

การปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์สหายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อความเป็นอิสระแห่งจิต*

The Practice of Meditation Based on Salāyatana Discourse according to the
Four Foundation of Mindfulness for the Liberation of the Mind

¹สมบุญ ตาสนธิ, พระครูพิลาธธรรมากร ญัฐพล ประชุมหะ,
พระมหาธนัชพงศ์ สุพรหมปัญโญ และ บั้วสวรรณ จันทร์พันดา

¹Somboon Tasonthi, Phrakhrupiladdhammakorn Natthaphon Prachunha,
Phramaha Thanatchapong Subrahmapanno, and Buaswan Junpundao

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand.

¹Corresponding Author's Email: sdtasonthi@gmail.com



บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์คัมภีร์สหายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 2) เพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้ในคัมภีร์สหายตนะสู่การปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 3) เพื่อพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์สหายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อความเป็นอิสระแห่งจิต เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ พื้นที่การวิจัย คือ สอนทัมมอัสโรและวัดป่าหนูปริญาณสังวราราม มีผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 24 ราย วิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาจากแบบสัมภาษณ์เชิงลึก แบบประเมินองค์ความรู้ และวัดระดับความพึงพอใจจากแบบประเมินตนเอง แบบสัมภาษณ์กลุ่มแบบกึ่งมีโครงสร้าง

ผลการวิจัยพบว่า 1. การวิเคราะห์และสังเคราะห์คัมภีร์สหายตนะตามแนวสติปัฏฐาน ในคัมภีร์สังยุตตนิกาย สหายตนวรรค เล่มที่ 18 จัดองค์ความรู้ได้ 2 หมวด คือ 1) สหายตนะ ที่เป็นไปเพื่อการเกิดทุกข์ในภพภูมิ เรียกว่า สมุทวาระ 2) สหายตนะ ที่เป็นไปเพื่อการดับทุกข์และภพภูมิ เรียกว่า นิโรธวาระ 2. องค์ความรู้ในคัมภีร์สหายตนะสู่การปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 คือ การมีสติไปกำกับอายตนะภายในทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ที่ถูกอายตนะภายนอก คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ มากระทบแล้ว มีสติรู้ปัจจุบันขณะใน 4 ฐาน คือ กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งความเข้าใจเรื่องอายตนะภายในกับภายนอกของผู้ให้ข้อมูล มีผลไม่แตกต่างกันมากนัก 3. การพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์สหายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อความเป็นอิสระแห่งจิต ประกอบด้วยสัทธรรม 3 คือ ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ เป็นแนวทางการฝึกปฏิบัติ ซึ่งไม่มีคำบริกรรมในอารมณ์กัมมัฏฐาน บูรณาการร่วมกับปาริสุทธิศีล 4 ได้แก่ 1) ปาติโมกขสังวรศีล การมีศรัทธารักษาศีล 2) อินทริยสังวรศีล การมีสติรักษายายตนะภายใน 6 3) อาชีวปรีสุทธิศีล การมีความเพียรในสัมมาชีพ 4) ปัจจยสันนิสิตศีล การมีปัญญาเสพบริโศกปัจจัยภายนอก

คำสำคัญ: กัมมัฏฐาน; คัมภีร์สหายตนะ; สติปัฏฐาน 4; อิสระแห่งจิต



Abstract

The aims of this study were: 1) to analyze and synthesize the *Sālāyatana* scriptures in the context of *Satipaṭṭhāna* or the Four Foundations of Mindfulness, 2) to integrate the knowledge from the *Sālāyatana* scriptures into practical application in alignment with the Four Foundations of Mindfulness, and 3) to develop a meditation practice (*Kammaṭṭhāna*) model grounded in the *Sālāyatana* scriptures, aligned with the Four Foundations of Mindfulness, aimed at achieving mental liberation. This research employed a qualitative approach. The study was conducted at Tamma Isaro Park and Wat Pa Nantaraburiyan Sangkhararam, with 24 key informants participating. Data analysis was carried out using descriptive methods, incorporating in-depth interviews, knowledge assessment forms, and satisfaction evaluations through self-assessment questionnaires and semi-structured group interviews.

The research findings revealed that: 1) The analysis and synthesis of the *Sālāyatana* scriptures according to the Four Foundations of Mindfulness in the *Saṅyutta Nikāya*, *Sālāyatana Vagga*, Volume 18, categorized the knowledge into two sections: (1) *Sālāyatana* as it relates to the arising of suffering in the realms of existence, referred to as *Samudayavāra*, and (2) *Sālāyatana* as it relates to the cessation of suffering in the realms of existence, referred to as *Nirodhavāra*. 2) The knowledge in the *Sālāyatana* scriptures applied to practice according to the Four Foundations of Mindfulness involves maintaining mindfulness to guide the six internal sense bases—eye, ear, nose, tongue, body, and mind—which are in contact with the external sense bases of form, sound, smell, taste, touch, and mental objects. One should be mindful of the present moment across the four foundations: body, feeling, mind, and phenomena. The understanding of the internal and external sense bases among the informants did not show significant differences. 3) The development of a meditation practice model in the *Sālāyatana* scriptures according to the Four Foundations of Mindfulness for the liberation of the mind consists of three principles: *Pariyatti* (learning), *Pāṭipatti* (practice), and *Pāṭivedha* (realization). This approach to practice does not involve reciting specific phrases in meditation objects but integrates with *Pārisuddhi-sīla* (Four Moralities for Purification): (1) *Pātimokkha-sīla* (observance of the monastic code), which involves maintaining faith in the precepts; (2) *Indriyasamvara-sīla* (restraint of the senses), which involves mindfulness in safeguarding the six internal sense bases; (3) *Ājīva-parisuddhi-sīla* (purity in livelihood), which entails right effort in engaging in right livelihood; and (4) *Paccayasannissita-sīla* (wisdom in consuming external factors), which involves the wisdom to wisely partake in external requisites.

Keywords: Kammaṭṭhāna; Sālāyatana Scriptures; Satipaṭṭhāna; Liberation of the Mind

บทนำ

การสำรวจสถานการณ์โรคซึมเศร้าพบว่าคนไทยร้อยละ 3 มีอาการป่วยโดยเกิดในช่วงอายุระหว่าง 15-59 ปี จำนวนไม่น้อยกว่า 800,000 คนมีอาการเกิดขึ้นเป็นครั้ง ๆ และอีกประมาณ 300,000 คนป่วย

แบบเรื้อรังโรคซึมเศร้ามีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต ครอบครัว การทำงาน ชุมชนและสังคม มีอัตราการฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้น (Thongsuk, 2023) สภาพสังคมปัจจุบันมีความผันผวนปรับเปลี่ยนอย่างรวดเร็ว วิธีการดำเนินชีวิตมีความเป็นส่วนตัวหรือตัวใครตัวมันมากขึ้น มีไลฟ์สไตล์ (Lifestyle) ที่สะท้อนพฤติกรรมและค่านิยมตามสภาพแวดล้อม ธุรกิจ เทคโนโลยี และกระแสสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปตามบริบทสังคม การพัฒนาเศรษฐกิจที่ขาดความเชื่อมโยงอย่างสมดุลกับมิติด้านอื่น สังคมขาดความเป็นปึกแผ่น ชุมชนขาดความเข้มแข็ง ปัญหาความยากจนและอาชญากรรมทวีความรุนแรงมากขึ้น สะท้อนการเสื่อมสลายของสังคมในยุคปัจจุบัน ปัญหาส่วนใหญ่ของมนุษย์คือภาวะความเครียด ยารักษาโรคที่ขายดีที่สุดในโลก 3 อย่าง ล้วนเป็นผลสืบเนื่องมาจากความเครียดทั้งสิ้น คือ ยาแก้ปวดประสาท ยารักษาโรคความดันโลหิตสูง และยารักษาแผลในกระเพาะอาหาร มนุษย์ถูกเร่งให้เร็วขึ้น ๆ เหมือนหนูที่วิ่งอยู่บนสายพานที่หมุนเร็วขึ้นเรื่อย ๆ (Wasi, 2002)

สภาพปัญหาสังคมเช่นนี้พระพุทธเจ้าจึงทรงตรัสว่า “สพเพ สงฺขารา ทุกฺขา” (Pali Tripitaka: 25/227/110) แปลว่า สังขาร คือ กายและใจนั้น ล้วนแล้วแต่มีทุกข์ การเกิดปัญหาทางด้านจิตใจหรือทุกข์นั้นเกิดขึ้นในทุกสังคม ชนชั้น วรรณะ ทั้งยากดีมีเงิน เช่นในสมัยพุทธกาลท่านยสกุลบุตร ผู้เป็นบุตรของมหาเศรษฐี แม้มีของบริโภคมามากมายแต่ก็ยังตกอยู่ในสภาพของความเป็นทุกข์ จึงได้เปล่งอุทานว่า “ที่นี่วุ่นวายหนอ ที่นี่ขัดข้องหนอ” (Thai Tripitaka: 4/25/31) โลกปัจจุบันอยู่ในยุคของการเปลี่ยนผ่านจากยุคการครอบงำแบบพึ่งพาสู่ การครอบงำแบบไร้พรหมแดนได้ ก่อให้เกิดผลสะท้อนอย่างสูงต่อการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม (Sriariya, 2007) สภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและวัฒนธรรมบริโภคมีสถานะครอบงำ ความวิฤตติในวิถีชีวิตและสังคมจึงเกิดขึ้นอย่างรอบด้าน คุณค่าจากมรดกวัฒนธรรมดั้งเดิมก็อาจจะรักษาและสืบทอดไว้ได้ สิ่งใหม่ที่รับเข้ามาตามกระแสนิยมก็เป็นตัวเร่งภัยพิบัติ เพราะไม่สามารถจะเข้าถึงคุณค่าอันมีในชาติตนและคุณค่าทางสากล ความไม่พอใจ ความคับข้องใจต่อชีวิตและการงาน ทำให้เกิดความเครียด ชักนำไปสู่ปัญหาหาเสพติด และการใช้ความรุนแรงในการจัดการปัญหา จึงเป็นสังคมมากปัญหา มีความขัดแย้งดำรงอยู่ในหลายลักษณะ มีความ ฉ้อฉล ละเมิดศีลธรรม จรรยาบรรณระดับต่าง ๆ ในแต่ละกลุ่มชน กลุ่มวิชาชีพ โดยแผ้วถางจนน่าปริวิตก (Thammakiat, 2007) การดำเนินชีวิตที่ยุ่งเกี่ยววุ่นอยู่กับวัตถุมาก ถ้าสติน้อย เพลินไป คิดถึงแต่ตัวเองว่าจะได้อะไร หรือมัวหมกมุ่นอยู่กับการกินเสพบริโภค เป็นเหตุให้มีการแย่งชิงเบียดเบียนกันมาก และขาดแคลนความสุขภายใน ไม่มีความสุขที่เป็นอิสระ (Phra Buddhaghosa Mahāthera, 2024)

พระพุทธศาสนามุ่งเน้นการฝึกฝนพัฒนาตนเองให้อยู่กับปัจจุบันอย่างมีความสุข จึงต้องอาศัยกระบวนการเรียนรู้จากคัมภีร์ในพระไตรปิฎกและส่งเสริมการปฏิบัติกัมมัฏฐาน โดยคัมภีร์ที่มุ่งศึกษาทางออกจากทุกขในพระไตรปิฎกเล่มที่ 18 หมวดคัมภีร์สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค จัดเป็นเล่มที่ 4 หมวดสังยุตตนิกาย ว่าด้วยอายตนะภายใน 6 คือ จักขุ โสตะ ชานะ ชิวหา กาย และมโน อายตนะภายนอก 6 คือ รูป รส กลิ่น เสียง ธรรมารมณ์ (Thai Tripitaka: 18/3-4/3-4) คณะผู้แปลพระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาฯได้กล่าวไว้ในบทนำ ว่า “พระสังคีตอาจารย์จึงตั้งชื่อว่า “สฬายตนวรรค แปลว่า หมวดว่าด้วยอายตนะ 6 มีพระสูตร 420 สูตรสาระสำคัญของเนื้อหาในคัมภีร์สฬายตนะ คือ การศึกษาการจำแนกการทำงานของอายตนะภายใน 6 ประการ ที่เชื่อมต่อกับอายตนะภายนอก 6 ประการ” (Thai Tripitaka: 18/7) เมื่อทั้ง 2 สิ่งนี้มากระทบกันจึงเกิดความรู้สึกหรือวิญญาณ (Tasonthi, 2022) แล้วมีสติกำกับดูแลในอายตนะเพื่อไม่ให้อกุศลธรรมเกิดขึ้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสไว้ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย ผัสสอายตนะ 6 ประการนี้ ที่บุคคลไม่ฝึกฝน ไม่คุ้มครองไม่รักษา ไม่สำรวมระวังแล้ว ย่อมนำทุกข์หนักมาให้ ที่บุคคลฝึกฝนดี คุ้มครองดีรักษาดี สำรวมระวังดีแล้ว ย่อมนำสุขมากมาให้” และตรัสแนวทางการใช้อายตนะเหล่านั้น สามารถจะนำไปใช้ร่วมกับสติปัฏฐาน 4 เพื่อพัฒนาตนเองสู่ความหลุดพ้นจากทุกข์ คือ วิมุตติอิสระ หรือพระนิพพานว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทาง

เดียวเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม (อริยมรรค) เพื่อให้แจ้งนิพพาน (นิพพานสส สจฉิกิริยา) ทางนี้ คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ” (Thai Tripitaka: 10/405/338) คัมภีร์สฬายตนวรรคจึงเป็นคัมภีร์ที่มุ่งตรงในการศึกษาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานที่ถูกต้อง เพื่อความพ้นทุกข์ในปัจจุบันและในพ้นจากสังสารวัฏ เพราะพระพุทธศาสนาเน้นพัฒนา 2 ประการ คือ 1) พระพุทธศาสนาเน้นการพัฒนาศรัทธาและปัญญาที่ถูกต้อง 2) พระพุทธศาสนาเน้นการฝึกตนเองการพึ่งตนเองและการมุ่งอิสรภาพแก่ตนเอง (Phra Thepwethi (P.A. Payutto), 1989) ยิ่งสังคมปัจจุบันมีลัทธิคำสอน ทฤษฎีต่างๆ เกิดขึ้น การเข้าไปยึดมั่นในทฤษฎีหรือทฤษฎี หรือหลักวิชาการบางอย่าง ทำให้ติดอยู่อย่างนั้น แทะไม่ออก ขาดอิสรภาพที่จะรู้เห็นสิ่งต่าง ๆ ตามที่เป็นจริง (Wasi, 2002) โดยความเป็นจริงของชีวิตมนุษย์ทุกคนไม่ชอบความทุกข์ ย่อมต้องการแสวงหาเพื่ออิสรภาพที่แท้จริงของชีวิต (Phramaha Sutti Apakaro (Oboon), 2005)

ดังนั้น เมื่อมนุษย์มีอายตนะและใช้อายตนะเป็นวิถีชีวิตอยู่แล้ว และพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ได้ตรัสรู้ มุ่งสอนเรื่องอายตนะเหล่านี้ หากไม่ศึกษา ไม่ธรรมวิจย ไม่ปฏิบัติเรื่องนี้จะทำให้พลาดจากแก่นของพระพุทธศาสนาอย่างน่าเสียดาย คณะผู้วิจัยจึงศึกษาเรื่อง การปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์สฬายตนะตามหลัก สติปัฏฐาน 4 เพื่อความเป็นอิสระแห่งจิต มีวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้ 1) เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์ คัมภีร์สฬายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 2) เพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้ในคัมภีร์สฬายตนะสู่การปฏิบัติตามแนว สติปัฏฐาน 4 และ 3) เพื่อพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์สฬายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อความเป็นอิสระแห่งจิต เป็นกระบวนการศึกษาสติปัฏฐานที่ทำงานร่วมกันกับสฬายตนะ ตามที่ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสสอนไว้ในคัมภีร์สฬายตนวรรค เล่มที่ 18 เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ พื้นที่การวิจัย คือ 1) สวนหัตถมอสิโร บ้านเดื่องก อำเภอสาร์ภี จังหวัดเชียงใหม่ 2) วัดบ้านนันทบุรีญาณสังวราราม ตำบล ผาสังห์ อำเภอมือง จังหวัดน่าน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 24 ราย เครื่องมือวิจัยคือ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก แบบสัมภาษณ์กลุ่มแบบกึ่งมีโครงสร้าง แบบประเมินองค์ความรู้ แบบประเมินตนเอง

บทความวิจัยนี้นำเสนอพุทธวิปัสสนาวัตรกรรม คือ การนำเอาคัมภีร์พระไตรปิฎกนำเสนอรูปแบบ งานวิจัย หนังสือ และนำประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ อันจะเป็นประโยชน์ที่จะเกิดแก่วิชาการและสังคม อย่างกว้างขวาง เพื่อความงอกงามแห่งพุทธปัญญาและการพัฒนาจิตใจสังคม ชาวพุทธเกิดความเข้าใจ ในหลักการวิปัสสนาในพระไตรปิฎก และสามารถนำหลักการไปปฏิบัติขัดเกลาจิตใจด้วยสมณะกัมมัฏฐานและ วิปัสสนากัมมัฏฐานทั้ง 2 วิธี ด้วยการนำเครื่องมือทางกระบวนการวิจัยมาช่วยส่งเสริมให้สอดคล้องกับคัมภีร์ พระพุทธศาสนาเถรวาท อันจะนำพาชีวิตไปสู่หนทางแห่งสันติสุขอิสรภาพได้ สอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์ ของชาติ (2018-2037) และมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยตามแผนที่ 13 ว่า “มหาวิทยาลัย พระพุทธศาสนาที่สร้างพุทธนวัตกรรมเพื่อพัฒนาจิตใจและสังคม” (Mahachulalongkornrajavidyalaya University, 2023)

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์คัมภีร์สฬายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4
2. เพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้ในคัมภีร์สฬายตนะสู่การปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4
3. เพื่อพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์สฬายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อความเป็นอิสระแห่งจิต

วิธีดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาด้านเนื้อหาเอกสารแนวคิดทฤษฎี

วิเคราะห์และสังเคราะห์คำภีร์สหายตนะตามแนวสติปัญญา 4 ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 จากแหล่งข้อมูลดังนี้

1.1 ข้อมูลหลักฐานจากเอกสารระดับปฐมภูมิ (Primary Sources) ได้แก่คำภีร์พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช 2500 พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช 2539

1.2 ข้อมูลหลักฐานจากเอกสารระดับทุติยภูมิ (Secondary Sources) ได้แก่ คำภีร์อรรถกถา ภาษาบาลีและภาษาไทย เช่น คำภีร์อรรถกถาและคำภีร์สัททวารวิเสสทั้งที่เป็นภาษาไทยและภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2553 เปฏโกปเทศปกรณ์ เนตติปกรณ์ วิสุทธิมรรค วิมุตติมรรค อภิธัมมัตถสังคหะ ปรมัตถทีปนี เป็นต้น พจนานุกรมคำภีร์บาลี เช่น อภิธานปิฎกปิฎกาสูจิ เป็นต้น พจนานุกรมฉบับภาษาไทย และตำราวิชาการด้านพระพุทธศาสนา พร้อมทั้งหนังสือ บทความ เอกสารงานวิจัยอื่นที่เกี่ยวข้อง

ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาในภาคสนาม

นำองค์ความรู้ที่ได้จากวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 และวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 มาสู่ภาคปฏิบัติกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่เคยผ่านการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวสติปัญญา 4 มาก่อน จำนวน 24 ราย การวิจัยนี้ได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินการในพื้นที่วิจัย จำนวน 2 แห่ง ซึ่งเป็นสถานที่เหมาะสมตามหลักสัปปายะ เอื้ออำนวยต่อการฝึกปฏิบัติ คือ

1. สวนทัมมอิสโร บ้านเตือง อำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่ จัดกิจกรรมในระหว่างวันที่ 25-28 มกราคม 2567 สวนทัมมอิสโร บ้านเตือง อำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่ อยู่ในโครงการปฏิบัติธรรมของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่ร่วมกับศูนย์กลางศึกษาพระไตรปิฎกแห่งล้านนา ซึ่งตั้งอยู่ในวัดโสภณาราม อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ ในองค์กรคณะสงฆ์เชียงใหม่

2. วัดป่านันทบุรีญาณสังวราราม ดาบพลึง อำเภอน่าน จังหวัดน่าน จัดกิจกรรมในระหว่างวันที่ 21-23 มีนาคม 2567 วัดป่านันทบุรีญาณสังวราราม เป็นสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดน่านแห่งที่ 1 (ธรรมยุต) ตั้งอยู่ที่บ้านผาตูป หมู่ที่ 7 ตำบลพลึง อำเภอน่าน จังหวัดน่าน ก่อตั้งเมื่อ พ.ศ. 2555 เป็นวัดในพระสังฆราชูปถัมภ์วัดสุดท้ายของสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชฯ พระองค์ที่ 19 แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ ได้ร่วมกับสำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดน่านเพื่อเป็นการสืบสานอายุพระพุทธศาสนา สนับสนุนให้เยาวชน ประชาชน องค์กรต่างๆ หน่วยงานภาครัฐ และเอกชน ได้เข้าร่วมโครงการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม

ขั้นตอนที่ 3 ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ 1) ผู้ทรงคุณวุฒิในด้านการพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการฝึกปฏิบัติ จำนวน 9 ราย และ 2) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการฝึกปฏิบัติ จำนวน 24 ราย คือ

1. ผู้ทรงคุณวุฒิในด้านการพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐาน แบ่งเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ 1) ผู้เชี่ยวชาญด้านการปฏิบัติกัมมัฏฐาน/พระวิปัสสนาจารย์ 3 ราย 2) ผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการและบริหารสำนักวิปัสสนาภาวนา 2 ราย 3) ผู้เชี่ยวชาญด้านคำภีร์พระไตรปิฎก 2 ราย และ 4) ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาเชิงพุทธ 2 ราย รวมจำนวน 9 ราย

2. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการฝึกปฏิบัติ ประกอบด้วย 1) นักศึกษาหลักสูตรประกาศนียบัตรวิปัสสนาภาวนาและหลักสูตรประกาศนียบัตรพระไตรปิฎกศึกษา รุ่นที่ 1 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตเชียงใหม่ จำนวน 12 ราย จากจำนวนผู้เรียนทั้งหมด 65 ราย โดยการประกาศรับสมัครผู้ที่มีความสนใจในการฝึกกัมมัฏฐาน เพื่อนำไปต่อยอดการเป็นวิปัสสนาจารย์เมื่อจบหลักสูตร และมีประสบการณ์ในการฝึกปฏิบัติธรรมตามสถานปฏิบัติธรรมมากกว่า 2 ครั้ง และ 2) ประชาชนทั่วไปที่สนใจการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 จำนวน 12 ราย แต่ยังคงขาดความรู้และเข้าใจเกี่ยวกับสหายคณะที่ถูกต้อง รวมมีผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการฝึกปฏิบัติ จำนวน 24 ราย

2. ผู้ทรงคุณวุฒิในด้านการพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐาน แบ่งเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ 1) ผู้เชี่ยวชาญด้านการปฏิบัติกัมมัฏฐาน/พระวิปัสสนาจารย์ 3 ราย 2) ผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการและบริหารสำนักวิปัสสนาภavana 2 ราย 3) ผู้เชี่ยวชาญด้านคัมภีร์พระไตรปิฎก 2 ราย และ 4) ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาเชิงพุทธ 2 ราย รวมจำนวน 9 ราย

ขั้นตอนที่ 4 เครื่องมือและวิธีการที่ใช้ในการศึกษา

1) แบบสัมภาษณ์เชิงลึก 2) แบบประเมินตนเอง 3) แบบประเมินองค์ความรู้ และ 4) แบบสัมภาษณ์กลุ่มแบบกึ่งมีโครงสร้าง เครื่องมือวิจัยได้รับการตรวจรับรองจริยธรรมวิจัยจากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เลขที่ ว.05/2567

ขั้นตอนที่ 5 การรวบรวมข้อมูล

ระยะที่ 1 **วัตถุประสงค์ข้อที่ 1** เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์คัมภีร์สหายคณะตามแนวสติปัฏฐาน 4 สัมภาษณ์เชิงลึก ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 9 ราย เพื่อร่วมวิเคราะห์และสังเคราะห์องค์ความรู้ในคัมภีร์สหายคณะสู่การปฏิบัติ นำไปพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์สหายคณะตามแนวสติปัฏฐาน 4

ระยะที่ 2 **วัตถุประสงค์ข้อที่ 2** เพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้ในคัมภีร์สหายคณะสู่การปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน รวบรวมข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 24 ราย ณ สวนท่มมอิสโร บ้านदेื่องก อำเภอสาร์ภ จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างวันที่ 25-28 มกราคม 2567 ดังนี้

1. นำรูปแบบที่ได้จากการสังเคราะห์องค์ความรู้ในคัมภีร์สหายคณะสู่การปฏิบัติการปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 ตามกรอบในพระไตรปิฎกและแนวคิดทฤษฎีในบทที่ 2

2. จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้เรื่องคัมภีร์สหายคณะสู่การปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 มีการประเมินองค์ความรู้ ก่อน-หลังการเข้าร่วมกิจกรรมปฏิบัติธรรม

ระยะที่ 3 **วัตถุประสงค์ข้อที่ 3** เพื่อพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์สหายคณะตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อความเป็นอิสระแห่งจิต โดยขอข้อมูลสำคัญกับประชากรจำนวน 24 ราย ซึ่งเคยปฏิบัติการครั้งแรกผ่านมาแล้ว เป็นครั้งที่ 2 ณ วัดบ้านนันทบุรีญาณสังวราราม ตำบลผาสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดน่าน ระหว่างวันที่ 21-23 มีนาคม 2567 ดังนี้

1. นำสาระแนวทางการปฏิบัติที่บกพร่องที่จัดทำครั้งที่ 1 มาปรับปรุงให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นไป จนได้ถอดรูปแบบมาจากคัมภีร์สหายคณะ พัฒนาเป็นปฏิปทาสหายคณะโมเดล

2. จัดกิจกรรมการปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 มีการประเมินตนเองทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยใช้แบบสัมภาษณ์กลุ่มแบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-Structure Group Interview) จนได้รูปแบบปฏิปทาสหายคณะโมเดล

ขั้นตอนที่ 6 การวิเคราะห์ข้อมูล

1. แบบสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้ทรงคุณวุฒิ 9 ราย ทำการวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Content Analysis) ที่มีความสอดคล้องกับแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์เนื้อหาตามประเด็นเพื่อให้ได้ชุดข้อมูล ที่สามารถได้ข้อมูลที่ถูกต้องตามแนวคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท และใช้ประกอบการวิเคราะห์อภิปราย นำเสนอผลการศึกษาแบบพรรณนา

2. แบบประเมินองค์ความรู้ ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมของอาสาสมัครการวิจัย ทำการวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Content Analysis) ที่มีความสอดคล้องกับแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์เนื้อหาตามประเด็นเพื่อให้ได้ชุดข้อมูล ที่สามารถเสนอข้อมูลถูกต้องตามคัมภีร์พระไตรปิฎกและพระพุทธศาสนาเถรวาท และใช้ประกอบการเสนอผลการวิจัย วิเคราะห์อภิปราย นำเสนอผลการศึกษารูปแบบพรรณนา

3. แบบประเมินตนเอง หลังการเข้าร่วมกิจกรรมของอาสาสมัครการวิจัย การใช้แบบประเมินตนเองนี้เพื่อให้ทราบถึงความพึงพอใจจากการอบรมภาคทฤษฎีประกอบกับภาคปฏิบัติ โดยใช้แบบสอบถามแบบมาตราส่วน 5 ระดับของลิเคิร์ต (Likert's rating scale) 5 ระดับ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวัดระดับ (Ordinal Scales) ได้ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) กับค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ทำการแปลผลแล้วนำมาเป็นข้อมูลเสริมสรุปผลการวิจัย

4. แบบสัมภาษณ์กลุ่มแบบกึ่งมีโครงสร้าง ทำการวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Content Analysis) ที่มีความสอดคล้องกับแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์เนื้อหาตามประเด็นเพื่อให้ได้ชุดข้อมูล ที่สามารถเสนอเป็นข้อมูล และใช้ประกอบการวิเคราะห์อภิปราย นำเสนอผลการศึกษารูปแบบพรรณนา

ขั้นตอนที่ 7 สรุปผลการศึกษาวิจัยและนำเสนอผลการศึกษาวิจัย

ผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ที่ 1 เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์คัมภีร์สหายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 ผลการวิจัยพบว่า คำว่า สหายตนะ ภาษาบาลี เขียนเป็น “สหายตน” (Pali Tripitaka: 4/1/1) แปลว่า อายุตนะ 6 เป็น ศัพทสนธิ (ต่อคำ) ประกอบด้วย ส + พ + อายุตนะ มีที่มาของแต่ละคำ ดังนี้

ส แปลว่า 6 เดิมมาจาก คำว่า ฉ เเปลี่ยน ฉ เป็น ส ด้วยสูตรว่า “ส ฉสส วา” (Phra Buddhappiya Mahāthera, 1983)

พ เป็นพยัญชนะ อาคม (Phra Kaccāyana Mahāthera, 1997) ลงมาไม่มีความหมาย แต่มีประโยชน์คือ ใส่มาแล้วเพื่อออกเสียง ต่อจาก ส ไปหา อายุตนะ อ่านออกเสียงได้คล่องและง่ายขึ้น (หากเขียนว่า สายตนะ ทำให้ออกเสียงยาก)

อายุตนะ ประกอบด้วย

- อา อายุตนินาต ประเภทอุปสรรค (บทหน้า) ลงมาเพื่อขยายธาตุ
- ยต ธาตุ แปลว่า ความพยายาม (ให้ผลเกิดขึ้น) หรือ สถานที่ประชุม หรือ บ่อเกิด หรือ ยดี ธาตุ แปลว่า พยายาม ถ้ามี อา เป็นบทหน้า ให้ใช้ในความหมายว่า ที่ตั้ง หรือ ที่ดำรง (Phra Visuddhācārya Mahāthera, 2020)

- ยุ ปัจจัย แปลง ยุ เป็น อน ลงมาเพื่อทำหน้าที่เป็นนามนปุงสกลิงค์ ได้แก่ อนํ ตามสูตรบาลีไวยากรณ์ว่า

อนกา ญณฺณํ (Kaccāyana Mahāthera, 1997) แปลว่า แปลง ยุ ปัจจัย เป็น อะนะ และ แปลง ยุ ปัจจัย เป็น อะกะ สำเร็จรูป ต่อ (สนธิ)เป็น สหายตน แปลว่า อายุตนะ 6 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ หรือ สถานที่ ได้แก่ กายและใจพยายามทำให้ผลคือความเจริญของชีวิตในวัฏฏทุกข์ หมายความว่า จักขุประสาท เป็นต้นเป็นที่เกิดของผล คือ จักขุวิญญาณและเป็นปัจจัยให้เกิดกุศลและอกุศล (Phra Supūti Thera, 1992)

คณะผู้วิจัยได้จัดองค์ความรู้ในคัมภีร์สังยุตตนิกาย สหายตนวรรค เล่มที่ 18 แบ่งออกเป็น 2 หมวด คือ

- 1) สมุทวาระ สหายตนะเหตุให้เกิดทุกขในวัฏฏสงสาร เพราะเป็นแหล่งทำให้เกิดโทษ เรียกว่า อาทีนวโต
- 2) นิโรธวาระ การใช้สหายตนะเพื่อกิเลสกองทุกข์ เพราะเป็นแหล่งทำให้ออกจากทุกข์ได้ เรียกว่า นิสสรณโต (Phra Bhaddanta Carita Dhammapāla Thera, 1993) ดังนี้

1. สหายตนะ ที่เป็นไปเพื่อการเกิดทุกขในภพภูมิ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ในฉัปปาณโกปม-สูตรว่า การมีอายตนะภายใน ได้แก่ ตา มีธรรมชาติชอบดูในสิ่งที่เร้นลับ อุปมาดังงู มีธรรมชาติชอบไขไปในที่ลับมักเข้าไปสู่จอมปลวกเป็นต้น หูมีธรรมชาติชอบฟังที่ไพเราะ อุปมาดังจระเข้ชอบอยู่ในที่เย็นมักลงไปใต้น้ำ จมูกมีธรรมชาติชอบกลิ่นหอม อุปมาดังนกมักบินไปบนอากาศที่สดชื่น ลิ้นมีธรรมชาติรับรสชาติที่ดี อุปมาดังสุนัขบ้านที่รอคอยแต่การกินอาหารในบ้าน กายชอบสัมผัสที่นุ่ม เหมือนสุนัขจิ้งจอกที่ชอบกินเนื้อสดที่นุ่ม ใจคิดไปต่าง ๆ นานา ไม่คิดหยุดนิ่ง อุปมาดังลิงกระโดดไปมาในป่าใหญ่ (Thai Tripitaka: 18/247/263) อายตนะภายในเป็นปัจจัยภายในเพื่อการเสพอายตนะภายนอก ได้แก่ สี เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์หรือปัจจัยภายนอก แล้วเกิดผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพด้วยการไม่มีสติสำรวมเป็นปัจจัยให้เกิดอกุศลธรรม ได้แก่ การเพลิดเพลน (โลภะ) ผลักไส (โทสะ) และหลงไม่รู้จริงกับการเสพ (โมหะ) กระแสแห่งการเสพด้วยความเพลิดเพลน ไม่รู้เหล่านี้ การไม่มีสติคุ้มครองอายตนะภายในย่อมเป็นเหตุปัจจัยทำให้เกิดทุกข์ในชีวิตและวิภวสังสาร ก่อให้เกิดโทษของชีวิต สังคม สิ่งแวดล้อม เรียกว่า สมุทยวาระ

ตารางที่ 1 แสดงสังเคราะห์คัมภีร์สหายนวรรคเป็นไปเพื่อการเกิดทุกข์ในชีวิตและสังสารวัฏฏ์

สังเคราะห์คัมภีร์สหายนวรรคเป็นไปเพื่อการเกิดทุกข์ในชีวิตและสังสารวัฏฏ์							
	ปริญญากิจ เพื่อเรียนรู้					ปหานกิจ	
						เพื่อละ	
อนิจจัง	รูปารมณ	ตา	งู	จักขุวิญญาณ	จักขุสัมผัส	ราคคิ โทสคิ โมหคิ	อิตตา
ปโลกธัมมัง เสื่อมสลาย	สัททารมณ	หู	จระเข้	โสตวิญญาณ	โสตสัมผัส	ตัณหา	
	คันธารมณ	จมูก	นก	ฆานวิญญาณ	ฆานสัมผัส	ตัณหา	
	รสารมณ	ลิ้น	สุนัขบ้าน	ชีวหาวิญญาณ	ชีวหาสัมผัส	ตัณหา	
อวิชชา/ สังขาร อดีตเหตุ	โณภูมิจัปปารมณ	กาย	สุนัข จิ้งจอก	กายวิญญาณ	กายสัมผัส	ตัณหา	
	ธัมมารมณ	หัวใจ	ลิง	มโนวิญญาณ	มโนสัมผัส	ตัณหา	
		ฉัปปาณโกปมสูตร /อุปมาอายตนะภายใน 6				อาทิตตะ(ร้อน)	
	วิปาก (ผล)วัฏฏ์/ปัจจุบัน					กิเลสวัฏฏ์/ ปัจจุบัน	
สมุทยสังขะ	ทุกขสังขะ					สมุทยสังขะ	
	เกิด - ดับ / มีคุณ - โทษ						
	ปฏิจจสมุปบาท : จุดกลางเริ่มต้นแห่งทุกข์ (มัชฌเมกัลยาณัง)						เพื่อการเกิด
	โลกสมุทยสูตร เพราะอาศัยสหายตนะ จึงเกิดภพชาติทุกข์						

2) สหายตนะ ที่เป็นไปเพื่อการดับทุกข์และภพภูมิ การมีอายตนะภายใน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อันเป็นปัจจัยภายในเพื่อการเสพอายตนะภายนอก ได้แก่ สี เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ หรือปัจจัยภายนอก แล้วเกิดผัสสะ เวทนาแล้วมีสติ สมาธิ ปัญญา (โดยเกิดร่วมกับมรรคมีองค์ 8) ขจัดอกุศลธรรมให้น้อยลงและดับไปในที่สุด เรียกว่า นิโรธวาระ มีปรากฏชัดเจนในอสังขตสังยุตต์ (Thai Tripitaka: 18/366/448) พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงการใช้อายตนะเพื่อเป็นการสร้างสรรค์ชีวิตที่สุดคือทำลายอกุศลธรรมให้น้อยลงและดับไปในที่สุด ด้วยการมีสติรักษาอายตนะภายในทั้ง 6

ตารางที่ 2 แสดงสังเคราะห์คัมภีร์สหายนวรรค/อสังขตสังยุตต์

สังเคราะห์คัมภีร์สหายนวรรค/อสังขตสังยุตต์						
ปฏิจจสมุปบาท : จุดกลางเริ่มต้นแห่งทุกข์ (มัชฌิมาสูตร)						
อิสระในสหายตนะ/นิพพาน						
	ปริยญาภิกิจ เพื่อเรียนรู้				ภาเวตัพพกิจ	อนาสวาทิสุตระ
อนิจจัง ปโลกธัมมัง เสื่อมสลาย	รูปารมณ	ตา	จักขุวิญญาณ	จักขุสัมผัสสะ	สติ/สมาธิ/ปัญญา	อนัตตา
	สัททารมณ	หู	โสตวิญญาณ	โสตสัมผัสสะ	สติ/สมาธิ/ปัญญา	
	คันธารมณ	จมูก	ขานวิญญาณ	ขานสัมผัสสะ	สติ/สมาธิ/ปัญญา	
	รสารมณ	ลิ้น	ชีวหาวิญญาณ	ชีวหาสัมผัสสะ	สติ/สมาธิ/ปัญญา	
	โผฏฐัพพารมณ	กาย	กายวิญญาณ	กายสัมผัสสะ	สติ/สมาธิ/ปัญญา	
อวิชชา สังขาร อดีตเหตุ	อัมมารมณ	หัวใจ	มโนวิญญาณ	มโนสัมผัสสะ	สติ/สมาธิ/ปัญญา	
สมุทย สังขะ	วิปาก (ผล) วัฏฏ์/ปัจจุบัน/อัสสาท/พาหิยสูตร				สังวรสูตร สมาธิสูตร	สังนิกรรมกิจ
	ทุกข์สังขะ				มรรคสังขะ	นิโรธสังขะ/ นิพพาน
นิโรธวาระ/เพื่อการดับ						
ปฏิจจสมุปบาท : จุดกลางเริ่มต้นแห่งทุกข์ (มัชฌิมาสูตร) พระสัมมาสัมพุทธเจ้าแสดงปฏิจจสมุปบาทมี 3 กระบวนการ คือ (1) จุดเริ่มต้นจากอวิชชา (2)จุดกลาง (จุดปลาย) ชรามณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาส (ดูการเก็บเชือก)						
ทางออกจากวัฏฏะ/ไตรสิกขา						
จกขุ ภิกขเว อนิจจัง (ศีล) ยถาปัจจุ ตํ ทุกข์ (สมาธิ) ยํ ทุกข์ ตทนต์ตา (ปัญญา) ภิกษุทั้งหลาย จักขุ(ตา)ไม่เที่ยง สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา						
(Pali Tipitaka: 18/1/1) (Tasonthi, 2025)						

อายตนะในฐานะเป็นวิปัสสนาภูมิ อยู่ในกระบวนการแห่งปฏิจจนสมุปบาทที่ 5 ที่เกิดต่อจากนามรูปและ เป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ นับว่าเป็นกระบวนการอยู่ตรงกลางแห่งปฏิจจนสมุปบาทเป็นแหล่งที่เหมาะสม เป็นแหล่ง แก่การเจริญวิปัสสนาภาวนา เรียกว่าวิปัสสนาภูมิ ในพระสูตรพระพุทธองค์มักจะ แสดงธรรมตรงท่ามกลาง เรียกว่า มัชฌิมาภยธรรม ธรรมที่ตรงท่ามกลาง สำหรับคนที่มีปัญญาน้อย และปริยสาณกันญาณ- ธรรม ธรรมที่งามในที่สุด พุทธองค์มักจะแสดงแก่คนที่มีปัญญาน้อย ส่วนอาทิกัลยาณธรรม ธรรมที่ไพเราะ ในเบื้องต้น คือ อวิชชา นั้น พุทธองค์ไม่นิยมแสดงไว้ในพระสูตรมากนัก แม้พระองค์จะตรัสรู้เริ่มต้นจากอวิชชา เป็นอันดับแรก เพราะมีเนื้อหาสาระที่ลึกซึ้ง คัมภีร์ภาพ ยากแก่ผู้ที่มีตัณหาครอบงำ เพลินเพลินในทุกข์จะรู้ได้ ดังนั้น การศึกษาเรื่องอายตนะซึ่งเป็นกระบวนการหนึ่งของปฏิจจนสมุปบาท หรือที่ปจจัยตา เท่ากับศึกษาแก่นแท้ของพระพุทธศาสนาด้วยเช่นกัน

วัตถุประสงค์ที่ 2 เพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้ในคัมภีร์สหายตนะสู่การปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 ผลการวิจัยพบว่า การมีอายตนะภายใน 6 นั้น จะต้องนำไปสู่การปฏิบัติตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 คือ 1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การใช้สติเป็นประธาน (ร่วมกับมรรคมองค์ 7 ที่เหลือ) อยู่กับอริยบทใหญ่ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน และอริยบทเล็ก เช่น คู้มือ จับสัมผัสกับสิ่งของ เหยียบพื้น หลายใจ เป็นต้น 2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การใช้สติเป็นประธาน (ร่วมกับมรรคมองค์ 7 ที่เหลือ) คอยดูเวทนาทั้ง 5 คือ สุข ทุกข์ โสมนัส โทมนัส และอุเบกขา 3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การใช้สติเป็นประธาน (ร่วมกับมรรคมองค์ 7

ที่เหลือ) คอยดูอาการกระแสดทางจิต ที่เรียกว่า วิญญาณวิถี 6 คือ จักขุวิญญาณวิถี โสทวิญญาณวิถี ฆานวิญญาณวิถี ชิวหาวิญญาณวิถี กายวิญญาณวิถี มีกุศล ได้แก่ โลภะ โทสะ อโมหะ หรือ อกุศล ได้แก่ โลภะ โทสะ โมหะ เกิดขึ้นหรือไม่ เมื่อมีก็รู้ เมื่อไม่มีก็รู้ 4) **ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน** การใช้สติเป็นประธาน (ร่วมกับมรรคมองค์ 7 ที่เหลือ) ดูอาการทางกระแสดทางจิตหรือใจ ที่มีกุศล อกุศล และอัปผยาภยธรรมที่ปรากฏ ขึ้นปรุงแต่งทางใจแล้ว และรูปละเอียดย เช่น การเดินหรือระบบการทำงานของหัวใจและประสาทอื่นที่ปรากฏ ชัดทางใจ สติปัฏฐาน 4 นี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่าเป็นทางสายเอกเพื่อความพ้นทุกข์ เพื่อความบริสุทธิ์ แห่งจิตใจ โดยการนำสติปัฏฐานไปกำหนดในอายตนะทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

ตารางที่ 3 แสดงสติปัฏฐาน 4 มีสติเป็นประธานด้วยการไปกำหนดรู้ปัจจุบันขณะ

สติปัฏฐาน 4 มีสติเป็นประธาน (ในองค์มรรค 8) ด้วยการไปกำหนดรู้ปัจจุบันขณะ (วิหริติ)						
อายตนะ	ตา	หู	จมูก	ลิ้น	กาย	ใจ
วิญญาณวิถี	จักขุ วิญญาณ	โสท วิญญาณ	ฆานวิญญาณ	ชิวหา วิญญาณ	กายวิญญาณ	มโน วิญญาณ
สติปัฏฐาน 4	กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน					
	เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน					
	จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน					
	ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน					

วัตถุประสงค์ที่ 3 เพื่อพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์สหายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อความเป็นอิสระแห่งจิตผลการวิจัยพบว่า พระพุทธองค์ได้แสดงวิธีการปฏิบัติในคัมภีร์สหายตนะวรรคไม่มีการใช้คำบริกรรม(สมมติชื่อ)ในอารมณ์กัมมัฏฐาน โดยผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบปฏิบัติตามหลักของสัทธรรม 3 บุรณการร่วมกับศีล 4 คือ 1) ปริยัติ คือ การใช้อายตนะเป็นไปเพื่อการศึกษา ตามพระธรรมและวินัย 2) ปฏิบัติ การใช้สติปัฏฐาน 4 กำกับควบคุม โดยปฏิบัติตามปาริสุทธิศีล 4 ประการ ที่พระพุทธโสมหาเถระได้วางแนวทางไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค (Phra Buddhaghosa Mahathera, 2012) ได้แก่ (1) ปาติโมกขสังวรศีล มีศรัทธาระวังในการรักษาศีล 5, 8, 10, 227, 331 เป็นปกติ ไม่ให้ตกไปในอบาย (2) อินทริยสังวรศีล มีสติสำรวมในอินทรี 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นปกติประจำ (3) อาชีวะปรีสุทธศีล มีวิริยะเพียรในการดำรงชีพด้วยสมาธิขะ เป็นปกติประจำ (4) ปัจจยสันนิสิตศีล มีปัญญาพิจารณาในการเสพบริโภคปัจจัย 4 หรือปัจจัยภายนอก เป็นปกติประจำ จนที่สุดคือความเป็นอิสระแห่งการดำรงชีวิต 3) ปฏิเวธ การมีปัญญาได้เข้าใจรู้แจ้งความสัมพันธ์ระหว่างอายตนะภายในกับอายตนะภายนอกอย่างแท้จริง (ปฏิวิฉิตวา) พัฒนาจิตใจให้เกิดความเป็นอิสระภาพ ดังนั้น คำว่า ความเป็นอิสระแห่งจิตในงานวิจัยนี้ จึงมี 2 ระดับ คือ 1) ระดับโลกียะ ได้แก่ การมีสติคุ้มครองในอินทรี 6 เพราะธรรมชาติของสตินั้นเมื่อเกิดแล้วย่อมปิดกั้นกระแสแห่งอกุศลทันที่ คลายความเป็นตัวตน หรือ อัตตานุทิทธิได้ทันที 2) ระดับโลกุตตระ ระดับไม่ติดใจ ยึดมั่น คายความยึดมั่น ในความเป็นตัวตน หรือ สักกายทิฏฐิออกเสียได้ ซึ่งเป็นคุณสมบัติของพระโสดาบันจะต้องละได้โดยเด็ดขาด ที่สุดคือความเป็นอิสระจากอายตนะเหล่านั้น ที่เรียกว่า สหายตนะนิโรธ คือ การมีอายตนะเป็นไปเพื่อการดับกิเลสตัณหา คือ พระนิพพาน

ตารางที่ 4 แสดงปฏิปทาสหายตนะโมเดล

ปฏิปทาสหายตนะโมเดล							
สัทธิธรรม 3	สติปัฏฐานมีสติเป็นประธานในการไปกำหนดรู้ปัจจุบันขณะ						
- ปริยัติ - ปฏิบัติ - ปฏิเวธ	อายตนะ ภายนอก	สี	เสียง	กลิ่น	รส	สัมผัส	ธรรม
	อายตนะ ภายใน	ตา	หู	จมูก	ลิ้น	กาย	ใจ
	ไตรลักษณ์	- อนิจจัง เปลี่ยนแปลง - ทุกขัง บีบคั้น กดดัน - อนัตตา ไม่เป็นไปตามอำนาจของใคร					
	ศีล 4 ประการ	ปาติโมกขสังวรศีล มีศรัทธาระวังต่อเนื่องในการรักษาศีล 5, 8, 10, 227, 311 เป็นปกติ ไม่ให้ตกไปในอบาย					
		อินทริยสังวรศีล มีสติสำรวมในอินทริย 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นปกติประจำ					
		อาชีวนิวิธศีล มีวิริยะเพียรในการดำรงชีพด้วยสัมมาชีวะ เป็นปกติประจำ					
		ปัจฉยสันนิสิตศีล มีปัญญาในการเสพบริโภคนปัจจัย 4 หรือปัจจัยภายนอก เป็นปกติประจำ จนที่สุดคือความเป็นอิสระ					

องค์ความรู้ใหม่

การปฏิบัติก็มีพื้นฐานในคัมภีร์สหายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อความเป็นอิสระแห่งจิต คณะผู้วิจัยได้องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย เรียกว่า “ปฏิปทาสหายตนะโมเดล 2 : ปฏิบัติเพื่อพระนิพพาน” หมายถึง ผู้ปฏิบัติธรรมเพื่อพระนิพพานนั้น มีอุปนิสัยไม่เหมือนกัน เพราะที่มาของแต่ละคน ผู้ที่ชอบปฏิบัติสมถภาวนามากกว่า เหมาะเจริญกายนุสสนาสติปัฏฐาน สามารถทำลายสุขวิปลาส คือ ความงดงามของรูปกายไปเสียได้ ย่อมเห็นแต่ความเป็นอสุภะทำให้จิตคลายความกำหนัดหรือราคะออกเสียได้ หรือ เวทนานุสสนาสติปัฏฐาน สามารถทำลายสุขวิปลาส คือ ความสุขที่หลอกลวงไปเสียได้ เห็นแต่ชีวิตเป็นวิปริตนามทุกข์ คือ ทุกข์ที่ต้องเปลี่ยนอริยาบถตลอดจึงบดบังไม่ให้เห็นทุกข์ และผู้ที่มีอุปนิสัยชอบปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามากกว่า ควรเจริญจิตตานุสสนาสติปัฏฐาน สามารถทำลายนิมิจวิปลาส คือ ความคงที่ถาวรออกเสียได้ เพราะจิตมีการเปลี่ยนแปลงทุกเสี้ยววินาที และเข้าถึงอนิจจตาได้ง่ายขึ้น หรือ เจริญธัมมานุสสนาสติปัฏฐาน ทำลายอัตตวิปลาส คือ ความมีตัวตน การบังคับบัญชาออกเสียได้ เพราะเมื่อเจริญธัมมานุสสนา ย่อมเห็นสสารแห่งเหตุและปัจจัยเท่านั้น ที่เกิด ตั้ง และดับ จึงเห็นความเป็นอนัตตาได้ง่ายขึ้น อย่างไรก็ตามการเจริญสติปัฏฐาน 4 เหมือนมีประตูเข้าสู่พระนิพพานอยู่ 4 ประตู ประตูใดประตูหนึ่งย่อมเป็นประตูไปสู่หนทางพระนิพพานทั้งสิ้น



Figure 1: Saḷāyatana Model 2 – Practice for Attaining Nirvana

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือการมีปัญญาที่มองเห็นสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริงว่า รูป-นามนั้นมีลักษณะและกระแสแห่งการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เกิดขึ้นและดับไป ๆ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่มีตัวตนบังคับบัญชาไม่ได้ อันเป็นเป้าหมายสูงสุดคือการดับทุกข์อย่างถาวร เรียกว่า นิพजरรม หรืออมตธรรม ได้แก่ พระนิพพานโมเดล พระสัมมาสัมพุทธเจ้าค้นพบการเปลี่ยนแปลงครั้งยิ่งใหญ่จากภายในจิตใจ พัฒนาจิตให้ควมบริสุทธิ์ ได้ผลิธรรมโอสถด้วยการสอนธรรมะเพื่อการเปลี่ยนแปลงภายในจิตเกิดสุขอิสระ โดยวิธีจากง่าย คือ อนุพุททิกถา สอนจากทาน ศีล สวรรค์ เนกขัมมะ อาทินวะ ไปตามลำดับ จนถึงการเรียนรู้ในอายตนะทั้ง 6 จนเข้าถึงอริยสัจธรรมหรืออิสรภาพในที่สุด ปฏิบัติสหายตนะ พระองค์ทรงตรัสไว้ในคัมภีร์สหายตนะวรรค ว่า สหายตนะนิโรธ คือ ความดับกิเลสในอายตนะ 6 ประการ ได้แก่ นิพพาน (Pali Tipitaka: 18/117/94) เรียกอีกนัยหนึ่งว่า สอุปาทิสสนิพพาน คือ การดับกิเลสในจิตใจแต่ชีวิตเบญจขันธ์ยังเหลืออยู่นั่นเอง หรือ การดับคือการไม่เกิดขึ้นของตัณหา ได้แก่ พระนิพพานนั่นเอง (Phra Nārada Thera, 1998)

อภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงคที่ 1 พบว่า การวิเคราะห์และสังเคราะห์คัมภีร์สหายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 ในคัมภีร์ในพระไตรปิฎก สรุปได้ว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนประโยชน์ของสหายตนะเรื่องปัญจกิกขัตถุ เหตุว่าด้วยเรื่องที่ภิกษุผู้สอบถามปัญหากันว่า ในบรรดาอายตนะทั้ง 5 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย สรรวมอินทรีย์ประเภทไหนดีที่สุด ซึ่งก็ไม่มีคำตอบที่ดีที่สุดจึงได้ไปทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้า พระพุทธองค์ตอบว่า การมีสติสัมปชัญญะอินทรีย์ 6 หรือ อายตนะทั้ง 6 สำเร็จประโยชน์สูงสุด (Thai Tripitaka: 25/360/40) เพราะว่า อินทรีย์เหล่านี้เป็นเพียงช่องทางทำให้เกิดวิญญานวิถิ กระบวนการทางความรู้สึกเท่านั้น การฝึกฝนทางใจต่างหาก เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “จิตตํ ทนตํ สุขาวหิ” (Pali Tripitaka: 25/35/22) แปลว่า จิตที่ฝึกดีแล้วนำสุขมาให้ (Thai Tripitaka: 25/35/36) เมื่อกล่าวถึงอายตนะ ย่อมมีความเกี่ยวโยงถึงหลักแห่งปฏิจกสมุปบาท เพราะว่า อายตนะเป็นกระบวนการข้อต่ออันดับที่ 5 คือ อวิชชา สังขาร วิญญาน นามรูป และสหายตนะ ซึ่งเป็นโซ่ระหว่างกลางแห่งปฏิจกสมุปบาท ดังนั้น จะต้องอบรมฝึกฝนการมีสติไปเรียนรู้ในอายตนะเหล่านั้น สติที่ไปกำหนดเรียนรู้กับอายตนะเหล่านั้น เรียกว่า สติปัฏฐาน 4 โดยทำงานร่วมกับอินทรีย์ 5 ได้แก่ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา นามอินทรีย์องค์ธรรม 4 ที่มี ศรัทธา วิริยะ สมาธิ

ปัญญาก็เกิดร่วมด้วยโดยความเป็นสัมมปยุตตปัจจัย (Tasonthi, 2011) คือ เป็นปัจจัยเอื้อต่อสติทริย โดยการประกอบรวมกันอยู่แล้ว ด้วยการที่มีสติคุ้มครองทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ผ่านทางสฬายตนะ จึงทำให้อินทรียทั้ง 5 พัฒนาจิต 2 ระดับ คือ 1) ระดับโลกียะทำให้อกุศลธรรม คือการละวางความเป็นตัวตนเป็นสันติสุขภายในที่ยั่งยืน หรือชั่วคราว 2) ระดับโลกุตตระ สามารถทำลายราคะ อวิชชาได้ เป็นสันติสุขภายในอย่างยั่งยืน ในภาษาบาลีเรียกว่า สฬายตนะนิโรธ (Pali Tripitaka: 30/88/189) คัมภีร์พระพุทธศาสนา และงานวิจัยทางพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับสฬายตนะ ก็จะมีสาระและกล่าวถึงโครงสร้างของอายตนะและมีสติในการฝึกอายตนะภายในที่เหมือนกัน

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า ผลการวิจัยเป็นเช่นนี้เพราะการทำความเข้าใจในการจำแนกการทำงานของอายตนะภายใน 6 ประการ เป็นสิ่งที่ทุกคนเรียนรู้ได้สิ่งที่สำคัญอันดับแรกคือการมีสติเพราะสติมีหน้าที่กันอกุศลไม่ให้เกิดขึ้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงสอนความสัมพันธ์ของอายตนะทั้งหมดนี้ ด้วยการอุปมา อุปมา ประโยชน์ และโทษของอายตนะในคัมภีร์สฬายตนะวรรคว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย ผัสสอายตนะ 6 ประการนี้ ที่บุคคลไม่ฝึกฝน ไม่คุ้มครองไม่รักษา ไม่สำรวมระวังแล้ว ย่อมนำทุกข์หนักมาให้ ที่บุคคลฝึกฝนดี คุ้มครองดีรักษาดี สำรวมระวังดีแล้ว ย่อมนำสุขมากมาให้” (Thai Tripitaka: 18/128/71) การใช้สติปฏิฐานพิจารณาภายในอารมณ์กัมมัฏฐาน อันเป็นอายตนะ คือ ช่องทางแก่การเจริญเติบโตของรูปและนาม พระภิกษุตาจริยธมมปาละเถโร จึงกล่าวว่า “อตถกมโต” (Phra Bhaddanta Carita Dhammapāla Thera, 2020) เพื่อพิจารณาทั้ง 6 หมวดในส่วนของอานาปานสติแล้ว ได้คือ ตา/จักขุประสาท หู/ชานประสาท จมูก/ชานประสาท ลิ้น/ชีวหาประสาท กาย/กายประสาท มีถึง 5 อายตนะล้วนแล้วแต่เป็นส่วนของกายานุปัสสนา มีเพียงส่วนเดียวที่เป็นนามธรรม คือ มนายตนะ ใจ อายตนะทั้ง 6 มีประโยชน์ต่อการเป็นเครื่องให้สติปัญญาดำเนินไปสู่สันติสุขปัจจุบัน และมรรคผลนิพพานต่อไป หากผู้ที่เจริญสติทางกายสามารถทำลายอสุภวิปลาสไปเสียได้ ผู้ที่เจริญสติกำหนดเวทนาสามารถทำลายสุขวิปลาสไปเสียได้ ผู้ที่มีสติกำหนดทางจิตสามารถทำลายนิจจวิปลาสไปเสียได้ ผู้ที่ใช้สติกำหนดธรรม สามารถทำลายอัตตวิปลาสไปเสียได้ ทางใดทางหนึ่งสามารถกระทำพระนิพพานให้แจ้งได้ การกระทำพระนิพพานให้แจ้ง คือ การมีปัญญารู้แจ้งในกายใจโดยความเป็นไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อย่างใดอย่างหนึ่ง อันเป็นจุดสูงสุดแห่งการพัฒนาปัญญาตามแนวทางที่ถูกต้องตามที่พระพุทธองค์ได้ตรัสสอนไว้ว่า “สพเพ สงขารา อนิจจา ... สพเพ สงขารา ทุกขา... สพเพ ธมมา อนตตา ยทา ปญญา ย ปสฺสติ อถ นิพพินฺนติ เอส มคฺโค วิสุทฺธิยา” (Pali Tripitaka: 25/277/64) กระบวนการพัฒนาปัญญาให้ถึงความจริงคือไตรลักษณ์ 3 ประการนี้ จึงจะเป็นการเข้าถึงอริสัจแห่งจิต ซึ่งเป็นอัตลักษณ์ของพระพุทธศาสนา (Tasonthi, 2023) สอดคล้องกับงานวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ความสำคัญของอายตนะในสฬายตนะวิงคสูตร” ที่ได้สรุปผลการวิจัยว่า (1) ทำให้เกิดมีการฝึกจิต (2) ทำให้เกิดความรู้สึกในศีล (3) ทำให้กิเลสไม่เข้าสู่จิตใจ (4) ทำให้เป็นผู้มีชีวิตอยู่ด้วยความไม่ประมาท และ (5) ทำให้ถึงความ สันทุกข์ทั้งปวงได้ (พระมหาภาธร อาภาธโรและคณะ, 2561) สาระตถะแห่งที่เกี่ยวข้องกับสฬายตนะในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเป็นการศึกษากระบวนการส่งเสริมการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในคัมภีร์สฬายตนะวรรคซึ่งเป็นการนำเอาความรู้ความเข้าใจเรื่องอายตนะมาเป็นหลักธรรมที่ใช้ส่งเสริมในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ต้องอาศัยหลักโพธิปักขิยธรรมคือธรรมะอันเป็นเครื่องตรัสรู้ บุคคลเมื่อรู้เมื่อเห็นอายตนะตามความเป็นจริง เมื่อรู้เมื่อเห็นอายตนะตามความเป็นจริง ย่อมเบื่อหน่าย คลายกำหนด ย่อมหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้ ประเวศ วสี จึงกล่าวว่า “สิ่งที่สำคัญคือจะต้องทำจิตให้เป็นกลาง ที่เรียกว่า อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ที่เป็นเช่นนี้เพราะความเป็นกลาง ไม่มีอคติ 4 คือ ฉันทาคติ โทสาคติ โมหาคติ และภยากติ จึงจะสามารถรู้เห็นตามความเป็นจริงได้” (Wasi, 2002) และสอดคล้องกับผลการวิจัยเรื่อง “อายตนะกับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา” กล่าวถึงการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา มีการบรรลุธรรมด้วยอารมณ์กรรมฐานหลากหลาย เช่น ในมหาสติ

ปฏิฐาน 4 คือ 1) หมวดกายานุปัสสนาสติปฏิฐาน มี 7 หมวดย่อย 2) หมวดเวทนานุปัสสนาสติปฏิฐาน มี 9 ข้อ 3) หมวดจิตตานุปัสสนาสติปฏิฐาน มี 16 ข้อ 4) หมวดธัมมานุปัสสนาสติปฏิฐาน มี 5 หมวดย่อย ซึ่งสามารถบรรลุธรรมได้ทุกหมวด เมื่อได้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน จนเห็นความไม่เที่ยงแปรปรวน คือ อนิจจัง เป็นต้น ตามนัยของวิปัสสนาญาณ आयตนะกับการบรรลุธรรมจึงมีความสำคัญต่อการบรรลุเป็นพระอริยบุคคล หรือ สำคัญต่อพุทธศาสนิกชนยิ่งนับเป็นธรรมะอีกหมวดหนึ่งที่น่าสนใจ (Phra Suphot Thammavaddhano, 2019) จุดเด่นของพระพุทธศาสนาและวิปัสสนา ได้แก่ สติปฏิฐาน 2 หมวด คือ 1) เวทนา 2) ธรรม เพราะ เวทนาและธรรมนั้นมีความละเอียดลึกซึ้งมาก จะต้องมีการปฏิบัติธรรมและปฏิบัติธรรมอบรมมาดีแล้ว จึงเกิดสติ และวิปัสสนาปัญญาไปพิจารณาเห็นชัดในจิตและธรรม

การสังเคราะห์องค์ความรู้ในคัมภีร์สหายตนะสู่การปฏิบัติตามแนวสติปฏิฐาน 4 จากการใช้แบบประเมินตนเองหลังการเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อประเมินความองค์ความรู้และเข้าใจในหมวดสหายตนะหลังจากการบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับสหายตนะแล้ว พบว่า ผู้ปฏิบัติมีความเข้าใจเรื่องอายตนะภายในกับภายนอก ไม่แตกต่างกันมาก ตามตารางดังต่อไปนี้

ตารางที่ 5 ผลการประเมินตนเองหลังการเข้าร่วมกิจกรรมในหมวดสหายตนะ

อายตนะ	คะแนนค่าเฉลี่ยสูงสุด	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
ภายใน	4.02	0.06
ภายนอก	4.15	0.26

ผลการประเมินจากตารางที่ 5 พบว่า ส่วนใหญ่มีความเข้าใจเรื่องอายตนะภายในกับภายนอก ไม่แตกต่างกันมากนักหลังรับฟังการบรรยายองค์ความรู้เกี่ยวกับสหายตนะ เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลหรือผู้ปฏิบัติ ส่วนใหญ่มีความสนใจในการฝึกปฏิบัติมาบ้างก่อนแล้วและเป็นผู้ศึกษาพระไตรปิฎกมาบ้างแล้ว แต่หากไม่มี องค์ความรู้มาก่อนหรือเป็นผู้ฝึกใหม่ อาจมีความสับสนในการตามรู้อายตนะโดยเฉพาะการพิจารณาอายตนะ ภายนอก ซึ่งเป็นสิ่งที่ตามรู้ทันได้ยากหากไม่มีสติอยู่ในปัจจุบันขณะ การเข้าใจเกี่ยวกับสหายตนะจึงมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการในการฝึกสติปฏิฐานให้มีความก้าวหน้ามากขึ้น โดยคะแนนค่าเฉลี่ยความ เข้าใจเกี่ยวกับอายตนะภายในและภายนอกอยู่ที่ 4.02 และ 4.15 จึงสามารถนำมาประกอบสรุปผลได้ในระดับ หนึ่งว่า การฝึกกัมมัฏฐานต้องเรียนรู้และเข้าใจ และพัฒนาไปที่ละขั้น โดยต้องอาศัยผู้สาธยายธรรมที่มีความ เชี่ยวชาญทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติตามแนวทางแห่งหลักธรรมตามพระไตรปิฎก จึงสามารถสรุปได้ว่า องค์ความรู้ที่เกิดจากการวิเคราะห์และสังเคราะห์คัมภีร์สหายตนะตามแนวสติปฏิฐาน 4 ในเรื่องอายตนะ ภายใน 6 และภายนอก 6 สามารถเรียนรู้และเข้าใจได้ โดยต้องอาศัยผู้สาธยายธรรมที่มีความเชี่ยวชาญ ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติประกอบกับการฝึกปฏิบัติเองอย่างสม่ำเสมอ เพื่อพัฒนาไปสู่ความเป็นอิสระแห่ง จิตได้ตามลำดับ

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 การพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์สหายตนะตาม แนวสติปฏิฐาน 4 เพื่อความเป็นอิสระแห่งจิต การปฏิบัติร่วมกับสติปฏิฐาน 4 แล้วย่อมทำให้เราทราบว่า สติ กับปัญญาเป็นการทำงานเป็นเอกภาพมากขึ้นขององค์มรรค คือ สัมมาสติ สำหรับผู้ที่พัฒนาตัวเองไปสู่ ความเป็นมนุษย์ที่ประเสริฐที่เรียกว่า อารยชน หรืออริยบุคคล จึงมีความจำเป็นที่จะต้องรักษาหรือปฏิบัติ ปาริสุทธิศีล 4 ประการ สอดคล้องตามที่พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวไว้ว่า คือ 1) ปาติโมกข-สังวรศีล การสำรวมรักษาศีล 2) อินทริยสังวรศีล คือการรู้จักใช้ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจเป็นจุดเริ่มต้นของ การศึกษาและของสุขภาวะได้ 3) อาชีวนปาริสุทธิศีล การดำรงชีพด้วยสัมมาอาชีวะ 4) ปัจจยสันนิสิตศีล การเสพ

บริโภคผ่านอายตนะด้วยปัญญา (Phra Brahmagunabhorn (P.A. Payutto), 2008) ดังนั้น แนวทางแห่งการพัฒนาตัวเองตามปฏิปทาสหายนะโมเดล จึงมีความจำเป็นที่เราจะต้องฝึกฝนเรียนรู้ อย่างสม่ำเสมอ เพราะว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้ามีความเชื่อมั่นว่า มนุษย์สามารถฝึกฝนจนถึงความเป็นอริยบุคคล คือ พระโสดาบัน สกทาคามี อนาคามีและอรหันต์ได้ ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “ทณโต เสฏโฐ มนุสเสสุ” (Pali Tripitaka: 25/321/72) แปลว่า ในหมู่มนุษย์ ๆ ที่ฝึกแล้วเป็นผู้ประเสริฐได้ (Tasonthi, 2023)

ตารางที่ 6 แสดงปฏิปทาสหายนะโมเดล 1: ปฏิบัติเพื่อสันติสุขปัจจุบัน

ปฏิปทาสหายนะโมเดล 1: ปฏิบัติเพื่อสันติสุขปัจจุบัน							
สัทธิธรรม 3	สติปัฏฐานมีสติเป็นประธานในการไปกำหนดรู้ปัจจุบันขณะ / สมถะ+วิปัสสนา						
-ปริยัติ -ปฏิบัติ -ปฏิเวธ	อายตนะ ภายนอก	สี	เสียง	กลิ่น	รส	สัมผัส	ธรรม
	อายตนะภายใน	ตา	หู	จมูก	ลิ้น	กาย	ใจ
	ไตรลักษณ์	- อนิจจัง เปลี่ยนแปลง - ทุกขัง บีบคั้น กดดัน - อนัตตา ไม่เป็นไปตามอำนาจของใคร					
	ศีล 4 ประการ	ปาติโมกข์สังวรศีล มีศรัทธาระวังในการรักษาศีล 5, 8, 10, 227, 311 เป็นปกติ ไม่ให้ตกไปในอบาย					
		อินทริยสังวรศีล มีสติสำรวมในอินทริย์ 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นปกติประจำ					
		อาชีวนิระยาศีล มีวิริยะเพียรในการดำรงชีพด้วยสัมมาชีวะ เป็นปกติประจำ					
		ปัจจุยสนันนิสติศีล มีปัญญาในการเสพบริโภคปัจจัย 4 หรือปัจจัยภายนอก เป็นปกติประจำ จนที่สุดคือ ความเป็นอิสระ					
โพธิปักขิยธรรม		อินทริย์ 5 ได้แก่ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา					

ตามความของ Wasi (2002) ที่ได้กล่าวไว้ในหนังสือเรื่อง วิถีมนุษย์ในศตวรรษที่ 21 : สู่ภาพภูมิใหม่แห่งการพัฒนา ว่า “ถ้าเราฝึกให้รู้อย่างเชื่อมโยงเสมอ ๆ การรู้อย่างเชื่อมโยงจะทำให้เราลดละความเห็นแก่ตัว หรือจากการทำเอาตัวเองเป็นจุดศูนย์กลาง เกิดพัฒนาการทางจิตวิญญาณ ทำให้เกิดความสมบูรณ์ในตัวเอง และอิสระภาพ” (Wasi, 2002) ความเห็นนี้กล่าวถึงการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ต้องละความถือมั่นและยึดมั่นให้ได้ ในพระไตรปิฎกได้กล่าวถึงลักษณะนี้ว่าเป็น คุณสมบัติอันดับแรกของพระโสดาบัน ต้องละสักกายทิฐิ หรือความเห็นแก่ตัวออกเสียได้โดยเด็ดขาด (Pali Tripitaka: 31/64/75) ซึ่งการฝึกทางกายและจิตนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้แบ่งกัมมัญฐานนั้นในพระไตรปิฎกเป็น 2 ประเภท คือ สมถกัมมัญฐาน และวิปัสสนากัมมัญฐาน การปฏิบัติกัมมัญฐานนั้นจะต้องเป็นบาทฐานหรืออุปการะแก่กันและกัน ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “ตสฺสิเม ทเว ยฺยคณฺหา วตฺตนฺติ สมฺโถ จ วิปสฺสนา จ ปวตฺตนฺติ”. (Pali Tripitaka: 14/831/526) แปลว่า ธรรม 2 ประการนี้ คือ สมถะ และ วิปัสสนา ควบคู่กันไป (Tasonthi, 2023) ที่เป็นเช่นนี้เพราะสมาธินั้นมีอุปการะมากต่อการเจริญวิปัสสนากัมมัญฐาน หากมีสมาธิมาก ย่อมทำให้จิตผ่องใสมากขึ้น เมื่อจิตผ่องใสทำให้การเจริญวิปัสสนาปัญญาพิจารณาในธรรมต่าง ๆ มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น และพระเรรูกาเน จันทวิลมเถระ กล่าวว่า “สิ่งที่พึงกระทำเพื่อความบรรลุความเป็นบริสุทธิ์แห่งจิต คือ การเจริญสมาธิ เพราะการเจริญวิปัสสนาเริ่มต้นจากการเจริญสมาธิ” (Phra Rerukane Chanthawimala Thera, 2013) อย่างไรก็ตามธรรมทั้ง 2 ถ้าจำแนกตามองค์มรรคแล้วเป็นสัมปยุตตธรรม คือ เป็นธรรมที่ประกอบร่วมกัน สมถภาวนา ได้แก่ สัมมาสมาธิ วิปัสสนาภาวนา ได้แก่ สัมมาทิฐิ ดังนั้น ทั้งสมถภาวนาและวิปัสสนาจึงเป็นธรรมที่เคียงคู่กันไป

อย่างไรก็ตาม หากพิจารณาหาองค์ธรรมของการพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัญฐานในคัมภีร์สหายตนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อความเป็นอิสระแห่งจิต ก็คงไม่พ้นจากจากหลักแห่งโพธิปักขิยธรรมเพราะ **ปริยัติ** คือ การศึกษาพระธรรม และ**ปฏิบัติ** คือการทำให้มรรค 4 ผล 4 เกิดขึ้น ส่วน**ปฏิเวธ** คือการรู้แจ้งตลอดสายแห่งความสัมพันธภาพของรูปและนามสูงสุดคือพระนิพพาน สมดังที่พระสุเมธกคสาณมิตเถระได้พรรณนาไว้

ในคัมภีร์อภิธรรมตถวิภาวินีฎีกา ว่า “ตตถ อตตานํ ธาเรนเต จตุสฺส อปเยสฺส วฏฺฐทุกฺขेषฺ จ อปตานํ กตฺวา ธาเรน ตีติ ธมฺโม จตฺมคฺคผลนิพพานวเสน นววิธํ ปริยตฺติยา สห ทสฺวิธํ วา ธมฺโม” (Phra Sumanglasamit Thera, 1999) แปลว่า ชื่อว่า พระธรรม ได้แก่ สภาวธรรมที่รักษาผู้กระทำ (ความดี) ด้วยตนเอง ไม่ให้ตกไปในอภายภูมิ 4 และวิภูฏทุกฺข พระธรรมมี 9 อย่าง คือ มรรค 4 ผล 4 นิพพาน 1 หรือมี 10 รวมปริยัตติธรรมอีก 1 (Tasonthi, 2023) จะเห็นได้ว่า ปฏิปทาสหายนะโมเดล รวมองค์ธรรมโพธิปักขิยธรรม ได้แก่ อินทรีย์ 5 คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ทั้งหมดเป็นวิปัสสนาภาวนาด้วยการไปกำหนดเรียนรู้ในสหายนะ จึงเข้าถึงความเป็นอิสระภาพแห่งจิต หรือ พระนิพพานได้ ดังที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ในมงคลสูตรว่า “สุภูตฺตสฺส โลกธมฺเมหิ จิตฺตํ ยสฺส น กมฺปติ” (Pali Tripitaka 25/271/386) แปลว่า จิตของผู้ที่เป็นอริยะ อันโลกธรรมกระทบแล้ว ย่อมไม่หวั่นไหว (Tasonthi, 2023)

สรุป

การวิเคราะห์และสังเคราะห์คัมภีร์สหายนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 ในคัมภีร์สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค เล่มที่ 18 จัดองค์ความรู้ได้ 2 หมวด คือ 1) สฬายตนะ ที่เป็นไปเพื่อการเกิดทุกข์ในภพภูมิ เรียกว่า สมุทวาระ 2) สฬายตนะ ที่เป็นไปเพื่อการดับทุกข์และภพภูมิ เรียกว่า นิโรธวาระ ด้านการปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 ร่วมกับสฬายตนะ ได้แก่ การมีสติไปกำกับอายตนะภายในทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ที่ถูกอายตนะภายนอก คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์มากระทบแล้วเจริญวิปัสสนาภาวนาด้วยการมีสติคุ้มครองอยู่ในกาย เวทนา จิต ธรรม

การสังเคราะห์องค์ความรู้ในคัมภีร์สหายนะสู่การปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 นั้นต้องมีสติกำหนด ปัจจุบัน คือ 1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การใช้สติเป็นประธานตามดูอยู่กับอริยบทใหญ่ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน และอริยบทเล็ก เช่น คู้มือ จับสัมผัสกับสิ่งของ เหยียบพื้น หลายใจ เป็นต้น 2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การใช้สติเป็นประธานตามดูเวทนาทั้ง 5 คือ สุข ทุกข์ โสมนัส โทมนัส และอุเบกขา 3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การใช้สติเป็นประธานตามดูอาการกระแสทางจิต ที่เรียกว่า วิญญาณวิธิตั้ง 6 มีจักขุวิญญาณวิธิตั้ง เป็นต้น 4) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การใช้สติเป็นประธานตามดูอาการทางกระแสทางจิตหรือใจ ที่มีกุศล อุกุศลและอัปยาคตธรรมที่ปรากฏขึ้น

การพัฒนารูปแบบการปฏิบัติก็มีพื้นฐานในคัมภีร์สหายนะตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อความเป็นอิสระแห่งจิต ด้วยการพัฒนารูปแบบการปฏิบัติก็มีพื้นฐานใช้สัทธิธรรม 3 คือ ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ เป็นแนวทางการพัฒนา ปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 คือ 1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือมีสติและปัญญาพิจารณาในกายอยู่กับปัจจุบันขณะ 2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การมีสติและปัญญาพิจารณาในเวทนาทั้งหลายที่เกิดขึ้นขณะปัจจุบัน 3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ มีสติและปัญญาพิจารณาจิตที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ 4) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีสติและปัญญาพิจารณาในกุศลธรรม อุกุศลธรรมและอัปยาคตธรรมที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ บุรณาการร่วมกับปาริสุทธิศีล 4 ได้แก่ 1) ปาติโมกขสังวรศีล การมีศรัทธารักษาศีล 2) อินทรีย์สังวรศีล การมีสติรักษาอายตนะภายใน 6 3) อาชีวปริสุทธิศีล การมีความเพียรในสัมมาชีพ 4) ปัจจยสันนิสิตศีล การมีปัญญาเสพบริโภคปัจจัยภายนอก เพื่อดำเนินชีวิตอย่างสันติสุขและความเป็นอิสระแห่งจิตมี 2 ระดับ คือ 1) ระดับโลกิยะ ได้แก่ การมีสติคุ้มครองในอินทรีย์ 6 เพราะธรรมชาติของสตินั้นเมื่อเกิดแล้วย่อมปิดกั้นกระแสแห่งอกุศลทันที คลายความเป็นตัวตน หรือ อัตตานุทิกฐิได้ทันที 2) ระดับโลกุตตระ ระดับไม่ติดใจ ยึดมั่น คลายความยึดมั่นในความเป็นตัวตน หรือ สักกายทิฏฐิออกเสียได้ ซึ่งเป็นคุณสมบัติของพระโสดาบันจะต้องละได้โดยเด็ดขาด การมีอายตนะเป็นไปเพื่อการดับกิเลสตัณหา คือ พระนิพพาน เรียกอีกอย่างว่า สอุปาทิเสสนิพพาน หรือ สฬายตนนิโรธ

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า การวิเคราะห์และสังเคราะห์คัมภีร์สฬายตนะตามแนวสติปัฏฐาน จัดองค์ความรู้ได้ 2 หมวด คือ 1) สฬายตนะ ที่เป็นไปเพื่อการเกิดในภพภูมิ หรือ เกิดทุกข์ 2) สฬายตนะที่เป็นไปเพื่อการดับภพภูมิ หรือ ดับทุกข์ สอดคล้องกับหลักปฏิจจสมุปบาท ซึ่งมี 2 สาย คือ 1) สายเกิดทุกข์ คือ สมุทวาระ (2) สายดับทุกข์ คือ นิโรธวาระ ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น หน่วยงานหรือสถาบันการศึกษาทางพระพุทธศาสนา วัด สำนักสงฆ์ ศูนย์ปฏิบัติธรรม ควรพัฒนาระบบการถ่ายทอดองค์ความรู้โดยการพัฒนาศักยภาพพระวิปัสสนาจารย์หรือผู้สาธยายธรรม โดยเน้นองค์ความรู้จากพระไตรปิฎก โดยเฉพาะความรู้พื้นฐานเรื่องคัมภีร์สฬายตนวรรค เล่มที่ 18

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า การปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 ร่วมกับสฬายตนะ ได้แก่ การมีสติไปกำกับอายตนะภายในทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ที่ถูกอายตนะภายนอก คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์มากระทบแล้วมีสติกำหนดปัจจุบันใน 4 ฐาน ก็นอกุศลธรรมไม่ให้เกิด ดังนั้น การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน การศึกษาเรื่องสฬายตนะ และสติปัฏฐาน 4 นี้จำเป็นต้องต้องเรียนรู้ร่วมกัน ขาดจากกันไม่ได้

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า การพัฒนารูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานโดยใช้สัทธรรม 3 คือ ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ เป็นแนวทางการพัฒนา ปฏิบัติตามสติปัฏฐาน 4 ซึ่งไม่มีคำบริกรรมในอารมณ์กัมมัฏฐาน บูรณาการร่วมกับศีล 4 ได้แก่ 1) ปาติโมกข์สังวรศีล การมีศรัทธารักษาศีล 2) อินทริยสังวรศีล การมีสติรักษายายตนะภายใน 6 3) อาชีวนปริสุทธศีล การมีความเพียรในสมาธิ 4) ปัจจยสันนิสิตศีล การมีปัญญาเสพวิโลกปัจจยภายนอก เพื่อดำเนินชีวิตอย่างสันติสุขและความเป็นอิสระแห่งจิต เรียกว่า ปฏิปทาสฬายตนะโมเดล ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น หน่วยงานหรือสถาบันการศึกษาทางพระพุทธศาสนา วัด สำนักสงฆ์ ศูนย์ปฏิบัติธรรม ควรนำรูปแบบดังกล่าวนี้ไปประยุกต์สอนและใช้ได้ทั้งตัวนักปฏิบัติเองในชีวิตประจำวัน รวมถึงองค์กรได้

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับ

2.1 คัมภีร์ในหมวดสังยุตตนิกาย มีความเหมาะสมสามารถนำไปสังเคราะห์ วิเคราะห์วิจัยด้านการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานอย่างยิ่ง

2.2 ควรนำเอาหลักวิปัสสนาภูมิอื่น เช่น ชันธ 5 ธาตุ 18 อินทริย 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท มาร่วมสังเคราะห์ วิเคราะห์กับคัมภีร์สฬายตนวรรค ตามแนวสติปัฏฐาน 4

References

- Kanari, T. (2007). *Kaliyuga and Thailand's Economic Crisis*. (3rd ed.). Bangkok: Amarin Book Center.
- Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (1957). *Pali Tripitaka: Mahachula Edition*. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya University Press.
- _____. (1996). *Thai Tripitaka*. Bangkok: MCU Press.



- _____. (2023). *Mahachulalongkornrajavidyalaya University Development Plan, Phase 13 (B.E. 2566-2570): Public Version*. Retrieved June 7, 2024, from <https://pr.mcu.ac.th/?p=9693/2024/07/12>
- Phra Bhaddanta Carita Dhammapāla Thera. (1993). *Pathikavagga Aṭṭhakathā*. Bangkok: Mahachulalongkorn rajavidyalaya University Press.
- Phra Buddhaghosa Mahāthera. (1983). *Patthūpasiddhi*. Bangkok: Chalermchan Printing.
- _____. (2012). *Visuddhimagga: Thai Translation*. Bangkok: Mahachulalongkorn rajavidyalaya University.
- Phra Kaccāyana Mahāthera. (1997). *Kaccāyana vyākaraṇa*. (Translated by Mahachulalongkornrajavidyalaya University). Bangkok: Wiriya Phatthana Printing.
- Phra Brahmaganabhorn (P.A. Payutto). (2008). *Holistic Well-Being in Buddhism* (6th ed.). Bangkok: Kled Thai.
- _____. (2010). *Dhamma Analysis* (2nd ed.). Bangkok: Charoendee Mangkhang Printing.
- _____. (2012). *What Did the Buddha Realize?* Bangkok: King of Advertising and Graphics Co., Ltd.
- Phra Rerukane Chanthawimala Thera. (2013). *Vipassana Meditation*. (Translated by Sunthorn Plamin). Bangkok: Pimsuay Publishing.
- Phra Suphot Thammavaddhano. (2019). The Six Sense Bases and the Attainment of Enlightenment in Buddhism. *MCU Philosophical Review Journal*, 2(2), 51-63.
- Phra Thepwethi (P.A. Payutto). (1989). *The Buddha's Teaching Techniques*. (2nd ed.). Bangkok: Buddhist Dhamma Foundation.
- Phra Visuddhācārya Mahāthera. (2020). *Dhātu-vatthu-saṅgaha-pāṭhanissaya*. (2nd ed.). Bangkok: Prayurasat Thai Printing.
- Phra Nārada Thera. (1998). *Milindapañha Aṭṭhakathā*. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya University Press.
- _____. (1999). *Abhidhammatthasaṅgah Aṭṭhakathā*. Bangkok: Mahachulalongkorn rajavidyalaya University Press.
- Phra Sumaṅgalasamit Thera. (1999). *Abhidhammatthavibhāvanīṭikā*. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya University Press.
- _____. (1992). *Abhidhānappadīpikā sūci*. Bangkok: Mahamakut Buddhist University.
- Phramaha Phathorn Aphatharo et al. (2018). An Analytical Study on the Significance of the Six Sense Bases in the Salayatana Vibhanga Sutta. *MCU Social Science Review*, 7(3), 101-111.
- Phramaha Sutith Apakaro (Oboon). (2005). *Learning Innovation: People, Community, and Development*. Bangkok: Pisit Thai Offset.
- Somdet Phra Buddhaghosacarya (P.A. Payutto). (2024). *Entering the Rains Retreat: A Life of Learning*. Retrieved February 22, 2025, from https://www.papayutto.org/th/book_detail/769

- Sriariya, Y. (2007). *Kaliyuga and Thailand's Economic Crisis*. (3rd ed.). Bangkok: Amarin Book Center.
- Tasonthi, S. (2011). *Disappearance of the Dhamma*. Thonburi: Think Beyond Books.
- _____. (2022). *One Month of Mind Observation for Nirvana*. Thonburi: Think Beyond Books.
- _____. (2023). The Four Noble Truths: The Identity of Buddhist Teachings. *Mahachula Academic Journal*, 10(1), 205-220.
- Thongsuk, T. (2023). *Depression Can Be Cured: Just Family Care and Attention*. Ubon Ratchathani: Siritham Offset.
- Wasi, P. (2002). *The Human Path in the 21st Century: Towards a New Paradigm of Development*. Bangkok: Chulalongkorn University Press.