธรรมได้อย่างนับปล้น โดย กรรมฐานที่เหมาะสมกับท่านจูฬปันถกคือกรรมฐานที่เคยบำเพ็ญมาก่อน และนั่นคือการลูบผ้าเช็ดธุลี พร้อมกับคำบริกรรม ทำให้ท่านเห็นอสุกกรรมฐานและได้อนิจสัญญาซึ่งการเห็นอสุกกรรมฐาน และอนิจสัญญานี้เป็นอารมณ์ที่เคยฝังลึกในใจมาก่อนเมื่ออดีตชาติ มาชาติสุดท้ายเมื่อเห็นผ้าขาว

<sup>๑๐</sup> ดูรายละเอียดใน พ.ร.บ. (ไทย) ๑/๒/๑/๓๓๖ ครั้งอดีต ท่านเป็นพระเจ้าแผ่นดิน ทรงทำประทัภณ พระนคร เมื่อพระเสโทไหลออกจากพระนลาต ทรงเอาผ้าสะอาดเช็ดที่สุดพระนลาต ผ้าได้เศร้าหมองแล้ว ท่าน กลับได้อนิจสัญญาว่า "ผ้าสะอาดเห็นปานนี้อาศัยสรีระนี้ ละปกติแปรเป็นเศร้าหมองไปได้, สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ," เพราะเหตุนี้ ผ้าสำหรับเช็ดธุลีนั้นแล จึงเป็นปัจจัยของท่านแล้ว

<sup>๑๑</sup> ดูรายละเอียดใน พ.ร.บ. (ไทย) ๑/๒/๑/๓๓๖., พ.ร.บ. (ไทย) ๘/๒/๒๐.

<sup>๑๒</sup> อ.จ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๑๕๘/๒๖., อ.จ.เอกก.อ. ๑/๑๕๘/๑๕๕. เนรมิตกายมโนมัย หมายถึงเนรมิต กายที่เกิดขึ้นด้วยใจ เช่น ตามปกติภิกษุอื่นหลายรูปเนรมิตให้กายเกิด ขึ้นมีรูปร่างลักษณะเหมือนกัน ทำงานอย่าง เดียวกันได้เพียง ๓ หรือ ๔ รูป ไม่มาก ส่วนท่านจูฬปันถก เนรมิตกายให้เป็นสมณะตั้ง ๑,๐๐๐ รูป โดยการนึก เพียงครั้งเดียว ทั้งยังสามารถทำให้กายที่เนรมิตนั้นมี รูปร่างต่างกัน ทำการงานต่างกัน เพราะฉะนั้นท่านจึงเลิศกว่า ภิกษุผู้เนรมิตกายมโนมัยทั้งหลาย

เศร้าหมองลงเพราะกายสัมผัส ท่านจึงสามารถย้อนอารมณ์สู่สุภกรรมฐานและอนิจจสัญญา ยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนากรรมฐานและได้บรรลุธรรมในที่สุดดังนั้นกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริต และอุปนิสัยเดิมจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง

ส่วนในรายละเอียดการบรรลุธรรมที่ท่านเล่าเองในจุฬปีนถกเถรปาทานนั้น ท่านกล่าวถึงบุพการกรรมถวายเป็นดอกบัว ในชาติก่อนเมื่อ ๑๐๐,๐๐๐ กัปที่แล้ว และเมื่อรับผ้าเช็ดเท้าจากพระพุทธเจ้ามาบริกรรม จิตของท่านหวนระลึกลงถึงดอกบัวก่อนการบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์นั้น<sup>๑๓</sup> แสดงให้เห็นว่าจิตของท่านเกี่ยวพันกับดอกบัวที่ได้เคยให้ทาน และเสวยผลของท่านนั้น แม้ในช่วงจะบรรลุธรรม จิตท่านก็สามารถย้อนกลับไประลึกถึงดอกบัวได้เองแม้ในขณะที่นั่งลูบผ้าก็ไม่ได้มีดอกบัวจริง ๆ เป็นเครื่องเตือนจิต ข้อนี้เป็นเรื่องที่น่าตั้งข้อสังเกตว่า อารมณ์ที่เป็นกุศลอย่างแรงในอดีตชาติ แม้นานมากก็อาจมีอิทธิพลต่ออารมณ์ในช่วงจะบรรลุธรรมได้เองโดยอัตโนมัติ

ผู้วิจัยเห็นว่าในช่วงการบรรลุธรรมนั้น โดยทั่วไปแล้วผู้ปฏิบัติจะต้องถึงพร้อมด้วยปัจจัย ๓ ประการ คือ (๑) ถึงพร้อมด้วยศีลสิกขา (๒)ถึงพร้อมด้วยจิตสิกขา คือมีจิตที่ควรแก่การงาน สงบระงับนิรวรณ และตั้งมั่นพร้อมจะเดินวิปัสสนา (๓) ปัญญาสิกขา คือสามารถเห็นไตรลักษณ์ได้ ในกรณีพระจุฬปีนถกนี้ เมื่อศึกษาอยู่กับพระมหาปีนถก ท่านไม่สามารถเจริญจิตสิกขาได้ แต่เมื่อได้กรรมฐานที่เหมาะสมจากพระพุทธเจ้าด้วยการลูบผ้าขาว ย่อมยังจิตสิกขาให้ถึงพร้อม เพราะเป็นกรรมฐานที่เรียบง่าย เหมาะแก่พระจุฬปีนถก ด้วยมีคำบริกรรมเพียงสั้นๆ ผู้วิจัยจึงเห็นว่า ตรงนี้เองสมาธิได้เกิดขึ้น จิตของท่านจุฬปีนถก ได้ถึงพร้อมด้วยจิตสิกขา ตั้งมั่นดี และได้เห็นนิมิตจากอดีตชาติเป็นดอกบัวซึ่งน่าจะเป็นปฏิภาคนิมิต เมื่อหวังนิมิตนั้นเป็นอารมณ์ต่อ จึงได้ฌาน เมื่อจิตตั้งมั่นเป็นฌานแล้วเมื่อเห็นผ้าขาวกลับดำเศร้าหมองอีก จึงเป็นความเป็นไตรลักษณ์ และอสุภของรูปขันธ์ ซึ่งท่านสามารถยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาได้ตรงนี้เอง ซึ่งถ้าให้วิเคราะห์แล้วท่านจุฬปีนถกน่าจะเป็นราคะจริตหรือศรัทธาจริต เนื่องจากมีปัญหาไม่กล้า แต่อาศัยศรัทธากล้า และได้สุภกรรมฐานพร้อมกับการที่จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิด้วยการลูบผ้า เข้าข่ายเจริญแนวทางสมถยานิก คือได้ฌานก่อนแล้วเจริญปัญญาเห็นไตรลักษณ์ ครั้นเมื่อบรรลุธรรมแล้วจึงเป็นผู้มีฤทธิ์เพราะทรงฌานนั่นเอง

<sup>๑๓</sup> บุ.อป. (ไทย) ๓๒/๓๕/๑๐๓-๑๑๐

### ๓.๓.๒. กรณีศึกษาสัทธาภิหาริกของพระสารีบุตร

#### ๓.๓.๒.๑ บุพจริยาของสัทธาภิหาริกของพระสารีบุตร

ในเรื่องนี้มีที่มาจาก พระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกาย ธรรมบท มัคควรรค สารีบุตรเถร สัทธาภิหาริกวัตถุ<sup>๓๔</sup> พระผู้มีพระภาคตรัสพระคาถานี้แก่ภิกษุผู้เป็นศิษย์ของพระสารีบุตร ซึ่งในอรรถกถาธรรมบท<sup>๓๕</sup> ได้เล่ารายละเอียดไว้ ซึ่งขอแสดงเรื่องย่อ ดังนี้

บุตรของนายช่างทองผู้มีรูปร่าง ได้บวชในสำนักของพระสารีบุตร พระสารีบุตรท่านปรารภว่ากุลบุตรผู้นี้รูปร่างออกบวชจากตระกูลร่ำรวย น่าจะมีราคาแพง จึงมอบอสุภกรรมฐานให้แก่ท่าน แต่อสุภกรรมฐานกลับไม่เป็นที่สบายแก่ท่าน แม้จะพากเพียรปฏิบัติจนครบ ๓ เดือนแล้ว กลับไม่เกิดผลแม้แต่ความสงบของจิต พระหนุ่มจึงกลับมาหาพระสารีบุตรเถระอีก พระสารีบุตรบอกกรรมฐานให้ละเอียดยิ่งขึ้นไปอีก แม้ครั้งที่ ๒ ก็ยังไม่ได้ผล แม้ครั้งที่ ๓ ก็ไม่ได้ผล พระสารีบุตรจึงคิดว่า ภิกษุนี้ทำความเพียรตลอด ๔ เดือนมิใช่ผู้ไม่ทำความเพียร จึงเห็นว่าควรนำไปเฝ้าพระพุทธเจ้าเพื่อรับการอบรมจากพระองค์ดีกว่า จึงพาสัทธาภิหาริก(ศิษย์ที่ท่านบวชให้)รูปนี้ไปเฝ้าพระศาสดาในยามเย็น

พระศาสดาตรัสกับพระสารีบุตรเถระนั้นว่า “ชื่อว่าอสาขานุสยญาณนั้น ย่อมมีแก่พระพุทธเจ้าทั้งหลาย ผู้บำเพ็ญบารมีแล้ว ยังหมั่นโลกธาตุให้บันลือแล้ว ถึงความเป็นพระสัพพัญญูนั้นแล”<sup>๓๖</sup> แล้วทรงตรวจอุปนิสัยและความเป็นมาในอดีตชาติ และจรรยาในชาติปัจจุบัน จึงทรงเห็นว่า บุตรช่างทองนี้เกิดในตระกูลช่างทองมาตลอด ๕๐๐ ชาติภิกษุหนุ่มนี้ ทำหน้าที่ช่างทองอยู่ตลอดเวลา นาน หลอมแต่ทองมีสีสุกอย่างเดียว อสุภปฏิกุศลกัมมัญฐานไม่เหมาะแก่ภิกษุหนุ่มนี้ กัมมัญฐานที่พอใจเท่านั้นจึงจะเป็นกัมมัญฐานที่สบายแก่เธอ ทรงปรารภดังกล่าวแล้ว จึงเนรมิตดอกปทุมทอง (สีแดง) สดชุ่มด้วยน้ำ เหมือนเพิ่งตัด ด้วยฤทธิ์ แล้วประทานให้ สั่งให้เอาดอกปทุมนี้ไปวางปักไว้ที่กองทรายที่ท้ายวิหาร นั่งขัดสมาธิในที่ตรงหน้า แล้วทำปริกรรมว่า “โลहितกัม โลहितกัม” (สีแดง สีแดง)

<sup>๓๔</sup> บุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๘๕/๑๒๑. ในคาถาภาษาบาลีมีความว่า “อุจฺฉินฺท สิเนหฺมตฺตโน กุมฺภํ สารทิกํ ปาณินา สฺนตฺติมคฺคเม พุรุหฺย นิพฺพานํ สุกเตน เทสิตฺ” แปลเป็นไทยว่า “เธอจงตัดความรักของตนเหมือนตัดดอกบัวที่เกิดในสารทกาล จงเพิ่มพูนทางแห่งสันติเท่านั้น เพราะพระสุคตเจ้าแสดงนิพพานไว้แล้ว”

<sup>๓๕</sup> ดูรายละเอียดใน บุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๔/๑๒๗

<sup>๓๖</sup> บุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๔/๑๒๗ ในที่นี้พระพุทธเจ้าท่านประสงค์จะแสดงให้ทราบว่าญาณประเภทนี้เป็นของที่มีได้เฉพาะพระพุทธเจ้าทั้งหลายเท่านั้น มิได้เป็นความสามารถของพระสาวกเลย

เมื่อภิกษุหนุ่มบุตรช่างทองได้รับดอกบัวที่สวยงามเท่านั้น จิตของท่านก็เลื่อมใสเบิกบาน สงบระงับจากนิเวศน์ทันที ไปทำวิหารทำตามพระดำรัสแล้วได้มาณ ๔ พร้อมด้วยวสี พระพุทธเจ้า ทรงทราบว่าภิกษุนี้ได้มาณแล้ว ทรงเนรมิตให้ดอกบัวเหี่ยวเฉาเป็นสีดำ เมื่อท่านออกจากฆาน เห็นดอกบัวเหี่ยวดังกล่าว แล้วย้อนกลับมาดูสังขารภายใน จึงเกิดสังเวช สลดใจ ได้เห็นไตรลักษณ์ในสังขารทั้งหลาย ภพ ๓ ปราภฏแล้วแก่ท่านจุไฟติดทั่วแล้ว และดูซากศพอันบุคคลผูกไว้ที่คอ และในที่ไมไกลจากนั้น มีสระน้ำ เด็กทั้งหลายเก็บดอกบัวในสระมากองไว้ริมสระ ท่านเห็นความแตกต่างระหว่างบัวที่สดในสระกับบัวที่เหี่ยวริมขอบสระนั้น จึงน้อมเข้ามาหาตัว ยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ เกิดสลดสังเวชในสังขารทั้งหลายที่มีความเสื่อมเป็นธรรมดา พระศาสดาทราบความดำริดังกล่าวจึงเปล่งพระรัศมีไป กระทบหน้าภิกษุ และตรัสพระคาถาว่า

เธอจงตัดความรักของตน  
เหมือนตัดดอกบัวที่เกิดในสารทกาล  
จงเพิ่มพูนทางแห่งสันติเท่านั้น  
เพราะพระสุคตเจ้าแสดงนิพพานไว้แล้ว<sup>๓๓</sup>

เมื่อจบพระคาถานี้ภิกษุหนุ่มศิษย์พระสารีบุตรรูปนี้ได้ดำรงอยู่ในอรหัตผลในที่สุด<sup>๓๔</sup>

### ๓.๓.๒.๒ วิเคราะห์เรื่องจิตกับการบรรลุธรรมของสัทธีวิหาริกของพระสารีบุตร

จะเห็นว่ากรรมฐานที่ได้ผลกับบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ต้องเป็นที่สบายแก่บุคคลนั้น และเป็นกรรมฐานที่ก่อให้เกิดความเบิกบานชุ่มชื่นใจ แม้ภิกษุหนุ่มจะเกิดจากตระกูลร่ำรวย แต่ไม่สามารถบำเพ็ญอสุภกรรมฐานได้ผล เพราะไม่เป็นที่สบายแก่จิต แต่พอได้เห็นดอกบัวที่งดงาม ประจุทองคำ จิตใจก็กลับเบิกบาน และเมื่อจิตใจเบิกบานมีความสุข จิตย่อมตั้งมั่นเป็นสมาธิได้โดยง่าย ซึ่งสมาธิที่เกิดขึ้นเป็นการเตรียมความพร้อมของจิตที่จะเข้าสู่ปัญญา เมื่อภิกษุนั้นออกจากฆาน เห็นดอกบัวเหี่ยวแห้งไป จึงเห็นแจ้งในไตรลักษณ์ได้ปัญญาในที่สุด

จากเรื่องนี้ผู้วิจัยมีความเห็นว่า จิต และอุปนิสัยต่างๆ นั้นมีที่มาจากเหตุในกาลก่อน ซึ่งอาจเป็นอดีตชาติหรืออดีตในชาติปัจจุบันก็ตาม ซึ่งตรงกับที่คัมภีร์วิมุตติมรรคกล่าวไว้ว่าจิตเป็นผลมาจากความเคยชินในอดีต<sup>๓๕</sup> ดังนั้นเมื่อพระพุทธเจ้าประทานกรรมฐานที่สัทธีวิหาริกพระสารีบุตร เคยทำมาก่อน จึงสามารถบรรลุธรรมได้อย่างรวดเร็ว

<sup>๓๓</sup> พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๘๕/๑๒๑.

<sup>๓๔</sup> คุรยละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๔/๑๒๓

<sup>๓๕</sup> คุรยละเอียดใน พระอุปติสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๘

กล่าวโดยสรุปแล้วเรื่องนี้ก็คงขี้นให้เห็นชัดเจนว่า จริตและกรรมฐานที่เหมาะสมกับ จริต เป็นเครื่องช่วยในการเจริญจิตศึกษา คือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิได้จนถึงฌาน เมื่อจิตตั้ง มั่นควรแก่การงานแล้วจึงสามารถเกิดปัญญาเห็นไตรลักษณ์และบรรลุธรรมได้ ดังนั้น เรื่องจริตและ กรรมฐานที่เหมาะสมจึงมีส่วนช่วยให้เกิดจิตตศึกษาที่สมบูรณ์นั่นเอง

### ๓.๓.๓. กรณีศึกษาพระนางเขมาเถรี

พระนางเขมาเถรี เป็นอัครสาวิกาเบื้องขวาของพระผู้มีพระภาคเจ้า<sup>๕๐</sup> และทรงดำรง ตำแหน่งเอตทัคคะผู้เลิศในด้านมีปัญญามากในฝ่ายภิกษุณีสงฆ์<sup>๕๑</sup> มีประวัติเรื่องราวที่ปรากฏในพระ สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อปทาน เขมาเถรียาปทาน<sup>๕๒</sup> มีรายละเอียดที่น่าสนใจศึกษาดังนี้

#### ๓.๓.๓.๑ บุปผจริยาของพระนางเขมาเถรี

พระนางเคยเกิดในสมัยพระพุทธเจ้าปทุมุตระ เมื่อ ๑๐๐,๐๐๐ กัป ก่อนหน้านั้น ได้เห็น พระศาสดาตั้งภิกษุณีไว้ในตำแหน่งเอตทัคคะฝ่ายภิกษุณีผู้มีปัญญามาก จึงบำเพ็ญมหาทานโดย นิมนต์พระพุทธเจ้าและพระสาวกรับภัตตาหารตลอด ๗ วัน และตั้งความปรารถนาอยู่ในตำแหน่งนั้น บ้าง ซึ่งพระพุทธองค์ทรงตรัสพยากรณ์ว่าความปรารถนานี้จะสำเร็จในสมัยพระพุทธเจ้าโคดม หลังจากนั้นพระนางได้เสวยสวรรค์สมบัติ มนุษย์สมบัติด้วยบุญนั้นเป็นเวลายาวนาน และได้มาขอ บำเพ็ญบารมีในศาสนาของพระพุทธเจ้าวิปัสสีเป็นเวลา ๑๐,๐๐๐ ปี เมื่อ ๕๑ กัปที่ผ่านมา และใน ภัทรกัปนี้ได้ถวายวิหารทานให้พระพุทธเจ้าโกนาคมนะ พร้อมเหล่าสาวกหลายพันองค์ กาลผ่านมา จนถึงพระพุทธเจ้ากัสปะ พระนางได้เป็นธิดาพระเจ้ากิกิแก้วนกาสิ ได้ฟัง มหานิทานสูตร<sup>๕๓</sup> และ นำมาศึกษาปฏิบัติ

ในปัจจุบันชาติสุดท้ายนี้พระนางได้เกิดในตระกูลของพระเจ้ามัททราช ในสากถนกร ได้ นามว่าเขมา เนื่องจากเมื่อเกิดมาทำให้ทุกคนในนครมีความสุขเกษมสำราญ เมื่อเติบโตขึ้นมา มีสิริ โฉมงดงามได้เป็นพระอัครมเหสีที่โปรดปรานอย่างยิ่งของพระเจ้าพิมพิสาร เมื่อพระเจ้าพิมพิสารได้ ฟังธรรมจากพระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ได้ทรงชักชวนพระนางให้ไปฟังธรรม แต่พระนาง คิดว่า พระพุทธเจ้ามีปกติตรัสกล่าวโทษของรูป จึงไม่ยอมไปฟังธรรม พระเจ้าพิมพิสารจึงให้คน แต่งคาถา (โคลงกลอน) พรรณนาความงดงามของเวฬุวันวิหารของพระผู้มีพระภาคว่า

<sup>๕๐</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๑๖๘/๑๕๘.

<sup>๕๑</sup> ดูรายละเอียดใน อจ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๒๓๖/๓๐.

<sup>๕๒</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๒๘๕/๔๒๖.

<sup>๕๓</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๕๕/๕๗-๖๖



พระเวฬุวันซึ่งเป็นสถานที่นำเพลิดเพลินยินดีของนรชน  
 ผู้ใดได้เห็นแล้ว ผู้นั้นเหมือนได้เห็นสวนนันทวัน  
 ซึ่งเป็นสถานที่เพลิดเพลินของท้าวอัมรินทร์ราชิราช  
 ท้าวสักกเทวราชและเทพทั้งหลายละสวนนันทวันแล้ว  
 ลงมาที่พื้นปฐพี เห็นพระเวฬุวันที่นารัณรมย์แล้ว  
 ก็อัศจรรย์ใจ มีรู้เบื่อ  
 พระเวฬุวันเกิดขึ้นเพราะบุญของพระราชา  
 อันบุญญาภาพแห่งพระพุทธเจ้าประดับแล้ว  
 ใครเล่าจะประมวลคุณแห่งพระเวฬุวันมากกล่าวให้หมดสิ้นได้<sup>๘๔</sup>

เมื่อนั้นพระนางได้สดับโคลงกลอนดังกล่าวจึงมีใจคิดอยากชมเวฬุวันมหาวิหาร จึงเลือกเวลาที่ดีว่าพระพุทธเจ้าเสด็จออกบิณฑบาตนอกวัด เข้าไปชมเวฬุวันมหาวิหารว่าจะสวยงามสมดังคำกลอนหรือไม่ พระนางได้เสด็จโดยลำดับ ได้เห็นความงดงามของธรรมชาติและได้แลเห็นภิกษุหนุ่มรูปหนึ่งบำเพ็ญเพียรอยู่ จึงนึกแปลกใจว่าไหนภิกษุนี้หนุ่มอยู่จึงมาบำเพ็ญสมณธรรมมิได้สนใจบริโภคนกคุณหนอ เหตุใดไม่รอให้แก่ก่อนจึงค่อยบวชภายหลัง พระนางได้เสด็จเข้าไปถึงพระวิหารชั้นในจนถึงพระคันธกุฎี พระนางเข้าใจว่า พระพุทธเจ้ามิได้ประทับอยู่ที่พระคันธกุฎี จึงเดินเข้าไป ได้เห็นพระชินเจ้าผู้งดงามดังดวงอาทิตย์อยู่ประทับอยู่ มีสตรีสาวสวยพัควิวอยู่ หญิงสาวนั้นก็มิรีศมิเปล่งปลั่งดังทองธรรมชาติ มีหน้าตางดงามดังปทุมชาติ ริมฝีปากก็แดงดังผลตำลึงสุก ชำเลียงมองแต่น้อย เป็นที่ติดตาตรึงใจยิ่งนัก มีลำแขนงามเหมือนทองคำ วงหน้าสวย ถันทั้งคู่ก็เต่งตึงดังดอกบัวตูม มีเอวคอดกลมกลิ้ง สะโพกผึ่งผาย ลำขาน่ายินดี มีเครื่องประดับสวยงาม ผ้าสไบมีสีแดงแวววาว นุ่งห่มผ้าเนื้อเกลี้ยงสีเขียว มีรูปสมบัติที่ชวนชมโดยไม่รู้เบื่อ ประดับด้วยเครื่องอาภรณ์ทุกชนิด<sup>๘๕</sup>

ทันใดนั้นพระพุทธเจ้าทรงเนรมิตรรูปร่างของหญิงสาวที่ทรงทำให้เกิดขึ้นโดยฤทธิ์นั้นให้ค่อยๆกลายเป็นร่างหญิงชรา แก่หง่อมลงตามลำดับ สตรีสาวคนนั้นถูกชราอำยี้ มีผิวพรรณแปลกไป ปากอ้า ฟันหัก ผมหงอก น้ำลายไหล หน้าไม่สะอาด หูตึง นัยน์ตาฝ้าฟาง ถันหย่อนยาน ไม่งามเหยี่ยว่นทั่วกาย มีศีรษะและร่างกายสิ้นจั่นงก หลังงอ มิได้ทำเป็นเพื่อนเดิน ร่างกายชুবพอมซิดไป

<sup>๘๔</sup> คุรยละเอียดใน ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๓๓๐/๔๓๑.

<sup>๘๕</sup> ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๓๔๓/๔๓๓.

ลั่นนังงก ล้มลงแล้วหายใจถี่ ๆ จากนั้น ความสังเวชที่ก่อให้เกิดขนพองสยองเกล้า ซึ่งไม่เคยมีก็ได้มี แก่พระนางว่า น่าคิดเทียบ รูปไม่สะอาดที่พวกคนเขลายินดีกัน <sup>๕๖</sup>

พระพุทธเจ้าตรัสพระธรรมเทศนาต่อไปให้พระนางพิจารณาเห็นอสุภกรรมฐานในรูป ภายของหญิงที่ทรงเนรมิต ว่ากระสับกระส่าย ไม่สะอาด เปื่อยเน่า (มีของเหลว) ไหลเข้าและไหล ออกเป็นนิจ ทรงแนะนำให้อบรมจิตให้เป็นสมาธิมีอารมณ์เดียวด้วยอารมณ์ที่ไม่งาม จงเจริญ ภายคตาสติ มากไปด้วยความเบื่อหน่าย จงพิจารณาว่ารูปของหญิงนี้เป็นเช่นเดียวกับร่างกายของ พระนางไม่ต่างกันเลย จงคลายความยินดีพอใจในกาย ทั้งภายในและภายนอกเถิด หลังจากนั้นพระ นางเขมาจึงเห็นแจ้งตามความเป็นจริงในสังขารทั้งหลายและเสด็จกลับไปทูลขอให้พระสวามี ทราบ ว่าพระนางประสงค์ที่จะบวช พระเจ้าพิมพิสาร ได้อนุญาตให้พระนางบวชได้ตามประสงค์ และ ภายหลังจากบวชได้ ๗ เดือน พระนางเขมาเถรีได้เห็นพระทีปสว่างขึ้น และดับไป จึงมีใจสังเวช เบื่อหน่ายในสังขารทั้งปวง ได้บรรลุอรหัตต์ พร้อมด้วยปฏิสัมภิตา พระพุทธองค์ทรงตั้งพระนาง เขมาเถรีไว้ในตำแหน่งเอตทัคคะว่าเป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุณีผู้มีปัญญามาก <sup>๕๗</sup>

### ๓.๓.๓.๒ วิเคราะห์เรื่องจิตกับการบรรลุธรรมของพระนางเขมาเถรี

ในเรื่องนี้จะเห็นได้ชัดเจนว่าพระนางเขมาเถรีเป็นผู้ที่มีราคะจริต คิดในรูปที่สวยงาม รังเกียจ รูปที่ไม่สวยงาม จึงไม่ปรารถนาที่จะได้สดับพระสัทธรรมของพระพุทธเจ้า แต่ด้วยเหตุที่พระเจ้าพิม พิศาร ซึ่งทรงเป็นพระโสดาบัน รู้อุปนิสัยและจริตของพระนาง ได้เป็นอย่างดี จึงใช้อุบายแต่งกลอน ให้ไพเราะ ชมความสวยงามของพระเวฬุวันมหาวิหาร ซึ่งก็ได้ผล เนื่องจากพระนางเป็นผู้มีราคะ จริต จึงมีความประสงค์ที่จะได้เห็นในสิ่งที่สวยงามน่าเจริญตาเจริญใจ

เมื่อพระนางเข้าไปในวัด ผู้วิชัยได้เข้าใจว่าพระพุทธองค์ก็ทรงทราบเรื่องทั้งหมดด้วย พุทธญาณ และทรงมีพระกรุณาที่จะโปรดพระนาง จึงมิได้เสด็จออกบิณฑบาตเช่นปกติ กลับทรง ประทับอยู่ในคันธกุฎี และผู้วิชัยมีความเห็นว่าพระภิกษุหนุ่มที่พระนางเขมาเห็น ก็อาจจะเป็นรูป เนรมิตที่พระพุทธเจ้าทรงเนรมิตให้พระนางเห็น เพื่อสร้างความประหลาดใจว่าศาสนานี้มีนักบวช หนุ่มแน่น ไม่ใช่เหมือนค่านิยมของสังคมสมัยนั้น ที่นิยมบวชเมื่อมีอายุมาก ทั้งนี้เพื่อตั้งให้พระนาง ได้คิดในเบื้องต้น

เมื่อพระนางเสด็จถึงพระคันธกุฎี ทรงเห็นพระพุทธองค์ประทับนั่งกับหญิงสาวผู้ ุปฏิฐาก ซึ่งเป็นรูปเนรมิตที่งดงามหาที่ติมิได้ ทำให้ตั้งจิตความสนใจของพระนางที่มีราคะจริต

<sup>๕๖</sup> คุรยละเอียดใน ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๓๔๓/๔๓๓.

<sup>๕๗</sup> คุรยละเอียดใน ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๓๕๔/๔๓๔-๔๓๘.

ชอบดูสิ่งสวยงามอยู่แล้ว และพระองค์ก็ทรงแสดงสัญจรกรรมผ่านรูปเนรมิตนั้นด้วยการเผยให้เห็นความเลื่อมของสังขารด้วยความชราลงทีละน้อย ให้พระนางเขมาได้เกิดสลดสังเวช ซึ่งได้ผลเป็นอย่างดี พระองค์ตรัสสรรณเทศนาไม่ทีประโยชน์ พระนางเขมาก็ตัดสินใจออกบวชทันที

พระนางบวชได้ ๗ เดือนจึงบรรลุนิพพาน ผู้วิจัยมีความเห็นว่า พระนางบมอินทรีด้วยการเจริญสมาธิ จนได้ฌานสมาบัติ ก่อน จึงยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาด้วยอนิจจสัญญา เมื่อเห็นเปลวประทีปสว่างโพลงแล้วดับไป จึงได้เป็นพระอรหันต์พร้อมด้วยคุณวิเศษครบทุกประการ ทั้งอภิญญา และปฏิบัติสมาธิ ในที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางสมถยานิก ซึ่งหากจะวิเคราะห์แล้วพระนางเขมาน่าจะจัดอยู่ในประเภทตณฺหาจริตด้วย เพราะรักสวयรักงาม และเมื่อได้กรรมฐานที่เหมาะสมเช่นอนุสฺสกรรมฐาน จึงทำให้สงบตั้งมั่นได้ และอาจเป็นผู้ที่ได้ฌานสมาบัติ จึงบรรลุนิพพานในแนวสมถยานิก หรืออุคฺโตภาค ได้บรรลุนิพพานพร้อมอภิญญา และปฏิบัติสมาธิในที่สุด

### ๓.๓.๔. กรณีศึกษาภิกษุณีรูปนันทาเถรี

#### ๓.๓.๔.๑ บุพจริยาของภิกษุณีรูปนันทาเถรี

ในอดีตกาลเมื่อ ๕๑ กัปที่แล้วภิกษุณีรูปนันทาเถรี ได้เกิดในสมัยพระพุทธเจ้าวิปัสสิ โดยเกิดในตระกูลใหญ่ที่มั่งคั่ง มีความเจริญในกรุงพันธุมดี เป็นสตรีมีรูปงาม น่าเอ็นดู ได้เข้าเฝ้ารับฟังพระธรรมเทศนาจากพระพุทธเจ้าวิปัสสิแล้ว ประกาศตนถึงไตรสรณคมน์ รักษาศีล เมื่อเมื่อพระผู้มีพระภาคเสด็จดับขันธปรินิพพานแล้วได้ใช้ฉัตรทองบูชาไว้ ณ เบื้องบนแห่งพระสถูปที่บรรจุพระบรมสารีริกธาตุ เมื่อจุติจากมนุษย์ได้เสวยทิพยสมบัติที่ดาวดึงส์<sup>๔๔</sup>

ในชาติสุดท้าย ภิกษุณีรูปนันทาเถรี เกิดในกรุงกบิลพัสดุ์ เป็นธิดาแห่งเจ้าศากยะพระนามว่าเขมา มีนามว่านันทา (ในอรรถกถาธรรมบทกล่าวว่าคุณเป็นน้องของพระนันทเถระ) หมู่นกกล่าวว่าคุณเป็นผู้หนึ่ง ซึ่งมีความถึงพร้อมด้วยรูปงาม น่าชม ในคราวที่เติบโตเป็นสาว มีรูปและผิวพรรณงดงาม จนพวกเจ้าศากยะเกิดการวิวาทกันใหญ่โต เพราะเรื่องแย่งตัวนาง ครั้งนั้น พระบิดาของนางดำริว่า ‘พวกเจ้าศากยะ จงอย่าพิณาศเลย’ จึงให้บวช ครั้นพระนางได้บวชเป็นภิกษุณีแล้ว ได้ฟังว่า พระตถาคตเป็นผู้สูงสุดแห่งนรชน ทรงดีเตียนรูป จึงไม่ยอมเข้าเฝ้า เพราะท่านมีความหลงใหลรูปท่านจึงขลาดต่อการเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า จึงไม่ยอมไปรับโอวาท

ครั้งนั้นภิกษุณีรูปนันทาได้ยินคิดศัพทอันงามของพระผู้มีพระภาค จึงคิดแฝงกายเข้าไปในหมู่ภิกษุณีเพื่อจะให้เห็นพระพักต์ของพระพุทธเจ้าบ้าง พระพุทธเจ้าทรงทราบเรื่องด้วยพระญาณและประสงค์จะสงเคราะห์ภิกษุณีรูปนันทาภิกษุณี จึงทรงเนรมิตหญิงงามด้วยฤทธิ์ ๓ ลักษณะคือ

<sup>๔๔</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๕๐/๓๘. และ ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๓/๑๕๘.

(๑) หญิงสาวที่สวยเหมือนเทพอัปสร (๒) หญิง(คนเดิมที่)ชรา (๓) หญิง(คนเดิม)ที่ตายแล้วมีศพน่า  
 เหมือนเต็มไปด้วยหนอน รูปนั้นทากิษุณีเห็นหญิงทั้ง ๓ ลักษณะ แล้วเกิดความสลัดใจ ไม่ยินดีใน  
 ซากศพของหญิงที่ตายแล้ว มีความเบื่อหน่ายในภพ ขณะนั้น พระผู้มีพระภาคตรัสกับนางว่า

นันทา เธอจงดูรูปกายที่กระสับกระส่าย ไม่สะอาด เปื่อยเน่า ไหลเข้า ไหลออกอยู่ ที่พวก  
 คนเขลาพากันปรารถนายิ่งนัก เธอจงอบรมจิตให้เป็นสมาธิมีอารมณ์เดียวด้วยสุกอารมณ์เกิด  
 รูปนี้เป็นฉันทิ รูปของเธอนั้นก็เป็นฉันทิ รูปของเธอนั้นเป็นฉันทิ รูปนี้ก็เป็นฉันทิ เมื่อ  
 เธอพิจารณาเห็นรูปอยู่อย่างนี้ มิได้เกียจคร้านทั้งกลางวันและกลางคืน แต่นั่น ก็จะเบื่อหน่าย  
 อยู่ด้วยปัญญาของตน<sup>๔๙</sup>

เมื่อภิกษุณีรูปนันทาพิจารณาอสุกกรรมฐาน และขกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาด้วยการเห็นตาม  
 ความเป็นจริงของกาย จึงเกิดความเบื่อหน่ายในกาย คลายกำหนดภายใน และหลุดพ้นเป็นพระ  
 อรหันต์ พร้อมด้วยปฏิสัมภิทา ๔ วิโมกข์ ๘ และอภิญญา ๖ ในที่สุด<sup>๕๐</sup>

### ๓.๓.๔.๒ วิเคราะห์เรื่องจิตกับการบรรลุนิพพานของพระนางรูปนันทาเถรี

เรื่องของภิกษุณีรูปนันทาเถรีนี้ เมื่อศึกษาในรายละเอียดจะพบว่าพระนางอภิกษุณีรูปนันทา  
 เถรี เป็นผู้ที่มีราคะจิต พระพุทธเจ้าทรงทราบจิตของพระนาง และต้องการแก้ความติดใจในรูปจึง  
 เนรมิตรูปที่สวยงาม เพื่อดึงดูดความสนใจ และให้มีจิตใจเบิกบาน ต่อมาทรงเนรมิตให้แก่ชรา และ  
 ตายเป็นศพน่าให้ดู ซึ่งทำให้พระนางได้สลัดสังเวช คลายจากความหลงไหลในรูป เห็นอสุก  
 กรรมฐาน และขกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาด้วยการเห็นไตรลักษณ์ที่ปรากฏในรูปที่เห็น จึงทำให้จิตหลุดพ้น  
 จากอาสวะได้ในที่สุด ทั้งนี้เพราะเหตุที่ได้กรรมฐานที่ถูกต้องกับจิตเป็นเหตุ

### ๓.๓.๕. สรุปกรณีศึกษา

จากทั้ง ๔ กรณีศึกษา ผู้วิจัยค้นพบว่า จิตมีความสัมพันธ์กับการบรรลุนิพพานในประเด็น  
 ต่างๆดังนี้

(๑) จิตของแต่ละคนแตกต่างกัน ดังนั้นกรรมฐานที่เหมาะสมของแต่ละคนจึงมัก  
 แตกต่างกันไป หากได้กรรมฐานที่เหมาะสมกับจิตจะทำให้การบรรลุนิพพานเป็นเรื่องที่ง่ายขึ้น

<sup>๔๙</sup> พุ.อป. (ไทย) ๓๓/๑๔๓/๕๓๕.

<sup>๕๐</sup> ดูรายละเอียดใน พุ.อป. (ไทย) ๓๓/๑๔๓/๕๓๕-๕๔๒. และ พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๓/๑๕๘.

(๒) ธรรมเนียมที่ถูกจริต ต้องมีคุณสมบัติเบื้องต้นที่สร้างความสบายให้แก่ผู้ปฏิบัติ เมื่อผู้ปฏิบัติมีความสบาย ย่อมยังจิตใจให้เกิดสุข และเมื่อมีความสุข ย่อมเป็นเหตุให้จิตใจตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิได้ง่าย และเมื่อจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิย่อมเกิดปัญญาเห็นไตรลักษณ์ได้

(๓) ธรรมเนียมที่ถูกจริตในกรณีศึกษาที่ยกมานั้นส่วนหนึ่งจะเป็นธรรมเนียมที่เกี่ยวข้องกับการฝึกฝนอบรมมาแต่อดีตชาติ ซึ่งหากได้ธรรมเนียมดังกล่าวจะสามารถพัฒนาไปได้อย่างรวดเร็ว

(๔) การดูลักษณะภายนอกอาจไม่สามารถแยกได้ชัดเจนว่าเขามีจริตอื่นที่แฝงอยู่หรือไม่ เช่นกรณีศิษย์ของพระสารีบุตร แม้อุบายนอกอาจตัดสินได้ว่าเป็นราคะจริต แต่แท้จริงอาจมีโทสะจริตผสมอยู่บ้าง เมื่อเจริญอุสภกรรมฐานจึงไม่เป็นที่สบาย จิตจึงไม่สามารถตั้งมั่นได้ ต่อมาภายหลังเมื่อได้กรรมฐานการพิจารณาดอกบัวจากพระพุทธเจ้า การได้เห็นดอกบัวอันงดงามย่อมทำให้จิตใจสบาย และสงบระงับ ตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ และสามารถบรรลุธรรมได้โดยไม่ยากเลย

กล่าวโดยสรุปเรื่องจริตเป็นเรื่องที่มีความสำคัญต่อการบรรลุธรรมในส่วนของการทำงานให้เกิดจิตศึกษา คือการเลือกธรรมเนียมที่เหมาะสมกับจริต ย่อมทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิได้ ซึ่งเป็นบาทฐานในการเจริญปัญญาศึกษาต่อไปเพื่อการบรรลุธรรมนั่นเอง ดังนั้น ผู้ที่ประสงค์จะปฏิบัติธรรมจนถึงการบรรลุมรรคผลนิพพาน อาจต้องสำรวจการภาวนาของตนว่าได้ธรรมเนียมที่ทำให้เกิดสัมมาสมาธิหรือไม่ และอาจต้องปรับเปลี่ยนธรรมเนียมให้สอดคล้องกับจริต เพื่อผลในการทำให้เกิดสัมมาสมาธิ เพื่อเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรมนั่นเอง

### ๓.๔ วิเคราะห์ความสำคัญของจริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

จากการศึกษาในบทที่ผ่านมา ได้พบความสำคัญของจริตในหลากหลายมุมมองทั้งในส่วนของบทที่ ๒ ที่เป็นส่วนของการศึกษาเรื่องจริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนา และในส่วนของบทที่ ๓ ซึ่งศึกษาในด้านรูปธรรมในกรณีศึกษาเรื่องของจริตกับการบรรลุธรรม ซึ่งหากนำองค์ความรู้ที่ได้มาทั้งหมดประมวลลงสู่ความสำคัญของจริตจะสามารถวิเคราะห์ได้ดังนี้

#### ๓.๔.๑ ความสำคัญของจริตในแง่ของการตัดสินใจเลือกแนวทางประกาศศาสนาของพระพุทธเจ้า

เรื่องจิตนั้นมิมาตั้งแต่ยุคต้นพุทธกาลแล้ว โดยพบการจำแนกจริตครั้งแรกสุดก็คือ เมื่อพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ใหม่ๆ ทรงเห็นว่าธรรมที่ทรงตรัสรู้เป็นของปราณีต ยากที่จะมีผู้ใคร่รู้เห็นตาม จึงมีพระทัยในการชวนชวนน้อยคือการตัดสินใจไม่สอนไม่ประกาศพระธรรม สหัมบดีพรหมทราบความดำรินั้นได้มาราบหูลอรารณาให้พระพุทธเจ้าได้โปรดแสดงธรรม โดยอ้างถึงสัตว์โลก

บางประเภทมีฐิติในดวงตาน้อย พอจะรู้ตามได้บ้าง พระพุทธเจ้าจึงทรงตรวจดูอุปนิสัยสัตว์โลกแล้ว จึงเห็นสัตว์ทั้งหลายดุจดั่งบัว ๓ เหล่าคือ (๑) ยังไม่พ้นน้ำ จมอยู่ใต้น้ำ .(๒) อยู่เสมอน้ำ.(๓) บางดอก อยู่พ้นน้ำ ไม่แตะน้ำ ได้เห็นสัตว์ทั้งหลายผู้มีฐิติในดวงตาน้อย มีฐิติในดวงตามาก มีอินทรีย์แก่กล้า มีอินทรีย์อ่อน มีอาการดี มีอาการทราม สอนให้รู้ได้ง่าย สอนให้รู้ได้ยาก จึงได้ตัดสินพระทัยที่จะ ประกาศพระศาสนา เนื่องด้วยสัตว์ที่มีอุปนิสัยที่จะรู้ตามได้พอมีอยู่ จึงทรงรับการอาราธนานิมนต์ จากท้าวสหัมบดีพรหม และตัดสินใจที่จะประกาศพระศาสนาต่อไป<sup>๕๐</sup>

เมื่อวิเคราะห์เหตุการณ์ตอนนี้แล้วจะเห็นได้ว่าการจำแนกจริตและอุปนิสัยรวมถึงความพร้อมของคนออกเป็นประเภท ๆ ไปนั้นทำให้มองเห็นภาพชัดเจนขึ้นและเห็นว่าการสอนธรรมะ และการรู้ตามธรรมะที่ทรงสอนนั้น เป็นวิสัยที่พอเป็นไปได้ เหมือนทฤษฎีทางการตลาดในยุคนี้ต้อง จำแนกตลาดให้ชัดเจนก่อน จึงหาสินค้าเพื่อตอบสนองต่อตลาดได้อย่างเหมาะสมทั้งปริมาณและคุณภาพ เช่นหากจะผลิตรถยนต์หรูหราชที่มีราคาแพงกว่า ๓๐ ล้านบาท เพื่อให้ “ทุกคน” ได้ใช้สอย ผู้ผลิตอาจท้อใจว่าจะมีซ้กก็คนที่มีความสามารถในการซื้อได้ อาจล้มเลิกโครงการผลิตรถยนต์ราคา แพงนั้นเสีย แต่หากมีการสำรวจตลาดชัดเจนแล้ว เห็นว่าบุคคลทั่วไปน้อยคนนักที่จะซื้อได้ แต่มี เศรษฐีอยู่จำนวนหนึ่ง ที่ต้องการแสดงฐานะและต้องการความหรูหรา และพร้อมจะใช้ของดีมีราคา แพงกว่าผู้อื่นเพื่อจูงใจสร้างความแตกต่าง ผู้ผลิตอาจสำรวจจำนวน และราคาที่ถูกค้ำกลุ่มนี้เพียงพอใจ และผลิตสินค้ารถยนต์ราคาแพงเพื่อตอบสนองความต้องการของลูกค้ากลุ่มนี้โดยเฉพาะ ซึ่งสามารถ ทำได้ และได้กำไรดีแม้จะมียอดขายจำนวนไม่มาก แต่กำไรต่อหน่วยมาก จึงสามารถสร้างกำไรได้ ดังนั้น หากมองในแง่นี้จะเห็นว่า การแบ่งคนเป็นจริตต่างๆ เป็นการสำรวจฐานข้อมูลของลูกค้า เพื่อให้เตรียมวางแผนผลิตสินค้าและบริการไว้รองรับ

ในพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยเห็นว่าพระพุทธเจ้าทรงมีความสามารถในการสำรวจจริต รวมทั้งอุปนิสัยของมนุษย์ จึงพอมองเห็นได้ชัดเจนว่ามีผู้ที่สามารถรู้ตามธรรมที่พระองค์ตรัสได้อยู่ จำนวนหนึ่ง จึงทำให้พระพุทธองค์ทรงตัดสินพระทัยที่จะประกาศศาสนา และด้วยเหตุนี้เองทำให้ การประกาศศาสนาของพระพุทธองค์ จึงไม่ได้ต้องการให้ “คนทั้งหมดทุกคน” มานับถือ พระพุทธศาสนา แต่ทรงเห็นตามความเป็นจริงว่า มีคนบางส่วนจะเข้าใจธรรมะได้อย่างรวดเร็ว คน บางส่วนจะเข้าใจธรรมะได้ช้า คนบางส่วนต้องอาศัยความพากเพียรพยายาม และจะต้องเหลือคน บางส่วนที่ “ไม่สามารถ” จะแนะนำสั่งสอนได้เลย จึงทรงประกาศศาสนาด้วยความกรุณา โดยเลือก เฟ้นในการประกาศศาสนาให้กับผู้ที่อยู่ในข่ายที่สามารถโปรดได้ ตัวอย่างเช่นเมื่อครั้งตรัสรู้ใหม่ๆ ทรงตัดสินใจที่จะเผยแผ่ศาสนา พระพุทธเจ้าทรงปรารภการเริ่มเผยแผ่ศาสนาด้วยการดำริหาผู้ที่

<sup>๕๐</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๕๓/๓๐๗.

สามารถรับรู้ธรรมะได้อย่างรวดเร็ว ทรงเห็นอุปนิสัยแห่งอาพารคาบส และอุทกคาบส เพราะท่านทั้งสองเป็นบัณฑิต ฉลาด เจียบแหลม มีปัญญา มีรู้ลึในตาน้อยมานาน หากได้ฟังธรรมจะสามารถรู้ตามได้อย่างฉับพลัน แต่ท่านคาบสทั้งสองได้เสียชีวิตแล้ว จึงทรงเล็งเห็นปัญจวิสัยว่าสามารถจะรู้ธรรมได้อย่างฉับพลันเช่นเดียวกัน แม้จะอยู่ไกลถึงป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ซึ่งห่างจากพุทธคยาจุดที่พระองค์ประทับนั่งตรัสรู้ถึงราว ๓๐๐ - ๔๐๐ กิโลเมตร แต่ก็ทรงตัดสินใจที่จะเสด็จไปโปรดเป็นกลุ่มแรก<sup>๕๒</sup> อีกทั้งตลอดพุทธสมัย ท่านไม่เคยบังคับ หรือไม่เคยรุกรานบังคับขู่เช็กด้วยอำนาจหรือศาสตราวุธให้คนต้องมานับถือศาสนาพุทธ แต่ให้เลื่อมใสโดยเสรี และยังทรงมีท่าที่เป็นมิตรกับคนนอกศาสนาอยู่เสมอ

### ๓.๔.๒. ความสำคัญของจิตต่อความเชื่อในเรื่องเกี่ยวกับอดีตกรรม และการปรับเปลี่ยนความเคยชินใหม่เพื่อปรับปรุงจิต

ในคัมภีร์วิมุตติมรรคได้กล่าวถึงสาเหตุของการมีจิตต่างกันไว้ว่าเป็นเรื่องของอดีตกรรม ซึ่งอาจผูกพันมาแต่อดีตชาติ<sup>๕๓</sup> ส่วนในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้กล่าวว่าเป็นอุปนิสัยที่เคยกระทำด้วยความเคยชินด้วยกุศลมูล และอกุศลมูลเป็นเหตุ<sup>๕๔</sup> ส่วนในกรณีศึกษาที่น่าสนใจอย่างเรื่องของพระเจ้าพิมพิสาร ก็กล่าวถึงเรื่องอดีตชาติ ส่งผลให้เกิดอุปนิสัย ลักษณะเฉพาะ และจิตในปัจจุบัน<sup>๕๕</sup> ได้อย่างสอดคล้องกันทีเดียว

ผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่าเหตุของการที่มนุษย์ทั้งหลายมีจิตที่แตกต่างกันนั้น สาเหตุหนึ่งก็คงมาจากการสั่งสมพฤติกรรมและความเคยชินในอดีตนั่นเอง ซึ่งการกระทำในอดีตแม้ผ่านมานานแล้วก็ยังส่งผลให้แก่จิตในปัจจุบันได้ ดังนั้นการศึกษาเรื่องจิตนี้จึงสอดคล้องกับคติความเชื่อเรื่องกรรมในอดีตที่สามารถส่งผลมาสู่ปัจจุบันในด้านการเป็นความเคยชิน หรือเป็นจิตที่ติดตัวมาสู่ปัจจุบัน ซึ่งหากใช้กระบวนการนี้ในการอธิบายสาเหตุของการที่ปัจเจกบุคคลมีจิตที่แตกต่างกัน ก็จะสามารถให้การยอมรับซึ่งกันและกันได้ในสังคม และนำไปสู่การเคารพซึ่งกันและกัน โดยการยอมรับความแตกต่างของปัจเจกชนได้

<sup>๕๒</sup> ดูรายละเอียดใน วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๐/๑๕.

<sup>๕๓</sup> ศึกษารายละเอียดใน พระอุปติสสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๘

<sup>๕๔</sup> วิสุทธิ. (ไทย) ๑๖๕-๑๗๓.

<sup>๕๕</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๑/๓๓๖ ครั้งศึกดาบรพ ท่านเป็นพระเจ้าแผ่นดิน ทรงทำประทักษิณพระนคร เมื่อพระเสโทไหลออกจากพระนลาต ทรงเอาผ้าสะอาดเช็ดที่สูดพระนลาต ผ้าได้เศร้าหมองแล้ว ท้าวเธอกลับได้อนิจจสัญญาว่า "ผ้าสะอาดเห็นปานนี้อาศัยสระน้ำนี้ ละปกติแปรเป็นเศร้าหมองไปได้, สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ," เพราะเหตุนี้ ผ้าสำหรับเช็ดธุลีนั้นแล จึงเป็นปัจจัยของท่านแล้ว

ในขณะที่เดียวกันหลักความเชื่อว่าการสร้างความเคยชินเป็นการส่งผลให้เกิดจิตนั้น หากมองมุมกลับ จริตก็เป็นสิ่งที่ไม่คงที่ เพราะหากเราสร้างความเคยชินใหม่ ย่อมส่งผลให้เปลี่ยนนิสัย พฤติกรรมและจิตใหม่ได้เช่นกัน แม้ต้องใช้ความพยายามและใช้เวลาช่วย เช่นหากเราสำรวจตนเองว่าเป็นคนมีโทสจริต หากเราหมั่นสร้างพฤติกรรมใหม่ๆ เช่นเจริญเมตตาพหรมวิหารเนื่อง ๆ ความเข้มข้นของโทสจริตย่อมหายไป และอาจปรับเข้าสู่จิตใหม่เช่นพุทธจริตได้ในที่สุด

### ๓.๔.๓. ความสำคัญของจิตต่อการยอมรับความหลากหลายในด้านพฤติกรรมและความแตกต่างของปัจเจกชน

การศึกษาที่ผ่านมาเราได้ค้นพบว่า จริตมีส่วนในการก่อให้เกิดพฤติกรรมที่ต่างกัน เช่นคนราคะจริตมักมองหาข้อดีแม้เพียงเล็กน้อยในการติดอกติดใจ เยื่อใยในสิ่งที่ตนพบ ในขณะที่คนโทสจริตกลับมองหาแต่ข้อเสียแม้เพียงเล็กน้อยในการตัดความเยื่อใยเกี่ยวพัน ดังนั้นการที่ปัจเจกบุคคลจะมีพฤติกรรมต่างกันไปเมื่อพบสิ่งเร้าที่เหมือนกันจึงเป็นเรื่องธรรมดา หากเราสามารถทำความเข้าใจความแตกต่างของพฤติกรรมดังกล่าวมาได้ ก็สามารถใช้ชีวิตอยู่ด้วยความสุขในสังคม เพราะสามารถยอมรับความหลากหลายในด้านพฤติกรรมของปัจเจกชนได้

เรื่องจิตจึงนำมาสู่ความเชื่อที่ไม่มีใครสมบูรณ์แบบได้ทุกอย่าง แต่ชี้ให้เห็นว่าปัจเจกชนพร้อมที่มีพฤติกรรมหลากหลาย เป็นคุณสมบัติเฉพาะตัวของเขาโดยเฉพาะ เรื่องนี้จึงสามารถนำไปประยุกต์เข้าสู่การเข้าใจตลาด และการแบ่งตลาดตามกลุ่มผู้ซื้อได้ เช่นเรื่องตลาดรถยนต์ หากใช้แนวความคิดเรื่องจิตมาช่วยการแบ่งตลาด (segmentation) ก็สามารถช่วยให้เกิดการตัดสินใจวางแผนผลิตเพื่อกลุ่มลูกค้าเฉพาะของตน เช่นหากจะออกแบบเพื่อตอบสนองกลุ่มลูกค้าราคะจริต ก็ต้องออกแบบให้สวยงาม ปราณีต หรูหรา ใช้วัสดุตกแต่งชั้นดี ติดเครื่องเสียงชั้นดี ซึ่งคุณสมบัติดังกล่าวก็จะเป็นที่ถูกใจคนราคะจริตมาก ส่วนการออกแบบเพื่อคนโทสจริต อาจต้องเน้นที่เครื่องยนต์ที่แรง ให้อัตราการเร่งแซงที่ดีเยี่ยม เครื่องยนต์ควรทนทานไม่จุกจิกไม่ต้องบำรุงรักษามาก เป็นต้น

ในขณะที่เราทำความเข้าใจเรื่องจิตมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมดังกล่าว หากจะนำมาประยุกต์กับเรื่องการสอนกรรมฐานก็ควรต้องมีการแบ่งแนวทางการสอนให้หลากหลาย เช่นสอนอสุภกรรมฐานให้ผู้มีราคะจริต สอนกรรมฐานเมตตาภาวนาให้ผู้มีโทสจริต สอนอานาปานสติให้ผู้มีวิตกจริต สอนสติปัฏฐานในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานให้คนคัมภีร์จริต สอนจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานให้คนทวิภูตจริต เป็นต้น ซึ่งครูบาอาจารย์ที่ฉลาดเรื่องนี้ก็ใช้วิธีดังกล่าวในการอบรมสั่งสอนศิษย์ที่มาขอกรรมฐานด้วย เช่นหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต และหลวงปู่ดูลย์อตุโล และหลวงพ่อปราโมทย์



ปาโมชโช ซึ่งท่านเหล่านี้ให้กรรมฐานแก่ศิษย์แต่ละท่าน ไม่เหมือนกัน โดยเน้นที่อุปนิสัย และจริต เป็นสำคัญ

นอกจากนั้นการศึกษาเรื่องจริตยังทำให้เราสามารถทำความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เมื่อเราทราบว่าผู้ที่เราเกี่ยวข้องกับผู้มีจริตอย่างไรก็สามารถปฏิบัติตนต่อเขาให้เหมาะสม และคบหาด้วยความเข้าใจ สงผลดีให้กับความสัมพันธ์รอบตนเองได้ในที่สุด

#### ๓.๔.๔. ความสำคัญของจริตต่อการเลือกคบคน

ในบทที่ ๒ ได้กล่าวถึงจกกรมสูตร ซึ่งพระสูตรนี้ชี้ให้เห็นว่าคนที่มีอุปนิสัยหรือธาตุที่ตรงกัน มักคบหากัน<sup>๖๖</sup> เรื่องนี้ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญของจริตต่อการเลือกคบคนให้ตรงกับอัธยาศัย เพื่อให้เกิดความราบรื่นในการภาวนา หรือการดำรงชีวิตประจำวัน

ในขณะที่อิทธิพลของคนมีความสำคัญดังกล่าว การที่เราจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองให้ได้ผล อาจต้องใช้กระบวนการกล่อมเกลางของสังคมในการช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้วย เช่นหากเราประสงค์ที่จะเจริญภาวนาจนสามารถบรรลุธรรมได้ อาจต้องเลือกสังคม และการคบหาสมาคมกับผู้ที่เป็นครูบาอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญกรรมฐาน รวมทั้งคบหามิตรที่มีความฝักใฝ่ในการปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้น เมื่อได้อยู่ในสังคมดังกล่าวย่อมมีส่วนเกื้อหนุนให้เกิดอิทธิพลในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและจริตได้ในที่สุด

#### ๓.๔.๕. ความสำคัญของจริตต่อการทำความรู้จักตนเอง

ความสำคัญของจริตต่อการรู้จักตนเอง และผู้อื่น จากการศึกษาเรื่องจริตอย่างละเอียด ข้างต้น สามารถที่จะนำองค์ความรู้ และข้อสังเกตมาศึกษาเปรียบเทียบกับตนเอง และนำมาวิเคราะห์ตนเองได้ว่าตนเองจัดอยู่ในบุคลิกประเภทใด หากรู้จริตของตนเองอย่างแน่ชัดแล้ว ย่อมสามารถกำจัดจุดอ่อนและเสริมจุดแข็งของตนเองได้

เป็นธรรมดาที่มนุษย์เราจะเป็นผู้มีจุดอ่อนบางประการ และจุดแข็งบางประการในคนเดียวกัน การเรียนรู้เรื่องจริต จะทำให้รู้จักตนเอง และสามารถระมัดระวังจุดอ่อนได้ดีขึ้นหากเรา

<sup>๖๖</sup> คุรยละเอียดใน ส.นิ.(ไทย) ๑๖/๕๕/๑๘๗. พระพุทธเจ้าทรงชี้ให้พระภิกษุว่าพระภิกษุมักอยู่รวมกันโดยธาตุ เช่นผู้มีปัญญามากจะอยู่รวมกลุ่มกับพระสารีบุตร ผู้มีฤทธิ์มากจะอยู่รวมกลุ่มกับพระโมคคัลลานะ ผู้ที่ใฝ่ต่อสุดตะจะอยู่รวมกลุ่มกับพระอานนท์ และผู้มีความปรารถนาลามจะไปอยู่รวมกลุ่มกับเทวทัตเป็นต้น และทรงสรุปท่ายพระสูตรว่า “แม้ในอดีต.แม้ในอนาคต.แม้ในปัจจุบันนี้ สัตว์ทั้งหลายก็ได้คบค้าสมาคมกันโดยธาตุอย่างเดียวกัน คือสัตว์ทั้งหลายผู้มีอัธยาศัยแล้ว ได้คบค้าสมาคมกับสัตว์ทั้งหลายผู้มีอัธยาศัยแล้ว สัตว์ทั้งหลายผู้มีอัธยาศัยงาม ได้คบค้าสมาคมกับสัตว์ทั้งหลายผู้มีอัธยาศัยงาม”

รู้ทัน เช่นหากเราทราบว่าตนเองเป็นผู้มีโทสจริต จะได้ระมัดระวังใจให้ดี เมื่อเห็นความหงุดหงิดเริ่มก่อตัวขึ้นภายในจิตจะได้รีบระวังตนเองไว้ก่อน โดยการรู้เท่าทันอารมณ์หงุดหงิดนั้น และพยายามระวังไม่ให้ล้นออกมาทางวาจา หรือทางกายเป็นต้น

นอกจากนั้นหากจะปฏิบัติธรรมย่อมสามารถเลือกแนวทางที่เหมาะสมกับจริต รวมทั้งแสวงหาครูบาอาจารย์ที่ถูกต้อง และเลือกอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับจริตตนเอง เพื่อให้เกิดความสบาย และสามารถปฏิบัติภาวนาได้อย่างราบรื่นในที่สุด

### ๓.๔.๖. ความสำคัญของจิตต่อแนวทางการการศึกษาและปฏิบัติธรรม

จากการศึกษาเรื่องจิตที่ผ่านมา จะเห็นความสำคัญของจิตต่อแนวทางการปฏิบัติธรรมว่าควรดำเนินแบบสมถยานิก หรือวิปัสสนายานิก เนื่องจากหากแบ่งจิตตามแนวเนตติภรณ์และอรรถกถาแล้ว จะเห็นว่าบุคคลที่จัดอยู่ในจำพวกตมหาจิตนั้น สามารถทำความสงบได้ง่าย ควรเริ่มปฏิบัติธรรมแบบสมถยานิกด้วยการเจริญสมถกรรมฐานก่อน ส่วนผู้ที่เป็นทิกุญฺจจิต มีความคิดฟุ้งซ่านง่าย ทำความสงบได้ยาก หากจะเริ่มต้นปฏิบัติสมถกรรมฐานก่อนอาจไม่ประสบความสำเร็จ และท้อถอยเสียเพราะจิตจะกวัดแกว่งฟุ้งซ่านไปตามจิตที่เคยชินต่อความคิดมากมาย ดังนั้นผู้มีทิกุญฺจจิตควรเริ่มปฏิบัติธรรมด้วยแนวทางวิปัสสนายานิก มีการเจริญวิปัสสนาก่อน

สำหรับผู้มีตมหาจิตและประสงค์จะภาวนาด้วยสมถกรรมฐานก่อน ควรตรวจดูจิตของตนก่อนในหมวดจิต ๖ แล้วเลือกฝึกหมวดสมถกรรมฐานที่เหมาะสมกับจิตของตนเมื่อได้กรรมฐานที่ถูกกับจริต จะเกิดความสุข ความสบายใจ เมื่อเกิดความสุข ความสบายใจแล้ว จิตย่อมตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ง่าย เมื่อได้กรรมฐานที่ถูกกับจริตแล้ว และจิตตั้งมั่นดีแล้วย่อมทำให้เห็นไตรลักษณ์ในขั้นตามความเป็นจริงได้อย่างชัดเจน และเป็นทางสู่การหลุดพ้น ด้วยการบรรลุธรรมในที่สุด

ในพระพุทธศาสนา การศึกษาและปฏิบัติธรรมอาจเริ่มได้หลายแนวทาง เช่นบางคนอาจเลือกศึกษาพระปริยัติธรรมก่อน บางคนเลือกดำเนินแบบสมถยานิก หรือบางคนเลือกแนวทางวิปัสสนายานิก โดยเฉพาะเมื่อศึกษาเรื่องจิตประกอบไปด้วยแล้วจะพบว่า พระผู้มีพระภาคได้แบ่งการเรียนรู้อให้เหมาะกับคนแต่ละจริตดังนี้

(๑) ย่อมตรัสสอนสุกกาแก่ บุคคลราคะจริต

(๒) ตรัสการเจริญเมตตาแก่บุคคลโทสจริต

(๓) ย่อมทรงแนะนำบุคคลโมหะจริตให้ดำรงอยู่ในการเล่าเรียน การไต่ถาม การฟังธรรมตามกาล การสนทนาธรรมตามกาล การอยู่ร่วมกับครู

(๔) ย่อมตรัสอานาปานสติแก่บุคคลวิตกจริต

(๕) ตรีศบอภินิมิตที่น่าเลื่อมใสความตรัสรู้ชอบของพระพุทธเจ้า ความเป็นธรรมดีแห่งพระธรรมการปฏิบัติชอบของพระสงฆ์ และศีลของตนแก่บุคคลสัตถาจริต

(๖) ย่อมตรัสนิมิตแห่งวิปัสสนา มีอาการไม่เที่ยง มีอาการเป็นทุกข์ มีอาการเป็นอนัตตา แก่บุคคลญาณจริต<sup>๕๓</sup>

จากเนื้อหานี้ทำให้เห็นได้ว่า ปริยัติธรรมเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้มีโมหจริต สมถกรรมฐานจำเป็นแก่ผู้มีราคะจริต (ใช้สุกกรรมฐาน) โทสะจริต (ใช้เมตตาเป็นกรรมฐาน) วิทกจริต (ใช้อานาปานสติ) สรัทธาจริต (ใช้อุทฺธสดี ๔) ส่วนวิปัสสนาเหมาะแก่ผู้มีพุทธิจริต

อนึ่งหากเทียบเคียงกับแนวทางจริต ๒ คือคัมภีร์จริต และทฤษฎีจริต ที่พระมหากัจจายนะกล่าวไว้ในคัมภีร์เนติปกรณ์ แล้วจะพบว่า คัมภีร์จริต เหมาะกับการเจริญกรรมฐานแนวสมถยานิก ส่วนผู้มีทฤษฎีจริตเหมาะกับแนวทางวิปัสสนายานิก<sup>๕๔</sup>

ถ้าจะวิเคราะห์เทียบจริต ๒ และจริต ๖ ด้วยกรรมฐานที่เหมาะสมอาจเทียบได้ดังตารางที่ ๔.๑ ซึ่งจะเห็นว่า จริต มีความสำคัญในฐานะเป็นเครื่องมือช่วยเลือกแนวทางการศึกษาและปฏิบัติธรรมได้เป็นอย่างดี

<sup>๕๓</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ม.(ไทย) ๒๕/๑๕๖/๔๓๐. , ขุ.จ.(ไทย) ๓๐/๘๕/๓๐๔.

<sup>๕๔</sup> ดูรายละเอียดใน เนตติ (ไทย) ๓๘-๓๙.

กรรมฐาน/วิธีการศึกษา	แนวทางจิต ๖	แนวทางจิต ๒
ศึกษาปริยัติธรรม	โมหจริต ให้ดำรงอยู่ในการเล่าเรียน การไต่ถาม การฟังธรรมตามกาล การสนทนาธรรมตามกาล การอยู่ร่วมกับครู	
สมถกรรมฐาน	ราคจริต (ใช้สุกกรรมฐาน) โทสจริต (ใช้เมตตาเป็นกรรมฐาน) วิตกจริต (ใช้อานาปานสติ) ศรัทธาจริต (ใช้อุสสติ ๔ )	ตัณหาจริตที่มีปัญญาไม่กล้า (กายนุปัสสนาสติปัฏฐาน) ตัณหาจริตที่มีปัญญากล้า (เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน)
วิปัสสนากรรมฐาน	ญาณจริต (ใช้วิปัสสนา มีอาการไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา)	ทิกฺขุจริตที่มีปัญญาไม่กล้า (จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน) ทิกฺขุจริตที่มีปัญญากล้า (ชรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน)

ตารางที่ ๓.๘ แสดงจริตกับแนวทางการศึกษาและปฏิบัติธรรม

จากตารางที่ ๓.๘ เป็นการสรุปรวมแนวทางการศึกษาและปฏิบัติธรรมที่เหมาะสมกับแต่ละจริตในองค์รวม ตารางในแนวนอนจะแบ่งแนวทางการศึกษาและปฏิบัติธรรมเป็น ๓ รูปแบบคือ (๑) การศึกษาพระปริยัติธรรม (๒)สมถกรรมฐาน (๓)วิปัสสนากรรมฐาน ส่วนในแนวตั้ง ได้แบ่งจริตออกเป็น ๒ แนวทาง คือ (๑) แบ่งจริตเป็น ๖ ประเภท (๒) แบ่งจริตเป็น ๒ ประเภท วิธีการใช้ตารางทำโดยการเทียบวิธีการศึกษาปฏิบัติธรรมในแนวนอนกับจริตที่เหมาะสมในแนวตั้ง โดยอาจพิจารณาว่าแนวทางการศึกษานั้น การเล่าเรียนศึกษาปริยัติธรรมเหมาะแก่ผู้ที่มีโมหจริต ส่วนการเจริญสมถกรรมฐานเหมาะับราคะจริตโดยใช้อสุกกรรมฐาน โทสจริตใช้เมตตาเป็นกรรมฐาน และวิตกจริตใช้อานาปานสติเป็นกรรมฐาน นอกจากนั้นหากแบ่งแนวทางจริตเป็น ๒ แล้วผู้ที่มีตัณหาจริตก็เหมาะกับการเจริญสมถกรรมฐานควบคู่กับการเจริญสติปัฏฐานในหมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐานสำหรับผู้มีปัญญายังไม่กล้า ส่วนผู้ที่มีปัญญากล้าควรเจริญสติปัฏฐานในหมวดเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน สำหรับแนวทางการเจริญวิปัสสนากรรมฐานเหมาะกับผู้ที่มีญาณจริต(พุทธิจริต) และหาก

แบ่งแนวทางจิตเป็น ๒ แล้วผู้มีทิวฐิจิตเหมาะกับแนวทางการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยใช้สติ  
 ปัญญาในหมวดจิตตานุปัสสนาสติปัญญาสำหรับผู้มีปัญญายังไม่กล้า และธรรมานุปัสสนาสติปัญ  
 ญาสำหรับผู้มีปัญญากล้า

### ๓.๔.๗. ความสำคัญของจิตต่อการเตรียมตัวเลือกสภาวะแวดล้อมให้เหมาะสมกับการ ปฏิบัติธรรมและในการดำรงชีวิต

ความสำคัญของจิตต่อการเตรียมตัวเลือกสภาวะแวดล้อมให้เหมาะสมกับการปฏิบัติ  
 ธรรม ซึ่งหากประมวลจิตกับการเลือกความสัปปายะในการปฏิบัติธรรมแล้วสามารถทำให้เกิด  
 ประโยชน์ในการเจริญภาวนาได้หากจัดสภาวะแวดล้อมให้เป็นที่สบายแก่จิต

ในทัศนะเรื่องการจัดสภาวะแวดล้อมที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรค<sup>๕๕</sup> และวิสุทธิมรรค<sup>๕๖</sup>  
 จะเน้นการเลือกสภาวะแวดล้อมให้เป็นที่สบายและไม่ “ก่อทวน” จุดอ่อนให้เกิดกิเลส เช่นหากเป็น  
 พวกโทสจริตก็อย่าไปอยู่ในสภาพแวดล้อมที่จะทำให้โมโหง่าย จึงต้องจัดสิ่งแวดล้อมให้ดีที่จะเอื้อ  
 ให้เกิดความสบายใจไม่หงุดหงิด หากเป็นพวกราคะจริตก็อย่าไปอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ก่อทวนกิเลสให้  
 ติดอกติดใจจนมีราคะเอื้อโย่งง่าย ๆ การจัดสภาพแวดล้อมของคนราคะจริตจึงต้องจัดให้อยู่ในที่เรียบ  
 ง่ายไม่พิถีพิถันมากเป็นต้น

แต่กระนั้นก็ตาม การจัดสภาวะแวดล้อมอาจนำไปใช้สำหรับดึงดูดความสนใจในเบื้องต้น  
 ได้ เช่นในกรณีที่พระเจ้าพิมพิสารรู้ว่าพระนางเขมามีราคะจริต ก็ได้แต่งกลอนพรรณนาความงามของ  
 เวฬุวันมหาวิหารให้พระนางสนใจที่จะไปเที่ยวชมวิหาร หรือกรณีตัวอย่างในเรื่องศิษย์ของพระสารี  
 บุตร ซึ่งท่านเป็นบุคลลราคะจริต เมื่อพระสารีบุตรให้เจริญอุสุภกรรมฐานเพื่อไม่ให้ยึดติดกับรูปที่  
 สวยงาม กลับไม่สามารถเจริญกรรมฐานได้ แต่ เมื่อพระพุทธเจ้าประทานดอกบัวให้ กลับทำให้ใจ  
 ท่านเบิกบาน จิตจึงเกิดสมาธิได้ง่าย และสามารถบรรลุธรรมได้อย่างรวดเร็ว เป็นต้น

### ๓.๔.๘. ความสำคัญของจิตต่อการการบรรลุธรรม

การบรรลุธรรมในพุทธศาสนานั้นบางครั้งอาจดูเหมือนยากมากเมื่อยังหากรรมฐานที่  
 เหมาะกับจิตไม่ได้ แต่การบรรลุธรรมกลับเป็นเรื่องง่ายคายอย่างไม่น่าจะเป็นไปได้หากได้  
 กรรมฐานที่ถูกจริต ดังจะเห็นได้จากกรณีศึกษาของพระจูฬปันถกะเป็นต้นที่ท่านได้อบรมศึกษาอยู่  
 ถึง ๔ เดือนแต่กลับไม่ประสบความสำเร็จ แต่เมื่อพระพุทธเจ้าให้กรรมฐานที่เหมาะสม เพียงไม่นาน  
 นักรู้ก็สามารถบรรลุธรรมได้ในช่วงเช้าของวันเดียวเท่านั้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่าการศึกษา

<sup>๕๕</sup> ศึกษารายละเอียดใน พระอุปติสสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๘, หน้า ๖๑-๖๒.

<sup>๕๖</sup> ศึกษารายละเอียดใน วิสุทธิ.(ไทย) ๑๗๘-๑๘๒

เรื่องจรีตนั้นมีความสำคัญมากในแง่ฐานะที่ช่วยจัดองค์ประกอบให้เหมาะสมในการบรรลุนิพพาน อันได้แก่องค์ประกอบด้านต่างๆ เช่นการเลือกกรรมฐานที่เหมาะสม การเลือกสิ่งแวดล้อม การเลือกครูบาอาจารย์ การเลือกคยมิตร เป็นต้น

หากจะประมวลความสำคัญของเรื่องจรีตแล้ว อาจกล่าวได้ว่าการศึกษาเรื่องจรีตนั้นมีความสำคัญในด้านที่เป็นการศึกษาเพื่อจัดเตรียมความพร้อมให้กับผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมเพื่อมุ่งตรงสู่การบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนานั่นเอง

### ๓.๕. บทสรุปเรื่องจรีต

เรื่องการจำแนกคนออกเป็นจรีตต่าง ๆ ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนานั้น พบร่องรอยการแบ่งประเภทของบุคคลเป็นจำพวกต่างๆ ว่ามีมาตั้งแต่ยุคต้นพุทธกาลแล้ว โดยพบการจำแนกครั้งแรกสุดก็คือ เมื่อพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ใหม่ๆ ทรงเห็นว่าธรรมที่ทรงตรัสรู้เป็นของปราณีต ยากที่จะมีผู้ใคร่รู้เห็นตาม จึงมีพระทัยในการขวนขวายน้อยคือการตัดสินใจไม่สอนไม่ประกาศพระธรรม สหัมบดีพรหมทราบความดำรินั้นได้มากราบทูลอาราธนาให้พระพุทธเจ้าได้โปรดแสดงธรรม โดยอ้างถึงสัตว์โลกบางประเภทมีธาตุในดวงตาน้อย พอจะรู้ตามได้บ้าง พระพุทธเจ้าจึงทรงตรวจดูอุปนิสัยสัตว์โลกแล้วจึงเห็นว่ามนุษย์นั้นมีความแตกต่างกัน โดยมนุษย์บางจำพวกมีความสามารถเรียนรู้ได้รวดเร็ว บางพวกเรียนรู้ช้า บางพวกต้องเพียรพยายาม และบางพวกไม่พร้อมที่จะเรียนรู้ธรรมะที่เป็นของปราณีต ท่านจึงตัดสินใจประกาศพระธรรมโดยหวังว่าสัตว์ที่มีธาตุในดวงตาน้อยพอมีอยู่และจะสามารถรู้ตามธรรมอันละเอียดอ่อนได้

ในหลักฐานต่อมาพบว่าพระสารีบุตรได้กล่าวยกย่องพระพุทธเจ้าว่ามีพุทธจักขุสามารถทราบจรีตของสัตว์ทั้งหลายและสอนธรรมะให้ตรงกับจรีตทั้ง ๖ ที่แตกต่างกันได้คือ คือ (๑) รากจรีต (๒) โทสจรีต (๓) โมหจรีต (๔) วิตกจรีต (๕) สัทธาจรีต (๖) ญาณจรีต ซึ่งถือว่าจรีต ๖ นี้เป็นที่แพร่หลายนิยมกล่าวถึงเป็นอันมากด้วยเหตุที่คัมภีร์วิมุตติมรรค คัมภีร์วิสุทธิมรรค รวมทั้งคัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ และคัมภีร์ปรมัตถทีปนี ได้นำเรื่องราวของจรีต ๖ นี้มาเขียนขยายความให้เห็นสาเหตุของความแตกต่างของจรีต ลักษณะเฉพาะของแต่ละจรีต กรรมฐานที่เหมาะสมของแต่ละจรีตโดยละเอียด จึงคล้ายกับเป็นการอธิบายเรื่องจรีตให้ละเอียดถี่ถ้วนไปเพื่อการใช้งานด้านการฝึกสมถกรรมฐาน ซึ่งมีอยู่ถึง ๔๐ วิธี

เรื่องจรีตในอีกแง่มุมหนึ่งได้กล่าวถึงจรีต ๒ ประเภทคือ ตัณหาจรีต และทิฏฐิจรีต มีหลักฐานที่เก่าแก่ย้อนไปถึงยุคพุทธกาลเช่นกันคือพบได้ในคัมภีร์เนตติปกรณ์ซึ่งสันนิษฐานว่าแต่งในสมัยพุทธกาลโดยพระมหาภิกษุชยนะ ผู้เป็นเลิศในการอธิบายความย่อให้พิสดาร และการแบ่งจรีตเป็น

๒ จริตนี้พบหลักฐานอีกในอรรถกถามหาสติปัฏฐานสูตร มุ่งเน้นเพื่อการเจริญสติปัฏฐานเป็นหลัก โดยได้แบ่งจริตและความแก่กล้าของปัญญาเพื่อเป็นเครื่องช่วยเลือกหมวดในการเจริญสติปัฏฐาน ๔

สำหรับเรื่องการแบ่งคนเป็นกลุ่มต่างๆตามลักษณะเฉพาะตัวในพระพุทธศาสนานั้น ผู้วิจัยยังพบการแบ่งอีกหลายประเภทได้แก่(๑) การแบ่งประเภทบุคคลโดย “ธาตุ” คือคนที่มีอุปนิสัย หรือจริตที่คล้ายกันจะมากบหาสมาคมกัน (๒) การแบ่งประเภทบุคคลโดย ประเภทของการบรรลุ อรหันตผล เป็น ๒ ประเภท คือ ผู้หลุดพ้นด้วยกำลังสมาธิ และ ผู้หลุดพ้นด้วยกำลังปัญญา (๓) การแบ่งประเภทบุคคลโดย “ศักยภาพการเรียนรู้” พระพุทธองค์ทรงแบ่งเป็น ๓ ระดับคือบัวใต้น้ำ บัว เหมอน้ำ และบัว โผล่พ้นน้ำ (๔) การแบ่งประเภทบุคคลโดย “อุปนิสัยที่ควรรับการฝึกสอน” พระพุทธเจ้าทรงแบ่งประเภทของบุคคลเป็น ๔ ประเภท (๕) การแบ่งประเภทบุคคลโดย “ความรวดเร็วในการรับรู้ภัยในวิภูฏสงสาร” พระพุทธเจ้าทรงแบ่งบุรุษอาชาไนย ไว้ ๔ ประเภท

จากการประมวลร่องรอยในพระไตรปิฎกจะเห็นว่าพระพุทธเจ้าได้ทรงจำแนกประเภท ของหม่อมมนุษย์ออกเป็นกลุ่ม ๆ โดยใช้หลายกฎเกณฑ์ ซึ่งขึ้นอยู่กับโอกาสและสถานการณ์ในการ จำแนกประเภท ซึ่งพอจะสรุปได้ในขณะนี้ว่า ในหม่อมมนุษย์นั้น สามารถจำแนกคุณสมบัติได้เป็น หลายกลุ่ม โดยแต่ละกลุ่มมีคุณสมบัติเฉพาะตัวที่คล้ายคลึงกัน โดยเมื่อทรงแบ่งบุคคลเป็นหลาย ประเภทแล้ว ย่อมทรงแนะนำพร่ำสอนด้วยวิธีที่แตกต่างกันออกไปตามจริตนิสัย พื้นเพ ความแก่ กล้าของอินทรีย์ ของบุคคลประเภทนั้นๆ ดังนั้น หากกล่าวโดยสรุป ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท มีการจำแนกจริตเป็น ๓ แนวทางใหญ่ๆ คือ จริต ๖ จริต ๒ และโดยวิธีการแบ่งอย่างอื่น ๆ ตาม สถานการณ์ โดยจริต ๖ มุ่งเน้นที่การเจริญสมถกรรมฐาน ๔๐ ส่วนการแบ่งจริตเป็น ๒ มีไว้สำหรับการเจริญสติปัฏฐาน ส่วนการแบ่งจริตแบบอื่นๆ พระพุทธเจ้าแบ่งไว้เพื่อประโยชน์ในการฝึกสอน

สำหรับการค้นคว้าในกรณีศึกษาเรื่องจิตนั้น ผู้วิจัยได้ค้นคว้าเรื่องของ (๑) พระจุฬิน ถก (๒) สัทธีวาริกของพระสารีบุตร (๓) พระนางเขมาเถรีผู้เป็นอัครสาวิกาเบื้องขวาของพระผู้มี พระภาคเจ้า (๔) ภิกษุณีรูปนันทาเถรี ได้พบความสอดคล้องกันว่าจิตนั้น เป็นมีสาเหตุมาจากความ เคยชินในอดีต แต่เป็นสิ่งที่ปรับเปลี่ยนได้ และการที่ได้กรรมฐานที่สอดคล้องกับจริต โดยเฉพาะ กรรมฐานนั้นหากไปพ้องกับการศึกษาบำเพ็ญกรรมฐานในอดีตชาติได้แล้วก็จะสามารถทำให้ เกิดผลสำคัญอย่างรวดเร็ว และในกรณีศึกษาจะพบเรื่องสำคัญว่ากรรมฐานที่เหมาะสมกับแต่ละคน ต้องเป็นกรรมฐานที่ทำให้เกิดความสุข และเป็นสิ่งที่พึงพอใจของผู้ฝึก ฝึกแล้วมีความสุข เมื่อมี ความสุขแล้วจิตใจจะเบิกบาน ตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิได้ และเมื่อจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิย่อมเกิดปัญญารู้ แจ่มธรรมได้โดยไม่ยาก

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์เรื่องจริงที่ได้ศึกษารวมทั้งหมดแล้ว เห็นว่าการศึกษาเรื่องจริงมีความสำคัญหลายประการ ได้แก่ (๑) จริตมีความสำคัญต่อการตัดสินใจเลือกแนวทางประกาศศาสนาของพระพุทธเจ้า โดยตรงเห็นว่ามนุษย์มีความสามารถรู้ธรรมได้ต่างกัน จึงประกาศศาสนาให้เป็นทางเลือกของผู้ที่มีศักยภาพที่จะรู้ตามได้ และไม่ได้บีบบังคับผู้ใดให้ต้องมาเลื่อมใสแนวทางที่ทรงประกาศ (๒) จริตมีความสำคัญต่อความเชื่อในเรื่องเกี่ยวกับอดีตกรรม และการปรับเปลี่ยนความเคยชินใหม่เพื่อปรับปรุงจิต พบว่าจริตมีผลจากความเคยชินในอดีต แต่จริตเป็นของที่เปลี่ยนแปลงได้หากได้รับการฝึกที่ถูกต้อง (๓) จริตมีความสำคัญต่อการยอมรับความหลากหลายในด้านพฤติกรรมและความแตกต่างของปัจเจกชน (๔) จริตมีความสำคัญต่อการเลือกคบคน (๕) จริตมีความสำคัญต่อการทำความรู้จักตนเอง (๖) จริตมีความสำคัญต่อแนวทางการการศึกษาและปฏิบัติธรรม (๗) จริตมีความสำคัญต่อการเตรียมตัวเลือกสภาวะแวดล้อมให้เหมาะสมกับการปฏิบัติธรรมและในการดำรงชีวิต (๘) จริตมีความสำคัญต่อการการบรรลุธรรม

หากจะประมวลความสำคัญของเรื่องจริงแล้ว อาจกล่าวได้ว่าการศึกษาเรื่องจริงนั้นมีความสำคัญในด้านที่เป็นการศึกษาเพื่อจัดเตรียมความพร้อมให้กับผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมเพื่อมุ่งตรงสู่การบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนานั่นเอง

สรุปประเด็นและหลักการที่เกี่ยวข้องกับจริต จากการศึกษา ที่ผ่านมานั้น ผู้วิจัยสามารถแยกประเด็นที่น่าสนใจที่เกี่ยวข้องกับจริตได้ว่า การจำแนกบุคคลออกเป็นจริตต่างๆ มีมาตั้งแต่ยุคพุทธกาล แล้วพระพุทธองค์อาศัยการแยกบุคคลเป็นประเภทต่างๆนี้ในการสอนให้มีประสิทธิภาพสูงทั้งนี้จุดมุ่งหมายในการจำแนกจริตในพุทธศาสนา มีหลักการว่ามนุษย์ทั้งหลายมี จริตที่ต่างกัน ในคัมภีร์พระพุทธศาสนามีแบ่งจริตเป็นประเภทต่างๆโดย อาจแบ่งได้หลากหลายวิธี ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการนำไปใช้ เช่นมีการแบ่งจริตเป็น ๖ ประเภท เพื่อการฝึกสมถกรรมฐาน และมีการแบ่งจริตเป็น ๒ ประเภทเพื่อฝึกสติปัญญาฯ ในขณะที่มีการจำแนกประเภทของคนเป็นแบบอื่นๆได้อีกถึง ๕ อย่าง โดยแบ่งตามสถานการณ์ที่พระพุทธเจ้าต้องการจำแนกในเรื่องต่างๆ ซึ่งในที่นี้ผู้วิจัยขอสรุปการจำแนกจริตและประเภทของบุคคลต่างๆ ตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทได้ดังตารางที่ ๓.๕ ดังต่อไปนี้



แนวทาง	ประเภทของจริตที่แบ่ง	วัตถุประสงค์	หลักฐานอ้างอิง
จริต ๒	คัมภีร์จริต ทฎฐิจจริต	เพื่อการเจริญ สติปัญญา	(๑) คัมภีร์เนตติปกรณ์ <sup>๑๑๑</sup> (๒) อรรถกถา महाสติปัญญา สูตร <sup>๑๑๒</sup>
จริต ๖	(๑) รากจริต (๒) โทสจริต (๓) โมหจริต (๔) วิตกจริต (๕) สัทธาจริต (๖) ญาณจริต / พุทธจริต	เพื่อเป็น แนวทางแก่ คนจริตต่างๆ ในการเจริญ สมถกรรม ฐาน	(๑) พระไตรปิฎก <sup>๑๑๓</sup> (๒) คัมภีร์วิมุตติมรรค <sup>๑๑๔</sup> (๓) คัมภีร์วิสุทธิมรรค <sup>๑๑๕</sup> (๔) คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ <sup>๑๑๖</sup> (๕) คัมภีร์ปรมัตถทีปนี <sup>๑๑๗</sup>
แนวทาง อื่น	(๑) แบ่งตามธาตุ (๒) ประเภทการบรรลุอรหัตผล (๓) ศักยภาพการเรียนรู้ (๔) อุปนิสัยที่ควรรับการฝึกสอน (๕) ความรวดเร็วในการรับรู้ภัย ในวิภูฏสงสาร	วัตถุประสงค์ เพื่อจำแนก คนโดยแบ่ง ตาม สถานการณ์ ที่ต้องการ จำแนก	(๑) พระไตรปิฎก จกกรมสูตร , ปวารณาสูตร, ปาสราสีสูตร, ปโตท สูตร, เกติสูตร <sup>๑๑๘</sup>

ตารางที่ ๓.๕ แนวทางการจำแนกจริตที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

<sup>๑๑๑</sup> คุรายละเอียดใน เนตติ. (ไทย) ๓๔-๘๐

<sup>๑๑๒</sup> คุรายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๓๒/๒๓๘

<sup>๑๑๓</sup> คุรายละเอียดใน ขุ.ม. (ไทย) ๒๕/๑๕๖/๔๓๐, ขุ.จ. (ไทย) ๓๐/๘๕/๓๐๔.

<sup>๑๑๔</sup> คุรายละเอียดใน พระอุปติสเถระ, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๕-๖๒.

<sup>๑๑๕</sup> คุรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๖๖-๑๘๒

<sup>๑๑๖</sup> คุรายละเอียดใน สงคห. (ไทย) ๕๕

<sup>๑๑๗</sup> คุรายละเอียดใน พระญาณชระ, ปรมัตถทีปนี หน้า ๘๑๕, ๘๒๒-๘๒๔.

<sup>๑๑๘</sup> คุรายละเอียดใน ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๕๕/๑๘๗., ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๑๕/๓๑๓., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๘๗/  
๓๐๗., อภ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๑๓/๑๗๒., อภ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๑๑/๑๖๕.

## บทที่ ๔

### เครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน

#### ๔.๑ องค์ความรู้เรื่องจริตที่เกี่ยวข้องกับการเจริญสติปัฏฐาน

จากความรู้พื้นฐานดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยได้ตั้งข้อสังเกตไว้เกี่ยวกับการเจริญสติปัฏฐานว่า ผู้ที่จะเจริญสติปัฏฐานนั้น อาจไม่จำเป็นต้องเจริญสติปัฏฐานให้ครบทุกหมวด และไม่จำเป็นต้องเจริญสติปัฏฐานไล่ไปทีละหมวด แต่สติปัฏฐานนั้นได้มีข้อปฏิบัติที่ครอบคลุมแต่ละจริตไว้ในตัว ซึ่งแต่ละคนจะมีความถนัดในการเจริญสติปัฏฐานในแต่ละหมวดไม่เท่ากัน ในเบื้องต้นของการปฏิบัติสติปัฏฐาน จึงอาจต้องมีการประเมิน วิเคราะห์ตนเองก่อนว่ามีจริตเช่นไร เหมาะที่จะเจริญสติปัฏฐานในหมวดใดบ้าง เมื่อเข้าสู่การเจริญสติปัฏฐาน การเลือกหมวดของกรรมฐานอาจเลือกแนวทางที่เหมาะสมกับตนเองได้โดยอาจอาศัยตารางแนะนำการเจริญกรรมฐาน นำมาสรุปได้ดังตาราง ๔.๑ ต่อไปนี้

ในตารางที่ ๔.๑ ผู้วิจัยได้รวบรวมองค์ความรู้ที่ได้ค้นคว้ารวบรวมมาในเรื่องการเจริญสติปัฏฐานในบทที่ ๒ และเรื่องจริต ในบทที่ ๓ มาประมวลลงตารางเพื่อให้เห็นภาพรวมของการเจริญกรรมฐานที่เหมาะสมในแต่ละจริต โดยผู้วิจัยได้นำสติปัฏฐานมาเป็นฐานของการวิเคราะห์และนำจริต ๒ และความแก่กล้าของปัญญามาเป็นเครื่องบ่งชี้ว่าเหมาะกับสติปัฏฐานในหมวดใด โดยสดมภ์ (column) แรกเป็นการแจกแจงจริต เป็น ๒ อย่างคือตณฺหาจริต และทิสฺสุจริต ในสดมภ์ถัดมาเป็นการแจกแจงว่าผู้ภาวนาเป็นผู้ที่มีปัญญากลับ หรือมีปัญญาไม่กลับ สดมภ์ถัดมาเป็น สติปัฏฐานหมวดที่เหมาะสม ซึ่งแบ่งออกเป็น ๔ หมวดใหญ่ เหมาะกับจริตและปัญญาต่างๆกัน และในสดมภ์สุดท้ายเป็นเรื่องของกรรมฐานที่แนะนำสำหรับผู้ที่มีตณฺหาจริต ซึ่งมีแนวทางเป็นแบบสมถะ นำหน้าวิปัสสนา ซึ่งแบ่งสมถกรรมฐานไว้สำหรับจริตทั้ง ๖ ให้เลือกปฏิบัติเสริมกับการเจริญสติปัฏฐาน

ประเภท ของจรต ๒	ความแก่ กล้าของ ปัญญา	สติปัญญาหมวดที่เหมาะสม	สมถกรรมฐานที่แนะนำให้เจริญควบคู่ สำหรับผู้ใช้นแนวทางสมถยานิก
ตัณหาจรต	ไม่กล้า	กายนุปัสสนาสติปัญญา	ราคจรต – อสุภกรรมฐาน โทสจรต – เมตตากาวานา โมหจรต – ศึกษาปริยัติ/อานาปานสติ ศรัทธาจรต – อนุสสติ ๔ หรือ ๖ พุทธิจรต – เจริญวิปัสสนา/ จตุธาตวัญฐาน อาหาเรปฏิกูลสัญญา มรณัสสติ อุปสมานุสสติ วิตกจรต – อานาปานสติ
ตัณหาจรต	กล้า	เวทนानุปัสสนาสติปัญญา	
ทิวชฺฐิจรต	ไม่กล้า	จิตตานุปัสสนาสติปัญญา	-
ทิวชฺฐิจรต	กล้า	ธัมมานุปัสสนาสติปัญญา	-

ตาราง ๔.๑ แสดงกรรมฐานที่เหมาะสมกับแต่ละจรต

#### ๔.๒. แนวคิดเบื้องต้นในการสร้างเครื่องมือจำแนกจรต

หลังจากการค้นคว้าเรื่องจรตและการเจริญสติปัญญาไว้ในเบื้องต้นแล้ว ผู้วิจัยจะดำเนินการในขั้นต่อไปคือการสร้างแบบจำลองและเครื่องมือจำแนกจรตขึ้นก่อนในเบื้องต้น และหลังจากนั้นจะนำแบบจำลองดังกล่าวไปทวนสอบกับความเห็นของนักวิชาการผู้เชี่ยวชาญเรื่องการเจริญสติปัญญา จากนั้นจึงนำความเห็นทั้งหมดสังเคราะห์ เสนอเป็นเครื่องมือจำแนกจรตในการเจริญสติปัญญาในขั้นตอนสุดท้าย

#### ๔.๒.๑ แนวคิดเบื้องต้นเกี่ยวกับการสร้างเครื่องชี้วัด

นับแต่อดีตมนุษย์ได้มีความพยายามตั้งเกณฑ์ในการวัด และพยายามสร้างเครื่องมือชี้วัด สิ่งต่างๆออกมา เช่นการวัดค่าความร้อน วัดระยะทาง น้ำหนักและปริมาตร เป็นต้น ซึ่งหากเป็นการวัดสิ่งที่เป็นวัตถุ หรือรูปธรรมที่จับต้อง ชั่ง ตวง วัด ได้ อาจไม่ยุ่งยากนัก โดยมนุษย์เรามีการพัฒนาเครื่องชี้วัดที่ยอมรับเป็นมาตรฐานสากลมากมายเช่น องศาเซลเซียส กิโลกรัม ลิตร เป็นต้น ในขณะที่การบ่งชี้นามธรรมเชิงสังคมศาสตร์และเศรษฐศาสตร์ ก็พยายามทำการพัฒนาเครื่องชี้วัดให้เหมาะสมเป็นรูปธรรมที่สามารถเข้าใจภาพรวมได้มากขึ้น เช่นการหาความร่ำรวยของประชากรในประเทศโดยรวมด้วยการหาค่า GDP หรือแม้แต่การพัฒนาเครื่องชี้วัดค่าความสุขมวลรวมของสังคมด้วย GNH เป็นต้น ดังนั้น เครื่องชี้วัด (Indicators) จึงเป็นเสมือนเครื่องมือที่สามารถนำมาอธิบายหรือบ่งบอกให้เข้าใจสิ่งต่างๆได้อย่างชัดเจนและเป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น ว่าสิ่งเหล่านั้นมีคุณสมบัติ ปริมาณ จำนวน ขนาด หรือมีองค์ประกอบอย่างไร จึงเป็นเครื่องมือที่ช่วยในการบริหารจัดการ หลังจากการประเมินสิ่งที่อยากทราบ จึงนับว่า การสร้างเครื่องชี้วัด (Indicators) เป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยให้เกิดการประเมินอย่างมีเป้าหมาย และเป็นเครื่องช่วยให้เกิดการดำเนินการให้เข้าใกล้เป้าหมายได้สะดวกขึ้น

#### ๔.๒.๒ ความหมายของเครื่องชี้วัด (Indicators)

ความหมายของเครื่องชี้วัด หรือ Indicators แปลตามรากศัพท์ว่า สิ่งบ่งชี้ แต่ได้ถูกนำไปเรียกในชื่อที่ต่างกัน อาทิ ดัชนีวัด ดัชนีชี้วัด ดัชนีบ่งชี้ ตัวบ่งชี้ ตัวชี้วัด และเครื่องมือชี้วัด เป็นต้น การใช้คำว่าเครื่องชี้วัด หรือเครื่องมือชี้วัด นิยมใช้ในความหมายที่กว้างกว่า และครอบคลุมมากกว่า เพราะจะประกอบไปด้วยตัวชี้วัดหลายตัว บางอย่างอาจวัดสิ่งที่เป็นนามธรรม เช่นดัชนี และบางตัวชี้วัดอาจวัดสิ่งที่เป็นนามธรรมเรียกว่าตัวชี้วัด ในแต่ละประเด็นประกอบกัน ซึ่งเครื่องชี้วัดมักจะประกอบไปด้วยการชี้วัดใน ๓ มิติเหล่านี้คือ

(๑) เป็นดัชนี (Index) ทิศทาง (Direction) หรือเป้าหมาย (Goal) นำทางที่ต้องการบรรลุถึง หรือเป็นสิ่งที่คาดหวังให้เกิดจากการดำเนินงาน

(๒) เป็นตัวบ่งชี้ หรือตัวชี้แนะ (Indicator) สถานะและคุณลักษณะของสิ่งที่ต้องการวัด ทั้งที่เป็นนามธรรมและรูปธรรม ทั้งที่เป็นเชิงปริมาณและคุณภาพ โดยการให้คำนิยามให้เป็นรูปธรรมและสามารถวัดได้ และเข้าใจได้ว่าเป็นอะไร

(๓) เป็นตัววัด หรือเป็นเกณฑ์วัด (Criteria) เพื่อบ่งบอกสถานภาพ เงื่อนไข สภาวะที่เปลี่ยนแปลง ที่สามารถวัดเป็นรูปธรรมได้ เช่น ร้อยละ สัดส่วน เป็นต้น<sup>๑</sup>

#### ๔.๒.๓ โครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต

“เครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน” ในการศึกษา นี้ เป็นชุดเครื่องชี้วัด (Indicators) ชุดหนึ่ง ซึ่งเป็นการวัดนามธรรมเพื่อจำแนกจริต และปัญญา เพื่อจำแนกลักษณะเฉพาะของปัจเจกชน โดยมีวัตถุประสงค์ใช้ในการเลือกหมวดในการเจริญสติปัฏฐาน เครื่องมือจำแนกจริตจึงเป็นชุดตัวชี้วัดหลายๆตัวประกอบกันอันประกอบไปด้วยเครื่องชี้วัด ๓ ชุดคือ

(๑) เครื่องชี้วัดจริต ๒ ประกอบไปด้วยตัวชี้วัดหลายตัว เพื่อบ่งชี้ว่าผู้ถูกศึกษาเป็นจริตใด ในจริต ๒ ประเภทคือ ตัณหาจริต หรือทิฏฐิจริต

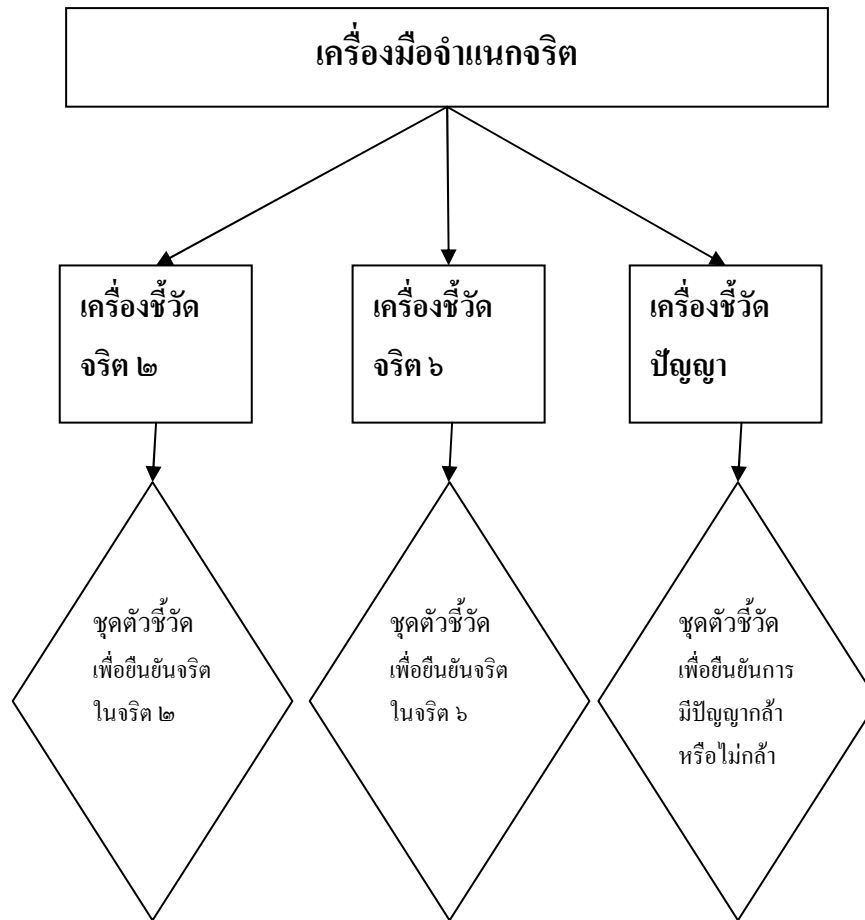
(๒) เครื่องชี้วัดจริต ๖ ประกอบไปด้วยตัวชี้วัดหลายตัว เพื่อบ่งชี้ว่าผู้ถูกศึกษาเป็นจริตใด ในจริต ๖ ประเภทคือ ราคะจริต โทสะจริต โมหะจริต ศัทธาจริต พุทธิหรือญาณจริต และ วิดกจริต

(๓) เครื่องชี้วัดปัญญา ประกอบไปด้วยตัวชี้วัดหลายตัว เพื่อบ่งชี้ว่าผู้ถูกศึกษาเป็นประเภทผู้มีปัญญากลับ หรือปัญญาไม่กลับ

ซึ่งชุดตัวชี้วัดต่างๆ เหล่านี้จะเป็นตัวชี้วัดสิ่งที่เป็นนามธรรมภายใน และแปลงออกมา โดยการอธิบายลักษณะเฉพาะว่าเป็นจริตใด หรือมีปัญญากลับหรือไม่ ซึ่งหากจัดตัวชี้วัดย่อยๆแล้ว จะเห็นว่าตัวชี้วัดย่อยจะมุ่งเน้นการวัดนามธรรม และพฤติกรรม ซึ่งเป็นข้อมูลเชิงคุณภาพ ตัวชี้วัดจึงเป็น Indicator วัดสิ่งที่บ่งบอกลักษณะทางนามธรรมมากกว่าสิ่งที่เป็นการวัดเชิงปริมาณ

การสร้างแบบจำลองเครื่องมือจำแนกจริตชุดนี้ จะต้องนำเครื่องชี้วัดทั้ง ๓ ตัวนี้เป็นเครื่องมือจำแนกว่าผู้ถูกศึกษามีคุณลักษณะเฉพาะอย่างไร เหมาะกับการเจริญสติปัฏฐานในหมวดใด เพื่อเลือกหมวดสติปัฏฐานที่เหมาะสมกับจริต และความแก่กล้าของปัญญา เพื่อให้เห็นภาพรวม ผู้วิจัยขอแสดงแผนภาพเพื่อให้เห็นความคิดรวบยอดในการศึกษาดังนี้

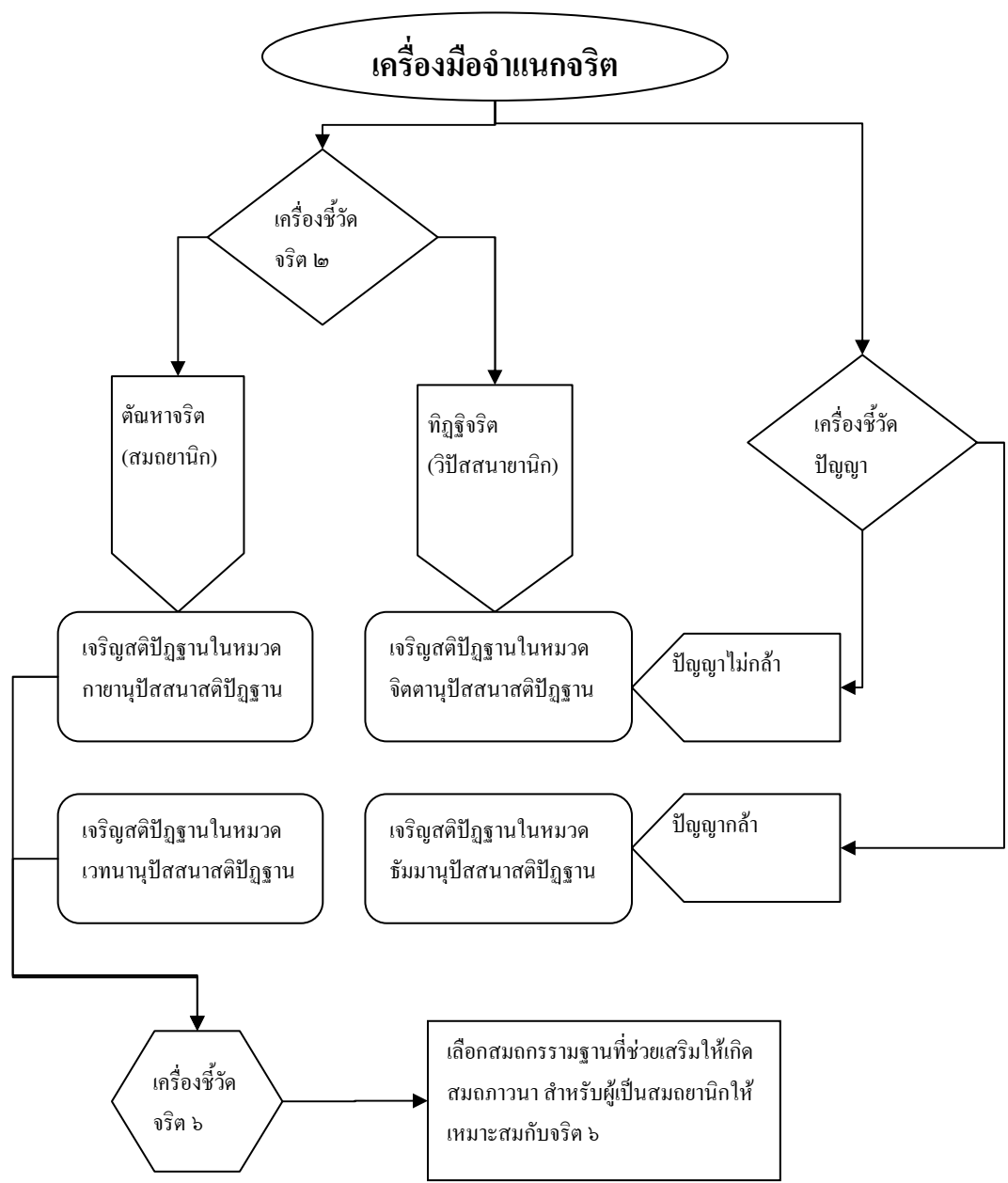
<sup>๑</sup> ดูรายละเอียดใน ดร.พระมหาสุทนต์ อากาโร และคณะ, *ตัวชี้วัดความสุข กลยุทธ์การสร้างและการใช้เพื่อชุมชนเป็นสุข*, พิมพ์ครั้งแรก, (กรุงเทพมหานคร : สถาบันเสริมสร้างการเรียนรู้เพื่อชุมชนเป็นสุข(สรส.), ๒๕๕๑), หน้า ๒-๑๐.



ภาพที่ ๔.๑ แสดงโครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต

### ๔.๒.๔ แบบจำลองเพื่อการใช้เครื่องมือจำแนกจริต

เพื่อให้ได้รูปแบบของการใช้เครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา ผู้วิจัยได้นำความรู้ที่ได้ในบทที่ ๒ และ ๓ มาบูรณาการกับเครื่องมือ สามารถสร้างแบบจำลองในการวัดและคำแนะนำการใช้งานแบบจำลองอย่างง่ายดังนี้

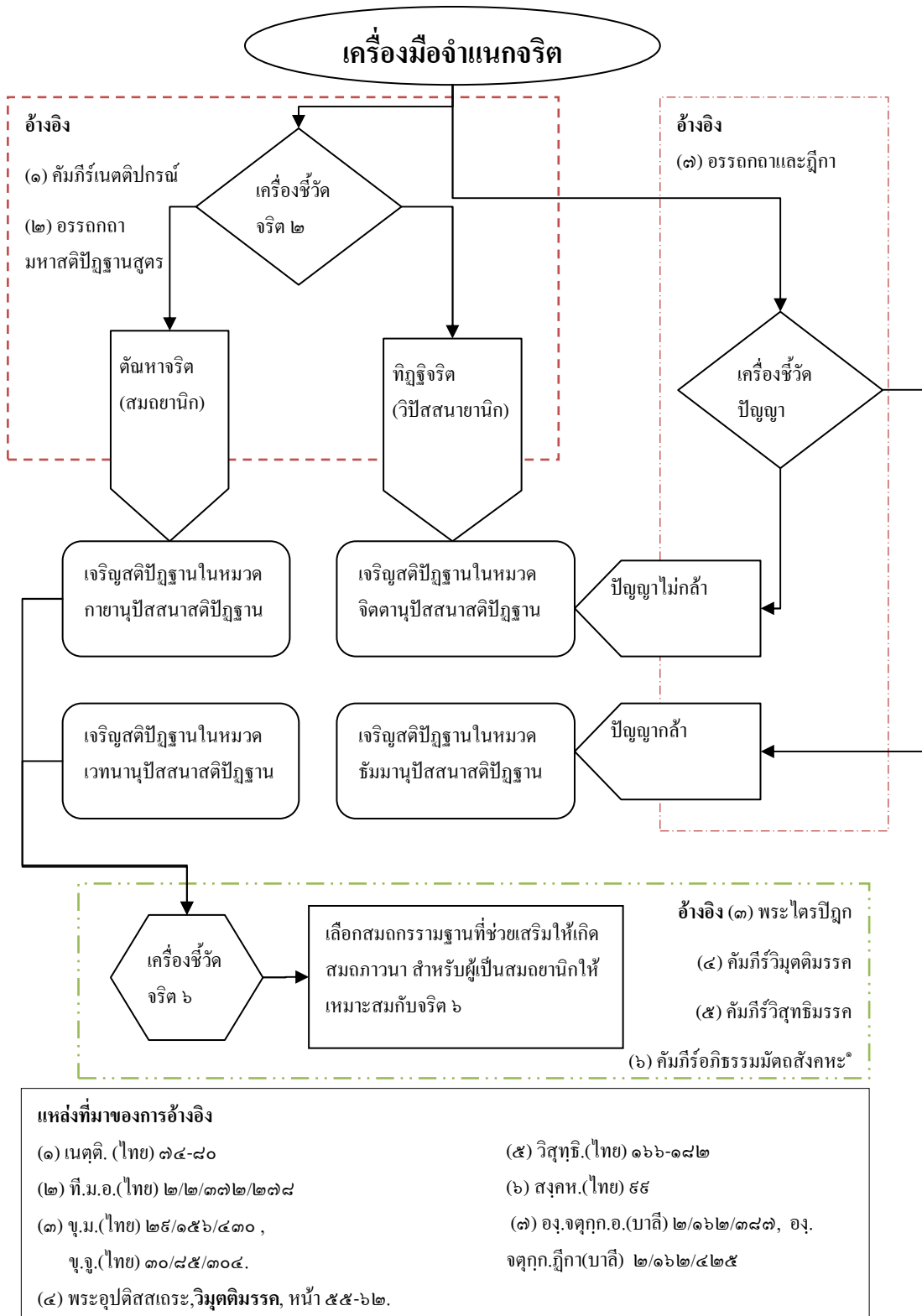


ภาพที่ ๔.๒ แสดงแบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัญญา

จากภาพที่ ๔.๑ แสดงแบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน ผู้วิจัยเสนอให้ใช้แบบจำลองนี้เพื่อช่วยเหลือกรรมฐานสำหรับผู้มีจริตต่างๆกัน โดยเริ่มจากการนำผู้ฝึกกรรมฐานมาดำเนินการจำแนกจริตโดยใช้ดัชนีชี้วัดจริต ๒ ก่อน และทำการทดสอบด้วยดัชนีชี้วัดปัญญา ซึ่งหากเป็นตัณหาจริตมีปัญญาไม่กล้า ให้เจริญสติปัฏฐานในหมวด กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หากเป็นตัณหาจริตมีปัญญากล้า ให้เจริญสติปัฏฐานในหมวดเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน และหากเป็นทิฏฐิจริตมีปัญญาไม่กล้า ให้เจริญสติปัฏฐานหมวดจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และหากเป็นทิฏฐิจริตมีปัญญากล้า ให้เจริญสติปัฏฐานหมวดธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน อนึ่ง ในขณะที่ในผู้มีตัณหาจริตนั้น เป็นผู้ดำเนินในแนวทางสมถยานิก จึงมีความจำเป็นที่จะต้องมียสมถกรรมฐานเป็นเครื่องหนุนนำ จึงต้องหาสมถกรรมฐานที่เหมาะสม จึงต้องนำผู้ฝึกกรรมฐานที่มีตัณหาจริตมาดำเนินการจำแนกจริตโดยใช้ดัชนีชี้วัดจริต ๖ ซ้ำอีกครั้งหนึ่ง เพื่อแนะนำสมถกรรมฐานให้นำไปเจริญควบคู่กับสติปัฏฐานด้วย

จากภาพที่ ๔.๓ ผู้วิจัยได้สร้างกรอบแนวคิดที่นำมาจากหลายแหล่งความรู้ จึงได้นำแหล่งอ้างอิงต่างๆ จากในคัมภีร์ ซึ่งรวบรวมมาจากบทที่ ๒ และบทที่ ๓ มาแสดงประกอบการสร้างกรอบแนวคิดในการดำเนินการสร้างชุดเครื่องชี้วัดทั้ง ๓ ชุด ซึ่งแสดงด้วยกรอบเส้นประนั้น ได้มาจากแหล่งอ้างอิงต่างๆ ดังแสดงที่มาไว้ในกรอบสี่เหลี่ยมด้านล่างสุด





ภาพที่ ๔.๓ แสดงแหล่งอ้างอิงในการสร้างแบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน

#### ๔.๒.๕ เครื่องชีวิตจริต ๒

เครื่องชีวิตจริต ๒ ประกอบไปด้วยตัวชีวิตหลายตัว เพื่อบ่งชี้ว่าผู้ถูกศึกษาเป็นจริตใดในจริต ๒ ประเภทคือ ตัณหาจริต หรือทัญญูจริต โดยใช้กรอบแนวคิดตามที่ได้ศึกษามาในบทที่ ๓ โดยใช้อ้างอิงจากคัมภีร์เนติปกรณ์ และอรรถกถามหาสติปัฏฐานสูตรที่กล่าวว่า (๑) ตัณหาจริต (ตัณหาจริต) มีลักษณะเด่นคือมักจะมีอาการอยากเป็นเครื่องผลักดัน ชอบความสุข ชอบความสบาย ชอบความสงบ (๒) ทัญญูจริต (ทัญญูจริต) มักมีลักษณะเด่นคือ มีความเห็นมาก ยึดมั่นในความเห็น เจ้าทัญญู เจ้าทฤษฎี มักมีความคิดมาก <sup>๒</sup>

(๑) ชุดตัวชีวิตความเป็นตัณหาจริต ประกอบไปด้วยองค์ประกอบ ๓ ประการคือ

- ก. ตัวชีวิตความอยาก
- ข. ตัวชีวิตความชอบความสุขสบาย
- ค. ตัวชีวิตความชอบความสงบ
- ง. ตัวชีวิตความสามารถในการเข้าถึงความสงบได้ง่าย

(๒) ชุดตัวชีวิตความเป็นทัญญูจริต ประกอบไปด้วยองค์ประกอบ ๔ ประการคือ

- ก. ตัวชีวิตความฟุ้งซ่าน
- ข. ตัวชีวิตความยึดมั่นในความเห็นของตน (คือ)
- ค. ตัวชีวิตความชอบแสดงความคิดเห็นของตน (ชอบโต้เถียง)
- ง. ตัวชีวิตความสามารถในการเข้าถึงความสงบได้ยาก

#### ๔.๒.๖ เครื่องชีวิตจริต ๖

ในการทำงานเกี่ยวกับการวัดจริต ๒ การสร้างเครื่องชีวิตจริต ๖ ก็ใช้หลักเกณฑ์ที่คล้ายกัน โดยสร้างชุดตัวชีวิตขึ้น จำนวน ๖ ชุดเพื่อวัดความเป็นจริตทั้ง ๖ อันได้แก่ ราคะจริต โทสะจริต โมหะจริต ทรัพย์จริต พุทธิจริตและ วิตกจริต ทั้งนี้ได้อาศัยผลการวิจัยในบทที่ ๓ มาสรุปสร้างชุดตัวชีวิตได้ดังต่อไปนี้ ซึ่งผู้วิจัยขอยกตารางสรุปลักษณะเด่นของคนในจริตทั้ง ๖ จากทั้งสองแหล่งคือ คัมภีร์วิมุตติมรรคและคัมภีร์วิสุทธิมรรค มารวมกันไว้ก่อนดังนี้

<sup>๒</sup>ดูรายละเอียดใน เนตติ. (ไทย) ๗๕.

เครื่องผลักดันภายใน	ราคะจริต	โทสะจริต	โมหะจริต
อกุศลธรรม (สำหรับราคะจริต โทสะจริต และ โมหะจริต)	เสแสร้ง โอ้อวด ถี้อตัว ปรารถนาลามก มัก มาก ไม่สันโดษ แง งอน มีเล่ห์เหลี่ยม	ความโกรธ ความผูก โกรธ ความลบหลู่ ความดีเสมอ ความ ริษยา ความตระหนี่	หดหู่ เชื่องซึม ความ ฟุ้งซ่าน ไร้ความ ความสงสัย ความ ยึดถือมั่นด้วยสำคัญผิด ความไม่ปล่อยวาง

เครื่องผลักดันภายใน	ศรัทธาจริต	พุทธิจริต	วิตกจริต
กุศลธรรมสำหรับคน ศรัทธาจริต พุทธิจริต อกุศลธรรมสำหรับ วิตกจริต	ความเสียดสะเดี๋ยขาด ความใคร่เห็นพระอรหันต์ เข้าทั้งหลาย ความใคร่ ฟังพระสัทธรรม ความ มากไปด้วยปราโมทย์ ไม่โอ้อวด ไม่มีมารยา ความเลื่อมใส	เป็นผู้ว่าง่าย มีมิตรดี รู้จักประมาณ ในการ บริโภค ความมี สติสัมปชัญญะ ความ หมั่นประกอบความ เพียร ความสังเวช มี ความเพียร โดยแยบคาย	มากไปด้วยการพูด ยินดีในหมู่คณะ ไม่ ยินดีในการภวณา มี การงานไม่แน่นอน กลางคืนเป็นวัน กลางวันเป็นไฟ ความคิดฟุ้ง

เครื่องผลักดันภายใน	ราคะจริต/ศรัทธาจริต	โทสะจริต/พุทธิจริต	โมหะจริต/วิตกจริต
กิเลส	ริษยา มานะ มายา สาโดย มักมาก	โกรธ พยาบาท มักจะ ตระหนี่ อุปนาคะ	ถีนมิทตะ อุทัจจกุกกุจ วิกิจจนา โมหะ

#### ตารางที่ ๔.๒ แสดงเครื่องผลักดันภายในของจริตที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรคและวิสุทธิมรรค

ในตารางที่ ๔.๒ ได้แสดงรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างเครื่องผลักดันภายในของจริตต่างๆ ทั้ง ๖ จริต โดยแถวบนแสดงชนิดของเครื่องผลักดัน แนวตั้งเป็นชนิดของจริตทั้ง ๖ แบบ ซึ่งแบ่งออกเป็นสามตารางย่อย เช่น สำหรับคนราคะจริต อกุศลธรรมเครื่องผลักดันภายในคือ เสแสร้ง โอ้อวด ถี้อตัว ปรารถนาลามก มักมาก ไม่สันโดษ แงงอน มีเล่ห์เหลี่ยม เป็นต้น

ลักษณะเด่น	ราคะจริต/ศรัทธาจริต	โทสะจริต/พหุทธิจริต	โมหะจริต/วิตกจริต
การมองดูรูป	มองนาน/หาข้อดี	มองไม่นาน/เห็นข้อเสีย	คล้อยตามคนอื่น
การเดิน	ยกเท้าเร็ว ก้าว สม่ำเสมอ สง่างาม	ยกขากระตุก เขยิบลง ผลุนผลัน กระแทกสั่น	ยกเท้าขึ้นและลงปิดไป ปิดมา
ลักษณะการเดิน	เดินเรียบร้อย วางเท้า สม่ำเสมอ รอยเท้าเว้า กลาง	เดินเหมือนเอาปลายเท้า ขุดดินไป เดินเร็ว รอยเท้าจิกปลายลง	เดินส่ายยกและวาง เหมือนคนสะดุ้งตกใจ รอยเท้าหนักทางสั่น
ลักษณะการยืน และ การนั่ง	มีอาการหวานตา น้ำ เลื่อมใส	มีอาการแข็งกระด้าง	มีอาการชุ่มซ่ำม
การนอน	เตรียมที่นอนเรียบร้อย ค่อย ๆ เอนกายลงนอน ถ้าถูกปลุกจะลุกทันที และตอบแบบไม่เต็มใจ	เตรียมที่นอนรีบร้อนรีบ นอน เวลาหลับน้ำนิ้ว คิ้วขมวด ถ้าถูกปลุกจะ ลุกทันทีทันใด และ ตอบแบบไม่พอใจ	ไม่เตรียมที่นอน เรียบร้อย หลับแขนขา ถ่าง ถ้าถูกปลุกจะบ่น พึมพำและใช้เวลาานาน จึงตอบ
การบริโภค	เรียบร้อย พอใจในรส แม้ไม่ร้อย	ไม่เรียบร้อย คำโต ถ้า ไม่ร้อยจะไม่พอใจ	ไม่เรียบร้อย คำเล็ก เลอะเทอะไม่สำรวม
รสชาติที่พึงใจเมื่อ บริโภค	ชอบอาหารที่มีรส หวานจัด	ชอบอาหารที่ไม่ปราณีต มีรสเปรี้ยว	ไม่ชอบรสอะไรที่ แน่นนอน
การนุ่งห่ม	ไม่ใช่ของเก่าหรือขาด ไม่ห้อยรุ่มร่าม น่าดูชม	นุ่งห่มรวดเร็ว ไม่ เรียบร้อย ไม่น่าดูชม	นุ่งห่มเชื่องช้า ไม่ เรียบร้อย ไม่น่าดูชม
การงาน(ปิดกวาด)	จับไม้กวาดพอดี ไม่รีบ ร้อน กวาดสะอาด เรียบร้อย	เร่งรีบ รวดเร็ว กวาด เสียงดัง สะอาด แต่ไม่ เรียบร้อยสม่ำเสมอ	กวาดเชื่องช้า ไม่ สะอาด ไม่เรียบร้อย สม่ำเสมอ
การทำงานทั่วไป	ทำอย่างละเอียดลออ เรียบร้อย สม่ำเสมอ ตั้งใจ	ทำอย่างเคร่งเครียด เข้มแข็ง แต่ไม่ สม่ำเสมอ	มักทำไม่ละเอียดลออ งุ่มง่าม ไม่สม่ำเสมอ และไม่มีกฎเกณฑ์

ตารางที่ ๔.๓ แสดงคุณลักษณะเด่นของคนแต่ละจริตที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรคและวิสุทธิมรรค

ในตารางที่ ๔.๓ แสดงคุณลักษณะเด่นของคนแต่ละจริตที่ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรค และวิสุทธิมรรค แนวนอนเป็นชนิดของจุดเด่น แนวตั้งเป็นคนในจริตต่างๆ เช่น ในราคะจริตและ ศรัทธาจริตจะมีลักษณะเด่นในการมองดูรูป คือมองนาน มองหาข้อดี ส่วนคนโทสะจริตและพุทธิ จริต จะมองไม่นานและมองเห็นข้อเสีย เป็นต้น

#### ๔.๒.๖.๑ ชุดตัวชีวิตจริต (๖)

จากตารางสรุปลักษณะเด่นข้างต้น ผู้วิจัยขอดำเนินการสร้างชุดตัวชีวิตสำหรับจริต ๖ ได้ ดังต่อไปนี้

- (๑) ชุดตัวชีวิตนามธรรมภายในเครื่องผลักดันพฤติกรรม
- (๒) ชุดตัวชีวิตการมองดูรูป
- (๓) ชุดตัวชีวิตลักษณะ การยืน เดิน นั่ง นอน
- (๔) ชุดตัวชีวิตลักษณะการบริโภคอาหาร
- (๕) ชุดตัวชีวิตการทำงาน

เมื่อได้ชุดตัวชีวิตด้านต่างๆ แล้ว ผู้วิจัยจะนำจริต ๖ และชุดตัวชีวิตจริต ๖ มาทำตาราง เชื่อมโยงหาความสัมพันธ์เพื่อสร้างตัวชีวิตย่อยของแต่ละจริต โดยอ้างอิงลักษณะเฉพาะของจริตที่ ปรากฏในคัมภีร์วิมุตติมรรคและวิสุทธิมรรคดังต่อไปนี้

ชุดตัวชีวิต	ราคะจริต	โทสะจริต	โมหะจริต
(๑) ชุดตัวชีวิต นามธรรมภายใน เครื่องผลักดัน พฤติกรรม	(๑) เสแสร้ง (มายา) (๒) มีเล่ห์เหลี่ยม (๓) สบาย (๔) โอ้อวด (๕) ถือตัว (มานะ) (๖) ปรารถนาลามก (๗) มักมาก ไม่สันโดษ (๘) แข็งนอน (๙) ริษยา	(๑) ความโกรธ (๒) ความผูกโกรธ (๓) ความลบหลู่ (๔) ความตีเสมอ (๕) ความริษยา (๖) ความตระหนี่	(๑) ความหูดูเชื่องซึม (๒) ความฟุ้งซ่าน (๓) ความรำคาญใจ (๔) ความสงสัย (๕) ความหลงยึดถือ มั่นด้วยสำคัญผิด (๖) ความไม่ปล่อยวาง

ตารางที่ ๔.๔ แสดงชุดตัวชีวิตนามธรรมภายในเครื่องผลักดันพฤติกรรมของคนแต่ละจริต (๑)

ชุดตัวชีวิต	ศรัทธาจริต	พุทธิจริต	วิตกจริต
(๑)ชุดตัวชีวิต นามธรรมภายใน เครื่องผลักดัน พฤติกรรม	(๑) ความเสียดสะ (๒) ความเดือดขาด (๓) ความใคร่เห็นพระ อริยเจ้าทั้งหลาย (๔) ความใคร่ฟังพระ สัทธรรม (๕) ความมากไปด้วย ปราโมทย์ (๖) ความไม่โอ้อวด (๗) ไม่มีมารยา (๘) ความเลื่อมใส	(๑) เป็นผู้ว่าง่าย (๒) มีมิตรดี (๓) รู้จักประมาณใน การบริโภค (๔) ความมี สติสัมปชัญญะ (๕) ความหมั่น ประกอบความเพียร (๖) ความสังเวช (๗) มีความเพียรโดย แยบคาย	(๑) มากไปด้วยการพูด (๒) ยินดีในหมู่คณะ (๓) ไม่ยินดีในการ ภาวณา (๔) มีการงานไม่ แน่นอน (๕) กลางคืนเป็นคว้น กลางวันเป็นไฟ (๖) ความคิดฟุ้ง

#### ตาราง ๔.๕ แสดงชุดตัวชีวิตนามธรรมภายในเครื่องผลักดันพฤติกรรมของคนแต่ละจริต (๒)

ตารางที่ ๔.๔ และ ๔.๕ เป็นตารางแสดงชุดตัวชีวิตที่ (๑) ชุดตัวชีวิตนามธรรมภายในเครื่องผลักดันพฤติกรรมของคนแต่ละจริต อันได้แก่หมวดกุศลกรรม อกุศลกรรม และกิเลสที่มีของคนในจริตทั้ง ๖ ซึ่งในแต่ละจริตจะได้ชุดตัวชีวิตประมาณ ๖-๘ ตัวชีวิต ซึ่งตัวชีวิตเหล่านี้สามารถนำไปสร้างชุดคำถามเพื่อประเมินจริตได้ต่อไป

ส่วนลักษณะเด่นที่ปรากฏออกมาภายนอกเราสามารถรวมจริต ๖ ออกเป็น ๓ กลุ่มใหญ่คือราจริตกับศรัทธาจริต โทสจริตกับพุทธิจริต และโมหจริตกับวิตกจริต และนำบุคลิกภาพที่เป็นลักษณะเด่นมาจัดทำตารางกับกลุ่มตัวชีวิตที่เหลืออีก ๔ กลุ่ม คือ (๒) ชุดตัวชีวิตการมองดูรูป (๓) ชุดตัวชีวิตลักษณะ การเดิน ยืน นั่ง นอน (๔) ชุดตัวชีวิตคลักษณะการบริโภคอาหาร (๕) ชุดตัวชีวิตการทำงาน เพื่อหาตัวชีวิตในตารางแจกแจงต่อไปนี้

ชุดตัวชีวิต	ราคะจริต/ศรัทธาจริต	โทสะจริต/พุทธิจริต	โมหะจริต/วิตกจริต
(๒) ชุดตัวชีวิตการ มองดูรูป	(๑) มองนาน (๒) มองหาข้อดี	(๑) มองไม่นาน (๒) มองเห็นข้อเสีย	(๑) ค่อยตามคนอื่น
(๓) ชุดตัวชีวิตลักษณะ การ ยืน เดิน นั่ง นอน	(๑) การยืนและนั่งมี อาการหวนตาคำ เลื่อมใส (๒) การเดินยกเท้าเร็ว ก้าวสม่ำเสมอ สง่างาม เดินเรียบร้อย วางเท้า สม่ำเสมอ รอยเท้าว่า กลาง (๓) การนอน เตรียมที่ นอนเรียบร้อย ค่อย ๆ เอนกายลงนอน ถ้าถูก ปลุกจะลุกทันทีและ ตอบแบบไม่เต็มใจ	(๑) การยืนและนั่งมี อาการแข็งกระด้าง (๒) การเดินยกขา กระตุก เขยิบลง ผลุนผลัน กระแทกสั้น เดินเหมือนเอาปลาย เท้าขุดดินไป เดินเร็ว รอยเท้าจิกปลายลง (๓) การนอน เตรียมที่ นอนรีบร้อนรีบนอน เวลาหลับนำนิ้วคิ้ว ขมวด ถ้าถูกปลุกจะลุก ทันทีทันใด และตอบ แบบไม่พอใจ	(๑) การยืนและนั่งมี อาการชุ่มซำม (๒) การเดินยกเท้าขึ้น และลงปิดไปปิดมา เดินส่ายยกและวาง เหมือนคนสะดุ้งตกใจ รอยเท้าหนักทางสั้น (๓) การนอน ไม่เตรียม ที่นอนเรียบร้อย หลับ แขนขาต่าง ถ้าถูกปลุก จะบ่นพึมพำและใช้ เวลานานจึงตอบ

ตารางที่ ๔.๖ แสดงชุดตัวชีวิตลักษณะพฤติกรรมเด่นของคนแต่ละจริต หมวดที่ (๒) และ (๓)

ชุดตัวชีวิต	ราคะจริต/ศรัทธาจริต	โทสะจริต/พุทธิจริต	โมหะจริต
(๔) ชุดตัวชีวิตลักษณะ การบริโภคอาหาร	(๑) ทานอาหาร เรียบร้อย  (๒) พอใจในรสแม้ไม่ อร่อย  (๓) ชอบอาหารที่มีรส หวานจัด	(๑) ทานอาหารไม่ เรียบร้อย คำโต  (๒) ถ้าไม่อร่อยจะไม่ พอใจ  (๓) ชอบอาหารที่ไม่ ปราณีต มีรสเปรี้ยว	(๑) ทานอาหารไม่ เรียบร้อย คำเล็ก เลอะ เทอะไม่สำรวจ  (๒) ไม่ชอบรสชาติที่ แน่นอน
(๕) ชุดตัวชีวิตการ ทำงาน	(๑) ทำงานอย่าง ละเอียดลออเรียบร้อย สม่ำเสมอ ตั้งใจ  (๒) การกวาดจับไม้ กวาดพอดี ไม่รีบร้อน กวาดสะอาดเรียบร้อย	(๑) ทำงานอย่า เคร่งเครียด เข้มแข็ง แต่ไม่สม่ำเสมอ  (๒) การกวาดเร่งรีบ รวดเร็ว กวาดเสียงดัง สะอาด แต่ไม่เรียบร้อย สม่ำเสมอ	(๑) ทำงานมักทำไม่ ละเอียดลออ รุ่มง่าม ไม่สม่ำเสมอและไม่มี กฎเกณฑ์  (๒) การกวาดเชื่องช้า ไม่สะอาด ไม่เรียบร้อย สม่ำเสมอ

ตารางที่ ๔.๓ แสดงชุดตัวชีวิตลักษณะพฤติกรรมเด่นของคนแต่ละจริต หมวดที่ (๔)และ(๕)

#### ๔.๒.๓ เครื่องชีวิตความแก่กล้าของปัญญา

ผู้วิจัยได้ค้นคว้าเรื่องปัญญาในพระพุทธศาสนา พบว่ามีการจำแนกปัญญาไว้หลายรูปแบบ แต่ผู้วิจัยสนใจเรื่องการเกิดปัญญาจากการภาวนาจึงใช้ระดับของวิปัสสนาญาณ ๕ เป็นตัวชีวิต โดยผู้ที่ได้วิปัสสนาญาณจะเป็นผู้มีปัญญาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ

ตัวชีวิตความแก่กล้าของปัญญา คือ ระดับของความเข้าใจวิปัสสนาญาณ ๕ ได้แก่

- (๑) อุทัพพยานูปัสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นความเกิดและความดับ
- (๒) กังคานูปัสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นความสลาย
- (๓) ภยตูปัญฐานญาณ ญาณอันหยั่งเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว

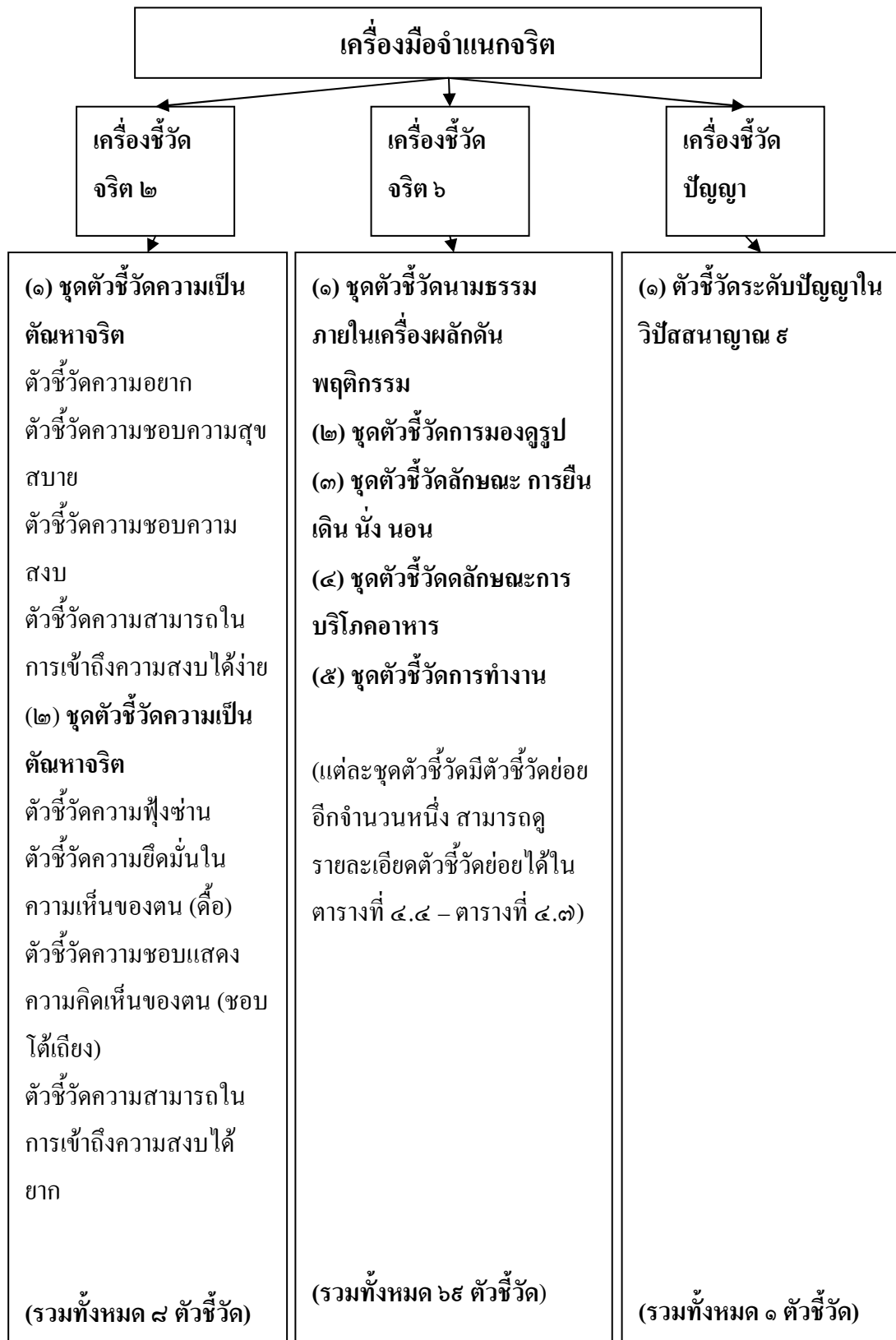


- (๔) อาทีนวานุปีสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นโทษ
- (๕) นิพพิทานุปีสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นด้วยความหน่าย
- (๖) มุญจิกัมมตาญาณ ญาณอันค้ำนั่งด้วยใคร่จะพ้นไปเสีย
- (๗) ปฏิสังขานุปีสสนาญาณ ญาณตามเห็นการพิจารณาหาทาง
- (๘) สังขารุเปกขาญาณญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร
- (๙) สัจจานุโลมิกญาณ หรืออนุโลมญาณ ญาณอันเป็นไปโดยอนุโลมแก่การหยั่งรู้  
อริยสัจ<sup>๓</sup>

#### ๔.๒.๘ สรุปเครื่องมือจำแนกจริตและเครื่องชี้วัด

เพื่อให้เห็นภาพรวมของเครื่องมือ ผู้วิจัยจึงขอสรุปเครื่องมือจำแนกจริตและเครื่องชี้วัด  
ต่างๆที่ได้ประมวลมาทั้งหมดลงในภาพที่ ๔.๓ ดังนี้

<sup>๓</sup> ศึกษารายละเอียดใน อภ.จตุกก.อ. (บาลี) ๒/๑๖๒/๓๘๗, อภ.จตุกก.ฎีกา (บาลี) ๒/๑๖๒/๔๒๕



ภาพที่ ๔.๔ แสดงโครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต เครื่องชี้วัด ชุดตัวชี้วัด และตัวชี้วัดจริต

ภาพที่ ๔.๔ เป็นภาพที่แสดงชุดของเครื่องมือจำแนกจริตทั้งหมด ประกอบไปด้วย เครื่องชี้วัด ๓ ชุด คือเครื่องชี้วัดจริต ๒ เครื่องชี้วัดจริต ๖ และเครื่องชี้วัดปัญญา โดยแต่ละเครื่องชี้วัด ยังได้แบ่งย่อยเป็นชุดตัวชี้วัด และตัวชี้วัดย่อย ซึ่งรวมทั้งหมดจะมีตัวชี้วัดทั้งสิ้น  $๘+๖๕+๑ = ๗๔$  ตัวชี้วัด ซึ่ง ตัวชี้วัดทั้ง ๗๔ ตัวนี้ จะถูกนำไปสร้างแบบประเมินเพื่อจำแนกจริตต่อไป โดยผู้วิจัยได้จัดทำตัวอย่างชุดคำถามซึ่งแตกออกจากตัวชี้วัด ๗๔ ตัวชี้วัด

#### ๔.๓. ความเห็นของนักวิชาการที่มีต่อเครื่องมือจำแนกจริต

หลังจากได้สร้างเครื่องมือจำแนกจริตในข้อ ๔.๒ ผู้วิจัยได้นำเครื่องมือจำแนกจริต(ภาพที่ ๔.๔) พร้อมทั้งแบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัญญา (ภาพที่ ๔.๒) ซึ่งนำมาจากความคิดรวบยอดที่ได้สังเคราะห์จากคัมภีร์ในหัวข้อที่ผ่านมาแล้ว ผู้วิจัยต้องการทวนสอบเครื่องมือจำแนกจริตดังกล่าวโดยการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิจาก ๔ สำนักเพื่อยืนยันกรอบความคิดของแบบจำลองและเครื่องมือจำแนกจริตในภาคปฏิบัติ โดยมีขั้นตอนการเลือกรับสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิและประมวลความเห็นได้ดังต่อไปนี้

##### ๔.๓.๑ เกณฑ์การเลือกผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้วิจัยได้ออกแบบงานวิจัยไว้ใน หัวข้อ ๑.๖.๕ เรื่องการทวนสอบแบบจำลองเครื่องมือจำแนกจริตโดยการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ จาก ๔ สำนักได้แก่ (๑) สายพองยุบ (๒) สายอานาปานสติแบบท่านพุทธทาส (๓) สายพระธุดงค์กรรมฐานสายหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต และ (๔) สายการเจริญจิตตานุัสสนา แบบหลวงปู่ดูลย์ อตุโล หรือเรียกอย่างย่อว่าสายคูจิต โดยคำนึงถึงคุณสมบัติดังนี้

(๑) ต้องเป็นนักวิชาการทางด้านพระพุทธศาสนา เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันในการอ้างอิงคำศัพท์ และการอ้างอิงคัมภีร์

(๒) ต้องเป็นผู้ที่ยอมรับในสายนั้น โดยมีจุดมุ่งหมายว่าสามารถเป็นตัวแทนในสายนั้นได้เป็นอย่างดี

(๓) ต้องเป็นผู้ที่เชี่ยวชาญในการเจริญภาวนา หรือเป็นผู้สอนการภาวนาในสายนั้นๆ

##### ๔.๓.๒ ผู้ทรงคุณวุฒิที่ถูกคัดสรร

จากหลักเกณฑ์ข้างต้น ผู้วิจัยได้พยายามสรรหาผู้มีคุณสมบัติครบตามหลักเกณฑ์ และสามารถเลือกผู้ทรงคุณวุฒิได้ดังต่อไปนี้

(๑) สายพองยุบ – ผู้วิจัยเลือกพระราชสิทธิมนี (วิ) ,ดร. โดยท่านเป็นพระวิปัสสนาจารย์ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และเป็นผู้สอนกรรมฐานในสำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์

(๒) สายอานาปานสติแบบสวนโมกข์ - ดร.โสริช โปธิแก้ว เป็นผู้ที่สนใจติดตามพระธรรมโกศาจารย์ (หลวงปู่พุทธทาส อินทปัญโญ) มายาวนาน ได้รับอิทธิพลแนวทางคำสอน และการเจริญภาวนาแนวอานาปานสติแบบสวนโมกข์ และเป็นผู้เผยแพร่คำสอนแนวสวนโมกข์มายาวนาน ทั้งยังเป็นอาจารย์พิเศษของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการสอนหลักสูตรปริญญาเอก สาขาพระพุทธศาสนา

(๓) สายพระรุดงกรรมฐาน – ดร.บรรจบ บรรณรุจิ โดยท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านพระพุทธศาสนา เป็นอาจารย์ประจำภาควิชาปรัชญาและศาสนาจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นอาจารย์พิเศษของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และเป็นผู้อำนวยการสถาบันจิตตานุภาพที่สอนกรรมฐานในสายพระอาจารย์วิริยงค์ ซึ่งนับว่าเป็นผู้เชี่ยวชาญในด้านการเจริญกรรมฐานสายหลวงปู่มั่นท่านหนึ่ง

นอกจากนั้นผู้วิจัยยังได้ไปกราบนมัสการขอความรู้กับพระรุดงกรรมฐานรูปหนึ่งในสายนี้ ซึ่งท่านได้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมในส่วนที่เป็นประโยชน์อย่างมากในภาคปฏิบัติ แต่ท่านขอสงวนนามผู้ให้สัมภาษณ์ไว้ เนื่องจากต้องการเก็บตัวมิให้มีชื่อเสียงมากเพื่อให้สำนักของท่านเป็นแหล่งสัปปายะในการภาวนา ซึ่งผู้วิจัยได้ถวายความเป็นส่วนตัวให้ท่าน โดยการสงวนชื่อและสำนักของท่านไว้เป็นความลับ

(๔) สายการเจริญจิตตานุปัสสนา แบบหลวงปู่ดุลย์ อตุโล หรือสายคูจิต-หลวงปู่ปราโมทย์ ปาโมชฺโช ท่านเป็นศิษย์ของพระราชวุฒาจารย์ (หลวงปู่ดุลย์ อตุโล) ซึ่งเป็นผู้เผยแพร่แนวทางการเจริญสติปัฏฐานในสายคูจิต (เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน)เป็นที่รู้จักกันดีในแวดวงนักภาวนารุ่นใหม่

### ๔.๓.๓ ประเด็นการสัมภาษณ์

ประเด็นสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เตรียมคำถามปลายเปิดไว้ในการสัมภาษณ์ดังนี้

(๑) ขอความเห็นเกี่ยวกับการเจริญสติปัฏฐานที่อรรถกถา และคัมภีร์เนติปกรณ์ได้ให้ความเห็นไว้ว่าแต่ละหมวด เหมาะสำหรับผู้ที่มีต้นหาจริตและทิวัจจริตปัญญากล้าและปัญญาไม่กล้า และหากเป็นผู้ที่ปฏิบัติแนวสมถยานิกควรต้องได้สมถกรรมฐานที่เหมาะสมด้วยดังจำแนกเป็นตารางที่ ๔.๑ ว่าท่านผู้ทรงคุณวุฒิเห็นด้วยหรือไม่มีสิ่งใดที่จะเพิ่มเติมประเด็นดังกล่าวหรือไม่

(๒) ทวนสอบแนวความคิด “แบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน” (ภาพที่ ๔.๒) และ “โครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต” (ภาพที่ ๔.๑ และ ๔.๓) ซึ่งนำมาจากความคิดรวบยอดที่ได้สังเคราะห์จากคัมภีร์ในหัวข้อที่ผ่านมาแล้ว ว่าหากจะใช้ผังความคิดดังกล่าวในการสร้างเครื่องมือจำแนกจริต ท่านเห็นด้วยหรือไม่อย่างไร

(๓) ทวนสอบ “เครื่องชี้วัดจริต ๒” ตามที่ผู้วิจัยสืบทอดจากคัมภีร์นั้นใช้ได้หรือไม่ และมีประเด็นอื่นอะไรบ้างที่เป็นดัชนีชี้วัดจริต ๒

(๔) ทวนสอบ “เครื่องชี้วัดปัญญา” คือ ความสามารถในการเห็นไตรลักษณ์ ใช่หรือไม่ หากแบ่งเป็นญาณ ๕ ในวิปัสสนาญาณจะได้หรือไม่

(๕) ทวนสอบ “เครื่องชี้วัดจริต ๖” ว่าเห็นด้วยกับหรือไม่อะไรบ้างที่เป็นดัชนีชี้วัดจริต ๖ นอกเหนือจากนี้

(๖) คำถามปลายเปิดเพื่อสนทนาเรื่องจริตกับการเจริญสติปัฏฐานในภาคปฏิบัติจากประสบการณ์ตรงที่ท่านผู้เชี่ยวชาญมีประสบการณ์

#### ๔.๓.๔ ประมวลความเห็นที่ได้จากการสัมภาษณ์

##### ๔.๓.๔.๑ ความเห็นของพระราชสิทธิมนี(วิ.)<sup>๔</sup>

สารสำคัญที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญสายพวงยุบได้ความเห็นดังนี้

(๑) เห็นด้วยหรือไม่ กับการเจริญสติปัฏฐานที่อรรถกถา และคัมภีร์เนติปกรณ์<sup>๕</sup>ได้ให้ความเห็นไว้ว่าแต่ละหมวด เหมาะสำหรับผู้ที่มีต้นหาจริตและทวิภูจิริตปัญญากล้าและปัญญาไม่กล้า

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

(๒) เห็นด้วยกับ แบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน (ภาพที่ ๔.๒) และโครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต (ภาพที่ ๔.๑และ๔.๓) หรือไม่

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

(๓) เห็นด้วยกับ เครื่องชี้วัดจริต ๒ (ที่ปรากฏในหัวข้อ ๔.๒.๕) หรือไม่ และมีหัวข้ออื่นอะไรบ้างที่เป็นดัชนีชี้วัดจริต ๒

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์ และท่านมีความเห็นเพิ่มเติมว่าพวกต้นหาจริตมีพฤติกรรมมักชอบติดสุขติดสบาย นิยมของปราณีต ส่วนทวิภูจิริต มีความเห็นเพิ่มเติมว่า ชอบแสดงเหตุผล ยืนยันความเห็นตน แม้จะด้อยเหตุผลกว่า หรือคือตั้งยึดมั่นความเห็นตน

(๔) เห็นด้วยกับ เครื่องชี้วัดปัญญา คือ ความสามารถในการเห็นไตรลักษณ์ ใช่หรือไม่ หากแบ่งเป็นญาณ ๕ ในวิปัสสนาญาณจะได้หรือไม่

ท่านไม่เห็นด้วยกับการแบ่งเป็นวิปัสสนาญาณ ๕ เพราะเป็นปัญญาขั้นสูงที่เกิดจากการเจริญวิปัสสนาแล้ว แต่เห็นว่าในบุคคลทั่วไป ศรัทธา เป็นตัววางคุลยปัญญา ดังนั้นควรแบ่งดัชนีชี้วัดเป็น “ผู้หนักไปในทางศรัทธา(ปัญญาไม่กล้า) และผู้หนักไปในทางปัญญา(ปัญญากล้า)ดีกว่า” และเห็นว่าผู้มีปัญญินทรีย์ แก่กล้าได้ ต้องมีการหนุนเนื่องจากอินทรีย์

(๕) เห็นด้วยกับ เครื่องชี้วัดจริต ๖ หรือไม่ และอะไรบ้างที่เป็นดัชนีชี้วัดจริต ๖ นอกเหนือจากนี้

<sup>๔</sup> สัมภาษณ์พระราชสิทธิมนี(วิ) ดร.,อาจารย์ประจำและวิปัสสนาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,เรื่องเครื่องมือในการจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน,๑๔ มกราคม ๒๕๕๕.

ท่านเห็นด้วยทุกประการ และเพิ่มเติมการสังเกต สิ่งแวดล้อมและบริบทของเขา หากเรียบร้อยสะอาดสะอ้านมีแนวโน้มเป็นรากจืดเป็นต้น

(๖) คำถามปลายเปิดเพื่อสนทนาเรื่องจืดกับการเจริญสติปัฏฐานในภาคปฏิบัติจากประสบการณ์ตรงที่ท่านผู้เชี่ยวชาญมีประสบการณ์

ท่านเสนอว่าจากประสบการณ์ฝึกสอน ผู้มีปัญญามาก มักฟังช้านง่าย ท่านมักให้เจริญสมถะด้วยเพื่อหวังให้หยุดความฟุ้งซ่านซึ่งจะได้ผลดีมากกว่า

#### ๔.๓.๔.๒ ความเห็นของดร.โสริช โปธิแก้ว<sup>๕</sup>

สารสำคัญที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญสายอานาปานสติแบบท่านพุทธทาส

(๑) เห็นด้วยหรือไม่ กับการเจริญสติปัฏฐานที่อรรถกถา และคัมภีร์เนติปกรณ์<sup>๖</sup>ได้ให้ความเห็นไว้ว่าแต่ละหมวด เหมาะสำหรับผู้ที่มีต้นทางจืดและทิวจืดปัญญากล้ำและปัญญาไม่กล้า

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

(๒) เห็นด้วยกับ แบบจำลองการจำแนกจืดเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน (ภาพที่ ๔.๒) และโครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจืด (ภาพที่ ๔.๑และ๔.๓) หรือไม่

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

(๓) เห็นด้วยกับ เครื่องชี้วัดจืด ๒ (ที่ปรากฏในหัวข้อ ๔.๒.๕) หรือไม่ และมีหัวข้ออื่นอะไรบ้างที่เป็นดัชนีชี้วัดจืด ๒

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

(๔) เห็นด้วยกับ เครื่องชี้วัดปัญญา คือ ความสามารถในการเห็นไตรลักษณ์ ใช่หรือไม่ หากแบ่งเป็นญาณ ๕ ในวิปัสสนาญาณจะได้หรือไม่

ท่านยังไม่เห็นด้วย และขอให้ไปสืบค้นแนวความคิดของท่านพระพรหมคุณาภรณ์ เรื่องเกี่ยวกับการมีชีวิตด้วยปัญญา

(๕) เห็นด้วยกับ เครื่องชี้วัดจืด ๖ หรือไม่ และอะไรบ้างที่เป็นดัชนีชี้วัดจืด ๖ นอกเหนือจากนี้

<sup>๕</sup> สัมภาษณ์ ดร.โสริช โปธิแก้ว, อาจารย์พิเศษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, เรื่อง เครื่องมือในการจำแนกจืดที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน, ๒๓ ธันวาคม ๒๕๕๔.

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

(๖) คำถามปลายเปิดเพื่อสนทนาเรื่องจิตกับการเจริญสติปัฏฐานในภาคปฏิบัติจากประสบการณ์ตรงที่ท่านผู้เชี่ยวชาญมีประสบการณ์

หลวงพ่อบุทธทาสมุ่งเน้นอานาปานสติ ๑๖ ขั้นตอนซึ่งเป็น grunnan ที่จัดได้ว่าเป็นการเจริญสติปัฏฐาน และคิดว่าเหมาะกับทุกจริตอยู่แล้ว และท่านมุ่งเน้นการเข้าใจในแก่นธรรม โดยใช้ อานาปานสติเป็นเครื่องเสริมให้เข้าใจจากประสบการณ์ตรงในการภาวนา

๔.๓.๔.๓ ความเห็นของ ดร.บรรจบ บรรณรุจิ<sup>๖</sup>

สารสำคัญที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญสายพระครูดงกรรณฐาน มีดังนี้

(๑) เห็นด้วยหรือไม่ กับการเจริญสติปัฏฐานที่อรรถกถา และคัมภีร์เนติปกรณ์ได้ให้ความเห็นไว้ว่าแต่ละหมวด เหมาะสำหรับผู้ที่มีต้นทางจิตและทิวจิตปัญญากล้ำและปัญญาไม่กล้า

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

(๒) เห็นด้วยกับ แบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน (ภาพที่ ๔.๒) และโครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต (ภาพที่ ๔.๑และ๔.๓) หรือไม่

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

(๓) เห็นด้วยกับ เครื่องชี้วัดจริต ๒ (ที่ปรากฏในหัวข้อ ๔.๒.๕) หรือไม่ และมีหัวข้ออื่นอะไรบ้างที่เป็นดัชนีชี้วัดจริต ๒

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

(๔) (๔) เห็นด้วยกับ เครื่องชี้วัดปัญญา คือ ความสามารถในการเห็นไตรลักษณ์ ใช่หรือไม่ หากแบ่งเป็นญาณ ๕ ในวิปัสสนาญาณจะได้หรือไม่

ท่านยังไม่เห็นด้วย และขอให้ไปสืบค้นแนวความคิดในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ในเรื่อง สหชาติปัญญา วิปัสสนาปัญญา และปาริหาริกปัญญา และเห็นว่าปัญญินทรีย์ เป็นสิ่งที่ได้มาจากอินทรีย์เบื้องต้น ๔ ประการคือ สรัทธินทรีย์ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาชินทรีย์ ดังนั้น การวัดว่าปัญญากล้ำหรือไม่อาจวัดอินทรีย์ทั้ง ๔ ที่เกื้อหนุนปัญญาน่าจะตรงกว่าการวัดวิปัสสนาญาณ

<sup>๖</sup> สัมภาษณ์ ดร.บรรจบ บรรณรุจิ, อาจารย์พิเศษ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, เรื่องเครื่องมือในการจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน, ๑๔ มกราคม ๒๕๕๔.



(๕) เห็นด้วยกับ เครื่องชีวิตจริต ๖ หรือไม่ และอะไรบ้างที่เป็นดัชนีชีวิตจริต ๖ นอกเหนือจากนี้

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

(๖) คำถามปลายเปิดเพื่อสนทนาเรื่องจริตกับการเจริญสติปัฏฐานในภาคปฏิบัติจากประสบการณ์ตรงที่ท่านผู้เชี่ยวชาญมีประสบการณ์

ท่านมีข้อสังเกตว่าราคะ กับ โทสะ อาจมีในคนเดียวกัน เพราะผู้มีราคะแรงมักมีโทสะแรงด้วย พวกที่ทำความสงบง่าย อาจเป็นพวกโทสะรุนแรงได้ เพราะทันทีที่จิตหลุดออกจากสมาธิ (จิตมีรูปราคะ) โทสะจะกลับมารุนแรง

ข้อสังเกตอีกประการหนึ่งคือ สติเป็นของสำคัญมาก ทั้งในแนวสมถยานิกและวิปัสสนายานิก เพราะเมื่อมีสติรู้ลึถึงปัจจุบัน จะเกิดสัมมาสมาธิได้ง่าย หากเจริญสมถกรรมฐาน สติจะเป็นเครื่องเกี่ยวพันสมาธิได้ดี แต่กระนั้นเองพวกที่เจริญวิปัสสนาก็ต้องการความสงบเป็นพื้นฐานเช่นกัน ดังนั้นสติและสมาธิเป็นของที่ขาดไม่ได้

#### ๔.๓.๔.๔ ความเห็นของผู้เชี่ยวชาญสายพระศุคคกรรมฐานรูปหนึ่ง.<sup>๓</sup>

สารสำคัญที่ได้จากการสัมภาษณ์มีดังนี้

ท่านขอไม่ตอบข้อ ๑ – ๕ เพราะท่านไม่เชี่ยวชาญเรื่องปริยัติธรรม แต่เล่าเรื่องจากคำถามข้อที่ (๖) คำถามปลายเปิดเพื่อสนทนาเรื่องจริตกับการเจริญสติปัฏฐานในภาคปฏิบัติจากประสบการณ์ตรงที่ท่านผู้เชี่ยวชาญมีประสบการณ์

ท่านเล่าว่าที่วัดท่าน ศิษย์ท่านมีการปฏิบัติทุกแนวทาง แรกสุดท่านจะให้ทำอานาปานสติพร้อมทั้งบริกรรมพุทโธ ซึ่งเป็นกรรมฐานกลางๆ แต่พอภาวนาไป กรรมฐานเก่าในอดีตชาติมักมาปรากฏภายหลัง ท่านก็จะแนะนำให้ทำกรรมฐานนั้น ๆ ต่อไป เช่นบางองค์ได้อุสุกกรรมฐานเมื่อจิตสงบตั้งมั่นเองอัตโนมัติ ก็ให้เจริญอุสุกกรรมฐานต่อไป ซึ่งจะสามารถต่อยอดจากของเดิมได้ดี ส่วนบางท่านจะเจริญกสิณ ท่านต้องดูแลใกล้ชิด เพราะบางครั้งจะทำให้เกิดสมาธิส่งออกนอก ไปรู้เห็นสิ่งต่างๆภายนอกได้จากอำนาจของฌาน แต่ท่านกล่าวว่าสิ่งนี้ต้องดูแลไม่ให้หลง และต้องระวางนิมิตรหลอก ซึ่งอาจทำให้วิปลาส

<sup>๓</sup> สัมภาษณ์ หลวงพ่อ รูปหนึ่ง,เจ้าอาวาสวัดแห่งหนึ่งในสายพระศุคคกรรมฐานสายหลวงปู่มั่น(ท่านขอสงวนนามและที่อยู่),เรื่องเครื่องมือในการจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน,๑๕ มกราคม ๒๕๕๕.

สำหรับผู้ที่มีอุปนิสัยทำความสงบยากอาจเจริญสมาธิไม่ถึงฌาน ท่านว่าคงต้องใช้เวลาและความเพียรเพิ่มขึ้น เพราะสมาธิเป็นของสำคัญ อย่างน้อยต้องได้อุปัชฌายสมาธิ ปัญญาในการตัดกิเลสจึงมีกำลังเพียงพอ

#### ๔.๓.๔.๕ ความเห็นของหลวงพ่อบราโมทย์ ปาโมชโช<sup>๔</sup>

สารสำคัญที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญสายจิต-

(๑) เห็นด้วยหรือไม่ กับการเจริญสติปัฏฐานที่อรรถกถา และคัมภีร์เนติปกรณ์ได้ให้ความเห็นไว้ว่าแต่ละหมวด เหมาะสำหรับผู้ที่มีต้นหาจริตและทิวัจจริตปัญญากลับและปัญญาไม่กล้า

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

(๒) เห็นด้วยกับ แบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน (ภาพที่ ๔.๒) และโครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต (ภาพที่ ๔.๑และ๔.๓) หรือไม่

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์ แต่ท่านเห็นว่าแม้ผู้ที่เป็นวิปัสสนาญาณิก และเจริญกรรมฐานในหมวดจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานและธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ก็ต้องให้สมาธิหนุนหลัง ดังนั้นควรเลือกหาสมณะที่เหมาะสมฝึกไว้ด้วย

(๓) เห็นด้วยกับ เครื่องชี้วัดจริต ๒ (ที่ปรากฏในหัวข้อ ๔.๒.๕) หรือไม่ และมีหัวข้ออื่นอะไรบ้างที่เป็นดัชนีชี้วัดจริต ๒

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

(๔) เห็นด้วยกับ เครื่องชี้วัดปัญญา คือ ความสามารถในการเห็นไตรลักษณ์ ใช่หรือไม่ หากแบ่งเป็นญาณ ๘ ในวิปัสสนาญาณจะได้หรือไม่

ท่านยังไม่เห็นด้วย และเห็นว่าน่าจะใช้ดัชนีชี้วัดอุปนิสัยการใช้เหตุใช้ผล(ปัญญา) และความปักใจเชื่อตามผู้อื่น(ศรัทธา) มากกว่า และเห็นว่าวิปัสสนาญาณนั้นยังไม่เหมาะ

(๕) เห็นด้วยกับ เครื่องชี้วัดจริต ๖ หรือไม่ และอะไรบ้างที่เป็นดัชนีชี้วัดจริต ๖ นอกเหนือจากนี้

ท่านเห็นด้วย เพราะตรงกับคัมภีร์ และเห็นด้วยจากประสบการณ์

<sup>๔</sup> สัมภาษณ์ หลวงพ่อบราโมทย์ ปาโมชโช, ประธานสงฆ์ สำนักสงฆ์สวนสันติธรรม, เรื่องเครื่องมือในการจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน, ๑๑ ธันวาคม ๒๕๕๔.

(๖) คำถามปลายเปิดเพื่อสนทนาเรื่องจิตกับการเจริญสติปัฏฐานในภาคปฏิบัติจากประสบการณ์ตรงที่ท่านผู้เชี่ยวชาญมีประสบการณ์

ท่านเห็นว่าการฝึกสติปัฏฐานในระยะแรกอาจมีการแบ่งแยกสายกายจิต แต่เมื่อจิตจำสภาวะได้ และเกิดสติเนื่องๆแล้ว ไม่สามารถเลือกได้ บางครั้งจิตก็ระลึกรู้กาย บางครั้งระลึกรู้เวทนา จิต ธรรม และจากประสบการณ์ คนมักมีจิตผสมผสาน เกิดเพราะกิเลสหลายชนิดที่แฝงอยู่หลายประเภท แต่ที่แสดงออกมาภายนอกบางประการเพราะกิเลสประเภทนั้นมีมากกว่ากิเลสอื่นเท่านั้น ดังนั้นจิตเดี่ยวๆสำหรับคนหนึ่งจึงไม่ค่อยมี

ในทางปฏิบัติจะมีครูบาอาจารย์บางรูปเช่นหลวงปู่ดูลย์ท่านจะมีความรู้พิเศษว่าศิษย์ท่านเคยบำเพ็ญกรรมฐานอะไรมาแต่ปางก่อน และจะสอนกรรมฐานนั้นให้ และให้กรรมฐานไม่ซ้ำกันในบรรดาลูกศิษย์ทั้งหลาย แต่อาจารย์แบบนี้หาได้ยากมากในปัจจุบัน

#### ๔.๓.๔.๖ สรุปความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

เพื่อให้เห็นภาพรวมของประเด็นการสัมภาษณ์ผู้วิจัยจึงขอสรุปสาระสำคัญในการสัมภาษณ์โดยที่ผู้เชี่ยวชาญ ส่วนใหญ่จะเห็นด้วยกับแบบจำลองการจำแนกจิต และเครื่องชีวิตจิต ๒ และเครื่องชีวิตจิต ๖ แต่เห็นว่าควรต้องปรับปรุงเครื่องชีวิตปัญญา ซึ่งจัดรวมความเห็นสรุปย่อลงเป็นตารางที่ ๔.๘

ตาราง ๔.๘ เป็นการสรุปประเด็นคำถามไว้ในแถวซ้ายสุด และความเห็นของผู้เชี่ยวชาญอยู่ในแนวตั้ง เช่นพระราชสิทธิมุนีตอบคำถามข้อที่ ๑ ที่ถามว่า เห็นด้วยกับการเจริญสติปัฏฐานที่ อรรถกถา และคัมภีร์เนติปกรณ์ได้ให้ความเห็นไว้ว่าแต่ละหมวด เหมาะสำหรับผู้ที่มีต้นหาจิต และทวิภูจิตปัญญากล้าและปัญญาไม่กล้าหรือไม่ ท่านตอบในภาพรวมว่า เห็นด้วยเป็นต้น

ประเด็นคำถามข้อที่	พระราชสิทธิมุณี (วิ),ดร.	ดร.โสริช โปธิแก้ว	ดร.บรรจบ บรรณรุจิ	อจ.ปราโมทย์ ปาโมชฺโช
(๑) เห็นด้วยกับการเจริญสติปัฏฐานที่ อรรถกถา และคัมภีร์เนติปกรณ์ได้ให้ความเห็นไว้ว่าแต่ละหมวด เหมาะสำหรับผู้ที่มีต้นทางจิตและทิวฐิจริต ปัญญาคล้ำและปัญญาไม่คล้ำ	เห็นด้วย	เห็นด้วย	เห็นด้วย	เห็นด้วย
(๒) เห็นด้วยกับ แบบจำลองการ จำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน (ภาพที่ ๔.๒) และโครงสร้างของ เครื่องมือจำแนกจริต (ภาพที่ ๔.๑และ ๔.๓) หรือไม่	เห็นด้วย/แม้พวกที่เลือกวิปัสสนา ยานิกก็ควรทำสมณะ	เห็นด้วย	เห็นด้วย/สมณะเป็นของล้ำค่า โดยต้องมีสติ นำหน้า	เห็นด้วย /แม้พวกที่เลือก วิปัสสนา ยานิกก็ควร ทำสมณะ
(๓) เห็นด้วยกับ เครื่องชีวิตจริต ๒ หรือไม่	เห็นด้วย	เห็นด้วย	เห็นด้วย	เห็นด้วย
(๔) เห็นด้วยกับ เครื่องชีวิตปัญญา หรือไม่	ไม่เห็นด้วย/ควรแบ่งเป็นผู้หนักไปทางศรัทธาและผู้หนักไปทางปัญญา:ศรัทธาและปัญญาควรเสมอ กัน	ไม่เห็นด้วย / เสนอความคิดของพระ พรหมคุณา ภรณ์เรื่อง ปัญญาสัมปทา	ไม่เห็นด้วย / ควรวัด อินทรีย์ ๕ โดยเฉพาะ ๔ ตัวแรกเป็น เครื่องหนุน ปัญญา	ไม่เห็นด้วย / ควรแบ่งเป็นผู้หนักไปทาง ศรัทธา และผู้หนักไปทาง ปัญญา
(๕) เห็นด้วยกับ เครื่องชีวิตจริต ๖ หรือไม่	เห็นด้วย ดู สิ่งแวดล้อม ประกอบ	เห็นด้วย	เห็นด้วย	เห็นด้วย
(๖)ความเห็นอื่นๆ	ผู้มีปัญญามาก ฟุ้งซ่านง่ายควรให้ ทำสมณะด้วย	อานาปานสติ เหมาะกับทุก จริต หลวงพ่อ พุทธทาสใช้ สอนทุกคน	แนววิปัสสนา ยานิกก็ต้อง ใช้สติเพื่อ สร้างสมาธิ และปัญญา	คนส่วนใหญ่ เป็นจริตผสม เพียงแต่มีตัว หนึ่งที่เด่นชัด กว่า

ตารางที่ ๔.๘ แสดงสารสำคัญที่ได้จากการสัมภาษณ์ทวนสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ ๔ ท่าน

#### ๔.๔ ประเด็นการปรับปรุงเครื่องมือจำแนกจิตในการเจริญสติปัฏฐานหลังการสัมภาษณ์

จากหัวข้อ ข้างต้นทั้งหมดผู้วิจัยขอนำองค์ความรู้ที่ได้จากคัมภีร์ และจากการลงสนาม สัมภาษณ์มาประมวลรวมกัน ปรับปรุงเครื่องมือจำแนกจิตใหม่โดยมีแนวความคิดการปรับปรุง ดังนี้

(๑) เครื่องชี้วัดจิต ๒ และ เครื่องชี้วัดจิต ๖ ไม่มีการปรับปรุง เนื่องจากผู้เชี่ยวชาญทุกท่านให้ความเห็นไปในแนวทางเดียวกันว่าเป็นสิ่งที่สอดคล้องตามคัมภีร์ และตามประสบการณ์จริง ที่ได้พบ ผู้วิจัยจึงไม่ปรับปรุงทุกตัวชี้วัด

(๒) เครื่องชี้วัดปัญญา ไม่มีผู้เชี่ยวชาญใดเห็นด้วยที่จะใช้วิปัสสนาญาณ ๕ เป็นเครื่องวัด โดยมีเหตุผลหลักว่าผู้จะผ่านวิปัสสนาญาณได้ต้องฝึกสติปัฏฐานก่อน ดังนั้นในบุคคลธรรมดาที่ยังไม่ได้รับการฝึกสติปัฏฐานย่อมไม่อาจวัดได้เหมาะสมนัก และผู้วิจัยจึงขอปรับตามผู้เชี่ยวชาญ ๓ ท่านโดยกระจายตัวชี้วัดเป็น ๓ ตัวดังนี้

(๒.๑) ตัวชี้วัดอุปนิสัยการใช้เหตุผล โดยแบ่งเป็น ๒ ลักษณะคือ

- ลักษณะแรกชอบใช้เหตุผลในการตัดสินใจ มากกว่าอารมณ์ –แสดงถึงความมีปัญญากลับ
- ลักษณะที่สองคือมักตัดสินใจด้วยอารมณ์หรือความรู้สึก – แสดงถึงความมีปัญญาไม่กลับ

(๒.๒) ตัวชี้วัดอินทรีย์ ๕<sup>๕</sup> โดยแบ่งเป็น ๒ กลุ่มคือ

- กลุ่มแรกมีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญาคดี
- กลุ่มที่สอง มีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญาอ่อน

(๒.๓) ตัวชี้วัดปัญญาสัมปทา วัดความถึงพร้อมด้วยปัญญาคือ รู้บาป บุญ คุณ โทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ และเข้าใจชีวิตนี้ตามความเป็นจริง<sup>๖</sup>

- กลุ่มแรกมีปัญญาสัมปทา มาก คือ รู้บาป บุญ คุณ โทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ และเข้าใจชีวิตนี้ตามความเป็นจริง

<sup>๕</sup> คุรยละเอียดใน อภ.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๖๑/๑๐๒., อภ.จตุกก.อ. (บาลี) ๒/๖๑/๓๕๒.

<sup>๖</sup> คุรยละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๕๓.

- กลุ่มที่สอง ปัญญาสัมปทา น้อย คือ 'ไม่รู้บาป บุญ คุณ โทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ และไม่เข้าใจชีวิตนี้ตามความเป็นจริง

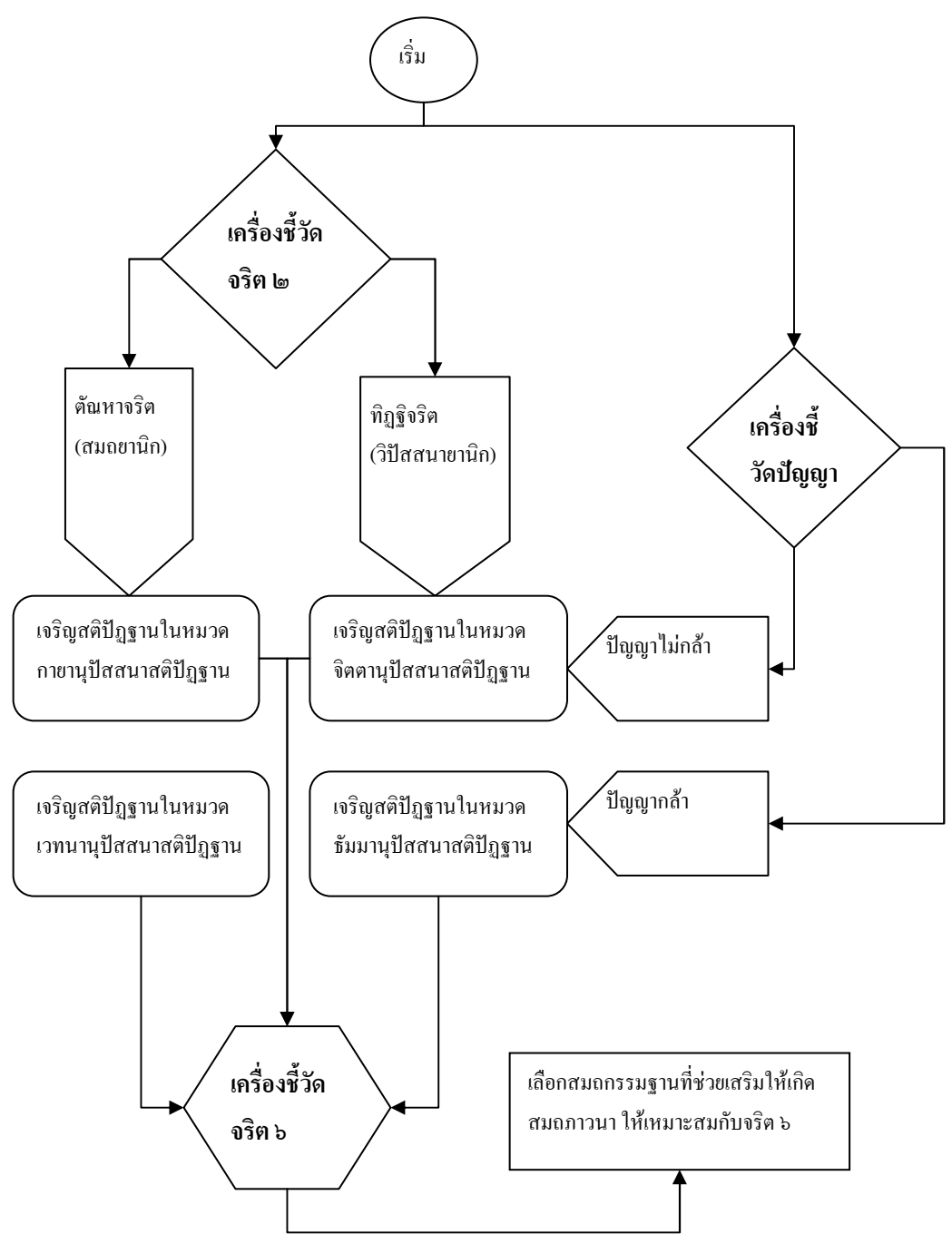
(๓) แบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน (ภาพที่ ๔.๒) จากการสัมภาษณ์จะเห็นว่าผู้ทรงคุณวุฒิ สองท่านได้ให้ความเห็นสอดคล้องกันว่าแม้ผู้ที่เจริญแนววิปัสสนา ยานิกก็ควรต้องเจริญสมถกรรมฐานบ้างดังนั้นผู้วิจัยจึงทำการปรับแบบจำลองซึ่งเดิมเฉพาะผู้มี ตัณหาจริตเท่านั้นที่ต้องทำการทดสอบเพื่อหาจริต ๖ สำหรับเลือกสมถกรรมฐาน แต่ผู้วิจัยขอ ปรับเปลี่ยนเป็นทุกคนควรจะหาจริต ๖ ด้วย เพื่อให้ทราบวิธีการเจริญสมถกรรมฐาน (หลังปรับปรุง แล้วโปรดดูแบบจำลองที่ปรับปรุงใหม่ในภาพ ๔.๔)

#### ๔.๕ เครื่องมือจำแนกจริตในการเจริญสติปัฏฐาน

จากการประมวลความรู้ตั้งแต่ต้นในการเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน และองค์ความรู้เรื่อง จริต ผู้วิจัยได้ทดลองสร้างเครื่องมือจำแนกจริตและนำไปทดสอบกับผู้เชี่ยวชาญ และได้นำมา ปรับปรุงให้เกิดความชัดเจนยิ่งขึ้น ผู้วิจัยจึงขอเสนอองค์ความรู้ใหม่คือ เครื่องมือจำแนกจริตที่ เหมาะสมในการเจริญ สติปัฏฐาน โดยมีสาระสำคัญดังนี้

##### ๔.๕.๑ แบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน

แบบจำลองนี้ชี้ให้เห็นภาพรวมของการทดสอบ ๓ ประการคือ (๑) ทดสอบหาจริต ๒ ด้วย “เครื่องชี้วัดจริต ๒” (๒) ทดสอบหาความแก่กล้าของปัญญาด้วย “เครื่องชี้วัดปัญญา” และ (๓) ทดสอบหาจริต ๖ ด้วย “เครื่องชี้วัดจริต ๖” ซึ่งสามารถอธิบายกรอบแนวคิดได้ดังภาพที่ ๔.๔



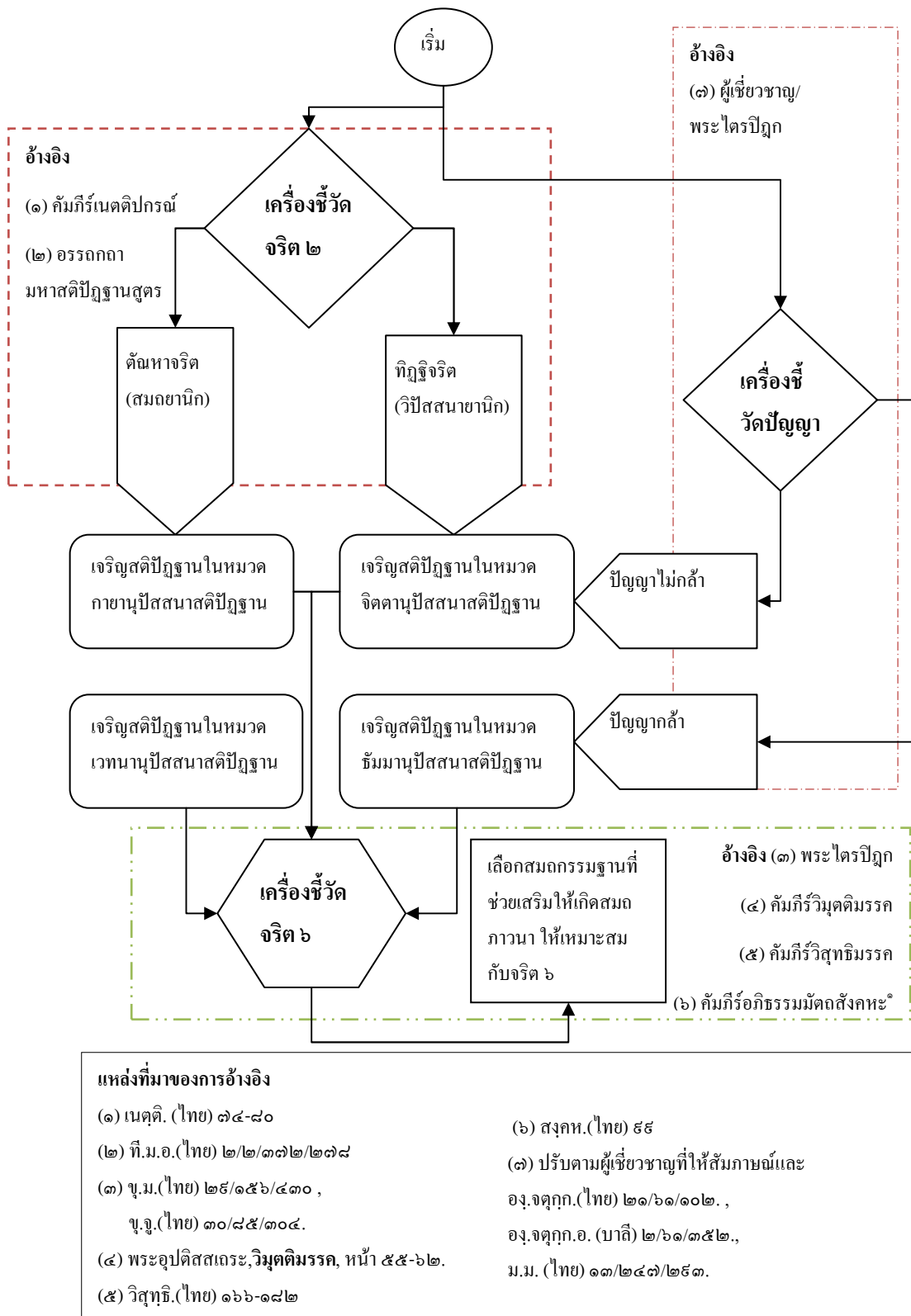
ภาพที่ ๔.๕ แสดงแบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐานหลังปรับปรุง

จากภาพที่ ๔.๕ แสดงแบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน ผู้วิจัยปรับปรุงแบบจำลองนี้เพื่อช่วยเลือกกรรมฐานสำหรับผู้มีจริตต่างๆกัน โดยเริ่มจากการนำผู้ฝึกกรรมฐานมาดำเนินการจำแนกจริตโดยใช้ “เครื่องชี้วัดจริต ๒” ก่อน และทำการทดสอบด้วย “เครื่องชี้วัดปัญหา” ซึ่งหากเป็นค้นหาจริตมีปัญหาไม่กล้า ให้เจริญสติปัฏฐานในหมวดกายา

นุปีสสนาสติปัญฐาน หากเป็นต้นหาจริตมีปัญญากล้า ให้เจริญสติปัญฐานในหมวดเวทนานุปีสสนาสติปัญฐาน และหากเป็นทิกขุจริตมีปัญญาไม่กล้า ให้เจริญสติปัญฐานหมวดจิตตานุปีสสนาสติปัญฐาน และหากเป็นทิกขุจริตมีปัญญากล้า ให้เจริญสติปัญฐานหมวดธรรมานุปีสสนาสติปัญฐาน อนึ่งผู้ภวานาทั้งหลายแม้จะเป็นแนวสมถยานิกหรือวิปัสสนายานิกก็ตาม การที่สามารถสงบจิตให้มีสติและสัมมาสมาธิได้ย่อมเป็นสิ่งเกื้อหนุนกำลังปัญญา จึงมีความจำเป็นที่จะต้องมิตถกรรมฐานเป็นเครื่องหนุนนำ และต้องหาสมถกรรมฐานที่เหมาะสม โดยใช้ “เครื่องชีวิตจริต ๖” ซ้ำอีกครั้งหนึ่ง เพื่อแนะนำสมถกรรมฐานให้นำไปเจริญควบคู่กับสติปัญฐานด้วย

จากภาพที่ ๔.๖ ผู้วิจัยได้สร้างกรอบแนวคิดที่นำมาจากหลายแหล่งความรู้ จึงได้นำแหล่งอ้างอิงต่างๆ จากในคัมภีร์ ซึ่งรวบรวมมาจากบทที่ ๒ และบทที่ ๓ มาแสดงประกอบการสร้างกรอบแนวคิดในการดำเนินการสร้างชุดเครื่องชีวิตทั้ง ๓ ชุด ซึ่งแสดงด้วยกรอบเส้นประนั้น ได้มาจากแหล่งอ้างอิงต่างๆ ดังแสดงที่มาไว้ในกรอบสี่เหลี่ยมด้านล่างสุด



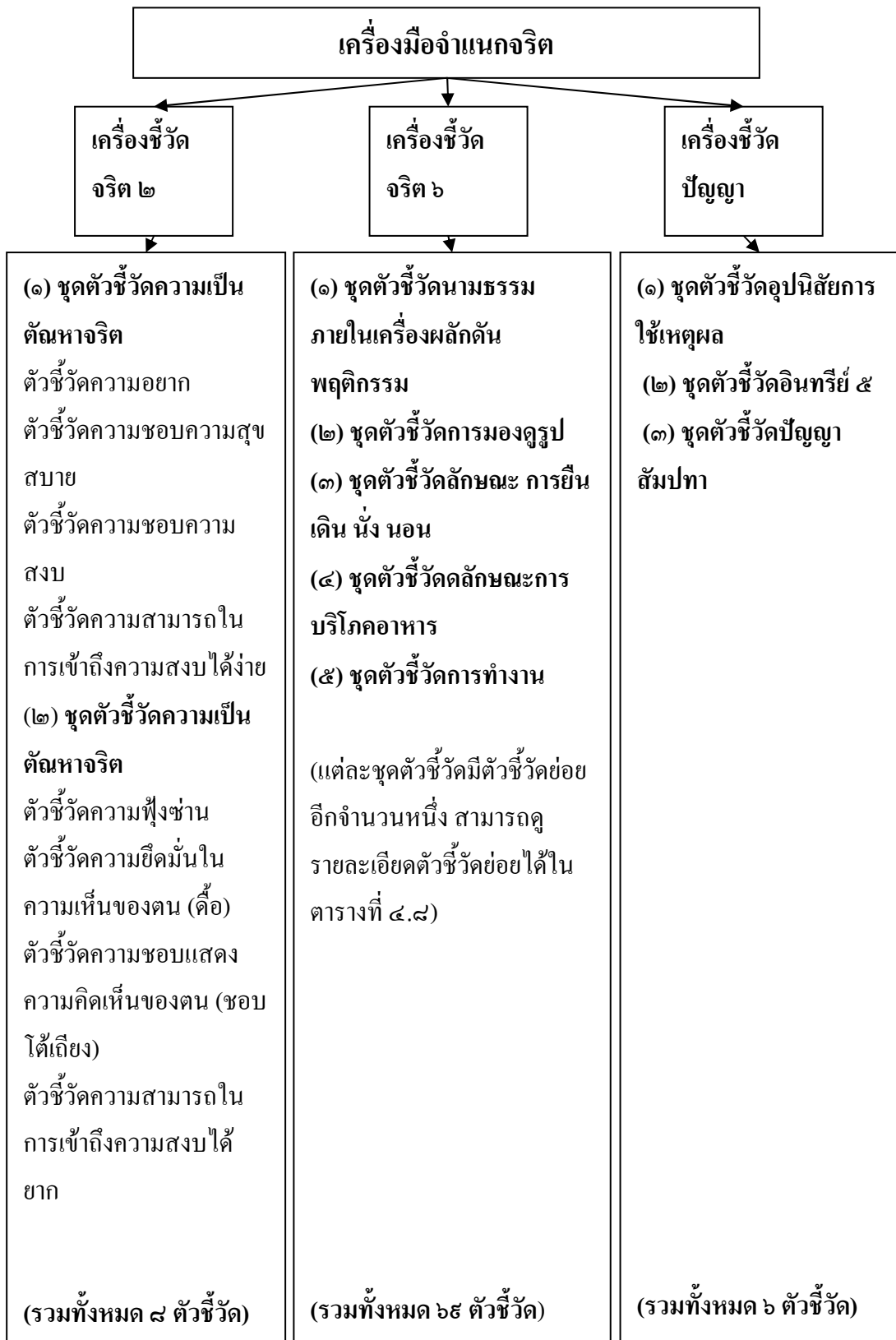


ภาพที่ ๔.๖ แสดงแหล่งอ้างอิงในการสร้างแบบจำลองการจำแนกจริต หลังปรับปรุง

#### ๔.๕.๒ โครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน

เครื่องมือจำแนกจริตนี้เป็นชุดเครื่องมือที่ประกอบไปด้วยเครื่องชี้วัด ๓ ชุด คือ “เครื่องชี้วัดจริต ๒” “เครื่องชี้วัดปัญญา” และ “เครื่องชี้วัดจริต ๖” ซึ่งประกอบไปด้วยชุดตัวชี้วัด และตัวชี้วัดย่อยในแต่ละหมวดรวมทั้งสิ้น ๘๓ ตัวชี้วัด ซึ่งใช้ทำงานร่วมกัน มีโครงสร้างดังภาพที่ ๔.๕ ซึ่งแสดง โครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต เครื่องชี้วัด ชุดตัวชี้วัด และตัวชี้วัดจริต

ภาพที่ ๔.๗ เป็นภาพที่แสดงชุดของเครื่องมือจำแนกจริตทั้งหมด ประกอบไปด้วยเครื่องชี้วัด ๓ ชุด คือเครื่องชี้วัดจริต ๒ เครื่องชี้วัดจริต ๖ และเครื่องชี้วัดปัญญา โดยแต่ละเครื่องชี้วัด ยังได้แบ่งย่อยเป็นชุดตัวชี้วัด และตัวชี้วัดย่อย ซึ่งรวมทั้งหมดจะมีตัวชี้วัดทั้งสิ้น  $๘+๖๕+๖ = ๘๓$  ตัวชี้วัด ซึ่ง ตัวชี้วัดทั้ง ๘๓ตัวนี้ จะถูกนำไปสร้างแบบประเมินเพื่อจำแนกจริตต่อไป โดยผู้วิจัยได้จัดทำตัวอย่างชุดคำถามซึ่งแตกออกจากตัวชี้วัด ๘๓ ตัวชี้วัด



ภาพที่ ๔.๗ แสดงโครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต เครื่องชี้วัด ชุดตัวชี้วัด และตัวชี้วัดจริต

### ๔.๕.๓ ประมวลเครื่องมือจำแนกจริต เครื่องชี้วัด ชุดเครื่องชี้วัด และตัวชี้วัด

หลังจากได้ทำการสัมภาษณ์และปรับปรุงเครื่องมือจำแนกจริตและปรับเปลี่ยนแบบจำลองเป็นภาพที่ ๔.๔ และโครงสร้างเป็นผังภาพที่ ๔.๕ แล้วผู้วิจัยขอจัดทำตารางสรุปเครื่องมือจำแนกจริต (ซึ่งประกอบด้วยเครื่องชี้วัด ชุดตัวชี้วัดและตัวชี้วัด) อีกครั้งเพื่อใช้ในการอ้างอิงและนำไปใช้ดังนี้

เครื่องชี้วัด	ชุดตัวชี้วัด	วัดเพื่อยืนยัน จริต	ตัวชี้วัด
เครื่องชี้วัด จริต ๒	ชุดตัวชี้วัด ความเป็น ตัณหาจริต	ตัณหาจริต	(๑)ตัวชี้วัดความอยาก  (๒)ตัวชี้วัดความชอบความสุขสบาย  (๓)ตัวชี้วัดความชอบความสงบ  (๔)ตัวชี้วัดความสามารถในการเข้าถึงความสงบ ได้ง่าย
	ชุดตัวชี้วัด ความ เป็นทวิจริต	ทวิจริต	(๕)ตัวชี้วัดความฟุ้งซ่าน  (๖)ตัวชี้วัดความยึดมั่นในความเห็นของตน (คือ)  (๗)ตัวชี้วัดความชอบแสดงความคิดเห็นของตน (ชอบโต้เถียง)  (๘)ตัวชี้วัดความสามารถในการเข้าถึงความสงบ ได้ยาก

ตารางที่ ๔.๕ สรุปเครื่องชี้วัดจริต ๒

เครื่องชีวิต	ชุดตัวชีวิต	วัดเพื่อยืนยัน ปัญหา	ตัวชีวิต
เครื่องชีวิต ปัญหา	(๑) ตัวชีวิต อุปนิสัยการ ใช้เหตุผล	ปัญญากลับ	(๕) ชอบใช้เหตุผลในการตัดสินใจ มากกว่าอารมณ์ – แสดงถึงความมีปัญญากลับ
		ปัญหาไม่ กลับ	(๑๐) มักตัดสินใจด้วยอารมณ์หรือความรู้สึก – แสดงถึงความมีปัญญาไม่กลับ
	(๒) ตัวชีวิต อินทรีย์ ๕	ปัญญากลับ	(๑๑) มีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญาดี
		ปัญหาไม่ กลับ	(๑๒) มีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญาอ่อน
	(๓) ตัวชีวิต ปัญญา สัมปทา	ปัญญากลับ	(๑๓) มีปัญญาสัมปทา มาก คือ รู้บาป บุญ คุณ โทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ และเข้าใจชีวิตนี้ ตามความเป็นจริง
		ปัญหาไม่ กลับ	(๑๔) ปัญญาสัมปทา น้อย คือ ไม่รู้บาป บุญ คุณ โทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ และไม่เข้าใจชีวิต นี้ตามความเป็นจริง

ตารางที่ ๔.๑๐ สรุปเครื่องชีวิตปัญหา

เครื่องชั่งวัด	ชุดตัวชั่งวัด	วัดเพื่อยืนยัน จริต	ตัวชั่งวัด	
เครื่องชั่งวัดจริต ๖	(๑)ชุดตัวชั่งวัด นามธรรมภายใน เครื่องผลัดคั้น พฤติกรรม	รากจริต	(๑๕) เสแสร้ง (มายา) (๑๖) มีเล่ห์เหลี่ยม (สาโดย)แ (๑๗) โอ้อวด (๑๘) ถ้อยคำ (มานะ)	(๑๙) ปราบปรามลามก (๒๐) มักมาก ไม่สันโดษ (๒๑) แข็งเอน (๒๒) ริษยา
เครื่องชั่งวัดจริต ๖	(๑)ชุดตัวชั่งวัด นามธรรมภายใน เครื่องผลัดคั้น พฤติกรรม	โทสจริต	(๒๓)ความโกรธ (๒๔)ความผูกโกรธ (๒๕) ความลบหลู่	(๒๖) ความดีเสมอ (๒๗) ความริษยา (๒๘) ความตระหนี่
เครื่องชั่งวัดจริต ๖	(๑)ชุดตัวชั่งวัด นามธรรมภายใน เครื่องผลัดคั้น พฤติกรรม	โมหจริต	(๒๙) ความหลอ่เชื่องซึม (๓๐) ความฟุ้งซ่าน (๓๑) ความรำคาญใจ	(๓๒) ความสงสัย (๓๓) ความหลงยึดถือมั่น ด้วยสำคัญผิด (๓๔)ความไม่ปล่อยวาง
เครื่องชั่งวัดจริต ๖	(๑)ชุดตัวชั่งวัด นามธรรมภายใน เครื่องผลัดคั้น พฤติกรรม	ศรัทธาจริต	(๓๕) ความเสียสละ (๓๖) ความเคียดขาด (๓๗) ความใคร่เห็นพระอริย เจ้าทั้งหลาย (๓๘) ความใคร่ฟังพระ สัทธรรม	(๓๙) ความมากไปด้วย ปราโมทย์ (๔๐) ความไม่โอ้อวด (๔๑) ไม่มีมารยา (๔๒) ความเลื่อมใส
เครื่องชั่งวัดจริต ๖	(๑)ชุดตัวชั่งวัด นามธรรมภายใน เครื่องผลัดคั้น พฤติกรรม	พุทฺธิจริต	(๔๓) เป็นผู้ว่าง่าย (๔๔) มีมิตรดี (๔๕) รู้จักประมาณในการ บริโภค (๔๖) ความมีสติสัมปชัญญะ	(๔๗) ความหมั่นประกอบ ความเพียร (๔๘) ความสังเวช (๔๙) มีความเพียรโดยแบบ กาย
เครื่องชั่งวัดจริต ๖	(๑)ชุดตัวชั่งวัด นามธรรมภายใน เครื่องผลัดคั้น พฤติกรรม	วิตกจริต	(๕๐) มากไปด้วยการพูด (๕๑) ยินดีในหมู่คณะ (๕๒) ไม่ยินดีในการภาวนา	(๕๓) มีการทำงานไม่แน่นอน (๕๔) กลางคืนเป็นควัน กลางวันเป็นไฟ (๕๕) ความคิดพละ่าน

ตารางที่ ๔.๑๑ เครื่องชั่งวัดจริต ๖-ชุดตัวชั่งวัด (๑)นามธรรมภายในเครื่องผลัดคั้นพฤติกรรม

เครื่องชั่งวัด	ชุดตัวชั่งวัด	วัดเพื่อยืนยัน จริต	ตัวชั่งวัด
เครื่องชั่งวัด จริต ๖	(๒)ชุด ตัวชั่งวัดการ มองดูรูป	ราคจริต/ ศรัทธาจริต	(๕๖) มองนาน (๕๗) มองหาข้อดี
		โทสจริต/ พุทธิจริต	(๕๘) มองไม่นาน (๕๙) มองเห็นข้อเสีย
		โมหจริต/ วิตกจริต	(๖๐) คล้อยตามคนอื่น

ตารางที่ ๔.๑๒ เครื่องชั่งวัดจริต ๖ –ชุดตัวชั่งวัด (๒) การมองดูรูป

เครื่องชั่งวัด	ชุดตัวชั่งวัด	วัดเพื่อยืนยัน จริต	ตัวชั่งวัด
เครื่องชั่งวัด จริต ๖	(๓) ชุด ตัวชั่งวัด ลักษณะ การ ยื่น เดิน นั่ง นอน	ราคจริต/ ศรัทธาจริต	(๖๑) การยื่นและนั่งมืออาการหวานตาน้ำเลื่อมใส (๖๒) การเดินยกเท้าเร็ว ก้าวสม่ำเสมอ สง่างามเดิน เรียบร้อย วางเท้าสม่ำเสมอ รอยเท้าเว้ากลาง (๖๓) การนอน เตรียมที่นอนเรียบร้อย ค่อย ๆ เอน กายลงนอน ถ้าถูกปลุกจะลุกทันทีและตอบแบบ ไม่เต็มใจ
		โทสจริต/ พุทธิจริต	(๖๔) การยื่นและนั่งมืออาการแข็งกระด้าง (๖๕) การเดินยกขากระดูก เขยิบลงผลุนผลัน กระแทกสั่นเดินเหมือนเอาปลายเท้าจุดดินไป เดิน เร็วรอยเท้าจิกปลายลง (๖๖) การนอน เตรียมที่นอนรีบร้อนรีบนอน เวลา หลับนำนิ้วคิ้วขมวด ถ้าถูกปลุกจะลุกทันทีทันใด และตอบแบบไม่พอใจ
		โมหจริต / วิตกจริต	(๖๗) การยื่นและนั่งมืออาการชุ่มซำม (๖๘) การเดินยกเท้าขึ้นและลงปิดไปปิดมาเดิน ส่ายยกและวางเหมือนคนสะดุ้งตกใจรอยเท้าหนัก ทางสั้น (๖๙) การนอน ไม่เตรียมที่นอนเรียบร้อย กลับแขน ขาต่าง ถ้าถูกปลุกจะบ่นพึมพำและใช้เวลาานานจึง ตอบ

ตารางที่ ๔.๑๓ เครื่องชั่งวัดจริต ๖ –ชุดตัวชั่งวัด (๓) ลักษณะ การ ยื่น เดิน นั่ง นอน



เครื่องชั่งวัด	ชุดตัวชั่งวัด	วัดเพื่อยืนยัน จริต	ตัวชั่งวัด
เครื่องชั่งวัด จริต ๖	(๔) ชุด ตัวชั่งวัด ลักษณะการ บริโภค อาหาร	ราคจริต/ ศรัทธาจริต	(๓๐) ทานอาหารเรียบร้อย (๓๑) พอใจในรสแม้ไม่อร่อย (๓๒) ชอบอาหารที่มีรสหวานจัด
		โทสจริต/ พุทธิจริต	(๓๓) ทานอาหารไม่เรียบร้อย คำโต (๓๔) ถ้าไม่อร่อยจะไม่พอใจ (๓๕) ชอบอาหารที่ไม่ปราณีต มีรสเปรี้ยว
		โมหจริต/ วิตกจริต	(๓๖) ทานอาหารไม่เรียบร้อย คำเล็ก เลอะเทอะไม่ สำรวม (๓๗) ไม่ชอบรสอะไรที่แน่นอน

ตารางที่ ๔.๑๔ เครื่องชั่งวัดจริต ๖ ชุดตัวชั่งวัด (๔) ลักษณะการบริโภคอาหาร

เครื่องชั่งวัด	ชุดตัวชั่งวัด	วัดเพื่อยืนยัน จริต	ตัวชั่งวัด
เครื่องชั่งวัด จริต ๖	(๕) ชุด ตัวชั่งวัดการ ทำงาน	ราคจริต/ ศรัทธาจริต	(๗๘) ทำงานอย่างละเอียดลออเรียบร้อย สม่ำเสมอ ตั้งใจ  (๗๙) การกวาดจับไม้กวาดพอดี ไม่รีบร้อน กวาด สะอาดเรียบร้อย
		โทสจริต/ พุทธิจริต	(๘๐) ทำงานอย่าเคร่งเครียด เข้มแข็ง แต่ไม่ สม่ำเสมอ  (๘๑) การกวาดเร่งรีบ รวดเร็ว กวาดเสียงดัง สะอาด แต่ไม่เรียบร้อยสม่ำเสมอ
		โมหจริต/ วิตกจริต	(๘๒) ทำงานมักทำไม่ละเอียดลออ งุ่มง่าม ไม่ สม่ำเสมอและไม่มีกฎเกณฑ์  (๘๓) การกวาดเชื่องช้า ไม่สะอาด ไม่เรียบร้อย สม่ำเสมอ

ตารางที่ ๔.๑๕ เครื่องชั่งวัดจริต ๖ ชุดตัวชั่งวัด (๕) ลักษณะการบริโภคอาหาร

ตารางที่ ๔.๕-๔.๑๕ เป็นการสรุปเครื่องมือจำแนกจริต ประกอบด้วยเครื่องชั่งวัด ชุดตัวชั่งวัด และตัวชั่งวัด และตัวชั่งวัดต่างๆของเครื่องมือจำแนกจริตนี้ จะต้องนำไปใช้ควบคู่กับภาพที่ ๔.๔ ซึ่งจะรวมกันเป็นเครื่องมือจำแนกจริตซึ่งสามารถจำแนกผู้ที่ต้องการทราบว่าตนเองมีจริต ๒ จริต ๖ และปัญญา เป็นอย่างไร เหมาะสมกับการเจริญสติปัญญานหมวดใด และหากจะทำสมถกรรมฐานให้เหมาะกับจริต ๖ ควรเลือกกรรมฐานอะไร (ดูตารางการเลือกสมถกรรมฐานที่ตารางดังต่อไปนี้

จริต	พระสารีบุตร (พระไตรปิฎก)	วิมุตติมรรค	วิสุทธีมรรค
รากจริต	อสุกกรรมฐาน	อสุกสัญญา ๑๐ และ กายคตาสติ ไม่ควรเจริญ อัปมัณญา ๔	อสุกสัญญา ๑๐ และ กายคตาสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
โทสจริต	เมตตา	ผู้มีอินทรีย์อ่อนควรเจริญ อัปมัณญา ๔ หรือวันณ กสิณ ผู้มีอินทรีย์แก่ควร ฝึกอรุปกรรมฐาน แต่ไม่ ควรเจริญอสุกสัญญา ๑๐	พรหมวิหาร ๔ และ วันณกสิณ ๔ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
โมหจริต	การเรียนรู้ ไต่ถาม ฟัง ธรรมตามกาล การ สนทนาธรรมตามกาล การอยู่ร่วมกับครู	ควรทำการศึกษาพระ ธรรม ฟังธรรมตามกาล ควรอยู่กับอาจารย์(หากมี ปัญหาแล้ว)ควรฝึกมรณ สติ และ จตุรตควัฏฐาน	อานาปานสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
สัทธาจริต	อนุสสติ ๔ พุทธานุสส ติ ธรรมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสส ติ	อนุสสติ ๖ (เพิ่ม จากอนุสสติ และเทวดา นุสสติ)	อนุสสติ ๖ (เพิ่ม จากอนุสสติ และ เทวดานุสสติ) (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
ญาณจริต/พุทธิจริต	นิมิตแห่งวิปัสสนา มี อาการไม่เที่ยง เป็น ทุกข์ เป็นอนัตตา	จตุรตควัฏฐาน อาหาร ปฏิกูลสัญญา มรณสติ และ อุปสมานุส สติ	จตุรตควัฏฐาน อา หารปฏิกูลสัญญา มรณสติ และอุป สมานุสสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
วิตกจริต	อานาปานสติ	อานาปานสติ	อานาปานสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)

ตารางที่ ๔.๑๖ คำแนะนำในการเลือกกรรมฐานสำหรับจริต ๖

## ๔.๖ แบบทดสอบเครื่องมือจำแนกจริต

### ๔.๖.๑ การพัฒนาแบบทดสอบจากตัวชีวิต

หลังจากที่ได้แบบจำลองและดัชนีแล้ว ในหัวข้อนี้ ผู้วิจัยจะดำเนินการสร้างแบบทดสอบเพื่อการจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา ในเบื้องต้น โดยใช้ตัวชีวิตทั้ง ๘๓ ตัวชีวิต ไปสร้างแบบทดสอบเพื่อการจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา

จากตารางที่ ๔.๕ ผู้วิจัยใช้ตัวชีวิต ๘๓ ตัวชีวิตมาสร้างแบบทดสอบจำนวน ๖๔ ข้อ เพื่อใช้เป็นเครื่องมือวัดจริตสำหรับการเจริญสติปัญญา โดยแบบทดสอบแบ่งเป็น ๓ ตอนคือ

(๑) เครื่องชีวิตจริต ๒ เป็นการวัดว่ามีจริต ๒ อย่างไร ในแบบทดสอบข้อ ๑- ๘

(๒) เครื่องชีวิตปัญญา เป็นการวัดว่ามีความแก่กล้าของปัญญาอย่างไร ในแบบทดสอบข้อ ๙- ๑๔

(๓) เครื่องชีวิตจริต ๖ เป็นการวัดว่ามีจริต ๖ อย่างไร ในแบบทดสอบข้อ ๑๕- ๖๔

เครื่องชีวิตจริต ๖ ชุดนี้มี ๒ ตอนคือ

ตอนที่ ๑ ข้อ ๑๕ – ๕๕ ใช้ตัวชีวิตข้อ ๑๕ – ๕๕

ตอนที่ ๒ ข้อ ๕๖ – ๖๔ ผู้วิจัยได้จัดทำแบบทดสอบโดยนำตัวชีวิตมาจากข้อ ๕๖- ๘๓ ทำการประมวลเป็นคำถามที่มี ๓ ตัวเลือกครอบคลุมตัวชีวิตทุกข้อแล้ว

แนวทางการนำไปใช้ สำหรับข้อ ๑-๕๕ ให้นำไปใช้ได้เลย โดยให้คะแนนมากที่สุดเป็น ๕ ลดหลั่นลงไป น้อยที่สุด เป็น ๑ ถ้าค่าเฉลี่ยมากกว่า ๓ ให้ถือว่ายืนยันตามสมมติฐานแต่ละหมวด

ส่วนข้อ ๕๖ – ๖๓ ให้ทำเป็น ๓ ตัวเลือกคือ ก. ข. ค. โดยหากผู้ตอบเลือก ก.มากที่สุดถือว่ามีแนวโน้มเป็นราคะจริต/ศรัทธาจริต หากผู้ตอบเลือก ข.มากที่สุดถือว่ามีแนวโน้มเป็นโทสะจริต/พุทธิจริต หากผู้ตอบเลือก ค.มากที่สุดถือว่ามีแนวโน้มเป็นโมหะจริต/วิคกจริต

ตารางที่ ๔.๑๗ แบบทดสอบเครื่องมือจำแนกจริต

ข้อ ที่	ตัวอย่างชุดคำถามวัดความเป็นตัณหาจริต	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มาก ที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๑	ท่านสังเกตได้ว่า ท่านมีความอยากมาก การดำเนินชีวิต มักมีความอยากเป็นเครื่องผลักดัน					
๒	ท่านชอบความสุข ชอบความสบาย					
๓	ท่านชอบความสงบ					
๔	ท่านสามารถเข้าถึงความสงบได้ง่าย สามารถฝึกกรรมฐานแล้วสงบได้ง่าย					

ข้อ ที่	ตัวอย่างชุดคำถามวัดความเป็นทิฏฐิจริต	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มาก ที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๕	ท่านมีความคิดความเห็นมาก ฟุ้งซ่านได้ง่าย					
๖	ท่านมักยึดมั่นในความเห็นของตน ชอบหรือพอใจที่ได้ทำตามความเห็นของตนแม้จะมีผู้ทัดทานบ้าง					
๗	ท่านชอบแสดงความคิดเห็นของตนให้ผู้อื่นทราบ					
๘	ในการเจริญกรรมฐานท่านทำความสงบได้ยาก สงบได้ไม่นาน มักฟุ้งซ่าน					

ข้อ ที่	ตัวอย่างชุดคำถามวัดปัญญา	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มาก ที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๕	ท่านชอบใช้เหตุผล ใ้ใครตรวจสอบข้อมูล ก่อนการตัดสินใจ					
๑๐	ท่านมักตัดสินใจเลือกซื้อบ้าน หรือรถยนต์ ด้วยความรู้สึก หรือญาณสังหรณ์					
๑๑	ท่านมีศรัทธาในพระพุทธศาสนาแรงกล้า หมั่นเจริญกรรมฐานอย่างสม่ำเสมอ และสามารถทำใจได้อย่างรวดเร็วเมื่อมีการพลัดพรากสูญเสีย					
๑๒	ท่านดำรงชีวิตอยู่อย่างค่อนข้างห่างวัด ไม่ได้เจริญกรรมฐานเป็นประจำ เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจท่านหาทางออกด้วยการพักผ่อนหย่อนใจ หรือหาเพื่อนคุยมากกว่าการไปวัด					
๑๓	ท่านเชื่อว่าการทำบุญและการทำบาปเป็นสิ่งที่สามารถส่งผลต่อสุขทุกข์ในชีวิตได้อย่างมาก แต่กระนั้นเอง ชีวิตก็เป็นของไม่แน่นอนเสมอ					
๑๔	ท่านคิดว่าระบบการปกครองของคนยุคก่อนต้องการให้คนได้การปกครองทำตัวดีจึงสร้างระบบความคิดเรื่องนรก-สวรรค์ขึ้นมาช่วยให้ปกครองง่าย					

ข้อที่	ตัวอย่างชุดคำถามวัดจิต ๖ ส่วนการทดสอบเพื่อยืนยันความเป็นโรคจิต	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มากที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๑๕	เมื่อท่านอยากได้อะไรบางอย่าง บางครั้งท่านไม่บอก ตรงๆ แต่ใช้วิธีการพูดเลียบเคียง หรือใช้กลยุทธ์อื่นๆ เพื่อให้ได้ตามความประสงค์					
๑๖	เมื่อท่านต้องนำเสนอ ท่านมักพูดเฉพาะสิ่งดี ไม่ จำเป็นต้องพูดความจริงให้หมดทุกแง่มุม					
๑๗	เมื่อเข้าสู่สังคมท่านมักสบายใจในการแต่งตัวให้ดู ภูมิฐาน น่าเชื่อถือ และพิถีพิถันในการแต่งกายเสมอ					
๑๘	ท่านรู้สึกว่าจะหากมีการแบ่งแยกขอบเขตสถานที่ให้ ชัดเจนเช่นห้องอาหารสำหรับนายทหารสัญญาบัตร ชั้นผู้ใหญ่ อยู่แยกกับห้องอาหารของทหารประทวน เป็นต้น เป็นสิ่งที่ดีงามเหมาะสมในสังคม					
๑๙	ลึกลงไปแล้วท่านให้ความสนใจกับเพศตรงข้ามเสมอๆ การได้คุย ได้เห็นหน้าเพศตรงข้ามที่มีหน้าตาดี หุ่นดี มักนำความกระปรี้กระเปร่าสดชื่นมาให้					
๒๐	ท่านมักจะมีเครื่องแต่งกายและเครื่องประดับ เช่น รองเท้า นาฬิกา แหวน เข็มขัด สร้อยคอ มากกว่า ๑- ๒ ชิ้น					
๒๑	มีบางครั้งที่ท่านแอบน้อยใจ หรืออนเมื่อท่านไม่ได้ ได้รับความสนใจจากเพื่อนฝูงหรือคนในครอบครัว					
๒๒	หากมีเพื่อนร่วมงานที่ความรู้ความสามารถและ อาวุโสน้อยกว่าท่าน แต่กลับได้รับการเลื่อน ตำแหน่งก่อนท่าน อาจทำให้ท่านรู้สึกขุ่นใจอยู่ลึกลงๆ					

ข้อที่	ตัวอย่างชุดคำถามวัดจิต ๖ ส่วนการทดสอบเพื่อยืนยันความเป็นโทสจริต	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มากที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๒๓	เมื่อท่านกำลังเข้าคิวเพื่อซื้ออาหารกลางวัน หากมีคนมาแทรกคิวโดยไม่มีมารยาทท่านมักจะรู้สึกขัดใจ					
๒๔	ใครทำให้ท่านโกรธแค้น ท่านมักจำเรื่องราว หรือบุคคลไว้นานทีเดียว เมื่อคิดถึงเรื่องนี้ขึ้นมาเมื่อไหร่ ก็มักอารมณ์ไม่ดีขึ้นมาทันที					
๒๕	ในใจลึกๆท่านคิดว่านายของท่านเขาก็ไม่ค่อยมีฝีมือสักเท่าไร ถ้าท่านได้ตำแหน่งนั้นล่ะก็ท่านทำได้ดีกว่าแน่นอน					
๒๖	ท่านกับพี่ชายพี่สาวของท่านใช้สรรพนามเรียกกันเหมือนเพื่อน ไม่มีคำว่า “พี่”					
๒๗	ท่านหมั่นใส่เพื่อนร่วมงานที่ชอบอวดร่ำอวดรวย ด้วยการใช้รถยนต์ยี่ห้อหรู ของใช้แบรนด์เนม					
๒๘	ปกติท่านมักใช้จ่ายอย่างระมัดระวัง รู้คุณค่าของเงินไม่ค่อยได้ชวนเพื่อนฝูงไปทานเลี้ยงโดยท่านออกเงินคนเดียวบ่อยนัก					



ข้อที่	ตัวอย่างชุดคำถามวัดจิต ๖ ส่วนการทดสอบเพื่อยืนยันความเป็นโมหจริต	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มากที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๒๕	ท่านเป็นคนง่วงบ่อยๆ โดยเฉพาะช่วงบ่าย ถ้าจะขับรถ นั่งรถ หรือเข้าฟังบรรยาย อาจทำให้ง่วงมากหรือหลับในได้					
๓๐	ถ้าท่านมีเรื่องที่จะต้องตัดสินใจท่านมักคิดทบทวน ข้อมูลกลับไปกลับมาหลายรอบ					
๓๑	ปกติในหัวของท่านจะมีเรื่อง โน่นเรื่องนี้มากมายจน บางครั้งทำให้อนหลับยาก					
๓๒	ท่านมักสงสัย และตั้งคำถามสิ่งที่จะต้องตัดสินใจอยู่เสมอ จนบางครั้งท่านก็ลังเลที่จะเลือกเอาทางใดทางหนึ่ง					
๓๓	ท่านคิดว่าท่านมีความสำคัญมากต่อองค์กรหรือ แม้แต่ในครอบครัว หากไม่มีท่าน เหตุการณ์อาจแย่ลงอย่างแน่นอน					
๓๔	เมื่อท่านตัดสินใจทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งไปแล้ว ท่านก็มักย้อนกลับมาคิดเสียดยว่า ท่านไม่น่าตัดสินใจแบบนั้นไปเลย และอยากย้อนเวลากลับคืนมาใหม่อีกครั้งหนึ่ง หรือไม่ก็พยายามที่จะทำอะไรเพื่อชดเชยความผิดพลาดนั้นให้ได้					

ข้อที่	ตัวอย่างชุดคำถามวัดจิต ๖ ส่วนการทดสอบเพื่อยืนยันความเป็นศรัทธาจิต	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มากที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๓๕	หากท่านเห็นว่าสิ่งใดเป็นสิ่งที่ดีงามแล้ว ท่านพร้อมที่จะเสียสละแรงกาย แรงใจ หรือทุนทรัพย์เพื่อช่วยเหลืองานนั้น					
๓๖	เมื่อท่านตัดสินใจทำงานชิ้นหนึ่งขึ้นใจแล้วท่านมักไม่ยอมล้มเลิกกลางคัน และจะทำจนถึงที่สุดเท่าที่จะทำได้					
๓๗	ท่านมีความปรารถนาอยากพบพระภิกษุผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบอยู่เสมอ หรืออย่างน้อยก็อยากได้กราบไหว้สักการะบูชาพุทธสถานเนื่องๆ					
๓๘	ท่านสนใจฟังธรรม สนใจอ่านหนังสือธรรมะ และอยากพบปะพูดคุยสนทนาธรรมกับบัณฑิตเสมอๆ					
๓๙	เมื่อท่านได้ทำบุญใหญ่ หรือได้พบครูบาอาจารย์องค์สำคัญ และได้ร่วมบุญกับท่าน ท่านมักมีปีติ สบาย ออกสบายใจ					
๔๐	แม้จะมีความภูมิใจในความประพฤติของตนแต่ท่านมักพอใจที่จะเก็บไว้เสียๆ ถ้าไม่มีใครถามท่านก็จะไม่พูดถึงความดีงามของตน					
๔๑	ท่านมักเป็นคนตรง พูดและทำอย่างที่คิดเสมอ ไม่ชอบใช้เล่ห์เหลี่ยมใดๆ					
๔๒	ท่านเลื่อมใสในคุณแห่งพระพุทธเจ้า คุณแห่งพระสังฆธรรม และคุณแห่งพระอริยสงฆ์ และคุณของพระโพธิสัตว์ เมื่อได้ฟังเรื่องราวคุณงามความดีของท่านเหล่านั้น บางครั้งก็จะเกิดปีติจนน้ำตาคลอ					

ข้อ ที่	ตัวอย่างชุดคำถามวัดจิต ๖  ส่วนการทดสอบเพื่อยืนยันความเป็นพุทธจริต	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มาก ที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๔๓	ตอนเด็ก ๆ ท่านเป็นผู้ว่านอนสอนง่าย รับฟังเหตุผล ของผู้ใหญ่ และปฏิบัติตามกฎเสมอๆ					
๔๔	มิตรสหายของท่านส่วนมากเป็นผู้ประกอบ สัมมาอาชีพะ และเป็นผู้ที่ตั้งอยู่ในศีลธรรมอันดีงาม					
๔๕	ท่านรักษาและควบคุมน้ำหนักให้คงที่ได้ดี และรู้จัก การรับประทานอาหารอย่างเรียบง่ายไม่ฟุ้งเฟ้อเกินควร					
๔๖	โดยปกติท่านเป็นคนมีสติสัมปชัญญะเสมอ ไม่ หลงลืมอะไรบ่อยๆ เช่น ไม่ค่อยลืมถือคบ้าน ล้อครด ทำกุญแจหาย ทำกระเป๋าถือหาย และไม่ลืมนัดหมาย					
๔๗	ท่านมีความขยันขันแข็งรับผิดชอบงานในหน้าที่ไม่ บกพร่อง และหากท่านสนใจในการภาวนาแล้วท่าน มักปฏิบัติภาวนาเป็นประจำทุกวัน					
๔๘	เมื่อท่านไปงานศพ ท่านมักเกิดความสลดสังเวช ว่า ชีวิตคนเราไม่แน่นอน เป็นของน้อย ไม่ยั่งยืน ร่างกาย และทรัพย์สินทั้งหลาย ไม่มีแก่นสารสาระอะไร ควรรีบ หมั่นสร้างบุญกุศล ละเว้นจากบาปทั้งปวง และรีบ เจริญภาวนาเสียที					
๔๙	ท่านเป็นผู้ที่หมั่นประกอบคุณงามความดี และเจริญ ภาวนาได้อย่างสม่ำเสมอ					

ข้อที่	ตัวอย่างชุดคำถามวัดจิต ๖ ส่วนการทดสอบเพื่อยืนยันความเป็นจิตจริต	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มากที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๕๐	ท่านชอบการสนทนา ทั้งการสนทนาในกลุ่มเพื่อน ฝูงการ โทรศัพท์เพื่อพูดคุย รวมทั้งการสนทนาผ่าน เว็บบอร์ดหรือสื่ออิเล็กทรอนิกส์					
๕๑	ท่านมีเพื่อนฝูงจำนวนมาก ไปงานเลี้ยงรุ่นเป็น ประจำทุกปีไม่ค่อยขาด ท่านชอบคบไปมาหาสู่ ใน หมู่ญาติมิตรเสมอๆ					
๕๒	โดยปกติท่านทำความสงบได้ยาก เวลาไปภาวนามาก มีเรื่องฟุ้งซ่านรบกวนเสมอไม่ค่อยสงบง่ายๆ					
๕๓	กิจวัตรประจำวันท่านมักไม่แน่นอน เปลี่ยนแปลง ไปเสมอๆ ท่านปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ได้ดี					
๕๔	ช่วงกลางคืนท่านมักคิดวางแผนหรือคิดทบทวนสิ่ง ที่ทำไป ส่วนในช่วงกลางวันท่านมีภารกิจวุ่นวาย ตลอดทั้งวัน					
๕๕	ท่านมักควบคุมความคิดไม่ค่อยได้ ในหัวสมองท่าน มักผูกเรื่องโน้นเรื่องนี้อยู่ตลอดเวลา					

ข้อ ๕๖ – ๖๔ ผู้วิจัยได้จัดทำแบบทดสอบโดยนำตัวชี้วัดมาจากข้อ ๕๖- ๕๗ ในตารางที่ ๔.๘ ทำการสรุปตัวชี้วัดต่างๆของจริต ๖ โดยแบ่งเป็นการให้เลือกตอบ ๓ ข้อย่อย ซึ่งครอบคลุมทุกตัวชี้วัดในชุดการชี้วัดจริต ๖ เรียบร้อยแล้ว

ข้อที่	ตัวอย่างชุดคำถามวัดจริต ๖ ส่วนการทดสอบแยกเป็น ๓ กลุ่ม จริต	รากจริต / ศรัทธาจริต (ก)	โทสจริต/พุทธิ จริต (ข)	โมหจริต/ วิตกจริต (ค)
๕๖	เมื่อท่านไปงานมอเตอร์โชว์และพบกับรถรุ่นใหม่เพิ่งเปิดตัวท่านจะ	อยู่ดูนานหน่อย เปิดดูภายในเก่ง ดูหน้าปัด เปิดดู เครื่องค้นหา และสอบถาม ข้อดีที่เหนือรุ่น เก่า	ดูอย่างรวดเร็ว และคิดว่ารล ออกใหม่ ๆ ส่วนใหญ่ยังมี ข้อบกพร่อง รอ ให้รถรุ่นนี้ขาย ไปซักระยะ ก่อนดีกว่า	แล้วแต่เพื่อนที่ ไปด้วย ถ้าเขา อยู่ดูนานก็ดูไป กับเขา ถ้าเขาจะ ไปเร็วๆ ก็ ตามใจเขา
๕๗	ในอิริยาบถยืนและนั่งของท่าน	ยืนอกผายไหล่ ผึ่ง นั่งหลัง ตรงสง่าผ่าเผย เป็นส่วนมาก	ยืนตามสบาย นั่งตามสบายไม่ ค่อยมีพิริตรอง มากนัก	เก๋ๆกึ่งๆหากอยู่ ในพิธีใหญ่ๆ หากอยู่ส่วนตัว มักไม่ค่อยระวัง ชอบนั่งทับโน่น นี่อยู่บ่อยๆ
๕๘	การเดินของท่าน	ยกเท้าก้าวเร็ว สม่ำเสมอ เดิน เรียบร้อย ไม่ ค่อยสะดุด สิ่งของ	เดินเร็วกว่าคน อื่นๆ ต้องคอย หยุดรอเพื่อน รองเท้าถ้าใช้ไป นานๆส่วน ปลายเท้า จะ เป็นรอยบวมและ ส้นจะสึกมาก	เดินช้า ๆ สบายๆ มักไม่ รีบร้อน มี บางครั้งที่เดิน สะดุด หรือ เผลอไปเหยียบ อุจจาระสุนัข โดยไม่ได้ตั้งใจ

ข้อที่	ตัวอย่างชุดคำถามวัดจิต ๖ ส่วนการทดสอบแยกเป็น ๓ กลุ่ม จิต	รากจิต / ศรัทธาจิต (ก)	โทสจิต/พุทธิ จิต (ข)	โมหจิต/ วิตกจิต (ค)
๕๕	การนอนของท่าน	ที่นอนเป็น ระเบียบ เรียบร้อยเสมอ ปลุกให้ลุกง่าย	ที่นอนไม่ค่อย เป็นระเบียบนัก ปลุกให้ลุกง่าย แต่มักหงุดหงิด ถ้าถูกรบกวน ระหว่างหลับ	ที่นอนไม่ค่อย เป็นระเบียบนัก นอนคั่นมาก และหากมีธุระ สำคัญแต่เช้า อาจต้องตั้ง นาฬิกาปลุกซัก สองเรือน
๖๐	การรับประทานอาหาร	ทานเรียบร้อย ค่อย ๆ ทาน	ชอบทาน อาหารคำโตๆ	ทำหกหล่นอยู่ บ่อยครั้ง
๖๑	เมื่อได้อาหารที่รสชาติจัดจืดไม่ค่อย ได้เรื่องนัก	ขอให้สะอาด มี คุณค่าทาง โภชนาการที่ พอแล้ว	แม่ครัวอยู่ ไหน?/ มี น้ำปลาพริก ไหม? เอามา ด่วนเลย	เพื่อนว่าไงก็ว่า ตามกัน
๖๒	เมนูไหนที่น่าสนใจที่สุด	พิชซ่าร้อนๆ / ลาซานญา/ต่อ ด้วยทับทิม กรอบน้ำกะทิ หรือไอศกรีม สเวนเช่น ขนาด เอิร์ทเควก	ส้มตำแซ่บๆ / ต้มยำ/ต้มโคล้ง/ ยำเปรี้ยวๆ เผ็ดๆ/ตามด้วย มะม่วงเปรี้ยว จิ้ม น้ำปลา หวาน	อะไรๆก็ดี ทั้งนั้น ขอให้ กินฟรีและยก ชโยงไปได้ทั้ง ก๊วน

ข้อที่	ตัวอย่างชุดคำถามวัดจิต ๖ ส่วนการทดสอบแยกเป็น ๓ กลุ่ม จิต	รากจิต / ศรัทธาจิต	โทสจิต/พุทธิ จิต	โมหจิต/ วิตกจิต
๖๓	วันที่ท่านตัดสินใจว่าจะทำความ สะอาดบ้านครั้งใหญ่ ครั้งล่าสุดท่าน .....	ไม่รีบร้อนนัก ปิดกวาดเช็ดถู ให้สะอาด เรียบร้อยทุก ซอกทุกมุม จัด วางของเป็น หมวดหมู่ ดูเป็น ระเบียบ แล้ว ปลื้มใจ	ปิดกวาดหรือคัน อย่างรวดเร็ว โยนของไม่ใช้ ทิ้งๆไป กวาดถู อย่างขยันแข็ง แต่จัดวางของ อย่างไร ใครๆ เขาก็ว่าก็ยังดูรก อยู่ดี	ทำนานมาก ช่วงเก็บของ เก่าๆ ได้พบ ของเด็ดๆ เช่น จดหมายจาก แฟนครั้งมัธยม แต่บ้านไม่ค่อย สะอาดขึ้น เท่าไรนัก

#### ๔.๖.๒ การหาความเที่ยงตรง(Validity) ของแบบทดสอบ

ในงานวิจัย เครื่องมือที่ใช้รวบรวมข้อมูลต้องมีความเที่ยงตรงและสมบูรณ์ เครื่องมือต้องมีคุณภาพ โดยผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือก่อน เพื่อให้มีความตรง ความเที่ยง ในงานวิจัยนี้จะใช้กระบวนการหาความเที่ยงตรงด้วยวิธีการ ๒ ประการร่วมกันคือ

(๑) วิธีที่ไม่ใช้สถิติ ใช้การตรวจสอบความครอบคลุมของข้อคำถาม ภาษาที่ใช้เขียน หรือภาษาที่พูด

(๑.๑) การตรวจสอบความครอบคลุมของเนื้อหา โดยใช้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน ๔ ท่าน ประกอบไปด้วยผู้ทรงคุณวุฒิด้านพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระราชสิทธิมุนี (วิ.) พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร ดร.ประพันธ์ ศุภษร และ ดร.นพ.ปณวัศส์ กิตติมานนท์

(๑.๒) ตรวจสอบความถูกต้องของภาษาความเข้าใจของผู้ตอบ ให้ผู้ที่มีคุณสมบัติเหมือนผู้เป็นประชากรหรือผู้ที่ต้องตอบคำถามประมาณ ๒-๓ คน ว่าเข้าใจตรงกันหรือไม่เพียงไร มีความรื่นไหลเพียงใดในการตอบคำถาม ในที่นี้จะใช้กลุ่มผู้ปฏิบัติธรรมปกติ ซึ่งไม่จำเป็นต้องเป็นผู้เชี่ยวชาญในด้านพระพุทธศาสนา ได้แก่ ดร.พูนสุข มาศรีงสรรค์ และคุณนฤดี กองสุวรรณ

(๒) วิธีที่ใช้สถิติความตรงเชิงเนื้อหา ใช้ผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนา ตรวจสอบความสอดคล้องแล้วนำผลการตรวจสอบมาคำนวณหาค่าความสอดคล้องระหว่าง ข้อคำถามกับ วัตถุประสงค์หรือนิยาม (IOC: Item Objective Conguence Index)

การหาค่าความสอดคล้องแบบ IOC การหาค่าความตรงเชิงเนื้อหา โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบข้อคำถาม ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญ ด้านเนื้อหาคือเรื่องจริงและสติปัญญาในพระพุทธศาสนา ด้านวัดผลประเมินผลหรือด้านวิจัยและด้านภาษา เพื่อพิจารณาด้านภาษาที่ใช้ในข้อคำถาม จำนวนผู้เชี่ยวชาญอย่างน้อย ๒-๓ คน โดยผู้วิจัยกำหนดให้มีคุณสมบัติด้านคุณวุฒิที่จบปริญญาเอกด้านพระพุทธศาสนา และทำการชี้แจงวัตถุประสงค์ที่จะให้เปรียบเทียบ การพิจารณาใน ๓ ประเด็น คือ เหมาะสม ไม่เหมาะสม และไม่แน่ใจ โดยพิจารณาข้อคำถามนั้นๆ วัดได้ตรงหรือสอดคล้องกับตัวชี้วัดหรือไม่ พร้อมกับมีช่องว่างให้กรอกคำเสนอทั้งในรายข้อ รายด้าน และรวมทั้งฉบับ ใช้วิธีการกำหนดเป็นคะแนน โดยมีหลักเกณฑ์การให้คะแนน IOC ดังนี้

(ก) ถ้าเห็นด้วย ให้ค่า = 1

(ข) ไม่เห็นด้วย ให้ค่า = -1

(ค) ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0

แบบทดสอบชุดนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการพัฒนา โดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้องโดยผู้เชี่ยวชาญ (Index of Item-Objective Congruence: IOC ) มีสูตรคำนวณดังนี้

$$IOC = \sum R / N$$

โดยที่

IOC = Index of Item-Objective Congruence (ค่าดัชนีความสอดคล้องโดยผู้เชี่ยวชาญ)

โดยกำหนดให้ค่า  $IOC \geq 0.5$

$\sum R$  = ผลรวมคะแนนจากผู้เชี่ยวชาญ

$N$  = จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

ในงานวิจัยนี้ผู้เชี่ยวชาญ ประกอบไปด้วยผู้ทรงคุณวุฒิด้านพระพุทธศาสนาจำนวน ๔ ท่าน ได้แก่ พระราชสิทธิมุนี (วิ.) พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร ดร.ประพันธ์ สุขภร และ ดร.นพ. ปุณสวัสดิ์ กิตติมานนท์



เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วยให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๑)ตัวชี้วัด ความอยาก	ท่านสังเกตได้ว่า ท่านมีความ อยากมาก การดำเนินชีวิต มัก มีความอยากเป็นเครื่อง ผลักดัน				
(๒)ตัวชี้วัด ความชอบ ความสุข สบาย	ท่านชอบความสุข ชอบความ สบาย				
(๓)ตัวชี้วัด ความชอบ ความสงบ	ท่านชอบความสงบ				
(๔)ตัวชี้วัด ความสามารถ ในการเข้าถึง ความสงบได้ ง่าย	ท่านสามารถเข้าถึงความสงบ ได้ง่าย สามารถฝึกกรรมฐาน แล้วสงบได้ง่าย				

ตารางที่ ๔.๑๓ ตัวอย่างตารางแบบประเมินความสอดคล้องระหว่างตัวชี้วัดกับคำถามใน  
แบบทดสอบสำหรับผู้เชี่ยวชาญ ๑ ท่าน

ผลจากการหาความเที่ยงตรง(Validity) ของแบบทดสอบ ด้วยเครื่องมือนี้ กับกลุ่มผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านพุทธศาสนา โดยเป็นผู้มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องจริงในพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้ผลการทดสอบเป็นค่าดัชนีความสอดคล้องโดยผู้เชี่ยวชาญ (Index of Item-Objective Congruence: IOC ) รวมทุกข้อเท่ากับ ๐.๘๖ จึงถือว่าแบบทดสอบนี้สามารถนำไปใช้งานได้ ส่วนข้อที่ได้คะแนน IOC ต่ำกว่า ๐.๕ ผู้วิจัยได้ดำเนินการปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญเป็นที่เรียบร้อย คูรายละเอียดการหาความเที่ยงตรงของแบบทดสอบ ได้ในภาคผนวก ๒ และ ๓

แบบทดสอบจริงที่ปรับปรุงตามกระบวนการแล้วเสร็จตามกระบวนการดังกล่าวข้างต้น ได้แสดงไว้ใน “ภาคผนวก ๑” ทำงานวิจัย ซึ่งเป็นเครื่องมือจำแนกจริงที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา ที่ผู้สนใจสามารถนำไปใช้ได้ทันที

#### ๔.๓ แนวทางการเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวันที่เหมาะสมกับแต่ละจริง

ในหัวข้อนี้จะเสนอแนวทางการเจริญสติในชีวิตประจำวันสำหรับบุคคลทั่วไปที่ได้ผ่านการจำแนกจริงด้วยเครื่องมือจำแนกจริงแล้วโดยขอประมวลองค์ความรู้จากบทที่ ๒ บทที่ ๓ และบทที่ ๔ มารวมกันเป็นข้อเสนอแนะสำหรับเป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการปฏิบัติธรรม

##### ๔.๓.๑ ความหมายและความสำคัญการเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวัน

การเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวัน หมายถึงการมีสติเนื่องๆ อยู่กับปัจจุบันขณะ ทุกอิริยาบถ ทุกการกระทำ ในชีวิตประจำวัน ซึ่งการเจริญสติปัญญา ในมหาสติปัญญาสูตรมีหลายหมวด ซึ่งสอดคล้องกับกิจวัตรได้ตลอดทั้งวัน ดังนั้นเมื่อพูดถึงการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัญญา สี่แล้ว จึงควรหมายถึงการเจริญสติปัญญาตลอดทั้งวัน มิใช่การเจริญกรรมฐานในช่วงเวลาเพียงวันละไม่กี่นาทีหรือไม่กี่ชั่วโมง ซึ่งหากผู้ที่สามารถหลอมรวมการปฏิบัติสติปัญญาเข้ากับชีวิตประจำวันได้แล้ว ย่อมเป็นผู้มีสติอยู่เนื่องนิจ หากเป็นดังนี้แล้วย่อมเป็นผู้ที่สามารถเข้าถึงมรรคผลนิพพานได้ภายใน ๗ ปี ตามที่ปรากฏใน มหาสติปัญญาสูตรนั่นเอง

##### ๔.๓.๒ ประเมินตนเอง

เนื่องจากสติปัญญา มีหลายหมวด แต่ละหมวดเหมาะกับคนแต่ละจริง และความแก่กล้าของปัญญา ดังนั้น ผู้ฝึกจึงต้องทดสอบประเมินตนเองก่อนว่าเป็นผู้มีต้นทางจริง หรือทิฏฐิจริง มีปัญญาแก่กล้าหรือไม่ แล้วจึงเลือกหมวดของสติปัญญาในการเริ่มต้น เพื่อให้เกิดความชำนาญในสติปัญญาหมวดที่เหมาะสมกับตนเอง นอกจากนั้น การเจริญสติปัญญาอาจต้องมีเวลาพักผ่อน

หรือผ่อนคลายบ้างซึ่งหากผู้ฝึกจะมีสมถกรรมฐานที่สอดคล้องกับจริต ๖ ของตนเองก็จะเป็นสิ่งที่ดี ดังนั้นผู้ฝึกจึงต้องประเมินตนเองด้านจริต ๖ และเลือกสมถกรรมฐานไว้เป็นเครื่องพักผ่อนคลายบ้าง

#### ๔.๗.๓ เลือกสติปัฏฐานหมวดที่เข้ากันได้กับจริต

ในการเลือกหมวดที่เข้ากับจริตในบางหมวดเช่นกายนุปัสสนา อาจมีหมวดย่อยอีกหลายหมวด อาจต้องอาศัยผลของการประเมินจริต ๖ ควบคู่กันไปด้วย เช่นหากเป็นวิตกจริตอาจใช้หมวดอานาปานสติ หากเป็นราคะจริตอาจเลือกใช้หมวดปฏิกุลมนสิการ เป็นต้น เมื่อได้หมวดย่อยสติปัฏฐานแล้วก็ห้มั่นเจริญกรรมฐานในหมวดที่ตนเลือกเนื่องๆ

#### ๔.๗.๔ เลือกสมถกรรมฐานประจำตัว

ในการเจริญสติปัฏฐาน บางครั้งอาจต้องพักผ่อน หรือหย่อนใจให้เกิดความผ่อนคลายบ้าง ซึ่งการเจริญสมถกรรมฐานเป็นวิธีการพักผ่อนที่ดีสำหรับนักปฏิบัติ ดังนั้นจึงควรเลือกสมถกรรมฐานที่เหมาะสมกับตนเองไว้สัก ๑ ประการ และใช้เวลาว่างจากภารกิจหน้าที่การงาน มาเจริญสมถกรรมฐาน เพื่อเป็นที่พักของจิต หลังจากการเจริญสติปัฏฐานในชีวิตประจำวัน

#### ๔.๗.๕ ปรับพื้นฐานด้วยศีลสิกขา

หลักการปฏิบัติสติปัฏฐานในชีวิตประจำวัน คือการเป็นเป็นผู้ที่หมั่นตามดูปรมาตสภาวะ “ตามความเป็นจริง” โดยไม่เข้าไปแทรกแซง ดังนั้นบางช่วงเวลาอาจมีอารมณ์โกรธ โลก หลง อย่างรุนแรงให้ดู ซึ่งผู้ปฏิบัติควรสมาทานศีล ๕ ไว้ให้มั่นคง เพื่อให้กิเลสที่รุนแรงนั้นอยู่ภายใต้ขอบเขตของศีล ไม่ล้นออกมาทางกายเป็นกายกรรม ไม่ล้นออกมาทางวาจา เป็นวจีกรรม แต่ไม่กดข่มกิเลส เพียงแต่คอยสังเกตกิเลสที่เกิดขึ้นภายในใจอย่างเป็นธรรมชาติ ดังนั้น ศีลสิกขาจึงเป็นของจำเป็นในเบื้องต้น นอกจากนั้น การมีศีล ๕ จะทำให้เกิดความสงบเยือกเย็นใจ ไม่ฟุ้งซ่านซัดส่ายเพราะความร้อนใจในผลกรรมที่พลาดพลั้งทำลงไป ศีลสิกขาจึงเป็นพื้นฐานที่สำคัญมากที่สุดประการหนึ่งสำหรับการเจริญสติปัฏฐาน

#### ๔.๗.๖ การฝึกฝนในรูปแบบด้วยหลักการจิตศึกษา เพื่อให้ได้สัมมาสมาธิ

การจัดตารางเวลาว่างในบางช่วงประจำวัน สัก ๑๕ นาที – ๑ ชั่วโมง เช่นเข้ามิดหลังตื่นนอน หรือช่วงค้ำก่อนนอน ให้เป็นช่วงฝึกฝนการเจริญสติในรูปแบบจะช่วยให้จิตจดจำสภาวะได้แม่นยำ ทำให้เกิดความจำที่มั่นคง หากฝึกด้วยสติปัฏฐานในรูปแบบเช่นฝีกอานาปานสติ ฝีกเดินจงกรม เป็นต้นเป็นกิจวัตรประจำวัน จะช่วยให้การเจริญสติปัฏฐานก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว โดยผู้ปฏิบัติจะสังเกตเห็นได้ว่าหากฝึกในรูปแบบนี้มากเข้า ในชีวิตประจำวันจะสามารถเกิดสติได้เนื่องๆ โดยมีได้ตั้งใจ และจิตใจจะปรับเข้าสู่ความตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิได้ในที่สุด

#### ๔.๗.๗ เจริญสติปัญญาด้วยหลักการ เพิ่มพูนปัญญาศึกษา

เมื่อผู้ปฏิบัติได้ทำตามขั้นตอนที่ผู้วิจัยแนะนำมาข้างต้น จนจิตตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิดีแล้ว จะค่อยๆ เห็นตามความเป็นจริงว่า ชั้น ๕ จะเริ่มถูกลดระดับไปเป็นเพียงสิ่งที่ถูกรู้ถูกดู มิใช่ตัวมิใช่ตนแต่อย่างใด ทั้งนี้เพราะเมื่อเกิดสติเนื่องๆ จิตจะตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิโดยมิต้องจงใจ และเมื่อจิตตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิแล้ว ก็จะมองเห็นชั้น ๕ ตามความเป็นจริงว่า รูปก็สิ่งหนึ่ง ผู้เห็นรูปก็อีกอันหนึ่ง หรือ เวทนาก็เป็นสิ่งหนึ่ง ผู้รู้เวทนาก็เป็นอีกสิ่งหนึ่งต่างหาก ด้วยภาวะจิตที่ตั้งมั่นเช่นว่ามานี้ เมื่อเจริญให้ต่อเนื่องนานๆ เข้าจิตจะเข้าใจได้ด้วยการเห็น ด้วยการประจักษ์แจ้งด้วยตนเองว่า รูปธรรมนามธรรมทั้งหลาย ล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จะหาสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเรา เป็นของเราไม่ได้เลย ซึ่งนี่เป็นการฝึกเพื่อเพิ่มพูนปัญญาศึกษานั่นเอง

#### ๔.๗.๘ ตัวอย่างแนวทางการเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวันสำหรับคนคณฺหาจริต

ผู้ที่เป็นบุคคลคณฺหาจริต และอยู่ในช่วงเริ่มต้นภาวนา ควรเจริญกรรมฐานหมวดกายา นุปัสสนาสติปัญญา โดยผนวกการเจริญสติเข้ากับอิริยาบถย่อยในชีวิตประจำวัน เช่น การเดิน การเคลื่อนไหวร่างกายในอิริยาบถย่อย ให้เพิ่มความรู้สึกตัวเข้าไปรับรู้อิริยาบถของร่างกายไว้เรื่อยๆ จะช่วยให้เกิดสติได้บ่อยในชีวิตประจำวัน และเมื่อมีปัญหาเห็นไตรลักษณ์ตามลำดับแล้วอาจทดลองเพิ่มหมวดเวทนานุปัสสนาสติปัญญา โดยควรจัดสรรเวลาเจริญสมถกรรมฐานบ้างในช่วงที่มีเวลาว่างพอ

#### ๔.๗.๙ ตัวอย่างแนวทางการเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวันสำหรับคนทิกฺขุจริต

สำหรับผู้มีทิกฺขุจริตและเริ่มต้นภาวนาด้วยหมวดจิตตานุปัสสนาสติปัญญา เพราะในชีวิตประจำวันจิตใจจะเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ควรหมั่นสังเกตนามธรรมที่เกิดกับจิต เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความฟุ้งซ่าน ความห่อหุ้มที่ปรากฏในจิต ต่อเมื่อเจริญสติจนเกิดความรู้สึกตัวเนื่องๆ ในชีวิตประจำวันจนเห็นไตรลักษณ์ตามลำดับแล้ว อาจทดลองเพิ่มหมวดธรรมานุปัสสนาสติปัญญาด้วยการพยายามสังเกตการเกิดขึ้นและดับไปของนิรวณฺ์ และการรับรู้ทางอายตนะ เมื่อมีเวลาว่างควรหมั่นเจริญสมถกรรมฐานในหมวดที่ต้องเคลื่อนไหวกายมากๆ เช่น การเดิน เป็นต้น สักช่วงเวลาหนึ่งเช่น ๓๐-๖๐ นาที เพื่อเพิ่มกำลังสมถะบ้าง ผู้วิจัยเห็นว่า ในอิริยาบถนิ่งอาจได้ผลน้อยกว่าการเคลื่อนไหว เพราะโดยปกติคนทิกฺขุจริตมักฟุ้งซ่าน และหากหยุดฟุ้งซ่านก็จะง่วงหลับไปได้ง่าย ๆ จึงไม่เหมาะกับกรรมฐานที่อยู่นิ่งๆ เช่น การคูลมหายใจ แต่จะเหมาะกับการเคลื่อนไหวเช่นการเดินจงกรมมากกว่า

## บทที่ ๕

### บทสรุปและข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาเรื่องการศึกษาเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐานในครั้งนี้ ได้ศึกษาการเจริญสติปัฏฐาน และเรื่องความสำคัญของจริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนาโดยได้ศึกษาลงลึกทั้งด้านการเจริญสติปัฏฐานและเชื่อมโยงไปสู่การปฏิบัติสติปัฏฐานในแต่ละหมวดที่เหมาะสมกับจริตที่แตกต่างกันไป โดยมีวัตถุประสงค์ในการศึกษา ๓ ประการคือ (๑) เพื่อศึกษาวิธีการเจริญสติปัฏฐาน ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อศึกษาเรื่องจริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และ (๓) เพื่อสร้างเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการตามแนวทางที่วางไว้จนได้พบคำตอบที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ดังกล่าว ซึ่งสามารถนำมาสรุปได้ดังนี้

#### ๕.๑ บทสรุป

สติ และสติปัฏฐานเป็นธรรมะที่สำคัญที่สุดหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนา และถูกกล่าวถึงบ่อยมากที่สุดหมวดหนึ่ง โดยเฉพาะมักถูกกล่าวถึงในฐานะทางเอกสายเดียวที่มุ่งตรงสู่พระนิพพาน พระพุทธองค์ตรัสสอนสติปัฏฐาน ๔ มากถึง ๒๑ หมวดย่อยเพื่อให้ครอบคลุมการปฏิบัติสำหรับผู้ปฏิบัติทุกคน ในขณะที่ความรู้เรื่องจริตในพุทธศาสนาส่วนใหญ่ในปัจจุบัน มุ่งศึกษาเรื่องจริต ๖ ซึ่งเป็นเครื่องมือในการเจริญสมถกรรมฐาน ส่วนการเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๒๑ หมวดย่อย ยังไม่มีเครื่องมือในการจำแนกจริตที่เหมาะสม ด้วยเหตุดังกล่าวทั้งหมดข้างต้นผู้วิจัยจึงได้เกิดความคิดที่จะรวบรวมองค์ความรู้ในการเจริญสติปัฏฐาน และองค์ความรู้ที่ว่าด้วยเรื่องของจริต ทั้งที่ปรากฏในพระไตรปิฎก อรรถกถา คัมภีร์ชั้นหลังในพระพุทธศาสนาเถรวาท นำมาศึกษาวิเคราะห์ และจัดการบูรณาการอย่างเหมาะสม เพื่อสร้างเครื่องมือจำแนกจริต โดยมุ่งหวังให้ชาวพุทธสามารถประเมินตนเอง และทราบจริตของตนเองเพื่อให้สามารถเลือกกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตและสอดคล้องกับวิถีการดำรงชีวิตของตนในยุคปัจจุบัน เพื่อประโยชน์ในการนำไปปฏิบัติให้เหมาะสมกับตนเองต่อไป สติ และสติปัฏฐานเป็นธรรมะที่สำคัญที่สุดหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนา และถูกกล่าวถึงบ่อยมากที่สุดหมวดหนึ่ง โดยเฉพาะมักถูกกล่าวถึงในฐานะทางเอกสายเดียวที่มุ่งตรงสู่พระนิพพาน พระพุทธองค์ตรัสสอนสติปัฏฐาน ๔ มากถึง ๒๑ หมวดย่อยเพื่อให้ครอบคลุมการปฏิบัติสำหรับผู้ปฏิบัติทุกคน ในขณะที่ความรู้เรื่องจริตในพุทธศาสนาส่วนใหญ่ในปัจจุบัน มุ่งศึกษาเรื่องจริต ๖ ซึ่งเป็นเครื่องมือในการเจริญสมถกรรมฐาน ส่วนการเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๒๑ หมวดย่อย ยังไม่มีเครื่องมือในการจำแนกจริตที่เหมาะสม ด้วยเหตุดังกล่าวทั้งหมดข้างต้นผู้วิจัยจึงได้เกิดความคิด

ที่จะรวบรวมองค์ความรู้ในการเจริญสติปัฏฐาน และองค์ความรู้ที่ว่าด้วยเรื่องของจิต ทั้งที่ปรากฏในพระไตรปิฎก อรรถกถา คัมภีร์ชั้นหลังในพระพุทธศาสนาเถรวาท นำมาศึกษาวิเคราะห์ และจัดการบูรณาการอย่างเหมาะสม เพื่อสร้างเครื่องมือจำแนกจิต โดยมุ่งหวังให้ชาวพุทธสามารถประเมินตนเอง และทราบจิตของตนเองเพื่อทำให้สามารถเลือกกรรมฐานที่เหมาะสมกับจิตและสอดคล้องกับวิถีการดำรงชีวิตของตนในยุคปัจจุบัน เพื่อประโยชน์ในการนำไปปฏิบัติให้เหมาะสมกับตนเองต่อไป

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงบูรณาการ ซึ่งผู้วิจัยได้วางกรอบแนวคิดทางทฤษฎีและกระบวนการในการวิจัย (research process) โดยเริ่มจากการศึกษาวิจัยเอกสารเรื่องสติปัฏฐาน และเรื่องจิตในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท จัดหมวดหมู่องค์ความรู้เรื่องจิตที่เกี่ยวข้องกับการเจริญสติปัฏฐาน นำไปสู่การสร้างแบบจำลองเครื่องมือจำแนกจิต และทวนสอบแบบจำลอง และเครื่องมือจำแนกจิตโดยการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ จาก ๔ สำนัก ได้แก่ สายพองยุบ สายอานาปานสติแบบท่านพุทธทาส สายพระชุดงค์กรรมฐาน และสายจิตแบบหลวงปู่ดูลย์ นำมาสังเคราะห์ใหม่ โดยการตัด เพิ่มหรือยุบรวมประเด็น รวมทั้งการทวนสอบแบบทดสอบด้วยการทดสอบค่าดัชนีความสอดคล้องโดยผู้เชี่ยวชาญ (Index of Item-Objective Congruence: IOC ) และจากกระบวนการวิจัย จึงได้เครื่องมือจำแนกจิตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน แบบทดสอบ และแนวทางการเจริญสติปัฏฐานในชีวิตประจำวันที่เหมาะสมกับแต่ละจิต

การดำเนินการวิจัยเริ่มจากการค้นคว้าข้อมูลเรื่อง สติ และสติปัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ในพระไตรปิฎกได้ให้ความหมายของสติไว้ว่า คือความตามระลึก ความหวนระลึก กิริยาที่ระลึก ความระลึก ความทรงจำ ความไม่เลื่อนลอย ความไม่หลงลืม สติ สตินทรีย์ สติพละ สัมมาสติ นี้เรียกว่า สติ โดยสตินั้นมีแทรกอยู่ในองค์ธรรมอื่น ๆ หลายหมวด เช่น เป็นองค์ธรรมข้อที่ ๑ ของธรรมที่มีอุปการะมาก ๒ เป็นองค์ธรรมข้อ ๕ ของนาถกรรมธรรม ๑๐ เป็นองค์ธรรมข้อ ๓ ในพละ ๕ และอินทรีย์ ๕ เป็นองค์ธรรมข้อ ๑ ของโพชฌงค์ ๗ และเป็นองค์ธรรมข้อ ๗ ของอริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นต้น นอกจากนี้ สติ ยังอาจเรียกขานว่า สัมมาสติก็ได้ ซึ่งคำว่าสัมมาสตินั้นก็สามารถแจกแจงได้เป็นองค์ธรรมแห่งสติปัฏฐาน ๔ นั่นเอง

ในการแสดงธรรมในบางครั้งบางโอกาส พระพุทธเจ้าอาจแสดงธรรมและแนวทางการภาวนาให้เหมาะกับจิตนิสัยของผู้ฟังคนเดียว หรือกลุ่มผู้ฟังขนาดเล็ก จึงดูเหมือนมีแนวทางการภาวนาหลายอย่างที่ทรงแนะนำให้สาวกปฏิบัติ เช่นอานาปานสติ กายคตาสติ เป็นต้น ส่วนสติปัฏฐานสูตร เป็นพระสูตรที่มีขนาดยาวมากเป็นพิเศษ ประกอบไปด้วยหลายหมวดย่อย ดังนั้น สติปัฏฐานสูตรจึงเหมือนการรวมแนวทางที่เหมาะสมกับคนทุกจริตไว้ในพระสูตรเดียวกัน แต่ทั้งนี้

ทั้งนั้น ผู้ปฏิบัติอาจเลือกเอาเพียงหมวดใดหมวดหนึ่งที่ถูกอชยาศัย ซึ่งการเลือกเจริญสติปัฏฐานเพียงหมวดเดียวก็อาจสามารถให้ผลทางปฏิบัติได้เช่นเดียวกัน เช่นในการเจริญอานาปานสติเพียงอย่างเดียวก็สามารถทำให้การเจริญสติปัฏฐานทั้งหมดสมบูรณ์ได้ หรือในกรณีพระอานนทคินิสุคทัายก่อนบรรลुरुธรรม ท่านเจริญกายคตาสติเป็นส่วนมาก ข้อนี้เป็นเครื่องยืนยันว่า แม้หมวดกายนุสสนาสติปัฏฐานเพียงหมวดเดียวก็สามารถทำให้บรรลุมรรคผลได้ ดังนั้นอาจสรุปได้ว่าการเจริญสติปัฏฐานแต่ละหมวดจะให้ได้ผลที่เหมือนกัน เหมือนเมืองเดียวที่มีประตูเมืองสี่ทิศ ผู้ประสงค์เข้าเมืองสามารถเข้าประตูไหนก็ได้ หรือกองดินกลางสี่แยก ที่ไม่ว่าจะขับรถมาจากทางทิศใดก็ต้องกระทบกับกองดิน ดังนั้นการเข้าถึงความมีสติ อาจอาศัยการเจริญสติปัฏฐานในหมวดใดหมวดหนึ่ง หรือแม้กระทั่งหมวดย่อยหมวดใดหมวดหนึ่งก็ได้ ซึ่งแล้วแต่ผู้ปฏิบัติจะเลือกปฏิบัติในแนวที่ตนถนัด

สติปัฏฐาน เป็นทั้งสมถะ และวิปัสสนา โดยสติปัฏฐานในหมวดกายนุสสนาสติปัฏฐาน มักมีแนวโน้มเป็นทั้งสมถะและวิปัสสนาในตัว คือเมื่อปฏิบัติแล้วมักนำไปสู่ความสงบ แต่ขณะเดียวกันก็สามารถทำให้ผู้ภาวนาเห็นสภาวธรรมตามความเป็นจริงได้ จึงสามารถสรุปได้ว่า สติปัฏฐานรวมทั้งการปฏิบัติแบบสมถะและวิปัสสนาไว้ด้วยกัน บุคคลที่จะบรรลुरुธรรมได้อาจใช้แนวทางเจริญสมถะนำหน้า วิปัสสนานำหน้า หรือควบคู่กันก็ได้

สติปัฏฐาน เป็นธรรมเครื่องเกิดความสามัคคีพร้อมเพรียงกันของพุทธบริษัท สติปัฏฐาน เป็นธรรมหมวดที่รวบรวมแนวทางการปฏิบัติสำหรับทุกๆ คน ทุก ๆ จริต เอาไว้ในที่เดียวกัน โดยร้อยเรียงกันเป็น ๔ หมวดใหญ่ ๒๑ หมวดย่อย ให้เหมาะสมกับอชยาศัยของแต่ละคน สติปัฏฐาน ๔ เหมาะสำหรับคน ๔ ประเภทคือ (๑) คนประเภทคณหาจริตมีปัญญาไม่แก่กล้า เหมาะกับการเจริญกายนุสสนาสติปัฏฐาน (๒) คนประเภทคณหาจริตมีปัญญาแก่กล้า เหมาะกับการเจริญเวทนานุสสนาสติปัฏฐาน (๓) คนประเภททัญญูจริตมีปัญญาไม่แก่กล้า เหมาะกับการเจริญจิตตานุสสนาสติปัฏฐาน (๔) คนประเภททัญญูจริตมีปัญญาแก่กล้า เหมาะกับการเจริญธรรมานุสสนาสติปัฏฐาน

ผู้วิจัยได้ค้นคว้าคัมภีร์ในพระพุทธานุสสนาเถรคาถา ได้พบร่องรอยการกล่าวถึงจริตจำนวนมาก โดยพบในพระไตรปิฎก คัมภีร์เนติปกรณ์ อรรถกถามหาสติปัฏฐานสูตร คัมภีร์วิมุตติมรรค คัมภีร์วิสุทธิมรรค คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ คัมภีร์ปรมัตถทีปนี ซึ่งมีการแบ่งจริตออกเป็น ๓ แนวทางใหญ่ๆ คือ (๑) แบ่งจริตเป็น ๖ ประเภท (๒) แบ่งจริตเป็น ๒ ประเภท (๓) แนวทางการแบ่งจริตอย่างอื่น

แนวทางการแบ่งจริตเป็น ๖ ประเภท คือ (๑) รากจริต (๒) โทสจริต (๓) โมหจริต (๔) วิตกจริต (๕) สัทธาจริต (๖) ญาณจริต หรือ พุทธิจริต พบหลักฐานในคัมภีร์พระพุทธานุญาตครั้งนี้ (๑) พระไตรปิฎก (๒) คัมภีร์วิมุตติมรรค (๓) คัมภีร์วิสุทธิมรรค (๔) คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ (๖) คัมภีร์ปรมัตถทีปนี ซึ่งในพระไตรปิฎกใช้จริตข้อที่ ๖ ว่า ญาณจริต ส่วนคัมภีร์อื่นๆ ใช้คำว่า พุทธิจริต ทั้งนี้แนวทางการแบ่งจริต ๖ นี้เป็นที่รู้จักแพร่หลายมาก ซึ่งในแต่ละคัมภีร์กล่าวถึงจริต ๖ ได้สอดคล้องกันเป็นส่วนใหญ่ โดยการกล่าวถึง จริต ๖ นั้น มีจุดประสงค์ที่มุ่งเน้นไปสู่การเตรียมตัวเพื่อเลือกแนวทางการเจริญสมถกรรมฐาน ๔๐ประการ เป็นหลักใหญ่ สำหรับเรื่องกรรมฐานที่เหมาะสมในแต่ละจริต สำหรับแนวทางจริต ๖ สามารถจำแนกได้ดังตารางที่ ๕.๑

แนวทางการแบ่งจริตเป็น ๒ ประเภท คือ ตัณหาจริต และ ทิณฺฐิจริต พบได้ใน(๑) คัมภีร์เนตติปกรณ์ และ (๒) อรรถกถา(มหาสติปัฏฐานสูตร) แนวทางการแบ่งจริตเป็น ๒ประเภทนี้มุ่งเน้นเพื่อการเจริญสติปัฏฐานเป็นหลัก โดยได้แบ่งจริตและความแก่กล้าของปัญญาเพื่อเป็นเครื่องช่วยเลือกหมวดในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ นอกจากการพบจริต ๒ ในเนตติปกรณ์และ อรรถกถา(มหาสติปัฏฐานสูตร)แล้ว ผู้วิจัยยังได้ค้นพบร่องรอยของตัณหาจริต และ ทิณฺฐิจริต ในคัมภีร์วิมุตติมรรค และคัมภีร์วิสุทธิมรรค โดยได้กล่าวถึงตัณหาจริต และ ทิณฺฐิจริต ไว้อีกหมวดหนึ่งโดยนำไปรวมกับมานะจริต เป็นจริต ๓ แต่ไม่ลงรายละเอียด



ตารางที่ ๕.๑ กรรณฐานที่เหมาะสมกับจริต ๖ แยกตามคัมภีร์

จริต	พระสารีบุตร(ไตรปิฎก)	วิมุตติมรรค	วิสุทธิมรรค
รากจริต	อสุภกรรณฐาน	อสุภสังขยา ๑๐ และ กายคตาสติ ไม่ควร เจริญอัปปมัญญา ๔	อสุภสังขยา ๑๐ และ กายคตาสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
โทสจริต	เมตตา	ผู้มีอินทรีย์อ่อนควร เจริญอัปปมัญญา ๔ หรือวันณกสิณ ผู้มี อินทรีย์แก่ควรฝึกอรูป กรรณฐาน แต่ไม่ควร เจริญอสุภสังขยา ๑๐	พรหมวิหาร ๔ และ วันณกสิณ ๔ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
โมหจริต	การเรียนรู้ ไต่ถาม ฟัง ธรรมตามกาล การ สนทนาธรรมตามกาล การอยู่ร่วมกับครู	ควรทำการศึกษาพระ ธรรม ฟังธรรมตาม กาล ควรอยู่กับอาจารย์ (หากมีปัญญาแล้ว) ควรฝึกมรณสติ และ จตุรตววิภูฐาน	อานาปานสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
สัทธาจริต	อนุสสติ ๔ พุทธานุสสติ ธรรมานุสสติ สังฆานุส สติ สีลานุสสติ	อนุสสติ ๖ (เพิ่ม จากอนุสสติ และ เทวดานุสสติ)	อนุสสติ ๖ (เพิ่ม จากอนุสสติ และ เทวดานุสสติ) (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
ญาณจริต/พุทธิจริต	นิมิตแห่งวิปัสสนา มี อาการไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา	จตุรตววิภูฐาน อา หารปฏิกูลสังขยา มรณสติ และ อุปสมานุสสติ	จตุรตววิภูฐาน อา หารปฏิกูลสังขยา มรณสติ และอุป สมานุสสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
วิตกจริต	อานาปานสติ	อานาปานสติ	อานาปานสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)

สำหรับแนวทางการเลือกกรรมฐานสำหรับการแบ่งจริตเป็น ๒ ประเภทสามารถสรุปได้  
ดังตารางที่ ๕.๒

จริต	ปัญญา	แนวทาง	กรรมฐานที่สมควร	แก้สัญญาวิปลาส
ตัณหาจริต	ไม่แก่กล้า	สมถยานิก	กายนุปัสสนาสติปัฏฐาน	(กาย)สวय
ตัณหาจริต	แก่กล้า	สมถยานิก	เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน	(เวทนา)สุข
ทิฏฐิจริต	ไม่แก่กล้า	วิปัสสนายานิก	จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	(จิต)เที่ยง
ทิฏฐิจริต	แก่กล้า	วิปัสสนายานิก	ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	เป็นตัวตน

#### ตารางที่ ๕.๒ แสดงการแจกแจงประเภทจิตกับแนวทางการเจริญสติปัฏฐาน

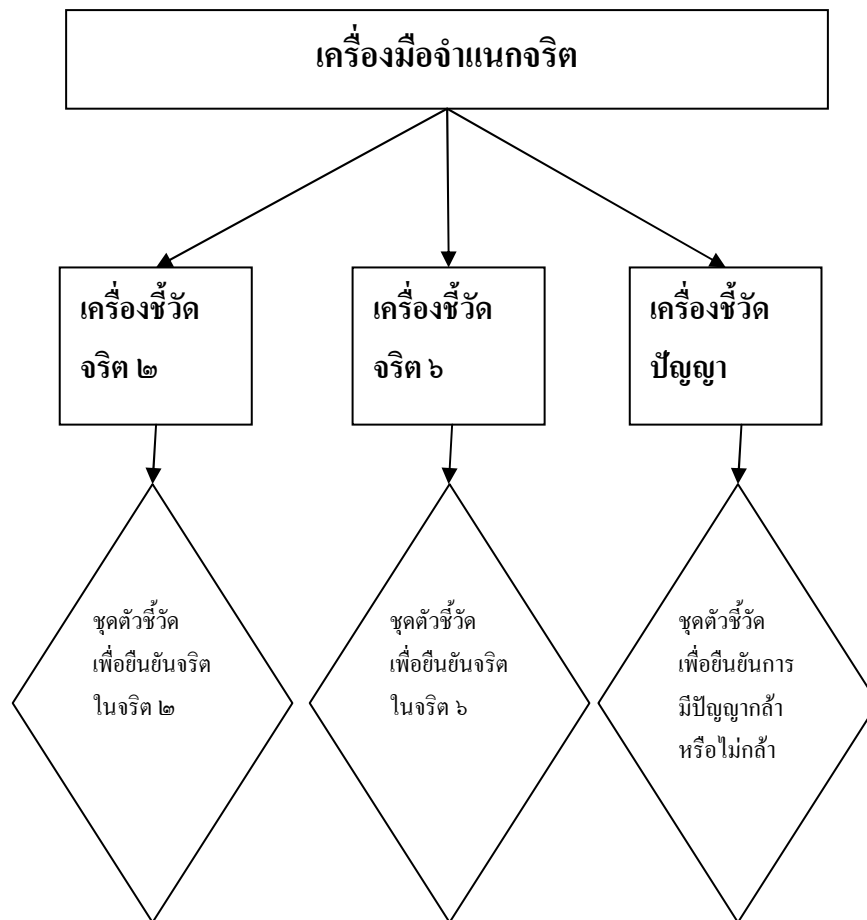
นอกจากนั้น ผู้วิจัยยังค้นพบร่องรอยแนวทางการแบ่งจริตเป็นอย่างอื่นตามที่ต่างๆ ในพระไตรปิฎกอีกจำนวนมาก โดยอาจมีวิธีการแบ่งบุคคลออกเป็นประเภทต่างๆ ดังนี้ (๑) แบ่งตามธาตุ (๒) ประเภทการบรรลุอรหัตผล (๓) ศักยภาพการเรียนรู้ (๔) อุปนิสัยที่ควรรับการฝึกสอน (๕) ความรวดเร็วในการรับรู้ภายในวิภูฏสงสาร

หลังจากได้ศึกษาในเรื่องสติปัฏฐานและจิตจากคัมภีร์แล้ว ผู้วิจัยได้สังเคราะห์ความรู้ นำมาสร้าง “เครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน” ซึ่งเป็นชุดเครื่องชี้วัด (Indicators) ชุดหนึ่ง ซึ่งเป็นการวัดนามธรรมเพื่อจำแนกจริต และปัญญา เพื่อจำแนกลักษณะเฉพาะของปัจเจกชน โดยมีวัตถุประสงค์ใช้ในการเลือกหมวดในการเจริญสติปัฏฐาน เครื่องมือจำแนกจริต จึงเป็นชุดตัวชี้วัดหลายๆตัวประกอบกันอันประกอบไปด้วยเครื่องชี้วัด ๓ ชุดคือ

(๑) เครื่องชี้วัดจริต ๒ ประกอบไปด้วยตัวชี้วัดหลายตัว เพื่อบ่งชี้ว่าผู้ถูกศึกษาเป็นจริตใด ในจริต ๒ ประเภทคือ ตัณหาจริต หรือทิฏฐิจริต

(๒) เครื่องชี้วัดจริต ๖ ประกอบไปด้วยตัวชี้วัดหลายตัว เพื่อบ่งชี้ว่าผู้ถูกศึกษาเป็นจริตใด ในจริต ๖ ประเภทคือ รากจริต โทสจริต โมหจริต ศัทธาจริต พุทธิหรือญาณจริต และ วิตกจริต

(๓) เครื่องชี้วัดปัญญา ประกอบไปด้วยตัวชี้วัดหลายตัว เพื่อบ่งชี้ว่าผู้ถูกศึกษาเป็นประเภทผู้มีปัญญากล้า หรือปัญญาไม่กล้า



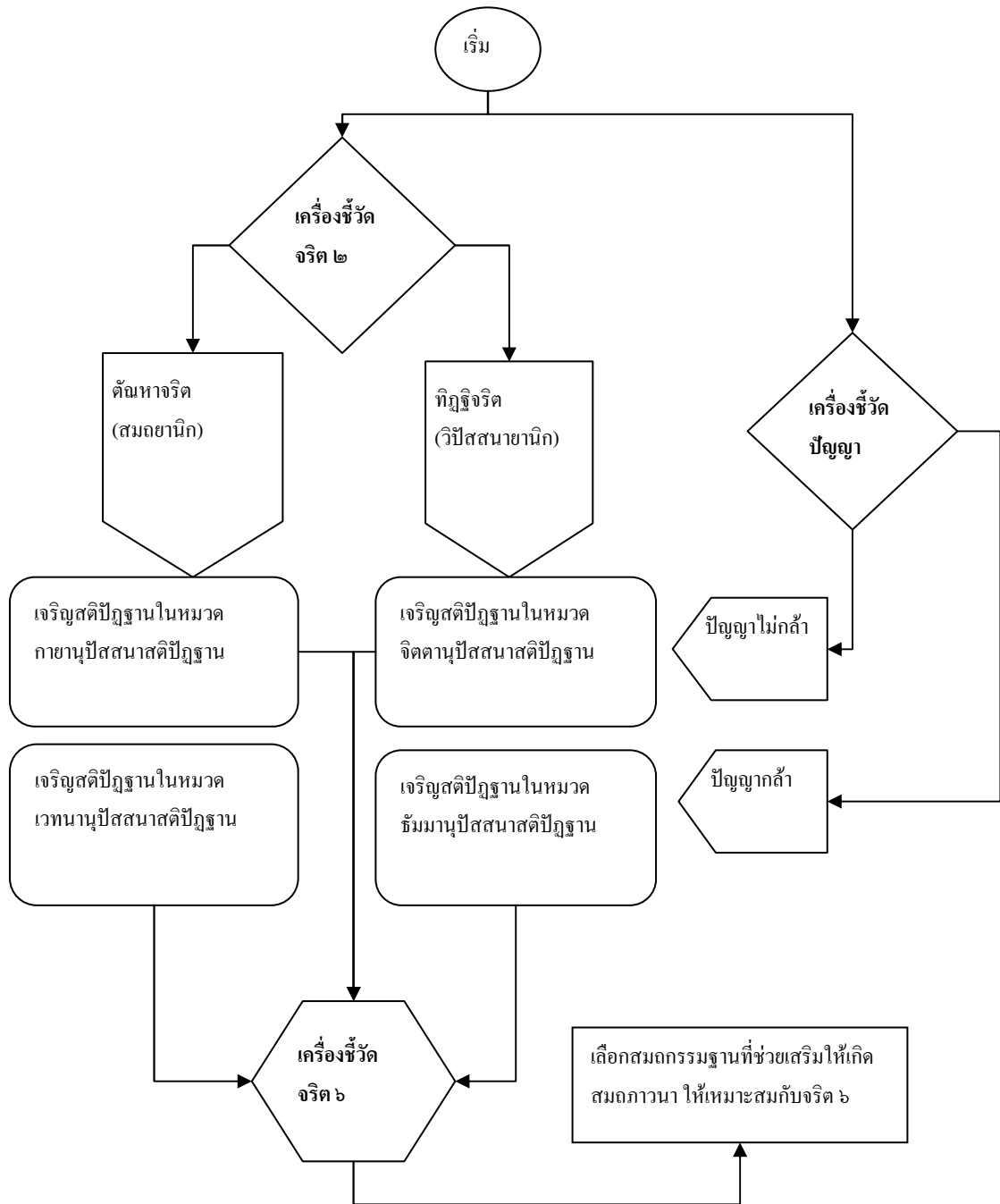
ภาพที่ ๕.๑ แสดงโครงสร้างของเครื่องมือจำแนกจริต

ผู้วิจัยนำเครื่องมือจำแนกจริตดังกล่าวพร้อมแบบจำลอง ไปทวนสอบกับผู้เชี่ยวชาญ ผู้ทรงคุณวุฒิ จาก ๔ สำนัก ผู้วิจัยได้เลือกผู้ทรงคุณวุฒิได้ดังต่อไปนี้(๑) สายพองยุบ – ผู้วิจัยเลือก พระราชสิทธิธมฺมิ (วิ) (๒) สายอานาปานสติแบบสวนโมกข์ - ดร.โสริช โพธิ์แก้ว (๓) สายพระธาตุคงกรรมฐาน – ดร.บรรจบ บรรณรุจิ (๔) สายการเจริญจิตตานุปัสสนา แบบหลวงปู่ดูลย์ อตุโล หรือ สายคูจิต-หลวงพ่อปราโมทย์ ปาโมชฺโช หลังจากการทวนสอบเครื่องมือโดยสัมภาษณ์แล้ว ผู้วิจัยได้นำมาปรับปรุงแบบจำลองนี้เพื่อช่วยเลือกกรรมฐานสำหรับผู้มีจริตต่าง ๆ กัน โดยเริ่มจากการนำผู้ฝึกกรรมฐานมาดำเนินการจำแนกจริตโดยใช้ “เครื่องชี้วัดจริต ๒” ก่อน และทำการทดสอบด้วย “เครื่องชี้วัดปัญญา” ซึ่งหากเป็นคณาจารย์ที่มีปัญญากลับ หรือไม่กลับ ให้เจริญสติปัญฐานในหมวด กายานุปัสสนาสติปัญญา หากเป็นคณาจารย์ที่มีปัญญากลับ ให้เจริญสติปัญฐานในหมวดเวทนานุปัสสนาสติปัญญา และหากเป็นทวิจริตที่มีปัญญากลับ ให้เจริญสติปัญฐานหมวดจิตตานุปัสสนาสติปัญญา และหากเป็นทวิจริตที่มีปัญญากลับ ให้เจริญสติปัญฐานหมวดธรรมานุปัสสนาสติปัญญา อนึ่ง ผู้ภาวนาทั้งหลายแม้จะเป็นแนวสมถยานิกหรือวิปัสสนายานิกก็ตาม การที่สามารถสงบจิตให้มีสติ

และสัมมาสมาธิได้ยอมเป็นสิ่งเกื้อหนุนกำลังปัญญา จึงมีความจำเป็นที่จะต้องมีสมถกรรมฐานเป็นเครื่องหนุนนำ และต้องหาสมถกรรมฐานที่เหมาะสม โดยใช้ “เครื่องใช้วัตรจิต ๖” ซ้ำอีกครั้งหนึ่ง เพื่อแนะนำสมถกรรมฐานให้นำไปเจริญควบคู่กับสติปัญญาด้วย ดังสามารถแสดงกระบวนการใช้เครื่องมือได้ตามภาพที่ ๕.๒

หลังจากนั้นได้แปลงตัววัตรทั้งหมดที่ได้มาเป็นแบบทดสอบสองชุด ชุดแรกใช้วัตรจิต ๒ และความแก่กล้าของปัญญามีจำนวน ๑๔ ข้อ ชุดที่ ๒ ใช้วัตรจิต ๖ มีจำนวน ๔๕ ข้อ รวมทั้งสิ้นมีจำนวน ๖๑ ข้อ และนำแบบสอบถามนี้ไปหาค่าความเที่ยงตรง(Validity) ของแบบทดสอบ ด้วยวิธีการทดสอบเป็นค่าดัชนีความสอดคล้องโดยผู้เชี่ยวชาญ (Index of Item-Objective Congruence: IOC) กับกลุ่มผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านพุทธศาสนา และเป็นผู้มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องจิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้ค่าเฉลี่ย IOC = ๐.๘๖ หลังจากนั้นผู้วิจัยได้ปรับแบบทดสอบตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ จึงถือว่าแบบทดสอบนี้สามารถนำไปใช้งานได้จริง

กล่าวโดยสรุปเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญานี้ ได้ถูกพัฒนาขึ้นมาจากพื้นฐานองค์ความรู้ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาในเรื่องสติปัญญา และเรื่องจิต โดยได้นำเรื่องทั้งสองมาบูรณาการเชื่อมโยงกัน หากความสัมพันธ์ เพื่อเพื่อสร้างเป็นเครื่องมือจำแนกจริต ซึ่งเครื่องมือดังกล่าวได้อาศัยหลักการว่าสติปัญญา ๔ แต่ละหมวดเหมาะสำหรับผู้ที่มิจริต และปัญญาแตกต่างกันออกไป โดยอาจสรุปได้ว่า (๑) คนประเภทตมหารจิตมีปัญญาไม่แก่กล้า เหมาะกับการเจริญกายนุปีสนาสติปัญญา (๒) คนประเภทตมหารจิตมีปัญญาแก่กล้า เหมาะกับการเจริญเวทนานุปีสนาสติปัญญา (๓) คนประเภททิวฐิจิตมีปัญญาไม่แก่กล้า เหมาะกับการเจริญจิตตานุปีสนาสติปัญญา (๔) คนประเภททิวฐิจิตมีปัญญาแก่กล้า เหมาะกับการเจริญธรรมานุปีสนาสติปัญญา อีกทั้งผู้ที่มีตมหารจิต เหมาะสำหรับแนวสมถยานิก และผู้ที่มีตมหารจิต เหมาะกับแนววิปัสสนายานิก



ภาพที่ ๕.๒ แสดงแบบจำลองการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐานหลังปรับปรุง

เพื่อตอบสนองต่อแนวทางการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน ผู้วิจัยจึงออกแบบ เครื่องมือจำแนกจริตที่ประกอบไปด้วย แบบจำลอง และชุดเครื่องมือ ๓ ชุดคือ (๑)ชุดเครื่องมือวัด จริต ๒ (๒)ชุดเครื่องมือวัดความแก่กล้าของปัญญา และ(๓)ชุดเครื่องมือวัดจริต ๖ โดยชุดเครื่องมือ

๒ ชุดแรกออกแบบเพื่อใช้เลือกหมวดของสติปัญญา ส่วนชุดที่ ๓ เพื่อเลือกสมรรถนะฐานที่เหมาะสมไว้เจริญควบคู่กันไป หลังจากนั้นได้ทวนสอบเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญ และนำข้อคิดเห็นมาปรับปรุงเครื่องมือ และสร้างเป็นแบบทดสอบพร้อมกับการหาค่าความเที่ยงตรงด้วยค่า IOC ชุดเครื่องมือจำแนกจริต และแบบทดสอบนี้สามารถนำไปใช้ในการจำแนกจริตเพื่อการเจริญสติปัญญาได้

## ๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำเครื่องมือจำแนกจริตไปใช้ : ผู้วิจัยได้เสนอแนวทางการเจริญสติปัญญาในชีวิตประจำวันที่เหมาะสมกับแต่ละจริตสำหรับบุคคลทั่วๆไปที่ประสงค์ใช้เครื่องมือจำแนกจริต เครื่องมือนี้ดังกล่าวเป็นเพียงเครื่องช่วยอำนวยความสะดวกในการเลือกกรรมฐานเบื้องต้น เป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการเริ่มปฏิบัติธรรม แต่ในทางปฏิบัติควรต้องแสวงหากัลยาณมิตร และครูบาอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อให้คำแนะนำในการเจริญสติปัญญาในภาคปฏิบัติต่อไปโดยมีข้อเสนอแนะโดยสรุปดังนี้

(๑) ประเมินตนเอง ผู้ฝึกควรทดสอบประเมินตนเองก่อนว่าเป็นผู้มีต้นทางจริต หรือทวิภูมิจริต มีปัญญาแก่กล้าหรือไม่ แล้วจึงเลือกหมวดของสติปัญญาในการเริ่มต้น เพื่อให้เกิดความชำนาญในสติปัญญาหมวดที่เหมาะสมกับตนเอง

(๒) เลือกสติปัญญาหมวดที่เข้ากันได้กับจริต ในการเลือกหมวดที่เข้ากับจริตในบางหมวดเช่นกายนุสสันา อาจมีหมวดย่อยอีกหลายหมวด อาจต้องอาศัยผลของการประเมินจริต ๖ ควบคู่กันไปด้วย เช่นหากเป็นวิตกจริตอาจใช้หมวดอานาปานสติ หากเป็นราคะจริตอาจลองเลือกใช้หมวดปฏิกรรมมนสิการ เป็นต้น เมื่อได้หมวดย่อยสติปัญญาแล้วก็หมั่นเจริญกรรมฐานในหมวดที่ตนเลือกเนืองๆ

(๓) นำสติปัญญาที่เหมาะสมกับจริตตนหลอมรวมเข้าไปในชีวิตประจำวัน โดยการมีสติเนืองๆ อยู่กับปัจจุบันขณะ ทุกอิริยาบถ ทุกการกระทำ ในชีวิตประจำวัน ซึ่งการเจริญสติปัญญาในมหาสติปัญญาสูตรมีหลายหมวดย่อย สามารถนำมาประยุกต์ให้สอดคล้องกับกิจวัตรได้ตลอดทั้งวัน

(๔) ปรับพื้นฐานด้วยศีลสิกขา การมีศีล ๕ จะทำให้เกิดความสงบเยือกเย็นใจ ไม่ฟุ้งซ่านซัดส่ายเพราะความร้อใจในผลกรรมที่พลาดพลั้งทำลงไป ศีลสิกขาจึงเป็นพื้นฐานที่สำคัญมากที่สุดประการหนึ่งสำหรับการเจริญสติปัญญา

(๕) การฝึกฝนในรูปแบบด้วยหลักการจิตศึกษา เพื่อให้ได้สัมมาสมาธิ การจัดตารางเวลาว่างในบางช่วงประจำวัน สัก ๑๕ นาที – ๑ ชั่วโมง ให้เป็นช่วงฝึกฝนการเจริญสติในรูปแบบ จะช่วยให้จิตจดจำสภาวะได้แม่นยำ ทำให้เกิดความจำที่มั่นคง หากฝึกในรูปแบบนี้มากเข้าในชีวิตประจำวันจะสามารถเกิดสติได้เรื่อยๆ โดยมีได้ตั้งใจ และจิตใจจะปรับเข้าสู่ความตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิได้ในที่สุด

(๖) เจริญสติปัญญาด้วยหลักการ เพิ่มพูนปัญญาศึกษา เมื่อผู้ปฏิบัติได้ทำตามขั้นตอนที่ผู้วิจัยแนะนำมาข้างต้น จนจิตตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิดีแล้ว จะค่อยๆ เห็นตามความเป็นจริงว่า รูปธรรมนามธรรมทั้งหลาย ล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จะหาสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเรา เป็นของเราไม่ได้เลย ซึ่งนี่เป็นการฝึกเพื่อเพิ่มพูนปัญญานั่นเอง

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป : งานวิจัยนี้ได้ค้นคว้าเอกสารจากคัมภีร์ และทวนสอบกับผู้เชี่ยวชาญในการเจริญสติปัญญา และได้เสนอแบบจำลองและดัชนีชี้วัดเพื่อสร้างเครื่องมือจำแนกจริตไว้แล้ว หากผู้ที่สนใจต่อยอดสามารถนำเครื่องมือที่ได้จากงานวิจัยนี้ไปทำการทดลองจำแนกกลุ่มตัวอย่าง และให้กลุ่มตัวอย่างทดลองเจริญสติปัญญาในหมวดที่เหมาะสมกับจริต และนำผลการภาวนามาเทียบเคียงกับกลุ่มควบคุมว่าได้ผลการภาวนาที่แตกต่างกันเป็นนัยสำคัญหรือไม่

## ภาคผนวก ๒

### รายละเอียดกระบวนการหาค่าความตรงเชิงเนื้อหา

#### ด้วยวิธี IOC : Item Objective Conguence Index

แบบสำรวจชุดนี้ เป็นส่วนหนึ่งของงานวิจัยระดับปริญญาเอก สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เรื่อง “การศึกษาเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน” เพื่อค้นหา สถิติความตรงเชิงเนื้อหา โดยให้ผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนา ตรวจสอบความสอดคล้องแล้วนำผลการตรวจสอบมาคำนวณหาค่าความสอดคล้องระหว่างคำถาม กับตัวชี้วัด (IOC: Item Objective Conguence Index)

การหาค่าความสอดคล้องแบบ IOC การหาค่าความตรงเชิงเนื้อหา โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบข้อคำถาม ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหาคือเรื่องจริตและสติปัฏฐานในพระพุทธศาสนา ด้านวัดผลประเมินผลหรือด้านวิจัยและด้านภาษา เพื่อพิจารณาด้านภาษาที่ใช้ในข้อคำถาม จำนวนผู้เชี่ยวชาญอย่างน้อย ๓ ท่าน โดยมีหลักเกณฑ์การให้คะแนน IOC ดังนี้

(ก) ถ้าเห็นด้วย ให้ค่า = 1

(ข) ไม่เห็นด้วย ให้ค่า = -1

(ค) ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้ให้ความกรุณาตอบแบบสำรวจในครั้งนี้

---

ข้อมูลของผู้ทรงคุณวุฒิ

ชื่อ..... นามสกุล.....

ตำแหน่ง.....สถานที่ทำงาน.....

คุณวุฒิ.....



## ภาคผนวก ๒ ตารางค่าดัชนีความสอดคล้องโดยผู้เชี่ยวชาญ (IOC)

เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วย ให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๑)ตัวชี้วัด ความอยาก	ท่านสังเกตได้ว่า ท่านมีความ อยากมาก การดำเนินชีวิต มัก มีความอยากเป็นเครื่อง ผลักดัน				
(๒)ตัวชี้วัด ความชอบ ความสบาย	ท่านชอบความสุข ชอบความ สบาย				
(๓)ตัวชี้วัด ความชอบ ความสงบ	ท่านชอบความสงบ				
(๔)ตัวชี้วัด ความสามารถ ในการเข้าถึง ความสงบได้ ง่าย	ท่านสามารถเข้าถึงความสงบ ได้ง่าย สามารถฝึกกรรมฐาน แล้วสงบได้ง่าย				
(๕)ตัวชี้วัด ความฟุ้งซ่าน	ท่านมีความคิดความเห็นมาก ฟุ้งซ่านได้ง่าย				
(๖)ตัวชี้วัด ความยึดมั่นใน ความเห็นของ ตน (คือ)	ท่านมักยึดมั่นในความเห็น ของตน ชอบหรือพอใจที่ได้ ทำตามความเห็นของตนแม้ จะมีผู้ทัดทานบ้าง				

เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วยให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๗) ตัวชี้วัด ความชอบ แสดงความ ความคิดเห็นของตน (ชอบได้เพียง)	ท่านชอบแสดงความคิดเห็น ของคนให้ผู้อื่นทราบ				
(๘) ตัวชี้วัด ความสามารถ ในการเข้าถึง ความสงบได้ ยาก	ในการเจริญกรรมฐานท่านทำ ความสงบได้ยาก สงบได้ไม่ นาน มักฟุ้งซ่าน				
(๙) ชอบใช้ เหตุผลในการ ตัดสินใจ มากกว่า อารมณ์ – แสดงถึงความ มีปัญญากล้า	ท่านชอบใช้เหตุผล ไตร่ตรอง ข้อมูล ก่อนการตัดสินใจ				
(๑๐) มัก ตัดสินใจด้วย อารมณ์หรือ ความรู้สึก – แสดงถึงความ มีปัญญาไม่ กล้า	ท่านมักตัดสินใจเลือกซื้อบ้าน หรือรถยนต์ ด้วยความรู้สึก หรือญาณสังหรณ์				

เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วย ให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๑๑) มีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และ ปัญญาดี	ท่านมีศรัทธาใน พระพุทธศาสนาแรงกล้า หมั่นเจริญกรรมฐานอย่าง สม่ำเสมอ และสามารถทำใจ ได้อย่างรวดเร็วเมื่อมีการพลัด พรากรสูญเสีย				
(๑๒) มีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา น้อย	ท่านดำรงชีวิตอยู่อย่าง ค่อนข้างห่างวัด ไม่ได้เจริญ กรรมฐานเป็นประจำ เมื่อมี เรื่องไม่สบายใจท่านหา ทางออกด้วยการพักผ่อน หย่อนใจ หรือหาเพื่อนคุย มากกว่าการไปวัด				
(๑๓) มีปัญญา สัมปทา มาก คือ ฐาปน บุญ คุณ โทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ และเข้าใจชีวิต นี้ตามความ เป็นจริง	ท่านเชื่อว่าการทำบุญและการ ทำบาปเป็นสิ่งที่สามารถ ส่งผลต่อสุขทุกข์ในชีวิตได้ อย่างมาก แต่กระนั้นเอง ชีวิต ก็เป็นของไม่แน่นอนเสมอ				

เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วยให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๑๔) ปัญญา สัมปทา น้อย คือ ไม่รู้บาป บุญ คุณ โทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ และไม่เข้าใจ ชีวิตนี้ตาม ความเป็นจริง	ท่านคิดว่าระบบการปกครอง ของคนยุคก่อนต้องการให้คน ได้การปกครองทำตัวดีจึง สร้างระบบความคิดเรื่อง นรก-สวรรค์ขึ้นมาช่วยให้ ปกครองง่าย				
(๑๕) เสแสรัง (มายา)	เมื่อท่านอยากได้อะไร บางอย่าง บางครั้งท่านไม่ บอกตรงๆ แต่ใช้วิธีการพูด เลียบเคียง หรือใช้กลยุทธ์ อื่นๆเพื่อให้ได้ตามความ ประสงค์				
(๑๖) มีเล่ห์ เหลี่ยม (สาลีโย)	เมื่อท่านต้องนำเสนอ ท่านมัก พูดเฉพาะสิ่งดี ไม่จำเป็นต้อง พูดความจริงให้หมดทุกแง่มุม				
(๑๗) โอ้อวด	เมื่อเข้าสู่สังคมท่านมักสบาย ใจในการแต่งตัวให้ดูภูมิฐาน น่าเชื่อถือ และพิถีพิถันในการ แต่งกายเสมอ				

เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วยให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๑๘) ถือตัว (มานะ)	ท่านรู้สึกว่าจะหากมีการ แบ่งแยกขอบเขตสถานที่ให้ ชัดเจนเช่นห้องอาหารสำหรับ นายทหารสัญญาบัตรชั้น ผู้ใหญ่ อยู่แยกกับห้องอาหาร ของทหารประทวนเป็นต้น เป็นสิ่งที่ดีงามเหมาะสมใน สังคม				
(๑๙) ปรารถนา ลามก	ลึกลับแล้วท่านให้ความสนใจ กับเพศตรงข้ามเสมอๆ การ ได้คุย ได้เห็นหน้าเพศตรง ข้ามที่มีหน้าตาดี หุ่นดี มักนำ ความกระปรี้กระเปร่าสดชื่น มาให้				
(๒๐) มักมาก ไม่สันโดษ	ท่านมักจะมีเครื่องแต่งกาย และเครื่องประดับ เช่น รองเท้า นาฬิกา แหวน เข็มขัด สร้อยคอ มากกว่า ๑-๒ ชิ้น				
(๒๑) แง้งอน	มีบางครั้งที่ท่านแอบน้อยใจ หรือองเมื่อท่านไม่ได้รับ ความสนใจจากเพื่อนฝูงหรือ คนในครอบครัว				

เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วย ให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๒๒) วิชา	หากมีเพื่อนร่วมงานที่ความรู้ความสามารถและอาวุโสน้อยกว่าท่าน แต่กลับได้รับการเลื่อนตำแหน่งก่อนท่าน อาจทำให้ท่านรู้สึกขัดใจอยู่ลึกๆ				
(๒๓) ความโกรธ	เมื่อท่านกำลังเข้าคิวเพื่อซื้ออาหารกลางวัน หากมีคนมาแทรกคิวโดยไม่มีมารยาท ท่านมักจะรู้สึกขัดใจ				
(๒๔) ความผูกโกรธ	ใครทำให้ท่านโกรธเคือง ท่านมักจำเรื่องราว หรือบุคคลไว้นานทีเดียว เมื่อคิดถึงเรื่องนี้ขึ้นมาเมื่อไหร่ก็มักอารมณ์ไม่ดีขึ้นมาทันที				
(๒๕) ความลบหลู่	ในใจลึกๆท่านคิดว่านายของท่านเขาก็ไม่ค่อยมีฝีมือสักเท่าไร ถ้าท่านได้ตำแหน่งนั้นล่ะก็ท่านทำได้ดีกว่าแน่นอน				
(๒๖) ความดีเสมอ	ท่านกับพี่ชายพี่สาวของท่านใช้สรรพนามเรียกกันเหมือนเพื่อน ไม่มีคำว่า “พี่”				

เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วย ให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๒๗) ความ ริษยา	ท่านหมั่นใส่เพื่อนร่วมงานที่ ชอบอวดร่ำอวดรวยด้วยการ ใช้รถยนต์ยี่ห้อหรู ของใช้เบ รנדเนม				
(๒๘) ความ ตระหนี่	ปกติท่านมักใช้จ่ายอย่าง ระมัดระวัง รู้คุณค่าของเงิน ไม่ค่อยได้ชวนเพื่อนฝูงไป ทานเลี้ยง โดยท่านออกเงินคน เดียวบ่อยนัก				
(๒๙) ความ หูดูเชื่องซึม	ท่านเป็นคนง่วงบ่อยๆ โดยเฉพาะช่วงบ่าย ถ้าจะขับ รถ นั่งรถ หรือเข้าฟังบรรยาย อาจทำให้ง่วงมากหรือหลับ ในได้				
(๓๐) ความ ฟุ้งซ่าน	ถ้าท่านมีเรื่องที่จะต้อง ตัดสินใจท่านมักคิดทบทวน ข้อมูลกลับไปกลับมาหลาย รอบ				
(๓๑) ความ รำคาญใจ	ปกติในหัวของท่านจะมีเรื่อง โน่นเรื่องนี้มากมายจน บางครั้งทำให้ออนหลับยาก				

เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วยให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๓๒) ความ สงสัย	ท่านมักสงสัย และตั้งคำถาม สิ่งที่จะต้องตัดสินใจอยู่เสมอ จนบางครั้งท่านก็ลังเลที่จะ เลือกเอาทางใดทางหนึ่ง				
(๓๓) ความ หลงยึดถือมั่น ด้วยสำคัญผิด	ท่านคิดว่าท่านมีความสำคัญ มากต่อองค์กรหรือแม้แต่ใน ครอบครัว หากไม่มีท่าน เหตุการณ์อาจแย่ลงอย่าง แน่นอน				
(๓๔) ความไม่ ปล่อยวาง	เมื่อท่านตัดสินใจทำอะไรสิ่ง หนึ่งไปแล้ว ท่านก็มัก ย้อนกลับมาคิดเสียดยาวว่า ท่านไม่น่าตัดสินใจแบบนี้ ไปเลย และอยากย้อนเวลา กลับคืนมาใหม่อีกครั้งหนึ่ง หรือไม่ก็พยายามที่จะทำ อะไรเพื่อชดเชยความ ผิดพลาดนั้นให้ได้				
(๓๕) ความ เสียสละ	หากท่านเห็นว่าสิ่งใดเป็นสิ่งที่ ดีงามแล้ว ท่านพร้อมที่จะ เสียสละร่างกาย แรงใจ หรือ ทุนทรัพย์เพื่อช่วยเหลืองาน นั้น				



เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วย ให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๓๖) ความ เด็ดขาด	เมื่อท่านตัดสินใจทำงานชิ้น หนึ่งชิ้นใดแล้วท่านมักไม่ ยอมล้มเลิกกลางคัน และจะ ทำงานถึงที่สุดเท่าที่จะทำได้				
(๓๗) ความ ใคร่เห็นพระ อริยเจ้า ทั้งหลาย	ท่านมีความปรารถนาอยาก พบพระภิกษุผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติ ชอบอยู่เสมอ หรืออย่างน้อยก็ อยากได้กราบไหว้ สักการะบูชาพุทธสถาน เนื่องๆ				
(๓๘) ความ ใคร่ฟังพระ สัทธรรม	ท่านสนใจฟังธรรม สนใจ อ่านหนังสือธรรมะ และอยาก พบปะพูดคุยสนทนาธรรมกับ บัณฑิตเสมอๆ				
(๓๙) ความ มากไปด้วย ปราโมทย์	เมื่อท่าน ได้ทำบุญใหญ่ หรือ ได้พบครูบาอาจารย์องค์ สำคัญ และได้ร่วมบุญกับ ท่าน ท่านมักมีปีติ สบายอก สบายใจ				

เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วย ให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๕๐) ความไม่ โอ้อวด	แม้จะมีความภูมิใจในความ ประพฤติกองตนแต่ท่านมัก พอใจที่จะเก็บไว้เงียบๆ ถ้าไม่ มีใครถามท่านก็จะไม่พูดถึง ความดีงามของตน				
(๕๑) ไม่มี มารยา	ท่านมักเป็นคนตรง พูดและ ทำอย่างที่คุณคิดเสมอ ไม่ชอบใช้ เล่ห์เหลี่ยมใดๆ				
(๕๒) ความ เลื่อมใส	ท่านเลื่อมใสในคุณแห่ง พระพุทธเจ้า คุณแห่งพระ สังฆกรรม และคุณแห่งพระ อริยสงฆ์ และคุณของพระ โพธิสัตว์ เมื่อได้ฟังเรื่องราว คุณงามความดีของท่าน เหล่านั้น บางครั้งก็จะเกิดปีติ จนน้ำตาคลอ				
(๕๓) เป็นผู้ว่า ง่าย	ตอนเด็ก ๆ ท่านเป็นผู้ว่านอน สอนง่าย รับฟังเหตุผลของ ผู้ใหญ่ และปฏิบัติตามกฎ เสมอๆ				

เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วยให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๔๔) มิมีตรดี	มิตรสหายของท่านส่วนมาก เป็นผู้ประกอบสัมมาอาชีพะ และเป็นผู้ที่ตั้งอยู่ในศีลธรรม อันดีงาม				
(๔๕) รู้จัก ประมาณใน การบริโภค	ท่านรักษาและควบคุม น้ำหนักให้คงที่ได้ดี และรู้จัก การรับประทานอย่างเรียบง่าย ไม่ฟุ้งเฟ้อเกินควร				
(๔๖) ความมี สติสัมปชัญญะ	โดยปกติท่านเป็นคนมี สติสัมปชัญญะเสมอ ไม่ หลงลืมอะไรบ่อยๆ เช่น ไม่ ค่อยลืมล็อคบ้าน ลืมครุฑ ทำ กุญแจหาย ทำกระเป๋าถือหาย และไม่ลืมนัดหมาย				
(๔๗) ความ หมั่นประกอบ ความเพียร	ท่านมีความขยันขันแข็ง รับผิดชอบงานในหน้าที่ไม่ บกพร่อง และหากท่านสนใจ ในการภาวนาแล้วท่านมัก ปฏิบัติภาวนาเป็นประจำทุก วัน				

เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วย ให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๔๘) ความ สังเวช	เมื่อท่านไปงานศพ ท่านมัก เกิดความสลดสังเวช ว่าชีวิต คนเราไม่แน่นอน เป็นของ น้อย ไม่ยั่งยืน ร่างกายและ ทรัพย์สินทั้งหลาย ไม่มีแก่นสาร สาระอะไร ควรรีบหมั่นสร้าง บุญกุศล ละเว้นจากบาปทั้ง ปวง และรีบเจริญภาวนาเสีย ที่				
(๔๙) มีความ เพียร โดยแยก กาย	ท่านเป็นผู้ที่หมั่นประกอบ คุณงามความดี และเจริญ ภาวนา ได้อย่างสม่ำเสมอ				
(๕๐) มากไป ด้วยการพูด	ท่านชอบการสนทนา ทั้งการ สนทนาในกลุ่มเพื่อนฝูงการ โทรศัพท์เพื่อพูดคุย รวมทั้ง การสนทนาผ่านเว็บไซต์ หรือสื่ออิเล็กทรอนิกส์				
(๕๑) ยินดีใน หมู่คณะ	ท่านมีเพื่อนฝูงจำนวนมาก ไปงานเลี้ยงรุ่นเป็นประจำทุก ปีไม่ค่อยขาด ท่านชอบคบไป มาหาผู้ ในหมู่ญาติมิตร เสมอๆ				

เนื้อหาตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบ	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็นด้วย ให้ค่า = 1	ไม่เห็น ด้วยให้ ค่า = -1	ไม่แน่ใจ ให้ค่า = 0	
(๕๒) ไม่ยินดี ในการภาวณา	โดยปกติท่านทำความสงบได้ ยาก เวลาไปภาวณามักมีเรื่อง ฟุ้งซ่านรบกวนเสมอไม่ค่อย สงบง่ายๆ				
(๕๓) มีการ งานไม่ แน่นอน	กิจวัตรประจำวันท่านมักไม่ แน่นอน เปลี่ยนแปลงไป เสมอๆ ท่านปรับตัวให้เข้ากับ สถานการณ์ได้ดี				
(๕๔) กลางคืน เป็นวัน กลางวันเป็น ไฟ	ช่วงกลางคืนท่านมักคิด วางแผนหรือคิดทบทวนสิ่งที่ ทำไป ส่วนในช่วงกลางวัน ท่านมีภารกิจวุ่นวายตลอดทั้ง วัน				
(๕๕) ความคิด พล่าน	ท่านมักควบคุมความคิดไม่ ค่อยได้ ในหัวสมองท่านมัก ผุดเรื่องโน้นเรื่องนี้อยู่ ตลอดเวลา				

เนื้อหาชุด ตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบชุดการ จำแนก (ก) ราคะและศรัทธาจริต (ข) โทสะและพุทธิจริต (ค) โมหะและวิตกจริต	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็น ด้วย = 1	ไม่เห็น ด้วย = -1	ไม่ แน่ใจ = 0	
(๑) ชุดตัวชี้วัด การมองคูรูป	(๕๖) เมื่อท่าน ไปงานมอเตอร์ โชว์และพบกับรถรุ่นใหม่ทีเพิ่ง เปิดตัวท่านจะ (ก) อยู่ดูนานหน่อย เปิดดูภายใน เก่ง ดูหน้าปัด เปิดดูเครื่องค้นหา และสอบถามข้อดีที่เห็นอรุ่นเก่า (ข) แล้วแต่เพื่อนที่ไปด้วย ถ้าเขา อยู่ดูนานก็ดูไปกับเขา ถ้าเขาจะ ไปเร็วๆ ก็ตามใจเขา (ค) แล้วแต่เพื่อนที่ไปด้วย ถ้าเขา อยู่ดูนานก็ดูไปกับเขา ถ้าเขาจะ ไปเร็วๆ ก็ตามใจเขา				
(๒) ชุดตัวชี้วัด ลักษณะ การ ยืน เดิน นั่ง นอน	(๕๗) ในอิริยาบถยืนและนั่งของ ท่านท่านมัก (ก) ยืนอกผายไหล่ผึ่ง นั่งหลัง ตรงสง่าผ่าเผยเป็นส่วนมาก (ข) ยืนตามสบาย นั่งตามสบาย ไม่ค่อยมีพิธีตรงมากนัก (ค) เก้งก้างหากอยู่ในพิธีใหญ่ๆ หากอยู่ส่วนตัวมักไม่ค่อยระวัง ชอบนั่งทับ โนนนืออยู่บ่อยๆ				

เนื้อหาชุด ตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบชุดการ จำแนก  (ก) ราคและศรัทธาจริต (ข) โทสะและพุทธิจริต (ค) โมหะและวิตกกจริต	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็น ด้วย = 1	ไม่เห็น ด้วย = -1	ไม่ แน่ใจ = 0	
(๒) ชุดตัวชี้วัด ลักษณะ การ ยืน เดิน นั่ง นอน	(๕๘) การเดินของท่าน (ก) ยกเท้าก้าวเร็วสม่ำเสมอ เดิน เรียบร้อย ไม่ค่อยสะดุดถึงของ (ข) เดินเร็วกว่าคนอื่นๆ ต้องคอย หยุดรอเพื่อน รองเท้าถ้าใช้ไป นานๆ ส่วนปลายเท้า จะเป็นรอย บวมและสันจะสึกมาก (ค) เดินช้า ๆ สบายๆ มักไม่รีบ ร้อน มีบางครั้งที่เดินสะดุด หรือ เผลอไปเหยียบอุจจาระสุนัข โดย ไม่ได้ตั้งใจ				
(๒) ชุด ตัวชี้วัด ลักษณะ การ ยืน เดิน นั่ง นอน	(๕๙) การนอนของท่าน (ก) ที่นอนเป็นระเบียบเรียบร้อย เสมอ ปลุกให้ลุกง่าย (ข) ที่นอนไม่ค่อยเป็นระเบียบ นักปลุกให้ลุกง่าย แต่มักหงุดหงิด ถ้าถูกรบกวนระหว่างหลับ (ค) ที่นอนไม่ค่อยเป็นระเบียบ นัก นอนคึกมาก และหากมีธุระ สำคัญแต่เช้าอาจต้องตั้งนาฬิกา ปลุกชกสองเรือน				

เนื้อหาชุด ตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบชุดการ จำแนก (ก) รากะและศรัทธาจริต (ข) โทสะและพุทธิจริต (ค) โมหะและวิตกจริต	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็น ด้วย = 1	ไม่เห็น ด้วย = -1	ไม่ แน่ใจ = 0	
(๓) ชุด ตัวชี้วัด ลักษณะการ บริโภคอาหาร	(๖๐) การรับประทานอาหาร (ก) ทานเรียบร้อย ค่อย ๆ ทาน (ข) ชอบทานอาหารคำโตๆ (ค) ทำหกหล่นอยู่บ่อยครั้ง				
	(๖๑) เมื่อได้อาหารที่รสชาติจัดจืด ไม่ค่อยได้เรื้อนัก (ก) ขอให้สะอาด มีคุณค่าทาง โภชนาการก็พอแล้ว (ข) แม่ครัวอยู่ไหน?/ มีน้ำปลา พริกไหม? เอามาควนเลย (ค) เพื่อนว่าไงก็ว่าตามกัน				
	(๖๒) เมนูไหนที่น่าสนใจที่สุด (ก) พิซซ่าร้อนๆ /ลาซานญา/ต่อ ด้วยทับทิมกรอบ น้ำกะทิหรือ ไอศกรีม สเวนเช่น ขนาดเอิร์ท เลวก (ข) ส้มตำแซ่บๆ /ต้มยำ/ต้มโคล้ง/ ยำเปรี้ยวๆเผ็ดๆ/ตามด้วยมะม่วง เปรี้ยวจิ้มน้ำปลาทหวาน (ค) อะไรๆก็ดีทั้งนั้น ขอให้ได้ กินฟรีและยกขโยงไปได้ทั้ง ก๊วน				



เนื้อหาชุด ตัวชี้วัด	คำถามในแบบทดสอบชุดการ จำแนก (ก) ราคและศรัทธาจริต (ข) โทสะและพุทธิจริต (ค) โมหะและวิตกจริต	คะแนนการพิจารณา			ข้อเสนอแนะ (ถ้ามี)
		เห็น ด้วย = 1	ไม่เห็น ด้วย = -1	ไม่ แน่ใจ = 0	
(๔) ชุด ตัวชี้วัดการ ทำงาน	(๖๓) วันที่ท่านตัดสินใจว่าจะทำ ความสะอาดบ้านครั้งใหญ่ ครั้ง ล่าสุดท่าน ..... (ก) ไม่รีบร้อนนัก ปิดกวาดเช็ดถู ให้สะอาดเรียบร้อยทุกซอกทุกมุม จัดวางของเป็นหมวดหมู่ ดูเป็น ระเบียบ แล้วปลื้มใจ (ข) ปิดกวาดหรือคั้นอย่างรวดเร็ว โยนของไม่ใช้ทิ้งๆ ไป กวาดถู อย่างขยันแข็ง แต่จัดวางของ อย่างไร ใครๆ เขาก็ว่าก็ยังคงอยู่ดี (ค) ทำนานมาก ช่วงเก็บของเก่าๆ ได้พบของเด็ดๆ เช่นจดหมายจาก แฟนครั้งมัธยมแต่บ้านไม่ค่อย สะอาดขึ้นเท่าไรนัก				

## ภาคผนวก ๓

## ตารางแสดงค่า IOC จากการขอความเห็นผู้เชี่ยวชาญ ๔ ท่าน

ข้อที่	พระราชสิทธิบัตร(วิ)	พระมหาสมบูรณ วฑฒิกโร	ดร.ประพันธ์ ศุภษร	ดร.พ.ปณวัสน์ กิตติมานนท์	เฉลี่ยในแต่ละข้อ	หมายเหตุ
1	1	0	0	0	0.25	ปรับแก้ตามคำแนะนำ
2	1	1	0	1	0.75	ใช้งานได้จริง
3	1	-1	1	1	0.50	ปรับแก้ตามคำแนะนำ
4	1	1	0	1	0.75	ใช้งานได้จริง
5	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
6	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
7	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
8	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
9	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
10	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
11	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
12	1	1	0	-1	0.25	ปรับแก้ตามคำแนะนำ
13	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
14	1	1	-1	0	0.25	ปรับแก้ตามคำแนะนำ
15	1	1	-1	1	0.50	ปรับแก้ตามคำแนะนำ
16	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
17	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
18	1	-1	1	1	0.50	ปรับแก้ตามคำแนะนำ
19	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
20	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
21	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
22	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
23	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
24	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
25	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
26	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
27	1	1	1	0	0.75	ใช้งานได้จริง
28	1	1	1	-1	0.50	ปรับแก้ตามคำแนะนำ
29	1	1	-1	-1	0.00	ปรับแก้ตามคำแนะนำ
30	1	1	-1	-1	0.00	ปรับแก้ตามคำแนะนำ
31	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
32	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
33	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
34	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
35	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
36	1	1	1	-1	0.50	ปรับแก้ตามคำแนะนำ
37	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
38	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
39	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
40	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
41	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
42	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
43	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
44	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
45	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
46	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
47	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
48	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
49	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
50	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
51	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
52	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
53	1	1	-1	0	0.25	ปรับแก้ตามคำแนะนำ
54	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
55	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
56	1	1	0	1	0.67	ใช้งานได้จริง
57	1	1	0	1	0.67	ใช้งานได้จริง
58	1	1	0	1	0.67	ใช้งานได้จริง
59	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
60	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
61	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
62	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
63	1	1	1	1	1.00	ใช้งานได้จริง
รวม	63	58	46	49	54.00	

ค่า IOC รวมทั้งฉบับ= 0.86

## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาบาลี – ไทย :

#### ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาฯ เติปฏิทิน ๒๕๐๐ .

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๐๖.

\_\_\_\_\_. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_. อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๓-๒๕๓๔, ๒๕๔๕.

\_\_\_\_\_. ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๕-๒๕๔๕.

\_\_\_\_\_. ปกรณวิเสศภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๓๕๓๕-๓๕๔๓. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๕-๒๕๔๓.

พระมหากัจจายนะเถระ. เนติปกรณ์ แปลและอธิบายโดยพระคันธสาราภิงศ์ โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล. ชุด ๕๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

#### ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

##### (๑) หนังสือ :

พระญาณชชะ. ปรมัตถทีปนี. แปลโดย พระคันธสาราภิงศ์. พิมพ์ครั้งที่ ๔ . กรุงเทพมหานคร : หจก. ประยูรสาสน์ไทยการพิมพ์, ๒๕๕๒

บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. คู่มือการทำวิทยานิพนธ์. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). วิปัสสนาในการทำงาน. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๕๐.

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). **สมาธิและวิปัสสนาตามธรรมชาติ**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๕.

\_\_\_\_\_. **วิปัสสนาในการทำงาน**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๕๐).

\_\_\_\_\_. **พุทธธรรม (ฉบับเดิม)**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๔.

\_\_\_\_\_. **พุทธธรรม : ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๔๖ . กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **การเกิดเป็นทุกข์ เกิดดีเป็นสุข**. กรุงเทพมหานคร : พิมพ์สวย, ๒๕๔๘.

\_\_\_\_\_. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๕๑.

\_\_\_\_\_. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๖. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๕๑.

พระมหาเทียบ สิริญาโณ (มาลัย). **การใช้ภาษาบาลี**. พิมพ์ครั้งที่ ๑ กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย., ๒๕๔๗)

พระแสนปราชญ์ ฐิตสัทโธ/เสาศิริ. **การศึกษาเชิงวิเคราะห์หัตถ์ปฏิฐานภถาในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค**. กรุงเทพมหานคร : เอ็มแอล ครีเอชั่น พรินติ้ง, ๒๕๕๒.

พระอุปติสสเถระ.**วิมุตติมรรค**.แปลโดย พระราชวรมุนี (ประยูร ฐมฺมจิตฺโต) และคณะจากต้นฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา และคณะ. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สยาม, ๒๕๔๑.

พุทธทาสภิกขุ. **แก่นพุทธศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๐๔.

\_\_\_\_\_. **ความเจ็บไข้มาเตือนให้ฉลาด**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : สุภาพใจ, ๒๕๔๕.

\_\_\_\_\_. **คู่มือมนุษย**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๐๑.

\_\_\_\_\_. **ตัวกูของกู ฉบับสมบูรณ์**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

\_\_\_\_\_. **ทำไมวิปัสสนาจึงล้มเหลว**. กรุงเทพมหานคร : สุภาพใจ, ๒๕๔๕.

\_\_\_\_\_. **ภาษาคน-ภาษาธรรม**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา.

พุทธทาสภิกขุ. **สมาธิและวิปัสสนาตามธรรมชาติ**, กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๕.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒**. กรุงเทพมหานคร : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์, ๒๕๔๖.

(๒) งานวิจัย :

กัณฑ์ทิพย์ ชลวิสุทธิ. การศึกษาวิเคราะห์พระอภิธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่นำไปใช้กับชีวิตประจำวันได้. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุลราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

กนกกาญจน์ สนิทบาล. การศึกษาบุคลิกภาพตามแนวจิต ๖ ในพุทธศาสนาของผู้บริหารโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี. **ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีปทุม, ๒๕๕๒.

ไชยฉพล อภินันท์ลีลา. ศึกษาเปรียบเทียบวิธีพัฒนาภูมิปัญญาตามพระพุทธศาสนาและวิทยาศาสตร์. **อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๒.

นางเยาว์ ชาญณรงค์. ศึกษาเปรียบเทียบการทำสมาธิของพุทธศาสนา และสมาธิแบบ ที-เอ็ม, **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๒๕.

นันทพล โรจนโกศล. การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขันธ ๕ กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

\_\_\_\_\_. **อายตนะ : สนามแห่งความรู้ในพุทธจิตวิทยา**. **สารนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

ปัทมาวรรณ สิงห์ศรี. การศึกษาระบบการจัดการความรู้ในสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษา: กรณีศึกษามหาวิทยาลัยพายัพ. **วิทยานิพนธ์พาณิชยศาสตร์และการบัญชีมหาบัณฑิต**. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๐.

พัชรินทร์ พรชัยสำเร็จผล. ศึกษาสังโยชน์ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๓ เดือน. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พรรณราย รัตนไพฑูรย์. การศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ). **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔

พระเชมวัฒน์ ธรรมกุล. บุคลิกภาพตามแนวพุทธศาสนาของครูโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษาจังหวัดเลย. **ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๔๔.

พระครูปริยัติพรหมคุณ (เกษม รวีณฺโณ) ศึกษาปัจจัยปริศนาคณาน ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พระปลัดพงษ์ศักดิ์ ฐมฺมวโร(อภัยโส). ศึกษาสังขารเบกขาญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พระครูภาวนาวรรณรักษ์ (วิทยา กัลณฺธมฺโง). ศึกษาภังคานุปัสสนาญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พระครูสมุห์ประเสริฐ จารุฑมฺโง (ใหญ่มีศักดิ์). การศึกษาอปปมัญญา ๔ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พระธีรวัฒน์ บุญทอง. สมာธิในพระพุทธศาสนาการศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องชยานะในพระพุทธศาสนามหายานกับฉานในพระพุทธศาสนาเถรวาท. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.

พระฟอง อภิวิณฺโณ (สวัสดิ์). การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวคิด เรื่อง ‘จิตว่าง’ ของท่านพุทธทาส. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

พระมหาสมพงษ์ ภาฑูจาโร. ศึกษาวิเคราะห์นิเวศ ๕ อันเป็นธรรมารมณของวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พระศรีธีรวงศ์ สจจวโร(สมัย ต้นสอน). ศึกษาขณูณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๑ เดือน. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๓.**

พระสมเกียรติ ปริณญา (เพชรอริยวงศ์). การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวคิด เรื่อง ‘ตถตา’ ตามทรรสนะของท่านพุทธทาส. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.**

แม่ชีปารมิตา บุญประเสริฐ. การศึกษาวิเคราะห์โพชนงค์ในสติปัฏฐาน ๔. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.**

แม่ชีระวีวรรณ งานวิสุทธิพันธ์. การศึกษาสภาพญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐาน วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.**

ลดดา แก้วกูร. ศึกษาวิธีการสอนกรรมฐานของพระเกจิอาจารย์ในสังคมไทย โดยเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกรรมฐานของสำนักหลวงพ่อดปากน้ำกับสำนักหลวงพ่อดาษีสิงคำ. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๓.**

ศักดิ์ชัย อนันต์ตรีชัย. จริยศาสตร์ในการดำเนินธุรกิจของพระพุทธศาสนิกายเถรวาท. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.**

สมศักดิ์ ดวงสีเสน. ศึกษาเชิงวิเคราะห์การปฏิบัติของพุทธศาสนิกชนไทยในหลักธรรมว่าด้วยบุญกิริยาวัตถุ ๓ ได้แก่ การทำทาน รักษาศีล และการเจริญภาวนา. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๔.**

สุนันท์ เพ็ชรพิรุณ. การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องการพัฒนาปัญญาตามทรรสนะของพุทธทาสภิกขุ. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสนามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.**

เสนาะ ผดุงฉัตร. การศึกษาเชิงวิเคราะห์อานาปานสติภาวนาในคัมภีร์ปฏิบัติมกิตามรรค. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.**

อรทัย ท้าวสัน. ศึกษาเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกรรมฐานแบบวัดอโศการาม กับวัดพระธรรมกาย, **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๑.**

อัยภูวงศ์ สุวรรณมิตสระ. การศึกษาไตรลักษณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน๔: เฉพาะ  
กรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิต  
วิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

## ๒. ภาษาอังกฤษ :

### A. Books :

Analyo. **Satipatthana : The direct path to realization.** British : Windhorse Publications,  
2004.

Bhadantācariya Buddhaghosa. The Path of Purification : tr. by bhikkhu Ñānamoli. Singapore  
Buddhist Maditation Center,1956.

### B. Research :

Mr.Dduangdee Aot-Soo. The study of carita (temperament) in Theravada Buddhism and it's  
application to daily lives. **Master of Arts(Buddhist Studys)** . Graduate School :  
Mahachulalongkornrajavidyalaya Univesity, 2010.



ภาคผนวก ๑

แบบทดสอบเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา

(ผ่านกระบวนการทดสอบความเที่ยงตรงแล้ว)

แบบทดสอบชุดนี้ สร้างขึ้นเพื่อค้นหา จริต ของผู้ทดสอบโดยผลที่ได้จากการทดสอบสามารถนำไปช่วยในการเลือกกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริต อันได้แก่สติปัญญาหมวดที่เหมาะสมและสมถกรรมฐานที่จะช่วยเสริมการเจริญสติปัญญาได้

แบบทดสอบนี้แบ่งเป็น ๒ ตอนคือ

ตอนที่ ๑ ให้ผู้ตอบเลือกตอบ ๑-๕ โดยมีหลักเกณฑ์การตอบและการให้คะแนนดังนี้

ตรงกับผู้ตอบมากที่สุด                      เลือกให้คะแนน ๕

ค่อนข้างตรง                                      เลือกให้คะแนน ๔

ไม่แน่ใจ    เลือกให้คะแนน ๓

ไม่ค่อยตรง                                      เลือกให้คะแนน ๒

ไม่ตรง    เลือกให้คะแนน ๑

ตอนที่ ๒ ให้ผู้ตอบเลือก ข้อ (ก) หรือ (ข) หรือ (ค) ที่ใกล้เคียงกับตัวท่านมากที่สุด

---

ข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ชื่อ..... เพศ.....

อายุ.....อาชีพ.....

ตำแหน่ง.....สถานที่ทำงาน.....

คุณวุฒิการศึกษา .....

## แบบทดสอบเครื่องมือจำแนกจริต ตอนที่ ๑

ข้อที่	คำถาม	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มากที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๑	ท่านสังเกตได้ว่า ท่านมีความอยากได้สิ่งต่างๆ อยู่เสมอๆ ในการดำเนินชีวิต เช่นท่านมักซื้อของใช้ที่มีคุณภาพดีและมียี่ห้อที่คนส่วนใหญ่ให้การยอมรับ แม้ว่าจะมีราคาสูงบ้างก็ยอม หรือในช่วงลดราคาท่านก็มักซื้อของเพราะมียี่ห้อดังราคาถูก แม้สิ่งนั้นอาจไม่ค่อยจำเป็นในการดำรงชีพมากนัก					
๒	ท่านชอบความสุข ชอบความสบาย					
๓	ท่านชอบความสงบ ชอบพักผ่อนสบายๆ ในที่ไม่มีใครรบกวนาย บางครั้งก็มีความสุขที่ได้ปลีกตัวมาอยู่คนเดียวเงียบๆ เสียบ้าง					
๔	ท่านสามารถเข้าถึงความสงบได้ง่าย สามารถฝึกกรรมฐานแล้วสงบได้ง่าย					
๕	ท่านมีความคิดความเห็นมาก ฟุ้งซ่านได้ง่าย					
๖	ท่านมักยึดมั่นในความเห็นของตน ชอบหรือพอใจที่ได้ทำตามความเห็นของตนแม้จะมีผู้ทัดทานบ้าง					
๗	ท่านชอบแสดงความคิดเห็นของตนให้ผู้อื่นทราบ					
๘	ในการเจริญกรรมฐานท่านทำความสงบได้ยาก สงบได้ไม่นาน มักฟุ้งซ่าน					
๙	ท่านชอบใช้เหตุผล ไตร่ตรองข้อมูล ก่อนการตัดสินใจ					
๑๐	ท่านมักตัดสินใจเลือกซื้อบ้าน หรือรถยนต์ ด้วยความรู้สึก หรือญาณสังหรณ์หรือญาณทิพย์					

ข้อที่	คำถาม	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มากที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๑๑	ท่านมีศรัทธาในพระพุทธศาสนาแรงกล้า หมั่นเจริญกรรมฐานอย่างสม่ำเสมอ และสามารถทำใจได้อย่างรวดเร็วเมื่อมีการพลัดพรากสูญเสีย					
๑๒	เมื่อมีข่าวไม่ดีในวงการสงฆ์ท่านไม่เคยเสื่อมศรัทธา และโดยปกติท่านตั้งใจรักษาศีล ๕ ให้ครบทุกข้อ และสวดมนต์ ทำสมาธิภาวนาอย่างจริงจังจั้งนัก และคิดว่าพุทธธรรมมีความจำเป็นในการดำรงชีวิตมาก					
๑๓	ท่านเชื่อว่าการทำบุญและการทำบาปเป็นสิ่งที่สามารถส่งผลต่อสุขทุกข์ในชีวิตได้อย่างมาก แต่กระนั้นเอง ชีวิตก็เป็นของไม่แน่นอนเสมอ					
๑๔	ท่านไม่ค่อยเชื่อมั่นว่ามีนรก-สวรรค์ และกฎแห่งกรรม ที่ว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว คิดว่าบางทีสิ่งเหล่านี้เป็นเพียงแค่ความเชื่อของคนบางกลุ่มเท่านั้น					
๑๕	บางครั้งท่านก็ต้องแกเล็งทำเป็นยินดีตามมารยาททางสังคม กับเพื่อนร่วมงานเมื่อเขาได้เลื่อนตำแหน่ง แม้ใจจริงอาจไม่ได้ยินดีด้วยกับเขา หรือบางครั้งยังแอบอิจฉาอยู่ลึกๆ					
๑๖	เมื่อท่านต้องนำเสนอ ท่านมักพูดเฉพาะสิ่งดี ไม่จำเป็นต้องพูดความจริงให้หมดทุกแง่มุม					
๑๗	เมื่อเข้าสู่สังคมท่านมักสบายใจในการแต่งตัวให้ดูภูมิฐาน น่าเชื่อถือ และพิถีพิถันในการแต่งกายเสมอ					

ข้อที่	คำถาม	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มากที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๑๘	ท่านรู้สึกว่หากมีการแบ่งแยกขอบเขตสถานที่ให้ชัดเจนเช่นห้องสโมสรร้านอาหาร VIP สำหรับผู้บริหารเท่านั้น ไม่อนุญาตให้พนักงานธรรมดามาใช้ เป็นสิ่งที่ดีงามเหมาะสมแล้วในสังคม					
๑๙	ลึกลงแล้วท่านให้ความสนใจกับเพศตรงข้ามเสมอๆ การได้คุย ได้เห็นหน้าเพศตรงข้ามที่มีหน้าตาดี หุ่นดี มักนำความกระปรี้กระเปร่าสดชื่นมาให้					
๒๐	ท่านมักจะมีเครื่องแต่งกายและเครื่องประดับ เช่น รองเท้า นาฬิกา แหวน เข็มขัด สร้อยคอ มากกว่า ๑-๒ ชิ้น					
๒๑	มีบางครั้งที่ท่านแอบน้อยใจ หรืออนเมื่อท่านไม่ได้รับคามสนใจจากเพื่อนฝูงหรือคนในครอบครัว					
๒๒	หากมีเพื่อนร่วมงานที่ความรู้ความสามารถและอาวุโสน้อยกว่าท่าน แต่กลับได้รับการเลื่อนตำแหน่งก่อนท่าน อาจทำให้ท่านรู้สึกขจัดใจอยู่ลึกลง					
๒๓	เมื่อท่านกำลังเข้าแถวเพื่อซื้ออาหารกลางวัน หากมีคนมาแทรกแถวโดยไม่มีมารยาทท่านมักจะรู้สึกขจัดใจ					
๒๔	ใครทำให้ท่านโกรธเค้น ท่านมักจำเรื่องราว หรือบุคคลไว้นานทีเดียว เมื่อคิดถึงเรื่องนี้ขึ้นมาเมื่อไหร่ ก็มักอารมณ์ไม่ดีขึ้นมาทันที					
๒๕	ในใจลึกลงท่านคิดว่านายของท่านเขาก็ไม่ค่อยมีฝีมือสักเท่าไร ถ้าท่านได้ตำแหน่งนั้นละก็ท่านทำได้					

	ดีกว่าแน่นอน					
ข้อที่	คำถาม	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มากที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๒๖	ท่านกับพี่ชายพี่สาวของท่านใช้สรรพนามเรียกกันเหมือนเพื่อน ไม่มีคำว่า “พี่”					
๒๗	ท่านหมั่นใส่เพื่อนร่วมงานที่ชอบอวดร่ำอวดรวย ด้วยการใช้รถยนต์ยี่ห้อหรู ของใช้แบรนด์เนม					
๒๘	ปกติท่านมักใช้จ่ายอย่างระมัดระวัง เสียหายเงิน ในเรื่องที่ไม่จำเป็นนัก เช่นท่านไม่ค่อยได้ชวนเพื่อนฝูงไปทานเลี้ยง โดยท่านออกเงินคนเดียวบ่อยนัก					
๒๙	ท่านเป็นคนง่วงนอนบ่อยๆ ถ้านั่งรถ หรือเข้าฟังบรรยาย อาจทำให้ง่วงมากหรือผลอหลับได้					
๓๐	ปกติท่านจะเป็นคนคิดโน่นคิดนี่บ่อยๆ สักเกตได้ว่า ถ้าวางนั้งสมาธินิ่งๆ มักนั่งได้ไม่นานนัก จะมีเรื่องฟุ้งซ่านเข้ามาในหัวบ่อยๆ					
๓๑	ปกติในหัวของท่านจะมีเรื่องโน่นเรื่องนี้มากมายจนบางครั้งทำให้ง่วงนอนหลับยาก					
๓๒	ท่านมักสงสัย และตั้งคำถามสิ่งที่จะต้องตัดสินใจอยู่เสมอ จนบางครั้งท่านก็ลังเลที่จะเลือกเอาทางใดทางหนึ่ง					
๓๓	ท่านคิดว่าท่านมีความสำคัญมากต่อองค์กรหรือแม้แต่ในครอบครัว หากไม่มีท่าน เหตุการณ์อาจแย่ลงอย่างแน่นอน					

ข้อที่	คำถาม	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มากที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๓๔	เมื่อท่านตัดสินใจทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งไปแล้ว ท่านก็มักย้อนกลับมาคิดเสียดยว่า ท่านไม่น่าตัดสินใจแบบนั้นไปเลย และอยากย้อนเวลากลับคืนมาใหม่อีกครั้งหนึ่ง หรือไม่ก็พยายามที่จะทำอะไรเพื่อชดเชยความผิดพลาดนั้นให้ได้					
๓๕	หากท่านเห็นว่าสิ่งใดเป็นสิ่งที่ดีงามแล้ว ท่านพร้อมที่จะเสียสละแรงกาย แรงใจ หรือทุนทรัพย์เพื่อช่วยเหลืองานนั้น					
๓๖	เมื่อท่านปักใจที่จะทำงานชิ้นหนึ่งชิ้นใดแล้วท่านมักไม่ยอมล้มเลิกกลางคันแม้มีอุปสรรค และจะพยายามทำงานถึงที่สุดเท่าที่จะสามารถทำได้					
๓๗	ท่านมีความปรารถนาอยากพบพระภิกษุผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบอยู่เสมอ หรืออย่างน้อยก็อยากได้กราบไหว้สักการะบูชาพุทธสถานเนื่องๆ					
๓๘	ท่านสนใจฟังธรรม สนใจอ่านหนังสือธรรมะ และอยากพบปะพูดคุยสนทนาธรรมกับบัณฑิตเสมอๆ					
๓๙	เมื่อท่านได้ทำบุญใหญ่ หรือได้พบครูบาอาจารย์องค์สำคัญ และได้ร่วมบุญกับท่าน ท่านมักมีปีติ สบาย ออกสบายใจ					
๔๐	แม้จะมีความภูมิใจในความประพฤติกองตนแต่ท่านมักพอใจที่จะเก็บไว้เงียบๆ ถ้าไม่มีใครถามท่านก็จะไม่พูดถึงความดีงามของตน					

ข้อที่	คำถาม	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มากที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๔๑	ท่านมักเป็นคนตรง พูดและทำอย่างที่คุณคิดเสมอ ไม่ชอบใช้เล่ห์เหลี่ยมใดๆ					
๔๒	ท่านเลื่อมใสในคุณแห่งพระพุทธเจ้า คุณแห่งพระสังฆกรรม และคุณแห่งพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า และคุณของพระโพธิสัตว์ เมื่อได้ฟังเรื่องราวคุณงามความดีของท่านเหล่านั้น บางครั้งก็จะเกิดปีติจนน้ำตาคลอ					
๔๓	ตอนเด็ก ๆ ท่านเป็นผู้ว่านอนสอนง่าย รับฟังเหตุผลของผู้ใหญ่ และปฏิบัติตามกฎเสมอๆ					
๔๔	มิตรสหายของท่านส่วนมากเป็นผู้ประกอบสัมมาอาชีพ และเป็นผู้ที่ตั้งอยู่ในศีลธรรมอันดีงาม					
๔๕	ท่านรักษาและควบคุมน้ำหนักให้คงที่ได้ดี และรู้จักการรับประทานอาหารอย่างเรียบง่ายไม่ฟุ้งเฟ้อเกินควร					
๔๖	โดยปกติท่านเป็นคนมีสติสัมปชัญญะเสมอ ไม่หลงลืมอะไรบ่อยๆ เช่น ไม่ค่อยลืมถือคบ้าน ล้อครด ทำกุญแจหาย ทำกระเป๋าถือหาย และไม่ลืมนัดหมาย					
๔๗	ท่านมีความขยันขันแข็งรับผิดชอบงานในหน้าที่ไม่บกพร่อง และหากท่านสนใจในการภาวนาแล้วท่านมักปฏิบัติภาวนาเป็นประจำทุกวัน					
๔๘	เมื่อท่านไปงานศพ ท่านมักเกิดความสลดสังเวช ว่าชีวิตคนเราไม่แน่นอน เป็นของน้อย ไม่ยั่งยืน ร่างกายและทรัพย์ทั้งหลาย ไม่มีแก่นสารสาระอะไร ควรรีบหมั่นสร้างบุญกุศล ละเว้นจากบาปทั้งปวง และรีบเจริญภาวนาเสียที					

ข้อที่	คำถาม	ความสอดคล้องกับตัวท่าน				
		มากที่สุด	มาก	ไม่ แน่ใจ	น้อย	น้อย ที่สุด
๔๙	ท่านเป็นผู้ที่หมั่นประกอบคุณงามความดี และเจริญ ภavana ได้อย่างสม่ำเสมอ					
๕๐	ท่านชอบการสนทนา ทั้งการสนทนาในกลุ่มเพื่อน ฝูงการโทรศัพท์เพื่อพูดคุย รวมทั้งการสนทนาผ่าน เว็บบอร์ดหรือสื่ออิเล็กทรอนิกส์					
๕๑	ท่านมีเพื่อนฝูงจำนวนมาก ไปงานเลี้ยงรุ่นเป็น ประจำทุกปีไม่ค่อยขาด ท่านชอบคบไปมาหาสู่ ใน หมู่ญาติมิตรเสมอๆ					
๕๒	โดยปกติท่านทำความสงบได้ยาก เวลาไปภาวนามาก มีเรื่องฟุ้งซ่านรบกวนเสมอไม่ค่อยสงบง่ายๆ					
๕๓	ท่านรู้สึกว่มาตรฐานการทำงานของท่านมักไม่ค่อย คงที่ ขึ้นอยู่กับสภาพร่างกายจิตใจ และอารมณ์ในวัน นั้นๆ					
๕๔	ช่วงกลางคืนท่านมักคิดวางแผนหรือคิดทบทวนสิ่ง ที่ทำไป ส่วนในช่วงกลางวันท่านมีภารกิจวุ่นวาย ตลอดทั้งวัน					
๕๕	ท่านมักควบคุมความคิด ไม่ค่อยได้ ในหัวสมองท่าน มักผูกเรื่องโน้นเรื่องนี้อยู่ตลอดเวลา					



แบบทดสอบตอนที่ ๒ ข้อ ๕๖ – ๖๓ ให้ผู้ตอบ เลือกข้อ (ก) (ข) หรือ (ค) เพียงข้อเดียวที่ตรงกับท่านมากที่สุด

๕๖ เมื่อท่านไปงานมอเตอร์โชว์และพบกับรถรุ่นใหม่เพิ่งเปิดตัวท่านจะ

- (ก) อยู่ดูนานหน่อย เปิดดูภายในเก่ง ดูหน้าปัด เปิดดูเครื่องค้นหาและสอบถามข้อดีที่เหนือรุ่นเก่า
- (ข) ดูอย่างรวดเร็ว และคิดว่ารถออกใหม่ ๆ ส่วนใหญ่ยังมีข้อบกพร่อง รอให้รถรุ่นนี้ขายไปซักระยะก่อนดีกว่า
- (ค) แล้วแต่เพื่อนที่ไปด้วย ถ้าเขาอยู่ดูนานก็ดูไปกับเขา ถ้าเขาจะไปเร็วๆ ก็ตามใจเขา

๕๗ ในอิริยาบถยืนและนั่งของท่าน

- (ก) ยืนอกผายไหล่ผึ่ง นั่งหลังตรงสง่าผ่าเผยเป็นส่วนมาก
- (ข) ยืนตามสบาย นั่งตามสบายไม่ค่อยมีพิธีรีตรองมากนัก
- (ค) เก๋ๆกึ่งๆหากอยู่ในพิธีใหญ่ๆ หากอยู่ส่วนตัวมักไม่ค่อยระวังชอบนั่งทับโน่นนี่อยู่บ่อยๆ

๕๘ การเดินของท่าน

- (ก) ยกเท้าก้าวเร็วสม่ำเสมอ เดินเรียบร้อย ไม่ค่อยสะดุดสิ่งของ
- (ข) เดินเร็วกว่าคนอื่นๆ ต้องคอยหยุดรอเพื่อน รองเท้าถ้าใช้ไปนานๆส่วนปลายเท้า จะเป็นรอยบวมและสันจะสึกมาก
- (ค) เดินช้า ๆ สบายๆ มักไม่รีบร้อน มีบางครั้งเดินสะดุด หรือผลอไปเหยียบอุจจาระสุนัขโดยไม่ได้ตั้งใจ

๕๙ การนอนของท่าน

- (ก) ที่นอนเป็นระเบียบเรียบร้อยเสมอ ปลุกให้ลุกง่าย
- (ข) ที่นอนไม่ค่อยเป็นระเบียบนักปลุกให้ลุกง่าย แต่มักหงุดหงิดถ้าถูกรบกวนระหว่างหลับ
- (ค) ที่นอนไม่ค่อยเป็นระเบียบนัก นอนดิ้นมาก และหากมีธุระสำคัญแต่เช้าอาจต้องตั้งนาฬิกาปลุกซักสองเรือน

๖๐ การรับประทานอาหาร

- (ก) ทานเรียบร้อย ค่อย ๆ ทาน
- (ข) ชอบทานอาหารคำโตๆ
- (ค) ทำหกหล่นอยู่บ่อยครั้ง

๖๑ เมื่อได้อาหารที่รสชาติจัดจืดไม่ค่อยได้รื่องนัก

- (ก) ขอให้สะอาด มีคุณค่าทางโภชนาการก็พอแล้ว
- (ข) แม่ครัวอยู่ที่ไหน? มีน้ำปลาพริกไหม? เอามาควั่นเลย
- (ค) เพื่อนว่าไงก็ว่าตามกัน

๖๒ เมนูไหนที่น่าสนใจที่สุด

- (ก) พิซซ่าร้อนๆ /ลาซานญา/ต่อด้วยทับทิมกรอบน้ำกะทิหรือไอศกรีม สเวนเช่น ขนาดเอิร์ท  
เค้ก
- (ข) ส้มตำแซ่บๆ /ต้มยำ/ต้ม โคลิ่ง/ยำเปรี้ยวๆเผ็ดๆ/ตามด้วยมะม่วงเปรี้ยวจิ้มน้ำปลาหวาน
- (ค) อะไรก็ดีทั้งนั้น ขอให้ได้ยกขโยงไปได้ทั้ง ก๊วน

๖๓ วันที่ท่านตัดสินใจว่าจะทำความสะอาดบ้านครั้งใหญ่ ครั้งล่าสุดท่าน

- (ก) ไม่รีบร้อนนัก ปัดกวาดเช็ดถูให้สะอาดเรียบร้อยทุกซอกทุกมุม จัดวางของเป็นหมวดหมู่ ดูเป็นระเบียบ แล้วปลื้มใจ
- (ข) ปัดกวาดรีบร้อนอย่างรวดเร็ว โยนของไม่ใช้ทิ้งๆไป กวาดถูอย่างขยันแข็ง แต่จัดวางของอย่างไร ใครๆเขาก็ว่าก็ยังดูรกอยู่ดี
- (ค) ทำนานมาก ช่วงเก็บของเก่าๆ ได้พบของเด็ดๆ เช่นจดหมายจากแฟนครั้งมัธยมแต่บ้านไม่ค่อยสะอาดขึ้นเท่าไรนัก

### คู่มือการให้คะแนน ประมวลผลแบบทดสอบ และข้อแนะนำกรรฐาน

เมื่อผู้ที่ทำกรทดสอบเรียบร้อยแล้ว คะแนนของคำตอบแต่ละข้อมีดังนี้ ถ้าตอบว่าความ สอดคล้องกับตัวท่านมีระดับ

มากที่สุด	ให้ ๕ คะแนน
มาก	ให้ ๔ คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้ ๓ คะแนน
น้อย	ให้ ๒ คะแนน
น้อยที่สุด	ให้ ๑ คะแนน

#### ตอนที่ ๑ แบบทดสอบวัดความเป็นต้นหาจริตจำนวน ๔ ข้อ

ข้อ ๑ - ๔ เป็นแบบวัดจริต ๒ ส่วนของต้นหาจริต (คือความเป็นคนประเภทมีความ อยากรมาก รักสุข รักสบาย รักความสงบ สามารถทำความสงบได้ง่าย) ให้รวมคะแนนในหมวดนี้ข้อ ๑-๔ แล้วนำมาแปรผลดังนี้

ช่วงคะแนน	๑๖ - ๒๐	แสดงว่ามีความเป็นต้นหาจริตอยู่ในเกณฑ์สูงมาก
ช่วงคะแนน	๑๒ - ๑๕	แสดงว่ามีความเป็นต้นหาจริตอยู่ในเกณฑ์สูง
ช่วงคะแนน	๘ - ๑๑	แสดงว่ามีความเป็นต้นหาจริตอยู่ในเกณฑ์ต่ำ
ช่วงคะแนน	๔ - ๗	แสดงว่ามีความเป็นต้นหาจริตอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก

#### ตอนที่ ๒ แบบทดสอบวัดความเป็นทิวฐิจจริตจำนวน ๔ ข้อ

ข้อ ๕ - ๘ เป็นแบบวัดจริต ๒ ส่วนของทิวฐิจจริต (คือผู้ที่มีความคิดความเห็นมาก ยึดมั่น ในความเห็นตนเอง คือรู้ัน ชอบเอาชนะ คิดมาก ฟุ้งชานง่าย) ให้รวมคะแนนในหมวดนี้ข้อ ๕-๘ แล้วนำมาแปรผลดังนี้

ช่วงคะแนน	๑๖ - ๒๐	แสดงว่ามีความเป็นทิวฐิจจริตอยู่ในเกณฑ์สูงมาก
ช่วงคะแนน	๑๒ - ๑๕	แสดงว่ามีความเป็นทิวฐิจจริตอยู่ในเกณฑ์สูง
ช่วงคะแนน	๘ - ๑๑	แสดงว่ามีความเป็นทิวฐิจจริตอยู่ในเกณฑ์ต่ำ
ช่วงคะแนน	๔ - ๗	แสดงว่ามีความเป็นทิวฐิจจริตอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก

### ตอนที่ ๓ แบบทดสอบความแก่กล้าของปัญญา จำนวน ๖ ข้อ

ข้อ ๕-๑๔ เป็นแบบวัดในเรื่องความแก่กล้าของปัญญาตามหลักพระพุทธศาสนา (ความมีเหตุมีผล การสืบสาวหาสาเหตุ การไตร่ตรอง ความเจ็บแหม่มของปัญญาที่รู้รอบตามความเป็นจริง) ให้รวมคะแนนข้อ ๕-๑๔ หมวดนี้แล้วนำมาแปรผลดังนี้

- ช่วงคะแนน ๒๔ – ๓๐ แสดงว่ามีความเป็นผู้มีปัญญาแก่กล้า
- ช่วงคะแนน ๑๘ – ๒๓ แสดงว่ามีความเป็นผู้ค่อนข้างมีปัญญาแก่กล้า
- ช่วงคะแนน ๑๒ – ๑๗ แสดงว่ามีความเป็นผู้ค่อนข้างมีปัญญาไม่แก่กล้า
- ช่วงคะแนน ๖ - ๑๑ แสดงว่ามีความเป็นผู้มีปัญญาไม่แก่กล้า

เมื่อทำข้อสอบครบ ๑๔ ข้อและแปรความหมายแล้ว สามารถเลือกสติปัญญาหมวดที่เหมาะสมกับตนเองได้ดังตารางต่อไปนี้

จริต	ปัญญา	แนวทาง	สติปัญญาหมวดที่เหมาะสม	แก้สัญญาวิปลาส
ตัณหาจริต	ไม่แก่กล้า	สมถยานิก	กายนุสสนาสติปัญญา	(กาย)สวय
ตัณหาจริต	แก่กล้า	สมถยานิก	เวทนานุสสนาสติปัญญา	(เวทนา)สุข
ทกฺขิณฺณจริต	ไม่แก่กล้า	วิปัสสนายานิก	จิตตานุสสนาสติปัญญา	(จิต)เที่ยง
ทกฺขิณฺณจริต	แก่กล้า	วิปัสสนายานิก	ธรรมานุสสนาสติปัญญา	เป็นตัวตน

#### ตอนที่ ๔ แบบทดสอบวัดจิต ๖ ส่วนราคะจิตจำนวน ๘ ข้อ

ข้อ ๑๕ – ๒๒ เป็นแบบวัดจิต ๖ ส่วน “ราคะจิต” ตามหลักพระพุทธศาสนา ให้รวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมาแปรผลดังนี้

ช่วงคะแนน ๓๒ – ๔๐	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีราคะจิตอยู่ในเกณฑ์สูงมาก
ช่วงคะแนน ๒๔ – ๓๑	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีราคะจิตอยู่ในเกณฑ์สูง
ช่วงคะแนน ๑๖ – ๒๓	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีราคะจิตอยู่ในเกณฑ์ต่ำ
ช่วงคะแนน ๘ - ๑๕	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีราคะจิตอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก

#### ตอนที่ ๕ แบบทดสอบวัดจิต ๖ ส่วนโทสะจิตจำนวน ๖ ข้อ

ข้อ ๒๓ – ๒๘ เป็นแบบวัดจิต ๖ ส่วน “โทสะจิต” ตามหลักพระพุทธศาสนา ให้รวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมาแปรผลดังนี้

ช่วงคะแนน ๒๔ – ๓๐	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีโทสะจิตอยู่ในเกณฑ์สูงมาก
ช่วงคะแนน ๑๘ – ๒๓	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีโทสะจิตอยู่ในเกณฑ์สูง
ช่วงคะแนน ๑๒ – ๑๗	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีโทสะจิตอยู่ในเกณฑ์ต่ำ
ช่วงคะแนน ๖ - ๑๑	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีโทสะจิตอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก

#### ตอนที่ ๖ แบบทดสอบวัดจิต ๖ ส่วนโมหะจิตจำนวน ๖ ข้อ

ข้อ ๒๙ – ๓๔ เป็นแบบวัดจิต ๖ ส่วน “โมหะจิต” ตามหลักพระพุทธศาสนา ให้รวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมาแปรผลดังนี้

ช่วงคะแนน ๒๔ – ๓๐	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีโมหะจิตอยู่ในเกณฑ์สูงมาก
ช่วงคะแนน ๑๘ – ๒๓	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีโมหะจิตอยู่ในเกณฑ์สูง
ช่วงคะแนน ๑๒ – ๑๗	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีโมหะจิตอยู่ในเกณฑ์ต่ำ
ช่วงคะแนน ๖ - ๑๑	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีโมหะจิตอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก

### ตอนที่ ๗ แบบทดสอบวัดจิต ๖ ส่วนศรัทธาจิตจำนวน ๘ ข้อ

ข้อ ๓๕ - ๔๒ เป็นแบบวัดจิต ๖ ส่วน “ศรัทธาจิต” ตามหลักพระพุทธศาสนา ให้รวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมาแปรผลดังนี้

ช่วงคะแนน ๓๒ - ๔๐	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีศรัทธาจิตอยู่ในเกณฑ์สูงมาก
ช่วงคะแนน ๒๔ - ๓๑	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีศรัทธาจิตอยู่ในเกณฑ์สูง
ช่วงคะแนน ๑๖ - ๒๓	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีศรัทธาจิตอยู่ในเกณฑ์ต่ำ
ช่วงคะแนน ๘ - ๑๕	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีศรัทธาจิตอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก

### ตอนที่ ๘ แบบทดสอบวัดจิต ๖ ส่วนพุทธิจิตจำนวน ๗ ข้อ

ข้อ ๔๓ - ๔๙ เป็นแบบวัดจิต ๖ ส่วน “พุทธิจิต” ตามหลักพระพุทธศาสนา ให้รวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมาแปรผลดังนี้

ช่วงคะแนน ๒๕ - ๓๕	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีพุทธิจิตอยู่ในเกณฑ์สูงมาก
ช่วงคะแนน ๒๒ - ๒๔	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีพุทธิจิตอยู่ในเกณฑ์สูง
ช่วงคะแนน ๑๕ - ๒๑	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีพุทธิจิตอยู่ในเกณฑ์ต่ำ
ช่วงคะแนน ๗ - ๑๔	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีพุทธิจิตอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก

### ตอนที่ ๙ แบบทดสอบวัดจิต ๖ ส่วนวิตกจิตจำนวน ๖ ข้อ

ข้อ ๕๐ - ๕๕ เป็นแบบวัดจิต ๖ ส่วน “วิตกจิต” ตามหลักพระพุทธศาสนา ให้รวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมาแปรผลดังนี้

ช่วงคะแนน ๒๔ - ๓๐	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีวิตกจิตอยู่ในเกณฑ์สูงมาก
ช่วงคะแนน ๑๘ - ๒๓	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีวิตกจิตอยู่ในเกณฑ์สูง
ช่วงคะแนน ๑๒ - ๑๗	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีวิตกจิตอยู่ในเกณฑ์ต่ำ
ช่วงคะแนน ๖ - ๑๑	แสดงว่ามีความเป็นผู้มีวิตกจิตอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก

ตอนที่ ๑๐ แบบทดสอบวัดจริต ๖ ส่วนจำแนกเป็นราคะจริต / โทสะจริต / วิตกจริต จำนวน ๘ ข้อ

ข้อ ๕๖ – ๖๓ เป็นแบบวัดจริต ๖ ส่วนหาความเด่นชัดของจริต ตามหลัก  
พระพุทธศาสนา ให้รวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมาแปรผลดังนี้

คำตอบส่วนใหญ่ เป็นข้อ ก. แสดงว่ามีความเป็นผู้จริตหลักเป็นราคะจริต หรือ ศรัทธาจริต

คำตอบส่วนใหญ่ เป็นข้อ ข. แสดงว่ามีความเป็นผู้จริตหลักเป็นโทสะจริต หรือ พุทธิจริต

คำตอบส่วนใหญ่ เป็นข้อ ค. แสดงว่ามีความเป็นผู้จริตหลักเป็นโมหะจริต หรือ วิตกจริต

เมื่อทำข้อสอบครบ ในส่วนที่ ๔-๑๐ ครบแปรความหมายแล้ว สามารถรู้ได้ว่าจริต ของ  
ผู้ตอบเป็นจริตอะไรที่เด่นที่สุดใน ๖ ประเภท เลือกสมถกรรมฐานหมวดที่เหมาะสมกับตนเองได้ตั้ง  
ตารางต่อไปนี้เพื่อนำไปปฏิบัติเสริมการเจริญสติปัญญา

ตาราง กรรณฐานที่เหมาะสมกับจริต ๖ แยกตามคัมภีร์

จริต	พระสารีบุตร (ไตรปิฎก)	วิมุตติมรรค	วิสุทธิมรรค
ราคะจริต	อสุภกรรณฐาน	อสุภสังขยา ๑๐ และ กายคตาสติ ไม่ควรเจริญ อัปมัญญา ๔	อสุภสังขยา ๑๐ และ กายคตาสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
โทสะจริต	เมตตา	ผู้มีอินทรีย์อ่อนควรเจริญ อัปมัญญา ๔ หรือวิณณกสิณ ผู้มีอินทรีย์แก่ควร ฝึกอรูปกรรณฐาน แต่ไม่ควรเจริญอสุภสังขยา ๑๐	พรหมวิหาร ๔ และ วิณณกสิณ ๔ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
โมหจริต	การเรียนรู้ ไต่ถาม ฟัง ธรรมตามกาล การสนทนาธรรมตามกาล การอยู่ร่วมกับครู	ควรทำการศึกษาพระธรรม ฟังธรรมตามกาล ควรอยู่กับอาจารย์(หากมีปัญญาแล้ว)ควรฝึกมรณสติ และ จตุชาตวัญฐาน	อานาปานสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
สัทธาจริต	อนุสสติ ๔ พุทธานุสสติ ธรรมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ	อนุสสติ ๖ (เพิ่ม จากอนุสสติ และเทวดา นุสสติ)	อนุสสติ ๖ (เพิ่ม จากอนุสสติ และ เทวดาอนุสสติ) (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
ญาณจริต/พุทธิจริต	นิมิตแห่งวิปัสสนา มีอาการไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา	จตุชาตวัญฐาน อาหารแปฏิกุลสังขยา มรณสติ และ อุปสมานุสสติ	จตุชาตวัญฐาน อาหารแปฏิกุลสังขยา มรณสติ และอุปสมานุสสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)
วิตกจริต	อานาปานสติ	อานาปานสติ	อานาปานสติ (และกสิณ ๖ อรูป ๔)



### ข้อเสนอแนะในการนำเครื่องมือจำแนกจริตไปใช้ :

ผู้วิจัยได้เสนอแนวทางการเจริญสติปัฏฐานในชีวิตประจำวันที่เหมาะสมกับแต่ละจริต สำหรับบุคคลทั่วไปที่ประสงค์ใช้เครื่องมือจำแนกจริต เครื่องมื่อดังกล่าวเป็นเพียงเครื่องช่วยอำนวยความสะดวกในการเลือกกรรมฐานเบื้องต้น เป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการเริ่มปฏิบัติธรรม แต่ในทางปฏิบัติควรต้องแสวงหากัลยาณมิตรและครูบาอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อให้คำแนะนำในการเจริญสติปัฏฐานในภาคปฏิบัติต่อไปโดยมีข้อเสนอแนะโดยสรุปดังนี้

(๑) ประเมินตนเอง ผู้ฝึกควรทดสอบประเมินตนเองก่อนว่าเป็นผู้มีต้นหาจริต หรือทวิภูมิจริต มีปัญญาแก่กล้าหรือไม่ แล้วจึงเลือกหมวดของสติปัฏฐานในการเริ่มต้น เพื่อให้เกิดความชำนาญในสติปัฏฐานหมวดที่เหมาะสมกับตนเอง

(๒) เลือกสติปัฏฐานหมวดที่เข้ากันได้กับจริต ในการเลือกหมวดที่เข้ากับจริตในบางหมวดเช่นกายนุสสณา อาจมีหมวดย่อยอีกหลายหมวด อาจต้องอาศัยผลของการประเมินจริต ๖ ควบคู่กันไปด้วย เช่นหากเป็นวิตกจริตอาจใช้หมวดอานาปานสติ หากเป็นราคะจริตอาจลองเลือกใช้หมวดปฏิกุศลมนสิการ เป็นต้น เมื่อได้หมวดย่อยสติปัฏฐานแล้วก็หมั่นเจริญกรรมฐานในหมวดที่ตนเลือกเรื่อยๆ

(๓) นำสติปัฏฐานที่เหมาะสมกับจริตตนหลอมรวมเข้าไปในชีวิตประจำวัน โดยการมีสติเนืองๆ อยู่กับปัจจุบันขณะ ทุกอิริยาบถ ทุกการกระทำ ในชีวิตประจำวัน ซึ่งการเจริญสติปัฏฐานในมหาสติปัฏฐานสูตรมีหลายหมวดย่อย สามารถนำมาประยุกต์ให้สอดคล้องกับกิจวัตรได้ตลอดทั้งวัน

(๔) ปรับพื้นฐานด้วยศีลสิกขา การมีศีล ๕ จะทำให้เกิดความสงบเยือกเย็นใจ ไม่ฟุ้งซ่าน ซัดส่ายเพราะความร้อนใจในผลกรรมที่พลาดพลั้งทำลงไป ศีลสิกขาจึงเป็นพื้นฐานที่สำคัญมากที่สุดประการหนึ่งสำหรับการเจริญสติปัฏฐาน

(๕) การฝึกฝนในรูปแบบด้วยหลักการจิตตสิกขา เพื่อให้ได้สัมมาสมาธิ การจัดตารางเวลาว่างในบางช่วงประจำวัน สัก ๑๕ นาที – ๑ ชั่วโมง ให้เป็นช่วงฝึกฝนการเจริญสติในรูปแบบ จะช่วยให้จิตจดจำสภาวะได้แม่นยำ ทำให้เกิดความจำที่มั่นคง หากฝึกในรูปแบบนี้มากเข้าในชีวิตประจำวันจะสามารถเกิดสติได้เนืองๆ โดยมีได้ตั้งใจ และจิตใจจะปรับเข้าสู่ความตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิได้ในที่สุด

(๖) เจริญสติปฏิฐานด้วยหลักการ เพิ่มพูนปัญญาศึกษา เมื่อผู้ปฏิบัติได้ทำตามขั้นตอนที่ผู้วิจัยแนะนำมาข้างต้น จนจิตตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิแล้ว จะค่อยๆ เห็นตามความเป็นจริงว่า รูปธรรมนามธรรมทั้งหลาย ล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จะหาสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเรา เป็นของเราไม่ได้เลย ซึ่งนี่เป็นการฝึกเพื่อเพิ่มพูนปัญญาศึกษานั้นเอง

## ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ นามสกุล	นายสุเมธ โสพศ
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
อาชีพ	พนักงานรัฐวิสาหกิจ
ตำแหน่ง	หัวหน้ากองพัฒนาด้านเทคโนโลยีระบบส่ง ฝ่ายพัฒนาบุคลากร การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย

### ประวัติการศึกษา

- พ.ศ. ๒๕๒๖ จบมัธยมศึกษาตอนปลายจากโรงเรียนสารวิทยา
- พ.ศ. ๒๕๓๑ ปริญญาตรี วิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิศวกรรมโยธา  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- พ.ศ. ๒๕๓๗ ปริญญาโท ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขานโยบายและการวางแผนสังคม  
มหาวิทยาลัยเกริก
- พ.ศ. ๒๕๔๘ ปริญญาตรี นิเทศศาสตรบัณฑิต สาขาการผลิตโทรทัศน์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
- พ.ศ. ๒๕๔๘-ปัจจุบัน

กำลังศึกษาหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สถานที่ติดต่อ บ้านเลขที่ ๘๐/๑๕๑ หมู่บ้านกฤษดานคร ๒๕ ถนนพหลโยธิน ต.คลอง  
หนึ่ง อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี ๑๒๑๒๐

โทร. ๐๘๕ ๖๕๐ ๕๕๔๕ / sumeth.s@egat.co.th