

บทที่ ๕

บทสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรม” มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการคือ ๑) เพื่อศึกษาการบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ๒) เพื่อศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และ ๓) เพื่อศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรม สามารถสรุปผลการวิจัย ดังนี้

๕.๑ บทสรุปผลการวิจัย

การบรรลุธรรม เป็นกระบวนการเพื่อเข้าสู่กระแสแห่งมรรค ผลนิพพานนั้น แบ่งออกเป็น ๓ ส่วน คือ สมถะ วิปัสสนา สมถะและวิปัสสนา ธรรมที่ทำให้ถึงอสังขตะ (นิพพาน) นั้น คือ สมถะและวิปัสสนา เจโตวิมุตติ หมายถึง สมาธิที่สัมปยุตด้วยอรหัตตผล พ้นจากราคะ มีสมถกัมมัฏฐานเป็นพื้นฐาน ปัญญาวิมุตติ หมายถึง ปัญญาที่สละด้วยอรหัตตผลนั้นหลุดพ้นด้วยวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นพื้นฐาน พุทธสาวกบรรลุธรรมได้ โดยการนำเอาเมตตาภาวนาบาทฐานยกขึ้นสู่วิปัสสนา คือ เห็นไตรลักษณ์ด้วยวิปัสสนาปัญญา ที่สุดหลุดพ้นเป็นพระอรหันต์ได้

การเจริญเมตตาควบคู่ไปกับการเจริญวิปัสสนา คือเมื่อเจริญเมตตาภาวนาจนบรรลुฌานแล้ว ใช้ฌานเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนาต่อไปจนบรรลุขั้นต่าง ๆ โดยลำดับ ขณะที่ผู้ปฏิบัติกำลังเจริญเมตตาภาวนาถึงขั้นสมาสัมเปทแล้ว จะมีนิมิตปรากฏขึ้นเป็นเครื่องหมายแสดงว่าผู้ปฏิบัติได้บรรลुอุปจารสมาธิ เมื่อบรรลुอุปจารสมาธิแล้วพึงน้อมจิตไปในนิมิตนั้น หลาย ๆ ครั้งก็บรรลुอุปปนาทาน และอุปปนาทาน นี้ที่จริง คือ ฌาน ๓ อันได้แก่ ปฐมฌานฌานที่ ๑ ทุติยฌานฌานที่ ๒ และตติยฌานฌานที่ ๓ ที่พึงบรรลุได้ตามลำดับ

๕.๑.๑ จากการศึกษาศึกษาการบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท พบว่า การบรรลุธรรม หมายถึง การเข้าถึงโลกุตตรธรรม ๔ คือ มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ โดยการเจริญสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา ตามหลัก สติปัฏฐาน ๔ คือ การกำหนดรู้ กาย เวทนา จิต ธรรม ให้

เป็นไปตามหลักไตรลักษณ์ คือเห็นตามความเป็นจริง เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าดำเนินตามวิปัสสนาวิธี ผู้ปฏิบัติสามารถละสังโยชน์และอนุสัยต่าง ๆ ตามกำลังของมรรคสามารถบรรลุมรรคผลนิพพานสำเร็จเป็นพระอริยบุคคล เช่น พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ได้ตามลำดับ

ปัญหาเรื่องการปฏิบัติธรรม มีเรื่องเดียว คือความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยเฉพาะด้านอินทรีย์ของผู้ปฏิบัติ บางคนอาจใช้เวลาในการปฏิบัติไม่ต้องมากก็ประสบความสำเร็จโดยง่าย บางคนอาจปฏิบัติธรรมต้องใช้เวลานาน แต่พยายามฝึกปฏิบัติไปสบาย ๆ ก็สำเร็จ บางคนทั้งฝึกปฏิบัติยากลำบาก ทั้งต้องใช้เวลายาวนาน จึงสำเร็จบางคนจะพากเพียรปฏิบัติอย่างไรก็ไม่ประสบความสำเร็จ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับการปฏิบัติเพื่่อมรรคเบื้องสูง ซึ่งในการปฏิบัติผู้ปฏิบัติต้องอาศัยการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เพื่อให้ได้บรรลุญาณ ๑๖ ตามลำดับและผลของการบรรลุธรรมนั้นมี ๔ ระดับ คือ โสดาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล และอรหัตตผล ผลของการบรรลุธรรมแต่ละระดับ สามารถจัดสังโยชน์ได้ตามลำดับ โดยมีมรรค ๘ เป็นปฏิปทาที่เป็นไปเพื่อนิพพานเป็นอุบายเครื่องละสังโยชน์ ในพระพุทธศาสนาเรียกบุคคลผู้บรรลุธรรมวิเศษมีโสดาปัตติมรรคเป็นต้นว่าพระอริยบุคคล

การเจริญวิปัสสนาภาวนา เป็นกระบวนการที่สำคัญในทางปฏิบัติ ซึ่งผู้ปฏิบัติจะต้องกำหนดรูปนามเป็นอารมณ์อย่างต่อเนื่อง จนกระทั่งสามารถเกิดปัญญาทำลายตัณหา เห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ปัญญาดังกล่าวไม่ได้เกิดจากการคิด แต่เป็นปัญญาที่เกิดจากการฝึกอบรมและลงมือปฏิบัติ ปัญญาที่เกิดจากการภาวนานี้ก่อให้เกิดความรู้แจ้งแทงตลอดในรูปนามและสรรพสิ่งทั้งหลายว่ามีความเป็นทุกข์ ไม่เที่ยง ไม่มีตัวตน อันจะนำไปสู่ความพ้นทุกข์ทรงชนะของการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ปัญญาในที่นี้คือ วิปัสสนาญาณ สามารถทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุมรรค ผล นิพพานได้ในที่สุด

๕.๑.๒. จากการศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท พบว่า เจโตวิมุตติหมายถึง ผู้หลุดพ้นจากราคะ โทสะ โมหะ ด้วยอำนาจการฝึกจิต อันเป็นผลเกิดจากสมาธิด้วยปัญญา ปัญญาวิมุตติ หมายถึง ผู้หลุดพ้นจากอวิชชา ด้วยอำนาจแห่งปัญญา เจโตวิมุตติ คือความบริสุทธิ์หมดจดแห่งจิต เป็นชื่อของอรหัตตผลจิต ซึ่งหลุดพ้นจากเครื่องผูกคือกิเลสทั้งปวง เป็นสมาธิในอรหัตตผล ผู้เจริญสมณะเพื่อให้เกิดสมาธิได้มาน ได้แก่ รูปฌาน ๔ ในจตุกกนัย หรือรูป

ฉาน ๕ ในปัญจนัยและอรุณฉาน ๔ และนิโรธสมาบัติใช้ฉานเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนา เมื่อบรรลุอรหัตตผล ก็ได้ชื่อว่า อุกโตภาควิมุตติ คือผู้หลุดพ้นทั้งสองส่วน หมายถึงท่านผู้หลุดพ้นจากรูปฉานด้วยอรุณสมาบัติ และหลุดพ้นจากนามกายด้วยอริยมรรค ได้แก่ พระอรหันต์ผู้บำเพ็ญสมณภาวนาได้สัมพัสวิโมกข์ ๘ คือ ฉานสมาบัติและนิโรธสมาบัติ ด้วยนามกาย ท่านย่อมได้ เจโตวิมุตติ ขึ้นอรุณสมาบัติ และสิ้นอาสวะ เพราะเห็นด้วยปัญญาเป็นพระอรหันต์ผู้ได้ ปัญญาวิมุตติ ดังนั้น พระอรหันต์อุกโตภาควิมุตติ ย่อมได้ทั้งเจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติ ด้วยอาศัยหลักเมตตาภาวนา เมตตาภาวนา หมายถึง การพัฒนาจิตด้วยการแผ่ความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น หรือในขณะที่เรามีความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่นมีความสุข ก็นับได้ว่าเป็นการเจริญเมตตาภาวนาเช่นเดียวกัน ดังนั้นพึงทราบว่า การบรรลุธรรมเป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ ย่อมได้ทั้ง เจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติเสมอ

๕.๑.๓ จากการศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรม พบว่าการบรรลุธรรมแบบปัญญาวิมุตติ คือ ปัญญาในอรหัตตผลซึ่งหลุดพ้นจากเครื่องผูกคือ กิเลสทั้งปวง ท่านผู้เป็นปัญญาวิมุตติคือ ผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา หมายถึง พระอรหันต์ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาล้วน ๆ ไม่ได้สัมพัสวิโมกข์ ๘ แต่สิ้นอาสวะเพราะเห็นด้วยปัญญา สุขวิปัสสกะแต่ความจริงแล้ว ย่อมได้เจโตวิมุตติด้วย เพราะการได้ปัญญาวิมุตติส่อควบคุมถึงอยู่แล้วว่าต้องได้เจโตวิมุตติด้วย ถ้ามีแต่ปัญญาวิมุตติอย่างเดียว หมายถึงพระอรหันต์เท่านั้น ดังนั้นพระอรหันต์ผู้ที่เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ ก็ได้เฉพาะรูปฉานก็ดี ได้ทั้งรูปฉาน อรุณฉาน และนิโรธสมาบัติก็ดี ย่อมได้ทั้ง เจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติทั้งหมด แสดงให้เห็นว่า สมถะและวิปัสสนา เป็นธรรมคู่กันทั้งมรรคและผล เจโตวิมุตติเป็นผลของสมถะ ปัญญาวิมุตติเป็นผลของวิปัสสนา แต่ถ้าได้อรุณสมาบัติแล้วบรรลุพระอรหันต์ ย่อมได้ชื่อว่า อุกโตภาควิมุตติ

การเจริญเมตตาเจโตวิมุตติ ควรใช้เมตตาภาวนาเป็นพื้นฐานแห่งการเจริญวิปัสสนาโดยกำหนดรู้รูปนามในขณะที่เจริญเมตตาด้วย พระอริยเจ้าเหล่านี้ ล้วนแล้วแต่ฝ่าฟันอุปสรรคและดำเนินไปในเส้นทางที่ไม่ต่างกัน สิ่งนั้นคือ ๑) ละนิวรณ์ธรรม ๕ ประการ ๒) ให้เจริญอินทรีย์ ๕ ๓) เจริญสมถะ ด้วยเมตตาภาวนาเป็นนิตย ๔) ขั้นสุดท้ายก่อนมรรคญาณจะเกิดขึ้น อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ต้องใช้ให้มีบทบาทสำคัญ เพราะอุเบกขาสัมโพชฌงค์ ได้แก่ ตตรมัชฌัตตา

การเจริญเมตตาเจโตวิมุตติ เป็นบาทฐานแห่งการเจริญวิปัสสนาที่สำคัญด้วย วิปัสสนาทั้ง ๔ แบบ คือ

๑. สมถปุพพังคมวิปัสสนา วิปัสสนามีสมณานำหน้า เรียกเต็มว่า สมถปุพพังคมวิปัสสนาภาวนา การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณานำหน้า สมถปุพพังคม วิปัสสนา ภาเวติ

๒. วิปัสสนาปุพพังคมสมถะ สมถะมีวิปัสสนานำหน้า เรียกเต็มว่า วิปัสสนาปุพพังคมสมถภาวนา การเจริญสมถะโดยมีวิปัสสนานำหน้า วิปัสสนา ปุพพังคม สมถ ภาเวติ เจริญสมถะมีวิปัสสนานำหน้า เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ชื่อว่า วิปัสสนา

๓. ยุคันทสมถวิปัสสนา สมถะและวิปัสสนาเข้าคู่กัน เรียกเต็มว่า สมถวิปัสสนายุคันทภาวนา การเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่ไปด้วยกัน ฌมฺมุทจฺจาวิคฺคหิตมานสํ โหติ สมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป

๔. ฌมฺมุทจฺจาวิคฺคหิตมานสํ วิถีปฏิบัติเมื่อจิตถูกชักให้เขวด้วยธรรมธัมมัจจ คือ ความฟุ้งซ่านธรรมหรือตื่นธรรม ความเข้าใจผิดยึดเอาผลที่ประสบในระหว่างว่าเป็นนิพพาน ฌมฺมุทจฺจาวิคฺคหิตมานสํ โหติ มีใจถูกอุทัจจะในธรรมกันไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดขึ้น

ความหลุดพ้นแห่งจิต ด้วยอำนาจการฝึกจิต ความหลุดพ้นจากราคะด้วยกำลังแห่งสมาธิด้วยการฝึกจิต เรียกว่า เจโตวิมุตติ อีกประการที่หมายถึงความหลุดพ้น คือ วิโมกข์ แปลว่าความหลุดพ้นมี ๓ ประการ คือ สมุจเฉทวิมุตติ หลุดพ้นอย่างเด็ดขาด ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ หลุดพ้นอย่างสงบ และนิสสรณวิมุตติ หลุดพ้นด้วยการสลัดออกไปเป็นนายเหนืออารมณ์ และวิมุตติประกอบด้วย ตังควิมุตติ คือ ความหลุดพ้นชั่วคราว วิกขัมภณวิมุตติ คือ ความหลุดพ้นด้วยการสะกดไว้ สมุจเฉทวิมุตติ คือ ความหลุดพ้นเด็ดขาด ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ คือ ความหลุดพ้นด้วยความสงบ นิสสรณวิมุตติ คือ หลุดพ้นจากกิเลสนั้นได้อย่างยั่งยืนตลอดไป ดับกิเลสเสร็จสิ้นแล้ว ได้แก่ นิพพานในที่สุด

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลुरुธรรม” นี้ จะเห็นได้ว่า เจโตวิมุตติ เป็นผลที่ได้จากการเจริญสมาธิ คือสมาธิที่ประกอบกับอภิปัสสยผลจิต ปัญญาวิมุตติ เป็นความหลุดพ้นด้วยปัญญา ได้แก่ ปัญญาที่ประกอบกับอภิปัสสยผลจิต เจโตวิมุตติ กับปัญญาวิมุตติ เกิดขึ้นพร้อมกันกับอภิปัสสยผลจิต ได้แก่ เอกัคคตาหรือสัมมาสมาธิ ปัญญาวิมุตติ เป็นสัมมาทิฐิ ที่ประกอบด้วยอภิปัสสยผลจิตเมื่อบุคคลผู้สั่งสมสมาธิอย่างสม่ำเสมอเข้าสู่ อริยมรรค อริยผลได้ เชื่อว่ากำลังหลุดพ้นจากกิเลส และอริยมรรคเป็นกุศลจิตมี ๔ คือโสดาปัตติ มรรค สกทาคามิมรรค นาคามิมรรค และอภิปัสสยผลจิตอริยผล เป็นผลของมรรคเป็นวิบากจิต ก็มี ๔ เท่ากับอริยมรรค คือโสดาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล และอภิปัสสยผล ซึ่งที่กล่าวมานั้น ต้องเป็นไปตามหลักอริยสัจ มีเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา อันมีเมตตาเจโตวิมุตติเป็นบาท ฐาน เป็นปัจจัยจึงจะทำให้เกิดวิหารธรรมอื่น ๆ ขึ้นได้ ผู้วิจัยจึงต้องการนำมาเสนอแนะเพื่อเป็น กรณศึกษาและเป็นแนวทางให้แก่ผู้เกี่ยวข้องทั้งโดยตรงคือผู้ปฏิบัติและสำนักต่าง ๆ ที่สอนเกี่ยวกับการ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาและยังมีข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยดังนี้

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

ในงานวิจัยเรื่อง “ศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลुरुธรรม” นี้ยังมี หลายประเด็นที่เป็นปัจจัยสำคัญที่ยังไม่ครอบคลุมเนื้อหา ดังนั้นผู้วิจัยจึงขอเสนอแนะเพื่อการวิจัย ครั้งต่อไปดังนี้

๑. ศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติในพระพุทธศาสนาเถรวาท
๒. การศึกษาเปรียบเทียบเมตตาเจโตวิมุตติกับมรรค ๘ ในการบรรลुरुธรรม
๓. การศึกษาเชิงวิเคราะห์เมตตาเจโตวิมุตติตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท