

กระบวนการสร้างความเบิกบานด้วยวิมุตติธรรม

The Process of Creating Joy with Deliverance

พระครูปลัดสุวัฒนพรหมคุณ
Phrakhrupaladsuvaddhanabrahmagun

วัดญาณเวศกวัน

Wat Nyanavesakavan, Thailand.

Email: Insorn96@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้ เป็นการศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ส่งผลให้เกิดความเปลี่ยนแปลงในตัวบุคคล โดยเริ่มจากการคบหาท่านผู้รู้ทรงธรรมทรงปัญญา ตั้งใจสดับฟังธรรมจากท่านผู้รู้ที่รู้จักคิดพิจารณาหาเหตุผลโดยถูกวิธี และปฏิบัติธรรมถูกต้องหลักให้มีความสอดคล้องขององค์ธรรม ผลคือบุคคลนั้นมีการเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิต ยอมสละละทิ้งสิ่งที่ไม่เป็นแก่นไม่เป็นสาระในชีวิตให้ออกไปได้ มีชีวิตที่เรียบง่าย เพื่อทำประโยชน์เกื้อกูลต่อสังคมมากขึ้น ซึ่งเรื่องนี้ได้นำเสนอกระบวนการที่จะเข้าสู่เป้าหมายนั้น โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อนำเสนอกระบวนการสร้างความเบิกบานด้วยวิมุตติธรรม อันได้แก่ ความหลุดพ้นจากกิเลส 5 ประการ คือ ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยการข่มไว้ด้วยอำนาจของฌาน ด้วยอำนาจของวิปัสสนาญาณ ด้วยการตัดขาดด้วยมรรคญาณ เพราะกิเลสทั้งหลายสงบระงับไปในขณะแห่งผลจิต และด้วยการสลัดออกจากกิเลสได้ด้วยนิพพาน ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาที่ชาวโลกในยุคสมัยนี้ ควรหันมาให้ความสนใจใฝ่เรียนรู้ และฝึกปฏิบัติจนถึงกับเห็นผลประจักษ์กับตนเองได้

คำสำคัญ: กระบวนการสร้างความเบิกบาน, วิมุตติธรรม



ABSTRACT

This paper aims to bring joy through deliverance successfully using key liberation Dhamma tools of the 5 defilements. These are: deliverance by suppression, deliverance by substitution of opposites, deliverance by cutting off or extirpation, deliverance by tranquillization, deliverance by getting freed. To be liberated is the ultimate goal of Buddhists and all mankind. All should be studied carefully and diligently before proceeding to actual practices. Once these practices are completed, the outcomes will be tangible for your own realization and satisfaction. The process of joy creation through deliverance is one of the important Buddhist studies that will surely make an impact in an individual's life. This happens where one is willing to put away the low priority matters in life and lives simple life. If this can actually happen, we can lend hands to all mankind and help each other in various aspects.

Keywords: The Process of Creating, Joy, Deliverance.

บทนำ

การศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นเรื่องนามธรรม ที่จับต้องไม่ได้ ยากต่อการเข้าใจของผู้ศึกษา มักจะมีปัญหาที่ทำให้รู้สึกวุ่นวาย และไม่เกี่ยวกับวิถีชีวิตที่เป็นอยู่จริง ซึ่งความเข้าใจเช่นนี้ มีอยู่แพร่หลายกระจายออกไปในสังคมวงกว้าง ดูแล้ววุ่นวาย ในขณะเดียวกัน พฤติกรรมของคนในสังคมที่แสดงออกมาในแต่ละกิจกรรมนั้น มีความผิดพลาด บกพร่องเสียหาย สร้างความเดือดร้อน วุ่นวาย ต่อความเป็นอยู่ดีมีสุขของคนหมู่มาก สถานการณ์เช่นนี้มีเพิ่มปริมาณมากขึ้นเรื่อยๆ ถือได้ว่า เป็นสัญญาณเตือนภัยที่สังคมไทยจะมีความเสื่อมโทรม เสียหาย มีความทุกข์ ความเดือดร้อน ในอนาคตอันใกล้นี้ สอดคล้องกับบทนำของพิชญ์รัตน์ บุญช่วย (2549) ว่า “สังคมปัจจุบันกำลังอยู่ในสภาพที่เสื่อมถอยในด้านสิ่งแวดล้อม ด้านสังคม ด้านการดำเนินชีวิต และด้านการแสดงความคิดเห็น ...ล้วนสร้างความเดือดร้อนในการดำเนินชีวิตของคนและความวุ่นวายในสังคม”

จากความเข้าใจของคนส่วนใหญ่ในสังคมข้างต้นนี้ เป็นเรื่องที่ไม่ถูกต้อง เป็นความเข้าใจผิดของประชาชนโดยทั่วไปที่มักจะโน้มเอียงไปในการตามตอบสนองกิเลสตัณหาของตน เมื่อต้องมาศึกษาในเรื่องที่สะท้อนความเป็นตัวตนที่แฝงเร้นไปด้วยความใฝ่ปรารถนาที่ชั่วร้าย อันเจอบนไปด้วยกิเลสตัณหาออกมานั้น มักจะหลีกเลี่ยงไม่ประสงค์จะเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับมัน จึงเป็นสาเหตุให้เกิดความเบื่อหน่าย ไม่สนใจในหลักธรรม คำสอนของพระพุทธเจ้า ทั้งไม่สามารถจะโยงความสัมพันธ์ระหว่างหลักธรรมทางพระพุทธศาสนากับวิถีชีวิตประจำวันของแต่ละคน ซึ่งความจริงข้อนี้ไม่สามารถจะปฏิเสธได้ โดยแท้จริงแล้วหลักธรรมทางพระพุทธศาสนานั้นมีความเกี่ยวข้องกับสรรพชีวิตในโลกนี้ตลอดเวลา



เรื่องนี้ ผู้มีบทบาทในการทำหน้าที่เผยแผ่หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาควรต้องมีกระบวนการในการนำเสนอหลักธรรมที่สำคัญ ให้น่าสนใจ โดยเฉพาะแก่เยาวชนที่กำลังเจริญเติบโต เป็นผู้ใหญ่ในอนาคตของชาติ เมื่อได้สร้างกระบวนการที่มีความชัดเจน น่าสนใจ เหมาะสมกับวัยที่ผู้เข้ารับการอบรมด้วยแล้ว ความเบิกบาน ความสุข ก็เกิดขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หลักวิมุตติธรรม คือ ความหลุดพ้น โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษากระบวนการสร้างความเบิกบานแก่ประชาชนด้วยวิมุตติธรรม

กระบวนการสร้าง หมายถึง ขั้นตอนของปรากฏการณ์ทางธรรมชาติที่ค่อยๆ มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมีระเบียบ ไปสู่ผลดีที่พึงประสงค์อย่างหนึ่ง ,*ความเบิกบาน* หมายถึง ความเข้มแข็ง ความสดใส ความเต็มอิ่ม ความสมประสงค์ มีความผ่อนคลายของจิต มีความสุข ถือว่าเป็นความสำเร็จที่เกิดผลแล้ว และ*วิมุตติธรรม* หมายถึง ความบริสุทธิ์หลุดพ้นไปจากเครื่องเศร้าหมองของใจทำตนให้เป็นอิสระจากสิ่งนั้นได้ ซึ่งเป็นหลักธรรมสำคัญที่ทางพระพุทธศาสนา แสดงไว้ 5 ประการ คือ ด้วยขมหรือสะกดกิเลสไว้ ด้วยธรรมคู่ปรับหรือพันชั่วคราว ด้วยตัดขาด ด้วยสงบ และพ้นด้วยออกไปหรือนิพพาน

ทฤษฎีเชิงจิตวิทยา

การพัฒนาการของมนุษย์ทางด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญานั้น มีทฤษฎีเชิงจิตวิทยาที่ได้รับการพัฒนามาได้ในระดับหนึ่ง โดยเฉพาะ เพียเจต์ (Piaget) ได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับพัฒนาการทางสติปัญญาว่า เป็นการปรับพฤติกรรมให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และเป็นการรวบรวมความคิดและการกระทำต่างๆ ซึ่งมีพัฒนาการเป็นขั้นตอนดังนี้ 1) ขั้นประสาทรับรู้และการเคลื่อนไหว (Sensori-Motor Stage) 2) ขั้นก่อนปฏิบัติการคิด (Preoperational Stage) ขั้นนี้เริ่มตั้งแต่อายุ 2-7 ปี แบ่งออกเป็นชั้นย่อยอีก 2 ชั้น คือ ขั้นก่อนเกิดสิ่งกัป (Preconceptual Thought) เป็นขั้นพัฒนาการของเด็กอายุ 2-4 ปี ขั้นการคิดแบบญาณหยั่งรู้ นึกออกเองโดยไม่ใช้เหตุผล (Intuitive Thought) เป็นขั้นพัฒนาการของเด็ก อายุ 4-7 ปี 3) ขั้นปฏิบัติการคิดด้านรูปธรรม (Concrete Operation Stage) และ 4) ขั้นปฏิบัติการคิดด้วยนามธรรม (Formal Operational Stage) พัฒนาการทางด้านสติปัญญาจะเกี่ยวข้องทั้งวุฒิภาวะทางร่างกายและการเรียนรู้ ส่วนพัฒนาการขั้น Sensori-Motor ขึ้นอยู่กับวุฒิภาวะทางร่างกาย ส่วนพัฒนาการขั้นต่อมาจะต้องอาศัยการเรียนรู้มากกว่า (จิราภา เต็งไทรรัตน์ ผศ., และคณะ. 2547 หน้า ,118-119).

ส่วนด้านความเบิกบาน ซึ่งเป็นผลลัพธ์ของชีวิตที่บรรลุถึงเป้าหมายของมนุษย์นั้น มีทฤษฎีวิธีการสร้างชีวิตที่เป็นสุข กล่าวคือ ทฤษฎีความต้องการของมาสโลว์ (Maslow's Hierarchy of Needs) อันเป็นที่มาของวิธีการสร้างชีวิตที่เป็นสุข มาสโลว์ ได้แบ่งความต้องการของมนุษย์ออกเป็น 5 ระดับ (สงวน สุทธิเลิศอรุณ .,รศ ,2547 หน้า ,185-187). ตามลำดับความสำคัญ ดังนี้ 1) ความต้องการทางสรีระวิทยา (Physiological Needs) 2) ความต้องการความมั่นคงและปลอดภัย (Safety and Security Needs) 3) ความต้องการความรักหรือสัมพันธ์ทางสังคม (Love or Social Needs)



- 4) ความต้องการการได้รับความเคารพนับถือยกย่อง หรือมีสถานภาพ (Esteem or Status Needs)
- 5) ความต้องการความสำเร็จในชีวิต (Self-Actualization Needs) จากทฤษฎีดังกล่าวข้างต้น ต้องการจะพิสูจน์ให้เห็นว่า มนุษย์มีศักยภาพที่พัฒนาตนได้ในระดับต่างๆ ทั้งด้านพฤติกรรม สิ่งแวดล้อม และจิตใจ แต่ทางด้านปัญญายังไม่ชัดเจนเพียงพอ

การสร้างความเป็นอกุศล

การสร้างความเป็นอกุศลด้วยหลักธรรมทางพุทธศาสนานั้น เป็นเรื่องที่ทำทนายสติปัญญาอย่างยิ่ง ด้วยว่าเป็นเรื่องนามธรรม ซึ่งผู้ศึกษาไม่สามารถจะสัมผัสหรือจับต้องได้ แต่ถ้าบุคคลากรทางศาสนาที่มีหน้าที่ออกไปบรรยายธรรม แสดงธรรม ความจริง ความถูกต้องดีงามแก่ผู้ศึกษาทั่วไปนั้น เป็นผู้ที่มีหน้าที่ที่ต้องการจะฝึกตนเอง และมีคติประจำใจอยู่เสมอว่า ยิ่งเป็นเรื่องที่ยาก ยิ่งได้มาก จากเรื่องที่ยากนั้นตนได้เรียนรู้ ได้ฝึกตน มีความเข้าใจ และทำทนายความรู้ความสามารถอย่างยิ่ง ฉะนั้น การที่บุคคลากรทางศาสนาควรมีความตระหนักไว้เสมอว่า วิธีการที่ตนเตรียมการไว้อย่างดีแล้วนั้น จะมีผลสะท้อนย้อนกลับมาเช่นไร จะนำไปสู่การแก้ไขปัญญา และทำให้มีความเป็นอกุศล น่าสนใจของผู้ฟังได้จริงหรือไม่

แม้ปัจจุบันนี้ ประชาชนจะมีความเป็นอกุศลด้วยสื่อบันเทิง เริงรมย์ ซึ่งเป็นความเป็นอกุศลภายนอก อันนำไปสู่การมอมเมาให้ลุ่มหลง ให้ต้องพึ่งพา ให้ตกเป็นทาสที่จะต้องเสพสิ่งเหล่านั้นอยู่ตลอดเวลา ไม่มีอิสระ แต่กระบวนการสร้างเป็นอกุศลด้วยวิมุติธรรมนั้นจะเป็นความเป็นอกุศลภายใน และมีผลยั่งยืน เป็นแก่นหรือสาระของการเกิดมาเป็นมนุษย์ครั้งหนึ่งนี้ มีพุทธพจน์ที่ตรัสเกี่ยวกับเรื่องนี้ไว้ว่า “สิ่งที่ไม่เป็นสาระ เข้าใจว่าเป็นสาระ สิ่งที่เป็นสาระ กลับมองเห็นไม่เป็นสาระ คนอย่างนั้น ย่อมเข้าไม่ถึงสาระ วณเวียนอยู่แค่แนวความคิดที่ผิดๆ” [ขุ.ธ.25/34/146].

สาระคือแก่นสารที่แท้จริงที่ชีวิตควรเข้าถึง เช่น สุข ความสงบ ความเป็นอกุศล ความพ้นไปเสียจากกิเลสเครื่องร้อยรัด ถึงจุดที่เป็นเป้าหมายของชีวิต นั่นคือ การเข้าถึงนิพพาน เป้าหมายเช่นนี้ ใ่วว่าจะไม่เกิดมีเสียทีเดียว เป้าหมายนั้นมีอยู่ เส้นทางที่จะเข้าถึงเป้าหมายนั้นก็ยังมีอยู่ ผู้ซึ่งบอกทางไปให้ถึงเป้าหมายนั้นก็ยังมีอยู่ แต่ผู้ที่จะเลือกเดินไปตามเส้นทางนั้นตากหากที่ยังรั้งรอ และยังคงวนไม่เข้าสู่ทางเสียที่

ครั้งสมัยพุทธกาล เมื่อพระพุทธเจ้าทรงอุบัติขึ้นมาในโลกแล้วนั้น ผู้มีบุญบารมีได้ลงมาเกิดในโลกมนุษย์ในยุคนั้นมากมาย บางท่านประสูติในตระกูลกษัตริย์ เป็นเจ้าชายที่มีความอุดมสมบูรณ์พร้อมไปด้วยราชสมบัติอันประมาณค่ามิได้ มีข้าทาสบริวารจำนวนมาก ครั้นทรงเจริญวัยพอที่จะมีครอบครัวได้แล้ว พระราชาบิดาทรงจัดให้มีการอภิเษกสมรสกับเจ้าหญิงที่มีความเลอโฉม สวยงามที่เหมาะสมกับเจ้าชายทุกประการ ภายหลังพระราชาบิดาได้ทรงสละราชสมบัติให้ขึ้นครอง พระราชาองค์ใหม่ได้ขึ้นครองและปกครองบ้านเมืองให้ประชาชนอยู่อย่างมีความสุข สงบ เรียบร้อยด้วยดี แต่สิ่งหนึ่งที่พระราชาทรงโหยหา ใฝ่สัดบับฟังข่าวอันเป็นมงคลอยู่ทุกวัน ถึงกับมีการจัดส่งม้าเร็วออก



หาข่าวไปทั่วเมือง ในที่สุดพระองค์ทรงได้รับข่าวที่ประสงค์นั้น เป็นจุดที่พลิกผันวิถีชีวิตจากพระราชา มาเป็นนักบวชในพระพุทธศาสนา ต่อมาได้บรรลุนิพพานเป็นพระอรหันต์ ทำงานเผยแผ่พระพุทธศาสนา จนกระทั่งวาระสุดท้ายแห่งพระชนมชีพ

ขั้นการคบหาท่านผู้รู้ทรงธรรมทรงปัญญา

บุคคลต้นแบบในที่นี้ คือ พระเจ้ามหากัปปิณะ (มหามกุฏราชวิทยาลัย ,2543 หน้า ,14-33) ซึ่งประสูติในราชตระกูลในกุกกุฏดินคร ครั้นทรงเจริญวัย บรรลุนิติภาวะแล้ว ทรงได้รับการสถาปนาเป็นราชาปกครองบ้านเมือง และได้อภิเษกสมรสกับเจ้าหญิงในราชตระกูลมัทธรัฐสาคลนคร พระนามว่า อโนชาเทวี ด้วยบุญบารมีที่ทรงกระทำไว้ ทำให้มีพระทัยโน้มน้อมไปที่จะสดับรับฟังข่าวดีว่ามีพระรัตนตรัยได้อุบัติขึ้นแล้วหรือยัง ครั้นเมื่อมีข่าวดีจากพ่อค้าเมืองไกลผ่านมาแจ้งให้ทรงทราบ พระราชาได้เสด็จไปเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า พร้อมกับอำมาตย์ 1,000 คน

พระพุทธองค์ครั้งนั้นจะทรงพบกับพระเจ้ามหากัปปิณะและบริวารแล้ว ทรงแสดงธรรมด้วยเรื่องที่แสดงเนื้อความลุ่มลึกลงไปโดยลำดับ เพื่อขัดเกลาอัธยาศัยของท่านเหล่านั้นให้ประณีตขึ้นไปเป็นขั้นๆ จนพร้อมที่จะทำความเข้าใจในธรรมส่วนปรมาตม์ ซึ่งมีชื่อเรียกว่า **อนุพุพพิกกา 5** [วินย. 4/27/32; ที.สี.9/237/189] ประการ กล่าวคือ

1. เรื่องทาน กล่าวถึงการให้ การเสียสละเผื่อแผ่แบ่งปัน ช่วยเหลือกัน (**ทานกถา**)
2. เรื่องศีล กล่าวถึงความประพฤติที่ถูกต้องดีงาม (**ศีลกถา**)
3. เรื่องสวรรค์ กล่าวถึงความสุขความเจริญ และผลที่น่าปรารถนาอันเป็นส่วนดีของกามที่จะพึงเข้าถึง เมื่อได้ประพฤติดีงามตามหลักธรรมสองข้อต้น (**สัตคกถา**)
4. เรื่องโทษแห่งกาม กล่าวถึงส่วนเสีย ข้อบกพร่องของกาม พร้อมทั้งผลร้ายที่สืบเนื่องมาจากกาม อันไม่ควรหลงไหลหมกมุ่นมัวเมา จนถึงรู้จักที่จะหน่ายถอนตนออกได้ (**กามาทีนวกถา**)
5. เรื่องอานิสงส์แห่งความออกจากกาม กล่าวถึงผลดีของการไม่หมกมุ่นเพลิดเพลินติดอยู่ในกาม และให้มีฉันทะที่จะแสวงความดีงามและความสุขอันสงบที่ประณีตยิ่งขึ้นไปกว่านั้น (**เนกขัมมานิสังสกถา**)

ตามปกติ พระพุทธเจ้าเมื่อจะทรงแสดงพระธรรมเทศนาแก่คฤหัสถ์ ผู้มีอุปนิสัยสามารถที่จะบรรลุนิพพานพิเศษ ทรงแสดงอนุพุพพิกทานี้ก่อน แล้วจึงตรัสแสดงอริยสัจจ 4 เป็นการทำให้พร้อมที่จะรับ ดุจผ้าที่ซักฟอกสะอาดแล้ว ควรรับน้ำย้อมต่างๆ ได้ด้วยดี

พระศาสดาตรัสอนุพุพพิกกาแก่พระราชาพร้อมกับบริวาร พอจบพระธรรมเทศนา ก็บรรลุนิพพานเป็นพระอริยบุคคลขั้นต้นได้สำเร็จ และได้ทูลขอบวช พระศาสดาทรงเหยียดพระหัตถ์ขวาตรัสว่า พวกเธอจงเป็นภิกษุมาเถิด จงประพฤติพรหมจรรย์ เพื่อทำที่สุดแห่งทุกข์โดยชอบเถิด ในขณะที่ตนเอง ภิกษุเหล่านั้นก็ได้ทรงบริวาร 8 เป็นคล้ายดังพระเถระที่มีพรรษาตั้ง 60 พรรษานั้น ภิกษุเหล่านั้นเหาะขึ้นสู่อากาศแล้ว ก็กลับลงมาถวายบังคมพระศาสดา แล้วนั่ง ณ ที่สมควรด้านหนึ่ง



ในชั้นของการบรรลุดุธรรมนี้ เป็นกระบวนการที่น่าอัศจรรย์ที่ว่า พระพุทธศาสนาแสดงวิมุตติธรรม คือความหลุดพ้นจากกิเลสไว้ 5 ประการ คือ 1) ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยการข่มไว้ด้วยอำนาจของฌาน เพียงปฐมฌานก็สามารถข่มนิวรณ์ 5 มีกามฉันทะนิวรณ์ได้แล้ว (*วิกขัมภณวิมุตติ*) 2) ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยองค์นั้น ด้วยอำนาจของวิปัสสนาญาณ เพียงได้นามรูปปริจเฉทญาณ ปัญญาที่แยกนามกับรูปว่าเป็นคนละอย่าง ก็สามารถละความเห็นผิดว่านามรูป เป็นตัวตนได้ชั่วคราว (*ตัทธังค-วิมุตติ*) 3) ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยการตัดขาด ด้วยมรรคญาณ กิเลสที่ถูกตัดขาดไปแล้วย่อมไม่กลับมาเกิดได้อีก (*สมุจเฉทวิมุตติ*) 4) ความหลุดพ้นจากกิเลส เพราะกิเลสทั้งหลายสงบระงับไปในขณะแห่งผลจิต (*ปฏิบัติสัทธีวิมุตติ*) และ 5) ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยการสลัดออกจากธรรมอันเป็นข้าศึกคือกิเลส ด้วยนิพพาน (*นิสสรณวิมุตติ*) (พระพรหมคุณาภรณ์ ป. อ. ปยุตโต. 2558, หน้า 174, 166-167). เมื่อถึงชั้นของการบรรลุดุธรรมเช่นนี้ได้แล้ว จะต้องมีปัญหาคมชัด กำจัดกิเลสเครื่องเศร้าหมองในใจให้หมดสิ้นไปได้ ทำให้พระราชามีความเบิกบาน ร่าเริง มีความสมประสงคฺ์ในเป้าหมายของชีวิตทุกประการ

กระบวนการสร้างความเบิกบานด้วยวิมุตติธรรม

บุคคลที่จักได้บรรลุถึงความหลุดพ้นจากกิเลสได้นั้น จักต้องมีการสร้างบุญบารมีมาก่อน มีความใส่ใจในการคบหาสัตบุรุษ จิตใจใฝ่ธรรม สนใจที่จะสดับรับฟังธรรม เข้าไปฟังธรรมเทศนากับองค์พระศาสดา มีศรัทธามั่นคง มีสติ มีจิตนุ่มนวลควรแก่งาน สงบตั้งมั่นเป็นสมาธิ รู้จักคิดพิจารณาหาเหตุผลโดยถูกวิธี มีปัญหาที่รู้เข้าใจ รู้เท่าทันโลกและชีวิตตามความเป็นจริง ตามลำดับของการหลุดพ้นจากกิเลส 5 ประการ กล่าวคือ พระเจ้ามหาภักปิณะทรงเกิดปิติตั้งแต่ได้ทรงสดับเรื่องพระรัตนตรัยได้อุบัติขึ้นแล้วในโลกจากพ่อค้า ในพระหฤทัยของพระองค์ไม่มีความห่วงกังวลด้วยราชสมบัติใดใด จากนั้นเริ่มกระบวนการในการทำให้กิเลสหรือเครื่องเศร้าหมองใจหลุดพ้นตามลำดับ ด้วยข่มหรือสะกดไว้ด้วยธรรมคู่ปรับหรือพันชั่วคราว ด้วยตัดขาด ด้วยสงบ และพันด้วยออกไปหรือนิพพาน

พระเถระเปล่งอุทานปรารภความเบิกบาน

ครั้งกาลต่อมา เมื่อท่านพระมหาภักปิณะเถระ บรรลุพระอรหัตผลแล้ว รู้ว่ากิจของตนถึงที่สุดแล้ว ก็เป็นผู้ชวนชวนน้อย ทำเวลาให้ล่วงไปด้วยสุขในผลสมบัติ อยู่ป่าก็ดี อยู่โคนไม้ก็ดี อยู่เรือนว่างก็ดี ก็เปล่งอุทานเนืองๆ ว่า “*อโห สุขํ อโห สุขํ*” โอ้ สุขจริงหนอ โอ้ สุขจริงหนอ (ธรรมสภา , 2552, หน้า 915-931). ภิกษุทั้งหลายได้ฟังคำอุทานนี้แล้วพูดกันขึ้นว่า “ท่านพระภักปิณะเถระ ระลึกถึงสุขในราชสมบัติ จึงเปล่งอุทานเช่นนั้น” ภิกษุเหล่านั้นจึงพากันไปกราบทูลพระตถาคตว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ พระมหาภักปิณะ เทียบเปล่งอุทานว่า ‘สุขหนอ สุขหนอ’ ท่านเห็นจะกล่าวปรารภความสุขในราชสมบัติของตน” พระศาสดารับสั่งให้เรียกพระมหาภักปิณะนั้นมาแล้ว ตรัสถามท่านว่า “ภักปิณะ ไฉนว่า เธอเปล่งอุทานปรารภสุขในกาม สุขในราชสมบัติ จริงหรือ?” พระมหาภักปิณะกราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ พระผู้มีพระภาคเจ้าย่อมทรงทราบ การเปล่งหรือไม่เปล่งปรารภ



ความสุขและรัชสุขนั้นของข้าพระองค์” พระศาสดาตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย บุตรของเราย่อมเปล่งอุทาน प्रारภसुในความสุขในราชสมบัติหามิได้ ก็แต่ว่า ความเอิบอ้อมในธรรม ย่อมเกิดขึ้นแก่บุตรของเรา บุตรของเรานั้นย่อมเปล่งอุทานอย่างนั้น เพราะปรารถนมตมทานิพพาน” ดังนี้ แล้วทรงแสดงธรรมมีใจความว่า “บุคคลผู้เอิบอ้อมในธรรม มีใจผ่องใส ย่อมอยู่เป็นสุข บัณฑิตย่อมยินดีในธรรมที่พระอริยเจ้าประกาศแล้วทุกเมื่อ” (มหามกุฏราชวิทยาลัย ,2543 หน้า ,32.)

พระพุทธองค์ทรงแสดงพระเถระเป็นตัวอย่าง

พระนครสาวัตถี ก็สมัยนั้น ท่านพระมหากัปปินะ นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า ในที่ไม่ไกลพระผู้มีพระภาค พระพุทธองค์ได้ทอดพระเนตรเห็นท่านมหากัปปินะนั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า ครั้นแล้วได้ตรัสถามภิกษุทั้งหลายว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายเห็นความไหวหรือความเอนเอียงแห่งกายของภิกษุเหล่านั้นหรือหนอ?” ภิกษุทั้งหลายกราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ เวลาใดข้าพระองค์ทั้งหลาย เห็นท่านผู้มีอายุนั้นนั่งอยู่ในท่ามกลางสงฆ์ หรือนั่งในที่ลับรูปเดียว ในเวลานั้น ข้าพระองค์ทั้งหลายมิได้เห็นความไหวหรือความเอนเอียงแห่งกายของท่านผู้มีอายุนั้นเลย” พระผู้มีพระภาคทรงตรัสว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย ความไหวหรือความเอนเอียงแห่งกายก็ดี ความหวั่นไหวหรือความกวัดแกว่งแห่งจิตก็ดี ย่อมไม่มี เพราะได้เจริญ ได้กระทำให้มากซึ่งสมาธิใด ภิกษุเหล่านั้นได้สมาธินั้นตามความปรารถนาได้ โดยไม่ยากไม่ลำบาก ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ความไหวหรือความเอนเอียงแห่งกายก็ดี ความหวั่นไหวหรือความกวัดแกว่งแห่งจิตก็ดี ย่อมไม่มี เพราะได้เจริญ กระทำให้มากซึ่งสมาธิ เป็นไหน? เพราะได้เจริญ ได้กระทำให้มากซึ่งอานาปานสติสมาธิ ดูกรภิกษุทั้งหลาย เมื่ออานาปานสติสมาธิ อันภิกษุเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้วอย่างไร ความไหวหรือความเอนเอียงแห่งกายก็ดี ความหวั่นไหวหรือความกวัดแกว่งแห่งจิตก็ดี ย่อมไม่มี? ภิกษุในธรรมวินัยนี้ อยู่ในป่าก็ดี อยู่ที่โคนไม้ก็ดี อยู่ที่เรือนว่างก็ดี นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า เธอมีสติ หายใจออก มีสติหายใจเข้า ย่อมสำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้พิจารณาเห็นโดยความสละคืนหายใจออก ย่อมสำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้พิจารณาเห็นโดยความสละคืนหายใจเข้า ดูกรภิกษุทั้งหลาย เมื่ออานาปานสติสมาธิ อันภิกษุเจริญ กระทำให้มากแล้วอย่างนี้แล ความไหวหรือความเอนเอียงแห่งกายก็ดี ความหวั่นไหวหรือความกวัดแกว่งแห่งจิตก็ดี ย่อมไม่มี”

จากกรณีตัวอย่างข้างต้น

การนำเรื่องนี้มา ถือว่าเป็นกระบวนการหนึ่งของการสร้างความเบิกบานด้วยวิมุตติธรรม ได้แง่คิดมาก ที่เป็นการเรียนรู้ เกิดความเข้าใจในความต้องการที่แท้จริงของชีวิต ซึ่งพระเจ้ามหากัปปินะทรงมีความพร้อมพร้อมสมบูรณ์ทุกประการ ที่มนุษย์ในโลกจะพึงมี จะพึงได้ พระองค์เป็นถึงพระราช แต่ก็ยังมีใจไม่ปรารถนาที่จะให้ได้ว่าซึ่งสิ่งที่เลิศ ประเสริฐกว่าที่มีอยู่นั้น นั่นคือ การเข้าถึงพระรัตนตรัย ได้สดับฟังพระธรรมเทศนา ย่อมใจให้คลายกำหนด มีปัญญาเห็นความจริง เห็น



พระไตรลักษณ์ จนบริสุทธิ์ หลุดพ้นหมดกิเลส เป็นพระอริยบุคคลในพระชาติสุดท้ายของพระองค์ เข้ากันได้กับพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ว่า “เลิศล้ำเหนือความเป็นเอกราชบนผืนปฐพี ดีกว่าการได้ไปสู่สวรรค์ ประเสริฐกว่าสวรรค์โลกาธิปไตย คือ ผลการตัดถึงกระแสโพธิธรรม” (ขุ.ธ.25/179/49) อ้างใน พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย. พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). 2555 หน้า ,880.(การบรรลุธรรม เป็นพระอริยบุคคลตั้งแต่โสดาบันขึ้นไป

พระประวัติของพระเจ้ามหากัปินะนี้ ถือได้ว่าเป็นชีวิตที่สมบูรณ์แบบทุกประการ เป็นบุคคลต้นแบบที่ควรจะเป็นแบบอย่างได้เป็นอย่างดี ทั้งนี้ต้องมีความเพียรพยายาม สร้างสรรค์ คุณงามความดี ทำบุญ ทำกุศล เพิ่มพูนบุญบารมี ทุกภพทุกชาติไป จนกว่าจะถึงความเบิกบานด้วยความหลุดพ้นจากเครื่องพันธนาการคือกิเลสเหล่านั้น สู่อิสรภาพ หรือนิพพานในที่สุด

จากการที่ประชาชนส่วนใหญ่ในสังคมมีความเบื่อหน่าย ไม่สนใจในธรรม ต่อเมื่อมีบุคลากร ทางศาสนาได้พัฒนาการกระบวนกรสร้างความเบิกบานที่โดดเด่นขึ้นมาได้ มีการกระตุ้นเตือนให้ ผู้คนได้หันกลับมาให้ความสนใจใคร่เรียนรู้ในหลักธรรมที่จะทำให้ตนพ้นทุกข์ได้แล้ว ความก้าวหน้า ในทางธรรมนำให้ถึงความเบิกบานด้วยวิมุตติธรรม ซึ่งเป็นเป้าหมายของการดำเนินชีวิตที่สมบูรณ์ ทั้งนี้ มีการหลุดพ้นจากบ่วงแห่งมาร ทำลายกิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในสันดานมายาวนานนั้นให้หมดสิ้น ไปได้ ปลอดภัยเป็นอิสระที่แท้จริง ความเป็นไท ไม่ต้องพึ่งพาใคร เพราะได้ฝึกตนได้ดีแล้ว จากเดิม ที่ไม่มีศรัทธาในพระรัตนตรัย กลับกลายเป็นคนมั่นคงต่อพระรัตนตรัย ที่ประกอบด้วยปัญญา มีชีวิตที่ อยู่เหนือโลกธรรม กาลเวลาของชีวิตที่เหลือจากนั้น ก็ทำการเพื่อเกื้อกูลต่อชาวโลกอย่างแท้จริง ชีวิต เช่นนี้ คือ การเป็นบานด้วยความบริสุทธิ์หลุดพ้น จากเครื่องพันธนาการทุกประการ แม้แต่มารหรือ ความชั่วใดใดก็ไม่มากล้ำกรายได้อีกเลย

บทสรุป

กระบวนกรสร้างความเบิกบานด้วยวิมุตติธรรมจึงมีความจำเป็นต่อสังคมปัจจุบัน จากการที่ ประชาชนส่วนใหญ่ในสังคมมีความเบื่อหน่าย ไม่สนใจในธรรม ซึ่งความเป็นจริงแล้ว ธรรมคือความ จริง ความถูกต้องดีงาม เป็นแก่นเป็นสาระของทุกชีวิต แต่ด้วยมีสื่อประเภทสนองกิเลสได้ดีกว่ามายั่ว ยุ ล่อเร้า เย้ายวน ทำให้คนน่าพึงพอใจมากกว่า จึงเป็นหน้าที่ที่จะต้องสร้างกระบวนกรให้เกิดความ เบิกบานด้วยวิมุตติธรรม ในขณะเดียวกันจะต้องมีการเตรียมความพร้อมโดยมี 1) ฝึกบุคลากรทาง ศาสนาที่มีความสนใจที่จะอบรมเยาวชน เป็นต้น มาเข้ารับการอบรม ให้มีความรู้เข้าใจ เรียนรู้ จิตวิทยาที่เหมาะสมกับวัย มีความชัดเจนในหลักธรรม 2) จัดกิจกรรม รับเยาวชนเข้ามารับการอบรม 3 - 7 วัน มีการทำกิจกรรมร่วมกัน ทำวัตรสวดมนต์ บริหารร่างกายในยามเช้า ฟังการบรรยายธรรม โดยเฉพาะการเล่าเรื่องที่โยงเข้าสู่ชีวิตจริงได้ นำเจริญจิตภาวนา 3) ประเมินผลของการอบรม 4) นำ ผลการประเมินไปปรับปรุงแก้ไขในกิจกรรมที่จะทำในครั้งต่อไป เมื่อทำได้ตามกระบวนกรนี้แล้ว จะเป็นประโยชน์ต่อคนและสังคมอย่างยิ่งที่ไม่ตกไปเป็นทาสของของวัตถุนิยม จะมีความเป็นอิสระ หลุดพ้นจากเครื่องพันธนาการทุกอย่าง แล้วมาร่วมกันสร้างสรรค์สังคมให้น่าอยู่ ธรรมชาติน่า รื่นรมย์อย่างแท้จริง



เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.**

เล่มที่ 25. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2468-2473). **สยามรัฐสส เตปิฎก ,ขุททกนิกาย ธมมปทคาถา เล่มที่ 25.**

กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2543). **พระธัมมปทัฏฐกถา แปล ภาค 4.** พิมพ์ครั้งที่ 16/2543.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.

จิราภา เต็งไตรรัตน์ และคณะ. (2547). **จิตวิทยาทั่วไป พิมพ์ครั้งที่ 4 แก้ไขเพิ่มเติม.**

กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ธรรมสภา. (2552). **80 พระอรหันต์ (ฉบับสมบูรณ์).** กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). (2553). **จากจิตวิทยา สู่จิตภาวนา.** พิมพ์ครั้งที่ 11.

กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). (2555). **จาริกบุญ-จาริกธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ 39.

กรุงเทพมหานคร: พิมพ์สวย.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). (2558). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.** พิมพ์

ครั้งที่ 31. กรุงเทพมหานคร: ผลิธัมม์.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). (2555). **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย.** กรุงเทพมหานคร:

สำนักพิมพ์ผลิธัมม์.

พิชญ์รัชต์ บุญช่วย. (2549). **การศึกษากระบวนการสร้างภาวนา 4 โดยใช้หลักไตรสิกขา.**

กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ลักขณา สริวัฒน์. (2559). **จิตวิทยาสำหรับครู.** กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.

สงวน สุทธิเลิศอรุณ. (2547). **การสร้างชีวิตที่เป็นสุข. อ้างอิงพฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน.**

กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.