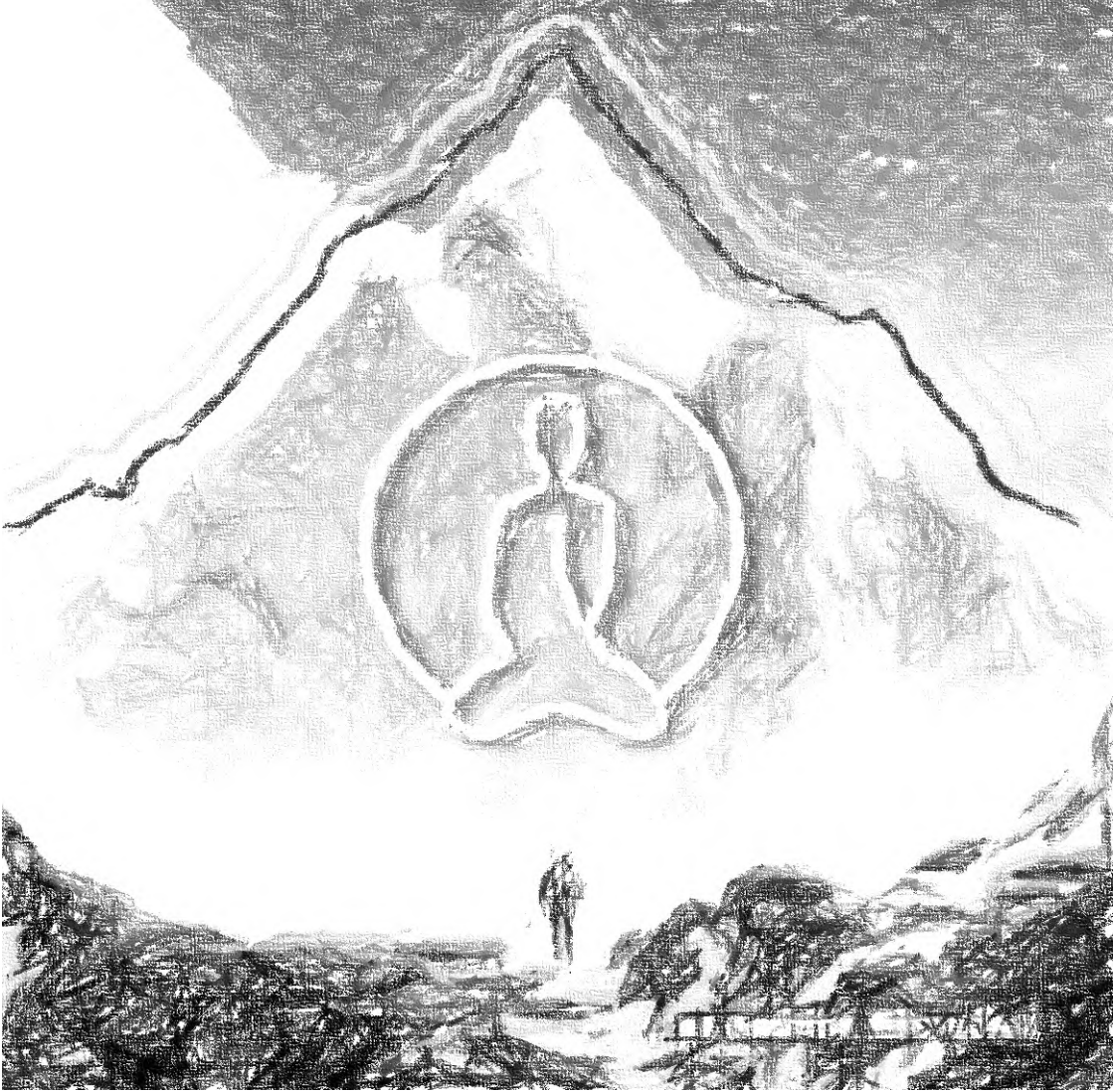


ว่าด้วย อุเบกขา On Uppekkha



ดร.เจตนิพัทธ์ พิธิยานุวัฒน์

เจ้าชาย อุเบกขา On Uppekkha



ว่าด้วยอุเบกขา

[On Uppekkha]

ดร.เจตนิพัทธ์ พิธิยานุวัฒน์

ISBN (e-book): 978-616-93492-6-6

จัดทำ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ปิสเปส

พิมพ์เมื่อ พ.ศ. ๒๕๖๕

ปก ปริชมน ดวงจอมดี

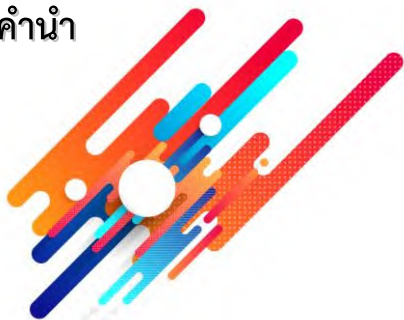
จำนวนหน้า ๒๐๗ หน้า

ราคา e-book ๑๐๐ บาท

จัดจำหน่ายในรูปแบบ หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (Electronics Book)

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์โดยห้างหุ้นส่วนจำกัดปิสเปส
ห้ามลอกเลียนไม่ว่าส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือเล่มนี้ไม่ว่าในรูปแบบใด
นอกจากจะได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากผู้จัดพิมพ์เท่านั้น

คำนำ



“ว่าด้วยอุเบกขา” เป็นการไตร่ตรองคิดเกี่ยวกับอุเบกขาในธรรมทั้งปวงในฐานะก้าวสุดท้ายสู่ประตุนิพพาน อุเบกขาเป็นภาวะเป็น ทรง ดำรง ของจิตและกายที่ดำเนินไปอย่างต่อเนื่องท่ามกลางเหตุปัจจัยอันเป็นหนึ่งในที่สุดแห่งธรรมทั้งหลายที่เผยแพร่และได้รับการยอมรับจากพุทธศาสนิกชน กระนั้น ความเข้าใจต่ออุเบกขาก็มีหลากหลาย จึงทำให้ผู้เขียนสนใจที่จะอธิบายในระดับปรัชญาเพื่อเป็นฐานคิดแก่นักปฏิบัติทั้งหลาย รวมไปถึง นักวิชาการพระพุทธศาสนาและผู้สนใจทั่วไป เพื่อให้เข้าใจได้กระจ่างแจ้ง ลึกซึ้งยิ่งขึ้น อันเป็นหนทางแห่งปัญญาซึ่งเป็นที่ยกย่อง นั่นคือ ไตร่ตรองในธรรมเป็นนิจ ทั้งนี้ผู้วิจัยได้นำเอาหลักการของปรัชญากระบวนการหลังนวยุคสายกลางมาเป็นเครื่องมือในการอธิบายนี้

ผู้นิพนธ์หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะเป็นส่วนหนึ่งของการขยายองค์ความรู้ใหม่แก่ผู้อ่าน เป็นประโยชน์กับผู้สนใจศึกษาศาสนาและปรัชญา และเกิดประโยชน์สูงสุดกับวงวิชาการพระพุทธศาสนาต่อไป

ดร.เจตนิพัทธ์ พิธิยานุวัฒน์

๒๕๖๕

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	๗
สารบัญภาพ	ค
บทนำ	๑
อุเบกขา	๗
ฉฬังคุเบกขา	๑๖
พรหมวิหารอุเบกขา	๑๙
โพชฌังคุเบกขา	๒๓
วิริยอุเบกขา	๒๘
สังขารอุเบกขา	๓๐
เวทณุเบกขา	๓๕
วิปัสสนุเบกขา	๓๘
ตัตถมัมมัตตอุเบกขา	๔๐
ฌานอุเบกขา	๔๒
ปาริสุทธิอุเบกขา	๔๔
วิจารณ์ญาณต่อองค์ธรรมของอุเบกขา	๔๕
ความคิดวิพากษ์ต่ออุเบกขา	๕๑
เหตุปัจจัยแห่งปัญญา	๗๑
พุทธปรัชญา	๗๙
ปรัชญากระบวนทรรศน์	๘๗
ย้อนอ่านอุเบกขา	๙๙
บททวนคิดต่ออุเบกขา	๑๐๓

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
การวิจัยคุณค่าอุเบกขา	๑๓๗
การส่งเสริมอุเบกขา	๑๕๓
การวิธานเพื่อประยุกต์ใช้อุเบกขา	๑๗๑
บทส่งท้าย	๑๘๘
บรรณานุกรม	๑๙๒
ดัชนี	๑๙๘
ประวัติผู้เขียน	๒๐๑

สารบัญภาพ

	หน้า
ระดับแห่งอุเบกขา	๑๑
องค์ธรรมแห่งอุเบกขา	๔๘
โครงสร้างเครือข่ายตามกระบวนทรรศน์นวกุค	๙๓
โครงสร้างเครือข่ายตามกระบวนทรรศน์หลังนวกุค	๙๗
อุเบกขาระดับหนึ่ง	๑๖๔
อุเบกขาระดับวาง	๑๖๕
อุเบกขาระดับปล่อย	๑๖๖

บทนำ



อุเบกขาเป็นข้อธรรมที่เป็นไปเพื่อความตั้งมั่นแห่งพระสัทธรรมในระดับปฏิบัตินั้นอุเบกขามีความมุ่งหมายเพื่อเป็นฐานรองรับการปฏิบัติของบุคคลให้มีสติอยู่เสมอ แต่ความคลาดเคลื่อนในความเข้าใจต่ออุเบกขาส่งผลให้มีการปฏิบัติที่ไม่ถูกต้อง แม้จะมีผู้ให้คำตอบทั้งโดยละเอียดและโดยย่อเพื่อแก้ไขความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนนี้ แต่ก็ยังไม่ทำให้ความคลาดเคลื่อนสิ้นไป อีกทั้งการวิพากษ์ที่มีต่ออุเบกขาก็ยังมีอยู่ จึงเป็นความน่าสนใจที่จะดำเนินวิธีบางประการเพื่อให้เข้าใจความหมายของอุเบกขาให้ลึกซึ้ง พ้นไปจากการสืบทอดความคิดอย่างสามัญว่าเป็นเรื่อง “ปล่อย ๆ มันไป” หรือ “เฉย ๆ ไว้” หรือ “วางเฉยหรือปล่อยวางกับบางเหตุการณ์” แต่เป็นดำเนิรวิธีผ่านการใช้วิจารณ์ญาณต่ออุเบกขาในระดับปัญญา เพื่อเป็นทางสายกลางแก่ผู้ปฏิบัติ

การแปลว่า วางเฉย นิ่งเฉย พังเฉย หรือนิ่งอยู่เฉย ๆ เป็นการแปลที่ได้รับความนิยมด้วยเป็นภาษาสามัญง่าย ๆ ทำให้ความหมายตามศัพท์ ตามธรรม ของอุเบกขาไม่ลึกซึ้งเพียงพอ ส่งผลทำให้เมื่อพิจารณาคำสอนของศาสนาก็อ่ยมืดไปด้วย และข้าร่ายยังมองอุเบกขาและธรรมที่มี

อุเบกขาเข้าไปเกี่ยวข้องว่า เป็นส่วนที่ทำอะไรไม่ได้ ได้แต่นิ่งเฉย ไม่ปรากฏผลใด ๆ ทำให้หลายคนปฏิเสธ ไม่ยอมรับการใช้อุเบกขาไปเลย

เมื่อมีการขยายความอุเบกขาว่าเป็น “ความวางเฉยแบบวางใจเป็นกลาง” โดยไม่เอนเอียงเข้าข้างเพราะชอบ เพราะชัง เพราะหลง และเพราะกลัว เช่น ไม่เสียใจเมื่อคนที่ตนรักถึงความวิบัติ หรือไม่ดีใจเมื่อศัตรูถึงความวิบัติ มิใช่วางเฉยแบบไม่แยแสหรือไม่รู้ไม่ชี้ ทั้งที่สามารถช่วยเหลือได้ เป็นต้น ความเข้าใจเช่นนี้ได้ขยายความและช่วยแก้ไขความเข้าใจคลาดเคลื่อนของฝ่ายแรกได้ และได้เน้นย้ำว่าลักษณะของผู้มีอุเบกขา คือ การเป็นคนหนักแน่น มีสติอยู่เสมอ ไม่ดีใจ ไม่เสียใจจนเกินเหตุ เป็นคนยุติธรรม ยึดหลักความเป็นผู้ใหญ่ รักษาความเป็นกลางไว้ได้มั่นคง ไม่เอนเอียงเข้าข้างฝ่ายใด ปฏิบัติหน้าที่ด้วยเหตุผลถูกต้องตามครรลองคลองธรรม และเป็นผู้วางเฉยได้เมื่อไม่อาจประพฤติดเมตตา กรุณา หรือมูทิตา ในหลักพรหมวิหาร

แม้คำอธิบายนี้จะได้รับการยอมรับ แต่ก็มีผู้ตีความเลื่อนไปอีกว่า อุเบกขาเป็นภาวะวางเฉยอันเป็นภาวะของการทำอะไรไม่ได้ จึงได้แต่นิ่งเฉย การตีความเช่นนี้ได้รับการยอมรับในส่วนหนึ่งและทำให้เกิดการปฏิเสธหลักอุเบกขาในระดับปฏิบัติของปัจเจกชนที่ยึดถือหลักมนุษยนิยม ด้วยมองว่าการนิ่งเฉยไม่ทำอะไรเลยเป็นการละเลยศักยภาพความเป็นมนุษย์ของตนและขาดมนุษยธรรมที่จะกล้ากระทำสิ่งดี หรือเสียสละเพื่อสิ่งดี นั้นเท่ากับการขาดความกล้าหาญทางจริยธรรม



ปัญหาของอีกฝ่ายหนึ่งเกิดจากศึกษาคำอธิบายขยายความ
 อูเบกขาในระดับของการปฏิบัติธรรม มีทรรศนะว่า อูเบกขาเป็นการทำ
 สภาวะจิตให้เสมอภาค เมื่อบุคคลอาศัยสภาวะจิตเช่นนี้ ย่อมสามารถรู้เท่า
 ทันอารมณ์ที่เป็นกุศลและอกุศลได้ด้วยปัญญาที่เกิดพร้อมกับความวางเฉย
 นั้น และสามารถควบคุมจิตไม่ให้หวั่นไหวไปตามอารมณ์นั้น ๆ ตาม
 ลักษณะความหมายที่ว่า ผู้มีอูเบกขา คือ ผู้ดำรงอยู่ในสภาวะที่เป็นกลาง
 กล่าวคือ มีปกติภาวะที่บริสุทธิ์ ไม่ดีใจ ไม่เสียใจ ในรูป เสียง กลิ่น รส
 สัมผัส และธรรมารมณ์ที่น่าปรารถนาอันตนได้ประสบ อันเป็นความหมาย
 ของความรู้สึกเป็นกลาง ภาวะเป็นกลาง และความไม่รู้สึกเป็นทุกข์หรือสุข
 ในขณะเสวยอารมณ์ทั้งหลาย ลักษณะสำคัญของอูเบกขาก็จะเป็นการสร้าง
 จุดยืนที่มั่นคง เป็นสภาวะปราศจากความรู้สึกสุขหรือทุกข์ และเป็น
 สภาวะที่เกิดขึ้นจากความเข้าใจเรื่องกฎแห่งกรรมและวิบากอย่างลึกซึ้ง
 เพราะจิตมีความสมบูรณ์ในตัวเองหรือที่เรียกว่าเป็นสภาวะแห่งความ
 สมบูรณ์ของจิต ดังที่พระพุทธโฆษาจารย์ผู้แต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้อธิบาย
 ว่า อูเบกขามีลักษณะทำให้จิตและความรู้สึกต่าง ๆ ดำเนินไปอย่าง
 สมบูรณ์ มีหน้าที่ตรวจตราดูความบกพร่องหรือความผิดปกติของจิตอยู่
 เสมอ และมีสภาวะปรากฏอยู่ด้วยความมีจุดยืนของตัวเอง

คำอธิบายนี้มาจากระดับของอูเบกขาในระดับปฏิบัติ ซึ่งเมื่อมอง
 ผ่านการจัดประเภทของอูเบกขาซึ่งสะท้อนความหมาย ความสำคัญ และ
 วิธีการปฏิบัติในระดับปฏิบัติต่าง ๆ โดยอูเบกขามีความมุ่งหมายเพื่อเป็น
 ฐานรองรับการปฏิบัติของบุคคลให้มีสติอยู่เสมอ หากว่าโดยประเภทแล้ว
 มีอยู่ด้วยกัน ๑๐ ประการ ได้แก่

- ๑) ฉฬงคุเปกขา
- ๒) พรหมวิหารอุเปกขา
- ๓) โพชฌงคุเปกขา
- ๔) วิริยอุเปกขา
- ๕) สงขารอุเปกขา
- ๖) เวทณูเปกขา
- ๗) วิปัสสนูเปกขา
- ๘) ตตรมชฌตตุเปกขา
- ๙) ฌานูเปกขา
- ๑๐) ปาริสุทธิอุเปกขา

คำอธิบายของอุเบกขา ๑๐ นั้น ต่างชี้ว่า อุเบกขาเป็นคุณลักษณะของปัญญาที่เกิดขึ้นในองค์ฌาน ที่เฝ้าสังเกตพิจารณาอาการของจิต เจตสิก และรูป หรือขันธ์ห้า หรือ ปฏิจจสมุปบาท ที่แสดงอาการความเป็นจริงออกมาในขณะที่จิตนิ่งสงบ ในระดับฌานสมาธิ ตั้งแต่ระดับฌานที่ ๔ ขึ้นไปจนถึงฌานที่ ๘

ปัญญาระดับอุเบกขานี้จะพิจารณาเห็นความจริงของปรมัตถธรรมทั้ง ๓ ข้อคือ จิต เจตสิก และรูป หรือขันธ์ห้าโดยละเอียด ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เพราะละสุขและทุกข์ได้แล้ว เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้ว เราได้บรรลुจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์ เพราะอุเบกขาอยู่” (วิมพา.(ไทย) ๑/๑๑/๖)



บรรดาอุเบกขา ๒ อย่างนั้น อุเบกขาใดบุคคลรู้ว่า เมื่อเราเสพ อุเบกขานี้แล อกุศลธรรมทั้งหลายเสื่อมลง กุศลธรรมทั้งหลายเจริญยิ่งขึ้น อุเบกขาเช่นนี้เป็นอุเบกขาที่ควรเสพ ในอุเบกขานั้น อุเบกขาใดมีวิตก มี วิจารณ์ และอุเบกขาใดไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ บรรดาอุเบกขา ๒ อย่างนั้น อุเบกขาที่ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ ประณีตกว่า ข้อที่เรากล่าวไว้ว่า จอมเทพ เรากล่าวอุเบกขาไว้ ๒ อย่าง คือ อุเบกขาที่ควรเสพและอุเบกขาที่ไม่ควร เสพ เรากล่าวเพราะอาศัยเหตุนี้ (ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๖๒/๒๘๙)

อุเบกขาในอัปมัญญา เป็นการแผ่เมตตาอย่างไม่มีขอบเขต เป็น คุณธรรมของพระภิกษุผู้เป็นพระโยคาวจร ผู้มุ่งปฏิบัติเพื่อขัดเกลากิเลส ของตนให้หมดจด (ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๐๘/๒๘๐)

เมื่อภิกษุเจริญอุเบกขากาวนาอยู่เป็นประจำย่อมได้รับอานิสงส์ เบื้องต้นคือ การละความหงุดหงิดรำคาญใจได้ ซึ่งมีการสลัดตนออกจาก กิเลสได้ในที่สุด ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เธอจงเจริญอุเบกขากาวนาเถิด เพราะ เมื่อเธอเจริญอุเบกขากาวนาอยู่ จักละความหงุดหงิดได้” (ม.ม.(ไทย) ๑๓/ ๑๒๐/๑๓๑)

ปัญหาทั้ง ๒ ฝ่ายข้างต้น ยังคงดำรงอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งพอจะสรุป ได้ว่า มีปัญหา ๒ เรื่อง ได้แก่

๑. เข้าใจอุเบกขาธรรมผิด ส่งผลให้เกิดการปฏิบัติที่ไม่ถูกต้อง ตามมา เรียกว่าเป็น **อัญญานุเบกขา** มีท่าทีการวางเฉยเพราะไม่รู้
๒. เข้าใจอุเบกขาธรรมถูกต้อง แต่ก็**ละเว้น**ที่จะปฏิบัติเสีย

เมื่อวิเคราะห์ลงไปจะเห็นได้ว่า ฝ่ายแรกเกิดจากจิตถูกโมหะครอบงำ ด้วยเหตุนี้พุทธศาสนิกชนส่วนนี้จึงยังปฏิบัติอุเบกขาธรรมไม่สอดคล้องกับความหมายตามหลักของพระพุทธศาสนา เมื่อเข้าใจและตีความหมายผิดจึงส่งผลให้ปฏิบัติกันอย่างผิด ๆ ถือเป็นศัตรูใกล้ของอุเบกขาพรหมวิหาร

ฝ่ายหลังกลับศึกษาความหมายของอุเบกขาจากธรรมหมวดต่าง ๆ ได้ความรู้ความเข้าใจ สอบทวนความคิดแล้วก็ถูกต้องตรงตามธรรม แต่พุทธศาสนิกชนเหล่านี้กลับคิดว่าการปฏิบัติเพื่ออุเบกขาธรรมหรือปฏิบัติอุเบกขาธรรมนี้เป็นระดับที่สูงส่ง จึงเป็นหน้าที่โดยตรงของพระภิกษุเท่านั้นที่จะสามารถปฏิบัติอุเบกขาธรรมนี้ได้ เพราะอุเบกขาเป็นทางไปสู่การบรรลุนิพพานอย่างหนึ่ง



อุเบกขา



อุเบกขา คำบาลีว่า อุเปกฺขา จากรากศัพท์ อุป (เข้าไป, ไกล่)
+ อิกฺขา (การเสวยอารมณ์)

เพลง อี เป็น เอ : อุป + อิกฺขา = อุปิกฺขา > อุเบกฺขา

อุเบกขา แปลตามศัพท์ว่า

- ๑) กิริยาที่เสวยอารมณ์ที่เป็นไปไกล่เวทนาสองอย่าง คือ สุข
และทุกข์
- ๒) กิริยาที่เสวยอารมณ์ที่เข้าไปไกล่สุขและทุกข์ หมายถึง อยู่
ตรงกลางระหว่างสุขและทุกข์ เท่ากับ ไม่สุขไม่ทุกข์

ความหมายทั้งสองในระดับปฏิบัติหมายถึง เข้าไปเพ่ง หรือ
พิจารณาไกล่ ๆ หรือ คอยดู แต่ก็พึงพิจารณาความหมายที่ดีความตาม
ภาษาสามัญว่า วางเฉย ซึ่งเข้าใจร่วมกันว่า เข้าไปเพ่งเฉย ๆ พิจารณา
เฉย ๆ คอยดูเฉย ๆ

อุเบกขาที่ถูกต้อง เรียกว่า “**ญาณอุเบกขา**” เป็นอุเบกขาที่อิง
อาศัยความรู้คือ **ปัญญา** และต้องมาควบคู่กับปัญญาเสมอ เพื่อที่จะใช้

ปัญญาพิจารณาให้เห็นประจักษ์ชัดว่า อะไรคือ ความจริง อะไรคือ ความถูกต้อง อะไรคือ ความดีงาม อะไรคือ หลักการ เป็นต้น ดังนั้น

อุเบกขาที่ถูกต้องนั้นเป็นความเข้าใจระดับลึก นั่นคือ เป็นความเข้าใจระดับภาษาที่เข้าใจกันล้วนอยู่ภายใต้เงื่อนไขแห่งปัญญา ธรรมชาติของอุเบกขา สามารถศึกษาได้จากหลักธรรม ดังนี้

๑) อเวรา โหนตุติ อเวรา โหนตุติ อาทิพยาปารูปหาเรน มขมตตภาวูปคมเนน จ อุเปกขตติติ อุเปกขา ธรรมชาติใดพิจารณาในสัตว์ทั้งหลายพอประมาณด้วยการที่ไม่รักไม่ชัง คือสละความวุ่นวายที่เนื่องด้วยเมตตา กรุณา มุทิตา เช่นว่า ขอสัตว์ทั้งหลายจงเป็นผู้ไม่มีเวร เป็นต้น และมีสภาพเข้าถึงความเป็นกลาง ฉะนั้น ธรรมชาตินั้นชื่อว่า อุเบกขา (อุป บทหน้า อิกข ธาตุในความหมายว่าดู, เห็น อ ปัจจย, วิการ อิ เป็น เอ) (วิสุทธิ.(บาลี) ๑/๒๖๒/๓๔๙)

๒) อุปปตติโต อิกขติ สมํ ปสฺสติ อปฺกฺขปตติตา หุตฺวา ปสฺสตีติ อุเปกขา กิริยาที่ดูโดยอุบัติ คือ เห็นเสมอภาคกันไม่ตกเป็นฝ่ายไหน (วิสุทธิ.(บาลี) ๑/๒๖๒/๓๔๙)

๓) อิมฺเฐ อนิมฺเฐ จ อารมฺมณเณ ปกฺขปาตาภาเวน อุปฺปตฺโต ยุตฺตีโต อิกฺขติ อนุภาวตฺตีติ อุเปกขา กิริยาที่เสวยอารมณ์โดยสมควร (อุป บทหน้า อิกข ธาตุในความหมายว่ากิน, เสวย อ ปัจจย, วิการ อิ เป็น เอ) (พระธรรมกิตติวงศ์, ๒๕๕๐, น. ๔๐๘)

๔) ทฺวินฺนํ เวทนานํ สมีเป ปวตฺตา อิกฺขา อนุภาวนนฺติ อุเปกขา การเสวยอารมณ์ที่เป็นไปไกล้ระหว่างเวทนา ๒ อย่าง (โทมนัส เวทนาและโสมนัสเวทนา) ชื่อว่า อุเบกขา (อุป



แผนศัพท์บทหน้า+ อิกขา,วิการ อิ เป็น เอ)

๕) สุขทุกขานัน อูปเตตา ยุตตะตา อวิรทฐา อิกขา อนุนวณนติ
อูปเภชา กิริยาที่เสวยอารมณ์ที่เข้าไปใกล้สุขและทุกข์ (อูป+อิกขา)

เถระผู้ใหญ่ก็ได้อธิบายไว้ เช่น อูปเภชาคือ การเข้าไปเพ่ง
พิจารณา การเฝ้ามองดูอยู่ใกล้ ๆ สมเด็จพระญาณสังวร, สมเด็จพระ
พระสังฆราช, ๒๕๒๓) ความวางเฉย หรือความมีใจเป็นกลาง หรือแปลให้
เต็มว่า ความวางที่เฉยดูอยู่ หมายถึง การดูอย่างสงบ หรือดูตามเรื่องที่เกิด
(พุทธทาสภิกขุ, ๒๕๓๑) การไม่ตกเป็นฝ่ายใด ในกรณีของฌานคือ ไม่ติด
ข้าง แม้แต่ในฌานที่มีความสุขอย่างยอดเยี่ยม และความหมายสูงขึ้นไปอีก
หมายถึง วางที่ดูเฉยในเมื่ออะไรทุกอย่างเข้าที่ดำเนินไปด้วยดี หรือเสร็จ
เรียบร้อยแล้ว ไม่ต้องชวนชวนใจก็จัดการ โดยเฉพาะในฌานที่ ๔ คือ
บริสุทธิหมดจดจากธรรมที่เป็นข้าศึกเรียบร้อยแล้ว จึงไม่ต้องชวนชวนที่
จะกำจัดธรรมที่เป็นข้าศึกนั้นอีก จัดเป็นองค์ฌานโดยเฉพาะของฌานที่ ๔
(พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), ๒๕๔๖)

ผู้เขียนได้ทำการไตร่ตรองคิดบนภววิทยาจากการปฏิบัติวิปัสสนา
กรรมฐานอันถือเป็นฝ่ายปฏิบัติซึ่งการเข้าถึงอูปเภชาธรรมถือเป็น
เหตุการณ์เชิงภววิทยา (ontological event) แล้วทบทวนความคิดจาก
เครือข่ายความรู้เฉพาะตนอันประกอบด้วยความรู้และประสบการณ์ใน
อดีต (historically effected consciousness) และอธิบายผ่านการ
ตีความจากความหมายเชิงภาษาเพื่อให้ได้คำอธิบายเพิ่มเติมแก่ฝ่ายปริยัติ
โดยรู้พื้นและพื้นฟูความหมายของคำ “อูปเภชา” อันจะนำไปสู่ปฏิวัติ
เหมาะสม นั่นคือ ช่วยในการอธิบายเทคนิควิธีและกระบวนการในการ

ปฏิบัติเพื่อเข้าถึงอุเบกขาธรรม ผลของการไตร่ตรองได้เป็นคำอธิบายได้ว่าการเข้าถึงอุเบกขา เริ่มจากภาวะจิตนิ่ง จิตนิ่งเพราะจิตเข้าใจ จิตเข้าใจจึงนิ่ง จิตเข้าใจเรื่องอะไร จิตเข้าใจเรื่องที่มากกระทบ นั่นคือ จิตเข้าใจเรื่องกาย จึงนิ่ง จิตนิ่งเพราะเข้าใจกาย กายนิ่งจึงทำให้จิตเข้าใจกาย จิตจึงนิ่ง จิตวางเฉย วางเฉยเพราะเข้าใจ ในขณะที่กายนิ่ง เพื่อเข้าใจว่าเป็นปรากฏการณ์ทางจิตจึงปล่อย หรืออาจจะลำดับได้ว่า อุเบกขามีสภาวะเป็นอาการ มีอาการนิ่ง กายนิ่ง จิตนิ่ง จิตวางเฉย กายวางเฉย จิตปล่อยวาง กายปล่อยวาง

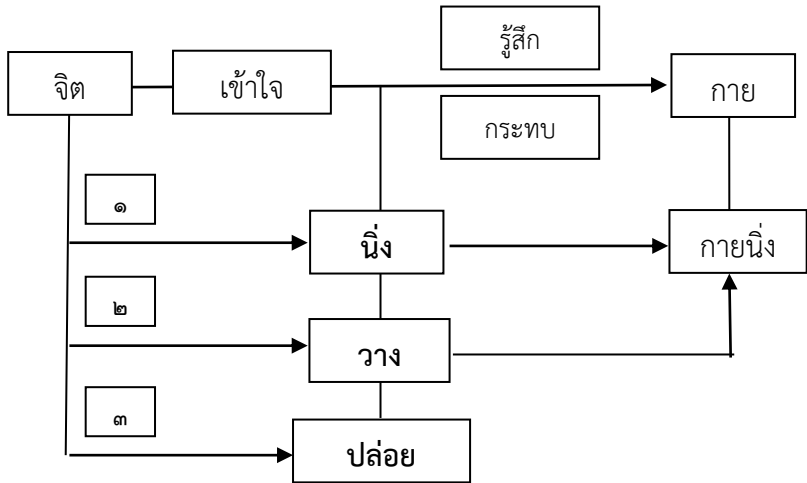
เมื่อพิจารณาโดยธรรมได้ว่า อุเบกขามีภาวะเป็นผลของอาการ เป็นภาคแสดงของสภาวะธรรม เป็นภาวะในตน มีความอดทน มีขันติ ต่อสิ่งที่เข้ามากระทบ

เมื่อกำหนดถึงอุเบกขาจึงมีพรรณนาว่า อุเบกขามีสาระัตถะเป็นภาวะหนึ่งซึ่งมีความเป็นคุณภาพตั้งแต่เบื้องต้นแรกที่ทำให้ผู้เข้าใจในตนได้พัฒนาคุณภาพชีวิตขึ้นไปสู่ระดับโลกุตระ ในขณะเดียวกัน อุเบกขาเป็นภาวะสากลที่สรรพสิ่งดำรงภาวะนี้ได้ อุเบกขาจึงเป็นภาวะที่เกิดขึ้นได้ในมนุษย์ เทพ พรหม อริยบุคคลตั้งแต่โสดาบันขึ้นไป เป็นต้น

เมื่อจะขยายให้เข้าใจยิ่งขึ้น จึงจำเป็นต้องใช้การวิเคราะห์จากหลักกายและจิตมาเป็นฐานคิดในระดับภววิทยา ในการนี้ ผู้เขียนสะท้อนความคิดออกมาเป็นภาวะ ๓ ระดับ คือ “นิ่ง วาง ปล่อย” (เจตนิพัทธ์ พิทยา



นุวัฒน์, ๒๕๖๔) และถ่ายทอดเป็นภาพตามหลักจินตภาพของการก้าวหน้า (imaginative metamorphosis) ของดิลธาย์ (Wilhelm Dilthey) เพื่อแสดงความเข้าใจในอุเบกขาอันเป็นสภาวะธรรม ดังนี้



ภาพ ๑ ระดับแห่งอุเบกขา

อุเบกขาเป็นปรากฏการณ์ของจิต โดยมี ๓ ระดับ คือ

๑) ระดับแรก อุเบกขาระดับนิ่ง วงจรแรกนี้พิจารณาจากจิตวางเฉยผ่านกาย กายต้องนิ่ง นิ่งบนวงจรของกายที่จิตสัมพันธ์กัน รู้วาระเข้าใจการกระทบ

๒) ระดับที่สอง อุเบกขาระดับวาง วงจรที่สองนี้พิจารณาภาวะที่จิตเข้าใจจิต จิตจึงวางเฉย ในวงจรขั้นนี้ จิตเข้าใจจิตว่าเข้าใจนั้น

การเข้าใจนี้คือ เข้าใจว่าสิ่งที่เกิดขึ้นล้วนเกิด-ดับตามภาวะของจิต จึงวาง
เฉยบนการที่จิตสังเกตพิจารณาจิตนั่นเอง

๓) ระดับที่สาม อุเบกขาระดับปล่อย วงจรที่สามนี้พิจารณา
ได้ว่า พอจิตเข้าใจการกระทบ จิตเข้าใจจิต ในการนี้จิตพิจารณาโดย
โยนิโสมนสิการ เข้าใจทั้งหมด เห็นภาวะจึงนิ่ง จิตนิ่ง จิตวางเฉย จิตจึง
ปล่อยวางผลของจิตที่พิจารณา เนื่องจากจิตเห็นภาวะปรากฏการณ์ของ
จิตนั่นเอง

ในระดับสารัตถะนี้จึงตีความได้ว่า อุเบกขามี ๓ ระดับ คือ นิ่ง
วาง ปล่อย เมื่อวางก็จะปล่อยจนหลุดพ้นไป เรามีจิตที่คอยสังเกต จนเกิด
ความรู้ความเข้าใจจนชัดเจน แจ่มแจ้ง ก็จะวางปล่อยเพราะรู้ว่าทุกอย่าง
เป็นปรากฏการณ์ แต่ละขั้นคือ สติปัฏฐาน

วงจรที่ ๑ คือ อุเบกขาในกายานุสติ วงจรที่ ๒ คือ เวทนุเบกขา
คือ ภาวะจิตในจิต เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นวิปัสสนา คือ กาย
เวทนา จิต ธรรม การทำวิปัสสนาจึงต้องทำถึง ญาณ ๓ จึงบรรลุ เพราะ
ปรากฏการณ์อยู่ในญาณ ๓ ปรากฏการณ์อยู่ในธรรม ธรรมเป็น
ปรากฏการณ์ ธรรมเป็นธรรมชาติ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ย่อมเปลี่ยนแปลง
ไปตามภาวะ จบวงจรที่ ๓ จึงเห็นอริยสัจ ๔
เห็นทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค

โดยธรรมเช่นนี้แล้วจะเห็นได้ว่า
อุเบกขาเป็นสิ่งที่ได้ในมนุษย์ เทพ พรหม มีได้
อย่างไรนั้น สามารถจะพิจารณาได้ว่า ๑) การ



เป็นมนุษย์ต้องใช้กายเป็นตัววางสัมผัส เพื่อจะได้เห็นปรากฏการณ์ ๒) การเป็นเทวดาต้องไปถึงวงจรที่ ๒ และ ๓) การเป็นพรหมต้องไปถึงวงจรที่ ๓ เห็นปรากฏการณ์ พอปล่อยวางได้ก็เป็นอรุปรหม แต่ยังไม่บรรลुจะบรรลุได้ก็ต้องนำอริยสัจจมาพิจารณาจนเป็นอริยมรรค

สำหรับความเข้าใจเพื่อการปฏิบัตินั้น อุเบกขาเป็นไปเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีแห่งตน ให้มนุษย์มีความสุขแท้ตามความเป็นจริง ดังนั้น พึงพิจารณาตามวงจรที่ ๑ ก็จะเป็นอุเบกขาในระดับชีวิตมนุษย์ทั่วไป สำหรับวงจรที่ ๒ และ ๓ จะเป็นการเข้าใจและตีความอธิบายในระดับศาสนาซึ่งต้องอธิบายเรื่องเจตสิกเพิ่มเติมอันเป็นระดับของฝ่ายวิปัสสนาเป็นสำคัญ ซึ่งพอจะใช้แนวคิดปรากฏการณ์มาร่วมอธิบายภาวะอุเบกขามีปรากฏการณ์ที่ปรากฏขึ้น ๓ ระดับ คือ

- ๑) ระดับที่ ๑ กายนิ่ง จิตเข้าใจว่ากายนิ่ง จิตเห็นภาวะของกายที่นิ่ง จิตจึงนิ่งด้วย
- ๒) ระดับที่ ๒ จิตรู้ว่ากายนิ่ง จิตรู้สึกสงบ จึงวางเฉย
- ๓) ระดับที่ ๓ จิตเห็นภาวะปรากฏการณ์ของจิต จิตจึงปล่อยวาง

หากจะมองจากแนวคิดของลัทธิจิตนิยม (Spiritualism) ว่าด้วย กายและจิต โดยฐานแนวคิดที่ว่า จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว เพื่อให้เข้าใจได้ง่ายในเบื้องต้น อาจพิจารณาภาวะอุเบกขาจากกรอบความสัมพันธ์ระหว่างกายกับจิต ดังนี้

- ๑) อุเบกขาระดับหนึ่ง กายสัมพันธ์กับจิต กายกับจิตจะต้องอยู่เท่ากัน ไม่กระทบกัน กายหนึ่ง จิตหนึ่ง จึงแยกกายออกจากจิตได้
- ๒) อุเบกขาระดับวาง จิตสัมพันธ์กับจิต จิตยกขึ้น กายอยู่หนึ่งเท่าเดิม
- ๓) อุเบกขาระดับปล่อย จิตหลุดออกไป จิตไม่สัมพันธ์กับกายอีก ก็จะปล่อยกายไป

อย่างไรก็ตาม เมื่ออุเบกขาเป็นภาวะที่เป็นไปได้ของสิ่งมีชีวิต สัตว์โลกจึงมีอุเบกขาได้ แต่ก็ย่อมคงอยู่แต่ในระดับวงจรที่ ๑ ซึ่งย่อมต้องถกเถียงกันว่า สัตว์มีปัญญาหรือไม่ หากแต่ในทางพระพุทธศาสนา สัตว์โลกย่อมมีปัญญาได้ด้วยเหตุปัจจัย ดังนั้น จึงพอจะยอมรับได้ว่า สัตว์โลกมีอุเบกขาได้ ทั้งนี้ ในส่วนที่พึงพิจารณา คือ เทพและพรหม ไม่ใช่ชีวิต มีเพียงจิต หรือตามแนวคิดจิตนิยม ย่อมไม่อาจใช้วงจรอุเบกขานี้มาอธิบายโดยตรง หากเพียงใช้เพื่อเปรียบเทียบได้เท่านั้น

การเข้าใจในสาระของอุเบกขาย่อมต้องพิจารณาในฐานะภาวะอันเป็นภาวะปรากฏการณ์แห่งจิต โดยมีระดับคุณภาพ ๓ ระดับ คือ หนึ่ง วาง ปล่อย ผ่านวงจรการเกิดอุเบกขา ๓ วงจร บนฐานจิตทวินิยม คือ กายและจิต นำไปสู่การพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างกายและจิตในแต่ละระดับคุณภาพ และสามารถใช้อธิบายอุเบกขาที่ได้จำแนกไว้ตามธรรมต่าง ๆ ได้พอสมควร



สำหรับการตีความเพื่อการเข้าใจอย่าง