

แนวทางการจัดการเรียนรู้ ธรรมศึกษา ชั้นเอก

วิชาธรรม



สำนักส่งเสริมกิจการการศึกษา
สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ

แนวทางการจัดการเรียนรู้
ธรรมศึกษา ชั้นเอก
วิชาธรรม

สำนักส่งเสริมกิจการการศึกษา
สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ

แนวทางการจัดการเรียนรู้ธรรมศึกษา ชั้นเอก วิชาธรรม

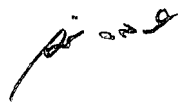
ปีที่พิมพ์	พ.ศ. ๒๕๕๘
จำนวนพิมพ์	๑๐๐ เล่ม
ลิขสิทธิ์	สำนักส่งเสริมกิจการการศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ
พิมพ์ที่	โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด ๗๙ ถนนงามวงศ์วาน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร ๑๐๙๐๐ โทร. ๐-๒๕๖๑-๔๕๖๗ โทรสาร ๐-๒๕๖๙-๕๑๐๑ นายโชคดี ออสุวรรณ ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา

คำนำ

ตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือในการจัดการเรียนการสอนธรรมศึกษาในสถานศึกษาระหว่างสำนักงานแม่กองธรรมสนามหลวง กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงวัฒนธรรม สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา และสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และเข้าใจหลักพุทธธรรมที่ถูกต้อง มีความรู้คู่คุณธรรม เสริมสร้างศีลธรรม เป็นพลเมืองดีมีคุณภาพ สร้างภูมิคุ้มกันให้ผู้เรียนห่างไกลอบายมุข สิ่งเสพติด สิ่งผิดกฎหมาย และนำไปสู่ความสงบเรียบร้อยของสังคม

เพื่อให้เกิดการขับเคลื่อนการดำเนินงานตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือในการจัดการเรียนการสอนธรรมศึกษาในสถานศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพและบังเกิดเป็นรูปธรรม อันจะเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันและพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียน นิสิต นักศึกษา ในสถานศึกษาอย่างยั่งยืน กระทรวงศึกษาธิการ จึงได้จัดทำแนวทางการจัดการเรียนรู้ธรรมศึกษา ชั้นตรี โท เอก เพื่อให้นักเรียน นิสิต นักศึกษา มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิชาธรรม วิชาพุทธ และวิชาวินัย

กระทรวงศึกษาธิการหวังเป็นอย่างยิ่งว่า แนวทางการจัดการเรียนรู้ธรรมศึกษา ชั้นตรี โท เอก จะเป็นแนวทางการเรียนการสอนให้กับคณะครู อาจารย์ นำไปสอนได้ตามหลักสูตร เพื่อให้นักเรียน นิสิต นักศึกษา สามารถนำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวัน และขอขอบคุณคณะผู้จัดซึ่งประกอบด้วยสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา นครปฐม เขต ๒ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษานครราชสีมา เขต ๓ และโรงเรียนวัดราชบพิธ ที่มีความมุ่งมั่นตั้งใจพัฒนาเอกสารชุดนี้อย่างเต็มความสามารถจนบรรลุวัตถุประสงค์



(รองศาสตราจารย์กำจร ตติยกวี)

ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำนำ	
บทที่ ๑ ประวัตินักธรรม ธรรมศึกษา	๑
บทที่ ๒ เทคนิควิธีสอนของพระพุทธเจ้า	๓
บทที่ ๓ มาตรฐานการเรียนรู้ ผลการเรียนรู้ และสาระการเรียนรู้	๑๐
บทที่ ๔ แผนการจัดการเรียนรู้	๑๒
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑	๑๓
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒	๓๘
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓	๔๖
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔	๕๕
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕	๖๘
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖	๗๕
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗	๘๙
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘	๑๐๒
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙	๑๑๐
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๐	๑๑๙
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑	๑๓๕
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒	๑๔๔
บทที่ ๕ แบบทดสอบ	๑๕๕
แบบทดสอบก่อนเรียน	๑๕๖
เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน	๑๖๒
แบบทดสอบหลังเรียน	๑๖๓
เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน	๑๖๙
ภาคผนวก	๑๗๐
บรรณานุกรม	๑๗๑
คณะผู้จัดทำ	๑๗๒

บทที่ ๑

ประวัตินักธรรม ธรรมศึกษา

การศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรม หรือที่เรียกกันว่า นักธรรม เกิดขึ้นตามพระดำริของ สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส เป็นการศึกษาพระธรรมวินัยในภาษาไทย เพื่อให้ภิกษุสามเณรผู้เป็นกำลังสำคัญของพระพุทธศาสนา สามารถศึกษาพระธรรมวินัยได้สะดวกและทั่วถึง อันจะเป็นพื้นฐานนำไปสู่สัมมาปฏิบัติ ตลอดจนเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้กว้างไกลออกไป

การศึกษาพระพุทธศาสนาของพระสงฆ์ไทยแต่โบราณมา นิยมศึกษาเป็นภาษาบาลีที่เรียกว่า การศึกษาพระปริยัติธรรม ซึ่งเป็นสิ่งที่เรียนรู้ได้ยากสำหรับภิกษุสามเณรทั่วไป จึงปรากฏว่าภิกษุสามเณรที่มีความรู้ในพระธรรมวินัยอย่างทั่วถึงมีจำนวนน้อย เป็นเหตุให้สังฆมณฑลขาดแคลนพระภิกษุผู้มีความรู้ความสามารถที่จะช่วยกิจการพระศาสนาทั้งในด้านการศึกษา การปกครอง และการแนะนำสั่งสอนประชาชน ดังนั้น สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส จึงได้ทรงพระดำริวิธีการเล่าเรียนพระธรรมวินัยในภาษาไทยขึ้น สำหรับสอนพระภิกษุสามเณรวัดบวรนิเวศวิหารเป็นครั้งแรก นับแต่ทรงรับหน้าที่ปกครอง วัดบวรนิเวศวิหาร เมื่อ พ.ศ. ๒๔๓๕ เป็นต้นมา โดยทรงกำหนดหลักสูตรการสอนให้ภิกษุสามเณรได้เรียนรู้พระพุทธศาสนาทั้งด้านหลักธรรม พุทธประวัติ และพระวินัย ตลอดจนหัดแต่งเรียงความแก้กระทู้ธรรม

เมื่อทรงเห็นว่า การเรียนการสอนพระธรรมวินัยเป็นภาษาไทยดังนี้ได้ผล ทำให้ภิกษุสามเณรมีความรู้กว้างขวางขึ้น เพราะเรียนรู้ได้ไม่ยาก จึงทรงดำริที่จะขยายแนวทางนี้ไปยังภิกษุสามเณรทั่วไปด้วย ประกอบกับใน พ.ศ. ๒๔๔๘ ประเทศไทยเริ่มมีพระราชบัญญัติเกณฑ์ทหาร ซึ่งภิกษุทั้งหมดจะได้รับการยกเว้น ส่วนสามเณรจะยกเว้นให้เฉพาะสามเณรผู้รู้ธรรม ทางราชการได้ขอให้คณะสงฆ์ช่วยกำหนดเกณฑ์ของสามเณรผู้รู้ธรรม สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส จึงทรงกำหนดหลักสูตรองค์สามเณรรู้ธรรมขึ้น ต่อมาได้ทรงปรับปรุงหลักสูตรองค์สามเณรรู้ธรรมนั้นเป็น “**องค์นักธรรม**” สำหรับภิกษุสามเณรชั้นนวกะ (คือผู้บวชใหม่) ทั่วไป ได้รับพระบรมราชานุมัติ เมื่อวันที่ ๒๗ มีนาคม พ.ศ. ๒๔๕๔ และโปรดให้จัดการสอบในส่วนกลางขึ้นเป็นครั้งแรกในเดือนตุลาคมปีเดียวกัน โดยใช้วัดบวรนิเวศวิหาร วัดมหาธาตุ และวัดเบญจมบพิตร เป็นสถานที่สอบ การสอบครั้งแรกนี้ ๓ วิชา คือ ธรรมวิภาคในนวโกวาท แต่งเรียงความแก้กระทู้ธรรม และแปลภาษามคธเฉพาะท้องถิ่นทานในอรรถกถาธรรมบท

พ.ศ. ๒๔๕๕ ทรงปรับปรุงหลักสูตรองค์นักธรรมให้เหมาะสมสำหรับภิกษุสามเณรทั่วไปจะเรียนรู้ได้กว้างขวางยิ่งขึ้น โดยแบ่งหลักสูตรเป็น ๒ อย่าง คือ **อย่างสามัญ** เรียนวิชาธรรมวิภาค พุทธประวัติ และเรียงความแก้กระทู้ธรรม และ**อย่างวิสามัญ** เพิ่มแปลอรรถกถาธรรมบท มีแก้อรรถบาลีไวยากรณ์และสัมพันธและวินัยบัญญัติที่ต้องสอบทั้งผู้ที่เรียนอย่างสามัญและวิสามัญ

พ.ศ. ๒๔๕๖ ทรงปรับปรุงหลักสูตรองค์นักธรรมอีกครั้งหนึ่ง โดยเพิ่มหลักธรรมหมวดคิหิปฏิบัติ เข้าในส่วนของธรรมวิภาคด้วย เพื่อให้เป็นประโยชน์ในการครองชีวิตฆราวาส หากพระภิกษุสามเณรรูปนั้น ๆ

มีความจำเป็นต้องลาสิกขาออกไปด้วยเหตุใดเหตุหนึ่ง เรียกว่า **นักธรรมชั้นตรี** การศึกษาพระธรรมวินัยแบบใหม่นี้ได้รับความนิยมจากหมู่ภิกษุสามเณรอย่างกว้างขวางและแพร่หลายไปอย่างรวดเร็ว เพียง ๒ ปีแรกก็มีภิกษุสามเณรสมัครเข้าสอบสนามหลวงเกือบพันรูป เมื่อทรงเห็นว่าการศึกษานักธรรมอำนวยคุณประโยชน์แก่พระศาสนาและภิกษุสามเณรทั่วไป ในเวลาต่อมาจึงทรงพระดำริขยายการศึกษานักธรรมให้ทั่วถึงแก่ภิกษุทุกระดับ คือ ทรงตั้งหลักสูตรนักธรรมชั้นโท สำหรับภิกษุชั้นมัธยมศึกษา คือ มีพรรษาเกิน ๕ แต่ไม่ถึง ๑๐ และนักธรรมชั้นเอก สำหรับภิกษุชั้นเถระ คือ มีพรรษา ๑๐ ขึ้นไป ดังที่เป็นหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานของคณะสงฆ์สืบมาตราบถึงทุกวันนี้

ต่อมา**พระเจ้าวรวงศ์เธอ กรมหลวงชินวราลงกรณ สวัสดิวัตน์ สมเด็จพระสังฆราชเจ้า วัดราชบพิธสถิตมหาสีมาราม** ทรงพิจารณาเห็นว่า การศึกษานักธรรมมิได้เป็นประโยชน์ต่อภิกษุสามเณรเท่านั้น แม้ผู้ที่ยังครองฆราวาสวิสัยก็จะได้ประโยชน์จากการศึกษานักธรรมด้วย โดยเฉพาะสำหรับเหล่าข้าราชการครู จึงทรงตั้งหลักสูตรนักธรรมสำหรับฆราวาสขึ้น เรียกว่า **“ธรรมศึกษา”** มีครบทั้ง ๓ ชั้น คือ ชั้นตรี ชั้นโท ชั้นเอก ซึ่งมีเนื้อหาเช่นเดียวกันกับหลักสูตรนักธรรมภิกษุสามเณร เว้นแต่วินัยบัญญัติที่ทรงกำหนดใช้เบญจศีลเบญจธรรม และอุโบสถศีลแทน ได้เปิดสอบธรรมศึกษาชั้นตรีครั้งแรกเมื่อ พ.ศ. ๒๔๗๒ และเปิดสอบครบทุกชั้นในเวลาต่อมา มีฆราวาสทั้งหญิงและชายเข้าสอบเป็นจำนวนมาก นับเป็นการส่งเสริมการศึกษาพระพุทธศาสนาให้กว้างขวางยิ่งขึ้น

ปัจจุบันการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมนี้มี**สมเด็จพระวันรัต (จุนท์ พุทธิมยุหคฺโต) วัดบวรนิเวศวิหาร** เป็นแม่กองธรรมสนามหลวง เน้นการพัฒนาศาสนทายาทให้มีคุณภาพสามารถดำรงพระศาสนาไว้ได้ด้วยดี ทั้งถือว่าเป็นกิจการของคณะสงฆ์ส่วนหนึ่งที่สำคัญยิ่งในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในประเทศไทยมาตั้งแต่ครั้งอดีตจนถึงปัจจุบัน

บทที่ ๒

เทคนิควิธีสอนของพระพุทธเจ้า

๑. การทำนามธรรมให้เป็นรูปธรรม

ทำของยากให้ง่าย ธรรมะเป็นเรื่องนามธรรมที่มีเนื้อหาลึกซึ้ง ยากที่จะเข้าใจ ยิ่งเป็นธรรมะระดับสูงสุดก็ยิ่งลึกล้ำคมกริบยิ่งขึ้น...ความสำเร็จแห่งภารกิจการสอนประชาชนส่วนหนึ่ง เพราะพระองค์ทรงใช้เทคนิควิธีการทำของยากให้ง่าย เช่น

๑.๑ การใช้อุปมาอุปไมย วิธีนี้เป็นวิธีทรงใช้บ่อยที่สุดวิธีหนึ่ง เพราะทำให้ผู้ฟังมองเห็นภาพและเข้าใจง่ายโดยไม่ต้องเสียเวลาอธิบายความให้ยืดยาว

๑.๒ ยกนิทานประกอบ เป็นเทคนิคหรือกลวิธีหนึ่งที่พระพุทธองค์ทรงใช้บ่อย

๑.๓ ใช้อุปกรณ์หรือสื่อการสอน เทคนิควิธีสอนด้วยการกระทำของยากให้ง่าย หรือทำนามธรรมให้เป็นรูปธรรม นอกจากใช้อุปมาอุปไมยและเล่านิทานประกอบแล้ว ยังมีอีกวิธีหนึ่งอันเป็นวิธีที่พระพุทธองค์ทรงใช้มากพอ ๆ กับสองวิธีข้างต้น คือ การใช้สื่ออุปกรณ์หรือใช้สื่อการสอน

๒. ทำตนเป็นตัวอย่าง

ในแง่ของการสอนอาจแบ่งออกเป็น ๒ อย่าง คือ

๒.๑ ทำให้ดูหรือสาธิตให้ดู

๒.๒ ปฏิบัติให้ดูเป็นตัวอย่าง

๓. ใช้ถ้อยคำเหมาะสม

การสอนที่จะประสบผลสำเร็จ ผู้สอนจะต้องรู้จักใช้คำ ต้องให้ผู้ฟังรู้สึกว่าคุณพูดพูดด้วยเมตตาจิต มิใช่พูดด้วยความมั่งร้าย

๔. เลือกสอนเป็นรายบุคคล

ผู้สอนต้องรู้ว่าคนฟังนั้นต่างภูมิหลัง ต่างความสนใจ ต่างระดับสติปัญญาการเรียนรู้ เพราะฉะนั้นการเลือกสอนเป็นรายบุคคลจะช่วยให้การสอนประสบความสำเร็จเป็นอย่างดี ถ้าทำได้ก็ควรใช้วิธีนี้ แม้จะสอนเป็นกลุ่มก็ต้องเอาใจใส่นักเรียนที่มีปัญหาเป็นรายบุคคลให้ได้

๕. รู้จักจังหวะและโอกาส

ดูความพร้อมของผู้เรียน รู้จักคอยจังหวะอันเหมาะสม ถ้าผู้เรียนไม่พร้อมก็เหนื่อยเปล่า

๖. ยึดหยุ่นในการใช้เทคนิควิธี

เทคนิควิธีบางอย่างใช้ได้ผลในวันนี้ ต่อไปวันข้างหน้าอาจใช้ไม่ได้ก็ได้ จึงควรยึดหยุ่นวิธีการ

๗. การเสริมแรง

มีคำพุทธสรเสริญพระพุทธเจ้าว่า “ทรงชมคนที่ควรชม ตำหนิคนที่ควรตำหนิ” การชมเป็นการยอมรับความสามารถหรือให้กำลังใจให้ทำอย่างนั้นยิ่ง ๆ ขึ้นไป การตำหนิเป็นการตักเตือนมิให้ประพฤตินั้นอีกต่อไป

หลักสำคัญที่ครูผู้สอนควรทราบ

หลักสำคัญคือหลักการใหญ่ ๆ ของการสอนไม่ว่าจะสอนเรื่องอะไรก็มีอยู่ ๓ หลัก คือ

๑. หลักเกี่ยวกับเนื้อหาที่สอน
๒. หลักเกี่ยวกับตัวผู้เรียน
๓. หลักเกี่ยวกับตัวผู้สอน

ก. หลักเกี่ยวกับเนื้อหาที่สอน

คนจะสอนคนอื่นต้องรู้ว่าเขาเรื่องอะไรมาสอนเขาเสียก่อน ไม่ใช่คิดแต่วิธีการสอนว่าจะสอนอย่างไร ต้องคิดก่อนว่าจะเอาอะไรไปสอนเขา พระพุทธเจ้าแนะนำว่าผู้สอนต้องคำนึงเสมอว่า ต้องสอนสิ่งที่รู้เห็นหรือเข้าใจง่ายไปหาสิ่งที่เข้าใจยาก

๑. สอนเนื้อหาที่ลุ่มลึกลงไปตามลำดับ
๒. สอนด้วยของจริง
๓. สอนตรงตามเนื้อหา
๔. สอนมีเหตุผล
๕. สอนเท่าที่จำเป็นต้องรู้
๖. สอนสิ่งที่มีความหมายและเป็นประโยชน์แก่ผู้เรียน

ข. หลักเกี่ยวกับตัวผู้เรียน

๑. พระพุทธองค์จะทรงสอนใคร ทรงดูบุคคลผู้รับการสอนหรือผู้เรียนก่อนว่าบุคคลนั้น ๆ เป็นคนประเภทใด มีพื้นฐานความรู้ความเข้าใจหรือความพร้อมแค่ไหน และควรจะสอนอะไรแค่ไหน
๒. นอกจากดูความแตกต่างของผู้เรียนแล้ว ยังต้องดูความพร้อมของผู้เรียนด้วย
๓. สอนให้ผู้เรียนทำด้วยตนเอง
๔. ผู้เรียนจะต้องมีบทบาทร่วมด้วย
๕. ครูต้องเอาใจใส่ผู้เรียนที่มีปัญหาเป็นพิเศษ

ค. หลักเกี่ยวกับตัวผู้สอน

๑. สร้างความสนใจในการสอนคนนั้น (การนำเข้าสู่บทเรียน)
๒. สร้างบรรยากาศในการเรียนการสอนให้ปลอดภัย
๓. มุ่งสอนเนื้อหา มุ่งให้ผู้ฟังเกิดความรู้ความเข้าใจและเปลี่ยนพฤติกรรมในทางที่ดี
๔. ตั้งใจสอน สอนโดยเคารพ ถือว่างานสอนเป็นงานสำคัญ
๕. ใช้ภาษาเหมาะสม ผู้สอนคนอื่นควรมีความสามารถในการสื่อสาร ใช้คำพูดที่ถูกต้องและเหมาะสมกับบุคคลและสถานการณ์

หลักการสอนแนวพุทธวิธี

พระพุทธเจ้านั้นทรงเป็นพระบรมครู ยอดครูของผู้สอน พระองค์ทรงมีหลักการในการสอนมากมาย หลายหลักการ เรียกว่า “หลัก ๔ ส” คือ

๑. สันติสนา อธิบายให้เห็นชัดแจ้ง เหมือนจูงมือให้มาดูด้วยตา
 ๒. สมาทปนา ชักจูงให้เห็นจริงเห็นจังตาม ขวนให้คล้อยตาม จนยอมรับเอาไปปฏิบัติ
 ๓. สมุตเตสนา เร้าใจ เกิดความกล้าหาญ มีกำลังใจ มั่นใจว่าทำได้ไม่หวั่นไหวต่ออุปสรรคที่มีมา
 ๔. สัมปหังสนา มีวิธีสอนที่ช่วยให้ผู้ฟังร่าเริง เบิกบาน ฟังไม่เบื่อ เปี่ยมล้นไปด้วยความหวัง
- สรุปหลักการทั่วไปของการสอน คือ แจ่มแจ้ง - จูงใจ - หาญกล้า - ร่าเริง

หลักการสอนพุทธวิธีแบบสนทนา (สากัจฉาหรือธรรมสากัจฉา)

เป็นวิธีที่ทรงใช้บ่อยที่สุด พระองค์ชอบใช้วิธีนี้อาจเป็นด้วยว่าผู้ฟังได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น ทำให้การเรียนการสอนสนุกไม่รู้สีกว่าตนกำลัง “เรียน” หรือกำลัง “ถูกสอน” แต่จะรู้สีกว่าตนกำลังสนทนา ปราศรัยกับพระพุทธรูปอย่างสนุกสนาน

หลักการสอนพุทธวิธีแบบตอบปัญหา (ปจฉา - วิสัชนา)

ผู้ถามปัญหาอาจถามด้วยจุดประสงค์หลายอย่าง เช่น

๑. บางคนถามเพื่อต้องการคำตอบในเรื่องที่สงสัยมานาน
๒. บางคนถามเพื่อลองภูมิว่าคนตอบรู้หรือไม่
๓. บางคนถามเพื่อข่มหรือปราบให้ผู้ตอบอับอาย
๔. บางคนถามเพื่อเทียบเคียงกับความเชื่อหรือคำสอนในลัทธิศาสนาของตน

พระพุทธองค์ตรัสรู้ว่าการตอบปัญหาใด ๆ ต้องดูลักษณะของปัญหาและเลือกวิธีตอบให้ถูกต้อง เหมาะสมพระองค์จำแนกประเภทของปัญหาไว้ ๔ ประการ คือ

๑. ปัญหาบางอย่างต้องตอบตรงไปตรงมา
๒. ปัญหาบางอย่างต้องย้อนถามก่อนจึงตอบ
๓. ปัญหาบางอย่างต้องแยกคำตอบ
๔. ปัญหาบางอย่างต้องตัดบทไปเลยไม่ตอบ

วิธีคิดแบบอริยสัจ ๔/คิดแบบแก้ปัญหา

เป็นการคิดแบบแก้ปัญหา เรียกว่า “วิธีแห่งความดับทุกข์” จัดเป็นวิธีคิดแบบหลักอย่างหนึ่ง เป็นวิธีคิดตามเหตุและผลหรือเป็นไปตามเหตุและผล สืบสาวจากผลไปหาเหตุแล้วแก้ไขและทำการที่ต้นเหตุ จัดเป็น ๒ คู่ คือ

- | | | |
|----------|----------------|--|
| คู่ที่ ๑ | ทุกข์เป็นผล | เป็นตัวปัญหา เป็นสถานการณ์ที่ประสบซึ่งไม่ต้องการ |
| | สมุทัยเป็นเหตุ | เป็นที่มาของปัญหา เป็นจุดที่จะต้องกำจัดหรือแก้ไขจึงจะพ้นจากปัญหาได้ |
| คู่ที่ ๒ | นิโรธเป็นผล | เป็นภาวะสิ้นปัญหา เป็นจุดหมายซึ่งต้องการจะเข้าถึง |
| | มรรคเป็นเหตุ | เป็นวิธีการ เป็นข้อปฏิบัติที่ต้องกระทำให้ในการแก้ไขสาเหตุ เพื่อบรรลุจุดหมาย คือ ภาวะสิ้นปัญหาอันได้แก่ความดับทุกข์ |

กระบวนการจัดการเรียนรู้

แบบพุทธรวิธี ๙ อย่าง

๑. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้พุทธรวิธีแบบอุปมาอุปไมย (การเปรียบเทียบ)

ขั้นสืบค้นและขั้นเชื่อมโยง

- เปรียบเทียบนามธรรมกับรูปธรรมให้ผู้เรียนเห็นชัดเจน ครูผู้สอนและผู้เรียนมีส่วนร่วม
- ความแตกต่างระหว่างสิ่งที่เป็นนามธรรมกับรูปธรรม

ขั้นฝึก

- ยกตัวอย่างสิ่งที่เป็นนามธรรมกับรูปธรรม
- ผู้เรียนแต่ละรูปหรือแต่ละกลุ่มร่วมอภิปรายหรือนำเสนอสิ่งที่เป็นนามธรรมกับรูปธรรม
- หาข้อสรุปเกี่ยวกับเนื้อหาที่เป็นนามธรรม - รูปธรรม

ขั้นประยุกต์

- ค้นคว้าสิ่งที่เป็นนามธรรมกับรูปธรรมในเนื้อหาอื่น ๆ นอกเหนือจากเนื้อหาที่กำหนดให้

๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้พุทธรวิธีแบบปจจา - วิสัชนา (การถาม - ตอบ)

ขั้นสืบค้นและขั้นเชื่อมโยง

- การทำหน้าที่เป็นผู้ถาม - ตอบที่ถูกต้องเหมาะสมแก่กาลเทศะ
- วิธีถาม - ตอบ (ตอบทันทีเมื่อมีผู้ถาม ตอบแบบมีเงื่อนไข ย้อนถามผู้ถามก่อนแล้วจึงตอบ หนึ่งเสียไม่ตอบ เป็นต้น)

ขั้นฝึก

- ตัวอย่างการถาม - ตอบ
- ถาม - ตอบแบบคนต่อคน ถาม - ตอบแบบกลุ่มต่อกลุ่ม ถาม - ตอบแบบกลุ่มต่อคน เป็นต้น
- หาข้อสรุปเนื้อหาที่เกี่ยวกับการถาม - ตอบ

ขั้นประยุกต์

- ค้นคว้าเพิ่มเติมนอกเหนือจากเนื้อหาที่กำหนดไว้ในแผนจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๓. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้พุทธรวิธีแบบธรรมสากัจฉา (การสนทนา)

ขั้นสืบค้นและขั้นเชื่อมโยง

- ครูผู้สอนเสนอสถานการณ์ที่เป็นปัญหาหรือจำลองสถานการณ์

ขั้นฝึก

- ผู้เรียน/ครูผู้สอน - อภิปรายในประเด็นที่เป็นปัญหา หัวข้อ หรือสถานการณ์ ตามเนื้อหาที่กำหนด
- หาข้อสรุปในประเด็นที่เป็นปัญหา หัวข้อ หรือสถานการณ์จากการสนทนาอภิปราย

ขั้นประยุกต์

- ศึกษาเพิ่มเติมการสนทนา - อภิปรายของบุคคล กลุ่มคน ละคร องค์กร เป็นต้น

๔. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้พุทธวิธีแบบอริยสัจ ๔ (กำหนดปัญหา ตั้งสมมุติฐาน ทดลอง วิเคราะห์ สรุป)

ขั้นสืบค้น (ทุกข)

- กำหนดปัญหา ที่มาของปัญหา การเกิดปัญหา (ตามเนื้อหาที่กำหนด)

ขั้นเชื่อมโยง (สมุทัย)

- ตั้งสมมุติฐาน การอนุมาน การคาดคะเน ความน่าจะเป็น ปัจจัยเสี่ยง

ขั้นฝึก (นิโรธ)

- ทดลอง เก็บข้อมูล
- วิเคราะห์ สรุปผล

ขั้นประยุกต์ (มรรค)

- การนำไปประยุกต์ใช้กับสิ่งอื่น ๆ นอกเหนือจากเนื้อหาที่เรียนรู้

๕. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้พุทธวิธีแบบไตรสิกขา (ระเบียบวินัย จิตใจแน่วแน่ แก้ปัญหาถูกต้อง)

ขั้นสืบค้น (ศีล)

- สร้างความมีระเบียบวินัย ความมีศรัทธา ความตระหนัก ความรู้ ให้เกิดกับผู้เรียนพร้อมที่จะเรียน

ขั้นเชื่อมโยง (สมาธิ)

- ให้ผู้เรียนรวมพลังจิต ความคิดอันแน่วแน่ในการตั้งใจฟัง ตั้งใจดู ตั้งใจจดจำ และเห็นความสำคัญต่อเนื้อหาที่จะนำเสนอ

ขั้นฝึก (ปัญญา)

- ใช้สมาธิ จิตใจอันแน่วแน่ทำความเข้าใจกับปัญหา
- ค้นหาสาเหตุที่มาที่ไปของปัญหา
- แก้ไขปัญหาอย่างถูกต้องและถูกวิธี

ขั้นประยุกต์ (ปัญญา)

- ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ เกิดปัญญา และมีมีทัศนคติในเรื่องนั้น ๆ ถูกต้อง

๖. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้พุทธวิธีแบบพหุสูตร (ฟังมาก ๆ เขียนมาก ๆ ถามมาก ๆ คิดวิเคราะห์มาก ๆ)

ขั้นสืบค้นและขั้นเชื่อมโยง (การสร้างศรัทธา)

- การจัดบรรยายในการนำเข้าสู่บทเรียน
- การสร้างแรงจูงใจในการนำเข้าสู่บทเรียน
- บุคลิกภาพ ตลอดถึงการวางตัวที่เหมาะสมของผู้สอน
- การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน

ชั้นฝึก (การฝึกทักษะ)

- กิจกรรมกลุ่ม/รายบุคคล
- การปฏิบัติ/การนำเสนอ/การแสดงออก
- ฝึกการเขียน การฟัง การถาม และการคิดวิเคราะห์

ชั้นประยุกต์

- การประเมินตนเอง
- การประเมินของกัลยาณมิตร
- การศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมและการนำไปประยุกต์ใช้

๗. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้พุทธวิธีแบบโยนิโสมนสิการ (การทำไว้ในใจโดยแยบคาย การใช้ความคิดอย่างถูกวิธี)

แบบที่ ๑

ขั้นสืบค้นและขั้นเชื่อมโยง

- ผู้เรียนรู้จักคิด คิดเป็น คิดอย่างมีระบบ
- ผู้เรียนรู้จักมอง รู้จักพิจารณา ไตร่ตรอง วิเคราะห์ สังเคราะห์

ชั้นฝึก

- ฝึกการคิดหาเหตุผล
- ฝึกการสืบค้นถึงต้นเค้า
- ฝึกการสืบสาวให้ตลอดสาย
- ฝึกการแยกแยะสิ่งนั้น ๆ ปัญหา นั้น ๆ ตามสภาวะแห่งเหตุและปัจจัย

ชั้นประยุกต์

- ผู้เรียนนำการใช้ความคิดอย่างถูกวิธีไปประยุกต์ใช้กับเหตุการณ์ปัจจุบัน

๘. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้พุทธวิธีแบบโยนิโสมนสิการ (สร้างศรัทธาและวิธีคิดให้กับผู้เรียน)

แบบที่ ๒

ขั้นสืบค้นและขั้นเชื่อมโยง

- ครูผู้สอนสร้างเจตคติที่ดีต่อผู้เรียน
- ครูผู้สอนเสนอปัญหาที่เป็นสาระสำคัญ หัวเรื่อง
- ครูผู้สอนแนะแหล่งวิทยาการ แหล่งข้อมูล

ชั้นฝึก

- ผู้เรียนฝึกการรวบรวมข้อมูล
- ครูผู้สอนจัดกิจกรรมให้เกิดกระบวนการคิดแก่ผู้เรียน เช่น คิดสืบค้นต้นเค้า คิดสืบสาวตลอดสาย คิดสืบค้นต้นปลาย และคิดโยงสายสัมพันธ์
- ฝึกการสรุปประเด็น เปรียบเทียบ ประเมินค่า โดยวิธีอภิปราย ทดลอง ทดสอบ
- ดำเนินการเลือกและตัดสินใจ
- กิจกรรมฝึกปฏิบัติเพื่อพิสูจน์ผลการเลือกและตัดสินใจ

ชั้นประยุกต์

- สังเกตวิธีการปฏิบัติ ตรวจสอบ ปรับปรุง
- อภิปรายและสอบถาม
- สรุปบทเรียนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
- วัดและประเมินผลตามสภาพจริง

๙. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้พุทธวิธีแบบอภินิหาร ๔ (พอใจในสิ่งที่เรียนรู้ พากเพียรต่อสิ่งที่เรียนรู้เสมอ มุ่งมั่นและเอาใจใส่ต่อสิ่งที่เรียนรู้ คิด วิเคราะห์ ไตร่ตรอง ก่อนนำไปใช้)

ชั้นสืบค้น (ฉันทะ)

- สร้างความพอใจและความสำคัญต่อสิ่งที่เรียนรู้ และสิ่งที่ได้รับ

ชั้นเชื่อมโยง (วิริยะ)

- ฟังให้หมด จดให้มาก ปากต้องไว ใจต้องคิด (หัวใจบัณฑิต สุ จิ ปุ ลิ)

ชั้นฝึก (จิตตะ)

- มุ่งมั่น โดยฝึกฟังมาก ๆ ฝึกคิดมาก ๆ ฝึกถามมาก ๆ และฝึกเขียนมาก ๆ

ชั้นประยุกต์ (วิมังสา)

- พิจารณา ไตร่ตรอง แยกแยะ อธิบาย นำเสนอ และประยุกต์ใช้

การนิยามศัพท์ขั้นตอน/กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้พุทธวิธี

สืบค้น หมายถึง สืบสาวเรื่องราว ค้นหาให้ได้เรื่อง

เชื่อมโยง หมายถึง ทำให้ติดเป็นเนื้อเดียวกัน ทำให้ประสานกัน

ฝึก หมายถึง ทำ เช่น บอก แสดง หรือปฏิบัติ เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ จนเป็นนิสัยหรือมีความชำนาญ

ประยุกต์ หมายถึง นำความรู้ในวิทยาการต่าง ๆ มาปรับใช้ให้เป็นประโยชน์

บทที่ ๓

มาตรฐานการเรียนรู้ ผลการเรียนรู้ และสาระการเรียนรู้

มาตรฐานการเรียนรู้

- มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติ
ตามหลักธรรม เพื่อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข
- มาตรฐาน ธศ ๒ รู้และเข้าใจพุทธประวัติ ความสำคัญของพระพุทธศาสนา ปฏิบัติตนเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดี
และธำรงรักษาพระพุทธศาสนา
- มาตรฐาน ธศ ๓ รู้ เข้าใจ และปฏิบัติตนตามหลักพระวินัยบัญญัติของพระพุทธศาสนา

มาตรฐานการเรียนรู้ ผลการเรียนรู้และสาระการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติ
ตามหลักธรรม เพื่ออยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

ชั้น	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้
ธศ เอก	๑. รู้และเข้าใจหลักธรรมพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ	- นิพพิทา ความหน่าย - ปฏิบัติแห่งนิพพิทา
	๒. รู้และเข้าใจหลักธรรมพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ	- วิราคะ ความสิ้นกำหนด
	๓. รู้และเข้าใจหลักธรรมพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ	- วิมุตติ ความหลุดพ้น
	๔. รู้และเข้าใจหลักธรรมพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ	- วิสุทธิ ความหมดจด
	๕. รู้และเข้าใจหลักธรรมพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ	- สันติ ความสงบ
	๖. รู้และเข้าใจหลักธรรมพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ	- นิพพาน ความดับทุกข์
	๗. รู้และเข้าใจหลักธรรมพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ	- ทุกคติ - สุกคติ
	๘. รู้และเข้าใจหลักธรรมพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ	- กรรม ๑๒
	๙. รู้และเข้าใจหลักธรรมพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ	- หัวใจสมถกัมมัฏฐาน
	๑๐. รู้และเข้าใจหลักธรรมพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ	- สมถกัมมัฏฐาน : หลักการเจริญสมณะ
	๑๑. รู้และเข้าใจหลักธรรมพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ	- พุทธคุณกาถา
	๑๒. รู้และเข้าใจหลักธรรมพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ	- วิปัสสนากัมมัฏฐาน หลักการเจริญวิปัสสนา

บทที่ ๔

แผนการจัดการเรียนรู้

แผนการจัดการเรียนรู้ ธรรมศึกษาชั้นเอก ประกอบด้วย แผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน ๑๒ แผน ดังนี้

- | | |
|----------------------------|--|
| แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ | หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ |
| แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ | หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ |
| แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ | หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ |
| แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ | หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ |
| แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ | หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ |
| แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖ | หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ |
| แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ | หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ |
| แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘ | หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ |
| แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙ | หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ |
| แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๐ | หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ |
| แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑ | หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ |
| แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒ | หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ |

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑

ธรรมศึกษาชั้นเอก สารการเรียนรู้วิชาธรรม

เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

เวลา.....ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่ออยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๒. ผลการเรียนรู้

รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๓. สารสำคัญ

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ เป็นการศึกษา นิพพิทา ความหน่าย และปฏิบัติแห่งนิพพิทา หากบุคคลยึดมั่นและปฏิบัติได้จะอยู่ในสังคมด้วยความเป็นสุข

๔. จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนอธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติได้

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหา

- นิพพิทา ความหน่าย
- ปฏิบัติแห่งนิพพิทา

๖. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นสืบค้นและเชื่อมโยง

๑. ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติโดยใช้คำถามเพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการคิดและเชื่อมโยงไปสู่การเรียนรู้

- นักเรียนเคยเรียนเรื่องหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติบ้างหรือไม่
- หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ มีอะไรบ้าง
- นักเรียนเคยได้ยินได้เห็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติจากที่ไหนบ้าง

ขั้นฝึก

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๕ กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ ซึ่งประกอบด้วยนิพพิทา ความหน่าย และปฏิบัติแห่งนิพพิทา จากใบความรู้ที่ ๑

๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดเตรียมการเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ชั้นประยุกต์

๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาเล่าตามหัวข้อที่ตนเองได้รับมอบหมายเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๕. นักเรียนในแต่ละกลุ่มตอบคำถามตามใบกิจกรรมที่ ๑
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปในแต่ละหัวข้อ
๗. ตรวจผลงาน

๗. ภาระงาน/ชิ้นงาน

ที่	ภาระงาน	ชิ้นงาน
๑	ตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนา ส่วนปรมัตถปฏิบัติ	ใบกิจกรรมที่ ๑

๘. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ
๒. ใบกิจกรรมที่ ๑

๙. การวัดผลและประเมินผล

สิ่งที่ต้องการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
อธิบายหลักธรรม พระพุทธศาสนา ส่วนปรมัตถปฏิบัติได้	- ตรวจผลงาน	- แบบประเมิน ผลงาน	ผ่าน = ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป ไม่ผ่าน = ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ ๖๐

แบบประเมินผลงาน

ใบกิจกรรมที่ ๑

ข้อที่	ระดับคะแนน		
	๔ - ๕ คะแนน	๒ - ๓ คะแนน	๑ คะแนน
๑ - ๒	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็น	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็นส่วนใหญ่	ตอบคำถามถูกต้องและ ตรงประเด็นน้อย

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์	ร้อยละ	คะแนน
ผ่าน	๖๐ ขึ้นไป	๖ คะแนนขึ้นไป
ไม่ผ่าน	ต่ำกว่า ๖๐	๕ คะแนนลงมา

หมายเหตุ เกณฑ์การตัดสินสามารถปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๑

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของนิพพิทา ความหน่าย

ตอบ **นิพพิทา ความหน่าย** หมายถึง ความเบื่อหน่ายที่เกิดจากการใช้ปัญญาพิจารณาเห็นความจริง ได้แก่ ความเบื่อหน่ายในกองทุกข์ ความเบื่อหน่ายในเบญจขันธ์ซึ่งเกิดจากปัญญาที่พิจารณาเห็นว่าสังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา เมื่อพิจารณาได้ดังนี้ย่อมเกิดความเบื่อหน่ายในทุกขขันธ์ (กองทุกข์) ไม่มีความเพลิดเพลินยึดมั่นในสังขารอันชั่ววนเวียนวนเวียนหาเป็นความเบื่อหน่ายที่เกิดจากปัญญาพิจารณาเข้าใจสภาพความเป็นจริงของสังขาร ไม่ใช่ความเบื่อหน่ายเพราะแรงผลักดันแห่งกามตัณหา เช่น กรณีที่หญิงกับชายรักกันจนถึงขั้นอยู่กินเป็นสามีภรรยาไปแล้วเบื่อหน่ายจนเลิกร้างกันไปเพราะความประพฤติไม่ดีต่อกันหรือเอื่อมระอาในพฤติกรรมของกันและกันแล้วต่างคนต่างไปแสวงหากามารมณ์เสเพลสุขทางเพศกับชาย - หญิงอื่น เช่นนี้ไม่จัดเป็นนิพพิทา

คำว่า **โลก** ในอุทเทสที่ ๑ จำแนกความหมายเป็น ๒ อย่าง คือ (๑) โลกโดยตรง ได้แก่ แผ่นดินเป็นที่อาศัย (๒) โลกโดยอ้อม ได้แก่ หมู่มสัตว์ผู้อาศัย

โลกทั้งโดยตรงและโดยอ้อมนี้มีสิ่งต่างๆ รวมกันอยู่ ๓ อย่าง คือ

๑. สิ่งอันให้โทษโดยส่วนเดียว เปรียบด้วยยาพิษ
๒. สิ่งอันให้โทษในเมื่อเกินพอดี เปรียบด้วยของมีนเมา
๓. สิ่งอันเป็นอุปการะ เปรียบด้วยอาหารและเภสัช (ยารักษาโรค) ที่ให้ความสบาย

ผู้หมกอยู่ในโลก

เหล่าคนเขลาผู้ไร้ปัญญาพิจารณาไม่สามารถยังรู้เห็นโลกได้โดยถ่องแท้ จึงชื่อว่าหมกอยู่ในโลกโดยอาการ ๓ อย่าง คือ

๑. เพลิดเพลินในสิ่งที่เป็นโทษ
๒. ระเริงหลงเกินพอดีในสิ่งอันอาจให้โทษ
๓. ติดอยู่ในสิ่งที่เป็นอุปการะล่อใจ

เมื่อเป็นเช่นนี้ ย่อมได้รับสุขบ้าง ทุกข์บ้าง คละเคล้ากันไปตามแต่สิ่งนั้นๆ จะอำนวยให้ แม้สุขที่ได้รับนั้น ก็เป็นอามิสสุข สุขอิงอามิส คือสุขที่คล้ายเหยื่อล่อให้ลุ่มหลงติดข้อง ไม่ใช่ความสุขที่แท้จริงซึ่งมีอาการดุจเหยื่อที่เบ็ดเกี่ยวไว้ อาจถูกชักจูงไปได้ตามปรารถนา

ผู้ไม่ข้องอยู่ในโลก

ฝ่ายท่านผู้รู้ มีปัญญาลาด สามารถพิจารณาเห็นความเป็นจริงของสิ่งสมมติเป็นโลกนั้นๆ ว่าจะต้องเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยอย่างแน่นอนแล้วไม่ติดข้องพัวพันในสิ่งอันเป็นอุปการะล่อใจ โดยที่ไม่มีผู้ใดหรือสิ่งใดยั่วให้ติดอยู่ได้ ย่อมเป็นอิสระด้วยตนเอง เมื่อเป็นเช่นนี้ ย่อมได้รับ**นิรามิสสุข** สุขปราศจากอามิส คือความสุขที่หาเหยื่อล่อมิได้ อันเป็นความสุขที่แท้จริง ผู้รู้เช่นนี้ ชื่อว่า **ผู้ไม่ข้องอยู่ในโลก**

พุทธประสงค์ในการตรัสให้ดูโลก

พระพุทธองค์ตรัสชักชวนเหล่าพุทธบริษัทมาดูโลกอันวิจิตรตระการตาเปรียบด้วยราชรถครั้งโบราณที่ประดับด้วยเครื่องอลังการอย่างงดงาม มิใช่เพื่อให้หลงเพลิดเพลิน ดุจดวงหนึ่งดูละครที่มุ่งความบันเทิงแต่อย่างใดไม่ แต่ทรงประสงค์ให้ใช้ปัญญาพิจารณาเห็นคุณ โทษ ประโยชน์ และมีใช้ประโยชน์ของสิ่งนั้นๆ ที่ร่วมกันเข้าเป็นโลก

อาการสำรวมจิต

ผู้สำรวมจิตไม่ปล่อยให้เพลิดเพลินระเริงหลงในโลกอันมีสิ่งล่อใจต่างๆ ชื่อว่าพ้นจากบ่วงแห่งมาร ด้วยอาการสำรวมจิต ๓ อย่าง คือ

๑. **สำรวมอินทรีย์** (อินทรีย์สังวร) หมายถึง ความสำรวมระวังตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มิให้อำนาจความกำหนัดยินดีครอบงำได้ ในเมื่อตาได้เห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส กายถูกต้องโผฏฐัพพะ (สัมผัสทางกาย) อันน่าปรารถนา ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด

๒. **มนสิการกัมมัญฐาน** (สมถกัมมัญฐาน) หมายถึง ความใส่ใจในอุบายฝึกอบรมจิตเพื่อลดละบรรเทาความฉันทะ ความพอใจรักใคร่ในกาม ได้แก่ ความใส่ใจในอสุกัมมัญฐาน คือกัมมัญฐานที่พิจารณาดูความไม่งามของร่างกายเมื่อตอนเป็นซากศพที่แปรสภาพเปื่อยเน่าไปตามลำดับ ความใส่ใจในกายคตาสติกัมมัญฐาน คือกัมมัญฐานที่ใช้สติกำหนดพิจารณากายให้เห็นเป็นของไม่งามเป็นอารมณ์ หรือความใส่ใจในมรณัสสติกัมมัญฐาน คือกัมมัญฐานที่ระลึกพิจารณาถึงความตายเนืองๆ เป็นอารมณ์

๓. **เจริญวิปัสสนา** (วิปัสสนากัมมัญฐาน) หมายถึง ความหมั่นฝึกจิตให้เกิดปัญญาพิจารณาสังขารโดยแยกออกเป็นชั้น ๕ หรือนามรูปให้เห็นไตรลักษณ์ คือ เป็นสภาพที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ทั้ง ๓ อย่างนี้ เป็นอาการสำรวมจิตเพื่อให้หลุดพ้นจากบ่วงแห่งมาร คือไม่ตกไปตามกระแสกิเลส การที่จิตจะหลุดพ้นจากบ่วงแห่งมารนั้น ต้องดำเนินการควบคุมตามอาการครบทั้ง ๓ อย่างนี้ โดยเฉพาะการเจริญวิปัสสนา นับว่าสำคัญที่สุด เพราะบ่วงแห่งมารนั้นมีฤทธานุภาพสามารถคล้องสรรพสัตว์ได้อย่างแน่นหนา เหนือกำลังจะต้านทาน เหลือวิสัยที่จะปลดปล่อยให้หลุดพ้นได้ ดังนั้น จึงต้องใช้อาการสำรวมจิตโดยการเจริญวิปัสสนาเท่านั้น จึงจะสามารถเอาชนะมารและบ่วงแห่งมารดังกล่าวต่อไปนี้ได้

มารและบ่วงแห่งมาร

มาร แปลว่า ผู้ฆ่า ผู้ทำลาย ในที่นี้หมายถึง โทษล้างผลาญคุณความดีและทำให้เสียคน โดยเป็นสิ่งที่ฆ่าบุคคลให้ตายจากคุณความดี และจัดเป็นตัวการที่กำจัดหรือขัดขวางจิตคนเราไม่ให้บรรลุคุณธรรมความดี ได้แก่ กิเลสกาม กิเลสเป็นเหตุใคร่ ซึ่งจัดเป็นเจตสิก (องค์ประกอบภายในของจิต สิ่งที่เกิดภายในใจ) อันเศร้าหมอง (อกุศลเจตสิก) ที่มีอยู่ภายในจิตใจของคนเรา โดยคอยยุर्मเราจิตให้คิดโลภ โกรธ หลง มีชื่อเรียกต่างๆ เช่น ตัณหา ความทะยานอยาก ราคะ ความกำหนัด อรติ ความซึ่งเคียด อิสสา ความริษยา หรือหึงหวง เป็นต้น กิเลสเหล่านี้เมื่อมีในจิตสันดานของบุคคลใด ย่อมเป็นเหตุยังจิตของบุคคลนั้นให้มีความยินดี รักใคร่ปรารถนา ไขว่คว้าเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งต่างๆ และหรือเศร้าหมองเป็นไปตามอำนาจของกิเลสเหล่านั้น เพราะฉะนั้นท่านจึงเรียกว่า กิเลสเป็นเหตุใคร่ ซึ่งเปรียบดังพืชที่มียาง เป็นเหตุให้เกิดราก ลำต้น กิ่งก้านต่อไป ฉะนั้นกิเลสกลานี้ท่านจัดว่าเป็นมาร เพราะเป็นโทษล้างผลาญคุณความดีและทำให้เสียคน คือ ทำให้มีสภาพจิตที่ไม่ดี

บ่วงแห่งมาร หมายถึง อารมณ์เครื่องผูกมัดให้ติดแห่งมาร เหมือนเนื้อเหยื่อล่อที่ถูกเบ็ดเกี่ยวไว้ ได้แก่ วัตถุ กาม วัตถุอันน่าใคร่ คือ สิ่งที่เป็นที่ดึงดูดแห่งความใคร่ ซึ่งเรียกว่า กามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะ อันเป็นอภิวรรณธรรม (อารมณ์ที่น่าปรารถนา) ซึ่งเป็นสิ่งที่มารหรือกิเลสชักนำจิตคนเราให้เข้าไปกำหนดว่าน่ารัก น่าใคร่ พาใจให้กำหนดยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่น่าปรารถนานำพาใจ บ่วงแห่งมารนี้ไม่อาจจะคล้องบุคคลผู้ไม่ติดข้องอยู่ในโลกได้

การปฏิบัติ สรรวมจิตไม่ปล่อยให้เพเลิดเพลินระเริงหลงในโลกอันมีสิ่งล่อใจต่างๆ

๒. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของปฏิปทาแห่งนิพพิทา

ตอบ ปฏิปทาแห่งนิพพิทา หมายถึง ข้อปฏิบัติให้เกิดความเบื่อหน่ายคลายความยึดติดในโลก โดยใช้ปัญญาพิจารณาเห็นสามัญญลักษณะหรือไตรลักษณ์ในสังขาร เมื่อพิจารณาเห็นเช่นนี้ ย่อมเบื่อหน่ายในทุกข์ และเป็นเหตุให้เข้าถึงวิสุทธิ คือภาวะที่จิตบริสุทธิ์หมดจดจากกิเลส

ความหมายของสังขาร

สังขาร แปลว่า สภาพปรุงแต่ง หรือสิ่งที่ปัจจัยปรุงแต่ง มี ๒ ประเภท คือ ๑. อุปาทินนสังขาร สังขารที่มีใจครอง เช่น มนุษย์และสัตว์ เป็นต้น ๒. อนุปาทินนสังขาร สังขารที่ไม่มีใจครอง เช่น แผ่นดิน ภูเขา ไต้อะ แก้ว เป็นต้น

ในอุทเทสว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์ ได้แก่ ชั้น ๕ คือ

- ๑) รูป คือ ร่างกายอันประกอบด้วยธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม
- ๒) เวทนา คือ ความรู้สึกเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือไม่สุขไม่ทุกข์
- ๓) สัญญา คือ ความจำได้หมายรู้
- ๔) สังขาร คือ อารมณ์ที่เกิดกับจิต หรือเจตนาความคิดอ่านต่างๆ
- ๕) วิญญาณ คือ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางทวาร ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

สามัญญลักษณะของสังขาร

สังขารทั้งปวง มีลักษณะเสมอกัน ๓ ประการ เรียกว่า ไตรลักษณ์ คือ

๑. อนิจจตา ความไม่เที่ยง ลักษณะที่แปรเปลี่ยนไม่แน่นอน
๒. ทุกขตา ความเป็นทุกข์ ลักษณะที่ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้
๓. อนัตตตา ความเป็นอนัตตา ลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตน

อนิจจตา ความไม่เที่ยงแห่งสังขาร กำหนดรู้ได้ใน ๓ ทาง คือ

๑) ในทางที่เห็นได้ง่าย : โดยที่สังขารนั้นมีความเกิดขึ้นในเบื้องต้นและความสิ้นไปในเบื้องปลาย เป็นธรรมดา สมดังพระบาลีในมหาวรรค ที่ฉนิกาย (พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๐/๑๘๑) ว่า

อนิจจา วต สงขารา

อุปาทายธมมิโน

อุปปชชิตวา นิรุชฌนติ

... ..

สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ มีความเกิดขึ้นและความเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา (ไม่เลือกว่าเป็นสังขารชนิดใด ประณีตก็ตาม ทรมาก็ตาม) เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป.

ดังนั้น สังขารทั้งหลายจึงเกิด - ดับอยู่ตลอดเวลา เกิดขึ้นในกาลใด ก็ดับในกาลนั้น กล่าว โดยเฉพาะ ระยะเวลาในระหว่างการเกิดและดับแห่งสังขารที่สมมติว่าเป็นมนุษย์นั้น ท่านกำหนดว่า ๑๐๐ ปี หรือเกินกว่า ๑๐๐ ปี ไปบ้างก็มี แต่มีจำนวนน้อย

๒) ในทางที่ละเอียดกว่านั้น : สังขารทั้งปวงนั้นมีความแปรเปลี่ยนไปในระหว่างการเกิดและดับ สมดังพระบาลีในสคาถวรรค สังยุตตนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๕/๘๙) ว่า

อจเจเนติ กาลา ตรยุนติ รตติโย

วโยคณา อนุปุพฺพ ชนติ.

กาลย่อมล่วงไป รัตตีย่อมผ่านไป ขึ้นแห่งวัยย่อมละไปตามลำดับ

ระยะกาลระหว่างการเกิดและการดับแห่งสังขารของคนเรานั้น ท่านกำหนดเป็น ๓ วัย คือ

- (๑) ปฐมวัย วัยต้น อยู่ในระยะเวลาไม่เกิน ๒๕ ปี
- (๒) มัชฌิมวัย วัยกลาง ตั้งแต่ ๒๕ ปีขึ้นไปจนถึง ๕๐ ปี
- (๓) ปัจฉิมวัย วัยท้าย ตั้งแต่ ๕๐ ปีขึ้นไปจนถึงสิ้นอายุ

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ท่านกำหนดวัยโดยใช้อายุ ๑๐๐ ปีเป็นเกณฑ์ไว้ ดังนี้ (๑) ปฐมวัย วัยแรก กำหนดอายุ ๑ - ๓๓ ปี (๒) มัชฌิมวัย วัยกลาง กำหนดอายุตั้งแต่ ๓๔ - ๖๗ ปี (๓) ปัจฉิมวัย วัยท้าย กำหนดอายุตั้งแต่ ๖๘ - ๑๐๐ ปี

ความแปรเปลี่ยนในระหว่างแห่งสังขารผ่านวัยทั้ง ๓ ดังกล่าวนี้นั้น ท่านเปรียบไว้กับการเดินข้ามสะพานที่สูงขึ้นๆ แล้วราบ แล้วต่ำลงๆ ซึ่งการที่คนเราจะผ่านไปได้อย่างปลอดภัยครบทั้ง ๓ วัยนั้นเป็นเรื่องยาก เหตุที่เป็นเช่นนี้ เพราะอายุของคนเราแต่ละคนนั้นมีวิบากกรรมกำหนดมาไม่เท่ากัน

๑) ในทางที่ละเอียดที่สุด : สังขารทั้งปวงนั้นมีความแปรเปลี่ยนไปชั่วขณะหนึ่ง ๆ คือ ไม่คงที่ อยู่ยาวนานเพียงระยะกาลนิดเดียวก็แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปแล้ว ดังคาถาที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ภาค ๓ หน้า ๒๕๕ ว่า

ชีวิโต ตตตภาโว จ

สุขทุกข์า จ เภวลา

เอกจิตตสมา ยุตฺตา

ลหุโส วตฺตเต ชโณ.

ชีวิต อัฏฐภาพ และสุขทุกข์ ทั้งมวล ล้วนประกอบกันเป็นธรรมเสมอด้วยจิตดวงเดียว ขณะย่อมเป็นไปพลัน.

อนิจจลักษณะ ประการที่ ๓ นี้ ต้องใช้ปัญญาพิจารณาจึงจะกำหนดเห็นชัดในนามกาย เช่น จิตบางขณะก็ขุ่นมัว บางขณะก็เบิกบาน หรือบางขณะรับอารมณ์นี้แล้วก็พลันเปลี่ยนไปรับอารมณ์อื่น เป็นต้น แม้ในรูปกายก็เหมือนกัน เช่น เซลผิวหนังเก่าหลุดร่วงไป เซลใหม่เกิดขึ้นแทนที่ เป็นต้น การที่คนเราไม่รู้ถึงความแปรเปลี่ยนแห่งสังขารเช่นนี้ เพราะมีภาวะสืบทอดที่เรียกว่า สันตติ ซึ่งเป็นไปอย่างต่อเนื่องรวดเร็ว จนไม่สามารถกำหนดได้ เมื่อจิตดวงแรกดับไป จิตดวงใหม่ก็เกิดสืบทอดมา เกิด - ดับ เกิด - ดับ อยู่อย่างนี้ สภาวะที่เรียกว่าสันตตินี้จะคอยบดบังมิให้คนเรารับรู้ถึงอนิจจลักษณะในขั้นที่ละเอียด เมื่อสันตติขาดลง ความดับสิ้นแห่งชีวิตินทรีย์หรือความตายย่อมปรากฏ ความเกิดแล้วดับและความแปรเปลี่ยนในระหว่างแห่งสังขารดังกล่าวนี้นั้น ท่านสรุปไว้ในบาลีที่ว่า “อุปฺปชฺชติ เจว เวติ จ อณฺณถา จ ภวติ. : ย่อมเกิดขึ้นด้วยเที่ยว

ย่อมเสื่อมสิ้นด้วย ย่อมเป็นอย่างอื่นด้วย” นี่เป็นอนิจจลักษณะ คือเครื่องกำหนดว่าไม่เที่ยงแห่งสังขาร ความไม่เที่ยงแห่งสังขารที่กำหนดรู้ได้ใน ๓ ทางดังกล่าวมานี้ย่อมปรากฏทั้งในอุปาทินนสังขาร สังขารที่มีใจครอง และอุปาทินนสังขาร สังขารที่ไม่มีใจครอง

ทุกขตา ความเป็นทุกข์แห่งสังขาร กำหนดเห็นได้ด้วยทุกข์ ๑๐ อย่าง คือ

๑) **สภาวะทุกข์** ทุกข์ตามสภาพ ได้แก่ ทุกข์ประจำสังขาร คือ ขาติ ความเกิด ชรา ความแก่ มรณะ ความตาย อันเป็นคติธรรมดาประจำสังขาร ขณะที่หลุดจากกรรมมารดา ทารกย่อมได้รับความลำบาก ความเจ็บปวดจากอันตรายต่างๆ จัดเป็นชาติทุกข์ ทุกข์เพราะการเกิด ความทรมานเสื่อมลงแห่งสังขาร ทำความเป็นไปแห่งชีวิตให้ลำบาก จัดเป็นชราทุกข์ ทุกข์เพราะความแก่ ความสิ้นชีวิตได้รับทุกข์เวทนา แรงกล้าเป็นภัยที่น่ากลัว จัดเป็นมรณทุกข์ ทุกข์เพราะความตาย

๒) **ปถิณณทุกข์** ทุกข์เบ็ดเตล็ด ได้แก่ ทุกข์ที่จรมาในชีวิต คือ โสกะ ความโศก ปริเทวะ ความร่ำไรรำพัน ทุกขะ ความทุกข์กาย โทมนัส ความทุกข์ใจ อุปายาส ความคับแค้นใจ รวมถึง อับยิเยหิสมโยคทุกข์ ทุกข์ที่เกิดจากการประสบพบสัตว์ บุคคล สิ่งที่ไม่รักไม่ชอบใจ และปิเยหิวิปโยคทุกข์ ทุกข์ที่เกิดจากความพลัดพรากจากบุคคล สัตว์ สิ่งของที่รักที่ชอบ

๓) **นิพัทธทุกข์** ทุกข์เนื่องนิยต์ หรือทุกข์ประจำ ได้แก่ ทุกข์ที่เป็นเจ้าเรือน เช่น ทุกข์เพราะความหนาว ร้อน หิว กระหาย ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ ทุกข์ในข้อนี้คนเรามากจะไม่คำนึงถึงนัก ถือเป็น เรื่องธรรมดาที่จะสามารถระงับบรรเทาได้ง่าย

๔) **พยาธิทุกข์** ทุกข์เจ็บปวด ทุกข์เพราะความเจ็บไข้ได้ป่วย ได้แก่ ทุกขเวทนาต่างๆ ที่สร้าง ความเจ็บปวดทรมานให้แก่คนเรา ที่มีสมุฏฐานเกิดจากโรคร้ายไข้เจ็บเข้ามารุมเร้าร่างกายอันเป็นดุจรังแห่งโรค เช่น ปวดศีรษะ ปวดท้อง ปวดฟัน หรือปวดเมื่อยทั่วร่างกาย เป็นต้น

ทุกข์ประการที่ ๓ และที่ ๔ นี้ พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ในคิริमानันทสูตร (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๔) ตอนอาทินวสัณญา โดยความเป็นโทษแห่งร่างกาย

๕) **สันตাপทุกข์** ทุกข์ คือ ความร้อนรุ่ม หรือทุกข์ร้อน ได้แก่ ความกระวนกระวายใจเพราะ ถูกไฟกิเลส คือ ราคะ โทสะ และโมหะ หรือรัก โลภ โกรธ หลง แผลดเผา ดูดความแสบร้อนที่เกิดจากไฟลวก ทุกข์ประการนี้ตรงกับที่ตรัสไว้ในอาทิตตปริยายสูตร

๖) **วิปากทุกข์** ทุกข์ที่เป็นผลของกรรมชั่ว ได้แก่ การเกิดความเดือดร้อนใจ การถูกลงอาญา ได้รับความทุกข์เดือดร้อนทางกายและใจต่างๆ การตกทุกข์ได้ยาก หรือการตายไปเกิดในอบายภูมิ ทุกข์ประการนี้ ปรากฏในพระบาลีไตรปิฎกหลายแห่ง

๗) **สทคตทุกข์** ทุกข์ ไปด้วยกัน หรือทุกข์กำกับกัน ได้แก่ ทุกข์ที่มาพร้อมกับโลกธรรมฝ่าย อภิภูมามณ (สิ่งที่น่าปรารถนาน่าชอบใจ) คือ มีลาภ มียศ ได้รับสรรเสริญ มีความสุข ซึ่งล้วนเจือปนด้วยทุกข์ ที่จรมาเสมอ เช่น เมื่อมีทรัพย์สมบัติแล้ว ก็ต้องคอยเฝ้ารักษาไม่ให้สูญหาย บางครั้งถึงกับกินไม่ได้นอนไม่หลับ บางคนต้องเสียชีวิตในการป้องกันรักษาทรัพย์ก็มี เมื่อได้รับยศถาบรรดาศักดิ์แล้ว ต้องทำตัวให้ดีกว่าคนทั่วไป มีการกีดกันข่มขู่มากมาย เป็นที่หวงพิงพาของบริวาร ต้องพลอยร่วมทุกข์ร่วมสุขไปกับคนอื่น ดังนั้น จึงต้อง

ชวนชวหาทรัพย์สินไว้ให้มากเพื่อเป็นกำลังจับจ่ายให้สะดวก ทำให้เกิดทุกข์ตามมา เมื่อได้รับสรรเสริญ ก็ทำให้เพเลิดเพลินหลงเคลิ้มไปว่าตนเป็นคนเก่งคนดีกว่าคนอื่น หากปราศจากสติรู้เท่าทัน ก็จะหลงมัวเมาประมาททำให้เกิดทุกข์ เมื่อได้รับสุข ก็ปรารถนาอยากจะได้สุขยิ่งขึ้นไป ไม่รู้จักอิ่ม จึงไม่ได้รับความสุขที่แท้จริง ดังนั้น โลกธรรมฝ่ายอวิชชาธรรมจึงมักมีทุกข์กำกับซ่อนอยู่ด้วยเสมอ

๘) **อาหารปริเยณฺฐิทุกข์** ทุกข์เพราะการแสวงหาอาหาร ได้แก่ อาชีวะทุกข์ ทุกข์ในการหาเลี้ยงชีพ โดยเหตุที่สรรพสัตว์ดำรงชีพอยู่ได้เพราะอาหาร จึงต้องดิ้นรนแสวงหาอาหารมาประทังชีวิต เมื่อประกอบอาชีพการทำงาน ก็ย่อมเกิดการแข่งขันช่วงชิงผลประโยชน์จนถึงขั้นทำร้ายร่างกายล้างผลาญชีวิตกัน จึงอยู่ไม่เป็นสุข ดังนั้น คนเราไม่ว่าจะประกอบอาชีพใดๆ เพื่อให้ได้อาหารมาเลี้ยงชีวิต ย่อมเป็นทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น

๙) **วิวาทมูลกทุกข์** ทุกข์มีวิวาทเป็นมูล หรือทุกข์เพราะการทะเลาะกันเป็นเหตุ ได้แก่ ความไม่ปลอดโปร่งใจ ความไม่สบายใจ ความกลัวแพ้ หรือความหวาดหวั่นอันมีสาเหตุมาจากการทะเลาะแก่งแย่งกัน การสู้คดีกัน การทำสงครามสู้รบกัน เป็นต้น ซึ่งล้วนแต่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ก่อเวรภัยแก่กันอย่างไม่รู้จบ

๑๐) **ทุกข์ขันธ** ทุกข์รวบยอด หรือศูนย์รวมความทุกข์ ได้แก่ อุปาทานขันธ ๕ ที่บุคคลเข้าไปยึดมั่น ถือมั่นว่าเป็นตัวเราของเรา จัดเป็นตัวยุทธ ซึ่งตรงกับพระบาลีธัมมจักกัปปวัตตนสูตรที่ว่า “สงฺขิตฺเตน ปญฺจุปาทานกฺขนธฺา ทุกฺขา : โดยย่อ อุปาทานขันธ ๕ เป็นทุกข์” และตรงกับพระบาลีแสดงหลักปฏิบัติสมุปปาทที่ว่า “เอวเมตสฺส เกลวสฺส ทุกฺขกฺขนธสฺส สมฺทโย โหติ : ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนั้น จึงมีด้วยประการดังกล่าวนี้”

การพิจารณาเห็นสังขารทั้งปวงว่าเป็นทุกข์เต็มที โดยใช้ญาณปัญญากำหนดเห็นทุกข์ที่ชาวโลกเห็นเป็นสุข มีสหคตทุกข์ เป็นต้น ดังกล่าวมานี้อย่างละเอียดประจักษ์ชัด ตรงกับพระบาลีในวิราสูตร ภิกขุนี้สังยุต สคาถวรรค สังยุตตนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๕/๑๙๙) ที่ว่า

ทุกฺขเมว हि สมฺโภติ

ทุกฺขํ ติฏฺฐติ เวติ จ

นาถยตฺร ทุกฺขา สมฺโภติ

นาถยตฺร ทุกฺขา นิรุณฺณติ.

ก็ ทุกข์นั้นแล ย่อมเกิดขึ้น ทุกข์ย่อมตั้งอยู่ด้วย ย่อมเสื่อมสิ้นไปด้วย

นอกจากทุกข์ หออะไรเกิดมิได้ นอกจากทุกข์ หออะไรดับมิได้.

ทุกข์ลักษณะดังกล่าวมานี้ย่อมเกิดมีเฉพาะอุปาทานกสังขาร สังขารที่มีใจครองเท่านั้น แต่อาจารย์บางท่านวินิจฉัยว่า แม้อุปาทานกสังขาร สังขารที่ไม่มีใจครอง ที่บุคคลเข้าไปยึดมั่นด้วยอุปาทาน ก็สามารถมีทุกข์ลักษณะนี้ได้เช่นกัน หรือบางท่านเห็นความเฉาความชืดแห่งต้นไม้ใบหญ้าว่า เป็นการเสวยทุกข์ของมันทั้งสองประเด็นนี้ สมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ ทรงเห็นว่าไม่สมเหตุผล อุปาทานกสังขารเท่านั้นเป็นทุกข์ และทุกข์เป็นเจตสิกธรรม (สิ่งที่เกิด - ดับพร้อมกับจิต) การที่คนเราไม่เห็นสังขารคือเบญจขันธ์ว่าเป็นทุกข์ ก็เพราะมีการผลัดเปลี่ยนเคลื่อนไหวอิริยาบถอยู่เสมอ ดังนั้น อิริยาบถ จึงชื่อว่าปิดบังทุกข์ลักษณะไว้

อนัตตตา ความเป็นอนัตตาแห่งสังขาร กำหนดรู้ได้ด้วยอาการ ๕ คือ

๑) **ด้วยไม่อยู่ในอำนาจ หรือด้วยฝืนปรารถนา** หมายความว่า สังขารคือเบญจขันธ์ไม่เป็นไปตามความปรารถนา ไม่ขึ้นต่อการบังคับบัญชาของใครๆ ไม่มีใครสามารถบังคับสังขารให้เป็นไปตามที่ใจต้องการได้

เพราะสังขารไม่ใช่อัตตา ดังนัยที่ตรัสไว้ในอนัตตลักขณสูตร (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๔) ว่า “ถ้าเบญจขันธ์จักเป็นอัตตาแล้วไซ้ เบญจขันธ์ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และจะพึงได้ในเบญจขันธ์ตามปรารถนาว่า ขอเบญจขันธ์ของเราเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย แต่เพราะเหตุที่เบญจขันธ์เป็นอนัตตา จึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และไม่ได้เบญจขันธ์ตามปรารถนาอย่างนั้น”

๒) ด้วยแย้งต่ออัตตา หมายความว่า โดยสภาวะของสังขารเองค้านต่ออัตตา คือตรงกันข้ามกับความเป็นอัตตาอย่างประจักษ์ชัด ดังที่ตรัสไว้ในอนัตตลักขณสูตรว่า “สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา ควรหรือไม่ที่จะตามเห็นสิ่งนั้นว่า นั่นของเรา นั่นเป็นเรา นั่นตัวของเรา” และที่ตรัสไว้ในยถนิจสูตร ชันธารวรรค สังยุตตนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๗) ว่า “ยถนิจจํ ตํ ทุกขํ. ยํ ทุกขํ ตทณตฺตา. : สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา”

๓) ด้วยความเป็นสภาพหาเจ้าของมิได้ หมายความว่า สังขารนี้ไม่เป็นของใครได้จริง ไม่มีใครเป็นเจ้าของครอบครองได้ ดังที่ตรัสไว้ในสูตรทั้งหลายมีอนัตตลักขณสูตรเป็นต้นว่า “เนตํ มม เนโสหสมฺมิน เมโส อตฺตา. : นั่นมิใช่ของเรา นั่นมิใช่เรา นั่นมิใช่ตัวของเรา”

๔) ด้วยความเป็นสภาพสูญ คือว่างหรือหายไป หมายความว่า สังขารนี้เป็นเพียงการประชุมรวมกันเข้าขององค์ประกอบที่เป็นส่วนย่อยๆ โดยว่างเปล่าจากความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา หรือการสมมติเป็นต่างๆ ดังที่ตรัสแก้ปัญหาของโมฆราชมาณพ ในปารายณวรรค สุตตนิบาต ขุททกนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕) ว่า “โมฆราช เธอจงมีสติทุกเมื่อ เล็งเห็นโลกโดยความเป็นสภาพสูญ ถอนอัตตานุกิฎฐิ คือความคิดเห็นว่าเป็นอัตตาเสีย เช่นนี้ เธอก็จะพึงเป็นผู้ข้ามพ้นพญามัจจุราชได้...”

การที่คนเราไม่สามารถเห็นสังขารโดยความเป็นสภาพว่าง ก็เพราะมี ฆนสัญญา ความสำคัญว่าเป็นกลุ่มก้อน คือการกำหนดว่า เป็นเรา เป็นเขา คอยปิดบังไว้ ทำให้เห็นแต่องค์รวม เหมือนอย่างการที่จะเรียกว่ารถได้ ก็เพราะมีชิ้นส่วนอะไหล่ต่างๆ ประกอบกัน ฉันทใดกัฉนํนั้น เมื่อขันธ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มารวมกัน ย่อมมีการสมมติบัญญัติเรียกว่า เป็นสัตว์ เป็นบุคคลขึ้นมา ดังที่วชิราภิกษุณีกล่าวไว้ในสคาถวรรค สังยุตตนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๕) ว่า “ขึ้นชื่อว่าสัตว์ย่อมหาไม่ได้ในกองแห่งสังขารล้วนๆ นี้ เปรียบให้เห็นว่า เพราะคุณสมบัติทั้งหลายไว้ด้วยกัน เสียงเรียกว่ารถย่อมมีฉันทใด เมื่อขันธทั้งหลายยังมีอยู่ การสมมติว่าสัตว์ก็ย่อมมีฉันทนั้น” เมื่อกำหนดพิจารณาเห็นสังขารโดยกระจายเป็นส่วนย่อยต่างๆ ได้แล้ว ก็จะสามารถถอนชนสัญญาในสังขารนั้นได้

ส่วนอนัตตลักขณะที่ว่า สังขารเป็นสภาพหายไปนั้น พึงกำหนดรู้ได้ด้วยความสัมพันธ์ไปแห่งสังขารนั้นๆ ท่านเปรียบเหมือนกับการที่คนเรานอนหลับฝันแล้วตื่นขึ้นมาก็ไม่พบกับความฝันนั้นเสียแล้ว ดังที่ตรัสไว้ในชราสูตร สุตตนิบาต ขุททกนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕) ว่า “คนผู้ตื่นขึ้นแล้วย่อมไม่เห็นอารมณ์อันประจบด้วยความฝัน (สิ่งที่ฝัน) ฉันทใด คนผู้มีชีวิตอยู่ ก็ย่อมไม่เห็นคนที่ตนรักตายจากไปฉันทนั้น”

๕) ด้วยความเป็นสภาวะธรรมเป็นไปตามเหตุปัจจัย หมายความว่า สังขารนั้นเป็นภาวะที่ขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัย ไม่มีอยู่โดยลำพัง แต่เป็นไปโดยอิงอาศัยกับสิ่งอื่นๆ ข้อนี้เป็นลักษณะรวบยอดแห่งอาการทั้ง ๔ ที่กล่าวมา ดังที่ตรัสไว้ในคัมภีร์อุทาน ขุททกนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕) ว่า “ในกาลใดแล ธรรมทั้งหลาย

ย่อมปรากฏแก่พราหมณ์ผู้เพียรฟังพิจารณา ในกาลนั้น ความสงสัยทั้งปวงของพราหมณ์นั้นย่อมสิ้นไป เพราะมารู้ธรรมเป็นไปกับเหตุ... และเพราะมารู้ความสิ้นไปแห่งปัจจัย”

ความเป็นอนัตตาแห่งสังขารนี้แม้จะเกิดมีประจำสำหรับชาวโลก แต่เป็นเรื่องที่เข้าใจยาก เห็นได้ยาก เพราะมี ฆนสัญญา คือความสำคัญเห็นเป็นกลุ่มก้อนปิดบังไว้ ต้องอาศัย ภาวนามยปัญญา คือ การฝึกสติปัญญาให้มีกำลังแรงกล้าจึงจะสามารถพิจารณาเห็นได้โดยประจักษ์ เพราะไตรลักษณ์ข้ออนัตตานี้ นอกจากพระพุทธศาสนาแล้ว ไม่มีสอนในลัทธิศาสนาอื่น

มัตถิทธิศาสนาอื่น : ยอมรับการมีอัตตา

ความเป็นอนัตตาแห่งสังขารและสภาวะธรรมทั้งหลายนั้น เมื่อพิจารณาตามพยัญชนะคือตัวหนังสือ ดูเหมือนเป็นมติที่ขัดแย้งคัดค้านความเป็นอัตตาของลัทธิพราหมณ์หรือศาสนาฮินดูและลัทธิที่เชื่อเกี่ยวกับการเวียนเกิดเวียนตาย (เวียนว่ายตายเกิด) ซึ่งถือว่าในรูปกายนี้มีอัตตาสงอยู่ เป็นผู้คิด เป็นผู้สวดยเวทนา และสำเร็จอาการอย่างอื่นๆ อีก เมื่อคราวมรณะคือตาย อัตตาก็จุติ (เคลื่อนหรือตาย) จากสรีระร่างเดิมไป สิ่งในสรีระร่างอื่น ซึ่งจะเป็นสรีระร่างดีหรือเลวนั้นย่อมสุดแล้วแต่กรรมที่ได้ทำไว้ ส่วนสรีระร่างเดิมย่อมแตกสลายไป เปรียบเหมือนบ้านเรือนที่อยู่อาศัย เมื่อคนผู้อยู่อาศัยไม่พอใจ ก็ย้ายไปอยู่บ้านเรือนหลังใหม่ ส่วนบ้านเรือนหลังเดิมก็ย่อมผุพังสลายไปตามกาลเวลาฉะนั้น อัตตาดังกล่าวมานี้ในหนังสือมิลินทปัญหา เรียกว่า ชิโว ผู้เป็น หรือเรียกตามความนิยมของคนไทยว่า เจตภูต ผู้นี้

มติทางพระพุทธศาสนา : ปฏิเสธอัตตา

มติทางพระพุทธศาสนากล่าวแย้งว่า ความจริง ไม่มีอัตตาอย่างนั้น เป็นแต่สภาวะธรรมเกิดขึ้น เพราะเหตุ ดับหรือสิ้นก็เพราะเหตุ ดังที่ท่านพระอัสสชิเถระ แสดงแก่อุปติสสปริพาชก (พระสารีบุตรเถระ) ในพระวินัยปิฎกมหารวรรค ปฐมภาค (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๔/๗๔) ว่า

เย ธมมา เหตุปุปภาวา เตสํ เหตุํ ตถาคโต (อาท)
เตสญจ โย นิโรธोจ เอวาทิ มหาสมโณ.

ธรรมเหล่าใดมีเหตุเป็นแดนเกิด พระตถาคตตรัสเหตุแห่งธรรมเหล่านั้น
และตรัสความดับแห่งธรรมเหล่านั้น พระมหาสมณะมีปกติตรัสอย่างนี้

ในหลักพระพุทธศาสนา มีการแสดงความเกิดแห่งสภาวะธรรมที่เนื่องสัมพันธ์กันเป็นสายๆ ดังที่ แสดงความเกิดแห่งวิถิจิตว่า “อาศัยอายตนะภายในมีจักขุ เป็นต้น อายตนะภายนอกมีรูป เป็นต้น ประจวบ กันเข้า เกิดวิญญาณ มีจักขุวิญญาณ เป็นต้น จากนั้นจึงเกิดสัมผัส เวทนา สัญญา สัญเจตนา ตัณหา วิตก วิจารณ์ โดยลำดับ” หรือดังที่ตรัสไว้ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตรว่า “ยงกิญจิ สมุพฺพณมํ สพฺพณตํ นิโรธธมมํ : สิ่งใดมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นล้วนมีความดับไปเป็นธรรมดา” ความคิดอ่านจินตนาการต่างๆ ความสวดยเวทนา รู้สึกสุข รู้สึกทุกข์ใดๆ และอาการทางจิตอย่างอื่นๆ เป็นหน้าที่ของจิตและเจตสิก ไม่มี อัตตาสัตว์ที่เป็นตัวตนใดๆ มาทำหน้าที่ดังกล่าวมานั้น

อนึ่ง หลักพระพุทธศาสนายอมรับว่ามี จุติจิต คือจิตที่ทำหน้าที่เคลื่อนจากภพหนึ่งไปอีกภพหนึ่ง หรือจิตขณะสุดท้ายก่อนตาย ดังที่ตรัสไว้ในมูลปณณาสก มัชฌิมนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๒) ว่า “จิตเต

สงกิลิฏฺเฐ ทุกคติ ปาฏิกงขา : เมื่อจิตเศร้าหมองแล้ว ทุกคติเป็นอันหวังได้ (ตายไปเกิดในทุคติภูมิ) จิตเต
 อสงกิลิฏฺเฐ สุกติ ปาฏิกงขา : เมื่อจิตไม่เศร้าหมองแล้ว สุกติเป็นอันหวังได้ (ตายไปเกิดในสุคติภูมิ)” คำว่า จิต
 ในพระพุทธพจน์นี้หมายถึง จิตขณะสุดท้ายก่อนตายหรือจุติจิตนั่นเอง

นอกจากนี้ หลักพระพุทธศาสนายังรับรอง ปฏิสนธิจิต คือจิตที่ทำหน้าที่เกิด หรือจิตดวงแรก
 ขณะเกิด ดังแสดงไว้ในปฏิจจสมุปบาทว่า “วิญญานปจฺจยา นามรูปํ : เพราะวิญญานเป็นปัจจัย จึงมีนามรูป”
 ทั้งยังรับรอง สังสารวัฏ คือการเวียนว่ายตายเกิดในภพภูมิต่างๆ แต่ไม่บัญญัติหรือรับรองเรื่องพระเจ้าที่บันดาล
 ชีวิตเหมือนกับลัทธิศาสนาอื่นๆ โดยรับรองหลักการเกี่ยวกับการเวียนว่ายตายเกิดหรือความดำรงอยู่และ
 เชื่อมสัมพันธ์สภาวะธรรมทั้งหลายบนพื้นฐานแห่งหลัก อิทัปปัจจยตา คือความเป็นเหตุผลของกันและกันว่า
 เพราะสิ่งนี้มี จึงมีสิ่งนี้ หรือหลัก ปฏิจจสมุปบาท คือ ความอิงอาศัยกันเกิด - ดับแห่งสภาวะธรรมทั้งหลายว่า
 “เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย จึงมีสังขาร เพราะสังขารเป็นปัจจัย จึงมีวิญญาน... ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวล
 จึงมีด้วยประการดังนี้ เพราะอวิชชาดับ สังขารจึงดับ... ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ จึงมีด้วยประการดังนี้”

อธิบายพระบาลีอุทเทสว่า “ธรรมทั้งหลายทั้งปวงเป็นอนัตตา”

อนิจจลักษณะและทุกขลักษณะ ย่อมมีได้เฉพาะในสังขาร ดังนั้น พระบาลีอุทเทสจึงแสดง
 ๒ ลักษณะนั้นว่า “สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์” ส่วนอนัตตลักษณะ
 ย่อมมีได้ทั้งในสังขาร ทั้งในวิสังขาร คือธรรมอันมิใช่สังขาร (นิพพาน) ดังนั้น พระบาลีอุทเทสจึงแสดงลักษณะนี้
 ว่า “ธรรมทั้งหลายทั้งปวงเป็นอนัตตา” เพื่อประมวลสภาวะเหล่านั้นมาแสดง เพราะบทว่า “ธรรม”
 หมายเอาสังขารก็ได้ วิสังขารก็ได้

การพิจารณาอนัตตลักษณะจำเป็นต้องมีโยนิโสมนสิการ

การพิจารณาเห็นสังขารเป็นอนัตตานั่น จำเป็นต้องมีโยนิโสมนสิการ คือ การพิจารณาโดยอุบาย
 อันแยบคาย มิฉะนั้นอาจทำให้เห็นผิดว่า ผลบุญหรือผลบาปไม่มี มารดาบิดาไม่มีบุญคุณจริง เป็นแต่เรื่อง
 สมมติทั้งนั้น เมื่อเกิดความเห็นผิดเช่นนี้ ก็ย่อมไม่ได้รับประโยชน์ใดๆ ในทางธรรม มีแต่จะได้รับทุกข์
 และโทษนานัปการ ดังนั้น จำต้องมีโยนิโสมนสิการกำกับ เพื่อจะได้กำหนดรู้ สัจจะ ๒ ประการ คือ

๑) สมมติสัจจะ จริตโดยสมมติ หมายถึง ความจริงที่มนุษย์ในโลกนี้หมายรู้ร่วมกันหรือสื่อสาร
 ระหว่างกัน เป็นเพียงคำบัญญัติสมมติเรียกกันต่างๆ เช่น สมมติเรียกชายผู้ให้กำเนิดว่า บิดา หญิงว่า มารดา
 หรือสมมติเรียกว่า ครูอาจารย์ สามเณรยา ช่าง ม้า วัว ควาย รถ เรือ เป็นต้น

๒) ปรมัตถสัจจะ จริตโดยปรมัตถ์ หมายถึง ความจริงโดยความหมายสูงสุด ความจริง
 ที่มีอยู่จริงโดยสภาวะ เช่น ชันธ์ ธาตุ อายตนะ สสาร พลังงานต่างๆ หรือกล่าวตามหลักพระอริยธรรม
 ได้แก่ จิต เจตสิก รูป นิพพาน

เมื่อมีโยนิโสมนสิการกำหนดรู้สัจจะ ๒ ระดับนี้แล้ว ก็จะได้ไม่ไขว่เขวนำมาคัดค้านกัน เพราะการที่
 จะเข้าถึงความจริงโดยปรมัตถ์ได้ จำต้องยอมรับความจริงโดยสมมติเสียก่อน การกำหนดรู้ความจริงขั้นสมมติ
 เป็นความรู้ขั้นพื้นฐาน ส่วนการใช้ปัญญากำหนดรู้ความจริงขั้นปรมัตถ์เป็นความรู้ขั้นละเอียด ดุจการรู้จัก
 ส่วนประกอบแต่ละชิ้นของรถหรือเรือ ฉะนั้น

เมื่อกำหนดรู้ความจริงถึงขั้นปรมัตถ์ ย่อมเห็นว่า สังขารทั้งหลายเป็นไปต่างๆ กัน ดีบ้าง เลวบ้าง เป็นไปตามกฎแห่งกรรมที่อำนวยผลให้เป็นเช่นนั้น เมื่อกำหนดรู้ได้อย่างนี้ ก็จะเข้าใจเรื่องอนัตตาได้ ประจักษ์แจ้ง สามารถละทิฐิฐิมานะ คือความเห็นผิดและความถือตัว รวมทั้งกิเลสอื่นๆ อันเนื่องมาจากการถือเราถือเขา ถือพรตถือพวก การกำหนดรู้อนัตตาโดยอาศัยโยนิโสมนสิการเช่นนี้ จึงจะสำเร็จประโยชน์ได้ ดังนั้น ท่านจึงกล่าวว่า “อนัตตลักษณะย่อมปรากฏแก่ผู้พิจารณาเห็นโดยแยบคาย หรือย่อมเห็นด้วยปัญญา”

การปฏิบัติ พิจารณาเห็นสังขารเป็นอนัตตานั่น จำเป็นต้องมีโยนิโสมนสิการ คือ การพิจารณาโดยอุบายอันแยบคาย

ใบความรู้ที่ ๑

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

ส่วนปรมัตถปฏิบัติ

นิพพิทา ความหน่าย

๑. เถล ปสสถิมิ โลกัม จิตตัม ราชรูปมัม
 ยตถ พาลา วิสีทนติ นตถิ สงโค วิขานตัม.
 สุตังหลายจงมาดูโลกนี้ อันตระการดูจราชรถ
 ที่พวกคนเขลาหมกอยู่ แต่พวกผู้รู้หาข้องอยู่ไม่.
๒. เย จิตตัม สลณเมสสนติ โมกฺขนติ มารพนธนา.
 ผู้ใดจักระวังจิต ผู้นั้นจักพ้นจากบ่วงแห่งมาร.

อธิบาย

นิพพิทา ความหน่าย หมายถึง ความเบื่อหน่ายที่เกิดจากการใช้ปัญญาพิจารณาเห็นความจริง ได้แก่ ความเบื่อหน่ายในกองทุกข์ ความเบื่อหน่ายในเบญจขันธ์ ซึ่งเกิดจากปัญญาที่พิจารณาเห็นว่าสังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา เมื่อพิจารณาได้ดังนี้ ย่อมเกิดความเบื่อหน่ายในทุกขขันธ์ (กองทุกข์) ไม่มัวเมาเพลิดเพลินยึดมั่นในสังขารอันยั่ววนชวนเสนาหา เป็นความเบื่อหน่ายที่เกิดจากปัญญาพิจารณาเข้าใจสภาพความเป็นจริงของสังขาร ไม่ใช่ความเบื่อหน่ายเพราะแรงผลักดันแห่งกามตัณหา เช่น กรณีที่หญิงกับชายรักกันจนถึงขั้นอยู่กินเป็นสามีภรรยาแล้วเบื่อหน่ายจนเลิกร้างกันไปเพราะความประพฤติไม่ดีต่อกันหรือเอือมระอาในพฤติกรรมของกันและกัน แล้วต่างคนต่างไปแสวงหากามารมณ์เสพสุขทางเพศกับชาย - หญิงอื่น เช่นนี้ไม่จัดเป็นนิพพิทา

คำว่า โลก ในอุทเทสที่ ๑ จำแนกความหมายเป็น ๒ อย่าง คือ (๑) โลกโดยตรง ได้แก่ แผ่นดินเป็นที่อาศัย (๒) โลกโดยอ้อม ได้แก่ หมู่สัตว์ผู้อาศัย

โลกทั้งโดยตรงและโดยอ้อมนี้มีสิ่งต่างๆ รวมกันอยู่ ๓ อย่าง คือ

๑. สิ่งอันให้โทษโดยส่วนเดียว เปรียบด้วยยาพิษ
๒. สิ่งอันให้โทษในเมื่อเกินพอดี เปรียบด้วยของมีนเมา
๓. สิ่งอันเป็นอุปการะ เปรียบด้วยอาหารและเภสัช (ยารักษาโรค) ที่ให้ความสบาย

ผู้หมกอยู่ในโลก

เหล่าคนเขลาผู้ไร้ปัญญาพิจารณาไม่สามารถยังรู้เห็นโลกได้โดยถ่องแท้ จึงชื่อว่าหมกอยู่ในโลกโดยอาการ ๓ อย่าง คือ

๑. เพลิดเพลินในสิ่งที่เป็นโทษ
๒. ระเรงหลงเกินพอดีในสิ่งอันอาจให้โทษ
๓. ติดอยู่ในสิ่งที่เป็นอุปการะล่อใจ

เมื่อเป็นเช่นนี้ ย่อมได้รับสุขบ้าง ทุกข์บ้าง คละเคล้ากันไปตามแต่สิ่งนั้นๆ จะอำนวยให้ แม้สุขที่ได้รับนั้น ก็เป็นอามิสสุข สุขอิงอามิส คือสุขที่คล้ายเหยื่อล่อให้ลุ่มหลงติดข้อง ไม่ใช่ความสุขที่แท้จริง ซึ่งมีอาการดุจเหยื่อที่เบ็ดเกี่ยวไว้ อาจถูกชักจูงไปได้ตามปรารถนา

ผู้ไม่ข้องอยู่ในโลก

ฝ่ายท่านผู้รู้ มีปัญญาลาดสามารถพิจารณาเห็นความเป็นจริงของสิ่งสมมติเป็นโลกนั้นๆ ว่า จะต้องเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยอย่างแน่นอนแล้วไม่ติดข้องพัวพันในสิ่งอันเป็นอุปการะล่อใจ โดยที่ไม่มีผู้ใดหรือสิ่งใดยั่วให้ติดอยู่ได้ ย่อมเป็นอิสระด้วยตนเอง เมื่อเป็นเช่นนี้ ย่อมได้รับนิรามิสสุข สุขปราศจากอามิส คือความสุขที่หาเหยื่อล่อมิได้ อันเป็นความสุขที่แท้จริง ผู้รู้เช่นนี้ ชื่อว่า ผู้ไม่ข้องอยู่ในโลก

พุทธประสงค์ในการตรัสให้ดูโลก

พระพุทธองค์ตรัสชักชวนเหล่าพุทธบริษัทมาดูโลกอันวิจิตรตระการตาเปรียบด้วยวราจรด ครั่งโบราณ ที่ประดับด้วยเครื่องอสังการอย่างงดงาม มิใช่เพื่อให้หลงเพลิดเพลิน ดุจดุหนึ่งดูละครที่มุ่งความบันเทิง แต่อย่างใดไม่ แต่ทรงประสงค์ให้ใช้ปัญญาพิจารณาเห็นคุณ โทษ ประโยชน์ และมีใช้ประโยชน์ของสิ่งนั้นๆ ที่ร่วมกันเข้าเป็นโลก

อาการสำรวมจิต

ผู้สำรวมจิตไม่ปล่อยให้เพลิดเพลินระเรงหลงในโลกอันมีสิ่งล่อใจต่างๆ ชื่อว่าพ้นจากบ่วงแห่งมาร ด้วยอาการสำรวมจิต ๓ อย่าง คือ

๑. **สำรวมอินทรี** (อินทรีสังวร) หมายถึง ความสำรวมระวังตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มิให้อำนาจความกำหนัดยินดีครอบงำได้ ในเมื่อตาได้เห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส กายถูกต้องโผฏฐัพพะ (สัมผัสทางกาย) อันน่าปรารถนา ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด

๒. **มนสิการกัมมัญฐาน** (สมถกัมมัญฐาน) หมายถึง ความใส่ใจในอุบายฝึกอบรมจิตเพื่อลดละบรรเทาภณณันตะ ความพอใจรักใคร่ในกาม ได้แก่ ความใส่ใจในอสุภกัมมัญฐาน คือกัมมัญฐานที่พิจารณาดูความไม่งามของร่างกายเมื่อตอนเป็นซากศพที่แปรสภาพเปื่อยเน่าไปตามลำดับ ความใส่ใจในกายคตาสติกัมมัญฐาน คือกัมมัญฐานที่ใช้สติกำหนดพิจารณาให้เห็นเป็นของไม่งามเป็นอารมณ์ หรือความใส่ใจในมรณสสติกัมมัญฐาน คือกัมมัญฐานที่ระลึกรับพิจารณาถึงความตายเนืองๆ เป็นอารมณ์

๓. **เจริญวิปัสสนา** (วิปัสสนากัมมัญฐาน) หมายถึง ความหมั่นฝึกจิตให้เกิดปัญญาพิจารณาสังขารโดยแยกออกเป็นชั้น ๕ หรือนามรูปให้เห็นไตรลักษณ์ คือ เป็นสภาพที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ทั้ง ๓ อย่างนี้ เป็นอาการสำรวมจิตเพื่อให้หลุดพ้นจากบ่วงแห่งมาร คือไม่ตกไปตามกระแสกิเลส การที่จิตจะหลุดพ้นจากบ่วงแห่งมารนั้น ต้องดำเนินการควบคุมตามอาการครบทั้ง ๓ อย่างนี้ โดยเฉพาะการเจริญวิปัสสนา นับว่าสำคัญที่สุด เพราะบ่วงแห่งมารนั้นมีฤทธานุภาพสามารถคล้องสรรพสัตว์ได้อย่างแน่นหนา เหนือกำลัง

จะต้านทาน เหลือวิสัยที่จะปลดปล่อยให้หลุดพ้นได้ ดังนั้น จึงต้องใช้อาการสำรวมจิตโดยการเจริญวิปัสสนา เท่านั้น จึงจะสามารถเอาชนะมารและบ่วงแห่งมารดังกล่าวต่อไปนี้ได้

มารและบ่วงแห่งมาร

มาร แปลว่า ผู้ฆ่า ผู้ทำลาย ในที่นี้หมายถึง โทษล้างผลาญคุณความดีและทำให้เสียคน โดยเป็นสิ่งที่ฆ่าบุคคลให้ตายจากคุณความดี และจัดเป็นตัวการที่กำจัดหรือขัดขวางจิตคนเราไม่ให้บรรลุคุณธรรมความดี ได้แก่ กิเลส กาม กิเลสเป็นเหตุใคร่ ซึ่งจัดเป็นเจตสิก (องค์ประกอบภายในของจิต สิ่งที่เกิดภายในใจ) อันเศร้าหมอง (อกุศลเจตสิก) ที่มีอยู่ภายในจิตใจของคนเรา โดยคอยยุบเร้าจิตให้คิดโลภ โกรธ หลง มีชื่อเรียกต่างๆ เช่น ตัณหา ความทะยานอยาก ราคะ ความกำหนัด อรติ ความซึ้งเคียด อิสสา ความริษยา หรือหึงหวง เป็นต้น กิเลสเหล่านี้เมื่อมีในจิตสันดานของบุคคลใด ย่อมเป็นเหตุยังจิตของบุคคลนั้นให้มีความยินดี รักใคร่ปรารถนา ไขว่คว้าเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งต่างๆ และหรือเศร้าหมองเป็นไปตามอำนาจของกิเลสเหล่านั้นๆ เพราะฉะนั้น ท่านจึงเรียกว่า กิเลสเป็นเหตุใคร่ ซึ่งเปรียบดังพืชที่มียาง เป็นเหตุให้เกิดราก ลำต้น กิ่งก้านต่อไป ฉะนั้น กิเลส กามนี้ท่านจัดว่าเป็นมาร เพราะเป็นโทษล้างผลาญคุณความดีและทำให้เสียคน คือ ทำให้มีสภาพจิตที่ไม่ดี

บ่วงแห่งมาร หมายถึง อารมณ์เครื่องผูกจิตให้ติดแห่งมาร เหมือนเนื้อเหยื่อล่อที่ถูกเบ็ดเกี่ยวไว้ ได้แก่ วัตถุ กาม วัตถุอันน่าใคร่ คือ สิ่งที่เป็นที่ตั้งแห่งความใคร่ ซึ่งเรียกว่า กามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะ อันเป็นอภิวรรณ (อารมณ์ที่น่าปรารถนา) ซึ่งเป็นสิ่งที่มารหรือกิเลส กามชักนำจิตคนเราให้เข้าไปกำหนดว่าน่ารักน่าใคร่ พาใจให้กำหนดยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่น่าปรารถนาน่าพอใจ บ่วงแห่งมารนี้ไม่อาจจะคล้องบุคคลผู้ไม่ติดข้องอยู่ในโลกได้

สรุปความ

โลก คือแผ่นดินเป็นที่อาศัยและหมู่สัตว์ผู้อาศัยนี้เป็นศูนย์รวมไว้ทั้งสิ่งที่มีโทษ สิ่งที่น่าให้โทษ ในเมื่อลุ่มหลงเกินพอดี และสิ่งที่เป็นอุปการะล่อใจ พวกคนเหล่านี้ผู้ไร้ปัญญา ซึ่งไม่สามารถพิจารณาเห็นโลกได้ตามสภาพเป็นจริง ย่อมเพลิดเพลนในสิ่งที่น่าให้โทษ ระเริงหลงเกินพอดีในสิ่งอันน่าให้โทษ และติดอยู่ในสิ่งที่น่าอุปการะล่อใจ เชื่อว่าหมกอยู่ในโลก จึงไม่ได้รับความสุขที่แท้จริง ตรงกันข้ามกับท่านผู้รู้คือบัณฑิตที่ไม่ข้องอยู่ในโลกย่อมพิจารณาเห็นความเป็นจริงของสิ่งสมมติเป็นโลกนั้นซึ่งจะต้องเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยแล้วไม่พัวพันในสิ่งอันเป็นอุปการะล่อใจ ย่อมได้รับความสุขที่แท้จริง พระพุทธองค์ตรัสชักชวนพุทธบริษัทดูโลก อันตระการตาดุจราชธานีมิใช่ให้เพลิดเพลนเหมือนคู่ละครที่มุ่งการบันเทิง แต่ทรงมีพระประสงค์ให้พิจารณาหยั่งถึงสภาพความเป็นจริงของสรรพสิ่งในโลก เพื่อที่จะสามารถควบคุมจิตให้พ้นจากมาร คือกิเลส กาม และจากบ่วงแห่งมาร คือวัตถุ กาม หรือสิ่งที่เป็นที่ตั้งแห่งความใคร่ ซึ่งเรียกว่ากามคุณ ๕ โดยทรงแนะนำให้ใช้วิธีการสำรวมควบคุมจิต ๓ วิธี คือ (๑) การควบคุมอินทรี ๖ มิให้ยินดีในอารมณ์ที่น่าปรารถนา (๒) การเจริญสมถกัมมัฏฐาน ที่เกี่ยวกับการพิจารณาดูความไม่งามของร่างกาย เป็นต้น และ (๓) การเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน คือการฝึกจิตให้เกิดปัญญาพิจารณาโลก คือ เบญจขันธ์โดยความเป็นไตรลักษณ์ ซึ่งนับเป็นวิธีที่ดีที่สุด ฉะนั้นแล

ปฏิบัติแห่งนิพพิทา

สพฺเพ สงฺขารํ อนิจฺจาติ

สพฺเพ สงฺขารํ ทุกฺขาติ

สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตาติ ยथा ปญฺญา ย สสฺติ

อถ นิพฺพินฺนํ ทุกฺเข เอส มคฺโค วิสุทฺธิยา.

เมื่อใด เห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง ...

สังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์ ...

ธรรมทั้งหลายทั้งปวงเป็นอนัตตา เมื่อนั้น ย่อมหน่ายในทุกข์ นั่นทางแห่งวิสุทธิ.

อธิบาย

คำว่า ปฏิบัติแห่งนิพพิทา หมายถึง ข้อปฏิบัติให้เกิดความเบื่อหน่ายคลายความยึดติดในโลก โดยใช้ปัญญาพิจารณาเห็นสามัญญลักษณะหรือไตรลักษณ์ในสังขาร เมื่อพิจารณาเห็นเช่นนี้ ย่อมเบื่อหน่ายในทุกข์ และเป็นเหตุให้เข้าถึงวิสุทธิ คือภาวะที่จิตบริสุทธิ์หมดจดจากกิเลส

ความหมายของสังขาร

สังขาร แปลว่า สภาพปรุงแต่ง หรือสิ่งที่ปัจจัยปรุงแต่ง มี ๒ ประเภท คือ ๑. อุปาทินนสังขาร สังขารที่มีใจครอง เช่น มนุษย์และสัตว์ เป็นต้น ๒. อนุปาทินนสังขาร สังขารที่ไม่มีใจครอง เช่น แผ่นดิน ภูเขา โด่ะ แก้ว เป็นต้น

ในอุทเทสว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์ ได้แก่ ชั้น ๕ คือ

- ๑) รูป คือ ร่างกายอันประกอบด้วยธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม
- ๒) เวทนา คือ ความรู้สึกเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือไม่สุขไม่ทุกข์
- ๓) สัญญา คือ ความจำได้หมายรู้
- ๔) สังขาร คือ อารมณ์ที่เกิดกับจิต หรือเจตนาความคิดอ่านต่างๆ
- ๕) วิญญาณ คือ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางทวาร ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

สามัญญลักษณะของสังขาร

สังขารทั้งปวง มีลักษณะเสมอกัน ๓ ประการ เรียกว่า ไตรลักษณ์ คือ

๑. อนิจจตา ความไม่เที่ยง ลักษณะที่แปรเปลี่ยนไม่แน่นอน
๒. ทุกขตา ความเป็นทุกข์ ลักษณะที่ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้
๓. อนัตตตา ความเป็นอนัตตา ลักษณะที่ไม่ใช่ตัวตน

อนิจจตา ความไม่เที่ยงแห่งสังขาร กำหนดรู้ได้ใน ๓ ทาง คือ

- ๑) ในทางที่เห็นได้ง่าย : โดยที่สังขารนั้นมีความเกิดขึ้นในเบื้องต้นและความสิ้นไปในเบื้องปลาย เป็นธรรมดา สมดังพระบาลีในมหาวรรค ที่มกนิาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๐/๑๘๑) ว่า

อนิจจา วต สงขารา อุปาทายธมมิโน
 อุปปชชิตวา นิรุชฌนติ

สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ มีความเกิดขึ้นและความเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา (ไม่เลือกกว่าเป็นสังขารชนิดใด ประณีตก็ตาม ทรมาก็ตาม) เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป.

ดังนั้น สังขารทั้งหลายจึงเกิด-ดับอยู่ตลอดเวลา เกิดขึ้นในกาลใด ก็ดับในกาลนั้น กล่าวโดยเฉพาะ ระยะเวลาในระหว่างที่เกิดและดับแห่งสังขารที่สมมติว่าเป็นมนุษย์นั้น ท่านกำหนดว่า ๑๐๐ ปี หรือเกินกว่า ๑๐๐ ปี ไปบ้างก็มี แต่มีจำนวนน้อย

๒) ในทางที่ละเอียดกว่านั้น : สังขารทั้งปวงนั้นมีความแปรเปลี่ยนไปในระหว่างที่เกิดและดับ สมดังพระบาลีในสคาถวรรค สังยุตตนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๕/๘๙) ว่า

อจุเจณติ กาลา ตรยณติ รตติโย

วโยคณา อนุพุพฺพ ขหนติ.

กาลย่อมล่วงไป รัตริยย่อมผ่านไป ชั้นแห่งวัยย่อมละไปตามลำดับ

ระยะกาลระหว่างการเกิดและการดับแห่งสังขารของคนเรานั้น ท่านกำหนดเป็น ๓ วัย คือ

(๑) ปฐมวัย วัยต้น อยู่ในระยะเวลาไม่เกิน ๒๕ ปี

(๒) มัชฌิมวัย วัยกลาง ตั้งแต่ ๒๕ ปีขึ้นไป จนถึง ๕๐ ปี

(๓) ปัจฉิมวัย วัยท้าย ตั้งแต่ ๕๐ ปีขึ้นไป จนถึงสิ้นอายุ

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ท่านกำหนดวัยโดยใช้อายุ ๑๐๐ ปีเป็นเกณฑ์ไว้ ดังนี้ (๑) ปฐมวัย วัยแรก กำหนดอายุ ๑-๓๓ ปี (๒) มัชฌิมวัย วัยกลาง กำหนดอายุตั้งแต่ ๓๔ - ๖๗ ปี (๓) ปัจฉิมวัย วัยท้าย กำหนดอายุตั้งแต่ ๖๘ - ๑๐๐ ปี

ความแปรเปลี่ยนในระหว่างแห่งสังขารผ่านวัยทั้ง ๓ ดังกล่าวนี้นี้ ท่านเปรียบไว้กับการเดินข้ามสะพานที่สูงชันๆ แล้วราบ แล้วต่ำลงๆ ซึ่งการที่คนเราจะผ่านไปได้อย่างปลอดภัยทั้ง ๓ วัยนั้นเป็นเรื่องยาก เหตุที่เป็นเช่นนี้ เพราะอายุของคนเราแต่ละคนนั้นมีวิบากกรรมกำหนดมาไม่เท่ากัน

๓) ในทางที่ละเอียดที่สุด : สังขารทั้งปวงนั้นมีความแปรเปลี่ยนไปชั่วขณะหนึ่งๆ คือ ไม่คงที่อยู่นาน เพียงระยะกาลนิดเดียวก็แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปแล้ว ดังคาถาที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ภาค ๓ หน้า ๒๕๕ ว่า

ซีวิทํ อตตภาโว จ

สุขทุกข์ขา จ เกวลา

เอกจิตตสมา ยุตฺตา

ลหุโส วตฺเตเต ขโณ.

ซีวิท อตตภาพ และสุขทุกข์ ทั้งมวล ล้วนประกอบกันเป็นธรรมเสมอด้วยจิตดวงเดียว ขณะย่อมเป็นไปพลัน.

อนิจจลักษณะ ประการที่ ๓ นี้ ต้องใช้ปัญญาพิจารณาจึงจะกำหนดเห็นชัดในนามกาย เช่น จิตบางขณะก็ขุ่นมัว บางขณะก็เบิกบาน หรือบางขณะรับอารมณ์นี้แล้วก็พลันเปลี่ยนไปรับอารมณ์อื่น เป็นต้น แม้ในรูปกายก็เหมือนกัน เช่น เซลผิวหนังเก่าหลุดร่วงไป เซลใหม่เกิดขึ้นแทนที่ เป็นต้น การที่คนเราไม่รู้ถึง

ความแปรเปลี่ยนแห่งสังขารเช่นนี้ เพราะมีภาวะสืบต่อที่เรียกว่า สันตติ ซึ่งเป็นไปอย่างต่อเนื่องรวดเร็ว จนไม่สามารถกำหนดได้ เมื่อจิตดวงแรกดับไป จิตดวงใหม่ก็เกิดสืบต่อมา เกิด - ดับ เกิด - ดับ อยู่อย่างนี้ สภาวะที่เรียกว่าสันตตินี้จะคอยบังคับมิให้คนเรารับรู้ถึงอนิจจลักษณะในขั้นที่ละเอียด เมื่อสันตติขาดลง ความดับสิ้นแห่งชีวิตินทรีย์หรือความตายย่อมปรากฏ ความเกิดแล้วดับและความแปรเปลี่ยนในระหว่างแห่งสังขารดังกล่าวมานี้ ท่านสรุปเข้าในบาลีที่ว่า “อุปปชฺชติ เจว เวติ จ อญฺญถา จ ภวติ. : ย่อมเกิดขึ้นด้วยเทียว ย่อมเสื่อมสิ้นด้วย ย่อมเป็นอย่างอื่นด้วย” นี่เป็นอนิจจลักษณะ คือเครื่องกำหนดว่าไม่เที่ยงแห่งสังขาร ความไม่เที่ยงแห่งสังขารที่กำหนดรู้ได้ใน ๓ ทางดังกล่าวมานี้ย่อมปรากฏทั้งในอุปาทินนกกสังขาร สังขารที่มีใจครอง และอนุปาทินนกกสังขาร สังขารที่ไม่มีใจครอง

ทุกขตา ความเป็นทุกข์แห่งสังขาร กำหนดเห็นได้ด้วยทุกข์ ๑๐ อย่าง คือ

๑) **สภาพทุกข์** ทุกข์ตามสภาพ ได้แก่ ทุกข์ประจำสังขาร คือ ชาติ ความเกิด ชรา ความแก่ มรณะ ความตาย อันเป็นคติธรรมดาประจำสังขาร ขณะที่คลอจากกรรมมารดา ทารกย่อมได้รับความลำบาก ความเจ็บปวดจากอันตรายต่างๆ จัดเป็นชาติทุกข์ ทุกข์เพราะการเกิด ความทรมานเสื่อมลงแห่งสังขาร ทำความเป็นไปแห่งชีวิตให้ลำบาก จัดเป็นชราทุกข์ ทุกข์เพราะความแก่ ความสิ้นชีวิตได้รับทุกข์เวทนา แรงกล้าเป็นภัยที่น่ากลัว จัดเป็นมรณทุกข์ ทุกข์เพราะความตาย

๒) **ปภินณกทุกข์** ทุกข์เบ็ดเตล็ด ได้แก่ ทุกข์ที่จรมาในชีวิต คือ โสกะ ความโศก ปริเทวะ ความรำไรรำพัน ทุกขะ ความทุกข์กาย โทมนัส ความทุกข์ใจ อุปายาส ความคับแค้นใจ รวมถึง อับปิเยหิสมโยคทุกข์ ทุกข์ที่เกิดจากการประสบพบสัตว์ บุคคล สิ่งที่ไม่รักไม่ชอบใจ และปิเยหิวิปโยคทุกข์ ทุกข์ที่เกิดจากความพลัดพรากจากบุคคล สัตว์ สิ่งของที่รักที่ชอบ

๓) **นิพัทธทุกข์** ทุกข์เนื่องนิยต์ หรือทุกข์ประจำ ได้แก่ ทุกข์ที่เป็นเจ้าเรือน เช่น ทุกข์เพราะความหนาว ร้อน หิว กระหาย ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ ทุกข์ในข้อนี้คนเรามักจะไม่คำนึงถึงนัก ถือเป็น เรื่องธรรมดาที่จะสามารถระงับบรรเทาได้ง่าย

๔) **พยาธิทุกข์** ทุกข์เจ็บปวด ทุกข์เพราะความเจ็บไข้ได้ป่วย ได้แก่ ทุกข์เวทนาต่างๆ ที่สร้าง ความเจ็บปวดทรมานให้แก่คนเรา ที่มีสมุฏฐานเกิดจากโรคภัยไข้เจ็บเข้ามารุมเร้าร่างกายอันเป็นดุจรังแห่งโรค เช่น ปวดศีรษะ ปวดท้อง ปวดฟัน หรือปวดเมื่อยทั่วร่างกาย เป็นต้น

ทุกข์ประการที่ ๓ และที่ ๔ นี้ พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ในคิริमानันทสูตร (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๔) ตอนอาทินวสัณญา โดยความเป็นโทษแห่งร่างกาย

๕) **สันตปาทุกข์** ทุกข์ คือ ความร้อนรุ่ม หรือทุกข์ร้อน ได้แก่ ความกระวนกระวายใจเพราะ ถูกไฟกิเลส คือ ราคะ โทสะ และโมหะ หรือรัก โลภ โกรธ หลง แผลดเผา ดุจความแสบร้อนที่เกิดจากไฟลวก ทุกข์ประการนี้ตรงกับที่ตรัสไว้ในอาทิตตปริยายสูตร

๖) **วิปากทุกข์** ทุกข์ที่เป็นผลของกรรมชั่ว ได้แก่ การเกิดความเดือดร้อนใจ การถูกลงอาญา ได้รับความทุกข์เดือดร้อนทางกายและใจต่างๆ การตกทุกข์ได้ยาก หรือการตายไปเกิดในอบายภูมิ ทุกข์ประการนี้ปรากฏในพระบาลีไตรปิฎกหลายแห่ง

๗) สหคตทุกข์ ทุกข์ ไปด้วยกัน หรือทุกข์กำกับกัน ได้แก่ ทุกข์ที่มาพร้อมกับโลกธรรมฝ่ายอิฏฐารมณ์ (สิ่งที่น่าปรารถนาน่าชอบใจ) คือ มีลาภ มียศ ได้รับสรรเสริญ มีความสุข ซึ่งล้วนเจือปนด้วยทุกข์ที่จรรมาเสมอ เช่น เมื่อมีทรัพย์สมบัติแล้ว ก็ต้องคอยเฝ้ารักษาไม่ให้สูญหาย บางครั้งถึงกับกินไม่ได้นอนไม่หลับ บางคนต้องเสียชีวิตในการป้องกันรักษาทรัพย์ก็มี เมื่อได้รับยศถาบรรดาศักดิ์แล้ว ต้องทำตัวให้ดีกว่าคนทั่วไป มีการกิริยารับผิดชอบมาก เป็นที่หวังพึ่งพาของบริวาร ต้องพลอยร่วมทุกข์ร่วมสุขไปกับคนอื่น ดังนั้น จึงต้องชวนชวนหาทรัพย์ไว้ให้มากเพื่อเป็นกำลังใช้จ่ายให้สะดวก ทำให้เกิดทุกข์ตามมา เมื่อได้รับสรรเสริญ ก็ทำให้เพเลิดเพลินหลงเคลิ้มไปว่าตนเป็นคนเก่งคนดีกว่าคนอื่น หากปราศจากสติรู้เท่าทัน ก็จะหลงมัวเมาประมาททำให้เกิดทุกข์ เมื่อได้รับสุข ก็ปรารถนาอยากจะได้สุขยิ่งขึ้นไป ไม่รู้จักอิ่ม จึงไม่ได้รับความสุขที่แท้จริง ดังนั้น โลกธรรมฝ่ายอิฏฐารมณ์จึงมักมีทุกข์กำกับซ่อนอยู่ด้วยเสมอ

๘) อาหารปริเยณฺฐิทุกข์ ทุกข์เพราะการแสวงหาอาหาร ได้แก่ อาชีวทุกข์ ทุกข์ในการหาเลี้ยงชีพ โดยเหตุที่สรรพสัตว์ดำรงชีพอยู่ได้เพราะอาหาร จึงต้องดิ้นรนแสวงหาอาหารมาประทังชีวิต เมื่อประกอบอาชีพการงาน ก็ย่อมเกิดการแข่งขันช่วงชิงผลประโยชน์จนถึงขั้นทำร้ายร่างกายล้างผลาญชีวิตกัน จึงอยู่ไม่เป็นสุข ดังนั้น คนเราไม่ว่าจะประกอบอาชีพใดๆ เพื่อให้ได้อาหารมาเลี้ยงชีพ ย่อมเป็นทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น

๙) วิวาทมูลทุกข์ ทุกข์มีวิวาทเป็นมูล หรือทุกข์เพราะการทะเลาะกันเป็นเหตุ ได้แก่ ความไม่ปลอดโปร่งใจ ความไม่สบายใจ ความกลัวแพ้ หรือความหวาดหวั่นอันมีสาเหตุมาจากการทะเลาะแก่งแย่งกัน การสู้คดีกัน การทำสงครามสู้รบกัน เป็นต้น ซึ่งล้วนแต่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ก่อเวรภัยแก่กันอย่างไม่รู้จบ

๑๐) ทุกขขันธ์ ทุกข์รวบยอด หรือศูนย์รวมความทุกข์ ได้แก่ อุปาทานขันธ์ ๕ ที่บุคคลเข้าไปยึดมั่น ถือมั่นว่าเป็นตัวเราของเรา จัดเป็นตัวยุทธ ซึ่งตรงกับพระบาลีธัมมจักกัปปวัตตนสูตรที่ว่า “สงฺขิตฺเตน ปญฺจุปาทานกฺขนฺธา ทุกฺขา : โดยยํ อุปาทานขันธํ ๕ เป็นทุกฺข” และตรงกับพระบาลีแสดงหลักปฏิจจสมุปบาทที่ว่า “เอวเมตสฺส เภวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส สมฺมทโย โหติ : ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนั้น จึงมีด้วยประการดังกล่าวนี้”

การพิจารณาเห็นสังขารทั้งปวงว่าเป็นทุกข์เต็มทีโดยใช้ญาณปัญญากำหนดเห็นทุกข์ที่ชาวโลกเห็นเป็นสุข มีสหคตทุกข์เป็นต้นดังกล่าวมานี้อย่างละเอียดประจักษ์ชัด ตรงกับพระบาลีในวชิราสูตร ภิกษุนี้สังยุตสคาถวรรค สังยุตตนิกาย (พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๕/๑๙๙) ที่ว่า

ทุกฺขเมว หิ สมฺโมติ

ทุกฺขํ ติฏฺฐติ เวติ จ

นาณฺถนฺตร ทุกฺขา สมฺโมติ

นาณฺถนฺตร ทุกฺขา นิรุณฺณติ.

ก็ ทุกฺขนั้นแล ย่อมเกิดขึ้น ทุกฺขย่อมตั้งอยู่ด้วย ย่อมเสื่อมสิ้นไปด้วย

นอกจากทุกฺข หออะไรเกิดมิได้ นอกจากทุกฺข หออะไรดับมิได้.

ทุกข์ลักษณะดังกล่าวมานี้ย่อมเกิดมีเฉพาะอุปาทานกสังขาร สังขารที่มีใจครองเท่านั้น แต่อาจารย์บางท่านวินิจฉัยว่า แม้อุปาทานกสังขาร สังขารที่ไม่มีใจครอง ที่บุคคลเข้าไปยึดมั่นด้วยอุปาทาน ก็สามารถมีทุกข์ลักษณะนี้ได้เช่นกัน หรือบางท่านเห็นความเฉาความชืดแห่งต้นไม้ใหญ่ว่า เป็นการเสวยทุกข์ของมันทั้งสองประเด็นนี้ สมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ ทรงเห็นว่าไม่สมเหตุสมผล อุปาทานกสังขารเท่านั้นเป็นทุกข์

และทุกข์เป็นเจตสิกธรรม (สิ่งที่เกิด - ดับพร้อมกับจิต) การที่คนเราไม่เห็นสังขารคือเบญจขันธ์ว่าเป็นทุกข์ ก็เพราะมีการผลัดเปลี่ยนเคลื่อนไหวนิเวศอยู่เสมอ ดังนั้น นิเวศบาล จึงชื่อว่าปิดบังทุกข์ลักษณะไว้

อนัตตา ความเป็นอนัตตาแห่งสังขาร กำหนดรู้ได้ด้วยอาการ ๕ คือ

๑) ด้วยไม่อยู่ในอำนาจ หรือด้วยผืนปรารถนา หมายความว่า สังขารคือเบญจขันธ์นี้ไม่เป็นไปตาม ความปรารถนา ไม่ขึ้นต่อการบังคับบัญชาของใครๆ ไม่มีใครสามารถบังคับสังขารให้เป็นไปตามที่ใจต้องการได้ เพราะสังขารไม่ใช่อัตตา ดังนัยที่ตรัสไว้ในอนัตตลักขณสูตร (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๔) ว่า “ถ้าเบญจขันธ์จักเป็น อัตตาแล้วไซ้ เบญจขันธ์ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาหาร และจะพึงได้ในเบญจขันธ์ตามปรารถนาว่า ขอเบญจขันธ์ของเราเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย แต่เพราะเหตุที่เบญจขันธ์เป็นอนัตตา จึงเป็นไปเพื่ออาหาร และไม่ได้เบญจขันธ์ตามปรารถนาอย่างนั้น”

๒) ด้วยแย้งต่ออัตตา หมายความว่า โดยสภาวะของสังขารเองค้านต่ออัตตา คือตรงกันข้ามกับ ความเป็นอัตตาอย่างประจักษ์ชัด ดังที่ตรัสไว้ในอนัตตลักขณสูตรว่า “สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวน เป็นธรรมดา ควรหรือไม่ที่จะตามเห็นสิ่งนั้นว่า นั่นของเรา นั่นเป็นเรา นั่นตัวของเรา” และที่ตรัสไว้ใน ยนิจสูตร ชนธรวรรค สังยุตตนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๗) ว่า “ยถิจจํ ตํ ทุกขํ ยํ ทุกขํ ตทนต์ตา. : สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา”

๓) ด้วยความเป็นสภาพหาเจ้าของมิได้ หมายความว่า สังขารนี้ไม่เป็นของใครได้จริง ไม่มีใคร เป็นเจ้าของครอบครองได้ ดังที่ตรัสไว้ในสูตรทั้งหลายมีอนัตตลักขณสูตรเป็นต้นว่า “เนตํ มม เนโสหมสมิ น เมโส อตตา. : นั่นมิใช่ของเรา นั่นมิใช่เรา นั่นมิใช่ตัวของเรา”

๔) ด้วยความเป็นสภาพสูญ คือว่างหรือหายไป หมายความว่า สังขารนี้เป็นเพียงการประชุม รวมกันเข้าขององค์ประกอบที่เป็นส่วนย่อยๆ โดยว่างเปล่าจากความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา หรือ การสมมติเป็นต่างๆ ดังที่ตรัสแก้ปัญหาของโมฆราชมาณพ ในปารายณวรรค สุตตนิบาต ขุททกนิกาย (พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๕) ว่า “โมฆราช เธอจะมีสติทุกเมื่อ เล็งเห็นโลกโดยความเป็นสภาพสูญ ถอนอัตตานุกิฎฐิ คือความคิดเห็นว่าเป็นอัตตาเสีย เช่นนี้ เธอก็จะพึงเป็นผู้ข้ามพ้นพญามัจจุราชได้...”

การที่คนเราไม่สามารถเห็นสังขารโดยความเป็นสภาพว่าง ก็เพราะมี ฆนสัญญา ความสำคัญว่า เป็นกลุ่มก้อน คือการกำหนดว่า เป็นเรา เป็นเขา คอยปิดบังไว้ ทำให้เห็นแต่องค์รวม เหมือนอย่างการที่จะ เรียกว่ารถได้ ก็เพราะมีชิ้นส่วนอะไหล่ต่างๆ ประกอบกัน ฉันทักฉันทัน เมื่อขันธ์ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มารวมกัน ย่อมมีการสมมติบัญญัติเรียกว่า เป็นสัตว์ เป็นบุคคลขึ้นมา ดังที่วิราภิกษุณี กล่าวไว้ในสคาถวรรค สังยุตตนิกาย (พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๕) ว่า “ขึ้นชื่อว่าสัตว์ย่อมหาไม่ได้ในกองแห่ง สังขารล้วนๆ นี้ เปรียบให้เห็นว่า เพราะคุณสมบัติทั้งหลายไว้ด้วยกัน เสียงเรียกว่ารถย่อมมีฉันทใด เมื่อขันธ์ทั้งหลายยังมีอยู่ การสมมติว่าสัตว์ก็ย่อมมีฉันทนั้น” เมื่อกำหนดพิจารณาเห็นสังขารโดยกระจายเป็นส่วนย่อยต่างๆ ได้แล้ว ก็จะสามารถถอนชนสัญญาในสังขารนั้นได้

ส่วนอนัตตลักขณะที่ว่า สังขารเป็นสภาพหายไปนั้น พึงกำหนดรู้ได้ด้วยความเสื่อมสิ้นไปแห่ง สังขารนั้นๆ ท่านเปรียบเหมือนกับการที่คนเรานอนหลับฝันแล้วตื่นขึ้นมาก็ไม่พบกับความฝันนั้นเสียแล้ว ดังที่

ตรัสไว้ในชาสูตร สุตตนิบาต ขุททกนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕) ว่า “คนผู้ตื่นขึ้นแล้วย่อมไม่เห็นอารมณ์อันประจวบด้วยความฝัน (สิ่งที่ฝัน) ฉันทใด คนผู้มีชีวิตอยู่ ก็ย่อมไม่เห็นคนที่ตนรักตายจากไปฉันทนั้น”

๕) ด้วยความเป็นสภาวะธรรมเป็นไปตามเหตุปัจจัย หมายความว่า สังขารนั้นเป็นภาวะที่ขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัย ไม่มีอยู่โดยลำพัง แต่เป็นไปโดยอิงอาศัยกับสิ่งอื่นๆ ข้อนี้เป็นลักษณะรวบยอดแห่งอาการทั้ง ๔ ที่กล่าวมา ดังที่ตรัสไว้ในคัมภีร์อุทาน ขุททกนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕) ว่า “ในกาลใดแล ธรรมทั้งหลาย ย่อมปรากฏแก่พราหมณ์ผู้เพียรเพ่งพิจารณา ในกาลนั้น ความสงสัยทั้งปวงของพราหมณ์นั้นย่อมสิ้นไป เพราะมารู้ธรรมเป็นไปกับเหตุ... และเพราะมารู้ความสิ้นไปแห่งปัจจัย”

ความเป็นอนัตตาแห่งสังขารนี้แม้จะเกิดมีประจำสำหรับชาวโลก แต่เป็นเรื่องที่เข้าใจยาก เห็นได้ยาก เพราะมี ขณสัญญา คือความสำคัญเห็นเป็นกลุ่มก้อนปิดบังไว้ ต้องอาศัย ภาวนามยปัญญา คือการฝึกสติปัญญาให้มีกำลังแรงกล้าจึงจะสามารถพิจารณาเห็นได้โดยประจักษ์ เพราะไตรลักษณ์ข้ออนัตตานี้ นอกจากพระพุทธศาสนาแล้ว ไม่มีสอนในลัทธิศาสนาอื่น

มัตถิทธิศาสนาอื่น : ยอมรับการมีอัตตา

ความเป็นอนัตตาแห่งสังขารและสภาวะธรรมทั้งหลายนั้น เมื่อพิจารณาตามพยัญชนะคือตัวหนังสือดูเหมือนเป็นมติที่ขัดแย้งคัดค้านความเป็นอัตตาของลัทธิพราหมณ์หรือศาสนาฮินดูและลัทธิที่เชื่อเกี่ยวกับการเวียนเกิดเวียนตาย (เวียนว่ายตายเกิด) ซึ่งถือว่าในรูปรูปร่างนี้มีอัตตาสงอยู่ เป็นผู้คิด เป็นผู้แสวงหา และสำเร็จอาการอย่างอื่นๆ อีก เมื่อคราวมรณะคือตาย อัตตาก็จุติ (เคลื่อนหรือตาย) จากสรีระร่างเดิมไปสิงในสรีระร่างอื่น ซึ่งจะเป็นสรีระร่างดีหรือเลวนั้นย่อมสุดแล้วแต่กรรมที่ได้ทำไว้ ส่วนสรีระร่างเดิมย่อมแตกสลายไป เปรียบเหมือนบ้านเรือนที่อยู่อาศัย เมื่อคนผู้อยู่อาศัยไม่พอใจ ก็ย้ายไปอยู่บ้านเรือนหลังใหม่ ส่วนบ้านเรือนหลังเดิมก็ย่อมผุพังสลายไปตามกาลเวลานั้น อัตตาดังกล่าวมานี้ในหนังสือมิลินทปัญหา เรียกว่า ชิโวผู้เป็น หรือเรียกตามความนิยมของคนไทยว่า เจตภูต ผู้นี้ก็

มติทางพระพุทธศาสนา : ปฏิเสธอัตตา

มติทางพระพุทธศาสนากล่าวแย้งว่า ความจริง ไม่มีอัตตาอย่างนั้น เป็นแต่สภาวะธรรมเกิดขึ้น เพราะเหตุ ดับหรือสิ้นก็เพราะเหตุ ดังที่ท่านพระอัสสชิเถระ แสดงแก่อุปัฏฐกปริพาชก (พระสารีบุตรเถระ) ในพระวินัยปิฎกมหารวรรค ปฐมภาค (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๔/๗๔) ว่า

เย ธมมา เหตุปฺปภาว เตสํ เหตุํ ตถาคโธ (อาท)

เตสญจ โย นิโรธจ เหววาทิ มหาสมโณ.

ธรรมเหล่าใดมีเหตุเป็นแดนเกิด พระตถาคตตรัสเหตุแห่งธรรมเหล่านั้น

และตรัสความดับแห่งธรรมเหล่านั้น พระมหาสมณะมีปกติตรัสอย่างนี้

ในหลักพระพุทธศาสนา มีการแสดงความเกิดแห่งสภาวะธรรมที่เนื่องสัมพันธ์กันเป็นสายๆ ดังที่แสดงถึงความเกิดแห่งวิจิตรว่า “อาศัยอายตนะภายในมีจักขุ เป็นต้น อายตนะภายนอกมีรูปเป็นต้นประจวบกันเข้า เกิดวิญญาณ มีจักขุวิญญาณ เป็นต้น จากนั้นจึงเกิดสัมผัส เวทนา สัญญา สัญญาเจตนา ตัณหา วิตก

วิจารณ์ โดยลำดับ” หรือดังที่ตรัสไว้ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตรว่า “ยังภิกษุ สมุทฺธมฺม สพฺพนฺตํ นโรธมฺมํ : สิ่งใดมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นล้วนมีความดับไปเป็นธรรมดา” ความคิดอ่านจินตนาการต่างๆ ความเสวยเวทนา รู้สึกสุข รู้สึกทุกข์ใดๆ และอาการทางจิตอย่างอื่นๆ เป็นหน้าที่ของจิตและเจตสิก ไม่มีอัตตาสิ่งที่เป็นตัวตนใดๆ มาทำหน้าที่ดังกล่าวนั้น

อนึ่ง หลักพระพุทธศาสนายอมรับว่ามี จุติจิต คือจิตที่ทำหน้าที่เคลื่อนจากภพหนึ่งไปอีกภพหนึ่ง หรือจิตขณะสุดท้ายก่อนตาย ดังที่ตรัสไว้ในมูลปณณาสก มัชฌิมนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๒) ว่า “จิตเต สงฺกิลฺลฺเห ทุกฺคตํ ปาฏิกงฺขา : เมื่อจิตเศร้าหมองแล้ว ทุกฺคตํเป็นอันหวังได้ (ตายไปเกิดในทุคติภูมิ) จิตเต อสงฺกิลฺลฺเห สุคตํ ปาฏิกงฺขา : เมื่อจิตไม่เศร้าหมองแล้ว สุคตํเป็นอันหวังได้ (ตายไปเกิดในสุคติภูมิ)” คำว่า จิต ในพระพุทธพจน์นี้หมายถึง จิตขณะสุดท้ายก่อนตายหรือจุติจิตนั่นเอง

นอกจากนี้ หลักพระพุทธศาสนายังรับรอง ปฏิสนธิจิต คือจิตที่ทำหน้าที่เกิด หรือจิตดวงแรก ขณะเกิด ดังแสดงไว้ในปฏิจจสมุปบาทว่า “วิญญานปจฺจยา นามรูปํ : เพราะวิญญานเป็นปัจจัย จึงมีนามรูป” ทั้งยังรับรอง สังสารวัฏ คือการเวียนว่ายตายเกิดในภพภูมิต่างๆ แต่ไม่บัญญัติหรือรับรองเรื่องพระเจ้าที่บันดาลชีวิตเหมือนกับลัทธิศาสนาอื่นๆ โดยรับรองหลักการเกี่ยวกับการเวียนว่ายตายเกิดหรือความดำรงอยู่และสัมพันธ์แห่งสภาวะธรรมทั้งหลายบนพื้นฐานแห่งหลัก อิทัปปัจจยตา คือความเป็นเหตุผลของกันและกันว่า เพราะสิ่งนี้มี จึงมีสิ่งนี้ หรือหลัก ปฏิจจสมุปบาท คือ ความอิงอาศัยกันเกิด - ดับแห่งสภาวะธรรมทั้งหลายว่า “เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย จึงมีสังขาร เพราะสังขารเป็นปัจจัย จึงมีวิญญาน... ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวล จึงมีด้วยประการดังนี้ เพราะอวิชชาดับ สังขารจึงดับ ... ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ จึงมีด้วยประการดังนี้”

อธิบายพระบาลีอุทเทสว่า “ธรรมทั้งหลายทั้งปวงเป็นอนัตตา”

อนิจจลักษณะและทุกขลักษณะ ย่อมมีได้เฉพาะในสังขาร ดังนั้น พระบาลีอุทเทสจึงแสดง ๒ ลักษณะนั้นว่า “สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์” ส่วนอนัตตลักษณะ ย่อมมีได้ทั้งในสังขาร ทั้งในวิสังขาร คือธรรมอันมิใช่สังขาร (นิพพาน) ดังนั้น พระบาลีอุทเทสจึงแสดงลักษณะนี้ว่า “ธรรมทั้งหลายทั้งปวงเป็นอนัตตา” เพื่อประมวลสภาวะเหล่านั้นมาแสดง เพราะบทว่า “ธรรม” หมายเอาสังขารก็ได้ วิสังขารก็ได้

การพิจารณาอนัตตลักษณะจำเป็นต้องมีโยนิโสมนสิการ

การพิจารณาเห็นสังขารเป็นอนัตตานั่น จำเป็นต้องมีโยนิโสมนสิการ คือ การพิจารณาโดยอุบาย อันแนบคาย มิฉะนั้นอาจทำให้เห็นผิดว่า ผลบุญหรือผลบาปไม่มี มารดาบิดาไม่มีบุญคุณจริง เป็นแต่เรื่องสมมติทั้งนั้น เมื่อเกิดความเห็นผิดเช่นนี้ ก็ย่อมไม่ได้รับประโยชน์ใดๆ ในทางธรรม มีแต่จะได้รับความทุกข์และโทษนานัปการ ดังนั้น จำต้องมียोนิโสมนสิการกำกับ เพื่อจะได้กำหนดรู้ สัจจะ ๒ ประการ คือ

๑) สมมติสัจจะ จริยโดยสมมติ หมายถึง ความจริงที่มนุษย์ในโลกนี้หมายรู้ร่วมกันหรือสื่อสารระหว่างกัน เป็นเพียงคำบัญญัติสมมติเรียกกันต่างๆ เช่น สมมติเรียกชายผู้ให้กำเนิดว่า บิดา หญิงว่า มารดา หรือสมมติเรียกว่า ครูอาจารย์ สามเณรยา ช่าง ม้า วัว ควาย รถ เรือ เป็นต้น

๒) ปรมัตตสัจจะ จริงโดยปรมัตถ์ หมายถึง ความจริงโดยความหมายสูงสุด ความจริงที่มีอยู่จริงโดยสภาวะ เช่น ชันธ์ ธาตุ อายตนะ สสาร พลังงานต่างๆ หรือกล่าวตามหลักพระอภิธรรม ได้แก่ จิต เจตสิก รูป นิพพาน

เมื่อมีโยนิโสมนสิการกำหนดรู้สัจจะ ๒ ระดับนี้แล้ว ก็จะได้ไม่ไขว้เขวนำมาคัดค้านกัน เพราะการที่จะเข้าถึงความจริงโดยปรมัตถ์ได้ จำต้องยอมรับความจริงโดยสมมติเสียก่อน การกำหนดรู้ความจริงขั้นสมมติเป็นความรู้ขั้นพื้นฐาน ส่วนการใช้ปัญญากำหนดรู้ความจริงขั้นปรมัตถ์เป็นความรู้ขั้นละเอียด ดุจการรู้จักส่วนประกอบแต่ละชิ้นของรถหรือเรือ ณ นั้น

เมื่อกำหนดรู้ความจริงถึงขั้นปรมัตถ์ ย่อมเห็นว่า สังขารทั้งหลายเป็นไปต่างๆ กัน ดีบ้าง เลวบ้าง เป็นไปตามกฎแห่งกรรมที่อำนวยผลให้เป็นเช่นนั้น เมื่อกำหนดรู้ได้อย่างนี้ ก็จะเข้าใจเรื่องอนัตตาได้ ประจักษ์แจ้ง สามารถละทิฐิฐิมานะ คือความเห็นผิดและความถือตัว รวมทั้งกิเลสอื่นๆ อันเนื่องมาจากการถือเราถือเขา ถือพรคถือพวก การกำหนดรู้อนัตตาโดยอาศัยโยนิโสมนสิการเช่นนี้ จึงจะสำเร็จประโยชน์ได้ ดังนั้น ท่านจึงกล่าวว่า “อนัตตลักษณะย่อมปรากฏแก่ผู้พิจารณาเห็นโดยแยบคาย หรือย่อมเห็นด้วยปัญญา”

สรุปความ

อนิจจลักษณะ ย่อมมีได้ทั้งในอุปาตินนสังขาร สังขารที่มีใจครอง และอนุปาตินนสังขาร สังขารที่ไม่มีใจครอง ทุกขลักษณะ ย่อมมีได้เฉพาะอุปาตินนสังขาร สังขารที่มีใจครองอย่างเดียว เพราะเป็นเจตสิกธรรม ส่วน อนัตตลักษณะ ย่อมมีได้ทั้งในสังขาร และวิสังขาร คือสภาวะธรรมอันมิใช่สังขาร (นิพพาน)

ผู้พิจารณาเห็นด้วยปัญญาว่า “สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา” ย่อมเบื่อหน่ายในทุกขขันธ ไม่เพิลิตเพลินหมกมุ่นในสังขารสิ่งปรุงแต่งอันยั่วยวนชวนให้เสนาหาที่น่ารักใคร่ พาใจให้กำหนัด ย่อมเบื่อหน่ายในสังขารทั้งหลายได้ ดังที่ตรัสไว้ในอนัตตลักษณะสูตรว่า “อริยสาวกผู้สดับแล้ว เห็นอยู่อย่างนี้ ย่อมหน่ายแม้ในรูป ย่อมหน่ายแม้ในเวทนา ย่อมหน่ายแม้ในสัญญา ย่อมหน่ายแม้ในสังขารทั้งหลาย ย่อมหน่ายแม้ในวิญญาณ” ความเบื่อหน่ายเช่นนี้ เรียกว่า นิพพิทา ที่เกิดขึ้นด้วยปัญญาจัดเป็น นิพพิทาญาณ เป็นปฏิบัติให้ถึงวิสุทธิ คือ ความบริสุทธิ์หมดจดจากกิเลสได้

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒

ธรรมศึกษาชั้นเอก สารการเรียนรู้อริยธรรม

เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

เวลา.....ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๒. ผลการเรียนรู้

รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๓. สารสำคัญ

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ เป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยวิราคะ ความสิ้นกำหนดหากบุคคลยึดมั่นและปฏิบัติได้จะอยู่ในสังคมด้วยความเป็นสุข

๔. จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนอธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติได้

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหา

- วิราคะ ความสิ้นกำหนด

๖. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นสืบค้นและเชื่อมโยง

๑. ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ โดยใช้คำถามเพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการคิดและเชื่อมโยงไปสู่การเรียนรู้

- นักเรียนเคยเรียนเรื่องหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติบ้างหรือไม่
- หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติมีอะไรบ้าง
- นักเรียนเคยได้ยินได้เห็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติจากที่ไหนบ้าง

ขั้นฝึก

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ วิราคะ ความสิ้นกำหนด จากใบความรู้ที่ ๒

๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดเตรียมการเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ขั้นประยุกต์

๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอตามหัวข้อที่ตนเองได้รับมอบหมายเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๕. นักเรียนในแต่ละกลุ่มตอบคำถามตามใบกิจกรรมที่ ๒
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปในแต่ละหัวข้อ

๗. ภาระงาน/ชิ้นงาน

ที่	ภาระงาน	ชิ้นงาน
๑	ตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ	ใบกิจกรรมที่ ๒

๘. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ
๒. ใบกิจกรรมที่ ๒

๙. การวัดผลและประเมินผล

สิ่งที่ต้องการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
อธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติได้	- ตรวจผลงาน	- แบบประเมินผลงาน	ผ่าน = ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป ไม่ผ่าน = ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ ๖๐

แบบประเมินผลงาน

ใบกิจกรรมที่ ๒

ข้อที่	ระดับคะแนน		
	๔ - ๕ คะแนน	๒ - ๓ คะแนน	๑ คะแนน
๑ - ๑๑	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็น	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็นส่วนใหญ่	ตอบคำถามถูกต้องและ ตรงประเด็นน้อย

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์	ร้อยละ	คะแนน
ผ่าน	๖๐ ขึ้นไป	๓ คะแนนขึ้นไป
ไม่ผ่าน	ต่ำกว่า ๖๐	๒ คะแนนลงมา

หมายเหตุ เกณฑ์การตัดสินสามารถปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

ใบกิจกรรมที่ ๒

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ จำนวน ๑ ข้อ (๕ คะแนน)

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของวิราคะ ความสิ้นกำหนด

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๒

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของวิราคะ ความสิ้นกำหนด

ตอบ วิราคะ ความสิ้นกำหนด หมายถึง ภาวะที่จิตปราศจากความกำหนดยินดีในกาม ความสํารอกิจิต จากกิเลสกาม หรือสภาวะธรรมใดๆ ที่เป็นไปเพื่อความสิ้นกำหนด หายรัก หายอยากในกามสุขทั้งปวง

ไวพจน์แห่งวิราคะ ๘ อย่าง

ในอัครปสาทสูตร จตุกกนิบาต อังคุตตรนิกาย (พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๑) พระพุทธองค์ทรงแสดง วิราคะว่าเป็นยอดแห่งธรรมทั้งปวง ทั้งที่เป็นสังขตธรรมและอสังขตธรรม แล้วทรงแจกไวพจน์แห่งวิราคะ คือ คำกำหนดใช้เรียกแทนวิราคะ เป็น ๘ อย่าง คือ

- | | |
|------------------|----------------------------------|
| ๑. มทนิมมทโน | ธรรมยังความเมาให้สร้าง |
| ๒. ปิปาสวินโย | ธรรมนำเสียซึ่งความระหาย |
| ๓. อาลยสมุคฺชาโต | ความถอนขึ้นด้วยดีซึ่งอาลัย |
| ๔. วฏฏุปฺจเฉโท | ความเข้าไปตัดเสียซึ่งวัฏฏะ |
| ๕. ตณฺหขโย | ความสิ้นตัณหา |
| ๖. วิราโค | ความสิ้นกำหนด |
| ๗. นิโรธो | ความดับ |
| ๘. นิพพานํ | ธรรมชาติหาเครื่องเสียเบี่ยงมิได้ |

๑. **มทนิมมทโน** (มทนิมมัทนะ) ธรรมยังความเมาให้สร้าง คำว่า ความเมา หมายถึง ความเมา ในอารมณ์อันยั่ววนให้เกิดความเมา เช่น ความเมาในชาติกำเนิดสูง อำนาจ บริวาร ลาภ ยศ ตำแหน่ง หน้าที่การงาน ความสุข สรรเสริญ วย ความไม่มีโรค ชีวิต เป็นต้น ธรรมที่ทำให้จิตสร้างคือคลายจากความเมื่อดังกล่าว จัดเป็นวิราคะ

๒. **ปิปาสวินโย** (ปิปาสวินยะ) ธรรมนำเสียซึ่งความระหาย คำว่า ความระหาย หรือกระหาย หมายถึง ความกระวนกระวายใจอันมีสาเหตุมาจากตัณหาคือความทะยานอยาก ซึ่งเปรียบเหมือนอาการ กระหายน้ำ ธรรมที่นำออกคือระงับความกระวนกระวายใจ จัดเป็นวิราคะ

๓. **อาลยสมุคฺชาโต** (อาลัยสมุคฺชาตะ) ความถอนขึ้นด้วยดีซึ่งอาลัย คำว่า อาลัย หมายถึง ความติดพัน ความห่วงใยในกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันเป็นอารมณ์ที่น่าปรารถนา น่าพอใจ ธรรมที่ถอนอาลัยคือพรากจิตออกจากกามคุณ ๕ จัดเป็นวิราคะ

๔. วัฏฏปจเจโท (วัฏฏปจเจทะ) ความเข้าไปตัดเสียซึ่งวัฏฏะ คำว่า วัฏฏะ หมายถึง ความเวียนตาย เวียนเกิดในภุมิทั้ง ๓ คือ กามาวจรภูมิ รูปาวจรภูมิ อรูปาวจรภูมิ อย่างไม่รู้จักจบสิ้น ด้วยอำนาจกิเลส กรรม วิบาก ที่เรียกว่า วัฏฏะ ๓ กิเลส กรรม และวิบาก ทั้ง ๓ นี้จัดเป็นวงจรแห่งทุกข์ กล่าวคือ เมื่อเกิดกิเลส ก็เป็นเหตุให้ทำกรรม เมื่อทำกรรมก็ได้รับวิบากคือผลของกรรมนั้น เมื่อได้รับวิบากก็เป็นเหตุให้เกิดกิเลส แล้วทำกรรมได้รับวิบากหมุนเวียนต่อไปเช่นนี้ไม่รู้จักจบสิ้น ธรรมที่ตัดวัฏฏะให้ขาด จัดเป็นวิราคะ

๕. ตณฺหุขโย (ตณฺหักขะ) ความสิ้นตัณหา คำว่า ตัณหา หมายถึง ความทะยานอยาก ความดิ้นรนอยากได้ มี ๓ อย่าง คือ (๑) กามตัณหา ความทะยานอยากในกาม ได้แก่ อากาโรที่จิตแสหา อยากได้กามคุณ ๕ (๒) ภวตัณหา ความทะยานอยากในภพ ได้แก่ อากาโรที่จิตดิ้นรนอยากเป็นนั่นเป็นนี่ หรืออยากเกิดอยากมีอยู่อยากคงอยู่ตลอดไป (๓) วิภวตัณหา ความทะยานอยากในวิภพ ได้แก่ อากาโรที่จิต ขัดข้องคับแค้น อยากพ้นไปจากภาวะที่ตนไม่ปรารถนา อยากตายไปเสีย อยากขาดสูญ ธรรมที่ขจัดตัณหา ให้สิ้นไป จัดเป็นวิราคะ

๖. วิราโค (วิราคะ) ความสิ้นกำหนด หมายถึง ภาวะที่จิตปราศจากความกำหนัดรักใคร่ หรือภาวะที่พอกจิตจากน่าย่อมคือกิเลสตามได้อย่างเด็ดขาด ธรรมที่ทำให้สิ้นกำหนด จัดเป็นวิราคะ

๗. นิโรธ (นิโรธ) ความดับ หมายถึง ความดับตัณหา หรือความดับทุกข์ ธรรมที่ดับตัณหา จัดเป็นวิราคะ

๘. นิพพาน (นิพพาน) ธรรมชาติหาเครื่องเสียบแทงมิได้ หมายถึง ภาวะจิตที่ดับกิเลสและ กองทุกข์ได้สิ้นเชิง อันเป็นจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา ในที่นี้เพียงแต่นำคำมาเป็นไวพจน์ของวิราคะ เท่านั้น รายละเอียดจะกล่าวในหัวข้อว่าด้วย นิพพาน

การปฏิบัติ รู้จักควบคุมตนเอง มีสติเตือนตนไม่ให้เกิดความอยากที่เป็นเหตุแห่งทุกข์

ใบความรู้ที่ ๒

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๑. นิพพิณท์ วิรุชติ. : เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมสิ้นกำหนด
๒. วิราโค เสฏโฐ ธมมาน. : วิราคะ เป็นประเสริฐแห่งธรรมทั้งหลาย
๓. สุขา วิราคตา โลเก กามานํ สมตักโกโม. :
 วิราคะ คือ ความก้าวล่วงเสียด้วยดีซึ่งกามทั้งหลาย เป็นสุขในโลก

อธิบาย

วิราคะ ความสิ้นกำหนด หมายถึง ภาวะที่จิตปราศจากความกำหนดยินดีในกาม ความสำรอกจิตจากกิเลสกาม หรือสภาวะธรรมใดๆ ที่เป็นไปเพื่อความสิ้นกำหนด หายรัก หายอยากในกามสุขทั้งปวง

ไวพจน์แห่งวิราคะ ๘ อย่าง

ในอัครปสาทสูตร จตุกกนิบาต อังคุตตรนิกาย (พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๑) พระพุทธองค์ทรงแสดงวิราคะว่าเป็นยอดแห่งธรรมทั้งปวง ทั้งที่เป็นสังฆตธรรมและอสังฆตธรรม แล้วทรงแจกไวพจน์แห่งวิราคะ คือ คำกำหนดใช้เรียกแทนวิราคะ เป็น ๘ อย่าง คือ

๑. มทนิมมทโน ธรรมยังความเมาให้สร้าง
๒. ปีปาสวินโย ธรรมนำเสียซึ่งความระหาย
๓. อาลยสมุคฆาโต ความถอนขึ้นด้วยดีซึ่งอาลัย
๔. วฏฏูปจเฉโท ความเข้าไปตัดเสียซึ่งวัฏฏะ
๕. ตณฺหุขโย ความสิ้นตัณหา
๖. วิราโค ความสิ้นกำหนด
๗. นิโรโธ ความดับ
๘. นิพพานํ ธรรมชาติหาเครื่องเสียแบงมิได้

๑. มทนิมมทโน (มทนิมมทนะ) ธรรมยังความเมาให้สร้าง คำว่า ความเมา หมายถึง ความเมาในอารมณ์อันยั่ววนให้เกิดความเมา เช่น ความเมาในชาติกำเนิดสูง อำนาจ บริวาร ลาภ ยศ ตำแหน่ง หน้าที่การงาน ความสุข สรรเสริญ วย ความไม่มีโรค ชีวิต เป็นต้น ธรรมที่ทำให้จิตสร้างคือคลายจากความเมื่อดังกล่าว จัดเป็นวิราคะ

๒. ปีปาสวินโย (ปีปาสวินยะ) ธรรมนำเสียซึ่งความระหาย คำว่า ความระหาย หรือกระหาย หมายถึง ความกระวนกระวายใจอันมีสาเหตุมาจากตัณหาคือความทะยานอยาก ซึ่งเปรียบเหมือนอาการกระหายน้ำ ธรรมที่นำออกคือระบับความกระวนกระวายใจ จัดเป็นวิราคะ

๓. **อาลัยสมุคชาโต** (อาลัยสมุคชาต๊ะ) ความถอนขึ้นด้วยดีซึ่งอาลัย คำว่า อาลัย หมายถึง ความติดพัน ความห่วงใยในกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันเป็นอารมณ์ที่น่าปรารถนา น่าพอใจ ธรรมที่ถอนอาลัยคือพรากจิตออกจากกามคุณ ๕ จัดเป็นวิราคะ

๔. **วฏฏุปัจเฉโท** (วฏฏุปัจเฉทะ) ความเข้าไปตัดเสียซึ่งวัฏฏะ คำว่า วัฏฏะ หมายถึง ความเวียนตาย เวียนเกิดในภุมิทั้ง ๓ คือ กามาวจรภูมิ รูปาวจรภูมิ อรูปาวจรภูมิ อย่างไม่รู้จักจบสิ้น ด้วยอำนาจกิเลส กรรม วิบาก ที่เรียกว่า วัฏฏะ ๓ กิเลส กรรม และวิบาก ทั้ง ๓ นี้จัดเป็นวงจรแห่งทุกข์ กล่าวคือ เมื่อเกิดกิเลส ก็เป็นเหตุให้ทำกรรม เมื่อทำกรรมก็ได้รับวิบากคือผลของกรรมนั้น เมื่อได้รับวิบากก็เป็นเหตุให้เกิดกิเลส แล้วทำกรรมได้รับวิบากหมุนเวียนต่อไปเช่นนี้ไม่รู้จักจบสิ้น ธรรมที่ตัดวัฏฏะให้ขาด จัดเป็นวิราคะ

๕. **ตณฺหขโย** (ตณฺหักขยะ) ความสิ้นตณฺหา คำว่า ตณฺหา หมายถึง ความทะยานอยาก ความดิ้นรนอยากได้ มี ๓ อย่าง คือ (๑) กามตณฺหา ความทะยานอยากในกาม ได้แก่ อาการที่จิตตณฺหาอยากได้กามคุณ ๕ (๒) ภวตณฺหา ความทะยานอยากในภพ ได้แก่ อาการที่จิตตณฺหาอยากเป็นนั่นเป็นนี่ หรืออยากเกิดอยากมีอยู่อยากคงอยู่ตลอดไป (๓) วิภวตณฺหา ความทะยานอยากในวิภพ ได้แก่ อาการที่จิตตณฺหาขัดข้องคับแค้น อยากพ้นไปจากภาวะที่ตนไม่ปรารถนา อยากตายไปเสีย อยากขาดสูญ ธรรมที่ขัดตณฺหาให้สิ้นไป จัดเป็นวิราคะ

๖. **วิราโค** (วิราคะ) ความสิ้นกำหนด หมายถึง ภาวะที่จิตปราศจากความกำหนดรักใคร่ หรือภาวะที่พอกจิตจากน่าย่อมคือกิเลสกามได้อย่างเด็ดขาด ธรรมที่ทำให้สิ้นกำหนด จัดเป็นวิราคะ

๗. **นิโรธ** (นิโรธ) ความดับ หมายถึง ความดับตณฺหา หรือความดับทุกข์ ธรรมที่ดับตณฺหา จัดเป็นวิราคะ

๘. **นิพพาน** (นิพพาน) ธรรมชาตินิพพานเครื่องเสียบแทงมิได้ หมายถึง ภาวะจิตที่ดับกิเลสและกองทุกข์ได้สิ้นเชิง อันเป็นจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา ในที่นี้เพียงแต่นำคำมาเป็นโวพจน์ของวิราคะเท่านั้น รายละเอียดจะกล่าวในหัวข้อว่าด้วย นิพพาน

สรุปความ

วิราคะ ที่มาในลำดับแห่งนิพพิทา ตามอุทเทสว่า “นิพพิทํ วิรชติ : เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมสิ้นกำหนด” จัดเป็นอริยมรรค คือญาณอันให้สำเร็จความเป็นพระอริยะ มี ๔ อย่าง คือ โสดาปัตติมรรค สกทาคามิมรรค อนาคามิมรรค และอรหัตตมรรค

วิราคะ ในอุทเทสว่า วิราโค เสฏฺโฐ ธมฺมานํ : วิราคะ เป็นประเสริฐแห่งธรรมทั้งหลาย เป็นโวพจน์ของนิพพาน ส่วนวิราคะ ที่แปลว่า สิ้นกำหนด ในอุทเทสแห่งวิมุตติที่ว่า วิราคา วิมูจติ : เพราะสิ้นกำหนด ย่อมหลุดพ้น เป็นชื่อของอริยมรรค

วิราคะ เป็นได้ทั้งอริยมรรคและอริยผล คือ ถ้ามารหรือปราคฏในลำดับแห่งนิพพิทา หรือมากู้กับวิมุตติ จัดเป็นอริยมรรค ถ้ามารตามลำพัง จัดเป็นอริยผล

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓

ธรรมศึกษาชั้นเอก สารการเรียนรู้อริยธรรม

เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

เวลา.....ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๒. ผลการเรียนรู้

รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๓. สารสำคัญ

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ เป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยวิมุตติ ความหลุดพ้น หากบุคคลยึดมั่นและปฏิบัติได้จะอยู่ในสังคมด้วยความเป็นสุข

๔. จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนอธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติได้

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหา

- วิมุตติ ความหลุดพ้น

๖. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นสืบค้นและเชื่อมโยง

๑. ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ โดยใช้คำถามเพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการคิดและเชื่อมโยงไปสู่การเรียนรู้

- นักเรียนเคยเรียนเรื่องหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติบ้างหรือไม่
- หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติมีอะไรบ้าง
- นักเรียนเคยได้ยินได้เห็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติจากที่ไหนบ้าง

ขั้นฝึก

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ วิมุตติ ความหลุดพ้น จากใบความรู้ที่ ๓

๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดเตรียมการเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ขั้นประยุกต์

๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอตามหัวข้อที่ตนเองได้รับมอบหมายเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๕. นักเรียนในแต่ละกลุ่มตอบคำถามตามใบกิจกรรมที่ ๓
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปในแต่ละหัวข้อ

๗. การงาน/ชิ้นงาน

ที่	การงาน	ชิ้นงาน
๑	ตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ	ใบกิจกรรมที่ ๓

๘. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ใบความรู้ที่ ๓ เรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ
๒. ใบกิจกรรมที่ ๓

๙. การวัดผลและประเมินผล

สิ่งที่ต้องการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
อธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ	- ตรวจผลงาน	- แบบประเมินผลงาน	ผ่าน = ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป ไม่ผ่าน = ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ ๖๐

แบบประเมินผลงาน

ใบกิจกรรมที่ ๔

ข้อที่	ระดับคะแนน		
	๔ - ๕ คะแนน	๒ - ๓ คะแนน	๑ คะแนน
๑ - ๑๐	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็น	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็นส่วนใหญ่	ตอบคำถามถูกต้องและ ตรงประเด็นน้อย

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์	ร้อยละ	คะแนน
ผ่าน	๖๐ ขึ้นไป	๓ คะแนนขึ้นไป
ไม่ผ่าน	ต่ำกว่า ๖๐	๒ คะแนนลงมา

หมายเหตุ เกณฑ์การตัดสินสามารถปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

ใบกิจกรรมที่ ๓

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ จำนวน ๑ ข้อ (๕ คะแนน)

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของวิมุตติ ความหลุดพ้น

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๓

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของวิมุตติ ความหลุดพ้น

ตอบ วิมุตติ ความหลุดพ้น หมายถึง ความที่จิตหลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลาย

อาสวะ แปลว่า สภาวะอันหมักดอง เป็นเชื้อของเมรัยก็มี เช่น คำว่า ผลาสโว (ผลาสวะ) น้ำดองผลไม้ เป็นเชื้อของกิเลสก็มี เช่น คำว่า กามาสโว (กามาสวะ) กิเลสเป็นเหตุใคร่ หรือกิเลสเนื่องด้วยกาม ในที่นี้เป็นเชื้อของกิเลส หมายถึง กิเลสที่หมักดองนอนเนื่องอยู่ในจิตสันดาน มี ๓ อย่าง คือ (๑) กามาสวะ ได้แก่ กิเลสที่หมักดองอยู่ในจิตสันดานอันเกี่ยวเนื่องด้วยกามคุณ ๕ ตรงกับกามตัณหา (๒) ภวาสวะ ได้แก่ กิเลสที่หมักดองอยู่ในจิตสันดานด้วยอำนาจความพอใจติดใจอยู่ในภพ ตรงกับภวตัณหา (๓) อวิชาสวะ ได้แก่ กิเลสที่หมักดองอยู่ในจิตสันดานอันเนื่องมาจากอวิชา ความไม่รู้แจ้งในอริยสัจ ๔ ตรงกับโมหะ

วิมุตติ ในอุทเทสที่ ๑ ได้แก่ อริยผล เพราะสืบเนื่องมาจากวิราคะ วิมุตติ ในอุทเทสที่ ๒ ได้แก่ อริยมรรค เพราะได้แสดงไว้ในลำดับแห่งการรู้แจ้งอริยสัจ ๔ วิมุตติ ในอุทเทสที่ ๓ ได้แก่ อริยผล เพราะแสดงญาณที่สืบเนื่องมาจากวิมุตติ ซึ่งเรียกอีกอย่างว่า วิมุตติญาณทัสสนะ

วิมุตติ ในพระไตรปิฎกไม่ได้กำหนดชัดว่า หลุดพ้นในขณะแห่งมรรคหรือในขณะแห่งผล แต่จำแนกไว้เป็น ๒ คำโดยชัดเจน คือคำว่า วิมุตติ กับคำว่า วิมุตติญาณทัสสนะ เช่นที่ปรากฏในพระบาลีแสดงอเสขธรรมชั้น ๕ คือ สीलขันธ์ สมာธิขันธ์ ปัญญาขันธ์ วิมุตติขันธ์ และวิมุตติญาณทัสสนขันธ์

สีลขันธ์ สมာธิขันธ์ ปัญญาขันธ์ หมายถึง กองหรือหมวดหมู่ธรรมคือ สีล สมာธิ และปัญญา ทั้งที่เป็นโลกียะและโลกุตระ วิมุตติขันธ์ หมายถึง กองหรือหมวดหมู่ธรรมคือ วิมุตติ เป็นโลกุตระอย่างเดียว ส่วนวิมุตติญาณทัสสนขันธ์ หมายถึง กองหรือหมวดหมู่ธรรมคือ ปัจจเวกขณะญาณ เป็นญาณที่พิจารณาทบทวนมรรค ผล และนิพพาน ซึ่งเกิดขึ้นแก่พระอรหันต์เท่านั้น จัดเป็นโลกียะอย่างเดียว เพราะไม่ได้ทำหน้าที่ละกิเลสเพียงแต่ตรวจดูกิเลสที่ละได้หรือยังละไม่ได้ (กล่าวตามนัยอรรถกถาสังยุตตนิกาย มหาวรรค)

ดังนั้น วิมุตติ ตรงกับอุทเทสที่ ๑ ว่า “วิราคะ วิมูจติ : เพราะสิ้นกำหนด ย่อมหลุดพ้น” เป็นกิจของจิตอันเป็นส่วนเบื้องต้น ส่วนวิมุตติญาณทัสสนะ ตรงกับอุทเทสที่ ๓ ว่า “วิมุตตสมิ วิมุตตมิติ ญาณ โหติ : เมื่อหลุดพ้นแล้ว ญาณว่า “หลุดพ้นแล้ว” ย่อมมี เป็นกิจแห่งปัญญา

วิมุตติ ๒ ตามนัยพระบาลี

๑) **เจโตวิมุตติ** ความหลุดพ้นด้วยอำนาจแห่งใจ หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลสอาสวะเครื่องร้อยรัดผูกพันทั้งปวงด้วยการฝึกจิตเป็นปฏิบัติของผู้นำเพียรที่เจริญสมณะและวิปัสสนา มาโดยลำดับจนสำเร็จเป็นพระอรหันต์

๒) ปัญญาวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยอำนาจแห่งปัญญา หมายถึง ความหลุดพ้นด้วยอำนาจปัญญา ที่รู้เห็นตามเป็นจริง หรือภาวะที่จิตใช้ปัญญาพิจารณาอันเป็นเหตุให้หลุดพ้นจากเครื่องร้อยรัดผูกพันคือกิเลส และอวิชชาได้อย่างเบ็ดเสร็จเด็ดขาด เป็นปฏิปทาข้อปฏิบัติของผู้บำเพ็ญเพียรที่มุ่งมั่นเจริญวิปัสสนาอย่างเดียวจนสำเร็จเป็นพระอรหันต์

วิมุตติทั้ง ๒ อย่างนี้เป็นเครื่องแสดงปฏิปทาที่ทำให้สำเร็จความหลุดพ้นของพระอรหันต์ ในพระบาลีจะมีคำว่า “อนาสวํ อานหาอาสวะมิได้” กำกับเป็นคุณบทให้รู้ว่าเป็นโลกุตตรธรรม เช่นพระบาลีว่า “อาสวานํ ขยา อนาสวํ เจโตวิมุตติํ ปญญาวิมุตติํ ... : กระทำให้แจ้งซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติอานหาอาสวะมิได้เพราะอาสวะทั้งหลายสิ้นไป” ไร้เสมอ จึงเป็นเหตุให้วินิจฉัยว่า วิมุตติที่เป็นสาสวะคือมีอาสวะหรือเป็นโลกียะก็มีเมื่อกำหนดความในพระบาลีสัมผัสกับปวัตตนสูตรที่ว่า “อกุปปา เม วิมุตติ : วิมุตติของเราไม่กำเริบ” ก็เป็นเหตุให้วินิจฉัยว่า วิมุตติมีทั้งที่เป็น อกุปปธรรม ธรรมที่กำเริบไม่ได้ คือเป็นโลกุตตระ และเป็น กุปปธรรม ธรรมที่กำเริบได้ คือเป็นโลกียะ ด้วยเหตุนี้ ในคัมภีร์อรรถกถา ท่านจึงแบ่งวิมุตติเป็น ๕ อย่าง

วิมุตติ ๕ ตามนัยอรรถกถา

๑) ตถังควิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยองค์นั้นๆ หมายถึง ภาวะที่จิตพ้นจากกิเลสด้วยอาศัยธรรมตรงกันข้ามที่เป็นคู่ปรับกัน เช่น เกิดเมตตา หายโกรธ เกิดสังเวช หายกำหนด เป็นต้น เป็นการหลุดพ้นชั่วคราว โดยระงับอกุศลเจตสิกได้เป็นคราวๆ จัดเป็นโลกียวิมุตติ

๒) วิกัมภณวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยข่มไว้ หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลสตามและอกุศลธรรมทั้งหลายได้ด้วยกำลังฌาน อาจสะกดไว้ได้นานกว่าตถังควิมุตติ แต่เมื่อมานเสื่อมแล้ว กิเลสอาจเกิดขึ้นอีก จัดเป็นโลกียวิมุตติ

๓) สมุจเฉทวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยตัดขาด หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอริยมรรค โดยที่กิเลสไม่สามารถเกิดขึ้นในจิตสันดานได้อีก จัดเป็นโลกุตตรวิมุตติ

๔) ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยสงบราบ หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอริยผล จัดเป็นโลกุตตรวิมุตติ

๕) นิสสรณวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยสลัดออกได้ หมายถึง ภาวะที่จิตหลุดพ้นจากกิเลสเสร็จสิ้นแล้วดำรงอยู่ในภาวะที่หลุดพ้นจากกิเลสสิ้นตลอดไป ได้แก่ นิพพาน จัดเป็นโลกุตตรวิมุตติ

การบัญญัติตถังควิมุตติ เป็นเกณฑ์กำหนดว่า วิมุตติที่เป็นของปุถุชนก็มี การบัญญัติวิกัมภณวิมุตติ เป็นเกณฑ์กำหนดว่า เจโตวิมุตติที่เป็นสาสวะคือมีอาสวะก็มี การบัญญัติสมุจเฉทวิมุตติและปฏิปัสสัทธิวิมุตติ เป็นเกณฑ์กำหนดว่า วิมุตติเป็นได้ทั้งอริยมรรคทั้งอริยผล การบัญญัตินิสสรณวิมุตติ เป็นเกณฑ์กำหนดว่า วิมุตติที่เป็นปรมาตถัสจะนั้น ได้แก่ พระนิพพาน หรือเป็นเกณฑ์กำหนดให้ครบโลกุตตรธรรม ๓

การปฏิบัติ ฝึกจิตเป็นปฏิปทาข้อปฏิบัติของผู้บำเพ็ญเพียรที่เจริญสมณะและวิปัสสนามาโดยลำดับจนสำเร็จเป็นพระอรหันต์

ใบความรู้ที่ ๓

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

วิมุตติ ความหลุดพ้น

๑. วิราคะ วิมูจติ.

เพราะสิ้นกำหนัด ย่อมหลุดพ้น.

๒. กามาสวปี จิตต์ วิมูจจิตถ, ภวาสวปี จิตต์ วิมูจจิตถ, อวิชชาสวปี จิตต์ วิมูจจิตถ.

จิตหลุดพ้นแล้ว แม้จากอาสวะเนื่องด้วยกาม จิตหลุดพ้นแล้ว แม้จากอาสวะเนื่องด้วยภพ

จิตหลุดพ้นแล้ว แม้จากอาสวะเนื่องด้วยอวิชชา.

๓. วิมุตตस्มี วิมุตตมิตติ ญาณ โหติ.

เมื่อหลุดพ้นแล้ว ญาณว่าหลุดพ้นแล้ว ย่อมมี.

อธิบาย

วิมุตติ ความหลุดพ้น หมายถึง ความที่จิตหลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลาย

อาสวะ แปลว่า สภาวะอันหมักดอง เป็นชื่อของเมรัยก็มี เช่น คำว่า ผลาสโว (ผลาสวะ) น้ำต้องผลไม้ เป็นชื่อของกิเลสก็มี เช่น คำว่า กามาสโว (กามาสวะ) กิเลสเป็นเหตุใคร่ หรือกิเลสเนื่องด้วยกาม ในที่นี้เป็นชื่อของกิเลส หมายถึง กิเลสที่หมักดองนอนเนื่องอยู่ในจิตสันดาน มี ๓ อย่าง คือ (๑) กามาสวะ ได้แก่ กิเลสที่หมักดองอยู่ในจิตสันดานอันเกี่ยวเนื่องด้วยกามคุณ ๕ ตรงกับกามตัณหา (๒) ภวาสวะ ได้แก่ กิเลสที่หมักดองอยู่ในจิตสันดานด้วยอำนาจความพอใจติดใจอยู่ในภพ ตรงกับภวตัณหา (๓) อวิชชาสวะ ได้แก่ กิเลสที่หมักดองอยู่ในจิตสันดานอันเนื่องมาจากอวิชชา ความไม่รู้แจ้งในอริยสัจ ๔ ตรงกับโมหะ

วิมุตติ ในอุทเทสที่ ๑ ได้แก่ อริยผล เพราะสืบเนื่องมาจากวิราคะ วิมุตติ ในอุทเทสที่ ๒ ได้แก่ อริยมรรค เพราะได้แสดงไว้ในลำดับแห่งการรู้แจ้งอริยสัจ ๔ วิมุตติ ในอุทเทสที่ ๓ ได้แก่ อริยผล เพราะแสดงญาณที่สืบเนื่องมาจากวิมุตติ ซึ่งเรียกอีกอย่างว่า วิมุตติญาณทัสสนะ

วิมุตติ ในพระไตรปิฎกไม่ได้กำหนดชัดว่า หลุดพ้นในขณะแห่งมรรคหรือในขณะแห่งผล แต่จำแนกไว้เป็น ๒ คำโดยชัดเจน คือคำว่า วิมุตติ กับคำว่า วิมุตติญาณทัสสนะ เช่นที่ปรากฏในพระบาลีแสดงอเสขธรรมชั้น ๕ คือ สีสันธ์ สมานันธ์ ปัญญาชั้น วิมุตติชั้น และวิมุตติญาณทัสสนชั้น

สีสันธ์ สมานันธ์ ปัญญาชั้น หมายถึง กองหรือหมวดหมู่ธรรมคือ ศีล สมานี และปัญญา ทั้งที่เป็นโลกียะและโลกุตระ วิมุตติชั้น หมายถึง กองหรือหมวดหมู่ธรรมคือวิมุตติ เป็นโลกุตระอย่างเดียว ส่วนวิมุตติญาณทัสสนชั้น หมายถึง กองหรือหมวดหมู่ธรรมคือ ปัจจเวกขณญาณ เป็นญาณที่พิจารณาทบทวนมรรค ผล และนิพพาน ซึ่งเกิดขึ้นแก่พระอรหันต์เท่านั้น จัดเป็นโลกียะอย่างเดียว เพราะไม่ได้ทำหน้าที่ละกิเลส เพียงแต่ตรวจดูกิเลสที่จะได้หรือยังละไม่ได้ (กล่าวตามนัยอรรถกถาสังยุตตนิกาย มหาวรรค)

ดังนั้น วิมุตติ ตรงกับอุทเทสที่ ๑ ว่า “วิราคา วิมูจติ : เพราะสิ้นกำหนด ย่อมหลุดพ้น” เป็นกิจของจิตอันเป็นส่วนเบื้องต้น ส่วนวิมุตติญาณทัสสนะ ตรงกับอุทเทสที่ ๓ ว่า “วิมุตตสมิ วิมุตตมิติ ญาณ โหติ : เมื่อหลุดพ้นแล้ว ญาณว่า “หลุดพ้นแล้ว” ย่อมมี เป็นกิจแห่งปัญญา

วิมุตติ ๒ ตามนัยพระบาลี

๑) **เจโตวิมุตติ** ความหลุดพ้นด้วยอำนาจแห่งใจ หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลสอาสวะเครื่องร้อยรัดผูกพันทั้งปวงด้วยการฝึกจิต เป็นปฏิปทาข้อปฏิบัติของผู้บำเพ็ญเพียรที่เจริญสมณะและวิปัสสนา มาโดยลำดับจนสำเร็จเป็นพระอรหันต์

๒) **ปัญญาวิมุตติ** ความหลุดพ้นด้วยอำนาจแห่งปัญญา หมายถึง ความหลุดพ้นด้วยอำนาจปัญญา ที่รู้เห็นตามเป็นจริง หรือภาวะที่จิตใช้ปัญญาพิจารณาอันเป็นเหตุให้หลุดพ้นจากเครื่องร้อยรัดผูกพันคือกิเลส และอวิชชาได้อย่างเบ็ดเสร็จเด็ดขาด เป็นปฏิปทาข้อปฏิบัติของผู้บำเพ็ญเพียรที่มุ่งมั่นเจริญวิปัสสนาอย่างเดียวจนสำเร็จเป็นพระอรหันต์

วิมุตติทั้ง ๒ อย่างนี้เป็นเครื่องแสดงปฏิปทาที่ทำให้สำเร็จความหลุดพ้นของพระอรหันต์ ในพระบาลีจะมีคำว่า “อนาสวํ : อันหาอาสวะมิได้” กำกับเป็นคุณบทให้รู้ว่าเป็นโลกุตตรธรรม เช่นพระบาลีว่า “อาสวานํ ขยา อนาสวํ เจโตวิมุตติ ปญญาวิมุตติ ... : กระทำให้แจ้งซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติอันหาอาสวะมิได้เพราะอาสวะทั้งหลายสิ้นไป” ไร้เสมอ จึงเป็นเหตุให้วินิจฉัยว่า วิมุตติที่เป็นสาสวะคือมีอาสวะหรือเป็นโลกียะก็มีเมื่อกำหนดความในพระบาลีธัมมจักกัปปวัตตนสูตรที่ว่า “อกุปปา เม วิมุตติ : วิมุตติของเราไม่กำเริบ” ก็เป็นเหตุให้วินิจฉัยว่า วิมุตติมีทั้งที่เป็น อกุปปธรรม ธรรมที่กำเริบไม่ได้ คือเป็นโลกุตตระ และเป็นกุปปธรรม ธรรมที่กำเริบได้ คือเป็นโลกียะ ด้วยเหตุนี้ ในคัมภีร์อรรถกถา ท่านจึงแบ่งวิมุตติเป็น ๕ อย่าง

วิมุตติ ๕ ตามนัยอรรถกถา

๑) **ตัทธกวิมุตติ** ความหลุดพ้นด้วยองค์นั้นๆ หมายถึง ภาวะที่จิตพ้นจากกิเลสด้วยอาศัยธรรมตรงกันข้ามที่เป็นคู่ปรับกัน เช่น เกิดเมตตา หายโกรธ เกิดสังเวช หายกำหนด เป็นต้น เป็นการหลุดพ้นชั่วคราว โดยระงับอกุศลเจตสิกได้เป็นคราวๆ จัดเป็นโลกียวิมุตติ

๒) **วิกขัมภณวิมุตติ** ความหลุดพ้นด้วยข่มไว้ หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลสตามและอกุศลธรรมทั้งหลายได้ด้วยกำลังฌาน อาจสะกดไว้ได้นานกว่าตัทธกวิมุตติ แต่เมื่อฌานเสื่อมแล้ว กิเลสอาจเกิดขึ้นอีก จัดเป็นโลกียวิมุตติ

๓) **สมุจเฉทวิมุตติ** ความหลุดพ้นด้วยตัดขาด หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอริยมรรค โดยที่กิเลสไม่สามารถเกิดขึ้นในจิตสันดานได้อีก จัดเป็นโลกุตตรวิมุตติ

๔) **ปฏิบัติสัทธีวิมุตติ** ความหลุดพ้นด้วยสงบราบ หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอริยผล จัดเป็นโลกุตตรวิมุตติ

๕) **นิสสณวิมุตติ** ความหลุดพ้นด้วยสลัดออกได้ หมายถึง ภาวะที่จิตหลุดพ้นจากกิเลสเสร็จสิ้นแล้วดำรงอยู่ในภาวะที่หลุดพ้นจากกิเลสนั้นตลอดไป ได้แก่ นิพพาน จัดเป็นโลกุตตรวิมุตติ

การบัญญัติตทั้งควมุตติ เป็นเกณฑ์กำหนดว่า วมุตติที่เป็นของปุณชนก็มี การบัญญัติวิกขมภน วมุตติ เป็นเกณฑ์กำหนดว่า เจโตวมุตติที่เป็นสวสะคือมีอวสะก็มี การบัญญัติสมุจเฉทวมุตติและ ปฏิปัสสทธิวมุตติ เป็นเกณฑ์กำหนดว่า วมุตติเป็นได้ทั้งอริยมรรคทั้งอริยผล การบัญญัตินิสสรณวมุตติ เป็นเกณฑ์กำหนดว่า วมุตติที่เป็นปรมัตถสัจจะนั้น ได้แก่ พระนิพพาน หรือเป็นเกณฑ์กำหนดให้ครบ โลกุตตรธรรม ๓

สรุปความ

วมุตติ หมายถึง ความที่จิตหลุดพ้นจากอวสะทั้งหลาย ในพระบาลีจำแนกเป็น ๒ คือ เจโตวมุตติ และปัญญวมุตติ ส่วนในอรรถกถาจำแนกเป็น ๕ คือ ตทั้งควมุตติ วิกขมภนวมุตติ สมุจเฉทวมุตติ ปฏิปัสสทธิ วมุตติ และนิสสรณวมุตติ โดย ๒ ข้อแรก จัดเป็นโลกียะ ส่วน ๓ ข้อหลัง จัดเป็นโลกุตตระ

วมุตติของพระอรหันต์ มีไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญาสมบูรณ์ ส่วนผู้แรกปฏิบัติธรรม การหัดทำจิตให้ปลอดจากกิเลสภมและอกุศลวิตกอย่างอื่นได้ ก็นับว่าได้รับประโยชน์จากการศึกษาเรื่อง วมุตติในเบื้องต้นนี้แล้ว

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔

ธรรมศึกษาชั้นเอก สารการเรียนรู้อริยธรรม

เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

เวลา.....ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๒. ผลการเรียนรู้

รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๓. สารสำคัญ

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ เป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยวิสุทธิ ความหมดจด หากบุคคลยึดมั่นและปฏิบัติได้จะอยู่ในสังคมด้วยความเป็นสุข

๔. จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนอธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติได้

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหา

- วิสุทธิ ความหมดจด

๖. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นสืบค้นและเชื่อมโยง

๑. ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ โดยใช้คำถามเพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการคิดและเชื่อมโยงไปสู่การเรียนรู้

- นักเรียนเคยเรียนเรื่องหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติบ้างหรือไม่
- หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติมีอะไรบ้าง
- นักเรียนเคยได้ยินได้เห็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติจากที่ไหนบ้าง

ขั้นฝึก

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ วิสุทธิ ความหมดจด จากใบความรู้ที่ ๔

๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดเตรียมการเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ขั้นประยุกต์

๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอตามหัวข้อที่ตนเองได้รับมอบหมายเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๕. นักเรียนในแต่ละกลุ่มตอบคำถามตามใบกิจกรรมที่ ๔
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปในแต่ละหัวข้อ

๗. ภาระงาน/ชิ้นงาน

ที่	ภาระงาน	ชิ้นงาน
๑	ตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนา ส่วนปรมัตถปฏิบัติ	ใบกิจกรรมที่ ๔

๘. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ใบความรู้ที่ ๔ เรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ
๒. ใบกิจกรรมที่ ๔

๙. การวัดผลและประเมินผล

สิ่งที่ต้องการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
อธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนา ส่วนปรมัตถปฏิบัติได้	- ตรวจผลงาน	- แบบประเมินผลงาน	ผ่าน = ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป ไม่ผ่าน = ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ ๖๐

แบบประเมินผลงาน

ใบกิจกรรมที่ ๔

ข้อที่	ระดับคะแนน		
	๔ - ๕ คะแนน	๒ - ๓ คะแนน	๑ คะแนน
๑ - ๑๐	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็น	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็นส่วนใหญ่	ตอบคำถามถูกต้องและ ตรงประเด็นน้อย

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์	ร้อยละ	คะแนน
ผ่าน	๖๐ ขึ้นไป	๓ คะแนนขึ้นไป
ไม่ผ่าน	ต่ำกว่า ๖๐	๒ คะแนนลงมา

หมายเหตุ เกณฑ์การตัดสินสามารถปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

ใบกิจกรรมที่ ๔

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปริมัตถปฏิบัติ

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ..... ชั้น..... เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ จำนวน ๑ ข้อ (๕ คะแนน)

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของวิสุทธิ ความหมดจด

[illegible]

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๔

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของวิสุทธิ ความหมดจด

ตอบ วิสุทธิ ความหมดจด หมายถึง ความบริสุทธิ์ คือการชำระจิตของตนให้หมดจดบริสุทธิ์ผ่องแผ้วจากกิเลสวาทะทั้งปวง ความหมดจดนี้ย่อมเกิดได้ด้วยปัญญา

หลักความหมดจดในลัทธิศาสนาอื่น : ลัทธิศาสนาพราหมณ์ถือว่า ความหมดจดจะมีได้ด้วยการชำระบาป โดยทำพิธีลอยบาปทิ้งเสียในแม่น้ำคงคา (หรือเรียกว่าอาบน้ำชำระบาปได้) ลัทธิศาสนาอื่นๆ เช่น คริสต์ศาสนาถือว่า ความหมดจดจะมีได้ด้วยการสวดมนต์อ่อนน้อมพระผู้เป็นเจ้าให้ทรงยกโทษให้

หลักความหมดจดในพระพุทธศาสนา : พระพุทธศาสนาถือว่า ความหมดจดจะมีได้ด้วยปัญญาเท่านั้น จะมีด้วยเหตุอื่นหาได้ไม่ นั่นหมายความว่า บุญบาปจะมีได้เพราะตนเองเป็นผู้ทำ ไม่มีใครมาช่วยทำให้บริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์ได้ ดังพระบาลีในธรรมบท ขุททกนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕/๓๗) ว่า

“ทำบาปเอง ย่อมเศร้าหมองเอง ไม่ทำบาปเอง ย่อมหมดจดเอง ความหมดจดและความเศร้าหมอง เป็นของเฉพาะตน คนอื่นยังคนอื่นให้หมดจดและเศร้าหมองหาได้ไม่”

อธิบายความ : บุคคลที่ทำบาปอกุศลหรือความชั่วใดๆ ย่อมได้ชื่อว่าเป็นคนชั่ว บาปอกุศลที่เขาทำก็อานวยผลกระทบให้เศร้าหมอง เปรียบเหมือนเขม่าหรือของโสโครกที่บุคคลจับต้องก็พลอยเปื้อนไปด้วย ส่วนผู้ไม่กระทำบาปอกุศล ทำแต่บุญกุศล ย่อมบริสุทธิ์หมดจด เปรียบเหมือนผ้าขาวที่สะอาด ฉะนั้น เพราะในโลกนี้ไม่มีใครสามารถทำให้ผู้อื่นบริสุทธิ์หมดจดหรือเศร้าหมองได้ ข้อนี้พึงเห็นได้ในบทพระธรรมคุณว่า “ปัจจุตต เวทิตัพโพ วิญญูหิ : พระธรรม อันวิญญูชนทั้งหลายพึงรู้ได้เฉพาะตน” จึงสรุปความได้ว่า ความเศร้าหมองเกิดจากการทำบาป ความหมดจดเกิดจากการไม่ทำบาป

ความบริสุทธิ์ภายในย่อมมีด้วยปัญญา กล่าวคือ ความหมดจดจากกิเลสวาทะ อันนอนเนื่องอยู่ภายในชั้นธัมมทาน จะต้องอาศัยปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง เรียกว่า วิปัสสนาญาณ ๔ ซึ่งจัดเป็นขั้นๆ สูงขึ้นไปตามลำดับ ๔ ขั้น ดังนี้

๑. อุทยัพพญาณ หรือ อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ ญาณหยั่งเห็นความเกิดและความดับ คือ ปัญญาพิจารณาความเกิดขึ้นและความดับไปแห่งสังขารหรือเบญจขันธ์ จนเห็นประจักษ์ชัดว่าสังขารทั้งหลายทั้งปวง เกิดขึ้นแล้วก็ต้องดับไป

๒. ภังคญาณ หรือ ภังคานุปัสสนาญาณ ญาณหยั่งเห็นความเสื่อมสลาย คือปัญญาพิจารณาเห็นว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวง มีการแตกสลายย่อยยับไป

๓. อาทีนญาณ หรือ อาทีนวานุปัสสนาญาณ ญาณหยั่งเห็นโทษ คือปัญญาพิจารณาเห็นสังขารทั้งหลายทั้งปวงว่า เป็นโทษ มีความบกพร่อง เจือปนด้วยทุกข์

๔. ภัยตูปัญฐานญาณ ญาณหยั่งเห็นสังขารปรากฏโดยเป็นของน่ากลัว คือปัญญาพิจารณาเห็นสังขารทั้งหลายทั้งปวง ทั้งที่เป็นไปในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต ล้วนปรากฏเป็นของน่าสะพรึงกลัว

๕. นิพพิทาญาณ หรือ นิพพิทานุสัสสนาญาณ ญาณหยั่งเห็นความหน่าย คือปัญญาพิจารณาเห็นสังขารว่าเป็นโทษมากแล้วเช่นนั้นแล้ว จึงเกิดความหน่ายในสังขาร

๖. มุญจิตุกัมมตาญาณ หรือ มุญจิตุกามมตาญาณ ญาณหยั่งเห็นด้วยใครจะพ้นไปเสีย คือปัญญาพิจารณาจนเกิดความหน่ายสังขารทั้งหลายแล้วเกิดความปรารถนาที่จะพ้นไปเสียจากสังขารเหล่านั้น

๗. ปฏิสังขาญาณ หรือ ปฏิสังขานุสัสสนาญาณ ญาณพิจารณาหาทาง คือปัญญาพิจารณาสังขารทั้งหลาย โดยยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ เพื่อหาอุบายที่จะปลดปล่อยจิตออกไปจากความหน่ายนั้น

๘. สังขารุปেকาญาณ ญาณวางเฉยในสังขาร คือปัญญาพิจารณารู้เห็นสังขารตามความเป็นจริงว่า มีความเป็นอยู่ เป็นไปอย่างนั้นเป็นธรรมดา จึงวางจิตเป็นกลางในสังขารทั้งหลาย จากนั้นจึงละความเกี่ยวเกาะในสังขารเสียได้

๙. สัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ ญาณอันเป็นไปโดยอนุโลมแก่การหยั่งรู้อริยสัจ คือเมื่อเกิดสังขารุปেকาญาณ จิตก็เป็นกลางต่อสังขารทั้งหลาย และญาณนั้นมุ่งตรงต่อนิพพาน จึงเกิดปัญญาที่สูงขึ้นอีกขั้นหนึ่ง เป็นขั้นสุดท้ายของวิปัสสนาญาณ คือญาณอันคล้อยต่อการตรัสรู้อริยสัจ ย่อมเกิดขึ้นเป็นลำดับถัดมา จากนั้นก็จะเกิด โคตรภูญาณ ญาณครอบโคตร คือปัญญาที่อยู่ในลำดับก่อนถึงอริยมรรค ซึ่งข้ามพ้นความเป็นปุถุชนขึ้นสู่ความเป็นอริยบุคคล แล้วเกิดมรรคญาณให้สำเร็จความเป็นพระอริยบุคคลต่อไป

วิสุทธิ ความหมดจด (อีกบรรยายหนึ่ง)

๓. มคคานุญจกิริโก เสฏโฐ

... ..

เอเสว มคโค นตถญโย

ทสฺสนสฺส วิสุทธิยา.

ทางมืองค์ ๘ เป็นประเสริฐสุดแห่งทางทั้งหลาย ...

ทางนั้นแลไม่มีทางอื่น เพื่อความหมดจดแห่งทสฺสนะ

อธิบาย

ทางมืองค์ ๘ เรียกว่า อริยมรรค แปลว่า ทางอันประเสริฐ ทางอันทำบุคคลให้เป็นอริยะ ทางอันทำผู้ปฏิบัติให้ห่างไกลจากกิเลส เรียกเต็มว่า อริยอัฐังคิกมรรค แปลว่า ทางประกอบด้วยองค์ ๘ อันประเสริฐ หมายความว่า ทางนี้มีส่วนประกอบ ๘ อย่าง เป็นข้อสุดท้ายของอริยสัจ ๔ เรียกว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา อริยสัจ อริยสัจคือข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์หรือมคคสัจจ์ เรียกอีกอย่างว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ข้อปฏิบัติอันมีในท่ามกลางหรือทางสายกลาง หมายถึง ข้อปฏิบัติ วิธีการ หรือทางดำเนินชีวิตที่เป็นกลาง สอดคล้องกับกฎธรรมชาติ ไม่เอียงเข้าไปหาทางสุดโต่งทั้งสองทาง คือ กามสุขัลลิกานุโยค การประกอบตนให้หมกมุ่นอยู่ในกามสุข และอัตตคัลมณานุโยค การประกอบตนให้ลำบากเดือดร้อน โดยคิดว่าเป็นหนทางพ้นทุกข์ ในอัมมจักกัปปวัตตนสูตร (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๔) พระพุทธองค์ทรงแสดงอริยมรรคมืองค์ ๘ ไว้ มีอธิบายดังนี้

๑. สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ หมายถึง ความเห็นถูกต้องใน ๒ ระดับ คือ

๑) ความเห็นชอบระดับโลกียะ ได้แก่ ความเห็นถูกต้องตามคลองธรรม คือเห็นว่าบุญบาปมีจริง ผลแห่งทานที่ให้แล้วมีจริง มารดาบิดามีบุญคุณจริง เป็นต้น ความเห็นชอบในระดับนี้เป็นการเตรียมจิตให้พร้อมที่จะพัฒนาตนเข้าสู่การฝึกอบรมตามหลักศีลธรรม

๒) ความเห็นชอบระดับโลกุตตระ ได้แก่ ความเห็นถูกต้องตามความเป็นจริงตามสภาวะตามเหตุปัจจัย คือปัญญาอันเห็นชอบในอริยสัจ ๔ คือ เห็นทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค เห็นไตรลักษณ์ หรือเห็นปฏิจกสมุปบาท คือเห็นว่าสภาวะธรรมทั้งปวงอาศัยกันและกันเกิดขึ้น สรรพสิ่งเป็นเหตุเป็นผลกัน เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป เมื่อมีสิ่งนี้เป็นเหตุ จึงมีสิ่งนี้เป็นผลตามมามากนี้ เป็นต้น

๒. สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ หมายถึง ความนึกตรึกตรองในทางที่ถูกต้องเป็นกุศลประกอบด้วยมโนสุจริต หรือความคิดนึกที่เป็นไปในกุศลวิตก ๓ อย่าง คือ ๑) ความคิดนึกที่ปลอดจากกาม หรือความคิดในทางเสียสละ ๒) ความคิดนึกที่ปลอดจากพยาบาท หรือความคิดที่ประกอบด้วยเมตตา ๓) ความคิดนึกที่ปลอดจากการเบียดเบียน หรือความคิดที่ประกอบด้วยกรุณา

๓. สัมมาวาจา เจรจาชอบ หมายถึง การใช้วาจาติดต่อสื่อสารเกี่ยวข้องกับผู้อื่นอย่างถูกต้อง หรือการใช้คำพูดตามหลัก วสุจริต ๔ คือ ๑) ละเว้นจากการพูดเท็จ ๒) ละเว้นจากการพูดส่อเสียด ๓) ละเว้นจากการพูดคำหยาบ ๔) ละเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

๔. สัมมากัมมันตะ การงานชอบ หมายถึง การมีพฤติกรรมที่แสดงออกทางกายอย่างถูกต้อง หรือการปฏิบัติตามหลัก กายสุจริต ๓ คือ ๑) ละเว้นจากการมลายูชีวิต ๒) ละเว้นจากการลักทรัพย์ ๓) ละเว้นจากการประพฤติดินในกาม

๕. สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ หมายถึง การประกอบอาชีพสุจริต โดยเว้นวิธีเลี้ยงชีพที่ผิด เช่น การหลอกลวง การใช้เล่ห์เหลี่ยม การใช้กลโกง การขูดรีด การฉ้อฉล หรือการค้ำกำไรเกินควร เป็นต้น รวมถึงการเว้นจากการค้าขายที่ผิดธรรมก่อให้เกิดโทษ ๕ อย่าง ได้แก่ การค้าเครื่องประหาร การค้ามนุษย์ การค้าสัตว์มีชีวิต การค้าสิ่งเสพติดมีโทษให้โทษ และการค้ายาพิษ

๖. สัมมาวายามะ พยายามชอบ หมายถึง การมีความเพียรพยายามที่ถูกต้อง โดยเพียรละความชั่ว สร้างและรักษาความดีตามหลักการสร้างความสำเร็จที่เรียกว่า สัมมปัชฐาน ๔ คือ ๑) เพียรระวังไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้น ๒) เพียรละกำจัดการความชั่วที่เกิดขึ้นแล้ว ๓) เพียรบำเพ็ญกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดมีขึ้น ๔) เพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นเจริญยิ่งขึ้นไป

๗. สัมมาสติ ระลึกชอบ หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง ซึ่งเรียกว่า การเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาในเรื่องภายในตัวของคนเราที่สำคัญ ๔ เรื่อง อันได้แก่ กาย เวทนา จิต ธรรม ว่าเป็นแต่เพียงกาย เวทนา จิต ธรรม ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตนเราเขา

๘. สัมมาสมาธิ ตั้งใจมั่นชอบ หมายถึง การทำจิตให้แน่วแน่อยู่ในอารมณ์เดียวที่แสดงออกมากในทางกุศลโดยส่วนเดียว และสามารถข่มระงับกิเลสเครื่องกั้นจิตมิให้บรรลुकุณธรรมความดีไว้ได้ด้วยหลักการฝึกจิตให้เป็นสมาธิที่จัดลำดับเป็นขั้นๆ ตั้งแต่ขั้นหยาบไปจนถึงขั้นละเอียด ที่เรียกว่า ฌาน ๔ คือ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน

อริยมรรคเป็นยอดทางปฏิบัติ

ในอัครปสาทสูตร (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๑) พระพุทธองค์ตรัสยกย่อง มรรคมืองค์ ๘ ว่าเป็นยอดแห่งสังฆธรรม คือธรรมที่ปัจจัยปรุงแต่งหรือเกิดจากเหตุปัจจัย เช่นเดียวกับที่ตรัสยกย่องว่าเป็นทางประเสริฐสุดแห่งทางทั้งหลายตามอุทเทสที่ยกมาแสดงนั้น ทั้งนี้เพราะองค์ธรรมทั้ง ๘ แห่งอริยมรรคนั้น นับเป็นสัทธรรมอันดี จัดเป็นกุศลธรรม เมื่อรวมกันเข้าทั้ง ๘ ประการ ย่อมเป็นองค์ธรรมที่ดียิ่ง

อริยมรรคมีองค์ ๘ สัมพันธ์กับวิสุทธิ ๗

อริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นเหตุให้ถึงความหมดจดแห่งทัสสนะคือปัญญา โดยมีความสัมพันธ์กับวิสุทธิ ๗ คือทางแห่งความหมดจดด้วยปัญญาที่อุดหนุนส่งเสริมกันให้สูงขึ้นเป็นขั้นๆ ไปตามลำดับ ๗ ขั้น ดังนี้

๑. สีลวิสุทธิ ความหมดจดแห่งศีล หมายถึงการรักษาศีลตามภูมิขั้นของตนให้บริสุทธิ์ และให้เป็นไปเพื่อสมาธิ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สงเคราะห์เข้าในข้อนี้

๒. จิตตวิสุทธิ ความหมดจดแห่งจิต หมายถึงความหมดจดแห่งจิตที่เกิดจากการบำเพ็ญสมาธิจิตจนได้บรรลุฌานสมาบัติ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ สงเคราะห์เข้าในข้อนี้

๓. ญาณวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณ หมายถึง ความหมดจดแห่งความคิดเห็นที่เกิดจากความรู้ความเข้าใจ สามารถมองเห็นนามรูปหรือเบญจขันธ์ตามที่เป็นจริง

๔. กังขาวิตรณวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณเป็นเหตุข้ามพ้นความสงสัย หมายถึง ความหมดจดแห่งปัญญาที่พิจารณาเห็นความเป็นไปแห่งสังขารอันเนื่องมาจากเหตุปัจจัยปรุงแต่ง ดังความในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๕ (ส.ส. ๑๕/๑๙๗) ว่า “พีชอย่างใดอย่างหนึ่งที่บุคคลหว่านในน่าย่อมงอกขึ้นได้ เพราะอาศัยเหตุ ๒ อย่าง คือ รสในแผ่นดินและยางในพีช ฉันท ไชย ธาตุ และอายตนะ ๖ เหล่านี้ ก็เกิดขึ้นเพราะอาศัยเหตุปัจจัย ดับไปเพราะเหตุปัจจัยดับฉันทนั้น” แล้วกำจัดความสงสัยทั้งปวงในนามรูปเสียได้

๕. มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณที่รู้เห็นว่าเป็นทางหรือมิใช่ทาง หมายถึงความหมดจดด้วยการเริ่มเจริญวิปัสสนาพิจารณาสิ่งที่รวมกันอยู่เป็นกลุ่มก้อน จนเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปแห่งสังขารทั้งหลาย แล้วเกิดวิปัสสนูปกิเลส (สิ่งที่เป็นอุปสรรคขัดขวางมิให้การเจริญวิปัสสนารุดหน้าไป) ๑๐ ประการ คือ โอภาส แสงสว่าง, ญาณ ความรู้, ปิติ ความอิ่มใจ, ปัสสัทธิ ความสงบ, สุข ความสบาย, อธิโมกข์ ความน้อมใจเชื่อ, ปคคาหะ ความเพียรประคองจิต, อุပ္ปฏฐาน ความปรากฏชัดแห่งสติ, อุเบกขา ความวางจิตเป็นกลาง และนิกันติ ความพอใจในวิปัสสนา เมื่อวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการนี้เกิดขึ้น ก็ใช้โยนิโสมนสิการกำหนดได้ว่ามิใช่ทาง ส่วนวิปัสสนาที่เริ่มดำเนินเข้าสู่วิถีที่นั่นแหละเป็นทางถูกต้อง แล้วเตรียมที่จะประคองจิตไว้ในวิปัสสนาญาณนั้นต่อไป

๖. ปฏิภาณญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณอันรู้เห็นทางดำเนิน หมายถึง ความหมดจดแห่งความรู้เห็นชัดในข้อปฏิบัติด้วยการประกอบความเพียรในวิปัสสนาญาณ ๙ ดังกล่าว โดยเริ่มตั้งแต่อุทยัพพยานุปัสสนาญาณที่พ้นจากอุปกิเลสดำเนินเข้าสู่วิถีที่นั่นเป็นต้นไปจนถึง สัจจานุโลมิกญาณ อันเป็นที่สุดแห่งวิปัสสนา ต่อจากนั้นก็เกิดโคตรภูญาณคั่นระหว่างวิสุทธิข้อนี้กับข้อสุดท้าย เป็นรอยต่อแห่งความเป็นปุถุชนกับความเป็นอริยบุคคล

๗. ญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณทัสสนะ หมายถึง ความหมดจดที่เกิดจากความรู้เห็นด้วยปัญญาในอริยมรรค ๔ มีโสดาปัตติมรรค เป็นต้น อันเกิดถัดจากโคตรภูญาณเป็นต้นไป เมื่อมรรคจิตเกิดขึ้นแล้ว ผลจิตย่อมเกิดขึ้น เป็นอันบรรลุจุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สงเคราะห์เข้าในวิสุทธิทั้ง ๕ ข้อดังกล่าวมานี้ คือข้อ ๓ ถึง ข้อ ๗ โดยสัมมาสังกัปปะทำกิจพิจารณา สัมมาทิฐิทำกิจสันนิษฐาน คือ ความตกลงใจ

การปฏิบัติ การดำเนินชีวิตที่พอเหมาะพอดี โดยสร้างเสริมหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ที่สามารถทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงความบริสุทธิ์หมดจดและบรรลุนิพพานอันเป็นจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา

ใบความรู้ที่ ๔

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

วิสุทธิ ความหมดจด

๑. ปณณาย ปริสุทฺธิติ. : ย่อมหมดจดด้วยปัญญา.

๒. เอส มคฺโค วิสุทฺธิยา. : นั้น (คือนิพพิทา) เป็นทางแห่งวิสุทธิ.

อธิบาย

วิสุทธิ ความหมดจด หมายถึง ความบริสุทธิ์ คือการชำระจิตของตนให้หมดจดบริสุทธิ์ผ่องแผ้วจากกิเลสอาสวะทั้งปวง ความหมดจดนี้ย่อมเกิดได้ด้วยปัญญา

หลักความหมดจดในลัทธิศาสนาอื่น : ลัทธิศาสนาพราหมณ์ถือว่า ความหมดจดจะมีได้ด้วยการชำระบาป โดยทำพิธีลอยบาปทิ้งเสียในแม่น้ำคงคา (หรือเรียกว่าอาบน้ำชำระบาปได้) ลัทธิศาสนาอื่นๆ เช่นคริสต์ศาสนา ถือว่า ความหมดจดจะมีได้ด้วยการสวดมนต์อ่อนน้อมพระผู้เป็นเจ้าให้ทรงยกโทษให้

หลักความหมดจดในพระพุทธศาสนา : พระพุทธศาสนาถือว่า ความหมดจดจะมีได้ด้วยปัญญาเท่านั้น จะมีด้วยเหตุอื่นหาได้ไม่ นั่นหมายความว่า บุญ-บาปจะมีได้เพราะตนเองเป็นผู้ทำ ไม่มีใครมาช่วยทำให้บริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์ได้ ดังพระบาลีในธรรมบท ขุททกนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕/๓๗) ว่า

“ทำบาปเอง ย่อมเศร้าหมองเอง ไม่ทำบาปเอง ย่อมหมดจดเอง ความหมดจดและความเศร้าหมอง เป็นของเฉพาะตน คนอื่นยังคนอื่นให้หมดจดและเศร้าหมองหาได้ไม่”

อธิบายความ : บุคคลที่ทำบาปอกุศลหรือความชั่วใดๆ ย่อมได้ชื่อว่าเป็นคนชั่ว บาปอกุศลที่เขาทำก็อำนวยผลกรรมให้เศร้าหมอง เปรียบเหมือนเขม่าหรือของโสโครกที่บุคคลจับต้องก็พลอยเปื้อนไปด้วย ส่วนผู้ไม่กระทำบาปอกุศล ทำแต่บุญกุศล ย่อมบริสุทธิ์หมดจด เปรียบเหมือนผ้าขาวที่สะอาด ฉะนั้น เพราะในโลกนี้ไม่มีใครสามารถทำให้ผู้อื่นบริสุทธิ์หมดจดหรือเศร้าหมองได้ ข้อนี้พึงเห็นได้ในบทพระธรรมคุณว่า “ปัจจุตตํ เวทิตพฺโพ วิญญูหิ : พระธรรม อันวิญญูชนทั้งหลายพึงรู้ได้เฉพาะตน” จึงสรุปความได้ว่า ความเศร้าหมองเกิดจากการทำบาป ความหมดจดเกิดจากการไม่ทำบาป

ความบริสุทธิ์ภายในย่อมมีด้วยปัญญา กล่าวคือ ความหมดจดจากกิเลสอาสวะ อันนอนเนื่องอยู่ภายในขันธสันดาน จะต้องอาศัยปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง เรียกว่า วิปัสสนาญาณ ๘ ซึ่งจัดเป็นขั้นๆ สูงขึ้นไปตามลำดับ ๘ ขั้น ดังนี้

๑. **อุทยัพพญาณ หรือ อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ** ญาณยังเห็นความเกิดและความดับ คือปัญญาพิจารณาความเกิดขึ้นและความดับไปแห่งสังขารหรือเบญจขันธ์ จนเห็นประจักษ์ชัดว่าสังขารทั้งหลายทั้งปวง เกิดขึ้นแล้วก็ต้องดับไป

๒. **ภังคญาณ หรือ ภังคานุปัสสนาญาณ** ญาณยังเห็นความเสื่อมสลาย คือปัญญาพิจารณาเห็นว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวง มีการแตกสลายย่อยยับไป

๓. **อาทินวญาณ หรือ อาทินวานุปัสสนาญาณ** ญาณหยั่งเห็นโทษ คือปัญญาพิจารณาเห็นสังขารทั้งหลายทั้งปวงว่า เป็นโทษ มีความบกพร่อง เจือปนด้วยทุกข์

๔. **ภยตูปฏฐานญาณ** ญาณหยั่งเห็นสังขารปรากฏโดยเป็นของน่ากลัว คือปัญญาพิจารณาเห็นสังขารทั้งหลายทั้งปวง ทั้งที่เป็นไปในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต ล้วนปรากฏเป็นของน่าสะพรึงกลัว

๕. **นิพพิทาญาณ หรือ นิพพิทานุปัสสนาญาณ** ญาณหยั่งเห็นความหน่าย คือปัญญาพิจารณาเห็นสังขารว่าเป็นโทษน่ากลัวเช่นนั้นแล้ว จึงเกิดความหน่ายในสังขาร

๖. **มฺหุจิกัมมตาญาณ หรือ มฺหุจิกามยตาญาณ** ญาณหยั่งเห็นด้วยใคร่จะพ้นไปเสีย คือปัญญาพิจารณาจนเกิดความหน่ายสังขารทั้งหลายแล้วเกิดความปรารถนาที่จะพ้นไปเสียจากสังขารเหล่านั้น

๗. **ปฏิสังขาญาณ หรือ ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ** ญาณพิจารณาหาทาง คือปัญญาพิจารณาสังขารทั้งหลาย โดยยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ เพื่อหาอุบายที่จะปลดปล่อยจิตออกไปจากความหนายนั่น

๘. **สังขารูปเขชาญาณ** ญาณวางเฉยในสังขาร คือปัญญาพิจารณารู้เห็นสังขารตามความเป็นจริงว่า ความเป็นอยู่ เป็นไปอย่างนั้นเป็นธรรมดา จึงวางจิตเป็นกลางในสังขารทั้งหลาย จากนั้นจึงละความเกี่ยวเกาะในสังขารเสียได้

๙. **สัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ** ญาณอันเป็นไปโดยอนุโลมแก่การหยั่งรู้ร้อยสัจ คือเมื่อเกิดสังขารูปเขชาญาณ จิตก็เป็นกลางต่อสังขารทั้งหลาย และญาณนั้นมุ่งตรงต่อนิพพาน จึงเกิดปัญญาที่สูงขึ้นอีกขั้นหนึ่ง เป็นขั้นสุดท้ายของวิปัสสนาญาณ คือญาณอันคล้อยต่อการตรัสรู้ร้อยสัจ ย่อมเกิดขึ้นเป็นลำดับถัดมา จากนั้นก็จะเกิด โคตรภูญาณ ญาณครอบโคตร คือปัญญาที่อยู่ในลำดับก่อนถึงอริยมรรค ซึ่งข้ามพ้นความเป็นปุถุชนขึ้นสู่ความเป็นอริยบุคคล แล้วเกิดมรรคญาณให้สำเร็จความเป็นพระอริยบุคคลต่อไป

วิสุทธิ ความหมดจด (อีกบรรยายหนึ่ง)

๓. **มคคานฏจกโก เสฏโฐ**

... ..

เอเสว มคโค นตถญโณ

ทสสนสส วิสุทธิยา.

ทางมีองค์ ๘ เป็นประเสริฐสุดแห่งทางทั้งหลาย ...

ทางนั้นแลไม่มีทางอื่น เพื่อความหมดจดแห่งทัสสนะ.

อธิบาย

ทางมีองค์ ๘ เรียกว่า **อริยมรรค** แปลว่า ทางอันประเสริฐ ทางอันทำบุคคลให้เป็นอริยะ ทางอันทำผู้ปฏิบัติให้ห่างไกลจากกิเลส เรียกเต็มว่า **อริยอัฐังคิกมรรค** แปลว่า ทางประกอบด้วยองค์ ๘ อันประเสริฐ หมายความว่า ทางนี้มีส่วนประกอบ ๘ อย่าง เป็นข้อสุดท้ายของร้อยสัจ ๔ เรียกว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา ร้อยสัจ ร้อยสัจคือข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์หรือมคคสัจจ์ เรียกอีกอย่างว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ข้อปฏิบัติอันมีในท่ามกลางหรือทางสายกลาง หมายถึง ข้อปฏิบัติ วิธีการ หรือทางดำเนินชีวิตที่เป็นกลาง สอดคล้องกับกฎธรรมชาติ ไม่เอียงเข้าไปหาทางสุดโต่งทั้งสองทาง คือ กามสุขัลลิกานุโยค การประกอบตนให้หมกมุ่นอยู่ในกามสุข และอัตตakilมณานุโยค การประกอบตนให้ลำบากเดือดร้อน โดยคิดว่าเป็นหนทางพ้นทุกข์ ในอัมมจักกัปปวัตตนสูตร (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๔) พระพุทธองค์ทรงแสดงอริยมรรคมีองค์ ๘ ไว้ มีอธิบายดังนี้

๑. สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ หมายถึง ความเห็นถูกต้องใน ๒ ระดับ คือ

๑) ความเห็นชอบระดับโลกียะ ได้แก่ ความเห็นถูกต้องตามคลองธรรม คือเห็นว่าบุญบาปมีจริง ผลแห่งทานที่ให้แล้วมีจริง มารดาบิดามีบุญคุณจริง เป็นต้น ความเห็นชอบในระดับนี้เป็นการเตรียมจิตให้พร้อมที่จะพัฒนาตนเข้าสู่การฝึกอบรมตามหลักศีลธรรม และ ๒) ความเห็นชอบระดับโลกุตระ ได้แก่ ความเห็นถูกต้องตามความเป็นจริงตามสภาวะ ตามเหตุปัจจัย คือ ปัญญาอันเห็นชอบในอริยสัจ ๔ คือ เห็นทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค เห็นไตรลักษณ์ หรือเห็นปฏิจลสมุปบาท คือเห็นว่าสภาวะธรรมทั้งปวงอาศัยกันและกันเกิดขึ้น สรรพสิ่งเป็นเหตุเป็นผลกัน เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป เมื่อมีสิ่งนี้เป็นเหตุ จึงมีสิ่งนี้เป็นผลตามมาดังนี้ เป็นต้น

๒. สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ หมายถึง ความนึกตรึกตรองในทางที่ถูกต้องเป็นกุศล ประกอบด้วยมโนสุจริต หรือความคิดนึกที่เป็นไปในกุศลวิตก ๓ อย่าง คือ ๑) ความคิดนึกที่ปลอดจากกาม หรือความคิดในทางเสียสละ ๒) ความคิดนึกที่ปลอดจากพยาบาท หรือความคิดที่ประกอบด้วยเมตตา ๓) ความคิดนึกที่ปลอดจากการเบียดเบียน หรือความคิดที่ประกอบด้วยกรุณา

๓. สัมมาวาจา เจรจาชอบ หมายถึง การใช้วาจาติดต่อสื่อสารเกี่ยวข้องกับผู้อื่นอย่างถูกต้อง หรือการใช้คำพูดตามหลักวจีสุจริต ๔ คือ ๑) ละเว้นจากการพูดเท็จ ๒) ละเว้นจากการพูดส่อเสียด ๓) ละเว้นจากการพูดคำหยาบ ๔) ละเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

๔. สัมมากัมมันตะ การงานชอบ หมายถึงการมีพฤติกรรมที่แสดงออกทางกายอย่างถูกต้อง หรือการปฏิบัติตามหลักกายสุจริต ๓ คือ ๑) ละเว้นจากการผลาญชีวิต ๒) ละเว้นจากการลักทรัพย์ ๓) ละเว้นจากการประพฤติดินในกาม

๕. สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ หมายถึงการประกอบอาชีพสุจริต โดยเว้นวิธีเลี้ยงชีพที่ผิด เช่น การหลอกลวง การใช้เล่ห์เหลี่ยม การใช้กลโกง การขูดรีด การฉ้อฉล หรือการค้ำกำไรเกินควร เป็นต้น รวมถึงการเว้นจากการค้าขายที่ผิดธรรมก่อให้เกิดโทษ ๕ อย่าง ได้แก่ การค้าเครื่องประหาร การค้ามนุษย์ การค้าสัตว์มีชีวิต การค้าสิ่งเสพติดมีโทษ และการค้ายาพิษ

๖. สัมมาวายามะ พยายามชอบ หมายถึง การมีความเพียรพยายามที่ถูกต้องโดยเพียรละความชั่ว สร้างและรักษาความดี ตามหลักการสร้างความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมปปธาน ๔ คือ ๑) เพียรระวังไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้น ๒) เพียรละกำจัดความชั่วที่เกิดขึ้นแล้ว ๓) เพียรบำเพ็ญกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น (๔) เพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นเจริญยิ่งขึ้นไป

๗. สัมมาสติ ระลึกชอบ หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง ซึ่งเรียกว่า การเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาในเรื่องภายในตัวของคนเราที่สำคัญ ๔ เรื่อง อันได้แก่ กาย เวทนา จิต ธรรม ว่าเป็นแต่เพียงกาย เวทนา จิต ธรรม ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตนเราเขา

๘. สัมมาสมาธิ ตั้งใจมั่นชอบ หมายถึง การทำจิตให้แน่วแน่อยู่นในอารมณ์เดียวที่แสดงออกมากในทางกุศลโดยส่วนเดียว และสามารถข่มระงับกิเลสเครื่องกั้นจิตมิให้บรรลुकุณธรรมความดีไว้ได้ด้วยหลักการฝึกจิตให้เป็นสมาธิที่จัดลำดับเป็นขั้นๆ ตั้งแต่ขั้นหยาบไปจนถึงขั้นละเอียด ที่เรียกว่า ฌาน ๔ คือ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน

อริยมรรคเป็นยอดทางปฏิบัติ

ในอัครคัมภีร์ปสาทสูตร (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๑) พระพุทธองค์ตรัสยกย่อง มรรคมืองค์ ๘ ว่าเป็นยอดแห่งสังฆตธรรม คือธรรมที่ปัจจัยปรุงแต่งหรือเกิดจากเหตุปัจจัย เช่นเดียวกับที่ตรัสยกย่องว่าเป็นทางประเสริฐสุดแห่งทางทั้งหลายตามอุทเทสที่ยกมาแสดงนั้น ทั้งนี้เพราะองค์ธรรมทั้ง ๘ แห่งอริยมรรคนั้นนับเป็นสัทธรรมอันดี จัดเป็นกุศลธรรม เมื่อรวมกันเข้าทั้ง ๘ ประการ ย่อมเป็นองค์ธรรมที่ดีเยี่ยม

อริยมรรคมืองค์ ๘ สัมพันธ์กับวิสุทธิ ๗

อริยมรรคมืองค์ ๘ เป็นเหตุให้ถึงความหมดจดแห่งทสสนะคือปัญญา โดยมีความสัมพันธ์กับวิสุทธิ ๗ คือทางแห่งความหมดจดด้วยปัญญาที่อุดหนุนส่งเสริมกันให้สูงขึ้นเป็นขั้นๆ ไปตามลำดับ ๗ ขั้น ดังนี้

๑. สีลวิสุทธิ ความหมดจดแห่งศีล หมายถึง การรักษาศีลตามภูมิขั้นของตนให้บริสุทธิ์ และให้เป็นไปเพื่อสมาธิ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สงเคราะห์เข้าในข้อนี้

๒. จิตตวิสุทธิ ความหมดจดแห่งจิต หมายถึง ความหมดจดแห่งจิตที่เกิดจากการบำเพ็ญสมาธิจิตจนได้บรรลุฌานสมาบัติ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ สงเคราะห์เข้าในข้อนี้

๓. ญาณวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณ หมายถึง ความหมดจดแห่งความคิดเห็นที่เกิดจากความรู้ความเข้าใจ สามารถมองเห็นนามรูปหรือเบญจขันธ์ตามที่เป็นจริง

๔. กังขาวิตรณวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณเป็นเหตุข้ามพ้นความสงสัย หมายถึง ความหมดจดแห่งปัญญาที่พิจารณาเห็นความเป็นไปแห่งสังขารอันเนื่องมาจากเหตุปัจจัยปรุงแต่ง ดังความในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๕ (ส.ส. ๑๕/๑๙๗) ว่า “พีชอย่างใดอย่างหนึ่งที่บุคคลหว่านในน่าย่อมงอกขึ้นได้ เพราะอาศัยเหตุ ๒ อย่าง คือ รสในแผ่นดินและยางในพีช ฉันท ไชย ธาตุ และอายตนะ ๖ เหล่านี้ ก็เกิดขึ้นเพราะอาศัยเหตุปัจจัย ดับไปเพราะเหตุปัจจัยดับฉันทนั้น” แล้วกำจัดความสงสัยทั้งปวงในนามรูปเสียได้

๕. มัคคามัคคญาณทสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณที่รู้เห็นว่าเป็นทางหรือมีใช้ทาง หมายถึง ความหมดจดด้วยการเริ่มเจริญวิปัสสนาพิจารณาสิ่งที่รวมกันอยู่เป็นกลุ่มก้อน จนเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปแห่งสังขารทั้งหลาย แล้วเกิดวิปัสสนูปกิเลส (สิ่งที่เป็นอุปสรรคขัดขวางมิให้การเจริญวิปัสสนารุดหน้าไป) ๑๐ ประการ คือ โอภาส แสงสว่าง, ญาณ ความรู้, ปิติ ความอิ่มใจ, ปัสสัทธิ ความสงบ, สุข ความสบาย, อธิโมกข์ ความน้อมใจเชื่อ, ปคคาหะ ความเพียรประคองจิต, อุပ္ปฐฐาน ความปรากฏชัดแห่งสติ, อุเบกขา ความวางจิตเป็นกลาง และนิกันติ ความพอใจในวิปัสสนา เมื่อวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการนี้เกิดขึ้น ก็ใช้โยนิโสมนสิการกำหนดได้ว่ามีใช้ทาง ส่วนวิปัสสนาที่เริ่มดำเนินเข้าสู่วิถีนั่นแหละเป็นทางถูกต้อง แล้วเตรียมที่จะประคองจิตไว้ในวิปัสสนาญาณนั้นต่อไป

๖. ปฏิปทาญาณทสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณอันรู้เห็นทางดำเนิน หมายถึง ความหมดจดแห่งความรู้เห็นชัดในข้อปฏิบัติด้วยการประกอบความเพียรในวิปัสสนาญาณ ๙ ดังกล่าว โดยเริ่มตั้งแต่อุทัพพยานุปัสสนาญาณที่พ้นจากอุปกิเลสดำเนินเข้าสู่วิถีนั่นเป็นต้นไปจนถึงสัจจานุโลมิกญาณ อันเป็นที่สุดแห่งวิปัสสนา ต่อจากนั้นก็เกิดโคตรภูญาณคั่นระหว่างวิสุทธิข้อนี้กับข้อสุดท้าย เป็นรอยต่อแห่งความเป็นปุชฌนกับความเป็นอริยบุคคล

๗. ญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณทัสสนะ หมายถึง ความหมดจดที่เกิดจากความรู้ เห็นด้วยปัญญาในอริยมรรค ๔ มีโสดาปัตติมรรค เป็นต้น อันเกิดถัดจากโคตรภูญาณเป็นต้นไป เมื่อมรรคจิตเกิดขึ้นแล้ว ผลจิตย่อมเกิดขึ้น เป็นอันบรรลุดุจดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สงเคราะห์เข้าในวิสุทธิทั้ง ๕ ข้อดังกล่าวมานี้ คือ ข้อ ๓ ถึงข้อ ๗ โดยสัมมาสังกัปปะทำกิจพิจารณา สัมมาทิฐิทำกิจสันนิษฐาน คือ ความตกลงใจ

สรุปความ

สมัยที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงปฐมเทศนาโปรดปัญจวัคคีย์ ทรงยกทางสุดโต่งสองทาง คือ กามสุขัลลิกานุโยค และอัตตกิลมณานุโยคขึ้นแสดงก่อนว่า เป็นทางที่บรรพชิตไม่ควรประพฤติปฏิบัติ เพราะไม่ทำให้ถึงความดับทุกข์ ทางมืองค์ ๘ นี้เท่านั้นเป็นทางประเสริฐ เป็นทางสายกลางที่จะนำผู้ปฏิบัติไปสู่ความดับทุกข์ได้อย่างแท้จริง ดังนั้น มรรคมืองค์ ๘ จึงเป็นยอดทางปฏิบัติในพระพุทธศาสนา ส่งผลให้มีการดำเนินชีวิตที่พอเหมาะพอดี โดยสร้างเสริมหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ที่สามารถทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงความบริสุทธิ์หมดจดและบรรลุนิพพานอันเป็นจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา

วิสุทธิ ๗ นั้น เป็นหลักความบริสุทธิ์หมดจดที่สูงขึ้นไปตามลำดับ หรือทำไตรสิกขาให้บริบูรณ์เป็นขั้นๆ ไปโดยลำดับจนบรรลุดุจดหมายสูงสุดคือพระนิพพาน เปรียบเหมือนรถเจ็ดผลัดส่งต่อกันให้บุคคลถึงที่หมายปลายทางฉะนั้น

อริยมรรคมืองค์ ๘ และวิสุทธิ ๗ นี้ เป็นหมวดธรรมที่รวมหลักการศึกษาปฏิบัติในพระพุทธศาสนา ที่เรียกว่า ไตรสิกขา ไว้อย่างครบถ้วน กล่าวได้ว่า หมวดธรรมทั้งสองหมวดนี้มีคุณลักษณะคล้ายกัน ดังนั้น จึงสามารถสงเคราะห์เข้ากันได้

อนึ่ง ในวิสุทธิ ๗ นี้ มีวิสุทธิที่จัดเป็นโลกุตตระ เพราะภาวะที่เป็นอริยมรรคและอริยผลอยู่ ๒ ข้อ คือ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ และญาณทัสสนวิสุทธิ

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕

ธรรมศึกษาชั้นเอก สารการเรียนรู้อริยธรรม

เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

เวลา.....ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๒. ผลการเรียนรู้

รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๓. สารสำคัญ

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ เป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยสันติ ความสงบ หากบุคคลยึดมั่นและปฏิบัติได้จะอยู่ในสังคมด้วยความเป็นสุข

๔. จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนอธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติได้

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหา

- สันติ ความสงบ

๖. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นสืบค้นและเชื่อมโยง

๑. ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ โดยใช้คำถามเพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการคิดและเชื่อมโยงไปสู่การเรียนรู้

- นักเรียนเคยเรียนเรื่องหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติบ้างหรือไม่
- หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติมีอะไรบ้าง
- นักเรียนเคยได้ยินได้เห็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติจากที่ไหนบ้าง

ขั้นฝึก

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ สันติ ความสงบ จากใบความรู้ที่ ๕

๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดเตรียมการเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ขั้นประยุกต์

๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอตามหัวข้อที่ตนเองได้รับมอบหมายเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๕. นักเรียนในแต่ละกลุ่มตอบคำถามตามใบกิจกรรมที่ ๕
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปในแต่ละหัวข้อ

๗. การงาน/ชิ้นงาน

ที่	การงาน	ชิ้นงาน
๑	ตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ	ใบกิจกรรมที่ ๕

๘. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ใบความรู้ที่ ๕ เรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ
๒. ใบกิจกรรมที่ ๕

๙. การวัดผลและประเมินผล

สิ่งที่ต้องการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
อธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติได้	- ตรวจผลงาน	- แบบประเมินผลงาน	ผ่าน = ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป ไม่ผ่าน = ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ ๖๐

แบบประเมินผลงาน

ใบกิจกรรมที่ ๕

ข้อที่	ระดับคะแนน		
	๔ - ๕ คะแนน	๒ - ๓ คะแนน	๑ คะแนน
๑ - ๑๐	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็น	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็นส่วนใหญ่	ตอบคำถามถูกต้องและ ตรงประเด็นน้อย

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์	ร้อยละ	คะแนน
ผ่าน	๖๐ ขึ้นไป	๓ คะแนนขึ้นไป
ไม่ผ่าน	ต่ำกว่า ๖๐	๒ คะแนนลงมา

หมายเหตุ เกณฑ์การตัดสินสามารถปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

ใบกิจกรรมที่ ๕

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ จำนวน ๑ ข้อ (๕ คะแนน)

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของสันติ ความสงบ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๕

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของสันติ ความสงบ

ตอบ **สันติ ความสงบ** หมายถึง ความสงบกาย สงบวาจา และสงบใจ ในที่นี้จำแนกเป็น ๒ คือ ความสงบภายนอก ได้แก่ สงบกายและสงบวาจา และความสงบภายใน ได้แก่ สงบใจ

ในอุทเทสที่ ๑ พระพุทธองค์ทรงสอนให้พอกพูนทางแห่งสันติ อันเป็นไปทางไตรทวาร คือ กายทวาร วจิตทวาร มโนทวาร ที่เป็นไปโดยสุจริต คือเว้นจากพฤติกรรมที่เบียดเบียนตนและผู้อื่นให้เดือดร้อน โดยการไม่ประทุษร้าย การไม่กล่าวร้าย และการไม่คิดร้าย เป็นต้น ดังที่ตรัสไว้ในสัทสวรคค ธรรมบท ขุททกนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕) ว่า “ผู้หลุดพ้นแล้วเพราะรู้ชอบ ผู้สงบระงับแล้ว ผู้คงที่นั้น ย่อมมีใจสงบแล้ว วาจาและการกระทำก็สงบแล้ว”

จิตที่ประกอบด้วยมโนสุจริต ๓ คือ ไม่คิดโลภอยากได้ ไม่คิดพยาบาทปองร้าย มีความเห็นชอบตามคลองธรรม จัดเป็นความสงบภายใน ประกอบด้วย กายสุจริต ๓ วจิตสุจริต ๔ จัดเป็นความสงบภายนอก

คำว่า **พูน** ในอุทเทสที่ ๑ หมายถึง ทำให้มากขึ้น ทำให้เจริญขึ้น ในที่นี้มุ่งถึงพูนทางที่ทำให้ถึงความดับทุกข์ อันเป็นทางแห่งสันติที่แท้จริง ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘

คำว่า **ความสงบ** ในอุทเทสที่ ๒ ได้แก่ พระนิพพาน มีอธิบายว่า ความสุขอย่างอื่น แม้จะเป็นความสุขเหมือนกัน แต่ก็ไม่ใช่อะไรที่แท้จริง ส่วนความสุขที่เกิดจากการละกิเลสได้เด็ดขาด จัดเป็นความสุขที่แท้จริง

คำว่า **อามิส** ในอุทเทสที่ ๓ หมายถึง เครื่องล่อใจให้ติดอยู่ในโลก ดุจเหยื่อที่เบ็ดเกี่ยวไว้สำหรับล่อปลา ได้แก่ กามคุณ ๕ (ปัญจพิศกามคุณ) คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าปรารถนา น่ารักใคร่ น่าพอใจ

การทำใจมิให้ติดอยู่ในกามคุณ ๕ จัดเป็นปฏิบัติของผู้รู้ ผู้สงบดีแล้ว ดังที่ตรัสไว้ในขราสูตร สุตตันตปิฎก (พระไตรปิฎก เล่ม ๒๕/๔๙๓) ว่า “หยาดแห่งน้ำ ย่อมไม่ติดในใบบัว แม้ฉันทิ วารีย่อมไม่กำซาบในดอกปทุม ฉันทิ มนีย่อมไม่เข้าไปติด ในอารมณ์อันเห็นแล้วก็ดี อันฟังแล้วก็ดี อันทราบแล้วก็ดีฉันทินั้น” ดังนั้น ผู้มุ่งสันติอันเป็นสุขอย่างแท้จริง พึงละโลกามิสเสีย

การปฏิบัติ ไม่คิดโลภอยากได้ ไม่คิดพยาบาทปองร้าย มีความเห็นชอบตามคลองธรรม

ใบความรู้ที่ ๕

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๕. สันติ ความสงบ

๑. สอนติมคฺคเมว พฺรหฺม. : สูงพ้นทางแห่งความสงบนั้นแล.
๒. นตฺถิ สนฺติปริ สุขํ. : สุขอื่นจากความสงบ ย่อมไม่มี.
๓. โลกามิสํ ปชฺเช สนฺติเปกฺโข. : ผู้เพ่งความสงบ พึงละอาภิสในโลกเสีย.

อธิบาย

สันติ ความสงบ หมายถึงความสงบกาย สงบวาจา และสงบใจ ในที่นี้จำแนกเป็น ๒ คือ ความสงบภายนอก ได้แก่ สงบกายและสงบวาจา และ ความสงบภายใน ได้แก่ สงบใจ

ในอุทเทสที่ ๑ พระพุทธองค์ทรงสอนให้พอกพูนทางแห่งสันติ อันเป็นไปทางไตรทวาร คือ กายทวาร วชิทวาร มโนทวาร ที่เป็นไปโดยสุจริต คือเว้นจากพฤติกรรมที่เบียดเบียนตนและผู้อื่นให้เดือดร้อน โดยการไม่ประทุษร้าย การไม่กล่าวร้าย และการไม่คิดร้าย เป็นต้น ดังที่ตรัสไว้ในสหัสสวรรค ธรรมบท ขุททกนิกาย (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕) ว่า “ผู้หลุดพ้นแล้วเพราะรู้ชอบ ผู้สงบระงับแล้ว ผู้คงที่นั้น ย่อมมีใจสงบแล้ว วาจาและการกระทำก็สงบแล้ว”

จิตที่ประกอบด้วยมโนสุจริต ๓ คือ ไม่คิดโลภอยากได้ ไม่คิดพยาบาทปองร้าย มีความเห็นชอบ ตามคลองธรรม จัดเป็นความสงบภายใน ประกอบด้วย กายสุจริต ๓ วชิสุจริต ๔ จัดเป็นความสงบภายนอก

คำว่า **พูน** ในอุทเทสที่ ๑ หมายถึงทำให้มากขึ้น ทำให้เจริญขึ้น ในที่นี้มุ่งถึงพูนทางที่ทำให้ถึงความดับทุกข์ อันเป็นทางแห่งสันติที่แท้จริง ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘

คำว่า **ความสงบ** ในอุทเทสที่ ๒ ได้แก่ พระนิพพาน มีอธิบายว่า ความสุขอย่างอื่น แม้จะเป็นความสุขเหมือนกัน แต่ก็ไม่ใช่อะไรที่แท้จริง ส่วนความสุขที่เกิดจากการละกิเลสได้เด็ดขาด จัดเป็นความสุขที่แท้จริง

คำว่า **อาภิส** ในอุทเทสที่ ๓ หมายถึงเครื่องล่อใจให้ติดอยู่ในโลก ดุจเหยื่อที่เบ็ดเกี่ยวไว้สำหรับ ล่อปลา ได้แก่ กามคุณ ๕ (ปัญจกามคุณ) คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าปรารถนา น่ารักใคร่ น่าพอใจ

การทำใจมิให้ติดอยู่ในกามคุณ ๕ จัดเป็นปฏิบัติของผู้รู้ ผู้สงบดีแล้ว ดังที่ตรัสไว้ในขราสูตร สุตตนิบาต ขุททกนิกาย สุตตันตปิฎก (พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕/๔๙๓) ว่า “หยาดแห่งน้ำ ย่อมไม่ติดในใบบัว แม้ฉันใด วารีย่อมไม่กำซาบในดอกพุ่มฉันใด มุนิย่อมไม่เข้าไปติด ในอารมณ์อันเห็นแล้วก็ดี อันฟังแล้วก็ดี อันทราบแล้วก็ดี ฉะนั้น” ดังนั้น ผู้มุ่งสันติอันเป็นสุขอย่างแท้จริง พึงละโลกามิสเสีย

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖

ธรรมศึกษาชั้นเอก สารการเรียนรู้วิชารธรรม

เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

เวลา.....ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่ออยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๒. ผลการเรียนรู้

รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๓. สารสำคัญ

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ เป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยนิพพาน ความดับทุกข์ หากบุคคลยึดมั่นและปฏิบัติได้จะอยู่ในสังคมด้วยความมีความสุข

๔. จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนอธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติได้

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหา

- นิพพาน ความดับทุกข์

๖. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นสืบค้นและเชื่อมโยง

๑. ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ โดยใช้คำถามเพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการคิดและเชื่อมโยงไปสู่การเรียนรู้

- นักเรียนเคยเรียนเรื่องหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติบ้างหรือไม่
- หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติมีอะไรบ้าง
- นักเรียนเคยได้ยินได้เห็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติจากที่ไหนบ้าง

ขั้นฝึก

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ นิพพาน ความดับทุกข์ จากใบความรู้ที่ ๖

๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดเตรียมการเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ขั้นประยุกต์

๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอตามหัวข้อที่ตนเองได้รับมอบหมายเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๕. นักเรียนในแต่ละกลุ่มตอบคำถามตามใบกิจกรรมที่ ๖
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปในแต่ละหัวข้อ

๗. ภาระงาน/ชิ้นงาน

ที่	ภาระงาน	ชิ้นงาน
๑	ตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ	ใบกิจกรรมที่ ๖

๘. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ใบความรู้ที่ ๖ เรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ
๒. ใบกิจกรรมที่ ๖

๙. การวัดผลและประเมินผล

สิ่งที่ต้องการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
อธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติได้	- ตรวจผลงาน	- แบบประเมินผลงาน	ผ่าน = ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป ไม่ผ่าน = ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ ๖๐

แบบประเมินผลงาน

ใบกิจกรรมที่ ๖

ข้อที่	ระดับคะแนน		
	๔ - ๕ คะแนน	๒ - ๓ คะแนน	๑ คะแนน
๑ - ๑๐	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็น	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็นส่วนใหญ่	ตอบคำถามถูกต้องและ ตรงประเด็นน้อย

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์	ร้อยละ	คะแนน
ผ่าน	๖๐ ขึ้นไป	๓ คะแนนขึ้นไป
ไม่ผ่าน	ต่ำกว่า ๖๐	๒ คะแนนลงมา

หมายเหตุ เกณฑ์การตัดสินสามารถปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

ใบกิจกรรมที่ ๖

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อ..... ชั้น..... เลขที่.....

ชื่อ..... ชั้น..... เลขที่.....

ชื่อ..... ชั้น..... เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ จำนวน ๑ ข้อ (๕ คะแนน)

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของนิพพาน ความดับทุกข์

[illegible]

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๖

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของนิพพาน ความดับทุกข์

ตอบ คำว่า นิพพาน สมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ ทรงแสดงพระมติไว้ ๒ นัย ดังนี้

๑) นิพพาน แปลว่า ดับ มาจาก วา ธาตุ, มี นิ เป็นบทหน้า, ยุ ปัจจัย, แปลง ยุ เป็น อน, แปลง ว เป็น พ สำเร็จรูปเป็น นิพพาน

๒) นิพพาน แปลว่า หาของเสียแบงมิได้ ออกจาก วาน ศัพท์ อันเป็นชื่อของลูกศร มี นิ เป็นบทหน้าในความหมายปฏิเสธ เข้ารูปเป็นปัญหามีหรือฉฐัพพหุพพิหสมาส เทียบได้กับบทว่า “อพพุพหสโล : ผู้มีลูกศรอันถอนแล้ว” เป็นคุณบทของพระอรหันต์

นิพพาน มีความหมาย ๒ นัย คือ

นัยที่ ๑ นิพพาน แปลว่า ธรรมหาเครื่องเสียแบงมิได้ หมายถึง ภาวะที่จิตปราศจากตัณหา เครื่องเสียแบง นิพพานตามความหมายนี้ ตรงกับคำว่า สอุปาทิเสสนิพพาน คือภาวะที่จิตดับกิเลสตัณหาได้ แต่ยังมีเบญจขันธ์อยู่ หรือภาวะจิตของบุคคลที่สิ้นกิเลสแล้วแต่ยังมีชีวิตอยู่

นัยที่ ๒ นิพพาน แปลว่า ความดับ หมายถึง ภาวะที่ดับกิเลส คือ ราคะ โทสะ และโมหะ ได้อย่างเด็ดขาด หรือสภาพที่ดับกองทุกข์ในวัฏฏะทั้งมวลอันมีชาติ ความเกิด ชรา ความแก่ มรณะ ความตาย เป็นต้น ได้อย่างสิ้นเชิง นิพพานตามความหมายนี้ ตรงกับคำว่า อนุปาทิเสสนิพพาน คือภาวะที่ดับกิเลสไม่มีเบญจขันธ์เหลือ หรือภาวะที่สิ้นทั้งกิเลสทั้งชีวิต ดุจประทีปสิ้นเชื้อดับไป ฉะนั้น

จุดประสงค์ของการแสดงอุทเทสแห่งนิพพาน

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ทรงประมวลพระพุทธภาษิตเป็นอุทเทสแห่งนิพพานนี้ไว้ด้วยพระประสงค์ ๓ ประการ คือ

- ๑) เพื่อทรงแสดงอุดมการณ์หรือจุดหมายสูงสุดแห่งพระพุทธศาสนา คือ นิพพาน
- ๒) เพื่อทรงแสดงเหตุโดยชักชวนพุทธบริษัทให้แสวงทางไปนิพพาน
- ๓) เพื่อทรงพรรณนาผลว่านิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง

หลักการสิ้นสุดการเวียนว่ายตายเกิดในศาสนาต่างๆ

สมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ ทรงประมวลมติเกี่ยวกับหลักการสิ้นสุดแห่งการเวียนว่ายตายเกิด อันเป็นจุดหมายสูงสุดของศาสนาพราหมณ์และศาสนาคริสต์ไว้ดังนี้

๑) ศาสนาพราหมณ์ หรือฮินดู ถือว่า มีต้นเดิมอย่างหนึ่งเรียกว่า พรมาตมัน แบ่งภาคออกไปเข้าสู่ร่างกายที่เรียกว่า อาตมัน ซึ่งตกอยู่ในคติแห่งกรรม ถ้าทำบาปหนัก ย่อมตกนรกไม่มีกำหนด ถ้าทำบาปไม่มากนัก ย่อมตกนรกชั่วคราวบ้าง เกิดเป็นสัตว์ดิรัจฉาน ปิศาจ ยักษ์ และมนุษย์ชั้นเลวบ้าง ส่วนที่ทำดีพอประมาณ ย่อมเกิดในสวรรค์ชั้นต่ำ หรือเกิดในมนุษย์โลก เป็นคนชั้นดี ทำดีมากขึ้น คดีย่อมดีมากขึ้น

ความดีย่อมผลัดเปลี่ยนคติให้ดีขึ้น เมื่อท่องเที่ยวไปอย่างนี้แล้ว ในที่สุดย่อมถึงความบริสุทธิ์จากบาปทั้งปวง ได้ชื่อว่า มหาตมน์ มหาตมน์นั้นจุดิจากร่างที่สุดแล้ว ย่อมกลับเข้าสู่ปรมาตมน์ตามเดิม แล้วเป็นอยู่คงที่ไม่จุติอีก ตามที่กล่าวมานี้เป็นที่สุดแห่งสังสารวัฏ หรือการเวียนว่ายตายเกิดของศาสนาพราหมณ์ เรียกว่า นิราณม

๒) ศาสนาคริสต์ มีการบัญญัติที่สุดการเวียนว่ายตายเกิดเช่นเดียวกันกับศาสนาพราหมณ์ แต่เน้น บุคลาธิษฐาน กล่าวคือ นักบุญหลังจากตายย่อมขึ้นสวรรค์ไปอยู่กับพระเจ้าเป็นนิรันดร์ ปฏิเสธการกลับมาเกิด เป็นมนุษย์และเป็นสัตว์ดิรัจฉานสลับกัน

ในหนังสือศาสนาเปรียบเทียบ ท่านอาจารย์สุชีพ ปุญญานุภาพ ได้ประมวลหลักจุดหมายปลายทาง แห่งสังสารวัฏของศาสนาเด่นๆ ของโลกไว้ โดยสรุปความดังนี้

๑) ศาสนาพราหมณ์ มีจุดหมายปลายทาง คือความเป็นพรหม โดยกลมกลืนเป็นอันหนึ่งเดียวกับ พระพรหม (ปรมาตมน์) มีวิธีปฏิบัติโดยบำเพ็ญโยคะ ปลุกฝังให้เกิดความรู้เกี่ยวกับพระพรหม ถือว่าชีวิตในโลกนี้มีหลายครั้ง มีการเวียนว่ายตายเกิด

๒) ศาสนาคริสต์ มีจุดหมายปลายทาง คือสวรรค์ โดยคนเราเมื่อตายแล้วได้ไปอยู่กับพระเจ้า ในสวรรค์ มีวิธีปฏิบัติโดยทำตามบัญญัติของพระเจ้า และถือว่าชีวิตในโลกนี้มีเพียงครั้งเดียว

๓) ศาสนาอิสลาม มีจุดหมายปลายทาง คือสวรรค์ แต่ไม่ไปอยู่กับพระเจ้า มีวิธีปฏิบัติ คือ ๑) มีความเชื่อในพระอัลเลาะห์และทูตของพระองค์ คือ พระนะบีมุฮัมมัด ๒) ทำละหมาด คือสวดมนต์ หันหน้าไปทางเมืองเมกกะ ประเทศซาอุดีอาระเบีย (๓) ให้ทาน (๔) อุดอาหารกลางวันในเดือนรอมฎอน กลางคืนไม่ห้าม

๔) พระพุทธศาสนา มีจุดหมายปลายทาง คือพระนิพพาน โดยดับกิเลสที่เป็นต้นเหตุแห่งความทุกข์ ความเดือดร้อนได้สิ้นเชิง มีวิธีปฏิบัติเพื่อดับกิเลส คือ ดำเนินตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา อันได้แก่อริยมรรค มีองค์ ๘ ประการ ถือว่าชีวิตในโลกนี้มีหลายครั้ง มีการเวียนว่ายตายเกิดจนกว่าจะสิ้นกิเลส

นิพพาน : จุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาถือเหตุปัจจัยอันปรุงแต่งสังขาร คือ อวิชชาเป็นต้นสาย นิพพานเป็นปลายสาย และปฏิเสธอดีต แต่ยอมรับความเชื่อมถึงกันแห่งจิตติดกับปฏิสนธิจิตในภพหน้า ยอมรับการเวียนว่ายตายเกิด ในภพภูมิต่างๆ เช่น ตกนรก เป็นเปรต เป็นอสุรกาย เป็นสัตว์ดิรัจฉาน เกิดเป็นมนุษย์ เป็นเทวดาในสวรรค์ชั้นต่างๆ ด้วยอำนาจกรรม แต่การตกนรกนั้นมีระยะกาลสิ้นสุดเมื่อชดใช้กรรมจนหมด พระพุทธศาสนาปฏิเสธ ความบริสุทธิ์แห่งจิตด้วยการรอคอยโชคชะตาवासนา หรือเกิดจากสิ่งอื่นดลบันดาล แต่รับรองความบริสุทธิ์แห่งจิต ด้วยการบำเพ็ญวิปัสสนากัมมัฏฐานจนบรรลุอรหัตผล

พระพุทธศาสนายกย่องนิพพานว่าเป็นอมตธรรม คือ ธรรมที่ไม่ตาย ดังพระบาลีว่า อปฺปมาโท อมตํ ปทํ. : ความไม่ประมาท เป็นทางไม่ตาย และว่า เป็นสถานที่อันไม่จุติ ไม่มีความเศร้าโศก ดังพระบาลีว่า

เต ยนฺติ อจฺจุตํ จานํ ยตฺถ คนฺตฺวา น โสจเร.

มุณีเหล่านั้น ย่อมไปสู่สถานไม่จุติ ที่ไปแล้วไม่เศร้าโศก

โดยนัยนี้ นิพพานอันเป็นปลายสาย จัดเป็นวิสังขาร คือ ภาวะที่ตรงข้ามกับสังขาร เป็นอสังขตะ คือ สิ่งที่ยังมีได้ปรุงแต่ง เพราะพ้นจากความเป็นสังขาร และอันปัจจัยมิได้ปรุงแต่งให้เกิดอีก

นิพพานธาตุ ๒

พระพุทธองค์ตรัสนิพพานธาตุไว้ในทุกนิบาต อิตวุตตะกะ ขุททกนิกาย (พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๕/๒๕๘-๒๕๙) ๒ ประเภท คือ

๑) สอุปาทิเสสนิพพานธาตุ นิพพานธาตุยังมียุพาธิเหลือ ได้แก่ ภาวะที่ดับกิเลส มีเบญจขันธ์เหลือ คือ สิ้นกิเลส แต่ยังมีชีวิตอยู่ เรียกว่า กิเลสปรินิพพาน

๒) อนุปาทิเสสนิพพานธาตุ นิพพานธาตุไม่มีอุปาทิเหลือ ได้แก่ ภาวะที่ดับกิเลส ไม่มีเบญจขันธ์เหลือ คือ สิ้นทั้งกิเลสและชีวิต เรียกว่า ขันธปรินิพพาน

คำว่า อุปาทิ ในนิพพานธาตุทั้งสองนั้น ได้แก่ เบญจขันธ์ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ที่ถูกรกกรรมกิเลสเข้าถ้อมมัน หรือยึดครองไว้มัน

บาลีแสดงปฏิบัติแห่งนิพพาน

พระพุทธพจน์ที่แสดงปฏิบัติแห่งนิพพาน มีนัยดังนี้

ภิกษุยินดีในความไม่ประมาทแล้ว หรือเห็นภัยในความประมาทโดยปกติ

ย่อมเป็นผู้ไม่พอเพื่อเสื่อมรอบ ย่อมปฏิบัติใกล้นิพพานเทียว.

ความไม่ประมาท ในที่นี้ คือ การอยู่ไม่ปราศจากสติ เจริญสติปัฏฐาน ๔ อยู่เสมอ ซึ่งเป็นหลักธรรมสำคัญที่ทำให้ผู้ปฏิบัติให้บรรลุนิพพานได้

ภิกษุหนักในพระศาสนา หนักในพระธรรม มีความเคารพกล้าในพระสงฆ์

มีความเพียร หนักในสมาธิ มีความเคารพกล้าในสิกขา หนักในความไม่ประมาท

และเคารพในปฏิสังขาร ย่อมเป็นผู้ไม่พอเพื่อเสื่อมรอบ ย่อมปฏิบัติใกล้นิพพานเทียว.

ความเคารพ ในที่นี้ คือ ความเอื้อเฟื้อต่อพระรัตนตรัย ในการบำเพ็ญสมาธิ ในการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา ในความไม่ประมาทต่อการเจริญสติปัฏฐาน ๔ และในธรรมปฏิสังขาร เมื่อผู้ใดมีความเคารพดังกล่าวมานี้ ชื่อว่าปฏิบัติตนเพื่อความเจริญ มุ่งตรงต่อการบรรลุนิพพานอย่างแน่แท้

ฉมานและปัญญามีในผู้ใด ผู้นั้นปฏิบัติใกล้นิพพาน.

ฉมานและปัญญา ในที่นี้ คือ ฉมาน ได้แก่ จิตที่เป็นสมาธิแน่นแน่ว สงบจากนิวรณ์ธรรม ในภาคปฏิบัติ ได้แก่ การเจริญสมถกัมมัฏฐาน ส่วนปัญญา ได้แก่ จิตที่รู้เท่าทันความเป็นไปของสรรพสิ่งตามความเป็นจริง ในภาคปฏิบัติ ได้แก่ การเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ภิกษุ เธอจงวิตเรื่อนี้ เรือนอันเธอวิตแล้ว จักพลันถึง

เรือดัตตราคะและโทสะแล้ว แต่นั้นจักถึงนิพพาน.

คำว่า เรือ หมายถึง อตภาพร่างกายของคนเรา อันลอยอยู่ในแม่น้ำคือสังสารวัฏ เรือนอันเธอวิตแล้ว หมายถึง การบรรเทากิเลสและบาปธรรมให้เบาบางลงจนตัดได้เด็ดขาด เมื่อตัดกิเลสและบาปธรรมได้แล้ว เรือคืออตภาพนี้ก็จักกล่นไปถึงท่าคือพระนิพพานได้ในที่สุด

บาลีแสดงสุปาติเสสนิพพาน

พระพุทธพจน์ที่แสดงสุปาติเสสนิพพาน มีดังนี้

เพราะละตัณหาเสีย ท่านกล่าวว่า นิพพาน.

ความดับด้วยสำรอกโดยไม่เหลือ เพราะสิ้นแห่งตัณหาทั้งหลาย

ด้วยประการทั้งปวง เป็นนิพพาน.

ธาตุอันหนึ่งแลเป็นไปในธรรมอันแลเห็นแล้วในโลกนี้ เป็นนิพพานธาตุ
มิอุปาทิยังเหลือ เพราะสิ้นธรรมชาติผู้นำไปสู่ภพ (คือตัณหา).

ไวพจน์แห่งวิราคะ มีคำว่า “มทนิมมทโน ธรรมยังความเมาให้สร่าง” เป็นต้น ดังที่กล่าวแล้ว
ในหัวข้อแห่งวิราคะ พึงทราบว่า หมายถึง สุปาติเสสนิพพาน

บาลีแสดงอนุปาติเสสนิพพาน

พระพุทธพจน์ที่แสดงอนุปาติเสสนิพพาน มีดังนี้

เรากล่าวทวีปนั้นมิใช่อื่น หาห้วงมิได้ หาเครื่องยึดมิได้

เป็นที่ล้นรอบแห่งขราและมัจจุว่า นิพพาน.

ส่วนธาตุเป็นไปในธรรมอันจะพึงถึงข้างหน้า ที่ภพทั้งปวงดับ

ด้วยประการทั้งปวง เป็นนิพพานธาตุหาอุปาทิเหลือมิได้.

ความเข้าไปสงบแห่งสังขารเหล่านั้น ย่อมเป็นสุข.

ภิกษุทั้งหลาย อายตนะนั้นมีอยู่ ที่ดิน น้ำ ไฟ ลมไม่มีเลย อากาสนัญญายตนะ

วิญญาณัญญายตนะ อากิญจัญญายตนะ เนวสัณญานาสัญญายตนะ ก็มีใช่ โลกนี้ก็มีใช่ โลกอื่น
ก็มีใช่ ดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์ทั้งสองก็มีใช่ อนึ่ง ภิกษุทั้งหลาย เราไม่กล่าวเลย ซึ่งอายตนะนั้นว่า
เป็นการมา เป็นการไป เป็นการยืน เป็นการจติ เป็นการเกิด อายตนะนั้นหาที่ตั้งอาศัยมิได้ มิได้เป็นไป
หาอารมณ์มิได้ นั้นแลที่สุดแห่งทุกข์.

ในพระสูตรนี้ พระพุทธองค์ตรัสเรียกนิพพานว่า อายตนะ ซึ่งสมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ ทรง
ตั้งข้อสังเกตว่า น่าจะได้แก่ธัมมายตนะ และทรงอาศัยใจความแห่งพระสูตรนี้สรุปลักษณะของนิพพานไว้
๖ ประเด็น คือ (๑) การที่ตรัสว่าดิน น้ำ ไฟ ลมไม่มีในอายตนะนั้น แสดงว่านิพพานมิใช่รูปขันธ์ (๒) การที่ตรัสว่า
อากาสนัญญายตนะเป็นต้นไม่ใช่อายตนะนั้น แสดงว่านิพพานมิใช่นามขันธ์ (๓) การที่ตรัสว่าโลกนี้ก็มีใช่
โลกอื่นก็มีใช่ เป็นต้น แสดงว่านิพพานมิใช่โลกอย่างใดอย่างหนึ่งในทางโหราศาสตร์ (๔) การที่ไม่ตรัสว่า
อายตนะนั้น เป็นการมา เป็นการไป เป็นต้น แสดงว่านิพพานไม่มีการติดต่อสัมพันธ์กับโลกอื่น (๕) การที่ตรัส
ว่าอายตนะนั้นหาที่ตั้งอาศัยมิได้ เป็นต้น แสดงว่านิพพานมิใช่เป็นโลกเองพร้อมทั้งสัตว์โลก (๖) การที่ตรัสว่า
นั้นแลที่สุดแห่งทุกข์ แสดงว่านิพพานเป็นปลายสายแห่งกองทุกข์ที่สิ้นสุดลง

ภิกษุทั้งหลาย อายตนะอันไม่เกิดแล้ว ไม่เป็นแล้ว อันปัจจัยไม่กระทำแล้วไม่แต่งแล้วมีอยู่.

บาลีแสดงนิพพานธาตุทั้ง ๒

พระพุทธพจน์ที่แสดงนิพพานธาตุทั้ง ๒ มีดังนี้

ธรรมชาตินั้นสงบแล้ว ธรรมชาตินั้นประณีต ธรรมชาติไรเล่าเป็นที่สงบแห่งสังขารทั้งปวง เป็นที่สละคืนอุปธิทั้งปวง เป็นที่สิ้นแห่งตัณหา เป็นที่สิ้นกำหนด เป็นที่ดับ คือนิพพาน.

อุปธิ ในคำนี้ เป็นชื่อแห่งกิเลสก็ว่า ด้วยอรรถว่าเข้าไปทรงคือเข้าครอง ได้ในคำว่า อุปธิวิเวโก เป็นชื่อแห่งปัญจขันธ์ก็ว่า ด้วยอรรถว่าเข้าไปทรงคือหอบไว้ซึ่งทุกข์ ได้ในคำว่า ยัญญ์ทั้งหลายย่อมกล่าว ยกย่องรูป เสียง รส กลิ่น และสตรีทั้งหลาย ข้าพเจ้ารู้ว่า นั้นมลทินในอุปธิทั้งหลายแล้ว เหตุนั้น จึงไม่ยินดีแล้วในการเซ่น ไม่ยินดีแล้วในการบวงสรวง.

อุปธิ ในที่นี้ ได้แก่ ปัญจขันธ์ คำว่า เป็นที่สงบแห่งสังขารทั้งปวง และคำว่า เป็นที่สละคืน อุปธิทั้งปวง หมายถึง อนุปาทิเสสนิพพาน ส่วน ๓ คำหลังว่า เป็นที่สิ้นตัณหา เป็นต้น หมายถึง สอุปาทิเสสนิพพาน

การปฏิบัติ ดำเนินตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา อันได้แก่อริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ ถือว่าชีวิตในโลกนี้มีหลายครั้ง มีการเวียนว่ายตายเกิดจนกว่าจะสิ้นกิเลส

ใบความรู้ที่ ๒

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนปรมัตถปฏิบัติ

นิพพาน ความดับทุกข์

๑. นิพพานํ ปรมํ วทนฺติ พุทธา. : พระพุทธเจ้าทั้งหลาย ย่อมกล่าวนิพพานว่ายวดยิ่ง.
๒. นิพพานคมนํ มคฺคํ ชิปฺปเมว วิโสธเย. : พึงรีบรัดชำระทางไปนิพพาน.
๓. นิพพานํ ปรมํ สุขํ. : นิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง.

อธิบาย

คำว่า **นิพพาน** สมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ ทรงแสดงพระมติไว้ ๒ นัย ดังนี้

- ๑) **นิพพาน** แปลว่า ดับ มาจาก วา ธาตุ, มี นิ เป็นบทหน้า, ยุ ปัจจัย, แปลง ยุ เป็น อน, แปลง ว เป็น พ สำเร็จรูปเป็น **นิพพาน**
- ๒) **นิพพาน** แปลว่า หาของเสียเบียดแทงมิได้ ออกจาก วาน ศัพท์ อันเป็นชื่อของลูกศร มี นิ เป็นบทหน้า ในความหมายปฏิเสธ เข้ารูปเป็นปัญจมีหรือฉัฏฐีพหุพหิสมาส เทียบได้กับบทว่า “อพฺพุพฺพสฺสโล : ผู้มีลูกศรอันถอนแล้ว” เป็นคุณบทของพระอรหันต์

นิพพาน มีความหมาย ๒ นัย คือ

นัยที่ ๑ **นิพพาน** แปลว่า ธรรมหาเครื่องเสียเบียดแทงมิได้ หมายถึง ภาวะที่จิตปราศจากตัณหา เครื่องเสียเบียดแทง นิพพานตามความหมายนี้ ตรงกับคำว่า สอุปาทิเสสนิพพาน คือภาวะที่จิตดับกิเลสตัณหาได้ แต่ยังมีเบญจขันธ์อยู่ หรือภาวะจิตของบุคคลที่สิ้นกิเลสแล้วแต่ยังมีชีวิตอยู่

นัยที่ ๒ **นิพพาน** แปลว่า ความดับ หมายถึง ภาวะที่ดับกิเลส คือ ราคะ โทสะ และโมหะ ได้อย่างเด็ดขาด หรือสภาพที่ดับกองทุกข์ในวัฏฏะทั้งมวลอันมี ชาติ ความเกิด ชรา ความแก่ มรณะ ความตาย เป็นต้น ได้อย่างสิ้นเชิง นิพพานตามความหมายนี้ ตรงกับคำว่า อนุปาทิเสสนิพพาน คือภาวะที่ดับกิเลส ไม่มีเบญจขันธ์เหลือ หรือภาวะที่สิ้นทั้งกิเลสทั้งชีวิต ดุจประทีปสิ้นเชื้อดับไป ฉะนั้น

จุดประสงค์ของการแสดงอุทเทสแห่งนิพพาน

สมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ทรงประมวลพระพุทธภาษิตเป็นอุทเทสแห่งนิพพานนี้ไว้ด้วยพระประสงค์ ๓ ประการ คือ

- ๑) เพื่อทรงแสดงอุดมการณ์หรือจุดหมายสูงสุดแห่งพระพุทธศาสนา คือ นิพพาน
- ๒) เพื่อทรงแสดงเหตุโดยชักชวนพุทธบริษัทให้แผ้วถางทางไปนิพพาน
- ๓) เพื่อทรงพรรณนาผลว่านิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง

หลักการสิ้นสุดการเวียนว่ายตายเกิดในศาสนาต่างๆ

สมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ ทรงประมวลมติเกี่ยวกับหลักการสิ้นสุดแห่งการเวียนว่ายตายเกิด อันเป็นจุดหมายสูงสุดของศาสนาพราหมณ์และศาสนาคริสต์ไว้ดังนี้

๑) ศาสนาพราหมณ์ หรือฮินดู ถือว่า มีต้นเดิมอย่างหนึ่งเรียกว่า พรมาตมัน แบ่งภาคออกไปเข้าสิงรูปกายที่เรียกว่า อาตมัน ซึ่งตกอยู่ในคติแห่งกรรม ถ้าทำบาปหนัก ย่อมตกนรกไม่มีกำหนด ถ้าทำบาปไม่มากนัก ย่อมตกนรกชั่วคราวบ้าง เกิดเป็นสัตว์ดิรัจฉาน ปีศาจ ยักษ์ และมนุษย์ชั้นเลวบ้าง ส่วนที่ทำดีพอประมาณ ย่อมเกิดในสวรรค์ชั้นต่ำ หรือเกิดในมนุษย์โลก เป็นคนชั้นดี ทำดีมากขึ้น คดีย่อมดีมากขึ้น ความดีย่อมผลัดเปลี่ยนคติให้ดีขึ้น เมื่อท่องเที่ยวไปอย่างนี้แล้ว ในที่สุดย่อมถึงความบริสุทธิ์จากบาปทั้งปวง ได้ชื่อว่า มหัตมัน มหัตมันนั้นจุดจากร่างที่สุดแล้ว ย่อมกลับเข้าสู่พรมาตมันตามเดิม แล้วเป็นอยู่คงที่ไม่จุติอีก ตามที่กล่าวมานี้เป็นที่สุดแห่งสังสารวัฏ หรือการเวียนว่ายตายเกิดของศาสนาพราหมณ์ เรียกว่า นิราณม

๒) ศาสนาคริสต์ มีการบัญญัติที่สุดการเวียนว่ายตายเกิดเช่นเดียวกันกับศาสนาพราหมณ์ แต่เน้นบุคลาธิษฐาน กล่าวคือ นักบุญหลังจากตายย่อมขึ้นสวรรค์ไปอยู่กับพระเจ้าเป็นนิรันดร์ ปฏิเสธการกลับมาเกิดเป็นมนุษย์และเป็นสัตว์ดิรัจฉานสลับกัน

ในหนังสือศาสนาเปรียบเทียบ ท่านอาจารย์สุชีพ ปุญญานุภาพ ได้ประมวลหลักจุดหมายปลายทางแห่งสังสารวัฏของศาสนาเด่นๆ ของโลกไว้ โดยสรุปความดังนี้

๑) ศาสนาพราหมณ์ มีจุดหมายปลายทาง คือความเป็นพรหม โดยกลมกลืนเป็นอันหนึ่งเดียวกับพระพรหม (พรมาตมัน) มีวิธีปฏิบัติโดยบำเพ็ญโยคะ ปลุกฝังให้เกิดความรู้เกี่ยวกับพระพรหม ถือว่าชีวิตในโลกนี้มีหลายครั้ง มีการเวียนว่ายตายเกิด

๒) ศาสนาคริสต์ มีจุดหมายปลายทาง คือสวรรค์ โดยคนเราเมื่อตายแล้วได้ไปอยู่กับพระเจ้าในสวรรค์ มีวิธีปฏิบัติโดยทำตามบัญญัติของพระเจ้า และถือว่าชีวิตในโลกนี้มีเพียงครั้งเดียว

๓) ศาสนาอิสลาม มีจุดหมายปลายทาง คือสวรรค์ แต่ไม่ไปอยู่กับพระเจ้า มีวิธีปฏิบัติ คือ ๑) มีความเชื่อในพระอัลเลาะห์และทูตของพระองค์ คือ พระนะบีมุฮัมมัด (๒) ทำละหมาด คือ สวดมนต์หันหน้าไปทางเมืองเมกกะ ประเทศซาอุดีอาระเบีย (๓) ให้ทาน (๔) อุดอาหารกลางวันในเดือนรอมฎอน กลางคืนไม่ห้าม

๔) พระพุทธศาสนา มีจุดหมายปลายทาง คือพระนิพพาน โดยดับกิเลสที่เป็นต้นเหตุแห่งความทุกข์ความเดือดร้อนได้สิ้นเชิง มีวิธีปฏิบัติเพื่อดับกิเลส คือ ดำเนินตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา อันได้แก่อริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ ถือว่าชีวิตในโลกนี้มีหลายครั้ง มีการเวียนว่ายตายเกิดจนกว่าจะสิ้นกิเลส

นิพพาน : จุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาถือเหตุปัจจัยอันปรุงแต่งสังขาร คือ อวิชชาเป็นต้นสาย นิพพานเป็นปลายสาย และปฏิเสธอดีต แต่ยอมรับความเชื่อมถึงกันแห่งจิตติดกับปฏิสนธิจิตในภพหน้า ยอมรับการเวียนว่ายตายเกิดในภพภูมิต่างๆ เช่น ตกนรก เป็นเปรต เป็นอสุรกาย เป็นสัตว์ดิรัจฉาน เกิดเป็นมนุษย์ เป็นเทวดาในสวรรค์ชั้นต่างๆ ด้วยอำนาจกรรม แต่การตกนรกนั้นมีระยะกาลสิ้นสุดเมื่อชดใช้กรรมจนหมด พระพุทธศาสนาปฏิเสธความบริสุทธิ์แห่งจิตด้วยการรอคอยโชคชะตาवासนา หรือเกิดจากสิ่งอื่นดลบันดาล แต่รับรองความบริสุทธิ์แห่งจิต ด้วยการบำเพ็ญวิปัสสนากัมมัฏฐานจนบรรลุอรหัตผล

พระพุทธศาสนายกย่องนิพพานว่าเป็นอมตธรรม คือ ธรรมที่ไม่ตาย ดังพระบาลีว่า อปฺปมาโท อมตํ ปทํ. : ความไม่ประมาท เป็นทางไม่ตาย และว่า เป็นสถานที่อันไม่จุติ ไม่มีความเศร้าโศก ดังพระบาลีว่า

เต ยนติ อจจุตฺ ฐานํ ยตถ คนฺตฺวา น โสจเร.

มุนีเหล่านั้น ย่อมไปสู่สถานไม่จุติ ที่ไปแล้วไม่เศร้าโศก

โดยนัยนี้ นิพพานอันเป็นปลายสาย จัดเป็นวิสังขาร คือ ภาวะที่ตรงข้ามกับสังขาร เป็นอสังขตะ คือ สิ่งที่ปัจจัยมิได้ปรุงแต่ง เพราะพ้นจากความเป็นสังขาร และอันปัจจัยมิได้ปรุงแต่งให้เกิดอีก

นิพพานธาตุ ๒

พระพุทธองค์ตรัสนิพพานธาตุไว้ในทุกนิบาต อิติวุตตกะ ขุททกนิกาย (พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๕/๒๕๘-๒๕๙) ๒ ประเภท คือ

๑) สอุปาทิเสสนิพพานธาตุ นิพพานธาตุยังมีอุปาทิเหลือ ได้แก่ ภาวะที่ดับกิเลส มีเบญจขันธ์เหลือ คือ สิ้นกิเลส แต่ยังมีชีวิตอยู่ เรียกว่า กิเลสปรินิพพาน

๒) อนุปาทิเสสนิพพานธาตุ นิพพานธาตุไม่มีอุปาทิเหลือ ได้แก่ ภาวะที่ดับกิเลส ไม่มีเบญจขันธ์เหลือ คือ สิ้นทั้งกิเลสและชีวิต เรียกว่า ขันธ์ปรินิพพาน

คำว่า อุปาทิ ในนิพพานธาตุทั้งสองนั้น ได้แก่ เบญจขันธ์ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ที่อุกกรรมกิเลสเข้าถ่มมัน หรือยึดครองไว้มัน

บาลีแสดงปฏิบัติทางนิพพาน

พระพุทธพจน์ที่แสดงปฏิบัติทางนิพพาน มีนัยดังนี้

ภิกษุยินดีในความไม่ประมาทแล้ว หรือเห็นภัยในความประมาทโดยปกติ

ย่อมเป็นผู้ไม่พอเพื่อล้อมรอบ ย่อมปฏิบัติใกล้นิพพานเทียว.

ความไม่ประมาท ในที่นี้ คือ การอยู่ไม่ปราศจากสติ เจริญสติปัฏฐาน ๔ อยู่เสมอ ซึ่งเป็นหลักธรรมสำคัญที่ทำให้ปฏิบัติให้บรรลุนิพพานได้

ภิกษุหนักในพระศาสนา หนักในพระธรรม มีความเคารพกลัวในพระสงฆ์

มีความเพียร หนักในสมาธิ มีความเคารพกลัวในสิกขา หนักในความไม่ประมาท

และเคารพในปฏิสังขาร ย่อมเป็นผู้ไม่พอเพื่อล้อมรอบ ย่อมปฏิบัติใกล้นิพพานเทียว.

ความเคารพ ในที่นี้ คือ ความเอื้อเฟื้อต่อพระรัตนตรัย ในการบำเพ็ญสมาธิ ในการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา ในความไม่ประมาทต่อการเจริญสติปัฏฐาน ๔ และในธรรมปฏิสังขาร เมื่อผู้ใดมีความเคารพดังกล่าวมานี้ เชื่อว่าปฏิบัติตนเพื่อความเจริญ มุ่งตรงต่อการบรรลุนิพพานอย่างแน่แท้

ฉมานและปัญญามีในผู้ใด ผู้นั้นปฏิบัติใกล้นิพพาน.

ฉมานและปัญญา ในที่นี้ คือ ฉมาน ได้แก่ จิตที่เป็นสมาธิแน่วแน่ สงบจากนิวรณ์ธรรม ในภาคปฏิบัติ ได้แก่ การเจริญสมถกรรมฐาน ส่วนปัญญา ได้แก่ จิตที่รู้เท่าทันความเป็นไปของสรรพสิ่งตามความเป็นจริง ในภาคปฏิบัติ ได้แก่ การเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ภิกษุ เธอจงวิตเรื่อนี้ เรืออันเธอวิตแล้ว จักพลันถึง

เรือตัดราคะและโทสะแล้ว แต่นั้นจักถึงนิพพาน.

คำว่า เรือ หมายถึง อตภาพร่างกายของคนเรา อันลอยอยู่ในแม่น้ำคือสังสารวัฏ เรืออันเธอวิตแล้ว หมายถึง การบรรเทากิเลสและบาปธรรมให้เบาบางลงจนตัดได้เด็ดขาด เมื่อตัดกิเลสและบาปธรรมได้แล้ว เรือคืออตภาพนี้ก็จักแล่นไปถึงท่าคือพระนิพพานได้ในที่สุด

บาลีแสดงสุปาติเสสนิพพาน

พระพุทธพจน์ที่แสดงสุปาติเสสนิพพาน มีดังนี้

เพราะละตัณหาเสีย ท่านกล่าวว่า นิพพาน.

ความดับด้วยสำรอกโดยไม่เหลือ เพราะสิ้นแห่งตัณหาทั้งหลาย
ด้วยประการทั้งปวง เป็นนิพพาน.

ธาตุอันหนึ่งแลเป็นไปในธรรมอันแลเห็นแล้วในโลกนี้ เป็นนิพพานธาตุ
มิอุปาทิยังเหลือ เพราะสิ้นธรรมชาติผู้นำไปสู่ภพ (คือตัณหา).

ไวพจน์แห่งวิราคะ มีคำว่า “มทนิมมทโน ธรรมยังความเมาให้สร่าง” เป็นต้น ดังที่กล่าวแล้ว
ในหัวข้อแห่งวิราคะ พึงทราบว่า หมายถึง สุปาติเสสนิพพาน

บาลีแสดงอนุปาติเสสนิพพาน

พระพุทธพจน์ที่แสดงอนุปาติเสสนิพพาน มีดังนี้

เรากล่าวทวีปนั้นมิใช่อื่น หาห้วงมิได้ หาเครื่องยึดมิได้

เป็นที่ลื่นรอบแห่งขราและมัจจุว่า นิพพาน.

ส่วนธาตุเป็นไปในธรรมอันจะพึงถึงข้างหน้า ที่ภพทั้งปวงดับ
ด้วยประการทั้งปวง เป็นนิพพานธาตุหาอุปาทิเหลือมิได้.

ความเข้าไปสงบแห่งสังขารเหล่านั้น ย่อมเป็นสุข.

ภิกษุทั้งหลาย อายตนะนั้นมีอยู่ ที่ดิน น้ำ ไฟ ลมไม่มีเลย อากาสนัญญายตนะ

วิญญาณัญญายตนะ อากิญจัญญายตนะ เนวสัณญานาสัณญายตนะ ก็มีใช่ โลกนี้ก็มีใช่ โลกอื่น
ก็มีใช่ ดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์ทั้งสองก็มีใช่ อนึ่ง ภิกษุทั้งหลาย เราไม่กล่าวเลย ซึ่งอายตนะนั้นว่า
เป็นการมา เป็นการไป เป็นการยืน เป็นการจติ เป็นการเกิด อายตนะนั้นหาที่ตั้งอาศัยมิได้ มิได้เป็นไป
หาอารมณ์มิได้ นั่นแลที่สุดแห่งทุกข์.

ในพระสูตรนี้ พระพุทธองค์ตรัสเรียกนิพพานว่า อายตนะ ซึ่งสมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ ทรง
ตั้งข้อสังเกตว่า น่าจะได้แก่ธัมมายตนะ และทรงอาศัยใจความแห่งพระสูตรนี้สรุปลักษณะของนิพพานไว้
๖ ประเด็น คือ (๑) การที่ตรัสว่าดิน น้ำ ไฟ ลมไม่มีในอายตนะนั้น แสดงว่านิพพานมิใช่รูปขันธ์ (๒) การที่ตรัสว่า
อากาสนัญญายตนะเป็นต้นไม่ใช่อายตนะนั้น แสดงว่านิพพานมิใช่นามขันธ์ (๓) การที่ตรัสว่าโลกนี้ก็มีใช่
โลกอื่นก็มีใช่ เป็นต้น แสดงว่านิพพานมิใช่โลกอย่างใดอย่างหนึ่งในทางโหราศาสตร์ (๔) การที่ไม่ตรัสว่า
อายตนะนั้น เป็นการมา เป็นการไป เป็นต้น แสดงว่านิพพานไม่มีการติดต่อสัมพันธ์กับโลกอื่น (๕) การที่ตรัส
ว่าอายตนะนั้นหาที่ตั้งอาศัยมิได้ เป็นต้น แสดงว่านิพพานมิใช่เป็นโลกเองพร้อมทั้งสัตว์โลก (๖) การที่ตรัสว่า
นั่นแลที่สุดแห่งทุกข์ แสดงว่านิพพานเป็นปลายสายแห่งกองทุกข์ที่สิ้นสุดลง

ภิกษุทั้งหลาย อายตนะอันไม่เกิดแล้ว ไม่เป็นแล้ว อันปัจจัยไม่กระทำแล้วไม่แต่งแล้วมีอยู่.

บาลีแสดงนิพพานธาตุทั้ง ๒

พระพุทธพจน์ที่แสดงนิพพานธาตุทั้ง ๒ มีดังนี้

ธรรมชาตินั้นสงบแล้ว ธรรมชาตินั้นประณีต ธรรมชาติไรเล่าเป็นที่สงบแห่งสังขารทั้งปวง เป็นที่สละคืนอุปธิทั้งปวง เป็นที่สิ้นแห่งตัณหา เป็นที่สิ้นกำหนด เป็นที่ดับ คือนิพพาน.

อุปธิ ในคำนี้ เป็นชื่อแห่งกิเลสก็ว่า ด้วยอรรถว่าเข้าไปทรงคือเข้าครอง ได้ในคำว่า อุปธิวิเวโก เป็นชื่อแห่งปัญจขันธ์ก็ว่า ด้วยอรรถว่าเข้าไปทรงคือหอบไว้ซึ่งทุกข์ ได้ในคำว่า ยัญญ์ทั้งหลายย่อมกล่าว ยกย่องรูป เสียง รส กาม และสตรีทั้งหลาย ข้าพเจ้ารู้ว่า นันมลทินในอุปธิทั้งหลายแล้ว เหตุนั้น จึงไม่ยินดีแล้วในการเช่น ไม่ยินดีแล้วในการบวสรวง.

อุปธิ ในที่นี้ ได้แก่ ปัญจขันธ์ คำว่า เป็นที่สงบแห่งสังขารทั้งปวง และคำว่า เป็นที่สละคืนอุปธิทั้งปวง หมายถึง อนุปาทิเสสนิพพาน ส่วน ๓ คำหลังว่า เป็นที่สิ้นตัณหา เป็นต้น หมายถึง สอุปาทิเสสนิพพาน

สรุปความ

พระพุทธองค์ตรัสให้บริบัตชำระทางไปพระนิพพาน เพราะทางไปนิพพานนั้น ย่อมเป็นไปเพื่อความเข้าไปสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อนิพพาน ที่ตรัสว่า นิพพานเป็นสุขอย่างยวดยิ่ง เพราะนิพพานเป็นความสุขสงบ เย็น เช่นน้ำระงับดับกระหาย สำหรับผู้ปฏิบัติ การฝึกอบรมจิตไปตามทางแห่งนิพพาน เป็นการดำเนินไถ่ถอนนิพพานไปทุกขณะ ดังในพระบาลีว่า “นิพพานสเสว สนติเก : ย่อมปฏิบัติไถ่ถอนนิพพานเทียว”

จิตอันเคยกำหนดในอารมณ์อันชวนให้กำหนด มัวเมาในอารมณ์อันชวนให้เมา ภายหลังมาหน่าย โดยโยนิโสมนสิการแล้ว ย่อมสิ้นกำหนด ย่อมหลุดพ้น ย่อมถึงความหมดจดผ่องใส ย่อมสงบ ย่อมเป็นจรมกจิตดับสนิทในอวสาน นิพพิทา วิราคะ วิมุตติ วิสุทธิ สันติ และนิพพาน เป็นธรรมเนื่องถึงกันด้วยประการฉะนี้

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗

ธรรมศึกษาชั้นเอก สารการเรียนรู้อริยธรรม

เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

เวลา.....ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๒. ผลการเรียนรู้

รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๓. สารสำคัญ

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ เป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยคติ ประกอบด้วย ทุกคติ และสุคติ หากบุคคลยึดมั่นและปฏิบัติได้จะอยู่ในสังคมด้วยความสุข

๔. จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนอธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏได้

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหา

- ทุกคติ
- สุคติ

๖. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นสืบค้นและเชื่อมโยง

๑. ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ โดยใช้คำถาม เพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการคิดและเชื่อมโยงไปสู่การเรียนรู้

- นักเรียนเคยเรียนเรื่องหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏบ้างหรือไม่
- หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏมีอะไรบ้าง
- นักเรียนเคยได้ยินได้เห็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏจากที่ไหนบ้าง

ขั้นฝึก

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ คติ ประกอบด้วย ทุกคติ และสุคติ จากใบความรู้ที่ ๗

๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดเตรียมการเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ขั้นประยุกต์

๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอตามหัวข้อที่ตนเองได้รับมอบหมายเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๕. นักเรียนในแต่ละกลุ่มตอบคำถามตามใบกิจกรรมที่ ๗
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปในแต่ละหัวข้อ

๗. ภาระงาน/ชิ้นงาน

ที่	ภาระงาน	ชิ้นงาน
๑	ตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ	ใบกิจกรรมที่ ๗

๘. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ใบความรู้ที่ ๗ เรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ
๒. ใบกิจกรรมที่ ๗

๙. การวัดผลและประเมินผล

สิ่งที่ต้องการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
อธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏได้	- ตรวจผลงาน	- แบบประเมินผลงาน	ผ่าน = ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป ไม่ผ่าน = ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ ๖๐

แบบประเมินผลงาน

ใบกิจกรรมที่ ๗

ข้อที่	ระดับคะแนน		
	๔ - ๕ คะแนน	๒ - ๓ คะแนน	๑ คะแนน
๑ - ๒	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็น	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็นส่วนใหญ่	ตอบคำถามถูกต้องและ ตรงประเด็นน้อย

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์	ร้อยละ	คะแนน
ผ่าน	๖๐ ขึ้นไป	๓ คะแนนขึ้นไป
ไม่ผ่าน	ต่ำกว่า ๖๐	๒ คะแนนลงมา

หมายเหตุ เกณฑ์การตัดสินสามารถปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

ใบกิจกรรมที่ ๗

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ จำนวน ๒ ข้อ (๑๐ คะแนน)

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของทุกคติ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

๒. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของสุคติ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๗

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของทุกคติ

ตอบ **ทุกคติ** คือ คติชั่ว ภูมิเป็นที่ไปข้างชั่ว สถานที่ไปเกิดไม่ดี ในบางสูตรแจกเป็น ๒ คือ ๑) นิรยะ คือนรก โลกอันหาความเจริญมิได้ ๒) ตีรจฉานโยนิ กำเนิดสัตว์ตีรจฉาน (สัตว์เจริญโดยขวางหรือไปตามยาว) บางสูตรเพิ่มปิตติวิสยะ แดนแห่งเปรต เข้าไปเป็น ๓ ด้วยกัน อีกอย่างหนึ่งว่า อบาย โลกอันปราศจากความเจริญ ทุกคติ ภูมิเป็นที่ไปข้างชั่ว วินิบาต โลกที่ทำให้สัตว์ผู้ตกอยู่ไร้อำนาจ ในสูตรโดยมากเพิ่มนิรยะไว้ตอนท้าย จึงรวมเป็น ๔

การปฏิบัติ เราต้องปฏิบัติดี ไม่ปฏิบัติชั่ว หลีกเลียงทางชั่ว

๒. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของสุคติ

ตอบ **สุคติ** คือ คติดี ภูมิเป็นที่ไปข้างดี สถานที่ไปเกิดอยู่สุขสบาย ภูมิอันเป็นที่เกิดของผู้ประกอบกุศลกรรม มี ๒ อย่าง คือ (๑) มนุษยโลก โลกของมนุษย์ หมายถึง ภูมิที่อยู่ของสัตว์ที่มีจิตใจสูง เป็นผู้รู้จักใช้เหตุผล (๒) เทวโลก โลกของเทวดาและพรหม หมายถึง ภูมิที่อยู่ของเทวดาในสวรรค์ชั้นกามาพจร ๖ และพรหมผู้สถิตอยู่ในพรหมโลก

การปฏิบัติ เราต้องปฏิบัติดี ไม่ปฏิบัติชั่ว พึงปฏิบัติแต่ทางดี

ใบความรู้ที่ ๗

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๑. คติ

๑. จิตเต สกฺกิลฺลฺเห ทุกฺคตฺติ ปาฏิกงฺขา. เมื่อจิตเศร้าหมองแล้ว ทุกคติเป็นอันหวังได้.
๒. จิตเต อสฺกฺกิลฺลฺเห สุคฺคตฺติ ปาฏิกงฺขา. เมื่อจิตไม่เศร้าหมองแล้ว สุคติเป็นอันหวังได้.

อธิบาย

สังสารวัฏ หมายถึง การเวียนว่ายตายเกิด ได้แก่ ลำดับการสืบต่อที่เป็นไปไม่ขาดสายแห่งชั้นธัตถุ และอายตนะทั้งหลาย หรือการเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพภูมิกำเนิดต่างๆ

คติ คือ ภูมิเป็นที่ไป หรือเป็นที่ถึงเบื้องหน้าแต่ตาย มี ๒ ประเภท คือ (๑) ทุกคติ ภูมิเป็นที่ไปข้างชั่ว สถานที่ไปเกิดที่มีแต่ความทุกข์ร้อน (๒) สุคติ ภูมิเป็นที่ไปข้างดี สถานที่ไปเกิดที่มีความสุขสบาย คติทั้ง ๒ นั้น มีที่มาในพระสูตรต่างๆ ดังนี้

๑. ทุกคติ

ทุกคติ ในบางสูตรแจกเป็น ๒ คือ (๑) นรยะ คือ นรก โลกอันหาความเจริญมิได้ (๒) ตีรจฺฉานโยนิ กำเนิดสัตว์ตีรจฺฉาน (สัตว์เจริญโดยขวางหรือไปตามยาว) บางสูตรเพิ่มปัตติวิสยะ แดนแห่งเปรต เข้าไปเป็น ๓ ด้วยกัน อีกอย่างหนึ่งว่า อบาย โลกอันปราศจากความเจริญ ทุกคติ ภูมิเป็นที่ไปข้างชั่ว วินิบาต โลกที่ทำให้สัตว์ผู้ตกอยู่ไร้อำนาจ ในสูตรโดยมากเพิ่ม นรยะ วัฏตอนท้าย จึงรวมเป็น ๔

ในคัมภีร์อรรถกถาพระวินัยปิฎกและพระสูตรตันตปิฎก ได้ให้คำจำกัดความทุกคติ ๔ อย่าง ดังนี้

อบาย หมายถึง ภูมิอันปราศจากความสุขไร้ความเจริญ หรือสถานที่ปราศจากบุญที่เป็นเหตุให้ได้สมบัติ ๓ คือ มนุษย์ สวรรค์ นิพพาน

ทุกคติ หมายถึง ภูมิอันมีแต่ความทุกข์ หรือสถานที่สัตว์ไปเกิดเพราะผลกรรมชั่วอันเนื่องมาจากความเป็นคนเจ้าโทสะ

วินิบาต หมายถึง ภูมิเป็นที่ตกแห่งสัตว์ผู้ไร้อำนาจ หรือตกไปมีแต่ความพินาศ มีอวัยวะแตกกระจัดกระจาย

นรยะ หรือ **นรก** หมายถึง ภูมิอันไม่มีความเจริญ มีแต่ความเร่าร้อนกระวนกระวาย

ในคัมภีร์สุมังคลวิลาสินี คำว่า วินิบาต หมายถึง สัตว์จำพวกที่ไม่นับเข้าในสัตว์ผู้บังเกิดในอบายภูมิ ๔ ได้แก่ พวกเวมานิกเปรต คือเปรตที่แม้จะมีวิมานอยู่ แต่ไม่รุ่งเรืองเหมือนเทพอื่นๆ ได้เสวยสุขเพียงชั่วครู่แล้วเสวยทุกข์ทรมานต่างๆ เป็นช่วงๆ สลับกันไป

๑) นิริยะ หรือนรก

นรกในลัทธิศาสนาอื่นตามพระมติสมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ

สมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ ทรงประทานความรู้เชิงวิเคราะห์เกี่ยวกับนรกในลัทธิศาสนาอื่นไว้ว่า “นรกนั้นมีใช้เฉพาะของเรา ลัทธิศาสนาอื่นที่ยอมรับการเวียนว่ายตายเกิด ก็มีนรกด้วยกันทั้งนั้น เช่นของศาสนาพราหมณ์ซึ่งคล้ายกับนรกในพระพุทธศาสนาของเรา นิริยะนั้นเป็นศัพท์ภาษาบาลี พวกพราหมณ์เขาเรียกว่า นรกะ ตามศัพท์สันสกฤต ในภาษาของเราเรียกว่า นรก ตามอย่างเขา อีกอย่างเขาเรียกว่า ปาตละ เราเรียกตามเขาว่า บาตล แต่เราเข้าใจไปว่านาคภพ นรกของเขานั้นเป็นท้องโหลอาตมัน ผู้ทำบาปในเมื่อยังอยู่ในโลกนี้ แบ่งเป็นส่วนใหญ่ ๗ ส่วน ในหนังสือที่อ่านไม่ได้ระบุว่าใครควรตกนรกขุมอะไร ตามบาปที่ทำ ทูตของพระยมคอยตรวจดูอยู่ตลอดโลก พอมีคนตายลงก็นำตัวไปแสดงแก่พระยม ทูตเหล่านี้ไม่มีคำเรียกในภาษาสันสกฤต แต่ของเราเรียกว่า นิริยบาล ทางไปนรกนั้นต้องผ่านแม่น้ำเพลิง จึงมีธรรมเนียมว่าเมื่อคนเจ็บหนักจวนตาย ทายาทย่อมจัดทำโคทาน คือให้โคแก่พราหมณ์ตัวหนึ่ง เพื่อจะได้ใช้เป็นพาหนะข้ามแม่น้ำเพลิงนั้น เมื่อไปถึงแล้ว ไม่ปรากฏว่าพระยมได้ซักถามเอาคำให้การของผู้นั้น มีรายงานไว้เสร็จแล้วว่า ผู้นั้นเมื่อยังอยู่ ณ โลกนี้ ได้ทำกรรมอย่างไรไว้บ้าง เป็นแต่เปิดรายงานนั้นสอบดูแล้วพิพากษาทีเดียว ถ้าเป็นผู้ไม่ได้ทำบาปหรือทำบ้าง แต่ได้ทำบุญไว้ อาจกลบบกกัน ย่อมถูกปล่อยตัวส่งไปขึ้นสวรรค์หรือไปเกิดใหม่ในมนุษยโลก ถ้าเป็นผู้ได้ทำบาปไว้มากหรือทำบาปหนัก ย่อมลงโทษสมแก่ความผิด การลงโทษที่ผู้นั้นจะได้รับในคราวตกนรก คือ ถูกขังในที่มืดตื้อหรือจมอยู่ในบ่อเต็มด้วยปัสสาวะสน้ำและน้ำมูกของคน ถูกลงโทษด้วยไฟ เหล็กแดง ให้สัตว์มีพิษกัด ให้นกและสัตว์ร้ายที่กินเนื้อเป็นอาหารจิกบ้างกัดบ้าง ถูกสนตะพายที่จมูกลากไปบนมัตถอันคมกริบ ถูกบังคับให้ลอดรูเข็ม ถูกให้แรงควักลูกตา ถูกภูเขาสองข้างกระแทกกันบด แม้อย่างนั้นก็ยังไม่ตาย หนีไปได้กว่าจะสิ้นกรรม ครั้นสิ้นกรรมแล้วย่อมพ้น ไม่ต้องติดเสมอไปเหมือนสัตว์นรกบางลัทธิ แต่นั้นย่อมไปเกิดในกำเนิดสัตว์ดิรัจฉานแล้วๆ กว่าที่จะพบช่องทำความดี จึงจะได้คิดที่ดี เรื่องที่เล่ามานี้ผู้แต่งอ้างว่าปรกรณ์ชื่อปัทมปุราณะ ชะรอยนรกนี้จักชื่อปัทมนรก ตรงกับของเราว่าปัทมนิริยะ”

นรกในคัมภีร์พระไตรปิฎก

ในเทวทูตสูตร อุปริปัญญาสก์ มัชฌิมนิกาย พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๔/๓๓๔ พระพุทธองค์ทรงแสดงว่า มนุษย์ผู้ทำบาปไว้ในโลกนี้ เมื่อตายไปเกิดในนรก จะถูกพวกนายนิริยบาล คือ ผู้คุมกฏนรก หรือผู้ทำหน้าที่ลงโทษสัตว์นรก จักนำไปพบพญามราช ผู้ทำหน้าที่พิพากษาคัดสินโทษสัตว์นรก โดยพญามราชจะถามสัตว์นรกนั้นว่า เมื่ออยู่ในโลกมนุษย์เคยเห็นเทวทูตทั้ง ๕ นี้หรือไม่ เมื่อเห็นแล้วทำไมถึงยังประมาทอยู่ เป็นต้น

คำว่า **เทวทูต** หมายถึง ทูตของพญามราชที่ส่งสัญญาณตักเตือนมนุษย์ในโลกให้รู้ธรรมตาของชีวิต เพื่อให้ประมาทหมั่นมาในชีวิต มี ๕ อย่าง คือ (๑) เด็กแรกคลอด (๒) คนแก่ (๓) คนเจ็บ (๔) คนถูกลงราชทัณฑ์ (๕) คนตาย มีอธิบายดังนี้

นายนิริยบาลจะจับสัตว์นรกนั้นที่แขนทั้งสองข้างแสดงแก่พญามราชว่า คนผู้นี้ไม่ปรนนิบัติบิดามารดาเลย ไม่บำรุงสมณพราหมณ์ ไม่อ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่ในตระกูล ขอจงลงอาญาแก่คนผู้นี้เถิด ก่อนจะลงอาญาโทษ พญามราชก็จะสอบสวนซักไซ้ไต่ถามถึงเทวทูตต่างๆ ว่า เจ้าไม่เคยเห็นเด็กแดงๆ ที่ยังอ่อนนอนหงายเปื้อนมูลราคะของตนอยู่ในแดนมนุษย์บ้างหรือ...ไม่เคยเห็นหญิงหรือชายที่มีอายุ ๘๐ ปี ๙๐ ปี หรือ ๑๐๐ ปี

ผู้แก่ห่อหม มีชีโครกคด หลังงอ ถือไม้เท้า เดินงกๆ เงินๆ โซเซ ฟันหัก ผมหงอก หน้างเหี่ยวย่น ตัวตกรกระ ศีรษะล้าน ในแดนมนุษย์บ้างหรือ...ไม่เคยเห็นหญิงหรือชายผู้ป่วยเป็นไข้หนักทุกข์ทรมาน นอนเปื้อนมูลรูกุของตน ต้องมีคนอื่นคอยพุงลุกพุงเดิน ในแดนมนุษย์บ้างหรือ...ไม่เคยเห็นพระราชาทรงหลายในแดนมนุษย์จับโจร ผู้ประพฤติดีมาแล้วสั่งลงราชทัณฑ์วิธีต่างๆ เป็นต้นว่าลงโทษแบบโบยด้วยแส้ โบยด้วยหวาย ตีด้วยตะบอง ส้น ตัดมือ ตัดเท้า ตัดทั้งมือทั้งเท้าบ้างหรือ....ไม่เคยเห็นหญิงหรือชายที่ตายแล้วหนึ่งวัน สองวัน หรือสามวัน ขึ้นฟองอืด เทียวซ่า มีน้ำเหลืองไหลเยิ้ม ในแดนมนุษย์บ้างหรือ เมื่อสัตว์นรกรนั้นตอบว่า เคยเห็น พญายมราช จึงสำคัญว่า เมื่อเจ้ารู้เพียงสาเป็นผู้ใหญ่ขึ้น มิได้มีความคิดบ้างหรือว่า แม้เราเองก็มีความเกิดเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความเกิดไปได้...แม้เราเองก็มีความแก่เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้...แม้เราเองก็มีความเจ็บป่วยเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความเจ็บป่วยไปได้...สัตว์ที่ทำความบาปกรรมไว้นั้นๆ ย่อมถูกลงโทษด้วยวิธีต่างๆ ในปัจจุบัน จะป่วยกล่าวไปไปถึงชาติหน้าเล่า.... แม้เราเองก็มีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้ ควรที่จะทำความดีทางกาย ทางวาจา และทางใจไว้ สัตว์นรกรนั้นก็กลับตอบว่า ข้าพเจ้าไม่อาจคิดเช่นนั้นได้ เพราะมัวประมาท” พญายมราชจึงตัดสินลงโทษโดยกล่าวว่า “เจ้าไม่ได้ทำความดีทางกาย ทางวาจา และทางใจไว้ เพราะมัวประมาทเสีย ดังนั้น นายนิรบาลจักลงโทษเจ้าในฐานะเป็นผู้ประมาท บาปกรรมนี้ไม่ใช่มารดาบิดา ไม่ใช่พี่น้องชายหรือพี่น้องหญิง ไม่ใช่มิตรสหาย ไม่ใช่ญาติสายโลหิต ไม่ใช่สมณะและพราหมณ์ ไม่ใช่เทวดา ทำให้เจ้า ตัวเจ้าเองนั้นแหละทำเข้าไว้ เจ้าเท่านั้นจักเสวยวิบากกรรมนี้

วิธีการลงโทษในนรก

ลำดับนั้น นายนิรบาลจะลงโทษสัตว์นรกรด้วยเครื่องพันธนาการ ๕ แห่ง (ปัญจพิธพันธนะ) คือ ตรึงตะปูเหล็กแดงที่มือ ๒ ข้าง ที่เท้า ๒ ข้าง และที่กลางอก ถากด้วยมีด จับตัวเอาหัวห้อยเท้าชี้ฟ้า ถากด้วยพร้า จับตัวเทียมมรกลแล้วให้วิ่งกลับไปกลับมาบนพื้นอันร้อนโชน บังคับให้ปีนขึ้นลงภูเขาถ่านเพลิงลูกใหญ่ที่ร้อนโชน ผลักพุ่งลงไปในหม้อทองแดงที่ร้อนโชน เขาถูกเคี้ยวจนเดือดผุดเป็นฟอง บางคราวผุดขึ้นข้างบน บางคราว จมลงข้างล่าง บางคราวแล่นขวาง สัตว์นรกรนั้นย่อมเสวยทุกขเวทนาอันแรงกล้า แต่ก็ไม่ได้ตาย แล้วนายนิรบาล นำสัตว์นรกรไปขังไว้ในมหานรก

ลักษณะมหานรกและนรกขุมต่างๆ

มหานรกรนั้นมีฐานเป็นสี่เหลี่ยม มีประตูด้านละหนึ่ง (สี่มุมสี่ประตู) มีกำแพงเหล็กล้อม มีแผ่นเหล็กครอบไว้ข้างบน พื้นแห่งนรกรนั้นเป็นเหล็กร้อนโชนเป็นเปลวแผ่ไปตลอด ๑๐๐ โยชน์โดยรอบ ตั้งอยู่ทุกเมื่อ บางคราวประตูแต่ละด้านของมหานรกเปิดออก เขาจะวิ่งไปที่ประตูนั้นโดยเร็ว ถูกไฟไหม้ผิวหนัง เนื้อ เอ็น หรือแม้กระดูกก็มอดไหม้เป็นคว้นตลบ แต่อวัยวะที่ถูกไหม้ไปแล้วจะกลับเป็นรูปเดิม และในขณะที่เขาใกล้จะถึงประตู ประตูนั้นก็พลันปิดสนิท สัตว์นรกรนั้นย่อมเสวยทุกขเวทนาอย่างแสนสาหัสอยู่ใน มหานรกรนั้น และไม่ตาย ตราบเท่าที่บาปกรรมยังไม่สิ้นสุด

ในท้ายพระสูตร แม้พญายมราชก็มีความรู้สึก ว่า สัตว์ที่ทำความบาปกรรมไว้ในโลก ย่อมถูกนายนิรบาล ลงโทษแบบต่างๆ เห็นปานนี้ โอหนอ ขอเราพึงได้ความเป็นมนุษย์ ขอพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพึงเสด็จอุบัติ ในโลก ขอเราพึงได้นั่งใกล้พระองค์ ขอพระองค์พึงทรงแสดงธรรมแก่เรา และขอเราพึงรู้ทั่วถึงธรรมของพระองค์ นั้นเกิด

เรื่องนรกนี้ พระพุทธองค์มิได้ทรงสดับมาจากสมณะหรือพราหมณ์อื่นๆ แต่เป็นเรื่องจริงที่ทรง
รู้เห็นประจักษ์ตามกรรมของสัตว์ที่ปรากฏเองทั้งนั้น

ในเทวทูตสูตรนี้ พระพุทธองค์ทรงระบุชื่อนรกรอบๆ มหานรกไว้ ๕ ชื่อ คือ (๑) คุณนรก
นรกที่เต็มไปด้วยคุณ (๒) กุกกุลนรก นรกที่เต็มไปด้วยถ้ำร้าง (๓) สิมพลีวันนรก นรกป่าจิว (๔) อสิปัตตวันนรก
นรกป่าไม้ใบเป็นดาบ (๕) ขาโรทกนทีนรก นรกแม่น้ำดำ

ชื่อนรกในพระไตรปิฎกเล่มอื่นๆ : ในสังกัจจายก สักกนิบาต ขาดก ขุททกนิกาย สุตตันตปิฎก
พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๘ ได้ระบุถึงชื่อของมหานรก นรกขนาดใหญ่ไว้ ๘ ชุม คือ

- | | |
|----------------|----------------|
| ๑) สัณฐีชีวนรก | ๒) กาฬสุตตนรก |
| ๓) สังฆาฏนรก | ๔) โรรูนรก |
| ๕) มหาโรรูนรก | ๖) อเวจีมหานรก |
| ๗) ตาปนนรก | ๘) ปตาปนนรก |

พระอรรถกถาจารย์กล่าวว่ามหานรกทั้ง ๘ ชุมนี้ล้วนพ้นไต่ยาก แออัดไปด้วยสัตว์นรกผู้ทำกรรม
หยาบช้า แต่ละชุมมีอุสสทนรก ซึ่งเป็นนรกเล็กๆ ตั้งอยู่มุมประตูทั้งสี่ด้าน ด้านละสี่ชุม ดังนั้น มหานรก
๘ ชุม จึงมีอุสสทนรกเป็นบริวาร ๑๖ ชุม และเมื่อนับจำนวนทั้งหมดจึงมีอุสสทนรก $๘ \times ๑๖ = ๑๒๘$ ชุม
เมื่อรวมเข้ากับมหานรก ๘ ชุม จึงได้จำนวนนรกทั้งหมด ๑๓๖ ชุม

พระมติวิจารณ์เรื่องนรกของสมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ : เรื่องนรกของพราหมณ์กับของเรา
เทียบกันแล้วย่อมมีเค้าเป็นอันเดียวกัน เข้าใจว่าน่าจะมาจากต้นเดิมเดียวกันหรือลอกเลียนแบบกันมาแล้ว
ยกเยื้องดัดแปลงให้เหมาะกับหลักคำสอนของตน เช่น เราปรารถนาจะแปลเทวทูตเป็นความเสื่อมสิ้นหรือ
ความทุกข์โดยธรรมดา เราก็ทำให้ยมราชซักถาม เราเสียวสัถ์แล้วการลงโทษ เราก็ทำให้ยมราชถามแล้วนิ่งเสีย
ให้นายนิรยบาลรู้เอาเอง เรานับถือพระศาสนาของเรา เราก็ทำให้ยมราชเลื่อมใส ของเขาก็เป็นเช่นเดียวกัน
เช่น เขาต้องการให้มีอำนาจแก่ได้ เพื่อล่อให้คนทำบาปนับถือพระเจ้าของเขาเป็นสรณะ เขาก็กล่าวถึง
พระวิฆณุและพระศิวะว่ามีอำนาจใช้เทวทูตไปแย่งอาตมอันของผู้นับถือพระองค์จากเทวทูตพระยม ไปสู่เทวโลก
ของพระองค์ เป็นอันพ้นจากการตกนรก และพระวิฆณผู้มีพระกรุณาปล่อยสัตว์นรกก็ได้ และเรื่องของเขาเชื่อว่า
มีตัวอย่างที่เห็นได้ในมนุษย์สมัยนั้นด้วย เช่นนี้ ทางที่จะพึงวิจารณ์มีดังนี้

๑. พระพุทธศาสนารับรองมติในเรื่องนรกเพียงใด รับรองเท่าที่กล่าวสักว่าชื่อในบาลีนั้นๆ
ดังกล่าวมาแล้ว หรือรับรองตลอดถึงเรื่องพิสดารดังแสดงในเทวทูตสูตรด้วย

๒. ถ้าไม่รับรองเรื่องนรกในเทวทูตสูตร จะพึงทำความเข้าใจว่า สมเด็จพระบรมศาสดานำมาดรัส
เพื่อแสดงนรกในมนุษย์โดยนัย แต่เรื่องถูกเติมหรือดัดแปลงให้เป็นจริงไป หรือเป็นสิ่งแปลกปลอมที่แต่งขึ้น
ทีหลัง

๓. การวิจารณ์สองข้อข้างต้นนี้อาจเป็นเหตุให้เข้าใจว่า พระพุทธศาสนารับรองเรื่องเล่าปรัมปรา
ที่เคยเชื่อถือกันมา ด้วยยังมีได้ปรากฏแก่ญาณ เป็น “สันทิฏฐิโก” คือ เห็นเอง (ยังไม่มีมีการพิสูจน์ให้เห็นได้ชัด
ด้วยปัญญา) หรือนอกจากเห็นเองแล้วไม่รับรองเรื่องที่ยังไม่มีจริง

ถ้าคนที่นับถือศาสนาอื่นมีความเป็นธรรม จะพึงวิจารณ์ เขาคงไม่ตีค่าพระศาสนาของเราสูงเกินไป เขาอาจลงความเห็น ว่า ศาสนาของเรารับรองมติปริมปราณยังไม่อาจชำระได้ด้วยญาณ (ยังไม่ได้รับการพิสูจน์ด้วยปัญญา) เช่นนี้ เขาจักไม่รังเกียจเรื่องเช่นนี้ที่ปรากฏในคัมภีร์ศาสนาของเรา ส่วนเราย่อมตีค่าพระศาสนาของเราสูงโดยธรรมดา มาพบเรื่องเช่นนี้เข้าในคัมภีร์ของเราย่อมตะขิดตะขวง จะรับรองก็อาย จะปฏิเสธก็ไม่ถนัดปาก ด้วยเหตุนี้ จึงเป็นการยากที่จะสันนิษฐานลงความเห็น (ว่านรกมีลักษณะอย่างไร)

๒) ตีรจฉาโยนิ กำเนิดสัตว์ตีรจฉา

ตีรจฉาโยนิ กำเนิดสัตว์ตีรจฉา หมายถึง ภพภูมิที่เกิดของเหล่าสัตว์ที่มีการเคลื่อนไหว อิริยาบถในลักษณะขวางหรือกระเสือกกระสนคลานไป ดังที่พระพุทธรูปทรงแสดงผลกรรมของผู้ตายจากโลกมนุษย์แล้วไปบังเกิดในกำเนิดสัตว์ตีรจฉาไว้ในสังสัปติปริยายสูตร ทสกนิบาต อังคุตตรนิกาย สุตตันตปิฎก พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๔ มีใจความว่า

“บางคนในโลกนี้มักฆ่าสัตว์ คือ เป็นคนหยาบช้ำ มีฝ่ามือเปื้อนเลือด ชอบทุบตีและฆ่าผู้อื่น ไม่มีความกรุณาในสัตว์ทั้งหลาย เขากระเสือกกระสนเพื่อทำชั่ว ด้วยกาย วาจา ใจ กายกรรม วจีกรรม และมโนกรรมของเขาย่อมคด คติของเขาก็คด เรากล่าวคติของเขาวว่า มี ๒ อย่าง คือ นรกซึ่งมีทุกข์โดยส่วนเดียว และกำเนิดสัตว์ตีรจฉาซึ่งมีปกติกระเสือกกระสน เช่น งู แมงป่อง ตะขาบ พังพอน แมว หนู นกเค้าแมว หรือสัตว์ตีรจฉาเหล่าใดเหล่าหนึ่ง ที่เห็นมนุษย์แล้วย่อมกระเสือกกระสนไป” ในพระสูตรนี้ จัดสัตว์ตีรจฉาประเภทเลื้อยคลานไว้ ๗ ชนิด คือ (๑) งู (๒) แมงป่อง (๓) ตะขาบ (๔) พังพอน (๕) แมว (๖) หนู (๗) นกเค้าแมว

ในพาลปณทิสสูตร อุปริปณณาสก์ มัชฌิมนิกาย พระสุตตันตปิฎก พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๔ แสดงสัตว์ตีรจฉาไว้ ๕ ประเภท ดังนี้

๑) จำพวกกินหญ้าเป็นอาหาร (ติณภักขา) ได้แก่ ม้า โค กระบือ ลา แพะ มฤค หรือแม่จำพวกสัตว์อื่นๆ ที่มีหญ้าเป็นอาหาร

๒) จำพวกมีคูเป็นภักขา (คูภักขา) ได้แก่ ไก่ สุกร สุนัขบ้าน สุนัขป่า หรือแม่จำพวกสัตว์อื่นๆ ที่มีคูเป็นภักขา

๓) จำพวกเกิดแก่ตายในที่มืด ได้แก่ ตั๊กแตน บั๊ง มอด ไส้เดือน หรือแม่จำพวกสัตว์อื่นๆ ที่เกิดแก่ตายในที่มืด

๔) จำพวกเกิดแก่ตายในน้ำ ได้แก่ ปลา เต่า หรือแม่จำพวกสัตว์อื่นๆ ที่เกิดแก่ตายในน้ำ

๕) จำพวกเกิดแก่ตายในของโสโครก ได้แก่ สัตว์จำพวกที่เกิดแก่ตายในปลาเน่า ในศพเน่า ในขมบูด ในแอ่งน้ำครำ ในหลุมโสโครก หรือแม่จำพวกอื่นๆ ที่เกิดแก่ตายในของโสโครก

๓) ปิตติวิสยะ แคนแห่งเปรต

ปิตติวิสยะ หรือเปรตวิสัย ในศาสนาพราหมณ์ มีธรรมเนียมเช่นและทำทักษิณาเพื่ออุทิศให้บุรพบิดที่ล่วงลับไป เรียกพิธีนี้ว่า ศราทธะ ในพระพุทธศาสนา พระพุทธรูปทรงอนุญาตการกระทำเช่นนั้น และตรัสเรียกว่า ปุพเพตพลี ดังมีปรากฏในอาทียสูตร แห่งปฐมปณณาสก์ ปัญจกนิบาต อังคุตตรนิกาย พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๒ โดยทรงแสดงว่าเป็นหน้าที่ของพุทธบริษัทพึงกระทำ

อนึ่ง คำว่า **เปตะ หรือเปรต** มีความหมาย ๒ ประการ คือ

(๑) ความหมายทั่วไป หมายถึงผู้ละโลกนี้ไปแล้ว คือ ผู้ตายจากโลกนี้ไปแล้ว ดังเช่น การทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้เปตชน ที่เรียกว่าเปตพลี ดังนั้น แม้พวกที่ตายไปเกิดเป็นเทวดา ก็เรียกว่าเปตะ หรือเปรตได้ในความหมายนี้

(๒) ความหมายโดยเฉพาะ หมายถึง สัตว์จำพวกหนึ่งซึ่งเกิดอยู่ในอบายชั้นที่เรียกว่า ปิตติวิสัย หรือ เปรตวิสัย ซึ่งแปลว่า แดนเปรต เป็นสัตว์ที่ได้รับความทุกข์ทรมานต่างๆ ตามผลแห่งกรรมชั่วที่ได้ทำไว้ เช่น อดอยาก ผอมโซเพราะไม่มีอาหารจะกิน แม้เมื่อมี ก็กินไม่ได้ หรือกินได้ ก็กินอย่างยากลำบาก เพราะ ปากเท่ารูเข็ม หรือกินเข้าไปได้แต่ก็กลายเป็นเลือด เป็นหนอง เป็นมูตร เป็นคูล และยังหมายถึงเปรต อีกพวกหนึ่งซึ่งเสวยผลแห่งกรรมดีและกรรมชั่วในอัตภาพเดียวสลับกันไป โดยเรียกว่า เวมานิกเปรต คือเปรต ที่มีวิมานอยู่เป็นของตนเอง มีความสุขเหมือนพวกเทวดาในเวลาหนึ่ง แต่อีกเวลาหนึ่งก็ได้รับทุกข์ทรมานแสนสาหัสเหมือนเปรตพวกอื่นและสัตว์นรกทั่วไป

รูปลักษณะของสัตว์ผู้เกิดในปิตติวิสัย

สัตว์ที่เกิดเป็นเปรตมีรูปร่างต่างกัน ๔ ชนิด ดังนี้

- (๑) ชนิดมีรูปร่างไม่สมประกอบ ชุบผอม อดโซ
- (๒) ชนิดมีรูปร่างพิการ คือ กายเป็นอย่างมนุษย์ แต่ศีรษะเป็นอย่างสัตว์ดิรัจฉาน เช่น เป็นกา เป็นสุกร หรือเป็นงู
- (๓) ชนิดมีรูปร่างพิกล ได้รับการลงโทษอยู่ตามลำพัง ด้วยอำนาจบาปกรรม
- (๔) ชนิดมีรูปร่างอย่างมนุษย์ปกติ ที่สวยงามก็มี โดยมีวิมานเป็นที่อยู่ เรียกว่า เวมานิกเปรต

๔) อสุรกาย พวกอสูร

อสุรกาย พวกอสูร มี ๒ ประเภท คือ

(๑) สัตว์เกิดในอบายจำพวกหนึ่งซึ่งสะดุ้งหวาดหวั่น ไร้ความสุข เช่น หมู่อสูรชื่อกาลกัญชิกา คืออสูรหมู่นึ่งซึ่งมีอัตภาพยาว ๓ คาวุต (เกือบ ๑ โยชน์ ๔ คาวุต เท่ากับ ๑ โยชน์) มีเลือดเนื้อมันยคล้ายใบไม้เหี่ยว มีนัยน์ตาทะลกลอกออกมาอยู่บนหัวคล้ายตาปู ปากเท่ารูเข็มอยู่บนหัวเหมือนกัน ต้องก้มกลืนกินอาหารอย่างยากลำบาก ในอรรถกถาที่มณีกาย ปาฏิภรรค จัดพวกอสูรในอบายภูมิ ถ้าเปรียบกับคนในโลกนี้ก็เหมือนคนอดอยาก เทียวก่อโจรกรรมในเวลาค่าคืน หลอกหลวงฉกชิงเอาทรัพย์สินของผู้อื่น

(๒) เทพชั้นต่ำพวกหนึ่งซึ่งมีท้าวเวปจิตติและท้าวปหาราทะเป็นต้น เป็นหัวหน้าปกครอง มีภพอยู่ภายใต้เขาพระสุเมรุ ชื่อว่า อสูร เพราะไม่มีความอาภาย ไม่เป็นอิสระ และไม่รุ่งเรืองเฉกเช่นพวกเทพทั่วไป

๒. สุกคติ

สุกคติ คือ ภูมิอันเป็นที่เกิดของผู้ประกอบกุศลกรรม มี ๒ อย่าง คือ

- ๑) มนุษย์โลก โลกของมนุษย์ หมายถึง ภูมิที่อยู่ของสัตว์ที่มีจิตใจสูง เป็นผู้รู้จักใช้เหตุผล
- ๒) เทวโลก โลกของเทวดาและพรหม หมายถึง ภูมิที่อยู่ของเทวดาในสวรรค์ชั้นกามาพจร ๖ และพรหมผู้สถิตอยู่ในพรหมโลก

สวรรค์ชั้นกามาพจร ได้แก่ โลกสวรรค์อันเป็นที่อยู่ของเทวดาที่ยังข้องอยู่ในกามคุณ ๕ เป็นภูมิที่มีแต่ความสุขสบาย สมบูรณ์ด้วยโภคสมบัติ หรือเรียกว่า สுகตฺติโลกสวรรค์ มี ๖ คือ

(๑) จาตุมหาราชิกา สวรรค์ที่ท้าวมหาราชทั้ง ๔ คือ ท้าวธตรฐ ท้าววิรุฬหก ท้าววิรูปักษ์ ท้าวกุเวร เป็นผู้ปกครอง

(๒) ดาวดึงส์ สวรรค์เป็นที่อยู่ของเทวดาสหาย ๓๓ องค์ มีท้าวสักกเทวราชเป็นผู้ปกครอง

(๓) ยามา สวรรค์เป็นที่อยู่ของเทวดาผู้ปราศจากทุกข์

(๔) ดุสิต สวรรค์เป็นที่อยู่ของเทวดาผู้เฝ้าด้วยทิพยสมบัติอันเป็นของเฉพาะตน

(๕) นิมมานรติ สวรรค์เป็นที่อยู่ของเทวดาผู้ยินดีในกามสุขที่ตนเนรมิตขึ้น

(๖)ปรนนิมิตวสวัตติ สวรรค์เป็นที่อยู่ของเทวดาผู้ยินดีในกามสุขที่ผู้อื่นเนรมิตให้

พรหมโลก ได้แก่ ภูมิอันที่อยู่ของพรหมผู้ประเสริฐและบริสุทธิ์ คือผู้บำเพ็ญสมาธิจิตแน่วแนวจนได้บรรลุฌานสมาบัติหรือสำเร็จเป็นอริยบุคคลชั้นอนาคามีในโลกมนุษย์ เมื่อสิ้นชีวิตจึงไปบังเกิดในพรหมโลกตามลำดับขั้นแห่งคุณธรรมที่ได้บรรลุ

พรหมโลกมี ๒๐ ชั้น จัดเป็น ๒ อย่าง คือ

๑. รูปพรหม หรือรูปภูมิ ได้แก่ พรหมที่มีรูปขันธ์หรือพรหมผู้ได้รูปฌาน แบ่งเป็น ๑๖ ชั้น คือ ปฐมฌานภูมิ ๓ ชั้น ทุตติยานภูมิ ๓ ชั้น ตติยานภูมิ ๓ ชั้น และจตุตถฌานภูมิ ๗ ชั้น มีดังนี้

๑) ปฐมฌานภูมิ ได้แก่ผู้ได้บรรลุปฐมฌานแล้วสิ้นชีวิตไปเกิดในพรหมโลก ๓ ชั้น คือ

(๑) พรหมปาริฉชา (๒) พรหมบุโรหิตา (๓) มหาพรหมมา

๒) ทุตติยานภูมิ ผู้ได้บรรลุทุติยานแล้วสิ้นชีวิตไปเกิดในพรหมโลก ๓ ชั้น คือ (๔) ปริตตภา

(๕) อัปปมาณภา (๖) อาภัสสรา

๓) ตติยานภูมิ ได้แก่ ผู้ได้บรรลุตติยานแล้วสิ้นชีวิตไปเกิดในพรหมโลก ๓ ชั้น คือ

(๗) ปริตตสุภา (๘) อัปปมาณสุภา (๙) สุภิกิณหา

๔) จตุตถฌานภูมิ ได้แก่ ผู้ได้บรรลุจตุตถฌานแล้วสิ้นชีวิตไปเกิดในพรหมโลก ๗ ชั้น คือ

(๑๐) เวทปปลา (๑๑) อสัณญีสัตตา (๑๒) อวิหา (๑๓) อดัมปา (๑๔) สุทสสา (๑๕) สุทสสี (๑๖) อกนิฐฐา

พรหมโลก ๕ ชั้น ตั้งแต่ชั้นอวิหาถึงชั้นอกนิฐฐา เรียกว่า ชั้นสุทธาวาส หมายถึง ภูมิเป็นที่อยู่หรือที่เกิดของท่านผู้บริสุทธิ์คือพระอนาคามี ซึ่งเป็นผู้ไม่กลับมาเกิดในโลกมนุษย์อีก แต่จะนิพพานในพรหมโลกชั้นสุทธาวาสนี้

๒. อรูปพรหม หรืออรูปภูมิ ได้แก่ พรหมที่ไม่มีรูปขันธ์ หรือพรหมผู้ได้อรูปฌาน แบ่งเป็น ๔ ชั้น คือ

๑) อากาสาณัญจายตนภูมิ ชั้นที่เข้าถึงภาวะมีอากาศไม่มีที่สุด

๒) วิญญานัญจายตนภูมิ ชั้นที่เข้าถึงภาวะมีวิญญาณไม่มีที่สุด

๓) อาภิญญายตนภูมิ ชั้นที่เข้าถึงภาวะไม่มีอะไร

๔) เนวสัณญานาสัณญายตนภูมิ ชั้นที่เข้าถึงภาวะที่กล่าวไม่ได้ว่ามีสัญญาหรือไม่มี

สรุปความ

สังสารวัฏ คือการเวียนว่ายตายเกิดในภพภูมิกำเนิดต่างๆ ทั้งทุกข์และสุข ในเทวทูตสูตร พระพุทธองค์ทรงแสดงกรรมที่เป็นเหตุให้เกิดในสุคติและทุกข์ไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราย่อมมองเห็นหมู่สัตว์ผู้กำลังจุติ กำลังอุบัติ เลว ประณีต มีผิวพรรณดี มีผิวพรรณทราม ได้ดี ตกยาก ด้วยทิพยจักขุอันบริสุทธิ์ ล่วงจักษุวิสัยของมนุษย์ได้ว่า หมู่สัตว์เหล่านี้ประกอบด้วยกายสุจริต วาจาสุจริต มโนสุจริต ไม่ว่าร้ายพระอริยเจ้า เป็นสัมมาทิฐิ ยึดถือการกระทำด้วยอำนาจสัมมาทิฐิ หมู่สัตว์เหล่านั้นหลังจากตายไปจึงเข้าถึงสุคติโลกสวรรค์ ...หมู่สัตว์เหล่านี้ประกอบด้วยกายทุจริต วาจาทุจริต มโนทุจริต ว่าร้ายพระอริยเจ้า เป็นมิจฉาทิฐิ ยึดถือการกระทำด้วยอำนาจมิจฉาทิฐิ หมู่สัตว์เหล่านั้น หลังจากตายไปจึงเข้าถึงเปรตวิสัย ...กำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน อบาย ทุกข์ วินิบาต นรก”

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘

ธรรมศึกษาชั้นเอก สารการเรียนรู้วิชาธรรม

เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

เวลา.....ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๒. ผลการเรียนรู้

รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๓. สารสำคัญ

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ เป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยกรรม ๑๒ หากบุคคลยึดมั่นและปฏิบัติได้จะอยู่ในสังคมด้วยความสุข

๔. จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนอธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏได้

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหา

- กรรม ๑๒

๖. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นสืบค้นและเชื่อมโยง

๑. ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ โดยใช้คำถามเพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการคิดและเชื่อมโยงไปสู่การเรียนรู้

- นักเรียนเคยเรียนเรื่องหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏบ้างหรือไม่
- หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏมีอะไรบ้าง
- นักเรียนเคยได้ยินได้เห็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏจากที่ไหนบ้าง

ขั้นฝึก

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ กรรม ๑๒ จากใบความรู้ที่ ๘

๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดเตรียมการเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ขั้นประยุกต์

๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอตามหัวข้อที่ตนเองได้รับมอบหมายเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๕. นักเรียนในแต่ละกลุ่มตอบคำถามตามใบกิจกรรมที่ ๘
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปในแต่ละหัวข้อ

๗. ภาระงาน/ชิ้นงาน

ที่	ภาระงาน	ชิ้นงาน
๑	ตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ	ใบกิจกรรมที่ ๘

๘. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ใบความรู้ที่ ๘ เรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ
๒. ใบกิจกรรมที่ ๘

๙. การวัดผลและประเมินผล

สิ่งที่ต้องการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
อธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏได้	- ตรวจผลงาน	- แบบประเมินผลงาน	ผ่าน = ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป ไม่ผ่าน = ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ ๖๐

แบบประเมินผลงาน

ใบกิจกรรมที่ ๘

ข้อที่	ระดับคะแนน		
	๔ - ๕ คะแนน	๒ - ๓ คะแนน	๑ คะแนน
๑ - ๒	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็น	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็นส่วนใหญ่	ตอบคำถามถูกต้องและ ตรงประเด็นน้อย

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์	ร้อยละ	คะแนน
ผ่าน	๖๐ ขึ้นไป	๓ คะแนนขึ้นไป
ไม่ผ่าน	ต่ำกว่า ๖๐	๒ คะแนนลงมา

หมายเหตุ เกณฑ์การตัดสินสามารถปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

ใบกิจกรรมที่ ๘

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ จำนวน ๑ ข้อ (๕ คะแนน)

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของกรรม ๑๒

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๘

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของกรรม ๑๒

ตอบ กรรม แปลว่า การกระทำ คำว่ากรรมเป็นคำกลางๆ ถ้าเป็นส่วนดี เรียกว่า กุศลกรรม ส่วนไม่ดี เรียกว่า อकुศลกรรม กรรม เมื่อจำแนกตามหลักเกณฑ์เกี่ยวกับการให้ผลทั้งฝ่ายกุศลและอกุศล รวมเรียกว่า **กรรม ๑๒**

๑. **ทิฏฐธรรมเวทนียกรรม** กรรมให้ผลในภพนี้ หมายถึง กรรมให้ผลในชาติปัจจุบันนี้ เป็นกรรมแรงให้ผลทันตาเห็น

๒. **อุปปัชชเวทนียกรรม** กรรมให้ผลต่อเมื่อเกิดแล้วในภพหน้า หมายถึง กรรมให้ผลในภพต่อไป หรือเสวยผลกรรมในชาติหน้า

๓. **อปปราปเวทนียกรรม** กรรมให้ผลต่อเมื่อพ้นภพหน้าไปแล้ว หมายถึง กรรมให้ผลในภพต่อไป ได้โอกาสเมื่อใด ให้ผลเมื่อนั้นจนกว่าจะเลิกให้ผล

๔. **อโหสิกรรม** กรรมให้ผลสำเร็จแล้ว หมายถึง กรรมเลิกให้ผล ไม่มีผลอีก หหมดโอกาสที่จะให้ผลต่อไป

๕. **ชนกกรรม** กรรมแต่งให้เกิด หมายถึง กรรมที่เป็นตัวนำไปเกิด ทำหน้าที่ให้ผลแก่ผู้ทำกรรม ที่ตายจากภพหนึ่งแล้วไปถือปฏิสนธิในภพหนึ่ง ถ้าเป็นกรรมดีก็นำไปเกิดในสุคติ ถ้าเป็นกรรมชั่วก็นำไปเกิดในทุคติ

๖. **อุปัตถัมภกกรรม** กรรมสนับสนุน หมายถึง กรรมไม่สามารถให้ปฏิสนธิได้เอง ต่อเมื่อชนกกรรม ให้ปฏิสนธิแล้วจึงเข้าสนับสนุนส่งเสริมให้ดีขึ้นบ้าง ให้เลวลงบ้าง ตามอำนาจของกรรมดีหรือกรรมชั่ว

๗. **อุปปีฬกกรรม** กรรมบีบคั้น กรรมนี้ขัดแย้ง หรือตรงกันข้ามกับชนกกรรม คอยเข้าบีบคั้น เบียดเบียนชนกกรรมไม่ให้เฟื่องผลเต็มที่ ถ้าชนกกรรมเป็นกุศลให้ปฏิสนธิฝ่ายดี ย่อมเข้าขัดขวางให้เสื่อมลง

๘. **อุปฆาตกรรม** กรรมตัดรอน กรรมนี้เหมือนกับอุปปีฬกกรรม แต่ให้ผลที่รุนแรงกว่า

๙. **ครุกรรม** กรรมหนัก หมายถึงกรรมหนักที่สุดกว่ากรรมอื่นในลำดับแห่งการให้ผล

๑๐. **พหุลกรรม** กรรมชิน หรือเรียกว่า อาจิณณกรรม หมายถึง กรรมที่ทำบ่อยๆเป็นอาจิณ ให้ผลรองจากครุกรรม

๑๑. **อาสันนกรรม** กรรมเมื่อจวนเจียน หมายถึง กรรมที่ทำในขณะที่ใกล้จะสิ้นใจตาย กรรมนี้แม้จะมีกำลังอ่อน

๑๒. **กตัตตากรรม** กรรมสักว่าทำ หมายถึง กรรมที่ทำโดยไม่มีเจตนา

การปฏิบัติ เราต้องปฏิบัติดี ไม่ปฏิบัติชั่ว เพราะกรรมจะส่งผลในทางปฏิบัติ

ใบความรู้ที่ ๘

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

กรรม ๑๒

หมวดที่ ๑ ให้ผลตามคราว (เวลาที่ให้ผล)

- | | |
|-----------------------|-----------------------------------|
| ๑. ทิฏฐธรรมเวทนียกรรม | กรรมให้ผลในภพนี้ |
| ๒. อุปปัชชเวทนียกรรม | กรรมให้ผลต่อเมื่อเกิดแล้วในภพหน้า |
| ๓. อปรaprเวทนียกรรม | กรรมให้ผลต่อเมื่อพ้นภพหน้าไปแล้ว |
| ๔. อโหสิกรรม | กรรมให้ผลสำเร็จแล้ว |

หมวดที่ ๒ ให้ผลตามกิจ

- | | |
|-------------------|-----------------|
| ๕. ขนกกรรม | กรรมแต่งให้เกิด |
| ๖. อุปัตถัมภกกรรม | กรรมสนับสนุน |
| ๗. อุปปีฬกกรรม | กรรมบีบคั้น |
| ๘. อุปฆาตกกรรม | กรรมตัดรอน |

หมวดที่ ๓ ให้ผลตามลำดับ

- | | |
|----------------|-------------------|
| ๙. ครุกรรม | กรรมหนัก |
| ๑๐. พหุกรรม | กรรมชิน |
| ๑๑. อาสันนกรรม | กรรมเมื่อจวนเจียน |
| ๑๒. กตัตตากรรม | กรรมสักว่าทำ |

อธิบาย

กรรม แปลว่าการกระทำ คำว่ากรรมเป็นคำกลางๆ ถ้าเป็นส่วนดี เรียกว่า กุศลกรรม ส่วนไม่ดี เรียกว่า อกุศลกรรม กรรม เมื่อจำแนกตามหลักเกณฑ์เกี่ยวกับการให้ผลทั้งฝ่ายกุศลและอกุศล พระอรรถกถาจารย์ได้แสดงไว้เป็น ๓ หมวด หมวดละ ๔ ประเภท รวมเรียกว่า **กรรม ๑๒**

หมวดที่ ๑ จำแนกโดยให้ผลตามคราว (เวลาที่ให้ผล) มี ๔ อย่าง คือ

๑. **ทิฏฐธรรมเวทนียกรรม** กรรมให้ผลในภพนี้ หมายถึง กรรมให้ผลในชาติปัจจุบันนี้ เป็นกรรมแรง ให้ผลทันตาเห็น คือให้ผลก่อนกรรมอื่นทั้งหมด โดยผู้ทำย่อมเสวยผลกรรมที่ตนทำในชาตินี้แน่นอน

๒. **อุปปัชชเวทนียกรรม** กรรมให้ผลต่อเมื่อเกิดแล้วในภพหน้า หมายถึง กรรมให้ผลในภพต่อไป หรือเสวยผลกรรมในชาติหน้า กรรมนี้จัดว่าเป็นกรรมที่เบากว่ากรรมที่ ๑ คือผู้นั้นไม่ได้รับผลของกรรมนี้ ในทันทีทันใด ต่อเมื่อล่วงลับไปแล้วเกิดในภพใหม่ กรรมนี้จึงจะให้ผล

๓. **อปราปรเวทนิยกรรม** กรรมให้ผลต่อเมื่อพ้นภพหน้าไปแล้ว หมายถึง กรรมให้ผลในภพต่อไป ได้โอกาสเมื่อใด ให้ผลเมื่อนั้นจนกว่าจะเลิกให้ผล กรรมนี้เป็นกรรมที่เบากว่ากรรมที่ ๒ จะให้ผลก็ต่อเมื่อพ้นภพหน้าไปแล้ว จะเป็นภพใดภพหนึ่งนั้นกำหนดณไม่ได้ เปรียบเหมือนสุนัขล่าสัตว์ ตามทันสัตว์ในทีใด ก็กัดเอาได้ในทีนั้น

๔. **อโหสิกรรม** กรรมให้ผลสำเร็จแล้ว หมายถึง กรรมเลิกให้ผล ไม่มีผลอีก หหมดโอกาสที่จะให้ผลต่อไป เปรียบเหมือนพืชสิ้นยางแล้วเพาะปลูกไม่ขึ้น

หมวดที่ ๒ จำแนกโดยให้ผลตามกิจ (หน้าที่) มี ๔ อย่าง คือ

๕. **ชนกกรรม** กรรมแต่งให้เกิด หมายถึง กรรมที่เป็นตัวนำไปเกิด ทำหน้าที่ให้ผลแก่ผู้ทำกรรม ที่ตายจากภพหนึ่งแล้วไปถือปฏิสนธิในภพหนึ่ง ถ้าเป็นกรรมดีก็นำไปเกิดในสุคติ ถ้าเป็นกรรมชั่วก็นำไปเกิดในทุคติ ตามความหนักเบาของกรรมที่ทำ กรรมนี้ในที่อื่น เรียกว่า กัมมโยนิ (กรรมเป็นกำเนิด) ทำหน้าที่เพียงให้ปฏิสนธิ ต่อจากนั้นก็เป็นอันหมดหน้าที่ เปรียบเหมือนบิดาเพียงเป็นผู้ให้กำเนิดบุตร

๖. **อุปัตถัมภกกรรม** กรรมสนับสนุน หมายถึง กรรมไม่สามารถให้ปฏิสนธิได้เอง ต่อเมื่อชนกกรรมให้ปฏิสนธิแล้วจึงเข้าสนับสนุนส่งเสริมให้ดีขึ้นบ้าง ให้เลวลงบ้าง ตามอำนาจของกรรมดีหรือกรรมชั่ว เปรียบเหมือนแม่นมผู้เลี้ยงทารกที่คนอื่นให้เกิดแล้ว

กรรมนี้สอดคล้องกับชนกกรรม ถ้าชนกกรรมเป็นกุศลให้ปฏิสนธิฝ่ายดี (เกิดในตระกูลสูงหรือถิ่นที่ดี) ย่อมเข้าสนับสนุนทารกผู้เกิดแล้วให้ได้รับความสุขความเจริญรุ่งเรืองตลอดไป ตรงกับบาลีว่า โขติ โขติปรายโน รุ่งเรืองมาแล้ว มีรุ่งเรืองไปกายหน้า ถ้าชนกกรรมเป็นอกุศลให้ปฏิสนธิฝ่ายเลว (เกิดในตระกูลต่ำหรือถิ่นที่ไม่ดี) กรรมนี้ย่อมกระหน่ำซ้ำเติมทารกผู้เกิดแล้วให้ชีวิตตกต่ำลง ตรงกับบาลีว่า ตโม ตมปรายโน : มีมืดมาแล้ว มีมืดไปกายหน้า

๗. **อุปปีฬกรรม** กรรมบีบคั้น กรรมนี้ขัดแย้ง หรือตรงกันข้ามกับชนกกรรม คอยเข้าบีบคั้น เบียดเบียนชนกกรรมไม่ให้ผลดีเต็มที่ ถ้าชนกกรรมเป็นกุศลให้ปฏิสนธิฝ่ายดี ย่อมเข้าขัดขวางให้เสื่อมลง ตรงกับบาลีว่า โขติ ตมปรายโน รุ่งเรืองมาแล้ว มีมืดไปกายหน้า ถ้าชนกกรรมเป็นอกุศลให้ปฏิสนธิฝ่ายเลว คือให้เกิดในทุคติภูมิ เกิดในตระกูลต่ำ หรือในถิ่นที่ไม่เจริญ ย่อมเข้าบั่นทอนวิบากของอกุศลกรรมให้ทุเลาลง ตรงกับบาลีว่า ตโม โขติปรายโน : มีมืดมาแล้ว รุ่งเรืองไปกายหน้า

๘. **อุปฆาตกรรม** กรรมตัดรอน กรรมนี้เหมือนกับอุปปีฬกรรม แต่ให้ผลที่รุนแรงกว่า สามารถที่จะตัดรอนผลแห่งชนกกรรมและอุปัตถัมภกกรรมทั้งฝ่ายดีและไม่ดีให้ขาดลง แล้วเข้าไปให้ผลแทนที่ กรรมนี้จึงตรงกันข้ามกับชนกกรรมและอุปัตถัมภกกรรม

หมวดที่ ๓ จำแนกโดยการให้ผลตามลำดับ มี ๔ อย่าง คือ

๙. **ครุกรรม** กรรมหนัก หมายถึง กรรมหนักที่สุดกว่ากรรมอื่นในลำดับแห่งการให้ผล ในฝ่ายอกุศล ได้แก่ อนันตริยกรรม ๕ ส่วนในฝ่ายกุศล ได้แก่ สมาบัติ ๘ ครุกรรมนี้ย่อมให้ผลก่อนกว่ากรรมอื่นๆ เปรียบเหมือนบุคคลทิ้งสิ่งของต่างๆ เช่น เหล็ก ศิลา หน้ำ ขนบก เป็นต้น จากที่สูงลงมาพร้อมกัน สิ่งใดหนักกว่า สิ่งนั้นย่อมตกถึงพื้นดินก่อน สิ่งอื่นๆ ย่อมตกถึงพื้นตามลำดับหนักเบาฉะนั้น

๑๐. พหุกรรม กรรมขึ้นหรือเรียกว่า อาจิณณกรรม หมายถึง กรรมที่ทำบ่อยๆ เป็นอาจิณให้ผลรองจากครุกรรม เมื่อครุกรรมไม่มี กรรมนี้ย่อมให้ผลก่อนกรรมประเภทอื่น เปรียบเหมือนนักมวยปล้ำ คนที่มีแรงมากหรืออ่อนกว่า ย่อมเอาชนะได้เป็นธรรมดา หรือเปรียบเหมือนโจรที่ทำการปล้นฆ่าเป็นอาจิณ แต่ไม่ได้ทำอันตรายกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง กรรมที่เกิดจากการปล้นฆ่า ย่อมให้ผลทันทีที่เขาตาย

๑๑. อาสันนกรรม กรรมเมื่อจวนเจียน หมายถึง กรรมที่ทำในขณะที่ใกล้จะสิ้นใจตาย กรรมนี้แม้จะมีกำลังอ่อน ถ้าไม่มีครุกรรมและพหุกรรม ย่อมให้ผลก่อนกรรมอื่นๆ เปรียบเหมือนโคที่ถูกขังแอดในคอก พอคนเลี้ยงโคเปิดประตูคอก โคตัวใดที่อยู่ริมประตู ถึงจะเป็นโคแก้มก็กำลังน้อย โคตัวนั้นย่อมออกได้ก่อน โคตัวอื่นที่มีกำลังมากกว่า

๑๒. กัตตตากกรรม กรรมสัปดาห์ทำ หมายถึง กรรมที่ทำโดยไม่มีเจตนา เช่น คนเดินเหยียบมดตายโดยไม่ตั้งใจ โดยไม่รู้ว่าเป็นบุญหรือเป็นบาป ต่อเมื่อกรรมอื่นไม่มี กรรมนี้จึงถึงคราวให้ผล เปรียบเหมือนลูกศรที่คนยิงไปโดยไม่มีเป้าหมายแน่นอน ถูกบ้าง ผิดบ้าง หนักบ้าง เบาบ้าง เพราะคนยิงไม่มีความตั้งใจ

สรุปความ

กรรม ๑๒ นี้ แสดงให้รู้ว่า คนบางคนทำกรรมชั่ว แต่ยังคงได้รับความสุขความเจริญอยู่ในปัจจุบัน ก็เพราะกรรมดีที่เคยทำไว้ในอดีตกำลังให้ผล หรือเพราะกรรมชั่วที่ทำในปัจจุบันยังไม่ได้โอกาสให้ผล อนึ่ง กรรม ๑๒ นี้ไม่มีปรากฏในพระไตรปิฎก แต่พระอรรถกถาจารย์ มีพระพุทโธชาจารย์ เป็นต้น ได้จัดรวบรวมไว้ในภายหลัง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙

ธรรมศึกษาชั้นเอก สารการเรียนรู้อริยธรรม

เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

เวลา.....ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๒. ผลการเรียนรู้

รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๓. สารสำคัญ

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ เป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยหัวใจสมถกัมมัฏฐาน หากบุคคลยึดมั่นและปฏิบัติได้จะอยู่ในสังคมด้วยความมีความสุข

๔. จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนอธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏได้

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหา

- หัวใจสมถกัมมัฏฐาน

๖. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นสืบค้นและเชื่อมโยง

๑. ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ โดยใช้คำถามเพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการคิดและเชื่อมโยงไปสู่การเรียนรู้

- นักเรียนเคยเรียนเรื่องหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏบ้างหรือไม่
- หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏมีอะไรบ้าง
- นักเรียนเคยได้ยินได้เห็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏจากที่ไหนบ้าง

ขั้นฝึก

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ หัวใจสมถกัมมัฏฐาน จากใบความรู้ที่ ๙

๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดเตรียมการเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ชั้นประยุกต์

๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอตามหัวข้อที่ตนเองได้รับมอบหมายเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๕. นักเรียนในแต่ละกลุ่มตอบคำถามตามใบกิจกรรมที่ ๙
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปในแต่ละหัวข้อ

๗. ภาระงาน/ชิ้นงาน

ที่	ภาระงาน	ชิ้นงาน
๑	ตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ	ใบกิจกรรมที่ ๙

๘. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ใบความรู้ที่ ๙ เรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ
๒. ใบกิจกรรมที่ ๙

๙. การวัดผลและประเมินผล

สิ่งที่ต้องการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
อธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏได้	- ตรวจผลงาน	- แบบประเมินผลงาน	ผ่าน = ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป ไม่ผ่าน = ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ ๖๐

แบบประเมินผลงาน

ใบกิจกรรมที่ ๙

ข้อที่	ระดับคะแนน		
	๔ - ๕ คะแนน	๒ - ๓ คะแนน	๑ คะแนน
๑ - ๒	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็น	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็นส่วนใหญ่	ตอบคำถามถูกต้องและ ตรงประเด็นน้อย

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์	ร้อยละ	คะแนน
ผ่าน	๖๐ ขึ้นไป	๓ คะแนนขึ้นไป
ไม่ผ่าน	ต่ำกว่า ๖๐	๒ คะแนนลงมา

หมายเหตุ เกณฑ์การตัดสินสามารถปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

ใบกิจกรรมที่ ๙

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ จำนวน ๑ ข้อ (๕ คะแนน)

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของหัวใจสมถกัมมัฏฐาน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๙

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของหัวใจสมถกัมมัฏฐาน

ตอบ กัมมัฏฐาน แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน หมายถึง อารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งการงานหรือเรียกว่า ภาวนา แปลว่า ทำให้มีให้เป็นขึ้น แบ่งเป็น ๒ อย่าง คือ

๑. สมถกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานเป็นอุบายสงบใจ หมายถึง กัมมัฏฐานที่เนื่องด้วยบริกรรมอย่างเดียว เป็นการบำเพ็ญเพียรทางจิตโดยใช้สติเป็นหลัก เป็นอุบายทำให้นิรณธรรมระงับไป ไม่เกี่ยวกับการใช้ปัญญา

๒. วิปัสสนากัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานเป็นอุบายเรื่องปัญญา หมายถึง กัมมัฏฐานที่ใช้ปัญญาพิจารณาอย่างเดียว โดยการพิจารณาปรารภสภาวะธรรม

หัวใจสมถกัมมัฏฐาน

ในหัวใจสมถกัมมัฏฐานนี้ ที่เป็นอุบายเครื่องอบรมจิตให้เป็นสมาธิ มี ๕ อย่าง คือ

๑. กายคตาสติ
๒. เมตตา
๓. พุทธานุสสติ
๔. กสิณ
๕. จตุธาตุวัตถาน

การปฏิบัติ เราต้องตั้งอยู่ในสมาธิในการปฏิบัติงาน

ใบความรู้ที่ ๙

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

หัวใจสมถกัมมัฏฐาน

สมาธิ ภิกขเว ภาเวถ สมาหิโต ยถาภูตํ ปชานาติ.

ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอจงยังสมาธิให้เกิด จนผู้มีจิตเป็นสมาธิแล้ว ย่อมรู้ตามความเป็นจริง.

อธิบาย

อาการของกายและวาจาจะเป็นอย่างไร ย่อมสำเร็จมาจากใจเป็นผู้บัญชา ถ้าใจได้รับการอบรมดี ก็บังคับบัญชากายและวาจาให้ดีไปตาม ถ้าใจชั่ว ก็บังคับบัญชาให้กายและวาจาชั่วไปตาม ดังนั้น พระพุทธองค์ จึงทรงสอนภิกษุทำใจให้เป็นสมาธิ เมื่อใจเป็นสมาธิ แม้จะนำไปใช้นึกคิดอะไรก็ละเอียดสุขุม ย่อมรู้จักความเป็นจริงได้ดีกว่าผู้มีใจไม่เป็นสมาธิ ใจที่ไม่เป็นสมาธิ บางคราวอาจทำให้เป็นคนเสียสติ เพราะไม่มีอะไรเป็นเครื่องควบคุม

กัมมัฏฐาน

กัมมัฏฐาน แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน หมายถึง อารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งการงาน หรือเรียกว่า ภาวนา แปลว่า ทำให้มีให้เป็นขึ้น แบ่งเป็น ๒ อย่าง คือ

๑. สมถกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานเป็นอุบายสงบใจ หมายถึง กัมมัฏฐานที่เนื่องด้วยบริกรรมอย่างเดียว เป็นการบำเพ็ญเพียรทางจิตโดยใช้สติเป็นหลัก เป็นอุบายทำให้นิรณธรรมระงับไป ไม่เกี่ยวกับการใช้ปัญญา

๒. วิปัสสนากัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานเป็นอุบายเรื่องปัญญา หมายถึง กัมมัฏฐานที่ใช้ปัญญาพิจารณาอย่างเดียว โดยการพิจารณาปรารภสภาวะธรรม คือ ขั้นที่ ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ แยกออกพิจารณาให้รู้ตามสภาพความเป็นจริง โดยยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์หรือสามัญญลักษณะว่า เป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา

หัวใจสมถกัมมัฏฐาน

ในหัวใจสมถกัมมัฏฐานนี้ ที่เป็นอุบายเครื่องอบรมจิตให้เป็นสมาธิ มี ๕ อย่าง คือ

๑. กายคตาสติ
๒. เมตตา
๓. พุทธานุสสติ
๔. กสิณ
๕. จตุธาตุววัตถานะ

๑. กายคตาสติ

กายคตาสติ หมายถึง การใช้สติกำหนดพิจารณากายว่าเป็นของไม่สวยงาม คือกำหนดพิจารณาแต่ปลายผมลงมาถึงปลายเท้า อันประกอบด้วยผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น กำหนดพิจารณาสี่ สัณฐานกลิ้ง ที่เกิด ที่อยู่ของส่วนต่างๆ เหล่านั้น ซึ่งเรียกว่า อากาโร ๓๒ จนเห็นว่า แต่ละอย่างล้วนเป็นสิ่งปฏิกูล น่าเกลียด เหมือนหม้อใส่อุจจาระและสิ่งปฏิกูลต่างๆ กายนอกอาจจะดูสวยงาม แต่ภายในเต็มไปด้วยสิ่งสกปรกโสโครกนานัปการ

๒. เมตตา

เมตตา หมายถึง พิจารณาจะให้ผู้อื่นเป็นสุข คือความมีจิตอันแผ่ไมตรีและคิดทำประโยชน์แก่มนุษย์และสัตว์ทั่วหน้า ผู้จะเจริญเมตตาก็มีภูมิตำหนันี้ เบื้องต้นควรนึกถึงคนอื่นเทียบกับตนว่า “เรารักสุขเกลียดทุกข์ฉันใด คนอื่นก็รักสุข เกลียดทุกข์ฉันนั้น สิ่งที่ชอบใจของเรา ย่อมเป็นของที่ชอบใจของคนอื่น สิ่งที่ไม่เป็นที่ชอบใจของเรา ย่อมไม่เป็นที่ชอบใจของคนอื่นด้วยเหมือนกัน”

ผู้เจริญเมตตา พึงแผ่โดยเจาะจงก่อน เริ่มต้นแต่คนที่ใกล้ชิดสนิทกัน เช่น มารดาบิดา สามิภรรยา บุตรธิดา ครูอาจารย์ เป็นต้น หลังจากนั้น พึงแผ่โดยไม่เจาะจง คือสร้างความปรารถนาดีในคนทั่วไปหรือเพื่อนมนุษย์ทั่วโลก ตลอดถึงสรรพสัตว์ การแผ่เมตตาโดยเจาะจง ทำให้จิตมีพลังแรง แต่ขอบเขตแห่งความไม่มีภัยไม่มีเวรและความสำเร็จประโยชน์แกผู้อื่นเป็นไปในวงแคบ ส่วนการแผ่เมตตาโดยไม่เจาะจงแม้ว่าจิตจะมีพลังอ่อน แต่เป็นไปในวงกว้าง สามารถทำให้คนในสังคมมีความรักใคร่ปรองดองช่วยเหลือกันและได้สุขโดยทั่วถึงกัน ในการเจริญเมตตาก็มีภูมิตำหนันิยมนิยมบริกรรมตามบทบาลีว่า “สพเพ สตฺตา อเวรฺหา อพฺยาปชฺฌา อนินฺหา สุขี อตฺตํ ปรีหฺนตุ” แปลว่า “ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง เป็นผู้ไม่มีเวร ไม่มีความลำบาก ไม่มีทุกข์ จงมีสุข รักษาตนเถิด”

บุคคลที่เจริญเมตตาย่อมได้รับอานิสงส์ ๑๑ อย่าง คือ (๑) หลับเป็นสุข (๒) ตื่นเป็นสุข (๓) ไม่ฝันร้าย (๔) เป็นที่รักของมนุษย์ (๕) เป็นที่รักของอมมนุษย์ (๖) เทวดารักษา (๗) ไฟ ยาพิษ ศัสตราวุธ ไม่กล้ากราย (๘) จิตสงบเป็นสมาธิได้เร็ว (๙) สีหน้าผ่องใส (๑๐) ตายอย่างมีสติ (๑๑) เมื่อยังไม่บรรลุนิพพาน ย่อมเข้าถึงพรหมโลก

๓. พุทธานุสสติ

พุทธานุสสติ แปลว่า ความระลึกถึงพระพุทธเจ้า หมายถึง การระลึกถึงพระพุทธรูป โดยปรารถนาถึงพระคุณความดีของพระองค์ ไม่ใช่ระลึกถึงเพราะต้องการจะกล่าวโทษโดยประการต่างๆ

ผู้เจริญพุทธานุสสติ พึงบริกรรมระลึกถึงพระพุทธรูป ๙ บท คือ อิติปิ โส ภควา อรหํ สมมาสมพุทโธ, วิชชาจรมสฺมปฺนโน สุกโต, โลกวิทู, อนุตฺตโร ปุริสทมฺมสารถิ สตฺถา เทวมนุสฺसानํ, พุทฺโธ ภควา โดยลำดับ หรือจะกำหนดเฉพาะพระคุณบทใดบทหนึ่งก็ได้ เช่น บทที่นิยมกันมากคือ บทว่า “อรหํ” หรือ “พุทฺโธ”

๔. กสิณ

กสิณ แปลว่า วัตถุอันจูงใจ หมายถึงวัตถุอันจูงใจให้เข้าไปผูกอยู่สำหรับเพ่งเพื่อให้จิตเป็นสมาธิ โดยกำหนดเอาวัตถุจูงใจ ๑๐ อย่างมาเพ่งเป็นอารมณ์ คือ (๑) ปฐวี ดิน (๒) อาโป น้ำ (๓) เตโช ไฟ (๔) วาโย ลม

(๕) นิล สีเขียว (๖) ปิต สีเหลือง (๗) โลหิต สีแดง (๘) โอทาต สีขาว (๙) อาโลโก แสงสว่าง (๑๐) อากาโส ที่ว่าง

ข้อ ๑ - ๔ เรียกรวมกันว่า ภูตกลืน กลืนมหาภูตรูป ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ และลม ส่วนข้อ ๕ - ๘ เรียกรวมกันว่า วัฒนกลืน กลืนสี ๔ คือ สีเขียว เหลือง แดง และขาว

๕. จตุธาตุวัตถถานะ

จตุธาตุวัตถถานะ แปลว่า การกำหนดธาตุ ๔ หมายถึง กัมมัญฐานที่กำหนดพิจารณาให้เห็นว่า ร่างกายของคนเรา เป็นแต่เพียงธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม มาประชุมรวมกันเท่านั้น ทั้งนี้เพื่อถ้อยถอนความรู้สึกว่า เป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขาออกไปจากจิตใจเสียได้ เรียกอีกอย่างว่า ธาตุมนสิการ หรือธาตุกัมมัญฐาน ท่านได้จัดหัวใจสมถกัมมัญฐานไว้ ๕ อย่าง ก็เพื่อเป็นเครื่องฆ่ากัน คือเป็นคู่ปรับกับนิวรณ์ ๕ โดยตรง คือ

๑) กายคตาสติ	เป็นคู่ปรับกับ	กามฉันทะ
๒) เมตตา	”	พยาบาท
๓) พุทธานุสสติ	”	ถีนมิทธะ
๔) กลีณ	”	อุทธัจจกุกกุกจะ
๕) จตุธาตุวัตถถานะ	”	วิจิกิจฉา

นิวรณ์ ๕

นิวรณ์ แปลว่า เครื่องกีดกัน เครื่องขัดขวาง หมายความว่า สิ่งที่เกิดกั้นการทำงานของจิต สิ่งที่ขัดขวางความดีความงามของจิต สิ่งที่ยกกำลังปัญญา หรือสิ่งที่กั้นจิตไม่ให้ก้าวหน้าในกุศลธรรม อันเป็นสนิมกัฏกร่อนใจของคน มี ๕ อย่าง คือ

๑. กามฉันทะ ความพอใจรักใคร่ในกาม หมายถึง ความที่จิตยินดีลุ่มหลงในกามคุณ ๕ อย่าง คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าปรารถนาน่าพอใจ กามฉันทะมีเหตุเกิดมาจากสุกัลยาณธรรม คือความกำหนด หมายความว่า สวยงาม

๒. พยาบาท ความคิดปองร้ายผู้อื่น หมายถึง ความที่จิตพยาบาทอาฆาตคิดแค้นผู้อื่น ได้แก่ ความขัดใจ แค้นเคือง เกลียดชัง ผูกใจเจ็บ มองในแง่ร้ายคิดร้าย เป็นต้น พยาบาทนี้มีเหตุเกิดมาจาก ปฏิฆะ คือความกระทบกระทั่งแห่งจิต หรือความหงุดหงิดใจ

๓. ถีนมิทธะ ความท้อแท้ท้อถอย หมายถึง ความที่จิตท้อแท้เชื่องซึม แยกอธิบายเป็น ๒ คำ คือ ถีนะ แปลว่า ความท้อแท้ ได้แก่ ความหดหู่ห่อเหี่ยว ขบเซา เหนงหงอยแห่งจิต และมิทธะ แปลว่า ความง่วงเหงา ได้แก่ ความง่วงเหงาหาวนอน หรืออาการซึมเซาแห่งกาย ถีนมิทธะนี้มีเหตุเกิดมาจาก อรติ คือ ความไม่เพละเลเลิน หรือความไม่ยินดี

๔. อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านรำคาญ หมายถึง ความที่จิตก่อกลุ้มเดือดร้อน แยกอธิบายเป็น ๒ คำ คือ อุทธัจจะ แปลว่า ความฟุ้งซ่าน ได้แก่ ความที่จิตคิดฟุ้งไป ไม่สงบ กระสับกระส่ายไปในอารมณ์ต่างๆ และกุกกุกจะ แปลว่า ความรำคาญ ได้แก่ ความวุ่นวายใจ ความเดือดร้อนใจ ความก่อกลุ้มใจ อุทธัจจกุกกุกจะนี้มีเหตุเกิดมาจากเจตโสอุปสมะ คือความไม่สงบแห่งจิต

๕. วิจิติจนา ความลึกลับสงสัย หมายถึง ความที่จิตเคลือบแคลง ไม่แน่ใจ เช่น มีความสงสัยเกี่ยวกับพระรัตนตรัย ไม่เชื่อผลของบุญและบาป เป็นต้น วิจิติजनนี้มีเหตุเกิดมาจากอโยนิโสมนสิการ คือความทำไว้ในใจโดยไม่แยกคาย ความคิดที่ไม่ฉลาดรอบคอบ ความคิดที่ไม่ถูกต้อง

องค์ฌานที่เป็นคู่ปรับกับนิรณ

ฌาน แปลว่า ความเพ่ง หรือคุณธรรมเครื่องเผากิเลส เป็นชื่อของคุณวิเศษที่เกิดจากการฝึกอบรมจิตให้เป็นสมาธิ มี ๒ ประเภท คือ รูปฌาน และอรูปฌาน

๑. รูปฌาน ฌานที่มีอารมณ์กัมมฐานเป็นรูปธรรม มี ๔ ชั้น คือ

- | | |
|---------------------------|--|
| ๑) ปฐมฌาน ฌานชั้นที่ ๑ | มีองค์ธรรม ๕ คือ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข และเอกัคคตา |
| ๒) ทุตติยฌาน ฌานชั้นที่ ๒ | มีองค์ธรรม ๓ คือ ปีติ สุข และเอกัคคตา |
| ๓) ตุตติยฌาน ฌานชั้นที่ ๓ | มีองค์ธรรม ๒ คือ สุข และเอกัคคตา |
| ๔) จตุตถฌาน ฌานชั้นที่ ๔ | มีองค์ธรรม ๒ คือ อุเบกขา และเอกัคคตา |

๒. อรูปฌาน ฌานที่มีอารมณ์กัมมฐานเป็นอรูปธรรมหรือนามธรรม ซึ่งผู้สำเร็จฌานประเภทนี้เมื่อสิ้นชีวิตแล้วจะมีจิตที่แน่นอนคือไปบังเกิดเป็นพรหมอยู่ในอรูปภพ หรืออรูปพรหม ๔ ชั้น ขึ้นใดชั้นหนึ่ง

องค์ฌานเป็นคู่ปรับกับนิรณ ๕

- | | | |
|-------------|----------------|-----------------|
| ๑) เอกัคคตา | เป็นคู่ปรับกับ | กามฉันทะ |
| ๒) ปีติ | ” | พยาบาท |
| ๓) วิตก | ” | ถีนมิทธะ |
| ๔) สุข | ” | อุทธัจจกุกกุกจะ |
| ๕) วิจารณ์ | ” | วิจิติจนา |

อุเบกขานั้นประกอบรวมในทุกองค์ฌาน ท่านจึงไม่นำมาจับคู่ปรับกับนิรณ ๕

สรุปความ

การฝึกจิตให้เป็นสมาธิ นั้น ท่านกำหนดสมถกัมมฐานที่เป็นหัวใจ เพื่อเป็นพื้นฐานแห่งการศึกษาในเบื้องต้น ๕ อย่าง คือ กายคตาสติ เมตตา พุทธานุสสติ กสิณ และจตุราตฺตวตฺถานะ และกำหนดนิรณที่เป็นคู่ปรับกันไว้ ๕ อย่าง คือ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุกจะ และวิจิติจนา

การเจริญสมถกัมมฐาน เมื่อฝึกจนจิตเป็นสมาธิแน่วแน่และสามารถข่มกิเลส คือ นิรณ ๕ ได้ เรียกว่า บรรลุฌาน อันจัดเป็นผลสูงสุดของการเจริญสมถกัมมฐาน

ฌานมี ๒ ประเภท คือ รูปฌานกับอรูปฌาน รูปฌานมี ๔ ชั้น แต่ละชั้นมีองค์ธรรมที่เป็นคู่ปรับกับนิรณ ๕ เรียกว่า องค์ฌาน ๕ คือ (๑) เอกัคคตา ภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง หรือตัวสมาธิ เป็นคู่ปรับกับกามฉันทะ (๒) ปีติ ความอิ่มใจ เป็นคู่ปรับกับพยาบาท (๓) วิตก ความตรึกอารมณ์ เป็นคู่ปรับกับถีนมิทธะ (๔) สุข ความสบายใจ เป็นคู่ปรับกับอุทธัจจกุกกุกจะ (๕) วิจารณ์ ความตรองอารมณ์ เป็นคู่ปรับกับวิจิติจนา โดยมีองค์ธรรม คืออุเบกขา ความวางเฉย ประกอบรวมในทุกองค์ฌาน

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๐

ธรรมศึกษาชั้นเอก สารการเรียนรู้อริยธรรม

เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

เวลา.....ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๒. ผลการเรียนรู้

รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๓. สารสำคัญ

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ เป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยสมถกัมมัฏฐาน : หลักการเจริญสมถะ หากบุคคลยึดมั่นและปฏิบัติได้จะอยู่ในสังคมด้วยความสุข

๔. จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนอธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏได้

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหา

- สมถกัมมัฏฐาน : หลักการเจริญสมถะ

๖. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นสืบค้นและเชื่อมโยง

๑. ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ โดยใช้คำถามเพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการคิดและเชื่อมโยงไปสู่การเรียนรู้

- นักเรียนเคยเรียนเรื่องหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏบ้างหรือไม่
- หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏมีอะไรบ้าง
- นักเรียนเคยได้ยินได้เห็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏจากที่ไหนบ้าง

ขั้นฝึก

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ สมถกัมมัฏฐาน : หลักการเจริญสมถะ จากใบความรู้ที่ ๑๐

๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดเตรียมการเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ชั้นประยุกต์

๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอตามหัวข้อที่ตนเองได้รับมอบหมายเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๕. นักเรียนในแต่ละกลุ่มตอบคำถามตามใบกิจกรรมที่ ๑๐
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปในแต่ละหัวข้อ

๗. ภาระงาน/ชิ้นงาน

ที่	ภาระงาน	ชิ้นงาน
๑	ตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ	ใบกิจกรรมที่ ๑๐

๘. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ใบความรู้ที่ ๑๐ เรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ
๒. ใบกิจกรรมที่ ๑๐

๙. การวัดผลและประเมินผล

สิ่งที่ต้องการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
อธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏได้	- ตรวจผลงาน	- แบบประเมินผลงาน	ผ่าน = ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป ไม่ผ่าน = ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ ๖๐

แบบประเมินผลงาน

ใบกิจกรรมที่ ๑๐

ข้อที่	ระดับคะแนน		
	๔ - ๕ คะแนน	๒ - ๓ คะแนน	๑ คะแนน
๑ - ๒	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็น	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็นส่วนใหญ่	ตอบคำถามถูกต้องและ ตรงประเด็นน้อย

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์	ร้อยละ	คะแนน
ผ่าน	๖๐ ขึ้นไป	๓ คะแนนขึ้นไป
ไม่ผ่าน	ต่ำกว่า ๖๐	๒ คะแนนลงมา

หมายเหตุ เกณฑ์การตัดสินสามารถปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

ใบกิจกรรมที่ ๑๐

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ จำนวน ๑ ข้อ (๕ คะแนน)

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของสมถภาวนา : หลักการเจริญสมถะ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๑๐

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของสมถภาวนา : หลักการเจริญสมถะ

ตอบ สมถกัมมัฏฐาน หมายถึงหลักการเจริญสมถะ เป็นอุบายเครื่องปิดกั้นนิวรณ์กิเลสมิให้ครอบงำจิตสันดานได้ เปรียบเหมือนบุคลลสร้างทำนบกั้นน้ำมิให้ไหลไป ทั้งยังเป็นอุบายข่มจิตมิให้ฟุ้งซ่าน เปรียบเหมือนนายสารถีฝึกม้าให้พร้อมใช้งานเป็นราชพาหนะได้

ธรรมที่เป็นอารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานตามนัยพระบาลี

๑. **อภินิหังการเวกขณะ** หมายถึง หลักธรรมสำหรับกำหนดพิจารณาในชีวิตประจำวัน หรือหัวข้อธรรมที่ควรพิจารณาทุกๆ วัน

๒. **สติปัฏฐาน** หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง โดยกำหนดพิจารณาสิ่งสำคัญในชีวิต

ภาวนา หมายถึง การเจริญกัมมัฏฐานหรือฝึกสมาธิตามลำดับขั้น มี ๓ คือ

๑. **ปริกรรมภาวนา** การเจริญสมาธิขั้นเริ่มต้น ได้แก่ การกำหนดเอานิมิตในสิ่งที่กำหนดเป็นอารมณ์กัมมัฏฐาน

๒. **อุปจารภาวนา** การเจริญสมาธิขั้นอุปจาร ได้แก่ การเจริญกัมมัฏฐานที่อาศัยปริกรรมภาวนา โดยกำหนดอุคคหนิมิตเรื่อยไปจนแนบสนิทในใจ

๓. **อัปนาภาวนา** การเจริญสมาธิขั้นอัปนา ได้แก่ การเจริญกัมมัฏฐานที่อาศัยปฏิภาคนิมิต ซึ่งเกิดขึ้นสม่ำเสมอด้วยอุปจารสมาธิ

การปฏิบัติ เราต้องฝึกสมาธิให้นิ่ง แน่วแน่ในการปฏิบัติในทางที่ดี

ใบความรู้ที่ ๑๐

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

สมถกัมมัฏฐาน

๑. กุลบุตรมีศรัทธามาเจริญสมถะ ทำให้เกิดขึ้นด้วยเจตนาอันใด เจตนาอันนั้นชื่อว่า สมถภาวนา
๒. กุลบุตรผู้มีศรัทธายังสมถะอันเป็นอุบายเครื่องสงบระงับของจิตให้เกิดขึ้น ชื่อว่า สมถภาวนา
๓. เจตนาอันเป็นไปในสมถกัมมัฏฐานทั้งหมดทั้งสิ้น ชื่อว่า สมถภาวนา

อธิบาย

สมถกัมมัฏฐาน หมายถึง หลักการเจริญสมถะ เป็นอุบายเครื่องปิดกั้นนิเวศกิเลสมิให้ครอบงำจิตสันดานได้ เปรียบเหมือนบุคคลสร้างทาบกันน้ำมิให้ไหลไป ทั้งยังเป็นอุบายข่มจิตมิให้ฟุ้งซ่าน เปรียบเหมือนนายสารถึฝึกม้าให้พร้อมใช้งานเป็นราชพาหนะได้

ธรรมที่เป็นอารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานตามนัยพระบาลี

ธรรมที่นิยมนำมากำหนดเพื่อให้จิตสงบเป็นสมาธิ กล่าวตามพระบาลี (พระไตรปิฎก) มี ๒ คือ อภินหปัจจเวกขณะ ๕ และสติปัฏฐาน ๔ มีอธิบายดังนี้

๑. อภินหปัจจเวกขณะ หมายถึง หลักธรรมสำหรับกำหนดพิจารณาในชีวิตประจำวัน หรือหัวข้อธรรมที่ควรพิจารณาทุกๆ วัน มี ๕ อย่าง คือ

- ๑) **ขารัธัมมตา** การพิจารณาถึงความแก่เนืองๆ เป็นอุบายบรรเทาความประมาทในวัย
- ๒) **พยารัธัมมตา** การพิจารณาถึงความเจ็บป่วยเนืองๆ เป็นอุบายบรรเทาความประมาทในความไม่มีโรค
- ๓) **มรณัธัมมตา** การพิจารณาถึงความตายเนืองๆ เป็นอุบายบรรเทาความประมาทในชีวิต
- ๔) **ปิยวินาभावตา** การพิจารณาถึงความพลัดพรากจากสิ่งที่รักเนืองๆ เป็นอุบายบรรเทาความเศร้าโศกเสียใจ ความคับแค้นใจ
- ๕) **กัมมัสสกตา** การพิจารณาว่าตนมีกรรมเป็นของตนเนืองๆ เป็นอุบายเตือนใจให้รู้ว่าทุกคนมีกรรมเป็นของตน ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว

๒. สติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง โดยกำหนดพิจารณาสิ่งสำคัญในชีวิต มี ๔ อย่าง คือ

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณากายให้รู้เห็นตามความจริง ซึ่งแบ่งเป็น ๖ บรรพ (หมวด) คือ

- (๑) อานาปานบรรพ หมวดกำหนดรู้ลมหายใจเข้า - ออกยาว สั้น หยาบ ละเอียด เป็นต้น
- (๒) อิริยาปถบรรพ หมวดกำหนดรู้อิริยาบถใหญ่ของคนเรา ๔ อิริยาบถ คือ เดิน ยืน นั่ง นอน ว่าสำเร็จเป็นไปได้อย่างไรเพราะลมและจิตที่คิด

(๓) สัมผัสปัญญบรรพ หมวดกำหนดรู้รอบคอบในการเคลื่อนไหวของกาย มีก้าวไปข้างหน้า และถอยกลับมาข้างหลัง เป็นต้น มิให้หลงลืมพลังพลอสติทุกขณะของการเคลื่อนไหวไปมาใดๆ

(๔) ปฏิกุลบรรพ หมวดกำหนดพิจารณาอวัยวะหรือส่วนต่างๆ ภายในกายตน มีผมน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น และเปรียบเทียบกับกายผู้อื่นให้เห็นเป็นของปฏิกุล คือไม่งามไม่สะอาด เต็มไปด้วยสิ่งปฏิกุลโสโครกน่าเกลียด

(๕) ธาตุบรรพ หมวดกำหนดพิจารณากายตนและกายผู้อื่นโดยเป็นสักแต่ว่าธาตุ ๔ มาประชุมรวมกัน คือ สิ่งที่แข็งที่กระด้าง กำหนดว่าเป็นธาตุดิน สิ่งที่อ่อนที่เหลวซึมซาบไปในดิน ทำดินให้เหนียวเป็นก้อนอยู่ได้ กำหนดว่าเป็นธาตุน้ำ สิ่งที่ทำดินและน้ำให้อุ่น ให้อุ่น ให้แห้งเกรียมไป กำหนดว่าเป็นธาตุไฟ สิ่งที่อุปถัมภ์อุดหนุนพยุงดินและน้ำไว้ และทำให้ไฟดับไปมาและรักษาไฟไว้มิให้ดับไปได้ กำหนดว่าเป็นธาตุลม

(๖) นวสีถิกาบรรพ หมวดกำหนดพิจารณากายที่เป็นซากศพซึ่งเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นต้น อันกลายเป็นอสุภะเปลี่ยนสภาพไปตามระยะเวลาที่ถูกทิ้งไว้ ๙ ระยะเวลา เริ่มตั้งแต่ซากศพที่เขาทิ้งไว้หนึ่งวัน สองวัน หรือสามวัน จนกลายเป็นอสุภะขึ้นอืดพอง มีสีเขียว มีหนองไหลเยิ้มออก เป็นต้น ไปจนถึงซากศพที่เขาทิ้งไว้นานจนกลายเป็นกระดูกผุย่อยยับเน่าเปื่อยเป็นจุณไป

เมื่อตั้งสติกำหนดพิจารณากาย ๖ หมวด หมวดใดหมวดหนึ่งดังกล่าวมานี้ จนภาวะจิตสงบแน่วแน่เป็นสมาธิสามารถละนิรวณกิเลสได้ เรียกว่า สมถกัมมัฏฐาน

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา คือ ความรู้สึก เป็นสุข เป็นทุกข์ หรือไม่สุขไม่ทุกข์ (เป็นกลางๆ) เมื่อเสวยสุขเวทนา ก็มีสติกำหนดรู้ว่าเสวยสุขเวทนา เป็นต้น จนกระทั่งจิตสงบเป็นสมาธิสามารถละนิรวณกิเลสได้

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิตของตนตามเป็นจริง คือ จิตมีราคะ ก็รู้ว่าจิตมีราคะ จิตปราศจากราคะ ก็รู้ว่าจิตปราศจากราคะ เป็นต้น จนกระทั่งจิตสงบเป็นสมาธิสามารถละนิรวณกิเลสได้

๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาสภาวธรรมต่างๆ ทั้งที่เป็นกุศล อกุศล อภัยกถุที่มีอยู่ในจิตสันดาน เช่น กามฉันทะมีอยู่ภายในจิต ก็รู้ว่ามีอยู่ หรือกามฉันทะไม่มีอยู่ภายในจิต ก็รู้ว่าไม่มีอยู่ เป็นต้น จนกระทั่งจิตสงบเป็นสมาธิสามารถละนิรวณกิเลสได้

แม้ธรรมที่เป็นอารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานจะมีหลายประการ ถึงกระนั้นก็ควรกำหนดว่าธรรมที่เป็นอารมณ์ ซึ่งสามารถทำให้จิตสงบระงับนิรวณกิเลสได้ จัดเป็นอารมณ์ของสมถกาวนาได้ทั้งสิ้น

ธรรมที่เป็นอารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานตามนัยอรรถกถา

ในคัมภีร์อรรถกถาและคัมภีร์วิสุทธิมรรค ท่านได้ประมวลหมวดธรรมอันเป็นอารมณ์กัมมัฏฐานไว้ ๔๐ อย่าง จัดเป็นหมวดธรรมได้ ๗ หมวด ดังนี้

หมวดที่ ๑ กสิณ ๑๐

- | | |
|-------------|---------------------|
| ๑. ปฐวีกสิณ | กสิณมีดินเป็นอารมณ์ |
| ๒. อาโปกสิณ | กสิณมีน้ำเป็นอารมณ์ |

- | | |
|-------------|-------------------------|
| ๓. เตโชกสณ | กสณมีไฟเป็นอารมณ์ |
| ๔. วาโยกสณ | กสณมีลมเป็นอารมณ์ |
| ๕. นีลกสณ | กสณมีสีเขียวเป็นอารมณ์ |
| ๖. ปิตกสณ | กสณมีสีเหลืองเป็นอารมณ์ |
| ๗. โลหิตกสณ | กสณมีสีแดงเป็นอารมณ์ |
| ๘. โอทาทกสณ | กสณมีสีขาวเป็นอารมณ์ |
| ๙. อาโลกกสณ | กสณมีแสงสว่างเป็นอารมณ์ |
๑๐. ปริจฉินนาทกสณ กสณมีอากาศคือช่องว่างเป็นอารมณ์

กสณ แปลว่า วัตถุอันจุใจ หมายถึง วัตถุสำหรับเพ่งเพื่อจงจติให้เป็นสมาธิ ๔ ข้อแรก เรียกว่า ภูตกสณ (มหาภูตรูป ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม) ๔ ข้อหลัง (ข้อ ๕ - ข้อ ๘) เรียกว่า วัณณกสณ (เขียว เหลือง แดง ขาว)

การเจริญกสณ มีปฐมวิกสณ เป็นต้น ควรทำดวงกสณตามประเภทของกสณนั้นๆ ให้กว้างประมาณ ๑ คืบกับ ๔ นิ้วเป็นอย่างใหญ่ แต่ไม่ควรเล็กกว่าปากช้อนน้ำ พึงกำหนดจิตบริกรรมว่า “ปฐมวิ ปฐมวิ ปฐมวิ” หรือ “ดิน ดิน ดิน” ด้วยการหลับตาบ้าง ลืมตาบ้าง ความสงบแห่งจิตจะดำเนินไปตามลำดับ เรียกว่า นิमित ในขณะที่เพ่งดูดวงกสณพร้อมกับการบริกรรมไปนั้น ท่านเรียกว่า บริกรรมนิमित หรือบริกรรมภาวนา เมื่อบริกรรมไปจนเกิดนิมิตติดตา เรียกว่า อุกคหนิมิต ถึงจุดนี้แล้วนิรณธรรม จะเริ่มสงบลงตามลำดับ จิตจะเป็นอุปปจารสมาธิ (สมาธิเฉียดใกล้ความสงบเข้าไปทุกที) จน ปฏิกากนิमित (นิमितเทียบเคียง สามารถย่อหรือขยายนิमितได้) ปรากฏขึ้น ดวงนิมิตจะปรากฏสวยงามผ่องใส จิตจะเข้าสู่ความสงบประณีตขึ้นไป ถึงขั้นอัปปนาสมาธิ (สมาธิอันแน่วแน่) ได้บรรลุฌานในที่สุด

หมวดที่ ๒ อสุภะ ๑๐

- | | |
|----------------|---|
| ๑. อุทรมาทกะ | ซากศพที่เน่าพองขึ้นอืด |
| ๒. วินีลกะ | ซากศพที่มีสีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่างๆ |
| ๓. วิปฺพพกะ | ซากศพที่มีน้ำเหลืองไหลเยิ้มอยู่ตามที่ที่แตกปริออก |
| ๔. วิจฉิทกะ | ซากศพที่ขาดจากกันเป็น ๒ ท่อน |
| ๕. วิชายิตกะ | ซากศพที่ถูกสัตว์ เช่น แร้ง กา สุนัขจิกกัดกินแล้ว |
| ๖. วิชิตตกะ | ซากศพที่กระจุยกระจาย มีอวัยวะหลุดออกไปข้างๆ |
| ๗. หตวิจฉิตตกะ | ซากศพที่ถูกสับฟันบั่นเป็นท่อนๆ กระจายออกไป |
| ๘. โลหิตกะ | ซากศพที่มีโลหิตไหลอาบเรียราดอยู่ |
| ๙. ปุฬุกะ | ซากศพที่มีหนอนคลาคล่ำเต็มไปหมด |
๑๐. อัฏฐิกะ ซากศพที่ยังเหลืออยู่แต่ร่างกระดูกหรือกระดูกท่อน

อสุภะ แปลว่า สภาพอันไม่งาม หมายถึง ซากศพในสภาพต่างๆ ซึ่งใช้เป็นอารมณ์ของสมถกัมมัฏฐาน โดยการพิจารณาซากศพในระยะเวลาต่างๆ กันรวม ๑๐ ระยะ เริ่มแต่ซากศพขึ้นอืดไปจนถึงซากศพที่เหลือแต่โครงกระดูก

การเจริญสุภะ : การเจริญสุภะก็มีฐานจำเป็นต้องอาศัยซากศพในลักษณะต่างๆ เมื่อจะพิจารณาอย่ายืนเหนือลม ใต้ลม หรือใกล้ - ไกลเกินไป แต่ให้ยืนในที่ซึ่งอาจเห็นซากศพได้ชัดเจนและไม่ถูกกลิ่นซากศพรบกวน ให้ยืนตรงช่วงกลางของซากศพ โดยต้องเป็นซากศพที่ยังคงรูปร่างสมบูรณ์อยู่ ไม่พึงพิจารณาซากศพของเพศตรงข้ามกับตน (เพราะจะทำให้เกิดราคะได้) โดยกำหนดพิจารณา ๖ ส่วน คือ

- ๑) สีของซากศพ พิจารณาว่าเป็นสีดำหรือขาว เป็นต้น
- ๒) เพศหรือวัยของซากศพ พิจารณาให้รู้ว่าอยู่ในปฐมวัยหรือมัชฌิมวัย แต่ห้ามกำหนดว่าเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย
- ๓) สันฐานของซากศพ พิจารณาว่าเป็นอวัยวะส่วนไหนของซากศพ
- ๔) ทิศที่อยู่ของซากศพ พิจารณาว่าอวัยวะต่างๆ ของซากศพอยู่ในทิศใดบ้าง
- ๕) โอกาสที่ตั้งของซากศพ พิจารณาว่าอวัยวะต่างๆ ของซากศพตั้งอยู่ในที่ใดบ้าง
- ๖) ภาพรวมของซากศพ พิจารณาโดยรวม ตั้งแต่ปลายผมถึงปลายเท้าของซากศพนั้นว่าประกอบด้วยอาการ ๓๒ มีผม ขน เล็บ เป็นต้น จนถึงมันสมองเป็นที่สุด เป็นของปฏิกูลน่าเกลียดทั้งโดยสี กลิ่น เป็นต้น

เมื่อกำหนดพิจารณาสุภะดังกล่าวแล้ว นิमितทั้ง ๓ คือ บริกรรมนิมิต อุดคชนิมิต และปฏิกาคนิมิต ย่อมปรากฏขึ้นตามลำดับจนถึงบรรลุมาน เช่นเดียวกับการเจริญกุสิน

หมวดที่ ๓ อนุสสติ ๑๐

๑. พุธานุสสติ ระลึกถึงพระพุทธเจ้า คือน้อมจิตระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระองค์
๒. ธรรมานุสสติ ระลึกถึงพระธรรม คือน้อมจิตระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระธรรม
๓. สังฆานุสสติ ระลึกถึงพระสงฆ์ คือน้อมจิตระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระสงฆ์
๔. สีลानุสสติ ระลึกถึงศีล คือน้อมจิตระลึกพิจารณาศีลของตนที่บริสุทธิ์ไม่ต่างพร้อย
๕. จาคานุสสติ ระลึกถึงการบริจาค คือน้อมจิตระลึกถึงทานที่ตนได้บริจาคแล้ว และพิจารณาคุณธรรมคือความเผื่อแผ่เสียสละที่มีในตน
๖. เทวदानุสสติ ระลึกถึงเทวดา คือน้อมจิตระลึกถึงเทวดาทั้งหลายที่ตนเคยรู้ และพิจารณาคุณธรรมอันทำบุคคลให้เป็นเทวดา
๗. อุปสมานุสสติ ระลึกถึงธรรมเป็นที่สงบ คือระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระนิพพาน อันเป็นที่ดับกิเลสและกองทุกข์
๘. มรณานุสสติ ระลึกถึงความตาย คือระลึกถึงและพิจารณาถึงความตายอันจะต้องมีมาถึงตนเป็นธรรมดา เพื่อไม่ให้เกิดความประมาท
๙. กายคตาสติ สติอันไปในกาย คือกำหนดพิจารณาภายในให้เห็นว่าประกอบด้วยส่วนต่างๆ อันไม่สะอาด ไม่งาม น่ารังเกียจ
๑๐. อานาปานัสสติ สติกำหนดลมหายใจเข้า - ออก

อนุสสติ แปลว่า ความตามระลึก คือ น้อมจิตระลึกลับึงถึงอารมณ์กัมมัฏฐานอยู่เนืองๆ

๑.-๓. ให้กำหนดระลึกพิจารณาถึงความสำคัญของพระรัตนตรัย ตามคุณบทที่ว่า **อิตปิ โส ภควา อรหํ สมมาสมพุทโธ ... สวากขาโต ภควตา ธัมโม ... สุปฏิปนโน ภควโต สาวกสงโฆ ...** โดยมีวิธีการเจริญ ๓ อย่าง คือ

๑) สารายาย คือการสวดสรรเสริญคุณของพระรัตนตรัยตามที่นิยมกัน จนจิตสงบไม่ขัดส่ายไปในอารมณ์อื่นๆ

๒) น้อมรำลึก คือการน้อมนำเอาคุณของพระรัตนตรัยบทใดบทหนึ่งมากำหนดบริกรรมว่า พุทโธ, ธัมโม, สังโฆ โดยตั้งสติระลึกตามบทนั้นๆ ให้สัมพันธ์กับการหายใจเข้า-ออก เช่น หายใจเข้าว่า พุท หายใจออกว่า โธ เป็นต้น

๓) พิจารณา คือการยกคุณของพระรัตนตรัยแต่ละบทขึ้นพิจารณา เมื่อพิจารณาเห็นชัดในบทใด ก็พิจารณาอยู่ที่บทนั้น จนจิตสงบ

๔. การเจริญสีลานุสสติ : ผู้จะเจริญสีลานุสสติ พึงชำระศีลของตนให้บริสุทธิ์ อย่าให้เป็นพ่อน คือ อย่าให้ขาด อย่าให้ต่าง อย่าให้พร้อย เมื่อทำศีลของตนให้บริสุทธิ์ด้วยดีแล้ว พึงเข้าไปสู่ที่สงัดพิจารณาศีลของตนว่า ศีลของเราไม่ขาด ไม่ต่าง ไม่พร้อย เป็นศีลที่พระอรหันต์ชอบใจนักปราชญ์สรรเสริญ เมื่อระลึกนึกถึงศีลของตนอยู่อย่างนี้ นิรวณก็จะสงบระงับ จิตย่อมตั้งมั่นเป็นขณิกสมาธิและอุปจารสมาธิโดยลำดับ

๕. การเจริญจาคานุสสติ : ผู้จะเจริญจาคานุสสติ พึงทำจิตให้ยินดีในการบริจาคทาน โดยตั้งใจว่า ต่อแต่นี้ไป เมื่อมีผู้รับทานอยู่ หากเรายังไม่ได้ให้ทาน เราจะไม่มีบริโกศลเลยเป็นอันขาด จากนั้นพึงกำหนดอาการที่ตนบริจาคทานด้วยเจตนาอันบริสุทธิ์ให้เป็นนิมิตอารมณ์ แล้วเข้าไปสู่ที่อันสงัดพิจารณาว่า “เป็นลาภของเราแล้วหนอ เราได้เกิดมาเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนา” เมื่อระลึกถึงทานที่ตนบริจาค นิรวณก็จะสงบระงับ จิตย่อมตั้งมั่นเป็นขณิกสมาธิและอุปจารสมาธิโดยลำดับ

๖. การเจริญเวทदानุสสติ : ผู้จะเจริญเวทदानุสสติ พึงระลึกถึงคุณธรรมที่ทำให้บุคคลให้เป็นเทวดา จากนั้นแล้วพึงพิจารณาว่า “เหล่าเทวดาที่เกิดในสุคติ บริบูรณ์ด้วยสุขสมบัติอันเป็นทิพย์ เพราะเมื่อชาติก่อน เทวดาเหล่านั้นประกอบด้วยคุณธรรมคือ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา แม้เราก็มีคุณธรรมเช่นนั้นเหมือนกัน” เมื่อระลึกถึงอย่างนี้แล้ว ย่อมเกิดปิติปราโมทย์ นิรวณก็จะสงบระงับ จิตย่อมตั้งมั่นเป็นขณิกสมาธิและอุปจารสมาธิโดยลำดับ

๗. การเจริญอุปमानุสสติ : ผู้จะเจริญอุปमानุสสติ พึงเข้าไปสู่ที่อันสงัด ระลึกถึงคุณของนิพพาน เป็นอารมณ์ว่า “พระนิพพานนี้ เป็นที่สิ้นตัณหา เป็นที่ปราศจากกิเลสเครื่องยึดมั่น เป็นที่ดับราคะ โทสะ โมหะโดยไม่เหลือ เป็นที่ดับเพลิงกิเลสและกองทุกข์โดยสิ้นเชิง เป็นสุขอย่างยิ่ง” เมื่อระลึกอยู่อย่างนี้ นิรวณก็จะสงบระงับ จิตย่อมตั้งมั่นเป็นขณิกสมาธิและอุปจารสมาธิโดยลำดับ

๘. การเจริญมรณัสสติ : ผู้จะเจริญมรณัสสติ พึงไปยังที่สงัดแล้วบริกรรมว่า “ความตายจักมีแก่เรา เราจักต้องตาย ชีวิตของเรจะต้องขาดสิ้นลงแน่นอน เรามีความตายเป็นธรรมดา ล่วงพ้นความตายไปไม่ได้” การระลึกถึงความตายโดยอุบายที่ชอบ พึงประกอบด้วยองค์ ๓ คือ ๑) สติ ระลึกถึงความตายอยู่ ๒) ญาณ รู้ว่าความตายจะมีเป็นแน่ ตัวจะต้องตายเป็นแท้ ๓) เกิดสังเวชสลดใจ เมื่อระลึกอยู่อย่างนี้ นิรวณก็จะสงบระงับ จิตย่อมตั้งมั่นเป็นขณิกสมาธิและอุปจารสมาธิโดยลำดับ

๙. **การเจริญกายคตาสติ** : ผู้จะเจริญกายคตาสติ พึงตั้งสติกำหนดพิจารณากายอันเป็นที่ประชุมแห่งส่วนปฏิกูลน่าเกลียด ตั้งแต่ปลายผมลงมาถึงปลายเท้า มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ ให้เห็นว่าเต็มไปด้วยของไม่สะอาดมีประการต่างๆ ซึ่งนับได้จำนวน ๓๒ ส่วน คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง, เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม, หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด, ไล่ใหญ่ ไล่ย่อย อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี, เสลด หนอง (น้ำเหลือง) เลือด เหงื่อ มันข้น, น้ำตา มันเหลว น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ, น้ำมูตร (น้ำปัสสาวะ) มันสมอง พิจารณาโดยสั สณฐาน กลิ่น ที่เกิด ที่อยู่ของส่วนต่างๆ เหล่านั้น จนเห็นว่าเป็นของไม่สวยไม่งาม เป็นของปฏิกูลน่าเกลียด นิเวศน์ก็จะสงบระงับ จิตย่อมตั้งมั่นเป็นฌณิกสมาธิ อุปจารสมาธิและอัปปนาสมาธิ

๑๐. **การเจริญอานาปานัสสติ** : ผู้จะเจริญอานาปานัสสติ พึงเข้าไปสู่ที่สงัด เช่น ป่าไม้ เรือนว่าง โรงศาลา เป็นต้น ซึ่งเหมาะแก่การเจริญจิตตภาวนา แล้วนั่งขัดสมาธิเท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ตั้งกายให้ตรง ดำรงสติให้มั่น กำหนดรู้ลมหายใจเข้า-หายใจออก อย่าให้หลงลืม เมื่อหายใจเข้าพึงกำหนดรู้ว่า หายใจเข้า เมื่อหายใจออกพึงกำหนดรู้ว่าหายใจออก เมื่อหายใจเข้าและออกยาวหรือสั้น ก็พึงมีสติกำหนดรู้ โดยประจักษ์ชัดทุกขณะไปโดยมิให้หลงลืม เพื่อให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิโดยเร็ว

หมวดที่ ๔ พรหมวิหาร ๔

๑. **เมตตา** ความรักใคร่ปรารถนาดีอยากให้ผู้อื่นมีความสุข
๒. **กรุณา** ความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์ ได้แก่ ความใส่ใจในอันจะปลดเปลื้องความทุกข์ยากเดือดร้อนของปวงสัตว์
๓. **มุทิตา** ความพลอยยินดี ได้แก่ ความเป็นผู้มีจิตแช่มชื่นเบิกบาน ในเมื่อเห็นผู้อื่นอยู่ดีมีสุข เจริญรุ่งเรือง และประสบความสำเร็จยิ่งขึ้นไป
๔. **อุเบกขา** ความวางใจเป็นกลางในสัตว์ทั้งหลาย ได้แก่ ความไม่เอนเอียงไปด้วยความชอบหรือความชัง เที่ยงตรงดุจดั่งราชัง โดยพิจารณาเห็นว่า สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของของตน ทำกรรมใดไว้ย่อมได้รับผลกรรมนั้น

พรหมวิหาร หมายถึง หลักความประพฤติอันประเสริฐ หรือหลักการดำเนินชีวิตอันบริสุทธิ์หมดจด และหลักการปฏิบัติต่อมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายโดยชอบ พรหมวิหารนี้เรียกอีกอย่างว่า อัปปมัญญา เพราะเป็นธรรมที่แผ่ไปในมนุษย์หรือสัตว์ทั้งหลาย โดยไม่เจาะจง ไม่มีประมาณ ไม่มีขอบเขต มีวิธีเจริญดังนี้

เมตตา : เมื่อเห็นโทษของโทสะและอาณิสสของขันติ จึงแผ่เมตตาจิตไปในตนก่อนว่า “ขอเราจงเป็นสุข อย่าได้มีทุกข์ มีเวรมีภัยแก่ใครๆ เลย อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจ จงเป็นสุขๆ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด” โดยเปรียบเทียบว่า เรารักสุขเกลียดทุกข์ ฉันทใคร่ ผู้อื่นหรือสัตว์อื่นก็รักสุขเกลียดทุกข์ ฉันทนั้น จากนั้น พึงแผ่ไปในสรรพสัตว์ ไม่มีประมาณ ไม่มีขอบเขต โดยทำนองเดียวกันว่า “ขอสัตว์ทั้งปวงอย่ามีเวร อย่ามีความพยาบาทต่อกันและกันเลย อย่ามีความทุกข์กายทุกข์ใจ จงเป็นสุขๆ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด”

เมตตานี้เป็นข้าศึกแก่โทสะและพยาบาทโดยตรง เมื่อบุคคลเจริญเมตตานี้ย่อมละโทสะและพยาบาทได้ จิตก็ตั้งมั่นเป็นฌณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิโดยลำดับ บุคคลที่เจริญเมตตา

ย่อมได้รับอานิสงส์ ๑๑ อย่าง คือ (๑) หลับเป็นสุข (๒) ตื่นเป็นสุข (๓) ไม่ฝันร้าย (๔) เป็นที่รักของมนุษย์ (๕) เป็นที่รักของอมมนุษย์ (๖) เทวดารักษา (๗) ไฟ ยาพิษ ศัสตราวุธ ไม่กล้ากราย (๘) จิตสงบเป็นสมาธิได้เร็ว (๙) สีหน้าผ่องใส (๑๐) ตายอย่างมีสติ (๑๑) เมื่อยังไม่บรรลุนิพพานชั้นสูง ย่อมเข้าถึงพรหมโลก

กรุณา : เมื่อได้เห็นสรรพสัตว์ผู้ได้รับความทุกข์ยากลำบาก แล้วทำให้อารมณ์แผ่กรุณาจิตไปว่า “ขอสัตว์ผู้ประสบทุกข์ จงพ้นจากทุกข์เถิด” เมื่อแผ่ไปอย่างนี้บ่อยๆ ก็จะกำจัดวิหิงสา ความเบียดเบียน นิรเวณก็จะสงบระงับ จิตก็จะตั้งมั่นเป็นขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิโดยลำดับ สำเร็จเป็นกามาวจรกุศลและรูปาวจรกุศล

มุทิตา : เมื่อได้เห็นหรือได้ยินมนุษย์หรือสัตว์อื่นๆ ที่อยู่สุขสบาย ก็พึงทำจิตให้ชื่นชมยินดี แผ่มุทิตาจิตไปว่า “ขอสัตว์ทั้งหลายอย่าได้เสื่อมจากสมบัติที่ตนได้แล้วเลย” หรือ “ขอสัตว์เหล่านั้นยังยืนอยู่ในสุขสมบัติของตนๆ เถิด” เมื่อทำบริกรรมนิกายอยู่อย่างนี้ ย่อมละอริ คือความไม่ยินดีในสมบัติของผู้อื่น ลงไปได้ จิตก็จะตั้งมั่นเป็นขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิโดยลำดับ

อุเบกขา : พึงแผ่ไปในสรรพสัตว์ โดยทำจิตให้เป็นกลางๆ อย่าดีใจเสียใจในเหตุสุขทุกข์ของสรรพสัตว์ แล้วบริกรรมนึกไปว่า “สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง มีกรรมเป็นของของตน เป็นอยู่เช่นใด ก็จงเป็นอยู่เช่นนั้นเถิด” เมื่อนึกบริกรรมอย่างนี้เรื่อยไป จิตก็จะละระคะและปฏิฆะ คือความกำหนดขัดเคืองในสุขทุกข์ของผู้อื่นลงไปได้ อุเบกขานี้มีอานุภาพทำให้ผู้เจริญได้ถึงจตุตถฌานในจตุกกนัย และปัญจฌานในปัญจกนัย

หมวดที่ ๕ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑

อาหาเรปฏิกูลสัญญา ความสำคัญว่าเป็นของปฏิกูลในอาหาร หมายถึง การพิจารณาอาหารให้เห็นเป็นของน่ารังเกียจ เพื่อไม่ให้เกิดความติดใจในรสอาหาร มีวิธีการพิจารณาความปฏิกูลในอาหาร โดยอาการ ๑๐ อย่าง คือ ๑) โดยการไป ๒) โดยการแสวงหา ๓) โดยการบริโภค ๔) โดยที่อยู่ ๕) โดยการหมักหมม ๖) โดยยังไม่ย่อย ๗) โดยย่อยแล้ว ๘) โดยผลจากการย่อย ๙) โดยการหลั่งไหลขับถ่ายออก ๑๐) โดยทำให้แปดเปื้อน แต่พระมติของสมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ มี ๘ อย่าง โดยตัดข้อ ๑ และข้อ ๒

เมื่อผู้เจริญอาหาเรปฏิกูลสัญญาพิจารณาโดยอาการอย่างนี้ นิรเวณย่อมสงบระงับ จิตก็จะตั้งมั่นเป็นอุปจารสมาธิ ให้สำเร็จกิจเป็นกามาวจรกุศล และเป็นอุปนิสัยปัจจัยแห่งมรรคผลนิพพานต่อไป

หมวดที่ ๖ จตุธาตุวัตถาน ๑

จตุธาตุวัตถาน การกำหนดธาตุ ๔ หมายถึง การกำหนดพิจารณาให้เห็นว่าร่างกายเรานั้นเป็นแต่เพียงธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม มาประชุมกันเท่านั้น ทั้งนี้ เพื่อให้เกิดความเบื่อหน่าย ถอนความรู้สึกว่าเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา ออกไปจากจิต เรียกอีกอย่างว่า ธาตุมนสิการหรือธาตุกัมมัญฐาน

ในการกำหนดนั้น ผู้จะเจริญจตุธาตุวัตถานนี้ พึงตัดความกังวลห่วงใยทั้งหมด เข้าไปสู่สถานที่สงัด แล้วตั้งสติพิจารณาร่างกายนี้ โดยแยกส่วนต่างๆ ออกเป็นธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ดังนี้

สิ่งที่แข็งแกร่งต่าง มีอยู่ในกาย เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เป็นต้น จัดเป็นปฐวีธาตุ ธาตุดิน

สิ่งที่เหลวเอิบอาบซาบซึมไป มีอยู่ในกาย เช่น น้ำลาย น้ำมูก น้ำตา มันเปว เหนือ เลือด เป็นต้น จัดเป็น อาโปธาตุ ธาตุน้ำ

สิ่งที่ทำให้กายอบอุ่น ทำให้กายทรุดโทรมเหี่ยวแห้ง ปราศจากความงาม ทำให้กายเร่าร้อน กระวนกระวายจนทนไม่ได้ และทำอาหารในกายให้ย่อยแปรแปรวนไป จัดเป็น เตโชธาตุ ธาตุไฟ

สิ่งที่อุปถัมภ์ค้ำชูกายให้สำเร็จกิจมีสันไหว ลูก เดิน ยืน นั่ง นอนได้ เป็นต้น จัดเป็น วาโยธาตุ ธาตุลม ธาตุลมนี้ มีอาการ ๖ อย่าง คือ (๑) ลมพัดขึ้นเบื้องบน (๒) ลมพัดลงเบื้องต่ำ (๓) ลมในท้องนอกไส้ (๔) ลมในไส้ใหญ่ (๕) ลมซ่านไปทั่วอวัยวะในร่างกาย และ (๖) ลมหายใจเข้า - ออก

เมื่อกำหนดพิจารณาธาตุ ๔ เช่นนี้เรื่อยไป จิตก็จะตั้งมั่นเป็นขณิกสมาธิและอุปปาสมาธิโดยลำดับ นิเวศน์ก็จะสงบระงับไป จิตย่อมหยั่งลงสู่สุญญตารมณ์ คือเห็นว่างกายนี้ว่างเปล่าจากสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา จากนั้นจิตจะเพิกเฉยเป็นกลางๆ ไม่ยินดียินร้ายใน อริยธรรมอันนิยธรรม และอาจได้สำเร็จ มรรคผลนิพพานในที่สุด

หมวดที่ ๗ อรูป ๔

๑. อากาสนัญญาตนะ ฌานที่กำหนดอากาศคือช่องว่างอันไม่มีที่สุดเป็นอารมณ์
 ๒. วิญญานัญญาตนะ ฌานที่กำหนดวิญญานอันไม่มีที่สุดเป็นอารมณ์
 ๓. อากิญจัญญาตนะ ฌานที่กำหนดภาวะไม่มีอะไรๆ เป็นอารมณ์
 ๔. เนวสัญญานาสัญญาตนะ ฌานที่กำหนดภาวะมีสัญญาไม่ใช่ ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่เป็นอารมณ์
- อรูป** หมายถึง ฌานที่มีรูปธรรมเป็นอารมณ์ ภาพของสัตว์ผู้เข้าถึงอรูปฌาน มีดังนี้

๑. อากาสนัญญาตนะ หมายถึง ฌานที่เลิกเพ่งกลิ่นแล้วมากำหนดอากาศคือที่ว่าง หรือช่องว่างเป็นอารมณ์ โดยพิจารณาให้เห็นว่า อากาศไม่มีที่สุด แล้วทำบริกรรมว่า อนนโต อากาโส อากาโส ไม่มีที่สุดๆ ดังนี้เรื่อยๆ จิตย่อมตั้งมั่นเป็นอุปปาสมาธิ ตลอดจนถึงอัปปนาสมาธิโดยลำดับ

๒. วิญญานัญญาตนะ หมายถึง ฌานที่เลิกเพ่งอากาศหรือที่ว่างนั้นแล้วมากำหนดเพ่งดูวิญญาน ความรับรู้เป็นอารมณ์ โดยพิจารณาให้เห็นว่าวิญญานไม่มีที่สุด แล้วทำบริกรรมว่า อนนโต วิญญาณํ วิญญาณํ ไม่มีที่สุดๆ ดังนี้เรื่อยๆ จิตย่อมตั้งมั่นเป็นอัปปนาสมาธิ

๓. อากิญจัญญาตนะ หมายถึง ฌานที่เลิกกำหนดเพ่งวิญญานเป็นอารมณ์ของอรูปฌานที่ ๒ แล้วมายึดหน่วงเอาความไม่มีของอรูปฌานที่ ๑ เป็นอารมณ์ แล้วทำบริกรรมว่า นตฺถิ กิญฺจิ อรูปวิญญาณํ ที่ ๑ นี้ นิทหนึ่งไม่มี มิได้เหลือติดอยู่ในอากาศ ดังนี้เรื่อยๆ จิตย่อมตั้งมั่นเป็นอัปปนาสมาธิ

๔. เนวสัญญานาสัญญาตนะ หมายถึง ฌานที่เลิกกำหนดคือปล่อยวางอารมณ์ของอรูปฌานที่ ๓ แล้วกำหนดเอาแต่ภาวะที่ละเอียดประณีตของอรูปฌานที่ ๔ เป็นอารมณ์ แล้วทำบริกรรมว่า สนฺตเมตํ ปณฺธิเมตํ อรูปฌานนี้ละเอียดนัก ประณีตนัก จะมีสัญญาก็ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่ ดังนี้เรื่อยๆ จิตย่อมตั้งมั่นเป็นอัปปนาสมาธิ

จริต ๖

ที่จัดอารมณกัมมฐานไว้ถึง ๔๐ อย่าง เพราะกำหนดตามความเหมาะสมแก่จริตของบุคคล ทั้งนี้ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติสามารถเลือกตามความเหมาะสมแก่จริตของตน ถ้าเลือกอารมณกัมมฐานได้ถูกต้องเหมาะสมกับจริต การปฏิบัติก็จะได้ผลดีและรวดเร็ว

คำว่า จริต แปลว่า ความประพฤติ หมายถึง พื้นเพของจิต หรืออุปนิสัยที่หนักไปทางใดทางหนึ่ง อันเป็นปกติประจำอยู่ในสันดาน เรียกอีกอย่างว่า จริยา จริตของบุคคลในโลก มี ๖ ประเภท คือ

๑. **ราคจริต** หมายถึง ผู้มีราคะเป็นความประพฤติปกติ หรือมีราคะเป็นเจ้าเรือน คือมีลักษณะนิสัยรักสวยรักงาม ชอบเรื่องบันเทิงเจริญใจ เรียบร้อย ทำงานละเอียดประณีต นิยมรสอาหารที่กลมกล่อมเป็นคนเจ้าเล่ห์ โอ้อวด ถือตัว มีความต้องการทางกามและเกียรติมาก เป็นต้น

๒. **โทสจริต** หมายถึง ผู้มีโทสะเป็นความประพฤติปกติ หรือมีโทสะเป็นเจ้าเรือน คือมีลักษณะนิสัยใจร้อน หงุดหงิดรุนแรง ฉุนเฉียว โกรธง่าย ชอบการต่อสู้เอาชนะผู้อื่น พรวดพราวต ีรร้อน กระด้าง ทำการงานรวดเร็วแต่ไม่ค่อยเรียบร้อย ชอบบริโภคอาหารรสจัด ชอบหลอกลวงทำน ตีตนเสมอ และมักริษยา เป็นต้น

๓. **โมหจริต** หมายถึง ผู้มีโมหะเป็นความประพฤติปกติ หรือมีโมหะเป็นเจ้าเรือน คือมีลักษณะนิสัยโง่เขลา ขี้หลงขี้ลืม เลื่อนลอย ขาดเหตุผล ชอบเรื่องไร้สาระ ทำการงานหยาบขาดความเรียบร้อย มักมีความเห็นคล้อยตามคนอื่นง่าย ใครว่าอย่างไรก็ว่าตามเขา ขี้เกียจ ขี้สงสัย เข้าใจอะไรยาก เป็นต้น

๔. **สัทธาจริต** หมายถึง ผู้มีศรัทธาเป็นความประพฤติปกติ หรือมีศรัทธาเป็นเจ้าเรือน คือมีลักษณะนิสัยเชื่อง่าย ห่มเทาใจให้ผู้อื่นได้ง่าย เชื่อเรื่องไสยศาสตร์ ทำการงานเรียบร้อย ชอบสวยงามแบบเรียบๆ ไม่ฉูดฉาดโลดโผน มีจิตใจเบิกบานในเรื่องบุญกุศล ไม่ชอบโอ้อวด เป็นต้น

๕. **พุทธิจริต** หมายถึง ผู้มีความรู้เป็นความประพฤติปกติ หรือมีพุทธิปัญญาเป็นเจ้าเรือน คือมีลักษณะนิสัยชอบคิดพิจารณาตามความจริง มีปัญญาเฉียบแหลมว่องไว ได้ยินได้ฟังอะไรมาจำได้เร็ว มักทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ เรียบร้อย สวยงาม มีระเบียบ ชอบพินิจพิเคราะห์ เป็นต้น

๖. **วิตกจริต** หมายถึง ผู้มีความวิตกเป็นความประพฤติปกติ หรือมีความวิตกเป็นเจ้าเรือน คือมีลักษณะนิสัยคิดวุ่น ฟุ้งซ่าน ขาดความมั่นใจ วิตกกังวลในเรื่องไม่เป็นเรื่อง ทำงานจับจด มักเห็นคล้อยตามคนหมู่มาก ประเภทพวกมากลากไป เป็นต้น

อารมณกัมมฐานที่เหมาะสมกับจริต ๖

กัมมฐาน ๑๑ อย่าง คือ อสุภะ ๑๐ และกายคตาสติ ๑ เหมาะกับคนราคจริต

กัมมฐาน ๘ อย่าง คือ วัณณกสิณ ๔ ได้แก่ นิลกสิณ ปิตกสิณ โลหิตกสิณ และโอทาทกสิณ และพรหมวิหาร ๔ ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา เหมาะกับคนโทสจริต

อานาปานัสสติกัมมฐาน เหมาะกับคนโมหจริตและคนวิตกจริต

กัมมฐาน ๖ อย่าง คือ อนุสสติ ๖ ได้แก่ พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ และเทวตานุสสติ เหมาะกับคนสัทธาจริต

กัมมัฏฐาน ๔ อย่าง คือ มรณัสสติ อุปสมานัสสติ อาหาเรปฏิกูลสัญญา และจตุธาตววัตถาน เหมาะกับคนพุทธิจิริต

ภูตกสิณ ๔ และอรุพ ๔ เหมาะกับคนพุทธิจิริต

นิมิต ๓

นิมิต หมายถึง เครื่องหมายสำหรับให้จิตกำหนดในการเจริญกัมมัฏฐาน มี ๓ อย่าง คือ

๑. บริกรรมนิมิต นิมิตขั้นเริ่มต้น ได้แก่ สิ่งที่กำหนดเป็นอารมณ์ในการเจริญกัมมัฏฐาน เช่น ดวงกสิณที่เพ่งดู ลมหายใจที่กำหนด หรือพระพุทธรูปที่กำหนดนึกเป็นอารมณ์ เป็นต้น

๒. อุกคหนิมิต นิมิตติดตา ได้แก่ บริกรรมนิมิตที่เพ่งหรือกำหนดจนเห็นเป็นภาพติดตาติดใจ เช่น ดวงกสิณที่เพ่งจนติดตา หลับตาแล้วยังเห็น เป็นต้น

๓. ปฏิภาคนิมิต นิมิตเทียบเคียง ได้แก่ นิมิตที่เป็นภาพเหมือนของอุคคหนิมิต แต่ติดลึกเข้าไปอีก จนเป็นภาพที่เกิดจากสัญญาของผู้ที่ได้สมาธิ จึงบริสุทธิ์จนปราศจากสี เป็นต้น และไม่มีมลทินใดๆ ทั้งสามารถนึกขยายหรือย่อส่วนได้ตามปรารถนา

ภาวนา ๓

ภาวนา หมายถึง การเจริญกัมมัฏฐานหรือฝึกสมาธิตามลำดับขั้น มี ๓ คือ

๑. บริกรรมภาวนา การเจริญสมาธิขั้นเริ่มต้น ได้แก่ การกำหนดเอานิมิตในสิ่งที่กำหนดเป็นอารมณ์กัมมัฏฐาน เช่น เพ่งดวงกสิณ กำหนดลมหายใจเข้า - ออกที่กระทบปลายจมูก หรือนึกถึงพุทธรูปเป็นอารมณ์ เป็นต้น คือการกำหนดบริกรรมนิมิตนั่นเอง

๒. อุปจารภาวนา การเจริญสมาธิขั้นอุปจาร ได้แก่ การเจริญกัมมัฏฐานที่อาศัยบริกรรมภาวนา โดยกำหนดอุคคหนิมิตเรื่อยไปจนแนบสนิทในใจ เกิดเป็นปฏิภาคนิมิตขึ้น และนิเวศสงบระงับ จิตก็ตั้งมั่นเป็นอุปจารสมาธิ

๓. อัปปนาภาวนา การเจริญสมาธิขั้นอัปปนา ได้แก่ การเจริญกัมมัฏฐานที่อาศัยปฏิภาคนิมิต ซึ่งเกิดขึ้นสม่ำเสมอด้วยอุปจารสมาธิ ในที่สุดก็เกิดอัปปนาสมาธิ คือสมาธิที่แน่วแน่นถึงขั้นที่เรียกว่าบรรลุปฐมฌาน

ฌานสมาบัติ : คุณวิเศษของสมถกัมมัฏฐาน

สมาบัติ แปลว่า ภาวะที่พระอริยบุคคลพึงเข้าถึงได้ หมายถึงคุณวิเศษที่ผู้ปฏิบัติเข้าถึงบรรลุลึถึง ได้แก่ รูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๔ เรียกบุคคลผู้บรรลุว่า ฌานลาภบุคคล (ผู้ได้บรรลุฌาน) ผู้ได้ฌานต้องมีความชำนาญคล่องแคล่วในฌานสมาบัติที่ได้บรรลุ เรียกว่า วสี จึงจะสามารถทำให้ฌานสมาบัติดำรงอยู่อย่างมั่นคง มี ๕ อย่าง คือ

๑. **อาวัชชนวสี** ความชำนาญในการนึกตริกถึงองค์ฌาน
๒. **สมาปัชชนวสี** ความชำนาญในการเข้าฌาน
๓. **อิฐฐานวสี** ความชำนาญในการรักษามานไว้ตามที่กำหนด
๔. **วุฏฐานวสี** ความชำนาญในการออกจากฌานตามที่กำหนด
๕. **ปัจจนเวกชนวสี** ความชำนาญในการพิจารณาองค์ฌานที่ได้บรรลุ

นักบวชนอกพระพุทธศาสนาสามารถบรรลุสมบัติ ๘ ได้ แต่ไม่สามารถละกิเลสบรรลุพระนิพพานได้ เพียงส่งผลให้บังเกิดในพรหมโลกเท่านั้น ดังเช่น อาฬารดาบส และอุททกดาบส เป็นต้น

ในพระพุทธศาสนา สมบัติ ๘ จัดเป็นทิฏฐธรรมสุขวิหาร คือธรรมเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบันของพระอริยบุคคล ย่อมเป็นไปเพื่อดับกิเลสทำให้แจ้งพระนิพพาน มี ๒ ประเภท คือ (๑) ผลสมบัติ การเข้าถึงผล ย่อมทั่วไปแก่พระอริยบุคคลที่ได้สมบัติเท่านั้น (๒) นิโรธสมบัติ มีได้เฉพาะพระอริยบุคคล ๒ จำพวก คือ พระอนาคามี และพระอรหันต์ที่ได้สมบัติ ๘ เท่านั้น

รูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๔ และ สัณญานเวทิตินิโรธ ๑ เรียกว่า อนุปปพวิหาร ๙ คือ

- ๑) ปฐมฌาน
- ๒) ทุตติยฌาน
- ๓) ตติยฌาน
- ๔) จตุตถฌาน
- ๕) อากาสานัญจายตนฌาน
- ๖) วิญญูณัญจายตนฌาน
- ๗) อากิญจัญญายตนฌาน
- ๘) เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน
- ๙) สัณญานเวทิตินิโรธ

การที่ท่านกำหนดอารมณ์สมถกัมมัฏฐานไว้หลายวิธี ก็เพื่อเหมาะแก่จริตบุคคล เพื่อเป็นอุบายระงับนิวรณ์ ๕ และเพื่อให้บรรลุฌานสมบัติตามลำดับ

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑

ธรรมศึกษาชั้นเอก สาระการเรียนรู้อริยธรรม

เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

เวลา.....ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่ออยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๒. ผลการเรียนรู้

รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๓. สาระสำคัญ

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ เป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยพุทธคุณกถา หากบุคคลยึดมั่นและปฏิบัติได้จะอยู่ในสังคมด้วยความสุข

๔. จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนอธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏได้

๕. สาระการเรียนรู้/เนื้อหา

- พุทธคุณกถา

๖. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นสืบค้นและเชื่อมโยง

๑. ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ โดยใช้คำถามเพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการคิดและเชื่อมโยงไปสู่การเรียนรู้

- นักเรียนเคยเรียนเรื่องหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏบ้างหรือไม่
- หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏมีอะไรบ้าง
- นักเรียนเคยได้ยินได้เห็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏจากที่ไหนบ้าง

ขั้นฝึก

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ พุทธคุณกถา จากใบความรู้ที่ ๑๑

๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดเตรียมการเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ขั้นประยุกต์

๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอตามหัวข้อที่ตนเองได้รับมอบหมายเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๕. นักเรียนในแต่ละกลุ่มตอบคำถามตามใบกิจกรรมที่ ๑๑
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปในแต่ละหัวข้อ

๗. ภาระงาน/ชิ้นงาน

ที่	ภาระงาน	ชิ้นงาน
๑	ตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ	ใบกิจกรรมที่ ๑๑

๘. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ใบความรู้ที่ ๑๑ เรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ
๒. ใบกิจกรรมที่ ๑๑

๙. การวัดผลและประเมินผล

สิ่งที่ต้องการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
อธิบายหลักธรรม ของพระพุทธศาสนา ส่วนสังสารวัฏได้	- ตรวจผลงาน	- แบบประเมิน ผลงาน	ผ่าน = ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป ไม่ผ่าน = ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ ๖๐

แบบประเมินผลงาน

ใบกิจกรรมที่ ๑๑

ข้อที่	ระดับคะแนน		
	๔ - ๕ คะแนน	๒ - ๓ คะแนน	๑ คะแนน
๑	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็น	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็นส่วนใหญ่	ตอบคำถามถูกต้องและ ตรงประเด็นน้อย

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์	ร้อยละ	คะแนน
ผ่าน	๖๐ ขึ้นไป	๓ คะแนนขึ้นไป
ไม่ผ่าน	ต่ำกว่า ๖๐	๒ คะแนนลงมา

หมายเหตุ เกณฑ์การตัดสินสามารถปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

ใบกิจกรรมที่ ๑๑

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ จำนวน ๑ ข้อ (๕ คะแนน)

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของพุทธคุณ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๑๑

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของพุทธคุณ

ตอบ **พุทธคุณ** คือ พระคุณของพระพุทธเจ้า ทั้งที่เป็นพระคุณสมบัติส่วนพระองค์ และพระคุณที่ทรงบำเพ็ญเพื่อประโยชน์แก่อุทิศแก่ผู้อื่น มี ๙ ประการ ดังนี้

๑. **อรหัง** ผู้เป็นพระอรหันต์ หมายถึง ผู้บริสุทธิ์ปราศจากกิเลสโดยสิ้นเชิง

๒. **สมมาสมพุทโ** ผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ หมายถึง เป็นผู้ตรัสรู้สรรพสิ่งที่ควรรู้ซึ่งที่ควรกำหนดรู้

๓. **วิชชาจรณสมปนโน** ผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรรยา หมายถึง ทรงเพียบพร้อมด้วยวิชา ๓ วิชา ๘ และจรรยา ๑๕

๔. **สุคโต** ผู้เสด็จไปดีแล้ว หรือผู้กล่าวดีแล้ว

๕. **โลกวิทู** ผู้ทรงรู้แจ้งโลก

๖. **อนุตตโร** บริสัทมมสารถิ ผู้เป็นสารถิฝึกคนที่ฝึกได้ ไม่มีผู้อื่นยิ่งกว่า

๗. **สตถา เทวมนุสสานิ** ผู้เป็นพระศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย คือทรงเป็นบรมครูสั่งสอนบุคคลทุกระดับชั้น

๘. **พุทโ** ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานแล้ว คือทรงเป็นพระพุทธเจ้าอย่างสมบูรณ์ เพราะตรัสรู้สรรพสิ่งที่ควรรู้ และทรงสอนผู้อื่นให้รู้ตาม

๙. **ภควา** ผู้ทรงจำแนกพระธรรม ผู้มีโชค

การปฏิบัติ เราต้องหมั่นศึกษาคุณงามความดีที่องค์สัมมาสัมพุทธเจ้าทรงปฏิบัติไว้แล้ว

ใบความรู้ที่ ๑๑

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

พุทธคุณกถา

พุทธคุณ ๙

๑. อรหิ	ผู้เป็นพระอรหันต์
๒. สมมาสมพุทโธ	ผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ
๓. วิชชาจรณสมปนโน	ผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ
๔. สุคโต	ผู้เสด็จไปดีแล้ว
๕. โลกวิทู	ผู้ทรงรู้แจ้งโลก
๖. อนุตตรโร ปุริสทมมสารถิ	ผู้เป็นสารถิฝึกคนที่ฝึกได้ ไม่มีผู้อื่นยิ่งกว่า
๗. สตถา เทวมนุสสานิ	ผู้เป็นพระศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย
๘. พุทโธ	ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานแล้ว
๙. ภควา	ผู้ทรงจำแนกพระธรรม ผู้มีโชค

อธิบาย

พุทธคุณ คือ พระคุณของพระพุทธเจ้า ทั้งที่เป็นพระคุณสมบัติส่วนพระองค์ และพระคุณที่ทรงบำเพ็ญเพื่อประโยชน์แก่กุลแก่ผู้อื่น มี ๙ ประการ ดังนี้

๑. อรหิ ผู้เป็นพระอรหันต์ หมายถึง ผู้บริสุทธิปราศจากกิเลสโดยสิ้นเชิง ในอรรถกถาและปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค ได้นิยามความหมายของคำว่า อรหิ ไว้ ๕ ประการ

๑) เป็นผู้ไกลกิเลส คือทรงดำรงอยู่ไกลแสนไกลจากกิเลสทั้งหลาย เพราะทรงกำจัดกิเลสทั้งหลาย พร้อมทั้งवासนาด้วยอริยมรรคจนหมดสิ้น

๒) เป็นผู้กำจัดอริทั้งหลาย คือทรงกำจัดข้าศึกคือกิเลสทั้งหลายด้วยอริยมรรค

๓) เป็นผู้หักกามแห่งสังสารจักร คือทรงหักกงล้อแห่งการเวียนว่ายตายเกิดในภพภูมิต่างๆ

๔) เป็นผู้ควรแก่ปัจจัย ๔ เป็นต้น คือทรงเป็นผู้ควรแก่การบูชาพิเศษ เพราะพระองค์ทรงเป็นทักษิณบุคคลชั้นยอด เทวดาและมนุษย์ทั้งหลายต่างบูชาพระองค์ด้วยการบูชาอย่างยิ่ง

๕) เป็นผู้ไม่มีที่ลับในการทำบาป คือไม่ทรงทำบาปทุจริตทั้งในที่ลับและในที่แจ้ง

๒. สมมาสมพุทโธ ผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ หมายถึง เป็นผู้ตรัสรู้สรรพสิ่งที่ควรรู้อย่าง ที่ควรกำหนดรู้ ที่ควรละ ที่ควรทำให้แจ้ง และที่ควรเจริญให้เกิดมีได้อย่างถูกต้องโดยชอบด้วยพระองค์เอง โดยไม่มีผู้ใดแนะนำสั่งสอน โดยสรุป คือ พระองค์ตรัสรู้อย่าง ๔ ด้วยพระองค์เอง

๓. วิชชาจรณสมปนโน ผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ หมายถึง ทรงเพียบพร้อมด้วยวิชา ๓ วิชา ๘ และจรณะ ๑๕

วิชา ๓ คือ

- | | |
|-------------------------|---|
| ๑) ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ | ญาณหยั่งรู้ระลึกชาติหนหลังได้ |
| ๒) จุตูปปาตญาณ | ญาณหยั่งรู้จุดและอุบัติของสัตว์ทั้งหลาย |
| ๓) อาสวักขยญาณ | ญาณหยั่งรู้ความสิ้นไปแห่งอาสวกิเลส |

วิชา ๘ คือ

- | | |
|-------------------------|---|
| ๑) วิปัสสนาญาณ | ปัญญาที่พิจารณาเห็น รูป นาม คือ ชั้น ๕ เป็นส่วนๆ ต่างอาศัยกัน |
| ๒) มโนมยิทธิ | ฤทธิ์ทางใจ เช่น เนรมิตกายได้หลากหลายอย่าง เป็นต้น |
| ๓) อิทธิวิธี | แสดงฤทธิ์ได้ เช่น เหาะเหินเดินอากาศได้ เดินบนน้ำค้างลงไป ในแผ่นดินได้ เป็นต้น |
| ๔) ทิพพโสต | หูทิพย์ คือ ฟังเสียงที่อยู่ไกลแสนไกลได้ยิน |
| ๕) เจโตปริยญาณ | กำหนดรู้ใจผู้อื่นได้ เช่น รู้ความคิดคนอื่นว่าคิดอย่างไร |
| ๖) ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ | ญาณระลึกชาติหนหลังของตนได้ |
| ๗) ทิพพจักขุ ตาทิพย์ | เห็นการเกิดการตายของเหล่าสัตว์ |
| ๘) อาสวักขยญาณ | รู้จักทำอาสวะให้สิ้นไปไม่มีเหลือ |

จรรยา ๑๕ คือ

- | | |
|--------------------|------------------------------------|
| ๑) สีสังวร | ความสำรวมในศีล |
| ๒) อินทริยสังวร | ความสำรวมอินทริย |
| ๓) โภชนมัตตัญญุตตา | ความเป็นผู้รู้จักประมาณในการบริโภค |
| ๔) ซาคริยานุโยค | ความหมั่นประกอบความเพียร |
| ๕) สัทธา | ความเชื่อกรรมและผลของกรรม |
| ๖) หิริ | ความละอายต่อบาปทุจริต |
| ๗) โอตตัปปะ | ความสะดุ้งกลัวต่อบาปทุจริต |
| ๘) พาหุสัจจะ | ความเป็นผู้ได้สดับมาก |
| ๙) วิริยารัมภะ | การปรารภความเพียร |
| ๑๐) สติ | ความระลึกได้ |
| ๑๑) ปัญญา | ความรอบรู้ตามเป็นจริง |
| ๑๒) ปฐมฌาน | ฌานที่ ๑ |
| ๑๓) ทุตติยฌาน | ฌานที่ ๒ |
| ๑๔) ตติยฌาน | ฌานที่ ๓ |
| ๑๕) จตุตถฌาน | ฌานที่ ๔ |

๔. **สุคโต** ผู้เสด็จไปดีแล้ว หรือผู้กล่าวดีแล้ว ในอรรถกถานิยามความหมายไว้ ๔ ประการ

- ๑) ทรงพระนามว่า สุคโต เพราะมีการเสด็จดำเนินไปอย่างบริสุทธิ์ หาโทษมิได้ ด้วยอริยมรรค
- ๒) ทรงพระนามว่า สุคโต เพราะเสด็จไปสู่อมตสถานคือพระนิพพาน

- ๓) ทรงพระนามว่า สุคติ เพราะเสด็จไปโดยชอบ ไม่ทรงหวนกลับมาสู่กิเลสที่ละได้แล้ว
- ๔) ทรงพระนามว่า สุคติ เพราะตรัสวาจาชอบ ตรัสคำจริง ประกอบด้วยประโยชน์

๕. โลกวิทู ผู้ทรงรู้แจ้งโลก มีความหมาย ๒ ประการ ดังนี้

- ๑) ทรงพระนามว่า โลกวิทู เพราะทรงรู้แจ้งโลกภายในคือร่างกาย ซึ่งมีสัญญา มีใจครองนี้ โดยทรงรู้ถึงสภาวะ เหตุเกิดขึ้น ความดับ และวิธีปฏิบัติให้ถึงความดับอย่างถ่องแท้
- ๒) ทรงพระนามว่า โลกวิทู เพราะทรงรู้แจ้งโลกภายนอก ๓ คือ (๑) สังขารโลก โลกคือสังขารที่มีการปรุงแต่งตามเหตุปัจจัย เช่น สรรพสัตว์ดำรงอยู่ได้เพราะอาหาร (๒) สัตว์โลก โลกคือหมู่สัตว์ซึ่งแยกเป็นมนุษย์ เทวดา พรหม (๓) โอกาสโลก โลกคือแผ่นดิน หรือโลกต่างๆ ที่มีในจักรวาล

๖. อนุตตโร ปุริสทมมสารถิ ผู้เป็นสารถิฝึกคนที่ฝึกได้ ไม่มีผู้อื่นยิ่งกว่า คือทรงทำหน้าที่ดูจสารถิ ฝึกเทวดา มนุษย์ อมนุษย์ และสัตว์ดิรัจฉานที่สมควรฝึกได้ ด้วยอุบายวิธีต่างๆ ตามสมควรแก่อัธยาศัยของแต่ละบุคคลได้อย่างไม่มีผู้อื่นยิ่งกว่า

๗. สตถา เทวมนุสสานิ ผู้เป็นพระศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย คือทรงเป็นบรมครูสั่งสอนบุคคลทุกระดับชั้น ด้วยพระมหากรุณา โดยมุ่งประโยชน์ในโลกนี้ ประโยชน์ในโลกหน้า และประโยชน์สูงสุดคือพระนิพพาน

๘. พุทโธ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานแล้ว คือทรงเป็นพระพุทธรเจ้าอย่างสมบูรณ์ เพราะตรัสรู้สรรพสิ่งที่ควรรู้ และทรงสอนผู้อื่นให้รู้ตาม พระองค์ทรงตื่นเองจากความเชื่อถือและข้อปฏิบัติทั้งหลายที่นับถือกันมาผิดๆ และทรงปลุกผู้อื่นให้ตื่นจากความหลงมกมาย ทรงมีพระหฤทัยเบิกบานบำเพ็ญพุทธกิจได้บริสุทธิ์บริบูรณ์

๙. ภคฺวา ผู้ทรงจำแนกพระธรรม ผู้มีโชค ในอรรถกถาและปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรคให้นิยามความหมายไว้ ๖ ประการ ดังนี้

๑) ทรงเป็นผู้มีโชค คือทรงหวังพระโพธิญาณก็ได้สมหวัง ซึ่งเป็นผลจากพระบารมีที่ทรงบำเพ็ญมานานถึง ๔ อสงไขย ๑ แสนกัป

๒) ทรงเป็นผู้ทำลายกิเลสและหมู่มารทั้งมวลได้อย่างราบคาบ คือทรงชนะกิเลสทั้งปวงและหมู่มารได้หมดสิ้น

๓) ทรงมีภคธรรม ๖ ประการ คือ (๑) ความมีอำนาจเหนือจิต (๒) โลกุตตรธรรม (๓) พระเกียรติยศที่ปรากฏทั่วโลก (๔) พระสิริรูปสง่างามครบทุกส่วน (๕) ความสำเร็จประโยชน์ตามที่ทรงมุ่งหวัง (๖) ความเพียรชอบเป็นเหตุให้ได้รับความเคารพจากชาวโลก

๔) ทรงจำแนกแจกธรรม คือทรงเป็นวิภังค者在ในการแสดงธรรม โดยทรงแยกแยะจำแนกแจกแจงประเภทแห่งธรรมออกไปอย่างละเอียดวิจิตรพิสดาร

๕) ทรงเสพอริยธรรม คือทรงยินดีในอริยวิหารธรรม (ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพระอริยเจ้า) วิเวก (ความสังัดกายและจิต) วิโมกข์ (ความหลุดพ้นจากกิเลส) และอุตตริมนุสสธรรม (ธรรมของมนุษย์อันยอดเยี่ยม มีฉันทสมาบัติ เป็นต้น)

๖) ทรงสลัดตัณหาในภพ ๓ ได้แล้ว คือทรงปราศจากกิเลสตัณหาอันทำให้เวียนว่ายตายเกิดในภพ ๓ คือ กามภพ รูปภพ และอรุภพ

สรุปพระพุทฺธคุณ

พระพุทฺธคุณ ๙ ตั้งแต่ อรหิ ถึง ภควา เป็นเนमितกนาม เกิดโดยนิमितคืออรหัตตคุณและอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ ไม่มีผู้ใดในมนุษยโลกและเทวโลกแต่งตั้งถวาย

ตามพระมติของสมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ ทรงจัดพระพุทฺธคุณ ๙ ไว้โดยย่อ ๒ ประการ คือ พระปัญญาคุณกับพระกรุณาคุณ พระภูมิจารย์ทั้งหลายจัดไว้ ๓ ประการ คือ พระปัญญาคุณ พระวิสุทธิคุณ และพระกรุณาคุณ ในพระคุณทั้ง ๓ นี้ ข้อที่เป็นหลักและกล่าวถึงทั่วไปในคัมภีร์ต่างๆ มี ๓ คือ ปัญญา และกรุณา ส่วนวิสุทธิ เป็นพระคุณเนื่องอยู่ในพระปัญญาอยู่แล้ว เพราะเป็นผลเกิดเองจากการตรัสรู้ จึงไม่แยกไว้เป็นข้อหนึ่งต่างหาก

พระพุทฺธคุณ บทว่า อรหิ, สมมาสมพุทฺโธ, วิชาจรณสมปนโน, สุคโต, โลกวิทู จัดเข้าในพระปัญญาคุณ, บทว่า อนุตตโร, ปุริสทมมสารถิ และสตุถา เทวมนุสสานิ จัดเข้าในพระกรุณาคุณ, บทว่า พุทฺโธ และภควา จัดเข้าได้ทั้งในพระปัญญาคุณและพระกรุณาคุณ

อีกอย่างหนึ่ง บทว่า อรหิ, สมมาสมพุทฺโธ, วิชาจรณสมปนโน, สุคโต, โลกวิทู แสดงคุณสมบัติส่วนพระองค์ เรียกว่า อัตตहितคุณ, บทว่า อนุตตโร, ปุริสทมมสารถิ และสตุถา เทวมนุสสานิ แสดงคุณสมบัติเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น เรียกว่า พรหิตคุณ, บทว่า พุทฺโธและภควา แสดงคุณสมบัตินส่วนพระองค์ และเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น เรียกว่า อัตตพรหิตคุณ

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒

ธรรมศึกษาชั้นเอก สารการเรียนรู้อวิชารธรรม

เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

เวลา.....ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน ธศ ๑ รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

๒. ผลการเรียนรู้

รู้และเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๓. สารสำคัญ

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ เป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยวิปัสสนากัมมัฏฐาน หลักการเจริญวิปัสสนา หากบุคคลยึดมั่นและปฏิบัติได้จะอยู่ในสังคมด้วยความสุข

๔. จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนอธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏได้

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหา

- วิปัสสนากัมมัฏฐาน หลักการเจริญวิปัสสนา

๖. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นสืบค้นและเชื่อมโยง

๑. ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ โดยใช้คำถาม เพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการคิดและเชื่อมโยงไปสู่การเรียนรู้

- นักเรียนเคยเรียนเรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏบ้างหรือไม่
- หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏมีอะไรบ้าง
- นักเรียนเคยได้ยินได้เห็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏจากที่ไหนบ้าง

ขั้นฝึก

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ วิปัสสนากัมมัฏฐาน หลักการเจริญวิปัสสนา จากใบความรู้ที่ ๑๒

๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดเตรียมการเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ขั้นประยุกต์

๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอตามหัวข้อที่ตนเองได้รับมอบหมายเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๕. นักเรียนในแต่ละกลุ่มตอบคำถามตามใบกิจกรรมที่ ๑๒
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปในแต่ละหัวข้อ

๗. ภาระงาน/ชิ้นงาน

ที่	ภาระงาน	ชิ้นงาน
๑	ตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ	ใบกิจกรรมที่ ๑๒

๘. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ใบความรู้ที่ ๑๒ เรื่อง หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ
๒. ใบกิจกรรมที่ ๑๒

๙. การวัดผลและประเมินผล

สิ่งที่ต้องการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
อธิบายหลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏได้	- ตรวจผลงาน	- แบบประเมินผลงาน	ผ่าน = ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป ไม่ผ่าน = ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ ๖๐

แบบประเมินผลงาน

ใบกิจกรรมที่ ๑๒

ข้อที่	ระดับคะแนน		
	๔ - ๕ คะแนน	๒ - ๓ คะแนน	๑ คะแนน
๑	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็น	ตอบคำถามถูกต้อง ตรงประเด็นส่วนใหญ่	ตอบคำถามถูกต้องและ ตรงประเด็นน้อย

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์	ร้อยละ	คะแนน
ผ่าน	๖๐ ขึ้นไป	๓ คะแนนขึ้นไป
ไม่ผ่าน	ต่ำกว่า ๖๐	๒ คะแนนลงมา

หมายเหตุ เกณฑ์การตัดสินสามารถปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

ใบกิจกรรมที่ ๑๒

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อ..... ชั้น..... เลขที่.....

ชื่อ..... ชั้น..... เลขที่.....

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ จำนวน ๑ ข้อ (๕ คะแนน)

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของวิปัสสนากัมมัฏฐาน หลักการเจริญวิปัสสนา

[illegible]

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๑๒

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

๑. อธิบายถึงความหมายและการปฏิบัติตนของวิปัสสนากัมมัฏฐาน หลักการเจริญวิปัสสนา

ตอบ วิปัสสนากัมมัฏฐาน (วิปัสสนากาวนา) หมายถึง กัมมัฏฐานเป็นอุบายทำให้เกิดปัญญาให้เห็นสภาพธรรมตามเป็นจริง โดยความเป็นไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ธรรมเป็นอารมณ์เป็นภูมิของวิปัสสนา

ในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ต้องรู้จักอารมณ์ของวิปัสสนา อุปมาเหมือนการปลูกพืชพันธุ์ธัญญาหารต้องมีพื้นที่ ถ้าไม่มีพื้นที่สำหรับปลูกแล้ว พืชก็เกิดไม่ได้ ธรรมอันเป็นอารมณ์เป็นภูมิของวิปัสสนาคือสิ่งที่ยึดเหนี่ยวจิตให้เกิดวิปัสสนาปัญญา มีอยู่ ๖ หมวด คือ ๑. ชันธ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ๒. आयตนะ ๑๒ คำว่า आयตนะ แปลว่า ที่ต่อ เครื่องต่อ หมายถึง เครื่องรับรู้อารมณ์ของจิต แบ่งเป็นอายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ ๓. ธาตุ ๑๘ คำว่า ธาตุ แปลว่า สภาพทรงไว้ หมายถึงสิ่งที่ทรงสภาวะของตนอยู่เองตามที่เหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้น เป็นไปตามธรรมดา ไม่มีผู้สร้าง ไม่มีผู้บันดาล ๔. อินทริย์ ๒๒ คำว่า อินทริย์ แปลว่า สิ่งที่เป็นใหญ่ หมายถึงอายตนะที่เป็นใหญ่ในการทำกิจของตน เช่นตาเป็นใหญ่ในการเห็น ๕. อริยสัจ ๔ คำว่า อริยสัจ แปลว่า ความจริงอันประเสริฐ ความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงความเป็นพระอริยะ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ๖. ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ คำว่า ปฏิจจสมุปบาท แปลว่า ธรรมที่อาศัยกันและกันเกิดขึ้นพร้อมกัน เรียกอีกอย่างว่า ปัจจยาการ คืออาการที่เป็นปัจจัยแก่กันและกันได้แก่ อวิชชา สังขาร วิญญาณ นามรูป สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ ชรา มรณะ

ธรรมที่เป็นเหตุเกิดขึ้น ตั้งอยู่แห่งวิปัสสนา

- ๑) สีสวิสุทธิ ความหมดจดแห่งศีล
- ๒) จิตตวิสุทธิ ความหมดจดแห่งจิต

ธรรมที่เป็นตัววิปัสสนา

- ๑) ทิณฺณวิสุทธิ ความหมดจดแห่งทิณฺณ
- ๒) กังขาวิตรณวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณเป็นเครื่องข้ามพ้นความสงสัย
- ๓) มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณเป็นเครื่องเห็นทางหรือมิใช่ทาง
- ๔) ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณเป็นเครื่องเห็นทางปฏิบัติ
- ๕) ญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณทัสสนะ คืออริยมรรค ๘

ลักษณะ กิจ ผล และเหตุของวิปัสสนา

ลักษณะ คือ เครื่องหมายของวิปัสสนา ได้แก่ ความรู้ความเห็นว่าสังขารเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อย่างแจ่มชัดตามที่เป็นจริง

กิจ คือ หน้าที่ของวิปัสสนา ได้แก่ ความขจัดมิดคือโมหะอันปิดบังปัญญาไว้ไม่ให้เห็นตามความเป็นจริงของสังขารว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ผล คือ ประโยชน์ที่ได้รับจากการเจริญวิปัสสนา ได้แก่ ความรู้แจ้งเห็นจริงในสังขารว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ปรากฏเฉพาะหน้า ดุจประทีปส่องสว่างอยู่ณนั้น

เหตุ คือ สิ่งที่สนับสนุนให้วิปัสสนาเกิดขึ้นและดำรงอยู่ ได้แก่ ความที่จิตไม่ฟุ้งซ่าน ตั้งมั่น เป็นสมาธิ

วิภาคของวิปัสสนา

วิภาค หมายถึง การแยกส่วนพิจารณาอารมณ์วิปัสสนา ๖ ส่วน คือ

๑) **อนิจจ** ส่วนที่ไม่เที่ยง คือสังขารที่ปัจจัยปรุงแต่งสร้างขึ้น เป็นของไม่เที่ยง เพราะเกิดขึ้นแล้วแปรปรวนเป็นอย่างอื่นไป ไม่คงอยู่อย่างเดิม

๒) **อนิจจลักษณะ** ส่วนที่เป็นลักษณะของความไม่เที่ยง คือเครื่องหมายกำหนดให้รู้ว่าสังขารเป็นของไม่เที่ยง มีความเกิดขึ้นแล้ว แปรปรวนเป็นอย่างอื่นไป ไม่คงอยู่อย่างเดิม

๓) **ทุกข์** ส่วนที่เป็นทุกข์ คือสังขารที่เป็นตัวทุกข์ เพราะมีความเกิด-ดับ และมีความเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นด้วยทุกข์ที่เกิดจากขรา พยาธิ มรณะอยู่เป็นนิตย์

๔) **ทุกข์ลักษณะ** ส่วนที่เป็นลักษณะของความทุกข์ คือเครื่องหมายกำหนดให้รู้ว่าสังขารเป็นทุกข์ เพราะถูกขรา พยาธิ มรณะ บิบบั่นเบียดเบียนเผาผลาญทำลายให้เป็นทุกข์อยู่เป็นนิตย์

๕) **อนตตา** ส่วนที่เป็นอนัตตา คือความที่สังขารและวิสังขารเป็นอนัตตา เป็นสภาพว่างจากตัวตน มิใช่สัตว์ บุคคล เราเขา

๖) **อนตตลักษณะ** ส่วนที่เป็นลักษณะของอนัตตา คือเครื่องหมายกำหนดให้รู้ว่าสังขารและวิสังขารเป็นสภาพที่ไม่มีตัวตน มิใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา

การปฏิบัติ เราต้องฝึกการเจริญวิปัสสนา จะทำจิตสงบ และรู้แจ้ง

ใบความรู้ที่ ๑๒

หลักธรรมของพระพุทธศาสนาส่วนสังสารวัฏ

วิปัสสนากัมมัฏฐาน หลักการเจริญวิปัสสนา

สาธุชนมาทำวิปัสสนาปัญญาที่เห็นแจ้งชัดในอารมณ์ให้เกิดมีขึ้นในจิตด้วยเจตนาอันใด เจตนาอันนั้นชื่อว่า วิปัสสนาภาวนา

อธิบาย

วิปัสสนากัมมัฏฐาน (วิปัสสนาภาวนา) หมายถึง กัมมัฏฐานเป็นอุบายทำให้เกิดปัญญาให้เห็นสภาพธรรมตามเป็นจริง โดยความเป็นไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ธรรมเป็นอารมณ์เป็นภูมิของวิปัสสนา

ในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ต้องรู้จักอารมณ์ของวิปัสสนา อุปมาเหมือนการปลูกพืชพันธุ์ธัญญาหารต้องมีพื้นที่ ถ้าไม่มีพื้นที่สำหรับปลูกแล้ว พืชก็เกิดไม่ได้ ธรรมอันเป็นอารมณ์เป็นภูมิของวิปัสสนาคือสิ่งที่ยึดหน่วงจิตให้เกิดวิปัสสนาปัญญา มีอยู่ ๖ หมวด คือ ชั้นที่ ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ และปฏิจางสมุปบาท ๑๒ ธรรมทั้ง ๖ หมวดนี้ ย่อเป็น รูปและนาม

๑. ชั้นที่ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ อธิบายดังนี้

- ๑) รูป คือ ร่างกายอันสงเคราะห์ด้วยธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม
- ๒) เวทนา คือ ความเสวยอารมณ์สุข ทุกข์ อุเบกขา
- ๓) สัญญา คือ ความจำได้หมายรู้อารมณ์หรือสิ่งที่มากระทบกับอายตนะภายในคือตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ
- ๔) สังขาร คือ อารมณ์อันเกิดกับจิต เจตนาความคิดอ่านที่ปรุงแต่งจิตให้ดีหรือชั่ว หรือเป็นกลางๆ

๕) วิญญาณ คือ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางทวาร ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ

๒. อายุตนะ ๑๒ คำว่า อายุตนะ แปลว่า ที่ต่อ เครื่องต่อ หมายถึง เครื่องรับรู้อารมณ์ของจิต แบ่งเป็นอายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ คือ อายตนะภายใน ๖ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ อายตนะภายนอก ๖ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์

๓. ธาตุ ๑๘ คำว่า ธาตุ แปลว่า สภาพทรงไว้ หมายถึงสิ่งที่ทรงสภาวะของตนเองตามที่เป็นเหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้น เป็นไปตามธรรมดา ไม่มีผู้สร้าง ไม่มีผู้บันดาล คือ

- | | |
|--------------------|-------------------------------|
| ๑) จักขุธาตุ | ธาตุคือจักขุประสาท (ตา) |
| ๒) รูปธาตุ | ธาตุคือรูป |
| ๓) จักขุวิญญาณธาตุ | ธาตุคือสภาวะที่รับรู้รูปทางตา |
| ๔) โสตธาตุ | ธาตุคือโสตประสาท (หู) |

๕) สัทธาต	ธาตคือเสียง
๖) โสตวิญญานธาต	ธาตคือสภาวะที่รับรู้เสียงทางหู
๗) ฆานธาต	ธาตคือฆานประสาท (จมูก)
๘) คันธธาต	ธาตคือกลิ่น
๙) ฆานวิญญานธาต	ธาตคือสภาวะที่รับรู้กลิ่นทางจมูก
๑๐) ชิวหาธาต	ธาตคือชิวหาประสาท (ลิ้น)
๑๑) รสธาต	ธาตคือรส
๑๒) ชิวหาวิญญานธาต	ธาตคือสภาวะที่รับรู้รสทางลิ้น
๑๓) กายธาต	ธาตคือกายประสาท
๑๔) โผฏฐัพพะธาต	ธาตคือโผฏฐัพพะ (สิ่งสัมผัส)
๑๕) กายวิญญานธาต	ธาตคือสภาวะที่รับรู้สัมผัสทางกาย
๑๖) มโนธาต	ธาตคือมโน (จิต)
๑๗) ัมมธาต	ธาตคือัมมะ (สิ่งที่ใจนึกคิด, อารมณ์)
๑๘) มโนวิญญานธาต	ธาตคือสภาวะที่รับรู้อารมณ์ทางจิต

๔. อินทรีย์ ๒๒ คำว่า อินทรีย์ แปลว่า สิ่งที่เป็นใหญ่ หมายถึง อายุตนะที่เป็นใหญ่ในการทำกิจของตน เช่น ตาเป็นใหญ่ในการเห็น เป็นต้น คือ

๑) จักขุอินทรีย์	อินทรีย์คือจักขุประสาท (ตา)
๒) โสตอินทรีย์	อินทรีย์คือโสตประสาท (หู)
๓) ฆานินอินทรีย์	อินทรีย์คือฆานประสาท (จมูก)
๔) ชิวหินอินทรีย์	อินทรีย์คือชิวหาประสาท (ลิ้น)
๕) กายินอินทรีย์	อินทรีย์คือกายประสาท (กาย)
๖) มนินอินทรีย์	อินทรีย์คือมโน (จิต ๘๙ ดวง หรือ ๑๒๑ ดวง)
๗) อิตถินอินทรีย์	อินทรีย์คืออิตถิภาวะ (ความเป็นหญิง)
๘) ปุริสินอินทรีย์	อินทรีย์คือปุริสภาวะ (ความเป็นชาย)
๙) ชีวิตินอินทรีย์	อินทรีย์คือชีวิต
๑๐) สุขินอินทรีย์	อินทรีย์คือสุขเวทนา (ความรู้สึกเป็นสุข)
๑๑) ทุกخينอินทรีย์	อินทรีย์คือทุกขเวทนา (ความรู้สึกเป็นทุกข์)
๑๒) โสมนัสสินอินทรีย์	อินทรีย์คือโสมนัสสเวทนา (ความรู้สึกดีใจ)
๑๓) โทมนัสสินอินทรีย์	อินทรีย์คือโทมนัสสเวทนา (ความรู้สึกเสียใจ)
๑๔) อุpekخينอินทรีย์	อินทรีย์คืออุpekขาเวทนา (ความรู้สึกเป็นกลาง)
๑๕) สัทธาอินทรีย์	อินทรีย์คือศรัทธา มีหน้าที่เด่นด้านความเชื่อ
๑๖) วิริยอินทรีย์	อินทรีย์คือวิริยะ มีหน้าที่เด่นด้านความเพียร
๑๗) สตินอินทรีย์	อินทรีย์คือสติ มีหน้าที่เด่นด้านความระลึกชอบ

- | | |
|-----------------------------|---|
| ๑๘) สมาธิในทรี | อินทรีคือสมาธิ มีหน้าที่เด่นด้านความตั้งใจมั่น |
| ๑๙) ปัญญาในทรี | อินทรีคือปัญญา มีหน้าที่เด่นด้านความรู้ชัด |
| ๒๐) อนัญญัตถัญญัสสามิตินทรี | อินทรีของผู้ปฏิบัติด้วยมุ่งเสदाปตติมคคญาณ |
| ๒๑) อัญญินทรี | อินทรีคือปัญญาอันรู้ทั่วถึงเสดาปตติผลญาณถึง
อรหัตตมคคญาณ |
| ๒๒) อัญญาตาวิทรี | อินทรีแห่งท่านผู้รู้ทั่วถึงอรหัตตผลญาณ |

๕. อริยสัจ ๔ คำว่า อริยสัจ แปลว่า ความจริงอันประเสริฐ ความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงความเป็นพระอริยะ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค

๖. ปฏิจสุมุปาบท ๑๒ คำว่า ปฏิจสุมุปาบท แปลว่า ธรรมที่อาศัยกันและกันเกิดขึ้นพร้อมกัน เรียกอีกอย่างว่า ปัจจัยการ คืออาการที่เป็นปัจจัยแก่กันและกันได้แก่ อวิชชา สังขาร วิญญาณ นามรูป สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ ชรา มรณะ

ธรรมที่เป็นเหตุเกิดขึ้น ตั้งอยู่แห่งวิปัสสนา

ในวิสุทธิ ๗ ธรรมที่เป็นเหตุเกิดขึ้น ตั้งอยู่ของวิปัสสนา ได้แก่ วิสุทธิ ๒ ข้อข้างต้น คือ

- ๑) สีสวิสุทธิ ความหมดจดแห่งศีล
- ๒) จิตตวิสุทธิ ความหมดจดแห่งจิต

ผู้ที่เจริญวิปัสสนาเบื้องต้น ต้องปฏิบัติตนให้มีศีลบริสุทธิ์และมีจิตบริสุทธิ์ก่อน จึงจะเจริญวิปัสสนาต่อไปได้ ถ้าเป็นผู้มีศีลไม่บริสุทธิ์ ยังมีจิตฟุ้งซ่าน ไม่เป็นสมาธิ ก็ไม่ควรที่จะเจริญวิปัสสนา

ธรรมที่เป็นตัววิปัสสนา

ในวิสุทธิ ๗ ธรรมที่เป็นตัววิปัสสนา ได้แก่ วิสุทธิ ๕ ข้อข้างท้าย คือ

- ๑) ทิณฺฐวิสุทธิ ความหมดจดแห่งทิณฺฐิ
- ๒) กังขาวิตรณวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณเป็นเครื่องข้ามพ้นความสงสัย
- ๓) มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณเป็นเครื่องเห็นทางหรือมีใช้ทาง
- ๔) ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณเป็นเครื่องเห็นทางปฏิบัติ
- ๕) ญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณทัสสนะ คืออริยมรรค ๔

อีกนัยหนึ่ง **ธรรมที่เป็นตัววิปัสสนา** ได้แก่ ไตรลักษณ์ หรือสามัญญลักษณะ ๓ คือ

- ๑) อนิจจตา ความเป็นของไม่เที่ยง
- ๒) ทุกขตา ความเป็นทุกข์
- ๓) อนัตตตา ความเป็นของมิใช่ตัวตน

ลักษณะ กิจ ผล และเหตุของวิปัสสนา

ลักษณะ คือ เครื่องหมายของวิปัสสนา ได้แก่ความรู้ความเห็นทางสังขารเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อย่างแจ่มชัดตามที่เป็นจริง

กิจ คือ หน้าที่ของวิปัสสนา ได้แก่ ความขจัดมิดคือโมหะอันปิดบังปัญญาไว้ไม่ให้เห็นตามความเป็นจริงของสังขารว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ผล คือ ประโยชน์ที่ได้รับจากการเจริญวิปัสสนา ได้แก่ ความรู้แจ้งเห็นจริงในสังขารว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ปราภฏเฉพาะหน้า ดุจประทีปส่องสว่างอยู่นั้น

เหตุ คือ สิ่งที่สนับสนุนให้วิปัสสนาเกิดขึ้นและดำรงอยู่ได้แก่ ความที่จิตไม่ฟุ้งซ่าน ตั้งมั่นเป็นสมาธิ

วิภาคของวิปัสสนา

วิภาค หมายถึง การแยกส่วนพิจารณาอารมณ์วิปัสสนา ๖ ส่วน คือ

๑) อนิจจัง ส่วนที่ไม่เที่ยง คือสังขารที่ปัจจัยปรุงแต่งสร้างขึ้น เป็นของไม่เที่ยง เพราะเกิดขึ้นแล้วแปรปรวนเป็นอย่างอื่นไป ไม่คงอยู่อย่างเดิม

๒) อนิจจลกขณัม ส่วนที่เป็นลักษณะของความไม่เที่ยง คือเครื่องหมายกำหนดให้รู้ว่าสังขารเป็นของไม่เที่ยง มีความเกิดขึ้นแล้ว แปรปรวนเป็นอย่างอื่นไป ไม่คงอยู่อย่างเดิม

๓) ทุกข์ ส่วนที่เป็นทุกข์ คือสังขารที่เป็นตัวทุกข์ เพราะมีความเกิด-ดับ และมีความเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นด้วยทุกข์ที่เกิดจากขรา พยาธิ มรณะอยู่เป็นนิตย์

๔) ทุกขลกขณัม ส่วนที่เป็นลักษณะของความทุกข์ คือเครื่องหมายกำหนดให้รู้ว่าสังขารเป็นทุกข์ เพราะถูกขรา พยาธิ มรณะ บีบคั้นเบียดเบียนเผาผลาญทำลายให้เป็นทุกข์อยู่เป็นนิตย์

๕) อนตตา ส่วนที่เป็นอนัตตา คือความที่สังขารและวิสังขารเป็นอนัตตา เป็นสภาพว่างจากตัวตน มิใช่สัตว์ บุคคล เราเขา

๖) อนตตลกขณัม ส่วนที่เป็นลักษณะของอนัตตา คือเครื่องหมายกำหนดให้รู้ว่าสังขารและวิสังขารเป็นสภาพที่ไม่มีตัวตน มิใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา

ผู้เจริญวิปัสสนา มี ๒ ประเภท

๑) สมถยานิก ผู้มีสมถะเป็นยาน หมายถึง ผู้เจริญสมถะจนได้บรรลุมานสมาบัติแล้วจึงอาศัยสมถะนั้นเป็นพื้นฐานเจริญวิปัสสนาต่อไป เมื่อบรรลุเป็นพระอรหันตชินาสพแล้วเป็นผู้มีคุณวิเศษต่างๆ เช่นสามารถแสดงฤทธิ์ได้ เป็นต้น

๒) วิปัสสนายานิก ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน หมายถึง ผู้เจริญวิปัสสนาอย่างเดียวไปจนบรรลุเป็นพระอรหันต์ โดยมีได้เจริญสมถะ ไม่ได้มานสมาบัติมาก่อน เมื่อเจริญวิปัสสนาก็กำหนดนามรูปเป็นอารมณ์ ยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ เมื่อบรรลุเป็นพระอรหันตชินาสพแล้วไม่สามารถแสดงฤทธิ์ได้ เรียกว่า สุกขวิปัสสกะ (ผู้เจริญวิปัสสนาล้วน)

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่าง

ผู้เจริญวิปัสสนา อาจมีสิ่งที่มาทำให้จิตเศร้าหมองในระหว่างเจริญวิปัสสนา เรียกว่า วิปัสสนูปกิเลส เครื่องเศร้าหมองแห่งวิปัสสนา คือ ธรรมารมณ์ที่เกิดแก่ผู้ได้วิปัสสนาอ่อนๆ จนทำให้สำคัญว่าตนบรรลุ มรรค ผลแล้ว เป็นเหตุขัดขวางให้ไม่ก้าวหน้าต่อไปในวิปัสสนาญาณ มี ๑๐ อย่าง คือ

- | | |
|--------------|--|
| ๑) โอภาส | แสงสว่างเกิดแต่วิปัสสนาจิต ชานออกจากสรีระ |
| ๒) ญาณ | ความหยั่งรู้ หรือวิปัสสนาญาณที่เห็นนามรูปแจ้งชัด |
| ๓) ปีติ | ความอิ่มใจที่แผ่ซ่านไปทั่วร่างกาย |
| ๔) ปัสสัทธิ | ความสงบกายและจิต ระงับความกระวนกระวายได้ |
| ๕) สุข | ความสุขกายและจิตที่เย็นประณีต |
| ๖) อธิโมกข์ | ความน้อมใจเชื่อ มีศรัทธากล้าเป็นที่พึ่งของจิตและเจตสิก |
| ๗) ปัคคาหะ | ความเพียรสมาธิประคองจิตไว้ด้วยดีในอารมณ์ |
| ๘) อุပ္ปฐฐาน | ความที่สติตั้งมั่นปรากฏชัด ความมีสติแก่กล้า |
| ๙) อุเบกขา | ความมีจิตเป็นกลางในสังขารทั้งสิ้นอย่างแรงกล้า |
| ๑๐) นิกันติ | ความพอใจอาลัยในวิปัสสนาที่สุขุมละเอียด |

ผู้บำเพ็ญวิปัสสนา เมื่อวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น พึงพิจารณารู้เท่าทันว่า ธรรมดังกล่าวไม่ใช่วิปัสสนา หากแต่เป็นอุปกิเลสแห่งวิปัสสนา ไม่ใช่ทางมรรคผล แล้วไม่ยินดี ไม่หลงในธรรมที่เป็นอุปกิเลสนั้น โดยไม่หยุดความเพียรในการเจริญวิปัสสนา ก็จะสามารถยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาญาณชั้นสูงได้

สรุปความ

ผู้เจริญวิปัสสนาจนได้วิปัสสนาญาณ ย่อมเห็นนามรูปโดยความเป็นไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ตามความเป็นจริง จะได้รับอานิสงส์มากกว่าการบำเพ็ญทาน และการรักษาศีล โดยมีอานิสงส์ ๔ อย่าง ดังนี้

- (๑) มีสติมั่นคง ไม่หลงตาย (ตายอย่างมีสติ)
- (๒) เกิดในสุคติภพ คือ โลกมนุษย์และโลกสวรรค์
- (๓) เป็นอุปนิสัยแห่งมรรค ผล นิพพาน ต่อไปในเบื้องหน้า
- (๔) ถ้ามีอุปนิสัยแห่งมรรค ผล นิพพาน ก็สามารถบรรลุได้ในชาตินี้

การบำเพ็ญวิปัสสนา จัดว่าเป็นปฏิบัติบูชาอันเลิศ อันประเสริฐที่สุดในพระพุทธศาสนา เพราะสามารถทำให้พ้นจากกิเลสและกองทุกข์ ปิดประตูอบายภูมิได้ ฉะนั้น พุทธศาสนิกชน ไม่พึงประมาท หาโอกาสบำเพ็ญวิปัสสนา โดยถ้วนทั่วกันเถิด

บทที่ ๕

แบบทดสอบ

แบบทดสอบธรรมศึกษา ชั้นเอก ประกอบด้วย

- แบบทดสอบก่อนเรียน
- เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน
- แบบทดสอบหลังเรียน
- เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน

แบบทดสอบก่อนเรียนวิชาธรรม ธรรมศึกษา ชั้นเอก

จำนวน ๕๐ ข้อ ๕๐ คะแนน

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

๑. นิพพิทา มีความหมายตรงกับข้อใด
 - ก. ความดับทุกข์
 - ข. ความหน่ายในทุกข์
 - ค. ความหน่ายในอสังขาร
 - ง. ความหน่ายในอาหาร
๒. สุตังคหลายจงมาดูโลกนี้ คำว่า สุตังคหลาย หมายถึงใคร
 - ก. หมูสัตว์
 - ข. หมูพุทธรักษา
 - ค. หมูฆราวาส
 - ง. หมูพระภิกษุ
๓. พวกผู้รู้หาข้ออยู่ไม่ คำว่า ผู้รู้ หมายถึงใคร
 - ก. คนมีการศึกษา
 - ข. คนมีวิสัยทัศน์
 - ค. คนมีสติ
 - ง. คนเห็นโลกตามจริง
๔. ผู้ช้อยอยู่ในโลก มีอาการเช่นใด
 - ก. ติดสิ่งล่อใจ
 - ข. ติดข่าวสาร
 - ค. ติดสิ่งเสพติด
 - ง. ติดเพื่อน
๕. รูป เสียง กลิ่น รส ที่น่าปรารถนา จัดเป็นอะไร
 - ก. กิเลสสาม
 - ข. วัตถุสาม
 - ค. มาร
 - ง. กิเลสตัณหา
๖. เสียงประเภทใด จัดเป็นบ่วงแห่งมาร
 - ก. เสียงสรรเสริญ
 - ข. เสียงผรุสวาท
 - ค. เสียงนินทา
 - ง. เสียงมุสวาท
๗. การสำรวมอินทรี ต้องเริ่มที่ใคร
 - ก. พระสงฆ์
 - ข. ครูอาจารย์
 - ค. ตนเอง
 - ง. นักเรียน
๘. เห็นสังขารอย่างไร จึงหน่ายในทุกข์
 - ก. เห็นด้วยตา
 - ข. เห็นด้วยสมาธิ
 - ค. เห็นด้วยปัญญา
 - ง. เห็นด้วยฉันทา

๒๙. อริยมรรคข้อใดจัดเข้าในสี่วิสุทธิ

- | | |
|--------------|----------------|
| ก. สัมมาวาจา | ข. สัมมาวายามะ |
| ค. สัมมาสติ | ง. สัมมาสมาธิ |

๓๐. อริยมรรคข้อใดจัดเข้าในจิตตวิสุทธิ

- | | |
|----------------|------------------|
| ก. สัมมาวาจา | ข. สัมมากัมมันตะ |
| ค. สัมมาอาชีวะ | ง. สัมมาวายามะ |

๓๑. พิจารณาเห็นสังขารเป็นไตรลักษณ์ จัดเป็นวิสุทธิใด

- | | |
|-----------------|----------------------|
| ก. สีลวิสุทธิ | ข. จิตตวิสุทธิ |
| ค. ทิณฺฐวิสุทธิ | ง. กังขาวิตรณวิสุทธิ |

๓๒. ความหมดจดแห่งญาณเป็นเครื่องข้ามความสงสัย จัดเป็นวิสุทธิใด

- | | |
|-----------------|----------------------|
| ก. สีลวิสุทธิ | ข. จิตตวิสุทธิ |
| ค. ทิณฺฐวิสุทธิ | ง. กังขาวิตรณวิสุทธิ |

๓๓. สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบย่อมน่ามี หมายถึงสงบจากอะไร

- | | |
|----------------|-----------|
| ก. เวรภัย | ข. กิเลส |
| ค. ความวุ่นวาย | ง. สงคราม |

๓๔. ผู้เพ่งความสงบพึงละโลกามิสเสีย คำว่า โลกามิส หมายถึงอะไร

- | | |
|-------------|-------------|
| ก. กามคุณ | ข. กามกิเลส |
| ค. กามฉันทะ | ง. กามราคะ |

๓๕ ข้อใดทำให้เกิดสันติภายนอก

- | | |
|---------------|---------------|
| ก. ให้ทาน | ข. รักษาศีล |
| ค. เจริญภาวนา | ง. เจริญเมตตา |

๓๖. จุดมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาคืออะไร

- | | |
|------------------|------------------------|
| ก. เกิดในสวรรค์ | ข. เกิดในพรหมโลก |
| ค. เข้าถึงนิพพาน | ง. เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า |

๓๗. บาลีว่า สพเพ ธมฺมา อนตฺตาติ ยินฺยํนิพฺพานวํ

- | | |
|-----------------|--------------------|
| ก. เป็นอนัตตา | ข. เป็นอตฺตา |
| ค. เป็นสภาวะสูญ | ง. เป็นสภาวะเที่ยง |

๓๘. ปฏิบัติอย่างไร ชื่อว่าเข้าใกล้นิพพาน

- | | |
|------------------|------------------------|
| ก. รักษาศีลประจำ | ข. พังธรรมเป็นนิตย์ |
| ค. ฝึกจิตสมาธิ | ง. เห็นภัยในความประมาท |

๓๙. คำว่า นิพพานมิใช่โลกนี้หรือโลกอื่นนั้น ส่องความว่านิพพานเป็น

- | | |
|-------------|----------------|
| ก. โลกทิพย์ | ข. โลกพิเศษ |
| ค. โลกสมมติ | ง. ไม่มีข้อถูก |

๔๐. ข้อใดกล่าวถึงสอุปาทิเสสนิพพานได้ถูกต้อง

- | | |
|--------------------------|------------------------|
| ก. ปฏิบัติเพื่อละกิเลส | ข. ลั่นกิเลส ลั่นชีวิต |
| ค. ลั่นกิเลส มีชีวิตอยู่ | ง. มีกิเลส มีชีวิต |

๔๑. การบรรลุนิพพานมีผลอย่างไร

- | | |
|------------------------|----------------------|
| ก. เพลิดเพลินอย่างยิ่ง | ข. เป็นสุขอย่างยิ่ง |
| ค. ยินดีอย่างยิ่ง | ง. รื่นรมย์อย่างยิ่ง |

๔๒. สมถกัมมัฏฐาน มีความหมายตรงกับข้อใด

- | | |
|-----------------------|------------------|
| ก. การกำจัดกิเลส | ข. การละสังโยชน์ |
| ค. การรู้แจ้งเห็นจริง | ง. การทำให้ใจสงบ |

๔๓. ข้อใดเป็นมูลกัมมัฏฐาน

- | | |
|------------------------|------------------------|
| ก. ดิน น้ำ ลม ไฟ | ข. รูป เสียง กลิ่น รส |
| ค. ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง | ง. ตา หู จมูก ลิ้น กาย |

๔๔. การเจริญมูลกัมมัฏฐาน กำจัดนิวรณ์ใด

- | | |
|-------------|--------------|
| ก. กามฉันทะ | ข. พยาบาท |
| ค. ถีนมิทธะ | ง. วิจิกิจฉา |

๔๕. คนโง่งง่าย ควรเจริญกัมมัฏฐานข้อใด

- | | |
|-------------------|------------------|
| ก. กายคตาสติ | ข. อสุภกัมมัฏฐาน |
| ค. เมตตาพรหมวิหาร | ง. อานาปานัสสติ |

๔๖. คนรักง่ายหน่ายเร็ว ควรเจริญกัมมัฏฐานข้อใด

- | | |
|-------------------|------------------|
| ก. สีลานุสสติ | ข. อสุภกัมมัฏฐาน |
| ค. เมตตาพรหมวิหาร | ง. กสิณ |

๔๗. การเจริญมรณัสสติ มีประโยชน์อย่างไร

- | | |
|----------------------|-------------------|
| ก. เกิดความไม่ประมาท | ข. เกิดความทุกข์ |
| ค. เกิดความวางเฉย | ง. เกิดความสลัดใจ |

๔๘. เห็นแจ้งอะไร จัดเป็นวิปัสสนา

- | | |
|----------|-----------|
| ก. รูป | ข. นาม |
| ค. เวทนา | ง. นามรูป |

๔๙. ข้อใดเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา

ก. พรหมวิหาร

ข. นามรูป

ค. อสุภะ

ง. กสิณ

๕๐. พิจารณากายอย่างไร จึงจัดเป็นวิปัสสนา

ก. ปฏิภาณ

ข. ไม่สะอาด

ค. น่าเกลียด

ง. ไม่เที่ยง

เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียนวิชาธรรม ธรรมศึกษา ชั้นเอก

จำนวน ๕๐ ข้อ ๕๐ คะแนน

ข้อ		ข้อ		ข้อ		ข้อ		ข้อ	
๑.	ป	๑๑.	ก	๒๑.	ก	๓๑.	ค	๔๑.	ป
๒.	ป	๑๒.	ป	๒๒.	ค	๓๒.	ง	๔๒.	ง
๓.	ง	๑๓.	ง	๒๓.	ป	๓๓.	ป	๔๓.	ค
๔.	ก	๑๔.	ป	๒๔.	ก	๓๔.	ก	๔๔.	ก
๕.	ป	๑๕.	ง	๒๕.	ง	๓๕.	ป	๔๕.	ค
๖.	ก	๑๖.	ค	๒๖.	ป	๓๖.	ค	๔๖.	ป
๗.	ค	๑๗.	ง	๒๗.	ก	๓๗.	ก	๔๗.	ก
๘.	ค	๑๘.	ป	๒๘.	ง	๓๘.	ง	๔๘.	ง
๙.	ก	๑๙.	ป	๒๙.	ก	๓๙.	ง	๔๙.	ป
๑๐.	ง	๒๐.	ง	๓๐.	ง	๔๐.	ค	๕๐.	ง

แบบทดสอบหลังเรียนวิชาธรรม ธรรมศึกษา ชั้นเอก

จำนวน ๕๐ ข้อ ๕๐ คะแนน

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

๑. พิจารณากายอย่างไร จึงจัดเป็นวิปัสสนา

ก. ปฏิกุศล	ข. ไม่สะอาด
ค. น่าเกลียด	ง. ไม่เที่ยง
๒. ข้อใด เป็นอารมณ์ของวิปัสสนา

ก. พรหมวิหาร	ข. นามรูป
ค. อสุภะ	ง. กสิณ
๓. เห็นแจ้งอะไร จัดเป็นวิปัสสนา

ก. รูป	ข. นาม
ค. เวทนา	ง. นามรูป
๔. การเจริญมรณัสสติ มีประโยชน์อย่างไร

ก. เกิดความไม่ประมาท	ข. เกิดความทุกข์
ค. เกิดความวางเฉย	ง. เกิดความสลัดใจ
๕. คนรักง่ายหน่ายเร็ว ควรเจริญกัมมฐานข้อใด

ก. สีลานุสสติ	ข. อสุภกัมมฐาน
ค. เมตตาพรหมวิหาร	ง. กสิณ
๖. คนโกรธง่าย ควรเจริญกัมมฐานข้อใด

ก. กายคตาสติ	ข. อสุภกัมมฐาน
ค. เมตตาพรหมวิหาร	ง. อานาปานัสสติ
๗. การเจริญมุลกัมมฐาน กำจัดนิรณโธ

ก. กามฉันทะ	ข. พยาบาท
ค. ถีนมิทธะ	ง. วิจิกิจฉา
๘. ข้อใดเป็นมุลกัมมฐาน

ก. ดิน น้ำ ลม ไฟ	ข. รูป เสียง กลิ่น รส
ค. ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง	ง. ตา หู จมูก ลิ้น กาย

๑๙. ความหมัดจดแห่งญาณเป็นเครื่องข้ามความสงสัย จัดเป็นวิสุทธิใด
- | | |
|-----------------|----------------------|
| ก. สีลวิสุทธิ | ข. จิตตวิสุทธิ |
| ค. ทิวฐิวิสุทธิ | ง. กังขาวิตรณวิสุทธิ |
๒๐. พิจารณาเห็นสังขารเป็นไตรลักษณ์ จัดเป็นวิสุทธิใด
- | | |
|-----------------|----------------------|
| ก. สีลวิสุทธิ | ข. จิตตวิสุทธิ |
| ค. ทิวฐิวิสุทธิ | ง. กังขาวิตรณวิสุทธิ |
๒๑. อริยมรรคข้อใด จัดเข้าในจิตตวิสุทธิ
- | | |
|----------------|------------------|
| ก. สัมมาวาจา | ข. สัมมากัมมันตะ |
| ค. สัมมาอาชีวะ | ง. สัมมาวายามะ |
๒๒. อริยมรรคข้อใด จัดเข้าในสีลวิสุทธิ
- | | |
|--------------|----------------|
| ก. สัมมาวาจา | ข. สัมมาวายามะ |
| ค. สัมมาสติ | ง. สัมมาสมาธิ |
๒๓. พิจารณาเห็นสังขารอย่างไร จัดเป็นภยตูปัญฐานญาณ
- | | |
|--------------------|-----------------------|
| ก. เห็นเป็นทุกข์ | ข. เห็นเป็นของย่อยยับ |
| ค. เห็นความเกิดดับ | ง. เห็นเป็นของน่ากลัว |
๒๔. พิจารณาเห็นสังขารเป็นทุกข์ จัดเป็นญาณใด
- | | |
|------------------|----------------|
| ก. อาทินญาณ | ข. อุทยัพพยญาณ |
| ค. ภยตูปัญฐานญาณ | ง. นิพพิทาญาณ |
๒๕. หลุดพ้นด้วยอริยมรรค จัดเป็นวิมุตติใด
- | | |
|-----------------------|-------------------|
| ก. ตถังควิมุตติ | ข. สมุจเฉทวิมุตติ |
| ค. ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ | ง. นิสสรณวิมุตติ |
๒๖. วิมุตติข้อใด จัดเป็นโลกุตตระ
- | | |
|-------------------|-----------------------|
| ก. สมุจเฉทวิมุตติ | ข. ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ |
| ค. นิสสรณวิมุตติ | ง. ถูกทุกข้อ |
๒๗. วิมุตติข้อใด จัดเป็นโลกียะ
- | | |
|-----------------------|-------------------|
| ก. ตถังควิมุตติ | ข. สมุจเฉทวิมุตติ |
| ค. ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ | ง. นิสสรณวิมุตติ |
๒๘. เพราะสิ้นกำหนด จิตย่อมหลุดพ้นจากอะไร
- | | |
|----------|-----------|
| ก. ตัณหา | ข. อาสวะ |
| ค. ราคะ | ง. นิวรณ์ |

๒๙. ข้อใดไม่ใช่ไวพจน์แห่งวีราคะ

- | | |
|-----------|-------------|
| ก. นิพพาน | ข. นิโรธ |
| ค. อโลภะ | ง. ตัณห์ขยะ |

๓๐. คำว่า ธรรมยังความเมาให้สร่างนั้น หมายถึงเมาในอะไร

- | | |
|------------------|---------------------|
| ก. ลาภยศสรรเสริญ | ข. สุราเมรัย |
| ค. ความรัก | ง. สิ่งเสพติดให้โทษ |

๓๑. วีราคะ ตรงกับข้อใด

- | | |
|--------------|----------------|
| ก. สิ้นกิเลส | ข. สิ้นวิภวูหะ |
| ค. สิ้นอาลัย | ง. สิ้นกำหนด |

๓๒. เห็นสังขารเป็นอนัตตา มีประโยชน์อย่างไร

- | | |
|---------------|------------------|
| ก. ละความอยาก | ข. ละความถือมั่น |
| ค. ละความโกรธ | ง. ละความโลภ |

๓๓. การไม่เห็นสังขารเป็นอนัตตา เพราะอะไรปิดบังไว้

- | | |
|-------------|-------------|
| ก. นิजสัญญา | ข. ฆนสัญญา |
| ค. สันตติ | ง. อิริยาบถ |

๓๔. อนัตตลักษณะ ตรงกับข้อใด

- | | |
|-------------------|-------------------|
| ก. ไม่อยู่ในอำนาจ | ข. หาเจ้าของมิได้ |
| ค. แยกต่ออิตตา | ง. ถูกทุกข้อ |

๓๕. เสื่อมยศ จัดเข้าในทุกข์ประเภทใด

- | | |
|----------------|-------------------|
| ก. สันตাপทุกข์ | ข. นิพัตถทุกข์ |
| ค. สหคตทุกข์ | ง. วิวาทมูลกทุกข์ |

๓๖. ข้อใดจัดเป็นวิปากทุกข์

- | | |
|---------------|-------------|
| ก. คำความ | ข. แจ้งความ |
| ค. กลัวแพ้คดี | ง. ถูกจงจำ |

๓๗. ข้อใดจัดเป็นสันตাপทุกข์

- | | |
|--------------|------------------|
| ก. ถูกแดดเผา | ข. ถูกกิเลสเผา |
| ค. ถูกไฟเผา | ง. ถูกความหิวเผา |

๓๘. ข้อใดจัดเป็นนิพัตถทุกข์

- | | |
|--------------|---------------|
| ก. กังวลใจ | ข. กลัวแพ้คดี |
| ค. คับแค้นใจ | ง. ปวดปัสสาวะ |

๓๙. ปกิณณกทุกซ์ ได้แก่ข้อใด

- | | |
|-----------------|------------|
| ก. เกิด แก่ ตาย | ข. เสียใจ |
| ค. หนาวร้อน | ง. เจ็บไข้ |

๔๐. ข้อใดจัดเป็นทุกซ์ประจำสังขาร

- | | |
|-----------------|-------------|
| ก. เกิด แก่ ตาย | ข. โศกเศร้า |
| ค. หิวกระหาย | ง. เจ็บไข้ |

๔๑. ทุกขตา มีลักษณะเช่นไร

- | | |
|-------------------|----------------|
| ก. หาเจ้าของมิได้ | ข. ไม่ใช่ตัวตน |
| ค. ไม่เที่ยง | ง. ทนได้ยาก |

๔๒. อนิจจตา กำหนดรู้ได้ด้วยอาการอย่างไร

- | | |
|----------------------|-------------------|
| ก. เกิดขึ้นแล้วดับไป | ข. ไม่อยู่ในอำนาจ |
| ค. ทนได้ยาก | ง. เป็นสภาพคงที่ |

๔๓. เห็นสังขารอย่างไร จึงหน่ายในทุกซ์

- | | |
|------------------|------------------|
| ก. เห็นด้วยตา | ข. เห็นด้วยสมาธิ |
| ค. เห็นด้วยปัญญา | ง. เห็นด้วยฉันท |

๔๔. การสำรวมอินทรีย ต้องเริ่มที่ใคร

- | | |
|------------|---------------|
| ก. พระสงฆ์ | ข. ครูอาจารย์ |
| ค. ตนเอง | ง. นักเรียน |

๔๕. เสียงประเภทใด จัดเป็นบ่วงแห่งมาร

- | | |
|------------------|-----------------|
| ก. เสียงสรรเสริญ | ข. เสียงพรุสวาท |
| ค. เสียงนินทา | ง. เสียงมุสวาท |

๔๖. รูป เสียง กลิ่น รส ที่น่าปรารถนา จัดเป็นอะไร

- | | |
|-------------|---------------|
| ก. กิเลสกาม | ข. วัตถุกาม |
| ค. มาร | ง. กิเลสตัณหา |

๔๗. ผู้ช้อยอยู่ในโลก มีอาการเช่นใด

- | | |
|------------------|---------------|
| ก. ติดสิ่งล่อใจ | ข. ติดข่าวสาร |
| ค. ติดสิ่งเสพติด | ง. ติดเพื่อน |

๔๘. พวกผู้รู้หาช้อยอยู่ไม่ คำว่า ผู้รู้ หมายถึงใคร

- | | |
|-----------------|---------------------|
| ก. คนมีการศึกษา | ข. คนมีวิสัยทัศน์ |
| ค. คนมีสติ | ง. คนเห็นโลกตามจริง |

๔๙. สู้ทั้งหลายจงมาดูโลกนี้ คำว่า สู้ทั้งหลาย หมายถึงใคร

- | | |
|---------------|-------------------|
| ก. หมูส์ตีร์ | ข. หมู่พุทธบริษัท |
| ค. หมู่มราวาส | ง. หมู่พระภิกษุ |

๕๐. นิพพิทา มีความหมายตรงกับข้อใด

- | | |
|----------------------|---------------------|
| ก. ความดับทุกข์ | ข. ความหน่ายในทุกข์ |
| ค. ความหน่ายในอัตภาพ | ง. ความหน่ายในอาหาร |

เฉลยแบบทดสอบหลังเรียนวิชาธรรม ธรรมศึกษา ชั้นเอก

จำนวน ๕๐ ข้อ ๕๐ คะแนน

ข้อ		ข้อ		ข้อ		ข้อ		ข้อ	
๑.	ง	๑๑.	ค	๒๑.	ง	๓๑.	ง	๔๑.	ง
๒.	ป	๑๒.	ง	๒๒.	ก	๓๒.	ป	๔๒.	ก
๓.	ง	๑๓.	ง	๒๓.	ง	๓๓.	ป	๔๓.	ค
๔.	ก	๑๔.	ก	๒๔.	ก	๓๔.	ง	๔๔.	ค
๕.	ป	๑๕.	ค	๒๕.	ป	๓๕.	ค	๔๕.	ก
๖.	ค	๑๖.	ป	๒๖.	ง	๓๖.	ง	๔๖.	ป
๗.	ก	๑๗.	ก	๒๗.	ก	๓๗.	ป	๔๗.	ก
๘.	ค	๑๘.	ป	๒๘.	ป	๓๘.	ง	๔๘.	ง
๙.	ง	๑๙.	ง	๒๙.	ค	๓๙.	ป	๔๙.	ป
๑๐.	ป	๒๐.	ค	๓๐.	ก	๔๐.	ก	๕๐.	ป

ภาคผนวก

บรรณานุกรม

- กองพุทธศาสนศึกษา. (๒๕๕๗). **คู่มือการจัดการเรียนการสอนและสอบธรรมศึกษาในสถานศึกษา (พิมพ์ครั้งที่ ๑)**. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- โรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา. (๒๕๕๗). **หลักสูตรการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา พ.ศ. ๒๕๕๗ ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ม.๑ - ม.๓)**. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- สำนักงานแม่กองธรรมสนามหลวง. (๒๕๕๗). **ผลการสอบธรรมสนามหลวง ฉบับดีวิถี ประจำปี ๒๕๕๔ - ๒๕๕๖**. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- สำนักงานแม่กองธรรมสนามหลวง. (๒๕๕๖). **เรื่อง สอบธรรมของสนามหลวง แผนกธรรม พ.ศ. ๒๕๕๖ (พิมพ์ครั้งที่ ๑)**. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- สำนักงานแม่กองธรรมสนามหลวง. (๒๕๕๘). **เรื่อง สอบธรรมของสนามหลวง แผนกธรรม พ.ศ. ๒๕๕๗ (พิมพ์ครั้งที่ ๑)**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.

คณะผู้จัดทำ

แนวทางการจัดการเรียนรู้ธรรมศึกษา ชั้นตรี โท เอก (วินัย)

- | | |
|--------------------------------|----------------------------------|
| ๑. พระมหาสิริชัย สุขญาโณ | วัดราชบพิธสถิตมหาสีมาราม |
| ๒. นายอดิศักดิ์ วิไลลักษณ์ | ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดราชบพิธ |
| ๓. นายสำราญ เพียรดี | รองผู้อำนวยการโรงเรียนวัดราชบพิธ |
| ๔. นางสาวนิภา บุญคลัง | ครูชำนาญการพิเศษ |
| ๕. นางสาวรัตนา ลิ่มศรีวานิชยกร | ครู |

