

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่มีลักษณะแตกต่างจากศาสนาอื่น กล่าวคือ เป็นศาสนาแห่งปัญญาและความมีเหตุผล โดยพระพุทธเจ้าทรงสอนให้คนมีวิจารณ์ญาณ และพิสูจน์ด้วยตนเอง ได้ว่า “คำสอนเป็นจริงหรือไม่”^๑ การตรัสรู้ของพระพุทธองค์เป็นผลที่เกิดจากการพัฒนาจิตจนทราบถึงความจริงทั้งมวลในธรรมชาติ ดังที่ปรากฏในปฐมโพธิสูตรที่ว่า“เมื่อใดธรรมทั้งหลายปรากฏแก่พราหมณ์ผู้มีความเพียรเพ่งอยู่เมื่อนั้นความสงสัยทั้งปวงของพราหมณ์ย่อมสิ้นไป เพราะได้รู้ธรรมพร้อมทั้งเหตุ”^๒ เพราะว่าพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งปัญญาไม่ได้เน้นที่ศรัทธา หมายถึง คำสอนของพระพุทธศาสนาเป็นคำสอนที่ประกอบด้วยเหตุผลลงทนต่อการท้าทายพิสูจน์ ทดลองของผู้ปฏิบัติเสมอ ไม่มีการบังคับให้เชื่อตาม มีแต่แสดงไปตามเหตุผล ส่วนผู้ที่เชื่อหรือไม่ นั้น ขึ้นอยู่กับภูมิปัญญาของผู้นั้นเอง แม้แต่พระสารีบุตร อัครสาวกผู้เลิศด้วยปัญญา ครึ่งหนึ่งพระพุทธเจ้าตรัสถามว่า “เชื่อในคำสั่งสอนของพระองค์หรือไม่” พระสารีบุตร ตอบว่า “ผู้ที่ยังไม่รู้ไม่เข้าใจ ยังไม่บรรลุธรรมนั้น ย่อมเชื่อตามพระองค์ ส่วนท่านไม่เชื่อตาม ต่อเมื่อเห็นแจ้งด้วยปัญญาของตนเองแล้วจึงเชื่อ”^๓

นอกจากนี้ หลักธรรมที่พระองค์ทรงตรัสรู้นั้น เป็นธรรมที่ได้ทราบความจริงโดยประจักษ์ด้วยพระองค์เอง ดังที่มีปรากฏในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร^๔ ที่กล่าวถึงความรู้ที่พระพุทธเจ้าค้นพบเป็นปัญญาไว้ว่า จะเป็นการเห็นแจ้งด้วยปัญญาจักขุญาณที่เป็นการหยั่งรู้ความจริงปัญญาความรู้แจ้ง ฯลฯ ซึ่งลักษณะเหล่านี้จะปรากฏในพระสูตรต่างๆ ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดง และธรรมทั้งหลายที่รวมกันหรือประชุมกันก็เพื่อการสำเร็จในการบรรลุธรรมหรือการก้าวข้ามพ้นตัวตนหรือการตรัสรู้ ที่เรียกว่า “โพธิปักขิยธรรม”^๕ แต่ในการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้านั้นเป็นสัพพัญญูที่พระองค์นำมาสั่งสอนเพื่อช่วยเพื่อนมนุษย์ในการให้พ้นจากสภาพการเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นเรื่อง

^๑ อติศักดิ์ ทองบุญ, *ปรัชญาอินเดีย*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์พริ้นติ้ง กรุ๊ป) ๒๕๓๒), หน้า ๔๕.

^๒ บ. อุ. (ไทย) ๒๕/๑/๑๓๒.

^๓ ส. ม. (ไทย) ๑๕/๕๑๔/๓๒๗.

^๔ วิ. มหา. (ไทย) ๔/๑๕/๒๒.

^๕ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), *วิปัสสนากัมมัฏฐาน ภาค ๒*, (กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์พริ้นติ้ง กรุ๊ป, ๒๕๓๒), หน้า ๓๕.

ของการรู้เรื่องการดับทุกข์ และวิธีการที่จะดับทุกข์ และพระพุทธร่องค์ทรงทราบเรื่องอื่นๆ อีกที่ควรรู้ แต่ไม่เกี่ยวข้องกับการดับทุกข์นั้นมีอยู่จำนวนมากก็ไม่ทรงสอน เพราะเห็นว่าไม่มีประโยชน์ไม่ เป็นไปเพื่อความเบื่อหน่ายคลายความกำหนัด เพื่อความดับทุกข์ ระงับกิเลส เพื่อการรู้ยิ่ง ตรัสรู้และ นิพพาน ดังพุทธคำรัสที่ตรัสไว้ในสืสพาวนสูตรไว้ว่า “หลักธรรมที่พระองค์ทรงนำมาแสดงนั้น มี เพียงแค่ใบประคูลายหยิบมือเดียวเท่านั้น ส่วนหลักธรรมที่ยังไม่ทรงแสดงนั้น ยังมีอีกมากเหมือนใบ ประคูลายทั้งต้นในป่า จึงไม่มีความจำเป็นที่จะเสียเวลาไปศึกษาปฏิบัติ”^๖ ลักษณะสำคัญของ พระพุทธศาสนา เป็นศาสนาที่มุ่งแสดงให้เห็นถึงเป้าหมายสูงสุด ก็คือ การกำจัดกิเลสโดยมีหลักการ สำคัญดังที่ปรากฏในโอวาทปาฏิโมกข์ คือ การไม่ทำบาปทั้งปวง การทำความดี และการทำ จิตใจให้แจ่มใส เป็นศาสนาที่เน้นให้มนุษย์ต้องพึ่งตนเอง ดังที่ปรากฏในธรรมบทที่ว่า

“คนแลเป็นที่พึ่งแห่งตน บุคคลอื่นใดเล่าจะเป็นที่พึ่งได้

เพราะบุคคลที่ฝึกตนดีแล้ว ย่อมได้สิ่งที่อันได้โดยยาก”^๗

และสามารถพิสูจน์ความจริงเรื่องนี้ได้จาก สุปพพันสูตร ที่กล่าวไว้ว่า “สัตว์เหล่าใดประพฤติดชอบ ทางกาย วาจา ใจ ในเวลาใด เวลานั้นชื่อว่า ฤกษ์ดี สว่างดี รุ่งดี ขณะดี ยามดี และบูชาดีใน พรหมจารีบุคคล”^๘ ที่เป็นการแสดงพุทธคำรัสที่ชี้ให้เห็นว่า ความดีความชั่วขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ สำคัญ ๒ ประการ คือ ความรู้จริงและการปฏิบัติที่ถูกต้องดีงาม^๙ อย่างไรก็ตามการเข้าถึงความจริง ที่ทุกสรรพสิ่งมีความเชื่อมโยงกันเป็นหนึ่งเดียวและส่งผลซึ่งกันและกัน เมื่อเข้าใจความจริงนี้ ก็จะทำให้มวลมนุษยชาติ สามารถให้ความรัก ความเมตตา ความปรารถนาดี ต่อกันและกันได้ จึงเป็น หนทางเดียวที่ทำให้มนุษย์พัฒนาตนก้าวข้ามพ้นตัวเอง เพื่อเข้าสู่ความสงบสุขและสันติได้เป็นการ พัฒนาชีวิตจากปุถุชนสู่อริยชน ซึ่งสามารถทำได้ด้วยการปฏิบัติตนโดยการทำวิปัสสนากัมมัฏฐาน เพื่อให้เกิดปัญญาการรู้แจ้งชำระล้างกิเลสทั้งปวงให้หมดสิ้นไปจากจิตใจ จนเข้าสู่ภาวะสูงสุดที่ เรียกว่า “นิพพาน”^{๑๐} หมายถึง การได้บรรลุถึงความสิ้นไปแห่งกิเลส การได้บรรลุถึงความรู้แจ้งใน สิ่งต่างๆตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นการรู้แจ้งที่เกิดมาจากภายใน

^๖ ส. ม. (ไทย) ๑๕/๑๑๑/๖๑๓.

^๗ พ. ธ. (ไทย) ๒๕/๑๖๐/๘๒.

^๘ อ. ด. (ไทย) ๒๐/๑๕๘/๔๐๐.

^๙ ธีรโชติ เกิดแก้ว, **พุทธปรัชญา : มติการมองโลกและชีวิตตามความจริง**, (สมุทรปราการ: โครงการสำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ, ๒๕๕๓), หน้า ๑๗.

^{๑๐} โอฬาร เพียรธรรม, **ความเชื่อมโยงของสรรพสิ่ง จากฐลีสู่ชีวิต จากจิตสู่จักรวาล**, (กรุงเทพมหานคร: แสงดาวการพิมพ์, ๒๕๕๒), หน้า ๕๔.

เป็นความรู้แจ้งที่อยู่นอกเหนือประสาทสัมผัส^{๑๑} ดังนั้นผู้ที่ได้ฟังธรรมแล้วพิจารณาตามจนเข้าใจความเป็นจริงอันสูงสุดของชีวิต ซึ่งมีหลักธรรมชาติที่เกี่ยวข้องกับชีวิตทั้งหลาย เช่น อริยสัจ ๔ หลักไตรลักษณ์ หลักปฏิจจสมุปบาท รูป นาม ฯลฯ สามารถบรรลุธรรม (การข้ามพ้นตัวเองสู่ภาวะหลุดพ้นหรือนิพพาน) เมื่อฟังธรรมจบ แต่ไม่มีใครบรรลุธรรมโดยไม่ได้เจริญสติปัฏฐาน ๔ อย่างใดอย่างหนึ่ง ความจริงแล้วทุกคนต้องบรรลุธรรมด้วยการเจริญสติปัฏฐานอันเป็นทางสายเดียว^{๑๒} เพราะว่าวิปัสสนาญาณและมรรคญาณเป็นปัญญาที่เกิดจากการอบรมจิตระลึกรู้สภาวะธรรมล้วนๆ และมีสมาธิตั้งมั่นอยู่ในสภาวะธรรม ดังนั้นปัญญาที่เกิดขึ้นร่วมกับสติและสมาธิย่อมจะพัฒนาปัญญาแก่กล้าขึ้นตามลำดับของปัญญาที่เรียกว่า “ภาวนามยปัญญา” หมายถึง ปัญญาที่เกิดขึ้นจากการอบรมจิต^{๑๓} ดังพุทธพจน์ที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า

ส่วนผู้ใดถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ว่า เป็นที่พึ่ง
 ย่อมเห็นอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ความกำเวล่งทุกข์ และอริยมรรค
 ประกอบด้วยองค์ ๘ อันให้ถึงความสงบระงับทุกข์ ด้วยปัญญาอันชอบ ที่พึ่งนั้นแล
 เป็นที่พึ่ง อันเกษม เป็นที่พึ่งอันอุดม เพราะบุคคลอาศัยที่พึ่งนั้น ย่อมพ้นจาก
 ทุกข์ทั้งปวงได้”^{๑๔}

มนุษย์มีศักยภาพในการบรรลุธรรม ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของพระพุทธศาสนา ดังแนวคิดของ พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตโต) กล่าวไว้ว่า “มนุษย์เป็นสัตว์ที่ฝึกได้ และมีความสามารถในการฝึกตนเองจนถึงที่สุด แต่ต้องฝึกจึงจะเป็นอย่างนั้นได้และกระตุ้นเตือนให้เกิดจิตสำนึกตระหนักในการที่จะต้องปฏิบัติตามหลักแห่งการศึกษาพัฒนาตน ศักยภาพนี้เรียกว่า โโพธิ ซึ่งแสดงว่าจุดเน้นอยู่ที่ปัญญา เพราะโพธินั้นแปลว่า ตรัสรู้ คือ ปัญญาที่ทำให้มนุษย์กลายเป็นพุทธะ”^{๑๕} พระพุทธเจ้าและพระโพธิสัตว์ ทรงเป็นตัวอย่างที่ดีของการเป็นบุคคลผู้ซึ่งครอบครองศักยภาพอันไร้ขีดจำกัด และสามารถพัฒนาจนถึงจุดสูงสุดของมนุษย์ คือ การก้าวข้ามพ้นตัวตน ดังนั้น การก้าวข้ามพ้นตัวตนนี้ จึงเกิดจากการมี “ศักยภาพ” และ “พัฒนาศักยภาพนั้น” ให้ถูกต้องนั่นเอง

^{๑๑} พร รัตนสุวรรณ, *สุขภาพจิตกับศาสนา*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๔๑), หน้า ๓๑.

^{๑๒} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๓๓/๓๒๒.

^{๑๓} พระโสภณมหาเถระ มหาสีตยาโค, *มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน*, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ซีโอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๗.

^{๑๔} บ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๘๘/๕๒.

^{๑๕} พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตโต), *พุทธธรรม(ฉบับเดิม)*, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดวงแก้ว, ๒๕๔๔), หน้า ๓๕๔.

การก้าวข้ามพ้นตัวตนของพระพุทธองค์ และหลักธรรมสำคัญที่เป็นแก่นพระพุทธศาสนา ที่ทรงค้นพบ คือแนวคิดเรื่องการดับทุกข์โดยสิ้นเชิงและข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ซึ่งปรากฏในหลักคำสอนเรื่อง อริยสัจสี่ อันประกอบด้วย ทุกข์ สมุทัย นิโรธและอริยมรรคมีองค์แปด^{๑๖} ในหลักธรรมนี้ ความทุกข์บ่งชี้ถึงความเจ็บปวดทรมานทั้งในทางกายหรือทางจิต แต่พระพุทธศาสนา ถือว่า ทุกข์เป็นสภาวะที่เกิดขึ้นแก่จิตของสรรพสัตว์โดยตรง เกิดจากการที่มนุษย์และสรรพสัตว์ไม่ เข้าใจกฎธรรมชาติ เช่น กฎไตรลักษณ์ กฎปฏิจจสมุปบาท ฯลฯตลอดจนภาวะรูปและนามที่เป็น ความจริงอันสูงสุด พระพุทธเจ้า พระอริยเจ้าผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ สามารถควบคุมความคิด ความ เข้าใจและสงบจิตใจให้อยู่นิ่งได้โดยไม่ปรุงแต่งให้แตกต่างไปจากความจริงอันสูงสุดนั้น ก็ย่อมที่จะ สามารถปลดปล่อยทุกข์ในชีวิตออกไปได้อย่างถาวร จนสิ้นทุกข์ เรียกว่า เป็นการนิพพาน หรือการ ก้าวข้ามพ้นตัวตน ซึ่งเป็นวิมุติสุข คือ สุขจากการหลุดพ้นจากกิเลส อาสวะและทุกข์ทั้งภาวนา (ปัญญา) ดังที่ เทพบุตรคนหนึ่ง มีความขบ่งใจในปัญหาธรรม จึงได้เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าแล้วทูลถาม ถึงการแก้ไขปัญหาความยุ่งเหยิงของสัตว์โลกทั้งภายนอกและภายในอย่างไร พระพุทธองค์ ตรัสว่า นรชนผู้มีปัญญา เห็นภัยในสังสารวัฏ ดำรงอยู่ในศีลแล้ว เจริญจิตและปัญญา มีความเพียร มีปัญญา เครื่องบริหรานั้น พึงแก้ความยุ่งยากได้^{๑๗} นั่นคือ หลักเบื้องต้นขั้นพื้นฐาน ได้แก่ สิกขา ๓ ข้อปฏิบัติ กล่าวคือ การตั้งอยู่ในศีล การทำสมาธิให้เกิด และการยังวิปัสสนาให้แจ้ง^{๑๘} นั่นคือ การยืนยันว่า บุคคลสามารถที่จะก้าวข้ามพ้นตัวตนได้โดยการปฏิบัติตามหลักการและกฎเกณฑ์ของ พระพุทธศาสนาดังกล่าวแล้ว

ความสำคัญของปัญญาในขั้นที่ทำลายกิเลส และเห็นแจ้งในอริยสัจ เป็นการใช้ปัญญา พิจารณาเพื่อความหลุดพ้น ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดในการพัฒนาตนเองตามหลักในพระพุทธศาสนา ซึ่งมีการแสดงไว้อย่างชัดเจนในอังคุตตรนิกายทุกนิบาตว่า มีการหลุดพ้นหรือก้าวข้ามพ้นตนเองได้ ๒ ประการ คือ ความหลุดพ้นทางจิต (เจโตวิมุติ) เป็นการก้าวข้ามตนเอง โดยการหลุดพ้นจากกิเลส ด้วยการฝึกจิตตามหลักสมถกัมมัฏฐาน ซึ่งมีวิธีฝึกถึง ๔๐ วิธี โดยมีเป้าหมายเพื่อให้จิตเป็นสมาธิ และผลของสมาธิ ได้แก่ ญาณ ๒ ระดับ คือ ๑)ระดับรูปญาณ มี ๔ ญาณ คือ ปฐมฌาน ทุคคิฌฌาน ตติยฌานและจตุตถฌาน ๒)ระดับอรุพฌานมี ๔ ฌานคือ อากาสนันญายตนฌาน วิญญานันญายตนฌาน อากิญจัญญายตนฌานและเนวสัญญานาสัญญายตนฌาน ที่เรียกรวมกัน

^{๑๖} ส.บ.(ไทย) ๑๓/๑๐๖/๒๐๒.

^{๑๗} ส.ส.(ไทย) ๑๕/๒๓/๒๖-๒๗.

^{๑๘} พระสุพรรณมณเฑียร(ทอง สิริมงคลโล), ทางสายเอก ฉบับสมบูรณ์, (สำนักวิปัสสนากัมมัฏฐาน วัดพระธาตุศรีจอมทอง อ. จอมทอง จ. เชียงใหม่, ๒๕๔๒), หน้า ๘๖.

ก็คือ “รูปฌานและอรุฌาน” หรือ “สมบัติ ๘”^{๑๕} ในการปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นหรือการก้าวข้ามพ้นตัวตนอีกประการหนึ่ง ได้แก่ การหลุดพ้นด้วยปัญญา (ปัญญาวิมุตติ) เป็นการหลุดพ้นหรือก้าวข้ามพ้นตัวตนโดยการพัฒนาตนตามหลักวิปัสสนากัมมัฏฐาน จนเกิดปัญญายั่วยุรู้เห็นตามความเป็นจริง เข้าใจและเกิดความเบื่อหน่าย ไม่อยากกลับมาเกิดอีกจึงเพียรพยายามปฏิบัติ เพื่อให้หลุดพ้นจากอวิชชาที่เป็นรากเหง้าของกิเลสทั้งปวงได้ นี่เป็นการหลุดพ้นทั้งระดับโลกียะ (เจโตวิมุตติ) และ ระดับโลกุตตระ (ปัญญาวิมุตติ) ซึ่งเป็นทฤษฎีการปฏิบัติเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนเชิงพุทธ ผู้วิจัยพบว่าพระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนอริยสัจ ๔ ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติให้กับผู้ที่เข้ารับการฝึกอบรมกับพระองค์ท่าน เป็นผลให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถพัฒนาจิตใจให้เป็นอริยบุคคลได้อย่างรวดเร็ว ดังนั้น พระพุทธศาสนา จึงเป็นวิชาการสำหรับพัฒนาจิตใจมนุษย์ให้เป็นอริยบุคคลโดยตรง บุคคลที่ศึกษาอริยสัจ ๔ และปฏิบัติธรรมตามอริยมรรคมีองค์ ๘ อย่างถูกต้องและครบถ้วน จะสามารถพัฒนาจิตใจและการกระทำต่างๆ ทางกาย วาจา ใจ ให้เป็นไปตามโอวาทปาฏิโมกข์ หรือเป็นบุคคลที่ประเสริฐ(อริยบุคคล)ในระดับต่างๆ ได้อย่างรวดเร็ว การศึกษาอริยสัจ ๔ เป็นประจำ พร้อมทั้งฝึกปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันตามอริยมรรคมีองค์ ๘ อย่างถูกต้องและครบถ้วนตามสมควร ก็จะสามารถพัฒนาจิตใจจากปุถุชนให้เป็นอริยบุคคลในระดับต่างๆ ได้ พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนไว้ว่า “สมณะ (นักบวช) หรือพราหมณ์เหล่าใดเหล่าหนึ่ง รู้จักกรรมเหล่านี้(ทุกข์) รู้จักเหตุเกิดแห่งกรรมเหล่านี้(สมุทัย) รู้จักความดับแห่งกรรมเหล่านี้(นิโรธ) รู้จักทางดำเนินถึงความดับแห่งกรรมเหล่านี้(มรรค) ฯลฯ สมณะหรือพราหมณ์เหล่านั้นแล จึงควรแก่การยอมรับว่า เป็นสมณะในหมู่สมณะ ... เป็นพราหมณ์ในหมู่พราหมณ์... ได้บรรลุประโยชน์... ด้วยปัญญาอันยิ่ง เข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน”^{๑๖} อาจกล่าวได้ว่า การพัฒนาสติปัญญาทางโลกและสติปัญญาทางธรรมมีกระบวนการที่เหมือนกัน กล่าวคือ

การพัฒนาสติปัญญาทางโลก คือ การพัฒนาความรู้และความสามารถทางโลก ด้วยการศึกษารเรียนรู้เรื่องต่างๆ สำหรับใช้ในการประกอบอาชีพและทำกิจต่างๆ เพื่อดับความทุกข์ทางร่างกายเป็นสำคัญ.

การพัฒนาสติปัญญาทางธรรม คือ การพัฒนาความรู้และความสามารถทางธรรม สำหรับใช้ในการดับกิเลสและความทุกข์ทางจิตใจเป็นหลัก ซึ่งมีกระบวนการในการศึกษาและเรียนรู้ เช่นเดียวกันกับการศึกษาเล่าเรียนทั่วไป นั่นคือไม่มีการพัฒนาสติปัญญาทางธรรมที่เกิดขึ้นแก่บุคคล

^{๑๕} อจ. ทศ. (ไทย) ๒๐/๓๒/๓๖.

^{๑๖} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), พุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดวงแก้ว, ๒๕๔๔) หน้า ๘๐.

ผู้นั้นทันทีแต่ประการใด แต่จะต้องผ่านกระบวนการเรียนรู้ ฝึกฝนด้วยความมุ่งมั่น ไม่ย่อท้อ ภายใต้อำนาจหรือกรอบการปฏิบัติอย่างเคร่งครัด แม้พระพุทธองค์เอง ก็ยังทรงใช้ความเพียรอย่างมากมาในการต่อสู้กับอุปสรรค เป็นเวลานานถึง ๖ ปี ทำการศึกษาวิจัย(ธรรมวิจัยหรือค้นคว้า)ที่พระวรกายและพระทัยของพระองค์เองในเรื่องของความทุกข์ จนรู้แจ้งชัดในอริยสัจ ๔ ตามความเป็นจริง(ตรัสรู้) ดังนั้น บุคคลที่ศึกษาอริยสัจ ๔ และปฏิบัติธรรมตามอริยมรรคมีองค์ ๘ อย่างถูกต้องและครบถ้วน จะสามารถพัฒนาจิตใจและการกระทำต่างๆ ทางกาย วาจา ใจ เพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนเป็นบุคคลที่ประเสริฐ(อริยบุคคล)ในระดับต่างๆ ได้

นักวิทยาศาสตร์ทางจิตหรือนักจิตวิทยายุคใหม่ โดยเฉพาะสาขาจิตวิทยาก้าวพ้นตัวตน (Transpersonal Psychology หรือ Spiritual Psychology) ได้ศึกษาประสบการณ์ด้านจิต โดยมีทฤษฎีที่เป็นพื้นฐานอยู่ หลาย แนวทาง อาทิ เช่น

๑. ทฤษฎีระบบ (System Theory) ที่อธิบายว่า ทุกสิ่งในจักรวาลล้วนมีระบบที่เชื่อมโยงต่อเนื่องเป็นหนึ่งเดียวกันทั้งด้านจิต (ธรรมจิต) ไปจนถึง ภาวะความหลุดพ้น

๒. สภาพจิตที่เปลี่ยนแปลงไป จากปกติที่เป็นไปเอง (Altered State of Consciousness) เช่น คนหรือหมู่คนที่เห็นหรือสัมผัสกับประสบการณ์เฉพาะต่อผู้นั้น เช่น ความสามารถรับรู้ปัญญาของจักรวาล รวมไปถึงการติดต่อกับปรภพ หรือมนุษย์ต่างดาว

๓. วิธีการหายใจแบบโฮโลโทรปิกของสตานิสลัฟ โกรฟ (Grof's Holotropic Breathwork) โดยการหายใจเร็วและลึก ภายใต้อาการควบคุม จะทำให้จิตเปลี่ยนแปลงไปจากสภาพปกติได้

๔. รูปแบบต่างๆ ทางจิตวิทยาของคาร์ล จี จุง (Jungian and Neo-Jungian Psychology) เช่น บางรูปแบบของ อาร์คีไทป์ คือ ภาพความจำร่วม ของเผ่าพันธุ์ (Transpersonal Archetype)

๕. ทฤษฎีแรงจูงใจอันยิ่งใหญ่ (Metamotivation) ของอับราฮัม มาสโลว์ (Maslow . A)

๖. จิตวิทยาบูรณาการ หรือ สเปกตรัมของจิต (Integral Psychology หรือ Spectrum of Consciousness Model) ของ Ken Wilber

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาทฤษฎีการก้าวพ้นตนเอง (Transpersonal Psychology) ที่แม้จะมีรากฐานมาจากหลายทฤษฎี ก็อาจจะสรุปได้ว่า วิวัฒนาการของโลกมีเพียงสามมิติใหญ่ (Great Realms) ที่เป็นห่วงโซ่แห่งความต่อเนื่อง คือ การกำเนิดของกายวัตถุ (Physiogenesis) กำเนิดการแห่งชีวิต (Biogenesis) และกำเนิดการแห่งจิตวิญญาณ (Spiritualgenesis) หรือเรียกง่าย ๆ ว่า รูปกาย ชีวิต และจิตรวมทั้งจิตวิญญาณ นั่นคือ มีสามองค์รวมที่เกี่ยวข้องรวมกันของการดำรงอยู่ (Great holarchy of Being) แต่ละส่วนเชื่อมต่อกันสัมพันธ์กันทั้งหมด โดยมีจิตวิญญาณ

ร่วมอยู่ด้วยกัน^{๒๑} เพราะว่ามันมนุษย์มีกระบวนการวิวัฒนาการทั้งสามรูปแบบสัมพันธ์และเชื่อมต่อกัน และมีความเข้าใจในเรื่องทฤษฎีก้าวข้ามพ้นตนเองอยู่หลายมิติ ไม่ว่าจะเป็นการคิดแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่มนุษย์ชาติกำลังเผชิญอยู่ ความล่มสลายของระบบเกษตรกรรมไปสู่ระบบทุนนิยม และเข้าสู่ กระแสโลกาภิวัตน์ที่มนุษย์สร้างขึ้นภายใต้ความเชื่อ ความเข้าใจผิดในทฤษฎีต่างๆ และหลงยึด ปฏิบัติตามจนก่อให้เกิดปัญหาวุ่นวายสับสนทั่วโลก แต่ก็มีผู้ที่พยายามหาทางออกให้กับโลกใบนี้ จิตวิทยาการก้าวข้ามพ้นตนเองก็เป็นวิทยาการสาขาหนึ่งที่พยายามจะช่วยแก้ไขปัญหานั้น

Ken Wilber เป็นนักคิดทางจิตโดยมีพื้นฐานเป็นนักฟิสิกส์มาก่อน สนใจเรียนรู้ ศาสตร์ทางตะวันออกหลายสาขาไม่ว่าจะเป็นเต๋า เช่น วัชรยาน โยคะพลังจักรวาล และ พระพุทธศาสนาโดยศึกษามากกว่าเจ็ดทศวรรษและได้บูรณาการความคิดรวบยอด (Integral Thinking) จนเขียนหนังสือและบทความตลอดจนเผยแพร่ความคิดออกมาในแนวที่ว่า “ตัวเขาเองก็ ตรัสรู้ได้ หรือ สามารถก้าวข้ามพ้นตัวตนได้ โดยที่เขามีความเชื่อว่า มนุษย์ทุกคนจะต้องมี วิวัฒนาการของจิตโดยธรรมชาติไปตามลำดับของสเปกตรัม ที่เรียกว่า เส้นทาง (Line) ที่สามารถ พัฒนาไปจนถึงขั้นก้าวข้ามพ้นตัวตน^{๒๒}

ความสงสัยใคร่รู้ซึ่งเป็นคุณสมบัติดั้งเดิมของมนุษย์และสิ่งที่มีมนุษย์อยากรู้มากที่สุด คือ ธรรมชาติของความจริง นอกเหนือจากเราเป็นใคร มาจากไหน มีความพยายามค้นหาทุกวิถีทาง จนได้ข้อสรุปที่สอดคล้องต้องกันของนักวิทยาศาสตร์ไม่ว่าจะเป็นทางปรัชญา จิตวิทยาและนักการ ทางศาสนา พบว่า ธรรมชาติของความจริงแท้ในหลักการ ประเด็นหลัก ๓ ประการ ได้แก่ ความ เชื่อมโยงพึ่งพากันของสรรพสิ่งและปรากฏการณ์ ความว่างจากการดำรงอยู่ของที่ว่างและกาลเวลา และความไม่มีตัวตนของสรรพสิ่งและปรากฏการณ์ ซึ่งผู้วิจัยมีความเห็นว่า แนวคิดนี้ตรงกับ หลักธรรมสำคัญในพระพุทธศาสนา คือหลักปัจจุสมุปบาท หลักอนัตตา หลักไตรลักษณ์ ซึ่งเป็น หัวใจในการนำมาพิจารณาในการปฏิบัติตนเพื่อก้าวล่วงพ้นจากภาวะปุถุชนเข้าสู่ภาวะอริยชน

ดังนั้นด้วยความเป็นมาและความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงใคร่ศึกษาว่าพระพุทธศาสนา มียุทธวิธีที่จะดำเนินการให้สามารถก้าวล่วงความเป็นตัวตนจนถึงขั้นหลุดพ้นได้อย่างไร มีปัจจัย อะไรที่มาสสนับสนุน และลดทอนความสำเร็จในการปฏิบัติ เพื่อพัฒนามนุษย์ให้ก้าวข้ามไปได้ โดย ไม่ได้เปรียบเทียบเชิงทฤษฎี แต่ผู้วิจัยใคร่จะแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างที่เป็นรูปธรรมได้อย่าง ชัดเจน

^{๒๑} Ken Wilber. *Sex Ecology and Spiritual*, (Massachusetts : Shamphala Publication Inc. 1995), pp. 16-33.

^{๒๒} [http://jitwiwat.blogspot.com/2009. \(14/4/2011\).](http://jitwiwat.blogspot.com/2009. (14/4/2011).)

๑.๒. วัตถุประสงค์ในการวิจัย

๑.๒.๑. เพื่อศึกษาแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการก้าวข้ามพ้นตัวตนตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาทและจิตวิทยาตะวันตก

๑.๒.๒. เพื่อศึกษาพุทธวิธีการก้าวข้ามพ้นตัวตน

๑.๒.๓. เพื่อบูรณาการรูปแบบการพัฒนาการก้าวข้ามพ้นตัวตนตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๓. ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้จะเน้นการศึกษาวิเคราะห์วิธีการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรมขั้นสูงสุดตามทัศนะของพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ การก้าวข้ามพ้นตัวตนสู่การพัฒนาปัญญาขั้นสูงสุด (นิพพาน) และวิธีการปฏิบัติในพระไตรปิฎก เพื่อชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของหลักธรรม และวิธีการปฏิบัติ ข้อมูลที่ศึกษาได้จากหลักฐานที่เกี่ยวข้องในคัมภีร์พระไตรปิฎก ฉบับภาษาบาลี ฉบับภาษาไทย อรรถกถา ตำราวิชาการ เอกสาร และงานเขียนที่เกี่ยวข้อง

๑.๔. ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๔.๑. หนังสือตำรา

๑.๔.๑.๑. พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต)^{๒๓} ได้กล่าวไว้ในหนังสือพุทธธรรม สรุปความได้ว่า ปัญญาเกิดจากความรู้ความเข้าใจในสิ่งทั้งหลาย ในการเกิดแห่งปัญญาที่นำไปสู่ความหลุดพ้น ตามความเป็นจริง จนถึงความหลุดพ้น มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใส เบิกบานโดยสมบูรณ์ ได้แก่ การรวมเอามรรคสองข้อแรก คือ ข้อสัมมาทิฐิ และข้อสัมมาสังกัปปะเข้ามา โดยสาระคือการฝึกอบรมให้เกิดปัญญาบริสุทธิ์ที่รู้แจ้งชัดตามสภาพความเป็นจริง ไม่เป็นความรู้คลุมเครือ หรือพร่ามัวเพราะอิทธิพลของกิเลส ซึ่งมีวิชาและคันหาเป็นผู้ครอบงำจิตอยู่ การฝึกปัญญาเช่นนี้ ต้องอาศัยการฝึกปัญญาให้บริสุทธิ์เป็นพื้นฐาน ในเวลาเดียวกัน เมื่อปัญญาบริสุทธิ์เห็นแจ้งความเป็นจริงแล้ว ก็กลับช่วยให้จิตใจนั้น สงบ มั่นคง ผ่องใส บริสุทธิ์ ส่งผลออกไปในการดำเนินชีวิต คือ ทำให้วางใจวางท่าที มีความสัมพันธ์กับสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง และใช้ปัญญาที่บริสุทธิ์ ไม่เอนเอียงไม่มี

^{๒๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม : ฉบับขยายความ, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๒๕), หน้า ๔๑๕.

กิเลสแอบแฝงนั้น คิดพิจารณาแก้ไขปัญหา และทำกิจกรรมทั้งหลายในทางที่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขอย่างแท้จริง

๑.๔.๑.๒. พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก)^{๒๔} ได้เขียนหนังสือเรื่อง “ความเป็นมาของวิปัสสนากัมมัฏฐาน” ซึ่งพอจะสรุปใจความได้ว่าการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ทำให้เราเข้าใจธรรมะได้ละเอียดขึ้น เช่น เข้าใจคำว่ารูป นาม และพระไตรลักษณ์ ทำให้มีสติระลึกอยู่กับรูปนาม มีปัญญาในการดับทุกข์ทางกาย ทางใจ รู้จักวิธีดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ไม่หลง ไม่มัวเมา และ เป็นคนมีเมตตา กรุณา ไม่เบียดเบียนหรือเอารัดเอาเปรียบกัน เป็นคนว่าง่าย สอนง่าย ไม่มีมานะทิฐิ ไม่ถือตัว มีกาย วาจา ใจบริสุทธิ์ และสามารถควบคุมตัวเองได้ในทุกสถานการณ์ ทำให้เราอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ไม่ก่อเวรภัยให้เกิดโทษทุกข์ตามมาเป็นสายโซ่ ดังปฏิเสธสมุปปาทาท้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเปรียบไว้ สุดท้ายคือทำให้คนได้รับความสุข ๘ ประการคือ สุขของมนุษย์ สุขทิพย์ สุขในฉาน สุขในวิปัสสนา สุขในมรรค สุขในผล และท้ายสุดคือสุขในพระนิพพาน ตามเหตุปัจจัย หรือตามสมควรแก่การปฏิบัติธรรมของตน

๑.๔.๑.๓. พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ)^{๒๕} ได้กล่าวไว้ในหนังสือว่า ท่านได้ตามรอย หรือค้นหารอยพระอรหันต์ โดยการค้นจากคัมภีร์และทดลองด้วยตนเองในบางอย่างไม่ใช่เขียนโดยพระอรหันต์ให้ผู้อ่านได้ศึกษาได้ตรงแล้วจึงเดินตาม ท่านได้ยกพระสูตรจากคัมภีร์ ๓ สูตร คือ จวิโสธนสูตร มหาอัสสปรสูตร และสามัญญผลสูตรขึ้นมาพิจารณา ทำให้ได้หัวข้อที่เป็นหลักแห่งการตามรอยพระอรหันต์ถึง ๒๓ ขั้น เช่น ขั้นแรก ตั้งแต่เมื่อได้ฟังเทศน์เกิดศรัทธาและปัญญา จึงสละทรัพย์สมบัติ สละวงศ์ญาติ ออกบวช ปฏิบัติไปในหลายขั้นตอนจนถึงขั้นสุดท้าย ขั้นที่ ๒๓ ทำอัสวะให้สิ้นไป เนื้อหาในเล่มจึงเป็นเรื่องให้ผู้อ่านรู้จักพระอรหันต์ และอธิบายหลักแห่งการตามรอยพระอรหันต์ทั้ง ๒๓ ขั้น ทั้งยังได้เทียบหลักเหล่านี้เข้ากับอริยมรรคมีองค์ ๘ นำหลักเหล่านี้สังเคราะห์ลงกับไตรสิกขา นอกจากนี้ท่านยังได้ให้ชื่อพระสูตรอื่น ๆ ถึง ๑๖ สูตร ไว้คอยตรวจเทียบเคียงกับการตามรอยพระอรหันต์

๑.๔.๑.๔. พุทธทาสภิกขุ^{๒๖} ได้ให้ความหมายของคำว่า สมาธิ สรุปความได้ว่า สมาธิ คือ ความตั้งใจมั่น ในที่นี้หมายถึงจิตที่อยู่ด้วยความว่างจากกิเลส การเข้าถึงความว่างได้ชื่อว่ามีความตั้งมั่นอย่างบริสุทธิ์สูงสุด จิตที่มีสิ่งอื่นเป็นอารมณ์นั้น เป็นจิตไม่บริสุทธิ์และไม่ตั้งมั่น

^{๒๔} พระธรรมธีรราชมหามุนี (ญาณสิริ), ความเป็นมาของวิปัสสนากัมมัฏฐาน, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘).

^{๒๕} พระธรรมโกศาจารย์, (พุทธทาสภิกขุ), ตามรอยพระอรหันต์, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๔๕).

^{๒๖} พุทธทาสภิกขุ, วิธีระจับทุกข์, (เชียงใหม่ : พุทธนิคมจัดพิมพ์, ๒๕๓๒), หน้า ๑๒๒.

สมาธิที่แท้จริงนั้น มีจุดหมายเพียงเพื่อมีจิตสงบ ตั้งมั่น เพื่อทำให้เกิดปัญญาดับทุกข์ ความว่างก็คือ จิตที่ตั้งมั่นไม่คลอนแคลนและบริสุทธิ์อย่างยิ่ง จิตที่ว่างจากกิเลสเป็นจิตที่ควรแก่การปฏิบัติงาน จะทำให้ทำการงานต่างๆ ได้ดีกว่าจิตว้าวุ่น ฉะนั้น ความว่างจึงมีคุณลักษณะตรงกับความหมายของคำว่าสมาธิทุกประการ ความหมายของคำว่า สมาธิต้องมีอยู่ ๓ อย่างเสมอคือ ตั้งมั่น บริสุทธิ์ และควรแก่การงาน จึงจะเรียกว่าเป็นสมาธิที่ถูกต้อง จิตที่ว่างจากกิเลสในลักษณะดังที่กล่าวมานี้ จัดเป็นจิตที่มีสมาธิสูงสุด ในทางพระพุทธศาสนา เรียกว่าโลกุตตรสมาธิ

๑.๔.๑.๕. สมัยกร บวรवास^{๒๗} ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ปัญญา” ว่า ปัญญาคือความรู้รอบรู้ในสรรพสิ่งทั้งหลายและปรากฏการณ์เป็นพัฒนาการและวิวัฒนาการต่างๆ ผลของปัญญาคือ ปรีชาญาณ ที่จะปรากฏออกมาเป็นการกระทำอย่างเฉลียวฉลาดหรือความเฉลียวฉลาด ซึ่งนักจิตวิทยาในปัจจุบันกำลังทำการวัดกันเป็น I.Q. ปัญญาแคบๆ อันเป็นความรู้สำหรับประกอบการทำงานนั้น ย่อมยังไม่อาจทำให้เราเข้าใจโลกได้ดี กล่าวคือไม่ช่วยขบมจิตใจของเราให้เข้าใจโลกอย่างตลอดปอดโปร่งได้ ทั้งนี้เพราะปัญญาดังกล่าว สอนให้เรารู้แต่สิ่งแคบ จำนวนมากหลายเท่านั้น แต่มิได้สอนให้เรารู้สิ่งกว้างอันมีจำนวนน้อยซึ่งครอบคลุมบรรดาสิ่งแคบเหล่านั้น จึงมีปัญญาอีกทางหนึ่ง สอนให้เรา รู้จักหลักวิทยาศาสตร์ที่กว้างที่สุด ซึ่งครอบคลุมสรรพสิ่งและปรากฏการณ์ทั้งหลายในสากลโลก ปัญญาอย่างนี้คัมภีร์พระวิสุทธิมรรคระบุว่าคือวิชาการศึกษาที่ทำให้เราเข้าใจในโลกละเอียด และเมื่อรู้ก็สามารถทำให้เราตัดกิเลสตัณหาออกไปเสียจากจิตใจได้

๑.๔.๑.๖. เอกชัย จุลจาริตต์^{๒๘} ได้กล่าวไว้ว่า การพัฒนาสติปัญญาทางโลกและสติปัญญาทางธรรมมีกระบวนการที่เหมือนกัน กล่าวคือ การพัฒนาสติปัญญาทางโลก ด้วยการศึกษารับรู้เรื่องที่ใช้ในการประกอบอาชีพและทำกิจ ส่วนการพัฒนาสติปัญญาทางธรรม เป็นการพัฒนาความรู้และความสามารถทางธรรมสำหรับใช้ในการดับกิเลส และความทุกข์ทางจิตใจเป็นหลักและสามารถฝึกพัฒนาจนบรรลุจุดสูงสุดในการพัฒนาปัญญาในพระพุทธศาสนา คือ มีปัญญาระดับที่รู้ถึงเหตุปัจจัยจนสามารถเข้าใจได้ตลอดยอมรับและมีความเพียรในการปฏิบัติจนเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งถึงขั้นหลุดพ้นได้

๑.๔.๑.๗. จำรูญ ยาสมุทร^{๒๙} ได้กล่าวไว้ในหนังสือธรรมะทรงคุณค่า การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน แนวปฏิบัติที่ถูกต้องและสำคัญยิ่งคือ ผู้ปฏิบัติต้องมีความเข้าใจเรื่องอารมณ์

^{๒๗} สมัยกร บวรवास, ปัญญา, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สยาม, ๒๕๔๒), หน้า ๓-๔.

^{๒๘} เอกชัย จุลจาริตต์, แก่นธรรม (อริยสัจ๔), (กรุงเทพมหานคร : หอรัตนชัยการพิมพ์, ๒๕๕๑), หน้า ๒๓.

^{๒๙} จำรูญ ยาสมุทร, ธรรมะทรงคุณค่า, การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักโพธิปักขิยธรรม ๓๗, (เชียงใหม่ : กลางเวียงการพิมพ์, ๒๕๒๑), หน้า ๑๘-๑๙.

ระบบวิธีปฏิบัติ หรือการกำหนดวิธีการรับรู้อารมณ์และวิปัสสนาที่เกิดขึ้น เพื่อเป็นพื้นฐานเบื้องต้น และควรอยู่ในความควบคุมดูแลของวิปัสสนาจารย์ เพื่อช่วยสอนเทคนิคการปฏิบัติให้รู้จุดมุ่งหมาย ของการปฏิบัติ คือ การทำให้เห็นแจ้งในรูปกับนาม ผู้ปฏิบัติต้องกำหนดให้ได้ อารมณ์ของวิปัสสนา กัมมัฏฐาน ที่เรียกว่า อารมณ์ปรมัตถ์เป็นอารมณ์ที่รับรู้ความรู้สึก คือรับรู้อารมณ์ของรูป-นาม ปรมัตถ์สภาวะมีความละเอียดสุขุมลุ่มลึก เป็นสภาวะที่เกิดตามธรรมชาติจึงรู้เห็นได้ยากยกเว้นผู้ ปฏิบัติที่มีความเพียรในการฝึกปฏิบัติ มีความเพียรตามกำหนดดู เพื่อให้รู้กาย รู้เวทนา รู้จิต รู้ธรรม มีสติและสมาธิแก่กล้าเท่านั้นจึงจะเห็นอารมณ์ปรมัตถ์ได้

๑.๔.๑.๘. บรรจบ บรรณรุจิ^{๓๐} ศึกษาอัสติมหาสาวกกับการบรรลุธรรม พบว่า การ บรรลุธรรมในชาติปัจจุบันของพระอัสติมหาสาวกทุกรูปไม่ได้ขึ้นอยู่กับว่าท่านเกิดในวรรณะใด มี สถานะทางสังคมอย่างไร มีถิ่นกำเนิดอยู่ที่ไหน และมีการศึกษาสูงหรือไม่ พระอัสติมหาสาวกที่มา จากวรรณะต่างกันไม่ว่าจะเป็นวรรณะพราหมณ์ กษัตริย์ แพศย์ ศูทร รวมไปถึงวรรณะจัณฑาล และ วรรณะหีนชาติที่ต่ำกว่าวรรณะอื่น บุคคลเหล่านั้นเมื่อได้มาฟังพระธรรมเทศนาของพระพุทธเจ้า แล้ว ความต่างต่างนั้นก็มิได้เป็นอุปสรรค ทั้งนี้สิ่งที่ทุกท่านมีเหมือนกันคือ อุปนิสัยที่จะได้บรรลุ ธรรม อุปนิสัย คือ ความดีที่ได้สะสมไว้เป็นความเคยชินก็มีอิทธิพลต่อความรู้สึกนึกคิดในปัจจุบัน ชาติ ดังนั้น จากผลของการศึกษาทำให้พบว่า การบรรลุธรรมเป็นของสาธารณะแก่บุคคลทั่วไปที่มี อุปนิสัยแก่กล้า ชาติกำเนิด สถานะทางสังคม ถิ่นกำเนิด และการศึกษาไม่ได้เป็นตัวกำหนดที่สำคัญ ใครก็ตามเป็นคนมีหรือยากจน มีเกียรติ หรือไร้เกียรติ มีการศึกษาหรือไร้การศึกษา หากมี อุปนิสัยที่สะสมมาแก่กล้าแล้วก็สามารถบรรลุธรรมได้เช่นกัน นอกจากนี้ การบริจาคทานหรือการ เสียสละเป็นคุณธรรมสำคัญขั้นพื้นฐานที่สนับสนุนให้เกิดการบรรลุธรรม เพราะการเสียสละนั้น มิใช่แต่เสียสละเฉพาะทรัพย์สินเท่านั้น แต่รวมไปถึงการเสียสละความสุขยอมให้ตนเองลำบากเพื่อ ประโยชน์สุขของผู้อื่น และการบรรลุธรรมในชาติปัจจุบันไม่ได้ขึ้นอยู่กับวรรณะสถานะทางสังคม ถิ่นกำเนิด แต่เงื่อนไขสำคัญในการบรรลุธรรมก็คือ “อุปนิสัยที่จะได้บรรลุธรรม” อันเป็นคุณสมบัติ ส่วนตัว และเงื่อนไขสำคัญอีกประการหนึ่งก็คือ ผู้สอนซึ่งเป็นผู้ชี้แนวทางให้ปฏิบัติ

๑.๔.๑.๙. โทลลี (Eckhart Tolle)^{๓๑} ได้เขียนหนังสือ ชื่อ “A New Earth : Awakening to Your Life Purpose” กล่าวถึง การล่มสลายลงอย่างสิ้นเชิงของระบบระเบียบโลกเก่าของมนุษย์ ในการล่มสลายนี้โลกใหม่และสวรรค์ใหม่ก็จะอุบัติขึ้นสวรรค์ใหม่ที่กล่าวถึงคือ การผลิบานของ

^{๓๐} บรรจบ บรรณรุจิ, อัสติมหาสาวก, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร:กองทุนพุทธสถาน ,๒๕๓๙), หน้า ๓๐๐.

^{๓๑} Tolle E, A New Earth : Awakening to Your Life Purpose, (New York : Plume, 2006), p.313.

จิตสำนึกใหม่ของมวลมนุษยชาติจากภายใน อันจะนำไปสู่การโผล่ปรากฏของโลกใบใหม่ เมื่อมนุษย์จำนวนมากเป็นอิสระจากอัตตาแห่งตน และได้อธิบายให้เข้าใจถึงการทำงานของอัตตาซึ่งประกอบด้วยส่วนที่เป็นความคิดและ Pain-Body ตลอดจนแนะนำถึงแนวทางการเป็นอิสระจากอัตตา ด้วยการตระหนักรู้ถึงพุทธะภายใน (Inner Space) อันจะนำมาสู่การทำลายลงเสียซึ่งเวลาซึ่งเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงอัตตา และค้นพบจุดหมายอันแท้จริงของการดำรงอยู่และแนวทางในการปฏิบัติ และดำเนินชีวิตอันจะไม่ก่อให้เกิดวงวัฏแห่งกรรม (Awaken Doing) ซึ่งจะสามารถขับเคลื่อนโลกเข้าสู่โลกใหม่

๑.๔.๑.๑๐. บี. อลัน วอลเลซ (B. Alan Wallace)^{๓๒} เขียนหนังสือ Contemplative Science :Where Buddhism and Neuroscience Converge ซึ่งได้นำวิธีการเรียนรู้ทางพระพุทธศาสนา และทางวิทยาศาสตร์ของตะวันตกมาเชื่อมโยงกันเป็นระเบียบวิธีเดียวกัน ด้วยการค้นหาด้วยวิธีการเชิงประจักษ์ เพื่อให้เห็นถึงสภาวะแห่งความเป็นจริง อันนำไปสู่การหลอมรวมระหว่างความสุข ความจริงและความดี โดยได้กล่าวถึงความเป็นมาของจิตตั้งแต่สมัย พิชากอริส-เพลโต เรื่อยมาจนถึงปัจจุบันโดยได้สรุปความสนใจในเรื่องนี้ว่า ไม่สมเหตุผลผลเลยที่จะศึกษาสิ่งที่เป็นอัตวิสัย เป็นเชิงคุณภาพ และเป็นกระบวนการของจิตใจด้วยวิธีที่เป็นแบบภววิสัยเป็นเชิงปริมาณ และเป็นกระบวนการทางกายภาพ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของการที่จะต้องมียุทธศาสตร์เฉพาะ ที่สามารถเข้าถึงความเป็นจริงแท้ของจิตให้ได้ และอย่างเป็นวิทยาศาสตร์ด้วย โดยผู้เขียนชี้ให้เห็นถึงความจำเป็นที่จะต้องผสมผสานวิธีการเรียนรู้แบบวิทยาศาสตร์ซึ่งมีข้อจำกัดเข้ากับวิธีการเรียนรู้แบบศาสนาโดยเฉพาะการพัฒนาจิตของสมาธิและวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระพุทธศาสนา

๑.๔.๑.๑๑. โรเจอร์ วอลซ์ (Walsh.R)^{๓๓} เขียนหนังสือ Essential Spirituality : The 7 Central Practice to Awaken Heart and Mind ที่แนะนำวิธีการปฏิบัติทางจิตวิญญาณจากศาสนา และปรัชญาหลักๆ ๗ ศาสนา ในโลก คือ ยูดาห์ คริสต์ อิสลาม ฮินดู พุทธ เต๋า และขงจื้อ สรุปโดยย่อว่ามีวิธีการปฏิบัติดังกล่าวได้เป็น ๗ ส่วนใหญ่ ได้แก่ ๑) การเปลี่ยนแปลงแรงจูงใจ (ลดความอยากและการแสวงหาความปรารถนาทางจิตวิญญาณ) ๒) การบ่มเพาะปัญญาทางอารมณ์ (การเยียวยาหัวใจและการเรียนรู้ที่จะรัก) ๓) ใช้ชีวิตอย่างมีจริยธรรม (รู้สึกละอายจากการทำดี) ๔) มีสมาธิ และทำจิตใจให้สงบ ๕) ปลุกวิสัยทัศน์ทางจิตวิญญาณ (มองเห็นและตระหนักถึงความศักดิ์สิทธิ์ในสภาพสิ่งอย่างชัดเจน) ๖) บ่มเพาะความฉลาดทางด้านจิตวิญญาณ:พัฒนาปัญญาและเข้าใจชีวิต

^{๓๒} B. Alan Wallace, *Contemplative Science: Where Buddhism and Neuroscience Converge*, (New York: Columbia University Press, 2007), p. 256.

^{๓๓} Walsh.R, *Essential Spirituality: The 7 Central Practice to Awaken Heart and Mind*, (New York: John Wiley and Sons, 2000), p. 340.

และ๗) แสดงออกถึงจิตวิญญาณในการกระทำ (โอบรับความมีใจกว้างและความยินดีในการรับใช้) หลักปฏิบัตินี้ เพื่อจะนำสู่จิตและหัวใจที่ตื่นรู้ที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน คือ การบ่มเพาะความรักความเมตตา จริยธรรมความดีงามความสงบสุขภายใน ทัศนทัศน์และมีปัญญาในการตระหนักรู้ ความมีใจกว้างขวางและการรับใช้

๑.๔.๑.๑๒. มิสาลิ ชิกเซนทิมิฮาลิ (Csikszentmihalyi, M)^{๓๔} เขียนหนังสือ Flow:

The Psychology of Optimal Experience กล่าวถึง สภาวะของประสบการณ์สูงสุด(Optimal Experience) ที่ค้นพบจากการศึกษาวิจัยเป็นช่วงเวลาที่ดีที่สุดของชีวิต ซึ่งมีได้เกิดจากปัจจัยที่เพิลิตเพิลินภายนอกแต่เป็นสภาวะของจิตสำนึกภายใน ที่เรียกว่า การเคลื่อนไหว (Flow)เป็นสภาวะที่บุคคลจะนำเข้าไปมีส่วนร่วมเป็นหนึ่งเดียวอย่างสมบูรณ์กับกิจกรรมที่ทำ อัตตาตัวตนของเขาจะหายไป การกระทำและความคิดทุกส่วนจะไหลเลื่อนต่อเนื่องกัน โดยใช้ศักยภาพ ทักษะ และทุกส่วนของการดำรงอยู่ของตนเข้ามาในกิจกรรมอย่างสูงสุด เป็นสภาวะที่รู้สึกเต็มเปี่ยม ตื่นรู้ไม่ต้องพยายาม ไร้กาลเวลา มีความปีติภายใน และก้าวพ้นตนและจัดความคับแคบของตนเองทั้งนี้วิธีการที่จะเข้าถึงสภาวะนี้ได้ก็คือ การกระทำให้มีระบบในระดับจิตสำนึกด้วยการตั้งเป้าหมายในงานที่ทำ ทำงานที่ไม่ง่ายหรือยากเกินไป มีความสมดุลระหว่างการทำงาน เป็นงานที่เหนียวน่าให้ต้องใช้สมาธิ เห็นผลสะท้อนกลับโดยตรงทันที

๑.๔.๑.๑๓. เคน วิลเบอร์ (Ken Wilber)^{๓๕} เขียนหนังสือ Integral Spirituality: A

Startling New Role for Religion in The Modern and Postmodern World นักเขียนชาวอเมริกันเขียนหนังสือเล่มนี้ โดยเริ่มแนะนำพื้นฐานทฤษฎีบูรณาการ ซึ่งรวมการพัฒนาาร่างกาย ความคิดจิตใจ และจิตวิญญาณทั้งในบริบทของตนเอง วัฒนธรรมและธรรมชาติ และในส่วนแรกก็ยังอธิบายโมเดลซึ่งควบคุมส่วนประกอบทุกด้านทั้ง ๕ ได้แก่ ทักษะ (Quadrant) ระดับ (Stage/Level) เส้นพัฒนาการ (Lines) สภาวะ (States) และประเภท (Types) ซึ่งอธิบายในแต่ละส่วนในมุมมองที่ชี้ให้เห็นว่าทุกสิ่งล้วนมีทั้งด้านภายในและภายนอก รวมทั้งมีทั้งด้านส่วนตัวและด้านส่วนรวมและได้นำเรื่องจิตวิญญาณมาประยุกต์ในรูปแบบการพัฒนาจิตสำนึกมนุษย์โดยกล่าวถึง การพัฒนาระดับและสภาวะทั้งในแนวดิ่งและแนวนอน มีความเป็นลำดับขั้นเป็นสิ่งถาวร แต่สภาวะเป็นสิ่งที่ไม่นิ่งและจะปรากฏในทุกลำดับขั้นและสายของการพัฒนาที่น่าสนใจก็คือ สภาวะของจิตสำนึกสามารถฝึกฝนผ่านการภาวนาและการไคร่ครวญโดยเฉพาะลำดับขั้นในแนวราบ ได้แก่ สภาวะหยาบ (Gross) สภาวะโดย

^{๓๔} Csikszentmihalyi.M. **Flow: The Psychology of Optimal Experience**, (New York: Herper Collins, 1990), p.240.

^{๓๕} Wilber K, **Integral Spirituality: A Startling New Role for Religion in the Modern and Postmodern World**, (Boston: Intergral Books, 2006), p.240.

ละเอียด (Subtle) สภาวะไร้รูป (Casual) และสภาวะอหิวา (Non-dual) และได้ชี้แจงให้เห็นถึงความสำคัญในการพัฒนาจิตไร้สำนึกส่วนที่เรียกว่า เงา (Shadow) ให้กลับมาเผชิญ เปลี่ยนมุมมอง และยอมรับการก้าวข้ามด้วยวิธีที่เรียกว่า ๓-๒-๑ Shadow Work ซึ่งนับว่าเป็นการค้นพบที่ใกล้เคียงกับหลักการปฏิบัติเพื่อความรู้แจ้งแต่ยังไม่มีรายละเอียดของวิธีการที่ชัดเจน

๑.๔.๑.๑๔. แจ็ค เมซิโรว์ (Jack Mezirow)^{๓๖} เป็นผู้เริ่มนำแนวคิดเรื่องการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง (Transformative Learning) และได้นำทฤษฎี Constructive Developmentalism ของ Kegan มาใช้ในการอธิบายการเปลี่ยนแปลงได้เป็นขั้นตอนและชัดเจน โดยที่ คีแกน (Kegan) กล่าวว่า สิ่งที่เกิดการเปลี่ยนแปลงก็คือกระบวนการสร้างความหมายภายในของเรา โดยเฉพาะอย่างยิ่งรูปแบบของการเรียนรู้ในสิ่งที่เคยเป็นผู้รู้ (Subject) ได้กลายมาเป็นผู้ถูกรู้ (Object) ในระดับถัดไปของการพัฒนาจิตสำนึก ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับการปรากฏของรูปและนาม ในการปฏิบัติเพื่อบรรลุการก้าวข้ามพื้นตนของพุทธศาสนา พบว่า การรู้รูป รู้นาม ก็จะพบว่า รูปที่รู้ขณะนั้นอาจจะกลายเป็นนาม และนามที่รู้ก็จะกลายเป็นรูปในการรู้ครั้งต่อไป จึงถือว่าแจ็คเมซิโรว์เริ่มปรากฏการณ์ที่ใกล้เคียงกับองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนา

๑.๔.๑.๑๕. เดวิด โบห์ม (David Bohm)^{๓๗} เป็นนักฟิสิกส์ที่อยู่ในยุคเดียวกับอัลเบิร์ตไอน์สไตน์ มีความสนใจเกี่ยวกับการค้นหาธรรมชาติของความจริง ซึ่งได้รับอิทธิพลแนวคิดมาจาก กฤษณมูรติและองค์ทะไลลามะ ได้ถ่ายทอดการผสมผสานกันระหว่างทฤษฎีควอนตัมฟิสิกส์กับแนวความคิดการเชื่อมโยงธรรมชาติความจริงของสรรพสิ่งออกมาได้อย่างงดงามในรูปแบบสุนทรียสนทนา (Bohmian Dialogue) ซึ่งเน้นการนั่งฟัง ตั้งเกดผู้พูดโดยไม่ด่วนตัดสินใจ พุคคุยหรือความคิดเพื่อให้เกิดการฟังอย่างลึกซึ้ง กลับเข้าไปในที่ในใจของเราเอง เพื่อฟังเสียงด้านในของตนเอง โดยการเชื่อมโยงต่อสังคมในการเข้าใจผู้อื่นซึ่งถือว่าเป็นเครื่องมือหนึ่งที่สามารถนำช่วยในเหตุการณ์ของโลกปัจจุบันเพราะเมื่อเราได้เรียนรู้ใจตัวเองได้อย่างถ่องแท้แล้ว ยังจะสามารถเข้าใจผู้อื่นได้ทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน ซึ่งจะเป็นแนวทางสำคัญในการแก้ไขปัญหาของโลก และก่อให้เกิดความสงบสุขร่วมกันได้

๑.๔.๑.๑๖. เดวิด โบห์ม (David Bohm)^{๓๘} ได้เขียนหนังสือที่มีเนื้อหาต่อจากเล่มที่แล้วคือ Wholeness and the Implicate Order ซึ่งกล่าวถึงโลกทัศน์แบบแยกส่วนของฟิสิกส์เก่าและ

^{๓๖} Mezirow J, and Associates, **Hearing as Transformation: Critical Perspective and a Theory in Press**, (San Francisco: Jossey-Bass, 2000), p. 371.

^{๓๗} D. Bohm, **Bohm on Dialogue**, (New York: Routledge, 2006), p. 114.

^{๓๘} D. Bohm, **Wholeness and the Implicate Order**, (New York: Routledge. 2002), p. 284.

โลกทัศน์แบบองค์รวมของวันดั้มฟลิทส์ ผลกระทบและปัญหาของโลกทัศน์แบบแยกส่วนดังกล่าวต่อภาษาและการมองโลก และเสนอให้ปรับรูปแบบของภาษาให้เน้นการเชื่อมโยงเป็นองค์รวม โดยเน้นคำกริยามากกว่าคำนามหรือคำประธานหรือกรรมที่ทำให้เรามองผู้อื่นแบบแยกส่วนจากตัวเราหรือพวกของเรา ผู้เขียนได้อธิบายแนวทฤษฎีควันตัมฟลิทส์ในเรื่อง Holo Management หรือการไหลเลื่อนเคลื่อนไหวเป็นองค์รวมของสรรพสิ่งในจักรวาล และเรื่องระบบม้วนซ้อน (Implicate /Unfolded Order) ซึ่งเป็นพื้นฐานของสรรพสิ่ง โดยเป็นองค์รวมที่ไม่อาจแบ่งแยกได้และระบบคลี่ขยาย (Explicate /Unfolded order) ซึ่งเผยแสดงออกมาจากระบบม้วนซ้อนของสรรพสิ่งซึ่งที่แท้จริงล้วนมีพื้นฐานเป็นองค์รวมที่ไม่อาจแบ่งแยกออกจากกันได้ โดยที่ระบบดังกล่าวนี้รวมถึงมิติของความคิด และจิตสำนึก (Consciousness) และเป็นองค์รวมที่ผู้สังเกต (The Observer) แท้ที่จริงแล้วไม่อาจแบ่งแยกจากสิ่งที่ถูกสังเกต (The Observed)

๑.๔.๑.๑๓. มาสโลว์ (Maslow,A.B)^{๓๕} นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ผู้ได้รับการยกย่องให้เป็นบิดาแห่งจิตวิทยาเชิงมนุษยนิยม (Humanistic Psychology) และเป็นผู้วางรากฐานให้กับสำนักจิตวิทยาข้ามพ้นบุคคล (Transpersonal Psychology) เป็นผู้เสนอแนวคิดวิถีทางจิตวิทยาที่สำคัญ เรื่อง ลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ (Hierarchy of Needs) เขียนหนังสือ The Father Reaches of Human Nature เพื่อสำรวจสืบค้นความซับซ้อนของธรรมชาติของมนุษย์ โดยอาศัยทั้งวิธีการเชิงประจักษ์แบบวิทยาศาสตร์และวิธีการสืบค้นเชิงปรัชญา โดยมีเนื้อหาที่ประกอบด้วย สุขภาวะ การสร้างสรรค์ คุณค่า การศึกษา สังคม การรับรู้ การข้ามพ้นตัวตน และทฤษฎีว่าด้วยแรงจูงใจเหนือความต้องการขั้นพื้นฐานซึ่งเป็นการคิดต่อยอดจากแนวคิดลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ โดยจะเน้นถึงความสำคัญของการศึกษาที่ทำให้มนุษย์เชื่อมโยงสัมพันธ์กับตัวตนที่แท้จริงของตนเอง ซึ่งจะเข้าถึงได้ด้วยการข้ามพ้นตัวตนของตนเอง (Self-Trancendence) ซึ่งจะเกิดขึ้นเมื่อมนุษย์บรรลุความต้องการระดับบรรลุศักยภาพภายในตน (Self-Actualization) ซึ่งจะเกิดขึ้นและดำรงอยู่โดยสัมพันธ์กับปัจจุบันขณะของตนเองได้อย่างเต็มเปี่ยมและแท้จริง ในระดับนี้บุคคลกระทำด้วยแรงจูงใจระดับที่เหนือความต้องการขั้นพื้นฐาน (Metamotivation) อันเป็นกระบวนการธรรมชาติที่เกิดขึ้น เมื่อข้ามพ้นขอบเขตอันคับแคบของความต้องการขั้นพื้นฐาน เพื่อบรรลุความเป็นมนุษย์อย่างเต็มสมบูรณ์ (Full Humanness)

^{๓๕} Maslow, A. B, *the Father Reaches of Human Nature*, (New York: Esalen, 1973), p.423.

๑.๔.๑.๑๘. ศรี อโรบินโด (Sri Aurobindo)^{๔๐} ผู้ค้นตัวเองจากนักการเมือง กวี และนักหนังสือพิมพ์มาเป็นผู้นำทางจิตวิญญาณ ผ่านการฝึกฝนตนตามวิถีทางแห่งโยคะ และได้ตระหนักถึงการบูรณาการหนทางแห่งการฝึกตนอย่างเป็นองค์รวมและเรียกสิ่งที่ยังค้นพบมาว่า โยคะแบบบูรณาการ (The Integral YoGa) ซึ่งหมายถึงการเดินทางของจิตวิญญาณ การค้นหาที่ตระหนักรู้ในตนเอง การเปิดตนเองเข้าเชื่อมต่อกับพลังแห่งจากจักรวาลหรือพลังแห่งสภาวะความจริงสูงสุด (The Divine-Truth Consciousness) จนหลอมรวมเข้าไปเป็นหนึ่งเดียวกับตัวเรา เพราะความจริงที่มีอยู่ในตัวเราและในทุกสรรพสิ่ง ล้วนสัมพันธ์เชื่อมโยงกันเป็นหนึ่งเดียว วิถีทางแห่งโยคะเพื่อเข้าถึงความเป็นหนึ่งเดียวของความจริงสูงสุดนี้ จำเป็นจะต้องมีความเข้าใจที่ถูกต้องต่อการกระทำ (Karmayoga) ทุกการกระทำของเราไม่ว่าภายนอกหรือภายใน ต้องเป็นไปเพื่อการลดละการตอบสนองความพอใจส่วนบุคคลหรือแม้ประโยชน์อันยิ่งใหญ่ต่อสังคมก็ตามแต่ต้องเป็นการกระทำเพื่อสละวางตัวตนของเราเท่านั้น (Inner Self-Offering) เพื่อเป็นเครื่องมือของการกระทำ เพื่อความจริงอันสูงสุด การมีจิตสำนึกในเรื่องนี้อย่างถูกต้องรวมทั้งศรัทธา และการอุทิศตนอย่างแรงกล้า จะทำให้เราสัมผัสได้ถึงจิตวิญญาณที่มีอยู่ในตัวเราทุกคน (Psychicbeing) ซึ่งจะเปิดการรับรู้ของเราให้กว้างขึ้น จนนำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงไปสู่ชีวิตที่มีคุณค่าทางจิตวิญญาณอย่างแท้จริง (Supramentalisation)

๑.๔.๑.๑๙. จอร์จ วิลเฮล์ม ฟรีดริช เฮเกิล เป็นผู้ที่สนใจในเรื่องเป้าหมายสุดท้ายของมนุษยชาติ ท่านกล่าวว่า เป้าหมายสุดท้ายของมนุษยชาติ คือ องค์ความรู้ความจริง แสวงหาและค้นพบตนเอง โดยมีขั้นตอนการเดินทางสู่จุดหมายปลายทาง มี ๓ ขั้นตอน คือ จากความหลับใหล งามายของจิตใต้สำนึก (Sub-Consciousness) สู่การตื่นของอัตตาตัวตน (Self-Consciousness) แล้ว ตื่นผ่านพ้นตัวตน (Transcendence) ต่อไปสู่จิตเหนือสำนึก (Super-Consciousness) ซึ่งในทัศนะของ ประสาน ต่างใจ สรุปแนวคิดนี้ว่า ระดับธรรมจิต (Spirituality) อันเป็นเส้นทางสู่นิพพาน และนั่นก็เป็นเนื้อหาสาระของการเดินทางสู่เป้าหมายสุดท้ายของมนุษยชาติที่แท้จริงของ ศรี อโรบินโด ที่กล่าวว่า จิตของมนุษยชาติเดินทางผ่านจาก การเรียนรู้ทางกายแบบผิวเผิน (Superficial Bodily Awareness หรือ Sub-Consciousness) เมื่ออหังการหรืออีโก้ (Ego) เข้าใจว่าความผิวเผินของรูปกาย คือ ความเป็นเอกภาพสุดท้าย นั่นคือ ระดับจิตของเราในปัจจุบัน แต่แท้ที่

^{๔๐} Sri Aurobindo, *The Integral YoGa*, (Pondicherry: Sri Aurobindo Ashram Press, 1993),

จริงแล้ว มนุษย์ชาติยังต้องเดินทางเพื่อผ่านพ้นความเป็นตัวตนอหังการนั้น(Transcendence Self) สู่ระดับจิตเหนือสำนึก (Super-Consciousness) สู่สภาวะเอกภาพกับจักรวาล (Cosmic Unity)^{๔๑}

๑.๔.๑.๒๐. ภิกษุณี ชุนโด อาโอยาม่า เจ้าอาวาสวัดโชโบจิ เมืองนาโกย่า ประเทศญี่ปุ่น ผู้นำจิตวิญญาณคนสำคัญของญี่ปุ่น ที่อุทิศตนเผยแผ่คำสอนนิกายเซน ทั้งในญี่ปุ่นและทั่วโลก ให้สัมภาษณ์เมื่อร่วมประชุมนานาชาติสาขาศาสนาเพื่อพุทธศาสนา ครั้งที่ ๑๒ ณ เติญยธรรม ว่า “ท่านอยากจะบอกว่า ไม่ว่าเซน หรือพุทธศาสนา ไม่ได้มีไว้เพื่อใครคนใดคนหนึ่งมาเรียนรู้ แต่เป็นวิถีแห่งการดำรงชีวิตสูงสุดของเราทุกคน และกล่าวโยงถึงความสัมพันธ์ระหว่างชีวิตกับจักรวาลว่า การทำงานของทุกสิ่งบนโลกนี้สรรพสิ่งทั้งหลายดำรงอยู่ได้ เพราะการทำงานร่วมประสานกันเป็นองค์รวมและหากเข้าใจเซน ก็ไม่มีเซน มีเพียงความจริงของสรรพสิ่งในธรรมชาติ”^{๔๒}

๑.๔.๑.๒๑. แครตันและคาร์เซตต้า (Cranton, P.& Carusetta,E.) รายงานผลการวิจัยเรื่อง ความจริงแท้ในการสอน โดยสำรวจความหมายและทำความเข้าใจ ว่าความจริงแท้เกิดขึ้นได้อย่างไรในการปฏิบัติ ผู้เขียนบทความใช้วิธีวิทยาการสร้างทฤษฎีรากฐาน (Grounded Theory Approach) ด้วยการทำงานร่วมกับอาจารย์มหาวิทยาลัยจำนวน ๒๒ คนจากหลายสาขาวิชา เป็นระยะเวลา ๓ ปี โดยเก็บข้อมูลผ่านการสัมภาษณ์ การสังเกตห้องเรียน สันทนาการกลุ่ม ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า ความจริงแท้ประกอบด้วย ๕ มิติที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กัน นั่นคือ การตระหนักรู้ต่อตนเอง การตระหนักรู้ต่อผู้อื่น ความสัมพันธ์กับผู้เรียน ความตระหนักรู้ต่อบริบทแวดล้อม และการใคร่ครวญอย่างมีวิจารณญาณต่อการปฏิบัติงานของตนเอง นอกจากนี้ ผู้เขียนบทความยังพัฒนาแบบแผนที่อธิบายความเชื่อมโยงสัมพันธ์ขององค์ประกอบในหลายมิติ ที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ในการปฏิบัติจริง^{๔๓}

๑.๔.๑.๒๒. เมอร์เรียม (Merriam,S.B.) อธิบายถึงความเชื่อมโยงระหว่างการเรียนรู้กับพัฒนาการมนุษย์ซึ่งปรากฏอย่างชัดเจนในทฤษฎีการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงของเมชิโรว์ ผู้เขียนบทความได้ยกตัวอย่างงานวิจัยหลายงานที่ทำการศึกษาและบันทึกพัฒนาการและความงอกงามของปัจเจกบุคคลในฐานะผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น จากการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง อย่างไรก็ตาม ผู้เขียนได้อภิปรายถึงประเด็นที่มักจะถูกมองข้ามอยู่เสมอ นั่นคือ การเรียนรู้ที่จะนำไปสู่การ

^{๔๑} ประสาน ต่างใจ, ความรู้ใหม่,(กรุงเทพมหานคร:วิถีสัน,๒๕๕๔),หน้า ๕๐-๕๑

^{๔๒} ภิกษุณีชุนโด อาโอยาม่า, “ผู้รู้แห่งเซน”, คลังมัจจุตประกาย, หนังสือพิมพ์กรุงเทพธุรกิจ, ปีที่ ๒๔, ฉบับที่ ๘๓๐๘(๒๒ มิถุนายน, ๒๕๕๔) : หน้า ๑.

^{๔๓} Cranton, p., & Carusetta, E, “Perspectives on authenticity in teaching”. **Adult Education Quarterly**, 55(1), 2004 : pp. 5-22.

เปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานได้นั้นบุคคลจำเป็นต้องมีวุฒิภาวะทางความคิดมากพอในการนำตนเองเข้าสู่กระบวนการเรียนรู้ดังกล่าว นอกจากนั้น การเรียนรู้ในลักษณะนี้จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อบุคคลสามารถที่จะใคร่ครวญอย่างมีวิจารณญาณและ ใช้หลักเหตุผลในการร่วมแลกเปลี่ยนทางความคิดได้ ซึ่งในกรณีดังกล่าวอาจถือได้ว่าเป็นคุณลักษณะของระบบการทำงานทางความคิดขั้นสูงของมนุษย์^{๔๔}

๑.๔.๑.๒๓. โทลิวอร์และติสเทล (Toliver,D.E.& Tistell,E.J.) นำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาทางจิตวิญญาณในระดับอุดมศึกษา ซึ่งเริ่มได้รับความสนใจมากขึ้นเรื่อยๆ โดยเฉพาะในวงการการศึกษาผู้ใหญ่ รวมทั้งความสำคัญของการบูรณาการมิติ ดังกล่าวในการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง ทั้งนี้ ผู้เขียนบทความได้อธิบายความหมายของจิตวิญญาณ และอภิปรายเหตุผลว่าเรื่องดังกล่าวมีคุณค่าอย่างไรต่อการเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หากผู้สอนมีเป้าหมายที่จะเอื้อให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน ในช่วงท้ายผู้เขียน ได้ยกตัวอย่างที่เป็นรูปธรรมสำหรับการส่งเสริมมิติทางจิตวิญญาณในชั้นเรียน ทั้งอภิปรายความเป็นไปได้และข้อจำกัดของแนวทางดังกล่าว โดยเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการเรียนรู้สู่ การเปลี่ยนแปลง^{๔๕}

๑.๔.๑.๒๔. ซูลลิแวน (O’Sullivan, E.) นำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงและความท้าทายที่เกิดขึ้นในศตวรรษที่ 21 โดยผู้เขียนบทความ ได้เสนอความคิดว่า มนุษย์จำเป็นต้องขยายจิตสำนึกและมุมมองเกี่ยวกับ การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง ให้ครอบคลุมถึงระดับโลก การศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน จะช่วยให้เราสามารถเผชิญหน้ากับความเปลี่ยนแปลงดังกล่าวได้ โดยจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนาเชิงจิตวิญญาณในระดับลึก เพื่อเป็นฐานของการสร้างความหวัง ความเมตตา และความสามารถในการปรับตัวของมนุษยชาติต่อไป^{๔๖}

จากการศึกษาพบว่า นักการศึกษาตะวันตกผู้เป็นเจ้าของทฤษฎีและนักคิดต่างก็มีความพยายามที่จะเสนอแนวคิดของตน ในอันที่จะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ แต่ผู้วิจัยพบว่า แต่ละแนวคิดนั้น ยังเป็นเพียงภาพต่อที่รอการคิดค้นจนกว่าจะสมบูรณ์ ใน

^{๔๔} Merriam, I. B. “The role of cognitive development in Mezirows transformative learning theory”. **Adult Education Quarterly**, 55(1),2004 : pp. 60-68.

^{๔๕} Tolliver, D. E., & Tisdell, E. J. “Engaging spirituality in the transformative **higher education classroom**”, **New Directions for Adult and Continuing Education**, 109 (Spring),2006 : pp. 37-47.

^{๔๖} O’Sullivan, E, “Finding our way in the great work”, **Journal of Transformative Education**, 6 (1) 2008 : pp. 27-32.

พระพุทธศาสนามีแนวทางพัฒนาคุณภาพและศักยภาพอันสูงสุดของมนุษย์ ปรากฏในเอกสารที่ผู้วิจัยอ้างอิงข้างต้น

๑.๔.๒. รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๔.๒.๑. พระมหาอำนาจ อานนุโท^{๔๗} ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องศึกษาการบรรลุนิพพานในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า การบรรลุนิพพานนั้น สิ่งสำคัญประการแรก คือ การศึกษาถึงหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้โดยเฉพาะโพธิปักขิยธรรม ๓๘ เป็นหลักธรรมที่นำไปสู่การปฏิบัติเพื่อการบรรลุนิพพานโดยเฉพาะทรงแสดงไว้ให้เหมาะสมกับจริตของแต่ละบุคคล ประกอบด้วย สติปัฏฐาน ๔ สัมมปธาน ๔ อธิปัตถ ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชนงค์ ๗ และมรรค ๘ แต่ละหมวดมีความสมบูรณ์ในตัวเอง ผู้ปฏิบัติสามารถปฏิบัติตามหมวดธรรมใดที่ย่อมบรรลุนิพพานได้ โดยสรุปการปฏิบัติธรรมมี ๒ วิธี คือ สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งต้องปฏิบัติควบคู่กัน โดยเฉพาะวิปัสสนากัมมัฏฐาน ถ้าผู้ปฏิบัติยังไม่สามารถขจัดเข้าสู่วิปัสสนากัมมัฏฐานได้ การบรรลุนิพพานก็จะไม่เกิดขึ้น เมื่อสามารถทำวิปัสสนาญาณให้แจ้งได้แล้ว การบรรลุนิพพานจึงจะเกิดขึ้น

๑.๔.๒.๒. พระมหาสังเวช ฐมมเนตติโก (เนตรนิมิตร)^{๔๘} ได้ศึกษางานวิจัยการศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่อง ชีวิตภิกษุณีกับการบรรลุนิพพาน : เฉพาะที่ปรากฏในเถรคถา สรุปได้ว่าการบรรลุนิพพานของภิกษุณีแต่ละรูป มีส่วนสัมพันธ์กับภูมิหลังในอดีตชาติและภูมิหลังในชาติปัจจุบัน ในอดีตชาติภิกษุณีทุกรูปเคยพบพระพุทธเจ้า ตั้งความปรารถนาการบรรลุนิพพานต่อพระพักตร์ของพระพุทธเจ้า เคยสร้างกุศลต่าง ๆ เช่น การให้ทาน ในชาติปัจจุบันซึ่งเป็นชาติสุดท้าย (ปัจจุณมภวีกสตุต) ภิกษุณีทุกรูปแม้จะมาจากชาติตระกูลต่างกัน มีการศึกษาและอุปนิสัยแตกต่างกัน แต่บริบททางสังคมเหล่านี้ก็ได้เป็นอุปสรรคต่อการบรรลุนิพพานแต่อย่างใด เมื่อมีความพร้อมทุกรูปก็สามารถบรรลุนิพพานได้ แต่ความพร้อมในชาติปัจจุบันก็สัมพันธ์กับภูมิหลังในอดีตชาติอย่างแน่นแฟ้น ดังที่ ภิกษุณี ๑๓ รูป ผู้ระบุว่าปฏิบัติธรรมโดยวิธีสมณะน่าน้ำวิปัสสนามี ๑๒ รูป ผู้ปฏิบัติธรรมโดยวิธีวิปัสสนาน่าน้ำสมณะมีเพียงรูปเดียวเท่านั้น ภิกษุณีผู้บรรลุพระนิพพาน อันเป็น

^{๔๗} พระมหาอำนาจ อานนุโท, “การบรรลุนิพพานในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๒.

^{๔๘} พระมหาสังเวช ฐมมเนตติโก (เนตรนิมิตร), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่อง ชีวิตภิกษุณีกับการบรรลุนิพพาน : เฉพาะที่ปรากฏในเถรคถา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๓๖.

จุดหมายสุดท้ายในชีวิต ย่อมรู้ด้วยตนเองว่า ชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์ได้อยู่จบแล้ว กิจที่ต้องทำได้ทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นที่ต้องทำยิ่งไปกว่านี้อีก ซึ่งภาวะนี้เรียกว่า นิพพาน.

๑.๔.๒.๓. พระมหาบุญจิต สุธโปรง^{๔๘} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาวิเคราะห์คุณสมบัติของพระอรหันต์ในพระพุทธศาสนานิกายเถรวาท พบว่า ภาวะของนิพพานเป็นสิ่งที่มียู่และเกิดขึ้นได้จริง ดูได้จากพระอรหันต์เป็นตัวอย่าง การบรรลุธรรมไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นโดยบังเอิญ ต้องอาศัยการปฏิบัติทั้งสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน รวมทั้งการสร้างสมบารมี นอกจากนี้ คุณสมบัติของพระอรหันต์อาจจำแนกได้ ๒ ประเภท ได้แก่ คุณสมบัติทั่วไป คือ การที่จิตบริสุทธิ์หมดจดจากกิเลส และคุณสมบัติพิเศษเฉพาะอันมีพื้นฐานมาจากการบำเพ็ญบารมี การปลูกสร้างอภิญญาและปัญญาซึ่งไม่ใช่จุดหมายอันแท้จริงในพระพุทธศาสนา

๑.๔.๒.๔. พระฟอง อภิวัฒน์ (สวัสดิ)^{๔๙} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวคิดเรื่อง จิตว่าง ของท่านพุทธทาส ซึ่งให้เห็นปัญญาตามธรรมชาติของพุทธทาสภิกขุ สรุปใจความดังนี้ จิตที่ประกอบอยู่ด้วยปัญญา มองโลกอยู่ด้วยความว่างจากความรู้สึกเป็นตัวตน เป็นจิตที่สมบูรณ์ การทำตนให้ว่างคือการกระทำทุกอย่างให้เต็มไปด้วยปัญญา อย่าให้จิตยึดถืออะไรมาเป็นตัวตน พิจารณาร่างกายก็สักว่าร่างกาย จิตก็สักว่าจิต เจตสิก (สิ่งที่ประกอบกับจิต เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง สรรพสาเป็นต้น) สักว่าเจตสิก ไม่มีอะไรที่น่าจะมาถือเอาว่า เป็นตัวเป็นตน การไม่มีตัวตนนี้ ไม่ได้แปลว่าจะต้องเอาร่างกายนี้ไปบูชาให้ละเอียดยหรือนำเอาไปเผาไฟทิ้งเสีย ความว่างที่ประกอบด้วยปัญญา เป็นความรู้คิดที่มีอยู่อย่างสมบูรณ์รู้สึกตัวอยู่เสมอ โดยมีความรู้ชัดแจ้งว่า ไม่มีอะไรเป็นตัวตนที่แท้จริง ไม่มีความยึดมั่นถือมั่นเป็นตัวตนขึ้นมาได้ เป็นจิตที่ว่างจากกิเลสจากตัวตนด้วยอำนาจของปัญญา

๑.๔.๒.๕. พระสมเกียรติ ปริณญาโณ(เพชรอริยวงศ์)^{๕๐} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวคิดเรื่อง ตถตาในธรรมชาติของท่านพุทธทาสภิกขุ ซึ่งกล่าวถึงวิปัสสนาปัญญา เป็นเครื่องมือละกิเลส สรุปใจความดังนี้ วิธีการเดียวเท่านั้น ที่ใช้ในการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุแจ้งตาม

^{๔๘} พระมหาบุญจิต สุธโปรง, “ศึกษาวิเคราะห์คุณสมบัติของพระอรหันต์ในพระพุทธศาสนานิกายเถรวาท”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล), ๒๕๖๖.

^{๔๙} พระฟอง อภิวัฒน์ (สวัสดิ), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวคิด เรื่อง“จิตว่าง”ของท่านพุทธทาส”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๕), หน้า ๔๕.

^{๕๐} พระสมเกียรติ ปริณญาโณ (เพชรอริยวงศ์), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวคิด เรื่อง ตถตาตามธรรมชาติของท่านพุทธทาส”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๔๑ - ๔๖.

ความเป็นจริงในมิติของกฎธรรมชาติ เรียกว่า วิปัสสนา เพื่อนำไปสู่ปัญญา รู้อย่างครบถ้วนในกฎธรรมชาติ วิ แปลว่า อย่างแจ่มแจ้ง ชัดเจน ไม่มีที่สงสัย ปัสสนา แปลว่า เห็น โดยใจ เห็นทางใจ เห็นอย่างเหมือนกับเห็นด้วยตา เห็นด้วยตาอย่างแจ่มแจ้งอย่างไร ก็เห็นด้วยใจอย่างแจ่มแจ้งอย่างนั้น เรียกว่า วิปัสสนาๆ คำนี้แปลว่า เห็นอย่างแจ่มแจ้ง คือมีปัญญา รู้อย่างครบถ้วน คำว่า ปัญญา ปะ แปลว่า ครบถ้วน ญา แปลว่า รู้ รู้อย่างครบถ้วนนี้ คือ รู้ถูกต้องตามที่มันเป็นจริงตามธรรมชาติ การจะเห็น ตถตา ได้นั้น จะต้องผ่านการปฏิบัติวิปัสสนา ทำให้ชำนาญ ทำให้มาก เกี่ยวกับปริกรรม หนอ มีความเพียรจนกระทั่งมีญาณทัสสนะ หรือญาณุตสัมมปัญญา ปัญญาที่รอบรู้อย่างถูกต้องตามที่มันเป็นจริงในสิ่งที่มียุ่จริง ปัญญาที่โดยชอบตามความเป็นจริงอย่างเพียงพอโดยการเห็นอารมณ์ หนอ รูป-นามหนอ เกิดหนอ ดับหนอ อนิจจังหนอ ทุกขังหนอ อนัตตาหนอ วิราคะหนอ นิโรธะหนอ ปฏิณิสตคคะหนอ (สลัดคืน) สุธมฺมาหนอ จึงจะเห็นตถตาได้ การเห็นไตรลักษณ์ คือ มีปัญญารู้แจ้งตามความเป็นจริง ที่มันเป็นไปอย่างนั้น โดยที่เราเฝ้ามองจดจ่อ เห็นความเป็นไปของสังขารทั้งปวงว่า มันไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์หรือความขัดแย้งกันของสังขารทั้งปวง แล้วก็เห็นความเป็นอนัตตา คือ มันเป็นทุกข์ มันไม่เที่ยง บังคับบัญชามันไม่ได้ มันต้องเป็นไปอย่างนั้น การเห็นแจ้งไตรลักษณ์ คือ ลักษณะของสังขารทั้งปวง ที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ตั้งอยู่ในฐานะหัวใจของพระพุทธศาสนา ในด้านปัญญา เป็นส่วนของการรู้แจ้งแทงตลอด เป็นภาพรวมทั้งหมดทั้งในด้านปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ จิตที่มีปัญญารู้แจ้งตามความเป็นจริง ยอมรับความเป็นสภาวะสังขารทั้งปวงย่อมสัมพันธ์กับสังขารทั้งปวงนั้นอย่างอิสระไม่ยึดถือในสังขาร ไม่เกาะเกี่ยวในสังขาร ไม่ขึ้นต่อสังขาร หรือตกเป็นทาสของสังขารอีกต่อไป สภาวะเช่นนี้เรียกว่า ปัญญาวิมุตติ ย่อมเข้าถึงสภาวะ นิพพาน อันเป็นสภาวะแห่งการดับทุกข์อุปาทาน

๑.๔.๒.๖. ศิริกาญจน์ ทัศนีย์ไตรเทพ^{๕๐} ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องการศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องฆาตกรกับการบรรลุเป็นพระอรหันต์ : ศึกษาเฉพาะกรณีพระองค์อุทตมเถระ สรุปได้ว่า พระองค์อุทตมเถระ เคยเกิดเป็นฆาตกรอย่างน้อย ๔ ชาติ และได้พระโพธิสัตว์เป็นกัลยาณมิตรแนะนำสั่งสอน จึงเลิกเป็นฆาตกร ตั้งใจสมาทานศีล ๕ และบำเพ็ญบารมีเป็นอันมาก ในชาติสุดท้ายเกิดเป็นฆาตกรองค์อุทตม พระพุทธเจ้าทรงเป็นกัลยาณมิตร แสดงธรรมให้ฟัง จึงได้บรรลุโสดา ปัตติผล จากนั้นก็ได้อุปสมบทและปฏิบัติธรรมด้วยความเพียรแรงกล้าจนได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ซึ่งสาเหตุที่ฆาตกรองค์อุทตมสามารถบรรลุเป็นพระอรหันต์นั้น องค์อุทตมไม่มีสันดานเป็นฆาตกร แม้

^{๕๐}ศิริกาญจน์ ทัศนีย์ไตรเทพ, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องฆาตกรกับการบรรลุเป็นพระอรหันต์ : ศึกษาเฉพาะกรณีพระองค์อุทตมเถระ” วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐).

ผ่านมนุษย์จำนวนมากแต่ก็ทำด้วยความจำใจไม่ได้กระทำอนันตริยกรรมและภิกขุณีทุสกกรรม ซึ่งเป็นกรรมที่มีโทษหนักห้ามบรรลุมรรคผลนิพพาน นอกจากนี้ท่านได้สร้างบารมีถวายทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา มีพระโพธิสัตว์เป็นกัลยาณมิตรคอยสั่งสอน ใช้โยนิโสมนสิการในการศึกษาและปฏิบัติธรรมตามหลักไตรสิกขา คือศีล สมาธิ ปัญญา โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ และภาวนา ๒ อย่าง คือ (๑) สมถภาวนา คือการฝึกอบรมหรือพัฒนาจิตให้สงบ โดยใช้อารมณ์เป็นเครื่องยึด (๒) วิปัสสนาภาวนา คือ การฝึกอบรมหรือพัฒนาจิตให้เห็นแจ้ง พิจารณาสังขารทั้งหลายโดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เพื่อคลายความยึดมั่นถือมั่นในเบญจขันธ์ จนสามารถตัดผลแห่งกรรมชั่วได้ด้วยยอร์हतตมรรคบรรลุเป็นพระอรหันต์

๑.๔.๒.๗. ฌัชชา ธารสนธยา^{๔๒} ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องศึกษาขั้นตอนการปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลुพระนิพพานที่ ปรากฏในคณกโมกคัลลนสูตร สรุปได้ว่า พระอริยบุคคลที่ยังไม่บรรลุลุหัตตผล สำหรับพระอรหันตคิณาสพ ธรรมเหล่านี้ เป็นไปเพื่อความอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน และเพื่อสติสัมปชัญญะ ดังต่อไปนี้ คือ ๑) ผู้ปฏิบัติต้องเป็นผู้มีศีล สำรวมในปาติโมกขสังวร มีกาย วาจาปิดกั้นโดยไม่ล่วงละเมิดสิกขาบท พรั่งพร้อมด้วยการเป็นอยู่ที่มีศีลสมบูรณ์ตามสภาพของตน ไม่ไปในสถานที่ที่ไม่ควรไป ควรไปในสถานที่ที่ควรไป เห็นโทษเล็กน้อยเป็นโทษใหญ่ สมาทาน และศึกษาศิกขาบททุกข้อโดยไม่มีส่วนเหลือ ๒) ผู้ปฏิบัติต้องเป็นผู้คุ้มครองอินทรีย์ทั้งหลาย มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เมื่อตากระทบรูป หูกระทบเสียง จมูกกระทบกลิ่น ลิ้นกระทบรส กายถูกต้อง โผฏฐัพพะ ใจถูกต้องธรรมารมณ์ ต้องปฏิบัติตนเพื่อปิดกั้นอินทรีย์นั้น ด้วยสติ เมื่ออารมณ์เหล่านั้น มา กระทบแล้ว ถ้าผู้ปฏิบัติเกิดความชอบใจ ความไม่ชอบใจ หรือความเฉย (พลอสติ) ก็ให้รู้ชัด สภาพนั้นๆ ว่าเป็นสภาพหยาบอาศัยกันและกันเกิดขึ้น โดยมีสิ่งที่ละเอียดประณีตคืออุเบกขา ดังนั้น ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ และความเฉยที่เกิดขึ้นแล้วจะดับไปทันที อุเบกขาย่อมดำรงมั่น ๓) ผู้ปฏิบัติต้องเป็นผู้รู้ประมาณในการบริโภค พิจารณาโดยแยกคายแล้วรับประทานอาหาร เป็นการกำหนดประโยชน์ในการกลืนกินว่า ไม่ใช่เพื่อเล่น ไม่ใช่เพื่อมัวเมา ไม่ใช่เพื่อประดับ ไม่ใช่เพื่อตกแต่ง เพื่อความดำรงอยู่ได้แห่งกายนี้ เพื่อให้กายนี้เป็นไปได้ เพื่อกำจัดความเบียดเบียน เพื่ออนุเคราะห์พรหมจรรย์ ด้วยคิดเห็นว่า เราจักกำจัดเวทนาเก่า และจักไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้น ทั้งนี้ ความดำเนินไปแห่งกาย ความไม่มีโทษ และการอยู่ผาสุกจักมีแก่เรา ๔) ผู้ปฏิบัติต้องเป็นผู้ระกอบความเพียรเครื่องต้นอย่างต่อเนื่องทั้งกลางวันและกลางคืน เพื่อชำระจิตให้บริสุทธิ์จากกรรมอันเป็น

^{๔๒} ฌัชชา ธารสนธยา, “ศึกษาขั้นตอนการปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุพระนิพพานที่ปรากฏในคณกโมกคัลลนสูตร” วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕).

เครื่องขัดขวางทั้งหลาย ด้วยการเจริญกรรม ด้วยการนั่งสมาธิ ในมัชฌิมาขันธ์แห่งราตรีนั้นจนดู
 ราศีให้โดยข้างเบื้องขวา ซ้อนเท้าเหลื่อมเท้า โดยกำหนดว่าจะลุกขึ้นในปัจฉิมยามแห่งราตรี เพื่อ
 ชำระจิตให้บริสุทธิ์ ด้วยการเจริญกรรม ด้วยการนั่งสมาธิ ๕) ผู้ปฏิบัติต้องเป็นผู้ประกอบด้วย
 สติสัมปชัญญะ รู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การก้าวเข้า การเหยียดออก
 การครองสังฆาฏิ บาตรและจีวร การดื่ม การฉัน การเคี้ยว การกลืน การถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ การ
 เดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง(ไม่มีการใดเลยที่ไม่ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ
 ๖) ผู้ปฏิบัติต้องเป็นผู้พักอยู่ ณ เสนาสนะอันเงียบสงัด คือ ป่าไม้ โคนไม้ ภูเขา ซอกเขา ถ้ำ ป่าช้า ป่า
 ชhut ที่แจ้ง ที่ลอมฟาง ภายหลังรับประทานอาหารเสร็จแล้ว นั่งขัดสมาธิ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะ
 หน้า ละนิวัตร ๕ ซึ่งเป็นเหตุที่ทำให้จิตเศร้าหมองบั่นทอนกำลังปัญญาและ๗) ผู้ปฏิบัติเมื่อละ
 นิวัตร ๕ ได้แล้วจึงเป็นผู้สงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลาย และเข้าปฐมฌานถึงจุดตกฌาน
 เพราะว่าการจะบรรลุพระนิพพานหรือไม่ อยู่ที่การปฏิบัติตามขั้นตอนที่พระพุทธองค์ทรงบัญญัติไว้
 หากเดินทางตรงกันข้าม โดยไม่มีสติ ไม่เคารพอย่างจริงจังในสิกขา ไม่คุ้มครองอินทรีย์ทั้งหลาย ไม่
 รู้ประมาณในการบริโภค ไม่ประกอบความเพียรเรื่องต้นอย่างต่อเนื่อง ไม่มีสติสัมปชัญญะ เป็น
 ผู้นำใน โลกกมลธรรม ทอดธุระในปวิเวก มีจิตไม่ตั้งมั่น มีจิตกวัดแกว่ง ปัญญาที่บิดเบือนคั่นหนวก
 และคนไป คือหลงทางผิดทาง ไม่ทำตามคำพร่ำสอน ผู้ปฏิบัติย่อมไม่บรรลุพระนิพพานแน่นอน

๑.๔.๒.๘. ประพันธ์ รักเรียน^{๕๓} ศึกษาจริตกับการบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนา
 เถรวาท พบว่า จริตเป็นผลของกรรมและเป็นเหตุให้เกิดการทำความกรรมที่แสดงออกมาเป็นพฤติกรรม
 ตามสภาวะธรรมที่เป็นกุศลหรืออกุศลที่นอนเนื่องอยู่ในจิตใจ ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมที่แตกต่างกัน
 จริตจึงทำให้ทราบว่าบุคคลมีสภาวะธรรมที่สั่งสมมาแต่ในอดีตชาติ อันเป็นตัวกำหนดรูปแบบแห่ง
 พฤติกรรมในปัจจุบันชาติ เมื่อจะปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นจึงต้องพิจารณาว่าจิตของผู้เป็นอย่างไร
 เพื่อจะได้ใช้หมวดธรรมมาแก้ไขปัญหาก็ถูกต้องอันจะทำให้บรรลุธรรมผลได้ตามที่ตั้งใจไว้
 พระพุทธเจ้าเมื่อจะทรงเทศนาโปรดบุคคลใด จะทรงตรวจดูจิตของบุคคลนั้นก่อนแล้วจึงแสดง
 ธรรม ภายหลังจึงมีการจำแนกบุคคลออกเป็นจิตต่างๆ เพื่อประโยชน์ในด้านการบำเพ็ญธรรม
 กล่าวคือ พิจารณาว่าบุคคลนั้นมีจิตที่เป็นฝ่ายกุศลหรือฝ่ายอกุศล แล้วจึงมอบกัมมฐานที่เหมาะสม
 แก่จิตนั้นๆ เพื่อให้ได้บรรลุธรรมได้รวดเร็ว เรื่องทฤษฎีจริตเป็นสิ่งสำคัญในการบำเพ็ญธรรมและ
 การบรรลุธรรมในพุทธศาสนาเถรวาท

^{๕๓} ประพันธ์ รักเรียน, “จริตกับการบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์อักษรศา
 สตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๑).

๑.๔.๒.๘. สุนันท์ เพ็ชรพิรุณ^{๕๔} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่อง การพัฒนาปัญญาตามธรรมชาติของพุทธทาสภิกขุ ผลการศึกษาพบว่าในทัศนะของพุทธทาสภิกขุ ปัญญาหมายถึงความรู้แจ้ง ความรู้ชัด ความเข้าใจ ความรู้เท่าทัน สิ่งต่างๆตามความเป็นจริง ปัญญาเป็นคำกลางๆ มีหลายระดับขั้น สรุป ปัญญาไว้ ๓ ประเภท ได้แก่ (๑) ปัญญา หมายถึง ความรู้แจ้ง ความรู้ชัด ความเข้าใจ ความรู้เท่าทันทุกสิ่ง ตามความเป็นจริง (๒) ปัญญาในทางพระพุทธศาสนา มีเป้าหมายอยู่ที่การทำลายดับอวิชชาและกิเลสอาสวะทั้งปวงที่เป็นต้นเหตุแห่งความทุกข์ ทั้งที่เป็น ส่วนตัวบุคคล และแก่ชาวโลก ดังพุทธพจน์ที่ว่า ปัญญา บริสุทธติ - บุคคล ย่อมบริสุทธได้ด้วย ปัญญา หรือ ปัญญา โลกสุมิ ปชฺโชโต - ปัญญา เป็นแสงสว่างในโลก (๓) กระบวนการพัฒนาปัญญาตามทัศนะของพุทธทาสภิกขุ ได้แก่ ความหลุดพ้น ต้องอาศัยปัญญาเป็นตัวการสำคัญ ได้แก่ วิปัสสนาปัญญา นับตั้งแต่พระอริยบุคคลขั้นต้น คือ พระโสดาบัน ไปจนถึงพระอรหันต์เป็นบุคคลที่ ประเสริฐสุดในทางพระพุทธศาสนา

๑.๔.๒.๑๐. พระศักดิ์ดา วิสุทธิญาณ (มรดา)^{๕๕} ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องการพัฒนา ทรัพยากรมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนา สรุปได้ว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลัก พระพุทธศาสนา และเปรียบเทียบการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักทฤษฎีตะวันตกกับการพัฒนา ทรัพยากรมนุษย์ตามหลักพุทธศาสนา ดังนี้ คือ ๑) พัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักพุทธศาสนา เน้น ฝึกพัฒนามนุษย์ในทุกมิติ เช่น ขบวนการคัดสรรคนจากหลักการพิจารณามนุษย์ว่าเปรียบเสมือนบัว ๔ เหล่า หลักจิต ๖ เพื่อการจัดสรรหลักธรรมให้เหมาะสมกับบุคคลเพื่อได้รับผลที่เป็นเลิศจากการ ฝึกปฏิบัตินั้น การใช้คำพุทธศาสนสุภาษิตสอดแทรกในคำสอน การดำเนินชีวิตให้เจริญด้วยหลัก ภาวนา ๔ เพื่อพัฒนา กาย สิล จิต และปัญญาของตน และสำหรับผู้มีหน้าที่ในการพัฒนาผู้อื่นก็มี หลักธรรมจำนวนมากที่เหมาะสมในการนำมาใช้ให้สอดคล้องกับสถานการณ์นั้นได้เป็นอย่างดี รวมถึงการอยู่ร่วมกันอย่างมีเมตตาปรารถนาดี อยากให้ผู้อื่นได้รับความสุข และมีชีวิตที่พัฒนาอย่าง สมบูรณ์ ๒) เปรียบเทียบการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนากับการพัฒนา ทรัพยากรมนุษย์ตามหลักทฤษฎีตะวันตกซึ่งเป็นแนวความคิดที่ใช้อยู่ในปัจจุบัน พบว่า มีทั้งความ คล้ายคลึงกันและความแตกต่างกัน กล่าวคือ มีเป้าหมายในการพัฒนาปรับปรุงทรัพยากรมนุษย์ เหมือนกัน แต่แตกต่างกันที่เป้าหมายเชิงลึก นั่นคือ มีเป้าหมายในการพัฒนาปรับปรุงทรัพยากร

^{๕๔} สุนันท์ เพ็ชรพิรุณ “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดการพัฒนาปัญญาตามธรรมชาติของพุทธทาส ภิกขุ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘).

^{๕๕} พระศักดิ์ดา วิสุทธิญาณ (มรดา) “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐).

มนุษย์ตามหลักทฤษฎีตะวันตกจะพัฒนามนุษย์เพื่อสนองตอบความต้องการขององค์กรในด้านการเพิ่มผลผลิตตามแนวคิดของปรัชญาระบบทุนมนุษย์ หรือตามแนวคิดปรัชญามนุษย์นิยม แต่การพัฒนาตามหลักพระพุทธศาสนามีปรัชญาที่ว่ามนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐที่พัฒนาให้ดีขึ้นได้ สามารถที่จะเรียนรู้จนมีปัญหา เข้าถึงสัจจะธรรมได้ มนุษย์สามารถพัฒนาไปสู่ภพภูมิที่ดีกว่าเดิมได้ทั้งใน ระดับโลกียะภูมิ สำหรับมนุษย์ปุถุชนทั่วไป และระดับโลกุตระภูมิ สำหรับการพัฒนาเป็น “อริยบุคคล” คือ เป็นบุคคลที่มีภูมิธรรมเหนือกว่า “ปุถุชน” ที่ยังถูกรอบงำด้วย “อวิชชา” ซึ่งเป็นที่มาของกิเลส ทำให้เกิดความโลภ ความโกรธ เกลียด อาฆาตแค้น แย่งชิงทรัพยากร กดโกง จริยธรรมตกต่ำ และทำลายล้างกันทั้งในระดับบุคคล ระดับประเทศ และระดับระหว่างประเทศ เป็นปัญหาสำคัญของชาวโลกในทุกวันนี้ ๓) ผลลัพธ์ที่เกิดจากการพัฒนาพบว่า ข้อแตกต่างของพฤติกรรมที่เกิดจากการนำทฤษฎีทางตะวันตกมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์กับการนำหลักพุทธธรรมมาพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ มีลักษณะที่แตกต่างกันอยู่บ้าง คือ ผลการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักทฤษฎีตะวันตกมีลักษณะฉาบฉวย กล่าวคือ ไม่มีความยั่งยืนเหมือนนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาพัฒนา ซึ่งจากการสัมภาษณ์พระมหาเถระ พระนักเผยแผ่ คณะผู้บริหาร ผู้นำองค์กร และกลุ่มผู้มีชื่อเสียงในสังคม พบว่า ผลการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักทฤษฎีตะวันตกมีเพียงศักยภาพของร่างกาย และสติปัญญา ทักษะ ความสามารถเฉพาะในงานที่ทำ หรือผลเฉพาะด้านการทำงาน แต่ผลลัพธ์การพัฒนาตามหลักพระพุทธศาสนามีลักษณะที่เป็นการพัฒนายั่งยืน กล่าวคือ การพัฒนานั้นเป็นการพัฒนาในทุกมิติของชีวิต ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย ด้านจิตใจ หรือด้านสติปัญญา อารมณ์ สังคม และสิ่งแวดล้อมรอบตัว ซึ่งถือว่าเป็นการใช้ชีวิตอย่างสมดุลด้วยหลักการ “เดินทางสายกลาง”

๑.๔.๒.๑๑. ศิริพร สันถวชาติ^{๔๖} ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องการปฏิบัติธรรมกับการอบรมพัฒนาร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุไทย สรุปได้ว่า แนวคิดเรื่องผู้สูงอายุ ทฤษฎีภาวะสูงอายุ แนวคิดเรื่องศาสนา แนวคิดเรื่องศาสนาพุทธกับการแก้ปัญหาชีวิต ทฤษฎีบุคลิกภาพของอีริก อีริกสัน และ ทฤษฎีแรงขับ มาเป็นแนวทางในการวิเคราะห์ข้อมูล ในการเก็บข้อมูลผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการสังเกตแบบมีส่วนร่วม นั่นคือ ผู้วิจัยได้เข้าไปร่วมในการปฏิบัติธรรมที่วัด และใช้เทคนิคการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกกับผู้สูงอายุที่มาปฏิบัติธรรม ที่วัดสนามใน จังหวัดนนทบุรี ซึ่งได้คัดเลือกกรณีศึกษาเป็นผู้สูงอายุที่น่าสนใจ ได้แก่ ๑) ปัจจัยที่ดึงดูดให้ผู้สูงอายุเข้ามาปฏิบัติธรรมมีหลากหลายปัจจัย คือ ภาวะการณืประสบกับเรื่องทุกข์ใจที่มีสาเหตุมาจากการงาน หรือคนรอบข้าง

^{๔๖} ศิริพร สันถวชาติ, “การปฏิบัติธรรมกับการอบรมพัฒนาร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุไทย”, วิทยานิพนธ์มานุษยวิทยามหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๑).

ความศรัทธาในตัวบุคคลหรือพระ การเข้ามาปฏิบัติธรรมเพราะทำตามกันมาตั้งแต่รุ่นพ่อแม่ ความกลัวตายเนื่องจากการเจ็บป่วย ความสงสัยในสิ่งที่เหนือคำอธิบาย ความเบื่อหน่ายทางโลก และความสนใจในทางธรรม ๒) ความผูกพันที่ผู้สูงอายุมีต่อวัด สามารถสะท้อนให้เห็นได้จากความรู้สึกว่าวัดเป็นบ้านหลังที่สองของผู้สูงอายุ ความถี่ของการเข้ามาปฏิบัติธรรมที่วัด และความรู้สึกว่าผู้สูงอายุเป็นส่วนหนึ่งของวัด ซึ่งความผูกพันจะมีความสัมพันธ์กับการสร้างบทบาทใหม่ให้แก่ผู้สูงอายุ บทบาทใหม่สำหรับผู้สูงอายุมีต่อวัด คือ การเป็นผู้ทำนุบำรุงศาสนา การเป็นผู้ดูแลสถานที่และช่วยงานต่างๆของวัด การเป็นผู้ดูแลพระสงฆ์ ซึ่งบุคคลอาจเลือกที่จะมีมากกว่าหนึ่งบทบาทก็ได้ขึ้นอยู่กับระดับความผูกพันของตนต่อวัด ๓) ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายเช่น หายจากอาการนอนไม่หลับ ระบบย่อยอาหารทำงานดีขึ้น มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงขึ้น การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ เช่น มีอารมณ์โกรธที่ลดลง มีสติรู้ในความคิด เกิดความรู้สึกสบายใจ จิตปล่อยวางต่อสิ่งรอบกวน จากการเจ็บป่วย ละซึ่งทรัพย์สินสมบัติและเรื่องทุกข์ใจ นอกจากนี้เมื่อปฏิบัติธรรมแล้วผู้สูงอายุบางท่านอาจได้แนวคิดใหม่ๆ เกี่ยวกับชีวิต เช่น แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง แนวคิดจิตอาสา ความมีเมตตา การรู้เท่าทันผู้อื่น ความมีสติในการกระทำ แนวคิดเหล่านี้ล้วนแล้วแต่จะเป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุในการดำเนินชีวิตในสังคม ซึ่งวิถีในการดำรงชีพของผู้สูงอายุที่หันหน้าเข้าสู่พุทธศาสนาจะสามารถนำมาเป็นประโยชน์ให้คนในวัยอื่นในสังคมไทยได้เกิดความเข้าใจในผู้สูงอายุยิ่งขึ้น และเห็นคุณค่าและบทบาทของผู้สูงอายุไทย

๑.๔.๒.๑๒. ศลิลักษณ์ ขยันกิจ^{๕๗} ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน: การศึกษาเชิงคุณภาพประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย สรุปได้ว่า การณการเรียนรู้ของนิสิตระดับปริญญาตรีโท และเอก สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ที่เข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนในด้านต่างๆ มีดังนี้ ๑) นิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยสะท้อนประสบการณ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้น ๔ ประเด็นคือ (๑) การมีสติรู้ตัว (๒) การเรียนรู้ตนเอง ได้แก่ การเข้าใจตนเอง การเป็นผู้สังเกตที่ละเอียดอ่อนการลดตัวตน การรู้เท่าทันอารมณ์ ความคิด การกระทำ และการคิดเป็นระบบ (๓) การเรียนรู้ผู้อื่น ได้แก่ การฟังอย่างตั้งใจ และการเปิดรับ และ (๔) การเรียนรู้ชีวิต ได้แก่ การเห็นความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ การเข้าใจถึงความไม่เที่ยงของชีวิต และการเห็นคุณค่าในสรรพสิ่ง ๒) นิสิตสะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงมุมมองต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ ดังนี้ (๑) มุมมองต่อตนเอง ได้แก่ การพัฒนาตนเอง และการเห็น

^{๕๗} ศลิลักษณ์ ขยันกิจ, “ศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน: การศึกษาเชิงคุณภาพประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย, (สนับสนุนโดย กองทุนรัชดาภิเษกสมโภช, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๑).

คุณค่าในตนเอง (๒) มุมมองต่อผู้อื่นได้แก่ การเข้าใจและเปิดใจรับ และ (๓) มุมมองต่อวิชาชีพ ได้แก่ การพัฒนาภายในตนของครู และการมีเมตตาต่อเด็ก ดังนั้นในการพัฒนาภายใน ถือเป็นงานท้าทายสำหรับการพัฒนาครูการศึกษาปฐมวัย ในการบูรณาการความรู้ภาคทฤษฎีเข้ากับศิลปะเพื่อสร้างครูที่มีความเข้าใจในตนเองและชีวิต

๑.๔.๒.๑๓. **วรรณดี หนูหลง**^{๕๔} ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องการพัฒนาตนเองด้วยทางสายกลาง สรุปได้ว่า ทางสายกลาง ที่พระพุทธเจ้าทรงชี้แนะ เป็นทางที่สาม เป็นทางสายใหม่ ๒ สาย ได้แก่ ๑) กามสุขัลลิกานุโยค ๒) อุตตกิลมณานุโยค เพราะว่าทางสายกลางเป็นทางที่ทำให้เกิดความพอเหมาะพอดี เพราะเป็นทางแห่งความถูกต้อง ที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ทางสายกลาง หมายถึง ทางปฏิบัติที่ไม่สุดโต่งไปในทางอุดมการณ์ใดอุดมการณ์หนึ่งเกินไป มุ่งเน้นใช้ปัญญาในการแก้ปัญหา มักไม่ยึดถือหลักการอย่างมกมาย เช่น ถือวัตถุหรือจิตใจมีค่า ยึดสิทธิปัจเจกชนหรือสังคมสำคัญ ดังนั้น ทางสายกลางที่เป็นหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า หมายถึง อริยมรรคมีองค์ ๘ ได้แก่ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวาယามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ย่อลงแล้วได้ ๓ ประการ คือ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ คือศีล สัมมาวาเย สัมมาสติ สัมมาสมาธิ คือ สมาธิ ส่วนสัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะ เป็นปัญญา รวมเป็นศีล สมาธิ ปัญญา เพราะฉะนั้นเรื่อง มัชฌิมาปฏิปทา หรือทางสายกลาง เป็นทฤษฎีแห่งการพัฒนาตน โดยใช้อริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นเครื่องมือพัฒนาตนโดยยึดถือเอา สัมปรีชธรรม ๓ และจริต ๖ ในตนเอง เป็นคุณสมบัติการพัฒนาตนเอง ๒ ชั้น คือ ชั้นนอก คือ การสร้างศักยภาพ หรือความสามารถรวมทั้งสร้างสิ่งแวดล้อมด้วย คือ เตรียมใจและตั้งใจให้สามารถยึดมั่นอยู่ในทางแห่งสัมมาทิฐิ และให้ความถูกต้อง ส่วนชั้นใน คือเป็นกระบวนการพัฒนาคุณสมบัติในตนเอง ให้เกิดผลสร้างความราบรื่นในการมีชีวิตอยู่ร่วมกันกับคนอื่นอย่างมีความสุข ตามเส้นทางการพัฒนาตามคติทางพระพุทธศาสนา คือการพัฒนาจากความเป็นปุถุชนไปสู่ความเป็นอริยบุคคล มีความเป็นอรหันต์ซึ่งเป็นการพัฒนาการที่สูงสุดนั่นเอง

๑.๔.๒.๑๔. **พระมหาพรตน์ คุณทสุลี (โพนดวงกรณ์)**^{๕๕} ได้ศึกษางานวิจัยเรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบพุทธวิธีการสอนในอรรถกถาธรรมบท กับกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียน

^{๕๔} วรรณดี หนูหลง, “การพัฒนาตนเองด้วยทางสายกลาง”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๑).

^{๕๕} พระมหาพรตน์ คุณทสุลี (โพนดวงกรณ์), “การศึกษาเปรียบเทียบพุทธวิธีการสอนในอรรถกถาธรรมบท กับกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖).

เป็นสำคัญ สรุปได้ดังนี้ว่า พุทธวิธีการสอนในอรรถกถาธรรมบท มีความสอดคล้องกับลักษณะของ กิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ๕ ประการ คือ (๑) เรียนรู้อย่างมีความสุข (๒) เรียนรู้ แบบองค์รวม (๓) เรียนรู้จากการคิด การปฏิบัติจริง และการสรุปองค์ความรู้ด้วยตนเอง (๔) เรียนรู้ ร่วมกับบุคคลอื่นและ (๕) เรียนรู้กระบวนการเรียนรู้ของตนเอง ดังนั้นพุทธวิธีการสอนในอรรถกถา ธรรมบทกับกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ เป็นการสอนที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน ซึ่งอยู่ บนพื้นฐานของหลักการสำคัญ ๓ ประการ คือ เน้นความแตกต่างระหว่างบุคคล เน้นให้ผู้เรียนมี ส่วนร่วมในการคิดการปฏิบัติจริงและสรุปองค์ความรู้ด้วยตนเองและมุ่งให้ผู้เรียนได้รับประโยชน์ สูงสุดจากการเรียนรู้ พุทธวิธีการสอนในอรรถกถาธรรมบท เน้นให้ผู้เรียนได้เข้าใจตนเอง โดยเฉพาะด้านจิตใจของตน เพื่อให้ผู้เรียนได้ปรับปรุงแก้ไขตนจนได้บรรลุธรรมขั้นใดขั้นหนึ่งตาม อุปนิสัยสมบัติที่เคยอบรมสั่งสมมา ในขณะที่ลักษณะของกิจกรรมการเรียนรู้ที่แตกต่างกันนั้น ผู้วิจัย พบว่า แตกต่างกันอยู่เล็กน้อย คือกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ เน้นให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ กระบวนการเรียนรู้ของตนเอง เพื่อให้ผู้เรียนได้เทคนิคและวิธีการในการแสวงหาความรู้ใหม่ ต่อไป

๔.๒.๑๕. นฤกร พรสวรรค์^{๖๐} ได้ศึกษางานวิจัยเรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วย ตนเองของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ สรุปได้ว่า ความพร้อมในการ เรียนรู้ด้วยตัวเอง ทำให้พยาบาลสามารถปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองได้ประสบความสำเร็จ และเกิดประสิทธิภาพ ระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ประสิทธิภาพการทำงานกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาล เชียงรายประชานุเคราะห์ กลุ่มตัวอย่าง เป็นบุคลากรพยาบาลที่ปฏิบัติงานในตำแหน่งพยาบาล วิชาชีพในโรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ จำนวน ๒๐๖ คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย ข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะส่วนบุคคล และแบบวัดความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง ของ วิลพร มณีพันธ์ ซึ่งดัดแปลงจากแบบวัดของกุกลิเอลมีโน (Guglielmino, 1977) โดยมีค่าความ เชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ .๕๔ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา และค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ดังนี้ ๑) พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ ส่วนใหญ่ มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองโดยรวมอยู่ในระดับสูง (๖๖.๑๘%) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า พยาบาลวิชาชีพมีคะแนนความพร้อมอยู่ในระดับสูงเกือบทุกด้าน ยกเว้นด้านการเปิดโอกาสตนเอง ในการเรียนรู้อยู่ในระดับสูงที่สุดและด้านความคิดสร้างสรรค์อยู่ในระดับปานกลาง

^{๖๐} นฤกร พรสวรรค์, “ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาล เชียงรายประชานุเคราะห์”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๕).

๒) ประสิทธิภาพการทำงานไม่มีความสัมพันธ์กับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของพยาบาลวิชาชีพ สามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนพัฒนาพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาล เชียงรายประชานุเคราะห์ ให้มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองนั่นเอง

๑.๔.๒.๑๖. พรทิพา กุญฺมพินานนท์^{๒๐} ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องการศึกษาวิเคราะห์ กระบวนการเรียนรู้ในพระพุทธศาสนาและการพัฒนาคน สรุปได้ว่า กระบวนการเรียนรู้ในพระพุทธศาสนา คือ การพัฒนาคนให้มีการศึกษา ได้แก่ หลักไตรสิกขา เป็นการศึกษาหาความรู้ หรือฝึกฝน อบรม พัฒนาตนให้ครบถ้วนด้วยปัญญา อันเป็นกระบวนการของการเรียนที่ถูกต้อง ซึ่งมี ๓ ประการคือ สติสิกขาเป็นกระบวนการฝึกฝนความประพฤติให้ตั้งงามมีระเบียบวินัย จิตตสิกขาเป็นกระบวนการฝึกอบรมจิต ปลุกฝังศีลธรรมด้านจิตใจให้เป็นสมาธิ และปัญญาสิกขา เป็นการฝึกทักษะกระบวนการคิด ความรู้ ความเข้าใจ ตามเหตุปัจจัยในสรรพสิ่งทั้งปวง หลักธรรมต่อมาที่ควรเรียนรู้ก็คือ อริยสัจ ๔ ประการคือ ทุกข์ ความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ สมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์นิโรธ การดับทุกข์ และมรรคข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ที่บุคคลจะดับทุกข์และอาสวะกิเลสทั้งปวงได้ด้วยอริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ และหลักธรรมที่ควรเรียนรู้คือ สติสัมปชัญญะ ซึ่งเป็นธรรมมีอุปการะมากที่ช่วยเหลืออุดหนุน ส่งเสริมซึ่งกันและกันในการกระทำคุณงามความดีเสมือนเรือกับหางเสือ และหลักธรรมที่ควรเรียนรู้อันสุดท้ายคือ โยนิโสมนสิการ เป็นกระบวนการของการเรียนรู้ในเรื่องการคิดพิจารณาอย่างแยบคาย โดยคิดตามความเป็นจริงไม่อิงคณาในการนำมาแก้ปัญหาทางสังคม ดังนั้นหลังการเรียนรู้สูงขึ้น หรือดีขึ้น เช่น มีความรับผิดชอบในการปฏิบัติหน้าที่ มีความพร้อมที่จะช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อมีโอกาส มีความเมตตาต่อสัตว์โลก มีความตั้งใจทำงานและตรงต่อเวลามากขึ้น คุณแลทรัพย์สินของตนเองและผู้อื่น เป็นต้น วิธีพัฒนางานด้วยอิทธิบาท ๔ ประการ คือ ต้องประกอบด้วยจิตใจที่ตั้งมั่น จดจ่อ ใจรักในงานที่ทำเรียกว่าฉันทะ มีวิริยะ อุตสาหะ พากเพียรพยายามทำงานนั้นให้สำเร็จ เรียกว่า วิริยะ หมั่นพิจารณาทบทวนการปฏิบัติงานนั้นอยู่เสมอ เรียกว่า จิตตะ และประเมินผลงานว่าบรรลุวัตถุประสงค์หรือไม่ เรียกว่าวิมังสา ในการพัฒนาสังคมต้องประกอบด้วยสังคหวัตถุทาน ๔ ประการ ซึ่งเป็นหลักธรรมที่พัฒนาคนให้เป็นที่รัก หรือเป็นมนต์เสน่ห์ทางใจ ที่สามารถยึดเหนี่ยวจิตใจของผู้อื่นไว้ได้อย่างแท้จริงและถาวร ได้แก่ ทาน การรู้จักแบ่งปันความสุขของตนเองและผู้อื่น ปิยวาจา คือการพูดด้วยวาจาที่สุภาพ อ่อนหวาน อัดอกริยา หลังจากนั้นเป็นการประพฤติดนให้เป็นประโยชน์มีการช่วยเหลือ อนุเคราะห์บุคคลอื่น เช่นเป็น

^{๒๐} พรทิพา กุญฺมพินานนท์, “การศึกษาวิเคราะห์กระบวนการเรียนรู้ในพระพุทธศาสนาและการพัฒนาคน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑).

นักเรียนตั้งใจศึกษาเล่าเรียน เป็นลูกที่ดีของพ่อ-แม่ เป็นต้นส่วนสมานัตตดา การวางตนเสมอต้นเสมอปลาย เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ดังนั้นการเรียนรู้เป็นกระบวนการของการแสวงหาหาความรู้ให้เข้าใจความจริงในสิ่งที่ยังไม่เข้าใจ ทั้งหลักการ วิธีการ ส่วนเป้าหมายที่แท้จริงของการปฏิบัติ คือ การเรียนรู้อย่างถูกต้องและครบถ้วนแล้วจึงลงมือปฏิบัติตามขั้นตอนที่ได้จากภาคทฤษฎี ย่อมประสบผลสำเร็จและสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ผลการวิจัยพบว่า เป้าหมายของการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานซึ่งมีเป้าหมาย คือ เพื่อมรรค ผล นิพพาน รวมทั้งมีการสำรวมอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจได้เป็นอย่างดีด้วย การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นการปฏิบัติธรรมขั้นสูง ที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติมีจิตใจที่มั่นคง และมีความเพียรไปสู่มรรค ผล นิพพาน โดยมีสติสัมปชัญญะ และสมาธิเป็นหลักในการปฏิบัติที่มุ่งเน้นอริยสัจ ๔ เพื่อการหลุดพ้นนั่นเอง

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยพบว่า การพัฒนาเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนนั้นสามารถปฏิบัติได้ โดยปรากฏหลักฐานในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา คือพระไตรปิฎก และเป็นการพัฒนาโดยผู้ปฏิบัติจะต้องมีการเรียนรู้โดยมีการเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง จนเกิดปัญญามองเห็นแนวทางในการปฏิบัติ

๑.๕. วิธีดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาวิจัยเอกสาร จากแหล่งข้อมูลที่นำมาประกอบการทำงานวิจัย ดังนี้ :-

๑.๕.๑. ศึกษาข้อมูลขั้นปฐมภูมิ ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย ภาษาบาลี และอรรถกถาของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๕ และคัมภีร์พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย ภาษาบาลี และอรรถกถาของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๒๕

๑.๕.๒. ศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับงานเขียน เรื่องการก้าวข้ามพ้นตัวตนแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท รวมทั้งแนวคิดจากการวิเคราะห์ตีความของนักปราชญ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง

๑.๕.๓. วิเคราะห์จัดระบบและนำเสนอผลการวิจัยโดยการบรรยายทำแผนภูมิเปรียบเทียบ

๑.๖. คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

๑.๖.๑. การพัฒนาตนเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตน หมายถึง การที่บุคคลพยายามที่จะปรับเปลี่ยนตนเองด้านต่างๆ เพื่อให้สามารถดำเนินกิจกรรมแสดงพฤติกรรม เพื่อสนองความต้องการ แรงจูงใจ หรือเป้าหมายสูงสุดที่ตนตั้งไว้ ดังนี้

๑.๖.๑.๑. การพัฒนาอารมณ์ หมายถึง การปฏิบัติสมถสมาธิ เพื่อการอบรมจิตให้ระงับกิเลส นำจิตตั้งมั่น ให้ปราศจากสภาวะนิวรณ์และราคะมารบกวนจากการสอคล้าย ฟุ้งซ่านไปปรุงแต่ง หรือสภาพที่ถูกยึดมั่นไว้ด้วยอุปาทาน เป็นการหลุดพ้นทางจิตด้วยอำนาจการฝึกจิตหรือด้วยกำลังสมาธิ ชั่วคราว สามารถมีสติระลึกรู้ ควบคุมกาย วาจาและใจให้สงบ เป็นเจโตวิมุตติ แต่สามารถพัฒนา โดยการคิดพิจารณาธรรมอย่างแจ่มแจ้งก็สามารถเข้าถึงปัญญาสูงสุดได้

๑.๖.๑.๒. การพัฒนาปัญญา หมายถึง ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นในการดับทุกข์ ซึ่งสภาวะปกติแห่งรูปธรรมนามธรรม อันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อยู่โดยปกติตามธรรมดา โดยการท้าวปีสสนามรรคปัญญาเป็นปัญญาวิมุตติ ให้เกิดขึ้น อันมีผลมาจากการทำลายกิเลสต่างๆ ให้สิ้นไป การได้เสวยรสของความเป็นพระอริยบุคคล การสามารถเข้านิโรธสมาบัติได้ และสำเร็จความเป็นอาहुในบุคคลซึ่งนำมาสู่ปัญญาขั้นสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา (วิปัสสนาญาณ ๑๖) ที่เกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน โดยมีเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน (ปัญญาขั้นสูงสุด)

๑.๖.๒. ตัวตนทางด้านพระพุทธศาสนา หมายถึง ความรู้สึกรู้สึกคิดว่าเป็นตัวเรา ของเรา มีความยึดมั่นถือมั่นในอัตตาที่อยู่ภายใต้กฎสามัญลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง(อนิจจัง) ความทุกข์(ทุกขัง) และความไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน หรือความไม่มีตัวตน(อนัตตา)

๑.๖.๔. ตัวตนทางด้านจิตวิทยา หมายถึง รูป(Archetype) ที่นำบุคคลไปสู่การแสวงหาวิธีการต่างๆ เพื่อพัฒนาศักยภาพของตนเอง ด้วยการปฏิบัติสมาธิเพื่อการตื่นผ่านอัตตาตัวตนให้ถึงความจริงอันจุดสูงสุด (Ultimate Truth) อันเป็นเป้าหมายของชีวิต

๑.๖.๕. การก้าวข้ามพ้นตัวตน หมายถึง สภาวะจิตใจที่อยู่เหนือ หรือข้ามพ้นความหมายแห่งตัวตน (Self) โดยเห็นภาพรวมความสัมพันธ์ของหลักธรรมที่เกี่ยวข้อง เช่น ปฏิจจสมุปบาท กฎไตรลักษณ์ ฯลฯ และปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ในกรอบของโพธิปักขิยธรรม ๓๗ จนสามารถก้าวข้ามพ้น อัตตาตัวตน เข้าสู่ภาวะเห็นความเกิดดับของรูปนาม พัฒนาการก้าวข้ามตั้งแต่ญาณที่ ๑๑ ถึงญาณที่ ๑๕ และทบทวนญาณกลับไปกลับมาจนถึงญาณที่ ๑๖ เพื่อบรรลุนิพพานในที่สุด

๑.๖.๖. การปฏิบัติเพื่อพัฒนาปัญญา หมายถึง การฝึกหัดปฏิบัติโดยอาศัยรูปนามขั้น ๕ สำหรับเป็นปัจจัยให้เกิดการเห็นแจ้งตามความเป็นจริงของธรรมชาติ เพื่อบรรลุนิพพาน ซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา และเป็นการปฏิบัติให้จิตเกิดความสงบ ตั้งมั่นใน

อารมณ์เพียงอย่างเดียว เพื่อให้ได้ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ เป็นปัญญาที่เห็นสภาวะธรรมรูป สภาวะธรรมนาม หรือ รูปกับนาม ในปัจจุบันขณะที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ ตามความเป็นจริงว่า เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่ว่าตัวตน สามารถบังคับบัญชาได้ นั่นก็ คือ ไตรลักษณ์

๑.๖.๗. วิปัสสนากัมมัฏฐาน หมายถึง หมายถึง วิปัสสนากัมมัฏฐานที่รู้แจ้งรู้ชัดซึ่งสภาวะปกติแห่งรูปธรรมนามธรรมอันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อยู่โดยปกติตามธรรมดานั่นเอง และทำจิต(ธรรมชาติที่รู้อารมณ์) เจตสิก(ธรรมชาติที่ประกอบกับจิตปรุงแต่งจิตให้เกิดการรู้อารมณ์) และรู้สึกเป็นไปตามตัวตนที่ประสบ และนิพพาน (ธรรมชาติที่สงบจากกิเลสและขันธ)

๑.๗. ประโยชน์ที่จะได้รับ

๑.๗.๑. ทราบแนวคิดที่เกี่ยวข้อง กับการก้าวข้ามพ้นตัวตน ในพระพุทธศาสนาเถรวาท และจิตวิทยาตะวันตก

๑.๗.๒. ทราบพุทธวิธีการก้าวข้ามพ้นตัวตน

๑.๗.๓. ทราบแนวทางบูรณาการรูปแบบการก้าวข้ามพ้นตัวตนตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๗.๔. สามารถนำความรู้จากการวิจัยไปประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหา พัฒนาตนเองเพื่อการก้าวข้ามพ้นตัวตนตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาทในสังคมปัจจุบัน รวมถึงช่วยให้เข้าใจชีวิตและนำไปสู่การดำเนินชีวิตในทิศทางที่ถูกต้อง