

## บทที่ 6

### ความเชื่อและวิถีปฏิบัติ เนื่องบรรลุนิพนาน

#### ความเชื่อเรื่องนิพนาน

จากการศึกษาวรรณกรรมชุดธรรมโมฆัณของพุทธศาสนา พอจะประมวลความเชื่อเรื่องนิพนานได้เป็น 3 ประเด็น คือ

1. ความเชื่อเรื่องนิพนานของชาวบ้าน สูปได้ดังนี้

1.1 นิพนานเป็นเรื่องของชาติหน้า ถึงได้หลังจากตายแล้ว ต้องสร้างสมบัตรมีมากมายจังจะบรรลุได้ นิพนานเป็นเรื่องยาก ห่างไกล เหลือวิสัยสามัญมนุษย์และไม่เกี่ยวกับชาวราษฎร

มีคำอธิบายของพุทธศาสนาหลายแห่งที่แสดงว่า ชาวบ้านเชื่อนิพนานในลักษณะนี้ เช่น

"อาจารย์ตามศalaวัดสอนกันแต่เรื่องตายแล้วจังนิพนานทั้งนั้น"<sup>1</sup>

"เข้ารู้หรือถือกันอยู่ว่าต้องสร้างบารมีตายเกิด ๆ เรื่อย ๆ ไปเป็นแสนชาติจึงจะถึงนิพนาน"<sup>2</sup>

"บางคนพูดว่าคนที่จะมีอุปนิสัยขนาดที่จะบรรลุนิพนานนั้นมีอยู่เกินไป เราไม่อยู่ในพวกนั้น... นิพนานเป็นของสุดวิสัยของพวกเรามั้ย"<sup>3</sup>

"คนบางพวกเข้าสอนว่า เรื่องนิพนานนี้ไม่เกี่ยวกับชาวราษฎรอย่าไปสนใจเรื่องนิพนาน แล้วเรื่องนิพนานนั้นก็เป็นข้าศิกแก่ความเจริญของชาวราษฎร"<sup>4</sup>

<sup>1</sup> พุทธศาสนา. ธรรมบรรยายระดับมหาวิทยาลัย เล่ม 2. 2519. หน้า 220.

<sup>2</sup> พุทธศาสนา. ธรรมบรรยายต่อหางสุนัข. 2525. หน้า 127-129.

<sup>3</sup> พุทธศาสนา. สันทัสเตตพธรรม. 2516. หน้า 49-50.

<sup>4</sup> แหล่งเดิม.

## 1.2 นิพพานเป็นเมืองแก้วสมบูรณ์ด้วยความสุขตามที่ปรากฏ

มีคำอธิบายของพุทธาลักษณ์หลายแห่งที่แสดงว่าชาวบ้านเชื่อและ  
ประทานนิพพานในลักษณะนี้ เช่น

...กายกथายิกา ยกมือทั่วทั่ว ประทานนิพพาน... แต่นิพพานของเขามีความ  
หมาย เป็นครั้งแห่งหนึ่ง ชิงสมบูรณ์ไปด้วยความสุขตามที่ปรากฏ มันก็ไม่พ้นไป  
จากการมรณ์... ทายกथายิกา ส่วนใหญ่ถูกกระทำให้เข้าใจผิดว่า นิพพาน คือ  
เมืองแก้ว ล้ำแฉลัวไปด้วยความสุขตามประทานฯ แล้วก็ผ่านหวานเหมือนกับเรื่อง  
พระคริอาริย์ เหมือนกับแด่นสุขาวดี อะไรทำนองนั้น...<sup>1</sup>

...พุทธบริษัทล้วนมากด้วยช้าไป เข้าใจนิพพานว่า เป็นสิ่งที่ให้ความสุนกสนาน  
เอร็ดอร่อยทางเนื้อหััง ตามความหมายของสวรรค์ หรือการมรณ์อย่างสูงสุด  
เข้าใจนิพพานไปเสียอย่างนี้ ก็มีอยู่เป็นอันมาก ทำบุญอะไร ก็ตั้งใจเพื่อให้ได้  
นิพพาน แล้วคิดว่านิพพานเป็นอย่างนั้น...<sup>2</sup>

## 1.3 นิพพานเป็นเรื่องล้าสมัย ไม่น่าสนใจ ไร้ประโยชน์ ไม่ควรนำมาสอน ชาวบ้านโดยเฉพาะในสมัยนี้ เชื่อว่านิพพานเป็นเรื่องคริครະล้าสมัย จัดชีด ไม่น่าสนใจไร้ประโยชน์ ถ่วงความเจริญ ไม่ควรนำมาสอน ความเชื่อดังกล่าว ปรากฏในคำอธิบายของพุทธาลักษณ์หลายตอน เช่น

"บางคนกลับเห็นว่าเรื่องนิพพานนี้เป็นเรื่องคริครະพั่นสมัยแล้ว ไม่อาจ  
จะเป็นประโยชน์อะไร"<sup>3</sup>

"นิพพานจัดชีด ไม่มีร淑ชาติอะไร นิพพานนี้ว่างเปล่าสูญเปล่า"<sup>4</sup>

<sup>1</sup> พุทธาลักษณ์. บรรณธรรมภาคต้น. 2518. หน้า 50-51.

<sup>2</sup> พุทธาลักษณ์. ลันทัสแลตต์พธรรม. 2516. หน้า 40.

<sup>3</sup> แหล่งเดิม. หน้า 41-42.

<sup>4</sup> พุทธาลักษณ์. ธรรมบรรยายต่อทางสุนัข. 2525. หน้า 127-129.

... ในที่นั่งแห่งดือว่าคำสอนเรื่องอนาคต้นี้ทำลายโลก คำสอนเรื่องสันโดษก็ต้อง  
เรื่องนิพพานก็ต้องลังที่น่ารังเกียจ มีชาวนุพธชั้นหัวหน้าหน่วยลังค์เห็นว่าเรื่อง  
นิพพานเป็นเรื่องที่น่ารังเกียจ เชาเงงไม่ชอบ เพราะมันไม่มีรสชาติอะไร แล้ว  
ยังพาลกล่าวหาว่าเรื่องนิพพานนี้ เป็นเรื่องถ่วงความเจริญของประเทศชาติ ถ้า  
ผลเมืองไปสนใจนิพพานกันเลี้ยงหมดแล้ว ประเทศชาติจะล้มลง...<sup>1</sup>

## 2. ความเชื่อเรื่องนิพพานของพุทธศาสนา สรุปเป็นประเด็นได้ดังนี้

2.1 นิพพานไม่เกี่ยวกับความตาย บรรลุได้ในชาตินี้ชีวิตนี้ มีอยู่ในชีวิต  
ประจำวัน สัมพันธ์กับทุกชีวิตอยู่ในวัยที่ทุกคนจะได้พบ  
ความเชื่อนิพพานดังกล่าว จะเห็นได้จากคำอธิบายของพุทธศาสนา

หลายตอน เช่น

...นิพพานไม่เกี่ยวกับความตาย...นิพพานแปลว่า "เย็น" มีบาลีว่า "ปรินิพุโต  
โภคва ปรินิพพานนาย ဓမ්ම เทส迪-พระผู้มีพระภาค ปรินิพพานแล้ว ย่อมทรง  
แสดงธรรมเนื้อปรินิพพาน" ตายแล้วแสดงธรรมได้หรือ ? พระพุทธเจ้าปรินิพพาน  
แล้วก็แสดงธรรมเนื้อปรินิพพาน ตายแล้วแสดงธรรมได้หรือ ? ก (ปรินิพพาน)  
ดับเย็นลงแล้ว แล้วทรงแสดงธรรมเรื่องความดับเย็นลงกิ...<sup>2</sup>

...เรียนกันมาผิด ๆ ว่า นิพพาน แปลว่าตาย เป็นคำพูดที่ผิด ...นิพพานของ  
พระพุทธเจ้าไม่เกี่ยวกับความตาย นิพพานหมายถึงความเย็น... เมื่อความร้อน  
ดับไปมีความเย็น ก (เรียกว่านิพพาน ...) นิพพานไม่เกี่ยวกับความตายทุกด้าน  
หมาย ไม่ว่านิพพานในความหมายใด...<sup>3</sup>

<sup>1</sup> พุทธศาสนา. พัลลังระหว่าง 50 ปีที่มีส่วนโน้มถ่วง ตอน 1. 2529. หน้า

<sup>2</sup> พุทธศาสนา. สันติภาพของโลก. 2531. หน้า 363-364.

<sup>3</sup> แหล่งเดิม.

... มีกล่าวไว้ด้วยว่า ความลึ้นระคาย โภส ไม่ใช่ นี้เป็น สนที่ภูจิกิจ เป็น อกาลิกิ  
เป็น เอพิปโลสิกิจ เป็น โอปนยิกิจ เป็น ปจุจตุํ เวลาตนุโภ วิญญาณ นี้ ล้วนแต่มีลักษณะ  
ส่อว่ารู้สึกได้ในชาตินี้ ด้วยใจของตัวเองนี้ และถึงกับกล้าท้าเรียกผู้อื่น ให้มาดู  
จะนั่นจังมีความหมายว่ามีชีวิตอยู่ แล้วก์สามารถบรรลุนิพพานในลักษณะ ได้ลักษณะ  
หนึ่ง เช่น ตั้งคนิพพาน-นิพพานชั่วคราว หรือชิมลอง แล้วก์นิพพานโดยสมบูรณ์  
คือ สันกิเลส... เมื่อร่างกายแตกหักทำลายตายไปแล้ว ไม่มีประโยชน์อะไรจะ  
เป็นนิพพานขึ้นมา ไม่มีประโยชน์แก่ผู้ใด พระพุทธเจ้าไม่ได้ตรัส ไม่ได้สอน ไม่ได้  
แนะนำในเรื่องที่ไม่เป็นประโยชน์แก่ผู้ใด...<sup>1</sup>

... ที่จริงนิพพานมิได้อยู่สุดกู้ (แต่) อยู่ที่นี่แล้วเดียวนี้ อาจจะหายไปได้ทุกคราว  
ที่มีความทุกข์ เกิดขึ้น ดับทุกข์นั้นลง ไปเสียได้เท่าใด ก็เป็นนิพพานเท่านั้น ฉะนั้น  
นิพพานก็อยู่ตรงที่ความดับทุกข์ จะเรียกให้กว้างก์เรียกว่า อยู่ในวัฏฐสงสาร  
นั่นเอง มีวัฏฐสงสาร มีความทุกข์เมื่อไร คนที่หลุดก์จะหายบนนิพพานได้ทันนั้น คือ  
ความดับทุกข์นั้นเสีย วัฏฐสงสารหรือความทุกข์นั้นก็อยู่ในคนนี้เอง ในคนคนหนึ่งซึ่ง  
มีร่างกายยาวประมาณวานนั่นนี้ มันมีความทุกข์แล้วก์ดับทุกข์ได้ที่ความทุกข์ มันก็อยู่  
ในคนด้วยกัน มันลำาร์เจตัวยการปฏิบัติของคนคนนั้น

ตั้งนี้พระพุทธเจ้าจังได้ตรัสว่า "ความทุกข์ก็ เหตุให้เกิดความทุกข์ก็ ความ  
ดับสันก์แห่งความทุกข์ก็ ทางให้ถึงความดับสันก์แห่งความทุกข์ก็ ตถาคตบัญญัติไว้  
ในกายที่ยาวประมาณวานนั่นนี้ ซึ่งมีทั้งสัญญาและใจ" หมายความว่ากายที่ยังเป็น ๆ  
ไม่ใช่กายที่ตายแล้ว ในกายตายแล้ว มันไม่มีอะไรอย่างนี้ได้ ในกายที่ยังเป็น ๆ  
มีลักษณะและใจนี้ มีทั้งความทุกข์ทั้งเหตุให้เกิดทุกข์ ทั้งความดับทุกข์ และทางให้ถึง  
ความดับทุกข์ ... ฉะนั้นขอให้มีความรู้อันถูกต้องเสียใหม่ ว่านิพพานนี้หายไปได้ใน

<sup>1</sup> พุทธศาสนา ก. ธรรมบรรยาย ระดับมหาวิทยาลัย เล่ม 2. 2519. หน้า

กายนี้ เมื่อมีความทุกษ์ มีความทุกษ์เมื่อไร ก็ทำให้มันดับลงไป ก็จะเป็นนิพพาน เมื่อนั้นเท่านั้น ตามสมควรแก่เรื่องนั้น ๆ ไม่ต้องรอต่อตายแล้วอีก ก็ปักก็ลับ...<sup>1</sup>

2.2 นิพพานไม่เป็นสวรรค์ หรือเมืองแก้วที่สมบูรณ์ ตัวความสุขตามที่ปรากฏ แต่นิพพาน คือ ความดับเย็นของกิเลส ของอายุนะ ของตัวภู-ของภู ของกรรม ของวัญญุสังสาร นิพพานเป็นอุณฑะมือยืนรันดร์ ปราบภูได้ทุกชนะ เมื่อดับวัญญุสังสาร มีคำอธิบายของพุทธาสภิกขุ เองหลายแห่งที่ยืนยัน ความเชื่อนิพพาน ในลักษณะนี้ เช่น

"นิพพานจริง ๆ นั้น คือ ความสงบเย็นแห่งกิเลส"<sup>2</sup>

"พระพุทธเจ้าห่านชี้ระบุว่า นิพพาน คือ ความเย็นของอายุนะ มีได้เท่าไรก็เท่านั้น มีได้ตลอดกาลก็เป็นนิพพานแท้ และสมบูรณ์"<sup>3</sup>

"ถ้าตัวภู-ของภู ไม่เกิดตั้งนี้ เรียกว่าตัวภู-ของภูนั้นแหล่ะ มันยังดับอยู่ไม่เกิดขึ้นมา ถ้าเมื่อสามารถทำให้ดับเด็ดขาดไม่เหลือเกิดได้อีกต่อไปแล้วนั้นแหล่ะ เรียกว่าดับไม่เหลือ และนั้นแหล่ะ เรียกว่า นิพพาน"<sup>4</sup>

"อุตตานคร นิพพานนคร อะ ไร้ความมันเป็นเชือ แห่งความลึกลับ"<sup>5</sup>

"เมื่อใดไม่เป็นวัญญุสังสาร เมื่อนั้นก็เป็นนิพพาน"<sup>6</sup>

"สังสารวัญญ์ เป็นความร้อน นิพพานเป็นความเย็น เมื่อไรมันร้อนเมื่อนั้นเป็นวัญญุสังสาร เมื่อไรมันเย็น เมื่อนั้นเป็นนิพพาน"<sup>7</sup>

<sup>1</sup> พุทธาสภิกขุ. ไตรศีโภคิร. 2526. หน้า 312-313.

<sup>2</sup> พุทธาสภิกขุ. บรรณธรรมภาคต้น. 2518. หน้า 51.

<sup>3</sup> พุทธาสภิกขุ. บรรณาธิรัตน. 2518. หน้า 456.

<sup>4</sup> พุทธาสภิกขุ. ศารทกากลิกเทศนา เล่ม 1. 2520. หน้า 202.

<sup>5</sup> พุทธาสภิกขุ. โอสารเตตพธรรม. 2517. หน้า 292.

<sup>6</sup> พุทธาสภิกขุ. ธรรมปภาโนก. เล่ม 2. 2529. หน้า 165.

<sup>7</sup> แหล่งเดิม. หน้า 143.

"เมื่อได้จิตว่างจากตัวภู นิพนานก็มีอยู่ ณ จิตนั้น พอดีภูเกิดเมื่อไรที่  
ไหนกัน สังสารวัภูภิกขุผลันเกิดชั้นแทน"<sup>1</sup>

"กิเลสไม่ปราภูที่ไหนมันเป็นนิพนานที่นั่น ... กิเลสไม่ปราภูที่ไหน  
นิพนานปราภูที่นั่น สังสารวัภูไม่ปราภูที่ไหน นิพนานก็ปราภูที่นั่น"<sup>2</sup>

2.3 นิพนานเป็นเรื่องที่สับสัมย นำสันใจมีประ โยชน์หลายด้านควรนำมาสอน  
มีคำอธิบายของพุทธาลภิกขุหลายแห่งที่แสดงว่า นิพนานเป็นเรื่องที่  
ทันสมัยมีประ โยชน์แม้ทางเศรษฐกิจการเมืองการปกครอง เป็นลึ่งที่เมื่จะลำบากก็ต้องนำมา  
สอน เช่น

...บางคนเขาว่า อาย่าเออนิพนานมาสอน มันไม่มีประ โยชน์แก่ประเทศไทย ไม่มี  
ประ โยชน์ทางเศรษฐกิจทางการเมือง นี้ไปไกลหลายอ้อม เขาไม่รู้ว่าการที่มี  
ปัญหาทางเศรษฐกิจ การเมือง นักเศรษฐกิจโคง นักการเมืองโคง ก็ เพราะ  
ผลเมืองไม่รู้จัก เรื่องของนิพนานเลี้ยง เถ้าพลเมืองรู้จักดับกิเลส ดับร้อน มี  
นิพนานลักนิดหนึ่ง ก็จะไม่เกิดปัญหาเหล่านี้...<sup>3</sup>

...เดียวคืนเป็นทางของกิเลส ประชาชนเป็นทางของกิเลสมากเกินไป เพราะ  
ไม่รู้จักเรื่องนิพนานเลี้ยง เถ้าเชารู้เรื่องนิพนานนั่ง เขายังบ่องกันได้ เขายังมี  
กิเลสมากเกินไป เขายังไม่สร้างปัญหาทางเศรษฐกิจ ทางการเมือง ทางการ  
ปกครองชั้นในบ้านเมือง...<sup>4</sup>

<sup>1</sup> พุทธาลภิกขุ. หัวขอธรรมในคำกลอนและบทประพันธ์ ของ "สิริวิยาส".

2529. หน้า 40.

<sup>2</sup> พุทธาลภิกขุ. สันทัสเตตพธรรม. 2516. หน้า 66.

<sup>3</sup> พุทธาลภิกขุ. ผ้าสากระหว่าง 50 ปีที่มีส่วนโน้มถ่วง ตอน 2. 2529.

หน้า 96.

<sup>4</sup> แหล่งเดิม. หน้า 97.

... มันเป็นการลำบากอยู่มากที่จะโฆษณาให้คนสนใจนิพนาน หรืออยากได้นิพนาน เรากายายนักมาก ตั้ง 40 กว่าปี ดูยังไม่ได้ผลในช้อนี้ คือไม่ประสบผลสำเร็จ ในการโฆษณาให้คนรู้จัก และอยากได้นิพนาน แต่ก็ยังต้องทำต่อไป มันไม่มีอะไรมากที่จะดีกว่านี้...<sup>1</sup>

"คำเทคโนโลยีหรือปัจจุบันต่าง ๆ นี้ ตอนหลัง ๆ เรื่องนึง ๆ จะเป็นคำอธิบายลุณฑ์ตามได้ແง່หนົ່ງ ມຸນ ໄດ້ມູນທີ່ອູ່ເສມວ"<sup>2</sup>

### 3. หลักฐานที่มาของความเชื่อเรื่องนิพนาน

ความเชื่อเรื่องนิพนานทั้ง 3 ประเด็น ของพระพุทธศาสนาขึ้นสอดคล้องกับพระพุทธพจน์ที่กล่าวถึงนิพนาน ซึ่งปรากฏหลายแห่ง เช่น

...มีพระพุทธพจน์ ตรัสแก่พระมหาชนกชานุสโลषี ว่าความลับไปแห่ง ราคะ โภสະ โນหะ นั้น เป็น สันทิชีกิ เป็น อกาลิกิ เป็น เอทิปสลิกิ เป็น ໂອປະຍิกิ เป็น ปจุจตุํ เวทิตพูโน วิญญา ที่ เหล่านี้ล้วนแสดงว่า คนเป็น ๆ รู้สึกได้ รู้ล้วนได้ ไม่ จำกัดเวลา แล้วเรียกเพื่อนมาดูได้ นี่แสดงชัดว่าไม่ได้ด้วย...<sup>3</sup>

"เรา (ตถาคต) บัญญัติจตุรา Riyasajj สำหรับสัตว์ที่มีความรู้สึกอยู่"<sup>4</sup>

ในมงคลสูตรทรงตรัสไว้ตอนหนึ่ง ว่า

...ผกูรஸ්ස්ල ලිගඩුමෙහි පිත්ත පසු න ගම්ප්දී මැලික් විරුෂ් තේ තේ මැත්ම ම්කලමුත්තම්

<sup>1</sup> พุทธศาสนา. การกลับมาแห่งศีลธรรม. 2521. หน้า 559.

<sup>2</sup> พุทธศาสนา. ธรรมปักษิโนกษ. เล่ม 1. 2518. หน้า 432.

<sup>3</sup> พุทธศาสนา. ธรรมบรรยายระดับมหาวิทยาลัย เล่ม 2. 2519. หน้า 221.

<sup>4</sup> พุทธศาสนา. ไกวัลยธรรม. 2523. หน้า 161.

จิตของผู้ได้ที่ถูกโภกธรรมครอบงำแล้ว เป็นจิตที่ ไม่วันไฟว์ ไม่โศก ไม่ประกอบด้วยชุลี เป็นจิตเกشم ภาวะอย่างนั้นเรียกว่า เป็นมังคลอันสูงสุด ข้อนี้เองแสดงว่าในพิพานนั้นเป็นของที่บรรลุถึงได้ในชาตินี้ ปัจจุบันนี้ กันดำเนิน...<sup>1</sup>

มีพระพุทธเจตน์อธิบายแห่งหนึ่งตรัสว่า ในอดีต ปัจจุบัน หรืออนาคตตาม จะมีกุลบุตรออกบวชรู้อริยสัจจ์อันประเสริฐตามความเป็นจริง (บรรลุนิพพาน)

...ภิกษุห้ามหลายในกาลยืนยาวฝ่ายอดีต กุลบุตรออกบวชจากเรือน ไม่เกี่ยวข้องด้วยเรือน จะได้รับร่วมตามเป็นจริง ซึ่งความจริงอันประเสริฐ 4 อายุยังนี้ ในกาลยืนยาวฝ่ายอนาคต กุลบุตรออกบวชจากเรือน ไม่เกี่ยวข้องด้วยเรือน รับร่วมตามความเป็นจริง กุลบุตรนั้นจะรู้ซึ่งความเป็นจริงอันประเสริฐ 4 อายุยังนี้ แม้ในกาลปัจจุบันนี้กุลบุตรจะออกบวชจากเรือน ไม่เกี่ยวข้องด้วยเรือน ก็ยอมรับร่วมตามเป็นจริง ซึ่งอริยสัจจ์ประเสริฐ 4 อายุยังนี้...<sup>2</sup>

ในคัมภีร์ชุทธกนิ迦ย มีพระพุทธเจตน์ตรัสว่า มนุษย์ทุกคนสามารถบรรลุนิพพานได้ว่า

...ชตุติยา พุราหมณा เวสสุสา สุททา จญาลาปุกุสสา สพ.เพว ไสรดา ทน.ตา สพ.เพว ปรินพดดา"

แปลเป็นใจความว่า คนเหล่านี้จะเป็นวรรณภัณฑ์ริย์ก็จะเป็นวรรณพรหมณ์ก็ตี จะเป็นวรรณไวศยะ คือคนธรรมดาสามัญชน แม้จะเป็นวรรณศูกร คือคนตាช้า หรือจะเป็นจัณหาล หรือจะเป็นปุกุสสา คือ คนໄพรสกุลที่สุดก็ตี คนทั้งปวงเหล่านั้น เมื่อได้ฟังด้วยตีแล้วเมื่อได้ปฏิบัติตน ทรงวนตันตีแล้ว ทุกคนก็ปรินิพพานได้...<sup>3</sup>

<sup>1</sup> พุทธาสภิกข. ตulasarikaram เล่ม 1. 2517. หน้า 557-558.

<sup>2</sup> พุทธาสภิกข. ไกวัลยธรรม. 2523. หน้า 185.

<sup>3</sup> พุทธาสภิกข. มหาบุชาเทศนา เล่ม 1. 2524. หน้า 65.

จากหลักฐานที่ปรากฏนี้ล้วนยืนยันว่า นิพพานเป็นสิ่งที่ไม่เกี่ยวกับความตาย สามารถบรรลุได้ในชาตินี้ ไม่จำกัดเวลาและทุกคนที่ปฏิบัติตามได้

### วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพพาน

หลักพระพุทธศาสนาวางหลักการปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพพานไว้เป็นระบบ คือ ปฏิบัติตาม อริยมรรค มีองค์ 8 ซึ่งประกอบด้วย สัมมาทิฏฐิ มีความเห็นชอบ สัมมาลักษณะ มีความทำได้ ไฝผันวอน สัมมาวจชา-พุฒชาชون สัมมาภัมมตะ-มีการกระทำการงานชลบุร สัมมาอาชีวะ- เลี้ยงชีวิตชลบุร สัมมาวายามะ-มีความเพียรชลบุร สัมมาสติ-ระลึกในใจชลบุร สัมมาสมารถ- ดังจิตมั่นชลบุร อริยมรรคมีองค์ 8 นี้ สรุปลงเป็นไตรลิขชา คือ อธิคีลิขชา อธิจิตลิขชา อธิปัญญาลิขชา เรียกสั้น ๆ ว่า ศีล สมารถ ปัญญา การปฏิบัติตามอริยมรรค มีองค์ 8 หรือ การปฏิบัติตามไตรลิขชา จึงเป็นการปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพพาน พุทธศาสนาเชิดชูอธิบายว่า ...มัชณิมาปฏิปทา แปลว่าหนทางปฏิบัติที่เดินไปสายกลาง ประกอบไปด้วย องค์ 8 ประการ มีสัมมาทิฏฐิ เป็นต้น ดังกล่าวว่า นี้แหลกคือลิ่งที่ติดต่อ ได้ตรัสรู้เฉพาะ และเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดดวงตา เกิดญาณและเป็นสิ่งที่เป็นไป เพื่อส่งบรรจง เพื่อรู้ยิ่ง เนื้อรู้พร้อม เพื่อนิพพาน ดังนี้...<sup>1</sup>

จากการศึกษาวรรณกรรมชุดธรรมโภษของพุทธศาสนา เชิดชูวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพพาน ซึ่งสอดคล้องกับหลักอริยมรรคมีองค์ 8 ประการ หรือหลักไตรลิขชา นี้ แต่วิธีปฏิบัติที่ยกເຊື່ອງออกไป ง่ายแก่การเข้าใจและปฏิบัติ สำหรับคนที่ไม่เชื่อกับปรัชญาหรือคัมภีร์พระไตรปิฎก อาจเรียกว่า เป็นวิธีลัด ซึ่งอาจประมาณได้เป็น 3 วิธี คือ

<sup>1</sup> พุทธศาสนา. อาสาพหุชนา. 2524. หน้า 225.

### 1. การควบคุมอายุตนะ (หรือการควบคุมผัสสะ)

การควบคุมอายุตนะ<sup>1</sup> คือการควบคุมอายุตนะภายนอก คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้เป็นปกติ เมื่อกระทบลัมผัสกับอายุตนะภายนอก คือ รูป เสียง กลิ่น รส ไบโภควัพะ<sup>2</sup> และธรรมารมณ์<sup>3</sup> อย่างให้เกิดความประทับใจแต่งงานเกิดความทุกข์ หรืออย่างให้เป็นผัสสะ (การกระทบ) ที่ประกอบด้วยอวิชชา (อวิชชาลัมผัส) แต่ให้เป็นผัสสะที่ประกอบด้วยวิชชา (วิชาลัมผัส) อายุตนะก็จะยืนเป็นนิพพาน

มีคำอธิบายของพุทธาลกิกุลหลายแห่งว่า การควบคุมอายุตนะ หรือการควบคุมผัสสะได้ คือ นิพพาน

"ถ้าเราควบคุม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ถูกวิธีแล้ว นิพพานจะปรากฏอยู่ กับใจของเราเสมอไป พอเรามาพิดในเรื่องการควบคุม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เท่านั้น นิพพานก็จะสูญหายไป แต่จะมีรากหรือวัภภูสรสารชั้นมาแทน ตลอดเวลาที่เป็นอย่างนั้น"<sup>4</sup>

...อย่างทำพิดที่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ กรรมสวรรค์อยู่ที่นี่ ถ้าทำเห็นอนันต์ชั้นไปอีก

ไม่พิดไม่ถูกแล้วก็เป็นนิพพานอยู่ที่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

พุดลั้น ๆ อีกทีว่า ถ้าทำพิดที่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นรากจะอยู่ที่นี่นั่น ถ้าทำถูกที่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สวรรค์จะอยู่ที่นี่นั่น ถ้าทำเห็นผิดเห็นถูก ไม่เกี่ยวกับผิดกับถูกที่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นิพพานจะอยู่ที่นี่นั่น นี่พระพุทธเจ้า

สอน...<sup>5</sup>

<sup>1</sup> อายุตนะ แปลว่า แต่เชื่อมต่อให้เกิดความรู้ หรือทางรับรู้ (เมื่ออายุตนะทำหน้าที่นิยมใช้ว่า "อินทรี") ประกอบด้วย อายุตนะภายนอก 6 และอายุตนะภายนอก 6

<sup>2</sup> ไบโภควัพะ คือ ลัมผัสทางกาย สิ่งที่ถูกต้องภายใน

<sup>3</sup> ธรรมารมณ์ คือ อารมณ์ที่เกิดกับใจ สิ่งที่ใจนิยมคิด

<sup>4</sup> พุทธาลกิกุล. อาสาพิหมูลาเทศนา. 2524. หน้า 262.

<sup>5</sup> พุทธาลกิกุล. ฝึกสางระหัวง 50 ปีที่มีส่วนไม่กี่ ตอน 1. 2529.

"ความทุกข์เกิดที่จิต	พระเจ้าเห็นผิดเมื่อผัสสะ
ความทุกข์จะไม่ໄอล	ถ้าไม่ไป เมื่อผัสสะ
ความทุกข์จะเกิดไม่ได้	ถ้าเข้าใจเรื่องผัสสะ" <sup>1</sup>

...ถ้าเมื่อใดเราได้ปฏิบัติตรงตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เมื่อตาเห็นรูป ก็  
เมื่อหูฟังเสียง ก็ จมูกได้กลิ่น ก็ ลิ้นได้รส ก็ กายได้สัมผัสทางผิวหนัง ก็ ใจได้  
อารมณ์มาคิดนึก รู้ลึก ก็ เราควบคุมให้เป็นเพียงผัสสะ คือ เป็นเพียงกระบวนการทาง  
ตา ทางหู ฯลฯ หรือทางใจเลย ๆ ไม่ให้เป็นเวทนาแล้ว ตัณหา ก็ไม่เกิด  
อุปทาน ก็ไม่เกิด ตัวภู-ของภูไม่ปรากฏออกมานะ ก็ตั้งว่างเป็นนิพพาน คือความไม่  
มีทุกข์อยู่ดังเดิม

เราทั้งหลายจะถือเป็นกิจประจำวัน ในการปฏิบัติธรรมอย่างนี้ อย่าได้ชูหมื่น  
ดูถูกตัวเองว่า ไม่สามารถจะบรรลุนิพพานชาตินี้แล้ว อย่าไปสนใจเลย โดยที่ถูก  
ที่จริงนั้น พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้อย่างสั้นและลัดที่สุดว่า หานทั้งหลายจะอยู่ได้  
ทำลายนิพพาน ซึ่งปรากฏอยู่เป็นปกตินี้แล้ว ด้วยอำนาจการสร้างตัวภู หรือของภู  
ให้เกิดขึ้นมากทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ดังที่กล่าวแล้ว นั่นเอง  
ควบคุมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไว้เป็นอย่างดีเท่านั้น อาการของพระนิพพานคือ  
ความว่างจากความทุกข์นั้น ก็จะปรากฏแก่จิตเป็นจิตว่างจากความทุกข์อยู่เสมอไป  
นั้นแหล่ะ คือ นิพพานที่เป็นรัตนตร...<sup>2</sup>

<sup>1</sup> พุทธาสภิกุ. หัวข้อธรรมในคำกลอน และบทประพันธ์ของ "ลิริวยาส".

2529. หน้า 34.

<sup>2</sup> พุทธาสภิกุ. อ/asานพหบุชาเทศนา. 2524. หน้า 262.

... "นิพพาน" คือ ภาวะที่อายุตันะเป็นของเย็น "อายุตันะ" คือ ตา หู จมูก ล้วน กาย ใจ นี้เป็นสื่อหรือทางสำหรับติดต่อกับโลกภายนอก คือ รูป เลียง กลีน รส ไนยส์พะซัมมาร์ม์อยู่ช้างนอก เรามีอายุตันะภายใน คือ ตา หู จมูก ล้วน กาย ใจ สำหรับติดต่อกับสิ่งช้างนอกเหล่านั้น นิพพาน คือ ภาวะที่อายุตันะนั้น เป็นของเย็น... ถ้าเราปล่อยไปตามความโลภ ความโกรธ ความหลง อายุตันะ จะเป็นของร้อนตลอดเวลา ... ถ้าปฏิบัติอยู่อย่างถูกต้อง ตามหลักของพระพุทธศาสนา ก็จะมีผลปรากម្ម คือ อายุตันะกล้ายเป็นของเย็น... การที่สามารถทำให้เกิดความเย็นทางตา ทางหู ทางจมูก ทางล้วน ทางกาย ทางใจ ในที่นี้และในเดียวัน แนะนำติปจดับนี้ ในกิจกรรมงานทุกอย่างนั้นเรียกว่า นิพพาน...<sup>1</sup>

## 2. การควบคุมกิเลส (หรือการควบคุมจิตไม่ให้เกิดกิเลส)

การควบคุมกิเลส<sup>2</sup> คือ ไม่เปิดโอกาสให้กิเลสเกิดขึ้นในจิตใจ ทำให้จิตว่างจากกิเลส ว่างจากอวิชชา ตัณหา อุปทาน ว่างจากอัตตา-อัตตนิยา (ว่างจากตัวภูชน์) ว่างจากการปรุงแต่ง ว่างจากลัษณารวมทั้งปวง

ปกติจะประภัสสร คือ ว่าง รุ่งเรือง สงบเย็น เป็นนิพพาน แต่จะเคราหมอง เพราภิกิเลสจрма ถ้าเราบังคับกิเลสได้ จิตก็จะว่าง บังคับได้ชั่วขณะจะจิตก็ว่างชั่วขณะ เป็นนิพพานชั่วคราว ถ้านั้นบังคับได้ตลอด จิตก็ว่างตลอดเป็นนิพพานที่สมบูรณ์ถาวร

<sup>1</sup> พุทธกาลภิกขุ. ธรรมวัสดุรัม. 2510. หน้า 454-455.

<sup>2</sup> พุทธกาลภิกขุ เรียก "การควบคุมกิเลส หรือการควบคุมจิต ไม่ให้เกิดกิเลส" ว่า "การปฏิบัติเพื่อความว่าง" เรียกการเป็นอยู่ชนิดนี้ว่า "การเป็นอยู่ด้วยความว่าง" ซึ่งท่านอธิบายว่า เป็นอย่างเดียวกับ "การเป็นอยู่โดยชอบ" ในพระพุทธภาษิตที่ว่า "สเจ เม ภิกขุ สมมा วิหเรยุ อสุโญ โลโก อรหนุ เศทิ - ถ้าภิกขุทั้งหลายเหล่านี้ พิจอยู่โดยชอบใช้ร โลกนี้จะไม่ว่างจากพระอรหันต์"

มีคำอธิบายของพุทธาลภิกขุหลายแห่งว่า การควบคุมกิเลส การบังคับ  
กิเลสได้ คือ นิพ paran

... เมื่อได้จิตว่างจากกิเลส สังเกตดูให้ดี ศึกษาดูให้ดีว่า นั่นแหล่ คือนิพ paran ตัวอย่างนิพ paran น้อย ๆ มาให้ดูตัวอย่างในระยะสั้น ๆ แล้วก็พยายามที่จะบังคับ กิเลสไม่ให้เกิดขึ้นเรื่อย ๆ เป็นการสร้างบำรุง ความว่างจากกิเลส ระยะที่ว่าง จากกิเลสก็จะยาวอook ๆ นิพ paran ของเราก็ยาวอook ๆ จนกว่าจะสมบูรณ์...<sup>1</sup>

... เดียวันวันหนึ่ง คืนหนึ่งของเรา เดียวเป็นลังสารวญญ์ เดียวเป็นนิพ paran...

จะนั่นนิพ paran นั้น ต้องถือว่าชั่วคราว ชั่วขณะ แล้วเปลี่ยนได้ หรือว่ากลับกำเริบ เป็นกุปชธรรม คือกลับกำเริบได้ ... นิพ paran ชั่วคราวชั่วขณะ เป็น "ตั้งคนนิพ paran"

... เราเรักษามันไว้ให้ได้ อย่าให้มันเปลี่ยนแปลงไปจนมันตายดัว ก็จะเป็นนิพ paran จริง"<sup>2</sup>

... รู้จักนิพ paran กันไว้ในความหมายว่า เย็นเดօะ แล้วจะไม่ผิดพลาด แล้วก็จะ ไม่โง่ หลงว่าต้องรอ กันอีกแล่นชาติ อลงไชยชาติ อย่างที่เขานุดกัน ต้องสร้าง บารมีใหม่ชาติ แล่นชาติ อลงไชยชาติ จึงจะนิพ paran เราไม่พูดอย่างนั้น

บารมีของเรานั้นตรงนี้ ถ้าเรานังคับไม่ให้กิเลสเกิดขึ้นได้ทีหนึ่ง อนุลักษณ์คง ไปทีหนึ่ง นี่เราสร้างกันที่นี่ ร้อยครั้ง พันครั้ง หมื่นครั้ง เราก็เย็นลง ๆ แล้ว เราเย็นได้ที่นี่ เมื่อได้จิต เย็นด้วยความว่างจากกิเลส ก็เรียกวานิพ paran ที่นี่ เมื่อนั่นเท่านั้น สักก็ได้ เล็กก็ได้ เอาความเย็นแห่งจิตเป็นนิพ paran ถ้ามันไม่เย็น จริงก็ไม่ใช่นิพ paran จริง นิพ paran ชั่วคราว ถ้าเย็นจริงสูงสุด เด็ขาดก็เป็นนิพ paran จริง...<sup>3</sup>

<sup>1</sup> พุทธาลภิกขุ. ธรรมบรรยายต่อหางสุนัข. 2525. หน้า 49-50.

<sup>2</sup> พุทธาลภิกขุ. ธรรมปาวีโนกษ์ เล่ม 2. 2529. หน้า 269.

<sup>3</sup> แหล่งเดิม. หน้า 49.

... จิตไม่มีตัวภูก็ เป็นนิพพาน เมื่อจิตมีตัวภูก็ เป็นสังสารวัฏ ถ้าเราคุณจิตไม่มีตัวภู ไว้เรื่อย ก็เป็นนิพพานเรื่อย กว่าจะเด็ขาดลงไป

มุน్ฑภากษิตว่า ปงสุสร มีที่ ภิกขุ เว จิตต์-จิตประภัสสร อยู่โดยธรรมชาติ แล้ว จะเคราะห์มอง เมื่อกิเลスマ ประภัสสรนี้ คือ นิพพานชั่วคราวชั่วขณะตามธรรมชาติ พร้อมที่จะเคราะห์มอง เมื่อกิเลスマ แต่ถ้ารักษาความเป็นประภัสสรไว้ได้เด็ขาด ไม่มีทางที่จะมีกิเลスマ มั่นคงอย่างเดียว คือ จะนิพพานแท้ หรือนิพพานถาวรขึ้นมา ได้...<sup>1</sup>

### 3. การอยู่นิ่ง ๆ ไม่ต้องทำอะไร

การอยู่นิ่ง ๆ ไม่ต้องทำอะไร เป็นวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพพานที่มีสาระอย่างเดียว กับวิธีที่ 1 การควบคุมอ่ายตนะ และวิธีที่ 2 การควบคุมกิเลส นั่นเอง แต่ขอต่างหาก ไป ทำให้นาสนใจ และดูว่าง่ายต่อการปฏิบัติ

การอยู่นิ่ง ๆ ไม่ต้องทำอะไร คือ การควบคุมอ่ายตนะ หรือควบคุมผัสสะ หรือควบคุมจิตไม่ให้เกิดกิเลsnenเอง พุทธทาสภิกขุอธิบายว่า

...ถ้าอยู่นิ่ง ๆ ก็หมายความว่า ไม่รับเอาอารมณ์เข้ามา หรือว่าอารมณ์มากกระทบ ก็ให้มันตายด้าน เหมือนคลื่นกระทบผ่าน เมื่อตาเห็นรูปลักษณะ เท่านั้น นี้เรียกว่า ไม่รับเข้ามา หรือว่าทำอย่างนั้นไม่ได้ มันเลยไปเป็นเวหนา คือรู้ลึกพอใจ ไม่พอใจเสียแล้ว ก็ให้หยุดอยู่เพียงแต่นั้น อย่าอยากได้ต่อไปอีก ตามความพอใจ หรือตามความไม่พอใจ... ถ้าพอใจหรือไม่พอใจแล้ว ทำอะไรเรื่องไปยืดยาว... ตัวภู-ของภูจะโผล่มา และเป็นความทุกข์...<sup>2</sup>

<sup>1</sup> พุทธทาสภิกขุ. ธรรมปภาโนมีรช. เล่ม 2. 2529. หน้า 268.

<sup>2</sup> พุทธทาสภิกขุ. ธรรมบรรยายระดับมหาวิทยาลัย เล่ม 2. 2519. หน้า 98.

การอยู่นึง ๆ ไม่ต้องทำอะไร จึงเป็นการปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพนาน คือ  
การคับทุกข์

วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพนานทั้ง 3 วิธีที่ปรากฏสอดคล้องกับพระพุทธศาสนาที่  
ตรัสแก่พระพหดิยยะว่า

...คูกรพหดิยยะ เมื่อไดเรอได้เห็นรูปสักว่าตาเห็น ไดฟังเสียงสักว่าหูได้ยิน ได  
ชมกลิ่น ก็สักแต่ว่าไดกลิ่น ไดลมรส ก็สักว่าไดชิม ไดสัมผัสผิวหนัง ก็สักแต่ว่า  
เป็นการกระทบทางผิวหนัง จะคิดนึกขึ้นมาในใจ ก็สักแต่ว่ารู้สึกตามธรรมชาติขึ้น  
มาในใจ เมื่อเป็นดังนี้แล้ว เมื่อนั่นตัวเชอจักไม่มี เมื่อตัวเชอไม่มี การวิงไป  
ทางโน้น หรือวิงมาทางนั้น หรือหยุดอยู่ที่ไหนก็ตาม มันก็ไม่มี นั่นแหล่ะ คือที่สื้นสุด  
ของความทุกข์ นั่นแหล่ะคือ นิพนาน...<sup>1</sup>



<sup>1</sup> พุทธาลักษณ์. ธรรมบรรยายระดับมหาวิทยาลัย เล่ม 2. 2519. หน้า 32.