

ศึกษาสัมมัปปธาน ๔ อันเป็นองค์แห่งการบรรลุธรรม

A STUDY OF THE FOUR GREAT EFFORTS (CATU-SAMMAPPADHĀNA)

AS THE FACTORS IN ACHIEVEMENT OF DHAMMA

พระวรมน ขนฺติโก (วัดธมฺมา)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พุทธศักราช ๒๕๕๔

ศึกษาสัมปทาน ๔ อันเป็นองค์แห่งการบรรลุธรรม

พระวรมน ขนฺติโก (วัดอุมมา)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๔

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

A STUDY OF THE FOUR GREAT EFFORTS (CATU-SAMMAPPADHĀNA)
AS THE FACTORS IN ACHIEVEMENT OF DHAMMA

Phravoramon Khantiko (Wattuma)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for The Degree of
Master of Arts
(Vipassana Meditation)
Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand
C.E. 2011

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาสัมปชาน ๔ อันเป็นองค์แห่งการบรรลุธรรม

ผู้วิจัย : พระวรมน ขนฺติโก (วัดธมฺมา)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระครูใบฎีกาภานิตย์ เขมคุตฺโต, สน.บ., M.A., Ph.D.

: พระมหาโกมล กมโล ป.ธ.๘, พธ.บ., ศศ.ม.

: อาจารย์นิมิตร โภธิพัฒน์ ป.ธ.๕.

วันสำเร็จการศึกษา : ๑ เมษายน ๒๕๕๕

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ เพื่อศึกษาการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาสัมปชาน ๔ ที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท อันได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เรียบเรียงบรรยายตรวจสอบความถูกต้องเนื้อหาจากอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้เชี่ยวชาญ

จากการศึกษาพบว่า การบรรลุธรรม หมายถึง การบรรลุ มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ ซึ่งจัดเป็นโลกุตตระ ในสัมปชาน ๔ ที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม พบว่าเป็นหลักธรรมที่ประกอบด้วยองค์ ๔ ซึ่งเรียกว่าความเพียร และหลักธรรมนี้ มีปรากฏในหลักธรรมอื่น ๆ แต่ที่ปรากฏให้เห็นได้อย่างชัดเจน ก็คือ โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ซึ่งเป็นหลักธรรมแห่งการตรัสรู้แล้วพบว่า ในหลักธรรมแต่ละหมวดจะประกอบด้วยความเพียรทุกหมวด อาทิ ในสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งเป็นหลักธรรมหมวดแรกในโภธิปักขิยธรรม มีหลักธรรมอยู่ ๓ ประการที่น่าสนใจ กล่าวคือ อาตาปี (ความเพียร) สติมา (สติ) และสมุชชาโน (สัมปชัญญะ) จะเห็นได้ว่าหนึ่งในสามของหลักธรรมที่อ้างมานี้ก็คือความเพียร ซึ่งในที่นี้นับเนื่องเข้าในความเพียร ๔ ของสัมปชาน ๔ ต่อมาเป็นอิทธิบาท ๔ ซึ่งเป็นหลักธรรมที่อ้างถึงความเพียรในสัมปชาน ๔ ด้วยเช่นกัน จากนั้นก็เป็นอินทรีย์ ๕ และพละ ๕ ซึ่งเป็นความเพียรที่อ้างเอาความเพียรในสัมปชาน เกี่ยวกับโพชฌงค์-๗ นั้น วิริยะสัมมโพชฌงค์ อ้างเอาวิริยะในสัมปชาน ๔ ด้วย และสุดท้าย อริยมรรคมีองค์ ๘ ในสัมมาวาจาขณะนั้น ก็ต้องอ้างเอาความเพียร ๔ ในสัมปชานด้วยเช่นกัน

ดังนั้นความเพียรจึงมีความสำคัญในการบรรลุธรรม ถ้าผู้ปฏิบัติขาดความเพียรแล้ว เขาก็จะไม่บรรลุธรรม แต่อย่างไรก็ตามความเพียรที่เรียกว่าสัมมัปปธานนี้ จะเจริญงอกงามได้ ย่อมต้องอาศัยความสัมพันธ์ใน หมวดธรรมต่าง ๆ ของโพธิปักขิยธรรม จึงจะสร้างความเจริญงอกงามไปบุญได้ และคุณธรรมที่สมบูรณ์เหล่านี้มีความสำคัญต่อการสร้างสรรค์ชีวิตที่ดีงาม และการเข้าถึงจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา

Thesis Title : A study of the Four Great Efforts (Catu-Sammappadhāna) as the Factors in Achievement of Dhamma

Researcher : Phra Voramon Khantiko (Wattuma)

Degree : Master of Arts (Vipassanana Meditation)

Thesis Supervisory Committee

: Phrubaidika Manit Khemagutto B.A., M.A., Ph.D.

: Phramaha Komol Kamalo Pali VIII., B.A., M.A.

: Prof. Nimit Photiphat Pali IX.

Date of Graduation : 1 April 2012

Abstract

This thesis has two objectives :- To study the attainment of Dhamma in the Theravadā Buddhism and to study the (Catu-Sammappadhāna) which support the attainment of Dhamma by studying the data from the Theravada Buddhist Scriptures namely Tipiṭaka, Atthakathā, Tikā, and the other connected scriptures composed, explained and checked by advisors and experts.

From the studies, it is found that realization enlightenment means to attain the Four Paths (Magga 4), the Four Fruitions (Phala 4), and the Unconditioned State (Nibbāna 1), which are called Super mundane States (Lokuttara-Dhamma), In Catu-Sammappadhāna, which supported the attainment of the Dhammas, it is found that these Doctrinal Principles are composed of 4 organs called “Effort”. On the other hand, this Doctrinal Principles also appeared in other Doctrinal Principles, but the ones appearing very clearly are the Bodhipakkhiya Dhamma 37, which are the Principles for enlightenment. It is also found that every group of the Doctrinal Principles consists of “Viriya” (the Effort) i.e. Catu-Sammappadhāna, which is the first group of Dhamma Bodhipakkhiya-Dhamma. There are three interesting Principles which are, the Ātāpi (Effort), the Sathima (Mindfulness) and the Sampajāno (clear comprehension). It can be seen that one of the stated Doctrinal Principles is the Effort, which is concluded in the effort in Catu-Sammappadhāna. Next, it Catu-Iddhipada, in which Viriyindri is the Doctrinal Principles, refers to the effort in Catu-Sammappadhāna. After that, there the 5 Faculties and 5 Energies, which are the efforts in Catu-Sammappadhāna. The 7 Bojjhaṅgas, Viriya Saṃbojjhaṅga also quoted Viriya

in 4 Sammappadhāna. Finally, the Noble Eightfold Path in Sammāvāyāma also quoted effort in Sammappadhāna.

So, the Effort is important for Dhamma attainment. If one is in lack of the effort, one will never attain the Dhamma. However, the effort, which is called Sammappadhāna will grow with the help of the relationship of different groups of Dhammas in Bodhipakkiya-Dhamma. By this way, the progress of Bodhipakkiya-Dhamma will appear clearly. The mentioned doctrinal qualities will build up the good life so to reach the highest target in Buddhism.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้ สำเร็จลงด้วยความราบรื่น ปราศจากอุปสรรคใดๆ ทั้งนี้ผู้วิจัยได้รับความช่วยเหลืออนุเคราะห์จากอาจารย์ผู้สอน และอาจารย์ที่ปรึกษาหลายท่าน และที่สำคัญในการทำวิจัยครั้งนี้ ที่ขาดไม่ได้ก็คือ

พระเดชพระคุณ สมเด็จพระพุฒาจารย์ (สมเด็จพระสังฆราช) ผู้มีส่วนช่วยให้ผู้วิจัยได้มีโอกาสทำงานวิจัยได้สำเร็จ และเป็นผู้ก่อตั้งมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ที่สนองความต้องการในด้านวิชาการพระพุทธศาสนา

ขอขอบพระคุณ พระมหาสุรชัย วราสโก พระครูใบฎีกาภานิตย์ เขมคุตุโต พระมหาประนอม ฐมมาลงกาโร พระมหาโกมล กมโต อาจารย์นิมิตร โภธิพัฒน์ ผู้วิจัยขอขอบคุณ และอนุโมทนาในความเมตตาของท่านประธานอาจารย์ที่ปรึกษา ที่ได้สละเวลาอันมีค่าให้คำปรึกษา และตรวจแก้ข้อบกพร่องต่าง ๆ จนวิทยานิพนธ์เล่มนี้ จึงมีความสมบูรณ์ขึ้นมาได้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณ ผศ.เวทย์ บรรณกรกุล ที่ให้คำแนะนำวิธีการเขียนวิทยานิพนธ์ โดยให้คำปรึกษาแนะนำวิธีการเขียน เพื่อให้ผลิตงานได้ถูกต้องตามระเบียบทางมหาวิทยาลัย ทั้งเป็นผู้ควบคุมดูแลการเขียนวิทยานิพนธ์ และคอยให้คำปรึกษาทุกด้าน

ขอขอบพระคุณพระครูศิริจันทพิมล, พระครูประภักดิ์จริยาภรณ์, พระครูวินัยธรรมสมุทรถาวรธมโม, พระอธิการคำเพียร ฐมมพโล, ที่คอยให้กำลังใจช่วยเหลือเอื้อเฟื้อหลาย ๆ อย่าง จนวิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอขอบคุณพระมหาวิจิตร กลุยามจิตโต เจ้าอาวาสวัดมหาสวัสดิ์นาคพุฒาราม ผู้ให้ความเอื้อเฟื้ออำนวยความสะดวกด้านที่พัก อาหาร อันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อผู้วิจัย และขออนุโมทนาบุญกับเจ้าหน้าที่ห้องสมุด มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส ที่อำนวยความสะดวกในการให้บริการตำราอย่างดียิ่ง

ขออนุโมทนาคุณโยมพ่อเป็น คุณโยมแม่กา วัดดงมา ผู้ให้สิ่งที่มีค่าที่สุดคือชีวิต ทำให้ผู้วิจัยมีโอกาสทำงานวิจัยฉบับนี้

ผู้วิจัยมั่นใจว่าวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ จะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการศึกษา และเกิดบุญกุศลอย่างมหาศาลต่อผู้วิจัยเอง จึงขออุทิศบุญกุศลทั้งหมดให้แก่ครูอุปัชฌาย์ และอาจารย์ทุกท่านผู้เคยประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ทุกด้านให้แก่ผู้วิจัยในชีวิตที่ผ่านมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน

พระวรมน ขนฺติโก (วัดดงมา)

วันที่ ๑ เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๕๕

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ณ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๓
๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๕
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๕
บทที่ ๒ การบรรลุลหกรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๑๐
๒.๑ ความหมายของการบรรลุลหกรรม	๑๐
๒.๒ ความเป็นมาของการบรรลุลหกรรม	๑๕
๒.๓ หลักการปฏิบัติเพื่อบรรลุลหกรรม	๒๒
๒.๔ องค์ประกอบของการปฏิบัติเพื่อบรรลุลหกรรม	๒๘
๒.๕ หลักธรรมที่เกี่ยวกับการบรรลุลหกรรม	๓๕

บทที่ ๓ สัมมัตถ์ปธาน ๔ อันเป็นองค์แห่งการบรรลุธรรม	๔๕
๓.๑ ความหมายของสัมมัตถ์ปธาน ๔	๔๕
๓.๒ ประเภทของสัมมัตถ์ปธาน ๔	๕๑
๓.๒.๑ ในสัมมัตถ์ปธานที่อธิบายไว้ในพระอภิธรรมปิฎก	๕๑
๓.๒.๑.๑ สัมมัตถ์ปธานวิภังค์ สุตตันตภาษณีย์	๕๑
๓.๒.๑.๒ อภิธรรมภาษณีย์	๕๔
๓.๒.๑.๓ ปัญหาปุจฉะ	๕๖
๓.๒.๑.๔ ติกมัตถ์ปธานทุกมัตถ์ปธาน	๕๗
๓.๒.๑.๕ ติกมัตถ์ปธานวิภังค์ กุสลติกมัตถ์ปธานวิภังค์	๕๗
๓.๒.๑.๖ ทุกมัตถ์ปธานวิภังค์	๕๘
๓.๒.๒ สัมมัตถ์ปธานที่ปรากฏในพระวินัยปิฎก	๖๐
๓.๒.๒.๑ บทภาษณีย์	๖๐
๓.๒.๒.๒ สุทธิกัมมคถา	๖๐
๓.๒.๒.๓ ปาจิตตยกัณฑ์	๖๑
๓.๒.๒.๔ จัมมขันธ์กะ โสณโกฬิวัดตุ	๖๒
๓.๒.๒.๕ ปาติโมกข์รูปน ขันธกะ อิมัสสมิงขัมมวินเยอฏฐัจฉริยะ	๖๒
๓.๒.๓ สัมมัตถ์ปธานที่ปรากฏในสุตตันตปิฎก	๖๒
๓.๒.๓.๑ มหาปรินิพพานสูตร	๖๒
๓.๒.๓.๒ สฬายตนวิภังคสูตร	๖๒
๓.๒.๓.๓ อัครคัมภีร์สูตร	๖๓
๓.๒.๓.๔ สารสูตร	๖๓
๓.๒.๓.๕ อุโปสถสูตร	๖๔
๓.๒.๓.๖ ติสสมตเตยยสุตตนิทเทส	๖๔
๓.๒.๓.๗ ตูวฏกสุตตนิทเทส	๖๔
๓.๓ หลักของสัมมัตถ์ปธาน ๔	๖๕
๓.๔ องค์ธรรมของสัมมัตถ์ปธาน ๔	๗๒

บทที่ ๔ ความสัมพันธ์ระหว่างสัมมัตตปธาน ๔ กับสติปัฏฐาน ๔	๗๖
๔.๑ การเจริญสัมมัตตปธาน ๔ ตามแนวสติปัฏฐาน ๔	๗๖
๔.๒ แนวการสังเคราะห์ สัมมัตตปธาน ๔ เป็นอินทรีย์ ๕ และพละ ๕	๗๘
๔.๒.๑ สติปัฏฐาน ๔	๘๐
๔.๒.๒ สัมมัตตปธาน ๔	๘๑
๔.๒.๓ อิทธิบาท ๔	๘๒
๔.๒.๔ อินทรีย์ ๕	๘๓
๔.๒.๕ พละ ๕	๘๔
๔.๒.๖ โพชฌงค์ ๗	๘๔
๔.๒.๗ มรรคมีองค์ ๘	๘๕
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๘๖
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๘๖
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๘๗
บรรณานุกรม	๙๐
ภาคผนวก	๙๔
ประวัติผู้วิจัย	๑๐๕

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อ คัมภีร์ เช่น ที.สี. (บาลี) ๘/๓/๓๖ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขุททกสูตร พระไตรปิฎก ภาษาบาลี เล่มที่ ๘ ข้อที่ ๓ หน้า ๓๖, ที.สี. (ไทย) ๘/๑๓๐/๕๖ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขัณธวรรค พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ ๘ ข้อที่ ๑๓๐ หน้า ๕๖

พระวินัยปิฎก

วิ.มหา.	(บาลี)	=	วินัยปิฎก	มหาวิภังคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.มหา.	(ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.ม.	(บาลี)	=	วินัยปิฎก	มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.ม.	(ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.จ.	(บาลี)	=	วินัยปิฎก	จูฬคคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.จ.	(ไทย)	=	วินัยปิฎก	จูฬวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.ป.	(บาลี)	=	วินัยปิฎก	ปริวารคคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.ป.	(ไทย)	=	วินัยปิฎก	ปริวาร	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.สี.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกายปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.สี.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขัณธวรรค (ภาษาไทย)
ที.ม.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวคคปาติ (ภาษาบาลี)
ที.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค (ภาษาไทย)
ม.ม.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มุลปณณาสกปาติ (ภาษาบาลี)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มุลปณณาสก (ภาษาไทย)
ม.ม.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปณณาสกปาติ (ภาษาบาลี)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปณณาสก (ภาษาไทย)

ม.อุ.	(บาลี)	=	สุตตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปริปัญญาสทวารวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.อุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปริปัญญาสท	(ภาษาไทย)
ลั.ส.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
ลั.ส.	(บาลี)	=	สุตตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ลั.นิ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
ลั.นิ.	(บาลี)	=	สุตตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	นิทานวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ลั.ข.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
ลั.ข.	(บาลี)	=	สุตตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	ขันธวารวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ลั.สพ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สพายนวรรค	(ภาษาไทย)
ลั.สพ.	(บาลี)	=	สุตตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สพายนวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ลั.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
ลั.ม.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวารวรรค	(ภาษาบาลี)
อง.เอกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.เอกก.	(บาลี)	=	สุตตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	เอกกนิบาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.จตุกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก.	(บาลี)	=	สุตตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.ปญจก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก.	(บาลี)	=	สุตตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปญจกนิบาตปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ธ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธมมปทปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.อุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อุทาน	(ภาษาไทย)
ขุ.อุ.	(บาลี)	=	สุตตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อุทานปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิทเทศ	(ภาษาไทย)
ขุ.ม.	(บาลี)	=	สุตตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิทเทศปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ป.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสัมภิตามวรรค	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.	(บาลี)	=	สุตตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสัมภิตามคคปาติ	(ภาษาบาลี)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง.	(บาลี)	=	อภิธมมปิฎก	ธมมสังคณีปาติ	(ภาษาบาลี)
อภิ.สง.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)

อภ.วิ.	(บาลี)	=	อภิธมมปิฎก	วิภังคปาติ	(ภาษาบาลี)
อภ.วิ.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	วิภังคปกรณ์	(ภาษาไทย)
อภ.ป.	(บาลี)	=	อภิธมมปิฎก	ปุคคตปญญัตติปาติ	(ภาษาบาลี)
อภ.ป.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ปุคคตปัญญัตติปกรณ์	(ภาษาไทย)
อภ.ป.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	มหาปิฎกฐานปกรณ์	(ภาษาไทย)
อภ.ป.	(บาลี)	=	อภิธรรมปิฎก	มหาปิฎกฐานปาติ	(ภาษาบาลี)

ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในการอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/ชื่อ/หน้าหลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.ม.อ. (บาลี) ๑/๔๑๔/๓๐๘ หมายถึง ทีฆนิกาย สุมงคตวิลาสินี มหาวคคอกุฏกถา อรรถกถาภาษาบาลี เล่มที่ ๑ ชื่อที่ ๔๑๔ หน้า ๓๐๘

วิ.มหา.อ.	(บาลี)	=	วินยปิฎก	สมนตปาสาทิกา	มหาวิภังคอกุฏกถา	(ภาษาบาลี)
ที.สี.อ.	(บาลี)	=	ทีฆนิกาย	สุมงคตวิลาสินี	สีลกขนฺธวคคอกุฏกถา	(ภาษาบาลี)
ที.ม.อ.	(บาลี)	=	ทีฆนิกาย	สุมงคตวิลาสินี	มหาวคคอกุฏกถา	(ภาษาบาลี)
ม.มฺ.อ.	(บาลี)	=	มชฺฉิมนิกาย	ปปลจฺสูทนี	มุลปณฺณาสกอกุฏกถา	(ภาษาบาลี)
ม.ม.อ.	(บาลี)	=	มชฺฉิมนิกาย	มชฺฉิมปณฺณาสกอกุฏกถา		(ภาษาบาลี)
สํ.ส.อ.	(บาลี)	=	สํยุตฺตนิคาย	สารตฺตปฺปกาสิณี	สคาถวคคอกุฏกถา	(ภาษาบาลี)
อจฺ.ทฺ.อ.	(บาลี)	=	อจฺ.ทฺ.อ.	มโนรตฺตปุรณิ	เอกกนิปาตอกุฏกถา	(ภาษาบาลี)
ชฺ.ธ.อ.	(บาลี)	=	ชฺ.ธ.อ.	ทมฺมปทฺทจฺกถา		(ภาษาบาลี)
ชฺ.สุ.อ.	(บาลี)	=	ชฺ.สุ.อ.	ปรมตฺตทีปนี	สุตฺตนิปาตอกุฏกถา	(ภาษาบาลี)
ชฺ.ชา.เอกก.อ.	(บาลี)	=	ชฺ.ทฺ.อ.	เอกกนิปาตชาตคอกุฏกถา		(ภาษาบาลี)
ชฺ.ม.อ.	(บาลี)	=	ชฺ.ทฺ.อ.	สทฺธมฺมปฺปชฺ.ชฺ.อ.	มหานิทฺเทสอกุฏกถา	(ภาษาบาลี)
ชฺ.จฺ.อ.	(บาลี)	=	ชฺ.ทฺ.อ.	สทฺธมฺมปฺปชฺ.ชฺ.อ.	จฺ.อ.	(ภาษาบาลี)
ชฺ.ป.อ.	(บาลี)	=	สุตฺตนฺตปิฎก	ชฺ.ทฺ.อ.	ปฏฺิสมฺภิทามคคอกุฏกถา	(ภาษาบาลี)
อภ.สจฺ.อ.	(บาลี)	=	อภิธมมปิฎก	ทมฺมสงฺคณิ	อฏฺฐสาลีณีอกุฏกถา	(ภาษาบาลี)
อภ.วิ.อ.	(บาลี)	=	อภิธมมปิฎก	วิภังค	สมฺโฆวิโนทนีอกุฏกถา	(ภาษาบาลี)
อภ.ปญจ.อ.	(บาลี)	=	อภิธรรมปิฎก	ปญจปกรณอกุฏกถา		(ภาษาบาลี)
สงฺคห.	(บาลี)	=	อภิธมมตฺตสงคห			(ภาษาบาลี)

ค. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์ฎีกา

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิง โดยจะระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น วิมติ.ฎีกา (บาลี) ๒/๒๕๑/๑๑๐ หมายถึง วิมติวิ-
โนทนีฎีกา เล่มที่ ๒ ข้อที่ ๒๕๑ หน้า ๑๑๐

วชิร.ฎีกา	(บาลี) =	วชิรพุทธฎีกา	(ภาษาบาลี)
สารตถ.ฎีกา	(บาลี) =	สารตถทีปนีฎีกา	(ภาษาบาลี)
สารตถ.ฎีกา	(ไทย) =	สารัตถทีปนีฎีกา	(ภาษาไทย)
วิมติ.ฎีกา	(บาลี) =	วิมติวิโนทนีฎีกา	(ภาษาบาลี)
กงขา.ฎีกา.	(บาลี) =	กงขาวิตรณปุราณฎีกา	(ภาษาบาลี)
มุล.ฎีกา.	(บาลี) =	มุลสิกขาฎีกา	(ภาษาบาลี)
ที.สี.ฎีกา	(บาลี) =	ทีฆนิกาย ลีนตถปุปกาสนี สีลกฤษณชวคคฎีกา	(ภาษาบาลี)
ที.ม.ฎีกา	(บาลี) =	ทีฆนิกาย ลีนตถปุปกาสนี มหาวคคฎีกา	(ภาษาบาลี)
ที.สี.อภิณวฎีกา	(บาลี) =	ทีฆนิกาย สาธุวิลาสินี สีลกฤษณชวคคอภิณวฎีกา	(ภาษาบาลี)
ช.ธ.ฎีกา	(บาลี) =	ธมมปทมหาฎีกา	(ภาษาบาลี)
อภิ.สง.มุลฎีกา	(บาลี) =	อภิธมฺมปิฎก ธมฺมสงคณีมุลฎีกา	(ภาษาบาลี)
อภิ.วิ.มุลฎีกา	(บาลี) =	อภิธมฺมปิฎก วิภงคมุลฎีกา	(ภาษาบาลี)
ม.ฎีกา	(บาลี) =	มณิทีปฎีกา	(ภาษาบาลี)

ง. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์ปกรณ์วิเสส

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้ปกรณ์วิเสส วิสุทธีมรรค ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ใน
การอ้างอิงโดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังย่อชื่อคัมภีร์ เช่น วิสุทธี (บาลี) ๒/๕๗๘/๑๑๐. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่มที่ ๒ ข้อที่ ๕๗๘ หน้าที่ ๑๑๐

เนตฺติ.	(บาลี) =	เนตฺติปกรณ์	(ภาษาบาลี)
มิลินฺท.	(บาลี) =	มิลินฺทพทฺทปกรณ์	(ภาษาบาลี)
สงฺคห.	(บาลี) =	อภิธมฺมตฺถสงฺคห	(ภาษาบาลี)
วิสุทฺธี.	(บาลี) =	วิสุทฺธีมคฺคปกรณ์	(ภาษาบาลี)
วิสุทฺธี.มหาฎีกา (บาลี) =	ปรมตฺถมณฺชฺสา	วิสุทฺธีมคฺคมหาฎีกา (ภาษาบาลี)
วิภาวินี.	(บาลี) =	อภิธมฺมตฺถวิภาวินีฎีกา	(ภาษาบาลี)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

หลักธรรมของพระผู้มีพระภาคเจ้ามีมากมาย ที่จะนำไปสู่การบรรลุธรรม ในโพธิปักขิยธรรม อันเป็นธรรมฝึกฝายของการตรัสรู้ คือเป็นธรรมที่เกี่ยวพันแก่อริยมรรค ทำให้รู้แจ้งอริยสัจ๔ จัดเป็นแนวปฏิบัติที่สมบูรณ์ เพื่อความดับทุกข์ มี ๓๗ ประการ^๑ คือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชณงค์ ๗ มรรคมืองค์ ๘ ในสัมมัปปธาน ๔ ซึ่งเป็นหลักธรรมที่จะนำไปสู่การปฏิบัติ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงไว้ในวาระต่างๆ เพื่อให้เหมาะกับจริตนิสัยของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นหมวดธรรมที่ผู้วิชัยได้นำมาแสดงนั้น ถือว่ามีความสมบูรณ์อยู่ในธรรมหมวดนี้ ผู้ปฏิบัติจะถือหลักธรรมหมวดนี้ไปปฏิบัติ ก็สามารถบรรลุธรรมได้เช่นเดียวกัน เปรียบเหมือนแม่น้ำทุกสายย่อมไหลลงสู่ มหาสมุทร ฉะนั้น การปฏิบัติธรรมก็ย่อมนำไปสู่การบรรลุธรรมได้ฉะนั้น

หลักการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม ในโพธิปักขิยธรรมนั้น คือธรรมอันเป็นฝักฝายแห่งความตรัสรู้ ธรรมที่เกี่ยวพันแก่อริยมรรค หรือธรรมที่จะยังผู้ปฏิบัติให้ได้บรรลุมรรคผลนิพพาน^๒

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า บุคคลทุกคนชั้นที่สํารวมกาย กายา และใจ ด้วยการอาศัยการเจริญโพธิปักขิยธรรมแล้ว ย่อมปรินิพพานในปัจจุบันนี้และตรัสอีกว่า โพธิปักขิยธรรมนี้เป็นทางที่จะให้ถึงอสังขตะ และผู้ที่มีปัญญาในโพธิปักขิยธรรมนี้ ชื่อว่านักปราชญ์ พระพุทธองค์ทรงยกย่องโพธิปักขิยธรรมนี้ว่าเป็นกัลยาณธรรม ซึ่งหมายถึง ธรรมที่มีความงาม นอกจากนี้พระสารีบุตร^๓ ซึ่งเป็นพระธรรมเสนาบดีได้ยกย่องโพธิปักขิยธรรมนี้ว่า เป็นข้อธรรมที่เยี่ยมในกุศลธรรมทั้งหลาย

^๑ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์, (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวัจนปฏิบัติปา, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๖๔.

^๒ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โศภน ญาณสิทฺธิเถร), โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๑.

^๓ ที.ปา.(บาลี) ๑๑/๑๔๕/๘๕. ที.ปา (ไทย) ๑๑/๑๔๕/๑๐๖.

การบรรลุธรรมแต่ละระดับ สามารถจัดกิเลสได้ตามลำดับ ตั้งแต่กิเลสอย่างหยาบไปจนถึงอย่างละเอียด พร้อมทั้งเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลนั้นๆ ไปด้วยสถานะของการบรรลุธรรมและช่วงจังหวะ ในการบรรลุธรรมนั้นมีความแตกต่างกัน แล้วแต่ประสบการณ์และภูมิหลังของแต่ละบุคคลสั่งสมมาไม่เหมือนกัน แต่ที่เหมือนกัน ก็คือ เมื่อถึงจุดสุดท้ายของการบรรลุธรรมแล้ว ทุกคนย่อมมองเห็นความจริงของสรรพสิ่งว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเราเป็นของเรา ทุกสิ่งเป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่มีใครบังคับบัญชาได้

การบรรลุธรรมนั้นต้องอาศัยองค์ธรรมใน โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ซึ่งในสัมมปชาน ๔ หรือในบางสูตรเรียกว่า ปชาน ๔ คือมีความเพียร ๔ ประการ คือ ภาวนาในธรรมวินัยนี้^๔ ย่อมยังฉันทะให้เกิด พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต ตั้งจิตมั่น เพื่อไม่ให้กุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิด มิให้เกิดขึ้น^๕ เรียกว่าสังวรปชาน พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต ตั้งจิตมั่นเพื่อละอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เรียกว่าปหานปชาน พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต ตั้งจิตมั่น เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ให้เกิดมีขึ้น เรียกว่า “ภาวนापชาน”^๖ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต ตั้งจิตมั่น เพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่น เพื่อความไพบูลย์ เพื่อความเจริญ เพื่อความบริบูรณ์ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เรียกว่า “อนุรักษนาปชาน”^๗

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจเรื่องสัมมปชาน ๔ อันเป็นองค์แห่งการบรรลุธรรม ซึ่งเป็นหมวดธรรมที่กล่าวถึงความเพียร ๔ ประการ เปรียบเหมือนการวางหลักการในการปฏิบัติไว้เป็นหลักใหญ่ ๆ ๔ ข้อซึ่งเป็นหลักคำสอนสำคัญยิ่ง สะท้อนให้เห็นว่าพระพุทธศาสนาสอนให้มนุษย์พึ่งตนเอง อาศัยความเพียรพยายามของตนเองเท่านั้น ในการละความชั่วและทำความดีให้ถึงพร้อมเพียงแต่ผู้ปฏิบัติเข้าใจในหลักธรรมในสัมมปชาน ๔ แล้ว ก็นำมาเป็นเครื่องขัดเกลากิเลสให้เบาบางลง เมื่อเบาบางลงแล้วก็ยอมเป็นไปเพื่อความพ้นทุกข์ นั่นก็คือเป้าหมายสูงสุดของการปฏิบัติธรรม เมื่อปฏิบัติธรรมถึงขั้นสูงสุดแล้ว ก็ยอมเข้าถึงซึ่งการบรรลุถึงมรรค ผล และนิพพาน^๘ ในที่สุดซึ่งเป็นคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วนำเอาหลักธรรมนั้นไปเผยแผ่ในพระพุทธศาสนาที่ดีสืบต่อไป

^๔ ตี.ม. (ไทย) ๑๕/๘/๑๒.

^๕ ที.ปา. ๑๑/๓๐๖/๑๕๘.

^๖ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิเถระ), โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ, หน้า ๑๕-๑๖.

^๗ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖-๑๗.

^๘ อ่างแล้ว.

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาการบรรลุลหกรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาสัมมัตตปธาน ๔ ที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุลหกรรม

๑.๓ ขอบเขตการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตในการศึกษาไว้ ๒ ด้าน ได้แก่

๑.๓.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือ สัมมัตตปธาน ๔ ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท อันได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และปกรณ์วิเสส อื่นๆ

๑.๓.๒ ขอบเขตด้านวิเคราะห์ การบรรลุลหกรรมที่นำมาศึกษาในครั้งนี้ คือ การบรรลุลหกรรมเป็นพระอริยบุคคล คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์

๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๔.๑ การบรรลุลหกรรม คืออะไร มีหลักการอย่างไร

๑.๔.๒ สัมมัตตปธาน ๔ เป็นองค์แห่งการบรรลุลหกรรม ได้อย่างไร

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ สัมมัตตปธาน ๔ ความหมาย คือ ตั้งหน้าทำชอบ คือ เพียรพยายามกระทำการงานชอบ มี ๔ ประการ ปธานปธาน คือ เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้วในการทำจิตภาวนา เช่นสติปัฏฐาน ๔ จะต้องอาศัยอุปการะธรรม คือ สัมมัตตปธาน ๔ มาเป็นเครื่องอุปการะให้การปฏิบัติในสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ บังเกิดขึ้น เป็นไป และก้าวหน้า จนกระทั่งสำเร็จเป็นสติปัฏฐานทั้ง ๔ ขึ้นได้ สัมมัตตปธานก็อาศัย อิทธิบาท ๔ คือ ทางแห่งความสำเร็จ คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา เป็นเครื่องอุปการะเช่นกัน

๑.๕.๒ การบรรลุลหกรรม หมายถึง ผู้ปฏิบัติจิตจนรู้แจ้งด้วยปัญญาถึงทางหลุดพ้นทุกข์อันแท้จริงว่ามีอยู่จริง และเข้าถึงได้ แต่ไม่ได้แปลว่าถึงแล้ว คือ รู้ว่ามีจริง มีทางไป และไปเป็น แต่ยังไม่ถึงที่ไป จะถึงที่ไปอันแน่แท้เมื่อหมดสิ้นแล้วซึ่งขันธทั้งห้า ครอบงำที่ยังมีขันธทั้งห้าอยู่ ทุกข์ก็มีอยู่ คือ ทุกข์กายก็ยังมีเกิดได้แม้ไม่มีทุกข์ใจ แต่หากหมดสิ้นขันธทั้งห้าแล้วก็ไม่มีความทุกข์ ผู้บรรลุลหกรรมแล้วหากยังไม่ละสังขารตายลง จึงยังไม่แน่ว่าจะได้นิพพานอย่างเที่ยงแท้ก็หาไม่

๑.๕.๓ อริยบุคคล หมายถึง บุคคลผู้ที่ได้บรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา คือ โสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และอรหันต์^๕

๑.๕.๔ สติปัฏฐาน ๔ มีหลักการพิจารณาธรรมแบ่งตามหมวดหมู่มี ๔ ประเภท คือ การพิจารณาภายในกาย การพิจารณาเวทนาในเวทนา การพิจารณาจิตในจิต การพิจารณาธรรมในธรรม แต่ละประเภทยัง มีวิธีการปฏิบัติแยกออกไปอีก ซึ่งจะมีคำอธิบายพอสังเขปดังต่อไปนี้^๖

๑.๕.๕ วิปัสสนากัมมัฏฐาน หมายถึง อุบายเรื่องปัญญา มีอารมณ์เป็นปรมาตม์ การเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้เท่าทันเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงใจมีอิสระไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์ ได้แก่ การเห็นสังขาร รูปนาม โดยเป็นไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ไม่เที่ยง ทุกขัง เป็นทุกข์ และอนัตตาไม่มีตัวตน

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบรรลุธรรมในทางพระพุทธศาสนา มีดังต่อไปนี้ คือ

๑.๖.๑ คัมภีร์พระไตรปิฎกที่เกี่ยวข้องมีดังนี้

๑.๖.๑.๑ พระไตรปิฎก (พระไตรปิฎกภาษาบาลี) ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐

๑.๖.๑.๒ พระไตรปิฎก (พระไตรปิฎกภาษาไทย) ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, พ.ศ. ๒๕๓๕

๑.๖.๑.๓ พระไตรปิฎก มหามงกุฎราชวิทยาลัย, พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาภาษาไทย (แปล) ชุด ๕๑ เล่ม

๑.๖.๒ เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการบรรลุธรรมในการวิจัยมีดังต่อไปนี้

๑.๖.๒.๑ พระศรีวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวณฺโณ) ได้กล่าวถึงพระโสดาบันไว้ในหนังสือวิปัสสนาภาวนา พบว่า พระโสดาบันคือท่านผู้บรรลุกระแสनिพพาน เพราะได้เข้าถึงกระแสนิพพานแล้ว จัดเป็นพระอริยบุคคลขั้นแรกในพระพุทธศาสนา คุณธรรมที่เป็นเครื่องวัดความเป็นโสดาบันที่โดดเด่นและทราบได้ง่ายคือการมีศีล บริบูรณ์ตลอดชีวิต เมื่อเป็นพระโสดาบันแล้ว

^๕ ที.ที. (บาลี) ๕/๓๗๓/๑๕๖-๑๕๗, ที.ที. (ไทย) ๕/๓๗๓/๑๕๖.

^๖ อัมพร จันทร์ตัน, “การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติคุณธรรมกับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๖), หน้า ๘๓.

สามารถปิดประตูแห่งอบายทั้งหลายได้สิ้นเชิง เพราะจิตของท่านได้ประหารกิเลสอันจะนำไปสู่อบายภูมิได้หมดแล้ว^{๑๑}

๑.๖.๒.๒ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวไว้ในหนังสือพุทธธรรม ฉบับขยายความ พบว่าผู้มีภารกิจที่ยังต้องศึกษา เรียกว่า พระเสขะ คือ พระอริยบุคคล ๓๔ เบื้องต้นยกเว้นพระอริยบุคคลผู้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ส่วนผู้สำเร็จการศึกษาแล้ว เรียกว่า พระอเสขะ คือ ผู้บรรลุอรหัตผลแล้วการบรรลุธรรมในพระพุทธานามิ ๔ ชั้น จัดเป็น ๔ คู่ คือ มรรค ๔ ผล ๔ ดังนี้^{๑๒}

๑.๖.๒.๓ พระเทพสิทธิมนี (โชคก ญาณสิทธิ ป.ธ.๕) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ วิปัสสนาญาณโสภณ พบว่า วิปัสสนากาวนา แปลว่า การเจริญวิปัสสนา คำว่า วิปัสสนา แปลว่า รู้แจ้งรู้วิเศษ หรือ เห็นแจ้ง เห็นวิเศษ เป็นชื่อของปัญญา ได้แก่ ปัญญาที่รู้แจ้งปัจจุบัน รูปนาม พระไตรลักษณ์ มรรค ผล นิพพาน ความเพียรพยายามนี้เป็นความหมาย อย่างย่อๆ ถ้าจะว่าโดยความหมายอย่างกลาง ได้แก่ ปัญญาที่รู้แจ้ง ซึ่งวิสุทธิ ๗ มีสติวิสุทธิเป็นต้น ถ้าจะว่าโดยความหมายอย่างละเอียด ได้แก่ ปัญญา ที่รู้แจ้งวิปัสสนาญาณ ๑๖ มีนามรูปปริจเฉทญาณเป็นต้น^{๑๓}

๑.๖.๒.๔ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้อธิบายไว้ในหนังสือ มหาสติปัฏฐานสูตร (ทางสู่พระนิพพาน) พบว่าการบรรลุพระนิพพาน ความจริงแล้วในโพธิปักขิยธรรมยังมีหมวดธรรมอื่นมีสัมมปชานเป็นต้นซึ่งเป็นแนวการปฏิบัติเพื่อบรรลุพระนิพพาน^{๑๔}

๑.๖.๒.๕ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสम्मมหาเถระ) ได้อธิบายไว้ในหนังสือ อริยวังสปฏิปทา พบว่า โพธิปักขิยธรรม^{๑๕} คือ ธรรมเป็นเครื่องตรัสรู้ เป็นธรรมเกื้อหนุนแก่อริยมรรค ทำให้รู้แจ้งอริยสัจ ๔ จัดว่าเป็นแนวปฏิบัติที่บริบูรณ์ เพื่อความดับทุกข์ มี ๓๗ ประการคือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมปชาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพฆณก ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘

^{๑๑} พระศรีวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวณฺโณ), วิปัสสนากาวนา, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ สุทธิสารการพิมพ์, ๒๕๓๑), หน้า ๒๓๓.

^{๑๒} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๒๘๒.๔๗.

^{๑๓} พระเทพสิทธิมนี, วิปัสสนาญาณโสภณ, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์กัณฺฐมอรรี และวันเวสต์, ๒๕๔๘), หน้า ๑๐๘.

^{๑๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร, แปลโดย พระคันธสาราภิกัง, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๘.

^{๑๕} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์, (สมศักดิ์ อุปสम्मมหาเถระ), อริยวังสปฏิปทา, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๖๔.

๑.๖.๒.๖ บรรจบ บรรณรุจิ ได้ศึกษาเรื่อง อสีติมหาสาวก พบว่า การบริจาทาน หรือการเสียสละเป็นคุณธรรมสำคัญขั้นพื้นฐานที่สนับสนุนให้เกิดการบรรลุธรรม เพราะการเสียสละนั้นมีใช้แต่เสียสละเฉพาะทรัพย์สินเท่านั้น แต่รวมไปถึงการเสียสละความสุขยอมให้ตนเองลำบากเพื่อประโยชน์สุขของผู้อื่น และการบรรลุธรรมในชาติปัจจุบัน ไม่ได้ขึ้นอยู่กับวรรณะสถานะทางสังคมกีดกันกำหนด แต่เงื่อนไขสำคัญในการบรรลุธรรมก็คือ “อุปนิสัยที่จะได้บรรลุธรรม” อันเป็นคุณสมบัติส่วนตัว และเงื่อนไขสำคัญอีกประการหนึ่งก็คือ ผู้สอนซึ่งเป็นผู้ชี้แนวทางให้ปฏิบัติ^{๑๖}

๑.๖.๓ รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวิทยานิพนธ์ มีดังนี้

๑.๖.๓.๑ พระมหาสังเวช ธรรมเนตฺติโก ได้ศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องชีวิตภิกษุณีกับการบรรลุอรหัตตผล เฉพาะที่ปรากฏในเถรีคาถา พบว่า การบรรลุอรหัตตผลของภิกษุณีแต่ละรูป มีส่วนสัมพันธ์กับภูมิหลังในอดีตชาติและภูมิหลังในชาติปัจจุบัน อดีตชาติของภิกษุณีทุกรูปเคยพบพระพุทธเจ้า ตั้งความปรารถนาการบรรลุธรรมต่อพระพักตร์ของพระพุทธเจ้า เคยสร้างกุศลต่าง ๆ เช่น การให้ทาน ชาติปัจจุบันซึ่งเป็นชาติสุดท้าย ภิกษุณีทุกรูปแม้จะมาจากชาติตระกูลต่างกัน มีการศึกษาและอุปนิสัยแตกต่างกัน แต่บทบาททางสังคมเหล่านี้ก็ได้เป็นอุปสรรคต่อการบรรลุอรหัตตผลแต่อย่างใด เมื่อมีความพร้อมทุกรูปก็สามารถบรรลุอรหัตตผล^{๑๗}

๑.๖.๓.๒ พระมหาบุญชิต สุตโปรง ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการศึกษาวิเคราะห์คุณสมบัติของพระอรหันต์ในพระพุทธศาสนานิกายเถรวาท พบว่า ภาวะของนิพพานเป็นสิ่งที่มิได้อยู่และเกิดขึ้นได้จริง คุได้จากพระอรหันต์เป็นตัวอย่าง การบรรลุธรรมไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นโดยบังเอิญ ต้องอาศัยการปฏิบัติทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน รวมทั้งการสร้างสมบารมี นอกจากนี้คุณสมบัติของพระอรหันต์อาจจำแนกได้ ๒ ประเภท ได้แก่ คุณสมบัติทั่วไป คือ การที่จิตบริสุทธิ์หมดจดจากกิเลส และคุณสมบัติพิเศษเฉพาะอันมีพื้นฐานมาจากการบำเพ็ญบารมี การปลูกสร้างอภิญญาและปัญญาซึ่งไม่ใช่จุดหมายอันแท้จริงในพระพุทธศาสนา^{๑๘}

๑.๖.๓.๓ พระมหาอำนาจ อานนุโท (จันทร์เปล่ง) ได้เสนอวิทยานิพนธ์เรื่องการศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า หลักธรรมเพื่อการบรรลุอันได้แก่

^{๑๖} บรรจบ บรรณรุจิ, อสีติมหาสาวก, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา), ๒๕๖๖.

^{๑๗} พระมหาสังเวช ธรรมเนตฺติโก, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องชีวิตภิกษุณีกับการบรรลุอรหัตตผล เฉพาะที่ปรากฏในเถรีคาถา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๖), หน้า ๑.

^{๑๘} พระมหาบุญชิต สุตโปรง, “ศึกษาวิเคราะห์คุณสมบัติของพระอรหันต์ในพระพุทธศาสนานิกายเถรวาท”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๖๖).

โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนั้น หลักของสติปัฏฐาน ๔ มีคำอธิบายไว้อย่างละเอียดใน มหาสติปัฏฐานสูตรประกอบด้วยสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติสามารถปฏิบัติตามได้โดยไม่ต้องค้นคว้าการปฏิบัติจากที่ใด เพราะพอเพียงสำหรับการเริ่มต้นถึงการบรรลุธรรม สำหรับอรรถกถาเป็นเพียงส่วนเสริมเพื่อขยายรายละเอียดประกอบอื่น ๆ แก่พระสูตรต่างๆ เท่านั้น ส่วนระดับการบรรลุธรรมนั้นใช้สังโยชน์ ๑๐ เป็นเกณฑ์ตัดสิน และการตรวจสอบผลตามลำดับขั้นของการปฏิบัติใช้โศฬสญาณ (ญาณ ๑๐) ในการตรวจสอบด้วยตนเอง^{๑๕}

๑.๖.๓.๔ พรรณราย รัตนไพฑูรย์ ได้เสนอวิทยานิพนธ์เรื่องการศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชมหารามุณี (โศลก ญาณสิทธิ) พบว่า สติปัฏฐาน ๔ เป็นหนทางเอกที่จะนำไปสู่การรู้แจ้งสังขธรรมบรรลุนิพพานซึ่งเป็นภาวะหมดกิเลส อันเป็นจุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา ใช้หลักสติปัฏฐาน ๔ คือการพิจารณา กาย เวทนา จิต ธรรมเป็นกรอบในการปฏิบัติและการสอน ในภาคทฤษฎีสอนให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจทั้งหลักสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป ส่วนในภาคปฏิบัติท่านเน้นวิธีการแบบสมถะมีวิปัสสนานำ ปุณชนทั่วไปพบทางด้านศาสนา เมื่อได้บรรลุธรรมแล้ว คฤหัสถ์ผู้เป็นพระอริยบุคคลมีความมั่นคงในพระรัตนตรัย^{๑๖}

๑.๖.๓.๕ นายันทพล โรจนโกศล ได้ศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕ กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า พระพุทธเจ้าได้ใช้แนวคิดเรื่องขั้น ๕ เป็นคำตอบเรื่องโลกและชีวิตทุกองค์ธรรมในพระพุทธศาสนาสามารถสังเคราะห์เข้ากับขั้น ๕ และการบรรลุนิพพาน กล่าวคือ ภาวะที่พ้นจากการยึดมั่นในขั้น ๕ แต่ละขั้นปฏิบัติกรร่วมกัน เหตุปัจจัยที่ทำให้แต่ละขั้นปรากฏรวมกันอยู่เป็นส่วนหนึ่งแห่งสังขารขั้นที่เรียกว่า ผัสสะเป็นปัจจัยทำให้นามขั้นปรากฏชัด ขั้น ๕ เป็นอุปกรณ์หลักแห่งการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม ผู้บรรลุธรรมเป็นผู้ที่สังขาร

^{๑๕} พระมหาอำนาจ อานนุโท (จันทร์เปล่ง), “การศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท” ,วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒).

^{๑๖} พรรณราย รัตนไพฑูรย์, “การศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : ศึกษาแนวการสอนของ พระธรรมธีรราชมหารามุณี (โศลก ญาณสิทธิ)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔).

ขั้นที่เรียกว่าสังโยชน์ ๑๐ ไม่ปฏิบัติการถาวร ขั้น ๕ ในชีวิตประจำวันของผู้บรรลุธรรมปรากฏรูปแบบเป็นพฤติกรรมทางกายและวาจา^{๒๑}

๑.๖.๓.๖ นายสินชัย วงษ์จำนง ได้ศึกษาการวิจัย การศึกษาคติภพของคฤหัสถ์ ผู้เป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนา พบว่า การบรรลุธรรมของคฤหัสถ์กับบรรพชิตไม่มีความแตกต่างกัน คฤหัสถ์ส่วนมากจะได้ฟังอนุปพิภพิกถาและอริยสัจ ๔ จากพระพุทธเจ้า หรือจากพระพุทธสาวก แล้วได้พัฒนาจิตตามหลักไตรสิกขา จนละกิเลสได้หมดสิ้นบทบาทด้านครอบครัว คฤหัสถ์ผู้เป็นพระอริยบุคคลดำเนินชีวิตตามภูมิธรรมของตนคือ ผู้เป็นโสดาบันและสกทาคามีครองเรือนเหมือนปุถุชน มีความรับผิดชอบและรู้จักหน้าที่ของตน ผู้เป็นอนาคามีแม้อยู่ครองเรือนแต่การปฏิบัติหน้าที่สามีหรือภรรยาปฏิบัติต่อกันดุจพี่น้องไม่ถูกกามคุณครอบงำ คฤหัสถ์ผู้บรรลุอรหัตผลเมื่อบรรลุแล้วจะต้องบวชในวันนั้น หรือไม่ ก็ต้องปรินิพพานในวันนั้นบทบาทด้านสังคม คฤหัสถ์ผู้เป็นพระอริยบุคคลปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา เหมือนกับคฤหัสถ์ปุถุชน แต่ประพฤติปฏิบัติได้ยิ่งกว่า^{๒๒}

๑.๖.๓.๗ นางยุพกานต์ ตัณฑเกษร ได้ศึกษาเรื่อง ธรรมที่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน พบว่า การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานมีปัญหาและอุปสรรคหลายประการที่ทำให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาไม่ก้าวหน้า หรือทำให้ผู้ปฏิบัติไม่บรรลุมรรคผล^{๒๓}

๑.๖.๓.๘ นางสาวศิริกาญจน์ ทศนีย์ไตรเทพได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาเชิงวิเคราะห์ เรื่องฆาตกรกับการบรรลุเป็นพระอรหันต์ : ศึกษาเฉพาะกรณีพระองค์อุลิมมาเถระ พบว่าการเจริญสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนาอยู่รูปเดียว ไม่ประมาท มีความเพียรทั้งทางกายและทางใจ ใช้เวลาผ่านไปไม่นานนัก ก็ได้บรรลุธรรมสำเร็จเป็นพระอรหันต์ ด้วยปัญญาอันยิ่งรู้ชัดว่า ชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำ ๒๕ ทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป สำเร็จเป็นพระอรหันต์ ได้เพราะเข้าไปหา เข้าไปนั่งใกล้ ตั้งใจฟังธรรม ทรงจำไว้ นำไปพิจารณา

^{๒๑} นันทพล โจรนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕ กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

^{๒๒} นายสินชัย วงษ์จำนง, “การศึกษาคติภพของคฤหัสถ์ผู้เป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

^{๒๓} นางยุพกานต์ ตัณฑเกษร, “ธรรมที่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

เนื้อหาธรรม จึงเกิดฉันทะอุตสาหะไตร่ตรองดีแล้ว อุทิศกายและใจทำให้แจ้งนิพพานด้วยนามกาย และเห็นแจ้งพระนิพพานด้วยมรรคปัญญา ได้บรรลุอรหัตตผลสำเร็จเป็นพระอรหันต์ในที่สุด^{๒๔}

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

๑.๗.๑ รวบรวมข้อมูลจากเอกสาร ด้านคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเถรวาท อันได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และปกรณ์วิเสส อื่นๆที่เกี่ยวข้อง เช่น วิสุทธิมรรค เป็นต้น

๑.๗.๒ นำข้อมูลมาศึกษาวิเคราะห์ เรียบเรียงตรวจสอบโดยอาจารย์ที่ปรึกษา โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน ๓ ท่าน

๑.๗.๓ นำข้อมูลที่อาจารย์ได้ตรวจแล้วนั้น มาปรับปรุงแก้ไขเรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบการบรรลุมรรคในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบหลักสัมมัตตปธาน ๔ เป็นธรรมเกื้อหนุนต่อการบรรลุมรรค

^{๒๔} นางสาวศิริกาญจน์ ทศนีย์ไตรเทพ, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องฆาตกรกับการบรรลุเป็นพระอรหันต์ : ศึกษาเฉพาะกรณีพระองค์อุลิมมาเถระ”, วิทยานิพนธ์ปริญญาศาสนศาสตรมหาบัณฑิต (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐).

บทที่ ๒

การบรรลุลหกรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

การศึกษาหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า การเจริญวิปัสสนา คือการเจริญสติปัฏฐาน ๔ พระพุทธองค์ได้ตรัสการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานไว้โดยสังเขป ดังที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร พระสูตรนี้จัดว่าเป็นการประกาศแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นหลักปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์ ดังมีพระดำรัสว่า

เอกายโน อย์ ภิกขเว มกุโค สุตตานํ วิสุทฺธิยา โสภปริเทวานํ สมตฺถิกมาย ทุกฺขโทมนสฺसानํ อตฺถกมาย ฉฺวยสุส อธิคมาย นิพฺพานสุส สจฺฉิกิริยาย, ยทฺทํ จตฺตาโร สติปัฏฐานา^๑

“หนทางนี้เป็นที่ไปอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงความโศกและความร่ำไร เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุลหกรรม เพื่อทำนิพพานให้แจ้ง หนทางนี้คือ สติปัฏฐาน ๔” จากการศึกษาการบรรลุลหกรรมที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ผู้วิจัยได้ศึกษาวิเคราะห์ตามหัวข้อต่อไปนี้

๒.๑ ความหมายของการบรรลุลหกรรม

๒.๒ ความเป็นมาของการบรรลุลหกรรม

๒.๓ หลักการปฏิบัติเพื่อบรรลุลหกรรม

๒.๔ องค์ประกอบของการปฏิบัติเพื่อบรรลุลหกรรม

๒.๕ หลักธรรมที่เกี่ยวกับการบรรลุลหกรรม

๒.๑. ความหมายของการบรรลุลหกรรม

การบรรลุลหกรรมในที่นี้ คือ การทำอาสวะให้หมดสิ้นไป คือเป็นธรรมของผู้บริสุทธิ์ หมดจดจากกิเลส เป็นธรรมของผู้ทวนกระแสของโลก เป็นธรรมที่ละเอียด ลึกซึ้ง รู้เห็นได้ยาก ประณีต และเป็นธรรมที่พระอริยะเจ้า เข้าถึงเท่านั้น

^๑ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนาณัย เล่ม ๑, แปลโดย พระคันธสารากิจวงศ์, (นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๓๑๒.

วิชา ๓ หมายถึง^๒ ปัญญา^๓แจ้ง ๓ อย่างคือ ๑ บุพเพนิวาสานุสสติญาณ ปัญญา รู้ว่าชาติก่อน ๆ เกิดเป็นอะไร ๒ จุตูปปาตญาณ ปัญญา รู้การเกิดการตายของสัตว์ทั้งหลาย ๓ อาสวักขยญาณ ปัญญา รู้แจ้งการสิ้นกิเลสอาสวะ ในพุทธศาสนา ถือว่าเป็นเครื่องช่วยพัฒนาประสิทธิภาพในการปฏิบัติธรรมอีกอย่างหนึ่ง วิชา ๓ ประกอบด้วย บุพเพนิวาสานุสสติญาณ จุตูปปาตญาณ และ อาสวักขยญาณ วิชาทั้ง ๓ นี้เราจะฝึกพร้อมกันไป แล้วเป็นสิ่งที่ผู้ฝึกควรฝึกให้เกิดขึ้น รายละเอียดดังต่อไปนี้

บุพเพนิวาสานุสสติญาณ^๓ คือมีความสามารถในการอ่านข้อมูลที่จิตได้จำไว้ว่า เราเคยไปเกิดเป็นอะไรมาบ้าง เรานั้นได้ทำกรรมอะไรมาบ้าง เมื่อเรารู้แล้วหากการกระทำนั้นเป็นบาปกรรม จะได้ตระหนักในกรรมที่เราได้ก่อขึ้น แม้จะไม่ได้ทำในชาตินี้ก็ตาม เมื่อเราสำนึกในบาปกรรมที่เราได้ก่อขึ้นแล้ว นายเวรที่กำลังจองเวรเรายู่นั้นก็จะให้โอโสิกรรมให้เราได้ง่ายขึ้น ผลจากการที่นายเวรโอโสิกรรมให้เรานั้นก็เอื้อประโยชน์ให้เรา มีความเจริญก้าวหน้ามากขึ้นนั่นเอง

จุตูปปาตญาณ^๔ คือสิ่งที่จิตมองเห็นแล้วส่งสิ่งที่จิตรับรู้มาแปลผลในสิ่งที่จิตเห็นมายังสิ่งที่มองเห็นโดยผ่านทางตา เราจึงจำเป็นต้องหลับตา แล้วสิ่งที่เรานั้นจะมีความถูกต้องแม่นยำแค่ไหนขึ้นอยู่กับอุปทาน หากเรามีอุปทาน สิ่งที่เห็นก็จะแปรผันไปตามความคิดที่เรากำลังคิดอยู่ ซึ่งความคิดนั้นไม่ได้ตรงตามความเป็นจริงแต่อย่างใด ผู้อ่านควรศึกษาวิธีการขจัดอุปทานควบคู่กับการฝึกทิพจักขุ เพื่อประสิทธิภาพสูงสุดในการฝึกวิชานี้

อาสวักขยญาณ คือความสามารถใช้กำลังสมาธิขจัดอาสวะ หรือสิ่งปนเปื้อนในจิตใจ อาสวะประกอบด้วยอนุสัยและตัณหา ตัณหาเกิดจากอนุสัย เมื่อขจัดอนุสัยได้ ก็ขจัดตัณหาได้เช่นกัน เมื่อขจัดตัณหาได้ กิเลสขุ่นหยาบก็ไม่เกิด เมื่อไม่เกิดกิเลสอุปทาน ความยึดมั่นถือมั่นก็

^๒ วิชา ๓ และวิชา ๘ ดังนี้ วิชา ๓ คือ(๑) บุพเพนิวาสานุสสติญาณ ความหยั่งรู้ที่ทำให้ระลึกชาติได้ (๒) จุตูปปาตญาณ ความหยั่งรู้จิต(ตาย) และอุบัติ(เกิด) ของสัตว์ (๓) อาสวักขยญาณ ความหยั่งรู้ที่ทำให้สิ้นอาสวะ วิชา ๘ คือ (๑) วิปัสสนาญาณญาณที่เป็นตัววิปัสสนา (๒) มโนมยทธิ มีฤทธิ์ทางใจ (๓) อิทธีวิธี แสดงฤทธิ์ได้ต่าง ๆ (๔) ทิพพโสตตัพพ (๕) เจโตปริยญาณ ปรีชากำหนดรู้จิตผู้อื่นได้ (๖) บุพเพนิวาสานุสสติญาณ ความหยั่งรู้ที่ทำให้ระลึกชาติได้ (๗) ทิพพจักขุ ตาทิพย์ หรือเรียกว่าจุตูปปาตญาณ (๘) อาสวักขยญาณ ความหยั่งรู้ที่ทำให้สิ้นอาสวะ จรรณะ ๑๕ คือ (๑) สีสัมปทา ความถึงพร้อมแห่งศีล (๒) อินทริยสังวร การสำรวมอินทริย์(๓) โภชนมัตตัญญุตตา ความรู้จักประมาณในการบริโภค (๔) ชาคริยานุโยค การหมั่นประกอบความเพียรเป็นเครื่องตั้ง (๕) มีศรัทธา (๖) มีหิริ (๗) มีโอตตปปะ (๘) เป็นพหูสูต (๙) วิริยารัมภะ ปรารภความเพียร (๑๐) มีสติมั่นคง (๑๑) มีปัญญา (๑๒) ปฐมมาน (๑๓) ทุติยมาน (๑๔) ตติยมาน (๑๕) จตุตถมาน.

^๓ ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๕๖/๓๕๕.

^๔ พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับขยายความ, หน้า ๒๓๗.

หมดไปด้วย กำลังสมาธิยิ่งมากยิ่งขึ้นจัดอาสวะหรือสิ่งปนเปื้อนในจิตได้มากขึ้นเท่านั้น แล้วกำลังสมาธิจะมากขึ้นด้วยความบริสุทธิ์ได้นั้น ต้องทำตนให้เป็นผู้เสียดละยัง จึงจะเป็นผู้พัฒนากำลังสมาธิอันบริสุทธิ์ได้เร็ว แล้วกำลังสมาธิจะมีผลต่อประสิทธิภาพในการทำวิชาด้วย^๕

โลกุตระ แปลว่า พัน โลก, อยู่เหนือวิสัยของโลก เป็นคำที่ใช้คู่กับ โลกิยะ ซึ่งแปลว่า ยังเกี่ยวข้องกับโลก, เรื่องของโลกโลกุตระ หมายถึงภาวะที่หลุดพ้นแล้วจากโลกิยะ ไม่เกี่ยวข้องกับกาม ตัณหา ทิฏฐิ อวิชชา อีกต่อไป ได้แก่ธรรม ๕ ประการซึ่งเรียกว่า นวโลกุตรธรรม หรือโลกุตรธรรม ๕ อันได้แก่ มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ มีดังนี้ คือ มรรค ๔ ได้แก่ โสคาปัตติมรรค สกิทาคามิมรรค อนาคามิมรรค และอรหัตมรรคผล ๔ ได้แก่โสคาปัตติผล สกิทาคามิผล อนาคามิผล และ อรหัตผล ผลทั้ง ๔ ประการนี้ บางทีเรียกว่า สามัญญผล (ผลของความเป็นสมณะ, ผลแห่งการบำเพ็ญสมณธรรม) นิพพาน ๑ คือ พระนิพพาน นั่นเองเพื่อให้เกิดความเข้าใจง่ายมากยิ่งขึ้น เช่น

๑. **โสคาปัตติมรรค** คือหนทางในการปฏิบัติเพื่อบรรลุผลคือความเป็นพระโสคาบัน หนทางดังกล่าวนี้เป็นเหตุให้ละสังโยชน์หรือกิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์โลกได้ ๓ ประการคือ

๑.๑) สามารถละสักกายทิฏฐิ อันหมายถึง ความเห็นว่าเป็นตัวของตน หรือความเห็นเป็นเหตุถือตัวตนเช่นเห็นรูปเป็นตัวตนเห็นเวทนาเป็นตัวตนเป็นต้น

๑.๒) สามารถละ วิจิกิจฉา อันหมายถึง ความลังเล ความไม่แน่ใจ ความสงสัย ในกุศลธรรมทั้งหลาย ความลังเลทั้งหลายอันเป็นเหตุให้ไม่แน่ใจในปฏิปทา หรือทางดำเนินของตน

๑.๓) สามารถละ สีลพทปรามาส อันหมายถึง ความยึดถือว่าบุคคลจะบริสุทธิ์หลุดพ้นได้ด้วยศีลและวัตรคือถือว่าเพียงประพฤติศีลและวัตรให้เคร่งครัดก็พอที่จะบริสุทธิ์หลุดพ้นได้ ไม่ต้องอาศัยสมาธิและปัญญา ถือศีลและวัตรทิ้งมกาย หรืออย่างมกายก็ตามโดยสักว่าทำตามๆ กันไปโดยไม่เข้าใจความหมายและความมุ่งหมายที่แท้จริง

๒. **โสคาปัตติผล** จากโสคาปัตติมรรค เมื่อสามารถละสังโยชน์ทั้ง ๓ ได้ ผลที่ได้รับคือการบรรลุเป็นพระ โสคาบัน และเมื่อปฏิบัติต่อไปก็จะสามารถก้าวเข้าสู่กระแสพระนิพพานได้ในที่สุด

๓. **สกิทาคามิมรรค** คือหนทางในการปฏิบัติเพื่อบรรลุผล คือความเป็นพระสกิทาคามี หนทางดังกล่าวนี้เป็นเหตุให้ละสังโยชน์หรือกิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์โลกได้ ๖ ประการ คือสามารถละสักกายทิฏฐิ ละวิจิกิจฉา ละสีลพทปรามาสแล้ว ยังทำให้ ราคะ โทสะ โมหะ เบาบางไปอีกด้วย

๔. **สกิทาคามิผล** คือ ผลจากสกิทาคามิมรรค ทำให้บรรลุผลเป็นพระสกิทาคามีเมื่อปฏิบัติต่อไปก็จะสามารถก้าวเข้าสู่พระนิพพานได้

^๕ ที.สี. (ไทย) ๕/๒๓๔-๒๔๘/๓๓-๘๔., ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๖/๓๕๔-๓๕๖.

๕. **อนาคามิมรรค** คือหนทางปฏิบัติเพื่อให้ถึงความเป็นพระอนาคามีเป็นเหตุให้สามารถละสังโยชน์เบื้องต่ำได้ทั้ง ๕ ประการ(สักกายทิฏฐิ, วิจิกิจฉา, สีลัพพตปรามาส, กามราคะ และ ปฏิฆะ)

๖. **อนาคามิผล** คือ ผลจากอนาคามิมรรค ทำให้บรรลุผลเป็นพระอนาคามี และเมื่อปฏิบัติต่อไป ก็จะสามารถก้าวเข้าสู่พระนิพพานได้

๗. **อรหัตตมรรค** คือหนทางปฏิบัติเพื่อให้ถึงความเป็นพระอรหันต์ เป็นเหตุให้สามารถละสังโยชน์ได้ทั้งสังโยชน์เบื้องต่ำและสังโยชน์เบื้องสูง

๘. **อรหัตตผล** คือผลจากอรหัตตมรรค ทำให้บรรลุเป็นพระอรหันต์ เมื่อปฏิบัติต่อไป ก็จะสามารถก้าวเข้าสู่พระนิพพานได้ในที่สุด

๙. **นิพพาน** หมายถึง การดับกิเลสและกองทุกข์ เป็นจุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา มี ๒ ชนิดคือ

๙.๑) **สตูปาทิสถนิพพาน** หมายถึงการดับกิเลสได้ทั้งหมดแต่ยังคงมีเบญจขันธ์เหลืออยู่ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่ากิเลสปรินิพพาน

๙.๒) **อนุปาทิสถนิพพาน** หมายถึงดับกิเลสได้ทั้งหมดและ ไม่มีเบญจขันธ์เหลืออยู่เลย หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ขันธปรินิพพาน

คำว่า “บรรลุ” หมายถึง สำเร็จ^๖ ภาษาบาลีใช้ว่า อธิคม (กริยาเป็น อธิคจุดติ) และศัพท์ว่า อภิสมโย มาจากคำว่า อภิ + สมย แปลว่า ความตรัสรู้ ความถึงพร้อมจำเพาะ^๗ (ตรัสรู้), คราวเป็นที่ตรัสรู้, สมัยเป็นที่บรรลุ ความถึงพร้อมเฉพาะ นิยมนำ ชมฺม เชื่อมเข้าด้วยกันกับ อภิ-สมโย เป็น ชมฺมาภิสมโย ตัวอย่างเช่น เทสนาวสานะ จตุราสีติยา ปาณสหัสสานํ ชมฺมาภิสมโย อโหสิ แปลว่า “ในกาลจบเทศนา ชรามภิสมัย ได้บังเกิดแก่สัตว์ แปรหมั่นสี่พัน”^๘

อภิสมโย เมื่อนำมาใช้เป็นคำกริยา ใช้ว่า อภิสมิตโต หรือ อภิสมโต มีความหมายกว้าง ๆ คือ เข้าใจธรรม หรือเข้าถึงธรรม ตั้งแต่บุคคลทั่วไป ที่เข้าใจธรรมชัดเจนขึ้นมา หรือเข้าใจธรรมในชั้นวิปัสสนา จนถึงมรรคผลขั้นในระหว่าง โดยเฉพาะความเข้าใจหรือเข้าถึงในระดับโสดาบัน^๙

^๖ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๑๓๓.

^๗ พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ, ปทานุกรม บาลีไทย อังกฤษ สันสกฤต, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๘๑.

^๘ ดูรายละเอียดใน, จ.ธ.อ. (บาลี) ๓/๑๓๔, ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

^๙ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), ตี้นก้นเสียดี้ จากความเท็จของหนังสือ “เหตุเกิด พ.ศ. ๑”, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๗), หน้า ๑๐.

นอกจากนี้ยังมีศัพท์กริยาอื่นอีก ที่ใช้แสดงถึง การบรรลู่ หรือถึง (ธรรม) เช่น ปาปุณาติ, ปาปุโนติ, ปปโปติ,^{๑๑} เป็นต้น ซึ่งก็เป็นคำที่แสดงถึงการบรรลู่ธรรม อันได้แก่มรรคผลในระดับต่าง ๆ ตั้งแต่ระดับต้น ๆ จนถึงระดับสูงสุด เช่น เทศนาวสาน กสกอุปาสโก โสตาปัตติผล ปตฺโต. สมฺปตฺตภิกขุปี พหุ โสตาปัตติผลาทีนิ ปาปุณีสฺสูติ แปลว่า “ในกาลจบพระธรรมเทศนา กสกอุปาสก บรรลู่แล้ว ซึ่งโสตปาตติผล แม้ภิกษุผู้ประชุมกันแล้ว เป็นอันมาก บรรลู่แล้ว ซึ่งโสตปาตติผลเป็นต้น”^{๑๒}

ศัพท์ดังกล่าว ใช้สำหรับแสดงถึงการบรรลู่ธรรมในระดับต่าง ๆ ตั้งแต่ความเข้าใจธรรม ในระดับต้น ๆ หรือการบรรลู่มรรคผล แต่เมื่อต้องการกล่าวถึง การบรรลู่นิพพาน จะใช้ศัพท์เฉพาะ ได้แก่คำว่า “สจฺฉิกิริยา”^{๑๓} ซึ่งแปลว่า การทำให้แจ้ง หรือ การทำให้ประจักษ์ หมายถึงประสพเอง และคำว่า ปตฺติ รูปกริยาและคุณนามที่ใช้กับนิพพานคือ ปตฺต ทั้งสองคำนี้ พบที่ใช้กับนิพพานหลาย แห่ง และส่วนมากใช้ ในคำร้อยกรอง คือ คาถา^{๑๔} เป็นต้น

อย่างไรก็ดี พระพุทธองค์เมื่อตรัสถึงการตรัสรู้ของพระองค์ทรงใช้ศัพท์ ญาณทัสสนะ แยก ออกเป็น ๒ คำคือ ญาณ แปลว่า ความรู้ ปรินฺชาหยังฺรู้ ปรินฺชากำหนดรู้ และ ทัสสนะ หมายถึงการ เห็น การเห็นด้วยปัญญา ความเห็น สิ่งที่เห็น ดังนั้น ญาณทัสสนะ จึงแปลว่าการรู้เห็นด้วยปัญญา หมายถึงการรู้เห็นอริยสัจ ๔ รอบ ๓ รอบ^{๑๕} เป็นอาการ ๑๒ ของพระพุทธเจ้า^{๑๖} “ในชั้นมัจจกัปปวัตตน-สูตร” ญาณทัสสนะ ทรงนำมาเป็นบทสรุปของศัพท์เหล่านี้ คือ จักขุ ญาณ ปัญญา วิชชา อาโล กะ อันเป็นปัญญาที่ตรัสรู้ริยสัจครบ ๓ รอบ ๑๒ อาการ ดังนี้

ญาณทัสสนะตามเป็นจริงของบุคคลในอริยสัจ ๔ เหล่านี้ ๓ รอบ ๑๒ อาการ อย่างนี้ ยังไม่ หมดจคิดตราบใด เราก็ยังไม่ยืนยันว่า เป็นผู้ตรัสรู้สัมมาสัมโพธิญาณอันยอดเยี่ยมในโลก กับ ทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก ในหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณพราหมณ์ เทวดาและมนุษย์ตราบนั้น เมื่อใด ความรู้เห็นตามเป็นจริงของบุคคลในอริยสัจ ๔ เหล่านี้ ๓ รอบ ๑๒ อาการอย่างนี้ หมด จคดีแล้ว เมื่อนั้น เราจึงยืนยันได้ว่า เป็นผู้ตรัสรู้สัมมาสัมโพธิญาณอันยอดเยี่ยมในโลก กับทั้ง

^{๑๑} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *ตื่นกันเสียที จากความเท็จของหนังสือ “เหตุเกิด พ.ศ. ๑”*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๗), หน้า ๕๒๒.

^{๑๒} บุ.ธ.อ. (บาลี) ๓/๑๓๔.

^{๑๓} คุรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๒๑๑/๑๔๓.

^{๑๔} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับขยายความ*, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๓๖๕.

^{๑๕} คุรายละเอียดใน บุ.ป.อ. ๒/๓๐/๒๕๓.

^{๑๖} บรรจบ บรรณรุจิ, “ชื่อเรียกปัญญาในชั้นมัจจกัปปวัตตนสูตร, ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม - สิงหาคม ๒๕๔๕), หน้า ๔๖.

เทวโลก มารโลก พรหมโลก ในหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณพราหมณ์ เทวดาและมนุษย์ ญาณทัสสนะ เกิดขึ้นแก่เราว่า ความหลุดพ้นของเราไม่กำเริบ ชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย บัดนี้ ภพใหม่ไม่มีอีก^{๑๖}

คำว่า รอบ ๓ คือ สัจจญาณ กิจจญาณ และกตญาณ ส่วน อาการ ๑๒ คือ ญาณ ๓ ญาณด้วย อริยสัจ ๔ อรหัตตมรรคญาณ พร้อมด้วยกับปัญญา ๑๒ ประการที่เกิดก่อนและหลังการบรรลุธรรม เรียกว่า ขณิกญาณ คือปัญญารู้แจ้งเห็นตามความเป็นจริง ตราบใดที่ความรู้เหล่านี้ยังไม่หมดจดแก่พระองค์ ตรานั้นก็จะไม่ทรงประกาศว่าได้ตรัสรู้พระสัมมาสัมโพธิญาณ^{๑๗}

การบรรลุ หมายถึง สำเร็จหรือถึงจุดหมายในพระพุทธศาสนา ตั้งแต่การ เข้าใจธรรมในระดับต้น ๆ คือ ระดับโลกียะ จนถึงเข้าใจเข้าถึงธรรมในระดับมรรคผล คือระดับโลกุตระหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาทั้งหมดเป็นกระบวนการฝึกพัฒนามนุษย์ ดังนั้นคนที่เข้าสู่กระบวนการฝึกตนแล้ว ย่อมประสบผลสำเร็จคือเข้าถึงจุดหมายในระดับต่าง ๆ กันไป เป็นต้น

ทางพระพุทธศาสนาได้กำหนดว่า บุคคลผู้ที่จะบรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคลนั้นจะต้อง ละสังโยชน์ คือ กิเลสเป็นเครื่องมัดสรรพสัตว์ไว้กับทุกข์ พร้อมไปกับความเจริญก้าวหน้าในการบำเพ็ญไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งละสังโยชน์ ๑๐^{๑๘} ประการ คือ

๑. สักกายทิฏฐิ คือ ความเห็นว่าเป็นตัวของตน ได้แก่ เห็นรูป เวทนา สัญญาสังขาร วิญญาณ เป็นตัวตน มีความเที่ยงยั่งยืน เป็นต้น^{๑๙}
๒. วิจิจจนา คือ ความลังเลสงสัย ได้แก่ ความลังเลสงสัย ไม่นั่นใจ ในเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด เรื่องกรรมดี กรรมชั่วมีผลจริงหรือไม่ เป็นต้น
๓. สิ้นลพตปรามาส คือ ความถือมั่นศีลพรต ได้แก่ ความถือมั่นรักษาศีลพรต โดยสักว่าทำตามกันไปอย่างมงาย เห็นว่าจะบริสุทธิ์หลุดพ้นได้ก็อาศัยศีลและวัตรเท่านั้น

^{๑๖} ดูรายละเอียดใน วิ.ม. (บาลี) ๔/๑๖/๑๕, วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๖/๒๓.

^{๑๗} พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), **ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร**, แปลโดย พระคันธสารากิจวงศ์, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์ กรุงเทพฯ ๒๕๕๔), หน้า ๓๒๐.

^{๑๘} พระมหาอำนาจ อานนุโท (จันทร์เปล่ง), “การศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท” , **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒).

^{๑๙} นางสาวศิริกาญจน์ ทศนีย์ไทรเทพ, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องฆาตกรกับการบรรลุเป็นพระอรหันต์ : ศึกษาเฉพาะกรณีพระองค์อุลิมลเถระ”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า ๖๕.

๔. กามฉันทะ คือ ความพอใจในกาม ได้แก่ ความกำหนัดยินดีในกามคุณ ๕ คือ รูปเสียง กลิ่น รส สัมผัส เป็นต้น

๕. พยาบาท คือ ความยินร้าย ได้แก่ ความกระทบกระทั่งใจ หรือความหงุดหงิดขัดเคืองใจ เป็นต้น

๖. รูปราคะ คือ ความติดใจในอารมณ์แห่งรูปฌาน ได้แก่ ความติดใจปรารถนาอยากเกิดในรูปภพ เป็นต้น

๗. อรูปราคะ คือ ความติดใจในอารมณ์แห่งอรูปฌาน ได้แก่ ความติดใจ หรือความปรารถนาอยากเกิดในอรูปภพ เป็นต้น

๘. มานะ คือ ความถือตัว ได้แก่ ความสำคัญตนว่า เป็นนั่น เป็นนี่ เป็นต้น

๙. อุทธัจจะ คือ ความฟุ้งซ่าน ได้แก่ ความที่จิตสัตส่าย หรือจิตวอกแวก เป็นต้น

๑๐. อวิชชา คือ ความไม่รู้แจ้ง ได้แก่ ความหลง หรือความไม่รู้แจ้งตามความเป็นจริงในอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค เป็นต้น

การละสังโยชน์ ๕ ประการ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามฉันทะและ พยาบาท เป็นสังโยชน์เบื้องต่ำ ชั้นหยาบ เรียกว่า โอรัมภาคิยสังโยชน์^{๒๐} การละสังโยชน์ ๕ ประการ คือ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และอวิชชา เป็นสังโยชน์เบื้องสูงชั้นละเอียด เรียกว่า อุทัมภาคิยสังโยชน์

พระพุทธศาสนาได้แบ่งระดับการบรรลุธรรมออกเป็น ๔ ระดับ จัดเป็นคู่ได้ ๔ คู่ คือ มรรค ๔ ผล ๔ ดังนี้

๑. การบรรลุธรรมระดับที่ ๑^{๒๑} เรียกว่า พระโสดาบัน หมายถึง ผู้เข้าถึงกระแสสมรรคหรือ ผู้เดินตามทางที่ถูกต้องอย่างแท้จริง คือปฏิบัติถูกต้องตามอริยมรรคอย่างแท้จริง การบรรลุธรรมระดับนี้ เป็นผู้ทำให้บริบูรณ์ในศีล ทำได้พอประมาณในสมาธิ ทำได้พอ ประมาณในปัญญาสามารถ ละสังโยชน์ได้ ๓ อย่าง คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส การบรรลุธรรมในระดับนี้ ระดับมรรค เรียกว่า โสดาปัตติมรรค ระดับผล เรียกว่า โสดาปัตติผล พระอริยบุคคลผู้บรรลุมีชื่อว่า พระโสดาบัน พระอริยบุคคลระดับพระโสดาบันนี้ ต้องละสังโยชน์ ๓ ประการ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาสได้อย่างเด็ดขาด ไม่มีเหลืออยู่ในจิตสันดาน ต้องเวียนว่ายตายเกิดในโลกนี้อีกไม่เกิน ๗ชาติ พระโสดาบันมี ๓ ประเภท คือ

^{๒๐} ส.ม. (ไทย) ๑๕/๑๘๐/๑๐๖.

^{๒๑} อัมพร จันทร์ตัน, “การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติคุณกัมกับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยา : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๖), หน้า ๑๑๐.

๑) **เอกพีชีโสดาบัน** หมายถึง พระโสดาบันผู้มีพีชคืออตภาพเดียว คือ เกิดอีกครั้งเดียว ก็จะได้บรรลอรหัตตผลสำเร็จเป็นพระอรหันต์^{๒๒}

๒) **โกลังโกลโสดาบัน** หมายถึง พระโสดาบันผู้เมื่อจะเกิดในภพใหม่เป็นเทวดาหรือมนุษย์ก็เกิดได้ ๒ หรือ ๓ ภพ และถ้าเกิดเป็นมนุษย์ก็ไม่เกิดในตระกูลต่ำ คือ เกิดในตระกูลที่มีโภคสมบัติมากเท่านั้น ก็จะได้บรรลอรหัตตผลสำเร็จเป็นพระอรหันต์^{๒๓}

๓) **สัตตักขัตตอุปรมโสดาบัน** หมายถึง พระโสดาบันผู้ละสังโยชน์เบื้องต่ำ ๓ ประการได้แล้ว เป็นผู้ไม่ตกไปในอบาย ๔ มีความแน่นอนที่จะตรัสรู้มรรค ๓ เบื้องสูง เมื่อจะเกิดในภพใหม่เป็นเทวดาหรือมนุษย์ก็เกิดได้ไม่เกิด ๗ ครั้ง ก็จะได้บรรลุเป็นพระอรหันต์^{๒๔}

๒. **การบรรลุธรรมระดับที่ ๒** เรียกว่า พระสกทาคามี หมายถึง ผู้กลับมาสู่โลกนี้อีกครั้งเดียวก็สามารถกำจัดทุกข์ให้สิ้นไปได้ผู้ได้บรรลุธรรมระดับนี้เป็นผู้ทำให้บริบูรณ์ในขั้นศีล ทำได้พอประมาณในสมาธิและปัญญา ทำสังโยชน์ ๓ อย่าง คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉาและสีลัพพตปรามาสให้หมดสิ้นไป และทำราคะ โทสะ โมหะ ให้เบาบางลง การบรรลุธรรมระดับนี้ ระดับมรรคเรียกว่า สกทาคามีมรรค ระดับผล เรียกว่า สกทาคามีผล พระอริยบุคคลผู้บรรลุมีชื่อว่า พระสกทาคามี(พระสกิทาคามี)

พระอริยบุคคลระดับพระสกทาคามีนี้ ต้องละสังโยชน์ ๓ ประการ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาสได้อย่างเด็ดขาด ไม่มีเหลืออยู่ในจิตสันดาน และทำราคะ โทสะโมหะ ให้เบาบางลง จะกลับมาเกิดอีกเพียงชาติเดียวเท่านั้น ก็จะดับขันธปรินิพพาน แต่การจะเกิดที่ไหนนั้นได้จำแนกไว้ ๕ ประเภท คือ

๑) **อิธะ ปัตวา อิธะ ปรีนิพพายี** คือ ผู้บรรลุในโลกนี้แล้ว ปรินิพพานในโลกนี้เอง หมายถึง บางท่านสำเร็จเป็นพระสกทาคามีในโลกมนุษย์นี้แล้ว จุติไปเกิดในเทวโลก แล้วจุติจากเทวโลก ๘๕ มาเกิดในโลกมนุษย์นี้ บรรลุเป็นพระอรหันต์ แล้วดับขันธปรินิพพานในโลกมนุษย์นี้

๒) **ตัตถะ ปัตวา ตัตถะ ปรีนิพพายี** คือ ผู้บรรลุในโลกนี้แล้ว ปรินิพพานในเทวโลก หมายถึง บางท่านสำเร็จเป็นพระสกทาคามีแล้ว ก็กระทำความเพียรเจริญวิปัสสนาจนบรรลอรหัตตผลสำเร็จเป็นพระอรหันต์ แล้วดับขันธปรินิพพานในโลกมนุษย์นี้เอง

๓) **อิธะ ปัตวา ตัตถะ ปรีนิพพายี** คือ ผู้บรรลุในโลกนี้แล้ว ปรินิพพานในเทวโลกนั่นเอง หมายถึง บางท่านสำเร็จเป็นพระสกทาคามีแล้ว จุติไปเกิดในเทวโลกแล้วได้บรรลอรหัตตผล สำเร็จเป็นพระอรหันต์ แล้วดับขันธปรินิพพานในเทวโลกนั่นเอง

^{๒๒} อภ.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๘/๒๔๒, อภ.ติก.ฎีกา (บาลี) ๒๘๘/๒๓๓.

^{๒๓} อภ.ปิณฺจ.อ. (บาลี) ๓๑/๕ , อภ.ป. (ไทย) ๓๖/๓๑/๑๒๒.

^{๒๔} อภ.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๘/๒๔๒.

๔) ตัถยะ ปัตวา อิชะ ปรีนิพพายี คือ ผู้บรรลุในโลกนี้แล้ว เกิดในโลกนี้จึง ปรีนิพพาน หมายถึง บางท่านเป็นเทวดาสำเร็จเป็นพระสกทาคามีในเทวโลก แล้วบรรลุอรหัตตผล สำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้วดับขันธปรีนิพพานในเทวโลกนั่นเอง

๕) อิชะ ปัตวา ตัถยะ นิพพัตติวา อิชะ ปรีนิพพายี คือ ผู้บรรลุในโลกนี้แล้ว ไป บังเกิดในเทวโลกหมดอายุแล้ว กลับมาเกิดในโลกนี้ จึงปรีนิพพาน หมายถึง บางท่านเป็นเทวดา สำเร็จเป็นพระสกทาคามีในเทวโลก จุตินาปฏิสนธิในโลกมนุษย์ แล้วบรรลุอรหัตตผลสำเร็จเป็น พระอรหันต์ แล้วดับขันธปรีนิพพานในโลกมนุษย์นี้เอง ^{๒๕}

๓. การบรรลุธรรมระดับที่ ๓ ^{๒๖} เรียกว่า พระอนาคามี หมายถึง ผู้จะปรีนิพพานในที่สุด ไม่เวียนกลับมาอีก ผู้ได้บรรลุธรรมในระดับนี้ เป็นผู้ทำให้บริบูรณ์ในศีลและสมาธิ ทำได้ พอประมาณในปัญญา ทำสังโยชน์ ๕ อย่าง คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปราส กามราคะ และพยาบาทให้หมดสิ้นไป การบรรลุธรรมระดับนี้ ระดับมรรค เรียกว่า อนาคามีมรรค ขึ้นผล เรียกว่าอนาคามีผล พระอริยบุคคลผู้บรรลุมีชื่อว่า พระอนาคามีพระอริยบุคคลระดับพระอนาคามีนี้ ต้องละสังโยชน์ ๕ ประการ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปราส กามราคะ และพยาบาท ได้ อย่างเด็ดขาด ไม่มีเหลืออยู่ในจิตสันดานเมื่อพระอนาคามีไปบังเกิดในพรหมโลก ^{๒๗} บรรลุ อรหัตตผลสำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้วดับขันธปรีนิพพานในพรหมโลกนั้น พระอนาคามีมี ๕ ประเภท คือ

๑) อันตราปรีนิพพายีอนาคามี หมายถึง พระอนาคามีผู้ปรีนิพพานในระหว่างคือ เกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้ว อายุยังไม่ถึงกึ่งก็ปรีนิพพานมี ๓ จำพวก คือ

๑.๑ พวกที่เกิดในชั้นสุทธาวาสอวิหาซึ่งมีอายุ ๑,๐๐๐ กัป แต่ก็บรรลุอรหัตตผล สำเร็จเป็นพระอรหันต์ในวันที่เกิด ถ้าไม่บรรลุในวันที่เกิดก็จะบรรลุภายใน ๑๐๐ กัป

๑.๒ พวกที่เมื่อไม่สามารถบรรลุอรหัตตผลสำเร็จเป็นพระอรหันต์ในวันเกิดก็ บรรลุภายใน ๒๐๐ กัป

^{๒๕} วิสุทธิมหาฎีกา (ไทย) ๓/๓๒๖/๕๖๕.

^{๒๖} อัมพร จันทรรัตน์, “การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติคุณ徳กับการบรรลุธรรมใน พระพุทธศาสนาเถรวาท”, ๒๕๓๖), หน้า ๑๑๑.

^{๒๗} พรหมโลก คือ รูปพรหม ๑๖ ได้แก่ (๑) พรหมปาริสัชชา (๒) พรหมปุโรหิตา (๓) มหาพรหมมา (๔) ปริตรตาภา (๕) อัปป์มาณาภา (๖) ปภัสสรา (๗) ปริตตสุภา (๘) อัปป์มาณสุภา (๙) สุภกิมหา (๑๐) อัสัญญี สัตตา (๑๑) เวหป์ผลา (๑๒) อวิหา (๑๓) อตป์ปา (๑๔) สุทัสสา (๑๕) สุทัสสี (๑๖) อกนิฏฐา และอรูปพรหม ๔ ได้แก่ (๑) อากาสาณัญญาขณะ (๒) วิญญานัญญาขณะ (๓) อากัญญาขณะ (๔) เนวสัญญานาสนัญญาขณะ.

๑.๓ พวกที่เมื่อไม่สามารถบรรลุหรือหัดผลสำเร็จเป็นพระอรหันต์ในวันเกิดก็บรรลุภายใน ๔๐๐ กัป^{๒๘}

๒) อุปหัจจปรินิพพายือนาคามี หมายถึง พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วจนจะถึงปรินิพพาน คือ อายุพ้นกึ่งแล้วจนจะถึงสิ้นอายุจึงปรินิพพาน

๓) อสังขารปรินิพพายือนาคามี หมายถึง พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วปรินิพพาน โดยไม่ต้องใช้ความเพียรมาก

๔) สสังขารปรินิพพายือนาคามี หมายถึง พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วปรินิพพาน โดยต้องใช้ความเพียรมาก

๕) อุทซังโสโตกนิฏฐคามือนาคามี หมายถึง พระอนาคามีผู้มีกระแสเบื้องบนไปสู่อกนิฏฐภพ คือ เกิดในสุทธาวาสจนถึงอกนิฏฐภพแล้วปรินิพพานในภพนั้น พระอนาคามีผู้ที่แก้กถาในสังกัทธิปริยัติ เกิดในพรหมโลกชั้นอวิหาภูมิ ผู้ที่แก้กถาใน วิริยปริยัติ เกิดในชั้นอตปภาภูมิ ผู้ที่แก้กถาในสติปริยัติ เกิดในชั้นสุทสสาภูมิ ผู้ที่แก้กถาในสมาธิปริยัติ เกิดในชั้นสุทสสิภูมิ ผู้ที่แก้กถาในปัญญาปริยัติ เกิดในอกนิฏฐภูมิ^{๒๙}

๔. การบรรลุธรรมระดับที่ ๔ เรียกว่า พระอรหันต์ หมายถึง พระอริยบุคคลชั้นสูงสุดผู้ได้บรรลุธรรมในระดับนี้ เป็นผู้หมดสิ้นอาสวะกิเลส สามารถทำให้บริบูรณ์ในไตรสิกขา คือ สติ สมาธิ ปัญญา ทำสังโยชน์ ๑๐ อย่าง คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามฉันทะพยาบาท รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และอวิชชาให้หมดสิ้นไป การบรรลุธรรมระดับนี้ระดับมรรค เรียกว่า อรหัตตมรรค ระดับผล เรียกว่า อรหัตตผล พระอริยบุคคลผู้บรรลุมีชื่อว่า พระอรหันต์พระอริยบุคคลระดับพระอรหันต์นี้ นอกจากจะประหารกิเลสได้โดยสิ้นเชิง และตัดสังโยชน์ทั้ง ๑๐ ประการได้อย่างเด็ดขาดแล้ว ท่านยังสามารถเข้าอรหัตตผลสมบัติ เสวยอารมณ์พระนิพพานได้ตามจิตปรารถนา และเมื่อท่านหมดกิเลสอยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ไม่เกิดอีกต่อไป พอถึงอายุขัยแล้วท่านก็จะดับขันธปรินิพพาน พระอรหันต์นั้นมีหลายประเภทดังที่ได้กล่าวแล้วเป็นต้น

๒.๒. ความเป็นมาของการบรรลุธรรม

การบรรลุธรรม คือ การรู้แจ้งในอริยสัจ^{๓๐} ซึ่งเป็นผลของการบำเพ็ญบารมีพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ และการบำเพ็ญบารมีของพระปัจเจกพุทธเจ้า เพื่อ

^{๒๘} อ.จ.ต.ก. (ไทย) ๒๐/๘๘/๒๔๓.

^{๒๙} พระเทพกิตติปัญญาคุณ (กิตติวิฑู โส โภ กิจฺจ), ปรมัตถธรรม ๔ (จิต เจตสิก รูป นิพพาน), หน้า ๘๘.

^{๓๐} พระเทพกิตติปัญญาคุณ (กิตติวิฑู โส โภ กิจฺจ), ปรมัตถธรรม ๔ (จิต เจตสิก รูป นิพพาน), หน้า ๗๐.

ตรัสรู้โพธิญาณ^{๓๐} ต่างกันแต่เพียงพระปัจเจกพุทธเจ้ามิได้เผยแผ่อริยสัจ ๔ ที่พระองค์ตรัสรู้ด้วยอนุ
 พยัญชนะ^{๓๑} ส่วนพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกพระองค์ เมื่อตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณแล้ว จะ
 อนุเคราะห์เกื้อกูลประโยชน์สุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ถึงแนวทางการปฏิบัติเพื่อความดับ
 ทุกข์ และเพื่อออกจากสังสารวัฏ^{๓๒}

การบรรลุธรรม หรือการรู้แจ้งอริยสัจ ๔ นี้ มีแต่ในพระพุทธศาสนาเท่านั้น เพราะ
 หนทางการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงการบรรลุธรรม คือ มัชฌิมาปฏิปทา ทางสายกลาง อันได้แก่
 อริยมรรคมีองค์ ๘ นี้เป็นหนทางก่อให้เกิดปัญญา เป็นไปเพื่อความสงบ ระวัง เพื่อตรัสรู้ และ
 มัชฌิมาปฏิปทาก็มี แต่ในพระพุทธศาสนาเท่านั้น^{๓๓}

การบรรลุธรรม คือ เป็นธรรมของผู้บริสุทธิ์ หมดจจากกิเลส เป็นธรรมของผู้ทวน
 กระแสของโลก เป็นธรรมที่ละเอียดลึกซึ้งรู้เห็นได้ยาก ประณีต และเป็นธรรมที่พระอริยะเจ้าเข้าถึง
 เท่านั้น^{๓๔}

คำว่า การบรรลุธรรม หมายถึงการเข้าถึง หรือการทำให้แจ้ง^{๓๕} ซึ่งคำว่า บรรลุเป็นคำที่
 คู่กันเคยและนิยมใช้กัน เช่นคำว่า การบรรลุพระนิพพาน แต่ความจริงแล้วคำที่ถูกต้อง คือ การทำให้
 แจ้งพระนิพพาน ซึ่งมาจากคำว่า “สัจฉิกิริยา”^{๓๖} อย่างไรก็ตาม ถึงแม้ว่า จะคู่กันเคยและนิยมใช้คำว่า
 การบรรลุพระนิพพาน หรือคำว่า การทำให้แจ้งพระนิพพาน ก็ตาม หากพิจารณาเข้าถึงการบรรลุ
 โดยสภาวะธรรม หรือโดยอาการแห่งการเข้าถึงการบรรลุธรรมแล้ว หมายถึง สภาวะของจิตที่เข้าถึง
 มรรคญาณ ๔ อันได้แก่ โสดาปัตติมรรคญาณ, สกทาคามีมรรคญาณ, อนาคามีมรรคญาณ, และ
 อรหัตตมรรคญาณ,^{๓๗}

ซึ่งปัญญาในมรรคจิตเหล่านี้ จะพิจารณาความเกิดและความเสื่อมแห่งรูปและนาม ตาม
 ความเป็นจริงในอริยสัจ มรรคญาณจะทำหน้าที่กำหนดรูปและนามว่า เป็นทุกข์, เป็นเหตุแห่งทุกข์,
 การทำให้แจ้งในการดับทุกข์ และการทำภาวนาเพื่อออกจากทุกข์ให้เจริญไพบูลย์^{๓๘} ตาม
 ความสามารถในอินทรีย์ของแต่ละบุคคล เมื่อจิตรู้รูปนาม ตามความเป็นจริงตามอริยสัจแล้ว จิตก็

^{๓๐} ม.ม. (ไทย) ๒/๑๓/๑๗.

^{๓๑} อภิ.ป. (ไทย) ๒/๓๒/๒๓.

^{๓๒} ที.ม.อ. (ไทย) ๑๓/๕๔-๕๕/๕๕.

^{๓๓} ส.ม. (ไทย) ๑๕/๑๐๘๑/๕๕๒.

^{๓๔} คุราญละเยียดโน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๘๑/๓๐๕.

^{๓๕} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๗๐/๔๐๓.

^{๓๖} ส.ม. (ไทย) ๑๕/๒๑๑/๑๔๓.

^{๓๗} บุ.จ. (ไทย) ๑๓/๖/๖๑.

^{๓๘} ส.ม. (ไทย) ๑๕/๒๑๑/๑๔๒-๑๔๔.

จะไม่เกี่ยวเกาะในสังขารทั้งหลาย และเข้าถึงการบรรลุธรรมที่เรียกว่า ความดับเป็นภาวะของจิตที่ปราศจากราคะ^{๔๐} หรือเรียก ตามอาการของมรรคญาณที่เข้าไปดับตัณหาทั้งหลาย ได้โดยเด็ดขาดว่า นิโรธ^{๔๑} แปลว่า ความดับทุกข์ ได้แก่ ความระงับจากสังขารทั้งปวง ความสลัดทิ้งอุปธิ ทั้งหมด, ความสิ้นตัณหา, ความคล้อยกำหนด, ความดับกิเลส, ความเย็นสนิท^{๔๒} ดังนั้น เพื่อให้เข้าใจความหมายของ คำว่า การบรรลุธรรม ให้ชัดเจน จะแสดงตามความหมายของนิโรธตามคัมภีร์พระพุทธศาสนา ดังต่อไปนี้

พระวินัยปิฎก มหาวรรค ให้ความหมายนิโรธว่า ความดับตัณหาโดยไม่มีเหลือด้วยมรรค คือ วิราคะ, สละ, สิ้น, ปล่อยไป, และไม่พัวพัน^{๔๓}

ขุททกนิกาย อุทาน ให้ความหมายนิโรธว่า ความไม่ถูกเหตุสร้าง ความไม่ถูกปัจจัยปรุงแต่ง และความไม่มีตัณหา^{๔๔}

พระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ ให้ความหมายนิโรธว่า ความสárosกและความดับตัณหาโดยไม่มีเหลือ คือ ความปล่อยว่าง, ความส่งคืน, ความดับ, ความไม่ติดอยู่^{๔๕}

สำหรับความหมายการบรรลุธรรม ในระดับโลกุตตระ เป็นความดับจากพันธนาการทั้งหลาย โดยมีความรู้ความเข้าใจว่า สรรพสิ่งทั้งหลาย ล้วนตกอยู่ภายใต้อำนาจของไตรลักษณ์ความ เป็นทุกข์ ทนอยู่ไม่ได้ ไม่เที่ยง และไม่มีตัวตน

ทางกาย มีความรู้ความเข้าใจว่า กายเป็นเพียงธาตุ ๔ มาประหลวมรวมกันเท่านั้น

ทางจิตหรือทางธรรม มีความรู้ความเข้าใจธรรมชาติของจิตว่า สังขารทั้งหลายล้วนเกิดขึ้นแตกดับไป และอาศัยจิตเกิด

ทางอารมณ์ มีความรู้ความเข้าใจว่า อารมณ์ที่ปรากฏเฉพาะหน้า ตามอายตนะต่างๆ นั้น เป็นเพียงสรรพสิ่งที่อาศัยเหตุปัจจัยจึงเกิดขึ้นเท่านั้น

ซึ่งความรู้ความเข้าใจเหล่านี้ เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดกับจิตโดยตรง มิใช่เป็นความรู้ความเข้าใจที่เกิดจากการอ่าน การฟัง และการจดจำ ดังนั้น เมื่อจิตมีความรู้ความเข้าใจเช่นนี้ จึงทำให้เกิดการปล่อยวางกิเลสทั้งหลายได้อย่างเด็ดขาด

^{๔๐} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖๓/๒๐๑-๑๐๔. อัง.อุฎฐก (ไทย) ๒๓/๒๒/๒๖๑.

^{๔๑} อัง.นวก. (ไทย) ๒๓/๖๑/๕๔๕-๕๔๖.

^{๔๒} ขุ.ม. (ไทย) ๒๕/๑๕๕/๓๖๔.

^{๔๓} วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๔/๒๒.

^{๔๔} ขุ.อุ. (ไทย) ๒๕/๗๒-๗๓/๓๒๒-๓๒๓.

^{๔๕} อภิ.ป. (ไทย) ๓๕/๒๐๔/๑๖๕.

๒.๓. หลักการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงวางหลักการปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึงการบรรลุธรรม ที่เรียกว่า ภาวนา คำว่า “ภาวนา” หมายถึง ธรรมที่เป็นเครื่องอบรมทางกาย ทางจิต และทางปัญญา^{๖๖} หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า กรรมฐาน แปลว่า อารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งสมถะและวิปัสสนาภาวนา^{๖๗} ภาวนามี ๒ อย่าง คือ สมถะและวิปัสสนาภาวนา^{๖๘} สำหรับวิธีปฏิบัติทั้งสมถะและวิปัสสนาภาวนา ถึงแม้จะมีวิธีปฏิบัติที่แตกต่างกันก็ตาม แต่ภาวนาทั้งสองต่างช่วยสนับสนุนเกื้อกูลให้เข้าถึงการบรรลุธรรมในแต่ละระดับ ตามอรรถาธิบายดังต่อไปนี้

ภาวนา แปลว่า การเจริญ การอบรม การทำให้มีให้เป็นขึ้น หมายถึง การทำจิตใจให้สงบและทำปัญญาให้เกิดขึ้น ด้วยการฝึกฝนอบรมจิตไปตามแบบที่ท่านกำหนดไว้ ซึ่งเรียกชื่อไปต่างๆ เช่น การบำเพ็ญกรรมฐาน การทำสมาธิ การเจริญภาวนา การเจริญจิตภาวนา ความหมายในทางพุทธศาสนาของภาวนาคือ การทำให้เจริญ หรือการพัฒนาให้เจริญ ขึ้นในทางพระพุทธศาสนา แบ่งการ ภาวนาแบ่งออกเป็นอย่างนี้ คือ

๑. กายภาวนา^{๖๙} คือการฝึกฝนอินทรีย์ทั้ง ๕ ให้เป็นไปในทางกุศล ในทางที่ดี
๒. สីลภาวนา คือการประพฤติอยู่ในศีลธรรม ระเบียบวินัย
๓. จิตตภาวนา^{๗๐} คือการพัฒนาจิตให้เจริญด้วยคุณธรรมทั้งปวง
๔. ปัญญาภาวนา คือการเจริญปัญญาให้รู้แจ้งในสถานะของสิ่งต่างๆ

การเจริญภาวนา แบบกรรมฐาน จะแบ่งการฝึกสมาธิออกเป็นขั้นต่างๆ ๓ ขั้น มีดังนี้คือ

๑. บริกรรมภาวนา เป็นขั้นตอนแรกในการฝึกจิตให้มีสมาธิ โดยกำหนดใช้สิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นอารมณ์กรรมฐาน เช่นการระลึกถึงพุทธานุภาพเป็นต้น หรือกองใดกองหนึ่งในกรรมฐาน ๔๐
๒. อุปจารภาวนา ความหมายทางตรงของคำนี้ แปลว่าจวนเจียน ความหมายโดยนัยก็คือสมาธิขั้นจวนเจียน หรือ เกือบจะสงบนิ่งดีแล้ว เป็นขั้นตอนที่ได้หลังจากการกำหนดจิตในขั้นแรกเป็นอารมณ์กรรมฐาน แล้วเกิดความสงบตัดจากอารมณ์ นีวรณได้ อารมณ์ของกามฉันทะ การคิดร้าย ความหุดหู่ ฟุ้งซ่านสงสัย เป็นต้น

^{๖๖} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๓๒.

^{๖๗} พระอนุรุทธะและพระญาณุทธะ, *อภิธรรมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี*, แปลโดยพระคันธสารากวีวงศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟิค เพลท, ๒๕๔๖), หน้า ๗๖๐.

^{๖๘} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๕๒/๓๖๕.

^{๖๙} คูรายละเอียดใน, ม.ม.อ.๒/๓๖๕/๑๕๒.

^{๗๐} คูรายละเอียดใน, ม.ม.อ. ๒/๓๖๕/๑๕๒.

๓. อัปปภาวณา หมายความว่า ขึ้นแน่แน่ว กล่าวคือ เมื่อผ่านสองขั้นต้นมาแล้ว นิमितที่เกิดขึ้นนั้นจะสม่ำเสมอไม่ขาดตอนด้วยอุปจารสมาธิ ประคองความสงบนิ่งและอารมณ์ของจิตได้ ไปจนถึงขั้นปฐมฌานอันถือว่าได้บรรลุการเจริญภาวนาขั้นต้นแล้ว

ภาวนา ในทางปฏิบัติท่านแบ่งไว้ ๒ แบบใหญ่ๆ คือ สมถภาวนา การอบรมจิตใจให้สงบ ซึ่งได้แก่ สมถกรรมฐานนั่นเอง เรียกว่า จิตภาวนา ก็ได้ ส่วนวิปัสสนาภาวนา คือการอบรมปัญญาให้เกิด ซึ่งได้แก่วิปัสสนากรรมฐานนั่นเอง เรียกว่า ปัญญาภาวนา ก็ได้

ภาวนา เป็นบุญอย่างหนึ่ง เรียกว่าภาวนามัย คือบุญที่เกิดจากการภาวนา หรือการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา มีอยู่ ๒ วิธี คือ

สมถภาวนา คือ การฝึกอบรมจิตใจให้เกิดความสงบ ได้แก่ หลักหรือวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสงบทางจิตใจ หรือการทำจิตใจให้เป็นสมาธิความมั่นคงนั่นเอง^{๕๐}

วิปัสสนาภาวนา คือ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้ง ตามความเป็นจริง^{๕๑} ได้แก่ หลักหรือวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง ตามความเป็นจริงในรูปนาม ชั้น ๕^{๕๒} ว่าเป็นสภาวะที่ไม่เที่ยง อนิจจัง เป็นทุกข์ ทนได้ยาก ทุกขัง เป็นสภาวะที่ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เราเขา บังคับบัญชาไม่ได้ อนัตตา เรียกว่า วิปัสสนา ดังพระพุทธพจน์ว่า^{๕๓}

ธรรม ๒ อย่างเหล่านี้ เป็นเหตุให้เกิดปัญญา ธรรม ๒ อย่างนั้น ได้แก่ ภาวนา ภาวนาทัง ๓ ประการนี้ บริกรรมภาวนา มี ๒ ตอน คือ ตอนแรกของมหากุศล หรือมหากริยาที่เกิดขึ้นก่อนๆ ยังอยู่ห่างไกลจาก มหัคคตฌาน นั้น มหากุศล หรือ มหากริยานั้น ชื่อว่าบริกรรมภาวนาเมื่อเจริญอยู่เรื่อยๆ และมีกำลังทวียิ่งขึ้นตามลำดับ จนใกล้ที่ มหัคคตฌาน จะเกิดขึ้นมหากุศล หรือมหากริยานั้น ชื่อว่า อุปจารภาวนา

คำว่า ภาวนา มีบทวิเคราะห์ว่า ภาเวตีติ ภาวนา (ภู + ยุ + ติ) ธรรมชาติใด ยังกุศลธรรมให้เกิดมีขึ้น เพราะเหตุนี้ ธรรมชาตินี้ ชื่อว่า ภาวนากรรมฐานกับภาวนา มีความต่างกัน โดยพยัญชนะ แต่เหมือนกันโดยอรรถ ที่ว่าต่างกันโดยพยัญชนะ คือ คำว่า กรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน

คำว่า ภาวนา แปลว่าทำให้มีให้เกิดขึ้น แต่เหมือนกันโดยอรรถ คือ ความหมายแห่งเนื้อความนั้นเหมือนกัน คือ เป็นอุบายทำให้จิตใจให้เกิดมีสติ สติ สมาธิ และปัญญา หมายถึงสงบระงับกิเลส และทำลายกิเลส คำว่า สมถภาวนา มีความหมายดังนี้

สมถกัมมัฏฐาน คือ การเพ่งอารมณ์เพื่อให้จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์นั้นอันเดียวและ

^{๕๐} อ.จ.ภ.อ. (บาลี) ๓/๒๗/๑๑๑.

^{๕๑} อ.จ.ภ.อ. (บาลี) ๓/๒๗/๑๑๑. ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๒/๒๔๒.

^{๕๒} อ.จ.ภ.อ. (บาลี) ๒/๒๕๔/๔๔๗.

สามารถทำให้กิเลสนิรณะสงบระงับลงได้^{๕๔}

คำว่า สมถะ แปลว่า สงบ มีความหมาย ๓ ประการ คือ

๑. สงบจากนิรณะ มีวจนัตถะว่า กามจุณฺทาทโย ปจฺจนิกฺขมฺเม สมฺเมตฺติ สมฺโถนิรฺเวณ สมฺเมตฺติ สมฺโถ โย สมฺมาธิ ธรรมใดทำธรรมที่เป็นข้าศึกมีกามฉันทะนิรณะเป็นต้นให้สงบลง เหตุนี้ธรรมนั้น ชื่อว่าสมถะได้แก่ สมมาธิ^{๕๕}

๒. สงบตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์อันเดียว ไม่ซัดส่ายฟุ้งซ่าน มีวจนัตถะว่า สมฺโถติ จิตฺเตกฺกคฺคา^{๕๖} วิกุเขปญฺเฐน สมฺโถ^{๕๗} สมฺมาธิวเสน เอกการมฺมณฺมเปกฺขิตฺวา เอกคฺคฺกุญฺเฐน^{๕๘} ชื่อว่าสมถะ เพราะไม่ซัดส่ายฟุ้งซ่านไปในอารมณ์หลากหลาย ความว่าเพ่งกำหนดอยู่แต่ในอารมณ์เดียวด้วยอำนาจสมมาธิ

๓. สงบลงจากองค์มานชนิดหยาบ มีวจนัตถะว่า วิตฺกฺกานิ โอปาริกฺขมฺเม สมฺเมตฺติ สมฺโถ ธรรมใด ยังองค์มานที่หยาบๆ มีวิตกเป็นต้นให้สงบคือ ไม่ให้เกิด เหตุนี้ชื่อว่า สมถะ^{๕๙}

คัมภีร์อรรถกถาอภิธรรม ชัมมสังคณีให้ความหมายไว้ว่า สมถะ คือ ความตั้งอยู่แห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบแห่งจิต ความตั้งจิตไว้ชอบ^{๖๐}

คัมภีร์ปรมัตถทีปนี อธิบายความไว้ว่า สมถ คือ คุณธรรมอันระงับกิเลสหรือธรรมหายอย่างอื่นมีวิตกเป็นต้น หมายถึงสมมาธิที่เรียกว่า เอกัคคตา อันเป็นไปอย่างนั้น^{๖๑}

วิปัสสนา แปลว่า เห็นประจักษ์แจ้งพระไตรลักษณ์ในรูปที่เห็น อาการที่เคลื่อนไหวใจที่คิด เป็นต้น เป็นวิธีการปฏิบัติให้เข้าถึงสภาวะดับ สงบเย็น(นิพพาน)ได้^{๖๒} ถ้าต้องการสุขแท้สุขถาวรที่ไม่กลับมาทุกข์อีกก็ต้องดำเนินไปตามหนทางนี้เท่านั้น ไม่มีทางอื่น^{๖๓} คัมภีร์ธรรมสังคณีให้ความหมายของวิปัสสนาไว้ว่า^{๖๔}

^{๕๔} อจ.ทศก. (ไทย) ๒๐/๑๐๓/๓๔๕ , อจ.ปญจก.อ. (บาลี) ๓/๗๓/๓๖.

^{๕๕} จุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๓๒๘ , อภิ.สง.อ. (บาลี) ๑๐๐/๑๐๐.

^{๕๖} อจ.อ. (บาลี) ๒/๓๒/๓๐.

^{๕๗} อภิ.สง.อ. (บาลี) ๗๕๐/๒๕๔.

^{๕๘} จุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๒๕๔.

^{๕๙} วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๑๗๑.

^{๖๐} อภิ.สง.อ. (บาลี) ๓๔/๕๔/๓๖.

^{๖๑} พระคันธสารากวีวงศ์ , อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๖), หน้า ๗๕๘.

^{๖๒} คูรายละเอียดใน, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘ , ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑ .

^{๖๓} คูรายละเอียดใน; ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗๓/๗๕๕.

^{๖๔} อภิ.สง. (บาลี) ๓๔/๕๕/๓๐.

วิปัสสนาที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นโชน คือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความคันคิด ความใคร่ครวญปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดีปัญญาเหมือนรัตนะ ความไม่หลงมกมาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฏฐิ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่าวิปัสสนา ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^{๖๕}

คัมภีร์อรรถกถาปฏิสัมภิทามรรค ให้ความหมายว่า วิปัสสนา คือ การเห็นแจ้ง หรือวิธีทำให้เกิดการเห็นแจ้ง มีบทบาทสี่วิเคราะห์ว่า อนิจจาทิวเสน วิวิเชน อากาเรหิ ธมฺเม ปุสฺสตีติ วิปัสสนา^{๖๖} ปัญญาใด ย่อมเห็นสังขตธรรมมีขันธเป็นต้น ด้วยอาการต่าง ๆ มีความไม่เที่ยงเป็นต้น ฉะนั้น ปัญญานั้น ชื่อว่า วิปัสสนา

อรรถกถาัมชฌิมนิกายอธิบายว่า วิปัสสนา คือการพิจารณาเห็นลักษณะของสภาวะธรรม ที่ปรากฏ ๗ ประการ คือ

๑. อนิจจานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง
๒. ทุกขานุปัสสนา พิจารณาเห็นความเป็นทุกข์
๓. อนัตตานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตน
๔. นิพพิทานุปัสสนา พิจารณาเห็นความนำเบื้อหน่าย
๕. วิราคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความคลายกำหนด
๖. นิโรธานุปัสสนา พิจารณาเห็นความดับกิเลส
๗. ปฏินิสสัคคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความสลัดทิ้งกิเลส^{๖๗}

การเจริญวิปัสสนา คือการทำให้เกิดวิสุทธิตั้งแต่ทิฏฐิวินิสุตติเป็นต้นไป คือ

๑. **ทิฏฐิวินิสุตติ** คือ ปัญญาที่มีความเห็นถูก หรือรู้ถูกต้องตามความเป็นจริงโดยปราศจากกิเลส คือ เห็นนามและรูปว่าไม่ใช่สัตว์ บุคคล เป็นสิ่งที่ไม่ใช่เจ้าของ ไม่อยู่ในอำนาจใด ได้แก่ นามรูปปริจเฉทญาณ การเห็นเช่นนี้เป็นภาวานาปัญญา ถ้าเพียงแต่คาดคะเนคิดนึก (สุต มยปัญญา) หรือการวิพากษ์ วิจาร์ณ(จินตามยปัญญา)จะเข้าถึงวิสุตติไม่ได้เลย^{๖๘}

^{๖๕} อภ.สง.(ไทย) ๓๔/ ๕๕/๓๖.

^{๖๖} พุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๑๕๕/๓๒๘ ,อภ.สง.อ. (บาลี) ๑/๑๐๐/๑๐๐.

^{๖๗} ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๖๕/๑๖๕.

^{๖๘} ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๒/๔๓๐.

๒. **กัณฑ์ขันธ์วิสุทธิ**^{๖๕} เป็นปัญหาที่ต่อเนื่องมาจากทฤษฎีวิสุทธิ มีความเชื่ออย่างแน่นอนแล้วว่า ในอดีตมีการเวียนว่ายตายเกิด มาแล้ว และในอนาคตก็ยังคงต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกถ้ายังทำเหตุของการเกิดอยู่ ผู้ปฏิบัติจะ หมดความสงสัยในเรื่องภพชาติ ทั้งชาติที่แล้วมา ชาตินี้ หรือชาติหน้า จากทฤษฎีวิสุทธิที่เกิดด้วย นาม-รูปปัจเจกญาณที่รู้เพียงความแตกต่างของนามและรูป แต่ไม่รู้ว่านามและรูปเหล่านั้นมาจากไหน ในกัณฑ์ขันธ์วิสุทธิที่หมดความสงสัยได้ เพราะเมื่อกำหนดนาม-รูปจนเข้าใจมากขึ้นแล้ว ก็จะรู้ว่านาม-รูปเหล่านั้นเกิดขึ้นได้ด้วยเหตุปัจจัย คือ รูปอันใดเกิดขึ้นก็รู้ว่าเกิดขึ้นเพราะเหตุใด นามอันใดเกิดขึ้นก็รู้ว่าเกิดขึ้นด้วยเหตุอะไร (เพราะมีการกระทบอารมณ์ตาม ทวารทั้ง ๖ เป็นต้น) ไม่เกี่ยวกับการสร้างหรือการคลบนันดาลาให้เกิดขึ้น สามารถตัดสินใจได้ว่าแม้ชาติก่อนตนก็เกิดด้วยเหตุ ปัจจัย ปัจจุบันก็เกิดมาได้ด้วยเหตุ ปัจจัย และความสันทัดที่มีอยู่ที่กำลังสร้างเหตุเพื่อการเกิดในชาติหน้า อยู่ตลอดเวลา ดังนั้น ชาติหน้าจึงมีเหตุปัจจัยที่กำลังรอส่งผลเช่นกัน แม้นคนอื่นหรือสัตว์อื่น ก็ไม่พ้น ไปจาก เหตุปัจจัยเช่นนี้เหมือนกัน

๓. **มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ** คือ ปัญหาที่รู้โดยถูกต้องแน่นอนแล้วว่า วิธีการใดใช่ทาง หรือวิธีการใดไม่ใช่ทาง ที่จะดำเนินไปสู่การดับภพชาติของตน หรือพระนิพพาน ความรู้ความเข้าใจที่สามารถตัดสินใจ วิธีการต่าง ๆ ได้นี้ ชื่อว่าปัญญานั่นบริสุทธิแล้ว จากความเข้าใจผิดด้วยอำนาจตัณหาและทิฐิ เมื่อกำจัดความเข้าใจผิดได้ เรียกว่า มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินับตั้งแต่อุท্থัพพญาณ อันเป็นวิปัสสนาญาณที่แท้จริงเป็นต้นไป

ปัญญาในอุท্থัพพญาณเป็นปัญญาอันเป็นปฏิปทาที่ถูกต้อง แต่อาจจะยังไม่สมบูรณ์พอที่จะรู้เท่าทัน ในอารมณ์ของกิเลส คือ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่าง มีโอกาสเป็นต้นที่เกิดจากกำลังของสมาธิ ถ้าอารมณ์ของสมาธิมีมากกว่าก็จะดึงจิตให้ตกจากอารมณ์วิปัสสนา ทำให้เห็นแสงสว่างหรือรู้สึกสงบ เยือกเย็น เป็นต้น ทำให้เข้าใจผิดว่าตนเองเข้าถึงธรรมที่ไม่มีกิเลสแล้วตนเข้าถึงนิพพานแล้ว ความรู้สึกว่าเป็นตัวเรา อาจจะเข้าอาศัยได้ ความรู้สึกนี้เป็นข้าศึกแก่อารมณ์วิปัสสนาที่ถือว่าไม่ใช่เรา เหตุนี้ความรู้สึกเป็นตัวเราจึงเป็นกิเลสของวิปัสสนา ทำให้วิปัสสนาเศร้าหมองตกไปจากวิสุทธิ และมักทำให้หลงทาง ถ้ารู้เท่าทันวิปัสสนูปกิเลสที่เกิดขึ้น จะด้วยการศึกษาหรือครูอาจารย์บอกเหตุผลให้ก็ตาม ความรู้สึกในอารมณ์ที่ถูกของอุท্থัพพญาณจึงจะเกิดขึ้นความรู้สึกที่ถูกต้องจะกั้นจิต มิให้ตกไปในอารมณ์ที่ผิดอีก

๔. **ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ** คือ ปัญหาที่เข้าถึงความรู้สึกในทางที่ถูก ตรงสู่พระนิพพาน โดยถูกต้องแล้ว ทางในที่นี้หมายถึง อารมณ์อันเป็นปฏิปทาที่ถูกต้อง ตัณหาแลทิฐิไม่สามารถเข้าไปในอารมณ์นั้นได้ อารมณ์ของ วิปัสสนา คือ ไตรลักษณ์ในนาม-รูป เป็นตัวถูกรู้ ส่วน

^{๖๕} พ.อุ.อ. ๔๗/๓๓๗.

ปัญญาเป็นตัวรู้อารมณ์ไตรลักษณ์นั้น ความรู้เช่นนี้เป็นปัจจัยแก่วิปัสสนาญาณเบื้องสูงต่อเนื่องไป ถึงโคตรภูญาณ

วิปัสสนาปัญญาตั้งแต่อุท্থัพพญาณที่ปราศจากวิปัสสนูปกิเลสจนถึงโคตรภูญาณจัดเข้า อยู่ในปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ ดังนั้น วิสุทธิขั้นนี้จึงประกอบด้วยวิปัสสนาญาณลักษณะต่างๆ รวม ๑๐ ญาณ ได้แก่ อุท্থัพพญาณ กังคญาณ ภยญาณ อาทีนวญาณ นิพพิทาญาณ มุญฺจิตกัมมชยาญาณ ปฏิสังขยาญาณ สังขารุเปกขาญาณ อนุลอมญาณ และโคตรภูญาณ

๕. ญาณทัสสนวิสุทธิ คือ ปัญญาในมกคญาณที่เห็นแจ้งพระนิพพาน เป็นปัญญาขั้นสูงสุดของการเจริญวิปัสสนา ตั้งแต่ทิวฏฐิวิสุทธิที่ ๑ ถึงวิสุทธิที่ ๖ นั้น รู้อรยสังข์เพียง ๒ สังข์ คือรู้ทุกข์สังข์กับสมุทัยสังข์ ส่วนญาณทัสสนวิสุทธิเป็นโลกุตตรวิสุทธิ เพราะรู้แจ้งอรยสังข์ครบทั้ง ๔ ทั้งนี้วิสุทธิแต่ละวิสุทธิจะเป็นปัจจัยแก่กันและกันตามลำดับ ไม่มีการข้ามขั้นตั้งแต่วิสุทธิที่ ๑ ถึงวิสุทธิที่^{๑๐}

วิปัสสนากาวนา คือคำบริกรรม เป็นเครื่องช่วยให้รู้ตัวในปัจจุบันขณะ คำบริกรรมที่มีความสำคัญต่อการเจริญวิปัสสนา จัดเป็นวิชขมานบัญญัติ ที่เรียกว่า ตัชชาบัญญัติ หมายถึง บัญญัติที่เหมาะสมกับสภาวะธรรม สื่อให้รู้ถึงสภาวะธรรมนั้น ได้ชัดเจน การบริกรรมทำจิตให้รู้คำบัญญัติเป็นอารมณ์ ช่วยให้จิตจดจ่อมากขึ้น เป็นการเพิ่มวิริยะทางใจ ในเวลาเริ่มปฏิบัติธรรม สามารถเห็นรูปนามตามสภาวะ เมื่อวิปัสสนาญาณมีกำลังมากขึ้น ก็ไม่จำเป็นต้องใช้คำบริกรรมอีกต่อไป

การยังเห็นรูปนามตามความเป็นจริง จิตที่รับรู้สภาวะ คือ วิถีจิตที่เกิดทางปัญญาทวารวิถี และมโนทวารวิถี แต่ละวิถี การกำหนด เป็นการรับรู้สภาวะ ๕ อย่าง คือ อายตนะภายใน อายตนะภายนอก วิญญาณ ผัสสะ และเวทนาที่เกิดจากผัสสะ ตามรู้สภาวะธรรม คือ ลักษณะพิเศษ ลักษณะ หน้าทีระสะ อาการปรากฏปัจจุภูฐาน และเหตุใกล้ ปทัฏฐานชื่อว่า ทิวฏฐิวิสุทธิ^{๑๑} ในญาณขั้นแรกคือ นามรูปปริจเฉทญาณ เหตุใกล้มักไม่ปรากฏชัดเพราะไม่ใช่สภาวะธรรมที่ประจักษ์ ญาณต่อไปจึงเกิดวิปัสสนา ไม่ใช่เข้าใจด้วยการสดับหรือการพิจารณา

ปัญญารู้เฉพาะหน้าต่อรูปนามที่ควรรู้ เพราะกำหนดสภาวะธรรม พิเศษกว่า สุตมย-ปัญญา จินตามยปัญญา และปัญญาที่เกิดจากสมถกาวนา เพราะจิตเกิดดับเร็ว การตามรู้สภาวะที่ชัดเจนอย่างใดอย่างหนึ่งในสภาวะ ๕ อย่าง เมื่อตามรู้สภาวะหนึ่งก็นับว่าตามรู้สภาวะอื่นโดยปริยาย เพราะเป็นไตรลักษณ์เหมือนกัน ดังที่ตรัสแก่ พาหิยะ ว่า เมื่อเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส นึกคิด เป็นเพียงรู้อารมณ์^{๑๒} ตรัสแก่ มาลุกยบุตร ว่า เมื่อเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส

^{๑๐} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๒๕๐-๓๗๘.

^{๑๑} ที.ปา. (ไทย) ๑๒/๓๐๔/๒๕๗.

^{๑๒} พุ. อ. ๒๕/๑๐/๑๐๑.

นึกคิด เป็นเพียงรู้อารมณ์เธอจักไม่เกิดกิเลส และไม่พัวพันด้วยสภาวะธรรมเหล่านั้น^{๓๓} เมื่อหยั่งเห็นรูปนาม และกำหนดปัจจัย โดยการกำหนดรู้สภาวะลักษณะเกิดขึ้น เรียก ญาณปริญา การรับรู้สภาวะ^{๓๔} เกิดขึ้นและดับไป เกิดดับอย่างรวดเร็ว เข้าใจไตรลักษณ์ เรียก ตีรณปริญา^{๓๕} คลายความเห็นผิดว่าเที่ยง เป็นสุข และมีตัวตน ไม่เกิดกิเลสและไม่พัวพันด้วยสภาวะธรรมเหล่านั้น อันเป็นที่สุดแห่งทุกข์การหยั่งเห็นด้วยละสัญญาว่า เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รู้ชัดความเกิดและความดับสังขารทั้งปวง เรียก ปหานปริญา บรรลุมรรคผลขั้นสูงหมดสิ้นกิเลสทั้งปวง

โดยทั่วไปพระพุทธศาสนาวางหลักปฏิบัติไว้เรียกว่า กรรมฐาน หมายถึง ที่ตั้งแห่งการทำงาน หรืออารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งการทำงานของใจ^{๓๖} เป็นเรื่องของการทำความเพียรในด้านจิตใจ กรรมฐานนั้นมี ๒ อย่าง^{๓๗} คือ สมถกรรมฐาน หมายถึง หลักสำหรับฝึกจิตให้สงบ และวิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง หลักสำหรับฝึกจิตให้เกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริงเป็นต้น

๒.๔. องค์ประกอบของการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม

ประโยชน์สูงสุดนั้นเป็นประโยชน์ที่เป็นอุดมการณ์สูงสุดในพระพุทธศาสนาไม่ว่าจะเป็นนิกายใดก็ตาม เป็นภาวะที่สามารถทำลายกิเลสตัณหาและอวิชชาให้หมดสิ้นไปจากจิตใจได้ เรียกภาวะว่านิพพาน เรียกผู้ที่บรรลุความหลุดพ้นว่าพระอรหันต์ พระอรหันต์นั้น ได้แก่ผู้ปฏิบัติบริบูรณ์ด้วยโพชฌงค์ ๗ คือ สติ ความระลึกได้ ธรรมวิจยะ การสอดส่องเลือกเฟ้นธรรม วิริยะ ความเพียร ปิฎิ ความอิมใจ ปัสสัทธิ ความสงบ สมาธิ ความตั้งใจมั่น อุเบกขา ความวางเฉย เป็นผู้กำหนดนิวรณ์ ๕ ได้เด็ดขาดแล้ว ทั้งเป็นผู้ถอนได้แล้วซึ่งรากของอกุศล ๓ ประการ ได้แก่

๑) โลภะ ความอยากได้

๒) โทสะ ความโกรธเคืองประทุษร้าย

๓) โมหะ ความหลงกับทั้งเป็นผู้ที่ไม่ยึดมั่นในอุปาทานจันท์ ๕ และเป็นผู้ขาดแล้วซึ่งสังโยชน์ ๑๐ เป็นผู้พ้นแล้ว จากกามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา กล่าวโดยย่อ พระอรหันต์คือท่านผู้ปราศจากกิเลสและอาสวะทุกประการโดยสิ้นเชิง เป็นผู้ประกอบด้วยศีล สมาธิ ปัญญา เป็นผู้บริสุทธิ์ด้วยกาย วาจา ใจ^{๓๘}

^{๓๓} ส.สพ. ๑๘/๕๕/๓๑.

^{๓๔} ส.สพ.อ. ๑/๒๖/๗.

^{๓๕} พระเทพเวที (ประยูรย์ ปยุตโต) พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๑๑.

^{๓๖} ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๓๕๒/๒๔๒, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๒/๓๖๕.

^{๓๗} ธนิต อยู่โพธิ์, อานิสงส์วิปัสสนากรรมฐาน, ครั้งที่ ๖, (ม.ป.ท, ๒๕๓๕), หน้า ๑๓๐.

เมื่อจิตประกอบด้วยโพชฌงค์ ๗ ละรากเหง้าของอกุศล และละนิวรณ์ทั้ง ๕ ซึ่งเป็นเครื่องเศร้าหมองแห่งใจอันจะทำให้ปัญญาเสียกำลัง สงัดจากกามทั้งหลาย สงัดจากอกุศลธรรมทั้งหลาย บรรลุฌานที่แรกอันมีวิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา เกิดแต่วิเวกแล้ว บรรลุฌาน ที่สองเป็นที่ ผ่องใสภายในไม่มีวิตกวิจารณ์แล้ว บรรลุฌานที่สามอันเป็นอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุขดังนี้แล้ว บรรลุฌานที่สี่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุขเพราะละสุขละทุกข์เสียได้ เพราะล่องไปแห่งโสมนัส และโทมนัสทั้งหลาย มีสติเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์ เพราะอุเบกขาอยู่ ครั้นเมื่อจิตตั้งมั่นบริสุทธิ์ผ่องใส ไม่มีกิเลสปราศจากอุปกิเลส เป็นจิตอ่อนควรแก่การทำงานตั้งอยู่แล้ว น้อมจิตไปเฉพาะเพื่อบุพเพนิวาสานุสสติญาณระลึกถึงขั้นขั้นอันได้เคยอาศัยอยู่แล้วในภาพก่อนและเนื่องจากมีจิตตั้งมั่นบริสุทธิ์อยู่ดังเดิม น้อมจิตไปเฉพาะเพื่อจตุปปาตญาณ มีจักขุคุณของทิพย์ หมดจกพิเศษยิ่งกว่าจักขุมนุษย์ ล่วงรู้กำเนิดของสัตว์ทั้งหลาย และเนื่องจากมีจิตตั้งมั่นบริสุทธิ์อยู่ดังเดิม น้อมจิตไปเฉพาะเพื่ออัสวักขยญาณ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ นี้เหตุให้เกิดทุกข์ขึ้น นี้ความดับทุกข์ นี้ปฏิบัติทาดำเนินถึงความดับทุกข์ เมื่อรู้อย่างนี้เห็นอย่างนี้ จิตย่อมพ้นวิเศษ เมื่อจิตพ้นวิเศษแล้ว ญาณหยั่งรู้อยู่เกิดขึ้นว่าจิตพ้นวิเศษแล้ว ย่อมรู้ชัดว่าชาติ สิ้นแล้ว กิจที่จะต้องทำได้ทำเสร็จแล้ว กิจอื่นอีกไม่มี^{๘๘}

ในทีฆนิกายมหารวรรค พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงอานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐานว่า

ภิกษุทั้งหลายบุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด 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, ๗ วัน, พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่างคืออรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นอนาคามี^{๘๙} ผลการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ทำให้ได้อิทธิล อธิจิต อธิปัญญา อิทธิผลที่ตนมุ่งมาดปรารถนาคือ มรรค ผล นิพพาน จึงจะสำเร็จได้ตามความประสงค์^{๙๐} อันเป็นยอดของความปรารถนาของนักปฏิบัติธรรมทั้งหลาย กล่าวอีกนัยหนึ่งสติปัฏฐาน ๔ เป็นพุทธมรรคมอบให้พุทธบริษัท ๔ ดังพระบาลีที่ว่า

เอกายโน อโย ภิกขเว มคฺโล สตุตฺตานํ วิสุทฺธิยา โสกปริเทวานํ สมตฺกุกฺกมา ยทุกฺขโทมนสฺสฺสานํ อตุตฺถกฺกมา ยยาสฺส อธิคฺกมา ยนิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยา ยยิทํ จตุตฺตารโ สติปัฏฺฐานา.^{๙๑}

^{๘๘} พระภควานาวิสุทฺธิคุณ (จรัญ จิตฺตมฺโม), คู่มือวิปัสสนาจารย์, (กรุงเทพมหานคร : หอรัตนชัยการพิมพ์, ๒๕๓๓), หน้า ๑๖๒-๑๖๓.

^{๘๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๔/๓๓๘.

^{๙๐} พระอุดมวิชาญาณเถร (โชดก ญาณสิทฺธิ ป.ธ. ๘), วิปัสสนากรรมฐาน เล่ม ๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัครมอักษร, ๒๕๐๕), หน้า ๘-๑๐.

^{๙๑} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๓/๓๒๕.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย หนทางอันเป็นไปทางเดียวเพื่อความบริสุทธิ์หมดจดของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงเสียซึ่งความโศกและความรำไห้ เพื่อความดับสิ้นไปจากทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพานที่ควรรู้ เพื่อกระทำให้งามซึ่งพระนิพพาน หนทางนั้น คือ สติปัฏฐาน ๔^๒

ผู้ใดหวังความสิ้นทุกข์หมดจดจากกิเลสถึงมรรคผลนิพพาน ต้องทำตามสติปัฏฐาน ๔ เท่านั้น เพราะเป็นทางสายเอกสายเดียวที่จะนำไปจุดหมายสูงสุดของชีวิต คือพระนิพพาน^๓ และ ยังมีกรกล่าวถึงประโยชน์ของการเจริญวิปัสสนาตามสติปัฏฐาน ๔ ว่า

๑. สัตตมัง วิสุทธยา ทำกาย วาจา ใจ ของสรรพสัตว์ให้บริสุทธิ์หมดจด
๒. โสกะปริเทวานัง สะมะติกกะมาเยะ ดับความเศร้าโศกปริเทวนาการต่างๆ
๓. ทุกกะโทมะนัสสานัง อัดถังกะมาเยะ ดับความทุกข์กายทุกข์ใจ
๔. ญานัสสะ อะธิกะมาเยะ เพื่อบรรลุมรรค
๕. นิพพานัสสะ สัจฉิกิริยาเยะ เพื่อทำนิพพานให้งาม^๔

สาระสำคัญในเรื่องสติปัฏฐานนี้อยู่ที่ “การตั้งสติกำหนด” ถ้าปราศจากการตั้งสติกำหนดแล้วจะให้เรียกว่า “สติปัฏฐาน” ไม่ได้เช่นขณะที่ท่านกำลังเดินเล่นพักผ่อนหย่อนใจอยู่ในสวนสาธารณะ แม้รู้ตัวอยู่ว่ากำลังเดินเพลินสบายอารมณ์ ไม่มีจิตคิดฟุ้งซ่านเรื่องใดเลย แต่มิได้ชื่อว่า สติปัฏฐานจะได้ชื่อว่าสติปัฏฐานต่อเมื่อท่านตั้งสติกำหนดดูอาการของเท้าที่เคลื่อนไปซึ่งการตั้งสติกำหนดดูอาการของเท้าที่เคลื่อนไปนั้น ไม่ว่าจะอยู่ในสถานที่ใด เวลาไหน ถ้าท่านตั้งสติกำหนดดูได้ชื่อว่า สติปัฏฐานทั้งสิ้น^๕

การเจริญสติปัฏฐานจึงมีจุดหมายสูงสุดเป็นการปฏิบัติ เพื่อบรรลุนิพพาน หรือบรรลุนิพพานทั้ง ๔ เพื่อให้เห็นแจ้งในอริยสัจธรรม^๖ พระพุทธเจ้าจึงทรงตรัสย้ำอยู่เสมอว่า ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้ เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ล่วงโศกและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อทำให้งามนิพพานทางนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ^๗

^๒ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^๓ แนบ มหานิรานนท์, แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนา วิสุทธิ ๗, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : หจก.ทิพยวิสุทธิ, ๒๕๔๘), หน้า ๑๓๕.

^๔ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ. ๘), คำถามคำตอบเรื่องวิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๑๔.

^๕ พระมหาอุเทน ปัญญาปริทัศน์, วิปัสสนาภาวนา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๖), หน้า ๑๗.

^๖ แนบ มหานิรานนท์, อริยสัจ ๔, (กรุงเทพมหานคร : หจก. ทิพยวิสุทธิ, ๒๕๔๔), หน้า ๑๑.

^๗ ที.ม. (ไทย). ๑๐/๔๐๕/๓๔๐.

ทฤษฎีวิปัสสนาที่ปรากฏในคัมภีร์มหาสติปัฏฐานสูตรคือการปฏิบัติสติปัฏฐานทั้ง ๔ ทฤษฎีนี้ พระพุทธองค์ตรัสว่า เป็นหนทางเดียวที่จะทำให้บริสุทธิ์หมดจด ทำให้พ้นทุกข์ บรรลุนิพพาน ซึ่งหมายความว่าหนทางที่จะทำให้จิตบริสุทธิ์ ทำให้พ้นทุกข์และทำให้บรรลุนิพพานนั้นไม่มีทางอื่นเลยนอกจากการปฏิบัติตามทฤษฎี สติปัฏฐาน ๔ เท่านั้น^{๘๘}

จุดหมายสูงสุดในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้นจึงอยู่ที่การปฏิบัติจนทำจิตให้หลุดพ้นจากวงเวียนการตายเกิดแล้วนำธรรมะที่ค้นพบมาเผยแผ่ให้กับชาวโลกได้เข้าใจเป็นการเยียวยาสังคมด้วยธรรมะ สร้างสันติภาพให้เกิดขึ้นในใจและในโลก หากมนุษย์ในโลกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางสติปัฏฐาน ๔ กันให้มากจะทำให้สังคมโลกเป็นสังคมในอุดมคติไม่ต้องไปแสวงหาดินแดนโลกอื่นหรือภพอื่น แต่เป็นการสร้างความสันติสุขให้เกิดขึ้นในโลกใบนี้

การบรรลุธรรมในทางพระพุทธศาสนา ไม่ว่าจะเป็ฝ่ายคันถธุระ หรือวิปัสสนาธุระก็เพื่อใ้ผู้ศึกษาปฏิบัติเข้าสู่พระนิพพานอันเป็นภาวะสูงสุด ประเด็นนี้ชี้ให้เห็นว่า ผู้เข้ามาสู่พระพุทธศาสนาแบ่งเป็น ๒ กลุ่ม คือ

๑. ผู้มีภารกิจที่ยังต้องศึกษา เรียกว่า พระเสขะ คือ พระอริยบุคคล ๗ เบื้องต้น(ยกเว้นพระอริยบุคคลผู้บรรลุเป็นพระอรหันต์)^{๘๙}

๒. ผู้สำเร็จการศึกษาแล้ว เรียกว่า พระอเสขะ คือ ผู้บรรลุอรหัตผลแล้ว การบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนามี ๔ ชั้น จัดเป็น ๔ คู่ คือ มรรค ๔ ผล ๔ ดังนี้

๑) พระโสดาบัน^{๙๐} หมายถึง ผู้เข้าถึงกระแสรรคหรือผู้เดินตามทางถูกต้องอย่างแท้จริง คือปฏิบัติถูกต้องตามอริยมรรคอย่างแท้จริง การบรรลุธรรมระดับนี้ผู้ได้บรรลุทำได้บริบูรณ์ในศีล ทำได้พอประมาณในสมาธิ ทำได้พอประมาณในปัญญา สามารถละสังโยชน์ได้ ๓ อย่าง คือ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส การบรรลุขั้นนี้ ระดับมรรคเรียกว่า โสดาปัตติมรรค ชั้นผลเรียกว่า โสดาปัตติผล พระอริยบุคคลผู้บรรลุมีชื่อว่า พระโสดาบัน มี ๓ ประเภทคือ

๑. เอกพีธี คือ^{๙๑} ผู้เกิดอีกครั้งเดียว ก็จะบรรลุพระอรหัตผลในภพที่เกิด

๒. โกลังโกละ ผู้ไปจากสกุลสู่สกุล คือเกิดในตระกูลสูงอีก ๒-๓ ครั้ง ก็จะบรรลุ

พระ-อรหัตผล

^{๘๘} พระครูวิมลธรรมรังสี (สุภาพ เขมรสี), พุทธวิปัสสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก, ๒๕๔๐), หน้า ๔๐.

^{๘๙} คุรยละเอียดใน อง.นกก.อ. ๓/๑๔/๑๐๕, อง.นกก.ฎีกา ๓/๑๔-๑๕/๑๑๘.

^{๙๐} อัมพร จันทรรัตน์, “การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติคุณค้กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, ๒๕๓๖, หน้า ๑๐๖.

^{๙๑} อภิ.ป. (บาลี) ๓๖/๓๑-๓๓/๑๒๒-๑๒๓, อภิ.ป. (ไทย) ๓๖/๓๑-๓๓/๑๕๔.

๓. สัตตักขัตตูปรมะ คือ ผู้เวียนเกิดในสุคติภพอีกไม่เกิน ๗ ครั้ง ก็จะบรรลุพระอรหันต์ผล ซึ่งจะได้ศึกษาต่อไป

๒) พระสกทาคามี หมายถึง ผู้กลับมาสู่โลกนี้อีกครั้งเดียว ก็สามารถกำจัดทุกข์ให้สิ้นไปได้ ผู้ได้บรรลุธรรมระดับนี้ เป็นผู้ทำให้บริบูรณ์ในขั้นศีล ทำได้พอประมาณในสมาธิและปัญญา นอกจากนี้สามารถทำสังโยชน์ ๓ อย่าง คือ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา และ สิ้นพตปรามาส ให้หมดสิ้นไป และยังทำราคะ โทสะ โมหะให้เบาบางลง^{๕๒} การบรรลุธรรมระดับนี้ เป็นขั้นมรรค เรียกว่า สกิทาคามีมรรค ชั้นผลเรียกว่า สกทาคามีผล พระอริยบุคคลผู้ได้บรรลุผู้มีชื่อว่า พระสกทาคามี มี ๕ ประเภท^{๕๓} คือ

๑. บางท่านเป็นมนุษย์ สำเร็จเป็นพระสกทาคามีในโลกมนุษย์นี้แล้ว ไปบังเกิดในเทวโลก จุตินจากเทวโลกมาเกิดในโลกมนุษย์ สำเร็จเป็นพระอรหันต์ แล้วปรินิพพานในโลกมนุษย์นี้เอง

๒. บางท่านเป็นมนุษย์ สำเร็จเป็นพระสกทาคามี ทำความเพียรด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐานจนบรรลุเป็นพระอรหันต์ แล้วปรินิพพานในชาติเดียวกันในโลกมนุษย์นี้เอง

๓. บางท่านเป็นมนุษย์ สำเร็จเป็นพระสกทาคามีในโลกมนุษย์นี้ จุตินไปเกิดในเทวโลก แล้วบรรลุเป็นพระอรหันต์ดับขันธปรินิพพานในเทวโลกนั่นเอง

๔. บางท่านเป็นเทวดา สำเร็จเป็นพระสกทาคามีในเทวโลก แล้วบรรลุเป็นพระอรหันต์ดับขันธปรินิพพานในเทวโลกนั่นเอง

๕. บางท่านเป็นเทวดา สำเร็จเป็นพระสกทาคามีในเทวโลก จุตินมาเกิดในโลกมนุษย์เรานี้ แล้วบรรลุเป็นพระอรหันต์ดับขันธปรินิพพานในโลกมนุษย์นี้เอง

๓) พระอนาคามี^{๕๔} หมายถึง ผู้จะปรินิพพานในที่สุคติเกิดขึ้น ไม่เวียนกลับมาอีก ผู้ได้บรรลุธรรมระดับนี้ เป็นผู้ทำให้บริบูรณ์ในศีล สมาธิ ทำได้พอประมาณในปัญญา นอกจากละสังโยชน์ได้ ๓ อย่างดังกล่าว ยังสามารถละกามราคะและปฏิฆะ การบรรลุธรรมระดับนี้ขั้นมรรค เรียกว่า อนาคามีมรรค ชั้นผลเรียกว่า อนาคามีผล พระอริยบุคคลผู้ได้บรรลุผู้มีชื่อว่า พระอนาคามี มี ๕ ประเภท^{๕๕} คือ

^{๕๒} อจ.นวก. (บาลี) ๒๓/๑๒/๓๑๓, อจ.นวก. (ไทย) ๒๓/๑๒/๔๕๓.

^{๕๓} อจ.ติก. (บาลี) ๒๐/๘๘/๒๒๖, อจ.ติก. (ไทย) ๒๐/๘๘/๓๑๖.

^{๕๔} อัมพร จันทร์ตัน, การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติคุณกัมกับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, ๒๕๓๖, หน้า ๑๐๖.

^{๕๕} อจ.ทสก. (บาลี) ๒๔/๖๔/๕๖, อจ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๔/๑๔๓.

๑. อันตราปรินิพพายี หมายถึง พระอนาคามีผู้ปรินิพพานในระหว่าง คือเกิดในสุทธาวาสภวโคภพหนึ่งแล้วอายุยังไม่ถึงกึ่งก็ปรินิพพานมี ๓ จำพวกคือ พวกที่ ๑ เกิดในสุทธาวาสชั้นอวิหาซึ่งมีอายุ ๑,๐๐๐ กัป แต่ก็บรรลุพระอรหัตผลในวันที่เกิด ถ้าไม่บรรลุในวันที่เกิดได้ก็บรรลุไม่เกินภายใน ๑๐๐ กัป พวกที่ ๒ เมื่อไม่สามารถบรรลุ พระอรหัตผลในวันที่เกิดก็บรรลุไม่เกินภายใน ๒๐๐ กัป พวกที่ ๓ บรรลุพระอรหัตผลไม่เกินภายใน ๔๐๐ กัป^{๕๖}

๒. อุปหัจจปรินิพพายี หมายถึง พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภวโคภพหนึ่งแล้วจนจะถึงปรินิพพาน คือ อายุพ้นกึ่งแล้วจนจะสิ้นอายุจึงปรินิพพาน^{๕๗}

๓. อสังขารปรินิพพายี หมายถึง พระอนาคามีผู้ปรินิพพานโดยไม่ต้องใช้ความเพียรมาก^{๕๘}

๔. สสังขารปรินิพพายี หมายถึง พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภวโคภพหนึ่งแล้วปรินิพพานโดยต้องใช้ความเพียรมาก^{๕๙}

๕. อุทฺธังโสโตกนิฏฐคามิ หมายถึง พระอนาคามีผู้มีกระแสในเบื้องบนไปสู่อกนิฏฐ-ภพ คือเกิดในสุทธาวาสภวโคภพหนึ่งแล้วก็จะเกิดเลื่อนต่อไปจนถึงอกนิฏฐภพแล้วจึงปรินิพพานในภพนั้น^{๖๐}

๔) พระอรหันต์ คือเป็นระดับสุดท้าย ผู้ได้บรรลุธรรมระดับนี้ เป็นผู้หมดสิ้นอาสวะกิเลส สามารถทำให้บริบูรณ์ในสิกขา ๓ คือ ศีล สมาธิปัญญา สามารถละกิเลสได้อีก ๕ อย่าง คือ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทฺธัจจะ และอวิชชาการบรรลุธรรมระดับนี้ขั้นมรรค เรียกว่า อรหัตมรรค ขึ้นผลเรียกว่า อรหัตผล พระอริยบุคคล ผู้ได้บรรลุมีชื่อว่าพระอรหันต์

ในการศึกษาเพื่อบรรลุธรรมจำต้องอาศัยสิกขา ๓ หรือ ไตรสิกขา ซึ่งหมายถึงข้อ ที่จะต้องศึกษา ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับศึกษาคือฝึกหัดอบรมกาย วาจา ใจ และปัญญาให้ยิ่งขึ้นไปจนบรรลุเป้าหมายสูงสุดคือ พระนิพพาน ไตรสิกขา ได้แก่

๑. อธิศีลสิกขา สิกขาคือ การศึกษาและปฏิบัติในศีลอันยิ่ง หมายถึงการศึกษาและปฏิบัติเพื่อจะควบคุมพฤติกรรม ที่แสดงออกทางกายและทางวาจาอย่างสูง จะเน้นการสำรวจ

^{๕๖} คุรยละเอียดใน อัง.ติก.อ. ๒/๘๘/๒๔๓.

^{๕๗} คุรยละเอียดใน อัง.ติก.อ. ๒/๘๘/๒๔๓.

^{๕๘} คุรยละเอียดใน อัง.ติก.อ. ๒/๘๘/๒๔๓.

^{๕๙} คุรยละเอียดใน อัง.ติก.อ. ๒/๘๘/๒๔๓.

^{๖๐} คุรยละเอียดใน อัง.ติก.อ. ๒/๘๘/๒๔๒.

อินทรีย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ไม่ให้กระทำความผิดพลาดออกมาทางกาย และทางวาจา เมื่อคราวที่ได้สัมผัสกับรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์^{๑๐๑}

๒. **อธิจิตตสิกขา** สิกขาคือ การศึกษาและปฏิบัติในจิตอันยิ่ง หมายถึง การศึกษาและปฏิบัติ สำหรับฝึกหัดอบรมจิต เพื่อให้ได้คุณธรรมชั้นสูง หรือบรรลุนิพพาน จะเน้นการฝึกจิตให้บรรลุนิพพาน เพื่อข่มและกำจัดนิวรณ์ ซึ่งเป็นกองกิเลสที่ขัดขวางจิต ไม่ให้เข้าถึงความสงบให้หมดไป จิตที่บรรลุนิพพานนี้เรียกว่า “ฌานจิต”^{๑๐๒}

๓. **อธิปัญญาสิกขา** สิกขาคือ การศึกษาและปฏิบัติในปัญญาอันยิ่ง หมายถึง การศึกษาและปฏิบัติฝึกหัดอบรมปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง โดยเน้นการรู้แจ้งเรื่องนามรูป ปัญญาที่รู้แจ้งในนามรูปนี้ มีชื่อเรียกว่า “วิปัสสนาญาณ”^{๑๐๓}

สิกขาทั้ง ๓ ประการนี้ เมื่อผู้ปฏิบัติสามารถศึกษา และปฏิบัติให้เกิดมีขึ้นในตนได้ ก็จะทำให้สามารถละกิเลสได้ มีพระพุทธคำรัสที่ตรัสไว้ว่า “นรชนผู้มีปัญญาเห็นภัยในสังสารวัฏ ดำรงอยู่ในศีลแล้ว เจริญจิตและปัญญา มีความเพียร มีปัญญาเครื่องบริหารนั้นพึงแก้ความยุ่งนี้ได้”^{๑๐๔}

สิกขาทั้ง ๓ เป็นหลักการที่ผู้ปฏิบัติธรรมต้องทำให้เกิดขึ้น เนื่องจากเป็นข้อที่ต้องศึกษาและปฏิบัติเพื่อฝึกหัดกาย วาจาและใจ ให้เจริญยิ่ง ๆ ขึ้น โดยการบรรลุนิพพานนั้น บุคคลผู้ที่จะสามารถทำได้ต้องมีศีล สมาธิ และปัญญาสมบูรณ์เท่านั้น ในการทำศีล สมาธิและปัญญาให้สมบูรณ์ พระพุทธเจ้าทรงแสดงหลักการปฏิบัติไว้ ๒ ประการ คือ

๑. **สมถภาวนา** คือการเจริญสมถะ หมายถึง การฝึกจิตให้เกิดความสงบ โดยใช้ อารมณ์เป็นเครื่องยึด^{๑๐๕}

๒. **วิปัสสนาภาวนา** คือการเจริญวิปัสสนา หมายถึง หลักสำหรับฝึกจิตให้เกิดความเห็นแจ้ง คือให้จิตรู้เห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความเป็นอนัตตา ของสังขารเพื่อคลายความยึดมั่นถือมั่น แล้วบรรลุนิพพานได้^{๑๐๖}

หลักการปฏิบัติทั้ง ๒ ประการนี้ ถึงแม้จะมีวิธีการปฏิบัติแตกต่างกัน แต่มีความเกี่ยวเนื่องส่งเสริมซึ่งกันและกัน คือสมถะเป็นปัจจัยเกื้อกูลให้เกิดวิปัสสนา และวิปัสสนาก็เป็นปัจจัยเกื้อกูลให้เกิดสมถะได้เช่นเดียวกันหลักการทั้ง ๒ นี้มีความเกื้อกูลต่อกัน ดังนี้

^{๑๐๑} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๒.

^{๑๐๒} ตี.ส. (บาลี) ๑๕/๑๕๒/๑๕๘, ตี.ส. (ไทย) ๑๕/๑๕๒/๒๗๑-๒๗๒.

^{๑๐๓} บุ.ป. (บาลี) ๓๑/๑, ๑-๒, บุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑, ๑-๒, อัง.จตุกก.อ. (บาลี) ๒/๑๖๒/๓๘๗.

^{๑๐๔} ตี.ส. (บาลี) ๑๕/๑๕๒/๑๕๘, ตี.ส. (ไทย) ๑๕/๑๕๒/๒๗๑-๒๗๒.

^{๑๐๕} พระสังฆมณฑลสังฆราช ธรรมสาร, ปรมัตถโคตติยะ สมถกรรมฐานที่ปณี. (๒๕๓๘).

^{๑๐๖} อัง.ทุก. (บาลี) ๒๐/๓๒/๖๐, อัง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๒/๗๖.

๑. **เจริญสมถะนำวิปัสสนา** วิธีปฏิบัติโดยการเจริญสมถะจนกระทั่งจิตสงบ แล้วอาศัยความสงบนั้นเป็นพื้นฐาน ในการยกจิตขึ้นสู่การเจริญวิปัสสนา คือ คนบางคนเจริญสมถะ ให้เป็นอุปจารสมาธิ หรือ อัปปนาสมาธิ ก่อน อันนี้เป็นสมถะ ต่อมาเขาพิจารณาสมถะนั้นและธรรมทั้งหลายที่เกิดร่วมกับสมถะนั้น โดยลักษณะทั้งหลายมีไม่เที่ยงเป็นต้น อันนี้เป็นวิปัสสนาอย่างนี้ เรียกว่า **เจริญสมถะนำวิปัสสนา**^{๑๑๑}

๒. **เจริญวิปัสสนานำสมถะ** วิธีปฏิบัติโดยการเจริญวิปัสสนาใช้ปัญญาพิจารณาดูนาม-รูปจนเกิดความเห็นแจ้ง จนกระทั่งจิตเกิดความสงบ คือคนบางคนพิจารณาขั้นธัมมอันเป็นที่ตั้งแห่งการยึดถือ ๕ อย่าง โดยลักษณะทั้งหลายมีไม่เที่ยงเป็นต้น โดยมีได้ทำสมถะให้เกิดขึ้น อันนี้เป็นวิปัสสนา ต่อมาเขาได้ปล่อยวางไม่ยึดถือธรรมทั้งหลายที่เกิดในวิปัสสนานั้น แล้วความแน่วแน่แห่งจิตก็เกิดขึ้น อันนี้เป็นสมถะ อย่างนี้เรียกว่า **เจริญวิปัสสนานำสมถะ**^{๑๑๒}

๓. **เจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กัน** วิธีปฏิบัติโดยการเจริญสมถะได้ขั้นหนึ่งแล้ว จึงออกจากสมถะมาพิจารณาธรรมที่เกิดในสมถะนั้นครั้งหนึ่ง ปฏิบัติอย่างนี้เรื่อยไป คือคนบางคนได้ปฐมฌานแล้วก็ออกจากปฐมฌานนั้นมาพิจารณาสังขาร ครั้นพิจารณาสังขารแล้วก็เข้าสู่ทุติยฌานต่อไป แล้วออกจากทุติยฌาน นั้นมาพิจารณาสังขารอีก ทำตามลำดับอย่างนี้เรื่อยไปจนกระทั่งแนวสัญญาณาสัญญาตนะ ออกจากฌานนี้แล้วก็พิจารณาอีก อย่างนี้เรียกว่า **เจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไป**^{๑๑๓}

๒.๕. หลักธรรมที่เกี่ยวกับการบรรลุนิพพาน

ในบรรดาคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นมีมากมาย ทั้งส่วนที่เป็นคำสอนสำหรับประชาชนโดยทั่วไป และคำสอนสำหรับพระภิกษุทุกรูป สำหรับคำสอนที่ทรงแสดงแก่พระภิกษุสงฆ์ส่วนมาก พระองค์พระประสงฆ์ให้พระภิกษุทุกรูป “นำไปประพฤติเพื่อความหลุดพ้น”^{๑๑๔} จากอวิชชา เพื่อความพ้นทุกข์ เพื่อปัญญาและวิมุตติ เพื่อนิพพานเป็นสำคัญ ในพระไตรปิฎกที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแนะนำแก่ภิกษุทั้งหลาย เมื่อถูกพวกปริพาชกถามว่าบวชเพื่ออะไร ก็ขอให้

^{๑๑๑} อัง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๑๓๐/๑๓๕, อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๓๐/๒๑๒, พ.ป.(บาลี) ๓๑/๒/๓๐๗, พ.ป.(ไทย) ๓๑/๒/๔๑๘, อัง.จตุกก.อ. (บาลี) ๒/๑๓๐/๓๕๐-๓๕๑.

^{๑๑๒} อัง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๑๓๐/๑๓๕, อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๓๐/๒๑๒, พ.ป.(บาลี) ๓๑/๔/๓๑๐, พ.ป.(ไทย) ๓๑/๔/๔๑๘, อัง.จตุกก.อ. (บาลี) ๒/๑๓๐/๓๕๑.

^{๑๑๓} อัง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๑๓๐/๑๓๕, อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๓๐/๒๑๒, พ.ป. (บาลี) ๓๑/๕/๓๑๑, พ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๑๘, อัง.จตุกก.อ. (บาลี) ๒/๑๓๐/๓๕๑.

^{๑๑๔} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๘๔/๒๕๔.

ตอบดังนี้ คู่ก่อนผู้มีอายุ ท่านทั้งหลายอยู่ประพฤติพรหมจรรย์ใน พระสมณโคดมเพื่อประโยชน์อะไร เธอทั้งหลายถูกถามอย่างนี้พึงชี้แจงอย่างนี้ว่า

คู่ก่อนผู้มีอายุ เราทั้งหลายอยู่ประพฤติพรหมจรรย์ในพระผู้มีพระภาคเจ้า เพื่อคลายราคะ เพื่อคลายกำหนัด “เพื่อละสังโยชน์”^{๑๑๑} “เพื่อถอนอนุสัย” เพื่อกำหนดรู้สังสารวัฏอันยืดยาว “เพื่อความสิ้นอาสวะ”^{๑๑๒} “เพื่อกระทำให้งังซึ่งวิชาและวิมุตติ”^{๑๑๓} “เพื่อญาณทัสสนะ”^{๑๑๔} “และเพื่ออนุपाทาปรินิพพาน”^{๑๑๕} จะเห็นว่าพระองค์ ถือว่าการออกบวชเป็นการสละบ้านเรือน เพื่อการแสวงหาคุณอันยิ่งใหญ่ ที่พระอริยะเจ้าทั้งหลายปฏิบัติ ซึ่งคำสอนแต่ละเรื่อง ที่ทรงนำมาแสดงแก่พระภิกษุแต่ละรูปนั้น ก็ต้องเหมาะแก่อุปนิสัยของแต่ละท่าน เมื่อภิกษุนั้นๆ ได้ฟังแล้วน้อมนำเอาไปปฏิบัติไม่นาน ก็ได้ดวงตาเห็นธรรม สำเร็จเป็นอริยบุคคลชั้นใดชั้นหนึ่ง เมื่อมีความเพียรต่อไป ก็บรรลุมรรคผล เป็นพระอรหันต์ รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำทำเสร็จแล้ว กิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้ ไม่มีอีกแล้ว เป็นผู้พ้นพ่วงแห่งมาร พ้นทุกข้ออย่างสิ้นเชิง มีปรินิพพานเป็นที่สุด ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายในวัฏฏะทุกข์นี้อีกต่อไป

การบรรลุธรรมจะเกิดขึ้นได้ นอกเหนือจากสามารถละกิเลสคือสังโยชน์ในแต่ละระดับได้แล้ว ยังมีธรรมข้ออื่นที่สนับสนุน ธรรมที่สนับสนุนนี้เรียกว่า “โพธิปักขิยธรรม” ได้แก่ ธรรมที่เกื้อกูลให้เกิดการรู้แจ้ง หรือธรรมที่สนับสนุนอริยมรรค มี ๓๗ ประการ คือ สติปัฏฐาน ๔, สัมมัปปธาน ๔, อธิชบาต ๔, อินทริย ๕, พละ ๕, โพชฌงค์ ๗, มรรคมืองค์ ๘^{๑๑๖}

๑. สติปัฏฐาน ประกอบด้วยคำว่า สติ ที่มีความหมายว่า สติ, ความระลึกได้ และคำว่า ปุฏฐาน ที่มีความหมายว่า ที่ตั้ง,ฐาน มีรูปวิเคราะห์ว่า สติยา ปุฏฐาน, สติ จ สตา ปุฏฐานญจาทิ สติปัฏฐาน^{๑๑๗} หมายถึงที่ตั้งของสติ คือมีสติเป็นฐานเพื่อเข้าไปสู่อารมณ์ทั้งหลาย มี ๔ ประการ คือ

๑.๑ กายานุปัสสนา การพิจารณาเห็นกายในกาย หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาส่วนประกอบต่าง ๆ ที่รวมกันเป็นร่างกาย คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต ตับ ม้าม หัวใจ ปอด น้ำดี พังผืด ปอด ใส้ใหญ่ ใส้เล็ก เยื่อเมือก น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ

^{๑๑๑} ม.ม. (ไทย) ๑๕/๔๒-๔๓/๔๐.

^{๑๑๒} ม.ม. (ไทย) ๑๕/๔๒-๔๓/๔๐.

^{๑๑๓} ม.ม. (ไทย) ๑๕/๔๒-๔๓/๔๐.

^{๑๑๔} ม.ม. (ไทย) ๑๕/๔๒-๔๓/๔๑.

^{๑๑๕} ตี.ม. ๑๕/๔๑-๔๘/๓๗-๔๐.

^{๑๑๖} ลินชัย วงษ์จันทร์, “เรื่องการศึกษาคภพของคฤหัสถ์ผู้เป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๓๒.

^{๑๑๗} ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๕๓.

มันข้น มันสมอง อาหารใหม่ อาหารเก่า มูตร น้ำเหลือง เลือด เหงื่อ น้ำตา โดยพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงการรวมตัวของส่วนประกอบต่าง ๆ เหล่านั้น ไม่ใช่สิ่งที่ยั่งยืน ไม่ใช่ตัวตน

๑.๒ เวทนานุปัสสนา การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา คือความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์ หรือเฉย ๆ เมื่อคราวได้เห็นรูป ได้ยินเสียง ได้ดมกลิ่น ได้ลิ้มรส ได้ถูกต้องสัมผัสและด้วยการได้นึกถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เคยสัมผัสมาแล้วทางประสาทสัมผัสทั้ง ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย โดยพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงความรู้สึก ไม่ใช่สิ่งที่ยั่งยืน ไม่ใช่ตัวตน

๑.๓ จิตตานุปัสสนา การพิจารณาเห็นจิตในจิต หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต คือความคิดต่าง ๆ เช่น พิจารณาคว่าจิตมีราคะหรือไม่มีราคะ จิตมีโทสะหรือไม่มีโทสะ จิตมีโมหะหรือไม่มีโมหะ โดยพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงว่าเป็นเพียงความคิดเท่านั้น ไม่ใช่สิ่งที่ยั่งยืน ไม่ใช่ตัวตน

๑.๔ ฌมมานุปัสสนา การพิจารณาเห็นธรรมในธรรม หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมคือนิเวศน์ ๕ ชั้น ๕ อายตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔ โดยพิจารณาให้เห็นว่า คืออะไร เป็นอย่างไร มีอยู่ในตนหรือไม่ เกิดขึ้นเจริญบริบูรณ์และดับไปได้อย่างไร พิจารณาตามความเป็นจริงของธรรมแต่ละอย่าง^{๑๑๔}

สติปัญญา 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 ดังพระพุทธพจน์ที่ทรงยกย่องสติปัญญา ๔ ว่าเป็นทางสายเอกเพื่อบรรลุนิพพานว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความหมดจดของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงโศกะ(ความเศร้าโศก) และปริเทวะ(พิโรธรำพัน) เพื่อดับทุกข์และโทมนัสเพื่อบรรลุนิพพาน(ธรรมที่ถูกต้อง) เพื่อทำนิพพานให้แจ้ง คือสติปัญญา ๔”^{๑๑๕}

^{๑๑๔} ม.ม. (บาลี) ๑๓/๒๔๗/๒๒๒, ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๕๑.

^{๑๑๕} ม.ม. (บาลี) ๑๓/๒๔๗/๒๒๒, ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๕๑, ตี.ม. (บาลี) ๑๕/๓๖๗/๑๒๓, ตี.ม. (ไทย) ๑๕/๓๖๗/๒๑๑.

๒. **สัมมปธาน** ประกอบด้วยคำว่า สัมมา ที่มีความหมายว่า ถูกต้อง, โดยชอบ และคำว่า ปธาน ที่มีความหมายว่าความเพียร มีรูปวิเคราะห์ว่า สมฺมา ปทหนฺติ เอเตนาติ สมฺมปฺธาน^{๑๒๐} มีความหมายว่า ความเพียรที่ถูกต้อง หมายถึง ความเพียรในการละความชั่วและทำความดี ซึ่งสนับสนุนให้เกิดการบรรลุธรรม มี ๔ ประการ คือ^{๑๒๑}

๒.๑ **สังวรปธาน** เพียรระวังยับยั้งบาปที่ยังไม่เกิดไม่ให้เกิดขึ้น หมายถึง การทำนันทะให้เกิด พยายาม прารกความเพียร ประคองจิตตั้งมั่น เพื่อไม่ให้อกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

๒.๒ **ปหานปธาน** เพียรละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว หมายถึง การทำนันทะให้เกิด พยายาม прารกความเพียร ประคองจิตตั้งมั่น เพื่อละอกุศลธรรมอันลามกที่เกิดขึ้นแล้ว

๒.๓ **ภาวนาปธาน** เพียรทำกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น หมายถึง การทำนันทะให้เกิด พยายาม прารกความเพียร ประคองจิตตั้งมั่น เพื่อทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

๒.๔ **อนุรักษนาปธาน** เพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นมิให้เสื่อมและเจริญยิ่งขึ้นไปจนไปพลุลย์ หมายถึง การทำนันทะให้เกิด พยายาม прารกความเพียร ประคองจิต ตั้งมั่น เพื่อความตั้งมั่น เพื่อความไม่หลงลืม เพื่อความไปพลุลย์ เพื่อความเจริญ เพื่อให้บริบูรณ์ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว^{๑๒๒}

๓. **อิทธิบาท** ประกอบด้วยคำว่า อิทธิ ที่มีความหมายว่า ฤทธิ์,ความสำเร็จ และคำว่า บาท ที่มีความหมายว่า หนทาง,การถึง มีรูปวิเคราะห์ว่า อิทธิ เอว ปาโท อิทธิปาโท หรือ อิทธิยา ปาโท อิทธิภูตฺ วา ปาทนฺติ อิทธิปาโท^{๑๒๓} มีความหมายว่า หนทางแห่งความสำเร็จ หมายถึง คุณธรรมที่สามารถนำผู้ปฏิบัติไปสู่ความสำเร็จได้ตามที่ปรารถนา มี ๔ ประการ คือ

๓.๑ **ฉันทะ** ความพอใจ หมายถึง ความต้องการที่จะทำ ใฝ่ใจรักที่จะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาที่จะทำให้ได้ผลดียิ่ง ๆ ขึ้นไป

๓.๒ **วิริยะ** ความเพียร หมายถึง ความขยันหมั่นประกอบสิ่งที่จะทำนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็งอดทน เอาธุระไม่ทอดอวย

^{๑๒๐} ชุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๑๓/๑๐๖.

^{๑๒๑} ลินชัย วงษ์จ่านง, “การศึกษาคติภพของคฤหัสถ์ผู้เป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๓๔.

^{๑๒๒} อญ.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๖๕/๘๔, อญ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๖๕/๕๖, ส.ม.

^{๑๒๓} ที.ปา.อ. (บาลี) ๓/๓๐๖/๒๐๒, ชุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๑๓/๑๐๖.

๓.๓ จิตตะ ความมีจิตตั้งมั่น หมายถึง ความตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำและทำสิ่งนั้นด้วยความคิด เอาจิตใจฝึกใฝ่ไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอย

๓.๔ วิมังสา ความไตร่ตรอง หมายถึง การหมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญตรวจตราหาเหตุผลและตรวจสอบในสิ่งที่ทำนั้น มีการวางแผนวัตถุประสงค์ คัดค้นวิธีแก้ไขปรับปรุง

อิทธิบาท ๔ ประการนี้เป็นคุณธรรมที่เป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้กิจการงานที่ทำนั้นสำเร็จตามประสงค์ทุกประการ เพราะเมื่อคนเรามีฉันทะ ย่อมทำให้เกิดความต้องการ มนุษย์เมื่อมีการแนะนำย่อมทำให้เกิดความต้องการที่จะทำงาน มีใจรักที่จะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาจะให้ได้ผลที่ดียิ่งขึ้นไป วิริยะทำให้คนเรามีความเข้มแข็ง อดทน และลงมือทำงานด้วยความพยายามอย่างต่อเนื่องไม่ทอดทิ้ง จิตตะทำให้จิตของผู้ลงมือทำงานมีความมั่นคง มุ่งมั่นในงานที่ทำไม่เลื่อนลอยไม่ฟุ้งซ่าน วิมังสาทำให้เกิดความรอบรู้ รู้จักใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรอง ใคร่ครวญ หาเหตุผลและวิธีการต่าง ๆ ในการทำงานเพื่อให้งานนั้นสำเร็จผลตามที่มุ่งหมาย^{๒๔}

๔. อินทรีย์ ความเป็นใหญ่ หมายถึง คุณธรรมที่เป็นใหญ่ในการทำความดีด้านต่าง ๆ มี ๕ ประการ คือ

๔.๑ สัทธา ความเชื่อ หมายถึง กิริยาที่เชื่อ ความเชื่อมั่นในกรรม ผลของกรรม และพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ความเชื่อมั่นว่าสัตว์มีกรรมเป็นของตนเอง

๔.๒ วิริยะ ความเพียร หมายถึง การปรารถนาความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความอดสาหะก้าวไปอย่างไม่ทอดทิ้ง

๔.๓ สติ ความระลึกได้ หมายถึง กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลื่อนลอย ความไม่ลืมสติ

๔.๔ สมาธิ ความตั้งจิตมั่น หมายถึง ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบ ความดำรงอยู่แห่งจิต

๔.๕ ปัญญา ความรู้แจ้งชัดในเหตุผล หมายถึง ความไม่หลง ความวิจัย ความเลือกสรร กิริยาที่รู้ชัดเป็นต้น

อินทรีย์ ๕ นี้ สัทธาเป็นใหญ่ในการตัดสินใจเชื่อ วิริยะเป็นใหญ่ในการประคับ ประคอง จิตให้ก้าวหน้า สติเป็นใหญ่ในการเกื้อหนุนจิตให้แจ่มชัดด้วยการพิจารณา สมาธิเป็นใหญ่ในการควบคุมจิตไม่ให้ฟุ้งซ่าน ปัญญาเป็นใหญ่ในการทำให้รู้ชัดในเหตุผล ในการปฏิบัติธรรมนั้น ผู้บรรลุ

^{๒๔} ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๓๐๖/๑๕๘, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๖/๒๓๓, อัง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๒๓๖/๒๖๘, อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๒๓๖/๓๕๑, สัม. (บาลี) ๑๕/๘๑๓-๘๒๐/๒๒๑-๒๒๕, สัม. (ไทย) ๑๕/๘๑๓-๘๒๐/๓๗๓-๓๘๒.

ธรรมจะต้องมีการตัดสินใจเชื่อ มีความเพียร มีความระลึกถึงหลักปฏิบัติ มีการพิจารณาให้ชัดเจน มีจิตมุ่งมั่นคงไม่หวั่นไหว มีความเข้าใจชัดในเหตุผลของการปฏิบัติ^{๑๒๕}

พละ คำถึง หมายถึง คุณธรรมที่ทำให้จิตเข้มแข็ง ไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรมต่าง ๆ มี ๕ ประการ คือ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นหมวดธรรมอย่างเดียวกับอินทรีย์ ๕ ที่เรียกว่า พละ เนื่องจากธรรมหมวดนี้ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีจิตเข้มแข็ง ไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรม^{๑๒๖} ต่าง ๆ คือ ความไม่เชื่อ ความเกียจคร้าน ความขาดสติ ความฟุ้งซ่าน ความไม่รู้ จากความหมายนี้ทำให้ทราบว่าจะบรรลุธรรมได้ต้องมีธรรมหมวดนี้จนถึงขั้นกล้าแข็ง สามารถปิดกั้นอกุศลธรรมต่าง ๆ ได้^{๑๒๖}

พละ ๕ ประการนี้เป็นคุณธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติดำเนินไปสู่นิพพานได้ พระพุทธเจ้าทรงยกย่องผู้ปฏิบัติตามพละ ๕ ไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย แม่น้ำคงคาหลังไหลบ่าไปสู่ทิศปราจีนฉันใด ภิกษุผู้เจริญพละ ๕ ประการ กระทำพละ ๕ ประการให้มาก ชื่อว่าเป็นผู้น้อมไป โอนไปสู่นิพพานได้ฉันทันนั้น”^{๑๒๗}

๖. โภชนงค์ องค์แห่งการรู้แจ้ง หมายถึง คุณธรรมที่เป็นองค์ประกอบให้เกิดการรู้แจ้ง ๗ ประการ คือ

๖.๑ สติ ความระลึกได้ หมายถึง การมีปัญญาระลึกถึงการกระทำหรือคำพูดที่พูดมานานแล้ว สติกำหนดพิจารณาธรรมในภายในและภายนอก เพื่อเป็นไปเพื่อการตรัสรู้

๖.๒ รัชมวิจยะ ความสอดส่องธรรม หมายถึง ความเลือกเฟ้นธรรม วิจัยเลือกสรร ใคร่ครวญพิจารณาธรรมด้วยปัญญาเพื่อความรู้อย่าง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๖.๓ วิริยะ ความเพียร หมายถึง ความเพียรทั้งทางกายและทางวาจา ความไม่ย่อหย่อน เลือกสรร ใคร่ครวญพิจารณาธรรมด้วยปัญญาเพื่อความรู้อย่าง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๖.๔ ปีติ ความอิมใจ หมายถึง ความอิมใจอันปราศจากอามิส ไม่มีวิตกวิจารณ์ วิตกวิจารณ์ เพื่อความรู้อย่าง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๖.๕ ปัสสัทธิ ความสงบกายสงบใจ หมายถึง ความสงบระงับอันเป็นไป เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๖.๖ สมาธิ ความมีจิตตั้งมั่น หมายถึง ความมีจิตแน่วแน่ในอารมณ์อันเป็นไป เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

^{๑๒๕} ม.ม. (บาลี) ๑๓/๒๔๗/๒๒๒, ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๕๒.

^{๑๒๖} ม.ม. (บาลี) ๑๓/๒๔๗/๒๒๓, ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๕๓.

^{๑๒๗} ส.ม. (บาลี) ๑๕/๓๐๕-๓๑๖/๒๑๘, ส.ม. (ไทย) ๑๕/๓๐๕/๓๖๕.

๖.๗ **อุเบกขา** ความปล่อยวาง หมายถึง ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามความเป็นจริง วางเฉยในสังขารทั้งปวงอันเป็นไปเพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน^{๒๘}

โพชฌงค์ ๗ ประการนี้มีหลักธรรมคล้ายกันกับโพธิปักขิยธรรมหมวดอื่น ๆ มีเพิ่มเข้ามาใหม่เพียง ๓ ข้อเท่านั้น คือ ปิติ ปัสสัทธิ และอุเบกขา จึงแสดงให้เห็นว่าการปฏิบัติธรรมนั้นผู้จะบรรลุธรรมต้องมีความอิมใจ มีความสงบทั้งกายทั้งใจ ในขณะที่เดียวกันนั้นก็ต้อง มีความปล่อยวาง ไม่ยึดถือในธรรมทั้งปวง เพราะได้พิจารณาเห็นแจ้งตามสภาพความเป็นจริง

๗. **มรรค** หมายถึง ข้อปฏิบัติที่จะนำไปสู่ความพ้นทุกข์ มีองค์ ๘ คือ

๗.๑ **สัมมาทิฐิ** ความเห็นชอบ หมายถึง ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกข์สมุทัย ความรู้ในทุกข์นิโรธ ความรู้ในทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา

๗.๒ **สัมมาสังกัปปะ** ความดำริชอบ หมายถึง ความดำริในการออกจากกาม ความดำริในความไม่พยายาบาท ความดำริในการไม่เบียดเบียน

๗.๓ **สัมมาวาจา** เจรจาชอบ หมายถึง ความงดเว้นจากการพูดเท็จ ความงดเว้นจากการพูดส่อเสียด ความงดเว้นจากการพูดคำหยาบ ความงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

๗.๔ **สัมมากัมมันตะ** การงานชอบ หมายถึง ความงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ ความงดเว้นจากการลักทรัพย์ ความงดเว้นจากการประพฤตินอกใจ

๗.๕ **สัมมาอาชีวะ** อาชีพชอบ หมายถึง การละมิจฉาอาชีพะ การเลี้ยงชีวิตอยู่ด้วยสัมมาอาชีพะ

๗.๖ **สัมมาวายามะ** ความเพียรชอบ หมายถึง ความเพียรพยายามระคองจิตไว้เพื่อป้องกันอกุศลธรรมไม่ให้เกิดขึ้น เพื่อละบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว เพื่อสร้างกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น และเพื่อความดำรงอยู่ ความภิชัยโยย่ง ความไพบูลย์แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

๗.๗ **สัมมาสติ** ความระลึกชอบ หมายถึง ความพิจารณาเห็นกาย เวทนา จิตและธรรมอยู่เสมอ ๆ มีความเพียร มั่นปชัญญะ กำจัดอกิขณาโทมนัสได้

๗.๘ **สัมมาสมาธิ** ความมีจิตตั้งมั่นชอบ หมายถึง ความมีจิตใจตั้งมั่น สงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลาย^{๒๙}

มรรคมีองค์ ๘ นี้เป็นหนทางที่สามารถนำไปสู่การบรรลุธรรม และนิพพานได้ จัดว่าเป็นพรหมจรรย์ในพระพุทธศาสนา อันเป็นสาเหตุให้เกิดผลแห่งพรหมจรรย์^{๓๐} และผลแห่งพรหมจรรย์ก็คือ โสคาปัตติผล สกทาคามิผล อนาคามิผล และอรหัตผล

^{๒๘} ม.ม. (บาลี) ๑๓/๒๔๗/๒๒๓, ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๕๓.

^{๒๙} ม.ม. (บาลี) ๑๓/๒๔๗/๒๒๓, ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๗/๒๕๔.

^{๓๐} ส.ม. (บาลี) ๑๕/๖/๖, ส.ม. (ไทย) ๑๕/๖/๕.

มรรคมืองค์ ๘ นี้เมื่อสงเคราะห์ลงในไตรสิกขา คือศีล สมาธิ และปัญญา ก็สามารถสงเคราะห์ได้ดังนี้คือ สัมมาวาจา สัมมากรรมันตะ สัมมาอาชีวะ จัดลงในศีล สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ จัดลงในสมาธิ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ จัดลงในปัญญา^{๑๑๑}จากการศึกษาพบว่า ผู้จะบรรลุธรรมนั้นต้องสมบูรณ์ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา จึงจะสามารถกำจัดกิเลสคือราคะ โทสะ และโมหะให้เบาบางและหมดสิ้นไปได้ การปฏิบัติตามหลักไตรสิกขาถือว่าเป็นการศึกษาอบรมจากภายนอกเข้าไปสู่ภายใน จากส่วนที่ง่ายเข้าไปหาส่วนที่ยากและลึกซึ้งกว่า

โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนี้เป็นคุณธรรมที่ช่วยอุดหนุนกัน เป็นกระบวนการให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริง โดยมีปัญญาเป็นตัวนำ จากการศึกษาพบว่า ปัญญาเป็นธรรมที่เป็นตัวนำให้เกิดการบรรลุธรรม ในทุกหมวดของโพธิปักขิยธรรมล้วนแล้วแต่มีปัญญาอยู่ด้วยทั้งนั้น แต่มีชื่อเรียกแตกต่างกันไป ในสติปัฏฐาน ๔ เรียกว่าอนุปัสสนา ในอิทธิบาท ๔ เรียกว่าวิมังสา ในอินทรีย์ ๕ และในพลละ ๕ เรียกว่าปัญญา ในโพชฌงค์ ๗ เรียกว่าสัมมวิจยะ ด้วยเหตุดังกล่าวนี้ พระพุทธเจ้าจึงทรงยกย่องปัญญาหรือปัญญินทรีย์ว่าเป็นยอดกว่าธรรมข้ออื่น ๆ ในกลุ่มธรรมเหล่านี้ เพราะปัญญาเป็นตัวทำให้รู้แจ้งสภาวะธรรม^{๑๑๒}

หลักธรรมอันเป็นหลักปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม ที่เรียกว่าโพธิปักขิยธรรม มีความสัมพันธ์กันดังนี้

หลักโพธิปักขิยธรรมมี ๓๗ ประการ เป็นการรวมหัวข้อธรรมทั้งหมดที่สนับสนุนในการบรรลุธรรม โดยวิธีการนี้อาจทำให้เกิดความเข้าใจผิดได้ว่า การปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรมมีถึง ๓๗ ประการ แท้จริงแล้วการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม เพียงปฏิบัติตามหมวดธรรมใดหมวดธรรมหนึ่ง ก็เป็นการปฏิบัติที่ครอบคลุมหลักการปฏิบัติแล้ว เช่น ถ้าใช้สติในการปฏิบัติก็ปฏิบัติ ๔ ประการตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ถ้าใช้มรรคปฏิบัติก็ปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ อยู่ที่ผู้ปฏิบัติจะถืออะไร เป็นหลักในการปฏิบัติเท่านั้น เมื่อถือหลักธรรมใดแล้วต้องปฏิบัติให้ครบตามหลักธรรมนั้น ๆ

โพธิปักขิยธรรม แบ่งเป็น ๗ หมวด แต่ละหมวดมีความสมบูรณ์ในการปฏิบัติครบถ้วน แม้ว่าจะอธิบายแยกกันแต่เมื่อปฏิบัติตามหมวดธรรมหมวดใดหมวดหนึ่ง ก็เท่ากับปฏิบัติตามหมวดธรรมอื่น ๆ อีก ๖ หมวดด้วย การปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมเปรียบได้กับการเดินทาง ไปยังเป้าหมายที่เหมือนกัน ใครจะเดินทางไปตามเส้นทางใดก็เท่ากับกำลังเดินทางเข้าสู่เป้าหมายเดียวกัน ต่างกันแต่เพียงเส้นทาง แต่การปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุธรรมนั้น ในขณะที่กำลังปฏิบัติตามหมวดธรรมหนึ่ง ก็เท่ากับปฏิบัติหมวดธรรมอื่นไปในตัวด้วย นี่เป็นลักษณะพิเศษแห่งคำสอนของพระพุทธเจ้า เห็นได้ชัดเจนที่มรรคมืองค์ ๘ คำอธิบายแสดงให้เห็นว่าการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘ เท่ากับรวมการ

^{๑๑๑} วิสุทฺธิ. (บาลี) ๗/๓.

^{๑๑๒} ส.ม. (บาลี) ๑๕/๕๒๑/๒๐๐, ส.ม. (ไทย) ๑๕/๕๒๑/๓๓๕.

ปฏิบัติหมวดอื่นเข้าไว้ทั้งหมด ทั้งสติปัญญา ๔ สัมมปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชณงค์ ๗ รวมอยู่ในมรรคมีองค์ ๘ โดยหลักกรรมต่าง ๆ สามารถสงเคราะห์ลงในมรรคมีองค์ ๘ ดังนี้ คือ สติในอินทรีย์ ๕ ในพละ ๕ ในโภชณงค์ ๗ และสติปัญญา ๔ สงเคราะห์ลงในสัมมาสติ, วิริยะในอิทธิบาท ๔ ในอินทรีย์ ๕ ในพละ ๕ ในโภชณงค์ ๗ และสัมมปธาน ๔ สงเคราะห์ลงในสัมมาวายามะ, ปัญญาในอินทรีย์ ๕ ในพละ ๕ ชัมมวิริยะ ในโภชณงค์ ๗ และวิมังสาในอิทธิบาท ๔ สงเคราะห์ลงในสัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะ, จิตตะในอิทธิบาท ๔ สมาธิในอินทรีย์ ๕ ในพละ ๕ ปิติ ปัสสัทธิ และสมาธิในโภชณงค์ ๗ สงเคราะห์ลงในสัมมาสติ

การปฏิบัติธรรมมีจุดประสงค์เดียว คือการพ้นทุกข์ สภาวะของการพ้นทุกข์คือการไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก มีความเข้าใจสภาวะธรรมต่าง ๆ จนจิตหลุดพ้นจากความยึดมั่น ถือมั่น การปฏิบัติตามหลักโพธิปักขิยธรรมไม่ว่าจะเป็นหมวดกรรมใด ย่อมโน้มน้ำวจิตใจของผู้ปฏิบัติไปสู่ความไม่ยึดมั่นถือมั่นเป็นอันเดียวกันทั้งสิ้น เปรียบเหมือนน้ำจากแม่น้ำทุกสายไม่ว่าระหว่างทางจะมีรสอย่างไร เมื่อลงสู่ทะเลย่อมมีรสเค็มรสเดียวกันหมด การปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมก็เช่นเดียวกัน ย่อมเป็นไปเพื่อความพ้นทุกข์ทั้งสิ้น

โพธิปักขิยธรรมเป็นธรรมปฏิบัติเพื่อการตรัสรู้มรรคผล ผู้ปฏิบัติตามหลักโพธิปักขิยธรรมต้องมีสภาวะจิตโน้มเอียงไปเพื่อการตรัสรู้เท่านั้น คือเมื่อปฏิบัติตามหลักนี้แล้ว กิเลสต้องลดลง ๆ จนหมดไปไปในที่สุด ในทางกลับกันถ้าผู้ปฏิบัติ ๆ ไปแล้วกิเลสเพิ่มขึ้น มีความโลภ ความโกรธ ความหลงมากขึ้น แสดงว่าการปฏิบัตินั้นผิดหลักโพธิปักขิยธรรม กิเลสที่ลดลง เป็นเครื่องวัดการปฏิบัติ ถ้ากิเลสไม่ลดแสดงว่ากำลังปฏิบัติผิด ต้องทบทวนการปฏิบัติใหม่ว่าผิดพลาดจุดไหนให้รีบแก้ไข

การบรรลุธรรมเป็นผลของโพธิปักขิยธรรม โดยมีสัมมปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ และโภชณงค์ ๗ เป็นหลักการ มีสติปัญญา ๔ และมรรคมีองค์ ๘ เป็นวิธีการ องค์ประกอบอื่น ๆ ที่สนับสนุนให้บรรลุธรรม คือ

ปฬิโพธ แปลว่า เครื่องผูกพัน หรือห่วงเหนี่ยว ซึ่งเป็นเหตุให้ห่วงกังวล ฉะนั้น ผู้ที่จะประพฤติปฏิบัติตามหลักสมถภาวนา จึงควรตัดปฬิโพธซึ่งเป็นความห่วงกังวลในเรื่องต่าง ๆ ให้หมดสิ้นก่อนลงมือปฏิบัติ เพื่อไม่ให้ปฬิโพธเป็นเครื่องขัดขวาง ทำให้เกิดความล่าช้าหรืออาจทำให้การปฏิบัติไม่ก้าวหน้า เสียเวลาโดยเปล่าประโยชน์ ซึ่งปฬิโพธคือความกังวลต่าง ๆ มี ๑๐ ประการ ได้แก่

๑. **อวาสาปฬิโพธ** ความกังวลเกี่ยวกับเรื่องที่อยู่อาศัย หมายถึง ความห่วงกังวล สิ่งต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นสิ่งของที่ตัวสะสมไว้ การงานที่ค้างค้ำอยู่ หรือความสะดกสบายที่ตนได้รับจากการอยู่ในอาวาสนั้น

๒. **กมลปลิวโพธิ์** ความกังวลเกี่ยวกับเรื่องตระกูล หมายถึง ความห่วงกังวลตระกูลญาติ หรือตระกูลอุปฐากที่ตนเองชอบคลุกคลีด้วย เพราะความห่วงใยในความทุกข์สุขของตระกูล เหล่านั้น ทำให้ไม่สามารถไปไหนได้ แม้แต่การจากไปเพื่อหาที่อันสงบวิเวกปฏิบัติธรรมก็ไม่อาจทำได้ และให้เกิดอุปสรรคต่อการนับถือพระรัตนตรัย

๓. **ลาภปลิวโพธิ์** ความกังวลเกี่ยวกับเรื่องลาภ หมายถึง ความห่วงกังวลถึงปัจจัย ๔ ที่ตนเคยได้รับเมื่ออยู่ในอาวาสนั้น ๆ เช่น มีกิจนิมนต์มาก มีญาติโยมมาถวายภัตตาหาร ถวายสังฆทาน และปัจจัย ๔ อื่น ๆ เป็นประจำและจำนวนมาก จนเกิดความเสียดายไม่อยากจาก ไปไหน เพราะกลัวจะสูญเสียลาภเหล่านั้น

๔. **คณปลิวโพธิ์** ความกังวลเกี่ยวกับเรื่องหมู่คณะ หมายถึง ความห่วงหมู่คณะเพื่อนฝูงที่รู้จักมักคุ้นกัน หรือความห่วงกังวลในการสอนหนังสือ การแสดงธรรม การอบรมสั่งสอน หมู่คณะต่าง ๆ ที่ตนต้องรับผิดชอบอยู่จนไม่อาจตัดใจละทิ้ง

๕. **กัมมปลิวโพธิ์** ความกังวลเกี่ยวกับเรื่องการทำงาน หมายถึง ความห่วงกังวลในเรื่องงานที่ตนทำอยู่ หรือที่ตนต้องรับผิดชอบ คอยกำกับดูแลหรือลงมือทำงานต่าง ๆ เหล่านั้นทำให้ ไม่มีเวลาในการปฏิบัติธรรม

๖. **อัทธานปลิวโพธิ์** ความกังวลเกี่ยวกับเรื่องการเดินทาง หมายถึง การมีความจำเป็นจะต้องเดินทางไปทำกิจอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือการท่องเที่ยวไปเพื่อความสนุกสนานตามฆราวาสวิสัย จนไม่มีเวลาปฏิบัติธรรม

๗. **ญาติปลิวโพธิ์** ความกังวลเกี่ยวกับเรื่องญาติ หมายถึง ความกังวลเกี่ยวกับเรื่องญาติห่วงอาวรณ์ถึงญาติจนเกิดความลังเลใจ ไม่มีสมาธิในการปฏิบัติธรรม

๘. **อาพาธปลิวโพธิ์** ความกังวลเกี่ยวกับเรื่องความเจ็บป่วย หมายถึง ความเจ็บป่วย ที่เกิดขึ้นในตนเองทำให้เกิดความกังวลในการรักษา หรือทุกขเวทนาจากความเจ็บป่วยทำให้เกิดอุปสรรคในการปฏิบัติธรรม

๙. **คณปลิวโพธิ์** ความกังวลเกี่ยวกับเรื่องการศึกษา หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ต้องเอาเวลาทั้งหมดมาอ่านหนังสือ ค้นคว้าตำราต่าง ๆ จนไม่มีเวลาปฏิบัติธรรม

๑๐. **อทธิปลิวโพธิ์** ความกังวลเกี่ยวกับเรื่องฤทธิ์ หมายถึง การที่ภิกษุหรือคฤหัสถ์ผู้ที่ได้ฉานอภิญญาจนสามารถแสดงฤทธิ์ต่าง ๆ เช่น ดำดิน เหาะไปในอากาศ มีหุทิพย์ มีตาทิพย์ ต้องกังวลในการระวังรักษาภูมิจิตนั้นไม่ให้เสื่อม จึงต้องหมั่นฝึกฝนอยู่เสมอจนไม่มีเวลาเจริญวิปัสสนาปฏิบัติธรรมให้เจริญก้าวหน้าต่อไปได้

หลักการทั้งหมดที่กล่าวมานี้ เป็นหลักที่บรรพชิตและคฤหัสถ์ผู้ปฏิบัติธรรมต้องตัดใจให้ขาด การที่บรรพชิตและคฤหัสถ์ตัดปิลิโพธได้ทำให้ท่านเหล่านั้นสามารถบรรลุธรรมได้^{๑๓๓}

การแสวงหากัลยาณมิตร เป็นปัจจัยประการหนึ่งที่น่าสนับสนุนให้เกิดการบรรลุธรรม เพราะว่า กัลยาณมิตรเป็นผู้คอยแนะนำสั่งสอนอบรม ซึ่งแนวทางในการปฏิบัติธรรมและให้กรรมฐานที่เหมาะสมแก่ผู้ปฏิบัติ ดังพระพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ว่า “ความมีกัลยาณมิตรเป็นตัวนำ เป็นบุญนิมิตแห่งการเกิดขึ้นของมรรคมงคล ๘ แก่ภิกษุผู้มีกัลยาณมิตรยอมกำจัดอกุศลและยอมยังกุศลให้เกิดขึ้น”^{๑๓๔} เนื่องจากกัลยาณมิตรเป็นบุคคลที่มีบุคลิกลักษณะและอุปนิสัย ที่น่ารัก น่าเคารพยกย่อง พุทธิมีเนื้อหาสาระที่ประกอบไปด้วยเหตุและผล สามารถที่จะอธิบายเรื่องที่ยากให้เข้าใจได้ง่าย เป็นที่ปรึกษาปัญหา ไม่ชักนำไปในทางเสื่อม ผู้ตั้งใจปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรมจึงต้องคบหาสมาคมด้วย

คุณสมบัติของกัลยาณมิตรหรือครูอาจารย์ที่ดีที่ควรเข้าไปอยู่ด้วย และรับคำสั่งสอนแนะนำนั้น ควรมีคุณสมบัติดังนี้

๑. ปิโย น่ารัก ในฐานะเป็นที่สบายใจและสนิทสนม ชวนให้ออกเข้าไปปรึกษา

๒. ครุ น่าเคารพ ในฐานะประพฤติสมควรแก่ฐานะ ให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ เป็นที่พึ่งได้และปลอดภัย

๓. ภาวนีโย น่าเจริญใจ หรือน่ายกย่อง ในฐานะทรงคุณคือความรู้และภูมิปัญญาแท้จริง ทั้งเป็นผู้ฝึกอบรมและปรับปรุงตนอยู่เสมอ ควรเอาอย่าง ทำให้ระลึกและเอ๋ยอ้างด้วยความซาบซึ้งภูมิใจ

๔. วตุตา รู้จักพูดให้ได้ผล รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ รู้ว่าเมื่อไรควรพูดอะไรอย่างไร คอยให้คำแนะนำว่ากล่าวตักเตือน เป็นที่ปรึกษาที่ดี

๕. วจนกฺขโม อคทนต่อถ้อยคำ คือพร้อมที่จะรับฟังคำปรึกษาซักถาม เสนอแนะ วิพากษ์วิจารณ์ อคทน ฟังได้ไม่เบื่อ ไม่ฉุนเฉียว

๖. คมฺภีรญฺจ กถิ กตุตา แดงเรื่องกล้าศึกได้ สามารถอธิบายเรื่องยุ่งยากให้เข้าใจได้ และให้เรียนรู้เรื่องราวที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป

๗. โน จฏฺฐานน นินโยชเย ไม่ชักนำไปในสิ่งที่ไม่ใช้ฐานะ คือไม่แนะนำในเรื่องเหลวไหล หรือชักนำไปในทางเสื่อมเสีย^{๑๓๖}

คัมภีร์วิสุทธิมรรคได้อธิบายถึงกัลยาณมิตรไว้ว่า พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอสีติมหาสาวก พระสาวกอื่น ๆ ที่ได้บรรลุธรรมคืออรหันตผล อนาคามีผล สกทาคามีผล และโสดา-

^{๑๓๓} วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๔๑/๕๖, สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อจ อาสภมหาเถระ). แปล วิสุทธิมรรค. (กรุงเทพมหานคร : บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้ง กรุ๊ป จำกัด, ๒๕๓๓) หน้า ๑๔๑.

^{๑๓๔} ส.ม. (บาลี) ๑๕/๑๒๕/๓๖, พ.อ.ดิ. (บาลี) ๒๕/๑๕๕/๒๓๗.

ปัตติผล ท่านผู้ใดมาน ท่านผู้ทรงจำพระไตรปิฎก ท่านผู้ทรงจำได้ ๒ ปีฎก หรือท่านผู้จำได้ตอนใด
ตอนหนึ่งในพระไตรปิฎกพร้อมทั้งอรรถกถา^{๑๓๕}

กัลยาณมิตรที่ประเสริฐกว่ากัลยาณมิตรอื่น คือพระพุทธเจ้า เพราะทรงประกอบไปด้วย
พระคุณอันสามารถช่วยเหลือผู้ปฏิบัติตามคำสอน ให้พ้นจากความทุกข์คือการเวียนว่าย อยู่ใน
วัฏสงสารนี้ได้ มีหลักฐานแสดงไว้ว่า “อาศัยเราผู้เป็นกัลยาณมิตร เหล่าสัตว์ผู้มีความเกิด เป็น
ธรรมดาที่พ้นจากความเกิด ผู้มีความโศก ความคร่ำครวญ ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ และความคับ
แค้นใจเป็นธรรมดา ก็พ้นจากความโศก ความคร่ำครวญ ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ และความคับ
แค้นใจ”^{๑๓๖}

กัลยาณมิตรที่รองลงมาจากพระพุทธเจ้า ก็คือพระปัจเจกพุทธเจ้า และพระอสีติ
มหาสาวก เพราะท่านเป็นผู้ที่มีคุณธรรมใกล้เคียงกับพระพุทธเจ้า เช่น พระสารีบุตรเป็นผู้มีปัญญา
ใกล้เคียงพระพุทธเจ้า ต่อจากนั้นก็เป็นที่พระอริยสาวกที่มีภูมิธรรมตั้งแต่เป็นพระอรหันต์ลงมาถึง
พระอนาคามี พระสกทาคามี และพระโสดาบัน เนื่องจากท่านทั้งหมดเป็นผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจใน
เรื่องอริยสัจ ๔ อย่างแจ่มแจ้ง หากไม่ได้กัลยาณมิตรดังกล่าวมานี้ ก็ควรแสวงหาพระปุถุชนหรือ
คฤหัสถ์ผู้ใดมาน เนื่องจากท่านเป็นผู้มุ่งปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพพาน เมื่อไม่ได้กัลยาณมิตรเช่นนั้นก็ควร
แสวงหาพระปุถุชนหรือคฤหัสถ์ที่สามารถจดจำคำสอนของพระพุทธเจ้าได้ จะเป็น ๓ ปีฎก ๒
ปีฎก หรือ ๑ ปีฎก และตอนใดตอนหนึ่งก็ได้ เพราะท่านเหล่านี้ศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้า ก็เพื่อ
มุ่งจะบรรลุนิพพานเช่นเดียวกัน และเป็นผู้ที่มีความรอบรู้เป็นพหูสูตในคำสอน เนื่องจากได้ศึกษามา
จากสำนักครูอาจารย์หลาย ๆ สำนัก ได้ผ่านการเรียนการสอบถามมามาก มีความเข้าใจในพระสูตร
และเรื่องราวต่าง ๆ อย่างแจ่มชัดว่า สิ่งไหนเป็นปัจจัยเกื้อหนุนแก่การปฏิบัติธรรม ท่านสามารถจะ
บอกกรรมฐานพร้อมทั้งแนวทางในการปฏิบัติได้อย่างหลากหลาย ให้ถูกกับอุปนิสัยและจริตของผู้
ปฏิบัติที่มอบตนเป็นศิษย์^{๑๓๗}

สรุปความได้ว่า คฤหัสถ์ส่วนหนึ่งได้พบพระพุทธเจ้าและพระสาวกเป็นกัลยาณมิตร พอ
ได้ฟังธรรมแล้วก็สามารถบรรลุนิพพานตั้งแต่ขั้นโสดาปัตติผล จนถึงขั้นอรหัตผล และส่วนหนึ่งได้
เลื่อมใสพระรัตนตรัยประกาศตนเป็นอุบาสกอุบาสิกาในพระพุทธศาสนา

การมอบตน คือการมอบตนเป็นศิษย์แก่อาจารย์ผู้ให้กรรมฐาน ผู้เป็นกัลยาณมิตร ด้วย
การเปล่งวาจามอบชีวิตและร่างกายให้เป็นสมบัติแก่อาจารย์ หมายความว่า เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมได้พบ
อาจารย์ผู้ให้กรรมฐานที่เห็นว่าตนเองจะเรียนกรรมฐานด้วย ก่อนอื่นต้องมอบตนต่ออาจารย์แล้วจึง

^{๑๓๕} วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๑๒๓-๑๒๔.

^{๑๓๖} อัง.เอกก. (บาลี) ๒๕/๓/๓.

^{๑๓๗} คูราละเอียคิน, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๔๒/๑๐๔-๑๐๕.

ค้อยขอกรรมฐาน ซึ่งถือว่าเป็นระเบียบที่ต้องปฏิบัติหรือจะเรียกว่าเป็นธรรมเนียมก็ได้ การมอบตน จะสำเร็จก็ต่อเมื่อได้ทำการเปล่งวาจาต่อหน้าอาจารย์ผู้ให้กรรมฐาน หากได้พระพุทธเจ้าเป็นอาจารย์ ผู้ให้กรรมฐาน ผู้ปฏิบัติต้องเปล่งวาจาตอบตนว่า “ข้าแต่พระผู้มีพระภาค ข้าพระพุทธเจ้าขอสละ อัดภาพร่างกายนี้แด่พระองค์” ถ้าได้พระสาวกเป็นอาจารย์ผู้ให้กรรมฐาน ผู้ปฏิบัติต้องเปล่งวาจา ตอบตนว่า “ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าขอสละร่างกายนี้แก่ท่าน”^{๑๓๘}

การมอบตนดังกล่าวนี้ จะเป็นการทำให้เกิดประโยชน์ต่อการบรรลุธรรม การมอบตนแก่ พระพุทธเจ้าช่วยให้ผู้ปฏิบัติมีกำลังใจดี สามารถอยู่ในเสนาสนะหรือสถานที่ยืนสงบได้ดี หาก เกิดมีอารมณ์ที่น่าสะพรึงกลัวก็จะสามารถข่มใจไม่ให้กลัวได้ เพราะเกิดความรู้สึกว่าได้มอบตน ถวายแด่พระพุทธเจ้าและเชื่อมั่นในพระคุณบารมีของพระองค์ว่าจะสามารถคุ้มครองได้ สำหรับการ มอบตนแก่อาจารย์ซึ่งเป็นพระสาวกก็ช่วยให้ผู้ปฏิบัติมีคนคอยควบคุมดูแล จะไม่ทำอะไรตามใจ ชอบ และจะเป็นการฝึกฝนตนเองให้เป็นคนที่มีระเบียบ รู้จักการมีสัมมาคารวะเป็นคนง่ายไม่ดื้อ ร้น เนื่องจากเกิดความรู้สึกว่าได้มอบตนถวายแก่อาจารย์แล้ว^{๑๓๙} ได้กรรมฐานที่ถูกต้องนิสสัย

อุปนิสัยคือจริตของแต่ละบุคคลที่มีอยู่ประจำตัว คัมภีร์วิสุทธิมรรคใช้คำว่า “จริยา” มีอยู่ ๖ ประการ คือ

๑. ราคจริยา ผู้มีอุปนิสัยน้อมไปในทางรักสวयรักงาม ชอบความมีระเบียบเรียบร้อย
๒. โทสจริยา ผู้มีอุปนิสัยน้อมไปในทางมักโกรธ โมโหง่าย
๓. โมหจริยา ผู้มีอุปนิสัยน้อมไปในทางโง่เขลา
๔. สัททจริยา ผู้มีอุปนิสัยน้อมไปในทางเชื่อหรือเลื่อมใสง่าย
๕. พุทธจริยา ผู้มีอุปนิสัยน้อมไปในทางใช้ความคิด รู้จักใช้ปัญญาพิจารณาเหตุผล
๖. วิตักกจริยา ผู้มีอุปนิสัยน้อมไปในทางคิดฟุ้งซ่าน^{๑๔๐}

จริยาหรืออุปนิสัยทั้ง ๖ ประการนี้ กล่าวได้ว่าเป็นจริยาทั้งที่เป็นฝ่ายกุศล และฝ่ายอกุศล ดังนั้น การที่จะสามารถบรรลุธรรมได้ จำเป็นมากที่ต้องมีจริยาฝ่ายกุศลที่ก่อให้เกิดความรู้แจ้ง หรือ เป็นปัจจัยที่สนับสนุนให้มีความเห็นถูกต้อง จริยาฝ่ายกุศลเป็นส่วนที่ต้องมีการอบรม ให้เจริญขึ้น ส่วนจริยาฝ่ายอกุศลเป็นส่วนที่ต้องละหรือกำจัดให้หมดสิ้นไป

จากการศึกษาพบว่า การปฏิบัติธรรมนั้นจุดหมายก็คือ การบรรลุธรรมเป็น พระอริยบุคคลในระดับต่างๆ โดยมีโพธิปักขิยธรรม เป็นหลักธรรมสำคัญที่เอื้ออำนวยให้เกิดการ บรรลุธรรม ซึ่งในแต่ละหมวดธรรมมีความสมบูรณ์อยู่ในตัว ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญใน

^{๑๓๘} คุรยละเอียดใน, วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๔๘/๑๒๔.

^{๑๓๙} คุรยละเอียดใน, วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๔๘/๑๒๔.

^{๑๔๐} คุรยละเอียดใน, วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๔๓/๑๐๕.

หัวข้อสัมมัตตปธาน ๔ ที่บุคคลทั่วไปต้องการบรรลุธรรม ไม่จำเป็นว่าจะต้อง ปฏิบัติพร้อมกันทุกหมวด เพียงแต่เลือกปฏิบัติตามหมวดใดหมวดหนึ่งก็สามารถที่จะ โน้มหน้าจิตใจของผู้ปฏิบัติไปสู่ความหลุดพ้นได้เหมือนกัน เปรียบเหมือนแม่น้ำทุกสาย ไม่ว่าจะยาวหรือสั้น จะกว้างหรือแคบอย่างไร สุดท้ายก็ไหลไปรวมกันลงสู่ทะเลเหมือนกัน

บทที่ ๓

สัมมัตตปธาน ๔ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาถือว่าจุดประสงค์สำคัญของชีวิตคือการพัฒนาศักยภาพในตัวเองให้เต็มเปี่ยม สังสารวัฏ คือระยะเวลาสำหรับบทเรียน ประสบการณ์และการเก็บสั่งสมทุนทางปัญญา เพื่อเป็นปัจจัยสำหรับบรรลุถึงเป้าหมายสูงสุด การบรรลุธรรมถึงจุดหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนาจึงต้องผ่านการเก็บสั่งสมบ่มเพาะอุปนิสัยมาชั่วระยะเวลาหนึ่ง พุทธสาวกและพุทธสาวิกาเป็นจำนวนมากที่บรรลุคุณธรรมขั้นสูงสุดได้ด้วย ต้องอาศัยคุณธรรมความดีที่เก็บสั่งสมไว้ตั้งแต่อดีต ดังนั้นผู้วิจัยเห็นว่าปัจจัยสำคัญ สำหรับการบรรลุธรรมใน “สัมมัตตปธาน ๔ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท” นั้น ซึ่งมีหัวข้อวิจัยดังต่อไปนี้

- ๓.๑ ความหมายของสัมมัตตปธาน ๔
- ๓.๒ ประเภทของสัมมัตตปธาน ๔
- ๓.๓ หลักของสัมมัตตปธาน ๔
- ๓.๔ องค์ธรรมของสัมมัตตปธาน ๔

๓.๑ ความหมายของสัมมัตตปธาน ๔

คำว่า “สัมมัตตปธาน”^๑ เป็นศัพท์สมาสที่มาจากศัพท์ ๒ คำ คือ สัมมา + ปธาน “สัมมา” แปลว่า โดยชอบ “ปธาน” แปลว่า ความเพียร สัมมัตตปธาน ๔ จึงหมายถึง ความเพียรโดยชอบ คือ ความเพียรที่ต่อเนื่องไม่ลดละ ความเพียรที่ทำไปอย่างครึ่งๆ กลาง ๆ ทำแล้วหยุดทำ ไม่เรียกว่า สัมมัตตปธาน ความเพียรที่ทำอย่างต่อเนื่องไม่ลดละเท่านั้นจึงเรียกว่าสัมมัตตปธาน^๒

สัมมัตตปธาน ๔ อย่าง คือ

๑.ความเพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ (อนุปปนฺนํ ปาปกาณฺ อกุสลาณํ ชมฺมานํ อนุปปาทาย ฉนฺทํ ชนฺติ วายมตี)

^๑ พระคัมภีร์สาราถวิวงศ์, โภธิปักขิยธรรม, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทบุญญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๔๒.

^๒ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๒.

๒. ความเพียรเพื่อละอกุศลเก่า (อุปฺปนฺนํ ปาปกาณํ อกุสลาณํ ฆมฺมานํ ปหานาย ฉนฺทํ ชนฺติ วายมตี)

๓. ความเพียรเพื่อทำกุศลใหม่ (อนุอุปฺปนฺนํ กุสลาณํ ฆมฺมานํ อุปฺปาทาย ฉนฺทํ ชนฺติ วายมตี)

๔. ความเพียรเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่า (อุปฺปนฺนํ กุสลาณํ ฆมฺมานํ จิตฺตยา อสมฺโมสาย กิโย ภาวาย เวปฺตุลา ย ภาวนาย ปารีปุริยา ฉนฺทํ ชนฺติ วายมตี)^๓

ความหมายสัมมัตตปธาน ๔^๔ กล่าวไว้ว่า

๑. สังวรปธาน คำว่าสังวระ แปลว่า สำรวม ระวัง และคำว่าปธาน แปลว่า เพียร พากเพียร ตั้งใจ ดังนั้นคำว่า สังวรปธาน จึงหมายถึงเพียรระวัง ในที่นี้คือการสำรวมระวังเมื่อตา เห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้ลิ้มรส ภายใต้อุ้งมือได้ถูกต้องโพกฐัพพะ ใจได้รู้ธรรมอารมณ์ ไม่ให้บาปกรรมหรืออกุศลธรรมเกิดขึ้นภายในจิตใจ สังวรปธาน เป็นธรรมเครื่องกำจัดความเกียจคร้าน สนับสนุนกำลังกาย ใจให้เข้มแข็งอดทน

๒. ปหานปธาน หมายถึงเพียรละ บาปกรรมหรืออกุศลธรรมมี กามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก และอกุศลธรรมอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดสิ้นไปเสีย

๓. ภาวนापธาน หมายถึงเพียรสร้าง หรือเพียรเจริญ ในกุศลธรรมหรือความดี เช่น กุศลกรรมบถ ๑๐ ความไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง และโพชฌงค์ ๗ มี สติ ธรรมวิจย วิริยะ ปิตี ปัสสทธิ สมาธิ อุเบกขา ให้เกิดขึ้น

๔. อนุรักษนปธาน หมายถึงเพียรรักษาและส่งเสริม ในกุศลธรรมหรือความดีที่เกิดขึ้นแล้วในจิตใจ คอยถนอมสมาธิที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่น และกระทำในความดีให้เจริญงอกงาม ไพบูลย์ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

นอกจากนี้ในหมวดธรรมเกี่ยวกับการปฏิบัติแทบทุกหมวดจะพบความเพียรแทรกอยู่ด้วย ในชื่อใดชื่อหนึ่ง การเน้นความสำคัญของธรรมข้อนี้ อาจพิจารณาได้จากพุทธพจน์ เช่น “ธรรมนี้ เป็นของสำหรับผู้ปรารถนาคความเพียร มิใช่สำหรับคนเกียจคร้าน”^๕ ภิษุทั้งหลายบุคคลรู้ชัด

^๓ พระคันธสารภิกษุ. โพรปักกยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑ บุญศิริการพิมพ์; ๒๕๔๕, หน้า ๔๓.

^๔ พระสังวาลย์ สิริจันโท, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์อริยมรรค : กรณีการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔).

^๕ ดูรายละเอียดใน อจ.อฎฐก. ๒๓/๑๒๐/๒๓๗).

ถึงคุณธรรม ๒ ประการ คือ ๑. ความเป็นผู้ไม่สันโดษในกุศลธรรมทั้งหลาย ๒. ความเป็นผู้ไม่ยอมถอยหลังในการบำเพ็ญเพียร

เพราะฉะนั้นแล เธอทั้งหลาย พึงศึกษาดังนี้ว่า เราจักตั้งความเพียรอันไม่ถอยหลัง ถึงจะเหลือแต่ หนึ่ง เอ็น และกระดูก เนื้อและเลือดในสรีระจะแห้งเหือดไปก็ตามที ถ้ายังไม่บรรลุผลที่บุคคลควรบรรลุถึงด้วยเรี่ยวแรงของบุรุษ ด้วยความเพียรของบุรุษ ด้วยความบากบั่นของบุรุษแล้ว ที่จะหยุดยั้งความเพียรเสีย เป็นอันไม่มี เธอทั้งหลายพึงศึกษาจะนี้แล”^๖

๓.๒ ประเภทของสัมมัตตปธาน ๔

๓.๒.๑ ในสัมมัตตปธานที่อธิบายไว้ในพระอภิธรรมปิฎก^๗

๓.๒.๑.๑ สัมมัตตปธานวิภังค์ สุตตันตภาชนีย์ ในสัมมัตตปธาน ๔ ได้แก่

๑.) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น ป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิด

๒.) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดแล้ว

๓.) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อยังกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิด

๔.) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อความดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย ภิชโยภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มทีแห่งกุศลธรรมที่เกิดแล้ว เพียรป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิด เป็นต้น

ธรรมเหล่านั้น หมายถึง บาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด คืออกุศลมูล ๓ คือ โลภะ โทสะ โมหะ และกิเลสที่ตั้งอยู่ในฐานเดียวกับอกุศลมูลนั้น ได้แก่ เวทนาขันธ สัญญาขันธ สังขารขันธ และวิญญาณขันธที่สัมปยุตด้วยอกุศลมูลนั้น และกายกรรม วาจากรรม มโนกรรมที่มีอกุศลมูลนั้น เป็นสมุฏฐานธรรมเหล่านี้เรียกว่า บาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด คือการสร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่นเพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดด้วยประการจะนี้

ฉันทะ หมายถึง ความพอใจ การทำความพอใจ ความเป็นผู้ประสงค์จะทำ ความฉลาด ความพอใจในธรรม นี้เรียกว่า ฉันทะ บุคคลทำฉันทะนี้ให้เกิด ให้เกิดด้วยดี ให้ตั้งขึ้น ให้ตั้งขึ้นด้วยดี ให้บังเกิด ให้บังเกิดเฉพาะ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า ฉันทะ

^๖ ดูรายละเอียดใน อภ.ทุก. ๒๐/๒๕๑/๖๔.

^๗ อภ.สจ. ๓๕/๓๕๐/๓๒๘-๓๓๒.

การพยายาม นั้น คือการปรารถนาคือเพียรทางใจ สัมมวายามะ นี้เรียกว่า ความพยายาม ภิกษุเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว เข้าไปถึงแล้วด้วยดี เข้ามาถึงแล้ว เข้ามาถึงแล้วด้วยดีเข้าถึงแล้ว เข้าถึงแล้วด้วยดี ประกอบแล้วด้วยความพยายามนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า พยายาม

การปรารถนาคือเพียร นั้น คือการปรารถนาคือเพียรทางใจ สัมมวายามะ นี้เรียกว่า ความเพียร ภิกษุปรารถนาคือเพียรด้วยดี เสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งความเพียรนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า ปรารถนาคือเพียร

การประคองจิต นั้น คือจิต ใน มโน มานัส มโนวิญญาณธาตุที่เหมาะสมกัน นี้เรียกว่า จิต ภิกษุประคอง ประคองด้วยดี อุปถัมภ์ค้ำชูจิตนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่าประคองจิต

การมุ่งมั่น นั้น คือการปรารถนาคือเพียรทางใจ สัมมวายามะ นี้เรียกว่า ความมุ่งมั่น ภิกษุเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว ประกอบแล้วด้วยความมุ่งมั่นนี้ เพราะฉะนั้นเพียรละบาปอกุศลธรรมที่เกิดแล้ว ภิกษุสร้างฉันทะ พยายาม ปรารถนาคือเพียร ประคองจิตมุ่งมั่น เพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดแล้ว อกุศลมูล ๓ คือ โลภะ โทสะ โมหะและกิเลสที่ตั้งอยู่ในฐานเดียวกันกับอกุศลมูลนั้น ได้แก่ เวทนาฉันทะ สัญญาฉันทะ สังขารฉันทะ วิญญาณฉันทะที่สัมปยุตด้วยอกุศลมูลนั้น และกายกรรม วจีกรรม มโนกรรมที่มีอกุศลมูลนั้นเป็นสมุฏฐานธรรมเหล่านี้เรียกว่า บาปอกุศลธรรมที่เกิดแล้ว ภิกษุสร้างฉันทะ พยายาม ปรารถนาคือเพียร ประคองจิต มุ่งมั่นเพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดแล้วเหล่านี้ด้วยประการดังนี้

การสร้างฉันทะ นั้น คือความพอใจ การทำความพอใจ ความเป็นผู้ประสงค์จะทำความฉลาด ความพอใจในธรรม นี้เรียกว่า ฉันทะ ภิกษุทำฉันทะนี้ให้เกิด ให้เกิดด้วยดี ให้ตั้งขึ้น ให้ตั้งขึ้นด้วยดี ให้บังเกิดให้บังเกิดเฉพาะ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า สร้างฉันทะ

การพยายาม นั้น คือการปรารถนาคือเพียรทางใจ สัมมวายามะ นี้เรียกว่า ความพยายาม ภิกษุเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว ประกอบแล้วด้วยความพยายามนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า พยายาม

การปรารถนาคือเพียร ในความเพียร นั้น การปรารถนาคือเพียรทางใจ สัมมวายามะ นี้เรียกว่า ความเพียร เมื่อปรารถนาคือเพียรด้วยดี เสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งความเพียรนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า ปรารถนาคือเพียร

การประคองจิต ในจิต นั้น จิต มโน มานัส มโนวิญญาณธาตุที่เหมาะสมกัน นี้เรียกว่า จิต ภิกษุประคอง ประคองด้วยดี อุปถัมภ์ค้ำชูจิตนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่าประคองจิต

^๘ ดูรายละเอียดใน อภิ.วิ.อ. ๓๕๐/๓๑๐.

การมุ่งมั่น นั้น ความมุ่งมั่น เป็นไฉน ปรารถนาคความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ นี้เรียกว่า ความมุ่งมั่น ภิกษุเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว ประกอบแล้วด้วยการตั้งความเพียรนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า มุ่งมั่นเพียรสร้างกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิด

การสร้างฉันทะ พยายาม ปรารถนาคความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่นเพื่อทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิด เป็นอย่างไร

บรรดาธรรมเหล่านี้ กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด คือ กุศลมูล ๓ อโลกะ อโทสะ และอโมหะ ได้แก่ เวทนาขันธ สัญญาขันธสังขารขันธ และวิญญูณขันธที่สัมปยุตด้วยกุศลมูลนั้น และกายกรรม วจกรรม มโนกรรมที่มีกุศลมูลนั้นเป็นสมุฏฐาน ธรรมเหล่านี้เรียกว่า กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ภิกษุสร้างฉันทะ พยายาม ปรารถนาคความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่นเพื่อทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดด้วยประการฉะนี้

ในคำว่า สร้างฉันทะ ในคำว่า พยายาม ในคำว่า ปรารถนาคความเพียร ในคำว่า ประคองจิต ในคำว่า มุ่งมั่น นั้น ความมุ่งมั่น ใน การปรารถนาคความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ นี้เรียกว่า ความมุ่งมั่น ผู้เข้าไปถึงแล้ว ประกอบแล้วด้วยการตั้งความเพียรนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า มุ่งมั่นเพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดแล้วไม่ให้เสื่อม

การสร้างฉันทะ พยายาม ปรารถนาคความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่นเพื่อความดำรงอยู่ไม่เลือนหาย ภิชโยภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มแห่งกุศลธรรมที่เกิดแล้ว บรรดาธรรมเหล่านั้น กุศลธรรมที่เกิดแล้ว ในกุศลมูล ๓ คือ อโลกะ อโทสะ และอโมหะ ได้แก่ เวทนาขันธ สัญญาขันธสังขารขันธ และวิญญูณขันธที่สัมปยุตด้วยกุศลมูลนั้น และกายกรรม วจกรรม มโนกรรมที่มีกุศลมูลนั้นเป็นสมุฏฐาน ธรรมเหล่านี้เรียกว่า กุศลธรรมที่เกิดแล้ว ภิกษุสร้างฉันทะ พยายาม ปรารถนาคความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่นเพื่อความดำรงอยู่ไม่เลือนหาย ภิชโยภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มแห่งกุศลธรรมที่เกิดแล้วด้วยประการฉะนี้

เพื่อความดำรงอยู่ อธิบายว่า ความดำรงอยู่อันใด นั้นเป็นความไม่เลือนหาย ความไม่เลือนหายอันใด นั้นเป็นความภิชโยภาพ ความภิชโยภาพอันใด นั้นเป็นความไพบูลย์ ความไพบูลย์อันใด นั้นเป็นความเจริญ ความเจริญอันใด นั้นเป็นความบริบูรณ์

การสร้างฉันทะ ในคำว่า พยายาม ในคำว่า ปรารถนาคความเพียร ในคำว่า ประคองจิต ในคำว่า มุ่งมั่น นั้น ความมุ่งมั่น เป็นไฉน การปรารถนาคความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ นี้เรียกว่า ความมุ่งมั่น เป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว ประกอบแล้วด้วยการตั้งความเพียรนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า มุ่งมั่น

๓.๒.๑.๒ อภิธรรมภาษณีย์^๕ ในสัมมปปธาน ๔ ได้แก่

๑) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อป้องกัน สภาวะธรรมที่เป็นบาปอกุศลซึ่งยังไม่เกิดมิให้เกิด

๒) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อเพื่อละ สภาวะธรรมที่เป็นบาปอกุศลธรรมซึ่งเกิดแล้ว

๓) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อเพื่อทำ สภาวะธรรมที่เป็นกุศลซึ่งยังไม่เกิดให้เกิด

๔) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อเพื่อความ ดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย ภิชโยภาย ไพบูลย์ เจริญ เต็มที่แห่งสภาวะธรรมที่เป็นกุศลซึ่งเกิดแล้ว เพียร ป้องกันสภาวะธรรมที่เป็นบาปอกุศลซึ่งยังไม่เกิดมิให้เกิด

การสร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อป้องกัน สภาวะธรรมที่เป็นบาปอกุศลซึ่งยังไม่เกิดมิให้เกิด การเจริญฌานที่เป็นโลกุตตระซึ่งเป็นเหตุนำออก จากวิภูทุกข์ให้ถึงนิพพาน เพื่อละทิฏฐิ เพื่อบรรลุมิเบื้องต้น สัจจจากาม บรรลุปฐมฌานที่เป็น ทุกขาปฏิบัติพาพันธาภิญญา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ภิกษุชื่อว่าสร้างฉันทะ พยายาม ปรารภ ความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่นเพื่อป้องกันสภาวะธรรมที่เป็นบาปอกุศลซึ่งยังไม่เกิดมิให้เกิด

การสร้างฉันทะ คือการทำความพอใจ ความเป็นผู้ประสงค์จะทำ ความฉลาด ความ พยายามในธรรม นี้เรียกว่า ฉันทะ ภิกษุทำฉันทะนี้ให้เกิด ให้เกิดด้วยดี ให้ตั้งขึ้น ให้ตั้งขึ้นด้วยดี ให้ บังเกิดให้บังเกิดเฉพาะ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า สร้างฉันทะ

การพยายาม ในความพยายาม นั้น ปรารภความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความ บากบั่น ความขวนขวายความพยายาม ความอดสาหะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความมุ่งมั่นอย่างไม่ท้อถอย ความไม่ทอดทิ้งฉันทะ ความไม่ทอดทิ้งธุระ ความเอาใจใส่ธุระด้วยดี วิริยะ วิริยอินทรีย์ วิริยพละ สัมมาวายามะ วิริยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า ความพยายาม ภิกษุเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว เข้าไปถึงแล้วด้วยดี เข้ามาถึงแล้ว เข้ามาถึงแล้ว ด้วยดีเข้าถึงแล้ว เข้าถึงแล้วด้วยดี ประกอบแล้วด้วยความพยายามนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า พยายาม

การปรารภความเพียร ใน ความเพียร นั้นปรารภความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ วิ- ริยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า ความเพียร ภิกษุปรารภ ปรารภ ด้วยดี เสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งความเพียรนี้ เพราะฉะนั้น จึงเรียกว่า ปรารภความเพียร

^๕ อภิ.สง. ๓๕/๔๐๘/๓๓๓-๓๔๑.

การประคองจิต ในจิต นั้นจิต มโน มานัส มโนวิญญูณธาตุที่เหมาะสมกัน นี้เรียกว่า จิต ภิกขุประคอง ประคองด้วยดี อุปถัมภ์ค้ำชูจิตนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า ประคองจิต

การมุงมั่น ในสัมมปปธาน นั้น(ความมุงมั่นโดยชอบ) การปรารภความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ วิริยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า สัมมปปธาน สภาวะธรรมที่เหลือชื่อว่าสัมปยุตด้วยสัมมปปธาน เพียรละสภาวะธรรมที่เป็นบาปอกุศลซึ่งเกิดแล้ว

การสร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุงมั่น เพื่อละสภาวะธรรมที่เป็นบาปอกุศลซึ่งเกิดแล้ว การเจริญฉันทะที่เป็นโลกุตตระซึ่งเป็นเหตุนำออกจากวัฏฏทุกข์ให้ถึงนิพพานเพื่อละทิฏฐิ เพื่อบรรลุมิเบื้องต้น สัจจจากาม บรรลุปฐมฌานที่เป็นทุกขาปฏิบัติทันทธาภิัญญา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ภิกขุชื่อว่าสร้างฉันทะพยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุงมั่นเพื่อละสภาวะธรรมที่เป็นบาปอกุศลซึ่งเกิดแล้ว

การสร้างฉันทะ หมายถึงการปรารภความเพียร คือการประคองจิต ในคำว่า มุงมั่น ในสัมมปปธาน นั้นการปรารภความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ วิริยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า สัมมปปธาน สภาวะธรรมที่เหลือชื่อว่าสัมปยุตด้วยสัมมปปธาน เพียรสร้างสภาวะธรรมที่เป็นกุศลซึ่งยังไม่เกิดให้เกิด

การสร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุงมั่น เพื่อทำสภาวะธรรมที่เป็นกุศลซึ่งยังไม่เกิดให้เกิด ก็คือการเจริญฉันทะที่เป็นโลกุตตระซึ่งเป็นเหตุนำออกจากวัฏฏทุกข์ให้ถึงนิพพาน เพื่อละทิฏฐิ เพื่อบรรลุมิเบื้องต้น สัจจจากาม บรรลุปฐมฌานที่เป็นทุกขาปฏิบัติทันทธาภิัญญา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ภิกขุชื่อว่าสร้างฉันทะพยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุงมั่นเพื่อทำกุศลธรรมซึ่งยังไม่เกิดให้เกิด

การสร้างฉันทะ หมายถึงการปรารภความเพียร ปรารภความเพียร ในคำว่า ประคองจิต ในคำว่า มุงมั่น ใน สัมมปปธาน นั้นการปรารภความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ วิริยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า สัมมปปธาน สภาวะธรรมที่เหลือชื่อว่าสัมปยุตด้วยสัมมปปธาน เพียรรักษาสภาวะธรรมที่เป็นกุศลซึ่งเกิดแล้วไม่ให้เสื่อม

การสร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุงมั่น เพื่อความดำรงอยู่ไม่เลือนหาย ภิกขุโยภา พินบูลย์ เจริญเต็มทีแห่งสภาวะธรรมที่เป็นกุศลซึ่งเกิดแล้ว เป็นฉันทะ

การเจริญฉันทะที่เป็นโลกุตตระ ซึ่งเป็นเหตุนำออกจากวัฏฏทุกข์ให้ถึงนิพพาน เพื่อละทิฏฐิ เพื่อบรรลุมิเบื้องต้น สัจจจากาม บรรลุปฐมฌานที่เป็นทุกขาปฏิบัติทันทธาภิัญญา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ภิกขุชื่อว่าสร้างฉันทะพยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุงมั่นเพื่อความดำรงอยู่ไม่เลือนหายภิกขุโยภา พินบูลย์ เจริญเต็มทีแห่งสภาวะธรรมที่เป็นกุศลซึ่งเกิดแล้ว

เพื่อความดำรงอยู่ อธิบายว่า ความดำรงอยู่อันใด นั้นเป็นความไม่เลอะเลือน ความไม่เลอะเลือนอันใด นั้นเป็นความภิชโยภาพ ความภิชโยภาพอันใด นั้นเป็นความไพบูลย์ ความไพบูลย์อันใด นั้นเป็นความเจริญ ความเจริญอันใด นั้นเป็นความบริบูรณ์

การสร้างฉันทะ นั้น คือความพอใจ การทำความพอใจ ความเป็นผู้ประสงค์จะทำ ความฉลาด ความพอใจในธรรม นี้เรียกว่า ฉันทะ ภิกษุทำฉันทะให้เกิด ให้เกิดด้วยดี ให้ตั้งขึ้น ให้ตั้งขึ้นด้วยดี ให้บังเกิดให้บังเกิดเฉพาะ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า สร้างฉันทะ

พยายาม นั้น หมายความว่า การปรารภความเพียรทางใจ ใช้สัมมาวายามะ และวิริยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า ความพยายาม เมื่อเข้าไปถึงแล้ว ประกอบแล้วด้วยความพยายามนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า พยายาม

การปรารภความเพียร นั้น ความเพียร คือ การปรารภความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ วิริยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า ความเพียร ภิกษุปรารภ ปรารภด้วยดี เสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งความเพียรนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า ปรารภความเพียร

การประคองจิต นั้นคือ จิต เป็น มโนวิญญูณาธาตุที่เหมาะสมกัน นี้เรียกว่า จิต ประคองด้วยดี อุปถัมภ์ค้ำชูจิตนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่าประคองจิต

ความมุ่งมั่น ใน สัมมัปปธาน นั้นการปรารภความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ และวิริยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า สัมมัปปธาน สภาวะธรรมที่เหลือชื่อว่าสัมปยุตด้วยสัมมัปปธาน

บรรดาธรรมเหล่านั้น สัมมัปปธาน ถ้านุคคลเจริญฉันทะที่เป็นโลกุตตระซึ่งเป็นเหตุนำออกจากวัฏฏทุกข์ให้ถึงนิพพาน เพื่อละทิฐฐิ เพื่อบรรลุภูมิเบื้องต้น สัจจจากาม บรรลุปฐมฌาน ที่เป็นทุกขาปฏิบัติพาทันชาภิญญา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น การปรารภความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ วิริยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรคนี้เรียกว่า สัมมัปปธาน สภาวะธรรมที่เหลือชื่อว่าสัมปยุตด้วยสัมมัปปธาน

๑.๒.๑.๓ ปัญหาปุจฉะ^{๑๑} ในสัมมัปปธาน ๔ ได้แก่

๑) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อป้องกัน สภาวะธรรมที่เป็นบาปอกุศลซึ่งยังไม่เกิดมิให้เกิด

๒) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น ละ สภาวะธรรมที่เป็นบาปอกุศลซึ่งเกิดแล้ว

๓) สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อทำ สภาวะธรรมที่เป็นกุศลซึ่งยังไม่เกิดให้เกิด

^{๑๑} อภิ.วิ. (ไทย). ๓๕/๔๒๗/๓๓๘.

๔) สร้างฉันทะ พยายาม ปราบภวความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อความดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย ภิชโยภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มที่ แห่งสภาวะธรรมที่เป็นกุศลซึ่งเกิดแล้ว

๓.๒.๑.๔ ติกมตติกาปัจฉา ทุกมตติกาปัจฉา^{๑๑}

๑) สร้างฉันทะ พยายาม ปราบภวความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อป้องกันสภาวะธรรมที่เป็นบาปอกุศลซึ่งยังไม่เกิดมิให้เกิด

๒) สร้างฉันทะ พยายาม ปราบภวความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อละสภาวะธรรมที่เป็นบาปอกุศลซึ่งเกิดแล้ว

๓) สร้างฉันทะ พยายาม ปราบภวความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อทำสภาวะธรรมที่เป็นกุศลซึ่งยังไม่เกิดให้เกิด

๔) สร้างฉันทะ พยายาม ปราบภวความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อความดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย ภิชโยภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มที่ แห่งสภาวะธรรมที่เป็นกุศลซึ่งเกิดแล้ว

๓.๒.๑.๕ ติกมตติกาวิสังขนา กุสลดติกาวิสังขนา (๑-๒๒)^{๑๒}

สัมมัมปธาน ๔ เป็นกุศลอย่างเดียว สัมมัมปธาน ๔ ที่สัมปยุตด้วยสุขเวทนาก็มี ที่สัมปยุตด้วยอกุทขมสุขเวทนาก็มี

สัมมัมปธาน ๔ เป็นเหตุให้เกิดวิบาก

สัมมัมปธาน ๔ กรรมอันประกอบด้วยคณาและทิฏฐิไม่ยึดถือและไม่เป็นอารมณ์ของอุปาทาน

สัมมัมปธาน ๔ กิเลสไม่ทำให้เศร้าหมองและไม่เป็นอารมณ์ของกิเลส

สัมมัมปธาน ๔ ที่มีทั้งวิตกและวิจารณ์ ที่มีไม่มีวิตกมีเพียงวิจารณ์ ที่มีไม่มีทั้งวิตกและวิจารณ์

สัมมัมปธาน ๔ ที่สหระคด้วยปีติก็มี ที่สหระคด้วยสุขก็มี ที่สหระคด้วยอุเบกขาก็มี

สัมมัมปธาน ๔ ไม่ต้องประหารด้วยโสคาปัตติมรรคและมรรคเบื้องบน ๓

สัมมัมปธาน ๔ ไม่มีเหตุต้องประหารด้วยโสคาปัตติมรรคและมรรคเบื้องบน

๓

สัมมัมปธาน ๔ เป็นเหตุให้ถึงนิพพาน

สัมมัมปธาน ๔ เป็นของเสขบุคคล

สัมมัมปธาน ๔ เป็นอัปมาณะ

^{๑๑} อภิ.วิ. (ไทย). ๓๕/๔๒๘/๓๓๘.

^{๑๒} อภิ.วิ. (ไทย). ๓๕/๔๒๘/๓๓๘.

สัมมัตตปธาน ๔ มีอัปมาณะเป็นอารมณ์

สัมมัตตปธาน ๔ เป็นชั้นประณีต

สัมมัตตปธาน ๔ มีสภาวะชอบและให้ผลแน่นอน

สัมมัตตปธาน ๔ ไม่ใช่มีมรรคเป็นอารมณ์

สัมมัตตปธาน ๔ มีมรรคเป็นเหตุ

สัมมัตตปธาน ๔ ที่มีมรรคเป็นอธิบดีก็มี ที่กล่าวไม่ได้ว่า มีมรรคเป็นอธิบดีก็มี

สัมมัตตปธาน ๔ ที่เกิดขึ้นก็มี ที่ยังไม่เกิดขึ้นก็มี แต่กล่าวไม่ได้ว่า จักเกิดขึ้น

แน่นอน

สัมมัตตปธาน ๔ ที่เป็นอดีตก็มี ที่เป็นอนาคตก็มี ที่เป็นปัจจุบันก็มี ที่กล่าวไม่ได้ว่า มีอดีตธรรมเป็นอารมณ์ มีอนาคตธรรมเป็นอารมณ์ หรือมีปัจจุบันธรรมเป็นอารมณ์ก็มี

สัมมัตตปธาน ๔ ที่เป็นภายในตนก็มี ที่เป็นภายนอกตนก็มี ที่เป็นภายในตนและภายนอกตนก็มี

สัมมัตตปธาน ๔ มีกรรมภายนอกตนเป็นอารมณ์

สัมมัตตปธาน ๔ เห็นไม่ได้และกระทบไม่ได้

๓.๒.๑.๖ ทุกมาติกาวินัยนา^{๑๓}

(๑) เหตุโคจลลวินัยนา^{๑๔} ในสัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นเหตุ แต่มีเหตุ

สัมมัตตปธาน ๔ สัมปยุตด้วยเหตุ แต่กล่าวไม่ได้ว่า เป็นเหตุและมีเหตุ หรือมีเหตุแต่ไม่เป็นเหตุ

สัมมัตตปธาน ๔ กล่าวไม่ได้ว่า เป็นเหตุและสัมปยุตด้วยเหตุ หรือสัมปยุตด้วยเหตุแต่ไม่เป็นเหตุ สัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นเหตุแต่มีเหตุ

(๒) จูพันตรทุกวินัยนา^{๑๕}

สัมมัตตปธาน ๔ มีปัจจัยปรุงแต่ง สัมมัตตปธาน ๔ ถูกปัจจัยปรุงแต่ง

สัมมัตตปธาน ๔ เห็นไม่ได้ สัมมัตตปธาน ๔ กระทบไม่ได้

สัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นรูป สัมมัตตปธาน ๔ เป็นโลกุตตระ

สัมมัตตปธาน ๔ จิตบางดวงรู้ได้ สัมมัตตปธาน ๔ จิตบางดวงไม่รู้ได้

(๓) อาสวโคจลลวินัยนา^{๑๖}

^{๑๓} อภิ.วิ. (ไทย). ๓๕/๔๓๐/๓๔๐.

^{๑๔} อภิ.วิ. (ไทย). ๓๕/๔๓๐/๓๔๐.

^{๑๕} อภิ.วิ. (ไทย). ๓๕/๔๓๐/๓๔๐.

^{๑๖} อภิ.วิ. (ไทย). ๓๕/๔๓๐/๓๔๐.

สัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นอาสวะ สัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นอารมณ์ของอาสวะ
 สัมมัตตปธาน ๔ วิปยุตจากอาสวะ สัมมัตตปธาน ๔ กล่าวไม่ได้ว่า เป็น
 อาสวะและเป็นอารมณ์ของอาสวะ หรือเป็นอารมณ์ของอาสวะแต่ไม่เป็นอาสวะ

สัมมัตตปธาน ๔ กล่าวไม่ได้ว่า เป็นอาสวะและสัมปยุตด้วยอาสวะ หรือ
 สัมปยุตด้วยอาสวะแต่ไม่เป็นอาสวะ

สัมมัตตปธาน ๔ วิปยุตจากอาสวะและไม่เป็นอารมณ์ของอาสวะ

(๔) – (๑๐) สัตถุโณชนโคจจกาทิวีสัชนา^{๑๖}

สัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นสังโยชน์ ไม่เป็นคันถะ ไม่เป็นโอฆะ ไม่เป็นโยคะ
 ไม่เป็นนิวรรณ์ ไม่เป็นปรามาส

สัมมัตตปธาน ๔ รับรู้อารมณ์ได้ สัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นจิต

สัมมัตตปธาน ๔ เป็นเจตสิก สัมมัตตปธาน ๔ สัมปยุตด้วยจิต

สัมมัตตปธาน ๔ ระคนกับจิต สัมมัตตปธาน ๔ มีจิตเป็นสมุฏฐาน

สัมมัตตปธาน ๔ เกิดพร้อมกับจิต สัมมัตตปธาน ๔ เป็นไปตามจิต

สัมมัตตปธาน ๔ ระคนกับจิตและมีจิตเป็นสมุฏฐาน สัมมัตตปธาน ๔
 ระคนกับจิตมีจิตเป็นสมุฏฐานและเกิดพร้อมกับจิต

สัมมัตตปธาน ๔ ระคนกับจิตมีจิตเป็นสมุฏฐานและเป็นไปตามจิต
 สัมมัตตปธาน ๔ เป็นภายนอก

สัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นอุปาทายรูป สัมมัตตปธาน ๔ กรรมอันประกอบด้วย
 ตัณหาและทัญญูไม่ยึดถือ

(๑๑) – (๑๓) อุปาทานาโคจจกาทิวีสัชนา^{๑๗}

สัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นอุปาทานกัมมิ ไม่เป็นกิเลสกัมมิ

สัมมัตตปธาน ๔ ไม่ต้องประหารด้วยโสคาปัตติมรรคและมรรคเบื้องบน ๓

สัมมัตตปธาน ๔ ไม่มีเหตุต้องประหารด้วยโสคาปัตติมรรคและมรรคเบื้อง

บน ๓

สัมมัตตปธาน ๔ ที่มีวิตกกัมมิ ที่ไม่มีวิตกกัมมิ

สัมมัตตปธาน ๔ ที่มีวิจารณ์กัมมิ ที่ไม่มีวิจารณ์กัมมิ

สัมมัตตปธาน ๔ ที่มีปีติกัมมิ ที่ไม่มีปีติกัมมิ

สัมมัตตปธาน ๔ ที่สหระคด้วยปีติกัมมิ ที่ไม่สหระคด้วยปีติกัมมิ

^{๑๖} อภิ.วิ. (ไทย). ๓๕/๓๘๕/๓๒๖.

^{๑๗} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/-/๓๔๑.

สัมมัตตปธาน ๔ ที่สหระคด้วยสุขก็มี ที่ไม่สหระคด้วยสุขก็มี
 สัมมัตตปธาน ๔ ที่สหระคด้วยอุเบกขาก็มี ที่ไม่สหระคด้วยอุเบกขาก็มี
 สัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นกามาวจร
 สัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นรูปาวจร
 สัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นอรูปาวจร
 สัมมัตตปธาน ๔ ไม่นับเนื่องในวิภูฏทุกซ์
 สัมมัตตปธาน ๔ เป็นเหตุนำออกจากวิภูฏทุกซ์
 สัมมัตตปธาน ๔ ให้ผลแน่นอน
 สัมมัตตปธาน ๔ ไม่มีกรรมอื่นยิ่งกว่า
 สัมมัตตปธาน ๔ ไม่เป็นเหตุให้สัตว์ร้องไห้

๓.๒.๒ สัมมัตตปธานที่ปรากฏในพระวินัยปิฎก

๓.๒.๒.๑ บทภาษณีย์

ที่ชื่อว่า อุดตริมนุสสธรรม^{๑๙} ได้แก่ ฌาน วิโมกข์ สมาธิ สมาบัติฌานทัสสนะ มรรคภาวนา การทำผลให้แจ้ง การละกิเลส ภาวะที่จิตปลอดจากกิเลส ความยินดีในเรื่องว่าง คำว่า มรรคภาวนา ได้แก่ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัตตปธาน ๔ อธิธิบาท ๔ อินทริย ๕ พละ ๕ โขณงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘

๓.๒.๒.๒ สุทธิกัมคคภาวนา

ในสติปัฏฐาน ๔ สัมมัตตปธาน ๔ และอธิธิบาท ๔ ภิกษุกล่าวเท็จทั้งที่รู้ว่า “ข้าพเจ้าเข้าสติปัฏฐาน ๔ แล้ว” ด้วยอาการ ๓ อย่าง ข้าพเจ้าเข้าสัมมัตตปธาน ๔ อธิธิบาท ๔ แล้ว ข้าพเจ้าเข้าอยู่ ข้าพเจ้าเป็นผู้เข้าแล้ว ข้าพเจ้าเป็นผู้ได้อธิธิบาท ๔ ข้าพเจ้าเป็นผู้ชำนาญ ข้าพเจ้าทำอธิธิบาท ๔ ให้แจ้งแล้ว ต้องอาบัติปาราชิก^{๒๐}

บุคคลที่ต้องการจะกล่าวว่า ได้เข้าเข้าปฐมฌานแล้ว แต่กล่าวเท็จทั้งที่รู้ว่า ข้าพเจ้าเข้าสุญญตวิโมกข์ อนิมิตตวิโมกข์ อัปปณิหิตวิโมกข์ สุญญตสมาธิ อนิมิตตสมาธิ อัปปณิหิตสมาธิ สุญญตสมาบัติ อนิมิตตสมาบัติ อัปปณิหิตสมาบัติ วิชา ๓ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัตตปธาน ๔ อธิธิบาท ๔ อินทริย ๕ พละ ๕ โขณงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ โสดาปัตติผล สกทาคามีผล

^{๑๙} วิ.มหา. ๑/๑๕๕/๑๕๕.

^{๒๐} วิ.มหา. ๑/๒๐๗/๑๕๒.

อนาคามีผล อรหัตตผลแล้ว ด้วยอาการ ๓ อย่าง เมื่อผู้อื่นเข้าใจ ต้องอาบัติปาราชิก เมื่อเขาไม่เข้าใจ ต้องอาบัติถุลลัจจัย^{๒๑}

การกล่าวเท็จทั้งที่รู้ว่า ภิกษุรูปใดอยู่ในวิหารของท่าน ภิกษุรูปนั้นเข้าทุติยฆาน ตติยฆาน จตุตถฆาน สุธัญญทวีโมกษ์ อนิมิตตทวีโมกษ์ อัปณิหิตทวีโมกษ์ สุธัญญตสมาธิ อนิมิตตสมาธิ อัปณิหิตสมาธิ สุธัญญตสมาบัติ อนิมิตตสมาบัติ อัปณิหิตสมาบัติ วิชชา ๓ สติปีฎฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อธิธิบาท ๔ อินทริย์ ๕ พละ ๕ โภชณงค์ ๗ อริยมรรคมืองค์ ๘ โสคาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล และอรหัตตผล เข้าอยู่ เป็นผู้เข้าแล้ว ภิกษุรูปนั้นเป็นผู้ได้อรหัตตผล เป็นผู้ชำนานู ภิกษุรูปนั้นทำอรหัตตผลให้แจ้งแล้ว ด้วยอาการ ๓ อย่าง เมื่อผู้อื่นเข้าใจ ต้องอาบัติถุลลัจจัย เมื่อเขาไม่เข้าใจ ต้องอาบัติทุกกฏ^{๒๒}

๓.๒.๒.๓ ปาจิตตยกัณห์ บอกในสติปีฎฐาน ๔ - อธิธิบาท ๔

คำว่า บอก คือ ภิกษุกล่าวแก่นุสสัมบันว่า “ข้าพเจ้าเข้าสติปีฎฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อธิธิบาท ๔ แล้ว ข้าพเจ้าเข้าอยู่ ข้าพเจ้าเป็นผู้เข้าแล้ว ข้าพเจ้าเป็นผู้ได้อธิธิบาท ๔ ข้าพเจ้าเป็นผู้ชำนานู ข้าพเจ้าทำอธิธิบาท ๔ ให้แจ้งแล้ว” ต้องอาบัติปาจิตตีย์^{๒๓} ประสงค์จะบอกปฐมฆาน จิตปลอดจากราคะ โทสะ และโมหะ

คำว่า บอก คือ บุคคลประสงค์จะกล่าวแก่นุสสัมบันว่า “ข้าพเจ้าเข้าปฐมฆานแล้ว” แต่กล่าวว่า “ข้าพเจ้าเข้าตติยฆาน จตุตถฆาน สุธัญญทวีโมกษ์ อนิมิตตทวีโมกษ์ อัปณิหิตทวีโมกษ์ สุธัญญตสมาธิ อนิมิตต อัปณิหิตสมาธิ สุธัญญตสมาบัติ อนิมิตตสมาบัติ อัปณิหิตสมาบัติ สติปีฎฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อธิธิบาท ๔ อินทริย์ ๕ พละ ๕ โภชณงค์ ๗ อริยมรรคมืองค์ ๘ โสคาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล และอรหัตตผลแล้ว ข้าพเจ้าสละ รากะแล้ว ข้าพเจ้าสละโทสะแล้ว และข้าพเจ้าสละ กาย พัน ละ สลัด เพิก ถอนโมหะขึ้นแล้ว” เมื่อผู้อื่นเข้าใจ ต้องอาบัติปาจิตตีย์ เมื่อเขาไม่เข้าใจ ต้องอาบัติทุกกฏ ประสงค์จะบอกทุติยฆาน จิตปลอดจากโมหะ

คำว่า บอก คือ ภิกษุประสงค์จะกล่าวแก่นุสสัมบันว่า “ข้าพเจ้าเข้าทุติยฆานแล้ว” แต่กล่าวว่า จิตของข้าพเจ้าปลอดจากโมหะ” เมื่อผู้อื่นเข้าใจ ต้องอาบัติปาจิตตีย์ เมื่อเขาไม่เข้าใจ ต้องอาบัติทุกกฏ^{๒๔}

^{๒๑} วิ.มหา. ๑/๒๑๕/๒๐๓.

^{๒๒} วิ.มหา. ๑/๒๒๐/๒๐๘-๒๐๙.

^{๒๓} วิ.มหา. ๒/๓๑/๒๕๘.

^{๒๔} วิ.มหา. ๒/๓๔/๒๖๔.

๓.๒.๒.๔ จัมมขันธกะ โสณโกฬิวัดตุ

โสณโกฬิวัดตุได้รับการบรรพชาอุปสมบทในพุทธสำนัก และเมื่อท่านอุปสมบทได้ไม่นาน ท่านก็อยู่ ณ ป่าสีตวัน ท่านปรารถนาความเพียรอย่างยิ่ง ^{๒๕} เติงจรกรรมจนทำทั้งสองแตร สถานที่ เติงจรกรรมเป็นเนื้อคุดจที่ฆ่าโค ^{๒๖}

๓.๒.๒.๕ ปาติโมกข์ฐปน ขันธกะ อิมัสมีงัมมวินเยอัญญจกริยะ

ธรรมวินัยนี้มีรัตนะมาก มีรัตนะหลายชนิดคือ สติปัญญา ๔ สัมมัปปธาน ๔ อธิชบาต ๔ อินทรี ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ เหมือนมหาสมุทรมีรัตนะมาก มีรัตนะหลายชนิด คือ แก้วมุกดา แก้วมณี แก้วไพฑูรย์ สังข์ สีลา ประพาฬเงิน ทอง ทับทิม แก้วตาแมว ภิกษุทั้งหลายพบเห็นแล้วต่างพากันยินดีในธรรมวินัยนี้ ^{๒๗}

๓.๒.๓ สัมมัปปธานที่ปรากฏในสูตรต้นคปิฎก

๓.๒.๓.๑ มหาปรินิพพานสูตร

ธรรมที่เราแสดงแล้วเพื่อความรู้อย่าง เธอทั้งหลายพึงเรียน เสด็จ เจริญทำให้มากด้วยดีโดยวิธีที่พรหมจรรย์นี้จะพึงตั้งอยู่ได้นาน ดำรงอยู่ได้นาน ข้อนั้นพึงเป็นไปเพื่อเกื้อกูลแก่คนหมู่มาก เพื่อสุขแก่คนหมู่มาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลกเพื่อประโยชน์ เพื่อเกื้อกูล เพื่อสุขแก่เทวดา และมนุษย์ทั้งหลาย คืออะไร คือ สติปัญญา ๔ สัมมัปปธาน ๔ อธิชบาต ๔ อินทรี ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘

ธรรมเหล่านี้ คือ เมื่อพระพุทธรองค์แสดงแล้วเพื่อความรู้อย่าง เธอทั้งหลายพึงเรียน เสด็จ เจริญ ทำให้มากด้วยดีโดยวิธีที่พรหมจรรย์นี้จะพึงตั้งอยู่ได้นาน ดำรงอยู่ได้นาน ข้อนั้นพึงเป็นไปเพื่อเกื้อกูลแก่คนหมู่มาก เพื่อสุขแก่คนหมู่มาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก เพื่อประโยชน์ เพื่อเกื้อกูล เพื่อสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย” ^{๒๘}

๓.๒.๓.๒ สพายตนวิภังคสูตร

เมื่อบุคคลนั้นเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ นี้อย่างนี้ สติปัญญา ๔ ก็ดี สัมมัปปธาน ๔ ก็ดี อธิชบาต ๔ ก็ดี อินทรี ๕ ก็ดี พละ ๕ ก็ดี โพชฌงค์ ๗ ก็ดี ย่อมถึงความเจริญเต็มที ^{๒๙}

^{๒๕} สารตุล.ฎีกา ๓/๘๔/๒๕๒.

^{๒๖} วิ.ม. ๕/๒๔๓/๖.

^{๒๗} วิ.ม. ๓/๒๘๕/๒๘๔.

^{๒๘} ที.ม. ๑๐/๑๘๔/๑๓๑.

^{๒๙} ม.อ. ๑๔/๔๓๓/๔๕๒.

๓.๒.๓.๓ อัครัญญสูตร

การเจริญโพธิปักขิยธรรม วาเสฏฐะและภารทวาชะ กษัตริย์ผู้สำรวมกาย สำรวมวาจา สำรวมใจ อาศัยการเจริญโพธิปักขิยธรรม ๗ หมวดแล้ว จะปรินิพพานในโลกนี้ทีเดียว

แม้พราหมณ์ผู้สำรวมกาย สำรวมวาจา สำรวมใจ อาศัยการเจริญโพธิปักขิยธรรม ๗ หมวดแล้ว จะปรินิพพานในโลกนี้ทีเดียว

แม้แพศย์ผู้สำรวมกาย สำรวมวาจา สำรวมใจ อาศัยการเจริญโพธิปักขิยธรรม ๗ หมวดแล้ว จะปรินิพพานในโลกนี้ทีเดียว

แม้ศูทรผู้สำรวมกาย สำรวมวาจา สำรวมใจ อาศัยการเจริญโพธิปักขิยธรรม ๗ หมวดแล้ว จะปรินิพพานในโลกนี้ทีเดียว

แม้สมณะผู้สำรวมกาย สำรวมวาจา สำรวมใจ อาศัยการเจริญโพธิปักขิยธรรม ๗ หมวดแล้ว จะปรินิพพานในโลกนี้ทีเดียว^{๓๐}

๓.๒.๓.๔ สารสูตร

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ หมู่บ้านพราหมณ์ชื่อสาลา แคว้นโกศล ณ ที่นั่นแล พระผู้มีพระภาครับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่า

“สัตว์ดิรัจฉานเหล่าใดเหล่าหนึ่ง พญาราชสีห์ชาวโลกกล่าวว่าเลิศกว่าสัตว์ดิรัจฉานเหล่านั้น เพราะพลังกำลัง ความเร็ว ความกล้า แม้ฉันใดโพธิปักขิยธรรมเหล่าใดเหล่าหนึ่ง ปัญญาบริษัณทิตกล่าวว่าเลิศกว่าโพธิปักขิยธรรมเหล่านั้น เพราะเป็นไปเพื่อความตรัสรู้ ก็ฉันนั้นเหมือนกัน โพธิปักขิยธรรม อะไรบ้าง คือ

สัทธินทรีย์เป็นโพธิปักขิยธรรม ย่อมเป็นไปเพื่อความตรัสรู้

วิริยินทรีย์เป็นโพธิปักขิยธรรม ย่อมเป็นไปเพื่อความตรัสรู้

สดินทรีย์เป็นโพธิปักขิยธรรม ย่อมเป็นไปเพื่อความตรัสรู้

สมาธินทรีย์เป็นโพธิปักขิยธรรม ย่อมเป็นไปเพื่อความตรัสรู้

ปัญญาบริษัณทิตเป็นโพธิปักขิยธรรม ย่อมเป็นไปเพื่อความตรัสรู้

สัตว์ดิรัจฉานเหล่าใดเหล่าหนึ่ง พญาราชสีห์ชาวโลกกล่าวว่าเลิศกว่าสัตว์เหล่านั้น เพราะพลังกำลัง ความเร็ว ความกล้า แม้ฉันใด โพธิปักขิยธรรมเหล่าใดเหล่าหนึ่ง ปัญญาบริษัณทิตกล่าวว่าเลิศกว่าโพธิปักขิยธรรมเหล่านั้นเพราะเป็นไปเพื่อความตรัสรู้ก็ฉันนั้นเหมือนกัน

^{๓๐} ที.ปา ๑๑/๑๓๘/๑๐๑.

๓.๒.๓.๕ อุโปสถสูตร^{๓๐}

ธรรมวินัยนี้มีรัตนะมาก มีรัตนะหลายชนิด คือ สติปัญญา ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชณงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ เหมือนมหาสมุทรมีรัตนะมาก มีรัตนะหลายชนิด คือ แก้วมุกดา แก้วมณี แก้วไพฑูรย์ สังข์ สีลา แก้วประพาพเงิน ทอง ทับทิม แก้วตาแมว ภิกษุทั้งหลาย การที่ธรรมวินัยนี้มีรัตนะมาก มีรัตนะหลายชนิด คือ สติปัญญา ๔ สัมมัปปธาน ๔ ภิกษุทั้งหลายพบเห็นแล้วต่างพากันยินดีในธรรมวินัยนี้^{๓๑}

๓.๒.๓.๖ ทิสสมตเตยยสุตตนิทเทส^{๓๒}

คำสั่งสอนส่วนปฏิบัติ เป็นอย่างไร คือ การปฏิบัติชอบ การปฏิบัติเหมาะสม การปฏิบัติที่ไม่เป็นข้าศึก การปฏิบัติที่เอื้อประโยชน์ การปฏิบัติธรรมถูกต้องตามหลักธรรม การรักษาศีลให้บริบูรณ์ความเป็นผู้สำรวมอินทรีย์ทั้ง ๖ (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) ความเป็นผู้รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร ความเป็นผู้มีความเพียรเครื่องตั้งอยู่เสมอ สติสัมปชัญญะ สติปัญญา ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชณงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ นี้ชื่อว่าคำสั่งสอนส่วนปฏิบัติ^{๓๓}

๓.๒.๓.๗ ตวภูกสุตตนิทเทส^{๓๔}

คำว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ขอพระองค์โปรดตรัสบอกปฏิปทา อธิบายว่า ขอพระองค์โปรดตรัส คือ โปรดบอก แสดง บัญญัติ กำหนด เปิดเผย จำแนกทำให้ง่าย ประกาศ ปฏิปทา ได้แก่ การปฏิบัติชอบ การปฏิบัติเหมาะสม การปฏิบัติที่ไม่เป็นข้าศึก การปฏิบัติที่เอื้อประโยชน์ การปฏิบัติธรรมถูกต้องตามหลักธรรม การรักษาศีลให้บริบูรณ์ ความเป็นผู้สำรวมอินทรีย์ทั้ง ๖ ความเป็นผู้รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร ความเป็นผู้มีความเพียรเป็นเครื่องตั้งอยู่เสมอ สติสัมปชัญญะ สติปัญญา ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชณงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ นิพพาน และปฏิปทาเครื่องดำเนินไปสู่निพพาน^{๓๕}

ดังนั้น เท่าที่แสดงให้เห็นในเบื้องต้นนั้น สัมมัปปธาน ๔ มีบันทึกไว้ในพระไตรปิฎกทั้งสามหมวด กล่าวคือ พระอภิธรรม พระวินัย และพระสุตตันตปิฎก ที่เรียบเรียงตั้งแต่พระอภิธรรมก่อน แล้วจึงมาพระวินัยนั้นสาเหตุเนื่องจากว่า ในบทพระอภิธรรมนั้นจะตีความหมาย

^{๓๐} บุ.อ. (บาลี) ๒๕/-/ ๒๖๗, บุ.อ. (ไทย) ๒๕/-/๒๖๗.

^{๓๑} บุ.อ. ๒๕/๔๕/๒๖๗.

^{๓๒} บุ.ม. (ไทย) ๒๕/๕๐/๑๗๔.

^{๓๓} บุ.ม. ๒๕/๕๐/๑๗๖.

^{๓๔} บุ.สุ. ๒๕/๕๒๒-๕๔๑/๕๑๔-๕๑๘.

^{๓๕} บุ.ม. ๒๕/๑๕๖/๔๓๖.

และอธิบาย คำว่า สัมมัตถิยา ให้สามารถเข้าใจได้อย่างแจ่มชัด ต่อมาเมื่อรู้ความหมายของ สัมมัตถิยา ได้อย่างแจ่มแจ้งแล้ว จึงยกพระวินัย แสดงบทบัญญัติที่เป็นสิกขาบท ตั้งแต่ปาราชิก ถุลลัจฉัย ทุกกฎ ปาจิตตีย์ และทุกกฎ และสุดท้าย จะหยิบยกพระสูตรต้นตปิฎก ออกมาอธิบาย เชื่อมโยงเข้าสู่หลักโพธิปักขิยธรรม จะสังเกตได้ว่า สัมมัตถิยา ๔ นั้น เป็นหลักธรรมส่วนหนึ่งใน ๗ หมวด เมื่อก้าวถึงสัมมัตถิยา ๔ ครั้งใด หลักธรรมอีก ๖ หมวดที่เหลือ จะถูกหยิบยกมา แสดงด้วยทุกครั้งไป จึงสรุปได้ว่า สัมมัตถิยา ๔ นั้น เป็นหลักธรรมที่สำคัญในองค์ธรรมแห่ง การตรัสรู้ หรือโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนั่นเอง

๓.๓ หลักของสัมมัตถิยา ๔

หลักธรรมและข้อปฏิบัติเพื่อบรรลุความเป็นพระโสดาบัน จะเกิดขึ้นได้นั้น ผู้ปฏิบัติ จะต้องประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมสำคัญซึ่งเป็นทั้งข้อปฏิบัติและเป็นมรรควิธี เพื่อให้เกิดการ บรรลุความเป็นพระโสดาบัน หลักธรรมนี้เรียกว่า โพธิปักขิยธรรม หมายถึง ธรรมที่ก่อเกิดให้เกิด การรู้แจ้ง หรือธรรมที่เกื้อหนุนแก่อริยมรรค^{๓๓} มี ๓๗ ประการ แบ่งเป็น ๗ หมวด คือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัตถิยา ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ ดังนี้

๓.๓.๑ สติปัฏฐาน ๔ แปลว่า ที่ตั้งของสติ หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่ง ทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง^{๓๔} โดยอาศัย กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นฐานมี ๔ อย่าง คือ

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติพิจารณาส่วนประกอบต่างๆ ที่รวมกันเป็น ร่างกายคือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไล่ ใหญ่ ไล่ น้อย อาหารเก่า อาหารใหม่ มันสมอง ดี เสมหะ หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร โดยพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงการรวมตัวกันของ ส่วนประกอบต่างๆ เหล่านั้นไม่ใช่สิ่งที่เที่ยงแท้ยั่งยืน ไม่ใช่ตัวตน

๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา คือ ความรู้สึก เป็นสุขเป็นทุกข์หรือเฉยๆ เมื่อคราวได้เห็นรูป ได้ยินเสียง ได้ดมกลิ่น ได้ลิ้มรส ได้ถูกต้องสัมผัส ด้วยกาย และได้นึกถึงสิ่งต่างๆ ที่เคยสัมผัสมาแล้วทางประสาทสัมผัสทั้ง ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย โดยพิจารณาให้เห็นความเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงความรู้สึก ไม่ใช่สิ่งที่เที่ยงแท้ยั่งยืน ไม่ใช่ตัวตน

^{๓๓} พระเทพเวที (ประยูร ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๓), หน้า ๑๕๗.

^{๓๔} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สื่อดิจิทัล จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๑๔๐.

๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต คือ ความคิดต่างๆ เช่น พิจารณาว่าจิตมีราคะหรือไม่มีราคะ จิตมีโทสะหรือไม่มีโทสะ จิตมีโมหะหรือไม่มีโมหะ โดยพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงความคิด ไม่ใช่สิ่งที่เที่ยงแท้ยั่งยืนไม่ใช่ตัวตน

๔. รัชมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม คือ นิเวศน์ ๕^{๓๕} ชั้น ๕^{๓๖} อายุตนะ ๑๒^{๓๗} โพชนงค์ ๖ และอริยสัจ ๔ โดยพิจารณาให้เห็นว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้น เจริญ บริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร ตามความเป็นจริงของธรรมแต่ละอย่าง

จากการศึกษาพบว่า การเจริญสติปัฏฐาน ๔ เป็นการปฏิบัติธรรมที่ครบถ้วนสมบูรณ์ที่สุด เพราะเป็นทั้งสมถะและวิปัสสนา กล่าวคือ เมื่อจิตสงบจนเกิดสมาธิจนถึงขั้นได้ฌานแล้ว ขณะเดียวกันก็เป็นการพิจารณาอาการเกิดดับของนามรูป ตามอาการที่เป็นจริง จนเกิดปัญญาเข้าใจสภาวะธรรมและเกิดวิปัสสนาญาณในที่สุด พระพุทธองค์ทรงยกย่องและตรัสถึงความสำคัญของสติปัฏฐาน ๔ นี้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว”^{๓๘} เพื่อความหมดจดแห่งสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงโศกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม^{๓๙} เพื่อทำนิพพานให้แจ้ง คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ”^{๔๐} จากพุทธพจน์ นี้ให้เห็นว่า สติปัฏฐาน ๔ นี้ เมื่อบุคคลปฏิบัติดีแล้ว ย่อมได้รับอานิสงส์เป็นความบริสุทธิ์ ทำให้พ้นไปจากความโศกเศร้าเสียใจ ดับความทุกข์โทมนัสลงได้ เข้าใจอริยสัจ ๔ ตลอดสายด้วยปัญญา มุ่งตรงสู่พระนิพพานอย่างแน่นอน

๓.๓.๒ สัมมปปธาน ๔^{๔๑} เป็นองค์ธรรมที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดญาณ เป็นเรื่องของความเพียร ๔ หรือสัมมาวายามะ ได้แก่ความพยายามในทางที่ชอบ ซึ่งเป็นการปฏิบัติในขั้นของจิตใจคือในส่วนของจิตตสิกขา ในข้อธรรมนี้ได้แสดงไว้เป็น ๔ อย่างคือ

๑. สังวรปธาน ได้แก่เพียรระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้นภายในจิตใจ ในขั้นของการปฏิบัตินั้น ทรงสอนให้ปลูกฝังความพอใจในการที่จะสำรวมระวัง เพื่อไม่ให้บาปเกิดขึ้นภายในจิต

^{๓๕} นิเวศน์ ๕ คือ อกุศลธรรมที่คอยขัดขวางจิตไม่ให้บรรลุความดี หรือทำจิตให้เศร้าหมองและทำปัญหาให้อ่อนกำลัง มี ๕ อย่าง คือ (๑) กามฉันทะ ความพอใจในกาม (๒) พยาบาท ความขัดเคืองแค้นใจ (๓) ถีนมิตะ ความหดหู่และเศร้าซึม (๔) อุทธัจจกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ (๕) วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๖๗.)

^{๓๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๒.

^{๓๗} ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๑๔๖/๘๗-๘๘, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๔๖/๑๐๖.

^{๓๘} ที.ม.อ. ๓๗๓/๓๕๕.

^{๓๙} ดูรายละเอียดใน, อจ.ทศก.อ. (๓/๕๑-๕๒/๓๖๗).

^{๔๐} ส.ม. (บาลี) ๑๕/๓๖๗/๑๒๓-๑๒๔, ส.ม. (ไทย) ๑๕/๓๖๗/๒๑๐.

^{๔๑} อจ.จตุกก.๒๑/๖๕/๕๖,๑๔/๒๐,๑๓/๑๕.

อันได้แก่การสำรวจอินทรีย์ทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เวลาเห็นรูปฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรสถูกต้อง โภกฐัพพะ ฐุธรรมารมณ์ด้วยใจ ไม่มีความยินดียินร้ายเกิดขึ้นครอบงำจิตได้ แต่การปฏิบัติเช่นนี้จะต้องอาศัยความพยายาม ประารถความเพียร คือมีการกระทำที่ติดต่อกันไป สามารถสำรวจได้มากน้อยแค่ไหนเพียงใด ก็ประครองจิตไว้ คือรักษาคุณภาพจิตไว้ในฐานะนั้นๆ แล้วก็พยายามสำรวจระวังต่อไป

๒. **ปหานปธาน** เพียรพยายามที่ละบาป ละอกุศล ซึ่งมีอยู่แล้วภายในจิตใจ โดยอาศัยการพิจารณาเห็นโทษของบาป ของอกุศลที่มีอยู่ภายในจิตแห่งตนแล้ว ปลุกฝังความพอใจในอันที่จะละบาปอกุศลเหล่านั้นไปจากจิต และใช้ความพยายาม ประารถความเพียรมีการกระทำติดต่อกันไป สามารถละบาปอกุศลได้ จะมากหรือน้อยก็ตาม ก็พยายามรักษาคุณภาพจิตเอาไว้ในจุดนั้น อย่างที่พระพุทธองค์สอนไว้ว่า “ให้รักษาความดีไว้ เหมือนเกลือรักษาความเค็มจะนั้น”

๓. **ภาวนาปธาน** เพียรพยายามที่จะกระทำให้อกุศลเกิด ได้แก่ความคิดทั้งหลายที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น โดยไม่จำเป็นว่า กุศลความคิดเหล่านั้นจะมากหรือน้อยก็ตาม ให้ปลุกฝังความพอใจในการที่จะเสริมสร้างกุศลคุณงามความดีให้บังเกิดขึ้น แล้วใช้ความพยายามในการสร้างกุศล โดยมีความเพียรที่ติดต่อกันไป ไม่ทำ ๆ หยุด ๆ เมื่อสามารถทำความดีได้มากน้อยแค่ไหนเพียงใดก็ตาม ก็พยายามรักษาคุณภาพจิตไว้สม่ำเสมอ

๔. **อนุรักษนาปธาน** การพยายามรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อมไป ในขั้นนี้ก็มีนัยเช่นเดียวกัน คือต้องปลุกฝังความพอใจ ให้กุศลความคิดมีอยู่ เป็นอยู่ในจิต และใช้ความพยายามที่จะรักษาไว้ โดยมีการกระทำติดต่อกันไป และเมื่อปฏิบัติได้ถูกต้องสมบูรณ์เช่นนี้แล้ว ปริมาณของบาปอกุศลที่ยังไม่เกิดก็ไม่เกิด ที่เกิดแล้วก็จะถูกลดลงไปตามลำดับ ปริมาณของกุศลที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้น เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็จะดำรงอยู่ตลอดไปดังที่มีคำกล่าวไว้ว่า

ลักษณะเหล่านี้เปรียบเหมือนกับน้ำในสระที่ขุ่น เมื่อเราพยายามป้องกันน้ำที่ขุ่นข้นไม่ให้เข้ามา แล้วก็เอาส่วนที่ขุ่นข้นออกไป นำส่วนที่เป็นน้ำใสเข้ามา ปริมาณความขุ่นข้นก็จะเจือจางไปโดยลำดับ ๆ ในที่สุดสระน้ำนั้นจะอยู่ในสภาพพร้อมที่จะใช้สอยบริโภคดื่มกินได้ จิตใจของบุคคลที่จะใช้ความเพียรพยายามผ่านขั้นตอนนี้มาดังที่กล่าวแล้วก็มีลักษณะเช่นเดียวกัน ก็จะเป็นจิตที่สะอาดขึ้นสงบขึ้น

๓.๓.๓ **อิทธิบาท ๔** ^{๕๖} องค์ธรรมที่เป็นเหตุให้ถึงซึ่งความสำเร็จ เรียกว่า อิทธิบาท คำว่า ความสำเร็จที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติให้สมบูรณ์ในอิทธิบาทนั้น หมายถึงความสำเร็จในระดับฌานจิต และมีลักษณะที่เดียว องค์ธรรมของอิทธิบาท ๔ มีลักษณะดังนี้

^{๕๖} พระคันธสารภิกขุ . โภธิปักขิยธรรม , หน้า ๖๐.

๑. **ฉันทะ** ความพอใจหรือความเต็มใจ ความปลงใจกระทำที่เป็นเหตุให้สัมฤทธิ์ผล

๒. **วิริยะ** คือความเพียรพยายามอย่างยิ่งยวด โดยไม่หวั่นไหวต่ออุปสรรคอันตรายต่าง ๆ มีความเข้มแข็งอดทน เอาธุระไม่ทอดทิ้ง เป็นเหตุให้สัมฤทธิ์ผล

๓. **จิตตะ** ความที่มีจิตจดจ่อ ไม่ปล่อยให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไป ปักใจให้มั่นคง อยู่ในองค์ธรรมเหล่านั้น

๔. **วิมังสา** ความไตร่ตรอง หรือทลอง คือหมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญ ตรวจสอบตรวหาเหตุผลและตรวจสอบข้อที่ยังอ่อนในสิ่งที่ทำนั้น มีการวางแผน วัตถุประสงค์ กิเลสวิธีแก้ไข ปรับปรุงให้ดีขึ้นดังที่มีคำกล่าวไว้ว่า

องค์ธรรมอิทธิบาทสี่นี้ จึงชื่อว่าเป็นใหญ่ในความสำเร็จทั้งหลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งหมายเอาความสำเร็จในกิจการงานอันเป็นกุศลแต่ฝ่ายเดียว และเป็น กุศลที่ลดหลั่นกันขึ้นไปโดยลำดับจนถึง โลกุตตรกุศล ถึงมรรค ผล นิพพาน กิจ การงานที่บุคคลธรรมดากระทำซึ่งจะสำเร็จผลนั้น ย่อมไม่อาจจะขาดองค์ธรรม คือ อิทธิบาท ๔ ประการนี้ไปได้ แต่ว่าเวลาปฏิบัตินั้น บางครั้ง บางคราว องค์ธรรม ๔ อย่างนี้มีความยิ่ง ความหย่อนกัน คือบางทีฉันทะมีความแรงกล้า บางทีวิริยะมี กำลังกล้า บางทีจิตตะมีกำลังกล้า บางทีปัญญามีกำลังกล้า ถ้าธรรมใดมีกำลังกล้ามี กำลังมาก ก็เรียกว่า ธรรมที่กล้านั้นแต่องค์เดียวว่า เป็นอิทธิบาทนี้ว่าถึงหลักในการ ปฏิบัติ นี้ก็จะ เป็นใหญ่ในด้านของความเชื่อ การน้อมใจเชื่อสิ่งที่มีเหตุผล โดยเฉพาะ อย่างยิ่งมีความเชื่อมั่นในคุณของ พระรัตนตรัย

๓.๓.๔ อินทรีย์ ๕ ^{๔๗}อินทรีย์ ในโพธิปักขิยธรรม แปลว่า ความเป็นใหญ่ ความเป็น ผู้ปกครองในธรรมที่เป็นฝ่ายดี เฉพาะฝ่ายดีที่จะให้รู้ถึงซึ่ง ญาณ ธรรมะ และอริยสัจจะธรรม อินทรีย์ในโพธิปักขิยธรรมแบ่งออกเป็น ๕ ประการ คือ

๑. **สัทธินทรีย์** การเป็นใหญ่ที่จะสร้างสัทธาปสาทะในอารมณ์ที่เป็นฝ่ายดีให้บังเกิดขึ้นภายในจิต สัทธานั้นแบ่งเป็น ๒ อย่างคือ (๑) **ปกติสัทธา** ได้แก่ความเชื่อใน ทาน สีล ภาวนา อย่างที่สามัญชนทั่วไปประพฤติปฏิบัติกันได้โดยปกติ (๒) **ภาวนาสัทธา** ได้แก่สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐานที่เกิดขึ้นมาจากการปฏิบัติในหลักของกรรมฐานที่ทรงแสดงไว้ สัทธา ชนิดนี้มีกำลังแรงกล้า และแนบแน่นในจิตใจของบุคคลได้เป็นอันมาก สมถภาวนาสัทธานั้น อกุศลจะทำให้เสื่อมได้ยาก ถ้าปฏิบัติไปจนเป็นวิปัสสนาภาวนาสัทธาแล้ว อกุศลไม่อาจจะทำให้ สัทธาเสื่อมไปได้เลย

^{๔๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๖.

๒. **วิริยอินทรีย์** ความเพียรที่สมบูรณ์ ตามหลักของสัมมัปปธานทั้งสี่ประการ คือ เพียรละวางไม่ให้บาปเกิดขึ้น เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรให้กุศลคือความดีบังเกิดขึ้น และเพียรรักษากุศลคือความดีที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อม

๓. **สตินทรีย์** การระลึกอารมณ์อันเกิดขึ้นในสติปัฏฐานสี่ คือการตั้งสติระลึกรู้ที่กาย เวทนา จิต ธรรม น้อมนำจิตให้สงบ เป็นสมถกรรมฐานและใช้ปัญญาพิจารณา กาย เวทนา จิต ธรรม ตามหลักของวิปัสสนากรรมฐาน จนเห็นความจริงแห่งกาย เวทนา จิต ธรรมว่า กาย เวทนา จิต ธรรมนี้ก็สักแต่ว่ากาย เวทนา จิต ธรรมไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขาแต่ประการใด

๔. **สมาธิอินทรีย์** มีหน้าที่ทำจิตของบุคคลให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ของกรรมฐาน จนเป็นเอกัคคตาจิต คือจิตมีอารมณ์เดียว คือได้รูปฌาน ๔

๕. **ปัญญาอินทรีย์** ความรู้ ความเห็น ความเห็นขั้น ๕ อย่างตะ ฐาตุว่าเต็มไป ด้วยโทษเป็นวัฏฏทุกข์ ได้แก่ปัญญาที่สามารถชำระแยกแยะสิ่งทั้งหลายออกไปให้เห็นประจักษ์ ชัดเจนตามความเป็นจริงนั่นเอง ดังมีคำกล่าวไว้ว่า

อินทรีย์ในโพธิปักขิยธรรมนี้ แสดงความเป็นใหญ่ที่จะให้ถึงความตรัสรู้มรรคผล นิพพานสำหรับผู้ปฏิบัติให้ถูกต้องสมบูรณ์ ธรรมะหมวดนี้เป็นหลักปฏิบัติทางจิตใจทำให้ผู้ประพฤติ ปฏิบัติหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลายทั้งปวงโดยตรง ว่าด้วยอินทรีย์

๓.๓.๕ **พละ ๕** ^{๔๘} แปลว่า ธรรมอันเป็นกำลัง หมายถึง คุณธรรมที่ทำให้จิตเข้มแข็งไม่ หวั่นไหวในอกุศลธรรมต่างๆ มี ๕ อย่างคือ

- | | |
|----------------------------|----------------------------|
| ๑. สัทธาพละ (พละคือศรัทธา) | ๒. วิริยพละ (พละคือวิริยะ) |
| ๓. สติพละ (พละคือสติ) | ๔. สมาธิพละ (พละคือสมาธิ) |
| ๕. ปัญญาพละ (พละคือปัญญา) | |

ซึ่งเป็นธรรมหมวดเดียวกันกับอินทรีย์ ๕ แต่ที่เรียกว่า พละ เพราะทำให้จิตของผู้ปฏิบัติ ธรรมเข้มแข็งไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรมต่างๆ คือ ความไม่เชื่อ ความเกียจคร้าน ความขาดสติ ความ ฟุ้งซ่าน และความไม่รู้ จากความหมายนี้ชี้ให้เห็นว่าในการปฏิบัติธรรมนั้น ผู้จะบรรลุธรรมได้ต้องมี สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา กล้าแข็งถึงขั้นปิดกั้นอกุศลธรรมต่างๆ ฝ่ายตรงข้ามไม่ให้เกิดขึ้น

พละ ๕ นี้ เป็นคุณธรรมหมวดหนึ่งที่ทำให้ผู้ปฏิบัติดำเนินไปสู่พระนิพพานได้ ดังที่ พระพุทธองค์ทรงยกย่องไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย แม่น้ำคงคาไหลไปสู่ทิศปราจีน บ่าไปสู่ทิศปราจีน หลากไปสู่ทิศปราจีน แม่น้ำใด ภิภษุก็ฉนั้นเหมือนกัน เมื่อเจริญพละ ๕ ประการ ทำพละ ๕ ประการให้มาก ข้อมน้อมไปสู่นิพพาน โนมไปสู่นิพพาน โอนไปสู่นิพพาน”^{๔๙}

^{๔๘} อภ.วิ. ๓๕/๔๔/๕๑๓-๕๑๔.

^{๔๙} ส.ม. (บาลี) ๑๕/๓๐๕/๒๑๘, ส.ม. (ไทย) ๑๕/๓๐๕/๒๖๕.

๓.๓.๖ โภชนงค์ ^{๕๐} แปลว่า องค์ธรรมเครื่องตรัสรู้หรือยศจลี โภชนงค์เป็นส่วนที่ทำให้เกิดความรู้ คือความรู้ในอริยสัจสี่ หรือที่เรียกว่า มรรคจิต มีลักษณะดังนี้คือ

๑. สติสัมโพชนงค์ สติ คือการระลึกรู้อารมณ์ของสติปัญญาน ๔ เป็นความระลึกที่ต่อเนื่องกันมา จนแก่กล้าเป็นอินทรีย์ เป็นสติพละ เป็นสัมมาสติ ด้วยอำนาจแห่งวิปัสสนาภาวนาสามารถทำลายความประมาทเสียได้ สติที่ฝึกปรือจนมาถึงระดับนี้ เรียกว่า สติสัมโพชนงค์ สามารถเป็นที่เกิดความรู้ในองค์มรรคได้

๒. ฌัมมวิจยสัมโพชนงค์ เป็นองค์ธรรมเครื่องตรัสรู้ ได้แก่ปัญญาที่รู้ นามรูปว่าไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จนแก่กล้าเป็นวิมิงสาในอิทธิบาท เป็นปัญญาอินทรีย์ เป็นปัญญาพละ เป็นสัมมาทิฐิ ด้วยอำนาจแห่งวิปัสสนาภาวนา ซึ่งสามารถทำลาย โมหะ คือความหลงไปได้ ปัญญาที่พัฒนาถึงจุดนี้แหละ เรียกว่า ฌัมมวิจยสัมโพชนงค์ ต้องมีความสามารถที่จะทำให้เกิดมรรคญาณคือความรู้ในองค์มรรคได้

๓. วิริยสัมโพชนงค์ เป็นองค์ธรรมเครื่องตรัสรู้ ได้แก่ความเพียรพยายามในประธาน คือ ความเพียรสี่ประการตามที่กล่าวมาแล้ว แก่กล้ามีวิริยะในอิทธิบาทสี่ เป็นวิริยอินทรีย์ เป็นวิริยะ พละ และเป็นสัมมาวายามะ ด้วยอำนาจแห่งวิปัสสนา ย่อมสามารถทำลายความเกียจคร้านได้วิริยะที่พัฒนาถึงระดับนี้จึงชื่อว่า เป็นวิริยะสัมโพชนงค์

๔. ปิติสัมโพชนงค์ องค์ธรรมเครื่องตรัสรู้ ปิตินั้น แปลว่า ความอิมใจในการเจริญสติปัญญาน ผู้ที่เจริญสติปัญญานนั้น เมื่อมีสติปัญญา มีความเพียรอย่างจริงจังจนเกิดปิติแล้ว จะเกิดปิติเป็นธรรมดา ปิติที่เกิดด้วยอำนาจการเจริญวิปัสสนา ย่อมทำลายความยินดีที่เป็นเหตุให้เกิด ความยินดี ยินร้าย หรือพยายามเสียได้ ให้วิปัสสนาเศร้าหมองไปได้

๕. ปัสสัทธิสัมโพชนงค์ มีความสงบกาย สงบใจ ในการเจริญสติปัญญาน ผู้ที่เจริญสติปัญญานนั้น เมื่อมีสติปัญญา มีความเพียรอย่างแรงกล้าเกิดปิติแล้ว ขณะนั้นปิติกำลังแก่กล้าทำให้จิตตื่นเต้นมาก เมื่ออาการตื่นเต้นสงบลง ปัสสัทธิก็มี่กำลังขึ้น ทำให้จิตและเจตสิกมีความสงบเยือกเย็น ประณีต อาการอย่างนี้มีมากไป ก็อาจจะทำให้สำคัญผิด คิดไปได้ว่า ความสงบนี้แหละคือพระนิพพานก็ได้ เหตุนี้ปัสสัทธิจึงจัดเป็นวิปัสสนูปกิเลส คือเป็นเครื่องที่ทำให้วิปัสสนาเศร้าหมองไปได้

๖. สมာธิสัมโพชนงค์ เป็นองค์ธรรมเครื่องตรัสรู้ สมาธิคือการมีใจตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวอย่างแน่วแน่งนได้ชื่อว่า เป็นสมาธินทรีย์ เป็นสมาธิพละ และเป็นสัมมาทิฐิ สมาธิสัมโพชนงค์มีได้ทั้งฝ่ายสมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา สมาธิเกิดจากสมถภาวนา ก็มี

^{๕๐} ส.ม.๑๕/๕๓/๕๘,ที.ปา.๑๑/๓๒๓/๒๖๔.

บริกรรมสมาธิ อุปลจารสมาธิเป็นสมาธิที่เฉียดใกล้ความสงบเข้าไปมาก และเป็นอัปปมานาสมาธิ คือสมาธิที่แน่วแน่ผลสูงสุดได้แก่สมาบัติ ๘ ส่วนสมาธิในวิปัสสนาได้แก่การพิจารณาเห็นนามรูปตามพระไตรลักษณ์

๓. อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ความรู้มีใจเป็นกลาง ๆ เพราะเห็นความเป็นจริง ไม่ให้เกิดความยินดียินร้ายในอารมณ์กรรมฐาน ย่อมเกิดความชอบใจ ไม่ชอบใจติดตามอยู่เสมอด้วยว่าจิตไม่สามารถตั้งอยู่ในทางสายกลางแน่วแน่นมั่นคง แต่เมื่อจิตตั้งอยู่ได้มั่นคงดีแล้ว อุเบกขาสัมโพชฌงค์ก็จะบังเกิดขึ้น ก็จะทำให้สัทธา ปัญญา วิริยะ สมาธิมีความสม่ำเสมอ และก็จะทำลายนิวรณ์ ๕ ให้สงบลงไป ซึ่งจะเป็นอย่างนี้ไปให้เกิดมรรคญาณขึ้น คือความรู้ในองค์มรรคดังมีคำที่กล่าวไว้ในสัง-ยุตตรนิกายว่า

องค์ธรรมโพชฌงค์ ๗ เหล่านี้จะทำให้มีจักขุ ทำให้มีญาณ มีปัญญา และเป็นที่ตั้งแห่งความเจริญของปัญญา ไม่เป็นไปเพื่อความคับแค้น เป็นไปเพื่อพระนิพพานพระพุทธองค์ตรัสว่า ภิภุในธรรมวินัยนี้ย่อมเจริญสติสัมโพชฌงค์ อันอาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธอันไพบุลย์หาประมาณมิได้ ไม่มีความเบียดเบียน เธอมีจิตอุเบกขา สัมโพชฌงค์อบรมดีแล้ว ย่อมแทงทะลุ ย่อมทำลายกองโลภะที่ยังไม่เคยแทงทะลุ ก็ยังไม่เคยทำลายเสียได้ ย่อมแทงทะลุ ย่อมทำลายกองโมหะที่ยังไม่เคยแทงทะลุ ยังไม่เคยทำลายเสียได้

๓.๓.๗ มรรคมืองค์ ๘ ^{๕๐} หรือ อัญจังกิมมรรค^{๕๑} เรียกเต็มว่า อริยอัญจังกิมมรรค แปลว่า “ทางมืองค์แปดประการ อันประเสริฐ” หรือ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา แปลว่า “ทางข้อปฏิบัติที่นำไปสู่ความดับทุกข์” องค์แปดของมรรค หรือ มัคคังคะ มีดังนี้

๑. สัมมาทิฐฐิ เห็นชอบ ได้แก่ ความรู้อริยสัจจ์ ๔ หรือ เห็นไตรลักษณ์ หรือ รู้ อกุศล และกุศลมูล หรือเห็นปฏิจาสมุปบาท

๒. สัมมาสังกัปปะ คำริชอบ ได้แก่ เนกขัมมสังกัปปี ความคิดปลอดจากกาม ความคิดไม่ ครุ่นข้องหรือเคลือบแฝงด้วยความอยากได้ใคร่เอาแสเสพ คิดในทางสละ ไม่โลก อพยบาทสังกัปปี ความคิดปลอดจากความมุ่งร้ายแค้นเคือง คิดด้วยเมตตา อวิหิงสาสังกัปปี ความคิดปลอดจากการข่มเหงเบียดเบียน คิดเกื้อการุณย์

๓. สัมมาวาจา เจรจาชอบ ได้แก่ เว้นวจีทุจริต ๔ กล่าววีสุจริต ๔

๔. สัมมากัมมันตะ กระทำชอบ ได้แก่ เว้นกายทุจริต ๓ ประกอบกายสุจริต ๓

๕. สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ เว้นมิจฉาชีพ ประกอบสัมมาอาชีพ

๖. สัมมาวายามะ พยายามชอบ ได้แก่ การเพียรพยายามตามหลัก ปธาน ๔ หรือ

^{๕๐} ที.ม.๑๐/๒๕๕/๓๔๘ , ม.ม.๑๒/๑๔๕/๑๒๓ , ม.อุ.๑๔/๓๐๔/๔๕๓ , อภิ.วิ.๓๕/๕๖๕/๓๐๗.

^{๕๑} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๔๐๒/๒๖๖, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๕.

สัมมปปธาน ๔

๗. สัมมาสติ ระลึกชอบ ได้แก่ การมีสติทัน ที่ดำเนินไปตามหลัก สติปัฏฐาน ๔

๘. สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ ได้แก่ การมีสมาธิที่เจริญขึ้นตามหลักฌาน ๔

มรรค หรืออริยมรรคมีองค์ ๘ นี้ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มัชฌิมาปฏิปทา หมายถึงทางสายกลาง และมรรคมีองค์ ๘ นี้ได้ชื่อว่า เป็นพรหมจรรย์ ผลแห่งพรหมจรรย์ก็คือโศคาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล และอรหัตผล^{๓๓} บุคคลปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ ชื่อว่าได้ดำเนินตามทางที่พาไปสู่พระนิพพาน

มรรคมีองค์ ๘ นี้สามารถสรุปลงในหลักไตรสิกขา คือ สติ สมาธิ ปัญญา ได้แก่ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ รวมลงในศีล สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ รวมลงในสมาธิ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ รวมลงในปัญญา

ในโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ คือแบ่งออกเป็น ๗ หมวด ซึ่งในแต่ละหมวด ล้วนแต่มีปัญหาเป็นหลักเพื่อให้เกิดการรู้แจ้งเห็นจริงในสภาวะธรรมทั้งปวง การบรรลุธรรมในระดับต่างๆ เกิดมีขึ้นได้ก็เพราะมีปัญหาเป็นสำคัญ ด้วยเหตุนี้พระพุทธองค์จึงทรงยกย่องปัญหาหรือปัญญินทรีย์ว่าเป็นยอดกว่าธรรมข้ออื่นๆ ในโพธิปักขิยธรรมทุกหมวด^{๓๔} ดังนั้นจะเห็นได้ว่า ในโพธิปักขิยธรรมนี้จะมีปัญญายู่ทุกหมวดธรรม กล่าวคือ ในสติปัฏฐาน ๔ เรียกปัญญายาว่า อนุปัสสนา ในอิทธิบาท ๔ เรียกปัญญายาว่า วิมังสา ในอินทรีย์ ๕ และพละ ๕ เรียกปัญญายาว่า ปัญญาคำเคิม ในโพชฌงค์ ๗ เรียกปัญญายาว่า รัชมวิจยะ และในมรรคมีองค์ ๘ เรียกปัญญายาว่า สัมมาทิฏฐิ

ซึ่งในแต่ละหมวดธรรมมีความสมบูรณ์อยู่ในตัว ดังนั้นผู้ที่ต้องการบรรลุธรรมไม่จำเป็นว่าจะต้องปฏิบัติพร้อมกันทุกหมวด เลือกปฏิบัติตามหมวดใดหมวดหนึ่งก็สามารถที่จะโน้มน้าวจิตใจของผู้ปฏิบัติไปสู่ความหลุดพ้นได้เหมือนกัน เปรียบเหมือนแม่น้ำทุกสาย ไม่ว่าจะยาวหรือสั้น จะกว้างหรือแคบอย่างไร สุดท้ายก็ไหลไปรวมกันลงสู่ทะเลเหมือนกัน

๓.๔ องค์ธรรมของสัมมปปธาน ๔

สัมมปปธาน ๔ มีองค์ธรรมที่เป็นตัวปฏิบัติการคือความเพียร ซึ่งจัดเป็นสังขารชั้น ๓ ดังคัมภีร์วิภังค์ที่ว่า “สัมมปปธาน ๔ ไม่เป็นจิต สัมมปปธาน ๔ เป็นเจตสิก”^{๓๕} ส่วนหนึ่งแห่งสังขารชั้น ๓ ที่เรียกว่าสัมมปปธาน ๔ นี้ หมายถึง ความเพียรชอบ ความเพียรใหญ่ โดยปฏิบัติการใน ๔ หน้าที่คือ สังวรปธาน ได้แก่ เพียรระวังหรือเพียรปิดกั้น คือเพียรระวังยับยั้งบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่

^{๓๓} คุราวละเอียดยใน ต.ม. (บาลี) ๑๕/๓๕/๒๐, ต.ม. (ไทย) ๑๕/๓๕/๓๗.

^{๓๔} คุราวละเอียดยใน ต.ม. (บาลี) ๑๕/๕๒๑/๒๐๐, ต.ม. (ไทย) ๑๕/๕๒๑/๓๓๕.

^{๓๕} อภิ.วิ (บาลี) ๓๕/๔๓๐/๒๕๕, อภิ.วิ (ไทย) ๓๕/๔๓๐/๓๔๐.

เกิดขึ้น มิให้เกิดขึ้น ปหานปธาน ได้แก่ เพียรละหรือเพียรกำจัด คือเพียรละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ภวานาปธาน ได้แก่ เพียรเจริญ หรือเพียรก่อให้เกิดขึ้น คือเพียรทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ให้เกิดขึ้น และ อนุรักษนาปธาน ได้แก่ เพียรรักษา คือเพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นและให้เจริญยิ่งขึ้น ไปจนไปพลุลย์^{๕๖}

องค์ธรรมของสัมมัปปธานทั้ง ๔ นี้ ได้แก่ วิริยเจตสิก ตามสัมปโยคณัย วิริยเจตสิก ประกอบกับจิตได้ ๗๓ หรือ ๑๐๕ ดวง (เว้นอวิริยจิต ๑๖) แต่วิริยเจตสิก ที่เป็นสัมมัปปธานได้ เฉพาะที่ประกอบกับ กุศลญาณสัมปยุตต จิต ๑๗ เท่านั้น คือ มหากุศลญาณ สัมปยุตตจิต ๔, มหัคคตกุศล ๕, มัคคจิต ๔

ส่วนวิริยเจตสิกในอกุศลจิต ๑๒, ที่ในอเหตุกจิต ๒ (คือ มโนทวารว วัชชนจิต ๑ หลิตุปปาตจิต ๑) ที่ในมหากุศลญาณวิปยุตตจิต ๔, ที่ในมหาวิบาก จิต ๘, ที่ในมหาภิกขิตจิต ๘, ที่ในมหัคคตวิบากจิต ๕, ที่ในมหัคคตภิกขิตจิต ๕ และที่ในผลจิต ๔ รวม ๕๖ ดวงนี้ ไม่นับเป็นสัมมัปปธานเพราะ วิริยเจตสิกที่ในอกุศลจิต ๑๒ เป็นสัมมัปปธานไม่ได้ เพราะสัมมัปปธานหมายความว่า การเพียรพยายามโดยชอบธรรม แต่อกุศลจิตเป็นจิตที่ไม่ชอบธรรม ดังนั้นวิริยเจตสิกที่ในอกุศลจิตจึงเป็นสัมมัปปธานไม่ได้แต่เรียกได้ว่าเป็นมิจลาปธาน

วิริยเจตสิกที่ในมโนทวารว วัชชนจิต ๑ เป็นสัมมัปปธานไม่ได้ เพราะ มโนทวารว วัชชนจิตไม่มีหน้าที่ทำชวนกิจประการหนึ่ง และเป็นจิตที่ไม่มีสัมปยุตต เหตุเลขาอีกประการหนึ่ง ความเพียรพยายามนั้นจึงมีกำลังอ่อนไม่เรียกว่าเป็นความ พยายามอันยิ่งยวด ดังนั้น จึงเป็นสัมมัปปธานไม่ได้

วิริยเจตสิกที่ในหลิตุปปาตจิต ๑ เป็นสัมมัปปธานไม่ได้ เพราะจิตดวง นี้เป็นจิตขี้มัวขี้แค้นของพระอรหันต์ การขี้มัวขี้แค้นของพระอรหันต์เป็นแต่เพียงภิกขิต ไม่มี การละอกุศลหรือเจริญกุศลแต่อย่างใดจึงเป็นสัมมัปปธานไม่ได้แต่เรียกได้ว่าเป็นมิจลาปธาน

วิริยเจตสิกที่ในมหากุศลญาณวิปยุตต ๔ เป็นสัมมัปปธานไม่ได้เพราะจิตที่ไม่ประกอบด้วยปัญญา ก็ย่อมมีความเพียรพยายามน้อยเป็นธรรมดา ไม่มากจนถึงกับเรียกว่าเป็นอย่างยิ่งยวดได้ และถ้าหากว่าจะเกิดมีความเพียรพยายาม เป็นอย่างยิ่งยวดขึ้นมา แต่เมื่อไม่ประกอบด้วยปัญญาแล้วไซ้ก็ไม่สามารถที่จะรู้ริยัสัจจ ๔ ได้ดังนั้นจึงเป็นสัมมัปปธานไม่ได้

แต่อีกนัยหนึ่งก็แสดงว่า วิริยเจตสิกที่ในมหากุศลญาณวิปยุตต ๔ ก็เป็น สัมมัปปธานได้ เพราะจิตที่เป็นมหากุศลญาณวิปยุตตที่เกิดขึ้นในขณะที่เจริญสติปัฏฐาน ก็นับว่าเป็นสติปัฏฐาน

^{๕๖} ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๓๑๐/๒๐๑-๒๐๒, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๐/๒๕๓-๒๕๕, อัจจุตฺตก. (บาลี) ๒๑/๑๔/๑๘-๑๙, ๖๕/๘๔/-๘๕, อัจจุตฺตก. (ไทย) ๒๑/๑๔/๒๔-๒๖, ๖๕/๑๑๓-๑๑๔, อภิ.สง. (บาลี) ๓๔/๑๓๓๗/๓๐๖, อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๓๓๗/๓๔๒, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๘๒๐/๓๖๑, วิสุทฺธิ. (ไทย) ๘๒๐/๑๑๐๕.

ได้ดังที่กล่าวแล้วตอนแสดงองค์ธรรมของสติปัญญา นั้น เมื่อเป็นเช่นนี้วิริยะที่ในมหากุศลญาณ วิปยุตต์ ๔ อันเกิดขึ้นในขณะเจริญ สติปัญญา ก็ควรนับเป็นสัมมัตตปธานได้โดยทำนองเดียวกัน ส่วนที่จะบังเกิด ผลเพียงใดหรือไม่ นั่น เป็นอีกเรื่องหนึ่งต่างหาก

วิริยเจตสิกที่ในมหาวิบากจิต ๘ เป็นสัมมัตตปธานไม่ได้ เพราะวิบากจิต ไม่ใช่ชวนจิต จึงไม่มีหน้าที่ทำการละอกุศล ไม่ก่ออกุศล ทำกุศล และเจริญกุศล รวม ๔ อย่าง อันเป็นกิจการงาน โดยเฉพาะของสัมมัตตปธาน มหาวิบากจิตมีหน้าที่ ทำแต่ปฏิสนธิกิจ ภาวังกิจ จุตติกิจ และตทาลัมพณกิจเท่านั้น ดังนั้นจึงเป็น สัมมัตตปธานไม่ได้

วิริยเจตสิกที่ในมหากิริยาจิต ๘ เป็นสัมมัตตปธานไม่ได้ เพราะจิตทั้ง ๘ ดวงนี้เป็นจิตของพระอรหันต์ ซึ่งเรียกว่า อเสกขบุคคล คือบุคคลผู้จบการศึกษาแล้ว ละกิเลสได้เป็นสมุจเฉตปหาน ไม่มีอกุศลใดที่จะต้องละ ต้องระวังอีก รวมทั้งไม่มี กุศลใดที่จะต้องก่อ จะต้องรักษาให้เจริญยิ่ง ๆ ขึ้น ไปอีกแล้ว รวมความมหากิริยาจิต ไม่ต้องทำหน้าที่การทำงานของสัมมัตตปธานนั้นเลย ดังนั้นจึงเป็น สัมมัตตปธานไม่ได้

วิริยเจตสิกที่ในมหัคคตวิบากจิต ๕ เป็นสัมมัตตปธานไม่ได้ เพราะ จิตทั้ง ๕ ดวงนี้ ทำหน้าที่ ปฏิสนธิกิจ ภาวังกิจ จุตติกิจ โดยเฉพาะเพียง ๓ อย่างนี้ เท่านั้น ไม่มีหน้าที่ในชวนกิจเลย จึงไม่มีหน้าที่ทำการ ละอกุศล ไม่ก่ออกุศล ทำกุศล และเจริญกุศลทั้ง ๔ อย่างนี้แต่อย่างใดเลย เมื่อไม่มีหน้าที่ทำกิจการงานของสัมมัตตปธานจึงเป็นสัมมัตตปธานไม่ได้

วิริยเจตสิกที่ในมหัคคตกิริยาจิต ๕ เป็นสัมมัตตปธานไม่ได้ เพราะจิต ๕ ดวงนี้ เป็นจิตของพระอรหันต์ เมื่อเป็นจิตของพระอรหันต์ ก็มีเหตุผลดังกล่าวมาแล้วในมหากิริยาจิตนั้น ดังนั้นจึงเป็นสัมมัตตปธานไม่ได้

วิริยเจตสิกที่ในผลจิต ๔ (หรืออย่างพิสดาร ๒๐) เป็นสัมมัตตปธานไม่ได้ เพราะผลจิต ไม่ได้เป็นผู้กระทำการ ละอกุศล ไม่ก่ออกุศลไม่ทำกุศล และ เจริญกุศล อันเป็นหน้าที่การงาน โดยเฉพาะของสัมมัตตปธานแต่อย่างใด ๆ เลย เป็นแต่เพียงเป็นผู้รับผลเสวยผลที่มีคคจิตได้กระทำการงานทั้ง ๔ นั้นมาให้แล้ว เมื่อ ไม่ได้ทำหน้าที่ของสัมมัตตปธาน จึงเป็นสัมมัตตปธานไม่ได้

จากการศึกษาพบว่า องค์ธรรมนั้นมีจุดมุ่งหมายก็คือ การบรรลुरुธรรม คือการใช้ความเพียรทั้งสี่วาระนี้คือการปฏิบัติแห่งส่วนหนึ่งสังขารขั้นที่เรียกว่า วิริยะ^{๕๓} การนำความเพียรมา กั้นไม่ให้ความโกรธความโลภ และความหลงเกิดขึ้นนี้ คือสังวรปธาน การนำความเพียรนี้มาละ ความโกรธ และความหลงนี้ คือปหานปธาน การนำความเพียรนี้มาทำสมาธิให้เกิดขึ้นนี้ คือภาวนา

^{๕๓} นันทพล โรจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕ กับการบรรลुरुธรรมในเดรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๖๓.

ปธาน และการนำความเพียรนี้มารักษาสัมมาสมาธิที่เกิดขึ้นแล้ว ให้สมาธิตั้งมั่นและเจริญต่อไปนี้ คืออนุรักษนปธาน เป็นหลักปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม เป็นต้น

ฉะนั้นการที่จะบรรลุมรรค ผล นิพพานได้นั้น จะต้องดำเนินไปตามทางสายกลางคือ มัชฌิมาปฏิปทา อันมีสติปัญญา ๔ และมรรคมืองค์ ๘ เป็นจุดเริ่มต้น และจุดที่จะให้สำเร็จ แต่ในขณะที่บรรลุพระนิพพานนั้น โภธิปักขิยธรรมต้องประกอบหมายถึงทำหน้าที่พร้อมเพรียงกัน

การปฏิบัติวิปัสสนาธุระนี้ เป็นสิ่งสำคัญข้อหนึ่งของสังขธรรม ๓ เพราะนอกจากจะ เรียนรู้ปริยัติสังขธรรมแล้ว จะต้องเจริญสังขธรรมข้อ ๒ อันได้แก่ ปฏิบัติสังขธรรม ถ้าปรารถนาจะให้ หลุดพ้นจากวัฏฏทุกข์ มีทางเดียวคือเจริญวิปัสสนามีสติปัญญาและมรรคมืองค์ ๘ เป็นทางเดิน จึง จะสามารถถึงสังขธรรมข้อ ๓ คือ ปฏิเวธสังขธรรมอันนำมาซึ่งสันติสุขอันถาวร

พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญการปฏิบัตินี้ว่า เป็นการบูชาอย่างเยี่ยมยอดแนวทาง วิปัสสนานี้ ถือเอารูปธรรม นามธรรม เป็นกรรมฐาน เอารูปนามเป็น เอารูปนามเป็นทางเดิน โดยมี สติเป็นผู้เฝ้า ปัญญาเป็นผู้รู้เพื่อให้แจ้งแทงตลอดในสภาวะธรรมที่หลงยึดมั่นถือมั่นว่ามีสภาพความ เป็นจริงอย่างไร และละโมหะที่ทำให้หลงงมงายออกเสียได้

พระพุทธเจ้าทรงตรัสเตือนผู้ปรารถนาจะบำเพ็ญวิปัสสนาธุระอย่างถูกต้องและได้ผลสม ความปรารถนา สรุปได้ดังนี้

- ๑) ต้องมีผู้แนะนำสั่งสอน คือมีกัลยาณมิตร
- ๒) มีสถานที่ที่ปฏิบัติที่สงบสงัดเป็นสัปปายะ
- ๓) ต้องมีธรรม ๓ ประการนี้คือ ความตั้งใจจริง ความไม่ประมาท และปัญญา
- ๔) ไม่มีปิลิโพธิ คือ ความไม่กังวลห่วงใยใดๆ ทั้งสิ้น^{๕๔}

^{๕๔} พระภควานาวิสุทธิคุณ (เจริญ จิตฺตโม), กฏแห่งกรรม ธรรมปฏิบัติ เล่ม ๔, (กรุงเทพมหานคร : หอรัตนชัยการพิมพ์, ๒๕๓๓), หน้า ๒๓๕ - ๒๔๔.

บทที่ ๔

ความสัมพันธ์ระหว่างสัมมัตตปธาน ๔ กับสติปัฏฐาน ๔

การศึกษาสัมมัตตปธาน ๔ เป็นหลักธรรมที่สนับสนุนให้บรรลุธรรม แต่การที่จะปฏิบัติให้บรรลุได้นั้นต้องอาศัย สติปัฏฐาน ๔ จึงเป็นหลักสำคัญในการปฏิบัติธรรม เพื่อความพ้นทุกข์ พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า และพระอริยสาวกทั้งหลายใน ๔ อสงไขยแสนกัปนี้และกัปอื่นๆ ได้บรรลุความหมดจดจาก กิเลสด้วยทางสายเดียวคือสติปัฏฐาน ๔ ดังมีหัวข้อวิจัยดังต่อไปนี้

๔.๑ การเจริญสัมมัตตปธาน ๔ ตามแนวสติปัฏฐาน ๔

๔.๒ การสงเคราะห์ สัมมัตตปธาน ๔ เป็นอินทรีย์ ๕ พละ ๕

๔.๑ การเจริญสัมมัตตปธาน ๔ ตามแนวสติปัฏฐาน ๔

การเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ อันเป็นหลักธรรมในโพธิปักขิยธรรม ๓๗ เพราะคำว่า อนุวิจินตย์ องค์ธรรมได้แก่ปัญญา คำว่า อนุสสรํ องค์ธรรมได้แก่สติ เช่นเดียวกับองค์ธรรมในมหาสติปัฏฐานสูตรที่ว่า อาตปปี สมุปชาโน สติมา (มีความเพียรเผากิเลส มีปัญญาข่มขู่ชอบ มีสติ) สำหรับบาทพระคาถาสุดท้ายแสดงผลแห่งการปฏิบัติที่นั่น ซึ่งมีอรรถาธิบายดังนี้

โพธิปักขิยธรรม คือ ธรรมเป็นเครื่องตรัสรู้ เป็นธรรมเกื้อหนุนแก่อริยมรรค ทำให้รู้แจ้งอริยสัจ ๔ จัดว่าเป็นแนวปฏิบัติที่บริบูรณ์ เพื่อความดับทุกข์ มี ๓๗ ประการ คือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัตตปธาน ๔ อทิธบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ บรรดาโพธิปักขิยธรรม ๓๗^๑ ประการนั้น สติปัฏฐาน ๔ เป็นหลักธรรมในการเจริญวิปัสสนา เพราะเมื่อเจริญสติปัฏฐาน ๔ ในกองรูป เวทนา จิตและสภาวะธรรม โดยกำหนดรู้อารมณ์ที่เห็น ได้ยิน สัมผัส และจิตที่กำหนดรู้ในปัจจุบันขณะ ก็ชื่อว่าเจริญสัมมัตตปธาน ๔ กล่าวคือ ไม่เปิดโอกาสให้ออกุศลเกิดขึ้น นอกจากนี้ ยังเป็นการกำจัดอกุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไปอีกด้วย และในขณะที่เดียวกันยังก่อให้เกิดวิปัสสนากุศล ซึ่งยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น พร้อมทั้งยังเป็นการพัฒนา วิปัสสนากุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้

^๑ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ), อริยวงศ์ปฏิบัติ, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๖๔.

ตั้งมั่นและเจริญไปบุลย์ถึงระดับมรรคกุศล จึงกล่าวได้ว่าในทุกข์ในขณะที่ผู้ปฏิบัติธรรมเจริญวิปัสสนา กำหนดรู้สภาวธรรมอยู่นั้น ก็เท่ากับกำลังเจริญสัมมาวายามะหรือสัมมัปปธาน ๔ ซึ่งได้แก่ ๑. พยายามป้องกันไม่ให้กุศลเกิดขึ้น ๒. พยายามขจัดอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ๓. พยายามทำกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ๔. พยายามทำกุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่น และพัฒนาบริบูรณ์

เมื่อเจริญสัมมัปปธาน ๔^๒ ชื่อว่า เจริญอิทธิบาท ๔ คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา. เมื่อเจริญอิทธิบาท ๔ ชื่อว่าเจริญอินทรีย์ ๕ คือ สัทธินทรีย์ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมานินทรีย์ ปัญญินทรีย์ เมื่อเจริญอินทรีย์ ๕ ชื่อว่าเจริญ พละ ๕ คือ สัทธาพละ วิริยพละ สติพละ สมာธิพละ ปัญญาพละ เมื่อเจริญพละ ๕ ชื่อว่าเจริญโพชฌงค์ ๗ คือ สติ ธรรมวิจย วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา. ชื่อว่าเจริญโพชฌงค์ ๗ ชื่อว่าเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ คือ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ จึงกล่าวได้ว่า ในทุกขณะที่ผู้ปฏิบัติธรรมเจริญสติปัฏฐาน ๔ เท่ากับเจริญโพธิปักขิยธรรม ไปพร้อมกัน ดังที่คัมภีร์เนตติอรรถกถากล่าวว่า

เมื่อภิกษุเจริญสติปัฏฐาน ๔ อยู่ สัมมัปปธาน ๔ ย่อมถึงความบริบูรณ์ด้วยภาวนา เมื่อเธอเจริญสัมมัปปธาน ๔ อยู่ อิทธิบาท ๔ ย่อมถึงความบริบูรณ์ด้วยภาวนา เมื่อเจริญอิทธิบาท ๔ อยู่เมื่อ อินทรีย์ ๕ ย่อมถึงความบริบูรณ์ด้วย ภาวนา เมื่อเจริญ อินทรีย์ ๕ อยู่ พละ ๕ ย่อมถึงความบริบูรณ์ด้วยภาวนา เมื่อเจริญพละ ๕ อยู่ โพชฌงค์ ๗ ย่อมถึงความบริบูรณ์ด้วยภาวนา เมื่อเจริญโพชฌงค์ ๗ อยู่ อริยมรรคมีองค์ ๘ ย่อมถึงความบริบูรณ์ด้วยภาวนา ถามว่า เพราะเหตุใด ตอบว่า เพราะโพธิปักขิยธรรมทั้งปวงที่ดำเนินไปสู่การตรัสรู้มีลักษณะอย่างเดียวกัน โดยลักษณะนำหมู่สัตว์ออกจากสังสารวัฏ ธรรมเหล่านั้นย่อมถึงความบริบูรณ์ด้วยภาวนา เพราะมีลักษณะเหมือนกัน”

โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ย่อมประชุมพร้อมกันเสมอ เพราะโพธิปักขิยธรรมทั้ง ๓๗ ต้องบำเพ็ญไปพร้อมๆ กันอย่างนี้ ต่างแต่ว่าในขณะที่กำลังปฏิบัติอยู่นั้นเป็นเพียงบุรพภาคมรรค (มรรคอันมีส่วนในเบื้องต้น) จึงยังไม่เป็นธรรมสมังคี ต่อเมื่อถึงสัจจานุโลมิกญาณ (อนุโลมญาณ) ถึงอริยมรรค (มรรคญาณคือญาณ ๑๔) จึงจะเป็นธรรมสมังคีแท้ โพธิปักขิยธรรมทั้ง ๓๗ ประการ จึงจะเกิดขึ้นพร้อมกันอย่างบริบูรณ์^๔ กล่าวได้ว่า โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนี้ จัดว่าเป็นคุมแห่งพระธรรมจักร ดังมีข้อความว่า

^๒ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสุมมหาเถระ), **อริยวังสปฏิปทา**, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๖๕.

^๓ ชุ.ม. (บาลี) ๒๕/๕๐๑๒๐, ชุ.ม. (ไทย) ๒๕/๕๐/๑๒๔.

^๔ ดูรายละเอียดใน **คัมภีร์ฎีกาธรรมจกัปปวัตตนสูตร** หน้า ๗๒.

โพธิปักขิยธรรมทั้งปวง คือ พระสติปัญญา ๔ ทั้ง ๓๗ ประการนี้จัดเป็นคัมแห่งพระธรรมจักรนั้น เพราะเหตุว่าเป็นที่ประชุมแห่งพระปฏิจสมุปปาทธรรมมีวิชา และสังขารเป็นต้นเป็นเดิม แท้จริงพระโยคาวจรเจ้าเจริญพระสติปัญญาและพระสัมมัปปธาน พระอิทธิบาท นั้นก็ดี เจริญพระอินทรีย์ พละ โขชฌงค์ และอั้งฐังกิมรรคก็จะได้ปราศจากพิจารณาสังขารและวิญญาณ ปราศจากพิจารณานามรูป และสพายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน นั้นหามิได้ แต่ล้วนพิจารณาสังขารเป็นอารมณ์พิจารณานามรูปเป็นอารมณ์พิจารณาสพายตนะ ผัสสะเวทนาเป็นอารมณ์สิ้นด้วยกัน เหตุนี้ พระโพธิปักขิยธรรมทั้งสามสิบเจ็ดมีพระสติปัญญาเป็นอาทิที่จึงจัดเป็นคัมที่ประชุมแห่งคำ อันกล่าว คือ พระปฏิจสมุปปาทธรรมทั้งปวง. นักปราชญ์พึงสันนิษฐานเถิดว่า พระธรรมเทศนาอันพระศาสดาจารย์ตรัสเทศนานั้นมี พระโพธิปักขิยธรรมเป็นคัม มี พระปฏิจสมุปปาทเป็นคำ มีพระจตุราริยสังข์เป็นกง ตรัสเทศนานั้น มีอรรถะไหวถึงกัน สำแดงแต่คัมก็ไหว ถึงตลอดคำตลอดคอง สำแดงแต่คองก็ไหวตลอดคำตลอดคัม สำแดงแต่คำก็มีนัยอันไหวตลอดคัมตลอดคอง^๕

อนึ่งการเจริญสติปัญญา อาจเรียกว่า วิปัสสนาภาวนา (การเจริญวิปัสสนา) จตุสังกรรมฐาน (กรรมฐานที่ทำให้แห่งตลอดสังข์ ๔) และบุรพภาคมรรค (หนทางเบื้องต้นในการบรรลุโลกุตตรธรรม) นอกจากนี้การเจริญภาวนาเพื่อบรรลุพระนิพพานที่ปรากฏในพระสูตรต่างๆ เช่น การเจริญสัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ โขชฌงค์ ๗ และการเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นต้นก็นับเข้าในการเจริญสติปัญญา เพราะสติเป็นหลักสำคัญหากปราศจากสติแล้ว ไม่อาจเจริญธรรมอย่างอื่นได้^๖

หลักการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม คือโพธิปักขิยธรรม ซึ่งมาจากคำว่า “โพธิ” แปลว่า ความรู้หรือการตรัสรู้ และ “ปักขิย” แปลว่า เป็นฝักฝ่ายดังนั้น โพธิปักขิยธรรมจึงหมายถึง ธรรมอันเป็นฝักฝ่ายแห่งความตรัสรู้^๗ คือ เกื้อกูลแก่การตรัสรู้ ธรรมที่เกื้อหนุนแก่อริยมรรค หรือธรรมที่จะยังผู้ปฏิบัติให้ได้บรรลุมรรคผลนิพพาน^๘

^๕ ดูรายละเอียดใน, สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวังสปฏิปทา, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๖๖.

^๖ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๗.

^๗ พระญาณธชะ (แลศีลยาตอ), “ปรมัตตทปิณี”, ในอภิมัตตสังหะและปรมัตตทปิณี, แปลโดย พระคันธสาราภิกขุ, (กรุงเทพมหานคร: ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลด, ๒๕๔๖), หน้า ๖๕๕-๖๖.

^๘ นันทพล โรจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขันธ ๕ กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๔๕.

การปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุเป็นพระอรหันต์นั้น ผู้ปฏิบัติจะดำเนินตามวิธีใดก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าวิธีไหนจะสะดวก และเหมาะสมกับตน ไม่ว่าผู้ปฏิบัติจะเริ่มต้นด้วยวิธีใดก่อน เช่น สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน ย่อมเกื้อกูลสนับสนุนกันจนถึงขั้นบรรลุเป็นพระอรหันต์

๔.๒ การสงเคราะห์ สัมมัตถฐาน ๔ เป็นอินทรีย์ ๕ พละ ๕

อินทรีย์ ๕ นี้คือ ศรัทธาเป็นใหญ่ในการตัดสินใจ เชื่อวิริยะเป็นใหญ่ในการประคับประคองจิตให้ก้าวหน้า สติเป็นใหญ่ในการเกื้อหนุนจิตให้แจ่มชัดด้วยการพิจารณา สมาธิเป็นใหญ่ในการควบคุมจิตไม่ให้ฟุ้งซ่าน ปัญญาเป็นใหญ่ในการทำให้รู้ชัดในเหตุผล ในการปฏิบัติธรรมนั้น ผู้บรรลุธรรมจะต้องมีการตัดสินใจเชื่อ มีความเพียร มีความระลึกถึงหลักปฏิบัติ มีการพิจารณาให้ชัดเจน มีจิตใจมั่นคงไม่หวั่นไหว มีความเข้าใจชัดในเหตุผลของการปฏิบัติ^๕

พละ คือกำลัง หมายถึง คุณธรรมที่ทำให้จิตเข้มแข็ง ไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรมต่าง ๆ มี ๕ ประการ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นหมวดธรรมอย่างเดียวกับอินทรีย์ ๕ ที่เรียกว่า พละ เนื่องจากธรรมหมวดนี้ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีจิตเข้มแข็ง ไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรมต่าง ๆ คือ ความไม่เชื่อ ความเกียจคร้าน ความขาดสติ ความฟุ้งซ่าน ความไม่รู้ จากความหมายนี้ทำให้ทราบว่า ผู้จะบรรลุธรรมได้ต้องมีธรรมหมวดนี้จนถึงขั้นกล้าแข็ง สามารถปิดกั้นอกุศลธรรมต่าง ๆ ได้^๖

พละ ๕ ประการนี้เป็นคุณธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติดำเนินไปสู่นิพพานได้ พระพุทธเจ้าทรงยกย่องผู้ปฏิบัติตามพละ ๕ ไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย แม่น้ำคงคาหลังไหลบ่าไปสู่ทิศปราจีนฉันใด ภิกษุผู้เจริญพละ ๕ ประการ กระทำพละ ๕ ประการให้มาก ชื่อว่าเป็นผู้น้อมไป โอนไปสู่นิพพานได้ฉันทันนั้น”^๗

การศึกษาสงเคราะห์สัมมัตถฐาน ๔ เป็นอินทรีย์ ๕ พละ ๕ ครั้งนี้พบว่า สัมมัตถฐาน ๔ เป็น หลักธรรมที่ประกอบด้วยองค์ ๔ ซึ่งเรียกว่าความเพียร และหลักธรรมที่มีองค์ ๔ ที่รวมเรียกว่าความเพียรนี้ มีปรากฏในหลักธรรมอื่น ๆ อีกมากมาย แต่เมื่อเจาะลึกเข้าไปใน โทธิปักขิยธรรม ซึ่งเป็นหลักธรรมแห่งการตรัสรู้ จะพบว่า ในหลักธรรมแต่ละหมวดจะประกอบด้วยความเพียรทุกหมวด ซึ่งสามารถแสดงให้เห็นได้ดังต่อไปนี้

^๕ ม.ม. (บาลี) ๑๓/๒๔๓/๒๒๒, ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๓/๒๕๒, ทีปนีฎีกา (บาลี) ๓๓/๒๕๐.

^๖ ม.ม. (บาลี) ๑๓/๒๔๓/๒๒๓, ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๓/๒๕๓.

^๗ ส.ม. (บาลี) ๑๕/๓๐๕-๓๑๖/๒๑๘, ส.ม. (ไทย) ๑๕/๓๐๕/๓๖๕.

๔.๒.๑ สติปัญญา ๔ ความหมายของ “สติปัญญา”^{๑๒} คำว่า สติปัญญา มาจาก สติ คือ การระลึกถึง ปัญญา คือ เข้าไปตั้งไว้ สติปัญญา หมายถึง การระลึกถึงที่เข้าไปตั้งไว้ในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม อีกนัยหนึ่ง หมายถึง การระลึกถึงอย่างมั่นคงในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม

คำว่า สติปัญญา มีความหมาย ๓ ประการ คือ

๑. ที่ตั้งของสติ หมายถึง อารมณ์ของสติ ๔ ประเภท อันได้แก่ กองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม ตามนัยนี้ ปัญญา แปลว่า “ที่ตั้ง” ลง ยุ ปัจจัยในอิทธิกณสาธนะ มีรูปวิเคราะห์ว่า ปติภูตติ เหตุตติ ปัญญา, สติยา ปัญญา สติปัญญา (สติปัญญา คือ ที่ตั้งของสติ)

๒. สภาวะที่พึงตั้งไว้ด้วยสติ หมายถึง การล่วงความยินดียินร้าย ตามนัยนี้ ปัญญา แปลว่า “สภาวะที่พึงตั้งไว้” ลง ยุ ปัจจัยในกรรมสาธนะมีรูปวิเคราะห์ ว่า ปญฺญเปตพฺพนติ ปัญญา, สติยา ปัญญา สติปัญญา (สติปัญญา คือสภาวะที่พึงตั้งไว้ด้วยสติ)^{๑๓}

๓. สติที่เข้าตั้งไว้ หรือ สติที่ตั้งไว้มั่น ตามนัยนี้ ปัญญา แปลว่า “เข้าไปตั้งไว้” หรือตั้งไว้มั่น ลง ยุ ปัจจัยในกัตตุสาธนะ มีรูปวิเคราะห์ ว่า ปญฺญาตติ ปัญญา, สติเยว ปัญญา สติปัญญา (สติปัญญา คือ สติที่เข้าไปตั้งไว้ หรือ สติที่ตั้งไว้มั่น) อุปสรรค คือ ป ตามนัยนี้ใช้ในความหมายว่า “เข้าไป, แล่นไป” หรือ “อิง, มั่นคง”^{๑๔}

ในที่นี้ใช้ความหมายที่ ๓ ดังปรากฏในอรรถกถา และฎีกาของมหาสติปัญญาสูตร^{๑๕} สติปัญญา ๔ ใน สติปัญญาวิภังค์ ปัญหาปุจฉะ^{๑๖} กล่าวไว้ว่า สติปัญญา ๔ ได้แก่

๑. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้

๒. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้

๓. พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้

^{๑๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัญญาสูตร, แปลโดย พระคันธสาราภิมัง, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๕), หน้า ๒๔.

^{๑๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๔.

^{๑๔} อ้างแล้ว.

^{๑๕} ที.อ. ๒.๓๖๗.-๖๘, ที.ฎี. ๒.๓๕๗ -๕๘.

^{๑๖} อภิ.วิ ๓๕/๓๘๖/๓๒๔.

๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้

ดังนั้น จะเห็นได้ว่า ความเพียร (อาตาปี)^{๑๑} สัมปชัญญะ (สมุปชาโน)^{๑๒} และสติ (สติมา) เป็นองค์ธรรม ที่มีความสำคัญในหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นอย่างมาก และที่สำคัญเมื่อกล่าวถึง กาย เวทนา จิต และธรรมใน ครั้งใด ก็ต้องมีความเพียรเข้าไปประกอบด้วยทุกครั้งไป

๔.๒.๒ สัมมัปปธาน ๔^{๑๓} เป็นองค์ธรรมที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดญาณ เป็นเรื่องของความเพียร ๔ หรือสัมมาวายามะ ได้แก่ความพยายามในทางที่ชอบ ซึ่งเป็นกรปฏิบัติในขั้นของจิตใจ คือในส่วนของจิตตสิกขา ในข้อธรรมนี้ได้แสดงไว้เป็น ๔ อย่างคือ

๑. สังวรปธาน ได้แก่เพียรระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้นภายในจิตใจ ในขั้นของการปฏิบัติ นั้น ทรงสอนให้ปลุกฝังความพอใจในการที่จะสำรวมระวัง เพื่อไม่ให้บาปเกิดขึ้นภายในจิต อันได้แก่การสำรวมอินทรีย์ทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เวลาเห็นรูปฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้อง โภจทรัพย์ ฐัธรรมารมณ์ด้วยใจ ไม่มีความยินดีอินร้ายเกิดขึ้นครอบงำจิตได้ แต่การปฏิบัติ เช่นนี้จะต้องอาศัยความพยายาม ปรรกความเพียร คือมีการกระทำที่ติดต่อกันไป สามารถสำรวจได้มากน้อยแค่ไหนเพียงใด ก็ประครองจิตไว้ คือรักษาคุณภาพจิตไว้ในฐานะนั้นๆแล้วก็พยายามสำรวมระวังต่อไป

๒. ปหานปธาน เพียรพยายามที่จะละบาป ละอกุศล ซึ่งมีอยู่แล้วภายในจิตใจ โดยอาศัยการพิจารณาเห็นโทษของบาป ของอกุศลที่มีอยู่ภายในจิตแห่งตนแล้ว ปลุกฝังความพอใจใน อันที่จะละบาปอกุศลเหล่านั้นไปจากจิต และใช้ความพยายาม ปรรกความเพียรมีการกระทำติดต่อกัน สามารถละบาปอกุศลได้ จะมากหรือน้อยก็ตาม ก็พยายามรักษาคุณภาพจิตเอาไว้ในจุดนั้น อย่างที่ พระพุทธองค์สอนไว้ว่า “ให้รักษาความดีไว้ เหมือนเกลือรักษาความเค็มจะนั้น”

๓. ภวานาปธาน เพียรพยายามที่จะกระทำให้อกุศลเกิด ได้แก่ความดีทั้งหลายที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น โดยไม่จำเป็นว่า กุศลความดีเหล่านั้นจะมากหรือน้อยก็ตาม ให้ปลุกฝังความพอใจ ในการที่จะเสริมสร้างกุศลคุณงามความดีให้บังเกิดขึ้น แล้วใช้ความพยายามในการสร้างกุศลโดยมีความเพียรที่ติดต่อกันไป ไม่ทำ ๆ หยุด ๆ เมื่อสามารถทำความดีได้มากน้อยแค่ไหนเพียงใดก็ตาม ก็พยายามรักษาคุณภาพจิตไว้สม่ำเสมอ

^{๑๑} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร, แปลโดย พระคันธสาราภิกษุ, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๕), หน้า ๓๐.

^{๑๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๑.

^{๑๓} อ.จตุกก.๒๑/๖๕/๕๖,๑๔/๒๐,๑๓/๑๕.

๔. อนุรักษนาปธาน การพยายามรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อมไป ในขั้นนี้ก็มียุทธเช่นเดียวกัน คือต้องปลูกฝังความพอใจ ให้กุศลความดีมีอยู่ เป็นอยู่ภายในจิต และใช้ความพยายามที่จะรักษาไว้ โดยมีการกระทำสืบทอดกันไป และเมื่อปฏิบัติได้ถูกต้องสมบูรณ์เช่นนี้แล้ว ปริมาณของบาปอกุศลที่ยังไม่เกิดก็ไม่เกิด ที่เกิดแล้วก็จะถูกลดลงไปตามลำดับ ปริมาณของกุศลที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้น เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็จะดำรงอยู่ตลอดไปดังที่มีคำกล่าวไว้ว่า

ลักษณะเหล่านี้เปรียบเหมือนกับน้ำในสระที่ขุ่น เมื่อเราพยายามป้องกันน้ำที่ขุ่นขุ่นไม่ให้เข้ามา แล้วก็เอาส่วนที่ขุ่นขุ่นออกไป นำส่วนที่เป็นน้ำใสเข้ามา ปริมาณความขุ่นขุ่นก็จะเจือจางไปโดยลำดับ ๆ ในที่สุดสระน้ำนั้นจะอยู่ในสภาพพร้อมที่จะใช้สอยบริโภคดื่มกินได้ จิตใจของบุคคลที่จะใช้ความเพียรพยายามผ่านขั้นตอนมาดังที่กล่าวแล้วก็จะมีลักษณะเช่นเดียวกัน ก็จะเป็นจิตที่สะอาดขึ้นสงบขึ้น

๔.๒.๓ อธิธิบาท ๔ ใน อภิธรรมพจนานุกรม^{๒๐} กล่าวถึงวิริยะว่า ภิญญเจริญญอธิธิบาทที่ประกอบด้วยวิริยะสมาธิและปธานสังขาร คือ ภิญญในธรรมวินัยนี้เจริญญานที่เป็นโลกุตตระซึ่งเป็นเหตุนำออกจากวัฏฏทุกข์ให้ถึงนิพพาน เพื่อละทิฏฐิ เพื่อบรรลุมิเบ็องตัน สัจจจากาม บรรลุปฐมฌานที่เป็นทุกขาปฏิบัติทาทัณฑาภิญญญา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ภิญญชื่อว่าเจริญญอธิธิบาทที่ประกอบด้วยวิริยะสมาธิและปธานสังขารบรรดาสภาวธรรมเหล่านั้น วิริยะ คือ การปรารภความเพียรทางใจ สัมมาวายามะวิริยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า วิริยะ

สมาธิ คือ ความตั้งมั่นแห่งจิต สัมมาสมาธิ สมาธิสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า สมาธิ

ปธานสังขาร คือ การปรารภความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ วิริยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า ปธานสังขาร ภิญญเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว ประกอบแล้วด้วยวิริยสมาธิและปธานสังขารนี้ด้วยประการฉะนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า ประกอบด้วยวิริยะสมาธิและปธานสังขาร

วิริยะอธิธิบาท คือ การเจริญญานที่เป็นโลกุตตระซึ่งเป็นเหตุนำออกจากวัฏฏทุกข์ให้ถึงนิพพาน เพื่อละทิฏฐิ เพื่อบรรลุมิเบ็องตัน สัจจจากาม บรรลุปฐมฌานที่เป็น ทุกขาปฏิบัติทาทัณฑาภิญญญา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น การปรารภความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ วิริยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรคนี้เรียกว่า วิริยะอธิธิบาท สภาวธรรมที่เหลือชื่อว่าสัมปยุตต์ด้วยวิริยะอธิธิบาท

^{๒๐} อภิ.สง. ๓๕/๔๔๘-๔๕๐/๓๔๕-๓๕๐.

เมื่อเจาะลึกเข้าสู่หลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับตัวความเพียรหรือวิริยะแล้ว ในวิริยะอธิบาท ก็เป็นการปรารถนาถึงความเพียร บรรดาสภาวะธรรมเหล่านั้น วิริยะ คือ การปรารถนาความเพียรทางใจ สัมมวายามะ วิริยะสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า วิริยะ

๔.๒.๔ อินทรีย์ ๕ คือ ความเพียรที่สมบูรณ์ ตามหลักของสัมมัปปธานทั้ง ๔ ประการ คือเพียรระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้น เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรทำให้กุศลคือความดีบังเกิดขึ้น และเพียรรักษากุศลคือความดีที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อม ด้วยอำนาจแห่งวิริยอินทรีย์

ในสัมมัปปธาน ๔ พึงเห็นความประพฤติแห่งอินทรีย์ ๕ ด้วยอาการ ๒๐ อย่าง คือ พึงเห็นความประพฤติแห่งวิริยอินทรีย์ เพราะมีสภาวะเป็นใหญ่ ในการประคองไว้ ในสัมมัปปธานคือการไม่ทำบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น (และ) ด้วยอำนาจแห่งวิริยอินทรีย์

พึงเห็นความประพฤติแห่งสตินทรีย์ เพราะมีสภาวะตั้งมั่น

พึงเห็นความประพฤติแห่งสมาธิินทรีย์ เพราะมีสภาวะไม่ฟุ้งซ่าน

พึงเห็นความประพฤติแห่งปัญญาอินทรีย์^{๒๑} เพราะมีสภาวะเห็น

พึงเห็นความประพฤติแห่งสัทธาอินทรีย์เพราะมีสภาวะน้อมใจเชื่อ

พึงเห็นความประพฤติแห่งวิริยอินทรีย์ เพราะมีสภาวะเป็นใหญ่ ในการประคองไว้ในสัมมัปปธานคือการละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

พึงเห็นความประพฤติแห่งวิริยอินทรีย์ เพราะมีสภาวะเป็นใหญ่ ในการประคองไว้ในสัมมัปปธานคือการทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

พึงเห็นความประพฤติแห่งวิริยอินทรีย์ เพราะมีสภาวะเป็นใหญ่ ในการประคองไว้ในสัมมัปปธานคือความดำรงอยู่ไม่เลือนหาย ภัยโยธภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มที แห่ง กุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว (และ) ด้วยอำนาจแห่งวิริยอินทรีย์ พึงเห็นความประพฤติแห่งสตินทรีย์ เพราะมีสภาวะตั้งมั่น

พึงเห็นความประพฤติแห่งสัทธาอินทรีย์ เพราะมีสภาวะน้อมใจเชื่อ ด้วยอำนาจแห่ง วิริยอินทรีย์ในสัมมัปปธาน ๔ พึงเห็นความประพฤติแห่งอินทรีย์ ๕ ด้วยอาการ ๒๐ อย่างนี้^{๒๒}

เพราะเหตุนี้จึงจะเห็นได้ว่า วิริยอินทรีย์ คือ ความเพียรที่สมบูรณ์ ตามหลักของสัมมัปปธานทั้ง ๔ ประการ คือเพียรระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้น เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรทำให้

^{๒๑} ที.ปา.(บาลี)๑๑/๓๒๐/๒๑๒,๓๕๕/๒๔๘, ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๒๐/๓๑๐,๓๕๕/๓๕๒, ม.ม. (บาลี) ๑๓/๑๘๒/๑๕๓,๒๔๗/๒๒๐, ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๘๒๑๒๑๑,๒๔๗/๒๕๒, ศ.ม. (บาลี) ๑๕/๔๓๑-๔๘๑/๑๖๕-๑๗๕, ศ.ม. (ไทย) ๑๕/๔๓๑-๔๘๑/๒๕๒-๒๕๓, อัง.ปญจก. (บาลี) ๒๒/๓๐๖/๒๖๘, อัง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๓๐๖/๔๐๘, อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๒๒๐/๑๔๗-๑๔๘, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๒๐/๒๐๐-๒๐๑.

^{๒๒} พุ.ป. ๓๑/๑๕๖/๓๑๕-๓๑๖.

กุศลคือความดีบังเกิดขึ้น และเพียรรักษากุศลคือความดีที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อมเป็นต้น

๔.๒.๕ พละ ๕ ประกอบด้วย ๕^{๒๓} องค์ธรรมที่เป็นตัวปฏิบัติการใน ๕ หน้าที่ได้แก่ สัทธาพละ วิริยพละ สติพละ สมาธิพละ และปัญญาพละ ซึ่งองค์ธรรมทั้งหมดนี้จัดอยู่ในพละ ๕^{๒๔} คือธรรมอันเป็นกำลัง เป็นหลักปฏิบัติทางจิตใจ ให้ถึงความหลุดพ้นโดยตรง ได้แก่ ส่วนหนึ่งแห่งสังขารขั้นที่เรียกว่าสัทธาพละ คือความเชื่อที่เป็นพลัง ทำให้เกิดความมั่นคงเป็นเครื่องต่อต้านความไร้ศรัทธา ส่วนสังขารขั้นที่เรียกว่า วิริยพละ คือความเพียรที่เป็นพลัง ทำให้เกิดความมั่นคงเป็นเครื่องต่อต้านความเกียจคร้าน ส่วนหนึ่งแห่งสังขารขั้นที่เรียกว่าสติพละ คือความระลึกได้ที่เป็นพลัง ทำให้เกิดความมั่นคงเป็นเครื่องต่อต้านความประมาท ส่วนหนึ่งแห่งสังขารขั้นที่เรียกว่าสมาธิพละ คือความตั้งจิตมั่นที่เป็นพลัง ทำให้เกิดความมั่นคงเป็นเครื่องต่อต้านความฟุ้งซ่าน ส่วนหนึ่งแห่งสังขารขั้นที่เรียกว่าปัญญาพละ คือความรู้ทั่วชัดที่เป็นพลัง ทำให้เกิดความมั่นคงเป็นเครื่องต่อต้านความหลง^{๒๕}

เมื่อเจาะลึกเข้าไปในวิริยะพละแล้ว จะเห็นได้ว่าวิริยะพละนั้นเป็นตัวจูงใจ และเข้าประหารอกุศลทั้งหลายทั้งปวง และสุดท้ายจึงได้ชื่อว่าเป็นเครื่องบรรลुरुธรรมพิเศษ

๔.๒.๖ โขขณังค์ ๗ ชื่อว่า วิริยสัมโพชฌงค์ เพราะเป็นองค์ธรรมตรัสรู้ ได้แก่ความเพียรพยายามในประธาน คือ ความเพียร ๔ ประการตามที่กล่าวมาแล้ว แก่กล้ามีวิริยะในอิทธิบาท ๔ เป็นวิริยอินทรีย์ เป็นวิริยะ พละ และเป็นสัมมาวายามะ ด้วยอำนาจแห่งวิปัสสนา ย่อมสามารถทำลายความเกียจคร้านได้ วิริยะที่พัฒนาถึงระดับนี้จึงชื่อว่า เป็นวิริยะสัมโพชฌงค์

ในโพชฌังควิภังค์^{๒๖} สุตตันตภาษณีย์โพชฌังค์ ๗ นัยที่ ๑ กล่าวไว้ว่า บรรดาโพชฌังค์ ๗ เหล่า นั้น วิริยสัมโพชฌงค์ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีความเพียร ความไม่ย่อท้อ อันภิกษุ นั้นผู้วิชัย เลือกสรร ทบทวน สอบสวนธรรมนั้นด้วยปัญญา ประารภแล้ว นี้เรียกว่า วิริยสัมโพชฌงค์

และในโพชฌังค์ ๗ นัยที่ ๒^{๒๗} กล่าวว่า บรรดาโพชฌังค์ ๗ เหล่า นั้น วิริยสัมโพชฌงค์ คือ ความเพียรทางกายก็มี ทางใจก็มี ความเพียรทางกาย ก็คือวิริยสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อ

^{๒๓} นันทพล โรจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕ กับการบรรลुरुธรรมในเดรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตรมหาบัณฑิต. (บัณฑิตวิทยา : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๕๗.

^{๒๔} อภิ.สง. (บาลี) ๓๔/๓๓๘/๘๖, อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๓๓๘/๑๐๑.

^{๒๕} อภิ.วิ. ๓๕/๔๔/๕๑๓-๕๑๔.

^{๒๖} อภิ.วิ. ๓๕/ ๔๖๗/๓๕๘.

^{๒๗} อภิ.วิ. ๓๕/ ๔๖๘/๓๕๙.

ความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้เพื่อนิพพาน ถึงความเพียรทางใจ ก็คือ วิริยะสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน ^{๒๘}

ดังนั้นวิริยะสัมโพชฌงค์นี้ เป็นองค์ธรรมตรัสรู้ ได้แก่ความเพียรพยายามในประธาน คือ ความเพียร ๔ ประการ ตามที่กล่าวมาแล้ว แก่กล้ามีวิริยะในอิทธิบาท ๔ เป็นวิริยอินทรีย์ เป็นวิริยะ พละ และเป็นสัมมาวายามะ ด้วยอำนาจแห่งวิปัสสนา ย่อมสามารถทำลายความเกียจคร้าน ได้วิริยะที่พัฒนาถึงระดับนี้จึงชื่อว่า เป็นวิริยะสัมโพชฌงค์นั่นเอง

๔.๒.๓ มรรคมืองค์ ๘ มรรคมืองค์ ๘ ชื่อว่า สัมมาวายามะ คือ พยายามชอบ ได้แก่ การเพียรพยายามตามหลัก ปธาน ๔ หรือ สัมมัปปธาน ๔ ในมัคควิภังค์ อริยมรรคมืองค์ ๘ นัยที่ ๑ กล่าวว่า บรรดาอริยมรรคมืองค์ ๘ เหล่านี้ สัมมาวายามะ คือ

บุคคลในธรรมวินัยนี้สร้างฉันทะ พยายาม ปรรกความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น

บุคคลในธรรมวินัยนี้สร้างฉันทะ พยายาม ปรรกความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

บุคคลในธรรมวินัยนี้สร้างฉันทะ พยายาม ปรรกความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

บุคคลในธรรมวินัยนี้สร้างฉันทะ พยายาม ปรรกความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อความดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย กิโยภภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มแห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว นี้เรียกว่า สัมมาวายามะ

เพราะเหตุนี้ ตัวสัมมาวายามะ ที่เป็นองค์มรรคนั้น เป็นความเพียรที่ปรากฏใน สัมมัปปธาน ถึงแม้ว่าจะเป็นคุณธรรมที่อยู่ภายในจิตใจของบุคคลก็จริง แต่กระนั้นก็ตาม สัมมาวายามะจะทำหน้าที่ของมันได้ และจะเจริญงอกงามขึ้นได้ ย่อมต้องอาศัยความสัมพันธ์ในวิริยะทั้งหมดที่แทรกอยู่ในหลักธรรมต่าง ๆ ตามหลักโพธิปักขิยธรรม และในทำนองเดียวกันวิริยะนี้ ก็ต้องอาศัยหลักธรรมอื่น ๆ ในหมวดต่าง ๆ ของโพธิปักขิยธรรมด้วย เช่นกันจึงจะสร้างความเจริญงอกงาม ไพบูลย์ได้ และคุณธรรมที่สมบูรณ์เหล่านี้มีความสำคัญต่อการสร้างสรรค์ชีวิตที่ดีงาม และการเข้าถึงจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา

^{๒๘} อภ.วิ. ๓๕/ ๔๖๕/๓๖๐.

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาสัมมัตตปธาน ๔ อันเป็นองค์แห่งการบรรลุธรรม” ผู้วิจัยได้ตั้งวัตถุประสงค์ไว้ ๒ ประการ คือ เพื่อศึกษาการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาสัมมัตตปธาน ๔ ที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม ซึ่งการศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสารศึกษาค้นคว้าเอกสารจากพระไตรปิฎก ภาษาบาลี และภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พร้อมทั้งอรรถาธิบาย คำา เอกสาร งานนิพนธ์ หรืองานวิจัยต่างๆ ของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา ได้บทสรุปที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย ดังต่อไปนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๑.๑ เมื่อศึกษาการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า การเจริญวิปัสสนาคือการเจริญสติปัฏฐาน ๔ พระพุทธองค์ได้ตรัสการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานไว้โดยสังเขป ดังที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร พระสูตรนี้จัดว่าเป็นการประกาศแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นหลักปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์ ดังมีพระดำรัสว่า เอกายโน อภัยกัณฺเฑ มคฺโค สตุคานํ วิสุทฺธิยา โสกปริเทวานํ สมตฺกุกฺกมา ย ทฺกขโทมนสฺसानํ อตุลฺกฺกมา ยญฺยสุส อธิคฺกมา ย นิพฺพานสุส สจฺฉิกิริยา ย ยทิตฺถ จตุตาโร สติปัฏฺฐานา. “ทางนี้เป็นทางเดียวเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะ และปริเทวะ เพื่อความดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุฉวยธรรม เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือ สติปัฏฐาน ๔”

การเจริญวิปัสสนาภาวนาก็คือการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพราะผู้ปฏิบัติวิปัสสนาจะต้องกำหนดรู้รูปนามหรือขั้น ๕ จนจิตมีความสงบนิ่งอยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง จนเกิดปัญญาหยั่งเห็นพระไตรลักษณ์ว่าสังขารขั้นนี้ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน หาแก่นสารมิได้จนถอนอึดใจตัวตนเสียได้ และหลุดพ้นจากกองกิเลสกองทุกข์ทั้งปวง จนกระทั่งบรรลุมรรคผลนิพพาน

การเจริญวิปัสสนาภาวนาก็คือการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพราะผู้ปฏิบัติวิปัสสนาจะต้องกำหนดรู้รูปนามหรือขั้น ๕ จนจิตมีความสงบนิ่งอยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง จนเกิดปัญญาหยั่งเห็นพระไตรลักษณ์ว่าสังขารขั้นนี้ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน หาแก่นสารมิได้จนถอนอึดใจตัวตนเสียได้ และหลุดพ้นจากกองกิเลสกองทุกข์ทั้งปวง จนกระทั่งบรรลุมรรคผลนิพพาน

๕.๑.๒ เมื่อศึกษาสัมมัตถ์ ๔ ที่เกี่ยวเนื่องต่อการบรรลุธรรม พบว่า สัมมัตถ์ ๔ นั้น มีปรากฏในพระไตรปิฎกทั้ง ๓ หมวด กล่าวคือ พระวินัยปิฎก พระสุตตันตปิฎก และพระอภิธรรมปิฎก ส่วนใหญ่แล้วเป็นหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา เพราะเป็น ๑ ใน ๗ ของโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ จะสังเกตได้ว่า เมื่อกล่าวถึง สัมมัตถ์ ๔ ครั้งใด ต้องมีหลักธรรมอีก ๖ หมวด มาประกอบด้วย เพราะแต่ละหมวดนั้น มีความเพียรมาเกี่ยวข้องเสมอ จึงสรุปได้ว่า สัมมัตถ์ ๔ ซึ่งเป็นหลักธรรมหนึ่งใน ๗ หมวด ของโพธิปักขิยธรรม ซึ่งเป็นหลักธรรมที่สำคัญในการตรัสรู้

จากการศึกษาสัมมัตถ์ ๔ ที่มีความเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาแล้ว พบว่า เป็นหลักธรรมที่ประกอบด้วยองค์ ๔ ซึ่งเรียกว่าความเพียร เป็นหลักธรรม มีปรากฏในหลักธรรมอื่น ๆ อีกมากมาย ในโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ซึ่งเป็นหลักธรรมแห่งการตรัสรู้ จะต้องมีความเพียรเข้าไปประกอบด้วยทุกครั้งไป

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๕.๒.๑. ข้อเสนอแนะทั่วไป

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาสัมมัตถ์ ๔ อันเป็นองค์แห่งการบรรลุธรรม งานวิจัยนี้สามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างดียิ่ง ไม่ว่าจะเป็นการปฏิบัติสมณะ-วิปัสสนา หรือแม้แต่การดำรงชีวิตในสังคมปัจจุบัน เช่น ในสถาบันต่างๆ อาทิ สถาบันครอบครัว โรงเรียน หรือแม้แต่การประกอบสัมมาอาชีพต่าง ๆ สามารถที่จะนำความรู้นี้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ไม่จำกัดกาล เมื่อกล่าวถึงสัมมัตถ์ ๔ เป็นการปรารถนาถึงความเพียรนั่นเอง และความเพียรนี้ เป็นคุณธรรมอยู่ภายในจิตใจของบุคคลก็จริง แต่กระนั้นก็ตาม ความเพียรนี้จะทำหน้าที่ของมันได้ และจะเจริญงอกงามขึ้นได้ ย่อมต้องอาศัยความสัมพันธ์จากโลกภายนอก กล่าวคือ การวางท่าที ตอบสนอง และจัดการกับอารมณ์ต่าง ๆ ที่รับรู้เข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ บ้าง การแผ่ขยายความเพียรนั้นจากภายในจิตใจออกไปเป็นการกระทำ ความประพฤติ การดำเนินชีวิต และการประกอบกิจการต่าง ๆ บ้าง สภาพแวดล้อมภายนอกที่เอื้อหรือไม่เอื้อ มีอิทธิพลต่อการประกอบความเพียรและความเจริญงอกงามของคุณธรรมภายใน ทั้งในทางเกื้อกูล และในทางขัดขวางบั่นทอนบ้างเฉพาะอย่างยิ่ง ความเพียรพยายามในการประพฤติปฏิบัติธรรม ชนิดที่ขยายออกเป็นการกระทำภายนอกและซึ่งกระทำกันอย่างเป็นทางการ ที่เรียกว่า “ปธาน” นั้นต้องเกี่ยวข้องและอิงอาศัยปัจจัยแวดล้อมภายนอกเป็นอันมาก ทั้งปัจจัยแวดล้อมทางร่างกาย ทางธรรมชาติ เมื่อกล่าวถึงบทบาทและความสำคัญของปัจจัยแวดล้อม

ภายนอกเหล่านั้น มีความสำคัญต่อการสร้างสรรค์ชีวิตที่ดีงาม และการเข้าถึงจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา

บุคคลในธรรมวินัยนี้สร้างนันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ปรองคองจิตมุ่งมั่นเพื่อความดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย ภิชโยภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มทีแห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว นี้เรียกว่า สัมมาวายามะ

ดังนั้น สัมมัปปธาน ๔ เมื่อปฏิบัติวิปัสสนากาวานาตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งจะต้องประกอบด้วยหลักธรรมสำคัญ ๓ ประการ กล่าวคือ อาตปปี (ความเพียร) สติมา (สติ) และ สมุปชานโน (สัมปชัญญะ) และหนึ่งในสามของหลักธรรมที่อ้างมานี้ก็คือความเพียร ความเพียรในที่นี้เน้นเนื่องเข้าในความเพียร ๔ ประการของสัมมัปปธาน ๔ นั่นเอง ต่อมาเป็นอิทธิบาท ๔ ซึ่ง วิริยะอิทธิบาท นั้น เป็นหลักธรรมที่อ้างถึงความเพียรในสัมมัปปธาน ๔ ด้วยเช่นกัน จากนั้นก็เป็นอินทริย์ ๕ และ พละ ๕ ซึ่ง วิริยอินทริย์ และวิริยะพละ ก็เป็นความเพียรที่อ้างเอาความเพียรในสัมมัปปธานเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยเช่นเดียวกัน ส่วนในโพชฌงค์ ๗ นั้น วิริยะสัมมโพชฌงค์ ก็อ้างเอาวิริยะในสัมมัปปธาน ๔ ด้วย และสุดท้าย อริยมรรคมีองค์ ๘ ในสัมมาวายามะนั้น ก็ต้องอ้างเอาความเพียร ๔ ในสัมมัปปธานด้วยเช่นกัน จึงสรุปได้ว่า ความเพียรเป็นหัวใจสำคัญในการบรรลุธรรม ถ้าขาดความเพียรแล้ว การบรรลุคุณธรรมในขั้นต่าง ๆ ก็จะเป็นไปไม่ได้เลย

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป ผู้วิจัย มีข้อเสนอแนะ ดังนี้

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ สามารถนำความรู้ในครั้งนี้อย่างต่อเนื่องไปต่อยอดเพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจเพิ่มมากขึ้น ดังต่อไปนี้

๑) ศึกษาสัมมัปปธาน ๔ ในการปฏิบัติวิปัสสนากาวานาในสำนักปฏิบัติธรรม ที่ปฏิบัติวิปัสสนากาวานา ตามแนวสติปัฏฐาน ๔

๒) ศึกษาหลักสัมมัปปธาน ๔ อันเป็นองค์ในการบรรลุธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๓) ศึกษาสัมมัปปธาน ๔ ที่เกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติวิปัสสนากาวานา ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

ดังนั้น การที่ต้องเน้นความสำคัญของความเพียร นอกจากเหตุผลข้างอื่นแล้ว ย่อมสืบเนื่องมาจากหลักพื้นฐานของพระพุทธศาสนาที่ว่า สังขธรรมเป็นกฎธรรมชาติหรือหลักความจริงที่มีอยู่โดยธรรมดา พระพุทธเจ้าหรือพระศาสดามีฐานะเป็นผู้ค้นพบหลักความจริงนั้น แล้วนำมาเปิดเผยแก่ผู้อื่น การได้รับผลจากการปฏิบัติ เป็นเรื่องของความเป็นไปอันเที่ยงธรรมตามเหตุปัจจัยในธรรมชาติ พระศาสดามีใช้ผู้บันดาล เมื่อเป็นเช่นนี้ ทุกคนจึงจำเป็นต้องเพียรพยายามสร้าง

ผลสำเร็จด้วยเรี่ยวแรงของตน ไม่ควรคิดหวังและอ่อนวอนขอผลที่ต้องการโดยไม่กระทำ หลักพุทธศาสนาในเรื่องนี้ จึงมีว่า

คุมฺเหหิ กิจฺจํ อาตปฺปํ อกุขาตาโร ตถาคตา “ความเพียร ท่านทั้งหลายต้องทำเอง พระตถาคตทั้งหลายเป็นแต่ผู้บอก (ทาง) ให้”

เพราะเหตุนี้ ความเพียรเป็นคุณธรรมสำคัญยิ่งข้อหนึ่งในพระพุทธศาสนา และในหมวดธรรมที่เกี่ยวกับการปฏิบัติแทบทุกหมวดในโพธิปักขิยธรรม จะพบความเพียรแทรกอยู่ด้วยในชื่อใดชื่อหนึ่ง การเน้นความสำคัญของธรรมข้อนี้ อาจพิจารณาได้จากพุทธพจน์ เช่น

ธรรมนี้ เป็นของสำหรับผู้ที่ปรารถนาความเพียร มิใช่สำหรับคนเกียจคร้าน บุคคลรู้ชัดถึงคุณของธรรม ๒ ประการ คือ ความเป็นผู้ไม่สันโดษในกุศลธรรมทั้งหลาย และความเป็นผู้ไม่ยอมถอยหลังในการบำเพ็ญเพียร

เพราะฉะนั้นพึงศึกษาดังนี้ว่า เราจักตั้งความเพียรอันไม่ถอยหลัง ถึงจะเหลือแต่หนังเอ็น และกระดูก เนื้อและเลือดในสรีระจะแห้งเหือดไปก็ตาม ยังไม่บรรลุมรรคที่บุคคลพึงบรรลुได้ถึง ด้วยเรี่ยวแรงของบุรุษ ด้วยความเพียรของบุรุษ ด้วยความบากบั่นของบุรุษแล้ว ที่จะหยุดยั้งความเพียรเสีย เป็นอันไม่มี ท่านทั้งหลายพึงศึกษาฉะนี้แล”

จากการศึกษาวิจัยเรื่องนี้ และการทบทวนงานวิจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง กับสัมมัตตปธาน ๔ และการบรรลุมรรค ซึ่งให้เห็น ความสำคัญกับในการปฏิบัติ เพราะการปฏิบัติธรรมนั้นต้องให้ตรงกับจริตของตน ผลของการปฏิบัติย่อมได้ผลดี ดังนั้น สำหรับงานวิจัยในครั้งต่อไป ควรที่จะศึกษาวิจัยเชิงทดลอง ศึกษาสัมมัตตปธาน ๔ ที่เกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งศึกษาข้อมูล โดยการตรวจสุขภาพและจิตจากแพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญ เฉพาะทาง เพื่อเป็นข้อมูลทางกายภาพของผู้ปฏิบัติและสามารถเปรียบเทียบหลังการปฏิบัติ ในช่วงระหว่างเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ให้มีการศึกษาข้อมูล และวิเคราะห์ผลการปฏิบัติโดยผู้เชี่ยวชาญ จากผลการปฏิบัติควรให้มีการประเมินผลอย่างรอบด้าน ทั้งทางกายและทางจิต พร้อมปัญหาอุปสรรคต่างๆ ทั้งทางโลกและทางธรรม และสรุปผลการวิจัย ซึ่งผลงานวิจัยดังกล่าวนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อพุทธบริษัทและต่อพระพุทธศาสนาเป็นอย่างยิ่ง

บรรณานุกรม

๑. ภาษาบาลี – ไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาฯ ตีพิมพ์ ๒๕๐๐

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาฯ อรรถกถา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๒. ๒๕๓๓-๒๕๓๔.

_____. ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาฯ ฎีกา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕. โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๕-๒๕๔๕.

_____. ปกรณ์วิเสศภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาฯ ปกรณ์วิเสศ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๕-๒๕๔๓.

มหาวมกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับสยามรัฐ ตีพิมพ์ ๒๕๒๕.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวมกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๕.

_____. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด ๕๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวมกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ :

บรรจบ บรรณรุจิ. อตีติมหาสาวก. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๓๖.

พระคันธสาราภิวังค์, พระอนุรุทธะและพระญาณธชะ. อภิธรรมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี.

กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖.

พระครูวิมลธรรมรังสี (สุภาพ เขมรสี), พุทธวิปัสสนา, กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก, ๒๕๔๐.

- _____ . **โพธิปักขิยธรรม**. กรุงเทพมหานคร : บริษัทบุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๕.
- _____ . **วิปัสสนาภัย เล่ม ๒**. แปลโดย พระคันธสาราภิงศ์. นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอ ไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๐.
- พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. **ปทานุกรม บาลี ไทย อังกฤษ สันสกฤต**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗.
- พระญาณชชะ (แลตีสยาตอ). **อภิธรรมตถสังหะและปรมัตถทีปนี**. แปลโดย พระคันธสาราภิงศ์. กรุงเทพมหานคร : ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลด, ๒๕๔๖.
- แนบ มหานิราณนท์, **แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนา วิสุทธิ ๗**, กรุงเทพมหานคร : หจก.ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๘.
- พระเทพสิทธิมนี. **วิปัสสนาญาณโสภณ**. สำนักพิมพ์กุ่มมอร์นิ่งและวันเวลด์. ๒๕๔๘.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). **พุทธธรรม ฉบับขยายความ**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- _____ . **พุทธธรรม**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- _____ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- พระธรรมธีรราชฆาโมณี (โชคก ญาณสิทธิเถร). **โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ**. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.
- _____ . **คำถามคำตอบเรื่องวิปัสสนากรรมฐาน**, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.
- ชนิด อยู่โพธิ์, **อานิสงส์วิปัสสนากรรมฐาน**, ๒๕๓๕.
- พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตญาโณ). **นิเทศธรรม**. กรุงเทพมหานคร : ชีรพงษ์การพิมพ์, ๒๕๓๗.
- พระศรีวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณฺโณ). **วิปัสสนาภาวนา**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สุทธินิสาการพิมพ์, ๒๕๓๑.
- พระสัทธัมมโชติกะ ธรรมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ สมถกรรมฐานทีปนี**, ๒๕๓๘.
- พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ). **นิพพานกถา**. แปลโดย พระคันธสาราภิงศ์. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย.
- _____ . **ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร**. แปลโดย พระคันธสาราภิงศ์. กรุงเทพมหานคร : ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์จำกัด, ๒๕๕๔.

_____ . **มหาสติปัญญาสูตร**. แปลโดย พระคันธสารากวีวงศ์. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์ ๒๕๔๕.

_____ . **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**. แปลโดย พระคันธสารากวีวงศ์. นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘.

พระมหาอุเทน ปัญญาปริทัตต์, **วิปัสสนาภาวนา**, กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๖.

พระภิกษุวิสุทธิคุณ (จรัญ จิตฺตมฺโม), **คู่มือวิปัสสนาจารย์**, (กรุงเทพมหานคร : หอรัตนชัยการพิมพ์, ๒๕๓๓).

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสम्मมหาเถระ), **อริยวังสปฏิปทา**, แปลโดย พระคันธสารากวีวงศ์. กรุงเทพมหานคร : หจก.ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔.

พระอุดมวิद्याเถระ (โชคก ญาณสิทธิ ป.ธ. ๕), **วิปัสสนากรรมฐาน เล่ม ๔**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัสรมอักษร, ๒๕๐๕).

(๒) วิทยานิพนธ์

นายันทพล โรจนโกศล. “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕ กับการบรรลุธรรมในเถรวาท”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

พระสังวาลย์ สิริจันโท. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์อริยมรรค: กรณีการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

นายสินชัย วงษ์จ่านง. “การศึกษาคติภพของคฤหัสถ์ผู้เป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนา”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

นางสาวศิริกาญจน์ ทศนีย์ไทรเทพ. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องฆาตกรกับการบรรลุเป็นพระอรหันต์ : ศึกษาเฉพาะกรณีพระองค์อุลิตมาเถระ”.

วิทยานิพนธ์ปริญญาศาสนศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

พระมหาอำนาจ อานนุโท (จันทร์เปล่ง). “การศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.

นางสาวอัมพร จันทร์ตัน. “การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติคุณธรรมกับการบรรลุนิพพานใน
พระพุทธศาสนาเถรวาท”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย :
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๖.

ภาคผนวก

ประโยชน์ของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางสติปัฏฐาน ๔

ประโยชน์ของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางสติปัฏฐาน ๔ นั้นมีมากมายหลายประการทั้งที่เป็นประโยชน์ต่อตัวของผู้ปฏิบัติเองและประโยชน์ต่อโลก จึงแบ่งประโยชน์ที่ได้จากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ไว้ ๓ ชั้นคือ

ประโยชน์ในเบื้องต้น

๑) ใช้ช่วยทำให้จิตใจผ่อนคลาย หายเครียด เกิดความสงบ หายกระวนกระวาย หยุดยั้งจากความกตัญญูวิตกกังวลเป็นเครื่องพักผ่อนคลายให้ใจสบายและมีความสุขเช่นบางท่านทำอานาปานสติ (กำหนดลมหายใจเข้าออก) ในเวลาที่เป็นต้องรอคอยและไม่มีอะไรที่จะทำ เหมือนดั่งเวลานั่งคิดในรถประจำทางหรือปฏิบัติสลับแทรกในเวลาทำงานใช้สมองหนักเป็นต้น หรืออย่างสมบุรณ์แบบได้แก่มานสมาบัติที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลาย ใช้เป็นที่พักผ่อนคลายใจ เป็นอยู่อย่างสุขสบาย ในโอกาสว่างจากการบำเพ็ญกิจ ซึ่งมีคำเรียกเฉพาะว่าเพื่อเป็นทิวลิปธรรมสุขวิหาร

๒) เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการทำงาน การเล่าเรียน และการทำกิจทุกอย่าง เพราะจิตที่เป็นสมาธิแน่วแน่อยู่กับสิ่งที่กำลังกระทำ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวก ไม่เลื่อนลอยเสีย ย่อมช่วยให้เรียน ให้คิด ให้ทำงานได้ผลดี การงานก็เป็นไปโดยรอบคอบ ไม่ผิดพลาด และป้องกันอุบัติเหตุได้ดี เพราะเมื่อมีสมาธิก็ย่อมมีสติกำกับอยู่ด้วย ดังที่ท่านเรียกว่าจิตเป็นกัมมณียะหรือกรรมนีย แปลว่า ควรแก่งานหรือเหมาะแก่การใช้งาน ยิ่งได้ประโยชน์ในข้อที่

๑) มาช่วยเสริมยังได้ผลดีมากยิ่งขึ้นไปอีก

๒) ช่วยเสริมสุขภาพกายและใช้แก้ไขโรคได้

ร่างกายกับจิตใจอาศัยกันและมีอิทธิพลต่อกัน ปุณฺชนทั่วไปเมื่อกายไม่สบาย จิตใจพลอยอ่อนแอเศร้าหมองขุ่นมัวไปด้วย ครั้นเสียใจไม่มีกำลังใจทำให้โรคทางกายนั้นทรุดหนักลงไปอีก แม้ในเวลาที่ว่าร่างกายเป็นปกติ พอประสบเรื่องราวให้เศร้าเสียใจอย่างรุนแรง ทำให้ล้มป่วยเจ็บไข้ไปได้ ส่วนผู้ที่มีจิตใจเข้มแข็งสมบุรณ์ (โดยเฉพาะท่านที่มีจิตหลุดพ้นเป็นอิสระแล้ว) เมื่อเจ็บป่วยกายก็ไม่สบายอยู่แค่กายเท่านั้นจิตใจไม่พลอยป่วยไปด้วย ยิ่งกว่านั้นกลับใช้ใจที่สบายมีกำลังจิตเข้มแข็งนั้น หันกลับมาส่งอิทธิพลบรรเทาหรือผ่อนเบาโรคทาง

ประโยชน์ในท่ามกลาง

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจะไม่เป็นทุกข์ เพราะมีสติพอในขณะแห่งผัสสะ ความจริงข้อแรกคือว่าเรามีความรู้สึกที่เป็นทุกข์ เพราะว่าเราไม่มีสติปัญญาพอในขณะ ที่มีผัสสะ ความทุกข์ทั้งหลายเกิดขึ้นในชีวิตของเรา ครอบงำอยู่ตลอดเวลา นั่นเพราะว่าเราไม่รู้ไม่ทันผัสสะเมื่อมีผัสสะ คือมีการกระทบทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เป็นประจำวันต้องมีสติให้พอ และเร็วพอที่จะมาทันในเวลาของผัสสะ ถ้ามีทั้งสติทั้งปัญญาในขณะแห่งผัสสะอย่างนี้แล้ว จิตนั้นก็ไม่ต้องปล่อยให้ปรุงไปอย่าง โง่เขลาจนมีความทุกข์ จะควบคุมจิตนั้นไว้ได้ จิตจะปรุงมาในทางที่จะไม่ต้องเป็นทุกข์ แล้วจัดการแก้ไขกระทำสิ่งต่างๆ ที่มันเนื่องกันอยู่นั้นให้ลุล่วงไปด้วยดี เป็นเรื่องที่ต้องทำอะไร ก็ทำได้ถูกต้องไม่มีอะไรเสียหาย ได้ประโยชน์ ไม่เป็นทุกข์ด้วย เมื่อมีสติพอในขณะแห่งผัสสะเราก็ไม่ต้องเป็นทุกข์ ประโยชน์ในขั้นนี้จะเน้นที่ประโยชน์ที่เกิดจากสมาธิ ทำให้เกิดความสงบ ซึ่งจิตจะมีลักษณะดังนี้

๑) แข็งแรง มีพลังมาก ท่านเปรียบไว้ว่าเหมือนกระแสน้ำที่ถูกควบคุมให้ไหลพุ่งไปในทิศทางเดียว ย่อมมีกำลังแรงกว่าน้ำที่ถูกปล่อยให้ไหลพวกระบายออกไป

๒) ราบเรียบ สงบเหมือนสระหรือบึงน้ำใหญ่ที่มีน้ำนิ่ง ไม่มีลมพัดต้อง ไม่มีสิ่งรบกวนให้กระเพื่อมไหว

๓) ใส กระจ่าง มองเห็นอะไรๆ ได้ชัดเหมือนน้ำสงบนิ่งไม่เป็นริ้วคลื่น และฝุ่นละอองที่มีก็ตกตะกอนนอนก้นหมด

๔) นุ่มนวล ควรแก่งาน หรือเหมาะแก่การใช้งาน เพราะไม่เครียด ไม่กระด้าง ไม่วุ่น ไม่ขุ่นมัว ไม่สับสน ไม่เร่าร้อน ไม่กระวนกระวาย เมื่อจิตเป็นสมาธิ สงบ ย่อมรู้จักแยกแยะความคิดชั่วส่งผลต่อพฤติกรรมด้วยเพราะพฤติกรรมของบุคคล เกิดจากการทำงานร่วมกันของขั้น ๕ คือรูป ขั้น เวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้น และวิญญาณขั้น กล่าวคือเมื่ออายตนะภายในได้แก่ตา หู จมูก ลิ้น กาย และจมูก กระทบกับอายตนะภายนอก ได้แก่รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส แล้วจิตมนตรีการต่ออายตนะภายนอกที่มากกระทบ เจตสิกจะทำหน้าที่ปรุงแต่งจิตให้เกิดอารมณ์ แล้วจึงแสดงออกซึ่งอารมณ์นั้น ออกมาเป็นพฤติกรรมของบุคคล ผู้ใดที่มีพฤติกรรมดีย่อมแสดงว่ามีจิตใจที่ดี และสามารถอยู่ร่วมในสังคมได้อย่างสงบสุข

ประโยชน์สูงสุด

ประโยชน์สูงสุดนั้นเป็นประโยชน์ที่เป็นอุดมการณ์สูงสุดในพระพุทธศาสนาไม่ว่าจะเป็นนิกายใดก็ตาม เป็นภาวะที่สามารถทำลายกิเลสตัณหาและอวิชชาให้หมดสิ้นไปจากจิตใจได้ เรียกภาวะว่านิพพาน เรียกผู้ที่บรรลุความหลุดพ้นว่าพระอรหันต์ พระอรหันต์นั้น ได้แก่ผู้ปฏิบัติ

บริบูรณ์ด้วยโพชฌงค์ ๗ คือ สติ ความระลึกทั่ว ฌัมมวิจยะ การสอดส่องเลือกเฟ้นธรรม วิริยะ ความเพียร ปิติ ความอิ่มใจ ปัสสัทธิ ความสงบ สมาธิ ความตั้งใจมั่น อุเบกขา ความวางเฉย เป็นผู้กำหนดนิวรรณ์ ๕ ได้เด็ดขาดแล้ว ทั้งเป็นผู้ถอนได้แล้วซึ่งรากของอกุศล ๑ ประการ ได้แก่

๑) โลภะ ความอยากได้

๒) โทสะ ความโกรธเคืองประทุษร้าย

๓) โมหะ ความหลงกับทั้งเป็นผู้ที่ไม่ยึดมั่นในอุปาทานชั้น ๕ และเป็นผู้ขาดแล้วซึ่งสังโยชน์ ๑๐ เป็นผู้พ้นแล้ว จากกามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา กล่าวโดยย่อ พระอรหันต์คือท่านผู้ปราศจากกิเลสและอาสวะทุกประการโดยสิ้นเชิง เป็นผู้ประกอบด้วยศีล สมาธิ ปัญญา เป็นผู้บริสุทธิ์ด้วยกาย วาจา ใจ

เมื่อจิตประกอบด้วยโพชฌงค์ ๗ ละรากเหง้าของอกุศล และละนิวรรณ์ทั้ง ๕ ซึ่งเป็นเครื่องเศร้าหมองแห่งใจอันจะทำให้ปัญญาเสียกำลัง สงัดจากกามทั้งหลาย สงัดจากอกุศลธรรมทั้งหลาย บรรลุฌานที่แรกอันมีวิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา เกิดแต่วิเวกแล้ว บรรลุฌาน ที่สองเป็นที่ผ่องใสภายในไม่มีวิตกวิจารณ์แล้ว บรรลุฌานที่สามอันเป็นอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุขดังนี้แล้ว บรรลุฌานที่สี่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุขเพราะละสุขละทุกข์เสียได้ เพราะล่วงไปแห่งโสมนัส และโทมนัสทั้งหลาย มีสติเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์ เพราะอุเบกขาอยู่ ครั้นเมื่อจิตตั้งมั่นบริสุทธิ์ผ่องใส ไม่มีกิเลสปราศจากอุปกิเลส เป็นจิตอ่อนควรแก่การงานตั้งอยู่แล้ว น้อมจิตไปเฉพาะเพื่อบุพเพนิวาสานุสสติญาณระลึกถึงขั้นธอันได้เคยอาศัยอยู่แล้วในภาพก่อนและเนื่องจากมีจิตตั้งมั่นบริสุทธิ์อยู่ดังเดิม น้อมจิตไปเฉพาะเพื่อจตุปปตญาณ มีจักขุจักษุของทิพย์ หมดจดพิเศษยิ่งกว่าจักขุมนุษย์ ล่วงรู้กำเนิดของสัตว์ทั้งหลาย และเนื่องจากมีจิตตั้งมั่นบริสุทธิ์อยู่ดังเดิม น้อมจิตไปเฉพาะเพื่ออัสวักขณญาณ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ นี้เหตุให้เกิดทุกข์ขึ้น นี้ความดับทุกข์ นี้ปฏิบัติทาดำเนินถึงความดับทุกข์ เมื่อรู้รู้อย่างนี้เห็นอย่างนี้ จิตย่อมพ้นวิเศษ เมื่อจิตพ้นวิเศษแล้ว ญาณหยั่งรู้อย่อมเกิดขึ้นว่าจิตพ้นวิเศษแล้ว ย่อมรู้ชัดว่าชาติ สิ้นแล้ว กิจที่จะต้องทำได้ทำเสร็จแล้ว กิจอื่นอีกไม่มี

ในทีฆนิกายมหารวรรค พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงอานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐานว่า

ภิกษุทั้งหลายบุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด 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, ๗ วัน, พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่างคืออรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นอนาคามี ผลการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ทำให้ได้อริสิด อริจิต อริปัญญา อิฏฐผลที่คนมุ่งมาดปรารถนาคือ มรรคผล นิพพาน จึงจะสำเร็จได้ตามความประสงค์ อันเป็นยอดของความปรารถนาของนักปฏิบัติธรรมทั้งหลาย กล่าวอีกนัยหนึ่งสติปัฏฐาน ๔ เป็นพุทธมรดกมอบให้พุทธบริษัท ๔ ดังพระบาลีที่ว่า

เอกายโน อัย ภิกขเว มคฺโค สตฺตณํ วิสุทฺธิยา โสกะปริเทวานํ สมตฺติกฺกมาย ทฺกฺขโหมนสฺส
 สานํ อตฺตงฺกมาย ญายสฺส อธิคฺมาย นิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยา ยทฺธิ จตฺตวาโร สติปฺปฏิฐานา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย หนทางอันเป็นไปทางเดียวเพื่อความบริสุทธิ์หมดจดของสัตว์
 ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงเสียซึ่งความ โสกและความรำให้ เพื่อความดับสิ้น ไปจากทุกข์และโทมนัส เพื่อ
 บรรลุธรรมวิเศษที่ควรรู้ เพื่อกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน หนทางนั้น คือ สติปฏฺฐาน ๔

ผู้ใดหวังความสิ้นทุกข์หมดจดจากกิเลสถึงมรรคผลนิพพาน ต้องทำตามสติปฏฺฐาน ๔
 เท่านั้น เพราะเป็นทางสายเอกสายเดียวที่จะนำไปจุดหมายสูงสุดของชีวิต คือพระนิพพาน และ ยังมี
 การกล่าวถึงประโยชน์ของการเจริญวิปัสสนาตามสติปฏฺฐาน ๔ ว่า

๑. สัตตณัง วิสุทฺธิยา ทํากาย วาจา ใจ ของสรรพสัตว์ให้บริสุทธิ์หมดจด
๒. โสกะปริเทวานัง สะมะตฺติกคะมายะ ดับความเศร้าโศกปริเทวนาการต่างๆ
๓. ทฺกฺขะโหมนะสฺสทานัง อตฺถังคะมายะ ดับความทุกข์กายทุกข์ใจ
๔. ญานัสสะ อะธิคะมายะ เพื่อบรรลุมรรค
๕. นิพพานัสสะ สจฺฉิกิริยาเย เพื่อทำนิพพานให้แจ้ง

สาระสำคัญในเรื่องสติปฏฺฐานนี้อยู่ที่ “การตั้งสติกำหนด” ถ้าปราศจากการตั้งสติ
 กำหนดแล้วจะให้เรียกว่า “สติปฏฺฐาน” ไม่ได้เช่นขณะที่ท่านกำลังเดินเล่นพักผ่อนหย่อนใจอยู่ใน
 สวนสาธารณะ แม้รู้ตัวอยู่ว่ากำลังเดินเพลินสบายอารมณ์ ไม่มีจิตคิดฟุ้งซ่านเรื่องใดเลย แต่มีได้ชื่อ
 ว่าสติปฏฺฐานจะได้ชื่อว่าสติปฏฺฐานต่อเมื่อท่านตั้งสติกำหนดคูอาการของเท้าที่เคลื่อนไปซึ่งการตั้ง
 สติกำหนดคูอาการของเท้าที่เคลื่อนไปนั้น ไม่ว่าจะอยู่ในสถานที่ใด เวลาไหน ถ้าท่านตั้งสติกำหนด
 คูได้ชื่อว่า สติปฏฺฐานทั้งสิ้น

การเจริญสติปฏฺฐานจึงมีจุดหมายสูงสุดเป็นการปฏิบัติ เพื่อบรรลุพระนิพพาน หรือ
 บรรลุอรียสัจธรรมทั้ง ๔ เพื่อให้เห็นแจ้งในอรียสัจธรรม พระพุทธเจ้าจึงทรงตรัสย้ำอยู่เสมอว่า ภิกษุ
 ทั้งหมด ทางนี้ เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ล่วง โสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์
 และโทมนัส เพื่อบรรลุญายธรรม เพื่อทำให้แจ้งนิพพานทางนี้ คือ สติปฏฺฐาน ๔ ประการ

ทฤษฎีวิปัสสนาที่ปรากฏในคัมภีร์มหาสติปฏฺฐานสูตรคือการปฏิบัติสติปฏฺฐานทั้ง ๔
 ทฤษฎีนี้ พระพุทธองค์ตรัสว่า เป็นหนทางเดียวที่จะทำให้บริสุทธิ์หมดจด ทำให้พ้นทุกข์ บรรลุ
 นิพพาน ซึ่งหมายความว่าหนทางที่จะทำให้จิตบริสุทธิ์ ทำให้พ้นทุกข์และทำให้บรรลุนิพพานนั้น
 ไม่มีทางอื่นเลยนอกจากการปฏิบัติตามทฤษฎี สติปฏฺฐาน ๔ เท่านั้น

จุดหมายสูงสุดในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้นจึงอยู่ที่การปฏิบัติจนทำให้หลุด
 พ้นจากวงเวียนการตายเกิดแล้วนำธรรมะที่ค้นพบมาเผยแผ่ให้กับชาวโลกได้เข้าใจเป็นการเยียวยา

สังคมด้วยธรรมะ สร้างสันติภาพให้เกิดในใจและในโลก หากมนุษย์ในโลกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางสติปัฏฐาน ๔ กันให้มากจะทำให้สังคมโลกเป็นสังคมใน อุดมคติไม่ต้องไปแสวงหาดินแดนโลกอื่นหรือภพอื่น แต่เป็นการสร้างความสันติสุขให้เกิดขึ้นในโลกใบนี้

ลำดับขั้นตอนการสอนปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

กัลบุตรผู้หวังจะบำเพ็ญกรรมฐาน เมื่อได้เรียนบทกรรมฐานจนเข้าใจดีแล้วและเมื่อได้รับอารมณ์กรรมฐานอันเหมาะแก่จริตของตนได้แล้ว และเลือกสถานที่อันเหมาะสมแก่การปฏิบัติได้แล้วในวันหรือเวลาปฏิบัติ นั้น ก่อนลงมือปฏิบัติจะต้องจัดการภารกิจเบื้องต้นของตนให้สำเร็จก่อนตามลำดับ ดังนี้

๑. ตัดความกังวล
๒. ชำระศีลให้บริสุทธิ์
๓. ถวายตัวต่อพระพุทธเจ้าและแด่พระอาจารย์
๔. ระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย
๕. บูชาพระรัตนตรัย
๖. แผ่เมตตา
๗. เจริญมรณสติ
๘. รำลึกถึงบุญของตน
๙. อธิษฐานขอพระกรรมฐาน

กิจเบื้องต้นในการปฏิบัติกรรมฐานนั้น จะต้องทำกิจต่างๆ ให้เรียบร้อยก่อนหรือถ้าไม่สามารถทำกิจให้แล้วเสร็จได้ให้ตัดความกังวลอันเกิดจากหน้าที่การงานหรือสังคม จากนั้นให้ชำระศีล ให้บริสุทธิ์ด้วยการละเว้นข้อห้าม ไม่ว่าจะเป็ศีลในระดับใด แล้วสมาทานเพื่อให้เกิดความมั่นใจ ในการปฏิบัติธรรม จากนั้นเป็นการถวายตัวต่อพระพุทธเจ้าและพระอาจารย์เพื่อเป็นการยืนยันว่าจะปฏิบัติตามหลักการของพระพุทธองค์และคำแนะนำของพระอาจารย์ทุกประการรำลึกและบูชาคุณของ พระรัตนตรัยแผ่เมตตาความประสงค์ไปยังสรรพสัตว์ทั้งหลายไม่มีประมาณพิจารณาถึงความตายทุกลมหายใจเข้าออก และรำลึกอยู่ว่าตนเองเป็นคนที่โชคที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนาและได้มีโอกาสเจริญกรรมฐานและอธิษฐานขอกรรมฐานด้วยความตั้งใจ สอนวิธีปฏิบัติ โดยพระวิปัสสนาจารย์ จะใช้เทคนิคการสอนแบบสาธิตให้ผู้ปฏิบัติได้ดูให้เข้าใจ ขั้นตอนและวิธีการปฏิบัติธรรมคือ สอนให้ลงมือปฏิบัติ เช่น สอนวิธีเดินจงกรมจะให้ผู้ปฏิบัติเดินจงกรมหลังพระวิปัสสนาจารย์ สาธิตการให้เดินให้ดู สอนวิธีนั่งสมาธิ พระวิปัสสนาจารย์ จะ

แนะนำวิธีการนั่งสมาธิให้แก่ผู้ปฏิบัติให้เข้าใจและลงมือปฏิบัติตามขั้นตอนที่แนะนำสอนวิธีกำหนดท้องพอง ท้องยุบเป็น อารมณ์ จะให้กำหนดในขณะนั้นทันที

สอนวิธีกำหนดในอิริยาบถต่างๆ เมื่อแนะนำขั้นตอนวิธีปฏิบัติให้เข้าใจพอสมควรแล้ว จะสอนให้กำหนดตามแนวสติปัฏฐาน ๔ คือ ให้ผู้ปฏิบัติกำหนด กาย เวทนา จิต ธรรม แต่ขั้นแรก จะสอนให้กำหนดที่กายเป็นอารมณ์ก่อน ซึ่งมีวิธีการกำหนด ดังนี้

๑. กำหนดกายเป็นอารมณ์หรือที่เรียกว่า กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

คือ การกำหนดกายเป็นอารมณ์นี้ให้เอาสติกำหนดในอิริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ ของกายคือ ๑) ยืน ๒) เดิน ๓) นั่ง ๔) นอน ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

๑) การกำหนดในอิริยาบถยืน (Standing Meditation)

พระวิปัสสนาจารย์ จะให้คำแนะนำการเดินจงกรมเบื้องต้นก่อนที่จะเดินจงกรมจะต้อง กำหนดยืนเสียก่อน หลักการยืนให้เอามือทั้งสองไว้ด้านหลัง มือขวาจับที่ข้อมือซ้าย วางไว้ตรง กระเบนเหน็บ หรือจะเอามือไว้ ข้างหน้าก็ได้ตามแต่สะดวก ข้อสำคัญคือไม่ให้เป็นลักษณะของการ ฟืน เพราะจะทำให้ปวดเมื่อยเร็วให้ไปทำตามธรรมชาติจริงๆ การกำหนดหรือการบริการรรมทุก อิริยาบถสำหรับผู้ปฏิบัติครั้งแรกจะให้ออกเสียงดังพอประมาณ เหตุผลเพื่อจะให้จิตหรือสติของเราจะได้จับอยู่ที่เสียงเพื่อป้องกันจิตไม่ให้วอกแวกไปที่อื่น

ในอิริยาบถยืนนี้ ที่ให้ผู้ปฏิบัติยืนเอามือทั้งสองไว้ข้างหลังเอามือขวาจับข้อมือซ้ายวางไว้ตรงกระเบนเหน็บนั้น เพื่อจะให้ตัวตรงไม่งอแงไปข้างหน้า ถ้าเอามือไว้ข้างหน้าจะทำให้ห่อตัว ทำให้หายใจอึดอัดไม่สะดวก ถ้าคนเป็นโรคปอดจะทำให้โรคกำเริบมากขึ้น

วิธีกำหนดในอิริยาบถยืน

ให้ผู้ปฏิบัติธรรมยืนตัวตรงและหน้าตรงให้เป็นธรรมชาติมากที่สุดให้เท้าทั้ง ๒ ข้างอยู่ห่างกัน ประมาณ ๑ ฝ่ามือ โดยมีขั้นตอนการกำหนด ดังนี้

๑) ให้กำหนดหลังตาลงเบาๆ พร้อมคำบริการรรมว่า หลังตา...หนอ

๒) ให้กำหนดข้อมือข้างขวาขึ้นมาช้าๆ พร้อมกับบริการรรมว่า ขก...หนอ มาหยุดที่สระ เอว และข้อมือไปไว้ด้านหลังพร้อมกับคำบริการรรมว่า ไป...หนอ และวาง...หนอ ที่กระเบนเหน็บ ตามลำดับ

เสร็จแล้วให้เปลี่ยนมาเป็นมือข้างซ้ายให้บริการรรมเหมือนมือข้างขวาช้าๆ อย่างมีสติ พร้อมกับ กำหนดจับข้อมือว่า จับมือ...หนอ

๓) ให้กำหนดยืนหนอ ๕ ครั้ง ให้กำหนดจิตจับอยู่ที่กลางกระหม่อมมาดมโนภาพจาก กลางกระหม่อมลงไปหยุดที่สะดือ จากสะดือลงไปจนถึงปลายเท้าและจากปลายเท้าขึ้นมาหยุดที่

สะดือ จากสะดือจนขึ้นไปถึงกลางกระหม่อม ต้องทำซ้ำๆ เพื่อให้สติเคยชินกับจิตจึงจะเกิดสมาธิ ไม่
 ต้องไปตามคลุมหายใจ ให้หายใจยาวๆ จึงจะถูกจังหวะพอดี พร้อมทั้งบริกรรมหรือกำหนดจิตว่า
 “ยืน...หนอ ยืน...หนอ” ซ้ำๆ ๕ ครั้ง ครั้งแรก แต่ละครั้งให้แบ่งออกเป็น ๒ ช่วงคือ ๑) ให้กำหนดคำ
 ว่า ยืน...จิตวามโนภาพร่างกายจากกระหม่อมลงมาเรื่อยๆ ถึงที่สะดือ แล้วหยุดหายใจ ๒) ให้
 กำหนด คำว่า หนอ...จากสะดือลงไปเรื่อยๆ จนถึงปลายเท้าแล้วหยุดหายใจ

ครั้งที่ ๒ จะสลับกันจากข้างล่างขึ้นข้างบนคือ จะกำหนดตั้งแต่ปลายเท้าขึ้นมาโดย
 กำหนดคำว่า ยืน...เอาจิตเลื่อนขึ้นมาเรื่อยๆ จนถึงสะดือ แล้วหยุดหายใจ แล้วให้กำหนดคำว่า
 หนอ... จากสะดือขึ้นไปเรื่อยๆ จนถึงกลางกระหม่อมและครั้งที่ ๓,๔,๕ ทำอย่างนี้สลับกันไปมา
 เรียกว่า การกำหนดโดยอนุโลมปฏิโลม ขณะที่กำหนดในอิริยาบถยืนให้สติอยู่กับกายอย่าให้
 ออกไปนอกกาย เมื่อกำหนดจนครบ ๕ ครั้งแล้ว ต่อจากนั้นให้กำหนดคำว่า ก้มหน้า...หนอ
 ต่อจากนั้นให้กำหนดคำว่า ส้มตา...หนอ... ซ้ำๆ อย่างมีสติ

๒) วิธีกำหนดในอิริยาบถเดิน (Walking Meditation)

การเดินจงกรมเป็นอิริยาบถที่ต่อเนื่องมาจากการยืน แต่เป็นขั้นตอนแรกของผู้ปฏิบัติ
 จะต้องกำหนด การเดินจงกรมตามวิธีการของศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวันนั้น จะใช้ระยะเวลาเดิน
 ประมาณ ๗ ก้าว มีทั้งหมด ๖ ระยะ ดังนี้

ระยะที่ ๑ ให้กำหนดว่า “ขวา...ย่าง...หนอ ซ้าย...ย่าง...หนอ”

(RIGHT GOES THUS, LEFT GOES THUS)

ระยะที่ ๒ ให้กำหนดว่า “ยก หนอ เขยิบ หนอ”

(LIFTING TREADING)

ระยะที่ ๓ ให้กำหนดว่า “ยกหนอ...ย่างหนอ...เขยิบหนอ”

(LIFTING MOVING TREADING)

ระยะที่ ๔ ให้กำหนดว่า “ยกส้นหนอ...ยกหนอ...ย่างหนอ...เขยิบหนอ”

(HEELUP LIFTING MOVING TREADING)

ระยะที่ ๕ ให้กำหนดว่า “ยกส้นหนอ ยกหนอ ย่างหนอ ลงหนอ ถูกหนอ”

(HEELUP LIFTING MOVING LOWERING TOUCHING)

ระยะที่ ๖ ให้กำหนดว่า “ยกส้นหนอ ยกหนอ ย่างหนอ ลงหนอ ถูกหนอ กดหนอ”

(HEELUP LIFTING MOVING LOWERING TOUCHING PRESSING)

การเดินจงกรมระยะที่ ๑ (WALKING : 1 STAGE) เมื่อกำหนดการยืนเรียบร้อยแล้ว
 ต่อไปให้เปลี่ยนเป็นอิริยาบถเดิน ให้กำหนดก้มหน้า กำหนดส้มตา ทอดสายตาไปข้างหน้าประมาณ

๔ สอก แล้วให้อาสนติไปจับอยู่ที่เท้าจะก้าวเดิน ให้กำหนดที่เท้าขวาก่อน ให้กำหนดคำว่า “ขวา อย่างหนอ” ซ้ำๆ ขณะที่กำหนดคำว่า “ขวา” ให้อยกส้นเท้าขวาขึ้นให้ห่างจากพื้นประมาณ ๒ นิ้วพร้อมกับใจที่นึก แล้วกำหนดคำว่า “ข้าง” พร้อมกับก้าวเท้าขวาไปข้างหน้าอย่างช้าๆ ให้ส้นเท้าขวาห่างจากปลายเท้าซ้ายประมาณ ๒-๓ นิ้ว โดยที่เท้ายังไม่ลงถึงพื้นแล้วกำหนดคำว่า “หนอ” พร้อมกับลดเท้าขวาลงให้ถูกต้องกับพื้นแล้ววางเท้าลงแนบกับพื้นอย่างช้าๆ พร้อมคำว่า “หนอ” ส่วนการกำหนดเท้าซ้าย ให้ปฏิบัติวิธีเดียวกันกับข้างขวา แต่ให้เปลี่ยนอาสนติไปจับที่เท้าซ้ายแล้วกำหนดคำว่า “ซ้าย อย่าง หนอ” สลับกันไปอย่างนี้เรื่อยๆ จนกว่าจะถึงระยะทางที่ได้กำหนดไว้ ระยะห่างของเท้าที่ก้าวออกไปแต่ละครั้งนั้น ให้ห่างกันประมาณ ๒-๓ นิ้วเป็นอย่างมากจึงจะทรงตัวได้ดี เพราะถ้าห่างกว่านี้การทรงตัวจะเสียหลักทำให้เดินเซหรือล้มได้สำหรับก้าวสุดท้ายคือ ก้าวที่จะหยุดยืนเพื่อหันกลับ ให้อาสนติวางเท้าวางเสมอกัน ส่วนการเดินตั้งแต่ระยะที่ ๒ จนถึงระยะที่ ๖ วิธีการกำหนดและการเดิน ดังนี้

การเดินจงกรมระยะที่ ๒ (Walking : 2 Stage) ให้กำหนดคำว่า “ยกหนอ...เหยียบหนอ” วิธีปฏิบัติเมื่อกำหนดคำว่า “ยก” ถ้ากำหนดเท้าข้างขวา ให้อยกเท้าขวาขึ้นให้ห่างจากพื้นประมาณ ๑-๒ นิ้ว เมื่อสุดของการยกแล้วให้กำหนดคำว่า “หนอ” แล้วก้าวเท้าเลื่อนออกไปข้างหน้าอย่างช้าๆ ห่างกันประมาณ ๒-๓ นิ้ว แล้วกำหนดคำว่า “เหยียบ” พร้อมกับลดเท้าลงกับพื้นพร้อมด้วยการกำหนดคำว่า “หนอ” เท้าจะวางติดกับพื้นพอดี เท้าซ้ายให้ปฏิบัติอย่างเดียวกันกำหนดสลับกันไปเรื่อยๆ จนกว่าจะถึงระยะทางที่ได้กำหนดไว้

การเดินจงกรมระยะที่ ๓ (Walking : 3 Stage) ให้กำหนดคำว่า “ยกหนอ... อย่างหนอ...เหยียบหนอ” วิธีปฏิบัติเมื่อกำหนดคำว่า “ยก” เท้าขวาขึ้นให้ห่างจากพื้นพอประมาณไม่สูงมากนักเมื่อสิ้นสุดของการยกแล้ว จึงกำหนดคำว่า “หนอ” แล้วก้าวเท้าเลื่อนออกไปข้างหน้าห่างจากปลายเท้าซ้ายประมาณ ๒-๓ นิ้ว พร้อมกับกำหนดคำว่า “ข้าง” เมื่อสุดการย่างแล้วจึงกำหนดคำว่า “หนอ” ต่อจากนั้นให้กำหนดคำว่า “เหยียบ” พร้อมกับลดเท้าลงกับพื้น จึงกำหนดคำว่า “หนอ” เท้าข้างซ้ายให้กำหนดเช่นเดียวกัน สลับกันแบบนี้ไปเรื่อยๆ จนกว่าจะถึงระยะทางที่ได้กำหนดไว้

การเดินจงกรมระยะที่ ๔ (Walking : 4 Stage) ให้กำหนดคำว่า “ยกส้นหนอ...ยกหนอ...อย่างหนอ...เหยียบหนอ” วิธีปฏิบัติ เมื่อกำหนดคำว่า “ยกส้น” ให้อยกส้นเท้าข้างขวาขึ้นให้พ้นจากพื้นพอประมาณส่วนปลายเท้ายังแตะอยู่ที่พื้น เมื่อสุดของการยกส้นแล้ว จึงกำหนดคำว่า “หนอ” ต่อไปให้กำหนดคำว่า “ยก” คือให้ยกปลายเท้าขึ้นห่างจากพื้นสูงพอประมาณ เท้าจะขนานกับพื้นแล้วจึงกำหนดคำว่า “หนอ” ก้าวเท้าเลื่อนออกไปข้างหน้าห่างจากปลายเท้าซ้ายประมาณ ๒-๓ นิ้ว พร้อมกับกำหนดคำว่า “ข้าง” เมื่อสุดย่างแล้วจึงกำหนดคำว่า “หนอ” ต่อจากนั้นให้กำหนดคำว่า

“เหยียบ” พร้อมกับลดเท้าลงกับพื้น จึงกำหนดคำว่า “หนอ” การกำหนดเท้าข้างซ้ายให้ปฏิบัติ เช่นเดียวกันกับ เท้าขวา สลับกันไปเรื่อยๆ จนกว่าจะถึงระยะทางที่ได้กำหนดไว้

การเดินจงกรมระยะที่ ๕ (Walking : 5 Stage) ให้กำหนดคำว่า “ยกสั้นหนอ...ยกหนอ...อย่างหนอ...ลงหนอ...ถูกหนอ” วิธีปฏิบัติขณะที่กำหนดคำว่า “ยกสั้นหนอ ยกหนอ อย่างหนอ” ให้ปฏิบัติหรือกำหนดเหมือนกันกับระยะที่ ๔ แต่พอถึงการกำหนดคำว่า “ลงหนอ” ให้เปลี่ยนเพิ่มเข้ามาโดยให้รู้อารมณ์ที่ละเอียดขึ้นกว่าเดิมขณะกำหนดคำว่า “ลง” ให้ลดเท้าขาลงทั้งเท้าประมาณครึ่งหนึ่งแต่ยังไม่ให้เท้าถึงพื้นพอลงสุดแล้วก็ให้กำหนดคำว่า “หนอ” ต่อไปให้กำหนดคำว่า “ถูก” พร้อมกับจรดเท้าลงกับพื้น เมื่อเท้าลงเรียบร้อยแล้วจึงกำหนดคำว่า “หนอ” ส่วนเท้าซ้ายก็ให้ปฏิบัติ เช่นเดียวกันกับ เท้าขวา สลับกันไปเรื่อยๆ

การเดินจงกรมระยะที่ ๖ (Walking : 6 Stage) ให้กำหนดคำว่า “ยกสั้นหนอ...ยกหนอ...อย่างหนอ...ลงหนอ...ถูกหนอ...กดหนอ...” วิธีปฏิบัติ ขณะที่กำหนดคำว่า “ยกสั้นหนอ... ยกหนอ...อย่างหนอ ลงหนอ...ถูกหนอ” ให้ปฏิบัติหรือกำหนดเหมือนกันกับระยะที่ ๕ แต่พอถึงการกำหนดคำว่า “กดหนอ” ให้เปลี่ยนเพิ่มเข้ามาให้รู้อารมณ์ที่ละเอียดขึ้นกว่าเดิม ขณะกำหนดคำว่า “กด” พร้อมกับลดเท้าขาลงกับพื้น พร้อมกับกดเท้าลงแนบกับพื้นเรียบร้อยแล้วจึงกำหนดคำว่า “หนอ” ส่วนเท้าซ้ายให้ปฏิบัติเช่นเดียวกันกับเท้าขวา สลับกันไปเรื่อยๆ จนกว่าจะถึงระยะทางที่ได้กำหนดไว้

การหมุนตัวกลับหรือการกลับตัว การหมุนตัวกลับนี้จะใช้คู่กับการเดิน คือเมื่อผู้ปฏิบัติเดิน ไปจนสุดทางแล้ว ก้าวสุดท้ายให้ผู้ปฏิบัติเตรียมตัวขึ้นตรง โดยให้เท้าทั้งสองมาวางเสมอกันแล้ว หลับตาลงเบาๆ พร้อมกับกำหนดคำว่า “หลับตา...หนอ” ตามด้วยกำหนดคำว่า “เงยหน้า...หนอ” แล้วให้กำหนดการขึ้นอีกเหมือนตอนเริ่มต้นให้กำหนดคำว่า “ขึ้น...หนอ” จนครบ ๕ ครั้ง เมื่อกำหนดขึ้นเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ลำดับต่อไปให้กำหนดคำว่า “ก้มหน้า...หนอ” ต่อจากนั้น ให้กำหนดคำว่า “ลืมตา...หนอ” เมื่อลืมตาเสร็จให้กำหนดหมุนตัวกลับขณะที่หมุนตัวกลับนั้น ให้หมุนกลับทางด้านขวามือเป็นหลัก โดยมีขั้นตอนปฏิบัติดังต่อไปนี้

การหมุนตัวกลับนี้ให้ผู้ปฏิบัติเอาสติไปจับที่เท้าขวาโดยเปิดปลายเท้าขึ้นให้สั้นเท้าขวา ปักไว้กับที่ แล้วให้กำหนดคำว่า “กลับ...หนอ” ในขณะที่กำหนดคำว่า “กลับ” ให้เปิดปลายเท้าขวา ขึ้นเล็กน้อยแล้วหมุนตัวให้เท้าขวาทิ่มกับเท้าซ้ายประมาณ ๕๐ องศา โดยให้สั้นเท้าปักอยู่กับที่ไม่ต้องยกตาม แล้วให้กำหนดคำว่า “หนอ” พร้อมกับวางปลายเท้าลงถึงพื้นพอดี ให้เปลี่ยนเอาสติไปจับที่เท้าซ้ายพร้อมด้วยกำหนดคำว่า “กลับ” โดยให้ยกเท้าซ้ายไปวางแนวเดียวกันกับเท้าขวา เมื่อปลายเท้าทั้งสองอยู่แนวเดียวกันเรียบร้อยแล้วให้วางเท้าลงถึงพื้นพร้อมกับกำหนดคำว่า “หนอ” ให้กำหนดอย่างนี้อีกครั้งหนึ่ง ไปจนกว่าจะมาอยู่ในท่าหันหลังกลับ

เมื่อหมุนตัวกลับเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ให้กำหนดคำว่า “หลับตา...หนอ” ตามด้วยให้กำหนดคำว่า “งยหน้า...หนอ” เสร็จแล้วให้กำหนดคำว่า “ยื่นหนอ ยื่นหนอ” อีกจนครบ ๕ ครั้งเหมือนเดิม เมื่อกำหนดครบแล้วให้กำหนดก้มหน้า กำหนดลิ้มตา ทอดสายตาประมาณ ๔ สอก ให้กำหนดการเดินเหมือนเดิมคือ “ขวา...ย่าง...หนอ ซ้าย...ย่าง...หนอ” อย่างนี้ไปเรื่อยๆ จนกว่าจะเห็นว่าได้เวลาพอสมควร หรือตามระยะเวลาที่กำหนดไว้ต่อจากนั้นจึงกำหนดนั่ง ก่อนที่จะกำหนดนั่งจะต้องกำหนดยื่นก่อน ให้กำหนดคำว่า ยื่น...หนอ ๕ ครั้ง เหมือนครั้งก่อนๆ ที่ผ่านมา แล้วจึงกำหนดการนั่งให้มีสติติดต่อกันไป

๓. การกำหนดในอิริยาบถนั่ง หรือการนั่งสมาธิ (Sitting Meditation)

การนั่งสมาธิ เป็นการกระทำต่อเนื่องจากการเดินจงกรม ก่อนที่จะนั่งให้กำหนดยื่น ๕ ครั้งตามที่ได้กระทำมาเสียก่อน แล้วให้กำหนดการปล่อยมือที่ไขว้หลังออกจากกันเอามือมาไว้ข้างตัวก่อน โดยกำหนดคำว่า “ปล่อยมือ...หนอ” ซ้ำๆ เมื่อปล่อยมือทั้ง ๒ ข้างเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ก่อนที่จะนั่ง ให้กำหนดก้มหน้า ลิ้มตาตามที่ปฏิบัติมา แล้วให้ก้าวเท้าขวาออกไปข้างหน้า ๑ ก้าว โดยกำหนดคำว่า “ขวา...ย่าง...หนอ” จึงกำหนดนั่งลง ขณะที่นั่งให้ค่อยๆ ย่อตัวลงไปเป็นระยะๆ ซ้ำๆ เพื่อที่จะได้กำหนดจิตให้ทัน ขณะย่อตัวลงให้กำหนดคำว่า “ย่อลงหนอๆ” เป็นระยะๆ เรื่อยไปจนเข่าวางถึงพื้น จึงกำหนดคำว่า “คุกเข่าหนอๆ” เมื่อก้นถึงกับพื้นแล้ว ให้กำหนดคำว่า “ถูกหนอๆ” เมื่อขาถูกพื้นให้กำหนดคำว่า “ถูก..หนอๆ” เช่นนี้ทั้งสองข้าง ถ้านั่งยังไม่เรียบร้อยดี หากจะขยับให้กำหนดคำว่า “ขยับหนอๆ” จนกระทั่งนั่งเรียบร้อยแล้ว ให้กำหนดคำว่า “นั่ง...หนอๆ” จนกว่าจะอยู่ในท่านั่งที่เรียบร้อย

วิธีกำหนดขณะนั่งสมาธิ

เมื่อกำหนดนั่งเป็นที่เรียบร้อยแล้วให้ปฏิบัตินั่งขัดสมาธิ คือ เอาขาขวาทับขาซ้าย มือทั้ง ๒ ข้างวางไว้บนเข่า นั่งตัวตรงแล้วหลับตาลงเบาๆ โดยกำหนดคำว่า “หลับตา...หนอ” เอาสติไปอยู่ที่มือซ้ายเพื่อที่จะยกมือขึ้นจากเข่า พร้อมกับกำหนดคำว่า “ยก...หนอ” เสร็จแล้วให้เลื่อนมือเข้าหาตัวเองเพื่อมาวางไว้ที่หน้าคัก พร้อมกับกำหนดคำว่า “มา...หนอ” ก่อนที่จะวางมือลงมาที่คักให้กำหนดหางมือข้างซ้าย กำหนดว่า “หางย...หนอ” ต่อจากนั้นให้กำหนดวางมือลงไว้ที่หน้าคักพร้อมกำหนด คำว่า “ลง...หนอ” และ “ถูก...หนอ” ตามลำดับ ส่วนมือข้างขวาให้กำหนดเช่นเดียวกันกับข้างซ้าย ต่อจากนั้นให้เอาสติมาจับอยู่ที่อาการท้องพองท้องยุบเป็นอารมณ์เวลาหายใจเข้าท้องเริ่มพองขึ้นให้กำหนดคำว่า “พอง...หนอ” ขณะที่ใจนึกกับท้องที่พองขึ้นให้ทันกันพอดีอย่าให้ก่อนหรือหลัง เมื่อหายใจออกท้องยุบให้กำหนดคำว่า “ยุบ...หนอ” ใจที่นึกกับท้องที่ยุบต้องให้ทันกันพอดี ข้อสำคัญให้สติอยู่ที่ท้องพอง ท้องยุบเท่านั้น อย่าเอาสติไปคลุมหายใจเข้าออก

ทางจมูก และอย่าตะเบ็งหรือแพบท้อง ปล่อยให้เป็นไปตามธรรมชาติของการหายใจเข้าออก ให้มีความรู้สึกตามความเป็นจริงไม่แก่งทำขึ้น ให้มีความรู้สึกว่าเวลาท้องจะต้องไปข้างหน้า ท้องยุบจะต้องมาข้างหลังอย่าสับสนกัน และอย่ามีความเห็นว่า ท้องจะต้องขึ้นข้างบน ท้องยุบจะต้องลงข้างล่าง การนั่งสมาธิให้กำหนดเอาท้องเป็นอารมณ์ปัจจุบันว่า “พอง...หนอ ยุบ...หนอ” อย่างนี้ไปเรื่อยๆ ประมาณ ๓๐ นาทีหรือ ๑ ชั่วโมง หรือมากกว่านั้น เสร็จแล้วให้กำหนดจิตแผ่เมตตา

๔. การกำหนดในอิริยาบถนอน (Sleeping Meditation)

เมื่อนั่งครบตามกำหนดแล้วจะนอน หรือได้เวลาพักผ่อนแล้ว ให้กำหนดการนอน ดังนี้ ขึ้นแรก ในขณะที่เหยียดขาออกทั้งสองข้าง ให้เอาสติจับอยู่ที่ขาที่ละข้างก่อน แล้วกำหนดขาที่เหยียดออกไปว่า “เหยียดหนอ เหยียดหนอ” เป็นระยะๆ เรื่อยไปจนกระทั่งเหยียดออกหมดทั้งสองข้างแล้วให้ เอาสติมาจับอยู่ที่แขน ขณะที่เหยียดแขนออก ก็กำหนดคำว่า “เหยียดหนอ เหยียดหนอ” จนกระทั่งเหยียดแขนออกเรียบร้อย

เมื่อแขนถูกพื้นก็ให้กำหนดคำว่า “ถูกหนอๆ” แล้วกำหนดคำว่า “ตะแคงหนอๆ” คือนอนตะแคงข้าง ส่วนมากจะตะแคงข้างขวา ขณะที่กำลังเอนตัวลงให้กำหนดคำว่า “ลงหนอๆ” ซ้ำๆ จนถึงพื้น จึงกำหนดคำว่า ถูกหนอๆ ไปเรื่อยๆ แล้วกำหนดคำว่า พลิกหนอๆ คือพลิกนอนหงาย เมื่อนอนหงายเสร็จเรียบร้อยแล้ว จะเลื่อนมือหรือเท้าให้อยู่ในท่าที่เรียบร้อย ให้มีสติกำหนดตามไปเรื่อยๆ จนกว่าจะเรียบร้อย เมื่อนอนเรียบร้อยแล้ว ให้กำหนดคำว่า “นอนหนอๆ” ไปเรื่อยๆ แล้วเอาสติมากำหนดที่ท้องพองท้องยุบทันที เมื่อท้องพอง ให้กำหนดคำว่า “พองหนอ” เมื่อท้องยุบ ให้กำหนดคำว่า “ยุบหนอ” เรื่อยไปจนกว่าจะหลับ เมื่อรู้สึกตัวจะตื่น ก่อนที่จะลุกขึ้นหรือก่อนล้มตา ให้กำหนดคำว่า “ตื่นหนอ ตื่นหนอ” ๓ ครั้งแล้วกำหนดที่ท้อง พองหนอ ยุบหนอ อีกสัก ๓ ครั้ง แล้วกำหนดที่ตาว่า “ล้มตาหนอๆ เห็นหนอๆ” แล้วจึงกำหนดลุกขึ้นนั่ง

การกำหนดอิริยาบถส่วนใหญ่ทางกาย จะให้ผู้ปฏิบัติพยายามใช้สติให้ติดต่อกันให้มากที่สุดเท่าที่จะกระทำได้นอกจากนี้อิริยาบถที่สำคัญที่จะต้องกำหนดด้วยคือเวลารับประทานอาหาร เวลาอาบน้ำ เวลาถ่ายอุจจาระ ถ่ายปัสสาวะ ในขั้นแรกให้กำหนดแต่เพียงอิริยาบถที่หายๆ ก่อน โดยให้ผู้ปฏิบัติมีจิตรู้อยู่ในอิริยาบถที่เคลื่อนไหวของมือและเท้าให้พยายามเคลื่อนไหวกายอย่างช้าๆ เพื่อจะได้กำหนดทันปัจจุบันอารมณ์ เวลารับประทานอาหาร ขณะที่เอามือหยิบอาหาร ให้จิตรู้

กิริยาอาการของมือที่เคลื่อนไหวไปมา เวลาเคี้ยวอาหาร ให้จิตจดจ่ออยู่ที่การเคี้ยว พยายามระวังไม่ให้จิตเตลิดออกไปภายนอกหรือไปรับรู้อารมณ์อย่างอื่น

การอาบน้ำ การถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะก็เช่นเดียวกัน พยายามให้จิตรู้แต่อริยาบทที่เคลื่อนไหวอยู่เท่านั้น ถ้าลืมกำหนด เช่น ในขณะที่ตื่นนอน ลืมกำหนดว่า “ตื่นนอนๆ ลุกนอนๆ” ลุกขึ้นมาเสียก่อนแล้ว พอนึกขึ้นได้ให้นอนลงไปใหม่ แล้วกำหนดว่า “ตื่นนอนๆ” การทำอย่างนี้เพื่อ ฝึกจิตให้เคยชินเป็นการฝึกสติให้มั่นคงอยู่กับตัวตลอดเวลา จะได้ไม่เผลอ ไม่ให้หลงลืม

การกำหนดจิตแผ่เมตตา

พระธรรมสังฆปุราจารย์ (จรัญ จิตฺตมฺโฆ) ท่านได้สอนวิธีการกำหนดจิตแผ่เมตตาไว้ดังนี้

๑) สำหรับผู้ปฏิบัติธรรมที่สมาธิไม่ตั้งมั่นพอหรือมีสมาธิอ่อนๆ ให้กำหนดจิตอันเป็นกุศลที่ล้นปีเพื่อจะแผ่เมตตาให้กำหนดคำว่า “รู้หนอๆ” ที่ล้นปี เมื่อหายใจเข้า เวลาหายใจออกให้กล่าวคำแผ่เมตตาออกไป ต่อจากนั้นให้กำหนดจิตไว้ที่หน้าผากหรืออุณาโลม ตั้งสติแล้วกำหนดแผ่ส่วนกุศลให้ผู้มีพระคุณ เจ้ากรรมนายเวร เป็นต้น

๒) สำหรับผู้ปฏิบัติธรรมที่มีสมาธิตั้งมั่นดีแล้วให้กำหนดคำว่า “รู้หนอๆ” กลางหน้าผากหรือที่เรียกว่าอุณาโลม แล้วให้กำหนดจิตแผ่เมตตา และกำหนดจิตแผ่ส่วนกุศล

การกำหนดจิตอธิษฐาน

หลังจากที่แผ่เมตตาและแผ่ส่วนกุศลเสร็จแล้วให้ผู้ปฏิบัติธรรมกำหนดจิตแผ่ส่วนกุศลให้แก่เฉพาะบุคคลตามตนเองปรารถนา เช่น กำหนดจิตแผ่ส่วนกุศลให้แก่บิดามารดาญาติพี่น้องของตนเอง

๒. การกำหนดเวทนาเป็นอารมณ์เรียกว่า เวทนาอุปัสสนาสติปัฏฐาน

ในขณะที่เดินจงกรมอยู่หรือนั่งสมาธิอยู่ อาจเกิดความปวดเมื่อยหรือความสุขใจที่ไม่เคยมีมาก่อน หรืออาการคันเหมือนมีแมลงไต่ตามร่างกายและอื่นๆ อาการนี้ทางภาษาปฏิบัติเรียกว่า เวทนา ซึ่งเป็นอาการชนิดหนึ่งที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติธรรม ทำให้เกิดความรู้สึกพอใจบ้าง ไม่พอใจบ้างหรือเฉยๆ ส่วนอาการที่ปรากฏเด่นชัดคืออาการที่ไม่พอใจ อาการนี้ท่านเรียกว่าทุกข์เวทนา เช่น เจ็บ ปวด เมื่อย คัน แน่นหน้าอก เป็นต้น ถ้าเกิดอาการอย่างนี้ขึ้นในขณะที่เดินหรือนั่งก็ดี ถ้าหากกำลังเดินอยู่ให้หยุดเดินเสียก่อน แล้วเอาสติกำหนดลงไปที่เกิดเวทนานั้นๆ ให้กำหนดตามอาการที่ปรากฏ ในขณะนั้น เช่น เกิดอาการปวด ให้กำหนดคำว่า “ปวดหนอ ปวดหนอ” ถ้าเจ็บหรือคันให้กำหนดคำว่า “เจ็บหนอๆ คันหนอๆ” เป็นต้น ให้กำหนดไปเรื่อยๆ จนกว่าอาการเหล่านั้น จะหายไป

เมื่ออาการเหล่านั้นหายไปแล้ว ให้เอาสติกลับมาอยู่ที่เดิมคือ ถ้ากำลังเดินอยู่ ให้กำหนดอาการเดินต่อไป ถ้านั่งสมาธิอยู่ให้กำหนดพองหนอ ยุบหนอต่อไป ถ้าเกิดเวทนาอีกหรืออาการของเวทนายังปรากฏเด่นอยู่ ให้หันมากำหนดที่เวทนาเป็นอารมณ์อีกจนกว่าจะหายแล้วกลับไปหาอิริยาบถเดิมอยู่ อย่างนี้ให้มีสติต่อเนื่องกันไปไม่ให้ขาดสาย ถ้าหากทนต่ออาการของเวทนาไม่ไหวจริงๆ คือ กำหนดเท่าไรๆ เวทนายังไม่หายแถมยังมากขึ้นๆ เช่น เกิดอาการคันมากจนทนไม่ไหวจริงๆ ท่านให้ใช้มือเกาได้ แต่ต้องเอาสติกำหนดอยู่ที่การเคลื่อนไหวของมือที่เกาเป็นระยะๆ ไป เมื่อหายคันแล้ว ไปกำหนดการเดิน หรือพองหนอ ยุบหนอตามเดิม

ถ้าอยู่ในอิริยาบถนั่ง เกิดอาการเมื่อยมากหรือปวดมาก กำหนดเท่าไรก็ไม่หาย ท่านแนะนำให้ปฏิบัติขยับเขยื้อนขา หรือเหยียดขาทั้งสองออกไป แต่ให้มีสติกำหนดกิริยาอาการที่เคลื่อนไหวเป็นระยะๆ ไป การกำหนดที่เวทนานี้ ท่านแนะนำให้กำหนดรู้แต่เพียงอาการของมันเท่านั้น อย่าปล่อยให้จิตดิ้นรนไปตามอาการของเวทนา ให้กำหนดด้วยอาการวางเฉย ถ้าดิ้นรนว่าเมื่อไรอาการปวดถึงจะหาย เมื่อไรอาการคันถึงจะหาย ถ้าเป็นเช่นนี้แล้ว อาการของเวทนาอาจจะไม่หายไปได้ง่ายๆ ต้องวางอารมณ์ให้เป็นกลาง มีสติกำหนดรู้อาการของมันเท่านั้น แล้วอาการต่างๆ ก็จะบรรเทาเบาบางลง ในที่สุดก็จะไม่รู้สึกรำคาญปวดเลย

๓. การกำหนดจิตเป็นอารมณ์เรียกว่า จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การกำหนดจิตเป็นอารมณ์นี้ ท่านแนะนำว่า ขณะเอาสติกำหนดการเดินคือขวย่างหนอ ซ้ายอย่างหนออยู่ หรือขณะนั่งกำหนด พองหนอ ยุบหนอ อยู่ นั่น บางครั้งอาจผลอสติ จิตอาจไม่ได้อยู่ที่การกำหนด อาจผลอสติออกไปคิดในเรื่องอื่นหรืออารมณ์อื่นนอกจากกรรมฐานที่กำหนดอยู่นั้น เช่น จิตอาจคิดถึงบ้าน คิดเป็นห่วงทรัพย์สิน หรือคิดฟุ้งซ่านถึงเรื่องราวต่างๆ ที่ผ่านมาในอดีต หรือกังวลเรื่องอนาคตข้างหน้า เมื่อเกิดอาการเช่นนี้ขึ้นท่านแนะนำว่า เมื่อเรามีสตินึกขึ้นมาได้ในขณะใดให้เอาสติปกคลุมที่ลึ้นปีพร้อมกับกำหนดคำว่า “คิดหนอ คิดหนอ” เรื่อยๆ ไปจนกว่าจิตจะหยุดคิด อาการคิดอย่างอื่นเช่น การโกรธ การดีใจ และการเสียใจเช่นเดียวกัน ถ้ามีอาการเหล่านี้เกิดขึ้น เมื่อมีสตินึกขึ้นมาได้ให้เอาสติจับที่ลึ้นปี แล้วกำหนดตามอาการที่เป็นจริงในขณะนั้น จนกว่าอาการเหล่านั้นจะหายไปแล้วให้กลับมากำหนดอิริยาบถเดิม อาจจะเดินอยู่ให้กำหนดการเดินต่อไป ถ้านั่งอยู่กำหนดอาการ พองหนอ ยุบหนอ ต่อไปเรื่อยๆ

๔. การกำหนดธรรมเป็นอารมณ์ เรียกว่า ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

คือ ถ้าหากเกิดความรู้สึกต่างๆ อันเป็นอาการของนิเวศธรรมเข้าครอบงำจิตเกิดขึ้นเช่น การยินดีในกามคุณหรือเกิดความพอใจในอารมณ์ภายนอก มีความโกรธเกิดขึ้น พยาบาทเกิดขึ้น มี

อาการฟุ้งซ่านรำคาญใจเกิดขึ้น มีการหดหู่ใจ วังเวงหาหวานอนเสรำซึมใจเกิดขึ้น มีวิตกวิจารณ์ มีความสงสัยในการปฏิบัติไปต่างๆ ไม่มีความมั่นใจในการปฏิบัติเกิดขึ้นเหล่านี้ เป็นต้น

เมื่อเป็นเช่นนี้ให้กำหนดรู้อาการของจิตนั้นๆ ตามความเป็นจริงทันทีที่รู้เช่น เมื่อมีความพอใจเกิดขึ้นให้กำหนดว่า “ชอบหนอๆ” เมื่อมีความโกรธหรือความพยาบาทเกิดขึ้นให้กำหนดว่า “โกรธหนอๆ” เมื่อมีความวังเวงหาหวานอนเกิดขึ้นให้กำหนดว่า “วังเวงหนอๆ” เมื่อมีความคิดฟุ้งซ่านรำคาญใจเกิดขึ้น ให้กำหนดว่า “ฟุ้งซ่านหนอๆ” และเมื่อมีความสงสัยเกิดขึ้นให้กำหนดว่า “สงสัยหนอๆ” ไปเรื่อยๆ จนกว่าอาการที่เกิดขึ้นเหล่านั้นจะหายไปเมื่อกำหนดจนอาการของนิรวณธรรมเหล่านั้นหายไปแล้ว ให้มากำหนดอิริยาบถเดิม อาจจะเดินอยู่หรือนั่งอยู่ ถ้านั่งอยู่ให้กำหนดพองหนอ ยุบหนอต่อไปตามเดิมให้พยายามประครองสติไว้โดยให้เป็นไปต่อเนื่องกันอย่างนี้ไม่ให้ขาดสายและกำหนดให้เป็นปัจจุบันอารมณ์ที่สุด การกำหนดให้เป็นปัจจุบันอารมณ์นี้

พระธรรมสิงหบุราจารย์ (จรัญ จิตฺตมฺโม) ได้อธิบายเพิ่มเติมตามหลักพระไตรปิฎกโดยอ้างการตรัสขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า ได้ทรงแสดงพระธรรมเทศนาแก่เมตตคฺคฺคาณพตอนหนึ่ง ซึ่งปรากฏอยู่ในโสฬสปัญหาที่มีใจความว่า “เมตตคฺคฺคาณพ เธอรู้อย่างไรอย่างหนึ่งในส่วนที่เป็นอนาคตในส่วนที่เป็นอดีตและในส่วนที่เป็นปัจจุบัน เธอจงบรรเทาความเพลิดเพลินและความยึดมั่นในส่วนเหล่านั้นเสียผู้มีธรรมเป็นเครื่องอยู่ อย่างนี้ มีสติไม่เดินเลื้อ จะละทุกข์คือชาติ ชรา และความเสรำโสภพิโรธาพันในโลกนี้เสียได้” ความไม่เพลิดเพลินและมีสติไม่เดินเลื้อนั้น

พระธรรมสิงหบุราจารย์ (จรัญ จิตฺตมฺโม) อธิบายว่า คือ การกำหนดรู้ปัจจุบันอารมณ์นั่นเอง อีกตอนหนึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าได้แสดงธรรมแก่พาหิยะ มีใจความว่า “พาหิยะ เธอจงเห็นสักแต่ว่าเห็น จงได้ยินสักแต่ว่าได้ยิน จงรู้สึกแต่ว่ารู้ แล้วท่านจะไม่มีอะไร เมื่อไม่มีอะไร ท่านก็จะพ้นจากโลกนี้”

ท่านอธิบายว่า การที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า ให้รู้สึกแต่ว่ารู้ในสิ่งต่างๆ ที่ตนได้เห็นหรือได้ยินนั้น คือการรู้เป็นปัจจุบันนั่นเองตัวอย่าง เช่น เมื่อเราเดินไปตามถนน ถ้าเราพบคนที่ไม่รู้จักกันเดินสวนทางมา เราจะเห็นสักแต่ว่าเห็นจะไม่ถามหรือพูดคุยกัน แล้วจะไม่เอาใจไปจดจ้อกับบุคคลผู้นั้น โดยที่ไม่มี อดีต อนาคตและปัจจุบันเข้ามาเกี่ยวข้อง เพราะเราไม่ได้ไปยึดถือตามอาการที่เห็นนั้น ตรงกันข้าม ถ้าเราเห็นคนที่รู้จักกัน คนที่เคยรักกัน หรือคนที่เกลียดกันการเห็นนั้นๆ ไม่เป็น ปัจจุบันธรรม เพราะจิตใจของเราข้อมคืดรนไปตามลักษณะของอดีตและอนาคตสุดแต่ที่เราจะคิดสร้างขึ้นมาได้เช่นเช่นเดียวกัน ขณะที่เราได้ยินเสียงใครคนใดคนหนึ่งเรียกชื่อของคนอื่นที่ไม่ใช่ชื่อเรา เราไม่มีอดีต อนาคตเข้ามารบกวนจิต คงได้ยินเสียงสักแต่ว่าได้ยินเท่านั้น

จิตใจของเราวางเฉยต่อเสียงนั้นได้ ถ้าหากผู้หนึ่งเรียกชื่อเรา ความเป็นอดีต อนาคตปรากฏทันที เพราะเราต้องยึดมั่นถือมั่นกับเสียงที่ได้ยินนั้นจนลืมปัจจุบัน

การกำหนดให้เป็นปัจจุบันนั้นเป็นของสำคัญอย่างยิ่งสำหรับผู้ปฏิบัติตามแนว สติปัฏฐาน ๔ จะต้องให้เป็นปัจจุบันทันทีโดยไม่ให้เหลื่อมล้ำกัน ไม่มีก่อนไม่มีหลัง เวลาเดินจงกรม ขณะที่เท้าขวายกให้รู้พร้อมทันที เมื่อเท้าข้าง มีสติรู้ตามไปพร้อม เมื่อเท้าเหยียบถึงพื้นให้รู้ทันทีเหมือนกัน การกำหนดที่ท้องให้เป็นปัจจุบันเช่นเดียวกัน เวลาท้องเริ่มพองให้รู้พร้อมๆ กับการท้องพองออกไป เอาสติตามรู้ไปจนกระทั่งท้องยุบพอง เวลาท้องยุบเช่นเดียวกัน อย่างนี้เรียกว่า กำหนดให้เป็นปัจจุบันอารมณ์

การที่ผู้ปฏิบัติจะต้องตั้งสติและกำหนดจิตไว้อย่างนี้ตลอดเวลา เพราะจิตของคนเราอยู่ภายใต้การบังคับบัญชาของความ โลก ความโกรธ และความหลงอยู่ตลอดเวลา ถ้าผู้ปฏิบัติไม่สำรวมระวังอินทรีย์แล้ว ย่อมจะเปิดโอกาสให้อกุศลเกิดขึ้นกับจิตได้ง่ายการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยการเอาสติไปกำกับอยู่ตลอดเวลา เมื่อปฏิบัติได้ผลแก่กล้าแล้วย่อมมีผลเป็นสุข สติที่เกิดขึ้นขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน นอกจากจะคอยสกัดกั้นอกุศลธรรมและความเดือดร้อนใจแล้ว ยังทำให้เห็นความเกิดดับของรูปนามชัดเจนยิ่งขึ้น และเป็นเหตุให้เห็นไตรลักษณ์ในสังขารปรากฏชัดเจนอย่างถ่องแท้ เมื่อจิตไม่มีความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนแล้ว เป็นเหตุให้จิตหลุดพ้นจากอาสวะกิเลสได้ง่ายขึ้น ย่อมสำเร็จมรรค ผล นิพพานในที่สุด

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ : พระวรมน ขนฺติโก (วัดอูมา).
- เกิด : ๕ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๒๐.
- สถานที่เกิด : ๓๖ หมู่ ๑๗ ตำบลขอนแก่น อำเภอสังขะ จังหวัดสุรินทร์ ๓๒๑๕๐
- การศึกษา : พ.ศ.๒๕๔๕ นธ. เอก.
พ.ศ.๒๕๕๑ พุทธศาสตรบัณฑิต สาขาวิชารัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตสุรินทร์.
- ประสบการณ์การทำงาน : พ.ศ. ๒๕๕๔ ผ่านการอบรมปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นเวลา ๗ เดือน ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” ตำบลหนองน้ำแดง อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา.
- อุปสมบท : วันที่ ๑๐ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๐.
- สังกัด : วัดสามัคคีศรีบูรพา ต.ขอนแก่น อ.สังขะ จ.สุรินทร์ ๓๒๑๕๐
- ปีที่เข้าศึกษา : วันที่ ๒๘ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๑.
พ.ศ.๒๕๕๑ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม.
- ปีที่สำเร็จการศึกษา : วันที่ ๑ เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๕๕.
- ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดสามัคคีศรีบูรพา ตำบลขอนแก่น อำเภอสังขะ จังหวัดสุรินทร์ ๓๒๑๕๐. โทร ๐๘๑๖๖๐๖๕๘๘.