

ศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องลมในพระพุทธศาสนาเถรวาท
THE ANALYTICAL STUDY OF THE CONCEPTS OF
WIND (VATĀ) IN THERAVĀDA BUDDHISM

นายจักรเรศ ศิริรังษี

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๓

ศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องลมในพระพุทธศาสนาเถรวาท

นายจักรเรศ ศิริรัมย์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๓

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

**The Analytical Study of the Concepts of
Wind (Vatā) in Theravāda Buddhism**

Mr. Chakkraret Sirirangsee

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement For The Degree of
Master of Arts
(Buddhist Studies)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย
ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา

.....

(พระสุธีธรรมานุวัตร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบบัณฑิตวิทยาลัย ประธานกรรมการ
(พระมหาไพเราะ จิตสีโล, ดร.)

..... กรรมการ
(พระสุธีธรรมานุวัตร)

..... กรรมการ
(ดร.วุฒินันท์ ก้นทะเตียน)

..... กรรมการ
(ดร.นันทพล โรจนโกศล)

..... กรรมการ
(อาจารย์รังษี สุทนต์)

คณะกรรมการควบคุมบัณฑิตวิทยาลัย ประธานกรรมการ
พระสุธีธรรมานุวัตร กรรมการ
อาจารย์รังษี สุทนต์

ชื่อวิทยานิพนธ์	:	ศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องลมในพระพุทธศาสนาเถรวาท
ผู้วิจัย	:	นายจักรเรศ ศิริรังษี
ปริญญา	:	พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์		
	:	พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ.ดร. ป.ธ.๕, M.A., Ph.D.
	:	อาจารย์รังษี สุทนต์ ป.ธ.๕, พธ.ม.
วันสำเร็จการศึกษา	:	๒๕ มีนาคม ๒๕๕๔

บทคัดย่อ

การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องลมในพระพุทธศาสนาเถรวาท มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องลมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา (๒) ลมกับหมวดธรรมที่เกี่ยวข้องเพื่อการพัฒนารชีวิต (๓) การประยุกต์หลักคำสอนเกี่ยวกับลมในพระพุทธศาสนาสำหรับพัฒนารชีวิต

ผลการวิจัยพบว่า แนวคิดเรื่องลมในพระพุทธศาสนาเถรวาท แบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ (๑) ลมที่เป็นองค์ประกอบในสิ่งมีชีวิตโดยเฉพาะในมนุษย์ เรียกว่าลมภายในประกอบไปด้วย ลมในลักษณะต่างๆ ๖ อย่าง คือ ลมหายใจเข้า-ออก ลมที่พัดขึ้นสู่เบื้องบน ลมที่พัดลงสู่เบื้องล่าง ลมที่อยู่ในช่องท้อง ลมที่อยู่ในลำไส้ ลมที่เล่นไปทั่วร่างกาย (๒) ลมที่เป็นองค์ประกอบในสิ่งไม่มีชีวิต เป็นธรรมชาติที่มีลักษณะพัดไปมา มีภาวะที่เคลื่อนไหว มีการขยับถ่ายเท เช่น ลม ตะวันออก ลมมีฝุ่น ลมหนาว ฯลฯ

ทั้งลมภายในและลมภายนอก มีความสัมพันธ์กันภายใต้ กฎธรรมชาติ หรือนิยาม ๕ มนุษย์นำลมมาใช้ประโยชน์ โดยการศึกษาธรรมชาติของลมภายในตัวมนุษย์ ในขั้น ๕ และศึกษา ลมภายนอกมนุษย์เพื่อเป็นข้อมูลในการพัฒนารชีวิต ลมอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์เช่นเดียวกับทุก สรรพสิ่ง มนุษย์จึงนำลมมาใช้พัฒนาจิตวิญญาณของตนเพื่อให้เข้าสู่ความจริงโดยการใช้ลมเป็นตัวเชื่อม พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเน้นการนำลมมาใช้พัฒนารชีวิตในสติปัฏฐาน ๔ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในส่วนของการใช้ลมหายใจเข้าออก หรือ อานาปานัสสติ ๑๖ ขั้น พระองค์ทรงให้ความสำคัญ เพราะการทำอานาปานัสสติมีผลมาก มีอานิสงส์มาก

ผลการวิจัยทำให้มองเห็นว่าการบูรณาการลมในสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิต ทั้ง ๒ ชนิด ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในทางพระพุทธศาสนาด้วยวิธีการ รู้จักลม รู้จักการใช้ลม ให้เกียรติลม ยอมรับลม สุดท้ายก็ไม่ยึดติดในลม

Thesis Title : The Analytical Study Of The Concepts Of Wind
(Vatā) In Theravāda Buddhism

Researcher : Mr. Chakkraret Sirirangsee

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee:

: Phra Suthithammanuwat Pali IX., M.A., Ph.D.

: Mr.Rangsi Suthon Pali IX., M.A.

Date of Graduation : March 25, 2011

Abstract

The purposes of this thesis are (1)to study about the wind in the Theravāda Tipiṭaka, (2) to study about the relationship between the wind and the Dhamma in the Theravāda Buddhism for the development of life. And (3)to apply the teaching of the wind in Theravāda Buddhism for the development of life.

From the theoretical study of the Theravāda Tipiṭaka,it is found that the wind is one of the main components of both animate and inanimate substances.(1)The wind in the animate substance, especially in human being is named inside wind that consists of various winds 6 characters , namely :- breath wind, upper wind , lower wind,wind in the abdominal cavity,wind in the intestines and wind run around body.(2)The wind in the inanimate substance has the blowing nature which is of moving and shift appearance being is named outside wind , for example east wind , dusty wind and cold wind.

Both inside wind and outside wind are under the five aspects of natural law .Human can take wind to be benefit by learning nature both inside wind and outside wind .Wind have the three characteristics behavior as same as other thing those are (1) impermanence (2) suffering (3)soullessness .Thus ,the wind is human's equipment for meditation. Buddha emphasize wind in 4 Satipaṭṭhanas especially in mindfulness of breathing with sixteen bases.Result of mindfulness of breathing is more merit.

Result from research, the wind in both animate and inanimate things can be integrated in order to bring about the maximum benefits in Buddhism by understanding the nature of wind, knowing how to use the wind, honoring the wind, accepting the wind and finally not attaching to the wind.

กิตติกรรมประกาศ

ขอถวายความนอบน้อมแด่พระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ อันเป็นที่พึ่งสูงสุดของผู้วิจัย กราบขอบพระคุณบิดา นายจ่านงค์ ศิริรังษี และมารดา นางพนอจิต ศิริรังษี ผู้ให้กำเนิดชีวิต ให้การเลี้ยงดูและให้การอบรมสั่งสอน ขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่ให้โอกาสเรียนรู้พระไตรปิฎกและศึกษาพระพุทธศาสนาในหลายแง่มุม กราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกรูปและทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จลงได้ด้วยความอนุเคราะห์จากบุคคลหลายฝ่าย ดังนี้

พระสุธีธรรมานุวัตร(เทียบ สิริญาโณ) คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เป็นประธานกรรมการควบคุมดูแลงานวิจัยและด้วยความช่วยเหลืออนุเคราะห์ให้ความเมตตาสั่งสอนทั้งในวิทยานิพนธ์และในหลักสูตรภาษาบาลี จากกรรมการที่ปรึกษาอีกท่านคือ อาจารย์รังษี สุทนต์เป็นผู้ริเริ่มจุดประกายความคิดงานเขียนวิจัยให้นิสิต และคอยกระตุ้นเตือนนิสิตให้เร่งเขียนวิทยานิพนธ์ ทั้งยังมีเมตตาพร้อมให้คำปรึกษาและให้กำลังใจกับนิสิตทุกท่านรวมทั้งผู้วิจัยด้วย พระครูใบฎีกาสนั่น ทयरกุโข ที่มีเมตตาช่วยตรวจสอบความถูกต้องของรูปแบบวิทยานิพนธ์ให้สมบูรณ์ อาจารย์ชูศักดิ์ ทิพย์เกษร ผู้ตรวจแก้ไขบทคัดย่อภาษาอังกฤษ และเจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัยที่อำนวยความสะดวกในระหว่างการศึกษาและการยื่นเอกสารต่างๆ กราบขอบพระคุณวิปัสสนาจารย์ พระอาจารย์สมภาร สมภาโร พระอาจารย์มหาพิรพล วิโรจโน พระอาจารย์บุญเลิศ ฐมฺมทศฺสี พระอาจารย์มหานิยม สีลสํวโร คุณหม่อจ่าลอง ดิษยวณิช พิทมอดวงดา ไกรภัสสรพงษ์ พิที่สามารถ สุขุประการ และท่านอื่นๆ ที่ให้การรักษาให้กำลังใจ มีเมตตาช่วยเหลือผู้วิจัยระหว่างเกิดปัญหาติดขัดในการปฏิบัติธรรม พันโทวิโรพล แพทย์ประสิทธิ์ที่กระตุ้นเตือนให้เร่งทำวิทยานิพนธ์เมื่อใกล้จะหมดสภาพนิสิต จนทำให้ผู้วิจัยมีกำลังใจที่จะดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ต่อไปหากไม่ได้ท่านเหล่านี้ผู้วิจัยคงจะไม่สามารถมาทำวิจัยชิ้นนี้ให้เสร็จสิ้นได้

รวมทั้งขอบพระคุณคณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ พระอาจารย์ไพเราะ ฐิตสีโล ผู้เป็นประธานกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ที่คอยให้กำลังใจผู้วิจัย อาจารย์นันทพล โรจนโกศล ผู้เป็นเหมือนพี่เลี้ยงที่คอยดูแลเอาใจใส่งานวิจัย ให้หลักการเขียนวิทยานิพนธ์และสอนผู้วิจัยอย่างอดทนจนผู้วิจัยเห็นคุณค่าของงานวิทยานิพนธ์ กระทั่งผู้วิจัยเกิดประกายความมุ่งมั่นที่จะเขียนงานให้มีคุณภาพตามสติปัญญาที่มี อาจารย์วุฒินันท์ ก้นทะเตียนผู้คอยชี้แนะแก้ไขจุดบกพร่องในงานวิจัยชิ้นนี้ หากไม่มีบุญกุศลที่เกิดจากวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ขออานิสงสังแก่ไปยังสรรพสัตว์ทุกๆชีวิต

นายจักรเรศ ศิริรังษี

๒๐ มีนาคม ๒๕๕๔

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญ	จ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ช
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๓
๑.๔ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๕ วิธีดำเนินการวิจัย	๖
๑.๖ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๗
บทที่ ๒ แนวคิดเรื่องลมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๘
๒.๑ นิยามและความหมาย	๘
๒.๒ ประเภทของลม	๑๓
๒.๒.๑ ลมภายใน	๑๓
๒.๒.๒ ลมภายนอก	๑๔
๒.๓ แนวคิดเรื่องลม	๑๔
๒.๓.๑ ลมเป็นองค์ประกอบของชีวิต	๑๔
๒.๓.๒ ลมเป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติ	๑๖
๒.๓.๓ ลมที่เกิดจากการเนรมิต	๑๕
๒.๓.๔ การอุปมาด้วยลมเพื่อสอนธรรมะ	๒๐
๒.๓.๕ การใช้ลมเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติธรรม	๒๗

บทที่ ๓ ลมกับหมวดธรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชีวิต	๓๑
๓.๑ ลมกับนิยาม ๕	๓๑
๓.๑.๑ ลมกับอตุณิยาม	๓๒
๓.๑.๒ ลมกับพีชนิยาม	๓๒
๓.๑.๓ ลมกับจิตตนิยาม	๓๓
๓.๑.๔ ลมกับกรรมนิยาม	๓๓
๓.๑.๕ ลมกับธรรมนิยาม	๓๓
๓.๒ ลมกับขั้น ๕	๓๔
๓.๒.๑ ลมกับรูปขั้น	๓๕
๓.๒.๒ ลมกับเวทนาขั้น	๓๖
๓.๒.๓ ลมกับสัญญาขั้น	๓๘
๓.๒.๔ ลมกับสังขารขั้น	๓๘
๓.๒.๕ ลมกับวิญญาณขั้น	๓๙
๓.๓ ลมกับกฎไตรลักษณ์	๓๙
๓.๓.๑ ลมกับอนิจจัง	๔๐
๓.๓.๒ ลมกับทุกขัง	๔๐
๓.๓.๓ ลมกับอนัตตา	๔๒
๓.๔ ลมกับโพธิปักขิยธรรม	๔๒
๓.๔.๑ ลมกับสติปัฏฐาน ๔	๔๓
๓.๔.๒ ลมกับสัมมปธาน ๔	๔๘
๓.๔.๓ ลมกับอิทธิบาท ๔	๕๐
๓.๔.๔ ลมกับอินทรีย์ ๕	๕๐
๓.๔.๕ ลมกับพลละ ๕	๕๒
๓.๔.๖ ลมกับโพชฌงค์ ๗	๕๒
๓.๔.๗ ลมกับอริยมรรคมีองค์ ๘	๕๓
บทที่ ๔ การประยุกต์หลักคำสอนเกี่ยวกับลมในพระพุทธศาสนาเพื่อพัฒนาชีวิต	๕๖
๔.๑ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับนิยาม ๕	๕๖
๔.๑.๑ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับอตุณิยาม	๕๖
๔.๑.๒ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับพีชนิยาม	๕๗

๔.๑.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับจิตตนิยาม	๕๘
๔.๑.๔ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับกรรมนิยาม	๖๑
๔.๑.๕ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับธรรมนิยาม	๖๓
๔.๒ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับขั้น ๕	๖๔
๔.๒.๑ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับรูปขั้น	๖๔
๔.๒.๒ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับนามขั้น	๖๕
๔.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับกฎไตรลักษณ์	๖๗
๔.๓.๑ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับหลักอนิจจัง	๖๗
๔.๓.๒ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับหลักทุกขัง	๖๙
๔.๓.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับหลักอนัตตา	๗๐
๔.๔ การพัฒนาชีวิตจากการใช้ลมเพื่อการบรรลุธรรม	๗๑
๔.๔.๑ การพัฒนาชีวิตทำให้เกิดสุขเวทนาทั้งร่างกายและจิตใจ	๗๑
๔.๔.๒ การพัฒนาชีวิตทำให้เกิดฌาน ๔	๗๒
๔.๔.๓ การพัฒนาชีวิตบรรลุถึงวิชาและวิมุตติ	๗๓
๔.๔.๔ การพัฒนาชีวิตเข้าถึงความเป็นอริยบุคคล	๗๕
บทที่ ๕ บทสรุป วิจารณ์และข้อเสนอแนะ	๗๗
๕.๑ บทสรุป	๗๗
๕.๒ บทวิจารณ์	๗๙
๕.๒.๑ ลมกับภัยพิบัติแผ่นดินไหว	๗๙
๕.๒.๒ ศีลธรรมของคนในสังคมลดลงทำให้ลมพัดไม่สม่ำเสมอ	๘๐
๕.๒.๓ เพิ่มปริมาณการใช้พลังงานจากลม	๘๑
๕.๒.๔ พระพุทธเจ้าใช้ลมเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติธรรม	๘๑
๕.๓ ข้อเสนอแนะ	๘๒
บรรณานุกรม	๘๓
ประวัติผู้วิจัย	๘๖

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎกในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ใช้อ้างอิงจาก พระไตรปิฎก-อรรถกถา-ฎีกาภาษาบาลี พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ส่วนคำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อเกี่ยวกับอรรถกถาและฎีกา หมายถึง อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

การใช้หมายเลขในพระไตรปิฎก อรรถกถา และฎีกา จะแจ้ง เล่ม/ชื่อ/หน้า ตามลำดับ ตัวอย่างเช่น ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๑๘๒/๑๔๐. หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค (ภาษาไทย) เล่มที่ ๑๑ ชื่อที่ ๑๘๒ หน้าที่ ๑๔๐ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๕ และการใช้ พระไตรปิฎกฉบับภาษาบาลี ตัวอย่างการอ้างอิงพระไตรปิฎก เช่น วิ.มหา.(บาลี) ๑/๑/๑ หมายถึง การอ้างอิงนั้นระบุถึงคัมภีร์ วินยปิฎก มหาวิภังคปาลี เล่มที่ ๑ ชื่อที่ ๑ หน้าที่ ๑

พระวินยปิฎก

วิ.มหา.	(บาลี)	=	วินยปิฎก	มหาวิภังค	(ภาษาบาลี)
วิ.มหา.	(ไทย)	=	วินยปิฎก	มหาวิภังค	(ภาษาไทย)
วิ.ม.	(ไทย)	=	วินยปิฎก	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.จ.	(ไทย)	=	วินยปิฎก	จุฬวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปิณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปรปิณณาสก์	(ภาษาไทย)
ส.ส.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
อ.จ.เอกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อ.จ.ติก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อ.จ.จตุกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)

อง.ปญจก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ฉก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ฉกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตุตค. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	สตุตคนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.อฎฐก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	อฎฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทสก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ขุ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.อุ. (บาลี)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อุทาน	(ภาษาบาลี)
ขุ.อุ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อุทาน	(ภาษาไทย)
ขุ.อิตฺติ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อิตฺติวุตตะกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา. (บาลี)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ชาดก	(ภาษาบาลี)
ขุ.ชา. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ชาดก	(ภาษาไทย)
ขุ.จู. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิกาย	(ภาษาไทย)
ขุ.ป. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
อภิ.วิ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)
อภิ.ก. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	กถาวัตถุ	(ภาษาไทย)

ส่วนคัมภีร์อรรถกถาจะแจ้งที่มา เล่ม/หน้า กล่าวคือ เลขหน้าเป็นเลขเล่ม เลขหลังเป็นเลขหน้า อาทิ เซที.ปา.อ.(บาลี) ๓๓/๓๗ หมายถึง ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี ปาฐิกวรรคอรรถกถา (บาลี) เล่มที่ ๓๓ หน้า ๓๗

อรรถกถาพระวินัยปิฎก

วิ.อ. (บาลี)	=	วินัยปิฎก	สมนุตปาสาทิกา	ปาราชิกกณฺฑ - สัมมาทิเสสาทิ - มหาวคฺคาทือฎฐกถา (ภาษาบาลี)
--------------	---	-----------	---------------	--

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ม.มฺว.อ. (บาลี)	=	มชฺฉิมนิกาย	ปปลยฺจสุทนี	มูลปณฺณาสกอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)
อง.ทฺก.อ. (บาลี)	=	องคฺคตฺตรนิกาย	มโนรตฺตปฺรณฺนี	ทฺกาทินิปาทอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)
ชฺ.เถร.อ. (บาลี)	=	ชฺทฺทกนิกาย	ปรมตฺตทิปฺนี	เถรคาคาอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)
ชฺ.อป. อ. (บาลี)	=	ชฺทฺทกนิกาย	วิสุทฺทชนวิลาสินี	อปทานอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)
ชฺ.พฺทฺช.อ. (บาลี)	=	ชฺทฺทกนิกาย	มชฺชรตฺตวิลาสินี	พฺทฺชวีสอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)
ชฺ.ม.อ. (บาลี)	=	ชฺทฺทกนิกาย	สทฺทมฺมุปฺปชฺชโฆติกา	มหานิทฺเทสอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)

อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สงฺ.อ. (บาลี)	=	อภิธมฺมปิฎก	ธมฺมสงฺคณฺนี	อฏฺฐสาลินีอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)
อภิ.วิ.อ. (บาลี)	=	อภิธมฺมปิฎก	วิภงฺค	สมฺโฆวิโนทนีอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)
อภิ.ปญฺจ.อ. (บาลี)	=	อภิธมฺมปิฎก	ปญฺจปฺกณอฏฺฐกถา		(ภาษาบาลี)

ฎีกาพระสุตตันตปิฎก

ม.มฺว.ฎีกา. (บาลี)	=	มชฺฉิมนิกาย	ลีนตฺตอฺปฺปกาสนี	มูลปณฺณาสกฎีกา	(ภาษาบาลี)
--------------------	---	-------------	------------------	----------------	------------

ฎีกาปกรณ์วิเสส

วิสุทฺธิ. (ไทย)	=	คัมภีร์วิสุทฺธิมรรค ๑๐๐ ปี	แปลโดยสมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร)
-----------------	---	----------------------------	---

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ลมเป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติอย่างหนึ่งซึ่งมีลักษณะพัดไปมา^๑ มีภาวะแห่งความเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา พระพุทธศาสนาในฐานะเป็นศาสนาที่ศึกษาเกี่ยวกับธรรมชาติ จึงมีองค์ความรู้เรื่องลมปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทเพื่อเป็นข้อมูลให้พุทธศาสนิกชนเกิดความรู้ความเข้าใจถึงความจริงของโลกและชีวิต ลมในคัมภีร์พระพุทธศาสนามีปรากฏอยู่มากมายทั้งที่อยู่ภายใต้นิยาม ๕ เช่น ในอูตุนิยาม^๒ เป็นลมภายนอกซึ่งมีลักษณะนิยามเดียวกับลมในความหมายในทางวิทยาศาสตร์ คือ เกิดจากมวลอากาศมีการแปรปรวนและเคลื่อนที่ไปบนพื้นโลกในทุกทิศทุกทางด้วยความเร็วต่างๆกัน^๓ มนุษย์สามารถนำพลังงานจากลมภายนอกนี้มาใช้เป็นพลังงานทางเลือกเพื่อพัฒนาวัตถุช่วยทำให้มนุษย์มีความเป็นอยู่ที่สะดวกสบายและเอื้อต่อการพัฒนาชีวิตในด้านอื่นๆ

นอกจากนี้พระพุทธศาสนายังให้ความสำคัญกับการศึกษาลมภายใน^๔ ลมภายในถูกจัดเป็นธาตุหนึ่งที่เป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญในชีวิต เนื่องจากธาตุลมเป็นธาตุส่วนหนึ่งของรูปขันธ์ นอกจากธาตุลมแล้วรูปขันธ์ยังมีองค์ประกอบอื่นอีก ๓ ธาตุ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ เรียกทั้งสี่ธาตุนี้ว่า มหาภูตรูปทั้งสี่^๕ ด้วยสาเหตุที่ลมภายในมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับมนุษย์อย่างมากทั้งในระดับพื้นฐานคือการมีชีวิตอยู่โดยทั่วไป เช่น ร่างกายที่มีชีวิตย่อมต้องมีลมหายใจ^๖ ซึ่งหากขาดลมภายในเสียแล้วชีวิตย่อมไม่สามารถดำรงอยู่ได้ และในระดับนำลมภายใน

^๑ดูรายละเอียดใน ม.ม.(ไทย) ๑๓/๑๑๗/๑๒๘.

^๒นิยามมี ๕ คือ อูตุนิยาม พินนิยาม กรรมนิยาม จิตตนิยาม รัมมนิยาม ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ.(บาลี) ๒/๒๖-๒๗, อภิ.สง.อ.(บาลี)๑/๓๓๐-๓๓๑.

^๓ดูจิวรรณ รุ่งรอด, ลม ฟ้า อากาศ, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ฟิสิกส์เซ็นเตอร์, ๒๕๕๓), หน้า ๑๖๗.

^๔ดูรายละเอียดใน อภิ.วิ.(ไทย) ๓๕/๑๗๖/๑๓๖.

^๕ส.สพว.(ไทย) ๑๘/๒๓๘/๒๓๗.

^๖ดูรายละเอียดใน ม.ม.(ไทย) ๑๒/๓๐๕/๓๓๕.

เป็นอุปกรณ์ในการจิตทำให้เกิดการพัฒนาชีวิต ทำให้ชีวิตบรรเทาอาการทุกข์หรือพ้นจากทุกข์โดยสิ้นเชิง

มนุษย์นำลมมาใช้เป็นอุปกรณ์การปฏิบัติธรรมได้เนื่องจากลมมีลักษณะที่อยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์เช่นเดียวกับรูปขันธ์^๗ ความสัมพันธ์ระหว่างลมกับการปฏิบัติกรรมฐานมีเรื่องราวมาตั้งแต่สมัยพระพุทธเจ้าทรงพระเยาว์ พระองค์ทรงบรรลุปฐมฌานได้รั่มหว่า^๘ โดยวิธีอานาปานสติ และหลังจากที่พระองค์ทรงออกผนวช ทรงพยายามหาทางหลุดพ้นด้วยการบำเพ็ญทุกขกิริยาโดยการกลั่นลมหายใจ^๙ จนสุดท้ายทรงเห็นว่าการทำลักษณะนี้เป็นการทรมานตนเองที่สุดโต่งจนเกินไปจึงทรงควั่นและแม้จะทรงแสวงหาวิธีอื่นก็ไม่อาจจะพบวิธีปฏิบัติที่ทำให้พ้นจากทุกข์ได้สุดท้ายพระองค์ก็ทรงนำลมมาเป็นอารมณ์กรรมฐานอีกครั้งโดย ทรงกำหนดจิตตามรู้ลมหายใจเข้า-ออก หรือการปฏิบัติอานาปานสติเช่นที่พระองค์ทรงใช้เมื่อทรงพระเยาว์ กระทั่งพระองค์ประสบความสำเร็จครั้งยิ่งใหญ่คือทรงบรรลุพระสัมมาสัมโพธิญาณ ใต้ร่มพระศรีมหาโพธิ์ แคว้นมคธ ทำให้เกิดพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าบนโลก ด้วยเหตุที่พระองค์ทรงเรียนรู้และคุ้นเคยกับกรรมฐานที่ใช้ลมเป็นอารมณ์ทั้งในฐานะที่ก่อให้เกิดโทษและฐานะที่ให้ประโยชน์ในการบรรลุสังขารธรรม พระองค์จึงทรงนำความรู้เรื่องลมภายในและหลักธรรมอื่นๆ ที่ปฏิบัติร่วมกันกับลมลมภายในมาใช้เป็นสื่อการสอนทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน ลมภายในบางชนิดพระองค์ทรงสนับสนุนและสรรเสริญในการนำมาใช้ปฏิบัติธรรมมาก เช่น การใช้ลมหายใจมาเจริญกรรมฐาน(อานาปานสติ) พระองค์ทรงยืนยันว่าการปฏิบัติอานาปานสติสมาธิมีผลมาก มีอานิสงส์มาก^{๑๐} และเป็นวิหารธรรมของพระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า และพระอรหันต์ทั้งหลาย^{๑๑}

ด้วยสาเหตุที่ลมมีประโยชน์ดังกล่าวนี้ ผู้วิจัยเห็นว่าควรทำการศึกษาวิจัยให้ละเอียดเกี่ยวกับเรื่องลมที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และนำผลการวิจัยมาสังเคราะห์เป็นองค์ความรู้เพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาชีวิต

^๗ ส.บ.(ไทย) ๑๓/๘๒/๑๓๖-๑๓๗.

^๘ ม.ม.(ไทย) ๑๒/๓๘๑/๔๑๖.

^๙ คู่มือละเอียดใน ม.ม.(ไทย) ๑๒/๓๗๗/๔๑๒.

^{๑๐} ส.ม.(ไทย) ๑๕/๕๖๖/๔๖๕-๔๖๖.

^{๑๑} ส.ม.(ไทย) ๑๕/๕๘๗/๔๗๐.

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องลมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาลมกับหมวดหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชีวิต
- ๑.๒.๓ เพื่อประยุกต์หลักคำสอนเกี่ยวกับลมในพระพุทธศาสนาเพื่อพัฒนาชีวิต

๑.๓ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

๑.๓.๑ ลม หมายถึง ลักษณะธรรมชาติแห่ง เป็นของพัดไปมา มีความพัดไปมา มีภาวะที่เคลื่อนไหว มีการชักย้ายถ่ายเท ลมมีอยู่ทั้งภายในร่างกายมนุษย์ และนอกร่างกายมนุษย์

๑.๓.๒ วาโยธาตุ หมายถึง ธาตุลม

๑.๓.๓ ลมภายใน(วาโยธาตุที่เป็นภายใน) หมายถึง ลมที่อยู่ภายในกายมนุษย์

๑.๓.๔ ลมภายนอก (วาโยธาตุที่เป็นภายนอก)หมายถึง ลมที่อยู่ภายนอกกายมนุษย์

๑.๓.๕ มหาภูตรูป ๔ หมายถึง ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ

๑.๓.๖ ชื่ออุปมาเปรียบเทียบธรรม หมายถึง การใช้ลมเป็นตัวอย่างในการเปรียบเทียบกับธรรม เพื่อให้เกิดความเข้าใจและความชัดเจนในธรรมมากขึ้นและสามารถนำไปปฏิบัติได้ถูกต้อง

๑.๓.๗ ไตรลักษณ์ หมายถึง ลักษณะที่เป็นสามัญทั่วไป ๓ ประการ ได้แก่ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความมิใช่ตัวตน เป็นชื่อธรรมสำคัญหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนา

๑.๓.๘ ปฏิจจสมุปบาท หมายถึง การที่สิ่งทั้งหลายอาศัยกันและกันจึงเกิดมีขึ้น เป็นชื่อธรรมสำคัญหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนา

๑.๓.๙ พระอริยบุคคล หมายถึง บุคคลผู้บรรลุนิพพานมี ๔ ระดับ คือ โสดาบัน สกทาคามี อนาคามี พระอรหันต์ โดยแบ่งตามความสามารถในการละกิเลส

๑.๓.๑๐ อริยสัจ หมายถึง ความจริงอันประเสริฐ เป็นองค์ความรู้และแนวปฏิบัติที่ทำให้มนุษย์พ้นจากความทุกข์ เป็นธรรมสำคัญหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนา

๑.๓.๑๑ ชั้นธัมม หมายถึง ส่วนประกอบของชีวิตที่พระพุทธศาสนาได้จำแนกไว้ ๕ ส่วน คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

๑.๓.๑๒ ภัยพิบัติจากลมหรือวาทภัย หมายถึง ภัยธรรมชาติจากลมที่สร้างความเสียหายให้กับชีวิตและทรัพย์สิน

๑.๓.๑๓ นิยาม ๕ หมายถึง กฎที่กำหนดรายละเอียดที่แน่นอนในธรรมชาติ คือ อุดุนิยาม (กฎธรรมชาติที่เกี่ยวกับลมฟ้าอากาศ) พีชนิยาม(กฎธรรมชาติที่เกี่ยวกับกรรมพันธุ์ของพืชและสัตว์) จิตตนิยาม(กฎธรรมชาติเกี่ยวกับการทำงานของจิต) กรรมนิยาม(กฎธรรมชาติที่เกี่ยวกับการกระทำ

และผลแห่งการกระทำ) ธรรมเนียม(กฎธรรมชาติที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์เป็นเหตุปัจจัยกันของสิ่งทั้งหลาย)

๑.๓.๑๔ โภธิปกิยธรรม หมายถึง หลักธรรมที่เป็นแนวปฏิบัติทำให้พ้นจากความทุกข์ แบ่งเป็น ๗ หมวดธรรม คือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อธิธัมม ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชณค ๗ มรรคมืองค์ ๘ เป็นธรรมสำคัญหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนา

๑.๔ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าเอกสารงานวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้อง มีเอกสารและงานวิจัยที่กล่าวถึงเรื่องลมที่นำสนใจศึกษาในหลายแง่มุม เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องสามารถนำมาช่วยเสริมความรู้งานวิจัยชิ้นนี้ให้สมบูรณ์ขึ้นได้ เอกสารและงานวิจัยดังกล่าว มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๑.๔.๑ มุลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิมาฯ อายูรเวทวิทยาลัย (ชีวโกมารภัจจ) ได้ตีพิมพ์หนังสือ “ตำราการแพทย์ไทยเดิมา (แพทยศาสตร์สงเคราะห์) ฉบับพัฒนาตอนที่ ๑ และตอนที่ ๒” ได้กล่าวถึงเรื่องธาตุ ๔ พอสรุปความได้ว่า การแปรปรวนของธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ซึ่งประกอบเข้าเป็นร่างกายส่วนใจ (จิต, วิญญาณ) นั้นมีความสำคัญพอกันกับร่างกาย คือ ถ้าร่างกายไม่มีใจ ร่างกายก็ไม่สามารถดำรงอยู่ได้ ถ้าธาตุต่างๆของร่างกายแปรปรวน ก็จะเกิดผลกระทบต่อใจเช่นกันและเมื่อเป็นโรคจนธาตุต่าง ๆ ค่อยๆ ดับไปทีละอย่าง จนกระทั่งดับหมด ใจไม่สามารถทำให้ร่างกายเคลื่อนไหวตามความปรารถนา ชีวิตก็เป็นอันถึงที่สุด^{๑๒}

๑.๔.๒ ประเวศ วะสี ได้กล่าวถึง ลมหายใจมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับทั้งจักรวาล ลมเป็นธรรมชาติอยู่รอบตัวมนุษย์ทั้งใกล้และไกล มนุษย์ต้องสัมผัสอยู่กับธรรมชาติตลอดเวลา ถ้ามนุษย์รู้จักใช้ประสบการณ์ธรรมชาติลมาพัฒนาจิตวิญญาณของมนุษย์ ก็เท่ากับมนุษย์สามารถพัฒนาจิตใจของมนุษย์ให้สูงขึ้นตลอดเวลาทุกลมหายใจเข้าออก ข้อสำคัญมนุษย์ต้องตระหนักรู้ว่ามีธรรมชาติอยู่รอบตัวมนุษย์และในตัวมนุษย์ ทุกหนทุกแห่งเต็มไปด้วยธรรมชาติ ไม่มีที่ใดว่างจากธรรมชาติ มนุษย์เกิดมาในธรรมชาติ ธรรมชาตินั้นเชื่อมต่อกันทั้งจักรวาล อากาศที่มนุษย์หายใจ สายลม แสงแดด ต้นไม้ แม่น้ำ ภูเขา ทะเล ดวงอาทิตย์ ดวงดาว เชื่อมโยงต่อเนื่องเป็นหนึ่งเดียวกันทั้งจักรวาล เมื่อมนุษย์หายใจเข้าหายใจออกมนุษย์จึงเชื่อมโยงกับจักรวาลทั้งจักรวาล

^{๑๒} มุลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิมาฯ อายูรเวทวิทยาลัย (ชีวโกมารภัจจ), ตำราการแพทย์ไทยเดิมา (แพทยศาสตร์สงเคราะห์) ฉบับพัฒนา ตอนที่ ๑-๒, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สี่ไทย, ๒๕๓๖).

มนุษย์หายใจเข้ามนุษย์ก็ดึงจักรวาลเข้ามาสู่ตัวมนุษย์ เมื่อมนุษย์หายใจออกจักรวาลก็ดึงมนุษย์เข้าไปสู่จักรวาล^{๑๓}

๑.๔.๓ พุทธทาสภิกขุ ได้กล่าวถึง อานาปานสติขั้นต้นเป็นการบังคับลมหายใจหรือที่ภาษาอินเดียโบราณเรียกว่า “ปราณายามะ” เริ่มตั้งแต่การเตรียมจมูกที่ดี เตรียมการหายใจที่ดี จนกระทั่งบังคับให้ลมหายใจหายหรือละเอียดได้ดี ถือได้ว่าเป็น “บุพภาคของวิปัสสนา” การฝึกในแนวอานาปานสติ เป็นแนวเดียวกับที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญ จึงเป็นแนวการปฏิบัติที่มีประโยชน์มาก เนื่องจากมีทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน เมื่อบุคคลเจริญดีแล้ว จะทำให้มีอนามยัคีทั้งทางกายและทางจิต จิตจะมีสมรรถนะมากขึ้น คือ คิดเก่ง จำเก่ง สามารถทำหน้าที่จิตได้อย่างดี เป็นจิตนุ่มนวล อ่อนโยนควรแก่การงานเรียกว่า กัมมณียะ จิตเช่นนี้จะคิด จะนึก จะตัดสินใจหรือคิดการใดๆจะมีประสิทธิภาพ แม้เรื่องเล็กๆน้อยๆก็สามารถ เรียกความจำกลับมา^{๑๔}

๑.๔.๔ จูติ วสุพรุจิ ได้กล่าวถึง วาโยธาตุสัมพันธ์กับปฐวีธาตุ โดยทั้งคู่เป็นส่วนประกอบที่สำคัญในขั้นที่ ๕ ของมนุษย์ ธาตุอื่นๆก็เช่นกันเมื่อมาประชุมรวมกันเข้าเป็นร่างกาย ย่อมต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ทั้งโครงสร้างและหน้าที่การงาน เช่น ในกล้ามเนื้อ จะมีธาตุน้ำอยู่เป็นส่วนประกอบหล่อเลี้ยงเป็นธาตุที่มีส่วนประกอบของสารอาหารเพื่อให้กับกล้ามเนื้อ การที่กล้ามเนื้อไหวได้ต้องอาศัยธาตุลม ความอบอุ่นที่เหมาะสมกับในกล้ามเนื้อเป็นหน้าที่ของธาตุไฟ ธาตุต่างๆในร่างกายพึ่งพาอาศัยกันทำให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ ธาตุ ๔ เหล่านี้ก็ต้องอยู่ใต้อิทธิพลของมนโณวิญญาณธาตุ คือจิตใจ เป็นกายที่มีใจครอง ถ้ามโนวิญญาณธาตุแตกดับ ความมีชีวิตก็สูญสิ้นทันที ร่างกายก็จะค่อยๆสลายไป^{๑๕}

๑.๔.๕ เสนาะ ผดุงฉัตร ได้กล่าวถึง อานาปานสติเกื้อกูลชีวิต ผู้เจริญอานาปานสติอยู่เสมอ คือ ผู้ไม่เพลอมีสติตลอดเวลา ถือว่าเป็นผู้ไม่ประมาทในกิจการทั้งปวง เมื่อไม่ประมาทก็จะมุ่งพัฒนาตนในหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อให้ตนอยู่อย่างมีความสุขทั้งในระดับขั้นต้นคือขั้นโลกียสุขเป็นสุขที่ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างปรกติและขั้นโลกุตตรสุข คือ การ

^{๑๓} ประเวศ วะสี, วิถีมนุษย์ในศตวรรษที่ ๒๑ สู่ภพภูมิใหม่แห่งการพัฒนา, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์, ๒๕๔๕).

^{๑๔} พุทธทาสภิกขุ, คู่มือศึกษาและปฏิบัติธรรมแบบ อานาปานสติ ฉบับสมบูรณ์, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๓).

^{๑๕} จูติ วสุพรุจิ, “ การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องดินที่ปรากฏในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

บรรลอรหัตตผล อันเป็นผลจากการปฏิบัติจนหลุดพ้นจากกิเลสอาสวะทั้งหลาย ผู้มีสติจะมีลักษณะรู้ตัวและตระหนักรู้เสมอในการสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามแก่ตนและโลกอย่างแท้จริง^{๑๖}

๑.๔.๖ นันทพล โรจนโกศล ได้กล่าวถึงแนวคิดเรื่องขั้น ๕ กับการบรรลุธรรม พบว่า พระพุทธเจ้าได้ใช้แนวคิดเรื่องขั้น ๕ ขั้น ๕ เป็นอุปกรณหลักแห่งการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม ซึ่งเป็นคำตอบให้โลกและชีวิตในการบรรลุธรรม ทุกองค์ธรรมในพระพุทธศาสนาสามารถสังเคราะห์เข้ากับขั้น ๕ และภาวะนิพพานคือ ภาวะที่พ้นจากการยึดมั่นในขั้น ๕ การเข้าถึงภาวะนิพพานนั้นแต่ละขั้นต้องมีแนวทางที่ถูกต้องเพื่อปฏิบัติกรร่วมกัน เหตุปัจจัยที่ทำให้แต่ละขั้นปรากฏรวมกันอยู่เป็นส่วนหนึ่งแห่งสังขารขั้นที่เรียกว่าผัสสะ เนื่องจากผัสสะเป็นปัจจัยทำให้นามขั้นมีการปรากฏชัด ผู้บรรลุธรรมเป็นผู้ที่สังขารขั้นที่เรียกว่า สังโยชน์ ๑๐ เกิดไม่ปฏิบัติการถาวร ฉะนั้นขั้น ๕ ในชีวิตประจำวันของผู้บรรลุธรรมปรากฏรูปแบบเป็นพฤติกรรมทางกายและวาจา^{๑๗}

๑.๕ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) ซึ่งมีลำดับวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

๑.๕.๑ ศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลจากเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยค้นคว้าเรื่องลมจากคัมภีร์พระไตรปิฎก เป็นเอกสารหลัก อรรถกถา ฎีกา เป็นเอกสารรอง และตำราวิชาการที่แต่งโดยผู้ทรงคุณวุฒิเป็นเอกสารประกอบการวิจัย

๑.๕.๒ รวบรวมข้อมูลให้เป็นระบบ พร้อมทั้งศึกษาวิเคราะห์ตีความและสรุปข้อมูลที่ได้ทั้งหมดจากการค้นคว้า

๑.๕.๓ เรียบเรียงข้อมูลเสนอผลงานวิจัย และนำเสนอผลการวิจัย เพื่อเป็นประโยชน์แก่การศึกษาค้นคว้าของผู้ที่สนใจทั่วไป

^{๑๖} เสนาะ ผดุงฉัตร, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์อานาปานัสสติกถาในคัมภีร์ปฏิบัติสัมภิตามรรค”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕).

^{๑๗} นันทพล โรจนโกศล, “ การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕ กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท” ,วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

๑.๖ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๖.๑ ทำให้ทราบแนวคิดเรื่องลมที่มีปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๖.๒ ทำให้ทราบถึงเรื่องลมกับหมวดธรรมที่เกี่ยวข้องเพื่อการพัฒนาชีวิต

๑.๖.๓ ทำให้สามารถประยุกต์หลักคำสอนเกี่ยวกับลมในพระพุทธศาสนาเพื่อนำไปพัฒนาชีวิต

บทที่ ๒

แนวคิดเรื่องลมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

คำว่า ลม มีคำที่มีความหมายลักษณะคล้ายกันหรือเหมือนกัน ได้หลายชื่อ ด้วยเหตุที่ลมมีชื่อเรียกที่หลากหลาย ในแต่ละชื่อมีรายละเอียดและความหมายในหลายมิติ จำเป็นที่จะต้องศึกษานิยาม ความหมายและจัดประเภทของลม ตลอดจนศึกษาแนวคิดเรื่องลมที่มีปรากฏอยู่ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเถรวาทเพื่อใช้เป็นพื้นฐานในการศึกษาวิเคราะห์ลม ประยุกต์ใช้ลมให้เกิดการพัฒนาชีวิต

๒.๑ นิยามและความหมาย

ธาตุลม มีความหมายในลักษณะธรรมชาติแห่งการเคลื่อนไหว^๑ เป็นของพัดไปมา^๒ มีความพัดไปมา^๓ มีการยกย้ายถ่ายเท^๔ ไม่หยุดนิ่ง นอกจากนี้หากธาตุลมปรากฏอยู่กับรูป^๕ จะมีธรรมชาติที่เป็นเครื่องกำจุนรูป^๖ ความเคร่งตึงของรูป^๗ หรือความหย่อนของรูป^๘

^๑วิสุทธิ.(ไทย) ๓๔๓/๖๒๓.

^๒ม.ม.ุ.(ไทย) ๑๓/๑๑๓/๑๒๘.

^๓ม.อ.ุ.(ไทย) ๑๔/๓๕๒/๔๐๓.

^๔วิสุทธิ.(ไทย) ๓๕๐/๖๒๔.

^๕ดูรายละเอียดเรื่องรูปใน นันทพล โรจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕ กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย :มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๒.

^๖อภิ.สง.(ไทย) ๓๔/๖๕๖/๒๒๕.

^๗อภิ.วิ.(ไทย) ๓๕/๑๑๘/๘๒.

^๘พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖ จิต เจตสิก รูป นิพพาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : ทิพย์วิสุทธิ์ การพิมพ์, ๒๕๔๓), หน้า ๖๕.

พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ. ปยุตฺโต)ได้นิยามว่าโยธาตุหรือธาตุลม^๕ ไว้หลายอย่างซึ่งสอดคล้องตรงกับข้อมูลในพระไตรปิฎก คือ ธาตุที่มีลักษณะพัดผันเกรงคิง^{๑๐} สภาวะที่ทำให้สั้น ไหว^{๑๑} เคลื่อน^{๑๒} และค้ำจุน^{๑๓}

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน นิยาม ลม ไว้ ๖ นิยาม^{๑๔} แต่นิยามที่มีความหมายเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนามีเพียง ๓ นิยาม คือ (๑) ธาตุอย่างหนึ่งในธาตุทั้ง ๔ ของร่างกาย คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม , ถ้าลมในร่างกายแปรปรวนไม่ปกติจะทำให้เกิดอาการต่างๆ ได้ เช่น เป็นลม (๒) ลมหายใจ เช่น หมดลม สิ้นลม ซึ่งหมายความว่า ตาย (๓) อากาศที่เคลื่อนที่

ลมมีคำศัพท์ที่มีลักษณะคล้ายกันหรือเหมือนกันอีกหลายคำ ดังนี้

มาลุต(มร ปาณจาเค + ณ + ต) คือ ลม^{๑๕} ดังตัวอย่างในประโยค อาหาโร วีย ปาณญโตปิ กทาจิ สตุเต มาเรตติติ มารุโต, โสว มาลุโต แม้จะเป็นเพียงลมปราณ บางครั้งสามารถฆ่าสัตว์ให้ตายได้เหมือนกับอาหารจึงชื่อว่า มารุตะ, มารุตะนั้นแหละ ชื่อว่ามาลุตะ(ลบ ณ, วุทธิ อ เป็น อา, อาเทศ อ เป็น อุ, ฐ เป็น ลุ)^{๑๖} ในพระไตรปิฎกมีประโยคที่กล่าวถึงศัพท์นี้คือ มาลุโต วิชชุตตา จรติ นภแปลว่า ลมก็ปั่นป่วน สายฟ้าก็แลบอยู่บนท้องฟ้า^{๑๗}

วายู(วา คมนเน + ยุอาคม + อุ) คือ ลม, อากาศ, ลมหายใจ, เทพแห่งลม^{๑๘}, พายุ ดังตัวอย่างในประโยค วายติ คจฺจุตฺติติ วายู, วายติ วา ปุปฺผาทีนํ คนฺุ โห เยน โส วายู ลมที่พัดไป หรือลมที่พัดพา

^๕ พระธรรมปิฎก(ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร : เอส.อาร์.พรินติ้ง แมส โปรดักส์, ๒๕๔๘), หน้า ๓๑.

^{๑๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๘.

^{๑๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๐.

^{๑๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๖.

^{๑๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๑.

^{๑๔} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๔๒, (กรุงเทพมหานคร : นานมีบุ๊คพับลิเคชั่น, ๒๕๔๖), หน้า ๕๘๓.

^{๑๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๐๑.

^{๑๖} พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, (กรุงเทพมหานคร : วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์, ๒๕๔๒), หน้า ๗๔.

^{๑๗} พุ.เถร.(บาลี)๒๖/๑๘๗/๒๑๘.

^{๑๘} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๒๕, หน้า ๔๐๒.

กลั่นดอกไม้เป็นต้นไม้ ชื่อว่า วายุ^{๑๕} ในพระไตรปิฎกมีประโยคที่กล่าวถึงศัพท์นี้คือ โสโม ยโม จนุทิมมา วายู ท้าวโสมะแปลว่า พญายม พระจันทร์ พระวายุ^{๒๐}

วาค(วา คมเน + ต) คือ ลม ดังตัวอย่างในประโยค วายติ คจฺจติติ วาโต ลมที่พัดไป ชื่อว่า วาตะ^{๒๑} ในพระไตรปิฎกมีประโยคที่กล่าวถึงศัพท์นี้คือ อสงฺกหิตานิ ตานิ วาโต วิกริตี แปลว่า ลมพัดดอกไม้ที่ยังไม่ได้ร่อยเหล่านี้ให้กระจัดกระจายไป^{๒๒}

อนิล(อน ปาณชีวนเน + อิล) คือ ลม ดังตัวอย่างในประโยค อนนฺนติ ปาณนฺนติ อเนนาติ อนิโล ลมที่ช่วยให้สัตว์มีชีวิตอยู่ชื่อว่า อนิละ^{๒๓} ในพระไตรปิฎกมีประโยคที่กล่าวถึงศัพท์นี้คือ อนิโล วิย เยน กามฺจรา แปลว่า ไปตามปรารถนาเหมือนลม^{๒๔}

วาย(วา คมเน + ยฺวาคม + อ) คือ ลม ดังตัวอย่างในประโยค วายติ คจฺจติติ วาโย, วายติ วา ปุพฺผาพินิ คนฺโธ เยน โส วาโย ลมที่พัดไป หรือ ลมที่พัดพากลิ่นดอกไม้เป็นต้นไม้ ชื่อว่า วายะ^{๒๕} ในพระไตรปิฎกมีประโยคที่กล่าวถึงศัพท์นี้คือ วาโย สุจิมฺปิ อุพฺพายติ อสุจิมฺปิ อุพฺพายติ แปลว่า ลมย่อมพัดทั้งสิ่งที่สะอาดและไม่สะอาดไป^{๒๖}

ปวน (ปุ ปวเน + ยุ) คือ ลม มีตัวอย่างประโยคบาลี คือ ปุณาติ สงฺการาทิกนฺนติ ปวโน แปลว่า ลมที่พัดเศษมูลฝอย ชื่อว่า ปวนะ (วฺทฺธิ อุ เป็น โอ, อาเทศ โอ เป็น อว, ยุ เป็น อน)^{๒๗}

สมิรณ (สฺ + อีร จิปเน + ยุ) คือ ลม ตัวอย่างประโยคบาลี คือ สนฺตํ นิจฺจตํ อีรยตี กมฺเปตีติ สมิรโน, สมิริตฺตํ กมฺปิตฺตํ สีมฺมสุสาติ วา สมิรโน แปลว่า ลมที่พัดวัตถุที่ยังไม่ไหวให้ไหว หรือ ลมที่มีปรกติพัดเพื่อให้ไหวชื่อว่า สมิรณะ (อาเทศนิกหิตเป็น ม, ยุ เป็น อน, น เป็น ณ)^{๒๘}

^{๑๕} พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า๗๔.

^{๒๐} พุ.ชา.(บาลี)๒๘/๗๖๒/๑๗๖.

^{๒๑} พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า๗๔.

^{๒๒} วิ.มหา.(บาลี)๑/๗/๕.

^{๒๓} พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า๗๔.

^{๒๔} พุ.ชา.(บาลี)๒๘/๓๐๐/๘๐.

^{๒๕} พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า๗๕.

^{๒๖} ม.ม.(บาลี)๑๓/๑๔๓/๑๑๔.

^{๒๗} พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า๗๔.

^{๒๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๕.

คนุชวาท (คนุชสทหุอุปท + วห ปาปน + ณ) คือ ลม ตัวอย่างประโยคบาลีคือ คนุช วหตี
ติ คนุชวาทโ^{๒๕} แปลว่า ลมที่พัดพากลับไป ชื่อว่าคนุชวาทะ(ลบ ณ, วุทธิ อ เป็น อา) หรือ ประโยค
มนุทอวาสิ ลิสีโร อปี คนุชวาทโ^{๓๐} แปลว่า ลมหนาวพัดโชยมาเบาๆ

สมীর (สัปปุพ + อีร ชิปเน + อ) คือ ลม ตัวอย่างประโยคบาลีคือ สมनुตโต อีรติ ชิปติ รุก
ฆาทโยติ สมีโร แปลว่า ลมที่พัดต้นไม้เป็นต้นให้โอนเอียงไปทุกทิศทุกทาง ชื่อว่า สมีระ (อาเทศ
นิคหิตเป็น ม)^{๓๑}

ลมในร่างกายมนุษย์มีศัพท์เฉพาะ ดังนี้

อุทฺธงฺกม(อุทฺธสทหุอุปท + คมฺ คติมุหิ + อ)^{๓๒} วาตา คือ ลมพัดขึ้นเบื้องบน^{๓๓} ลมที่พัด
ขึ้นเบื้องบนภายในร่างกายมนุษย์ในลักษณะนี้จะทำให้เกิดอาการเรอ คลื่นไส้ อาเจียน ไอ จาม หาว
และเป็นลมที่ทำให้เกิดการเปล่งเสียงต่างๆ เพื่อใช้สื่อสารกันของมนุษย์

อโรคม (อโรสทหุอุปท + คมฺ คติมุหิ + อ)^{๓๔} วาตา คือ ลมที่พัดลงเบื้องล่าง^{๓๕} เป็นลมที่
ใช้เบ่งอุจจาระและปัสสาวะออกไป^{๓๖} และเป็นลมที่ทำให้เกิด การผายลม หรือ ลมที่ช่วยในการ
คลอเคลีย

กฺุจฺฉิฏฺฐ, กฺุจฺฉิสย (กฺุจฺฉิสทหุอุปท + ฐฺฐา คตินิวตติมุหิ)^{๓๗} วาตา คือ ลมในท้อง^{๓๘} เป็นลมที่
อยู่ในท้อง^{๓๙} เป็นลมที่อยู่ในช่องว่างของร่างกาย โดยมีกระบังลมเป็นอวัยวะที่แบ่งช่องว่าง
ออกเป็น ๒ ช่อง คือ ทรวงอกและช่องท้อง ลมชนิดนี้สังเกตได้ง่ายบริเวณหน้าท้องของมนุษย์

^{๒๕} พระมหาสมปอง มุทิตโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า๗๕.

^{๓๐} ทาฐาวาส(ฉบับอักษรพม่า), หน้า ๓๗๒, อ้างใน พระมหาสมปอง มุทิตโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา,
หน้า๗๕.

^{๓๑} พระมหาสมปอง มุทิตโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า๗๕.

^{๓๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า๗๕.

^{๓๓} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๓๔๕/๒๕๐.

^{๓๔} พระมหาสมปอง มุทิตโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า๗๕.

^{๓๕} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๓๔๕/๒๕๐.

^{๓๖} พระมหาสมปอง มุทิตโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า๗๕.

^{๓๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า๗๕.

^{๓๘} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๓๔๕/๒๕๐.

^{๓๙} พระมหาสมปอง มุทิตโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า๗๕.

ในขณะที่หายใจเข้าและหายใจออก เมื่อหายใจเข้า จะมีอาการที่แสดงคือบริเวณช่องท้องจะพองออก เมื่อหายใจออกบริเวณช่องท้องจะยุบเข้า ลมชนิดนี้จะเคลื่อนไหวไปพร้อมๆกับลมหายใจเข้าและลมหายใจออก

โกฏฐาสย (โกฏฐสททุปปท + อา + ลี สเย + อ)^{๔๐} วาตา คือ ลมที่ตั้งอยู่ในลำไส้^{๔๑} ไม่เฉพาะแต่ลมที่อยู่บริเวณลำไส้เท่านั้น เป็นลมที่อยู่ภายในทางเดินอาหารทั้งหมดตั้งแต่ช่องปาก ช่องคอ กระเพาะอาหาร จนถึงลำไส้เล็กและลำไส้ใหญ่ ลมชนิดนี้บางครั้งจะมีเสียงดังออกมาขณะที่เราหิวข้าว หรือ รับประทานอาหารที่ย่อยได้ยาก

องฺคานุสารี (องฺคสททุปปท + อนุ + สร คติมุหิ + ณี)^{๔๒} วาตา คือ ลมที่ไหลเวียนไปตามอวัยวะน้อยใหญ่^{๔๓} เป็นลมที่หมุนเวียนไปทั่วสรรพางค์กายเป็นปกติ เพื่อช่วยให้เหงื่อและโลหิตไหลเวียน^{๔๔}

อปาน(อป + อน ปาณเน + อ) คือ ลมหายใจเข้า ตัวอย่างประโยคคือ อานํ วุจฺจติ พหฺนิกุจมนวาโต, ตโต อปคตํ อปานํ ลมที่พัดออกไปภายนอก เรียกว่า อานะ, ลมที่ตรงข้ามกับอานะนั้นนี้ชื่อว่า อปานะ^{๔๕}

ปสุตฺตส(อป-อาปุพฺพ + สส ปาณเน + ณ) คือ ลมหายใจเข้า^{๔๖}

อสฺตฺตส(อา+สส ปาณเน + ณ) คือ ลมหายใจออก

อาน, สมาน (อา + อน ปาณเน + ณ) คือ ลมหายใจออก ตัวอย่างประโยคคือ

อานาปานสตี ยสฺส ปริปุณฺณา สุภาวิตา

^{๔๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๖.

^{๔๑} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๓๔๕/๒๕๐.

^{๔๒} พระมหาสมปอง มุทิต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า ๗๖.

^{๔๓} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๓๔๕/๒๕๐.

^{๔๔} พระมหาสมปอง มุทิต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า ๗๖.

^{๔๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๗.

^{๔๖} ตามอรรถกถาวินัยนี้ อัสตาสะ หายใจออก ปัสตาสะ หายใจเข้า (อสฺตาสโตติ พหฺนิกุจมนวาโต.

ปสุตฺตาสโตติ อนุโตปวิสนวาโต. วิ.อ. (บาลี) ๑/๑๖๕/๔๔๖) ส่วนตามอรรถกถาพระสูตร กลับกัน อัสตาสะ หายใจเข้า ปัสตาสะ หายใจออก (อสฺตาสโตติ อนุโตปวิสนนาสิกวาโต. ปสุตฺตาสโตติ พหฺนิกุจมนนาสิกวาโต. ม.อ. (บาลี) ๒/๓๐๕/๑๓๖)

อนุப்புพิ ปริจิตา ยถา พุทฺธเชน เทลิตา^{๔๗}

ผู้ใดเจริญอานาปานสติให้สมบูรณ์ด้วยดี อบรมมาโดยลำดับ ตามที่พระพุทธเจ้าทรงแสดง
ไว้^{๔๘}

จากนิยามและความหมายที่ได้กล่าวมาแล้ว พบว่าธาตุลมมีลักษณะที่เข้าไปเกี่ยวพันกับ
ทุกธาตุที่เหลือคือ ธาตุดิน ธาตุไฟ ธาตุน้ำ เพราะเมื่อไทรก็ตามที่ธาตุทั้ง ๓ มีลักษณะที่เคลื่อนไหว
ไม่หยุดนิ่งมีผลทำให้ธาตุเหล่านั้นเปลี่ยนที่ เช่น ธาตุไฟหรือเตโชธาตุเป็นสภาวะที่ร้อน แต่การแผ่
รังสีความร้อนออกไปจะเป็นไปไม่ได้หากไม่มีวาโยธาตุ แสดงว่าความร้อนที่แผ่รังสีความร้อนเกิด
จากธาตุลมเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดขึ้น จึงอาจกล่าวได้ว่าธาตุลมมีความสัมพันธ์กับธาตุอื่นในลักษณะ
เป็นสื่อให้ลักษณะธาตุที่เหลือ ๓ ธาตุ สามารถที่จะปรากฏเคลื่อนที่ไปในที่ต่างๆ ได้

๒.๒ ประเภทของลม

จากที่ได้กล่าวนิยามและความหมายของลมใน หัวข้อ ๒.๑ เนื่องจากลมมีความหมายที่
หลากหลาย จำเป็นจะต้องสรุปจัดประเภทของลมเพื่อความสะดวกในการวิเคราะห์ลมให้ละเอียด
ต่อไป การแยกประเภทของลมที่ปรากฏในพระไตรปิฎก พระพุทธเจ้าทรงใช้ร่างกายของ
มนุษย์เป็นศูนย์กลางในการแบ่งลักษณะลม^{๔๙} ฉะนั้นประเภทของลมจึงแบ่งได้ ๒ ประเภทคือ

๒.๒.๑ ลมภายใน(วาโยธาตุที่เป็นภายใน)^{๕๐}

เป็นลมที่อยู่ในร่างกายมนุษย์ ได้แก่ ลมที่พัดขึ้นเบื้องบนภายในกาย ลมที่พัดลงเบื้อง
ต่ำภายในกาย(เช่น ลมกรรมชวต^{๕๑}) ลมในท้อง ลมในลำไส้ ลมที่เล่นไปตามอวัยวะน้อยใหญ่
ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก หรือ สิ่งที่อยู่ภายในกายที่มีลักษณะพัดไปมา

^{๔๗} พุ.เถร.(บาลี) ๒๖/๕๔๘/๓๕๐.

^{๔๘} พุ.เถร.(ไทย) ๒๖/๕๔๘/๔๓๕.

^{๔๙} คู่มือละเอียดใน ม.ม.(ไทย)๑๓/๑๑๓/๑๒๘.

^{๕๐} คู่มือละเอียดใน ม.ม.(ไทย)๑๓/๑๑๓/๑๒๘.

^{๕๑} เป็นลมที่เกิดแต่กรรมคือลมเกิดในครรภ์เวลาคอดบุตร ได้แก่ลมแบ่ง คู่มือละเอียดใน พ.อ.ป.(ไทย)

๒.๒.๒ ส่วนลมภายนอก(วาโยธาตุที่เป็นภายนอก)^{๕๒}

เป็นลมที่อยู่ภายนอกร่างกายมนุษย์ ลมภายนอกที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก มีชื่อเรียกต่างๆ ดังนี้ ลมตะวันออก ลมตะวันตก ลมเหนือ ลมใต้ ลมมีฝุ่น ลมไม่มีฝุ่น ลมหนาว ลมร้อน ลมพัดเบา ลมพัดแรง ลมบ้าหมู ลมจากปีกนก ลมจากปีกครุฑ ลมจากใบตาล ลมคำ ลมบน ลมใบก้างหั้น ลมพัดโบก ฯลฯ รวมไปถึงลมที่เกิดขึ้นบางครั้งบางคราวจากการบันดาลของเทพชื่อ วาตวลาหะ^{๕๓} และการทำฤทธิ์ให้มีลมเย็นพัดโชยของพระภิกษุบางรูปที่ปรากฏในคัมภีร์ เช่น พระมหกะ^{๕๔} ฉะนั้นลมภายนอกสามารถแยกย่อยได้เป็น ๒ ชนิด คือลมภายนอกตามธรรมชาติ และลมภายนอกที่เกิดจากการเนรมิตขึ้นมาโดยผู้มีฤทธิ์สามารถบันดาลลมได้

๒.๓ แนวคิดเรื่องลม

ในคัมภีร์พระพุทธศาสนามีแนวคิดเกี่ยวกับลมอยู่มากมายดังนี้

๒.๓.๑ ลมเป็นองค์ประกอบของชีวิต

ใน สัมมาทิฎฐิสูต^{๕๕} พระพุทธเจ้าทรงแสดงเรื่องนามรูป^{๕๖} ซึ่งลมเป็นส่วนประกอบชีวิตที่สำคัญ ต่อจากนั้นพระองค์ได้แสดงหลักปฏิจสมุปบาทที่เกี่ยวข้องนามรูป คือ “เพราะวิญญานเกิด เหตุเกิดแห่งนามรูปจึงมี เพราะวิญญานดับ ความดับแห่งนามรูปจึงมี^{๕๗}”

จากพระสูตรนี้ พระพุทธเจ้าทรงแสดงส่วนประกอบของรูปและนาม ซึ่งมีธาตุลมเป็นส่วนประกอบหนึ่งในรูปซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของชีวิต องค์ความรู้นี้ทำให้เกิดสัมมาทิฎฐิ มองเห็นว่า ลมเป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญของชีวิตแล้วก็ยังมิมีเหตุปัจจัยสัมพันธ์กับการเกิดและดับของวิญญานซึ่งก็คือการมีชีวิตอยู่หรือดับของมนุษย์

^{๕๒} คุรยละเอียดใน ขุ.จ. (ไทย) ๓๐/๔๒/๑๘๕.

^{๕๓} คุรยละเอียดใน ส.ข. (ไทย) ๑๓/๖๐๕/๓๓๓.

^{๕๔} คุรยละเอียดใน ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๔๖/๓๗๘.

^{๕๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๕/๘๑.

^{๕๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๐/๕๕.

^{๕๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๐/๕๕.

ใน อาสิวิโสปมสูตร^{๕๘} พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบลมซึ่งเป็นเป็นองค์ประกอบในรูป^{๕๙} ว่าเป็น “อสรพิษซึ่งมีเคชมาก^{๖๐}” ทรงเปรียบเทียบว่า หากธาตุในรูปโกธ เวลานั้นท่านจะทุกข์ปางตาย^{๖๑} หากมนุษย์บริหารลมภายในร่างกายไม่ดี ก็จะส่งผลเกิดโทษทำให้มนุษย์เป็นทุกข์ เมื่อคราวก่อนที่พระโพธิสัตว์จะตรัสรู้ พระองค์ทรงใช้ลมมาเป็นอุปกรณ์ในการแสวงหาทางพ้นทุกข์ โดยใช้การบำเพ็ญตบะแบบเดียวกับนักบวชในสมัยนั้น หนึ่งในวิธีบำเพ็ญตบะที่พระองค์เลือกปฏิบัติ คือพระองค์ทรงทรมานพระวรกายโดยการกลืนลมหายใจเข้า-ออก จนภายในร่างกายของพระองค์เกิดความกระวนกระวายอย่างแรงกล้า^{๖๒} ภายหลังตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณแล้ว พระองค์ทรงยืนยันว่าการบำเพ็ญตบะโดยการทรมานพระวรกายที่ใช้ลมหายใจเข้า-ออก เป็นการบริหารลมที่ผิดวิธี เป็นวิธีปฏิบัติที่ “สุดโต่งเกินไป” ปฏิบัติแล้วไม่สามารถบรรลุธรรมแล้วยังเป็นอุปสรรคในการบรรลุธรรม ซึ่งมีชื่อเรียกว่าเฉพาะว่าเป็น “อึดติกลมธนูโยค”^{๖๓} เป็นการประกอบตนให้ลำบากเปล่า

ในกิงสุโกปมสูตร^{๖๔} พระพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบลมซึ่งเป็นส่วนประกอบในรูปว่ามีความสำคัญเปรียบเสมือนที่อยู่ของเจ้าเมือง^{๖๕} โดยมีเจ้าเมืองคือวิญญาณ ส่วนชีวิตหมายถึงเมือง^{๖๖} ได้รับความรู้จากพระสูตรนี้ว่าทั้งวิญญาณและส่วนประกอบหนึ่งในชีวิตคือ ลม มีความสำคัญต่อชีวิต เพราะทั้งคู่เปรียบได้กับเจ้าเมืองและที่อยู่ของเจ้าเมือง ต่างก็ต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน หากแยกจากกันก็เปรียบได้กับเมืองที่ร้าง หรือ เมืองที่ไม่มีเจ้าเมืองครอง ซึ่งไม่มีความหมายในการดำรงอยู่ของชีวิต

โดยสรุป ลมเป็นองค์ประกอบพื้นฐานของชีวิตที่สำคัญ ร่างกายมนุษย์จะต้องมีลมเป็นส่วนประกอบจึงจะมีชีวิตอยู่ได้ ถ้าขาดลมความมีชีวิตก็มีไม่ได้และถ้าไม่มีชีวิต ก็ไม่มีลมในร่างกายเช่นกัน

^{๕๘} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๓๘/๒๓๖.

^{๕๙} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๓๘/๒๓๓.

^{๖๐} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๓๘/๒๓๖.

^{๖๑} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๓๘/๒๓๖.

^{๖๒} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๓๓/๔๐๓.

^{๖๓} ส.ม. (ไทย) ๑๕/๑๐๘๑/๕๕๓.

^{๖๔} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๔๕/๒๕๕.

^{๖๕} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๔๕/๒๕๘.

^{๖๖} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๔๕/๒๕๕.

๒.๓.๒ ลมเป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติ

ลมดำรงฐานะที่เป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติคือลมจะมีลักษณะเป็นธรรมชาติที่พัดไปมา และธรรมชาติเครื่องกำจุนรูปเป็นภายนอกตน^{๖๗} ลมประเภทนี้จะเกิดขึ้นภายนอกกายของมนุษย์ หรือเรียกว่า ลมภายนอกหรือวาโยธาตุที่เป็นภายนอก

ลมภายนอกที่ปรากฏในธรรมชาตินี้มีส่วนเกี่ยวข้องกับเรื่องราวในพระพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งมีรายละเอียดที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ดังนี้

๒.๓.๒.๑ ลมภายนอกที่ปรากฏในพระวินัย

เมื่อพระพุทธเจ้าทรงจัดตั้งพระศาสนาขึ้นแล้ว มีหลายเหตุการณ์ที่ลมธรรมชาติเป็นเหตุปัจจัยทำให้เกิดการบัญญัติในพระวินัยหลายครั้ง

ใน นหานสิกขาบท ว่าด้วยการสงฆ์น่านอกสมัชช ลมมีลักษณะการพัดพาลิ่งต่างๆ เมื่อลมพัดพาฝุ่นผงมารบกวนเหล่าภิกษุ พระพุทธเจ้าจึงทรงอนุญาตให้ภิกษุอาบน้ำได้แม้จะยังไม่ถึงครึ่งเดือนเพราะภิกษุถูกลมฝุ่นเปโระเปื้อน จนทำให้จิวรและเสนาสนะเสียหาย^{๖๘} แสดงให้เห็นว่าสภาพแวดล้อมของอินเดียมีลมที่มีฝุ่นมาก สร้างความลำบากให้แก่ภิกษุ ซึ่งสอดคล้องกับในอุทวิสติวัสสิกขาบท ว่าด้วยการอุปสมบทให้บุคคลมีอายุหย่อนกว่า ๒๐ ปี ภิกษุอายุน้อยเหล่านี้ยังไม่มีความอดทนต่อการดำรงชีวิตในแบบบรรพชิต รวมทั้งไม่อดทนต่อลมที่พัดรุนแรง ทำให้สร้างความเดือดร้อนกับภิกษุรูปอื่นๆที่ต้องคอยดูแล พระพุทธเจ้าทรงยกเอาเหตุการณ์นี้ขึ้นมาประชุมสงฆ์และบัญญัติพระวินัย ดังพุทธพจน์นี้

“ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้มีอายุหย่อนกว่า ๒๐ ปี ยังไม่อดทน ไม่อดกลั้นต่อความเย็น ความร้อน ความหิว ความกระหาย สัมผัสจากเกลือบ ยุง ลม แดด สัตว์เลื้อยคลาน คำกล่าวร้าย คำที่ฟังแล้วไม่ดี ความรู้สึกทางกายที่เกิดขึ้นเป็นทุกข์ แสนสาหัส รุนแรง เฝ็ดร้อน ไม่น่ายินดี ไม่น่าพอใจ แทบจะคร่าชีวิต ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้มีอายุครบ ๒๐ ปี จึงจะอดทน อดกลั้นต่อความเย็น ความร้อน ความหิว ความกระหาย สัมผัสจากเกลือบ ยุง ลม แดด สัตว์เลื้อยคลาน”^{๖๙}

จากพุทธพจน์ สรุปได้ว่าลมเป็นสัญลักษณ์หนึ่งที่แสดงถึงความลำบากที่ภิกษุที่บวชต้องพบเจอ อาจเป็นเพราะสภาพแวดล้อมในอินเดียนั้นลมธรรมชาติที่พัดพาน่าจะพัดรุนแรงหรือ

^{๖๗} อภิ.วิ.(ไทย) ๓๕/๑๓๖/๑๓๗.

^{๖๘} วิ.มหา.(ไทย) ๒/๓๖๒/๔๘๗.

^{๖๙} วิ.มหา.(ไทย) ๒/๔๐๒/๕๑๕.

อาจจะมีส่วนมากสร้างความทุกข์ทรมานทางกายให้แก่มนุษย์ จึงทำให้ผู้ที่ยังไม่ถึงวัยอันสมควรไม่ควรจะมาบวชเพราะทนความยากลำบากจากลมไม่ได้

อีกเหตุการณ์หนึ่งซึ่งมีลมบ้าหมูเป็นเหตุปัจจัยทำให้เกิดการบัญญัติพระวินัย ลมบ้าหมูได้พัดพาสังฆาฏิของภิกษุและภิกษุณีจนก่อให้เกิดการบัญญัติพระวินัยในเรื่องการนุ่งห่ม มีเรื่องราวพอสังเขปของลมบ้าหมูในพระวินัยมีดังนี้ พระอานนท์ห่มสังฆาฏิเข้าไปบิณฑบาตในหมู่บ้าน ลมบ้าหมูได้พัดเอาสังฆาฏิเปิดขึ้นมา พระอานนท์จึงนำเรื่องไปบอกภิกษุรูปอื่นๆ พระพุทธเจ้าจึงทรงอนุญาตให้มีการใช้ลูกคุมมาช่วยให้การห่มจีวรมีความเรียบร้อยขึ้น^{๑๐} ในกรณีของภิกษุณีนั้นมีเหตุการณ์คือ มีภิกษุณีรูปหนึ่งออกบิณฑบาต ลมบ้าหมูได้พัดเอาสังฆาฏิเปิดผ้าขึ้นมา ทำให้มีผู้คนเห็นถันและท้องของภิกษุณีรูปนั้น พระพุทธเจ้าทราบเรื่องจึงทรงบัญญัติพระวินัยให้ภิกษุณีใช้ผ้ารัดถันก่อนจะเข้าไปในหมู่บ้าน^{๑๑}

ลมธรรมชาติมีผลต่อสรีระของมนุษย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับเพศชาย มีเหตุการณ์คือ มีพระอรหันต์รูปหนึ่งจำวัดอยู่ ลมธรรมชาติพัดทำให้อวัยวะทุกส่วนของท่านแข็งตัว รวมถึงอวัยวะเพศเกิดการแข็งตัวด้วย มีหญิงคนหนึ่งมาคร่อมอวัยวะเพศนั้น จนเป็นที่พอใจแล้วจากไป มีผู้ไปทูลถามพระพุทธเจ้า พระองค์ตรัสยืนยันว่าพระรูปนี้เป็นพระอรหันต์ ไม่มีความกำหนัด ไม่อาบัติปาราชิก พระองค์ตรัสว่าเหตุที่ทำให้อวัยวะเพศแข็งตัว มีเหตุอยู่ถึง ๕ อย่าง คือ กำหนัด ปวด อุจจาระ ปวดปัสสาวะ ถูกลมราเหยพัด ถูกบึ้งชน^{๑๒}

๒.๓.๒.๒ ลมเป็นปัจจัยทำให้เกิดภัยพิบัติ

ลมในฐานะที่เป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาตินี้มีความสัมพันธ์กับธาตุอื่นๆ พระพุทธเจ้าทรงตรัสถึงความสัมพันธ์ระหว่างดิน น้ำ และลม ซึ่งเป็นสาเหตุหนึ่งในการทำให้เกิดแผ่นดินไหว ในภูมิบาลสูตร ดังนี้

“มหาปฐพีนี้ตั้งอยู่บนน้ำ น้ำตั้งอยู่บนลม ลมตั้งอยู่บนอากาศ เวลาที่ลมพายุพัดแรงย่อมทำให้น้ำกระเพื่อม น้ำที่กระเพื่อมย่อมทำให้แผ่นดินไหวตาม นี่เป็นเหตุปัจจัยประการที่ ๑ ที่ทำให้แผ่นดินไหวอย่างรุนแรง^{๑๓}”

^{๑๐}วิ.จ. (ไทย) ๗/๒๓๕/๖๗.

^{๑๑}วิ.ภิกขุณี. (ไทย) ๓/๑๒๒๔/๓๘๒.

^{๑๒}วิ.มหา. (ไทย) ๑/๗๔/๖๔.

^{๑๓}อง.อภุจก. (ไทย) ๒๓/๓๐/๓๗๗.

จากพุทธพจน์นี้แสดงให้เห็นว่า ลมมีความสัมพันธ์กับธาตุอื่น โดยมีการเคลื่อนไหวที่รุนแรงของลมธรรมชาติส่งผลเป็นลูกโซ่จนทำให้ธาตุสุดท้ายคือปฐวีธาตุไหวตามการเคลื่อนไหว จนเกิดเป็นแผ่นดินไหว ลมจึงเป็นภัยพิบัติจากธรรมชาติ ที่นำความสูญเสียมาสู่มนุษย์ รวมทั้งสร้างความเสียหายให้กับสิ่งไม่มีชีวิตต่าง ๆ อีกด้วย

นอกจากนี้ลมยังเป็นปัจจัยหนึ่งที่เป็นสาเหตุให้จักรวาลและโลกพินาศ ในคัมภีร์ของพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้กล่าวถึงสาเหตุที่จักรวาลและโลกถูกทำลายมีอยู่ ๓ ประการคือ ถูกทำลายด้วยไฟ ถูกทำลายด้วยน้ำ และถูกทำลายด้วยลม^{๗๔} สำหรับการถูกทำลายด้วยลมนั้นเรียกว่า วาโยสังวิฏฏักป^{๗๕} (ภัยที่เสื่อมเพราะลม) แม้พระพุทธศาสนาเถรวาทจะกล่าวถึงสาเหตุที่ทำลายจักรวาลและโลกไว้ ๓ ประการนี้ แต่จะถูกทำลายไปด้วยไฟเป็นส่วนใหญ่ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค แสดงไว้ว่า โลกจะถูกทำลายด้วยเหตุ ๓ ประการ อันได้แก่ ไฟ น้ำ และลมเช่นเดียวกัน^{๗๖}

๒.๓.๒.๓ ลมกับคุณธรรมของมนุษย์

ในอัมมมิกสูตร ลมเกี่ยวข้องกับคุณธรรมของผู้คนในบ้านเมือง ในสูตรนี้ได้กล่าวไว้ตั้งแต่การไม่ตั้งอยู่ในธรรมของพระราชา ความไม่ตั้งในธรรมของข้าราชการ พราหมณ์ คหบดี ตลอดจนถึงชาวบ้านธรรมดา เป็นเหตุให้ดวงจันทร์และดวงอาทิตย์โคจรไม่สม่ำเสมอ ส่งผลให้สิ้นวันผิดปกติ ฤดูกาลผิดปกติ ลมก็พัดไปไม่สม่ำเสมอ พัดไปผิดทางทำให้พวกเขาขัดเคืองใจ เมื่อพวกเขาขัดเคืองใจก็ส่งผลให้ฝนไม่ตกต้องตามฤดูกาล ข้าวกล้าก็ออกรวงสุกไม่พร้อมกัน เมื่อมนุษย์บริโภคข้าวเหล่านั้น ทำให้ผิวพรรณไม่ดี มีกำลังไม่ดี และเจ็บป่วยมาก ในทางตรงกันข้าม ถ้าพระราชาตั้งอยู่ในธรรม ข้าราชการ พราหมณ์ คหบดี ตลอดจนถึงชาวบ้านธรรมดาตั้งอยู่ในธรรม เป็นเหตุให้ดวงจันทร์และดวงอาทิตย์โคจรสม่ำเสมอ ส่งผลให้สิ้นวันปกติ ฤดูกาลปกติ ลมก็พัดสม่ำเสมอ พัดไปถูกทางทำให้พวกเขาไม่ขัดเคืองใจ เมื่อพวกเขาไม่ขัดเคืองใจก็ส่งผลให้ฝนไม่ตกต้องตามฤดูกาล ข้าวกล้าก็ออกรวงสุกพร้อมกัน เมื่อมนุษย์บริโภคข้าวเหล่านั้น ทำให้ผิวพรรณดี มีกำลังดี และไม่เจ็บป่วยมาก^{๗๗}

^{๗๔} อัง.สตุตทก.(ไทย) ๒๓/๖๖/๑๓๒-๑๓๖.

^{๗๕} อัง.จตุกทก.(ไทย) ๒๑/๑๕๖/๒๑๖.

^{๗๖} วิสุทธิ.(ไทย) ๖๕๓-๖๕๔.

^{๗๗} คู่มือละเอียดยุคใน อัง.จตุกทก.(ไทย) ๒๑/๓๐/๑๑๔-๑๑๖.

ในพระไตรปิฎก พบว่ามีลมพัดอยู่ในกุกกุณรก^{๗๘} ดังนี้ โดยรอบๆกุกกุณรกมีป่าจ้าวขนาดใหญ่สูง ๑ โยชน์ มีหนามยาว ๑๖ องคุลี รอบๆป่าจ้าวนั้นมีป่าไม้ที่มีใบเป็นดาบขนาดใหญ่อยู่ เมื่อผู้ที่รับกรรมในนรกเข้าไปในป่านั้น ใบไม้ที่เป็นดาบถูกลมพัดแล้วจะตัดมือเขาบ้าง ตัดเท้าบ้าง ตัดหู ตัดจมูก เขาเสวยทุกขเวทนาคล้ายอย่างหนัก เผอิฐร้อนอยู่ในป่าไม้ที่มีใบเป็นดาบนั้น แต่ยังไม่ตายตราบเท่าที่บาปกรรมนั้นยังไม่สิ้นไป^{๗๙}

๒.๓.๓ ลมที่เกิดจากการเนรมิต

มีหลักฐานในพระไตรปิฎกพบว่า ลมภายนอกเกิดจากการเนรมิตของเทวดาหรือจากภิกษุผู้มีฤทธิ์

ใน วาตเวลาหสูตร มีภิกษุทูลถามพระพุทธเจ้าว่ามีเหตุปัจจัยอะไรที่ทำให้เกิดลมในกาลบางคราว พระพุทธเจ้าตรัสตอบว่าลมที่เกิดในบางคราวนั้นอาจเกิดจากการเนรมิตของเทพจำพวกวาตเวลาห^{๘๐} เป็นการเกิดขึ้นของลมจากการยินดีที่จะกระทำของเทพจำพวกนี้

ใน ชัมมิกสูตร พระพุทธเจ้าตรัสสั่งสอนพระภิกษุรูปหนึ่งซึ่งชื่อพระชัมมิกะ ในเรื่องราวที่ทรงยกมาเล่านั้นมีปรากฏการณ์เกี่ยวกับการเนรมิตลมโดยที่วสัฏกะจอมเทพ ผลการเนรมิตคือเกิดลมฝนอย่างแรงพัด โคนต้นไทรใหญ่ล้มลง เหตุที่วสัฏกะจอมเทพต้องทำอย่างนั้นเพราะเทวดาที่อาศัยในต้นไทรนั้นไม่ดำรงอยู่ในรุกขธรรม^{๘๑}

ในกรณีภิกษุที่แสดงฤทธิ์ให้เกิดลมนั้น ปรากฏอยู่ใน มหกปาฏิหาริยสูตร สาเหตุที่พระมหกะต้องทำฤทธิ์ก็เนื่องจากอากาศที่ร้อนจัดทำให้ภิกษุทั้งหลายมีกำลังอ่อนล้า พระมหกะจึงบันดาลฤทธิ์ให้ลมพัดโชยมา มีเสียงฟ้าร้องและฝนโปรยลงมาที่ละหยาด^{๘๒} ช่วยผ่อนคลายให้กับภิกษุทั้งหลาย

และในอชัมมิกสูตร ที่ได้อธิบายใน ๒.๓.๒.๓ สาเหตุหนึ่งที่ทำให้ลมพัดไม่สม่ำเสมอคือ เทวดาบันดาล^{๘๓}

^{๗๘} กุกกุณรก ในที่นี้หมายถึงนรกที่มีเถาถ่านประมาณ ๑๐๐ โยชน์ ภายในเต็มไปด้วยเปลวไฟและถ่านเพลิงขนาดเท่าเรือรบ (ม.อ.อ.(บาลี) ๓/๒๖๕/๑๗๑)

^{๗๙} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๒๖๕/๓๑๖.

^{๘๐} ส.ข.(ไทย) ๑๗/๖๐๕/๓๗๓.

^{๘๑} อ.จ.เอกก.(ไทย) ๒๒/๕๔/๕๒๘.

^{๘๒} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๔๖/๓๗๘.

^{๘๓} คูรายละเอียดใน อ.จ.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๗๐/๑๑๔-๑๑๖.

๒.๓.๔ การอุปมาด้วยลมด้วยลมเพื่อสอนธรรมะ

ลมมีความใกล้ชิดกับมนุษย์ ด้วยเหตุนี้ พระพุทธเจ้าและพระอริยสาวกได้นำลมมาใช้ในการสอนธรรม ลมถูกนำมาอุปมาเปรียบเทียบกับทั้งที่เป็นกุศลและเป็นอกุศลทำให้สามารถสร้างความเข้าใจในธรรมต่างๆ ได้ง่ายขึ้น จากการค้นคว้าวิจัยเอกสารพบลมที่ถูกนำมาเป็นเครื่องมือสอนธรรมอยู่หลายแห่ง ดังนี้

๒.๓.๔.๑ การอุปมาด้วยลมกับการสอนในกุศลกรรม

ในอากาสสูตร พระพุทธเจ้าทรงตรัสสั่งสอนธรรมให้กับภิกษุ โดยเปรียบเทียบการปฏิบัติธรรมให้ประสบความสำเร็จต้องใช้ธรรมที่หลากหลายอุปมาเหมือนลมที่มีหลากหลายในอากาศ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ลมหลายชนิดพัดไปในอากาศ คือ ลมทางทิศตะวันออกพัดไปข้าง ลมทางทิศตะวันตกพัดไปข้าง ลมทางทิศเหนือพัดไปข้าง ลมทางทิศใต้พัดไปข้าง ลมมีฝุ่นพัดไปข้าง ลมไม่มีฝุ่นพัดไปข้าง ลมหนาวพัดไปข้าง ลมร้อนพัดไปข้าง ลมอ่อนพัดไปข้าง ลมแรงพัดไปข้าง แม้ฉันใด ภิกษุก็ฉันนั้นเหมือนกัน เมื่อเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ ทำอริยมรรคมีองค์ ๘ ให้มาก สติปัญญา ๔ ประการถึงความเจริญเต็มที่ข้าง สัมมปธาน ๔ ประการถึงความเจริญเต็มที่ข้าง อิทธิบาท ๔ ประการถึงความเจริญเต็มที่ข้าง อินทรีย์ ๕ ประการถึงความเจริญเต็มที่ข้าง พลละ ๕ ประการถึงความเจริญเต็มที่ข้าง โพชนงค์ ๗ ประการถึงความเจริญเต็มที่ข้าง^{๘๔}

ในทุกขิเมขสูตร พระพุทธเจ้าทรงนำลมมรสุมมาเป็นอุปมาสอนธรรม ทรงตรัสว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ลมมรสุมพัดเอาเมฆฝนก้อนใหญ่ที่เกิดขึ้นให้อันตรธานหายไป ในระหว่าง แม้ฉันใด ภิกษุก็ฉันนั้นเหมือนกัน เมื่อเจริญมรรคมีองค์ ๘ ทำอริยมรรคมีองค์ ๘ ให้มาก ย่อมทำบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วๆ ให้อันตรธานสงบไปในระหว่าง”^{๘๕}

จากพุทธพจน์ พระพุทธองค์ทรงเปรียบอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นคือเมฆก้อนใหญ่ ส่วนลมมรสุมที่พัดเมฆก็คือ อริยมรรค

ในอโยคุพสูตร พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอนนทว่า การแสดงฤทธิ์ของพระพุทธเจ้าทั้งหลายนั้นง่ายคู่กับ การที่ลมพัดปยุ่นหรือปุยฝ้ายขึ้นไปสู่อากาศ^{๘๖} พระพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบลมพัดเปรียบได้กับความพยายามในการแสดงฤทธิ์ ส่วนผลของการแสดงฤทธิ์เปรียบ

^{๘๔} ส.ม.(ไทย) ๑๕/๑๕๕/๘๔.

^{๘๕} ส.ม.(ไทย) ๑๕/๑๕๗/๘๖.

^{๘๖} ส.ม.(ไทย) ๑๕/๘๓๔/๔๑๔.

ได้กับปุยนุ่นที่ลอยขึ้นสู่อากาศ คำอุปมานี้ทำให้มองเห็นภาพชัดเจนว่าเป็นเรื่องที่ย่ายมากสำหรับ พระพุทธเจ้าที่จะแสดงฤทธิ์

ในคัมภีร์ชาตสูตร พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอานนทว่า กลิ่นที่สามารถลอยตามลมก็ได้ ลอยทวนลมก็ได้มีอยู่ในโลก พระองค์ทรงเปรียบคนดีมีศีลธรรมจะได้รับการสรรเสริญไปทุกทิศ ทุกทาง เปรียบได้กับการมีกลิ่นหอมที่สามารถจะกระจายไปตามลมได้ทุกทิศทุกทางไม่จำเป็นต้อง ลอยตามลมเสมอไป พระองค์ตรัสเป็นคาถาว่า

กลิ่นดอกไม้ลอยไปทวนลมไม่ได้ กลิ่นจันทร์ กลิ่นกฤษณาหรือกลิ่นกะลำพัก ลอยไป ทวนลมไม่ได้ ส่วนกลิ่นสัตบุรุษลอยไปทวนลมได้ เพราะสัตบุรุษจรไปทั่วทุกทิศ^{๘๗}

ในสัททนต์สูตร^{๘๘} พระสารีบุตรได้แสดงธรรมและแก้ข้อกล่าวหาต่อหน้าพระพุทธเจ้าใน เรื่องที่ไปกระทบกับภิกษุรูปหนึ่งแล้วไม่กล่าวขอโทษแก่ภิกษุรูปนั้น พระสารีบุตรได้อุปมา เปรียบเทียบใจของท่านเหมือนลม มีเนื้อหาดังนี้

ลมย่อมพัดของสะอาดบ้าง พัดของไม่สะอาดบ้าง พัดคูบบ้าง พัดมูลบ้าง พัดน้ำลายบ้าง พัดหนองบ้าง พัดเลือดบ้าง แต่ลมก็ไม่อึดอัด ระอา หรือรังเกียจสิ่งนั้น แม้ฉันใด ข้าพระองค์ก็ฉัน นั้นเหมือนกัน มีใจเสมอด้วยลม ไพบูลย์ เป็นมหัคคตะ ไม่มีขอบเขต ไม่มีเวร ไม่มี ความเบียดเบียนอยู่

พระสารีบุตรเปรียบใจท่านไม่มีกิเลส กิเลสทั้งหลายจึงไม่สามารถจะทำร้ายจิตของพระ สารีบุตรได้แล้ว แม้จะจิตจะไปสัมผัสกับอารมณ์ที่ไม่ดีภายนอก ท่านก็ไม่มีความยินดีในร้าย

ในมหาโกฏิสูตรเถรคาถา ภิกษุชื่อ พระมหาโกฏิสูตรเถระได้กล่าวคาถาไว้ดังนี้

“ภิกษุสงบ งดเว้นจากการทำชั่ว พุดด้วยปัญญา ไม่ฟุ้งซ่าน ย่อมกำจัดบาปกรรม ทั้งหลายได้เหมือนลมพัดใบไม้ให้ร่วงหล่นไป”^{๘๙}

จะสังเกตได้ว่า ภิกษุรูปนี้เปรียบการงดเว้นการทำบาปทั้งหลายเหมือนลมพัดซึ่งเปรียบ ประคุดปัญญา ซึ่งพัดพาเอาใบไม้ให้หลุดร่วงไป ใบไม้ถูกอุปมาเปรียบเหมือนบาป

ในกาติยานเถรคาถา ภิกษุชื่อพระกาติยานเถระ ได้กล่าวคาถาที่เกี่ยวกับการเปรียบเทียบ อุปมาโดยใช้ลม ดังนี้

^{๘๗} ส.ม.(ไทย) ๑๕/๘๐/๓๐๕.

^{๘๘} อ.นวก.(ไทย) ๒๓/๑๑/๔๕๓.

^{๘๙} พุ.เถร.(ไทย) ๒๖/๒/๓๐๔.

“ประทีปที่มีเปลวไฟน้อย ย่อมดับไปเพราะลม เหมือนเถาวัลย์หลุ่ร่วงเพราะลม จันใด เธอผู้มีโคตรเหมือนพระอินทร์ แม้เธอก็ฉันนั้น อย่าถ้อยมัน จงกำจัดมารเสีย จงปราศจากความ กำหนดพอใจในเวทนาทั้งหมด จงเป็นผู้สงบเย็น รอคอยกาลปรินิพพานในอัฐภาพนี้แล”^{๕๐}

จะสังเกตเห็นว่าลมถูกเปรียบเทียบได้กับการละวางความยึดมั่นถือมั่น โดยเถาวัลย์ที่ยึดติดอยู่กับต้นไม้ถูกอุปมาให้เป็นการยึดมั่นในความกำหนดพอใจในเวทนาทั้งหลาย

ในสุภาชีวิตัมพวนิกาเถรีคาถา ภิกษุณีชื่อ พระสุภาชีวิตัมพวนิกาเถรี ได้กล่าวคาถาที่เกี่ยวข้องกับนำลมมาใช้อุปมาเปรียบเทียบ ดังนี้

“ความกำหนัดนั้นดิฉันยกออกแล้ว เหมือนลมหอบเอาเชื้อเพลิงออกจากหลุมถ่านเพลิง ถูกทำให้พินาศไปแต่ยอด เหมือนนกกาชนะที่ตกลงในยาพิษออกไป ความกำหนัดนั้น ดิฉันไม่รู้คอกว่าเป็นอย่างไร เพราะมันถูกดิฉันกำจัดเสียแล้วพร้อมกับรากด้วยอริยมรรค”^{๕๑}

จากสุภายิตนี้ ลมถูกอุปมาเปรียบได้กับอริยมรรค ส่วนเชื้อเพลิงถูกอุปมาเปรียบกับความกำหนัดที่ถูกขจัดออกจากจิต อริยมรรคที่เปรียบได้กับลมนี้ จะเป็นสิ่งที่นำพาเอาสิ่งชั่วร้ายออกจากจิต คุณลมหอบเชื้อเพลิงออกจากหลุมถ่าน

ในขุททกนิกาย จูพนิทเทส พระปัจเจกพุทธเจ้าใช้สำนวนว่า “ไม่คิดข้ายเหมือนลม”^{๕๒} โดยลมถูกเปรียบได้กับพระปัจเจกพุทธเจ้า ส่วนข้ายอุปมาหมายถึง ๒ อย่างคือ ข้ายตัณหาและข้ายทิฏฐิ^{๕๓} พระปัจเจกพุทธเจ้าละข้ายตัณหาและข้ายทิฏฐิได้แล้ว ท่านจึงไม่ยึดติดอยู่กับอายตนะภายนอก

๒.๓.๔.๒ การอุปมาด้วยลมกับการสอนในอกุศลกรรม

ใน เวรัญชกัณฑ์^{๕๔} พระพุทธเจ้าทรงใช้ลมอุปมาเปรียบเกี่ยวกับการดำรงอยู่ของพระพุทธานุศาสนาทันทีในสมัยของพระองค์เองและพระพุทธานุศาสน์ก่อนๆ ซึ่งแต่ละพระองค์นั้นมีการบริหารจัดการที่แตกต่างกันทำให้ศาสนาดำรงอยู่ได้นานหรือไม่นาน

^{๕๐} พุ.เถร.(ไทย) ๒๖/๔๑๖/๔๑๑.

^{๕๑} พุ.เถรี.(ไทย) ๒๖/๓๘๘/๖๑๕.

^{๕๒} พุ.จู.(ไทย) ๓๐/๑๕๗/๔๕๔.

^{๕๓} พุ.จู.(ไทย) ๓๐/๑๕๗/๔๕๔.

^{๕๔} วิ.มหา.(ไทย) ๑/๑๕/๑๑.

หากพระพุทธเจ้าองค์ใดมีการบริหารจัดการไม่ดี ศาสนาจะดำรงอยู่ไม่นาน ดอกไม้
นานาพรรณกองอยู่บนแผ่นดินกระดาน ยังไม่รื้อย้าย ย่อมถูกลมพัดกระจัดกระจายออกไป และ
ในทางตรงกันข้าม หากพระพุทธเจ้าองค์ใดบริหารจัดการที่ดี ศาสนาจะดำรงอยู่ได้นาน ดอกไม้
นานาพรรณที่รื้อย้ายเชื่อมติดกัน ย่อมไม่ถูกพัดกระจายออกไปตามแรงลม

จากเนื้อความนี้ ลมถูกเปรียบเทียบในทางที่ไม่ดี ลมจึงอุปมาเป็นภัยต่างๆที่จะเข้ามาทำ
ให้ศาสนาดำรงอยู่ได้ไม่นาน แต่ในทางตรงกันข้ามหากศาสนามีความมั่นคงดีแล้วภัยต่างๆก็
คุกคามได้ยาก อุปมาเหมือนลมที่ไม่สามารถพัดเอาดอกไม้ที่รื้อยเป็นพวงมาลัยดอกไม้แล้ว ดอกไม้
จะไม่กระจัดกระจายจากการโดนลมพัด

ในโศณโกปิยสูตร^{๕๕} พระโศณะบรรลอรหัตผลแล้ว ได้เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าเพื่อ
สนทนาธรรม พระโศณะได้กล่าวถึงลักษณะจิตของผู้เป็นพระอรหันต์ โดยมีลมมาเป็นเครื่องมือ
เปรียบเทียบ ดังคาถา

ภิกษุผู้มีจิตสงบระงับหลุดพ้นโดยชอบ ย่อมไม่มีการสังสมกิจที่ทำแล้ว ทั้งไม่มีกิจที่
จะต้องทำอีก ภูเขาหินแท่งที่บดย่อมไม่สะเทือนเพราะลม ฉันทิโด รูป เสียง กลิ่น รส โสณัฐพะ และ
ธรรมารมณ์ทั้งมวล ทั้งที่เป็นอิฏฐารมณ์และอนิฏฐารมณ์ย่อมทำจิตของผู้คงที่ให้หวั่นไหวมิได้ ฉัน
นัณ^{๕๖}

พระโศณะเปรียบลมเป็นอายตนะภายนอกที่พัดมาทุกทิศทุกทางไม่สามารถสร้างความ
หวั่นไหวให้ภูเขาศิลาลงที่ไม่มีช่อง ไม่มีโพรง เป็นแท่งที่บดอันเดียวกัน ในที่นี้ลมแรงที่พัดมาทุก
ทิศทุกทางได้ถูกอุปมาด้วยอายตนะภายนอกที่เข้ามากระทบกับอายตนะภายในของพระอรหันต์ ซึ่ง
อายตนะภายนอกอุปมาเป็นลมเหล่านั้นไม่สามารถทำให้เกิดกิเลสตัณหาในจิตของพระอรหันต์ได้

ในมหาสิหนาทสูตร^{๕๗} ขณะที่พระพุทธเจ้ายังเป็นพระโพธิสัตว์ ครั้งพระองค์ทรงบำเพ็ญ
ตบะ พระพุทธองค์ทรงใช้ลมมาเป็นเครื่องมือสอนธรรม โดยพระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบลมกับ
แฉดคือการปฏิบัติที่ทรมาณตนเองโดยการอดอาหาร ทรงกล่าวกับพระสารีบุตรว่า ร่างกายที่ผอม
แห้งคุณผลน้ำเต้าที่ถูกตัดแต่ยังอ่อนนุ่มและแฉดแล้ว ย่อมเหือดแห้งไป ก็เปรียบได้กับที่พระองค์
ทรงอดอาหารทรมาณพระวรกาย ร่างกายย่อมแห้งคุณกับน้ำเต้าที่เหือดแห้ง พระองค์ทรงย้ำว่าการทำ
ตนให้ลำบากเช่นนี้ ไม่ใช่หนทางหลุดพ้น

^{๕๕}วิ.ม.(ไทย) ๕/๒๔๔/๑๑.

^{๕๖}วิ.ม.(ไทย) ๕/๒๔๔/๑๒.

^{๕๗}ม.ม.(ไทย) ๑๒/๑๕๘/๑๖๒.

ในกัณฑ์ทรกสูตร^{๕๘} การนั่งนิ่งเฉยของพระภิกษุสงฆ์ ถูกนำมาขยายความในอรรถกถา เพื่อสอนธรรม ว่าหมายถึง การนั่งด้วยอาการสำรวม กาย วาจา และใจ เปรียบเสมือน มหาสมุทรที่ปราศจากลม^{๕๙} ในพระสูตรนี้ จะสังเกตได้ว่า หากมองในทางกลับกัน ถ้าภิกษุไม่สำรวม กาย วาจา และใจ อุปมาได้กับลมไม่สงบเกิดในมหาสมุทร ย่อมทำให้เกิดคลื่นในมหาสมุทรและทำให้เกิดผลกระทบบทที่ร้ายแรงต่างๆเข้ามาเพราะมหาสมุทรมีส่วนประกอบมากการเกิดคลื่นย่อมกระทบต่อสิ่งต่างๆ ลมจึงอุปมาเปรียบได้กับความประพฤติกของพระภิกษุสงฆ์หากสำรวมก็จะเกิดผลที่ดี หากไม่สำรวมก็เกิดผลไม่ดี

ในโปตลียสูตร^{๖๐} พระพุทธเจ้าตรัสสนทนารวมกับคหบดีชื่อ โปตลียะ มีอยู่ตอนหนึ่ง พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนโปตลียะเกี่ยวกับโทษแห่งกามว่า บุรุษถือคบหญิงที่ไฟติดลูกโซนเดิน ทวนลมไป และบุรุษนั้นก็ไมยอมปล่อยคบหญิงที่มีไฟลูกโซนเสียด คบหญิงย่อมไหม้มือ ไหม้แขน เขาอาจถึงตายได้ พระพุทธเจ้าตรัสต่อไปว่า กามทั้งหลายอุปมาด้วยคบเพลิง มีทุกข์มาก มีความคับแค้นมาก อุปมาทำให้เห็นภาพว่าการเดินทวนลมหมายถึงการมีเจตนาที่แรงกล้าที่จะเสพกาม

ในพุทธาคูสูตร^{๖๑} พระพุทธเจ้าทรงประทับอยู่ ณ พระเชตะวัน ทรงสั่งสอนธรรมะแก่ภิกษุทั้งหลาย โดยมีเนื้อหาโดยสรุปว่า ภัยทั้งหลาย^{๖๒} ล้วนเกิดจากคนพาล มิได้เกิดจากบัณฑิต ฉะนั้น คนพาลมักจะเกิดภัย บัณฑิตไม่เกิดภัย พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบว่าภัยก็เหมือนกับลม ที่มีอาจจะพัดเข้าไปในบานประตูที่มิดชิดได้ คุงภัยที่ไม่สามารถเป็นอุปสรรคให้เกิดกับบัณฑิตได้ ประตูที่ปิดมิดชิดแล้วอุปมาเป็นเกราะป้องกันภัยให้กับบัณฑิตที่อาศัยภายใน

ในพิลังกิกสูตร พระพุทธเจ้าทรงประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน กรุงราชคฤห์ ตรัสสอนธรรมแก่พิลังกิกภัทราวชาพราหมณ์ โดยมีคำถาถดังนี้

ผู้ใดประทุษร้ายต่อบุคคลผู้ไม่ประทุษร้าย
 ซึ่งเป็นผู้บริสุทธิ์ ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน
 บาปย่อมกลับมาถึงบุคคลนั้นซึ่งเป็นคนพาลอย่างแน่แท้

^{๕๘} ม.ม.(ไทย) ๑๓/๑/๒.

^{๕๙} ม.ม.อ(ไทย) ๒/๑/๒.

^{๖๐} ม.ม.(ไทย) ๑๓/๔๔/๔๔.

^{๖๑} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๒๔/๑๖๐.

^{๖๒} ภัย ในที่นี้หมายถึงความสะดุ้งกลัวแห่งจิต เช่น การได้ทราบว่าจะโจรจะปล้นแล้วเกิดความสะดุ้งกลัว ดูรายละเอียดใน ม.อ.อ.(บาลี) ๓/๑๒๔/๗๑ และ อัง.ตัก.อ.(บาลี) ๒/๑/๗๗.

คุณจงรู้ถึงอันละเอียดที่บุคคลซัดไปทวนลมแล้ว ฉะนั้น^{๑๐๓}

จากคถาดังกล่าว พระองค์ทรงอุปมาเปรียบเทียบการกลับมาของพวงรุลีที่ซัดทวนลม เป็นการกลับมาของวิบากที่เกิดจากการทำกรรม ฉะนั้น ลมจึงน่าจะหมายถึงกฎแห่งกรรม

ในเวรัมภสูตร^{๑๐๔} พระพุทธเจ้าแสดงธรรมแก่ภิกษุ ณ กรุงสาวัตถี ทรงอุปมาเปรียบเทียบภิกษุที่คิดลากัฏฐการะและความสรรเสริญเป็นเหมือนนกที่ถูกลมบ้าหมูซัด เพราะนกที่ถูกลมบ้าหมูซัด จะทำให้ไม่สามารถบินต่อไปได้

ในกุกกุหลกาสาลสูตร^{๑๐๕} พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมแก่ วัจฉโคตรปริพาชก โดยวัจฉโคตรปริพาชกได้ถามพระพุทธเจ้าว่า

“ท่านพระโคตม เวลาที่ไฟถูกลมพัดไปได้ไกล ท่านพระโคตมจะทรงบัญญัติอะไรแก่เปลวไฟนี้ดีไฟเพราะเชื้ออะไรเล่า”

พระพุทธเจ้าทรงตอบว่า

“วัจฉะ เวลาที่เปลวไฟถูกลมพัดไปได้ไกล เราบัญญัติเชื้อคือลมนั่น เพราะลมเป็นเชื้อของเปลวไฟนั่น” จากนั้นพระพุทธเจ้าทรงสรุปว่า

“วัจฉะ เวลาที่สัตว์ทอดทิ้งกายนี้และไม่เข้าถึงกายอย่างใดอย่างหนึ่ง เราบัญญัติอุปาทานคือคัตถหานั่น เพราะคัตถหาเป็นเชื้อของสัตว์นั่น”

อุปมาเปรียบลมเหมือนคัตถหานั่นเอง เมื่อสัตว์ยังมีเชื้อคือคัตถหาอยู่ย่อมมีการเวียนว่ายตายเกิด อุปมาเหมือนเปลวไฟยังมีเชื้อคือลม ย่อมทำให้เปลวไฟยังคงลุกโพลงฉะนั้น

ในสังคารวสูตร พระพุทธเจ้าทรงตรัสสั่งสอน สังคารวพราหมณ์ โดยพระองค์ทรงใช้ลมมาเป็นอุปมาสอนธรรม ดังพุทธพจน์นี้

ภาษาชนน้ำถูกลมพัด ไหว วน เป็นคลื่น คนมีตาดีมองดูเงาหน้าของตนในภาษณะน้ำนั้น ไม่พึงรู้ ไม่พึงเห็นตามความเป็นจริง แม้ฉันไค สมัยไค บุคคลมีจิตถูกอุทธัจจกุกกุจะกลุ่มุ่ม ถูกอุทธัจจกุกกุจะครอบงำอยู่และไม่รู้ชัดธรรมเครื่องสลัดออกจากอุทธัจจกุกกุจะที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง สมัยนั้น บุคคลไม่รู้ไม่เห็นแม้ประโยชน์ตน ประโยชน์ผู้อื่น และประโยชน์ทั้งสองตาม

^{๑๐๓} ต.ส.(ไทย) ๑๕/๑๕๐/๒๖๕-๒๗๐.

^{๑๐๔} ส.น.ิ.(ไทย) ๑๖/๑๖๕/๒๗๑.

^{๑๐๕} ต.สพ.(ไทย) ๑๘/๔๑๘/๔๕๒.

ความเป็นจริง มนตร์แม่ที่สาขายมาเป็นเวลานานก็ไม่แจ่มแจ้งได้ ไม่จำเป็นต้องพูดถึงมนตร์ที่ไม่ได้สาขายเลย ฉะนั้นเหมือนกัน^{๑๐๖}

พระพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบน้ำคือจิต ลมที่พัดน้ำคืออุทธัจจกุกุจะ น้ำที่ไหวเพราะลมพัดก็คือ จิตที่ถูกอุทธัจจกุกุจะเข้าครอบงำ ทำให้จิตไม่สามารถมองเห็นความจริงของชีวิต การกระเพื่อมของน้ำที่เกิดจากลมทำให้มองเห็นเงาตนเองหรือความเป็นจริงในตนเองไม่ชัดเจน

ในอินทขิลสูตร พระพุทธเจ้าทรงอุปมาเปรียบเทียบภิกษุที่ไม่เห็นอริยสัจ ๔ ว่าเหมือนปุยนุ่นหรือปุยฝ้ายที่ถูกลมพัดไปได้ทุกทิศทุกทาง

“เปรียบเทียบเหมือนปุยนุ่นหรือปุยฝ้ายเป็นของเบา มักลอยไปตามลมวางไว้บนพื้นอันราบเรียบ ลมทางทิศตะวันออกพัดปุยนุ่นหรือปุยฝ้ายนั้นไปทางทิศตะวันตก ลมทางทิศตะวันตกพัดไปทางทิศตะวันออก ลมทางทิศเหนือพัดไปทางทิศใต้ ลมทางใต้พัดไปทางทิศเหนือ”^{๑๐๗} ซึ่งแตกต่างกับภิกษุที่รู้อริยสัจ ๔ ทรงอุปมาภิกษุที่รู้อริยสัจ ๔ ว่า

“เปรียบเทียบเหมือนเสาเหล็กหรือเสาเขื่อนมีลำต้นปักไว้ลึก ผงไว้ดี ไม่ไหว ไม่โยก แม้หากพายุฝนพัดมาจากทิศตะวันออกอย่างรุนแรงก็ไม่สั่น ไม่สะเทือน ไม่สะท้าน”^{๑๐๘}

พระพุทธเจ้าทรงอุปมาอุปสมอดอกกุศลธรรมทั้งหลายคือลม การที่ภิกษุรู้แจ้งในอริยสัจ ๔ เปรียบได้กับการลงเสาเหล็กที่หนาแน่น ทำให้ลมพายุทำให้หวั่นไหวได้ อริยสัจ ๔ ทำให้จิตไม่หวั่นไหวไปตามอกุศลธรรมที่เข้ามา

ในลक्षणทกภทฺทียเถรวัตถุ พระพุทธเจ้าทรงตรัสคาถาแก่ภิกษุทั้งหลายว่า

“ภูเขาศิลาล้วน เป็นแท่งที่บ ย่อมไม่สะเทือนเพราะลม ฉนั้นใด บัณฑิตทั้งหลาย ย่อมไม่หวั่นไหวเพราะนิทานหรือสรรเสริญ ฉนั้นนั่น”^{๑๐๙} อุปมาลมพายุเป็นอายตนะภายนอกคือ นินทาและสรรเสริญที่กระทบกับจิตซึ่งอุปมาเป็นภูเขา จิตของบัณฑิตย่อมอุปมาเหมือนภูเขาศิลาที่แข็งแรงไม่หวั่นไหวต่อคำนินทาหรือสรรเสริญ(อุปมาเป็นลมพายุ)

ในโกกสนขลุททกวัตถุ พระพุทธเจ้าทรงตรัสคาถาแก่ภิกษุรูปหนึ่งว่า

“บุคคลใดประทุษร้ายต่อผู้คนผู้ไม่ประทุษร้าย เป็นผู้บริสุทธฺิ ไม่มีกิเลสเพียงค่านินทาบาปย่อมกลับมาถึงบุคคลนั้นซึ่งเป็นคนพาลอย่างแน่แท้ คุณองธุลีอันละเอียดที่บุคคลซัดไปทวนลม

^{๑๐๖} ส.ม.(ไทย) ๑๕/๒๓๖/๑๘๒.

^{๑๐๗} ส.ม.(ไทย) ๑๕/๑๐๕/๖๑๕.

^{๑๐๘} ส.ม.(ไทย) ๑๕/๑๐๕/๖๑๕.

^{๑๐๙} พุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๘๑/๕๓.

ฉะนั้น”^{๑๑๐} อุปมาลมเปรียบเทียบกับกับวิบากกรรม การขว้างผงธุลีทวนลมจะทำให้ผลธุลีย้อนกลับมาหาผู้ขว้างก็เหมือนกับการทำกรรมไม่ดีที่เกิดจากกิเลสภายในจิต ในที่สุดวิบากกรรมก็ต้องย้อนกลับมาหาผู้กระทำบาปอย่างแน่นอน

ในอุปสัิวมาณวกปัญหา พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนธรรมแก่อุปสัิวมาณพ มีอยู่ตอนหนึ่ง พระพุทธเจ้าทรงตอบคำถามของอุปสัิวมาณพ ซึ่งสงสัยเกี่ยวกับสภาวะของพระอรหันต์ พระพุทธเจ้าตรัสว่า

“เปลวไฟถูกกำลังลมพัดไป ย่อมดับ กำหนดไม่ได้ ฉันทิ มุณีพ้นแล้วจากนามกาย ย่อมดับไป กำหนดไม่ได้ ฉันทัน”^{๑๑๑}

พระพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบการหลุดพ้นของพระอรหันต์ที่ไม่สามารถหยั่งรู้ได้ เหมือนกับเปลวไฟที่ถูกลมพัดดับไป ย่อมกำหนดไม่ได้ว่าเปลวไฟมีสภาวะอย่างไรหลังจากดับไปแล้ว แสดงให้เห็นว่าสภาวะของพระอรหันต์ที่สิ้นชีวิตแล้วไม่สามารถจะรู้ได้โดยเหตุและผล จะเข้าใจได้ก็ต้องปฏิบัติและเข้าถึงเอง

ในขุททกนิกาย มหานิทเทส^{๑๑๒} พระพุทธเจ้าทรงกล่าวถึงคลื่นที่อยู่ตรงกลางทะเล ไม่กระเพื่อมเพราะลมในด้านบนของทะเล และไม่กระเพื่อมเพราะเต่าหรือปลาในด้านล่างของทะเล อุปมาดุจดังภิกษุผู้พ้นอาสวะแล้วไม่หวั่นไหวต่อกิเลสตัณหา

พระพุทธเจ้าทรงอุปมาเปรียบเป็นดังกิเลสที่ไม่สามารถสร้างความกระทบกระเทือนคลื่นที่อยู่ตรงกลางทะเลเปรียบได้กับจิตของพระอรหันต์ที่มีจิตคงที่ไม่กระเพื่อมหวั่นไหวต่อกิเลส

๒.๓.๕ การใช้ลมเป็นอุปกรณในการปฏิบัติธรรม

เป้าหมายสูงสุดของการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา คือ การปฏิบัติเพื่อบรรลุมรรคผลนิพพาน ลมเป็นอุปกรณที่สามารถนำมาช่วยให้บรรลุเป้าหมายสูงสุดนี้ได้ จากหลักฐานในพระไตรปิฎกพบว่า ลมเป็นอุปกรณการปฏิบัติธรรมที่พระพุทธเจ้านำมาใช้เป็นอุปกรณในการปฏิบัติธรรม เหตุที่พระองค์เลือกใช้ลม ผู้วิจัยเห็นว่าน่าจะเป็นเพราะลมมีอยู่ภายในร่างกายมนุษย์แล้วทุกคน ลมจึงหาได้ง่าย ในพระไตรปิฎกพบว่า วิธีการใช้ลมเป็นอุปกรณในการปฏิบัติธรรมมีรายละเอียดอยู่ในมหาสติปัฏฐานสูตร^{๑๑๓} ซึ่งอ่านรายละเอียดใน บทที่ ๓ หัวข้อ ๓.๔.๑

^{๑๑๐} บ.ช.(ไทย) ๒๕/๑๒๕/๗๐.

^{๑๑๑} บ.ศ.(ไทย) ๒๕/๑๐๘๑/๗๕๘.

^{๑๑๒} บ.ม.(ไทย) ๒๕/๑๕๕/๔๒๒-๔๒๓.

^{๑๑๓} ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑-๓๐๔.

และการปฏิบัติการใช้ลมที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญและแนะนำให้นำไปใช้คือการปฏิบัติอานาปานสติ^{๑๑๔}

แม้พระองค์เองก็ยังทรงใช้อานาปานสติขณะที่พระองค์บรรลุประโพธิญาณ พระองค์ทรงกล่าวสรรเสริญวิธีอานาปานสติว่า หากทำให้มากแล้วย่อมทำให้สติปัญญาน ๔ สมบูรณ์ สติปัญญาน ๔ ที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมทำโพชฌงค์ ๗ ให้บริบูรณ์ โพชฌงค์ ๗ ที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมทำวิชชาและ วิมุตติให้บริบูรณ์^{๑๑๕}

ในอานาปานัสสติสูตร^{๑๑๖} พระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ ปราสาทของมิกการมาตา ในกรุงสาวัตถี พระองค์ทรงตรัสถึงวิธีการปฏิบัติอานาปานสติโดยละเอียด ดังนี้

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ไปสู่ป่าก็ดี ไปสู่โคนไม้ก็ดี ไปสู่เรือนว่างก็ดี นั่งขัดสมาธิตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก อานาปานสติ ๑๖ ชั้น

๑.เมื่อหายใจเข้ายาวก็รู้ชัดว่า “เราหายใจเข้ายาว”

เมื่อหายใจออกยาวก็รู้ชัดว่า “เราหายใจออกยาว”

๒.เมื่อหายใจเข้าสั้นก็รู้ชัดว่า “เราหายใจเข้าสั้น”

เมื่อหายใจออกสั้นก็รู้ชัดว่า “เราหายใจออกสั้น”

๓.สำเนียงกว่า “เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวง หายใจเข้า”

สำเนียงกว่า “เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวง หายใจออก”

๔.สำเนียงกว่า “เราระงับกายสังขาร หายใจเข้า”

สำเนียงกว่า “เราระงับกายสังขาร หายใจออก”

๕.สำเนียงกว่า “เรากำหนดรู้ปีติ หายใจเข้า”

สำเนียงกว่า “เรากำหนดรู้ปีติ หายใจออก”

๖.สำเนียงกว่า “เรากำหนดรู้สุข หายใจเข้า”

สำเนียงกว่า “เรากำหนดรู้สุข หายใจออก”

๗.สำเนียงกว่า “เรากำหนดรู้จิตตสังขาร หายใจเข้า”

สำเนียงกว่า “เรากำหนดรู้จิตตสังขาร หายใจออก”

๘.สำเนียงกว่า “เราระงับจิตตสังขาร หายใจเข้า”

สำเนียงกว่า “เราระงับจิตตสังขาร หายใจออก”

^{๑๑๔} ศ.ม.(ไทย) ๑๕/๕๘๖/๔๖๕-๔๖๖.

^{๑๑๕} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๗/๑๘๗.

^{๑๑๖} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๔/๑๘๓.

- ๘.สำเนียงกว่า “เรากำหนดรู้จิต หายใจเข้า”
 สำเนียงกว่า “เรากำหนดรู้จิต หายใจออก”
 ๑๐.สำเนียงกว่า “เราทำจิตให้บันเทิง หายใจเข้า”
 สำเนียงกว่า “เราทำจิตให้บันเทิง หายใจออก”
 ๑๑.สำเนียงกว่า “เราตั้งจิตมั่น หายใจเข้า”
 สำเนียงกว่า “เราตั้งจิตมั่น หายใจออก”
 ๑๒.สำเนียงกว่า “เราเปลื้องจิต หายใจเข้า”
 สำเนียงกว่า “เราเปลื้องจิต หายใจออก”
 ๑๓.สำเนียงกว่า “เราพิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยง หายใจเข้า”
 สำเนียงกว่า “เราพิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยง หายใจออก”
 ๑๔.สำเนียงกว่า “เราพิจารณาเห็นความคลายออกได้ หายใจเข้า”
 สำเนียงกว่า “เราพิจารณาเห็นความคลายออกได้ หายใจออก”
 ๑๕.สำเนียงกว่า “เราพิจารณาเห็นความดับไป หายใจเข้า”
 สำเนียงกว่า “เราพิจารณาเห็นความดับไป หายใจออก”
 ๑๖.สำเนียงกว่า “เราพิจารณาเห็นความสลละคืน หายใจเข้า”
 สำเนียงกว่า “เราพิจารณาเห็นความสลละคืน หายใจออก”

จะเห็นได้ว่าการใช้ลมหายใจเข้าและลมหายใจออกเป็นอุปกรณ์ในทุกๆขั้นตอนของการทำอานาปานสติจะนั้นลมจึงเป็นอุปกรณ์ที่สำคัญมากต่อการปฏิบัติอานาปานสติ รายละเอียดเพิ่มเติมในการฝึกจะกล่าวเพิ่มเติมในบทที่ ๓ หัวข้อ๓.๔ ลมกับโพธิปักขิยธรรม

หลังจากที่พระองค์ทรงตรัสอานาปานสติ ๑๖ ขึ้นแล้ว พระพุทธเจ้าทรงนำอานาปานสติมาแยกแยะจัดเป็นหมวดหมู่ให้สอดคล้องตรงกันกับเรื่องสติปัญฐาน ๔ ดังนี้

ในข้อที่ ๑-๔ เรียกว่า การเห็นกายในกาย^{๑๑๗}

ในข้อที่ ๕-๘ เรียกว่า การเห็นเวทนาในเวทนา^{๑๑๘}

ในข้อที่ ๙-๑๒ เรียกว่า การเห็นจิตในจิต^{๑๑๙}

ในข้อ ๑๓-๑๖ เรียกว่า การเห็นธรรมในธรรม^{๑๒๐}

^{๑๑๗} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๕/๑๘๕.

^{๑๑๘} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๕/๑๕๐

^{๑๑๙} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๕/๑๕๐.

^{๑๒๐} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๕/๑๕๑.

นอกจากนี้เมื่อปฏิบัติธรรมแล้วเกิดปัญหาขึ้น เนื่องจากภิกษุสงฆ์ปฏิบัติธรรมเมื่อพากันเจริญสุกกัมมัฏฐานแล้ว ก็เกิดความรู้สึกน่าเบื่อหน่าย หดหู่ ไม่อยากมีชีวิตอยู่ต่อไป จึงพากันฆ่าตัวตายกันเป็นจำนวนมาก เรื่องราวมีปรากฏในปฐมบัญญัตินิทาน^{๑๒๑} พระพุทธเจ้าทรงใช้อานาปานสติเพื่อแก้กรรมฐานที่เกิดจาสูกกัมมัฏฐาน^{๑๒๒}

ด้วยประโยชน์ที่มามากของกรรมฐานที่ใช้ลมหายใจพระองค์ทรงยืนยันว่าการปฏิบัติอานาปานสติสมาธิมีผลมาก มีอานิสงส์มาก^{๑๒๓} และเป็นวิหารธรรมของพระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า และพระอรหันต์ทั้งหลาย^{๑๒๔}

นอกจากลมภายในแล้วลมภายนอกก็สามารถนำมาใช้ในการปฏิบัติธรรมที่เรียกว่า วาโยกสิณ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ในกสิณสูตร^{๑๒๕} สรุปโดยสังเขปคือ บุคคลหนึ่งย่อมรู้ช้ควาโยกสิณ(กสิณคือลม) รายละเอียดไม่ได้มีมากนัก แม้มีหลักฐานในพระไตรปิฎกว่ามีการปฏิบัติโดยใช้วาโยกสิณซึ่งเป็นการทำสมถกรรมฐาน แต่วิธีการปฏิบัติไม่พบหลักฐานว่าพระพุทธเจ้าทรงบอกวิธีการฝึกไว้

^{๑๒๑} วิ.มหา.(ไทย) ๑/๑๖๕/๑๓๔-๑๓๗.

^{๑๒๒} ดูรายละเอียดใน วิ.มหา.(ไทย) ๑/๑๖๕/๑๓๖-๑๓๗.

^{๑๒๓} ตี.ม.(ไทย) ๑๕/๕๘๖/๔๖๕-๔๖๖.

^{๑๒๔} ตี.ม.(ไทย) ๑๕/๕๘๗/๔๗๐.

^{๑๒๕} อัง.ทสก.(ไทย) ๒๔/๒๕/๕๖.

บทที่ ๓

ลมกับหมวดธรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชีวิต

จากข้อมูลในบทที่ ๒ พบว่าลมที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ลมมีลักษณะทางกายภาพเฉพาะตัวคือเป็นธาตุแห่งการเคลื่อนไหว ลมแบ่งเป็นลมภายนอกซึ่งเป็นลมตามธรรมชาติภายนอกร่างกายมนุษย์และลมภายในร่างกายมนุษย์ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญในชีวิต

ในพระพุทธศาสนายังให้ความสำคัญกับการศึกษาธรรมะที่เกี่ยวข้องกับลม ซึ่งในงานวิจัยนี้จะนำเสนอเฉพาะลมที่มีสัมพันธ์กับหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชีวิต มีรายละเอียดดังนี้

๓.๑ ลมกับนิยาม ๕

สิ่งต่างๆ ในโลกและชีวิตจะดำเนินไปอย่างไร ทั้งสิ่งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม พระพุทธศาสนาเรียกกฎการดำเนินไปตามเหตุปัจจัยนี้ว่า กฎธรรมชาติ หรือ นิยาม ซึ่งแปลว่า กำหนดอันแน่นอน ความเป็นไปอันมีระเบียบแน่นอน^๑ อรรถกถาจารย์แสดงกฎธรรมชาติหรือนิยาม ไว้ ๕ อย่าง^๒ คือ

๑. อุคฺคินิยาม กฎธรรมชาติเกี่ยวกับปรากฏการณ์ฝ่ายวัตถุ โดยเฉพาะความเป็นไปของธรรมชาติแวดล้อมและความเปลี่ยนแปลงทางวัตถุ เช่น เรื่องลมฟ้าอากาศ ฤดูกาล ฝนตกฟ้าร้อง การที่ดอกบัวบาน กลางวันหุบกลางคืน การที่ดินน้ำปุ๋ยช่วยให้ต้นไม้งาม การที่คนไอหรือจาม การที่สิ่งทั้งหลายผู้ฟังน่าเบื่อ หรือ เป็นความผันแปรที่เนื่องด้วยความร้อนหรืออุณหภูมิต

๒. พีชนิยาม กฎธรรมชาติเกี่ยวกับการสืบพันธุ์ หรือ ที่เรียกกันว่าพันธุกรรม เช่น ต้นมะม่วงย่อมสืบพันธุ์โดยออกผลเป็นมะม่วงเพื่อดำรงลักษณะความเป็นมะม่วงต่อไป หรือ กฎธรรมชาติที่มนุษย์กับสัตว์ไม่อาจจะสืบพันธุ์ด้วยกันได้เพราะพันธุกรรมต่างกัน

๓. จิตตนิยาม กฎธรรมชาติเกี่ยวกับการทำงานของจิต เช่น เมื่ออารมณ์(สิ่งเร้า) กระทบอายตนะภายในจะมีการรับรู้เกิดขึ้น จิตจะทำงานอย่างไร คือมีการไหวแห่งภวังคจิต ภวังคจิตขาด

^๑ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*, (กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๑๕๒.

^๒ นิยามมี ๕ คือ อุคฺคินิยาม พีชนิยาม กรรมนิยาม จิตตนิยาม ฐัมมนิยาม คุรายละเอียดใน ที.ม.อ.(บาลี) ๒/๒๖-๒๗, อภิ.สง.อ.(บาลี)๑/๓๓๐-๓๓๑.

ตอน แล้วมีอาวัชชนะ แล้วมีการเห็น การได้ยิน ฯลฯ มีสัมปฏิจันนะ สันติระณะ ฯลฯ หรือเมื่อจิตที่มีคุณสมบัติอย่างนี้เกิดขึ้น จะมีเจตสิกอะไรบ้างประกอบได้ หรือ ประกอบไม่ได้

๔.กรรมนิยาม กฎธรรมชาติเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ คือ กระบวนการก่อการกระทำและการให้ผลของการกระทำ หรือ พุคให้จำเพาะลงไปอีกว่า กระบวนแห่งเจตน์จำนงหรือความคิดปรุงแต่งสร้างสรรค์ต่างๆพร้อมทั้งผลที่สืบเนื่องออกไปสอดคล้องสมกัน เช่น ทำกรรมดีมีผลดี ทำกรรมชั่ว มีผลชั่ว เป็นต้น

๕.ธรรมนิยาม กฎธรรมชาติเกี่ยวกับความสัมพันธ์และอาการที่เป็นเหตุเป็นผลแก่กันของสิ่งทั้งหลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่เรียกกันว่า ความเป็นไปตามธรรมดา เช่น สิ่งทั้งหลายมีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป เป็นธรรมดา มนุษย์ย่อมมีการเกิดแก่เจ็บตายเป็นธรรมดา ธรรมดาของคนยุคนี้มีอายุขัยประมาณร้อยปี ไม่ว่าพระพุทธเจ้าจะอุบัติหรือไม่ก็ตาม ย่อมเป็นธรรมดาของสิ่งทั้งหลายที่เป็นสภาพไม่เที่ยง ถูกปัจจัยบีบคั้น และไม่ใช่อัตตา^๓ ดังนี้ เป็นต้น

จากความหมายของนิยาม ๕ เมื่อนำมาวิเคราะห์เพื่อให้เห็นความสัมพันธ์กับลมภายในและลมภายนอก ผลการวิจัยมี ดังนี้

๓.๑.๑ ลมกับอุตุนิยาม

ลมสัมพันธ์กับอุตุนิยาม โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับลมภายนอกเพราะลมภายนอกเป็นหนึ่งในปรากฏการณ์ที่มีลักษณะเป็นรูปธรรม ซึ่งจะส่งผลในรูปแบบของการชักย้ายถ่ายเทของลม ไหลพัดพาไป จนเกิดเป็นฤดูกาลต่างๆ ลักษณะอุตุนิยามของลมภายนอกเป็นการเคลื่อนไหวซึ่งเป็นพลังงานอย่างหนึ่ง มีทั้งคุณและโทษ

ส่วนลมภายในก็มีสัมพันธ์กับอุตุนิยาม เพราะ ลมภายในสามารถแสดงถึงสภาพอุตุนิยามได้ เช่น การที่คนไอหรือจาม อาจเป็นเพราะอากาศภายนอกแปรปรวน และในทางกลับกันลมในฤดูกาลก็ส่งผลทำให้เกิดโรคที่มีเป็นสาเหตุจากลมต่างๆในร่างกายเกิดกำเริบเป็นโรคต่างๆได้เช่นกัน

๓.๑.๒ ลมกับพีชนิยาม

ลมภายนอกสัมพันธ์กับพีชนิยาม เพราะพืชต่างๆย่อมพึ่งพาอาศัยลมภายนอกในการช่วยเรื่องสืบพันธุ์ เช่นการที่เกสรของดอกไม้ปลิวไปผสมพันธุ์กับอีกเกสรหนึ่งก็ต้องอาศัยลมภายนอกและแม้แต่ภายในต้นไม้ก็มีลมเป็นส่วนประกอบ จึงกล่าวได้ว่าลมเป็นส่วนหนึ่งในระบบกรรมพันธุ์ของพืช ลมภายในของมนุษย์มีสัมพันธ์กับพีชนิยามคือ ลมภายในทำให้เกิดก๊าซ

^๓ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๑๕๒-๑๕๓.

คาร์บอน ไดออกไซด์ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการใช้หายใจและสืบพันธุ์ของพืช และลมภายในทำให้ร่างกายเคลื่อนไหวโดยผ่านการสังการจากจิตที่มีเจตนาเป็นตัวนำก็สามารถเคลื่อนไหวกายเพื่อการสืบพันธุ์ หรือ ช่วยพืชสืบพันธุ์

๓.๑.๓ ลมกับจิตตนิยาม

จากบทที่ ๒ ในหัวข้อ ๒.๓.๓ ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ลมกับจิต คือ จิตที่สามารถทำฤทธิ์ได้ส่งผลทำให้เกิดลมภายนอกเกิดการเปลี่ยนแปลงได้จากการเนรมิต^๔ และลมภายนอกสัมพันธ์กับจิตตนิยาม เนื่องจากลมเป็นหนึ่งในสิ่งแวดล้อมที่กระทบกับอายตนะต่างๆในร่างกาย ทำให้จิตเกิดการไหว แสดงว่า สิ่งแวดล้อมมีผลกับจิต ซึ่งกล่าวละเอียดในเรื่องนี้จะศึกษาได้ในบทที่ ๔ ในหัวข้อ ๔.๑.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับจิตตนิยาม

ลมภายในสัมพันธ์กับจิตตนิยามเนื่องจากลมภายในเป็นหนึ่งในสิ่งเร้าที่จะกระทบประสาทการรับรู้ ต่อจากการรับรู้แล้วจิตก็ตอบสนองโดยมีเจตนาตอบโต้หรือกำหนดจิตรับรู้ที่อาการของลมที่มากกระทบ เจตนาที่มีต่อลมนี้ย่อมส่งผลทำให้จิตเกิดเจตสิกปรุงแต่งต่างๆ ทั้งด้านดีและไม่ดี หรือเป็นกลางๆ

๓.๑.๔ ลมกับกรรมนิยาม

จากข้อมูล ๓.๑.๓ เมื่อมีจิตสามารถเกิดเจตนาตอบโต้ลมได้ ย่อมเกิดการกระทำกรรมเมื่อทำกรรมเสร็จแล้ว กรรมจะมีผลทำให้เกิดผลในรูปของวิบากกรรม ทั้งด้านดีและไม่ดีหรือกลางๆ จิตก็จะเก็บสะสมเป็นกิเลสพอกพูนในจิต และการเก็บสะสมมากย่อมส่งผลทำให้เกิดความเคยชินกลายเป็นพฤติกรรมในที่สุด ถึงแม้ลมจะทำให้มนุษย์สร้างกรรมดีและไม่ดีได้ แต่ลมก็ถูกนำมาเป็นอุปกรณ์ทำให้พ้นจากกรรมได้ หากมนุษย์มีเจตนาทำกรรมไม่ดำไม่ขาว^๕

๓.๑.๕ ลมกับธรรมนิยาม

ลมมีความสัมพันธ์กับธรรมนิยามเพราะลมเป็นหนึ่งในปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสิ่งทั้งหลาย และมีลักษณะเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไปเหมือนสิ่งอื่นๆ ตัวอย่างที่ทำให้เข้าใจได้ชัดเจนคือ จากข้อมูลในบทที่ ๒ หัวข้อ ๒.๓.๒.๓ ลมกับคุณธรรมของมนุษย์ ใน “อัมมิกสูตร” พบว่า การที่ลมภายนอกพัดไม่สม่ำเสมอ(อุตุนิยาม)เพราะเทวดาไม่พอใจบันดาลให้เกิด(จิตตนิยาม)

^๔ดูรายละเอียดในบทที่ ๒ หัวข้อ ๒.๓.๓ ลมที่เกิดจากการเนรมิต.

^๕ที.ป. (ไทย) ๑๑/๓๑๒/๒๕๑.

มีสาเหตุเกิดจากคุณธรรมที่ลดน้อยลง(จิตตนิยามและกรรมนิยาม)ของผู้คนในบ้านเมือง ลมภายนอกที่พัดไม่สม่ำเสมอ(อุคฺคินิยาม)นั้นทำให้ ฤๅกาลผิปรกติ (อุคฺคินิยาม)

“ฝนไม่ตกต้องตามฤๅกาล ข้าวกล้าก็ออกรวงสุกพร้อมกัน เมื่อมนุษย์บริโภคข้าวเหล่านั้น ทำให้ผิวพรรณไม่ดี มีกำลังไม่ดี และเจ็บป่วยมาก”^๖

ฤๅกาล(อุคฺคินิยาม)เปลี่ยนแปลงย่อมส่งผลกระทบต่อกรรมพันธุ์ของพืชพันธุ์(พีชนนิยาม)ซึ่งเป็นแหล่งอาหารแก่มนุษย์ ในพระสูตรกล่าวตอนหนึ่งถึงพืชพันธุ์ที่มีผลกระทบจากลมที่พัดไม่สม่ำเสมอคือ ข้าวกล้าจะออกรวงไม่สุกพร้อมกัน(พีชนนิยาม) แสดงให้เห็นว่าลมเกี่ยวข้องกับระบบพีชนนิยามของพืชพันธุ์

จากตัวอย่าง จะเห็นความสัมพันธ์กันของเหตุปัจจัยต่างๆ ส่งผลกระทบกันเป็นลูกโซ่ ลักษณะเช่นนี้เองที่ทำให้ลมสัมพันธ์กับกรรมนิยาม

๓.๒ ลมกับขันธ ๕

ในพระพุทธศาสนาคำว่า “ขันธ ๕” หมายถึงส่วนประกอบ ๕ อย่างที่รวมเข้าเป็นชีวิต^๗ ส่วนประกอบนี้คือ รูปขันธ เวทนาขันธ สัญญาขันธ สังขารขันธ วิญญาณขันธ^๘ ที่ประจุมรวมกันเข้าเป็นหน่วยรวม ซึ่งบัญญัติว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน ตัวเรา ตัวเขา เป็นต้น^๙ พระพุทธเจ้าทรงสอนให้มองสิ่งทั้งหลายเป็นผลมาจากการรวมเข้าของส่วนประกอบต่างๆ ตัวตนที่แท้จริงของสิ่งทั้งหลายนั้นไม่มี เพราะเมื่อพิจารณาแยกส่วนประกอบต่างๆของสิ่งนั้นออกไป จะไม่เหลือตัวตนที่สมมุติขึ้นเหล่านั้น เช่น รถยนต์เมื่อถูกส่วนประกอบออกเป็นเครื่องยนต์ ตัวถัง ล้อและยาง เป็นต้น สิ่งที่เราเรียกว่ารถยนต์จะไม่มีตัวตนอยู่^{๑๐}

^๖ คุุราชละเอียดใน อจ.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๓๐/๑๑๔-๑๑๖.

^๗ พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๑๘๕.

^๘ ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๑๕/๒๕๕-๓๐๐.

^๙ พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๘๕.

^{๑๐} ต.ส.(ไทย) ๑๕/๑๓๑/๒๒๘.

ลมกับชั้น ๕ มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีรายละเอียดดังนี้

๓.๒.๑ ลมกับรูปชั้น

รูปชั้น หมายถึง ธรรมชาติที่เป็นส่วนประกอบกับรูปธรรมทั้งหมด^{๑๑} ธรรมชาตินี้มีความเสื่อมโทรมเนื่องจากปัจจัยด้านลบแห่งธรรมชาตินั้น^{๑๒} เช่น เมื่อร่างกายจะไม่สบายจนถึงตายหากอยู่ในอุณหภูมิที่ร้อนหรือเย็นเกินไป^{๑๓}

ธรรมชาติในรูปนี้ได้แก่ ร่างกายของสิ่งมีชีวิตรวมทั้งสิ่งต่างๆในโลกและพฤติกรรมของสิ่งเหล่านั้น^{๑๔} แบ่งรูปได้เป็น ๒ ส่วนคือ มหาภูตรูปและอุปาทยรูปซึ่งเป็นรูปที่อาศัยมหาภูตรูป^{๑๕} มหาภูตรูป เป็นรูปที่มีคุณภาพปฐมภูมิ(Primary Qualities) ที่เรียกว่าปฐมภูมิเพราะเป็นคุณสมบัติพื้นฐานแห่งรูป^{๑๖} ซึ่งจำแนกได้ ๔ ชนิด ได้แก่ ปรฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ และวาโยธาตุ^{๑๗} คำว่า “ธาตุ” เป็นคำเรียกสภาวะที่ไม่มีชีวิต^{๑๘} หมายถึง สิ่งที่ทรงสภาพของตนไว้ สิ่งที่ทรงทุกขไว้เท่านั้น เพราะไม่อยู่ในอำนาจของใครมีลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละธาตุ เนื่องจากธาตุ ๔ นี้คือรูปที่เป็นใหญ่และปรากฏชัดเจน และรูปจำเป็นต้องได้รับการรักษาด้วยปัจจัยต่างๆ คือ จำเป็นต้องบริหารมาก รูปที่มีความผิปรกติเกิดได้มาก และสุดท้ายรูปที่มีอยู่มากและมีอยู่จริงในสรรพสิ่ง ยกเว้น นิพพานทุกยุคทุกสมัย^{๑๙}

จากนิยามของรูปชั้นจะเห็นได้ว่าลมคือธาตุในส่วนที่เรียกว่า วาโยธาตุ ซึ่งตรงกับข้อมูลในหัวข้อ ๒.๓.๑. ในบทที่ ๒ คือ ลมเป็นองค์ประกอบของชีวิต วาโยธาตุ มีลักษณะเฉพาะตัว

^{๑๑} นันทพล โรจนโกศล, “ การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องชั้น ๕ กัมการบรรลุตธรรมใน พระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย :มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๔

^{๑๒} ส.ช.(ไทย)๑๗/๗๕/๑๒๑.

^{๑๓} นันทพล โรจนโกศล, “ การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องชั้น ๕ กัมการบรรลุตธรรมใน พระพุทธศาสนาเถรวาท”, หน้า ๑๔

^{๑๔} พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๑๖

^{๑๕} ส.ช.(ไทย)๑๗/๕๖/๘๒.

^{๑๖} Nyanatiloka, **The word of Buddha**, (Kandy : Buddhist Publication Society, 1959), P.6.

^{๑๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๐๑/๓๓๐.

^{๑๘} วิสุทฺธิ.(ไทย) ๕๑๘/๗๕๐.

^{๑๙} วิสุทฺธิ.(ไทย) ๑๕๒/๖๒๕-๖๒๘.

คงสภาพของตนไว้คือ สภาวะที่เคลื่อนไหว ไม่หยุดนิ่ง เป็นของพัดไปมา มีความสามารถทำให้ธาตุอื่นๆเคลื่อนไหว และมีผลที่ปรากฏคือทำให้ธาตุอื่นๆเกิดการเปลี่ยนที่หรืออยู่ที่เดิม ตลอดจนปรากฏเป็นรูปต่างๆ เช่น เครื่อง ดึง หย่อน ยกมือ ยกเท้า ลมที่มีลักษณะเครื่องดึง เรียกว่าทำให้รูปที่เกิดพร้อมกันกับตนตั้งมั่น ไม่ให้คลอนแคลนเคลื่อนไหวไปได้ และธาตุลมทำให้เกิดทุกข์ในร่างกายได้ เช่น ลมกำเริบทำให้ร่างกายรู้สึกว่ามี ดึง เมื่อย ปวด ไปทั่วร่างกาย หรือ เวลาที่เราเงี้ยวแขน ขา และเพ่งตาอยู่นานๆ โดยไม่กระพริบตา สำหรับภายนอกนั้น วัตถุสิ่งของที่ตั้งอยู่ได้อย่างมั่นคงหรือทำให้ตั้งขึ้นก็ด้วยลม เช่น ลูกบอลที่อัดลมเข้าไปอยู่ภายใน

ธาตุลมที่มีลักษณะทำให้เกิดการเคลื่อนไหวในสัตว์ เช่น ลมทำให้เกิดอริยาบถต่างๆ กระพริบตา กลอกตา กระดิกมือ กระดิกเท้า การถ่ายสิ่งโสโครกออกจากร่างกาย การคลอเคลือบส่วนลมที่อยู่ภายนอกสัตว์นั้น ทำให้วัตถุสิ่งของต่างๆเคลื่อนไหวจากที่เดิมไปได้^{๒๐}

โดยสรุป ลมในรูปขั้นแสดงลักษณะแห่งวาโยธาตุแบ่งได้ ๖ อย่าง^{๒๑}

๑.ธาตุลมที่พัดขึ้นสู่เบื้องบน (อุทฺธังคมาโย) ทำให้เกิดอาการเรอ กลืนไส้ อาเจียน หน้ามืด วิงเวียน ตาลาย ปวดศีรษะและความคันโลหิตสูง

๒.ธาตุลมที่พัดลงสู่เบื้องล่าง(อโธคมาโย) ทำให้เกิดอาการผายลม การถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะและการคลอเคลือบ

๓.ธาตุลมที่อยู่ในช่องท้อง(กุจฺฉิฏฐาโย) ทำให้เกิดอาการพองและอาการยุบของหน้าท้อง

๔.ธาตุลมที่อยู่ในลำไส้(โกฏฐาสยาโย) ทำให้เกิดก๊าซเป็นความดันในท้องและอาการแน่นอึดอัดในท้อง เช่น ท้องอืด แน่นท้อง ท้องเฟ้อ มีเสียงในกระเพาะและลำไส้

๕.ธาตุลมที่แล่นไปทั่วร่างกาย(อังกมังกานุสธาโย) ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวตามส่วนต่างๆของร่างกาย การเคลื่อนไหวของอริยาบถใหญ่ เช่น ยืน เดิน นั่งและนอน การเคลื่อนไหวของอริยาบถย่อย เช่น กระพริบตา ก้ม เงย กู้แขน เขยียดแขน การพูด การรับประทานอาหาร การดื่มน้ำ การนุ่งห่มเสื้อผ้า การเดินจงกรม เป็นต้น รวมทั้งทำให้โลหิตหมุนเวียน

๖.ธาตุลมหายใจเข้าออก(อัสสาสปัสสาสาโย) คือ ลมหายใจเข้า-ออก

^{๒๐} พระสัทธัมมโชติกะ ฐัมมาจริยะ, *ปรมัตถโชติกะปริเฉทที่ ๑-๒-๖ จิต เจตสิก รูป นิพพาน*, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : ทิพยวิสุทธี การพิมพ์, ๒๕๔๓), หน้า ๖๕.

^{๒๑} จาลอง ดิษยวิชช, *วิปัสสนากัมมัฏฐานและเชาน์อารมณ์*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (เชียงใหม่ : เชียงใหม่ โรงพิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๔๕), หน้า ๕๑.

๓.๒.๒ ลมกับเวทนาขั้นนี้

เวทนาขั้นนี้ หมายถึง ส่วนประกอบชีวิตทางนามธรรม ได้แก่ การเสวยอารมณ์^{๒๒} คือ ความรู้สึกต่อสิ่งที่ถูกรับรู้ โดยเวทนาแบ่งตามสภาวะธรรมได้ ๓ ประการ ได้แก่ สุขเวทนา คือ ความรู้สึกสุข สบายทั้งกายและใจ ทุกขเวทนาคือ ความรู้สึกทุกข์ ไม่สบาย ทั้งกายและใจ อทุกขมสุขเวทนา คือ ความรู้สึกเฉยๆ ไม่ใช่ทั้งสุขและทุกข์ เรียกว่า อุเบกขาเวทนา^{๒๓}

เวทนาขั้นนี้มีความสัมพันธ์กับลม คือ เมื่อรูปขั้นนี้สัมพันธ์กับลมโดยเกิดจากผัสสะประสาททั้ง ๕ และทางใจ^{๒๔} ย่อมทำให้เกิดเวทนาขั้นนี้ได้อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นมา ตัวอย่างจากบทที่ ๒ พระพุทธเจ้าทรงนำลมมาเป็นสิ่งบัญญัติพระวินัยเนื่องจากลมทำให้เกิดเวทนาแก่พระภิกษุ พระพุทธเจ้าทรงกล่าวกับพระจุนทะในเรื่องที่พระองค์ทรงอนุญาตจีวร ด้วยเหตุ ๒ ประการ^{๒๕} คือ เพื่อป้องกันอันตรายจากความหนาว ความร้อน จากเหตุแห่งเหลือบ ยุง ลม แดด และเพื่อปกปิดอวัยวะที่น่าละอาย โดยพระองค์ทรงอนุเคราะห์พระมหัจฉริยะ เนื่องด้วยทรงคิดว่า “เราจักกำจัดเวทนาเก่า และจักไม่ให้เกิดเวทนาใหม่เกิดขึ้น ความดำเนินไปแห่งกาย ความไม่มีโทษและความอยู่ ผาสุกจักมีแก่เรา ด้วยประการฉะนี้”^{๒๖}

และเมื่อคราวที่พระโพธิสัตว์ทรงทรมานพระวรกายโดยการกลั่นลมหายใจเข้า-ออก ย่อมทำให้เกิดร่างกายพระองค์เกิดทุกขเวทนากระวนกระวายในร่างกายอย่างแรงกล้า^{๒๗} แสดงให้เห็นว่า ลมภายในร่างกายสามารถสร้างทุกขเวทนาให้กับรูปได้ หรือในทางตรงกันข้าม ลมก็อาจทำให้เกิดสุขเวทนาหรืออุเบกขาเวทนาหากรู้จักนำลมมาใช้ในทางที่ถูกวิธีเช่น ใช้ลมเป็นอุปกรณ์ปฏิบัติธรรมในหลักอานาปานสติ(สติกำหนดลมหายใจเข้าออก) เพื่อละความทุกขเวทนาที่เกิดจากความฟุ้งซ่านของจิต ก่อให้เกิดสภาพสุขเวทนาคือ สงบ ประณีต สดชื่น^{๒๘}

^{๒๒} ม.ม.(ไทย) ๑๒/๔๕๐/๔๕๐.

^{๒๓} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๖๖.

^{๒๔} ส.ข.(ไทย) ๑๓/๕๖/๘๓.

^{๒๕} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๑๘๒/๑๔๐.

^{๒๖} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๑๘๒/๑๔๐.

^{๒๗} ม.ม.(ไทย) ๑๓/๓๓๓/๔๐๓.

^{๒๘} วิ.มหา.(ไทย) ๑/๑๖๕/๑๓๖.

๓.๒.๓ ลมกับสัญญาขันธ์

สัญญาขันธ์ หมายถึง ส่วนประกอบของชีวิตทางนามธรรมที่แสดงพฤติกรรมออกมาเป็น ความกำหนดหมาย จำได้ หมายรู้^{๒๕} ทำให้เกิดการจำอารมณ์ได้ คือ จำสิ่งเร้าที่มากระทบได้

สัญญาขันธ์มีความสัมพันธ์กับลม คือ สัญญาขันธ์มีการจำได้หมายรู้ในลักษณะของการ เป็นธาตุลม คือ จำอาการที่เคลื่อนไหว^{๓๐} จำอาการชักย้ายถ่ายเท^{๓๑} จำลักษณะสายลมที่ผ่านเข้าออก ทางจมูก หรือ จำอาการพอง-ยุบของหน้าท้องซึ่งเกิดจากลมในท้องได้ พระพุทธเจ้าทรงนำลมมา เพื่อให้สัญญาขันธ์ได้ทำงาน คือทรงนำลมมาสั่งสอนพระภิกษุสงฆ์ใน อานาปานัสสติสูตร^{๓๒} เพื่อ ทำให้เกิดการทรงจำของพระภิกษุสงฆ์ ทำให้เหล่าภิกษุสงฆ์จำวิธีการนำลมมาใช้ในทางที่ถูกต้อง และสัญญาขันธ์ยังจดจำลักษณะที่สำคัญคือ ลักษณะของ ไตรลักษณ์ซึ่งเป็นลักษณะตามธรรมชาติ ของลม สัญญาขันธ์เกี่ยวกับกฎไตรลักษณ์ในลมย่อมส่งผลทำให้ภิกษุพบความจริงนำไปสู่ความ ไม่ยึดมั่นถือมั่นต่อสิ่งทั้งปวง พ้นจากความทุกข์ในที่สุด

๓.๒.๔ ลมกับสังขารขันธ์

สังขารขันธ์ หมายถึง ธรรมชาติที่ปรุงแต่งสังขตธรรม เพื่อทำให้เกิดสังขตธรรมตามความปรารถนาของบุคคล ซึ่งมีเจตนาเป็นตัวนำ เป็นต้นแบบแห่งพฤติกรรมและที่มาแห่งกรรม สังขารขันธ์แบ่งเป็น ๓ ประการ คือการปรุงแต่งทั้งในกายสังขาร วจีสังขารและจิตสังขาร^{๓๓}

สังขารขันธ์มีความสัมพันธ์กับลม คือ กายสังขารมีความหมายเป็นลมหายใจเข้า-ออก^{๓๔} เป็นลักษณะของการปรุงแต่งทั้งการหายใจเข้าและการหายใจออก

จิตสังขารปรุงแต่งให้เกิดมีเจตนาเพื่อเจริญอานาปานสติ จิตสังขารส่งผลทำให้กายสังขารคือลมหายใจแรงหรือแผ่วเบาลงได้ เมื่อพระพุทธองค์และพระสาวกนำหลักการปฏิบัติธรรมเพื่อทำการเผยแพร่ธรรมะย่อมเกิดวจีสังขาร ซึ่งวจีสังขารย่อมต้องอาศัยลมในการเปล่งเสียงให้ออกมาจากช่องคอและช่องปาก

พระพุทธองค์ทรงนำลักษณะลมในกายสังขารมาตรัสเตือนสติกับภิกษุ ก่อนที่พระองค์จะเสด็จดับขันธปรินิพพาน ดังนี้

^{๒๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๕๐/๔๕๐.

^{๓๐} วิสุทฺธิ. (ไทย) ๓๔๗/๖๒๓.

^{๓๑} วิสุทฺธิ. (ไทย) ๓๕๐/๖๒๔.

^{๓๒} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๔/๑๘๓.

^{๓๓} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๔๘/๓๘๑.

^{๓๔} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๖๒/๕๐๓.

“ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนเธอทั้งหลาย สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงทำหน้าที่ให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาทเถิด”^{๓๕}

กายสังขารที่พระพุทธองค์ทรงนำมาสั่งสอนในครั้งนี้ เป็นการย้ำให้พุทธศาสนิกชนไม่ให้เกิดความประมาทในการดำรงชีวิต ให้เร่งทำความเพียรทำในสิ่งที่ควรทำ เพราะชีวิตจะหมดลมหายใจเมื่อไหร่ก็ได้ เพราะลมหายใจมีลักษณะเสื่อม ตามกฎไตรลักษณ์

๓.๒.๕ ลมกับวิญญานขันธ

วิญญานขันธ หมายถึง ธรรมชาติที่มีการรู้แจ้งทางประสาททั้ง ๕ และทางใจ วิญญานขันธสัมพันธ์กับลม คือ การรู้แจ้งแห่งลมในอารมณ์ ๖ ประเภท ได้แก่ จักขุวิญญาน คือ รับรู้รูปลมทางตา เห็นการไหลตัวของธาตุอื่นๆ โสตวิญญานคือรู้แจ้งได้ยินเสียงลมที่กระทบกับธาตุอื่นๆ ฆราววิญญานคือการรับกลิ่นที่ถูกลมพัดมา หากไม่มีลมก็ไม่สามารถรับกลิ่นได้ ลมทำให้กลิ่นพัดพาไปกระทบประสาทกลิ่น จิวหาวิญญานคือการรับรู้รสที่เกิดจากลมนำพาารสชาติต่างๆ กระทบกับชีวหาประสาท กายวิญญานคือ ความรู้สึกทางกายที่เกี่ยวกับลมภายในและลมภายนอก คือ รู้สึก ตึง ไหว เคลื่อนที่ไม่หยุดนิ่งของลม มโนวิญญาน คือ ความรู้เกี่ยวกับลมในทางใจ เช่น การนึกคิดเกี่ยวกับลมในทางใจทำให้เกิดเจตนา และ สร้างกรรมต่างๆกับลม

๓.๓ ลมกับกฎไตรลักษณ์

พระพุทธเจ้าตรัสว่าหลักไตรลักษณ์เป็นกฎธรรมชาติ ไม่ว่าพระพุทธเจ้าจะอุบัติขึ้นหรือไม่ หลักไตรลักษณ์ยังคงมีอยู่^{๓๖} หลักไตรลักษณ์มี ๓ ประการ คือ อนิจจตา ทุกขตา และอนัตตา^{๓๗} อนิจจตาคือ ความเป็นอนิจจัง หมายถึงความไม่เที่ยง ความเปลี่ยนแปลง^{๓๘} ทุกขตาคือ ความเป็นทุกข์^{๓๙} หมายถึง สิ่งที่ทนได้ยาก และอาการที่ทนอยู่สภาวะเดิมไม่ได้ และอนัตตาคือ ความเป็นอนัตตา^{๔๐} หมายถึง ความไม่ใช่และไม่มีสิ่งที่เรียกว่า อัตตา^{๔๑}

^{๓๕} ที.ม.(ไทย) ๑๐/๒๑๘/๑๖๖.

^{๓๖} อัง.ติก.(ไทย) ๒๐/๑๓๗/๓๘๕.

^{๓๗} อัง.ติก.(ไทย) ๒๐/๑๓๗/๓๘๕.

^{๓๘} สั.ข.(ไทย) ๑๗/๖๖/๑๐๖.

^{๓๙} สั.ข.(ไทย) ๑๗/๖๗/๑๐๗.

^{๔๐} สั.ข.(ไทย) ๑๗/๖๘/๑๐๘.

^{๔๑} สั.ข.(ไทย) ๑๗/๖๙/๑๐๙-๑๑๐.

ลมมีลักษณะเป็นไตรลักษณ์ โดยแยกตามหมวด อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ได้ดังนี้

๓.๓.๑ ลมกับอนิจจัง

กฎอนิจจังมีลักษณะ ๓ ประการได้แก่^{๔๒} เพราะเป็นไปโดยการเกิดและการดับ^{๔๓} เพราะเป็นของแปรปรวน คือ เปลี่ยนแปลงสภาพไปเรื่อยๆ^{๔๔} เพราะอยู่ได้ชั่วขณะๆ^{๔๕}

จากนิยามกฎอนิจจังดังกล่าวจะเห็นว่าทั้งลมภายในและลมภายนอกมีลักษณะเป็นอนิจจัง เช่น ลมภายนอกพัดพาอากาศจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุด(ลมเกิดขึ้น) แล้วจุดนี้เองต่อมาก็ลมก็ดับลง เพราะหมดเหตุปัจจัยที่ทำให้ลมเกิด ลักษณะการเกิดดับเช่นนี้จะดำเนินไปเรื่อยๆและเมื่อเวลาผ่านไปก็เกิดลมเกิดและดับลักษณะแบบเดียวกันขึ้นมาอีกแต่อาจจะเกิดต่างสถานที่กัน พายุลมแรงแม้จะเกิดรุนแรงแค่ไหน ก็ย่อมลดความรุนแรง และดับลงในที่สุดเป็นธรรมดา จึงกล่าวโดยสรุปว่า ลมภายนอกเกิดขึ้นและดับลงเป็นกฎธรรมชาติตามหลักอนิจจัง

ส่วนลมภายในก็มีลักษณะเป็นอนิจจังเช่นเดียวกัน ลมหายใจเข้าคือการเกิดของลมที่อัดเข้าสู่ปอดเมื่อลมได้อัดเข้าสู่ปอดเต็มที่ตามที่ร่างกายต้องการแล้วกระบวนการหายใจเข้าก็ดับลงเกิดมีลักษณะลมหายใจออกเกิดขึ้น เมื่อหายใจออกจนลมในปอดแล้วร่างกายย่อมหายใจเข้าอีกครั้งเพื่อรับอากาศจากภายนอกเข้ามาอีกครั้ง การเกิดและดับของลมหายใจนี้สลับกันไปจนกว่าร่างกายจะแตกดับลงไป

๓.๓.๑ ลมกับทุกขัง

ทุกขังสามารถจำแนกตามนัยในทุกข์ตาสูตร ได้ ๓ ประเภทใหญ่ๆ ได้แก่^{๔๖} ทุกขทุกตาสังขารทุกข์ตา และ วิปริณามทุกข์ตา ในแต่ละลักษณะทุกขังมีรายละเอียดพอสังเขปดังนี้

ทุกขทุกตาคือ ทุกข์ที่เป็นความรู้สึกทุกข์ ได้แก่ ความทุกข์ทางกาย และความทุกข์ทางใจ โดยสามัญตรงตามชื่อและตามสภาพ^{๔๗} เช่น ความเจ็บปวด ไม่สบาย เมื่อยขบ

^{๔๒} พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), ไตรลักษณ์, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๔๑), หน้า ๕๑.

^{๔๓} วิสุทธิ.(ไทย)๗๐๖/๑๐๐๔.

^{๔๔} วิสุทธิ.(ไทย)๗๐๖/๑๐๐๔.

^{๔๕} วิสุทธิ.(ไทย)๗๐๖/๑๐๐๔.

^{๔๖} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๖๖.

^{๔๗} อภิ.วิ.อ.(ไทย) ๒/๑/๓๑๖.

สังขารทุกข์ตา คือ ทุกข์ตามสภาพสังขาร หมายถึง สิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่เกิดจากเหตุปัจจัย เป็นสภาพที่ถูกบีบคั้นกดดันด้วยการเกิดขึ้น และการเสื่อมสลายของปัจจัยต่างๆที่ขัดแย้งทำให้คงอยู่ในสภาพเดิมมิได้ ไม่คงตัว^{๔๔}

วิปริณามทุกข์ตา คือ ทุกข์เนื่องด้วยความผันแปรหรือทุกข์ที่แฝงอยู่ในความแปรปรวน ได้แก่ ความรู้สึกสุข ซึ่งเป็นเพียงทุกข์ในระดับหนึ่ง กล่าวอีกนัยหนึ่งความรู้สึกสุขนี้เป็นทุกข์แฝงหรือมีทุกข์ตามแฝงอยู่ด้วยตลอดเวลา ซึ่งจะกลายเป็นความรู้สึกทุกข์ทันทีที่สุขเวทนานี้แปรปรวนไป^{๔๕} กล่าวคือความรู้สึกสุขนี้ก่อให้เกิดทุกข์

จากนิยามของทุกข์ทั้งในแต่ละลักษณะทำให้สามารถทราบถึงลักษณะทุกข์ทั้งในลม สรูปได้ว่า ลมสัมพันธ์กับทุกข์ทุกข์ตา คือ เมื่อลมในร่างกายกำเริบ ลมจะส่งผลทำให้เกิดทุกข์ทางกายได้ เช่น เกิดอาการลมมากในกระเพาะอาหาร โลหิตหมุนเวียนไม่สะดวกเนื่องจากธาตุลมเดินในกระแสเลือดไม่สะดวก เกิดอาการเมื่อยขบเพราะบริหารการเคลื่อนไหวที่เกิดจากธาตุลมไม่ดี ลมที่กำเริบจึงสร้างทุกข์ทางกาย ลมสัมพันธ์กับสังขารทุกข์ตา คือ ทั้งลมภายในและลมภายนอกมีความเสื่อมสลายไป อยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ลมภายในที่เห็นชัดเจนคือ ลมหายใจเข้าแล้วก็ต้องหายใจออก หายใจเข้ามีเสื่อมไป เปลี่ยนเป็นลมหายใจออก เป็นต้น ส่วนสังขารทุกข์ตาในลมภายนอกนั้นที่เห็นได้ชัดคือ ลมพัดพาความเย็นมา ณ ที่แห่งหนึ่ง ทำให้บริเวณนั้นมีอุณหภูมิลดลง แต่เวลาผ่านไปลมที่พัดพาความเย็นก็ทนสภาพเดิมไม่ได้ อุณหภูมิบริเวณนั้นก็เกิดความร้อนจากเตโชธาตุเพิ่มขึ้นไปอีก สังขารทุกข์ตาในลมนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆตามแต่ “เหตุปัจจัย” มีเหตุทำให้ลมเกิด ลมก็เกิด มีเหตุปัจจัยทำให้ลมดับไปลมก็ดับไป และสุดท้าย ลมสัมพันธ์กับวิปริณามทุกข์ตา คือ ลมผันแปร เปลี่ยนแปลงไปย่อมทำให้เกิดความรู้สึกสุขหรือทุกข์ ในขณะที่สุขนั้นก็สุขเพียงชั่วคราวเท่านั้น สุขนั้นก็แฝงไปด้วยทุกข์ คือ จะกลายเป็นทุกข์ทันทีถ้าลมเกิดกำเริบหรือ ไม่มีธาตุลม จะเห็นได้ว่าวิปริณามทุกข์ตาในลม สัมพันธ์กับ ทุกข์ทุกข์ตาในลม เนื่องจาก เมื่อมีการผันแปรของลมในหลักวิปริณามทุกข์ตาแล้ว ความสุขก็เปลี่ยนเป็นความทุกข์ตามหลักทุกข์ทุกข์ตา

^{๔๔} พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), **ไตรลักษณ์**, หน้า ๓๔.

^{๔๕} นันทพล โรจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕ กับการบรรลुरुธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, หน้า ๕๑.

๓.๓.๒ ลมกับอนัตตา

อนัตตา คือ ทุกสิ่งทุกอย่างไม่ใช่อัตตาตัวตนทั้งภายในและภายนอกมนุษย์^{๕๐} จากนิยามนี้ เกี่ยวเนื่องกับ ๓.๓.๑ และ ๓.๓.๒ เมื่อลมมีลักษณะอนิจจัง ทุกขัง แสดงว่าทั้งลมภายในและลมภายนอกนั้นไม่มีตัวตน ลมเกิดจากเหตุปัจจัย ลมภายนอกเกิดจากภูมิอากาศและความกดดันที่แตกต่างกันในชั้นบรรยากาศ ทำให้เกิดการเคลื่อนตัวของอากาศจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่งจนเกิดลมภายนอก เมื่อลมแล้วลมคงสภาพเดิมไว้ไม่ได้ ดังนั้น ลมจึงมิใช่ตัวตนที่เป็นแก่น ไม่มีอำนาจในตัวที่จะบังคับให้เกิดลมได้ด้วยตัวเอง

ส่วนลมภายในก็มีลักษณะเป็นอนัตตาเช่นเดียวกัน ยกตัวอย่าง ลมหายใจเข้า-ออก เกิดขึ้นจากเหตุปัจจัย เมื่อเซลล์ในร่างกายต้องการออกซิเจนจากอากาศภายนอก ร่างกายย่อมพยายามสูดอากาศเข้าไปโดยกล้ามเนื้อรอบๆทรวงอกจะยกตัวขึ้นทำให้กระบังลมขยายตัว สภาพความดันอากาศที่แตกต่างกันระหว่างช่องว่างในปอดและนอกร่างกายทำให้อากาศจากภายนอกบริเวณจมูกไหลเข้าสู่จมูกลงเรื่อยไปในระบบการหายใจถือว่าเป็นลมหายใจเข้าเกิดขึ้นแล้ว ต่อมาเมื่อร่างกายมีการแลกเปลี่ยนออกซิเจนเข้าสู่เม็ดเลือดแดงและถ่ายของเสียคือก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ออกจากเม็ดเลือดแดง จนกระบวนการนี้เสร็จสิ้นก็เป็นเหตุปัจจัยให้ร่างกายต้องขับของเสียคือลมที่มีก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ออกไปนอกร่างกายโดยกระบังลมก็หดตัว กล้ามเนื้อรอบๆทรวงอกก็หดตัวลง เพื่อดันลมในปอดให้ออกไปนอกร่างกาย กระบวนการนี้ เรียก ลมหายใจออก เมื่อวิเคราะห์จากกระบวนการนี้จะเห็นได้ว่า ทุกกระบวนการเกิดจากเหตุปัจจัยเท่านั้น คือรูปต้องการออกซิเจน ไม่มีบุคคลตัวตน เราหรือเขาหรือใครเป็นคนสั่ง ร่างกายก็คือ รูป-นาม คือขันธ ๕ ซึ่งไม่มีตัวตน ลมก็เช่นเดียวกับขันธ ๕ คือ เป็นอนัตตา^{๕๑}

๓.๔ ลมกับโพธิปักขิยธรรม

หลักการปฏิบัติเพื่อการพัฒนาชีวิตที่สำคัญที่สุดอย่างหนึ่ง คือ การปฏิบัติตนให้บรรลุธรรมที่ทำให้พ้นจากความทุกข์ซึ่งเป็นการพัฒนาขั้นสูงสุดในพระพุทธศาสนา หลักการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมนี้ คือ โพธิปักขิยธรรม^{๕๒} เป็นธรรมที่เกี่ยวพันแก่อริยมรรค^{๕๓} โพธิปักขิยธรรม

^{๕๐} ส.จ. (ไทย) ๑๗/๔๗/๖๕.

^{๕๑} นันทพล โรจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขันธ ๕ กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, หน้า ๕๔.

^{๕๒} พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๕), หน้า ๓๔๖.

^{๕๓} พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๓๒๐.

มีองค์ประกอบอยู่ด้วยกัน ๗ หมวด ได้แก่ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และมรรคมงคล ๘^{๕๔}

๓.๔.๑ ลมกับสติปัฏฐาน ๔

สติปัฏฐาน ๔ หมายถึง ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ เป็นการตั้งสติกำหนดสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง^{๕๕} แบ่งเป็น ๔ หมวดคือ กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา ธรรมานุปัสสนา

หมวดแรก กายานุปัสสนา สติปัฏฐาน คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย ให้รู้ตามเป็นจริงว่าเป็นเพียงกาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา วิธีปฏิบัติแยกย่อยเป็น อานาปานสติเป็นการกำหนดมีสติระลึกรู้ลมหายใจ^{๕๖} อิริยาบถ มีสติรู้ิริยาบถ^{๕๗} สัมปชัญญะ มีสติรู้ตัวทั่วพร้อมในทุกการเคลื่อนไหวของร่างกาย^{๕๘} ปฏิกุลมณสิการ พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดที่ประชุมเป็นร่างกาย^{๕๙} ธาตุมนสิการ พิจารณาร่างกายของตนโดยเป็นเพียงธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ^{๖๐} และนิวาสวิธีกา พิจารณาซากศพสภาพต่างๆเพื่อให้เห็นว่าร่างกายของตนก็จักเป็นเช่นนั้น^{๖๑}

หมวดที่สอง เวทนานุปัสสนา สติปัฏฐาน คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้ตามความเป็นจริงว่า เป็นเพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนของเรา หรือของเขา รู้ชัดเพียงว่ามีเวทนาอันเป็นสุข ทุกข์ และเฉยๆในปัจจุบันขณะนั้นๆ^{๖๒}

หมวดที่สาม จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน คือ การตั้งสติกำหนดรู้ลักษณะอาการของจิต ว่าจิตมีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เศร้าหมองหรือผ่อนคลาย ฟุ้งซ่านหรือเป็นสมาธิ ฯลฯ ในขณะปัจจุบันขณะ ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นเพียงจิต ไม่ใช่สัตว์ บุคคลตัวตนเราหรือตัวตนเขา^{๖๓}

^{๕๔} จุ.ม.(ไทย) ๒๕/๕๐/๑๒๐.

^{๕๕} พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๔๗.

^{๕๖} ม.ม.(ไทย) ๑๒/๑๐๓/๑๐๒-๑๐๔.

^{๕๗} ม.ม.(ไทย) ๑๒/๑๐๘/๑๐๔.

^{๕๘} ม.ม.(ไทย) ๑๒/๑๐๕/๑๐๕.

^{๕๙} ม.ม.(ไทย) ๑๒/๑๑๐/๑๐๕-๑๐๖.

^{๖๐} ม.ม.(ไทย) ๑๒/๑๑๑/๑๐๗.

^{๖๑} ม.ม.(ไทย) ๑๒/๑๑๒/๑๐๗-๑๐๘.

^{๖๒} ม.ม.(ไทย) ๑๒/๑๑๓/๑๐๘-๑๑๐.

^{๖๓} ม.ม.(ไทย) ๑๒/๑๑๔/๑๑๑.

และหมวดสุดท้ายคือ ธรรมานุปัสสนา สติปัญญา คือการตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้ตามความเป็นจริงว่าเป็นเพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เราหรือเขา มีสติรู้ชัดในธรรมทั้งหลาย ได้แก่ นีวรณ ๕ ชั้น ๕ อายุตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔ ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร รู้ว่าเกิดในตนหรือไม่ เกิดได้อย่างไร เจริญขึ้นได้อย่างไร ดับไปได้อย่างไร^{๖๔}

ลมสัมพันธ์กับสติปัญญาหมวดกายานุปัสสนาเพราะ ภายใต้อาณัติของมนุษย์มีส่วนประกอบของลม และลมทำให้เกิดการเคลื่อนไหวต่างๆของธาตุในกาย ฉะนั้น การเจริญสติปัญญาโดยใช้ลม คือ การมีสติรู้ถึงการเคลื่อนไหวของกาย ไม่ว่าจะเป็นมิตติกับอริยาบถต่างๆของร่างกาย มีสติกับลมหายใจเข้า-ออก มีสติกับอาการลมพองและยุบในช่องท้อง

การเจริญสติปัญญา ๔ สามารถฝึกโดยการวิธีเจริญอานาปานสติเพียงอย่างเดียว อานาปานสตินั้นใช้ลมหายใจมาเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติ ฉะนั้นการศึกษอานาปานสติโดยละเอียดจะเอื้อให้การปฏิบัติธรรมเป็นไปในแนวทางที่ถูกต้อง พระพุทธเจ้าทรงแนะนำให้หาสถานที่สงบใช้เป็นสถานที่ปฏิบัติ เช่น ตามป่าเขา โคนต้นไม้ และเรือนว่าง แล้วจึงนั่งด้วยท่าขัดสมาธิ ตั้งตัวให้ตรง และใช้สติกำหนดรู้ลมหายใจ ดังพุทธพจน์ “อานาปานสติที่ภิกษุเจริญแล้วอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึงมีผลมาก มีอานิสงส์มาก คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ไปสู่ป่าก็ดี ไปสู่โคนไม้ก็ดี ไปสู่เรือนว่างก็ดี นั่งขัดสมาธิ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก”^{๖๕} พระพุทธเจ้าทรงแสดงหลักการเจริญอานาปานสติ ไว้ทั้งหมด ๑๖ ขั้นตอน ซึ่งจำแนกเป็นหมวดได้ ๔ หมวด หมวดละ ๔ ขั้นตอน

ในหมวดที่ ๑ ขั้นที่ ๑ และ ๒ ตามพุทธพจน์ที่ว่า (๑) “เมื่อหายใจเข้ายาวก็รู้ชัดว่าเราหายใจเข้ายาว” “เมื่อหายใจออกยาวก็รู้ชัดว่าเราหายใจออกยาว” (๒) “เมื่อหายใจเข้าสั้นก็รู้ชัดว่าเราหายใจเข้าสั้น” “เมื่อหายใจออกสั้นก็รู้ชัดว่า เราหายใจออกสั้น”^{๖๖}

ต่อมาเริ่มศึกษาและตระหนักถึงการเริ่มต้น การดำเนินสืบเนื่อง และการสิ้นสุดของลม และรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงของกองลมที่สลับกันระหว่างเข้าและออก เป็นขั้นที่ ๓ ตามพุทธพจน์ที่ว่า “(๓) สำเนียง(ศึกษาหรือตระหนัก) ว่า เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวง หายใจเข้า สำเนียงว่า เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวง หายใจออก”

^{๖๔} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๕/๑๑๘.

^{๖๕} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๓.

^{๖๖} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๓-๑๘๘.

ลมหายใจจะละเอียดลงตามลำดับสมาธิที่มีมากขึ้น ในขณะที่สมาธิการปฏิบัติลมหายใจเข้าหรือออกจะเป็นการระงับลมหายใจที่หยาบกว่า และคงเหลือลมหายใจที่ละเอียดกว่า จัดเป็นขั้นที่ ๔ ตามพุทธพจน์ที่ว่า “(๔) สำเนียง(ศึกษาหรือตระหนัก)ว่า เราระงับกายสังขาร(ลมหายใจเข้าออก) หายใจเข้าสำเนียงกว่า เราระงับกายสังขารหายใจออก”^{๖๗}

ในหมวดที่ ๒ เมื่อมีสมาธิที่สูงขึ้นไปตามลำดับ ย่อมเกิด ความอึดใจที่เรียกว่า ปิติ และความสุขใจที่เรียกว่า สุข ย่อมปรากฏขึ้นมาอย่างเด่นชัด การกำหนดรู้ลักษณะของปิติและสุข จัดเป็นขั้นที่ ๕ และ ๖ ตามพุทธพจน์ “(๕) สำเนียงกว่า เรากำหนดรู้ปิติ หายใจเข้า สำเนียงกว่า เรากำหนดรู้ปิติ หายใจออก (๖) สำเนียงกว่า เรากำหนดรู้สุข หายใจเข้า สำเนียงกว่า เรากำหนดรู้สุข หายใจออก”^{๖๘} ในหมวดที่ ๒ นี้ พระพุทธองค์ยังให้รู้ถึงลักษณะของจิตตสังขาร^{๖๙} ซึ่งเป็นส่วนสำคัญและเวทนา สองขั้นนี้จะทำให้ระลึกได้ถึงสภาวะของสมาธิ คือ ปิติและสุข การศึกษาในจิตตสังขารเป็นการศึกษาขั้นที่ ๗ ดังพุทธพจน์ “(๗) สำเนียงกว่า เรากำหนดรู้จิตตสังขาร หายใจเข้า สำเนียงกว่า เรากำหนดรู้จิตตสังขาร หายใจออก”^{๗๐} การสังเกตและพิจารณาในจิตตสังขารละเอียดมากขึ้นไปอีก ทำให้ระงับจิตตสังขารที่หยาบกว่า เข้าสู่จิตตสังขารที่ละเอียดกว่า ดังพุทธพจน์ “ระงับจิตตสังขาร ความว่า ระงับจิตตสังขารหยาบๆ คือ ดับ ฟังทราบจิตตสังขารนั้นโดยพิศดารตามนัยดังกล่าวแล้วในกายสังขาร”^{๗๑} คงเหลือจิตตสังขารที่ละเอียดกว่า การระงับจิตตสังขารที่หยาบกว่าจัดเป็นการเจริญอานาปานสติขั้นที่ ๘ ตามพุทธพจน์ “(๘) สำเนียงกว่า เราระงับจิตตสังขาร หายใจเข้า สำเนียงกว่า เราระงับจิตตสังขาร หายใจออก”^{๗๒}

การเจริญอานาปานสติในหมวดที่ ๓ ในหมวดนี้จะมุ่งความสนใจไปที่จิตในขณะที่กำหนดลมหายใจจัดเป็นการเจริญอานาปานสติ ขั้นที่ ๙ ตามพุทธพจน์ “(๙) สำเนียงกว่า เรากำหนดรู้จิต หายใจเข้า สำเนียงกว่า เรากำหนดรู้จิต หายใจออก” เมื่อเข้าใจจิตดีแล้วย่อมพัฒนาปีติให้ประณีตยิ่งขึ้นไป ในขณะที่กำหนดลมหายใจ เป็นขั้นที่ ๑๐ ตามพุทธพจน์ “(๑๐) สำเนียงกว่า เราทำจิต

^{๖๗} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๘.

^{๖๘} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๘.

^{๖๙} จิตตสังขาร เป็นสภาพปรุงแต่งใจ ได้แก่ สัญญาและเวทนา ดูรายละเอียดใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๑๐๕.

^{๗๐} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๘.

^{๗๑} จ.ป.อ.(ไทย) ๓/๒/๑๕๒.

^{๗๒} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๘.

ให้บันเทิง หายใจเข้า สำเนียงว่า เราทำจิตให้บันเทิง หายใจออก”^{๓๓} ความบันเทิงเป็นอาการหนึ่งของปีติ จะเรียกว่า ความปราโมทย์ก็ย่อมได้ ปีติกับปราโมทย์เมื่ออยู่ในบริบทเดียวกัน ปีติจะหมายถึงปีติที่มีกำลังมาก ส่วนปราโมทย์จะหมายถึงปีติที่มีกำลังอ่อน^{๓๔}

ขั้นถัดมาก็คือขั้นที่ ๑๑ พระพุทธเจ้าทรงมุ่งให้จิตตั้งมั่นในขณะที่กำหนดรู้ลมหายใจ ดังพุทธพจน์ “(๑๑) สำเนียงว่า เราตั้งจิตมั่น หายใจเข้า สำเนียงว่า เราตั้งจิตมั่น หายใจออก”^{๓๕} การทำให้จิตตั้งมั่นนี้จะเป็นการเตรียมจิตเพื่อให้พร้อมที่จะเจริญวิปัสสนาในขั้นถัดๆ ไป

เมื่อจิตตั้งมั่นแล้ว ก็ดำเนินการในขั้นถัดไปคือ ขั้นที่ ๑๒ จิตตั้งมั่นจะมองเห็นความจริงของจิต เป็นการแยกแยะให้เห็นความจริงของจิต จิตตั้งมั่นจะถอดความจริงเปิดเผยให้เห็น ภาษามคธธรรมะใช้คำว่า “เปลื้อง” ดังพุทธพจน์ “(๑๒) สำเนียงว่า เราเปลื้องจิต หายใจเข้า สำเนียงว่า เราเปลื้องจิต หายใจออก”^{๓๖}

เข้าสู่หมวดสุดท้ายคือ หมวดที่ ๔ การเปลื้องจิตจากหมวดที่ ๓ ขั้นที่ ๑๒ ทำให้จิตเห็นสรรพสิ่งล้วนเกิดขึ้นและดับไปเป็นธรรมดา โดยเฉพาะอย่างยิ่งจิตตั้งมั่นมองเห็นสภาพปีติและสุขในขณะนั้นมีสภาพไม่เที่ยง เกิดขึ้น ตั้งอยู่และเสื่อมไปเป็นธรรมดา ถือเป็นขั้นที่ ๑๓ ดังพุทธพจน์ “(๑๓) เราพิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยง หายใจเข้า สำเนียงว่า เราพิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยง หายใจออก”^{๓๗}

เมื่อกำหนดลมหายใจจนเข้าใจว่า สรรพสิ่งล้วนมีการเกิดและดับไปเป็นธรรมดาแล้ว จนเกิดปัญญาคลายความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งต่างๆ เปรียบได้กับการสลัดกินความยึดมั่นถือมั่น จะมีการคลายออก เป็นวิราคะ ถือเป็นขั้นที่ ๑๔ ดังพุทธพจน์ “(๑๔) สำเนียงว่า เราพิจารณาเห็นความคลายออกได้ หายใจเข้า สำเนียงว่า เราพิจารณาเห็นความคลายออกได้ หายใจออก”^{๓๘}

เมื่อเกิดการคลายออก เมื่อกำหนดรู้ลมหายใจสลัดกับการรู้ว่ามีการดับทุกข์ได้เพราะไม่ยึดมั่นถือมั่นต่อสิ่งทั้งปวง เป็นการดับทุกข์ เรียกว่า นิโรธ ถือเป็นขั้นที่ ๑๕ ดังพุทธพจน์

^{๓๓} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๘.

^{๓๔} วิ.ป.อ.(ไทย) ๘/๖๕๕.

^{๓๕} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๘.

^{๓๖} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๘.

^{๓๗} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๘.

^{๓๘} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๘.

“สำเนียงว่า เราพิจารณาเห็นความดับไป หายใจเข้า สำเนียงว่า เราพิจารณาเห็นความดับไป หายใจออก”^{๗๕}

เมื่อเห็นสภาพดับกิเลสหรือดับทุกข์แล้ว จิตย่อมสละกิเลสหรือสละทุกข์ออกไปอย่างถาวร เรียกการสละคืน ถือเป็นขั้นสุดท้ายคือ ขั้นที่ ๑๖ ดังพุทธพจน์ “สำเนียงว่า เราพิจารณาเห็นความสละคืน หายใจเข้า สำเนียงว่า เราพิจารณาเห็นความสละคืน หายใจออก”^{๗๖}

ขั้นที่ ๑๔-๑๖ นี้ เป็นการเจริญปัญญาในระดับสูงสุด การคลายออก การดับไปของกิเลส และการสละคืน เป็นการพ้นทุกข์ในระดับถาวรที่เรียกว่า นิพพาน^{๗๗}

จะเห็นได้ว่าในทุกขั้นตอนของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ต้องอาศัย “ความเพียร” หรือ ดังพุทธพจน์

“ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๒. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๓. พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้”

ลมสัมพันธ์กับหมวดเวทนานุปัสสนาคือ เมื่อลมอยู่ภายในร่างกายย่อมก่อให้เกิดสุขเวทนาหรือ ทุกขเวทนา หากร่างกายมีลมไหลหมุนเวียนภายในร่างกายด้วยดีย่อมเกิดสุขเวทนา ในทางกลับกันหากร่างกายมีลมที่หมุนเวียนภายในร่างกายไม่ดีย่อมเกิดทุกขเวทนา ความรู้สึกสุขเวทนาและทุกขเวทนานี้เป็นฐานของสติได้ทั้งสิ้น

ลมสัมพันธ์กับหมวดจิตตานุปัสสนาคือ เมื่อจิตรับรู้ในอาการทางกายที่เกิดจากลม เช่น การหายใจเข้า หรือ หายใจออกแล้วเกิดทุกขเวทนาอึดอัด ในปุณฺณหรืออริยบุคคลระดับต่ำ ย่อม

^{๗๕} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๓-๑๘๕.

^{๗๖} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๓-๑๘๕.

^{๗๗} คำไวพจน์ของนิพพาน อรรถาธิบายใน พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๒๓๒.

เกิดโทสะขึ้นในจิต เราสามารถนำอาการที่จิตมีโทสะที่เกิดขึ้นมาใช้เป็นเครื่องมือในการเจริญสติ
ปัญฐานในหมวดจิตตานุปัสสนา

และหมวดสุดท้ายคือ ชัมมานุปัสสนาสติปัญฐาน หมวดนี้ค่อนข้างจะมีหมวดธรรมะ
อื่นๆเข้ามาเกี่ยวข้องมาก โดยสรุปพอสังเขป คือ เมื่อมีธรรมะอย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น อันเป็นผล
มาจากลมโดยเฉพาะอย่างยิ่งในหมวด ชั้น ๕ และโดยทางอ้อมเช่นในหมวดนิวรรณ์ ๕ (ที่เรียก
ทางอ้อมเพราะ การเกิดนิวรรณ์เป็นอาการทางจิตใจ ซึ่งอาจจะเป็นผลมาจากการที่จิตไปรับรู้ลม
ภายในหรือลมภายนอก เช่น เราอยู่ในห้องปรับอากาศ ลมภายนอกที่เย็นทำให้ร่างกายรู้สึกเย็นและ
สดชื่น ย่อมส่งผลทำให้เกิดกามราคะได้ง่าย การเกิดกามราคะเป็นผลมาจากการที่ร่างกายสัมผัสกับ
ลมเย็น) เราสามารถนำธรรมะที่เกิดขึ้น มาเป็นฐานของสติได้

๓.๔.๒ ลมกับสัมมัมปธาน ๔

สัมมัมปธานเป็นองค์ธรรมที่เป็นตัวปฏิบัติก็คือ ความเพียร จะเรียกได้ว่า เป็นความ
เพียรชอบ ความเพียรใหญ่ แบ่งเป็น ๔ องค์ธรรมคือ องค์ธรรมแรกคือ สัจจปธาน^{๔๒} ได้แก่ เพียร
ระวังหรือเพียรปิดกั้น คือ เพียรระวังยับยั้งบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้น ไม่ให้เกิดขึ้น องค์ธรรม
ที่สอง คือ ปหานปธาน^{๔๓} ได้แก่ เพียรละ หรือ เพียรกำจัด อกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

^{๔๒} สัจจปธานมี ๕ ประการ คือ (๑) อนุทิกขเนติ หมายถึง ยังฉันทะให้เกิด เพื่อไม่ให้อกุศลธรรมอัน
ลามกที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น , (๒) วายมตี หมายถึง ย่อมพยายาม เพื่อไม่ให้อกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น,
(๓) วิริยํ อารกตี หมายถึง ย่อมปรารภความเพียร เพื่อไม่ให้อกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น (๔) จิตฺตํ
ปคฺคณฺหาตี หมายถึง ย่อมประคองจิตไว้ เพื่อไม่ให้อกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น (๕) ปทหตี หมายถึง
ย่อมตั้งจิตไว้มั่น เพื่อไม่ให้อกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น ข้อ(๑)-(๕) ดูรายละเอียดใน ที.ปา.(ไทย)
๑๑/๓๐๖/๒๗๗., (๖) น นิมิตฺตคฺคาที โหตี นานุพฺพณฺชนคฺคาที หมายถึง เห็นรูป ฟังเสียง สูดกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้อง
โผฏฐัพพะฐรรมารมณํไม่ถือโดยนิमित ไม่ถือเอาโดยอนุพณฺชนะ, (๗) สํวราย ปฏิปชฺชตี หมายถึง ย่อมปฏิบัติ
เพื่อสำรวมระวังตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มิให้อกุศลธรรมอันลามก คือ โลภะ โทสะ โมหะ ครอบงำได้ (๘) รกฺขตี
หมายถึง ย่อมรักษาอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ (๙) สํวรํ อปชฺชตี หมายถึง ย่อมถึงความสำรวมในอินทรีย์
ทั้ง ๖ นั้น ข้อ(๖)-(๙) ดูรายละเอียดใน ที.สิ.(ไทย) ๘/๒๑๓/๗๒-๗๓.

^{๔๓} ปหานปธาน มี ๑๐ ประการ คือ (๑) ยังฉันทะให้เกิดเพื่อละอกุศล ธรรมอันลามกที่เกิดขึ้นแล้ว (๒) ย่อม
พยายาม เพื่อละอกุศลธรรมอันลามกที่เกิดขึ้นแล้ว (๓) ย่อมปรารภความเพียร เพื่อละอกุศลธรรมอันลามกที่
เกิดขึ้นแล้ว (๔) ย่อมประคองจิตไว้ เพื่อละอกุศลธรรมอันลามกที่เกิดขึ้นแล้ว (๕) ย่อมตั้งจิตไว้มั่น เพื่อละอกุศล
ธรรมอันลามกที่เกิดขึ้นแล้ว ข้อ(๑) - (๕) ดูรายละเอียดในที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๐๖/๒๗๗. (๖) ย่อมครอบงำอกุศล
วิตก ๓ ที่เกิดขึ้นแล้ว (๗) ย่อมละอกุศลวิตก ๓ ที่เกิดขึ้นแล้ว (๘) ย่อมบรรเทาอกุศลวิตก ๓ ที่เกิดขึ้นแล้ว (๙)
ย่อมทำอกุศลวิตก ๓ ที่เกิดขึ้นแล้ว ให้พินาศไป (๑๐) ย่อมยังอกุศลวิตก ๓ ที่เกิดขึ้นแล้ว ให้ถึงความไม่มี ข้อ(๖) -
(๑๐) ดูรายละเอียดในอง.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๑๑/๒๑.

องค์ธรรมที่สามคือภวานาปธาน^{๔๔} ได้แก่ เพียรเจริญ หรือเพียรให้เกิดกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้น ให้เกิดขึ้นและองค์ธรรมสุดท้ายคือ อนุรักษนาปธาน^{๔๕} ได้แก่ เพียรรักษา คือ เพียรรักษา กุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นและเจริญงอกงามยิ่งขึ้นไป^{๔๖}

ความสัมพันธ์ลบลกกับสัมมปธาน ตัวอย่างเมื่อนำลมมาใช้ปฏิบัติร่วมกับสัมมปธานในการภาวนา เช่น บุคคลกำลังทำความเพียรนั่งอานาปานสติ บุคคลผู้นี้ย่อมไม่ให้เกิดเกิดกิเลส ความโกรธ ความโลภ และความหลง ความเพียรเช่นนี้จัดเป็นสังวรปธานคือ เพียรระวังไม่ให้บาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด มิให้เกิดขึ้น ขณะที่เขานั่งเจริญอานาปานสติอยู่นั้น มีลมภายนอกเย็นพัดมาถูกร่างกายเขา เขารู้สึกถึงทุกขเวทนาทางกายที่เกิดจากลมภายนอกมาสัมผัส จิตเริ่มเกิดโทสะ แต่บุคคลผู้นี้มีสติจึงใช้ความเพียรละโทสะที่เกิดขึ้น เขาใช้วิธีตั้งใจเจริญอานาปานสติมากกว่าเดิม หรือเจริญสติปัฏฐานในหมวดอื่นๆ เช่น กำหนดรู้ธาตุลมที่ไหวกระทบร่างกาย ก็มีสติจดจ่อกับกรรมฐานที่ตั้งใจกำหนดรู้ไว้ เมื่อสติมากขึ้น สัมมาสมาธิย่อมเกิดขึ้น เกิดปัญญา เรียกว่าเป็นภวานาปธาน เพราะเป็นการเพียรทำกุศลธรรมให้เกิดขึ้น เมื่อความโกรธย่อมถูกระงับไป จึงเรียกว่าเป็น ปธานปธาน คือ เพียรละ เพียรกำจัดละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว และบุคคลผู้นี้เมื่อทำภาวนาได้ผลแล้วย่อมระมัดระวังการเกิดขึ้นของกิเลสทั้งหลาย ในขณะที่เจริญอานาปานสติหรือสติปัฏฐานที่กำหนด

^{๔๔}ภวานาปธาน มี ๖ ประการ คือ (๑) ยังฉันทะให้เกิดขึ้น เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น (๒) ย่อมพยายามเพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น (๓) ย่อมปรารถนความเพียร เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น (๔) ย่อมประกอบจิตไว้ เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น (๕) ย่อมตั้งจิตไว้มั่น เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น ข้อ (๑) - (๕) ดูรายละเอียดใน ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๐๖/๒๗๗. (๖) ย่อมเจริญโพชฌงค์ ๗ ประการ อาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธ น้อมไปในความสละ ดูรายละเอียดใน ม.ม.(ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๕๓.

^{๔๕}อนุรักษนาปธานมี ๖ ประการ คือ (๑) ยังฉันทะให้เกิด เพื่อความตั้งมั่น เพื่อความไม่หลงลืม เพื่อให้มียิ่งขึ้นไป เพื่อความไพบูลย์ เพื่อความเจริญ เพื่อความเต็มรอบแห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว (๒) ย่อมพยายามเพื่อความตั้งมั่น เพื่อความไม่หลงลืม เพื่อให้มียิ่งขึ้นไป เพื่อความไพบูลย์ เพื่อความเจริญ เพื่อความเต็มรอบแห่งกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว (๓) ย่อมปรารถนความเพียร เพื่อความตั้งมั่น เพื่อความไม่หลงลืม เพื่อให้มียิ่งขึ้นไป เพื่อความไพบูลย์ เพื่อความเจริญ เพื่อความเต็มรอบแห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว (๔) ย่อมประกอบจิตไว้ เพื่อความตั้งมั่น เพื่อความไม่หลงลืม เพื่อให้มียิ่งขึ้นไป เพื่อความไพบูลย์ เพื่อความเจริญ เพื่อความเต็มรอบ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว (๕) ย่อมตั้งจิตไว้มั่น เพื่อความตั้งมั่น เพื่อความไม่หลงลืม เพื่อให้มียิ่งขึ้นไป เพื่อความไพบูลย์ เพื่อความเจริญ เพื่อความเต็มรอบแห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ข้อ (๑) - (๕) ดูรายละเอียดใน ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๐๖/๒๗๗. (๖) ย่อมตามรักษาสมาธิ นิमितอันเจริญ ที่เกิดขึ้นแล้ว คือ อัญญิกสัญญา ปุพุกสัญญา วินิสิกสัญญา วิบุพกสัญญา วิจลิตกสัญญา อัทธมาตกสัญญา ข้อ (๖) ดูรายละเอียดใน อจ.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๑๔/๒๖.

^{๔๖}ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๑๐/๒๘๓-๒๘๕.

ต่อไป เรียกว่าเป็น อนุรักษนปธาน องค์ธรรมทั้ง ๔ วาระ เรียกโดยสรุปว่าเป็น “ความเพียร” ซึ่งเป็นองค์ธรรมที่สนับสนุนทำให้เกิดการหลุดพ้น การใช้ลมปฏิบัติการร่วมกับการสัมปธานเป็นองค์ธรรมที่ใช้พัฒนาชีวิต

๓.๔.๓ ลมกับอิทธิบาท ๔

อิทธิบาท ๔ ประกอบไปด้วย ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา เป็นคุณธรรมให้ถึงความสำเร็จ ฉันทะคือความพอใจในสิ่งที่ต้องการจะทำ ใฝ่ใจรักจะทำเสมอ วิริยะ คือ ความเพียร คือ ขยันหมั่นประกอบสิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็ง อดทน เอาธุระไม่ทอดทิ้ง จิตตะ คือ ความคิด หมายถึง ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำ และทำสิ่งนั้นด้วยความคิด เอาจิตฝึกใฝ่ไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไป และ สุดท้ายคือ วิมังสา คือ ความไตร่ตรอง หรือใคร่ครวญหาเหตุผล ตรวจสอบข้อยิ่งหย่อนในสิ่งที่ทำนั้น มีการวางแผน คิดปรับปรุงแก้ไข^{๘๗}

ลมสัมพันธ์กับอิทธิบาท คือ บุคคลต้องการหลุดพ้นจากความทุกข์ เมื่อเขาศึกษาภาวนาและมีศรัทธาเชื่อมั่นว่านี่คือหนทางแห่งการตรัสรู้ บุคคลนี้ย่อมมีความพอใจที่จะเจริญภาวนา เรียกว่าเป็นฉันทะ จะขอยกตัวอย่างเมื่อนำลมมาใช้ปฏิบัติร่วมกับอิทธิบาท ๔ ในการภาวนา เช่น นำลมมาภาวนาคือเจริญอานาปานสติ เมื่อเขาเจริญอานาปานสติ เมื่อเริ่มการฝึกจิต สำหรับผู้ฝึกใหม่ย่อมไม่สามารถทำให้จิตสงบตั้งมั่นได้ จิตเขามักจะไหลไปคิดเรื่องอื่น บุคคลผู้นี้ต้องมีความตั้งใจโดยมีความพยายามที่จะปฏิบัติให้ไม่ให้เกิดผล มีความเพียร พยายามหาวิธีที่จะทำให้จิตมีสติกับลมหายใจมากขึ้น ความพยายามนี้คือส่วนที่เรียกว่า วิริยะ และเมื่อมีความพยายาม จิตย่อมจดจ่อกับกรรมฐานที่กำหนด เป็นความตั้งมั่นของจิต องค์ธรรมนี้เรียก จิตตะ เมื่อเจริญอานาปานสติไปได้ชั่วกระยะหนึ่ง บุคคลย่อมมีความไตร่ตรองว่าสิ่งใดทำให้เจริญอานาปานสติได้ดี หรือ มีอุปสรรคอะไรที่ทำให้กรรมฐานไม่ประสบความสำเร็จ มีการปรับปรุงการปฏิบัติให้ดียิ่งขึ้น การใคร่ครวญลักษณะนี้เป็นองค์ธรรมที่เรียก วิมังสา การใช้ลมปฏิบัติการร่วมกับการเจริญอิทธิบาท ๔ จึงเป็นส่วนหนึ่งในการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาชีวิต

๓.๔.๔ ลมกับอินทรีย์ ๕

อินทรีย์ ๕ ประกอบไปด้วย สัทธินทรีย์ วิริอินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธินทรีย์ ปัญญาอินทรีย์^{๘๘} สัทธินทรีย์ คือ ความเชื่อ ในที่นี้คือความเชื่อในพระปัญญาของพระพุทธเจ้า “ พระผู้มีพระภาคเป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ ถึงพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ เสด็จไปดี

^{๘๗} พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๘๖-๑๘๗.

^{๘๘} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๒๐/๓๑๐.

ทรงรู้แจ้งโลก เป็นสารถีฝึกบุรุษสตรีได้อย่างยอดเยี่ยม เป็นครูของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทธรเจ้า เป็นผู้ทรงจำแนกแจกพระสัทธรรม^{๔๘} รวมทั้งความเชื่อในการละอกุศล เจริญกุศล ความเชื่อในการละกรรมที่มีโทษ เจริญกรรมที่ไม่มีโทษ ความเชื่อในการรักษาตนให้บริสุทธิ์

วิริยอินทรีย์ คือ ความเพียรที่เป็นใหญ่ ครอบงำความเกียจคร้าน ความขะมักขะเม้น ความปากบั่น ความขวนขวาย ความพยายาม ความอดสาหัส ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความไม่ทอดทิ้งธุระ^{๔๙}

สติอินทรีย์ คือ ความระลึกได้ที่เป็นใหญ่ในการกระทำหน้าที่ครอบงำซึ่งความไม่ประมาท^{๕๐} ไม่เผลอ มีความใคร่ครวญก่อนจะกระทำสิ่งใดๆ หรือ ไม่ลืมตัว

สมาธิอินทรีย์ คือ ความตั้งจิตมั่นที่เป็นใหญ่ในการกระทำหน้าที่ครอบงำซึ่งความฟุ้งซ่าน^{๕๑} ได้แก่ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อปัณาสมาธิ เริ่มตั้งแต่สังัดจากกาม สังัดจากอกุศลธรรม จนได้บรรลุปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน

ปัญญินทรีย์ คือ ความรู้ทั่วชัดที่เป็นใหญ่ในการกระทำหน้าที่ครอบงำซึ่งความหลง^{๕๒} คือ ความรู้ทั่วชัด ไม่หลง ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด รู้อย่างแจ่มแจ้ง

ลมสัมพันธกับอินทรีย์ ๕ จะขอยกตัวอย่างเมื่อนำลมมาใช้ปฏิบัติร่วมกับอินทรีย์ ๕ ในการภาวนา เช่น บุคคลเชื่อมั่นว่าการปฏิบัติวิปัสสนาจะทำให้ตนเองหลุดพ้นจากความทุกข์ จึงหาโอกาสฟังธรรมะและเข้ารับการฝึกอบรมจิตใจ นี้เรียกว่า เป็นสัทอินทรีย์ เมื่อบุคคลฟังธรรมจนเกิดความเข้าใจแล้ว ก็นำหลักการเจริญอานาปานสติมาปฏิบัติ จิตของบุคคลนี้จะทรงไว้ที่ลมหายใจ ในขณะที่ปฏิบัติ โดยตั้งใจจะปฏิบัติให้ได้ต่อเนื่องกันทั้งวันหรือ ตลอดเวลาที่ตั้งใจจะปฏิบัติ นี้เรียกว่า วิริยอินทรีย์ การระลึกรู้ว่าลมหายใจเข้าหรือออกในปัจจุบันขณะ นี้เรียกว่า สติอินทรีย์ ไม่เผลอจากการตั้งสติที่ลมหายใจเข้าออก มีความตั้งใจ เรียก สมาธิอินทรีย์ และเกิดความรู้แจ้งถึงกฎไตรลักษณ์ และปล่อยวางขั้น ๕ เรียก ปัญญินทรีย์ การใช้ลมปฏิบัติการร่วมกับการเจริญอินทรีย์ ๕ จึงเป็นส่วนหนึ่งในการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาชีวิต

^{๔๘}วิ.มหา.(ไทย) ๑/๑/๑.

^{๔๙}อภิ.สง.(ไทย) ๓๔/๑๓/๒๕.

^{๕๐}อภิ.สง.(ไทย) ๓๔/๑๔/๒๕.

^{๕๑}อภิ.สง.(ไทย) ๓๔/๑๕/๒๕.

^{๕๒}อภิ.สง.(ไทย) ๓๔/๑๖/๓๐.

๓.๔.๕ ลมกับพละ ๕

พละ ๕ คือ ธรรมอันเป็นกำลัง เป็นหลักปฏิบัติทางจิตใจ ให้ถึงความหลุดพ้นโดยตรง ได้แก่ สัทธาพละ วิริยพละ สติพละ สมาธิพละ ปัญญาพละ^{๕๔} อธิบายแต่ละหลักธรรมโดยย่อ ดังนี้ สัทธาพละ เป็นความเชื่อที่เป็นพลัง ทำให้เกิดความมั่นคงต่อพระศาสนา วิริยพละ คือ ความเพียรที่เป็นพลัง ทำให้เป็นสิ่งที่ต่อต้านความเกียจคร้าน สติพละ เป็นความระลึกได้ที่เป็นพลัง ทำให้ไม่เกิดความประมาท สมาธิพละ เป็นความตั้งจิตมั่นที่เป็นพลัง จะทำให้ไม่เกิดความฟุ้งซ่าน และสุดท้ายคือ ปัญญาพละ เป็นความรู้ทั่วชัดที่เป็นพลัง เป็นเครื่องต่อต้านความหลง^{๕๕}

ลมสัมพันธ์กับพละ ๕ จะขอยกตัวอย่างเมื่อนำลมมาใช้ปฏิบัติร่วมกับพละ ๕ ในการภาวนา หัวข้อนี้จะมีหลักคล้ายกับอินทรี ๕ แต่หัวข้อ พละ ๕ จะเน้นที่ กำลังในการปฏิบัติกรต่างๆ เช่น บุคคลเชื่อมั่นว่าการปฏิบัติวิปัสสนาจะทำให้ตนเองหลุดพ้นจากความทุกข์ จึงมีกำลังที่จะหาโอกาสฟังธรรมะและเข้ารับการฝึกอบรมจิตใจ นี้เรียกว่า เป็นสัทธาพละ เมื่อบุคคลฟังธรรมจนเกิดความเข้าใจแล้ว ก็นำหลักการเจริญอานาปานสติ(การเจริญสติในลมหายใจเข้า- ออก) จิตของบุคคลนี้จะทรงไว้ที่ลมหายใจในขณะที่ปฏิบัติ โดยมีกำลังที่จะปฏิบัติให้ได้ต่อเนื่องกันทั้งวันหรือตลอดเวลาที่มีกำลังในการปฏิบัติธรรม นี้เรียก วิริยพละ การมีกำลังที่จะระลึกว่าลมหายใจเข้าหรือออกในปัจจุบันขณะ นี้เรียกว่า สติพละ มีสติกำกับที่จะไม่พลอยจากการตั้งสติที่ลมหายใจเข้าออก มีกำลังใจความตั้งใจมั่น เรียก สมาธิพละ และเกิดกำลังที่จะรู้แจ้งถึงกฎไตรลักษณ์ และมีกำลังที่จะปล่อยวางขั้น ๕ เรียก ปัญญาพละ การเจริญพละ ๕ ปฏิบัติร่วมกับการใช้ลม จึงเป็นส่วนหนึ่งในการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาชีวิต

๓.๔.๖ ลมกับโพชฌงค์ ๗

โพชฌงค์ ๗ เป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ ได้แก่ สติสัมโพชฌงค์ ฌัมมวิจยสัมโพชฌงค์ วิริยสัมโพชฌงค์ ปิติสัมโพชฌงค์ ปัสสทธิสัมโพชฌงค์ สมาธิสัมโพชฌงค์ และอุเบกขาสัมโพชฌงค์ แต่ละองค์ธรรมมีหลักการโดยสังเขปคือ สติสัมโพชฌงค์ มีความหมายเท่ากับสติ^{๕๖} ฌัมมวิจยสัมโพชฌงค์ มีความหมายเท่ากับวิปัสสนา^{๕๗} วิริยสัมโพชฌงค์มีความหมาย

^{๕๔} อภ.สจ.(ไทย) ๓๔/๓๓๘/๑๐๑.

^{๕๕} ม.ม.(ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๕๓.

^{๕๖} อภ.สจ.(ไทย) ๓๔/๓๓๒/๕๕.

^{๕๗} อภ.สจ.(ไทย) ๓๔/๓๓๕/๑๐๐.

เท่ากับวิริยะ^{๕๘} ปิติสัมโพชฌงค์มีความหมายเท่ากับปิติ^{๕๙} ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ มีความหมายครอบคลุมถึง ภายปัสสัทธิ^{๖๐} และจิตตปัสสัทธิ^{๖๑} สมาธิสัมโพชฌงค์มีความหมายเท่ากับสมถะ^{๖๒} สุดท้ายอุเบกขาสัมโพชฌงค์มีความหมายเท่ากับอุเบกขา ซึ่งอุเบกขาจัดเป็นเวทนา^{๖๓}

ลมกับโพชฌงค์มีความสัมพันธ์ตามยกตัวอย่างคือ เมื่อนำลมมาใช้ปฏิบัติร่วมกับโพชฌงค์ในการภาวนาเช่น การระลึกรู้ลมหายใจเข้าหรือออกในปัจจุบันขณะ นี้เรียกว่า สติสัมโพชฌงค์ และในขณะที่ปฏิบัติก็เฝ้ารู้และสังเกตสภาวะธรรมต่างๆที่เกิดขึ้นในขณะที่เจริญอานาปานสติ และหาวิธีที่จะทำให้การปฏิบัติธรรมเป็นไปได้ด้วยความราบรื่น เรียกว่าเป็น ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ การตั้งใจปฏิบัติอานาปานสติให้ติดต่อกันเป็นวิริยะสัมโพชฌงค์ เมื่อปฏิบัติติดต่อกันย่อมเกิดสมาธิทำให้จิตเกิดความอึดใจ เรียก ปิติโพชฌงค์ จิตที่อึดใจปิติสุขส่งผลให้ร่างกายและจิตมีความสงบระงับ เป็นปัสสัทธิโพชฌงค์ การไม่ปล่อยจิตจากลมหายใจเข้าออก เป็นการตั้งใจมั่นคือ สมาธิสัมโพชฌงค์ แม้จะมีความสุขหรืออึดใจแค่ไหน ก็มีใจเป็นกลางเนื่องจากเห็นตามความเป็นจริงถึงกฎไตรลักษณ์ การวางใจเป็นกลางนี้เรียก อุเบกขาสัมโพชฌงค์

การเจริญโพชฌงค์ ๗ นี้ เป็นผลสืบเนื่องจากการใช้ลมภาวนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเจริญอานาปานสติ และทำให้เจริญสติปัญญาบรรพชา พระพุทธเจ้าตรัสถึงผลของการเจริญโพชฌงค์ ๗ สมบูรณ์เป็นผลสืบเนื่องจากการเจริญอานาปานสติที่เจริญให้มาก ย่อมทำให้เกิด วิชชาและวิมุตติ ดังพุทธพจน์ “อานนทํ ธรรมอันเป็นเอกคืออานาปานสติสมาธิที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้วทำให้สติปัญญา ๔ ประการบรรพชา สติปัญญา ๔ ประการที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้วทำให้โพชฌงค์ ๗ ประการบรรพชา โพชฌงค์ ๗ ประการที่ภิกษุเจริญทำให้มากแล้ว ทำให้วิชชาและวิมุตติบรรพชา”^{๖๔}

๓.๔.๖ ลมกับอริยมรรคมีองค์ ๘

อริยมรรค หรือ มรรคมีองค์ ๘ เป็นส่วนหนึ่งในอริยสัจ เป็นหลักการปฏิบัติเพื่อการพ้นทุกข์ ได้แก่ สัมมาทิฐิ สัมมสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ

^{๕๘} อภิ.สง.(ไทย) ๓๔/๓๓๖/๑๐๑.

^{๕๙} อภิ.สง.(ไทย) ๓๔/๒๘๕/๕๑.

^{๖๐} อภิ.สง.(ไทย) ๓๔/๓๒๐/๕๘.

^{๖๑} อภิ.สง.(ไทย) ๓๔/๓๒๑/๕๘.

^{๖๒} อภิ.สง.(ไทย) ๓๔/๓๓๔/๑๐๐.

^{๖๓} อภิ.สง.(ไทย) ๓๔/๑๕๒-๑๕๓/๕๔.

^{๖๔} ส.ม.(ไทย) ๑๕/๕๘๕/๔๗๓.

สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ^{๑๐๕} จะกล่าวแต่ละหลักธรรมโดยสังเขปดังนี้ สัมมาทิฐิคือ ความรู้ในอริยสัจ ๔^{๑๐๖} สัมมาสังกัปปะ เป็นความดำริชอบ โดยแยกเป็น เนกขัมมสังกัปปะ อพยาบาทสังกัปปะ และอวิหิงสาสังกัปปะ^{๑๐๗} สัมมาวาจาเป็นการเจรจาชอบ คือ เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ วาจาต่อเสียด วาจาหยาบคาย และการพูดเพื่อเจือ^{๑๐๘} สัมมากัมมันตะ หมายถึง การงานชอบ คือ มีเจตนางดเว้นจากการตัดรอนชีวิต การถือเอาของที่เรามีได้ให้ และการประพฤตินอกงามทั้งหลาย^{๑๐๙} สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีวิตชอบ คือ เว้นจากมิถนาชีพทุกรูปแบบ^{๑๑๐} สัมมาวายามะ คือ ความเพียรชอบ คือ การสร้างนันทะ พยายาม ระดมความเพียร คอยเร้าจิตไว้ มุ่งมั่น โดยวัตถุประสงค์ ๔ ประการ คือ เพื่อป้องกันอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด มิให้เกิดขึ้น เพื่อละอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เพื่อสร้างกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น และเพื่อดำรงอยู่ซึ่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว^{๑๑๑} สัมมาสติ หมายถึง ความระลึกชอบ คือ การระลึก ๔ ประการ ได้แก่ พิจารณาเห็นภายในกาย พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย พิจารณาเห็นจิตในจิต และพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ประกอบด้วยความเพียร สัมปชัญญะ สติ เพื่อกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกละเสียได้^{๑๑๒} ในส่วนของสัมมาสติได้กล่าวขยายความองค์ธรรมในสัมมาสติไว้ใน หัวข้อ ๓.๔.๑ ลมกับสติปัญญา ๔ และสุดท้ายสัมมาสมาธิ คือ การตั้งใจชอบ คือ ฌานในระดับต่างๆ^{๑๑๓}

ลมสัมพันธกับอริยมรรค จะขอยกตัวอย่างเมื่อนำลมมาใช้ปฏิบัติร่วมกับอริยมรรคในการภาวนา เช่น ความเห็นของนักปฏิบัติคนหนึ่งเห็นว่า การปฏิบัติธรรมทำให้เกิดการพัฒนาชีวิตเป็นสิ่งประเสริฐทำให้ชีวิตมีความสุข และพ้นจากความทุกข์ได้จากหลักธรรมคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เรียก สัมมาทิฐิ จึงนำพาตนเองไปสู่การปฏิบัติอานาปานสติ ในขณะที่ปฏิบัติธรรมก็มีความคิดที่จะออกจากกาม ไม่เบียดเบียน ไม่พยาบาทผู้อื่น เรียกเป็น สัมมาสังกัปปะ เมื่อปฏิบัติภาวนาก็มีการงดเว้นจากการพูดคุย หรือ หากต้องพูดคุยก็พูดอย่างมีสติ เว้นจากการพูดโกหก

^{๑๐๕}ที่.ม.(ไทย) ๑๐/๓๒๕/๒๕๘.

^{๑๐๖}ที่.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๕.

^{๑๐๗}ที่.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๕.

^{๑๐๘}ที่.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๕.

^{๑๐๙}ที่.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๕.

^{๑๑๐}ที่.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๖.

^{๑๑๑}ที่.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๖.

^{๑๑๒}ที่.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๖.

^{๑๑๓}ที่.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๗.

เว้นจากการพูดทำให้คนแตกกัน เว้นจากการพูดคำหยาบ และ เว้นจากการพูดไร้สาระ เรียก สัมมาวาจา โดยตลอดการฝึกอานาปานสตินั้นมีการเว้นจากการฆ่าสัตว์ ไม่ลักขโมย ไม่ประพฤติผิดในกาม เรียก สัมมากัมมันตะ ในขณะที่ฝึกอานาปานสตีย่อมไม่ได้ไปคดโกง ไม่ประจบสอพลอ หรือ ไม่ได้บีบบังคับใคร จัดเป็น สัมมาอาชีวะ มีความตั้งใจ ระดมความเพียร คอยเร้าจิตไว้ พยายามไม่ให้กุศลเกิดขึ้น แต่เมื่ออกุศลเกิดขึ้นแล้ว ก็พยายามละอกุศลนั้น เจริญอานาปานสติเพื่อทำความเพียรให้กุศลเกิดขึ้น คือ ความสุขจากสมาธิและปัญญาจากวิปัสสนาเห็นความจริงของชีวิต และ พยายามระดมความเพียรให้กุศลเกิดขึ้นได้นานๆและรักษาไว้ จัดเป็น สัมมาวายามะ การระลึกได้ว่าลมหายใจกำลังจะออกหรือกำลังเข้า และไม่ยินดียินร้ายเมื่อระลึกถึงลมหายใจ กำจัดกิเลสออกไป เรียก สัมมาสติ การตั้งใจมั่นอยู่กับลมหายใจเข้าออก จนเกิดองค์ฌานต่างๆ ทำให้เกิดทิวฏฐิธรรมวิหาร คือ ความเป็นอยู่ที่สุขสบายในปัจจุบัน ทำให้เกิดความเห็นที่ถูกต้อง ทำให้สิ้นอาสวะ เรียก สัมมาสมาธิ

จากการศึกษาลมกับในบทที่ ๑ หมวดธรรมที่เกี่ยวข้องเพื่อพัฒนาชีวิตและข้อมูลจากบทที่ ๒ ทำให้สามารถนำลมประยุกต์เพื่อการพัฒนาชีวิตในบทที่ ๔ ต่อไป

บทที่ ๔

การประยุกต์หลักคำสอนเกี่ยวกับลมในพระพุทธศาสนาเพื่อพัฒนาชีวิต

พระพุทธศาสนามีความแตกต่างจากศาสนาอื่นๆประการหนึ่งคือพระพุทธศาสนามีการสอนให้เรียนรู้สรรพสิ่งเพื่ออยู่กันอย่างกลมกลืน ทำให้เกิดความรู้ที่หยั่งรู้ความสัมพันธ์ระหว่างสรรพสิ่ง ด้วยเหตุที่สรรพสิ่งต่างเป็นธรรมชาติเหมือนกันและต่างมีความเกี่ยวเนื่องซึ่งกันและกัน เป็นปัจจัยต่อกัน เป็นสาเหตุให้ทุกสิ่งดำรงอยู่ในฐานะเป็นมิตรต่อกัน^๑ เมื่อสรรพสิ่งนั้นมีผลต่อสิ่งอื่นลมกับมนุษย์ก็เช่นเดียวกัน มนุษย์สามารถเรียนรู้ลมและนำลมมาใช้ประโยชน์สูงสุดเพื่อเป็นการพัฒนาชีวิตได้

จากบทที่ผ่านมาทำให้มีพื้นฐานสำคัญในการนำองค์ความรู้จากลมที่มีปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา และ ความรู้ของลมเกี่ยวข้องกับหลักธรรมต่างๆที่ใช้ในการพัฒนาชีวิต องค์ความรู้ทั้งหมดจะประยุกต์เพื่อพัฒนาชีวิต ดังนี้

๔.๑ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับนิยาม ๕

๔.๑.๑ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับอุนิยาม

จากการศึกษาลมในบทที่ ๒ และอุนิยามในบทที่ ๓ ซึ่งลักษณะของลมในอุนิยามจะเป็นลักษณะของพลังงานจากลมซึ่งมีทั้งด้านดีและด้านไม่ดี สามารถนำลมในอุนิยามมาประยุกต์ทำให้เกิดการพัฒนาชีวิต ได้ดังนี้

๔.๑.๑.๑ พัฒนาชีวิตภายนอกโดยการใช้ลมเป็นพลังงานทางเลือก

ในทางวิทยาศาสตร์ อุนิยามของลมภายนอกนั้นเกิดจากอากาศส่วนที่ได้รับความร้อนจากแสงอาทิตย์จนความหนาแน่นลดลง อากาศจึงเบาและเคลื่อนไหลลอยตัวสูงขึ้น ขณะที่อากาศที่เย็นและน้ำหนักมากกว่าเคลื่อนไหลมาแทนที่ เหตุปัจจัยนี้ทำให้เกิดกระแสลมพัดขึ้น ลักษณะการเคลื่อนไหลนี้เป็นลักษณะของพลังงานอย่างหนึ่ง และเป็นพลังงานหมุนเวียนตามธรรมชาติซึ่งใช้ได้ไม่มีหมดสิ้น ลมพัดบนโลกใบนี้ในทุกหนแห่ง ทั้งไม่ต้องมีการซื้อ เป็นพลังงานที่สะอาด ไม่ก่อมลพิษต่อสภาวะแวดล้อมในธรรมชาติ

^๑ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๐๒-๔๐๖/๔๓๔-๔๔๑.

มนุษย์สามารถนำพลังงานนี้มาใช้พัฒนาชีวิตภายนอกคือพัฒนาความเจริญด้านวัตถุ ซึ่งในปัจจุบันมนุษย์ได้นำพลังงานลมมาใช้แล้วในระดับหนึ่ง เช่น การนำกังหันมารับพลังงานจากลม เพื่อเปลี่ยนพลังงานลมเพื่อใช้ในการบดสีเมล็ดพืชหรือสูบน้ำมาใช้ในระบบชลประทาน และการใช้กังหันลมเพื่อเปลี่ยนพลังงานลมมาเป็นการผลิตไฟฟ้า (Wind Turbine for Electric) โดยมีการติดตั้งกังหันบนหอสูง เมื่อกระแสลมพัดผ่านทำให้ใบพัดของกังหันลมหมุนเพื่อขับเพลานในเครื่องกำเนิดไฟฟ้า มนุษย์นำพลังงานไฟฟ้าที่ได้จากพลังงานลมมาพัฒนาด้านวัตถุให้เจริญก้าวหน้าเพิ่มความสะดวกสบายในชีวิตมนุษย์

๔.๑.๑.๒ พัฒนาชีวิตด้วยการไม่ประมาทในลม

ลมเป็นหนึ่งในปัจจัยที่ทำให้เกิดภัยพิบัติบนโลกใบนี้ ซึ่งได้กล่าวไว้พอสังเขปในเรื่องภัยพิบัติจากลมในบทที่ ๓ หัวข้อ ๓.๑.๑ ลมกับอูคูนิยาม จากการศึกษาภัยพิบัติที่เกิดจากลมทั้งข้อมูลในพระไตรปิฎกและจากการศึกษาลมกับอูคูนิยาม ทำให้ได้เรียนรู้ถึงพลังงานอันมหาศาลของลมในธรรมชาติที่พร้อมจะก่อให้เกิดภัยพิบัติกับมนุษย์อย่างคาดไม่ถึง

เมื่อทราบถึงภัยจากลมแล้วขอย่นนำไปสู่การพัฒนาชีวิตคือการเลือกดำเนินชีวิตอย่าง “ไม่ประมาทในลม” มีการเตรียมตัวทั้งด้านวัตถุภายนอกคือ เตรียมสิ่งที่จะป้องกันอันตรายจากภัยพิบัติจากลมซึ่งอาจจะทำให้บาดเจ็บหรือเสียชีวิต เช่นสร้างอาคารที่แข็งแรง หรือ สร้างสถานที่หลบภัย และการเตรียมตัวที่จำเป็นมากคือการเตรียมใจ โดยเฉพาะการเตรียมใจโดยใช้หลักการปฏิบัติในพระพุทธศาสนานั้นมีลักษณะที่โดดเด่นเพราะสามารถพัฒนาจิตไปจนถึงขั้นสูงสุดคือไม่เกิดความสะอึกหวาดกลัวในภัยพิบัติจากลม การฝึกจิตไม่ให้หวาดหวั่นกับเหตุการณ์ภัยพิบัติ มีหลักการปฏิบัติคือการใช้ลมเพื่อการบรรลุธรรมได้กล่าวหลักปฏิบัติไว้แล้วใน บทที่ ๓ ในหัวข้อ๓.๔ ลมกับโพธิปักขิยธรรม

๔.๑.๒ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับพินนิยาม

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาลมกับพินนิยามในบทที่ ๓ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ให้เกิดการพัฒนาชีวิตได้ดังนี้

๔.๑.๒.๑ พัฒนาชีวิตด้วยการตระหนักถึงเรื่องศีลธรรม

จากข้อมูลใน ๓.๑.๑ ลมภายนอกสัมพันธ์กับนิยาม ๕ พบว่าการที่สังคมมนุษย์ไม่มีศีลธรรมทำให้เกิดลมพัดผิดฤดู เมื่อลมพัดผิดฤดูย่อมทำให้พืชพันธุ์ไม่แข็งแรง มนุษย์กินพืชพันธุ์เหล่านั้นก็เจ็บป่วยได้ง่าย ด้วยเหตุปัจจัยนี้เองทำให้เรียนรู้ได้ว่าการพัฒนาชีวิตจะต้องสร้างศีลธรรมเพิ่มขึ้น ทั้งในระดับผู้ปกครองบ้านเมืองและในระดับชาวบ้าน เมื่อมีการพัฒนาชีวิตโดยการสร้าง

ศีลธรรมมากขึ้นทั้งระดับปัจเจกบุคคล ย่อมเป็นเหตุปัจจัยให้ลมก็พัดถูกต้องตามฤดูกาล ด้วยเหตุปัจจัยเหล่านี้ทำให้กรรมพันธุ์ของพืชไม่ผิดปกติ มนุษย์ก็มีความปลอดภัยจากการบริโภคพืชพรรณต่างๆ

ความสัมพันธ์ของศีลธรรมของคนในสังคม ลม และพืชนิยาม สามสิ่งนี้มีความเกี่ยวข้องกันซึ่งมนุษย์สามารถเข้าใจได้โดยการพัฒนาปัญญาในขั้นสูงต่อไป

๔.๑.๒.๒ พัฒนาชีวิตด้วยการพัฒนาปัญญามองเห็นเหตุปัจจัยที่มีสืบเนื่องกัน

จากข้อ ๔.๑.๒.๑ ศีลธรรมของคนในสังคม ลม พืชนิยาม ทั้ง๓ ปัจจัยนี้ หากมองโดยผิวเผินก็ไม่น่าจะเกี่ยวข้องกัน แต่หากศึกษาลมกับพืชนิยามให้ละเอียดลงไปเราก็จะพบความมีเหตุปัจจัยสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน การพัฒนาชีวิตโดยการฝึกวิเคราะห์และแยกแยะในลักษณะนี้เป็นการพัฒนาปัญญา ทำให้สามารถมองเห็นเหตุปัจจัยต่างๆ ได้ชัดเจน การใช้ปัญญาลักษณะนี้สามารถนำไปประยุกต์ในเรื่องการหาสาเหตุความสัมพันธ์ที่ทำให้เกิดทุกข์ ที่เรียกกันว่า “สมุทัย” คือ เหตุแห่งทุกข์

๔.๑.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับจิตตนิยาม

การศึกษาลมกับจิตตนิยามในบทที่ ๓ พบว่ามีแนวทางในนำมาประยุกต์เพื่อใช้ในการพัฒนาชีวิตได้ ๒ แนวทางคือ

๔.๑.๓.๑ พัฒนาชีวิตโดยเลือกใช้ลมที่เหมาะสม

“เมื่ออารมณ์(สิ่งเร้า)คือลม กระทบประสาท จิตจะเกิดการรับรู้ และปรุงแต่ง” การรับรู้นี้คือ จิต เมื่อจิตมีการไหวเพราะถูกสิ่งแวดล้อมคือลมมากระทบ นี่คือองค์ความรู้ที่เราได้จากการศึกษาจิตตนิยาม ฉะนั้นการพัฒนาชีวิตโดยการเลือกใช้สิ่งแวดล้อมจากลมภายนอกและลมภายในให้เหมาะสม เมื่อชีวิตเลือกอยู่กับสิ่งแวดล้อมลมที่ดีย่อมช่วยสนับสนุนให้มีการพัฒนาจิตในทางที่ดี หลักฐานในพระไตรปิฎก พระพุทธเจ้าเองก็ทรงกำหนดพระวินัยเกี่ยวกับลม อันเนื่องมาจากลมที่จะส่งผลกระทบต่อจิตใจ คือ ผู้ที่อายุยังน้อยกว่า ๒๐ ปี ยังไม่สามารถเป็นภิกษุได้ เพราะไม่สามารถทนต่อสิ่งเร้าคือลมที่มีฝุ่นมากได้ ทำให้เกิดความเรียวร้อยในหมู่สงฆ์ สามารถดูรายละเอียดได้ในบทที่ ๒ หัวข้อ ๒.๓.๒.๑ ลมที่ปรากฏในพระวินัย

เมื่อได้หลักการของจิตตนิยามกับลมแล้ว ก็มีแนวทางพัฒนาชีวิตได้คือในทาง พระพุทธศาสนามีหลักในการเลือกสิ่งแวดล้อมที่ดีเรียกว่า หลักปฏิบัติสัปปายะ^๒ แบ่งเป็น ๗ ประการ โดยทั้ง ๗ ประการมีความสัมพันธ์กับลม ดังนี้ (๑) อาวาสสัปปายะ คือเลือกที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม เลือกอาศัยในสถานที่ที่มีลมพัดถ่ายเทสะดวก ทำให้ร่างกายสดชื่น เมื่อร่างกายสดชื่น ย่อมส่งผลทำให้จิตมีความพร้อมที่จะทำความเพียรในการพัฒนาชีวิต (๒) โจรรสัปปายะ คือสถานที่ทำอาหาร ที่เที่ยวบิณฑบาตร เช่นมีหมู่บ้านหรือชุมชนที่มีอาหารบริบูรณ์อยู่ไม่ใกล้ไม่ไกลเกินไป ในที่นี้รวมไปถึงการเลือกสถานที่ที่มีลมพัดถูกต้องตรงตามฤดูกาล ซึ่งได้กล่าวไว้ใน ๔.๑.๒ เป็นสาเหตุที่ทำให้พืชพันธุ์มีความสมบูรณ์ ซึ่งจะสัมพันธ์ในข้อที่ (๕)ที่จะได้กล่าวต่อไป และการเที่ยวบิณฑบาตรนี้ถือเป็นการบริหารลมภายในร่างกาย เป็นการออกกำลังกายทำให้ร่างกายแข็งแรง ความแข็งแรงของร่างกายย่อมสนับสนุนทำให้จิตดีได้ด้วย (๓) ภัตตสัปปายะ คือ การพูดคุยสิ่งที่มีประโยชน์ เกื้อกูลในการพัฒนาชีวิตกัน เช่น พูดคุยในแต่ในเรื่องธรรมะที่เกี่ยวกับการนำลมมาใช้พัฒนาชีวิต และพูดพอประมาณ ไม่มากเกินไป การพูดน้อยทำให้จิตไม่ฟุ้งซ่านมากเกินไป เกื้อกูลให้จิตเกิดสมาธิได้ง่าย (๔) ปุคคสัปปายะ คือ เลือกสนทนาหรือปรึกษากับบุคคลที่มีลมหายใจอยู่เพื่อทำประโยชน์ให้สังคม เช่น ท่านผู้ทรงคุณธรรม ทรงภูมิปัญญาเป็นที่ปรึกษา การสนทนากับนักปราชญ์ในเรื่องการใช้ลมพัฒนาชีวิตทำให้จิตเกิดปัญญา (๕) โภชนสัปปายะ คือ อาหารที่เหมาะสม เช่น อาหารที่ถูกกับร่างกาย เกื้อกูลต่อสุขภาพ ไม่กินอาหารที่ทำให้เกิดลมในร่างกายมากเกินไปเพราะจะทำให้เป็นร่างกายเกิดความอึดอัด เป็นทุกข์ และการเลือกอาหารต้องเลือกกินพืชพันธุ์ที่ปลูกในสถานที่ที่มีฤดูกาลที่ไม่ผิดปกติ ดังที่ได้อธิบายไว้ใน หัวข้อ ๔.๑.๒ และเลือกกินอาหารที่ไม่ทำให้เกิดลมภายในร่างกายมากหรือน้อยเกินไป เมื่อร่างกายไม่ได้รับทุกขเวทนาจากลมในร่างกาย ย่อมทำให้จิตมีความพร้อมในการพัฒนาชีวิต (๖) อุตุสัปปายะ คือ เลือกสภาพ ดินฟ้าอากาศ ธรรมชาติแวดล้อมที่เหมาะสม เช่น ลมไม่หนาวเกินไป ลมไม่ร้อนเกินไป ไม่ก่อให้เกิดโทษจากสภาพลม (๗)อิริยาบถสัปปายะ คือ อิริยาบถที่เหมาะสม เช่น บางคนชอบเดินจงกรม บางคนชอบนั่ง ลมเป็นเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวกาย ถ้าเลือกใช้ลมในอิริยาบถที่ไม่เหมาะสมลมภายในร่างกายก็จะกำเริบทำให้เกิดความเจ็บป่วยด้านร่างกาย เมื่อร่างกายเจ็บป่วยย่อมส่งผลต่อจิตใจ ทำให้จิตไม่พร้อมที่จะพัฒนาต่อไปได้

^๒ เรียกว่า สัปปายะแปลว่า สิ่งที่ดีสบาย สภาพเอื้อ สิ่งที่ดีเกื้อกูล สิ่งที่เหมาะสม อันเกื้อหนุนในการเจริญภาวนาให้ได้ผลดี ช่วยให้สมาธิตั้งมั่น ไม่เสื่อมถอย ดูรายละเอียดเพิ่มใน พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๒๐๕.

ในทางกลับกันจิตก็สามารถที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงลมภายนอกได้ จากข้อมูลในบทที่ ๒ ในหัวข้อ ๒.๓.๓ เทวดาหรือผู้มีฤทธิ์สามารถใช้ฤทธิ์ทางใจในการเนรมิตลม เทวดาหรือผู้มีฤทธิ์ถ้าเป็นผู้ที่มีคุณธรรมแล้ว ก็จะนำลมจากการเนรมิตนำไปใช้ในทางที่ดี ที่เกื้อกูลผู้อื่น เช่น พระมหากษัตริย์ทำให้ลมพัดโชยมาในยามที่อากาศร้อนอบอ้าว ช่วยบรรเทาทุกข์เวทนาให้กับภิกษุทั้งหลาย ฉะนั้นการพัฒนาชีวิตสำหรับผู้มีฤทธิ์ทางใจคือเนรมิตลมมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ไม่เบียดเบียนหรือทำอันตรายผู้อื่น

๔.๑.๓.๒ พัฒนาชีวิตโดยการใช้ลมเพื่อพัฒนาจิต

ลมเป็นอุปกรณ์ที่ใช้สื่อในการสอนธรรมะและใช้เป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติ พระพุทธเจ้าทรงใช้ลมเป็นอุปกรณ์สอนธรรมโดยอุปมาธรรมะด้วยลมดูรายละเอียดในบทที่ ๒ ในหัวข้อ ๒.๓.๔ การสอนธรรมโดยการอุปมาด้วยลม พระองค์ทรงใช้ลมมาเปรียบทั้งที่เป็นกุศลธรรมและอกุศลธรรม การนำลมซึ่งเป็นรูปธรรมนี้มาสอนทำให้สามารถมองเห็นภาพชัดเจนมากขึ้น ช่วยพัฒนาจิตใจให้กับพุทธศาสนิกชน

และความรู้จากบทที่ ๓ ในหัวข้อ ๓.๔.๑ ลมกับสติปัญญา มนุษย์สามารถพัฒนาชีวิตได้จากการนำลมภายในมาเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติธรรมและมืองค์ธรรมอื่นๆ ในหลักโพรปักกัจจยธรรม เข้ามาประกอบการปฏิบัติ ย่อมทำให้มนุษย์พัฒนาชีวิตจนบรรลุธรรม ผลแห่งการนำลมภายในมาเป็นอุปกรณ์การปฏิบัติธรรมศึกษาได้ในหัวข้อ ๔.๔ การพัฒนาชีวิตจากการใช้ลมเพื่อการบรรลุธรรม

ไม่เพียงแต่ลมภายในที่นำมาใช้พัฒนาจิต ลมภายนอกก็สามารถนำมาใช้พัฒนาชีวิตได้ คือการใช้ลมในกถินเพื่อเป็นอุปกรณ์ในการเจริญสมถกรรมฐาน ดูรายละเอียดเรื่องกถินในหัวข้อ ๒.๓.๕ การใช้ลมเป็นอุบายวิธีในการปฏิบัติธรรม ผลจากการเจริญกถินทำให้จิตสงบ เมื่อจิตสงบแล้วย่อมสามารถพัฒนาชีวิตในขั้นสูงต่อไปได้

โดยสรุป การศึกษาลมกับจิตตนิยามนี้มีประโยชน์มากในพระพุทธศาสนาเพราะเป็นความรู้ที่ทำให้เข้าใจถึงเรื่องรูปธรรมของลมที่ส่งผลต่อกระทบต่อนามธรรม เมื่อเลือกรูปธรรมที่เกื้อกูลต่อนามธรรมแล้วย่อมสนับสนุนให้นามธรรมพัฒนาพ้นจากทุกข์ และนามธรรมก็มีผลต่อรูปธรรมลมได้ด้วย นามธรรมที่ได้การฝึกอบรมที่ดีดีย่อมเกิดทำให้เกิดรูปธรรมที่ดี

๔.๑.๔ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับกรรมนิยาม

เรื่องกรรมนิยามเป็นกฎสำคัญที่สุดเพราะเป็นเรื่องของมนุษย์โดยตรง มนุษย์เป็นผู้เสกสรรปรุงแต่งกรรม และกรรมก็เป็นเครื่องปรุงแต่งวิถีชีวิตโชคชะตามนุษย์^๓ มนุษย์ใช้เจตจำนงหรือเจตนา^๔เป็นเครื่องปฏิบัติระหว่างมนุษย์ด้วยกันเองและปฏิบัติต่อลมภายนอก-ภายใน ฉะนั้นเจตนาหรือกรรมของมนุษย์เป็นการปรุงแต่งเองทำให้มีการปรุงแต่งบุคลิกภาพและวิถีชีวิต พระพุทธศาสนาเน้นถึงความสำคัญของกรรมเป็นอย่างมาก ดังพุทธพจน์ “สัตว์ผู้เป็นไปตามกรรม”^๕ การศึกษากรรมนิยามกับลมจึงมีแนวทางที่ใช้พัฒนาชีวิตได้ดังนี้

๔.๑.๔.๑ พัฒนาจิตใจด้วยการมีเจตนาดีต่อลมและนำลมมาใช้สร้างกรรมดี

การพัฒนาชีวิตโดยการศึกษาลมสัมพันธ์กับกรรมนิยามคือการที่มนุษย์นำเจตนาหรือเจตน์จำนงที่ดีที่นำลมภายนอกและลมภายในมาใช้พัฒนาชีวิต เช่น การที่มนุษย์มีเจตนาที่จะนำลมภายนอกมาพัฒนาสังคมโดยการใช้เป็นพลังงานทางเล็กดั่งที่ได้กล่าวไว้ในหัวข้อ ๔.๑.๑ คือ การทำกรรมที่ดีด้วยการใช้ลมมาพัฒนาความอยู่ของมนุษย์ให้ดีขึ้น และการพัฒนาชีวิตโดยการใช้เจตนาที่ดีนำลมภายในมาใช้พัฒนาจิตใจ เช่น การที่มนุษย์มีการศึกษาและใช้ลมภายในมาใช้ในการพัฒนาจิตตามหัวข้อ ๔.๑.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับจิตตนิยาม และรวมไปถึงการมีเจตนา นำลมภายในมาใช้บริหารร่างกาย เช่น ศาสตร์ทางโยคะที่ใช้ นำการเคลื่อนไหวของลมภายในมาใช้ในการออกกำลังกาย หรือเจตนา นำศาสตร์ในการหายใจเข้าออกที่มีความเหมาะสมมาทำให้ร่างกายเกิดความสดชื่นเนื่องจากได้รับเซลล์ต่างๆในร่างกายได้รับออกซิเจนที่เต็มที เมื่อร่างกายสดชื่นย่อมมีผลต่อจิตใจ

และการพัฒนาชีวิตในอีกรูปแบบคือการมีเจตนาที่ดีต่อลม โดยการไม่มุ่งเอาชนะ ไม่มุ่งพิชิต ไม่เบียดเบียนลมแต่มีเจตนาที่จะปฏิบัติให้ถูกต้องต่อธรรมชาติลม พัฒนาชีวิตถึงขั้นมีเจตนาเมตตาต่อลม พร้อมทั้งจะช่วยเหลือธรรมชาติลมได้ในเวลาที่ธรรมชาติลมถูกทำให้เสียสมดุล เมื่อมีการปรับให้พอดีกันระหว่างเจตนาที่ดีกับลมแล้ว น่าจะเป็นจุดบรรจบกันระหว่างเทคโนโลยีและพุทธธรรม^๕

^๓ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, (กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๑๕๕.

^๔ ที.สี.(ไทย) ๕/๒๔๖/๘๓.

^๕ พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), ชีวิตในสังคมเทคโนโลยี, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก, ๒๕๔๐), หน้า ๗๔.

โดยสรุป การพัฒนาชีวิตจากการศึกษากรรมนิยามกับลม มีสองลักษณะคือ ลักษณะแรก การพัฒนาชีวิตโดยมีเจตนา นำลมไปใช้ประโยชน์ทั้งในด้านวัตถุและการพัฒนาในนามธรรมจนถึงขั้นสูงสุดคือนำลมมาใช้เพื่อความสิ้นกรรม^๖ คือการพ้นทุกข์นั่นเอง ในลักษณะที่สองคือการมีเจตนาต่อลมที่ถูกต้อง การเข้าใจธรรมชาติของลมกับกรรมนิยามนี้นำมาซึ่งการพัฒนาปัญญาของมนุษย์ให้มีเจตนาหรือทำที่ในการปฏิบัติต่อลมได้อย่างถูกต้อง^๗ ไม่มุ่งสนองโลภะ โทสะ โมหะ เมื่อมีเจตนาที่ดีต่อลมที่ถูกต้องแล้วชีวิตย่อมพัฒนาได้เพราะผลที่ได้รับในชีวิตคือการได้รับวิบากกรรมที่ดี ซึ่งจะได้อีกต่อไปในข้อที่ ๔.๑.๔.๒

๔.๑.๔.๒ พัฒนาชีวิตด้วยการรู้จักยอมรับและปล่อยวางผลกระทบที่เกิดจากลม

ภัยพิบัติต่างๆที่เกิดจากลมที่ได้กล่าวไว้พอสังเขปในบทที่ ๓ หัวข้อ๓.๑.๑ลมกับอตุณิยาม เมื่อมาวิเคราะห์ในรายละเอียดแล้ว พบว่าภัยพิบัติที่มนุษย์ได้รับจากลมนั้นล้วนแล้วแต่มีความสัมพันธ์กับกรรมนิยามทั้งสิ้นคือ เมื่อมนุษย์มีเจตนาที่ไม่ดี สร้างกรรมที่ไม่ดีย่อมเป็นสาเหตุทำให้มนุษย์ได้รับผลจากเหตุภัยพิบัติจากลมนั่นเอง อ้างใน พุทธพจน์เกี่ยวกับหลักกรรม คือ

“มนุษย์แต่ละคนมีกรรมเป็นของตน มีกรรมเป็นทายาท มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์”^๘

การทำกรรมไม่ดีต่อลมทั้งกาย วาจาและใจ ทำให้ได้รับผลเป็นทุกข์^๙ ซึ่งมนุษย์ที่ได้รับภัยพิบัติจากลมจนถึงขั้นเสียชีวิตแม้ในอายุยังน้อย ซึ่งยังไม่ถึงอายุขัยของมนุษย์ การทำกรรมที่ทำให้อายุสั้น พระพุทธเจ้าทรงกล่าวถึงดังนี้

“การที่บุคคลเป็นผู้ฆ่าสัตว์ เป็นคนหยาบช้ำ มีมือเปื้อนเลือด ฝกไฟในการประหารประหาร ไม่มีความกรุณาในสัตว์ทั้งหลาย นี่เป็นปฏิบัติ(ข้อปฏิบัติ) ที่เป็นไปเพื่อความมีอายุสั้น”^{๑๐}

และการเกิดโรคภัยไข้เจ็บที่ซึ่งมีสาเหตุจากลมก็เช่นกันเป็นผลมาจากการทำกรรมไม่ดีของมนุษย์ ดังพุทธพจน์

^๖ ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๑๒/๒๕๑.

^๗ พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), ชีวิตในสังคมเทคโนโลยี, หน้า ๑๗.

^๘ ม.อ.(ไทย) ๑๔/๒๘๕/๓๕๐.

^๙ ม.อ.(ไทย) ๑๔/๓๐๐/๓๕๕.

^{๑๐} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๒๕๐/๓๕๐.

“การที่บุคคลเป็นผู้เบียดเบียนสัตว์ทั้งหลายด้วยฝ่ามือบ้าง ด้วยก้อนดินบ้าง ด้วยท่อนไม้บ้าง ด้วยศัสตราบ้าง นี่เป็นปฏิปทาที่เป็นไปเพื่อความมีโรคมะ”^{๑๑}

เมื่อทราบถึงเหตุและผลของการผลกระทบบที่ไม่ดีที่เกิดจากการทำกรรมไม่ดีแล้ว มนุษย์ย่อมนำความรู้ในเรื่องกรรมนิยามนี้มาพัฒนาชีวิตโดยการพัฒนาปัญญาในสามขั้นคือ ในขั้นแรกให้รู้จักยอมรับในผลของกรรมที่ตนได้สร้างไว้ เมื่อรู้จักยอมรับแล้วก็พัฒนาชีวิตเข้าสู่ขั้นที่สองคือการปล่อยวาง และขั้นสุดท้ายคือ เร่งทำกรรมดีให้มากขึ้น เพื่อชีวิตจะได้รับผลกรรมที่ดี

โดยสรุป มนุษย์ทำกรรมชนิดใดไว้ย่อมได้รับผลของกรรมนั้นอย่างแน่นอน เมื่อมนุษย์ได้รับผลจากภัยพิบัติทั้งที่เกิดจากลมหรือไม้ก็ตาม ให้ตระหนักไว้ว่าเป็นผลของกรรมที่ไม่ดีที่เคยทำไว้ ให้รู้จักปล่อยวาง และพัฒนาชีวิตโดยการทำกรรมดี เพื่อวิบากกรรมที่ดีต่อไป

๔.๑.๕ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับกรรมนิยาม

กรรมนิยามเป็นกฎธรรมชาติที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์เป็นเหตุเป็นผลของสิ่งทั้งหลาย กรรมนิยามมีความหมายครอบคลุมถึงนิยาม ๔ ข้อที่ได้กล่าวมา การศึกษาลมกับกรรมนิยามทำให้เกิดการพัฒนาชีวิตได้ดังนี้

๔.๑.๕.๑ พัฒนาชีวิตโดยทำให้เกิดปัญญาแยกแยะปรากฏการณ์ต่างๆ ได้ถูกต้อง

ปรากฏการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นบนโลกอาจจะมาจากหลายๆ กฏร่วมกันก็ได้ เช่น การที่ใบของไมยราบหุบเมื่อถูกลมแรงกระทบ ก็มีใบเพราะเกิดจากลมในอณูนิยามเพียงอย่างเดียว แต่เป็นผลสืบเนื่องจากพีชนิยามด้วยคือ กรรมพันธุ์ของใบไมยราบนั้นมีลักษณะเมื่อถูกลมพัดมาสัมผัสก็จะหุบตัวลงอันเป็นการป้องกันตนเองเพื่อความอยู่รอดตามกฎพีชนิยาม การที่มนุษย์หายใจแรงขึ้น อาจจะเกิดจากจิตตนิยามคือ มีอาการดีใจ หรือ เสียใจ หรือเป็นเพราะเกิดจากอณูนิยามก็ได้ เช่น เริ่มมีอากาศที่เป็นมลพิษพัดมากระทบร่างกายหรือมีลมพัดแรงทำให้ต้องหายใจแรงขึ้น คนเราปวดศีรษะอาจเกิดจากลมพัดมาถูกศีรษะอย่างรุนแรง เป็นสาเหตุจากอณูนิยาม และอาจจะมีพีชนิยามเข้ามาร่วมด้วยเช่น ภายในสมองมีข้อบกพร่องประกอบเข้าไปด้วย และเป็นเหตุปัจจัยส่งผลต่อนิยามอื่นๆ ได้ เช่น เมื่อปวดหัวก็ทำให้เกิดความกังวล กัดคอกุ้ม เค็ดร้อนใจตามมาอันเป็นความรู้จากจิตตนิยาม

^{๑๑} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๒๕๑/๓๕๑.

๔.๑.๕.๒ พัฒนาชีวิตโดยการมองเห็นสิ่งต่างๆเป็นไปตามธรรมดาแห่งเหตุปัจจัย

การศึกษาธรรมนิยามกับลมทำให้ไม่ต้องห่วงกังวลถึงท่านผู้สร้างผู้บันดาลที่จะทำให้เกิดโทษต่อมนุษย์ และแม้จะเกิดการบันดาลจากผู้มีฤทธิ์จริง แต่ผู้มีฤทธิ์เองก็เป็นหนึ่งในกฎธรรมชาติ ตัวอย่างในบทที่ ๒ หัวข้อ ๒.๓.๓ ท้าวสักกะจอมเทพคลบบันดาลให้เกิดลมแรงโถกดันไทรให้ล้มลง เพราะเหตุที่สถิตในต้นไม้ไม่มีคุณธรรม หากมองในแง่ของเหตุปัจจัยก็จะพบว่า เหตุค่านั้นเคยทำกรรมที่ไม่ดีมาก่อนคือไม่ตั้งอยู่ในคุณธรรมและทำให้เกิดวิบากกรรมที่ไม่ดี ท้าวสักกะจอมเทพเองก็เป็นหนึ่งในธรรมชาติที่ส่วนประกอบของรูปและนาม มีรูปซึ่งเป็นเกิดจากส่วนประกอบของชั้น ๕ และมีจิตซึ่งเป็นนามสามารถทำกรรมคือเจตนาได้ ในที่นี้คือการมีเจตนาในการทำฤทธิ์สั่งให้เกิดลม ท้าวสักกะจอมเทพก็ย่อมได้ผลของกรรมที่ตนเองก่อไว้เช่นกัน การพัฒนาชีวิตโดยการมองเห็นสิ่งต่างๆตามธรรมดาแห่งเหตุปัจจัยนี้ ย่อมพัฒนาให้มองเห็นสิ่งที่สูงขึ้นต่อไป เช่น การรู้จักแยกแยะธรรมชาติได้ว่าไม่มีสิ่งใดที่มีตัว มีตน มีเพียงเหตุปัจจัยที่สืบเนื่องซึ่งกันและกัน หลักนี้ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ในรูปของกฎธรรมชาติที่เรียกว่า “ปฏิจาสมุปบาท” และ “กฎไตรลักษณ์” ความจริงธรรมทั้ง ๒ หมวดนี้เป็นกฎเดียวกัน แต่มุ่งแสดงคนละแง่ หรือ คนละแนว หลักไตรลักษณ์ มุ่งแสดงลักษณะของสิ่งทั้งหลายซึ่งปรากฏให้เห็นว่าเป็นอย่างนั้น ในเมื่อสิ่งเหล่านั้นเป็นไปโดยอาการที่สัมพันธ์เนื่องอาศัยเป็นเหตุปัจจัยสืบต่อกันตามหลักปฏิจาสมุปบาท ส่วนหลักปฏิจาสมุปบาทนั้น มุ่งแสดงถึงอาการที่สิ่งทั้งหลายมีความสัมพันธ์เนื่องอาศัยเป็นเหตุปัจจัยสืบต่อกันเป็นกระแส จนมองเห็นลักษณะได้ว่าเป็นกฎไตรลักษณ์^{๑๒}

๔.๒ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับชั้น ๕

การศึกษาลมกับชั้น ๕ สามารถนำไปประยุกต์เพื่อพัฒนาชีวิตได้ ดังนี้

๔.๒.๑ พัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับรูปชั้น

ในขั้นแรกพัฒนาชีวิตจากการนำความรู้ลมในรูปชั้นมาใช้ประโยชน์แก่อกุลาในชีวิตประจำวัน ซึ่งได้กล่าวโดยละเอียดในข้อ ๑ ในหัวข้อ ๔.๑.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับจิตตนิยาม ซึ่งกล่าวถึงลมแก่อกุลาที่รูปชั้นบางส่วน

โดยสรุปในขั้นแรกคือของการพัฒนาชีวิตคือการบริหารลมในกายให้เหมาะสม จะช่วยให้ร่างกายแข็งแรง และหาทางป้องกันไม่ให้ลมภายในกำเริบทำให้เกิดทุกข์ได้ ในขั้นถัดมาคือการใช้ลมในรูปชั้นมาใช้ในการปฏิบัติธรรม ซึ่งได้กล่าวไว้โดยละเอียดใน หัวข้อ ๒ หัวข้อ ๔.๑.๓ การ

^{๑๒} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๖๗.

พัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับจิตตนิยาม จะยกตัวอย่างพอสังเขปคือ พระพุทธเจ้าทรงนำลมในรูป
 ชั้นธมาใช้ทั้งกับตัวพระองค์เองและทรงนำมาสั่งสอนพุทธศาสนิกชนอีกด้วย นั่นคือการใช้
 ประโยชน์จากลมหายใจเข้า-ออกมาพัฒนาจิต ที่เรียกว่า อานาปานสติ เมื่อจิตได้รับรู้ถึงสภาวะธาตุ
 ลมในลมหายใจ ทำให้รู้จักมองเห็นสภาวะความเป็นจริงของโดยความเป็นลมภายในส่วนๆ หรือ
 แบบตาม สภาววิสัย คือ มองเห็นสิ่งทั้งหลาย “ตามความเป็นจริง” ไม่นำเอาอคติหาอุปาทานเข้าไป
 จับ อันเป็นเหตุให้มองเห็นตามที่อยากหรือไม่อยากให้ลมเป็นอย่างนั้นอย่างนี้อย่างที่เรียกว่า สก
 วิสัย^{๑๓} ความรู้สภาววิสัยนี้ทำให้เกิดความหยั่งรู้เข้าสู่ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง ผู้พัฒนาตน
 เข้าถึงความจริงนี้เรียกว่าบัณฑิต บัณฑิตพึงเห็นธาตุลมนั้นตามความเป็นจริง เมื่อรู้ความจริงแล้ว
 ย่อมเกิดปัญญาอันชอบอย่างนี้ว่า “นั่นไม่ใช่ลมของเรา เราไม่เป็นลมนั้น ลมนั้นไม่ใช่ธาตุของเรา”
 ครั้นเห็นธาตุลมในรูปชั้นธ นั้นตามความเป็นจริง ด้วยปัญญาอันชอบอย่างนี้แล้ว ย่อมเบื่อหน่ายใน
 ธาตุลม และทำจิตให้คลายกำหนดจากธาตุลมนั้น^{๑๔} และเกิดปัญญาเข้าถึงลักษณะความเป็น “ไตร
 ลักษณะในลม” ซึ่งการนำประโยชน์จากไตรลักษณ์ที่มีในลม นำมาพัฒนาชีวิตได้ซึ่งจะได้กล่าวโดย
 ละเอียดใน ๔.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับกฎไตรลักษณ์

๔.๒.๒ พัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับนามชั้นธ

จากการศึกษาลมกับนามชั้นธ ซึ่งนามชั้นธประกอบด้วย เวทนาชั้นธ สัญญาชั้นธ สังขาร
 ชั้นธ และวิญญาณชั้นธ สามารถประยุกต์เพื่อใช้ในการพัฒนาชีวิตได้ดังนี้

๔.๒.๒.๑ พัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับเวทนาชั้นธ

เวทนาชั้นธคือส่วนของการรับรู้สุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุขเวทนาหรือเรียกว่า
 เฉยๆ ในขั้นแรก มนุษย์พัฒนาชีวิตจากการจัดการเวทนาที่เกิดขึ้นด้วยการแก้ไขที่สาเหตุ เช่น เมื่อ
 เกิดความทุกข์จากการลมในท้องเสียดแทง ก็หาวิธีแก้ไขคือไปพบแพทย์เพื่อรักษา เพื่อบรรเทา
 อาการและใช้ลมที่ทำให้เกิดเวทนานำไปพัฒนาชีวิตต่อไปทำให้เกิดสุขเวทนาได้ ไม่ว่าจะเป็นการใช้
 ลมภายนอกมาทำให้เกิดความสบายกายหรือการทำให้เกิดความสบายใจ ซึ่งได้กล่าวโดยละเอียดใน
 ๔.๑.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับจิตตนิยาม ในขั้นที่สูงขึ้นไปคือ การนำลมมาทำให้เกิด
 เวทนา ซึ่งเวทนานี้เองที่ใช้ในการปฏิบัติธรรมที่เรียกว่า เวทนานุปัสสนา ศึกษาโดยรายละเอียดได้ใน
 สติปัฏฐาน ๔ ในบทที่ ๓ หัวข้อ ๓.๔.๑

^{๑๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๒๘.

^{๑๔} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๓๔๘/๔๐๕-๔๐๗.

๔.๒.๒.๒ พัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับสัญญาชั้น

สัญญาชั้นเป็นส่วนในการจดจำลักษณะของลมเป็นอย่างไร ในขั้นแรกมนุษย์สามารถพัฒนาชีวิตได้จากการเลือกว่าลมชนิดใดเหมาะกับสภาพร่างกาย หรือ สภาพความเป็นอยู่ เมื่อเกิดเหตุร้ายภัยพิบัติจากลมก็นำความรู้จากการจดจำนี้ไปพัฒนาในการป้องกันหรือบรรเทาทุกข์ที่เกิดจากลม ในขั้นสูงขึ้นไปนำสัญญาที่เกิดจากลมมาพัฒนาคือ ใช้การจดจำสภาพของลมมากำหนดทำให้จิตเกิดสมาธิและสติปัญญา ซึ่งมีวิธีการลักษณะความรู้ลมนี้มาปฏิบัติธรรมเพื่อความพ้นทุกข์ ซึ่งสามารถศึกษารายละเอียดในบทที่ ๓ หัวข้อ ๓.๔ ลมกับโพธิปักขิยธรรม

๔.๒.๒.๓ พัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับสังขารชั้น

สังขารชั้นเป็นธรรมชาติส่วนปรุงแต่ง จากข้อมูลในบทที่ ๓ หัวข้อ ๓.๒.๔ ลมกับสังขารชั้น พบว่า กายสังขารคือ ลมหายใจของมนุษย์ มนุษย์สามารถพัฒนาตนเองได้จากลมหายใจของมนุษย์คือ นำไปเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติธรรม ในทางพระพุทธศาสนาเรียกวิธีนี้ว่า อานาปานสติซึ่งเป็นวิธีที่พระพุทธเจ้าทรงแนะนำให้พุทธศาสนิกชนนำมาใช้ปฏิบัติธรรม

รายละเอียดของอานาปานสติ สามารถศึกษาได้โดยละเอียดในบทที่ ๓ หัวข้อ ๓.๔.๑ ลมกับสติปัญฐาน ๔ และพัฒนาวิสังขารโดยการเปล่งลมออกมาเป็นวาจาที่สร้างกรรมดี คูกรใช้ทำกรรมที่ดีในหัวข้อ ๔.๑.๔ พัฒนาชีวิตด้วยการมีเจตนาดี นำลมมาใช้สร้างกรรมดี

๔.๒.๒.๔ พัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับวิญญานชั้น

เมื่อลมกระทบกับจักขุวิญญานคือรับรู้ลมทางตา มนุษย์สามารถนำมาพัฒนาชีวิตได้คือ นำไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาด้านวัตถุ และใช้ในการประเมินสภาพลมจากการมองเห็นเพื่อเฝ้าระวัง ไม่ประมาทในลม ซึ่งทั้งสองลักษณะนี้ได้กล่าวไว้โดยละเอียดในหัวข้อ ๔.๑.๑ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับอตุณิยาม

เมื่อลมกระทบกับโสตวิญญานคือรับรู้ลมทางหู มนุษย์สามารถนำไปพัฒนาชีวิตได้คือ สามารถประเมินได้ว่าลมมีเสียงเป็นอย่างไร เสียงดังหรือไม่ดังของลมหรือเป็นเสียงที่มนุษย์บัญญัติว่าอันตรายหรือไม่อันตราย เช่น ภัยพิบัติจากลมทั้งหลาย ลมมักจะมีเสียงดัง ฉะนั้นด้วยการรับรู้เสียงลมที่เสียงดังนี้จะช่วยเตือนมนุษย์ให้หลีกเลี่ยงหรือแก้ไขเพื่อไม่ให้เกิดอันตรายจากลมได้ หรือการพัฒนาชีวิตโดยการใช้โสตวิญญานชั้นในการรับฟังลมที่ดีๆ รับฟังข้อมูลจากผู้รู้ที่พูดถึงการนำลมมาใช้ประโยชน์

เมื่อลมกระทบกับฆานวิญญานชั้น มนุษย์สามารถนำการรับรู้นี้มาพัฒนาชีวิตได้ โดยการประเมินรับรู้ถึงสภาพสิ่งแวดล้อมในขณะนั้นว่าเหมาะสมกับมนุษย์หรือไม่ ลมจะช่วยพัฒนาเอา

กลิ้งไปกระทบกับขานาวิญญาณชั้น ๓ เช่น ในสถานที่ที่มีกลิ่นเหม็น มักจะสกปรก มีเชื้อโรคมก ด้วยความรู้ที่มนุษย์จึงสามารถหลีกเลี่ยงสถานที่นี้ หรือ รับรู้เพื่อใช้การจัดการแก้ไขให้สิ่งแวดล้อม นั้นดีขึ้นต่อไป

เมื่อลมกระทบกับชีวหาวิญญาณ มนุษย์สามารถนำการรับรู้นี้ไปพัฒนาชีวิตได้ เพราะ การเคลื่อนไหวจากธาตุลมในช่องปากจากพัฒนาารรสชาติต่างๆจากอาหารที่มนุษย์บริโภค มนุษย์ จะสามารถประเมินได้ว่า รสชาติลักษณะนี้ถ้าบริโภคเข้าไปจะทำให้เกิดโรคร้ายไข้เจ็บหรือไม่ เช่น รสหวานไม่เหมาะกับผู้ป่วยเป็น โรคเบาหวาน เป็นต้น

เมื่อลมกระทบกับกายวิญญาณ มนุษย์สามารถนำการรับรู้นี้มาพัฒนาชีวิตได้ โดยการ ประเมินว่าลมที่มาสัมผัสสร้างกายมีลักษณะเป็นอันตรายหรือเหมาะสมกับตนเองหรือไม่ แล้วจึง เลือกสถานที่ที่เหมาะสม ซึ่งได้กล่าวไว้โดยละเอียดในหัวข้อ ๔.๑.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับจิตตนิยาม จากนั้นก็พัฒนาชีวิตต่อไปโดยหาทางป้องกันไม่ให้เกิดอันตรายในโอกาสต่อไป ลมกระทบกับกายวิญญาณในการพัฒนาชีวิตในชั้นสูงนั้นทำให้เกิดการพัฒนาทางจิตได้ เช่น การ รับรู้ลมหายใจเข้าหรือออกได้ ก็ต้องอาศัยกายวิญญาณในการรับรู้ และจิตก็นำไปวินิจฉัยต่อไปว่าลม ที่สัมผัสมีลักษณะเป็นอย่างไร การรับรู้นี้ทำให้มนุษย์พัฒนาจิตไปจนทราบความจริงว่าลมอยู่ภายใต้ กฎไตรลักษณ์ซึ่งกฎนี้จะนำเสนอโดยละเอียดในหัวข้อ ๔.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับกฎ ไตรลักษณ์

เมื่อลมที่ถูกรู้ในมโนวิญญาณ มนุษย์สามารถนำการรับรู้นี้ไปพัฒนาชีวิตได้ โดยการ นึกคิดถึงลมเพื่อใช้ลมให้เกิดประโยชน์ เมื่อคิดดีแล้วยอมทำให้เกิดการสร้างกรรมดี ซึ่งได้กล่าวไว้ ใน ๔.๒.๒.๓ พัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับสังขารชั้น ๓ การนำลมมาเป็นอุปกรณ์การสอน ธรรมะก็เป็นผลจากการที่ลมถูกรู้ในมโนวิญญาณ

โดยสรุป ทั้งลมในรูปชั้น ๓ และ การรับรู้ลมจากนามชั้นนั้นก็มีลักษณะมีการอิงอาศัยซึ่งกัน และกัน การพัฒนาชีวิตของมนุษย์นั้นเกิดจากนามชั้นที่เป็นฝ่ายสั่งการให้รูปชั้นไปทำประโยชน์ การเคลื่อนไหวของลมในรูปชั้น ๓ ทำให้เกิดกิจกรรมต่างๆที่เกื้อกูลตนเองและสังคม

๔.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับกฎไตรลักษณ์

๔.๓.๑ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับหลักอนิจจัง

ลมแสดงความไม่เที่ยง เกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไป เป็นฝ่ายรูปธรรม ความไม่เที่ยงของลมนี้ ย่อมปรากฏให้เห็นที่สังเกตแก่มนุษย์ได้ ที่เราเรียกกันว่า “ความเปลี่ยนแปลง” ซึ่งสามารถศึกษา โดยละเอียดในบทที่ ๓ หัวข้อ ๓.๑.๑ สภาพอนิจจังที่มีอยู่ในลมนี้เองที่ทำให้มนุษย์สามารถนำไป พัฒนาชีวิตได้ดังนี้

๔.๓.๑.๑ พัฒนาจริยธรรมให้มีเจตนาที่ถูกต้องต่อเหตุปัจจัย

ตามหลักแล้วสภาวะอนิจจังในลม เป็นสภาพกลางๆไม่ดีไม่ชั่ว แต่เมื่อลมเข้ามาเกี่ยวข้องกับมนุษย์ ก็เกิดบัญญัติขึ้นว่านี่คือความเจริญของลม นี่คือความเสื่อมของลม และเมื่อทราบว่าเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความเสื่อมหรือเจริญนั้นมีสาเหตุมาจากเหตุปัจจัยทั้งสิ้น มนุษย์จึงสามารถที่จะสร้างสรรค์ลมให้เจริญหรือเสื่อมได้โดยอาศัย เจตนา หรือ การทำกรรม ตามหลักกรรมนิยามในหัวข้อ ๔.๑.๔ เพื่อให้สอดคล้องกับเหตุปัจจัยที่มนุษย์ต้องการจะให้ได้ผลลัพธ์ ฉะนั้นความเจริญและความเสื่อมของลมจึงไม่ใช่เป็นไปตามยถากรรม แต่เป็นเพราะเหตุปัจจัยที่มนุษย์สามารถเข้าไปมีเจตนาต่อลมทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตามหลักอนิจจังได้ การเปลี่ยนแปลงลมเพื่อนำมาพัฒนาชีวิตจึงเป็นสิ่งที่ทำได้ ไม่เพียงแต่ด้านวัตถุ แต่รวมถึงการนำการเปลี่ยนแปลงของลมมาใช้พัฒนาด้านนามธรรม เช่น การมีเจตนา นำลมมาใช้ในการปฏิบัติธรรมเพื่อให้ได้ผลคือการบรรลุธรรม

โดยสรุปการศึกษาเรื่องหลักอนิจจังในลมสามารถพัฒนาชีวิตได้เพราะตระหนักว่า การสร้างความเจริญโดยใช้ลมนั้น เมื่อถึงจุดความเจริญแล้วอาจเปลี่ยนเป็นเสื่อมได้ หากมนุษย์ไม่ต้องการให้เสื่อมก็ต้องอาศัยเจตนา ตามหลักกรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งต้องสอดคล้องกับคุณธรรมเกี่ยวกับ “ความไม่ประมาท” หลีกเว้นเหตุปัจจัยที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางเสื่อม ความไม่ประมาทนี้เองที่จะเพิ่มขีดความสามารถของมนุษย์ในการพัฒนาวัตถุและจิตใจ

๔.๓.๑.๒ พัฒนาปัญญาภายในเพื่อให้เกิดเป็นอิสระ

การเป็นผู้รู้เท่าทันว่าลมมีลักษณะเป็นอนิจจังนั้นทำให้เกิดการพัฒนาจริยธรรมในคือมีเจตนาหลีกเว้นจากความเสื่อมแล้ว หลักจริยธรรมนี้ก็จะช่วยสร้างความเจริญปัญญาภายในคือรู้เท่าทันสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จิตใจไม่ทุกข์ไปกับการเปลี่ยนแปลงในทางเสื่อมหรือการสูญเสียที่เกิดขึ้น มีจิตใจเป็นอิสระ ผู้มีจิตใจเป็นอิสระนี้เองที่จะรู้เข้าใจลมทั้งหลายตามความเป็นจริง ไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยตัณหาอุปาทานในลม รู้ว่าอะไรคือความเสื่อมของลม อะไรคือความเจริญของลม มีเหตุปัจจัยอะไรที่ทำให้เกิดความเสื่อมและความเจริญ ทั้งรู้เท่าทันไม่ประมาทในทุกสถานการณ์ ด้วยเหตุนี้การพัฒนาปัญญาภายในของมนุษย์ ทำให้มนุษย์สามารถใช้ประโยชน์จากลมภายในและลมภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด

หลักอนิจจังในลมที่พัฒนาปัญญาภายในนี้ ไม่เพียงแต่พัฒนาจิตใจตนเองเท่านั้นแต่ยังสามารถนำไปช่วยพัฒนาจิตใจของผู้อื่นได้ด้วย ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดเจน เราสามารถนำหลักอนิจจังมาใช้ในการปลอบใจตนเองและปลอบใจผู้อื่นเมื่อเกิดภัยพิบัติจากลม เตือนให้มนุษย์ด้วยกันเองมีสติรู้ว่าแม้จะสูญเสียจากภัยพิบัติ แต่เหตุการณ์ร้ายๆนี้จะผ่านพ้นไปตามหลักอนิจจัง เกิดกำลังใจ ฟื้นฟูสภาพจิตใจ นำมาซึ่งการช่วยเหลือเกื้อกูลกันในหมู่มนุษย์ที่ได้รับผลกระทบจากภัยพิบัติลม

และหลักอนิจจังในลมนี่ทำให้มนุษย์ตระหนักในเรื่องความไม่ประมาทในชีวิต ไม่ปล่อยไปตามกระแสโลก เพราะรู้ความจริงว่า ลมสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ ทั้งลมภายนอกที่อาจจะทำอันตรายชีวิตและทรัพย์สิน ลมภายในอาจจะสร้างทุกข์ได้ทุกเมื่อ หากไม่รู้จักรวางแผนหรือเตรียมการตั้งแต่แรก

โดยสรุป การเรียนรู้ลมในด้านอนิจจังเพื่อพัฒนาชีวิตในด้านปัญญาภายในเป็นไปได้ใน ๒ ขั้นตอนคือ ขั้นแรก เมื่อประสบความสำเร็จเปลี่ยนแปลงในลมไปในทางเสื่อม ก็บรรเทาและกำจัดทุกข์ โศกไปได้ เมื่อประสบการเปลี่ยนแปลงด้านเจริญก็ไม่ประมาทมัวเมา รู้เท่าทันถึงการเป็นกฏอนิจจังซึ่งเป็นกฏธรรมชาติ ในขั้นที่ ๒ ขวนขวายกิจที่ต้องทำ เพราะรู้ว่าการเปลี่ยนแปลงนั้น เป็นไปตามเหตุ ตามปัจจัย ไม่ใช่เกิดขึ้นเอง และทำให้ดีที่สุด ทำด้วยจิตใจที่พัฒนาแล้วในขั้นแรกคือ ด้วยจิตที่เป็นอิสระ ขั้นที่ ๒ นี้ สามารถพูดได้อีกลักษณะคือเป็นการปฏิบัติเพราะรู้ถึงหลักความไม่ประมาทในชีวิต ไม่ประมาทในลมหายใจที่กำลังเข้าออกอยู่นี้ว่า สักวันหากไม่พัฒนาชีวิตเราจะหมดลมหายใจตามหลักอนิจจัง จึงควรพัฒนาชีวิตและศีลธรรม ด้วยความไม่ประมาท ดังพุทธโอวาทก่อนปรินิพพานว่า

“สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงทำหน้าที่ให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาทเถิด”^{๑๕}

๔.๓.๒ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับหลักทุกข์

มนุษย์นำลักษณะทุกข์ที่มีในลมมาใช้ในการพัฒนาชีวิตได้ด้วยเป็นเรื่องธรรมดาที่มนุษย์ย่อมไม่ต้องการประสบทุกข์แต่ต้องการสุข มนุษย์จึงต้องมีการพัฒนาชีวิตให้พ้นเสียจากความทุกข์ หลักการพัฒนาชีวิตที่เกิดจากการศึกษาลมกับหลักทุกข์ มีดังนี้

๔.๓.๒.๑ พัฒนาชีวิตโดยเกิดปัญญากำหนดรู้ทุกข์ในลม

การพัฒนาชีวิตโดยให้รู้จักทุกข์จากลมแต่ไม่ใช่เพื่อเป็นทุกข์ นำมาสู่หลักการพัฒนาชีวิตที่เรียกว่า สิ่งใดก็ตามที่เป็นปัญหาแก่มนุษย์ มนุษย์จะต้องศึกษาสิ่งนั้นให้รู้ให้เข้าใจอย่างชัดเจนที่สุด ก่อนที่จะลงมือจัดการแก้ไขปัญหานั้น

^{๑๕}ที.ม.(ไทย) ๑๐/๒๑๘/๑๖๖.

๔.๓.๒.๒ พัฒนาชีวิตโดยนำหลักเหตุปัจจัยมาแก้ไขปัญหาทุกข์ที่เกิดจากลม

ด้วยลักษณะทุกข์ที่มีในลม ลมจึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่สร้างทุกข์ให้กับมนุษย์ได้เพราะมนุษย์ย่อมเกี่ยวข้องกับลมไม่ว่าทางใดก็ทางหนึ่งทั้งลมในร่างกายของมนุษย์เองหรือลมภายนอกที่เกิดในสภาพแวดล้อมนอกตัวมนุษย์ เมื่อประสบทุกข์แล้วกำหนดรู้ในข้อ ๑ แล้ว การพัฒนาชีวิตคือการใช้ปัญญาเพื่อแก้ไขปัญหาทุกข์จากลมโดยการวินิจฉัยถึงเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดทุกข์ เมื่อทราบถึงเหตุปัจจัยแล้วก็ทำการแก้ไขปัญหาก็ได้ตรงจุด อันเป็นการแก้ทุกข์จากลมได้อย่างถูกต้องวิธี เมื่อแก้ไขปัญหาที่เกิดจากลมแล้ว ก็ต้องมีการปรับปรุงไม่ให้เกิดทุกข์จากลมต่อไป

๔.๓.๒.๓ พัฒนาชีวิตโดยปรับปรุงตนเองอยู่เสมอ

ด้วยภาวะบกพร่องของลม การทนอยู่ในสภาพเดิมของลมไม่ได้ ทำให้มนุษย์ตระหนักรู้ว่าการที่นำลมภายนอกและลมภายในมาพัฒนานั้น ต้องมีการพัฒนาปรับปรุงลมและแก้ไขลมอยู่เสมอ จึงจะทำให้มีความเจริญทั้งในด้านวัตถุและด้านจิตใจ หากมนุษย์ประมาทในลม ภาวะที่บกพร่องของลมก็จะสร้างทุกข์ให้กับมนุษย์ได้

โดยสรุปในข้อ ๔.๓.๒.๑ ข้อ ๔.๓.๒.๒ และ ข้อ ๔.๓.๒.๓ ภาวะแห่งทุกข์จากลมเป็นสภาพของความบกพร่องในลม ความไม่สมบูรณ์ในลม ฉะนั้นเมื่อชีวิตต้องเผชิญหน้ากับทุกข์ที่เกิดจากลม ในขั้นแรกต้องรู้จักทุกข์หรือที่เรียกว่ากำหนดรู้ทุกข์เสียก่อน เมื่อกำหนดรู้ทุกข์แล้วก็ถึงขั้นที่สองคือต้องรู้สาเหตุแห่งทุกข์นั้น ขั้นตอนที่สามคือการแก้ไขทุกข์จากลมนั้น โดยแก้ที่สาเหตุ ในขั้นที่สอง ขั้นที่สี่คือโดยการปรับปรุงไม่ให้เกิดทุกข์ขึ้นมาอีก เมื่อแก้ไขทุกข์จากลมได้แล้วก็เป็นเหตุปัจจัยส่งผลให้ก้าวเข้าสู่จุดมุ่งหมายที่มนุษย์ต้องการที่เรียกกันว่า ความสุข

๔.๓.๓ การพัฒนาชีวิตจากการศึกษาลมกับหลักอนัตตา

ทั้งลมภายในและลมภายนอกมีลักษณะเป็นอนัตตาที่ได้ศึกษาไว้ในบทที่ ๓ หัวข้อ ๓.๓.๒ ด้วยลักษณะความเป็นอนัตตาในลมจึงทำให้สามารถนำมาประยุกต์เพื่อใช้ในการพัฒนาชีวิตได้ดังนี้

๔.๓.๓.๑ พัฒนาชีวิตด้วยการลดทอนความเห็นแก่ตัว

เพราะสิ่งทั้งหลายไม่มีตัวตนของมัน ลมทั้งภายในและภายนอกก็มีลักษณะเช่นเดียวกัน ลมไม่มีลักษณะเป็นอัตตา ลมเองไม่สามารถบังคับบัญชาการเกิดหรือดับของลมได้ ความรู้ในภาวะเช่นนี้ทำให้เกิดปัญญาที่ขจัดความเห็นแก่ตัว เพราะรู้ว่า ลมเป็นอนัตตา ลมแบ่งย่อยแล้วก็มีส่วนประกอบต่างๆในแต่ละส่วนก็ไม่มีตัวตนอะไรและสัมพันธ์กันไปตามเหตุตามปัจจัย สิ่งที่ปรากฏมาเป็นลม ย่อมเกิดจากการมีสิ่งปรุงแต่ง เชื่อมโยงเข้ากับสิ่งต่างๆ ความรู้เช่นนี้ทำให้เกิด

ท่าที่ที่เป็นอิสระเพราะได้ลดความเห็นแก่ตัวและเมื่อไม่เกาะเกี่ยวความรู้สึกที่จะไปบังคับบัญชาแล้ว ย่อมไม่เกิดทุกข์

๔.๓.๓.๒ พัฒนาชีวิตโดยทำให้จิตใจกว้างขวาง

เมื่อรู้ถึงภาวะความเป็นอนัตตา ย่อมรู้ว่าลมไม่มีตัวตน จึงไม่สามารถที่จะจัดการลมได้ด้วย ความอยากของตน เช่น เมื่อเกิดลมพายุทำให้บ้านเมืองเสียหาย เราไม่สามารถตั้งลมพายุให้เกิด หรือดับไปได้เพราะการเกิดลมพายุมีเหตุปัจจัยทำให้เกิดและดับ สิ่งที่จะพัฒนาชีวิตได้คือการมี จิตใจที่กว้างขวางยอมรับ ไม่เกิดความอยากให้ลมพายุเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ และพัฒนาชีวิตต่อไป คือแก้ปัญหาไปตามเหตุปัจจัย เช่น การอพยพย้ายหนีลมพายุ หรือ การสร้างสิ่งปลูกสร้างให้แข็งแรง เพื่อทนต่อลมพายุ เป็นต้น

๔.๓.๓.๓ พัฒนาชีวิตด้วยการไม่ยึดมั่นถือมั่นในลม

เมื่อรู้หลักอนัตตาในลมแล้วย่อมทำให้ เกิดปัญญาว่าลมเป็นลักษณะเดียวกับสิ่งทั้งหลาย คือเป็นไปตามที่ลมเป็น ลมเป็นเช่นนั้นเอง ภายใต้อำนาจพระพุทธรศาสนาที่เรียกว่า หลักปฏิจจนสมุปบาท คือหลักการ “เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น เมื่อสิ่งนี้ ไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับ สิ่งนี้จึงดับ”^{๑๖} ปัญญาที่รู้ความจริงนี้ทำให้เกิดการพัฒนาชีวิตโดย สามารถที่จะสลัดความยึดมั่นถือมั่นในลมเสียได้ ก็เข้าถึงการหลุดพ้นมีอิสระที่สมบูรณ์

๔.๔ การพัฒนาชีวิตจากการใช้ลมเพื่อการบรรลุธรรม

การใช้ลมนั้นได้ถูกนำมาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาชีวิตตั้งแต่เริ่มศรัทธาในการใช้ลม เป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติธรรมเมื่อศรัทธาแล้วย่อมนำลมมาใช้ปฏิบัติซึ่งหลักการปฏิบัตินั้นจะใช้ลม ปฏิบัติร่วมกับหลักโพธิปักขิยธรรมซึ่งได้กล่าวไว้โดยละเอียดแล้วในบทที่ ๓ ในหัวข้อ๓.๔ ซึ่งทำให้พัฒนาชีวิตได้ดังนี้

๔.๔.๑. พัฒนาชีวิตทำให้เกิดความสุขเวทนาทั้งร่างกายและจิตใจ

ในคัมภีร์ชั้นอรรถกถา^{๑๗} ท่านได้สรุปอานิสงส์ในการใช้ลมมาปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม โดยแสดงไว้ในวิสุทธิมรรค คือ^{๑๘} เป็นวิธีการพักผ่อนอย่างสุขสบายในปัจจุบัน (ทิฐฐธรรมสุขวิหาร) นอกจากนี้ในการดำเนินชีวิตประจำวันยังทำให้ร่างกายผ่อนคลาย ไม่มีความกระวนกระวาย

^{๑๖} ส.นิ.(ไทย) ๑๖/๒๑/๓๘.

^{๑๗} อ่างใน พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๘๓๗.

^{๑๘} วิสุทธิ.๒/๑๕๕-๑๕๖.อ่างใน พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๘๓๗.

ใจ^{๑๙} เมื่อจิตใจมีความสุขอยู่ตลอดเวลาแล้ว หากยังไม่สิ้นกิเลสสิ้นเชิงเมื่อเสียชีวิตลงก็ทำให้ได้ภพวิเศษ คือ เกิดในภพที่ดีที่สูง ย่อมมีโอกาสพัฒนาชีวิตที่เกิดขึ้นใหม่นี้ได้ต่อไป เช่น ผู้ทำสมาธิจนได้ฌานแล้ว ทำให้เกิดในพรหมโลก อ่างพุทธพจน์ว่า “เจริญปฐมฌานขึ้นปริตตกุศลแล้ว เกิดที่ไหน ย่อมเข้าร่วมพวกเทพพรหมปาริสาชชา”^{๒๐} สำหรับพระอรหันต์หรือพระอนาคามี ผู้ได้สมาบัติ ๘ แล้วสามารถเข้านิโรธสมาบัติคือเสวยความสุขได้โดยไม่มีจิตตลอดเวลา ๗ วัน อ่าง ฌานในนิโรธสมาบัติในปฏิสัมภิทามัคค์^{๒๑}

๔.๔.๒ พัฒนาชีวิตทำให้เกิดฌาน ๔

ผู้เจริญอานาปานสติตามที่พระพุทธรเจ้าสอนไว้ จะสามารถทำฌาน ๔ เกิดขึ้นได้ ในคัมภีร์ สุมังคลวิลาสินี ได้อธิบายถึงการเจริญอานาปานสติเพียงหมวดที่ ๑ ก็สามารถบรรลุฌาน ๔ ได้ดังนี้

“ตสุเสวํ สิกขโต อสฺสาสปสฺสาสนิมิตฺเต จตฺตารี ฌานานํ อุปฺปชฺชนฺติ

เมื่อผู้ปฏิบัตินั้นศึกษาอยู่อย่างนี้ ฌานทั้ง ๔ ย่อมบังเกิดในนิมิตของอัสสาสะและปัสสาสะ”^{๒๒}

คัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค ซึ่งเป็นภายิตของพระสารีบุตร ได้อธิบายลักษณะของการเกิด ฌาน ดังนี้

เมื่อหายใจเข้าออกยาว ก็รู้ชัดว่ากำลังหายใจเข้าออกยาว เมื่อหายใจเข้าออกสั้นก็รู้ชัดว่า กำลังหายใจเข้าออกสั้น เมื่อทำได้สำเร็จ กล่าวคือมีสติรู้สึกถึงลมได้ทุกระยะ นั่นแหละ ความพอใจ ในการปฏิบัติย่อมเกิดขึ้น เมื่อจันทะเกิดขึ้นแล้ว ด้วยอำนาจจันทะนั้น ลมหายใจเข้าออกก็จะสุขุม ละเอียดยิ่งขึ้นกว่าเดิม และในเมื่อลมหายใจเข้าออกสุขุมละเอียดยังขึ้น ก็ยังมีสติกำหนดได้ทุกระยะทุกขณะจิต เมื่อทำได้เช่นนี้ ความปราโมทย์คือปีติหรือความเบิกบานใจก็จะเกิดขึ้น

เมื่อความปราโมทย์เกิดขึ้นแล้ว ลมหายใจเข้าออกก็สุขุมละเอียดยิ่งขึ้นไปอีกและในเมื่อ ลมหายใจเข้าออกสุขุมยิ่งๆขึ้นไปอย่างนั้น ก็ยังมีสติกำหนดลมได้ทุกระยะทุกขณะจิต เมื่อทำได้ สำเร็จเช่นนี้แล้ว จิตก็จะหมุนกลับจากอัสสาสะและปัสสาสะ กล่าวคือ ผละออกจากลมหายใจเข้า ออกตามธรรมดา (คือลมหายใจที่เป็นโณฏฐัพพารมณํ ซึ่งหมายถึงลมออกธรรมดาที่รู้สึกได้ด้วยกาย วิญญาณ) แล้วมากำหนดลมหายใจที่กลายเป็นธรรมารมณํคือ ลมหายใจที่ปรากฏในห้วงนี้แล้วจิต จะวางเฉย กล่าวคือไม่ต้องขวนขวายในอันที่จะให้จิตเป็นสมาธิ เพราะในขณะนั้น จิตได้เป็นสมาธิอยู่แล้ว และเป็นสมาธิที่มั่นคง คือ เป็นอัปนาสมาธิ จิตจึงวางเฉยคือ เพียงแต่กำหนดคุณ

^{๑๙} ุรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๘๓๔-๘๓๕.

^{๒๐} อภ.วิ.๓๕/๑๐๐๗/๕๗๐.อ้างใน พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๘๓๗.

^{๒๑} บุ.ป.๓๑/๒๒๕/๑๔๗.อ้างใน พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๘๓๗.

^{๒๒} ที.สี.อ.(บาลี) ๒/๓๗๕.

เฉยๆ ไม่ต้องขวนขวายทำอะไรอีก เพียงแต่ให้รักษาจิตอยู่กับนิมิตของลมหายใจเข้าออกตลอดเวลาเท่านั้น^{๒๓}

ฌานแบ่งเป็น ๒ ระดับใหญ่ๆ และแต่ละระดับแบ่งย่อยเป็น ระดับละ ๔ รวมเป็น ๘ เรียกว่า สมาบัติ ๘ คือ

๑. รูปฌาน ๔ ได้แก่

- ๑.๑ ปฐมฌาน มีองค์ประกอบ ๕ คือ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา
- ๑.๒ ทุติยฌาน มีองค์ประกอบ ๓ คือ ปีติ สุข เอกัคคตา
- ๑.๓ ตติยฌาน มีองค์ประกอบ ๒ คือ สุข เอกัคคตา
- ๑.๔ จตุตถฌาน มีองค์ประกอบ ๒ คือ อุเบกขา เอกัคคตา

๒. อรูปฌาน ๔ ได้แก่

- ๒.๑ อากาสนัญญายตนะ (ฌานที่กำหนดอากาศ อันอนันต์)
- ๒.๒ วิทยัญญายตนะ (ฌานที่กำหนดวิญญาณ อันอนันต์)
- ๒.๓ อากิญจัญญายตนะ (ฌานที่กำหนดภาวะที่ไม่มีสิ่งใดๆ)
- ๒.๔ เนวสัญญานาสัญญายตนะฌานที่เล็กกำหนดสิ่งใดๆ โดยประการทั้งปวงเข้าถึงภาวะ มีสัญญาหรือไม่ใช่ ไม่มีสัญญาหรือไม่ใช่)

ความสำเร็จที่ทำให้เกิดฌานนี้ เรียกว่า เป็น สมถะหรือสมาธิ ปุ่ชุนที่บำเพ็ญสมาธิยอมได้สูงสุดเพียงแค่ว่า เนวสัญญานาสัญญายตนะเท่านั้น สำหรับผู้ปฏิบัติสมาธิแล้วทำวิปัสสนา จนเป็นพระอนาคามีหรือพระอรหันต์ สามารถเข้าถึงภาวะที่ประณีตสูงสุดอีกขั้นหนึ่ง เรียก สัญญา เวทยตนิโรธ หรือ นิโรธสมาบัติ เป็นภาวะที่สัญญาและเวทนาหยุดการปฏิบัติหน้าที่และถือเป็นความสุขขั้นสูงสุด

ฌานที่เกิดจากการเจริญสมาธิ จะเป็นการเตรียมความพร้อมเพื่อนำฌานนั้นมาใช้เป็นเครื่องมือในการรู้แจ้งวิชาและวิมุตติ ซึ่งจะศึกษาในหัวข้อ ๔.๔.๓

๔.๔.๓ พัฒนาชีวิตบรรลู่ถึงวิชาและวิมุตติ

จากพุทธพจน์ “ภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมทำสติปัญฐาน ๔ ให้บริบูรณ์ สติปัญฐาน ๔ ที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมทำโพชฌงค์ ๗ ให้บริบูรณ์ โพชฌงค์ ๗ ที่ภิกษุเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมทำวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์”^{๒๔}

^{๒๓} พ.ป.(ไทย) ๓๑/๑๖๖/๒๕๗.

^{๒๔} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๑๔๗/๑๘๗.

การใช้ลมเป็นเครื่องมือในการบรรลุธรรมจึงเป็นเหตุปัจจัยทำให้มนุษย์พัฒนาจนสามารถบรรลุถึงคุณวิเศษ อันได้แก่ วิชชา หมายถึง ความรู้แจ้ง ความรู้วิเศษ สามารถแบ่งได้เป็นวิชา ๘ ประการ คือ^{๒๕}

๑. วิปัสสนาญาณ ญาณในวิปัสสนา
๒. มโนมยิทธิ ฤทธิ์ทางใจ
๓. อิทธิวิธี แสดงฤทธิ์ได้ต่างๆ
๔. ทิพยโสด หูทิพย์
๕. เจโตปริยญาณ รู้จักกำหนดใจผู้อื่นได้
๖. ปุพเพนิวาสานุสติ ความรู้ที่ระลึกชาติได้
๗. ทิพพจักขุ ตาทิพย์ เทียบเท่า จุตูปปาตญาณ
๘. อาสวักขยญาณ^{๒๖} คือ ความรู้เกี่ยวกับการสิ้นไปของกิเลส

เมื่อมนุษย์ใช้ลมมาในการพัฒนาชีวิตเพื่อการบรรลุธรรมแล้วมนุษย์จะสามารถพัฒนาชีวิตโดยการเข้าถึงวิชาเหล่านี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิชาอาสวักขยญาณเป็นวิชาที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญมากกว่าวิชาข้ออื่นๆ อ่างพุทธพจน์ที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสหลังจากกล่าวถึงการประจักษ์ในวิชาอาสวักขยญาณว่า

“ไม่มีผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์อย่างอื่นที่ยอดเยี่ยม กว่าหรือประณีตกว่าผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์นี้เลย”^{๒๗}

ด้วยวิชาอาสวักขยญาณนี้มีความประณีตกว่าวิชาอื่นๆและทำให้บรรลุถึงอริยสัง^{๒๘} การบรรลุวิชาอาสวักขยญาณจึงทำให้มนุษย์พัฒนาชีวิตจนขั้นสูงสุดคือ พ้นจากความทุกข์ทั้งปวงจิตใจเข้าถึงวิมุตติคือภาวะที่จิตย่อมหลุดพ้นจากกามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะ ไม่ต้องทำปฏิบัติธรรมอีกต่อไปแล้ว อ่างพุทธพจน์หลังจากปฏิบัติธรรมบรรลุธรรมขั้นสูงสุดแล้ว

“เมื่อจิตหลุดพ้นแล้วก็รู้ว่า หลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่า ชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว”^{๒๙}

^{๒๕} ที.สี.(ไทย) ๕/๒๓๔/๗๗-๘๔.

^{๒๖} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๒๒๘.

^{๒๗} ที.สี.(ไทย) ๕/๒๓๔/๘๔.

^{๒๘} ที.สี.(ไทย) ๕/๒๓๔/๘๔.

^{๒๙} ที.สี.(ไทย) ๕/๒๓๔/๘๔.

๔.๔.๔ พัฒนาชีวิตทำให้ได้เข้าถึงความเป็นอริยบุคคล

พระพุทธองค์ได้ตรัสอานิสงส์ถึงการเจริญอานาปานสติ ดังพุทธพจน์

“ภิกษุทั้งหลาย อานาปานนัสสติที่ภิกษุเจริญอย่างนี้แล ทำให้มากแล้วอย่างนี้จึงมีผลมาก มีอานิสงส์มาก”

“ภิกษุทั้งหลาย อานาปานนัสสติที่ภิกษุเจริญอย่างนี้แล ทำให้มากแล้วอย่างนี้ภิกษุพึงหวังอานิสงส์ ๗ ประการ^{๓๐} คือ

- ๑.จะได้บรรลุอรหัตตผลทันทีในปัจจุบัน
- ๒.หากปัจจุบันไม่ได้บรรลุ ก็จะได้บรรลุในเวลาใกล้ตาย
- ๓.หากปัจจุบันและในเวลาใกล้ตายยังไม่ได้บรรลุ ก็จะได้เป็นพระอนาคามีผู้ อันตรปรินิพพาน^{๓๑}
- ๔.....ก็จะได้เป็นพระอนาคามีผู้อุปหัจจปรินิพพาน^{๓๒}
- ๕.....ก็จะได้เป็นพระอนาคามีผู้สังขารปรินิพพาน^{๓๓}
- ๖.....ก็จะได้เป็นพระอนาคามีผู้สสังขารปรินิพพาน^{๓๔}

^{๓๐} ส.ม.(ไทย) ๑๕/๒๘๑/๔๕๗.

^{๓๑} อันตรปรินิพพาน หมายถึงพระอนาคามีผู้ปรินิพพานในระหว่าง คือ เกิดในสุทธาวาสภพโลกพ หนึ่งแล้วเมื่ออายุไม่ถึงกึ่งของอายุผู้เกิดในชั้นสุทธาวาสก็ปรินิพพานเสียในระหว่าง เช่นในชั้นอวิหามีอายุ ๑,๐๐๐ กัป มี ๗ จำพวก ดังนี้

พวกที่ ๑ บรรลุพระอรหัตตผลในวันที่เกิด ถ้าไม่บรรลุในวันที่เกิดก็บรรลุไม่เกินภายใน ๑๐๐ กัป

พวกที่ ๒ เมื่อไม่สามารถบรรลุพระอรหัตตผลในวันที่เกิดหรือบรรลุภายใน ๑๐๐ กัป

พวกที่ ๓ เมื่อไม่สามารถบรรลุพระอรหัตตผลภายใน ๒๐๐ กัป ก็บรรลุไม่เกินภายใน ๔๐๐ กัป ส่วนในสุทธาวาสชั้นอื่นๆ คือ อคัปปาที่มีอายุ ๒,๐๐๐ กัป ชั้นสุทตสชาติที่มีอายุ ๔,๐๐๐ กัป ชั้นสุทตสชาติที่มีอายุ ๘,๐๐๐ กัป ชั้นอนิกกฎฐาที่มีอายุ ๑๖,๐๐๐ กัป ก็มีนัยเช่นเดียวกัน (อจ.ติก.อ. ๒/๘๘/๒๔๓).

^{๓๒} อุปหัจจปรินิพพาน หมายถึง พระอนาคามีผู้เกิดอยู่ในสุทธาวาสภพโลกพหนึ่งแล้ว มีอายุพ้นกึ่งจึง ปรินิพพาน เช่น ในชั้นอวิหาซึ่งมีอายุ ๑,๐๐๐ กัป พระอนาคามีจำพวกนี้มีอายุพ้นกึ่ง คือ พ้น ๕๐๐ กัป แล้วจึง ปรินิพพาน ส่วนในสุทธาวาสชั้นอื่นๆ ที่เหลือซึ่งมีอายุแตกต่างกันไป ก็มีนัยเช่นเดียวกันนี้(อจ.ติก.อ. ๒/๘๘/๒๔๓).

^{๓๓} อสังขารปรินิพพาน หมายถึง พระอนาคามีผู้บรรลุพระอรหัตตปรินิพพานโดยไม่ต้องใช้ความเพียร มาก(อจ.ติก.อ. ๒/๘๘/๒๔๓).

^{๓๔} สสังขารปรินิพพาน หมายถึง พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภพโลกพหนึ่งบรรลุพระอรหัต ปรินิพพานโดยต้องใช้ความเพียรมาก (อจ.ติก.อ. ๒/๘๘/๒๔๓).

๗.....ก็จะได้เป็นพระอนาคามีผู้อุทฺธงฺโสโตกนิภูฏคามิ เพราะอุทฺธมภาคิยสังโยชย์ ๕ ประการสิ้นไป”^{๗๕}

ผลการพัฒนาชีวิตจากการปฏิบัติสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติซึ่งมีความเพียร มีสติ มีสัมปชัญญะ พึงกำจัดอกิขณา (ความละโมบในทรัพย์ผู้อื่น) และโทมนัส (ความทุกข์ใจ) และพระพุทธเจ้าตรัส อานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐานไว้ในตอนท้ายมหาสติปัฏฐานสูตร ว่า แท้จริงผู้หนึ่งผู้ใดก็ตามที่เจริญสติปัฏฐาน ๔ เหล่านี้ดังกล่าวนั้น ผู้นั้นพึงได้ซึ่งผลอย่างใดอย่างหนึ่งในผล ๒ อย่าง คือ บรรลุพระอรหันต์ หรือ เมื่อยังมีอุปาทิ (คืออุปาทานจันท์ ๕) เหลืออยู่ ก็บรรลุความเป็นพระอนาคามี ในทิวฏฐธรรม (คือ ในปัจจุบันชาตินี้) ที่เดียว ชั่วเวลาภายใน ๗ ปี หรือ ๖ ปี หรือ ๕ ปี หรือ ๔ ปี หรือ ๓ ปี หรือ ๒ ปี หรือ ๑ ปี หรือ ภายใน ๗ เดือน หรือ ๖ เดือน หรือ ๕ เดือน หรือ ๔ เดือน หรือ ๓ เดือน หรือ ๒ เดือน หรือ ๑ เดือน หรือ ภายใน ๑๕ วัน หรือ ๗ วัน”^{๗๖}

โดยสรุปในหัวข้อการพัฒนาชีวิตจากการใช้ลมเพื่อการบรรลุธรรมนี้ มนุษย์สามารถนำลมมาประยุกต์ใช้เป็นเครื่องมือที่จะทำให้อุดพ้นจากความทุกข์ได้ โดยในขั้นแรกคือทำให้เกิดสุขเวทนาทั้งร่างกายและจิตใจ ขั้นต่อมา ก็พัฒนาจิตจนเกิดฌานในระดับต่างๆ เมื่อนำฌานต่างๆมาใช้ประโยชน์คือเป็นฐานในการเจริญปัญญา ขั้นสุดท้ายคือทำให้เกิดวิชาต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิชาที่สำคัญที่สุดคือวิชาอาสวักขยญาณ ถือว่าเป็นวิชาที่ทำให้มนุษย์พัฒนาตนเองจนถึงจุดที่มีสติปัญญาขั้นสูงสุดคือ ไม่อยู่ภายใต้การบังคับบัญชาจากกิเลสอีกต่อไป พ้นเสียจากความทุกข์ เป็นการเข้าถึงความเป็นอริยบุคคล ในระดับโสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และพระอรหันต์

^{๗๕} อุทฺธงฺโสโตกนิภูฏคามิ หมายถึง พระอนาคามีผู้มีกระแสสูงขึ้นไปจนถึงชั้นนอกนิภูฏภพ คือ เกิดในสุทธาวาสภคิพหนึ่งแล้วก็จะเกิดเลื่อนขึ้นไปจนถึงชั้นนอกนิภูฏภพ แล้วจึงปรินิพพานในภพนั้น(อ.จ.ต.อ. ๒/๘๘/๒๔๒).

^{๗๖} สรุปโดยย่อจาก ที.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๔/๓๓๘-๓๔๐.

บทที่ ๕

บทสรุป วิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเชิงวิเคราะห์เรื่องลมในพระพุทธศาสนาเถรวาท ผู้วิจัยได้ตั้งวัตถุประสงค์ไว้ ๓ ประการ ได้แก่ เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องลมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลมกับหลักธรรมที่เกี่ยวข้องเพื่อพัฒนาชีวิต เพื่อประยุกต์หลักคำสอนเกี่ยวกับลมในพระพุทธศาสนาเพื่อนำไปพัฒนาชีวิต การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสารศึกษาค้นคว้าเอกสารจากคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และตำรา เอกสาร งานวิทยานิพนธ์ หรืองานวิจัยต่างๆ ของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา ทำให้ได้บทสรุป บทวิจารณ์และข้อเสนอแนะดังนี้

๕.๑ บทสรุป

การศึกษาวิจัยเชิงวิเคราะห์เรื่องลมในพระพุทธศาสนาเถรวาท ทำให้ผู้วิจัยพบประเด็นคำตอบที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ดังนี้

๑. ธาตุลม มีลักษณะพิเศษ คือ เป็นสิ่งที่พัดไปมา มีภาวะที่เคลื่อนไหว มีการยกย้ายถ่ายเท ไม่หยุดนิ่ง นอกจากนี้หากธาตุลมปรากฏในรูป ธาตุลมมีลักษณะเป็นเครื่องค้ำจุนรูป หรือทำให้รูปเกิดความเคร่งตึงหรือหย่อน

๒. ลมที่เป็นองค์ประกอบในสิ่งมีชีวิต ในส่วนของรูปขันธ์ หากใช้มนุษย์เป็นศูนย์กลางการแบ่งแยกลม ลมในร่างกายมนุษย์จะถูกเรียกว่า “ลมภายใน” ได้แก่ ลมที่พัดขึ้นเบื้องบนภายในกาย ลมที่พัดลงเบื้องต่ำภายในกาย ลมในท้อง ลมในลำไส้ ลมที่แล่นไปตามอวัยวะน้อยใหญ่ ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก

ลมภายในมีความสัมพันธ์กับนิยาม ๕ ซึ่งเป็นกฎธรรมชาติ ด้วยเหตุนี้เองมนุษย์จึงนำลมภายในนี้มาเป็นอุปกรณ์ในการเข้าถึงความจริงแห่งกฎธรรมชาติและความเป็นไปแห่งเหตุปัจจัยต่างๆ วิธีการการเข้าถึงความจริงโดยใช้ลมภายในรับรู้ผ่านนามขันธ์ปฏิบัติร่วมกับหลักธรรมที่เรียกว่า “โพธิปักขิยธรรม”

๓. ลมที่เป็นองค์ประกอบในสิ่งไม่มีชีวิต เป็นลมภายนอกของมนุษย์ จึงเรียกว่า “ลมภายนอก” เช่น ลมตะวันออก ลมพายู ซึ่งลมภายนอกส่วนใหญ่อยู่ในส่วนอตุณิยาม

ลมภายนอกยังมีสาเหตุที่มาจาก การควบคุมโดยพลังจิตได้ เช่น ลมที่เกิดจากการบันดาลของเทพ และการทำฤทธิ์ของพระภิกษุ ซึ่งการบันดาลลมภายนอกของเทพมีความสัมพันธ์กับคุณธรรมของมนุษย์ด้วยเช่นกัน จากอัมมิกสูตร เมื่อคุณธรรมของมนุษย์ลดลงทำให้เทวดาขัดเคืองจนบันดาลทำให้ลมพัดไม่สม่ำเสมอ

๔. ลมภายนอกและลมภายในมีความใกล้ชิดกันมากมีบริเวณแยกกันแค่ทวารทั้ง ๕ เช่น เมื่อเราหายใจเข้าลมภายนอกเมื่อผ่านจมูก ก็กลายเป็นลมภายใน

๕. ธาตุลมมีลักษณะเข้าไปเกี่ยวข้องกับธาตุทุกธาตุที่เหลือ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ หากธาตุทั้ง ๓ มีการเคลื่อนไหวได้เพราะมีธาตุลมเข้าไปเกี่ยวข้อง เช่น ธาตุไฟเป็นสภาวะที่ร้อน แต่การแผ่รังสีความร้อนออกไปจะเป็นไปไม่ได้หากไม่มีวาโยธาตุ

๖. การประยุกต์ลมเพื่อใช้ในการพัฒนาชีวิต เป็นการบูรณาการลมในสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิต ทั้ง ๒ ชนิด ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ความรู้เรื่องลมในพระพุทธศาสนาชี้แนะให้มนุษย์รู้จักลม รู้จักการใช้ลม ขอมรับลม สูดทำยาก็ไม่ยึดติดในลม

รู้จักลม คือ รู้จักธรรมชาติของลมทั้งลมภายในและลมภายนอก และความสัมพันธ์ที่เป็นเหตุปัจจัยลมกับสิ่งต่างๆ ด้วย

รู้จักใช้ลม คือ เมื่อเรารู้จักลมภายในและลมภายนอกแล้ว ทำให้รู้จักที่จะใช้ประโยชน์หรือหาประโยชน์จากลม เช่น การใช้ลมหายใจมาปฏิบัติอานาปานสติเพื่อพัฒนาจิตใจ พระผู้มีพระภาคเป็นต้นแบบให้พุทธศาสนิกชนได้ปฏิบัติตามคือ ทรงแนะนำลม วิธีใช้ลม รวมทั้งข้อห้ามและข้อปฏิบัติต่างๆ เพื่อนำลมมาพัฒนาชีวิตเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผล

ขอมรับลม คือ ขอมรับความเป็นลม ตามสภาพที่ลมเป็น คือ “ลมอยู่ในกฎไตรลักษณ์” ลมเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ลมเป็นสภาพเป็นทุกขัง และสุดท้ายคือ ลมเป็นอนัตตา

สุดท้ายไม่ยึดติดในลม คือ ไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าลมเป็นตัวตน เกิดปัญญาว่าลมไม่ใช่ตัวเราของเรา ลมเป็นเพียงธรรมชาติอย่างหนึ่งที่เกิดจากเหตุปัจจัยเท่านั้น ไม่เป็นตัวบุคคล สัตว์ สิ่งของ

เป้าหมายสูงสุดในการประยุกต์ใช้ลมเพื่อพัฒนาชีวิตในพระพุทธศาสนา คือ การใช้ลมเป็นอุปกรณ์ในการพัฒนาจิตเพื่อบรรลุถึงพระนิพพาน

๕.๒ บทวิจารณ์

จากการศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องลมในพระพุทธศาสนาเถรวาท ทำให้ประเด็นที่น่าสนใจดังต่อไปนี้

๕.๒.๑ ลมกับภัยพิบัติแผ่นดินไหว

จากการศึกษาในบทที่ ๒ หัวข้อ ๒.๑.๒.๒ ในเรื่องภัยพิบัติจากลม ทำให้ทราบว่า ลมเป็นพลังงานชนิดหนึ่งที่สามารถทำลายโลกและมนุษย์ได้ พุทธพจน์ในภูมิบาลสูตร มีประเด็นที่น่าสนใจที่สามารถนำมาใช้อธิบายปรากฏการณ์ภัยพิบัติแผ่นดินไหวที่สัมพันธ์กับการเกิดภัยพิบัติจากลม ดังนี้

“มหาปฐพีนี้ตั้งอยู่บนน้ำ น้ำตั้งอยู่บนลม ลมตั้งอยู่บนอากาศ เวลาที่ลมพายุพัดแรง ย่อมทำให้น้ำกระเพื่อม น้ำที่กระเพื่อมย่อมทำให้แผ่นดินไหวตาม นี่เป็นเหตุปัจจัยประการที่ ๑ ที่ทำให้แผ่นดินไหวอย่างรุนแรง”^๑

เมื่อนำพุทธพจน์นี้มาวิเคราะห์ จะพบว่ามีความสัมพันธ์กันระหว่างธาตุ ๓ ธาตุคือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ และธาตุลม จากความรู้ทางวิทยาศาสตร์ที่กล่าวว่า แผ่นดินไหวเกิดจากของเหลวคือหินหลอมภายใต้พื้นโลกเคลื่อนที่ส่งผลทำให้แผ่นดินด้านบนเคลื่อนที่ตาม ผู้วิจัยเห็นว่าไม่สอดคล้องกับพุทธพจน์ เพราะจากพุทธพจน์พระองค์ไม่ได้ตรัสกล่าวเหตุปัจจัยเริ่มต้นมาจากได้มหาปฐพีพระองค์ตรัสถึงลมตั้งอยู่บนอากาศและเป็นพายุพัดแรงซึ่งผู้วิจัยวิเคราะห์ว่าลมพายุพัดแรงนี้ ไม่สอดคล้องกับลมพัดที่อยู่ใต้ดิน เพราะได้มหาปฐพีนี้มีความหนาแน่นที่มากกว่าที่จะมีลมพัดอยู่ใต้ดิน

ฉะนั้น ผู้วิจัยตั้งข้อสังเกตว่า “ลมพายุพัดแรง” น่าจะเป็นลมพายุที่มาจากภายนอกโลก เช่น ลมสุริยะ หรือ พายุสุริยะ

ลมสุริยะเกิดจากปฏิกิริยาของจุดดำของดวงอาทิตย์ เกิดเป็นลักษณะของลมที่มีประจุสนามแม่เหล็กที่แผ่เข้าสู่พื้นโลก เนื่องจากขนาดของดวงอาทิตย์นั้นใหญ่กว่าขนาดของโลกมาก ฉะนั้นหากมีปฏิกิริยาเกิดที่ดวงอาทิตย์ทำให้เกิดลมสุริยะรุนแรงนั้นย่อมส่งผลกระทบต่อโลก เปรียบได้กับการที่เราเป่าลมไปที่ฝุ่นขนาดเล็ก ฝุ่นขนาดเล็กย่อมหวนไหวสั่นกระเพื่อม ซึ่งการอธิบายที่น่าจะสอดคล้องกับพุทธพจน์มีดังนี้

เมื่อลมพายุพัดแรงคือ ลมสุริยะ เข้ากระทบกับน้ำคือมหาสมุทร พลังงานของน้ำเคลื่อนไหวจากแรงกระทบของลมสุริยะ ใช้คำว่า น้ำกระเพื่อม การกระเพื่อมของน้ำนี้ทำให้มหา

^๑ อัง.อรรถก. (ไทย) ๒๓/๓๐/๓๓๓.

ปฐพีที่ตั้งอยู่ด้านบนของมหาสมุทร(พื้นที่แผ่นดินอยู่สูงกว่ามหาสมุทร) คือ มหาปฐพีเกิดการไหว การไหวนี้เกิดได้เพราะตามหลักวิทยาศาสตร์มหาปฐพีหรือพื้นโลกมีรอยต่อหลายแผ่นที่เรียกว่า แผ่นเปลือกโลก ซึ่งทำให้แผ่นเปลือกโลกสามารถขยับเคลื่อนที่ได้

เมื่อมหาปฐพีเคลื่อนไหวย่อมส่งผลทำให้มนุษย์รู้สึกถึงการไหวนั้นเรียกว่าการเกิดภัยพิบัติจากแผ่นดินไหว

และเป็นที่น่าสังเกตก่อนที่จะเกิดเหตุการณ์แผ่นดินไหวชนิดรุนแรง มักจะพบเหตุการณ์ว่า มีการตายของสัตว์น้ำจำนวนมากก่อนการเกิดแผ่นดินไหว สัตว์น้ำไม่สามารถปรับตัวได้ทันจึงเกิดเหตุการณ์ปลาหรือสัตว์ตายเป็นหมู่

๕.๒.๒ ศีลธรรมของคนในสังคมลดลงทำให้ลมพัดไม่สม่ำเสมอ

จากอัมมิกสูตร พบความสัมพันธ์บางอย่างที่เกี่ยวกับลม สอดคล้องกับความเป็นอยู่ของมนุษย์ในปัจจุบัน จากข้อมูลในพระไตรปิฎก ในอัมมิกสูตร การที่ลมภายนอกพัดไม่สม่ำเสมอมีสาเหตุเกิดจากคุณธรรมที่ลดน้อยลงของผู้คนในบ้านเมือง ลมภายนอกที่พัดไม่สม่ำเสมอส่งผลทำให้เกิด ฤดูกาลที่ผิดปกติ และจากพุทธพจน์

“ฝนไม่ตกต้องตามฤดูกาล ข้าวกล้าก็ออกรวงสุกพร้อมกัน เมื่อมนุษย์บริโภคข้าวเหล่านั้น ทำให้ผิวพรรณไม่ดี มีกำลังไม่ดี และเจ็บป่วยมาก”^๒

ในปัจจุบันมนุษย์มีแนวโน้มเจ็บไข้ได้ป่วยสูงขึ้น แม้จะมีการรณรงค์ให้รักษาสุขภาพกินพืชผักมากขึ้น เพราะเชื่อกันว่า กินพืชผักมากทำให้ต่อต้านโรคร้ายได้ แต่จากข้อมูลในพระไตรปิฎกก็พบว่าความผิดปกติของกรรมพันธุ์ของพืช เมื่อมนุษย์กินพืชพันธุ์เข้าไปแล้วก็สามารถทำให้เจ็บป่วยได้เช่นกัน

ฉะนั้นทางแก้ไขเพื่อไม่ให้มนุษย์ลำบากจากการเจ็บไข้ได้ป่วย ต้องมาแก้ที่สาเหตุคือ การส่งเสริมทำให้คนในสังคมมีคุณธรรมเพิ่มมากขึ้น

และอัมมิกสูตรนี้น่าจะใช้ในการนำมาพยากรณ์การมีศีลธรรมของผู้คนในบ้านเมืองได้ ถ้ามตามธรรมชาติเกิดผิดปกติไปจากเดิมจนทำให้ฤดูกาลต่างๆเริ่มเปลี่ยนแปลงไป ในสมัยที่เกิดเหตุการณ์ลักษณะนี้จึงน่าจะแสดงให้เห็นว่าผู้คนในบ้านเมืองมีคุณธรรมน้อยลง

^๒ คุราวละเอียดใน อัง.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๓๐/๑๑๔-๑๑๖.

๕.๒.๓ เพิ่มปริมาณการใช้พลังงานจากลม

ส่วนใหญ่มนุษย์จะพึ่งพิงพลังงานที่ใช้แล้วหมดไป เช่น พลังงานจากฟอสซิล หรือแม้กระทั่งพลังงานจากนิวเคลียร์ ซึ่งพลังงานที่ใช้แล้วหมดไปเหล่านี้ หากไม่มีการนำพลังงานอื่นมาทดแทน ทำให้มนุษย์รุ่นหลังจะได้รับทุกข์จากมลพิษที่เกิดขึ้นและไม่มีพลังงานใช้

เป็นที่ทราบกันว่าลมภายนอกเป็นพลังงานหมุนเวียนซึ่งใช้ได้ไม่มีวันหมดสิ้น ลมพัดทุกหนแห่ง ไม่ต้องซื้อหา ทั้งยังเป็นพลังงานที่สะอาด ไม่ก่อมลพิษต่อสภาวะแวดล้อม ทั้งๆที่มีคุณสมบัติต่างๆเพียบพร้อมแต่ปัจจุบันมนุษย์ใช้ประโยชน์ในพลังงานทางเลือกจากลมในสัดส่วนที่น้อยเกินไป ผู้วิจัยมองว่าควรเพิ่มสัดส่วนการใช้พลังงานจากลมให้มากขึ้น ผู้วิจัยขอเสนอแนวคิดในการนำพลังงานจากลมมาใช้ให้เกิดประโยชน์ ดังนี้

รถยนต์ใช้การเผาไหม้ของฟอสซิลเปลี่ยนพลังงานความร้อนเพื่อดันลูกสูบให้ขึ้นและลง การเคลื่อนไหวขึ้นลงของลูกสูบจะเป็นพลังงานส่งผ่านเพลารถยนต์ทำให้รถเคลื่อนที่ได้ เราจึงเห็นรถวิ่งได้ในท้องถนน นี่เป็นหลักการการนำพลังงานฟอสซิลมาใช้งานในปัจจุบัน ผู้วิจัยจะเสนอแนวคิดที่จะใช้พลังงานลมมาแทนที่พลังงานฟอสซิลในรถยนต์ น่าจะเป็นไปได้ดังนี้

รถยนต์ที่ติดตั้งระบบการผลิตไฟฟ้าที่ได้รับพลังงานจากลมรอบๆรถยนต์ ในเมื่อรถต้องเคลื่อนไหว และในขณะที่รถเคลื่อนไหว เราน่าจะสามารถนำพลังงานลมรอบๆรถมาใช้เป็นพลังงานขับเคลื่อนรถยนต์ได้ ในขณะที่เริ่มสตาร์ทรถเราอาจจะพึ่งพลังงานอื่นได้เช่น พลังงานแสงอาทิตย์หรือพลังงานฟอสซิลเพื่อให้รถเกิดการเคลื่อนที่ไปก่อน แต่หลังจากเคลื่อนที่ไปแล้ว รถวิ่งผ่านอากาศทำให้เกิดลม หรือ ลมเข้ามาปะทะรถยนต์ การเปลี่ยนพลังงานจากการเคลื่อนไหวนี้คือประเด็นสำคัญที่น่าจะทำให้เกิดการปฏิวัติพลังงานทางเลือกในอนาคต ผู้วิจัยมองว่าเรื่องการใช้พลังงานทางเลือกจะเปลี่ยนโลกใบนี้ได้อย่างแน่นอน

๕.๒.๔ พระพุทธเจ้าทรงใช้ลมเป็นอุปกรณในการปฏิบัติธรรม

ผู้วิจัยมีความเห็นในประเด็นนี้ว่า สาเหตุน่าจะมาจาก

๑. พระพุทธเจ้าทรงคุ้นเคยกับการใช้ลมปฏิบัติธรรม ทรงทดลองใช้ลมคือลมในร่างกายนี้เป็นอุปกรณในการปฏิบัติธรรมตั้งแต่ยังทรงเป็นพระโพธิสัตว์ ทรงเคยบำเพ็ญทุกขกิริยาโดยใช้ลม และใช้ลมเจริญอานาปานสติในครั้งบรรลुพระสัมมาสัมโพธิญาณ ด้วยเหตุนี้พระองค์จึงทรงมีความชำนาญในการใช้ลมมาปฏิบัติธรรม

๒. ลมเป็นสิ่งที่อยู่ในตัวมนุษย์ เป็นสิ่งที่อยู่ใกล้ตัว เป็นเรื่องใกล้ตัว เป็นสิ่งที่หาง่าย เข้าใจง่าย อธิบายง่าย ใช้ง่าย

๓. ลมมีลักษณะเป็น ไตรลักษณ์ จึงสามารถใช้ลมในการ โยงเข้าสู่การเห็นความจริงของ ไตรลักษณ์ ซึ่งเมื่อเข้าถึงความจริงแล้ว จิตก็จะหลุดพ้นเป็นอิสระ

๕.๓ ข้อเสนอแนะ

ลมอยู่ใกล้ตัวเรามาก การดำเนินชีวิตในทุกๆวันเราต้องสัมผัสและรับรู้ลมไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง ควรจะนำองค์ความรู้ในการนำลมมาปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน คู่มือการปฏิบัติธรรมใน ๓.๔ ลมกับโพธิปักขิยธรรม

การนำลมมาปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันนี้เป็นเหตุปัจจัยทำให้พระสังฆกรรมตั้งอยู่ได้นาน ดังพุทธพจน์ปรากฏในจรัฏฐิติสูตร ดังนี้

“เพราะสติปัญฐาน ๔ ประการนี้ที่บุคคลเจริญ ทำให้มากแล้ว พระสังฆกรรมจึงดำรงอยู่ได้นานในเมื่อพระตถาคตเสด็จปรินิพพานแล้ว”^๖

แสดงว่าหากมนุษย์นำลมมาศึกษาและนำไปปฏิบัติสติปัญฐานย่อมเป็นเหตุปัจจัยที่ทำให้พระพุทธานุสสาตั้งอยู่ได้นานหลังพุทธปรินิพพานแล้ว จึงควรตระหนักให้พุทธศาสนิกชนมาปฏิบัติสติปัญฐาน(เป็นหนึ่งในหมวดธรรมโพธิปักขิยธรรม) กันให้มาก

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องลมในพระพุทธานุสสาเถรวาทที่มีเนื้อหาบางส่วนยังไม่ได้ลงลึกและบางแง่มุมยังไม่ได้นำมาวิเคราะห์ ฉะนั้นทำให้ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะสำหรับผู้ที่ทำการวิจัยเพื่อการศึกษาเรื่องลมในพระพุทธานุสสาให้ละเอียดหรือในอีกหลายๆแง่มุม ดังนี้

๑. ศึกษาบทบาทของพระสงฆ์กับการการใช้ลมในพระพุทธานุสสาเถรวาท
๒. ศึกษาเปรียบเทียบการใช้ลมในศาสนาอื่นกับลมในพระพุทธานุสสา
๓. ศึกษาพิธีกรรม ประเพณี และความเชื่อเกี่ยวกับลมในพระพุทธานุสสาเถรวาท
๔. ศึกษาตำนานโวหารการอุปมาอุปไมยเรื่องลมในพระพุทธานุสสากับการเผยแผ่

ธรรม

^๖ที่.ม.(ไทย) ๑๕/๓๘๘/๒๔๖.

บรรณานุกรม

๑. ภาษาบาลี-ไทย :

ก. เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources)

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกฉบับภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๐๖.

_____. พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาอรรถกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๓-๒๕๓๔.

_____. ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาฎีกา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ

ราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

มหาหมกุฎราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล. ชุด ๕๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร : โรง

พิมพ์มหาหมกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

_____. วิสุทธิมคคปกรณ์. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาหมกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๓๑.

พระพุทธรโมสะเถระ. คัมภีร์วิสุทธิมรรค. แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร).

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ประยูรพรินต์ติ้ง, ๒๕๔๖.

ข. เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources)

(๑) หนังสือ :

จำลอง ดิษยวณิช. วิปัสสนากรรมฐานและเชาานอารมณ์. เชียงใหม่ : เชียงใหม่โรงพิมพ์แสงศิลป์,

๒๕๔๕.

ประเวศ วะสี. วิถีมุขยในศตวรรษที่ ๒๑ สู่ภพภูมิใหม่แห่งการพัฒนา. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิ

สดศรี-สฤษดิ์วงศ์, ๒๕๔๕.

พระมหาสมปอง มุทิโต. คัมภีร์อภิธานวรรณนา. กรุงเทพมหานคร: ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด,

๒๕๔๗.

_____. สัจธรรมของชีวิต. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๓๗.

พระสัทธัมมโชติกะ ชัมมาจริยะ. ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖ จิต เจตสิก รูป นิพพาน.

กรุงเทพมหานคร : ทิพยวิสุทธ การพิมพ์, ๒๕๔๓.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). **ชีวิตในสังคมเทคโนโลยี**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก,
๒๕๔๐.

_____. **ไตรลักษณ์**. กรุงเทพมหานคร: ชธรรมสภา, ๒๕๔๑.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๓. กรุงเทพมหานคร:
บริษัท สือตะวัน จำกัด, ๒๕๔๕.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร :
บริษัท เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๖.

_____. **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

พุทธทาสภิกขุ. **คู่มือศึกษาและปฏิบัติธรรมแบบ อานาปานสติ ฉบับสมบูรณ์**. กรุงเทพมหานคร :
สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, ๒๕๔๓.

มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิมฯ อายุรเวทวิทยาลัย (ชีวกโกมารภัจจ์). **การแพทย์ไทยเดิม
(แพทย์ศาสตร์สงเคราะห์) ฉบับพัฒนา ตอนที่ ๑**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สี่ไทย,
๒๕๓๖.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรมไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒**. กรุงเทพมหานคร:
นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น, ๒๕๔๖.

รุจิราพรรณ รุ่งรอด. **ลม ไฟ อากาศ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ฟิลิกส์เซ็นเตอร์, ๒๕๔๓.

(๒) วิทยานิพนธ์ :

ฐิติ วสุพรุจี. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องคืนที่ปรากฏในพระพุทธานุศาสนานุสาวาท”. **วิทยานิพนธ์
พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
๒๕๔๘.

นันทพล โรจนโกศล. “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขันธ ๕ กับการบรรลุนิพพานใน
พระพุทธานุศาสนานุสาวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

เสนาะ ผดุงนัทร. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์อานาปานัสสติภาในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค”.
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

๒. ภาษาอังกฤษ :

Nyanatiloka. The word of Buddha. Kandy: Buddhist Publication Society,1959

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ** : นายจักรเรศ ศิริรังษี
- เกิด** : ๗ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๑๘
- สถานที่เกิด** : จังหวัดตรัง
- การศึกษา** : ปริญญาตรี- วิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิศวกรรมเครื่องกล
(เกียรตินิยมอันดับ ๒)
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ กทม.
- ประสบการณ์** : ทำงานตำแหน่ง- วิศวกรดูแลการผลิต บริษัท โซนี่ เทคโนโลยี(ประเทศไทย)
- นักวิชาการ สถาบันวิจัยและพัฒนาการเรียนรู้
- ปัจจุบัน** : ทำงานตำแหน่ง- ผู้จัดการเว็บไซต์ www.mattaiya.org หรือ
www.mettheyya.info เป็นเว็บไซต์พระพุทธศาสนา
เน้น การศึกษาพระไตรปิฎก , ทำมัลติมีเดียเผยแพร่ธรรมะ
- ที่อยู่ปัจจุบัน** : ๑๐๑/๔๑๔ หมู่บ้านชลลดา ซ.๑๖ เอ ถ.บางกรวย-ไทรน้อย อ.บางบัวทอง
จ.นนทบุรี ๑๑๑๐๐
- เบอร์โทรศัพท์ที่บ้าน** : ๐๒-๕๘๓๓๐๕๕
- เบอร์โทรศัพท์มือถือ** : ๐๘๕-๖๖๒๒๓๕๕
- อีเมล** : jugkaras@hotmail.com
jugkaras@gmail.com