



ปลดปล่อยจิตใจ

สู่การตื่นรู้

เหนือกรอบศาสนา

ॐ

สวามี รามา

ลิขสิทธิ์ถูกต้อง
ปรียาภา พืชผล แอป





BOOK & DIGITAL

สนับสนุนให้คนไทย
มีขอบนปกหนังสือ
มีคอร์สสอนผ่านออนไลน์
แบ่งปันความรู้
ขับเคลื่อนประเทศไทย



 สำนักพิมพ์ 7D Book & Digital



ปลดปล่อยจิตใจ

สู่การตื่นรู้

เหนือกรอบศาสนา

ॐ

สวามี รามา

ลิขสิทธิ์ถูกต้อง
ปรียาภา พืชผล แอป



ปลดปล่อยจิตใจสู่การตื่นรู้ เหนือกรอบศาสนา มานุกยะอุปนิษิต

ผู้เขียน SWAMI RAMA

ผู้แปล ปรียาภา พืชผล

ราคา 295 บาท

สงวนลิขสิทธิ์ หนังสือเล่มนี้ตามพระราชบัญญัติ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558

ห้ามคัดลอกเนื้อหา ภาพประกอบ รวมทั้งดัดแปลงเป็นแผ่นบันทึกเสียง ตลับวีดีทัศน์
หรือเผยแพร่ด้วยรูปแบบ และวิธีการอื่นใดก่อนได้รับอนุญาต

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

National Library of Thailand Cataloging in Publication Data

สวามี ราม่า.

ปลดปล่อยจิตใจสู่การตื่นรู้ เหนือกรอบศาสนา.--

กรุงเทพฯ : เซเวนต์ บুক, 2568. 152 หน้า.

1. ศาสนาฮินดู. 2. อุปนิษิต. I. ปรียาภา พืชผล, ผู้แปล. II. ชื่อเรื่อง.

294.59218

ISBN 978-616-8235-86-7

Enlightenment Without God © 1982 Swami Rama. Original English language edition
published by Himalayan Institute 952 Bethany Tpke, Honesdale Pennsylvania 18431, USA.
Arranged via Licensors's Agent: DropCap Inc. All rights reserved.

ประธานบริหาร

ธวัชชัย พืชผล

บรรณาธิการอำนวยการ

ศส.ดร.ตฤณกร เกตุกุลพันธ์

กรรมการผู้จัดการ/บรรณาธิการบริหาร

ปรียาภา พืชผล

ที่ปรึกษาด้านการตลาด

อิสระ โอภาปัญญาโชติ

ผู้จัดการฝ่ายสัมมนา และเว็บไซต์ Creator

จิตภาภา อุทธิเทพ

กองบรรณาธิการ

ณัฐริกา หลิมไทยงาม

ออกแบบปก/จัดหน้า/วิทัศน์

ณัฐนันท์ ไกรรินทร์

ฝ่ายการตลาด

กัญนิภา แสนรัมย์ย์ ลิตาพัชร วุฒิไมตรีวงศ์

เครดิตภาพประกอบ

Design by Freepik

ภูมิโอสถสร้างสรรค์ และ จัดจำหน่ายโดย

บริษัท เซเวนต์ บุก จำกัด

194/10 ถนนลาดพร้าว แขวงจอมพล เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900

พิมพ์ที่

บริษัท กู๊ดเฮด พรินต์ติ้ง แอนด์ แพคเกจจิ้ง กรุ๊ป จำกัด

6/1 ซอยเสรีไทย 58 แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพมหานคร 10510

Tel. 02-136-7042 Fax. 02-136-7043

เลขประจำตัวผู้เสียภาษีอากร 0-1055-56139-31-7 สำนักงานใหญ่

แต่ ดร. โรเจอร์ เบิร์ก และนางแมรี มากาเร็ต เบิร์ก
มิตรสหายทั้งสองที่ข้าพเจ้านับถือ

สารบัญ

บทนำ	IX
คำนำสำนักพิมพ์	XI
บทที่ 1 : การตื่นรู้	1
บทที่ 2 : มาณทุกยะ อุปนิษัท	35
อภิธานศัพท์	123
เกี่ยวกับผู้เขียน	130

บทนำ

หนังสือเล่มนี้เกิดขึ้นมาจากความคิดแรกเริ่มที่ต้องการเขียนส่วนขยายของบทวิจารณ์ผลงานของเคาฑปาทาจารย์ (Gauḍapādācārya) ซึ่งมีชื่อเรียกว่า มาณฑุกะการิกา (Māṇḍukya Kārikā) โดยนับว่าเป็นงานที่มีแนวคิดเชิงปรัชญาอย่างลึกซึ้ง และมีความก้าวหน้าทั้งในแง่จิตวิทยาและปรัชญามากกว่าแนวคิดแบบตะวันตกน้อยคนนักในโลกตะวันตกที่จะรู้จักปราชญ์และนักบวชผู้ยิ่งใหญ่ท่านนี้ ผลงานของท่านที่จริงแล้วเป็นการสังเคราะห์ระหว่างแนวทางสาธนะของฮินดูและแนวทางสาธนะของพุทธศาสนาเข้าด้วยกัน บทวิจารณ์อันอิสระ ลุ่มลึก และท้าทายความคิดของท่านนั้นคู่ควรแก่การศึกษาอย่างยิ่ง

สวามี รามา สืบทอดมรดกทางปัญญาจากมหาปราชญ์และนักปรัชญาศตกราจารย์ ผู้วางรากฐานระบบปรัชญาอโหวตะหรืออหิวาเว ในหนังสือเล่มนี้ ท่านได้อธิบายถึงเพียงคัมภีร์อุปนิษัทดั้งเดิม ซึ่งประกอบไปด้วยบทกวีสิบสองบทเท่านั้นและได้รับการตีความผ่านมุมมองจากประสบการณ์ตรง ส่วนหนังสือเล่มที่สองซึ่งอยู่ระหว่างการจัดเตรียมนั้น จะเป็นการอธิบายโดยละเอียดเกี่ยวกับการิกา (บทวิจารณ์) อย่างไรก็ตาม หนังสือเล่มแรกนี้มีคุณค่าอย่างยิ่งสำหรับนักจิตวิทยา นักบำบัด และนักปรัชญา โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับผู้แสวงหาที่มุ่งมั่นจะเข้าถึงสัจธรรมสูงสุด

บัณฑิต ราชมณี ทิกูไนต์ ได้ช่วยเหลือสวามีในการเขียนหนังสือเล่มนี้ ดร.ซูซาน ทอร์นเบิร์ก และดร.อาภิตา ได้สละเวลาหลายชั่วโมงในการจดบันทึกถ้อยคำ แก้ไข และจัดเตรียมต้นฉบับพร้อมพิมพ์ ต้นฉบับที่แก้ไขสมบูรณ์แล้วนั้นผ่านการตรวจทานความถูกต้องโดย ดร.ฟิล เนิร์นเบอร์เกอร์ และ ดร. จอห์น ฮาร์วีย์ บาร์บ โบวา นักศึกษาแพทย์ ได้พิมพ์และพิมพ์ซ้ำต้นฉบับดั้งเดิมขอขอบคุณ แพทริช เฮฟฟอร์ด สำหรับการจัดรูปแบบหนังสือ คุณชาร์ลส์ บลันชาร์ด สำหรับการพิมพ์ และแรนดี้ พาร์ดอร์-แบล็ก สำหรับการออกแบบและรูปประกอบ

คำนำสำนักพิมพ์

หนังสือเล่มนี้ยั่วเย้าและกระตุ้นให้เราได้เริ่มคิดนอกกรอบ หรือรูปแบบความคิดเดิม ๆ “ความหลากหลายนั่นคือหนทาง แต่จุดหมายสุดท้ายคือความเป็นหนึ่งเดียว” “ความสงบ ความสุข และความสบายใจคือปัจจัยหลักในการเข้าถึงสัจธรรมอันสูงสุด”

หนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อใครก็ตามที่กำลังตามหา ความหมายของชีวิต รวมถึงเหล่าผู้ที่ยังไม่ได้รับการเติมเต็ม พวกเขาสามารถมองย้อนกลับมาเพื่อสำรวจกระบวนการคิดและวิธีการที่พวกเขาใช้เพื่อไต่ตรองผ่านการทำความเข้าใจแนวคิดอย่างเป็นระบบที่แตกต่างกันสองแบบ นั่นคือ วิธีแห่งการทำสมาธิเพื่อให้ได้มาซึ่งญาณทัศนะ และวิธีแห่งการพินิจพิจารณาเพื่อบรรลुสภาวะจิตสำนึกสูงสุด ซึ่งได้รับการอธิบายไว้ในหนังสือเล่มนี้เช่นกัน

อันที่จริงแล้ว สวามี รามา นั้นไม่ได้มีเจตนาประณาม
พระผู้เป็นเจ้าหรือผู้ส่งสารแห่งสัจธรรมอันยิ่งใหญ่แต่อย่างใด
แต่เขานั้นมอบอิสระให้แก่ความคิดที่ว่าเราต่างเข้าสู่สภาวะตื่นรู้ได้
โดยปราศจากความช่วยเหลือทางศาสนาหรือกรอบแนวคิดการมีอยู่
ของพระผู้เป็นเจ้า เขาได้กล่าวว่า การตื่นรู้ หมายถึงสภาวะที่
ปลดปล่อยจากพันธนาการแห่งความเจ็บปวด ความทุกข์ระทม
และความเขลาทั้งปวง เขานิยามสัจธรรมอันสูงสุดไว้ว่าเป็นจิตสำนึก
สูงสุด และเชื่อมั่นอยู่เหนือสภาวะแห่งจิตสำนึกของมนุษย์ทุกชั้น
ในขณะเดียวกัน เขาได้กล่าวว่าในขั้นที่สี่ ซึ่งเป็นสภาวะเหนือการตื่น
หลับฝันและหลับลึกนั้น ทุกคนสามารถบรรลุได้ทันที

ผมมั่นใจว่าหนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้แสวงหาและ
ในขณะเดียวกันก็อาจไปขัดใจคนบางกลุ่มที่ไม่ได้เตรียมพร้อม
เปิดรับแนวคิดใหม่ ๆ อย่างไรก็ตาม เมื่อเราอ่านเนื้อหาทั้งหมดนี้
อย่างพิถีพิถัน เราจะสามารถสรุปได้ว่าการตื่นรู้สามารถเกิดขึ้นได้
ผ่านการสร้างวินัยและการตระหนักรู้ในตัวเอง แต่จะสามารถบรรลุ
ได้โดยปราศจากพระผู้เป็นเจ้าหรือไม่นั้น ผมเองก็ไม่อาจล่วงรู้ได้เลย

ดร.จอห์น คลาร์ก แพทยศาสตรบัณฑิต
ประธานสถาบันหิมาลัย

