

หลักฐานการปฏิบัติธรรมจากคัมภีร์ทางพุทธศาสนา (ต่อ)

การปฏิบัติธรรมตามแนวทางที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตรนั้น แบ่งเป็น 4 หัวข้อใหญ่ คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน 3 หัวข้อแรก มีเนื้อหารายละเอียดปรากฏในบทที่ 2 ส่วนหัวข้อสุดท้าย คือ ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แยกไว้เป็นอีกบทหนึ่งต่างหาก เพราะหัวข้อนี้มีถึง 5 บรรพ ในแต่ละบรรพ ก็ประกอบด้วยธรรมะอันละเอียดที่พระพุทธองค์ทรงชี้แนะให้เราพิจารณาเพื่อซักเถลาคถามเห็นผิดให้หมดไป เกิดธรรมจักขุ เห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การพิจารณาธรรมในธรรม มี 5 บรรพ คือ

1. นิรวณบรรพ ว่าด้วยการกำหนดรู้ธรรม คือ นิรวณ 5 พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า

"ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่อย่างไรเล่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ นิรวณ 5 ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมคือ นิรวณ 5 อยู่อย่างไรเล่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เมื่อ

- ความฉันทมีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าความฉันทมีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา
- ความฉันทไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าความฉันทไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา
- ความฉันทที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น
- ความฉันทที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย

- กามฉันท์ที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย"¹

นิวรณ์อื่นๆ อีก 4 อย่าง ได้แก่ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ และวิจิกิจฉา ก็พิจารณาโดยนัยเดียวกันนี้

นิวรณ์ หมายถึง สิ่งที่ยึดมั่นไม่ให้ก้าวหน้าในคุณธรรม เป็นธรรมที่ยึดมั่นไม่ให้บรรลุคุณความดี เป็นอกุศลธรรมที่ทำให้จิตเศร้าหมอง และทำปัญญาให้อ่อนกำลัง²

นิวรณ์ทั้ง 5 เป็นอาหาร คือ นำมาซึ่งอวิชชา ทำให้อวิชชามีกำลังมากขึ้น ในขณะเดียวกันเมื่ออวิชชามีกำลัง นิวรณ์ก็รบกวนจิตมาก ทั้งสองเป็นปัจจัยเกื้อกูลซึ่งกันและกันในทางเสื่อม อวิชชาเป็นรากเง่าที่อยู่ลึก ตองหาทางทำลายโดยไม่ให้อาหาร จึงต้องรู้จักนิวรณ์ซึ่งเป็นอาหารของอวิชชา เมื่อรู้จักแล้วต้องไปสังเกต พินิจ พิจารณา สภาวะจริงๆ ให้อุรู้ชัด ไม่ใช่รู้แต่ชื่อ ต้องมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติอ่อนไหว จึงจะสังเกตเพื่อทำความรู้จักได้ทุกขั้นตอน ดังความในพระสูตรที่กล่าวมาแล้ว

นิวรณ์ทั้ง 5 ได้แก่

- 1.1 กามฉันทะ คือ ความพอใจในกาม³ ความต้องการกามคุณ⁴
- 1.2 พยาบาท คือ ความคิดร้าย ปองร้าย

¹สูตรเดียวกัน. หน้า 265.

²พระราชารมณี (ประยูรย์ ปยุตโต), เรื่องเดิม, หน้า 136.

³เรื่องเดียวกัน. หน้า 33. "กาม ความใคร่ ความอยาก ความปรารถนา สิ่งที่น่าใคร่ น่าปรารถนา แบ่งเป็น 2 คือ 1.กิลีสกาม... 2.วัตถุกาม..."

⁴เรื่องเดียวกัน. หน้าเดียวกัน. "กามคุณ ส่วนที่น่าใคร่ น่าปรารถนา ส่วนที่ดีหรือส่วนอร่อยของกาม มี 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะ หรือสัมผัสทางกาย 5 อย่างนี้ เฉพาะส่วนที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ"

- 1.3 ถีนมิทธะ คือ ความหดหู่และเซื่องซึม
- 1.4 อุทธัจจกุกกุจจะ คือ ความฟุ้งซ่าน และรำคาญใจ ความกระวนกระวาย
กลุ่มกังวล
- 1.5 วิจิกิจฉา คือ ความลังเลสงสัย¹

เหตุเกิดกามฉันทะ กามฉันทะย่อมเกิดขึ้นเพราะ มนสิการโดยไม่มีแยกคายใน
อสุณิมิต ได้แก่ อารมณ์ที่งาม เป็นการใส่ใจนอกทาง หรือใส่ใจโดยไม่มีอุบาย 4 ประการ
คือ การใส่ใจในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ในสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนว่า
เป็นตัวตน และในสิ่งไม่งามว่างาม การใส่ใจดังกล่าวชื่อว่า อโยนิโสมนสิการ
ผู้ที่ทำเหตุคือ อโยนิโสมนสิการให้มากในอสุณิมิต กามฉันทะย่อมเกิดขึ้น ดังพระ
ผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า "ภิกษุทั้งหลาย อสุณิมิตมีอยู่ การทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิการ
ในอสุณิมิตนั้น นี้เป็นอาหารให้กามฉันทะที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่เกิดแล้ว ให้เจริญ
ใหญ่ลยยิ่งขึ้น"²

เหตุละกามฉันทะ กามฉันทะ ละได้ด้วยการมนสิการด้วยอุบายอันแยกคายใน
อสุณิมิต ได้แก่ อารมณ์ที่ไม่งาม เป็นการใส่ใจถูกทาง หรือใส่ใจโดยอุบาย มี 4 ประการ
คือ การใส่ใจตามความเป็นจริงในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าไม่เที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นทุกข์
ในสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนว่าไม่ใช่ตัวตน ในสิ่งไม่งามว่าไม่งาม การใส่ใจดังกล่าวชื่อว่า
โยนิโสมนสิการ

ผู้ที่ทำเหตุ คือ โยนิโสมนสิการให้มากในอสุณิมิต ย่อมละกามฉันทะเสียได้
ดังพุทธพจน์ที่ว่า "ภิกษุทั้งหลาย อสุณิมิตมีอยู่ การกระทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการ ใน
อสุณิมิตนั้น นี้ไม่เป็นอาหารให้กามฉันทะที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญ

¹พระราชาวรมุณี (ประยูรต์ ปยุตฺโต), เรื่องเกิม, หน้า 136.

²อาหารสูตร, สังยุตตนิกาย เล่ม 19, หน้า 146.

โพบูลย์ยิ่งขึ้น"¹

ธรรมสำหรับละกามฉันทะ ธรรม 6 ประการเพื่อละกามฉันทะ คือ

1. การถืออสุภเป็นอารมณ์
2. การประกอบเนืองๆ ซึ่งอสุภกาวณา
3. การรักษาทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย
4. การรู้ประมาณในโภชนา
5. การคบภักชยานมิตร
6. การสนทนาในเรื่องที่เป็นสัปปายะต่อการละกามฉันทะ²

เหตุเกิดพยาบาท พยาบาทเกิดเพราะอโยนิโสมนสิการในปฏิมะนิมิต ซึ่งได้แก่ ความชื่นใจ หรืออารมณ์อันเป็นปัจจัยให้เกิดปฏิมะ พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า "ภิกษุทั้งหลาย ปฏิมะนิมิตมีอยู่ การกระทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิการในปฏิมะนิมิตนั้น นี้เป็นอาหารให้พยาบาทที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่เกิดแล้วให้เจริญโพบูลย์ยิ่งขึ้น"³

เหตุละพยาบาท พยาบาทละได้ด้วยการศึกษาใจโดยแยบคายในเมตตาเจโตวิมุตติ⁴ ถึงพระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า "ภิกษุทั้งหลาย เจโตวิมุตติมีอยู่ การทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิ-

¹ สุตตเรียวกัน. หน้า 148.

² ชาญ สุวรรณวิภิช, ผู้แปล, หัวใจกรรมฐาน แปลจาก The Heart of Buddhist Meditation โดย พระญาณโพนิกเถระ (กรุงเทพฯ: เจริญวิทย์การพิมพ์, 2528), หน้า 194.

³ อาหารสูตร, อังแล้ว, หน้า 146.

⁴ พระราชาวรมุณี (ประยุทธ์ ปยุตโต), เรื่องเดิม, หน้า 44 "เจโตวิมุตติ ความหลุดพ้นแห่งจิต การหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอำนาจการฝึกจิตหรือด้วยกำลังสมาธิ"

การในเจโตวิมุตตินั้น นี้ไม่เป็นอาหารให้พยาบาทที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่เกิดแล้วให้
เจริญไฟบุลย์ยิ่งขึ้น"¹

ธรรมสำหรับละพยาบาท ธรรม 6 ประการเพื่อละพยาบาท คือ

1. การกำหนดกณimit ในเมตตา เป็นอารมณ์
2. การประกอบเนืองๆ ซึ่งเมตตาทาวนา
3. การพิจารณาถึงความที่สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน
4. ความเป็นผู้มากด้วยการพิจารณา ทบทวน
5. การคบภักตยาถมิตร
6. การสนทนาในเรื่องที่เป็นสปีปายะต่อการละพยาบาท²

เหตุเกิดถีนมิทธะ ถีนมิทธะเกิดด้วยอโยนิโสมนสิการในธรรมทั้งหลาย เช่น
ไม่ยินดีด้วยกับเขา ความย่อหย่อนแห่งจิต เป็นต้น พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า "ภิกษุทั้งหลาย
ความไม่ยินดี ความเกียจคร้าน ความบิขี้เกียจ ความเมาอาหาร ความที่ใจหนุ้ม
มียู่ การกระทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิการในสิ่งเหล่านั้น นี้เป็นอาหารให้ถีนมิทธะที่ยัง
ไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่เกิดแล้วให้เจริญไฟบุลย์ยิ่งขึ้น"³

เหตุละถีนมิทธะ ถีนมิทธะ ละได้ด้วยอโยนิโสมนสิการในธรรมทั้งหลาย เช่น
การมีความเพียร เป็นต้น ความเพียรที่มีกำลังทำให้พ้นจากความเกียจคร้าน ย่อมละ
ถีนมิทธะได้ พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า "ภิกษุทั้งหลาย ความริเริ่ม ความพยายาม

¹อาหารสูตร, อังแล้ว, หน้า 149.

²ชาฎ สวรรณวิภัง, เรื่องเดิม, หน้า 194.

³อาหารสูตร, อังแล้ว, หน้า 146.

ความบากบั่น มีอยู่ การกระทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการในสิ่งเหล่านั้น นี้ไม่เป็นอาหารให้ถีนมิทธะที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่ เกิดขึ้นแล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น"¹

ธรรมสำหรับละถีนมิทธะ ธรรม 6 ประการเพื่อละถีนมิทธะ คือ

1. คอยจับนิมิตในการบริโภค กิน คาร
2. การผลัดเปลี่ยนอิริยาบถ
3. มนสิการท่ายความหมายรู้ในแสงสว่าง
4. การอยู่กลางแจ้ง
5. การคบกัถยาณมิตร
6. การสนทนาในเรื่องที่เป็นสปีปายะต่อการละถีนมิทธะ²

เหตุเกิดอุทธัจจกุกกุจจะ อุทธัจจกุกกุจจะ เกิดด้วยโยนิโสมนสิการในความไม่สงบแห่งจิต พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า "ภิกษุทั้งหลาย ความไม่สงบใจมีอยู่ การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการในความไม่สงบใจนั้น นี้เป็นอาหารให้อุทธัจจกุกกุจจะที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่ เกิดแล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น"³

เหตุละอุทธัจจกุกกุจจะ อุทธัจจกุกกุจจะ ละได้ด้วยโยนิโสมนสิการในความสงบแห่งจิต คือสมาธิ พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า "ภิกษุทั้งหลาย ความสงบใจมีอยู่ การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการในความสงบใจนั้น นี้ไม่เป็นอาหารให้อุทธัจจกุกกุจจะที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่ เกิดแล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น"⁴

¹สูตรเดียวกัน, หน้า 149.

²ชาฎ สวรรณวิภัง, เรื่องเคิม, หน้า 194.

³อาหารสูตร, อังคแล้ว, หน้า 146.

⁴สูตรเดียวกัน, หน้า 149.

ธรรมสำหรับละอูถัจจุกุกุจจะ ธรรม 6 ประการเพื่อละอูถัจจุกุกุจจะ คือ

1. ความเป็นผู้ไต่ยินไต่ฟังมาก
2. การไล่เสียงสอบถาม
3. ความเป็นผู้รู้ซ้ำของในพระวินัย
4. การคบผู้เจริญ
5. การคบกัลยาณมิตร
6. การสนทนาในเรื่องที่เป็นสัปปายะต่อการละอูถัจจุกุกุจจะ¹

เหตุเกิดวิจิกจจา วิจิกจจาเกิดเพราะอโยนิโสมนสิการในธรรมทั้งหลาย อันเป็นที่ตั้งแห่งวิจิกจจา ความเคลือบแคลงเป็นเหตุแห่งความสงสัยบ่อยๆ ชื่อว่าธรรมเป็นที่ตั้งแห่งวิจิกจจา เมื่อทำอโยนิโสมนสิการให้มากในธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งวิจิกจจานั้น วิจิกจจาย่อมเกิด พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า "ภิกษุทั้งหลาย ธรรมทั้งหลายอันเป็นที่ตั้งแห่งวิจิกจจามีอยู่ การกระทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิการในธรรมเหล่านั้น นี้เป็นอาหารให้วิจิกจจาที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่เกิดแล้วเจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น"²

เหตุละวิจิกจจา วิจิกจจาละได้ด้วยอโยนิโสมนสิการในธรรม มีกุศล เป็นต้น พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า "ภิกษุทั้งหลาย ธรรมที่เป็นกุศล อกุศล ธรรมที่มีโทษ ไม่มีโทษ ธรรมที่ควรเสพ ไม่ควรเสพ ธรรมที่ทราวมที่ประณีต ธรรมที่เทียบด้วยของค่าและของขาว มีอยู่ การทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิการในธรรมเหล่านั้น นี้ไม่เป็นอาหารให้วิจิกจจาที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่เกิดแล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น"³

¹ชาฎ สวรรณวิภังค์, เรื่องเคิม, หน้า 194-195.

²อาหารสูตร, อังแล้ว, หน้า 147.

³สูตรเดียวกัน, หน้า 149.

ธรรมสำหรับละวิกิจจา ธรรม 6 ประการเพื่อละวิกิจจา คือ

1. เป็นผู้ไฉนได้ฟังมาก
2. การไล่เลียงสอบถาม
3. ความเป็นผู้รู้ซ้ำของในพระวินัย
4. ความน้อมใจ เชื้ออยู่เนื่องๆ
5. การคบภักษามิตร
6. การสนทนาในเรื่องที่เป็นสัปบายะต่อการละวิกิจจา¹

นิวรรตัง 5 นี้ พระผู้มีพระภาคทรงแสดงว่าย่อมเกิดด้วยโยนิโสมนสิการทั้งสิ้น เพราะฉะนั้น เมื่อจะละนิวรรต ก็นำแสดงให้ละด้วยการมีโยนิโสมนสิการ อีกประการหนึ่ง ธรรม 6 ประการที่เป็นไปเพื่อละนิวรรตแต่ละอย่างนั้น มีเหมือนกันอยู่ข้อหนึ่ง คือ การคบภักษามิตร

ภักษามิตรและโยนิโสมนสิการ จึงเป็นปัจจัยสำคัญในการละนิวรรต ซึ่งเป็นอาหารของอวิชชา มีพุทธพจน์ที่แสดงถึงความสำคัญของธรรม 2 ประการ ดังนี้

"เพราะชี้แจงถึงเหตุภายนอก เราไม่เล็งเห็นเหตุอื่น แม้อย่างหนึ่ง ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์อย่างยิ่ง เหมือนความเป็นผู้มีมิตรดี ภิกษุทั้งหลาย ความเป็นผู้มีมิตรดี ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์อย่างยิ่ง"²

"เพราะชี้แจงถึงเหตุภายใน เราไม่เล็งเห็นเหตุอื่น แม้อย่างหนึ่ง ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์อย่างยิ่ง เหมือนการใส่ใจโดยแขนขา ภิกษุทั้งหลาย การใส่ใจโดยแขน

¹ชาญ สุวรรณวิมล, เรื่องไคมิ, หน้า 195.

²บาลีแห่งเอกธรรม, อังคตตรนิกาย เล่ม 20, หน้า 19.

คายน้อมเป็นไปเพื่อประโยชน์อย่างใหญ่"¹

กัลยาณมิตร หรือมิตรดีในที่นี้หมายถึง บุคคลผู้เพียบพร้อมด้วยคุณสมบัติที่จะสั่งสอนแนะนำ ชี้แจง ชักจูง ช่วยบอกทาง หรือเป็นตัวช่วยให้ผู้อื่นดำเนินไปในทางแห่งการฝึกฝน อบรม อย่างถูกต้อง ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคท่านยกตัวอย่างเช่น พระพุทธเจ้า พระอรหันตสาวก ครู อาจารย์ และท่านผู้เป็นพหูสูตรทรงปัญญา สามารถสั่งสอน แนะนำเป็นที่ปรึกษาได้ แม้จะอ่อนวัยกว่า²

ประโยชน์สำคัญของกัลยาณมิตรก็คือ เป็นตัวอย่างที่ช่วยให้เกิดความมั่นใจว่า สิ่งที่กำลังปฏิบัติและมุ่งหมายที่ตั้งไว้นั้น เป็นสิ่งที่ทำได้จริง และบรรลุได้จริง นอกจากนี้ ประสพการณ์ในทางปฏิบัติของกัลยาณมิตร ทำให้สามารถช่วยแนะ บอกแนวหรือวิธีการที่จะทำให้การปฏิบัติง่ายขึ้นและตรงทาง กัลยาณมิตรที่ได้บรรลุผลการปฏิบัติด้วยตนเองมาแล้ว ย่อมอำนวยความสะดวกประโยชน์ที่กล่าวมานี้ได้เต็มที่ ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดศรัทธา มีกำลังใจแรงกล้า อย่างไรก็ตามแม้กัลยาณมิตรจะมีคุณสมบัติที่จะอำนวยความสะดวกประโยชน์ยิ่งใหญ่ แต่ถ้าวินัย "คบ" ท่าน คุณความดีของท่านก็ไม่อาจมาถึงเราได้ "คบ" ในที่นี้หมายถึง การกระทำตามคำสั่งสอนแนะนำของท่านนั่นเอง

โยนิโสมนสิการ ท่านแปลสัพๆ กันมาว่า การทำไว้ในใจโดยแยบคาย หมายถึง ความรู้จักคิด ความรู้จักคิด การคิดเป็น การคิดตรงตามสภาวะและเหตุปัจจัย การคิดสืบค้นถึงต้นเค้า เป็นต้น³ โยนิโสมนสิการเป็นองค์ประกอบภายในที่ต้องพัฒนาขึ้นเอง แม้คบกัลยาณมิตรแล้ว ถ้าปราศจากโยนิโสมนสิการก็ไม่อาจเกิดปัญญา ซึ่งเป็นความพ้นทุกข์คือพ้นจากอวิชชาได้

¹สูตรเดียวกัน, หน้า 18.

²พระราชาวรมณี (ประยูร ปรยุตโต), พุทธธรรม, เรื่องเดิม, หน้า 623.

³เรื่องเดียวกัน, หน้า 670-671.

โยนิโสมนสิการไม่ใช่ตัวปัญญาเอง แต่เป็นปัจจัยให้เกิดปัญญา ในมิลินทปัญหา แสดงความแตกต่างระหว่างโยนิโสมนสิการและปัญญาไว้ว่า "มนสิการมีลักษณะค้ำนั่ง พิจารณา ส่วนปัญญามีลักษณะตัดขาด มนสิการรวบรวมจับความคิดมาเสนอทำให้ปัญญาทำงาน กำจัดกิเลสได้ เหมือนมือซ้ายรวบรวมเอารวงข้าวไว้ ให้มือขวาที่ถือเคียวเกี่ยวตัดได้สำเร็จ"¹

นิวรรตทั้ง 5 เป็นเครื่องเส้าหมองทำให้จิตมืดบอด กำบังไม่ให้แสงสว่างแห่งปัญญาฉายออกมาให้เห็นสิ่งต่างๆตามความเป็นจริงได้ ผู้ที่หวังจะพ้นจากอวิชชา คือความทุกข์ทั้งปวง จึงต้องพิจารณาให้รู้จักโทษของนิวรรตทุกแง่มุม เพื่อจะได้จัดการละออกจากใจได้สำเร็จ แม้จะรู้ว่ามีโทษแล้ว แต่ยังไม่ละได้ ก็ไม่อาจก้าวไปสู่จุดหมายได้ เพราะการที่จะไปสู่จุดหมายต้องมีปัญญา ปัญญาจะมีได้ก็ด้วยการชัคเกลลาภิเลสที่ปักบังออกไปหมดไป การที่จะรู้เท่าทันเมื่อเกิดนิวรรต ต้องมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ คอยเฝ้าระวังใจไว้ นิวรรตเป็นศัตรูที่มองไม่เห็นตัว สัมผัสไม่ได้ด้วย ตา หู จมูก ลิ้น กาย แต่สัมผัสได้ด้วยใจเท่านั้น นั่นคือ นิวรรตเกิดที่ใจ ชัคได้ด้วยใจ ละได้ที่ใจ ใจจึงเป็นสนามรบที่สำคัญ เมื่อรบชนะได้ก็ขาด คือ พ้นจากทุกข์จากภยภัยที่ใจอีก ใจจึงเป็นจุดรวมของทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาลนี้

2. ขันธบรรพ ว่าด้วยการกำหนดครุธรรม คือ อุปาทานขันธ 5 พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า

"ภิกษุทั้งหลาย... ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ อุปาทานขันธ 5 ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ อุปาทานขันธ 5 อย่างไรเล่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นคั้งนี้ว่า

¹มิลินทปัญหา, มิลินทปัญหาลดฉบับพิสดาร ของหอสมุดแห่งชาติ (พระนคร: โรงพิมพ์รุ่งเรืองรัตน์, 2500), หน้า 106-107.

- อย่างนี้รูป
อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งรูป
อย่างนี้ความดับแห่งรูป
- อย่างนี้เวทนา
อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งเวทนา
อย่างนี้ความดับแห่งเวทนา
- อย่างนี้สัญญา
อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งสัญญา
อย่างนี้ความดับแห่งสัญญา
- อย่างนี้สังขาร
อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งสังขาร
อย่างนี้ความดับแห่งสังขาร
- อย่างนี้วิญญาณ
อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งวิญญาณ
อย่างนี้ความดับแห่งวิญญาณ"¹

ชั้น 5 กับอุปาทานชั้น 5 มีนัยแตกต่างกันดังพุทธพจน์ต่อไปนี้

"... ก็ชั้น 5 เป็นใจ ภิกขุทั้งหลาย รูปร่างใดอย่างหนึ่ง เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน เป็นภายในหรือภายนอก หยาบหรือตะเอยะ เลวหรือประณีต อยู่ในที่ไกลหรือใกล้ นี้เรียกว่ารูปชั้น เวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง... สัญญาอย่างใดอย่างหนึ่ง... สังขารเหล่าใดเหล่าหนึ่ง... วิญญาณอย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน เป็นภายในหรือภายนอก หยาบหรือตะเอยะ เลวหรือประณีต อยู่ในที่ไกลหรือใกล้

¹มหาสติปัฏฐานสูตร, อังแล้ว, หน้า 266.

นี้เรียกว่าวิญญานชั้น ๕ ภิกษุทั้งหลาย เหล่านี้เรียกว่าชั้น ๕"¹

สำหรับอุปาทานชั้น ๕ พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า

"... กิอุปาทานชั้น ๕ เป็นใจณ ภิกษุทั้งหลาย รูปร่างใดอย่างหนึ่ง เป็น
 อจิตต อนาคต ปัจจุบัน เป็นภายในหรือภายนอก หยาบหรือตะเอยีค เสวหรือประณีต อยู่
 ในที่ไกลหรือใกล้ เป็นไปกับด้วยอสาสะ เป็นปัจจัยแก่อุปาทาน นี้เรียกว่าอุปาทานชั้น
 คือ รูป เวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง... สัญญาอย่างใดอย่างหนึ่ง... สังขารเหล่าใดเหล่า
 หนึ่ง... วิญญานอย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นอจิตต อนาคต ปัจจุบัน เป็นภายในหรือภายนอก
 หยาบหรือตะเอยีค เสวหรือประณีต อยู่ในที่ไกลหรือใกล้ เป็นไปกับด้วยอสาสะ เป็นปัจจัย
 แก่อุปาทาน นี้เรียกว่าอุปาทานชั้น ๕ คือวิญญาน ภิกษุทั้งหลาย เหล่านี้เรียกว่าอุปาทาน-
 ชั้น ๕"²

นอกจากนี้ ยังมีพุทธพจน์ที่แสดงถึงธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งอุปาทาน และตัวอุปาทาน
 ดังนี้

"รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาน ชื่อว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งอุปาทาน ความ
 กำหนดด้วยอำนาจความพอใจในรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาน ชื่อว่าอุปาทาน"³

ชั้นทั้ง ๕ เป็นองค์ประกอบของมณุษย์ แบ่งเป็น ๒ ประเภทใหญ่ๆ คือประเภท
 ไม่รู้ได้แก่รูปกายหรือที่ประชุมแห่งรูป ประเภทรู้ได้แก่นามกายหรือที่ประชุมแห่งนาม รูปกาย
 ใจแก่รูปชั้น ส่วนนามกายใจแก่ เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น และวิญญานชั้น

¹ ปัญจชั้นสูตร, สังยุตตนิกาย เล่ม 17, หน้า 51-52.

² สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

³ สูตรเดียวกัน. หน้า 177.

2.1 รูปขันธ์ เป็นส่วนประกอบฝ่ายรูปธรรม ได้แก่รูปกายทั้งหมด ซึ่งมี ดิน น้ำ ลม ไฟ อันเป็นส่วนวัตถุ นอกจากนี้ยังมีประสาททั้ง 5 คือ ประสาทตา ประสาทหู ประสาทจมูก ประสาทลิ้น ประสาทกาย เป็นต้น

2.2 เวทนาขันธ์ ได้แก่ ความเสวยอารมณ์ สุข ทุกข์ หรือเฉยๆ คือไม่สุข ไม่ทุกข์ ทั้ง 3 นี้ เกิดจากผัสสะทางประสาททั้ง 5 และทางใจ จักอยู่ในจำพวกวิบาก หรือผล ไม่ใช่ไม่ชั่วโดยลำพังตัวของมัน

2.3 สัญญาขันธ์ ได้แก่ การจำได้หมายรู้ในอารมณ์ต่างๆ เช่น ลักษณะ ทรวดทรง สี ชื่อเรียกที่เป็นสมมุติบัญญัติ ได้แก่ เขี้ยว แคง เบา หุ้ม แหลม อ้วน ผอม หมู แมว คน เรา เขา เป็นต้น เป็นการรวบรวม สังสม ข้อมูลของการเรียนรู้ และ วัตถุประสงค์สำหรับความคิณนั้นเอง

2.4 สังขารขันธ์ ได้แก่ องค์ประกอบหรือคุณสมบัติต่างๆของจิต มีเจตนาเป็น คำนวณ ซึ่งแต่งจิตให้ดีหรือเป็นบุญ ชั่วหรือบาป และเป็นกลางๆ คือ ไม่บุญไม่บาป ประจักษ์ การนึกคิดในใจ และการแสดงออกทางกาย วาจา ให้เกิดกรรมทางกาย วาจา ใจ สังขารเป็นเครื่องแต่งคุณภาพของจิต เครื่องปรุงแต่งจิตให้เป็นไปต่างๆนี้ มีหลายอย่าง เช่น สรทธา สติ หิริ โอตตัปปะ เมตตา กรุณา ปัญญา โลภะ โทสะ โมหะ เป็นต้น

2.5 วิญญาณขันธ์ ได้แก่ ความรู้แจ้งอารมณ์ต่าง ตา หู จมูก ลิ้น กาย และ ใจ คือ การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรับรู้ การสัมผัสทางกาย และการรู้ อัมมารมณ์ทางใจ

โดยข้อเท็จจริงแล้วอาจกล่าวได้ว่า มนุษย์ส่วนใหญ่ยังไม่รู้จักตนเองตามความเป็นจริงเลย ความไม่รู้ขันธ์ 5 คือ องค์ประกอบของมนุษย์ตามความเป็นจริงนี้ เป็น ปัญหาในการดำเนินชีวิตอย่างมาก เพราะเป็นเหตุให้เกิดความยึดมั่นถือมั่น ค้ำยัน อำนาจของกิเลส

ที่เรียกว่า อุปาทาน¹ ก่อให้เกิดทุกข์ไม่มีที่สิ้นสุด

การพิจารณาเพื่อให้รู้ชั้น 5 ตามความเป็นจริงนี้ ต้องพิจารณาอย่างต่อเนื่อง ด้วยความเพียร ด้วยสัมปชัญญะ และด้วยสติ เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งในความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา และประจักษ์ชัดว่าที่เรียกว่า มนุษย์หรือคนนั้นคือชั้น 5 เท่านั้น ไม่มีสิ่งใดอื่นอีกเลยนอกจากชั้น 5 ไม่ว่าจะแฝงอยู่ในชั้น 5 หรืออยู่ต่างหากจากชั้น 5 ที่จะมาเป็นเจ้าของหรือควบคุมชั้น 5 ให้เป็นไป นั่นคือ ไม่มีผู้บังคับบัญชาและไม่มีผู้ถูกบังคับบัญชา การมีปัญญาเห็นแจ้งดังกล่าวจึงจะละอุปาทานในชั้น 5 ได้ เมื่อละเหตุให้เกิดทุกข์ คือความยึดมั่นถือมั่นได้แล้ว ความพ้นทุกข์ก็จะเป็นที่ประจักษ์

สำหรับการพิจารณา สังเกต นั้น ให้พิจารณาสังเกตในรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ให้ประจักษ์ในความเกิดและความดับในปัจจุบันอย่างชัดเจน เรียกว่า เห็นสภาวธรรมตามความเป็นจริง การประจักษ์ในความเกิดและความดับของชั้น 5 นี้ เป็นสิ่งมีค่ายิ่ง ดังความในพระธรรมบทว่า "บุคคลผู้พิจารณาเห็นความเกิดขึ้นและเสื่อมไป มีชีวิตอยู่วันเดียว ประเสริฐกว่าบุคคลผู้ไม่พิจารณาเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไป มีชีวิตอยู่ตั้งร้อยปี"² ขณะพิจารณาแม้จะยังไม่ประจักษ์สภาวะดังกล่าว แต่ก็มีผลทำให้ความยึดมั่นถือมั่นคลายลงไป เบบางลงไป

มิจฉาทิฏฐิ หรือความเห็นผิดว่า ตัวกู-ของกู นี้ เป็นการเห็นผิดในกองชั้น 5 นี้เอง โดยความเป็นจริงชั้นทั้ง 5 กองนั้นเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตนที่เที่ยงถาวร

¹พระราชาวรมณี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), เรื่องเดิม, หน้า 98. "อุปาทานมี 4 คือ 1. กามอุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่นในกาม คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสต่างๆ 2. ทิฏฐุปาทาน ความยึดมั่นในทิฏฐิคือความเห็น ถิทธิ ทฤษฎีต่างๆ 3. สีสัพทอุปาทาน ความยึดมั่นในสีลและพรตว่าจะทำให้ตนบริสุทธิ์ได้ 4. อัตตวาอุปาทาน ความยึดมั่นในอัตตา สร้างตัวตนขึ้นยึดถือไว้ด้วยความหลงผิด"

²คาถาธรรมบท, ขุททกนิกาย เล่ม 25, หน้า 25-26.

เลย ชั้นที่ 5 มีลักษณะเปลี่ยนแปลง เป็นไปในความเสื่อม ความเจ็บไข้ ตั้งแต่เกิดจนตาย จะบังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ ถ้าคิดอยากให้เป็นไปตามต้องการเมื่อใดก็ทุกข์เมื่อนั้น ป่วยวางเมื่อใดก็พันทุกข์เมื่อนั้น แต่การป่วยวางจะเป็นไปไม่ได้ถ้าไม่เกิดปัญญาเห็นชั้น 5 ตามสภาวะที่มันเป็นจริง

แม้ว่าชั้นที่ 4 นอกจากรูป จะเป็นนามชั้นประเภทรู้ แต่ก็จัดเป็นความรู้ที่ยังอยู่ในวิชา กล่าวคือ เวทนาก็เป็นความรู้สึกในการเสวยสุข ทุกข์ หรือ เจษ สัญญา ก็รู้อาไรต่างๆ สังขารอันใดแก่เจตนา ก็เป็นตัวรู้กระทำการต่างๆ ญาณรู้อารมณ์ตาม ทวารต่างๆ แต่ในความรู้แต่ละชั้นนั้น ไม่มีชั้นใดรู้จักตัวมันเองอย่างแท้จริงเลยว่ามี ธรรมชาติอย่างไร มีความเป็นไปอย่างไร เวทนาก็ไม่รู้จำตัวเองคือเวทนา สัญญาก็ไม่รู้ว่าตัวเองคือสัญญา เป็นต้น อย่างไรก็ตามสภาวะธรรมอย่างหนึ่งที่สามารถอบรมให้เกิด ขึ้น เจริญขึ้นได้ เพื่อให้รู้สภาวะของชั้นที่ 5 ตามความเป็นจริง สภาวะธรรมนั้นคือปัญญา ปัญญาที่รู้ทั้งตัวของมันเอง และรู้สภาวะธรรมอื่นๆ ทั้งหมดด้วย

ผู้มีปัญญาเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริงแล้ว จึงนับได้ว่ามีที่พึ่งอย่างแท้จริง คราบใจที่ยังไม่มีปัญญา หรือดวงตาเห็นธรรม ก็ยังเป็นคนอนาถาไร้ที่พึ่ง วนเวียนอยู่ใน ทุกข์หาที่จบไม่ได้

สิ่งที่เป็นอันตรายอย่างหนึ่ง ที่ปิดกั้นไม่ให้มนุษย์ก้าวพ้นไปจากสภาพไร้ปัญญาได้ก็คือสัญญา สัญญาทำให้เกิดการเข้าใจผิดว่าตนรู้แล้ว การรู้ด้วยสัญญาเป็นการรู้ตามผู้อื่น ไม่ใช่รู้อะไรเอง รู้โดยสัญญาพันทุกข์ไม่ได้ ยิ่งไปกว่านั้นอาจทำให้ผู้มีสัญญาดี จำสิ่งต่างๆ ได้มากมาย หลงยึดมั่นทำให้มีมิจฉาทิฏฐิแน่นอนหนา ยากที่จะซัดเกล้า ดังที่พระราชวรมุนีกล่าวไว้ว่า "สัญญาเกื้อกูลแก่การดำเนินชีวิตของมนุษย์อย่างมาก แต่ในเวลาเดียวกันก็มีโทษมิใช่น้อย เพราะมนุษย์จะยึดติดตามสัญญา ทำให้สัญญากลายเป็นเครื่องกักกัน กำบังตนเอง และห่อหุ้มคลุมตัวสภาวะไว้ ทำให้ไม่สามารถเข้าถึงความจริงแท้ที่อยู่ลึกลงไป"¹

¹พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), เรื่องเดิม, หน้า 17.

ชั้นที่มีบทบาทสำคัญ และเป็นที่ยึดมั่นถือมั่นอีกอย่างหนึ่ง คือ เวทนา กล่าวได้ว่ามนุษย์ทำงานตัวเป็นเกลียวทุกวันนี้ ก็เพราะเวทนาและเพื่อเวทนา เมื่อเกิดสุขเวทนาจึงอยากได้อีก หรืออยากให้อำรงอยู่ ไม่อยากให้เปลี่ยนแปลง ยึดมั่นถือมั่นอยู่ในเวทนานั้นเป็นการอยากและยึดที่สวนทางกับความเป็นจริง เพราะชั้นทั้ง 5 มีการเกิดและเสื่อมสลายหรือดับไปเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา เวทนาไม่ว่าสุข ทุกข์ หรือเฉย ก็เช่นกัน เป็นสภาวะที่ทนอยู่ไม่ได้

ถ้าพิจารณาให้รู้เห็นชัดว่าเวทนาคืออะไร เกิดขึ้นอย่างไรแล้ว ความสำคัญของเวทนาในแง่ที่จะให้เกิดอุปาทานทั้งหมดไป ในการพิจารณาเวทนานี้ อาจมีการเข้าใจผิดว่าใคร่จักเวทนาแล้ว เพราะขณะที่กำลังเสวยสุขก็รู้ได้ ขณะที่กำลังเสวยทุกข์ก็รู้ได้ หรือขณะที่เสวยไม่สุขไม่ทุกข์ก็สำนึกได้ การรู้อย่างนี้เป็นการรู้ด้วยสัญชาตญาณสัตว์เครื่องจันท์ก็รู้ได้ เป็นการรู้ด้วยอวิชา ไม่ใช่รู้ด้วยวิชา การรู้อย่างนี้ในเวทนานั้นต้องรู้จักตัวเสวย ไม่ใช่การรู้สึกสุข ทุกข์ หรือเฉย เพราะทั้ง 3 เป็นเพียงอารมณ์ของเวทนาเท่านั้น ไม่ใช่ตัวเวทนาเอง ยิ่งไปกว่านั้นผู้ที่กำลังเสวยทุกข์เวทนาอาจคิดว่าตนรู้ทุกข์แล้ว สภาวะเช่นนั้นไม่ใช่การรู้ทุกข์ แต่เป็นการเสวยทุกข์ ผู้เสวยทุกข์ไม่รู้ทุกข์ ผู้รู้ทุกข์ไม่เสวยทุกข์ ทุกข์เวทนานั้นเป็นทุกข์สำหรับเวทนาเสวย แต่การรู้ทุกข์หมายถึงการรู้ทุกข์ลักษณะ ซึ่งไม่ใช่ทุกข์สำหรับเวทนาเสวยแต่เป็นทุกข์สำหรับปัญญาที่รู้อย่าง

ชั้น 5 นี้ เป็นตัวทุกข์ ละไม่ได้ เป็นสิ่งที่ต้องกำหนดรู้ คือ ทำความรู้ให้แจ้งส่วนอุปาทานในชั้น เป็นตัวเหตุ ละได้ พระผู้มีพระภาคตรัสไว้เกี่ยวกับการละอุปาทานต้องกำหนดว่า "... อาศัยจักขุและรูป เกิดจักขุวิญญาณ รวมธรรม 3 ประการเป็นผัสสะ เพราะผัสสะเป็นปัจจัยจึงเกิดเวทนา จักขุ รูป จักขุวิญญาณ จักขุผัสสะ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ สุขเวทนา ทุกขเวทนา หรืออทุกขมสุขเวทนาที่เป็นเพราะจักขุสัมผัสเป็นปัจจัย ก็ไม่เที่ยง โสค... ฆาน... ชิวหา... กาย... ใจ ธรรมารมณ์ มโนวิญญาณ มโนสัมผัส สุข ทุกข์ เฉย เหล่านี้ไม่เที่ยงทั้งสิ้น เป็นทุกข์ทั้งสิ้น ไม่ควรเห็นว่า นั่นของเรา นั่นเป็นเรา นั่นเป็นตัวตนของเรา อริยสาวกผู้ใดสดับแล้ว เห็นอยู่อย่างนี้ ย่อมเบื่อหน่ายในสิ่งทั้งปวงที่กล่าวมาแล้ว เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมคลายกำหนัด เพราะคลายกำหนัดย่อม

หลุดพ้น เมื่อหลุดพ้นแล้วย่อมมีญาณหยั่งรู้ว่า หลุดพ้นแล้ว... นี้แลเป็นธรรม เพื่อความ
ครอบงำอุปาทานทั้งปวง"¹

3. อายตนะบรพ ว่าด้วยการกำหนดรู้อายตนะภายใน 6 และภายนอก 6

"ภิกษุทั้งหลาย... ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ อายตนะภายในและ
ภายนอก ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ อายตนะภายในและภายนอกอย่างไรเล่า
ภิกษุในธรรมวินัยนี้

- ย่อมรู้จักกันยัตตา
- รู้จักรูป
- รู้จักกันยัตตาและรูปทั้งสองนั้นอันเป็นที่อาศัยเกิดของสังโยชน์

อนึ่ง

- สังโยชน์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย
- สังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย
- สังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น
ด้วย"²

การกำหนดรู้ในอายตนะอีก 5 คู่ หูกับเสียง จมูกกับกลิ่น ลิ้นกับรส กายกับ
โผฏฐัพพะ และใจกับธรรมารมณ์ ก็กำหนดรู้โดยนัยเดียวกันนี้

ในหมวดนี้ท่านให้พิจารณาอายตนะภายใน 6 และภายนอก 6 ซึ่งเป็นที่อาศัยเกิด
ของสังโยชน์ ดังนั้นจำเป็นต้องรู้ความหมายของอายตนะและสังโยชน์ จึงจะกำหนด
พิจารณาได้ถูก

¹ปริยาทานสูตร, สังยุตตนิกาย เล่ม 18, หน้า 33-34.

²มหาสติปัฏฐานสูตร, อังงแล้ว, หน้า 267.

อายตนะ¹ แปลว่า ที่ต่อหรือแค้น หมายถึงที่ต่อให้เกิดความรู้ แค้นเชื่อมต่อให้
เกิดความรู้ หรือแหล่งที่มาของความรู้ มี 6 ทางคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ²

ในความหมายว่า ที่ต่อให้เกิดความรู้ นั้น คือ ต่อกับอายตนะภายนอกหรืออารมณ์
ซึ่งเข้าคู่กันเป็นคู่ๆ อารมณ์ หมายถึงสิ่งที่ถูกรับรู้ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะหรือ
สิ่งต้องกาย และธรรมารมณ์หรือเรื่องในใจ ส่วนความรู้ที่เกิดจากแค้นรับรู้กระทบกับอารมณ์
ก็มี 6 อย่าง สอดคล้องกับอายตนะภายนอก คือ การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น
การรู้รส การรู้โผฏฐัพพะ และการรู้ธรรมารมณ์

อายตนะภายใน มีตา เป็นต้นนั้น เป็นรูปชนิดหนึ่งเรียกว่า ปสาทรูป ตรงที่เป็น
ตานั้น รูปคือ ธาตุทั้ง 4 มีความโปร่งใส กระทบรูป คือเห็นรูปได้ ตรงไหนเห็นรูปได้ ก็
รู้ได้ว่าตรงนั้นเป็นตา ตัวตาจริงๆนั้นมีขนาดเล็กท้วนเทียบว่าเท่าหัวเส้น ตรงนี้เองเป็น
ฐานที่รองรับจักขุวิญญาณคือการเห็น จักขุประสาทเห็นเองไม่ได้³

หู จมูก ลิ้น กาย ก็เป็นประสาทรูปที่มีลักษณะใสเช่นกัน แต่มีรูปพรรณสัณฐาน
ต่างกันไป หน้าที่ก็ต่างกันด้วย คือ หูมีหน้าที่ได้ยิน เป็นฐานที่รองรับของโสตวิญญาณ จมูก
มีหน้าที่ดมกลิ่น เป็นฐานที่รองรับของฆานวิญญาณ ลิ้นมีหน้าที่ลิ้มรส เป็นฐานรองรับของ
ชีวหาวิญญาณ และกายมีหน้าที่กระทบโผฏฐัพพะ เป็นที่รองรับของกายวิญญาณ ใจหรือ
หทัยวัตถุเป็นที่อาศัยของมนโธธาตุ และมนโธวิญญาณธาตุ ทำหน้าที่รู้ธรรมารมณ์ คือ อารมณ์
ที่เกิดกับใจ

¹ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคแปล ฉบับที่ใช้อ้างอิงนี้ คำว่า อายตนะ มีความหมาย
หลายนัย เช่น แปลว่า เป็นที่สืบต่อแห่งจิตและเจตสิก คือ เป็นที่จิตและเจตสิกทำหน้าที่
เป็นที่แผ่ขยายจิตและเจตสิกให้กว้างขวางออกไป เป็นตัวการนำสังขารทุกขันธ์ยึดเยื้อให้
ดำเนินสืบต่อไปอีก เป็นบ่อเกิด แหล่งที่ชุ่มนุมน เป็นต้น

²พระราชวรมุนี (ประยูร ปยุตโต), เรื่องเดิม, หน้า 24.

³วิสุทธิมรรค, อ้างแล้ว, เล่ม 3, หน้า 20-27.

ส่วนอายตนะภายนอก ได้แก่ รูป ซึ่งมีแปลกๆ กันด้วยอำนาจแห่ง สี เป็นปัจจัย ให้ตาได้เห็น หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่าเป็นอารมณ์ของตา เสียงเป็นอารมณ์ของหู กลิ่นเป็น อารมณ์ของจมูก รสเป็นอารมณ์ของลิ้น และธรรมารมณ์เป็นอารมณ์ของใจ

เมื่ออายตนะภายในภายนอกกระทบกัน เกิดความรู้ตามทวารทั้ง 6 เรียกว่า วิญญาณ ได้แก่ จักขุวิญญาณ โสทวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณ และมโน วิญญาณ เมื่อทั้ง 3 อย่างประจวบกัน คือ อายตนะภายใน อายตนะภายนอก และวิญญาณ เรียกว่า ผัสสะ ซึ่งเป็นปัจจัยให้เกิดเวทนา

อายตนะภายในภายนอกทั้ง 6 คู่นี้ เป็นปัจจัยสำคัญให้เกิดสังโยชน์

สังโยชน์ หมายถึง กิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ หรือธรรมที่มัดใจสัตว์ไว้กับทุกข์ หรือ ผูกกรรมไว้กับผล¹

หรือหมายถึง ธรรมชาติใด ทำการร้อยรัดสัตว์ทั้งหลายให้เกิดอยู่ในวิภวสงสาร ธรรมชาตินั้นชื่อว่า สังโยชน์²

พุทธพจน์ที่แสดงถึงสังโยชน์อันเกิดจากอายตนะภายใน คือ "... จักขุเป็นธรรม อันเป็นเหตุแห่งสังโยชน์ ความกำหนัดด้วยอำนาจความพอใจในจักขุนั้น เป็นสังโยชน์ใน จักขุนั้น ฯลฯ ใจอันเป็นธรรมอันเป็นเหตุแห่งสังโยชน์ ความกำหนัดด้วยอำนาจความพอใจ นั้นเป็นสังโยชน์ในใจนั้น..."³ และอีกตอนหนึ่งแสดงถึงอายตนะภายนอก ซึ่งเป็นที่ตั้ง แห่งสังโยชน์ คือ "ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสังโยชน์ และสังโยชน์นั้น คือ รูปที่พึงรู้แจ้งด้วย จักขุนำปรารภนา นำใคร่ นำพอใจ นำรัก ชักให้ใคร่ ขวนมิให้กำหนัด เหล่านี้เรียกว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสังโยชน์ ความกำหนัดด้วยอำนาจความพอใจในรูปนั้น เป็นตัวสังโยชน์

¹พระราชาวรมุณี (ประยุทธ์ ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์, เรื่องเดิม, หน้า 210.

²พระราชาวิสุทธิโสภณ (วิลาส ญาณวโร), วิมุตติรัตนมาลี, เล่มที่ 1 (กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา, 2520), หน้า 198.

³สังโยชน์สูตร, สังยุตตนิกาย, เล่ม 18, หน้า 99.

ในรูปนั้น ฯลฯ ธรรมารมณที่พึงรู้แจ้งด้วยใจ อันน่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ น่ารัก ชักให้ใคร่ ขวนใจกำหนด เหล่านี้เรียกว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสังโยชน์ ความกำหนดด้วยอำนาจความพอใจในธรรมารมณนั้น เป็นตัวสังโยชน์ในธรรมารมณนั้น"¹

นั่นคือ สฬายณะเป็นที่อาศัยเกิดของสังโยชน์ หรือฉันทราคะ ซึ่งเป็นเครื่องคิด ตา ไม่คิดกับรูป รูปไม่คิดกับตา ฯลฯ ฉันทราคะที่เกิดเพราะอาศัย ตาและรูป ทั้งสองนั้น ชื่อว่า สังโยชน์ ซึ่งเป็นเครื่องคิด²

สังโยชน์ มี 10 อย่าง ได้แก่

1. สักกายทิฏฐิ ได้แก่ ความเข้าใจผิดอันเป็นไปในกาย หรือชั้น 5 เป็น ความเห็นว่าเป็นตัวของตน เช่น เห็นรูป เห็นเวทนา เห็นวิญญาณ เป็นตัวตน เป็นความ เห็นที่ยังติดแน่นในสมมุติว่าเป็นตัวตน เป็นเรา เขา เป็นนั่นเป็นนี่ เช่น เมื่อนั่งอยู่ก็เข้าใจว่าตัวเรานั่ง เมื่อนอนอยู่ก็เข้าใจว่าตัวเรานอน ยืน เดิน ก็เช่นกัน การที่เกิดความ เข้าใจผิดอยู่ตลอดเวลา เช่นนี้ เป็นความบอของใจที่มองไม่เห็นสภาพความเป็นจริงว่า ที่เห็นว่าเป็นคนหรือสัตว์นั้น เป็นเพียงองค์ประกอบต่างๆ มาประชุมกัน ความเห็นผิด เช่น นี้ ก่อให้เกิดทุกข์ไม่มีที่สิ้นสุด

2. วิจิจจนา ความสงสัย ความลังเล ไม่แน่ใจ หรือเคลือบแคลงต่างๆ เช่น สงสัยในพระศาสนา ในพระธรรม พระสงฆ์ ลึกลับ ในเรื่องที่มาที่ไปของชีวิต เป็นต้น ทำให้ไม่มั่นใจ ไม่เข้มแข็งแก่กล้า ที่จะดำเนินชีวิตตามหลักธรรมซึ่งมีเหตุผล ไม่มี ความเคັคเคี้ยวที่จะเดินหน้าไปอย่างไร้หน้ไหวในอริยมรรค

พระราชวิสุทธิโสภณกล่าวไว้ว่า "ความที่บุคคลพิจารณาสภาวธรรมอยู่ ย่อมเกิด

¹สูตรเดียวกัน. หน้า 120.

²สูตรเดียวกัน. หน้า 313.

ความลำบาก คือ ตักสินใจอะไรไม่ได้ ค่ายธรรมชาตินั้นเป็นอกุศลนั้น เหตุนั้นธรรมชาติอันเป็นอกุศลนั้นจึงชื่อว่า วิจิกิจฉาสังโยชน์"¹ ส่วนความสงสัยอันเป็นไปในทางโลกต่างๆ เช่น ความสงสัยในวิชาความรู้ที่ศึกษาเล่าเรียน ความสงสัยในเรื่องของคนของบ้านเมืองของสรรพวัตถุต่างๆ อันเป็นศาสตร์ที่ตนยังไม่เข้าใจ ไม่เรียกว่า วิจิกิจฉา

3. สัททพคปรัมมาส ความถ่อมมันคือพรต ค่ายเห็นว่าจะบริสุทธิ์หลุดพ้น ค่ายการถือศีล ระเบียบ แบบแผน บทบัญญัติ และข้อปฏิบัติต่างๆ โดยสักว่าทำคามๆกันไปอย่างงมงาย เห็นเป็นของขลังหรือศักดิ์สิทธิ์ คิดอยู่กับรูปแบบและพิธีรีตองต่างๆ เห็นว่าสิ่งภายนอกจะให้โทษให้คุณได้ เป็นการปฏิบัติที่ออกนอกกลุ่มนอกทางไม่ใช่ทางสายกลาง กล่าวโดยสรุปก็คือ การยี่ถ่อมมันถ่อมมันว่า ดี ชั่ว คุณ โทษ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้นเกิดจากสิ่งภายนอก การยี่ถ่อมมันเช่นนี้ทำให้คนไม่เกรงกลัวบาป

4. กามราคะ ความกำหนัดในกาม ความยินดีจิตใจในกามคุณทั้งหลาย เช่น ยินดีจิตใจในรูปที่สวยงาม เป็นต้น ซึ่งเป็นเหตุให้สัตว์ทั้งหลายติดอยู่ในภูมิต่างๆ อันเป็นวิญญูทุกข²

5. ปฏิฆะ ความกระทบกระทั่งในใจ ความหงุดหงิดขัดเคือง หรืองุ่นง่านใจ เป็นความคิดอยู่ในอารมณ์ไม่ดีที่กระทบทั้งหลาย เช่น เสียงคำ ชู้ ทวาด กระทบใส่ตประสาธแล้ว เกิดความขัดเคืองใจขึ้นมา เป็นต้น

6. รูปราคะ ความคิดใจในอารมณ์แห่งรูปฉาน หรือในรูปธรรมอันประณีตพอใจในรสความสุข ความสงบของสมาธิขั้นรูปฉาน คิดใจปรารถนาในรูปภพ

¹พระราชวิสุทธิโสภณ (วิลาส ญาณวโร), เรื่องเกิม, เล่มที่ 2, หน้า 215.

²เรื่องเดียวกัน. หน้า 251.

7. อุปราคา ความตั้งใจในอารมณ์แห่งอุปฌาน หรือในอุปธรรมอันประณีต
 คิดใจปรารถนาในอุปฌาน อุปภพ

8. มานะ ความสำคัญตน ถือว่าตนเป็นนั่นเป็นนี่ เช่นว่า สูงกว่าเขา เท่า
 เทียมเขา ต่ำกว่าเขา เป็นต้น

9. อุทธัจจะ ความฟุ้งซ่าน จิตใจไม่สงบ ว้าวุ่น ชักส่าย คิดฟุ้งไป
 ไม่สามารถตั้งอยู่ในอารมณ์เดียวได้นานๆ ปุถุชนนั้นล้วนมีจิตฟุ้งไปตามอารมณ์ บาง
 ขณะก็ฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์อันเกิดแต่ราคะหรือโลภะ บางขณะก็ฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์อัน
 เกิดแต่โทสะ บางขณะก็ฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์อันเกิดแต่โมหะ ทุกขณะไม่ว่าจะเป็นกลาง
 วันกลางคืน คนเราย่อมถูกอุทธัจจะบีบบังคับให้จิตชักส่าย ฟุ้งไปตามอารมณ์อยู่ตลอดเวลา

10. อวิชชา ความไม่รู้อริยสัจ 4¹ ไม่รู้เท่าทันสภาวะ ไม่เข้าใจกฎธรรมคาแห่ง
 เหตุและผล หรือไม่รู้อริยสัจ 4¹

ในอายตนะบรพณ์ ท่านให้สังเกต พิจารณา ให้รู้จักตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
 และ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ให้รู้ตามความเป็นจริง โดยทั่วไปเรา
 มักรู้แต่เพียงว่า นี้ เรียกตา นี้ หู นี้ จมูก นี้ รูป นี้ เสียง นี้ กลิ่น เป็นต้น การรู้เช่นนี้เป็นเพียง
 การรู้ด้วยสัญญา เป็นการรู้ที่ยังอยู่ในอวิชชา ไม่ใช่รู้ด้วยวิชชา

การรู้ด้วยวิชชาหรือด้วยปัญญา ต้องรู้ว่าทั้งอายตนะภายใน และภายนอก มี
 ธรรมชาติอย่างไร เช่นที่เรียกว่า ตา นั้น เป็นเพียงประสาทซึ่งเป็นรูปละเอียดชนิด
 หนึ่ง เป็นที่รองรับการเห็นคือจักขุวิญญาณ สิ่งเหล่านี้ไม่เที่ยงไม่คงทน ต้องเสื่อมสลาย
 ไปเป็นธรรมคา ไม่มีอำนาจอะไรในโลกนี้จะบังคับให้คงที่ไม่เปลี่ยนแปลงได้ รูปที่ตาเห็น
 และธรรมทั้งหลายที่เกิดจากตา มีเวทนา เป็นต้น ก็ล้วนไม่เที่ยงทั้งนั้น มีความแปรไปเป็น

¹ พระราชนิพนธ์ (ประยูร ธรรมาภรณ์), พุทธธรรม, เรื่องเดิม, หน้า 284-285.

ไปไม่หยุดหย่อนเลย

นอกจากนี้ยังต้องพินิจ พิจารณา สังเกต ให้รู้ว่าอายตนะภายในและภายนอกนี้ เป็นที่อาศัยเกิดของสังโยชน์ กล่าวคือ

1. เมื่อบุคคล ยึดถือ อารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง เช่น รูปอารมณ์ว่าเที่ยง ยั่งยืน ไม่เปลี่ยนแปลงไปเป็นอื่น รูปนี้เป็นตัวตนของเรา สังโยชน์ คือ สักกายทิฏฐีย่อมเกิด
2. เมื่อเกิดความสงสัย เช่น รูปอารมณ์นี้เป็นสัตว์หรือหนอ ของสัตว์หรือหนอ สังโยชน์ คือ วิจิกิจฉาย่อมเกิด
3. เมื่อถือมั่นศีลพรตว่า เราถือมั่นศีลพรตจึงได้อารมณ์ เห็นปานนี้ สังโยชน์ คือ สีสัพพตปรามาสก็เกิด
4. เมื่อบุคคลยินดีเพลิดเพลินในอภิวรรณที่ปรากฏทางทวารใดทวารหนึ่ง โดยความยินดีในกาม กามราคะย่อมเกิด
5. เมื่อเกิดความชัง เคืองในอนิฏฐารมณ์ ปฏิฆะก็เกิด
6. เมื่อปรารณารูปธรรมอันประณีต หรือยินดีพอใจในอารมณ์แห่งรูปฌาน สังโยชน์ คือ รูปราคะก็เกิด
7. เมื่อยินดีพอใจ ปรารณาอารมณ์แห่งรูปฌาน หรือรูปธรรมอันประณีต สังโยชน์ คือ อรูปราคะก็เกิด
8. ขณะที่เสวยอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง เกิดสำคัญว่านอกจากเราแล้ว ไม่มีใครที่สามารถเสวยอารมณ์เช่นนี้ มีความรู้สึกว่าตนนั้นสำคัญยิ่งกว่าผู้อื่น สังโยชน์ คือ มานะก็เกิด
9. เมื่อบุคคลประมาทไม่ระกอบด้วยสติ ขาดสติ จิตซัดส่ายพล่านไปตามอารมณ์ สังโยชน์ คือ อุตถัจจะก็เกิด
10. ค่ายอำนาจความไม่รู้สิ่งที่เกิดพร้อมอายตนะภายใน และอายตนะภายนอก ทั้งมวล สังโยชน์ คือ อวิชชาเกิด

อนึ่ง สังโยชน์อย่างใดอย่างหนึ่งที่ยังไม่เกิด คือ ยังไม่พุ้งขึ้นมานั้น จะพุ้งหรือ

เกิดเมื่ออายุนะภายในและภายนอกกระทบกัน ที่พุ่งหรือเกิดก็เพราะยังละไม่ได้ เมื่อ
สังโยชน์เกิดแล้วละได้ด้วยประการใดก็ต้องรู้ชัดด้วย การละนั้นอาจละด้วยธรรมที่เป็นคู่
ปรับกัน เป็นการละได้ชั่วคราว เช่น ละโกรธด้วยเมตตา เป็นต้น หรืออาจละได้ด้วย
การเพ่งความโกรธนั้นเป็นอารมณ์ สังโยชน์ที่ละได้แล้วไม่เกิดอีกก็ด้วยอริยมรรค¹ เท่านั้น
ดังกล่าวแล้วว่า สังโยชน์เป็น เครื่องผูกมัด ร้อยรัดสัตว์ทั้งหลายไว้จนเวียนอยู่
ในวัฏสงสาร หรือในกองทุกข์ไม่รู้จบสิ้น แต่พระพุทธองค์ทรงพบว่า เครื่องร้อยรัดร้าย
กาจนี้สามารถถูกทำลายได้ด้วยอริยมรรค จึงได้ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณยิ่งใหญ่ หวังจะ
ให้สัตว์ทั้งหลายได้พ้นพันธนาการนี้ ด้วยการชี้แนะแนวทางให้ปฏิบัติตาม

อริยมรรค มีอันสงส์มาก ดังความในวิสุทธิมรรคว่า "อันมรรคนั้น ใช้แต่ทำ
การเจาะทำลายกองกิเลส มีกองโลภะ เป็นต้นเท่านั้นก็หามิได้ แต่จะยังทำลายทะเลคือ
วัฏฏทุกข์ในสงสารอันมีต้นปลายที่รู้ไม่ได้ ให้เหือดแห้งได้ ปิดประตูอบายทั้งปวงได้"²

4. โพชฌคตบรรพ ว่าด้วยการกำหนดรู้ธรรม คือ โพชฌงค์ 7

"ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ โพชฌงค์ 7 ภิกษุพิจารณา

¹พระราชาวรมณี (ประยูรค์ ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์, เรื่องเดิม,
หน้า 316 และ 387 "อริยมรรค หมายถึงทางอันประเสริฐ ทางดำเนินของพระอริยะ
ญาณอันให้สำเร็จความเป็นพระอริยะมี 4 คือ โสดาปัตติมรรค ทำลายสังโยชน์ 3 คือ
สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส สกทาคามิมรรค ทำสังโยชน์ชอกกามราคะ
และภริยะให้เบาบางลง อนาคามิมรรค ทำลายกามราคะ และภริยะให้หมดไป
อรหัตตมรรค ทำลายสังโยชน์อีก 5 อย่างที่เหลือคือ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ
อุทธัจจะ และอวิชชา

²วิสุทธิมรรค, อ้างแล้ว, ภาค 3, ตอนจบ, หน้า 212-213.

เห็นธรรมในธรรม คือ โทษองค์ 7 อย่างไรเล่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้

- เมื่อสติสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าสติสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา หรือ

- เมื่อสติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา ย่อมรู้ชัดว่าสติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา อนึ่ง

- สติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใดย่อมรู้ชัดประการนั้น
ด้วย

- สติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้วจะเจริญบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย..."¹

โทษองค์ อีก 6 คือ ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ วิริยสัมโพชฌงค์ ปิตีสัมโพชฌงค์
ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ สมาธิสัมโพชฌงค์ และอุเบกขาสัมโพชฌงค์ ก็พิจารณาโดยนัยเดียวกันนี้

คำว่า โทษองค์² มีพุทธพจน์จำกัดความไว้สั้นๆว่า " เพราะเป็นไปเพื่อตรัสรู้
จึงเรียกว่า โทษองค์"³

4.1 สติสัมโพชฌงค์ สติ หมายถึง ความระลึกได้ มีอาการปรากฏในขณะ
ปัจจุบัน เป็นสภาวะธรรมที่ดึงใจจากความหลงใหลอยู่กับอารมณ์ที่กำลังพิจารณา สติใน

¹มหาสติปัฏฐานสูตร, อังแล้ว, หน้า 268.

²อรรถ หรือ เนื้อหาของโทษองค์โดยพิศดาร ปรากฏในยุคนั้นอรรถ
โทษองค์กถา ปฏิสัมภิทามรรค. ชุททกนิกาย เล่ม 30, หน้า 338-349.

³ภิกขุสูตร, สังยุตตนิกาย, เล่ม 19, หน้า 109.

โพชฌงค์นี้ไค้แก่ สติในการเจริญสติปัฏฐาน เมื่อเจริญสติปัฏฐาน มีสติไม่เผลอ ขณะนั้น ชื่อว่า ปราภสติสัมโพชฌงค์ เจริญสติสัมโพชฌงค์ เพื่อให้ถึงความบริบูรณ์ เมื่อมีสติ เช่นนี้ย่อมคั่นควา ไตร่ตรองถึงความพิจารณาธรรมนั้นไค้ควาปัญหา¹

4.2 ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ เป็นความเพียรธรรม สอดส่องสืบค้นธรรม พิจารณา เพื่อให้ประจักษ์สภาวะของอารมณ์ที่กำลังพิจารณาอยู่ ให้เห็นตามความเป็นจริง ธัมมวิจย-สัมโพชฌงค์ เกิดขณะมีสติสัมโพชฌงค์และกำลังคั่นควาไตร่ตรองธรรมนั้นคั่นควาปัญหา เป็น การเจริญธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ เพื่อให้ถึงความบริบูรณ์ ขณะนั้นเองก็ชื่อว่า ปราภความเพียรไม่ย่อหย่อน²

4.3 วิริยสัมโพชฌงค์ วิริยะคือ ความเพียร เป็นความสืบเนื่องไม่ขาดตอน ในกิจที่กำลังกระทำอยู่นั้น มีลักษณะประคองการกระทำนั้นเพื่อให้สำเร็จผล ขณะที่กำลัง คั่นควาไตร่ตรอง พิจารณาธรรมนั้นคั่นควาปัญหา มีความเพียรไม่ย่อหย่อน ไค้ชื่อว่า ปราภ และเจริญวิริยสัมโพชฌงค์เพื่อให้ถึงความบริบูรณ์ ปิติปราศจากอามิสย่อมเกิดขึ้นแก่ผู้ ปราภความเพียรนั้น³

4.4 ปิติสัมโพชฌงค์ ปิติ หมายถึง ความอิมเอิบ ซาบซ่าน แซ่มชื่น ซาบ ซึ้ง ปิตินี้เกิดในขณะที่มีสติ มีความเพียร พิจารณาธรรมอยู่ คึงความในสังคิสูตรว่า "เมื่อภิกษุไตร่ตรองธรรมที่ไค้พึง ไค้เรียน ไค้ควาจิต เห่งตามควาจิต ภิกษุยอมรู้แจ้ง อรรถ รู้แจ้งธรรมในธรรมนั้น ปราโมทย์ย่อมเกิด ความอิมใจหรือปิติ ย่อมเกิดแก่ภิกษุ

¹อานาปานสติสูตร, มัชฌิมนิกาย เล่ม 14, หน้า 173. และ อานันทสูตร, สังยุตตนิกาย เล่ม 19, หน้า 383-384.

²สูตรเดียวกัน. หน้า 174.

³สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

ผู้ปราโมทย์แล้ว"¹

ปิตักังกล่าว เป็นปิติที่ปราศจากอามิส ขณะนั้นได้ชื่อว่า เจริญปิติสัมโพชฌงค์ และเมื่อมีใจเกิดปิติ ย่อมมีทั้งกายและจิตที่ระงับได้²

4.5 ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ปัสสัทธิ หมายถึง ความสงบระงับภายใน ห่อนคลาย เรียบเย็น ไม่เครียด ไม่กระสับกระส่าย เบาสบาย ขณะใด กายและจิตของผู้ที่มีปิตระงับได้ สภาวะขณะนั้นเรียกว่า ปัสสัทธิ ผู้นั้นได้ชื่อว่า เจริญปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ และปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ย่อมถึงความบริบูรณ์ เมื่อภายในสงบระงับมีความสุข จิตย่อมตั้งมั่น³

4.6 สมาธิสัมโพชฌงค์ สมาธิ หมายถึง ใจตั้งมั่น มีอารมณ์เดียว แน่วแน่ในอารมณ์ที่กำลังพิจารณา ไม่วอกแวก ไม่ฟุ้งซ่าน ขณะใดกายและจิตของผู้สงบ ระงับ มีความสุข ขณะนั้นเองจิตก็ตั้งมั่น สภาวะนี้ชื่อว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์ มีความเจริญและบริบูรณ์ ผู้นั้นย่อมเป็นผู้วางเฉยจิตที่ตั้งมั่นแล้ว เช่นนั้นได้เป็นอย่างดี⁴

4.7 อุเบกขาสัมโพชฌงค์ อุเบกขา คือ ใจเป็นกลาง วางที่เฉย นิ่งๆ ไม่สอดใส่ ไม่แซกแซง สภาวะวางเฉยจิตที่ตั้งมั่นแล้ว เช่นนี้ได้เป็นอย่างดี ชื่อว่าอุเบกขาสัมโพชฌงค์ ขณะนั้นอุเบกขาสัมโพชฌงค์ย่อมถึงความเจริญและบริบูรณ์⁵

¹สังคีตสูตร, ทีฆนิกาย เล่ม 11, หน้า 236.

²อานาปานสติสูตร, อังแล้ว, หน้า 174.

³สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

⁴สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

⁵สูตรเดียวกัน. หน้า 175.

ในโพชฌงคบรรพนี้ ท่านให้กำหนดรู้สภาวะทั้ง 7 ดังกล่าวไว้ว่า เมื่อมีอยู่ภายในจิตหรือไม่มีอยู่ภายในจิตก็ให้รู้ การรู้นั้นมิใช่เป็นของง่าย มิใช่การรู้เพียงทราบค่าจำกัด ความหรือท่องจำ หรือเพียงแต่เข้าใจ เหมือนการเรียนศาสตร์อื่นๆ การเรียนวิชาการต่างๆนั้น เป็นการเอาตัวรู้หรือใจไปศึกษาในสิ่งที่ไม่รู้ เป็นการส่งใจออกข้างนอก เช่น การเรียนคณิตศาสตร์ ภูมิศาสตร์ วิทยาศาสตร์ เป็นต้น แต่การศึกษาตามแนวทางที่พระพุทธองค์ทรงชี้แนะนี้ เป็นการศึกษโดยเอาตัวรู้ไปศึกษา คือเรียนรู้ในสิ่งที่รู้ เพื่อให้เกิดความรู้อย่างหรือปัญญาขึ้นมา กล่าวคือ สภาวะธรรมที่เป็นตัวรู้ ได้แก่ ความเพียร ความรู้สึกตัว สติ เป็นต้นนี้ จะสอดส่องสืบค้นพิจารณาธรรมะอย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อให้ประจักษ์ในสภาวะของสิ่งนั้นตามความเป็นจริง พระพุทธองค์ทรงชี้แนะแนวทางและเรื่องที่ควรวิจัยหรือศึกษาซึ่งปรากฏในสติปัฏฐานสูตร เมื่อเกิดความประจักษ์ซัดจากใจเอง จึงเป็นความรู้แท้ พาใจให้พ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้ ชื่อว่าได้ทั้งหมดไป ไม่ต้องอาศัยสิ่งภายนอกอีก สมดังพุทธภาษิตว่า "ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน"

อนึ่ง การพิจารณานั้น มิใช่ว่าเพียงอยากจะทำพิจารณาธรรมใดก็จะรู้สภาวะธรรมนั้นได้ทันทีตามต้องการ เช่น ในกรณีพิจารณาธรรมในธรรมคือโพชฌงค์ 7 นี้ อยากรู้ว่าขณะนี้ มีสติ มีความเพียร มีธรรมวิจยหรือไม่ เป็นต้น ต้องฝึกอบรมหรือเรียกว่าภาวนา ซึ่งต้องเริ่มตั้งแต่ได้ยินได้ฟังธรรมะจากสัตตบุรุษ จึงจะเจริญสภาวะธรรม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ได้ ในการพิจารณาโพชฌงค์ 7 นี้ ถ้าสภาวะทั้ง 7 ไม่ปรากฏขณะพิจารณาก็ไม่อาจนึกเอาเอาได้ สภาวะที่เกิดกับใจทุกอย่างเป็นสภาวะที่รู้ รู้ทำกิจหน้าที่ของตนๆ แต่ไม่รู้จักตัวเอง ไม่รู้ผิด ชอบ ชั่ว ดี ปัญญาแท้เท่านั้นที่จะรู้ทั้งตัวปัญญาเอง รู้สภาวะธรรมอื่นๆ รู้ผิด ชอบ ชั่ว ดี หรือเรียกว่ารอบรู้นั่นเอง

ในขณะที่ปฏิบัติคือการเจริญโพชฌงค์อยู่ ต้องคอยสำเหนียกว่าสภาวะธรรมใดมีอยู่หรือไม่มีอยู่ภายในจิต การจะรู้ได้ต้องมีความเพียร มีความรู้สึกตัว มีสติ ละอกุศลเหตุคือ อภิขมาและโทมนัสในขณะที่พิจารณาจึงจะรู้ได้ การรู้อยู่เสมอเช่นนี้เป็นกุศลเหตุ ซัดเกล้าความไม่รู้ให้เบาบางลง จนในที่สุดสภาวะความรู้แจ้งจะหลุดขึ้นจากใจ เปรียบเหมือนคนตาบอดมาแต่กำเนิด พยายามรักษาดูแลหายบอดก็จะได้เห็นแสงสว่างทันที การเห็นอุปมา

ไต่กับปัญหาแสงสว่างนั้นคือสภาวะธรรม — คนตาบอดที่เคยคิดเอาเองว่าโลกคงจะเป็นอย่าง
นี้ อย่างนี้ พอตาดีแล้วจะเห็นว่าโลกที่ตนเคยคิดเอาเองนั้น เป็นคนละอย่างกับโลกที่
ประจักษ์ด้วยตน เหมือนเป็นคนละโลกเลยทีเดียว

ในบรรพนี้ นอกจากจะพิจารณาให้รู้ถึงกล่าวแล้ว ยังต้องสังเกตให้รู้ว่า ถ้า
โพชฌงค์อย่างใดอย่างหนึ่งไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด และถ้าเกิดแล้ว จะเจริญ
ให้สมบูรณ์ด้วยประการใด

ปัจจัยที่ทำให้เกิดโพชฌงค์ ปัจจัยที่ทำให้เกิดโพชฌงค์หรือเรียกว่าอาหารของ
โพชฌงค์ คือ โยนิโสมนสิการ¹ ในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งโพชฌงค์แต่ละข้อดังนี้

1. อาหารของสติสัมโพชฌงค์ ได้แก่ โยนิโสมนสิการในธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่ง
สติ ได้แก่ การปฏิบัติตามสติปัฏฐาน 4 นอกจากนี้ ยังมีธรรมที่ช่วยให้เกิดสติสัมโพชฌงค์
อีก 4 ประการคือ

- สติสัมปชัญญะ
- การหลีกเลี่ยงบุคคลผู้มีสติหลงลืม
- การคบหาบุคคลผู้มีสติกำกับตัวดี
- และความน้อมจิตไปในสติสัมโพชฌงค์²

2. อาหารของธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ ได้แก่ โยนิโสมนสิการในธรรมที่เป็น
กุศล อกุศล มีโทษ ไม่มีโทษ และธรรมที่เป็นทางเกิดขึ้นแห่งธรรมวิจยสัมโพชฌงค์
อีก 7 อย่าง คือ

- ความเป็นผู้ไต่ถาม
- การท้าววัตถุให้สละสลวย

¹อาหารสูตร, สังยุตตนิกาย เล่ม 19, หน้า 146-151.

²พระราชาวรมณี (ประยูร ปรยุดโต), พุทธธรรม, เรื่องเดิม, หน้า 882.

- การปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน
- การเว้นบุคคลธรรมปัญญา
- การคบหาบุคคลมีปัญญา
- การพิจารณาเรื่องที่ต้องใช้ปรีชาลึกลับ
- ความน้อมจิตไปในการวิจัยธรรม¹

3. อาหารของวิริยะสัมโพชฌงค์ ได้แก่ โยนิโสมนสิการในความคิดริเริ่ม การลงมือทำความบากบั่นไม่ทอดย และ มีธรรมอีก 11 ประการ ที่เป็นทางเกิดขึ้นแห่งวิริยะสัมโพชฌงค์ คือ

- การพิจารณาเห็นภัยต่างๆ เช่น ภัยในอบาย เป็นต้น
- การเป็นผู้มีปกติเห็นอันสงส์ว่าเพียรพยายามแล้วได้บรรลุคุณวิเศษที่เป็นโลกียะและโลกุตตระ
- การพิจารณาวิถีแห่งการปฏิบัติว่าเป็นทางดำเนินของบุคคลผู้พ้นทุกข์ มีพระพุทธเจ้าและมหาสาวก เป็นต้น เราต้องดำเนินตาม คนเกียจคร้านไป ตามวิถีนั้นไม่ได้
- ความเคารพในอาหารบิณฑบาต ว่าเราจักทำให้เกิดผลมากแก่ทายกทั้งหลาย
- การพิจารณาความยิ่งใหญ่ของพระศาสดาว่า พระองค์ทรงสรรเสริญความเพียร เราควรบูชาอุปการะพระองค์ด้วยปฏิบัติบูชา
- การพิจารณาความเป็นใหญ่ในมรรค คือ พระสัทธรรม ซึ่งคนเกียจคร้านรับมรรคนั้นไม่ได้
- การบรรเทาถิ่นมิตระด้วยวิธีต่างๆ มีการเปลี่ยนอริยาบถ เป็นต้น
- หลีกเว้นบุคคลเกียจคร้าน

¹วิสุทธิมรรค, อ่างแล้ว, ภาค 1 ตอน 2, หน้า 112.

- คบบุคคลที่มีความเพียร

- พิจารณา เห็นคุณของสัมมปธาน¹

- น้อมใจไปในวิริยะนั้น²

4. อาหารของปิติสัมโพชฌงค์ คือ โยนิโสมนสิการในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งปิติ
ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งปิติ ได้แก่

- ระลึกถึงพุทธคุณ

- ระลึกถึงธรรมคุณ

- ระลึกถึงสังฆคุณ

- ระลึกถึงศีล

- ระลึกถึงความไม่ตี้งหลาย

- ระลึกถึงคุณธรรมที่งามที่ทำให้บุคคลเป็นเทวดา

- ระลึกถึงสภาวะสงบคือพระนิพพาน

- การหลีกเว้นคนมีชั่ว เสวามอง

- การคบหาคนแจ่มใส

- พิจารณาความในพระสูตรที่ชวนเลื่อมใส

- ความน้อมใจไปในปิติ³

¹สัมมปธาน ได้แก่ ความเพียรชอบ มี 4 อย่าง คือ 1.สังวรปธาน เพียรระวัง
ไม่ให้บาปเกิดขึ้น 2.ปหานปธาน เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว 3.ภาวนापธาน เพียรเจริญ
บุญ 4.อนุรักษนาปธาน เพียรรักษาบุญนั้นไว้

²วิสุทธิมรรค, อ่างแล้ว, ภาค 1 ตอน 2, หน้า 112-114.

³เรื่องเดียวกัน, หน้า 114-115.

5. อาหารของปัสัทธิสัมโพชฃงคั คือ โยนิโสมนสิการในกายปัสัทธิและจิตปัสัทธิ มีปัจจัยอีก 7 อย่าง ที่เป็นทางเกิดปัสัทธิสัมโพชฃงคั คือ

- การเสพโภชนะอันประณีต
- การเสพบรรยากาศที่เป็นสุข
- การเสพอิริยาบถที่สุขสบาย
- ประกอบความเพียรปานกลาง
- หลีกเว้นบุคคลที่มีลักษณะเคียด กระทบกระสาย
- คบหาบุคคลผู้ที่มีลักษณะอ่อนคลาย
- ทำใจให้ออมไปในปัสัทธิ¹

6. อาหารของสมาธิสัมโพชฃงคั คือ โยนิโสมนสิการในสมาธินิมิต ในสิ่งที่ไม่ทำให้ใจพรวา สับสน ปัจจัยอีก 11 อย่างที่เป็นทางเกิดสมาธิสัมโพชฃงคั คือ

- ทำสิ่งต่างๆ ให้หมดจดสกลไส
- ฉลาดในนิมิต
- ปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน
- ช้มจิตใจเวลาที่ควรช้ม
- ยกจิตในเวลาควรยก
- เมื่อใจไม่สุขสดชื่นทำให้ร้าว เร็งควยศรัทธา และสังเวชคือการกลับได้คิดที่จะเร่งการปฏิบัติให้พันทุกข
- เมื่อจิตดำเนินไปถูกต้องค้แล้ว อยู่น้อย่างวางเฉย
- หลีกเว้นคนใจไม่เป็นสมาธิ
- คบหาคนที่ม่ใจเป็นสมาธิ

¹เรื่องเดียวกัน. หน้า 117-118.

- พิจารณาการเพ่งพินิจหรือญาณนั้นที่กำลังดำเนินอยู่
- น้อมใจไปในสมาธินั้น¹

7. อาหารของอุเบกขาสัมโพชฌงค์ คือ โยนิโสมนสิการในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งอุเบกขา ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งอุเบกขา ได้แก่

- ความวางเฉยในสัตว์ หมายถึงทั้งคนทั้งสัตว์
- ความวางเฉยในสังขาร หมายถึงรวมทั้งอวัยวะภายในมีตาเป็นต้น และข้าวของ
- หลีกเว้นบุคคลที่พัวพันอยู่ในสัตว์ และสังขาร
- คบหาบุคคลผู้วางเฉยในสัตว์และสังขาร
- ความน้อมจิตไปในอุเบกขานั้น²

การพิจารณาธรรมในธรรมในโพชฌงค์บริกรรมนี้ ในแนวทางปฏิบัติ ท่านให้พิจารณาให้รู้สภาวะก่อนเกิด ขณะเกิด และการเจริญของสภาวะธรรมทั้ง 7 ผู้ที่จะกำหนดรู้และพิจารณาได้ต้องมีความพากเพียร เป็นความเพียรในการละอกุศลธรรม และเจริญกุศลธรรม³ ชื่อว่าการเจริญสัมมปธาน เป็นวิธีกำจัดอาสวะด้วยการอบรมหรือภาวนา⁴ เป็นกรรมหรือการกระทำเพื่อความเจริญถ่ายเท ขี้ขวมไม่มีเสื่อมเลย⁵จนถึงที่สุดแห่งทุกข์ทั้งปวงได้

¹เรื่องเดียวกัน. หน้า 118-119.

²เรื่องเดียวกัน. หน้า 119.

³สังคี่ติสูตร, ทีฆนิกาย เล่ม 11, หน้า 210-212.

⁴อาสวาสูตร, อังคุตตรนิกาย เล่ม 22, หน้า 400-401.

⁵โพธิยสูตร, อังคุตตรนิกาย เล่ม 23, หน้า 26.

ปัญหาก็คือ ความเพียรในการเจริญกุศลธรรมเพื่อละอกุศลธรรม หรือกล่าวว่าเป็น
เจริญสุจริตเพื่อละทุจริต ทั้ง กาย วาจา ใจ นั้น จะเกิดได้อย่างไร ถ้าสืบทันให้ถึงต้น
ตอแล้วจะพบว่า การไต่ย่นไต่พังธรรมชาติของพระพุทธร่องค้ำจากพุทธสาวก หรือสัตบุรุษ การ
คบหาสัตบุรุษเป็นมิตร เป็นจุดเริ่มต้น ทั้งพุทธภาษิตว่า "ภิกษุทั้งหลาย เราไม่เล็งเห็น
ธรรมอันแม้อย่างหนึ่ง ที่เป็นเหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้น เกิดขึ้น หรืออกุศลธรรมที่
เกิดขึ้นแล้ว เสื่อมไป เหมือนความเป็นผู้มีมิตรดีเลย เมื่อบุคคลมีมิตรดี กุศลธรรมที่ยัง
ไม่เกิด ย่อมเกิดขึ้น และอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเสื่อมไป"¹ และอีกตอนหนึ่งคือ
"ภิกษุทั้งหลาย เมื่อพระอาทิตย์จะขึ้น สิ่งที่ยังขึ้นก่อน สิ่งที่เป็นนิมิตมาก่อนคือ แสงเงินแสง
ทอง ฉันทิโค สิ่งเป็นเบื้องต้น เป็นนิมิตมาก่อน เพื่อความบังเกิดขึ้นแห่งโพชฌงค์ 7 แก่
ภิกษุ คือ ความเป็นผู้มีมิตรดี ฉะนั้นเหมือนกัน ภิกษุทั้งหลาย อันภิกษุผู้มีมิตรดี พึงหวัง
ข้อนี้ได้ว่าจักเจริญโพชฌงค์ 7 จักกระทำไ้มากซึ่งโพชฌงค์ 7"²

ถ้าไม่มีภิกษุสามเณร ไม่คบภิกษุสามเณรหรือมิตรดี มีพระพุทธร่องค้ำหรือสัตบุรุษ
ซึ่งหมายถึงอริยสงฆ์สาวกทั้งหลายแล้ว จะไม่มีโอกาสได้ฟังธรรมะที่แท้ หรือศีลธรรมเลย
ศีลธรรมนี้ไต่แก่ เรื่องต่างๆที่จะขัดเกลากุศลอุปกิเลส ขำระจิตให้ปลอดโปร่ง เรื่องการ
บำเพ็ญเพียร เรื่อง ศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ วิมุตติญาณทัศนะ เป็นต้น เมื่อไม่มีโอกาส
ไต่ย่นไต่พังธรรมะดังกล่าว การดำเนินชีวิตย่อมเป็นไปตามกระแสของโลกธรรม ย่อม
วนเวียนอยู่ในทุกข์ หาทางพ้นทุกข์ไปไม่ได้

เมื่อคบมิตรดี ย่อมไต่ย่นไต่พังศีลธรรม เกิดศรัทธาปฏิบัติตามท่าน โดยเริ่มตั้ง
แต่การสังวรอินทรีย์ คือ การสำรวมอินทรีย์ 6 ไต่แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ย่น
ตี ยินร้าย ในเวลาเห็นรูป ฟังเสียง คมกลิ่น ตัมรส ถูกต้องโผฏฐัพพะ รู้ธรรมารมณด้วย

¹อ้างแล้วในหน้า 18.

²สุริยปมสูตร, สังยุตตนิกาย เล่ม 19, หน้า 116.

ใจ รู้จักการระวางไม่ให้กิเลสครอบงำใจ ในเวตารับรู้อารมณ์ต่างทวารทั้ง 6 เป็นการ
เริ่มต้นเดินทางสายใหม่ คือ ทวนกระแสของโลก เพื่อไปสู่ความพ้นทุกข์

ในกถุทลียสูตรมีข้อความเกี่ยวกับเรื่องนี้พอสรุปได้ว่า อินทรีย์สังวรเมื่อเจริญ
แล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมทำให้สุจริตทั้ง 3 บริบูรณ์ สุจริตทั้ง 3 ได้แก่ กายสุจริต
วจีสุจริต มโนสุจริต สุจริตทั้ง 3 เมื่อเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมทำให้สติปัฏฐาน
4 บริบูรณ์ สติปัฏฐาน 4 เมื่อเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมทำให้โพชฌงค์ 7 บริบูรณ์
โพชฌงค์ 7 เมื่อเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมทำให้วิชชาและวิมุตติบริบูรณ์¹

5. สังจบรพ ว่าด้วยการกำหนดคุณธรรม คือ อริยสัจ 4

"ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ อริยสัจ 4 อยู่ ภิกษุพิจารณา
เห็นธรรมในธรรม คืออริยสัจ 4 อยู่อย่างไรเล่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักตามเป็นจริง
ว่า นี้ทุกข์ นี้ทุกข์สมุทัย นี้ทุกข์นิโรธ นี้ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา ฯ

ภิกษุทั้งหลาย ก็ทุกข์อริยสัจเป็นไฉน

- แม่ชดถักก็เป็นทุกข์
- แม่ชราก็เป็นทุกข์
- แม่ภรรยาเป็นทุกข์
- แม่โสกะ
- ปรีเตาะ
- ทุกข์
- โทมณี
- อุปายาส ก็เป็นทุกข์
- แม้ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์

¹กถุทลียสูตร, สังยุตตนิกาย เถม 19, หน้า 110-111.

- แม้ความพลัดพรากจากสิ่งที่รักก็เป็นทุกข์
 - ปราศจากสิ่งใด ไม่ได้ แม้อันนั้นก็ เป็นทุกข์
- โดยย่อ อุปาทานชั้นทั้ง 5 เป็นทุกข์"¹

5.1 ทุกข์อริยสัจ พระพุทธองค์ทรงจำแนกทุกข์ในอริยสัจ 4 ไว้โดยละเอียดถึง 12 ประการ เป็นทุกข์ที่ครอบคลุมทั้งสามภพลักษณะทุกข์และทุกข์เวทนา มีรายละเอียดดังนี้

5.1.1 ชาติ หมายถึง ความเกิด ความบังเกิด ความหยั่งลงเกิด เกิดจำเพาะความปรากฏแห่งขันธ ความได้อายตนะครบ ในหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้นๆ² ชาติตามนัยพระสูตรตอนนี้ น่าจะหมายถึงเฉพาะถึงการเกิดของสัตว์ซึ่งต้องมีจิตปฏิสนธิ มิได้หมายถึงการเกิดคัมของสังขาร

5.1.2 ชรา ความแก่ ภาวะของความแก่ พันหลุด ผมหงอก หนิงเป็นเกลียว ความเสื่อมแห่งอายุ ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์ ในหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้นๆ³

5.1.3 มรณะ ความเคลื่อนภาวะของความเคลื่อน ความแตกทำลาย ความหายไป มฤตยู ความตาย ความทำกาละ ความทำลายแห่งขันธ ความทอดทิ้งซากศพไว้ ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์⁴ จากหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้นๆ⁵

¹มหาสติปัฏฐานสูตร, อังแล้ว, หน้า 269.

²สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

³สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

⁴อินทรีย์ คือ ชีวิต สภาวะที่เป็นใหญ่ในการรักษารูปที่เกิดจากกรรม และนาม-ธรรมทั้งปวง

⁵มหาสติปัฏฐานสูตร, อังแล้ว, หน้า 265.

กล่าวได้ว่า ชาติ ชรา มรณะ คือ ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และ ดับไป ของ ขั้น 5 นั้นเอง

5.1.4 โสกะ ความเหงาใจ ภาวะแห่งบุคคลผู้เหงาใจ ความผาก ณ ภายใน ความผาก ณ ภายใน ของบุคคลผู้ประกอบด้วยความพิศ้อย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกรรรมคือ ทุกข้ออย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว¹

5.1.5 ปริเทวะ ความคร่ำครวญ ความร่ำไรร่ำพัน กิริยาที่คร่ำครวญ กิริยาที่ร่ำไรร่ำพัน ภาวะของบุคคลผู้คร่ำครวญ ภาวะของบุคคลผู้ร่ำไรร่ำพัน ของ บุคคลผู้ประกอบด้วยความพิศ้อย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกรรรมคือทุกข้ออย่างหนึ่งกระทบแล้ว²

5.1.6 ทุกซ์ ความลำบากทางกาย ความไม่สำราญทางกาย ความเสวย อารมณ์อันไม่ดีที่เป็นทุกซ์ เกิดแต่กายสัมผัส³ ทุกขนี้เป็นที่เข้าใจกันว่า เป็นทุกซ์กาย

5.1.7 โทมนัส ความทุกข์ทางจิต ความไม่สำราญทางจิต ความเสวย อารมณ์อันไม่ดีที่เป็นทุกซ์ เกิดแต่มนโสมผัส⁴ เรียกกันทั่วไปว่า ทุกซ์ใจ

5.1.8 อุปายาส ความแค้น ความคับแค้น ภาวะของบุคคลผู้แค้น ภาวะของ บุคคลผู้คับแค้น ของบุคคลผู้ประกอบด้วยความพิศ้อย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกรรรมคือทุกข้ออย่างใด อย่างหนึ่งกระทบแล้ว⁵

5.1.9 ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รักเป็นทุกซ์ ได้แก่ ความไปร่วม ความ มาร่วม ความประชุมร่วม ความอยู่ร่วมกับอารมณ์ไม่เป็นที่ปรารถนา ไม่เป็นที่รักใคร่

¹สูตรเดียวกัน. หน้า 270.

²สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

³สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

⁴สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

⁵สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

ไม่เป็นที่พอใจของเขาในโลก ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ หรือกับบุคคล
ที่มุ่งก่อความพินาศ มุ่งทำลายประโยชน์ ความผาสุก มุ่งทำลายความเกษมจากโยคะ¹
ของเขา นี้เรียกว่าความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์²

5.1.10 ความพลัดพรากจากสิ่งที่รักเป็นทุกข์ ได้แก่ ความไม่ไปร่วม ความไม่
มาร่วม ความไม่ประชุมร่วม ความไม่อยู่ร่วมกับอารมณ์อันเป็นที่ปรารถนา เป็นที่รักใคร่
เป็นที่พอใจของเขาในโลก ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ หรือกับบุคคลที่
ใคร่แต่ความเจริญ ใคร่แต่ประโยชน์ ใคร่แต่ความสำราญ ใคร่แต่ความเกษมจากโยคะ
ของเขา ได้แก่ มารดา บิดา พี่ชาย น้องชาย พี่หญิง น้องหญิง มิตร อำมาตย์
ญาติสาโลหิต นี้เรียกว่า ความพลัดพรากจากสิ่งที่รักก็เป็นทุกข์³

5.1.11 ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้อะไรก็เป็นทุกข์ ความปรารถนานั้น ได้แก่

- ความปรารถนาของสัตว์ผู้มีความเกิดเป็นธรรมดาว่า โอหนอ ขอเราไม่พึง
มีความเกิดเป็นธรรมดา ขอความเกิดอย่ามีมาถึงเราเลย ซ่อนนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความ
ปรารถนา จึงเป็นทุกข์

- ความปรารถนาของสัตว์ผู้มีความแก่เป็นธรรมดาว่า โอหนอ ขอเราไม่พึง
มีความแก่เป็นธรรมดา ขอความแก่อย่ามีมาถึงเราเลย ซ่อนนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความ
ปรารถนาจึงเป็นทุกข์

- ความปรารถนาย่อมเกิดแก่สัตว์ผู้มีความเจ็บเป็นธรรมดาว่า โอหนอ ขอเรา
ไม่พึงมีความเจ็บเป็นธรรมดา ขอความเจ็บอย่ามีมาถึงเราเลย ซ่อนนั้นสัตว์ไม่พึงได้สม
ความปรารถนา จึงเป็นทุกข์

- ความปรารถนาย่อมเกิดแก่สัตว์ผู้มีความตายเป็นธรรมดาว่า โอหนอ ขอเรา

¹กิเลส เครื่องประกอบ มี 4 อย่าง คือ กาม ภพ ทิฏฐิ อวิชชา

²วิภังคปกรณ์, อภิธรรมปิฎก เล่ม 35, หน้า 116.

³สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

ไม่ฟังมีความตายเป็นธรรมดา ขอความตายอย่าฟังมีมาถึงเราเลย ข้อนั้นสัตว์ไม่ฟังได้
สมความปรารถนา จึงเป็นทุกข์

- ความปรารถนาย่อมเกิดแก่สัตว์ผู้มี โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อูบายาส
เป็นธรรมดาว่า โอหนอ ขอเราอย่าฟังมี โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อูบายาส เป็น
ธรรมดา ขอโสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อูบายาส อย่ามีมาถึงเราเลย ข้อนั้นสัตว์
ไม่ฟังได้สมความปรารถนา จึงเป็นทุกข์

5.1.12 อุปาทานขันธ 5 เป็นทุกข์ อุปาทานขันธ คือ รูป เวทนา สัญญา
สังขาร วิญญาณ เหล่านี้เรียกโดยย่ออุปาทานขันธ 5 เป็นทุกข์¹

ทุกข์อริยสังข์ทั้ง 12 ประการนั้น 3 อย่างแรก คือ ชาติ ชรา มรณะ เป็นทุกข์
ประจำขันธ 5 ส่วนอีก 9 ประการหลังเป็นปภิกขุทุกข์ เป็นทุกข์จร เกิดเป็นครั้งคราว
คำว่า ทุกข์ ในอริยสังข์ 4 มิได้หมายเพียงทุกข์เวทนาเท่านั้น ทุกข์เวทนาเป็น
เพียงส่วนหนึ่งของทุกข์อริยสังข์ การกำหนดรู้ทุกข์ในแนวทางปฏิบัติวิปัสสนา จึงมิได้หมาย
ถึงการกำหนดรู้แต่เพียงทุกข์เวทนา แต่หมายถึงการกำหนดรู้สภาวะความบีบคั้น ประทุษ
เร้าร้อน และการแปรปรวนของรูปนามทั้งปวง วชิราภิกษุณีกล่าวว่า "ความจริงทุกข์เท่า
นั้นย่อมเกิด ทุกข์ย่อมตั้งอยู่ และเสื่อมสิ้นไป นอกจากทุกข์ ไม่มีอะไรเกิด นอกจากทุกข์
ไม่มีอะไรดับ"² สิ่งที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ คับไป ก็คือขันธ 5 นี้เอง

สภาวะทุกข์ หรือสามัญลักษณะทุกข์นี้ ไม่อาจรู้ได้ด้วยการคิดอนุมานเอาเอง หรือ
ด้วยการจงจว่า เช่น เคยเห็นเด็กอายุ 1 ปี อีก 3 ปีพบกันใหม่ สภาวะเปลี่ยนแปลงไป เมื่อ
นำมาเปรียบเทียบกันก็รู้ได้ว่าเกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้น การรู้เช่นนี้มีใช้รู้สภาวะทุกข์ การ
รู้สภาวะทุกข์ต้องรู้ด้วยปัญญา ต้องเกิดดวงตาเห็นธรรม ต้องเห็นสภาวะทุกข์ หรือประจักษ์
แจ้งสภาวะทุกข์ในขณะปัจจุบันตามความเป็นจริงของมัน กล่าวสั้นๆก็คือ สภาวะทุกข์นี้เป็นทุกข์

¹มหาสติปัฏฐานสูตร, อ่างแล้ว, หน้า 271.

²วชิราสูตร, สังยุตตนิกาย เล่ม 15, หน้า 190.

สำหรับผู้มีปัญญาเท่านั้นที่เห็นได้ ส่วนทุกข์เวทนา เป็นทุกข์สำหรับรับเสวย ผู้มีปัญญาหรือ
ไร้ปัญญา แม้แต่สัตว์เครื่องจวนก็รับเสวยได้รู้สึกได้ เหมือนกันหมด

การพิจารณาเพื่อให้ประจักษ์ความจริงนี้ ก็พิจารณาที่ชั้น 5 นี้เอง ซึ่งเป็นตัว
ทุกข์โดยตรง และมีอยู่ตลอดเวลาที่จะให้สิ่งเกิดให้รู้ได้ ปุถุชนผู้มีได้สดับรับฟังธรรมะของ
พระพุทธองค์ หรือธรรมะจากพระอริยเจ้า มีความหลงผิดว่า เมื่อเกิดทุกข์เวทนาอย่าง
ใดอย่างหนึ่ง จึงจะเชื่อว่าเป็นทุกข์ ถ้าไม่มีทุกข์เวทนาจึงเป็นสุขดี แต่พระพุทธองค์ทรง
กล่าวว่า ชั้น 5 นี้เป็นตัวทุกข์ เป็นมาร แม้สุขก็เป็นเวทนาอย่างหนึ่ง เป็นสภาวะที่เป็น
ทุกข์คือ หนอยู่ไม่ได้ การที่จะมีความเห็น ชอบ เห็นถูกตรงตามสภาวะความเป็นจริงว่าชั้น
5 เป็นทุกข์มิใช่ของง่าย การรู้งั้นในทุกข์เป็นสภาวะธรรมที่ลึกซึ้งที่สามารถถลายถอนความ
เห็นผิดในสังขารทั้งปวงได้โดยสิ้นเชิง

ทุกข์เป็นสภาวะธรรมที่ประกอบด้วยบุญ หรือด้วยบาป หรือไม่ประกอบด้วยบุญและ
บาปก็ได้ กล่าวคือ ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นทุกข์ที่ไม่ประกอบด้วยบุญ บาป เพราะ
เป็นวิบาก หรือผล เป็นอเนชชากิสังขาร เป็นความปรุงแต่งที่ไม่หวั่นไหว แต่ก็ไม่ใช่
คือต้องเป็นไปตามกรรมที่ใดกระทำไว้ ทุกข์จึงกล่าวเป็นทุกข์ที่ต้องกำหนดรู้ ทุกข์ที่ประ
กอบด้วยบาป ได้แก่ ทุกข์ด้วยโลกด้วย ทุกข์ด้วยโภจด้วย ทุกข์ด้วยหลงด้วย เป็นอุปถัมภ์
กิสังขาร เป็นสภาวะปรุงแต่งที่เป็นบาป เป็นทุกข์ที่ต้องละ ส่วนทุกข์ที่ประกอบด้วยบุญนั้น
คือ ทุกข์ในการละบาป คือละโลก โภจ หลง ได้แก่ทุกข์ขณะเจริญมรรค หรือขณะเจริญ
วิปัสสนา เห็นแจ้งขณะใดก็พ้นทุกข์ขณะนั้น ทุกข์อย่างหลังนี้เป็นบุญกิสังขาร เป็นการ
ปรุงแต่งบุญ เป็นทุกข์ที่ต้องเจริญ การปฏิบัติปฏิบัติชอบที่เป็นไปเพื่อละกิเลสทั้งหลายนั้น
ทุกข์มาก ถ้าไม่มีความอดทนแล้ว การบรรลุเป้าหมายก็ไม่อาจเป็นไปได้เลย

5.2 ทุกข์สมุทัยอริยสัง เป็นมูลราก หรือเป็นต้นเหตุให้เกิดทุกข์ทั้งปวง
เหตุนี้ไต่ถ่า ตัณหา ถึงความในพุทธพจน์ว่า "ภิกษุทั้งหลาย ก็ทุกข์สมุทัยอริยสังเป็นใจ
ตัณหานี้ใด อันมีความเกิดอีก ประกอบด้วยความกำหนัด ด้วยอำนาจความเพิกเพลิน
เพิกเพลินยิ่งนักในอารมณ์นั้นๆ คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา¹

¹มหาสติปัฏฐานสูตร, อ่างแก้ว, หน้า 272.

5.2.1 กามตัณหา ความทะยานอยากในกาม ความอยากได้กามคุณ กามคุณ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เพื่อสนองความต้องการทาง ตา หู จมูก ลิ้น และกาย

5.2.2 ภวตัณหา ความทะยานอยากในภพ ความอยากในภาวะของตัวตนที่จะได้ จะเป็นอย่างไรอย่างหนึ่ง อยากเป็นอยู่ อยากคงอยู่ตลอดไป เป็นความใคร่ ความอยากที่ประกอบด้วย ภาวัญญิ หรือสัสตติญญิ (ความเห็นว่าเที่ยง)

5.2.3 วิภวตัณหา ความทะยานอยากในวิภพ ความอยากในความพรากห่างไปแห่งตัวตน จากความเป็นอย่างไรอย่างหนึ่งอันไม่ปรารถนา อยากทำลาย อยากให้ดับสูญ เป็นความใคร่ ความอยากที่ประกอบด้วยวิภวัญญิ หรืออุจเจตญญิ (ความเห็นว่าขาดสูญ)

นอกจากนี้ พระพุทธองค์ยังทรงแสดงถึงที่เกิด และที่ตั้งแห่งตัณหา อันได้แก่ สิ่งที่เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก สิ่งเหล่านั้น คือ

- ทวารทั้ง 6 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
- อารมณ์ทางทวารทั้ง 6 ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์
- ความรู้ทางทวารทั้ง 6 ได้แก่ จักขุวิญญาณ โสทวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณ และมโนวิญญาณ
- สัมผัสทางทวารทั้ง 6 ได้แก่ จักขุสัมผัส โสตสัมผัส ฆานสัมผัส ชิวหาสัมผัส กายสัมผัส และมโนสัมผัส
- เวทนาทั้ง 6 ได้แก่ จักขุสัมผัสชาเวทนา โสตสัมผัสชาเวทนา ฆานสัมผัสชาเวทนา ชิวหาสัมผัสชาเวทนา กายสัมผัสชาเวทนา มโนสัมผัสชาเวทนา
- สัญญาในอารมณ์ทั้ง 6 ได้แก่ รูปสัญญา สัททสัญญา คันธสัญญา รสสัญญา โผฏฐัพพสัญญา และธัมมสัญญา
- การปรุงแต่งหรือการกระทำต่ออารมณ์ทั้ง 6 ได้แก่ รูปสัญญาเจตนา สัททสัญญาเจตนา คันธสัญญาเจตนา รสสัญญาเจตนา โผฏฐัพพสัญญาเจตนา และธัมมสัญญาเจตนา
- ความทะยานอยากในอารมณ์ทั้ง 6 ได้แก่ รูปตัณหา สัททตัณหา คันธตัณหา

รสตัณหา โภฏฐัพพตัณหา และธัมมตัณหา

- ความตริภิกในอารมณฺ์ทั้ง 6 ได้แก่ รูปวิตก สัททวิตก คັນธวิตก รสวิตก โภฏฐัพพวิตก และธัมมวิตก
- ความตรองหรือความพิจารณาอารมณฺ์ทั้ง 6 ได้แก่ รูปวิจาร์ สัททวิจาร์ คันธวิจาร์ รสวิจาร์ โภฏฐัพพวิจาร์ และธัมมวิจาร์¹

ตัณหา คือ ความกำหนัดยินดี เพลิดเพลินอยู่ในอารมณฺ์นั้นๆ เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ในแนวทางปฏิบัติต้องสังเกตุ พินิจ พิจารณาให้รู้จักตัวตัณหา ถ้าสำเนียงกให้ละเอียดจะพบว่าขณะเกิดตัณหา จะมีครบทั้ง 3 อย่าง คือ มีทั้งกามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา ในขณะเดียวกัน เช่น เมื่อเกิดความยินดีพอใจในนัยันตา จะเป็นของตนเองหรือของผู้อื่น ก็ตาม ขณะนั้นมีกามตัณหา เพราะพอใจในรูป ขณะเดียวกันแม้จะตระหนักรู้หรือไม่ก็ตาม ก็มีความอยากให้คานันคงอยู่ เป็นภวตัณหา อยากไม่ให้เสียหรือเสื่อมสภาพไป เป็นวิภวตัณหา แต่ที่เด่นขณะนั้นคือ กามตัณหา ขณะตาเจ็บหรือตาเสีย อยากไม่ให้เกิดสภาวะนั้น หรืออยากให้สภาวะนั้นดับสูญไป เป็นวิภวตัณหา ขณะเดียวกันก็อยากได้ตาดีๆ เป็นกามตัณหา อยากมีสภาวะที่ตาเป็นอยู่ที่ เป็นภวตัณหา แต่ขณะนั้นวิภวตัณหาเด่น

ตัณหาเป็นต้นเหตุที่ทำให้เกิดมีขันธ 5 วนเวียนอยู่ในทุกข์ไม่รู้จบ ทั้งนี้เพราะมีความไม่รู้ตัวทุกข์เป็นมูลรากสำคัญ เมื่อใดก็ตามที่มีวิชชารู้ว่า ขันธ 5 นี้เป็นทุกข์ เป็นขันธมาร เมื่อนั้นความรู้สึกที่หลงไปรักไปชอบ พอลใจ หรืออยากได้ขันธ 5 เหมือนเมื่อตอนไม่รู้ความจริงก็จะหมดไป และเมื่อนั้นจะเกิดศรัทธา เกิดความเพียร อันไม่หวั่นไหวในการที่จะละตัณหานี้ให้หมดไป จนถึงที่สุดแห่งทุกข์

5.3 ทุกขนิโรธอริยสัง พระพุทธองค์ทรงกล่าวถึงทุกขนิโรธอริยสังว่า "ภิกษุทั้งหลาย ก็ทุกขนิโรธอริยสังเป็นไฉน ความสำรอก และความคับโดยไม่มีเหลือ ความสละ

¹สูตรเดียวกัน. หน้า 272-273.

ความสงัด ความเปลี่ยววาง ความไม่มีอาลัยในตัณหานั้น..."¹

พร้อมกันนี้ก็ทรงกล่าวว่ เมื่อบุคคลจะละตัณหาหรือดับตัณหา จะต้องละหรือดับในที่ๆ เป็นที่รัก ที่เจริญใจในโลก ซึ่งได้แก่

- ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
- รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์
- จักขุวิญญาณ โสทวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณ มโนวิญญาณ
- จักขุสัมผัส โสทสัมผัส ฆานสัมผัส ชิวหาสัมผัส กายสัมผัส มโนสัมผัส
- จักขุสัมผัสชาเวทนา โสทสัมผัสชาเวทนา ฆานสัมผัสชาเวทนา ชิวหาสัมผัสชาเวทนา กายสัมผัสชาเวทนา มโนสัมผัสชาเวทนา
- รูปสัญญา สัททสัญญา คันธสัญญา รสสัญญา โผฏฐัพพสัญญา ธรรมสัญญา
- รูปสัญญาเจตนา สัททสัญญาเจตนา คันธสัญญาเจตนา รสสัญญาเจตนา โผฏฐัพพสัญญาเจตนา ธรรมสัญญาเจตนา
- รูปตัณหา สัททตัณหา คันธตัณหา รสตัณหา โผฏฐัพพตัณหา ธรรมตัณหา
- รูปวิตก สัททวิตก คันธวิตก รสวิตก โผฏฐัพพวิตก ธรรมวิตก
- รูปวิจารณ์ สัททวิจารณ์ คันธวิจารณ์ รสวิจารณ์ โผฏฐัพพวิจารณ์ ธรรมวิจารณ์

อนึ่ง การกล่าวถึงที่เกิดและที่ดับของตัณหาว่า ตัณหาเกิดในที่ๆ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก จะดับก็ต้องดับในที่นั้นด้วย ถ้ามองให้ลึกซึ่งจะพบว่าสิ่งที่เป็นที่รักที่เจริญใจในโลกเป็นเพียงปัจจัยให้เกิดตัณหา ตัณหาเป็นสภาวะธรรมที่เกิดในใจ ใจเป็นที่เกิด สภาวะความดับตัณหาคือนิโรธ ก็ต้องเกิดที่ใจด้วย ใจจึงเป็นศูนย์กลางของทุกสิ่งทุกอย่าง กล่าวคือ เป็นตัวทุกข์ เป็นที่เกิดเหตุแห่งทุกข์ เป็นที่ดับทุกข์ และเป็นที่ยุติการเพื่อให้ถึงความดับทุกข์ คือ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาด้วย

5.4 ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ คือ มรรค มืองค์ 8 ได้แก่ สัมมาทิฐิ

¹สูตรเดียวกัน. หน้า 273.

สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ
สัมมาสมาธิ

5.4.1 สัมมาทิฐิ คือ ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกขสมุทัย ความรู้ใน
ทุกขนิโรธ ความรู้ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา¹

นอกจากคำจำกัดความที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตรแล้ว ยังมีปรากฏในสูตร
อื่นๆอีก เช่น ในสัมมาทิฐิสูตร ความว่า "เมื่อโอรियสาวก รู้ชัดซึ่งอกุศล และรากเง่า
ของอกุศล รู้ชัดซึ่งกุศล และรากเง่าของกุศล แม้ด้วยเหตุเพียงนี้ อริยสาวกชื่อว่า เป็น
สัมมาทิฐิ มีความเห็นดำเนินไปตรงแล้วประกอบด้วยความเลื่อมใสอันแน่วแน่ในพระธรรม
มาสู่พระสัทธรรมนี้"²

การรู้ชัดด้วยตนเองซึ่ง กุศล อกุศล มิใช่เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นง่ายนัก ต้องประจักษ์
ชัดด้วยใจว่า การกระทำทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นกุศลกรรม หรืออกุศลกรรม ย่อมเป็นไป
ด้วย กุศลมูล หรืออกุศลมูล ไม่มีตัวตน หรือ "ตัวกู" เป็นผู้กระทำ การกระทำนี้ใจเป็น
ตัวกระทำ หรือจะชี้ให้ตรงคือ เจตนาเป็นตัวกระทำ เจตนาเองมีลักษณะเป็นกลาง ไม่
เป็นกุศล อกุศล หรือเป็นบุญเป็นบาปโดยตัวของมันเอง เพราะเป็นวิบาก เมื่อยังมีอวิชชา
ยังมีกุศลเหตุ และอกุศลเหตุอยู่ เหตุนี้จะเข้าประกอบด้วยเจตนาในการกระทำทุกครั้ง ถ้า
ขณะที่กระทบอารมณ์ต่างทวารโคทวารหนึ่ง เหตุที่เข้าประกอบด้วยเจตนา เป็นฝ่ายกุศลก็จะประ
กอบกุศลกรรม มีผลเป็นกุศลวิบาก ถ้าเหตุนี้เข้าประกอบเป็นฝ่ายอกุศล จะประกอบอกุศล-
กรรม มีผลเป็นอกุศลวิบาก ผู้ที่ยังไม่มีสัมมาทิฐิ จะมีความเห็นผิดว่า ตัวเรา หรือ
ตัวกู เป็นผู้กระทำ ที่เห็นเช่นนั้นเพราะยังทำลายสักกายทิฐิไม่ได้

พุทธพจน์อีกแห่งหนึ่ง คือ "ภิกษุเห็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ อันไม่
เที่ยงนั่นแหละ ว่าไม่เที่ยง ความเห็นของเธอนั้นเป็นสัมมาทิฐิ และเมื่อเธอเห็นโดย

¹สูตรเดียวกัน. หน้า 275.

²สัมมาทิฐิสูตร, มัชฌิมนิกาย เล่ม 12, หน้า 73.

ชอบ ย่อมเบื่อหน่าย เพราะสิ้นความยินดี จึงสิ้นความกำหนัด เพราะสิ้นความกำหนัด จึงสิ้นความยินดี เพราะสิ้นความยินดีและกำหนัด จิตหลุดพ้นแล้ว เรียกว่าหลุดพ้นดีแล้ว"¹ และอีกแห่งหนึ่ง คือ "ภิกษุเห็นจักขุ โสตะ ฆานะ ชิวหา กาย มโน รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ซึ่งเป็นของไม่เที่ยงนั้นแล้ว ไม่เที่ยง ความเห็นของภิกษุนั้นชื่อว่า เป็นความเห็นชอบ"²

พุทธพจน์ทั้งสองตอนแสดงถึงการเห็นไตรลักษณ์ในชั้น 5 และอายตนะ 12 การเห็นดังกล่าวต้อง เห็นด้วยปัญญา เห็นความเกิดความดับในปัจจุบันขณะ เครื่องรับรองว่าผู้นั้นมีปัญญา เห็นชอบจริงหรือไม่ นั่นคือ ใจที่สงบไม่หวั่นไหวขณะที่เผชิญกับภัยพิบัติหรืออันตรายที่เป็นปัจจัยให้เกิดความทุกข์ ความหวั่นไหว ผู้ที่มีสัมมาทิฐิ ย่อมมีตนเป็นที่พึ่ง ความทุกข์ ความหวั่นไหว ไม่อาจครอบงำจิตใจได้เหมือนผู้ที่ยังมีมิจฉาทิฐิ ปัญญาความเห็นชอบชั้น 5 อายตนะ 12 ตามความเป็นจริงนี้ จะเป็นสิ่งที่ชี้ให้ การคิด การพูด การกระทำทางกาย เป็นไปเพื่อคลายจากทุกข์ หรือละทุกข์ได้ในปัจจุบันนั่นเอง

สัมมาทิฐิ เป็นองค์ประกอบในมรรค 8 ที่เป็นหัวหน้า เป็นค้ำนำ หรือเป็นประธาน ดังความในพุทธพจน์ว่า "ภิกษุทั้งหลาย บรรดาองค์มรรคนั้น สัมมาทิฐิย่อมเป็นประธาน ก็สัมมาทิฐิย่อมเป็นประธานอย่างไร คือ ผู้มีสัมมาทิฐิย่อมสลักมิจฉาทิฐิได้ ทั้งอกุศลธรรมลามกเป็น เอนกบรรคามี เพราะมิจฉาทิฐิเป็นปัจจัยนั้น ก็เป็นอันผู้มีสัมมาทิฐิสลักได้แล้ว และกุศลธรรมเป็นเอนก ย่อมถึงความเจริญบริบูรณ์ เพราะสัมมาทิฐิเป็นปัจจัย"³

5.4.2 สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริในการออกจากกาม ความดำริใน

¹ นันทิขยสูตร, สังยุตตนิกาย เล่ม 17, หน้า 55-56.

² นันทิขยสูตร, สังยุตตนิกาย เล่ม 18, หน้า 160.

³ महाจิตตารีสกสูตร, มัชฌิมนิกาย เล่ม 14, หน้า 164.

ความไม่พยายาม ความคำริในอันไม่เบียดเบียน¹

ความคำริในการออกจากกาม เป็นความคำริในการละราคะหรือโลภะ ออกจากความเพติดเพลิน ยินดีในกาม เป็นการคำริที่เป็นไปในทางสลัดออกจากเหตุที่ทำให้จิตข้องอยู่ในความทุกข์ จิตข้องอยู่ในอารมณ์ คือ กามคุณ 5 ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ

ในแนวปฏิบัติ จักเป็นสมณะภาวนา เมื่อมีความคำริตั้งกล่าวจิตจะสงบจากราคะ เป็นการปลดเปลื้องใจตนเองให้พ้นจากเหตุที่จะก่อทุกข์ คือราคะ การคำริออกจากกามในที่นี้ เป็นการคำริออกจากกิเลสสามซึ่งเกาะกินใจอยู่ เหมือนสนิมที่เกาะกินเหล็กให้ถึงความพินาศไป เป็นปฏิบัติภาวนาเพื่อถ่ายถอนใจที่ยึดติดอยู่กับกามคุณ เป็นการละเหตุคือกิเลสสามในใจ ไม่ใช่ละอารมณ์คือกามคุณภายนอก แต่อย่างไรก็ตามทั้งกามคุณภายนอก และกิเลสสามภายในใจต่างก็เป็นปัจจัยซึ่งกันและกัน ผู้มีโยนิโสมนสิการ และมีปัญญาเห็นชอบเท่านั้น จึงจะมีความคำริชอบเพื่อให้ชีวิตในกามโลก คือ ชีวิตที่ยังต้องข้องเกี่ยวอยู่กับกามคุณ 5 เป็นไปอย่างเหมาะสม และเป็นไปอย่างชัคเคลามาใช้ไม่ชัคเคลา

ความคำริในความไม่พยายาม คือ ความคำริในการละโทสะ จะละโทสะได้ก็ต้องเจริญเมตตา ซึ่งเป็นกุศลธรรมฝ่ายตรงข้าม เมตตานี้เป็นธรรมที่ปลดเปลื้องใจให้พ้นจากความทุกข์จากโทษคือโทสะ ผู้ที่จะมีความคำริตั้งกล่าวได้ ต้องเป็นผู้ที่ไม่เอาโทษของผู้อื่นมาเป็นอารมณ์ ไม่เพ่งโทษผู้อื่น ในแนวปฏิบัติจักเป็นสมณะภาวนาเช่นกัน เมื่อมีความคำริออกจากพยายาม ใจจะสงบจากความร้อนรุ่ม คือ โทสะ ซึ่งเป็นไฟนั้น

ความคำริในอันไม่เบียดเบียน เป็นความคิดที่จะปลดเปลื้องใจตนเองออกจากโมหะ หรือความหลงความสงสัย เป็นความคำริออกจากความทุกข์ คือ ความไม่รู้

¹มหาสติปัฏฐานสูตร, อังคแล้ว, หน้า 275.

สภาวะต่างๆตามความเป็นจริง ความไม่รู้หรือรู้ด้วยอวิชชานี้ เบียดเบียนตนเอง ทั้ง เบียดเบียนผู้อื่นด้วย เพราะการกระทำผิด กระทำชั่ว กระทำบาป หรืออกุศลกรรมทุกอย่าง ทั้งทำกับตนเองและกับผู้อื่น มาจากความไม่รู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริง หรือกล่าวให้สั้นคือ ไม่รู้อริยสัจ 4 นี้เอง

ความคำริไม่เบียดเบียนตั้งแต่ตนเองไปจนถึงผู้อื่นนี้เป็นความกรุณา ในแนวปฏิบัติจักเป็นวิปัสสนากาวนา เมื่อมีปัญญาเห็นแจ้งแล้ว ใจจะสงบจากทุกข์ยิ่งใหญ่ คือ อวิชชา โดยนัยแห่งความไม่เบียดเบียนดังกล่าว จะเห็นได้ว่าเมื่อไม่เบียดเบียนตนเองแล้ว การเบียดเบียนผู้อื่นย่อมเป็นสิ่งที่เป็นไปได้เลย

ความคำริทั้ง 3 ประการนั้น ถ้าจะกล่าวในแง่การละกิเลสแล้ว ความคำริออกจากพยาบาทคือคำริละโทสะ จะง่ายกว่าความคำริอีก 2 อย่าง กล่าวคือ โทสะ เป็นสภาวะธรรมที่หยาบ ที่ตระหนักรู้ได้ว่าประกอบด้วยทุกขเวทนา แม้ปัญญาไม่เห็นผิดว่าเป็นสุข เมื่อเห็นว่าเป็นทุกข์ ความสมัคใจที่จะสลัดทิ้งจึงเป็นไปได้ แต่ที่ยังละไม่ได้ ถอนลูกศรที่เสียบแทงใจตนเองไม่ได้ เพราะขาดกัลยาณมิตรที่จะแนะนำเพื่อให้เกิดปัญญา ขาดการแนะนำเพื่อให้รู้จักฝึกฝนและขัดเกลาตนเอง

ส่วนการคำริออกจากกาม หรือคำริออกจากโลภะ หรือราคะนั้นยากกว่า เพราะกามคุณ เป็นปัจจัยให้เกิดสุขเวทนา ซึ่งมีจลาทิกฐิติเห็นว่า เป็นสุข ไม่เห็นว่าเป็นทุกข์ จึงเพิกเฉยยินดีติดข้องอยู่ ความสมัคใจที่จะสลัดทิ้งจึงเป็นไปได้ยาก

ส่วนประการสุดท้าย คือ การคำริออกจากความไม่เบียดเบียน คำริออกจากความหลง คือ โมหะ นั้นยากมาก ด้วยเหตุที่เมื่ออยู่ในความหลงแล้วก็ไม่อาจรู้เลยว่าตนหลง เมื่อไม่ตระหนักว่าตนหลง การละหลงย่อมเป็นไปได้ ถ้าไม่มีสติ-บุรุษเป็นกัลยาณมิตร ชี้ให้เห็นว่าขณะนั้นตนหลง และชี้แนะแนวทางให้ปฏิบัติตามท่านเพื่อให้ได้ประจักษ์สภาวะด้วยตนเองแม้เพียงเล็กน้อยว่า ขณะไม่หลงคือมีสติต่างกับหลงคือไม่มีสติอย่างไร จึงจะทราบได้ทันทีว่าตนเองหลงมานาน เมื่อตระหนักด้วยตนเองดังนี้แล้ว ความคำริที่จะออกจากหลงหรือโมหะจึงจะเป็นไปได้

5.4.3 สัมมาวาจา คือ การรงคว้นจากการพูดเท็จ งกเว้นจากการพูด

สื่อเสียด งดเว้นจากการพูดคำหยาบ งดเว้นจากการพูดเพื่อเจ้อ¹

วาทหรือคำพูดเกิดจากการปรุงแต่งด้วยการตรึกตรอง เป็นสภาวะที่มีอยู่ในใจ แม้จะไม่เปล่งเสียงออกมา ถ้าผู้กระทำคือเจตนาประกอบด้วยการตรึกตรองที่เป็นกุศล คำพูดนั้นก็ป็นสัมมาวาจา ถ้าประกอบด้วยการตรึกตรองข้างอกุศลก็เป็นมิฉฉาวาจา แต่โดยทั่วไป การตรึกตรองที่ปราศจากความเห็นชอบ ความคำริชอบแล้ว จะเป็นไปในทาง มิฉฉาทั้งสิ้น เมื่อใดมีความเห็นชอบ คำริชอบเกิดขึ้น สภาวธรรมที่ทำหน้าที่งดเว้นมิฉฉาวาจา เกิดขึ้นด้วยพร้อมกัน คือ การงดเว้นจากการพูดชั่วหรือวจีทุจริตทั้ง 4 อย่างดังกล่าว

5.4.4 สัมมากัมมันตะ คือ การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ งดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เขามาได้ให้ งดเว้นจากการประพฤตินิคมในกาม²

ขณะที่มีการเห็นชอบ คำริชอบ การตรึกตรองก็เป็นไปในทางกุศล สภาวธรรมนั้นเป็นสภาวะที่การกระทำทางกายเป็นไปในทางสุจริต เป็นขณะที่ละหรืองดเว้นกายทุจริตโดยสิ้นเชิง ขณะเดียวกันนั้นเชื่อว่าประกอบกิจที่ชอบที่ควร เป็นกิจของชีวิตที่หมดจด ไม่มีกิจอื่นที่จะหมกมดบังไปกว่านี้ ไม่มีกิจการงานอื่นที่มีคุณค่ายิ่งไปกว่านี้ เพราะงานนี้เป็นงานซจกเสียดซึ่ง เหตุแห่งทุกข์ทั้งมวล เพื่อให้ถึงซึ่งจุดหมายอันสูงสุด คือ ความพ้นจากทุกข์โดยสิ้นเชิง

5.4.5 สัมมาอาชีวะ คือ การละการเลี้ยงชีพที่ผิดเสีย สำเร็จการเป็นอยู่ด้วยการเลี้ยงชีพที่ชอบ³

ในแนวทางปฏิบัติ ขณะที่สัมมากัมมันตะ คือ การประกอบกิจของชีวิตที่ชอบที่ควร เจตนาขณะนั้นก็ประกอบด้วยการละเว้น การเลี้ยงชีพผิด คือ ละเว้นความเป็นไป

¹ สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

² สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

³ สูตรเดียวกัน. หน้าเดียวกัน.

ความเป็นอยู่ของชีวิตที่ไม่ชอบไม่ควร ขณะเดียวกันนั้นเองชีวิตก็อยู่ด้วยความบริสุทธิ์ผ่องใส

เรื่องของศีลในองค์มรรคทั้ง 3 ข้อคือ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะนี้เป็นเรื่องของจิตทั้งสิ้น จิตที่ประกอบด้วยเจตนาเกิดจากอกุศลกรรม งดเว้นจากการทำความชั่วนี้เองเป็นตัวศีลแท้ๆ ศีลได้แก่ เจตนา ได้แก่เจตสิก ได้แก่ความสำรวม ความไม่ล่วง¹

เมื่อจิตมีความบริสุทธิ์ การประพฤติกี่ล่วงออกมาให้ปรากฏทางวาจา กิเลสทางกาย กิเลส ไม่อาจเป็นไปในทางชั่วทางอกุศลได้เลย เพราะตัวกระทำแท้ๆ คือ เจตนา อยู่ในจิต ท่านโกณฑัญญะกล่าวไว้ว่า "ผู้ใดในโลกนี้ เป็นผู้สำรวมด้วยกาย วาจา และใจ ไม่ทำบาปกรรมอะไรๆ ไม่พูดพล่อยๆ เพราะเหตุแห่งตน บัณฑิตเรียกคนเช่นนี้ว่ามีศีล"²

5.4.6 สัมมาวายามะ คือ ความเพียรชอบ มีความหมายดังนี้ "ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เกิดฉันทะพยายามปรารภความเพียร ประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้ เพื่อมิให้อกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิด บังเกิดขึ้น เพื่อละอกุศลธรรมอันลามกที่บังเกิดขึ้นแล้ว เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่บังเกิด บังเกิดขึ้น เพื่อความตั้งอยู่ไม่เลือนหาย เจริญยิ่ง โปญฺญมิตฺตํ เตมเปี่ยมแห่งกุศลธรรมที่บังเกิดขึ้นแล้ว..."³

สัมมาวายามะนี้ มิได้หมายถึงความเพียรตามที่เข้าใจกันทั่วไป เช่น มีความเพียรในการเล่าเรียนวิชาการต่างๆ เพียรในการประกอบอาชีพ เพื่อเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง ความเพียรดังกล่าวอาจประกอบด้วยจิตที่เป็นอกุศลได้ ความเพียรในองค์มรรคเป็นคุณธรรม

¹มหารวรรค ญาณภคคา, ขุททกนิกาย เล่ม 31, หน้า 42.

²สรภังคชาคก, ขุททกนิกาย เล่ม 27, หน้า 492.

³มหาสติปัฏฐานสูตร, อังแล้ว, หน้า 275.

อยู่ภายในจิต เป็นความเพียรในการละอกุศล ชัดเกล้าให้อกุศลตกลงไปจากใจ ผู้ที่ปล่อยให้อุศลอยู่ใน โลก โกรธ หลง แม้จะขยันประกอบกิจการหรือขยันค้นคว้าวิชาการ เพียงใด ก็ไม่ถือว่าเป็นผู้มี ความเพียร

ความเพียรชอบนี้ ไม่อาจเกิดขึ้นโดยๆ แต่เกิดพร้อมสภาวะธรรมอื่นๆ เรียกว่า เป็นองค์ของผู้มีประธานหรือคุณสมบัติของผู้บำเพ็ญเพียร คือ

- เป็นผู้มีศรัทธา เชื่อศกาคคโพธิว่า แม้เพราะเหตุผลดังนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น เป็นสัมมาสัมพุทธะ ฯลฯ เป็นผู้จำแนกแจกธรรม
- เป็นผู้มีอาพาธน้อย มีโรคน้อย ประกอบด้วยไฟเผาผลาญที่สำหรับย่อยอาหาร อันสม่ำเสมอ ไม่เข็นนิก ไม่ร้อนนิก หอบปานกลาง เหมาะแก่การบำเพ็ญเพียร
- เป็นผู้ไม่โอ้อวด ไม่มีมายา เป็นผู้เปิดเผยตัวตามเป็นจริง ทั้งในพระ- ศาสคา ทั้งในเพื่อนพรหมจารีผู้เป็นวิญญู
- เป็นผู้ระคมความเพียรเพื่อละอกุศลธรรม เพื่อยังกุศลธรรมให้ถึงพร้อม มีความเข้มแข็ง บากบั่น มั่นคง ไม่ท้อถูระในกุศลธรรมทั้งหลาย
- เป็นผู้มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญาอย่างอริยะ ที่หยั่งถึงความเกิดขึ้น และความดับสลาย ชำแรกกิเลสได้ อันให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ¹

อาจกล่าวได้ว่า ผู้มีปัญญา ถึงเห็นถึงคุณของกุศลธรรม และโทษของอกุศลธรรม คือ ผู้มีสัมมาทิฏฐิเท่านั้น จึงจะเป็นผู้ปรารถนาความเพียร หรือมีสัมมาวายามะได้

5.4.7 สัมมาสติ มีคำอธิบายบ่งบอกถึงสัมมาสติชัดเจนดังนี้ "สัมมาสติเป็น ไฉน ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นภายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอกิฆมา และโทมนัสในโลกเสียได้ พิจารณาเห็น เวทนาในเวทนาอยู่ ฯลฯ พิจารณา เห็นจิตในจิตอยู่ ฯลฯ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ

¹ทศสูตรสูตร, ที่มกกาย เล่ม 11, หน้า 295.

กล่าวถึง อภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ อันนี้เรียกว่า สัมมาสติ ฯ¹

ความเพียรกับสติเป็นกุศลธรรมที่ต้องไปด้วยกัน ขณะใดมีสติ ขณะนั้นก็มีความเพียรด้วย สติขณะเจริญสติปัฏฐาน จึงจะเรียกว่า สัมมาสติ

สติเป็นสภาวะธรรมที่ปรากฏในใจเป็นปัจจุบันเท่านั้น เป็นความระลึกรู้ที่ใจ อาจกล่าวได้ว่ามีใจเป็นอารมณ์ ไม่ใช่มีสิ่งภายนอกเป็นอารมณ์ สติเป็นองค์ธรรมที่ตรงข้ามกับความหลง หรือโมหะ ขณะใดมีสติ ขณะนั้นใจไม่หลง อภิชฌาและโทมนัส คือ โลก และ โกรธ เข้าครอบงำใจไม่ได้

สติเป็นสภาวะธรรมที่รู้ได้ไม่ถ่วงนัก อาจมีการเข้าใจผิดว่า ขณะรู้ตัวว่ากำลังทำอะไรอยู่ขณะนั้นมีสติ เช่น ขณะโกรธก็รู้ว่าโกรธ ถ้ารู้ว่ากำลังโกรธแล้วยังโกรธ ก็ไม่ถือว่ามีความสัมมาสติในขณะนั้น เป็นแต่เพียงสัญญาเท่านั้น ถ้าสัมมาสติปรากฏขึ้นในใจ โกรธ ซึ่งเป็นอกุศลธรรมจะถูกละหายไปทันที เพราะใจมีแต่ปัจจุบัน ไม่มีอดีต อนาคต กุศล และ อกุศล ซึ่ง เป็นสภาวะธรรมคนละประเภท เข้าประกอบกับใจพร้อมๆกันไม่ได้ ขณะใจอยู่ในอกุศล เช่นอยู่ในความหลงก็ไม่มีสติ ขณะมีสติคือกุศลเกิด ความหลงก็หายไป เหมือนการเปิดสวิชไฟ เมื่อมีความสว่าง ความมืดก็อยู่ไม่ได้

สติ เป็นกุญแจดอกสำคัญที่จะนำไปสู่ความพ้นทุกข์ เป็นสภาวะที่ต้องอบรมต้องเจริญจึงจะปรากฏขึ้นได้ มิใช่สภาวะที่คิดอยากให้เกิดเมื่อใดก็เกิดได้ และถ้าไม่อบรมไม่เจริญให้ตรงตามแนวทางที่พระพุทธองค์ทรงชี้แนะไว้แล้ว ก็ไม่มีทางจะเกิดจะเจริญขึ้นได้เองเลย การอบรมให้สัมมาสติมีขึ้นเจริญขึ้นก็มีทางเดียวเท่านั้น คือ ทางสติปัฏฐาน

4 น

5.4.8 สัมมาสมาธิ มีพุทธพจน์แสดงความหมายของสัมมาสมาธิดังนี้

"... ภิกษุในธรรมวินัยนี้ สงัดจากกาม สงัดจากอกุศลธรรม

¹มหาสติปัฏฐานสูตร, อังแล้ว, หน้า 275.

- บรรลุปฐมฌาน¹ มีวิตก มีวิจารณ์ มีปีติ และสุข เกิดแต่วิเวกอยู่
- เหนือบรรลุทุติยฌาน มีความผ่องใสแห่งจิตภายใน เป็นธรรมเอก หุดขึ้น เพราะวิตก วิจารณ์สงบไป ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีปีติและสุข อันเกิดแต่สมาธิอยู่
- เหนือมีอุเบกขา มีสติ มีสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย เพราะปีติ ลีนไป บรรลุตติยฌาน ที่พระอรหันต์ทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้ใดได้ฌานนี้เป็นผู้มีอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข
- เหนือบรรลุจตุตถฌาน ไม่มีสุข ไม่มีทุกข์ เพราะละสุข ละทุกข์ และดับ โสมนัส โทมนัส กอนๆ ได้ มีอุเบกขาเป็นเหตุให้สติบริสุทธิ์อยู่ อันนี้ เรียกว่า สัมมาสมาธิ² สภาวะซึ่งเป็นสัมมาสมาธิจะเกิดได้ ก็ต่อเมื่อมี มรรคทั้ง 7 องค์ ข้างต้นนั้นเป็นบริวารเท่านั้น

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved

¹ ลักขณูปนิชฌาน

² มหาสติปัฏฐานสูตร, อ่างแล้ว, หน้า 276.

เป็นที่น่าสังเกตว่า อาจมีผู้เข้าใจพุทธพจน์ดังกล่าว คลาดเคลื่อนไป เพราะไม่ได้ศึกษาให้ละเอียดตั้งแต่ต้น เป็นการเข้าใจผิดว่า การเจริญอรัญญูปนิชฌาน¹ เป็นสัมมาสมาธิ ชักเกลากิเลส ชักเกลาวิชชาให้หมดไปได้ แต่การบรรลุฌาน ไม่ว่าจะ เป็นฌานใด ในรูปฌาน 4 หรืออรุฌาน 4 ไม่ใช่การปฏิบัติที่เป็นการชักเกลากิเลส พระพุทธองค์มีพระดำรัสกับพระมหากุณฑลว่า "... ภิกษุบางรูปในธรรมวินัยนี้ สังกจากกาม สังกจากอกุศล บรรลุปฐมฌาน มีวิตก วิจารณ์ ปิติ และสุข เกิดแก่วิเวก ภิกษุนั้นจะพึงมีความคิดอย่างนี้ว่า เราย่อมอยู่ด้วยธรรมเครื่องชักเกลากิเลส คือการจุนทะ แต่ธรรมคือปฐมฌานนี้ เราไม่ได้กล่าวว่าเป็นธรรมเครื่องชักเกล้าในวินัยของพระอรชชชช เรากล่าวว่าเป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นสุขในอรรถภาพนี้ ในวินัยของพระอรชชชช ฯ"²

ในพระสุตตรนี้ พระองค์ทรงกล่าวโดยละเอียดในทุกๆ ฌานว่า ไม่เป็นธรรมเครื่อง

¹พระราชมุนี (ประยูร ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม (กรุงเทพฯ : ความสุทธการพิมพ์, 2528), หน้า 70. "ฌาน คือ การเพ่งพินิจด้วยจิตที่เป็นสมาธิแน่วแน่ มี 2 อย่าง ใดแก่

(1) อารัมมณูปนิชฌาน การเพ่งอารมณ์ ใดแก่สมาบัติ 8 คือ รูปฌาน 4 อรุฌาน 4

1.1 รูปฌาน 4 ฌานมีรูปธรรมเป็นอารมณ์ ฌานที่เป็นรูปาวจร

1.2 อรุฌาน 4 ฌานมีรูปธรรมเป็นอารมณ์ ฌานที่เป็นอรุฌานาวจร

(2) ลักขณูปนิชฌาน การเพ่งลักษณะ ใดแก่ วิปัสสนช มรรค และผล

วิปัสสนา ชื่อว่าลักขณูปนิชฌาน เพราะพินิจสังขารโดยไตรลักษณ์

มรรค ชื่อว่าลักขณูปนิชฌาน เพราะยังกิจแห่งวิปัสสนานั้นให้สำเร็จ

ผล ชื่อว่าลักขณูปนิชฌาน เพราะเพ่งนิพพาน อันมีลักษณะเป็นสุญญตช

อนิมิตช และอัปปนิหิตช อย่างหนึ่ง และเพราะเห็นลักษณะอัน

เป็นสัจภาวะของนิพพาน อย่างหนึ่ง

²สัลเลขสุตตร, มัชฌมนิคาย เล่ม 12, หน้า 60-72.

ชัตเกล้า แสดงให้เห็นว่า การชัตเกล้าไม่อาจเป็นไปได้ด้วยการเจริญรูปฌานหรือรูปฌาน การเจริญฌานดังกล่าว เป็นการสังกจากอกุศล เป็นเครื่องอยู่เป็นสุขของพระอรียะใน อดีตภาพนั้นเท่านั้น เมื่อออกจากฌานแล้ว ความสังกหายไป อกุศลก็จะเกิดเหมือนเดิม

ในพระสูตรเดียวกันนี้เอง พระพุทธองค์ ได้แสดงการชัตเกล้า ด้วยข้อชัตเกล้าต่างๆ 44 อย่าง จนถึงความดับกิเลสอย่างสนิท¹ ดังความตอนท้ายในพระสูตรว่า "กูกรจนทะ เหตุแห่งธรรมเครื่องชัตเกล้า เราได้แสดงแล้ว เหตุแห่งจิตดูบาท เราได้แสดงแล้ว เหตุแห่งการหลีกเลี่ยง เราได้แสดงแล้ว เหตุแห่งความเป็นเบื้องบน เราได้แสดงแล้ว เหตุแห่งความดับสนิท เราได้แสดงแล้ว ด้วยประการฉะนี้ กูกรจนทะ กิจอันใดที่ศาสดาผู้แสวงหาประโยชน์ เอ็นดู อนุเคราะห์ แก่เหล่าสาวก จะพึงทำกิจนั้น เราทำแก่เธอทั้งหลายแล้ว..."²

สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ เป็นองค์ประกอบที่จะขาดจากกันไม่ได้เลย เหมือนไม้ 3 ขา ที่ต้องพุงกันไว้ขาดขาใดขาหนึ่ง สภาวะที่พุงกันไว้เพื่อความเป็นไม้ 3 ขาก็ไม่มี ดังนั้นการอบรมเพื่อให้เกิดสติ ก็เท่ากับอบรมให้เกิดความเพียร เกิดสมาธิไปด้วย นั่นเอง การอบรมเพื่อให้เกิดสติ ก็ได้แก่ การอบรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ดังกล่าวมาแล้ว

ด้วยสังัจจธรรมที่ว่า สภาวะธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา จึงไม่มีผู้กะเกณฑ์หรือผู้ถูกกะเกณฑ์ ให้สิ่งใดๆ เกิดขึ้นได้ตามต้องการ เช่น ไม่อาจให้สติ ความเพียร ความมีจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ เกิดโดยไม่เจริญหรืออบรม ต้องอบรมต้องเจริญจึงจะเกิดได้ จะให้เกิดเหมือนเราเกิด เวทนา สัญญา เจตนา หรือวิญญาณ ไม่ได้ สติเป็นสภาวะธรรมที่เป็นเหตุฝ่ายกุศล กุศลจะเจริญได้ต้องละอกุศล หรือต้องชัตเกล้าอกุศล เมื่ออกุศลถูกชัตเกล้า

¹ ดูเพิ่มเติมใน สัตถะสูตร, มัชฌิมนิกาย เล่ม 12, หน้า 60-72.

² สูตรเดียวกัน, หน้า 72.

ออกไป กุศลจะเจริญขึ้นเอง เปรียบเหมือนอุณหภูมि เมื่อลดความร้อน ความเย็นก็จะปรากฏ ลดความร้อนมากเท่าใด ความเย็นก็จะปรากฏเพิ่ม เป็นปฏิภาคโดยตรงต่อกันเท่านั้น

การละหรือชั้คเกลากุศลต้องเป็นไปในขณะที่กุศลนั้นปรากฏ เกิดการกระทบอารมณ์ทางทวารใดทวารหนึ่ง จึงจะชื่อว่าปฏิบัติชั้คเกลาคตามแนวทางที่พระพุทธองค์ทรงสอนแท้ ปัญหาที่คือ จะละหรือชั้คเกลากุศลได้อย่างไร ปัจจัยที่สำคัญยิ่งได้แก่ การมีกัลยาณมิตร การคบสัต-บุรุษ ไต่หังธรรมของท่าน ไตร่ตรองให้เกิดความเข้าใจ เกิดความเห็นที่ตรงตามธรรมะที่ท่านสอน ปฏิบัติตามแนวทางที่ท่านชี้แนะ

ปัญหาต่อไปก็คือ จะทราบได้อย่างไรว่า ผู้สอนเป็นกัลยาณมิตร เป็นสัต-บุรุษ จะทราบได้ก็ต่อเมื่อทดลองปฏิบัติ เมื่อ นำคำสอนไปปฏิบัติแล้ว เกิดความเบื่อหน่ายในสังขาร คือเบื่อกับโลก โภจร หลง หรือเกิดนิพพิทาในรูปนาม สังขาร คลายกำหนดดับทุกข์ร้อนในใจของตนเองได้ มีความสงบ เกิดความรู้อย่างขึ้นในใจ เกิดปัญญาที่มีดวงตาเห็นธรรม และถึงนิพพานเป็นที่สุด¹ ถ้าเกิดสภาวะธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งใน 7 อย่างนั้น แสดงว่าธรรมะที่นำไปปฏิบัติเป็นธรรมะของสัต-บุรุษแท้

คำสอนของสัต-บุรุษทั้งหลาย จะสอนให้ละกิเลส สอนเพื่อให้เกิดความรู้อย่างด้วยตนเอง คำสอนที่ไม่ได้เป็นไปเพื่อละโลก โภจร หลง เพื่อความพ้นทุกข์ แต่เป็นไปเพื่อความยึดมั่นถือมั่น ในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข หาใช่คำสอนของสัต-บุรุษไม่

สัต-บุรุษต้องเป็นผู้ฝึกตน ชั้คเกลาคตน จนประจักษ์ถึงความพ้นทุกข์ก่อน จึงจะสอนหรือแนะนำผู้อื่นได้ ผู้สอนตามคำราที่ยังไม่อาจชั้คเกลาค ยังไม่อาจละกิเลสบางประการ เช่น สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา ได้ ก็ไม่อาจช่วยผู้อื่นหรือแนะนำ สั่งสอนผู้อื่นได้เลย ดังพุทธพจน์ต่อไปนี้

" จุนทะ ผู้ที่ตนเองจมอยู่ใน เบือกทมอันลึกแล้ว จักยกขึ้นซึ่งบุคคลอื่นที่จมอยู่ใน เบือกทมอันลึก ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีไม่ได้ ฯ "

¹วินัยวรรค, อังคุตตรนิกาย เล่ม 23, หน้า 128.

ผู้ที่ตนเองไม่จมอยู่ใน เบือกตมอันลึก จักยกขึ้นซึ่งบุคคลอื่นที่จมอยู่ใน เบือกตมอันลึก ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้

ผู้ที่ไม่ฝึกฝน ไม่แนะนำตน ไม่คับสนิทด้วยตนเอง จักฝึกสอน จักแนะนำผู้อื่น จักให้ผู้อื่นคับสนิท ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีไม่ได้

ผู้ที่ฝึกตน แนะนำตน คับสนิทด้วยตนเอง จักฝึกสอน จักแนะนำผู้อื่น จักให้ผู้อื่นคับสนิท ข้อนี้เป็นฐานะที่จะมีได้... "1

ในแนวทางการปฏิบัติธรรมมรรคนี้เองที่ปฏิบัติธรรม ไม่ใช่คนปฏิบัติธรรม มรรค ที่อบรมเจริญจนถึงขั้นสูงสุดคือ โลกุตตรมรรค จะตัดอนุสัยกิเลส ซึ่งเป็นเครื่อง ห่อหุ้มปัญญาไว้ไม่ให้เห็น ชั้น 5 ตามความเป็นจริงว่าเป็นทุกข์ เมื่อโลกุตตรมรรคเกิด ครั้งแรก กิเลสจะถูกตัดไป 3 อย่าง คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส การรู้เห็นชั้น 5 ตามความเป็นจริงจึงจะเกิดขึ้น เพราะสภาวะธรรมที่ชักจูงให้จิตหลง ผิด คิดผิด ทำให้สงสัยในพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นต้นนั้น ไม่มีแล้ว ถูกฆ่าหรือ ถูกคับสนิทด้วยมรรคโดยเด็ดขาด

การปฏิบัติธรรมนี้ เป็นการอบรมเจริญแต่เหตุ เมื่อเจริญเหตุแล้ว ผลจะเกิดขึ้นเอง แม้จะปรารถนาหรือไม่ปรารถนาก็ตาม ดังพุทธพจน์ที่ว่า "ภิกษุทั้งหลาย เมื่อภิกษุประกอบภาวนานุโยคอยู่... ถึงจะไม่เกิดความปรารถนาอย่างนี้ว่า โฉนหนอจิตของเราพึงพ้นจากอาสวะ เพราะไม่ถ่อมมัน ดังนี้ก็จริงอยู่ ถึงอย่างนั้นจิตของเธอย่อมพ้นอาสวะ เพราะไม่ถ่อมมัน ข้อนั้นเพราะเหตุไร ข้อนั้นพึงกล่าวได้ว่า เพราะเธออบรมสติปัฏฐาน 4 เพราะอบรมสัมมัปปธาน 4 เพราะอบรมอิทธิบาท 4 เพราะอบรมอินทรีย์ 5 เพราะอบรมพละ 5 เพราะอบรมโพชฌงค์ 7 เพราะอบรมอริยมรรคมีองค์ 8..."²

¹ สัลเลขสูตร, อังงแล้ว, หน้า 69.

² นาวาสุต, สังยุตตนิกาย เล่ม 17, หน้า 162.

ความตอนท้ายในมหาสติปัฏฐานสูตร พระพุทธองค์ทรงกล่าวถึงผลของการเจริญสติปัฏฐานว่า ถ้าเจริญตลอด 7 ปี หรืออย่างรวดเร็วที่สุด 7 วัน มรรคผลก็อาจเกิดขึ้นได้ พร้อมทั้งทรงเน้นว่า หนทางนี้เป็นไปอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงความโศกและปริเทวะ เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์โหมันธ์ เพื่อบรรลุนิพพานที่ถูกต้อง เพื่อให้แจ้งซึ่งนิพพาน หนทางนี้คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ¹

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

¹มหาสติปัฏฐานสูตร, อังแล้ว, หน้า 277.