วารสารธรรมเพื่อชีวิต
JOURNAL OF DHAMMA FOR LIFE
ISSN: 2822-048X
https://soo8.tci-thaijo.org/index.php/dhammalife/index

Original Research Article DOI: 10.14456/jdl.2025.103

An Analysis of a Relationship Between the Six Field of Insight Meditation and the Five Faculties

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

Anutchai Loungamornchai[1]*, Thanee Suwanprateep[2] & Panumart Neso[3]

อาณัติชัย เหลืองอมรชัย[1]*, ธานี สุวรรณประทีป[2] และภานุมาตร์ เนโส[3]

ARTICLE INFO

Name of Author & Corresponding Author: *

1. **Anutchai Loungamornchai***
อาณัติชัย เหลืองอมรชัย*
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Pali Studies Campus, Buddhaghosa, Nakhon Pathom, Thailand.
Email: Anutchai_Loungamornchai@gmail.com

2. **Thanee Suwanprateep**
ธานี สุวรรณประทีป
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Pali Studies Campus, Buddhaghosa, Nakhon Pathom, Thailand.
Email: thane_305@hotmail.com

3. **Panumart Neso**
ภานุมาตร์ เนโส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Pali Studies Campus, Buddhaghosa, Nakhon Pathom, Thailand.
Email: panumart.ne@mcu.ac.th

คำสำคัญ:
วิเคราะห์; ความสัมพันธ์; วิปัสสนาภูมิ; อินทรีย์; วิปัสสนาภาวนา

ABSTRACT

The objectives of this research are: (1) to study the Vipassana meditation in Theravada Buddhist scriptures; (2) to study Vipassana meditation and faculty adjustment as it appears in Theravada Buddhist scriptures; (3) to analyze the relationship between Vipassana meditation and adjusting the faculties for Vipassana practice. The research method was descriptive document work.

The results revealed that meditation is a practical principle of development of human beings, focusing on training the mind for right views for gaining the wisdom and understand the reality of things as it was which leads to be free from suffering according to the teachings of Buddhism. The final goal of Samatha practicing is Jhāna attainment, which is a by-product that occurs, namely 4 Rūpajhāna, 4 Arupajhāna, 8 Samādhi and 6 Abhiññā, and the cultivation of Vipassanā meditation to gain the wisdom seeing the arising and passing away of forms and names as they really were according to the principles of the Three Common Characteristics. Until attaining the Dhamma of becoming an Anāgāmī or Arahantaship who completely abandoned all defilements according to the sequence of enlightenment at each level until the highest point or Nibbana. All defilements can be completely cut off, leaving no remains. Vipassanābhūmi refers to the base where one does contemplate on as the objects of Vipassanā meditation. Vipassana practice requires contemplated objects. The state experienced as an object of Vipassana must be existing and does not change from its own state called ultimate state of Dhamma which is used as the base of practice consisting of 5 types: 5 Khandha, 12 Āyatana, 14 Dhātu, 22 Indriya, 4 Noble Truth, and 12

Keywords:
Analysis; Relationship; Six Field of Insight Meditation; Five Faculties

Article history:
Received: 26/10/2024
Revised: 06/11/2024
Accepted: 05/03/2025
Available online: 29/03/2025

How to Cite:

Loungamornchai et al. (2025). An Analysis of a Relationship Between the Six Field of Insight Meditation and the Five Faculties. *Journal Dhamma for Life, 31*(1), 729-738.

Paṭiccasamuppāda, in brief they are only form and name related to Vipassana practice. For Satipatthana practice one must be a process of adjusting the balance of 5 faculties: (1) Saddhindriya is against disbelief, (2) Viriyindriya has the power to eliminate laziness, (3) Satindriya has the power to eliminate heedlessness, (4) Samādhindriya has the power to eliminate distraction, (5) Paññindriya has the power to eliminate delusion. Analyzing the relationship between insight's planes and adjusting the sensual organs was found that adjusting the faculties to balance means adjusting the infaculties to be equal in pairs: 1) adjusting faith to be equal to wisdom, 2) adjusting wisdom to be equal to faith, 3) adjusting perseverance to equal to concentration, 4) adjusting concentration to be equal to persistence, 5) the more mindfulness the better, not lacking, not more than and it supports other faculties for balance faster. Adjusting the Indriya related to the five Vipassanābhūmi, namely the five Khandha, 12 Āyatanas, etc., as its concentrative objects for experiencing Three Characteristics. Balancing the 5 Indriya will make practice progress and leading to the final goal, Arahantship quickly, accordingly the Arahanta is called the one who completed faculties balance training.

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ คือ (1) เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (2) เพื่อศึกษาวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (3) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนา ระเบียบวิธีวิจัยเป็นการวิจัยเอกสารเชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า กรรมฐานเป็นหลักการปฏิบัติเพื่อฝึกฝนมนุษย์ เน้นฝึกจิตใจให้มีความเห็นที่ถูกต้อง และเจริญขึ้นเพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งสภาวะธรรมชาติความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ การที่จะพัฒนาจิตให้เจริญขึ้นในระดับปัญญาเพื่อรู้เท่าทันความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ ซึ่งจะนำไปสู่การ พ้นทุกข์ตามหลักคำสอนของพุทธศาสนา จุดหมายของการเจริญสมถกรรมฐาน คือ ฌานจิต เป็นผลที่เกิดขึ้นตามมา คือ เกิดรูปฌาน 4 อรูปฌาน 4 สมาบัติ 8 อภิญญา 6 และการเจริญวิปัสสนาภาวนา เพื่อให้เกิดปัญญารู้เห็นความเกิดดับไปของรูปนามตามความเป็นจริง เป็นไปตามหลักของพระไตรลักษณ์ จนบรรลุธรรมเป็นพระอนาคามีหรือพระอรหันต์ ซึ่งเป็นผู้ละสังโยชน์ได้ตามลำดับของการบรรลุธรรม ในแต่ละขั้นจนถึงสูงสุดคือพระนิพพานตัดกิเลสทั้งหลายได้โดยสิ้นเชิงไม่มีส่วนเหลือ วิปัสสนาภูมิ หมายถึง พื้นที่กระทำวิปัสสนาหรืออารมณ์ของวิปัสสนา การเจริญวิปัสสนานั้นต้องกำหนดรู้อยู่ที่วิปัสสนาภูมิ สภาวะที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ต้องเป็นสิ่งที่มีอยู่จริงไม่เปลี่ยนแปลงจากสภาวะของตน คือ เป็นปรมัตถ์ธรรม ซึ่งเป็นพื้นฐานของการปฏิบัติวิปัสสนา เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ ๆ มี 5 อย่างได้แก่ ขันธ์ 5 อายตนะ 12 ธาตุ 14 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท 12 และเมื่อย่อลงแล้วก็เป็นเพียงรูปกับนามเท่านั้น ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนา การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานต้องมีกระบวนการปรับสมดุล 5

ประการ คือ (1) สัทธินทรีย์ เป็นปฏิปักษ์ต่อความไม่เชื่อ (2) วิริยินทรีย์ มีอำนาจในการกำจัดความเกียจคร้าน (3) สตินทรีย์ มีอำนาจในการกำจัดความประมาท (4) สมาธินทรีย์ มีอำนาจในการกำจัดความฟุ้งซ่าน (5) ปัญญินทรีย์ มีอำนาจในการกำจัดความหลง วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ พบว่า การปรับอินทรีย์ให้สมดุล คือ เป็นการปรับอินทรีย์เสมอกันเป็นคู่ ๆ กล่าวคือ 1) ปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา 2) ปรับปัญญาให้เสมอกับศรัทธา 3) ปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ 4) ปรับสมาธิให้เสมอกับวิริยะ 5) สติยิ่งมากยิ่งดี ไม่ขาดไม่เกิน และเป็นตัวสนับสนุนอินทรีย์อื่นให้สมดุลเร็วขึ้น การปรับอินทรีย์มีความสัมพันธ์กับวิปัสสนาภูมิทั้ง ๕ หมวดมี ขันธ์ 5 อายตนะ 12 เป็นต้น ในฐานะเป็นอารมณ์ของการตามรู้เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์ การปรับอินทรีย์ 5 ให้สมดุลจะทำให้การปฏิบัติธรรมก้าวหน้าและถึงเป้าหมายสูงสุดคือการบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ได้อย่างรวดเร็ว พระอรหันต์จึงเป็นผู้ชื่อว่าผ่านการอบรมอินทรีย์ให้สมดุลครบถ้วน

บทนำ

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งสัจธรรมและปัญญาที่สอนเรื่องความจริงของชีวิตและ ธรรมชาติที่ทุกคนสามารถศึกษาค้นคว้า พิสูจน์ ทดลองให้รู้จริง เห็นได้ด้วยตนเองตลอดเวลา ที่สำคัญสอนให้ผู้นับถือใช้ปัญญาพิจารณาสิ่งต่างๆ ให้รู้จริงด้วยตนเองก่อนแล้วจึงเชื่อ มนุษย์ยก ย่องตนเองว่าเป็นสัตว์ประเสริฐที่สุด มีความคิดความรู้สึกที่แตกต่างกันออกไปมนุษย์พยายามใช้ ความคิดของตนเองอย่างมากมาย เพื่อจะทำให้ชีวิตดำเนินไปอย่างราบรื่น ไปสู่สิ่งที่ตนเองมุ่งมั่น ปรารถนาเพื่อให้ตนเองดำรงชีวิตอยู่ได้

ดังนั้น ไม่ว่าพระพุทธเจ้าในอดีต ในปัจจุบัน และพระพุทธเจ้าที่จะเสด็จอุบัติมาใน อนาคต พระองค์ล้วนแล้วแต่จะต้องมาตรัสรู้ รู้แจ้งอริยสัจ 4 ทั้งสิ้น และเป็นหน้าที่โดยตรงขององค์ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่จะต้องสั่งสอนเหล่าเวไนยสัตว์ให้รู้ซึ้งถึงอริยสัจ 4 แต่ด้วยวิสัยของมนุษย์ ซึ่งมีจริตไม่เหมือนกัน พระองค์จึงต้องสั่งสอนแตกต่างกัน เป็นขันธ์ 5 บ้าง อายตนะ 12 บ้าง ธาตุ 14 บ้าง อินทรีย์ 22 บ้าง ปฏิจจสมุปบาท 12 บ้าง และอริยสัจ 4 บ้าง เพื่อให้เหมาะกับจริตและกำลังแห่งอินทรีย์ของแต่ละบุคคล คัมภีร์ฎีกาอภิธรรมมัตถสังคหะ (พิมพ์บาลี) กล่าวว่า พระพุทธองค์ทรงพระประสงค์ความอนุเคราะห์หมู่สัตว์ 3 จำพวกคือด้วย

1. เหล่าสัตว์ที่หลงในนาม มีอินทรีย์แก่กล้า และพอใจความย่อ
2. เหล่าสัตว์ที่หลงในรูป มีอินทรีย์ยังไม่แก่กล้านัก และพอใจความปานกลาง
3. เหล่าสัตว์ที่หลงในนามและรูปทั้งสองนั้น มีอินทรีย์อ่อน และพอใจความพิสดาร

บรรดาเหล่าสัตว์ 3 จำพวกนั้นเหล่าสัตว์ที่หลงในนามและกำหนดรู้ถึงขันธ์ได้ เพราะในขันธ์ทั้งหลายเหล่านั้น พระผู้มีพระภาคทรงจำแนกขันธ์ออกเป็น 4 ประการ (เวทนาขันธ์ 1 สัญญาขันธ์ 1 สังขารขันธ์ 1 วิญญาณขันธ์ 1) เหล่าสัตว์ผู้หลงในรูปจะกำหนดรู้ ถึงอายตนะได้ เพราะอายตนะทั้งหลายเหล่านั้น พระผู้มีพระภาคจำแนกรูปเป็น 11 ส่วนทั้งกึ่ง(10 ส่วนครึ่ง) เหล่าสัตว์ที่ หลงในนามและรูปทั้งสองจะกำหนดรู้ถึงธาตุได้ เพราะในธาตุทั้งหลายนั้น พระผู้มีพระภาคทรง จำแนกนาม และรูปทั้งสอง โดยพิสดารบ่อเกิดแห่งทุกข์ล้วนเกิดมาจากอินทรีย์ หรืออายตนะ 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ สามารถกล่าวได้ว่า ความทุกข์ทั้งหมดทั้งปวงล้วนเกิดมาจากอินทรีย์ และพระนิพพานเป็นที่สิ้นสุด แห่งทุกข์ พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่เน้นด้านปัญญา

และสุดยอดของพระพุทธศาสนาก็คือ การ เจริญวิปัสสนาภาวนา วิปัสสนาภาวนานั้น ต้องได้สภาวธรรมอันเป็นปรมัตถ์มาเป็นอารมณ์ คือ วิปัสสนาภูมิอันได้แก่

1) ขันธ์ 5 คือ กองทั้ง 5
2) อายตนะ 12 คือ สะพานเครื่องเชื่อมต่อให้เกิดความรู้ มี 12
3) ธาตุ 14 คือ สิ่งที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตนมี 14
4) อินทรีย์ 22 คือ ความเป็นใหญ่มี 22
5) อริยสัจจะ 4 คือ ความจริงอันประเสริฐ มี 4
5) ปฏิจจสมุปบาท 12 คือ ความประชุมพร้อมด้วยเหตุผล มี 12

การเจริญวิปัสสนาต้องอาศัยอารมณ์วิปัสสนาหรือภูมิแห่งปัญญา ที่เรียกว่าวิปัสสนา ภูมิ เป็นพื้นที่ในการปฏิบัติการ เมื่อเราต้องการทำงานอย่างใดอย่างหนึ่งให้สำเร็จลงได้ จะต้องมีตัวยึดเหนี่ยวหรืออุปกรณ์ในการทำงานนั้น ๆ จึงจะเกิดเป็นวิปัสสนาญาณขึ้นได้ วิปัสสนาภูมิ หมายถึง พื้นที่กระทำวิปัสสนาหรืออารมณ์ของวิปัสสนา การเจริญวิปัสสนานั้นต้องกำหนดรู้อยู่ที่ วิปัสสนาภูมิ สภาวะที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ต้องเป็นสิ่งที่มีอยู่จริง ไม่เปลี่ยนแปลงจากสภาวะของตน คือ เป็นปรมัตถ์ธรรม

ในพุทธพจน์แสดงปฏิปทา 4 ว่าด้วยแนวการปฏิบัติธรรมของบุคคลที่แตกต่างกันไปเป็น 4 ประเภทคือ บางพวกปฏิบัติลำบากทั้งรู้ได้ช้า บางพวกปฏิบัติลำบากแต่รู้ได้เร็ว บางพวกปฏิบัติสะดวกแต่รู้ได้ช้า บางพวกปฏิบัติสะดวกทั้งรู้ได้เร็ว พระพุทธองค์ทรงชี้แจงว่า ตัวการที่กำหนดให้รู้ช้าหรือรู้เร็วก็คืออินทรีย์ 5 กล่าวคือ ถ้าอินทรีย์ 5 อ่อนไปก็รู้ช้า ถ้าอินทรีย์ 5 แก่กล้าก็รู้ได้เร็ว แม้แต่การที่พระอนาคามีแตกต่างกันออกไปเป็นประเภทต่าง ๆ ก็เพราะอินทรีย์ 5 เป็นตัวกำหนดด้วย หรือกว้างออกไปอีก ความพรั่งพร้อมและความหย่อนแห่งอินทรีย์ 5 นี้แล เป็นเครื่องวัด ความสำเร็จ เป็นอริยบุคคลขั้นต่าง ๆ ทั้งหมดกล่าวคือ เพราะอินทรีย์ 5 เต็มบริบูรณ์ก็เป็นพระอรหันต์ อินทรีย์ 5 อ่อนกว่านั้นก็เป็นพระอนาคามี อ่อนกว่านั้นก็เป็นพระสกทาคามี อ่อนกว่านั้นก็เป็นพระโสดาบันประเภทธัมมานุสารี อ่อนกว่านั้นอีกก็เป็นพระโสดาบันประเภทสัทธานุสาร ดังนี้ เป็นต้น ตลอดจนว่าถ้าไม่มีอินทรีย์ 5 เสียเลยโดยประการทั้งปวง ก็จัดเป็นพวกปุถุชนคนภายนอกมีคำสรุปว่า ความแตกต่างแห่งอินทรีย์ทำให้มีความแตกต่างแห่งผล ความแตกต่างแห่งผลทำให้มีความแตกต่างแห่งบุคคล หรือว่าอินทรีย์ต่างกันทำให้ผลต่างกัน ผลต่างกันทำให้บุคคลต่างกัน

ในการปฏิบัติที่มีการปรับสมดุลอินทรีย์ที่ไม่สม่ำเสมอกันย่อมมีผลคือ

1. ถ้ามีศรัทธามาก ปัญญาหย่อน ย่อมทำให้โมหะครอบงำ
2. ถ้ามีวิริยะมาก สมาธิหย่อน ย่อมทำให้จิตฟุ้งซ่าน
3. ถ้ามีสมาธิมาก วิริยะหย่อน ย่อมทำให้เฉื่อยชาเกียจค้าน
4. ถ้ามีปัญญามาก ศรัทธาหย่อน ย่อมทำให้จิตกระด้าง ฟุ้งซ่าน

ส่วนสติยิ่งมากยิ่งดีแก่โยคีผู้ปฏิบัติ ดังนั้นจึงควรมีการศึกษาวิเคราะห์เทคนิคการปรับ อินทรีย์ให้สมดุลในการปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 เพื่อให้เกิดความชัดเจนทั้งหลักการและวิธีการเพื่อ อำนวยประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติมากยิ่งขึ้น

เพราะฉะนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเรื่องอินทรีย์อันเป็นหลักปฏิบัติที่ปรากฏในคัมภีร์ พระพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งสามารถพัฒนาให้ดำเนินไปสู่มรรค ผล นิพพานได้ และสามารถ นำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม เพราะผู้วิจัยเห็นว่า อินทรีย์นั้นสามารถทำให้เจริญขึ้น และพัฒนาจนเต็มประสิทธิภาพได้ เหตุนี้กระบวนการแห่งการบรรลุธรรมที่จะถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้ นั้นต้องมีอินทรีย์ที่สมดุลแก่กล้าจนสุดรอบในภาวะแห่งการบ่มเพาะอินทรีย์ชื่อได้ว่าเป็นการเพียร เผากิเลสอาสวะที่เป็นตัวการทำให้สัตว์ทั้งหลายเวียนว่ายอยู่ในสังสารวัฏฏอย่างไม่จบสิ้น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
2. เพื่อศึกษาวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
3. เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ เป็นส่วนหนึ่งของงานวิจัย เรื่อง “วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา” เป็นการศึกษาวิจัยด้านเอกสาร (Documentary research) และเชิงพรรณนา (Descriptive research) โดยมีวิธีการดังนี้

1. ศึกษาข้อมูลเอกสารจากคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเถรวาทเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสนาภาวนา วิปัสสนาภูมิ และการปรับอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ที่ปรากฏในพระสูตรต่างๆ ในคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนฎีกา รวมทั้ง เอกสารวิชาการและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. ศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
3. นำข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้ามาเรียบเรียงแล้วปรับปรุงแก้ไขและบรรยายเชิงพรรณนา
4. สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย
5. เรียบเรียงเนื้อหาเป็นรูปเล่มและนำเสนอ

ผลการวิจัย

งานวิจัยนี้ มีผลการวิจัยตามลำดับวัตถุประสงค์ 3 ข้อ และประเด็นที่ค้นพบจากการวิจัย ตามลำดับ ดังนี้

1. การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

กรรมฐานเป็นหลักการปฏิบัติเพื่อฝึกฝนมนุษย์โดยเน้นไปที่การฝึกหัดจิตใจให้มีความเห็นที่ถูกต้องและฝึกจิตให้เจริญขึ้นเพื่อทำให้เกิดปัญญาซึ่งเป็นหัวใจ สำคัญและเป็นสิ่งจำเป็นจะต้องฝึกฝนทุกคน การฝึกกรรมฐานจึงเป็นวิธีการฝึกจิตให้รู้แจ้งและเข้าใจ สภาวะธรรมชาติความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ ที่กำลังเกิดขึ้นโดยใช้องค์ธรรมคือสติและปัญญาในการ พิจารณาอารมณ์เพื่อให้จิตไม่ตกไปอยู่ในฝ่ายของอกุศลมีความหลงเป็นต้น กรรมฐานจึงเป็นทั้งศาสตร์และศิลปะของการดำเนินชีวิต เป็นการบริหารและพัฒนาจิต เพื่อให้เกิดความสงบไม่วุ่นวาย และทำให้เกิด

ความมั่นใจเข้มแข็งซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาสุขภาพจิตในทางกายภาพและเป็นอุบายใน การที่จะพัฒนาจิตให้เจริญขึ้นในระดับปัญญาเพื่อรู้เท่าทันความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ ซึ่งจะนำไปสู่การ พ้นทุกข์ตามหลักคำสอนของพุทธศาสนา จุดหมายปลายทางของการเจริญสมถกรรมฐาน คือ ฌานจิต เป็นผลพลอยได้ที่เกิดขึ้น คือ เกิดรูปฌาน 4 อรูปฌาน 4 สมาบัติ 8 อภิญญา 6 และหากเจริญปัญญาต่อจนเห็นความเกิดดับไปของรูปนามตามความเป็นจริง เป็นไปตามหลักของพระไตรลักษณ์ ได้บรรลุธรรมเป็นพระอนาคามีหรือพระอรหันต์ ก็จะสามารถเข้านิโรธสมาบัติเสวยความสุขอันเป็นวิหารธรรมได้ ผลที่ต้องการจากการเจริญสมถกรรมฐานตามหลักพระพุทธศาสนาที่แท้จริงนั้น ใช้เพื่อเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนา โดยเฉพาะการปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 จัดเป็นวิชชาบัญญัติ ในการเจริญวิปัสสนาเบื้องต้น คำบริกรรมแม้จะทำให้รับรู้คำบัญญัติเป็นอารมณ์จริง แต่ก็ช่วยให้จิตจดจ่ออารมณ์มากขึ้น จากนั้นจึงสามารถหยั่งรู้เห็นรูปนามตามสภาวธรรมนั้น โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาได้ เมื่อวิปัสสนามีกำลังมากขึ้นแล้ว ก็ไม่จำเป็นต้องใช้คำบริกรรมอีกต่อไป เพราะสามารถรู้รูปนามได้ชัดเจนแล้ว เมื่อเห็นอาการพองว่าไม่ใช่ท้องพอง เห็นอาการยุบว่าไม่ใช่ท้องยุบ เห็นรูปนาม เป็นเพียงธาตุที่ถูกรู้ บัญญัติธรรมเกาะติดอารมณ์ไม่ได้อีก เพราะเห็นแจ้งด้วยปัญญาแล้วว่าเป็นเพียงธาตุล้วน ๆ ที่เกิดดับไปตามเหตุปัจจัยของเขาเองอยู่ตลอดเวลา หาบัญญัติมิได้ ผลในการทำบริกรรมภาวนาจนกระทั่งเกิดวิปัสสนา สามารถตัดละปหานกิเลสได้อย่างเด็ดขาดตามลำดับของการบรรลุธรรมในแต่ละขั้นจนถึงสูงสุดคือพระนิพพานตัดกิเลสทั้งหลายได้โดยสิ้นเชิงไม่มีส่วนเหลือ

2. วิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

วิปัสสนาภูมิ หมายถึง พื้นที่กระทำวิปัสสนาหรืออารมณ์ของวิปัสสนา การเจริญวิปัสสนานั้นต้องกำหนดรู้อยู่ที่วิปัสสนาภูมิ สภาวะที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ต้องเป็นสิ่งที่มีอยู่จริงไม่เปลี่ยนแปลงจากสภาวะของตน คือ เป็นปรมัตถ์ธรรม ธรรมที่เป็นพื้นฐานของการปฏิบัติวิปัสสนา เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ ๆ มี 5 อย่างได้แก่ ขันธ์ 5 อายตนะ 12 ธาตุ 14 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท 12 และเมื่อย่อลงแล้วก็เป็นเพียง รูปกับนามเท่านั้น ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนา เพราะโดยสรุปแล้วการปฏิบัติวิปัสสนา ตามหลักสติปัฏฐาน 4 ที่พระพุทธองค์ได้ตรัสแสดงไว้นั้น ก็คือการกำหนดพิจารณาให้รู้สิ่งที่เป็นรูป กับนาม โดยความเป็นปรมัตถสัจจะ ความหมายของอินทรีย์ ทั้งความหมายตามรูปศัพท์ ในพระไตรปิฎกและคัมภีร์รุ่นต่อมารวมถึงจากทรรศนะของวิชาการในยุคปัจจุบันต่างก็ให้ความหมายที่ออกมาในทิศทางเดียวกัน คือ ธรรมที่มีความเป็นใหญ่ มีความเป็นใหญ่ในหน้าที่ตน หรือ มีหน้าที่รับผิดชอบในเรื่องนั้น ๆ เมื่อแปลความออกมาแล้วในเรื่องการแสดงความเป็นใหญ่ ความมีอำนาจเป็นธรรมที่มีอำนาจยิ่งใหญ่ในการปราบปรามอกุศลธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับอินทรีย์ทั้งหลาย สำหรับงานวิจัยนี้จะกล่าวถึง อินทรีย์ คือหมวดธรรมที่เกี่ยวข้องกับความสมดุลแห่งอินทรีย์ 5 ประการ คือ (1) สัทธินทรีย์ อินทรีย์คือศรัทธา มีลักษณะของความเชื่อมั่น มีความสำคัญคือความอำนาจในการกำจัดอัสสทธิยะ (ความไม่เชื่อ) (2) วิริยินทรีย์ อินทรีย์คือวิริยะ มีลักษณะการอุปถัมภ์ค้ำจุนไว้ของความเพียรไม่ให้กุศลธรรมเสื่อมสูญไป มีความสำคัญคือ มีอำนาจในการกำจัดโกสัชชะ (ความเกียจคร้าน) (3) สตินทรีย์ อินทรีย์คือสติ มีการระลึก (การไม่ฟั่นเฟือน) มีการเข้าไปประคองไว้เป็นลักษณะแนบชิดอารมณ์ มีหน้าที่ไม่หลงลืม มีความสำคัญคือ มีอำนาจในการกำจัดปมาทะ (ความประมาท) (4) สมาธินทรีย์ อินทรีย์คือสมาธิ มีลักษณะแสดงถึงความบริสุทธิ์แห่งจิต ความตั้งมั่นของจิต และความควรแก่การงานของจิต มีความสำคัญคือ มีอำนาจในการกำจัดวิกเขปะ (ความฟุ้งซ่าน) (5)

ปัญญินทรีย์ อินทรีย์คือปัญญา มีลักษณะแห่งการรู้ การเห็น การรู้แจ้งแทงตลอดตามที่เป็นจริง เป็นแสงสว่างที่กำจัดความมืด มีความสามารถตัดปัญหาหรือดับทุกข์ มีความสำคัญคือมีอำนาจในการกำจัดสัมโมหะ (ความหลง)

3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนา

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ พบว่า การปรับอินทรีย์มีความสำคัญในการปฏิบัติกรรมฐานเป็นอย่างยิ่ง จากการศึกษาตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกและคัมภีร์รุ่นต่อมาตลอดจนนักวิชาการในยุคปัจจุบันนั้น ได้ชี้แจงถึงเรื่องการปรับอินทรีย์เพื่อให้ได้ความสมดุลออกมาในรูปแบบและมีแนวทางเดียวกัน กล่าวคือ ถ้าอินทรีย์อย่างหนึ่งอย่างใดแรงกล้าเกินไป และอินทรีย์อื่นยังอ่อนอยู่ อินทรีย์อื่นเหล่านี้ก็จะเสียความสามารถในการทำหน้าที่ของตน เช่น ถ้าศรัทธาแรงไป วิริยะก็ทำหน้าที่ยกจิตไม่ได้ สติก็ไม่สามารถดูแลจิต สมาธิก็ไม่สามารถทำจิตให้แน่วแน่ ปัญญาก็ไม่สามารถเห็นตามความเป็นจริง ต้องลดศรัทธาด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาสภาวะแห่งธรรม หรือมนสิการในทางที่ไม่เป็นการเพิ่มกำลังให้แก่ศรัทธา ตามหลักทั่วไปในการปรับอินทรีย์มีหลักการปรับอินทรีย์ให้เสมอกันเป็นคู่ ๆ กล่าวโดยสรุป คือ การปรับอินทรีย์ให้สมดุล คือ เป็นการปรับอินทรีย์เสมอกันเป็นคู่ ๆ กล่าวคือ 1) ปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา 2) ปรับปัญญาให้เสมอกับศรัทธา 3) ปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ 4) ปรับสมาธิให้เสมอกับวิริยะ 5) ส่วนสตินั้นยิ่งมีเท่าไรก็ยิ่งดีไม่มีคำว่าเกินเป็นตัวกลางประสานได้ทุกธรรม เมื่อมีการฝึกฝนอบรมอินทรีย์ทั้ง 5 ให้สมดุลสม่ำเสมอจะทำให้ปฏิบัติธรรมก้าวหน้าและถึงจุดหมายปลายทางได้รับประโยชน์สูงสุดในพระพุทธศาสนา กล่าวคือ พระอรหันต์ และการที่ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ซึ่งถือได้ว่าเป็นบุคคลผู้ผ่านการอบรมบ่มอินทรีย์ที่ได้สมดุลครบถ้วนบริบูรณ์แล้ว วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับอินทรีย์ 5 ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยแบ่งออกเป็น

(1) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทธินทรีย์ในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานคือ ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตาปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเผากิเลส 2. สัมปชาโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง 3. สติมาคือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ผู้ปฏิบัติธรรมเมื่อมีศรัทธาพึงพิจารณาเห็นกายในกาย และคอยเฝ้าดูสิ่งที่ปรากฏทางกายได้แก่ ลมหายใจเข้าออก กำหนดอิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อย สิ่งปฏิกูล และธาตุ เป็นต้น ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีศรัทธาคือเชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าพึงคอยเฝ้าดูความรู้สึกหรือการเสวยอารมณ์ที่มากระทบทางกายเช่น เจ็บปวด เมื่อยล้า หรือชา เป็นต้น เวทนาเหล่านี้ เป็นสภาวะอารมณ์ที่ทำให้เกิดความทุกข์ ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีศรัทธา คือ เชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของตถาคต พึงคอยเฝ้าดูจิตที่ถูกการกระทบ หรือสัมผัสแล้วมีความรู้สึกเป็นอย่างไรบ้าง เช่น มีความกำหนัด มีความโกรธ มีความหลง เป็นต้น ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเชื่อและมีความศรัทธาในลักษณะของจิตที่เกิดจากใจเท่านั้น เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมมีความศรัทธาเชื่อในเบื้องต้นที่เกิดขึ้นจากการประจักษ์แจ้งตามความจริงที่เกิดด้วยตนเองจนจิตของผู้ปฏิบัติธรรมนั้น เกิดความสงบ ตั้งมั่นเป็นสมาธิทำให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงได้ ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีศรัทธา คือ เชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของตถาคต พึงกำหนดรู้สภาวะหรืออาการของธัมมารมณ์ที่เกิดขึ้น เช่น ความรู้สึกกำหนัดในอารมณ์ ความโกรธ ความง่วงในระหว่างปฏิบัติ เป็นต้น อารมณ์เหล่านี้ เป็นนิวรณ์ เป็นตัวขัดขวางการพัฒนาในการปฏิบัติธรรมไปสู่มรรค ผล และนิพพาน

(2) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยินทรีย์ในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คือ ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตาปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเผากิเลส 2. สัมปชาโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง 3. สติมาคือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสายผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียรในการกำหนดรู้ในการเคลื่อนไหวกายตั้งแต่ลมหายใจเข้า หายใจออก กายที่เคลื่อนไหวในอิริยาบถต่าง ๆ ด้วยความขยันและอดทน ไม่เกียจคร้านในการกำหนดรู้สภาวะต่าง ๆ ที่เคลื่อนไหวของรูปกายเป็นต้น ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียรในการกำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง 6 แล้วส่งผลให้จิตหรือใจเข้ารับรู้แล้วจึงส่งผลให้เกิดเวทนาขึ้น แต่ใจที่เข้าไปรับรู้ในเวทนาที่เป็นนามธรรม ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมเข้าไปรับรู้ และพึงกำหนดรู้ในเวทนานั้น ๆ ตามความเป็นจริง ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเป็นผู้มีความเพียร บากบั่น กำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง 6 แล้วส่งผลให้จิตเข้ารับรู้แล้วจึงส่งผลให้เกิดอารมณ์ เช่น จิตมีราคะ จิตมีโทสะ จิตมีโมหะ เป็นต้น พึงกำหนดรู้ในจิตตามความเป็นจริง ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียร มีความมุ่งมั่น บากบั่นในการกำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ทางทวารทั้ง 6 และกิเลสเครื่องปิดกันมีนิวรณ์ 5 เป็นต้น ความรู้สึกเหล่านี้ เป็นแต่เพียงอาการหรือสภาวะที่มีกระทบจิตใจแล้วส่งผลให้จิตได้รับรู้ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงประคับประคองอารมณ์ที่เป็นกุศลธรรมไว้ให้มากจนอารมณ์ที่เป็นอกุศลธรรมนั้นไม่สามารถเข้ามาแทรกในระหว่างการปฏิบัติธรรมได้

(3) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสตินทรีย์ในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตาปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเผากิเลส 2. สัมปชาโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง 3. สติมาคือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ผู้ปฏิบัติธรรมต้องกำหนดรู้หรือระลึกรู้ด้วยจิตอย่างจ่อต่อเนื่องไม่ให้ขาดสาย เช่นกำหนดว่า คู้หนอกำหนดว่า เหยียดหนอ เป็นต้น สติก็จะเกิดเป็นกำลัง หรือพลังจิตนำไปสู่สมาธิช่วยสั่งสมบารมีในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้เป็นอย่างดี ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติมีสติคือ ความระลึกได้หมายถึง การมีปัญญาระลึกถึงการกระทำ หรือคำพูดที่พูดมานานแล้ว สติกำหนดพิจารณาเวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนาซึ่งเป็นกำลังเพื่อการตรัสรู้ การรู้สึกสภาวธรรมปัจจุบันตามความเป็นจริง โดยรับรู้สภาวธรรมอย่างแท้จริง ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติอย่างแน่วแน่และมั่นคงต่อการกำหนดรู้ชัดในจิตที่สนองตอบอารมณ์นั้นอย่างจดจ่อต่อเนื่อง เมื่อกำหนดมาก ๆ เข้า จิตจะเกิดพลัง จิตจะสงบ จิตจะตั้งมั่น จิตจะมั่นคง จนนำไปสู่สมาธิ มีปัญญาญาณเป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีนำไปสู่การพัฒนาการเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไป ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติระลึกรู้ในสภาวะอารมณ์ที่เป็นอกุศลธรรมที่คอยขัดขวางจิตที่ส่งผลกระทบ ไม่ว่าจะเป็นความกำหนัด ความโกรธ ความโลภ เป็นต้น สภาวะอารมณ์ที่มากระทบจิตแล้วส่งผลให้จิตได้เข้าไปรับรู้เหล่านี้ เป็นตัวขัดขวางการเจริญสติ ฉะนั้นผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติอย่างแน่วแน่และมั่นคงต่อการกำหนดรู้ชัดในจิตด้วยสติสัมปชัญญะในขณะปฏิบัติกรรมฐาน

(4) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธินทรีย์ในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตาปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเผากิเลส 2. สัมปชาโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง มีกระบวนการ 3 ประการ คือ 1) จำเป็นต้องมีอาตาปี คือ มีความเพียรเผากิเลส 2)

มีสัมปชาโน คือ มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวธรรมตามความเป็นจริง 3) มีสติมา คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย คือ ผู้ปฏิบัติธรรมมีสมาธิพึงเข้าไปกำหนดรู้สภาวธรรมที่เกิดขึ้นกับกายเริ่มตั้งแต่อิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อยเป็นต้นมีสติกำหนดรู้ว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์บังคับไม่ได้ในกายของเราและของคนอื่นก็เช่นเดียวกัน สติพึงกำหนดรู้อยู่ตลอดเวลาในการเคลื่อนไหว การคู้ การเหยียดเป็นต้น จนจิตเกิดความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมควรมีสมาธิที่เป็นพลังที่เกิดจากการกำหนดรู้เวทนาที่ต่อเนื่องจากสติ หรืออาจจะกล่าวได้เลยว่าผู้มีสติในการกำหนดรู้ที่มั่นคงในเวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา ทนต่อการเสวยอารมณ์แห่งเวทนานั้น ย่อมช่วยนำไปสู่สมาธิที่ตั้งมั่นได้ ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีสมาธิตั้งมั่น มั่นคงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันหรือเป็นเอกัคคตาแล้ว จิตนั้นจะทำให้เกิดพลังอันกล้าแกร่ง จิตที่แข็งแกร่งคือจิตมีราคะก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะเป็นต้น สู้อดทนฟันฝ่าต่ออารมณ์ที่มากระทบอย่างแรงกล้า จิตก็จะสงบนิ่งจนเกิดเป็นสมาธิ เกิดขึ้น ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีสมาธิ เป็นพลังที่เกิดจากการกำหนดรู้อารมณ์ของจิตที่ต่อเนื่องจากสติ หรืออาจจะกล่าวได้ว่าผู้มีสติในการกำหนดรู้ที่มั่นคงในอารมณ์ 6 และพิจารณาธรรมเช่น ขันธ์ 5 คือ รูปเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งรูปเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งรูปเป็นอย่างนี้เป็นต้น อันเป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีเพื่อการเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไป

(5) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญินทรีย์ในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คือ ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตาปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเผากิเลส 2. สัมปชาโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง 3. สติมาคือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ผู้ปฏิบัติธรรมมีปัญญาเป็นความรู้แจ้งในการกำหนดรู้ที่กาย เป็นผลที่เกิดมาจากสติเข้าไประลึกรู้ในกายที่เคลื่อนไหวโดยเฉพาะในอิริยาบถนั่งสมาธิ กำหนดรู้ว่า ท้องที่พองขึ้น ท้องที่ยุบลงเป็นแต่เพียงรูปที่เคลื่อนไหวเพราะธาตุลมบีบบังคับให้เคลื่อนไหวเท่านั้น รูปที่เคลื่อนไหวไม่มีตัวตน มีอาการที่เกิดขึ้น และดับไปเท่านั้น กำหนดรู้อย่างนี้ เป็นพลังจิตที่ทำให้เกิดปัญญาญาณในการรู้แจ้งแห่งวิปัสสนาปัญญา ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีปัญญาเป็นความรู้แจ้งในการกำหนดรู้ที่เวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา เป็นผลที่เกิดจากสติเข้าไประลึกรู้ในเวทนาที่เสวยอารมณ์ของจิต ไม่ว่าจะเป็นอิริยาบถใด ๆ ก็ตาม โดยเฉพาะกำหนดรู้เวทนาที่เท้าในขณะเดินมาอาการปวดเมื่อยเป็นต้น อีกทั้งยังเป็นบาทฐานและเป็นการสั่งสมบารมี เพื่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีปัญญาเป็นความรู้ชัด แจ้งในการกำหนดรู้อารมณ์ที่ส่งผลกระทบกับจิต เป็นผลที่เกิดมาจากสติเข้าไประลึกรู้ในอารมณ์ของจิต ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์จะส่งผลอย่างไรก็ตาม จิตของผู้ปฏิบัติธรรมพึงเข้าไปรับรู้หรือกำหนดรู้ชัดจิตว่า จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะเป็นต้น พลังแห่งปัญญาที่เข้าไปกำหนดรู้อย่างนี้ ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีปัญญา คือประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ กำหนดรู้ชัดธรรมเช่น กำหนดรู้อายตนะภายใน 12 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา เห็นในความเป็นไตรลักษณ์นั่นเอง พลังแห่งปัญญาที่เข้าไปกำหนดรู้อย่างนี้ อีกทั้งยังเป็นบาทฐานและเป็นการสั่งสมบารมีในการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป

สรุป

งานวิจัยนี้ ทำให้เข้าใจชัดการปรับอินทรีย์ให้สมดุล คือ เป็นการปรับอินทรีย์เสมอกันเป็นคู่ ๆ กล่าวคือ

1) ปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา

2) ปรับปัญญาให้เสมอกับศรัทธา

3) ปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ

4) ปรับสมาธิให้เสมอกับวิริยะ

5) สติยิ่งมากยิ่งดี ไม่ขาดไม่เกิน และเป็นตัวสนับสนุนอินทรีย์อื่นให้สมดุลเร็วขึ้น

การปรับอินทรีย์มีความสัมพันธ์กับวิปัสสนาภูมิทั้ง ๕ หมวดมี ขันธ์ 5 อายตนะ 12 เป็นต้น ในฐานะเป็นอารมณ์ของการตามรู้เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์ การปรับอินทรีย์ 5 ให้สมดุลจะทำให้การปฏิบัติธรรมก้าวหน้าและถึงเป้าหมายสูงสุดคือการบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ได้อย่างรวดเร็ว พระอรหันต์จึงเป็นผู้ชื่อว่าผ่านการอบรมอินทรีย์ให้สมดุล

เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. *พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎกं.* กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2500.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. *อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาอฏฺฐกถา*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. โรงพิมพ์วิญญาณ, 2533.

คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, *ธรรมภาคปฏิบัติ 1,* พิมพ์ครั้งที่ 4, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535.