

การศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกรรมฐานกับจริต 6 ในพระไตรปิฎก*

An Analytical Study of the Relationship between Meditation Practice and the Six Natures (Cirita) in the Tripitaka

¹พระสมุห์สงฆ์ชัย สมรูป และ ²พระมหาจิริวัฒน์ กันจู

¹Phrasamu Sangachai Somroob and Phramaha Chiravat Kanjoo

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand.

²Corresponding Author's Email: chiravat.kan@mcu.ac.th



บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาการปฏิบัติกรรมฐาน 2) เพื่อศึกษาจริต 6 ในพระไตรปิฎก และ 3) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกรรมฐานกับจริต 6 ในพระไตรปิฎก ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้ทำวิจัยมุ่งศึกษาการศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์การปฏิบัติกรรมฐานกับจริต 6 ในพระไตรปิฎก ผู้ทำวิจัยได้นำหลักธรรมเรื่อง “จริต” ในพระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, คัมภีร์วิสุทธิมรรค พระพุทธโฆษาจารย์, คัมภีร์วิมุตติมรรค พระอุปัชฌาย์ระ รจนา และจากหนังสือทั่วไป เพื่อนำมาเป็นแนวทางประกอบการทำวิจัย ในการศึกษาเป็นการวิจัยเชิงเอกสาร

ผลการวิจัยพบว่า ผลการวิจัยพบว่า 1) กรรมฐาน เป็นศาสตร์และศิลป์แห่งการดำเนินชีวิตและเป็น ธุระอันสำคัญทางพระพุทธศาสนาเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าการปฏิบัติกรรมฐาน คือการบริหารจิตหรือการพัฒนา จิต การฝึกอบรมและพัฒนาจิตอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้เรารู้จักการป้องกัน รักษาคุ้มครองจิตด้วย จากอกุศลธรรม และความเครียดที่เกิดกับร่างกายและจิตของเรา เพื่อให้จิตมีความเข้มแข็งมั่นคงสามารถนำมาใช้ในการ ปฏิบัติงานทุกหน้าที่ทุกอาชีพและก่อให้เกิดสุขภาพจิตที่ดี 2) กิรยาอาการความประพฤติของบุคคลโดยทั่วไป เรียกว่า จริต ในทางพระพุทธศาสนาจำแนกจริตไว้ 6 อย่าง ได้แก่ รากจริต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจ แห่งรากะ โทสจริต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจแห่งโทสะ โมหจริต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจ แห่งโมหะ สัทธาจริต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจแห่งศรัทธา พุทธิจริต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจ แห่งปัญญา และวิตกจริต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจแห่งวิตก และ 3) ความสัมพันธ์ของจริตกับ หลักปฏิบัติก็มีมาตรฐานเมื่อฝึกปฏิบัติโดยใช้อารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานอย่างใดอย่างหนึ่งตามที่กล่าวมาแล้ว สมาธิระดับต้น คือ ขณิกสมาธิย่อมเกิดขึ้น เมื่อได้หมั่นฝึกจิตบ่อยๆ จิตก็จะตั้งมั่นมากขึ้น จนกระทั่งเป็น อุปจารสมาธิแล้ว ถ้าหากไม่ทอดทิ้ง หมั่นประคองรักษาสมาธิที่ได้นั้นไว้ ในที่สุดจิตก็ย่อมถึงความสงบตั้งมั่น ปักติ่งในอารมณ์ใด อารมณ์หนึ่งแนบแน่นเต็มทีจนเป็นอัปนาสมาธิ เมื่อจิตเป็นระดับอัปนาสมาธิแล้ว องค์ฌานก็จะเกิดขึ้น เอาการฌานนั้นเป็นบาทฐานในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน นอกจากการใช้องค์ฌาน เป็น บาทฐานในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ยังสามารถใช้อารมณ์สมถกัมมัฏฐานบางหมวดเป็นบาท ฐานเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานจนสามารถบรรลุอรหัตผลได้ เช่น การปฏิบัติในอสุภะ อนุสสติ จตุธาตุววัฏฐาน อาหาเรปฏิกูลสัญญา

*Received July 5, 2023; Revised April 13, 2024; Accepted April 25, 2024

คำสำคัญ: ความสัมพันธ์; การปฏิบัติกรรมฐาน; จริต 6

Abstract

The research article consisted of the following objectives: 1) to investigate meditation practice; 2) to explore the six natures (*carita*) in the Tipitaka; and 3) to analyze the relationship between meditation practice and the six natures (*carita*) in the Tipitaka. The researcher aimed to analyze the relationship between meditation practice and the six natures (*carita*) in the Tipitaka. The information on the natures or *carita* was collected from the Tipitaka of the Mahachulalongkornrajavidyalaya edition, the Visuddhimagga text, Buddhaghosa's composition, the Vimuttimaggā text, Upatissa's composition, and other materials that served as a guide for conducting this documentary research.

From the study, the following results were found: 1) Meditation is both a science and an art, and it is highly important in Buddhism. It is the constant regulation and development of the mind in order to protect it from unwholesomeness and stress. It also enhances the mind, allowing people to accomplish their duties and jobs while being mentally healthy; 2) The behavior or habit of people in general is called “*carita*” in Buddhism, which can be distinguished into six, namely *rāga-carita* (one of lustful temperament), *dosa-carita* (one of heating temperament), *moha-carita* (one of deluded temperament), *saddhā-carita* (one of faithful temperament), *Buddhi-carita* (one of intelligent temperament), and *vitakka-carita* (one of speculative temperament); and 3) The relationship between meditation practice and the six natures (*carita*) is that after practicing meditation, one can achieve momentary concentration. When one practices meditation on a regular basis, one develops neighbourhood concentration. Finally, if one does not give up and continues to concentrate, one's mind will eventually become one-pointed and achieve attainment concentration. Eventually, one will achieve absorption and use it as a foundation for practicing insight and tranquil meditation, such as contemplation of the nine stages of a decaying corpse (*asubha*), recollection (*anussati*), analysis of the four elements (*catudhātu-vavatthāna*), contemplation of the repulsiveness of food (*āhārepaṭikūla-saṅkā*)

Keywords: Relationship; Meditation Practice; Carita 6

บทนำ

จริต 6 เป็นทฤษฎีบุคลิกภาพที่เก่าแก่ในพระพุทธศาสนานานกว่า 2,500 ปี ปรากฏหลักฐานอยู่ในวิสุทธิมรรค และเรื่องราวในพุทธประวัติหลายเหตุการณ์ ดังเช่นเรื่องราวของนางกิสาคโคตรมี สมัยหนึ่งพระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ พระเชตวัน กรุงสาวัตถี ครั้งนั้นบุตรเพียงคนเดียวของ นางกิสาคโคตรมี ซึ่งกำลังน่ารักได้ตายลง นางกิสาคโคตรมีเสียใจร้องไห้แทบเสียชีวิต ชาวบ้านในละแวกนั้นที่ได้พบเห็นเข้าต่างพากันสงสาร จึงแนะนำให้นางกิสาคโคตรมีไปหาพระพุทธเจ้า เพื่อให้พระพุทธเจ้าทรงชุบชีวิตลูกชาย เมื่อพบกับพระพุทธเจ้าแล้ว พระพุทธองค์ตรัสแก่นางกิสาคโคตรมีว่า “กิสาคโคตรมี เธอจงไปหาเมล็ดพันธุ์ผักกาดในบ้านที่ไม่มีคนตายมาซุกหีบมือ

แล้วเราจะซบชีวิตลูกของเธอให้” นางกีสาริบัมลูกเข้าหมู่บ้าน ถามทุกเรือนก็ไม่มีบ้านไหนที่ไม่มีคนตาย (Somdet Phra Phuthajan (Arch Asabha Mahathera), 2003) จึงไม่ได้เมืกดีพันธุ์ฝึกกาดแม้แต่เมืกดีเดียว และกลับมาเฝ้าพระพุทธเจ้าด้วยความผิตหวัง พระพุทธองค์ตรัสแก่นางกีสาวว่า “กีสายเอ๋ย อนิจจตาธรรมนี้ มิใช่ธรรมเฉพาะสกุลเดียว แต่เป็นธรรมของโลกทั้งปวง พร้อมทั้งเทวโลก” นางกีสาก็ได้ฟังธรรมก็ได้เข้าใจถึงความ เป็นธรรมตาของโลกว่ามีเกิดมีตาย ไม่มีใครหลีกเลี่ยงจากความจริงนี้ได้ จึงขอบวช ไม่นานก็บรรลุพระอรหันต์ จะเห็นว่าการเข้าใจความตายของนางกีสาคือการ เป็นการพัฒนาปัญญาของมนุษย์ เป็นการแปลงไปสู่สิ่งที่ดีขึ้น เพราะถ้าเราเข้าใจความตายจะเห็นการเปลี่ยนแปลงเป็นเรื่องธรรมชาติจากจิตใจที่เคยทรมนทลายหลีกหนี เมื่อเข้าใจจิตใจเราก็จะสงบ เกิดปัญญาและเห็นคุณค่าของความเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ถูกต้อง

พระพุทธเจ้า พระองค์ทรงแสดงธรรมโปรดตามจริตเพื่อให้ผู้นั้นสามารถบรรลุธรรมโดยง่าย ดังอีกเรื่องราวหนึ่งในสมัยพุทธกาล เช่น องค์สิมลา สามารถเปลี่ยนจากบุคลิกที่โหดร้าย มาเป็นพระอรหันต์ได้ เพราะฟังคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ทั้งนี้องค์สิมลามีปัญญาอยู่แต่เดิมแล้ว เพียงแต่เดินทางผิด เพราะอาจารย์ แนะนำไปในทางที่ผิด แต่เมื่อได้พบองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงสอนให้องค์สิมลาได้ปัญญา เข้าใจถูกจึงบรรลุ อรหันต์ผล เหมือนหมายของที่คว่า เปิดเผยของที่มีสิ่งอื่นกำบังไว้ ส่องทางให้แก่คนหลง ส่องไฟในที่มืดให้คน มีดวงตาให้เห็นแสงสว่าง (Department of Religious Affairs, 2007)

เรื่องราวยกตัวอย่างมานั้นแสดงให้เห็นถึงการที่จะเข้าใจในธรรมชาติ เข้าถึงจิตใจของมนุษย์ อย่างชัดเจน จำเป็นต้องพิจารณาจำแนกบุคคลก่อนเพื่อเลือกกิจกรรมในการพัฒนาปัญญาให้เหมาะสมกับ บุคคลนั้น ซึ่งจะทำให้การพัฒนาปัญญาดำเนินไปอย่างได้ผลรวดเร็ว ดังนั้นการที่จะพัฒนามนุษย์ไปสู่จุดสูงสุด ตามวิถีแห่งพุทธศาสนา ซึ่งเป็นการสร้างเสริมโลกียปัญญา คือรู้แจ้งรู้จริงในความรู้ทางโลก และโลกุตตรปัญญา คือรู้แจ้งเห็นจริงในทางธรรม จึงจำเป็นต้องรู้จักลักษณะนิสัยพื้นฐานที่ประพฤติดิปฏิบัติหรือพฤติกรรมตามสภาพ ของจิตใจอันเป็นปกติของบุคคลเสียก่อน ตามพุทธศาสนาเรียกว่า จริต 6 ได้แก่ รากจริต โทสจริต โมหจริต สัทธาจริต พุทธิจริต วิตกจริต

จริต 6 ในพระพุทธศาสนาเถรวาท สรุปความหมายได้ว่า จริต หมายถึงความประพฤติของคน ไม่ว่าจะเป็น ทางด้านร่างกาย ด้านวาจา รวมถึงด้านจิตใจ เป็นลักษณะนิสัย บุคลิกภาพ พฤติกรรม ของแต่ละบุคคล ส่งผลให้เกิดจิตที่แตกต่างกัน ดังนี้ 1. รากจริต ผู้มีรากะเป็นความประพฤติปกติ (หนักไปในทาง รักสวย รักงาม) 2. โทสจริต ผู้มีโทสะเป็นความประพฤติปกติ (หนักไปในทางใจร้อน โกรธง่าย) 3. โมหจริต ผู้มีโมหะ เป็นความประพฤติปกติ (หนักไปในทางซึ่มเศร้า ไม่มีความคิดเป็นของตนเอง) 4. สัทธาจริต ผู้มีศรัทธาเป็น ความประพฤติปกติ (หนักไปในทางเชื่อง่าย ไม่ค่อยพิจารณา) 5. พุทธิจริต ผู้มีความรู้เป็นความประพฤติปกติ (หนักไปในทางคิดพิจารณา มักใช้ปัญญาคิดเรื่องต่างๆ ก่อนเสมอ) และ 6. วิตกจริต ผู้มีวิตกเป็นความประพฤติ ปกติ (หนักไปในทางคิดจับจด ลังเล ไม่มีความมั่นใจ) จริตทั้ง 6 ประเภทนี้ บางครั้ง บุคคลคนเดียว อาจมีลักษณะหลายๆ จริตรวมกันได้ ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมต่างๆ เช่น คนรักสวย รักงาม อาจเป็นคน หูเบา เชื่อคนง่าย คือมีลักษณะของรากจริตและโมหจิตรรวมกัน ในแต่ละจิตตินั้นก็จะมีลักษณะเด่นและลักษณะด้อย อยู่ร่วมกัน ขึ้นอยู่กับปัจจัยรอบข้างที่จะแสดงส่วนใดออกมา (Phra Brahmakunabhorn (P.A. Payutto), 2007)

บางครั้งจริตที่ภาพรวมเป็นจริตที่ดี เช่น พุทธิจริต มีข้อเสียอยู่ด้วยเช่นกัน เช่น การใช้ปัญญา คิดเรื่อง ต่างๆ มาก อาจทำให้ไม่กล้าตัดสินใจเพราะกลัวแต่คิดอยู่นั่นเอง เป็นต้น ควรนำหลักธรรมต่างๆ มาปรับใช้กับ ตนเอง เพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ แกไขจริต เพราะบุคลิกภาพและจริต 6 เป็นปัจจัยพื้นฐานของความสำเร็จสำหรับ ชีวิตมนุษย์ สรุปได้ว่า จริตนั้น บางคนมีทั้ง 6 อย่างครบถ้วน บางรายก็มีไม่ครบ มีมาน้อยกว่ากันตามอำนาจ วาสนาบารมีที่อบรมมาในอดีต อารมณ์ที่มีอยู่คล้ายคลึงกัน แต่ความเข้มข้นรุนแรงไม่เสมอกัน เพราะบารมี

ที่وبرมมาไม่เสมอกัน จริตของมนุษย์แต่ละคนจึงไม่เหมือนกัน และแต่ละบุคคลก็อาจมีจริตได้หลายอย่าง คลุกเคล้าปะปนกันมา แต่ว่าจริตใดจะมีมาก ออกหน้าเป็นประธาน เป็นประจำ เป็นตัวนำ เป็นตัวเด่นกว่าจริตอื่น ก็เรียกว่าเป็นผู้มีจริตนั้น จะมีลักษณะ จุดอ่อน จุดแข็ง และวิธีแก้ปรับแก้จริตแตกต่างกันไป (Phra Dharmakosacarya (Buddhadasa Bhikkhu), 2007) ผู้วิจัยจึงมีความปรารถนาที่จะศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์การปฏิบัติกรรมฐานกับจริต 6 ในพระไตรปิฎก ซึ่งองค์ความรู้ด้านจริตในพระพุทธศาสนาเป็นพื้นฐานที่มีอยู่ในตัวตน เราสามารถพัฒนาระดับศักยภาพของตนให้เพิ่มขึ้นได้ ช่วยให้เข้าใจธรรมชาติของตนเองและผู้อื่นได้อย่างลึกซึ้ง เพราะเป็นบุคลิกลักษณะพื้นฐานตามที่เป็นจริงในปัจจุบัน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการปฏิบัติกรรมฐาน
2. เพื่อศึกษาจริต 6 ในพระไตรปิฎก
3. เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกรรมฐานกับจริต 6 ในพระไตรปิฎก

วิธีดำเนินการวิจัย

บทความวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร ซึ่งมีขั้นตอนในการวิจัยดังต่อไปนี้

1. ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร ชั้นปฐมภูมิ ได้แก่พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539 คัมภีร์อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา คัมภีร์วิมุตติมรรค คัมภีร์วิสุทธิมรรค และข้อมูลจากเอกสาร ชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ เอกสารทางวิชาการ หนังสือ งานเขียน งานวิจัย ที่เกี่ยวข้อง
2. การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสาร โดยใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงพรรณนา เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกรรมฐานกับจริต 6 ที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา คัมภีร์วิมุตติมรรค คัมภีร์วิสุทธิมรรค วรรณกรรมทางพระพุทธศาสนาในยุคหลัง รวมถึงเอกสารทางวิชาการ หนังสือ งานเขียน งานวิจัย ที่เกี่ยวข้อง ทั้งในส่วนที่เป็นหลักการ แนวคิด ทฤษฎี โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหาประกอบบริบทเพื่อนำเสนอความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกรรมฐานกับจริต 6 ในพระไตรปิฎกต่อไป

ผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ที่ 1 เพื่อศึกษาการปฏิบัติกรรมฐาน ผลการวิเคราะห์ พบว่า กรรมฐาน เป็นศาสตร์และศิลป์แห่งการดำเนินชีวิตและเป็นธุระอันสำคัญยิ่งทางพระพุทธศาสนาเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าการปฏิบัติกรรมฐานคือการบริหารจัดการหรือการพัฒนาจิต การฝึกอบรมและพัฒนาจิตอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้เรารู้จักการป้องกัน รักษา คัมภีร์ครองจิตด้วย จากอกุศลธรรมและความเครียดที่เกิดกับร่างกายและจิตของเรา เพื่อให้จิตมีความเข้มแข็งมั่นคงสามารถนำมาใช้ในการปฏิบัติงานทุกหน้าที่ทุกอาชีพและก่อให้เกิดความสุขภาพจิตที่ดี เพราะจิตที่พัฒนาดีแล้วย่อมมีความสุข และมีความสุขสำราญในการทำงานประกอบกรรมดีและเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมและตนเอง ในเรื่องของปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนานั้น จะเน้นไปตามแนวทางการปฏิบัติเป็นหลัก คือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งเป็นทางสายเอกที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบและปฏิบัติเพื่อความหมดสิ้นไปแห่งอาสวะกิเลสทั้งหลายและเพื่อถึงซึ่งความพ้นทุกข์หมดจากการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏอย่างแท้จริง นั่นคือพระนิพพาน จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติกรรมฐานนั้น ก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติ ให้บริสุทธิ์สะอาดหมดจนกระทั่งถึงบรรลุมรรคผล นิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา ก่อนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระองค์ทรงมอบพระพุทธศาสนาให้เป็นสมบัติของพุทธบริษัท 4 คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา การที่บริษัทใดบริษัทหนึ่งได้บรรลุธรรมระดับใดก็ตาม ด้วยการเจริญพระกรรมฐาน



ก็ย่อมจะทำให้พุทธบริษัทอื่นเกิดความมั่นใจในการเจริญพระกรรมฐาน โดยเห็นว่าการเจริญพระกรรมฐาน เป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตของมนุษย์ให้บรรลุถึงพระนิพพานได้ ผู้ที่เคยเจริญพระกรรมฐาน อย่างไม่รู้จุดหมายหรือมีความท้อแท้หมดกำลังใจ จะได้มีกำลังใจในการปฏิบัติมากขึ้น ในขณะที่เดียวกันผู้ที่ยัง ไม่สามารถบรรลุธรรมระดับใดระดับหนึ่งก็สามารถพัฒนาจิตของตนขึ้นเรื่อย ๆ จนกระทั่งสามารถบรรลุ จุดหมายสูงสุดคือพระนิพพานได้

วัตถุประสงค์ที่ 2 เพื่อศึกษาจริต 6 ในพระไตรปิฎก พบว่า กิริยาอาการความประพฤติของบุคคล โดยทั่วไปเรียกว่า จริต ในทางพระพุทธศาสนาจำแนกจริตไว้ 6 อย่าง ได้แก่ รากจริต ความประพฤติเป็นไป ด้วยอำนาจแห่งรากะ โทสจริต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจแห่งโทสะ โมหจริต ความประพฤติเป็นไป ด้วยอำนาจแห่งโมหะ สัทธาจริต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจแห่งศรัทธา พุทธิจริต ความประพฤติเป็นไป ด้วยอำนาจแห่งปัญญา และวิตกจริต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจแห่งวิตก

ในการแก้ไขจริตต่างๆ ภายในตัวตนของเรานั้น เราต้องรู้เสียก่อนว่า เรามีจริตอะไร มีข้อดี ข้อเสีย อย่างไร สิ่งใดที่ยังขาด สิ่งใดที่มีมากเกินไป หากเรายังไม่รู้ว่ามีจริตแบบใด เราก็สังเกตจาก ความประพฤติ ของเราที่ทำอยู่เป็นประจำ สามารถสังเคราะห์ได้กับจริตแบบใด เมื่อเราทราบแล้วก็นำ หลักธรรมสำหรับ ปรับแก้จริตนั้นๆ มาประยุกต์ใช้ให้เข้ากับบุคลิกภาพและลักษณะตัวตนที่แท้จริง ของเรา

วัตถุประสงค์ที่ 3 เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกรรมฐานกับจริต 6 ในพระไตรปิฎก พบว่า ความสัมพันธ์ของจริตกับหลักปฏิบัติก็มีพื้นฐานเมื่อฝึกปฏิบัติโดยการใช้อารมณ์ของสมถกัมมัฏฐาน อย่างใดอย่างหนึ่งตามที่กล่าวมาแล้ว สมាธิระดับต้น คือ ขณิกสมาธิย่อมเกิดขึ้น เมื่อได้หมั่นฝึกจิตบ่อย ๆ จิตก็จะตั้งมั่นมากขึ้น จนกระทั่งเป็นอุปจารสมาธิแล้ว ถ้าหากไม่ท้อถอย หมั่นประกอบรักษาสมาธิที่ได้นั้นไว้ ในที่สุดจิตก็ย่อมถึงความสงบตั้งมั่นปักลงในอารมณ์ใด อารมณ์หนึ่งแนบแน่นเต็มที่เป็นอัปปนาสมาธิ เมื่อจิต เป็นระดับอัปปนาสมาธิแล้ว องค์ฌานก็จะเกิดขึ้น เอาจงค์ฌานนั้นเป็นบาทฐานในการปฏิบัติวิปัสสนา กัมมัฏฐาน นอกจากการใช้องค์ฌานเป็น บาทฐานในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ยังสามารถใช้อารมณ์ สมถกัมมัฏฐานบางหมวดเป็นบาท ฐานเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานจนสามารถบรรลุอรหัตผลได้ เช่น การปฏิบัติในอสุภะ อนุสสติ จตุธาตวักขณาน อหारेปฏิกุศลสัญญา

จริตจึงมีความสัมพันธ์ที่มีความสำคัญต่อการปฏิบัติกัมมัฏฐานทั้งสมถและวิปัสสนา ดังในจริต 6 ผู้มีรากจริตย่อมสัมพันธ์กับกัมมัฏฐานมีอสุภ 10 กับ กายคตาสติกัมมัฏฐานมากที่สุด เพราะกัมมัฏฐานเหล่านี้ ทำให้เอาชนะรากะได้ แต่ถ้าไปปฏิบัติในพรหมวิหาร 4 อันมีนิमितทั้งดงาม ซึ่งเป็นกัมมัฏฐานที่ไม่สัมพันธ์กับจริต จะเป็นอันตรายแก่เขาเพราะบุคคลรากจริตไม่เหมาะที่พิจารณา นิमितทั้งดงาม เปรียบได้กับบุคคลที่เป็นไข้หวัด แล้วบริโภคอาหารขึ้นดี เมื่อรากะซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของกิเลสนิวรณ์สงบลง จิตก็จะสงบตั้งมั่นเป็นสมาธิก็จะพบ กับความสุขได้ในเบื้องต้น ถ้าดำเนินต่อไปสู่ขั้นฌานแล้วใช้ฌานเป็นบาทฐานเข้าสู่วิปัสสนาก็จะเข้าถึงนิพพานได้ ส่วนจริต 2 เช่น ผู้มีตัณหาจริตมีปัญญาอ่อน ปฏิบัติวิปัสสนาในสติปัฏฐาน 4 ข้อยกายนุสสนา เพราะมี ความสัมพันธ์ที่เหมาะสมด้วยในข้อยกายนุสสนานี้ มีหลักปฏิบัติ คือ ปฏิกุศลปัพพะ ใช้สติพิจารณาร่างกาย โดยอาการ 32 มีเกศา ผม โลมา ขน นขา เล็บ เป็นต้น หรืออสุภะปัพพะ 9 อย่าง ด้วยการใชสติพิจารณา ร่างกายดูซากศพที่ตายแล้ว 2-3 วัน ที่มีอาการขึ้นพองมีสีเขียวคล้ำ หรือที่ถูกตัดขาดเป็นท่อนๆ เป็นต้น ก็จะเกิดความเบื่อหน่าย คลายจากตัณหาจริต เกิดญาณปัญญาพิจารณาเห็นความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นสัมมาทิฐิสามารถดำเนินไปจนถึงนิพพานได้

องค์ความรู้ใหม่

จากการศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกรรมฐานกับจริต 6 ในพระไตรปิฎก ผู้วิจัยสามารถสรุปองค์ความรู้ใหม่แบ่งออกเป็น 6 ด้าน ดังต่อไปนี้



Picture 1: The New Body of Knowledge

1) หลักธรรมสำหรับปรับแก้ ราคจริต ราคจริต คือบุคคลที่มีความประพฤตินักไปในทางรักสวयरักงาม มีความสุขกับการได้ชื่นชมและมองดูสิ่งสวยงามๆ อารมณ์อ่อนไหว เป็นต้น หลักธรรมสำคัญสำหรับปรับแก้ราคจริตนั้น ควรเริ่มที่การฝึกใจของตนเองให้มีความเห็นถูกต้องตามความเป็นจริง เห็นสภาพของสิ่งต่างๆ ว่า สิ่งทั้งหมดนั้นตั้งอยู่ในกฎไตรลักษณ์

2) หลักธรรมสำหรับปรับแก้ โทสจริต โทสจริต คือบุคคลที่มีความประพฤติปกติหนักไปในทางอารมณ์ร้อน มักโกรธ เสียงดัง เป็นต้น ความโกรธ มีโทษมาก ในพระไตรปิฎกได้อธิบายถึงโทษของความโกรธไว้หลายเรื่อง เช่น บุคคลโทสจริต ผู้มีอินทรีย์อ่อนควรเจริญอัปมัญญา 4 เพราะจะข่มโทสะได้

3) หลักธรรมสำหรับปรับแก้ โมหจริต ธรรมะเป็นที่สบายของคนโมหจริต เสนาสนะต้องหันหน้าสู่ทิศไม่คับแคบ ที่เมื่อนั่งแล้วทิศ ย่อมปรากฏโล่งสว่าง ในบรรดาอิริยาบถ 4 อิริยาบถเดินจึงจะเหมาะสม

4) หลักธรรมสำหรับปรับแก้ สัทธาจริต สัทธาจริต มีจิตโน้มไปในความเชื่อเป็นอารมณ์ประจำใจ ทำตามความเชื่อ เอาความเชื่อออกหน้า ความคิดหรือความยึดมั่นมักอยู่เหนือการใช้เหตุผล และมักเชื่อโดยไร้เหตุผล อะไรที่ไม่ เป็นไปตามที่ตนเชื่อถือมักไม่ถูกต้อง มีใครแนะนำอะไรก็ตัดสินใจเชื่ออย่างเดียว โดยไม่ได้พิจารณา บุคคลศรัทธาจริตและบุคคลราคจริต ผู้มีอินทรีย์แก่กล้า ควรปฏิบัติอนุสสติ 6 เริ่มด้วยพุทธานุสสติ

5) หลักธรรมสำหรับปรับแก้ พุทธิจริต เป็นคนเจ้าปัญญาเจ้าความคิด มีความฉลาด มีไหวพริบปฏิภาณดี คิดอะไรเป็นเหตุเป็นผล ชอบใช้ความรู้และเหตุผลในการพิจารณาตัดสินใจว่าจะทำหรือไม่ทำสิ่งใด มองปรากฏการณ์ต่างๆ ตามสภาพความเป็นจริง บนพื้นฐานของข้อเท็จจริง โดยปราศจากการปรุงแต่งหรืออคติส่วนตัว บุคคลพุทธิจริตควรปฏิบัติจตุตตฐาน อาหารปฏิกุลสัญญา มรณสติ และอุปสมานุสติ และไม่ควรถามกัมมัญฐานใดๆ เลย

6) หลักธรรมสำหรับปรับแก้ วิตกจริต วิตกจริต ก็คือบุคคลผู้ที่มีความวิตกเป็นความประพฤติกติ, หนักไปในทางนึกคิดจับจด ฟุ้งซ่าน มักจะคิดอะไรไม่เป็นขึ้นเป็นอัน นึกตามผู้อื่น ไม่มีความคิดเป็นของตนเอง บางครั้งก็ไม่คิดอะไร เลย เพราะมีความสับสนด้านความคิดเป็นส่วนใหญ่ หลักธรรมที่สำคัญไว้สำหรับปรับแก้วิตกจิตนั้นจึงต้องเริ่มที่จิตใจ ผึกฝนให้จิตใจมีสติอยู่กับตัวเองเสมอเป็นเบื้องต้น หลังจากนั้นค่อยฝึกปฏิบัติทางกาย และทางวาจาต่อไป โดยต้องมีสติควบคุมการกระทำนั้นอยู่เสมอ

อภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการวิเคราะห์วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 พบว่า จากการศึกษาการปฏิบัติกรรมฐานในพระไตรปิฎก ได้พบว่า กรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน หรือ อารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งการงาน หมายถึง อุบายวิธีสำหรับการฝึกจิตเพื่อให้เหมาะแก่การงาน ซึ่งการงานในที่นี้หมายถึงงานคือการกำจัดกิเลสเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จของงานคือความพ้นทุกข์กรรมฐาน แบ่งตามวิธีการฝึกออกเป็น 2 ประเภท คือ 1. สมถกรรมฐาน และ 2. วิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งสอดคล้องกับ Phra Athikarn Prakasit Sucinno (Klinchuen) (2022) ที่ได้วิจัยเรื่อง วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะเพื่อการปฏิบัติกรรมฐาน ในพระไตรปิฎก พบว่า กรรมฐานมี 2 ประเภท คือ 1) สมถกรรมฐาน คือ กรรมฐานที่เป็นอุบายสงบใจ เพื่อการฝึกจิตโดยการตั้งสติให้อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เช่น ลมหายใจ ด้วยการบริกรรมจนจิตสงบนิ่งอยู่กับสิ่งนั้น ไม่ฟุ้งซ่าน จนเกิดเป็นสมาธิ ตั้งแต่ระดับต่ำจนถึงระดับสูง สมถกรรมฐานนั้นมี 40 กอง คือ กสิณ 10, อสุภ 10, อนุสสติ 10, อาหาเรปฏิกูลสัญญา 1, จตุธาตุววัตถาน 1, อัปปมัญญา 4, อรูป 4 2) วิปัสสนากรรมฐาน คือ กรรมฐานเป็นอุบายเรื่องปัญญา เป็นการฝึกจิตให้เกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริงในสภาวะธรรมทั้งปวง เพื่อให้จิตคลายอุปาทานคือความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลาย และหลุดพ้นจากอำนาจของกิเลส เมื่อฝึกวิปัสสนากรรมฐานจนเกิดปัญญารู้แจ้งในสภาวะธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริง โดยมาพิจารณาเห็นตามความเป็นจริงว่า สรรพสิ่งล้วนตกอยู่ภายใต้กฎพระไตรลักษณ์คือ เป็นของไม่เที่ยง เกิดขึ้นมาแล้วดับไป เป็นทุกข์ ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ และเป็นอนัตตาบังคับ บัญชาไม่ได้ ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นโดยความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา วิปัสสนากรรมฐานนั้นมีวิปัสสนาภูมิ 6, มีขันธ, อายตนะ, ธาตุ, สัจจะ, อินทริย์ และปฏิจจสมุปบาท ตามแนวสติปัฏฐานทั้ง 4 คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน, เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน, จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ปฏิบัติไปตามแนวโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ

ผลจากการวิเคราะห์วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 พบว่า “จิต 6” ในพระพุทธศาสนา นั้น สรุปความหมายได้ว่า จิต คือความประพฤติกติของคน ไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกาย ด้านวาจา รวมถึงด้านจิตใจ เป็นลักษณะนิสัยบุคลิกภาพ พฤติกรรม ของแต่ละบุคคล ทั้งนี้เป็นเพราะจิตของคนที่แตกต่างกัน จึงทำให้จิตของแต่ละคนนั้นแตกต่างกันออกไป ซึ่งสอดคล้องกับ Phra Sorapong Paññātarō (Jullapho) (2018) ที่ได้วิจัยเรื่อง ศึกษาบุคลิกภาพตามแนวจิต 6 ของนิสิตคณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ห้องเรียนวัดไชยชุมพลชนะสงคราม จังหวัดกาญจนบุรี จิต 6 แบ่งได้ ดังนี้ 1. ราคะจิต ผู้มีราคะเป็นความประพฤติกติ (หนักไปในทางรักสวรั้งาม) 2. โทสะจิต ผู้มีโทสะเป็นความประพฤติกติ (หนักไปในทางใจร้อน โกรธง่าย) 3. โมหะจิต ผู้มีโมหะเป็นความประพฤติกติ (หนักไปในทางซึ่มเศร้า ไม่มีความคิดเป็นของตนเอง) 4. สัทธาจิต ผู้มีศรัทธาเป็นความประพฤติกติ (หนักไปในทางเชื่อง่าย ไม่ค่อยพิจารณา) 5. พุทธิจิต ผู้มีความรู้เป็นความประพฤติกติ (หนักไปในทางคิดพิจารณา มักใช้ปัญญาคิดเรื่องต่างๆ ก่อนเสมอ) และ 6. วิตกจริต ผู้มีวิตกเป็นความประพฤติกติ (หนักไปในทางคิดจับจด ลังเลไม่มีความมั่นใจ) จิตทั้ง 6 ประเภทนี้ บางครั้ง บุคคลคนเดียวอาจมีลักษณะหลายๆ จิต รวมกันได้

ผลจากการวิเคราะห์วัตถุประสงค์ข้อที่ 3 พบว่า ความสัมพันธ์ของจิต 6 กับการปฏิบัติกรรมฐาน กิริยาอาการความประพฤติของบุคคลโดยทั่วไปเรียกว่า จริต ในทางพระพุทธศาสนาจำแนกจิตไว้ 6 อย่าง ได้แก่ ราคะจิต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจแห่งราคะ โทสะจิต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจแห่งโทสะ โมหะจิต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจแห่งโมหะ สัทธาจิต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจแห่ง ศรัทธา พุทธิจิต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจแห่งปัญญา และวิตกจิต ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจแห่งวิตก การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบต้องใช้การเพ่งอารมณ์ เรียกว่าการปฏิบัติกัมมัฏฐานในทางพระพุทธศาสนาแล้วถึงกัมมัฏฐานไว้ 2 อย่าง คือ สมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐาน อารมณ์กัมมัฏฐาน ตามลักษณะของจิตของแต่ละบุคคลมีหลักในการปฏิบัติ คือบุคคลผู้มีราคะจิตให้ปฏิบัติในสมถกัมมัฏฐาน 11 อย่าง คือ อสุภกัมมัฏฐาน 10 กับกายคตาสติกัมมัฏฐานบุคคลผู้มีโทสะจิตให้ปฏิบัติในสมถกัมมัฏฐาน 8 อย่าง คือ พรหมวิหาร 4 และวันณกสิณ 4 ได้แก่ นิลกสิณ ปิตกสิณ โลหิตกสิณ และโอทาทกสิณ บุคคลผู้มี โมหะจิต และบุคคลผู้มีวิตกจิต ให้ปฏิบัติใน สมถกัมมัฏฐาน คือ อานาปานสติบุคคลผู้มีสัทธาจิต ให้ปฏิบัติ สมถกัมมัฏฐาน คือ ในอนุสสติ 6 อย่าง มีพุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ และ เทวตานุสสติ บุคคลผู้มีพุทธิจิตให้ปฏิบัติในสมถกัมมัฏฐาน คือ มรณานุสสติ อุปमानุสสติ อาหारेปิกุล- สัณญญา และจตุ ธาตุวัตถาน ส่วนอรุณ 4 ภูตกสิณ 4 อาโลกกสิณ และอากาศกสิณ นั้นเหมาะกับบุคคลทุกจริต ซึ่งสอดคล้องกับ Tasonthi (2012) ผู้ศึกษาพึงเลือกเส้นทางปฏิบัติตามอัธยาศัย หรือตามจริตที่เราคิดว่า ทำแล้วง่าย ไม่ยาก ผ่อนคลาย ก็ให้เลือกแบบที่เราชอบ

สรุป

การปฏิบัติกรรมฐานในพระไตรปิฎก ได้พบว่า กรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน หรือ อารมณ์ อันเป็นที่ตั้งแห่งการงาน หมายถึง อุบายวิธีสำหรับการฝึกจิตเพื่อให้เหมาะแก่การงาน ซึ่งการงานในที่นี้หมายถึง งานคือการกำจัดกิเลสเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จของงานคือความพ้นทุกข์กรรมฐาน แบ่งตามวิธีการฝึกออกเป็น 2 ประเภท คือ 1. สมถกรรมฐาน 2. วิปัสสนากรรมฐาน

การปฏิบัติกรรมฐานผู้ศึกษาพึงเลือกเส้นทางปฏิบัติตามอัธยาศัย หรือตามจริตที่เราคิดว่าทำแล้วง่าย ไม่ยาก ผ่อนคลาย ก็ให้เลือกแบบที่เราชอบ เพื่อให้ถูกกับจริตของตน เมื่อเราเลือกปฏิบัติกรรมฐานที่ตรงกับ จริตของเราแล้วย่อมส่งผลให้เราสามารถปฏิบัติได้ดี และประสบผลสำเร็จในการปฏิบัติอย่างที่สุด

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ในการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มีส่วนช่วยให้การพัฒนาบุคลิกภาพ และแก้ไขจิต 6 เป็นไปในทางที่ดี ดังนั้น ควรนำหลักธรรมต่างๆ ที่ได้ มาปรับใช้กับตนเองเพื่อให้เกิดความสุข ทั้งแก่ตนเองและคนรอบข้าง เพราะบุคลิกภาพและจิต 6 เป็นปัจจัยพื้นฐานของความสำเร็จสำหรับชีวิตคน

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 นำข้อแตกต่างระหว่างบุคลิกภาพและจิต 6 ไปศึกษาเพิ่มเติม แยกเป็นประเด็นออกไปแล้ว นำมาเปรียบเทียบกันให้เห็นข้อดีและข้อเสียในแต่ละอย่างให้ชัดเจน

2.2 ศึกษาแนวทางในการปฏิบัติธรรมหรือการเจริญกรรมฐาน เพื่อเป็นหนทางแห่งการพัฒนา ศักยภาพทางปัญญาของบุคคลเป็นหลักใหญ่ อันจะนำไปสู่การแก้ไขปัญหาต่างๆ ในการดำเนินชีวิตโดยใช้หลัก พุทธธรรมและการปฏิบัติธรรม

References

- Department of Religious Affairs. (2007). *Tripitaka for the People Section on Sutra*. (3rd ed.). Bangkok: Agricultural Cooperative Assembly of Thailand.
- Phra Athikarn Prakasit Sucinno (Klinchuen). (2022). *An Analysis of the Relationship between Mindfulness and Awareness in Tipitaka*. (Doctoral Dissertation). Mahachulalongkornrajavidyalaya University. Ayutthaya.
- Phra Brahmakunabhorn (P.A. Payutto). (2007). *Buddhist Dictionary Dharma Edition*. (15th ed.). Bangkok: Chanpen Publishing House.
- Phra Dharmakosacarya (Buddhadasa Bhikkhu). (2007). *Vipassana in Work*. Bangkok: Mental Health.
- Phra Sorapong Paññātarō (Jullapho). (2018). *A Study of Personality According to Six Intrinsic Natures of a Person of the Buddhist Faculty's Students of Mahachulalongkornrajavidyalaya University: A Classroom of Watchaichumpolchanasongkram Kanchanaburi Province*. (Master's Thesis). Mahachulalongkornrajavidyalaya University. Ayutthaya.
- Somdet Phra Phuthajan (Arch Asabha Mahathera). (2003). *Wisuddhimag*. (4th ed.). Bangkok: Prayurawong Printing.
- Tasonthi, S. (2012). *1 Month to See the Mind to Nirvana*. (1st ed.). Nonthaburi: Think Beyond Books.
- _____. (2012). *How did the Arhat Disciples Achieve Dharma*. Nonthaburi: Think Beyond Books.