

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสังวรสูตร มีวัตถุประสงค์ของการวิจัย ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาเนื้อหาสาระสำคัญและโครงสร้างในสังวรสูตร ๒) เพื่อศึกษาหลักธรรมสำคัญในสังวรสูตร ๓) เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสังวรสูตร ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการสืบค้น ข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เช่นพระไตรปิฎก อรรถกถา เอกสารต่างๆ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เรียบเรียงข้อมูลบรรยายเชิงพรรณนา โดยสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะได้ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๑.๑ เนื้อหาสาระสำคัญและโครงสร้างในสังวรสูตร

พระสูตรมาจากพระสูตรตันตปิฎก เป็นประมวลพุทธพจน์หมวดของพระสูตร คือพระธรรมเทศนา คำบรรยายธรรมต่างๆ ที่ตรัสให้เหมาะกับบุคคลและโอกาส ตลอดจนบทประพันธ์เรื่องเล่า และเรื่องราวทั้งหลาย ที่เป็นขั้นเดิมในพระพุทธศาสนา ดังนั้นในความหมายของสังวรสูตร คือพระสูตรที่ว่าด้วยเรื่อง สังวร ได้แก่ การสำรวมอินทรีย์ทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ยินดียินร้าย ในเวลาเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องโผฏฐัพพะ รู้ธรรมารมณด้วยใจ ระวังไม่ให้กิเลสเกิดขึ้นครอบงำใจของตนได้ ในเวลารับรู้อารมณ์ทางอินทรีย์ทั้ง ๖

ความเป็นมาของพระสูตร คือ พระสูตรตันตปิฎกหรือพระสูตร ซึ่งเป็นปิฎก ๑ ในจำนวน ๓ ปิฎกที่เรียกว่า พระไตรปิฎก คือ ๑) พระวินัยปิฎก ๒) พระสูตรตันตปิฎกหรือพระสูตร ๓) พระอภิธรรมปิฎก พระสูตรตันตปิฎกหรือพระสูตร เป็นประมวลพุทธพจน์หมวดพระสูตรซึ่งประกอบด้วย พระธรรมเทศนาและธรรมบรรยายต่างๆ ที่ตรัสยกย่องให้เหมาะกับบุคคล เหตุการณ์ และโอกาส ตลอดจนบทประพันธ์ เรื่องเล่า และเรื่องราวทั้งหลายที่เป็นขั้นเดิมในพุทธศาสนา มีการรวบรวมไว้ด้วยกันเป็นหมวดหมู่ โดยพระอรรถกถาจารย์ได้อธิบายถึงมูลเหตุที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงพระสูตรทั้งหลาย ซึ่งมีความเป็นมาของพระสูตรเกิดจากมูลเหตุสำคัญ ๔ ประการ พระสูตรที่พระพุทธองค์ทรงแสดงมี ๑) อัตตชัมมาสยะ ทรงแสดงตามพระอัธยาศัยของพระองค์เอง โดยที่ไม่ต้องมีผู้ใดทูลขอให้พระองค์ทรงแสดง ๒) ปรัชมมาสยะ ทรงแสดงตามอัธยาศัยของผู้อื่น ที่พระองค์ทรงตรวจดูด้วยพระญาณก่อนจะเสด็จไปโปรด ซึ่งเป็นการมุ่งประโยชน์สูงสุดเฉพาะผู้รับฟัง และที่ได้ยิน

ได้ฟัง ซึ่งควรแก่สภาวะที่จะได้บรรลุธรรมของชนเหล่าอื่น ๓) ปุจฉาวลีเกะ ทรงแสดงตามคำทูลถาม ๔) อัฏฐุปัตติกะ ทรงแสดงตามเรื่องหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้นๆ มีองค์ประกอบและความงามในเบื้องต้น ท่ามกลางและที่สุด มีการจัดลำดับเนื้อหาตามลำดับการถาม ตามอริยาศัยของสัตว์ตามลำดับเรื่อง ส่วนรูปแบบมีแบบอย่างในวงศัศตศุศาสน์มีองค์ ๙ คือ ๑) สุตตะ เป็นความเรียงหรือบรรยายข้อความ ๒) เคยยะ เป็นประเภทร้อยกรองผสมร้อยแก้ว ๓) เวยยาकरणะ เป็นประเภทร้อยแก้วล้วน ๔) คาถา เป็นประเภทร้อยกรองล้วน ๕) อุทาน เป็นพระคาถาหรือพระคำรัสที่ทรงเปล่งด้วยพระทัยอันสพรคตด้วยโสมนัส สัมปยุตด้วยญาณ ๖) อิติวุตตะกะ เป็นคำเชื่อมความเพื่อนำเข้าสู่คาถาหรือพุทธพจน์ ๗) ชาตกะ เป็นคำที่มุ่งเล่าเรื่องในอดีต เป็นบุพจริยา ๘) อัပ္พภูตธรรม เป็นคำที่แสดงถึงเรื่องที่น่าอัศจรรย์ไม่เคยมี ๙) เวทลละ เป็นคำแบบถาม-ตอบ และมีความสำคัญ คือ เป็นที่รวบรวมพุทธพจน์เรื่องราวในพุทธศาสนา เป็นที่บรรลุพระธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ให้เป็นตัวแทนพระองค์ เป็นแหล่งคำสอน ความรู้ ของปราชญ์ทั้งหลาย เป็นมาตรฐานในการตรวจสอบ คำสอนในพุทธศาสนาทั้งทฤษฎีและปฏิบัติ เป็นบรรทัดฐานในการประพฤติปฏิบัติของวิญญูชนดุจเส้นบรรทัดของช่างไม้ เป็นศาสนแห่ง ความเชื่อ ลัทธิ ความรู้ วิชาการ ของโลก

เนื้อหาสาระสำคัญและโครงสร้าง พระสูตรต้นตปิฎกหรือพระสูตร ซึ่งเป็นปิฎก ๑ ในจำนวน ๓ ปิฎกที่เรียกว่า พระไตรปิฎก คือ ๑) พระวินัยปิฎก ๒) พระสูตรต้นตปิฎกหรือพระสูตร ๓) พระอภิธรรมปิฎก พระสูตรต้นตปิฎกหรือพระสูตร เป็นประมวลพุทธพจน์หมวดพระสูตรซึ่งประกอบด้วย พระธรรมเทศนาและธรรมบรรยายต่างๆ ที่ตรัสยกย่องให้เหมาะกับบุคคล เหตุการณ์ และโอกาส ตลอดจนบทประพันธ์ เรื่องเล่า และเรื่องราวทั้งหลายที่เป็นชั้นเดิมในพุทธศาสนา ซึ่งในเนื้อหาสาระสำคัญและโครงสร้างในสังวรสูตรนั้น มีการจัดแบ่ง สังวรสูตร อยู่ในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๘ คือ สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ทุติยปิณฑาสกั ฌฬวรรค เป็น อัฏฐตติยสูตร คือพระสูตรที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงในโอกาสและสถานที่ต่างๆ และปรารภเหตุต่างๆ ไว้โดย ทรงแสดงตามพระอริยาศัยของพระองค์เอง โดยที่ไม่ต้องมีผู้ใดทูลขอให้พระองค์ทรงแสดง พระสูตรที่เกิดจากแสดงตามพระอริยาศัย คือ สังวรสูตร นี่เป็นพระสูตรที่พระองค์ทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย ว่าด้วยความสำรวมและความไม่สำรวม เป็นอย่างไร โดยมีเนื้อหาของ สังวรสูตร ที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสแสดง เรื่องความสำรวม และความไม่สำรวม ในอินทริยทั้ง ๖ ว่า เป็นที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนดมีอยู่ ถ้าภิกษุเพเลิดเพลิน เชยชม ยึดติดอินทริยทั้ง ๖ นั้นอยู่ ข้อนีภิกษุพึงทราบ ว่า “เรากำลังเสื่อมจากกุศลธรรมทั้งหลาย นี่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า เป็นความเสื่อม” ซึ่งเป็นต้นเหตุของ อกุศลธรรม คือ ธรรมที่เป็นอกุศล ธรรมฝ่ายอกุศล ธรรมที่ชั่ว ธรรมฝ่ายชั่ว สภาวะที่ตรงข้ามกับกุศลตามคุณ ๕ คือ ส่วนที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ มี ๕ อย่าง คือ รูปเสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (สัมผัสทางกาย) นิเวรณ ๕ คือ ธรรมที่กั้นจิตไม่ให้ก้าวหน้าในคุณธรรม อกุศลธรรมที่ก่อกวนจิต ปิดกั้นปัญญา ไม่ให้บรรลุความดี ทำจิตให้เศร้าหมอง มี ๕ อย่าง คือ ๑) กามฉันท พอใจใฝ่กามคุณ

๒) พยาบาท แค้นเคืองคิดร้ายเขา ๓) ถีนีมิทธะ หดหู่ซึมเซา ๔) อุทัจจกุกกัจจะ ฟุ้งซ่านรำคาญใจ ๕) วิจิกิจฉา ลังเลสงสัย อุปาทานชั้น ๕ ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งอุปาทาน ชั้นที่ประกอบด้วยอุปาทาน ได้แก่ เบญจขันธ์ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ที่ประกอบด้วยอาสวะ

ในสังวรสูตรนี้เป็นพระสูตรที่พระพุทธองค์ทรงแสดงตามพระอัยยาคัย ที่ว่าด้วยเรื่อง สังวร ได้แก่ การสำรวมอินทรีย์ทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ยินดียินร้าย ในเวลาเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องโผฏฐัพพะ รักรัณมรรณด้วยใจ ระวังไม่ให้กิเลสเกิดขึ้นครอบงำใจของตนได้ ในเวลารับรู้อารมณ์ทางอินทรีย์ทั้ง ๖ ถ้าไปหลงเพลินเพลิน เชนชม ยึดติดอยู่ เรากำลังเสื่อมจากกุศลธรรมทั้งหลาย ซึ่งเป็นต้นเหตุของ อกุศลธรรม, กามคุณ ๕, นิวรณ์ ๕, อุปาทานชั้น ๕ ซึ่งจะอธิบายถึงหลักธรรมและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสังวรสูตร

๕.๑.๒ หลักธรรมสำคัญในสังวรสูตร

หลักธรรมสำคัญในสังวรสูตร เป็นพระสูตรที่พระพุทธเจ้าตรัสแสดง เรื่องความสำรวมและความไม่สำรวม ในอินทรีย์ทั้ง ๖ ว่า เป็นที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนดมีอยู่ ถ้าหลงเพลินเพลิน เชนชม ยึดติดอินทรีย์ทั้ง ๖ นั้นอยู่ แสดงว่า เรากำลังเสื่อมจากกุศลธรรมทั้งหลาย ซึ่งเป็นต้นเหตุของ อกุศลธรรม, กามคุณ ๕, นิวรณ์ ๕, อุปาทานชั้น ๕ และเป็นหลักธรรมสำคัญในสังวรสูตร ซึ่งจะนำมากำหนดพิจารณาเพื่อกำหนดละ พิจารณาเพื่อกำหนดรู้ เพื่อเป็นการสังวรสำรวมระวังป้องกันไม่ให้ตกอยู่ในการครอบงำของกิเลส และบาปอกุศลธรรมทั้งหลายซึ่งเป็นทางแห่งความเสื่อม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสังวรสูตรต่อไป

ในการปฏิบัตินั้นจะมีหลักธรรมสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสังวรสูตร ที่ใช้ในการพิจารณาให้เกิดปัญญาเห็นความเป็นจริงในสภาวะธรรมที่ปรากฏเกิดขึ้นว่า ตัวเราไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา มีหลักธรรมที่เกื้อกูลการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่ควบคู่อยู่ด้วยตลอด เป็นองค์คุณของวิปัสสนา เป็นอารมณ์ของวิปัสสนา เป็นผู้เพ่งอารมณ์กรรมฐานทั้ง ๔ ได้แก่ กาย เวทนา จิต ธรรม คือ อาตปปี มีความเพียรอย่างต่อเนื่อง, สัมปชาโน มีสัมปชัญญะความรู้ตัวอยู่เสมอ, สติมา มีสติทุกชั้นตอน โดยมีการพิจารณาอยู่ด้วยการมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ เพื่อกำจัด อภิขมา และ โทมนัส คือความยินดีความยินร้าย ความพอใจไม่พอใจ ซึ่งในการพิจารณาเกิดอุปัสสนา มีการเห็นอยู่เนืองๆ โดยความเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้บรรลุมรรคผล นิพพาน

หลักธรรมสำคัญที่เกื้อกูลกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสังวรสูตร คือ การปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน ๔ กาย, เวทนา, จิต, ธรรม, ผู้เจริญวิปัสสนาต้องกำหนดรู้ปณาม โดยความเป็นอารมณ์แห่งรูปนาม โดยมีธรรมที่คอยเกื้อกูลเป็นฝ่ายให้รู้ถึง ฌาน มรรคผล และนิพพาน ด้วยการปฏิบัติตาม โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ให้บริบูรณ์พร้อมกันหมดในขณะจิตเดียวของการบรรลุธรรม ซึ่งเป็นธรรมที่เกื้อกูลกัน ธรรมที่เป็นเครื่องตรัสรู้

๕.๑.๓ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสังวรสูตร

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสังวรสูตร เป็นการพิจารณาเพื่อละอกุศลธรรมทางอายตนะภายใน เป็นความสำคัญของการกำหนดรู้ทางอายตนะภายใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น ทางกาย และธรรมารมณ์ เพื่อเป็นการคุ้มครองอายตนะ เป็นการสังวร สำรวม ในอินทรีย์ทั้ง ๖ ด้วยการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ตามแนวทางวิปัสสนาภาวนา พยายามละบาปอกุศลธรรม โดยการกำหนดรู้ทางทวารทั้ง ๖ ไม่ให้ตกอยู่ในความครอบงำของกิเลสบาปอกุศลธรรมทั้งหลายซึ่งเป็นทางแห่งความเสื่อม และสามารถพัฒนาไปจนใกล้มรรคผลนิพพานได้

หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสังวรสูตร เป็นการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นหนทางเป็นแนวทาง เป็นหัวใจของการปฏิบัติที่ถูกตรึงในสมาธิฐาน เพื่อนำไปสู่ความเป็นอริยะสู่การบรรลุมรรค ผล และนิพพาน แล้วยังนำสู่ความหลุดพ้นจากทุกข์ในอบายภูมิ และทุกข์ในสังสารวัฏทั้งปวงได้ โดยการฝึกอบรมจิตและการเจริญปัญญา ให้เข้าไปรู้แจ้งชัดในสภาวธรรมตามความเป็นจริง ที่ปรากฏทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยความเป็น รูป นาม (ขั้น ๕) โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตถ์ ย่อมไม่ยินดี ย่อมเกิดความเบื่อหน่าย ย่อมคลายกำหนัด ทำราคะ โทสะ และโมหะให้ดับ เห็นแจ้งบรรลุพระนิพพาน และดับกองทุกข์ทั้งปวง โดยการกำหนดรู้สติไว้ที่กาย เวทนา จิต ธรรม ที่เรียกว่า สติปัฏฐาน ๔ จนเห็นรูปรูปนามตามความเป็นจริงว่าเป็นไตรลักษณ์ คือเห็นแจ้งในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เกิดวิปัสสนาญาณ ทำให้บรรลุผลนิพพานได้ โดยการปฏิบัติสมณะภาวนา และวิปัสสนาภาวนา เป็นการอบรมจิตเป็นสิ่งสำคัญ ซึ่งมีเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา อยู่ที่มรรค ผล นิพพาน หลุดพ้นจากอาสวะกิเลสทั้งหลาย อันเป็นความดับทุกข์ได้โดยสิ้นเชิง

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสังวรสูตรนั้นมีหลักธรรมใน สังวรสูตร มีเนื้อหาที่พระพุทธเจ้าตรัสแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย ที่ว่าด้วยเรื่อง สังวร ได้แก่ การสำรวมอินทรีย์ทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ยินดียินร้าย ในเวลาเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องโผฏฐัพพะ รู้ธรรมารมณ์ด้วยใจ ระวังไม่ให้กิเลสเกิดขึ้นครอบงำใจของตนได้ ในเวลารับรู้อารมณ์ทางอินทรีย์ทั้ง ๖ ถ้าไปหลงเพลิดเพลิน เชยชม ยึดติดอยู่ เรากำลังเสื่อมจากกุศลธรรมทั้งหลาย ซึ่งเป็นต้นเหตุของอกุศลธรรม, กามคุณ ๕, นิวรณ์ ๕, อุปาทานชั้น ๕ ซึ่งเป็นหลักธรรมที่นำมาพิจารณาปฏิบัติในสังวรสูตร โดยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ โดยอาศัยโพธิปักขิยธรรม ๓๗ และองค์คุณของวิปัสสนาซึ่งเป็นธรรมที่คอยเกื้อหนุน ด้วยการมีสติสัมปชัญญะในการพิจารณาด้วยความเพียรตลอดเวลา สามารถตัดละต้นเหตุแห่งอกุศลธรรม, กามคุณ ๕, นิวรณ์ ๕, อุปาทานชั้น ๕ ซึ่งเป็นการสังวรสำรวมระวังป้องกันไม่ให้ตกอยู่ในการครอบงำของกิเลสบาปอกุศลธรรมทั้งหลายซึ่งเป็นทางแห่งความเสื่อม ดังเช่น พระนันทเถระและพระพาหิยะ พระอริยบุคคลผู้บรรลุธรรมด้วยการสังวร

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

การศึกษาวินัยเรื่อง ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสังวรสูตร พบว่าเป็นพระสูตรที่มีเนื้อหาว่าด้วยเรื่อง สังวร การสำรวมในการรับรู้อารมณ์ของอินทรีย์ทั้ง ๖ ซึ่งมีข้อเสนอแนะดังนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้

จากศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสังวรสูตร เป็นพระสูตรที่กล่าวถึงความสำรวม ซึ่งมีหลักธรรมเมื่อว่าโดยองค์ธรรมแล้ว ได้แก่ ศีลซึ่งเป็นเบื้องต้นแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย และมีส่วนสำคัญในการประพฤติปฏิบัติเพื่อการบรรลุมรรคผลนิพพาน ซึ่งจัดรวมอยู่ในมรรคมองค์ ๘ โดยสรุปคือ ศีล สมาธิ ปัญญา และมีข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้ ในชีวิตประจำวันโดยการสำรวมเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด คือ

- ๑) มีศีล คือมีการรักษาศีลตามเพศของตน ในศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗
- ๒) มีสติสัมปชัญญะ คือมีความรู้สึกตัวทั่วพร้อมตลอดเวลา
- ๓) มีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแนวสติปัฏฐาน ๔ พิจารณา กาย เวทนา จิต ธรรม

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยต่อไป

- ๑) ศึกษาญาณสังวรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๒) ศึกษาวิริยสังวรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา