

บทที่ 3



### วิธีการบำเพ็ญตบะและผลของการบำเพ็ญตบะ

กล่าวได้ว่าดินแดนอินเดียเป็นดินแดนแห่งการบำเพ็ญตบะโดยแท้และนับจากสมัยโบราณกาลมาจนปัจจุบัน ที่ลักษณะการบำเพ็ญตบะที่ปฏิบัติกันมาอย่างแพร่หลายทางอันนิคปทิต่าง ๆ ของผู้บำเพ็ญตบะได้ก่อให้เกิดความสนใจแก่ชาวต่างชาติที่โคพบเห็นเสมอ เช่น ข้อเขียนของ เมกาस्थินี (Megasthenes) ราชทูตของพระเจ้าเซลุสโกส (Seleukos) แห่งนครเปอร์เซียโปลิส (Persepolis) ที่ประจำอยู่ที่เมืองปาฏลินุทรา ซึ่งกรีกเรียกว่า (Polibodhram) ในสมัยของพระเจ้าจันทรคุปต์ (Sandrakottos) ได้กล่าวถึงพราหมณ์ 2 คน ซึ่งเขาพบที่เมืองทักซิลลา (Taxila) พราหมณ์ผู้หนึ่งมีอายุสูงกว่า โจนีร์จะเกิดขึ้น ส่วนพราหมณ์อีกผู้หนึ่งไว้ผมยาว ในเวลากลางวันพราหมณ์ทั้ง 2 คนนี้จะยืนขาเดียว โดยไม่เปลี่ยนอิริยาบถ ส่วนในเวลากลางคืนก็นอนบนพื้นดินที่หนาวเย็น นอกจากนี้ ราชทูตผู้หนึ่งยังได้กล่าวถึง พราหมณ์ผู้เบียดเบียนร่างกายอยู่ในแสงแดดอันร้อนแรงโดยไม่เปลี่ยนอิริยาบถเลยตลอดวัน<sup>1</sup> ยูเซเบียส เรอนอดอกต์ (Eusebius Renaudot) ได้แปลบันทึกของชาวมุสลิม 2 คน ซึ่งได้เดินทางไปเยือนอินเดียในคริสต์ศตวรรษที่ 9 และได้กล่าวถึงโยคีซึ่งเขาพบ ยืนเงยหน้าจ้องมองดวงอาทิตย์ตลอดเวลา และ 16 ปีต่อมา เมื่อเขากลับไปอินเดียอีกครั้ง เขาก็ยังได้พบโยคีผู้หนึ่งซึ่งยังคงยืนอยู่ในอิริยาบถเดิม และที่หน้าประหลาด ก็คือ สายตาของเขา

<sup>1</sup> Alfred S. Geden, "Asceticism", Encyclopedia of Religion and Ethics, II : 88 อ้างถึง Strabo (bk.xv.ch.I)

ก็ยังคงอยู่ในสภาพปกติ มิได้ถูกทำลายด้วยแสงอันร้อนแรงของดวงอาทิตย์แต่อย่างใด ในบันทึกของมาร์โคโพลโล (Marco Polo) มีกล่าวถึงเหล่าโยคีนอนตัวเปล่าบนพื้นแข็งโดยปราศจากสิ่งใดประอบ และไม่มีสิ่งใดปกคลุมร่างกาย ทั้งนี้เป็นเวลาานเกินกว่าที่คนทั่วไปจะพึงกระทำตามปกติได้ โยคีที่กล่าวถึงนี้นอกจากจะนอนอยู่ในท่าเดียวบนพื้นแข็งเช่นนั้นแล้ว ยังไม่บริโภคอาหารใด ๆ อีกเลย นอกจากจะดื่มน้ำบ้างเป็นบางครั้งบางคราว คนพวกนี้สามารถมีชีวิตอยู่ได้นานจนมาร์โคโพลโลเองก็แปลกใจ<sup>1</sup> ภาพเขียนคล้ายเส้นของโจนาธาน ดันแคน (Jonathan Duncan) มีภาพโยคีซึ่งเขาได้เห็นที่เมืองพาราณสี ในปี ค.ศ. 1792 ภาพหนึ่งในจำนวนนี้เป็นภาพการบำเพ็ญทุกรกิริยาของโยคีแก่ผู้หนึ่ง ยืนชูแขนทั้งสองข้างขึ้นเหนือศีรษะ ตั้งแต่อายุ 9 ขวบ จนแขนทั้งสองข้างลึบมีแทหนักหุ้มกระดูกและแข็งที่อไม่สามารถเคลื่อนไหวได้อีก โยคีผู้นี้มีเล็บยาวและบิคเบี้ยว แมว่าเขาจะเดินทางไปทีอื่นบ้างเป็นครั้งคราว ก็ต้องยกแขนทั้งสองข้างชูขึ้นเหนือศีรษะเช่นนั้นตลอดเวลา<sup>2</sup>

ตัวอย่างที่ยกมาข้างต้นนี้แสดงให้เห็นถึงลักษณะการบำเพ็ญทบะว่า โดยปกติแล้วมันเป็นการทรมานกายให้ได้รับความเจ็บปวดด้วยการฝึกนิกายให้ฝึกปกติต่าง ๆ นอกจากนั้นการทรมานกายเช่นนี้ มิไรจะกระทำเพียงแค่วันสองวันหรือเดือนสองเดือนเท่านั้น แต่ขอความดังกล่าวดังนี้แสดงให้เห็นถึงระยะเวลาการบำเพ็ญทบะว่า เป็นเวลานานนับเป็นปี ๆ อาจจะต้อง 30 หรือ 40 ปีก็อาจเป็นได้ การกระทำดังกล่าวนี้นอกจากต้องการความอดทนและความเพียรพยายามอย่างสูงจึงจะทำได้ การบำเพ็ญทบะจึงเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า การบำเพ็ญทุกรกิริยา

<sup>1</sup> R.W. Frazer, Indian Thought Past & Present (London : T. Unwin, Ltd., 1915), p. 138 อ้างข้อเขียนของ Eusebius, Renaudot และ Marco Polo

<sup>2</sup> Ibid, p. 139

ซึ่งแปลว่า ควรทำสิ่งที่ทำไถ่ยาก ซึ่งที่จะกล่าวต่อไปในคัมภีร์นี้คือ ลักษณะการ  
บำเพ็ญตบะนั้นมีแบบใดบ้าง และเริ่มมีมาแต่สมัยใด

### วิธีการบำเพ็ญตบะในคัมภีร์ฤคเวท

ในสมัยคัมภีร์ฤคเวท มีคำว่า ตบะ ใ้ช้อยู่หลายครั้ง ซึ่งน่าจะหมายถึง  
ถึงการบำเพ็ญอุทกรกิริยา หรือการทำตนให้ได้รับความเจ็บปวดทรมานแต่ไม่มีราย  
ละเอียดว่าตบะ นั้นกระทำอย่างไร กราสมัน(Grassmann) เข้าใจว่าคำว่า ตบะ  
ในคัมภีร์ฤคเวท ที่อาจจะตีความถึง การกระทำร่างกายให้ได้รับความเจ็บปวด  
นั้นมีในบทสวดที่ 9.113.2, 10.109.4, 10.154.2, 10.169.2 และ  
10.183.1 รวมทั้งหมด 5 บทสวดด้วยกัน แต่เมื่อพิจารณาแล้วจะเห็นได้ว่า  
ความหมายของคำว่า ตบะ ในความหมายถึง การทรมานตนนั้นแน่นอนเพียงใน  
บทสวดที่ 10.154.2, 10.169.2 และ 10.183.1 คือเพียง 3 บทสวดเท่านั้น  
บทสวดทั้ง 3 นั้น มีดังต่อไปนี้

tapasā ye anādhrsyāstapasā ye svaryayuh /  
tapo ye cakrira mahastām scidevāpi gacchatāt /<sup>1</sup>

คำแปล

เขาผู้ใด ผู้ไม่อาจข่มใจด้วยอำนาจตบะ เขาผู้ใด  
ด้วยอำนาจของตบะไปแล้วสู่สวรรค์  
เขาผู้ใด ผู้กระทำแล้วซึ่งตบะอันยิ่งใหญ่ (เมื่อยังมี  
ชีวิตอยู่) ขอให้จงไปสู่เขาเหล่านั้นด้วยเถิด

<sup>1</sup> ฤคเวท 10:154.2

yāh sarūpā virūpā ekarūpā/  
 yāsāmagneristya nāmāni veda //  
 ya amgirasastapas' cha cakrustābhyah  
 parjanya mahi sarmayaccha // <sup>1</sup>

คำแปล

เขาทั้งหลายเหล่าใด ผู้มีรูปเหมือนกัน ผู้มีรูปต่างกัน  
 ผู้มีรูปเดียวกัน / ขอท่านจงรู้ซึ่งชื่อของเขาทั้งหลาย  
 เหล่านั้น ด้วยการบูชาแด่พระอิศคินี // เขาทั้ง  
 หลายเหล่าใดกระทำแล้วซึ่งทบะแก่พระอังคีรส ณ ที่นี้ /  
 ข้าแต่เทพแห่งฝน ขอท่านจงปกป้องเขาทั้งหลายเหล่า  
 นั้นด้วยเถิด //

apasyam tvā manasā cekitānam/  
 tapaso jātam tapaso vibhūtam //  
 iha prajāmiha rayim rarānah /  
 pra jāyasva prajāyā putrakāma // <sup>2</sup>

คำแปล

ข้าพเจ้าผู้ยินดี ได้เห็นแล้วซึ่งท่านผู้เกิดแล้วจากทบะ  
 ผู้มีอำนาจจากทบะ ผู้ปรากฏแล้วด้วยใจ  
 ข้าแต่ท่านผู้ปรารถนาซึ่งบุตร จงยังบุตรให้เกิดขึ้น ณ  
 ที่นี้ ด้วยการใช้กำเนิค และจงยังทรัพย์สมบัติให้  
 เกิดขึ้น

<sup>1</sup> ฤคเวท 10.169.2

<sup>2</sup> ฤคเวท 10.183.1

## วิธีการบำเพ็ญตบะในคัมภีร์อุปนิษิต

ในคัมภีร์อุปนิษิตรุ่นแรก ๆ นั้น ก็เช่นเดียวกับคัมภีร์ฤคเวท คือ มิได้กล่าวถึงลักษณะของการบำเพ็ญตบะว่า มีการปฏิบัติตนในลักษณะใด คัมภีร์อุปนิษิตที่กล่าวถึงลักษณะการบำเพ็ญตบะนั้น คือคัมภีร์ไมทรายฉีษอุปนิษิต ซึ่งเป็นคัมภีร์อุปนิษิตที่ประพันธ์ขึ้นในระยะหลัง และได้กล่าวถึงลักษณะการบำเพ็ญตบะของพระราชาพฤทธิรต ผู้สละราชสมบัติออกไปใช้ชีวิตเป็นผู้อยู่ป่า และได้กระทำการทรมานตนโดยจงมอแงแน่วแน่ที่คงอาทิตย์ตลอดเวลาและขืนรูขนทั้งสองขึ้นไว้เพื่อศึรณะ<sup>1</sup> ซึ่งทำให้เราพอจะทราบถึงลักษณะการบำเพ็ญตบะในระยะแรก ๆ ว่า เป็นการทรมานร่างกายโดยฉีกอกแห่งอวัยวะต่าง ๆ ที่ทราบรึกว่ามีในสมัยนี้ คือ จอมองคงอาทิตย์ และ ขุนขนทั้งสองขึ้น

### <sup>1</sup> ไมทรายฉีษ อุปนิษิต 1.2

brhadratho vai nāma rājā virājye putram nidhāpayi-  
 ttvedam aśāsvatam manyamānah śarīram vairāgyam upeto'  
 ranyam nirḍagāma sa tatra paramam tapa āsthā -  
 yādityam dikṣamāṇa ūrdhva bāhus tiṣṭhati ante  
 sahasrasya munir antikam ājagāmāgnir itra dhūmakas  
 tejasā nirdahanm ivātmavid bhagavān śakāyanyaḥ  
 utthiṣṭhothiṣṭha varam vṛṇiṣveti rājanam abravīt  
 sa tasmai namaskrtvovāca bhagavan nāham ātmavit  
 tvam tattvavit śusrumo vayam sa tvam no brūhīti  
 etad vṛttam purastād duḥśakyam etat praśnam aiks-  
 vākānyān kāmān vṛṇiṣveti śakāyanyaḥ śirasāsya  
 Caranāu abhimsamāno rājemān gāthām jagāda

## วิธีการบำเพ็ญตะในคัมภีร์พุทธศาสนา

นอกจากวิธีการบำเพ็ญตะโดยการจ้องมองดวงอาทิตย์และชูแข็งสองขึ้นตาม  
ที่ปรากฏในคัมภีร์อุปนิษัตแล้ว เชื่อว่าการบำเพ็ญตะแบบอื่นคงจะมีอีกในสมัยนี้ เพราะ  
ปรากฏข้อความในคัมภีร์ทางพุทธศาสนา กล่าวถึงลักษณะของการบำเพ็ญตะตามที่  
พระพุทธเจ้าตรัสกับ สัจจนิกรนต์ ผู้เป็น นิคันถบุตร ดังนี้

คุกรอัคคิเวสสนะ เรานั้นมีความดำริว่า ถ้ากระไร  
เราพึงกุดพันคิ้วขึ้น เอาลิ้นพันเพดานไวโหนน  
เอาจิตขมคั้นจิตให้เราร้อน เรานั้นก็กุดพันคิ้วขึ้น  
เอาลิ้นพันเพดานไวโหนน เอาจิตขมคั้นจิตให้เราร  
ร้อน เมื่อเราทำคั้งนั้น เหนือก็ไหลออกจากรักแร้  
ทั้ง ๒ ข้าง เปรียบเหมือนนุรุขมีกำลัง จับนุรุขที่มี  
กำลังน้อยกว่า ที่ศีรษะหรือที่คอ แล้วบีบคั้นรักไว  
โหนน ฉะนั้น คุกรอัคคิเวสสนะ เราบรารถนา  
ความเพียรไม่ย่อหย่อน มีสติตั้งมั่นมิไคพันเพื่อน  
แต่มีกายกระวนกระวายไม่สงบระงับ เพราะความ  
เพียรที่ทนไคยากเสียดแทงอยู่ แต่ทุกขเวทนาที่เกิด  
ขึ้นเห็นปานนี้ มิไคครอบงำจิตเราคั้งอยู่ไค

คุกรอัคคิเวสสนะ เรามีความดำริว่า ถ้ากระไร  
เราพึงเจริญฐานอันไม่มีลมปรากฏเกิด เราก็กสัน  
ลมหายใจออกและลมหายใจเข้าทางปากและทาง  
จมูก เมื่อเรากสันลมหายใจออกและลมหายใจ  
เข้าทางปากและทางจมูก ลมก็ออกทางของหูทั้ง  
๒ ข้าง มีเสียงคั้งอยู่ ๆ เหมือนเสียงสุมขางทอง  
ที่เขาสูบอยู่ ฉะนั้น คุกรอัคคิเวสสนะ เรา  
บรารถนาความเพียรไม่ย่อหย่อน มีสติตั้งมั่นไม่  
พันเพื่อน แต่มีกายกระวนกระวายไม่สงบระงับ  
เพราะความเพียรที่ทนไคยากเสียดแทงอยู่ แต่ทุกข  
เวทนาที่เกิดขึ้นเห็นปานนี้ มิไคครอบงำจิตเราคั้ง  
อยู่ไค



กุกรอัคคีเวสสนะ เรามีความดำริว่า ถ้ากระไร  
 เราพึงเจริญญาณอันไม่มีลมปรากฏเกิด เราก็กด้น  
 ลมหายใจออกและลมหายใจเข้าทางปากทางจมูก  
 และทางของหู เมื่อเรากด้นลมหายใจออก และ  
 ลมหายใจเข้าทางปากทางจมูกและทางของหู ลม  
 เป็นอันมากก็เสียดแทงศีรษะ เหมือนบุรุษที่มีกำลัง  
 เอาไม้ค้อนตีคมเชือกศีรษะ ฉะนั้น กุกรอัคคีเวสสนะ  
 เราปรารถนาความเพียรไม่ย่อหย่อนมีสติตั้งมั่นไม่  
 หันเหือน แต่มีกายกระวนกระวาย ไม่สงบระงับ  
 เพราะความเพียรที่ทนไคยากเสียดแทงอยู่ แต่  
 ทุกขเวทนาที่เกิดขึ้นเห็นปานนี้ มิไคครอบงำจิต  
 เราตั้งอยู่ไค ฯ

กุกรอัคคีเวสสนะ เรามีความดำริว่า ถ้ากระไร  
 เราพึงเจริญญาณอันไม่มีลมปรากฏเกิด เราก็กด้น  
 ลมหายใจออกและลมหายใจเข้าทางปากทางจมูก  
 และทางของหู เมื่อเรากด้นลมหายใจออก และ  
 ลมหายใจเข้าทางปากทางจมูกและทางของหู ก็มี  
 ทุกขเวทนาในศีรษะเป็นอันมาก เหมือนบุรุษที่มีกำลัง  
 เอาเชือกหนังอันมันรัดเขาที่ศีรษะ ฉะนั้น กุกร  
 อัคคีเวสสนะ เราปรารถนาความเพียรไม่ย่อหย่อน  
 มีสติตั้งมั่นไม่หันเหือน แต่มีกายกระวนกระวาย  
 ไม่สงบระงับ เพราะความเพียรที่ทนไคยากเสียด  
 แทงอยู่ แต่ทุกขเวทนาที่เกิดขึ้นเห็นปานนี้ มิไค  
 ครอบงำจิตเราตั้งอยู่ไค ฯ

กุกรอัคคีเวสสนะ เรามีความดำริว่า ถ้ากระไร  
 เราพึงเจริญญาณอันไม่มีลมปรากฏเกิด เราก็กด้น  
 ลมหายใจออกและลมหายใจเข้าทางปากทางจมูก  
 และทางของหู เมื่อเรากด้นลมหายใจออก และ  
 ลมหายใจเข้าทางปากทางจมูกและทางของหู ก็มี  
 ลมเป็นอันมากกตของ เหมือนนายโคฆาค หรือลูก  
 มือของนายโคฆาคณลาค เอาไม้ค้อนสำหรับแลโคตี  
 ฆมมาเถื่อแลทอง ฉะนั้น กุกรอัคคีเวสสนะ เรา

ปรารถนาคความเพียรไม่ย่อหย่อน มีสติตั้งมั่นไม่หวั่นเขือน  
แต่มีกายกระวุ่นกระวายไม่สงบระงับ เพราะความ  
เพียรที่ทนไคยากเสียดแทงอยู่ แต่ทุกขเวทนาที่  
เกิดขึ้นเห็นปานนี้ มิไคครอบงำจิตเรากิ่งอยู่ไค ฯ

คุกรอัคคิเวสสนะ เรามีความคำริว่า ถ้ากระไร  
เราพึงเจริญตามอันไม่มีลมปราณเกิด เราก็กสัน  
ลมหายใจคังนั้น เมื่อเรากสันลมหายใจคังนั้น ก็  
มีความเรารอนในรูางกายเป็นอันมาก เหมือนบุรุษ  
ที่มีกำล้ง 2 คน ซอยกันจับบุรุษคนหนึ่งที่มีกำล้งน้อย  
กว่าที่แขนทั้งสองข้างแล้ว ไทเรารอนอบอวอายุ  
ไกลหลุมถานเพลิง ฉะนั้น คุกรอัคคิเวสสนะ เรา  
ปรารถนาคความเพียรไม่ย่อหย่อน มีสติตั้งมั่นไม่หวั่นเขือน  
แต่มีกายกระวุ่นกระวาย ไม่สงบระงับ เพราะความ  
เพียรที่ทนไคยากเสียดแทงอยู่ แต่ทุกขเวทนาที่  
เกิดขึ้นเห็นปานนี้ มิไคครอบงำจิตเรากิ่งอยู่ไค ฯ

คุกรอัคคิเวสสนะ เทวคาคังหลายเห็นเราเข้าแล้ว  
พากันกล่าววว่า พระสมณไคคิมทำกาลละแล้ว บางพวก  
กล่าววว่า พระสมณไคคิมยังมีไคทำกาลละ แต่ก็จะทำ  
กาลละ บางพวกกล่าววว่า พระสมณไคคิมไม่ทำกาลละ  
การอยู่เห็นปานนั้นนั้นเป็นวิถารธรรม ของทานญเป็นอรหันต์ ฯ

คุกรอัคคิเวสสนะ เรามีความคำริว่า ถ้ากระไร  
เราพึงปฏิบัติคคอาหารโดยประการคังปวงเกิด  
ชณะนั้น พวกเทวคาคามาหาเราแล้วกล่าววว่า ซา  
แต่ทานญนรทุกขุ ทานอຍาปฏิบัติคคอาหารโดยประการ  
คังปวงเลย ถ้าทานญจับปฏิบัติคคอาหารโดยประการ  
คังปวง พวกซาพเจาจะแทรกโธซาหารอันเป็นทิพย  
ความชุ่มชนแห่งทาน ทานจะไคยังอคฤภาพให้เป็นไป  
ควยโธซาหารนั้น เรามีความคำริว่าเราปฏิบัติ  
วว่าจะคคอาหารโดยประการคังปวง แต่เทวคาค  
เหล่านี้จะแทรกโธซาหารอันเป็นทิพยตามชุ่มชนแห่ง  
เรา เราจะยังมีอคฤภาพให้เป็นไปควยโธซาหาร  
นั้น การปฏิบัติวานั้นก็เป็นมูสาแก่เราเอง เรา  
จึงทวงเทวคาคเหล่านี้วว่า ซอนั้นไมควร ฯ



คุกรักษ์คติเวสสนะ เรามีความตำราว่า ถ้ากระไร  
 เราพึงกินอาหารในน้อยลงๆ เพียงของมือหนึ่งๆ บาง  
 เทาเยื่อในเม็คถั่วเขียวบาง เทาเยื่อในเม็คถั่วพวง  
 เทาเยื่อในเม็คถั่วคั่วบาง เทาเยื่อในเม็คบัวบาง  
 เราก็กินอาหารในน้อยลงๆ ดังนั้นจนมีร่างกายชุ่มฉอม  
 ยิงนัก เหลือแควว้วะใหญ่หน่อย เหมือนถาว์ลัยที่มีชื่อ  
 มากและถาว์ลัยที่มีชื่อค่า เนื้อตะโปกก็ลึบเหมือนกับ  
 อูฐ กระจกสันหลังก็ดุคเป็นหนาม เหมือนถาว์ลัยที่มีชื่อ  
 (หนามรอบขอ) ซึ่งไคร่งทั้ง 2 ข้างขึ้นสะพรั่งเหมือน  
 กลอนุสาลาเกาที่สะพรั่งอยู่ กวางค่างทั้ง 2 ก็ลึบเข้าไป  
 ในเบาตา เหมือนกวางควาในบ่อนาอันลึบปรากฏอยู่  
 หนึ่งก็ระบับก็ระบักก็เหี่ยวหุดเหมือนลูกนาเกาที่เข้า  
 ทุคมายังชีพ ทองลมและแค้นเขาก็เหี่ยวไป เรานึก  
 ว่าจะลุ่มพื้นทองก็จับถึงกระดูกสันหลัง เมื่อนี้กวางจะ  
 ลุ่มกระดูกสันหลังก็จับถึงพื้นทอง เพราะพื้นทองของ  
 เราคิดแนบถึงกระดูกสันหลัง เมื่อนี้กวางจะถายอุจจาระ  
 หรือปัสสาวะ ก็ข่วนเซลมลง ณ ที่นั้น เมื่อจะไต่กาย  
 สบายบ้าง เอาฝ่ามือลูบตัวเขา ขนทั้งหลายที่มีรากเนา  
 ก็หลุดลงจากกายเพราะเป็นผู้น้อยอาหารน้อย มนุษย์ทั้ง  
 หลายเห็นเราเขาแล้วก็กล่าววว่า พระสมณโคดมค่าไป  
 บางพวกก็พูดว่า พระสมณโคดมไม่ค่า เป็นแต่คลาไป  
 บางพวกก็พูดว่า ไม่ค่า ไม่คล่า เป็นแต่ทรอยไป เรา  
 มีฉิวพรรณวิสุทธิเปล่งปลั่ง แต่เสียฉิว ก็เพราะเป็นผู้น้อย  
 มีอาหารน้อยเท่านั้น ๑

ศูนย์วิทยุทรัพยากร

จากข้อความในคัมภีร์ทางพุทธศาสนาทำให้เราทราบลักษณะการบำเพ็ญตบะ  
 เพิ่มเติมอีกว่า ในสมัยแรกนอกจากจะมีการทรมานร่างกายด้วยการเดินปกติแห่งอวิยะ  
 แขน ขา แล้ว ก็ยังมีการทรมานร่างกายด้วยการเดินปกติแห่งอวิยะส่วนอื่น ๆ ด้วย

1 "มหาสังกตสูตร" พระไตรปิฎกภาษาไทย สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย  
 มุลปิเณาสก (พระนคร : โรงพิมพ์การศาสนา, 2500). เล่ม 18 ข้อ 417-424  
 หน้า 513-517

เช่น กศพัน เอาลิ้นพันเพดาน กลืนลมหายใจเข้าและออกทางปาก จมูก และ ช่องหู ซึ่งเป็นการบำเพ็ญตบะชั้นยากยิ่งที่สุด เพราะทำให้ร่างกายได้รับความเจ็บปวดทรมานมาก นอกจากนั้นก็ยังมีการบำเพ็ญตบะด้วยการอดอาหาร ซึ่งมีรายละเอียดว่าจะต้องลดจำนวนลงทีละน้อย จนร่างกายซูบผอม ซึ่งลักษณะการทรมานร่างกายด้วยวิธีการอดอาหารนี้มีกล่าวถึงบ่อยมากในสมัยหลัง ๆ

### วิธีการบำเพ็ญตบะในคัมภีร์มหาภารตะและปราญะ

ในสมัยหลังต่อมา ลักษณะการบำเพ็ญตบะแบบต่าง ๆ ได้มีการกล่าวถึงมากขึ้น โดยเฉพาะในคัมภีร์มหาภารตะ และ รามายณะ ได้กล่าวถึงการบำเพ็ญตบะของบุคคลต่าง ๆ หลายลักษณะ ซึ่งพอจะรวบรวมได้ดังนี้

1. อูรชวาทุ (Urdhva-bāhu) คือ ลักษณะการบำเพ็ญตบะที่ผู้บำเพ็ญจะต้องยกแขนชูไว้จนแข็งแรงเป็นอัมพาต <sup>1</sup>
2. เอกปาถ (Eka-pāda) คือ ลักษณะการบำเพ็ญตบะที่ผู้บำเพ็ญจะต้องยืนด้วยขาเพียงข้างเดียวเป็นเวลานาน ๆ <sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> การบำเพ็ญตบะลักษณะนี้ได้มีปรากฏในคัมภีร์มหาภารตะซึ่งมีข้อความกล่าวเล่าถึง ชายวรรณะพราหมณ์หนึ่งมีชื่อว่า มันทพิยะ (Mandavya) ได้บำเพ็ญตบะโดยนั่งอยู่ที่โคนต้นไม้ พร้อมกับชูแขนทั้งสองขึ้นไปในอากาศเป็นระยะเวลาาน

Pratap Candra Roy, tr. The Mahābhārata of Krishna

Dwaipāyana Vyāsa, Ādi Parva, Vol. 1, p. 323

<sup>2</sup> การบำเพ็ญตบะลักษณะนี้ได้มีปรากฏในคัมภีร์มหาภารตะ ซึ่งมีข้อความกล่าวเล่าถึง ชายจัณฑาลผู้หนึ่งชื่อ มาตังคะ ต้องการจะยกฐานะตนขึ้นเป็นวรรณะพราหมณ์ จึงได้ไปบำเพ็ญตบะทรมานกายโดยยืนบนขาข้างเดียวเป็นเวลาถึง 100 ปี

Pratap Candra Roy, tr. The Mahābhārata of Krishna

Dwaipāyana Vyāsa, Anuśāsana Parva, Vol. 9, p. 201

3. อูรฺวามุขี (Urdhva-mukhi) คือ ลักษณะการบำเพ็ญตบะที่ผู้บำเพ็ญตบะจะต้องเงยหน้าขึ้นตลอดเวลาเป็นเวลานาน ๆ จนคอแข็งคาง

4. ชลาถียี (Jalāsāyi) คือ ลักษณะการบำเพ็ญตบะที่ผู้บำเพ็ญตบะจะต้องแช่ตัวเองอยู่ในน้ำหึ่งตัว จนถึงหน้าอก หรือ แล่เอวเป็นเวลานาน ๆ นับเป็นเดือน<sup>1</sup>

5. ภูมิก้า (Bhūmikā) คือ ลักษณะการบำเพ็ญตบะที่ผู้บำเพ็ญตบะจะต้องนอนบนพื้นดิน โดยไม่ใช่เตียงหรือเครื่องปลูกเป็นเวลานาน ๆ

6. นิสฺจลี (Nīścali) คือ ลักษณะการบำเพ็ญตบะที่ผู้บำเพ็ญตบะจะต้องยืน หรือนั่ง ในท่าเดียวและที่เดียวเป็นเวลาแรมปี โดยไม่เคลื่อนไหวร่างกายเลย จนนกมาทำรังในผมได้สัตว์เลื้อยคลานก็เลื้อยไปตามขาได้ หนวดเครายาวจนถึงพื้น เถาวัลย์ขึ้นพันขา จอมปลวกขึ้นที่เท้า<sup>2</sup>

7. นิจฺสิรสิ (Nīśīśirasi) คือ ลักษณะการบำเพ็ญตบะโดยเอาเท้าเหยียดถึงไม่ว่างอย่างคางคาง ห้อยศีรษะลง<sup>3</sup>

<sup>1</sup> การบำเพ็ญตบะลักษณะนี้ได้มีปรากฏในคัมภีร์รามายณะมีข้อความที่ เณรารทเล่าให้พระรามฟังถึง เณรศีลตบะ (Agastya) ว่าทรมานร่างกายโดยแช่ตัวเองอยู่ในน้ำเป็นเวลานานถึง 12 ปี

Manmatha Nath Dutt, tr. The Rāmāyana of Vālmiki, X: 1794

<sup>2</sup> การบำเพ็ญตบะลักษณะนี้ได้มีปรากฏในคัมภีร์มหากาโรด ซึ่งมีข้อความกล่าวถึงการบำเพ็ญตบะของนางอัมบา ธิดาของเจ้าผู้ครองแคว้นกาสิ (Kāsi) ว่านางได้ทรมานกาย โดยการยืนตรงไม่เคลื่อนไหวเลยเหมือนเสาหินเป็นเวลาแรมปี

Pratap Candra Roy, tr. The Mahābhārata of Krishna

Dwaipāyana Vyāsa, Udyoga Parva, Vol 3, p. 539

<sup>3</sup> การบำเพ็ญตบะลักษณะนี้ได้มีปรากฏในคัมภีร์รามายณะซึ่งมีข้อความเล่าว่าพระรามได้ไปพบชายวรรณะศูทรผู้หนึ่งชื่อ สัมพุกะ กำลังทรมานกายโดยเอาเท้าเหยียดถึงไม่ว่าง ห้อยศีรษะลง

Manmatha Nath Dutt, tr. The Rāmāyana of Vālmiki, X: 1792

8. บัญจตปามลี (Pañca-tapāmsi) คือ ลักษณะการบำเพ็ญตบะที่ผู้บำเพ็ญจะต้องนั่งอยู่ท่ามกลางกองไฟ 5 กอง หรือ 4 กอง โดยมีดวงอาทิตย์ที่ส่องแสงแดกกล้าอยู่เบื้องบนเป็นกองที่ 5 <sup>1</sup>

9. ศรีโยธา หรือ กันธุรกโยธา (Sarasayya Kantakasayya) คือ ลักษณะการบำเพ็ญตบะที่ผู้บำเพ็ญจะต้องนอนบนเตียงที่รองรับด้วยตะปูหรือหนามแหลมคมตลอดวันตลอดคืน

10. นขิมุชฎะ (Nakhi-musta) คือ ลักษณะการบำเพ็ญตบะที่ผู้บำเพ็ญจะทอ้งกำมือไว้จนเล็บยาวงอกทะลุข้อมือ ลักษณะอีกแบบหนึ่งของการบำเพ็ญตบะแบบนี้ก็คือ ผู้บำเพ็ญจะถือกระดางเล็ก ๆ ภายใต้อุ้งเท้าไม้ศักดิ์สิทธิ์ เช่น ต้น ทูลสี (Tulsi) ทำอย่างนี้เป็นเวลานาน จนกระทั่งเล็บมือของเขายาวโค้งออกมาครอบ ๆ กระดางนั้นเหมือนรั้วเหล็ก

11. ฉินนกา (Chinnaka) คือ ลักษณะการบำเพ็ญตบะที่ผู้บำเพ็ญจะทำร้ายร่างกายตนเอง คือ บีบรัดอวัยวะบางอย่าง เช่น แขน ขา เอว จนเป็นงอย

12. พุทกา (Bahūdaka) หมายถึง นักบวชสวมเสื้อแดงผู้จาริกท่องเที่ยวไปตามสถานที่อาบน้ำศักดิ์สิทธิ์ ในระหว่างนั้นเขาจะต้องพยายามอาบน้ำในแหล่งน้ำศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งมีเป็นจำนวนมากในประเทศอินเดีย ให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

13. ขทาศรี (Khadāsri) หมายถึง บุคคลผู้บำเพ็ญตบะโดยการยืนตรงแข็งเกร็ง ตลอดเวลา โดยไม่นั่งหรือนอนเลย บางครั้งบางครั้งอาจจะยืนถึงไม้เท้าของเขาได้

<sup>1</sup> การบำเพ็ญตบะลักษณะนี้ได้มีปรากฏในคัมภีร์มหาภารตะมีข้อความกล่าวเล่าถึง การบำเพ็ญตบะของยวฤต บุตรของภริทิวาชะ ผู้ทรมาณกายด้วยการทนความร้อนจากกองไฟ 5 กอง

Pratap Candra Roy, tr. The Mahābhārata of Krishna

Dwaipāyana Vyāsa, Vana Parva, Vol. 2, p. 408

14. กุฏิลกา (Kutīlakā) หมายถึง บุคคลผู้บ้ำเพ็ญศบะโดยไมบั้นเลย นั้งหรือเอนตัวในท่าที่พยายามที่จะทำให้ตัวตรง แต่ส่วนมากเมื่อระยะเวลาผ่านไปนาน ๆ หลังของเขาจะงอโค้ง

15. อุณฺหวศุติ (Unchahavṛtti) หมายถึง ผู้บ้ำเพ็ญศบะที่ยังชี้อยู่ด้วยการกินเมล็ดข้าวที่ล่วงหล่นจากการเก็บเกี่ยว <sup>1</sup>

นอกจากนั้นก็มีข้อความกล่าวถึง การบ้ำเพ็ญศบะโดยการอดอาหารจนร่างกายซูบผอมหลายครั้ง การอดอาหารนั้นมีทั้งอดอาหารทุกชนิดโดยเด็ดขาดหรือ อดข้าว อดน้ำ กินแต่ ผลไม้ รากไม้ เศษไม้แห้ง ๆ เป็นต้น แต่จะต้องใช้ระยะเวลาอดอาหารยาวนาน การอดอาหารในช่วงระยะเวลาสั้น ๆ นั้น ไม่ถือว่าเป็นการบ้ำเพ็ญศบะ ดังมีข้อความกล่าวไว้ในคัมภีร์มหาภารตะ ดังนี้

การอดอาหารตลอดระยะเวลา 40 วัน ซึ่งคนทั่วไปถือว่าเป็นการบ้ำเพ็ญศบะนั้น แท้จริงแล้วเป็นเหตุเพียงการพรمانร่างกายธรรมคาเท่านั้น สาธุชนทั่วไปไม่ถือว่าเป็นการบ้ำเพ็ญศบะ การสละทุกสิ่งทุกอย่างและการมีความละอายนั้นเป็นการบ้ำเพ็ญศบะที่ประเสริฐที่สุด <sup>2</sup>

ผู้บ้ำเพ็ญศบะหลายพวกที่ได้อาศัยตามลักษณะการบ้ำเพ็ญศบะของเขา อย่างเช่น ผู้บ้ำเพ็ญศบะโดยการยังชี้อยู่ด้วยผลไม้อย่างเดียว หรือ ด้วยนม หรือ ด้วยสมุนไพร หรือ ด้วยผลไม้ บางพวกก็กินอาหารไม่เกินวันละ 8 คำ บางพวกก็ถือปฏิบัติตามจรรยาณะ (Cāndrāyana) คือ ผู้บ้ำเพ็ญศบะโดยกำหนดการรับประทานอาหารสามข้างขึ้นข้างแรม ในพุทธจริต อัสวโฆษ (Asvaghosha) กล่าวถึง ผู้บ้ำเพ็ญศบะที่ยังชี้อยู่หลายนค คือ เก็บกินเมล็ดถั่ว งา ที่ตกอยู่ตามท้องนาท้องไร่ ละผู้บ้ำเพ็ญศบะบางพวกที่อาศัยอยู่ในป่าช้า

<sup>1</sup> Benjamin Walker, Hindu World, (London: George & Unwin Ltd, 1968) pp. 78-80

<sup>2</sup> Pratap Candra Roy, tr., The Mahābhārata of Krishna Dwaipāyana Vyāsa, Vol. 8, Santi Parva, p. 188

หรือตามหลุมฝังศพ กินเนื้อมนุษย์ และ ยังกล่าวถึงผู้บำเพ็ญตบะที่ยังชีพอยู่ด้วยการ  
รับประทานมูลโค หรือ ขี้สวามนุษย์ <sup>1</sup>

จากคัมภีร์รามายณะและมหาภารตะ โทแสกถึงลักษณะการบำเพ็ญตบะ  
ในสมัยนี้ว่า นอกจากจะเป็นการทรมานร่างกายแล้ว การบำเพ็ญตบะยังได้  
เพิ่มความยากและรุนแรงมากขึ้นโดยการจงใจทำร่างกายให้ได้รับความเจ็บปวด  
เช่น ทาศรัคยยา และ ทานขิมุญชะ เพื่อแสกถึงอำนาจ  
อันเข้มแข็งของจิตว่า ผู้ใดที่บำเพ็ญตบะจนแก่กล้านั้นสามารถขจัดความเจ็บปวด  
ที่เกิดขึ้นได้โดยสิ้นเชิง นอกจากนั้นข้อความที่กล่าวถึงการบำเพ็ญตบะของบุคคล  
ต่าง ๆ ยังทำให้เราโต้ข้อสังเกตว่า ในการบำเพ็ญตบะแต่ละคราวนั้น ผู้  
บำเพ็ญสามารถทำการทรมานร่างกายได้หลายลักษณะ เช่น อาจทรมานกายด้วย  
ท่าเอกปาถ (Eka-pada) อยู่ระยะหนึ่งแล้ว เปลี่ยนเป็นท่าอื่น ๆ หรือในการ  
ทรมานกายแต่ละท่านั้นต้องใช้เวลาดึกกันเป็นเวลานานโดยไม่หยุดพัก ในกรณี  
นี้ก็จำเป็นอยู่เองที่ผู้บำเพ็ญย่อมจะต้องออกอาหารไปในหัว ดังเช่น การบำเพ็ญ  
ตบะของนางขัมพา ธิดาของพระราชาแห่งแคว้นกาสิ ในคัมภีร์มหาภารตะ ซึ่ง  
กล่าวไว้ในคัมภีร์มหาภารตะว่า นางทรมานตนด้วยการออกอาหารจนร่างกาย  
เหี่ยวแห้ง ชุ่มฉอม ปล่อยผมยาวพันกันยุ่งเหยิง คลุกเคล้าด้วยของสกปรก  
นับเป็นเวลาถึง 6 เดือน ที่นางยืนนิ่งอย่างสงบบราวกับเสาคอนอยู่กลางแจ้ง <sup>2</sup>  
ออกอาหารทุกชนิดอีก 1 ปี หลังจากนั้นก็ได้ไปยืนอยู่ในแม่น้ำยมุนา <sup>3</sup> และยืน

<sup>1</sup> E.B. Cowell, tr. The Buddha-carita of Asvaghosha,  
Part I Vol. 12 of the Sacred Books of the East.  
ed. Max Muller. (Delhi: Motilal Banarsidass, 1972)P.72

<sup>2</sup> นีศจลิตี

<sup>3</sup> ชลาลัย



บนปลายเท้าและยังชีพด้วยใบไม้เหี่ยวแห้งหล่นจากต้นไม้ อีกลดเวลา  
12 ปี <sup>1</sup>

นอกจากเราจะได้รับทราบรายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับลักษณะการ  
บำเพ็ญตบะในคัมภีร์มหาภารตะ และ รามายณะ ว่าเริ่มมีการจงใจทำให้ร่างกาย  
เจ็บปวดและการทรมานร่างกายเพื่อแสดงถึงพลังอันเข้มแข็งแห่งจิตนั้น ผู้บำเพ็ญ  
อาจใช้ทำการทรมานร่างกายได้หลายท่าในคราวหนึ่ง ๆ แต่ต้องมีระยะเวลาชว  
นาน และในสมัยนี้ก็เช่นครั้งแรกที่มีการกล่าวถึงการบำเพ็ญตบะทางใจ ดังนี้

" การศึกษาเล่าเรียนพระเวทและหลักเสียง  
การทำร้ายสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ คนทั้งหลายกล่าว  
ว่าเป็นการบำเพ็ญตบะทางกาย การบำเพ็ญ  
ตบะทางใจที่แท้คือ การควบคุมการพูดและ  
ความลึกลับ " <sup>2</sup>

จะเห็นได้ว่า ลักษณะการบำเพ็ญตบะในสมัยหลังนั้นได้ขยายออกไปกว้าง  
มาก นอกจากจะกระทำได้โดยการทรมานกายและทำร้ายร่างกายให้เจ็บปวด  
ทรมานวิธีต่าง ๆ แล้ว แม้เพียงการศึกษาพระเวทอย่างตั้งใจหรือการไม่ทำร้าย  
สิ่งใด ๆ ก็ถือว่าเป็นการบำเพ็ญตบะได้เหมือนกัน เป็นการบำเพ็ญชั้นง่าย ๆ  
และยังได้เน้นถึงการบำเพ็ญตบะทางใจ คือการควบคุมจิตให้อยู่ในอำนาจ ให้  
สงบ มิให้คิดฟุ้งซ่านแล้วกระทำออกมาเป็นคำพูดที่เหลวไหล เพราะการบำเพ็ญ  
ตบะทางกาย แม้จะทำที่ยากยิ่งเพียงใดก็ตามย่อมไร้ผล หากดวงจิตของผู้  
บำเพ็ญยังคงวุ่นวายสับสน ดังนั้นการควบคุมดวงจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในความสงบจึง

<sup>1</sup> Pratap Candra Roy, tr., The Mahābhārata of  
Krishna Dwaipayana Vyāsa, Vol 10, Asvamedha Parva, p.539

<sup>2</sup>  
Ibid.p. 221

เป็นสิ่งสำคัญที่ผู้บำเพ็ญทบะทรมาณกายสมควรจะกระทำด้วย ชาวอินเดียโบราณถือว่า การบำเพ็ญทบะเป็นการแสดงออกถึงความเข้มแข็งทางจิตที่สามารถเอาชนะความเจ็บปวดทางกายที่เกิดขึ้นในขณะเดียวกันได้

นอกจากนี้ แนวความคิดใหม่ที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการบำเพ็ญทบะในสมัยหลังนี้ก็คือ การบำเพ็ญทบะจะต้องมีศรัทธาในองค์พระผู้เป็นเจ้าประกอบด้วย การบำเพ็ญทบะนั้นจึงโดดเด่นเต็มที่ คือ ในระหว่างที่บำเพ็ญทบะทรมาณร่างกายอยู่นั้น ผู้บำเพ็ญจะท่องทั้งจิตให้แน่วแน่ว่าลี้ภัยถึงพระบรมเทพองค์ใดองค์หนึ่ง เช่น พระพรหม พระวิษณุ หรือ พระอิศวร เป็นต้น และกระทำการบำเพ็ญทบะให้เป็นที่พอใจของเทพ เทพองค์นั้นก็จะมาปรากฏกายต่อหน้าผู้บำเพ็ญทบะ และให้พรแก่ผู้บำเพ็ญทบะตามที่ผู้บำเพ็ญทบะต้องการ

#### ผลของการบำเพ็ญทบะ

ชาวอินเดียผู้บำเพ็ญทบะทรมาณร่างกายโดยผืนปกติแห่งอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย บ่อมจะมีจุดประสงค์ในการลดทอนผลของความเจ็บปวดที่เกิดขึ้น วรรณคดีสันสกฤตได้แสดงให้เห็นถึงจุดประสงค์ของผู้บำเพ็ญทบะเหล่านั้นไว้หลายประการ เช่น เพื่อการบรรลุลูกความหลุดพ้น เพื่อต้องการอำนาจอิทธิฤทธิ์พิเศษต่าง ๆ แต่สิ่งที่น่าสนใจศึกษาในที่นี้คือ ชาวอินเดียอารยันมีความคิดอย่างไรเกี่ยวกับผลที่จะได้รับจากการบำเพ็ญทบะ ในเรื่องที่เกี่ยวข้องเรื่องนี้ข้อความในวรรณคดีสันสกฤตหลายเล่มได้แสดงให้เห็นถึงความคิดของชาวอินเดียอารยันเกี่ยวกับผลของการบำเพ็ญทบะไว้ดังนี้

#### ผลของการบำเพ็ญทบะในคัมภีร์ฤคเวท

คัมภีร์ฤคเวทได้สะท้อนให้เห็นถึงความคิดของชาวอินเดียอารยันเกี่ยวกับผลของการบำเพ็ญทบะว่า บุคคลผู้ใดบำเพ็ญทบะโดยเคร่งครัดนั้น เขาจะเข้าไปสู่โลกแห่งสวรรค์หลังจากที่ตาย ซึ่งในคัมภีร์ฤคเวทเชื่อว่า ผู้ที่ประกอบไปด้วยคุณธรรม หรือ คุณงามความดีเหล่านี้ จึงจะเข้าไปสู่สวรรค์คือเป็นผู้ตั้ง

อยู่ในความสัจย์<sup>1</sup>, โอบอ้อมอารี<sup>2</sup>, วัฏฏเกณฑ์ศีลธรรม<sup>3</sup>, กระทำแต่  
ความดี<sup>4</sup>, บำเพ็ญตะบะ<sup>5</sup>, ไล่เสียงซีพหรือเสียชีวิตในสงคราม<sup>6</sup>,  
ประกอบยัญพิธีและให้ทักษิณาแก่พราหมณ์อย่างเต็มที่<sup>7</sup> เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า ตามความคิดของชาวอินเดียอารยันในสมัยยุคเวทนั้น  
บุคคลผู้ใดประกอบกรบบำเพ็ญตะบะทรมาณร่างกายอย่างเคร่งครัด ถือว่าเป็นผู้  
ประกอบคุณงามความดี มีคุณธรรมอันสมควรเพียงพอที่เขาจะไต่ไปมีชีวิตนิรันดร  
เป็นอมตะในสวรรค์<sup>8</sup>, อันเป็นความคิดสูงสุดของชาวอินเดียอารยันในสมัย  
คัมภีร์ฤคเวท ในการให้คำตอบเกี่ยวกับแดนไปหลังความตายของบุคคล

#### ความคิดเกี่ยวกับโลกสวรรค์ในคัมภีร์ฤคเวท

สวรรค์ตามความคิดของชาวอินเดียอารยันในสมัยคัมภีร์ฤคเวทมีอยู่  
3 แห่ง (คิสโร พยวาระ)<sup>9</sup>, กล่าวคือ สองสวรรค์แรกคงจะหมายถึง พื้นดินและ  
อากาศ เป็นแดนของเทพสวิตฤ และ เทพทั้งหลาย ส่วนสวรรค์อันเป็นแดน

1 ฤคเวท 10.15.9,10

2 ฤคเวท 10.15.9

3 ฤคเวท 10.15.1

4 ฤคเวท 10.16.4,17.4

5 ฤคเวท 10.154.2

6 ฤคเวท 10.154.3

7 ฤคเวท 10.14.8

8 ฤคเวท 1.35.6,8.5.8,41.9,9.113.9

9 ฤคเวท 10.14.8

ไปของผู้ตายตามคัมภีร์ฤคเวทในที่นี้ นั่น คือ สวรรค์ที่ 3 ซึ่งถือว่าเป็นสวรรค์ชั้น  
 สูงสุด (ปรหม โวยมน) <sup>1</sup> อันเป็นที่อยู่ของพระยมและบรรดาปิณฑ เป็นดินแดนที่มี  
 แสงสว่างจ้าวิบวับ <sup>2</sup> ณ ที่นี้ผู้ตายจะใกล้ชิดกับพระยมและพระวรุณผู้เป็นราชาแห่ง  
 สวรรค์กำลังเพลิดเพลินอยู่กับเครื่องสังเวท <sup>3</sup> พระยมจะถามผู้มาใหม่ว่าใครเป็น  
 บิดา ใครเป็นผู้ทำพิธีส่งวิญญาณมาและถูกส่งมา ณ ที่นี้ได้อย่างไร <sup>4</sup> เมื่อพระยม  
 รู้จักแล้ว ก็จะรับผู้ตายเข้ามาอยู่ร่วมกบ ขาจะใกล้ชิดชีวิตที่เพลิดเพลินนุก  
 สนานอย่างสมบูรณ์แบบ มีกลุ่มสตรีเป็นจำนวนมากคอยให้ความสุขแก่บุรุษที่ไป  
 อยู่ <sup>5</sup> อาหารและเครื่องดื่มจะมีอยู่อย่างเหลือเฟือ เช่นมีสายขารที่เต็มไปด้วย  
 ไปก้วยเนยใส ลำขารที่ไหลมาเป็นน้ำนม น้ำยั้ง และ สุรา <sup>6</sup> เป็นต้น  
 บิดามารดา และ บุตร จะใกล้ชิดกัน <sup>7</sup> สามิจะใกล้ชิดผู้ร่วมกบภรรยาและบุตรหลาน <sup>8</sup>  
 ความปรารถนาทุกประการจะสัมฤทธิ์ผล เพราะมีโกลีสศไสและหลากลีคอยอำนวยความสะดวกตามความปรารถนา โกลีเหล่านี้เป็นที่มาของโค"กามเชนุ" ในวรรคกิตหลังสมัย

<sup>1</sup> ฤคเวท 10.14.8

<sup>2</sup> ฤคเวท 9.13.7

<sup>3</sup> ฤคเวท 10.14.7

<sup>4</sup> ฤคเวท 10.135.5

<sup>5</sup> อถรรพเวท 3.34.2

<sup>6</sup> อถรรพเวท 3.34.5, 6

<sup>7</sup> ศตปถพราหมณะ 11.5.6.4

<sup>8</sup> อถรรพเวท 6.120.3

<sup>8</sup> อถรรพเวท 12.3.17

พระเวท) <sup>1</sup> ไม่มีใครมีอำนาจเหนือใคร ไม่มีใครถูกกดขี่ข่มเหง <sup>2</sup> ทุกคน  
จะสนุกสนานอยู่กับงานเลี้ยงอาหารพร้อมกับพระยม ผู้โดยชกติจะนั่งอยู่ที่ต้นไม้  
ที่มีใบงาม <sup>3</sup> มีเสียงขลุ่ยและเสียงเพลงคอยขับกล่อม <sup>4</sup>

ผลของการบำเพ็ญตบะในคัมภีร์พราหมณะ

ต่อมาในคัมภีร์พราหมณะ ความคิดของชาวอินเดียอารยันเกี่ยวกับผล  
ของการบำเพ็ญตบะก็ยังคงเป็นไปในทำนองเดียวกับคัมภีร์ฤคเวท ไม่มีอะไร  
แปลกใหม่ กล่าวคือ ผู้ที่อุทิศสทาหะบำเพ็ญตบะทรมาณภายในขณะที่มีชีวิตอยู่เมื่อ  
ตายไป เขาจะไต่ไปเสวยสุขนิรันดรในโลกสวรรค์คงปรากฏข้อความในคัมภีร์  
ศกปด พราหมณะว่า บุคคลผู้บำเพ็ญตบะ เมื่อละจากโลกนี้ไปแล้ว ทุก ๆ ส่วน  
ในร่างกายของเขาจะไปรวมกันในโลกสวรรค์ <sup>5</sup>

<sup>1</sup> อถรรพเวท 4.34.8

<sup>2</sup> อถรรพเวท 3.29.3

<sup>3</sup> อถรรพเวท - 10.135.1

<sup>4</sup> อถรรพเวท 10.135.7

บรรยายละเอียดใน Arthur A. Macdonell, A Vedic Reader  
For Students, (Madras: Oxford University Press, 1972), p. 16

และใน Arthur A. Macdonell, Vedic Mythology, (Delhi:  
Motilal Banarsidass, 1974), p. 168

<sup>5</sup> ศกปดพราหมณะ 10.4.4.4

คติความคิดเกี่ยวกับโลกสวรรค์ในคัมภีร์พราหมณะ

จินตนาการของชาวอินเดียอารยันเกี่ยวกับโลกสวรรค์ตามที่ปรากฏในคัมภีร์พราหมณะนั้นมีลักษณะผิดแปลกแตกต่างไปจากที่ปรากฏในคัมภีร์ฤคเวท ซึ่งกล่าวถึงโลกสวรรค์อันเป็นที่อยู่ของพระยมและบรรพบุรุษผู้ล่วงลับไปแล้ว ทั้งอยู่ในสวรรค์ชั้นที่สามเป็นจุดที่สูงสุดของพระอาทิตย์ แต่คัมภีร์พราหมณะ ชาวอินเดียอารยันได้แยกโลกสวรรค์ (Svarga loka) ออกจากโลกของบรรพบุรุษ (Pitr-loka) ซึ่งเค้าของความคิดนี้ได้ปรากฏมาบ้างแล้วในมณฑลส่วนหลัง ๆ ของคัมภีร์ฤคเวท<sup>1</sup> ซึ่งกล่าวถึงเทวยาน<sup>2</sup> (devayāna) ว่าเป็นคนละทางกับ ปิตถยาน<sup>3</sup> (pitr-yāna) แต่เราไม่มีข้อความหรือรายละเอียดในเรื่องนี้เพิ่มเติมในคัมภีร์ฤคเวทว่า เทวยาน และ ปิตถยาน นั้นมีความแตกต่างหรือมีความหรรษาซับซ้อนกันอย่างไรบ้าง คงกล่าวไว้อย่างกว้าง ๆ เท่านั้น แต่ต่อมาความคิดนี้ค่อยปรากฏอย่างชัดเจนอีกครั้งในคัมภีร์ศตปถพราหมณะ ซึ่งมีข้อความถึงผู้ตายว่า เมื่อละจากโลกนี้ไปแล้ว เขาจะเดินทางไประหว่างไฟสองกอง ไฟสองกองนี้โดยปกติจะเผาไหม้ผู้ชั่วร้าย ผู้มีบาปหนา แต่จะปล่อยผู้มีคุณงาม ความดีให้ผ่านไปไต่ และผู้ตายผู้มีคุณงามความดีนี้จะเดินทางไปสู่ดวงอาทิตย์อันเป็นแกนแห่งโลกสวรรค์ หรือโลกแห่งบรรพบุรุษทางใดทางหนึ่ง<sup>4</sup> และคัมภีร์นี้ยังได้ให้รายละเอียดซึ่งแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างของโลกทั้งสองนี้มากยิ่งขึ้น คือ กล่าวว่ ประมุขของโลกสวรรค์อยู่ทางทิศตะวันออกเฉียงเหนือ<sup>5</sup> ส่วนประมุขของโลกบรรพบุรุษอยู่ทางทิศตะวันออกเฉียงใต้<sup>6</sup> แต่อย่างไรก็ตาม

<sup>1</sup> ฤคเวท 10.2.7, 10.181, 10.88.15

<sup>2</sup> เทวยาน ทางแห่งเทพ (ทางที่จะนำไปสู่ความเป็นเทพ)

<sup>3</sup> ปิตถยาน ทางแห่งบรรพบุรุษ

<sup>4</sup> ศตปถพราหมณะ 1.9.3.2

<sup>5</sup> ศตปถพราหมณะ 6.2.2.4



คัมภีร์ศกปถพราหมณะ ก็ไม่ได้ให้รายละเอียดที่แสดงว่า ผู้ที่มีคุณสมบัติอย่างไร จึงจะเหมาะแก่โลกสวรรค์และโลกบรรพบุรุษ

จะเห็นได้ว่าข้อความในคัมภีร์พระเวทและคัมภีร์พราหมณะ ใ้แสดงถึงความกึกของชาวอินเดียนเกี่ยวกับผลของการบำเพ็ญทบะว่า บุคคลผู้นั้นหลังจากที่ตาย เขาจะไ้ไปสู่โลกสวรรค์อันเป็นจุดหมายสูงสุดเกี่ยวกับความคิด หลังความตายของชาวอินเดียนในสมัยพระเวทตอนต้น ซึ่งเขายังมีความคิดเกี่ยวกับโลกและชีวิตเป็นไปอย่างพื้น ๆ ไม่สลับซับซ้อน ความคิดที่จะเปลี่ยนแปลงถ่ายเทที่อยู่จากโลกหน้ากลับมาสู่โลกนี้ก็ยังไม่ปรากฏ การรับผลแห่งกรรมดีและกรรมชั่วก็เป็นไปอย่างไม่มีระยะเวลากำหนด กล่าวคืออยู่ประกอบกรรมดี ในขณะที่มีชีวิตอยู่จะไ้ไปเสวยสุขในสวรรค์ ส่วนอยู่ประกอบกรรมชั่วย่อมต้องพลากจากสวรรค์และไปทนทุกข์ทรมานอยู่ในนรกแทน <sup>1</sup>

<sup>1</sup> ความคิดเกี่ยวกับ "นรก" อันเป็นแดนไปของวิญญาณผู้กระทำผิดชั่วร้าย ไ้เริ่มมีปรากฏขึ้นบ้างแล้วในคัมภีร์ฤคเวทแม้จะไม่ชัดเจนนัก ดังจะเห็นได้จากบทสวดสรรเสริญ "visve devah" ที่ผู้สวดได้ขอร้องให้เทพทั้งหลายช่วยเหลือเขาผู้พลากหลังกระทำความผิดจากหลุมลึก(2.29.6) ซึ่งถือว่าเป็นสถานที่มืดดำทั้งคนชั่ว, ไม่มีสิ่งจะ และ โรศีลธรรม(4.5.5) พระอินทร์และโสมเทพก็ได้รับการอ้อนวอนให้ "โยนบรรดาคคนชั่วลงไปไว้ในสถานที่อันลึกลึบมืดมิดไม่มีขอบเขตกำหนด"(7.104.3) ต่อมาความคิดเรื่องนี้ได้ขยายตัว และมีรายละเอียดเพิ่มเติมเด่นชัดมากขึ้นในคัมภีร์ศกปถพราหมณะ ซึ่งไ้กล่าวถึงการทนทุกข์ทรมานในนรกว่าพระเวรผู้ได้สั่งให้บุตรชายคือเมฆิกละไปทุกข์ทรมานในนรก ๓ ที่นั้น เมฆิกละไ้เห็นมนุษย์กำลังทนทรมานอย่างแสนสาหัสในสภาพต่าง ๆ กัน บางพวกก็กำลังกัก แขน ขา ของตัวเองอย่างไร้สติ บางพวกก็ ยืน หรือ นั่งเฉยๆ ปล่อยให้คนอื่นเขาเตะกักกินตนเอง บางพวกก็กำลังเสี่ยงร้องครวญครางอย่างเจ็บปวด (11.6.1).

ผลของการบำเพ็ญทบะในคัมภีร์อุปนิษัท

ต่อมาในสมัยอุปนิษัทเมื่อชาวอินเดียนอารยันมีความคิดเกี่ยวกับพรหม และอาทมนต์เกิดขึ้นแล้ว ทั้งที่ไคกล่าวแล้วในบทก่อน ความคิดของชาวอินเดียนอารยันเกี่ยวกับผลของการบำเพ็ญทบะ ตามที่มีปรากฏในคัมภีร์อุปนิษัทนั้นชักแย้งกันเป็น 2 ทาง คือ คัมภีร์อุปนิษัทบางเล่มกล่าวถึงผลของการบำเพ็ญทบะว่า ไม่อาจนำไปสู่ความหลุดพ้นที่แท้จริงได้ เพราะบุคคลผู้บำเพ็ญทบะนับพันปีโดยไม่รู้จักแจ้งในพรหมนั้น เมื่อละไปจากโลกนี้แล้ว ย่อมนำสงสาร<sup>1</sup> เพราะวิญญาณของเขาจะเข้าไปแก่ทางแห่ง "ปิตฤยาน" อันเป็นทางไปของผู้ประกอบกรรมดี แต่ยังคงกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในโลกนี้อีก<sup>2</sup> โดยพรรณนาไว้ว่า หลังจากที่ยืนชีวิตลงเขาย่อมไปสู่ กลางคืน, บั๊กข้างแรม, หักฉินายฉลลอก

<sup>1</sup> พุทธทวารวณยก อุปนิษัท 3. 8. 10

"yo vā etad aksaram, gārgi, aviditvasmiml  
loke juhōti, ya-jate, tapas tapyate,  
bahūmi varsasahasrāny antavad evāsyā  
tad bhavati; yo vā etad aksaram, gārgi,  
aviditvāsmāl lokāt praiti, sa kṛpanah

<sup>2</sup> พุทธทวารวณยก อุปนิษัท 6.2.16

"atha ye yajñena dānena tapasā lokān  
jayanti te dhūmā abhisambhavanti,  
dhūmād ratim,

6 เดือน<sup>1</sup> ปิณฑโลก อากาศ ทวงจันทร์ และ เราจะพำนักอยู่ ณ ที่นั้น(สวรรค์) เพื่อเสวยผลกรรมเป็นเวลานาน ทราบเท่าที่ผลกรรมยังเหลืออยู่ จากนั้นเขาจะกลับมาเกิดในโลกนี้อีก โดยผู้ที่ประกอบกรรมดีก็จะมีภพเกิดใหม่ที่น่าพอใจ อาจจะเป็นวรรณะ พราหมณ์ กษัตริย์ หรือ ไวศยะ ส่วนผู้ประกอบกรรมชั่วก็จะได้รับการเกิดใหม่ที่ต่ำช้า อาจจะได้กำเนิดเป็น สุนัข สุนัข หรือ จันทรกาล<sup>2</sup> ทั้งนี้เพราะชาวอินเดียโบราณส่วนใหญ่ในสมัยนั้นมีความเชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรมอย่างแน่นแฟ้นว่าเป็นสาเหตุที่ทำให้บุคคลต้องมีการเกิดใหม่ เพื่อรับผลแห่งการกระทำของตน แม้ว่าจะเป็นการกระทำที่ตามหลักศาสนาอันใดแก่การประกอบยัญพิธี การให้ทาน และการบำเพ็ญตบะก็ตาม

ในระยะต่อมา อาจจะเป็นสาเหตุเพราะการบรรลุความรู้แจ้งในอาत्मัน ภัยกำลังสติปัญญา ความสามารถของตนเองนี้จำกัดอยู่ในวงแคบ คือ เหมาะสมเฉพาะผู้มีสติปัญญาดีและมีความกตัญญูซึ่งอย่างนักปรัชญาเท่านั้น และภัยอิทธิพลของลัทธิเชน ซึ่งเกิดขึ้นในระยะนี้และยกย่องสรรเสริญการบำเพ็ญตบะอย่างมาก จึงปรากฏคัมภีร์อุปนิษัต โคพรธมาถึงทางแห่ง "เทวยาน" ไว้ว่า เมื่อทลายลงอาत्मันของบุคคลผู้ที่จะโคหักพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ จะโคเกินทางผ่านแสงสว่าง จากแสงสว่างไปสู่กลางวัน บัณฑิตข้างขึ้น

<sup>1</sup> "ทักษิณายัม" (ทักษิณ - อยัม) หมายถึง ระยะเวลาที่ดวงอาทิตย์โคจรไปทางทิศใต้ของเส้นศูนย์สูตรเป็นเวลา 6 เดือน

Kane, History of Dharmasastra, 2<sup>nd</sup> ed. (Poona : Bhandarkar Oriental Research Institute, 1973), 4 : 188

<sup>2</sup> ฉานโทศย อุปนิษัต 5.10.7

อุกกราบณ 6 เดือน<sup>1</sup> จากนั้นก็ไปสู่เทวโลก จากเทวโลกไปสู่พระอาทิตย์ พระจันทร์ สายฟ้า และในที่สุด เมื่ออาत्मมันพ้นจากความผูกพันกับร่างกายและ เกิดความรู้ว่า อาत्मมันของตนนั้นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับพรหมก็ย่อมจะบรรลุดัง จุดหมายปลายทางคือ พรหมนั้น ซึ่ง ณ ที่นั้น เราจะไต่คำรงอยู่เป็นเวลานาน และจะไม่ต้องกลับมาใช้ชีวิตอยู่ในโลกนี้อีกเลย<sup>2</sup> การบรรลุมโงคะในลักษณะที่เป็นไปตามลำดับขั้นภายหลังจากที่บุคคลได้ตายไปแล้ว เป็นการบรรลุมความหลุดพ้นแบบค่อยเป็นค่อยไปเช่นนี้ คัมภีร์อุปนิษัต เรียกว่ากรรมมุกติ (กรรม-มุกติ)<sup>3</sup>

ผลของการบำเพ็ญตบะในคัมภีร์มหากาพย์และปุราณะ

ต่อมาในสมัยมหากาพย์และปุราณะ ความคิดของชาวอินเดียนั้นเกี่ยวข้องกับผลของการบำเพ็ญตบะนอกจากจะทำให้อาत्मมันของผู้บำเพ็ญกลับไปรวมกับพรหมมันได้เช่นเดียวกับความคิดในสมัยอุปนิษัตแล้ว เรื่องราวการบำเพ็ญตบะของบุคคลต่าง ๆ ตามที่มีในคัมภีร์มหากาพย์และปุราณะได้แสดงผลของการบำเพ็ญ

<sup>1</sup> "อุกกราบณ" คือ ระยะเวลาที่ดวงอาทิตย์โคจรไปทางเหนือของเส้นศูนย์สูตรเป็นระยะเวลา 6 เดือน (ตรงข้ามกับ ทักษิณายณ)

Robert Ernest Hume, The Thirteen Principal Upanishads, (London: Oxford University Press, 1921), p.224

<sup>2</sup> พุทธทวารวชิย ออุปนิษัต 6.2.15

ฉานโทคยอุปนิษัต 4.15.5

<sup>3</sup> คัมภีร์อุปนิษัต กล่าวถึงการบรรลุมโงคะว่ามี 3 อย่างคือ

1. จีวันมุกติ คือ การบรรลุมโงคะในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่

2. วิเทมมุกติ คือ การบรรลุมโงคะในตอนตาย

3. กรรมมุกติ คือ การบรรลุมโงคะเป็นลำดับขั้นภายหลังจากความตาย

ทบะในลักษณะที่ต่าง ๆ ออกไป กล่าวคือ บุคคลใดใคร่บำเพ็ญทบะทรมาณกาย อย่างเกรงกรັก จะเป็นผลทำให้เทพเจ้าผู้ที่เขาน้อมใจระลึกถึง เกรงกลัวหรือ ไปรคปรานี มาปรากฏกายต่อหน้าเขา และประทานพรให้ความปรารถนา ของเขาสัมฤทธิ์ผล อย่างเช่น การบำเพ็ญทบะของ พระอุมา หรือ ของ สุนทะ และ อุปสุนทะ หรือ ของราพณาสูร ซึ่งเป็นผลให้พระพิรุณลงมา ปรากฏกายตรงหน้า และประทานพรให้ความปรารถนาของเขาสัมฤทธิ์ผล หรือ การบำเพ็ญทบะของฤๅษีความิกรที่เป็นผลให้พระพรหมลงมาปรากฏกายต่อหน้า แต่ทวยเทพเหล่านี้ก็มีใคร่จะกลบฝังกาลให้ความหวังของผู้นำบำเพ็ญทบะสัมฤทธิ์ผลแก่ ฝ่ายเดียว บางครั้งบรมเทพเหล่านี้ก็ไม่ประทานพรให้แก่ผู้นำเพ็ ทบะตามที่ขอ อย่างเช่น การบำเพ็ญทบะของมาตังคะผู้เป็นจิสดา เพราะมีแม่เป็นพราหมณ์ ส่วนบิดาเป็นศูทร มีอาชีพเป็นช่างตีเหล็ก มาตังคะต้องการจะเปลี่ยนวรรณะ ของตนจึงได้ไปที่ป่าใหญ่แห่งหนึ่ง และเริ่มบำเพ็ญทบะอย่างเคร่งเครียด จนทำให้พระอินทร์เกรงกลัวมาปรากฏต่อหน้าเขา แต่เมื่อเขาแจ้งถึงจุดประสงค์ที่ ต้องการ พระอินทร์ก็กล่าวว่าเป็นไปไม่ได้แล้วก็หายพระองค์ไป มาตังคะก็ไม่ ละความพยายามยังเข้มาบำเพ็ญทบะด้วยการยืนขาเดียว และอดอาหารทุกชนิดจน ผ่ายผอม เล็นเอ็น และ เส้นเลือด ปรากฏไปนจีนเห็นแก่นรัศ ลิมลงบนพื้นด้วย หมดแรง พระอินทร์ก็มาปรากฏตัวอีกและกล่าวย้าว่า การเปลี่ยนแปลงเป็น วรรณะพราหมณ์นั้นอาจเป็นไปได้อีกด้วยการเกิดเป็นวรรณะที่ต่ำกว่าหลาย ๆ ชาติ เสียก่อนเท่านั้น แม้การบำเพ็ญทบะอย่างเคร่งเครียด ก็ไม่มีอำนาจพอที่จะ เปลี่ยนแปลงวรรณะได้ มาตังคะจึงเลิกล้มความตั้งใจที่จะบำเพ็ญทบะเพื่อเปลี่ยน วรรณะเป็นพราหมณ์อีกต่อไป <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Pratap Candra Roy, tr, The Mahabharata of Krishna  
Dwaipāyana Vyāsa, Vol.9 Amuśāsana Parva, Section XXVII

จากเรื่องราวข้างต้นนี้แสดงให้เห็นถึงความดีของชาวอินทียอารยัน  
ในสมัยที่มีรึมหากาพย์และปุราณะที่สรรเสริญอำนาจของทบะอย่างสูง แต่ใน  
ขณะเดียวกันก็ได้สอดแทรกความดีไว้ด้วยว่า หากบุคคลใฝ่หาเพื่อบุทบะโดยหวัง  
ผลแสวงหาผลประโยชน์หรือลาภยศอันไม่บังควร ผลของการบำเพ็ญทบะของ  
เขาจะเสื่อมหมด



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย