

เครื่องวัดความก้าวหน้าแห่งการปฏิบัติธรรม

How to estimate the quality of practice

รศ.ดร.ประพันธ์ เศวตนันท์

หลังจากที่ได้ปฏิบัติธรรมไปนานพอประมาณ ผู้ปฏิบัติมักต้องการทราบว่า ตนเองนั้นได้องค์ธรรมไปถึงขั้นใดแล้ว ซึ่งเรื่องในทำนองนี้ก็เป็นเรื่องธรรมดา เหมือนการเรียนหนังสือ ผู้เรียนย่อมต้องการรู้ว่า ตนเองได้เกรดเท่าไร ตอนนี้อยู่ชั้นอะไรแล้ว เพื่อเป็นกำลังใจในการปฏิบัติต่อไป หลักธรรมที่เป็นเครื่องวัดความก้าวหน้าแห่งการปฏิบัติธรรม คือ **อินทรีย์ 5** ประกอบไปด้วย ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา คำว่า “อินทรีย์” แปลว่า ความเป็นใหญ่ ความเป็นใหญ่ ความมีอำนาจ ถ้าถามว่าอำนาจทำอะไร คืออำนาจอันยิ่งใหญ่ในการปราบอภิสลทั้งปวง ผู้ใดมีอำนาจในการปราบอภิสลมากเท่าไร ก็แสดงว่า ตนเองได้ก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมเพียงนั้น อำนาจอันยิ่งใหญ่นี้สามารถแบ่งแยกได้เป็น 5 ส่วนด้วยกัน แต่ละส่วนของการปฏิบัติล้วนมีผลเป็นปัจจัยต่อกันเป็นลูกโซ่ดังต่อไปนี้

1. **ศรัทธา** คือ ความเชื่ออย่างมีเหตุผล 4 ประการ ได้แก่ (1) เชื่อในเรื่องกรรม (2) เชื่อในเรื่องวิบาก (3) เชื่อว่าสัตว์โลกทั้งหลายต่างมีกรรมเป็นของตน และ (4) เชื่อในคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
2. **วิริยะ** คือ ความเพียร 4 ประการ ได้แก่ (1) **เพียรละบาป** ที่ได้เกิดขึ้นในตนเองแล้ว (2) **เพียรระวัง** ไม่ให้เกิดบาปในตนเองอีก (3) **เพียรสร้าง** บุญให้เกิดขึ้นในตนเอง และ (4) **เพียรรักษา** บุญที่เกิดขึ้นแล้วให้คงอยู่ (สัมมัปปธาน 4)
3. **สติ** คือ การระลึกความรู้สึกตัวไม่ให้จิตไหลไปสู่บาป ความระวังตัวอยู่เสมอๆ ไม่ยอมมถล่มลงไปทางเสื่อม สติ คือ หัวใจของพระพุทธศาสนา
4. **สมาธิ** คือ ความตั้งมั่นของจิตในปัจจุบัน คำว่า **สมาธิ** ในทางพระพุทธศาสนา มีความหมายอยู่ที่การทำให้เกิดปัจจุบันอารมณ์เสมอๆ
5. **ปัญญา** คือ ความรู้แจ้งในธรรมชาติทั้งปวง ผู้ใดพบ ผู้นั้นพ้น

องค์ประกอบแห่งอินทรีย์ทั้ง 5 ดังกล่าวนี้อ ย่อมส่งผลเป็นปัจจัยต่อกัน คือ ศรัทธาทำให้เกิดความเพียร ความเพียรช่วยทำให้สติมั่นคง สามารถกำหนดอารมณ์แห่งปัจจุบันได้ ทำให้ได้สมาธิ และสมาธิทำให้เกิดความรู้แจ้งในธรรมชาติทั้งปวง ได้แก่ การเห็นภัยของตัณหาและอวิชชาที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดทุกข์ มองเห็นโทษแห่งการเวียนว่ายตายเกิด เมื่อจิตค่อยๆ เข้าถึงธรรมะ ย่อมทำให้เกิดมีศรัทธามากขึ้นกว่าเดิม เกิดลูกโซ่ต่อเนื่องไปไม่มีที่สิ้นสุด อินทรีย์ 5 เป็นเครื่องวัดความก้าวหน้าแห่งการปฏิบัติธรรม ก็เพราะว่าความยิ่งใหญ่ในแต่ละส่วน คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา คือ อำนาจแห่งการบรรลุมรรคขั้นสูง พระพุทธองค์ได้ทรงชี้แจงว่า ตัวการที่กำหนดให้

บุคคลผู้ธรรมชาตืช้าหรือเร็ว คือ ความเข้มแข็งแห่งอินทรีย์ 5 นั้นเอง เช่น อินทรีย์ 5 แก่กล้าที่สุดก็คือพระอรหันต์ อินทรีย์ 5 อ่อนลงมาก็คือพระอนาคามี รองลงมาคือ พระสกทาคามี และพระโสดาบัน อาจกล่าวได้ว่า ความอ่อนแก่แห่งอินทรีย์ 5 ในมวลมนุษย์เป็นเครื่องวัดความแตกต่างของการบรรลุธรรมอย่างแท้จริง ดังนั้นผู้ปฏิบัติธรรมไม่จำเป็นต้องรู้ว่า ตนเองได้บรรลุญาณปัญญาระดับใด เพียงรักษาความยิ่งใหญ่แห่งตัวตน คือ อินทรีย์ 5 เท่านั้น ท่านย่อมได้รับผลจากการปฏิบัติธรรมอย่างแน่นอนที่สุด

การพัฒนาอินทรีย์ 5 อย่างสม่ำเสมอ นอกจากจะช่วยยกระดับจิตใจแห่งการบรรลุธรรมแล้วยังเป็นองค์ธรรมที่ใช้ปราบอกุศลธรรมให้หมดไปได้ ได้แก่ (1) ศรัทธา กำจัดความไม่เชื่อถือในคำสอนของพระพุทธศาสนา ไม่เชื่อว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ขจัดความไม่มีเหตุไม่มีผล (2) วิริยะ กำจัดความเกียจคร้านในการปฏิบัติธรรม รวมทั้งความเกียจคร้านในการประกอบกิจการงานต่างๆ ด้วย (3) สติ กำจัดความประมาทเลินเล่อ เผลอสติ (4) สมาธิ กำจัดความฟุ้งซ่านแห่งจิต ให้จิตตั้งมั่นอยู่ในปัจจุบัน (5) ปัญญา กำจัดความหลง ความไม่รู้ ความมืดบอด คือ กำจัดอวิชชานั้นเอง แต่ปัญหาที่มักเกิดขึ้นเสมอๆ คือ ความเข้มแข็งแห่งอินทรีย์ทั้ง 5 ไม่ค่อยเสมอกัน ที่น่าสังเกตคือ ศรัทธามักจะแรงเกินไป และเป็นศรัทธาผิดที่ คือไปศรัทธาในตัวพระสงฆ์ ด้วยเหตุผลต่างๆ กันออกไป เช่น หลวงพ่อองค์นี้เทศน์เก่ง หลวงพ่อองค์นี้ดำรงชีวิตเรียบง่ายดี ชอบทำสมาธิอยู่ตามป่าเขา หลวงพ่อองค์นี้เคร่งมาก รักษาโรคเก่ง มีอิทธิปาฏิหาริย์ ฯลฯ ตามความเป็นจริงนั้น ศรัทธาที่ถูกต้องคือ ศรัทธาในคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ ที่ให้เชื่อในเรื่องกรรม วิบาก ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เป็นต้น เมื่อมีศรัทธาผิดที่ ประกอบกับมีปัญญาน้อย ทำให้เลื่อมใสในสิ่งที่ไม่ควรเลื่อมใส เข้ากรณิดูเขาเราแยء ทำให้หน้าเสีตายสำหรับผู้ปฏิบัติธรรมหลายท่านที่ล้มเลิกการปฏิบัติไป ด้วยเหตุที่มีศรัทธาผิดที่นั่นเอง

เมื่อได้พูดถึงอินทรีย์ 5 ให้เป็นที่เข้าใจแล้ว ย่อมต้องกล่าวถึง **พละ 5** เพราะเป็นองค์ธรรมที่สนับสนุนซึ่งกันและกัน พละ 5 แปลว่า กำลัง 5 ประการ มีชื่อเรียกเหมือนกับอินทรีย์ 5 ได้แก่ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา แต่มีความหมายในลักษณะกำลังเข้าเสริมในแต่ละตัว เพราะทุกอย่างเป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง คงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ อินทรีย์ 5 ก็เป็นธรรมชาติอย่างหนึ่งที่ตกอยู่ในความเป็นอนิจจังเช่นกัน ย่อมมีการเกิดดับอยู่ตลอดเวลา เมื่ออินทรีย์ 5 ตัวใดตัวหนึ่งหมดกำลัง พละในกลุ่มเดียวกันก็จะเข้าเสริมอุดหนุนให้ศรัทธาเกิดขึ้นมาได้ เป็นต้น การศึกษาพละ 5 โดยไม่มีความเข้าใจในเรื่องอินทรีย์ 5 จึงเป็นไปได้ไม่ได้เลย