

## บทที่ ๑๑

### หลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การปฏิบัติวิปัสสนา คือ การตามกำหนดรู้อารมณ์ปรมาัตถ์ที่ปรากฏชัดทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ด้วยจิตที่ตั้งมั่นเป็นสมาธิ จนเห็นความจริงในอาการของปรมาัตถ์ธรรมนั้นๆ ว่าไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา ที่จะให้ยึดมั่นถือมั่นเป็นตัว เป็นตน เป็นเรา เป็นของของเราได้ มีเพียงสภาพธรรมที่เกิด-ดับ เปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยอยู่ตลอดเวลาเท่านั้น มีเนื้อหาดังนี้

#### ๑๑.๑ อารมณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนา

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ต้องอาศัยอารมณ์เป็นพื้นที่ในการปฏิบัติ การธรรมที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ต้องเป็นสิ่งที่มีอยู่จริง ไม่เปลี่ยนแปลงจากสภาวะของตน นั่นคือต้องเป็นปรมาัตถ์อารมณ์

ปรมาัตถ์ คือ สภาวะที่เป็นความจริงตามความหมายที่แท้จริง ที่ตรงตามสภาวะ ไม่แปรปรวน วิปริตไปด้วยประการใดๆ และเป็นสภาวะธรรมที่ทำให้สัตว์ผู้รู้แจ้งแล้วพ้นจากวิภวสังสาร คือสิ่งทุกขไม่มีส่วนเหลือได้จริง ได้แก่ ปรมาัตถ์ธรรม ๔ ประการ คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน<sup>๑</sup>

๑) จิต ธรรมชาติที่รู้อารมณ์<sup>๒</sup> คือ ได้รับรู้อารมณ์อยู่เสมอ<sup>๓</sup> ธรรมชาติของจิตนั้น มีอยู่ ๓ ประการ คือ ๑. มีการรู้อารมณ์อยู่เสมอ<sup>๔</sup> ๒) เป็นเหตุให้เจตสิกทั้งหลายรู้อารมณ์ได้คล้ายๆ กับผู้นำ ๓) ทำสิ่งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิตให้วิจิตรพิสดาร<sup>๕</sup>

๒) เจตสิก เป็นธรรมชาติที่อาศัยจิตเกิด อาศัยจิตรู้อารมณ์<sup>๖</sup> เจตสิกทั้งหลายจะรู้อารมณ์ได้ก็เพราะอาศัยจิต ขาดจิตเสียแล้วเจตสิกก็รู้อารมณ์ไม่ได้<sup>๗</sup> ถ้าเปรียบจิตเป็นน้ำ เจตสิกเป็นสีแดง ผสมกันเป็นน้ำแดง เมื่อผสมกันแล้วไม่สามารถแยกน้ำออกจากสีแดงได้ฉันใด จิตและเจตสิกก็ไม่สามารถแยกออกจากกัน เป็นอิสระได้ฉันนั้น<sup>๘</sup>

<sup>๑</sup> ดูรายละเอียด พระสังฆมณฑลชวตตีกะ อัมมาจริยะ ,ปรมาัตถ์ชวตตีกะ ปริจเฉทที่ ๑-๒ ,มูลนิธิสังฆมณฑลชวตตีกะ วัดโพธิ์ วัดโพธิ์พิทยาสุทธิ กรุงเทพฯ, พ.ศ. ๒๕๔๐, หน้า ๓.

<sup>๒</sup> ดูรายละเอียด ชุ.ป.อ. (บาลี) ๒/๖๒/๓๖.

<sup>๓</sup> ดูรายละเอียด ชุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๖๒/๑๐๘, อภิ.สง.อ. (บาลี) ๑๒๗/๑๑๐.

<sup>๔</sup> ดูรายละเอียด อภิ.สง.อ. (บาลี) ๑๑๐-๑๑๒, มงคล. (บาลี) ๒/๕๖/๔๓๒.

<sup>๕</sup> ดูรายละเอียด ชุ.ป.อ. (บาลี) ๒/๕๘๗/๑๖๑.

<sup>๖</sup> ชุ.ป.อ. (บาลี) ๒/๖๒/๑๓๕.

<sup>๗</sup> ดูรายละเอียด อภิ.สง.อ. (บาลี) ๒๐๖/๑๕๐.

<sup>๘</sup> ดูรายละเอียด ชุ.ม.อ. (บาลี) ๑/๒๕.

เจตสิกนี้เป็นสิ่งปรุงแต่งจิตให้มีความเป็นไปต่าง ๆ<sup>๙</sup> ไม่ว่าจะเป็นความพอใจ ความไม่พอใจ ความรัก ความเกลียด ความสงบ หรือฟุ้งซ่าน ล้วนเป็นคุณสมบัติของเจตสิกทั้งสิ้น แต่เจตสิกเกิดขึ้นเองและแสดงพฤติกรรมเองไม่ได้ ต้องอาศัยจิตเป็นตัวแสดงพฤติกรรมแทน

**๓) รูป** คือ ธรรมชาติที่ผันแปรแตกดับไป เพราะปัจจัยตรงกันข้ามเสมอๆ เป็นธรรมชาติที่มีอยู่จริง ผู้ที่ได้กระทบได้สัมผัสจะมีความรู้สึกเหมือนกันหมด คือ มีสภาวะแตกสลายอยู่เสมอ<sup>๑๐</sup>

**๔. นิพพาน** ธรรมชาติที่สงบจากรูปนาม ชั้น ๕ พ้นจากตัณหาอย่างเด็ดขาด<sup>๑๑</sup> พ้นจากการปรุงแต่งทั้งปวง ดังนั้นจึงได้ชื่อว่า เป็นอสังขตธรรม<sup>๑๒</sup> จัดเป็นนามที่เป็นโลกุตตระ

การรู้อารมณ์ปรมาัตถ์เป็นการรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อการเจริญวิปัสสนา เพราะหากไม่รู้อารมณ์ปรมาัตถ์อย่างถูกต้อง และแจ่มชัดแล้ว ก็ไม่อาจนำไปสู่การเจริญวิปัสสนาให้เกิดผลได้ เพราะอารมณ์ที่จะให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งในการเจริญวิปัสสนา ตั้งแต่อุทยัพพญาณเป็นต้นไป ต้องเป็นอารมณ์ปรมาัตถ์ล้วนๆ ปรมาัตถ์ธรรมที่เป็นอารมณ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ย่นย่อลงเป็น ๒ ประเภท คือ

**๑) รูป** ธรรมชาติที่แตกสลายอยู่เสมอ เพราะความร้อนบ้าง ความเย็นบ้าง เป็นต้น<sup>๑๓</sup> ได้แก่ รูปชั้นนั้นเอง เป็นอารมณ์ที่รับรู้ได้ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย<sup>๑๔</sup>

**๒) นามที่เป็นโลกียธรรม** เป็นธรรมชาติที่นุ่มไปสู่อารมณ์อยู่เสมอ<sup>๑๕</sup> ได้แก่ นามชั้น ๔ (เวทนา สัญญา สังขาร จัดเป็นเจตสิก และวิญญาณ จัดเป็นจิต) คือ ความรู้สึกนึกคิดภายในใจ นั้นเอง

ส่วนนิพพานเป็นโลกุตตระธรรม ไม่ใช่ฐานะที่รับรู้ได้ หรือถึงจะรับรู้ได้ก็ไม่เป็นประโยชน์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา<sup>๑๖</sup>

การเจริญวิปัสสนามีอารมณ์หลักในการตามรู้ ๒ ประการ คือ

๑) ตามรู้รูปเป็นหลัก คือ ตามรู้อาการของธาตุ ๔ ธาตุใดธาตุหนึ่งที่ปรากฏชัดเจนในขณะที่ปัจจุบัน คือ ธาตุดินมีลักษณะแข็งปรากฏชัดในรูปทั้งหมด แต่ขณะที่แสงจันทร์แสงอาทิตย์ปรากฏ มีลักษณะอ่อนมีความแข็งน้อย ธาตุน้ำมีลักษณะเกาะกุมทำให้วัตถุที่แข็งอยู่รวมกันก่อตัวเป็นรูปร่างได้ (ทำให้วัตถุที่อ่อนไหลไปได้) ธาตุไฟมีลักษณะเย็นหรือร้อน ธาตุลมมีลักษณะหยาบหรือตึง และปรากฏสภาวะเคลื่อนไหว<sup>๑๗</sup>

<sup>๙</sup> ขุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๑๔๔/๓๑๓.

<sup>๑๐</sup> ขุ.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๒., อภิ.วิ.อ. (บาลี) ๑๔๗.

<sup>๑๑</sup> ดูรายละเอียด ขุ.ป.อ. (บาลี) ๒/๖๒/๙๖.

<sup>๑๒</sup> ขุ.อป.อ. (บาลี) ๑/๕๐๓/๓๓๘.

<sup>๑๓</sup> อง.เอก.อ. (ไทย) ๑/๑/-/๓๓.

<sup>๑๔</sup> อภิ.วิ.อ. (บาลี) ๑๔๗.

<sup>๑๕</sup> ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/-/๒๔๘.

<sup>๑๖</sup> ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๒/๔๓๐.

<sup>๑๗</sup> ดูในพระญาณธชเถระ (แลตีสยามตอ), อานาปานทีปนี, หน้า ๓๗.

การตามรู้รูปเป็นหลัก เป็นการเจริญวิปัสสนาล้วนๆ ใช้ขณิกสมาธิพิจารณาอาการของรูป โดยเฉพาะธาตุลมที่เคลื่อนไหว<sup>๑๘</sup> โดยลักษณะ ๗ ประการ คือ ๑) อนิจจานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง ๒) ทุกขานุปัสสนา พิจารณาเห็นความเป็นทุกข์ ๓) อนัตตานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตน ๔) นิพพิทานุปัสสนา พิจารณาเห็นความน่าเบื่อหน่าย ๕) วิราคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความคลายกำหนด ๖) นิโรธานุปัสสนา พิจารณาเห็นความดับกิเลส ๗) ปฏินิสสัคคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความสลัดทิ้งกิเลส<sup>๑๙</sup> นี่เป็นการเจริญวิปัสสนาของ**วิปัสสนายานิก**

๒) ตามรู้**นาม**เป็นหลัก คือ ตามรู้เวทนา จิต หรือสภาพธรรม<sup>๒๐</sup> ที่ปรากฏในขณะจิตปัจจุบัน ได้แก่ บุคคลผู้บรรลุลุณแล้ว ควรเข้ามานั้นบ่อยๆ เมื่อเกิดความชำนาญในการเข้ามานั้นแล้ว จึงยกองค์ฌานที่ปรากฏชัด คือ ปิติ สุข หรืออุเบกขาขึ้นสู่พระไตรลักษณ์เจริญวิปัสสนา พิจารณาเห็นสภาพธรรมตามลำดับสมาบัติและองค์ฌาน<sup>๒๑</sup> โดยลักษณะ ๗ ประการ คือ ๑) อนิจจานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง ๒) ทุกขานุปัสสนา พิจารณาเห็นความเป็นทุกข์ ๓) อนัตตานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตน ๔) นิพพิทานุปัสสนา พิจารณาเห็นความน่าเบื่อหน่าย ๕) วิราคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความคลายกำหนด ๖) นิโรธานุปัสสนา พิจารณาเห็นความดับกิเลส ๗) ปฏินิสสัคคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความสลัดทิ้งกิเลส<sup>๒๒</sup> นี่เป็นการเจริญวิปัสสนาของ**สมถยานิก**

คัมภีร์ฎีกาอธิบายการกำหนดอารมณ์ที่แตกต่างกันของสมถยานิกบุคคลและวิปัสสนายานิกบุคคลว่า

สมถยานิกกำหนดรู้องค์ฌานเป็นอารมณ์ ซึ่งเป็นนามธรรมที่ปรากฏชัดเมื่อออกจากฌาน คือ กำหนดรู้ฌานจิตตูปบาทในขณะปัจจุบัน มีหทัยรูปเป็นที่ตั้ง<sup>๒๓</sup> ส่วนวิปัสสนายานิกกำหนดรู้รูป-นาม (ขันธ ๕) ที่ปรากฏชัดในขณะปัจจุบัน สติรู้เท่าทันสภาวะจิตเจตสิกและอายตนะภายนอกเป็นที่ตั้ง การหยั่งรู้ไม่อาจกำหนดรู้สังขารธรรมในอรรถภาพของตนโดยสิ้นเชิงได้<sup>๒๔</sup> จึงกำหนดเฉพาะอารมณ์ที่จิตรู้ชัด ดังข้อความในคัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาฎีกาว่า “ยถาปากฎ วิปัสสนาภินิเวโส<sup>๒๕</sup> พึงเจริญวิปัสสนาตามอารมณ์ที่ปรากฏชัด”

### การกำหนดอารมณ์ในการเจริญวิปัสสนา

การกำหนด คือ การเอาจิต (น้อมจิต, ส่งจิต, ส่งจิต) เข้าไปรับรู้อารมณ์ที่เกิดขึ้น ด้วยความเชื่อมั่นในแนวปฏิบัติ มีวิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา โดยปราศจากการคิดนึกปรุงแต่ง หรือเพิ่มเติมสิ่งใดๆ ลงไปในการรับรู้<sup>๒๖</sup> มี ๒ ลักษณะ คือ ปชานาติ และ สิกขติ มีอธิบายดังนี้

<sup>๑๘</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.เถร.อ. (บาลี) ๒/๑๒๘๘/๖๐๓.

<sup>๑๙</sup> ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๖๕/๑๖๙.

<sup>๒๐</sup> ม.อ. (บาลี) ๑๔/๑๔๘/๑๓๓.

<sup>๒๑</sup> ม.อ.อ. (บาลี) ๔/๕๘.

<sup>๒๒</sup> ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๖๕/๑๖๙.

<sup>๒๓</sup> ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๒/๓๗๖.

<sup>๒๔</sup> ม.อ.ฎีกา (บาลี) ๓/๓๒๖.

<sup>๒๕</sup> วิสุทธิ.มหาฎีกา (บาลี) ๒/๔๓๒.

๑) **ปชานาติ** แปลว่า รู้ชัด เป็นผลเกิดขึ้นจากการกำหนดรู้รูป-นามปัจจุบัน อันอาศัยการปริกรรมภาวนาเป็นเครื่องประคับประคองจิตขึ้นสู่อารมณ์ คัมภีร์อรรถกถาที่ขนิทาย<sup>๒๖</sup> อธิบายไว้ว่า

“แม้สัตว์เดรัจฉาน เช่น หมา แมว เมื่อเดินไปก็รู้ตัวว่า “เดินไป” ก็จริงอยู่ แต่ความรู้เช่นนั้น ละความเห็นว่าเป็นสัตว์ไม่ได้ เพิกถอนความเข้าใจว่าเป็นอัตตา เป็นตัว เป็นต้น ไม่ได้ ไม่เป็นสติปัญญาภาวนา ส่วนการรู้ของผู้เจริญภาวนาย่อมละความเห็น “ว่าสัตว์” เพิกถอนความเข้าใจว่า เป็นตัว เป็นต้น ได้ เป็นสติปัญญาภาวนา

เช่น : ขณะเดิน ใครเดิน? การเดินของใคร? เดินได้เพราะอะไร? ตอบว่า : ไม่ใช่สัตว์หรือบุคคลใดๆ เดิน ไม่ใช่การเดินของสัตว์หรือบุคคลใดๆ เดินได้เพราะการแผ่ไปของวาโยธาตุ อันเกิดจากจิตปรารณา จิตปรารณาวาจะเดิน จิตนั้นก็ทำให้เกิดวาโยธาตุ ทำให้เกิดความเคลื่อนไหว การนำสกลกายให้ก้าวไปข้างหน้าด้วยความไหวตัวแห่งวาโยธาตุ อันเกิดจากจิตปรารณา เรียกว่า “เดิน” ในอิริยาบถอื่นก็เหมือนกัน เกิดจิตปรารณาขึ้นว่าจะนั่ง จิตนั้นก็ทำให้เกิดวาโยธาตุ วาโยธาตุก็ทำให้เกิดความจงใจในความเคลื่อนไหว ความขยับกายเบื้องล่างลง ทรงกายเบื้องบนขึ้น ด้วยความไหวตัวแห่งวาโยธาตุอันเกิดแต่การทำของจิต เรียกว่า “นั่ง” เป็นต้น<sup>๒๗</sup>

๒) **สิกขติ** แปลว่า สำเนียงรู้ หมายถึง เพียรพยายามกำหนดรู้อารมณ์ที่ปรากฏในขณะปัจจุบันอย่างใส่ใจ ก่อเกิดเป็นไตรสิกขาอย่างครบถ้วน คือ ความสำรวมอินทรีย์ของผู้เพียรพยายามใส่ใจ กำหนด จัดเป็นอธิศีลสิกขา ความตั้งใจมั่นของผู้เพียรพยายามใส่ใจกำหนด จัดเป็นอธิจิตต-สิกขา ความรู้ทั่วถึงลักษณะอาการของรูป-นามของผู้เพียรพยายามใส่ใจกำหนด จัดเป็นอธิปัญญาสิกขา<sup>๒๘</sup>

การกำหนดอย่างใส่ใจนี้ ทำให้เกิดความเข้าใจสิ่งต่างๆ โดยครบ ถ้วน และรอบด้าน<sup>๒๙</sup> ที่เรียกว่า “ปริปัญญา” แบ่งออกเป็น ๓ ชั้น

๑) ญาณปริปัญญา กำหนดรู้ขั้นรู้จัก คือรู้ตามสภาวะลักษณะ ได้แก่ รู้จักจำเพาะตัวสิ่งนั้น ตามสภาวะของมัน เช่นว่า รูปมีลักษณะสลายตัว เวทนามีลักษณะเสวยอารมณ์ สัญญามีลักษณะกำหนดหมายรู้ เป็นต้น

ภูมิแห่งญาณปริปัญญา เริ่มต้นตั้งแต่กำหนดเห็นรูป-นาม จนถึงกำหนดปัจจัยของสังขาร ก็คือการตามกำหนดรู้ลักษณะเฉพาะของอารมณ์ที่กำหนด และเหตุปัจจัยให้อารมณ์นั้นๆ เกิดขึ้นนั่นเอง

๒) ติรมปริปัญญา กำหนดรู้ขั้นพิจารณา คือรู้ทั่วถึงด้วยปัญญาที่ยังลึกลงไปถึงสามัญลักษณะ ได้แก่ รู้ถึงการที่สิ่งนั้นๆ เป็นไปตามกฎธรรมดา โดยพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เช่น เห็นเวทนาว่าไม่เที่ยง มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา ไม่ใช่ตัวตน ฯลฯ

ภูมิแห่งติรมปริปัญญา เริ่มตั้งแต่การพิจารณาองค์สังขารในสัมมสนญาณ จนถึงอุทยัพพยานุปัสสนา (พิจารณาเห็นความเกิด และความดับของสังขารธรรม) ก็คือการตามกำหนดอย่างจดจ่อต่อเนื่อง จนเห็นแจ้งสามัญลักษณะของอารมณ์ที่กำหนดนั่นเอง

<sup>๒๖</sup> ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๗๕/๓๘๑.

<sup>๒๗</sup> ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๗๕/๓๘๑.

<sup>๒๘</sup> วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๒๒๐/๒๙๘.

<sup>๒๙</sup> ดูรายละเอียดใน ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๖๒/๖๐, วิสุทฺธิ.มหาฎีกา (บาลี) ๓/๒๓๐.

๓) ปหานปริญญา กำหนดรู้ถึงขั้นละได้ คือ จนรู้แจ้งชัดขั้นทั้ง๕ ถึงขั้นที่ทำให้ถอนความยึดติด เป็นอิสระจากสิ่งนั้นๆ ได้ ทำให้วางท่าทีและปฏิบัติต่อสิ่งต่างๆ ได้ถูกต้อง เช่น เมื่อรู้อารมณ์-นามเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ชัดแจ้งแล้ว ก็ละความมั่นหมายว่าเป็นของเที่ยงแท้ เป็นสุข เป็นตัวตน ในสิ่งนั้นเสียได้ มีสติ กำหนดรู้ชัดตามความเป็นจริง วางใจเป็นกลาง ไม่มีความยึดมั่นด้วยอำนาจอุปาทาน ปล่อยวางได้

ภูมิแห่งปหานปริญญาแบ่งเป็นขั้น ตามการประหาณวิปัสสนา<sup>๓๐</sup> ดังนี้

๑. เมื่อโยคี พิจารณาเห็นความดับของรูป-นาม (ในภังคญาณ) แล้ว จากนั้นพิจารณาเห็นโดยความเป็นของไม่เที่ยง ย่อมละนิจจสัญญาเสียได้

๒. พิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ เห็นความบีบคั้นให้คงสภาพเดิมอยู่ไม่ได้ ย่อมละสุขสัญญา (ความสำคัญผิดว่าเป็นสุข) เสียได้

๔. พิจารณาเห็นโดยความไม่ใช่ตัวตน ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาของใคร ย่อมละอัตตสัญญา (ความสำคัญผิดว่าเป็นตัวตน) เสียได้

๕. เมื่อนั้น ย่อมเบื่อหน่ายความเพติดเพลิน สำรอกราคะ ดับตัณหา สละคืนความยึดถือ (ละอุปาทานในขั้นนี้) ได้<sup>๓๑</sup>

### การบริกรรมภาวนา

บริกรรมภาวนาในการเจริญสมณะ คือ การกำหนดใจเพ่งอารมณ์ นึกภาวนาในใจ ซ้ำแล้วซ้ำเล่า จนกระทั่งจิตถูกดึงมาเกาะติดกับนิมิต

แต่การบริกรรมภาวนาในการเจริญวิปัสสนา ไม่ใช่การท่องบ่น หรือสาธยายเหมือนสมณะ แต่เป็นการเอาจิต (โน้มจิต, น้อมจิต) เข้าไปรับรู้อารมณ์ความรู้สึกต่างๆ ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะอย่างจดจ่อ ฝ้าดูอารมณ์อันเป็นสภาพธรรมที่ปรากฏขึ้น ตามความเป็นจริง โดยปราศจากอคติ หรือการคิดนึกปรุงแต่งเพิ่มเติมสิ่งใดๆ ลงไปในทุกๆ ขณะที่มีการกำหนดรู้ ด้วยสติที่ประกอบพร้อมอยู่ด้วยความเชื่อมั่นในแนวปฏิบัติ อันส่งผลให้มีวิริยะ สมาธิ และปัญญาเพิ่มพูนขึ้นอย่างต่อเนื่อง

การบริกรรมภาวนามีความสำคัญต่อการปฏิบัติวิปัสสนาอย่างยิ่งโดยเฉพาะการปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน ๔ จัดเป็นวิชขมานบัญญัติ<sup>๓๒</sup> คือ คำบัญญัติแสดงเนื้อความที่ปรากฏ สือให้รู้สภาวะธรรมชัดเจนนยิ่งขึ้น

**หลายคนสงสัยว่า :** การปฏิบัติแบบนี้ มากไปด้วยคำบริกรรม มีแต่คำบัญญัติ จะเป็นวิปัสสนาได้อย่างไร?

**ตอบว่า :** ในการเจริญวิปัสสนาเบื้องต้น คำบริกรรมแม้จะทำให้รับรู้คำบัญญัติเป็นอารมณ์ก็จริง แต่ก็ช่วยให้จิตจดจ่ออารมณ์มากขึ้น จากนั้นจึงสามารถหยั่งเห็นรูป-นามตามสภาวะธรรมนั้นๆ โดยความไม่

<sup>๓๐</sup> ปัญญาเครื่องละวิปัสสนา ชื่อว่า **ปหานปัญญา** (ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/-/๙๓.)

วิปัสสนาธรรม คือ ธรรมที่มาปิดบังพระไตรลักษณ์ ทำให้สรรพสัตว์ไม่เห็นความจริงของรูป-นาม มี ๓ ประการ คือ ๑) ทิฏฐิวิปัสสน ความเห็นผิดๆ ๒) จิตตวิปัสสน ความคิดผิดๆ ๓) สัญญาวิปัสสน ความจดจำมาผิดๆ (วิสุทธิ. (บาลี)๒/๓๖๖)

<sup>๓๑</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.จ.อ. (ไทย) ๖/-/๖๔๕, ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/-/๙๑.

<sup>๓๒</sup> บัญญัติเรียกชื่อสภาวะธรรมที่มีอยู่จริง ดูใน ขุ.อิตติ.อ. (ไทย) ๑/๔/-/๑๐๘.

เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาได้ เมื่อวิปัสสนาญาณมีกำลังมากขึ้นแล้ว ก็ไม่จำเป็นต้องใช้คำบริกรรมอีกต่อไป เพราะสามารถรู้รูป-นามได้ชัดเจนแล้ว ดังข้อความในคัมภีร์มหาภูิกาวา “นनु จ ตชชาปณตติวเสน สภาวะธมโม คยหตีติ. สจจ คยหตี ปุพฺพภาเค ภาวนาย ปน วฑฺฒมานาย ปณตตี สมตฺกมิตฺวา สภาเวเว จิตฺตํ ติฏฺฐติ.”<sup>๓๓</sup>

ถามว่า : ย่อมรับรู้สภาวะธรรมโดยเนื่องด้วยข้อบัญญัติได้หรือ?

ตอบว่า : จริงอยู่ ในเบื้องต้น บุคคลย่อมรับรู้เนื่องด้วยบัญญัติ (คำบริกรรมสลับกันไป) แต่ในเมื่อภาวนาเจริญขึ้น จิตย่อมล่วงบัญญัติแล้ว

ดำรงอยู่ในสภาวะธรรมเท่านั้น

มีหลักฐานยืนยันเกี่ยวกับการใช้คำบริกรรมที่เป็นบัญญัติว่า “มนสา สขมาโย ลกฺขณปฏิเวธสส ปจฺจโย โหติ. ลกฺขณปฏิเวโธ มคฺคผลปฏิเวธสส ปจฺจโย โหติ.”

การสวดทางจิต เป็นปัจจัยแก่การแทงตลอดไตรลักษณ์ การแทงตลอดไตรลักษณ์เป็นปัจจัยแก่การแทงตลอดมรรคผล<sup>๓๔</sup>.

อนึ่ง พระสารีบุตรเถระอธิบายความหมายของสัมมาวาจา ไว้ว่า “ชื่อว่าสัมมาวาจา เพราะมีสภาวะกำหนด เป็นวิธีการและเป็นเหตุเพื่อละมิจฉาวาจา ฯลฯ เพื่อครอบงำกิเลส เพื่อรู้แจ้งธรรม”<sup>๓๕</sup>

ถามว่า : ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จะละคำบริกรรมได้เมื่อไหร่?

ตอบว่า : เมื่อนำเนื้อมะพร้าวออกจากกะลาได้หมดแล้ว ก็ไม่จำเป็นต้องสนใจเปลือกอีกต่อไป เมื่อเห็นอาการพองว่าไม่ใช่ท้องพอง เห็นอาการยุบว่าไม่ใช่ท้องยุบ เห็นรูป-นามเป็นเพียงธาตุที่ถูกรู้ บัญญัติธรรมเกาะติดอารมณ์ไม่ได้อีก เพราะเห็นแจ้งด้วยปัญญาแล้วว่า เป็นเพียงธาตุล้วนๆ ที่เกิดดับไปตามเหตุปัจจัยของเขาเองอยู่ตลอดเวลา หาบัญญัติมิได้!

### เจริญวิปัสสนาภาวนา เห็นอะไร? รู้แจ้งอะไร?

ตอบว่า : เห็นทุกข์ รู้แจ้งพระไตรลักษณ์ คือรู้แจ้งความเปลี่ยนแปลง ความไม่คงทนสภาพ ความไม่ใช่ตัวตนที่บังคับบัญชา หรือยึดมั่นให้เป็นนั่นเป็นนี่ได้ ในสภาวะธรรมที่ปรากฏ

รู้แจ้งพระไตรลักษณ์แล้วทุกข์ลดลงได้อย่างไร? : เด็กที่ถูกเขี่ยนติบ้อย ๆ ทำไม่ไม่ค่อยร้องไห้ คนที่ถูกด่าบ้อยๆ ทำไม่ไม่ค่อยโกรธ คนที่สัตว์เลื้อยตายบ้อย ๆ ทำไม่ไม่ค่อยเสียใจ ตอบว่า : เคยชินเสียแล้ว รับสภาพได้แล้ว ผู้ที่รู้แจ้งพระไตรลักษณ์แจ่มชัดอยู่บ่อยๆ ก็คงเดียวกัน (ไม่ค่อยทุกข์)

ทำอย่างไร จึงจะรู้แจ้งพระไตรลักษณ์บ่อยๆ และชัดๆ : ยิ่งอยากเห็น ยิ่งไม่เห็น พระไตรลักษณ์ ไม่ใช่สิ่งที่จะเห็นได้ด้วยความอยากเห็น และไม่มีมนุษย์หรือเทพตนใด สามารถเห็นพระไตรลักษณ์ได้ : เพราะอะไร? เพราะธรรมชาติที่เห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ได้ มีเพียงอย่างเดียว นั่นคือ ปัญญาญาณ

<sup>๓๓</sup> วิสุทธิ.มหาภูิกาวา (บาลี) ๑/๓๑๖.

<sup>๓๔</sup> อภิ.วิ.อ. (บาลี) ๒/๒๔๓, วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๒๖๕.

<sup>๓๕</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๓๗/๔๐๒.

ปัญญาญาณเห็นอะไรจึงรู้แจ้งพระไตรลักษณ์ได้? : ปัญญาญาณเห็นทุกข์ คือสังขารธรรมโดยความเป็นพระไตรลักษณ์

ทำอย่างไรจึงจะเห็นทุกข์? : ต้องเจริญมรรคมีองค์ ๘ ให้สมบูรณ์

เจริญมรรคมีองค์ ๘ ด้วยวิธีการใด? : ด้วยการกำหนดรู้ทุกข์

กำหนดรู้ทุกข์ด้วยวิธีการใด? : ด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา

ปัจจุบันนี้ ยังเป็นไปได้อย่างไรที่ไม่ปฏิบัติธรรมเพียง ๗ วัน ก็บรรลุธรรมได้? : ตอบว่า เป็นไปไม่ได้! หากการปฏิบัตินั้นเป็นเพียงการนั่งสมาธิภาวนาเพื่อทำให้จิตสงบเท่านั้น แต่ไม่ได้เห็นรูป-เห็นนามตามความเป็นจริง คือ ไม่เห็นเกิด-ดับของสภาวธรรมที่กำลังรับรู้ในปัจจุบันขณะ การรู้แจ้งอริยสัจ ๔ ก็เกิดขึ้นไม่ได้ การบรรลุธรรมก็เกิดไม่ได้

อีกนัยหนึ่ง ตอบว่า : ได้แน่นอน! หากมีสติระลึกรู้อยู่ทุกขณะที่รับรู้อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เห็นอาการเกิด-ดับของรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส หรือธรรมารมณ์นั้นๆ ไม่ปล่อยให้จิตนิ่งแช่อยู่กับสมาธิ **จนติดเพลिन!**

### ทำไมต้องวิปัสสนา?

ชาวบ้านเชื่อว่า : โรคร้ายเกิดจากคุณไสย ภูตผี เทวดาให้โทษ..

แต่หมอเห็นชัดว่า : เป็นเพราะเชื้อไวรัสที่เกิดขึ้นในร่างกาย

ถามว่า : หมอเห็นคนเป็นไข้หวัด ก็บอกได้ทันทีว่าเป็นเพราะเชื้อไวรัส ทั้งๆ ที่หมอก็มองไม่เห็นเชื้อไวรัส หมอรู้ได้อย่างไร?

ตอบว่า : เชื่อตามหลักวิชาที่ครูบาอาจารย์สอนมา!

หมอศึกษามาทางวิทยาศาสตร์ ทำไมต้องเชื่อคนโน้นคนนี้ ทำไมไม่เข้าไปเห็นเองรู้เองแล้วแก้ไขเอง ด้วยหลักวิทยาศาสตร์ ทำไมต้องใช้ยาของคนอื่น ใช้เครื่องมือที่ตนเองไม่ได้สร้างขึ้น คนที่เรียนทางวิทยาศาสตร์ทำไมต้องไปเชื่อยาของคนอื่น เชื่อเครื่องมือของผู้อื่น

ตอบว่า : ความเชื่อที่มีเหตุผลอ้างอิง เป็นเหตุปัจจัยเบื้องต้นให้ตัดสินใจเรียนรู้ เมื่อศึกษาเรียนรู้อย่างถูกวิธีแล้ว ก็ารู้จริงด้วยตนเอง เมื่อหมอ รับเชื่อตามคำสั่งสอนของครูบาอาจารย์แล้ว ก็เพียรอ่านตำรับตำราจนเกิดความเข้าใจ แล้วมานั่งฟังจ้องดูเชื้อไวรัส ฟังจ้องอยู่หลายวัน ก็ไม่เห็นเชื้อโรคสักที ว่าตัวเป็นอย่างไร? ลักษณะอย่างไร? จึงไปปรึกษาอาจารย์ ท่านก็ให้กล้องจุลทรรศน์มาเครื่องหนึ่ง จึงสามารถเห็นเชื้อโรคได้ชัดเจนว่าเชื้อแบบนี้ ควรให้ยาขนานไหนบำบัด

### ดูจเดียวกัน

ชาวโลกเห็นว่า : เราเป็นทุกข์เพราะไม่มีเงิน ไม่หล่อ ไม่สวย ฯลฯ

พระอริยเจ้าเห็นว่า : มนุษย์เป็นทุกข์ เพราะความยึดมั่นถือมั่น อันเกิดจากความไม่รู้แจ้ง ไม่รู้จริงในสภาพธรรมที่ปรากฏ

ชาวพุทธเห็นคนที่เป็นทุกข์ ก็บอกได้ทันทีว่า “คุณเป็นทุกข์ เพราะยังมีอุปาทาน ยังไม่มีปัญญาเห็นแจ้ง ตามที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ว่า สัพเพ สังขารา อนิจจา ...สัพเพ ธัมมา อนัตตา” ทั้งที่ชาวพุทธคนนั้นตนเองก็ยังมีทุกข์อยู่ ยังมีอุปาทานอยู่ ..เขารู้ได้อย่างไร?

ตอบว่า : เพราะเชื่อตามคำสอนที่พระอริยเจ้าบอกสืบต่อกันมา!

ถามว่า : ศาสนาพุทธเป็นศาสนาแห่งผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ไม่ให้เชื่อ งามาย ทำไม่ต้องไปยึดติดในคำสอนของครูบาอาจารย์ ทำไม่ไม่สละทางโลก ไปอยู่ตามป่าตามถ้ำ นั่งสมาธิแล้วรู้แจ้งด้วยตนเอง

ตอบว่า : ความเป็นผู้รู้ เกิดขึ้นจากการพัฒนาอินทรีย์ จนถึงขีดสุด จนจิตสว่างเบิกบานออกมา ซึ่งพัฒนามาจากศรัทธาอินทรีย์ คือความศรัทธาในพระรัตนตรัย เป็นเบื้องต้นในการพัฒนาอินทรีย์ทั้ง ๕

เมื่อชาวพุทธเชื่อแล้วว่า คำสอนของพระพุทธเจ้าช่วยให้ออกจากทุกข์ได้จริง จึงตั้งใจฟังธรรมมาก ๆ นั่งสมาธิ สวดมนต์นานๆ ตอนฟังธรรมก็เพลิดเพลีนผ่อนคลายดี ยิ่งนั่งสมาธิยิ่งสงบไม่คิดอะไร แต่ทำไมพอมาเรียกแท็กซี่ข้างถนน เขาไม่จอดรับ รู้สึกไม่สบายใจ ชัดเคืองใจ เดินสวนทางกับคนรู้จักกัน เขาไม่ทักทายก็รู้สึกไม่สบายใจ กังวลใจ จึงกลับไปถามพระอาจารย์ว่า “รักษาศีลนั่งสมาธิเป็นประจำ ทำไม่ใจยังเป็นทุกข์?”

พระอาจารย์จึงแนะนำให้ใช้สติ (เจริญสติปัฏฐาน ๔) พิจารณาดูอาการเคลื่อนไหวรู้ของกายและจิต(รูปและนาม) จนเห็นลักษณะแตกต่างกัน ของแต่ละอาการ และให้ตามเห็นความเปลี่ยนแปลง อาการดับหาย ในทุกๆ อาการที่เปลี่ยนไป ดับไป ในแต่ละขณะจิตที่รับรู้อารมณ์ ในแต่ละห้วงเวลาที่จิตรู้ (เจริญวิปัสสนา) จนเห็นแจ้งความจริง เกิดปัญญาเห็นแจ้งว่า ในทุกๆ การรับรู้ด้วยสติ ไม่เห็นมีสิ่งใดเป็นตัวเป็นตน เป็นเรา เป็นเขา เลยสักอย่างเดียว ..ในเมื่อไม่มีเราเสียแล้ว ทุกข์จะมาเกาะอะไรได้ ดุจดัง เมื่อไม่มีกระຈกเสียแล้ว ฝู่นจะลงจบัอะไรได้?

### ๑๑.๓ โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ

วิปัสสนา คือ ปัญญาญาณ ที่พอกพูนขึ้นด้วยธรรมอันเป็นฝักฝ่ายแห่งการตรัสรู้ (โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ) จนเห็นแจ้งความเป็นจริงของรูป-นาม คือเห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า

“ภิกษุ เมื่อรู้ว่าจิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่าน ด้วยการกำหนดกายในกาย ..ย่อมทำอินทรีย์ทั้งหลายให้ประชุมลง รู้ชัดโคจร<sup>๓๖</sup> และรู้แจ้งธรรมอันมีความสงบเป็นประโยชน์ ย่อมทำพละทั้งหลายให้ประชุมลง..ย่อมทำโพฆมคค์ทั้งหลายให้ประชุมลง...ย่อมทำมรรคให้ประชุมลง..ย่อมทำธรรมทั้งหลาย (โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ) ให้ประชุมลง”<sup>๓๗</sup>

พระสารีบุตรเถระอธิบายว่า ทำอินทรีย์ทั้งหลายให้ประชุมลง คือ “ภิกษุยอมทำสัทธินทรีย์ทั้งหลายให้ประชุมลงเพราะมีสภาวะน้อมใจเชื่อ ให้วิริยอินทรีย์ประชุมลงเพราะมีสภาวะระคองจิตไว้ ให้สติอินทรีย์ประชุมลงเพราะมีสภาวะตั้งมั่น ให้สมาธิอินทรีย์ประชุมลง เพราะมีสภาวะไม่ฟุ้งซ่าน ให้ปัญญินทรีย์ประชุมลงเพราะมีสภาวะเห็นให้อินทรีย์เหล่านี้ ประชุมลงในอารมณ์อย่างนี้”

บทว่า ย่อมให้พละทั้งหลายประชุมลง พระสารีบุตรเถระอธิบายว่า บุคคลยอมทำสัทธาพละให้ประชุมลงด้วยความไม่หวั่นไหวไปในความไม่มีศรัทธา ทำวิริยพละให้ประชุมลงด้วยความไม่หวั่นไหวไปในความประมาท ทำสมาธิพละให้ประชุมลงด้วยความไม่หวั่นไหวไปในอุทัจจะ ทำปัญญาพละให้ประชุมลงด้วยความไม่หวั่นไหวในอวิชา<sup>๓๘</sup>

<sup>๓๖</sup> รู้ชัดโคจร คือ รู้จักอารมณ์อันเป็นรูป-นาม คือ ชันธ ๕ นั้นเอง

<sup>๓๗</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๑๖๘/๑๙๓.

<sup>๓๘</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๖๘/๒๖๑



บทว่า ย่อมทำโพชฌงค์ทั้งหลายให้ประชุม พระสารีบุตรเถระอธิบายว่า บุคคลย่อมทำสติสัมโพชฌงค์ให้ประชุมลงด้วยความเข้าไปตั้งไว้ ทำธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ให้ประชุมลงด้วยความเลือกเฟ้น ทำวิริยสัมโพชฌงค์ให้ประชุมลงด้วยความประคองไว้ ทำปิติสัมโพชฌงค์ให้ประชุมลงด้วยความแผ่ซ่านไป ทำปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ให้ประชุมลงด้วยความสงบ ทำสมาธิสัมโพชฌงค์ให้ประชุมลงด้วยความไม่ฟุ้งซ่าน ทำอุเบกขาสัมโพชฌงค์ให้ประชุมลงด้วยความวางเฉย.

พระสารีบุตรเถระอธิบายคำว่า ย่อมทำมรรคให้ประชุมลง ว่า บุคคลย่อมทำสัมมาทิฐิให้ประชุมลงด้วยความเห็น ทำสัมมาสังกัปปะให้ประชุมลงด้วยความยกขึ้นสู่อารมณ์ ทำสัมมาวาจาให้ประชุมลงด้วยการกำหนด ทำสัมมาภิมันตะให้ประชุมลงด้วยความที่เกิดขึ้นดี ทำสัมมาอาชีวะให้ประชุมลงด้วยความผ่องแผ้ว ทำสัมมาวายามะให้ประชุมลงด้วยความประคองไว้ ทำสัมมาสติให้ประชุมลงด้วยความเข้าไปตั้งไว้ ทำสัมมาสมาธิให้ประชุมลงด้วยความไม่ฟุ้งซ่าน

คำว่า “ย่อมทำธรรมทั้งหลาย (โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ<sup>๓๙</sup>) ให้ประชุมลง” พระสารีบุตรเถระอธิบายว่า บุคคลย่อมทำอินทริย์ทั้งหลายให้ประชุมลงด้วยความเป็นใหญ่ ทำพละทั้งหลายให้ประชุมลงด้วยความไม่วันไหน ทำโพชฌงค์ทั้งหลายให้ประชุมลงด้วยความเป็นธรรมเครื่องนำออก ทำมรรคให้ประชุมลงด้วยความเป็นเหตุ ทำสติปัญฐานให้ประชุมลงด้วยความเข้าไปตั้งไว้ ทำสัมมปธานให้ประชุมลงด้วยความเริ่มตั้งความเพียร ทำอิทธิบาทให้ประชุมลงด้วยความให้สำเร็จ ทำสังจจะให้ประชุมลงด้วยความถ่องแท้

ทำสมณะให้ประชุมลงด้วยความไม่ฟุ้งซ่าน ทำวิปัสสนาให้ประชุมลงด้วยความพิจารณาเห็น ทำสมณะและวิปัสสนาให้ประชุมลงด้วยความมีกิจเป็นอันเดียวกัน ทำธรรมเป็นคู่กันให้ประชุมลงด้วยความไม่ล่วงเกินกัน ทำสิลวิสุทธีให้ประชุมลงด้วยความสละสลวย ทำจิตตวิสุทธีให้ประชุมลงด้วยความไม่ฟุ้งซ่าน ทำทัญญูวิสุทธีให้ประชุมลงด้วยความเห็นถูก ทำวิโมกข์ให้ประชุมลงด้วยความหลุดพ้น ทำวิชาให้ประชุมลงด้วยความแทงตลอด ทำวิมุตติให้ประชุมลงด้วยความสละรอบ ทำญาณในความสิ้นไปให้ประชุมลงด้วยความตัดขาด ทำญาณในความไม่เกิดขึ้นให้ประชุมลงด้วยความเห็นเฉพาะ ทำฉันทะให้ประชุมลงด้วยความเป็นมูลเหตุ ทำมนสิการให้ประชุมลงด้วยความเป็นสมุฏฐาน ทำผัสสะให้ประชุมลงด้วยความประสพ ทำเวทนาให้ประชุมลงด้วยความรู้สึก ทำสมาธิให้ประชุมลงด้วยความเป็นประธาน ทำสติให้ประชุมลงด้วยความเป็นใหญ่ ทำสติสัมปชัญญะให้ประชุมลงด้วยความเป็นธรรมที่ยิ่งกว่านั้น ทำวิมุตติให้ประชุมลงด้วยความเป็นสาระ ทำนิพพานอันหยั่งลงในอมตะให้ประชุมลงด้วยความเป็นที่สุด<sup>๔๐</sup>

### ๑๑.๓.๑ ความหมาย

โพธิ แปลว่า รู้ มีความหมายถึง รู้การทำให้สิ้นอาสวะ คือรู้ อริยสัจ ๔ และในโพธิปักขิยสังคหนี้รวมหมายถึง รู้การทำจิตให้สงบ คือ ถึงฌานด้วย

วจนัตถะของคำว่า โพธิปักขิยธรรม คือ จัตตารี สจจานิ พุชฌตีติ = โพธิ ธรรมชาติใดรู้ อริยสัจ ๔ ฉะนั้น ธรรมชาตินั้นชื่อว่า โพธิ ได้แก่ปัญญาที่อยู่ใน มรรคจิต<sup>๔๑</sup>

<sup>๓๙</sup> โพธิปักขิยธรรม(ธรรมอันเป็นฝ่ายแห่งการตรัสรู้) ๓๗ ประการ ได้แก่ (๑) สติปัญฐาน ๔ (๒) สัมมปธาน ๔ (๓) อินทริย์ ๕ (๔) พละ ๕ (๕) โพชฌงค์ ๗ (๖) มรรคมองค์ ๘ อยู่ใน ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๕๐/๑๗๔, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๒๒/๓๙๒ อง.ทสก.ฎีกา (บาลี) ๓/๑๑๓-๑๑๖/๔๓๘.

<sup>๔๐</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๐/๒๖๖.

<sup>๔๑</sup> พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ ปรินายก, ปริจเฉทที่ ๓ และปริจเฉทที่ ๗, หน้า ๑๒๙

ในคัมภีร์อภิธานวรรณนาได้กล่าวถึงโพธิไว้ ๒ คาถาด้วยกันคือ

ในคาถาที่ ๕๕๑ หน้า ๖๖๙ ว่า โพธิ (พุธ อวคฺคเน + อิ) โพธิ์

มีรูปวิเคราะห์ว่า สัพพัญญุตญาณํ พุชฺฌติ เอตถาติ โพธิ แปลว่า ต้นโพธิ์เป็นที่ตรัสรู้พระ  
สัพพัญญุตญาณของพระผู้มีพระภาค ชื่อว่า โพธิ (วุทธิ อู เป็น โอ)

โพธิ ศัพท์มี ๒ ลิงค์ (เพศ) ปุงลิงค์ (ชาย) และอิตถิลิงค์ (หญิง) (โพธิศัพท์อิตถิลิงค์แปลว่า  
ปัญญาเครื่องตรัสรู้ หรือ พระโพธิญาณ) ดังตัวอย่างว่า “โพธิมุเล นิสิตฺท”<sup>๔๒</sup> แปลว่า เรานั่งที่โคนต้น  
โพธิ์ นอกจากนี้ท่านยังกล่าวถึงศัพท์ที่มีความหมายว่าต้นโพธิ์ว่ามีหลายบท เช่น จลทล, ปิปปล, ฤชลา  
สน (คัมภีร์อภิธานวรรณนา ฎักณฺท์)<sup>๔๓</sup>

ในคาถาที่ ๘๐๕ หน้า ๙๕๖ ว่า โพธิศัพท์ในอิตถิลิงค์มีความหมาย ๒ อย่าง คือ

- สัพพัญญุตญาณ เช่น “ปปโปติ โพธิ”<sup>๔๔</sup> แปลว่า บรรลุสัพพัญญุตญาณ

- อริยมรรค เช่น “โพธิ วุจฺจติ จตุสสุ มคฺคเสสุ ญาณํ”<sup>๔๕</sup> แปลว่า ญาณในมรรค ๔ เรียกว่า

โพธิ

โพธิศัพท์ปุงลิงค์มีความหมาย (อรรถบัญญัติ) และชื่อ (สัทบัญญัติ) ได้แก่ โพธิราชกุมาร เช่น  
โพธิ ราชกุมารโ สณฺชิกาปุตฺตํ มาณวํ อามนฺเตสิ<sup>๔๖</sup> แปลว่า พระโพธิราชกุมารรับสั่งให้มาณพสัณชิกาบุตร  
เข้าเฝ้า โพธิศัพท์ปุงลิงค์และอิตถิลิงค์มีอรรถอัสตฤกษะว่าต้นโพธิ์ เช่น โพธิรุกขมุเล ปจฺมาภิสมพุทฺโธ<sup>๔๗</sup>  
แปลว่า พระผู้มีพระภาคแรกตรัสรู้ประทับอยู่ ณ โคนต้นโพธิ์<sup>๔๘</sup>

ในที่นี้ โพธิ หมายถึง ปัญญาเครื่องตรัสรู้เป็นความหมายโดยตรง ส่วนความหมายโดยอ้อมคือ  
ต้นโพธิ์ และชื่อคน

ในปรมัตถทีปนี ท่านให้ความหมายของโพธิว่า ธรรมที่หยั่งรู้อริยสัจ ๔<sup>๔๙</sup>

ยังมีอีกนัยหนึ่ง โพธิ คือ ธรรมที่ทำให้ผู้ถึงพร้อมหยั่งรู้อริยสัจ ๔ หมายถึงมรรคญาณ ๔ ดังมี  
สาธกในคัมภีร์มหานิทเทสว่า “ญาณในมรรคทั้ง ๔ เรียกว่า โพธิ”<sup>๕๐</sup>

ท่านพระคันธสาราภิวงค์อธิบายว่า โพธิ มีความหมาย ๒ ประการคือ

- ธรรมที่หยั่งรู้อริยสัจ ๔ คือ จตตาริ สจฺจจานิ พุชฺฌตฺติ โพธิ<sup>๕๑</sup>

<sup>๔๒</sup> ขุ.อป. (บาลี) ๓๓/๑๔๙/๒๖๕.

<sup>๔๓</sup> พระโมคคัลลานเถระ, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, แปลโดย พระมหาสมปอง มุทิโต, (กรุงเทพมหานคร :  
โรงพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๒), หน้า ๖๗๐.

<sup>๔๔</sup> ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๑๔๗/๑๗๓.

<sup>๔๕</sup> ขุ.จ. (บาลี) ๓๐/๕๙๕/๒๙๒.

<sup>๔๖</sup> ม.ม. (บาลี) ๑๓/๔๘๖/๔๔๐.

<sup>๔๗</sup> วมหา. (บาลี) ๔/๑/๑.

<sup>๔๘</sup> คุรายละเอียดยใน ขุ.ชา.อ. (บาลี) ๕๑/๗๐/๙๑.

<sup>๔๙</sup> พระอนนฺทุทเถ และ พระญาณธเถระ, อภิธัมมัตถสังคหะ และ ปรมัตถทีปนี, แปลโดย พระคันธ- สธา  
ราภิวงค์, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖), หน้า ๖๕๙ ข้อ ๓๐.

<sup>๕๐</sup> ส.ส. (บาลี) ๑๕/๒๑๒/๒๒๗., พระอนนฺทุทเถ และ พระญาณธเถระ, อภิธัมมัตถสังคหะ และ ปรมัตถ  
ทีปนี, หน้า ๖๖๐.

- ธรรมที่ทำให้ผู้ถึงพร้อมหยั่งรู้ร้อยสี่ ๔ คือ พุชฌนติ ตานิ ตัม สมงคิโน เอตยาติ โโพธิ (ลง อี ปัจจัยในภคณสาธนะ)

**ปกขิยะ** แปลว่า ที่เป็นฝ่าย

**โพธิปกขิยธรรม** จึงมีความหมายว่า ธรรมที่เป็นฝ่ายให้รู้ถึงมานและให้รู้ถึง มัคคผล เลยแปลกันสั้น ๆ ว่า ธรรมที่เป็นเครื่องให้ตรัสรู้

จตตารโ สติปฏิฐานา จตตารโ สัมมปธานา จตตารโ อธิธิปาทา ปณฺจินฺทริยานิ ปณฺจพลาณิ สตต โขชฌงคฺคา อริโย อฏฺฐงฺคิโก มคฺคโคติ หิ อิม สตตตตีส ธมฺมา พุชฌนญฺเจน โโพธิติ ลทฺธนามสฺส อริยมคฺคสฺส ปกฺเข ภวตฺตา โโพธิปกฺขิยา นาม. ปกฺเข ภวตฺตาติ อุปการภาเว จิตตฺตา.<sup>๕๒</sup>

ก็ธรรม ๓๗ นี้ คือ สติปฏิฐาน ๔ สัมมปธาน ๔ อธิธิปาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โขชฌงค ๗ มรรคมืองค์ ๘ ชื่อว่า โพธิปกขิยะ เหตุเป็นธรรมมีในฝ่ายแห่งอริยมรรคอันได้นามว่าโพธะ เพราะอรรถว่าเป็นเหตุตรัสรู้คำว่า "เพราะ...มีในฝ่าย" หมายความว่า เพราะตั้งอยู่ในความเป็นธรรมอุคหนุน

หัวข้อธรรม ๗ หมวด ได้แก่ สติปฏิฐาน ๔, สัมมปธาน ๔, อธิธิปาท ๔, อินทรีย์ ๕, พละ ๕ โขชฌงค ๗, และอริยมรรค มืองค์ ๘ รวมเป็นองค์ธรรมได้ ๓๗ ประการ ที่เป็นฝักฝ่ายแห่งการตรัสรู้ ซึ่งธรรมเหล่านี้ ชื่อว่า โพธิปกขิยะ เพราะมีในฝักฝ่ายแห่งพระอริยะ กล่าวคือ ชื่อว่า โพธิ โดยความหมายว่าตรัสรู้ เพราะมีอยู่ในฝักฝ่ายที่ตั้งอยู่ในความเป็นอุปการะ<sup>๕๓</sup>

บริบูรณ์โพธิปกขิยา เอตสฺสาติ บริบูรณ์โพธิปกฺขิโย มคฺคโค ตสฺส ภาวโ บริบูรณ์โพธิปกฺขิยาภาโว ฯ วุฏฺฐานพเลหิ ลฺยตตฺตา วุฏฺฐานพลสมายโค ฯ เย ลโยชนาทโย เยน ปจฺจมคฺคาทินา ปหาตพฺพา ฯ พุชฌนญฺเจน วา โพธโ มคฺคจิตตฺตูปปาโท ฯ ตสฺส พุชฌนกิริยาเย อณฺุคฺคภาวโต ปกฺเข ภวตฺติ โพธิปกฺขิยา ฯ เตสุ โพธิปกฺขิเยสุ ฯ อารมฺมณฺุสฺสูติ กายาทิอารมฺมณฺุสฺสุ ฯ โอกฺกนฺุทิตฺวาติ อณฺุวิสิตฺวา. ปกฺขนฺุทิตฺวาติ ตสฺเสว เวจฺจัน.<sup>๕๔</sup>

โพธิปกขิยธรรม หมายถึง ธรรมอันเป็นฝักฝ่ายแห่งความตรัสรู้ คือเกื้อกูลแก่การตรัสรู้ธรรมที่เกื้อหนุนแก่อริยมรรค<sup>๕๕</sup> หรือธรรมที่จะยังผู้ปฏิบัติให้ได้บรรลุมรรค ผลนิพพาน<sup>๕๖</sup> พระพุทธองค์ตรัสว่า

<sup>๕๑</sup> ลง อี ปัจจัย ในกัตตฺสาธนะ.

<sup>๕๒</sup> ประโยค๘ - วิสุทฺธิมคฺคสฺส นาม ปกรณฺุวิเสสฺสว (ตติโย ภวาโค) - หน้าที่ 328

<sup>๕๓</sup> ดูรายละเอียดใน พระมหานามเถระ, สิริ เพ็ชรไชย (และคณะ) แปล, **สัทธรรมปกาสินี** (บาลี-ไทย) ภาค ๓, (กรุงเทพฯ: มูลนิธิภูมิพลโลกิยกุ, ๒๕๔๕), หน้า ๓๐๐-๓๐๓.

<sup>๕๔</sup> ประโยค๘ - ปรมตฺถมณฺุชฺสาย นาม วิสุทฺธิมคฺคสฺสวณฺุณนาย มหาฐีกาสมมตฺตาย (ตติโย ภวาโค) - หน้าที่ 597

<sup>๕๕</sup> พระญาณธชะ (แลตีสยาตอ), ปรมตฺถทีปนี, ใน**อภิธมมตฺถสังคหะและปรมตฺถทีปนี**, แปลและ เรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังค์, (กรุงเทพมหานคร : ไทยรายวันกราฟฟิคเพลท, ๒๕๔๖), หน้า ๖๖๐,

“บุคคลทุกคนขั้นที่ส้ารวมกาย วาจา และใจ ด้วยการอาศัย การเจริญโพธิปักขิยธรรม ย่อมปรินิพพานในปัจจุบันนี้”<sup>๕๗</sup> และตรัสอีกว่า “โพธิปักขิยธรรมนี้เป็นทางที่จะให้ถึงอสังขตะ”<sup>๕๘</sup> และ “ผู้ที่มีปัญญาในโพธิปักขิยธรรมนี้ชื่อนักปราชญ์” พระพุทธองค์ยังทรงยกย่องโพธิปักขิยธรรมนี้ว่า เป็นกัลยาณธรรม ซึ่งหมายถึงธรรมที่มี ความงาม<sup>๕๙</sup> คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะกล่าวถึงเรื่องโพธิปักขิยสังคหะไว้ว่า คือการแสดงสงเคราะห์ธรรมที่เป็นฝ่ายมรรคญาณ ๔ ธรรมชาติที่รู้อริยสัจทั้ง ๔ ฉะนั้นธรรมชาตินั้นชื่อว่าโพธิ ได้แก่ปัญญาที่อยู่ในมรรคจิต ๔ ธรรมที่เกิดในฝ่ายแห่งมรรคญาณ ๔ ชื่อว่าโพธิปักขิยะได้แก่โพธิปักขิยธรรม ๓๗ โพธิปักขิยสังคหะ มีธรรม ๓๗ ประเภท ๗ หมวดข้าง

โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนี้ ย่อมประชุมพร้อมเมื่อวิปัสสนาญาณเกิดสมบุรณ์กับผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งเป็นธรรมชาติที่เดินทางไปสู่พระนิพพานขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า<sup>๖๐</sup> มีรายละเอียดดังนี้

โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ได้แก่ (๑) สติปัฏฐาน ๔ (๒) สัมมปธาน ๔ (๓) อธิติบาท ๔ (๔) อินทริย์ ๕ (๕) พละ ๕ (๖) โพชฌงค์ ๗ (๗) มรรคมืองค์ ๘ ดังนี้

หลักธรรมเพื่อละสังโยชน์ ได้แก่ โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ในสังยุตตนิกายโพธิปักขิยวรรค หมวดว่าด้วยโพธิปักขิยธรรม พระสูตรแรกของวรรค คือสัญญาโยชนสูตร ว่าด้วยธรรมที่เป็นไปเพื่อละสังโยชน์ ปราภูลัทธิธรรมเพื่อละสังโยชน์เบื้องสูงหรือ อุตัมภาคิยสังโยชน์ ได้แก่โพธิปักขิยธรรม หมายถึงธรรมอันเป็นฝ่ายแห่งการตรัสรู้ พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้มีอยู่ ๓๗ ประการ คือสติปัฏฐาน ๔ สัมมปธาน ๔ อธิติบาท ๔ อินทริย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ มรรคมืองค์ ๘<sup>๖๑</sup>

#### ๑๑.๓.๒ หมวดธรรม

โพธิ แปลว่า รู้ มีความหมายถึง รู้การทำให้สิ้นอาสวะ คือ รู้อริยสัจ ๔ และรู้การทำจิตให้สงบ คือ ถึงฌานด้วย ปักขิยะ แปลว่า ที่เป็นฝ่าย ดังนั้น โพธิปักขิยธรรม จึงมีความหมายว่า ธรรมที่เป็นฝ่ายให้รู้ถึง ฌาน มรรคผล และนิพพาน ด้วยการปฏิบัติตามโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ให้บริบูรณ์พร้อมกันหมด ในขณะจิตเดียวของการบรรลุธรรม แปลกันสั้น ๆ ว่า ธรรมที่เป็นเครื่องให้ตรัสรู้ ทั้งหมด ๗ กอง รวม ๓๗ ประการ

โพธิ แปลว่า รู้ มีความหมายถึง รู้การทำให้สิ้นอาสวะ คือรู้อริยสัจ ๔ และในโพธิปักขิยสังคหะนี้ รวมหมายถึง รู้การทำจิตให้สงบ คือ ถึงฌานด้วย ปักขิยะ แปลว่า ที่เป็นฝ่าย

---

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๓๒๐.

<sup>๕๖</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทฺธิ), โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๑.

<sup>๕๗</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๑๓๘/๕๔, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๓๘/๑๐๑.

<sup>๕๘</sup> ส.สพ. (บาลี) ๑๘/๓๗๐-๓๗๖/๓๒๐-๓๒๑, ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๗๐-๓๗๖/๔๕๐-๔๕๑.

<sup>๕๙</sup> ชุ.อิติ. (บาลี) ๒๕/๙๗/๓๑๙, ชุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๙๗/๔๗๒.

<sup>๖๐</sup> พระครูสังวรสมาธิวัตร (ประเดิม โภมโล), คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมปิฎกเล่ม ๓ ภาครูปนิพพาน, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : วัดเพลงวิปัสสนา, ๒๕๒๒), หน้า ๗๒๙-๗๓๐.

<sup>๖๑</sup> ดูรายละเอียดใน ชุ.ม. (บาลี) ๒๙/๕๐/๑๐๑, ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๕๐/๑๗๔, อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๕๒๒/๑๗๕, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๒๒/๓๙๒.

โพธิปักขิยธรรม จึงมีความหมายว่า ธรรมที่เป็นฝ่ายให้รู้ถึงฉานและให้รู้ถึง มัคคผล เลยแปลกันสั้น ๆ ว่า ธรรมที่เป็นเครื่องให้ตรัสรู้

โพธิปักขิยสังคหะ เป็นการรวบรวมธรรมที่เป็นเครื่องตรัสรู้มาแสดงโดยย่อ ดังนี้ ฉันทะ ๑, จิต ๑, ตัตตรัมขณัตตูปเบกขา ๑, สัทธา ๑, ปัสสัทธิ ๑, ปิติ ๑, สัมมาทิฏฐิ ๑, สัมมาสังกัปปะ ๑, สัมมาวายามะ ๑, วิรตี ๓, สัมมาสติ ๑ และ สัมมาสมาธิ ๑ รวมสภาวะธรรม (หรือองค์ธรรม) ๑๔ นี้ มีธรรม ๓๗ ประการ ด้วยกัน และรวมได้เป็น ๗ กอง นี้แหละเรียกว่า โพธิปักขิยสังคหะ

มีอธิบายว่า โพธิปักขิยสังคหะนี้ รวบรวมกล่าวถึง โพธิปักขิยธรรม ๗ กอง เป็นธรรม ๓๗ ประการ จึงเรียกว่า โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ในธรรม ๓๗ ประการนี้ เมื่อนับเฉพาะองค์ธรรม (ที่ซ้ำกันไม่นับ) ก็ได้องค์ธรรมหรือสภาวะธรรม ๑๔ องค์

อีกนัยหนึ่งแสดงว่า องค์ธรรมมี ๑๕ โดยแยกปัสสัทธิ ๑ ออกเป็น ๒ คือ กายปัสสัทธิ ๑ และ จิตตปัสสัทธิ ๑ เมื่อนับแยกดังนี้จึงเป็น ๑๕ โพธิปักขิยสังคหะ ๗ กอง เป็นโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนั้น ได้แก่

๑. สติปัฏฐาน มี ๔ ประการ
๒. สัมมัปธาน มี ๔ ประการ
๑๑. อิทธิบาท มี ๔ ประการ
๔. อินทรีย์ มี ๕ ประการ
๕. พละ มี ๕ ประการ
- โพชฌงค์ มี ๗ ประการ
๗. มัคค มี ๘ ประการ

## ๖. ฉนโทจิตตมูเปกขา จ สทธา ปสสทธิปีติโย

สมมาทิฏฐิ จ สงกปโป วายาโม วิรติตตยํ ฯ

## ๗. สมมาสติ สมาริตี จุททเสเต สภาวโต

สตตตีสปปเกเทน สตตธา ตตถ สงคโห ฯ

แปลความว่า ฉันทะ ๑, จิต ๑, ตัตตรัมขณัตตูปเบกขา ๑, สัทธา ๑, ปัสสัทธิ ๑, ปิติ ๑, สัมมาทิฏฐิ ๑, สัมมาสังกัปปะ ๑, สัมมาวายามะ ๑, วิรตี ๓, สัมมาสติ ๑ และ สัมมาสมาธิ ๑ รวมสภาวะธรรม (หรือองค์ธรรม) ๑๔ นี้

มีธรรม ๓๗ ประการ ด้วยกัน และรวมได้เป็น ๗ กอง นี้แหละเรียกว่า โพธิปักขิยสังคหะ

มีอธิบายว่า โพธิปักขิยสังคหะนี้ รวบรวมกล่าวถึง โพธิปักขิยธรรม ๗ กอง เป็นธรรม ๓๗ ประการ จึงเรียกว่า โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ในธรรม ๓๗ ประการนี้ เมื่อนับเฉพาะองค์ธรรม (ที่ซ้ำกันไม่นับ) ก็ได้องค์ธรรมหรือสภาวะธรรม

๑๔ องค์

อีกนัยหนึ่งแสดงว่า องค์ธรรมมี ๑๕ โดยแยกปัสสัทธิ ๑ ออกเป็น ๒ คือ กายปัสสัทธิ ๑ และ จิตตปัสสัทธิ ๑ เมื่อนับแยกดังนี้จึงเป็น ๑๕

**โพธิปักขิยสังคหะ ๗ กอง** เป็นโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนั้น ได้แก่

๑. สติปัฏฐาน มี ๔ ประการ
๒. สัมมปปธาน มี ๔ ประการ
๑๑. อิทธิบาท มี ๔ ประการ
๔. อินทริย มี ๕ ประการ
๕. พละ มี ๕ ประการ
๖. โพชฌงค์ มี ๗ ประการ
๗. มัคค มี ๘ ประการ

**โพธิปักขิยธรรม** จึงมีความหมายว่า ธรรมที่เป็นฝ่ายให้รู้ถึงฉานและให้รู้ถึง มัคคผล เลยแปลกันสั้น ๆ ว่า ธรรมที่เป็นเครื่องให้ตรัสรู้

เมื่ออธิบายว่า โพธิปักขิยสังคหะนี้ รวบรวมกล่าวถึง โพธิปักขิยธรรม ๗ กอง เป็นธรรม ๓๗ ประการ จึงเรียกว่า โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ได้แก่ ๑. สติปัฏฐาน มี ๔ ประการ ๒. สัมมปปธาน มี ๔ ประการ ๑๑. อิทธิบาท มี ๔ ประการ ๔. อินทริย มี ๕ ประการ ๕. พละ มี ๕ ประการ ๖. โพชฌงค์ มี ๗ ประการ ๗. มรรค มี ๘ ประการ

ในธรรม ๓๗ ประการนี้ เมื่อนับเฉพาะองค์ธรรม (ที่ซ้ำกันไม่นับ) ก็ได้องค์ธรรมหรือสภาวะธรรม ๑๒ องค์ อีกนัยหนึ่งแสดงว่าองค์ธรรมมี ๑๔ โดยแยกปัสสัทธิ ๑ ออกเป็น ๒ คือ กายปัสสัทธิ ๑ และจิตตปัสสัทธิ ๑

มีความหมายดังต่อไปนี้

๑. สัมมาสังกัปปะ องค์ธรรมได้แก่ วิตกเจตสิกมีฐานเดียว คือสัมมาสังกัปปะ
๒. ปัสสัทธิ องค์ธรรมได้แก่ ปัสสัทธิเจตสิก มีฐานเดียว คือ ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์
๑๑. ปิติ องค์ธรรมได้แก่ ปิติเจตสิก มีฐานเดียว คือ ปิติสัมโพชฌงค์
๔. อุเบกขา องค์ธรรมได้แก่ ตัตตรัมชฌตตตาเจตสิก มีฐานเดียว คือ อุเบกขา สัมโพชฌงค์
๕. ฉันทะ องค์ธรรมได้แก่ ฉันทเจตสิก มีฐานเดียว คือ ฉันทอิทธิบาท
๖. จิต องค์ธรรมได้แก่ จิต มีฐานเดียว คือ จิตตอิทธิบาท
๗. วิรตี องค์ธรรมได้แก่ สัมมาวาจาเจตสิก สัมมาภิมันตเจตสิก และสัมมา อาชีวะเจตสิก มีฐานองค์ละฐานเดียว คือ สัมมาวาจา สัมมาภิมันตะ สัมมาอาชีวะ ตามลำดับ
๘. วิริยะ องค์ธรรมได้แก่ วิริยเจตสิก มี ๙ ฐาน คือ สัมมปปธาน ๔ ฐาน, วิริยอิทธิบาท ๑ ฐาน, วิริยอินทริย ๑ ฐาน, วิริยพละ ๑ ฐาน, วิริยสัมโพชฌงค์ ๑ ฐาน และสัมมาวายามะ ๑ ฐาน
๙. สติ องค์ธรรมได้แก่ สติเจตสิก มี ๘ ฐาน คือ สติปัฏฐาน ๔ ฐาน, สตินทริย ๑ ฐาน, สติพละ ๑ ฐาน, สติสัมโพชฌงค์ ๑ ฐาน และ สัมมาสติ ๑ ฐาน
๑๑. สมาธิ องค์ธรรมได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก มี ๔ ฐาน คือ สมาธิอินทริย ๑, สมาธิพละ ๑, สมาธิสัมโพชฌงค์ ๑ และสัมมาสมาธิ ๑
๑๑. ปัญญา องค์ธรรมได้แก่ ปัญญาเจตสิก มี ๕ ฐาน คือ วิมังสอิทธิบาท ๑, ปัญญาอินทริย ๑, ปัญญาพละ ๑, ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ๑ และสัมมาทิฐิ ๑
๑๒. สัทธา องค์ธรรมได้แก่ สัทธาเจตสิก มี ๒ ฐาน คือ สัทธาอินทริย ๑ และ สัทธาพละ ๑

### การสงเคราะห์โพธิปักขิยธรรม

โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนี้ ก็มาจาก สีส สมภาสิ ปัญญา ซึ่งวิสุทธิมัคค สงเคราะห์ดังนี้  
ฉันทิทธิบาท สัทินทริย สัทธาพละ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมา อาชีวะ ธรรมที่ ๖ นี้  
สงเคราะห์ลงใน **สีลขันธ**

สติปัญฐาน ๔ สัมมปปธาน ๔ วิริยทธิบาท จิตตติทธิบาท วิริยินทริย สติน ทริย สมานินทริย วิริยพละ  
สตีพละ สมภาสิพละ สติสัมโพชฌงค์ วิริยสัมโพชฌงค์ ปิติสัมโพชฌงค์ ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ สมภาสิสัมโพชฌงค์  
อุเบกขาสัมโพชฌงค์ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมภาสิ ธรรมทั้ง ๒๕ นี้ สงเคราะห์ลงใน **สมภาสิขันธ**

วิมังสีทธิบาท ปัญญินทริย ปัญญาพละ อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ ธรรมทั้ง ๖  
นี้สงเคราะห์ลงใน **ปัญญาขันธ**

### โพธิปักขิยธรรมย่อประกอบพร้อมกัน

ตามปกติ โพธิปักขิยธรรมย่อประกอบพร้อมกันทั้ง ๓๗ ประการ แต่ว่าใน บางกรณีก็มีเว้น ดังนี้  
ในโลกุตตรจิต มี(โพธิปักขิยธรรม) ครบทั้งหมด(คือทั้ง ๓๗) แต่ว่าสังกัปปะ และปิติ บางทีก็ไม่  
ประกอบ แม้ในโลกียวิสุทธิ ๖ (โพธิปักขิยธรรม) ก็ประกอบเท่า ที่ควรจะเป็นไปได้

มีความหมายว่า

๑. โลกุตตรจิตโดยย่อ ๘ ดวงนั้น โพธิปักขิยธรรมประกอบพร้อมกันครบ ทั้งหมดทั้ง ๓๗ ประการ

๒. โลกุตตรจิตโดยพิศดาร ๔๐ ดวง ซึ่งเป็นโลกุตตรจิตที่มีมานประกอบ ด้วยนั้น

ก. โลกุตตรจิตที่ประกอบด้วยปฐมฌาน ๘ ดวง มีโพธิปักขิยธรรมประกอบ ครบหมดทั้ง ๓๗  
ประการ

ข. โลกุตตรจิตที่ประกอบด้วยทุติยฌาน ๘ ดวง และที่ประกอบด้วย ตติยฌานอีก ๘ ดวง รวมเป็น  
๑๖ ดวง มีโพธิปักขิยธรรมประกอบเพียง ๓๖ เท่านั้น โดยต้องเว้นสัมมาสังกัปปะ คือ วิตกเจตสิก เสีย ๑

ค. โลกุตตรจิตที่ประกอบด้วยจตุตถฌาน ๘ ดวง และที่ประกอบด้วย ปัญจฌาน ๘ ดวง รวม ๑๖  
ดวง มีโพธิปักขิยธรรมประกอบเพียง ๓๕ เท่านั้น คือ ต้องเว้น ปิติ เพิ่มขึ้นอีก ๑ ด้วย รวมเว้นทั้ง วิตก และ  
ปิติ

๑๑. โลกียจิต มีรูปาวจรจิต ๑๒ ดวง (เว้นปฐมฌาน ๓) และอรูปาวจรจิตทั้ง ๑๒ ดวง รวมเป็นจิต  
๒๔ ดวงนี้ วิตกเจตสิกย่อไม่เข้าประกอบ

๔. โลกียจิตที่เป็นจตุตถฌาน ๓ และปัญจฌาน ๑๕ รวมเป็นจิต ๑๘ ดวงนี้ ปิติไม่เข้าประกอบ ก็  
ต้องเว้นปิติออกเสียอีกด้วย

๕. แม้ในขณะที่โยคีบุคคลเจริญวิสุทธิ ๖ ประการ ซึ่งยังเป็นโลกียวิสุทธิ อยู่ นั้น โพธิปักขิยธรรมก็  
เกิดได้ตามสมควร

ธรรมที่สนับสนุนให้บรรลุธรรม หรือโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนี้ เป็นคุณธรรมที่ช่วยอุดหนุนกัน เป็น  
กระบวนการให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริง โดยมีปัญญาเป็นตัวนำให้เกิดการบรรลุธรรม ในทุกหมวดของโพธิ  
ปักขิยธรรมล้วนแล้วแต่มีปัญญาอยู่ด้วยทั้งนั้น แต่มีชื่อเรียกแตกต่างกันไป ในสติปัญฐาน ๔ เรียกว่า  
อนุปัสสนา ในอิทธิบาท ๔ เรียกว่า วิมังสา ในอินทริย ๕ และในพละ ๕ เรียกว่า ปัญญา ในโพชฌงค์ ๗  
เรียกว่า อัมมวิจยะ ด้วยเหตุดังกล่าวนี้ พระพุทธเจ้าจึงทรงยกย่องปัญญา หรือปัญญินทริยว่า เป็นยอดกว่า  
ธรรมอื่น ๆ เพราะปัญญาเป็นตัวทำให้รู้แจ้งสภาวะธรรม

ธรรมในแต่ละหมวดมีความสมบูรณ์ในตัวอยู่แล้ว การปฏิบัติตามธรรมหมวดใดหมวดหนึ่งก็ได้ชื่อว่าปฏิบัติธรรมหมวดอื่นๆ ด้วย สาเหตุที่ท่านแบ่งไว้ถึง ๗ ประการอย่างนี้ เป็นเพียงการจำแนกตามเกณฑ์ที่เอามาเป็นกรอบในการพิจารณา เช่น เอาสติเป็นเกณฑ์ก็เป็น สติปัฏฐาน ๔ ถ้าเอากำลังในการปฏิบัติเป็นเกณฑ์ก็เป็น พลละ ๕ ถ้าเอาองค์แห่งความรู้เป็นเกณฑ์เป็น โพชฌงค์ ๗ ถ้าเอาหนทางในการปฏิบัติเป็นเกณฑ์เป็น มรรคมิ้องค์ ๘ ดังนี้ เปรียบเสมือนมนุษย์ ถ้าเราจะแบ่งความเป็นมนุษย์ก็สามารถแบ่งได้หลายอย่าง เช่น ถ้าเอาเพศเป็นเกณฑ์ก็มี ๒ เพศ คือ ชายกับหญิง ถ้าเอาอวัยวะเป็นเกณฑ์มี ๓๒ ประการ มี เนื้อ หน้ง กระดูก หัวใจ ตับ อาหารเก่า เสลด น้ำเลือด เป็นต้น ถ้าเอาระบบการทำงานของร่างกายเป็นเกณฑ์ก็มี ๗ ประการ เช่น ระบบหายใจ ระบบกล้ามเนื้อ ระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อ เป็นต้น จะเห็นว่ามนุษย์ในความหมายที่เรารู้จัก สามารถแบ่งออกเป็นหลายอย่างเช่นเดียวกันความสำคัญของโพธิปักขิยธรรม ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้

โพธิปักขิยธรรม อันบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อละสังโยชน์ เพื่อถอนอนุสัย เพื่อกำหนดรู้สังสารวัฏอันยัตถยาว เพื่อความสิ้นอาสวะ และหวังผล ๒ อย่าง คือ อรหัตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีชีวิตมั่งมั่นเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี<sup>๖๒</sup> พิจารณาองค์ประกอบด้านหลักธรรมอันเป็นหลักปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม เรียกว่า โพธิปักขิยธรรม ดังนี้

ประการที่ ๑ หลักโพธิปักขิยธรรมมี ๓๗ ประการ เป็นการรวมหัวข้อธรรมทั้งหมดโดยมิได้สนใจว่าหัวข้อธรรมซ้ำกันหรือเปล่า ซึ่งเป็นวิธีการนับที่นิยมกันอยู่ในการรวบรวมหัวข้อธรรมในพระไตรปิฎก จะสังเกตเห็นมากในอภิธรรมปิฎกที่นับจิตเป็นดวงๆ มากมาย โดยวิธีการนี้อาจทำให้เกิดความเข้าใจผิดได้ว่าการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมมีถึง ๓๗ ประการ แท้จริงแล้วการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมเพียงแต่ปฏิบัติตามหมวดธรรมหมวดหนึ่งหมวดใด ก็เป็นการปฏิบัติที่ครอบคลุมหลักการปฏิบัติแล้ว เช่นถ้าใช้สติในการปฏิบัติก็ปฏิบัติแค่ ๔ ประการ ตามสติปัฏฐาน ๔ ถ้าปฏิบัติตามมรรคมิ้องค์ ๘ ก็ปฏิบัติแค่ ๘ ประการ อยู่ที่ผู้ปฏิบัติจะถืออะไรเป็นหลักในการปฏิบัติเท่านั้น แต่มีข้อแม้ว่าเมื่อถือหลักใดต้องปฏิบัติให้ครบตามหลักนั้นๆ

ประการที่ ๒ โพธิปักขิยธรรม แบ่งเป็น ๗ หมวด แต่ละหมวดมีความสมบูรณ์ในการปฏิบัติครบถ้วนแม้ว่าจะอธิบายแยกกัน แต่เมื่อปฏิบัติตามหมวดธรรมหมวดใดหมวดหนึ่งก็เท่ากับปฏิบัติตามหมวดธรรมอื่นอีก ๖ หมวดด้วย การปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมเปรียบได้กับการเดินทางไปยังเป้าหมายที่เหมือนกัน ใครจะเดินทางไปตามเส้นทางใดก็เท่ากับกำลังเดินทางเข้าสู่เป้าหมายเดียวกัน ต่างกันแต่เพียงเส้นทาง แต่การปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมนั้น ในขณะที่กำลังปฏิบัติตามหมวดธรรมหนึ่งก็เท่ากับปฏิบัติตามหมวดธรรมอื่นไปด้วย นี่เป็นลักษณะพิเศษของคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า เห็นได้ชัดเจนที่มรรคมิ้องค์ ๘ คำอธิบายแสดงให้เห็นว่าการปฏิบัติตามมรรคมิ้องค์ ๘ เท่ากับรวมการปฏิบัติหมวดอื่นเข้าไว้ทั้งหมด ทั้งสติปัฏฐาน ๔ สัมมปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ พลละ ๕ อินทรีย์ ๕ โพชฌงค์ ๗ รวมอยู่ในมรรคมิ้องค์ ๘ แม้แต่สติปัฏฐาน ๔ ถ้าพิจารณาให้ดีจะเห็นว่ารวมเอาองค์ธรรมในหมวดอื่นๆ ไว้ทั้งหมดเช่นกัน นี่คือการสอดคล้องของหลักธรรมในการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม

ประการที่ ๓ การปฏิบัติธรรมมีจุดประสงค์เดียว คือ การพ้นทุกข์ สภาวะของการพ้นทุกข์ คือ การไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลก มีความเข้าใจสภาวะธรรมต่างๆ จนจิตหลุดพ้นจากความยึดมั่นถือมั่น การปฏิบัติตามหลักโพธิปักขิยธรรม ไม่ว่าจะ เป็นหมวดธรรมใด ย่อมโน้มน้าวจิตใจของผู้ปฏิบัติไปสู่ความไม่ยึดมั่น

<sup>๖๒</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๕๓๕/๓๖๘.



ถ้อยคำเป็นอันเดียวกันทั้งสิ้น เปรียบน้ำจากแม่น้ำทุกสายไม่ว่าระหว่างทางจะมีรสอย่างไร เมื่อลงสู่ทะเลย่อมมีรสเค็มรสเดียวกันหมด การปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมก็เช่นกัน ย่อมเป็นไปเพื่อความพ้นทุกข์ทั้งสิ้น

ประการที่ ๔ โภธิปักขิยธรรม เป็นธรรมปฏิบัติเพื่อการตรัสรู้มรรคผลหรือการบรรลุธรรม ผู้ปฏิบัติตามหลักโภธิปักขิยธรรมต้องมีความโน้มเอียงของสภาวะจิตไปเพื่อการตรัสรู้เท่านั้น คือ เมื่อปฏิบัติตามหลักนี้แล้ว กิเลสต้องลดลงๆ จนหมดไปในที่สุด ในทางกลับกันถ้าผู้ปฏิบัติๆ ไปแล้วกิเลสเพิ่มขึ้น มีความโลภ ความโกรธ ความหลงมากขึ้น แสดงว่าการปฏิบัตินั้นผิดหลัก

โภธิปักขิยธรรม กิเลสที่ลดลงเป็นเครื่องวัดการปฏิบัติ ถ้ากิเลสไม่ลดแสดงว่ากำลังปฏิบัติผิด ต้องทบทวนการปฏิบัติใหม่ว่าผิดพลาดจุดไหน ให้รีบแก้ไข

ประการที่ ๕ การบรรลุธรรมเป็นอุดมการณ์ของโภธิปักขิยธรรม โดยมี สัมมัตถาน ๔ อิทธิบาท ๔ พละ ๕ อินทรีย์ ๕ และโพชฌงค์ ๗ เป็นหลักการ มีสติปัฏฐาน ๔ และมรรคมืองค์ ๘ เป็นวิธีการ องค์ประกอบเพื่อการบรรลุธรรมหลักธรรมคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้ามีมากมาย แต่ที่จัดว่าเป็นหลักธรรมที่สำคัญเพื่อนำไปสู่มรรคผลนั้น ได้แก่ โภธิปักขิยธรรม หมายถึง ธรรมอันเป็นฝักฝ่ายของการตรัสรู้ คือ เกื้อกูลแก่การตรัสรู้ ธรรมที่เกื้อหนุนแก่อริยมรรค โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ

#### ๑๑.๔ สติปัฏฐาน ๔

##### ๑. ความหมายของสติปัฏฐาน ๔

คำว่า สติ ที่มีความหมายว่า ความระลึกได้ และคำว่า ปฏฐาน ที่มีความหมายว่า ที่ตั้ง,ฐาน มีรูปวิเคราะห์ว่า สติยา ปฏฐาน, สติ จ สา ปฏฐานญจาทิ สติปัฏฐาน<sup>๖๓</sup> หมายถึงที่ตั้งของสติ คือมีสติเป็นฐานเพื่อเข้าไปสู่อารมณ์ทั้งหลาย

คัมภีร์อภิธานวรรณนา ท่านได้ให้ความหมาย สติปัฏฐาน ตามคัมภีร์ไวยากรณ์ไว้ว่า มาจาก สติ+ปฏฐาน คำว่า สติ ตามคัมภีร์ไวยากรณ์อภิธานวรรณนา สติ (สร หีสาย+ติ) สติ ความระลึกรู้ ความระลึกได้ ปมท สรติ หีสติติ สติ ความรู้สึกตัวที่เบียดเบียนความประมาท ชื่อว่าสติ (ลบ ร ที่สุดธาตุ) สรติ จินตเตติ สติ อากาที่ระลึกได้ ชื่อว่าสติ (สร จินตาย+ติ ลบ ร ที่สุดธาตุ) เทวเม ภิกขเว ฌมา กตเม เทว สติ จ สมฺปชฺฌณญจ ภิกษุทั้งหลายธรรม ๒ อย่างเหล่านี้มีอะไรบ้าง คือสติและสัมปชัญญะ

##### [อรรถแห่งสติปัฏฐาน]

ในโภธิปักขิยธรรมเหล่านั้น ธรรมชื่อว่าปฏฐาน เพราะแล่นเข้าไปตั้งอยู่ในอารมณ์ทั้งหลาย (มีกายเป็นต้น) ปฏฐานก็คือสตินั่นเอง จึงได้ชื่อว่า สติปัฏฐาน\* ก็สตินั้นแตกเป็น ๔ ประการ เพราะเป็นไป

\* เรามักแปลกันว่า ที่ตั้งแห่งสติ (หมายถึงอารมณ์) แต่ที่ท่านแปลว่า ปฏฐาน คือ สติ (หมายถึงเอาตัวสติเอง)

ประโยค ๘ - วิสุทติมรรคแปล ภาค ๓ ตอน ๒ (ตอนจบ) - หน้า ๒๒๑

โดยถือเอาอสุภาการ (อาการไม่งาม) ทุกขาการ (อาการเป็นทุกข์)

อนิจจาการ (อาการไม่เที่ยง) อนัตตาการ (อาการเป็นอนัตตา) ใน

กาย เวทนา จิต ธรรม และโดยยังกิจคือการละสุกสัญญา (ความสำคัญ

<sup>๖๓</sup> ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๕๓.

ว่างาม) สุขสัญญา (ความสำคัญว่าเป็นสุข) นิจจสัญญา (ความสำคัญว่าเที่ยง) อตตสัญญา (ความสำคัญว่าเป็นอนัตตา) ในกาย เวทนา จิต ธรรมนั้นให้สำเร็จ<sup>๑</sup> จึงแตกเป็น ๔ ประการ เพราะฉะนั้น ท่านจึงกล่าวว่า สติปัฏฐาน ๔

พระโสมณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้ให้ความหมายของสติปัฏฐานว่า สติปัฏฐาน มาจาก สติ คือ การระลึกรู้ ปุฏฐาน คือ เข้าไปตั้งไว้ สติปัฏฐาน หมายถึง การระลึกรู้ที่เข้าไปตั้งไว้ในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม อีกนัยหนึ่ง หมายถึง การระลึกรู้อย่างมั่นคงในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม วิเคราะห์คำว่า “สติปัฏฐาน” มีความหมาย ๓ ประการ คือ

๑.๑ ที่ตั้งของสติ หมายถึง อารมณ์ของ สติ ๔ ประเภท อันได้แก่ กองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม ตามนัยนี้ ปุฏฐาน แปลว่า ที่ตั้ง ลง ยุ ปัจจัยในอธิกรณสาธนะ มีรูปวิเคราะห์ว่า ปติฏฐาติ เอตถาติ ปุฏฐานํ, สติยา ปุฏฐานํ สติปัฏฐานํ (สติปัฏฐาน คือ ที่ตั้งของสติ)

๑.๒ สภาวะที่พึงตั้งไว้ด้วยสติ หมายถึง การลวงความยินดียินร้าย ตามนัยนี้ ปุฏฐาน แปลว่า สภาวะที่พึงตั้ง ลง ยุ ปัจจัยในกรณสาธนะ มีรูปวิเคราะห์ว่า ปุฏเขตพพพติ ปุฏฐานํ สติยา ปุฏฐานํ สติปัฏฐานํ (สติปัฏฐาน คือ สภาวะที่พึงตั้งไว้ด้วยสติ)

๑.๓ สติที่เข้าไปตั้งไว้ หรือ สติที่ตั้งไว้มั่น ตามนัยนี้ ปุฏฐาน แปลว่า เข้าไปตั้งไว้ หรือ ตั้งไว้มั่น ลง ยุ ปัจจัยใน กัตตุสาธนะ มีรูปวิเคราะห์ว่า ปุฏฐาติติ ปุฏฐานํ สติเยว ปุฏฐานํ สติปัฏฐานํ (สติปัฏฐาน คือ สติที่เข้าไปตั้งไว้ สติที่ตั้งไว้มั่น) อุปสรรคคือ ป ตามนัยนี้ใช้ในความหมายว่า เข้าไป แล่นไป หรือ ยิง มั่นคง<sup>๒๔</sup>

สติปัฏฐาน หมายความว่า ที่ตั้งแห่งสติ ( กาย เวทนา จิต ธรรม) ธรรมใดเป็นหัวหน้า คือเป็นประธานในสัมปยุตตธรรมทั้งหลาย แล้วตั้งอยู่ในอารมณ์ทั้งหลาย มีกาย เป็นต้น ฉะนั้นธรรมนั้นจึงชื่อว่าปัฏฐาน สตินั้นเองเป็นประธานในสัมปยุตตธรรม แล้วตั้งมั่นในอารมณ์มีกาย เป็นต้น ฉะนั้นจึงชื่อว่า “สติปัฏฐาน”<sup>๒๕</sup>

หลักการของสติปัฏฐาน ๔ เป็นหลักธรรมหลักใหญ่ที่มีความสำคัญในการยึดถือปฏิบัติเพื่อละอกุศลธรรมคือสังโยชน์<sup>๒๖</sup> และเป็นหลักธรรมที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่าสามารถใช้เพื่อละทิ้งสังโยชน์ทั้งหลาย (โอรัมภาคิยสังโยชน์) และสังโยชน์ละเอียด (อุทัมภาคิยสังโยชน์)<sup>๒๗</sup> ได้ เมื่อภิกษุผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการ ย่อมทำให้สังโยชน์สงบราบคาบได้ เหมือนลมแดดและฝนทำให้เชื้ออสุกเรือเปื่อยยุไป

<sup>๒๔</sup> พระโสมณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๒๔.

<sup>๒๕</sup> พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, คู่มือการศึกษาหลักสูตรจุฬาริทธิกรรมิกะโท, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : ทิพยวิสุทธี, ๒๕๒๙), หน้า ๖๖.

<sup>๒๖</sup> โอรัมภาคิยสูตร ว่าด้วยโอรัมภาคิยสังโยชน์, อง.นวก. (บาลี) ๒๓/๖๗/๓๐๑, อง.นวก. (ไทย) ๒๓/๖๗/๕๕๒.

<sup>๒๗</sup> ดูรายละเอียดใน อง.นวก. (บาลี) ๒๓/๖๗/๓๐๑, อง.นวก. (ไทย) ๒๓/๖๗/๕๕๒-๕๕๔, ส.ม. (บาลี) ๑๙/๔๗๐/๑๖๘-๑๖๙, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๗๐/๒๘๐.

อย่างง่ายดาย<sup>๖๘</sup> เป็นหลักธรรมเพื่อบอกให้ทราบว่า ชีวิตของเรานี้มีจุดที่ควรใช้สติคอยกำกับดูแลทั้งหมด เพียง ๔ แห่งคือร่างกายและพฤติกรรมของมัน, เวทนาคือความรู้สึกสุขทุกข์ต่าง ๆ, ภาวะจิตที่เป็นไปต่าง ๆ และความคิดนึกไตร่ตรอง ถ้าดำเนินชีวิตโดยมีสติคุ้มครองณจุดทั้งสี่นี้แล้ว ก็จะช่วยให้เป็นอยู่อย่างปลอดภัย ไร้ทุกข์ มีความสุขผ่องใส และเป็นปฏิปทานำไปสู่ความรู้แจ้งอริยสัจธรรม<sup>๖๙</sup>

สติปัฏฐาน ๔ มีองค์ธรรมที่เป็นตัวปฏิบัติการ คือสติซึ่งจัดเป็นสังขารชั้น<sup>๗๐</sup> ดังนั้นสติปัฏฐาน ๔ จึงเป็นส่วนหนึ่งแห่งสังขารชั้น<sup>๗๑</sup> ดังคัมภีร์วิภังค์ที่ว่า “สติปัฏฐาน ๔ ไม่เป็นจิต สติปัฏฐาน ๔ เป็นเจตสิก”<sup>๗๒</sup> ส่วนหนึ่งแห่งสังขารชั้นที่เรียกว่า สติปัฏฐาน ๔ นี้คือธรรมเป็นที่ตั้งของสติหรือการปฏิบัติมีสติเป็นประธาน<sup>๗๓</sup> หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง ส่วนหนึ่งแห่งสังขารชั้นนี้ปฏิบัติการใน

๔ หน้า<sup>๗๔</sup> คือกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่การตั้งสติกำหนดพิจารณากายให้รู้ตามเป็นจริงว่าเป็นเพียงกาย ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา วิธีปฏิบัติจำแนกได้ดังนี้ คืออานาปานสติกำหนดลมหายใจ<sup>๗๕</sup> อิริยาบถ กำหนดรู้ทันอิริยาบถ<sup>๗๖</sup> สัมปชัญญะสร้างสัมปชัญญะในการกระทำความเคลื่อนไหว<sup>๗๗</sup> ปฏิกุลมณสิการพิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดที่ประชุมเป็นร่างกาย<sup>๗๘</sup> ธาตุมนสิการพิจารณาร่างกายของตนโดยเป็นเพียงธาตุแต่ละอย่าง<sup>๗๙</sup> และนวสีวิภาพิจารณาซากศพสภาพต่าง ๆ ใน ๙ ระยะเวลาเพื่อให้เห็นคติธรรมตาของร่างกาย คือร่างกายของผู้อื่นเป็นเช่นใด ร่างกายของตนก็จักเป็นเช่นนั้น เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่ การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนาให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นเพียงเวทนาไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา คือมีสติรู้ชัดเวทนาอันเป็นสุข ทุกข์ และเฉย ๆ ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้น<sup>๘๐</sup> จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่ การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิตให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นเพียงจิต ไม่ใช่สัตว์

<sup>๖๘</sup> นาวาสูตฺร ว่าด้วยอุปมาด้วยเรือ, ส.ม. (บาลี) ๑๙/๔๔๘/๑๖๗, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๔๘/๒๗๘.

<sup>๖๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๘๑๒.

<sup>๗๐</sup> นันทพล โรจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องชั้น ๕ กัมภีร์บรรลุมรรคในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๘, หน้า ๑๔๗.

<sup>๗๑</sup> ดูรายละเอียดใน อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๓๘๙/๑๔๗, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๘๙/๓๒๖.

<sup>๗๒</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๗๖, ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑/๖๕๖, พระมหาไสว ญาณวีโร, สติปัฏฐานสำหรับทุกคน, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๒.

<sup>๗๓</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๘๙/๑๑๘, ๓๗๓-๔๐๓/๑๕๙-๑๗๒, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๙/๒๒๒-๒๒๓, ๓๗๓-๔๐๓/๓๐๑-๓๓๘, ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๐๖/๕๔, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๖/๑๐๑-๑๐๒, ออง. จตุกก. (บาลี) ๒๑/๒๗๔/๒๐๗, ออง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๒๗๔/๓๙๐, อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๓๕๕-๓๗๓/๑๓๖-๑๔๒, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๕๕-๓๗๓/๓๐๖-๓๑๙, วิสุทฺธิ. (ไทย) ๘๑๙/๑๑๐๙, พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๖๕-๑๖๖.

<sup>๗๔</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๐๗/๕๕, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๗/๑๐๒-๑๐๔.

<sup>๗๕</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๐๘/๕๖, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๘/๑๐๔.

<sup>๗๖</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๐๙/๕๖, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๙/๑๐๕.

<sup>๗๗</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๑๐/๕๖, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๐/๑๐๕-๑๐๖.

<sup>๗๘</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๑๑/๕๗, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๑/๑๐๗.

<sup>๗๙</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๑๓/๕๘, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๓/๑๐๙-๑๑๐.

บุคคล ตัวตน เรา เขา คือมีสติรู้ชัดจิตของตนที่มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เศร้าหมองหรือผ่องแผ้ว ฟุ้งซ่านหรือเป็นสมาธิอย่างไรตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้น ๆ<sup>๕๐</sup> ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่ การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นเพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา คือมีสติรู้ชัดธรรมทั้งหลาย ได้แก่ นีวรณ ๕ ชั้น ๕ อายุตนะ ๑๒ โพขฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔ ตามที่เป็นจริง นั้น ๆ เช่น มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้นเจริญบริบูรณ์และดับไปอย่างไร<sup>๕๑</sup>

พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโศกและปริเวหา เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัฏฐาน”<sup>๕๒</sup> อรรถกถาได้อธิบายคำว่า “ทาง” ไว้ว่า เป็นทางดำเนินไปสู่พระนิพพาน หรือทางที่ผู้ต้องการพระนิพพานควรดำเนินไป<sup>๕๓</sup> และอธิบาย “ทางเดียว” ไว้ ๔ ดังต่อไปนี้ คือ

๑) เป็นทางที่บุคคลผู้ละการเกี่ยวข้องกับหมู่คณะไปประพฤติธรรมอยู่แต่ผู้เดียว

๒) เป็นทางสายเดียวที่พระพุทธเจ้าทรงทำให้เกิดขึ้นเป็นทางของบุคคลผู้เดียวคือพระผู้มีพระภาค เพราะทรงทำให้เกิดขึ้น

๓) เป็นทางปฏิบัติในศาสนาเดียว คือพระพุทธศาสนา

๔) เป็นทางดำเนินไปสู่จุดหมายเดียว คือพระนิพพาน

คำว่า สติปัฏฐาน หมายถึง ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติหรือการปฏิบัติมีสติเป็นประธาน<sup>๕๔</sup> มีอยู่ ๔ ประการ คือ

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

สติกำหนดพิจารณากายเป็นอารมณ์

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

สติกำหนดพิจารณาเวทนาเป็นอารมณ์

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

สติกำหนดพิจารณาจิตเป็นอารมณ์

๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

สติกำหนดพิจารณาธรรมเป็นอารมณ์

ในบทอุทเทสมหาสติปัฏฐานสูตรพระพุทธองค์ตรัสแสดงไว้ว่า สติปัฏฐาน ๔ ประการ คือการพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ เห็นเวทนาในเวทนาอยู่ เห็นจิตในจิตอยู่ และเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้<sup>๕๕</sup> ซึ่งองค์ธรรมของสติปัฏฐาน ๔ ดังกล่าวนั้นมีอยู่ ๓ ประการ ได้แก่

๑) อาตปปี มีความเพียร ได้แก่ องค์มรรคข้อ ๖ คือสัมมาวายามะ ซึ่งหมายถึงเพียรระวังป้องกันและละความชั่ว กับเพียรสร้างและรักษาความดี

๒) สัมปชาโน มีสัมปชัญญะ คือตัวปัญญา ได้แก่สัมมาทิฐิ

๓) สติมา มีสติ หมายถึงสมาสติสำหรับการปฏิบัติสติปัฏฐานนั้น ไม่ใช่ใช้สติเพียงอย่างเดียว แต่มีธรรมข้ออื่น ๆ ควบอยู่ด้วย และธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือสมาธิ<sup>๕๖</sup> ซึ่งจะมีอยู่ด้วย

<sup>๕๐</sup> คุรยลละเอียตใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๑๔/๕๙, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๔/๑๑๑.

<sup>๕๑</sup> คุรยลละเอียตใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๑๙/๖๓, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๙/๑๑๘.

<sup>๕๒</sup> คุรยลละเอียตใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๑๕๙, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๕๓</sup> คุรยลละเอียตใน ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗๑/๓๖๑.

<sup>๕๔</sup> คุรยลละเอียตใน ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗๓/๓๕๙.

<sup>๕๕</sup> คุรยลละเอียตใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๑๕๙, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๕๖</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**, หน้า ๘๑๒-๘๑๓.

พระพุทธองค์ทรงให้ความสำคัญของสติด้วยเหตุที่ว่า “สติ” เพียงดวงเดียว แต่เป็นสติปัฏฐาน ทั้ง ๔ ได้ ก็เพราะมีเบญจขันธ์ทั้ง ๕ เป็นอารมณ์ของสติ กล่าวคือ

รูปขันธ์เป็นอารมณ์ของสติ	→	กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
เวทนาขันธ์เป็นอารมณ์ของสติ	→	เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน
วิญญาณขันธ์เป็นอารมณ์ของสติ	→	จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน
สัญญาขันธ์ / สังขารขันธ์เป็นอารมณ์ของสติ	→	ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ผลของการปฏิบัติตามสติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏในทีฆนิกาย มหาวรรค มีบันทึกไว้ว่า ผู้ปฏิบัติซึ่ง สติปัฏฐาน ๔ พึงหวังผลที่มีอยู่ ๗ ประการ ได้แก่

- ๑) เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์
- ๒) เพื่อลวงโสกะ
- ๓) เพื่อลวงปริเทวะ
- ๔) เพื่อดับทุกข์
- ๕) เพื่อดับโทมนัส
- ๖) เพื่อบรรลุนิพพาน
- ๗) เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน<sup>๘๗</sup>

ผลหรืออานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ มีปรากฏอยู่ในมหาสติปัฏฐานสูตร ดังมีพุทธพจน์ ว่า

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ ตลอด ๗ ปีพึงหวังได้ผล ๑ ใน ๒ อย่าง คือ อรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ ก็จักเป็นอนาคามี ๗ ปี ๖ ปี ๕ ปี ๔ ปี ๓ ปี ๒ ปี ๑ ปี ๗ เดือน ๖ เดือน ๕ เดือน ๔ เดือน ๓ เดือน ๒ เดือน ๑ เดือน ครึ่งเดือน ผู้ใดผู้หนึ่งพึงเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้ ตลอด ๗ วันพึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่าง คืออรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นอนาคามี<sup>๘๘</sup>

## ๒. องค์คุณของผู้เจริญสติปัฏฐาน

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อทำลายอภิชณา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) นั้น ในเวลาปฏิบัติ มิใช่จะใช้สติเพียงอย่างเดียว แต่ต้องมีธรรมข้ออื่น ๆ ควบคู่อยู่ด้วย ธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือ สมาธิ ซึ่งจะมีอยู่ด้วยอย่างน้อยในขั้นอ่อน ๆ พอใช้สำหรับการนี้<sup>๘๙</sup> ส่วนธรรมที่ระบุไว้ด้วย ได้แก่องค์ของ วิปัสสนา ๓ ประการ คือ

๑) อาตปปี มีความเพียร คำว่า อาตปปี แปลว่า มีความเพียรเผากิเลส<sup>๙๐</sup> คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมัปปธาน ๔ คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำ

<sup>๘๗</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๑๕๙, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๘๘</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๔๔๐/๑๙๒, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๔๐/๓๓๘-๓๔๐.

<sup>๘๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุง, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๓๓๐.

<sup>๙๐</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสาราภิวงศ์, หน้า ๓๐-๓๓.

กุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่า ทุกขณะที่นักปฏิบัติเจริญสติระลึกภูมิจรรณปัจจุบัน ได้ชื่อว่าสั่งสมสติสมาธิ และปัญญาให้เพิ่มพูนมากขึ้น

๒) สัมปชาโน มีสัมปชัญญะ คำว่า สัมปชาโน แปลว่า มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือเห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนาม และลักษณะทั่วไปของรูปนามโดยความเป็นไตรลักษณ์

๓) สติมา มีสติ คำว่า สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ต้นนอนจนถึงหลับสนิท การเจริญสติมีประโยชน์คือ ทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา<sup>๙๑</sup>

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ต้องมีองค์ประกอบสำคัญคือ ให้มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ<sup>๙๒</sup> ระลึกไปตามฐานที่ตั้งทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม อย่างต่อเนื่องตั้งแต่ต้นจนถึงหลับ มีหลักฐานที่ปรากฏใน สารีปุตตสูตรนิกายเถรวาท<sup>๙๓</sup> พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอจงเที่ยวไปใน แดนบิดาของตนอันเป็นโคจรเกิด ภิกษุทั้งหลาย เมื่อพวกเธอเที่ยวไปในแดนบิดาของตนอันเป็นโคจร มารก็จักไม่ได้ช่องไม่ได้อารมณ์ ภิกษุทั้งหลาย แดนบิดาของตนอันเป็นโคจร คือ สติปฏิฐาน ๔

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปฏิฐาน ๔ อันมีอาตมาปี สัมปชาโน สติมา เป็นองค์คุณที่จะทำให้เห็นสภาวะธรรมทั้งหลายที่ปรากฏตามความเป็นจริง ย่อมสามารถกำจัดอวิชชาและโทมนัสในโลกได้ นี้คือองค์คุณในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

สติปฏิฐาน ๔ นี้ เป็นการใช้สติเป็นฐานเข้าไปสู่อารมณ์ทั้งหลาย โดยกำหนดอาการว่าไม่งาม ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา และด้วยการทำกิจให้สำเร็จในการละความสำคัญว่างาม ว่าเที่ยง ว่าสุข ว่ามีอัตตาในกาย เวทนา จิต และธรรม เป็นการตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง โดยอิงอาศัยกาย เวทนา จิต และธรรม เป็นฐานรองรับ เมื่อผู้ฝึกตนปฏิบัติดีแล้ว จะส่งผลให้ถึงความบริสุทธิ์ทำให้หลุดพ้นจากความเศร้าโศกเสียใจ ความพิโรธรำพัน สามารถดับความทุกข์โทมนัสลงได้ ให้บรรลุนิพพานได้

### ๑๑. หลักสติปฏิฐาน ๔

สติปฏิฐาน เป็นหนทางปฏิบัติอันเป็นทางสายเอกสายเดียว ในพระพุทธศาสนาที่จะนำพาให้เหล่าเวไนยสัตว์บรรลุนิพพานจุดหมายปลายทาง คือ พระนิพพาน ดังพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลายทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปฏิฐาน ๔ ประการ”<sup>๙๔</sup> สติปฏิฐาน ๔ มีใจความสำคัญ ดังนี้ คือ

๑๑.๑ กายานุปัสสนาสติปฏิฐาน ฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งสติตามระลึกดูกายของตน เป็นกัมมฐานที่เหมาะสมแก่คนซึ่งมีต้นมหาจริตกล้าปัญญาน้อย มักพอใจติดใจในสิ่งที่เป็นรูปธรรมทั้งหลาย จึงทรงสอนให้บุคคลอาศัยสติสัมปชัญญะและความเพียรระลึกภูมิจรรณที่กาย อาจจะเป็นระลึกภูมิจรรณใจเข้าออกที่เรียกว่า อานาปานัสสติ หรือระลึกที่อริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ ได้แก่ ยืน เดิน นั่ง นอน หรือระลึกทุกส่วนของ

<sup>๙๑</sup> ดูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๘๑/๓๖๗-๓๖๘.

<sup>๙๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖๐/๑๐๕.

<sup>๙๓</sup> ชู.ม. (ไทย) ๒๙/๑๙๖/๕๗๓.

<sup>๙๔</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๓/๓๐๑.

อิริยาบถ มีสติระลึกรู้ทัน ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม ทำ พูด คิด คู้แขนเหยียดแขน เป็นต้น ตลอดจนการถอย การแล การเหลียว การคู้เข้า การเหยียดออก การนุ่ง การห่ม เป็นต้น หรือแยกกายออกเป็นส่วนต่าง ๆ ตามหลักของกายคตาสติ แยกกายออกเป็นธาตุ ๔ ตามหลักของธาตุ ๔ ตลอดถึงการดูซากศพในป่าช้า ที่เรียกว่า ป่าช้าทั้ง ๙ เพื่อต้องการให้เกิดความเบื่อหน่ายคลายกำหนดในกายตนและกายบุคคลอื่นเป็นประการสำคัญ โดยมีหลักปฏิบัติ คือ การพิจารณากาย หรือตามดูรู้ทันกาย แบ่งเป็น ๖ อย่าง คือ

๑๑.๑.๑ หมวดอานาปานบรรพ อานาปานสติ หลักอานาปานสติเป็นการฝึกจิตโดยใช้ลมหายใจเป็นอุปกรณ์ ให้จิตจับอยู่ที่ลมหายใจเข้า-ออกโดยอาการต่าง ๆ หลักการเจริญอานาปานสติ ซึ่งเป็น กายานุปัสสนา แต่ที่ครอบคลุมสติปัฏฐานอีก ๓ ข้อไว้ทั้งหมด คือ เวหนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และ ฐัมมานุปัสสนา

คำว่า อานาปาน แปลว่า การหายใจเข้าออกหมายถึง เป็นการตั้งสติไว้ที่ฐาน คือ โดยกำหนดรู้ลมเข้าออกที่กระทบกับจมูก (จนมีสติสัมปชัญญะเห็นการเกิดดับของลมหายใจ)<sup>๙๕</sup>

ว่าโดยสภาวะปรมาตยะ คือ การตามรู้ไผ่ภูฏัพพารมณได้แก่ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ย่อมปรากฏเป็นอารมณ์ ดังหลักฐานที่ปรากฏในพระสูตรต้นปิฎกว่า “ภิกษุในธรรมวินัยนี้ไปสู่ป่า กิติ ไปสู่โคนไม้ กิติ ไปสู่เรือนว่าง กิติ นั่งคู้บัลลังก์ (นั่งขัดสมาธิ) ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า (อารมณ์พระกรรมฐาน) มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก คือ เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้ชัดว่า เราหายใจเข้ายาว เมื่อหายใจออกสั้น ก็รู้ชัดว่า เราหายใจออกสั้น สำเนียงกว่า เราระงับ กายสังขาร หายใจเข้า สำเนียงกว่า เราระงับกายสังขาร หายใจออก”<sup>๙๖</sup>

ช่างกลิ้ง หรือลูกมือช่างกลิ้งผู้มีความชำนาญ เมื่อชักเชือกยาว ก็รู้ชัดว่า เราชักเชือกยาว เมื่อชักเชือกสั้น ก็รู้ชัดว่า เราชักเชือกสั้น แม้นั้นใดก็ฉนั้นนั้นเหมือนกัน

ด้วยวิธีนี้พิจารณาเห็นกายภายในกายอยู่ พิจารณาเห็นกายภายนอกอยู่หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นธรรมเหตุเกิด (แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นธรรมเหตุดับ (แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดและดับ (แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่หรือว่า มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่ากายมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก (กาย)<sup>๙๗</sup>

๑๑.๑.๒ หมวดอิริยาบถบรรพ กำหนดอิริยาบถ คือ การกำหนดรู้ชัดในอาการที่เป็นอยู่ในขณะนั้น ให้มีสติอยู่ทุกอิริยาบถไม่ว่า ยืน เดิน นั่ง นอน ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุเมื่อเดินก็รู้ชัดว่า เราเดิน เมื่อยืนก็รู้ชัดว่า เรายืน เมื่อนั่ง ก็รู้ชัดว่า เรานั่ง เมื่อนอนก็รู้ชัดว่า เรานอน”<sup>๙๘</sup>

การตั้งสติกำหนดรู้อิริยาบถใหญ่ ๔ คือ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน จนสติสัมปชัญญะกำหนดรู้อิริยาบถทั้ง ๔<sup>๙๙</sup> ดังหลักฐานที่ปรากฏในพระสูตรต้นปิฎกว่า อีกประการหนึ่ง เมื่อเดิน ก็รู้ชัดว่า เราเดิน เมื่อเรายืน ก็รู้ชัดว่า เรายืน เมื่อนั่ง ก็รู้ชัดว่า เรานั่ง เมื่อนอน ก็รู้ชัดว่า เรานอน เมื่อดำรงกายอยู่โดยอาการใด ๆ ก็รู้ชัดกายที่ดำรงอยู่โดยอาการนั้น ๆ ด้วยวิธีนี้พิจารณาเห็นกายภายในกายอยู่ พิจารณาเห็นกายภายนอก

<sup>๙๕</sup> คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ ๒**, หน้า ๖.

<sup>๙๖</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๓.

<sup>๙๗</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๐๗/๒๐๒-๒๐๔.

<sup>๙๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

<sup>๙๙</sup> คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ ๒**, หน้า ๙.

อยู่หรือพิจารณาเห็นกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่ พิจารณาธรรมเป็นเหตุดับในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือว่า มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย ตัณหา และทิวฐิ อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก <sup>๑๐๐</sup>

๑๑.๑.๓ หมวดสัมปชัญญะบรรพ สัมปชัญญะ คือ มีสัมปชัญญะ การทำความรู้สึกตัวในการกระทำ และความเคลื่อนไหวทุกอย่าง ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุ! ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป-ถอยกลับ, การแลดู-เหลียวดู, การคู้เข้า-เหยียดออก, การก้าวเดิน-เหลียวมอง, การครองผ้าสังฆาฏิ-บาตร-จีวร, การฉัน-ตีม-เคี้ยว-ลิ้มรส, การถ่ายอุจจาระ-ปัสสาวะ, การเดิน-ยืน-นั่ง-นอน-ตื่น-พูด-นิ่ง”<sup>๑๐๑</sup>

รูปแบบการฝึกโดยให้สติจับอยู่ที่อริยาบถการเคลื่อนไหวที่เรียกว่า การกำหนดอริยาบถใหญ่ คือ อากาเรยีน เดิน นั่ง และนอน เมื่อเกิดความชำนาญ คือ ตามทันอริยาบถใหญ่แล้วจึงเพิ่มความละเอียดเข้าไปอีก เรียกว่ากำหนดอริยาบถย่อย คือ ทุกรายละเอียดการเคลื่อนไหวของกาย เช่น การก้าวไปข้างหน้า ถอยหลัง กิน ตีม อาบ เป็นต้น มีหลักการอยู่ว่า ให้กำหนดรู้หรือดูและตามให้ทันการเคลื่อนไหวของกายให้จับอยู่กับปัจจุบันที่สุด เรียกว่า การอยู่อย่างมีสติหรืออยู่ในปัจจุบันขณะ

การกำหนดรู้อริยาบถย่อย ๗ อากาเร ๑. ก้าวไปข้างหน้า ถอยกลับข้างหลัง ๒. แลไปข้างหน้า เหลียวไปข้างซ้ายและขวา ๓. คู้แขนเข้าและเหยียดแขนออก ๔. กิริยาที่ใช้บาตร จีวร สังฆาฏิ ๕. การเคี้ยว การตีม การลิ้ม ๖. การถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ๗. การหลับ การตื่น เป็นต้น รวมไปถึงอริยาบถใหญ่ จนมีสติสัมปชัญญะตามรู้อย่างต่อเนื่อง ตามความเป็นจริง (วัตถุประสงค์เพื่อให้เห็นการเปลี่ยนแปลง) ที่ปรากฏในพระสูตรต้นตปิฎกว่า

อีกประการหนึ่ง (อีกวิธีหนึ่ง) ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ ทำความรู้สึกตัวในการคู้เข้า การเหยียดออก ทำความรู้สึกตัวในการครองสังฆาฏิ บาตร และจีวร ทำความรู้สึกตัวในการฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม ทำความรู้สึกตัวในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ทำความรู้สึกตัวในการเดินการยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง

ด้วยวิธีนี้ พิจารณาเห็นกายในกายเป็นภายในอยู่ พิจารณาเห็นกายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือว่า มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหา และทิวฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก <sup>๑๐๒</sup>

๑๑.๑.๔ หมวดมนสิการบรรพ ปฏิกุลมณสิการ คือ พิจารณาร่างกายของตนตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง ซึ่งมีส่วนประกอบที่ไม่สะอาดต่าง ๆ มากมายมารวมอยู่ด้วยกัน ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ในกายนี้ มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด

<sup>๑๐๐</sup> ที.ม. ๑๐/๓๗๕/๓๐๔., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๗/๑๐๒-๑๐๔.

<sup>๑๐๑</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๘/๑๐๕.

<sup>๑๐๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๐/๑๐๖.



น้ำมัน ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น มันเหลว น้ำตา เพลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไช้ข้อ มูลตร”<sup>๑๐๓</sup>

การกำหนดรู้สิ่งปรากฏว่าร่างกายเป็นของน่าเกลียดด้วยอาการ ๓๒ ประการ ได้แก่ มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น<sup>๑๐๔</sup> จนมีสติสัมปชัญญะเกิดความเข้าใจในกายของตนเอง (เห็นกายในกายภายใน) และกายของบุคคลอื่น(เห็นกายในกายภายนอก) เพื่อให้เห็นตามความเป็นจริงว่า ล้วนเป็นสิ่งปฏิภูลโสโครกทั้งสิ้นเกิด

นิพพิทาญาณลดละความยึดมั่นถือมั่นในกายตนและกายผู้อื่น ดังหลักฐานที่ปรากฏในพระสูตรต้นตปิฎกว่า อิกวิธีหนึ่ง พิจารณาเห็นภายนี้ ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดชนิดต่าง ๆ ว่า ในภายนี้ มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด น้ำมัน ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เพลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไช้ข้อ มูลตร ไล่มีปาก ๒ ข้าง เต็มไปด้วยธัญพืชชนิดต่าง ๆ คือ ข้าวสาลี ข้าวเปลือก ถั่วเขียว ถั่วเหลือง เมล็ดงา ข้าวสาร คนตาดีเปิดปากไถยวามันออก พิจารณาเห็นว่า นี่เป็นข้าวสาลี นี่เป็นข้าวเปลือก นี่เป็นถั่วเขียว นี่เป็นเมล็ดถั่วเหลือง นี่เป็นเมล็ดงา นี่เป็นข้าวสาร แม้ฉันใด ภิกษุก็ฉันนั้นเหมือนกัน พิจารณาเห็นภายนี้ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มอยู่รอบเต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดชนิดต่าง ๆ ว่า ในภายนี้ มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด น้ำมัน ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า เสลด หนอง เหงื่อ มันข้น น้ำตา เพลวมัน น้ำลาย ไช้ข้อ มูลตร

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายเป็นภายในอยู่ พิจารณาเห็นกายในกายเป็นภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่ หรือ พิจารณาเห็นธรรมทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือว่า มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นอะไร ๆ ในโลก

๑๑.๑.๕ หมวดธาตุมนสิการบรรพ ธาตุมนสิการ คือ พิจารณาร่างกายของตน ให้เห็นว่า เป็นสักแต่ว่า เป็นที่ประชุมกันแห่งธาตุ ๔ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุพิจารณาภายนี้ตามที่ตั้งอยู่ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า ในภายนี้ มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่”<sup>๑๐๕</sup>

การกำหนดรู้กายโดยความเป็นธาตุ คำว่า ธาตุแปลว่า ธรรมชาติที่ทรงไว้ซึ่งสภาวะของตน ๆ ไม่ใช่เป็นสัตว์ ไม่ใช่ชีวะ อตตะ เป็นแต่เพียงธรรมะสภาวะเท่านั้น ธาตุยังจำแนกออกเป็นหลายนัย เช่น ธาตุทั้ง ๔ คือธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม<sup>๑๐๖</sup> ดังหลักฐานที่ปรากฏในพระสูตรต้นตปิฎกว่า

อิกวิธีหนึ่ง พิจารณาเห็นภายนี้ ตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า ในภายนี้ มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่ คนฆ่าโคหรือลูกมือของคนฆ่าโคผู้มีความชำนาญ ครั้นฆ่าโคแล้วแบ่งอวัยวะ

<sup>๑๐๓</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๗/๓๐๖., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๐/๑๐๕-๑๐๖.,

อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๕๖/๓๐๗.

<sup>๑๐๔</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๙-๑๑๐/๑๐๖.

<sup>๑๐๕</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๗., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๑/๑๐๗.

<sup>๑๐๖</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๓๘/๓๐๗., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๑/๑๐๗.

ออกเป็นส่วน ๆ นิ่งอยู่ที่หนทางใหญ่สี่แพร่ง แม้นฉันใด ภิกษุก็ฉันนั้นเหมือนกัน พิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า ในกายนี้ มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่

ด้วยวิธีนี้ พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิด ในกายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือว่าสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ ก็เพียงเพื่อ อาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ศัณฑา และทิวฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก

๑๑.๑.๖ หมวดนวนวสีฎิภาบรรพ นวสีฎิภา คือ การพิจารณาซากศพที่อยู่ในสภาพต่าง ๆ กัน เรียกว่าการพิจารณาซากศพ ๙ ระยะ เริ่มตั้งแต่ซากศพที่ตายใหม่ ๆ ไปจนถึงกระดูกแล้วให้ย้อนนึก เปรียบเทียบกับร่างกายของตน ว่าก็จะต้องเป็นเช่นนั้นเหมือนกัน

การกำหนดรู้ซากศพ ๙ นวสีฎิภา คือ ให้พิจารณา ร่างกายของตนเปรียบเสมือนซากศพ โดยวิธี ๙ ประการ คือ ๑. ศพที่ตายแล้ว ๒-๓ วัน ๒. ศพที่สัตว์กำลังกัดกิน ๑๑. ศพที่มีเนื้อ และเลือดติดอยู่ ๔ .ศพที่มีแต่เส้นเอ็นรัดอยู่ ๕. ศพที่มีแต่โครงกระดูกเป็นรูปอยู่ ๖. ศพที่กระดูกกระจัดกระจาย ๗ .ศพที่กระดูกเก่าสีขาว เหมือนกับหอยสังข์ ๘. ศพที่เก่าถูกฝนชะกระจัดกระจาย ๙. ศพที่มีแต่กองกระดูกเป็นผง มีสติสัมปชัญญะ พิจารณาเห็นว่ากายของตนเอง<sup>๑๐๗</sup> และผู้อื่นต่างก็เป็นเช่นนั้น ดังหลักฐานที่ปรากฏในพระสูตรต้นตปิฎกว่า

๑. เห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าซึ่งตายแล้ว ๑ ตายแล้ว ๒ วันหรือตายแล้ว ๓ วันเป็นศพขึ้นอืด ศพเขียวคล้ำ ศพมีน้ำเหลืองเยิ้มแม้นฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบกับเห็นว่าถึงกายนี้ มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้ฉันนั้น<sup>๑๐๘</sup>

๒. เห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งถูกกาจิกกิน นกรุมจิกกิน แร้งทั้งกิน สุนัขกัดกิน สุนัขจิ้งจอกกัดกิน หรือสัตว์ ๆ หลายชนิดกัดกินอยู่แม้นฉันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบกับเห็นว่า ถึงกายนี้ มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้นไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้น ไปได้ฉันนั้น<sup>๑๐๙</sup>

๑๑. เห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกยังมีเนื้อ และเลือด มีเอ็นริงรัดอยู่แม้นฉันใด ภิกษุนำกายเปรียบเทียบกับเห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้นไม่ล่วงพ้นจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ฉันนั้น

๑๒. เห็นซากศพเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเนื้อแต่มีเลือดเปื้อนเปรอะ มีเอ็นริงรัดอยู่แม้นฉันใด ภิกษุเปรียบเทียบกับเห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉันนั้น

๑๓. เห็นซากศพเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเนื้อไม่มีเลือด แต่ยังมีเอ็นริงรัดอยู่แม้นฉันใด นำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบกับเห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉันนั้น

๑๔. เห็นซากศพเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเส้นเอ็นริงรัดแล้ว กระจายกระจายไปในทิศใหญ่ ทิศเฉียง คือ กระดูกมืออยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกเท้าอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกแข้งอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกขาอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกเอวอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกหลังอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกซี่โครงอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูก

<sup>๑๐๗</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๒/๑๐๗., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๗๙/ ๓๐๘-๑๑๓.

<sup>๑๐๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๙/๓๐๘.

<sup>๑๐๙</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๙/๓๐๙.

หน้าอกอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกแขนอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกไหล่อยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกคอกอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกคางอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกฟันอยู่ทางทิศหนึ่ง ภิกษุเปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉะนั้น

๗. เห็นซากศพเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นท่อนกระดูกสีขาวเหมือนสังข์แม้ฉันทภิกษุเปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉะนั้น

๘. เห็นซากศพเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นท่อนกระดูกกองอยู่ด้วยกันเกินกว่า ๑ ปีแม้ฉันทภิกษุเปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉะนั้น

๙. เห็นซากศพเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นท่อนกระดูกยุบเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย แม้ฉันทภิกษุเปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นจากความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉะนั้น

กายานุปัสสนา เป็นการฝึกใช้สติพิจารณากาย โดยการใช้ร่างกายของตนเป็นเครื่องมือ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “กายมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ”<sup>๑๑๐</sup> ให้สติกำกับนับตั้งแต่กิริยาอาการเคลื่อนไหวทุกอย่างของร่างกาย มีสัมปชัญญะคือ รู้ตัวอยู่ตลอดเวลาในการทำกิจกรรมการงาน ลดความยึดติดถือมั่น และความยินดีในรูปร่างกายของตน ด้วยการพิจารณาให้เห็นว่า ร่างกายนี้เต็มไปด้วยสิ่งไม่สะอาดทั้งหลาย เป็นเพียงการประชุมประกอบกันขึ้นมาของธาตุ ๔ เท่านั้น เป็นสิ่งไม่แน่นอนไม่มั่นคง ถึงที่สุดแล้วก็ต้องผุพังแตกสลายไป หลักการฝึกแบบกายานุปัสสนามีจุดมุ่งหมายอยู่ที่ทำให้ผู้ฝึก คลายความยึดติดอยู่ในร่างกาย จนกระทั่งบอกตัวเองได้ว่า ร่างกายเป็นเพียงเครื่องมือสำหรับฝึกฝนพัฒนาจิตเท่านั้นเอง ไม่มีคุณค่าพอต่อการยึดติดใด ๆ

**๑๑.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัญญา** ฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งสติตามระลึกรู้ในเวทนา เป็นกัมมัญฐานที่เหมาะสมกับคนที่มีตณฺหาจรีตอ่อน ปัญญากล้า มักพอใจติดใจในความสุขในชั้นต่าง ๆ เช่น สุขในสมาธิ สุขในสวรรค์ เป็นต้น ตามปกติเวทนาจำแนกไว้เป็นสุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุขเวทนา บางครั้งก็จำแนกไว้ ๕ เป็นความสุข ความทุกข์ โสมนัส คือความสุขใจ โทมนัส คือความทุกข์ใจ ความเสียใจ และอุเบกขา คือเฉย ๆ ไม่ถึงกับสุขกับทุกข์ บางครั้งก็ทรงจำแนกเวทนาเป็น ๖ ประเภท ตามประสาทสัมผัส คือ เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะจักขุสัมผัสเป็นปัจจัย เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะโสตสัมผัสเป็นปัจจัย เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะฆานสัมผัสเป็นปัจจัย เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะชีวหาสัมผัสเป็นปัจจัย เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะกายสัมผัสเป็นปัจจัย เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะมนสัมผัสเป็นปัจจัย โดยมีหลักปฏิบัติ คือ การเฝ้าดูและกำหนดรู้ให้ทันเวทนา คือ เมื่อเกิดความรู้สึกสุขหรือทุกข์หรือว่า เฉย ๆ ทั้งที่เป็นชนิด สามิส และนิรามิส<sup>๑๑๑</sup> ก็รู้ชัดตามความรู้สึกที่เป็นอยู่ในขณะนั้น ๆ คือ

๑) เมื่อรู้สึกมีสุข (สุขเวทนา) ก็ให้กำหนดรู้ชัดว่า รู้สึกมีสุข

๒) เมื่อรู้สึกมีทุกข์ (ทุกขเวทนา) ก็ให้กำหนดรู้ชัดว่า รู้สึกมีทุกข์

๓) เมื่อรู้สึกไม่มีทุกข์และไม่มีสุข (อทุกขมสุขเวทนา) คือเฉย ๆ ก็ให้กำหนดรู้ชัดว่า รู้สึกไม่มีทุกข์และไม่มีสุข (รู้สึกเฉย ๆ)

<sup>๑๑๐</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๙/๓๑๓.

<sup>๑๑๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, ๒๕๕๓), หน้า ๓๓๔, ๑๒๗.

๔) เมื่อรู้สึกมีสุข มีทุกข์ หรือรู้สึกไม่มีทุกข์ไม่มีสุข (เฉย ๆ) ที่เจ็ดด้วยอามิส ก็กำหนดรู้ชัดว่า รู้สึกมีสุข มีทุกข์ หรือรู้สึกไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข เจ็ดด้วยอามิส

๕) เมื่อรู้สึกมีสุข (สุขเวทนา) มีทุกข์ (ทุกข์เวทนา) หรือรู้สึกไม่มีทุกข์และไม่มีสุข (อทุกข์เวทนา) อันไม่เจ็ดด้วยอามิส ก็กำหนดรู้ชัดว่า รู้สึกมีสุข มีทุกข์ หรือรู้สึกไม่มีทุกข์ไม่มีสุข อันไม่เจ็ดด้วยอามิส

การใช้สติพิจารณาเห็นความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นภายในจิตใจในขณะนั้น ๆ เมื่อจิตใจเกิดความทุกข์ ความสุข หรือเฉย ๆ ก็รู้ว่า มีทุกข์ มีสุข หรือเฉย ๆ รู้ว่าความรู้สึกเหล่านี้เกิดขึ้นมาได้อย่างไร กำลังจะหมดสิ้นไปอย่างไร ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เวทนามีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ในโลก”<sup>๑๑๒</sup>

การกำหนดเวทนา ช่วยให้รู้เท่าทันความรู้สึกยินดียินร้าย ซึ่งไหลวนเวียนอ่อนไหวไปตามกระแสค่านิยมแห่งวัตถุ อันได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เมื่อรู้เท่าทันความรู้สึกย่อมทำให้เห็นว่าความยินดียินร้ายเป็นธรรมดาอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้น ไหลวนอยู่ แล้วเสื่อมสลายไป ในอีกแง่หนึ่ง การรู้เท่าทันความรู้สึก ทำให้ไม่หลงตกไปในกระแสแห่งค่านิยมวัตถุทำให้ไม่ตกลงไปในกระแสแห่งโลกธรรม

ในการพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่นั้น คือ เมื่อเสวยสุขเวทนาจึงรู้ชัดว่าเราเสวยสุขเวทนา เมื่อเราเสวยทุกข์เวทนาจึงรู้ชัดว่า เราเสวยทุกข์เวทนา เมื่อเราเสวยอทุกข์ขมสุข-เวทนาจึงรู้ชัดว่า เราเสวยอทุกข์ขมสุขเวทนา เมื่อเราเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่าเราเสวยสุข-เวทนามีอามิส เมื่อเราเสวยทุกข์เวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่าเราเสวยทุกข์เวทนาที่มีอามิส เมื่อเราเสวยอทุกข์ขมสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่าเราเสวยอทุกข์ขมสุขเวทนาที่มีอามิส เมื่อเราเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่าเราเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส เมื่อเราเสวยทุกข์เวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่าเราเสวยทุกข์เวทนาที่ไม่มีอามิส เมื่อเราเสวยอทุกข์ขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่าเราเสวยอทุกข์ขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส

ด้วยวิธีพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณา เห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมทั้งเป็นเหตุเกิดทั้งเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่หรือว่า มีสติปรากฏเฉพาะหน้าว่า เวทนามีอยู่ ก็เพียงอาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหา และทิฏฐิ) อยู่และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก<sup>๑๑๓</sup>

**๑๑.๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน** ฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งสติตามระลึกจิตของตน ตามที่ปรากฏในขณะนั้น ๆ ด้วยจิตมีกิเลสก็ให้รู้ว่าจิตมีกิเลสอย่างไรโดยหนึ่ง จิตไม่มีกิเลสอย่างไรโดยหนึ่งก็รู้ว่าขณะนั้นจิตไม่มีกิเลส เป็นกัมมัญฐานที่เหมาะสมกับคนที่ปฏิบัติจริงจริงๆ ปัญญาบ่อย มักมีความสำคัญมั่นหมายว่า จิตนั้นเป็นของเที่ยงแท้แน่นอน

หลักปฏิบัติ คือ การตามดูและกำหนดรู้ให้ทันจิต คือ ให้รู้ว่าจิตของตนในขณะนั้น ๆ เป็นอย่างไร เช่น มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ ฟุ้งซ่าน เป็นสมาธิ หลุดพ้น ยังไม่หลุดพ้น เป็นต้น ก็รู้ชัดตามที่มันเป็นอยู่ในขณะนั้น ๆ พระพุทธองค์ทรงจำแนกไว้ว่า

๑) จิตมีราคะหรือปราศจากราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะหรือปราศจากราคะ

<sup>๑๑๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

<sup>๑๑๓</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๔.

- ๒) จิตมีโทสะหรือปราศจากโทสะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีโทสะหรือปราศจากโทสะ
- ๓) จิตมีโมหะหรือปราศจากโมหะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีโมหะหรือปราศจากโมหะ
- ๔) จิตหดหู่ ก็รู้ชัดว่า จิตหดหู่
- ๕) จิตฟุ้งซ่าน ก็รู้ชัดว่า จิตฟุ้งซ่าน
- ๖) จิตเป็นมหัคคตะ หรือไม่เป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่าจิต เป็นมหัคคตะ หรือไม่เป็นมหัคคตะ
- ๗) จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่าหรือไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่าจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่าหรือไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
- ๘) จิตเป็นสมาธิหรือไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า จิตเป็นสมาธิหรือไม่เป็นสมาธิ
- ๙) จิตหลุดพ้นแล้วหรือจิตไม่หลุดพ้นก็รู้ชัดว่า จิตหลุดพ้นแล้วหรือจิตยังไม่หลุดพ้น<sup>๑๑๔</sup>

สราครจิต จิตที่มีราคะ และวีสราครจิต จิตที่ปราศจากราคะ จิตที่มีความปรารถนาสิ่งใด ๆ ชื่อว่า จิตที่มีราคะ (สราครจิต) โยคีผู้ปฏิบัติพึงตามรู้เท่าทันจิตนี้โดยปริกรรมว่า ชอบหนอ ๆ หรือโลภหนอ ๆ หรือกำหนดหนอ ๆ ในบางขณะการกำหนดเพียงครั้งเดียวจิตอาจสงบไปได้ในบางขณะยังไม่สงบไปด้วยการตามรู้เพียงครั้งเดียว ก็ตามรู้จนกว่าจะสงบระงับไป เมื่อจิตสงบพึงตามรู้จิตที่ผ่องใส โดยการปริกรรมว่า ฐุหนอ จิตนี้จึงชื่อว่า จิตปราศจากราคะ (วีสราครจิต)<sup>๑๑๕</sup>

สโทสจิต จิตที่มีโทสะ และวีสโทสจิต จิตที่ปราศจากโทสะ จิตที่มีความรู้สึกหงุดหงิดไม่พอใจ โกรธ เกลียด อาฆาต หรือพยาบาทปองร้าย จิตประเภทนี้ชื่อว่า จิตมีโทสะโยคีผู้ปฏิบัติพึงตามรู้เท่าทันจิตนี้จนจิตจะสงบระงับไปโดยปริกรรมว่า โกรธหนอ ๆ เมื่อมีจิตสงบแล้วพึงตามจิตที่ผ่องใสปราศจากโทสะโดยปริกรรมว่า ฐุหนอ จิตนี้จึงชื่อว่า จิตปราศจากโทสะ (วีสโทสจิต)

สโมหจิต จิตที่มีโมหะ และวีสโมหจิต จิตที่ปราศจากโมหะ จิตที่ประกอบด้วยความสงสัย และจิตที่ประกอบด้วยความฟุ้งซ่านชื่อว่า จิตที่มีโมหะ (สโมหจิต) จิตอีกประเภทหนึ่ง คือ โลกสมโมหจิต จิตที่มีโมหะประกอบด้วยโลกะชนิดที่ไม่รุนแรงมักปรากฏในเวลาที่มีความพอใจปรากฏเกิดขึ้น เช่น ต้องการจะอวดตัวหรือสำคัญว่ามีตัวตน โยคีผู้ปฏิบัติพึงตามพิจารณาจิตที่สงสัยว่า สงสัยหนอ ๆ และตามพิจารณาจิตที่ซัดส่ายฟุ้งซ่านว่า คิดหนอ เมื่อจิตสงบระงับพึงตามรู้จิตที่มีความผ่องใสปราศจากความความสงสัย และปราศจากความซัดส่ายฟุ้งซ่านโดยปริกรรมว่า ฐุหนอ จิตนี้ชื่อว่า จิตปราศจากโมหะ (วีสโมหจิต)

สังขิตตจิต จิตที่มีถีนะหรือจิตที่หดหู่ เชื่องซึม ชื่อว่า ท้อถอยจากอารมณ์ และวิกขิตต-จิต จิตที่มีอุทัจจะ หรือจิตที่มีความฟุ้งซ่าน จิตที่มีความรู้สึกหดหู่เชื่องซึมชื่อว่า สังขิตตจิต โยคีผู้ปฏิบัติพึงกำหนดตามรู้จิตนี้จนจิตจะสงบระงับไปโดยปริกรรมว่า หดหู่หนอ ๆ และจิตที่ซัดส่ายฟุ้งซ่านชื่อว่า วิกขิตตจิตโยคีผู้ปฏิบัติพึงกำหนดตามรู้จิตนี้จนจิตจะสงบระงับไปโดยปริกรรมว่า ฟุ้งซ่านหนอ ๆ เป็นต้น

มหัคคตจิต จิตเป็นรูปาวจร อรูปาวจร หรือจิตที่ถึงความเป็นใหญ่และอมหัคคตจิตจิตไม่เป็นรูปาวจร อรูปาวจร (กามาวจรจิต) หรือจิตที่ไม่ถึงความเป็นใหญ่

สอตุตรจิต จิตเป็นกามาวจรจิต หรือจิตที่มีจิตอื่นยิ่งกว่าและ อนตุตรจิต จิตไม่เป็นกามาวจร (เป็นรูปาวจรจิต อรูปาวจร) หรือจิตที่ไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า

<sup>๑๑๔</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔.

<sup>๑๑๕</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), **วิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์ปริ้นท์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๙๒๒.

สมาहितจิต จิตเป็นอุچارสมาธิ อัปนาสมาธิ หรือ จิตตั้งมั่น (เป็นสมาธิ) และอสมาहित-จิต จิตไม่ตั้งมั่น (ไม่เป็นสมาธิ) หรือจิตที่ไม่เป็นอุچارสมาธิ อัปนาสมาธิ

วิมุตตจิต จิตที่หลุดพ้น ได้แก่ จิตที่หลุดพ้นด้วยทั้งควิมุตและวิกขัมภณวิมุตติ (ยังไม่ถึงสมุจเฉทวิมุตติ ปัสสัทธิวิมุตติ และนิสสรณวิมุตติ) และ อวิมุตตจิต จิตที่ไม่หลุดพ้น ได้แก่ จิตที่ปราศจากตทั้งควิมุตติและวิกขัมภณวิมุตติ

การใช้สติพิจารณาโดยมีจิตเป็นอุปกรณ์ “จิตมีอยู่ ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก กำหนดเพื่อรู้ เท่าทันสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นภายในจิต เช่น เมื่อมีโรคะ โทสะ โมหะ เกิดขึ้นมากก็ให้กำหนดสติลงไปทีสภาวะอันนั้น ให้เห็นความเกิดขึ้น การดำรงอยู่ และความดับสลายไปในขณะต่อมา เมื่อฝึกปฏิบัติบ่อย ๆ ก็จะสามารถรู้ชัด รู้เท่าทัน ซึ่งความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แห่งจิตของตนและผู้อื่นได้

**๑๑.๔ ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน** ฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งสติตามระลึกรู้ธรรม ทั้งที่เป็นกุศลอกุศลและที่เป็นกลาง ๆ ให้รู้เห็นตามความเป็นจริง ซึ่งเหมาะกับคนที่มีทิฏฐิจริตอ่อน ปัญญากล้า เพราะพอใจติดในธรรม หลักปฏิบัติคือ การตามดู รู้ทัน พิจารณาธรรม ทั้งส่วนที่เป็นกุศลธรรมและอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นภายในจิต คือ

๑๑.๔.๑ กำหนดรู้ทันนิเวรณ คือ ธรรมที่กั้นหรือขัดขวางจิต ไม่ให้ก้าวหน้าหรือบรรลุคุณธรรมความดีงาม มี ๕ อย่าง คือ

๑. กามฉันทะ ความพอใจในกาม
๒. พยาบาท ความคิดร้าย
๑๑. ถีนมิทธะ ความหดหู่และเซื่องซึม
๔. อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ
๕. วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย<sup>๑๑๖</sup>

สติระลึกละพิจารณาให้รู้ชัดในขณะนั้น ๆ ว่าเมื่อกามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุกจะ วิจิกิจฉา ภายในมืออยู่ ก็รู้ชัดว่า กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุกจะ วิจิกิจฉา ภายในของเรา มีอยู่ หรือเมื่อกามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุกจะ วิจิกิจฉา ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุกจะ วิจิกิจฉา ภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งกามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุกจะ วิจิกิจฉา ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น การละกามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุกจะ วิจิกิจฉา ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น และกามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุกจะ วิจิกิจฉา ที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น<sup>๑๑๗</sup>

พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายคือนิเวรณ ๕ อยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายคือนิเวรณ ๕ อยู่อย่างไร

<sup>๑๑๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, ๒๕๕๓), หน้า ๑๒๘.

<sup>๑๑๗</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖.

๑. เมื่อกามฉันทะ (ความพอใจในกาม) ภายในมีอยู่ก็รู้ชัดว่ากามฉันทะภายในของเราไม่มีอยู่ หรือเมื่อกามฉันทะภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่ากามฉันทะภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งกามฉันทะที่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น การละกามฉันทะที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น และกามฉันทะที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเจตด้วย

๒. เมื่อพยาบาท (ความคิดร้าย) ภายในมีอยู่ก็รู้ชัดว่าพยาบาทภายในของเราไม่มีอยู่หรือ เมื่อพยาบาทภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่าพยาบาทภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น การละพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้ว มีด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้นและพยาบาทที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้นด้วย

๑๑. เมื่อถีนมิทธะ (ความหดหู่และเซื่องซึม) ภายในมีอยู่ก็รู้ชัดว่าถีนมิทธะภายในของเราไม่มีอยู่หรือเมื่อถีนมิทธะภายในของเราไม่มีอยู่ก็รู้ชัดว่าถีนมิทธะภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งถีนมิทธะที่ยังไม่เกิดขึ้นมีได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น การละถีนมิทธะที่เกิดขึ้นแล้วมีได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น และถีนมิทธะที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น<sup>๑๑๘</sup>

๔. เมื่ออุทธัจจกุกกุกจะ (ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ) ภายในมีอยู่ก็รู้ชัดว่าอุทธัจจกุกกุกจะภายในของเราไม่มีอยู่ หรือเมื่ออุทธัจจกุกกุกจะภายในไม่มีอยู่ก็รู้ชัดว่าอุทธัจจกุกกุกจะภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งอุทธัจจกุกกุกจะที่ยังไม่เกิดขึ้นมีได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น การละอุทธัจจกุกกุกจะที่เกิดขึ้นแล้วมีได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น และละอุทธัจจกุกกุกจะที่ละได้และจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น

๕. เมื่อวิจิกิจฉา (ความลังเลสงสัย) ภายในมีอยู่ก็รู้ชัดว่าวิจิกิจฉาภายในของเราไม่มีอยู่หรือเมื่อวิจิกิจฉาภายในไม่มีอยู่ก็รู้ชัดว่าวิจิกิจฉาภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งวิจิกิจฉาที่ยังไม่เกิดขึ้นมีได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น การละวิจิกิจฉาที่เกิดขึ้นแล้วมีได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น และวิจิกิจฉาที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้นด้วยด้วย วิธีนี้พิจารณาเห็นธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิด ทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือว่า มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติปัญญาเท่านั้นไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก<sup>๑๑๙</sup>

๑๑.๔.๒ กำหนดรู้ทันขั้นนี้ คือ ใช้สติพิจารณากำหนดรู้ว่าขั้นนี้ ๕ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ คืออะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร ดับไปได้อย่างไร โดยการพิจารณาว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นอย่างไร ความเกิด ความดับแห่ง รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นอย่างไร<sup>๑๒๐</sup> หมดขั้นนี้<sup>๑๒๑</sup>

<sup>๑๑๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๘๒/๓๑๖/๓๑๗.

<sup>๑๑๙</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๗.

<sup>๑๒๐</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘.

<sup>๑๒๑</sup> พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. ๙ ราชบัณฑิต พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด คำวัด, วัดราชโอรสาราม.

ชั้น แผลว่า กอง, หมวด, หมู่, ส่วน ในทางพุทธศาสนาหมายถึงร่างกายของมนุษย์ คือแยกร่างกายออกเป็นส่วนๆ ตามสภาพได้ 5 ส่วน หรือ 5 ชั้น คือ

- ๑.รูป ได้แก่ ส่วนที่ผสมกันของธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ เช่น ผม หน้ง กระจุก โลหิต
- ๒.เวทนา ได้แก่ ระบบประมวลความรู้สึกว่า ชอบหรือไม่ชอบ และเฉยๆ
- ๑๑.สัญญา ได้แก่ จำสิ่งที่ได้รับและรู้สึกนั้นๆ
- ๔.สังขาร ได้แก่ ระบบคิดปรุงแต่ง แยกแยะสิ่งที่รับรู้และจำได้นั้นๆ
- ๕.วิญญาณ ได้แก่ ระบบรู้อะไรนั้นๆ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

ชั้นนี้ รูปจัดเป็นรูปธรรม เวทนา,สัญญา,สังขาร,วิญญาณจัดเป็นนามธรรม เมื่อจัดชั้นเข้าในปรมัตถธรรม วิญญาณชั้น จัดเข้าในจิตเวทนาชั้น ,สัญญาชั้น สังขารชั้น จัดเข้าในเจตสิกรูปชั้น จัดเข้าในรูปการหมดเหตุปัจจัยของนามรูป จัดเข้าในนิพพาน

๑๑.๔.๓ กำหนดรู้ทันอายตนะ คือ รู้ชัดในอายตนะภายในภายนอกแต่ละอย่าง รู้ชัดในสังโยชน์ที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยอายตนะนั้น ๆ รู้ชัดว่าสังโยชน์ที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไร ที่เกิดขึ้นแล้วจะเสียได้อย่างไร ที่ละได้แล้ว ไม่เกิดขึ้นได้อีกต่อไปอย่างไร โดยการกำหนดรู้ดังนี้ คือ รู้ชัดตา รู้ชัดรูป, รู้ชัดหู รู้ชัดเสียง, รู้ชัดจมูก รู้ชัดกลิ่น, รู้ชัดลิ้น รู้ชัดรส, รู้ชัดกาย รู้ชัดโณภูฏัพพะ, รู้ชัดใจ รู้ชัดธรรมารมณ สักโยชน์ใดอาศัยตาและรูป อาศัยหูและเสียง อาศัยลิ้นและรส อาศัยกายและโณภูฏัพพะ อาศัยใจและธรรมารมณเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้<sup>๑๒๒</sup>

อายตนะ<sup>๑๒๓</sup>มี ๑๒ สามารถจัดได้เป็น ๒ ประเภท คือ อายตนะภายใน (อชฌัตติกายตนะ) และอายตนะภายนอก (พาหิรายตนะ) จักขวยตนะ โสตายตนะ ฆานายตนะ ชิวหายตนะ กายายตนะ และมนายตนะ จัดเป็นอายตนะภายใน ส่วนรูปายตนะ สัททหายตนะ คันธายตนะ รสายตนะ โณภูฏัพพายตนะ ธัมมายตนะ จัดเป็นอายตนะภายนอก

๑๑.๑) อายตนะภายใน<sup>๑๒๔</sup> (อชฌัตติกายตนะ) คือ แตนติดต่อภายใน มีอยู่ ๖ ได้แก่

๑. จักขวยตนะ หมายถึง แตนติดต่อคือ ตา หมายถึง ประสาทที่รับรู้รูปต่างๆ ได้ อยู่ในลูกนัยน์ตา บางทีเรียกว่า จักขุประสาท

๒. โสตายตนะ หมายถึง แตนติดต่อคือ หู หมายถึง ประสาทที่รับฟังเสียงได้ อยู่ในช่องหู

<sup>๑๒๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๑.

<sup>๑๒๓</sup> พระอภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี, มก. เล่มที่ ๗๖ หน้า ๕๐๕.

<sup>๑๒๔</sup> พันเอก ปิ่น มุทุกันต์, แนวสอนธรรมะตามหลักสูตรนักธรรมตรี, กรุงเทพฯ : คลังวิทยา,๒๕๑๔ หน้า



๑๑. ฆานายตนะ หมายถึง แดนติดต่อคือ จมูก หมายถึง ประสาทที่สูดกลิ่นได้ อยู่ในช่อง  
จมูก

๔. ชิวหายตนะ หมายถึง แดนติดต่อคือ ลิ้น หมายถึง ประสาทที่ลิ้มรสได้ อยู่ที่แผ่นลิ้น

๕. กายายตนะ หมายถึง แดนติดต่อคือ กาย หมายถึง ประสาทที่ได้รับสัมผัส

๖. มนายตนะ หมายถึง แดนติดต่อ คือ มน หรือ ใจ หมายถึง จิต

๑๑.๒) อายตนะภายนอก (พาหิรายตนะ) คือ แดนติดต่อภายนอก มีอยู่ ๖ ได้แก่

๑. แดนติดต่อคือ รูป (รูปายตนะ) รูป ได้แก่ สิ่งที่เห็นได้ด้วยตาประกอบ หมายถึง  
เปิดเผยให้รู้ถึงความรู้สึกที่มีอยู่ในใจ เปิดเผยให้รู้ถึงความคิด หรือมีความหมายว่า ผันแปร แตกสลาย  
หมายถึง ไม่เที่ยง ไม่ยั่งยืน เกิดแล้วก็ดับไปตามเหตุปัจจัย<sup>7)</sup>

๒. แดนติดต่อคือ เสียง (สัททายตนะ) เสียง ได้แก่ สิ่งที่ได้ยินได้ด้วยหู วิเคราะห์ตามศัพท์  
ได้ว่า ภาวะใด ย่อมก้อง เหตุุนั้น ภาวะนั้น จึงชื่อว่า สัททะ (เสียง) หมายถึง ภาวะที่เปล่งขึ้น

๑๑. แดนติดต่อคือ กลิ่น (คันธายตนะ) กลิ่น ได้แก่ สิ่งที่สุดได้ด้วยจมูก ภาวะอันใดย่อม  
ฟุ้งตลบ เหตุุนั้น ภาวะนั้น จึงชื่อว่า คันธะ หมายถึง ภาวะที่สูดที่ตั้งของคน

๔. แดนติดต่อคือ รส (รสายตนะ) รส ได้แก่ สิ่งที่ลิ้มได้ด้วยลิ้น วิเคราะห์ว่า สัตว์ทั้งหลาย  
ย่อมชอบลิ้มลอง ความว่า ย่อมชอบใจธรรมชาตินั้น เหตุุนั้น ธรรมชาตินั้น จึงชื่อว่า รส

๕. แดนติดต่อคือ สิ่งที่สัมผัสทางกาย (โผฏฐัพพายตนะ) โผฏฐัพพะ ได้แก่ สิ่งแตะได้ด้วย  
กาย ประเทศเป็นที่เกิด ชื่อว่า อายะ (บ่อเกิด) ธรรมชาติใดอันสัตว์ย่อมถูกต้อง ธรรมชาตินั้น จึงชื่อว่า  
โผฏฐัพพะ

๖. แดนติดต่อคือ สิ่งที่ได้ยินมา ทราบมาแล้วทางประสาทสัมผัส แล้วจิตหรือวิญญาณเก็บ  
สะสมไว้ (ธัมมายตนะ) สภาวะเหล่าใดย่อมทรงไว้ซึ่งลักษณะของตน เหตุุนั้น สภาวะเหล่านั้น จึงชื่อว่า ธรรม

๑๑.๔.๔ กำหนดรู้ทันโพชฌงค์ (องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้พร้อม) คือ รู้ชัด  
ในขณะนั้น ๆ ว่า โพชฌงค์ ๗ แต่ละอย่าง ๆ มีอยู่ในใจตนหรือไม่ ที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไร ที่  
เกิดขึ้นแล้วเจริญเต็มบริบูรณ์ได้อย่างไร โดยการตามดูรู้ชัดในโพชฌงค์ ๗ ว่า เมื่อสติ (ความระลึกได้)  
ฉัมมวิจย (พิจารณาเลือกเฟ้นธรรม) วิริยะ (ความเพียร) ปิติ (ความอิ่มใจ) ปัสสัทธิ (ความสงบ) สมภา  
(ความตั้งใจมั่น) อุเบกขา (พิจารณาเห็นโดยความเป็นกลาง) ภายใน (ตัวผู้ปฏิบัติ) มีอยู่ก็รู้ชัดว่า สติ  
ฉัมมวิจย วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ สมภา อุเบกขา ภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อ สติ ฉัมมวิจย วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ  
สมภา อุเบกขา ไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า สติ ฉัมมวิจย วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ สมภา อุเบกขา ไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่ง  
สติ ฉัมมวิจย วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ สมภา อุเบกขา ที่ยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุุนั้น และความ  
เจริญบริบูรณ์แห่งสติ ฉัมมวิจย ปิติ ปัสสัทธิ สมภา อุเบกขาที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุุนั้น<sup>๑๒๕</sup>

<sup>๑๒๕</sup> ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๑.

โพชฌงค์<sup>๑๒๖</sup> หรือ โพชฌงค์ ๗ คือธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ หรือองค์ของผู้ตรัสรู้ มีเจ็ดอย่างคือ

๑. สติ (สติสัมโพชฌงค์) ความระลึกได้ สำนึกพร้อมอยู่ ใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับเรื่อง
๒. ธรรมวิจยะ (ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์) ความเพียรธรรม ความสอดส่องสืบค้นธรรม
๑๑. วิริยะ (วิริยสัมโพชฌงค์) ความเพียร
๔. ปีติ (ปีติสัมโพชฌงค์) ความอิ่มใจ
๕. ปัสสัทธิ (ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์) ความสงบกายใจ
๖. สมาธิ (สมาธิสัมโพชฌงค์) ความมีใจตั้งมั่น จิตแน่วในอารมณ์
๗. อุเบกขา (อุเบกขาสัมโพชฌงค์) ความมีใจเป็นกลาง เพราะเห็นตามเป็นจริง

โพชฌงค์ ๗ เป็นหลักธรรมส่วนหนึ่งของ โปธิปักขิยธรรม ๓๗ (ธรรมอันเป็นฝักฝ่ายแห่งความตรัสรู้ เกื้อหนุนแก่อริยมรรค อันได้แก่ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทริย ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และมรรคมีองค์ ๘) ทั้งนี้ พระสูตร และปาฐะที่เกี่ยวข้องกับโพชฌงค์ ๗ โดยตรง ได้แก่ มหาภิกษุสัพโพชฌังคสูตรปาฐะ มหาโมคคัลลานโพชฌังคสูตรปาฐะ มหาจุนทโพชฌังคสูตรปาฐะ

๕) หมวดสังขะ

๑๑.๔.๕ กำหนดรู้ทันอริยสังข คือ รู้ชัดอริยสังข ๔ แต่ละอย่าง ๆ ตามความเป็นจริง ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร “รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ นี้ทุกขสมุทัย (เหตุให้เกิดทุกข์) นี้ทุกขนิโรธ (ความดับทุกข์) นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ข้อปฏิบัติเป็นเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์)”<sup>๑๒๗</sup>

อริยสังข<sup>๑๒๘</sup> หรือจตุราริยสังข หรืออริยสังข ๔ เป็นหลักคำสอนหนึ่งของพระโคตมพุทธเจ้า แปลว่า ความจริงอันประเสริฐ ความจริงของพระอริยะ หรือความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นอริยะ มีอยู่สี่ประการคือ

๑. ทุกข์ คือ สภาพที่ทนได้ยาก ภาวะที่ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ สภาพที่บีบคั้น ได้แก่ชาติ (การเกิด) ชรา (การแก่ การเก่า) มรณะ (การตาย การสลายไป การสูญสิ้น) การประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก การพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก การปรารถนาสิ่งใดแล้วไม่สมหวังในสิ่งนั้น กล่าวโดยย่อ ทุกข์ก็คืออุปาทานขันธ หรือขันธ ๕

๒. ทุกขสมุทัย คือ สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหา ๓ คือ กามตัณหา-ความทะยานอยากในกาม ความอยากได้ทางกามารมณ์, ภวตัณหา-ความทะยานอยากในภพ ความอยากเป็นโน่นเป็นนี่

<sup>๑๒๖</sup> พระสูตรตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค เล่ม ๕ ภาค ๑ - หน้าที่ ๒๔๑.

<sup>๑๒๗</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔.

<sup>๑๒๘</sup> พระธรรมปิฎก (ประยูร ธมฺมปุตฺต). "พุทธธรรม" มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

ความอยากที่ประกอบด้วยภวทិฏฐิ หรือสัสสตทิฏฐิ และ วิภวตัณหา-ความทะยานอยากในความปราศจากภพ ความอยากไม่เป็นโน่นเป็นนี่ ความอยากที่ประกอบด้วยวิภวทิฏฐิหรืออุจเฉททิฏฐิ

๑๑. ทุกขนิโรธ คือ ความดับทุกข์ ได้แก่ ดับสาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ กล่าวคือ ดับตัณหาทั้ง ๓ ได้อย่างสิ้นเชิง

๔. ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา คือ แนวปฏิบัติที่นำไปสู่หรือนำไปถึงความดับทุกข์ ได้แก่ มรรคอันมีองค์ประกอบอยู่แปดประการ คือ ๑. สัมมาทิฏฐิ-ความเห็นชอบ ๒. สัมมาสังกัปปะ-ความดำริชอบ ๑๑. สัมมาวาจา-เจรจาชอบ ๔. สัมมากัมมันตะ-ทำการทำงานชอบ ๕. สัมมาอาชีวะ-เลี้ยงชีพชอบ ๖. สัมมาวายามะ-พยายามชอบ ๗. สัมมาสติ-ระลึกชอบ และ ๘. สัมมาสมาธิ-ตั้งใจชอบ ซึ่งรวมเรียกอีกชื่อหนึ่งได้ว่า "มัชฌิมาปฏิปทา" หรือทางสายกลาง

การกำหนดธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณากำหนดรู้ทันธรรมทั้งหลายที่เป็นกุศล อันได้แก่ โภชณงค์ ๗ และอริยสัจ ๔ การพิจารณากำหนดรู้ทันธรรมทั้งหลายที่เป็นอกุศล อันได้แก่นิรวรณ ๕ การพิจารณากำหนดรู้ทันธรรมทั้งหลายที่เป็นกลาง ๆ อันได้แก่ ชันธ ๕ อายุตนะ ๑๒ ทรงสอนให้พิจารณาจนเห็นว่า "ธรรมมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก"<sup>๑๒๙</sup>

สติปัฏฐาน ๔ นี้ เป็นการใช้สติเป็นฐานเข้าไปสู่อารมณ์ทั้งหลาย โดยกำหนดอาการว่าไม่งาม ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา และด้วยการทำกิจให้สำเร็จในการละความสำคัญว่างาม ว่าเที่ยง ว่าเป็นสุข ว่ามีอัตตาในกาย เวทนา จิต และธรรม เป็นการตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง โดยอิงอาศัยกาย เวทนา จิต และธรรม เป็นฐานรองรับ เมื่อผู้ฝึกตนปฏิบัติดีแล้ว จะส่งผลให้ถึงความบริสุทธิ์ทำให้หลุดพ้นจากความเศร้าโศกเสียใจ ความพิโรธรำพัน สามารถดับความทุกข์โศกได้ ให้บรรลุนิพพานได้<sup>๑๓๐</sup>

### ๑๑.๕ สัมมัมปธาน ๔

คำว่า สัมมา ที่มีความหมายว่า ถูกต้อง,โดยชอบ และคำว่า ปธาน ที่มีความหมายว่าความเพียร มีรูปวิเคราะห์ว่า สัมมา ปทหนติ เอเตนาคิ สมมปธาน<sup>๑๓๑</sup> มีความหมายว่า ความเพียรที่ถูกต้อง, ความเพียรโดยชอบ หมายถึง ความเพียรในการละความชั่วและทำความดี ซึ่งสนับสนุนให้เกิดการบรรลุธรรม

[อรรถแห่งสัมมัมปธาน]

ธรรมชื่อว่าปธาน เพราะเป็นเหตุเพียร ปธานอันงาม ชื่อว่า สัมมัมปธาน (แปลว่า ธรรมเป็นเหตุเพียรอันงาม) นัยหนึ่ง ธรรมชื่อ

<sup>๑๒๙</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔-๓๘๖/๓๑๙-๓๒๔.

<sup>๑๓๐</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๙๑., ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๗/๒๑๑.

<sup>๑๓๑</sup> ขุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๑๓/๑๐๖.

สัมมัปธาน เพราะเป็นเหตุเพียรโดยชอบ<sup>๒</sup> นัยหนึ่ง ธรรมชาตินั้นชื่อว่า งาม เพราะเว้นจากความเป็นสิ่งน่าเกลียดเพราะกิเลส และชื่อว่า ปธาน เพราะนำมาซึ่งความเป็นผู้ประเสริฐสุด และเพราะทำความ เป็นประธาน (คือสูงสุด ?) โดยความหมายว่ายิ่งประโยชน์สุขให้สำเร็จ ได้ เหตุนี้จึงได้ชื่อว่าสัมมัปธาน คำว่าสัมมัปธานนั้นเป็นชื่อของ วิริยะ สัมมัปธานนั้นเป็น ๔ ประการ เพราะยังกิจคือการละ และ

๑. มหาภูิกว่า การถือเอาอาการมือสุภาการเป็นต้นในอารมณ์มีกายเป็นต้น เป็นสติปัฏฐาน บุพภาค การยังกิจคือการละสุกสัญญาเป็นต้นให้สำเร็จ เป็นสติปัฏฐานที่เป็นมรรค

๒. เรามักแปลกันเป็นภาว. ว่า ความเพียร แต่นี้ท่านแลเป็นกรณ. ว่า ธรรมเป็นเหตุเพียร

ประโยค ๘ - วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอน ๒ (ตอนจบ) - หน้าที่ 222

มิให้เกิดขึ้นแห่งกุศลทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้วและที่ยังมิได้เกิดขึ้น และ ยังกิจคือให้เกิดขึ้นและตั้งอยู่ (มิให้เสื่อมไป) แห่งกุศลทั้งหลายที่ยังมิได้ เกิดและเกิดแล้วให้สำเร็จ เหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า สัมมัปธาน ๔

สัมมัปธาน ๔ คือ ธรรมที่ส่งเสริมให้เกิดความสำเร็จในการเจริญวิปัสสนา ประคับประคองจิต มิให้เกิดความท้อถอยในขณะที่ประพฤติปฏิบัติธรรม เป็นธรรมที่คอยป้องกันและกำจัดบาปอกุศลไม่ให้รบกวน จิต เป็นธรรมที่คอยส่งเสริมและรักษาบุญกุศลไว้ไม่ให้บกพร่องไปจากจิต ดังมีเนื้อความรับรองไว้ในที่นิกาย ปาฎีกาวรรคว่า ผู้เจริญสัมมัปธาน ๔ ประการ คือ

๑) สร้างฉันทะ (สร้างความพอใจในกุศล คือ ความประสงค์จะทำยิ่งขึ้น) พยายาม ปรารภ ความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรม (หมายถึง อาสวะ คือ กามาสวะ อาสวะ คือ กาม) ที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น

๒) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อละบาปอกุศลธรรม ที่เกิดขึ้นแล้ว

๓) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อทำกุศลธรรมที่ยัง ไม่เกิดให้เกิดขึ้น

๔) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อความดำรงอยู่ไม่ เลือนหาย ภัยโยภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มที่แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงสัมมัปธาน ๔ ซึ่งมีลักษณะอย่างเดียวกัน ธรรมดาเป็นเครื่อง ประคองจิต มีกิจต่างกันด้วยอำนาจกิจ ซึ่งเจือปนกันทั้งฝ่ายโลกียะและฝ่ายโลกุตตระ ด้วยอำนาจ แห่งสมณะวิปัสสนาและมรรค โดยนัยเป็นต้นว่า ภิกษุในศาสนาที่ย่อมปรารภความเพียรเพื่อความไม่เกิดขึ้น แห่งบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้น<sup>๑๓๒</sup>

ส่วนในคัมภีร์วิสุทธิมรรค อธิบายเนื้อความเกี่ยวกับสัมมัปธาน ๔ ว่า ชื่อว่า ปธาน เพราะเป็นเหตุเริ่ม ตั้ง การเป็นเหตุเริ่มตั้งอันงาม ชื่อว่า สัมมัปธาน อีกอย่างหนึ่ง ชื่อว่า สัมมัปธาน เพราะเป็นเหตุเริ่มตั้งโดย ชอบ อีกอย่างหนึ่ง สัมมัปธาน นั้น ชื่อว่า งาม เพราะเว้นจากความเป็นรูปพิการด้วยกิเลส ชื่อว่า ปธาน

<sup>๑๓๒</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๖/๒๗๗.

เพราะนำมาซึ่งความเป็นผู้ประเสริฐ เพราะทำความเป็นประธาน โดยความหมายว่า ทำให้สำเร็จประโยชน์และความสุข เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่า สัมมัตถะ คำว่า สัมมัตถะ นี้เป็นชื่อของความเพียร ความเพียรนี้ทำให้สำเร็จกิจในการละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ๑ กิจในการมิให้เกิดขึ้นแก่อกุศลที่ยังไม่เกิดขึ้น ๑ และทำให้สำเร็จกิจในการเกิดขึ้นแห่งกุศลที่ยังไม่เกิดขึ้น ๑ ทำให้สำเร็จกิจในการตั้งอยู่แห่งกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ๑ ด้วยเหตุนี้ จึงมี ๔ อย่าง เพราะฉะนั้น ท่านจึงกล่าวว่า สัมมัตถะ <sup>๑๓๓</sup>

### หลักการเจริญวิปัสสนากาวนาในสัมมัตถะ ๔

สัมมัตถะ หรือ ปธาน มี ๔ ประเภท วิริยะที่เป็นประธาน ต้องเป็นวิริยะอย่างแรงกล้า (ฝ่ายกุศล) และวิริยะที่อยู่ในกุศลขณะเท่านั้น วจนัตถะ ของคำว่า สัมมัตถะ ก็คือ สมมาปทนต์ เอตนาติ = สมปธาน แปลว่า สัมปัตตธรรมทั้งหลาย มีความพยายามโดยชอบธรรมด้วยการอาศัยธรรมชาตินั้น ฉะนั้น ธรรมชาติที่เป็นเหตุแห่งความพยายามนั้นจึงชื่อว่า สัมมัตถะ มีวิริยเจตสิก (ฝ่ายกุศล) เป็นองค์ธรรม มี ๔ ประการ คือ

๑) สัจจปธาน (เพียรระวัง) ความเพียรพยายาม เพื่อระวังบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้น เรียกว่า “อนุปปันนปาปกะ” ได้แก่ อกุศลที่เกี่ยวกับทุจริตและทราฐิพที่ตนเคยกระทำแล้วภพนี้เท่านั้นมิให้เกิดขึ้นอีก มีวิริยเจตสิกที่เป็นไปในกุศลจิต ๒๑ เป็นองค์ธรรม

๒) ปหานปธาน (เพียรละ) ความเพียรพยายามเพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ที่เรียกว่า “อัปปันนปาปกะ” ได้แก่ อกุศลที่เกี่ยวกับทุจริตและทราฐิพที่ตนเคยกระทำแล้วในภพนี้ มีวิริยเจตสิกที่เป็นไปใน กุศลจิต ๒๑ เป็นองค์ธรรม

๓) กาวนาปธาน (เพียรสร้าง) ความเพียรพยายาม เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นที่เรียกว่า “อนุปปันนกุศล” ได้แก่ โลกียกุศล มีสมถวิปัสสนา เป็นต้น ให้เกิดขึ้น มีวิริยเจตสิกที่เป็นไปในกุศลจิต ๒๑ เป็นองค์ธรรม

๔) อนุรักษนาปธาน (เพียรรักษา) ความเพียรพยายาม เพื่อให้กุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ให้ตั้งมั่นและเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป ที่เรียกว่า “อนุปปันนกุศล” ได้แก่ โลกียกุศลมี ทาน ศีล กาวนา ที่เคยเกิดมาแล้วแก่ตนในภพนี้และภพก่อน มีวิริยเจตสิก ที่เป็นไปในกุศลจิต ๒๑ เป็นองค์ธรรม <sup>๑๓๔</sup>

เพียรรักษาอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นมิให้เสื่อมและ เจริญยิ่งขึ้นไปจนเพ็ญลุ <sup>๑๓๕</sup> หมายถึง การทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปรารถนาความเพียร ประคองจิต ตั้งมั่น เพื่อความตั้งมั่น เพื่อความไม่หลงลืม เพื่อความเพ็ญลุ เพื่อความเจริญ เพื่อให้บริบูรณ์ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว <sup>๑๓๖</sup>

<sup>๑๓๓</sup> พระพุทธโฆสเถระ, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑๒.

<sup>๑๓๔</sup> พระสัทธัมมโชติกะ ธรรมาจารย์, **ปริเฉทที่ ๓ และปริเฉทที่ ๗**, หน้า ๑๒๔.

<sup>๑๓๕</sup> อ.จตุตถก. (ไทย) ๒๑/๖๙/๙๖., ส.ม. (ไทย) ๑๙/๖๕๑-๖๖๒/๓๖๐-๓๖๑.

<sup>๑๓๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๕๗.

สรุปว่า สัมมปธาน คือเพียรระงับยับยั้งบาปที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น เพียรละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรทำกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น เพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ให้ตั้งมั่นมิให้เสื่อม และเจริญยิ่งขึ้นไปจนไพบูลย์เพื่อให้บริบูรณ์ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

#### ๑๑.๔.๓ การเจริญอิทธิบาท ๔

คำว่า อิทธิ ที่มีความหมายว่า ฤทธิ์,ความสำเร็จ และคำว่า บาท ที่มีความหมายว่า หนทาง,การถึง มีรูปวิเคราะห์ว่า อิทธิ เอว ปาโท อิทธิปาโท หรือ อิทธิยา ปาโทอิทธิภูตฺวา ปาหนติ อิทธิปาโท<sup>๑๓๗</sup> มีความหมายว่า หนทางแห่งความสำเร็จหมายถึง คุณธรรมที่สามารถนำผู้ปฏิบัติไปสู่ความสำเร็จได้ตามที่ปรารถนา

[อรรถแห่งอิทธิบาท]

คุณชาติชื่อว่าอิทธิ เพราะอรรถคือสำเร็จ (บังเกิดผล) ซึ่งกล่าวแล้วในกาลก่อน (คือในอิทธิวิธินิเทศ) ธรรมใดเป็นบาทแห่งอิทธิ โดยอรรถคือเป็นหัวหน้า (คือเป็นอธิบดี) แห่งสัมปยุตธรรมของอิทธิ นั้น และโดยอรรถคือเป็นเหตุส่วนเบื้องต้น<sup>๑</sup> แห่งอิทธิที่เป็นผล เหตุนี้ธรรมนั้นจึงชื่ออิทธิบาท อิทธิบาทนั้นมีวิภาคเป็น ๔ ด้วยอำนาจธรรม (ที่เป็นบาท) มีฉันทะเป็นต้น เหตุนี้ท่านจึงกล่าวว่า อิทธิบาท ๔ ดังบาลีว่า "จตตารโ อิทธิปาทา ฉนทิตฺธิปาโท วิริยิตฺธิปาโท จิตฺติทฺธิปาโท วิมฺสิทฺธิปาโท-อิทธิบาท ๔ คือ อิทธิบาทคือฉันทะ อิทธิบาทคือวิริยะ อิทธิบาทคือจิตตะ อิทธิบาทคือวิมังสา"<sup>๒</sup> ดังนี้ธรรมมีฉันทะเป็นต้น (ตามที่กล่าวมา) เหล่านี้เป็นโลกุตรระแท้ ส่วนที่เป็นโลกิยะ แม้เป็นธรรม (เช่นผัสสะ) ที่ได้ด้วยอำนาจฉันทาธิปไตยเป็นต้น ก็นับเป็นอิทธิบาท โดยบาลีว่า "หากภิกษุทำฉันทะให้เป็นอธิบดี ได้สมาธิได้ความที่จิตอารมณ์เป็นหนึ่งไซ้ร้ นี้เรียกว่าฉันทสมาธิ"<sup>๓</sup> ดังนี้เป็นอาทิ

๑. ปุพฺพภาครณญฺเฐน ปาฐะมหาฎีกาเป็นต้น...การณญฺเฐน เข้าที่กว่า

๒. อภี. วิ. ๓๕/๓๐๑

๑๑. อภี. วิ. ๓๕,๒๙๒

ประโยค๘ - วิสุทฺธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอน ๒ (ตอนจบ) - หน้าที่ 223

ในอภิธัมมัตถวินิภาวินีฎีกาวิเคราะห์ความหมายจิตตอิทธิบาทว่า “อิชฺฌติ อธิญฺจานาติกเมตยาตติ อิทธิ อิทธิวิธญาณํ. อิทธิยา ปาทา อิทธิปาทา. จิตฺตเยว อิทธิปาโท จิตฺติทฺธิปาโท. ธรรมชาติที่ชื่อว่า อิทธิ เพราะอรรถว่า เป็นเหตุให้สำเร็จก็มีความตั้งใจมั่นเป็นต้น ได้แก่อิทธิวิธญาณ ฯ ธรรมเป็นเครื่องให้ถึงความสำเร็จ ชื่อว่าอิทธิบาท ฯ อิทธิบาทคือจิตตะ ชื่อว่าจิตตอิทธิบาท ฯ”<sup>๑๓๘</sup>

<sup>๑๓๗</sup> ที.ปา.อ. (บาลี) ๓/๓๐๖/๒๐๒., พุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๑๓/๑๐๖.

<sup>๑๓๘</sup> วิภาวินี. ฎีกา (บาลี) หน้า ๒๒๕.

ในอรรถกถา ที่มกนิคาย ปาฎิกวรรค ปรากฏเนื้อความที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดง อธิธิบาท ๔ ซึ่งรวมอยู่หมวดเดียวกันโดยอรรถว่า เป็นเครื่องสำเร็จ มีสภาวะต่างกันด้วยอำนาจสภาพมีความพอใจ เป็นต้น ซึ่งเจือกันทั้งฝ่ายโลกิยะ และฝ่ายโลกุตตระ ด้วยอำนาจแห่งสมณะวิปัสสนาและมรรคโดยนัย เป็นต้นว่า ภิกษุในศาสนา นี้ ย่อมเจริญอธิธิบาท ซึ่งประกอบด้วยความพอใจ ความตั้งใจความเพียรและการปรุงแต่ง<sup>๑๓๙</sup>

๑) เจริญอธิธิบาทที่ประกอบด้วยฉันทสมาธิปธานสังขาร สมาธิที่เกิดจากฉันทะ และความเพียรสร้างสรรค์

๒) เจริญอธิธิบาทที่ประกอบด้วยวิริยสมาธิปธานสังขาร สมาธิที่เกิดจากวิริยะ และความเพียรสร้างสรรค์

๓) เจริญอธิธิบาทที่ประกอบด้วยจิตตสมาธิปธานสังขาร สมาธิที่เกิดจากจิตตะ และความเพียรสร้างสรรค์

๔) เจริญอธิธิบาทที่ประกอบด้วยวิมังสาสมาธิปธานสังขาร สมาธิที่เกิดจากวิมังสาและความเพียรสร้างสรรค์<sup>๑๔๐</sup>

อธิบายเนื้อความเกี่ยวกับอธิธิบาทว่า เรียกว่า อธิธิบาท เพราะเป็นทางแห่งความสำเร็จ โดยความหมายว่า เป็นหัวหน้าของสัมปยุตตธรรมของอธิธินั้น และโดยความหมายว่า เป็นการกระทำภาคต้นของอธิธิซึ่งเป็นผล อธิธิบาทนั้น มี ๔ อย่าง โดยธรรมมีฉันทะ เป็นต้น เพราะฉะนั้น ท่านจึงเรียกว่า อธิธิบาท ๔ ดังมีเนื้อความว่า อธิธิบาท ๔ คือ อธิธิบาทคือฉันทะ ๑ อธิธิบาทคือวิริยะ ๑ อธิธิบาทคือจิตตะ ๑ อธิธิบาทคือวิมังสา ๑ ดังนี้ ธรรมทั้งหลายมีฉันทะ เป็นต้นเหล่านี้ เป็นโลกุตตระโดยแท้ แต่ที่เป็นโลกิยะ แม้เป็นธรรมที่ได้โดยความเป็นอธิธิดี มีฉันทะ เป็นต้น ก็เป็นอธิธิบาท เพราะมีพระพุทธานุญาตว่า หากว่า ภิกษุ ทำฉันทะให้เป็นอธิธิดีแล้ว ได้สมาธิ ได้ความที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งนี้เรียกว่า ฉันทสมาธิ ดังนี้ เป็นต้น<sup>๑๔๑</sup>

๑) ฉันทะ ความพอใจ หมายถึง ความต้องการที่จะทำ ใฝ่ใจรักที่จะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาที่จะทำได้ผลดียิ่ง ๆ ขึ้นไป

๒) วิริยะ ความเพียร หมายถึง ความขยันหมั่นประกอบสิ่งที่จะทำนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็งอดทน เอาธุระไม่ทอดทิ้ง

๓) จิตตะ ความมีจิตตั้งมั่น หมายถึง ความตั้งใจตรึบรู้อยู่ในสิ่งที่ทำและทำสิ่งนั้นด้วยความคิดเอาจิตใจฝักใฝ่ไม่ปล่องใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอย

๔) วิมังสา ความไตร่ตรอง หมายถึง การหมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญตรวจตราหาเหตุผลและตรวจสอบในสิ่งที่ทำนั้น มีการวางแผนวัดผล คิดค้นวิธีแก้ไขปรับปรุง

อธิธิบาท ๔<sup>๑๔๒</sup> ประการนี้เป็นคุณธรรมที่เป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้กิจการงานที่ทำนั้นสำเร็จตามประสงค์ทุกประการ เพราะเมื่อคนเรามีฉันทะ ย่อมทำให้เกิดความต้องการ มนุษย์เมื่อมีการแนะนำย่อมทำให้เกิดความต้องการที่จะทำงาน มีใจรักที่จะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาจะให้ได้ดียิ่งขึ้นไป วิริยะ

<sup>๑๓๙</sup> ที่.ปา.อ. (ไทย) ๓/๑/-/๑๒๑-๑๒๒.

<sup>๑๔๐</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๙๒.

<sup>๑๔๑</sup> พระพุทธโฆสเถระ, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า ๑๑๔๓.

<sup>๑๔๒</sup> ที่.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๖/๒๓๗, ๒๓๘, ๒๓๙, ๒๔๐, ๒๔๑, ๒๔๒, ๒๔๓, ๒๔๔, ๒๔๕, ๒๔๖, ๒๔๗, ๒๔๘, ๒๔๙, ๒๕๐, ๒๕๑, ๒๕๒, ๒๕๓, ๒๕๔, ๒๕๕, ๒๕๖, ๒๕๗, ๒๕๘, ๒๕๙, ๒๖๐, ๒๖๑, ๒๖๒, ๒๖๓, ๒๖๔, ๒๖๕, ๒๖๖, ๒๖๗, ๒๖๘, ๒๖๙, ๒๗๐, ๒๗๑, ๒๗๒, ๒๗๓, ๒๗๔, ๒๗๕, ๒๗๖, ๒๗๗, ๒๗๘, ๒๗๙, ๒๘๐, ๒๘๑, ๒๘๒, ๒๘๓, ๒๘๔, ๒๘๕, ๒๘๖, ๒๘๗, ๒๘๘, ๒๘๙, ๒๙๐, ๒๙๑, ๒๙๒, ๒๙๓, ๒๙๔, ๒๙๕, ๒๙๖, ๒๙๗, ๒๙๘, ๒๙๙, ๓๐๐, ๓๐๑, ๓๐๒, ๓๐๓, ๓๐๔, ๓๐๕, ๓๐๖, ๓๐๗, ๓๐๘, ๓๐๙, ๓๑๐, ๓๑๑, ๓๑๒, ๓๑๓, ๓๑๔, ๓๑๕, ๓๑๖, ๓๑๗, ๓๑๘, ๓๑๙, ๓๒๐, ๓๒๑, ๓๒๒, ๓๒๓, ๓๒๔, ๓๒๕, ๓๒๖, ๓๒๗, ๓๒๘, ๓๒๙, ๓๓๐, ๓๓๑, ๓๓๒, ๓๓๓, ๓๓๔, ๓๓๕, ๓๓๖, ๓๓๗, ๓๓๘, ๓๓๙, ๓๔๐, ๓๔๑, ๓๔๒, ๓๔๓, ๓๔๔, ๓๔๕, ๓๔๖, ๓๔๗, ๓๔๘, ๓๔๙, ๓๕๐, ๓๕๑, ๓๕๒, ๓๕๓, ๓๕๔, ๓๕๕, ๓๕๖, ๓๕๗, ๓๕๘, ๓๕๙, ๓๖๐, ๓๖๑, ๓๖๒, ๓๖๓, ๓๖๔, ๓๖๕, ๓๖๖, ๓๖๗, ๓๖๘, ๓๖๙, ๓๗๐, ๓๗๑, ๓๗๒, ๓๗๓, ๓๗๔, ๓๗๕, ๓๗๖, ๓๗๗, ๓๗๘, ๓๗๙, ๓๘๐, ๓๘๑, ๓๘๒, ๓๘๓, ๓๘๔, ๓๘๕, ๓๘๖, ๓๘๗, ๓๘๘, ๓๘๙, ๓๙๐, ๓๙๑, ๓๙๒, ๓๙๓, ๓๙๔, ๓๙๕, ๓๙๖, ๓๙๗, ๓๙๘, ๓๙๙, ๔๐๐, ๔๐๑, ๔๐๒, ๔๐๓, ๔๐๔, ๔๐๕, ๔๐๖, ๔๐๗, ๔๐๘, ๔๐๙, ๔๑๐, ๔๑๑, ๔๑๒, ๔๑๓, ๔๑๔, ๔๑๕, ๔๑๖, ๔๑๗, ๔๑๘, ๔๑๙, ๔๒๐, ๔๒๑, ๔๒๒, ๔๒๓, ๔๒๔, ๔๒๕, ๔๒๖, ๔๒๗, ๔๒๘, ๔๒๙, ๔๓๐, ๔๓๑, ๔๓๒, ๔๓๓, ๔๓๔, ๔๓๕, ๔๓๖, ๔๓๗, ๔๓๘, ๔๓๙, ๔๔๐, ๔๔๑, ๔๔๒, ๔๔๓, ๔๔๔, ๔๔๕, ๔๔๖, ๔๔๗, ๔๔๘, ๔๔๙, ๔๕๐, ๔๕๑, ๔๕๒, ๔๕๓, ๔๕๔, ๔๕๕, ๔๕๖, ๔๕๗, ๔๕๘, ๔๕๙, ๔๖๐, ๔๖๑, ๔๖๒, ๔๖๓, ๔๖๔, ๔๖๕, ๔๖๖, ๔๖๗, ๔๖๘, ๔๖๙, ๔๗๐, ๔๗๑, ๔๗๒, ๔๗๓, ๔๗๔, ๔๗๕, ๔๗๖, ๔๗๗, ๔๗๘, ๔๗๙, ๔๘๐, ๔๘๑, ๔๘๒, ๔๘๓, ๔๘๔, ๔๘๕, ๔๘๖, ๔๘๗, ๔๘๘, ๔๘๙, ๔๙๐, ๔๙๑, ๔๙๒, ๔๙๓, ๔๙๔, ๔๙๕, ๔๙๖, ๔๙๗, ๔๙๘, ๔๙๙, ๕๐๐, ๕๐๑, ๕๐๒, ๕๐๓, ๕๐๔, ๕๐๕, ๕๐๖, ๕๐๗, ๕๐๘, ๕๐๙, ๕๑๐, ๕๑๑, ๕๑๒, ๕๑๓, ๕๑๔, ๕๑๕, ๕๑๖, ๕๑๗, ๕๑๘, ๕๑๙, ๕๒๐, ๕๒๑, ๕๒๒, ๕๒๓, ๕๒๔, ๕๒๕, ๕๒๖, ๕๒๗, ๕๒๘, ๕๒๙, ๕๓๐, ๕๓๑, ๕๓๒, ๕๓๓, ๕๓๔, ๕๓๕, ๕๓๖, ๕๓๗, ๕๓๘, ๕๓๙, ๕๔๐, ๕๔๑, ๕๔๒, ๕๔๓, ๕๔๔, ๕๔๕, ๕๔๖, ๕๔๗, ๕๔๘, ๕๔๙, ๕๕๐, ๕๕๑, ๕๕๒, ๕๕๓, ๕๕๔, ๕๕๕, ๕๕๖, ๕๕๗, ๕๕๘, ๕๕๙, ๕๖๐, ๕๖๑, ๕๖๒, ๕๖๓, ๕๖๔, ๕๖๕, ๕๖๖, ๕๖๗, ๕๖๘, ๕๖๙, ๕๗๐, ๕๗๑, ๕๗๒, ๕๗๓, ๕๗๔, ๕๗๕, ๕๗๖, ๕๗๗, ๕๗๘, ๕๗๙, ๕๘๐, ๕๘๑, ๕๘๒, ๕๘๓, ๕๘๔, ๕๘๕, ๕๘๖, ๕๘๗, ๕๘๘, ๕๘๙, ๕๙๐, ๕๙๑, ๕๙๒, ๕๙๓, ๕๙๔, ๕๙๕, ๕๙๖, ๕๙๗, ๕๙๘, ๕๙๙, ๖๐๐, ๖๐๑, ๖๐๒, ๖๐๓, ๖๐๔, ๖๐๕, ๖๐๖, ๖๐๗, ๖๐๘, ๖๐๙, ๖๑๐, ๖๑๑, ๖๑๒, ๖๑๓, ๖๑๔, ๖๑๕, ๖๑๖, ๖๑๗, ๖๑๘, ๖๑๙, ๖๒๐, ๖๒๑, ๖๒๒, ๖๒๓, ๖๒๔, ๖๒๕, ๖๒๖, ๖๒๗, ๖๒๘, ๖๒๙, ๖๓๐, ๖๓๑, ๖๓๒, ๖๓๓, ๖๓๔, ๖๓๕, ๖๓๖, ๖๓๗, ๖๓๘, ๖๓๙, ๖๔๐, ๖๔๑, ๖๔๒, ๖๔๓, ๖๔๔, ๖๔๕, ๖๔๖, ๖๔๗, ๖๔๘, ๖๔๙, ๖๕๐, ๖๕๑, ๖๕๒, ๖๕๓, ๖๕๔, ๖๕๕, ๖๕๖, ๖๕๗, ๖๕๘, ๖๕๙, ๖๖๐, ๖๖๑, ๖๖๒, ๖๖๓, ๖๖๔, ๖๖๕, ๖๖๖, ๖๖๗, ๖๖๘, ๖๖๙, ๖๗๐, ๖๗๑, ๖๗๒, ๖๗๓, ๖๗๔, ๖๗๕, ๖๗๖, ๖๗๗, ๖๗๘, ๖๗๙, ๖๘๐, ๖๘๑, ๖๘๒, ๖๘๓, ๖๘๔, ๖๘๕, ๖๘๖, ๖๘๗, ๖๘๘, ๖๘๙, ๖๙๐, ๖๙๑, ๖๙๒, ๖๙๓, ๖๙๔, ๖๙๕, ๖๙๖, ๖๙๗, ๖๙๘, ๖๙๙, ๗๐๐, ๗๐๑, ๗๐๒, ๗๐๓, ๗๐๔, ๗๐๕, ๗๐๖, ๗๐๗, ๗๐๘, ๗๐๙, ๗๑๐, ๗๑๑, ๗๑๒, ๗๑๓, ๗๑๔, ๗๑๕, ๗๑๖, ๗๑๗, ๗๑๘, ๗๑๙, ๗๒๐, ๗๒๑, ๗๒๒, ๗๒๓, ๗๒๔, ๗๒๕, ๗๒๖, ๗๒๗, ๗๒๘, ๗๒๙, ๗๓๐, ๗๓๑, ๗๓๒, ๗๓๓, ๗๓๔, ๗๓๕, ๗๓๖, ๗๓๗, ๗๓๘, ๗๓๙, ๗๔๐, ๗๔๑, ๗๔๒, ๗๔๓, ๗๔๔, ๗๔๕, ๗๔๖, ๗๔๗, ๗๔๘, ๗๔๙, ๗๕๐, ๗๕๑, ๗๕๒, ๗๕๓, ๗๕๔, ๗๕๕, ๗๕๖, ๗๕๗, ๗๕๘, ๗๕๙, ๗๖๐, ๗๖๑, ๗๖๒, ๗๖๓, ๗๖๔, ๗๖๕, ๗๖๖, ๗๖๗, ๗๖๘, ๗๖๙, ๗๗๐, ๗๗๑, ๗๗๒, ๗๗๓, ๗๗๔, ๗๗๕, ๗๗๖, ๗๗๗, ๗๗๘, ๗๗๙, ๗๘๐, ๗๘๑, ๗๘๒, ๗๘๓, ๗๘๔, ๗๘๕, ๗๘๖, ๗๘๗, ๗๘๘, ๗๘๙, ๗๙๐, ๗๙๑, ๗๙๒, ๗๙๓, ๗๙๔, ๗๙๕, ๗๙๖, ๗๙๗, ๗๙๘, ๗๙๙, ๘๐๐, ๘๐๑, ๘๐๒, ๘๐๓, ๘๐๔, ๘๐๕, ๘๐๖, ๘๐๗, ๘๐๘, ๘๐๙, ๘๑๐, ๘๑๑, ๘๑๒, ๘๑๓, ๘๑๔, ๘๑๕, ๘๑๖, ๘๑๗, ๘๑๘, ๘๑๙, ๘๒๐, ๘๒๑, ๘๒๒, ๘๒๓, ๘๒๔, ๘๒๕, ๘๒๖, ๘๒๗, ๘๒๘, ๘๒๙, ๘๓๐, ๘๓๑, ๘๓๒, ๘๓๓, ๘๓๔, ๘๓๕, ๘๓๖, ๘๓๗, ๘๓๘, ๘๓๙, ๘๔๐, ๘๔๑, ๘๔๒, ๘๔๓, ๘๔๔, ๘๔๕, ๘๔๖, ๘๔๗, ๘๔๘, ๘๔๙, ๘๕๐, ๘๕๑, ๘๕๒, ๘๕๓, ๘๕๔, ๘๕๕, ๘๕๖, ๘๕๗, ๘๕๘, ๘๕๙, ๘๖๐, ๘๖๑, ๘๖๒, ๘๖๓, ๘๖๔, ๘๖๕, ๘๖๖, ๘๖๗, ๘๖๘, ๘๖๙, ๘๗๐, ๘๗๑, ๘๗๒, ๘๗๓, ๘๗๔, ๘๗๕, ๘๗๖, ๘๗๗, ๘๗๘, ๘๗๙, ๘๘๐, ๘๘๑, ๘๘๒, ๘๘๓, ๘๘๔, ๘๘๕, ๘๘๖, ๘๘๗, ๘๘๘, ๘๘๙, ๘๙๐, ๘๙๑, ๘๙๒, ๘๙๓, ๘๙๔, ๘๙๕, ๘๙๖, ๘๙๗, ๘๙๘, ๘๙๙, ๙๐๐, ๙๐๑, ๙๐๒, ๙๐๓, ๙๐๔, ๙๐๕, ๙๐๖, ๙๐๗, ๙๐๘, ๙๐๙, ๙๑๐, ๙๑๑, ๙๑๒, ๙๑๓, ๙๑๔, ๙๑๕, ๙๑๖, ๙๑๗, ๙๑๘, ๙๑๙, ๙๒๐, ๙๒๑, ๙๒๒, ๙๒๓, ๙๒๔, ๙๒๕, ๙๒๖, ๙๒๗, ๙๒๘, ๙๒๙, ๙๓๐, ๙๓๑, ๙๓๒, ๙๓๓, ๙๓๔, ๙๓๕, ๙๓๖, ๙๓๗, ๙๓๘, ๙๓๙, ๙๔๐, ๙๔๑, ๙๔๒, ๙๔๓, ๙๔๔, ๙๔๕, ๙๔๖, ๙๔๗, ๙๔๘, ๙๔๙, ๙๕๐, ๙๕๑, ๙๕๒, ๙๕๓, ๙๕๔, ๙๕๕, ๙๕๖, ๙๕๗, ๙๕๘, ๙๕๙, ๙๖๐, ๙๖๑, ๙๖๒, ๙๖๓, ๙๖๔, ๙๖๕, ๙๖๖, ๙๖๗, ๙๖๘, ๙๖๙, ๙๗๐, ๙๗๑, ๙๗๒, ๙๗๓, ๙๗๔, ๙๗๕, ๙๗๖, ๙๗๗, ๙๗๘, ๙๗๙, ๙๘๐, ๙๘๑, ๙๘๒, ๙๘๓, ๙๘๔, ๙๘๕, ๙๘๖, ๙๘๗, ๙๘๘, ๙๘๙, ๙๙๐, ๙๙๑, ๙๙๒, ๙๙๓, ๙๙๔, ๙๙๕, ๙๙๖, ๙๙๗, ๙๙๘, ๙๙๙, ๑๐๐๐.

ทำให้คนเรามีความเข้มแข็ง อดทน และลงมือทำงานด้วยความพยายามอย่างต่อเนื่องไม่ทอดย อดย จิตตะทำให้จิตของผู้ลงมือทำงานมีความมั่นคง มุ่งมั่นในงานที่ไม่เลือนล อดย ไม่ฟุ้งซ่าน วิมังสาทำให้เกิดความรอบรู้ รู้จักใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรอง ไคร่ครวญ หาเหตุผลและวิธีการต่าง ๆ ในการทำงานเพื่อให้งานนั้นสำเร็จผลตามที่ตั้งมุ่งหมาย<sup>๑๔๓</sup>

**หลักการเจริญวิปัสสนาภาวนาในอิทธิบาท ๔**

ธรรมที่ได้ชื่อว่า อิทธิบาท กุศลจิต ๒๑ และฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ที่อยู่ในกุศล ชวนะเท่านั้น วจนัตถะ ของคำว่าอิทธิบาท คือ อิชฌณิ = อิทธิ แปลว่า ความสำเร็จโดยสมบูรณ์ชื่อว่าอิทธิ ได้แก่ ฌาน อภิญญา มรรค ผล ปชชติ เอเตนาคติ = ปาโท แปลว่า ผู้ใดผู้หนึ่งย่อมนำถึงด้วยอาศัยธรรมนั้น ฉะนั้น ธรรมชาติที่เป็นเหตุให้ถึงของผู้นั้นชื่อว่า ปาโท ได้แก่ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา อิทธิยา ปาโท = อิทธิปาโท แปลว่า ธรรมที่เป็นเหตุให้ถึงความสำเร็จ คือ ฌาน อภิญญา มรรค ผล ชื่อว่า อิทธิบาท

๑) ฉันทะ (ความพอใจ) ความพอใจอย่างแรงกล้า เป็นบาทฐานเบื้องต้นแห่งความสำเร็จ ฌาน มรรค ผล มี ฉันทเจตสิก ที่เป็นไปในกุศลจิต ๒๑ เป็นองค์ธรรม

๒) วิริยะ (ความพยายาม) ความพยายามอย่างแรงกล้า เป็นบาทฐานเบื้องต้นแห่งความสำเร็จ ฌาน มรรค ผล มี วิริยเจตสิก ที่เป็นไปในกุศลจิต ๒๑ เป็นองค์ธรรม

๓) จิตตะ (ความตั้งใจ) ความตั้งใจอย่างแรงกล้า เป็นบาทฐานเบื้องต้นแห่งความสำเร็จ ฌาน มรรค ผล มี กุศลจิต ที่เป็นไปในกุศลจิต ๒๑ เป็นองค์ธรรม

๔) วิมังสา (ความพิจารณา) ปัญญาอย่างแรงกล้า เป็นบาทฐานเบื้องต้นแห่งความสำเร็จ ฌาน มรรค ผล มี ปัญญาเจตสิก ที่เป็นไปในกุศลญาณสัมปยุตตจิต ๑๗ เป็นองค์ธรรม

สรุปว่า อิทธิบาท ๔ ประการนี้เป็นคุณธรรมที่เป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้กิจการงานที่ทำนั้นสำเร็จตามประสงค์ทุกประการ เพราะเมื่อคนเรามีฉันทะ ย่อมทำให้เกิดความต้องการ มนุษย์เมื่อมีการแนะนำย่อมนำให้เกิดความต้องการที่จะทำงาน มีใจรักที่จะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาจะให้ผลที่ดียิ่งขึ้นไป วิริยะทำให้คนเรามีความเข้มแข็ง อดทน และลงมือทำงานด้วยความพยายามอย่างต่อเนื่องไม่ทอดย อดย จิตตะทำให้จิตของผู้ลงมือทำงานมีความมั่นคง มุ่งมั่นในงานที่ไม่เลือนล อดย ไม่ฟุ้งซ่าน วิมังสาทำให้เกิดความรอบรู้ รู้จักใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรอง ไคร่ครวญ หาเหตุผลและวิธีการต่าง ๆ ในการทำงานเพื่อให้งานนั้นสำเร็จผลตามที่ตั้งมุ่งหมาย

**๑๑.๔.๔ การเจริญอินทรีย์ ๕**

คำว่า อินทรีย์ มีรูปวิเคราะหฺว่า อินฺทสสกมฺมอินฺทริยํ แปลว่า การกระทำของผู้เป็นใหญ่ ชื่อว่า อินทรีย์<sup>๑๔๔</sup> หมายถึง คุณธรรมที่เป็นใหญ่ในการทำความดีด้านต่าง ๆ

ประโยค ๘ - วิสุทฺธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอน ๒ (ตอนจบ) - หน้าที่ 223

[อรรถแห่งอินทรีย์และพละ]

ธรรมชื่อว่าอินทรีย์ เพราะอรรถคือความเป็นใหญ่ได้แก่ครอบ

<sup>๑๔๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๑๓.

<sup>๑๔๔</sup> พระคัมภีร์สารภีวงศ์, **โพธิปักขิยธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์, ๒๕๕๐), หน้า ๗๖.



จำ (อกุศล) ได้ เหตุครอบงำเสียซึ่งอสังขิยะ (ความไม่เชื่อ) โภสัชชะ (ความเกียจคร้าน) ปมาทะ (ความขาดสติ) วิกเขปะ (ความฟุ้งซ่าน) และสัมโมหะ (ความหลงไม่รู้จริง) อนึ่ง ธรรมชื่อพละ เพราะอรรถ คือไม่พึงหวั่นไหว เหตุอกุศลมีอสังขิยะเป็นต้นไม่พึงครอบงำได้ ทั้ง ๒ อย่างนั้นมีวิภาคเป็น ๕ ด้วยอำนาจธรรมมีศรัทธาเป็นอาทิ เหตุนั้น ท่านจึงกล่าววว่า อินทรีย์ ๕ พละ ๕

คัมภีร์อภิมมัตถวิภาวินีฎีกาวิเคราะห์ความหมายว่า “ธมมา อิสสรตเถน อินทริยานิ. ธรรมทั้งหลาย ชื่อว่า อินทรีย์ เพราะอรรถว่า เป็นใหญ่ ฯ”<sup>๑๔๕</sup> สมาธิอินทรีย์ สมาธิเป็นใหญ่เป็นผู้ปกครองในการกระทำจิตให้ตั้งมั่นอยู่ใน อารมณ์กรรมฐาน องค์ธรรม ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก ในตีเหตุกขวนจิต ๓๔ ดวง<sup>๑๔๖</sup>

คำว่า อินทรีย์ มีรูปวิเคราะห์ว่า อินทสส กम्म อินทรีย์ แปลว่า การกระทำของผู้เป็นใหญ่<sup>๑๔๗</sup> ชื่อว่า อินทรีย์ มี ๕ ประการ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ย่อมเกิดขึ้นแก่ผู้ที่สามารถควบคุมจิต หรือผู้ที่เป็นใหญ่แก่จิตของตน

- ๑) ศรัทธา ความเชื่อ หมายถึง กิริยาที่เชื่อ ความเชื่อมั่นในกรรม ผลของกรรม และเชื่อ พระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ความเชื่อมั่นว่าสัตว์มีกรรมเป็นของตนเอง
- ๒) วิริยะ ความเพียร หมายถึง การปรารถนาความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบาก บั่น ความอดสาหะก้าวไปอย่างไม่ทอดย
- ๓) สติ ความระลึกได้ หมายถึง กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลือนลอย ความไม่ลืม สติ
- ๔) สมาธิ ความตั้งจิตมั่น หมายถึง ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบ ความดำรงอยู่แห่งจิต
- ๕) ปัญญา ความรู้แจ้งชัดในเหตุผล หมายถึง ความไม่หลง ความวิจย ความเลือกสรร กิริยาที่รู้ ชัดเป็นต้น

อินทรีย์ ๕<sup>๑๔๘</sup> นี้ ศรัทธาเป็นใหญ่ในการตัดสินใจเชื่อ วิริยะเป็นใหญ่ในการประคับ ประคอง จิตให้ก้าวหน้า สติเป็นใหญ่ในการเกื้อหนุนจิตให้แจ่มชัดด้วยการพิจารณา สมาธิเป็นใหญ่ในการควบคุมจิต ไม่ให้ฟุ้งซ่าน ปัญญาเป็นใหญ่ในการทำให้รู้ชัดในเหตุผล ในการปฏิบัติธรรมนั้น ผู้บรรลุธรรมจะต้องมีการ

<sup>๑๔๕</sup> วิภาวินี. ฎีกา (บาลี) หน้า ๒๒๐.

<sup>๑๔๖</sup> วรณสิทธิ ไวยเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๗ สมุจจยสังคหวิภาค, หน้า ๘๗-๘๘.

<sup>๑๔๗</sup> พระคันธสารากวีวงศ์, โภธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๗๖.

<sup>๑๔๘</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๕๒.

ตัดสิ้นใจเชื่อ มีความเพียร มีความระลึกถึงหลักปฏิบัติ มีการพิจารณาให้ชัดเจน มีจิตใจมั่นคงไม่หวั่นไหว มีความเข้าใจชัดในเหตุผลของการปฏิบัติ<sup>๑๔๙</sup>

การเจริญสัทธินทรีย์ที่ให้ถึงความสงบ ให้ถึงความตรัสรู้ ศรัทธาที่แท้จริงอันถึงความเป็นอินทรีย์ มีหน้าที่ทำให้จิตผ่องใส สามารถรับรู้ความผ่องใสแห่งใจของตนได้ ในบางขณะอาจเกิดความปีติปราโมทย์ ความโลภโกรธหลงไม่เกิดในขณะนั้น จิตมีความซาบซึ้งอยู่กับพระรัตนตรัยเป็นประการสำคัญ

การเจริญวิริยอินทรีย์ ที่ให้ถึงความสงบ ให้ถึงความตรัสรู้, วิริยะในอินทรีย์ ๕ นี้เป็นไปในการอบรมกายและจิตให้น้อมไปในการเจริญวิปัสสนา มี ๒ อย่าง คือ กายิกวิริยะ ๑ เจตสิกวิริยะ ๑ การประกอบความเพียรทางกายมีการประพฤติปฏิบัติธรรม ทำความเพียรด้วยการยืน เดิน นั่งอย่างสม่ำเสมอไม่เกียจคร้าน ไม่ติดความสุขสบายในอิริยาบถ ส่วนความเพียรทางใจ เป็นความเพียรในการควบคุมจิตให้จดจ่อต่อสภาวะธรรมปัจจุบัน ไม่ให้หลงเพลิดเพลนไปกับอดีตหรืออนาคต ทั้งยังคอยควบคุมจิตไม่ให้ปรุงแต่งไปตามรูปเสียง กลิ่น รส สัมผัส ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน วิริยะทั้ง ๒ นี้ เหมือนเกวียนที่แล่นไปจะต้องมีล้อทั้งคู่ ถ้ามีล้อเพียงข้างเดียว เกวียนจะไม่อาจเคลื่อนที่ได้

การเจริญสติอินทรีย์ ที่ให้ถึงความสงบ ให้ถึงความตรัสรู้ สติที่ถึงความ เป็นอินทรีย์นี้ มีหน้าที่ระลึกสู่สภาวะธรรมปัจจุบันตามความเป็นจริง เห็นความไม่เที่ยงของรูปนามชนิดต่อเนื่องไม่ขาดสายโดยรับรู้สภาวะธรรมอย่างแท้จริงไม่ใช่เพียงคำบริกรรม การรู้ตัวทั่ว ๆ ไปแบบที่คิดว่าตนเอง “รู้” นั้น ยังไม่จัดเป็นสติอินทรีย์

การเจริญสมาธิอินทรีย์ ที่ให้ถึงความสงบ ให้ถึงความตรัสรู้ เป็นความตั้งมั่นในสภาวะธรรมปัจจุบันสมาธิจิตในขณะนั้นสงบจากนิรวณทั้ง ๕ มีความผ่องใสปราศจากความพอใจในกามคุณที่ตนชอบ ปราศจากความไม่พอใจสิ่งที่ไม่ชอบ ไม่มีความง่วงเหงาหาวนอน ไม่มีความฟุ้งซ่านรำคาญใจ และไม่มี ความสงสัยในการปฏิบัติธรรม

การเจริญปัญญาอินทรีย์ที่จะให้ถึงความสงบให้ถึงความตรัสรู้<sup>๑๕๐</sup> ปัญญาที่ถึงความ เป็นอินทรีย์นี้ สามารถหยั่งรู้ไตรลักษณ์ ๓ คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา เป็นปัญญาที่มีกำลัง เพราะเกิดจากสมาธิ ที่มีสติเป็นหลัก เกิดจากการอบรมจิตเท่านั้น ไม่ใช่ปัญญาที่เกิดจากการฟังและการนึกคิดใคร่ครวญ

ในคัมภีร์อรรถกถา ปรากฏเนื้อความที่พระผู้มีพระภาค ทรงแสดงอินทรีย์ ๕ มีสัทธินทรีย์เป็นต้น ซึ่งมีลักษณะอย่างเดียวกัน ด้วยอรรถว่าเป็นใหญ่ มีสภาพต่างกัน ด้วยอำนาจสภาพน้อมใจเชื่อเป็นอาทิซึ่งเจือกันทั้งฝ่ายโลกียะ และฝ่ายโลกุตระ ด้วยสามารถแห่งสมณะวิปัสสนาและมรรค<sup>๑๕๑</sup>

ในบรรดาอินทรีย์ ๕ ศรัทธากับปัญญาต้องปรับให้สมดุลกัน เพราะหากผู้ปฏิบัติมีศรัทธามากเกินไปจะทำให้เป็นคนงมงาย เชื่อถือสิ่งที่ตนได้เห็นได้ยินได้ฟังอย่างไม่มีเหตุผล ส่วนผู้ที่มีปัญญาวิเคราะห์วิจารณ์มาก ตรึกตรองมากเกินไป อาจทำให้ขาดความเชื่อถือในครู อาจารย์ได้ ฉะนั้น ศรัทธากับปัญญาจึงต้องเสมอกัน วิริยะกับสมาธิต้องปรับให้สมดุลกัน เพราะหากความเพียรมากกว่าสมาธิจะทำให้จิตใจฟุ้งซ่าน

<sup>๑๔๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๕๙.

<sup>๑๕๐</sup> ดูรายละเอียด ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๙๒-๒๙๓.

<sup>๑๕๑</sup> ที.ปา.อ. (ไทย) ๓/๑/-/๗๕/๑๙๐.

แต่ถ้าหากสมาธิมากกว่าความเพียร ย่อมส่งผลให้เกิดความง่วงเหงาหาวนอนได้ ส่วนสตินั้นยิ่งมากยิ่งขึ้นดี เพราะมีคุณูปการต่อการเจริญวิปัสสนายิ่งนัก

### หลักการเจริญวิปัสสนาภาวนาในอินทรีย์ ๕

ธรรมที่ได้ชื่อว่า อินทรีย์ แปลว่า เป็นผู้ปกครอง หมายความว่า สามารถทำให้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นพร้อมๆกับตนนั้น ต้องเป็นไปตามอำนาจของตน วจันตละ ของคำว่าอินทรีย์ คือ อินทนนติ ปรมอิสสรีย กโรนตติ=อินทรีย์นิ แปลว่า ธรรมเหล่าใดเป็นผู้ปกครอง คือ ย่อมกระทำให้ตนเป็นอิสระยิ่ง ฉะนั้นธรรมเหล่านั้นชื่อ อินทรีย์

๑) สัทธินทรีย์ (ความศรัทธา) ศรัทธา เป็นผู้ปกครองในความเชื่อและเลื่อมใสต่อสิ่งที่ควรมีสัทธา เจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหาภิรยาจิต ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม

๒) วิริยอินทรีย์ (ความพยายาม) วิริยะ เป็นผู้ปกครองในความพยายามต่อสิ่งที่ควรมีวิริยเจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหาภิรยาจิต ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม

๓) สตินทรีย์ (ความระลึก) สติ เป็นผู้ปกครองในความระลึกต่อสิ่งที่ควรมีสติ เจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหาภิรยาจิต ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม

๔) สมาธิินทรีย์ (ความตั้งมั่น) สมาธิ เป็นผู้ปกครองในความตั้งมั่นในอารมณ์ที่ควรมี เอกัคคตา เจตสิก ที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหาภิรยาจิต ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม

๕) ปัญญินทรีย์ (ความพิจารณา) ปัญญาเป็นผู้ปกครองในความพยายามต่อสิ่งที่ควรมี ปัญญา เจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลญาณสัมปยุตตจิต ๘ มหาภิรยาสัมปยุตตจิต ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม<sup>๑๕๒</sup>

สรุปว่า อินทรีย์ ๕ นี้ สัทธาเป็นใหญ่ในการตัดสินใจเชื่อ วิริยะเป็นใหญ่ในการประคับประคองจิตให้ก้าวหน้า สติเป็นใหญ่ในการเกื้อหนุนจิตให้แจ่มชัดด้วยการพิจารณา สมาธิเป็นใหญ่ในการควบคุมจิตไม่ให้ฟุ้งซ่าน ปัญญาเป็นใหญ่ในการทำให้รู้ชัดในเหตุผล ในการปฏิบัติธรรมนั้น ผู้บรรลุธรรมจะต้องมีการตัดสินใจเชื่อ มีความเพียร มีความระลึกถึงหลักปฏิบัติ มีการพิจารณาให้ชัดเจน มีจิตใฝ่มั่นคงไม่หวั่นไหว มีความเข้าใจชัดในเหตุผลของการปฏิบัติ

การพัฒนาอินทรีย์ในพระพุทธศาสนาย่อมเป็นไปตามลำดับ เรียกว่า อินทรีย์ภาวนา มีหลายระดับชั้น ดังที่พระองค์ตรัสไว้ในอินทรีย์ภาวนาสูต และท่านพระอานนทเถระได้กราบทูล ให้ทรงแสดงวิธีการพัฒนาอินทรีย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อันยอดเยี่ยมในทางพระพุทธศาสนา ซึ่งได้กล่าวแล้วในบทที่ ๒ และองค์ธรรมสำคัญในการพัฒนาอินทรีย์ตามพระบาลีในอินทรีย์ภาวนาสูต คือ อินทรีย์ ๕ คือ การรู้ชัด อันเป็นลักษณะของปัญญาเห็นความจริง การที่จะมีปัญญาเห็นความจริงได้ต้องมีจิตที่พร้อม สงบ เบา อ่อนโยน ควรแก่การใช้งาน คล่องแคล่ว และตรง<sup>๑๕๓</sup> เพราะจิตที่มีความตั้งมั่นจะทำให้รู้ชัดตามความเป็นจริง<sup>๑๕๔</sup> จิตตั้งมั่นมีลักษณะบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลส ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว<sup>๑๕๕</sup> จิตตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิ เป็นพัฒนาการที่มาจากจิตที่มีความสุข<sup>๑๕๖</sup> การที่จะมีจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ต้องอาศัยการฝึกฝนที่เกิดจากความเพียร และความเพียรเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยความศรัทธา

<sup>๑๕๒</sup> พระสัทธัมมโชติกะ อัมมาจริยะ, **ปริเฉทที่ ๓ และปริเฉทที่ ๗**, หน้า ๑๒๕-๑๒๖.

<sup>๑๕๓</sup> ดูรายละเอียดใน อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๑/๒๗.

<sup>๑๕๔</sup> สมาธิโต ภิกขเว ภิกขุ ยถาภูตํ ปชานาตี., ส.สพ. (บาลี) ๑๘/๙๙/๗๖.

<sup>๑๕๕</sup> ที.สี. (บาลี) ๙/๒๓๔/๗๗.

<sup>๑๕๖</sup> ที.สี. (บาลี) ๙/๒๒๕/๗๔.

สมาธิได้ต้องอาศัยการฝึกฝนที่เกิดจากความเพียร และความเพียรเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยความศรัทธา เพราะการฝึกฝนนั้นทำให้จิตมีสติ คือความไม่ประมาทซึ่งเป็นธรรมมีอุปการะมากในกระบวนการปฏิบัติธรรม

### ๑๑.๔.๕ การเจริญผล ๕

คำว่า พละ ก็คือ ธรรมที่มีกำลัง หมายถึง คุณธรรมที่ทำให้จิตเข้มแข็ง ไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรมต่าง ๆ มี ๕ ประการ คือ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นหมวดธรรมอย่างเดียวกับอินทรี ๕ ที่เรียกว่า พละ เนื่องจากธรรมหมวดนี้ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีจิตเข้มแข็ง ไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรมต่าง ๆ คือ ความไม่เชื่อ ความเกียจคร้าน ความขาดสติ ความฟุ้งซ่าน ความไม่รู้ จากความหมายนี้ทำให้ทราบว่าผู้จะบรรลุได้ ต้องมีธรรมหมวดนี้จนถึงขั้นกล้าแข็ง สามารถปิดกั้นอกุศลธรรมต่าง ๆ ได้

คำว่าพละ ก็คือ ธรรมที่มีกำลัง<sup>๑๕๗</sup> หมายถึง คุณธรรมที่ทำให้จิตเข้มแข็ง ไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรมต่าง ๆ มี ๕ ประการ คือ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นหมวดธรรมอย่างเดียวกับอินทรี ๕ ที่เรียกว่า พละ เนื่องจากธรรมหมวดนี้ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีจิตเข้มแข็ง ไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรมต่าง ๆ คือ ความไม่เชื่อ ความเกียจคร้าน ความขาดสติ ความฟุ้งซ่าน ความไม่รู้ จากความหมายนี้ทำให้ทราบว่าผู้จะบรรลุธรรมได้ต้องมีธรรมหมวดนี้จนถึงขั้นกล้าแข็ง สามารถปิดกั้นอกุศลธรรมต่าง ๆ ได้

พละ ๕ ประการนี้เป็นคุณธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติดำเนินไปสู่นิพพานได้ พระพุทธเจ้าทรงยกย่องผู้ปฏิบัติตามพละ ๕ ไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย แม่น้ำคงคาหลังไหลบ่าไปสู่ทิศปราจีนฉันทใด ภิกษุผู้เจริญพละ ๕ ประการ กระทำพละ ๕ ประการให้มาก ชื่อว่าเป็นผู้น้อมไป โอนไปสู่นิพพานได้ฉันทนั้น”<sup>๑๕๘</sup>

[อรรถแห่งโพชฌงค์และองค์มรรค]

ธรรม ๗ สติเป็นต้น ชื่อว่าโพชฌงค์ เพราะเป็นองค์แห่งสัจผู้ตรัสรู้ (อริยสัจ ๔) อนึ่ง ธรรม ๘ มีสัมมาทิฐฐเป็นต้น ชื่อว่าเป็นองค์มรรค เพราะอรรถคือเป็นนียยานิกะ (นำออกจากสังสารวัฏ) เหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า โพชฌงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘

[โพธิปักขิยธรรมมีในจิตต่าง ๆ กันและในจิตดวงเดียว]

โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ดังกล่าวมานี้ ย่อมมีได้ในจิตต่าง ๆ ในบุพภาคดังนี้ คือ เมื่อโลกียวิปัสสนาเป็นไปอยู่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ย่อมมีแก่พระโยคาวจรผู้กำหนดกายด้วยอาการ ๑๔ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานย่อมมีแก่ผู้กำหนดเวทนาด้วยอาการ ๙ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานย่อมมีแก่ผู้กำหนดจิตด้วยอาการ ๑๖ และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานย่อมมีแก่ผู้กำหนดธรรมทั้งหลายด้วยอาการ ๕ สัมมัปปธานาที่ ๑ ย่อมมีในประโยค ๘ - วิสุทธิมรรคแปด ภาค ๓ ตอน ๒ (ตอนจบ) - หน้าที่ 224 กาลที่เห็นอกุศลที่ไม่เคยเกิด (แก่ตน) ในอัทธานี้ (แต่) เกิดแก่ผู้อื่น

<sup>๑๕๗</sup> พระคัมภีร์สารภีวงศ์โพธิปักขิยธรรม พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร:บุญศิริการพิมพ์, ๒๕๕๐), หน้า ๑๑๔

<sup>๑๕๘</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๗๐๕/๓๖๙.

จึงคิดว่า "อกุศลนั้นเกิดแก่ผู้อื่นที่ปฏิบัติอย่างไร เราจักไม่ปฏิบัติอย่างนั้น เมื่อเป็นดังนั้นมันก็ไม่เกิดขึ้นแก่เรา" ดังนี้ แล้วพยายามเพื่อมิให้อกุศลนั้นเกิดขึ้น สัมมปปธานที่ ๒ ย่อมมีในกาลที่เห็นอกุศลที่ถึงกับเกิดขึ้นแก่ตนแล้วพยายามละอกุศลนั้นเสีย สัมมปปธานที่ ๓ ย่อมมีแก่ผู้พยายามเพื่อยังฆานหรือวิปัสณาที่ตาม อันยังไม่เคยเกิดในอัตภาพนี้ให้เกิดขึ้น สัมมปปธานที่ ๔ ย่อมมีแก่ผู้ยังฆานหรือวิปัสณาที่เกิดขึ้นแล้ว ให้เกิดขึ้นอยู่บ่อย ๆ โดยที่ไม่เสื่อมไปเสีย อิทธิบาทมีฉันทอิทธิบาทเป็นอาทิ ย่อมมีในกาลที่ทำอิทธิบาทมีฉันทอิทธิบาทเป็นต้นนั้น ๆ ให้เป็นระยงกุศลให้เกิดขึ้น สัมมาวาจาเป็นต้นย่อมมีในการที่เว้นจากมิจฉาวาจาเป็นต้น (นี้ โพรธิกขิยธรรมมีเจ็ดต่าง ๆ) แต่ในกาลที่ญาณ ๔ นี้ (มีโสดาปัตติมรรคญาณเป็นต้น) เกิดขึ้น ธรรมเหล่านั้นย่อมมีเจ็ดดวงเดียว เว้นสัมมปปธาน ๔ ที่เหลือ ๓๓ ย่อมมีในขณะแห่งผลจิต ก็แลในธรรมเหล่านั้นอันมีเจ็ดดวงเดียวอย่างนี้ สติอันมีพระนิพพานเป็นอารมณ์ ก็อันเดียวกันแหละ ท่านเรียกว่า สติปฏิฐาน ๔ ก็โดยที่ยังกิจคือการละสุกข์สัญญาเป็นต้น ในอารมณ์มีกายเป็นต้นให้สำเร็จ วิริยะก็อันเดียวกันแหละ ท่านเรียกว่าสัมมปปธาน ๔ ก็โดยที่ทำการยังมีอกุศลทั้งหลายที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดมิให้เกิดขึ้นเป็นต้นให้สำเร็จ แต่ในส่วนที่เหลือ (๕ มีอิทธิบาทเป็นต้น) การลด (โดยสังเขปเข้า ดังที่สังเขปเรียกว่า สติปฏิฐาน สัมมปปธาน) และการเพิ่ม (โดยวิภาคออกไป ดังจำแนกเป็นกายานุปัสณาเป็นต้น) หามีไม่

ประโยค ๘ - วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอน ๒ (ตอนจบ) - หน้า ๒๒๕

คัมภีร์อภิธรรมัตถวิภาวินีฎีกาให้ความหมายของผลว่า “อสหทัยโกสขชปมาทอุทจจจวิชชาอหิริโกโนตปุปสงขาเตหิ ปฏิปกุชฌเมหิ อกมปิยตเถน สหธาทีนึ พลานึ ฯ กำลัง มีศรัทธาเป็นต้น ชื่อว่าผล โดยอรรถว่า ไม่หวั่นไหวต่อธรรมที่เป็นข้าศึกกล่าวคือ ความไม่มีศรัทธา ความเกียจคร้าน ความประมาท ความฟุ้งซ่าน ความไม่รู้ ความไม่ละอาย และความไม่เกรงกลัวฯ”<sup>๑๕๙</sup> (ในที่นี้หมายถึงเอาผล ๕ ข้างต้น)

ผล คือ ธรรมที่มีกำลัง คำว่า พล มีรูปวิเคราะห์ (คำจำกัดความ) ว่า ปฏิปกุชฌเม พลียนตีติ พลานึ (สภาวะใดย่อมกำจัดธรรมที่ตรงกันข้าม สภาวะนั้นชื่อว่า ผล)<sup>๑๖๐</sup> หากผู้ปฏิบัติพยายามสั่งสมอบรมกระทำให้มาก ย่อมมีกำลังในการกำจัดกิเลสที่ตรงกันข้าม ทำให้บรรลุถึงการตรัสรู้ธรรมในพระพุทธศาสนา ผละมีองค์ธรรมเหมือนอนิหรียทั้ง ๕ คือ

๑. เจริญสัทธาผละ ที่ให้ถึงความสงบ ให้ถึงความตรัสรู้

<sup>๑๕๙</sup> วิภาวินี.ฎีกา (บาลี) หน้า ๒๒๑.

<sup>๑๖๐</sup> พระคันธสาราภิกวรงค์, โพรธิกขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๗๖.

- ๒. เจริญวิริยพละ ที่ให้ถึงความสงบ ให้ถึงความตรัสรู้
- ๑๑. เจริญสติพละ ที่ให้ถึงความสงบ ให้ถึงความตรัสรู้
- ๔. เจริญสมาธิพละ ที่ให้ถึงความสงบ ให้ถึงความตรัสรู้
- ๕. เจริญปัญญาพละ ที่จะให้ถึงความสงบ ให้ถึงความตรัสรู้<sup>๑๖๑</sup>

ในคัมภีร์อรรถกถา ปรากฏเนื้อความที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงพละไว้ ๕ ประการ มีศรัทธาเป็นต้นซึ่งรวมอยู่ในหมวดเดียวกัน ด้วยอรรถว่าเป็นเครื่องอุปถัมภ์ หรือด้วยอรรถว่าไม่หวั่นไหว มีสภาพต่างกันตามลักษณะของตน ซึ่งเจือกันทั้งฝ่ายโลกิยะและฝ่ายโลกุตตระ ด้วยสามารถ แห่งสมณะวิปัสสนาและมรรค<sup>๑๖๒</sup>

อธิบายเนื้อความแห่งอินทรีย์ ๕ และพละ ๕ ว่า ชื่อว่า อินทรีย์ โดยความหมายว่าเป็นอธิบดี (ความ เป็นใหญ่) กล่าวคือการครอบงำ เพราะครอบงำเสียซึ่งอัสสัทธิยะ (ความไม่เชื่อ) โกสัชชะ (ความเกียจคร้าน) ปมาทะ (ความประมาท) วิกเขปะ (ความฟุ้งซ่าน) และ สัมโมหะ (ความหลง) และชื่อว่า พละ โดยความหมายว่าไม่หวั่นไหว เพราะอภุคฺคธรรมทั้งหลายมีอัสสัทธิยะเป็นต้น ครอบงำไม่ได้ อินทรีย์ และ พละ แม้ทั้งสองนั้น มี ๕ อย่างโดยธรรมมีศรัทธา เป็นต้น เพราะฉะนั้น ท่านจึงกล่าวว่า อินทรีย์ ๕ พละ ๕ ที่เรียกว่า พละ เพราะความหมายว่า เป็นพลัง ทำให้เกิดความมั่นคง ซึ่งความไร้ศรัทธาเป็นต้น แต่ละอย่างจะเข้าครอบงำไม่ได้ ส่วนที่เรียกว่า อินทรีย์ เพราะความหมายว่า เป็นใหญ่ในการกระทำหน้าที่แต่ละอย่าง ๆ ของตน คือเป็นเจ้า การในการครอบงำเสียซึ่งความไร้ศรัทธา ความเกียจคร้าน ความประมาท ความฟุ้งซ่าน และความหลงตามลำดับ<sup>๑๖๓</sup>

**หลักการเจริญวิปัสสนากาวนาในพละ ๕**

ธรรมที่ได้ชื่อว่า พละ หมายความว่า ไม่หวั่นไหว วจนัตถะ ของคำว่า พละ คือ “อกม-ปนฺนฺเจเน พลฺลํ ด้วยอรรถว่า ไม่หวั่นไหว หรือ พลียนฺติ อุปฺปนฺเน ปฏิปฺกฺข ฐมฺเม สหฺนฺติ มทฺทฺนฺตฺติ=พลาณี แปลว่า ธรรม เหล่าใด ย่อมมีกำลังซึ่งปฏิปักษ์ธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว และมีความอดทนต่อสู้อย่างยิ่งซึ่งปฏิปักษ์ธรรมเหล่านั้น ฉะนั้น ธรรมเหล่านั้นชื่อ พละ

- ๑) ศรัทธาพละ (ความศรัทธา) ศรัทธาเป็นผู้ไม่หวั่นไหวในความเชื่อและเลื่อมใสต่อสิ่งที่ควรมี ศรัทธาเจตสิกที่เป็นไปใน มหากุศลจิต ๘ มหาภิริยาจิต ๘ และอัปปมัญญาขวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม
- ๒) วิริยพละ (ความพยายาม) วิริยะ เป็นผู้ไม่หวั่นไหวในความพยายามต่อสิ่งที่ควรมีวิริยะเจตสิก ที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหาภิริยาจิต ๘ และอัปปมัญญาขวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม
- ๓) สติพละ (ความระลึก) สติ เป็นผู้ไม่หวั่นไหวในความระลึกต่อสิ่งที่ควรมีสติเจตสิกที่เป็นไปใน มหากุศลจิต ๘ มหาภิริยาจิต ๘ และอัปปมัญญาขวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม
- ๔) สมาธิ (ความตั้งมั่น) สมาธิ เป็นผู้ไม่หวั่นไหวในความตั้งมั่นในอารมณ์ควรมีเอกัคคตาเจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหาภิริยาจิต ๘ และอัปปมัญญาขวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม

---

<sup>๑๖๑</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๔๓.  
<sup>๑๖๒</sup> ที.ปา.อ. (ไทย) ๓/๑/-/๗๕/๑๙๐.  
<sup>๑๖๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๑๘๙.

๕) ปัญญาพละ (ความพิจารณา) ปัญญาเป็นผู้ไม่หวั่นไหวในการรู้ตามความเป็นจริงมีปัญญาเจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลสัมปยุตจิต ๔ มหาภิริชาญาณสัมปยุตจิต ๔ และอัปมัญญาขวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม<sup>๑๖๔</sup>

พละ ๕ ประการนี้เป็นคุณธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติดำเนินไปสู่นิพพานได้ พระพุทธเจ้าทรงยกย่องผู้ปฏิบัติตามพละ ๕ ไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย แม่น้ำคงคาหลังไหลบ่าไปสู่ทิศปราจีนฉันทไศ ภิกษุผู้เจริญพละ ๕ ประการกระทำพละ ๕ ประการให้มาก ชื่อว่าเป็นผู้น้อมไป โอนไปสู่นิพพานได้ฉันทันนั้น”<sup>๑๖๕</sup>

#### ๑๑.๔.๖ การเจริญโพชฌงค์ ๗

ธรรมที่ได้ชื่อว่า โพชฌงค์ หมายความว่า ไม่หวั่นไหว วจนัตถะ ของคำ โพชฌงค์ คือ พุชฌนติ เอตยาติ=โพธิ พระโยคีบุคคลทั้งหลายย่อมรู้อริยสัจ ๔ ด้วยธรรมหมวดนี้ ฉะนั้นธรรมที่เป็นเหตุให้อริยสัจ ๔ ชื่อว่า โพธิ ได้แก่ สติเจตสิก ปัญญาเจตสิก วิริยเจตสิก ปิติธรรมที่เป็นเหตุให้อริยสัจ ๔ ชื่อว่า โพธิ ได้แก่ สติเจตสิก ปัญญาเจตสิก วิริยเจตสิก ปิติเจตสิก กายปัสสัทธิเจตสิก จิตตปัสสัทธิเจตสิก เอกัคคตาเจตสิก ตัตตรมัชฌัตตตาเจตสิก, โพธิยา อังโค=โพชฌงค์ แปลว่าธรรมอันเป็นเครื่องประกอบของหมวดที่เป็นเหตุให้อริยสัจ ๔ ชื่อ โพชฌงค์ ได้แก่ องค์ธรรมของโพชฌงค์โดยเฉพาะ

ประโยค ๘ - วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอน ๒ (ตอนจบ) - หน้า ๒๒๕

[วิภาคโพธิปักขิยธรรมเป็น ๖ ประการ]

อีกวิภาคหนึ่ง ในโพธิปักขิยธรรม ๓๗ นั้น

ธรรมทั้งหลายนั้นเป็น ๖ ประการ คือ ธรรม ๙  
เป็นอย่างเดียว ธรรมอันเดียวเป็น ๒ อย่าง หนึ่ง  
ธรรมอันเดียวเป็น ๔ อย่าง เป็น ๕ อย่าง เป็น ๘  
อย่าง และเป็น ๙ อย่าง

ชื่อว่า "ธรรม ๙ อย่างเป็นอย่างเดียว" อธิบายว่า ธรรม ๙ นี้คือ ฉันทะ จิตตะ ปิติ ปัสสัทธิ อุเบกขา สังกัปปะ วาจา กัมมันตะ อาชีวะ เป็นอย่างเดียวกันเท่านั้น โดยที่ (ฉันทะก็) เป็นฉันทิทธิบาท (อย่างเดียว) เป็นต้น ไม่สมาคมส่วนอื่น (คือไม่เป็นอย่างอื่นอีก)

ชื่อว่า "ธรรมอันเดียวเป็น ๒ อย่าง" ได้แก่ศรัทธาตั้งอยู่เป็น ๒ อย่าง โดยเป็นอินทรีย์ และพละ

ชื่อว่า "หนึ่ง ธรรมอันเดียวเป็น ๔ อย่าง เป็น ๕ อย่าง" หมายความว่า หนึ่ง ธรรมอันเดียวอันหนึ่ง ตั้งอยู่เป็น ๔ อย่าง อีกอันหนึ่ง ตั้งอยู่เป็น ๕ อย่าง ใน ๒ อย่างนั้น สมาริอันเดียวตั้งอยู่เป็น ๔ อย่าง โดยเป็นอินทรีย์ เป็นพละ เป็นโพชฌงค์ และเป็นองค์มรรค ปัญญา

<sup>๑๖๔</sup> พระสัทธัมมโชติกะ ธรรมจริยะ, ปริเฉทที่ ๓ และปริเฉทที่ ๗, หน้า ๑๒๖.

<sup>๑๖๕</sup> พระคันธสาราภิวังค์, โพธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทบุญศิริการพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๑๔.

(อันเดียว) ตั้งอยู่เป็น ๕ อย่าง โดยเป็น ๔ อย่าง (ที่กล่าวแล้ว) นั้น และเป็นส่วน (หนึ่ง) แห่งอิทธิบาท\*

ชื่อว่า "ธรรมอันเดียวเป็น ๘ อย่าง และเป็น ๙ อย่าง" หมายถึง

\* ปัญญาเป็นโพชฌงค์ คงหมายเอาอุเบกขา

ประโยค ๘ - วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอน ๒ (ตอนจบ) - หน้าที่ 226 ความว่า ธรรมอันเดียวอีกอันหนึ่ง ตั้งอยู่เป็น ๘ อย่าง อันหนึ่งตั้งอยู่เป็น ๙ อย่าง คือสติตั้งอยู่เป็น ๘ อย่าง โดยเป็นสติปฏิฐาน ๔ และเป็นอินทรีย์ ๕ พละ โพชฌงค์ อังคัมมรค วิริยะตั้งอยู่เป็น ๙ อย่าง โดยเป็นสัมมปปธาน ๔ และเป็นอิทธิบาท อินทรีย์ พละ โพชฌงค์ อังคัมมรค แล

โดยนัยที่กล่าวมานี้

โพธิปักขิยธรรมเหล่านั้น ที่ไม่เจือปนกัน  
มี ๑๔ เท่านั้น (ว่า) โดยส่วนเป็น ๗ (ว่า)  
โดยประเภทมี ๓๗ ธรรมเหล่านั้นทั้งสิ้น  
ด้วยกัน ย่อมมีพร้อมในขณะอริยมรรคเกิด  
โดย (ต่าง) ทำกิจของตน ๆ ให้สำเร็จ และ  
โดยเป็นไปอย่างมีรูปเสมอกัน (คือเป็น  
ธรรมสามัคคี) ด้วย แล

ความ (ที่มรรค) มีโพธิปักขิยธรรมบริบูรณ์ในญาณทัสนาวิสุทธินี้ พึงทราบโดยประการที่กล่าวมาฉะนี้ เป็นอันดับแรก

อภิธัมมัตถวินิภาวินีกล่าวความหมายของโพชฌงค์ว่า “อารทวิปัสสกโต ปญฺญาโยคาวโร ยาย วา สติอาทิกาย ฌมมสามัคคิยา พุชฺฌติ สจฺจานิ วา ปฎิวិขมฺติ กิเลสฺนิทฺทาโต วา วุฏฺฐาติ กิเลสฺสงฺโกปาภาวโต วา มคฺคผลปตฺติยา วิกสฺติ สา ฌมมสามัคคี โปธิ. ตสฺส โปธิสฺส ตสฺสา วา โปธิยา องฺคภูตา การณภูตาติ โปชฌงฺคา. สมาธิเยว สุนฺทโร โปชฌงฺโค สุนฺทรสฺส วา โปธิสฺส สุนฺทราย วา โปธิยา องฺโคติ สฺมาธิสมฺโปชฌงฺโค ฯ จำเดิมแต่เริ่มวิปัสสนาไป พระโยคาวจรย่อมตรัสรู้ คือย่อมแทงตลอด (รู้แจ้ง) สัจจะ ย่อมตื่นจากความหลับคือกิเลส หรือย่อมเบิกบานด้วยได้บรรลุมรรคผล เพราะไม่มีกิเลสกำเรบ ด้วยธรรมสามัคคี มีสติเป็นต้นอันใด ธรรมสามัคคีอันนั้น ชื่อว่าโพธิฯ ธรรมอันเป็นองค์ คือเป็นเหตุของบุคคลผู้ตรัสรู้นั้น หรือของธรรมสามัคคีเป็นเหตุ ตรัสรู้นั้น เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่าโพชฌงค์. โพชฌงค์อันดีคือสมาธิ จึงชื่อว่าสมาธิสัมโพชฌงค์ อีกนัยหนึ่ง องค์แห่งบุคคลผู้ตรัสรู้ผู้ตั้งงามหรือแห่งธรรมสามัคคีที่เป็นเหตุตรัสรู้อันดีคือสมาธิ เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่าสมาธิสัมโพชฌงค์ฯ”<sup>๑๖๖</sup>

<sup>๑๖๖</sup> วิภาวินิภาวินี (บาลี) หน้า ๒๒๕.



### ๑๑.๔.๑ ความหมายโพชฌงค์ตามสัททนต์

ภาวนามยปัญญาเรียกว่า โพชฌงค์ เพราะโพชฌงค์เกิดขึ้นในวิปัสสนาญาณที่ ๔ คือ อุทกัพพญาณ หมายถึง ปัญญาหยั่งรู้ความเกิดดับของรูปนามตามเป็นจริง ก่อนที่จะกล่าวในรายละเอียดของโพชฌงค์แต่ละอย่างนั้น จะได้กล่าวอธิบายความหมายของโพชฌงค์ดังนี้

โพชฌงค์ ตัดบทเป็น โพชฌ กับ องค์

โพชฌ แปลว่า ปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้

โพชฌงค์<sup>๑๖๗</sup> มาจาก โพธิ กับ องค์ แปลว่า องค์แห่งผู้ตรัสรู้ หรือองค์แห่งโพธิญาณ หมายถึง หลักธรรม หรือองค์ประกอบที่เป็นเครื่องให้ตรัสรู้ก็ได้ องค์ประกอบแห่งโพธิญาณ ซึ่งเป็นหลักธรรมสำคัญที่เป็นเครื่องมือทำให้เกิดการตรัสรู้ ซึ่งเป็นเรื่องของปัญญาในระดับภาวนา ความจริงโพธินี้มีทั้งที่เป็นมรรคและอมรรค ซึ่งจะได้ยกอุทาหรณ์ดังต่อไปนี้

ในคัมภีร์อภิธานวรรณนาได้กล่าวถึงโพธิไว้ ๒ คาถาด้วยกันคือ

ในคาถาที่ ๕๕๑ หน้า ๖๖๙ ว่า โพธิ (พุธ อวคฺมเน + อ) โพธิ์

มีรูปวิเคราะห์ว่า สัพพญญตญาณํ พุชฺฌตฺติ เอตถาติ โพธิ แปลว่า ต้นโพธิ์เป็นที่ตรัสรู้พระสัมพันธญาณของพระผู้มีพระภาค ชื่อว่า โพธิ (วุทธิ อุ เป็น โอ)

โพธิ ศัพท์มี ๒ ลิงค์ (เพศ) ปุงลิงค์ (ชาย) และอิตถิลิงค์ (หญิง) (โพธิศัพท์อิตถิลิงค์แปลว่า ปัญญาเครื่องตรัสรู้ หรือ พระโพธิญาณ) ดังตัวอย่างว่า “โพธิมุเล นิสิตฺท”<sup>๑๖๘</sup> แปลว่า เรานั่งที่โคนต้นโพธิ์ นอกจากนี้ท่านยังกล่าวถึงศัพท์ที่มีความหมายว่าต้นโพธิ์ว่ามีหลายบท เช่น จลทล, ปิปปล, ฤชลาสน (คัมภีร์อภิธานวรรณนา ฎักณท์)<sup>๑๖๙</sup>

ในคาถาที่ ๘๐๕ หน้า ๙๕๖ ว่า โพธิศัพท์ในอิตถิลิงค์มีความหมาย ๒ อย่าง คือ

- สัมพันธญาณ เช่น “ปปโปติ โพธิ”<sup>๑๗๐</sup> แปลว่า บรรลุสัมพันธญาณ

- อริยมรรค เช่น “โพธิ วุจฺจติ จตุสฺส มคฺเคสฺส ญาณ”<sup>๑๗๑</sup> แปลว่า ญาณในมรรค ๔ เรียกว่า

โพธิ

โพธิศัพท์ปุงลิงค์มีความหมาย (อรรถบัญญัติ) และชื่อ (สัททบัญญัติ) ได้แก่ โพธิราชกุมาร เช่น โพธิ ราชกุมารโ สลชิกาปุตฺตํ มาณวี อามนเตสิ<sup>๑๗๒</sup> แปลว่า พระโพธิราชกุมารรับสั่งให้มาณพสลชิกา

<sup>๑๖๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), โพชฌงค์พุทธวิธีเสริมสุขภาพ, พิมพ์ครั้งที่ ๗๕, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๗.

<sup>๑๖๘</sup> พุ.อป. (บาลี) ๓๓/๑๔๙/๒๖๕.

<sup>๑๖๙</sup> พระโมคคัลลานเถระ, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, แปลโดย พระมหาสมปอง มุทีโต, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๒), หน้า ๖๗๐.

<sup>๑๗๐</sup> ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๑๔๗/๑๗๓.

<sup>๑๗๑</sup> พุ.จ. (บาลี) ๓๐/๕๙๕/๒๙๒.

<sup>๑๗๒</sup> ม.ม. (บาลี) ๑๓/๔๘๖/๔๔๐.

บุตรเข้าเฝ้า โปธิศัพท์ปุงลิงค์และอติถิลิงค์มีอรรถอัสสัถรูกะว่าต้นโพธิ์ เช่น โพธิรุกขมุเล ปรมมาภิสมพุทโธ<sup>๑๗๓</sup> แปลว่า พระผู้มีพระภาคแรกตรัสรู้ประทับอยู่ ณ โคนต้นโพธิ์<sup>๑๗๔</sup>

ในที่นี้ โพธิ หมายถึง ปัญญาเครื่องตรัสรู้เป็นความหมายโดยตรง ส่วนความหมายโดยอ้อมคือ ต้นโพธิ์ และชื่อคน

ในปรมัตถทีปนี ท่านให้ความหมายของโพธิ์ว่า ธรรมที่หยั่งรู้อริยสัจ ๔<sup>๑๗๕</sup>

ยังมีอีกนัยหนึ่ง โพธิ คือ ธรรมที่ทำให้ผู้ถึงพร้อมหยั่งรู้อริยสัจ ๔ หมายถึงมรรคญาณ ๔ ดังมีสาธกในคัมภีร์มหานิทเทสว่า “ญาณในมรรคทั้ง ๔ เรียกว่า โพธิ”<sup>๑๗๖</sup>

ท่านพระคันธสาราภิวงค์อธิบายว่า โพธิ มีความหมาย ๒ ประการคือ

- ธรรมที่หยั่งรู้อริยสัจ ๔ คือ จตตาริ สจจანი พุชฌตติ โพธิ<sup>๑๗๗</sup>

- ธรรมที่ทำให้ผู้ถึงพร้อมหยั่งรู้อริยสัจ ๔ คือ พุชฌนติ ตานิ ตัม สมงคิโน เอตยาติ โพธิ (ลงอิ ปัจจัยในภณสาธนะ)

ในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรคว่า “โพชฌงค์ เพราะอรรถว่า เป็นไปในความตรัสรู้ ว่าย่อมตรัสรู้ ว่าตรัสรู้ตาม ว่าตรัสรู้เฉพาะ ว่าตรัสรู้พร้อม”<sup>๑๗๘</sup>

การรู้ในความหมายแห่งโพชฌงค์นี้ ต่างจากการรู้โดยทั่ว ๆ ไป เพราะวิเศษมากกว่าการรู้จำโดยสัญญา และรู้อารมณ์ต่าง ๆ โดยวิญญาณ เพราะโพชฌงค์คือความตรัสรู้นั้นหมายถึง รู้ภาวะอารมณ์ตามความเป็นจริง ที่ส่งผลให้เข้าใจในพระไตรลักษณ์ และมรรคปรากฏได้ด้วย

องค แปลว่า องค์ ส่วน ภาค เหตุ

ดังนั้น โพชฌงค แปลว่า องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้

#### ๑๑.๔.๒ ความหมายสติสัมโพชฌงค์ตามสัททนต์ และองค์ธรรม

สติสัมโพชฌงค์ แยกเป็น สติ – สัม – โพชฌ – องค

สติ แปลว่า ความระลึกได้ องค์ธรรมคือ สติเจตสิก

สัม แปลว่า พร้อม กับ ดี สามัคคี หมายความว่า ต้องพร้อมด้วยหลัก ๓ คือ อาตาปี (ความเพียร) สัมปะชาโน (ความรู้ตัวเสมอ) สติ (ความระลึกได้) จึงจะละโลก โกรธ หลงได้

โพชฌ แปลว่า ปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้

องค แปลว่า องค์ เหตุ ส่วน ภาค

สติสัมโพชฌงค์ แปลว่า องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้คือสติ

<sup>๑๗๓</sup>วิ.มหา. (บาลี) ๔/๑/๑.

<sup>๑๗๔</sup>ดูรายละเอียดใน ขุ.ชา.อ. (บาลี) ๕๑/๓๐/๙๑.

<sup>๑๗๕</sup>พระอนุรุทธะ และ พระญาณธชเชระ, อภิธัมมัตถสังคหะ และ ปรมัตถทีปนี, แปลโดย พระคันธ- สาราภิวงค์, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖), หน้า ๖๕๙ ข้อ ๓๐.

<sup>๑๗๖</sup>ส.ส. (บาลี) ๑๕/๒๑๒/๒๒๗., พระอนุรุทธะ และ พระญาณธชเชระ, อภิธัมมัตถสังคหะ และ ปรมัตถทีปนี, หน้า ๖๖๐.

<sup>๑๗๗</sup>ลง อิ ปัจจัย ในกัตตุสาธนะ.

<sup>๑๗๘</sup>ดูรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๒/๕๕๗/๕๐๙.

อีกนัยหนึ่ง สติสัมโพชฌงค์ แปลว่า องค์แห่งธรรมสามัคคีเป็นเครื่องตรัสรู้คือสติ วิเคราะห์ว่า “ยาย โส สติอาทิกาย สดตมมสามคคิยา สมพุชฌติ กิเลสนิททาโต อุฏฐาติ สจจาณี วา ปฏิวิชฌติ สา ฌมมสามคคิ สมโพธิ สมโพธิสสุ ตสสุ วา สมโพธิยา องคนติ สมโพชฌงค์”<sup>๑๗๙</sup> แปลว่า ผู้ปฏิบัติธรรม ย่อมตรัสรู้ ย่อมตื่นจากหลับคือกิเลส ย่อมรู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ ด้วยธรรมสามัคคี ๗ ประการ มีสติเป็นต้น ธรรมสามัคคีนั่น ชื่อว่าเป็นเครื่องตรัสรู้ องค์ของธรรมสามัคคีเป็นเครื่องตรัสรู้นั่นก็ตีองค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้นั่นก็ตี ชื่อว่า สัมโพชฌงค์

โพชฌงค์ ประกอบด้วยคำว่า “โพธิ” หมายถึงปัญญาเครื่องตรัสรู้ และคำว่า “องค์” หมายถึงปัจจัยที่เป็นเหตุ ดังนั้น โพชฌงค์จึงหมายถึงธรรมที่เป็นองค์ของผู้ตรัสรู้ หรือเป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ เป็นองค์ประกอบของญาณปัญญาที่ยังรู้อริยสัจธรรม มี ๗ ประการ คำว่า “โพชฌงค์” นี้ บางครั้งเรียกว่า “สัมโพชฌงค์” คำว่า “สัม” หมายถึงเต็มบริบูรณ์ ถูกต้อง หรือแท้จริง การใช้คำนำหน้านี้นี้เป็นการยกย่องและยำความ<sup>๑๘๐</sup> แต่ก็ได้มีความหมายใดเพิ่มขึ้นเป็นพิเศษ ธรรมหมวดนี้ ในหมวดโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ได้กล่าวไว้แล้ว ในที่นี้มุ่งจะอธิบายวิธีการปฏิบัติธรรม เพื่อการบรรลุถึงการรู้แจ้งอริยสัจธรรมทั้ง ๔

๑. สติสัมโพชฌงค์ ได้แก่ ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีสติและปัญญาอันยิ่ง เป็นผู้ระลึกได้ ระลึกถึงกิจที่ทำไว้นาน หรืออาจที่กล่าวไว้นานได้ เป็นการรับรู้สภาวะธรรมในปัจจุบันขณะ โดยปราศจากตัวตน เราของเรา บุรุษ หรือสตรี ไม่มีสมมุติบัญญัติที่ขึ้นอยู่กับบุคคล กาลเวลา หรือสถานที่ มีเพียงสภาวะธรรมทางกายและสภาวะธรรมทางจิตเกิดตามเหตุปัจจัย เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไปตามธรรมชาติ เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมบรรลุถึงวิปัสสนาญาณขั้นที่ ๔ แล้ว สติของเขาย่อมต่อเนื่องในสภาวะธรรมปัจจุบัน ไม่ว่าจะนั่งกรรมฐาน เดินจงกรม หรือการกำหนดอริยาลยย่อย เขาจะพยายามตามรู้สภาวะธรรมปัจจุบันได้เองตามธรรมชาติ วิปัสสนาญาณขั้นที่ ๔ นี้จัดเป็นญาณระดับกลาง เขารู้สึกว่าต้องการจดจ่ออย่างต่อเนื่อง และเคลื่อนไหวร่างกาย ฯลฯ อีกทั้งกลัวที่จะลืมกำหนด ความกลัวว่าจะลืมกำหนดในลักษณะนี้เป็นหิริโอตตปปะในการปฏิบัติธรรม ในช่วงนี้อารมณ์ที่ปรากฏทางทวารทั้ง ๖ แม้จะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วเพียงใดก็ตาม นักปฏิบัติธรรมย่อมตามรู้เท่าทันอารมณ์นั้นได้<sup>๑๘๑</sup>

๒. ฌัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ได้แก่ ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีสติอยู่อย่างนั้น วิจย เลือกลงรทบทวน สอบสวนธรรมนั้นด้วยปัญญา หลังจากวิปัสสนาญาณที่ ๔ แก่กล้าแล้ว นักปฏิบัติย่อมบรรลุวิปัสสนาญาณที่ ๕ ชื่อว่า ฌักขณญาณ คือ ญาณหยั่งเห็นความดับของสภาวะธรรมปัจจุบันโดยรู้สึกเท่าที่เดินอยู่นั้นกลายเป็นควันหรือเงาดำ ๆ ไม่มีสัญญาณของเท้าและกำหนดว่า “ยืนหนอ” หรือ “นั่งหนอ” ไม่ชัดเจนต่อจากนั้น วิปัสสนาญาณในขั้นต่าง ๆ ย่อมเกิดขึ้นตามลำดับ นักปฏิบัติจะรู้สึกกลัวสภาวะธรรมทางกาย และใจที่กำหนดรู้อยู่ รู้เห็นโทษของสภาวะธรรมว่าไม่ดีไม่งาม เพราะตกอยู่ในกระแสของไตรลักษณ์ แล้วเกิดความเบื่อหน่ายอยากหลุดพ้น เมื่อปฏิบัติต่อไปก็ย่อมจะบรรลุสังขารุเปกขาญาณ คือ ญาณที่ประกอบด้วยความ

<sup>๑๗๙</sup> อ่างใน พระธรรมธีรราชฆานุมณี (โชดก ญาณสิทธิ ป.๖.๙), คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์เพื่อเฉลิมพระเกียรติเนื่องในโอกาสสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๘๐ พรรษา ๕ ธันวาคม ๒๕๕๐, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ประชูปริวรรค์พริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๙๕๐.

<sup>๑๘๐</sup> พระกัมมัญฐานาจริยะ อุ ปันติตาภิวังสะ, โพชฌงค์, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๒.

<sup>๑๘๑</sup> พระคันธธราภิวังศ์, โพธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๑๓๙-๑๔๐.

วางเฉยในสังขาร ในที่สุดนักปฏิบัติที่มีบารมีเต็มเปี่ยมย่อมบรรลุมรรค ผล และนิพพานด้วยการรู้เห็นความดับของรูปนามทั้งหมด สำหรับผู้ปฏิบัติที่บรรลุวิปัสสนาญาณที่ ๔ เป็นต้นไป ถือว่าเป็นผู้เพียบพร้อมด้วยธัมมวิจยสัมโพชฌงค์แล้ว

๑๑. วิจยสัมโพชฌงค์ ได้แก่ ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีความเพียร ไม่ย่อท้อ วิจย เลือกลงรทบทวน สอบสวนธรรมนั้นด้วยปัญญา ปรารภความเพียรแล้ว ความเพียรดังกล่าวนี้ เป็นความเพียรอย่างแรงกล้าที่จดจ่อสภาวะธรรมปัจจุบันด้วยสัมมัปปธาน ๔ กล่าวโดยสรุปแล้ว ความเพียรมี ๒ อย่าง คือ ความเพียรทางกายและความเพียรทางใจ ความเพียรทางกายเป็นความพยายามตั้งกายให้ตรงอยู่เสมอ ไม่งอหลังหรือล้าคอ ถ้าเผลองอตัวลงก็พึงยึดตัวขึ้นและบริกรรมว่า “ยึดหนอ” ส่วนความเพียรทางใจเป็นความจดจ่อสภาวะธรรมปัจจุบันโดยตั้งใจว่า เราเป็นเด็กแรกเกิด ไม่มีอดีต ไม่มีอนาคต อยู่กับสภาวะธรรมปัจจุบันเท่านั้น อารมณ์ที่กำหนดอยู่จะเป็นอารมณ์ที่ตนชอบหรือไม่ชอบ นักปฏิบัติก็พึงพยายามกำหนดรู้เท่าทันอารมณ์เหล่านั้นตามความเป็นจริง แม้จะเป็นความฟุ้งซ่านก็ต้องกำหนดรู้ให้เท่าทันความฟุ้งซ่านนั้น อารมณ์เหล่านี้จัดเป็น “จิตตานุปัสสนา” ที่ผู้ปฏิบัติต้องทำสติให้จดจ่อต่อเนื่องไม่ขาดสาย

๔. ปิตีสัมโพชฌงค์ ได้แก่ ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้ปรารภความเพียร แล้วเกิดปิติที่ปราศจากอามิส เมื่อปิติเกิดขึ้นแล้วย่อมเป็นบาทฐานแก่ปัสสัทธิ เมื่อปัสสัทธิเกิดขึ้นแล้วย่อมเป็นบาทฐานให้สมาธิมีพลังแก่กล้าขึ้น สมาธิที่มีพลังแก่กล้านั้นย่อมเป็นบาทฐานแก่อุเบกขาตามลำดับ ซึ่งเป็นกระบวนการนำไปสู่การรู้แจ้งอริยสัจธรรม ปิตีมี ๕ ประการ คือ

๔.๑ ขุททกาปิติ ปิติเล็กน้อย ความรู้สึกอึดใจโดยอาจมีอาการขนลุกทั่วร่างกายหรือน้ำตาไหล

๔.๒ ขณิกาปิติ ปิติชั่วขณะ ความอึดใจที่มีลักษณะเหมือนสายฟ้าแลบปรากฏแม้ในขณะหลับตา

๔.๓ โอกกันติกาปิติ ปิติซึมซับ ความอึดใจที่ปรากฏคล้ายกับคลื่นหรือเหมือนกระแสไฟฟ้าแล่นอยู่ในร่างกาย

๔.๔ อุพเพงคาปิติ ปิติโลดโผน เป็นความอึดใจที่ทำให้ร่างกายสามารถลอยไปในอากาศได้โดยที่ตนยังไม่ได้บรรลุอภิญญา

๔.๕ ผรณาปิติ ปิติซาบซ่าน ได้แก่ ความอึดใจที่ปรากฏความเย็นในใจ เป็นความเย็นห่อหุ้มใจของตน ในบางครั้งกระจายซาบซ่านจากทรวงอกแล่นไปทั่วร่างกาย บางขณะมีความเย็นเกิดขึ้นที่แขน หลัง หรือร่างกายบางส่วน<sup>๑๘๒</sup>

ในปิติทั้ง ๕ เหล่านี้ ปิติประเภทหลังมีกำลังกว่าปิติประเภทที่เกิดก่อน กล่าวคือ ขณิกาปิตีมีกำลังกว่าขุททกาปิติ, โอกกันติกาปิตีมีกำลังกว่าขณิกาปิติ, อุพเพงคาปิตีมีกำลังกว่าโอกกันติกาปิติ, และผรณาปิตีมีกำลังกว่าอุพเพงคาปิติ<sup>๑๘๓</sup>

๕. ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีกายและจิตเอิบอิม มีความสงบระงับ ปัสสัทธินี้มีสภาพสงบจากกิเลส ไม่มีกิเลสเกิดขึ้นรบกวนจิตให้เศร้าหมอง ในบางขณะผู้ปฏิบัติอาจมีความรู้สึกว่าอยู่คนเดียวในโลกด้วยความเงียบสงบไม่กระวนกระวาย

<sup>๑๘๒</sup> พระคัมภีร์สาราถิวศ์, โพรธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๑๔๗.

<sup>๑๘๓</sup> พระคัมภีร์สาราถิวศ์, โพรธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๕, หน้า ๑๔๘.

๖. สมาธิสัมโพชฌงค์ คือ ผู้ปฏิบัติธรรมผู้มีกายสงบ มีจิตตั้งมั่นไม่หวั่นไหว สมาธิที่จัดเป็นโพชฌงค์ คือ ขณิกสมาธิในวิปัสสนาภาวนา เพราะสมถภาวนานั้นไม่ใช่แนวปฏิบัติเพื่อหลุดพ้นจากกิเลส (โดยสมุจเฉท) วิปัสสนาภาวนาจึงจัดเป็นแนวปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้น

๗. อุเบกขาสัมโพชฌงค์ คือ ผู้ปฏิบัติธรรมมีจิตตั้งมั่น เป็นผู้วางเฉย<sup>๑๘๔</sup> แต่ความวางเฉยนี้ไม่ใช่อุเบกขาเวทนาที่วางเฉยไม่สุขไม่ทุกข์ แต่เป็นความวางเฉยในการกำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบันได้สม่าเสมอ กล่าวคือ ไม่ต้องปรับศรัทธากับปัญญา และปรับวิริยะกับสมาธิให้สม่าเสมอกัน เพราะอินทรีย์เหล่านั้นมีสภาวะสมดุลไม่ยิ่งหย่อนกว่ากันด้วยอำนาจของโพชฌงค์ทั้ง ๖ ที่ได้บำเพ็ญมาตั้งแต่ต้น

โพชฌงค์ทั้ง ๗ นี้ เป็นองค์แห่งการรู้แจ้ง และเป็นการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา นักปฏิบัติผู้เจริญสติที่ระลึกรู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบันภายในกายกัมภีร์นี้ มีปัญญาหยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง มีความเพียรในการปฏิบัติธรรม เกิดปีติความอิ่มใจ เกิดปีติสัทธิติสงบกายสงบใจ มีสมาธิตั้งมั่นในสภาวะธรรมปัจจุบัน และมีอุเบกขาวางเฉยโดยตามรู้สิ่งที่จิตรับรู้ได้สม่าเสมอก็จะสามารถบรรลุวิปัสสนาญาณเบื้องสูงตามสมควรแก่บารมีธรรมของตน

๑) สติสัมโพชฌงค์ ความระลึกได้ เป็นองค์แห่งการรู้ร้อยสัง ๔ มีสติเจตสิกที่เป็นไปใน มหากุศลจิต ๘ มหา กิริยา ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม

๒) ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ การพิจารณาค้นคว้าในธรรมทั้งภายในสติสัมโพชฌงค์ ความระลึกได้ เป็นองค์แห่งการเรียนรู้ร้อยสัง ๔ มีสติเจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหา กิริยา ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม

๓) วิริยสัมโพชฌงค์ ความเพียร สติสัมโพชฌงค์ ความระลึกได้ เป็นองค์แห่งการเรียนรู้ร้อยสัง ๔ มีสติเจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหา กิริยา ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม

๔) ปีติสัมโพชฌงค์ ความสบาย ความอิ่มใจ เป็นองค์แห่งการเรียนรู้ร้อยสัง ๔ มีปีติเจตสิก ที่เป็นไปในมหากุศลโสภณจิต ๔ มหา กิริยา โสภณจิต ๔ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม

๕) ปัสสัทธิโพชฌงค์ ความสบายกาย ความสบายใจ เป็นองค์แห่งการเรียนรู้ร้อยสัง ๔ มี กายสัพสัทธิเจตสิก จิตตปัสสัทธิเจตสิก ที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหา กิริยา ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม

๖) สมาธิโพชฌงค์ ความตั้งมั่นในอารมณ์ เป็นองค์แห่งการเรียนรู้ร้อยสัง ๔ มี เอกัคคตาเจตสิก (สมาธิเจตสิก) ที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหา กิริยา จิต ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖ เป็นองค์ธรรม

๗) อุเบกขาโพชฌงค์ ความตั้งมั่นในอารมณ์ เป็นองค์แห่งการเรียนรู้ร้อยสัง ๔ อุเบกขา สัมโพชฌงค์ การทำให้สัมปตฺยธรรม มีความสม่าเสมอในหน้าที่ของตน ๆ ที่เป็นองค์แห่งการรู้ ร้อยสัง ๔ มีตัตตรมัมหมัตตตาเจตสิก ๘ ที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหา กิริยา จิต ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖ เป็นองค์ ธรรม<sup>๑๘๕</sup>

ธรรมทั้ง ๗ นี้เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ เป็นคุณสมบัติ ๗ ประการของพระอรหันต์บุคคลได้แก่ สติเป็น ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความระลึกได้ ธัมมวิจยะเป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือการเลือกเฟ้นธรรม วิริยะเป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความเพียร ปีติเป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความอิ่มใจ

<sup>๑๘๔</sup> ดูรายละเอียดใน อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๖๖-๔๘๕/๓๕๘-๓๗๐.

<sup>๑๘๕</sup> พระสัทธัมม โขติกะ ธัมมาจริยะ, **ปริจเฉทที่ ๓ และ ปริเฉทที่ ๗**, หน้า ๑๓๘-๑๓๙.

ปัสสัทธิเป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความสงบกายสงบใจ สมาธิเป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความตั้งมั่นแห่งจิต และอุเบกขาเป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความวางเฉย องค์ธรรมทั้ง ๗ นี้ ปรากฏในทุกขั้นตอนของการเจริญวิปัสสนา เมื่อพิจารณาตามขั้นตอนของลำดับญาณแล้ว องค์ธรรมทั้ง ๗ จะปรากฏชัดในญาณที่ ผู้ปฏิบัติเริ่มเห็นความเกิดดับของสภาวธรรมต่าง ๆ<sup>๑๘๖</sup> สรุปว่า บุคคลที่จะตรัสรู้หรือบรรลุธรรมได้นั้น จะต้องประกอบด้วยคุณสมบัติทั้ง ๗ ประการเหล่านี้โดยครบถ้วนสมบูรณ์ จะขาดคุณสมบัติข้อใดข้อหนึ่งแม้เพียงข้อเดียวก็ไม่สามารถจะบรรลุโลกุตตรธรรมได้

### ๑๑.๒.๓ ความหมายสติสัมโพชฌงค์ตามอรรถนัย

มีคนส่วนมากเข้าใจในหลักการปฏิบัติผิด ๆ ถูก ๆ ว่า การปฏิบัติกรรมฐานนั้น จะทำให้ผู้ปฏิบัติสติแตกเป็นบ้าเสียสติวิกลจริตวิปลาสไปต่าง ๆ นานา นั้นเป็นการเข้าใจผิดในหลักการปฏิบัติกรรมฐาน เพราะในการปฏิบัติบางครั้งผู้ปฏิบัติจะเคร่งเครียดอยู่กับการกำหนดรู้ปัจจุบันอารมณ์อย่างจดจ่อต่อเนื่องเพื่อไม่ให้ขาดสติ แต่พอสติแก่กล้าปรากฏชัดเจนนั่นขึ้นมากับมีความเข้าใจว่า ตนบรรลุธรรมแล้ว กลายเป็นผู้วิเศษเสียแล้ว เพราะมีสภาวะของสติรู้เท่าทันปัจจุบันได้ชัด สติชนิดนี้ ท่านเรียกว่า อุပ္ปฏฐาน<sup>๑๘๗</sup> คือ สติที่เกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา หากไม่มีกัลยาณมิตรอยู่ใกล้ชิดจะกลายเป็นบ้าอย่างที่ว่า ในเรื่องนี้มีตัวอย่าง พระฝรั่งลูกศิษย์สำนักกรรมฐานแห่งหนึ่งที่เชียงใหม่ ท่านปฏิบัติกรรมฐานแล้วกลับไปปฏิบัติต่อที่ประเทศของตน พอพบกับสภาวะแห่งสติที่รู้เท่าทันรูปนามปรากฏชัดเจนนึกคิดว่าตนเองบรรลุ ใครไปพบจะให้กราบไหว้ เพราะถือตัวเองเป็นผู้วิเศษ จนลูกศิษย์ที่อยู่ใกล้ชิดรายงานบอกทางวิปัสสนาจารย์ที่อยู่ประเทศไทยว่า ตอนนี้อยู่ปฏิบัติวิปลาสเสียแล้ว ทางวิปัสสนาจารย์จึงบอกไปว่า ให้ระงับการปฏิบัติก่อน รออาจารย์ไปแก้ อารมณ์ให้ จากตัวอย่างนี้ชี้ให้เห็นว่า สติมีมากเกินไปจนทำให้เกิดความเข้าใจผิด

แต่สติดี กล่าวโดยสภาวะได้แก่ สติเจตสิก ในอภิธรรมท่านกล่าวว่า “ระลึกอันใดมิได้มีโทษแล้ว จัดเป็นสัมมาสติ ด้วยว่าเป็นปัจจัยให้สำเร็จ โลกุตตรสมัตติในภพเบื้องหน้า”<sup>๑๘๘</sup> ในปาฐกถาธรรมพิเศษ โดยอาจารย์ไชยวัฒน์ กปิลกาญจน์ อธิบายว่า สติทั้งหลายที่โยคีพึงประกอบให้บริบูรณ์ เพื่อความเกิดขึ้นแห่งพระอริยมรรค เป็นโพชฌงค์ที่ต้งาม ชื่อว่า สติสัมโพชฌงค์ สตินี้เป็นหัวใจของกุศลธรรมทั้งหลาย คือเป็นสิ่งสำคัญที่สุด พระพุทธองค์ทรงยกย่องว่า สตินี้เป็นจุดประกายแห่งความปรารถนาในไตรโลก ได้แก่ มนุษย์โลก เทวโลก พรหมโลก ล้วนมีสติเป็นหัวใจในการดำรงอยู่ในคุณงามความดี อีกอย่างคนเราถ้าไม่มีสติอาจหมดบุญง่าย ๆ เพราะถือว่า เป็นผู้ตั้งอยู่ในความตายทุกขณะจิต

ความระลึกได้ ไม่ใช่เพียงการระลึกแบบธรรมดา ๆ แต่หมายถึงการเฝ้าดูอย่างตื่นตัวที่ตรงต่ออารมณ์ ด้วยเหตุนี้จึงเรียกชื่อให้ตรงกับความเป็นจริงคือ “พลังแห่งการเฝ้าดู”<sup>๑๘๙</sup> หมายถึงการเฝ้าดูอย่าง

<sup>๑๘๖</sup> พระกัมมัฏฐานาจารย์ยะ อุ ปันติตาภิวงสะ, โพชฌงค์, หน้า ๓.

<sup>๑๘๗</sup> พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ.๙), วิปัสสนาที่ปณี, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ดอกหญ้า ๒๕๔๕), หน้า ๑๖๘-๑๖๙.

<sup>๑๘๘</sup> สำนักงาน ลูก ส.ธรรมภักดี, พระอภิธรรมพิสดาร ๗ คัมภีร์แทนคุณพระชนกชนนีมารดาบิดา, (พระนคร : คลังสังฆภัณฑ์ ลูก ส.ธรรมภักดี, ๒๕๐๒), หน้า ๔๙๒.

<sup>๑๘๙</sup> พระกัมมัฏฐานาจารย์ยะ พระปันติตาภิวงค์, In This Very Life รู้แจ้งในชาตินี้, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๑๔๒.

จริงจัง ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของสติ ท่านอุปมาเหมือนการโยนก้อนหินลงไปในลำธาร มันจะจมลงสู่ก้นลำธารทันที เป็นลักษณะของสติที่ยังลึกลงสู่อารมณ์ ซึ่งไม่สัมผัสผิวผืนแล้วผ่านไป สตินี้มีหน้าที่คือความจดจ่อต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลา โดยไม่หลงลืม ซึ่งจะส่งผลให้เกิดสติที่แท้จริงได้แก่ “การรู้อารมณ์เฉพาะหน้าเท่านั้น”<sup>๑๔๐</sup> การปฏิบัติที่เข้มงวดในการพิจารณาอารมณ์อย่างละเอียดถี่ถ้วน การกำหนดรู้อารมณ์ซ้ำ ๆ ทำให้สติถูกกระตุ้นและตั้งมั่นอยู่กับอารมณ์ที่กำหนด ทำให้กิเลสไม่สามารถเกิดขึ้นมาได้เลย หากสามารถรักษาไว้มิให้มันขาดสาย จิตจะบริสุทธิ์ อันเป็นผลให้เกิดปัญญาที่เข้าไปรู้ลักษณะที่แท้จริงของกายและจิตในตัวเองได้ ทำให้สามารถรู้ในอริยสัจคือ กายและจิตนี้ เป็นทุกข์ จากนั้นอริยสัจอีกสามประการจะเกิดขึ้นมาเอง “เนื่องจากมีสติระลึกรู้ในทุกขณะที่สภาวะธรรมทางกายและจิตเกิดขึ้น ตัณหาจึงไม่อาจเกิดขึ้นได้ ตัณหาเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เมื่อปราศจากตัณหา ความทุกข์ก็หายไป ความดับทุกข์จะปรากฏชัดเมื่อโมหะและกิเลสอื่น ๆ ถูกทำลายไป”<sup>๑๔๑</sup>

ในการเจริญสตินั้นพระอรรถกถาจารย์แนะนำว่า มีหลักการอยู่ ๔ วิธี คือ

- ๑) ต้องมีสติและสัมปชัญญะ หมายถึงความระลึกได้และความรู้ตัวทั่วพร้อม ในขณะที่เดิน ยืน คู้ นั่ง เหยียด หัน เหลี้ยว และอิริยาบถต่าง ๆ
- ๒) เว้นจากบุคคลผู้ลืมนสติ หมายถึง การไม่อยู่กับบุคคลที่ไม่ปฏิบัติ ที่ชอบพูดคุยในเรื่องไร้สาระเป็นต้น อันเป็นสาเหตุให้สติขาด หรือสูญเสียไปอย่างรวดเร็ว
- ๓) คบหาสมาคมกับผู้ที่มีสติ หมายถึง กลุ่มบุคคลที่ปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ อันเป็นสาเหตุให้สติพัฒนาไปอย่างรวดเร็วและมั่นคง
- ๔) น้อมใจไปใน การเจริญสติ หมายถึงการตั้งใจในการเจริญสติถือเป็นเรื่องสำคัญที่จะต้องระลึกถึงก่อนเสมอไม่ว่าจะทำอะไร

สำหรับข้อ ๒) และ ๓) มีปรากฏในมงคล ๓๘ ว่า อเสวนา จ พาลานํ (ผู้ลืมนสติ) ปณฺธิ ตานญจ เสวนา (ผู้มีสติ)

สตินี้จะไม่เกิดแก่การปฏิบัติผิดคือ การรับรู้อย่างสัญชาตญาณ เช่นสัตว์เดรัจฉาน เพราะมันมีการรู้ตัวแต่ไม่ทำให้เกิดมรรค ผลได้ แต่หากปฏิบัติถูกจะเกิดสติปัฏฐานคือ ต้องตั้งอยู่ในไตรสิกขาและต้องละความยึดถือว่าเป็นตัวตนบุคคลเราเขาเสียได้ คือการถอนอัตตสัญญา ตลอดจนละกิเลส ตัณหา มานะ ทิฏฐิได้ด้วย

ข้อแตกต่างระหว่างผู้เจริญสติถูกต้องกับผู้เจริญสติผิด คือ “การรู้ชัดและรู้ไม่ชัด”<sup>๑๔๒</sup> เพราะพระพุทธองค์ประสงค์ถึงการรู้ด้วยปัญญาญาณ ซึ่งเป็นมหากุศลจิตญาณสัมปยุตอันเป็นไปในไตรสิกขา ส่วนผู้ปฏิบัติผิดนั้นก็รู้ แต่รู้ไม่ชัดเพราะไม่ประกอบด้วยไตรสิกขาและไม่ใช้รู้ด้วยญาณปัญญา

สติปัฏฐานที่อบรมดีแล้วด้วยศีล สมาธิ และปัญญาแล้ว จะส่งผลให้เกิดสติที่เป็นใหญ่แก่กล้า เมื่อสติแก่กล้าเต็มที ทำให้สตินั้นมีกำลังในการละกิเลส เป็นเหตุให้เกิดความรู้แจ้งในกองสังขาร แล้วเกิดปัญญารู้แจ้งในอริยสัจตามความเป็นจริง

<sup>๑๔๐</sup> พระกัมมัฏฐานาจริยะ พระปณฺธิตาทิววงศ์, In This Very Life รู้แจ้งในชาตินี้, หน้า ๑๔๔.

<sup>๑๔๑</sup> เรื่องเดียวกัน. หน้า ๑๔๖.

<sup>๑๔๒</sup> พระสมบัตินนทิกโก, กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน อิริยาบถบรรพ, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : รุ่งเรืองการพิมพ์, ๒๕๔๕), หน้า ๑๐.

ในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกายปฏิสัมภิตามรรค<sup>๑๙๓</sup> ได้กล่าวถึงพระสารีบุตรกล่าวสอนเหล่าภิกษุว่า ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย สติสัมโพชฌงค์ของเรามีอยู่ หมายถึงความดับปรากฏอยู่ สติสัมโพชฌงค์ของเรามีอยู่เช่นกัน เปรียบเหมือนเมื่อดวงประทีปที่ตามด้วยน้ำมันกำลังสว่างอยู่ เปลวไฟมีเพียงใด แสงก็มีเพียงนั้น แสงมีเพียงใด เปลวไฟก็มีเพียงนั้น ฉนั้นใด ความดับปรากฏอยู่เพียงใด สติสัมโพชฌงค์ของเราก็มีอยู่เพียงนั้น ฉนั้นนั้น ความรู้ว่าสติมีอยู่บริบูรณ์ กิเลสทั้งหลายที่กลุ่มมรรคอยู่นั้น<sup>๑๙๔</sup> ซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจาให้คนรู้ ความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีมากเท่าใด ความดับแห่งความอยากก็มีเท่านั้น เพราะเป็นสภาวะที่ไม่มีการปรุงแต่ง สติสัมโพชฌงค์ของเราก็ชื่อว่าไม่มีอยู่เพียงนั้น เมื่อเราปรารถนาสติดีแล้ว กิเลสทั้งหลายทั้งปวงเที่ยว คือความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีสูง ๆ ต่ำ ๆ เมื่อถึงความดับแห่งความอยากแล้ว ก็มีแต่ความเรียบง่ายเป็นธรรมดา เพราะความเป็นธรรมละเอียดประณีต สติสัมโพชฌงค์ของเราก็ชื่อว่าปรารถนาด้วยดีมีอยู่อย่างนั้น เมื่อเรากำลังเที่ยวไปย่อมรู้ซึ่งสติสัมโพชฌงค์ที่ตั้งอยู่ว่า สติสัมโพชฌงค์มีอยู่ แม้สติสัมโพชฌงค์ของเราเคลื่อนไป เราย่อมรู้ว่า สติสัมโพชฌงค์ของเราเคลื่อนไปเพราะปัจจัยนี้

สติสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘<sup>๑๙๕</sup> ท่านอธิบายว่า สติสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ คือ สติสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงความเกิด ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความไม่นึกถึงความเป็นไป ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีนิมิต ด้วยความไม่นึกถึงนิมิต ด้วยความนึกถึงนิโรธ และ ด้วยความไม่นึกถึงสังขาร สติสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘

ส่วน สติสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘ คือ สติสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยความนึกถึงความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเกิด ด้วยความนึกถึงความเป็นไป ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความนึกถึงนิมิต ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีนิมิต และ ด้วยความไม่นึกถึงนิโรธ ด้วยความนึกถึงสังขาร สติสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘

ท่านอุปมาไว้ว่า เปรียบเหมือนตู้เก็บผ้าของพระราชชา หรือของราชมหาดำรงอามาตย์ เต็มด้วยผ้าสีต่าง ๆ พระราชาหรือราชมหาดำรงอามาตย์นั้นประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเช้า ก็ใช้ผ้าคู่ นั้น ประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเที่ยง ในเวลาเย็น ก็ใช้ผ้าคู่ นั้น

สรุปสติสัมโพชฌงค์คือ “สติในสติปัญญา เมื่อเจริญขึ้นมีสภาพเป็นสตินทรีย์ สติพละ สติสัมโพชฌงค์ และสัมมาสติ”<sup>๑๙๖</sup> กล่าวโดยสภาวะได้แก่สติเจตสิก ในอภิธรรมท่านกล่าวว่า “ระลึกอันใดมิได้มีโทษแล้ว จัดเป็นสัมมาสติ ด้วยว่าเป็นปัจจัยให้สำเร็จ โลกุตตรสมบัติในภพเบื้องหน้า”<sup>๑๙๗</sup> ในปาฐกถาธรรมพิเศษ โดยอาจารย์ไชยวัฒน์ กปิลกาญจน์ อธิบายว่า สติทั้งหลายที่โยคีพึงประกอบให้บริบูรณ์ เพื่อความเกิดขึ้นแห่งพระอรหันตผล เป็นโพชฌงค์ที่ต้งาม ชื่อว่า สติสัมโพชฌงค์ สตินี้เป็นหัวใจของกุศลธรรมทั้งหลาย คือเป็นสิ่งสำคัญที่สุด พระพุทธองค์ทรงยกย่องว่าสตินี้เป็นจุดประกายแห่งความ

<sup>๑๙๓</sup> ติรายนละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๑๙.

<sup>๑๙๔</sup> ปริญญาฐานกิเลส.

<sup>๑๙๕</sup> ติรายนละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๒๐.

<sup>๑๙๖</sup> ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, พุทธปัญญาคู่มือการสร้างปัญญา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธนัชการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๘๒.

<sup>๑๙๗</sup> สำนักงาน ลูก ส.ธรรมภักดี, พระอภิธรรมพิสดาร ๗ คัมภีร์แทนคุณพระชนกชนนีมารดาบิดา, (พระนคร : คลังสังฆภัณฑ์ ลูก ส.ธรรมภักดี, ๒๕๐๒), หน้า ๔๙๒.



ปรารถนาในไตรโลก ได้แก่ มนุษย์โลก เทวโลก และพรหมโลก ล้วนมีสติเป็นหัวใจในการดำรงอยู่ในคุณงามความดี อีกอย่างคนเรากล้าไม่มีสติอาจหมดบุญง่าย ๆ เพราะถือว่า เป็นผู้ตั้งอยู่ในความตายทุกขณะจิต

#### ๑๑.๔.๔ ความหมายธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ตามสัททนต์ และองค์ธรรม

**ธัมมวิจย** แปลว่า การพิจารณาธรรม องค์ธรรมคือ ปัญญาเจตสิก

ในคัมภีร์อภิธานวรรณนา ได้กล่าวไว้ในคาถาที่ ๑๕๓ ท่านไม่ได้กล่าวความหมายไว้โดยตรง แต่ท่านจัดคำว่าวิจยะไว้ในกลุ่มของปัญญา ซึ่งหมายความว่า วิจยะ แปลว่า ปัญญา เพราะท่านยกตัวอย่างของคำไวพจน์ไว้ว่า วิมีสา, วิจย, สมเปกษา, อุปลทธิ, ปฏิปัตติ, ฌตติเจตนา

คาถาที่ ๗๗๔ ว่า วิจย (วิ + จิ จย + ณ) การคัด เลือก การวิจย การคั่นคว่ำ

วิเคราะห์ว่า วิจยเตติ วิจโย แปลว่า การวิจย ชื่อว่า วิจยะ (ลบ ณ, วุทธิ อิ เป็น เอ, อาเทศ เอ เป็น จย, ลบสระหน้า) และวิเคราะห์ว่า “อนิจจาทีนิ วิจินาตีติ วิจโย”<sup>๑๙๘</sup> แปลว่า การวิจยซึ่งธรรมที่ไม่เที่ยงเป็นต้น ชื่อว่า วิจยะ

นอกจากนี้ยังมีศัพท์ที่แปลว่า การวิจย คือ มคคณา (มคค อเนวสเน + ยุ + อา) การคัด, การเลือก, การวิจย, การคั่นคว่ำ มีวิเคราะห์ว่า มคคิยเตติ มคคณา แปลว่า การคั่นคว่ำ ชื่อว่า มคคณา (อาเทศ ยุ เป็น อน, ลบสระหน้า) ถ้า อุปเม มคคณา ศัพท์เป็นไปในอิทธิลึงค์และนปุงสกลึงค์ (ไม่ใช่สภาวะของชายและหญิง) ดังตัวอย่างว่า กามานํ เอสนา คเวสนา มคคณา ปฏฐานา<sup>๑๙๙</sup> แปลว่า การเสาะแสวงหาไขว่คว้า ปรารถนาแห่งกามทั้งหลาย<sup>๒๐๐</sup>

**สํ** แปลว่า พร้อม กับ **ตี** สามัคคี หมายความว่า ต้องพร้อมด้วยหลัก ๓ คือ อาตปปี (ความเพียร) สัมปะชาโน (ความรู้ตัวเสมอ) สติ (ความระลึกได้) จึงจะละโลก โกรธ หลงได้

**โพชฌ** แปลว่า ปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้

**องค** แปลว่า องค์ เหตุ ส่วน ภาค

ดังนั้น **ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์** แปลว่า องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้คือธัมมวิจยะ

#### ๑๑.๔.๕ ความหมายธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ตามอรรถนัย

คนส่วนมากมักเข้าใจว่า การนึกคิดพิจารณาอารมณ์จากหนังสือ หรือสื่อธรรมต่าง ๆ แล้วโน้มน้ำจิตเข้าไปตามที่ได้อ่าน และได้ฟังนั้น สามารถทำให้บรรลุธรรม ผลได้ เป็นความรู้อีกระดับหนึ่ง แต่ผู้ที่ปฏิบัติ นั้นจะพบเห็นว่า ในการกำหนดรู้กิริยาอาการของรูปนามอยู่นั้นมีความแคล่วคล่องว่องไวอย่างน่าอัศจรรย์ยิ่งนัก มีความรู้เฉียบแหลมคมเกินมนุษย์ธรรมดาจะรู้และเข้าใจได้ มีความเก่งกาจเกินครูอาจารย์ เพราะเป็นปัญญาที่เกิดจากการบำเพ็ญวิปัสสนา เรียกปัญญานี้ว่า ญาณ<sup>๒๐๑</sup> คือสภาวะทางปัญญาที่รู้เข้าใจในรูป

<sup>๑๙๘</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (บาลี) ๗/๑/๘๐/๓๙๘.

<sup>๑๙๙</sup> ดูรายละเอียดใน ส.ม.อ. (บาลี) ๑/๓/๑๖๑/๒๐๒.

<sup>๒๐๐</sup> พระโมคคัลลานเถระ, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า ๙๓๗-๘.

<sup>๒๐๑</sup> พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร ป.ธ.๙), วิปัสสนาที่ปณี, หน้า ๑๕๑.

นามตามความเป็นจริงได้ประจักษ์โดยไม่ต้องไปนั่งฟังธรรมะ หรือนั่งอ่านหนังสือเป็นวัน ๆ ทำให้ผู้ที่เกิดปัญหานี้คิดว่า ตนได้บรรลุมรรค ผล แล้ว จึงมีการคิดวาทมโนภาพ อยากชักชวนพ่อแม่ ผู้มีอุปการคุณทั้งหลายให้มาปฏิบัติธรรมและรู้เข้าใจในธรรมอย่างที่ตนประสบอยู่ อันนี้ยังไม่ใช่อัมมวิจยสัมโพชฌงค์

ในเรื่องนี้มีตัวอย่างคือ ท่านพระมหานาคเถระ ผู้เป็นเจ้าของสำนักปฏิบัติแห่งหนึ่ง มีความรู้ความเชี่ยวชาญในพระไตรปิฎก สามารถตอบคำถามของพระธรรมทินนมหาเถระผู้เป็นลูกศิษย์ได้ถึง ๑,๐๐๐ ข้อ โดยไม่ผิดแม้ข้อเดียว ท่านหลงคิดว่าตนมีปัญญาหลุดพ้นแล้วจริง ๆ ลูกศิษย์เลยให้ท่านอาจารย์เนรมิตช้างด ๆ ให้วิ่งเข้ามาหา ปรากฏว่าท่าน ตกใจกลัวช้างนั้น ลืมสติลุดจากอาสนะ ลูกศิษย์จึงดึงจิวรแล้วให้สติว่า อาจารย์ ธรรมดาพระอรหันต์จะไม่ตกใจหรือหวาดกลัวต่อมรณภัยมิใช่หรือ พอท่านได้สติ จึงกราบลูกศิษย์และขอกรรมฐาน เพื่อเจริญปัญญา สุดท้ายได้บรรลุอรหันต์<sup>๒๐๒</sup>

ฉันทนา อุตสาหลักษณะกล่าวไว้ในหนังสือพุทธปัญญาคู่มือการสร้างปัญญาว่า อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ได้แก่ การเข้าถึงปัญญาวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งปัญญา ๕ ประการ คือ

- ๑) ญาณวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งปัญญาที่มีความเห็นถูกต้องตามความเป็นจริง
- ๒) กังขาวิตรณวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งปัญญาที่ข้ามพ้นจากความสงสัย
- ๓) มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งปัญญาที่รู้ว่า นี้ใช่ทางหรือมิใช่ทางที่จะ

ดำเนินไปสู่พระนิพพาน

๔) ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของปัญญาที่รู้ทางปฏิบัติที่ถูกต้องแล้ว

๕) ญาณทัสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของปัญญาที่รู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔<sup>๒๐๓</sup>

เมื่อโยคีเจริญปัญญาเจตสิกมากขึ้น ๆ ความสำเร็จทางปัญญาจะเกิดขึ้นทันที จากนั้นปัญญา นั้นจะแก่กล้า และมีกำลัง ส่งผลให้เกิดองค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้คือ อัมมวิจยะ ซึ่งต่อจากนั้นจะดำเนินไปด้วยปัญญาที่รู้แจ้งเห็นจริงในอริยสัจ ๔ ประการ

ในพระสูตรต้นปิฎก ขุททกนิกายปฏิสัมภิตามรรค<sup>๒๐๔</sup> ได้กล่าวถึงพระสารีบุตรกล่าวสอนเหล่าภิกษุว่า ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ของเรามีอยู่ หมายความว่า ความดับปรากฏอยู่ อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ของเราก็มีอยู่เช่นกัน เปรียบเหมือนเมื่อดวงประทีปที่ตามด้วยน้ำมันกำลังสว่างอยู่ เปลวไฟมีเพียงใด แสงก็มีเพียงนั้น แสงมีเพียงใด เปลวไฟก็มีเพียงนั้น ฉะนั้น ความดับปรากฏอยู่เพียงใด อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ของเราก็มีอยู่เพียงนั้น ฉะนั้น ความรู้ว่า อัมมวิจยสัมโพชฌงค์มีอยู่บริบูรณ์ คือกิเลสทั้งหลาย ที่กลุ่มมรรคอรุณอยู่ในใจ ซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจาให้คนรู้ คือความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีมากเท่าใด ความดับแห่งความอยากก็มีเท่านั้น เพราะเป็นสภาวะที่ไม่มีการปรุงแต่ง อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ของเราก็มีอยู่เพียงนั้น เมื่อเราปรารถนาอัมมวิจยะดีแล้ว กิเลสทั้งหลาย กิเลสที่กลุ่มมรรคอรุณอยู่ในใจ ซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจาให้คนรู้ คือ ความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีสูง ๆ ต่ำ ๆ เมื่อถึงความดับแห่งความอยากแล้ว ก็มีแต่ความเรียบง่ายเป็นธรรมดา เพราะความเป็นธรรมละเอียดประณีตอัมมวิจยสัมโพชฌงค์ของเราก็มีอยู่เพียงนั้น เมื่อเรากำลังเที่ยวไปย่อมรู้อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ที่ตั้งอยู่ว่า อัมมวิจยสัมโพชฌงค์มีอยู่

แม้อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ของเราเคลื่อนไป เราย่อมรู้ว่า อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ของเราเคลื่อนไป เพราะปัจจัยนี้ อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘ อธิบายว่า

<sup>๒๐๒</sup> อ่างใน พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร ป.ธ. ๙), **วิปัสสนาทีปนี**, หน้า ๑๕๒-๑๕๖.

<sup>๒๐๓</sup> ฉันทนา อุตสาหลักษณะ, **พุทธปัญญาคู่มือการสร้างปัญญา**, หน้า ๘๒.

<sup>๒๐๔</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๑๙.

อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ คือ อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงความเกิด ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความไม่นึกถึงความเป็นไป ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีนิมิต ด้วยความไม่นึกถึงนิมิต ด้วยความนึกถึงนิโรธ และ ด้วยความไม่นึกถึงสังขาร

อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ส่วน อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘<sup>๒๐๕</sup> คือ อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยความนึกถึงความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเกิด ด้วยความนึกถึงความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความนึกถึงนิมิต ด้วยความไม่นึกถึงนิมิต และ ด้วยความไม่นึกถึงนิโรธ ด้วยความนึกถึงสังขาร อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘

ท่านอุปมาไว้ว่า เปรียบเหมือนตู้เก็บผ้าของพระราชินี หรือของราชมहाอำมาตย์ เต็มด้วยผ้าสีต่าง ๆ พระราชินีหรือราชมहाอำมาตย์นั้นประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเช้า ก็ใช้ผ้าคู่หนึ่ง ประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเที่ยง ในเวลาเย็น ก็ใช้ผ้าคู่หนึ่ง

สรุป อัมมวิจยสัมโพชฌงค์นี้ เป็นตัวปัญญา อัมมวิจยสัมโพชฌงค์เป็นปัญญาเจตสิก เจริญขึ้นเป็นวิมมังกัทธิบาท ปัญญาวิริย ปัญญาผล อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ สัมมาทิฏฐิ<sup>๒๐๖</sup> ตรงกับองค์มรรคข้อแรก คือ สัมมาทิฏฐิ ที่เป็นเหตุให้บรรลุถึงพระนิพพานได้ ดังมีปรากฏในพระ

อภิธรรมว่า “สัมมาทิฏฐินี้ชื่อว่า ข้อปฏิบัติอันยังสัตว์ให้ถึงซึ่งพระนิพพาน”<sup>๒๐๗</sup> ในปาฐกถาธรรมพิเศษ โดยอาจารย์ไชยวัฒน์ กปิลกาญจน์ ท่านเรียกวิปัสสนาปัญญาว่า อัมมวิจย เพราะเป็นไปโดยอาการวิจยธรรมว่าไม่เที่ยงเป็นต้น เป็นโพชฌงค์ที่ตีงาม ชื่อว่า อัมมวิจยสัมโพชฌงค์

จุดเด่นของปัญญาคือการเลือกเฟ้นธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริง ความเห็นชอบที่ประกอบด้วยวิตกคือการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์คือ ไตรลักษณ์ หมายความว่า ไม่ว่าจะเห็นอารมณ์ชนิดไหนก็ตามที่เกิดขึ้นมา ดีหรือไม่ดี ปัญญาสามารถพิจารณาพิจารณาจนสามารถรู้แจ้งแทงตลอดในสภาวธรรมเหล่านั้นว่า ธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง ธรรมทั้งหลายเป็นทุกข์ และธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา ความรู้แจ้งชัดในหลักไตรลักษณ์นี้เรียกว่า ปัญญาที่เรียกว่า อัมมวิจยสัมโพชฌงค์แท้

#### ๑๑.๔.๖ ความหมายวิริยสัมโพชฌงค์ตามสัททนต์ และองค์ธรรม

วิริยะ แปลว่า ความเพียร วิริยเจตสิก

ในคัมภีร์อภิธานวรรณนา ได้กล่าวไว้ในคาถาที่ ๑๕๖, ๑๐๙๔

<sup>๒๐๕</sup> คุรยลละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๒๐.

<sup>๒๐๖</sup> ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, พุทธปัญญาคู่มือการสร้างปัญญา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธนัชการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๙).

<sup>๒๐๗</sup> สำนักงาน ลูก ส.ธรรมภักดี, พระอภิธรรมปิสดาร ๗ คัมภีร์ แทนคุณพระชนกชนนีมารดาบิดา, (พระนคร : คลังสังฆภัณฑ์ ลูก ส.ธรรมภักดี, ๒๕๐๒), หน้า ๔๘๘.

คาถาที่ ๑๕๖ ว่า วิริย (วิรสทูปปท + อีร คตยัม + อ) ความพยายาม, ความเพียร, วิริยะ, ขวนขวาย วิเคราะห์ว่า วิเร สาธู, วีรานัง วา กम्मัม, วิธินา วา อีรยิตัพพัม ปวตเตตพพนติ วิริยัม แปลว่า การทำในสิ่งที่ดีหรือของคนดี หรือความพยายามที่เป็นไปตามวิธี ชื่อว่า วิริยะ (รัสสะอิชของปัจจัยเป็น อ) อีกอย่างหนึ่งวิเคราะห์ว่า “มม ปน อจจารทุธ วิริยัม”<sup>๒๐๘</sup> แปลว่า “ความเพียรอันเราปรารถนาอย่างยิ่งแล้ว”<sup>๒๐๙</sup>

คาถาที่ ๑๐๘๔ วิริยศัพท์มี ๒ อย่างคือ พละ เรี่ยวแรง และปภาวะ ความมุ่งมั่น<sup>๒๑๐</sup> สัม แปลว่า พร้อม กับ ดี สามัคคี หมายความว่า ต้องพร้อมด้วยหลัก ๓ คือ อาตปปี (ความเพียร) สัมปะชาโน (ความรู้ตัวเสมอ) สติ (ความระลึกได้) จึงจะละโลก โกรธ หลงได้ โภขณ แปลว่า ปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้  
องค แปลว่า องค์ เหตุ ส่วน ภาค  
ดังนั้น วิริยสัมโพชฌงค์ แปลว่า องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้คือความเพียร

#### ๑๑.๔.๗ ความหมายวิริยสัมโพชฌงค์ตามอรรถนัย

คนส่วนมากมักตำหนิคนขี้เกียจว่าไม่ดี แต่บางคนกล่าวว่า คนโง่งยังใช้ความเพียรมากก็ยิ่งสร้างปัญหามากกว่าผู้ฉลาดถึงแม้จะทำน้อยแต่มีประโยชน์มาก ด้วยเหตุนี้เราจึงควรมารู้จักความเพียรทั้ง ๒ แบบ คือ ความเพียรไม่ดี กับ ความเพียรดีว่ามีลักษณะต่างกันอย่างไร

ในการปฏิบัติกรรมฐานนั้น ปรากฏสภาวะที่ขยันขึ้นขึ้นมาจนผิดปกติจนไม่สนใจกิจวัตรอย่างอื่น ไม่หลับนอน ไม่รับประทานอาหาร มีจิตมุ่งไปสู่พระนิพพานอย่างเดียว ด้วยเข้าใจว่า สิ่งที่ดีปฏิบัติอยู่ถูกทางแล้ว ปฏิบัติอีกก็ใจเดียวก็บรรลุธรรม ผล นิพพานได้แล้ว ใครจะมาชักชวนพูดคุย หรือแม้แต่วิปัสสนาจารย์เตือนก็ไม่เชื่อ กลับคิดในใจว่า คนพวกนี้ไม่รู้จักหนทางที่ถูกต้อง มัวแต่เกียจคร้านเมื่อไหร่จะสำเร็จมรรค ผล ผู้เราไม่ได้กำหนดอย่างเดียวเดียวไปนิพพาน วิริยะที่เกิดขึ้นเพราะวิปัสสนานี้ เรียกว่า ปิคคาหะ<sup>๒๑๑</sup> คือ ความขยันในการปฏิบัติวิปัสสนาอย่างไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย ยอมตายเพราะความเพียรที่เกิดขึ้น คิดว่า เป็นหนทางพ้นทุกข์ความเพียรชนิดนี้เป็นการบั่นทอนกำลังกายของผู้ปฏิบัติให้ลดน้อยลง เหมือนตอนที่พระพุทธองค์ทรงบำเพ็ญทุกรกิริยานั้นใช้ความเพียรนี้มาแล้ว แต่ไม่สำเร็จ นี่เป็นความเพียรที่ไม่ดี เพราะมีความเพียรทางจิต แต่ความเพียรทางกายไม่ได้จึงทำให้ไม่สามารถบรรลุธรรมได้

ส่วนความเพียรดีนั้น คือ ต้องมีความเพียรทางกายด้วย และต้องมีความเพียรทางจิตด้วย ควบคู่กันไป จึงจะได้ชื่อ สัมมาวายามะ อันเป็นหลักในมัชฌิมาปฏิบัติภา นำพาไปสู่ความพ้นทุกข์ได้จริง เหมือนตอนที่พระพุทธองค์ละจากการบำเพ็ญทุกรกิริยาหันมา เดินทางสายกลาง

<sup>๒๐๘</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๔/๙.

<sup>๒๐๙</sup> พระโมคคัลลานเถระ, *คัมภีร์อภิธานวรรณนา*, แปลโดย พระมหาสมปอง มุทิโต, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๒), หน้า ๒๑๑.

<sup>๒๑๐</sup> เรื่องเดียวกัน. หน้า ๑๐๒๙.

<sup>๒๑๑</sup> พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ.๙), *วิปัสสนาที่ปณี*, หน้า ๑๖๗.

กุศลจิตที่เกิดขึ้นโดยอาศัยวิริยเจตสิกเป็นองค์ประกอบแล้ว สามารถละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไปได้ หรืออกุศลใหม่ที่จะเกิดขึ้นไม่ให้มีโอกาสเกิดขึ้น และเจริญกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้นมาได้ แล้วยังสามารถรักษากุศลที่เกิดขึ้นอยู่แล้วเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป ความสมบูรณ์แห่งกิจดังกล่าวส่งผลให้เกิดความเพียรนั้นสำเร็จได้ เกิดเป็นความเพียรที่แก่กล้า และเป็นความเพียรที่มีกำลังต่อสู้กับอุปสรรคกิเลสที่ขวางกั้นให้หมดไป ด้วยความเพียรชอบนั้น อันเป็นองค์แห่งมรรคที่ จะส่งผลให้เกิดองค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้คือ วิริยะที่บริบูรณ์

ในพระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกายปฎิสัมภิตามรรค<sup>๒๑๒</sup> ได้กล่าวถึงพระสารีบุตรกล่าวสอนเหล่าภิกษุทั้งหลาย ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย วิริยสัมโพชฌงค์ของเรามีอยู่ หมายความว่า ความดับปรากฏอยู่ วิริยสัมโพชฌงค์ของเราที่มีอยู่เช่นกัน เปรียบเหมือนเมื่อดวงพระอาทิตย์ที่ตามด้วยน้ำมันกำลังสว่างอยู่ เปลวไฟมีเพียงใด แสงก็มีเพียงนั้น แสงมีเพียงใด เปลวไฟก็มีเพียงนั้น ฉนั้นใด ความดับปรากฏอยู่เพียงใด วิริยสัมโพชฌงค์ของเรามีอยู่เพียงนั้นฉนั้นความรู้ว่า วิริยสัมโพชฌงค์มีอยู่บริบูรณ์ กิเลสทั้งหลายที่กลุ่มมรรคกุ่มอยู่ในใจ ซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจาให้คนรู้คือ ความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีมากเท่าใด ความดับแห่งความอยากก็มีเท่านั้น เพราะเป็นสภาวะที่ไม่มีมีการปรุงแต่ง วิริยสัมโพชฌงค์ของเราก็ชื่อว่ามีอยู่เพียงนั้น เมื่อเราปรารถนาความเพียรดีแล้ว กิเลสทั้งหลายที่กลุ่มมรรคกุ่มอยู่ในใจ ซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจาให้คนรู้ทั้งปวงเที่ยวคือ ความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีสูง ๆ ต่ำ ๆ เมื่อถึงความดับแห่งความอยากแล้วก็มีแต่ความเรียบง่ายเป็นธรรมดา เพราะความเป็นธรรมละเอียดประณีตวิริยสัมโพชฌงค์ของเราชื่อว่าปรารถนาด้วยดีมีอยู่ เรากำลังเที่ยวไปย่อมรู้ซึ่งวิริยสัมโพชฌงค์ที่ตั้งอยู่ว่า วิริยสัมโพชฌงค์มีอยู่ แม้วิริยสัมโพชฌงค์ของเราเคลื่อนไป เราย่อมรู้ว่า วิริยสัมโพชฌงค์ของเราเคลื่อนไปเพราะปัจจัยนี้ “วิริยสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘ ท่านอธิบายว่า วิริยสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘<sup>๒๑๓</sup> คือ วิริยสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงความเกิด ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความไม่นึกถึงความเป็นไป ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีนิमित ด้วยความไม่นึกถึงนิमित ด้วยความนึกถึงนิโรธ และ ด้วยความไม่นึกถึงสังขาร วิริยสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ส่วน วิริยสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘ คือวิริยสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยความนึกถึงความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเกิด ด้วยความนึกถึงความเป็นไป ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความนึกถึงนิमित ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีนิमित และ ด้วยความไม่นึกถึงนิโรธ ด้วยความนึกถึงสังขารวิริยสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘

ท่านอุปมาไว้ว่า เปรียบเหมือนตุ๊กเก็บผ้าของพระราชา หรือของราชมหากษัตริย์ เต็มด้วยผ้าสีต่าง ๆ พระราชาหรือราชมหากษัตริย์นั้นประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเช้า ก็ใช้ผ้าคู่่นั้น ประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเที่ยง ในเวลาเย็น ก็ใช้ผ้าคู่่นั้น

สรุป วิริยสัมโพชฌงค์ คือ “วิริยเจตสิก เจริญขึ้นไปเป็นสัมมปธาน วิริยทธิบาท วิริยอินทริย์ วิริยพละ สัมมาวายามะ วิริยสัมโพชฌงค์”<sup>๒๑๔</sup> ความเพียรทั้งหลายที่เป็นกุศลนั้นเกิดขึ้นจากวิริยเจตสิก

<sup>๒๑๒</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๑๙-๕๒๐.

<sup>๒๑๓</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๒๐.

เพียงตัวเดียวเท่านั้น ในพระอภิธรรมท่านกล่าวความเพียรชอบได้แก่ สัมมปปธาน ๔ ซึ่งจัดเข้าในองค์แห่ง อริยมรรค ด้วยเหตุนี้ “สัมมาวายามะนีชื่อว่า ข้อปฏิบัติอันยังสัตว์ให้ถึงซึ่งพระนิพพาน”<sup>๒๑๕</sup> ในปาฐกถา พิเศษ อาจารย์ไชยวัฒน์ กปิลกาญจน์อธิบายว่า การที่โยคีปรารถนากายด้วยการขวนขวายในการ ทำวัตร ปฏิบัติให้เต็มบริบูรณ์เป็นต้น การที่โยคีปรารถนาทางใจด้วยความพยายามไม่ย่อหย่อนในกรรมฐาน เป็น โภชณงค์ที่ดีงาม ชื่อว่า วิริยสัมโพชณงค์

#### ๑๑.๔.๘ ความหมายปิตีสัมโพชณงค์ตามศัพท์ และองค์ธรรม

ปิติ แปลว่า ธรรมที่อิมเอิบ องค์ธรรมคือ ปิติเจตสิก

ในคัมภีร์อริยานวรรณนา ได้กล่าวไว้ในคาถาต่าง ๆ ดังนี้

คาถาที่ ๘๗ ว่า ปิติ (ปี + ตปเน + ติ) ความยินดี, ความร่าเริง, ปิติ

วิเคราะห์ว่า ปิเณติ ตปเปตติ ปิติ แปลว่า ความยินดีชื่อว่า ปิติ.

อุทาหรณ์ว่า ปิติติ ตฺถุจากรฎตา พลวปิตี<sup>๒๑๖</sup>

แปลว่า บทว่า ปิตี คือ ปิตีที่มีกำลังอันเป็นอาการของความยินดี

ศัพท์ที่แปลว่ายินดี, ร่าเริงมี ๑๓ ศัพท์ เช่น

หาส ตัวอย่างเช่น โก นุ หาโส กิमानนโท<sup>๒๑๗</sup> แปลว่า ร่าเริงยินดีอะไรกันหนอ

อตตมนตา ตัวอย่างเช่น ทฺฐุจสส หิโมน อตตนา นามน โหติ ตสส ภาโว อตตมนตา ปา

โมชฺชํ แปลว่า เพราะว่ามีผู้ใจเสียแล้ว ย่อมไม่มีใจเป็นของตน ความเป็นผู้ใจเป็นของตนชื่อ

ว่าอตตมนตาได้แก่ความปราโมทย์ใจเช่นว่า “ยถารหิ ทานํ ทตฺวา จ อตตมนตา”<sup>๒๑๘</sup>

“ปิติปฺมุทิตสฺส ปิติ ชายติ”<sup>๒๑๙</sup> แปลว่า เมื่อปราโมทย์แล้วย่อมยินดี

“วิตติ เช่น ปรยจกามคุณปฏิสณฺณุตตา ปิติ ปาโมชฺชํ อาโมทนา ปโมทนา หาโส ปหาโส วิตติ ตฺถุจฺจ”<sup>๒๒๐</sup> แปลว่า มีความอิมใจ ปราโมทย์ เบิกบาน บันเทิง ร่าเริง ยิ้มแย้ม ปลื้มใจ ยินดี เพราะประกอบด้วยกามคุณ ๕

“ตฺถุจฺจ เช่น ตฺถุจฺจ โหติ สุขาวหา”<sup>๒๒๑</sup> แปลว่า ความยินดีย่อมนำสุขมาให้

“อานนฺท เช่น อานนฺโทติ อานนฺทปิตี”<sup>๒๒๒</sup> แปลว่า อานนฺโท คือ ความปิตียินดี

<sup>๒๑๕</sup> ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, พุทธปัญญาคู่มือการสร้างปัญญา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท รัชชการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๘๒.

<sup>๒๑๖</sup> สำนักงาน ลูก ส.ธรรมภักดี, พระอภิธรรมพิสดาร ๗ คัมภีร์ แทนคุณพระชนกชนนีมารดาบิดา, (พระนคร : คลังสังฆภัณฑ์ ลูก ส.ธรรมภักดี, ๒๕๐๒), หน้า ๔๘๘.

<sup>๒๑๗</sup> คุรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๖/๓๒๒/๒๓๑.

<sup>๒๑๘</sup> คุรายละเอียดใน ขุ.ขุ. (บาลี) ๒๕/๒๑/๓๕.

<sup>๒๑๙</sup> คุรายละเอียดใน ขุ.ขุ. (บาลี) ๓๑/๓๐๕/๑๔๒.

<sup>๒๒๐</sup> คุรายละเอียดใน ที.สี.อ. (บาลี) ๙/๑๒๗/๙๘.

<sup>๒๒๑</sup> คุรายละเอียดใน ขุ.ม.อ. (บาลี) ๒๙/๔/๓.

<sup>๒๒๒</sup> คุรายละเอียดใน ส.ส.อ. (บาลี) ๑๕/๒๓๒/๖๖.

ปมฺห เช่น ปมฺหฺนเต เอเตนาติ ปมฺโห แปลว่า เหตุแห่งความรำเริง ชื่อว่า ปมฺหะ  
 อาโมท เช่น อาโมทฺนเต อเนนาติ อาโมโห แปลว่าเหตุแห่งความรำเริงชื่อว่าอาโมหะ  
 “สนโตส เช่น จิวรสมิณฺหิ ตโย สนโตสา ยถาลาภสนโตโส ยถาพลสนโตโส ยถาสารูปสน  
 โตโส”<sup>๒๒๓</sup> แปลว่า จริ่งอยู่ ความพอใจในจิ่วรมี ๓ อย่าง คือ พอใจตามที่ได้ พอใจตามกำลัง และพอใจ  
 ตามสมควร

นนฺหิ เช่น โย ฉนฺโห โย ราโค ยา นนฺหิ ยา ตณฺหา<sup>๒๒๔</sup> แปลว่า ความพอใจ ความ  
 ไคร่ ความยินดี ความอยากได

สมฺมท เช่น สมฺมทฺนํ สมฺมโท, สมฺมทา แปลว่า ความเบิกบาน ชื่อว่า สัมมทและสัมมทา  
 ปาโมชฺช เช่น โส ตโตนิทานํ ลเภถ ปาโมชฺช อธิคฺจเฉยฺย โสมนสฺส<sup>๒๒๕</sup> แปลว่า เขาได้  
 ความปราโมทย์ ถึงความโลมสนัส เพราะความไม่มีหนี้เป็นเหตุ และ ปโมท เช่น วิถีปฏิปนฺนตาย  
 ภาวนาจิตตสทฺคโต ปโมโห ชุททกานิภททา ตรุณฺปิติ อุပ္ปชฺชติ<sup>๒๒๖</sup> แปลว่า เพราะปฏิบัติถูกทาง ความ  
 ยินดีที่ประกอบด้วยภาวนาจิต และปิติมีกำลังอันต่างโดยปิตีเพียงเล็กน้อยเป็นต้น ย่อมเกิดขึ้น<sup>๒๒๗</sup> คาถาที่  
 ๓๖๘ ว่า ท่านพระโมคคัลลานเถระหมายถึงชื่อของม้า เช่น โฆฏฺฐก, ปิตี, ตฺรุงคฺม, วาซี, คณฺธพฺพ และ  
 สตฺติ<sup>๒๒๘</sup>.

คาถาที่ ๑๑๒๙ ว่า ปิตีศัพทเป็นอิตถิลิงค์ มีความหมาย ๒ อย่างคือ ปานะ การดื่ม และ  
 ปโมหะ ความยินดี<sup>๒๒๙</sup>

สํ แปลว่า พร้อม, กับ, ดี, สามัคคี หมายความว่า ต้องพร้อมด้วยหลัก ๓ คือ อาตปปี (ความ  
 เพียร) สัมปะชาโน (ความรู้ตัวเสมอ) สติ (ความระลึกได้) จึงจะละโลก โกรธ หลงได้

**โพชฌ** แปลว่า ปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้

**องค** แปลว่า องค์, เหตุ, ส่วน, ภาค

ดังนั้น **ปิตีสัมโพชฌงค์** แปลว่า องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้คือ ปิตี

**๑๑.๔.๙ ความหมายปิตีสัมโพชฌงค์ตามอรรถนัย**

ความเข้าใจผิด คิดว่า อาการต่าง ๆ เช่น อาการขนลุกชูซ่า ซาบซ่าน เยือกเย็น ตัวเบา ตัวลอย  
 คือ การบรรลุถึงธรรมวิเศษแล้ว เกิดความยินดีพอใจในสภาวะอาการเหล่านั้น ปิตีที่เกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา

<sup>๒๒๒</sup>ดูรายละเอียดใน ม.ม.อ. (บาลี) ๘/๒๔๖/๒๕.

<sup>๒๒๓</sup>ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๖/๓๐๙/๒๐๕.

<sup>๒๒๔</sup>ดูรายละเอียดใน ม.อ.อ. (บาลี) ๑๔/๑๓๑/๑๒๗.

<sup>๒๒๕</sup>ดูรายละเอียดใน ที.สี.อ. (บาลี) ๙/๑๒๖/๙๖.

<sup>๒๒๖</sup>ดูรายละเอียดใน วิสุทฺธิ.มหาฎีกา (บาลี) ๔๕/๔๖.

<sup>๒๒๗</sup>พระโมคคัลลานเถระ, **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**, แปลโดย พระมหาสมปอง มุทีโต, (กรุงเทพมหานคร :  
 โรงพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๒), หน้า ๑๓๔-๖.

<sup>๒๒๘</sup>เรื่องเดียวกัน. หน้า ๔๖๘.

<sup>๒๒๙</sup>เรื่องเดียวกัน. หน้า ๑๐๓๘.

เรียกว่า ปีติ<sup>๒๓๐</sup> ถ้า मनสิการไม่ดีก็กลายเป็นวิปัสสนูปกิเลส แต่ถ้า मनสิการในอาการของปีติทั้ง ๕ คือ อาการขนพองสยองทั่วสรีระร่างกายตลอดจนปลายผมจนลูกชู้ชั้น เรียกว่า ขุททกาปีติ อาการแปลบปลาบไปทั่วสรีระร่างกาย เหมือนฟ้าแลบอยู่ชั่วขณะหนึ่ง เรียกว่า ฌณิกาปีติ อาการเหมือนเป็นคลื่นเป็นลอกทั่วไปในสรีระร่างกาย แล้วหายไปเป็นระยะ ๆ เรียกว่า โอกกันติกาปีติ อาการตัวลอยขึ้นได้ เหมือนเหาะขึ้นบนอากาศ ดุจพระมหาดิสนิศาณผู้เลื่อมใสในมหาเจดีย์ เหาะลอยไปยังลานเจดีย์ เรียกว่า อุพเพงคาปีติ และอาการแผ่ขาบขานไปทั่วร่างกาย บางทีรู้สึกอึดอัดแน่น เรียกว่า ฌรณาปีติ อาการเหล่านี้เป็นสักว่าธาตุตามธรรมดา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ชีวิตอันยั่งยืน วางเปล่าจากตัวตน จึงควรกำหนดรู้เท่านั้นก็พอ

ความปลาบปลื้มในอารมณ์ในอิทธิธรรม ๗ คัมภีร์พิสดารกล่าวถึงปีติว่า “ขุททกาปีติ ๑ ฌณิกาปีติ ๑ โอกกันติกาปีติ ๑ ฌรณาปีติ ๑ อุพเพงคาปีติ ๑ เป็นปีติ ๕ ประการ...ถ้ามีมันอยู่ในสันดานแห่งบุคคลผู้ใด แล้วก็เป็เหตุจะให้บุคคลผู้นั้นตรัสรู้ซึ่งพระอรยมรรคอรยมผล”<sup>๒๓๑</sup> นอกจากนี้ยังเป็นเหตุให้เกิดบุญกุศลอีกมากมายเช่น การให้ทาน รักษาศีล และเจริญเมตตา จะเห็นได้ว่า ปีตินี้เป็นธรรมภายในล้วน ๆ ด้วยเหตุนี้ผู้เกิดปีติจึงมีโอกาสบรรลุธรรมได้เร็ว

ในพระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกายปฏิสัมภิตามรรค<sup>๒๓๒</sup> ได้กล่าวถึงพระสารีบุตรกล่าวสอนเหล่าภิกษุทั้งหลาย ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย ปีติสัมโพชฌงค์ของเรามีอยู่ หมายความว่า ความดับปรากฏอยู่ ปีติสัมโพชฌงค์ของเราก็มียู่เช่นกัน เปรียบเหมือนเมื่อดวงประทีปที่ตามด้วยน้ำมันกำลังสว่างอยู่ เปลวไฟมีเพียงใด แสงก็มีเพียงนั้น แสงมีเพียงใด เปลวไฟก็มีเพียงนั้น ฉะนั้น ปีติสัมโพชฌงค์ของเราก็มียู่เพียงนั้น ฉะนั้น ความรู้ว่าเป็นปีติ สัมโพชฌงค์มีอยู่บริบูรณ์ กิเลสทั้งหลายที่กลุ่มรุมคุกรุ่นอยู่ในใจ ซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจาให้คนรู้ คือ ความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีมากเท่าใด ความดับแห่งความอยากก็มีเท่านั้น เพราะเป็นสภาวะที่ไม่มีการปรุงแต่ง ปีติสัมโพชฌงค์ของเราก็มียู่เพียงนั้น เมื่อเราปรารถนาปีติดีแล้ว กิเลสที่กลุ่มรุมคุกรุ่นอยู่ในใจ ซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจาให้คนรู้ทั้งปวง เทียว ความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีสูง ๆ ต่ำ ๆ เมื่อถึงความดับแห่งความอยากแล้วก็มีแต่ความเรียบง่ายเป็นธรรมดา เพราะความเป็นธรรมละเอียดประณีต ปีติสัมโพชฌงค์ของเราชื่อว่าปรารถนาด้วยดีมีอยู่อย่างนั้น เรากำลังเทียวไปย่อมรู้ซึ่งปีติสัมโพชฌงค์ที่ตั้งอยู่ว่า ปีติสัมโพชฌงค์มีอยู่ แม้ปีติสัมโพชฌงค์ของเราเคลื่อนไป เราย่อมรู้ว่า ปีติสัมโพชฌงค์ของเราเคลื่อนไปเพราะปัจจัยนี้

ปีติสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘<sup>๒๓๓</sup> ท่านอธิบายว่า ปีติสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ คือ ปีติสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงความเกิด ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความไม่นึกถึงความเป็นไป ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีนิमितด้วยความไม่นึกถึงนิमित ด้วยความนึกถึงนิโรธ และ ด้วยความไม่นึกถึงสังขาร ปีติสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ส่วนปีติสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘ คือ ปีติสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยความนึกถึงความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเกิด ด้วยความนึกถึงความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความนึกถึงนิमित

<sup>๒๓๐</sup> พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร ป.ธ.๙), **วิปัสสนาที่ปณี**, หน้า ๑๕๖-๑๕๗.

<sup>๒๓๑</sup> สำนักงาน ลูก ส.ธรรมภักดี, **พระอภิธรรมพิสดาร ๗ คัมภีร์แทนคุณพระชนกชนนีมารดาบิดา**, (พระนคร : คลังสังฆภัณฑ์ ลูก ส.ธรรมภักดี, ๒๕๐๒), หน้า ๒๔๙.

<sup>๒๓๒</sup> ุรายนละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๑๙-๕๒๐.

<sup>๒๓๓</sup> ุรายนละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๒๐.



ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีนิमित และด้วยความไม่นึกถึงนิโรธ ด้วยความนึกถึงสังขารปิตัสัมโพชฌงค์ ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘

ท่านอุปมาไว้ว่า เปรียบเหมือนตุ้บเก็บผ้าของพระราชา หรือของราชมหากษัตริย์ เต็มด้วยผ้าสีต่าง ๆ พระราชาหรือราชมหากษัตริย์นั้นประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเช้า ก็ใช้ผ้าคู่่นั้น ประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเที่ยง ในเวลาเย็น ก็ใช้ผ้าคู่่นั้น

สรุปปิตัสัมโพชฌงค์ คือ “ปิติจตสิก เจริญขึ้นจากการเจริญสติปัฏฐานเป็นต้น เรียกว่า ปิตัสัมโพชฌงค์”<sup>๒๓๔</sup> ผู้ที่มีปิตินั้นสามารถที่จะให้ได้ตรัสรู้ได้ และยังช่วยให้เกิดการบำเพ็ญบุญบารมีอีกมากมาย คือเรื่องจุกเสียดจุกจิก และเรื่องจุกเสียดจุกจิกเป็นต้นได้บรรลุธรรมเพราะเกิดปิติ ด้วยเหตุนี้ปิติจึงเป็นเหตุแห่งการตรัสรู้ได้จริง

อาจารย์ไชยวัฒน์ กปิลกาญจน์ อธิบายว่า ความอึดใจที่สมปยุตกับวิปัสสนาจิต เป็นปิตินี้ไม่อาศัยเรือน เป็นโพชฌงค์ที่ตีงาม ชื่อว่า ปิตัสัมโพชฌงค์ ปิตินี้เป็นเหตุภายนอกที่ไม่สามารถบังคับบัญชาให้เกิดขึ้นก็มี เป็นเหตุภายในอาศัยการปฏิบัติก็มี ลักษณะเด่นแห่งปิตินี้คือ พระพุทธองค์จัดไว้ตรงกลางธรรมทั้ง ๖ ซึ่งหากจะสังเกตง่าย ๆ จะเห็นว่า ในโพชฌงค์ทั้ง ๗ ประการ เป็นสภาพที่ทำให้เกิดความตึงต่า อึดเอิบในธรรมทั้งหลาย เป็นสภาวะที่สามารถรู้และเข้าใจในไตรลักษณ์ได้ดีมาก เมื่อปิตินี้เกิดขึ้นมาทำให้รู้วาทิปโพชฌงค์เกิดครบทั้ง ๗ อย่างแน่นอน เพราะปิตินี้เป็นตัวเชื่อมโยงธรรมฝ่ายตีงามในโพธิปักขิยธรรมให้เกิดขึ้นร่วมกัน ความพร้อมเพียงแห่งธรรมอันตีงามทั้งหลายอาศัยปิตินี้เกิด

#### ๑๑.๔.๑๐ ความหมายปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ตามศัพท์ และองค์ธรรม

**ปัสสัทธิ** แปลว่า ความสงบ องค์ธรรมคือ กายปัสสัทธิเจตสิกจิตตปัสสัทธิเจตสิก

ในคัมภีร์อภิธานวรรณนา ท่านไม่ได้กล่าวความหมายของศัพท์ปัสสัทธิไว้โดยตรง แต่อาศัยความหมายของปัสสัทธิว่า ความสงบกายความสงบจิต จึงได้พบในคาคา คือ

คาคาที่ ๔๓๐ ว่า วิเวก (วิ + วิจ วิเวจเน + ณ) ความสงบกายและจิต

อุทาหรณ์ว่า สุขโข วิเวโก ตุฏฐสส สุตมมสส ปสสโต<sup>๒๓๕</sup> แปลว่า ความสงบของผู้สันโดษ ได้ระดับธรรม มีปัญญา เป็นความสุข ยังมีอีกศัพท์หนึ่งคือ ปุณฺณคตตทา (ปุณฺ + อตตทา + ตา) ความสงบกายและจิต วิเคราะห์ว่า ปุณฺ วิสฺสุโต คณาทีหิ อตตทา สรีริ มโน สภาโว จ เอเตสนติ ปุณฺณคตตทา แปลว่า สภาพของกายและจิตที่แยกออกเป็นส่วนหนึ่งจากคณะเป็นต้น ชื่อว่า ปุณฺณคตต (ปุณฺ + อตต, ลง ค อาคม) อีกอย่างวิเคราะห์ว่า เตสึ ภาโว ปุณฺณคตตทา แปลว่า ความเป็นสภาพของกายและจิตที่แยกออกเป็นส่วนหนึ่งจากคณะเป็นต้นนั้น ชื่อว่า ปุณฺณคตตทา<sup>๒๓๖</sup>

<sup>๒๓๔</sup> ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, พุทธปัญญาคู่มือการสร้างปัญญา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธนัชการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๘๓.

<sup>๒๓๕</sup> ดูรายละเอียดใน วิ.มหา.อ. (บาลี) ๔/๕/๖.

<sup>๒๓๖</sup> พระโมคคัลลานเถระ, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, แปลโดย พระมหาสมปอง มุทีโต, หน้า ๕๓๗.

คาถาที่ ๑๑๑๔ ว่า “วิเวกศัพท์มีความหมายว่าวิจารณ์ การพิจารณา (อภิปัณฑรวมเอาอรรถ  
ปุณฺคัตตตา ความสงบ)”<sup>๒๓๗</sup>

นอกจากนี้ยังได้ยกอรรถว่า สงบ ในคาถาที่ ๗๔๙, ๙๔๒ ว่า

คาถาที่ ๗๔๙ ว่า สนฺต (สมุ อุปฺสม + ต) สงบ, ระวัง วิเคราะห์ว่า “กิเลส สมมติ สนฺโต  
แปลว่า ผู้สงบกิเลส ชื่อว่า สันตะ (อาเทศ ม เป็น น) ดังมีอุทาหรณ์ว่า อยฺปิ โข ภิกฺขเว อานาปานสฺสติ  
สมาธิ ภาวิตฺ พหุลิกฺโต สนฺโต เจว ปณฺโฑ จ”<sup>๒๓๘</sup> แปลว่า ภิกษุทั้งหลาย สมาธิอันเกิดจากการกำหนด  
ลมหายใจออกหายใจเข้านี้ อันบุคคลเจริญทำให้มากแล้ว เป็นสภาพที่สงบและประเสริฐสุด<sup>๒๓๙</sup> คาถาที่  
๙๔๒ ว่า อติสันตะ คือ สงบยิ่ง<sup>๒๔๐</sup>

ลี แปลว่า พร้อม, กับ, ดี, สามัคคี หมายความว่า ต้องพร้อมด้วยหลัก ๓ คือ อาตปปี (ความ  
เพียร) สัมปะชาโน (ความรู้ตัวเสมอ) สติ (ความระลึกได้) จึงจะละโลก โกรธ หลงได้

โพชฌ แปลว่า ปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้

องฺค แปลว่า องค์, เหตุ, ส่วน, ภาค

ดังนั้น **ปัสสัทธิสัมโพชฌนํ** แปลว่า องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้คือ ปัสสัทธิ

#### ๑๑.๔.๑๑ ความหมายปัสสัทธิสัมโพชฌนํตามอรรถนัย

คนส่วนมากพอปฏิบัติถึงความสงบสงัดทางกายและทางจิตคิดว่า ตนได้บรรลุคุณวิเศษแล้ว  
ความเข้าใจเช่นนี้จัดเป็น ปัสสัทธิ<sup>๒๔๑</sup> คือ ความสงบที่เกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา

ความจริงปัสสัทธินี้เกิดได้สองทางคือ สมณะ อันได้แก่การสมาทานรักษาศีลของตน เพราะศีล  
เป็นเครื่องระงับกายและวาจา และวิปัสสนา ในที่นี้กล่าวถึงวิปัสสนาจึงเน้นไปที่การเจริญสติปัฏฐาน ๔  
ดังนั้นคำว่า ความสงบกายและสงบใจในทางวิปัสสนาโดยตรงหมายถึงเอาจิตและเจตสิกซึ่งเป็นธรรมภายใน  
ไม่ใช่ความสงบจากสมณะ เพราะปัสสัทธิในวิปัสสนานั้นเกิดขึ้นจากการกำจัดกิเลสดับหายไปจึงเรียกว่า สงบ  
เพราะไม่กลับมเกิดอีกเป็นการสงบด้วยการพบกิเลส ไม่ใช่สงบเพราะการข่มกิเลสเอาไว้อย่างสมณะ

ในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกายปฎิสัมภิตามรรค<sup>๒๔๒</sup> ได้กล่าวถึงพระสารีบุตรกล่าวสอนเหล่า  
ภิกษุทั้งหลาย ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย ปัสสัทธิสัมโพชฌนํของเราเมื่ออยู่ หมายความว่า ความดับปรากฏอยู่  
ปัสสัทธิสัมโพชฌนํของเราก็มีอยู่เช่นกัน เปรียบเหมือนเมื่อดวงประทีปที่ตามด้วยน้ำมันกำลังสว่างอยู่  
เปลวไฟมีเพียงใด แสงก็มีเพียงนั้น แสงมีเพียงใด เปลวไฟก็มีเพียงนั้น ฉะนั้น ความดับปรากฏอยู่เพียงใด  
ปัสสัทธิสัมโพชฌนํของเราก็มีอยู่เพียงนั้น ฉะนั้น ความรู้ว่าปัสสัทธิสัมโพชฌนํมีอยู่บริบูรณ์ กิเลสที่กลุ่มรุ่ม  
คุกรุ่นอยู่ในใจ ซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจาให้คนรู้ คือความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีมากเท่าใด ความดับ

<sup>๒๓๗</sup> เรื่องเดียวกัน. หน้า ๑๐๓๔.

<sup>๒๓๘</sup> วิ.มหา.อ. (บาลี) ๑/๑๗๘/๑๓๑.

<sup>๒๓๙</sup> พระโมคคัลลานเถระ, **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**, แปลโดย พระมหาสมปอง มุทีโต, (กรุงเทพมหานคร :  
โรงพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๒), หน้า ๙๐๔.

<sup>๒๔๐</sup> เรื่องเดียวกัน. หน้า ๙๙๔.

<sup>๒๔๑</sup> พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ.๙), **วิปัสสนาที่ปณี**, หน้า ๑๕๘.

<sup>๒๔๒</sup> คุุรายละเอียดยใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๑๙-๕๒๐.

แห่งความอยากก็มีเท่านั้น เพราะเป็นสภาวะที่ไม่มีมีการปรุงแต่ง ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ของเราก็ชื่อว่ามีอยู่เพียงนั้น เมื่อเราปรารถนาความสงบดีแล้ว ก็เลสที่กลุ่มรุ่มคูกุ่นอยู่ในใจ ซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจาให้คนรู้ทั้งปวงเที่ยว ความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีสูง ๆ ต่ำ ๆ เมื่อถึงความดับแห่งความอยากแล้วก็มีแต่ความเรียบง่ายเป็นธรรมดา เพราะความเป็นธรรมละเอียดประณีต ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ของเราเชื่อว่าปรารถนาด้วยดีมีอยู่อย่างนั้น เรากำลังเที่ยวไปย้อมรู้ซึ่งปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ที่ตั้งอยู่ว่า ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์มีอยู่ แม้ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ของเราเคลื่อนไป เราย้อมรู้ว่า ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ของเราเคลื่อนไปเพราะปัจจัยนี้ ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ย้อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘<sup>๒๔๓</sup> ว่า ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ย้อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ คือ ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ย้อมดำรงอยู่ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงความเกิด ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความไม่นึกถึงความเกิด ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีนิมิต ด้วยความไม่นึกถึงนิมิต ด้วยความนึกถึงนิโรธ และด้วยความไม่นึกถึงสังขาร ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ย้อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ส่วนปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ย้อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘ คือ ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ย้อมเคลื่อนไปด้วยความนึกถึงความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเกิด ด้วยความนึกถึงความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความนึกถึงนิมิต ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีนิมิต และด้วยความไม่นึกถึงนิโรธ ด้วยความนึกถึงสังขาร ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ย้อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘

ท่านอุปมาไว้ว่า เปรียบเหมือนตุ้เก็บผ้าของพระราชา หรือของราชมหากษัตริย์ เต็มด้วยผ้าสีต่าง ๆ พระราชาหรือราชมหากษัตริย์นั้นประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเช้า ก็ใช้ผ้าคู่่นั้น ประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเที่ยง ในเวลาเย็น ก็ใช้ผ้าคู่่นั้น

สรุปปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ คือ “กายปัสสัทธิ (ความสงบกาย) และจิตตปัสสัทธิ (ความสงบใจ) เจริญขึ้นจากการเจริญสติปัฏฐานเรียกว่า ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์”<sup>๒๔๔</sup> องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้คือ ปัสสัทธิ เมื่อกกล่าวโดยอรรถยาคือ สมุจเฉทวิเวก นิสสรณวิเวก ปฏิปัสสัทธิ วิเวก เพราะเป็นวิปัสสนา ในปาฐกถาพิเศษอาจารย์ไชยวัฒน์ กปิลกาญจน์อธิบายว่า ความระงับแห่งนามกายและจิต เพราะเหตุที่ปฏิบัติดำเนินไปสม่าเสมอดีแล้ว ในอารมณ์ที่มีไตรลักษณ์ปรากฏ เป็นโพชฌงค์ที่ติงาม ชื่อว่า ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์

#### ๑๑.๔.๑๒ ความหมายสมาธิสัมโพชฌงค์ตามศัพท์นัย และองค์ธรรม

สมาธิ แปลว่า ตั้งใจมั่น องค์ธรรมคือ เอกัคคาเจตสิก

ในคัมภีร์อภิธานวรรณนา คาทาที่ ๑๕๕ ว่า สมาธิ (ส, อา + ธา ธารณ + อิ )

จิตตั้งมั่น ความสงบ สมาธิวิเคราะห์ว่า เอกการมมณ สุญฺญู อาธานํ สมาธิ แปลว่า สภาพที่จิตยินดีในอารมณ์เดียวชื่อว่า สมาธิ (อาเทศนิกหิตเป็น ม, ลบสระหน้า)

อีกอย่างวิเคราะห์ว่า นานาลมพนวิกเขปวสปปวตตํ อธิสงขชาติ จิตตพยธิ สมมติติ สมาธิ แปลว่า ธรรมที่ข่มจิตอันฟุ้งไปในอารมณ์ต่างๆให้สงบลง ชื่อว่า สมาธิ (สมฺ อุปสม + อาอิ) อีกอย่าง

<sup>๒๔๓</sup> คุรยละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๘/๕๒๐.

<sup>๒๔๔</sup> ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, พุทธปัญญาคู่มือการสร้างปัญญา, หน้า ๘๓.

วิเคราะห์ว่า “สมาธิติ สุธัญโต สมาธิ อนิมิตโต สมาธิ อปฺปณฺหิตโต สมาธิ”<sup>๒๔๕</sup> แปลว่า “สุธัญตสมาธิ อนิมิตตสมาธิ และอปฺปณฺหิตสมาธิ ชื่อว่า สมาธิ”<sup>๒๔๖</sup>

กาลาที่ ๑๗๑ ว่า สมาธิเป็นชื่อของการรับรองเช่น สวิตา, อาคฺ, ปฏฺญญาณ, นิยม, สสว, สํสว, องคฺการ, อภฺยปคม และสมาธิ ตัวอย่างเช่น

ปฏฺญญา (ปติ + ญา อวโพธเน + กฺวิ) คำรับรอง, การยืนยัน, คำปฏฺญญา

วิเคราะห์ว่า ปฏฺจฺชานนํ ปฏฺญญา แปลว่า การรับรอง ชื่อว่า ปฏฺญญา (อาเทศ ตฺ เป็น ญ, ซ้อน ญ, ลบ กฺวิ) ตัวอย่างเช่น

“เทว ปฏฺญญา กาเยน วา ปฏฺจฺชานาติ วาจา ย วา ปฏฺจฺชานาติ”<sup>๒๔๗</sup>

แปลว่า ปฏฺญญามี ๒ อย่างคือ ปฏฺญญาด้วยกาย และปฏฺญญาด้วยวาจา

อีกอย่างหนึ่งคือ ปฏฺสฺสว (ปติ + สฺ สวเน + อ) คำรับรอง, การยืนยัน, คำมั่นสัญญา, คำปฏฺญญา

วิเคราะห์ว่า ปฏฺสฺสวํ ปฏฺสฺสโว แปลว่า การรับรอง ชื่อว่า ปฏฺสฺสว (อาเทศ ตฺ เป็น ญ, ฎฺ ติ อฺ เป็น โอ, อาเทศ โอ เป็น อว, ซ้อน ส) ดังอุทาหรณ์ว่า

“กโธ จ เต จิตฺต ปฏฺสฺสโว มยา”<sup>๒๔๘</sup>

แปลว่า “ท่านจิตตะเราทำการรับรองแก่ท่านเอง”<sup>๒๔๙</sup>

กาลาที่ ๘๕๘ ว่า สมาธิศัพท์ใช้ในอรรถ ๒ อย่าง คือ

“สมัตถณะ การตกลง และจิตตํกคฺคตา ความมีอารมณ์เดียวของจิต (สมาธิ)”<sup>๒๕๐</sup>

สํ แปลว่า พร้อม, กับ, ดี, สามัคคี หมายความว่า ต้องพร้อมด้วยหลัก ๓ คือ อาตปปี (ความเพียร) สัมปะชาโน (ความรู้ตัวเสมอ) สติ (ความระลึกได้) จึงจะละโลก โกรธ หลงได้

โพชฌ แปลว่า ปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้

องคฺ แปลว่า องค์, เหตุ, ส่วน, ภาค

ดังนั้น สมาธิสัมโพชฌนคฺ แปลว่า องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้คือ สมาธิ

#### ๑๑.๔.๑๓ ความหมายสมาธิสัมโพชฌนคฺตามอรรถนัย

สมาธินี้มีสภาวะนำความสุขมาให้ เมื่อเกิดขึ้นมาแก่ผู้ปฏิบัติมักจะเข้าใจว่าเราบรรลุธรรมแล้ว การเข้าใจผิดไปเช่นนี้ เรียกว่า สุข<sup>๒๕๑</sup> ถ้าหากยังไม่ได้บรรลุธรรมจริง ๆ ไม่ควรประมาทอย่างยิ่ง เพราะเหตุที่มีความชื่นชมในวิปัสสนาสุข อุจฺจฺทาหรณํเรื่องโจรกรรมกลืนบัว

ความตั้งมั่นแห่งจิตที่เจริญขึ้นเป็นสมาธิ ซึ่งสามารถจะทำให้สำเร็จเป็นอริยมรรคและอริยผล จะไม่มีความฟุ้งซ่าน ไม่หวั่นไหว และไม่กำเริบแห่งจิต สมาธิมี ๒ ประการคือ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ

<sup>๒๔๕</sup> ดูรายละเอียดใน วิ.มหา.อ. (บาลี) ๑/๒๓๖/๑๗๕.

<sup>๒๔๖</sup> พระโมคคัลลานเถระ, คัมภีร์อภฺยธานวรรณนา, แปลโดย พระมหาสมปอง มุฑิต, หน้า ๒๐๙.

<sup>๒๔๗</sup> ดูรายละเอียดใน วิ.ป.อ. (บาลี) ๘/๙๔๖/๒๙๙.

<sup>๒๔๘</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.เถร.อ. (บาลี) ๒๖/๓๙๙/๔๒๐.

<sup>๒๔๙</sup> พระโมคคัลลานเถระ, คัมภีร์อภฺยธานวรรณนา, แปลโดย พระมหาสมปอง มุฑิต, หน้า ๒๓๒.

<sup>๒๕๐</sup> เรื่องเดียวกัน. หน้า ๙๗๕.

<sup>๒๕๑</sup> อ้างใน พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร ป.ธ.๙), วิปัสสนาที่ปณี, หน้า ๑๕๘ – ๑๖๕.

ถ้าเพิ่มบริกรรมสมาธิ (ขณิก สมาธิ) เข้าก็เป็น ๓ ขณิกสมาธินั้นนิยมใช้ในเวลาเจริญวิปัสสนา ส่วนอุปจารสมาธิ หมายถึงจิตตั้งมั่นในอุปจารแห่งงาน และอัปนาสมาธิ คือ ความที่จิตตั้งมั่นในฌานซึ่งสมาธิ ๒ ประการหลังนี้หมายเอาสมถกาวานา

ในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกายปฏิสัมภิทามรรค ได้กล่าวถึงพระสารีบุตรกล่าวสอนเหล่าภิกษุทั้งหลาย ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย สมาธิสัมโพชฌงค์ของเรามีอยู่ หมายความว่า ความดับปรากฏอยู่ สมาธิสัมโพชฌงค์ของเราที่มีอยู่เช่นกัน เปรียบเหมือนเมื่อดวงประทีปที่ตามด้วยน้ำมันกำลังสว่างอยู่ เปลวไฟมีเพียงใด แสงก็มีเพียงนั้น แสงมีเพียงใด เปลวไฟก็มีเพียงนั้น ฉันทิ ความดับปรากฏอยู่เพียงใด สมาธิสัมโพชฌงค์ของเราก็มีอยู่เพียงนั้น ฉันทิ ความรู้ว่สมาธิสัมโพชฌงค์มีอยู่บริบูรณ์ กิเลสที่กลุ่มรุมคูก รุณอยู่ในใจ ซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจาให้คนรู้คือ ความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีมากเท่าใด ความดับแห่งความอยากก็มีเท่านั้น เพราะเป็นสภาวะที่ไม่มีการปรุงแต่ง สมาธิสัมโพชฌงค์ของเราที่ชื่อว่ามีอยู่เพียงนั้น เมื่อเราปรารถนาดีแล้ว กิเลสที่กลุ่มรุมคูก รุณอยู่ในใจซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจาให้คนรู้ทั้งปวง เทียบคือ ความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีสูง ๆ ต่ำ ๆ เมื่อถึงความดับแห่งความอยากแล้วก็มีแต่ความเรียบง่าย เป็นธรรมดา เพราะความเป็นธรรมละเอียดประณีต สมาธิสัมโพชฌงค์ของเราที่ชื่อว่าปรารถนาดีมีอยู่อย่างนั้น เรากำลังเที่ยวไปย่อมรู้ซึ่งสมาธิสัมโพชฌงค์ที่ตั้งอยู่ว่า สมาธิสัมโพชฌงค์มีอยู่ แม้สมาธิสัมโพชฌงค์ของเราเคลื่อนไป เรื่อย่อมรู้ว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ของเราเคลื่อนไปเพราะปัจจัยนี้ สมาธิสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘<sup>๒๕๒</sup> ท่านอธิบายว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ คือ สมาธิสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงความเกิด ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความไม่นึกถึงความเป็นไป ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีนิมิต ด้วยความไม่นึกถึงนิมิต ด้วยความนึกถึงนิโรธ และ ด้วยความไม่นึกถึงสังขาร สมาธิสัมโพชฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ส่วนสมาธิสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘ คือ สมาธิสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยความนึกถึงความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเกิด ด้วยความนึกถึงความเป็นไป ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความนึกถึงนิมิต ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีนิมิต และด้วยความไม่นึกถึงนิโรธ ด้วยความนึกถึงสังขารสมาธิสัมโพชฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘<sup>๒๕๓</sup>

ท่านอุปมาไว้ว่า เปรียบเหมือนตู้เก็บผ้าของพระราชา หรือของราชมหากษัตริย์ เต็มด้วยผ้าสีต่าง ๆ พระราชาหรือราชมหากษัตริย์นั้นประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเช้า ก็ใช้ผ้าคู่ นั้น ประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเที่ยง ในเวลาเย็น ก็ใช้ผ้าคู่ นั้น

สรุปสมาธิสัมโพชฌงค์ เอกคคตาเจตสิก เจริญขึ้นเป็นสมาธิทริย สมาธิพละ สัมมาสมาธิ ในการเจริญสมถกาวานาเป็น ตัวบริกรรมสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปนาสมาธิ สำเร็จเป็นสมาบัติ ๘ และอัปณิหิตสมาธิคือ สมาธิตามที่เห็นไตรลักษณ์จนถึงมรรค ผล นิพพานเรียกว่า สมาธิสัมโพชฌงค์<sup>๒๕๔</sup> ในอภิธรรม ๗

<sup>๒๕๒</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๒๐.

<sup>๒๕๓</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๑๙.

<sup>๒๕๔</sup> ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, พุทธปัญญาคู่มือการสร้างปัญญา, หน้า ๘๓.

คัมภีร์พิสดารกล่าวว่า “สัมมาสมาธินั้นจะเป็นหนทางให้ถึงพระนิพพานในอนาคตกาลภายหน้า”<sup>๒๕๕</sup> อาจารย์ไชยวัฒน์ กปิลกาญจน์อธิบายว่า เอกัคคตาแห่งจิต ที่เกิดร่วมกับวิปัสสนาเป็นโพชฌงค์ที่ตีงามชื่อว่าสมาธิสัมโพชฌงค์

#### ๑๑.๔.๑๔ ความหมายอุเบกขาสัมโพชฌงค์ตามสัททนต์ และองค์ธรรม

**อุเบกขา** แปลว่า ความวางเฉย องค์ธรรมได้แก่ ตัตตรมัชฌัตตตาเจตสิก

ในคัมภีร์อภิธานวรรณนา คาถาที่ ๑๕๙ ว่า อุเบกขา (อุป + อิกขา) ความวางเฉย อุเบกขา เวทนาวิเคราะห์ว่า ทวินน เวทนานํ สมเป ปวตตาท อิกขา อนุภาวนนติ อุปะกขา แปลว่า การเสวยอารมณ์ที่เป็นไปไกลระหว่างเวทนา ๒ อย่างคือ โทมนัสเวทนาและโสมนัสเวทนาชื่อว่า อุเบกขา (ลบสรรหน้า, วิการ อี เป็น เอ) มีอุทาหรณ์ว่า

รโถ สีสปริกขาโร                      ฌานกโข จกุกวีริโย  
 อุปะกขา ฐุรสมธา                      อนิจฉา ปริวารณ<sup>๒๕๖</sup>

แปลว่า รถมีสีลเป็นเครื่องประดับ มีฌานเป็นเปลว มีความเพียรเป็นล้อ มีอุเบกขาและสมาธิเป็นแอก มีความไม่ย่อภาคเป็นประทุน<sup>๒๕๗</sup>

**สี** แปลว่า พร้อม, กับ, ตี, สามัคคี หมายความว่า ต้องพร้อมด้วยหลัก ๓ คือ อาตาปี (ความเพียร) สัมปะชาโน (ความรู้ตัวเสมอ) สติ (ความระลึกได้) จึงจะละโลก โกรธ หลงได้

**โพชฌ** แปลว่า ปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้

**องค** แปลว่า องค์, เหตุ, ส่วน, ภาค

ดังนั้น **อุเบกขาสัมโพชฌงค์** แปลว่า องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้คือ อุเบกขา

#### ๑๑.๔.๑๖ ความหมายอุเบกขาสัมโพชฌงค์ตามอรรถนัย

ในอรรถกถาแห่งโพชฌงค์สังยุตกล่าวถึงอุเบกขาสัมโพชฌงค์ คือ การมีโยนิโสและมนสิการในโยนิโสมนสิการสูตร วุฑฒิสสูตร อวารณนีวารณสูตร รุกขสูตร และนীরณสูตร แห่งนীরณวรรค ในโพชฌงค์สังยุต

ในพระคัมภีร์วิสุทธิมรรคกล่าวถึงอุเบกขาว่า “ผู้พร้อมเพียงด้วยตติยฌานเรียกว่า ผู้มีอุเบกขา” อุเบกขา ๑๐ อย่าง คือ ๑) ฉฬังคุเบกขา ๒) พรหมวิหารุเบกขา ๓) โพชฌังคุเบกขา ๔) วิริยุเบกขา ๕) สังขารุเบกขา ๖) เวทณูเบกขา ๗) วิปัสสนุเบกขา ๘) ตัตตรมัชฌัตตุเบกขา ๙) ฌานูเบกขา และ ๑๐) ปรีสุทฺธุเบกขา การวิจัยนี้ หมายถึงเอาโพชฌังคุเบกขา

ในพระคัมภีร์วิสุทธิมรรคกล่าวถึงอุเบกขา <sup>๒๕๘</sup> ใน ๑๐ คือ ฉฬังคุเบกขา พรหม- วิหารุเบกขา โพชฌังคุเบกขา ตัตตรมัชฌัตตุเบกขา ฌานูเบกขา และ ปรีสุทฺธุเบกขา ว่า มีสภาวะธรรมได้แก่

<sup>๒๕๕</sup> สำนักงาน ลูก ส.ธรรมภักดี, พระอภิธรรมพิสดาร ๗ คัมภีร์แทนคุณพระชนกชนนีมารดาบิดา, (พระนคร : คลังสังฆภัณฑ์ ลูก ส.ธรรมภักดี, ๒๕๐๒), หน้า ๒๖๐.

<sup>๒๕๖</sup> ดูรายละเอียดใน ส.ม. (บาลี) ๑๙/๒๔/๗.

<sup>๒๕๗</sup> พระโมคคัลลานเถระ, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, แปลโดย พระมหาสมปอง มุทิโต, หน้า ๒๑๔.

ตัดตรม้ขมัตตดาเจตสิกเหมือนกัน แต่ความต่างกันแห่งฐานะของตัดตรม้ขมัตตตุเบกขานั้น ย่อมมิได้ดูจ  
คนเดียวกันมีความต่างกันที่วัย โดยเป็นเด็ก หนุ่ม สาว ผู้ใหญ่ เป็นเสนาบดี เป็นพระราชอาเป็นต้น

ฉะนั้นในอุเบกขา ๖ ดังกล่าว ในที่ใดมีหงคุเบกขา ในที่นั้นอุเบกขาอีก ๔ ไม่มีคือ โทษฌัง  
คุเบกขาเป็นต้น หรือว่า ที่ใดมีโทษฌังคุเบกขา ในที่นั้นอุเบกขาอีก ๔ ก็ไม่มีหงคุเบกขา

ในพระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกายปฏิสัมภิตามรรค<sup>๒๕๙</sup> ได้กล่าวถึงพระสารีบุตรกล่าวสอนเหล่า  
ภิกษุทั้งหลาย ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย อุเบกขาสัมโพษฌงค์ของเรามีอยู่ หมายความว่า ความดับปรากฏอยู่  
อุเบกขาสัมโพษฌงค์ของเราก็มียู่เช่นกัน เปรียบเหมือนเมื่อดวงประทีปที่ตามด้วยน้ำมันกำลังสว่างอยู่  
เปลวไฟมีเพียงใด แสงก็มีเพียงนั้น แสงมีเพียงใด เปลวไฟก็มีเพียงนั้น ฉนั้นใด ความดับปรากฏอยู่เพียงใด  
อุเบกขาสัมโพษฌงค์ของเราก็มียู่เพียงนั้น ฉนั้นใด ความรู้ว่า อุเบกขาสัมโพษฌงค์มีอยู่บริบูรณ์ ก็เลสที่  
กลุ่มมคุกรุ่นอยู่ในใจ ซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจาให้คนรู้คือ ความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีมากเท่าใด  
ความดับแห่งความอยากก็มีเท่านั้น เพราะเป็นสภาวะที่ไม่มีการปรุงแต่ง อุเบกขาสัมโพษฌงค์ของเราก็อ  
ว่ามีอยู่เพียงนั้น เมื่อเราปรารถนาอุเบกขาดีแล้ว ก็เลสที่กลุ่มมคุกรุ่นอยู่ในใจซึ่งไม่แสดงออกมาทางกายวาจา  
ให้คนรู้ทั้งปวงเที่ยวคือ ความอยากเกิดขึ้นภพใหม่มีสูง ๆ ต่ำ ๆ เมื่อถึงความดับแห่งความอยากแล้วก็มีแต่  
ความเรียบร้อยเป็นธรรมดา เพราะความเป็นธรรมละเอียดประณีต อุเบกขาสัมโพษฌงค์ของเราก็อ  
ปรารถนาด้วยดีมีอยู่อย่างนั้น เรากำลังเที่ยวไปย่อมรู้ซึ่งอุเบกขาสัมโพษฌงค์ที่ตั้งอยู่ว่า อุเบกขาสัมโพษฌงค์มี  
อยู่ แม้อุเบกขาสัมโพษฌงค์ของเราเคลื่อนไป เราย่อมรู้ว่า อุเบกขาสัมโพษฌงค์ของเราเคลื่อนไปเพราะ  
ปัจจัยนี้

อุเบกขาสัมโพษฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘<sup>๒๖๐</sup> ท่านอธิบายว่า  
อุเบกขาสัมโพษฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ คือ อุเบกขาสัมโพษฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยความนึกถึงนิพพาน  
อันไม่มีความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงความเกิด ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความไม่นึก  
ถึงความเกิด ด้วยความนึกถึงนิพพานอันไม่มีนิमित ด้วยความไม่นึกถึงนิमित ด้วยความนึกถึงนิโรธ และ ด้วย  
ความไม่นึกถึงสังขาร อุเบกขาสัมโพษฌงค์ย่อมดำรงอยู่ด้วยอาการ ๘ ส่วนอุเบกขาสัมโพษฌงค์ย่อมเคลื่อนไป  
ด้วยอาการ ๘ คือ อุเบกขาสัมโพษฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยความนึกถึงความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงนิพพาน  
อันไม่มีความเกิด ด้วยความนึกถึงความเกิด ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีความเป็นไป ด้วยความ  
นึกถึงนิमित ด้วยความไม่นึกถึงนิพพานอันไม่มีนิमित และด้วยความไม่นึกถึงนิโรธ ด้วยความนึกถึงสังขาร  
อุเบกขาสัมโพษฌงค์ย่อมเคลื่อนไปด้วยอาการ ๘

ท่านอุปมาไว้ว่า เปรียบเหมือนตู้เก็บผ้าของพระราชอา หรือของราชมหาอำมาตย์ เต็มด้วยผ้าสี  
ต่าง ๆ พระราชอาหรือราชมหาอำมาตย์นั้นประสงค์จะใช้ผ้าคู่ใดในเวลาเช้า ก็ใช้ผ้าคู่่นั้น ประสงค์จะใช้ผ้าคู่  
ใดในเวลาเที่ยง ในเวลาเย็น ก็ใช้ผ้าคู่่นั้น

สรุปอุเบกขาสัมโพษฌงค์ “ตัดตรม้ขมัตตดาเจตสิก เกิดจากการเจริญกรรมฐาน ปราศจาก  
ปถิโพธ คือความกังวล มีความวางใจอย่างสม่ำเสมอในอารมณ์กรรมฐานเรียกว่า อุเบกขาสัมโพษฌงค์”<sup>๒๖๑</sup>

<sup>๒๕๘</sup> นายวรรณสิทธิ ไทยะเสวี, **คู่มือการศึกษาวิสุทธิมัต (สังเขป)**, (กรุงเทพมหานคร : พัฒนวิทย์การ  
พิมพ์, ๒๕๓๓), หน้า ๑๑๓-๔.

<sup>๒๕๙</sup> ฎรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๑๙-๕๒๐.

<sup>๒๖๐</sup> ฎรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๗/๕๖๙/๕๒๐.

<sup>๒๖๑</sup> ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, **พุทธปัญญาคู่มือการสร้างปัญญา**, หน้า ๘๓.

ถ้าเป็นฉัพพัญญู<sup>๒๖๒</sup> หมายถึง อาการวางเฉยต่ออภิญญารมณและอนิภิญญารมณ ของพระอรหันต์ทั้งหลาย ได้รับทางทวาร ๖ แล้วไม่ยินดียินร้าย เพราะมีสติสัมปชัญญะอยู่เสมอ

ถ้าเป็นโพชฌังคบุรุษ<sup>๒๖๓</sup> หมายถึง ความเป็นกลางแห่งสหชาตธรรม ในการเจริญอุเบกขาสัมโพชฌังค อันอาศัยวิเวกและวิราคะ เป็นการเจริญภาวนา เป็นไปโดยสม่ำเสมอ ไม่หดหู่ ไม่ฟุ้งซ่าน และปราศจากความยินดี ในปาฐกถาพิเศษ อาจารย์ไชยวัฒน์ กปิลกาญจน์ อธิบายว่า ตัตตมัมหมัตตบุรุษ อันสัมปยุตกับวิปัสสนาจิต เป็นโพชฌังคที่ตึงาม ความเป็นกลางวางเฉย ไม่มีความยินดียินร้ายในสัตว์และสังขาร ชื่อว่า อุเบกขาสัมโพชฌังค

บุคคลที่จะสามารถบรรลุมรรค ผล นิพพานนั้น จะต้องประสบพบธรรมทั้ง ๗ ประการนี้ คือ สติสัมโพชฌังค ฌัมมวิจยสัมโพชฌังค วิริยสัมโพชฌังค ปิติสัมโพชฌังค ปัสสทธิสัมโพชฌังค สมาธิสัมโพชฌังค และอุเบกขาสัมโพชฌังค ซึ่งจะอธิบายต่อไป

“ธรรมที่เป็นองค์แห่งการรู้แจ้งอริยสัจทั้ง ๔ โดยรู้แจ้งว่า ทุกขสัจ เป็นธรรมที่ควรกำหนดรู้ สมุทยสัจเป็นธรรมที่ควรละ นิโรธสัจเป็นธรรมที่ควรกระทำให้แจ้ง และมรรคสัจเป็นธรรมที่ควรอบรม”<sup>๒๖๔</sup>

โพชฌังคทั้ง ๗ ประการนี้ มีตั้งแต่ชนิดที่เป็นสามัญ คือ สติ ปัญญา วิริยะ ปิติ

ปัสสทธิ สมาธิ และตัตตมัมหมัตตตาที่เป็นวิวิญญูนิสสิตเจตนา คือ พยายามที่จะให้หลุดพ้นจากกิเลส จึงถึงโพชฌังคพิเศษสามารถนำตนให้พ้นจากกิเลส เรียกว่า วิเวกนิสสิต วิราคนิสสิต และนิโรธนิสสิต คือ ความสงัดจากกิเลส ออกจากกิเลส และเข้าถึงความดับกิเลสได้<sup>๒๖๕</sup>

#### ก) ประโยชน์ของโพชฌังค

พระธรรมธีรราชกุมาร (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙) ได้กล่าวถึงประโยชน์ไว้ว่า

ประโยชน์ชั้นต่ำ เพียงแต่ท่องได้ จำได้ สวดได้ ก็เป็นมหากุศล แม้ฟังผู้อื่นสวด เช่น เจริญพุทธมนต์ ก็เป็นมหากุศล บางทีบำบัดทุกข์เวทนาต่างๆให้หายไปได้ ตัวอย่างเคยมีมาแล้วคือ ครั้งเมื่อสมเด็จพระผู้มีพระภาค ประทับอยู่ที่พระเวฬุวัน กรุงราชคฤห์ ท่านพระมหากัสสปะอยู่ที่เขาคิชฌกูฏ อาพาธหนัก ในเวลาเย็นพระพุทธรองค์เสด็จไปเยี่ยม ทรงถามสุขทุกข์และพระมหากัสสปะ แล้วทรงแสดงโพชฌังค ๗ ให้ฟัง ท่านพระมหากัสสปะได้ฟังแล้วมีความดีใจ เพลิดเพลินต่อภาษิตของพระพุทธรองค์ ท่านหายจากอาพาธ

ครั้งหนึ่งพระมหาโมคคัลลานะ อาพาธหนักดูจงพระมหากัสสปะ พระพุทธรองค์เสด็จไปเยี่ยม ทรงแสดงโพชฌังค ๗ ให้ฟัง ท่านพระมหาโมคคัลลานะ หายจากอาพาธ ครั้งหนึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า ประทับอยู่ที่พระเวฬุวันมหาวิหาร เมืองราชคฤห์ ทรงอาพาธหนัก พระมหากัสสปะจึงเข้า

<sup>๒๖๒</sup> นายวรรณสิทธิ ไททยะเสวี, **คู่มือการศึกษาวิสุทธิมัค (สังเขป)**, (กรุงเทพมหานคร : พัฒนวิทย์การพิมพ์, ๒๕๓๓), หน้า ๑๑๑-๑๒.

<sup>๒๖๓</sup> ดูรายละเอียดใน นายวรรณสิทธิ ไททยะเสวี, **คู่มือการศึกษาวิสุทธิมัค (สังเขป)**, หน้า ๑๑๑.

<sup>๒๖๔</sup> พระคัมภีร์สาราถวิวงศ์, **พระอภิธรรมเป็นพระพุทธรูปและโพธิปักขิยธรรม**, (กรุงเทพมหานคร : พิมพ์ที่ ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๐), หน้า ๑๘๑.

<sup>๒๖๕</sup> ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, **พุทธปัญญาคู่มือการสร้างปัญญา**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธนธการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๘๓.



ไปเฝ้า ถวายอภิวาทแล้ว นั่งอยู่ที่สมควรส่วนข้างหนึ่ง สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสถามว่า จุนทะ โขชฌงค์ แจ่มแจ้งกะเธอไหม

พระจุนทะ จึงกราบทูลว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ โขชฌงค์ ๗ ประการเหล่านี้ สมเด็จพระผู้มีพระภาคตรัสไว้ดีแล้ว ถ้าได้บำเพ็ญให้เกิดให้มีขึ้น ทำให้มากๆ ย่อมเป็นไปพร้อมเพื่อความรู้อยิ่ง เพื่อตรัสรู้เพื่อนิพพาน

พระจุนทะแสดงโขชฌงค์จบลง ปรากฏว่า สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงพอพระทัย และพระพุทธรูปก็ทรงหายจากโรคาพาธ

ประโยชน์ชั้นกลาง สามารถยังผู้บำเพ็ญให้ได้สำเร็จเป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามี และพระอนาคามี

ประโยชน์ชั้นสูง สามารถยังผู้บำเพ็ญให้ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์<sup>๒๖๖</sup>

ในโพธิปักขิยธรรมประยุกต์ กล่าวถึงโขชฌงค์ไว้ว่า สติมาก่อน เพราะความระลึกได้ ระลึกรอบคอบ ระลึกทั่วถึง ในทุกแง่ทุกมุม ระลึกทั้งวัตถุ ทั้งบุคคล ทั้งวิธีการ ทั้งเหตุผล ทั้งสิ่งแวดล้อม เมื่อระลึกได้แล้วจึงจะเลือกเฟ้นธรรมได้ พอเลือกเฟ้นจนพอใจแล้ว ความเพียรเกิดขึ้นตามมา คือ ต้องการจะทำ หรืออยากจะทำ หรือต้องกระทำ พอเลือกเฟ้นแล้ว ต้องทำแน่นๆ เพราะมันถูกใจแล้ว สิ่งทีห่อเลียงการกระทำดังกล่าวเอาไว้ก็คือ ปิติ ปิตินี้จะทำหน้าที่ของมันไปเรื่อยๆจนมันเข้ารูปร่างหรือร่างปลงจึงเกิดปัสสัทธิ ความสงบระงับรูปนามแล้ว ความตั้งมั่นก็แรงขึ้นทันทีไม่มีอะไรมาคั่นได้เลย กระบวนการดังกล่าวครบถ้วนสมบูรณ์อยู่อย่างนี้จึงเกิดอาการเพงอยู่ ท่านพุทธทาสสรูปว่า กระบวนการทั้ง ๖ ข้างต้นเป็นการเตรียมที่ถูกต้องตามจังหวะ “พอครบถ้วนดีแล้ว ก็มองดูเฉยอยู่”<sup>๒๖๗</sup> เพื่อให้มันเป็นไปผ่านกล่าวว่า “มันเป็นไปได้โดยอัตโนมัติในตัวมันเอง ในการที่มันจะทวีกำลังเพิ่มขึ้น”<sup>๒๖๘</sup> องค์ ๗ ประการนี้จะเพิ่มกำลังมากขึ้นเรื่อยๆโดยอัตโนมัติคือ ถ้าทำถูกต้องลำดับ และไม่สับสนแล้วครบถ้วน แล้วบริบูรณ์ โขชฌงค์ ๗ ก็สมบูรณ์ขึ้นมาในลักษณะอย่างนี้

### สรุปโขชฌงค์

ในโพธิปักขิยธรรมประยุกต์ กล่าวถึงโขชฌงค์ไว้ว่า สติมาก่อน เพราะความระลึกได้ ระลึกรอบคอบ ระลึกทั่วถึง ในทุกแง่ทุกมุม ระลึกทั้งวัตถุ ทั้งบุคคล ทั้งวิธีการ ทั้งเหตุผล ทั้งสิ่งแวดล้อม เมื่อระลึกได้แล้วจึงจะเลือกเฟ้นธรรมได้ พอเลือกเฟ้นจนพอใจแล้ว ความเพียรเกิดขึ้นตามมา คือ ต้องการจะทำ หรืออยากจะทำ หรือต้องกระทำ พอเลือกเฟ้นแล้ว ต้องทำแน่นๆ เพราะมันถูกใจแล้ว สิ่งทีห่อเลียงการกระทำดังกล่าวเอาไว้ก็คือ ปิติ ปิตินี้จะทำหน้าที่ของมันไปเรื่อยๆ จนมันเข้ารูปร่างหรือร่างปลงจึงเกิดปัสสัทธิ ความสงบระงับรูปนามแล้ว ความตั้งมั่นก็แรงขึ้นทันทีไม่มีอะไรมาคั่นได้เลย กระบวนการ

<sup>๒๖๖</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙), คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ประยวรงค์พรินท์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๙๕๑.

<sup>๒๖๗</sup> พุทธทาสภิกขุ, โพธิปักขิยธรรมประยุกต์, (กรุงเทพมหานคร : ฝ่ายโรงพิมพ์ บริษัท ตลาตาพับลิเคชั่น จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๓๑๐.

<sup>๒๖๘</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๑๐.

ดังกล่าวครบถ้วนสมบูรณ์อยู่อย่างนี้จึงเกิดอาการเพงอยู่ ท่านพุทธทาสสรูพบว่า กระบวนการทั้ง ๖ ข้างต้นเป็นการเตรียมที่ถูกต้องตามจังหวะ

“พอครบถ้วนดีแล้ว มองดูเฉยอยู่”<sup>๒๖๙</sup> เพื่อให้มันเป็นไปตามท่านกล่าวว่า “มันเป็นไปได้โดยอัตโนมัติในตัวมันเอง ในการที่มันจะทวีกำลังเพิ่มขึ้น”<sup>๒๗๐</sup> องค์ ๗ ประการนี้จะเพิ่มกำลังมากขึ้นเรื่อยๆโดยอัตโนมัติคือ ถ้าทำถูกต้องลำดับ และไม่สับสนแล้วครบถ้วน แล้วบริบูรณ์ โฆษณงค์ ๗ สมบูรณ์ขึ้นมาในลักษณะอย่างนี้ โฆษณงค์ ๗ ประการจึงเกิดขึ้นได้ด้วยเหตุสำคัญ ๒ อย่างคือ

- เหตุภายนอก คือ กัลยาณมิตร และ การศึกษาเล่าเรียนในพระปริยัติธรรมอย่างดี (เมื่อบุคคลได้รู้และเข้าใจในหลักโฆษณงค์ดีแล้ว เพราะอาศัยกัลยาณมิตร และการได้ศึกษาเล่าเรียนในพระปริยัติธรรมมาอย่างดี อันเป็นผลทำให้ได้นำหลักการดังกล่าวไปใช้ในการปฏิบัติและการแนะนำผู้อื่นตามหลักการและวิธีการปฏิบัติที่ถูกต้องได้)

- เหตุภายในมี ๒ ประการคือ โยนิโสมนสิการในวิสุทธิ ๗ และพหุสัจธรรมในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ให้บริบูรณ์ ( เมื่อบุคคลอาศัยเหตุอย่างแรกแล้ว ทำให้เกิดผลตามมามีคือ เกิดมีความศรัทธาเชื่อมั่นในโฆษณงค์ เกิดปัญญาพิจารณาอย่างรอบคอบในวิสุทธิ ๗ ประการตามลำดับ ด้วยอาศัยความเพียรพยายามในการกระทำให้มากซึ่งสติปัฏฐาน ๔ จนครบบริบูรณ์ ซึ่งส่งผลให้เกิดผลตามมามีคือ โฆษณงค์ ๗ ประการ อีกอย่างหนึ่งคือ การศึกษาปริยัติในพระไตรปิฎกและวิปัสสนาจารย์แนะนำ ส่งผลให้เกิดผลในการเพียรในการปฏิบัติในสติปัฏฐาน ๔ ด้วยการเจริญ วิสุทธิ ๗ ประการตามลำดับ จนเกิดปฏิเวธในโฆษณงค์ ๗ ประการ อันเป็นธรรมที่ทำให้ถึงความเป็นใหญ่ไพศาลในธรรมทั้งหลาย ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ในทิมวันตสูตรว่า “(นาคทั้งหลาย อาศัยขุนเขาแล้วเจริญเติบโตได้ฉับไฉน) ภิกษุก็ฉับนั้นเหมือนกัน เมื่ออาศัยศีล ดำรงอยู่ในศีล (ศีลวิสุทธิเป็นต้น) เจริญโฆษณงค์ ๗ ประการ ทำโฆษณงค์ ๗ ประการให้มาก ย่อมถึงความเป็นใหญ่ไพศาลในธรรมทั้งหลาย”<sup>๒๗๑</sup>

โฆษณงค์ทั้ง ๗ ประการนี้ มีตั้งแต่ชนิดที่เป็นสามัญคือ สติ ปัญญา วิริยะ ปิตี ปัสสัทธิ สมาธิ และตัดตรมขันธ์ตัดตาที่เป็นวิวิภูฏานิสสิตเจตนาคือ พยายามที่จะให้หลุดพ้นจากกิเลส จึงถึงโฆษณงค์พิเศษสามารถนำตนให้พ้นจากกิเลสเรียกว่า วิเวกนิสสิต วิราคะ นิสสิต และนิโรธนิสสิตคือ ความสงบจากกิเลสออกจากกิเลส และเข้าถึงความดับกิเลสได้<sup>๒๗๒</sup>

นอกจากนี้โฆษณงค์ยังเป็นทิพยโอสถที่สามารถฟื้นฟูร่างกายและจิตใจให้เข้มแข็งขึ้นดุจในบทสวดพระปริตร เพียงแต่ได้ฟังเท่านั้นก็สามารถรักษาอาการป่วยได้เลย แสดงให้เห็นว่า ร่างกายกับจิตใจนั้นอาศัยกันและกัน เมื่อจิตใจเข้มแข็งขึ้นก็สามารถทำลายโรคร้ายในกายให้หมดได้ เหมือนพระมหากัสสปะและพระโมคคัลลานะหายป่วย เพราะฟังโฆษณงค์จากพุทธองค์ หลักการนี้ พระพรหมคุณาภรณ์เรียกว่า พุทธวิธีเสริมสุขภาพ<sup>๒๗๓</sup> เป็นหลักการเดียวที่ใช้ในการรักษาโรคจากภายในออกสู่ภายนอก ถ้าจะเรียกอีก

<sup>๒๖๙</sup> พุทธทาสภิกขุ, **โพธิปักขิยธรรมประยุกต์**, (กรุงเทพมหานคร : ฝ่ายโรงพิมพ์ บริษัท ตาตาพับลิเคชั่น จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๓๑๐.

<sup>๒๗๐</sup> พุทธทาสภิกขุ, **โพธิปักขิยธรรมประยุกต์**, หน้า ๓๑๐.

<sup>๒๗๑</sup> ดูรายละเอียดใน ส.ม.อ. (ไทย) ๑๙/๑๘๑/๑๐๙.

<sup>๒๗๒</sup> ดูรายละเอียดใน ฉันทนา อุดสาลักษณ์, **พุทธปัญญาสู่การสร้างปัญญา**, หน้า ๘๓.

<sup>๒๗๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **โฆษณงค์ พุทธวิธีเสริมสุขภาพ**, พิมพ์ครั้งที่ ๗๔, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๖.

อย่างคือ พลังแห่งชีวิตคือโพชฌงค์ เมื่อโพชฌงค์เกิดแล้วความเจริญในกุศลธรรมทั้งหลายก็ปรากฏ เพราะเป็นปฏิปักษ์ต่อกุศลธรรมทั้งหลาย

### ๑๑.๕ การเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘

เมื่อดำเนินตามไตรสิกขาสมบูรณ์แล้ว จัดว่าเป็นการเจริญมรรคมีองค์ ๘ ไปในตัว<sup>๒๗๔</sup> ดังที่พระภิกษุณีธัมมทินนากล่าวไว้ว่า “สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะจัดเข้าในสี่ลขันธ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิจัดเข้าในสมาธิขันธ สัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ จัดเข้าในปัญญาขันธ”<sup>๒๗๕</sup>

อภิษัมมัตถวิภาวินีปฏิภาณกล่าวความหมายว่า “นิพพาน มคฺเคติ นิพพานตฺถิเกหิ วา มคฺคียติ กิเลส มาเรณโต คจฺจตฺติ วา มคฺโค ฯ ธรรมชื่อว่ามรรค เพราะอรธว่า แสวงหาพระนิพพาน หรือผู้ต้องการพระนิพพาน แสวงหา หรือว่าฆ่ากิเลสทั้งหลายให้ตายไปถึงพระนิพพาน”<sup>๒๗๖</sup>

**มรรค** แปลว่า ธรรมที่ฆ่ากิเลส วิเคราะห์ว่า กิเลส มาเรณโต คจฺจตฺติ นิพพานตฺถิเกหิ มคฺคียตฺติ วา มคฺโค, สมมาทิฏฐิอาทโย อฏฺฐ ธมฺมา.<sup>๒๗๗</sup> ชื่อว่า มรรค เพราะฆ่ากิเลสทั้งหลายได้ หรือเพราะผู้ต้องการพระนิพพานจะต้องแสวงหา มรรคมีองค์ประกอบ ๘ ประการ ดังนี้

๑. สัมมาทิฐิ แปลว่า ความรู้ชอบ คือ ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกขสมุทัย ความรู้ในทุกขนิโรธ ความรู้ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา

๒. สัมมาสังกัปปะ แปลว่า ความดำริชอบ คือ ความดำริในการออกจากกาม ความดำริในความไม่พยาบาท ความดำรินอนไม่เบียดเบียน

๑๑. สัมมาวาจา แปลว่า เจรจาชอบ คือ การงดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการพูดส่อเสียด งดเว้นจากการพูดคำหยาบ งดเว้นจากการพูดเพื่อเจ้า

๔. สัมมากัมมันตะ แปลว่า การกระทำชอบหรือการงานชอบ คือ การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ งดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เขามิได้ให้ งดเว้นจากการประพฤตินิดในกาม<sup>๒๗๘</sup>

๕. สัมมาอาชีวะ แปลว่า เลี้ยงชีพชอบ คือ เว้นจากการเลี้ยงชีพที่ผิดเสีย ประกอบอาชีพที่สุจริต ไม่ผิดจากทำนองคลองธรรม ทำให้คนอื่นต้องเดือดร้อนด้วยวิธีต่าง ๆ หาเลี้ยงชีวิตด้วยความขยันหมั่นเพียร ไม่เบียดเบียนผู้อื่นให้เดือดร้อน

<sup>๒๗๔</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๕๐๘/๕๔๙.

<sup>๒๗๕</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๖๒/๕๐๓. ดูเพิ่มเติม หน้า ๔๘๘.

<sup>๒๗๖</sup> วิสุทธมรรค (บาลี). หน้า ๙๘. คัมภีร์วิสุทธิมรรค แปล, หน้า ๘๒๙.

<sup>๒๗๗</sup> ชู.เถร.อ. (บาลี) ๒/๓๖/๑๕๘

<sup>๒๗๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๙๙/๓๔๘.

๕. สัมมาวายามะ แปลว่า เพียรชอบหรือพยายามชอบ คือ มี ฉันทะ ปราศจากความเพียร ประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้เพื่อมิให้อกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดบังเกิดขึ้น เพื่อละอกุศลธรรมที่บังเกิดขึ้นแล้ว เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดบังเกิดขึ้น เพื่อความตั้งอยู่ไม่เลือนหาย เจริญยิ่งไพบูลย์เต็มเปี่ยมแห่งกุศลธรรมที่บังเกิดขึ้นแล้ว<sup>๒๗๙</sup>

๖. สัมมาสติ แปลว่า ตั้งสติชอบ ระลึกชอบ คือ ตั้งสติในทางที่ถูกต้องตรงต่อการบรรลุมรรคผล ได้แก่ มีสติพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีสติพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่...มีสติพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่...มีสติพิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้

๗. สัมมาสมาธิ แปลว่า ตั้งใจมั่นชอบ คือ การฝึกอบรมจิตให้สงบจากกาม สงบจากอกุศลธรรม บรรลุปฐมฌาน มีวิตก มีวิจารณ์ มีปีติและสุขเกิดแต่วิเวกอยู่ เป็นต้น<sup>๒๘๐</sup>

กุลบุตรผู้ต้องการพ้นทุกข์ต้องเจริญให้มากซึ่งมรรคมีองค์ ๘ นี้เท่านั้น จึงจะบรรลุปฏิเวธสัทธรรมได้ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า

“มรรคมีองค์ ๘ อันประเสริฐเหล่านี้คือ สัมมาทิฐิ (เห็นชอบ), สัมมาสังกัปปะ (ดำริชอบ), สัมมาวาจา (เจรจาชอบ), สัมมากัมมันตะ (กระทำชอบ), สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ), สัมมาวายามะ (พยายามชอบ), สัมมาสติ (ระลึกชอบ) และสัมมาสมาธิ (ตั้งจิตมั่นชอบ) นี้แลคือทาง นี้แลคือข้อปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม”<sup>๒๘๑</sup>

ธรรมที่ได้ชื่อว่า อริยมรรค หรือ องค์มรรค ๘ หรือ มัคคังคะ หมายความว่า ทางอันประเสริฐหรือทางนำสู่ความพ้นคือ พระนิพาน วจนัตถะ ของคำว่า มัคคะ คือ กิเลส มเรนตา คจณฺติ เอตฺนาติ = มคโค พระโยคีบุคคลทั้งหลายฆ่ากิเลส และยอมเข้าถึงพระนิพาน ด้วยธรรมนั้น ฉะนั้น ธรรมที่เป็นเหตุแห่งการฆ่ากิเลส และเข้าถึงพระนิพานของโยคีบุคคลเหล่านั้น ชื่อ มัคคะ ได้แก่ องค์มรรค ๘ รวมกัน มีสัมมาทิฐิ เป็นต้น มคคฺสฺส องตฺงโค = มคคฺงโค แปลว่า ธรรมอันเป็นเครื่องประกอบของธรรมที่เป็นเหตุแห่งการฆ่ากิเลส และเข้าถึงพระนิพาน ชื่อว่า มัคคังคะ ได้แก่ องค์ธรรมขององค์มรรค ๘ โดยเฉพาะ ๆ

คำว่า มรรค หรืออริยมรรค แปลว่า ทางอันประเสริฐ หมายถึง ข้อปฏิบัติที่จะนำไปสู่ความพ้นทุกข์<sup>๒๘๒</sup>

มรรคมีองค์ ๘ หรือ อัญ्ञักกิมรรค เรียกเต็มว่า อริยอัญ्ञักกิมรรค แปลว่า ทางมีองค์ ๘ ประการ อันประเสริฐ มีดังนี้

๑. สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ
๒. สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ
๑๑. สัมมาวาจา เจรจาชอบ
๔. สัมมากัมมันตะ กระทำชอบ

<sup>๒๗๙</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๔/๒๙๙/๓๔๘.

<sup>๒๘๐</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๙๙/๓๔๘, ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๓๖/๑๗๖.

<sup>๒๘๑</sup> ที.สี. (ไทย) ๙/๓๗๕/๑๕๗.

<sup>๒๘๒</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๙๔.

๕. สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ
๖. สัมมาวายามะ พยายามชอบ
๗. สัมมาสติ ระลึกรู้ชอบ
๘. สัมมาสมาธิ ตั้งใจมั่นชอบ

มรรคมืองค์ ๘ นี้ได้ชื่อว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ทางสายกลาง เพราะเป็นข้อปฏิบัติอันพอดีที่จะนำไปสู่จุดหมายแห่งความหลุดพ้นเป็นอิสระ ดับทุกข์ ปลอดภัย ไม่ติดข้องในที่สุดทั้งสอง คือ กามสุขัลลิกานุโยค และอตตกิลมถานุโยค<sup>๒๘๓</sup>

๑. สัมมาทิฏฐิ หมายถึง ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกขสมุทัย ความรู้ในนิโรธ ความรู้ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา

๒. สัมมาสังกัปปะ หมายถึง ความดำริในอันออกจากกาม ความดำริในอันไม่พยาบาท ความดำริในอันไม่เบียดเบียน

๓. สัมมาวาจา หมายถึง ความงดเว้นจากการพูดเท็จ ความงดเว้นจากการพูดส่อเสียด ความงดเว้นจากการพูดคำหยาบ ความงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

๔. สัมมากัมมันตะ หมายถึง ความงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ ความงดเว้นจากการลักทรัพย์ ความงดเว้นจากการประพฤติดิฉินในกาม

๕. สัมมาอาชีวะ หมายถึง บุคคลผู้อริยสาวกในศาสนานี้ ละมิจฉาอาชีวะแล้ว เลี้ยงชีวิตอยู่ด้วยสัมมาอาชีวะ นี้เรียกว่า สัมมาอาชีวะ

๖. สัมมาวายามะ หมายถึง ความพยายามชอบ

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ทำฉันทะให้เกิด พยายาม прารภความเพียรประคองจิตไว้ ทำความเพียรเพื่อป้องกันอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้น มิให้เกิดขึ้น

ทำฉันทะให้เกิด พยายาม прารภความเพียรประคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อละบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว

ทำฉันทะให้เกิด พยายาม прารภความเพียรประคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อสร้างกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

ทำฉันทะให้เกิด พยายาม прารภความเพียรประคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อความดำรงอยู่ ความไม่สับสน ความภิญโญยิ่ง ความไพบุลย์ ความเจริญ ความบริบูรณ์ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลาย

๗. สัมมาสติ หมายถึง การพิจารณาเห็นกายในกายเนือง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้

พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาเนือง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้

พิจารณาเห็นจิตในจิตเนือง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้

พิจารณาเห็นธรรมในธรรมเนือง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้

๘. สัมมาสมาธิ หมายถึง การตั้งใจมั่นชอบ

<sup>๒๘๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๕๓๐.

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ สงัดจากกาม สงัดจากอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌาน ประกอบด้วย วิตก วิचार มีปิติและสุขอันเกิดแต่วิเวกอยู่ บรรลุทุติยฌาน อันยังใจให้ผ่องใส เพราะวิตกและวิचारสงบไป เป็นธรรมเอกผุดขึ้นภายใน ไม่มีวิตก ไม่มีวิचार มีแต่ปิติและสุขอันเกิดแต่สมาธิอยู่ เพราะคลายปิติได้อีกด้วย จึงเป็นผู้มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะอยู่ และเสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌาน ซึ่งเป็นฌานที่พระอรหันต์ทั้งหลายกล่าวสรรเสริญผู้ได้บรรลุว่า เป็นผู้มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข ตั้งนี้อยู่ บรรลุจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับสนิทไปก่อน มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ นี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ<sup>๒๘๔</sup>

ข้อพิจารณา มรรคมงคล ๘ เป็นองค์ธรรมเป็นแนวทางในการดำเนินไปของการปฏิบัติธรรมสำหรับทดสอบผลการปฏิบัติของผู้กำลังปฏิบัติว่าดำเนินไปถูกทางหรือไม่ เริ่มตั้งแต่สัมมาทิฐิซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการเดินทาง ถ้าเริ่มเดินถูกทางก็จะทำให้ผ่านต่อไปยังจุดต่าง ๆ ตามเส้นทางนั้นอย่างถูกทาง โดยเฉพาะเส้นทางนั้นจะอ้อมจุดใหญ่ ๆ ให้สังเกตเห็นตลอดเส้นทาง ถ้าเดินทางผิดเมื่อไร ก็จะไม่เห็นจุดสำคัญ ๆ เหล่านั้น ผู้เดินทางที่ศึกษาเส้นทางมาอย่างดีก็จะได้รู้ในไม่ช้าว่ากำลังหลงทาง ให้อ่อนกลับมายังจุดที่เริ่มผิดทาง แล้วเริ่มเดินทางใหม่ต่อไปและหมั่นสังเกตเส้นทางอยู่ตลอดเวลา จะทำให้เดินทางได้ถูกต้องตลอดเส้นทาง จนถึงปลายทางที่ตนมุ่งหมายอย่างปลอดภัย

ในการปฏิบัติธรรมก็ เช่น กัน ผู้ปฏิบัติต้องคอยตรวจสอบการปฏิบัติของตนอยู่ตลอดเวลา เพื่อให้ผลการปฏิบัตินั้นเป็นไปอย่างถูกต้อง ไม่เผลอไปนอกทางที่ถูกต้อง ทำให้เสียเวลาหรืออาจหมดโอกาสที่จะบรรลุธรรมเลยก็เป็นได้ ซึ่งมีอยู่เป็นจำนวนมากที่นักปฏิบัติทั้งหลายต้องหลงทางเสียกลางคัน นับว่าเป็นเรื่องที่น่าเสียดาย<sup>๒๘๕</sup>

๑) สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ เป็นหนทางให้ถึง มรรค ผล นิพพาน มงคลธรรม คือ ปัญญาเจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลญาณสัมปยุตตจิต ๔ มหาภิริชาญาณสัมปยุตตจิต ๔ และอัปปมัญญาชนะ ๒๖ การเห็นแจ้งในอริยสัจทั้ง ๔ โดยกิจทั้ง ๔ คือ (๑) เห็นแจ้งในทุกขสัจจะโดยปริญาญาณกิจ (๒) เห็นแจ้งในสมุทยสัจจะโดยปหานกิจ (๓) เห็นแจ้งในนิโรธสัจจะโดยสังฆนิมิตตกิจ (๔) เห็นแจ้งในมรรคสัจจะโดยภาวนากิจ

๒) สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบเป็นหนทางให้ถึง มรรค ผล นิพพาน มงคลธรรมคือ วิตกเจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหาภิริชาจิต ๘ ปฐมฌานขณะ ๑๐ หรือ รูปกุศล ๑ รูปภิริชา ๑ โลกุตตรจิต ๘ การดำริชอบมี ๓ อย่างคือ (๑) นิคมสมกุปป ความดำริที่ออกจากกามคุณอารมณ์ (๒) อพพยาปาทสงกุปป ความดำริที่ประกอบด้วยเมตตา (๓) อวิหีสาสงกุปป ความดำริที่ประกอบด้วยกรุณา

๓) สัมมาวาจา การกล่าววาจาชอบ เป็นหนทางให้ถึง มรรค ผล นิพพาน มงคลธรรม คือ สัมมาวาจาเจตสิกที่เป็นไปใน มหากุศลจิต ๘ โลกุตตรจิต ๘

๔) สัมมากัมมันตะ การทำการทำงานชอบ เป็นหนทางให้ถึง มรรค ผล นิพพาน มงคลธรรมคือ สัมมากัมมันตเจตสิก ที่เป็นไปใน มหากุศลจิต ๘ โลกุตตรจิต ๘

๕) สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ เป็นหนทางให้ถึง มรรค ผล นิพพาน มงคลธรรมคือ สัมมาอาชีวะเจตสิกที่เป็นไปใน มหากุศลจิต ๘ โลกุตตรจิต ๘

<sup>๒๘๔</sup> อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๘๗/๒๘๓-๒๘๔.

<sup>๒๘๕</sup> พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง), “ศึกษาการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๗-๒๑.

๖) สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ เป็นหนทางให้ถึง มรรค ผล นิพพาน มืองค์ธรรม คือ วิริยะ เจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหาภิริยาจิต ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖

๗) สัมมาสติ การระลึกชอบ เป็นหนทางให้ถึง มรรค ผล นิพพาน มืองค์ธรรม คือ สติเจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหาภิริยาจิต ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖

๘) สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ เป็นหนทางให้ถึง มรรค ผล นิพพาน มืองค์ธรรม คือ เอกัคคตาเจตสิกที่เป็นไปในมหากุศลจิต ๘ มหาภิริยาจิต ๘ และอัปปมัญญาชวนะ ๒๖<sup>๒๘๖</sup>

ผู้วิจัยรวมความว่า ผู้ฝึกวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เผ่าดูการเกิด-ดับของกาย-เวทนา จิต-และธรรม จะได้รับความรู้แจ้งของการเกิด-ดับที่อายตนะทั้ง ๖ ซึ่งจะมีผลพลอยได้ตามมา คือ จะเข้าใจในเรื่องกฎแห่งกรรมอย่างชัดเจน ซึ่งพระบรมศาสดาตรัสว่า กรรมเก่า คือผัสสะแห่งอายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย นั่นเอง วิบากอันเกิดจากกรรมเก่า จะสร้างเหตุปัจจัยให้เกิดขึ้นต่ออายตนะทั้ง ๖ และเหนี่ยวนำให้เกิดเวทนา ตัณหา อุปาทานที่เป็นกรรมที่เข้มข้น เกิดเป็นภพเป็นชาติเต็มรูปแบบในจิตใจของปุถุชนแต่ละคนในแต่ละวัน ในลักษณะของปฏิจสมุปบาท

ผู้เจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ย่อมบรรลุมรรคผลและนิพพาน เป็นพระอรหันต์ผู้ละกิเลสได้โดยสิ้นเชิง สามารถระงับความเศร้าโศกและความคร่ำครวญ ดับทุกข์ทางกายและโทมนัสทางใจในภพนี้ เมื่อได้บริพพานแล้วก็ไม่กลับมาเวียนเกิดเวียนตายในภพใหม่ให้ได้รับทุกข์และโทมนัสอีก ท่านเป็นผู้บรรลุ มรรคญาณ ๔ คือ โสดาปัตติมรรคญาณ สกทาคามีมรรคญาณ อนาคามีมรรคญาณและอรหัตตมรรคญาณ อีกทั้งพร้อมรู้แจ้งพระนิพพานอันเป็นสภาพดับทุกข์ทั้งปวง โดยการเจริญวิปัสสนา อันจะเป็นไปให้เกิดวิสุทธิ ๕ ประการเป็นเครื่องดำเนินไป โดยเป็นอานิสงส์ที่จะเกิดขึ้นในระหว่างการปฏิบัติวิปัสสนา ซึ่งมีลำดับขั้น ๗ ประการ คือ

#### ความสัมพันธ์ระหว่างหลักโพธิปักขิยธรรม ๓๗ วิสุทธิ ๗ และสภาวะญาณ ๑๖

ดังปรากฏในพระสูตรตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรคได้แสดงความสัมพันธ์ระหว่างสติปัฏฐาน ๔ (ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน) และอริยสัจ ๔ ไว้ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อริยสัจ ๔ อยู่

อย่างไร

คือภิกษุในธรรมวินัยนี้

รู้ชัดตามความจริงว่า ‘นี่ทุกข์’

รู้ชัดตามความจริงว่า ‘นี่ทุกขสมุทัย’

รู้ชัดตามความจริงว่า ‘นี่ทุกขนิโรธ’

รู้ชัดตามความจริงว่า ‘นี่ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา’<sup>๒๘๗</sup>

ดังปรากฏในพระสูตรตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค ได้แสดงความสัมพันธ์ระหว่างโพชฌงค์ ๗ (ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน) และอริยสัจ ๔ ไว้ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ ๗ อยู่

<sup>๒๘๖</sup> พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปริเฉทที่ ๓ และปริเฉทที่ ๗**, หน้า ๑๔๐-๑๔๑.

<sup>๒๘๗</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔.

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โภชณัง ๗ อยู่  
อย่างไร

คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. เมื่อสติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘สติสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่’ หรือเมื่อสติ  
สัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘สติสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่’ การเกิดขึ้นแห่งสติสัมโพชฌงค์ที่  
ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่งสติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วย  
เหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

๒. เมื่ออัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่’ หรือ  
เมื่ออัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่’ การเกิดขึ้น  
แห่งอัมมวิจยสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่งอัมม  
วิจยสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

๑๑. เมื่อวิริยสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘วิริยสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่’ หรือเมื่อวิ  
ริยสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘วิริยสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่’ การเกิดขึ้นแห่งวิ  
ริยสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่งวิ  
ริยสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

๔. เมื่อปีติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘ปีติสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่’ หรือเมื่อปีติสัม  
โพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘ปีติสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่’ การเกิดขึ้นแห่งปีติสัมโพชฌงค์  
ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่งปีติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มิ  
ได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

๕. เมื่อปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่’ หรือ  
เมื่อปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่’ การเกิดขึ้น  
แห่งปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์  
แห่งปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

๖. เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘สมาธิสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่’ หรือเมื่อ  
สมาธิสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘สมาธิสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่’ การเกิดขึ้นแห่ง  
สมาธิสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่งสมาธิ  
โพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

๗. เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘อุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่’ หรือ  
เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘อุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่’ การเกิดขึ้น  
แห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่ง  
อุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย  
ภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุ  
เกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็น  
เหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่

หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ‘ธรรมมีอยู่’ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติ  
เท่านั้น ไม่อาศัย (ตณหาและทัญญู) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก



ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ ๗ อยู่อย่างนี้แล

แสดงความสอดคล้องระหว่าง ญาณ ๑๖ วิสุทธิ ๗ ปริยญา ๓ และอริยสัจ ๔

ญาณ ๑๖	วิสุทธิ ๕	ปริยญา ๓	อริยสัจ ๔
๑. นามรูปปริจเฉท ญาณ	ทิสฺสูวิสุทธิ	ญาณตปริยญา รอบรู้ว่สิ่งใดเป็นเหตุ สิ่งใดเป็นเหตุปัจจัย	ทุกขวัฏฐาน คือ กำหนดทุกขสัจจ
๒. ปัจจยปริคคหญาณ	กังขาวิตรณ วิสุทธิ	สิ่งใดเป็นผล	สมุทัยวัฏฐาน คือ กำหนดสมุทยสัจจ
๑๑. สัมมสนญาณ ๔. ตรุณอุทยัพพญาณ	มัคคามัคค ญาณทัสสน วิสุทธิ	ตีรณปริยญา สามารถไตร่ตรองถึง เงื่อนเกิดและเงื่อนดับ ของการรับรู้อารมณ์	มัคคววัฏฐาน คือ กำหนดมรรคสัจจ
๔. พลวอุทยัพพญาณ ๕. กังคญาณ ๖. ภยญาณ ๗. อาทีนญาณ ๘. นิพพิทาญาณ ๙. มุญฺจิตุกัมยตาญาณ ๑๑. ปฏิสังขารญาณ ๑๑. สังขารุเปกขาญาณ ๑๒. อนุกโสมญาณ ๑๑๑. โคตรภูญาณ	ปฏิบัติทาญาณ ทัสสนวิสุทธิ	ปทานปริยญา	
๑๔. มัคคญาณ ๑๕. ผลญาณ ๑๖. ปัจจเวกขณญาณ	ญาณทัสสน วิสุทธิ		

### สรุป

การปฏิบัติอินทริยสังวรนั้น เป็นการฝึกให้มีสติคอยระวังไม่ให้เกิดอกุศลทางทวารทั้ง ๖ เป็นการปฏิบัติธรรมตั้งแต่ขั้นต้นจนถึงขั้นสุดท้าย ในเบื้องต้นก็ยังมีกิเลสเกิดขึ้นมาครอบงำจิตบ่อย ๆ ฝึกไปอีกก็เลสก็ลดลงไปเรื่อย ๆ จนท้ายที่สุด ไม่มีกิเลสเกิดขึ้นอีกเลย สามารถป้องกันและละได้แบบเด็ดขาด การสังวรนั้น เป็นลักษณะของสติที่ปิดกั้นไม่ให้กิเลสไหลเข้ามาสู่จิตใจ เมื่อตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส ภายถูกต้องสัมผัสทางกาย ใจคิดนึกและรับรู้อารมณ์ต่าง ๆ สตินั้นไม่ได้เกิดที่จักขุปสาท ดังนั้น คำกล่าวถึงการสำรวมในจักขุนทริยนั้นจึงเป็นคำพูดที่ให้เป็นที่เข้าใจในความหมายที่ว่า เมื่อเห็นรูปทางตาแล้ว สามารถที่จะปิดกั้นไม่ให้กิเลสไหลเข้าไปสู่จิต ไม่ให้อภิชฌาโทมนัสครอบงำจิตได้ สตินั้นเกิดขึ้นที่ชววจิต สตินั้นเอง

เป็นตัวสังวร และทำให้อินทรีย์สังวรมีได้ ในการวิจัยนี้สามารถสรุปหลักการปฏิบัติอินทรีย์สังวรศีลได้เป็น ๓ ประการคือ

#### ๑. หลักการปฏิบัติอินทรีย์สังวรในอริยวินัย

หมายถึงการฝึกให้มีสติเพื่อคอยควบคุมจิตใจ ควบคุมความรู้สึก ป้องกันไม่ให้บาปอกุศลธรรมทั้งหลายเกิดขึ้น เมื่อเกิดการรับรู้ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ถูกชักจูงไปในทางที่ถูกกิเลสครอบงำ (ได้กล่าวในรายละเอียดในบทที่ ๒ แล้ว)

#### ๒. การพัฒนาอินทรีย์สังวรโดยใช้โยนิโสมนสิการ

โยนิโสมนสิการ หมายถึง การใส่ใจโดยถูกต้อง ถูกตามหลักการ ถูกกับเหตุผล ถูกอุบาย ถูกวิธีการ ถูกตรงตามที่มันเป็นจริง ถูกตามหลักการที่พระพุทธเจ้าสอนเอาไว้ รวมทั้งการรู้จักคิด พิจารณา รู้จักมองให้ถูกแง่มุม มองในมุมที่จะทำให้ได้รับประโยชน์จากสิ่งนั้น ทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง เมื่อมีความเข้าใจอย่างถูกต้อง ก็จะมีการปฏิบัติต่อสิ่งนั้นได้อย่างเหมาะสม ไม่เกิดโทษต่อตนเองและผู้อื่น จนเกิดปัญญาเห็นความจริง โยนิโสมนสิการทำให้มีสติสัมปชัญญะและอินทรีย์สังวรที่บริบูรณ์ได้

#### ๑๑. การพัฒนาอินทรีย์สังวรโดยใช้การเจริญวิปัสสนากาวนา

สติปัญญา เป็นหนทางปฏิบัติอันเป็นทางสายเอกสายเดียว ในพระพุทธศาสนาที่จะนำพาให้เหล่าเวไนยสัตว์บรรลุถึงจุดหมายปลายทาง คือ พระนิพพาน ดังพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลายทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัญญา ๔ ประการ คือ กายานุปัสสนาสติปัญญา เวทนานุปัสสนาสติปัญญา จิตตานุปัสสนาสติปัญญา และธัมมานุปัสสนาสติปัญญา นอกจากนี้แล้วยังมีหลักธรรมในโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการที่เหลือ ซึ่งเป็นองค์ธรรมที่ส่งเสริมให้เกิดความสำเร็จในการเจริญวิปัสสนา ประคับประคองจิตมิให้เกิดความท้อถอยในขณะประพฤติปฏิบัติธรรม เป็นธรรมที่คอยป้องกันและกำจัดบาปอกุศลไม่ให้รบกวนจิต

วิปัสสนาญาณชั้นต่าง ๆ ย่อมเกิดขึ้นตามลำดับ นักปฏิบัติจะรู้สึกกลัวสภาวะธรรมทางกายและใจที่กำหนดรู้อยู่ รู้เห็นโทษของสภาวะธรรมว่าไม่ดีไม่งาม เพราะตกอยู่ในกระแสของไตรลักษณ์ ว่าเป็นอนิจจัง ความไม่เที่ยง ทุกขัง ความเป็นทุกข์ อนัตตา ความไม่มีตัวตนที่แท้จริง พร้อมทั้งเข้าถึงความหลุดพ้นออกจากกิเลสตัณหา อันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ หรือทำให้สิ้นอาสวะ