

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องอารมณ์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ผู้วิจัย : พระครูสิทธิพัชรากร (พงศกร ลาคำ)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระราชวชิรเมธี ดร. ประธานกรรมการ

: ผศ.อานนท์ เมธีวรฉัตร กรรมการ

: อาจารย์รุ่งอรุณ อบเชย กรรมการ

วันสำเร็จการศึกษา : ๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๕๖

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของการวิจัยเรื่องนี้มี ๓ ประการ คือ ๑) ศึกษาบริบทของอารมณ์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท ๒) ศึกษาวิธีการรับรู้และควบคุมอารมณ์ตามทัศนะพระพุทธศาสนาเถรวาท และ ๓) วิเคราะห์การรับรู้อารมณ์และวิธีการควบคุมปัญหาทางอารมณ์ รวมทั้งการปรับใช้ในการพัฒนาชีวิตตามทัศนะพระพุทธศาสนาเถรวาท งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เน้นศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร โดยสำรวจข้อมูลชั้นปฐมภูมิจากพระไตรปิฎก อรรถกถา สำรวจข้อมูลชั้นทุติยภูมิจากตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนา อีกทั้งเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผลจากการวิจัยพบว่า อารมณ์ คือ อายตนะภายนอก ๖ อย่าง ได้แก่ ๑) รูป ๒) เสียง ๓) กลิ่น ๔) รส ๕) โผฏฐัพพะ และ ๖) ธรรมารมณ์ วิธีการปฏิบัติเพื่อการควบคุมอารมณ์เรียกว่า หลักของบุญกิริยาวัตถุ หรือที่ตั้งแห่งการทำบุญที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนไว้ ดังนี้ ๑) การเอื้อเพื่อให้ปัน ๒) การรักษาศีล และ ๓) การอบรมสมาธิและปัญญา ๒ ประการ คือ การทำจิตใจให้สงบ (สมาธิหรือสมถะ) และการอบรมปัญญาให้เกิดขึ้น (วิปัสสนา) ทั้งสองอย่างนี้รวมเรียกว่า ภาวนา

ผู้ปฏิบัติจำต้องเว้นจากความชั่วทั้งปวง บำเพ็ญความดี และชำระจิตใจของตนให้สะอาด ถ้าผู้ปฏิบัติหมั่นฝึกฝนอบรมมากขึ้นโดยปฏิบัติไปตามลำดับขั้นตอนและปฏิบัติด้วยความมุ่งมั่นอดทนก็จะนำไปสู่ความสงบเยือกเย็นเพราะความสงบที่แท้จริงนั้นไม่ต้องไปแสวงหาที่อื่นใด ค้นหาได้ภายในจิตใจของเราเอง เพราะความทุกข์หรือความสุขเกิดขึ้นจากใจทั้งนั้น

กล่าวโดยสรุป การที่จะทำจิตใจให้บริสุทธิ์สะอาดปราศจากอารมณ์แห่งความโลภ ความโกรธ และความหลง คำสอนทางพระพุทธศาสนาให้ปฏิบัติตามหลักของบุญกิริยาวัตถุ ๓ โดยปฏิบัติตามลำดับดังนี้ คือ เริ่มต้นที่การให้ทาน อันเป็นการสละความตระหนี่ ความหวงแหนในทรัพย์สมบัติ ซึ่งต้องมีเจตนาให้เพื่อเสียสละอย่างแท้จริง ไม่ให้ด้วยหวังผลตอบแทน จากนั้นก็ปฏิบัติด้วยการรักษาศีล ซึ่งจะเป็นข้อปฏิบัติเพื่อควบคุมกายวาจาให้เรียบร้อย ไม่ประพฤติดิฉิธรรมตลอดจนกฎหมายบ้านเมือง ซึ่งเมื่อมีศีลบริสุทธิ์แล้ว ก็จะนำไปสู่วิธีการขั้นสูงต่อไป ซึ่งได้แก่ภาวนามัย คือ การฝึกอบรมจิตตามหลักกรรมฐาน เพื่อให้จิตใจเกิดความมั่นคง ไม่หวั่นไหว มีความสงบระงับดับอารมณ์ทั้งปวงลงได้ จัดเป็นผู้ฉลาดทางอารมณ์ที่สมบูรณ์ตามหลักของพระพุทธศาสนาเถรวาท

Dissertation Title : An Analytical Study of Sense-Objects (Emotions) in Theravāda Buddhism

Researcher : Phrakru Siripacharakorn (Pongsakorn Lakam)

Degree : Master of Arts (Buddhist studies)

Dissertation Supervisory Committee

- | | |
|---------------------------------------|-----------------------------|
| : Dr. Phrarachwaciramatee | Pali. IX, B.A, M.Ed., Ph.D. |
| : Assist.Prof. Anond Metheewarachatra | Pali.VI, B.A, B.Ed., M.Ed. |
| : Rungarun Obchoei | Pali VI, B.A., M.A. |

Date of Graduation : 29 November 2013

ABSTRACT

The purpose of this thesis is to analytical study of Sense-Objects (Emotions) in Theravāda Buddhism on three objects: 1) to study emotions in the contexts of Theravada Buddhism, 2) to study how to recognize and control emotions in the opinions of the Theravada Buddhism, and 3) Analysis of emotion recognitions and how to control the emotional issues including the deployments in the development of life in the opinions of the Theravada Buddhism. This research is a qualitative research study focuses on the documents, such as the primary survey from the Tipitaka Commentary, the secondary survey from the academic texts of Buddhism, documents, and related researches.

The results of the study reveal that: the emotion is sense-objects or external sense-fields, there are six kinds: 1) visible objects, 2) sound, 3) smell, 4) taste, 5) tangible objects and 6) mind-objects. There is advice for the progress in practice called the Basis of merit making as taught by the the Buddha as follows: 1) Charity or Generosity (Dāna), 2) Morality (Sīla) and 3) Development of meditation which is of two kinds, namely: tranquility of the mind and spiritual insight (Bhāvanā).

The practitioner must avoid all evils, fulfill good and purify one's own minds. If one cultivates by practicing step by step in each method and the training must endure what was attained the peaceful, the sublime, the cool and the bliss. Because really happiness and peace, it is unnecessary for him to seek for it from other places, but he can find it in his mind because all sufferings or happiness spring up from the mind.

In conclusion, in order to purify the mind and to make it clean from the emotions of greed, anger and infatuation. The teachings of the Buddha indicate that you have to follow three bases of meritorious action by following the sequence as follows: start with largesse as a renunciation frugality, jealousy in wealth. You must have the intent to make a real sacrifice with no hope of return, and then follow the precepts. This will be the practices to control your body and speech and will make you not to behave immoral as well as laws. When you have pure precepts, it will lead you to further advanced practices including Bhavanamaya. It is a mental training under meditation to make the mental stability, stolid, peace, calm, and extinguish all emotions goes down. This emotional intelligence is a complete basis of Theravada Buddhism.