การกำจัดนิวรณ์ด้วยสมาธิตามแนวพุทธศาสนา

The Elimination of the Hindrances by Using Buddhist Meditation

พระสุขุม สุขวฑฺฒโก
Phra Sukhum Sukhavatthako
วัดนครอินทร์ นนทบุรี
Wat Nakhon In, Nonthaburi
ครรชิต มีซอง
Kanchit Meesong
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
Patumwan Demonstration School Srinakharinwirot University
พระครูปลัดณัฐพงศ์ ยโส
Phrakhrupalad Natthapong Yaso
พระบุญฤทธิ์ อภิปุณฺโณ
Phra Boonyarit Abhipunno
สุขวสา ชิตะปัญญา
Sukwasa Chitapanya
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
Mahamakut Buddhist University
E-mail: wsaberger@gmail.com
วันที่รับบทความ (Received) : 14 สิงหาคม 2562
วันที่แก้ไขบทความ (Revised) : 29 สิงหาคม 2562
วันที่ตอบรับบทความ (Accepted) : 29 สิงหาคม 2562

บทคัดย่อ

บทความเรื่อง การกำจัดนิวรณ์ด้วยสมาธิตามแนวพุทธศาสนา เป็นการอธิบายถึงสิ่งที่เป็นเครื่องกั้นมิให้เข้าถึงคุณงามความดี โดยแสดงผลกระทบทางร่างกายและจิตใจที่เกิดขึ้นจากพยาบาท ถีนมิทธะ และอุทธัจจกุกกุจจะเป็นหลัก ส่วนกามฉันทะและวิจิกิจฉาจะไม่ได้กล่าวถึงในที่นี้ จึงสรุปได้ว่า พยาบาท เกิดจากการได้รับการติฉินนินทา ต้องตั้งอยู่ในความเป็นกลางแห่งจิต มีสมาธิและสติ ปัญหาและอุปสรรคก็จะหมดไป ส่วนถีนมิทธะ เป็นพฤติกรรมที่ขาดการพิจารณาไตร่ตรอง ต้องตั้งสติมองทุกสิ่งที่เกิดขึ้นล้วนเป็นไปตามเหตุ

ปัจจัย และอุทธัจจกุกกุจจะ เป็นผลจากการกระทำที่เกิดจากการคิดฟุ้งซ่าน ต้องตั้งสติและมีสมาธิจึงจะช่วยให้เห็นทางออกแห่งชีวิตได้

คำสำคัญ : การกำจัด, นิวรณ์, สมาธิ

ABSTRACT

The article aims to point out the barrier against the achievement of virtue. The hindrances, which mainly result from Byapada (illwill), Thina-middha (sloth and torpor), Uddhacca-kukkucca (distraction and remorse), can affect the body and the mind. However, Kammachanda (sensual desire) and Vicikiccha (doubt) are not mentioned in this article. In conclusion, it is likely that Byapada is caused by gossip. Ones must maintain the neutrality of mind, be in concentration and mindfulness so that problems and obstacles will be eliminated. On the other hand, Thina-middha is the misbehavior which lacks of consideration. Ones must be in mindfulness to see that everything has cause and condition. Finally, Uddhacca-kukkucca is the effect of distraction. Ones must have mindfulness and concentration in order to find out the right way.

Keywords: the elimination, the hindrances, meditation

1. บทนำ

ชีวิตประจำวันของมนุษย์เรา มักมีสิ่งเข้ามากระทบในหลายด้าน ชีวิตเปรียบเหมือนหนังเรื่องยาว โดยมีจิตหรือใจทำหน้าที่บันทึกการถ่ายทอดความรู้สึกผ่านสมอง ผ่านทุกอณูประสาทการรับรู้ทุกส่วนของร่างกาย ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้นก็ตามทั้งสุขทั้งทุกข์ มันถูกแยกให้รับรู้อารมณ์ต่างๆ ด้วยการที่ร่างกายกับจิตใจสัมผัสทั้งเรื่องดีเรื่องชั่วตามสิ่งที่มากระทบ ผลของการถูกกระทบ ผู้ถูกกระทบจะระงับดับอารมณ์นั้นหรือจะปล่อยให้อารมณ์มันเผาไหม้อยู่เช่นนั้น

เป็นที่น่าสนใจมาก ที่ผ่านมาผู้เขียนเคยเรียนวิชา Anatomy (คือวิชากายวิภาค เป็นแขนงหนึ่งของวิชาชีววิทยา ที่ศึกษาเกี่ยวกับโครงสร้างของสิ่งมีชีวิต เนื่องจากเรียนสาขาศิลปะ จำเป็นต้องทราบโครงสร้างของร่างกายมนุษย์ในเบื้องต้น เพื่อจะได้วาดภาพได้เหมือนจริง) ทำให้ได้มีโอกาสสัมผัสกับร่างอันไร้จิตใจวิญาณของตนตาย ในขณะที่ร่างกายของเขายังอุ่นๆ อยู่ ถามว่าทำไมเขาไม่มีความรู้สึกทางอารมณ์ เมื่อเราเอามือไปบีบเขาแรงๆ คำตอบคือนิ่ง จิตวิญญาณออกจากร่าง ไร้ความรู้สึก ไร้อารมณ์รัก โลภ โกรธ หลงใดๆ ส่วนตัวเราจิตวิญาณยังไม่ออกจากร่างยังพกเอาอารมณ์ต่างๆ ไว้เต็มพิกัด มนุษย์ยังตกเป็นทาสของอารมณ์หากตราบใดที่วิญญาณยังไม่ออกจากร่าง

ดังนั้น อารมณ์ที่อยู่กับร่างกายของเรา มันก่อกวนเราทุกวินาที เมื่อมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งมากระทบ แล้วสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้นมาจากไหน มาจากสิ่งสัมผัสหรือสิ่งเร้าจากภายนอก ก่อวอดให้เกิดแรงกระทบภายใน ถ้าสิ่งเร้าจากภายนอกดี อารมณ์เราจะตอบสนองด้วยความสุข จิตใจจะมีเมตตาอ่อนโยนปราศจากแรงต้านของอารมณ์

ภายใน หากสิ่งเร้าไม่ดี อารมณ์เราจะเกิดแรงต้านภายใน ไม่ยอมรับ ไม่พอใจ เกิดผลกระทบทางอารมณ์ต่อเนื่องกันเป็นห่วงโซ่ แล้วแต่เหตุปัจจัยที่มากระทบ คือ ความกลัว เกลียด ไม่พอใจ รัก เป็นความห่วงใย พอใจ ต่อสู้ แค้น ล้างแค้น อ่อนแอ ตัวตนสูง ความอยากได้ โลภ หลง เป็นการแข่งขันทะเยอทะยานเพื่อเป็นผู้ชนะ

2. กิเลสที่เผาไหม้ในจิต

ไฟกิเลสที่เผาไหม้จิตคืออะไร คือ ไฟราคะ โทสะ โมหะ บุคลใดที่ถูกครอบงำด้วยอารมณ์อันเป็นอกุศลธรรม จิตจะถูกกดทับ เกิดความร้อนรุ่ม เหมือนโดนไฟเผาไหม้ทางจิตใจ ส่งผลกระทบกับสุขภาพทางกาย สมอง ความคิด ความรู้สึก ทั้งหมดถูกปิดกั้นไม่ให้เกิดความสงบ ไม่ให้เกิดสติปัญญาในการแก้ปัญหาหรือแก้ไขสภาวะทางอารมณ์ที่แปรปรวนให้ยังดำรงชีพอยู่ร่วมในสังคมได้ ขาดปัญญาในการรู้จักประโยชน์ตน ประโยชน์ผู้อื่นๆ รวมถึงประโยชน์ของทั้ง 2 ฝ่าย มีแต่ทิฐิในตัวตนเป็นที่ตั้ง ปัญญาจะเกิดทุรพล (คือมีปัญญาน้อย อ่อนแอ ท้อแท้ ทุพพล) พาให้ร่างกายทุพพลภาพไปด้วย (คือ หย่อนกำลังความสามารถที่จะประกอบการงานตามปกติได้)

กระแสคือกำลังหรือพลังที่ส่งออกไปและรับเข้ามา มีทั้งกระแสบวกและกระแสลบ ถ้ากระแสบวก ก็จะเกิดการสร้างสรรค์ นำมาซึ่งประโยชน์ส่วนตนและส่วนรวมในทุกด้าน ถ้ากระแสลบเป็นกระแสใฝ่ต่ำ นำไปสู่ความหายนะ เช่น กระแสอารมณ์ ขี้เกียจ เบื่อ เดียวดาย อ้างว้าง กระแสความโกรธอาฆาตพยาบาทจองเวรกัน ขาดสติ อาจนำกระแสลบไปสู่ความหายนะได้

การทวนกระแส หมายถึง ไม่ทำตามแนวนิยมของคนส่วนใหญ่ ในที่นี้คือทวนกระแส ไม่ตามกระแสกิเลสภายนอกที่กระทบแล้วส่งเข้ารับมันเก็บไว้ในจิต โดยเฉพาะไม่ตามกระแสที่มีพลังลบที่ก่อวอดขึ้นภายในจากผลการรับเข้ามาและควบคุมมันไม่ได้ ส่งออกไปจะเกิดผลเสียหายทางอารมณ์กับตัวเองและผู้คนรอบข้าง โดยเฉพาะผู้เริ่มต้นทำสมาธิหรือผู้เริ่มปฏิบัติฝึกจิต ซึ่งในบุคคลทั่วไปจะตามใจตนหรือหลงกระแสกิเลสของตนเองตามธรรมชาติที่เป็นอยู่ ทำให้ไหลไปตามอารมณ์ได้ง่าย ผู้ที่จะบรรลุเป้าประสงค์ทั้งประโยชน์แห่งตนและประโยชน์ส่วนรวมนั้นต้องเป็นผู้ที่ตั้งมั่นมีวิริยะ อุตสาหะ อดทน ไม่ไหลไปตามกระแสลบที่มากระทบ เพราะเป็นผู้ฝึกจิตได้ดี มุ่งมั่นในเป้าหมายและสามารถทวนกระแสจิตได้

นิวรณ์หรือนิวรณธรรมคือธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี สิ่งที่ขัดขวางจิตไม่ให้ก้าวหน้าในคุณธรรม อกุศลธรรมกดทับจิต ปิดกั้นปัญญา เป็นกิเลสประเภทที่ต้องแก้ด้วยสมาธิ ทำไมจึงเกิดนิวรณ์ธรรมกางกั้นไม่ให้บรรลุการทำความดี ซึ่งประกอบไปด้วยกระแสอารมณ์ด้านลบ เป็นเครื่องกางกั้นการประสบความสำเร็จทั้งปวง เมื่อเข้าครอบงำจิต ทำให้ปัญญาทุรพล (มีปัญญาน้อย อ่อนแอ ท้อแท้) ได้แก่ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิกิจฉา นิวรณ์เป็นสิ่งเศร้าหมองที่ครอบงำจิตแล้วทำให้ปัญญาเสื่อมสภาพ ยามใดที่ใจประกอบไปด้วยนิวรณ์ ยามนั้นสภาพจิตของผู้นั้นย่อมขุ่นมัว เศร้าหมอง

สำหรับการตอบโจทย์ในบทความเรื่อง “การกำจัดนิวรณ์ด้วยสมาธิตามแนวพุทธศาสนา” นี้ จะไม่เน้นกล่าวถึงกามฉันทะและวิจิกิจฉา แต่จะกล่าวแสดงเนื้อหาเพียงพยาบาท ถีนมิทธะ และอุทธัจจกุกกุจจะเป็น

หลัก คือ เป็นการศึกษาถึงอารมณ์ที่กระทบจิตทำให้มีผลต่อสุขภาพกายที่ทุรพลตามไปด้วยจนส่งผลให้อารมณ์ปั่นป่วนรุนแรง 3 ประการ ดังนี้

1. พยาบาท ทำให้ขาดสติ วกวนอยู่กับความคิดร้าย ผูกใจเจ็บ ความขัดเคืองแค้นใจ ความพลุ่งพล่าน ความเคืองโกรธ ความไม่แช่มชื่นแห่งจิต เป็นความเน่าแห่งจิต หมดความศรัทธาเชื่อถือในตัวบุคล เป็นสภาพจิตที่เก็บกดอารมณ์ เป็นลักษณะประทุษร้ายเพื่อสนองตัวเราให้พ้นจากการถูกกล่าวร้าย เป็นพฤติกรรมการต่อสู้ทางวาจาคือเกิดการวิพาท อันเสี่ยงต่อการพัฒนาอารมณ์ในทางลบต่อกันให้เพิ่มขึ้น

2. ถีนมิทธะ พฤติกรรมอันขาดการไตร่ตรอง เป็นเสมือนมารกั้นบุญใหญ่ เมื่อทราบผลว่าการกระทำอันขาดการไตร่ตรองโดยละเอียดให้เห็นถึงคุณและโทษ เป็นความคิดโดยไม่แยบคาย ไม่ถูกทาง ขาดปัญญาพิจารณาไตร่ตรองให้เห็นถึงคุณและโทษให้รอบคอบทุกด้าน อารมณ์เศร้าซึม เจ็บใจ ความที่ใจหดหู่ เกิดการกล่าวโทษตัวเอง

3. อุทธัจจกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านและความร้อนใจ ขาดการประเมินผลการประกันเสี่ยง ก่อให้เกิดอารมณ์โกรธ โมโห วิตกกังวล ลักษณะของความฟุ้งซ่านเป็นไปพร้อมด้วยโลภะก็ได้ เป็นไปพร้อมโทสะก็ได้ อาการของอุทธัจจะคือความฟุ้งซ่าน ความไม่สงบแห่งจิต ความพล่านแห่งจิต ความวุ่นวายใจ อาการของกุกกุจจะนั้น คือ ความเดือดร้อนใจ ความยุ่งใจ ไม่สงบอยู่ในอารมณ์อันเกิดจากความคิดสับสนวุ่นวาย เกิดขึ้นภายในจิต ซัดส่ายวกวนไปเพื่อมาหาทางออก จึงทำให้เกิดความหงุดหงิดขึ้นมาภายใน ไม่พอใจในการกระทำของตนที่ข้องเกี่ยวอยู่นั้น

ทั้ง 3 ประเด็นปัญหานี้ ก่อให้เกิดแรงต้านสมาธิมากมาย อารมณ์ปรวนแปรเป็นอย่างมาก จมอยู่กับความพลุ่งพล่านของกระแสอารมณ์ลบ หากมิใช่ผู้ปฏิบัติสมาธิแล้วไซร์ ไม่ต้องสงสัยเลยว่าทำไมคนเราจึงก่อคดีทำร้ายผู้อื่นๆ ทำไมคนเราจึงฆ่าตัวตาย เพราะจิตใจของคนช่วงที่เกิดปัญหานั้นเปราะบาง ความหดหู่ท้อถอยปัญญาเกิดอาการทรุพล ไม่เข็มแข็งปราศจากพลังบวก จึงต้านกระแสพลังลบไม่ไหว ตกอยู่ในนิวรณ์ครอบงำ

3. การกำจัดนิวรณ์ด้วยสมาธิ

ในขณะที่อารมณ์จมดิ่งอยู่กับเรื่องราวพร้อมหาทางออกนั้นต้องนำสติและสมาธิมาไตร่ตรองละนิวรณ์ที่เผาไหม้จิตแก้ไขเรื่องราวตามหลักพระพุทธศาสนา ดังนี้

1. นิวรณ์คือพยาบาท เกิดจากเหตุการณ์ติฉินนินทาจนพาจิตวกวนอยู่กับคำพูดของผู้อื่นที่ไม่เป็นจริง ทางแก้คือพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงธรรมเป็นไปเพื่อละพยาบาทด้วยธรรม ดังนี้

1.1 เมตตาเจโตวิมุตติ คือ การเจริญเมตตาไปทั่วทุกทิศ โดยเจาะจงหรือไม่เจาะจง ผู้ทำเมตตาเจโตวิมุตติอยู่เนืองๆ กำหนดจิตให้การประกอบด้วยเมตตาภาวนา เป็นความปรารถนาดี อยากให้ผู้อื่นเป็นสุขสงบร่มเย็นอยู่เนือง ๆ

1.2 โยนิโสมนสิการ คือ การคิดใคร่ครวญ ใส่ใจโดยแยบคาย ถูกต้องตรงตามความเป็นจริง ใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองเห็นถึงคุณและโทษ ไม่หลงไปตามกระแสกิเลส ไม่เป็นอาหารเพื่อความเกิดแห่งพยาบาทเมื่อพยาบาทที่เกิดแล้ว ดังนั้น ความคิดปองร้าย คิดอาฆาต การผูกใจแก้แค้นเอาคืน จะละได้ด้วยเมตตา การมี

เมตตาต่อผู้ที่ตนไม่พอใจหรือเป็นศัตรูนั้นเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก แต่หากมีโยนิโสมนสิการเห็นคุณและโทษของความคิดนั้นแล้วย่อมทำให้เกิดการละพยาบาทได้ในที่สุด

2. ถีนมิทธะ ผลจากพฤติกรรมอันขาดการไตร่ตรอง อารมณ์กระวนกระวาย ทางแก้คือนั่งสมาธิ ขณะนั่งสมาธิทบทวนเรื่องราวคือเกิดอาการอันไม่สงบตอบสนองร่างกายและจิตใจแทน ดังนั้น การละถีนมิทธะได้ด้วยธรรมดังต่อไปนี้

2.1 ตั้งสติ หายใจลึกๆ ตั้งมั่น ปรารภความเพียร ได้แก่ อารภธาตุ คือ ความเพียรเริ่มแรก เพื่อปราบในเหตุทั้ง 5 ที่ทำให้เกิดการขัดขวางการทำสมาธิ คือ อรติ ความไม่ยินดี ตนฺที คือ ความเกียจคร้าน วิชมฺภิตา คือ ความบิดกายขี้เกียจ หรืออ่อนเพลีย ภตฺตสมฺมท คือ ความเมาอาหาร เพราะบริโภคมาก เจตโส ลีนตฺตํ คือ จิตย่อหย่อน หดหู่

2.2 กำจัดจิตที่ติดข้องอยู่ในอโยนิโสมนสิการ คือ ความคิดโดยไม่แยบคาย ไม่ถูกทาง คิดคำนึงตรงข้ามกับความเป็นจริง ไม่มีปัญญาพิจารณาไตร่ตรองให้เห็นถึงคุณและโทษ ในภาวะที่จิตและกายไม่ควรแก่การงานหรือสภาพความไม่พร้อมของกายและใจ ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า การทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิการ ในความไม่ยินดี ความเกียจคร้าน ความบิดขี้เกียจ ความเมาอาหาร ความที่ใจหดหู่ เหล่านี้ ย่อมเป็นอาหารเพื่อความเกิดแห่งถีนมิทธะที่ยังไม่เกิด หรือเพื่อทำถีนมิทธะที่เกิดแล้วให้กำเริบยิ่งขึ้น ออกไปให้หมด

3. อุทธัจจกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านและความร้อนใจ ผลจากการกระทำที่คิดเอาเอง ขาดการประเมินผล ทางแก้คืออุทธัจจะกุกกุจ จะละได้ด้วยธรรมต่อไปนี้

3.1 ความสงบแห่งใจคือสมาธิ ต้องปราบ เจตโส อวูปสม แปลว่า ความไม่สงบแห่งใจ เป็นธรรมชาติที่เป็นความฟุ้งซ่านรำคาญใจให้ได้

3.2 โยนิโสมนสิการคือการคิดใคร่ครวญ ใส่ใจโดยแยบคาย ถูกต้องตรงตามความเป็นจริง ใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองเห็นถึงคุณและโทษของอารมณ์อันไม่สงบใจที่ต้องทำให้เกิดขึ้น ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่าความสงบแห่งใจมีอยู่ การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการในความสงบแห่งใจนั้น จะไม่เป็นอาหารเพื่อความเกิดแห่งอุทธัจจกุกกุจจะ หรือที่เกิดอยู่แล้วไปบำรุงให้กำเริบยิ่งขึ้น

เหตุปัจจัยทั้ง 3 ประการนี้ การนำสมาธิมาทวนกระแสนิวรณ์นั้นยากมากๆ ขณะปฏิบัติจะเกิดความรู้ตัวตนอยู่ 2 ขณะจิต คือ 1. พยายามสงบ 2. ตัวกางกั้นจิตต้านความสงบ ตัวหลังนี้รุนแรงมาก เกิดแรงต้านเหมือนสงครามแห่งจิตมีพลังความร้อนเหมือนไฟส่งผ่านเข้ามาตลอดเวลา ส่งผลถึงร่างกายหัวใจเต้นเร็ว นอนหลับยาก กรดน้ำย่อยหลั่งออกมาตลอดเวลา ส่วนในวงการแพทย์แนววิทยาศาสตร์ ชีววิทยา ยังไม่มีข้อสรุปที่ชี้ชัดใดๆ ในการทำงานร่วมกันของสภาวะจิตทางอารมณ์หรือโลกของจิตวิญาณที่ซับซ้อนพิสดารตามที่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ แต่สิ่งที่ยืนยันได้อย่างจริงแท้แน่จริงคือเมื่อใดที่มนุษย์มีอารมณ์อยู่ในสภาวะที่ไม่ปกติเมื่อนั้นจะส่งผลเสียถึงสุขภาพร่างกายทันที

4. บทสรุป

การกำจัดไฟกิเลสที่เผาไหม้จิตกับการใช้ยุทธวิธีแห่งพระศาสนาก่อให้เกิดธรรมยุทธภูมิที่มาตั้งรับอย่างแข็งแกร่งมาต่อสู้นั้นมันยากและทรมานยิ่ง แต่เมื่อทำได้แล้ว จิตจะแข็งแรงมีกำลังเดินหน้าต่อสู้กับสภาพแวดล้อมทางอารมณ์ที่มากระทบได้ คือ

1. พยาบาท ต้องตั้งจิตอยู่ในความเป็นกลาง มีสมาธิ สติ มุ่งตรงสู่เป้าหมายอย่างมุ่งมั่น มองข้ามทุกสิ่งที่เป็นอารมณ์กระแสลบภายใน จึงเป็นเหตุปัจจัยให้หันมาปราบตัวเองจนเกิดการทวนกระแสอย่างรุนแรง

2. ถีนมิทธะ เมื่อทวนกระแส ต้องตั้งสติแล้วจะพิจารณมองเห็นเหตุปัจจัยหลายสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ตนและผู้อื่น มีสมาธิมองปรากฏการณ์เป็นเหรียญ 2 ด้านได้

3. อุทธัจจกุกกุจจะ ผลจากการกระทำที่คิดเอาเอง ขาดการประเมินผล ขาดความเฉลียวใจ มองการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าอย่างไม่รอบคอบ ไม่คิดมองรอบด้านถึงผลกระทบภายหน้า ขาดการวางแผนประกันความเสี่ยง จึงต้องตั้งสติ มีสมาธิ จะช่วยให้เราเห็นทางออก

บรรณานุกรม

หนังสือ

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2559). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์.** พิมพ์ครั้งที่ 30. กรุงเทพมหานคร : ผลิธัมม์.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2559). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลประมวลธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ 38. กรุงเทพมหานคร : ผลิธัมม์.

วิทยานิพนธ์

นางสาวณัฐปรียา วิจิตรฐะพันธุ์. (2561). **นิวรณ์กับกระบวนการบรรลุธรรมในพุทธปรัชญาเถรวาท.** วิทยานิพนธ์ปริญญาศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพุทธศาสน์ศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย,