

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ชีวิตมนุษย์และสัตว์โดยทั่วไปประกอบด้วยขั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และ วิญญาณ หรือองค์ประกอบฝ่ายรูป (วัตถุ) และฝ่ายนามซึ่งองค์ประกอบทั้งสองส่วนนี้ ล้วนตกอยู่ในอำนาจแห่งกฎไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา)<sup>๑</sup> ให้องค์ประกอบแห่งชีวิตเหล่านี้ ไม่ยั่งยืนมีเกิด แก่ เจ็บ และตายไปในที่สุด ซึ่งนับว่าเป็นความทุกข์ของชีวิตที่ทุก ๆ ชีวิตต้องเผชิญ แม้ว่าชีวิตจะต้องมีเกิด และตายเป็นวัฏจักรเช่นนี้ตามธรรมชาติ แต่พระพุทธศาสนาถือว่าชีวิตทุกชีวิตมีคุณค่าโดยตัวเอง และทุกชีวิตย่อมมีธรรมชาติอย่างหนึ่งเหมือนกันหมด คือ ความรักชีวิตของตนเองไม่ยอมตาย ไม่อยากให้ใครมาทำลาย หรือเบียดเบียนชีวิตตนเอง ดังนั้นสิ่งมีชีวิตทุกชีวิตควรมีความเมตตากรุณาต่อกัน นำหลักคุณธรรมมาใช้ที่เหมาะสมกับทุกชีวิต ทุกชาติ ทุกศาสนา คือ พรหมวิหาร (เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา) ทำให้โลกนี้สงบสุขร่มเย็นไม่วุ่นวาย<sup>๒</sup> กล่าวอีกอย่างหนึ่งว่า เมตตา คือ สภาวะที่มีเมกมิตร เมตตาเป็นความปรารถนาดีอย่างจริงใจ โดยไม่หวังประโยชน์ตอบแทนอันใดเลย และการเจริญเมตตาภาวนามีวัตถุประสงค์ เพื่อทำให้บริสุทธิ์ปราศจากโทสะ โดยพิจารณาถึงโทษของโทสะ และคุณของความอดทน การเจริญเมตตาภาวนามี ๒ อย่าง คือ เพื่อบำเพ็ญบุญบารมี และเพื่อให้เกิดมานสมาธิ

เมตตาภาวนาอันเป็นกระบวนการพัฒนาจิต ด้วยการแผ่ความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น หรือในขณะที่เรามีความปรารถนาดีให้ผู้อื่นมีความสุข ก็นับได้ว่าเป็นการเจริญเมตตาภาวนาเช่นเดียวกัน การแผ่เมตตาที่จะให้ได้อัปนาณานั้นจะต้องแผ่ให้แก่ตนเองก่อน เพื่อประโยชน์จะได้เป็นสักขีพยานแก่การแผ่ไปสู่บุคคลอื่น ๆ ได้ ทั้งนี้เพราะเมื่อมีความรักสิ่งหนึ่งสิ่งใดเท่ากับความ

---

<sup>๑</sup>ดูรายละเอียดใน ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๑/๑-๒.

<sup>๒</sup>พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), **พรหมวิหาร**, แปลโดย พระคันธะสาราภังค์ (สมลักษณ์คนธสาโร), พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๖.

รักตนเอง เมื่อทำการแผ่เมตตาแก่ตนเองก่อนอยู่เสมอ ๆ แล้วความปรารถนาสุข กลัวทุกข์ อยากมีอายุยืนหรือไม่อยากตาย ที่มีประจำใจอยู่นั้นย่อมเกิดขึ้นเป็นพิเศษ แล้วก็มักเปรียบเทียบไปยังสัตว์ทั้งหลายว่า ล้วนมีความปรารถนาเช่นเดียวกับตนเองทุกประการ เป็นเหตุสำคัญที่จะช่วยให้เมตตาจิตเกิดขึ้นได้ง่าย และตั้งอยู่อย่างมั่นคงตลอดจนอุปจารสมาธิและอัปนาสมาธิเกิดขึ้น<sup>๓</sup>

ความเป็นผู้ใคร่เพื่อนำประโยชน์ และความสุขเข้าไปให้ ต้องไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ ไม่ว่าจะเป็นผลตอบแทนทางกำลังใจหรือวัตถุก็ตาม จึงจะตรงกับคำว่า เมตตา ในที่นี้ถ้าทำไปแล้วหวังผลตอบแทนบุญคุณ ด้วยการแสดงออกของผู้รับเมตตา หรือหวังตอบแทนด้วยวัตถุ ความต้องการอย่างนั้น ถ้าปรากฏในความรู้สึกก็จะเป็นเมตตาที่เจือด้วยอารมณ์กิเลส ไม่ตรงกับเมตตาในพรหมวิหารนี้ ควรสร้างความรู้สึกคุณอารมณ์ไว้ตลอดวันว่า เราจะหวังสร้างความเมตตาสงเคราะห์เพื่อนที่ เกิด แก่ เจ็บ และตาย ที่มีในโลกนี้ทั้งหมด เราจะไม่สร้างความสะเทือนใจ ความลำบาก ให้เกิดขึ้นแก่คนและสัตว์ เพราะความสุข ความทุกข์ของคน และสัตว์ทั้งหมด เราถือว่าเป็นภาระของเราที่ต้องสงเคราะห์หรือสนับสนุน เมื่อความทุกข์มีขึ้นเราย่อมมีทุกข์เสมอด้วยกับเขา ถ้าเขามีความสุขเราจะสบายใจด้วยกับเขา มีความสุข รักคน และสัตว์ทั่วโลกย่อมเสมอด้วยรักตนเอง

การเพ่งโทษผู้อื่นด้วยโทสะ ขณะนั้นย่อมมีแต่ความโกรธ ความเกลียดชัง จิตใจไม่ชื่นบานแจ่มใส แต่ถ้าขณะใดเพ่งดูผู้อื่นด้วยความเมตตา ขณะนั้นจิตใจก็จะมีแต่ความรักใคร่ชื่นชม ความรักใคร่ชื่นชมของเมตตา มี ๒ อย่างคือ (๑) เมตตาที่เป็นความรักใคร่ปรารถนาดี ไม่มีการยึดถือว่าเป็นบิดามารดาญาติพี่น้องเพื่อนฝูงแต่อย่างใด ถึงแม้ต้องจากกันไปก็ไม่มีความเดือดร้อนใจ จึงมีสภาพเป็นเมตตาแท้ (๒) เมตตาที่เจือด้วยความรักใคร่ ความปรารถนาดี โดยยึดถือว่าเป็นบิดามารดา สามี ภรรยา ญาติพี่น้อง เพื่อนฝูง ที่มีความผูกพันแยกกันไม่ได้ เป็นความรักใคร่ชื่นชมผูกพันไว้ด้วยอำนาจตัณหา เป็นเมตตาเทียม

การแผ่เมตตาตามที่กล่าวแล้วนี้ เป็นไปกับบุคคลที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับจิตใจของตนโดยตรง ทำให้เมตตาเกิดขึ้นโดยง่ายแต่ถึงกระนั้นก็ยังเป็นการยากลำบาก สำหรับผู้ที่เจริญเมตตานี้ เพราะวิธีแผ่เมตตานี้มิใช่แบบบริกรรมท่องจำ แต่จะต้องระลึกถึงด้วยใจของตน แล้วจึงทำการแผ่ไป

---

<sup>๓</sup>พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), **พรหมวิหาร**, แปลโดย พระคันธะสาราภังค์ (สมลักษณ์ คนธสาโร), พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๑๔.

ดังนั้น จิตใจของผู้แผ่เมตตาจะต้องประกอบด้วย ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา อย่างมั่นคง จึงจะแผ่ตามหลักการนี้ได้ อย่างไรก็ตามผู้ที่เจริญเมตตาจะต้องทำการแผ่ตามหลักการนี้ก่อน จนกว่าจะได้สำเร็จสัมผัสเมตตา (การรวมแดน)<sup>๔</sup> เมื่อสำเร็จสัมผัสเมตตาแล้ว ก็พยายามเจริญเมตตาภาวนาต่อไปตามแบบบิรกรรม โดยเจาะจงบุคคล และไม่เจาะจงบุคคล

การปฏิบัติ เมตตาเจโตวิมุตติแผ่ไปโดยไม่เจาะจงก็มี เมตตาเจโตวิมุตติแผ่ไปโดยเจาะจงก็มี เมตตาเจโตวิมุตติแผ่ไปสู่ทิศทั้งหลาย และเข้าถึงสมาธิในระดับเมตตาเจโตวิมุตติ<sup>๕</sup> ที่บุคคลเสพแล้วเจริญแล้วทำให้มากแล้วทำให้เป็นดุจยานพาหนะแล้ว ทำให้เป็นที่ตั้งแล้ว ให้ตั้งมั่นแล้ว สังขมแล้วปรารภดีแล้วพึงหวังอันสูงส่ง ๑๑ ประการ<sup>๖</sup> คือ หลับเป็นสุข เป็นต้น

ส่วนที่เป็นเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ในพุทธศาสนา ได้แก่ คำสอนให้ประพฤติปฏิบัติตนเพื่อประโยชน์สูงสุดบรรลุถึงวิมุตติ<sup>๗</sup> คือ ความหลุดพ้นจากทุกข์โดยสิ้นเชิง มีพระนิพพานเป็นเป้าหมาย และเป็นอุดมคติสูงสุดของมนุษย์ในพุทธศาสนา อันเป็นเป้าหมายสุดท้ายของชีวิตเป็นที่พึงแท้จริงเป็นสิ่งที่หลุดพ้น ไม่ต้องกลับมาทำเรบอีกต่อไป และเป็นความจริงแท้ที่มนุษย์ทุกชีวิตต้องการมากที่สุด แสวงหาวิธีหลักการประพฤติปฏิบัติตน เพื่อประโยชน์สูงสุดบรรลุถึงวิมุตติ การบรรลุธรรม คือ การเห็นแจ้งด้วยปัญญาประจักษ์ในรูปนามที่ปรากฏจนคลาย อุปาทานอารมณ์ทั้งปวงตามลำดับขั้นเข้าถึง มรรค ผล นิพพาน สำเร็จเป็นพระอริยบุคคลแบ่งตามมรรคผลที่ได้ประหาณสังโยชน์แล้ว เป็น ๔ ระดับ คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ การบรรลุธรรมแบ่งตามวิธีแห่งการหลุดพ้น ๗ ประเภท คือ ๑) อุภโตภาควิมุตติ (ผู้หลุดทั้งสองส่วน) ๒) ปัญญาวิมุตติ (ผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา) ๓. กายสักขี (ผู้เป็นพยานในนามกายด้วยกาย) ๔) ทิฏฐิปัตตะ (ผู้บรรลุสัมมาทิฏฐิ) ๕) สัทธาวิมุตติ (ผู้หลุดพ้นด้วยศรัทธา) ๖) อัมมานุสारी (ผู้เล่นไปตามธรรม) ๗) สัทธานุสारी (ผู้เล่นไปตามศรัทธา) ในคัมภีร์มหาภูิกถาอธิบายว่าผู้ไม่ได้วิโมกข์<sup>๘</sup> เมื่อตั้งอยู่แล้วในโสดาปัตติมรรค เป็นสัทธานุสारी หรืออัมมานุสारी ต่อจากนั้นเป็นสัทธาวิมุตติ หรือ

<sup>๔</sup> เรื่องเดียวกัน หน้า ๑๑๔.

<sup>๕</sup> วิ.ป. (ไทย) ๘/๓๓๑/๔๙๔.

<sup>๖</sup> ดูรายละเอียดใน อัง.เอกทสก. (ไทย) ๒๔/๑๕/๒๘๔-๒๘๕.

<sup>๗</sup> ม.มู. (ไทย) ๑๒/๓๑๒/๓๔๘.

<sup>๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๒๙/๗๕.

ทวิปฏิปัตตะ จนได้สำเร็จจอร์หัตผลจึงเป็นอริยบุคคลประเภท ปัญญาวิมุตติ ส่วนผู้ได้วิโมกข์ ๘ เมื่อตั้งอยู่แล้วในโสดาปัตติมรรค เป็นสัทธานุสारी หรือ อัมมานุสारी ต่อจากนั้นเป็นกายสักขี เมื่อสำเร็จจอร์หัตผลจึงเป็นอริยบุคคลประเภท อุภโตภาควิมุตติ

แนวทางการปฏิบัติกรรมฐานเพื่อการบรรลุธรรม ที่มีในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรคว่า การเจริญธรรมเป็นคู่ มี ๔ แนวทาง คือ ๑) การเจริญวิปัสสนามีสมณะนำหน้า หรือเรียกว่า สมณุปพพังคมวิปัสสนา ๒) การเจริญสมณะมีวิปัสสนาหน้า เรียกว่า วิปัสสนาปุพพังคมสมณภาวนา ๓) การเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่กันไป เรียกว่า ยุคัณทณัย ๔) การเจริญวิปัสสนามีใจถูกอุทัจจะในธรรมกันไว้ หรือเรียกว่า อัมมูทัจจวิคคหิตมานัส ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยให้ความสำคัญการเจริญวิปัสสนาแบบสมณุปพพังคมนัย เป็นการเจริญวิปัสสนามีสมณะนำหน้า เรียกว่า สมณุปพพังคมวิปัสสนา เมื่อเจริญวิปัสสนาอันมีสมณะนำหน้าอยู่มรรคย่อมเกิดขึ้น เมื่อมรรคเกิดขึ้นแล้วเสพคุณเจริญทำให้มาก ซึ่งมรรคนั้นสังโยชน์ทั้งหลายย่อมถูกละได้อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นไป การปฏิบัติวิธีนี้ผู้ปฏิบัติทำสมณะ คือ การทำสมาธิให้เกิดขึ้นก่อน จะเป็นอุปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิก็ได้ จากนั้นจึงพิจารณาสมณะหรือสมาธินั้น (ไม่ว่าจะเป็นอุปจารสมาธิหรือฌานสมาบัติขั้นใดก็ตาม) กับธรรมอื่น ๆ ทั้งหลายที่ประกอบรวมกับสมาธินั้นให้เห็นสภาวะที่เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จนอริยมรรคเกิดขึ้น

การศึกษาการเจริญเมตตาควบคู่ไปกับการเจริญวิปัสสนา เมื่อเจริญเมตตาภาวนาจนบรรลุฌานแล้ว ใช้ฌานเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนาต่อไปจนบรรลุขั้นต่าง ๆ โดยลำดับ ตัวอย่างเช่น ในเรื่องอุตตราอุบาสิกา นางอุตตราเห็นนางสิริมาเดินมา จึงแผ่เมตตาไปถึงนางว่า “หญิงสหายของเราทำอุปการะแก่เรามาก จักรวาลก็แคบเกินไป พรหมโลกก็ตื้นลึก ส่วนคุณของหญิงสหายเราใหญ่มาก ก็เราอาศัยนางนั้นจึงได้ถวายทานและฟังธรรม ถ้าเรามีความโกรธเหนือนางสิริมานั้นเนยใสนี้จลวกเราเถิด ถ้าไม่มีอย่าลวกเลย”<sup>๔</sup> เนยใสซึ่งเดือดพล่านที่นางสิริมานั้นรดลงเปื้องบนนางอุตตรานั้น ได้เป็นเหมือนน้ำเย็น แม้จะยังไม่ได้บรรลุหรือหัตผลก็อาจบรรลุอนาคามีมรรค อนาคามีผล เป็นพระอนาคามีบุคคลได้ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค กล่าวว่า ขณะที่ผู้ปฏิบัติกำลังเจริญเมตตาภาวนาถึงขั้นสัมผัสเมทแล้ว จะมีนิมิตปรากฏขึ้นเป็นเครื่องหมายแสดงว่า ผู้ปฏิบัติได้

<sup>๔</sup> พ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๓/๔๔๒-๔๔๔.

บรรลุปุจฉาสมาธิ เมื่อบรรลุปุจฉาสมาธิแล้วพึงน้อมจิตไปในนิมิตนั้นหลาย ๆ ครั้งก็บรรลุปุจฉาสมาธิ และอัปปนาสมาธิ นี่ที่จริง คือ ฌาน ๓ อันได้แก่ ปฐมฌานฌานที่ ๑ ทุตติยฌานฌานที่ ๒ และตุตติยฌานฌานที่ ๓ ที่พึงบรรลุดีตามลำดับ

การเจริญวิปัสสนากระทำได้โดยการเข้าเมตตาฌานก่อน เมื่อออกจากเมตตาฌาน<sup>๑๐</sup> แล้วให้เจริญวิปัสสนาพิจารณาองค์ฌาน การเข้าฌานสลับไปกับการพิจารณาองค์ฌานนี้ เป็นการเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป เรียกว่า ยุคันทณัย วิธีนี้ไม่ต่างกัน มีเพียงผู้เจริญวิปัสสนาโดยกำหนดรู้การเห็น การได้ยิน การถูกต้องสัมผัส หรือการคิดนึก ที่ปรากฏอยู่ปัจจุบันขณะผู้ที่เข้าเมตตาฌานเมื่อออกจากฌานแล้ว จะต้องกำหนดรู้ฌานจิตที่เพ็งดับไปเช่นกัน ที่ต่างกันก็มีเพียงผู้ที่ได้ฌานจะกำหนดรู้ฌานจิต ส่วนผู้ที่ไม่ได้ฌาน กำหนดรู้จิตที่รู้สภาวะเห็น ได้ยิน เป็นต้น ผู้ปฏิบัติที่ไม่ได้ฌาน พึงเจริญยุคันทวิปัสสนา วิธีนี้เป็นการเจริญสมถะ และวิปัสสนาควบคู่กันไป อันเป็นวิธีฝึกจิตให้หลุดพ้นจากอัสวะกิเลส ซึ่งเป็นเหตุแห่งทุกข์ และนำมาซึ่งสันติสุขอย่างแท้จริง เพราะจิตนั้นเป็นเหตุให้เกิดความสุข และทุกข์ไผ่ไปในอารมณ์ตามที่ใครที่ชอบที่ต้องการนั้น ๆ เมื่อจิตฝึกได้ แล้วควบคุมได้จากการฝึกฝนอย่างมั่นคงดีแล้วยังจิตให้พบความสุขที่แท้จริง

การบรรลุธรรม การปฏิบัติธรรมของพระอริยสาวก เพื่อเข้าสู่กระแสแห่งมรรค ผล นิพพานนั้น แบ่งออกเป็น ๓ ส่วน คือ ๑) สมถะ ๒) วิปัสสนา ๓) สมถะและวิปัสสนา มีพุทธพจน์ว่า “ธรรมที่ทำให้ถึงอสังขตะ (นิพพาน) นั่นคือ สมถะและวิปัสสนา”<sup>๑๑</sup> เจโตวิมุตติ หมายถึง สมาธิที่สัมปยุตด้วยอรหัตตผล พ้นจากราคะ มีสมถกัมมัฏฐานเป็นพื้นฐาน ปัญญาวิมุตติ หมายถึง ปัญญาที่สละสลวยด้วยอรหัตตผลนั้นหลุดพ้นด้วยวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นพื้นฐาน<sup>๑๒</sup> พระอรหันต์สาวกบรรลุธรรมได้ โดยนำเอาเมตตาภาวนาเป็นบาทฐาน ยกขึ้นสู่วิปัสสนา คือ เห็นไตรลักษณ์ด้วยวิปัสสนาปัญญา ที่สุดหลุดพ้นเป็นพระอรหันต์ได้ เช่น พระสุภูติเถระ<sup>๑๓</sup> พระเรวตเถระ เป็นต้น ยังได้นำเอาหลักของพระกรรมฐานที่พระพุทธองค์สั่งสอน คือ การทำจิตใจ

<sup>๑๐</sup>วิ.ป. (ไทย) ๘/๓๓๑/๔๙๔.

<sup>๑๑</sup>ส.ส. (ไทย) ๑๘/๓๓๗/๔๕๓.

<sup>๑๒</sup>อง.เอกก. (ไทย) ๒๐/๘๘/๑๐๗.

<sup>๑๓</sup>อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๔/๔๒๐.

ให้สงบเป็นสมาธิต่อจากนั้นก็ยกสรีรวิปัสสนา อันเป็นหนทางให้เกิดปัญญาหลุดพ้นออกจากทุกข์ เข้าถึงพระนิพพานได้

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในเรื่อง เมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรม เพื่อศึกษาการบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรม ซึ่งการศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรมนั้นเป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐานได้อย่างถูกต้อง เพื่อให้บรรลุถึงจุดสูงสุดของพระพุทธศาสนา อันเป็นประโยชน์แก่อกุลแก่พระพุทธศาสนาสืบต่อไป

## ๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาการบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรม

## ๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ การบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ การเจริญเมตตาเจโตวิมุตติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๓ การเจริญเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรมมีเนื้อหาอย่างไร

## ๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) เกี่ยวกับเนื้อหา และการบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และหลักธรรมการเจริญเมตตาเจโตวิมุตติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรม ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส หนังสือ เอกสาร ตำรา ผลงานทางวิชาการและรายงานการวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

### ๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ศึกษาเนื้อหาการบรรลุลหกรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท หลักธรรมการเจริญเมตตา เจโตวิมุตติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุลหกรรม โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ คัมภีร์พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาภาษาไทย แปล ชุด ๙๑ เล่ม ฉบับมหาวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๔๑ อรรถกถา ฎีกาและปกรณ์วิเสสอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น คัมภีร์ วิสุทธิมรรค เป็นต้น แล้วนำมา สรุป เรียบเรียง นำเสนอแบบบรรยายเชิงพรรณนา

#### ๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการศึกษา

ศึกษาหลักธรรมเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุลหกรรม ตามหลัก คัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท โดยการศึกษาข้อมูลจาก คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ คัมภีร์พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาภาษาไทย แปล ชุด ๙๑ เล่ม ฉบับมหาวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๔๑ อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นต้น ตลอดจนหนังสือ เอกสาร ตำรา ผลงานทางวิชาการและรายงานการวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง มีหนังสือ “วิธีเจริญมหาสติปัฏฐาน เล่ม ๒ (ผลของการปฏิบัติ)” โดย พระกัมมัญฐานาจารย์ะ สยาดอภักทันทวิโรจนะ เป็นต้น แล้วนำมาสรุป เรียบเรียง นำเสนอแบบบรรยายเชิงพรรณนา

#### ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ให้นิยามศัพท์เฉพาะ ไว้ดังนี้

**เมตตาภาวนา** หมายถึง การพัฒนาจิตด้วยการแผ่ความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น หรือ ในขณะที่เรามีความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่นมีความสุข ก็นับได้ว่าเป็นการเจริญเมตตาภาวนา เช่นเดียวกัน

**การบรรลุลหกรรม** หมายถึง การรู้แจ้งในอริยสัจ ๔ ตามลำดับโลกุตตรธรรม ๙ ประการ คือ มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ เรียกว่าพระอริยบุคคล ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์

**สมถภาวนา** หมายถึง การเจริญสมถกัมมัญฐานทำจิตให้แน่วแน่เป็นสมาธิ

**วิปัสสนาภาวนา** หมายถึง การฝึกฝนอบรมตนเอง โดยมีสติกำหนดรู้ปัจจุบันอารมณ์ คือ รูปนาม ตามหลักโพธิปักขิยธรรม เพื่อให้เกิดปัญญาญาณรู้แจ้งตามความเป็นจริงคือ วิปัสสนา ญาณไปตามลำดับ ตั้งแต่นามรูปปริเฉทญาณจนถึงปัจจุเวกชนญาณ หลุดพ้นจากอำนาจครอบงำของกิเลสและกระทำให้งั่งซึ่งพระนิพพานในที่สุด

**เจโตวิมุตติ** หมายถึง ผู้หลุดพ้นจากราคะ โทสะ โมหะ ด้วยอำนาจการฝึกจิต อันเป็นผลเกิดจากสมาธิ ปัญญาวิมุตติ หมายถึง ผู้หลุดพ้นจากอวิชชา ด้วยอำนาจแห่งปัญญา

**บาทฐาน** หมายถึง คุณเป็นเครื่องสนับสนุน หรือคุณอันอุดหนุนกันให้สูงขึ้น

**สภาวะ** หมายถึง ความเป็นเอง สิ่งที่เป็นเอง ธรรมดา เป็นสภาวะทุกซ์ อันเป็นทุกซ์ที่เป็นเองตามคติแห่งธรรมดา ได้แก่ ทุกซ์ประจำสังขารมีชาติ เป็นต้น

## ๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยนี้ ได้ทบทวนวรรณกรรม เอกสาร ตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนา รวมทั้งงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

### ๑.๖.๑ คัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑. คัมภีร์พระไตรปิฎก ที่แสดงเกี่ยวกับเมตตาเจโตวิมุตติ ใช้คัมภีร์พระไตรปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๙ ซึ่งแสดงเมตตาเจโตวิมุตติ ไว้หลายแห่ง เช่น

พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค เล่ม ๑๑ ข้อ ๓๒๖ หน้า ๓๒๕ ว่าภิกษุได้เจริญเมตตาเจโตวิมุตติแล้ว ทำให้มากแล้ว ทำให้เป็นดุจยานแล้ว ทำให้เป็นที่ตั้งแล้ว ให้ตั้งมั่นแล้ว สังสมแล้ว ปรารภดีแล้ว แต่พยาบาลก็ยังครอบงำจิตของภิกษุนั้นอยู่ ข้อนั้นเป็นไปไม่ได้เลย เพราะเมตตาเจโตวิมุตตินี้เป็นธาตุที่สลัดพยาบาล

พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย นิทานวรรค เล่ม ๑๖ ข้อ ๒๒๖ หน้า ๓๑๕ ว่าภิกษุทั้งหลาย บุคคลใดพึงให้ทานประมาณ ๑๐๐ หม้อใหญ่ในเวลาเช้า เที่ยง เย็น บุคคลใดพึงเจริญเมตตาจิตในเวลาเช้า เที่ยง เย็น อย่างน้อยเพียงขณะการหยदन้ามนโค การเจริญเมตตาจิตนี้มีผลมากกว่าทานที่บุคคลให้แล้ว ๓ ครั้ง ในวันหนึ่งนั้น ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนั้น เธอทั้งหลายพึง



ศึกษาอย่างนี้ว่า เราทั้งหลายจัก เจริญเมตตาเจโตวิมุตติ จักทำให้มาก ทำให้เป็นดุจยาน ทำให้เป็นที่ตั้ง ทำให้ตั้งมั่น สัมสม ปรารภดี

พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค เล่ม ๙ ข้อ ๕๕๖ หน้า ๒๔๔ - ๒๔๕ ว่าภิกษุ นั้นมีเมตตาจิตแผ่ไปตลอดทิศที่ ๑ ทิศที่ ๒ ทิศที่ ๓ ทิศที่ ๔ ทิศเบื้องบน ทิศเบื้องล่าง ทิศเฉียงแผ่ไปตลอดโลกทั่วทุกหมู่เหล่าในที่ทุกสถาน ด้วยเมตตาจิต อันไพบุลย์ เป็นมหัคคะ ไม่มีขอบเขตไม่มี เหว ไม่มีขอบเขตไม่มีอยู่ วาเสฏฐะ กรรมที่ทำพอประมาณในเมตตาเจโตวิมุตติที่บุคคลอบรม แล้ว อย่างนี้จะไม่เหลืออยู่ในรูปาวจร และรูปาวจร เปรียบเหมือนคนเป่าสังข์ผู้แข็งแรงพึงให้ผู้อื่น ได้ยินตลอดทั้ง ๔ ทิศได้โดยไม่ยาก วาเสฏฐะ นี้แลเป็นทางไปเพื่อความเป็น ผู้อยู่ร่วมกับพรหม

พระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ เล่ม ๓๕ ข้อ ๖๙๗ หน้า ๔๔๐ ว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญ รูปาวจรฌานที่เป็นกิริยา ไม่เป็นกุศล ไม่เป็นอกุศล และไม่เป็นวิบากของกรรม เป็นเพียงธรรม เครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน เพราะวิตกวิจารณ์สงบระงับไปแล้ว ฯลฯ บรรลุนิพพาน ฯลฯ บรรลุนิพพาน ฯลฯ บรรลุนิพพาน ฯลฯ บรรลุนิพพานที่สหคตด้วยเมตตา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ความรักใคร่ กิริยาที่รักใคร่ ภาวะที่รักใคร่ เมตตาเจโตวิมุตติ นี้เรียกว่า เมตตาสภาวะธรรมที่เหลือชื่อว่าสัมปยุตด้วยเมตตา เป็นต้น

๒. คัมภีร์อรรถกถา ที่แสดงเกี่ยวกับเมตตาเจโตวิมุตติ ใช้คัมภีร์พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาภาษาไทย แปล ชุด ๙๑ เล่ม ฉบับมหาวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๔๑ ซึ่งแสดงเมตตาเจโตวิมุตติไว้ใน พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก เล่ม ๒ ภาค ๑ ข้อ ๒๑ หน้า ๓๒ ว่าด้วยเมตตาแผ่ไปสู่ทิศหนึ่ง อยู่ทิศที่ ๒ ที่ ๓ ที่ ๔ เหมือนกันเธอมีใจประกอบไปด้วยเมตตาอันไพบุลย์ เป็นมหัคคะ ไม่มีประมาณ ไม่มีเหว ไม่มีความเบียดเบียน แผ่ไปทั้งเบื้องบน เบื้องล่าง เบื้องขวา ตลอดโลกทั่วสัตว์ทุกเหล่า โดยความมีตนทั่วไป ในที่ทุกสถานอยู่ด้วยประการฉะนี้ เธอพิจารณาอยู่อย่างนี้ ย่อมรู้ชัดว่า แม้เมตตาเจโตวิมุตตินี้ อันเหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้นก่อสร้างขึ้น สิ่งใดสิ่งหนึ่งอัน เหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้น ก่อสร้างขึ้น สิ่งนั้นไม่เที่ยง มีความดับไปเป็นธรรมดา ดังนี้เธอดังอยู่ในเมตตาเจโตวิมุตตินั้น ย่อมถึงความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย ถ้าไม่ถึงความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย เพราะความยินดีเพลิดเพลินในธรรม คือสมณะและวิปัสสนานั้น

๓. คัมภีร์วิสุทธิมรรค ที่ได้แสดงเมตตาเจโตวิมุตติในพรหมวิหาร ๔ อย่าง คือเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขานั้น ในระหว่างอนุสสติกัมมัฏฐานที่แสดงไว้แล้ว เมื่อโยคีบุคคลผู้แรกเริ่ม ทำกัมมัฏฐานประสงค์จะเจริญเมตตาพรหมวิหารข้อแรก ให้บังเกิดมีขึ้นในจิตสันดานของตน เบื้องต้น ต้องตัดปถิโพธิ คือความกังวล ๑๐ ประการ ให้สิ้นห้วงเสียก่อน ครั้นแล้วจึงไปเรียนเอาวิธี เจริญเมตตาก็มีกัมมัฏฐานในสำนักของอาจารย์ ให้เป็นที่เข้าใจพอใจที่จะนำไปปฏิบัติให้ถูกต้องได้ ลำดับนั้นพึงไปนั่งขัดสมาธิอย่างสบาย ณ อาสนะซึ่งได้เตรียมไว้ล่วงหน้าตรงที่อันสงัดปราศจาก เสียงรบกวน และไม่มีคนพลุกพล่านไปมา โดยเอกเทศแห่งใดแห่งหนึ่ง ประการแรกจงพิจารณาให้เห็นโทษของความโกรธ และอาณิสสของขันธอย่างเด่นชัดเสียก่อน<sup>๑๔</sup>

### ๑.๖.๒ ตำราวิชาการพระพุทธศาสนา

๑. พระพุทธโฆสเถระ, ได้กล่าวถึง อรหัตตมรรคญาณ ไว้ใน คัมภีร์วิสุทธิมรรค สรุป ความว่า พระอนาคามีอริยสาวกนั้น ครั้นสำรวจทบทวนดูโดยอาการดังกล่าวแล้ว ยังนั่งอยู่ใน อาสนะนั้นนั่นเอง หรือในสมัยต่อมา ทำโยคะเพื่อบรรลุมิที่ ๔ เพื่อละ (สังโยชน์ส่วนบนอีก ๕ คือ) รูปราคะ ๑ อรูปราคะ ๑ มานะ ๑ อุทธัจจะ ๑ อวิชชา ๑ โดยไม่เหลือเลย พระอริยสาวกนั้นจึง ชุมนุมอินทรีย์ พละ และโพชฌงค์ ทำให้สม่ำเสมอแล้วบดขยี้สังขารนั้นนั้นแหล่ด้วยญาณ กำหนดรู้ว่า “ไม่แท้เป็นทุกข์เป็นอนัตตา” ทบทวนไปมา หยั่งลงสู่วิถีของวิปัสสนาญาณ (อีกครั้ง) เมื่อท่านพระอริยสาวกนั้นปฏิบัติโดยอาการอย่างนี้แล้ว ครั้นอนุโลมญาณ และโคตรภูญาณเกิดขึ้น โดยอาวัชชนะเดียวกัน ในตอนท้ายของสังขารูปกชาญาณ โดยนัยดังกล่าวมาแล้วนั้นแล พระอรหัตตมรรคเกิดขึ้นในลำดับโคตรภูญาณ<sup>๑๕</sup>

๒. พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้กล่าวถึงหลักการเจริญเมตตาภาวนา ไว้ใน หนังสือเรื่อง “พรหมวิหาร” สรุปความว่า การเจริญเมตตาภาวนามีวัตถุประสงค์ เพื่อทำให้ บริสุทธิ์จากโทสะ โดยการพิจารณาถึงโทษของโทสะ และคุณของความอดทน การเจริญเมตตา

<sup>๑๔</sup> พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๔๘๑.

<sup>๑๕</sup> พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า ๑๑๔๐.

ภาวนามี ๒ อย่าง คือ เพื่อบำเพ็ญบุญบารมี และเพื่อให้เกิดมานสมาธิ คัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้อธิบายวิธีการเจริญเมตตาภาวนา เพื่อให้เกิดมานสมาธิไว้อย่างละเอียด ในการเจริญเมตตาภาวนานั้นผู้ปฏิบัติพึงน้อมใจในมวลมนุษย์ หรือสัตว์โลกทั้งหมด ทั้งที่กำลังพบเห็น ได้ยิน และที่เห็นได้ด้วยใจ ควรแผ่ความปรารถนาดีไปยังสัตว์ทั้งหมดเหล่านั้น ตามที่ตรัสไว้ในพระสูตร และอรรถกถา<sup>๑๖</sup>

๓. สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) แสดงทัศนะเกี่ยวกับหลักการปฏิบัติในหนังสือเรื่อง “อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า”<sup>๑๗</sup> สรุปความได้ว่าการยังเห็นด้วยอรรถัตตมรรคญาณและอรรถัตตผล ผู้ที่ต้องการบรรลุมรรคผลลำดับที่ ๔ ควรกำหนดระยะเวลาตัดเฉื่อยในการเข้าผลสมาบัติ และอธิฐานว่าขอให้คุณธรรมพิเศษ คือมรรคผลขั้นสูงที่เรายังมีได้บรรลุจงปรากฏ ขอจงยังเห็นมรรคผลขั้นสูงเถิด แล้วกำหนดรู้สภาวะธรรมกายและใจในปัจจุบันขณะตามปกติ ไม่ต้องเพียรปฏิบัติเป็นพิเศษ เพราะในมหาสติปัฏฐานสูตรได้กล่าวว่า สติเป็นทางสายเดียวแห่งการหลุดพ้น (เอกายโน) เขาย่อมบรรลุวิปัสสนาญาณต่าง ๆ มีอุทยัพพญาณเป็นต้นย่อมเกิดขึ้นตามลำดับแล้ว ไม่นานนักก็บรรลุถึงสังขารูปกขาญาณ ถ้ากำลังสมาธิและปัญญายังไม่แก่กล้าก็จะดำรงอยู่ในญาณนั้น ถ้ากำลังดังกล่าวแก่กล้าแล้วย่อมบรรลุนิพพานที่ดับสังขารได้เหมือนก่อน แล้วบรรลุอรหัตตมรรคญาณและอรรถัตตผลลำดับที่ ๔

๔. พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร) ได้อธิบายเกี่ยวกับการเจริญเจโตวิมุตติอรหัตต์ไว้ในวรรณกรรมไทย เรื่อง “วิมุตติรัตนมาลี” สรุปความได้ว่า พระเจโตวิมุตติอรหัตต์ ได้แก่ ท่านที่เคยบำเพ็ญ สมถกรรมฐาน บรรลุฌานสมาบัติอันจัดเป็น วิกขัมภณวิมุตติมาก่อนแล้ว ภายหลังได้เจริญวิปัสสนาภาวนา จนได้บรรลุพระอรหัตผลอันเป็น ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ แต่ว่าเมื่อพระอรหัตมรรคญาณอันเป็น สมุจเฉทวิมุตติจักอุบัติผุดขึ้นในขันธสันดาน ฉับพลันนั้นฌานสมาบัติก็อุบัติผุดขึ้นด้วยในขณะเดียวกันเอง ด้วยอำนาจแห่งบุพพการของท่านเช่นนี้ จัดเป็นฌานลาภบุคคล และอภิญญา

<sup>๑๖</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **พรหมวิหาร**, แปลโดย พระคันธะสาราภังค์ (สมลักษณ์ คุนธสาโร), หน้า ๒๑.

<sup>๑๗</sup> สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) , **อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๒๐๓.

ลาภบุคคล คือได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ผู้ทรงไว้ซึ่งฉันท และอภิญญา มีคุณวิเศษในการสำแดงฤทธิ์ต่าง ๆ ได้ ผิดมนุษย์ธรรมดาสามัญ<sup>๑๘</sup>

๕. พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงผู้บรรลุธรรมด้วยปฏิสัมภิทา ๔ ไว้ในหนังสือ “พุทธธรรม ฉบับขยายความ” สรุปความว่า<sup>๑๙</sup> พระอุกโตภาควิมุต แปลว่า ผู้หลุดพ้นโดยส่วนทั้งสองคือ หลุดพ้นจากรูปกายด้วย อรูปสมาบัติ และหลุดพ้นจากนามกาย ด้วยอริยมรรค เป็นการหลุดพ้น ๒ วาระ คือ วิกขัมภนะ (ข่มกิเลสไว้ด้วยกำลังสมาธิของฉันท) หนหนึ่ง และด้วยสมุจเฉท (ตัดกิเลสถอนรากเหง้าด้วยปัญญา) อีกหนหนึ่งจำแนกได้ ดังนี้

๑) พระอุกโตภาควิมุตติ คือพระอรหันต์ผู้ได้สมณะถึงอรุณอย่างน้อยหนึ่งขั้น แต่ไม่ได้โลกียวิชา โลกียอภิญญา

๒) พระเตวิชชะ พระอรหันต์ผู้ได้วิชา ๓ คือ พระอุกโตภาควิมุตติ ผู้ได้วิชา ๓ คือ ปุพเพนิวาสานุสติญาณ จุตูปปาตญาณ และอาสวักขยญาณ

๓) พระฉฬภิญโญ พระอรหันต์ผู้ได้อภิญญา ๖ คือพระอุกโตภาควิมุตตินั้น ผู้ได้อภิญญา ๖

๔) พระปฏิสัมภิทัปปัตตะ พระอรหันต์อุกโตภาควิมุตติผู้บรรลุปฏิสัมภิทา ๔

๖. พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี) ได้แสดงทัศนะเกี่ยวกับเจโตวิมุตติ ไว้ในหนังสือ “ประกอบการบรรยายหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขา วิปัสสนาภาวนา รายวิชา สติปัฏฐานภาวนา” สรุปความได้ว่า เจโตวิมุตติ คือ ความความบริสุทธิ์หมดจดแห่งจิต ซึ่งหลุดพ้นจากเครื่องผูกมัดทั้งปวง เป็นสมาธิในอหัตผล ผู้เจริญสมณะเพื่อให้เกิดการเจริญวิปัสสนา เมื่อบรรลุอรหัตผลก็ชื่อว่า อุกโตภาควิมุตติ คือผู้หลุดพ้นสองส่วน หมายถึงท่านผู้หลุดพ้นจากรูปกายด้วยอรูปสมาบัติ และหลุดพ้นจากนามกายด้วยอริยมรรค ได้แก่ พระอรหันต์ผู้บำเพ็ญสมณกัมมัฏฐาน ได้สัมผัสวิโมกข์ ๘ คือ ฉานสมาบัติ และนิโรธสมาบัติ ด้วยนามกาย ท่านย่อมได้

<sup>๑๘</sup> พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร), **วิมุตติรัตนมาลี**, (กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์ มิตรสยาม, ๒๕๓๙), หน้า ๘๓๙.

<sup>๑๙</sup> ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๔๑๙.

เจโตวิมุตติ ขึ้นอุปสมบาติ และสิ้นอาสวะเพราะเห็นด้วยปัญญาเป็นพระอรหันต์ผู้ได้ ปัญญาวิมุตติ  
ดังนั้น พระอรหันต์อุกโตภาควิมุตติย่อมได้ทั้ง เจโตวิมุตติ และปัญญาวิมุตติ<sup>๒๐</sup>

### ๑.๖.๓ เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑. พระครูสมุห์ประเสริฐ จารุณโม (ใหญ่มีศักดิ์) ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาอัปปมัญญา ๔ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน” สรุปความได้ว่า ผู้ปฏิบัติสามารถนำหลักการเจริญอัปปมัญญา ๔ เป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนาวิปัสสนาพุทฺธังคสมถภาวนา จนจิตสงบนิ่งในระดับหนึ่งก่อนถอนจิตออกจากความสงบนั้นยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา โดยพิจารณารูปนามขั้น ๕ เป็นอารมณ์ ในการกำหนดในช่วง ๒ เดือนแรก ทุกบัลลังก์จะเริ่มต้นเน้นหนัก ด้วยการเจริญอัปปมัญญา ๔ ก่อนจนเกิดสมาธิถึงสงบเหมือนอยู่คนเดียวในโลก ไม่รับรู้สิ่งที่มากระทบ หรือจะรับรู้ก็ไม่รำคาญ ไม่โกรธ แม้จะมีเสียงดังที่เกิดจากการก่อสร้าง บางบัลลังก์ก็ปล่อยให้อยู่ในความสงบเป็นเวลานาน ๆ หลายชั่วโมง<sup>๒๑</sup>

๒. พระมหาสุทธิชัย จิตขโย (ถาวรศีล) ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเชิงวิเคราะห์พรหมวิหาร ๔ ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา” สรุปความได้ว่า ประโยชน์ของพรหมวิหาร ๔ ประโยชน์สูงสุดคือ ระดับที่สิ้นกิเลสตัณหา ไม่มีความยึดมั่นถือมั่น เป็นพรหมวิหารที่สะอาดบริสุทธิ์อย่างยิ่ง อยู่เหนือโลกกล่าวคือ ผู้ปฏิบัติพากเพียรพยายามหมั่นเจริญพรหมวิหาร จนสามารถทำฌานให้บังเกิดขึ้นได้แล้ว ไม่หยุดอยู่เพียงขั้นสมถกรรมฐาน ทำฌานนั้นให้เป็นบาทแห่งวิปัสสนา เจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยยกขึ้นสู่พระไตรลักษณ์ เมื่อปฏิบัติอยู่ในแนวทางแห่งวิปัสสนากรรมฐาน โดยการปฏิบัติธรรมตามสมควรแก่ธรรมแล้ว ย่อมสามารถบรรลุถึงขั้นสูงสุด ที่เรียกว่า เมตตาเจโตวิมุตติ กรุณาเจโตวิมุตติ มุทิตาเจโตวิมุตติ และอุเบกขาเจโตวิมุตติ ดังนั้นการประพาสปฏิบัติพรหมวิหาร ๔ ตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนานั้นจึงแบ่งออกได้เป็น ๒ ระดับ คือ (๑) ระดับโลกียะ

<sup>๒๐</sup> พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี), “สติปัฏฐานภาวนา”, เอกสารประกอบการสอนรายวิชาหลักสูตรพุทธศาสนาพุทธศาสนธรรมมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๔๘๕.

<sup>๒๑</sup> พระครูสมุห์ประเสริฐ จารุณโม (ใหญ่มีศักดิ์) ศึกษาเรื่อง “ศึกษาอัปปมัญญา ๔ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน” วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), บทคัดย่อ.

ได้แก่ การประพฤติปฏิบัติในระดับที่ยังเจือด้วยกิเลสตัณหาที่มีความเห็นแก่ตัวมีความยึดมั่นถือมั่นมีขอบเขต ยังไม่บริสุทธิ์ควรพัฒนาไปสู่ระดับสูงต่อไป (๒) ระดับโลกุตตระ ได้แก่ ระดับที่หมดกิเลสตัณหา ไม่มีความเห็นแก่ตัว ไม่มีขอบเขต เป็นพรหมวิหารที่บริสุทธิ์อย่างยิ่ง อยู่เหนือโลก ได้แก่ พรหมวิหารของพระพุทธเจ้า และพระอรหันต์ทั้งหลาย<sup>๒๒</sup>

๓. พระมหากฤษ ญาณวโร (ใจปลื้มบุญ) ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างฉานและปัญญาในพระพุทธศาสนาเถรวาท” สรุปความได้ว่า การปฏิบัติแนวสมณะ (ฉาน) วิปัสสนา (ปัญญา) ทั้งสองอย่างนี้มีจุดมุ่งหมายเดียวกัน คือ ความหลุดพ้นจากกิเลส แต่การหลุดพ้นจากกิเลสตามแนวการปฏิบัติสมณะ (ฉาน) เป็นเพียงการข่มกิเลสไว้เหมือนกับหินทับหญ้า เมื่อนำหินออกหญ้าก็งอกขึ้นอีก ส่วนความหลุดพ้นจากกิเลสตามแนวการปฏิบัติวิปัสสนา (ปัญญา) เป็นการหลุดพ้นจากกิเลสอย่างสิ้นเชิง<sup>๒๓</sup>

๔. พระมหาสามารถ อธิจิตโต (มนัส) ศึกษาวิจัยเรื่อง “การบรรลุธรรมด้วยการเจริญอานาปานสติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท” สรุปความได้ว่า การบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท คือ การบรรลุ โลกุตตรธรรม ๙ รู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ ในขณะมรรคจิตตามกำลังของมรรค สำเร็จเป็นพระอริยบุคคล ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ โดยปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา เจริญสมณะและวิปัสสนา ตามหลักการเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ การกำหนดรู้รูปและนามให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าดำเนินตามวิปัสสนาวิถีสื่อปฏิบัติสามารถรู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ สามารถละสังโยชน์ และอนุสัยได้ตามกำลังของมรรคบรรลุผลนิพพานสำเร็จเป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนา<sup>๒๔</sup>

<sup>๒๒</sup> พระมหาสุทธิชัย จิตขโย (ถาวรศีล), “ศึกษาเชิงวิเคราะห์พรหมวิหาร ๔ ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา”, *วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), บทคัดย่อ.

<sup>๒๓</sup> พระมหากฤษ ญาณวโร (ใจปลื้มบุญ), “การศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างฉานและปัญญาในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), บทคัดย่อ.

<sup>๒๔</sup> พระมหาสามารถ อธิจิตโต (มนัส), “การบรรลุธรรมด้วยการเจริญอานาปานสติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), บทคัดย่อ.

๕. พระมหาศกดิ์ศรี ปุณฺณธโร (เชื้อข่านาญ) ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างฌานกับญาณในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท” สรุปความได้ว่า ความสัมพันธ์ระหว่างฌานกับญาณในลักษณะ ๔ อย่าง คือ ๑) การเจริญวิปัสสนาภาวนาโดยมีสมถภาวนาเป็นบาทฐานหรือเป็นเครื่องสนับสนุน เรียกว่า สมถปุพฺพังคมวิปัสสนาภาวนา ๒) การเจริญวิปัสสนาเริ่มต้นโดยไม่มีสมถภาวนาสนับสนุน อันหมายถึง ในเบื้องต้นผู้เจริญวิปัสสนาไม่ต้องอาศัยสมาธิระดับอัปปนาสมาธิแต่อาศัยขณิกสมาธิดำเนินการเจริญวิปัสสนาไปจนถึงมรรคผลแล้ว ค่อยย้อนกลับมาเจริญสมถภาวนาในภายหลัง เรียกว่า วิปัสสนาปุพฺพังคมสมถภาวนา ๓) การเจริญวิปัสสนาภาวนาไปพร้อมกันกับสมถภาวนา หมายถึง เข้าสมาบัติถึงไหน ก็พิจารณาสังขารถึงนั้น พิจารณาสังขารถึงไหน ก็เข้าสมาบัติถึงนั้น เรียกว่า ยุคฺคณฺทสมถวิปัสสนาภาวนา ๔) การเจริญภาวนาที่มีการละความฟุ้งซ่านที่เกี่ยวกับสภาวะธรรมออกแล้วเข้าถึงอริยมรรค<sup>๒๕</sup>

๖. พระเด่น กุสฺลจิตฺโต (โหมตวัฒน์) ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักธรรมและการเจริญวิปัสสนาภาวนาในวัฏฏปมสูตร” สรุปความได้ว่า การเจริญวิปัสสนาภาวนาในวัฏฏปมสูตร จัดอยู่ในประเภทของ วิปัสสนายานิกบุคคลผู้มีทิวฏฐิจริตที่มีปัญญาแก่กล้า เพราะเป็นการกำหนดรู้อุปกิเลสที่เกิดขึ้นกับจิตโดยมีอภิชฌาวิสม-โลภะ เป็นเบื้องต้น และมีปมาทะเป็นที่สุด ซึ่งจะปรากฏเด่นชัดในรูปแบบของขันธ ๕ นิรวณ ๕ आयตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ โพชฌงค์ ๗ และอริยสัจ ๔ จึงสงเคราะห์เข้าในสติปัฏฐาน ๔ หมวดธัมมานุปัสสนา ตามหลักการ และเหตุผลนี้ เมื่อเจริญวิปัสสนาภาวนา โดยการกำหนดรู้จนกระทั่งเกิดความสละ คาย ปล่อย ละ สลัดทิ้งส่วนแห่งกิเลสนี้ได้แล้ว ย่อมทำให้เกิดความรู้แจ้งอรรถ รู้แจ้งธรรม และถึงความเลื่อมใสในคุณของพระรัตนตรัย จากนั้น ปราโมทย์ ปีติ ปัสสัทธิ สุข และสมาธิก็เกิดขึ้นตามลำดับ ในระหว่างนี้ควรน้อมจิตเข้าสู่การเจริญเมตตาภาวนา เพราะทำให้สามารถบรรลุถึงธรรมที่ยังไม่บรรลุได้ เมื่อเปรียบเทียบเข้าในการเจริญวิปัสสนา ๔

---

<sup>๒๕</sup> พระมหาศกดิ์ศรี ปุณฺณธโร (เชื้อข่านาญ), “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างฌานกับญาณในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

รูปแบบ ที่ปรากฏในคัมภีร์ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค สงเคราะห์เข้าใน วิปัสสนาปูพพังคมสมถ ภาวนา<sup>๒๖</sup>

๗. พระปภณภท กุลชาโต (บุตรที่ปรัตน์) ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเจโตวิมุตติในคัมภีร์ พระพุทธศาสนาเถรวาท” สรุปความได้ว่า แนวทางการเจริญกรรมฐานเพื่อการหลุดพ้นทาง เจโตวิมุตติ เป็นการปฏิบัติสมถกรรมฐาน คือ การฝึกสมาธิที่ทำให้จิตสงบตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว และสงบจากกิเลสนิวรณ์ มีอารมณ์ ๔๐ เป็นต้น ต้องปฏิบัติถึงขั้นอัปปนาสมาธิให้เกิดฌาน ผู้ได้ ฌานสมาบัติจิตในยังเป็นปุถุชนยังไม่ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน เพราะยังมีกิเลสแต่กิเลสส่วนหยาบ จะถูกข่มระงับไว้ด้วยสมาธิ บุคคลได้ฌานเช่นนี้ สามารถต่อวิปัสสนาได้โดยการยกฌานจิต คือ องค์ ฌานที่ประกอบกับฌานจิต ยกขึ้นมากำหนดพิจารณาสามารถบรรลุได้<sup>๒๗</sup>

จากการศึกษาทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า งานวิจัยและวิทยานิพนธ์ ที่ศึกษาทั้งหมดนี้ ได้วิจัยเฉพาะในแง่มุมที่สอดคล้อง และใกล้เคียงกับเนื้อหาในเรื่อง “ศึกษาเมตตา เจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรม” เท่านั้น แต่ยังไม่ตรง และครอบคลุมประเด็นของ เนื้อหาทั้งหมด การเจริญเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรมมุ่งหวังในการนำไปใช้ เป็นหลักในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ว่าด้วยข้อปฏิบัติที่ไม่ผิด ปฏิบัติที่เป็นส่วนเนื้อแท้ ซึ่งจะนำผู้ ปฏิบัติให้ถึงความเจริญองงามในธรรม ดำเนินสู่มรรค ผล นิพพาน สืบต่อไป

## ๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรมนี้ เป็นการวิจัยเชิง เอกสาร (Documentary Research) โดยมุ่งศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหา หลักธรรมเกี่ยวกับ

<sup>๒๖</sup> พระเด่น กุศลจิตโต (โหมดวัฒน์), “การศึกษาหลักธรรมและการเจริญวิปัสสนาภาวนาในวัฏฏ ปมสูตร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๖๙.

<sup>๒๗</sup> พระปภณภท กุลชาโต (บุตรที่ปรัตน์), “ศึกษาเจโตวิมุตติในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.



การบรรลุลหกรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และหลักการเจริญเมตตาเจโตวิมุตติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุลหกรรม ดังนี้

๑.๗.๑ ศึกษาเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙, คัมภีร์พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาภาษาไทย แปล ชุด ๙๑ เล่ม ฉบับมหาวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๔๑ พร้อมทั้งอรรถกถา ฎีกา และปกรณ์วิเสสอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นต้น เพื่อเป็นการขยายความในเนื้อหาเพิ่มเติมจากคัมภีร์พระไตรปิฎก ให้มีความละเอียดชัดเจนยิ่งขึ้น

๑.๗.๒ ศึกษาเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ หนังสือ เอกสาร ตำรา ผลงานทางวิชาการ และรายงานการวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น วิปัสสนาญ้ย เล่ม ๑ วิปัสสนาญ้ย เล่ม ๒ โดยพระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) วิปัสสนาที่ปณีฎีกา วิปัสสนาวงศ์ในประเทศไทย โดยพระอาจารย์ภักทันทะอาสภมหาเถระ ธัมมาจริยะ อัครมหาภิกษุภิกษุญาณจริยะ ดร. วิปัสสนากรรมฐาน ภาค ๑ วิปัสสนากรรมฐาน ภาค ๒ โดยพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิเถร ป.ธ. ๙) พุทธธรรม ฉบับปรับปรุง และขยายความ โดยพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) เป็นต้น

๑.๗.๓ นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสารชั้นปฐมภูมิและชั้นทุติยภูมิมาสรุป เรียบเรียงแบบบรรยายเชิงพรรณนา และตรวจสอบความถูกต้องโดยอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญด้านวิปัสสนาภาวนา

๑.๗.๔ นำข้อมูลที่ตรวจสอบแล้วมาปรับปรุง แก้ไข เรียบเรียง แบบบรรยายเชิงพรรณนาแล้วนำเสนอเป็นวิทยานิพนธ์

## ๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบการบรรลุลหกรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบเมตตาเจโตวิมุตติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๓ ทำให้ทราบบาทฐานการเจริญเมตตาเจโตวิมุตติในการบรรลุลหกรรม