

การศึกษาวิเคราะห์ภยเกรวสูตร

An Analytical Study of the Bhayabherava Sutta

พระไพรัช พุทธิสารโร (โพธิ์ประพาฬทอง)^๑

Phrapairat Buddhisaro (Bhodhipraparntong)

ดร. อธิเทพ ผาธา^๒

Dr. Athithep Phatha

บทคัดย่อ

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์เรื่อง ศึกษาวิเคราะห์ภยเกรวสูตร มีวัตถุประสงค์ คือ เพื่อศึกษาโครงสร้าง เนื้อหาของภยเกรวสูตร เพื่อศึกษาคำสอนเรื่องความกลัวในพระไตรปิฎก เพื่อศึกษาวิเคราะห์คำสอนเรื่องความกลัวในภยเกรวสูตร โดยมีระเบียบวิธีวิจัยเป็นแบบการวิจัย เชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Analysis)

ผลการวิจัยพบว่า ภยเกรวสูตร เป็นพระสูตรที่มีขนาดเล็กที่กล่าวถึงเรื่อง ของการถามปัญหาของชาณูสโสนิพราหมณ์กับพระพุทธองค์โดยพระพุทธองค์ได้ทรงอธิบายเหตุที่เป็นบ่อเกิดของความกลัว และวิธีการที่จะกำจัดความกลัว คือ สาเหตุที่ก่อให้เกิดความกลัวเมื่อสมณพราหมณ์หรือนักบวชผู้ยังไม่หมดกิเลสเข้าไปสู่ป่ามีอยู่ ๑๖ ประการ มีความมีกาย วาจา และใจไม่บริสุทธิ์ เป็นต้น และทรงแสดงเหตุที่พระสาวกของพระองค์ไม่กลัว เพราะเหตุ ๑๖ ประการตรงข้ามนั้น นอกจากนั้นทรงแสดงเหตุที่จะลดความกลัวก็คือ (๑) ต้องรู้ธรรมชาติของความกลัวว่าความกลัวคือกิเลส (๒) เมื่อขณะปฏิบัติธรรมแล้วเกิดความกลัวให้พิจารณาตามอาการที่เกิดในอริยาบถต่างๆ (๓) หมั่นปฏิบัติธรรมเพื่อละนิวรณ์และบรรลุมรรค ๔ และพัฒนาไปสู่การบรรลุวิชา ๓ ก็จะสามารถตัดกิเลสและความกลัวลงไปได้อย่างสิ้นเชิง

คำสำคัญ : ภยเกรวสูตร,การระงับความกลัว

Abstract

This article is significant part of thesis entitled ‘Bhayabherava Sutta’ The thesis has three objectives, namely (1) to study the structure and content of Bhayabherava Sutta and (2) to study the principle of fear in Bhayabherava Sutta (3) to analytical study of the principle of fear in Bhayabherava Sutta. Research methodology adapted on this thesis is of documentary research by using descriptive analysis. The results of the study were as follows: This Sutta is related to the asking questions of fear and intrigue, ways to eliminate fear in Buddhism between Chanussoni Brahmin and The Load Buddha. The Buddha described the cause of fear and how to get rid of fear that is sixteen the cause of fear when the monk or Brahmin whom not yet attained went to inside the forest such as: physical, verbal, and impure minds and so

^๑ นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาพระไตรปิฎกศึกษา คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
M.A. Student, Tipitaka Studies, Faculty of Buddhism, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

^๒ อาจารย์ประจำภาควิชาพระพุทธศาสนา คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
Permanent Lecturer, Department of Buddhism, Faculty of Buddhism, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

on, and then he explain about the cause of his Fearlessness that opposites from the 16 cause of Fear. In addition, he also explain how to reduce fear such as: (1) to know the nature of fear that fear is the passion. (2) When meditating, fear is considered by the symptoms in the various movements. (3) To practice meditation to stop the five hindrances (Nāvaraḍa) and to attain four absorption (Jhāna) and to develop to attain the Threefold Knowledge, it can cut off passion and fear altogether.

Keywords: Bhayabherava Sutta, How to cut out of the fear.

๑.บทนำ

เป็นธรรมดาที่เดียวสำหรับมนุษย์เราที่เกิดมาแล้วย่อมเป็นคนที่มีกลัว ซึ่งความกลัวนี้ถือว่าเป็นสิ่งที่เกิดมาพร้อมกับความเป็นมนุษย์ หรือแม้กระทั่งสัตว์ทั้งหลายก็เป็นเช่นนั้นไม่แตกต่างกัน ล้วนเป็นผู้ที่มีความกลัวเป็นพื้นฐานของจิตใจ คือกลัวต่อความตาย กลัวภัยที่เข้ามาคุกคาม ดังปรากฏในพระพุทธพจน์ว่า สัตว์ทุกประเภท ย่อมสะดุ้งกลัวโทษทัณฑ์สัตว์ทุกประเภท ย่อมหวาดกลัวความตาย^๑ และเมื่อมนุษย์ถูกภัยคุกคามแล้ว ก็จะแสดงออกต่อความกลัวนั้นไปต่าง ๆ กัน เช่นเข้าไปพึ่งภูเข ป่าไม้ อาราม และรุกขเจดีย์เป็นสรณะ^๒ ซึ่งพระพุทธศาสนาได้ให้ทัศนะเอาไว้ว่า มนุษย์เรานั้นตราบที่ยังไม่บรรลุลหรรณย่อมจะมีความกลัว แต่เมื่อบรรลุลหรรณขั้นสูงสุดแล้วนั้นเองจึงหมดความกลัว ดังปรากฏในพระพุทธพจน์ที่ว่า

ผู้บรรลุลหรรณสำเร็จแล้วไม่มีความสะดุ้งกลัว

ปราศจากตัณหา ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน

ตัดลูกศรที่นำไปสู่ภพได้ขาดแล้ว

ร่างกายนี้จึงเป็นร่างกายสุดท้าย^๓

อนึ่ง เราจะพบว่าในทางพระพุทธศาสนาได้แบ่งความกลัวที่มนุษย์มีอยู่เป็น ๒ ประเภท คือ (๑) กลัวต่อภัยที่เข้ามาคุกคามชีวิต กลัวว่าจะต้องพลัดพรากจากสิ่งที่รักหรือกลัวที่จะไม่ได้สิ่งที่ตนเองปรารถนา ซึ่งประเด็นนี้เป็นความกลัวที่เกิดมาจากกิเลส (๒) ความกลัวต่อการกระทำความผิดหรือกลัวต่อการกระทำความชั่ว อันนี้จัดว่าเป็นความละอายต่อการกระทำความชั่ว การคบคนชั่ว เป็นต้น ซึ่งความกลัวทั้ง ๒ ประการนั้นถือว่าข้อที่ (๑) เป็นความกลัวในเชิงลบ (Negative Fear) ส่วนข้อที่ (๒) นั้นจัดเป็นความกลัวที่เป็นไปในทางบวก (Positive Fear) ในความกลัวทั้งสองประเภทนี้พระพุทธศาสนาสนับสนุนให้มนุษย์มีความกลัวในประเภทที่

^๑ จ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๒๙/๗๒.

^๒ จ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๘๘/๙๒.

^๓ จ.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๕๑/๑๔๒.

(๒) และให้หลีกเลี่ยงหรือกำจัดความกลัวประเภทที่ (๑) แต่อย่างไรก็ตามเมื่อมีการกล่าวถึงความกลัวโดยทั่วไป ก็อาจจะเข้าใจว่าพระพุทธศาสนาได้สอนเฉพาะเรื่องความกลัวในข้อที่ (๒) เท่านั้น เพราะความจริงแล้วพระพุทธศาสนาได้สอนในเรื่องของความกลัวเอาไว้ทั้ง ๒ ประการ

อนึ่ง จะพบว่าเมื่อกล่าวถึงความกลัวในทางพระพุทธศาสนานั้น โดยมากจะเป็นคำอธิบายที่มีการอธิบายเกี่ยวกับความกลัวที่เป็นกิเลส คือโดยเนื้อหาของความกลัวนั้นมาจากการที่มนุษย์ยังมีกิเลส คือ ราคะ โทสะ และโมหะ เป็นพื้นฐาน เพราะมนุษย์มีพื้นฐานของกิเลสดังกล่าวนี้เองเป็นผลทำให้มนุษย์เกิดความกลัว เมื่อเกิดความกลัวก็จะแสดงพฤติกรรมออกมาในทำนองของการกระทำที่จะก่อให้เกิดการปกป้องตนเองให้รอดพ้นจากความกลัวก็คือ (๑) กลัวว่าจะถูกทำร้ายก็จึงทำร้ายคนอื่นก่อน (๒) กลัวว่าจะถูกคุกคามก็จึงประกอบพิธีกรรมเพื่อลดทอนความกลัวลง หรือ (๓) กลัวว่าจะแก่จึงพยายามหาวิธีการที่จะทำให้ตนเองไม่แก่ เป็นต้น ซึ่งเมื่อมนุษย์เกิดความกลัวแล้วย่อมแสดงพฤติกรรมต่างๆออกมา บางพฤติกรรมก็ก่อให้เกิดประโยชน์ บางพฤติกรรมก็ก่อให้เกิดโทษ ดังนั้น ในแง่ของผลที่เกิดจากความกลัวเราจะพบว่า เพราะความกลัวนี้เองที่เป็นเหตุทำให้เกิดการพัฒนาการของสิ่งต่างๆในสังคม เช่น เกิดการปกครอง เกิดศาสนา เกิดการบัญญัติกฎหมาย จารีต ประเพณี เป็นต้นขึ้นมาในโลกนี้

พระพุทธศาสนาถือว่าเป็นศาสนาหนึ่งที่สอนในเรื่องของความกลัวและยอมรับว่าความกลัวเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต และความกลัวนั้นก่อให้เกิดผลหลายประการ และพระพุทธศาสนาได้พยายามสอนให้มนุษย์รู้จักการบรรเทาความกลัวหรือใช้ความกลัวให้เกิดประโยชน์กับชีวิต เช่น ถ้ากลัวผลร้ายที่จะตามมาก็ไม่ควรทำกรรมชั่ว หรือ ถ้ากลัวว่าจะยากจนก็ต้องขยัน เป็นต้น ซึ่ง คำสอนที่พระพุทธศาสนาได้สอนเรื่องความกลัวนั้นก็มีปรากฏอยู่ในพระสูตรหลายพระสูตร ซึ่งภยเวรวสูตรก็เป็นหนึ่งในพระสูตรที่สอนเรื่องความกลัวเอาไว้

สำหรับคำว่า ภยเวรวสูตร แปลว่า พระสูตรว่าด้วยความขลาดกลัว ซึ่งนี้ตั้งตามเนื้อหาสาระของพระสูตร ซึ่งกล่าวถึงเหตุสะดุ้งกลัวการอยู่ในเสนาสนะป่า ๑๖ ประการ พระสูตรนี้ พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแก่ชาณุสโสนิพราหณ์ ขณะประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของอนาถปิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี เหตุเกิดแห่งพระสูตร นี้จัดอยู่ในประเภท ปุจฉาวิสัชนา คือทรงแสดงเพื่อตอบปัญหาของผู้ถามเกี่ยวกับเรื่องความกลัวว่าทำอย่างไรเวลาไปปฏิบัติธรรมในป่าช้าจึงจะไม่กลัว ซึ่งพระพุทธองค์ได้ทรงตรัสถึงเหตุของความกลัวของพระภิกษุที่เข้าไปปฏิบัติธรรมในป่าช้าว่า

สมณพราหมณ์พวกอื่นสะดุ้งกลัวเพราะ (๑) มีกายกรรมไม่บริสุทธิ์ (๒) มีวจีกรรมไม่บริสุทธิ์ (๓) มีมโนกรรมไม่บริสุทธิ์ (๔) มีอาชีพไม่บริสุทธิ์ (๕) มีปกติเพ่งเล็งอยากได้สิ่งของของผู้อื่น (๖) มีจิตวิบัติ คิดชั่วร้าย (๗) มีจิตถูกดินมิทธะ (ความหดหู่และความเชื่องซึม) กลุ้มรุม (๘) เป็นผู้ฟุ้งซ่าน จิตไม่สงบ (๙) เป็นผู้เคลือบแคลงสงสัย (๑๐) เป็นผู้ยกตนข่มผู้อื่น (๑๑) เป็นคนมักขลาดมักกลัว

(๑๒) ประรณาลาภสักการะ (๑๓) เป็นคนเกียจคร้าน ไม่มีความเพียร (๑๔) เป็นคนขาดสติสัมปชัญญะ (หลงลืม) (๑๕) มีจิตไม่ตั้งมั่น มีจิตกวัดแกว่ง (๑๖) เป็นคนโง่เขลาเบาปัญญา^๖

เมื่อพระภิกษุมีความไม่บริสุทธิ์ดังกล่าวแล้วเข้าไปใกล้ย่อมเกิดความกลัวขึ้นมาได้ เมื่อเกิดความกลัวขึ้นมาแล้วก็ย่อมจะทำให้เกิดปัญหาคือไม่อาจจะปฏิบัติธรรมได้เนื่องจากจิตใจไม่เป็นสมาธินั่นเอง แต่ปัญหาดังกล่าวย่อมไม่มีในพระอริยบุคคลเลย^๗ จากนั้นทรงอธิบายถึงวิธีการกำจัดความกลัวในคราวที่ยังไม่บรรลुพระสัมมาสัมโพธิญาณว่าการบรรเทาหรือการจัดความกลัวนั้นควรทำอะไร ซึ่งถือว่าเป็นวิธีการที่มีประโยชน์สำหรับผู้ปฏิบัติธรรมเป็นอย่างยิ่ง

๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์อุภยภราวสูตร” สำหรับวัตถุประสงค์ที่ต้องการนำเสนอในบทความนี้มี ๓ ข้อ คือ

- ๒.๑ เพื่อศึกษาโครงสร้าง เนื้อหาของอุภยภราวสูตร
- ๒.๒ เพื่อศึกษาคำสอนเรื่องความกลัวในพระไตรปิฎก
- ๒.๓ เพื่อศึกษาวิเคราะห์คำสอนเรื่องความกลัวในอุภยภราวสูตร

๓. วิธีการดำเนินการวิจัย

ในงานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Quality Research) โดยการสืบค้นข้อมูลที่เกี่ยวข้องจากเอกสาร (Document Research) ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาวิเคราะห์อุภยภราวสูตรในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๒ มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ โดยศึกษาค้นคว้าข้อมูลทั้งในพระไตรปิฎกและอรรถกถา ฎีกา รวมถึงเอกสารอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยมีลำดับการดำเนินการดังต่อไปนี้

- (๑) รวบรวมเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่เอกสารอ้างอิงทางพระพุทธศาสนา เป็นต้นว่าพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และเอกสารวรรณกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาการวิเคราะห์อุภยภราวสูตร
- (๒) รวบรวมเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ หนังสือ งานวิจัย เอกสาร วารสารที่เกี่ยวข้อง
- (๓) รวบรวมเรียบเรียงวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารต่าง ๆ และนำเสนอผลการวิจัยรวมถึงข้อเสนอแนะต่อไป

^๖ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๔-๕๔/๓๓-๓๘.

^๗ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๔-๕๔/๓๖-๓๗.

๔. ผลการวิจัย

พระสูตรนี้ พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแก่ชาณุสโสณิพราหมณ์ ขณะประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของอนาถปิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี เหตุเกิดแห่งพระสูตร นี้จัดอยู่ในประเภท ปุจฉาสกิกะ คือ ทรงแสดงเพื่อตอบปัญหาของผู้ถาม

โดยที่ชาณุสโสณิพราหมณ์ทูลถามว่า กุลบุตรทั้งหลายออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิตเจาะจงท่าน พระโคตม ท่านพระโคตมเป็นหัวหน้าของกุลบุตรเหล่านั้น ทรงมีอุปการะ แนะนำให้ทำตาม และชุมชน นั้นก็ถือปฏิบัติตามแบบอย่างของท่านพระโคตมหรือ จากนั้นพระพุทธรองค์ทรงรับว่า เป็นเช่นนั้น จากนั้น ชาณุสโสณิกราทูลว่า เสนาสนะป่าอยู่ลำบาก ทำให้สงบได้ยาก ในการอยู่โดดเดี่ยว ก็หาความรื่นรมย์ได้ยาก ป่าทั้งหลายมักจะชักนำจิตของภิกษุผู้ไม่ได้สมาธิ ให้เกิดความหวาดหวั่นได้

พระพุทธรองค์ทรงรับว่า ในสมัยที่พระองค์ยังไม่ได้ตรัสรู้ ก็ทรงเห็นอย่างนั้น แล้วทรงอธิบายเหตุ สดุดีการอยู่ในเสนาสนะป่า ๑๐ ประการ ของสมณพราหมณ์พวกอื่น เปรียบเทียบกับเหตุไม่สดุดีการ อยู่ในเสนาสนะป่าของพระองค์ และพระอริยะทั้งหลาย ว่าสมณพราหมณ์พวกอื่นสดุดีการเพราะ (๑) มี กายกรรมไม่บริสุทธ (๒) มีวจีกรรมไม่บริสุทธ (๓) มีมโนกรรมไม่บริสุทธ (๔) มีอาชีวะไม่บริสุทธ (๕) มี ปกติเพ่งเล็งอยากได้สิ่งของของผู้อื่น (๖) มีจิตวิบัติ คิดชั่วร้าย (๗) มีจิตถูกถีนมิทธะ (ความหดหู่และความ เชื่องซึม) กลุ้มรุม (๘) เป็นผู้ฟุ้งซ่าน จิตไม่สงบ (๙) เป็นผู้เคลือบแคลงสงสัย (๑๐) เป็นผู้ยกตนข่มผู้อื่น (๑๑) เป็นคนมักขลาดมักกลัว (๑๒) ปราศรณาลาภสักการะ (๑๓) เป็นคนเกียจคร้าน ไม่มีความเพียร (๑๔) เป็นคนขาดสติสัมปชัญญะ (หลงลืม) (๑๕) มีจิตไม่ตั้งมั่น มีจิตกวัดแกว่ง (๑๖) เป็นคนโง่เขลาเบาปัญญา ส่วนพระองค์และพระอริยะทั้งหลายไม่สดุดีการอยู่ในเสนาสนะป่า เพราะเหตุ ๑๖ ประการมีนัยตรงกัน ข้าม จากนั้นทรงอธิบายต่อไปว่า ขณะที่พระองค์ยังไม่ได้ตรัสรู้ ทรงเลือกการอยู่ในเสนาสนะป่า และเมื่อความ กลัวความขลาดเกิดขึ้นในขณะที่ทรงอยู่ในอิริยาบถใด ก็ทรงพิจารณากำจัดความกลัวความขลาดให้หมดไปใน อิริยาบถนั้น เช่น เกิดขึ้นขณะจงกรม ก็ทรงกำจัดให้หมดไปในขณะจงกรมนั่นเอง ไม่ทรงเปลี่ยนอิริยาบถ จนกว่าจะทรงกำจัดได้ แล้วทรงบำเพ็ญเพียรต่อไปจนได้มาน ๔ และวิชา ๓ จนบรรลุธรรม ตามลำดับ

นอกจากนั้นในภยเกรวสูตรนั้นยังได้อธิบายถึงอุปายที่จะบรรเทาความกลัวลงไปได้ด้วยการปฏิบัติ ตามเหตุที่จะไม่ก่อให้เกิดความกลัว ๑๖ ประการ ได้แก่ (๑) มีกายกรรมบริสุทธ (๒) มีวจีกรรมบริสุทธ (๓) มีมโนกรรมบริสุทธ (๔) มีอาชีวะบริสุทธ (๕) มีปกติไม่เพ่งเล็งอยากได้สิ่งของของผู้อื่น (๖) มีจิตไม่วิบัติ ไม่ คิดชั่วร้าย (๗) มีจิตไม่ถูกถีนมิทธะ กลุ้มรุม (๘) เป็นผู้ไม่ฟุ้งซ่าน จิตสงบ (๙) เป็นผู้หมดความสงสัย (๑๐) เป็นผู้ไม่ยกตนข่มผู้อื่น (๑๑) ไม่เป็นคนขี้กลัว (๑๒) ไม่ปราศรณาลาภสักการะ (๑๓) ไม่เป็นคนเกียจคร้าน มีความเพียร (๑๔) เป็นคนมีสติสัมปชัญญะ (ไม่หลงลืม) (๑๕) มีจิตตั้งมั่น มีจิตมั่นคง (๑๖) เป็นคนมี ปัญญา และนอกจากเหตุทั้ง ๑๖ ประการนี้แล้วยังมีเหตุอื่นอีกก็คือ (๑) การพิจารณาความกลัวที่เกิดในแต่ละ อิริยาบถ (๒) การปฏิบัติธรรมเพื่อละกิเลส เพราะความกลัวนั้นจัดเป็นกิเลส เมื่อกำจัดกิเลสได้ก็เท่ากับสามารถ

กำจัดความกลัวได้โดยลำดับการปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดความกลัวในภยเกรวสูตรนั้นก็มิตั้งต่อไปนี้ (๑) ปฏิบัติตามหลักสมถกรรมฐานเพื่อละนิวรณ์ ๕ (๒) เมื่อละนิวรณ์ ๕ ได้แล้วก็พัฒนาจิตเพื่อให้บรรลุฌาน ๔ (๓) จากนั้นแผ่เมตตาอภัยปมัญญา (๔) จากนั้นพัฒนาจิตเพื่อให้บรรลุวิชชา ๓ ได้แก่ (๑) บุเพสันนิวาสานุสติญาณ คือ การระลึกชาติก่อนได้ ๑ ชาติบ้าง ๒ ชาติบ้าง จนถึง ๑๐๐,๐๐๐ ชาติ (๒) จุตูปปาตญาณ ความรู้จุติและอุบัติของสัตว์ทั้งหลาย (๓) อาสวักขยญาณ ความรู้ที่ทำอาสวะให้สิ้น เมื่อบรรลุวิชชา ๓ นี้แล้วก็ถือว่าเป็นผู้บรรลุธรรมและสามารถที่จะตัดความกลัวได้อย่างแท้จริง

นอกจากนั้น จากการศึกษาหาทั้งหมดจะพบว่า ภยเกรวสูตรยังมีความสัมพันธ์กับการบรรลุธรรมในฐานะที่ภยเกรวสูตรนั้นเป็นเรื่องของการศึกษาความกลัวและความกลัวนั้นก็เป็นกิเลสชนิดหนึ่งการที่มนุษย์เราจะกำจัดความกลัวได้ก็จะต้องกำจัดกิเลสและการกำจัดกิเลสนั้นก็ถือได้ว่าเป็นการบรรลุธรรม ภยเกรวสูตรมีความสัมพันธ์กับการบรรลุธรรมดังต่อไปนี้ นอกจากนั้นภยเกรวสูตรยังมีคุณค่าจากการประยุกต์ความกลัวไปใช้กับการดำเนินชีวิตหลายประการ ได้แก่ (๑) คุณค่าในการเห็นความจริงเรื่องความกลัว มีอยู่ ๕ ประการคือ (๑) ความกลัวเป็นเรื่องของจิตใจที่มีกิเลส (๒) ความกลัวหลอกให้คนกลัว (๓) ความกลัวนั้นสามารถที่จะทำให้หายไปได้ (๔) ความกลัวนั้นไม่คงที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา (๕) ความกลัวเป็นธรรมชาติของมนุษย์ (๒) คุณค่าในเรื่องของการสอนธรรม (๓) คุณค่าในเรื่องการพัฒนาตนเอง ซึ่งมีอยู่ ๓ ประการได้แก่ (๑) การพัฒนาตนเองทางกาย (๒) การพัฒนาตนเองในด้านจิตใจ (๓) การพัฒนาตนเองในด้านปัญญา

๕. บทสรุป

จากการศึกษาหาทั้งหมดจะพบว่า ความกลัวจัดเป็นกิเลสที่สำคัญของมนุษย์เป็นรากเหง้าของกิเลสที่ฝังอยู่ในจิตใจของมนุษย์ เมื่อมนุษย์เกิดมายุ่อมจะต้องมีความกลัวเป็นเรื่องธรรมดา ไม่มีใครที่จะไม่กลัว แต่ความกลัวที่วุ่นนี้ก็เป็นสิ่งที่สามารถบรรเทาหรือกำจัดไปได้ด้วยการปฏิบัติตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา ก็คือ การรักษา กาย วาจา และจิตให้สงบระงับเมื่อกายวาจา และจิตสงบระงับด้วยการปฏิบัติธรรมกรรมฐานตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาแล้วย่อมสามารถจะบรรเทาความกลัวลงไปได้เมื่อบรรเทาความกลัวลงไปได้แล้วย่อมสามารถที่จะสร้างคุณงามความดีให้เกิดขึ้นในชีวิตได้ มนุษย์เราเกิดมายุ่อมมีความรู้สึกลัว แต่เมื่อกลัวแล้วย่อมไม่อาจจะทำความดีต่างๆขึ้นมาได้ แต่เมื่อไหร่ก็ตามที่เรารู้จักวิธีการกำจัดความกลัวแล้ว เราก็สามารถที่จะทำความดีให้เกิดขึ้นในชีวิตได้ ภยเกรวสูตร เป็นพระสูตรที่มีความสำคัญที่พระพุทธองค์ได้ทรงแนะนำหรือสั่งสอนเรื่องของแนวทางในการกำจัดความกลัวให้หมดไปจากจิตใจของตนเอง ซึ่งการกำจัดความกลัวได้ก็ต้องอาศัยแนวคำสอนของพระพุทธศาสนานั้นเป็นพื้นฐานนั่นเอง

เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล. ชุด ๙๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร :

โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

คณาจารย์สถาบันราชภัฏสวนดุสิต. ความจริงของชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : สถาบันราชภัฏสวนดุสิต, ๒๕๔๗.

ฐานวุฒโฒภิกขุ. มงคลชีวิตฉบับธรรมทายาท. หนังสืออนุสรณ์งานฌาปนกิจคุณแม่ อาเตียงแซ่จิว ๓ มิถุนายน ๒๕๓๓.

ธนิต อยู่โพธิ์. อาณิสสวชิรปริสสนากรรมฐาน. ครั้งที่ ๖. ม.ป.ท, ๒๕๓๙.

นายแพทย์จำลอง ดิษยวณิช. จิตวิทยาของความดับทุกข์. เชียงใหม่ : กลางเวียงการพิมพ์, ๒๕๔๔.

บุญทัน มูลสุวรรณ. พระไตรปิฎกสำหรับพระนวกะและพุทธศาสนิกชนทั่วไป เล่ม ๙. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๓๙.

บุญมี เมธางกูร. ความมหัศจรรย์ของจิต. กรุงเทพมหานคร : เลี่ยงเชียง, ๒๕๔๕.

พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. ปทานุกรม บาลี ไทย อังกฤษ สันสกฤต. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๑๒.

พระธรรมกิตติวงศ์ ทองดี สุรเตโช ป.ธ. ๙ ราชบัณฑิต. พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดคำวัด. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อรรถา, ๒๕๔๘.

_____. พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดคำวัด. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๔๘.

พระธรรมปิฎก ป.อ. ปยุตโต. ความสำคัญของพระพุทธศาสนา ในฐานะศาสนาประจำชาติ. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๐.

_____. หลักแม่บทของการพัฒนาตน. พิมพ์ครั้งที่ ๑๕. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.

_____. พุทธธรรม ฉบับขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมิกจำกัด, ๒๕๔๙.

พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ.ปยุตโต. พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๑๗. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ, ๒๕๕๒.

_____. พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๑๕. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พระพุทธโฆษาจารย์. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. แปลเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ อาจ อาสภมหาเถร. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๖.

พระมหาสมปอง มุทีโต. **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๗.

พระอุปัชฌาย์. **คัมภีร์วิมุตติมรรค**. แปลโดย พระราชวรมุนี ประยูร ธมมจิตโต และคณะ. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สยาม, ๒๕๔๑.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒**. กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๔๒.

สุริย์ มีผลกิจ - วิเชียร มีผลกิจ. **พระพุทธกิจ ๔๕ พรรษา**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : บริษัท คอนฟอร์ม จำกัด, ๒๕๔๘.

พระมหาอุทัย ฐริเมธี ขะกิจ. **“ศึกษาคุณค่าของการเกิดเป็นมนุษย์ในพระพุทธศาสนา”**. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.