

อุเบกขารธรรมในพุทธปรัชญาเดร瓦ทต่อความสำคัญของการพัฒนาชีวิต Upekkhadhamma in Theravada Buddhist Philosophy towards the Importance of Life Development

พรสวรรค์ ครองบุญ*

Received: 11/12/2022

บัญฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหากรุณาธิราชวิทยาลัย

Revised: 19/12/2022

Phornsawan Krongboon*

Accepted: 29/12/2022

Graduate school, Mahamakut Buddhist University, Thailand

DOI: 10.14456/jdl.2022.19

Corresponding Author Email: phornsawan.krongboon@gmail.com*

Cite: Krongboon, P. (2022). Upekkhadhamma in Theravada Buddhist Philosophy towards the Importance of Life Development. *Journal of Dhamma for Life*, 28(4), 40-51.

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอุเบกขารธรรมในพุทธศาสนาเดร瓦ทต่อความสำคัญของการพัฒนาชีวิต ความวางใจเป็นกลางที่ไม่เออนเอียงด้วยความชอบหรือไม่ชอบและไม่ยินดีในร้ายการใช้ปัญญาพิจารณาเห็นผลอันเกิดขึ้นโดยสมควรแก่เหตุพึงปฏิบัติต่อไปตามควรแก่เหตุนั้นด้วยความไม่สุขไม่ทุกข์ เรียกว่า “อุเบกขารawan” โดยทั่วไปอุเบกขารหมายถึงความวางเฉย หรือความเมตตาสมำ่เสมอการทำสภาวะจิตให้เสมอภาคมีความรู้เท่าทันอารมณ์ที่เป็นกุศลและอกุศลได้ด้วยปัญญา การควบคุมจิตไม่ให้หัวใจไหว้ตามอารมณ์นั้นๆ มีความสำคัญต่อผู้มีอุเบกขารพระว่าเป็นผู้ดีรองอยู่ในสภาวะที่เป็นกลางและมีปกติภาวะไม่ดีใจไม่เสียใจในรูป เสียง, กลิ่น, รส, สัมผัส และธรรมารมณ์ที่ได้ประสบบุคคลนั้นย่อมไม่รู้สึกเป็นทุกข์หรือสุข พิจารณาเห็นว่าสัตว์ทั้งหลายเป็นไปตามอำนาจของกรรมจึงรักษาความเป็นกลางไว้ได้แม้จะมีจิตประกอบด้วยความเมตตากรุณาและมุทิตาอย่างสมบูรณ์แต่เมื่อพิจารณาว่าสัตว์ทั้งหลายเป็นไปตามอำนาจของกรรมย่อมละความชวนขวยที่จะช่วยเหลือในเหตุสุดวิสัยของกรรมที่เป็นทั้งกำหนด การเข้าถึงความเป็นกลางไม่สุขไม่ทุกข์เป็นสภาวะจิตที่ไม่หัวใจไหว้ การมีความตั้งมั่นและไม่ถูกซักจุ่งให้เกิดการปรุงแต่งจนเกิดกิเลสเป็นลักษณะสำคัญของอุเบกขารธรรมและเป็นหลักคำสอนที่มีความลึกซึ้งและจำเป็นต่อมนุษย์ในการอยู่ร่วมกันด้วยความสงบสุขโดยมีเป้าหมายสูงสุดคือการหลุดพ้นจากการแห่งทุกข์ทั้งปวง

คำสำคัญ: อุเบกขารธรรม; พุทธปรัชญาเดร瓦ท; การพัฒนาชีวิต

Abstract

This academic article aims to study Upekkhadhamma in Theravada Buddhist Philosophy towards the Importance of Life Development. Neutral trust that is not inclined to likes or dislikes and is not intolerant. The use of discernment to consider results that are reasonable to a cause and to continue to act according to that cause, without happiness or suffering, is called “Upekkha Bhavana”. In general, equanimity means passivity. Or having a consistent mind, equalizing the state of mind, having the knowledge and ability to keep up with the emotions that are good and bad with wisdom. The control of one's mind not to be moved by that particular emotion is important to the equanimity because it maintains a neutral state and has a normal state of discontent and no regret in form sounds, smells, tastes, touches and dharmas that have been experienced. That person would not feel suffering or happiness. Considering that all beings are subject to the power of karma, they are able to maintain their neutrality even though they have a mind full of compassion and compassion. Will help in the force majeure of the karma that determines. Reaching neutrality without suffering is an unshakable state of mind. Being determined and not being influenced by defilement is an essential characteristic of equanimity and a profound doctrine necessary for human coexistence. Which makes the society peaceful with the ultimate goal of liberation from the cycle of suffering.

Keywords: Human Being; Perspective; Buddhist Philosophy

1. บทนำ

อุเบกษาเป็นธรรมที่สำคัญในการนำมาปรับใช้ในการพัฒนาตนเอง การมีอุเบกษาหรือปล่อยวางในเวลา สถานการณ์ที่ควรปล่อยวาง เป็นแนวทางในการอยู่ร่วมกันในสังคม ไม่ต้องหรือเสียใจด้วยเหตุสุdwิสัย ที่จะช่วยไม่ได้ เมื่อมีเมตตา กรุณา มุทิตาแล้วต่อบุคคลและสัตว์ทั้งหลาย ในบางกรณีที่ช่วยอะไรไม่ได้ จริงๆ ถ้าไม่วางใจเป็นกลาง ก็จะทุกข์ใจไร้ประโยชน์ การปล่อยวาง มีอุเบกษาด้วยความรู้เข้าใจ ไม่ใช่การวางเฉย แต่เป็นการปล่อยวางด้วยความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง มีปัญญาเป็นองค์ประกอบอยู่เสมอ บทความนี้ ผู้เขียน ได้มุ่งเน้นไปที่หลักคำสอนอุเบกษา ที่ปรากฏใน “อัปปมัญญา” หรือ “พระมหาวิหาร 4” และ “ทศ

บำรุง” คือ ปฏิปทาอันยวดยิ่ง คุณธรรมที่ประพนธิปฏิบัติ เพื่อบรรลุชั่งจุดหมายอันสูง เช่น ความเป็นพระพุทธเจ้า และความเป็นมหาสาวก อุเบกขารมมใน ทศชาติชาดกที่รู้จักกันโดยทั่วไป ปรากฏในตอนพระนารทพรหมชาดก มีอิทธิพลของต่อการเผยแพร่พระพุทธศาสนาหลังพุทธกาล พระเจ้าอโศกมหาราชทรงส่งสมณทูตไปเผยแพร่พระพุทธศาสนาในดินต่างๆ สมณทูตได้ใช้พระนารทพรหมชาดกเป็นแนวทางการเผยแพร่พระพุทธศาสนาในสมัยนั้น เป็นตัวอย่างในการแสดงธรรมให้ประชาชนในมหารัฐชนบทส่งผลให้พระพุทธศาสนาดำรงตั้งมั่นในมหารัฐชนบท มีอิทธิพลต่อการเผยแพร่ธรรมจนมาถึงปัจจุบัน ในรูปแบบของพระธรรมเทคโนโลยี จารึกไว้เป็น จิตกรรภาพนั่งตามสถานที่สำคัญต่างๆ เช่น โบสถ์ วิหาร เพื่อให้พุทธศาสนาชนได้มองเห็น และนำหลักธรรมนั้นไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของตน อุเบกษาเชิงกระบวนการตรัสรู้ธรรม มีบทบาทสำคัญในฐานะต่อการพัฒนาชีวิตให้หลุดพ้น จาก อวิชชา ตัณหา อุปทาน โดยมีปัญญาเป็นองค์ประกอบ สำคัญในกระบวนการพัฒนา สรุปรัมเข้าในหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา การฝึกอบรมตามลำดับจากพื้นฐานไปสู่จุดสูงสุด คือ ความหลุดพ้น ปัจจัยเบื้องต้นที่จะทำความเห็นของบุคคลให้ถูกต้องนั้น คือ การกระทำไว้ในใจโดยอุบายอันแยกคาย หรือ โญโนโสมนสิการ เป็นเหตุ ให้เกิดอริยมรรค เกิดสัมมาทิภูมิ เป็นทางนำไปสู่ การพัฒนาที่สูงขึ้นไป

2. อัปปมัญญา 4

อัปปมัญญา 4 คือ ธรรมที่พึงແแปลในมนุษย์ สัตว์ทั้งหลาย อย่างสม่ำเสมอทั่วโลกไม่มีประมาณ ไม่จำกัดขอบเขต โดยมากเรียกว่า พระมหาวิหาร 4 คือ เมตตา ความปรารถนาดี มีเมตตาวิรากให้มนุษย์ สัตว์ ทั้งหลาย มีความสุขทั่วหน้า กรุณา อยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ มุทิตา พลอยมีใจแข็งชื่นบาน (พระพุทธโฆษาจารย์, 2562) เมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุขเจริญ.org กอง แม้จะประสบความสำเร็จ อุเบกษา วางแผน จิตเรียบงบ สม่ำเสมอ มองเห็นมนุษย์ สัตว์ทั้งหลาย ได้รับผลดีร้าย ตามเหตุปัจจัย ไม่周恩เอียงไปด้วยชอบหรือชัง “อัปปมัญญา” แปลว่า ไม่มีประมาณ ไม่มีขอบเขต หมายເօຫຣມคือ พระมหาวิหาร ทั้ง 4 ประการ แต่ແแปลในสรรพสัตว์โดยไม่มีประมาณ ไม่มีจำกัดขอบเขต ไม่จำกัดตัวบุคคล มี 4 ประการ เช่นเดียวกับพระมหาวิหารธรรม คือ เมตตา คือ ความรัก ความปรารถนาดี ต่อสรรพสัตว์ทั้งหลายทุกตัวตน ไม่จำกัดว่าเป็นใคร ปรารถนาให้สัตว์โลกทั้งปวงมีความสุขความเจริญ ปรารถนาให้สรรพสัตว์อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข กรุณา คือ ความสงสาร ความปรารถนาให้สรรพสัตว์ทุกตัวตนพ้นจากความทุกข์ โดยไม่จำกัดว่าเป็นใคร ปรารถนาให้มนุษย์ทุกคนและสัตว์โลกทุกตัวตนพ้นจากทุกข์ทั้งหลายที่ประสบอยู่ หากแม้มีความสามารถพิเศษซึ่งบุคคลหรือสัตว์เหล่านี้ให้พ้นจากทุกข์นั้น ๆ ได้ ก็ยินดีช่วยอย่างเต็มกำลัง มุทิตา ความพلوຍຍິນດີไปกับสรรพสัตว์ทั้งหลายที่มีความสุข ประสบความสำเร็จ ไม่เลือกว่ารู้จักหรือไม่

รู้จัก ไม่เลือกว่าเป็นบุคคลที่รักหรืออมิตรศัตรู ผู้ใดได้ดีมีสุขก็พโลยินดีไปกับเข้าทั้งหมด ไม่จำกัดบุคคล ไม่มีขอบเขต ไม่ปล่อยให้ความเริชยາครองใจ ไม่เริชยาครองทั้งสิ้น อุเบกษา คือ ความวางใจเป็นกลาง หมายความวางใจเป็นกลางในสรรพสัตว์ทั้งหลาย คือถึงแม้จะมีเมตตาคือการณางามให้เขามีความสุข มีกรุณาคืออย่างให้เข้าพ้นจากความทุกข์ แต่หากตนเองไม่มีกำลังพอที่จะช่วยเหลือได้ ก็รู้จักวางใจให้เป็นกลาง ๆ โดยพิจารณาถึงภาวะที่สรรพสัตว์เป็นผู้มีกรรมเป็นของตน ผู้ใดทำกรรมได้ไว้ยอมได้รับผลของกรรมนั้น ๆ ประคับประคองจิตใจของตนไม่ให้เป็นทุกข์จนเกินเหตุ “อัปปมัญญา” กับ “พระมหาวิหาร” ต่างกันที่ พระมหาวิหาร แฟไปในบุคคลผู้เป็นที่รัก เช่น บิดา มารดา บุตร ธิดา ญาติ มิตร เป็นต้น ส่วน อัปปมัญญานั้น แฟไปในบุคคลและสรรพสัตว์ทุกตัวตนอย่างไม่จำกัด อิกอย่างหนึ่งคือ พระมหาวิหาร ใช้สำหรับบำเพ็ญในการใช้ชีวิตประจำวัน ส่วน อัปปมัญญานั้น เป็นธรรมที่เป็นอารมณ์ของกรรมฐาน

พระมหาวิหาร 4 ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นกรรมฐานที่ปฏิบัติเพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่นด้วยน้ำ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกษาเป็นอารมณ์ เมตตาภavana (พระมหาเกษม ปัญญาโร, 2017) คือ กรรมฐานที่มีความรักเป็นอารมณ์พัฒนาจิตด้วยน้อมนำเมตตาไปให้แก่คนหรือสัตว์ กรุณาภavana คือ กรรมฐานที่มีความสงสารเป็นอารมณ์พัฒนาจิตด้วยความกรุณาอ้อมจิตไปให้แก่คนที่เลือกเป็นอารมณ์ มุทิตาภavana คือ กรรมฐานที่มีความพโลยินดีเป็นอารมณ์ อุเบกษาภavana คือ กรรมฐานที่มีความวางใจเป็นอารมณ์ วางใจเป็นกลาง ละความสุขความทุกข์ความยินดีในคนอื่น ความรู้สึกที่วางเฉย เป็นอารมณ์กรรมฐาน พัฒนาจิตด้วยการแผ่ความวางเฉยต่อความทุกข์ความสุขของผู้อื่น ละอารมณ์ที่มีต่อสุขหรือทุกข์

3. การบำเพ็ญอุเบกษาภารมีในพระนารายณ์พระมหาดก

คติความเชื่อในชาดกก่อให้เกิดวัฒนธรรมประเพณี และวิถีชีวิตที่ดีงาม หลักคำสอนในพระพุทธศาสนามุ่งเน้นให้ดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท มีสติเป็นเครื่องควบคุมและประกอบคุณงามความดี ชาดกเป็นเรื่องของพระพุทธเจ้าที่มีมาในชาติก่อนๆ ความเป็นมาของมหานารทกสสปชาดก เป็นเรื่องที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสเล่าขนะประทับ ณ กับปะสีกวนานสนธิ ก่อนเสด็จต่อไปยังตำบลอุรุเวลาเสนาโนมเพื่อโปรดชฎีล 3 พื้น้องมหานารทกสสปชาดกเป็นชาดกเรื่องที่พระพุทธเจ้าเสวยพระชาติ เป็นพระมหาปลดเปลืองพระเจ้าอังคติราชจากมิฉะทิภูมิได้และทรงสอนมิให้ประมาท พระเจ้าอังคติราชทรงเชื่อฟัง โอวาทของมหานารทกสสปชาดกและทรงบำเพ็ญกุศลต่างๆ เป็นอันมาก ครั้นสรรคตแล้วได้ไปอุบัติในเทวโลก หลักธรรมที่ได้จากการปราກ喻ในมหานารทกสสปชาดก คือ อุเบกษา ซึ่งหมายถึงการวางจิตเป็นกลาง ประเกทของอุเบกษา มี 10 ประเกท ได้แก่ ฉพังคุเบกษา พระมหาวิหารอุเบกษา โพชณังคุเบกษา วิริยุเบกษา สังขารอุเบกษา เวทนุอุเบกษา วิปัสสนอุเบกษา ตัตรมัชณตตุเบกษา มาณูเบกษา และปริสุทธิอุเบกษา การบำเพ็ญอุเบกษาภารมีในนารายณ์พระมหาดก คือความวางใจเป็นกลาง นารายณ์พระมหาดกเป็นพระชาติหนึ่ง ที่

พระพุทธเจ้าเสวยชาติเป็นพระโพธิสัตว์ ทรงบำเพ็ญอุเบกขารามมือย่างยิ่งยวดทรงเอาชีวิตเป็นเดิมพัน แต่ ก็ไม่ได้หมายความว่า พระองค์ทรงบำเพ็ญอุเบกขารามมีเพียงอย่างเดียว ทรงบำเพ็ญบารมีทั้ง 10 ประการ ไปพร้อมๆ กัน เพียงแต่ในพระชาตินี้ ทรงบำเพ็ญอุเบกขารามมือย่างเด่นชัด เพื่อมุ่งสู่เป้าหมายอันสูงสุด คือการมีความเข้าใจโลกตามความเป็นจริง คือ ทรงความยุติธรรมไม่ลำเอียง ต่อผู้ใดผู้หนึ่งที่จะต้องได้รับ ทุกข์หรือรับสุข พร้อมกันนั้นก็มีอารมณ์ประกอบด้วยความเมตตา ปราณี พร้อมที่จะส่งเคราะห์เมื่อมีโอกาส ครั้นเมื่อพระนางรุจ瓠ซึ่งเป็นพระราชอัคราภิเษกของพระเจ้าอังคติ แห่งกรุงมิถิลา ประทานที่จะพยายามเปลี่ยน ความเชื่อของพระบิดาที่เห็นผิด ในวันนั้น ท่านตรวจดูโลกเห็นพระนางรุจ瓠ราชอัคราภิเษกกำลังนมัสการเหล่า เทวดาประพาษาผู้ที่มีบารมีเพื่อจะปลดเปลี่ยนความเป็นมิจฉาทิฏฐิของพระบิดา จึงคำริว่าคนอื่นวันจาก ท่านเสียแล้วย่อมไม่มีบุคคลใดสามารถที่จะปลดเปลี่ยนมิจฉาทิฏฐิของพระเจ้าอังคติได้ จึงได้จำแลงกาย เป็นพระฤๅษีheadsma แล้วหยุดอยู่ในปราสาทต่อหน้าพระพักตร์ของพระเจ้าอังคติ และได้ ตรัสสอนแก่พระ เจ้าอังคติ ให้ทรงลงมิจฉาทิฏฐิ ให้ตั้งอยู่ในศีลละปาป เข้าไปใกล้ กัลยาณมิตร อย่าทรงประมาทเป็นนิตย์ พระอนุคุณของพระนางรุจ瓠ราชอัคราภิเษกให้ทรงทราบ จนเกิดความเห็นถูกต้องตามท่านของคลองธรรม การ บำเพ็ญบารมีนั้นมิใช่จะบำเพ็ญบารมีโดยการมีหนึ่งในชาติหนึ่งฯ เพียง อย่างเดียวหรือชาติเดียวเท่านั้นแต่ ได้บำเพ็ญบารมีครบทั้ง 10 ประการได้แก่ท่าน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติ สจจะ อธิษฐาน เมตตา อุเบกษา และครบทั้ง 3 ขั้นด้วยคือ บำรุง อุปบารมี ปรัมตถบารมี โดยปฏิบัติต่อเนื่องหลายสิบชาติจนครบ บริบูรณ์เหมาะสมจะบรรลุคุณธรรม “ชาดก” มาจากคำกล่าวว่า “ชาดก” แปลว่า เรื่องที่พระองค์เปล่ง หรือกล่าวถึงจริยาที่เกิด ขึ้นแล้ว เป็นเครื่องมือสำหรับเล่าเรื่องราวที่เกิดแล้วเกี่ยวกับจริยา (ความ ประพฤติ) ของพระพุทธเจ้าในครั้ง อดีตชาติก่อนที่จะตรัสรู้ เป็นพระโพธิสัตว์เวียนว่ายตายเกิด ถือกำเนิด ในชาติต่าง ๆ ได้พบปะผู้ญาติ เหตุการณ์ดีบ้างร้ายบ้าง แต่ก็ได้พยายามทำความดีติดต่อกันมากบ้างน้อย บ้างตลอดมา (มูลนิธิธรรมทานกุศลจิตและพิพิธภัณฑ์จรวโลจพระพุทธศาสนา, 2564)

ในชาติสุดท้าย เป็นชาติที่สำคัญเป็นการบำเพ็ญบารมีอันยิ่งใหญ่ คือ เวสสันดรชาดก เป็นชาติที่ ยิ่งใหญ่ของพระโพธิสัตว์ที่ได้เสวยพระชาติเป็นพระเวสสันดร เป็นพระชาติสุดท้ายก่อนจะตรัสรู้เป็นพระ สัมมาสัมพุทธเจ้า เวสสันดรชาดกนี้เป็นเรื่องใหญ่จัดรวมไว้ในมานะนิบทชาดกรวมเรื่องใหญ่ 10 เรื่องที่ เรียกวันว่า ทศชาติ แต่อีก 9 เรื่อง ไม่เรียกว่ามหาชาติ คงเรียกแต่เวสสันดรชาดกรวมเรื่องเดียวว่า มหาชาติ พุทธศาสนาในชาติที่สำคัญกว่าชาดกอื่น ๆ ด้วยปรากฏการณ์ของพระโพธิสัตว์บริบูรณ์ในเรื่องมหาเวสสันดรชาดกทั้ง 10 บำรุง อนิสสกรรมฟังเทศน์มหาชาติ การตั้งใจฟังเทศน์มหาชาติให้จบเพียงวันเดียวครบบริบูรณ์ ทั้ง 13 กัณฑ์จะ เป็นเหตุให้สำเร็จความปรารถนาทุกประการ (ปฐมพงศ์ บุชาบุตร, 2022) เมื่อจากโลกนี้แล้ว จะมีโอกาสได้ พับพระพุทธเจ้า พระนามว่า ศรีอริยเมตไตย ในอนาคตเมื่อดับขันธ์ไปเกิดในสุคติโลกสวารค์ จะเสวยทิพย

สมบัติมหพารเมื่อต้ายไปแล้วจะไม่ตกรากเมื่อถึงยุคพระพุทธเจ้าพระนามว่า ศรีอริยเมตไตย จะได้จดจำเป็นเกิดเป็นมนุษย์ได้ฟังธรรมต่อหน้าพระพักตร์ของพระพุทธองค์ มีดงตาเห็นธรรมเป็นพระอริยบุคคล ในบรรพุทธศาสนา มหาเวสสันดรชาดก เป็นชาดกที่มีความสำคัญมากกว่าชาดกอื่น ๆ เพราะพระบารมีของพระโพธิสัตว์ได้บำเพ็ญบุญในพระชาตินี้ มหาเวสสันดรชาดกทั้ง 10 บารมี คือ ทานบารมี ทรงบริจาคทรัพย์สิน ซ้าง ม้า ราชรถ พระกุมาห์ทั้งสองและพระมเหศี ศิลบารมี ทรงรักษาศีลอย่างเคร่งครัดระหว่างทรงผนวชอยู่ ณ เขาวงกต เนกขัมมบารมี ทรงครองเศษบรรพชิตตลอดเวลาที่ประทับ ณ เขาวงกต ปัญญาบารมี ทรงบำเพ็ญภានามัยปัญญาตลอดเวลาที่ทรงผนวช วิริยะบารมี ทรงปฏิบัติมีได้ย่อหย่อน สัจจบารมี ทรงลั่นพระวาจายกุมาตรให้ชูชก เมื่อพระกุมาตรบนหีบทรงติดตามให้ ขันติบารมี ทรงอดทนต่อความยากลำบากต่าง ๆ ขณะที่เดินทางมายังเขาวงกต และตลอดเวลาที่ประทับ ณ ที่นั่น แม้แต่ตอนที่ทดสอบเรหึชูชกเขี่ยนตีพระกุมาตรฐานอย่างทารุณพระองค์ก็ทรงข่มพระทัยไว้ได้ เมตตาบารมี เมื่อพระมหาณเมืองกลิงคราชภูร์ มาทูลขอซ้างปัจจัยนาค เนื่องจากเมืองกลิงคราชภูร์ฝนแล้ง ก็ทรงพระเมตตาประทานให้ และเมื่อชูชกมาทูลขอสองกุมาห์ อ้างว่าตนได้รับความลำบากต่าง ๆ พระองค์ก็มีเมตตาประทานให้ด้วย อุเบกขabarมี เมื่อทรงเห็นสองกุมาตรชูชกเขี่ยนตี วิวอนให้พระองค์ช่วยเหลือ ทรงบำเพ็ญอุเบกขabarมี คือทรงวางแผน เพราะทรงเห็นว่าได้ประทานเป็นสิทธิขาดแก่ชูชกไปแล้ว อธิษฐานบารมี คือทรงตั้งมั่นที่จะบำเพ็ญบารมีเพื่อให้สำเร็จโพธิญาณabeืองหน้าก็มีได้ทรงย่อท้อ จนพระอินทร์ต้องประทานความช่วยเหลือต่าง ๆ เพราะพระทัยอันแน่วแน่ของพระองค์ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้แสดงกogn ของการปลดอารมณ์แห่งความทุกข์ สร้างอารมณ์ความสุขให้เกิดขึ้นกับใจ ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น ทรงวางแผนในการต่อสู้เพื่อให้ท่านเป็นทานบารมี วางแผนในการทรงศีลเป็นศิลบารมี วางแผนในการถือบัวเป็นเนกขัมมบารมี ในที่นี้หมายถึงบัวใจ วางแผนที่จะใช้ปัญญาเป็นเครื่องประหารอุปahanให้พังพินาศไปเป็นปัญญาบารมี มีความเพียรในทุกขณะ ควบคุมใจไว้เสมอเป็นวิริยะบารมี มีความอดทน อดกลั้นต่อสิ่งอันเป็นปฏิกิริยาเป็น ขันติบารมี มีความตั้งใจไว้ว่าจะทำจริงทุกอย่าง ไม่มีคำไม่จริงเป็นสักจะบารมี ตั้งใจไว้ให้ตรงโดยเฉพาะเป็นอธิษฐานบารมี สร้างอารมณ์ความดี ไม่เป็นศัตรูกับใคร มีความรักตนเสมอด้วยบุคคลอื่นเป็นเมตตาบารมี วางแผนเมื่อมีสิ่งใดมาสั่นคลอนความตั้งใจหรือเป้าหมายที่วางไว้เป็นอุเบกขabarมี บารมี 10 หรือ ทศบารมี คือ ปฏิปทา คุณธรรมที่ประพฤติปฏิบัติอย่างยั่งยืน เป็นความดีที่บำเพ็ญเพื่อบรรลุชีดหมายอันสูง เช่น ความเป็นพระพุทธเจ้า และความเป็นมหาสาวก เป็นต้น (สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรรมพระยาชิรญาณวโรรส, 2539)

บารมีในบรรพุทธศาสนาในภัยถรร杲มี 10 อย่าง จึงเรียกว่า ทศบารมี คือ กำลังใจที่ต้องทำให้เต็ม ด้วย ทาน การให้ ศีลการรักษาศีล เนกขัมมการออกจากภัย ปัญญาความรอบรู้ วิริยะความเพียร ขันติความอดทนอดกลั้น สักจะความตั้งใจจริงอาจริง อธิษฐานความตั้งใจมั่น ไม่เปลี่ยนแปลง เมตตา

ความรักความปรานี อุเบกษาความวางแผน ทานบารมี (พระพุทธโذชาจารย์, 2563) สมบูรณ์ได้ด้วย ศีล บารมี คือทานที่ให้โดยผู้มีศีลย่อ้มสมบูรณ์ยิ่ง ศีลบารมี สมบูรณ์ได้ด้วย เนกขัมมะบารมี คือศีลสมบูรณ์ได้ด้วยการการสำรวมอินทรีย์ เนกขัมมะบารมี สมบูรณ์ได้ด้วย ปัญญาบารมี คือการสำรวมในการสมบูรณ์ ด้วยการพิจารณาตามจริงด้วยปัญญา ปัญญาบารมี สมบูรณ์ได้ด้วย วิริยะบารมี คือปัญญาจะฉลาดลึกซึ้ง กว้างขวางด้วยการหมั่นพิจารณาหมั่นตั้งค้ำมหั่นศึกษา วิริยะบารมี สมบูรณ์ได้ด้วย ขันติบารมี คือ ความเพียรพยายามจะต่อเนื่องได้เพราอาศัยความอดทน ขันติบารมี สมบูรณ์ได้ด้วย สจจะบารมี คือ ความอดทนจะมั่นคงได้ด้วยความตั้งใจจริง สจจะบารมี สมบูรณ์ได้ด้วย อธิษฐานบารมี คือความตั้งใจจริง มุ่งมั่นอยู่ได้ด้วยการมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจนอธิษฐานบารมี สมบูรณ์ได้ด้วย เมตตาบารมี คือทุกๆ เป้าหมายในชีวิตต้องประกอบด้วยเมตตาธรรมไม่สร้างความเดือดร้อนแก่ผู้ใด เมตตาบารมี สมบูรณ์ได้ด้วย อุเบกขารมี คือความมีเมตตาต้องมีการให้อภัยละเวงความอิจฉาปราศจากอคติยอมรับผลแห่งเหตุ อุเบกขารมี สมบูรณ์ได้ด้วย ทานบารมี คือความมีอุเบกขามิใช่ความวางแผนแบบไม่สนใจแต่ต้องรู้จัก เสียสละ บารมี แปลว่า "เต็ม" ซึ่งหมายถึง การทำให้กำลังใจเต็ม ครบถ้วนบริบูรณ์ไม่บกพร่องทั้ง 10 ประการ ในแนวคิดบารมีของเกรวاث บารมีทั้ง 10 ประการ บารมีแต่ละอย่างยอมส่งเสริมเพิ่มอำนาจให้ กันและกัน จนทวีคุณจนหาประมาณมิได้ สามารถทำปุณฑลคนธรรมดาให้กล้ายเป็นองค์สมเด็จพระ สัมมาสัมพุทธเจ้าคำว่า บารมี ในพระพุทธศาสนาเกรวاث ถูก ใช้อย่างแพร่หลายในແໜ່ງມູນທີ່ແຕກຕ່າງກັນ ຈນບາງຄັ້ງທຳໃຫ້ເກີດຄວາມສັບສົນທັງໃນດ້ານຄວາມໝາຍ ແລະຄວາມເຂົ້າໃຈ ໂດຍທີ່ໄປຄວາມເຂົ້າໃຈໃຫ້ຮຽຈ່າຍ ທີ່ບໍາເພື່ອເປັນພະພຸທຣເຈົ້າ ອີ້ວ ເຮີຍກວ່າບາຮມີຮຣມ 10 (ທศบາຮມີ) ເຊັ່ນ ทานบາຮມີ ກາຮບໍາເພື່ອ ເນັ້ນໜັກໃນເຮືອກການບຣິຈາກທານ ສිලບາຮມີ ກາຮບໍາເພື່ອຮັກຂາສීລ ເປັນຕົ້ນ ກາຮທຳຄວາມເຂົ້າໃຈໃຫ້ຮຽຈ່າຍ ແລະລຸ່ມລຶກຄູກຸດຕ້ອງ ເພື່ອໃຫ້ເກີດເປັນປະໂຍ່ນໍ້າມປະປະຍຸກຕີໃຫ້ໃນການພັນນາຕນອງ ກາຮບໍາເພື່ອບາຮມີໃນແຕ່ລະ ລະໜັນນັ້ນມີປະໂຍ່ນໍ້າລະຄຸນຄ່າອຸຍືໃນຕົວເອງ ອັນຜູ້ປົງປັບຕິຈະພຶ່ງ ເຫັນໄດ້ເອງ ກາຮບໍາເພື່ອບາຮມີໃນແຕ່ລະ ປະກາດຈະເກີດຜລໄດ້ດື່ນໜັນຜູ້ປົງປັບຕິຄວາມມີຄວາມເຂົ້າໃຈຢ່າງ ລຶກສິ້ງ ມີຄວາມຈິງໃຈ ຕັ້ງໃຈຈິງ ແລະມີເປົ້າໝາຍໃນ ກາຮປົງປັບຕິ ເພື່ອເປັນການສັງເກດຄວາມ ເຂັ້ມແຂງ ທາງຈິຕິໃຈ ເປັນກຳລັງໃຈໃນການຕ່ອງສູ້ ແລະສາມາດແກ້ປັບປຸງຫາໜີວິດ ໄດ້ ກາຮບໍາເພື່ອ ບາຮມີຂອງພະໂພຮີສັ່ວົ້ວຕັ້ງແຕ່ອີ້ຕ່າຕິຈົນພະບາຮມີມາເຕັມເປີຍມີນາຕິສຸດທ້າຍ ຄື່ອ ເວສສັນດຣະຊາດກ ດາຄາຍ່ອເພື່ອເຮີຍພະຈາຕິທັງ 10 ເພື່ອຈ່າຍຕ່ອງກາຈດຈໍາວ່າ "ເຕ ທ ສ ແ ນ ຖ ຈ ນ ວ ເວ" ພະໂພຮີສັ່ວົ້ວສ່ວຍພະຈາຕິເປັນພະເຕີມີ່ ກາຮບໍາເພື່ອນກົມະບາຮມີ ສ່ວຍພະຈາຕິເປັນພະມາຫານກ ກາຮບໍາເພື່ອ ວິຣີຍະບາຮມີ ສ່ວຍພະຈາຕິເປັນພະສຸວຮນສາມ ກາຮບໍາເພື່ອເມຕຕາບາຮມີ ສ່ວຍພະຈາຕິເປັນພະເຈົ້າເນີຣາຊ ກາຮບໍາເພື່ອອົຟສູ້ຮັກນາມ ສ່ວຍພະຈາຕິເປັນພະຮ່ອສັກ ກາຮບໍາເພື່ອປັບປຸງບາຮມີ ສ່ວຍພະຈາຕິເປັນພູ້ນາຄ ກຸງທັກ ກາຮບໍາເພື່ອສිලບາຮມີ ສ່ວຍພະຈາຕິເປັນພະຈັນທຸກມາຮ ກາຮບໍາເພື່ອຂັ້ນຕິບາຮມີ ສ່ວຍພະຈາຕິເປັນພຣມນາຮ ກາຮບໍາເພື່ອອຸບັກບາຮມີ ສ່ວຍພະຈາຕິເປັນພະວິຫຼຸບລົມທິຕ ກາຮບໍາເພື່ອສັຈະບາຮມີ ສ່ວຍພະຈາຕິເປັນພຣ

เวสสันดร บำเพ็ญทานบารมี การบำเพ็ญบารมีของพระศาสนาสัมมาสัมพุทธเจ้าในอดีตมีความยากลำบาก กว่าจะได้ตรัสรู้ พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ 10 ชาตินี้เป็นเพียงแบบย่อเพื่อให้พุทธศาสนิกชนเข้าใจ ถึงความเป็นมาของพระศาสนา แต่แท้จริงแล้วการบำเพ็ญบารมีเพื่อเป็นพระพุทธเจ้านั้นไม่สามารถ นับจำนวนชาติได้เลยเนื่องจากต้องใช้เวลาเป็นจำนวนมากเป็น จำนวนสองไชย

5. อุเบกษาองค์ประกอบในกระบวนการตรัสรู้ธรรมความสำคัญต่อการพัฒนาชีวิต

บารมี หมายถึงความเป็นเลิศในคุณค่าดีที่ควรบำเพ็ญเพื่อสร้างอุปนิสัยส่งเสริมทำให้เห็นโทษ อันเป็นปฏิปักษ์ต่อบารมีนั้น โทษเหล่านั้นเป็นตัวของกันทำให้ไม่เกิดปัญญา การมีใจเสมอธรรมทั้งปวง เรียกอีกอย่างว่า ทศบารมี มี 3 ระดับตามความยากของการบำเพ็ญ คือ บารมี (การให้สิ่งของ) อุปบารมี (การให้อวัยวะ) ปรมตบารมี (การให้ชีวิต) ประโยชน์ของบารมี มี 3 อย่าง คือ เพื่อการตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า การตรัสรู้เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้า และการบรรลุธรรมเป็นพระอริยสาวก การตรัสรู้พระโพธิญาณของพระพุทธเจ้านั้นไม่ใช่เรื่องที่จะกระทำได้ในระยะสั้นหรือการบรรลุธรรมของพระอริยสาวก ทั้งหลายไม่มีเรื่องใดเป็นเรื่องบังเอิญ บารมีจึงเป็นคุณธรรมที่ส่งเสริมให้มีอธิบายศัยในการบรรลุธรรม

อุเบกษาธรรม มีความสำคัญในฐานะเป็น องค์ประกอบในการตรัสรู้กล่าวคือ เป็นกระบวนการ ตรัสรู้ธรรม และภាពกรณ์ตรัสรู้ อุเบกษา เป็น ทั้งกระบวนการตรัสรู้ธรรมและภាពกรณ์ตรัสรู้กระบวนการ ปราภูภารណ์ธรรมชาติที่ค่อยๆ (พระมหาเกษม ปัญญาโร, 2017) เปลี่ยนแปลงอย่างมีระเบียบนำไปสู่ผล อย่างโดย衷หึง การทำตรัสรู้ธรรม คือการรู้แจ้งในธรรมด้วยตนเอง การตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า พระพุทธ องค์ตรัสรู้ขอบด้วยพระองค์เอง กระบวนการตรัสรู้ หมายถึง ปราภูภารណ์ธรรมชาติของจิตที่ “รู้แจ้งธรรม” อย่างเป็นระบบ อุเบกษาที่เป็นกระบวนการตรัสรู้ มุ่งถึงอุเบกษาในเชิง กระบวนการที่เป็นปัจจัย เกื้อหนุน แก่การทำตรัสรู้ธรรม โดยมีเป้าหมายที่สมบูรณ์คือ ความหลุดพ้น เหตุภารណ์ที่เกิดขึ้นในพุทธประวัติตอนที่ เรียกว่า “มารผจญ” เมื่อพระมหาบุรุษ เสวยข้าวมธุปายาส ถวายโดยนางสุชาดาแล้ว ได้ทรงอธิษฐาน ลอย ดาดฟองในแม่น้ำเนรัญชรา เวลาสาย แಡดเริ่มจัด จึงเสด็จเข้าไปยังคงไม้สาล ประทับอยู่จนเวลาบ่าย เกือบเย็น จึงข้ามแม่น้ำเนรัญชรา Majority ฝั่งพุทธคยา รับการถวายหน้าค่า จากโสดกิษิพราหมณ์ นำไปปู ลาดใต้ต้นศรีมหาโพธิ ประทับนั่งขัดสมาธิ ตั้งพระทัยเป็นสักจะแนวโน้ม “หากยังไม่ได้บรรลุพระสัมมา สัมโพธิญาณตราบใด จะไม่ยอมลุกขึ้นตราบนั้น แม้ว่าเนื้อและเลือดจะเหือดแห้งไป เหลือแต่หนังเอ็น กระดูกกีดตาม” ทรงนั่งเจริญจิตภาวนा ตั้งแต่หัวค่าจนใกล้รุ่ง ต่อสักกับกระแสความนีกคิด ที่น้อมนำไปทาง โลกียสุขออย่างรุนแรง แต่ไม่ทรงยอมมุนกลับจากสิ่งที่ทรงมุ่งหมายไว้ ปฐมสมโพธิกถาได้พรบนานหน้า ภาพ พลเมรต้อนนี้ไว้ว่า บางจำพวกก็หน้าแดงกายเขียว บางจำพวกก็หน้าเขียวกายแดง บางเหล่าจำแลง กายขาวหน้าเหลือง บางหมู่กายลายพร้อยหน้าดำ บางพุกกายท่อนล่างเป็นนาคกายท่อนตัวหลักเป็น

มนุษย์ ส่วนตัวพญา마รเนรมิตพากา คือแขนซ้ายและขาข้างละหนึ่งพันแขนแต่ละแขนถืออาวุธต่างๆ เช่น ดาบ หอก ธนู ศร โตมร (หอกซัด) จักรสังข์ อังกัส (ขอจ้าว เหล็ก) คทา ก้อนศิลา หลวงเหล็ก ครกเหล็ก ขวนถาก ขวนผ่า ตรีศูล (หลวงสามจั่ม) ฯลฯ สถานที่ที่พระองค์ประทับนั่งเพื่อทรงบำเพ็ญเพียรแสวงหาทางตรัสรู้ซึ่งอยู่ที่โคนต้นพระศรีมหาโพธินี้เรียกว่า “โพธิบลังก์” พญาการกล่าวต่อว่าเป็นสมบัติของตน ส่วนพระมหาบุรุษทรงกล่าวแก่ว่าบังเกิดขึ้นด้วยผลแห่งบุญบารมีที่พระองค์ทรงบำเพ็ญมาแต่ชาติปางก่อน แล้วทรงอ้างพระนางธรณีเป็นพยาน พระแม่ธรณีก็มิอาจ捺รกรรมได้ก็อุบัติบันดาลเป็นรูปนารีผุดขึ้น จากพื้นปูชนีแล้วกล่าวเป็นพยานพร้อมกับบีบน้ำอจากนายผู้มีน้ำนั่นเรียกว่า “ทักษิณทก” อันได้แก่น้ำที่พระมหาบุรุษทรงกรวดทุกครั้งที่บำเพ็ญบุญบารมีแต่ชาติปางก่อน เป็นลำดับมาซึ่งแม่พระธรณีเก็บไว้ที่นายผู้เมื่อนางบีบก์หลงให้หลอกกาม เป็นราษฎรธรรมหรณพนองทั่วไปทั้งปูชนีประดุจหัวมหามสุทร หมู่เสนาມารทั้งหลายมิอาจ捺รกรรมได้โดยไปตามกระแสน้ำ หายไปหมดสิ้น ส่วนซ้างคิริเมฆลที่นั่งทรงองค์พระยาวัสดุมิอาจตั้งกายตรงอยู่ได้โดยตามน้ำไปพญาการพ่ายแพ้ไปในที่สุด บำรุงนั่นคือความดีที่ทำไว้นั้นย่อมไม่หายไปไหน ฟ้าดินย่อมเห็น ดินคือแม่พระธรณีมีเชื่อจริงว่า “สุนธรรมนิดา” เมื่อพระมหาบุรุษทรงขณะมาร คือการ เอเชนตะต่อกระแสดงความคิดที่มวนเวียนน้อมนำไปในทางโลกียสุข เปรียบเสมือนมารที่มาคอยขัดขวาง พระอาทิตย์กำลังจะอัสดงราตรีเริ่มย่างเข้ามาพระองค์ยังคงประทับนั่งไม่ไหวที่โพธิบลังก์ได้ต้นพระศรีมหาโพธิ์ทรงเริ่มบำเพ็ญสมาธิ ด้วยวิธีที่เรียกว่าเข้ามาน แล้วทรงบรรลุภูณัณ “มาน” คือวิธีทำจิตให้เป็นสมาธิคือให้จิตแน่ไม่ฟุ่งซ่าน ส่วน “ญาณ” คือปัญญาความรู้แจ้ง ทรงบรรลุภูณัณที่หนึ่งในตอนปฐมยาม ประมาณสามทุ่ม เรียกว่า “บุพเพนิวานุสติญาณ” ความรู้แจ้งถึงอดีตชาติหนหลังทั้งของพระองค์เองและของผู้อื่น พอกลั่งมั่นในยาม ประมาณเที่ยงคืน ทรงบรรลุภูณัณที่สองเรียกว่า “จตุปปاتญาณ” ความรู้แจ้งถึงความจุติคือดับและเกิดของสัตว์โลกตลอดถึงความแตกต่างกันที่เรียกว่ากรรม พอกลั่งปัจจมิยามหลังเที่ยงคืนล่วงแล้ว ทรงบรรลุภูณัณที่สามคือ “อาสวักขยญาณ” ความรู้แจ้งถึงความสั่นไปของกิเลสและอริยสัจ 4 คือความทุกข์เหตุเกิดของความทุกข์ความดับทุกข์และวิธีดับทุกข์ การได้บรรลุภูณัณทั้งสามนั้นเรียกว่า ตรัสรู้ความเป็น “อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า” แปลว่า พระผู้ตรัสรู้ธรรมเครื่องหลุดพ้นจากกิเลสโดยชอบด้วยพระองค์เองเหตุการณ์ครั้งนี้ซึ่งเกิดขึ้นในคืนวันขึ้น 15 ค่ำเดือน 6 (สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระปรมานุชิตชิโนรส, 2503)

ถ้าเปรียบการตรัสรู้ของพระพุทธองค์คือการประสบความสำเร็จขั้นสูงสุดในชีวิตของมนุษย์แล้ว การศึกษาเส้นทางหรือแนวทางกว่าที่พระพุทธองค์จะทรงประสบความสำเร็จคือการบรรลุซึ่งพระธรรมอันสูงสุดในพระชาติสุดท้าย ได้ตรัสรู้เป็นสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็เปรียบเสมือนการศึกษาเส้นทางหรือแนวทางแห่งความสำเร็จในชีวิตมนุษย์ จะเห็นได้ว่าพระองค์ทรงใช้เวลาบำเพ็ญบารมีมาหลายอสงไขยนับไม่ถ้วน แต่ละชาติล้วนแล้วต้องผ่านอุปสรรคความยากลำบากนานัปการ การที่คนเรานั้นจะประสบ

ความสำเร็จในสิ่งใดในชีวิตก็เช่นเดียวกัน ย่อมต้องเจอกับอุปสรรค เป็นบททดสอบเพื่อพัฒนาศักยภาพของตนให้บรรลุในเป้าหมายหรือความสำเร็จที่ต้องการ เมื่อมีความตั้งใจ มีความเพียรพยายาม วิริยะ อุตสาหะ ไม่หวั่นไหว ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ย่อมถึงชีวิตรู้สึกความสำเร็จตามความมุ่งหมาย ก่อนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงตรัสรู้พระพุทธองค์ทรงเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏมาหลายภพหลายชาติ พระองค์ทรงเป็นบุคคลหนึ่งซึ่งเป็นไปตามกรรมที่ได้กระทำไว้ การเกิดมาแต่ละชาตินั้นมีทั้งกรรมดีและไม่ดีเข้ามาในชีวิต ประปันกันไป แต่พระองค์ก็ทรงที่จะเรียนรู้ แก้ปัญหาฝึกฝนพัฒนาศักยภาพของพระองค์ในฐานะมนุษย์คนหนึ่งจะทำได้ เนื่องจากความสามารถความเป็นจริง มีจิตใจเข้มแข็ง สามารถใช้สติปัญญาควบคุมตนให้อยู่ในอำนาจเหตุผล ควบคุมความประพฤติ เพื่อจุดหมายอันชอบที่ตั้งไว้เมื่อถูกอำนาจแก่กิเลส วางแผนจัดการ กระทำการของตนให้สำเร็จ แต่ก็ต้องมีความอดทน อดกลั้นอย่างแน่วแน่ วางใจให้สงบ ไม่เอนเอียงไปด้วยความยินดียินร้ายหรือแรงบันดาลใจ สิ่งที่ก่อภาระมานั้นเป็นการวางแผนจัดการให้อยู่ในฝ่ายที่เป็นกุศล หรือความคิดในทางบวก การคิดและการกระทำในสิ่งที่ดีย่อมนำมาซึ่งแรงดึงดูดสิ่งดีงามที่มุ่งหมายที่ปรากฏนาให้เข้ามาในชีวิต ความคิดการกระทำ แรงดึงดูดนั้นคือกฎแห่งกรรมว่าด้วยความคิดและการกระทำที่ดีย่อมส่งผลดีต่อชีวิต ดึงดูดสิ่งดีๆ หรือได้รับแต่ผลแห่งกรรมดีเข้ามาในชีวิต ดึงกฎแห่งการขอ เชื่อและรับ หลักธรรมในบริบทที่ 10 เป็นหลักปฏิบัติเพื่อให้เกิดพลังใจ นำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน การเจริญอุเบกษาในชีวิตประจำวัน มีใช่มีเฉพาะในเวลา ที่ไม่มีเรื่องอะไรมากกระทบ จิตเท่านั้น แม้มีเรื่องมา กระทบจิตให้ยินดียินร้ายก็ระงับได้ ทำใจให้สงบเป็นอุเบกษาได้ด้วยความรู้ (ญาณ) การเจริญ อุเบกษาในชีวิตประจำวัน ยังสามารถกระทำได้โดยการระมัดระวังใจมิให้ขึ้นลงด้วยความยินดียินร้าย ทั้งในครัวประஸบสมบัติ ทั้งในครัวประஸบวิบัติ เมื่อภาวะของจิตเช่นนั้นเกิดขึ้น พยายามระงับใจ คิดถึงกรรมและผลของกรรม อุเบกษา มีหน้าที่ในการจัดตั้ง ออกไปจากจิต ควรจะทำใจ ให้เป็นอุเบกษา คือ รู้จักวางแผน ไม่ดีใจ ไม่เสียใจ ถ้าดีใจก็แสดงว่าถูกอำนาจ ของความยินร้าย (ปฏิष्ठะ) ครอบงำ ถ้าเราเสียใจก็แสดงว่าถูกอำนาจของความยินดี (ราคะ) ครอบงำไว้

6. สรุป

จิตใจที่เข้มแข็งเป็นจิตใจที่ ควรแก่งานเหมาะแก่การใช้งาน ประกอบไปด้วยปัญญา คือ ความรู้เข้าใจ รู้เหตุผล และทำความรู้เหตุผลนั้น เมื่อมีกุศลเกิดขึ้นในจิตใจ จะมองเห็นอะไรมาก็ต้องตามความเป็นจริง สิ่งที่เป็นกุศลจะต้องเกื้อกูล จิตใจให้มีความแข็งแรงสมบูรณ์ มีปัญญา รู้เหตุผล รู้ดีชั่ว รู้คุณรู้โทษ มีสุขเป็นผล ในทางตรงข้าม ถ้ามีความทุกข์ เดือดร้อนใจ เป็นลักษณะของอกุศล เป็นบาปมีโทษให้ผลเป็น

ทุกข์เป็นจิตที่เมรู้ คือไม่สามารถรู้เหตุผลตามความเป็นจริงของ สภាតรรธรรมได้พระโพธิสัตว์ได้สรุยพระชาติ ในรูปแบบที่หลากหลาย ในทุกชาตินั้นพระองค์ตั้งจิตอธิษฐานอยู่เสมอ การตั้งจิตอธิษฐาน หากนำมาพิจารณาเพื่อปรับใช้ในชีวิตจริง คือ การตั้งจิตขอให้ชีวิตได้เป็นไปตามนั้น แต่เมื่อได้เป็นการวิวัอนร้องขอต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ แต่หากเป็นการ ตั้งความปรารถนาไว้ เพื่อลงมือทำด้วยตนเอง มีความมุ่งมั่น เชื่อว่าสิ่งที่ขอนั้นจะเป็นจริง โดยที่ไม่มีอะไรจะมาสั่นคลอนให้ล้มเลิกความตั้งใจนั้นไปได้ ถึงแม้จะต้องเผชิญกับอุปสรรค ความยากลำบากหากสามารถปั่นใจ วางใจ เอาชนะใจตนเองได้นั้น ย่อมได้รับซึ่งความสำเร็จที่ปรารถนา ในบางเมืองหมอดที่พระโพธิสัตว์ได้ทรงกระทำเพื่อให้ความปรารถนาของพระองค์ประสบความสำเร็จ หากได้พิจารณาอย่างแยกชาย (โยนิโสมนสิกการ) คิดตามถึงเหตุและผลแล้วน้อมนำมารับใช้ในชีวิต การตั้งความปรารถนาและมีความตั้งใจจริงที่จะกระทำให้สำเร็จ ไม่ว่าสิ่งใดๆ สิ่งนั้นย่อมที่จะบรรลุซึ่งผลสำเร็จแม้อาจจะต้องใช้เวลาภานาน ความเชื่อมั่นความวางใจ ไม่หวั่นไหวต่อเป้าหมายที่วางไว้ แล้วกระทำตามแนวทางที่ได้กำหนดไว้ ย่อมเป็นการเดินทางใกล้ถึงความสำเร็จเข้ามาเรื่อยๆ เมื่อลงมือสร้างเหตุก็ย่อมที่จะได้รับผลแห่งความสำเร็จที่ปรารถนา การมีเมตตา กรุณามุทิตา เป็นสิ่งที่ดี แต่ควรประกอบด้วยการวางอุเบกษา และพิจารณาว่า สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรมที่ได้กระทำไว้ จะดีหรือชั่ว ก็ตาม กรรมนั้นย่อมส่งผลอย่างยุติธรรมตามที่เข้าผู้นั้นได้กระทำไว้ หากได้สร้างเหตุแห่งความสำเร็จไว้ฉันได ย่อมได้รับผลแห่งความสำเร็จฉันนั้น การน้อมนำหลักธรรมคำสอน เรื่อง อุเบกษา มาปรับใช้ในชีวิต พระพุทธองค์ทรงเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ ใชสติปัญญาควบคุมความประพฤติตนให้อยู่ในอำนาจเหตุผล เพื่อจุดหมายอันชอบไม่ลุණนาจิกเลส วางจุดหมายแห่งการกระทำของตนไว้แน่นอน และดำเนินตามนั้นอย่างแน่แน่ มีเมตตา ความรักความปรารถนาดี มีเมตตรี คิดดีเกื้อกูล ปรารถนาให้ผู้อ่อนร่วมทั้งสรรพสัตว์ ทั้งหลายทั้งปวงมีความสุขความเจริญ มีอุเบกษาไว้ใจเป็นกลางสงบราบรื่นสม่ำเสมอ เที่ยงธรรม ไม่เอนเอียงไปด้วยความยินดียินร้ายหรือแรงยั่วยุใดๆ วางจิตให้อยู่ในฝ่ายที่เป็นกุศล หรือความคิดในทางบวก การคิดและการกระทำในสิ่งที่ดีย่อมนำมาซึ่งแรงดึงดูดหรือกูรแห่งกรรมว่าด้วยความคิดและการกระทำที่ดีย่อมส่งผลดีต่อชีวิต ดึงดูดสิ่งดีๆ หรือได้รับแต่ผลแห่งกรรมดีเข้ามายังชีวิต

7. เอกสารอ้างอิง

ปฐมพงศ์ บุชาบุตร. (2022). ศึกษาวิเคราะห์สุนทรียธรรมในทศชาติชาดกของพระโพธิสัตว์. วารสารมหาจุฬาวิชาการ. วันที่สืบค้น 15/10/2022 จาก <https://so04.tcithaijo.org/index.php/JMA/article/view/255310>.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรรมพระปรมานุชิตชัยโนรส. (2503). ปฐมสมโพธิกถา. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์.

- พะนิพนธ์ ฐานวโร (คำภาสี). (2022). พระมหาวิหาร 4 ในฐานะการเจริญภารนาในคัมภีร์วิสุทธิมรรค. วารสารวิจัยวิชาการ, 5(3), 15-22. สืบค้นวันที่ 15/11/2022 จาก, <https://doi.org/10.14456/jra.2022.54>.
- พระพุทธโذษาจารย์ (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2562). พุทธธรรมฉบับปรับขยาย. พิมพ์ครั้งที่ 51. กรุงเทพฯ: สหธรรมวิก.
- พระพุทธโذษาจารย์ (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2563). พจนานุกรมพุทธศาสนา ฉบับประมวลตัวพท. พิมพ์ครั้งที่ 34. กรุงเทพฯ: ผลิต้มม.
- พระมหาเกษม ปลญาโร. (2017). การเจริญพระมหาวิหาร 4 ในชีวิตประจำวัน. วารสารปรัชญา ปริทรรศน์, 22(1), 63-71. สืบค้นวันที่ 15/11/2022 จาก <https://so05.tci-thaijo.org>.
- พระราชนิรันดร์. (2018). การศึกษาวิเคราะห์แก่นธรรมจากชาดก. วารสารมหาจุฬาวิชาการ, 5(2), 1-17. <https://so04.tci-thaijo.org>.
- มูลนิธิธรรมทานกุศลจิตและพิพิธภัณฑ์จารโลงพระพุทธศาสนา. (2564). พระพุทธประวัติ 29 พระพุทธเจ้าและสรุปหลักธรรมในพระพุทธศาสนา. กรุงเทพฯ: ผลิต้มม.
- สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรรมพระยาชิรญาณวโรรส. (2539). สารานุกรมพระพุทธศาสนา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: มหามกุฏราชวิทยาลัย.