

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

อาโปธาตุหรือธาตุน้ำเป็นธาตุที่เป็นแหล่งกำเนิดชีวิตของสรรพสัตว์และพืช คนเรามีชีวิตอยู่โดยขาดน้ำได้ไม่เกิน ๓ วัน และธาตุน้ำยังมีความจำเป็นทั้งในภาคเกษตรและอุตสาหกรรม ซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาประเทศ ประโยชน์ของธาตุน้ำ ได้แก่ น้ำเป็นสิ่งจำเป็นที่เราใช้สำหรับการดื่มกิน การประกอบอาหาร ชำระร่างกาย น้ำมีความจำเป็นสำหรับการเพาะปลูกเลี้ยงสัตว์ แหล่งน้ำเป็นที่อยู่อาศัยของปลาและสัตว์อาโปธาตุอื่นๆ ซึ่งคนเราใช้เป็นอาหารในการอุตสาหกรรม ต้องใช้น้ำในขบวนการผลิตใช้ล้างของเสียใช้หล่อเครื่องจักรและระบายความร้อน การทำนาเกลือโดยการระเหยน้ำเค็มจากทะเล น้ำเป็นแหล่งพลังงาน พลังงานจากน้ำใช้ทำระหัด ทำเขื่อนผลิตกระแสไฟฟ้าได้ แม่น้ำ ลำคลอง ทะเล มหาสมุทร เป็นเส้นทางคมนาคมขนส่งที่สำคัญ ทัศนียภาพของริมฝั่งทะเลและน้ำที่ใสสะอาด เป็นแหล่งท่องเที่ยวของมนุษย์ น้ำมีประโยชน์มากมายดังที่กล่าวมาเราควรช่วยกันดูแลรักษาน้ำให้คงอยู่คู่กับโลกเรานานที่สุด เมื่อมองดูในทางพระพุทธศาสนาแล้วลองย้อนกลับไปในสมัยพุทธกาล จะเห็นได้ว่าในสมัยของพระพุทธเจ้าทรงเป็นนักรักษาธรรมชาติเป็นอย่างดี แม้แต่อาโปธาตุหรือธาตุน้ำก็ตามที่ทรงบัญญัติไว้ในพระวินัยปิฎกสุราปานวรรคปาจิตติยภณขัฏฐกัณฑ์ ๓ ซึ่งเป็นพระบัญญัติเกี่ยวกับการรักษาแม่น้ำ ลำคลองว่า “ภิกษุต้องอาบัติปาจิตติยเพราะเล่นน้ำ”^๑ และที่ชื่อว่า เล่นน้ำ คือ “ภิกษุประสงค์จะเล่นน้ำจึงดำลง ผุดขึ้นหรือลอยในน้ำลิกพอท่วมข้อเท้า ต้องอาบัติปาจิตติย”^๒ พระพุทธองค์ทรงบัญญัติพระวินัยข้อนี้นี้ว่าเป็นข้อห้าม สมัยต่อมาช่วยรักษาแม่น้ำลำคลองได้ เป็นอย่างดี ป้องกันการทำให้สิ่งสกปรกลงในแหล่งน้ำเป็นการรักษาแหล่งต้นน้ำลำธารให้สะอาดสวยงามชี้ให้เห็นถึงคุณค่าถึงการใช้น้ำอย่างรู้คุณค่าประเด็นต่อมาทรงบัญญัติไว้ในพระวินัยเสขิยภณขัฏฐกัณฑ์สิกขาบทที่ ๑๕ ปาทกวรรค อย่างชัดเจนมากเกี่ยวกับการอนุรักษ์ทรัพยากรน้ำโดยสิกขาบทนี้เป็นข้อปฏิบัติของชาวพุทธ โดยทั่วไปไม่เฉพาะพระภิกษุเท่านั้น และพึงทำความเข้าใจว่า “เราจักไม่ถ่ายอุจจาระปัสสาวะ หรือบ้วนน้ำลาย ลงในน้ำ”^๓ กาลต่อมาพระองค์ได้ทรงเห็นความลำบากของภิกษุที่เป็นไข้ โดยรับสั่งกับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตให้ภิกษุผู้เป็นไข้ ถ่าย

^๑วิ.มहा.(ไทย) ๒/๓๓๖/๔๗๑.

^๒วิ.มहा. (ไทย) ๒/๓๓๗/๔๗๑.

^๓วิ.มहा. (ไทย) ๒/๖๕๓/๗๓๓.

อุจจาระบ้าง ปัสสาวะบ้าง บ้วนน้ำลายบ้าง ลงในน้ำได้ จากพระบัญญัตินี้ มิได้หมายความว่า พระพุทธเจ้าจะไม่ใช้นักอนุรักษ์ธรรมชาติ เพราะเหตุที่อนุญาตให้สาวกที่เป็นไข้สามารถถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะหรือบ้วนน้ำลายลงในน้ำได้ ความเป็นจริงแล้วพระองค์เป็นนักอนุรักษ์ที่ยอดเยี่ยมที่สุดในโลก เหตุที่ทรงอนุญาตเฉพาะภิกษุใช้ทรงเห็นว่าเป็นความลำบากมากและสมัยก่อนไม่มีโรงพยาบาลอย่าง ปัจจุบันและภิกษุใช้ก็ได้มีมาก จึงเป็นความจำเป็นในสมัยนั้น

อาโปธาตุเป็นทรัพยากรที่สามารถเกิดหมุนเวียนได้เรื่อยๆ ไม่มีวันหมดสิ้น เมื่อแสงแดดส่องมาบนพื้นโลก อาโปธาตุจากทะเลและมหาสมุทรก็จะระเหยเป็นไออาโปธาตุลอยขึ้นสู่เบื้องบน เนื่องจากไออาโปธาตุมีความเบากว่าอากาศ เมื่อไออาโปธาตุลอยสู่เบื้องบนแล้ว จะได้รับความเย็นและกลั่นตัวกลายเป็นละอองอาโปธาตุเล็กๆ ลอยจับตัวกันเป็นกลุ่มเมฆ เมื่อจับตัวกันมากขึ้นและกระทบความเย็นก็จะกลั่นตัวกลายเป็นหยดอาโปธาตุตกลงสู่พื้นโลก อาโปธาตุบนพื้นโลกจะระเหยกลายเป็นไออาโปธาตุอีกเมื่อได้รับความร้อนจากดวงอาทิตย์ ไออาโปธาตุจะรวมตัวกันเป็นเมฆและกลั่นตัวเป็นหยดอาโปธาตุ กระบวนการเช่นนี้ เกิดขึ้นเป็นจักรหมุนเวียนต่อเนื่องกันตลอดเวลา เรียกว่า วัฏจักรอาโปธาตุทำให้มีอาโปธาตุเกิดขึ้นบนผิวโลกอยู่เสมอ

มนุษย์มีความอดทนอดกลั้นต่อสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติได้เป็นอย่างดี เพราะมนุษย์เป็นผู้มีปัญญามากกว่าสัตว์ทั้งปวงบนโลก มนุษย์จึงเป็นผู้มีวิธีฝึกตนเองด้วยกระบวนการต่างๆ เพื่อให้อยู่เหนืออำนาจของสัตว์ทั้งปวงและสามารถบังคับหรือครอบงำจิตใจของสัตว์อื่นหรือมนุษย์ที่มีจิตใจอ่อนแอกว่าตนได้ ในทางพระพุทธศาสนาที่เช่นเดียวกัน พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนมนุษย์ให้รู้จักการใช้อำนาจหรือเดชที่ตนมีอยู่แผดลาญกิเลสของตนที่มีอยู่ภายในจิตใจให้หมดไป เพื่อไม่ให้กิเลสตัณหาเข้าครอบงำจิตใจได้ โดยการใช้ตบะหรือการมีอำนาจเพื่อไม่ให้จิตใจลุ่มหลงหมกมุ่นอยู่ในความสุขสำราญในกาม มีความมุ่งมั่นที่จะแผดลาญกิเลสให้หมดไป แต่ในทางพระพุทธศาสนาไม่ถือว่า การฝึกจิตใจให้อยู่เหนือธรรมว่าเป็นจุดหมายสูงสุด แต่พระพุทธศาสนามีจุดหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ดังจะเห็นได้จากการบำเพ็ญทุกรกิริยาของเจ้าชายสิทธัตถะที่ทรงบำเพ็ญตบะด้วยการทรมานร่างกายด้วยวิธีต่างๆ เพื่อให้เข้าถึงสัจธรรม เช่น การทรงกดพระทนต์ด้วยพระทนต์ ทรงผ่อนกลืนลมอัสสาสะ ปัสสาสะและทรงอดพระกระยาหาร โดยการผ่อนเสวยลงในแต่ละวันจนกระทั่งไม่เสวยในที่สุดและในขณะที่ทรงบำเพ็ญตบะอยู่นั้นพระองค์ก็ทรงได้เสวยทุกขเวทนาอย่างแสนสาหัสไม่สามารถทรงทำให้ร่างกายและจิตใจสงบลงได้ ต่อมาพระองค์ก็ทรงพิจารณาในการบำเพ็ญตบะทางจิตใจมีความสันโดษพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงในทางธรรมชาติ พระองค์จึงทรงเข้าถึงหลักของอริยสัจสี่ได้ในที่สุด จุดมุ่งหมายสูงสุดของการฝึกตนในพระพุทธศาสนา จึงไม่อยู่ในหลักเกณฑ์เพียงเพื่อการฝึกเพื่อให้บังคับตนเองเท่านั้น แต่ต้องให้ตนเองหลุดพ้นออกจากวัฏสงสาร

ในกระบวนการเกี่ยวกับการฝึกนั้นต้องผ่านกระบวนการเกี่ยวกับฝึกอย่างซับซ้อน ในความเป็นจริงโลกของเรานั้นประกอบด้วยธาตุทั้ง ๔ คือ ๑) ปฐวีธาตุ หมายถึงธาตุที่แผ่หรือกินเรียกสามัญว่าธาตุแข็งหรือธาตุดิน ๒) อาโปธาตุ หมายถึงธาตุที่เอิบอาบดูดซึมเรียกชื่อสามัญว่าธาตุเหลวหรือธาตุน้ำ ๓) เตโชธาตุ หมายถึงธาตุที่ทำให้ร้อน เรียกชื่อสามัญว่าธาตุไฟ ๔) วาโยธาตุ หมายถึงธาตุที่ทำให้เคลื่อนไหว เรียกชื่อสามัญว่า ธาตุลม^๔ ทั้งสี่ธาตุนี้ต้องมีความสมดุลกัน โดยธรรมชาติ กล่าวคือ เมื่อธรรมชาติสร้างสิ่งหนึ่งขึ้นมาพร้อมกันนั้นธรรมชาติก็ได้สร้างอีกสิ่งหนึ่งขึ้นมาเพื่อทำลายสิ่งนี้เพื่อให้ธรรมชาติมีความสมดุลกันมากที่สุด

หลักธรรมในพระพุทธศาสนา คือคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ได้ค้นพบจากการตรัสรู้และนำมาเผยแผ่สั่งสอนแก่ประชาชนทั่วไป มีเป้าหมายเพื่อดับทุกข์ และสร้างความสงบสุขแก่ชีวิตและสังคม เป็นคำสอนให้เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ปฏิบัติเพื่อการเข้าถึงความเป็นผู้รู้ คือรู้จักตนเอง รู้จักคนอื่น รู้จักสังคม และรู้จักสภาวะต่างๆ ตามความเป็นจริง โดยไม่หลงมกมาย ปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความเป็นผู้ตื่น ได้แก่ “ตื่นจากกิเลส รู้เท่าทันต่อกิเลส ความชั่ว สิ่งชั่วทั้งหลาย ไม่เป็นทาสของกิเลสใดๆ และปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความเป็นผู้เบิกบาน ด้วยการมีจิตใจที่แจ่มใสด้วยธรรมะ มีจิตใจที่บริสุทธิ์ ขจัดมลทิน คือความทุกข์ออกจากใจ จิตใจผ่องแผ้วไม่ขุ่นมัว มีความสะอาด สว่าง สงบ”^๕

จากข้อความข้างต้นในทางพระพุทธศาสนาพระพุทธเจ้าทรงเห็นคุณค่าของน้ำเป็นอย่างมากจึงทรงบัญญัติพระวินัยดังกล่าวมา การที่ผู้วิจัยเลือกทำวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ เห็นว่า “ธาตุน้ำเป็นหนึ่งในปัจจัย ๔”^๖ ที่มีความสำคัญต่อมนุษย์และสัตว์โลกมากและควรที่จะมีวิธีการที่จะช่วยกันดูแลรักษาที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกและคัมภีร์ชั้นรองลงมา และการดำรงชีวิตในโลกของมนุษย์ ที่เต็มไปด้วยปัญหาต่างๆ ปัญหาเหล่านั้นเป็นปัญหาใหญ่บ้าง เล็กบ้าง เป็นปัญหาการครองชีพบ้าง ปัญหาสังคมบ้าง ปัญหาการเมืองบ้าง แต่ว่าบุคคลแต่ละคนจะประสบปัญหาไม่เหมือนกัน เช่น บางคนประสบปัญหาทางเศรษฐกิจ บางคนก็ประสบปัญหาทางการเมือง นอกจากปัญหาที่กล่าวแล้วข้างต้นมนุษย์ก็ยังประสบปัญหาที่เกิดจากภัยธรรมชาติต่างๆ เช่น อุทกภัย วาตภัย อัคคีภัย เป็นต้น ปัญหาเหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งบั่นทอนความสุขของมนุษย์ แต่มนุษย์ก็ยังไม่อาจหาวิธีการเอาชนะปัญหาอุปสรรคเหล่านั้นลงให้เด็ดขาดได้ ปัญหาอีกประการหนึ่ง ที่คอยบั่นทอนความสุขของมนุษย์ คือ ปัญหาที่มาจากภายในของตัวเอง อันได้แก่ ความอยากได้ ความปรารถนา ความต้องการที่ไม่มีขีดจำกัดของ

^๔พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๔๓), หน้า ๑๕๓.

^๕พระมหาบุญเพียรบุญญวิริโย, ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา, อนุสรณ์งาน พระราชทานเพลิงศพ นายธงชัย บงกชเกิด, วันอาทิตย์ที่ ๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๒, หน้า ๑.

^๖อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๑/๑๗-๑๙

มนุษย์แต่ละคนเอง ปัญหาต่างๆ ดังที่กล่าวมาแล้ว และก็ยังมีย่อยอีกมากที่ยังไม่ได้กล่าวถึงปัญหาเหล่านี้ยังบั่นทอนความเป็นอยู่และความสุขของมนุษย์ แล้วยังก่อให้เกิดภาวะที่ไม่พึงปรารถนาแก่มนุษย์อีก อันได้แก่ภาวะที่เรียกว่า การดำเนินชีวิตที่ผิดพลาด

ด้วยเหตุผลดังที่กล่าวมา ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการศึกษาค้นคว้าเรื่องนี้ โดยจะศึกษาถึงอาโปธาดูหรือธาดุน้ำ ที่มา ทั้งในมิติของพระพุทธศาสนาและในมิติของวิทยาศาสตร์ ถึงความสำคัญของธาดุน้ำ ประโยชน์ของธาดุน้ำ และการดูแลรักษาธาดุน้ำโดยนำหลักการ วิธีการ ทฤษฎีต่างๆ เกี่ยวกับธาดุน้ำ เพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลรักษาธาดุน้ำให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อมวลมนุษยชาติในสังคม โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องอาโปธาดูที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาหลักปฏิบัติอาโปธาดูตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๓ เพื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบอาโปธาดูกับสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิตและการประยุกต์ใช้ในสังคมไทยปัจจุบัน

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ แนวคิดเกี่ยวกับอาโปธาดูที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ หลักปฏิบัติเกี่ยวกับอาโปธาดูตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท มีรายละเอียดและกระบวนการอย่างไร
- ๑.๓.๓ การวิเคราะห์เปรียบเทียบอาโปธาดูกับสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิตการประยุกต์ในชีวิตปัจจุบัน จะมีกระบวนการและวิธีการอย่างไรบ้าง

๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มีลักษณะเป็นการศึกษาเชิงเอกสาร (Documentary Research) เป็นการศึกษาวิเคราะห์ แนวคิดเรื่องอาโปธาดูที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท หลักปฏิบัติเกี่ยวกับอาโปธาดูตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และการวิเคราะห์เปรียบเทียบอาโปธาดูกับสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิตและการประยุกต์ในชีวิตปัจจุบัน ตลอดจนผลกระทบ ปัญหาและอุปสรรคเรื่องน้ำที่ปรากฏในคัมภีร์

พระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อประยุกต์ใช้ในสังคมไทย จากคัมภีร์พระพุทธศาสนา เช่นพระไตรปิฎก อรรถกถา ตลอดจนเอกสารวิชาการประเภทตำรา รายงานการวิจัยวิทยานิพนธ์และบทความทางวิชาการ ตลอดจนบทความต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

อาโปธาตุ หมายถึง ธรรมชาติของเหลว องค์ประกอบของสิ่งมีชีวิตและสิ่งไม่มีชีวิต มีความหมายครอบคลุมถึง โลก โลกธาตุ ผืนน้ำ ธาตุน้ำ อณู สิ่งที่จับต้องได้ สัมผัสได้ ร่างกายมนุษย์และอวัยวะภายในมนุษย์ สื่ออุปกรณ์การสอนธรรม ข้ออุปมาเปรียบเทียบธรรม

หลักปฏิบัติเกี่ยวกับอาโปธาตุ หมายถึง หลักธรรมที่สอดแทรกในการใช้น้ำ การคำนึงถึงประโยชน์ของน้ำและผลกระทบต่อสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิต

คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง พระไตรปิฎกภาษาไทย-ภาษาบาลี ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย รวมถึงอรรถกถาฎีกาฉบับภาษาบาลี ภาษาไทย และเอกสารต่างๆ ที่นักปราชญ์ในพระพุทธศาสนาเถรวาทได้เขียนไว้

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ก. เอกสารที่เกี่ยวข้อง

สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน) ได้กล่าวไว้ในหนังสือเรื่อง “วิธีสร้างบุญบารมี” สรุปได้ว่า “การเจริญวิปัสสนาภาวนาได้นั้น ซึ่งมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความเพียร (วิริยะ) ในการทำสมาธิให้ได้เสียก่อน หากยังทำสมาธิยังไม่ได้ก็ไม่มีทางที่จะเกิดวิปัสสนาภาวนาได้ สมาธิจึงเป็นบันไดขั้นต้นที่จะก้าวไปสู่การเจริญวิปัสสนาปัญญา トラบใดที่เรายังไม่ถึงพระนิพพาน ก็ต้องอาศัยความเพียรในการปฏิบัติโดยทำทุกๆ วัน ทุกๆ ทางเพื่อความไม่ประมาท โดยทำทั้ง ศีล ทาน ภาวนา ให้ถึงพร้อมอยู่ตลอดแต่อย่างทั้งความเพียร”^๗

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ พุทธธรรม ฉบับขยายความ สรุปได้ว่า “พื้นฐานของพระพุทธศาสนาเป็นสัจธรรม เป็นกฎธรรมชาติ หรือหลักความจริงที่มีอยู่โดยธรรมดา พระพุทธเจ้าเป็นผู้ค้นพบหลักความจริงนั้นแล้วนำมาเปิดเผยแก่ผู้อื่น การได้รับผลจากการปฏิบัติเป็นเรื่องของความเป็นไปอันเที่ยงธรรมตามเหตุปัจจัยในธรรมชาติ ทุกคนจึงจำเป็นต้อง

^๗สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช, วิธีสร้างบุญบารมี. (กรุงเทพมหานคร : พิมพ์สวย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๖.

เพียรพยายามสร้างผลสำเร็จด้วยเรี่ยวแรงของตน ไม่ควรคิดหวังและอ้อนวอนขอผลที่ต้องการโดยไม่กระทำ หลักพุทธศาสนาในเรื่องนี้มีว่า “ตุมเหติ กิจจัง อาตปปัง อักขาตาโร ตะถาคะตา แปลว่า ความเพียร ท่านทั้งหลายต้องทำเอง ตถาคตทั้งหลายเป็นแต่ผู้บอกทางให้” และการทำความเพียรก็เช่นเดียวกับการปฏิบัติธรรมข้ออื่นๆ จะต้องเริ่มก่อตัวขึ้นในใจให้พร้อม และถูกต้องก่อน แล้วจึงขยายออกไปเป็นการกระทำในภายนอกให้ประสานกลมกลืนกัน”^๘

สมภพ ชีวรัฐพัฒน์ ได้กล่าวไว้ในหนังสือเรื่อง “มงคลธรรมกับคุณภาพชีวิต” สรุปได้ว่า “ผู้ปรารถนาความเพียร โดยมีปัญญาหนุนและชักจูงไป อาศัยศรัทธาความเชื่อที่ถูกต้องเป็นเหตุกระตุ้นให้เกิดแรงหนุน เสริมการกระทำให้เป็นไปตามความเชื่ออย่างใดอย่างหนึ่งให้เกิดเป็นผลสำเร็จเป็นจริงขึ้นมาได้ก็อุปกับความสำเร็จที่ไม่มีโรคเป็นโอกาสที่จะต้องเร่งทำความเพียรสร้างสรรค์พัฒนาชีวิตให้ไม่ตกอยู่ในความประมาท และความเป็นผู้ไม่โอ้อวด ไม่มีมารยา ทำให้เป็นคนไม่มีมานะ ยกตนข่มท่าน รู้จักตัวเองในการที่จะใช้ความเพียรกำจัดข้อเสียทิ้งไป เสริมข้อดีให้เจริญยิ่งขึ้นไป เป็นผู้ปรารถนาความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม เพื่อให้กุศลธรรมเกิด มีความเข้มแข็ง มีความบากบั่นมั่นคง ไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลายอยู่ เป็นผู้มีความปัญญา ประกอบด้วยปัญญาอย่างอริยะ ที่ยังเห็นความเกิดและความดับสลาย ชำแรกกิเลสได้ อันให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ”^๙

พร รัตนสุวรรณ ได้กล่าวไว้ในหนังสือเรื่อง “สมาธิและวิปัสสนาในชีวิตประจำวัน” สรุปได้ว่า “ความเพียร ความพยายาม ความกล้าที่จะลงมือทำ ภาวะของผู้กล้า เป็นแนวทางให้ดำเนินไปสู่ความสำเร็จตามประสงค์ การลงมือปฏิบัติลงมือทำงานที่ตนชอบที่ตนรัก ทำด้วยความพากเพียรพยายาม ทำด้วยความสนุก กล้าหาญ กล้าเผชิญกับความทุกข์ยาก ปัญหาและอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น หากมีอุปสรรคข้อขัดข้องใดๆ ก็เพียรกำจัดปิดเป่าไปให้หมดสิ้นไป โดยไม่ย่อท้อ ไม่สิ้นหวัง เดินหน้าเรื่อยไปจนกว่าจะบรรลุเป้าหมายคือ ความสำเร็จ”^{๑๐}

แสง จันทรงาม ได้กล่าวไว้ในหนังสือเรื่อง “อริยธรรม ๕” สรุปได้ว่า “วิริยะนี้เป็นธรรมที่ให้ผลอย่างกว้างขวางและสำคัญมาก เพราะแม้แต่จะมีความตั้งใจกระทำสักเพียงใดก็ตาม ถ้าหากว่า ขาดความพากเพียรเสียแต่อย่างเดียวนั้น การงานต่างๆ ก็จะไม่เป็นผลสำเร็จดังที่ได้ตั้งใจไว้ส่วนมากมักจะไม่มีใครได้คำนึงถึงความเพียรกันอย่างจริงจัง ดังนั้นเมื่อประสบกับความคับขันเข้าบ้าง ก็

^๘พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับขยายความ**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๘๐๐.

^๙สมภพ ชีวรัฐพัฒน์, **มงคลธรรมกับคุณภาพชีวิต**, (กรุงเทพมหานคร : นานาสีพิมพ์, ๒๕๔๐), หน้า ๒๐.

^{๑๐}พร รัตนสุวรรณ, **สมาธิและวิปัสสนาในชีวิตประจำวัน**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๑๖), หน้า ๓๘.

มักจะทอดยเสีย ยิ่งเป็นการบำเพ็ญเพียรเจริญวิปัสสนาภาวนา อันเป็นการประกอบ วิวัฏฏนิสสิต กุศลด้วยแล้ว ก็จะต้องเป็นความเพียรที่สมบูรณ์ด้วยองค์ ๔ ที่เรียกว่า จตุรงควิริยะ คือ แม้เนื้อจะเหือดเลือดจะแห้ง ๑ จะเหลือแต่เพียงหนัง ๑ จะเหลือแต่เพียงกระดูก ๑ จะเหลือแต่เพียงเอ็น ๑ ก็จะไม่ละเสียจากความเพียรที่กำลังกระทำอยู่นั้นเลย ผู้ที่พากเพียรอย่างนี้ ย่อมล่วงทุกข์ได้ ดังในธรรมบทที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า วิริเยน ทุกขมจเจติ คนจะล่วงทุกข์ได้ก็เพราะความเพียร การปรารภความเพียร คือ ลงมือทำความเพียรอย่างเข้มแข็งเด็ดเดี่ยว ทำงานอันเป็นหน้าที่ประจำให้สำเร็จทำงานที่แทรกซ้อนขึ้นมาในระหว่างนั้นให้สำเร็จ ทำงานนั้นอย่างเอาจริงเอาจัง ไม่คำนึงถึงความเหนื่อยยากลำบาก มุ่งความสำเร็จของงานในเวลาอันรวดเร็ว และมีความเรียบร้อยเป็นสำคัญ และนอกจากนี้ ภิกษุใดเป็นผู้มีความเพียร ไม่เกียจคร้าน ประกอบพร้อมไปด้วยความสันโดษในปัจจัยสี่ เป็นบุคคลที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญว่าเป็นผู้ตั้งอยู่ใน อริยวงศ์ และเป็นบุคคลผู้เลิศ และบุคคลเช่นนี้เป็นบุคคลที่ไม่มีใครสามารถตำหนิตไยได้”^{๑๑}

เตือน คำดี ได้กล่าวไว้ในหนังสือชื่อ “พุทธปรัชญา” สรุปได้ว่า “ทุกอย่างที่มีเกิดและมีที่มาของตนโดยอาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้น เป็นเรื่องของเหตุและผลต่อเนื่องไม่มีตัวยืนโรงที่เรียกว่า ปฐมเหตุ ตามหลักวิทยาศาสตร์ โลกเราประกอบด้วยธาตุวัตถุและสิ่งมีชีวิต ธาตุได้แก่สสาร ที่มีอยู่ทั้งภายในและภายนอกร่างกายของสิ่งมีชีวิต ธาตุที่มีอยู่ภายนอกร่างกาย มี ๒ ชนิด คือธาตุแท้และธาตุผสม ธาตุมีปรากฏอยู่ได้เป็น ๓ สภาวะ คือ ๑)เป็นของแข็ง เช่น หิน ดิน แร่ต่างๆ ๒)เป็นของเหลว เช่น น้ำ ๓)เป็นก๊าซ เช่น ก๊าซออกซิเจน สสารหรือธาตุที่สำคัญเกี่ยวกับชีวิตของมนุษย์และสัตว์ มีอยู่ ๔ ชนิด ซึ่งอยู่ในร่างกาย ได้แก่ ก๊าซออกซิเจน ก๊าซไฮโดรเจน ก๊าซไนโตรเจน และคาร์บอน ธาตุเหล่านี้จะรวมตัวกันอยู่ในร่างกายภายใต้ภาวะที่เหมาะสมเปลี่ยนแปลงเป็น“พลังชีวิต”^{๑๒}

มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิมฯ อายุรเวทวิทยาลัย (ชีวโกมารภักจ) ได้ตีพิมพ์หนังสือ “ตำราการแพทย์ไทยเดิม (แพทยศาสตร์สงเคราะห์) ฉบับพัฒนาตอนที่ ๑ และตอนที่ ๒” ได้กล่าวถึงเรื่องธาตุ ๔ พอสรุปความได้ว่า การแปรปรวนของธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ซึ่งประกอบเข้าเป็นร่างกายส่วนใจ (จิต,วิญญาณ) นั้นมีความสำคัญพอกันกับร่างกาย คือ ถ้าร่างกายไม่มีใจ ร่างกายก็ไม่สามารถดำรงอยู่ได้ ถ้าธาตุต่างๆของร่างกายแปรปรวน ก็จะมีผลกระทบต่องานเช่นกัน และเมื่อเป็นโรคจนธาตุต่างๆ ค่อยๆ ดับไปทีละอย่าง จนกระทั่งดับหมด ใจไม่สามารถทำให้ร่างกายเคลื่อนไหวตามความปรารถนา ชีวิตก็เป็นอันถึงที่สุด^{๑๓}

^{๑๑}แสง จันทรงาม, **อริยธรรม ๕**, (กรุงเทพมหานคร : ดาราวรรณการพิมพ์, ๒๕๓๙), หน้า ๕๓.

^{๑๒}เตือน คำดี, **พุทธปรัชญา**, (กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พริ้นติ้ง เฮ้าส์, ๒๕๓๔), หน้า ๘๙.

^{๑๓}มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิมฯ อายุรเวทวิทยาลัย (ชีวโกมารภักจ), **ตำราการแพทย์ไทยเดิม (แพทยศาสตร์สงเคราะห์) ฉบับพัฒนา ตอนที่ ๑**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สี่ไทย, ๒๕๓๖), หน้า ๗๖.

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยพบว่า มีสาระเกี่ยวกับพุทธปรัชญาโดยทั่วไปและมีการศึกษาเกี่ยวกับการแปรปรวนของธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ซึ่งประกอบเข้าเป็นร่างกาย ส่วนจิตวิญญาณนั้นมีความสำคัญพอกันกับร่างกาย คือ ถ้าร่างกายไม่มีใจ ร่างกายก็ไม่สามารถดำรงอยู่ได้ ถ้าธาตุต่างๆของร่างกายแปรปรวน ก็จะมีผลกระทบต่อใจเช่นกันและเมื่อเป็นโรคจนธาตุต่างๆ ค่อยๆ ดับไปทีละอย่าง จนกระทั่งดับหมด ใจไม่สามารถทำให้ร่างกายเคลื่อนไหวตามความปรารถนา ชีวิตก็เป็นอันถึงที่สุด

ข. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พระครูโสภณปริยัตยาทร (เชื้อม ชินวโส) ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ความคิดเรื่องจักรวาลวิทยาในพุทธปรัชญาเถรวาท” ผลการศึกษาพบว่า “โลกคือสังขาร โลกคือหมู่สัตว์ โลกคือแผ่นดิน มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่อยู่ในโลก และเป็นเพียงจุดเล็กนิดเดียวถ้าเทียบกับจักรวาล จากการวิเคราะห์ความจริงของมนุษย์แต่ละคนลงเป็นหน่วยเล็กในแง่ของการปฏิบัติธรรม พุทธปรัชญาเถรวาทได้แบ่งหน่วยเล็กที่สุดของมนุษย์แต่ละคนลงเป็น ๒ ส่วน คือ กายและจิต หรือรูปธรรมและนามธรรม จะเห็นว่าพุทธปรัชญาเถรวาทใช้คำว่าโลกในความหมายต่างๆ อย่างกว้างมาก คือ มีทั้งโลกที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม คือสิ่งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิต หมายถึงโลกคือแผ่นดิน ต้นไม้ คน สัตว์ และสภาวะธรรม”^{๑๔}

พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง). ได้ศึกษาเรื่อง “การบรรลุลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการศึกษาพบว่า การบรรลุลุธรรมนั้น สิ่งสำคัญประการแรก คือ การศึกษาหลักธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงไว้โดยเฉพาะโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ อันประกอบด้วยสติปัฏฐาน ๔ สัมมปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และมรรคมีองค์ ๘ ธรรมแต่ละหมวดมีความสมบูรณ์อยู่ในตัว ผู้ปฏิบัติจะถือธรรมหมวดไหนในการปฏิบัติก็สามารถบรรลุลุธรรมได้เช่นเดียวกัน ส่วนระยะเวลาที่สั้นหรือยาวแห่งการปฏิบัติธรรม และมูลเหตุให้บรรลุลุธรรมของพระอริยสาวกแต่ละรูปแตกต่างกันขึ้นอยู่กับอุปนิสัยและบารมีธรรมของแต่ละท่าน^{๑๕}

^{๑๔} พระครูโสภณปริยัตยาทร (เชื้อม สอนรอด) “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ความคิดเรื่องจักรวาลวิทยาในพุทธปรัชญาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย :มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑).

^{๑๕} พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง), “การศึกษาเรื่องการบรรลุลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒)

พระมหาสังเวย ธมฺมเนตติโก ได้ศึกษาเรื่อง “ศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องชีวิตภิกษุณีกับการบรรลอรหัตตผลเฉพาะที่ปรากฏในเถรคาคา” ผลการศึกษาพบว่า การบรรลอรหัตตผลของภิกษุณีแต่ละรูป มีส่วนสัมพันธ์กับภูมิหลังในอดีตชาติและภูมิหลังในชาติปัจจุบัน อดีตชาติของภิกษุณีทุกรูปเคยพบพระพุทธเจ้า ตั้งความปรารถนาการบรรลอรหัตตผลต่อพระพักตร์ของพระพุทธเจ้า เคยสร้างกุศลต่างๆ เช่น การให้ทาน ชาติปัจจุบันซึ่งเป็นชาติสุดท้าย ภิกษุณีทุกรูปแม้จะมาจากชาติตระกูลต่างกัน มีการศึกษาและอุปนิสัยแตกต่างกัน แต่บทบาททางสังคมเหล่านี้ก็ได้เป็นอุปสรรคต่อการบรรลอรหัตตผลแต่อย่างใด เมื่อมีความพร้อมทุกรูปก็สามารถบรรลอรหัตตผล แต่ความพร้อมในชาติปัจจุบันก็สัมพันธ์กับภูมิหลังในอดีตชาติอย่างแน่นแฟ้น ในกรณีพระโสณโกฬิวิสเถระก็เช่นกัน คือได้เคยพบพระพุทธเจ้าและสร้างกุศลไว้ในอดีตชาติ จนได้บรรลอรหัตตผลสูงสุดในพระพุทธศาสนา^{๑๖}

พระมหาบุญชิต สุตโปรง ได้ศึกษาเรื่อง “คุณสมบัติพระอรหันต์ในพระพุทธศาสนานิกรายเถรวาท” ผลการศึกษาพบว่า “ภาวะของพระนิพพานเป็นสิ่งที่มียู่ และสามารถปลูกฝังขึ้นได้ในชีวิตจริง พระอรหันต์เป็นบุคคลตัวอย่าง การบรรลุพระอรหันต์ทั้งในอดีต ปัจจุบันและอนาคต ไม่ใช่เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดยบังเอิญ มนุษย์กำลังเรียกร้องหาวิถีชีวิตแบบพระอรหันต์อยู่โดยไม่รู้ตัวแต่ไม่ใช่ด้วยการเรียกร้องด้วยการอ่อนวอนจากอำนาจภายนอก เพราะพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการปฏิบัติ และเป็นศาสนาแห่งความเพียร จึงต้องอาศัยการปฏิบัติทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน ในการปลูกฝังคุณสมบัติทางจิตต่างๆ ตั้งแต่ระดับพื้นฐาน”^{๑๗}

พระคำพันธ์ ยโสธโร (เมืองนนท์) ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบบะในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเซน” ผลการศึกษาพบว่า “การบำเพ็ญบะในทั้ง ๒ ศาสนานั้น เป็นการสร้างคุณธรรมความดีงามให้เกิดขึ้นภายในจิตใจตนเอง เช่นการอดทนอดกลั้นต่อการกระทบทางกาย ทางวาจา ฝึกกายและจิตใจให้เข้มแข็ง มีพลังเพื่อที่จะต่อต้านกิเลสในจิตใจตนเอง ในพระพุทธศาสนานั้น มีการฝึกให้มีการบำเพ็ญเพียรอย่างทั่วไป มีการรักษาศีล การสำรวมอินทรีย์ การฝึกตามหลักศีล สมาธิ และปัญญา โดยถือตามหลักอริยมรรคมีองค์แปด ส่วนในศาสนาเซน ถือการทรมานตนขั้นอุกฤษฏ์ หรือบำเพ็ญจนกระทั่งถึงแก่ชีวิต เมื่อปฏิบัติได้ดังนี้ถือว่าเป็นการบำเพ็ญอย่างประเสริฐ วิญญาณจะบรรลถึงโมกษะ เป็นหลักของการขจัดอนุภาคกรรมเก่าให้สูญหายไปจาก

^{๑๖} พระมหาสังเวย ธมฺมเนตติโก, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องชีวิตภิกษุณีกับการบรรลอรหัตตผลเฉพาะที่ปรากฏในเถรคาคา”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๓๖.

^{๑๗} พระมหาบุญชิต สุตโปรง, “คุณสมบัติพระอรหันต์ในพระพุทธศาสนานิกรายเถรวาท” *วิทยานิพนธ์ปริญญาอักษรศาสตรมหาบัณฑิต*, (นครปฐม : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๖), หน้า ๑๓.

ชีวะ และป้องกันมิให้อนุภาคของกรรมใหม่เข้ามาแทรก ในชีวะได้อีก จึงทำให้ชีวะเข้าถึงความหลุดพ้น หรือโมกษะ”^{๑๘}

พระธีรวัฒน์ บุญทอง “สมาธิในพระพุทธศาสนาศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องธยานะในพระพุทธศาสนาหายนกับฌานในพระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการศึกษาพบว่า “สมาธิในพระพุทธศาสนาหายนและเถรวาท มีความคล้ายคลึงกันในด้านความหมาย แต่มีข้อแตกต่างกันในด้านการปฏิบัติและผลของการปฏิบัติ หลักคำสอนเรื่องธยานะในพระพุทธศาสนาหายนคือการปฏิบัติโดยการทำให้ว่างเปล่าแน่วแน่ โดยมีเป้าหมายเพื่อทำลายกิเลสตัณหา เป็นการปลดปล่อยความทุกข์ออกจากจิตใจของตนแล้วเข้าถึงสัจธรรมบรรลุถึงพุทธภาวะในที่สุด ส่วนหลักคำสอนเรื่องฌานในพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ การเพ่งพินิจหรือครุ่นคิดเอาใจจดจ่อในอารมณ์เพื่อให้ภาวะจิตเป็นสมาธิแน่วแน่ โดยมีเป้าหมายเพื่อให้เกิดความสบายกายและใจอันเกิดขึ้นจากความสงบ ฌานนั้นมีความสำคัญต่อการอบรมจิตอันเป็นที่ตั้งของการงาน เป็นอุบายที่ทำให้จิตใจให้สงบ และทำให้เกิดปัญญา รู้แจ้งเห็นสมภาวะตามความเป็นจริง”^{๑๙}

ฐิติ วสุพรจุฑิ ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องดินที่ปรากฏในพระพุทธศาสนาเถรวาท” สรุปว่า “วาโยธาตุสัมพันธ์กับปฐวีธาตุ โดยทั้งคู่เป็นส่วนประกอบที่สำคัญในชั้นทั้ง ๕ ของมนุษย์ ธาตุอื่นๆก็เช่นกันเมื่อมาประชุมรวมกันเข้าเป็นร่างกาย ย่อมต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ทั้งโครงสร้างและหน้าที่การงาน เช่น ในกล้ามเนื้อ จะมีธาตุน้ำอยู่เป็นส่วนประกอบหล่อเลี้ยงเป็นธาตุที่มีส่วนประกอบของสารอาหารเพื่อให้กับกล้ามเนื้อ การที่กล้ามเนื้อไหวได้ต้องอาศัยธาตุลม ความอบอุ่นที่เหมาะสมกับในกล้ามเนื้อเป็นหน้าที่ของธาตุไฟธาตุต่างๆในร่างกายพึ่งพาอาศัยกันทำให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ ธาตุ ๔ เหล่านี้ก็ต้องอยู่ใต้อิทธิพลของมโนวิญญาณธาตุ คือจิตใจ เป็นกายที่มีใจครอง ถ้ามโนวิญญาณธาตุแตกดับ ความมีชีวิตก็สูญสิ้นทันที ร่างกายก็จะค่อยๆสลายไป”^{๒๐}

พระสมุห์วัชรินทร์ ถาวโร (ผาสุข) ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาความเพียรในคัมภีร์พระพุทธศาสนา : กรณิพระโสณโกฬวิเสสเถระ” ผลการศึกษาพบว่า “หลักธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงให้เห็นแก่พุทธบริษัททั้งหลายนั้น ซึ่งมีหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับความเพียร และเป็นองค์ธรรมที่

^{๑๘} พระคำพันธ์ ยโสธโร (เมืองนนท์), การศึกษาเปรียบเทียบธยานะในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเซน, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิตพุทธศาสนาและปรัชญา*, (กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย), ๒๕๔๘.

^{๑๙} พระธีรวัฒน์ บุญทอง, “สมาธิในพระพุทธศาสนาศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องธยานะในพระพุทธศาสนาหายนกับฌานในพระพุทธศาสนาเถรวาท” *วิทยานิพนธ์ปริญญาอักษรศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ*, (นครปฐม : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล), ๒๕๔๖.

^{๒๐} ฐิติ วสุพรจุฑิ, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องดินที่ปรากฏในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๘.

สนับสนุนความเพียรทั้งสิ้น ประกอบด้วย ความมีศรัทธา การมีโรคน้อย ความไม่โอ้อวด การปรารถนาความเพียร การมีปัญญา ปธาน ๒ ทิฐฐธัมมิกัตถสังวัตตนิกรรม ๔ สัมมปธาน ๔ สมบัติ ๔ อิทธิบาท ๔ และ พละ ๕ ความเพียรจะต้องมีองค์ธรรมอื่นมาปฏิบัติร่วมกัน เกื้อกูล อุปการะซึ่งกันและกัน จึงจะสามารถนำไปสู่ปฏิบัติบรรลุเป้าหมายสูงสุดได้ ความเพียรของพระโสณโกฬิวิสเถระ เป็นกุศลธรรมที่ได้สั่งสมมาจากอดีตชาติด้วยความปรารถนาตำแหน่งผู้เป็นเลิศด้านปรารถนาความเพียร ถึงในสมัยพุทธกาล ท่านได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุ และได้บำเพ็ญสมณธรรม เติบจนครบด้วยเท้า ด้วยเข่า และมือ จนเท้า เข่า และมือแตก แต่ก็ไม่บรรลุผลอะไร เพราะความเพียรที่มากเกินไป ภายหลังได้ตั้งความเพียรแต่พอเหมาะ ทราบข้อที่อินทรีย์ทั้งหลายเสมอกัน และได้ถือนิมิตในความสม่ำเสมอ ครั้นแล้วได้หลีกออกอยู่แต่ผู้เดียว ไม่ประมาท มีความเพียร มีตนส่งไปทำให้แจ้งซึ่งคุณพิเศษอันยอดเยี่ยม เป็นที่สุดของพรหมจรรย์ ได้รับการยกย่องจากพระพุทธองค์ว่า เป็นผู้เลิศในด้านการปรารถนาความเพียร ความเพียรได้คุณประโยชน์ขั้นพื้นฐานและขั้นสูงระดับปรมาตม์ ซึ่งสามารถน้อมนำมาประยุกต์ใช้ ในชีวิตประจำวัน สำหรับพระสงฆ์และนักบวช การเจริญกรรม และนั่งสมาธิ เป็นการปฏิบัติเพื่อการพัฒนาชีวิตของตนเองให้บรรลุเป้าหมาย สำหรับบุคคลทั่วไปทำให้มีคุณธรรมในขั้นสูงเพราะเป็นการฝึกฝนอบรมตนเองอยู่ตลอดเวลาด้วยศีล สมาธิ ปัญญา ทำให้ชีวิตของบุคคลนั้น เป็นชีวิตที่สงบร่มเย็น ไม่เป็นชีวิตที่ร้อนกระวนกระวายด้วยอำนาจแห่งโลภะ โทสะ โมหะ การวิเคราะห์และการประยุกต์หลักความเพียรมาใช้ในสังคมไทยปัจจุบัน เป็นการจำแนกตามความเพียรเชิงปัจเจกบุคคล ความเพียรเชิงสถาบันทางสังคม โทษและคุณที่เกิดจากความเพียร ที่นำไปสู่การประยุกต์ใช้เพื่อตนเองและสังคม ตลอดจนความเพียรเพื่อประโยชน์ในระดับสูงสุด การศึกษาจนเข้าใจรู้แจ้งในเรื่องหลักความเพียรเป็นเสมือนกุญแจดอกสำคัญที่จะไขไปสู่การดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง มีผลเป็นความสุขสงบแก่ผู้ศึกษาปฏิบัติ ตาม มีประโยชน์ในการพัฒนาชีวิตให้ร่มเย็นและทำให้มนุษย์หายมลายต่อความขึ้นลงของชีวิต จะช่วยคลี่คลายความคับข้องใจในความสับสนของชีวิตซึ่งเป็นเรื่องที่พุทธศาสนิกชนควรเรียนรู้และทำความเข้าใจให้แจ่มแจ้ง เพื่อชีวิตของตนเองจะได้ดีขึ้น”^{๒๑}

นางเยาว์ ขาญณรงค์ ได้ศึกษาเรื่อง “การปฏิบัติสมาธิ” ผลการศึกษาพบว่า “การฝึกสมาธิเป็นการปฏิบัติที่ให้ผลดีทั้งแก่ร่างกายและจิตใจ เป็นการพักผ่อนที่ลึก เป็นการพักที่แท้จริงทั้งกายและใจ การฝึกสมาธิเป็นผลให้ระบบต่าง ๆ ของอวัยวะ พลังสมองตลอดจนสติปัญญาเกิดเป็นผลดีต่อสุขภาพ ความพึงพอใจของจิตใจ ตลอดทั้งจิตสำนึกและจิตใต้สำนึกอย่างลึกซึ้ง ส่วนการฝึกสมาธิแบบพุทธ ที.เอ็ม. มีความคล้ายคลึงกัน โดยส่วนใหญ่จะมีความแตกต่างกันบ้างก็ในรายละเอียดและวิธีการปฏิบัติปลีกย่อย ผลดีที่เกิดจากการฝึกสมาธิของทั้งสองแบบนี้ เป็นไปในทำนองเดียวกัน คือมี

^{๒๑} พระสมุห์วัชรินทร์ ถาวโร (ผาสุข), การศึกษาความเพียรในคัมภีร์พระพุทธศาสนา : กรณีพระโสณโกฬิวิสเถระ, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา), (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔),.

ผลดีต่อสุขภาพ ร่างกาย จิตใจ สมองและสติปัญญา เมื่อฝึกอย่างสม่ำเสมอแล้วผู้ฝึกเองจะได้รับผล และรับรู้ถึงสิ่งดีที่เกิดขึ้นได้ด้วยตัวเองภายใน นอกจากตัวผู้ฝึกจะได้รับผลดีอย่างประมาณมิได้แล้ว บุคคลอื่นและสังคมที่อยู่รอบข้างพร้อมกับสิ่งแวดล้อมก็พลอยได้รับผลดีไปด้วย”^{๒๒}

นันทพล โรจนโกศล ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕ กับการ บรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการศึกษาพบว่า “พระพุทธเจ้าได้ใช้แนวคิดเรื่องขั้น ๕ ขั้น ๕ เป็นอุปกรณ์หลักแห่งการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม ซึ่งเป็นคำตอบให้โลกและชีวิตในการบรรลุ ธรรม ทุกองค์ธรรมในพระพุทธศาสนาสามารถสังเคราะห์เข้ากับขั้น ๕ และภาวะนิพพานคือ ภาวะที่ พ้นจากการยึดมั่นในขั้น ๕ การเข้าถึงภาวะนิพพานนั้นแต่ละขั้นต้องมีแนวทางที่ถูกต้องเพื่อ ปฏิบัติการร่วมกัน เหตุปัจจัยที่ทำให้แต่ละขั้นปรากฏรวมกันอยู่เป็นส่วนหนึ่งแห่งสังขารขั้นที่เรียกว่า ผัสสะ เนื่องจากผัสสะเป็นปัจจัยทำให้นามขั้นมีการปรากฏชัด ผู้บรรลุธรรมเป็นผู้ที่สังขารขั้นที่ เรียกว่า สังโยชน์ ๑๐ เกิดไม่ปฏิบัติการถาวร ฉะนั้น ขั้น ๕ ในชีวิตประจำวันของผู้บรรลุธรรมปรากฏ รูปแบบเป็นพฤติกรรมทางกายและวาจา”^{๒๓}

รัตนา ตั้งชลทิพย์ ได้ศึกษาเรื่อง “ผลของการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติใน พระพุทธศาสนา ที่มีต่อสุขภาพจิตของเด็กวัยเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔” ผลการศึกษาพบว่า “ก่อนทำการทดลองทั้ง ๒ กลุ่มมีสภาวะสุขภาพจิตไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ . ๐๕ แต่เมื่อเปรียบเทียบภายในกลุ่ม พบว่า ภายหลังการฝึกสมาธิ กลุ่มทดลองมีสภาวะสุขภาพจิต ดีวก่อนทำการฝึกสมาธิอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.๐๕ จำนวน ๓ ด้าน คือ ความรู้ผิดปกติ ทางร่างกายความซึมเศร้าและความวิตกกังวล ส่วนกลุ่มควบคุมมีสภาวะสุขภาพจิตดีวก่อนทำการ ทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.๐๕ จำนวน ๑ ด้าน คือ ความรู้สึกลบผิดปกติทางร่างกาย”^{๒๔}

มาลี อาณากุล ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบกรรมฐานในคัมภีร์พระอภิธรรมมัตถ สังกะกับคัมภีร์วิสุทธิมรรค และวิธีปฏิบัติกรรมฐานของสำนักวิปัสสนาอันเนื่องกับวัดมหาธาตุยุวราช รังสฤษฎ์” ผลการศึกษาด้านคัมภีร์พบว่า “แต่ละคัมภีร์มีจุดเน้นในการอธิบายไม่เหมือนกัน ทั้งนี้เพื่อ

^{๒๒}นางเยาว์ ชาญณรงค์, “การศึกษาเปรียบเทียบการทำสมาธิของพุทธศาสนาและ ที.เอ็ม. : ศึกษา เปรียบเทียบคำสอนวิธีปฏิบัติและผลที่ได้รับตามที่ปรากฏในคัมภีร์และที่ปฏิบัติในสำนักปฏิบัติสมาธิวิปัสสนา กรรมฐานที่มีชื่อเสียงต่างๆ และที่ศูนย์ ที.เอ็ม.”, **วิทยานิพนธ์ปริญญาอักษรศาสตรมหาบัณฑิต**, สาขาศาสนา เปรียบเทียบ, (นครปฐม : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๒๕).

^{๒๓}นันทพล โรจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕ กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา เถรวาท”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

^{๒๔}รัตนา ตั้งชลทิพย์, “ผลของการฝึกสมาธิแบบชาวพุทธต่อสุขภาพจิตของเด็กวัยเรียน”, **วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต**. (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๐),

เป็นส่วนเสริมซึ่งกันและกันในการนำเสนอวิธีดำเนินชีวิตเพื่อการบรรลุธรรม กล่าวคือ มหาสติปัฏฐานสูตรจะเน้นขั้นตอนการเจริญสติไว้อย่างสมบูรณ์ เป็นการฝึกฝนความระลึกถึงตัวด้วยสติตามฐานทั้ง ๔ เท่านั้น ไม่กล่าวถึงสภาวะธรรมอย่างในพระอภิธรรมมัตถสังคหะ และไม่กล่าวถึงความสัมพันธ์ของ ศีล สมาธิ ปัญญา เหมือนอย่างที่ถูกกล่าวไว้ในวิสุทธิมรรค สำหรับพระอภิธรรมมัตถสังคหะจะแสดงหัวข้อสำคัญสรุป สภาวะธรรมในพระอภิธรรมปิฎก มิใช่เพียงแค่การเจริญสติเท่านั้น แต่จะกล่าวถึงโครงสร้างพื้นฐานอันเป็นเบื้องหลังของความคิดและพฤติกรรมทั้งหลายจึงเป็นการเน้นความสำคัญของสภาวะธรรมในเชิงปริยัติมากกว่าการปฏิบัติ ส่วนวิสุทธิมรรคจะเน้นภาคการปฏิบัติ โดยกล่าวถึงลำดับขั้นตอนของการเจริญ ศีล สมาธิ ปัญญา ความสัมพันธ์ที่เชื่อมโยงกัน จนถึงการปฏิบัติสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานเพื่อการบรรลุมรรคผลในที่สุด ทั้งนี้จะต้องมีพื้นฐานด้านสภาวะธรรมจากพระอภิธรรมมัตถสังคหะมาก่อนแล้วจึงจะปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง อาจกล่าวรวมได้ว่า ความเข้าใจถึงอรรถรสในพระอภิธรรมมัตถสังคหะเป็นจุดเริ่มของการเจริญสติในมหาสติปัฏฐานและการเจริญปัญญาในวิสุทธิมรรคนั่นเอง ส่วนผลการศึกษาด้านสำนักปฏิบัติธรรมพบว่า ทั้ง ๒ สำนักประยุกต์วิธีการและหลักการเจริญสติจากมหาสติปัฏฐานสูตร ตั้งเป็นหลักการใหม่ที่ต่างกัน กล่าวคือ สำนักวิปัสสนาอ้อมน้อยประยุกต์ด้านวิธีการในมหาสติปัฏฐานสูตรมาเรียบเรียงใหม่เป็นหลักปฏิบัติ 15 ข้อ เนื้อหายังคงส่วนเดิมไว้ มีการกล่าวถึงสภาวะธรรมที่ปรากฏในพระอภิธรรมมัตถสังคหะ และวิสุทธิมรรคประกอบการอธิบายด้วยส่วนสำนักวิปัสสนาวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ ประยุกต์ด้านหลักการพิจารณาลมหายใจและอิริยาบถออกมาเป็นหลักการใหม่แบบ “พองหนอ-ยุบหนอ” โดยสังเกตการเคลื่อนไหวของหน้าท้องขณะหายใจเข้า-ออก มีคำภาวนาเฉพาะ ซึ่งทำให้เกิดสมาธิได้ระดับหนึ่ง ส่วนใหญ่จะใช้ความรู้จากวิสุทธิมรรคในการอธิบายลำดับญาณขั้นต่างๆ ไม่นั่นถึงหลักสภาวะธรรมในพระอภิธรรมมัตถสังคหะความเปลี่ยนแปลงทางความคิดดังกล่าว เป็นเพียงความต่างในหลักการและวิธีการขั้นเบื้องต้น ซึ่งแต่ละสำนักล้วนพยายามแนะนำแนวทางที่เชื่อว่าจะก่อให้เกิดความถูกต้อง จึงไม่อาจกล่าวได้ว่าวิธีการใดดีกว่าวิธีการใด การศึกษาวิธีการที่ต่างกันเช่นนี้ก็เพื่อความเข้าใจพระพุทธานุสาสนาในมุมมองที่กว้างขึ้น และผสมผสานส่วนที่ดีของแต่ละแห่งมาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม ส่วนหลักการปฏิบัติขั้นสูงแล้วจำเป็นต้องอาศัยความเข้าใจในพระปริยัติธรรมเป็นบรรทัดฐานเท่านั้น ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวิจารณ์ญาณในการศึกษาปริยัติธรรมของผู้ปฏิบัติเป็นสำคัญ”^{๒๔}

สุวรรณี เลื่องยศสื่อชากุล ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาความเพียรของพระโศณาเถรีที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา” ผลการศึกษาพบว่า “การเกิดขึ้นของความเพียร องค์ธรรมของความเพียร คือ วิริยเจตสิก จิตสืบต่อวิริยเจตสิกนั้นด้วยอาการเป็นไปอย่างต่อเนื่องโดยไหวตัวจาก

^{๒๔} มาลี อาณากุล, “การศึกษาเปรียบเทียบกรรมฐานในคัมภีร์พระอภิธรรมมัตถสังคหะกับคัมภีร์วิสุทธิมรรค และวิธีปฏิบัติกรรมฐานของสำนักวิปัสสนาอ้อมน้อยกับวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต (ศาสนาเปรียบเทียบ), (นครปฐม : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๙),

ภวังคจิตแล้ว เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป แล้วเกิดขึ้นใหม่ วนเวียนอยู่ในการอุปถัมภ์ของวิริยเจตสิก จนกว่าจะมีอารมณ์กระทบทางทวารทั้ง ๖ ที่พร้อมจะแสดงออกเป็นการกระทำภายนอก เป็นความเพียรทางกาย และความเพียรทางจิต วิริยเจตสิกก็จะแปรเปลี่ยนเป็นมโนกรรม และเจตนา แสดงออกพร้อมกายกรรมและวจีกรรมเป็นการกระทำ ความประพฤติ และกิจกรรมในการดำเนินชีวิตประจำวัน”^{๒๖}

จากการศึกษางานวิจัยดังกล่าวมานั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปความในภาพรวมได้ว่า ความเพียร เป็นสิ่งที่บุคคลที่อยู่ในทางพระพุทธศาสนาต้องพึงกระทำอย่างมุ่งมั่น เพราะการที่จำทำให้ประโยชน์สูงสุดในทางพระพุทธศาสนา ที่เป็นส่วนของ มรรค ผล นิพพานบังเกิดขึ้นได้นั้นเป็นสิ่งที่ต้องอาศัยความพยายามที่สูง และสิ่งสำคัญความเพียร ความพยายามที่จะทำนั้นต้องสร้างให้เกิดขึ้นจากใจเสียก่อน ถ้าใจพร้อมกายพร้อม การที่จะบำเพ็ญในความเพียรเพื่อให้บรรลุจุดหมายในทางพระพุทธศาสนานั้นก็เป็นสิ่งที่ง่ายขึ้น และการกระทำความเพียรนั้น ตามกระบวนการทางพระพุทธศาสนา คือ การศึกษาองค์ประกอบของจุดกำเนิดในสรรพสิ่ง อาโปธาตุเป็นหนึ่งในธาตุ ๔ ที่มีส่วนอย่างสำคัญต่อการกำเนิดของสรรพสิ่ง ในการศึกษาครั้งนี้ จะศึกษาถึงอาโปธาตุ อันเป็นองค์ประกอบสำคัญเกี่ยวกับแนวคิดเรื่องอาโปธาตุที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท หลักปฏิบัติเกี่ยวกับอาโปธาตุตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และการวิเคราะห์เปรียบเทียบอาโปธาตุกับสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิตและการประยุกต์ในชีวิตปัจจุบัน

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเอกสาร (Documentary Research) โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

๑.๗.๑ ศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลจากเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยค้นคว้าเรื่องอาโปธาตุ(ธาตุน้ำ) จากคัมภีร์พระไตรปิฎกเป็นเอกสารหลัก อรรถกถา ฎีกา เป็นเอกสารรอง และตำราวิชาการที่แต่งโดยผู้ทรงคุณวุฒิ เป็นเอกสารประกอบการวิจัย

๑.๗.๒ รวบรวมข้อมูลให้เป็นระบบ พร้อมทั้งศึกษาวิเคราะห์ตีความและสรุปข้อมูลที่ได้ทั้งหมดจากการค้นคว้า

๑.๗.๓ เรียบเรียงข้อมูลเสนอผลงานวิจัย เพื่อเป็นประโยชน์แก่การศึกษาค้นคว้าของผู้ที่สนใจทั่วไป

^{๒๖} สุวรรณี เลื่องยศสื่อชากุล, “การศึกษาความเพียรของพระโสณเถรีที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย,มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า ๑๑๒.

๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

- ๑.๘.๑ ได้ทราบแนวคิดเรื่องอาโปธาตุที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๘.๒ ได้ทราบหลักปฏิบัติอาโปธาตุตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๘.๓ ได้แนวทางปฏิบัติเกี่ยวกับอาโปธาตุกับสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิตและการประยุกต์ใช้

ในสังคมไทย