

# ศึกษาวิเคราะห์บทบาทของไตรสิกขาในฐานะเป็น ขบวนการให้เกิดญาณ 16\*

## An Analytical Study on the Role of the Three Trainings as the Process Sixteen Ñânas (Solasa-Ñâna)



พระปลัดปรีชา คนธโก

Phrapalad Preecha Gandhako

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Graduate School, Mahachulalongkorntajavidyalaya University,

79 Moo1, Lamsai, Wang-noi, Phra Nakorn Si Ayutthaya 13170, Thailand.

Email: mcu\_dc50@hotmail.com

Doi : 10.14456/jmcpupeace.2017.83

### บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาไตรสิกขาในพระพุทธศาสนาเถรวาท 2) เพื่อศึกษาญาณ 16 ในพระพุทธศาสนาเถรวาท 3) เพื่อศึกษาวิเคราะห์บทบาทของไตรสิกขาในฐานะเป็นขบวนการให้เกิดญาณ 16 การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบผสมผสานโดยศึกษาวิเคราะห์เนื้อหาคำสอนเรื่องไตรสิกขา และวิปัสสนาญาณ ในพระพุทธศาสนาเถรวาทที่มีปรากฏอยู่ในคัมภีร์ และสัมภาษณ์เชิงลึกกับนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา นำมาวิเคราะห์บทบาทของไตรสิกขาในฐานะเป็นขบวนการให้เกิดวิปัสสนาญาณ 16

ผลการวิจัยพบว่า ไตรสิกขาในพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นกระบวนการพัฒนามนุษย์ เพื่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องมีชีวิตที่ดีและประเสริฐ ขบวนการฝึกนี้ หรือการปฏิบัติประกอบด้วยอริสติกขา อริจิตตสิกขา และอริปัญญาสิกขา เรียกว่า สติ สมาธิ ปัญญา สติเป็นเครื่องมือในการฝึกฝน อบรม ปฏิบัติเพื่อให้กายวาจาเกิดความสะดวกเรียบร้อย สมาธิเป็นเครื่องมือในการฝึกฝน อบรม ปฏิบัติ เพื่อให้จิตใจสงบตั้งมั่นเป็นหนึ่งเดียว ปัญญาเป็นเครื่องมือในการฝึกฝน อบรม ปฏิบัติเพื่อให้เกิดความรู้อย่างพิเศษ

ญาณ 16 ในพระพุทธศาสนาเถรวาทคือความรู้อย่างพิเศษหรือความหยั่งรู้มีอยู่ 16 ประการ ได้แก่ (1) นามรูปปริจเฉทญาณ (2) ปัจจัยปริคคหญาณ (3) สัมมสนญาณ (4) อุทัพพยานุปัสสนาญาณ

\*Received December 14, 2016; Accepted May 8, 2017.

(5) ภัังคานุปัสสนาญาณ (6) ภยตูปัญฐานญาณ (7) อาทิวานานุปัสสนาญาณ (8) นิพพิทานุปัสสนาญาณ (9) มุญจิตุกัมมตาญาณ (10) ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ (11) สังขารุเปกขาญาณ (12) สัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ (13) โคตรภูญาณ ญาณครอบโคตร (14) มัคคญาณ (15) ผลญาณ และ (16) ปัจจเวกขณญาณ

ส่วนบทบาทของไตรสิกขาในฐานะเป็นขบวนการให้เกิดญาณ 16 คือ ศีล สมาธิ และปัญญา เมื่อมารวมกันจะส่งเสริมกันและกัน เริ่มจากการฝึกฝนอบรม ปฏิบัติศีลให้กายวาจาสะอาดบริสุทธิ์แล้วทำจิตใจให้สงบตั้งมั่นเป็นหนึ่งเดียวกันจนเกิดความรู้อย่างพิเศษขึ้น กล่าวคือ ขบวนการของไตรสิกขานั้นจะอยู่ในรูปของการฝึกฝนในอริยมรรคที่ครบถ้วนบริบูรณ์ จากการปฏิบัติสติปัญญา 5 อันมีอินทรีย์ 5 เป็นตัวสนับสนุนจนมรรคสมังคีจึงเกิดปัญญาขึ้นตามลำดับที่เรียกว่าวิปัสสนาญาณ 16

**คำสำคัญ:** บทบาท; ไตรสิกขา; ญาณ 16

## Abstract

This Research aimed to 1) to threefold in Theravada Buddhism 2) to study the Buddha Wisdom 16 3) to study the role of a threefold movement as a signal 16. this The research combines qualitative content analysis study of the doctrine of threefold and Insight Meditation in Theravada Buddhism, which appears in the Bible. And in-depth interviews with scholars of Buddhism. Analyzed the role of the threefold as procedures for the Insight 16.

The study found a threefold in Theravada Buddhism is practiced or trained. Or practice contemplative prayer consist Atisil virtue and intellectual virtue called hyperbole, brief meditation intellectual precepts as a tool for training practice to clean the body, speech. Meditation is a tool for training practice to calm the mind set it as a single. IP as a tool for training practice to achieve special knowledge.

For Insight 16 in Theravada Buddhism is the knowledge or prudence are 16 reasons, including (1) as a discourse of Wisdom (2) factors and periodontal stuff Mystics (3) Seminar pine Cognition (4) Scopus Memorial Park Royal NEDA drugs Yasna mystics (5) Studies at the Mount Scopus Memorial Yasna Wise (6) securities Tour Patna base mystics (7) ah wah Nu Scopus Yasna Wisdom. Wise will take the blame (8) Nippita support Scopus Yasna Wise (8) Mugabe problems Chi Tu gums eye Wise (10) calendar weeks secretary Scopus Yasna Wise (11) Property leg model Expectations leg Wisdom. (12) SattchaLomi Nui's perception or cognition grace (13) Octrpoyan mystics guard descent (14) guide the Wise (15) and Wise (16) factors as the vector signal.

The threefold role as a movement to signal the 16 precepts, meditation and wisdom to come together to promote each other. From training Perform baptisms for physical, speech, clean, pure mind to calm determination is the same one that caused that special place that is, when the sacrament is composed of sixth faculties because good conduct and good conduct lead foundations of mindfulness and conscious roots. 4, which is the Noble Eightfold Path will enlightenment factors is progressing well into insight-knowledge 16.

**Keywords:** Role; Threefold; Insight-knowledge 16.

## บทนำ

พระพุทธศาสนามีระบบการพัฒนาปัญญา โดยนำหลักของไตรสิกขามาเป็นเครื่องมือในการพัฒนา มีหลักปฏิบัติที่สำคัญได้แก่ สิกขา 3 หรือ ไตรสิกขา หมายถึง ข้อที่จะต้องศึกษา ข้อที่จะต้องปฏิบัติ เพื่อฝึกหัดอบรมกาย วาจา จิตใจและสติปัญญาให้สูงขึ้น จนสามารถบรรลุนิพพานอันเป็นจุดหมายหลักในพระพุทธศาสนา (Tankeaw, 2002) ประกอบด้วย 1) อธิศีลสิกขา หรือ ศีลสิกขา 2) อธิจิตตสิกขา หรือ จิตตสิกขา หรือว่า สมาธิสิกขา 3) อธิปัญญาสิกขา หรือ ปัญญาสิกขา รวมเรียกกันสั้นๆ ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นหลักเพื่อการเรียนรู้และฝึกอบรมตน (Ngamchitchareon, 2009) คือ การฝึกอบรม 3 ด้าน ได้แก่ การสำรวมทางกายและวาจา การทำจิตใจให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้ว และการพิจารณาเห็นหรือรู้เห็นตามความเป็นจริง การเรียนรู้สู่การปฏิบัติ ด้วยการฝึกฝนอบรมจนเกิดความรู้แจ้งเห็นจริงหรือเกิดวิปัสสนาญาณ คือเห็นแจ้งในพระไตรลักษณ์ (Thai TipitaKas/20/137/385) อันได้แก่ อนิจจัง คือความไม่เที่ยง ทุกขัง คือความทนอยู่ไม่ได้ และอนัตตา คือความไม่ใช่ตัวตน หรือความบังคับบัญชาไม่ได้ นอกจากนี้ ไตรสิกขา จัดว่าเป็นหลักปฏิบัติหรือหนทางเดียวกันกับอริยมรรค เรียกว่า ทางสายตรง เพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ศีลเป็นบันไดขั้นต้นหรือเริ่มแรกก้าวไปสู่การปฏิบัติขั้นสมาธิและปัญญา ตามลำดับ เพื่อเข้าถึงเป้าหมายคือหลุดพ้นจากกิเลสอาสวะโดยสิ้นเชิง ข้อนี้ดังพุทธพจน์ที่ว่า “สมาธิที่ศีลอบรมแล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ปัญญาที่สมาธิอบรมแล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก จิตที่ปัญญาอบรมแล้ว ย่อมหลุดพ้นจากอาสวะโดยสิ้นเชิง คือจากกามาสวะ ภาวาสวะ และอวิชชาสวะ” ( Thai TipitaKas/10/142/73)

ศีลเป็นข้อปฏิบัติให้ถึงจุดหมายสูงสุดโดยส่วนเดียวไม่ได้ แต่เป็นวิธีการเพื่อก้าวหน้าไปสู่ความเจริญขั้นต่อไป เพื่อสมาธิ โดยความหมายนี้คุณค่าในศีลก็คือ เจตนาที่จะงดเว้น หรือการไม่มีความดำริในการที่จะกระทำชั่วใดๆ อยู่ในใจ ซึ่งทำให้จิตใจบริสุทธิ์ปลอดโปร่งโล่งใจ ไม่มีความคิดวุ่นวายขุ่นมัวหรือกังวลใดๆ มารบกวน จิตใจจึงสงบทำให้เกิดสมาธิได้ง่าย เมื่อมีใจสงบเป็นสมาธิแล้ว ก็เกิดความคล่องตัวในการที่จะใช้ปัญญา (P.A. Payutto, 2002) ผลของวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งหมายถึงปัญญาที่กำหนดจรรู้เห็นตามความเป็นจริง ว่าขันธ 5 เป็นอนิจจัง ทุกขังและอนัตตา คือ เห็นประจักษ์แจ้งซึ่งไตรลักษณ์ แห่งรูปและนาม โดยอาศัยวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นฐานในการฝึกปฏิบัติเพื่อให้เกิดวิปัสสนาญาณ

อนึ่ง การเข้าสู่เส้นทางหรือวิปัสสนาญาณ ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยการเจริญศีล เพื่อพัฒนาความประพฤติสำรวมระวัง การประพฤติอบรมศีล เป็นไปเพื่อให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย และเพื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลแก่กัน การเจริญสมาธิพัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคงทางจิต เจริญองกามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย และการเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญา ใ้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตสามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและพ้นจากความทุกข์ ฉะนั้น เมื่อจิตได้พัฒนาเต็มขั้น เป็นจิตที่มีพลังแห่งอำนาจสมาธิ ย่อมนำจิตนั้นมาใช้ในการพัฒนาปัญญา คือ ปัญญาภาวนาที่เป็นขบวนการให้เกิดวิปัสสนาญาณ วิปัสสนาญาณเป็นญาณที่เกิดแก่ผู้บำเพ็ญวิปัสสนา โดยลำดับตั้งแต่ต้น จนถึงจุดหมายคือมรรคผลนิพพาน

การเจริญศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อเป็นขบวนการให้เกิดวิปัสสนาญาณเป็นสำคัญ ด้วยเหตุนี้ กระบวนการทำงานของไตรสิกขาที่เกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติธรรม จะต้องค้นหาด้วยตนเองแต่ต้องประกอบด้วย ปัจจัยหลายอย่าง เพื่อให้เป็นจริงทั้งทางภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ซึ่งกล่าวได้ว่า เป็นการพัฒนาปัญญาในระดับสูง อย่างไรก็ตาม การแก้ปัญหาตามกระบวนการทำงานของไตรสิกขาในฐานะเป็นตัวชี้วัดเพื่อให้เกิด ญาณ 16 เป็นสิ่งที่ผู้ปฏิบัติยังสงสัยขบวนการทำงานของไตรสิกขา ว่ามีความเกี่ยวข้องสนับสนุนกันอย่างไร กับญาณ 16 และสถานะที่เกิดขึ้นระหว่างปฏิบัติ ญาณไหนที่สมควรถูกเรียกว่าเป็นวิปัสสนา ที่เป็นประตูเริ่ม กระบวนการเข้าสู่หนทางเข้าถึงนิพพานหรือยัง หากไม่มีเกณฑ์ขบวนการในการวัด แต่ละคนอาจอ้างโดยไม่มี หลักฐานรองรับว่าเราปฏิบัติสติปัญญา 4 เราก็อยู่ในทางมรรคมืองค์ 8 ตามความเข้าใจของแต่ละคน แต่พอ ไม่ตรงกับตนเอง ก็อาจบอกว่าคุณอื่นผิด

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ เสนอความรู้การทำงานของไตรสิกขาในฐานะเป็นขบวนการให้เกิดญาณ 16 ของผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานอย่างเป็นรูปธรรม เพื่อให้การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานมีเครื่องมือชี้วัด และง่ายต่อการประเมินผล เพราะผู้วิจัยเห็นว่า ไตรสิกขา ที่บุคคลเข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน มีส่วนสำคัญ ที่สุดในฐานะเป็นขบวนการเข้าสู่เส้นทางหรือบรรลุญาณ 16 แต่ยังไม่มียุทธศาสตร์อันใดที่จะสามารถเป็นเกณฑ์ บ่งชี้วัดไตรสิกขา อย่างเป็นรูปธรรมเหมือนวิทยาศาสตร์ที่กำลังเจริญ ซึ่งมีเครื่องมืออุปกรณ์ครบถ้วนสามารถ แยกอุปาทานให้เห็นกันอย่างชัดเจน ดังที่ ดร.ภททันตะอาสภมหาเถระ อัครมหากรรมฐานาจารย์เถระ กล่าวว่า “สมัยนี้ วิทยาศาสตร์กำลังเจริญ ย่อมมีเครื่องมืออุปกรณ์ครบถ้วนสามารถแยกอุปาทานให้เห็นกันตามความ เป็นจริงทุกประการ...(Phraajarn Dr.PhattantaarsaphamahaTheraAkkramahakammattanaJariya, MPP.)” ดังนั้น จึงมีความจำเป็นที่น่าจะมีเกณฑ์ชี้วัดเพื่อกำหนดระดับของความเป็นไตรสิกขา ให้ชัดเจน โดยการหาขบวนการความสัมพันธ์กับการเกิดขึ้นของญาณ 16 เช่น เดินจงกรม 30 นาทีกับนั่งสมาธิ 30 นาที เป็นต้น เพื่อจะได้เป็นแบบมาตรฐาน และประโยชน์ต่อการนำไปเป็นเครื่องมือสำหรับไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญาของผู้เข้ารับการฝึกภาคปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน และบุคคลผู้ที่สนใจในการปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐานทั่วไป

ด้วยเหตุผลดังกล่าวมาข้างต้นนี้ ผู้วิจัยจึงศึกษาเรื่อง บทบาทของไตรสิกขาในฐานะเป็นขบวนการให้ เกิดญาณ 16 พร้อมทั้งองค์ธรรมของไตรสิกขาที่ปรากฏในญาณ 16 และวิเคราะห์ไตรสิกขาในฐานะตัวชี้วัด เข้าสู่ญาณ 16 อันจะเป็นข้อมูลนำเสนอเป็นองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนา ซึ่งยังไม่มีการศึกษาวิเคราะห์ อย่างชัดเจน ผู้วิจัยจึงต้องการค้นคว้าและนำเสนอเป็นลำดับสืบต่อไป

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาไตรสิกขาในพระพุทธศาสนาเถรวาท
2. เพื่อศึกษาญาณ 16 ในพระพุทธศาสนาเถรวาท
3. เพื่อศึกษาและวิเคราะห์บทบาทของไตรสิกขาในฐานะเป็นขบวนการให้เกิดญาณ 16

## ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน เชิงคุณภาพ (Qualitative Method) และการวิจัยทางเอกสาร (Documentary research) มีขั้นตอนวิจัยดังต่อไปนี้

โดยมีขั้นตอนการศึกษาวิจัยทางเอกสาร จะศึกษาแบ่งตามแหล่งข้อมูล ดังนี้

1) ค้นคว้า รวบรวม วิเคราะห์ข้อมูลปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2506 และพระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.2539 ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องไตรสิกขา และญาณ 16

2) ค้นคว้า รวบรวม วิเคราะห์ ข้อมูลทุติยภูมิ ได้แก่ วรรณคดีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วรรณคดี ภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปรกณวิเสส ภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาปรกณวิเสส คัมภีร์วิสุทธิมรรค และเอกสารทางวิชาการที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ หนังสือ ตำรา วิทยานิพนธ์ งานวิจัย และผลงานตีพิมพ์ทั้งภาษาไทยภาษาอังกฤษทางวิชาการของผู้ทรงคุณวุฒิทางพระพุทธศาสนารวมทั้งสื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องไตรสิกขา และญาณ 16

3) วิเคราะห์องค์ธรรมของไตรสิกขาที่ปรากฏในญาณ 16 และวิเคราะห์เทียบเคียงขบวนการการเข้าถึงญาณ 16

4) สัมภาษณ์เชิงลึกกับนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา 5 ท่าน พระวิปัสสนาจารย์ 5 รูป และผู้ปฏิบัติธรรม 5 ท่าน เพื่อวิเคราะห์เหตุปัจจัยให้เกิดไตรสิกขาในฐานะขบวนการเข้าถึงญาณ 16

5) การวิเคราะห์ข้อมูล สรุปผลการวิจัยทางเอกสาร นำเสนอองค์ความรู้อภิปรายผลตามสมมติฐานตอบปัญหาที่ต้องการทราบพร้อมมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย และข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ/ภาคสนามโดยศึกษาข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิได้แก่พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539 วรรณคดี ภาษาบาลีพร้อมทั้งข้อมูลชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) คือศึกษาจากเอกสารงานวิจัยวารสารบทความทางวิชาการหนังสือ ตำราบันทึกจากสื่อสิ่งพิมพ์สื่ออิเล็กทรอนิกส์เป็นต้นจากนั้นในการอธิบายรายละเอียด

ใช้แบบสัมภาษณ์ (Interview) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลของการวิจัย โดยมีเนื้อหา สัมภาษณ์ มีลักษณะปลายเปิด

ผู้วิจัยจะรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องมาวิเคราะห์สังเคราะห์สรุปผลอภิปรายผลและเสนอแนะด้วย พรรณนาโวหารโดยมีขอบเขตการวิจัยดังนี้

## ผลการวิจัย

ไตรสิกขาเป็นการฝึกอบรมเพื่อพัฒนา 3 ด้านคือด้านพฤติกรรม (ศีล) ด้านจิตใจ (สมาธิ) และด้านความรู้ความคิด (ปัญญา) ไตรสิกขานี้มีเนื้อหาครอบคลุมมรรคมีองค์แปดทั้งหมด หน้าที่ของไตรสิกขาในฐานะเป็นพหุสาสนี คือ เป็นคำพร่ำสอนไว้เป็นอันมากดังปรากฏว่า ศีล สมาธิ ปัญญาเป็นพื้นฐานส่งเสริมกัน คือ ศีลเป็นพื้นฐานส่งเสริมจิต (สมาธิ) จิตเป็นพื้นฐานส่งเสริมปัญญา บุคคลผู้มีความพร้อมสำรวมในศีล อบรมจิตจนตั้งมั่น เจริญปัญญาย่อมหลุดพ้นจากอภิสวะทั้งหลาย ศีลเป็นปฏิกิริยาต่อการก้าวล่วงของกิเลส (วิติกมกิเลส) เพราะสมาธิเป็นปฏิกิริยาต่อกิเลสที่ลุ่มรุม (ปริยฐานกิเลส) เพราะปัญญาเป็นปฏิกิริยาต่ออนุสัยกิเลส (Boriharnkhat, 2010)

บทบาทไตรสิกขาในฐานะเป็นขบวนการฝึกปฏิบัติ 3 ด้านไตรสิกขา (P.A.Payutto, 2006) เป็นระบบปฏิบัติที่มุ่งเน้นการใช้งาน เป็นการนำเอาองค์ของมรรคออกมาเป็นขบวนการวิธีปฏิบัติที่มีขั้นตอนต่างๆ ทำให้บุคคลผู้ปฏิบัติรู้จักบังคับควบคุมตนเอง รู้จักคิดรู้จักพิจารณาเกี่ยวกับพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง เป็นการเริ่มจากความสัมพันธ์ทางสังคมเข้าไปหาในตัวบุคคล และจุดนี้คือการก้าวเข้าสู่ความหมายของสิกขาที่ว่าเป็นการฝึกอบรมโดยนัยนี้ สัมมาวาจา สัมมากรรมันตะ สัมมาอาชีวะเป็นศีล การฝึกฝนปฏิบัติให้สัมมาวาจา สัมมากรรมันตะ สัมมาอาชีวะนั้น เกิดมีเพิ่มพูนขึ้น (ในแนวทางที่จะทำให้แก้ปัญหาหรือดับทุกข์ได้) เป็น อธิศีลสิกขา สัมมาวายามะ สัมมาสมาธิ สัมมาสมาธิ เป็นพวกสมาธิ การฝึกปรือสัมมาวายามะ สัมมาสมาธิ สัมมาสมาธินั้น (ในแนวทางแก้ปัญหหรือให้ดับทุกข์ได้) เป็นอธิจิตตสิกขา; สัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะเป็นพวกปัญญา การฝึกปรือสัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะนั้น (ในแนวทางให้ดับทุกข์หรือแก้ปัญหได้) เป็นอธิปัญญาสิกขา ดังนั้น ไตรสิกขาจึงก้าวจากความสัมพันธ์ที่เป็นไปตามลำดับระหว่างองค์ธรรม ออกมาสู่การฝึกคนเป็นขั้นเป็นตอน จากส่วนที่หยาบไปหาส่วนที่ละเอียด หรือจากส่วนที่เป็นรูปเป็นร่าง จัดการง่าย ไปสู่สิ่งที่ประณีตลึกซึ้งมองไม่เห็น ยากที่จะควบคุมจัดการ คือเริ่มด้วยฝึกกาย วาจา เข้าไปหาจิต และปัญญา โดยเริ่มจากศีล ซึ่งมุ่งฝึกอบรมการแสดงออกทางกายวาจาที่เป็นขั้นภายนอกเป็นขั้นหยาบแล้วก้าวต่อไปสู่สมาธิ ฝึกอบรมจิตใจที่อยู่ภายในและละเอียดกว่า เพื่อสนับสนุนการใช้และการฝึกปรือปัญญาให้ใช้งานอย่างได้ผลดี เป็นอันว่าไตรสิกขาเป็นระบบการฝึกอบรมที่เป็นเชิงปฏิบัติ ผู้ฝึกอบรมอยู่ในช่วงตอนใดของไตรสิกขา จะเป็นขั้นศีลก็ตาม ขั้นสมาธิก็ตาม ขั้นปัญญาก็ตาม การทำหน้าที่ขององค์มรรค หรือการปฏิบัติองค์มรรคทุกข้อ ตั้งแต่สัมมาทิฐิ ถึงสัมมาสมาธิ ย่อมดำเนินอยู่เรื่อยไปตลอดเวลาทุกช่วงตอน การกล่าวออกมาว่าเป็นขั้นศีล ขั้นสมาธิ หรือขั้นปัญญา การทำหน้าที่แห่งองค์ธรรมภายในของมรรค คือ เมื่อประพาศมีศีล ใจก็มีสมาธิเมื่อใจมีสมาธิ การคิดก็ได้ปัญญา พอได้ปัญญาก็กลายเป็นสัมมาทิฐิ องค์แรกของมรรค สัมมาทิฐิก็ส่งทอดแก่สัมมาสังกัปปะๆ ก็นำทางแก่สัมมาวาจา สัมมากรรมันตะ และสัมมาอาชีวะตามหลักความสัมพันธ์ระหว่างองค์มรรค กลายเป็นการช่วยให้เกิดศีลแล้วสืบทอดต่อๆ กันไปอีกพร้อมกับทำให้คุณภาพทั้งของการฝึกอบรมและทั้งขององค์ธรรมทั้งหลายประณีตเข้มแข็งยิ่งขึ้นเรื่อยๆ วงจรย่อยของไตรสิกขาอย่างนี้ มองคร่าวๆ จะเห็นเป็นเหมือนการฝึก 3 ส่วนที่ดำเนินควบคู่กันไปด้วยกันตลอด

เวลา ดังตัวอย่างในคัมภีร์วิสุทธิมัคค์ กล่าวถึงการฝึกเจริญอานาปานสติ คือกำหนดลมหายใจเข้าออก จับสาระได้ว่าขณะที่ฝึกอยู่นั้นสังวรคือการควบคุมกิริยาอาการให้อยู่ในภาวะถนัดหรือเหมาะที่สุดแก่งาน เป็นอธิศีลสิกขา การทำจิตใจให้ตั้งมั่นแน่วแน่ (อยู่กับงานคืออารมณ์ที่กำหนด) เป็นอธิจิตตสิกขา การใช้ปัญญา หรือความรู้ความเข้าใจที่เกิดขึ้นเป็นไปอยู่ในเวลานั้น เป็นอธิปัญญาสิกขา

ขบวนการทำงานของไตรสิกขาในอริยมรรคเป็นการนำเอาเนื้อหาทั้งหมดของมรรคมาใช้ มรรคเป็นกระบวนการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในแง่เนื้อหา ไตรสิกขาก็เป็นขบวนการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในแง่การใช้งาน เพื่อให้เห็นเป็นหมวดหมู่ อันจะช่วยให้เข้าใจชัดเจนยิ่งขึ้น ท่านจัดองค์ประกอบทั้ง 8 ของมรรคเข้าเป็นประเภทๆ เรียกว่า ศีลชั้น 8 สมภาชั้น 8 และปัญญาชั้น 8 (Thai TipitaKas/20/596/380) เรียกง่ายๆ ว่า ศีล สมภา ปัญญา โดยจัด สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ เข้าเป็นหมวด ศีล เหมือนการจัด กองดินที่แน่นขึ้นพร้อมทั้งกรวดทรายวัสดุผิวจราจรที่เป็นตัวถนนหรือพื้นถนนเข้าเป็นพวกหนึ่ง จัดสัมมา วายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ เข้าเป็นหมวดสมาธิ เหมือนกับจัดขอบกั้น คันถนนเส้นแนวโค้งเลี้ยว เป็นพวก หนึ่ง จัดสัมมาทิฐิสัมมาสังกัปปะเข้าเป็นหมวดปัญญาเหมือนดังจัดสัญญาณ เครื่องหมาย ป้าย โคมไฟ ป้าย เป็นต้น เป็นอีกพวกหนึ่ง (P.A.Payutto, 2549)

การปฏิบัติตามอริยมรรคจะต้องดำเนินไปตามขั้นตอนจากองค์มรรคที่ 1 คือสัมมาทิฐิแล้วพัฒนา ไปตามลำดับจนถึงองค์มรรคที่ 8 คือสัมมาสมาธิ องค์มรรคทั้ง 8 จะต้องเกิดมีหรือปฏิบัติพร้อมกันจึงจะทำให้ เกิดการตรัสรู้ได้ ไตรสิกขาเป็นหลักปฏิบัติสำหรับการพัฒนาตนเองในระดับต่างๆ ตั้งแต่ระดับต่ำจนถึงระดับ สูงโดยมีจุดมุ่งหมายสูงสุดอยู่ที่ความพ้นทุกข์ (Ngamchitchareon, 2009)

ไตรสิกขาสรุปเป็น 3 หมวด (Phra Sophanamahathera Mahasrsayador, 2006) ซึ่งมี รายละเอียดโดยย่อดังนี้

หมวดที่ 1 อธิศีลสิกขา คือ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ

หมวดที่ 2 อธิจิตตสิกขา คือ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ

หมวดที่ 3 อธิปัญญาสิกขา คือ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ

ดังนั้น มรรคจึงเป็นกระบวนการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในไตรสิกขา ผู้เจริญสติปัญญาฐานภาวนา ควรเป็นผู้มีความประพฤติพร้อมสมบูรณ์ด้วยศีล และอาจารย์ การเจริญภาวนาในพระพุทธศาสนาจึงยึดหลักศีลเป็น เบื้องต้นของการเจริญสมาธิ เพื่อให้เกิดวิปัสสนาญาณ เพราะพระพุทธองค์ตรัสไว้ดังนี้

สมาธิอันบุคคลอบรมโดยมีศีลเป็นฐานย่อมมีผลมากมีอันสงส์มาก ปัญญาอันบุคคลอบรมโดยมี สมาธิเป็นฐานย่อมมีผลมากมีอันสงส์มาก จิตอันบุคคลอบรมโดยมีปัญญาเป็นฐานย่อมหลุดพ้นโดยชอบจาก อาสวะทั้งหลาย คือ กามาสวะ ภาวาสวะ และอวิชชาสวะ (Thai TipitaKas/10/142/89)

พระพุทธศาสนามีหลักปฏิบัติให้คนไปไกลกว่าเรื่องศีลธรรม ไปไกลจนถึงกับสามารถกำจัดความ หม่นหมองทุกชนิด ที่เหลือวิสัยที่ศีลธรรมจะกำจัดได้ เช่น ความยุ่งยากใจเป็นส่วนตัว ความทุกข์ในใจอันเกิด จากการเกิด แก่ เจ็บ ตาย และกิเลสชั้นละเอียด ซึ่งไม่อยู่ในวิสัยที่ศีลธรรมทั้งหลายจะช่วยกำจัดให้ได้

จะพันทุกซั่ได้ ก็ต้องปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา อันประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา และอะไรเป็นเหตุให้ ศีล สมาธิ ปัญญา ให้มีขึ้นเกิดขึ้นในตัวบุคคล ในงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำแบบสอบถามเชิงลึกสามารถสังเคราะห์เหตุปัจจัยให้เกิดไตรสิกขาได้ดังนี้ การมีขึ้นของไตรสิกขา เริ่มแรก คือศีล เหตุปัจจัยส่วนนี้คือการคบกาลยามมิตร (สัทบุรุษที่บริบูรณ์) ผู้มีกอบรมและปรับปรุงตนอยู่เสมอ ควรเอาอย่าง ทำให้ระลึกและเอ่ยอ้างด้วยซาบซึ้งภูมิใจ การได้คบผู้รู้และดีพร้อมจะได้รับแต่สิ่งที่มีประโยชน์ยอมทำให้ได้ฟัง (สัทธรรมบริบูรณ์) ได้เล่าเรียน ปรโตโฆสะ ทำให้เกิดศรัทธา ย่อมมีฉันทะหรือความพอใจ ออกเดินทางแห่งการพันทุกซั่ เชื้อกรรมและผลของกรรม จะไม่ยอมทำความชั่วทางกายวาจา การไม่ทำความชั่วน้อมเข้าไปในการสำรวมวาจาใจ ที่เรียกว่าออินทริยสังวร ระมัดระวังป้องกันอาสวะที่ยังไม่เกิด มิให้เกิดขึ้น ละอาสวะที่เกิดขึ้นแล้วด้วยสังวร คือความสำรวม การสำรวม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เพราะจิตนี้เอง จึงเป็นเหมือนอย่างสัตว์ 6 จำพวกที่ตั่นรน กวาดแก่งกระสับกระส่ายไปต่างๆ เพื่ออารมณ์ทางทวารทั้ง 6 นี้เพราะฉะนั้น จึงเป็นศีลก็ไม่ได้ เป็นสมาธิก็ไม่ได้ เป็นปัญญาก็ไม่ได้ ถ้าไม่มีการสำรวม การสำรวมกายวาจาใจ กายก็สุจริต วาจาสุจริต ใจก็สุจริต ที่เรียกว่า สุจริต 3 ศีลได้เกิดขึ้นในตัวบุคคลแล้ว ในการสำรวมอายตนะทั้งหกด้วยสติสัมปชัญญะ การกำหนดรู้อารมณ์ที่เกิดขึ้นทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ พร้อมทั้งมีความเพียรในการกำหนดด้วยสติ วิริยะ ความเพียร เป็นความอาจหาญ แก่กล้า บากบั่น ก้าวไป ใจสู้ ไม่ย่อท้อไม่หวั่น กลัวต่ออุปสรรคและความยากลำบาก เมื่อคนรู้ว่าสิ่งใดมีคุณค่าควรแก่การบรรลุถึง ถ้าวิริยะเกิดขึ้นแก่เขาแล้ว แม้ได้ย่นว่าจุดหมายนั้นจะลุล่วงได้ยากนัก มีอุปสรรคมาก หรืออาจใช้เวลายาวนานเท่านี้เท่านี้เดือน เขาก็ไม่ทอดยอย กลับเห็นเป็นสิ่งทำทนายที่เขาจะเอาชนะให้ได้ทำให้สำเร็จ จึงเพียรนั่ง เพียรเดิน เพียรกำหนด โดยไม่ขาดระยะย่อต่อเนื่อง เป็นเหตุให้เกิดสมาธิ สมาธิก็จะเกิดขึ้น จากความเพียรและสติสัมปชัญญะนี้เอง การได้ยินได้ฟังได้ศึกษาที่เรียกว่า สุตตะ มาก่อนเพื่อได้มีความรู้ในการปฏิบัติ และเพื่อมาปฏิบัติวิธีการกำหนดรูปนามที่เป็นปัจจุบัน พร้อมทั้งจิตก็ได้พิจารณา เมื่อโยนิโสมนสิการกำลังทำงานอยู่ สติก็จะยังอยู่ด้วยไม่หลงลอยหลุดไป ดังนั้น สติกับโยนิโสมนสิการจึงเกื้อกูลแก่กันและกันในปีสสนา ได้เห็นรูปนาม ตามความเป็นจริงเห็นอาการของรูปนามนั้น ว่า มีความเสื่อมไปสิ้นไม่คงที่ถาวร ไม่อยู่ในบังคับบัญชา เป็นเหตุให้ปัญญาเกิด ปัญญา รู้แจ้งก็เกิดขึ้น เมื่อ ศีล สมาธิ ปัญญา ที่เรียกว่า ไตรสิกขา ได้เกิดขึ้นครบถ้วน ขบวนการของไตรสิกขาในฐานะให้เกิดวิปัสสนาญาณจะดำเนินไป ตั้งแต่ญาณแรก คือ นามรูปปริจเฉทญาณ ปัจจัยปริคคหญาณ สัมมสนญาณ อุทัพพยานุปีสสนาญาณ ภัคคานุปีสสนาญาณ ภยตูปัญฐานญาณ อาทินวานุปีสสนาญาณ ญาณอันคำนึงเห็นโทษ นิพพิทานุปีสสนาญาณ มุญจิตุกัมมตาญาณ ปฏิสังขานุปีสสนาญาณ สังขารุเปกขาญาณ สัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ โคตรภูญาณ ญาณครอบโคตร มัคคญาณ ผลญาณ และ ปัจจเวกขณญาณ อันจะนำไปสู่มรรคผลนิพพานต่อไป

## อภิปรายผล

จากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาพบว่า ไตรสิกขานั้น อาศัยจากกัลยาณมิตรเป็นอันดับแรก จนศิลปปรากฏในตัวบุคคล โดยที่จิตใจต้องมีความโน้มเอียงไปเพื่อความพ้นทุกข์เป็นสำคัญ การมีอยู่ของไตรสิกขาจึงครอบคลุมบริบูรณ์ ไตรสิกขามีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนามนุษย์ แต่ในขบวนการของไตรสิกขาที่จะให้เกิดวิปัสสนาญาณนั้นจะต้องมีอินทรีย์ 5 เพื่อเป็นแรงขับเคลื่อนอีกองค์ธรรมหนึ่ง จึงทำให้ไตรสิกขาแสดงบทบาทของเขาออกมา มรรคเป็นกระบวนการปฏิบัติธรรมทั้งหมด ไตรสิกขาก็เป็นขบวนการปฏิบัติธรรมที่สมบูรณ์ที่ต้องครบทั้ง ศีล สมาธิและปัญญา เพื่อให้เห็นเป็นหมวดหมู่อันจะช่วยให้เข้าใจชัดเจนยิ่งขึ้นของความสัมพันธ์กันระหว่างไตรสิกขาและอริยมรรค และเมื่ออริยมรรคดำเนินไปในรูปของการปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 วิปัสสนาญาณก็ดำเนินไปจนถึงที่สุดแห่งปัญญาในทางพระพุทธศาสนา ในการวิจัยครั้งนี้ได้มีการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ที่มีความรู้เกี่ยวกับวิปัสสนาญาณ โดยมีพระวิปัสสนาจารย์ นักวิชาการทางพระพุทธศาสนา และผู้ที่เคยผ่านการปฏิบัติธรรมอย่างน้อย 7 เดือน เป็นผู้ให้สัมภาษณ์ในครั้งนี้ ผลการสัมภาษณ์นั้นสอดคล้องกับการศึกษาค้นคว้าในคัมภีร์ในทางพระพุทธศาสนาในอวิชาสาสูตร (Thai TipitaKas/24/61/134-140) ถึงการเกิดขึ้นของไตรสิกขา และขบวนการของไตรสิกขาในฐานะให้เกิดวิปัสสนาญาณ แต่การที่จะให้เกิดวิปัสสนาญาณขั้นสูงนั้นผู้ปฏิบัติจะต้องกระทำอย่างต่อเนื่องไม่เห็นแก่ความยากลำบาก

คำสอนเรื่องบทบาทของไตรสิกขาในฐานะเป็นขบวนการให้เกิดญาณ ไม่ว่าจะยุคใดสมัยใดที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบันมีหลักการที่สำคัญข้อเดียว คือ หลักของการพัฒนาบุคคลด้วยหลักไตรสิกขาของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตั้งแต่ในสมัยพุทธกาล ซึ่งหลักการทั้งหมดนั้นมีปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกทั้งสิ้น ดังนั้นผู้ที่สนใจและมีโอกาสได้ศึกษาพระไตรปิฎกมาบ้างแล้ว ย่อมได้รับความรู้เกี่ยวกับเนื้อหาคำสอนเรื่องไตรสิกขาและวิปัสสนาญาณในพระไตรปิฎกตามโอกาสและประสบการณ์ของตนมาบ้างแล้วย่อมมีความสามารถพอที่จะนำความรู้มาใช้ตรวจสอบ วิเคราะห์ผลการปฏิบัติต่างๆ ด้วยตนเองได้บ้าง เช่น ใช้ตรวจสอบว่าการพัฒนาตนเองตามหลักไตรสิกขาและการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแบบใดปฏิบัติถูกต้องตามเนื้อหาในพระไตรปิฎก เป็นต้นบัณฑิตทั้งหลายผู้มีปกติแสวงหาสิ่งที่มีประโยชน์เข้าสู่ตนเองอยู่เสมอ ย่อมไม่พลาดโอกาสที่จะแสวงหารูปแบบการพัฒนาตนเองตามหลักไตรสิกขาและการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ที่เหมาะสมกับจริตนิสัยของตนเองให้ได้เป็นอย่างดีอย่างหนึ่ง แล้วฝึกฝนตนเองตามหลักไตรสิกขาและการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ในแบบที่ตนถนัด ไม่พลาดโอกาสที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ได้พบพระพุทธศาสนา

## ข้อเสนอแนะ

คำสอนเรื่องบทบาทของไตรสิกขาในฐานะเป็นขบวนการให้เกิดญาณ ไม่ว่าจะยุคใดสมัยใดที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบันมีหลักการที่สำคัญข้อเดียว คือ หลักของการพัฒนาบุคคลด้วยหลักไตรสิกขาของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตั้งแต่ในสมัยพุทธกาล ซึ่งหลักการทั้งหมดนั้นมีปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกทั้งสิ้น ดังนั้นผู้ที่สนใจและมีโอกาสได้ศึกษาพระไตรปิฎกมาบ้างแล้ว ย่อมได้รับความรู้เกี่ยวกับเนื้อหาคำสอนเรื่องไตรสิกขาและวิปัสสนาญาณในพระไตรปิฎกตามโอกาสและประสบการณ์ของตนมาบ้างแล้วย่อมมีความสามารถพอที่จะนำความรู้มาใช้ตรวจสอบ วิเคราะห์ผลการปฏิบัติต่างๆ ด้วยตนเองได้บ้าง เช่น ใช้ตรวจสอบว่าการพัฒนาตนเองตามหลักไตรสิกขาและการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแบบใดปฏิบัติถูกต้องตามเนื้อหาในพระไตรปิฎก เป็นต้นบัณฑิตทั้งหลายผู้มีปกติแสวงหาสิ่งที่มีประโยชน์เข้าสู่ตนเองอยู่เสมอ ย่อมไม่พลาดโอกาสที่จะแสวงหารูปแบบการพัฒนาตนเองตามหลักไตรสิกขาและการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ที่เหมาะสมกับจริตนิสัยของตนเองให้ได้อย่างใดอย่างหนึ่ง แล้วฝึกฝนตนเองตามหลักไตรสิกขาและการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ในแบบที่ตนถนัด ไม่พลาดโอกาสที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ได้พบพระพุทธศาสนา

## สรุป

บทบาทของไตรสิกขาในฐานะเป็นขบวนการให้เกิดวิปัสสนาญาณ เป็นการศึกษาและพัฒนาบุคคล 3 ด้าน คือ ศีลสิกขา ใน ด้านของศีลสิกขาคือต้องศึกษาในเรื่องศีล คือเจตนาที่จะงดเว้นไม่ละเมิดข้อห้ามด้านกาย ด้านวาจา ใจรักษาความเป็นปกติของความเป็นมนุษย์ผู้ซึ่งมีใจสูงหรือ อาจกล่าวได้ว่าในด้านนี้เป็นการพัฒนาในเรื่องของพฤติกรรม โดยมีส่วนสำคัญที่ควรเน้น คือ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ให้มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพหรือโลกแห่งวัตถุ หรืออาจกล่าวว่าเป็นการรู้จักใช้อินทรีย์คือตา หู จมูก ลิ้น กาย ในการรับรู้โดยไม่เกิดผลเสียหรือ เกิดโทษ แต่ให้เกิดผลดี ส่งเสริมคุณภาพชีวิต และการฝึกอินทรีย์ให้มีประสิทธิภาพในการใช้งาน ให้ตาหูเป็น ให้หูฟังเป็น ฯ อยู่ในหลักของอินทรีย์สังวร นั่นเอง การเสพ การบริโภคปัจจัย 4 การใช้ประโยชน์จากวัตถุ จากอุปกรณ์ต่างๆ รวมทั้งเทคโนโลยีด้วย ปัญญาที่รู้เข้าใจมุ่งคุณค่าที่แท้จริง ตามความเป็นจริงของรูปนาม ให้ได้คุณภาพชีวิต ไม่หลงไปกับคุณค่าเทียมตามค่านิยมที่ผิดๆ เสียคุณภาพชีวิต เรียกว่า กินเป็น บริโภคเป็น ใช้เป็น เริ่มด้วยการกินพอดี อันเป็นการปฏิบัติตามหลัก ของ โภชนะมัตตัญญูตา พฤติกรรม จนเกิดปัญญาเป็นที่เข้าใจและสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคมและโลก เช่น การอยู่ร่วมกันในทางสังคม โดยไม่เบียดเบียน ก่อความทุกข์ความเดือดร้อน หรือก่อเวรภัย แต่รู้จักมี ความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมนุษย์อย่างช่วยเหลือเกื้อกูล ดำรงตนอยู่ในกรอบของศีล ดำเนินชีวิตตามหลักของศีลให้ ความร่วมมือกับการรักษาการศึกษาของสังคม กฎเกณฑ์หรือ กฎหมาย ระเบียบ แบบแผนของสังคมและวัฒนธรรมที่ตนอาศัยอยู่ รวมกันได้อย่างมีความสุข

## References

---

- Boriharnkhat, S. (2010). *Short Paramatthadhamma Chitta and Appendix*. Bangkok: Foundation Study and Propagation Buddhism.
- Tankeaw, B. (2002). *Theravada Buddhist Philosophy*. Bangkok: Odean Store.
- P.A. Payutto. (2002). *Buddhadahmma*. Bangkok: Sahadhammika.
- Phra Sophanamahathera (Mahasrsayador). (2006). *Dhamma Jukkhapavattana Sutta*.
- Phra Kanthasaraphivong. (edit). Bangkok: Thairaiwankarnphim.
- Phraajarn Dr.PhattantaarsaphamahaThera AkkramahakammattanaJariya. (n.d.). *Vipassanathura (the line of Basic Vipassana Handbook)*. Bangkok: C 100design Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (1996). *Thai TipitaKas*. Bangkok: MCU Press.
- Ngamchitchareon, W. (2009). *Theravada Buddhism*. Bangkok: Forwon Printing.