

# การประเมินความก้าวหน้าการละสังโยชน์ของ ผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน\*

## The Progress Evaluation of Insight Meditation Practitioners in Eradicating the Fetter



<sup>1</sup>ภราดี บุตรศักดิ์ศรี, พระมหาอดิเดช สติวโร และ บุญเลิศ โอฐสุ

<sup>1</sup>Pharadee Bootsaksri, Phramaha Adidej Sativaro and Boonlert Otsu

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand.

<sup>1</sup>Corresponding Author. Email: phara66@gmail.com

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาสังโยชน์ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา 2) เพื่อศึกษาการละสังโยชน์กับการเจริญวิปัสสนากรรมฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา และ 3) เพื่อศึกษาการประเมินความก้าวหน้าการละสังโยชน์ของผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการศึกษาเอกสารในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ร่วมกับการสัมภาษณ์เชิงลึกจากพระวิปัสสนาจารย์ และผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน

ผลการวิจัย พบว่า 1) สังโยชน์ เป็นธรรมที่ผูกมัดสัตว์ให้ติดอยู่ในวงจรแห่งทุกข์ มี 10 ประการ ได้แก่ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ ภูมิจะ รุปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และ อวิชชา แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ สังโยชน์เบื้องต่ำ หมายถึง สังโยชน์ที่นำสัตว์ให้ติดอยู่ในทุกข์เบื้องต่ำ มี 5 ประการ ได้แก่ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ และภูมิจะ กับสังโยชน์เบื้องสูง หมายถึง สังโยชน์ที่นำสัตว์ให้ติดอยู่ในทุกข์เบื้องสูง มี 5 ประการ ได้แก่ รุปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะและอวิชชา 2) การเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานเป็นแนวทางการปฏิบัติสำหรับละสังโยชน์ทั้ง 10 ประการ โดยมีหลักธรรมที่สัมพันธ์กับการละสังโยชน์ ได้แก่ โทษปักขยธรรม 37 ประการ ประกอบด้วย สติปัฏฐาน 4 สัมมัปปธาน 4 อธิติบาท 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 และมรรคมืองค์ 8 3) ความก้าวหน้าในการละสังโยชน์ของผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน ประเมินตามลำดับ ดังนี้ ผู้ปฏิบัติ มีสติอยู่ที่อารมณ์กรรมฐาน แยก रूप แยกนามออกจากกันได้ เห็นความเป็นไตรลักษณ์ของชั้น 5 หรือรูปนาม และเกิดวิปัสสนูปกิเลส อากาโรทั้ง 4 นี้จะปรากฏตามลำดับ ซึ่งแสดงถึงความก้าวหน้าของการละสังโยชน์ในเบื้องต้น เมื่อเจริญสติปัฏฐานอย่างต่อเนื่อง จะเป็นแนวทางที่จะนำไปสู่การละสังโยชน์เป็นสมุจเฉทได้ในที่สุด โดยมีหลักปฏิบัติคือมรรคมืองค์ 8 สรุปลงเป็นสิกขา 3 คือ ศีล สมาธิและปัญญา ซึ่งมีพร้อมในสติปัฏฐาน

**คำสำคัญ:** การประเมิน; สังโยชน์; วิปัสสนากรรมฐาน

## Abstract

This research aimed at: 1) To study the fetter in Buddhist scriptures, 2) To investigate the fetter eradication and the insight meditation in Buddhist scriptures, and 3) To evaluate the progression of insight meditation practitioners towards eradicating the fetter. This qualitative research was mainly conducted from the Buddhist documentary study and the in-depth interview with insight meditation masters and insight meditation practitioners.

The findings suggest that: 1) the fetter means dhamma binding the beings to the sufferings at birth. The fetter comprises ten components, which are sakkāyadiṭṭhi, vicikicchā, silabbataparāmāsa, kāmarāga, paṭigha, rūparāga, arūparāga, māna, uddhacca, and avijjā. The fetter can be further divided into two groups: lower and higher fetters. A lower fetter comes with five components: sakkāyadiṭṭhi, vicikicchā, silabbataparāmāsa, kāmarāga, and paṭigha, while a higher fetter includes other five components: rūparāga, arūparāga, māna, uddhacca, and avijjā. 2) Guidelines to eliminate the fetter (all ten components) are those in the satipaṭṭhana insight meditation and the dhammas relating to fetter elimination are bodhipakhiya-dhamma (satipaṭṭhana, sammappadhāna, iddhipāda, indriya, bala, bojjaṅga, and noble eightfold path). 3) The progression of insight meditation practitioners to the fetter eradication was evaluated in the following: as practitioners were concentrating on the sense-object, they acknowledged that bodies were composed of the panca-khandha or five aggregates, under the three characteristics and the defilement contemplation. When the four characteristics finally came up, they could be identified as progressing steps in eradicating the fetter. If the practitioners still kept practicing the satipaṭṭhana, they could eliminate fetter more effectively in the near future. The dhamma principle for long term practice was noble eightfold path, briefly summarized in this threefold training: morality, meditation, and wisdom, also completely available in satipaṭṭhana.

**Keywords:** Evaluation; Fetter; Insight meditation

## บทนำ

พระพุทธศาสนากำเนิดขึ้นเมื่อพระพุทธเจ้าตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ เป็นพระอรหันต์ และทรงประกาศการตรัสรู้และแนะแนวทางปฏิบัติเพื่อนำพาเวไนยสัตว์ให้พ้นจากทุกข์ในสังสารวัฏ (Thai Tipitaka, 4/1-24/1-31) ในฐานะพุทธบริษัทหรือพุทธศาสนิกชน จึงควรถือปฏิบัติและทำให้สำเร็จตามรอยบาทของศาสดาของพระพุทธศาสนา นั่นคือ การพ้นจากสังสารวัฏด้วยการก้าวผ่านความเป็นปุถุชนไปสู่ความเป็นอริยบุคคล ซึ่งเป็นการปิดประตูไปสู่อบายภูมิและหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ในที่สุด ความเป็นอริยบุคคลเริ่มจากระดับต้น คือ พระโสดาบันซึ่งจะกลับมาเกิดหรือวนเวียนในสังสารวัฏอีกไม่เกิน 7 ชาติ ระดับสูงขึ้น คือ พระสกทาคามีซึ่งจะกลับมาเกิดหรือวนเวียนในสังสารวัฏอีกไม่เกิน 1 ชาติ ระดับสูงขึ้นอีกคือพระอนาคามีซึ่งจะไม่กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก โดยจะบรรลุเป็นพระอรหันต์ ณ ที่ไปเกิดที่ไม่ใช่ภพภูมิของมนุษย์ (Thai Tipitaka, 20/88-89/314-318) และระดับสูงสุดคือพระอรหันต์ ซึ่งไม่ต้องกลับมาเกิดอีก เพราะพ้นจากสังสารวัฏ ณ ภพชาตินั้น ดังเช่นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าซึ่งเป็นพระอรหันต์และได้เสด็จดับขันธปรินิพพาน (Thai Tipitaka, 10/219-226/167-170) หลังจากประกาศพระพุทธศาสนา 45 พรรษา

สังโยชน์เป็นเกณฑ์หนึ่งที่ใช้บอกถึงความเป็นอริยบุคคล ดังมีหลักฐานปรากฏในพระสูตรซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสถึงคติและภพหน้าของอริยบุคคลไว้ว่า ผู้ที่อาสวะสิ้นไปหรือละสังโยชน์ได้หมด จะเป็นพระอรหันต์ เช่น ภิกษุสามเณร ผู้ที่สังโยชน์เบื้องต้น 5 ประการหมดไป เช่น ภิกษุณีนันทา อุบาสกกุระ จะเป็น พระอนาคามี ผู้ที่สังโยชน์ 3 ประการสิ้นไปและมีราคะ โทสะ โมหะเบาบาง เช่น อุบาสกสุทัตตะ อุบาสกในนาทิกคาม 96 คน จะเป็นพระสกทาคามี และผู้ที่สังโยชน์ 3 ประการสิ้นไป เช่น อุบาสกาสุชดา อุบาสกในนาทิกคาม 510 คน จะเป็นพระโสดาบัน (Thai Tipitaka, 10/157/101-102) ซึ่งแสดงได้ว่า ถ้าละสังโยชน์ได้ จะเป็นพระอริยบุคคลในระดับต่างๆ ตามจำนวนสังโยชน์ที่ละได้

สังโยชน์ส่งผลให้บุคคลยังต้องเวียนว่ายตายเกิดไม่จบไม่สิ้น トラบเท่าที่บุคคลยังไม่สามารถละได้อย่างเด็ดขาด ผู้ที่ต้องการหลุดพ้นจากทุกข์จึงต้องแสวงหาแนวทางเพื่อจะให้ตนเองหลุดพ้นจากสังโยชน์ไปตามลำดับ จนสามารถละได้ทั้งหมด หลุดพ้นไปจากสังสารวัฏหรือวงจรแห่งการเวียนว่ายตายเกิดไปได้ แต่การละสังโยชน์ได้เด็ดขาดไม่มีเหลือ ไม่ใช่สิ่งที่ผู้ปฏิบัติทุกคนจะกระทำได้ง่าย แต่ไม่ใช่ว่าจะเป็นไปได้ดังอานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐาน ที่ว่า ผู้ปฏิบัติสามารถหวังผลว่าจะบรรลุเป็นพระอรหันต์หรือพระอนาคามี เมื่อเจริญสติปัฏฐานอย่างต่อเนื่อง 7 ปีหรือลดเหลือเพียง 7 วัน (Thai Tipitaka, 10/404/338-340) ซึ่งพระราชาสิทธิมนี กล่าวไว้ว่า ผู้ที่มีปัญญาสามารถทำลายสังโยชน์ได้เด็ดขาดด้วยอำนาจอริยมรรคญาณเท่านั้น (Phra Rajasitthimuni (Jodok Yanasiddhi), 1967) ซึ่งอริยมรรคญาณจะเกิดขึ้นได้จากการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

จากความสำคัญของสังโยชน์ที่พบว่า ทำให้บุคคลติดอยู่ในวงจรแห่งทุกข์ในสังสารวัฏและใช้ระบุมความ เป็นพระอริยบุคคลชั้นต่างๆ ได้ ทำให้การวิจัยนี้มุ่งศึกษาสังโยชน์ว่าคืออะไรและมีองค์ประกอบอะไรบ้าง ความ เป็นพระอริยบุคคลที่กำหนดด้วยสังโยชน์อธิบายไว้อย่างไร การละสังโยชน์ด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐานมี

แนวทางการปฏิบัติอย่างไร และเมื่อบุคคลปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจะมีอะไรที่แสดงถึงความก้าวหน้าของการปฏิบัติเพื่อบอกให้ผู้ปฏิบัติทราบได้ว่าการปฏิบัติของตนเองมีความก้าวหน้าและมีโอกาสที่จะละสังขโยชน์ได้ต่อไป เมื่อปฏิบัติตามแนวทางดังกล่าว เพื่อให้พุทธศาสนิกชนมีแนวทางประเมินความก้าวหน้าในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานเพื่อการพ้นไปจากทุกข์หรือละสังขโยชน์ได้เป็นลำดับๆ ไป

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสังขโยชน์ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
2. เพื่อศึกษาการละสังขโยชน์กับการเจริญวิปัสสนากรรมฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
3. เพื่อศึกษาการประเมินความก้าวหน้าการละสังขโยชน์ของผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากเอกสารและการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยมีวิธีดำเนินการดังนี้

**1. การศึกษาเชิงเอกสาร** โดยศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารปฐมภูมิ ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา และคัมภีร์ชั้นรองลงมาที่เกี่ยวข้อง และเอกสารทุติยภูมิจากตำรา หนังสือ งานวิจัย หรือเอกสารอื่นที่เกี่ยวข้องกับสังขโยชน์และการเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน

**2. การสัมภาษณ์เชิงลึก** ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ เพื่อนำข้อมูลที่ได้รับมาวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาเกี่ยวกับการละสังขโยชน์ การเจริญสติปัฏฐาน และความก้าวหน้าในการละสังขโยชน์เทียบเคียงกับเนื้อหาในคัมภีร์และผลการปฏิบัติของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน

**3. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ** เป็นกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง โดยการนำเสนอรายชื่อต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพิจารณาความเหมาะสม แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่

3.1 ผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นพระวิปัสสนาจารย์ โดยมีเกณฑ์พิจารณา คือ มีประสบการณ์การสอนวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ไม่น้อยกว่า 10 ปี จำนวน 7 รูป

3.2 ผู้มีประสบการณ์ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยมีเกณฑ์พิจารณา คือ มีประสบการณ์ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 อย่างต่อเนื่อง ไม่น้อยกว่า 3 ปี และมีความพร้อมในการให้สัมภาษณ์ จำนวน 7 คน

**4. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา** เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสัมภาษณ์เชิงลึกเกี่ยวกับการเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน และการละสังขโยชน์ ซึ่งผ่านการพิจารณาจากที่ปรึกษา และการตรวจสอบคุณภาพจากผู้ทรงคุณวุฒิที่มีประสบการณ์ด้านพระพุทธศาสนาและ/หรือวิปัสสนากรรมฐาน ไม่น้อยกว่า 10 ปี จำนวน 5 ท่าน

5. **การเก็บรวบรวมข้อมูล** การศึกษาครั้งนี้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 2 กลุ่ม เพื่อให้ได้ความคิดเห็นจากแหล่งที่แตกต่างกัน

6. **การวิเคราะห์ข้อมูล** เป็นการนำข้อมูลจากการศึกษาเอกสารร่วมกับข้อมูลการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 2 กลุ่ม เพื่อนำมาศึกษาวิเคราะห์เนื้อหาที่ปรากฏในเอกสารกับเนื้อหาการปฏิบัติจริงว่ามีความสัมพันธ์สอดคล้องกันหรือไม่ อย่างไร

7. **สรุปผลการศึกษา** และนำเสนอข้อเสนอแนะต่อไป

## ผลการวิจัย

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 พบว่า สังโยชน์ หมายถึง ธรรมที่ผูกมัดสัตว์ให้ติดอยู่ในภพหรือวงจรแห่งทุกข์ ไม่สามารถพ้นไปจากสังสารวัฏได้ สังโยชน์ มี 10 ประการ ได้แก่ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลพตปรามาส กามราคะ ปฏิกิฆะ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และอวิชชา (Somdet Phra Buddhaghosajarn (P.A.Payutto), 2016) และจัดแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ 1) **โอรัมภาคิยสังโยชน์** หรือสังโยชน์เบื้องต่ำ หมายถึง ธรรมที่มัดสัตว์ไว้กับทุกข์เบื้องต่ำ มี 5 ประการ ได้แก่ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลพตปรามาส กามราคะ และปฏิกิฆะ กับ 2) **อุทธัมภาคิยสังโยชน์** หรือสังโยชน์เบื้องสูง หมายถึง ธรรมที่มัดสัตว์ไว้กับทุกข์เบื้องสูง มี 5 ประการ ได้แก่ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และอวิชชา ธรรมเหล่านี้มีผลต่อการนำพาเวไนยสัตว์ไปเกิดในภพภูมิต่างๆ ถ้าบุคคลหรือเวไนยสัตว์ยังไม่สามารถละได้เด็ดขาดทั้งหมด (Thai Tipitaka, 11/315/302; 19/1020/529-532; Somdet Phra Buddhakosajarn (P.A.Payutto), 2016)

สังโยชน์ทั้ง 10 ประการ มีคำอธิบาย ดังนี้ 1) **สักกายทิฏฐิ** ความเห็นว่าเป็นตัวของตน ความเห็นที่ยังติดแน่นในสมมติว่าเป็นตัวตน เรา เขา 2) **วิจิกิจฉา** ความลังเลสงสัยในพระรัตนตรัย ในสิกขาในปฏิจจสมุปบาท 3) **สีลพตปรามาส** ความถือมั่นศีลและพรต คือความยึดถือผิดพลาดไปว่า จะบริสุทธิ์หลุดพ้นได้เพียงศีลและพรต ปฏิบัติเพราะอยากได้ผลประโยชน์ตอบแทนอย่างไรอย่างหนึ่ง ซึ่งไม่ใช่การปฏิบัติตามอริยมรรค 4) **กามราคะ** ความอยากได้ไฝหาในกามคุณ 5) ได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง และโผฏฐัพพะ 6) **ปฏิกิฆะ** ความกระทบกระทั่งในใจ ความหงุดหงิดขุ่นเคืองใจ 7) **รูปราคะ** ความติดใจในรูปธรรมหรือติดใจในอารมณ์แห่งรูปमान 8) **อรูปราคะ** ความติดใจในรูปธรรมหรือติดใจในอารมณ์แห่งอรูปमान 9) **มานะ** ความถือตัวว่า เราดีกว่าเขา เราเสมอกับเขา เราเลวกว่าเขา เป็นต้น 10) **อุทธัจจะ** ความฟุ้งซ่านจิตใจไม่สงบ และ 10) **อวิชชา** ความไม่รู้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือความไม่รู้ในอริยสัจ 4

เมื่อบุคคลหรือเวไนยสัตว์ยังมีสังโยชน์เหล่านี้ผูกติดอยู่ บุคคลหรือเวไนยสัตว์ยังต้องมีการเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในสังสารวัฏไม่จบไม่สิ้น เพราะสังโยชน์ทั้ง 10 ประการนี้ เพียงแค่ตัวเดียวก็สามารถผูกมัดบุคคลกลับมาสู่วงจรของการเวียนว่ายตายเกิดหรือความทุกข์ไม่จบไม่สิ้นได้ บุคคลที่ต้องการหลุดพ้นจากวงจรนี้จึงต้องมีความเพียรพยายามปฏิบัติตามแนวทางที่จะทำให้หลุดพ้นจากสังโยชน์เหล่านี้ให้ได้ และถ้าละสังโยชน์

ประการที่สิบประการสุดท้ายหรืออวิชชาได้เด็ดขาด แสดงว่า ไม่มีอะไรต้องละอีกแล้ว เพราะรู้แจ้งแทงตลอด สภาธรรมทั้งหมตตามความเป็นจริง ซึ่งว่าสามารถตัดสังโยชน์ได้เด็ดขาดเป็นสมุจเฉทปหาน และไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป (Somdet Phra Buddhakosajarn (P.A.Payutto), 2016)

**ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2** พบว่า การละสังโยชน์ หมายถึง การละกิเลสหรือสังโยชน์ออกจากจิตใจ มี 3 อย่าง ได้แก่ 1) ตทั้งคปหาน หมายถึง การละได้ชั่วคราวด้วยการปฏิบัติตามศีลหรือละได้ในขณะอยู่ในกรรมฐานหรือละองค์นั้นๆ ด้วยองค์นั้นๆ 2) วิกขัมภนปหาน หมายถึง การละได้ชั่วคราวโดยการข่มไว้ด้วยการใช้สมาธิในขณะที่อยู่ในกรรมฐาน และ 3) สมุจเฉทปหาน หมายถึง การละด้วยการตัดขาดหรือการละได้เด็ดขาดด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐานหรือปัญญาจนบรรลุมรรคญาณ (Buddhaghosa Thera, 2011)

หลักธรรมที่สัมพันธ์กับการละสังโยชน์ ได้แก่ โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ประกอบด้วย สติปัฏฐาน 4 สัมมัปธาน 4 อธิธิบาท 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 โพฆณงค์ 7 มรรคมืองค์ 8 (Thai Tipitaka, 11/138-140/101-102) หลักธรรมเหล่านี้เข้ามาเกี่ยวข้องสัมพันธ์เมื่อบุคคลเจริญวิปัสสนากรรมฐานไปตลอดสายของการปฏิบัติจนสามารถละสังโยชน์ได้เด็ดขาดในที่สุด กรรมฐานมี 2 ประเภท ได้แก่ สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน สมถกรรมฐานเป็นวิธีการทำให้จิตใจสงบระงับจากกิเลสทั้งหลาย ไม่มีอาการตื่นรนหรือกระสับกระส่าย ตราบเท่าที่กิเลสเหล่านั้นสงบระงับอยู่ โดยมีกรรมฐาน 40 ได้แก่ กสิณกรรมฐาน 10 อสุภกรรมฐาน 10 อนุสสติกรรมฐาน 10 พรหมวิหารกรรมฐาน 4 อรูปกรรมฐาน 4 สัญญากรรมฐาน 1 และวัตถานกรรมฐาน 1 เป็นอารมณ์ (Buddhaghosa Thera, 2011) ส่วนวิปัสสนากรรมฐานเป็นวิธีการทำให้เห็นแจ้งหรือรู้แจ้ง รูปนามหรือขั้น 5 ตามสภาธรรมที่เป็นจริง(Phrakru Mongkolsilawatara, 2019; Phra Amnaj Khantiko, 2019) จนสามารถเห็นแจ้งอริยสัจ บรรมุจรรค ผล นิพพาน โดยมีวิปัสสนาภูมิ 6 คือ ขั้น 5 อายตนะ 12 ธาตุ 18 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 และปฏิจางสมุพบาท 12 ซึ่งสามารถสรุปเหลือเพียงรูปกับนามเท่านั้น เป็นอารมณ์ (Phra Dhammatheerachamahamunī (Jodok Yanasiddhi), 2007)

สติปัฏฐาน เป็นทั้งหลักธรรมและแนวทางการเจริญวิปัสสนากรรมฐานที่สามารถละสังโยชน์ได้ทั้ง 10 ประการ (Thai Tipitaka, 23/672/552, 19/461-470/280) หมายถึง ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติหรือการปฏิบัติ มีสติเป็นประธาน เป็นกรรมฐานที่มีทั้งสมถะและวิปัสสนา ผู้ปฏิบัติสติปัฏฐานมีแนวทางปฏิบัติ คือเจริญสมถะก่อนแล้วเจริญวิปัสสนาตามจนบรรลุมรรคญาณ หรือเจริญวิปัสสนานำการปฏิบัติโดยใช้สมาธิชั่วคราวที่เรียกว่า ขณิกสมาธิ จนบรรลุมรรคญาณ ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลว่าปฏิบัติแบบใดแล้วได้รับความก้าวหน้าจากการปฏิบัติมากกว่า ให้พิจารณาใช้วิธีนั้นเป็นวิธีปฏิบัติสำหรับตนเอง

การเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานเพื่อการละสังโยชน์ เป็นการเจริญสติใน 4 ฐาน ได้แก่

1. กายานุปัสสนาสติปัฏฐานหรือการพิจารณากาย เป็นการมีสติตามดูกาย ได้แก่ ลมหายใจเข้าออก อิริยาบถ การกระทำหรือการเคลื่อนไหวต่างๆ ร่างกายที่ประกอบด้วยของไม่สะอาด ร่างกายที่ประกอบด้วยธาตุ 4 หรือซากศพในลักษณะต่างๆ เพื่อให้เห็นว่ากายนี้สักแต่ว่าเป็นกายเท่านั้น ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา

2. เวทนาอุปัสสนาสติปัฏฐานหรือการพิจารณาเวทนา เป็นการมีสติตามดูเวทนาหรือความรู้สึก สุข ทุกข์ หรือไม่สุขไม่ทุกข์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้นๆ เพื่อให้เห็นว่าเวทนานี้สักแต่ว่าเป็นเวทนาเท่านั้น ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา

3. จิตตามอุปัสสนาสติปัฏฐานหรือการพิจารณาจิต เป็นการมีสติตามดูจิตในขณะนั้นๆ ว่าเป็นอย่างไร เช่น มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เพื่อให้เห็นว่าจิตนี้สักแต่เป็นจิตเท่านั้น ไม่ใช่ สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา

4. รัจฉานุปัสสนาสติปัฏฐานหรือการพิจารณาธรรม เป็นการมีสติกำหนดพิจารณาหรือรู้ชัดธรรม ต่างๆ ที่เกิดขึ้น ได้แก่ นิเวศน์ 5 ชั้น 5 อายตนะ 12 โพชฌงค์ หรืออริยสัจ เพื่อให้เห็นว่าธรรมนี้สักแต่เป็นธรรมเท่านั้น ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา

เป้าหมายหลักของการเจริญสติปัฏฐาน คือ มรรค ผล นิพพาน (Phra Rajasitthimuni, 2019; Phra Amnaj Khantiko, 2019) เมื่อเจริญสติจนอยู่ในอารมณ์กรรมฐาน และเกิดปัญญาซึ่งนำไปใช้ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานได้ คือเห็นแจ้งรูปนามหรือชั้น 5 ตามความเป็นจริงว่าเป็นไปตามกฎของไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มีความเกิดขึ้นและดับไป และเมื่อเห็นแจ้งชั้น 5 อยู่เนืองๆ จะเข้าใจตามความเป็นจริงว่าไม่มีตัวตน (Venerable Mahāsi Sayādaw, 1992) และค่อยๆ ละกิเลสต่างๆ ลงจนบรรลุเป้าหมายที่แท้จริงคือนิพพาน เป็นพระอริยบุคคลระดับต่างๆ ตามจำนวนสังโยชน์ที่ละได้ คือ พระโสดาบัน ละสังโยชน์ 3 ได้แก่ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สีลัพตปรามาส และมีศีลบริบูรณ์ มีสมาธิและปัญญาพอประมาณ พระสกทาคามีละสังโยชน์ 3 ได้แก่ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สีลัพตปรามาส และทำราคะ โทสะ โมหะ ให้เบาบางลงกว่าพระโสดาบัน มีศีลบริบูรณ์ มีสมาธิและปัญญาพอประมาณ พระอนาคามีละสังโยชน์ 5 ประการ ได้แก่ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สีลัพตปรามาส กามราคะและภวัชชะ และมีศีลและสมาธิบริบูรณ์ มีปัญญาพอประมาณ พระอรหันต์ละสังโยชน์ได้ 10 ประการ มีศีล สมาธิและปัญญาบริบูรณ์ (Somdet Phra Buddhakosajarn (P.A. Payutto), 2016) อย่างไรก็ดี พบว่า ในปัจจุบัน มีผู้ปฏิบัติสติปัฏฐาน จำนวนหนึ่ง ที่มุ่งเพียงความสุขเฉพาะหน้า คือ ความสงบจิตใจได้ชั่วคราว ด้วยการเข้าหลักสูตรอบรม เพื่อหนีจากทุกข์หรือปัญหาที่เผชิญอยู่ ไม่ได้มุ่งไปสู่ความสุขในระยะยาวที่พ้นจากทุกข์ที่เผชิญอยู่ได้จริงคือ มรรค ผล นิพพาน (Phrakru Bhavanasarabundit, 2019) ซึ่งถือว่าเป็นกลุ่มที่น่าสนใจต่อการปรับเปลี่ยนวิธีคิดที่มีต่อการเจริญสติปัฏฐานว่าเป็นแนวทางที่ช่วยให้พ้นทุกข์ได้มากกว่าทุกข์เฉพาะหน้าหรือเพียงความสงบจิตสงบใจได้ชั่วคราว แต่สามารถช่วยให้พ้นทุกข์ได้อย่างถาวร

**ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 3** พบว่า ความก้าวหน้าในการละสังโยชน์สามารถประเมินได้จากความก้าวหน้าในการเจริญสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติมีสติอยู่กับอารมณ์กรรมฐานหรือมีสมาธิ ต่อมาจะเริ่มมีความก้าวหน้าไปตามลำดับของวิสุทธิ 7 หรือ ญาณ 16 (Buddhaghosa Thera, 2011) ซึ่งสอดคล้องกับผลการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ดังนี้

วิสุทธิ 7 เริ่มจาก 1) **สีลวิสุทธิ**หรือความหมจดจแห่งศีล โดยการรักษาศีลตามภูมิของตนให้บริสุทธิ์ หรือในขณะที่เจริญสติปัฏฐาน ใจอยู่กับฐานใดฐานหนึ่ง หรืออยู่กับรูปนามแล้ว กายกรรม 3 วชิกรรม 4 มโนกรรม 3 จะบริสุทธิ์ 2) **จิตตวิสุทธิ**หรือความบริสุทธิ์แห่งจิต ในการเจริญสติปัฏฐาน ได้แก่ ขณิกสมาธิ คือสมาธิชั่วขณะ หรือเมื่อสติอยู่กับอารมณ์กรรมฐาน เช่น เวลาท้องพอง สติจับอยู่ที่อาการพองขึ้น เวลาท้องยุบ สติจับอยู่ที่อาการยุบ ไม่เปลอ (Phra Rajasitthimuni, 2019) 3) **ทัญญูวิสุทธิ**หรือความหมจดจแห่งทัญญู คือ เห็นรูปนาม เข้าใจชัดว่า อะไรเป็นรูป อะไรเป็นนาม เช่น ท้องพองท้องยุบเป็นรูป สติกับจิตที่รู้ อาการท้องพองท้องยุบเป็นนาม เป็นต้น วิสุทธินี้โดยใจความเทียบได้กับญาณที่ 1 คือ นามรูปปริจเฉทญาณ 4) **กัังขาวิตรณ วิสุทธิ**หรือความหมจดจแห่งญาณ ญาณเป็นเครื่องข้ามพ้นความสงสัย คือ รู้เหตุปัจจัย รู้เหตุ รู้ผลของรูปนาม บางครั้งรูปเป็นเหตุ นามเป็นผล เช่น ในเวลาจะนั่ง จิตอยากนั่งเป็นเหตุ รูปที่นั่งลงเป็นผล เป็นต้น โดยใจความเทียบได้กับญาณที่ 2 คือ ปัจจยปริคคหญาณ 5) **มัคคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ**หรือความหมจดจแห่งญาณ ญาณคือความรู้ชัดว่าทางนี้ถูก ทางนี้ผิด แล้วทิ้งทางผิด ยึดทางถูกต้องไป โดยใจความเทียบได้กับ ญาณที่ 3 คือ สัมมสนญาณ และ ญาณที่ 4 คือ อุทยัพพญาณอย่างอ่อน 6) **ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ** หรือความหมจดจแห่งปัญญาคือเห็นทางปฏิบัติไปโดยลำดับ นั่นคือเมื่อผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานก้าวหน้าถึงปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิแล้ว ญาณต่างๆ ที่เป็นตัววิปัสสนาญาณจะเกิดขึ้นไปตามลำดับ ตั้งแต่ญาณที่ 4 คือ อุทยัพพญาณอย่างแก่ คือเห็นรูปนามเกิดดับหรือเรียกว่าเห็นไตรลักษณ์อย่างชัดเจน ผู้ที่จะเห็นไตรลักษณ์ หรือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ได้อย่างแท้จริง ต้องเจริญวิปัสสนากรรมฐานถึงญาณที่ 4 นี้ เมื่อปฏิบัติต่อไป เข้าสู่ ญาณที่ 5 คือ กัังคญาณหรือกัังคานุปัสสนาญาณ เป็นญาณเห็นเฉพาะความดับไปของรูปนาม ญาณที่ 6 คือ ภยญาณ เป็นญาณเห็นรูปนามเป็นของน่ากลัว ญาณที่ 7 คือ อาทีนวญาณ เป็นญาณเห็นรูปนามเป็นทุกข์เป็นโทษ ญาณที่ 8 คือ นิพพิทาญาณ เบื่อหน่ายในรูปนาม ญาณที่ 9 คือ มุญจิตุกัมมตาญาณ อยากหนีอยากหลุดพ้นจากรูปนาม ญาณที่ 10 คือ ปฏิสังขยาญาณ มีจิตใจเข้มแข็ง ตั้งใจจริง ปฏิบัติจริง ไม่ท้อถอย ญาณที่ 11 คือ สังขารูเปกขาญาณ ปัญญาว่างเฉยในสังขาร ญาณที่ 12 คือ อนโลมญาณ เตรียมตัวเข้าสู่มรรคผล นิพพาน เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ชัดเจน ในเวลานี้ สติปัฏฐาน 4 สัมมัปปธาน 4 อิทธิบาท 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 และมรรคมีองค์ 8 จะมาพร้อมกัน เป็นมัคคสมังคี เริ่มตั้งแต่ ญาณที่ 4 ถึงญาณที่ 12 จัดเป็นวิสุทธิที่ 6 คือ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ และ 7) **ญาณทัสสนวิสุทธิ**หรือความหมจดจแห่งญาณทัสสนะ เทียบได้กับญาณที่ 14 คือ มัคคญาณ มีนิพพานเป็นอารมณ์ (Phra Dhammatheerachamahamuni, 2007) ละสังโยชน์คือ สักกายทัญญู วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส ได้เด็ดขาด (Phramongkol Theeragun, 2019; Phrakru Bhavanasarabundit, 2019; Phra Amnaj Khantiko, 2019; Phramaha Chalerm Piyatassi, 2019) เป็นพระอรหัญบุคคลระดับแรก คือ พระโสดาบัน

ส่วนญาณ 16 ซึ่งมีความสอดคล้องกับวิสุทธิ 7 นั้น เป็นลำดับญาณที่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จะผ่านไปในแต่ละขั้น ซึ่งต้องผ่านจากขั้นที่ต่ำกว่าไปสู่ขั้นที่สูงกว่าตามลำดับ พบว่า ผู้ปฏิบัติจะเริ่มเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริงในการฝึกปฏิบัติ ได้ตั้งแต่ญาณที่ 1 **นามรูปปริจเฉทญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติเริ่มมีปัญญาที่รู้แยก रूप แยกนามออกจากกันได้ (Phra Rajasitthimuni, 2019; Saenchaichana, 2019;



Eimcherangkura, 2019; Pattamanon, 2019; Dinkoa, 2019; Pleakvisutthi, 2019) **ญาณที่ 2 ปัจจัยปริศคหญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติเริ่มมีปัญญาที่รู้เหตุรู้ผลของรูปนามว่าอะไรเป็นเหตุของอะไร คือ รูปหรือนามเป็นเหตุ (Phrakru Mongkolsilawata, 2019) **ญาณที่ 3 สัมมสนญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติเริ่มมีปัญญาที่พิจารณาเห็นรูปนามเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา โดยจินตญาณ (Phra Rajasitthimuni, 2019; Phrakru Mongkolsilawata, 2019; Phramongkol Theeragun, 2019; Saenchaichana, 2019; Eimcherangkura, 2019; Pattamanon, 2019; Dinkoa, 2019 ) **ญาณที่ 4 อุทยัพพญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่พิจารณาเห็นความเกิดดับของรูปนาม โดยภาวนาญาณ เมื่อถึงญาณนี้ จะมีวิปัสสนูปกิเลสคืออุปกิเลสของวิปัสสนาเกิดขึ้น แล้วทำให้วิปัสสนาญาณเศร้าหมอง มี 10 ประการ ได้แก่ โอบาส ปิติ ปัสสัทธิ สุข สัทธา วิริยะ สติ ญาณ อุเบกขา และนิกันติ (Phra Rajasitthimuni, 2019) **ญาณที่ 5 ภัคญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่พิจารณาเห็นเฉพาะความดับไปของรูปนามฝ่ายเดียว **ญาณที่ 6 ภยญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่พิจารณาเห็นรูปนามเป็นของน่ากลัว **ญาณที่ 7 อาทินวญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่พิจารณาเห็นทุกข์เห็นโทษของรูปนาม **ญาณที่ 8 นิพพิทาญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่พิจารณาเห็นรูปนามเป็นทุกข์เป็นโทษ และเกิดความเบื่อหน่าย **ญาณที่ 9 มุญจितุกัมยตาญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่พิจารณาเห็นรูปนามเป็นทุกข์เป็นโทษ เกิดความเบื่อหน่าย แล้วอยากออก อยากหนี อยากหลุด อยากพ้นไปจากรูปนาม **ญาณที่ 10 ปฏิสังขยาญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่พิจารณาหาทางหลุดพ้น ตั้งใจจริง ปฏิบัติจริงอย่างขะมักเขม้นเข้มแข็ง สู้ตาย ไม่ยอมม้อถอย **ญาณที่ 11 สังขารุปกชาญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่วางเฉยในรูปนาม **ญาณที่ 12 อนุโลมญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่พิจารณารูปนาม อนุโลมตามญาณต่ำและญาณสูง เตรียมตัวเข้าสู่มรรคผลนิพพาน โดยอาการ 3 อย่าง อย่างใดอย่างหนึ่ง **ญาณที่ 13 โคตรภูญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่ตัดขาดจากโคตรของปุถุชน เข้าสู่โคตรของพระอรหันต์ หน่วงนิพพานเป็นอารมณ์ ทั้งรูปและนามคือรูปนามดับ **ญาณที่ 14 มัคคญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่ตัดกิเลสขาด เป็นสมุจเฉตพหวน มีนิพพานเป็นอารมณ์ **ญาณที่ 15 ผลญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่สืบต่อมาจากมัคคญาณ คือ เสวยผลที่มรรคปหานกิเลสมาแล้ว มีนิพพานเป็นอารมณ์ **ญาณที่ 16 ปัจจเวกขณญาณ** คือ ผู้ปฏิบัติมีปัญญาที่พิจารณากิเลสที่ละเอียด มรรค ผล นิพพาน เพื่อตรวจสอบว่ายังมีกิเลสอะไรที่ต้องละอีกหรือไม่ ซึ่งการพิจารณาญาณที่ 16 นี้ จะเกิดขึ้นเฉพาะพระโสดาบัน พระสกทาคามี และพระอนาคามีเท่านั้น เพราะพระอรหันต์ไม่เหลือกิเลสที่ต้องละอีกต่อไป (Phra Thepsiddhimuni, 1998)

นอกจากสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นในขณะที่เจริญสติปัฏฐานแล้ว สิ่งที่ใช้แสดงถึงความก้าวหน้าในการละสังโยชน์ผู้เจริญสติปัฏฐาน ได้แก่ พฤติกรรมที่อยู่ระหว่างการเข้าหลักสูตรวิปัสสนากรรมฐาน (Phrakru Bhavanasarabundit, 2019; Phra Amnaj Khantiko, 2019) และพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปของผู้เจริญสติปัฏฐาน เมื่อเทียบกับก่อนการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน (Phra Rajasitthimuni, 2019; Phramongkol Theeragun, 2019) ซึ่งข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้เจริญสติปัฏฐาน พบว่า ผู้ปฏิบัติมีวิธีการจัดการกับความโกรธและเห็นความโกรธที่เกิดขึ้น โดยถามตัวเองว่า อยากทุกขไหม แล้วความโกรธก็ดับไป เพราะไม่อยากทุกข์ และไม่ทำให้เกิดพฤติกรรมที่เบียดเบียนผู้อื่น (Pattamanon, 2019) หรือ เมื่อมีความต้องการหรือความอยากเกิดขึ้น ผู้ปฏิบัติรู้ว่าตนเองอยากได้ของสิ่งนั้นและเดินทางไปถึงร้านที่มีของสิ่งนั้นวางขาย แต่ถาม

ตัวเองว่าจะซื้อไปทำไม ในเมื่อมีของประเภทเดียวกันที่ใช้งานได้อยู่แล้ว ในที่สุดก็ไม่ซื้อตามความอยากที่เกิดขึ้น (Saenchaichana, 2019) หรือ การกำหนดความเจ็บปวด ขณะที่เข้ารับการรักษา ทำให้เจ็บปวดน้อยลงจนแทบไม่เจ็บปวด (Dinkoa, 2019) และพบว่า ผู้ปฏิบัติมีประสบการณ์การเห็นสภาวะธรรมทั้งในขณะที่เจริญวิปัสสนากรรมฐาน และเห็นสภาวะธรรมบางประการในชีวิตประจำวันได้ ซึ่งเมื่อสอบถามพบว่าผู้ปฏิบัติเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานอย่างต่อเนื่องทุกวัน เป็นเวลาไม่ต่ำกว่า 3 ปี และมีการปฏิบัติในชีวิตประจำวันด้วย (Saenchaichana, 2019; Eimcherangkura, 2019; Pattamanon, 2019; Dinkoa, 2019) ส่วนผู้ที่มีการปฏิบัติแต่ไม่ได้ปฏิบัติอย่างต่อเนื่องทุกวัน พบว่า พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างน่าพอใจสำหรับตัวผู้ปฏิบัติเอง คือการจัดการกับความโกรธที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันด้วยการข่มไว้ไม่ให้เห็นออกในทางวาจา (Buakruen, 2019; Buakruen, 2019) หรือทางพฤติกรรม (Pleakvisutthi, 2019) และยังมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น เช่น ระมัดระวังในการทำร้ายหรือเบียดเบียนชีวิตสัตว์ มากขึ้นกว่าเดิม เลิกดื่มสุราของมีนเมา ทำบุญกุศลทำทานในพระพุทธศาสนามากขึ้น ใช้จ่ายเงินอย่างรู้คุณค่าและเหมาะสม ช่วยเหลือคนรอบตัวที่ตกทุกข์ได้ยากมากขึ้น ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้ เป็นส่วนหนึ่งจากการละความเห็นผิดในตัวตน และเริ่มเข้าใจตัวตนตามความเป็นจริง จนสามารถละวางตัวตนอันเป็นต้นเหตุของความเห็นแก่ตัวได้ในปีเบื้องต้น (Buddhadasa Bhikkhu, 1972)

ความก้าวหน้าในการเจริญสติปัฏฐานไปตามลำดับญาณนี้ สามารถใช้ประเมินความก้าวหน้าในการละสังโยชน์ของผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยเป็นไปตามลำดับ ดังนี้ คือ ผู้ปฏิบัติมีสติอยู่กับอารมณ์กรรมฐาน ผู้ปฏิบัติเริ่มเห็นรูปนามหรือขั้นที่ 5 เป็นคนละส่วนกัน ผู้ปฏิบัติเห็นการเกิดดับหรือเห็นความเป็นไตรลักษณ์ของรูปนามหรือขั้นที่แต่ละขั้นคือ เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ได้ ซึ่งการเห็นการเกิดดับหรือเห็นไตรลักษณ์นี้ จะเกิดขึ้นเมื่อผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานปฏิบัติจนมีความก้าวหน้ามาถึงญาณที่ 3 สัมมสนญาณ และญาณที่ 4 อุทยัพพญาณ และผู้ปฏิบัติเกิดวิปัสสนูปกิเลสขึ้น ผู้ที่ปฏิบัติอย่างต่อเนื่องและยาวนานจะมีความก้าวหน้ามากกว่าผู้ที่ไม่สามารถปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ซึ่งมีความสอดคล้องกันตามคำอธิบายในวิสุทธิ 7 หรือญาณ 16 และความคิดเห็นของผู้ให้ข้อมูลสำคัญทั้งพระวิปัสสนาจารย์และผู้เจริญสติปัฏฐาน การประเมินความก้าวหน้าการละสังโยชน์ของผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ทำได้โดยพิจารณาจากความก้าวหน้าในการเจริญสติปัฏฐาน เริ่มจากการมีสติอยู่กับอารมณ์กรรมฐาน จนเกิดปัญญาพิจารณารูปนามตามความเป็นจริงจากญาณที่ 1 ไปตามลำดับถึงญาณที่ 3 และ 4 ซึ่งเป็นญาณที่สามารถพิจารณาเห็นสามัญลักษณะหรือความเป็นไตรลักษณ์ของรูปนามได้อย่างแท้จริง ซึ่งเป็นการแสดงถึงความก้าวหน้าในการที่ผู้ปฏิบัติจะสามารถละสังโยชน์ได้ต่อไปในอนาคต

## สรุป

สังโยชน์เป็นธรรมที่ผู้กัมมัตถ์ทำให้ติดอยู่ในสังสารวัฏ มี 10 ประการ บุคคลจะหลุดพ้นจากสังโยชน์ได้ด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน การประเมินความก้าวหน้าการละสังโยชน์ของผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน เป็นการประเมินความก้าวหน้าในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานของผู้เจริญสติปัฏฐาน โดยพิจารณาจากความก้าวหน้าในการปฏิบัติไปตามลำดับญาณ เริ่มจากผู้ปฏิบัติมีสติอยู่ที่อารมณ์กรรมฐานก่อน สามารถแยก รูปนาม หรือชั้น 5 ได้ เริ่มเห็นความเป็นไตรลักษณ์ของรูปนามหรือชั้น 5 ซึ่งปรากฏเมื่อก้าวหน้าถึงญาณที่ 3 หรือ 4 การเริ่มเห็นความเป็นไตรลักษณ์ของชั้น 5 เป็นจุดเริ่มต้นของการเห็นรูปนามตามสภาวะธรรมที่เป็นจริง จัดเป็นการเจริญวิปัสสนากรรมฐานอย่างแท้จริง เพราะปฏิบัติจนเห็นรูปนามตามสภาวะธรรมที่เป็นจริงว่าตกอยู่ใต้กฎของไตรลักษณ์ คือ อนิจจังหรือไม่เที่ยง ทุกขังหรือเป็นทุกข์ และอนัตตา หรือบังคับให้เป็นไปตามใจไม่ได้ และมีแนวโน้มหรือโอกาสที่จะละสังโยชน์ได้เป็นลำดับๆ ไป โดยต้องเจริญสติปัฏฐานอย่างต่อเนื่อง ปฏิบัติบ่อยๆ ปฏิบัติทุกวัน นำการปฏิบัติมาสู่วิถีชีวิตประจำวัน หรือปฏิบัติอย่างต่อเนื่องตลอดวันตลอดคืน ไม่ห่อถ้อย วันหนึ่งผู้ปฏิบัติจะสามารถก้าวหน้าถึงมรรคญาณและสามารถละสังโยชน์ได้เด็ดขาดตามระดับของความเป็นพระอริยบุคคล ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามีและพระอรหันต์ ในสมัยพุทธกาล พบว่า มีอุบาสกอุบาสิกาหลายท่านที่เป็นอริยบุคคลระดับพระโสดาบันและมีความสำคัญในการอุปถัมภ์พระพุทธศาสนาและสังคมด้วยการช่วยเหลือผู้ที่ตกทุกข์ได้ยาก เช่น พระเจ้าพิมพิสาร กษัตริย์ผู้ครองแคว้นมคธอันยิ่งใหญ่ ถวายวัดแห่งแรกในพระพุทธศาสนาแก่พระพุทธเจ้า อนุบาลินทิกเศรษฐี สร้างวัดถวายพระพุทธเจ้า อุปถัมภ์พระพุทธศาสนาและบริจาคทานให้แก่คนยากจนอย่างสม่ำเสมอ นางวิสาขา มหาอุบาสิกาผู้อุปถัมภ์พระพุทธศาสนาและพระภิกษุสงฆ์และเป็นธุระในการทำงานพิธีการทางพระพุทธศาสนา เป็นตัวอย่าง ดังนั้น เป้าหมายระดับต่ำสุดของพุทธศาสนิกชนผู้มีพระรัตนตรัยเป็นสรณะ คือ การพัฒนาตนเองจนเป็นพระโสดาบัน ซึ่งเป็นพระอริยบุคคลระดับต้นสามารถดำเนินชีวิตเป็นผู้น้อมใจได้ตามปกติ จึงเป็นชีวิตที่พึงประสงค์ของผู้ครองเรือนของสังคมในปัจจุบัน ด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน และการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ 8 ได้แก่ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากรรมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ หรือสิกขา 3 ได้แก่ อบรมศีล สมาธิและปัญญา จะเป็นแนวทางปฏิบัติที่คาดหวังผลในการจะละสังโยชน์ได้ อย่างไรก็ตาม ในการเจริญสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติควรอยู่ใน การดูแลของพระวิปัสสนาจารย์ เพื่อให้ได้รับคำแนะนำการปฏิบัติที่เหมาะสม

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 การละสังโยชน์ได้นี้ เป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนและเป็นคุณสมบัติเชิงนามธรรมที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของผู้ปฏิบัติที่ผู้อื่นไม่สามารถหยั่งรู้ได้นอกจากผู้ปฏิบัติ (รู้ได้เฉพาะตัว) และบุคคลผู้มีความรู้เหมาะสม

กันหรือสูงกว่า งานวิจัยนี้ได้ผลจากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญซึ่งเป็นการบอกกล่าว จึงอาจจะสร้างความคลางแคลงใจให้เกิดขึ้นได้

1.2 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาจัดงบประมาณอย่างต่อเนื่องในการพัฒนาพระภิกษุให้เป็นผู้นำทางจิตวิญญาณแก่พุทธศาสนิกชนและให้น้อมนำหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาไปสู่การปฏิบัติในชีวิตประจำวันโดยเฉพาะอย่างยิ่งการเจริญสติปัญญา ซึ่งเป็นคุณลักษณะที่โดดเด่นในพระพุทธศาสนา

1.3 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาจัดงบประมาณในการเผยแพร่ข้อมูลการเป็นพระอริยบุคคลแต่ละระดับ เพื่อให้พุทธศาสนิกชนมีเป้าหมายของการเป็นพระโสดาบันหรือพระอริยบุคคลระดับต่างๆ ว่ามีแนวทางการปฏิบัติที่มีโอกาสเป็นไปได้

## 2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ศึกษาเชิงลึกถึงแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่ปฏิบัติกรรมฐานมาอย่างต่อเนื่องยาวนานหลายปี เพื่อรวบรวมเป็นแหล่งข้อมูลสำหรับผู้สนใจปฏิบัติในการค้นคว้าและศึกษาเป็นต้นแบบในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานต่อไปในอนาคต

2. ศึกษาเกี่ยวกับการประเมินการละสังขณในระดับที่สูงขึ้นไป

## References

- Buakruen, P. (2019). Insight meditation practitioner. *Interview*. March, 24.
- Buakruen, S. (2019). Insight meditation practitioner. *Interview*. March, 24.
- Buddhadasa Bhikkhu. (1972). *Five aggregates: the basement of selfishness*. Bangkok: Thammasapa.
- Buddhaghosa Thera. (2011). *Visuddhimagga scripture*. 11<sup>th</sup> ed. Translated by Somdet Phraphutthachan (Aach Asabhamahathera). Bahgkok: Tanapress.
- Dinkoa, A. (2019). Insight meditation practitioner. *Interview*. April, 26.
- Eimcherangkura, A. (2019). Insight meditation practitioner. *Interview*. April, 2.
- Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (1996). *Thai Tipitakas*. Bangkok: MCU Press.
- Pattamanon, T. (2019). Insight meditation practitioner. *Interview*. April, 2.

- Phra Amnaj Khantiko. (2019). Meditation Master of Wat Bhaddhanta Asabharam. *Interview*. March, 26.
- Phra Dhammatheerarachamahamunī (Jodok Yanasiddhi). (2007). *Lecture on insight meditation*. 1<sup>st</sup>ed. Bangkok: Prayoorawong Printing.
- Phra Rajasitthimunī. (2019). Director of Vipassana Meditation Institute at Mahachulalongkornrajavidhalaya University. *Interview*. April, 2.
- Phra Thepsiddhimunī (Jodok Yanasiddhi). (1998). *Manual for Meditation Interview*. 3<sup>rd</sup> ed. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidhalaya Press.
- Phra Yongyos Thitasamvaro. (2019). Meditation Master of Wat Panyanantaram. *Interview*. March, 24.
- Phrakru Bhavanasarabunḍit. (2019). Director of Dhamma Communication Division at Mahachulalongkornrajavidhalaya University. *Interview*. April, 10.
- Phrakru Mongkolsilawatara. (2019). Meditation Master of Section 5 at Wat Mahathat Yuwarat Rang Sa Rit Racha Woramahawihan. *Interview*. April, 1.
- Phramaha Chalerm Piyatassi. (2019). Abbot of Wat Panyanantaram. *Interview*. March, 31.
- Phramongkol Theeragun. (2019). Director of Dhammaduta College at Mahachulalongkornrajavidhalaya University. *Interview*. April, 11.
- Pleakvisutthi, S. (2019). Insight meditation practitioner. *Interview*. March, 24.
- Saenchachana, S. (2019). Insight meditation practitioner. *Interview*. April, 2.
- Somdet Phra Buddhakosajarn (P.A.Payutto). (2016). *Buddhadhamma: the laws of nature and their benefits to life*. 48<sup>th</sup>ed. Bangkok: Pli-dham Press.
- Somdet Phra Buddhakosajarn (P.A.Payutto). (2016). *Dictionary of Buddhism*. 38<sup>th</sup>ed. Bangkok: Pli-dham Press.
- Somdet Phra Buddhakosajarn (P.A.Payutto). (2016). *Dictionary of Buddhist Terms*. 30<sup>th</sup>ed. Bangkok: Pli-dham Press.
- Venerable Mahāsi Sayādaw. (1992). *Fundamentals of vipassana meditation*. 2<sup>nd</sup> ed. Translated by Muang Tha Noe. Myanmar: Sarpay Pong Ku Press.