

ทางพ้นทุกข์ที่พระพุทธเจ้าปฏิเสธ*

The path leading to the cessation of suffering
what the Buddha rejects

พระมหายงยุทธ อธิธมโม**

Phramaha Yongyut Dhiradhammo

พระมหาสุขสันต์ สุขวฑฒโน***

Phramaha Sooksan Sukhawattano,

พระครูปลัดเจริญ วฑฒโน****

Phrakhupalad charoen vaddhano,

พระมหาบุญเกิด ปญญาปวฑฒณี*****

Phramaha Boonkerd Panyapawutti,

คงสุษฎฐ์ แพงทรัพย์*****

Khongsaris Pangthrap

ธนธิป ฮาดเนาลี*****

Dhanarthip Hardnualee,

สันติ เมืองแสง*****

Santi Muangseang

คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Faculty of Buddhism Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

E-mail : yongyutpolman@gmail.com

Received: November 21, 2022

Revised: November 25, 2022

Accepted: November 25, 2022

* บทความเรื่องนี้ ได้พัฒนามาจากหนังสือรวบบทความมหาจุฬาวិชาการ พระพุทธศาสนา ปรัชญา พระพุทธศาสนา บูรณาการกับศาสตร์สมัยใหม่ ที่พิมพ์เผยแพร่ เนื่องในงานครบรอบวันสถาปนา ๑๓๕ ปี มหาจุฬาฯ ณ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ตำบลลำไทร อำเภอน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เมื่อวันที่ ๑๓ กันยายน ๒๕๖๕

** พระมหายงยุทธ อธิธมโม, ดร., อาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. Phramaha Yongyut Dhiradhammo, Dr., Lecturer of faculty of Buddhism Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

*** พระมหาสุขสันต์ สุขวฑฒโน, ผศ.ดร., หัวหน้าภาควิชาพระพุทธศาสนา คณะพุทธศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. Phramaha Sooksan Sukhavattano, Asst. prof. Dr., Head, Department of Buddhist Studies, Faculty of Buddhism Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

**** พระครูปลัดเจริญ วฑฒโน, ผศ.ดร., อาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, Phra Krupalad Charen Wattano, Asst. prof. Dr., Lecturer, faculty of Buddhism Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้ ผู้เขียนต้องการนำเสนอทางพ้นทุกข์ผ่านโลกทัศน์ของสังคมอินเดียโบราณ โดยสรุปมี ๒ ประเภทหลักคือ (๑) การสนองความพึงพอใจทางร่างกายและจิตใจให้ถึงที่สุด (กามสุขัลลิกานุโยค) (๒) การทรมานตนด้วยวิธีต่าง ๆ (อัตตกิลมณานุโยค) เช่น อดอาหาร แนวทางทั้งสองนี้พระพุทธเจ้าได้ทดลองจนถึงที่สุดและประจักษ์ในผลของการปฏิบัติตามวิธีการนั้น ๆ แล้ว ทรงปฏิเสธว่าไม่สามารถนำผู้ปฏิบัติไปสู่ความดับทุกข์ที่แท้จริงได้ พระองค์จึงเสนอทางสายใหม่คือทางสายกลาง เรียกว่า อริยอัฏฐังคิกมรรค แปลว่า “ทางมีองค์ ๘ ประการ อันประเสริฐ” ประกอบด้วย (๑) สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ (๒) สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ (๓) สัมมาวาจา วาจาชอบ (๔) สัมมากัมมันตะ การงานชอบ (๕) สัมมาอาชีวะ อาชีพชอบ (๖) สัมมาวายามะ เพียรชอบ (๗) สัมมาสติ สติชอบ (๘) สัมมาสมาธิ สมาธิชอบ ถือว่าเป็นหนทางที่ประเสริฐ และสามารถดับทุกข์ได้อย่างแท้จริง

คำสำคัญ: ทางพ้นทุกข์; กามสุขัลลิกานุโยค; ทุกรกิริยา

Abstract

In this academic article, the author attempts to present the path leading to release the suffering through the worldview of ancient Indian society. In summary, there are two main kinds: (1) Sensuality (Indulgence) (2) Self-mortification such as fasting, etc. Both paths were extremely proved by the Buddha and is apparent the results of practicing them. Therefore, Buddha was refusing that ways cannot lead the one to get the true cessation of suffering. So, he proposed the great new path that is the middle path or the noble Eightfold Path, there are factors of the Path as follow: (1) right view (2) right thought

***** พระมหาบุญเกิด ปญญาปวุฑฺฒิ, ผศ.ดร., หัวหน้าภาควิชาบาลีและสันสกฤต คณะพุทธศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. Phramaha Boonkerd Panyapawutti, Asst.prof.Dr. Head Department of Religion and Philosophy, Faculty of Buddhism Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

***** ผศ.ดร.คงสุภรณ์ แพ่งทรัพย์, ผู้อำนวยการหลักสูตรปริญญาโท (สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ) คณะพุทธศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, Asst.prof.Dr. Khongsaris Pangthrap Lecturer, faculty of Buddhism Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

***** ดร.ธนธิป ฮาดเนาลี, อาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, Dr.Dhanarthip Hardnualee, Lecturer, faculty of Buddhism Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

***** ผศ.สันติ เมืองแสง, อาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, Asst.prof.Santi Muangseang Lecturer, faculty of Buddhism Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

(3) right speech (4) right action (5) right livelihood (6) right effort (7) right mindfulness (8) right concentration. Which is the noble way and truly released suffering.

Keywords: The path to released suffering; Sensuality; Self-mortification.

บทนำ

ทางพันธุกรรมในยุคก่อนพุทธกาลนั้น เรียกว่า โยคะบ้าง^๑ พรหมจรรย์บ้าง^๒ คำว่า “โยคะ” (Yoga) ก็คือรูปแบบของการสร้างความสมดุลแก่กายและจิต ผู้เดินตามเส้นทางแห่งโยคะ ได้ชื่อว่า โยคี (คัมภีร์ในชั้นอรรถกถาเช่นวิสุทธิมรรคใช้เรียกผู้ปฏิบัติว่าโยคาวจร) และอีกคำคือ “พรหมจรรย์” หมายถึงการประพฤติที่ประเสริฐดุจพรหม เป็นรูปแบบการใช้ชีวิตที่เชื่อกันว่าดีงาม ได้รับความนิยมไม่แพ้โยคะเช่นกัน แนวทางเหล่านี้ได้เจริญอยู่ในอินเดียโบราณและแพร่ไปสู่ภูมิภาคต่าง ๆ ในฐานะวัฒนธรรมความเชื่อมีการส่งต่อจากอดีตสู่ปัจจุบัน แม้ในสังคมไทยก็ปรากฏแนวปฏิบัติเช่นนี้

ในสังคมปัจจุบัน มักจะพบแนวการฝึกตนเพื่อความพ้นทุกข์ รวมทั้งรูปแบบการพัฒนาจิตใจในหลากหลายลักษณะ มีสำนักจำนวนมากที่นำเสนอความคิดและหลักการปฏิบัติของตนให้แก่ประชาชนผ่านช่องทางต่าง ๆ ซึ่งบางโอกาสมักจะพบกระแสการปฏิบัติธรรมที่แปลกประหลาด โลดโผน มีลักษณะที่สลับซับซ้อน และมีความล่อแหลมต่อศีลธรรม ซึ่งมีประชาชนชาวพุทธมิใช่น้อยให้ความสนใจและเข้าร่วมกิจกรรมเพราะเชื่อว่ามันเป็นแนวทางของพระพุทธศาสนา และดูเหมือนว่ามีชาวพุทธเป็นจำนวนไม่น้อยที่ยังไม่ทราบชัดในเกณฑ์ตัดสินหรือบรรทัดฐานที่ชี้วัดว่าอะไรคือทางพ้นทุกข์และสิ่งใดไม่ใช่ทางพ้นทุกข์ตามแนวทางของพระพุทธศาสนา

ฉะนั้น การสร้างความเข้าใจอันดีในแนวทางต่าง ๆ นั้น จำเป็นต้องอาศัยหลักฐานเชิงประจักษ์ซึ่งปรากฏในพระไตรปิฎกหรือไม่ก็อรรถกถาอันเป็นคลังข้อมูลทางพระพุทธศาสนาเป็นตัวช่วยในการวินิจฉัย โดยเราสามารถแสวงหาคำตอบจากนักปฏิบัติต่าง ๆ ในยุคก่อนสมัยพุทธกาลและยุคพุทธกาลว่ามีแนวทางการปฏิบัติอย่างไร ซึ่งผู้เขียนจะได้นำเสนอต่อจากนี้ไป

^๑ กามสุขัลลิกานุโยคะ และอัสติคิลมัตถานุโยคะ (-Yoga) ดูรายละเอียดใน Ven. Nyanatiloka. **Buddhist Dictionary: a manual of Buddhist Terms and Doctrines**, (Bangkok: O.S.Printing House, 2007) p. 88.

^๒ ดูรายละเอียดใน มหาสีหนาทสูตร (ม.ม. ๑๒/๑๕๕/ ๑๕๗-๑๕๘, พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณ).

ภูมิหลังวิถีพันทุกซ์ในอินเดียโบราณ

ประวัติศาสตร์ชมพูทวีปหรืออินเดียสมัยโบราณ ภายหลังจากที่ชาวอารยันเข้ามาเป็นผู้ปกครองในยุคเริ่มแรก ได้ถือเอาการบูชาโยญเป็นพิธีกรรมสำคัญตามที่ปรากฏสังหิตา (Samhita) แห่งพระเวท^๑ พิธิตั้งกล่าวถูกสร้างขึ้นให้มีความสลับซับซ้อนมากขึ้นเรื่อย ๆ

ในยุคแรกนั้น คัมภีร์พระเวทมุ่งเน้นพิธีกรรมการบูชาโยญและการสวดอันวอนเป็นหลัก ไม่ได้กล่าวถึงกำเนิดของโลกและความเป็นไปของโลก ตลอดจนการแสวงหาความหมายของชีวิตที่แท้จริง ในยุคต่อมา (เรียกว่ายุคแห่งปรัชญา)^๒ ชาวอารยันบางกลุ่มเริ่มตั้งคำถามต่อการบูชาโยญว่าเป็นเครื่องมือนำไปสู่ความหลุดพ้นและทำให้ชีวิตที่นัรันดรได้จริงหรือ ?

เมื่อผลที่ได้จากการบูชาโยญตามที่คัมภีร์ดั้งเดิม (พระเวท) สอน ไม่สามารถสนองต่อความต้องการทางจิตวิญญาณของคนในสมัยนั้นได้ พวกเขาจึงมองหาวิธีที่จะทำให้ชีวิตได้รับผลที่ยั่งยืนที่สุด จึงเกิดนักคิดจำนวนหนึ่งที่มีความเห็นตรงกันในเรื่องชีวิตมนุษย์ โดยมองว่าผลที่ได้จากการบูชาโยญนั้นไม่มีความยั่งยืนเป็นความสุขเพียงชั่วคราว ขณะที่ชีวิตของมนุษย์นั้นสั้นไม่น่าอภิมยและเป็นบ่อเกิดความทุกข์ทั้งปวงอีกด้วย มีความจำเป็นที่จะต้องแสวงหาความสุขที่มั่นคงถาวรต่อไป ซึ่งไม่อาจบรรลุได้ด้วยการครองเรือนแนวคิดในลักษณะนี้กลายเป็นรากฐานสำคัญให้คนในสมัยนั้นเริ่มสละบ้านเรือนออกไปสร้างอาศรมอาศัยอยู่ในป่า เรียกชนกลุ่มนี้ว่า “อารันยกะ”^๓ (Aranyaka) ใช้เวลาในการคิดค้นเรื่องความสุขที่สมบูรณ์เพิ่มมากขึ้น

การสละบ้านเรือนออกบวชในสมัยนั้นมีมากมายหลายกลุ่ม ไม่ได้จำกัดเฉพาะพราหมณ์เพียงกลุ่มเดียว แม้แต่วรรณะสูงเช่นวรรณะกษัตริย์ เมื่อเข้าสู่ปัจฉิมวัยก็นิยมออกบวชเป็นฤษีชีไพรอยู่ตามป่าเขา นักบวชเหล่านี้ได้ตั้งสำนักอยู่ตามริมฝั่งแม่น้ำบ้าง ตามภูเขาบ้าง ตามถ้ำบ้าง ปฏิบัติตนจนเข้าถึงภาวะบางอย่าง ต่อมาพวกเขาได้นำสิ่งที่ตนรู้นั้นมาสร้างเป็นหลักคำสอนและสร้างรูปแบบของการปฏิบัติสำหรับผู้ต้องการแสวงหาความพ้นทุกข์เช่นตน จึงเกิดกลุ่มผู้แสวงหาความจริงของชีวิตในแบบต่าง ๆ ขึ้น เช่น ฤษีชฎิล ดาบส อเจลกะ ปริพาชก มัสกริน มุณฑกะ นิครนธ์ สาธุ อาชีวก สมณะ ฯลฯ แต่ละกลุ่มได้สืบสานแนวทางปฏิบัติเรื่อยมาโดยเห็นว่านี้คือทางพ้นทุกข์ที่แท้จริง จึงปรากฏครู (หรือครู) เป็นจำนวนมากในยุคก่อนพุทธกาล

^๑ ดูรายละเอียดเพิ่มเติมใน ศาสตราจารย์ศรีสุรางค์ พูลทรัพย์, ประวัติศาสตร์ภูมิปัญญาอินเดีย, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๕๐-๕๑.

^๒ ดูรายละเอียดเรื่องการแบ่งยุคใน รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร, มิตสังคมในพระสุตตันตปิฎก, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๖๒), หน้า ๔๐.

^๓ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมศัพท์ศาสนาสาทุก อังกฤษ-ไทย, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทบอล พรินต์ จำกัด, ๒๕๕๒) หน้า ๖๔.

วิถีพันทุกข์ยุคก่อนพุทธกาล

ทางพันทุกข์ในที่นี้ บาลีใช้คำว่า “Maggā” (มคฺค) ตรงกับคำว่า Path ในภาษาอังกฤษ^๖ ปกติในทางศาสนา มักจะอ้างถึงคำว่า Path (marga, pantha) ได้แก่ ทางพันทุกข์ (a path to salvation) นำไปสู่การรู้แจ้ง (release/moksa)^๗ ทางพันทุกข์ด้วยวิธีแห่งโยคะและการประพาสพรหมจรรย์มีความเจริญและแพร่หลายในดินแดนอันกว้างใหญ่ของชมพูทวีปหรืออินเดียโบราณนั้น เป็นรากฐานให้เกิดกลุ่มผู้แสวงหาความจริงของชีวิตในแบบต่าง ๆ ซึ่งแต่ละกลุ่มได้ปฏิบัติไปตามแนวทางที่ตนได้ประจักษ์ในผลการปฏิบัติหนึ่งในนั้น ได้แก่ กลุ่มฤๅษี ซิเปลื่อย ซึ่งผู้เขียนจะได้ยกแนวทางปฏิบัติพอให้เห็นรูปแบบและวิธีการต่อไป

ก. พรตนิยม

แนวปฏิบัติแบบ “พรตนิยม” (Asceticism)^๘ ชมพูทวีป (อินเดียโบราณ) นั้น ปรากฏพระฤๅษีเป็นจำนวนมาก เป็นรูปแบบการใช้ชีวิตที่ไม่เกี่ยวข้องกับเรือนรูปแบบหนึ่ง ที่ได้รับความนิยมมาก พระฤๅษีที่ปรากฏชื่อและเกี่ยวข้องกับพุทธประวัติ มีสามท่านได้แก่ อสิตฤๅษี อาฬารฤๅษี อุทกฤๅษี สามารถศึกษาแนวทางปฏิบัติผ่านบุคคลดังกล่าวโดยเริ่มที่อัสติฤๅษีก่อน ดังนี้

๑) พรตนิยมแบบอัสติฤๅษี อัสติฤๅษีนี้เดิมที่เป็นบุตรของพราหมณ์มหาศาล มีผิวกายสีคล้ำ เป็นผู้มั่งคั่งปัญญาเฉลียวฉลาด เรียนจบพระเวท มนต์ และศาสตร์ทั้งหลายจากสำนักครู เมื่อจบพระเวทแล้วได้ออกบวชเป็นฤๅษีไปอยู่ที่ภูเขาวินธัย ฉันทรากไม้ ผลไม้และใบไม้เป็นอาหาร ถือความเศร้าหมองเป็นวัตรปฏิบัติ ปฏิบัติลูบปฏิบาท^๙ สร้างอาศรมอยู่ที่ภูเขาวินธัยนั้น ได้พากเพียรพยายามฝึกฝนปฏิบัติจนได้บรรลุมาน ๔ และอภิญญา ๕ เป็นพหุสูต มีทิพยจักขุ (ตาทิพย์) เป็นผู้ไม่มีชื่อเสียงและอานุภาพมาก สามารถเหาะเหินเดินอากาศได้ พำนักอยู่ที่อาศรมพร้อมกับลูกศิษย์ประมาณ ๕๐๐ คน^{๑๐}

อัสติฤๅษียังมีความคุ้นเคยและเป็นที่นับถือของศากยราชสกุล ครั้งหนึ่ง เมื่ออัสติฤๅษีทราบข่าวว่าพระราชโอรสของพระเจ้าสุทโธทนะประสูติใหม่ จึงเข้าไปเยี่ยม พระราชาทรงนำพระราชโอรสออกมาเพื่อ

^๖ Ven. Nyanatiloka, *Buddhist Dictionary: a manual of Buddhist Terms and Doctrines*, p. 107.

^๗ Richard F. Gombrich. *Theravada Buddhism: A Social History from Ancient Benares to Modern Colombo*, (New York, Routledge, 2006), p. 26.

^๘ Asceticism เป็นคำที่มาจากภาษากรีก askesis หมายถึง การฝึกฝน, (exercise, practice, training) ร่างกายและจิตใจให้มีความแข็งแกร่งเพื่อเป้าหมายบางอย่าง (*Encyclopedia of Religion*, Lindsay Jones, editor in chief, second edition, USA, 2005 p.526.).

^๙ หมายถึง ลูบปฏิบัติ ประพาสปอน ปฏิบัติเศร้าหมอง คือใช้ของเศร้าหมอง ไม่ต้องการความสวยงาม ของเก่า ๆ เรียบ ๆ สีสอน ๆ แต่สะอาด อ่างใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๓๕๒.

^{๑๐} สำเนียง เลื่อมใส, *มหาวิสตุอาทาน เล่ม ๒*, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสันสกฤตศึกษาในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี, ๒๕๕๗), หน้า ๓๐.

จะให้วันทาพระฤๅษี แต่พระบาททั้งสองของพระราชโอรสกลับเปี่ยงขึ้นไปประดิษฐานบนเศียรของพระฤๅษี เมื่อพระฤๅษีพิจารณาลักษณะของพระราชโอรสแล้วก็มั่นใจว่าพระราชโอรสนั้นจักตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าแน่นอน นอกจากทำอัญชลินบไหวแล้ว ก็ได้แย้มยิ้มแสดงความชื่นชมขึ้นออกมา แต่เมื่อมองเห็นว่า ตนจะไม่มีชีวิตอยู่จนถึงเวลาแห่งการตรัสรู้ ก็เสียใจร้องไห้ กระนั้นก็ตาม พระฤๅษีได้ไปบอกหลานชายของท่าน ให้ออกบวชรอเวลาที่พระโพธิสัตว์จะได้ตรัสรู้^{๑๑}

จะเห็นว่าท่านอสิตนี้ได้ปฏิบัติกรรมฐานจนได้มาน ๔ และอภิญญา ๕ กล่าวได้ว่าได้บรรลุผลจากการปฏิบัติสมาธิโดยตรง และดูเหมือนว่าท่านจะเป็นมั่งสวิริตด้วย เพราะรับประทานเพียงผักผลไม้เท่านั้น นอกจากนี้สามารถศึกษาได้จากประวัติของท่านอาจารย์และอุทกฤๅษี ดังต่อไปนี้

๒) พรตนิยมแบบอาหารฤๅษีและอุทกฤๅษี^{๑๒}

อาหารฤๅษี กาลามโคตร และอุทกฤๅษี รามบุตร พระฤๅษีทั้งสองเป็นผู้บำเพ็ญเพียรทางจิตจนได้มาน ตั้งสำนักอยู่ที่กรุงราชคฤห์ แคว้นมคธ

อาหารฤๅษี กาลามโคตรนั้น บำเพ็ญเพียรทางจิตได้มาน ๗ คือ

(๑) ปฐมมาน ทุตติยมาน ตติยมาน จตุตถมาน (รูปมาน)

(๒) อากาสนัญญายตนมาน วิญญานัญญายตนมาน อากิญจัญญายตนมาน (อรูปมาน)

ส่วนอุทกฤๅษีได้มาน ๘ ได้แก่

(๑) ปฐมมาน ทุตติยมาน ตติยมาน จตุตถมาน (รูปมาน)

(๒) อากาสนัญญายตนมาน วิญญานัญญายตนมาน อากิญจัญญายตนมาน เนวสัญญานาสัญญายตนมาน (อรูปมาน)

พระพุทธเจ้ายกย่องอาจารย์ทั้งสองคืออาหารฤๅษี กาลามโคตร และอุทกฤๅษี รามบุตร ว่าเป็นบัณฑิตฉลาดเฉียบแหลม มีปัญญา และมีกิเลสบางเบา พร้อมทั้งจะบรรลุธรรม สามารถรู้ได้ทันทีหากได้ฟังธรรมจากพระองค์ ฉะนั้น เมื่อแรกตรัสรู้จึงตัดสินพระทัยที่จะแสดงธรรมแก่ท่านอาจารย์ทั้งสองนี้ก่อนบุคคลอื่น^{๑๓}

กล่าวได้ว่า อาหารฤๅษีและอุทกฤๅษีเป็นผู้สามารถในทางสมณะ ได้มานในระดับสูง มีสานุศิษย์เป็นจำนวนมาก ครั้งหนึ่งเจ้าชายสิทธัตถะเคยเข้าไปฝากตัวเป็นลูกศิษย์และศึกษาอยู่ในสำนักนี้มาก่อน

ดังนั้น แนวปฏิบัติของอสิตฤๅษีที่ดี อาหารฤๅษี และอุทกฤๅษีที่ดี ถือว่าเป็นการมุ่งไปที่การฝึกจิตจนเกิดมานและมีความสามารถทางจิตในประการต่าง ๆ ซึ่งผู้เขียนขอเรียกแนวปฏิบัตินี้ว่า “แนวปฏิบัติแบบมานฤๅษี” มีลักษณะเฉพาะคือใช้จิตเพ่งสิ่งใดสิ่งหนึ่งจนเกิดสมาธิในระดับสูง

^{๑๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, ครั้งที่ ๑๒, หน้า ๕๒๒.

^{๑๒} ตูรายละเอียดใน โพธิราชกุมารสูตร (ม.ม. ๑๓/๓๒๗-๓๒๘/๓๔๕-๓๔๘) และดูสังคารวสูตร (ม.ม. ๑๓/๔๗๖/๖๐๓-๖๐๔ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬา).

^{๑๓} คูปญจวักคิกถา (วิ.มหา. ๔/๑๐/๑๕-๑๖ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬา).

จากที่กล่าวมานั้นสรุปได้ว่า แนวทางของอาจารย์ฤๅษีทั้งสามท่านนี้ พระพุทธองค์ปฏิเสธว่าไม่เป็นไปเพื่อความเบื่อหน่ายคลายความยินดี ไปไม่ถึงนิพพาน ได้เพียงฉนวนบางอย่างเท่านั้น

ข. แนวปฏิบัติแบบพรหมจรรย์ดั้งเดิม^{๑๔}

การบำเพ็ญตบะเป็นพรหมจรรย์ชนิดหนึ่งที่ชาวอารยันถือปฏิบัติสืบมาแต่โบราณ โดยประพฤติดังอย่างเคร่งครัด เพราะเชื่อว่าการอยู่ท่ามกลางความร้อนความหนาวเย็นกับความเพียรที่เคร่งครัดจะทำให้บรรลุถึงความจริงสูงสุด (พรหมัน) แนวการบำเพ็ญตบะนั้นมีหลายวิธี เริ่มตั้งแต่ตบสั้วตรไปจนถึงแนวทางของสมณพราหมณ์บางพวก ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

๑) บำเพ็ญตบสั้วตร (การประพฤติดังคนเปลือย) เป็นพรหมจรรย์ ถือวัตรในการฉันอาหารคือ มีผู้เชิญให้ไปรับอาหารก็ห้ามไป เขาเชิญให้หยุดรับอาหารก็ไม่หยุด ไม่รับอาหารที่เขาแบ่งไว้ ไม่รับอาหารที่เขาทำเจาะจง ไม่ยินดีอาหารที่เขาเชิญ ไม่รับอาหารจากปากหม้อ ไม่รับอาหารจากปากภาชนะ ไม่รับอาหารคร่อมธณีประตุ ไม่รับอาหารคร่อมท่อนไม้ ไม่รับอาหารคร่อมสาก ไม่รับอาหารของคน ๒ คนที่กำลังบริโภคอยู่ ไม่รับอาหารของหญิงมีครรภ์ ไม่รับอาหารของหญิงที่กำลังให้บุตรตีมนม ไม่รับอาหารของหญิงที่คลอเคลียชาย ไม่รับอาหารที่นัดแนะกันทำไว้ ไม่รับอาหารในที่เลี้ยงสุนัข ไม่รับอาหารในที่มีแมลงวัน ใต้ตอมเป็นกลุ่ม ๆ

เมื่อฉันอาหารจะไม่กินปลา ไม่กินเนื้อ ไม่ดื่มสุรา ไม่ดื่มเมรัยของมีนเมา ไม่ดื่มยาตอง รับอาหารในเรือนหลังเดียว เลี้ยงชีพด้วยข้าวคำเดียว รับอาหารในเรือน ๒ หลัง เลี้ยงชีพด้วยข้าว ๒ คำ ฯลฯ รับอาหารในเรือน ๗ หลัง เลี้ยงชีพด้วยข้าว ๗ คำ เลี้ยงชีพด้วยอาหารในถาดน้อย ๑ ใบ เลี้ยงชีพด้วยอาหารในถาดน้อย ๒ ใบ ฯลฯ เลี้ยงชีพด้วยอาหารในถาดน้อย ๗ ใบ

กินอาหารที่เก็บไว้ค้างคืน ๑ วัน กินอาหารที่เก็บไว้ค้างคืน ๒ วัน ฯลฯ กินอาหารที่เก็บไว้ค้างคืน ๗ วัน ถือการบริโภคอาหารตามวาระ ๑๕ วันต่อมื่อ ใช้ชีวิตเป็นปกติอยู่เช่นนี้ นอกจากนี้ยังกินอาหารอื่น ๆ เช่น ผักตองเป็นอาหาร กินข้าวฟ่างเป็นอาหาร กินลูกเดือยเป็นอาหาร กินกากข้าวเป็นอาหาร กินสาหร่ายเป็นอาหาร กินรำเป็นอาหาร กินข้าวตังเป็นอาหาร กินกำยานเป็นอาหาร กินหญ้าเป็นอาหาร กินมูลโคเป็นอาหาร กินเหง้าและผลไม้ป่าเป็นอาหาร บริโภคผลไม้หล่นยังชีพ

แม้เมื่อนุ่งห่ม ก็จะใช้เครื่องนุ่งห่มชนิดหยาบ เช่น นุ่งห่มผ้าป่าน นุ่งห่มผ้าแถมกัน นุ่งห่มผ้าห่อศพ นุ่งห่มผ้าบังสุกุล นุ่งห่มผ้าเปลือกไม้ นุ่งห่มหนังเสือ นุ่งห่มหนังเสือมีเล็บ นุ่งห่มผ้าคากรอง นุ่งห่มผ้าเปลือกปอกรอง นุ่งห่มผ้าผลไม้กรอง นุ่งห่มผ้ากัมพลผสมมนุษย์ นุ่งห่มผ้ากัมพลขนสัตว์ นุ่งห่มผ้าขนปิกนกเค้า เป็นผู้ถอนผมและหนวด คือถือการถอนผมและหนวด ยืนอย่างเดียวไม่ยอมนั่ง เดินกระโห่ง คือถือการเดินกระโห่ง ถือการนอนบนหนาม คือนอนบนที่นอนที่ทำด้วยหนาม ถือการอาบน้ำวันละ ๓ ครั้ง ถือการย่างและการอบกายหลายรูปแบบเช่นนี้^{๑๕}

^{๑๔} ดูรายละเอียดใน มหาสีหนาทสูตร (ม.ม. ๑๒/๑๕๕-๑๖๑/๑๕๗-๑๖๕, พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาฯ).

^{๑๕} ม.ม. ๑๒/๑๕๕/๑๕๗-๑๕๙, พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาฯ.

๒) บำเพ็ญอุชวัตร (ประพุดิถือสิ่งเศร้าหมอง)

พรหมจรรย์ในการประพุดิถือสิ่งเศร้าหมอง (มลทิน) คือ ปลดปล่อยให้ฝุ่นหมักหมมอยู่ในกายนับหลายปีจนกลายเป็นสะเก็ด

๓) บำเพ็ญเชษฐฉัตร (ประพุดิตรังเกียจ)

พรหมจรรย์ในการประพุดิตรังเกียจ คือมีสติก้าวไปข้างหน้าและถอยกลับ ตั้งจิตให้มีความเอ็นดูเมตตาในหทัยว่า ‘เราอย่าได้ล้างผลาญสัตว์เล็ก ๆ ที่อยู่ในที่ต่าง ๆ เลย’ เพื่อไม่ทำสิ่งมีชีวิตขนาดเล็กที่มองไม่เห็นด้วยตาเปล่า

๔) บำเพ็ญปวิตตวัตร(ประพุดิเป็นผู้สัจ)

การประพุดิสังคือ การอาศัยอยู่บริเวณชายป่า สมทานไม่พบปะผู้คน หากพบผู้คน เช่น คนเลี้ยงโค คนเลี้ยงปศุสัตว์ คนหาหญ้า คนหาฟืน หรือคนทำงานในป่า จะต้องย้ายสถานที่ในทันทีที่ไม่สามารถจะอยู่ในที่แห่งนั้นได้อีกต่อไป ด้วยตั้งจิตปรารถนาว่า ‘คนเหล่านั้นอย่าได้พบเรา และเราก็อย่าได้พบคนเหล่านั้นเลย’

๕) บำเพ็ญมหาวิกฺขณวัตร

มหาวิกฺขณวัตร คือการบริโภคอาหารที่ไม่สะอาด เช่น คลานเข้าไปในคอกโคแล้วกินมูลโคของลูกโคที่ยังดื่มนม หรือกินปัสสาวะอุจจาระของตนเองในเวลาที่พักสวและอุจจาระยังไม่หมด

๖) บำเพ็ญอุเบกขาวัตร

การประพุดิอุเบกขาวัตร คือการอาศัยแนวป่าอย่างถาวร เป็นที่นอนของสงฆ์อยู่คนเดียว อยู่ในที่นั้นทั้งกลางวันและตลอดทั้งคืน แม้ในเวลากลางวันก็หนาวเหน็บซึ่งเป็นช่วงเวลาที่หิมะตก หรืออยู่ในป่าในเวลากลางวันในตอนท้ายฤดูร้อน อยู่กลางแจ้งในเวลากลางวันไร้มืดมบั้ง นอนบนกองกระดูกผีในป่าช้า หากมีผู้เห็นและถ่มน้ำลายรดก็ดี ถ่ายปัสสาวะรดก็ดี โปรมขี้รดก็ดี เอาไม้ยอนที่ช่องหูก็ดี ต้องควบคุมความรู้สึกวางเฉยได้ ไม่ให้อกุศลจิตเกิดขึ้น เพราะการกระทำของคนเหล่านั้น

๗) บำเพ็ญตามแนวของสมณพราหมณ์บางพวก

- ปฏิบัติตามกลุ่มที่เชื่อและสอนว่าความบริสุทธิ์มีได้เพราะอาหาร
- ปฏิบัติตามกลุ่มที่เชื่อและสอนว่าความบริสุทธิ์มีได้เพราะการเวียนว่ายตายเกิด
- ปฏิบัติตามกลุ่มที่เชื่อและสอนว่าความบริสุทธิ์มีได้เพราะความเกิด
- ปฏิบัติตามกลุ่มที่เชื่อและสอนว่าความบริสุทธิ์มีได้เพราะอวาสา
- ปฏิบัติตามกลุ่มที่เชื่อและสอนว่าความบริสุทธิ์มีได้เพราะการบูชา
- ปฏิบัติตามกลุ่มที่เชื่อและสอนว่าความบริสุทธิ์มีได้เพราะการบำเรอไฟ

วัตรดังกล่าวเหล่านี้ คือการบำเพ็ญตบสั้วตร ลูขวัตร คัจฉะวัตร ปวิวิตตวัตร โภชนมหาวิกัฏฐวัตร อุเบกขาวัตร เหล่านี้เป็นวัตรที่เจ้าชายสิทธัตถะเคยทดลองปฏิบัติมาก่อน แต่พระองค์ปฏิเสธว่าไม่เป็นไปเพื่อความพ้นทุกซ์

ค. การทรมานตน ๗ แบบ^{๑๖}

การทรมานตน (self-mortification) เป็นรูปแบบหนึ่งที่ได้รับคามนิยมอย่างแพร่หลายในสมัยก่อน และสมัยร่วมพุทธกาล วิธีการเช่นนี้เป็นเสมือนบรรทัดฐานของการปฏิบัติไปโดยปริยาย นักปฏิบัติเป็นจำนวนมากเมื่อจะปฏิบัติไปสู่ความพ้นทุกซ์ต้องอาศัยการปฏิบัติแบบการทรมานตน และรูปแบบการทรมานต่อไปนี้เจ้าชายสิทธัตถะบำเพ็ญจนถึงที่สุด ประกอบด้วย

- ๑) ขบฟันด้วยฟัน เอาลิ้นดันเพดาน ช่มจิตด้วยจิต บีบให้แน่นจนร้อนจัด
- ๒) เพ่งผาน โดยการกลั่นลมหายใจเข้าออกทางจมูกและปาก
- ๓) เพ่งผาน กลั่นลมหายใจเข้าออกทางจมูก ปาก และหูทั้งสองข้าง
- ๔) เพ่งผาน กลั่นลมหายใจเข้าออกทางจมูก ปาก และหู ให้ยิ่งขึ้นกว่าเดิม
- ๕) เพ่งผาน กลั่นลมหายใจเข้าออกทางจมูก ปาก และหู ให้หนักหน่วงกว่าเดิม
- ๖) เพ่งผาน กลั่นลมหายใจเข้าออกทางจมูก ปาก และหู ให้หนักหน่วงขึ้นกว่าเดิม
- ๗) อดอาหาร (ฉันแต่น้อย ลดลงเรื่อย ๆ ไปจนถึงเท่าใดในเมล็ดบัว) กินอาหารผ่อนลงวันละน้อย ๆ (fasting) คือ วันละฟายมือบ้าง เท่าเยื่อถั่วเขียวบ้าง เท่าเยื่อถั่วพูบ้าง เท่าเยื่อถั่วดำบ้าง เท่าเยื่อในเมล็ดบัวบ้าง

ผลการปฏิบัติตามแนวทางเหล่านี้ ทำให้มีเหงื่อไหลออกเป็นจำนวนมาก ซึ่งมีผลทำให้ร่างกายสูญเสียน้ำในร่างกาย ทำให้เกิดอาการอ่อนเพลียเมื่อยล้า ทำให้เกิดอาการปวดหัวอย่างรุนแรงและทำให้ร่างกายผอมแห้งแรงน้อย ซึ่งไม่เป็นผลดีต่อร่างกายโดยรวม

วิเคราะห์เหตุผลที่พระพุทธเจ้าปฏิเสธทางพันทุกซ์แบบเก่าและทรงเสนอทางสายใหม่

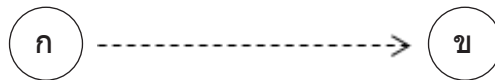
เมื่อมีการปฏิบัติตามแนวปฏิบัติทุกรกิริยาเป็นต้น ซึ่งเป็นทางแบบดั้งเดิมที่มีอยู่ก่อนสมัยพุทธกาล ก็ย่อมได้รับผลจากปฏิบัตินั้น ๆ ส่วนที่เป็นผลของการปฏิบัติในด้านดี คือสามารถเข้าถึงสมาธิในระดับต่าง ๆ และได้อภิญญา ๕ มีตาทิพย์ หูทิพย์ เป็นต้น แต่ผลเสียนั้นก็มากมี เช่น เกิดการติดอยู่ในความสุขที่เกิดจากสมาธิ (การเสพติดในสมาธิ) ไม่ก่อให้เกิดปัญหาระดับสูงที่กำลังกิเลสได้ทั้งหมด แต่เกิดความเบื่อหน่ายในความมีอยู่ของจิตจึงไปเกิดเป็นอสังขยีสัตว์ มีเพียงรูปแต่นามไม่ปรากฏ

^{๑๖} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๓๒-๓๓๔/๔๐๑-๔๐๕.

การปฏิบัติตามวิธีการดังกล่าวนี้อยู่บนพื้นฐานของโลกทัศน์ที่มองการปฏิบัติในลักษณะเชิงเดียวคือ ทำเพียงสิ่งหนึ่งเพื่อก่อให้เกิดอีกสิ่งหนึ่ง

ทำบำเรอตน	-----	หลุดพ้น (ก. นำสู่ ข.)
ทรมานตน	-----	หลุดพ้น (ก. นำสู่ ข.)
ทำสมาธิ	-----	หลุดพ้น (ก. นำสู่ ข.)

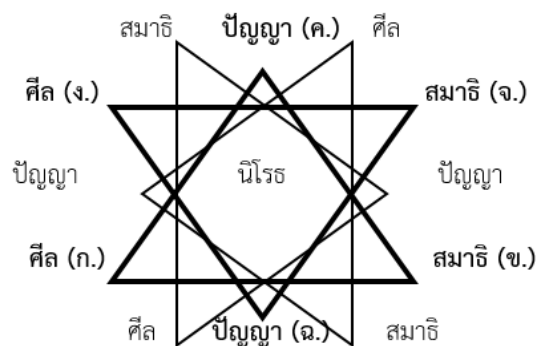
สามารถเขียนในเชิงสัญลักษณ์ ดังนี้



การมองโลกของการปฏิบัติในลักษณะนี้เป็นการมองโลกแบบเชิงเดียว หรือแบบแนวตรง นักปฏิบัติจึงทำเพียงบางสิ่งและทำหนักในสิ่งนั้นให้มากที่สุด โดยเชื่อว่าเมื่อทำมาก ๆ ในสิ่งนั้นก็จะมีบรรลุความสำเร็จในอีกสิ่ง พฤติกรรมการปฏิบัติแบบนี้เรียกได้ว่า “สุดโต่ง” (extreme) จึงขาดความสมดุล ไม่ก่อให้เกิดปัญญาพ้นกิเลสได้ พระพุทธเจ้าจึงปฏิเสธทางในลักษณะนี้

ต่อจากนั้น พระองค์ได้เสนอทางปฏิบัติแบบองค์รวม คือปฏิบัติให้เกิดความสมดุลในหลาย ๆ สิ่ง ในทางสายกลางอันประกอบด้วยองค์ ๘ ได้แก่ มีความเห็นถูกต้อง มีความคิดถูกต้อง วาจาถูกต้อง งานถูกต้อง เลี้ยงชีพถูกต้อง เพียรถูกต้อง สติถูกต้อง และมีสมาธิถูกต้อง (สรุปคือ ปัญญา ศีลและสมาธิ) นั้นหมายความว่า การปฏิบัติจึงต้องให้ความสำคัญกับทุกองค์ประกอบคือทั้ง ก.ข.ค.ง.จ.ฉ. เป็นปัจจัยสนับสนุนซึ่งกันและกัน (ไม่ใช่แบบเชิงเดียว) แต่เป็นความสมดุลของทุกองค์ประกอบที่ลงตัว (balance) คือความสมดุลระหว่างกายกับใจที่ประกอบด้วยศีล สมาธิ และปัญญา เรียกว่า “อริยมรรค” หรือ “อารยัณมรรค” คือทางอันประเสริฐนั่นเอง

กำหนดเป็นสัญลักษณ์ดังภาพต่อไปนี้



นี่เป็นทางพ้นทุกข์ที่พระพุทธเจ้าเห็นชอบให้ปฏิบัติ

วิธีพันทุกซ์ในสังคมปัจจุบัน

ในสังคมไทยปัจจุบัน มักจะพบแนวทางปฏิบัติที่คนจำนวนหนึ่งให้ความสนใจและเชื่อว่าแนวทางเหล่านี้เป็นสิ่งที่ จะช่วยให้ผู้ปฏิบัติพันทุกซ์ได้ และยอมรับว่าการประพฤติเช่นนั้นจะทำให้เป็นผู้ประเสริฐ เป็นอริยะ ดังที่ปรากฏ เช่น

- ๑) การเข้าไปอยู่ในกองชังกับงูเห่าหรือสัตว์ป่า
- ๒) การกินของเน่าเหม็นที่ไม่ถูกสุขลักษณะ
- ๓) การปรนเปรอตนด้วยกามตัณหา
- ๔) การประพฤติแปลกผิดเพี้ยนไปจากพระธรรมวินัย

เมื่อย้อนพิจารณาแนวทางเหล่านี้เทียบกับแนวปฏิบัติที่มีอยู่ก่อนพุทธกาลและร่วมสมัยพุทธกาล ก็พบว่าไม่มีความแตกต่างกันโดยวิธีปฏิบัติ เป็นสิ่งที่เคยเกิดขึ้นมาแล้วในอดีตทั้งสิ้น และมีการวิจัยทดลอง พิสูจน์อย่างจริงจังโดยเจ้าชายสิทธัตถะและนักบวชเป็นจำนวนมาก ที่สุดพบว่าไม่ใช่ทางพันทุกซ์ที่แท้จริง แต่เหตุใด ชาวพุทธไทยในสังคมปัจจุบันยังให้ความสนใจกับแนวปฏิบัติเหล่านี้

เหตุผลสำคัญที่ควรนำมาพิจารณา คือเพราะไม่ได้ศึกษาในวิธีการเหล่านี้อย่างแจ่มแจ้งว่าเจ้าชาย สิทธัตถะได้ทดลองวิจัยมาหมดสิ้นแล้ว พระองค์ให้เหตุผลหลังการพิสูจน์ว่า กามสุขัลลิกานุโยคเป็นทาง เลวทราม ต่ำ หยาบ ไม่ประเสริฐ ส่วนอัสตคิลมณานุโยคนั้นเป็นทางนำมาซึ่งทุกข์ ไม่ใช่ของพระอริยะ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์

การขาดการศึกษาในภูมิหลังของแนวปฏิบัติเพื่อความพันทุกซ์ต่าง ๆ จึงเป็นอีกเหตุผลหนึ่งที่สำคัญ ซึ่งทำให้ชาวไทยบางกลุ่มไม่มีเครื่องมือในการวินิจฉัยความถูกและผิดในแนวปฏิบัติต่าง ๆ จึงไม่มีความ ตื่นรู้ในเรื่องเหล่านี้

นอกจากนี้ยังนำไปสู่การถูกล่อลวงในรูปแบบที่ทำให้เสียทรัพย์ เสียสุขภาพ เสียเวลาของชีวิต และ อื่น ๆ อีกมากมายที่จะตามมา มีผลกระทบต่อบุคคลและสังคมโดยรวมมิใช่น้อยหากปล่อยให้แนวทาง เหล่านี้เจริญงอกงามต่อไปในสังคมไทย

ทางออกของเรื่องนี้ ผู้เขียนมองว่าต้องตระหนักรู้และสร้างความเข้าใจว่าทางใดเป็นทางที่ผิดและ ทางที่ถูกที่ควรเดินนั้นคือทางปฏิบัติแบบใดผ่านช่องทางต่าง ๆ และควรมีนโยบายสนับสนุนให้มีการปฏิบัติ ในทางที่ถูกต้องยิ่ง ๆ ขึ้นไป ภายใต้รูปแบบที่เหมาะสมแก่บุคคล กลุ่มบุคคล และสังคมนั้น ๆ

สรุป

แนวทางการปฏิบัติเพื่อความพันทุกซ์มีชื่อเรียกแตกต่างกัน เรียกว่า “พรหมจรรย์” ก็มี “โยคะ” ก็มี มีรายละเอียดที่แตกต่างกันตามแนวคิดของแต่ละสำนัก แนวทางพันทุกซ์ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน สามารถแบ่งเป็น ๔ ลักษณะ ประกอบด้วย (๑) การสนองความพึงพอใจในทางกาย (กามสุขัลลิกานุโยคะ) (๒) การปฏิบัติแบบมานฤชี (พรตนิยม) (๓) การทรมานตนด้วยวิธีต่าง ๆ (อัสตคิลมณานุโยคะ) เช่น

อดอาหาร นอนบนหนาม ตากแดดตากหิมะ ฯลฯ (๔) การประพาศวัตรต่าง ๆ เช่น กิณของสภปรก กิณอุจจาระ ปัสสาวะ ฯลฯ นั่งนอนบนกองกระดูกผีในป่าช้า หลบหลีกผู้คน ฯลฯ

กล่าวโดยย่อคือแนวทางแบบกามสุขัลลิกานุโยคะ และแบบอัสติกิลมณานุโยคะนั่นเอง การปฏิบัติตามวิธีการเหล่านี้ พระพุทธเจ้าปฏิเสธ และให้หลีกเลี่ยง เพราะเป็นทางสุดโต่งและไม่เกิดประโยชน์ พระองค์เสนอทางที่ควรปฏิบัติ ได้แก่ ทางสายกลาง เป็นทางประเสริฐ และดับทุกข์ได้อย่างแท้จริง

การศึกษาในเรื่องนี้ จะช่วยให้สามารถแยกแยะทางที่ถูกและทางที่ผิดได้ ซึ่งจะนำไปสู่การมีท่าทีที่ถูกต้องในแนวทางการปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์ และสามารถที่จะตอบข้อสงสัยในปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมที่เกิดขึ้นในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

บรรณานุกรม

จำนงค์ ทองประเสริฐ แปล. **บ่อเกิดลัทธิประเพณีอินเดีย เล่ม ๑ ภาค ๑-๔**. กรุงเทพมหานคร :

ราชบัณฑิตยสถาน, ๒๕๔๐.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๒.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พุทธทาสภิกขุ. **พุทธประวัติจากพระโอษฐ์**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เมตตาพรินต์ติ้ง, ๒๕๕๖.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพฯ-

มหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรมศัพท์ศาสนาสาทุก อังกฤษ-ไทย**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทบอล พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๒.

ศรีสุรางค์ พูลทรัพย์. **ประวัติศาสตร์ภูมิปัญญาอินเดีย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕.

สำเนียง เลื่อมใส. **มหาวัสดุทธทาน เล่ม ๒**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสันสกฤตศึกษาในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี, ๒๕๕๗.

Ven. Nyanatiloka. **Buddhist Dictionary: a manual of Buddhist Terms and Doctrines**.

Bangkok: O.S.Printing House, Thailand, 2007.

Bhadantācariya Buddhaghosa. **The Path of Purification (Visuddhimagga)**. Translated from the Pali by Bhikkhu Ñāṇamoli. Kandy: Buddhist Publication Society, 2010.

Richard F. Gombrich. **Theravada Buddhism: A Social History from Ancient Benares to Modern Colombo**. New York, USA: Routledge, 2006.

Lindsay Jones, editor in chief. **Encyclopedia of Religion**. second edition. USA, 2005.