



ชื่อสารนิพนธ์ : ศึกษาวิเคราะห์มูลกัมมัญฐานในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการปฏิบัติธรรม
ผู้วิจัย : พระณัฐกิตติ อนารโท (ผุยเหง้า)
ปริญญา : พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์
 : พระครูภาวนาโพธิคุณ น.ธ. เอก, พธ.บ. (ศาสนา), M.A.,(Phil),
 M.A., (Pol.Sc.), M. Phil, Ph.D. (Phil)
วันที่สำเร็จการศึกษา : ๗ ตุลาคม ๒๕๕๕

บทคัดย่อ

สารนิพนธ์เล่มนี้ มีวัตถุประสงค์ของการวิจัย ๒ ประการ คือ ๑). เพื่อศึกษา
 มูลกัมมัญฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ๒). เพื่อศึกษาวิเคราะห์มูลกัมมัญฐานในฐานะเป็นกุศโล
 บายเพื่อการปฏิบัติธรรม ซึ่งเป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ เน้นการศึกษาเอกสารโดยทำการรวบรวม
 ข้อมูลจากพระไตรปิฎก อรรถกถา เอกสารตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำมาวิเคราะห์
 ตั้งเคราะห์อธิบายในเชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า มูลกัมมัญฐาน หมายถึงลักษณะที่ตั้งแห่งการงานของใจ ๕ ข้อคือ
 ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ซึ่งเป็นกัมมัญฐานที่ใช้ในการฝึกจิตใจของผู้บวชใหม่ให้มีความสงบและ
 เป็นสมาธิ ได้แบ่งออก ๒ ประเภท คือ ให้บริการและให้พิจารณากัมมัญฐานทั้ง ๕ ข้อ อัน
 ประกอบด้วยลักษณะเป็นลึ่งน่าปรารถนา และไม่น่าปรารถนา ความสำคัญคือ ใช้เป็นอุปกรณ์ใน
 การฝึกใจให้เกิดสมาธิและปัญญา การปฏิบัติที่ดีควรเลือกสถานที่ที่มีความเหมาะสมต่อการปฏิบัติ
 ธรรม เพราะจะทำให้จิตใจเกิดความสงบเป็นสมาธิได้เร็ว ฉะนั้น การปฏิบัติที่ดีจะต้องมีเป้าหมาย
 ในการปฏิบัติของตนเพื่อให้มีภาวะที่เกิดความรู้แจ้ง ดับทุกข์ แต่การจะก้าวไปถึงจุดมุ่งหมายได้นั้น
 ต้องมีคุณธรรมมากมายมาเกื้อกูล เช่น พลละ ๕ เป็นต้น

การปฏิบัติธรรมที่ทำให้จิตใจเกิดผลเนินช้าเพราะมีอุปสรรคมาขัดขวาง ผู้ปฏิบัติ
 ธรรมจะต้องกำจัดอุปสรรคต่างๆ ให้หมดไปก่อน ด้วยวิธียึดเอาหลักธรรมที่มีความเกื้อกูลต่อการ
 ปฏิบัติธรรม เพื่อจะทำจิตใจให้เกิดความสงบและเป็นสมาธิได้เร็ว เช่น ในสมัยพุทธกาลและ

ปัจจุบันที่ได้รับผลประโยชน์จากการปฏิบัติมูลกัมมฐาน คือ เป็นผู้มีความอดทนต่อภัย ความหนาว ความร้อน ความหิวได้ เป็นผู้ใฝ่ดีและสามารถแสดงฤทธิ์ต่างๆ เช่น สามารถกำหนดรู้วาระจิตของผู้อื่น สัตว์อื่นได้ เมื่อปฏิบัติให้มากแล้วย่อมทำให้แจ้งซึ่งปัญญาวิมุตติ เป็นต้น

จากการศึกษาวิเคราะห์พบว่า มูลกัมมฐานในฐานะที่เป็นกุศโลบายเพื่อการปฏิบัติธรรม เมื่อทำให้มากแล้วย่อมได้รับประโยชน์ คือ ทำให้เข้าใจความจริงของร่างกายของตนและคนอื่นมากยิ่งขึ้น ทำให้ไม่ยึดมั่นถือมั่นในร่างกาย ไม่เป็นทุกข์และทำให้ได้รับอันสงฆ์สูงสุด คือ ได้บรรลุมรรคผลนิพพาน ที่เป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท.



Thematic Paper Title : An Analytical Study of Mūlakammathāna as a Skillful
for Dhamma Practice

Researcher : Phra Natthakitti Anārado (Phui-ngao)

Degree : Doctor of Philosophy (Buddhist Studies)

Thematic Paper Supervisor : Phrakrubhāvanābodhikun M.A., (Phil.), M.A. (Pol.),
M. Phil., Ph.D. (Phil).

Date of Graduation : December 7, 2012

Abstract

This study has two aims (1) to investigate Mūlakammathāna found in the Tipitaka and (2) to analyze Mūlakammathāna as a skill for Dhamma practice which is a qualitative study emphasizing on the study of documents by collecting data from the Tipitaka, Commentary, texts, and related studies before taking into analysis, and synthesis, and descriptive.

Research result found that Mūlakammathāna means the based of mental object of meditation which consists of five items: hairs, fur, nail, teeth, and skin. It is one of the methods used to train the mind of the new monks to be clam and concentrate. It is divided into two types: Parikamma, and the consideration of Kammathāna on those five items which consist of desired and undesired things. The primary key of Mūlakammathāna is that it is used as a device to train the minds of the mew monks in order to create concentration and wisdom. A good practice for Mūlakammathāna is to choose a suitable place for Dhamma practice because it makes the minds clam and concentrate quickly. Therefore, a good practice must encompass a goal

for self execution in order to achieve enlightenment and end of suffering. To achieve such a goal, extensive moral supports e.g., Five Bala etc. are required

Dhamma practice than results in mental development takes place slowly because of obstacles. Therefore, Dhamma practitioners should eliminate these obstacles first by adhering to the principles that are complementary to the practice. Having done this will make the minds calm and concentrate quickly as happened in the time of the Buddha and present that receive benefits from the practice of Mulammathana. Such the benefits are, for example; being patient to dangers, coldness, hotness, and hunger and being the possessor of wisdom and capability of showing supernatural power e.g., ability to discern animals' and others' minds etc. With sufficient practice, Mülakammathāna will bring about the enlightenment of intellectual liberation as the whole.

From this analytical study, it was found that the more practice of Mülakammathāna as a skillfull for Dhamma practice, the more benefits e.g., understanding more about the truth of one's and others' bodies one will receive. As a consequence, one will no longer cling to his on her own body, has no more sufferings, is unvexed and full of ultimate virtue that is Magga and Nibbāna, the absolute goal of Theravāda Buddhism

กิตติกรรมประกาศ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จด้วยดี โดยได้รับความกรุณาจากท่านพระครูภาวนาโพธิคุณ อาจารย์ควบคุมสารนิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำเป็นอย่างดีทั้งให้ความเอาใจใส่ในการปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณและอนุโมทนาขอบคุณต่อ คณะกรรมการทุกท่านเป็นอย่างยิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณท่านพระครูภาวนาโพธิคุณ เจ้าอาวาสวัดโพธิ์ บ้านโนนทัน เจ้าคณะตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ที่เมตตาให้ทุนในการศึกษาในชั้นดุสิตบัณฑิต หลวงพ่อทองคำ ฐมฺมธโร เจ้าสำนักปฏิบัติธรรมสันภู บ้านแม่โน ตำบลแม่แรม อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ ที่ให้คำปรึกษาและที่พักอาศัยพร้อมกับเป็นกำลังใจในการทำวิจัยมาตลอด

ขออนุโมทนาขอบพระคุณ คุณพ่อถวิล คุณแม่นันท ศุขเหง้า ผู้เป็นโยมบิดามารดา พร้อมโยมแม่ชีรุ่งทิพย์ สมบูรณ์สาร และพี่น้องทุกคนที่มีอุปการคุณ เพื่อนนิสิตปริญญาเอก คณาจารย์และเจ้าหน้าที่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่นที่ทำให้กำลังใจ ให้คำชี้แนะและให้บริการด้านต่างๆ ที่เอื้อต่อการทำวิจัยในครั้งนี้จนสำเร็จด้วยดี

ประโยชน์อันเกิดจากผลงานวิจัยในเล่มนี้ ขอน้อมบูชาคุณพระรัตนตรัย และขออุทิศ ส่วนกุศลให้แก่ดวงวิญญาณท่านพระครูโพธารักษ์อดีตเจ้าอาวาสวัดโพธิ์ชัย บ้านท่าค้อใต้ ตำบลท่าค้อ อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม ดวงวิญญาณท่านพระครูโพธิสารคุณ อดีตเจ้าอาวาส วัดโพธิ์บ้านโนนทัน ดวงวิญญาณของพ่อตู้ทัน พ่อตู้พันธ์ แม่ตู้ผัด แพงเนตร ครูบาอาจารย์และ เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่างานวิจัยเล่มนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาวิจัยและเป็นอีกหนึ่งแหล่งข้อมูลที่สะท้อนให้เห็นคุณค่าการศึกษาเรื่องมูลกัมมัญฐานในฐานะเป็นกุศลโลบายเพื่อการ ปฏิบัติธรรมอันจะนำไปสู่การปฏิบัติตนออกจากความทุกข์และพบความสุขที่แท้จริง

พระณัฐกิตติ อนารโท (ศุขเหง้า)

๑๓ สิงหาคม ๒๕๕๕

สารบัญ

เรื่อง	หน้า	
บทคัดย่อภาษาไทย	ก	
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ		ค
กิตติกรรมประกาศ	จ	
สารบัญ	ฉ	
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ณ	

บทที่ ๑ บทนำ	๑	
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑	
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๔	
๑.๓ คำจำกัดความหมายของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๔	
๑.๔ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง		๔
๑.๕ ขอบเขตของการวิจัย	๑๔	
๑.๖ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๔	
๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ		๑๔
๑.๘ กรอบแนวความคิดในการวิจัย	๑๕	

บทที่ ๒ มุลกัมมัญฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท	๑	๖
๒.๑ มุลกัมมัญฐานในพระพุทธรศาสนาเถรวาท	๑๖	
๒.๒ ความหมายของมุลกัมมัญฐาน	๑๗	
๒.๓ ประเภทของมุลกัมมัญฐาน	๒๑	
๒.๔ ลักษณะของมุลกัมมัญฐาน	๒๒	
๒.๕ ความสำคัญของมุลกัมมัญฐาน	๒๘	
๒.๖ สถานที่เพื่อปฏิบัติมุลกัมมัญฐาน	๒๙	
๒.๗ เป้าหมายของการปฏิบัติมุลกัมมัญฐาน		๓๑
๒.๘ หลักธรรมที่เกื้อกูลต่อมุลกัมมัญฐาน	๓๒	
๒.๙ อุปสรรคของการปฏิบัติมุลกัมมัญฐาน		๓๓

๒.๑๑ โทษของการไม่ปฏิบัติมูลกัมมัญฐาน	๔๓
๒.๑๒ ตัวอย่างบรรพชิตและคฤหัสถ์ผู้ปฏิบัติมูลกัมมัญฐาน	๔๔
๒.๑๓ อานิสงส์การปฏิบัติมูลกัมมัญฐาน	๔๘
บทที่ ๓ วิเคราะห์มูลกัมมัญฐานในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการปฏิบัติธรรม	๕๐
๓.๑ วิเคราะห์ผมในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการปฏิบัติธรรม	๕๐
๓.๑.๑ ผมในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการเจริญสมถกัมมัญฐาน	๕๑
๓.๑.๒ ผมในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการเจริญวิปัสสนากัมมัญฐาน	๕๑
๓.๒ วิเคราะห์ขนในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการปฏิบัติธรรม	๕๒
๓.๒.๑ ขนในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการเจริญสมถกัมมัญฐาน	๕๒
๓.๒.๒ ขนในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการเจริญวิปัสสนากัมมัญฐาน	๕๓
๓.๓ วิเคราะห์เล็บในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการปฏิบัติธรรม	๕๓
๓.๓.๑ เล็บในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการเจริญสมถกัมมัญฐาน	๕๓
๓.๓.๒ เล็บในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการเจริญวิปัสสนากัมมัญฐาน	๕๔
๓.๔ วิเคราะห์ฟันในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการปฏิบัติธรรม	๕๕
๓.๔.๑ ฟันในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการเจริญสมถกัมมัญฐาน	๕๕
๓.๔.๒ ฟันในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการเจริญวิปัสสนากัมมัญฐาน	๕๖
๓.๕ วิเคราะห์หนังในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการปฏิบัติธรรม	๕๖
๓.๕.๑ หนังในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการเจริญสมถกัมมัญฐาน	๕๗
๓.๕.๒ หนังในฐานะเป็นกุศโลบายเพื่อการเจริญวิปัสสนากัมมัญฐาน	๕๗
๓.๖ สรุป	๕๘
บทที่ ๔ บทสรุปและข้อเสนอแนะ	๖๐
๔.๑ สรุปผลการวิจัย	๖๐
๔.๒ ข้อเสนอแนะ	๖๓
บรรณานุกรม	๖๕
ประวัติ	๖๘

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

๑.คำย่อภาษาไทย

๑.๑ คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยใช้พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิง การอ้างในระบบจะระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำชื่อคัมภีร์ ดังตัวอย่างเช่น ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖/๑๐ หมายถึง ทีฆนิกาย มหาวรรค พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๐ ข้อที่ ๑๖ หน้าที่ ๑๐ ดังนี้

พระวินัยปิฎก

วิ.มหา. (ไทย)	= วินัยปิฎก มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.ม. (ไทย)	= วินัยปิฎก มหาวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.จู. (ไทย)	= วินัยปิฎก จูฬวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.ส. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย	ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย	มูลปณาสก	(ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปณาสก	(ภาษาไทย)
ม.อุ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย	อุปริปณาสก	(ภาษาไทย)
ส.ส. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
ส.นิ (ไทย)	= สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย	นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ข. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย	ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
ส.สพ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย	สพายนวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย	มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
อง.เอกก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย	เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทุก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย	ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)

อง.จตุกก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.อฏฐก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	อฏฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
บ.ธ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
บ.อิติ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
บ.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิเทศ	(ภาษาไทย)
บ.พุทธ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	พุทธวงศ์	(ภาษาไทย)
บ.ป. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฎิสมุททิยามค	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
---------------	---	-------------	------------	-----------

ปกรณ์วิเสส

วิสุทฺธิ. (ไทย)	=	วิสุทฺธิมรรคปกรณ์	(ภาษาไทย)
-----------------	---	-------------------	-----------

๑.๒ คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยใช้อรรถกถา ฉบับมหาจุฬาราชวิทยาลัย ในการอ้างอิงจะระบุ ลำดับเล่ม (ถ้ามี)/หน้า ตัวอย่างเช่น บ.ชา.อ. (ไทย) ๕๖/๕๑๘ หมายถึง ขุททกนิกาย ชาดกอรรถกถา (ภาษาไทย) เล่มที่ ๕๖/๕๑๘.

อรรถกถาพระวินัยปิฎก

บ.เถรี.อ. (ไทย)	=	ขุททกนิกาย	ปรหมัตถทีปนี	เถรีคาถา	อรรถกถา	(ภาษาไทย)
-----------------	---	------------	--------------	----------	---------	------------

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ส.ส.อ. (ไทย)	=	สังยุตตนิกาย	สารัตถปกาสินี	สคาถวรรค	อรรถกถา	(ภาษาไทย)
ที.ส.อ. (ไทย)	=	ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	สีลขันธวรรค	อรรถกถา	(ภาษาไทย)

ช.ธ.อ.	(ไทย) = ชุททกนิกาย	ธรรมบทอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ช.ชา.อ.	(ไทย) = ชุททกนิกาย	ชาดกอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ช.เถร.อ.	(ไทย) = ชุททกนิกาย	ปรมัตถทีปนี	เถรคาถาอรรถกถา (ภาษาไทย)
ช.พุทธ.อ.	(บาลี) = สุตตันตปิฎก	ชุททกนิกาย	พุทธวัสปาลี (ภาษาบาลี)
ช.พุทธ.อ.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	ชุททกนิกาย	พุทธวังสอรรถกถา (ภาษาไทย)

๑.๓ คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์ฎีกาพระวินัยปิฎก

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยใช้ฎีกา ฉบับมหาจุฬาราชวิทยาลัย ในการอ้างอิง การอ้างอิงในระบบจะระบุ ลำดับเล่ม (ถ้ามี) / หน้า ตัวอย่างเช่น ที.สี.ฎีกา. (บาลี) ๑/๒๗๖/๓๗๓ หมายถึง ติชมกนิคยา ลินตฺถปฺปกาสิณี ลีลกฺขณฺวคฺคฎีกา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๓๗๓ ฉบับมหาจุฬาฎีกา

ฎีกาพระสุตตันตปิฎก

ม.ม.ฎีกา	(บาลี) = สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมมุลปฺปณฺนาสก์	(ภาษาบาลี)
----------	----------------------	-------------	---------------------	------------

