



## โพธิปักขิยธรรม: ระบบพัฒนามนุษย์เชิงพุทธ\*

### BODHIPAKKHIYĀ - DHAMMA: A BUDDHIST SYSTEM OF HUMAN DEVELOPMENT

วัชรกร กำแพงแก้ว

Watcharakorn Kumpangkaew

คณะพุทธศาสตร์ วิทยาลัยสงฆ์เชียงราย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เชียงราย ประเทศไทย

Faculty of Buddhist Studies, Chiang Rai Buddhist College, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Chiang Rai, Thailand

\*Corresponding author E-mail: Watcharakorn.0224@gmail.com

#### บทคัดย่อ

บทความวิชาการเรื่อง โพธิปักขิยธรรม: ระบบพัฒนามนุษย์เชิงพุทธ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและวิเคราะห์โพธิปักขิยธรรม 37 ประการในฐานะระบบการพัฒนามนุษย์ตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท โดยมุ่งอธิบายโครงสร้าง บทบาท และกระบวนการทำงานของหลักธรรมดังกล่าวในลักษณะองค์รวม เพื่อชี้ให้เห็นว่าโพธิปักขิยธรรมมิได้เป็นเพียงหมวดธรรมสำหรับการปฏิบัติภาวนาเท่านั้น หากแต่เป็นกรอบแนวคิดและแนวปฏิบัติที่ครอบคลุมการพัฒนามนุษย์ทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาอย่างเป็นระบบ การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร ใช้ข้อมูลจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยเป็นหลัก และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยกรอบแนวคิดเชิงพุทธ พบว่า หลักธรรมชุดนี้มีโครงสร้างที่เป็นระบบและความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันอย่างมีลำดับหมวดธรรมแต่ละหมวดทำหน้าที่เฉพาะแต่เกื้อกูลซึ่งกันและกัน เริ่มจากสติปัฏฐาน 4 อันเป็นรากฐานของการรู้เท่าทันและความไม่ประมาท สัมมปธาน 4 และอิทธิบาท 4 ซึ่งทำหน้าที่เป็นกลไกแห่งความเพียรและแรงขับเคลื่อนสู่ความสำเร็จ อินทรีย์ 5 และพละ 5 ทำหน้าที่ควบคุมและเสริมพลังของจิต โพชฌงค์ 7 เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ และมรรคมรรค 8 เป็นกรอบเกณฑ์แห่งการรวมกระบวนการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติธรรม สะท้อนว่า โพธิปักขิยธรรมสามารถประยุกต์ใช้ได้จริงทั้งในสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน การดำเนินชีวิตประจำวันของคฤหัสถ์และบรรพชิต ตลอดจนการบรรลุความเป็นพระอรหันต์บุคคล จึงนับได้ว่าเป็นระบบพัฒนามนุษย์เชิงพุทธที่สมบูรณ์ และมีคุณค่าทั้งเชิงทฤษฎีและเชิงปฏิบัติ อีกทั้งกระบวนการนี้ ยังสอดคล้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ในสังคมร่วมสมัยอีกด้วย

**คำสำคัญ:** โพธิปักขิยธรรม, ระบบพัฒนามนุษย์เชิงพุทธ, พระพุทธศาสนาเถรวาท, การบรรลุธรรม

#### Abstract

The academic article Bodhipakkhiyā-dhamma: A Buddhist System of Human Development aims to study and analyze the Thirty-seven Factors of Enlightenment (Bodhipakkhiyā-dhamma) as a system of human development in accordance with Theravāda Buddhism. The study focuses on explaining the structure, roles, and functional processes of these principles from a holistic perspective, in order to demonstrate that the Bodhipakkhiyā-dhamma is not merely a set of doctrines for meditative practice, but rather a comprehensive conceptual and practical framework that systematically encompasses the development of human behavior, mind, and wisdom. This

\* Received 13 January 2026; Revised 30 January 2026; Accepted 30 January 2026



study is a documentary research based primarily on the Pāli Canon and its commentaries as published by Mahachulalongkornrajavidyalaya University, and with data analyzed through a Buddhist conceptual framework. The results indicate that the Thirty - seven Factors of Enlightenment possess a systematic structure with orderly and interrelated connections. Each group of principles performs specific functions while complementing one another. The process begins with the Four Foundations of Mindfulness (Satipaṭṭhāna) which serve as the foundation of awareness and heedfulness, followed by; the Four Right Efforts (Sammappadhāna) and the Four Bases of Spiritual Power (Iddhipāda) which function as mechanisms of diligence and motivational forces leading to success. The Five Spiritual Faculties (Indriya) and the Five Powers (Bala) regulate and strengthen the mind; the Seven Factors of Enlightenment (Bojjhaṅga) constitute the elements of awakening; and the Noble Eightfold Path (Aṭṭhaṅgika Magga) provides the integrative framework that unifies the processes of daily living and spiritual practice. The analysis reflects that this approach can be practically applied in both tranquility (samatha) and insight (vipassanā) meditation, in the daily lives of lay practitioners and monastics, as well as in the attainment of Ariya - puggala (Noble Individuals) . Therefore, this principle may be regarded as a complete Buddhist system of human development, offering both theoretical coherence and practical value. Moreover, this process is also consistent with the enhancement of human quality of life in contemporary society.

**Keywords:** Bodhipakkhiyā- Dhamma, Buddhist System of Human Development, Theravāda Buddhism, Enlightenment

## บทนำ

การบรรลุธรรมเป็นเป้าหมายสูงสุดของการปฏิบัติในพระพุทธศาสนาเถรวาท เพราะเป็นภาวะที่มนุษย์หลุดพ้นจากทุกข์อันมีรากฐานจากกิเลส ตัณหา และอวิชชา พระพุทธศาสนามุ่งพัฒนามนุษย์อย่างเป็นระบบไม่เพียงเพื่อความสงบทางจิตใจหรือสังคม หากเพื่อความรู้อย่างแท้จริงตามความเป็นจริงและการสิ้นสุดวัฏทุกข์ การบรรลุธรรมจึงมิใช่จุดมคติที่เลื่อนลอย แต่เป็นผลลัพธ์ของกระบวนการฝึกฝนจิตใจตามหลักธรรมที่มีโครงสร้าง ลำดับและความสัมพันธ์กันอย่างชัดเจน ไม่เกิดจากศรัทธาหรือพิธีกรรมเพียงอย่างเดียว ในพระสูตรต้นตอปิฎก ที่ขนิทาย ปาฎิกวรรค อคคัณฺณสูตร การเจริญโพธิปักขิยธรรม (ที.ปา. 11/138/101) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) พระพุทธเจ้าทรงเน้นย้ำอยู่เสมอว่า ความหลุดพ้นเป็นสิ่งที่สามารถเข้าถึงได้ด้วยการศึกษาของตนเอง โดยอาศัยการอบรมกาย วาจา และใจ ให้เจริญงอกงามไปพร้อมกัน หลักธรรมที่นำไปสู่การตรัสรู้จึงมิได้กระจัดกระจายหรือแยกส่วน หากแต่เป็นเชิงระบบแห่งการปฏิบัติที่สมบูรณ์ ในบรรดาหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับการบรรลุธรรมโดยตรง โพธิปักขิยธรรม 37 ประการเป็นแกนกลางของคำสอนฝ่ายการปฏิบัติในพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึงหมวดธรรมที่เกื้อกูลและนำไปสู่การตรัสรู้ หลักธรรมชุดนี้ปรากฏในพระไตรปิฎกทั้งฝ่ายพระสูตรและพระอภิธรรม และได้รับการอธิบายในคัมภีร์อรรถกถาในฐานะธรรมเครื่องสำเร็จการตรัสรู้ นักวิชาการทางพระพุทธศาสนาเสนอว่า โพธิปักขิยธรรมสามารถอธิบายได้ในฐานะระบบการพัฒนามนุษย์เชิงพุทธที่มีโครงสร้างและลำดับการทำงานอย่างไรก็ตาม ผู้ศึกษาจำนวนไม่น้อยยังเข้าใจหลักธรรมเหล่านี้แยกส่วน ไม่เห็นความสัมพันธ์เชิงระบบ และไม่สามารถเชื่อมโยงกับการดำเนินชีวิตหรือการบรรลุธรรมได้ชัดเจน บทความนี้จึงมุ่งวิเคราะห์โพธิปักขิยธรรม 37 ประการในเชิงระบบ โดยเรียงการอภิปรายตั้งแต่สติปัฏฐานจนถึงมรรคมืองค์ 8 เพื่อชี้ให้เห็นกลไกการทำงานร่วมกันของหลักธรรมเหล่านี้เป็นอย่างดีด้วยเหตุนี้ บทความเรื่อง โพธิปักขิยธรรม: ระบบพัฒนามนุษย์

เชิงพุทธ จึงมุ่งศึกษาวิเคราะห์โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ผ่านแนวคิดการพัฒนามนุษย์เชิงพุทธบูรณาการ เพื่อชี้ให้เห็นกลไกการทำงานเชิงระบบ (Functional Mechanism) ที่นำไปสู่การบรรลุธรรมอย่างเป็นรูปธรรม โดยมีวัตถุประสงค์สำคัญ 3 ประการ ได้แก่ 1) เพื่ออธิบายความหมาย แนวคิด และโครงสร้างของโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท 2) เพื่อยกตัวอย่างการปฏิบัติตามโพธิปักขิยธรรม ทั้งในบริบทของการปฏิบัติธรรมโดยตรงและการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และ 3) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของหลักธรรมแต่ละหมวดภายในโพธิปักขิยธรรม อันนำไปสู่การบรรลุธรรมในเชิงเหตุและผล การศึกษาโพธิปักขิยธรรมมิได้มีคุณค่าเพียงในเชิงการอธิบายหลักธรรม หากยังตอบโจทย์ปัญหาความเครียด ความสับสนทางจริยธรรม และความเปราะบางทางจิตใจในสังคมร่วมสมัย โดยชี้ให้เห็นว่าการบรรลุธรรมเป็นกระบวนการที่มีโครงสร้าง เข้าถึงได้จริง และสามารถประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตได้

## เนื้อเรื่อง

โพธิปักขิยธรรม 37 ประการเป็นหลักธรรมสำคัญในพระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อพัฒนาจิตใจและนำไปสู่การบรรลุธรรม มิใช่เพียงข้อปฏิบัติด้านสมาธิหรือปัญญา หากเป็นโครงสร้างการฝึกตนอย่างเป็นระบบ ครอบคลุมสติ ความเพียร พลังจิต และปัญญารู้แจ้งตามความเป็นจริง

### ความหมายและที่มาของโพธิปักขิยธรรม

โพธิปักขิยธรรมเป็นศัพท์ทางพระพุทธศาสนาที่ใช้เรียกหมวดธรรมซึ่งมีความสัมพันธ์โดยตรงกับการตรัสรู้ และการบรรลุธรรมของพระอรหันตบุคคล โดยคำว่า โพธิ หมายถึง การตรัสรู้ และ ปักขิยะ หมายถึง ฝ่าย พวก หรือ องค์ประกอบเกื้อกูล เมื่อรวมความแล้ว โพธิปักขิยธรรมจึงหมายถึง ธรรมทั้งหลายที่เป็นฝ่ายแห่งการตรัสรู้ หรือ ธรรมที่เกื้อกูลต่อการบรรลุธรรม อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของการปฏิบัติในพระพุทธศาสนาเถรวาท (ส.ม. 19/1649/525) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) ในพระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โพธิปักขิยธรรมปรากฏอย่างเป็นระบบในฝ่ายพระสุตตันตปิฎก โดยเฉพาะในสังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ซึ่งรวบรวมพระสูตรที่เกี่ยวข้องกับการเจริญธรรมฝ่ายการตรัสรู้โดยตรง พระพุทธเจ้าทรงแสดงโพธิปักขิยธรรม ในฐานะหมวดธรรมที่ภิกษุพึงศึกษา พึงเจริญ และพึงกระทำให้มาก เพื่อความสิ้นอาสวะและการบรรลุนิพพาน พระพุทธเจ้าทรงเน้นย้ำว่า โพธิปักขิยธรรมเป็นธรรมที่พระองค์ทรงตรัสรู้แล้ว และทรงแสดงแก่พุทธบริษัทเพื่อเป็นแนวทางในการฝึกจิตใจและดำเนินชีวิต โดยทรงชี้ว่า เมื่อบุคคลเจริญโพธิปักขิยธรรม 37 ประการอย่างต่อเนื่อง ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้อยิ่ง ความสิ้นกิเลส และความหลุดพ้นจากทุกข์ (ส.ม. 19/1655/529) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) จากพระสูตรในสังยุตตนิกายหลายแห่ง โพธิปักขิยธรรมจึงถูกนำเสนอในฐานะชุดธรรมเพื่อความหลุดพ้น ทำหน้าที่เป็นทั้งแนวทางและเครื่องมือในการพัฒนาจิตใจจากระดับโลกียะไปสู่ระดับโลกุตระอย่างเป็นระบบ (ส.ม. 19/1660/534) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996)

### โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ

โพธิปักขิยธรรม 37 ประการเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงจัดวางอย่างเป็นระบบ เพื่อเป็นแนวทางนำไปสู่การตรัสรู้ตามพระพุทธศาสนาเถรวาท มิใช่เพียงการรวบรวมข้อธรรม หากเป็นโครงสร้างการพัฒนาจิตใจ ตั้งแต่สติ ความเพียร สมาธิ จนถึงปัญญารู้แจ้งตามความเป็นจริง

#### สติปัฏฐาน 4

สติปัฏฐาน 4 ประกอบด้วย 1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณากายตามความเป็นจริง เช่น การกำหนดลมหายใจ อิริยาบถ และอาการของร่างกาย เพื่อให้เห็นความไม่เที่ยงและความเป็นของไม่งามของกาย 2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาเวทนา ได้แก่ สุข ทุกข์ และไม่สุขไม่ทุกข์ โดยไม่ยึดถือว่าเป็นตัวตน 3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาสภาพของจิต เช่น จิตมีราคะหรือปราศจากราคะ มีโทสะหรือไม่ เพื่อให้รู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงของจิต และ 4) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาธรรม (ม.ม. 10/1-



4/345-348) พระพุทธเจ้าทรงยืนยันว่า ผู้ใดเจริญสติปัฏฐาน 4 อย่างต่อเนื่อง ย่อมหวังผลได้อย่างใดอย่างหนึ่ง คือ บรรลุพระอรหัตผลในปัจจุบัน หรือหากยังมีอุปาทิเหลืออยู่ ก็ย่อมบรรลุอนาคามีผล (ม.ม.10/5/348) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) ข้อความดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า สติปัฏฐาน 4 มิใช่เพียงหลักการทางจริยธรรม หากเป็นแนวทางปฏิบัติที่มีผลโดยตรงต่อการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท นักวิชาการทางพระพุทธศาสนาพร้อมสมัยได้อธิบายความหมายของสติปัฏฐาน 4 อย่างละเอียด โดยชี้ว่าสติทำหน้าที่ระลึกรู้ไม่ปล่อย ขณะทีปัฏฐานหมายถึง อารมณ์หรือที่ตั้งแห่งการกำหนดรู้ ได้แก่ กาย เวทนา จิต และธรรม การพิจารณาตามสติปัฏฐานมิใช่การคิดวิเคราะห์เชิงทฤษฎี หากเป็นการรู้ตรงต่อสภาวะธรรมที่กำลังปรากฏในปัจจุบันขณะ เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นตามความเป็นจริง อันเป็นรากฐานของวิปัสสนาภาวนา (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2556) แนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับคำอธิบายของ Bhikkhu Analayo ซึ่งเน้นว่าสติปัฏฐานเป็นวิธีการฝึกจิตให้เกิดความรู้ตรง (Direct Knowing) ต่อประสบการณ์ปัจจุบัน โดยไม่ปรุงแต่งหรือยึดถือด้วยทิฐิ (Analayo, B., 2003) จากบทบาตดังกล่าว สติปัฏฐานจึงทำหน้าที่เป็นฐานการรับรู้ (Input) ของกระบวนการพัฒนาจิตตามโพธิปักขิยธรรม อันเป็นจุดเริ่มต้นที่ทำให้จิตสามารถรับรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริง และเอื้อต่อการเกิดพลังขับเคลื่อนในการปฏิบัติในหมวดธรรมถัดไปได้อย่างเป็นระบบ

#### สัมมัตถปัตธาน 4

สัมมัตถปัตธาน หมายถึงความเพียรที่ถูกต้องตามหลักมรรค มิใช่ความเพียรที่เกิดจากความอยากหรือการบีบคั้นตนเอง หากเป็นความเพียรที่ประกอบด้วยสติและปัญญา เพื่อขัดเกลากิเลสและพัฒนาจิตใจไปสู่ความหลุดพ้น โดยทำหน้าที่ต่อเนื่องจากการตั้งสติในสติปัฏฐาน กล่าวคือ เมื่อจิตสามารถรู้เท่าทันสภาวะธรรมตามความเป็นจริงแล้ว สัมมัตถปัตธานจะเป็นพลังขับเคลื่อนที่ทำให้การปฏิบัติดำเนินไปอย่างต่อเนื่องและไม่หยุดยั้ง ในพระไตรปิฎก พระพุทธเจ้าทรงแสดงสัมมัตถปัตธาน 4 ได้แก่ สังวรปัตธาน ความเพียรระวังไม่ให้อกุศลที่ยังไม่เกิดเกิดขึ้น ปหานปัตธาน ความเพียรละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ภาวนापธาน ความเพียรทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น และอนรักขนาปัตธาน ความเพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดแล้วไม่ให้เสื่อมไป (ส.ม. 19/1661-1664/535-537) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) พระพุทธเจ้าทรงเน้นว่าความเพียรทั้งสี่เป็นกระบวนการเดียวที่ครอบคลุมการดำเนินชีวิตทั้งหมด ตั้งแต่การป้องกัน การชำระ การสร้าง และการธำรงรักษาคุณธรรม (ม.ม. 14/117/458-460) นักวิชาการอธิบายว่าสัมมัตถปัตธานเป็นกระบวนการอบรมจิตอย่างเป็นระบบ โดยสองข้อแรกทำหน้าที่เชิงป้องกันและชำระจิต ส่วนสองข้อหลังทำหน้าที่เชิงส่งเสริมและคุ้มครองกุศลธรรม องค์ประกอบทั้งสี่จึงเกื้อกูลกันในฐานะกลไกการพัฒนาจิตอย่างสมบูรณ์ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2556)(Gethin, R., 1998) เห็นได้ว่า สัมมัตถปัตธานจึงทำหน้าที่เป็นพลังขับเคลื่อนของกระบวนการพัฒนาจิตตามโพธิปักขิยธรรม ทำให้การรับรู้จากสติปัฏฐานสามารถแปรเปลี่ยนเป็นการลงมือปฏิบัติอย่างจริงจัง และปูพื้นฐานไปสู่การเสริมสร้างแรงจูงใจและความสำเร็จในการปฏิบัติในหมวดอธิบาทซึ่งเป็นหมวดธรรมถัดไปอย่างเป็นระบบ

#### อิทธิบาท 4

อิทธิบาท 4 เป็นหมวดธรรมสำคัญในโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ทำหน้าที่เป็นบาทฐานแห่งความสำเร็จในการปฏิบัติธรรม โดยทำงานต่อเนื่องจากสัมมัตถปัตธานซึ่งเป็นพลังแห่งความเพียร กล่าวคือ เมื่อผู้ปฏิบัติมีความเพียรที่ถูกต้องแล้ว อิทธิบาทจะเข้ามาเสริมสร้างแรงจูงใจและกำหนดทิศทางของการปฏิบัติให้ดำเนินไปสู่ความสำเร็จอย่างมั่นคง คำว่า “อิทธิ” หมายถึงความสำเร็จอันเกิดจากเหตุปัจจัยที่ถูกต้อง และคำว่า “บาท” หมายถึงฐานหรือที่ตั้ง เมื่อรวมความแล้ว อิทธิบาทจึงหมายถึงธรรมที่เป็นฐานรองรับให้เกิดความสำเร็จในการกระทำกิจ โดยเฉพาะการบำเพ็ญเพียรเพื่อการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท ในพระไตรปิฎก พระพุทธเจ้าทรงแสดงอิทธิบาท 4 ได้แก่ 1) ฉันทะ ความพอใจและความรักใคร่ในกุศลธรรม 2) วิริยะ ความเพียรพยายามไม่ย่อท้อ 3) จิตตะ ความเอาใจใส่และการตั้งมั่นของจิต และ 4) วิมังสา การใคร่ครวญตรวจสอบด้วยปัญญา พระพุทธเจ้าทรงอธิบายว่า อิทธิบาททั้งสี่มิได้ทำงานแยกส่วน หากเป็นองค์ประกอบที่เกื้อกูลกันอย่างเป็นระบบ โดยฉันทะเป็น

แรงจูงใจ วิริยะเป็นพลังขับเคลื่อน จิตตะเป็นการรวมใจให้มั่นคง และวิมังสาเป็นการกำกับด้วยปัญญา เมื่อองค์ธรรมทั้งสี่สมบูรณ์ การปฏิบัติย่อมดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง ไม่สะดุด และไม่หลงทาง (ม.ม. 14/103/420-422) นักวิชาการร่วมสมัยอธิบายว่า อิทธิบาท 4 มิใช่เพียงหลักแห่งความสำเร็จภายนอก หากเป็นฐานสำคัญของการพัฒนาจิตสู่ความหลุดพ้น โดยเชื่อมโยงแรงจูงใจ ความเพียร สมาธิ และปัญญาเข้าด้วยกันอย่างสมดุล (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2556); (Gethin, R., 1998) กล่าวได้ว่า อิทธิบาท 4 ทำหน้าที่เป็นฐานแห่งแรงจูงใจและพลังความสำเร็จที่หล่อเลี้ยงการปฏิบัติให้ดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง เมื่อการปฏิบัติได้รับแรงสนับสนุนอย่างเหมาะสมแล้ว ย่อมนำไปสู่การเสริมสร้างความมั่นคงและการควบคุมจิตใจในหมวดอินทรีย์และผละ ซึ่งเป็นขั้นตอนถัดไปของกระบวนการพัฒนาจิตตามโพธิปักขิยธรรมอย่างเป็นระบบ

### อินทรีย์ 5

อินทรีย์ 5 เป็นหมวดธรรมสำคัญในโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ทำหน้าที่เป็นธรรมที่เป็นใหญ่ในการกำกับและควบคุมการปฏิบัติธรรมของผู้ปฏิบัติ โดยทำงานต่อเนื่องจากอิทธิบาทซึ่งเป็นฐานแห่งแรงจูงใจและความสำเร็จ กล่าวคือ เมื่อการปฏิบัติมีแรงขับเคลื่อนที่เหมาะสมแล้ว อินทรีย์จะทำหน้าที่ควบคุมทิศทางของจิตใจไม่ให้เอนเอียงหรือคลาดเคลื่อนจากแนวทางแห่งกุศล คำว่า อินทรีย์ หมายถึงธรรมที่มีอำนาจเหนือธรรมฝ่ายตรงข้าม เป็นคุณธรรมที่สามารถครอบงำอกุศลธรรมและประคองจิตให้ดำเนินไปในทางกุศลอย่างมั่นคง ในอินทรีย์สังยุตต์ พระพุทธเจ้าทรงแสดงอินทรีย์ 5 ได้แก่ 1) ศรัทธินทรีย์ ความเชื่อมั่นในพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ รวมทั้งผลของการปฏิบัติ 2) วิริยินทรีย์ ความเพียรในการละอกุศลและเจริญกุศล 3) สตินทรีย์ ความระลึกได้ไม่เปลือยไหล 4) สมาธินทรีย์ ความตั้งมั่นของจิต และ 5) ปัญญินทรีย์ ความรู้เห็นตามความเป็นจริง (ส.ม. 19/1695-1699/562-565) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) พระพุทธเจ้าทรงชี้ให้เห็นว่า อินทรีย์ทั้งห้านี้ต้องดำรงอยู่ในภาวะสมดุล ศรัทธาและปัญญาต้องเกื้อกูลกัน เช่นเดียวกับวิริยะและสมาธิ เพื่อไม่ให้เกิดการปฏิบัติเอนเอียงไปสู่ความตึงหรือหย่อนจนเกินไป หลักการดังกล่าวสะท้อนว่า อินทรีย์ 5 ทำหน้าที่เป็นกลไกควบคุมและสร้างเสถียรภาพให้แก่กระบวนการปฏิบัติธรรมอย่างเป็นระบบ จึงเข้าใจได้ว่า อินทรีย์ 5 เป็นธรรมที่ทำให้กระบวนการพัฒนาจิตดำเนินไปอย่างมีเสถียรภาพ เมื่อการควบคุมและความมั่นคงของจิตใจได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสมแล้ว คุณธรรมเหล่านี้ย่อมแปรสภาพเป็นพลังภายในที่มั่นคงยิ่งขึ้นในรูปของผละ ซึ่งเป็นหมวดธรรมถัดไปในระบบโพธิปักขิยธรรม

### ผละ 5

ผละ 5 เป็นหมวดธรรมสำคัญในโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ หมายถึงธรรมที่มีกำลังและความเข้มแข็งมั่นคง สามารถต้านทานและครอบงำกิเลสได้ โดยทำงานต่อเนื่องจากอินทรีย์ 5 กล่าวคือ เมื่ออินทรีย์ได้รับการเจริญจนตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวต่อธรรมฝ่ายตรงข้าม ย่อมพัฒนาเป็นผละ คำว่า ผละ จึงสะท้อนถึงพลังทางจิตใจและความมั่นคงภายในที่เอื้อต่อความก้าวหน้าในกระบวนการปฏิบัติธรรม ในพระไตรปิฎก พระพุทธเจ้าทรงแสดงผละ 5 ได้แก่ 1) ศรัทธาผละ ความเชื่อมั่นอันไม่หวั่นไหว 2) วิริยผละ ความเพียรที่มีกำลัง 3) สติผละ ความระลึกได้อย่างมั่นคง 4) สมาธิผละ ความตั้งมั่นของจิต และ 5) ปัญญาผละ ความรู้เห็นตามความเป็นจริงที่สามารถตัดอวิชชาได้ (ส.ม. 19/1690-1694/558-561) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) ผละทั้งห้านี้เป็นธรรมที่ไม่ถูกครอบงำด้วยธรรมฝ่ายตรงข้าม เช่น ศรัทธาผละไม่ถูกครอบงำด้วยความสงสัย และปัญญาผละไม่ถูกครอบงำด้วยอวิชชา (ม.ม. 14/128/501-504) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) ลักษณะดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าผละ 5 ทำหน้าที่เป็นเครื่องรับรองความมั่นคงของการปฏิบัติธรรม พุทธทาสภิกขุอธิบายว่า อินทรีย์เป็นคุณธรรมในขั้นควบคุมและประคองจิต ส่วนผละคืออินทรีย์ที่พัฒนาเต็มที่ มีกำลังแก่กล้าและไม่หวั่นไหวต่อกิเลส ทำให้จิตพร้อมต่อการเกิดปัญญาและความหลุดพ้น (พุทธทาสภิกขุ, 2546) แนวคิดนี้สอดคล้องกับพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ที่มองอินทรีย์และผละในฐานะกระบวนการพัฒนาจิตจากการกำกับไปสู่พลังภายในที่มั่นคงและไม่เอนเอียง จึงกล่าวได้ว่า ผละ 5 เป็นขั้นตอนที่ทำให้การปฏิบัติธรรมมีเสถียรภาพทางจิตอย่างแท้จริง เมื่อจิตมีกำลัง



ภายในที่มั่นคงแล้ว ย่อมเอื้อต่อการเกิดสภาวะแห่งการตื่นรู้และการเจริญปัญญาในหมวดโพชฌงค์ ซึ่งเป็นกระบวนการถัดไปของระบบโพธิปักขิยธรรม

### โพชฌงค์ 7

โพชฌงค์ 7 เป็นหมวดธรรมสำคัญยิ่งในโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ มีฐานะเป็นองค์แห่งการตรัสรู้ โดยทำงานต่อเนื่องจากพละ 5 ซึ่งเป็นพลังภายในที่มั่นคงของจิต กล่าวคือ เมื่อจิตมีกำลัง ไม่หวั่นไหวต่อกิเลส และอุปสรรค โพชฌงค์ย่อมทำหน้าที่เกื้อกูลและนำจิตไปสู่ความรู้แจ้งตามความเป็นจริง คำว่า โพชฌงค์ ประกอบด้วยคำว่า โพธิ หมายถึง ความตรัสรู้ และ องค์ หมายถึง ส่วนประกอบหรือปัจจัย เมื่อรวมความแล้ว โพชฌงค์จึงหมายถึงธรรมที่เป็นองค์ประกอบแห่งการตรัสรู้ ซึ่งเมื่อได้รับการเจริญอย่างถูกต้อง ย่อมนำไปสู่การบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท ในพระไตรปิฎก พระพุทธเจ้าทรงแสดงโพชฌงค์ 7 ประกอบด้วย 1) สติสัมโพชฌงค์ คือ ความระลึกได้อย่างต่อเนื่อง 2) ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ คือ การพิจารณาและใคร่ครวญธรรม 3) วิริยสัมโพชฌงค์ คือ ความเพียรในการละอกุศลและเจริญกุศล 4) ปิติสัมโพชฌงค์ คือ ความอิมใจอันเกิดจากการปฏิบัติ 5) ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ คือ ความสงบระงับแห่งกายและจิต 6) สมานิสัมโพชฌงค์ คือ ความตั้งมั่นของจิต และ 7) อุเบกขาสัมโพชฌงค์ คือ ความวางเฉยอย่างมีปัญญา พระพุทธเจ้าทรงอธิบายลำดับการทำงานของโพชฌงค์ไว้อย่างเป็นระบบ โดยเมื่อมีสติเป็นฐาน จิตย่อมสามารถพิจารณาธรรมได้อย่างถูกต้อง เกิดความเพียรในการปฏิบัติ และเมื่อความเพียรดำเนินไปอย่างเหมาะสม ย่อมก่อให้เกิดปิติ ความสงบ และสมานิ ทั้งยังเอื้อต่อการพัฒนาอุเบกขา ซึ่งเป็นภาวะจิตที่เป็นกลางและรู้เท่าทันสภาวะธรรมตามความเป็นจริง (ม.ม. (ไทย) 14/118/465-468) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) ดังนั้น โพชฌงค์ 7 จึงสะท้อนภาพกระบวนการพัฒนาจิตจากความรู้ตัวไปสู่ความรู้แจ้งอย่างเป็นลำดับขั้น และทำหน้าที่เป็นช่วงสำคัญของการตื่นรู้ภายใน เมื่อปัญญาได้รับการพัฒนาในระดับนี้แล้ว ย่อมปูพื้นฐานให้การดำเนินชีวิตตามแนวทางแห่งมรรค 8 ซึ่งเป็นระบบการปฏิบัติองค์รวมและเป็นผลลัพธ์ของกระบวนการพัฒนาจิตตามโพธิปักขิยธรรมอย่างสมบูรณ์

### มรรคมืองค์ 8

มรรคมืองค์ 8 เป็นหลักธรรมแกนกลางของพระพุทธศาสนาเถรวาท และเป็นองค์ธรรมสูงสุดในหมวดโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ เนื่องจากเป็นทางสายกลางที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบและทรงแสดงเพื่อความดับทุกข์อย่างสิ้นเชิง ทั้งยังทำหน้าที่เป็นผลลัพธ์เชิงระบบของกระบวนการพัฒนาจิตทั้งหมดที่ประกอบขึ้นจากหลักธรรมหมวดต่าง ๆ กล่าวคือ เมื่อการปฏิบัติเริ่มจากการตั้งสติ ความเพียรที่ถูกต้อง การสร้างแรงจูงใจ การควบคุมและเสริมพลังจิต จนจิตมีกำลังมั่นคงและเกิดการตื่นรู้ผ่านโพชฌงค์ ย่อมหลอมรวมออกมาเป็นวิถีแห่งการดำเนินชีวิตตามมรรคมืองค์ 8 อย่างเป็นองค์รวม พระพุทธเจ้าทรงประกาศว่ามรรคมืองค์ 8 เป็นทางสายกลางที่หลีกเลี่ยงความสุดโต่งสองประการ คือ การหมกมุ่นในกามสุขและการทรมานตนเอง และเป็นหนทางที่นำไปสู่ญาณ ความสงบ ความรู้ยิ่ง และพระนิพพาน มรรคมืองค์ 8 ประกอบด้วย สัมมาทิฎฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ ซึ่งครอบคลุมทั้งด้านความคิด เจตนา วาจา การกระทำ การดำรงชีวิต ความเพียร การรู้ตัว และความตั้งมั่นของจิต (ส.ม. (ไทย) 19/1595-1603/498-505) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) เมื่อพิจารณาในเชิงโครงสร้าง จะเห็นว่ามรรคมืองค์ 8 มิได้เป็นเพียงการเรียงลำดับข้อธรรม หากเป็นระบบการปฏิบัติที่เชื่อมโยงกันอย่างเป็นองค์รวม และสะท้อนผลลัพธ์ของการพัฒนาจิตตามโพธิปักขิยธรรมทั้งระบบ พุทธทาสภิกขุอธิบายว่า มรรคมืองค์ 8 สามารถจัดเป็นกระบวนการฝึกตนตามหลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา โดยศีลทำหน้าที่ควบคุมพฤติกรรมทางกายและวาจา สมาธิทำหน้าที่อบรมและทำให้จิตตั้งมั่น ส่วนปัญญาทำหน้าที่กำกับทิศทางของการปฏิบัติทั้งหมด ทั้งนี้ องค์ธรรมทั้งแปดต้องเจริญควบคู่กัน มิใช่แยกทำทีละขั้น (พุทธทาสภิกขุ, 2549) ส่วน พร รัตนสุบรรณ ชี้ว่า การจัดมรรคมืองค์ 8 ตามไตรสิกขาแสดงให้เห็นโครงสร้างการพัฒนามนุษย์อย่างเป็นระบบ ตั้งแต่การปรับพฤติกรรมภายนอก การอบรมจิตใจภายใน จนถึงการพัฒนาปัญญาเพื่อรู้ความจริงของชีวิต องค์ธรรมแต่ละข้อจึงเกื้อกูลและเสริมกันในฐานะ

กระบวนการเดียวของการพัฒนามนุษย์อย่างครบวงจร ซึ่งเป็นการสรุปภาพรวมของโพธิปักขิยธรรมในฐานะระบบการพัฒนามนุษย์เชิงพุทธอย่างสมบูรณ์ (พร รัตนสุบรรณ, 2558)

**ตารางที่ 1** สรุปบทบาทเชิงระบบของโพธิปักขิยธรรม 37 ประการในฐานะระบบพัฒนามนุษย์เชิงพุทธ

หมวดธรรม	องค์ประกอบ	หน้าที่เชิงระบบ	บทบาทในกระบวนการพัฒนามนุษย์
สติปัญญา 4	กาย เวทนา จิต ธรรม	ฐานการรับรู้	เป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาจิต
สัมมปธาน 4	สังวร ปหาน ภavana ออนุรักษนา	พลังขับเคลื่อน	ทำหน้าที่ผลักดันการปฏิบัติให้ดำเนินไปอย่างต่อเนื่องด้วยความเพียรที่ถูกต้อง
อิทธิบาท 4	ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา	แรงจูงใจและความสำเร็จ	เสริมสร้างแรงจูงใจ กำหนดทิศทาง และหล่อเลี้ยงความสำเร็จของการปฏิบัติ
อินทรีย์ 5	ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา	การควบคุมและกำกับ	ทำหน้าที่ควบคุมและประคองจิตไม่ให้เอนเอียงหรือสุดโต่ง
พละ 5	ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา	ความมั่นคงภายใน	เป็นพลังจิตที่มั่นคง ไม่หวั่นไหวต่อกิเลสและอุปสรรค
โพชฌงค์ 7	สติ ัมมวิจยะ วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา	กระบวนการตื่นรู้	แสดงลำดับการเกิดปัญญาและการตื่นรู้ของจิต
มรรคมืองค์ 8	ศีล สมาธิ ปัญญา	ระบบชีวิตองค์รวม	เป็นผลลัพธ์เชิงระบบของการพัฒนามนุษย์ นำไปสู่การดำเนินชีวิตเพื่อความดับทุกข์

จากการวิเคราะห์หมวดธรรมทั้งเจ็ดในโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ สามารถสังเคราะห์ได้ว่า หลักธรรมชุดนี้มีใช้เพียงการจัดหมวดคำสอนเพื่อการจดจำ หากเป็นระบบการพัฒนามนุษย์เชิงพุทธที่มีโครงสร้างและพลวัตชัดเจน กระบวนการเริ่มจากสติปัญญาเป็นฐานการรับรู้ ตามด้วยสัมมปธานและอิทธิบาทซึ่งทำหน้าที่เป็นพลังขับเคลื่อน เมื่อการปฏิบัติเจริญขึ้น อินทรีย์และพละจะเสริมความมั่นคงของจิต จนเอื้อต่อการตื่นรู้ผ่านโพชฌงค์และหลอมรวมเป็นวิถีชีวิตตามมรรคมืองค์ 8 อันเป็นผลลัพธ์เชิงองค์รวมของการพัฒนามนุษย์เพื่อความดับทุกข์อย่างสมบูรณ์

#### การปฏิบัติตามโพธิปักขิยธรรม

โพธิปักขิยธรรม 37 ประการมิใช่เพียงหลักธรรมเชิงทฤษฎี หากเป็นแนวปฏิบัติที่นำไปใช้ได้จริงทั้งในการปฏิบัติกรรมฐานและชีวิตประจำวัน การยกตัวอย่างการปฏิบัติช่วยให้เห็นความสัมพันธ์และการเกี่ยวกลั่นของหลักธรรมแต่ละหมวดในกระบวนการพัฒนาจิตใจอย่างชัดเจน (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2556)

#### การปฏิบัติสมณะวิปัสสนา

การปฏิบัติสมณะและวิปัสสนาเป็นกระบวนการอบรมจิตตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาทที่เกี่ยวกลั่นอย่างเป็นระบบ สมณะทำให้จิตสงบตั้งมั่น ส่วนวิปัสสนาเจริญปัญญาให้รู้แจ้งสภาวะธรรมตามความเป็นจริง ดังปรากฏในพระไตรปิฎกและคำอธิบายในอรรถกถาและฎีกา (พุทธทาสภิกขุ, 2548)

#### การปฏิบัติสมณะกรรมฐาน

ในพระไตรปิฎกพระพุทธเจ้าทรงแสดงการเจริญสมณะกรรมฐานไว้อย่างชัดเจน โดยเฉพาะอานาปานสติ ซึ่งเป็นกรรมฐานที่นำจิตเข้าสู่ความสงบและความตั้งมั่น พระองค์ทรงแสดงว่า เมื่อภิกษุเจริญอานาปานสติอย่างถูกต้อง ย่อมทำให้กายสงบ จิตสงบ และเกิดสมาธิที่เป็นฐานแห่งฌาน (ม.มู. 10/1-4/301-304) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) พุทธทาสภิกขุอธิบายว่า สมถภาวนามีหน้าที่ทำให้จิตสงบ ตั้งมั่น และเป็นเอกัคคตา โดยช่วยระงับนิวรณ์ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการเห็นความจริงของสภาวะธรรม จิตที่ได้รับการอบรมด้วยสมณะจึงเหมาะสมต่อการเจริญวิปัสสนา เพราะมีเสถียรภาพและไม่เอนเอียง (พุทธทาสภิกขุ, 2548) แนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับ Bhikkhu Analayo ที่ชี้ว่าสมาธิในฐานะผลของสมณะทำหน้าที่เป็นฐานรองรับการเกิดปัญญา



ช่วยให้จิตรู้ตรงต่อประสบการณ์ปัจจุบันได้อย่างชัดเจน สมถะจึงเป็นกระบวนการเตรียมจิตเพื่อการรู้แจ้งตามความเป็นจริง มีไข่เป้าหมายสุดท้ายของการปฏิบัติ (Analayo, B., 2003)

### การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

เมื่อจิตตั้งมั่นด้วยสมถะแล้ว พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เจริญวิปัสสนาโดยการพิจารณาสภาวธรรมตามความเป็นจริง เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นไตรลักษณ์อย่างชัดเจน (ม.มู. 10/1-8/345-352) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) นักวิชาการทางพระพุทธศาสนาร่วมสมัยอธิบายว่า วิปัสสนาภาวนาเป็นกระบวนการเกิดปัญญาที่ต้องอาศัยสมาธิเป็นฐาน กล่าวคือ จิตที่ได้รับการอบรมด้วยสมถะจนมีความสงบและตั้งมั่น ย่อมมีความเหมาะสมต่อการพิจารณาสภาวธรรมตามความเป็นจริงโดยไม่เข้าไปยึดถือ พุทธทาสภิกขุชี้ว่า สมาธิทำหน้าที่เป็นฐานรองรับการเกิดปัญญา ส่วนวิปัสสนาเป็นการใช้จิตที่ตั้งมั่นนั้นพิจารณาให้เห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความไม่ใช่อัตน ปัญญาที่เกิดขึ้นจึงค่อย ๆ คลายความยึดมั่น ลดความเห็นผิด และทำลายอวิชชาอย่างเป็นลำดับ (พุทธทาสภิกขุ, 2548) ในทำนองเดียวกัน Bhikkhu Analayo อธิบายว่า สมถะและวิปัสสนามีไข่แนวทางที่แยกจากกัน หากเป็นกระบวนการที่ต้องดำเนินควบคู่กัน โดยสมาธิช่วยสร้างเสถียรภาพและความชัดเจนของจิต ขณะที่วิปัสสนานำไปสู่ความเข้าใจตรงต่อประสบการณ์ปัจจุบัน หากขาดสมาธิ ปัญญาจะไม่มีความนิ่งพอ และหากขาดวิปัสสนา สมาธิย่อมหยุดอยู่เพียงความสงบ ไม่อาจนำไปสู่ความหลุดพ้นได้ (Analayo, B., 2003)

### ความสัมพันธ์สมถะและวิปัสสนากับโพธิปักขิยธรรม

จากข้อมูลข้างต้น สมถะและวิปัสสนาเป็นการประยุกต์โพธิปักขิยธรรม 37 ประการอย่างเป็นองค์รวม โดยมีสติปัญญาเป็นฐานการรู้ สัมมปธานและอิทธิบาทเป็นแรงขับ อินทรีย์และพละสร้างความมั่นคง โพชนงค์ก่อให้เกิดปัญญา และมรรคมีองค์ 8 เป็นกรอบการดำเนินชีวิต จึงสะท้อนการปฏิบัติจริง มีไข่เพียงหลักธรรมเชิงคัมภีร์

### ตัวอย่างจากชีวิตประจำวัน

โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ มิได้จำกัดขอบเขตการปฏิบัติไว้เฉพาะการภาวนาในที่ตั้งเท่านั้น หากสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันของทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิตได้อย่างเป็นรูปธรรม เมื่อพิจารณาในเชิงหน้าที่ หลักธรรมชุดนี้ทำหน้าที่เป็นกรอบการกำกับพฤติกรรม การควบคุมอารมณ์ และการพัฒนาปัญญาในสถานการณ์จริงของชีวิตประจำวัน พระไตรปิฎกได้แสดงแนวคิดดังกล่าวไว้หลายแห่ง โดยชี้ให้เห็นว่าการเจริญธรรมมีไข่การแยกตนออกจากชีวิตจริง หากเป็นการนำสติ ปัญญา และความเพียรไปใช้กับกิจวัตรและบทบาทหน้าที่ของแต่ละบุคคลดำรงอยู่ (ที.ปา. 11/180-189/199-207) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) ในกรณีของคฤหัสถ์ การดำเนินชีวิตด้วยความสุจริต มีสติรู้เท่าทันอารมณ์ขณะเผชิญปัญหา และมีความเพียรในการละอภุศลและส่งเสริมกุศล สามารถวิเคราะห์ได้ว่าเป็นการทำงานร่วมกันของสติปัญญา สัมมปธาน และอินทรีย์ โดยสติทำหน้าที่เป็นฐานการรับรู้ ความเพียรเป็นพลังขับเคลื่อน และอินทรีย์เป็นกลไกควบคุมทิศทางของจิตใจไม่ให้เอนเอียงไปสู่ฝ่ายอภุศล การประยุกต์ใช้หลักธรรมในลักษณะนี้สะท้อนว่า โพธิปักขิยธรรมสามารถทำงานได้จริงในบริบทของโลกียธรรม และมีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ในสังคมร่วมสมัย ในส่วนของบรรพชิต ตัวอย่างการปฏิบัติตามโพธิปักขิยธรรมปรากฏชัดในพระสูตรว่าด้วยชีวิตสงฆ์ ซึ่งแสดงให้เห็นการนำหลักสติ สมาธิ และปัญญามาใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างมีวินัยและความสม่ำเสมอ (ม.มู. 10/1-10/353-360) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 1996) เมื่อพิจารณาในเชิงวิเคราะห์ จะเห็นว่าการปฏิบัติของบรรพชิตมีไข่เพียงกิจกรรมทางศาสนา หากเป็นกระบวนการฝึกตนที่มีโครงสร้างและความสัมพันธ์ขององค์ธรรมอย่างเป็นระบบ จากตัวอย่างการปฏิบัติของคฤหัสถ์และบรรพชิต โพธิปักขิยธรรม 37 ประการสะท้อนการทำงานเชิงระบบ ตั้งแต่การรับรู้ การควบคุมตนเอง การสร้างแรงจูงใจ จนถึงการปรับพฤติกรรมและทัศนคติ บทถัดไปจึงมุ่งสังเคราะห์กระบวนการเหล่านี้เป็นโมเดลการพัฒนาตนมนุษย์เชิงพุทธอย่างเป็นองค์รวม

### โพธิปักขิยธรรมในฐานะระบบการพัฒนาตนมนุษย์เชิงพุทธ

โพธิปักขิยธรรม 37 ประการสามารถอธิบายได้ในฐานะระบบการพัฒนา มนุษย์เชิงพุทธที่มีโครงสร้าง หน้าที่ และเป้าหมายชัดเจน มิใช่เพียงการรวบรวมหลักธรรมเพื่อการภาวนา หากเป็นกรอบการพัฒนา มนุษย์อย่างเป็นองค์รวม ครอบคลุมมิติพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา โดยมีเป้าหมายสูงสุดคือความหลุดพ้นจากทุกข์ตามแนว พระพุทธศาสนาเถรวาท (สุชีพ ปุญญานุภาพ, 1997) ในเชิงหน้าที่ โพธิปักขิยธรรมทำหน้าที่พัฒนา มนุษย์จาก ระดับโลกียะไปสู่โลกุตตระ ผ่านกระบวนการฝึกอบรมที่มีลำดับขั้นและความสัมพันธ์เชิงระบบอย่างชัดเจน

- 1) มิติพฤติกรรม หลักธรรมชุดนี้ทำหน้าที่กำกับและปรับพฤติกรรมทางกายและวาจาให้สอดคล้องกับกุศลธรรม โดยเฉพาะมรรคข้อศีลและความเพียรในสัมมัปปธาน ซึ่งเป็นกลไกสำคัญในการควบคุมการแสดงออกและการตัดสินใจในชีวิตประจำวัน ช่วยลดพฤติกรรมที่เป็นเหตุแห่งทุกข์และสร้างแบบแผนชีวิตที่เอื้อต่อการพัฒนา ภายใต
- 2) มิติจิตใจ โพธิปักขิยธรรมมุ่งพัฒนาจิตใจภายในของจิตผ่านสติปัฏฐาน สมาธิ รวมถึงอินทรีย์และพลัง ซึ่งทำหน้าที่ควบคุม ประคอง และสร้างเสถียรภาพให้แก่กระบวนการรับรู้และอารมณ์ ในบริบทชีวิตประจำวัน สติทำหน้าที่เป็นกลไกตรวจสอบกระแสความคิด ช่วยให้รู้เท่าทันอกุศลวิตกและความลำเอียงทางอารมณ์ ทำให้จิตพร้อมต่อการใช้ปัญญาอย่างรอบคอบ
- 3) มิติปัญญา โพธิปักขิยธรรมส่งเสริมการรู้แจ้งตามความเป็นจริงผ่านวิมิงสา โพชฌงค์ และสัมมาทิฐิ ซึ่งสะท้อนกระบวนการเปลี่ยนแปลงเชิงโครงสร้างของความเข้าใจ จากการรับรู้ตามความ เคยชินไปสู่การเห็นอริยสัจตามความเป็นจริง อธิบายว่า แม้องค์ธรรมอาจปรับใช้ต่างกันตามอุปนิสัย แต่โครงสร้าง พื้นฐานของระบบยังคงเดิม คือมีสติเป็นฐาน สมาธิเป็นเครื่องประคอง และปัญญาเป็นเครื่องตัดกิเลส (Thanissaro Bhikkhu, 1996) จากการวิเคราะห์ดังกล่าว โพธิปักขิยธรรม 37 ประการจึงทำงานร่วมกันในฐานะระบบการพัฒนา มนุษย์แบบองค์รวมที่มีความสัมพันธ์เชิงพลวัต การขาดมิติใดมิติหนึ่งย่อมทำให้ระบบไม่สมบูรณ์ ดังที่พุทธทาสภิกขุ ชี้ให้เห็นว่า การพัฒนา มนุษย์ตามแนวพุทธศาสนาต้องดำเนินไปอย่างสมดุลทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา จึงจะนำไปสู่ความหลุดพ้นได้อย่างแท้จริง (พุทธทาสภิกขุ, 2549) โดยสรุป โพธิปักขิยธรรมในฐานะระบบการ พัฒนา มนุษย์ มิได้ทำงานแบบเส้นตรง (Linear) แต่ทำงานแบบองค์รวม (Holistic) ที่มีการป้อนกลับและส่งเสริม กัน (Feedback Loop) กล่าวคือ สติที่เป็นฐานในสติปัฏฐานจะถูกยกระดับผ่านความเพียรและพลังใจ จนกลายเป็น อินทรีย์ ที่เข้มแข็งพอจะขับเคลื่อนโพชฌงค์ ให้ทำงานสู่การรู้แจ้ง กระบวนการนี้จึงเป็นรูปแบบการ พัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่สมบูรณ์ที่สุดในทัศนะของพุทธศาสนาเถรวาท เนื่องจากพัฒนาทั้งคุณภาพจิตและ สมรรถนะของปัญญาไปพร้อมกัน

## สรุป

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบายและวิเคราะห์โพธิปักขิยธรรม 37 ประการในฐานะระบบการพัฒนา มนุษย์เชิงพุทธ โดยพิจารณาทั้งด้านความหมาย โครงสร้าง ตัวอย่างการปฏิบัติ และความสัมพันธ์ของหลักธรรมแต่ ละหมวดในเชิงระบบ ผลการศึกษาพบว่า โพธิปักขิยธรรมมิใช่เพียงการรวบรวมข้อธรรมเพื่อการภาวนา หากเป็น นวัตกรรมทางจิตที่ทำงานเป็นกระบวนการองค์รวม มุ่งพัฒนา มนุษย์จากระดับโลกียะไปสู่โลกุตตระ ผ่านการปรับ โครงสร้างภายในของจิตใจให้พ้นจากอวิชชา ตัณหา และอุปาทาน ในเชิงโครงสร้าง หลักธรรมแต่ละหมวดทำหน้าที่ แตกต่างกันไปแต่ก็เกี่ยวเนื่องอย่างเป็นระบบ ตั้งแต่สติปัฏฐานเป็นฐานการรับรู้ สัมมัปปธานและอิทธิบาทเป็นกลไก ขับเคลื่อน อินทรีย์และพลังเป็นกลไกควบคุมและเสริมพลัง โพชฌงค์เป็นกระบวนการรู้แจ้ง และมรรคมืองค์ 8 เป็นกรอบการดำเนินชีวิตทั้งหมด การบรรลุธรรมจึงเกิดจากการทำงานร่วมกันของกลไกด้านพฤติกรรม จิตใจ และ ปัญญา หลักธรรมชุดนี้ยังสามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและการอยู่ร่วมกันในสังคม ร่วมสมัยอย่างมีสติและเมตตา โพธิปักขิยธรรม 37 ประการมิใช่เพียงชุดคำสอนเพื่อการจารีต แต่คือ นวัตกรรมเชิง ระบบ (Systemic Innovation) ในการพัฒนา มนุษย์ที่สมบูรณ์ที่สุด ซึ่งมีลักษณะเป็นพลวัต (Dynamic) และมีระบบป้อนกลับ (Feedback Loop) ผ่านการทำงานร่วมกันของสติและสัมปชัญญะ การบูรณาการหลักธรรม



เหล่านี้สู่ชีวิตประจำวันในฐานะกลไกตรวจสอบกระแสความคิด จึงเป็นคำตอบสำคัญในการยกระดับคุณภาพชีวิตของมนุษย์ในสังคมร่วมสมัยอย่างยั่งยืน

### เอกสารอ้างอิง

- พร รัตนสุบรรณ. (2558). พุทธธรรมกับการพัฒนามนุษย์. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2556). พุทธธรรม. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม.
- พุทธทาสภิกขุ. (2546). ธรรมะคืออะไร. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- \_\_\_\_\_. (2548). วิปัสสนาภาวนา. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- \_\_\_\_\_. (2549). อานาปานสติภาวนา. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (1996). พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สุชีพ ปุญญานุภาพ. (1997). หลักการเจริญภาวนาในพระพุทธศาสนา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- Analayo, B. (2003). Satipatthāna: The direct path to realization. Birmingham: Windhorse Publications.
- Gethin, R. (1998). The foundations of Buddhism. Oxford: Oxford University Press.
- Thanissaro Bhikkhu. (1996). The wings to awakening: An anthology from the Pali Canon. Valley Center, CA: Metta Forest Monastery.