

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาจิตโดยการเจริญอนุสสติในมหานามสูตร

ผู้วิจัย : เรืออากาศเอกหญิง ณพนธ์รัตน์ ธนัทพรหมภร

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระสุธีธรรมมานูวัตร ผศ.ดร. ป.ธ.๙, M.A. (Pali & Sanskrit), Ph.D. (Pali)

: ดร.บุญเลิศ โอฐสุ. ป.ธ. ๘, พธ.บ. (การสอนสังคมศึกษา),

พธ.ม. (ธรรมนิเทศ), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

สำเร็จการศึกษา : ๒๑ มีนาคม ๒๕๕๙

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่อง “การพัฒนาจิตโดยการเจริญอนุสสติในมหานามสูตร” มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ ๑) เพื่อศึกษาอนุสสติในมหานามสูตร ๒) เพื่อศึกษาการพัฒนาจิตโดยการเจริญอนุสสติในมหานามสูตร ๓) เพื่อศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาจิตโดยการเจริญอนุสสติในมหานามสูตรเพื่อใช้ในการพัฒนาจิต

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพด้านเอกสารเกี่ยวกับวิธีพัฒนาจิตโดยระลึกถึงอนุสสติ ๖ ประการในมหานามสูตร จากการศึกษาวิจัยพบว่า

อนุสสติในมหานามสูตรเป็นพระสูตรซึ่งพระพุทธเจ้าทรงสอนหลักอนุสสติก็มีพื้นฐานมี ๖ ประการ ได้แก่ พุธานุสสติ อัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติและเทวดานุสสติ พระพุทธเจ้าตรัสว่า อริยสาวกย่อมอยู่ด้วยวิหารธรรมนี้

การระลึกถึงอนุสสติ ๖ สามารถทำได้ ๖ แนวทาง ดังนี้ :- ๑. พุธานุสสติ ระลึกถึงพระพุทธเจ้านั้นว่า เป็นพระอรหันต์ผู้ซึ่งตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง ๒. อัมมานุสสติ ระลึกถึงพระธรรมว่าเป็นธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว ๓. สังฆานุสสติ ระลึกถึงพระสงฆ์ว่า พระสงฆ์เป็นผู้ปฏิบัติดี ๔. สีลานุสสติ ระลึกถึงศีลว่า ศีลของตนเองได้ปฏิบัติดีแล้ว ๕. จาคานุสสติ ระลึกถึงการบริจาคโดยปราศจากความตระหนี่ ๖. เทวดานุสสติ ระลึกถึงเทวดาว่า เทวดานั้นมีอยู่จริง เป็นต้น

การพัฒนาจิตโดยการเจริญอนุสสติ ๖ ในมหานามสูตร เป็นแนวทางสำหรับการพัฒนาจิตให้ตั้งมั่น และเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนา อนุสสติ ๖ ประการเป็นเหตุให้บุคคลได้สมาธิระดับอุปปจารสมาธิ สมาธิดังกล่าวนี้นสามารถละนิรวณ ๕ ได้ อุปจารสมาธินี้เป็นสมาธิที่ใกล้ฉาน เกี่ยวกับการยกอารมณ์ขึ้นสู่วิปัสสนา พบว่า หลังจากบุคคลระลึกถึงอนุสสติเป็นอุปปจารสมาธิ จึงใช้สมาธินั้นกำหนดรู้รูปและนามเห็นไตรลักษณ์คือ ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา ประเด็นนี้จึงเรียกได้ว่าการยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา

นอกจากนี้ การพัฒนาจิตโดยการเจริญอนุสสติ ๖ ประการ สามารถใช้ได้ทั้งปุถุชนและพระอริยบุคคล การเจริญอนุสสติ ๖ สามารถนำไปใช้พัฒนาจิตของตนเองของผู้อื่นและช่วยให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

Thesis Title : The Analytical Study of the Mental Development with the Mindfulness in Mahânâma Sutta

Researcher : Flight Lieutenant Notthamonrat Thanatpomporn

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee

: Phra Suthidammanuwat, Asst. Prof. Pali 9,
M.A. (Pali & Sanskrit), Ph.D. (Pali)

: Dr. Boonlert Otsu Pali VIII, B.A. (Social Studies),
M.A. (Dhamma Communication), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : 21 March 2016

ABSTRACT

This Thesis is the Analytical Study of the Mental Development with the Mindfulness in Mahânâma Sutta, which is of three objectives, namely :- 1) to study the Mindfulness in Mahânâma Sutta, 2) to study the Mental Development with the Mindfulness in Mahânâma Sutta and 3) to Analytically Study the Mental Development with the Mindfulness in Mahânâma Sutta.

This Thesis is a qualitative one on the side of document regarding the concept of the Mental Development with the Mindfulness in Mahânâma Sutta. From the thesis, it is found that,

The Anussatis in Mahânâma Sutta are the Suttas which Lord Buddhâ preached. It is of six core objectives which are in Buddhânussati, Dhammânussati, Sanghânussati, Silânussati, Cângânussati, and Devatânussati. The Buddhâ said that Ariya Sâvakas lead their lives with these Vihâra-Dhammas.

The recollection of six Anussatis can be done in six ways :- 1. Buddhânussati, the recollection that the Buddhâ was the Arahant who enlighthence the Truths by Himself. 2. Dhammânussati, the recollection of the Dhamma as being enlighthence by Himself. 3. Sanghânussati, the recollects of The Sanghâ as the One who practice well. 4. Silanussati, the recollects of ones own Sila as being well practiced. 5. Cângânussati the recollects of the Donation, by which the peoples are without the stingy. 6. Devatânussati, the recollects of the deities as they are really in existence.

The mental development by developing the six Anussatis in Mahânâma Sutta is the way for developing the mind to cause to mind to be firm and to be the

base of the development of Vipassanā. These six Anussatis can cause a person to attain Samādhi at the level of Upacāra-Samādhi. The Samādhi can get rid of the five Nivârânas. This Upacāra-Samādhi is the one near to the Jhâna. Regarding the lift up of the temperament to Vipassanā, It is found that after one re-collects the Anussati as Upacāra-Samādhi, one uses the Samādhi for fixing the mind to know the Form and the Norm to see the Three Characteristics (Tilakkhanas):- The impermanency, the suffering and the non-self. This point is called as the lifting up of the temperament to Vipassanā.

Besides this, the Mental Development with the Mindfulness of six Anussatis used with the mental development by cultivating the six Anussatis and be practiced by the common persons and holy persons. The cultivating of six Anussatis can be used in the mental development for oneself and others to live together happily.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จได้ด้วยดี ด้วยความอนุเคราะห์เมตตาช่วยเหลือศิษยานุศิษย์เป็นอย่างดีจากท่านอาจารย์ที่ปรึกษา ๒ ท่าน คือ พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ.ดร. คณบดีคณะพุทธศาสตร์ ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และ ดร.บุญเลิศ โอบุสสุ กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ทั้งสองท่านได้กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำ ชี้แจง ตรวจสอบ แก้ไข จนทำให้วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จอย่างรวดเร็ว สมบูรณ์ ท่านเป็นผู้เห็นตเห็น้อยมากที่สุดในการให้ความรู้แก่ศิษยานุศิษย์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณด้วยใจที่เคารพนอบน้อมไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณประธานสอบโครงร่าง ประธานสอบวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบโครงร่าง คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ อาจารย์ทุกท่านที่ให้ความรู้ ผู้เชี่ยวชาญด้านภาษาศาสตร์และเจ้าหน้าที่ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยทุกท่าน

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ รัชนี สุทนต์ ป.ธ.๙, พธ.ม.(พระพุทธศาสนา) ท่านเป็นผู้สอนผู้แนะนำวิธีการค้นหาข้อมูลและวิธีการเขียนโครงร่างวิทยานิพนธ์จากรายวิชาพระไตรปิฎกวิเคราะห์ให้แก่ศิษยานุศิษย์เป็นท่านแรก เป็นผู้จุดประกายในการเขียนหัวข้อเรื่องของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้อยู่เบื้องหลังความสำเร็จอีกท่านหนึ่ง เป็นรุ่นพี่จบปริญญาเอกจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ท่านเป็นผู้แนะนำให้รู้จักมหาวิทยาลัยแห่งนี้เป็นท่านแรก จนได้เข้ามาศึกษาและยังให้การสนับสนุนหนังสือเรียนจนจบการศึกษาคือ เรืออากาศโท ดร.อภิชาติ พรสี

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า วิทยานิพนธ์ฉบับนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้เริ่มต้นศึกษาการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาทั้งในด้านปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ และสามารถนำความรู้การพัฒนาจิตโดยการเจริญอนุสติไปใช้พัฒนาจิตได้จริงอย่างถูกต้องตรงตามขั้นตอน ขออารมณีสัมมาสัมพุทธเจ้าช่วยปกป้องคุ้มครองพระพุทธศาสนาให้เจริญสืบทอดดำรงอยู่ต่อไปตราบนานครบ ๕,๐๐๐ ปีเพื่อเกื้อกูลสัตว์โลกได้พ้นทุกข์ด้วยเทอญ

เรืออากาศเอกหญิง ณพนนรัศม์ ธนัทพรหมกร

๒๑ มีนาคม ๒๕๕๙

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญ	จ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ช
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์	๔
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๔
๑.๔ ขอบเขตในการวิจัย	๔
๑.๕ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๕
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๓
๑.๘ ประโยชน์ที่จะได้รับ	๑๔
บทที่ ๒ อนุสสติในมหานามสูตร	๑๕
๒.๑ ความหมายของมหานามสูตร	๑๕
๒.๒ สาระสำคัญของอนุสสติในมหานามสูตร	๑๖
๒.๒.๑ พุทธานุสสติ	๑๗
๒.๒.๒ ธรรมานุสสติ	๑๗
๒.๒.๓ สังฆานุสสติ	๑๘
๒.๒.๔ สीलานุสสติ	๑๙
๒.๒.๕ จาคานุสสติ	๑๙
๒.๒.๖ เทวตานุสสติ	๒๐
๒.๓ หลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับอนุสสติในมหานามสูตร	๒๑
๒.๓.๑ สมာธิ	๒๑
๒.๓.๒ ภาวนา	๒๒
๒.๓.๓ ฌาน	๒๓
๒.๓.๔ ปณีโพธิ	๒๔
๒.๓.๕ สัมปายะ	๒๕
๒.๓.๖ ไตรสิกขา	๒๖
๒.๓.๗ สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน	๒๗
๒.๓.๘ ไตรลักษณ์	๒๘
๒.๔ สรุปความ	๒๘

บทที่ ๓ การพัฒนาจิตโดยการเจริญอนุสติในมหานามสูตร	๓๐
๓.๑ ความหมายของการพัฒนาจิต	๓๐
๓.๒ ความสำคัญของการพัฒนาจิต	๓๑
๓.๓ การพัฒนาจิตโดยการเจริญอนุสติ	๓๗
๓.๓.๑ วิธีระลึกถึงพุทธานุสติ	๓๙
๓.๓.๒ วิธีระลึกถึงธัมมานุสติ	๔๑
๓.๓.๓ วิธีระลึกถึงสังฆานุสติ	๔๓
๓.๓.๔ วิธีระลึกถึงสีลานุสติ	๔๔
๓.๓.๕ วิธีระลึกถึงจาคานุสติ	๔๕
๓.๓.๖ วิธีระลึกถึงเทวตานุสติ	๔๗
๓.๓.๗ สรุปความ	๔๙
๓.๔ อานิสงส์การเจริญอนุสติในมหานามสูตร	๔๙
๓.๔.๑ อานิสงส์การเจริญอนุสติในมหานามสูตร ๖ ประการ	๔๙
๓.๔.๒ อานิสงส์การเจริญอนุสติ ๖ สำเร็จเฉพาะอริยสาวก	๕๒
๓.๔.๓ อานิสงส์ของอริยอุโปสถศีล	๕๔
๓.๔.๔ อานิสงส์การเจริญอนุสติสำหรับภักตยานุปลุชน	๕๘
๓.๔.๕ สรุปความ	๕๘
๓.๕ การยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา	๕๘
๓.๕.๑ การเจริญอนุสติเพื่อเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนา	๕๙
๓.๕.๒ การยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา	๕๙
๓.๖ แนวทางเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานเบื้องต้น	๖๔
๓.๗ สรุปความ	๖๕
บทที่ ๔ วิเคราะห์การเจริญอนุสติในมหานามสูตรเพื่อใช้ในการพัฒนาจิต	๖๗
๔.๑ การศึกษาอนุสติในมหานามสูตร	๖๗
๔.๑.๑ ความเข้าใจเกี่ยวกับการเจริญอนุสติ	๖๗
๔.๑.๒ ความแตกต่างของเนื้อหาของอนุสติ ๖ ประการ	๖๘
๔.๒ การศึกษาการพัฒนาจิตโดยการเจริญอนุสติในมหานามสูตร	๗๓
๔.๒.๑ เตรียมความพร้อมในการเจริญอนุสติ ๖ ประการ	๗๓
๔.๒.๒ วิธีเจริญอนุสติในมหานามสูตร ๖ ประการ	๗๔
๔.๓ การเจริญอนุสติในมหานามสูตรเพื่อใช้ในการพัฒนาจิต	๗๖
๔.๓.๑ แรงจูงใจหรือเป้าหมายในการพัฒนาจิตโดยการเจริญอนุสติ	๗๖
๔.๓.๒ ความปรารถนาในการพัฒนาจิตโดยการเจริญอนุสติ	๗๗
๔.๔ การยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา	๗๘
๔.๔.๑ การเจริญอนุสติเพื่อเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนา	๗๘
๔.๔.๒ วิธียกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา	๗๙
๔.๕ สรุปความ	๘๒

บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัย	๘๓
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๘๓
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๘๙
บรรณานุกรม	๙๐
ภาคผนวก	๙๕
ผนวก ก มหานามสูตร	๙๖
ผนวก ข มหานามสูตรอื่นที่เกี่ยวข้อง	๙๙
๑. ปฐมมหานามสูตร สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค	๙๙
๒. ทุตียมหานามสูตร สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค	๑๐๑
๓. มหานามสูตร สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค	๑๐๓
๔. มหานามสูตร สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค (อีกสูตรหนึ่ง)	๑๐๕
๕. มหานามสูตร อังคุตตรนิกาย อัฏฐกนิบาต	๑๐๖
๖. ปฐมมหานามสูตร อังคุตตรนิกาย เอกาทสกนิบาต	๑๐๘
๗. ทุตียมหานามสูตร อังคุตตรนิกาย เอกาทสกนิบาต	๑๑๑
ประวัติผู้วิจัย	๑๑๔

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

การใช้อักษรย่อ

อักษรย่อที่ใช้อ้างอิงจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ ส่วนคัมภีร์อรรถกถา ฎีกา ภาษาไทยใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์พระไตรปิฎก

การอ้างอิงพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อ้างอิงฉบับภาษาไทย ใช้ระบุชื่อคัมภีร์และระบุถึง เล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น อง.ฉก. (ไทย) ๒๒/๑๐/๔๒๑. หมายถึง พระไตรปิฎกเล่ม ๒๒ พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ฉักกนิบาต ข้อ ๑๐ หน้า ๔๒๑. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙ เรียงตามลำดับคัมภีร์ ดังนี้

พระสุตตันตปิฎก

ที.สี. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค (ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค (ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลป้อนาสก์ (ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมป้อนาสก์ (ภาษาไทย)
ส.นิ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย นิทานวรรค (ภาษาไทย)
ส.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค (ภาษาไทย)
อง.ติก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทิกกนิบาต (ภาษาไทย)
อง.ปญจก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปญจกนิบาต (ภาษาไทย)
อง.ฉก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ฉักกนิบาต (ภาษาไทย)
อง.อฎฐก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย อฎฐกนิบาต (ภาษาไทย)
อง.เอกาทสก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เอกาทสกนิบาต (ภาษาไทย)
ช.ป. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามวรรค (ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.วิ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก วิมังค์ (ภาษาไทย)
อภิ.ปุ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก ปุคคลปัญญัตติ (ภาษาไทย)

ปกรณ์วิเสส

วิสุทฺธิ. (ไทย) ๑	=	วิสุทฺธิมรรคปกรณ์ (ภาษาไทย) ภาค ๑
วิสุทฺธิ. (ไทย) ๒	=	วิสุทฺธิมรรคปกรณ์ (ภาษาไทย) ภาค ๒

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ขุ.ธ.อ. (ไทย) = ขุททกนิกาย ธรรมบทอรรถกถา (ภาษาไทย)

คำอธิบายสัญลักษณ์

พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙ การอ้างอิงใช้ระบบระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น วิ.มหา. (ไทย) ๕/๑๖/๒๑-๒๒. หมายถึง วินยปิฎก มหาวิภังค์ (ภาษาไทย) พระไตรปิฎก เล่ม ๕ ข้อ ๑๖ หน้า ๒๑-๒๒.

อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙ (พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาแปล) การอ้างอิงใช้ระบบระบุ เล่ม/ภาค (ถ้ามี) /ตอน (ถ้ามี)/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ขุ.ท.อ. (ไทย) ๑/๒/๒/๑๐๐. หมายถึง ขุททกนิกาย ธรรมบทอรรถกถา (ภาษาไทย) เล่ม ๑ ภาค ๒ ตอน ๒ หน้า ๑๐๐. ขุ.ท.อ. (ไทย) ๑/๓/-/๔๙๘. หมายถึง ขุททกนิกาย ปรมัตถทีปนี อุทานอรรถกถา (ภาษาไทย) เล่ม ๑ ภาค ๓ หน้า ๔๙๘.

ปกรณ์วิเสสภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙ การอ้างอิงใช้ระบบระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น วิสุทฺธิ. (ไทย) ๒/๕๕/๙๙. หมายถึง วิสุทฺธิมรรคปกรณ์ (ภาษาไทย) ภาค ๒ ข้อ ๕๕ หน้า ๙๙. อธิบายดังนี้

วิสุทฺธิ.(ไทย) หมายถึง วิสุทฺธิมรรคปกรณ์(ภาษาไทย) ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙. ๑ หมายถึง ภาค ๑, ๒ หมายถึง ภาค ๒