

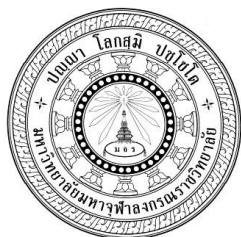


ศึกษาอิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม  
**A STUDY OF FOUR IDDHIPĀDA CAUSING TO ENLIGHTENMENT**

พระนบพร กิตติสทโท (ทองคำ)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๖๑



## ศึกษาอิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม

พระนบพร กิตติสทโท (ทองคำ)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



# **A Study of Four Iddhipāda Causing to Enlightenment**

**Phra Nobporn Kittisaddo (Tongkham)**

A Research Paper Submitted in Partial Fulfillment of  
the Requirements for the Degree of  
Master of Arts  
(Vipassana Meditation)

Graduate School  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University

C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตนิพนธ์ เรื่อง “ศึกษาอิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบสารนิพนธ์

ประธานกรรมการ

(พระเทพสุวรรณเมธี, ดร.)

กรรมการ

(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)

กรรมการ

(พระครูพิพิธวรกิจงานุการ, ดร.)

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

พระครูพิพิธวรกิจงานุการ, ดร.

ชื่อผู้วิจัย

(พระนบพร กิตติสทโท)

**ชื่อสารนิพนธ์** : ศึกษาอิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม  
**ผู้วิจัย** : พระนบพร กิตติสัทโท (ทองคำ)  
**ปริญญา** : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)  
**อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์**  
 : พระครูพิพิธวรกิจจานุกการ, ดร., ศน.บ. (ศาสนาและปรัชญา),  
 M.A. (Pali Literature), Ph.D. (Pali & Buddhist Studies)  
**วันเสร็จสมบูรณ์** : ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

### บทคัดย่อ

สารนิพนธ์ฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาการบรรลุธรรมในพระพุทธานุสสาเถรวาท และ ๒) เพื่อศึกษาอิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา เอกสารทางวิชาการและหนังสืออื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เป็นต้น เรียบเรียง บรรยาย ตรวจสอบโดยอาจารย์ที่ปรึกษา จากการศึกษาพบว่า

การบรรลุธรรม คือ การบรรลุโลกุตตรธรรม ๙ อย่างใดอย่างหนึ่ง, การรู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ โดยการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา เจริญสมณะภาวนาและวิปัสสนาภาวนา หรือเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ การกำหนดรู้ กาย, เวทนา, จิต และธรรม หรือว่าโดยย่อก็คือการกำหนดรู้ในรูปนามขั้น ๕ ให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าดำเนินตามวิปัสสนาวิถีส ผู้ปฏิบัติสามารถละสังโยชน์ และอนุสัยต่าง ๆ ได้ตามกำลังของมรรค สามารถบรรลุมรรคผลนิพพาน สำเร็จเป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนาได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์

อิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม เมื่อผู้บำเพ็ญ เจริญองค์ธรรม องค์ใดองค์หนึ่งเกิดขึ้นก่อน ไม่ว่าจะ เป็น ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา อย่างใดอย่างหนึ่ง จนเป็นสมาธิ เป็นเอกัคคตารมณ์ มีวิริยะเป็นประธานสังขาร จะเกื้อหนุนให้เกิดองค์ที่เหลือ ติดตามมา เชื่อมโยงกันและกัน เช่น เมื่อเกิดฉันทะขึ้น ก็จะมี ความพอใจที่จะทำ แล้วก็เกิดความพากเพียร บากบั่น เอาใจใส่อยู่เสมอ ไม่ท้อถอย และใช้ปัญญาในการพิจารณาใคร่ครวญไตร่ตรอง ดังนั้นอิทธิบาท ๔ จึงมีความสำคัญต่อการปฏิบัติเพื่อเพิ่มพูนความสำเร็จ เมื่อเจริญอิทธิบาท ๔ ก็ควรทำให้มาก เมื่อทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความเบื่อหน่าย คลายกำหนด เพื่อดับ เพื่อสงบระงับเพื่อยุติ เพื่อตรัสรู้ เมื่อมีปัญญาเกิดขึ้น ก็จะแจ้งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ เป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ ทั้งในอดีต ปัจจุบัน และต่อไปในอนาคต จึงควรเจริญ อิทธิบาท ๔ หากพลาดแล้ว เท่ากับว่าปิดประตูสูหนทางอริยมรรค ส่วนถ้าบุคคลใดเจริญอิทธิบาท ๔ แล้ว มีความตั้งใจทำความเพียรให้เจริญมากขึ้น บุคคลนั้นได้ชื่อว่า เข้าสู่หนทางอริยมรรคแล้ว

**Research Paper Title** : A Study of Four Iddhipāda Causing to Enlightenment  
**Researcher** : Phra Nopporn kittisaddo (Tongkum)  
**Degree** : Master of Arts (Vipassana Meditation)  
**Research Paper Supervisor**  
: Phrakhru Pipithvarakijjanukarn, Dr., B.A. (Religion and  
Philosophy), M.A. (Pali Literature), Ph.D. (Pali & Buddhist Studies)  
**Date of Completion** : February 25, 2019

### Abstract

This research paper has 2 objectives; 1) to study the enlightenment in Thēravāda Buddhism and 2) to study four Iddhipāda causing to enlightenment. It is documentary research. This research has been studied and collected data from Thēravāda Buddhist scriptures; Tipitaka, Atthakathā and modified scriptures, other related documents, books on Buddhism, then verified by supervisors and compiled in descriptive type. From the study found that;

Enlightenment is the attainment of 9 Lokuttaradhamma state, realization of 4 Noble Truth by following Three Training Learnings, concentration, insight or cultivating the practice of Four Foundation of Mindfulness that is to observe Nama-rupa or 5 Aggregates as Three Common Characteristics as they really are. When the insight wisdom works through its' path until the practitioner can eradicate defilements and impurity lying domain according to the power of Magga and also, he can attain enlightenment reaching Noble One being in Buddhism namely Sotāpanna, Sakadāgāmi, Anāgāmī and Arahant.

The four Iddhipāda is the factor of enlightenment. When practitioner cultivate insight, any one virtue among four, which are Chanda, Viriya, Citta and Vimangsa occurs firstly, until becoming meditation, being one-pointedness, having effort as its president, it will encourage the rest virtues to occur as well as its connected link for example, when Chanda arises, there will be the will to do, then effort will follow, active thought, examination with wisdom will follow therefore these four Iddhipāda play a significant role to complete success. When cultivating the four Iddhipāda, one should apply them more and more, with regularly training, he do becomes bored with sensual attachment, it then generates detachment, ceasing away, peace, enlightenment. When wisdom occurs, one will then enlighten with insight as Cētovimutti, Paññāvimutti. It also is free from all latent defilements about the past, present and future, therefore one should cultivate this four Iddhipāda otherwise it will close the path to the Noble Path. In opposite, if any person has performed the four Iddhipāda with great intention, such person is going to walk into the Path of Ariyamagga.

## กิตติกรรมประกาศ

เกล้าฯ ขอประทานโอวาทกราบขอบพระคุณเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ, ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ. ๙, MA., Ph.D.) รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เจ้าคณะใหญ่หนกลาง เจ้าอาวาสวัดพิชยญาติการามที่เต็มไปด้วยเมตตาธรรมเป็นอย่างสูง

กราบขอบพระคุณ ท่านสยาตอ อชิน อุ ชฎิละ สำนักปฏิบัติวิปัสสนาวิมุตตมหาสีสาสนแยกต่างกรุงย่างกุ้ง สหภาพเมียนมาร์, พระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร) ประธานสงฆ์วัดนาหลวง (อภิญา เทสิตธรรม) จังหวัดอุดรธานี, พระภิกษุวิฑิตถาเมธี วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี) อาจารย์ผู้สอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ให้ความรู้ทางวิชาการ ดูแลอบรมสั่งสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานที่ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” ตำบลหนองน้ำแดง อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา

ขอกราบขอบพระคุณ พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย, พระเทพสุวรรณเมธี, ดร. ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายวิชาการ รักษาการผู้อำนวยการหลักสูตรบัณฑิตศึกษา, พระมหาโกมล กมล, ผศ. รักษาการผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์, พระมหาณรงค์ฤทธิ์ ธรรมโสภโณ ผู้อำนวยการวิทยาเขต, พระครูพิพิธวรกิจจานุการ, ดร. อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์, ดร.ชัยชาญ ศรีหาญ ผู้แปลบทคัดย่อภาษาอังกฤษ และคณาจารย์ผู้ให้ความรู้ด้านวิชาการ ที่เมตตาให้คำแนะนำต่าง ๆ จนทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณ เจ้าหน้าที่ตรวจรูปแบบ พระประเทือง ขนติโก, พระสุคนธ์ ปณณาโร พร้อมทั้งเจ้าหน้าที่บรรณารักษ์ห้องสมุดที่อำนวยความสะดวกในการสืบค้นข้อมูลทำสารนิพนธ์ และเจ้าหน้าที่วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ทุกฝ่ายทุกท่านที่ช่วยประสานงานด้านต่าง ๆ ตลอดจนกัลยาณมิตรเพื่อนนิสิต วิปัสสนากาวนารุ่น ๑๒ ทุกรูป/คน ที่ให้ความช่วยเหลือจนทำให้ สารนิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

การทำสารนิพนธ์ในครั้งนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะประโยชน์ และมีคุณค่าต่อการศึกษาในด้านปริยัติ และปฏิบัติสืบไป ผู้วิจัยขอน้อมนำเป็นเครื่องสักการบูชาแด่คุณพระรัตนตรัย คุณบิดามารดา คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ ขออวยพรให้มีแต่ความเจริญ เจริญไปด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธนสารสมบัติ และธรรมสารสมบัติทุกท่านด้วยเทอญ

พระนบพร กิตติสทุโท (ทองคำ)

๒๐ มกราคม ๒๕๖๒

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฉ
<b>บทที่ ๑ บทนำ</b>	<b>๑</b>
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ คำถามวิจัย	๓
๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๙
๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	๑๐
<b>บทที่ ๒ การบรรลุลหกรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท</b>	<b>๑๑</b>
๒.๑ ความหมายของการบรรลุลหกรรม	๑๑
๒.๒ หลักธรรมที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุลหกรรม	๒๐
๒.๓ หลักปฏิบัติเพื่อการบรรลุลหกรรม	๒๗
๒.๔ สรุปท้ายบท	๓๘
<b>บทที่ ๓ อิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุลหกรรม</b>	<b>๓๙</b>
๓.๑ ความหมายและความสำคัญของอิทธิบาท ๔	๓๙
๓.๒ การเจริญอิทธิบาท ๔	๔๓
๓.๓ ฉันทะที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุลหกรรม	๔๗
๓.๔ วิริยะที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุลหกรรม	๕๓
๓.๕ จิตตะที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุลหกรรม	๕๘



๓.๖	วิมังสาที่เกี่ยวพันต่อการบรรลุธรรม	๖๓
๓.๗	สรุปท้ายบท	๖๖
<b>บทที่ ๔</b>	<b>สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ</b>	<b>๖๘</b>
๔.๑	สรุปผลการวิจัย	๖๘
๔.๒	ข้อเสนอแนะ	๖๙
<b>บรรณานุกรม</b>		<b>๗๐</b>
<b>ประวัติผู้วิจัย</b>		<b>๗๔</b>

## คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อในสารนิพนธ์ฉบับนี้ ใช้อ้างอิงจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ ชุด ๔๕ เล่ม ส่วนคัมภีร์อรรถกถาแปลภาษาไทย ใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พิมพ์ครั้งที่ ๑/๒๕๕๒ คัมภีร์ฎีกา ภาษาบาลี ใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เป็นฉบับที่สมบูรณ์ ส่วนภาษาไทยมีพิมพ์เผยแพร่ ๒ เล่ม คือ คัมภีร์สารัตถที่ปณีฎีกาพระวินัย และคัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาฎีกา

การอ้างอิงพระไตรปิฎก จะระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี. (บาลี) ๑/๒๗๖/๔๗, ที.สี. (ไทย) ๙/๒๗๖/๔๘. หมายถึง ที่ขณิกาย สีสกฺขนธวคฺคปาติ ภาษาบาลี เล่ม ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๔๗ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐, ที่ขณิกาย สีสกฺขนธวคฺค ภาษาไทย เล่ม ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๔๘ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙

ส่วนคัมภีร์อรรถกถา จะระบุชื่อคัมภีร์ ลำดับเล่ม (ถ้ามี)/หน้า เช่น ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๒๗๖/๒๔๐ หมายถึง ที่ขณิกาย สุมงฺคฺลวิสาสินี สีสกฺขนธวคฺคอฏฺฐกถา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๒๔๐ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ส่วนคัมภีร์ฎีกา จะระบุชื่อคัมภีร์ ระบุเล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี.ฎีกา (บาลี) ๑/๒๗๖/๓๗๓ หมายถึง ที่ขณิกาย ลินตฺถปฺปกาสินี สีสกฺขนธวคฺคฎีกา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๓๗๓ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ตามลำดับดังนี้

### ๑. คำอธิบายคำย่อในภาษาไทย

#### ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิ.ม. (ไทย)	=วินัยปิฎก มหาวรรค	(ภาษาไทย)

#### พระสุตตันตปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
ที.สี. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก ที่ขณิกาย สีสกฺขนธวคฺค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก ที่ขณิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก ที่ขณิกาย ปาฎีกาวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู. (บาลี)	=สุตตันตปิฎก มชฺฉิมนิกาย มูลปณฺณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)

ม.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปณาสก	(ภาษาไทย)
ม.อ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุपरิปณาสก	(ภาษาไทย)
ส.ส. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
ส.สพ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สพายนวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ติก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.อฏฐก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	อฏฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทสก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ป. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)

**พระอภิธรรมปิฎก**

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
อภิ.สง. (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
อภิ.วิ. (บาลี)	= อภิธรรมปิฎก	วิภังคปาติ	(ภาษาบาลี)
อภิ.วิ. (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)
อภิ.ธา. (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	ชาตุกถา	(ภาษาไทย)
อภิ.ธา. (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	ชาตุกถา	(ภาษาไทย)

**ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์ฎีกาและปกรณ์วิเสส**

คำย่อ		ปกรณ์วิเสส	ภาษา
วิสุทธ. (บาลี)	= วิสุทธนิคคปกรณ์		(ภาษาบาลี)
วิสุทธ. (ไทย)	= วิสุทธนิมรรคปกรณ์		(ภาษาไทย)

**ฎีกาพระสุตตันตปิฎก**

ที.สี.ฎีกา (บาลี)	= ทีฆนิกาย	ลีนตถูปภาสนี	สีลกขณธวคคฎีกา	(ภาษาบาลี)
-------------------	------------	--------------	----------------	------------

**ค. คำย่อชื่อคัมภีร์อรรถกถา**

**อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก**

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา	
ที.สี.อ. (บาลี)	= ทีฆนิกาย	สุมงคลวิลาสินี	สีลกขณธวคคอฏฐกถาปาติ	(ภาษาบาลี)

สํ.สพ.อ. (ไทย)	=	สังยุตตนิกาย	สารัตถปกาสินี	สพายนววรรคอรรถถา	(ภาษาไทย)
อง.เอกก.อ. (ไทย)	=	อังคตตรนิกาย	มโนรณปุรณ	เอกกนินบาตอรรถถา	(ภาษาไทย)
อง.ตีก.อ. (ไทย)	=	อังคตตรนิกาย	มโนรณปุรณ	ตีกนินบาตอรรถถา	(ภาษาไทย)
อง.ทสก.อ. (ไทย)	=	อังคตตรนิกาย	มโนรณปุรณ	ทสกนินบาตอรรถถา	(ภาษาไทย)
ช.ช.อ. (ไทย)	=	ชุตทกนิกาย	ปรมัตถโชตีกา	ชุตทกปาฐอรรถถา	(ภาษาไทย)
ช.เถร.อ. (ไทย)	=	ชุตทกนิกาย	ปรมัตถทีปนี	เถรคาถาอรรถถา	(ภาษาไทย)
ช.ป.อ. (ไทย)	=	ชุตทกนิกาย	สัทธรรมปกาสินี	ปฏิสัมภิทามรคอรรถถา	(ภาษาไทย)

#### อรรถถาพระอภิธรรมปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา		
อภิ.วิ.อ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	สัมโมหวิโนทนีอรรถถา	(ภาษาไทย)

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธเจ้าตรัสรู้ความจริง ๔ ประการดังที่พระองค์ตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย อริยสัจ ๔ ประการ คือ ทุกขอริยสัจ สมุทัยอริยสัจ ทุกขนิโรธ อริยสัจ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ เพราะเรารู้แจ้งอริยสัจ ๔ ประการนี้ ตามความเป็นจริง ชาวโลกจึงเรียกว่า พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า”<sup>๑</sup> อริยสัจก็คือความจริงแท้ของธรรมชาติทั้งปวงที่ปรากฏมีอยู่ในโลก พระพุทธเจ้าตรัสยืนยันว่าโลกทั้งปวงนั้นเป็นทุกข์ หาแก่นสารสาระใด ๆ ไม่ได้ ดังที่พระองค์ตรัสว่า “สพเพ สงขารานิจจา สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง สพเพ สงขารา ทุกขา สังขารทั้งหลายทั้งปวง เป็นทุกข์ สพเพ ธมมา อนตตา ธรรมทั้งปวงมิใช่ตัวตน” เนื่องจากโลกนี้เต็มไปด้วยความทุกข์ คนส่วนใหญ่ขาดปัญญาที่จะนำตนเองให้พ้นจากความทุกข์ จึงเต็มไปด้วยทุกข์เพราะขาดปัญญาที่ไม่รู้เท่าทันกิเลส ยิ่งนานวันเข้ายิ่งเกิดความอยากมากขึ้น แต่เนื่องจากว่า หลักธรรมของพระพุทธองค์สามารถที่จะนำตนเองพ้นจากทุกข์ได้ ด้วย ทาน ศีล ภาวนา

สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอน สอนไม่ให้ความชั่ว ให้ทำความดี ขำระจิตให้บริสุทธิ์ เพื่อความหลุดพ้น เมื่อรักษาจิตดีแล้ว บุคคลทั้งหลายจะต้องระวังรักษาจิต ทำจิตให้บริสุทธิ์ โดยผ่านศีล สมาธิ ปัญญา และเป็นหลักธรรมที่เกื้อหนุนที่จะนำพาบุคคลไปให้ถึงเป้าหมายนั้นการบรรลุวัตถุประสงค์คือพระนิพพานได้ อะไรละที่เป็นข้อที่พึงปฏิบัติไปสู่พระนิพพาน การเจริญวิปัสสนาเพื่อนำไปสู่การบรรลุธรรม จึงต้องปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน ๔ การเข้าถึงความหมายที่แท้จริงของธรรมนั้น เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ไม่เดินผิดทางในการปฏิบัติธรรมแห่ง “มัชฌิมาปฏิปทา” ที่ประกอบด้วย “อริยมรรคมีองค์ ๘”<sup>๒</sup> อย่างเช่น หลักธรรม “อิทธิบาท ๔” ที่มุ่งเน้นถึงความสำเร็จ ถ้าปราศจากหลักธรรมนี้แล้ว การบรรลุความสำเร็จย่อมเกิดขึ้นไม่ได้

---

<sup>๑</sup> วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๖/๒๓.

<sup>๒</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๓/๓๑.

อิทธิบาท ๔ ที่กล่าวถึงในที่นี้ไม่ใช่อิทธิบาท ๔ ทัว ๆ ไป ที่สนับสนุน การงานให้สำเร็จ อย่างที่บุคคลทั่วไป แต่ผู้วิจัยจะกล่าวถึงอิทธิบาทที่เกื้อหนุนต่อการปฏิบัติธรรมเพื่อนำตนให้พ้นทุกข์ ซึ่งอยู่หลักธรรมของโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ โดยผ่านกระบวนการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ด้วยการลด ละกิเลส ด้วยอริยมรรค เพิ่มสติ ทำความเพียรเพิ่มขึ้น ยับยั้งความคิด ไม่ไปทำทุจริต ระวังรักษาจิต ไม่ให้จิตผิดศีล ไม่ล่วงละเมิดออกมาทางกาย วาจา แต่การที่จะหมดทุกข์ได้นั้น ไม่ใช่แค่ละกิเลสชั้นหยาบ ๆ ต้องละชั้นกลาง และชั้นละเอียดต่อไปจึงไม่กลับมาเกิดอีกเมื่อจิตมีความตั้งมั่นยิ่งขึ้น มีสมาธิเพิ่มขึ้นตามหลักสัมมัปปธาน คือมีความพอใจ มีความเพียรถูกต้อง ป้องกันกิเลส สิ่งไหนที่เป็นที่มาของกิเลส ก็เพียรป้องกัน เพียรละกิเลส ถ้ากิเลสเกิดขึ้นมา ต้องหาวิธีที่จะละมันออกไปตามความเหมาะสม อย่าให้อยู่ยาวนาน เพื่อชำระจิตให้หมดจดขึ้น เพียรเจริญฝ่ายดี ให้มากขึ้น อันไหนที่เป็นของดีต้องพยายามทำ ถ้าดีแล้วต้องเพียรรักษา ในการที่จะเพียรละ เพียรเจริญ เพียรรักษาจำเป็นต้องใช้หลักธรรมอิทธิบาท ๔ ขั้นสูง ต้องมีศรัทธาต่อการปฏิบัติธรรม มีวิริยะที่จะกำหนดจดจ่อต่อเนื่อง อย่างไม่ขาดสาย มีจิตตั้งมั่น และน้อมใจลงสู่การกำหนดอย่างไม่ลดละ เข้าใจถึงเหตุปัจจัย รู้ซึ่งแนวทางการเจริญวิปัสสนาภาวนาก็เป็นหลักสำคัญในคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ชี้แนะให้บุคคลเจริญสติปัญญาจนสามารถหยั่งรู้ในรูปรูปนาม เห็นพระไตรลักษณ์<sup>๓</sup> และพระอริยสัจ ๔ อย่างแท้จริง เมื่อนั้นย่อมได้บรรลุดุธรรมได้มรรค ได้ผล ตราบเท่าเข้าสู่พระนิพพาน

การเข้าถึงความเป็นพระอริยบุคคลขั้นใดขั้นหนึ่งคือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี พระอรหันต์ ซึ่งมีความรู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจจธรรมทั้ง ๔ ด้วยโลกุตตรปัญญา แต่ก่อนที่ปัญญาขั้นโลกุตตรจะเกิดขึ้น ปัญญาขั้นโลกียะคือ วิปัสสนาญาณต้องเกิดก่อน โดยเริ่มตั้งแต่ ๑ นามรูป ปริเฉทญาณ ๒ ปัจจัยปริคหญาณ ๓ สัมมสนญาณ ๔ อุทยัพพญาณ ๕ ภังคญาณ ๖ ภยญาณ ๗ อาทีนวญาณ ๘ นิพพิทาญาณ ๙ มุญจितุกัมมยตาญาณ ๑๐ ปฏิสังขารญาณ ๑๑ สังขารูปেকชาญาณ ๑๒ อนุโลมญาณ ๑๓ โคตรภูญาณ ต่อจากนั้นเป็นมรรคญาณ (๑๔) และผลญาณ (๑๕) และปัจจเวกชนญาณ (๑๖) ผู้ที่ผ่านญาณทั้ง ๑๖ ชั้น เรียกว่า พระอริยบุคคล พระอริยบุคคล ด้วยโลกุตตรปัญญา ซึ่งกล่าวได้ว่า การบรรลุดุธรรมนั้นจะต้องมีหลักธรรมที่ส่งเสริมเป็นปัจจัยต่อการบรรลุดุธรรม ซึ่งผู้วิจัยมีความต้องการที่จะทราบหลักของอิทธิบาท ๔ ที่จะป็นปัจจัยต่อการบรรลุดุธรรมได้อย่างไร อิทธิบาท ๔ เป็นส่วนหนึ่งของโพธิปักขิยธรรม มี สติปัฏฐาน สัมปธาน อิทธิบาท อินทรีย์ พละ โพชฌงค์ และมรรค

ดังนั้น ในการปฏิบัติเพื่อการบรรลุดุธรรมต้องอาศัยอิทธิบาท ๔ เป็นบาทฐานใน การละ ความชั่วและทำความดีให้ถึงพร้อม อิทธิบาท ๔ นี้ เป็นประธาน แห่งการกระทำ ในลำดับนั้น ๆ

<sup>๓</sup> ม.มู. (ไทย) ๑๒/๓๕๘/๓๙๔.

ฉะนั้น จึงถือว่าเป็น อุปกรณ์อันขาดเสียไม่ได้ในความสำเร็จทุกชนิด ผู้ปฏิบัติ เพื่อความ ความดับทุกข์ จึงต้องสนใจเป็นพิเศษ แม้การประกอบ ประโยชน์ ในทางโลก ก็ใช้หลักเกณฑ์ อันเดียวกันนี้ ได้เป็นอย่างดี โดยเท่าเทียมกัน แม้ที่สุด แต่ในกรณีที่เป็น การทำชั่ว ทำบาป ก็ยังอาจนำไปใช้ ให้บรรลุผลได้ตามที่ตนประสงค์ ฉะนั้น ท่านจึงจัดเป็น หลักธรรม ที่สำคัญหมวดหนึ่ง ในบรรดา โภธิปักขิยธรรมทั้งหลายนี้ นับว่า เป็นอุปกรณ์ในฐานะเป็น เครื่องช่วยให้เกิดการปฏิบัติ ดำเนินไปได้ โดยปราศจากอุปสรรค ตั้งแต่ต้น จนถึง จุดหมายปลายทาง เมื่อเข้าใจในหลักธรรมและหลักการปฏิบัติแล้ว การปฏิบัติเพื่อให้เกิดผลสูงสุดจำเป็นต้องอาศัยอิทธิบาท ๔ ในการปฏิบัติอย่างสูงสุด เพราะอิทธิบาทจัดเป็นองค์ประกอบสำคัญที่จะช่วยให้เกิดการละกิเลสต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในขณะปฏิบัติ เพราะในการปฏิบัติธรรมขั้นสูงสุดอันประกอบด้วยอิทธิบาทหยาบเขาถึงซึ่งการบรรลุถึงมรรคผล และนิพพานในที่สุด

จากสภาพความเป็นมาและปัญหาดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจทำการศึกษาเรื่องอิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรมนี้ เพื่อให้เกิดความกระจ่างในเนื้อหาและหลักธรรมในอิทธิบาท ๔ นั้น มีความสำคัญและเป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรมอย่างไรทำให้ผู้วิจัยสนใจจะศึกษา อิทธิบาท ๔ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท จากพระไตรปิฎกและอรรถกถาพร้อมกับคัมภีร์อื่น ๆ ซึ่งเป็นคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วนำเอาหลักธรรมนั้นไปเผยแพร่ใน พระพุทธศาสนาสืบต่อไป

## ๑.๒ คำถามวิจัย

- ๑.๒.๑ การบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๒.๒ อิทธิบาท ๔ เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรมได้อย่างไร

## ๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๓.๑ เพื่อศึกษาการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๓.๒ เพื่อศึกษาอิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม

## ๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตในการศึกษาไว้ ๒ ด้าน ได้แก่

- ๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา ในการศึกษาครั้งนี้คือ อิทธิบาท ๔ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท อันได้แก่พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และปกรณ์วิเสส อื่น ๆ

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านศึกษาศึกษาการบรรลุลุทธิธรรมที่นำมาศึกษาในครั้งนี้ คือ อิทธิบาทเป็นปัจจัยต่อการบรรลุลุทธิธรรมเป็นพระอริยบุคคล คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามีพระอนาคามีและพระอรหันต์

## ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ อิทธิบาท ๔ หมายถึง คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ, คุณเครื่องสำเร็จสมประสงค์, ทางแห่งความสำเร็จ มี ๔ คือ ๑) ฉันทะ ความพอใจรักใคร่สิ่งนั้น ๒) วิริยะ ความพยายามทำสิ่งนั้น ๓) จิตตะ หมายถึง ความเอาใจฝักใฝ่ในสิ่งนั้น ๔) วิมังสา ความพิจารณาใคร่ครวญหาเหตุผลในสิ่งนั้น, จำง่าย ๆ ว่า มีใจรัก พากเพียรทำ เอาใจฝักใฝ่ใช้ปัญญาสอบสวน

๑.๕.๒ การบรรลุลุทธิธรรม หมายถึง การเกิดปัญญาเห็นแจ้ง โลกุตตรธรรม ๙ และอริยสัจ ๔ ชั้นสูงสุดก็คือการบรรลุวิชชา และวิมุตติ นั่นเอง สำเร็จเป็นพระอริยบุคคล ๔ จำพวก คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์

๑.๕.๓ ปัจจัย หมายถึง สภาวะที่เกื้อหนุน คำจูง เป็นเหตุ ให้สภาวะอื่น เกิดขึ้น คงอยู่ เป็นไปอย่างไรก็ตาม

## ๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะดำเนินการวิจัยโดยศึกษาข้อมูลที่เป็นหลักฐานจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ปกรณวิเสสเป็นลำดับ และจากเอกสารที่ผู้ทรงคุณวุฒิได้ศึกษาค้นคว้าแล้วเผยแพร่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน ในเบื้องต้นผู้วิจัยได้สำรวจเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

### ๑.๖.๑ เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ที่เกี่ยวข้อง

๑) คัมภีร์พระไตรปิฎก ปรากฏข้อความ ที่เป็นคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเกี่ยวกับอิทธิบาท ๔ ไว้หลายแห่ง เช่น พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ปรากฏข้อความถึงอิทธิบาท ๔ ในอปารสูตรไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย อิทธิบาท ๔ ประการนี้ที่ บุคคลเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อถึงฝั่งโน้นจากฝั่งนี้ อิทธิบาท ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ๑. เจริญอิทธิบาทที่ประกอบด้วยฉันทสมาธิปานสังขาร (สมาธิที่เกิดจากฉันทะและความเพียรที่มุ่งมั่น) ๒. เจริญอิทธิบาทที่ประกอบด้วยวิริยะสมาธิปานสังขาร (สมาธิที่เกิดจากวิริยะและความเพียรที่มุ่งมั่น) ๓. เจริญอิทธิบาทที่ประกอบด้วยจิตตสมาธิปานสังขาร (สมาธิที่เกิดจากจิตตะและความเพียรที่มุ่งมั่น) ๔. เจริญอิทธิบาทที่ประกอบด้วยวิมังสาสมาธิปานสังขาร (สมาธิที่เกิดจาก



วิมังสาและความเพียรที่มุ่งมั่น) ฝึกหัดทั้งหลาย อธิธำมาศ ๔ ประการนี้แลที่บุคคลเจริญ ทำให้มาก แล้วย่อมเป็นไปเพื่อถึงฝั่งโน้นจากฝั่งนี้”<sup>๔</sup>

สังยุตตนิกาย วิภังคสูตร ได้มีข้อความแสดงถึงวิธีการเจริญอธิธำมาศ ๔ ไว้ว่า “ฝึกหัดทั้งหลาย อธิธำมาศ ๔ ประการนี้ที่บุคคลเจริญ ทำให้มากแล้วมีผลมาก มีอานิสงส์มาก อธิธำมาศ ๔ ประการที่บุคคลเจริญอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึงมีผลมาก มีอานิสงส์มาก คือ ฝึกหัดในธรรมวินัยนี้ เจริญอธิธำมาศประกอบด้วย ฉันทสมาธิปราณสังขารดังนี้ว่า ฉันทะ ของเรายังไม่ย่อหย่อนนัก ไม่ต้องประคับประคองเกินไป ไม่หดหู่ในภายใน ไม่ซ่านไปในภายนอก และมีความหมายรู้ว่า เบื้องหน้าและเบื้องหลังอยู่ คือ มีความหมายรู้ว่าเบื้องหลังเหมือนเบื้องหน้า เบื้องหน้าเหมือนเบื้องหลัง เบื้องบนเหมือนเบื้องล่าง เบื้องล่างเหมือนเบื้องบน กลางคืนเหมือนกลางวันกลางวันเหมือนกลางคืน มีใจสงบ ไม่มีเครื่องร้อยรัด อบรมจิตให้สว่างอยู่”<sup>๕</sup>

คัมภีร์อภิธรรม วิภังค์ปกรณ์ ปรากฏข้อความแสดงถึงการเข้าสู่โลกุตตรธรรมไว้ว่า “ฝึกหัดในธรรมวินัยนี้เจริญฌานที่เป็นโลกุตตระ ซึ่งเป็นเหตุนำออกจากวิภวทุกขให้ถึงนิพพานเพื่อละ ทิฏฐิ เพื่อบรรลุมิเบื้องต้น สงัดจากกาม ฯลฯ บรรลุปฐมฌาน ที่เป็นทุกขาปฏิบัติทาทัธธา ภิญญา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ฝึกหัดชื่อว่า เจริญอธิธำมาศที่ประกอบไปด้วยฉันทสมาธิและปราณสังขาร”<sup>๖</sup>

**๒) อรรถกถา (แปล) ภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปรากฏข้อความของอธิธำมาศ ในสังยุตตนิกาย ปาวาลวรรค ว่าด้วยธรรมที่เป็นไปเพื่อให้ถึงฝั่งโน้นจากฝั่งนี้ ในพระสูตรที่ ๑ แห่งอธิธำมาศสังยุต บัณฑิตพึงทราบวินิจฉัยดังต่อไปนี้ สมาธิที่อาศัยฉันทะเป็นไปชื่อว่า สมาธิที่เกิดจากฉันทะ (ฉันทสมาธิ) พวกสังขารที่เป็นประธานชื่อว่าความเพียรที่มุ่งมั่น (ปราณสังขาร) คำว่า ที่ประกอบ (สมนาคต) ได้แก่ เข้าถึงด้วยธรรมเหล่านั้น ชื่อว่าอธิธำมาศ เพราะเป็นบาทแห่งฤทธิ์หรือบาทที่เป็นฤทธิ์”<sup>๗</sup>**

### ๑.๖.๒ ตำราวิชาการและเอกสารที่เกี่ยวข้อง

**๑) สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) ได้อธิบายไว้ใน หนังสืออริยวิงสปฏิบัติ ได้กล่าวว่า โภธิปักขิยธรรม ๕ คือ ธรรมเป็นเครื่องตรัสรู้ เป็นธรรมเกื้อหนุน แก่**

<sup>๔</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๑๓/๓๗๗.

<sup>๕</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๓๒/๔๐๖.

<sup>๖</sup> อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๔๕/๓๔๘.

<sup>๗</sup> ส.สพ.อ. (ไทย) ๓/๘๑๓/๔๓๑.

อริยมรรค ทำให้รู้แจ้งอริยสัจ ๔ จัดว่าเป็นแนวปฏิบัติที่บริบูรณ์ เพื่อความดับทุกข์ มี ๓๗ ประการ คือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ อริยมรรค มีองค์ ๘ เมื่อเป็นพระโสดาบันแล้ว สามารถปิดประตูแห่งอบายทั้งหลายได้สิ้นเชิง เพราะจิตของท่านได้ประหารกิเลสอันจะนำไปสู่ อบายภูมิได้หมดแล้ว<sup>๘๘</sup>

**๒) พระธรรมปิฎก** (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวไว้ในหนังสือพุทธธรรม ฉบับ ขยายความ ได้กล่าวว่าผู้มีภารกิจที่ยังต้องศึกษา เรียกว่า พระเสขะคือ พระอริยบุคคล ๗๔ เบื้องต้นยกเว้น พระอริยบุคคลผู้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ส่วนผู้สำเร็จการศึกษาแล้ว เรียกว่า พระอเสขะ คือ ผู้บรรลุอรหัตผลแล้วการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนามี ๔ ชั้น จัดเป็น ๔ คู่คือ มรรค ๔ ผล ๔ ดังนี้<sup>๘๙</sup>

**๓) พระโสภณมหาเถระ** (มหาสีสยาตอ) ได้อธิบายไว้ในหนังสือ มหาสติปัฏฐานสูตร (ทางสู่พระนิพพาน) กล่าวถึงการบรรลุพระนิพพาน ความจริงแล้วในโพธิปักขิยธรรมยังมีหมวดธรรมอื่นมีสติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ มรรค ๘ ซึ่งเป็นแนวการปฏิบัติเพื่อบรรลุพระนิพพาน<sup>๙๐</sup>

**๔) พระศรีวิสุทธิกวี** (พิจิตร จิตตฺตโน) ได้กล่าวถึงพระโสดาบันไว้ใน หนังสือวิปัสสนาภาวนา กล่าวว่า พระโสดาบันคือท่านผู้บรรลุกระแสนิพพาน เพราะได้เข้าถึงกระแสนิพพานแล้วจัดเป็นพระอริยบุคคลชั้นแรกในพระพุทธศาสนา คุณธรรมที่เป็นเครื่องวัดความเป็นโสดาบันที่โดดเด่นและทราบได้ง่ายคือการมีศีล บริบูรณ์ตลอดชีวิต<sup>๙๑</sup>

**๕) พระเทพสิทธิมนี** (โชตก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ วิปัสสนาญาณโสภณ ว่า วิปัสสนาภาวนา แปลว่า การเจริญวิปัสสนา คำว่า วิปัสสนา แปลว่า รู้ แจ้งรู้วิเศษ หรือเห็นแจ้ง เห็นวิเศษ เป็นชื่อของปัญญา ได้แก่ ปัญญาที่รู้แจ้งปัจจุบัน รูปนาม พระไตรลักษณ์ มรรคผล นิพพาน ความเพียรพยายามนี้เป็นความหมาย อย่างย่อ ๆ ถ้าจะว่าโดย ความหมายอย่างกลาง

<sup>๘๘</sup> สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ), อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๖๔.

<sup>๘๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๔๗.

<sup>๙๐</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร, แปลโดย พระคันธสาราภิวังค์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๘.

<sup>๙๑</sup> พระศรีวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตฺตโน), วิปัสสนาภาวนา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สุทธิสารการพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๓๓.



๓) พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาเรื่องการบรรลุลหิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท” พบว่า หลักธรรมเพื่อการบรรลุลหิตได้แก่ โปธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนั้น หลักของสติปัญญา ๔ มีคำอธิบายไว้อย่างละเอียดใน มหาสติปัญญาสูตร ประกอบด้วยสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติสามารถปฏิบัติตามได้โดยไม่ต้องค้นคว้าการปฏิบัติจากที่ใด เพราะพอเพียงสำหรับการเริ่มต้นถึงการบรรลุลหิต สำหรับบรรลุลหิตเป็นเพียงส่วนเสริมเพื่อขยายรายละเอียดประกอบอื่น ๆ แก่พระสูตรต่าง ๆ เท่านั้น ส่วนระดับการบรรลุลหิตนั้นใช้สังโยชน์ ๑๐ เป็นเกณฑ์ตัดสิน และการตรวจสอบผลตามลำดับขั้นของ การปฏิบัติใช้โสฬสญาณ (ญาณ ๑๖) ในการตรวจสอบด้วยตนเอง<sup>๑๕</sup>

๓) พระคณิน โสทโร (เมืองเกิด) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาการพัฒนาปัญญาเพื่อการบรรลุลหิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท” พบว่า การพัฒนาปัญญาเพื่อการบรรลุลหิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ การทำให้ปัญญาเห็นแจ้งโดยประการต่าง ๆ เพื่อให้รู้เท่าทันรูปนาม และเห็นพระไตรลักษณ์ตามความเป็นจริงละเอียดขึ้นตามลำดับจนกระทั่งคลายความยึดมั่นถือมั่น ไม่หลงมกมาย เป็นการขจัดสาเหตุแห่งทุกข์ ผู้ปฏิบัติธรรมต้องใช้หลักมัชฌิมาปฏิปทา เพื่อความรู้แจ้งอริยสัจ ๔ เพื่อทำความสิ้นไปแห่งกองทุกข์ทั้งปวง มัชฌิมาปฏิปทาได้ชื่อว่า อริยมรรค คือ หนทางปฏิบัติของพระอริยบุคคล ที่จะยังบุคคลผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาให้สามารถไปสู่เป้าหมายอันสูงสุด คือ พระนิพพาน<sup>๑๖</sup>

๔) พระอธิการประเสริฐ กาญจนโน (วงเวียน) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาแนวทางการประยุกต์ใช้อธิบาท ๔ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต” พบว่า พระพุทธเจ้าทรงแสดง อธิบาท ๔ ไว้มีองค์ประกอบ คือ ฉันทะ หมายถึงสร้างความพอใจในกุศล คือประสงค์จะทำยิ่งขึ้น วิริยะ หมายถึงการปรารภ ความเพียรทางใจ สัมมาวาจา จิตตะ หมายถึงความเพียรที่มุ่งมั่น ไม่ทอดทิ้งภาระ และวิมังสา หมายถึงปัญญาที่รู้ชัด ความไม่หลง คุณค่าของอธิบาท ๔ เป็นหลักธรรมแห่งความสำเร็จแก่ผู้นำไปปฏิบัติที่ทันสมัยอยู่เสมอ นอกจากจะเป็นคุณธรรมนำไปสู่ความสำเร็จในการทำงานแล้ว ยังเป็นอายุวัฒนธรรม คือความเป็นเหตุให้คนมีอายุยืนยาวด้วย นอกจากนั้น อธิบาท ๔

<sup>๑๕</sup> พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง), “การศึกษาเรื่องการบรรลุลหิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), บทคัดย่อ.

<sup>๑๖</sup> พระคณิน โสทโร (เมืองเกิด), “ศึกษาการพัฒนาปัญญาเพื่อการบรรลุลหิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

ยังมีสาระที่เกื้อหนุนการปฏิบัติ เมื่อเกิดฉันทะมีใจรักแล้วก็ให้พากเพียร เมื่อพากเพียรแล้วก็เอาใจใส่เสมอ และเปิดช่องให้ปัญหาพิจารณาไตร่ตรอง<sup>๑๗</sup>

๕) นางสาวอรภักภา ทองกระจ่างเนตร ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์สมาธิกับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท” พบว่า การบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง การได้ การเข้าถึง การสำเร็จ การทำให้ แจ่มธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท การบรรลุธรรมมีความสำคัญ เนื่องจากการบรรลุเป็นการ บรรลุจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา คือ พระนิพพาน ซึ่งต้องอาศัยหลักปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม คือ โพธิปักขิยธรรม นอกจากนี้เกณฑ์ที่ใช้แบ่งระดับของการบรรลุธรรม เรียกว่าสังโยชน์ เป็นตัวแบ่งระดับของ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ วิธีการบรรลุพระอรหันต์ หลังจากการ บรรลุธรรมหากได้สมาธิระดับหนึ่ง จะทำให้ผู้ปฏิบัติได้รับความสามารถพิเศษหลังการบรรลุธรรม<sup>๑๘</sup>

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าว ทำให้ทราบว่ามีเอกสารและงานวิจัยที่สอดคล้องกับเรื่องอทิบาท ๔ และการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอยู่ในระดับหนึ่ง แต่ยังไม่มีใครทำวิจัยเรื่องอทิบาท ๔ เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม ผู้วิจัยจึงสนใจจะทำวิจัยเรื่องนี้ซึ่งเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาเพื่อการบรรลุธรรมโดยตรง

## ๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ เป็นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) ผู้วิจัยได้จัดขั้นตอนแห่งการดำเนินการวิจัย (Research Process) ที่สามารถแบ่งการศึกษาวิจัยออกเป็นขั้นตอน มีการดำเนินงานด้านเอกสารดังนี้

๑.๗.๑ รวบรวมข้อมูลจากเอกสาร ด้านคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเถรวาท อันได้แก่ พระไตรปิฎกอรรถกถา ฎีกาและปกรณ์วิเศษ อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น วิสุทธิมรรค เป็นต้น

๑.๗.๒ นำข้อมูลมาศึกษาวิเคราะห์เรียบเรียงตรวจสอบโดยอาจารย์ที่ปรึกษา

<sup>๑๗</sup> พระอริการประเสริฐ กาญจนโน (วงเวียน), “ศึกษาแนวทางการประยุกต์ใช้อทิบาท ๔ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), บทคัดย่อ.

<sup>๑๘</sup> นางสาวอรภักภา ทองกระจ่างเนตร, “การศึกษาวิเคราะห์สมาธิกับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), บทคัดย่อ.

๑.๗.๓ นำข้อมูลที่อาจารย์ได้ตรวจแล้วนั้น มาปรับปรุงแก้ไขเรียบเรียงบรรยายเชิง  
พรรณนา

#### ๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

- ๑.๘.๑ ทำให้ทราบการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๘.๒ ทำให้ทราบอิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม

## บทที่ ๒

### การบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

หลักคำสอนในพระพุทธานุสสาเถรวาทมีเป้าหมายสูงสุด คือ การบรรลุธรรม รู้แจ้ง อริยสัจ ๔ ปกติแล้วมนุษย์ทุกคนเมื่อเกิดมาแล้วย่อมประสบพบกับความทุกข์ คือ ทุกข์จากการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ย่อมหลีกเลี่ยงหนีไม่พ้น จึงได้มีความพยายามในการที่ตนเองให้พ้นจากความทุกข์ ด้วยการฝึกฝนตนเองในการปฏิบัติธรรม เพื่อพัฒนาตนเองไปสู่การบรรลุธรรม ด้วยอิทธิบาท ๔ ซึ่งเป็นหลักธรรมนำไปสู่ความสำเร็จ ต่อการบรรลุความเป็นพระอริยบุคคล ผู้พ้นจากกิเลส พ้นจากทุกข์ ย่อมไม่มาเกิดอีก ตามเป้าหมายของพระพุทธานุสสา ซึ่งการพัฒนาตนเองจนถึงขั้นเป็นพระอริยบุคคล เรียกว่าการบรรลุธรรม ซึ่งในบทนี้มีหัวข้อที่น่าสนใจที่ผู้ศึกษาได้กำหนดประเด็นของการศึกษาไว้ดังนี้

๒.๑ ความหมายของการบรรลุธรรม

๒.๒ หลักธรรมที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม

๒.๓ หลักปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม

๒.๔ สรุปท้ายบท

#### ๒.๑ ความหมายของการบรรลุธรรม

การบรรลุธรรม หมายถึง การบรรลุถึงโลกุตตรธรรม ๙ ประการ<sup>๑</sup> ได้แก่ โสดาปัตติ มรรค โสดาปัตติผล สกทาคามิมรรค สกทาคามีผล อนาคามิมรรค อนาคามีผล อรหันตมรรค อรหันตผล และพระนิพพาน อย่างไรก็ตาม การรู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ โดยการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา เจริญสมณะและวิปัสสนา ตามหลักการเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ การกำหนดรู้ กาย, เวทนา, จิต, ธรรม ทั้ง ๔ อย่างนี้รวมลงก็คือ “รูปและนาม” ให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าดำเนินตามวิปัสสนาวิถีสถิตปฏิบัติสามารถละสังโยชน์และอนุสัย ได้ตามกำลังของมรรค สามารถบรรลุมรรคผลนิพพาน

<sup>๑</sup> อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๗๐๖/๒๗๘.

การบรรลุธรรม เป็นสภาวะแห่งความหลุดพ้น, ความรู้แจ้ง<sup>๒</sup> ความถึงพร้อม, ความสำเร็จ หรือความเข้าใจในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในระดับมรรคผล คือระดับโลกุตระ เพื่อความเป็นพระอริยบุคคลระดับใดระดับหนึ่ง

คำว่า “ธรรม” ในคำว่า การบรรลุธรรมนี้ หมายถึง โลกุตระธรรม ได้แก่ มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ การบรรลุธรรม เป็นสภาวะแห่งความหลุดพ้น, ความรู้แจ้ง, ความถึงพร้อม, ความสำเร็จ หรือความเข้าใจในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในระดับมรรคผล คือระดับโลกุตระ เพื่อความเป็นพระอริยบุคคลระดับใดระดับหนึ่ง<sup>๓</sup> เข้าถึงกระแสแห่งพระนิพพาน หรือบรรลุพระนิพพานนั่นเอง

โลกุตระธรรม ๙ คือ ธรรมอันมิใช่วิสัยของโลก หรือสภาวะพ้นโลก<sup>๔</sup> ซึ่ง หมายถึง การบรรลุธรรม คือ

๑) มรรค ๔<sup>๕</sup> คือ ทางเข้าถึงความเป็นพระอริยบุคคล, ญาณที่ทำให้ละสังโยชน์ได้เด็ดขาด ได้แก่

(๑) โสตาปัตติมรรค คือ มรรคอันให้ถึงกระแสที่นำไปสู่พระนิพพานครั้งแรก, มรรคอันให้ถึงความเป็นพระโสดาบัน เป็นเหตุละสังโยชน์ได้ ๓ ได้แก่ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส

(๒) สกทาคามิมรรค คือ มรรคอันให้ถึงความเป็นพระสกทาคามี เป็นเหตุละสังโยชน์ได้ ๓ ได้แก่ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส และทำราคะ โทสะ โมหะให้เบาบางลง

(๓) อนาคามิมรรค คือ มรรคอันให้ถึงความเป็นพระอนาคามี เป็นเหตุละสังโยชน์เบื้องต้นได้ทั้ง ๕ ได้แก่ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ และปฏิกะ

(๔) อรหัตตมรรค คือ มรรคอันให้ถึงความเป็นพระอรหันต์ เป็นเหตุละสังโยชน์ได้ทั้งหมด ได้แก่ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ ปฏิกะ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และอวิชชา

<sup>๒</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๙๑-๑๐๙๒/๖๐๕-๖๐๗.

<sup>๓</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๙๑/๖๐๕.

<sup>๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๒๖.

<sup>๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๘.



๒) ผล ๔ คือ ผลที่เกิดสืบเนื่องจากการละกิเลสได้ด้วยมรรค, ธรรมารมณอัน พระอริยะพึงเสวย ที่เป็นผลเกิดเองในเมื่อกิเลสสิ้นไปด้วยอำนาจมรรคนั้น ๆ ได้แก่

(๑) โสดาปัตติผล คือ ผลแห่งการเข้าถึงกระแสที่นำไปสู่พระนิพพาน, ผลอันพระ โสดาบันพึงเสวย

(๒) สกทาคามีผล คือ ผลอันพระสกทาคามีพึงเสวย

(๓) อนาคามีผล คือ ผลอันพระอนาคามีพึงเสวย

(๔) อรหัตตผล คือ ผลอันพระอรหัตต์พึงเสวย

๓) นิพพาน ๑<sup>๖</sup> คือ สภาพที่ดับกิเลสและกองทุกข์แล้ว, ภาวะที่เป็นสุขสูงสุด เพราะไร้ กิเลสไร้ทุกข์ เป็นอิสรภาพสมบูรณ์

พระอริยบุคคล แปลว่า บุคคลผู้ประเสริฐ, ผู้ไกลจากข้าศึก, ผู้หักกำลังอสังสารวัฏได้แล้ว แบ่งได้หลายประเภทคือแบ่งอย่างใหญ่ได้เป็น พระเสขะและพระอเสขะ แบ่งตามประเภทบุคคลมี ๔ ประเภทคือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหัตต์ และยังแบ่งย่อยเป็น ๘ ประเภท จัดเป็น ๔ คู่ได้อีก

อริยบุคคลแบ่งตามประเภทใหญ่

๑) เสขะ แปลว่า ผู้ยังต้องศึกษาอยู่<sup>๑๗</sup> คือยังต้องศึกษาไตรสิกขา คือศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อบรรลุมรรคผลที่สูงขึ้นไปอีก เรียกเต็มว่า พระเสขะ หรือ เสขบุคคล เสขะ คือพระอริยบุคคลที่ยังไม่ได้บรรลุ อรหัตตผล หรือยังไม่ได้เป็นพระอรหัตต์ ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี และ พระอนาคามี เสขะ หากได้บรรลุอรหัตตผลเป็นพระอรหัตต์แล้วก็เป็นอันพ้นจากความเป็นเสขะ และได้ชื่อว่าใหม่กว่า อเสขะ

๒) อเสขะ แปลว่า ผู้ไม่ต้องศึกษาอีก<sup>๑๘</sup> คือไม่ต้องศึกษาไตรสิกขา คือศีล สมาธิ ปัญญา อีกต่อไป เพราะได้ศึกษาจบโดยได้บรรลุอรหัตตผลแล้ว เรียกเต็มว่า พระอเสขะ หรือ อเสขบุคคล อเสขะ ได้แก่พระอริยบุคคลระดับสูงสุดคือพระอรหัตต์ ผู้เสร็จกิจการศึกษาไตรสิกขาแล้ว ผู้ไม่มีกิจที่จะต้องบำเพ็ญเพื่อละกิเลสอีก

<sup>๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๖๖.

<sup>๑๗</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๔๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์แพรวแอนดโฮม จำกัด, ๒๕๕๙), หน้า ๔๐๙.

<sup>๑๘</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, หน้า ๔๐๙.

อริยบุคคลแบ่งตามประเภทบุคคล ๔ จำพวก คือ

### ๑. พระโสดาบัน

โสดาบัน คือ ท่านผู้ละสังโยชน์ได้ ๓ อย่าง ไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิ ในวันข้างหน้า<sup>๙</sup> ผู้เข้าถึงกระแสสมรรคหรือผู้เดินตามทางถูกต้องอย่างแท้จริง คือปฏิบัติถูกต้องตามอริยมรรคอย่างแท้จริง การบรรลุธรรมระดับนี้ผู้ได้บรรลุทำได้บริบูรณ์ในศีล ทำได้พอประมาณในสมาธิ ทำได้พอประมาณในปัญญา สามารถละสังโยชน์ได้ ๓ อย่าง คือ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส การบรรลุขั้นนี้ ระดับมรรคเรียกว่า โสดาปัตติมรรค ชั้นผลเรียกว่า โสดาปัตติผล พระอริยบุคคลผู้บรรลุมีชื่อว่า พระโสดาบัน

พระโสดาบันได้ถูกจัดแบ่งไว้ ๕ ประเภท<sup>๑๐</sup> ได้แก่

(๑) พระเอกพีชีโสดาบัน หมายถึง ผู้มีพีชคืออตภาพอันเดียว คือเกิดอีกครั้งเดียวก็จักบรรลุอรหัตตผล เป็นพระเอกพีชีโสดาบัน เพราะมีอินทรีย์อ่อนกว่าพระสกทาคามี

(๒) พระโกลังโกละโสดาบัน หมายถึง ผู้ไปจากตระกูลสู่ตระกูล คือเกิดในตระกูลสูงอีก ๒-๓ ครั้ง หรือเกิดในสุคติภพอีก ๒-๓ ครั้ง ก็จักบรรลุอรหัตตผล เป็นพระโกลังโกละโสดาบัน เพราะมีอินทรีย์อ่อนกว่าพระเอกพีชีโสดาบัน

(๓) พระสัตตักขัตตุปรมโสดาบัน หมายถึง ผู้เกิด ๗ ครั้งเป็นอย่างยิ่ง คือ เวียนเกิดในสุคติภพอีกอย่างมากเพียง ๗ ครั้ง ก็จักบรรลุอรหัตตผล เป็นผู้ละสัญญาชนเบื้องต่ำ ๓ ประการได้แล้ว เป็นผู้ไม่ตกไปในอบาย ๔ มีความแน่นอนที่จะตรัสรู้มรรค ๓ เบื้องสูง เมื่อจะเกิดในภพใหม่เป็นเทวดาหรือมนุษย์ก็เกิดได้ไม่เกิน ๗ ครั้ง เป็น พระสัตตักขัตตุปรมโสดาบัน เพราะมีอินทรีย์อ่อนกว่าพระโกลังโกละโสดาบัน

(๔) พระธัมมานุสारीโสดาบัน<sup>๑๑</sup> หมายถึง ผู้เล่นไปตามธรรม คือ ผู้ปฏิบัติเพื่อบรรลุโสดาปัตติผล มีปัญหาแก่กล้า บรรลุผลแล้วกลายเป็นทวิภูติปัตตะ เป็นพระโสดาบัน ผู้ธัมมานุสारी เพราะมีอินทรีย์อ่อนกว่าพระสัตตักขัตตุปรมโสดาบัน

<sup>๙</sup> ที.สี. (ไทย) ๙/๓๗๓/๑๕๖.

<sup>๑๐</sup> อภิ.ป. (ไทย) ๓๖/๓๑/๑๕๔.

<sup>๑๑</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๕๐/๑๑๒.

(๕) พระสัทธานุสารีโสดาบ้น หมายถึง ผู้แล่นไปตามศรัทธา คือ ผู้ปฏิบัติเพื่อบรรลุโสดาปัตติผล มีศรัทธาแก่กล้า บรรลุผลแล้วกลายเป็นสัทธาวิมุต เป็นพระโสดาบ้น ผู้สัทธานุสารี เพราะมีอินทรีย์อ่อนกว่าพระโสดาบ้น ผู้ธัมมานุสารี<sup>๑๒</sup>

ผู้ได้บรรลุโสดาปัตติผลแล้วด้วยการละ สังโยชน์ เบื้องต่ำ ๓ ประการได้คือ

ก. สักกายทิฐิ หมายถึง ความเห็นร่างกายของตนว่าเป็นตัวตน หรือเป็นอัตตา ผู้ละกิเลสนี้ได้จะเห็นว่าเป็นเพียงรูปธรรมที่ไม่ยั่งยืน เปลี่ยนแปลง และแตกสลายไปในที่สุด

ข. วิจิกิจฉา หมายถึง ความลังเลสงสัย สงสัยว่าบาปบุญและผลบาปบุญมีหรือไม่มี คุณพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ คุณบิดา มารดามีจริงหรือไม่ สงสัยในข้อปฏิบัติของตนว่าถูกต้องหรือไม่ สงสัยในอริยสัจ ๔ ว่ามีจริงหรือไม่

ค. สีสัพพตปรามาส หมายถึง ความเชื่อถืองมงาย จะทำอะไร จะปฏิบัติอะไรก็งมงาย ตามคนอื่น ใครเขาว่าทำบุญ ใส่บาตร รักษาศีลได้บุญ ก็ทำตามเขาโดยไม่รู้ความมุ่งหมายของการกระทำนั้น ๆ ผู้ละกิเลสข้อนี้ได้ย่อมเข้าใจแจ่มแจ้งในการกระทำนั้น ๆ

ความเป็นพระโสดาบ้นนี้ก็เช่นเดียวกับความเป็นพระอริยบุคคลประเภทอื่น ๆ ที่มีได้จำกัดอยู่เฉพาะเพศบรรพชิต (นักบวช) เท่านั้น แม้ คฤหัสถ์ คือชายหรือหญิงผู้ครองเรือน ก็สามารถเป็นพระโสดาบ้นได้ เช่น ในสมัยพุทธกาลคฤหัสถ์ที่เป็นพระโสดาบ้นที่มีชื่อเสียงก็มีจำนวนมากได้แก่ นางวิสาขา มหาอุบาสิกา อนาถบิณฑิกเศรษฐี พระเจ้าพิมพิสาร หมอชีวก เป็นต้น

## ๒. พระสกทาคามี

พระสกทาคามี หมายถึง ผู้กลับมาสู่โลกนี้อีกครั้งเดียว ก็สามารถกำจัดทุกข์ให้สิ้นไปได้ ผู้ได้บรรลุธรรมระดับนี้ เป็นผู้ทำให้บริบูรณ์ในขั้นศีล ทำได้พอประมาณในสมาธิและปัญญา นอกจากนี้สามารถทำสังโยชน์ ๓ อย่าง คือ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส ให้หมดสิ้นไป และยังทำราคะ โทสะ โมหะให้เบาบางลง การบรรลุธรรมระดับนี้ เป็นขั้นมรรคเรียกว่า สกทาคามีมรรค ชั้นผลเรียกว่าสกทาคามีผล พระอริยบุคคลผู้ได้บรรลุมีชื่อว่า พระสกทาคามี<sup>๑๓</sup>

<sup>๑๒</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๙๔/๓๐๔.

<sup>๑๓</sup> อ.จ.ต.ก. (ไทย) ๒๐/๘๘/๓๑๖.

พระสกทาคามีได้ถูกจัดแบ่งไว้ ๕ ประเภท<sup>๑๔</sup> ได้แก่

(๑) พระสกทาคามี บางจำพวกสำเร็จเป็นพระสกทาคามีบุคคลในมนุษยโลกนี้แล้ว ไปบังเกิดเป็นเทพเจ้า ณ เทวโลก เมื่อจตุตจากเทวโลกกลับมาเกิดในมนุษยโลกนี้อีกครั้งหนึ่ง ก็ได้บรรลอรหัตตผลและดับขันธปรินิพพานในมนุษยโลกนี้เอง

(๒) พระสกทาคามี บางจำพวกสำเร็จเป็นพระสกทาคามีบุคคลในมนุษยโลกนี้แล้ว กระทำความเพียรเจริญวิปัสสนาต่อไปอย่างไม่หยุดยั้งจนกระทั่งได้บรรลอรหัตตผลและดับขันธปรินิพพานในมนุษยโลกนี้เอง

(๓) พระสกทาคามี บางจำพวกสำเร็จเป็นพระสกทาคามีบุคคลในมนุษยโลกนี้แล้วไปบังเกิดเป็นเทพบุตร ณ เทวโลกและก็ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์และดับขันธปรินิพพาน ณ เทวโลกนั้นเอง

(๔) พระสกทาคามี บางจำพวกเป็นเทพเจ้าสำเร็จเป็นพระสกทาคามีบุคคล ณ เทวโลกแล้ว ได้บรรลอรหัตตผลและดับขันธปรินิพพาน ณ เทวโลกนั้นเอง

(๕) พระสกทาคามี บางจำพวกเป็นเทพบุตรสำเร็จเป็นพระสกทาคามีบุคคล ณ เทวโลกแล้ว จุตินาอุบัติบังเกิดในมนุษยโลกนี้แล้วได้บรรลอรหัตตผล และดับขันธปรินิพพานในมนุษยโลกนี้เอง

สกทาคามี หรือ สกิทาคามี แปลว่า ผู้กลับมาเพียงครั้งเดียว เป็นชื่อเรียกพระอริยบุคคลลำดับที่ ๒ ใน ๔ ประเภท ที่เรียกว่า "ผู้กลับมาเพียงครั้งเดียว" หมายถึง พระสกิทาคามีจะเกิดในกามาวจรภพอีกเพียงครั้งเดียวเท่านั้นก็จะถึงพระนิพพาน ผู้ได้บรรลุสกทาคามีผลคือผู้ที่ละสังโยชน์เบื้องต่ำ ๓ ประการแรกได้เช่นเดียวกับพระโสดาบัน อีกทั้งทำสังโยชน์เบื้องต่ำอีกสองประการที่เหลือให้เบาบางลงด้วยคือ

กามราคะ หมายถึง ความพอใจในกาม คือ การความเพลินในการได้เสพ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ธรรมารมณ์ ที่น่าพอใจ

ปฏิฆะ หมายถึง ความกระทบกระทั่งในใจ คล้ายความพยาบาทอย่างละเอียด

หากสังโยชน์เบื้องต่ำทั้งสองประการนี้หมดไปก็จะเป็นพระอนาคามี

<sup>๑๔</sup> พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, วิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร: เฉลิมชาฎการพิมพ์, ๒๕๒๘), หน้า ๓๑๖-๓๑๗.

### ๓. พระอนาคามี

พระอนาคามี หมายถึง ผู้จะปรินิพพานในที่สุดเกิดขึ้น ไม่เวียนกลับมาอีก ผู้ได้บรรลุธรรมระดับนี้เป็นผู้ทำให้บริบูรณ์ในศีล สมาธิ ทำได้พอประมาณในปัญญา นอกจากละสังขโยชน์ได้ ๓ อย่างดังกล่าว ยังสามารถละกามราคะและปฏิฆะได้อีกด้วย การบรรลุธรรมระดับนี้ขั้นมรรค เรียกว่า อนาคามีมรรค ขั้นผลเรียกว่า อนาคามีผล พระอริยบุคคลผู้ได้บรรลุมีชื่อว่า พระอนาคามี

พระอนาคามีได้ถูกจัดแบ่งไว้ ๕ ประเภท<sup>๑๕</sup> ได้แก่

(๑) อันตราปรินิพพายี หมายถึง ผู้ที่จะปรินิพพานในระหว่างอายุยังไม่ทันถึงกึ่ง กล่าวคือ พระอนาคามีผู้ปรินิพพานในระหว่าง คือเกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วอายุยังไม่ถึงกึ่งก็ปรินิพพานมี ๓ จำพวกคือ พวกที่ ๑ เกิดในสุทธาวาสชั้นอวิหาซึ่งมีอายุ ๑, ๐๐๐ กัป แต่ก็บรรลุพระอรหัตผลในวันที่เกิด ถ้าไม่บรรลุในวันที่เกิดก็บรรลุไม่เกินภายใน ๑๐๐ กัป พวกที่ ๒ เมื่อไม่สามารถบรรลุ พระอรหัตผลในวันที่เกิดก็บรรลุไม่เกินภายใน ๒๐๐ กัป พวกที่ ๓ บรรลุพระอรหัตผลไม่เกินภายใน ๔๐๐ กัป

(๒) อุพหัจจปรินิพพายี หมายถึง ผู้ที่จะปรินิพพานต่อเมื่ออายุพ้นกึ่งไปแล้ว กล่าวคือ พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วจนจะถึงปรินิพพาน คือ อายุพ้นกึ่งแล้วจนจะสิ้นอายุจึงปรินิพพาน

(๓) อสังขารปรินิพพายี หมายถึง ผู้ที่จะปรินิพพานโดยไม่ต้องใช้ความเพียรมาก กล่าวคือ พระอนาคามีผู้ปรินิพพานโดยไม่ต้องใช้ความเพียรมาก

(๔) สสังขารปรินิพพายี หมายถึง ผู้ที่จะปรินิพพานโดยต้องใช้ความเพียรมาก กล่าวคือ พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วปรินิพพานโดยต้องใช้ความเพียรมาก

(๕) อุทังโสโต อกนิภูฐคามี หมายถึง ผู้มีกระแสในเบื้องบนไปสู่ชั้นอกนิภูฐภพ<sup>๑๖</sup> กล่าวคือ พระอนาคามีผู้มีกระแสในเบื้องบนไปสู่อกนิภูฐภพ คือเกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วก็จะเกิดเลื่อนต่อไปจนถึงอกนิภูฐภพแล้วจึงปรินิพพานในภพนั้น

พระอนาคามีบุคคลส่วนใหญ่ไปปฏิสนธิในสุทธาวาสภูมิทั้ง ๕ และการที่ท่านจะไปปฏิสนธิในสุทธาวาสภูมิชั้นใดนั้น แล้วแต่อินทรีย์ ทั้ง ๕ คือ

<sup>๑๕</sup> อัง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๔/๑๔๓.

<sup>๑๖</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๘/๓๐๗.

- (๑) มีสัทอินทรีย์ แก่กล้ากว่าอินทรีย์อื่น ๆ เมื่อจติแล้วยอมไปปฏิสนธิในอวิหาภูมิ
- (๒) มีวิริยอินทรีย์ แก่กล้ากว่าอินทรีย์อื่น ๆ เมื่อจติแล้วยอมไปปฏิสนธิในอตัปปาภูมิ
- (๓) มีสติอินทรีย์ แก่กล้ากว่าอินทรีย์อื่น ๆ เมื่อจติแล้วยอมไปปฏิสนธิในสุทสสาภูมิ
- (๔) มีสมาธิอินทรีย์ แก่กล้ากว่าอินทรีย์อื่น ๆ เมื่อจติแล้วยอมไปปฏิสนธิในสุทสสิภูมิ
- (๕) มีปัญญินทรีย์ แก่กล้ากว่าอินทรีย์อื่น ๆ เมื่อจติแล้วยอมไปปฏิสนธิในอกนิฏฐาภูมิ<sup>๑๗</sup>

พระอนาคามี คือ ผู้ละกิเลสสามอย่างได้เหมือนพระโสดาบัน และตัดหรือละกิเลสได้อีกสองอย่าง ได้แก่ ราคะ ความรู้สึกทางเพศ และโทสะ ความขุ่นเคือง

อนาคามี แปลว่า ผู้ไม่มาเกิดอีก หมายความว่า จะไม่กลับมาเกิดในกามาวจรภพอีก แต่จะเกิดใน พรหมโลก อีกเพียงครั้งเดียว แล้วจะนิพพานจากพรหมโลกนั้นเลย เป็นชื่อเรียกพระอริยบุคคลประเภทที่ ๓ ใน ๔ ประเภท คือ โสดาบัน สกทาคามี อนาคามี อรหันต์ เป็นผู้ละสังโยชน์เบื้องต่ำ (โอรัมภาคียสังโยชน์) ทั้ง ๕ ประการได้แล้ว ยังเหลือสังโยชน์เบื้องสูง (อุทัมภาคียสังโยชน์) อีก ๕ ประการ คือ

รูปราคะ หมายถึง ความพอใจในรูปผิวนาน หรือ รูปธรรมอันประณีต หรือ ความพอใจในรูปภาพ

อรูปราคะ หมายถึง ความพอใจในรูปผิวนาน หรือ พอดีในรูปธรรม เช่น ความรู้ เป็นต้น หรือ ความพอใจในรูปภาพ

มานะ หมายถึง ความสำคัญตนว่าเป็นนั่นเป็นนี่ เช่น เป็นพระอนาคามี (แม้ว่าจะเป็นอย่างจริง) เป็นต้น อุทัจจะ คือ ความฟุ้งของจิต อวิชชา คือ ความไม่รู้แจ้ง

แม้สังโยชน์เบื้องสูงบางข้อจะมีชื่อเหมือนกิเลสอย่างหยาบที่ยังมีใน ปุณฺณ (ผู้ยังไม่เป็นบรรลุปะระอริยบุคคล) เช่น มานะ อุทัจจะ หรือ อวิชชา แต่สังโยชน์เบื้องสูงอันเป็นกิเลสที่ยังหลงเหลืออยู่ในจิตใจของพระอนาคามีนั้น เป็นกิเลสที่ละเอียดกว่าของปุณฺณอย่างมาก

อริยบุคคลชั้นที่ ๑ และ ๒ ยังมีบุตรภรรยา ถ้าเป็นหนุ่มเป็นสาวยังไม่แต่งงานตามประเพณีโลก แต่ถ้าท่านผู้ใดได้สำเร็จขั้นอนาคามี จะเลิกยุ่งเกี่ยวกับทางเพศเด็ดขาด อนาคามีจึงมีกิเลสเหลืออยู่อย่างหนึ่งซึ่งยังละไม่ได้ คือ โมหะ

#### ๔. พระอรหันต์

พระอรหันต์ เป็นระดับสุดท้าย ผู้ได้บรรลุดุธรรมระดับนี้ เป็นผู้หมดสิ้นอัสวะกิเลส สามารถทำให้บริบูรณ์ในสิกขา ๓ คือ ศีล สมาธิ และปัญญา สามารถละกิเลสได้อีก ๕ อย่าง คือ รูป

<sup>๑๗</sup> พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๓๒๐.

ราคะ อรูปราคะ มานะ อุทัจจะ และอวิชา การบรรลุนิพพานระดับนี้ขึ้นมรรค เรียกว่า อรหัตมรรค  
ชั้นผลเรียกว่า อรหัตผล พระอริยบุคคลผู้ได้บรรลุนี้ชื่อว่าพระอรหันต์

พระอรหันต์ไว้ ๒ ประเภทบ้าง คือ (๑) พระสุกขวิปัสสกะ หมายถึง ผู้เห็นอย่างแท้จริง  
คือ ผู้มีได้มานสำเร็จอรหัตผลด้วยเจริญแต่วิปัสสนาล้วน (๒) พระสมถยานิก ผู้มีสมถะเป็นยาน คือ  
ท่านผู้เจริญสมถะจนได้มานสมาบัติแล้ว จึงเจริญวิปัสสนาต่อจนสำเร็จอรหัตผล

พระอรหันต์ ๔ ประเภทบ้าง คือ (๑) สุกขวิปัสสกะ ผู้เจริญวิปัสสนาล้วน (๒) เติวิชชะ ผู้ได้  
วิชา ๓<sup>๑๘</sup> (๓) ฉฬภิญโญ ผู้ได้อภิญญา ๖<sup>๑๙</sup> (๔) ปฏิสัมภีที่ปตตะ ผู้บรรลุปฏิสัมภี ๔<sup>๒๐</sup>

พระอรหันต์ ๕ ประเภทบ้าง คือ (๑) ปัญญาวิมุตติ ผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา (๒) อุภโตภาค  
วิมุตติ ผู้หลุดพ้นทั้งสองส่วนคือ ได้ทั้งเจโตวิมุตติ ขึ้นอรุปรมาบัติก่อนแล้วได้ปัญญาวิมุตติ (๓) เติวิชชะ  
ผู้ได้วิชา ๓ (๔) ฉฬภิญโญ ผู้ได้อภิญญา ๖ (๕) ปฏิสัมภีที่ปตตะ ผู้บรรลุปฏิสัมภี ๔

การแสดงธรรมของพระพุทธองค์ตลอด ๔๕ พรรษา เน้นที่การประกาศอริยสัจทั้ง ๔  
ประการ แต่เป็นการแสดงโดยย่อบ้าง โดยพิสดารบ้าง โดยตรงบ้าง โดยอ้อมบ้าง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ  
ความเข้าใจของผู้ฟังธรรมในแต่ละโอกาส ในคัมภีร์ที่ขนิทาย มหาวรรค ปรากุพุทธพจน์บทหนึ่ง มี  
เนื้อความว่า “ การที่สรรพสัตว์ทั้งหลายต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในสังสารวัฏนี้ตลอดกาล  
อันยาวนาน ก็เพราะไม่รู้แจ้งในอริยสัจ ๔ ประการนี้เอง แต่เมื่อเห็นอริยสัจ ๔ ตามความจริงแล้ว  
ก็จะสามารถตัดรากเหง้าแห่งทุกข์ได้”<sup>๒๑</sup> เพราะเหตุนี้ อริยสัจ ๔ จึงมีความสำคัญในฐานะเหตุของ  
การบรรลุนิพพาน สามารถแสดงรายละเอียดให้เห็นได้ดังต่อไปนี้

อริยสัจ แปลว่า ความจริงอันประเสริฐ, ความจริงของพระอริยะ, ความจริงที่ทำให้เป็น  
พระอริยะ และเป็นชื่อธรรมหมวดหนึ่งที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ เป็นหลักธรรมที่สำคัญที่สุดใน  
พระพุทธศาสนา ซึ่งถือว่าเป็นหลักแห่งความจริง และนำผู้เข้าถึงให้บรรลุถึงความ เป็นพระอริยะได้

อริยสัจ มี ๔ ประการ คือ

- |            |                            |
|------------|----------------------------|
| (๑) ทุกข์  | คือความไม่สบายกายไม่สบายใจ |
| (๒) สมุทัย | คือสาเหตุทำให้เกิดทุกข์    |
| (๓) นิโรธ  | คือความดับแห่งทุกข์        |

<sup>๑๘</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๕.

<sup>๑๙</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๖/๓๙๔.

<sup>๒๐</sup> อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๒/๒๔๒-๒๔๓.

<sup>๒๑</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๕๕/๑๐๐.

(๔) มรรค คือหนทางหรือแนววิถีสำหรับดับทุกข์<sup>๒๒</sup>

เนื่องจากการบรรลุธรรมเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา คือ พระนิพพาน โดยมีวิธีการปฏิบัติอยู่ ๔ แนวทาง คือ (๑) วิปัสสนามีสมณำหน้า (๒) สมณะมีวิปัสสนำหน้า (๓) สมณะและวิปัสสนาคู่กัน และ (๔) วิธีปฏิบัติเมื่อจิตถูกชักให้เขวด้วยธรรมุัจจทั้ง ๔ แนวทางนี้เป็นต้นแบบของกัมมัฏฐาน ๒ วิธี คือ สมถยานและวิปัสสนายาน ซึ่งต้องอาศัยหลักปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม คือ โภธิปักขิยธรรม นอกจากนี้เงื่อนไขที่ใช่แบ่งระดับของการบรรลุธรรม เรียกว่าสังโยชน์ เป็นตัวแบ่งระดับของ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ วิธีการบรรลุพระอรหันต์ หลังจากการบรรลุธรรมหากได้สมาธิระดับหนึ่ง จะทำให้ผู้ปฏิบัติได้รับความสามารถพิเศษหลังการบรรลุธรรม เรื่องอภิญา ๖ คือ (๑) อิทธีวิธี (๒) ทิพโสด (๓) เจโตปริยญาณ (๔) ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ (๕) จุตูปปาตญาณ และ (๖) อาสวักขยญาณ<sup>๒๓</sup>

การบรรลุธรรม จัดเป็นการบรรลุถึงโลกุตตรธรรม ๙ ประการ ได้แก่ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกทาคามีมรรค สกทาคามีผล อนาคามีมรรค อนาคามีผล อรหันตมรรค อรหันตผล และพระนิพพาน อย่างไรก็ตามสำเร็จหรือการรู้แจ้งแห่งตลอดอริยสัจ ๔ โดยการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา เจริญสมณะและวิปัสสนา ตามหลักการเจริญสติปัฏฐาน ๔ รวมลงก็คือ “รูปและนาม” ให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง ผู้ปฏิบัติสามารถละสังโยชน์และอนุสัย ได้ตามกำลังของมรรค ดังนั้น คนที่เข้าสู่กระบวนการฝึกตนแล้ว ย่อมประสบผลสำเร็จ คือ เข้าถึงจุดมุ่งหมายในระดับต่าง ๆ กันไป ตามที่ผู้ปฏิบัติสามารถเข้าถึงได้ สำเร็จเป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์

## ๒.๒ หลักธรรมที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม

หลักธรรมสำคัญที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม คือ โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ซึ่งเป็นหลักธรรมที่เกื้อหนุนแก่อริยมรรค เป็นข้อปฏิบัติเพื่อการตรัสรู้ พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่าการปฏิบัติตามหลักโภธิปักขิยธรรมเพื่อเป็นแนวทางบรรลุพระนิพพาน ดังพระดำรัสว่า “ทั้งกษัตริย์ พราหมณ์ แพศย์ ศูทร และสมณะ ผู้สรวรมกาย สรวรมวาจา สรวรมใจ อาศัยการเจริญโภธิปักขิย

<sup>๒๒</sup> ม.ม. (บาลี) ๑๒/๙๑/๖๕, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๙๑/๖๖.

<sup>๒๓</sup> นางสาวอรภักภา ทองกระจ่างเนตร, “การศึกษาวิเคราะห์สมมติกับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), บทคัดย่อ.



ธรรม ๗ หมวดแล้ว จะปรินิพพานในโลกนี้แน่นอน”<sup>๒๔</sup> โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนั้น หลักของสติปัฏฐาน ๔ มีคำอธิบายไว้อย่างละเอียดใน มหาสติปัฏฐานสูตรประกอบด้วยสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติสามารถปฏิบัติตามได้โดย ไม่ต้องค้นคว้าการปฏิบัติจากที่ใด เพราะพอเพียงสำหรับการเริ่มต้นถึงการบรรลุธรรม สำหรับบรรพตถาเป็นเพียงส่วนเสริมเพื่อขยายรายละเอียดประกอบอื่น ๆ แก่พระสูตรต่าง ๆ เท่านั้นส่วน ระดับการบรรลุธรรมนั้นใช้สังโยชน์ ๑๐ เป็นเกณฑ์ตัดสิน และการตรวจสอบผลตามลำดับขั้นของ การปฏิบัติใช้โสหสญาณ (ญาณ ๑๖) ในการตรวจสอบด้วยตนเอง<sup>๒๕</sup>

โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ จำแนกเป็น ๗ หมวดได้แก่ สติปัฏฐาน ๔, สัมมัปปธาน ๔, อิทธิบาท ๔, อินทรีย์ ๕, พละ ๕, โพชฌงค์ ๗ และอริยมรรคมีองค์ ๘ ในจำนวนธรรม ๓๗ ประการเหล่านี้ ถ้านับตัวสภาวะธรรมแท้ ๆ ตัดจำนวนที่ซ้ำออกไปมีเพียง ๑๔ ประการเท่านั้น คือ สติ วิริยะ ฉันทะ จิตตะ ปัญญา สัทธา สมาธิ ปิติ ปัสสัทธิ อุเบกขา สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ อาจกล่าวโดยสังเขปในแต่ละหมวดดังนี้ คือ

### ๑. สติปัฏฐาน ๔

ได้แก่ การตั้งสติสัมปชัญญะ เพียรพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกให้ได้ ในมหาสติปัฏฐานสูตรพระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อบรรลุอุบายธรรม เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัฏฐาน ๔ ประการ”<sup>๒๖</sup> อธิบายว่า ในการปฏิบัติแยกพิจารณาเป็น ๔ ประการ คือ

๑) การพิจารณากายในกาย แบ่งออกเป็น ๖ หมวด คือ พิจารณาลมหายใจเข้า ลมหายใจออก (อานาปานสติ) พิจารณาอริยาบถ พิจารณาสัมปชัญญะ พิจารณาสิ่งปฏิกุศล พิจารณาธาตุ พิจารณาซากศพ ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่าเป็นเพียงกาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

๒) การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย คือ พิจารณาความรู้สึกสุขทุกข์ ไม่ใช่สุขไม่ใช่ทุกข์ (อุเบกขา) ในตัวเอง แบ่งเป็น ๘ ประการ ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

<sup>๒๔</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๓๘/๑๐๑.

<sup>๒๕</sup> พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง), “การศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), บทคัดย่อ.

<sup>๒๖</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๔๐๕/๓๐๑-๓๔๐.

๓) การพิจารณาเห็นจิตในจิต คือ พิจารณาจิตของตนให้เห็นสภาวะตามที่ปรากฏในขณะนั้น ๆ และรู้ชัดตามความเป็นจริง แบ่งเป็น ๑๐ ประการ ตามสภาวะของจิต เช่น จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ เป็นต้น ตามที่เป็นไปในขณะนั้น ๆ

๔) การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ พิจารณาในขณะนั้น ๆ ว่ามีธรรมอะไรเกิดอยู่ในจิตของตน ก็รู้ชัดธรรมนั้น ๆ แบ่งเป็น ๕ หมวด คือ นิเวศน์ ๕, ชั้น ๕, อายุตนะ ๑๒, โพฆณค ๗, อริยสัจ ๔ ว่า คืออะไร เป็นอย่างไร มีตัวตนหรือไม่ เกิดขึ้นเจริญบริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้น ๆ

มีคำอธิบายว่า “สติปัญญาน” เป็นคำไวพจน์ของสัมมาสติ<sup>๒๗</sup> คือ การระลึกชอบ สัมมาสตินี้ พระพุทธองค์ตรัสว่า มีอารมณ์ ๔ ประเภท คือ กอรูป เวทนา จิต และธรรม การปฏิบัติธรรม แม้สติปัญญานจะมี ๔ อย่าง แต่ทรงเน้นเรื่องการเจริญกายานุปัสสนามากกว่าสติปัญญานอื่น<sup>๒๘</sup> สติปัญญาน ๔ นี้ครอบคลุมวิธีปฏิบัติวิปัสสนาทั้งหมดทุกข้อจึงกล่าวว่าเป็นทางสายเอก (เอกายโน มคโค)

## ๒. สัมมปธาน

คือ ความเพียรชอบ มีความหมายเหมือนสัมมาวายามะในอริยมรรคมีองค์ ๘ และในพระสูตรบางแห่งพบรูปว่า “อาตาปะ” คือ ความเพียรเผากิเลสมี ๔ อย่าง เรียกชื่อสั้น ๆ ว่า สังวรปธาน ปหานปธาน ภาวนาปธาน และอนุรักษนาปธาน

๑) สร้างฉันทะ พยายาม บรรเทาความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น (สังวรปธาน)

๒) สร้างฉันทะ พยายาม บรรเทาความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว (ปหานปธาน)

๓) สร้างฉันทะ พยายาม บรรเทาความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น (ภาวนาปธาน)

๔) สร้างฉันทะ พยายาม บรรเทาความเพียรประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อความดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย ภัยโยธภาพไพบูลย์เจริญเต็มที่แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว<sup>๒๙</sup> (อนุรักษนาปธาน)

<sup>๒๗</sup> พระคันธสาราภิวังศ์, โพรธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๒๒.

<sup>๒๘</sup> พระคันธสาราภิวังศ์, โพรธิปักขิยธรรม, หน้า ๓๑.

<sup>๒๙</sup> อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๙๐-๔๓๐/๓๒๘-๓๔๑.

### ๓. อธิธิบาท

อธิธิบาท แปลว่า คุณให้สำเร็จความประสงค์ในกิจการทุก ๆ อย่างหมายความว่าใคร จะทำการงานสิ่งใด ๆ ก็ตาม ถ้ามีอธิธิบาทแล้วสามารถจะยังกิจนั้น ๆ ให้สำเร็จได้ทุกอย่าง นับตั้งแต่ต่ำจนกระทั่งถึงสูงสุดคือพระนิพพาน<sup>๓๐</sup>

อธิธิ แปลว่า เป็นต้นเหตุ คือเป็นรากเหง้าเค้ามูลให้สัตว์ทั้งหลายเจริญรุ่งเรืองดีเด่นยิ่ง ๆ ขึ้นไปโดยลำดับ ๆ หมายความว่า ถ้ามีคุณธรรมเช่นนี้แล้ว สามารถจะยังบุคคลนั้นให้บรรลุประโยชน์ ภพนี้ภพหน้า และประโยชน์ อย่างยิ่งคือพระนิพพาน ดังมีหลักฐานรับรองไว้ว่า

อิชมนติ เอตาย สตตะ อิทธา วุชุตมา อุกกัสมตตะ โหนตตีปิ อิทธิ<sup>๓๑</sup>

ชื่อว่า อธิธิ เพราะอรรถว่า เป็นเหตุให้สัตว์ทั้งหลายสำเร็จความประสงค์คือมีความ เจริญสูงเด่นด้วยวิบุลย์ผล ตามที่ตนประสงค์

อธิธิ แปลว่า ลาม สมบัติ การถูกต้อง การทำให้แจ้ง การเข้าถึงธรรม ทั้งหลายก็ได้ ปาท แปลว่า เป็นที่ตั้งอาศัย คือ เป็นตน เป็นเท้า เป็นรากฐานอันสำคัญยิ่งในการที่จะให้ได้ผลเต็ม เม็ดเต็มหน่วย ดังหลักฐานรับรองไว้ว่า “ปาโทติ ปติฏฐา” ที่ตั้งอาศัย ชื่อว่า ปาท “อิชคฺมุปาโยติ อตฺถโ” อธิบายว่า อุบายเป็นเครื่องบรรลุคุณวิเศษ ชื่อว่า อธิธิบาท

ยสฺมา อูปรูปริวิเสสสงฺขาต อิทฺธิ ปชฺชนติ ปาปฺณนติ ตสฺมา ปาโทติ วุจฺจติ.

ท่านเรียกว่า ปาท ก็เพราะอรรถว่าเป็นเหตุให้สัตว์ทั้งหลายถึงความสำเร็จ ได้แก่ บรรลุ ความสำเร็จ กล่าวคือคุณวิเศษยิ่ง ๆ ขึ้นไป

เมื่อเอาศัพท์ทั้ง ๒ มาต่อกันเข้า จึงได้รูปเป็นอธิธิบาท แปลถอดใจความว่าคุณธรรมที่ ให้สำเร็จความประสงค์ทุก ๆ อย่าง

อธิธิบาทมี ๔ อย่างคือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้มีปรากฏ อยู่ในพระไตรปิฎก ว่า “จตตารอ อิทฺธิปาธา อิช ภิกฺขุ ฉนฺทสมฺมาธิปธานสงฺขารสมฺนนาคตฺ อิทฺธิปาท์ ภาเวติ วิริยสมฺมาธิปธานสงฺขารสมฺนนาคตฺ อิทฺธิปาท์ ภาเวติ จิตตสมฺมาธิปธานสงฺขารสมฺนนาคตฺ อิทฺธิ ปาท์ ภาเวติ วิมฺสาสมฺมาธิปธานสงฺขารสมฺนนาคตฺ อิทฺธิปาท์ ภาเวติ.”<sup>๓๒</sup>

แปลว่า อธิธิบาทมี ๔ อย่างคือ

<sup>๓๐</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.๙.), *วิปัสสนากรรมฐาน*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ประยูรวงศ์พริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๐๗๙.

<sup>๓๑</sup> วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๓๘๒/๑๕.

<sup>๓๒</sup> อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๔๓๐/๒๖๐.

๑) ท่านผู้เห็นภัยในวัฏสงสารในพระพุทธศาสนานี้ เจริญอุทฺธิบาท ประกอบด้วยสมาธิ มีฉันทะเป็นเหตุ มีฉันทะเป็นอธิบดี มีสังขารเป็นประธาน

๒) เจริญอุทฺธิบาท ประกอบด้วยสมาธิ มีความเพียรเป็นเหตุ มีความเพียรเป็นอธิบดี มีสังขารเป็นประธาน

๓) เจริญอุทฺธิบาทประกอบด้วยสมาธิมีจิตเป็นเหตุมีจิตเป็นอธิบดีมีสังขารเป็นประธาน

๔) เจริญอุทฺธิบาทประกอบด้วยสมาธิมีปัญญาเป็นเหตุ มีปัญญาเป็นอธิบดีมีสังขารเป็นประธาน

คำว่า “เจริญอุทฺธิบาท” ได้แก่ ลงมือเจริญวิปัสสนากรรมฐานนั่นเอง

คำว่า “ประกอบด้วยสมาธิ” ได้แก่สมาธิทั้ง ๓ คือ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ อุทฺธิบาท คือ ทางแห่งความสำเร็จ จัดเข้าในโพธิปักขิยธรรม คือ ธรรมเป็นเครื่องตรัสรู้ มี ๔ ประการ คือ<sup>๓๓</sup> (๑) ฉันทะ ความพอใจในธรรม (๒) วิริยะ ความขยันหมั่นเพียรในการปฏิบัติธรรม (๓) จิตตะ ความตั้งใจฝึกฝนในธรรม (๔) วิมังสา ความใคร่ครวญในธรรม

ความสำเร็จในทางธรรมนั้น แตกต่างจากความสำเร็จในทางโลก สามารถจำแนกเป็น ๕ อย่างดังนี้ คือ

- |                      |  |
|----------------------|--|
| ๑) อภิญญาอุทฺธิ      | ความสำเร็จแห่งการรู้ยิ่ง                   |
| ๒) ปริญาอุทฺธิ       | ความสำเร็จแห่งการกำหนดรู้ทุกขสัจ           |
| ๓) ปหานอุทฺธิ        | ความสำเร็จแห่งการละสมุทัย                  |
| ๔) สัจฉิกิริยาอุทฺธิ | ความสำเร็จแห่งการกระทำให้แจ้งนิโรธสัจ      |
| ๕) ภาวนาอุทฺธิ       | ความสำเร็จแห่งการอบรมมรรคสัจ <sup>๓๔</sup> |

#### ๔. อินทรีย์

คือ ธรรมที่เป็นใหญ่ในกิจของตน โดยเป็นเจ้าการในการทำหน้าที่และเป็นหัวหน้านำสัมปยุตตธรรมในการครอบงำและกำจัดธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ มี ๕ ประการ นิยมเรียกชื่อตรงตามชื่อธรรมนั้น ๆ เช่น สัทธินทรีย์ (สัทธา+อินทรีย์) เป็นต้น

๑) สัทธินทรีย์ ศรัทธาเป็นใหญ่ในความเชื่อมั่นเลื่อมใสในคุณของพระรัตนตรัยกรรม และผลของกรรม โดยไม่หวั่นไหวในการปฏิบัติธรรม

<sup>๓๓</sup> อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๓๑-๔๖๕/๓๕๔-๓๕๗.

<sup>๓๔</sup> พระคัมภีร์สาราณิกวงศ์, โพธิปักขิยธรรม, หน้า ๖๐-๖๑.

๒) วิริยินทรีย์ วิริยะเป็นใหญ่ในความเพียรที่ไม่ย่อท้อ ไม่ให้เกิดความเกียจคร้านในการปฏิบัติธรรม

๓) สตินทรีย์ สติเป็นใหญ่ในการทำจิตให้รู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบันได้อย่างชัดเจนในการปฏิบัติธรรม

๔) สมาธินทรีย์ สมาธิเป็นใหญ่ในการตั้งมั่นในสภาวะธรรมปัจจุบัน ไม่ซัดส่ายฟุ้งซ่านไปในอารมณ์อื่นจากอารมณ์ที่กำหนดอยู่ในการปฏิบัติธรรม

๕) ปัญญินทรีย์ ปัญญาเป็นใหญ่ในการหยั่งรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริง โดยไม่หลงมกมายไปในสภาวะธรรมเหล่านั้นในการปฏิบัติธรรม<sup>๓๕</sup>

#### ๕. พละ

คือ ธรรมอันเป็นกำลังในการกำจัดกิเลส ทำให้บรรลุถึงการตรัสรู้ธรรมในพระพุทธศาสนา มี ๕ ประการ และมักเรียกชื่อเต็มตามชื่อธรรมนั้น ๆ ว่า สัทธิพละ (สทธิ+พล) เป็นต้น

๑) สัทธิพละ ความเชื่อมั่นเลื่อมใสที่มีกำลัง

๒) วิริยพละ ความเพียรที่มีกำลัง

๓) สติพละ ความระลึกูที่มีกำลัง

๔) สมาธิพละ สมาธิที่มีกำลัง

๕) ปัญญาพละ ความหยั่งรู้ที่มีกำลัง<sup>๓๖</sup>

#### ๖. โภชณงค์

คือ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการรู้แจ้งอริยสัจทั้ง ๔ มี ๗ ประการ

๑) สติสัมโพชณงค์ องค์แห่งการตรัสรู้คือสติ

๒) ฌัมมวิจยสัมโพชณงค์ องค์แห่งการตรัสรู้คือฌัมมวิจย

๓) วิริยสัมโพชณงค์ องค์แห่งการตรัสรู้คือวิริยะ

๔) ปิติสัมโพชณงค์ องค์แห่งการตรัสรู้คือปิติ

๕) ปัสสัทธิสัมโพชณงค์ องค์แห่งการตรัสรู้คือปัสสัทธิ

๖) สมาธิสัมโพชณงค์ องค์แห่งการตรัสรู้คือสมาธิ

๗) อุเปกขาสัมโพชณงค์ องค์แห่งการตรัสรู้คืออุเบกขา<sup>๓๗</sup>

<sup>๓๕</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๕๒๙-๕๔๐/๓๔๓-๓๕๑.

<sup>๓๖</sup> อง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๔/๑๗-๑๘.

<sup>๓๗</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๖๖-๔๘๕/๓๕๘-๓๗๐.

### ๗. อริยมรรค

แปลว่า ทางอันประเสริฐที่นำไปสู่ความหลุดพ้นคือการบรรลุมรรคผลนิพพาน หมายถึง อริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ คือ

๑) สัมมาทิฏฐิ คือ ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกข์สมุทัย (เหตุเกิดทุกข์) ความรู้ในทุกข์นิโรธ (ความดับทุกข์) ความรู้ในทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา (ข้อปฏิบัติที่ให้ถึงความดับทุกข์)

๒) สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริในเนกขัมมะ (การออกจากกาม) ความดำริในอพยาบาท (ความไม่พยาบาท) ความดำริในอวิหิงสา (การไม่เบียดเบียน)

๓) สัมมาวาจา คือ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดเท็จ จากการพูดส่อเสียด จากการพูดคำหยาบ จากการพูดเพ้อเจ้อ

๔) สัมมากัมมันตะ คือ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ จากการลักทรัพย์ จากการประพฤตินิโคตติในกาม

๕) สัมมาอาชีวะ คือ การละมิจฉาอาชีวะ เลี้ยงชีพด้วยสัมมาอาชีวะ

๖) สัมมาวายามะ คือ ความเพียรในสัมมปปธาน ๔

๗) สัมมาสติ คือ สติในการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔

๘) สัมมาสมาธิ คือ การบรรลุฌานปฐมฌานจนถึงจตุตถฌาน<sup>๓๘</sup>

เมื่อเทียบกับหลักไตรสิกขา องค์มรรคข้อ ๑-๒ เป็นปัญญา ข้อ ๓-๔-๕ เป็นศีล และข้อ ๖-๗-๘ เป็นสมาธิ<sup>๓๙</sup> กล่าวคือไตรสิกขา ได้แก่ สีลสิกขา จิตตสิกขา ปัญญาสิกขา

ดังนั้น อริยมรรคมีองค์ ๘ สามารถสงเคราะห์ลงในหลัก ไตรสิกขา<sup>๔๐</sup> ได้ดังนี้ คือ

๑. สัมมาทิฏฐิ (เห็นชอบ)	}	อริปัญญาสิกขา
๒. สัมมาสังกัปปะ (ดำริชอบ)		
๓. สัมมาวาจา (เจรจาชอบ)	}	อริศีลสิกขา
๔. สัมมากัมมันตะ (กระทำชอบ)		
๕. สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ)		
๖. สัมมาวายามะ (พยายามชอบ)	}	อริจิตตสิกขา
๗. สัมมาสติ (ระลึกชอบ)		
๘. สัมมาสมาธิ (ตั้งจิตมั่นชอบ)		

<sup>๓๘</sup> อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๘๖-๕๐๗/๓๗๑-๓๘๔.

<sup>๓๙</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๕๔๕.

<sup>๔๐</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๒.

ไตรสิกขา เป็นหลักในการศึกษาและปฏิบัติในพระพุทธศาสนา เป็นการบรรลุถึงคุณความดี ๓ ระดับ<sup>๔๑</sup> เริ่มตั้งแต่ความดีงามในเบื้องต้น หมายถึงศีล ความดีงามในท่ามกลาง หมายถึงสมาธิ และความดีงามในที่สุด หมายถึง ปัญญา ในหลักศึกษาและปฏิบัติ ๓ ประการนี้เมื่อกกล่าวโดยพิสดาร ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ หรือ มัชฌิมาปฏิปทานั่นเอง

โพธิปักขิยธรรม ๓๗ เป็นหลักธรรมที่เกี่ยวพันแก่อริยมรรค เป็นข้อปฏิบัติเพื่อการตรัสรู้ เมื่อปฏิบัติธรรมะหมวดใดหมวดหนึ่งก็เป็นอันเจริญครบทุกหมวด เพราะโพธิปักขิยธรรมทั้งหมดนั้นเนื่องอยู่กับมรรคมีองค์ ๘ ทั้งสติปัฏฐาน ๔, สัมมัปปธาน ๔, อิทธิบาท ๔, อินทรีย์ ๕, พละ ๕, โพชฌงค์ ๗ ย่อมถึงความเจริญเต็มที่ ธรรมทั้ง ๒ นี้ คือสมถะและวิปัสสนาของเขาย่อมเคียงคู่กันไป การปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ เท่ากับรวมการปฏิบัติหมวดอื่นเข้าไว้ทั้งหมดทั้งสติปัฏฐาน ๔, สัมมัปปธาน ๔, อิทธิบาท ๔, อินทรีย์ ๕, พละ ๕, โพชฌงค์ ๗ รวมอยู่ในมรรคมีองค์ ๘ แม้ในหมวดสติปัฏฐาน ๔ เมื่อพิจารณาให้ดีจะเห็นว่าได้รวมเอาองค์ธรรมในหมวดอื่น ๆ ไว้ทั้งหมด ซึ่งเป็นความสอดคล้องของหลักธรรมในการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม

## ๒.๓ หลักปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม (สติปัฏฐาน ๔)

### ๑. หลักสติปัฏฐาน ๔

การปฏิบัติสติปัฏฐาน มีจุดประสงค์เพื่อให้มีจิตใจเป็นกลาง เป็นอิสระไม่ถูกกิเลสควบคุมครอบงำ มองเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไป มองเห็นและรู้สึกต่อสิ่งทั้งหลายตามภาวะของมันเอง รับรู้ความจริงของสิ่งนั้นตามที่มันเป็นอย่างนั้น โดยไม่เอาความรู้สึกสมมติ และยึดมั่นต่าง ๆ ว่าเป็นตัวเรา เป็นเขา ซึ่งเป็นทำที่ที่เป็นอิสระ ไม่หวั่นไหวไปตามอารมณ์ต่าง ๆ ที่เข้ามากระทบ เพราะมองเห็นสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงด้วยปัญญา คือไม่มีอคติความเอนเอียง เมื่อเห็นและเข้าใจตามเป็นจริง จนไม่มีความรู้สึกกระหายอยาก (อภิชฌา) และความขัดเคืองกระทบใจ (โทมนัส) ไม่มีความกระวนกระวายต่าง ๆ จิตก็พ้นจากความทุกข์มีความโปร่งเบา ผ่อนคลาย สงบ เป็นตัวของตัวเอง โดยพิจารณาให้เป็นสัมมาสติ

สติปัฏฐาน ๔ เป็นหนทางปฏิบัติอันเป็นทางสายเอกสายเดียว ในพระพุทธศาสนาที่จะนำพาให้เหล่าเวไนยสัตว์บรรลุถึงจุดหมายปลายทาง คือ พระนิพพาน ดังพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และ

<sup>๔๑</sup> อภ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑/๑-๒, อภ.ทสก.อ. (ไทย) ๓/๑/๓๑๘.

โหม่นัส เพื่อบรรลุนิยามธรรม เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัฏฐาน ๔ ประการ”<sup>๔๒</sup> สติปัฏฐาน ๔ มีใจความสำคัญ ดังนี้ คือ

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งสติตามระลึกรู้อย่างของตน เป็นกัมมัฏฐานที่เหมาะสมแก่คนซึ่งมีต้นเหตุหาจริตกล้าปัญญาน้อย มักพอใจติดใจในสิ่งที่เป็นรูปธรรมทั้งหลาย จึงทรงสอนให้บุคคลอาศัยสติสัมปชัญญะและความเพียรระลึกรู้ที่กาย อาจจะเป็นระลึกรู้ลมหายใจเข้าออกที่เรียกว่า อานาปานสติ หรือระลึกรู้ที่อริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ ได้แก่ ยืน เดิน นั่ง นอน หรือระลึกรู้ทุกส่วนของอริยาบถ มีสติระลึกรู้ ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม ทำ พูด คิด คู้แขนเหยียดแขน เป็นต้น ตลอดจนการถอย การแล การเหลียว การคู้เข้า การเหยียดออก การนุ่ง การห่ม เป็นต้น หรือแยกกายออกเป็นส่วนตัวต่าง ๆ ตามหลักของกายคตาสติ แยกกายออกเป็นธาตุ ๔ ตามหลักของธาตุ ๔ ตลอดถึงการดูซากศพในป่าช้า ที่เรียกว่า ป่าช้าทั้ง ๙ เพื่อต้องการให้เกิดความเบื่อหน่ายคลายกำหนดในกายตนและกายบุคคลอื่นเป็นประการสำคัญ<sup>๔๓</sup> โดยมีหลักปฏิบัติ คือ การพิจารณากาย หรือตามดูรู้ทันกาย แบ่งเป็น ๖ อย่าง คือ

(๑) อานาปานสติ หลักอานาปานสติ เป็นการฝึกจิตโดยใช้ลมหายใจเป็นอุปกรณ์ให้จิตจับอยู่ที่ลมหายใจเข้า-ออกโดยอาการต่าง ๆ หลักการเจริญอานาปานสติ ซึ่งเป็นกายานุปัสสนาแต่ก็ครอบคลุมสติปัฏฐานอีก ๓ ข้อไว้ทั้งหมด คือ เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และธัมมานุปัสสนา

(๒) กำหนดอริยาบถ คือ การกำหนดรู้ชัดในอาการที่เป็นอยู่ในขณะนั้น ให้มีสติอยู่ทุกอริยาบถไม่ว่า ยืน เดิน นั่ง นอน ที่ปรากฏข้อความไว้ว่า “ภิกษุเมื่อเดินก็รู้ชัดว่า เราเดิน เมื่อยืนก็รู้ชัดว่า เรายืน เมื่อนั่ง ก็รู้ชัดว่า เรานั่ง เมื่อนอนก็รู้ชัดว่า เรานอน”<sup>๔๔</sup>

(๓) สัมปชัญญะ คือ มีสัมปชัญญะ คือทำความรู้สึกตัวในการกระทำ และความเคลื่อนไหวทุกอย่าง ที่ปรากฏข้อความไว้ว่า “ภิกษุทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป-ถอยกลับ, การแลดู-เหลียวดู, การคู้เข้า-เหยียดออก, การก้าวเดิน-เหลียวมอง, การครองผ้าสังฆาฏิ-บาตร-จีวร, การฉัน-ดื่ม-เคี้ยว-ลิ้ม, การถ่ายอุจจาระ-ปัสสาวะ, การเดิน-ยืน-นั่ง-นอน-ตื่น-พูด-นั่ง”<sup>๔๕</sup>

(๔) ปฏิกุลมณสิการ คือ พิจารณาร่างกายของตนตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง ซึ่งมีส่วนประกอบที่ไม่สะอาดต่าง ๆ มากมายมารวมอยู่ด้วยกัน ที่

<sup>๔๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๓/๓๐๑.

<sup>๔๓</sup> พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตตภาโณ), นิเทศธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: อีรพวงษ์การพิมพ์, ๒๕๓๗), หน้า ๒๙๕.

<sup>๔๔</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

<sup>๔๕</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.



ปรากฏข้อความไว้ว่า “ในกายนี้ มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มัน ชัน น้ำตา เพลวมน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร”<sup>๔๖</sup>

(๕) ธาตุมนสิการ คือ พิจารณาร่างกายของตน ให้เห็นว่าเป็นสักแต่ว่า เป็นที่ประชุมกันแห่งธาตุ ๔ ที่ปรากฏข้อความไว้ว่า “ภิกษุพิจารณาณานี้ตามที่ตั้งอยู่ตามที่ดำรงอยู่โดยความเป็นธาตุว่า ในกายนี้ มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่”<sup>๔๗</sup>

(๖) นวสีวธิกา คือ การพิจารณาซากศพที่อยู่ในสภาพต่าง ๆ กัน เรียกว่าการพิจารณาซากศพ ๙ ระยะ เริ่มตั้งแต่ซากศพที่ตายใหม่ ๆ ไปจนถึงกระดูกผุ แล้วให้ย้อนนึกเปรียบเทียบกับร่างกายของตน ว่าก็ต้องเป็น เช่น นั้นเหมือนกัน<sup>๔๘</sup>

**๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน** ฐานอันเป็นที่ตั้งสติระลึกไว้ในเวทนา เป็นกัมมัญฐานที่เหมาะสมกับคนที่มีตัณหาจริตอ่อน ปัญญากล้า มักพอใจติดใจในความสุขในชั้นต่าง ๆ เช่น สุขในสมาธิ สุขในสวรรค์ เป็นต้น ตามปกติเวทนาจำแนกไว้เป็นสุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุขเวทนา บางครั้งก็จำแนกไว้ ๕ เป็นความสุข ความทุกข์ โสมนัส คือความสุขใจ โทมนัส คือความทุกข์ใจ ความเสียใจ และอุเบกขาคือเฉย ๆ ไม่ถึงกับสุขกับทุกข์ บางครั้งก็ทรงจำแนกเวทนาเป็น ๖ ประเภท ตามประสาทสัมผัส<sup>๔๙</sup> โดยมีหลักปฏิบัติ คือ การเฝ้าดูและกำหนดรู้ให้ทันเวทนา คือ เมื่อเกิดความรู้สึกสุขหรือทุกข์หรือว่า เฉย ๆ ทั้งที่เป็นชนิดสามิส และนิรามิส ก็รู้ชัดตามความรู้สึกที่เป็นอยู่ในขณะนั้น ๆ

**๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน** ฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งสติตามระลึกจิตของตน ตามที่ปรากฏในขณะนั้น ๆ ด้วยจิตมีกิเลสก็ให้รู้ว่ามีกิเลสอย่างไรอย่างหนึ่ง จิตไม่มีกิเลสอย่างไรอย่างหนึ่งก็รู้ว่าขณะนั้นจิตไม่มีกิเลส เป็นกัมมัญฐานที่เหมาะสมกับคนที่มีทิวฐิจริตกล้า ปัญญาน้อย มักมีความสำคัญมั่นหมายว่าจิตนั้นเป็นของเที่ยงแท้แน่นอน<sup>๕๐</sup>

**๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน** ฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งสติตามระลึกธรรม ทั้งที่เป็นกุศลอกุศลและที่เป็นกลาง ๆ ให้รู้เห็นตามความเป็นจริง ซึ่งเหมาะกับคนที่มีทิวฐิจริตอ่อน ปัญญา

<sup>๔๖</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๗/๓๐๖.

<sup>๔๗</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๗.

<sup>๔๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๙/๓๐๘.

<sup>๔๙</sup> พระราชาธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตถาโณ), นิเทศธรรม, หน้า ๒๙๖.

<sup>๕๐</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๙๗.

กล้า เพราะพอใจติดในธรรม หลักปฏิบัติคือ การตามดู รู้ทัน พิจารณาธรรม ทั้งส่วนที่เป็นกุศลธรรมและอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นภายในจิต คือ

(๑) กำหนดรู้ทันนิเวรณ คือ ธรรมที่กั้นขัดขวางจิต ไม่ให้ก้าวหน้าหรือบรรลุคุณธรรมความดีงาม มี ๕ อย่าง คือ (๑) กามฉันทะ ความพอใจในกาม (๒) พยาบาท ความคิดร้าย (๓) ถีนมิตระ ความหดหู่และเชื่องซึม (๔) อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ (๕) วิกิจจนา ความลั้งเลงสงสัย สติระลึกและพิจารณาให้รู้ชัดในขณะนั้น ๆ

(๒) กำหนดรู้ทันขันธ คือ ใช้สติพิจารณากำหนดรู้ว่าขันธ ๕ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ คืออะไรเกิดขึ้นได้อย่างไร ดับไปได้อย่างไร โดยการพิจารณาว่า “รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นอย่างไร ความเกิด ความดับแห่ง รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นอย่างไร”<sup>๕๑</sup>

(๓) กำหนดรู้ทันอายตนะ คือ รู้ชัดในอายตนะภายในภายนอกแต่ละอย่าง ๆ รู้ชัดในสัญญาอันที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยอายตนะนั้น ๆ รู้ชัดว่าสัญญาอันที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไร ที่เกิดขึ้นแล้วละเสียได้อย่างไร ที่ละได้แล้ว ไม่เกิดขึ้นได้อีกต่อไปอย่างไร<sup>๕๒</sup>

(๔) กำหนดรู้ทันโพชฌงค์ (องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้พร้อม) คือ รู้ชัดในขณะนั้น ๆ ว่าโพชฌงค์๗ แต่ละอย่าง ๆ มีอยู่ในจิตตนหรือไม่ที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไร ที่เกิดขึ้นแล้ว เจริญเต็มบริบูรณ์ได้อย่างไร โดยการตามดูรู้ชัดในโพชฌงค์ ๗ ว่า เมื่อสติ (ความระลึกได้) ธัมมวิจย (พิจารณาเลือกเฟ้นธรรม) วิริยะ (ความเพียร) ปีติ (ความอิ่มใจ) ปัสสัทธิ (ความสงบ) สมาธิ (ความตั้งใจมั่น) อุเบกขา (พิจารณาเห็นโดยความเป็นกลาง) ภายใน (ตัวผู้ปฏิบัติ) มีอยู่ ก็รู้ชัด<sup>๕๓</sup>

(๕) กำหนดรู้ทันอริยสัจ คือ รู้ชัดอริยสัจ ๔ แต่ละอย่าง ๆ ตามความเป็นจริงว่า คืออะไร เป็นอย่างไร “รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ นี้ทุกขสมุทัย (เหตุให้เกิดทุกข์) นี้ทุกขนิโรธ (ความดับทุกข์) นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ข้อปฏิบัติเป็นเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์)”<sup>๕๔</sup>

ในการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ นี้ บอกให้ทราบไว้ว่า ชีวิตของเรา มีจุดที่ควรใช้สติคอยกำกับดูแลทั้งหมดเพียง ๔ แห่ง คือ ร่างกายและพฤติกรรมทางกายแห่งหนึ่ง เวทนาคือความรู้สึกสุขทุกข์ต่าง ๆ แห่งหนึ่ง ภาวะจิตที่เป็นไปต่าง ๆ แห่งหนึ่ง และความคิด

<sup>๕๑</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘.

<sup>๕๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙.

<sup>๕๓</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๑.

<sup>๕๔</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔.

ไตร่ตรองอีกแห่งหนึ่ง ถ้าดำเนินชีวิตโดยมีสติคุ้มครอง ณ จุดทั้งสิ้นแล้ว ก็จะช่วยให้เป็นอยู่ อย่างปลอดภัย ไร้ทุกข์ มีความสุขผ่องใส และเป็นปฏิปทานำไปสู่ความรู้แจ้งอริยสัจธรรมต่อไป

**๒. วิสุทธิ** แปลว่า ความบริสุทธิ์<sup>๕๕</sup> ในที่นี้หมายถึง พระนิพพาน ซึ่งเป็นธรรมอันหมดจดจากมลทินมีรากะเป็นต้น ในทางพระพุทธศาสนา มีการกล่าวถึงวิสุทธิ ๗ ว่าเป็นความบริสุทธิ์ที่สูงขึ้นไปตามลำดับ เป็นการทำให้บริสุทธิ์ ด้วยการฝึกฝนตนเองตามหลักไตรสิกขาไปโดยลำดับจนบรรลุถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดคือพระนิพพาน มีวิธีปฏิบัติ ๗ ชั้น คือ

๑) สีสวิสุทธิ หมายถึง ความบริสุทธิ์แห่งศีลมี ๔ วิธี ได้แก่

(๑) ปาฏิโมกขสังวรศีล บริสุทธิ์ด้วยการปฏิบัติสำรวมตามพระบัญญัติที่มาในพระปาติโมกข์มีปาราชิก ๔ เป็นต้น

(๒) อินทรีย์สังวรศีล บริสุทธิ์ด้วยการสำรวมอินทรีย์ทั้ง ๖ คือ ด้วยการสำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ องศ์ธรรมได้แก่ สติเจตสิกที่ประกอบในมหากุศลจิตขณะ ที่มีการสำรวมในการรับอารมณ์ทางทวารทั้ง ๖ การสำรวมในการรับอารมณ์ทางทวารทั้ง ๖ นั้น ท่านมิให้ถือเอานิमित และอนุพยัญชนะ คือมิให้ถือเอาบัญญัติอารมณ์ เฉพาะส่วนใดส่วนหนึ่ง เช่น ศีรษะ, แขน, ขา, มือ เป็นต้น เรียกว่า “อนุพยัญชนะ” และมีให้ถือเอาบัญญัติรวม เช่น บัญญัติรวมทั้งรูปร่างกายทั้งหมด โดยความเป็นคน เป็นสัตว์ เป็นหญิงหรือชาย เป็นต้น เรียกว่า “นิमित” ท่านให้ถือเอาสภาวะปรมาตถ์เท่านั้นเป็นอารมณ์ ได้แก่ นามธรรม และรูปธรรมที่กำลังปรากฏอยู่เฉพาะหน้า เป็นปัจจุบันอารมณ์

(๓) อาชีวะปาริสุทธิศีล บริสุทธิ์ด้วยการเลี้ยงชีพชอบ ฆราวาสพึงเว้นจากมิจฉาชีพต่าง ๆ ที่เนื่องด้วยกายทุจริต และวจีทุจริตด้วยวิริยะ ออกกัณฑ์ต่อทุจริตและมิจฉาชีพ ฝ่ายบรรพชิตพึงเว้นกุลทุสกรกรรม (ประจบประแจงเพื่อให้เขาเลื่อมใสตน) และอนเสนา (การแสวงหาโดยวิธีต่าง ๆ ที่ไม่เป็นไปตามพระวินัยบัญญัติ)

(๔) ปัจจยสันนิสสิตศีล ศีลที่บริสุทธิ์ด้วยการมีสติพิจารณาใช้สอยปัจจัย ๔ เช่น การบริโภคอาหารเพื่อขจัดความทุกข์จากความหิว, ใช้จีวร เป็นต้น เพื่อปกปิดอวัยวะที่ทำให้เกิดความละอาย และเพื่อป้องกันลมแดด เป็นต้น

อีกนัยหนึ่ง ศีลย่อมบริสุทธิ์ด้วยเหตุ ๔ ประการ คือ

๑. เทสนาสุทธิ บริสุทธิ์ด้วยการแสดงอาบัติ

๒. สังวรสุทธิ บริสุทธิ์ด้วยการสำรวมอินทรีย์ ๖

<sup>๕๕</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๓๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๖๑), หน้า ๔๑๕.

๓. ปริเยฐฐิตวิสุทธิ บริสุทธิ์ด้วยการงดเว้นจากการแสวงหาที่ผิดพระธรรมวินัย  
 ๔. ปัจจเวกขณวิสุทธิ บริสุทธิ์ด้วยการพิจารณาตามพระวินัยบัญญัติ

วิธีปฏิบัติต้องเป็นนิจศีล คือ การรักษาศีลอยู่เป็นประจำจึงชื่อว่า “สีลวิสุทธิ” กล่าวคือ คฤหัสถ์ทั่วไปรักษาศีล ๕, อุบาสกและอุบาสิกรักษาศีลอุโบสถ, สามเณรรักษาศีล ๑๐, ภิกษุรักษาศีล ๒๒๗ จึงได้ชื่อว่าสีลวิสุทธิ การรักษาศีลเป็นนิยัตยเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก และปุถุชนไม่อาจรักษาเป็นนิยัตยได้ เว้นแต่ท่านผู้เป็นพระอริยบุคคลเท่านั้น

๒) จิตตวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งจิต คือการชำระจิตให้ปราศจากกิเลสนิวรณ์ หมายถึง ความบริสุทธิ์ที่เกิดจากสมาธินั่นเอง จิตตวิสุทธินี้ ย่อมเกิดแก่พระโยคาวจรที่เป็นผู้เจริญสมณะเรียกว่า “สมถยานิก” ส่วนผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ เรียกว่า “วิปัสสนายานิก” ในการเข้าถึงจิตตวิสุทธินั้น ผู้ปฏิบัติเพื่อชำระจิตให้บริสุทธิ์ จำแนกกล่าวโดยสรุปมี ๒ จำพวก คือ สมถยานิก ได้แก่ ผู้ปฏิบัติได้สมาธิ ๒ ชั้น คือ อุปลารสมาธิกับอัปปนาสมาธิ แล้วเจริญวิปัสสนาเพื่อให้ได้บรรลุมรรคผลต่อไป และวิปัสสนายานิก ได้แก่ ผู้ปฏิบัติได้ขณิกสมาธิเท่านั้น แล้วเจริญวิปัสสนาเพื่อให้ได้บรรลุมรรคผลต่อไป จิตตวิสุทธิ หรือสมาธิที่บริสุทธิ์นั้น เป็นสมาธิที่ปราศจากกิเลสนิวรณ์ มีกามฉันทนิวรณ์ เป็นต้น

๓) ทิฐิวินิวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ที่เกิดจากความเห็นถูกต้อง ได้แก่ การรู้เห็นรูปธรรมนามธรรมตามความเป็นจริง หมายความว่า ปัญญาที่กำหนดรู้สภาวะลักษณะของรูปธรรมและนามธรรมว่ามีเฉพาะรูปและนามเท่านั้นที่มีอยู่เป็นอยู่ตามความเป็นจริง ในญาณ ๑๖ ได้แก่ นามรูปปริจเฉทญาณ ปัญญาที่เห็นนามรูปตามสภาวะที่เป็นความจริงนี้ ชื่อว่า “ทิฐิวินิวิสุทธิ” เพราะความรู้เห็นนี้ บริสุทธิ์จากสัkkายทิฐิ คือ ความสำคัญผิดว่า รูปนามชนันท์ ๕ ว่าเป็นอัตตัตถัตถน ว่าเป็นเราของเรา เป็นต้น

๔) กังขาวิตรณวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ที่เกิดจากปัญญาที่ข้ามพ้นจากความสงสัย มีรูปวิเคราะห์ว่า “กังขาวิตรณ จ สา วิสุทธิ จาติ กังขาวิตรณวิสุทธิ”<sup>๕๖</sup> แปลว่า ปัญญาที่รู้เหตุปัจจัยของนามรูปทั้ง ๒ ชื่อว่า กังขาวิตรณวิสุทธิ หมายความว่า ปัญญาที่รู้ว่าธรรมทั้งหลาย คือ นามและรูปเหล่านี้ เกิดขึ้นเพราะอาศัยอวิชชา ตัณหา เป็นต้น เป็นเหตุ และเป็นปัจจัยให้เกิดขึ้นทั้งในชาตินี้ และชาติหน้าก็ตาม หากมีพระผู้เป็นเจ้าบันดาลให้เกิดขึ้นได้ไม่ ปัญญา นี้ ชื่อว่า “กังขาวิตรณวิสุทธิ” เพราะสามารถทำลายความเห็นผิดในรูปนามเป็นต้นชื่อว่า “อิสสรนิมมานวาททิฐิ” คือ สำคัญว่า

<sup>๕๖</sup> พระพันดาจารย์ธัมมपालเถระ, ปรมตถมณฺษุสา นาม วิสุทฺธิมคฺคมหาภูทิกา (ทฺติโย ภาโค), (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๗), หน้า ๔๐๖.

มีผู้ยิ่งใหญ่ เป็นผู้สร้างสัตว์และโลกขึ้น ความเห็นผิดและความสงสัยนี้ ถูกทำลายลงด้วยปัญญาที่เห็นปัจจัยของนามและรูปตามสภาวะที่เป็นจริง กังขาวิตรณวิสุทธินี้ ในญาณ ๑๖ ได้แก่ ปัจจัยปริคคหญาณ ซึ่งเป็นญาณที่รู้เห็นปัจจัยของนามรูป ทำให้สิ้นความสงสัยในกาลทั้ง ๓ ว่า ในอดีตเราเคยเกิดมาหรือไม่หนอ ชาตินี้ เราเกิดมาได้อย่างไรหนอ และชาติต่อไป เราจะเกิดขึ้นอีกหรือไม่หนอ ความสงสัยเช่นนี้ จะไม่เกิดแก่ผู้ปฏิบัติที่เข้าถึงญาณที่ ๒ (ปัจจัยปริคคหญาณ) ในวิสุทธิ ๗ เรียกว่า กังขาวิตรณวิสุทธิ

๕) มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ คือความบริสุทธิ์ของปัญญาที่รู้ถูกต้องว่าทางนี้ใช่ทางหรือไม่ใช่ทาง ที่จะดำเนินไปสู่พระนิพพาน ดังนั้น มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินี้ ท่านจึงหมายถึงปัญญาของผู้ที่มีความรู้ถูกต้องแน่นอนว่า อารมณฺ์นี้ เป็นอารมณฺ์ที่จะดำเนินไปสู่พระนิพพานหรือไม่ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินี้ ในญาณ ๑๖ ได้แก่ อุทฺยัพพญาณ (ญาณที่ ๔) เบื้องต้น เรียกว่า ตรุณอุทฺยัพพญาณ คือ ปัญญาที่รู้เห็นความเกิดและความดับไปของนามรูป ชนิดสันตติยฺังไม่ขาด เมื่อเพ่งอารมณฺ์ด้วยสมาธิมีกำลังมากเกินกว่าปัญญา ทำให้วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่าง อย่างใดอย่างหนึ่ง เกิดขึ้นเป็นอารมณฺ์ปะปนอยู่กับนามรูปที่อยู่ภายใต้ไตรลักษณ์ ในอุทฺยัพพญาณนั้น วิปัสสนูปกิเลสที่จัดเป็นกิเลสของวิปัสสนาได้นั้น จะต้องเกิดกับวิปัสสนาที่จัดเข้าในปฏิปทาที่แท้จริงเท่านั้น ข้อที่ไม่ใช่แนวทางของวิปัสสนานั้นมัคคามัคคญาณจะเกิดขึ้นไม่ได้เลย เพราะญาณนี้จะต้องรู้เห็นอย่างถูกต้อง ว่าอะไรที่ไม่ใช่อารมณฺ์ของมรรค อะไรที่เป็นอารมณฺ์ของมรรคที่แท้จริง เรียกว่า มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ อารมณฺ์ที่แท้จริงนั้น ได้แก่ นามรูปที่เป็นไตรลักษณ์ในอุทฺยัพพญาณ ส่วนอารมณฺ์ที่ไม่ใช่ทางนั้น ได้แก่ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐<sup>๕๗</sup>

๖) ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของปัญญาที่รู้ในข้อปฏิบัติที่ดำเนินไปสู่พระนิพพานได้แน่นอน ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธินี้จัดเป็นวิปัสสนาญาณโดยแท้จริง ซึ่งสามารถสังเคราะห์ญาณ ๑๖ เข้าในวิปัสสนาญาณ ๙ ดังนี้ คือ

- (๑) พลวอุทฺยัพพญาณ
- (๒) กังคญาณ
- (๓) ภาตูปัญฐานญาณ (ภยญาณ)
- (๔) อาทีนญาณ
- (๕) นิพพิทาญาณ
- (๖) มุญจิตุกัมยตาญาณ

<sup>๕๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๐๘.

- (๓) ปฏิสังขานญาณ
- (๔) สังขารุเปกขานญาณ
- (๕) อนุโลมญาณ (สังขานุโลมิกญาณ)

ญาณทั้ง ๕ นี้ เป็นวิปัสสนาญาณโดยตรง (เริ่มตั้งแต่ญาณที่ ๔ ในญาณ ๑๖) ซึ่งเรียกชื่อว่า พลวอุท্থัพพญาณ แปลว่า อุท্থัพพญาณที่มีกำลัง คือ ปัญญาที่เห็นนามรูปโดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ที่พ้นมาจากวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่างเป็นต้นมาแล้ว จนถึงอนุโลมญาณ (สังขานุโลมิกญาณ) วิปัสสนาญาณทั้ง ๕ นี้ ในวิสุทธิ ๗ ท่านเรียกชื่อว่าปฏิบัติญาณทัสสนวิสุทธิ เพราะเป็นการปฏิบัติเพื่อทำลายวิปัสสนาธรรมทั้งปวง มีอัตตวิปัสสนาเป็นต้น ทำให้เข้าถึงความพ้นทุกข์ได้ เพราะเหตุนี้จึงชื่อว่า ปฏิบัติญาณทัสสนวิสุทธิ

๓) ญาณทัสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของปัญญาที่รู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจธรรมทั้ง ๔ โดยสมบูรณ์<sup>๕๘</sup> ญาณทัสสนวิสุทธินี้ เป็นโลกุตตรปัญญา ส่วนวิสุทธิที่ ๑-๖ จัดเป็นโลกียปัญญา เฉพาะในปัจจุเวกขณะญาณที่พิจารณาอารมณ์ ๑๕ อย่างนั้น จัดเป็นโลกียปัญญา แต่สงเคราะห์ไว้ในวิสุทธิ ๗ ที่ชื่อว่าญาณทัสสนวิสุทธินี้ เพราะปัจจุเวกขณะญาณมีการพิจารณามรรค ผล นิพพาน ซึ่งเป็นโลกุตตรธรรมด้วย

พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงการบรรลุธรรมว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราไม่กล่าวการบรรลุธรรมที่หัตถผลด้วยขึ้นเดียวเท่านั้น แต่การบรรลุธรรมที่หัตถผลนั้น ย่อมมีได้ด้วยการบำเพ็ญสิกขา<sup>๕๙</sup> โดยลำดับ ด้วยการบำเพ็ญกิริยาโดยลำดับ ด้วยการบำเพ็ญปฏิบัติโดยลำดับ ฯลฯ” พระพุทธดำรัสนี้เป็นที่ยืนยันในแนวทางของการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรมและนิพพานว่า มีลำดับขั้นตอน และมีธรรมที่สนับสนุนทำให้บรรลุธรรม พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงไว้ในที่ทั้งหลายว่า การบรรลุธรรมจะต้องเกิดจากการบำเพ็ญไตรสิกขา<sup>๖๐</sup> ดังที่ตรัสไว้ว่า “ภิกษุประกอบด้วยธรรม ๓ ประการนี้แล ย่อมมีความสำเร็จสูงสุด มีความเกษมสูงสุด ประพฤติพรหมจรรย์ลุล่วงถึงที่สุด แห่งที่สุด ประเสริฐกว่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย”

การพัฒนาปัญญาเพื่อการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ การทำปัญญาให้เห็นแจ้งโดยประการต่าง ๆ เพื่อให้รู้เท่าทันรูปนาม และเห็นพระไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง ละเอียดขึ้นตามลำดับจนกระทั่งคลายความยึดมั่นถือมั่น ไม่หลงงมงาย เป็นการขจัดสาเหตุแห่ง

<sup>๕๘</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๑๐๑.

<sup>๕๙</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๘๓/๒๑๒.

<sup>๖๐</sup> อัง.ติก. (ไทย) ๒๐/๑๔๔/๓๙๓.

ทุกซ์ ผู้ปฏิบัติธรรมต้องใช้หลักมัชฌิมาปฏิปทา เพื่อความรู้แจ้งอริยสัจ ๔ เพื่อทำความสิ้นไปแห่งกองทุกข์ทั้งปวง มัชฌิมาปฏิปทาได้ชื่อว่า อริยมรรค คือ หนทางปฏิบัติของพระอริยบุคคล ที่จะยังบุคคลผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาให้สามารถไปสู่เป้าหมายอันสูงสุด คือ พระนิพพาน<sup>๖๑</sup>

ดังนั้น วิสุทธิ ๗ และไตรสิกขาจึงมีความสอดคล้องกัน เป็นหลักธรรมที่จะนำพาผู้ปฏิบัติให้ถึงฝั่งคือพระนิพพานได้ เมื่อปฏิบัติตามหลักวิสุทธิ ๗ แล้ว ญาณ ๑๖ ก็จะเกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติไปตามลำดับ ถ้าเคยได้เป็นผู้อบรมสั่งสมบารมีมาในอดีตชาติ เมื่อบารมีถึงความแก่รอบแล้ว ย่อมสามารถบรรลุมรรคญาณและผลญาณเป็นพระอริยบุคคลได้

**๓. โทษณงค์** หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์ของผู้ตรัสรู้ หรือเป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ เป็นองค์ประกอบของญาณปัญญาที่ยังรู้อริยสัจธรรม มี ๗ ประการ คำว่า “โทษณงค์” นี้ บางครั้งเรียกว่า “สัมโทษณงค์” ธรรมหมวดนี้ ในหมวดโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ได้กล่าวไว้แล้ว ในที่นี้มุ่งจะอธิบายวิธีการปฏิบัติธรรม เพื่อการบรรลุถึงการรู้แจ้งอริยสัจธรรมทั้ง ๔

๑) สติสัมโทษณงค์ ได้แก่ ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีสติและปัญญาอันยิ่ง เป็นผู้ระลึกได้ ระลึกถึงกิจที่ทำไว้นาน หรือวาทะที่กล่าวไว้นานได้ เป็นการรับรู้สภาวะธรรมในปัจจุบันขณะ โดยปราศจากตัวตน เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี ไม่มีสมมุติบัญญัติที่ขึ้นอยู่กับบุคคล กาลเวลา หรือสถานที่ มีเพียงสภาวะธรรมทางกายและสภาวะธรรมทางจิตเกิดตามเหตุปัจจัย เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไปตามธรรมชาติ เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมบรรลุถึงวิปัสสนาญาณขั้นที่ ๔ แล้ว สติของเขาย่อมต่อเนื่องในสภาวะธรรมปัจจุบัน ไม่ว่าจะนั่งกรรมฐาน เดินจงกรม หรือการกำหนดอิริยาบถย่อย เขาจะพยายามตามรู้สภาวะธรรมปัจจุบันได้เองตามธรรมชาติ วิปัสสนาญาณขั้นที่ ๔ นี้ จัดเป็นญาณระดับกลาง เขารู้สึกว่าต้องการจดจ่ออย่างต่อเนื่อง และเคลื่อนไหวร่างกายช้า ๆ อีกทั้งกลัวที่จะลืมหกำหนด ความกลัวว่าจะลืมหกำหนดในลักษณะนี้เป็นหิริโอตตปปะในการปฏิบัติธรรม ในช่วงนี้อารมณ์ที่ปรากฏทางทวารทั้ง ๖ แม้จะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วเพียงใดก็ตาม นักปฏิบัติธรรมย่อมตามรู้เท่าทันอารมณ์นั้นได้<sup>๖๒</sup>

๒) ธรรมวิจยสัมโทษณงค์ ได้แก่ ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีสติอยู่อย่างนั้น วิจย เลือกลงรทบทวน สอบสวนธรรมนั้นด้วยปัญญา หลังจากวิปัสสนาญาณที่ ๔ แก่กล้าแล้ว นักปฏิบัติย่อม

<sup>๖๑</sup> พระคณิน โสทโร (เมืองเกิด), “ศึกษาการพัฒนาปัญญาเพื่อการบรรลุธรรมในพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

<sup>๖๒</sup> พระคันธสาราภิวังศ์, *โพธิปักขิยธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๑๓๙-๑๔๐.

บรรลุปัสสนาญาณที่ ๕ ชื่อว่า ภังคญาณ คือ ญาณหยั่งเห็นความดับของสภาวะธรรมปัจจุบันโดยรู้สึกวาทะที่เดินอยู่นั้นกลายเป็นควันหรือเงาดำ ๆ ไม่มีสณฐานของเท้าและกำหนดว่า “ยืนหนอ” หรือ “นั่งหนอ” ไม่ชัดเจน ต่อจากนั้น วิปัสสนาญาณในขั้นต่าง ๆ ย่อมเกิดขึ้นตามลำดับ นักปฏิบัติจะรู้สึกกลัวสภาวะธรรมทางกาย และใจที่กำหนดรู้อยู่ รู้เห็นโทษของสภาวะธรรมว่าไม่ดีงาม เพราะตกอยู่ในกระแสของไตรลักษณ์ แล้วเกิดความเบื่อหน่ายอยากหลุดพ้น เมื่อปฏิบัติต่อไปอีกย่อมจะบรรลุลสังขารเพกขาญาณ คือ ญาณที่ประกอบด้วยความวางเฉยในสังขาร ในที่สุดนักปฏิบัติที่มึบารมีเต็มเปี่ยมย่อมบรรลุมรรค ผล และนิพพานด้วยการรู้เห็นความดับของรูปนามทั้งหมด สำหรับผู้ปฏิบัติที่บรรลุปัสสนาญาณที่ ๔ เป็นต้นไป ชื่อว่าเป็นผู้เพียบพร้อมด้วยธัมมวิจยสัมโพชฌงค์แล้ว

๓) วิริยสัมโพชฌงค์ ได้แก่ ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีความเพียร ไม่ย่อท้อ วิจย เลือกสรร ทบทวน สอบสวนธรรมนั้นด้วยปัญญา ปรารภความเพียรแล้ว ความเพียรดังกล่าวนี้ เป็นความเพียรอย่างแรงกล้าที่จัดจ่อสภาวะธรรมปัจจุบันด้วยสัมมัปปธาน ๔ กล่าวโดยสรุปแล้ว ความเพียรมี ๒ อย่าง คือ ความเพียรทางกายและความเพียรทางใจ ความเพียรทางกายเป็นความพยายามตั้งกายให้ตรงอยู่เสมอ ไม่งอหลังหรือลำคอ ถ้าเผลองอตัวลงก็พึงยึดตัวขึ้นและบริกรรมว่า “ยึดหนอ” ส่วนความเพียรทางใจเป็นความจัดจ่อสภาวะธรรมปัจจุบันโดยตั้งใจว่า เราเป็นเด็กแรกเกิด ไม่มีอดีต ไม่มีอนาคต อยู่กับสภาวะธรรมปัจจุบันเท่านั้น อารมณ์ที่กำหนดอยู่จะเป็นอารมณ์ที่ตนชอบหรือไม่ชอบ นักปฏิบัติก็พึงพยายามกำหนดรู้เท่าทันอารมณ์เหล่านั้นตามความเป็นจริง แม้จะเป็นความฟุ้งซ่านก็ต้องกำหนดรู้ให้เท่าทันความฟุ้งซ่านนั้น อารมณ์เหล่านี้จัดเป็น “จิตตานุปัสสนา” ที่ผู้ปฏิบัติต้องทำสติให้จัดจ่อต่อเนื่องไม่ขาดสาย

๔) ปีติสัมโพชฌงค์ ได้แก่ ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้ปรารภความเพียร แล้วเกิดปีติที่ปราศจากอามิส เมื่อปีติเกิดขึ้นแล้วย่อมเป็นบาทฐานแก่ปีสัสติ เมื่อปีสัสติเกิดขึ้นแล้วย่อมเป็นบาทฐานให้สมาธิมีพลังแก่กล้าขึ้น สมาธิที่มีพลังแก่กล้านั้นย่อมเป็นบาทฐานแก่อุเบกขาตามลำดับ ซึ่งเป็นกระบวนการนำไปสู่การรู้แจ้งอริยสัจธรรม ปีติมี ๕ ประการ<sup>๖๓</sup> คือ

(๑) ขุททกาปีติ ปีติเล็กน้อย ความรู้สึกอึดใจโดยอาจมีอาการขนลุกทั่วร่างกายหรือน้ำตาไหล

(๒) ขณิกาปีติ ปีติชั่วขณะ ความอึดใจที่มีลักษณะเหมือนสายฟ้าแลบปรากฏแม้ในขณะที่หลับตา

<sup>๖๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๖๗.



(๓) โอกันติกาปิติ ปิติซิมซัป ความอึดใจที่ปรากฏคล้ายกับคลื่นหรือเหมือนกระแสไฟฟ้าแล่นอยู่ในร่างกาย

(๔) อุพเพงคาปิติ ปิติโลดโผน เป็นความอึดใจที่ทำให้ร่างกายสามารถลอยไปในอากาศได้โดยที่ตนยังไม่ได้บรรลุอภิญญา

(๕) ผรณาปิติ ปิติซาบซ่าน ได้แก่ ความอึดใจที่ปรากฏความเย็นในใจ เป็นความเย็นห่อหุ้มใจของตน ในบางครั้งกระจายซาบซ่านจากทรวงอกแล่นไปทั่วร่างกาย บางขณะมีความเย็นเกิดขึ้นที่แขน หลัง หรือร่างกายบางส่วน<sup>๖๔</sup>

ในปีติทั้ง ๕ เหล่านี้ ปีติประเภทหลังมีกำลังกว่าปีติประเภทที่เกิดก่อน กล่าวคือ ขณิกาปิติมีกำลังกว่าขุททกาปิติ, โอกันติกาปิติมีกำลังกว่าขณิกาปิติ, อุพเพงคาปิติมีกำลังกว่าโอกันติกาปิติ, และผรณาปิติมีกำลังกว่าอุพเพงคาปิติ<sup>๖๕</sup>

๕) ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีกายและจิตเอิบอ้อม มีความสงบระงับ ปัสสัทธินี้มีสภาพสงบจากกิเลส ไม่มีกิเลสเกิดขึ้นรบกวนจิตให้เศร้าหมอง ในบางขณะผู้ปฏิบัติอาจมีความรู้สึกว่ายอยู่คนเดียวในโลกด้วยควตจามเจียบสงบไม่กระวนกระวาย

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

๗) อุเปกขาสัมโพชฌงค์ คือ ผู้ปฏิบัติธรรมมีจิตตั้งมั่น เป็นผู้วางเฉย<sup>๖๖</sup> แต่ความวางเฉยนี้ไม่ใช่อุเบกขาเวทนาที่วางเฉยไม่สุขไม่ทุกข์ แต่เป็นความวางเฉยในการกำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบันได้สม่ำเสมอ กล่าวคือ ไม่ต้องปรับศรัทธากับปัญญา และปรับวิริยะกับสมาธิให้สม่ำเสมอ เพราะอินทรีย์เหล่านั้นมีสภาวะสมดุลไม่ยิ่งหย่อนกว่ากันด้วยอำนาจของโพชฌงค์ทั้ง ๖ ที่ได้บำเพ็ญมาตั้งแต่ต้น

โพชฌงค์ทั้ง ๗ นี้ เป็นองค์แห่งการรู้แจ้ง และเป็นการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา นักปฏิบัติผู้เจริญสติที่ระลึกรู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบันภายในกายกับจิตนี้ มีปัญญาหยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง มีความเพียรในการปฏิบัติธรรม เกิดปิติความอึดใจ เกิดปัสสัทธิสงบกายสงบใจ มีสมาธิตั้งมั่นในสภาวะธรรมปัจจุบัน และมีอุเบกขาวางเฉยโดยตามรู้สิ่งที่จิตรับรู้ได้ สม่ำเสมอก็จะสามารถบรรลุวิปัสสนาญาณเบื้องสูงตามสมควรแก่บารมีธรรมของตน

<sup>๖๔</sup> พระคันธสาราภิงค์, **โพธิปักขิยธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๑๔๗.

<sup>๖๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๘.

<sup>๖๖</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๖๖-๔๘๕/๓๕๘-๓๗๐.

ธรรมทั้ง ๗ นี้เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ เป็นคุณสมบัติ ๗ ประการของพระอรหันต์บุคคล ได้แก่ สติ ธัมมวิจยะ วิริยะ ปิตี ปัสสัทธิ สมาธิและอุเบกขาเป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ ซึ่งองค์ธรรมทั้ง ๗ นี้ ปรากฏในทุกขั้นตอนของการเจริญวิปัสสนา เมื่อพิจารณาตามขั้นตอนของลำดับญาณแล้ว องค์ธรรมทั้ง ๗ จะปรากฏชัดในญาณที่ ผู้ปฏิบัติเริ่มเห็นความเกิดดับของสภาวะธรรมต่าง ๆ บุคคลที่จะตรัสรู้หรือบรรลุธรรมได้นั้น จะต้องประกอบด้วยคุณสมบัติทั้ง ๗ ประการเหล่านี้ โดยครบถ้วนสมบูรณ์ จะขาดคุณสมบัติข้อใดข้อหนึ่งแม้เพียงข้อเดียวก็ไม่สามารถจะบรรลุโลกุตตรธรรมได้

## ๒.๔ สรุปท้ายบท

การบรรลุธรรม เป็นการบรรลุโลกุตตรธรรม ๔ อย่างใดอย่างหนึ่ง, การรู้แจ้งแทงตลอด อริยสัจ ๔ โดยการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา เจริญสมณะภาวนาและวิปัสสนาภาวนา หรือเจริญสติปัญญา ๔ กำหนดรู้ กาย, เวทนา, จิต และธรรม ว่าโดยย่อก็คือการกำหนดรู้ในรูปนามขั้น ๕ ให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าดำเนินตามวิปัสสนาวิถีส ผู้ปฏิบัติสามารถละสังโยชน์ และอนุสัยต่าง ๆ ได้ตามกำลังของมรรค สามารถบรรลุมรรคผลนิพพาน สำเร็จเป็นพระอรหันต์บุคคลในพระพุทธศาสนาได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์

ในการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม จะเป็นการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา อันมีสัมมาทิฐิ (เห็นชอบ) สัมมาสังกัปปะ (ดำริชอบ) จัดเป็นปัญญาสิกขา, สัมมาวาจา (เจรจาชอบ) สัมมากัมมันตะ (กระทำชอบ) สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ) จัดเป็น ศีลสิกขา, สัมมาวายามะ (พยายามชอบ) สัมมาสติ (ระลึกชอบ) สัมมาสมาธิ (ตั้งจิตมั่นชอบ) จัดเป็น จิตตสิกขา หลักไตรสิกขานี้ จะเป็นหลักในการศึกษาและปฏิบัติในพระพุทธศาสนา เป็นการบรรลุถึงคุณความดี ๓ ระดับ เริ่มตั้งแต่ความดีงามในเบื้องต้น หมายถึงศีล ความดีงามในท่ามกลาง หมายถึง สมาธิ และความดีงามในที่สุด หมายถึง ปัญญา ในหลักศึกษาและปฏิบัติ ๓ ประการนี้เมื่อกล่าวโดยพิสดาร ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ หรือ มัชฌิมาปฏิปทา อันเป็นหนทางสู่การตรัสรู้ หลักธรรมอันเป็นเครื่องตรัสรู้คือ โพธิปักขิยธรรม ๓๗ นี้ เมื่อบุคคลปฏิบัติธรรมะหมวดใดหมวดหนึ่งก็เป็นอันเจริญครบทุกหมวด เพราะโพธิปักขิยธรรมทั้งหมดนั้น เนื่องอยู่กับมรรคมีองค์ ๘ การปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ เท่ากับรวมการปฏิบัติหมวดอื่นเข้าไว้ทั้งหมดทั้งสติปัญญา ๔, สัมมปธาน ๔, อิทธิบาท ๔, อินทริย ๕, พละ ๕, โพชฌงค์ ๗ รวมอยู่ในมรรคมีองค์ ๘ แม้ในหมวดสติปัญญา ๔ เมื่อพิจารณาแล้วจะเห็นว่าได้รวมเอาองค์ธรรมในหมวดอื่น ๆ ไว้ทั้งหมด ซึ่งเป็นความสอดคล้องเชื่อมโยงของหลักธรรมในการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม

## บทที่ ๓

### อิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม

การศึกษาอิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม ด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา ตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งเป็นหลักสำคัญต่อการปฏิบัติธรรม มุ่งสู่ความพ้นทุกข์ อิทธิบาทที่จะกล่าว ในที่นี้ไม่ใช่อิทธิบาทโดยทั่วไปที่ชาวโลกกล่าวถึงหรือนำไปใช้ แต่เป็นอิทธิบาท ๔ ที่จะนำไปสู่ความ พ้นทุกข์ รู้แจ้งอริยสัจ ๔ เป็นหนึ่งในองค์ธรรมที่นำไปสู่การบรรลุธรรม ก็คือโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ อันได้แก่ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ ฉะนั้น อิทธิบาทจึงมีความสำคัญอย่างมากในการปฏิบัติธรรม หากขาดอิทธิบาท ๔ แล้วก็จะไม่สามารถที่จะนำตนไปสู่ความพ้นทุกข์ได้ อิทธิบาท ๔ จึงประกอบด้วย ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ซึ่งในบทนี้มีหัวข้อที่น่าสนใจที่ผู้ศึกษาได้กำหนดประเด็นของการศึกษาไว้ดังนี้

- ๓.๑ ความหมายและความสำคัญของอิทธิบาท ๔
- ๓.๒ การเจริญอิทธิบาท ๔
- ๓.๓ ฉันทะที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม
- ๓.๔ วิริยะที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม
- ๓.๕ จิตตะที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม
- ๓.๖ วิมังสาที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม
- ๓.๗ สรุปท้ายบท

#### ๓.๑ ความหมายและความสำคัญของอิทธิบาท ๔

##### ๑) ความหมายของอิทธิบาท

คำว่า “อิทธิ” ได้แก่ ความสำเร็จ ความสำเร็จด้วยดี ความได้ ความถึง ความถึงด้วยดี ความถูกต้อง ความกระทำให้แจ้ง ความเข้าถึง ซึ่งธรรมเหล่านั้น<sup>๑</sup>, คำว่า อิทธิบาท มีคำอธิบายว่า มีความกระตือรือร้น การประคอง ความไม่พุงซ่านของบุคคลผู้เข้าถึงสภาวะธรรมเหล่านั้น, คำว่า

---

<sup>๑</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๔๗/๓๔๙.

“เจริญอิทธิบาท” ได้แก่ ย่อมเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งธรรมเหล่านั้น จึงเรียกว่า เจริญอิทธิบาท<sup>๒</sup>, อธิบายขยายความว่าชื่อว่าอิทธิ เพราะอรรถว่า ย่อมรุ่งเรือง อธิบายว่า ย่อมรุ่งเรืองด้วยดี คือย่อม สำเร็จ อีกอย่างหนึ่งสัตว์ทั้งหลายผู้สำเร็จ ผู้เจริญ ย่อมสำเร็จ ย่อมถึงความเป็นผู้ประเสริฐ ด้วย สภาวะนี้แม้เพราะเหตุที่สภาวะนั้นจึงชื่อว่าอิทธิ คำว่า “ปาโท” ได้แก่ เป็นที่อยู่อาศัย คืออุบาย เป็นเครื่องบรรลู่ จจริงอยู่ สัตว์ทั้งหลายย่อมถึงย่อมบรรลู่ซึ่งอิทธิ กล่าวคือคุณวิเศษที่สูง ๆ ขึ้นไป ด้วยอุบายเป็นเครื่องบรรลู่ นั้น ฉะนั้นท่านจึงเรียกว่า ปาทะ (คือเป็นบาท)

คำว่า อิทธิบาท (อิทธิปาท์) ได้แก่ กองแห่งจิตและเจตสิกที่เหลือ ที่ชื่อว่าเป็นบาท เพราะความหมายว่ารุ่งเรือง โดยปริยายว่าสำเร็จ หรือว่า เพราะความหมายว่าเป็นที่ตั้งมั่นแห่ง ฉันทสมาธิและปธานสังขารทั้งหลาย ที่สัมปยุตด้วยกุศลจิตมีอุปการะและฉานเป็นต้น อันถึงการ นับว่า อิทธิ (ฤทธิ์) โดยปริยายนี้ เป็นเหตุรุ่งเรือง อธิบายว่า เป็นเหตุเจริญงอกงาม ได้แก่ถึงความ ประเสริฐของสัตว์ทั้งหลาย<sup>๓</sup>

กล่าวโดยลักษณะของอิทธิบาท ๔ เพื่อจำแนกให้เห็นชัดเจน ดังนี้

ลักษณะของอิทธิบาท ๔ ที่มีปรากฏหลักฐานในคัมภีร์พระอภิธรรมปิฎก ชาติกถา ข้อความว่า ฉันทะ มีลักษณะ ความพอใจ การทำความพอใจ ความเป็นผู้ประสงค์จะทำความฉลาด ความพอใจในธรรม นี้เรียกว่า ฉันทะ, วิริยะ มีลักษณะ คือการปรารภความเพียรทางใจ การทำ ความเพียร ความเป็นผู้ประสงค์จะทำความฉลาด ความมีสัมมาวายามะ นี้เรียกว่าวิริยะ<sup>๔</sup>, จิตตะ มี ลักษณะ คือ จิต มโน มนัส มโนวิญญูณธาตุที่เหมาะสมกัน นี้เรียกว่า จิตตะ<sup>๕</sup>, วิมังสา มีลักษณะ คือปัญญา ความรู้ชัด ความรู้แจ้ง ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฏฐินี้ เรียกว่า วิมังสา<sup>๖</sup>

คำว่า อิทธิบาท แปลว่า คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ, คุณเครื่องสำเร็จสมประสงค์, ทาง แห่งความสำเร็จ มี ๔ คือ (๑) ฉันทะ แปลว่า ความพอใจ รักใคร่ในสิ่งนั้น (๒) วิริยะ ความพยายาม

<sup>๒</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๔๗/๓๔๙.

<sup>๓</sup> อภิ.วิ.อ. (ไทย) ๔๓๑/๔๙๐-๔๙๑.

<sup>๔</sup> อภิ.ธ. (ไทย) ๓๖/๔๓๓-๔๓๖/๓๔๓-๓๔๔.

<sup>๕</sup> อภิ.ธ. (ไทย) ๓๖/๔๓๙/๓๕๕.

<sup>๖</sup> อภิ.ธ. (ไทย) ๓๖/๔๔๒/๓๔๗.

ทำสิ่งนั้น (๓) จิตตะ ความเอาใจฝักใฝ่ในสิ่งนั้น (๔) วิมังสา ความพิจารณาใคร่ครวญหาเหตุผลในสิ่งนั้น, จำง่าย ๆ ว่า มีใจรัก พากเพียรทำ เอาจิตฝักใฝ่ ใช้ปัญญาสอบสวน<sup>๗</sup>

อิทธิบาท ๔ มีองค์ประกอบ คือ ฉันทะ หมายถึงสร้างความพอใจในกุศล คือประสงค์จะทำยิ่งขึ้น วิริยะ หมายถึงการปรารถนา ความเพียรทางใจ สัมมาวาจา จิตตะ หมายถึงความเพียรที่มุ่งมั่น ไม่ทอดทิ้งภาระ และวิมังสา หมายถึงปัญญาภิริยาที่รู้ชัด ความไม่หลง คุณค่าของอิทธิบาท ๔ เป็นหลักธรรมแห่งความสำเร็จแก่ผู้นำไปปฏิบัติที่ทันสมัยอยู่เสมอ นอกจากจะเป็นคุณธรรมนำไปสู่ความสำเร็จในการทำงานแล้ว ยังเป็นอายุวัฒนธรรม คือความเป็นเหตุให้คนมีอายุยืนยาวด้วย นอกจากนั้น อิทธิบาท ๔ ยังมีสาระที่เกื้อหนุนการปฏิบัติ เมื่อเกิดฉันทะมีใจรักแล้วก็ให้พากเพียร เมื่อพากเพียรแล้วก็เอาใจใส่เสมอ และเปิดช่องให้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรอง<sup>๘</sup>

อิทธิบาท เป็นกองแห่งจิตและเจตสิก เป็นที่ตั้งมั่นแห่งฉันทสมาธิและปธานสังขารทั้งหลาย ที่สัมปยุตด้วยกุศลจิตมีอุปการะและฉานเป็นต้น เป็นเหตุรุ่งเรือง เป็นเหตุเจริญองกามมีลักษณะ ความพอใจ ปรารถนาความเพียรทางใจ มีจิต มโน มนัส มโนวิญญูณธาตุที่เหมาะสมกันนี้มีปัญญา ความรู้ชัด ความรู้แจ้ง ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม เป็นทางแห่งความสำเร็จ นอกจากนี้อิทธิบาท ๔ มีลักษณะของการเชื่อมโยงและเกื้อหนุนกัน มักมาด้วยกัน เช่นเมื่อเกิดฉันทะ มีความพอใจที่จะทำ ก็เกิดความพากเพียร บากบั่น เอาใจใส่อยู่เสมอ ไม่ทอดถอย และใช้ปัญญาในการพิจารณาใคร่ครวญไตร่ตรอง

## ๒) ความสำคัญของอิทธิบาท ๔

อิทธิบาท ๔ มีความสำคัญต่อการปฏิบัติเพื่อเพิ่มพูนความสำเร็จ ในการบรรลุดุธรรม เมื่อทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความเบื่อน่ายอย่างที่สุดเพื่อคลายกำหนด เพื่อดับ เพื่อสงบระงับเพื่อรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ และเพื่อนิพพาน ดังหลักฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎก พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า “อิทธิบาท ๔ ประการนี้ เมื่อบุคคลเจริญให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อถึงฝั่งโน้นจากฝั่งนี้ อิทธิบาท ๔ ประการ ะไรบ้าง คือ

<sup>๗</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*, พิมพ์ครั้งที่ ๓๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๖๑), หน้า ๕๕๕.

<sup>๘</sup> พระอธิการประเสริฐ กาญจนโน (วงเวียน), “ศึกษาแนวทางการประยุกต์ใช้อิทธิบาท ๔ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), บทคัดย่อ.

- (๑) เจริญอริยบทที่ประกอบด้วยฉันทสมาธิปานสังขาร
- (๒) เจริญอริยบทที่ประกอบด้วยวิริยสมาธิปานสังขาร
- (๓) เจริญอริยบทที่ประกอบด้วยจิตตสมาธิปานสังขาร
- (๔) เจริญอริยบทที่ประกอบด้วยวิมังสาสมาธิปานสังขาร<sup>๙</sup>

กล่าวได้ว่า สมาธิที่เกิดจากฉันทะประกอบด้วยความเพียรตั้งมั่น เมื่อทำให้มากแล้ว วิริยะ จิตตะ วิมังสา ก็เกิดตามมา ย่อมข้ามพ้นความ เกิด แก่ เจ็บ ตายได้ จนถึงพระนิพพาน สมาธิที่เกิดจากวิริยะ จิตตะ วิมังสา ก็ทำนองเดียวกันก็จะเกื้อหนุนให้ดำเนินตามอริยมรรค สิ้นสุดความ พ้นทุกข์ หากว่าไม่ได้เจริญอริยบท ๔ ถือว่าพลาดแล้วจากอริยมรรค ดังพระพุทธดำรัสที่กล่าวไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย อริยบท ๔ ประการอันบุคคลเหล่าใดเหล่าหนึ่ง พลาดแล้ว อริยมรรคที่ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบก็ชื่อว่า เป็นอันบุคคลเหล่านั้นพลาดแล้ว ส่วนอริยบท ๔ ประการอันบุคคล เหล่าใดเหล่าหนึ่งปรารภแล้ว อริยมรรคที่ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบก็ชื่อว่า เป็นอันบุคคลเหล่านั้น ปรารภแล้ว”<sup>๑๐</sup>

เมื่อมีความตั้งใจทำความเพียรมากขึ้น ในการเจริญอริยบท ๔ ก็เริ่มเข้าสู่หนทาง อริยมรรค ย่อมเป็นไปเพื่อความเบื่อหน่ายอย่างที่สุด เพื่อคลายกำหนด เพื่อดับ เพื่อสงบระงับ เพื่อ รู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ และเพื่อนิพพาน<sup>๑๑</sup> การที่จะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด จนเข้าสู่กระแส แห่งพระนิพพานได้นั้น ต้องเจริญให้มาก ทำบ่อย ๆ ซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง ๆ สม่าเสมอ ๆ ต้องทำบ่อย ๆ จะได้เกิดอาการเบื่อด้วย ปัญญา อะไรที่ทำ ไม่ทำบ้าง หยุด ๆ ขาด ๆ ไป ก็ไม่เกิดปัญญา ว่านอน หลับมากี่ครั้ง เกิดมากี่ครั้ง ไม่เบื่ออีกหรือ ไม่เกิดตัวรู้ขึ้นมา ถ้าต้องการให้เกิดความเบื่อหน่ายหรือ ตัวรู้ขึ้นมาละ ก็ ต้องเจริญอริยบท ๔ เมื่อเจริญแล้วทำให้มากแล้วก็จะเกิดปัญญาขึ้นมา เกิดความ เบื่อหน่ายเมื่อทำในสิ่งที่ซ้ำ ๆ ไปซ้ำมา พอเจอบ่อยเข้าก็เป็นทุกข์ เป็นรูปนาม เป็นสังขารที่ต้องเจอ อยู่รำไป ไม่อยากเจออีก เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น ก็จะเห็นว่า รูปนามเหล่านี้มันไม่มีแก่นสาร ไม่มีตัวตน ไม่ควรไปยึดไปหลง ก็จะคลายยึดมั่นถือมั่นไปได้ เกิดปัญญารู้แจ้งความสิ้นไปแห่งอาสวะ แจ่มเจโต วิมุตติ ปัญญาวิมุตติ เพราะอาสวะสิ้นไปด้วยปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน ก็เพราะอริยบท ๔ ประการที่เจริญ ทำให้มากแล้ว<sup>๑๒</sup>

<sup>๙</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๑๓/๓๗๗.

<sup>๑๐</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๑๔/๓๗๘.

<sup>๑๑</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๑๖/๓๗๙.

<sup>๑๒</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๑๙/๓๘๒.

อิทธิบาท ๔ จึงเป็นธรรมที่ควรเจริญ ทำสมาธิให้เกิดขึ้นจากการเจริญฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ประกอบด้วยความเพียรตั้งมั่น ย่อมข้ามความเกิด ความแก่ ความเจ็บ และความตาย เกิดเบื่อหน่าย คลายกำหนด จนเข้าสู่พระนิพพาน จึงต้องทำบ่อย ๆ พอเจอบ่อยเข้าก็เป็นทุกข์ เมื่อมีปัญหา แจ่มเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ ทั้งในอดีต ปัจจุบัน และต่อไปในอนาคต หน้าที่ของเราคือเจริญ หากพลาดการเจริญอิทธิบาท ๔ แล้ว เท่ากับว่าพลาดประตูสู่นิพพาน ส่วนถ้าบุคคลใดเจริญอิทธิบาท ๔ แล้ว มีความตั้งใจทำความเพียรให้เจริญมากขึ้น บุคคลนั้นได้ชื่อว่า เข้าสู่หนทางอริยมรรคแล้ว

### ๓.๒ การเจริญอิทธิบาท ๔

หลังจากที่ได้กล่าวถึงความหมายและความสำคัญของอิทธิบาท ๔ แล้ว หัวข้อนี้จะได้กล่าวถึงวิธีการเจริญอิทธิบาท ๔ โดยละเอียดที่ พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า “อิทธิบาท ๔ ประการนี้ที่บุคคลเจริญ ทำให้มากแล้วมีผลมาก มีอานิสงส์มาก อิทธิบาท ๔ ประการที่บุคคลเจริญอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึงมีผลมาก มีอานิสงส์มาก คือ

#### ๑) สมาธิที่เกิดจากฉันทะประกอบด้วยความเพียรตั้งมั่น (ฉันทสมาธิประธานสังขาร)

สมาธิที่เกิดจากฉันทะเป็นใหญ่<sup>๑๓</sup> คือ มีพอใจในการปฏิบัติ ไม่ย่อหย่อนนัก ไม่เกียจคร้าน ไม่ลดละ ความเพียร อันเป็นเหตุให้จิตใจจมลงไปในฝ่ายอกุศล ไม่ปล่อยให้หมกหมุ่นกับเรื่องอกุศลต่าง ๆ ไม่ต้องประคับประคองเกินไป คือไม่ฟุ้งซ่านไปตามเรื่องราวต่าง ๆ ไม่ปล่อยให้จิตฟุ้งไปในอดีตหรืออนาคต ไม่หดหู่ ไม่ท้อแท้ ไม่ท้อถอย ไม่เซื่องซึม จ้วงเจย ซึมกะทือ จิตหดงอตัวเข้าไป ไม่ซ่านไปในภายนอก ไม่ไปคิดถึงความสุขจากกามคุณทั้ง ๕ ไม่คิดโหยหาความสุขจากรูปเสียง กลิ่น รส สัมผัส ทำจิตให้สงบ จากการดู การฟัง การดมกลิ่น การลิ้มรส การกระทบสัมผัส ไม่คำนึงถึง และไม่กำหนดหมายสิ่งต่าง ๆ ให้เป็นกาม, หมายรู้ว่าเบื้องหลังเหมือนเบื้องหน้า เบื้องหน้าเหมือนเบื้องหลัง คือปฏิบัติถูกต้องตามคำสอนที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมาเป็นอย่างดี ปฏิบัติตรงตามที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ทุกอย่าง เรียนมาอย่างไร จำมาอย่างไร ก็ปฏิบัติตามอย่างนั้น เทียบเคียงกันได้ ลงกันได้กับคำสอนเรียนดี ใส่ใจดี ทรงจำดี รู้แจ้งดีแล้วด้วย<sup>๑๔</sup>, เบื้องบนเหมือนเบื้องล่าง เบื้องล่างเหมือนเบื้องบน คือพิจารณาความจริงของกายนี้ จากบนคือศีรษะ ลงล่างคือฝ่าเท้า และจากฝ่าเท้าขึ้นไปถึงศีรษะว่า ประกอบไปด้วยของไม่สวยไม่งาม มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น<sup>๑๕</sup>, หมายรู้กลางวันเหมือน

<sup>๑๓</sup> ดูรายละเอียดใน อภ.วิ.อ. (ไทย) ๔๓๑/๔๙๑.

<sup>๑๔</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๓๒/๔๐๘.

<sup>๑๕</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๓๒/๔๐๘, ชุ.ช.อ. (ไทย) ๓/๔๓-๕๑.

กลางคืน กลางคืนเหมือนกลางวัน คือ ทำให้จิตเป็นสมาธิแบบเดียวกันทั้งกลางวัน กลางคืน รักษาสมาธิไว้ทั้งคืนและกลางวัน มีจิตตั้งมั่นดี ทั้งกลางวันและกลางคืน<sup>๑๖</sup> มีใจสงบ ไม่มีเครื่องร้อยรัด อบรมจิตให้สว่างอยู่ คือ มีจิตที่เป็นหนึ่งห่างไกลจากกาม ห่างไกลจากอกุศลธรรมทั้งหลาย มีอาโลกสัญญา กำหนดหมายความสว่าง จิตใจปลอดโปร่ง ไม่มีความมืดมามาก<sup>๑๗</sup>

## ๒) สมาธิที่เกิดจากวิริยะกับความเพียรตั้งมั่น (วิริยสมาธิประธานสังขาร)

สมาธิที่เกิดจากวิริยะเป็นใหญ่ คือ มีเพียรในการปฏิบัติ ขยัน ไม่ลดละความเพียร อันเป็นเหตุให้จิตใจจมลงไปใฝ่ฝ่ายอกุศล ไม่ปล่อยยให้หมกหมุ่นกับเรื่องอกุศลต่าง ๆ ไม่ต้องประคับประคองเกินไป คือไม่ฟุ้งซ่านไปตามเรื่องราวต่าง ๆ ไม่ปล่อยให้จิตฟุ้งไปในอดีตหรืออนาคต ไม่หดหู่ ไม่ท้อแท้ ไม่ท้อถอย ไม่เชื่องซึม จ้วงเจีย ชิมกะทือ จิตหดงอตัวเข้าไป ไม่ซ่านไปในภายนอก ไม่ไปคิดถึงความสุขจากกามคุณทั้ง ๕ ไม่คิดโหยหาความสุขจากรูปเสียง กลิ่น รส สัมผัส ทำจิตให้สงบ จากการดู การฟัง การดมกลิ่น การลิ้มรส การกระทบสัมผัส ไม่คำนึงถึง และไม่กำหนดหมายสิ่งต่าง ๆ ให้เป็นกาม, หมายรู้ว่าเบื้องหลังเหมือนเบื้องหน้า เบื้องหน้าเหมือนเบื้องหลัง คือ ปฏิบัติถูกต้องตามคำสอนที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมาเป็นอย่างดี ปฏิบัติตรงตามที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ทุกอย่าง เรียนมาอย่างไร จำมาอย่างไร ก็ปฏิบัติตามอย่างนั้น เทียบเคียงกันได้ ลงกันได้กับคำสอน เรียนดี ใส่ใจดี ทรงจำดี รู้แจ้งดีแล้วด้วย, เบื้องบนเหมือนเบื้องล่าง เบื้องล่างเหมือนเบื้องบน คือ พิจารณาความจริงของกายนี้ จากบนคือศีรษะ ลงล่างคือฝ่าเท้า และจากฝ่าเท้าขึ้นไปถึงศีรษะว่าประกอบไปด้วยของไม่สวยไม่งาม มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น<sup>๑๘</sup>, หมายรู้กลางวันเหมือนกลางคืน กลางคืนเหมือนกลางวัน คือ ทำให้จิตเป็นสมาธิแบบเดียวกันทั้งกลางวัน กลางคืน รักษาสมาธิไว้ทั้งคืนและกลางวัน มีจิตตั้งมั่นดี ทั้งกลางวันและกลางคืน<sup>๑๙</sup> มีใจสงบ ไม่มีเครื่องร้อยรัด อบรมจิตให้สว่างอยู่ คือ มีจิตที่เป็นหนึ่งห่างไกลจากกาม ห่างไกลจากอกุศลธรรมทั้งหลาย มีอาโลกสัญญา กำหนดหมายความสว่าง จิตใจปลอดโปร่ง ไม่มีความมืดมามาก<sup>๒๐</sup>

## ๓) สมาธิที่เกิดจากจิตตะกับความเพียรตั้งมั่น (จิตตสมาธิประธานสังขาร)

สมาธิที่เกิดจากจิตตะเป็นใหญ่ คือ มีความตั้งใจในการปฏิบัติ ไม่ย่อหย่อนนัก ไม่เกียจคร้าน ไม่ลดละ ความเพียร อันเป็นเหตุให้จิตใจจมลงไปใฝ่ฝ่ายอกุศล ไม่ปล่อยยให้หมกหมุ่นกับเรื่อง

<sup>๑๖</sup> ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๗๗/๔๕๖, อ.จ.เอกก.อ. (ไทย) ๑/๓๙๘/๔๕๕.

<sup>๑๗</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๓๒/๔๐๙.

<sup>๑๘</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๓๒/๔๐๘, ชุ.ช.อ. (ไทย) ๓/๔๓-๕๑.

<sup>๑๙</sup> ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๗๗/๔๕๖, อ.จ.เอกก.อ. (ไทย) ๑/๓๙๘/๔๕๕.

<sup>๒๐</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๓๒/๔๐๙.



อกุศลต่าง ๆ ไม่ต้องประคับประคองเกินไป คือไม่ฟุ้งซ่านไปตามเรื่องราวต่าง ๆ ไม่ปล่อยให้จิตฟุ้งไปในอดีตหรืออนาคต ไม่หุดหู่ ไม่ท้อแท้ ไม่ท้อถอย ไม่เซื่องซึม จ้วงเจีย ซึมกะทือ จิตหงดอตัวเข้าไป ไม่ชานไปในภายนอก ไม่ไปคิดถึงความสุขจากกามคุณทั้ง ๕ ไม่คิดโหยหาความสุขจากรูปเสียงกลิ่น รส สัมผัส ทำจิตให้สงบ จากการดู การฟัง การดมกลิ่น การลิ้มรส การกระทบสัมผัส ไม่คำนึงถึง และไม่กำหนดหมายสิ่งต่าง ๆ ให้เป็นกาม, มีความหมายรู้ว่าเบื้องหลังเหมือนเบื้องหน้า เบื้องหน้าเหมือนเบื้องหลัง คือ ปฏิบัติถูกต้องตามคำสอนที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมาเป็นอย่างดี ปฏิบัติตรงตามที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ทุกอย่าง เรียนมาอย่างไร จำมาอย่างไร ก็ปฏิบัติตามอย่างนั้น เทียบเคียงกันได้ ลงกันได้กับคำสอน เรียนดี ใส่ใจดี ทรงจำดี รู้แจ้งดีแล้วด้วย, เบื้องบนเหมือนเบื้องล่าง เบื้องล่างเหมือนเบื้องบน คือ พิจารณาความจริงของกายนี้ จากบนคือศีรษะ ลงล่างคือฝ่าเท้า และจากฝ่าเท้าขึ้นไปถึงศีรษะว่าประกอบไปด้วยของไม่สวयไม่งาม มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น<sup>๒๑</sup>, หมายรู้กลางวันเหมือนกลางคืน กลางคืนเหมือนกลางวัน คือ ทำให้จิตเป็นสมาธิแบบเดียวกันทั้งกลางวัน กลางคืน รักษาสมาธิไว้ทั้งคืนและกลางวัน มีจิตตั้งมั่นดี ทั้งกลางวันและกลางคืน<sup>๒๒</sup> มีใจสงบ ไม่มีเครื่องร้อยรัด อบรมจิตให้สว่างอยู่ คือ มีจิตที่เป็นหนึ่งห่างไกลจากกาม ห่างไกลจากอกุศลธรรมทั้งหลาย มีอาโลกสัญญา กำหนดหมายความสว่าง จิตใจปลอดโปร่ง ไม่มี ความมีตมมาคลุม<sup>๒๓</sup>

#### ๔) สมาธิที่เกิดจากวิม้งสากับความเพียรตั้งมั่น (วิม้งสาสมาธิปธานสังขาร)

สมาธิที่เกิดจากวิม้งสาเป็นใหญ่ คือ มีการพิจารณาในสภาวะธรรม ไม่ย่อหย่อนนัก ไม่เกียจคร้าน ไม่ลดละ ความเพียร อันเป็นเหตุให้จิตใจจมลงไปในฝ่ายอกุศล ไม่ปล่อยให้หมกหมุ่นกับเรื่องอกุศลต่าง ๆ ไม่ต้องประคับประคองเกินไป คือไม่ฟุ้งซ่านไปตามเรื่องราวต่าง ๆ ไม่ปล่อยให้จิตฟุ้งไปในอดีตหรืออนาคต ไม่หุดหู่ ไม่ท้อแท้ ไม่ท้อถอย ไม่เซื่องซึม จ้วงเจีย ซึมกะทือ จิตหงดอตัวเข้าไป ไม่ชานไปในภายนอก ไม่ไปคิดถึงความสุขจากกามคุณทั้ง ๕ ไม่คิดโหยหาความสุขจากรูปเสียงกลิ่น รส สัมผัส ทำจิตให้สงบ จากการดู การฟัง การดมกลิ่น การลิ้มรส การกระทบสัมผัส ไม่คำนึงถึง และไม่กำหนดหมายสิ่งต่าง ๆ ให้เป็นกาม, มีความหมายรู้ว่าเบื้องหลังเหมือนเบื้องหน้า เบื้องหน้าเหมือนเบื้องหลัง คือ ปฏิบัติถูกต้องตามคำสอนที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมาเป็นอย่างดี ปฏิบัติตรงตามที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ทุกอย่าง เรียนมาอย่างไร จำมาอย่างไร ก็ปฏิบัติตามอย่างนั้น เทียบเคียงกันได้ ลงกันได้กับคำสอน เรียนดี ใส่ใจดี ทรงจำดี รู้แจ้งดีแล้วด้วย, เบื้องบนเหมือนเบื้อง

<sup>๒๑</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๓๒/๔๐๘, ชุ.ช.อ. (ไทย) ๓/๔๓-๕๑.

<sup>๒๒</sup> ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๗๗/๔๕๖, อง.เอกก.อ. (ไทย) ๑/๓๙๘/๔๔๕.

<sup>๒๓</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๓๒/๔๐๘.

ล่าง เบื้องล่างเหมือนเบื้องบน คือ พิจารณาความจริงของกายนี้ จากบนคือศีรษะ ลงล่างคือฝ่าเท้า และจากฝ่าเท้าขึ้นไปถึงศีรษะว่าประกอบไปด้วยของไม่สวยไม่งาม มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น<sup>๒๔</sup> , หมายรูกกลางวันเหมือนกลางคืน กลางคืนเหมือนกลางวัน คือ ทำให้จิตเป็นสมาธิแบบเดียวกันทั้งกลางวัน กลางคืน รักษาสมาธิไว้ทั้งคืนและกลางวัน มีจิตตั้งมั่นดี ทั้งกลางวันและกลางคืน<sup>๒๕</sup> มีใจสงบ ไม่มีเครื่องรื้อยรัด อบรมจิตให้สว่างอยู่ คือ มีจิตที่เป็นหนึ่งห่างไกลจากกาม ห่างไกลจากอกุศลธรรมทั้งหลาย มีอาโลกสัญญา กำหนดหมายความสว่าง จิตใจปลอดโปร่ง ไม่มี ความมีดมาคลุม<sup>๒๖</sup>

เมื่ออิทธิบาท ๔ ประการนี้การที่บุคคลใดก็ตามได้เจริญให้มาก ย่อมแสดงฤทธิ์ได้หลายอย่าง คือ คนเดียวแสดงเป็นหลายคนก็ได้ หลายคนแสดงเป็นคนเดียวก็ได้ ฯลฯ ใช้อำนาจทางกาย ไปจนถึงพรหมโลกก็ได้<sup>๒๗</sup> ทำให้แจ่มเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติอันไม่มีอาสวะเพราะอาสวะสิ้นไปด้วย ปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน”<sup>๒๘</sup>

อิทธิบาทนั้นพระพุทธเจ้าตรัสพัวพันไว้กับเรื่องสมาธิเพราะอิทธิบาทเป็นข้อปฏิบัติที่ทำให้เกิดสมาธิและนำไปสู่ผลสำเร็จที่เป็นจุดหมายของสมาธิ สมาธิเกิดจากอิทธิบาทข้อใด ก็มีชื่อเรียกตามอิทธิบาทข้อนั้นดังพระพุทธพจน์ที่ปรากฏข้อความไว้ว่า “ถ้าภิกษุอาศัยจิตตะแล้ว ได้สมาธิ นี้เรียกว่า จิตตะสมาธิ ฯลฯ เพื่อความไพบูลย์ เพื่อความเจริญบริบูรณ์แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เหล่านี้เรียกว่า ปธานสังขาร จิตตะนี้ด้วย จิตตสมาธินี้ด้วย และปธานสังขารเหล่านี้ด้วย ดังพรรณนามานี้ นี้เรียกว่าอิทธิบาท ประกอบด้วยจิตตสมาธิ และปธานสังขาร”<sup>๒๙</sup> ถ้าอาศัยวิมังสาแล้ว ได้สมาธิ นี้เรียกว่า วิมังสาสมาธิ ฯลฯ เพื่อความไพบูลย์ เพื่อความเจริญบริบูรณ์แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เหล่านี้เรียกว่า ปธานสังขาร วิมังสานี้ด้วย วิมังสาสมาธินี้ด้วย และปธานสังขารเหล่านี้ด้วย จึงเรียกว่าอิทธิบาท ประกอบด้วยวิมังสาสมาธิ และปธานสังขาร”

จากพระพุทธพจน์ที่ยกมานี้ จึงมีสมาธิ ๔ ข้อคือ

๑. ฉันทะสมาธิ สมาธิที่เกิดจากฉันทะ หรือสมาธิที่มีฉันทะเป็นใหญ่
๒. วิริยะสมาธิ สมาธิที่เกิดจากวิริยะ หรือสมาธิที่มีวิริยะเป็นใหญ่

<sup>๒๔</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๓๒/๔๐๘, ชุ.ช.อ. (ไทย) ๓/๔๓-๕๑.

<sup>๒๕</sup> ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๗๗/๔๕๖, อง.เอกก.อ. (ไทย) ๑/๓๙๘/๔๔๕.

<sup>๒๖</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๓๒/๔๐๙.

<sup>๒๗</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๒๓/๓๙๒.

<sup>๒๘</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๒๔/๓๙๔.

<sup>๒๙</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๒๖/๓๙๗.

๓. จิตตะสมาธิ สมาธิที่เกิดจากจิตตะ หรือสมาธิที่มีจิตตะเป็นใหญ่  
 ๔. วิมังสาสมาธิ สมาธิที่เกิดจากวิมังสา หรือสมาธิที่มีวิมังสาเป็นใหญ่

สมาธิเหล่านี้จะมีเกิดควบคู่ไปด้วยกันกับความเพียรพยายาม ที่เรียกว่า ปธานสังขาร แปลว่า สังขารที่เป็นตัวความเพียร หรือความเพียรที่เป็นเครื่องปรุงแต่ง

สมาธิที่เกิดจาก ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา หรือเกิดจากความมีใจรัก พากเพียรทำ เอาจิตฝึกฝน ใช้ปัญญาสอบสวน เป็นการปฏิบัติสมาธิที่เกิดจากอิทธิบาท จะเกิดขึ้นได้ ต้องไม่ย่อหย่อน ไม่ต้องประคับประคองเกินไป ไม่หดหู่ ไม่ขานไปในภายนอก ไม่ไปคิดถึงความสุขจากกามคุณทั้ง ๕ รู้เบื้องหลังเหมือนเบื้องหน้า เบื้องหน้าเหมือนเบื้องหลัง เรียบดี ใส่ใจดี ทรงจำดี รู้แจ้งดีแล้วด้วย พิจารณาความจริงของกายนี้ มีจิตเป็นสมาธิแบบเดียวกันทั้งกลางวัน มีจิตที่เป็นหนึ่งห่างไกลจากกาม จิตใจปลอดโปร่ง ไม่มีความมีตมามากม่นแฉ่งแฉ้วโตวิมุติ ปัญญาวิมุติอันไม่มีอาสวะเพราะอาสวะสิ้นไปด้วยปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน

### ๓.๓ ฉันทะที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม

ฉันทะ (ฉันทสมาธิและปธานสังขาร) “ฉันทะ” มีความหมายในทางพุทธศาสนาว่า “สภาวะธรรมของจิตอันพอใจ ไม่ใช่ความคิด เป็นนามธรรมหรือธาตุในทางพระพุทธศาสนาในระดับปรมาตถสภาวะธรรม ตั้งมั่นอยู่ภายในจิตวิญญาณ เป็นสัญญาธาตุหรือความทรงจำแห่งใจประการหนึ่งในทางพระพุทธศาสนา ย่อมสามารถติดตัวข้ามภพข้ามชาติได้ ย่อมอาศัยการสะสมการเจริญ การตั้งมั่นโดยลำดับ เป็นเวลาอันยาวนาน ไม่ใช่เรื่องของความคิดความพอใจจากเซลล์สมอง”

ผู้มีสภาวะธรรมของความพอใจ (ฉันทะ) ตั้งมั่นอยู่ภายในจิตวิญญาณ เรียกว่า “มีธาตุแท้ของความพอใจ” อันเป็นความหมายในทางพระพุทธศาสนา ระดับปรมาตถสภาวะธรรม ด้วยเหตุดังนี้ ผู้มีธาตุแท้ความพอใจ ย่อมปฏิบัติธรรมด้วยความพอใจ ย่อมเป็นเหตุปัจจัยส่งเสริมความตั้งมั่นของสัมมาสติ และสัมมาสมาธิ จึงเรียกว่า “ฉันทสมาธิ” ซึ่งหมายถึง “สัมมาสมาธิอันมีความพอใจเป็นประธาน” ผู้ปรารถนาความสำเร็จ ในกรรมฐานภาวนา อานาปานสติภาวนา ย่อมต้องมีธาตุแท้ความพอใจ ในการปฏิบัติกรรมฐาน ภาวนาตั้งมั่นอยู่ภายในจิตใจ เพื่ออาศัยเป็นเครื่องมือในการกำหนดจิต หรือส่งเสริม “วิตก” และ “วิจารณ์” ในการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์กรรมฐานภาวนา เพราะเหตุที่ว่า “เมื่อเรามีการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ไม่ต่อเนื่อง ไม่ตั้งมั่น หรือเรียกว่า วิตกวิจารณ์ไม่ตั้งมั่น” ย่อมเป็นเหตุให้ “สัมมาสติสั่นไหว” เมื่อสัมมาสติสั่นไหว “สัมมาสมาธิย่อมสั่นไหว” เมื่อสัมมาสมาธิสั่นไหว ผู้บำเพ็ญเพียรย่อมมีการฟุ้งซ่าน ทางความคิดและมีอาการฟุ้งซ่านทางจิต ทาง

อายตนะภายนอก ๖ หรือจากอกุศลสัญญาที่อยู่ภายในจิตวิญญาณของตน แม้มีอาการไม่สงบ ในขณะที่ปฏิบัติกรรมฐานภาวนา แต่ถ้ามีธาตุแท้ความพอใจคือ ฉันทะ ย่อมไม่มีอาการท้อแท้ ย่อมแพ้ล้มเลิกในการปฏิบัติกรรมฐานภาวนา<sup>๓๐</sup> แม้ในทางโลก งานทุกอย่างย่อมสำเร็จได้ก็ด้วยความพอใจในงานนั้นเป็นที่ตั้งอาศัย หลักธรรมข้อนี้ (ฉันทะ) ย่อมมีอานิสงส์ทั้งในทางโลก และทางธรรม ไม่มีประมาณ

ชื่อว่า ฉันทะ เพราะมีสภาวะเป็นมูล (ฉนฺโท มุลฺลฺเจเน) ความว่า ฉันทะคือความเป็นผู้ใคร่ เพื่อจะทำกุศลธรรมทั้งหลาย ด้วยความหมายว่าเป็นมูลแห่งการปฏิบัติ และแห่งความสำเร็จ<sup>๓๑</sup> คำว่า “ฉันทะ” แปลว่า ความพอใจมีอยู่ ๕ อย่างคือ<sup>๓๒</sup>

- |                     |                            |
|---------------------|----------------------------|
| ๑. ตัณหาฉันทะ       | พอใจด้วยอำนาจแห่งตัณหา     |
| ๒. ทิฏฐิฉันทะ       | พอใจด้วยอำนาจแห่งทิฏฐิ     |
| ๓. วิริยะฉันทะ      | พอใจด้วยอำนาจแห่งความเพียร |
| ๔. กัตตุกัมยตาฉันทะ | พอใจอยากจะทำ               |
| ๕. ธรรมะฉันทะ       | พอใจในธรรม                 |

๑. ตัณหาฉันทะ พอดีด้วยอำนาจแห่งตัณหา” นั้น จำแนกออกเป็น ๕ คือ

- ๑) ปรีเยสนฉันทะ ตัณหาในการแสวงหา รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ
- ๒) ปฏิลาภฉันทะ ตัณหาในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่แสวงหาได้มา
- ๓) ปรีโภคฉันทะ ตัณหาในขณะที่บริโภคคามคุณ ๕
- ๔) สันนิธิฉันทะ ตัณหาที่เกิดขึ้นในรูป เสียง กลิ่น รส เป็นต้น ที่ตนสั่งสมเก็บไว้
- ๕) วิสัสซชนฉันทะ ตัณหาในการจำหน่ายแจก เช่น แบ่งปันส่วนให้แก่บุตร

ธิดาอันโตชน ปริวารชน เป็นต้น

๒. ทิฏฐิฉันทะ พอดีด้วยอำนาจแห่งทิฏฐินั้น หมายความว่า ได้ทั้งทางดีและทางชั่ว

- ๑) ทิฏฐิฉันทะในทางดี ได้แก่ พอดีในความเห็นถูก เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ เช่น
  - (๑) กัมมัชสาสัมมาทิฏฐิ เห็นว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว และละชั่วประพฤดีดี

<sup>๓๐</sup> ศรีศากยอโศก, **หลักการฝึกสมาธิภาวนา ตามรอยพระพุทธองค์**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท อินเทอร์เน็ต-เทค พรินติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๓๑๙-๓๒๐.

<sup>๓๑</sup> ขุ.ป.อ. (ไทย) ๑/๒๐/๑๕๑.

<sup>๓๒</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙), **วิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ บริษัทประยูรวงศ์พรินท์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๐๘๑.

(๒) ฅานสัมมาทิฏฐิ เห็นว่าการเจริญสมถกรรมฐาน จนได้ฅานเป็นของดีแล้ว  
เจริญสมถะ

(๓) วิปัสสนาสัมมาทิฏฐิ เห็นว่าการเจริญวิปัสสนาเป็นของดีเพราะเป็นทาง  
ดำเนินของพระอรียเจ้าแล้วเจริญวิปัสสนากรรมฐานจนเห็นรูปนาม เห็นพระไตรลักษณ์เป็นต้น

๒) ทิฏฐิฉันทะในทางชั่ว ได้แก่ พอใจในความเห็นผิด เรียกว่า มิจฉาทิฏฐิ เช่น เวลา  
ทำบาปมีความดีใจ เห็นว่าไม่เป็นบาป ทำบาปเอง เวลาทำบาป มีความดีใจ เห็นว่า เพื่อนชวนจึงทำ  
ตลอดจนพอใจในทิฏฐิ ๖๒ ประการ จัดเป็นทิฏฐิฉันทะในทางชั่ว

๓. วิริยะฉันทะ พอใจในความเพียรนั้น หมายความว่า ๒ อย่างคือ พอใจในความเพียร  
ทางโลก พอใจในความเพียรทางธรรม

๑) พอใจในความเพียรทางโลกมี ๒ อย่างคือ พอใจในความเพียรที่ชอบ พอใจใน  
ความเพียรที่ผิด

(๑) พอใจในความเพียรที่ชอบ เช่น เพียรประกอบอาชีพ เพียรทำงานต่าง ๆ  
เท่าที่ตนมีความรู้ เท่าที่ตนสามารถ เรียกว่า อุฏฐานสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยความหมั่น<sup>๓๓</sup> หมั่นหา  
และเพียรเก็บรักษาไม่ใช้จ่ายให้สุรุ่ยสุร่าย เพียรคบแต่เพื่อนดี ๆ ไม่คบคนชั่ว ไม่พาตัวแต่หาบายนมุข  
เพียรประหยัดระมัดระวัง เพียรสร้างฐานะของตัว และครอบครัวให้เจริญรุ่งเรืองด้วย ลาก ยศ เพื่อ  
บำบัดทุกข์บำรุงสุขและช่วยชาติ ศาสนาต่อไป อันความสุขของบุคคลผู้ครองเรือนนั้น มีอยู่ ๔ อย่าง  
คือ สุขเกิดแต่ความมีทรัพย์สุขเกิดแต่การจ่ายทรัพย์บริโภค สุขเกิดแต่ความไม่ต้องเป็นหนี้สินใคร สุข  
เกิดแต่ประกอบกิจการงานที่ปราศจากโทษ เพราะฉะนั้น ถ้าผู้ใดพอใจในความเพียรชอบ และมีความ  
เพียรชอบดังกล่าวมานี้ ผู้นั้นจะมีแต่ความมั่งคั่งสมบูรณ์ มั่งมีศรีสุขไม่ทุกข์ลำบาก ไม่น้อยหน้าต่ำตา  
ใคร ๆ เลย

(๒) พอใจในความเพียรที่ผิดนั้น เช่นพอใจในอบายมุขคือ เหตุแห่งความฉิบหาย  
๖ อย่างคือ พอใจในการดื่มน้ำเมา เที่ยวกลางคืน เที่ยวดูการเล่น เล่นการพนัน คบคนชั่วเป็นมิตร  
เกียจคร้านทำงาน ถ้าผู้ใดพอใจในความเพียรเช่นนี้ถึงผู้นั้นจะร่ำรวยมั่งคั่งสมบูรณ์ โดยได้รับ  
มรดกตกทอดมาจาก พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย สักปานใดก็ตาม ย่อมจะฉิบหายล่มจม จนเป็นคน  
ขอทานก็ได้ เพราะตัวอย่างเคยมีมาแล้ว เช่น เศรษฐีขายเรือ เป็นต้น

๒) พอใจในความเพียรทางธรรม จำแนกเป็น ๓ คือ พอใจในการเรียน พอใจในการ  
ปฏิบัติ และพอใจในปฏิเวธ อันเป็นผลแห่งการปฏิบัติ

<sup>๓๓</sup> อ.อรรถก. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๐.

๔. กัตตุกัมยตาฉันทะ พอใจอยากจะทำนั้น หมายความว่า อยากจะทำความดีต่าง ๆ เช่น บุญกิริยาวัตถุ ๓ บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ เป็นต้น

๕. ธรรมะฉันทะ พอใจในธรรม นั้นหมายความว่า พอใจในธรรม ซึ่งเป็นไปในภูมิ ๔ คือ กามาวจรธรรม รูปาวจรธรรม อรูปาวจรธรรม โลกุตระธรรม

คำว่า “มีฉันทะเป็นเหตุ มีฉันทะเป็นอธิบดี” นั้น หมายความว่า นักปฏิบัติกระทำ กัตตุกัมยตาฉันทะ ให้เป็นอธิบดีคือให้เป็นใหญ่ ให้เป็นเหตุ ให้เป็นรากฐาน ให้เป็นที่ตั้ง แล้วเจริญ สมณะและวิปัสสนาจนได้สมาธิทั้ง ๒ สมาธิ ๓ สมาธิ ๔ สมาธิ ๕ สมาธิ ๖

สมาธิ ๒ คือ โลกียะสมาธิ โลกุตระสมาธิ

สมาธิ ๓ คือ ขณิกสมาธิ อุปะการสมาธิ อัปปนาสมาธิ

สมาธิ ๔ คือ ทิศธรรมสุขวิหารสมาธิ ญาณทัสสนสมาธิ สติสัมปชัญญะสมาธิ อาสวักขยสมาธิ

สมาธิ ๕ คือ สุขสมาธิ สันตสมาธิ อริยะสมาธิ มिरามิสมาธิ ปุริสาสมาธิ

สมาธิ ๖ คือ ขณิกสมาธิ อุปะการสมาธิ อัปปนาสมาธิ มัคคสมาธิ ผลสมาธิ ปัจจเวกขณะสมาธิ

คำว่า “มีสังขารเป็นประธาน” นั้น เป็นชื่อของความเพียร คือสัมมปปธาน ทั้ง ๔ ซึ่งยัง กิจทั้ง ๔ ให้สำเร็จดังมีหลักฐานรับรองไว้ว่า “ปธานภูตา สงขารา ปธานสงขารา” สังขารทั้งหลาย ที่เป็นประธาน ชื่อว่า ปธานสังขาร “จตุกกิจสาธกสส สมมปปธานวิริยเสตติ อธิวจน”<sup>๓๔</sup> คำว่า “ปธานสังขาร” นี้ เป็นชื่อของความเพียรคือสัมปทาน ๔ ซึ่งยังกิจทั้ง ๔ ให้สำเร็จสัมมปปธาน แปลว่า ความเพียรที่เป็นหลัก เป็นประธานมีอยู่ ๔ อย่างคือ

สังวรปธาน เพียรระวังไม่ให้บาป เกิดขึ้นในขันธสันดาน

ปหานปธาน เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้วให้เสื่อมไปคือ เพียรละวิตก ๓

ภาวนापธาน เพียรบำเพ็ญกุศลให้เกิดขึ้นคือเพียรบำเพ็ญโพชฌงค์ ๗

อนุรักษนาปธาน เพียรรักษาศีล สมาธิ ปัญญา ให้เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนกระทั่งถึงมรรค

ผล นิพพาน

กิจ ๔ นั้น คือ

- |                 |                                       |
|-----------------|---------------------------------------|
| ๑) ปริญาตัพพกิจ | กิจที่จะต้องกำหนดรู้ ได้แก่ ทุกขสัง   |
| ๒) ปัญหาสรรพกิจ | กิจที่ต้องละ ได้แก่ สมุทัยสัง         |
| ๓) สัจจาสรรพกิจ | กิจที่จะต้องทำให้แจ้ง ได้แก่ นิโรธสัง |
| ๔) ภาเวตัพพกิจ  | กิจที่จะต้องเจริญ ได้แก่ มรรคสัง      |

<sup>๓๔</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๓๘๒/๑๕.

ฉันทสมาธิ กับ ปธานสังขาร ในพระบาลีพระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ดังนี้ คือ

๑. ฉันทสมาธิ แปลว่า นักปฏิบัติธรรม กระทำฉันทะให้เป็นใหญ่แล้วเจริญวิปัสสนากรรมฐานได้สมาธิ ได้เอกัคคตา ดังพระบาลีว่า “ฉนฺทญฺเจ ภิกฺขุ อธิปฺตี กริตฺวา ลภฺติ สมาธิํ ลภฺติ จิตฺตสฺส เอกคฺคตํ อโย วุจฺจติ ฉนฺทสมาธิ”<sup>๓๕</sup> ท่านผู้เห็นภัยในวัฏสงสาร ทำฉันทะให้เป็นใหญ่ ได้สมาธิ ได้ความแน่วแน่แห่งจิตนี้เรียกว่า ฉันทสมาธิ หมายถึงตัดตุ้มยึดฉันทะ

๒. ปธานสังขาร แปลว่า มีสังขารเป็นประธานคือมีความเพียรทั้ง ๔ เป็นประธานมีพระบาลีรับรองไว้ว่า “โส อนุปฺปนฺนํ ปาปกานํ อกุสลานํ ฌมฺมานํ อนุปฺปาทาย ฉนฺทํ ชนฺเตติ วายมฺติ วิริยํ อารภฺติ จิตฺตํ ปคฺคณฺหาติ ปทฺหติ ฯ เปฯ อิเม วุจฺจนฺติ ปธานสงฺขารา”<sup>๓๖</sup> ท่านผู้เห็นภัยในวัฏสงสารนั้น ยังฉันทะให้เกิดพยายามบำเพ็ญเพียร ประคองจิต รักษาจิตไว้ เพื่อไม่ให้อกุศลธรรมอันลามกซึ่งยังไม่เกิด เกิดขึ้น เพื่อละอกุศลธรรม อันลามกที่เกิดขึ้นแล้วเพื่อให้อกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น และเพื่อให้กุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วตั้งมั่น ไม่พินเพื่อน ไพบูลย์เจริญเต็มเปี่ยมยิ่ง ๆ ขึ้นไป เหล่านี้เรียกว่าปธานสังขาร

รวมทั้งฉันทสมาธิ ทั้งปธานสังขารเข้าเป็นอันเดียวกัน เรียกว่า ฉันทสมาธิปธานสังขาร ใช้สติกำหนดลงไป ตรงรูปนาม รูปนามเกิดอยู่ที่ตาหูจมูกลิ้นกายใจ เมื่ออายตนะภายในกับอายตนะภายนอกกระทบกัน เช่น ตาเห็นรูปหูได้ยินเสียง เป็นต้น

เมื่อปฏิบัติได้ถูกต้องตามที่ได้อธิบายขยายความมาแล้วจึงจะได้ประโยชน์ทั้ง ๒ ประการ คือ ได้ประโยชน์ทั้งทางโลกและประโยชน์ทางธรรม

ประโยชน์ทางโลก คือ

- ๑) ทำให้บุคคลขยัน
- ๒) เลี้ยงตัวได้
- ๓) การงานทุก ๆ อย่างสำเร็จได้ไม่อาภูล
- ๔) มั่งคั่งสมบูรณ์ด้วยอิสริยยศพระยศ โภคยศ กิตติยศ สัมมณายศ วรรณยศและปริวารยศ
- ๕) ทำให้เศรษฐกิจของตัวครอบครัว ประเทศชาติเจริญ

ประโยชน์ทางธรรม คือ

<sup>๓๕</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ธิ ป.๖.๙), **วิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรพงศ์พรินติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๐๘๓.

<sup>๓๖</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๓๘๒/๑๕.

- ๑) ทำให้รู้จักธรรม ๓
- ๒) ทำให้ได้ประโยชน์ ๓
- ๓) รักษาตัวให้พ้นทุกข์
- ๔) ไม่ประมาท
- ๕) ป้องกันภัยในอบายภูมิ
- ๖) ได้บูชาพระรัตนตรัย
- ๗) ได้บำเพ็ญไตรสิกขา
- ๘) ได้เดินทางสายกลาง
- ๙) เจริญก้าวหน้าในคุณธรรมขั้นต้นขั้นกลางขั้นสูง

ตัวอย่างเช่น ภิกษุ ๕๐๐ รูป เรียนกรรมฐานในสำนักของพระพุทธเจ้าแล้วมีฉันทะอย่างเต็มที่ตั้งใจปฏิบัติเป็นอย่างดี ไม่ช้าไม่นานก็ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน สิ้นอาสวกิเลส อยู่จบพรหมจรรย์ ทั้งนี้ก็เพราะฉันทะเป็นเหตุเป็นปัจจัยนั่นเอง

ฉันทะสมาธิ จึงเป็นสมาธิที่เกิดจากความพอใจในการทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยใจรักในงานนั้น จนบรรลุถึงผลสำเร็จของงานนั้น เป็นความใคร่ในการที่จะทำกุศลธรรมให้เกิดขึ้น ซึ่งจะแตกต่างกับตัณหาฉันทะ ที่มีอยากได้ อยากมี อยากเป็น อยากเอามาเพื่อตัวตนในรูปใดรูปหนึ่ง จึงเรียกว่าเป็นตัณหา ในการปฏิบัติวิปัสสนา ควรทำใจให้เกิดฉันทะขึ้นมาก่อน การที่จะทำให้ฉันทะเกิดมีขึ้นมาได้ ต้องมีศรัทธาในพระรัตนตรัย แล้วสำรวจ กาย วาจา ใจ มีมั่นคงในศีล จนเกิดศิวิสุทธิ มีความบริสุทธิ์แห่งศีล จิตตั้งมั่น มีความบริสุทธิ์ เป็นจิตตวิสุทธิ ความหมดจดแห่งจิต<sup>๓๗</sup> เป็นเหตุจูงใจในการทำกุศลธรรมให้เกิดขึ้น เมื่อมีแรงจูงใจ ก็เกิดความพอใจ ฉันทะก็เกิดขึ้น วิริยะก็เกิดตามมา เมื่อฉันทะเกิดขึ้นแล้ว ความง่วงเหงาหาวนอน ความเบื่อในการปฏิบัติก็จะหายไป ก็กลายเป็นการปฏิบัติที่มีความสุข ฉันทะจึงมีส่วนสำคัญที่จะเกื้อหนุนต่อการปฏิบัติที่มุ่งเข้าสู่โลกุตตรธรรม ปราภูลักษณะ ข้อความไว้ว่า “ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญฉันทะที่เป็นโลกุตตระ ซึ่งเป็นเหตุนำออกจากวิภวทุกขให้ถึงนิพพานเพื่อละ ทิณฺณ เพื่อบรรลุภูมิเบื้องต้น สงัดจากกาม ฯลฯ บรรลุปฐมฌาน ที่เป็นทุกขาปฏิบัติทันทธาภิญญา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ภิกษุชื่อว่า เจริญอิทธิบาทที่ประกอบไปด้วยฉันทสมาธิและประธานสังขาร”<sup>๓๘</sup> ในอธิการนี้ สมาธิมีความพอใจเป็นเหตุ หรือยิ่งด้วยความพอใจว่า ฉันทะสมาธิ คำนี้เป็นชื่อของสมาธิ ที่โยคีที่ประสงค์จะบำเพ็ญให้เป็นใหญ่ได้แล้ว สังขารประธาน

<sup>๓๗</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๙/๔๑๙.

<sup>๓๘</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๔๕/๓๔๘.



อันเป็นประธาน ชื่อว่า ปธานสังขาร เป็นชื่อของความเพียรเป็นตั้งไว้ให้ชอบที่ทำงาน ๔ อย่าง ให้สำเร็จ<sup>๓๙</sup>

สมาธิมีความพอใจเป็นมูลเหตุในการสร้างกุศลธรรมทั้งหลายให้เกิดมีขึ้น โดยอาศัยปฐมฌานเป็นเหตุ เมื่อฉันทะเกิดขึ้นแล้ว จะเกื้อหนุนให้ธรรมอื่น ๆ ตามมา คือ วิริยะ จิตตะ วิมังสา พัฒนาขึ้นไปตามลำดับจาก สัมมปธาน เป็นอิทธิบาท เมื่อเป็นอิทธิบาท ก็หนุนให้เกิดสัมมปธาน หรือ ปธานมุ่งทางชอบ ปธาน หรือ สัมมปธานก็หนุนให้การปฏิบัติ สติปัฏฐาน ดำเนินไปด้วยดี เพราะฉะนั้น ถ้าว่าตามเหตุผล จะทำหรือจะเจริญสติปัฏฐานได้ก็ต้องอาศัย สัมมปธาน สัมมปธานจะเป็นไปได้ก็ต้องอาศัยอิทธิบาท อิทธิบาทจะเป็นไปได้ให้ถึงความสำเร็จ อิทธิบาทอาศัยอินทรีย์ อินทรีย์อาศัยพละสติปัฏฐานก็ดำเนินไปด้วยดี เมื่อเป็นเช่นนี้ สติปัฏฐานก็จะเลื่อนขั้นขึ้นเป็นโพชฌงค์ องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้โพชฌงค์ ๗ ต่อไปถึง มรรคมงคล ๘ เนื่องกันไป

### ๓.๔ วิริยะที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม

วิริยะ มีความหมายในทางพุทธศาสนา คือ “เป็นสภาวะธรรมของความเพียร พยายาม ไม่ใช่เรื่องของความคิดจากเซลล์สมอง เป็นนามธรรมหรือธาตุ ในทางพระพุทธศาสนาในระดับปรมาตสภาวะธรรม ตั้งมั่นอยู่ภายในจิตวิญญาณ เป็นสัญญาทาสหรือความทรงจำ แห่งใจ ในทางพระพุทธศาสนา ย่อมติดตัวข้ามภพข้ามชาติได้ ย่อมอาศัยการสะสม การเจริญ การตั้งมั่น โดยลำดับ ไม่ใช่เรื่องของความคิด ความเพียรพยายามจากเซลล์สมอง” ผู้มีสภาวะธรรมของความเพียรพยายาม (วิริยะ) ตั้งมั่นอยู่ภายในจิตวิญญาณ เราเรียกว่า “มีธาตุแท้ความเพียรพยายาม” ซึ่งเป็นความหมายระดับปรมาตสภาวะธรรมในทางพระพุทธศาสนา

ด้วยเหตุดังนี้ บางคนในโลกนี้ ย่อมมีความเพียรพยายาม ในการปฏิบัติธรรมมาโดยกำเนิด แม้ไม่มีบุคคลใดอบรมสั่งสอนก็เพราะ “ธาตุแท้ความเพียรพยายาม” ที่ตั้งมั่นอยู่ในจิตวิญญาณ เป็นเหตุปัจจัยนั่นเอง ผู้มีธาตุแท้ความเพียรพยายาม ย่อมปฏิบัติกรรมฐานภาวนาด้วยความเพียร ย่อมบังเกิดสัมมาสมาธิ เพราะความเพียร จึงเรียกว่า “วิริยะสมาธิ” คือ “มีความเพียรเป็นประธาน ในการบังเกิดสัมมาสมาธิ”

วิริยะ (ความเพียรพยายาม) ในทางพระพุทธศาสนา ย่อมมีความหมายดังนี้ คือ

<sup>๓๙</sup> พระพุทธโฆสเถระ, *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*, แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๖๖๖.

๒.๑ มีความเพียรมิให้อกุศลกรรมบังเกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัติกรรมฐานภาวนา

๒.๒ มีความเพียรดับอกุศลกรรมที่มีอยู่ที่บังเกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัติกรรมฐานภาวนาให้ดับลงให้ระงับลง

๒.๓ มีความเพียรในการสร้างอริยสงฆ์ ให้บังเกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัติกรรมฐานภาวนา

๒.๔ มีความเพียรในการทำให้ระยะกุศลกรรมที่มีอยู่ ที่มันเกิดขึ้นอยู่ในขณะปฏิบัติกรรมฐานภาวนาให้เจริญขึ้นให้ตั้งมั่นขึ้นโดยลำดับ จนกระทั่งเกิดความดับแห่งอาสวะทั้งหลาย

วิธีะนี้แล คือ “องค์ธรรมเพื่อความสำเร็จในการปฏิบัติกรรมฐานภาวนา เป็นทาสแท้ความสำเร็จประการหนึ่งของอิทธิบาท ๔”<sup>๕๐</sup>

วิธีะ แปลว่า ความเพียร หมายความว่า ความบากบั่นความขยันความไม่ทอดย<sup>๕๑</sup> ความไม่ทอดธุระความเป็นผู้เอาการเอางาน วิธีะมีลักษณะ รส ปัจจุบันฐาน และปทัชฐานเป็นวิธีะมีลักษณะคือเครื่องหมายเป็นต้นอย่างนี้คือ

๑) อุตสาหหลกณ<sup>๕๒</sup> วิธีะคือความเพียรนั้น มีความอุตสาหะเป็นเครื่องหมาย ได้แก่ มีความขยันเป็นที่สุดทำอะไรตั้งใจทำจริง ๆ ไม่อ้อเลส ไม่แก้ตัว ไม่เป็นไปตามอำนาจของความเกียจคร้าน มีใจเข้มแข็ง

๒) สหชาตานิ อุปตถมณรสี มีหน้าที่อุดหนุนค้ำจุนธรรมที่เกิดขึ้นร่วมกัน ให้มีกำลังกล้ายิ่งขึ้น เช่นในขณะที่เจริญวิปัสสนากรรมฐานนั้น เมื่อมีความเพียรชอบแล้ว ความเห็นชอบ ดำริชอบ การงานชอบ วาจาชอบ เป็นอยู่ชอบ ระลึกชอบ ตั้งใจชอบ ก็สามารถจะเกิดขึ้นได้จนกระทั่งเป็นมัคคสมังคี ทั้งนี้ก็เพราะได้กำลังหนุนอันสำคัญมาจากวิธีะนั่นเอง เป็นต้นเหตุ

๓) อสสีทนปัจจุภูฐาน<sup>๕๓</sup> มีการไม่จมอืด ไม่ย่อท้อ ไม่ย่อหย่อนเป็นผลปรากฏหมายความว่า ถ้ามีความเพียรแล้ว ผู้นั้นจะไม่เฉื่อยชา จะไม่ขี้เกียจ จะไม่ยอมปล่อยให้เวลาให้ว่างไปเปล่า จะไม่ยอมปล่อยให้การงานอาภูล จะไม่ละทิ้งการงานไว้ครึ่ง ๆ กลาง ๆ จะไม่ทำอะไรจับ ๆ จด ๆ ถ้าอยู่ทางโลกผลของงานก็จะปรากฏออกมาให้เห็นได้อย่างเด่นชัดถ้าอยู่ในทางธรรม เช่นเจริญกรรมฐาน ผลของการปฏิบัติ สำหรับบุคคลผู้มีความเพียรตามอิทธิบาทข้อที่ ๒ นี้ จะปรากฏ

<sup>๕๐</sup> ศรีศากยอโศก, หลักการฝึกสมาธิภาวนา ตามรอยพระพุทธองค์, หน้า ๓๒๐-๓๒๒.

<sup>๕๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๑๖๐.

<sup>๕๒</sup> ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะที่จตุกษแห่งปรมัตถธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๕๑), หน้า ๑๔.

ก้าวหน้าไปไกลกว่าบุคคลผู้ไม่มีความเพียรเป็นร้อยเท่าพันทวี อุปมาเหมือนม้ามีฝีเท้าดี วิ่งออกหน้าม้า กระจอกผีเท้าเร็วอย่างไกลลิบ ฉะนั้น

๔) สัมมัตถุပ္พภูฏาน<sup>๔๓</sup> มีสังเวควัตถุ ๘ เป็นเหตุใกล้ซิดที่จะให้ความเพียรเกิด สังเวควัตถุ แปลว่าที่ตั้งแห่งความสลดใจ หมายความว่า ถ้าพิจารณาตามนี้ จะทำให้ใจให้เปลี่ยนไปได้ เช่น ใจที่เกียจจะกลับเป็นใจขยันขึ้นมา เมื่อใจขยันแล้ว กายก็ไม่มีปัญหาอะไร เพราะใจเป็นนาย กายเป็นบ่าวกายจึงอยู่ใต้บังคับบัญชาของใจ สังเวควัตถุ ๘ นั้นคือ ขาดิทุกข์ พยาธิทุกข์ มรณทุกข์ นิรยทุกข์ เปตติทุกข์ อสุรกายทุกข์ ดิรัจฉานทุกข์ เมื่อนักปฏิบัติธรรมพิจารณาถึงความทุกข์ต่าง ๆ ดังที่กล่าวมานี้จะเห็นทุกนานาประการ แล้วเกิดความเบื่อหน่ายในกองทุกข์ ใจอยากจะหลุดพ้นไปเสียโดยเร็วดังนั้น จึงเกิดความขยันหมั่นเพียร ตั้งใจปฏิบัติอย่างจริงจังขึ้น ทั้งนี้เพราะสังเวควัตถุ ๘ เป็นเครื่องกระตุ้นเตือนนักปราชญ์จึงถือว่าเป็นเหตุใกล้ซิดที่จะให้เกิดความเพียรในการปฏิบัติธรรม คือในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

ความเพียรนั้นมีมาก คือ ความเพียรทางโลกก็มี ความเพียรทางธรรมก็มี ความเพียรในอิทธิบาทข้อที่ ๒ นี้ คือวิริยะสมาธิปธานสังขาร

๑. วิริยะสมาธิ ได้แก่ การเจริญกรรมฐาน กระทำความเพียรให้เป็นใหญ่แล้วได้สมาธิได้ เอกัคคตาจิต

๒. ปธานสังขาร มีความเพียรคือ สัมมัตถุပ္พภูฏานทั้ง ๔ เป็นหลักเป็นประธาน สัมมัตถุပ္พภูฏานทั้ง ๔ จะมีได้ อาศัยหลัก ๕ ประการคือ

๑) ฉนทํ ขนติ ปลุกฉันทะคือความพอใจให้เกิดขึ้นในการเจริญวิปัสสนา

๒) วายมตี พยายามปฏิบัติวิปัสสนา

๓) วิริยํ อารภติ ปรารถนาความเพียรคือ ขยันทำขยันปฏิบัติวิปัสสนา

๔) จิตตํ ปคฺคณฺหาตี ประคองจิตไว้ให้ดีคือให้อยู่กับปัจจุบัน อยู่กับรูปนาม อยู่กับพระไตรลักษณ์

๕) ปทหตี<sup>๔๔</sup> ตั้งจิตไว้ให้ดีคือตั้ง จิตไว้กับ สติปัฏฐานทั้ง ๔

เมื่อปฏิบัติตามหลักนี้แล้วจะได้ประโยชน์อย่างนี้คือ

(๑) ป้องกันไม่ให้บาปเกิดขึ้น

(๒) ละบาปที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไป

(๓) เพื่อให้กุศลที่ยังไม่เกิดขึ้น

<sup>๔๓</sup> ขุ.ป.อ. (ไทย) ๑/๓๘/๔๘.

<sup>๔๔</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๒๖๗.

ความเพียรในปธานสังขารนั้น เมื่อก้าวโดยย่อมีอยู่ ๔ อย่างคือ สัมมปธาน ๔ แต่เมื่อก้าวโดยพิสดารแล้วมี ๒๘ อย่างคือ

- ๑) วิริยะร่วมโพธิ์มีความเพียรเป็นไปทางใจคือมีใจขยันที่สุด
- ๒) นิวกโม ทำความเพียรเป็นนิตย
- ๓) ปรกุกโม ทำความเพียรให้ก้าวหน้าเสมอ ๆ คือให้ทวีขึ้น ให้สูงขึ้น
- ๔) อุตยาโม หนีจากความเกียจคร้าน ทำใจให้อยู่เหนือความขี้เกียจทั้งหมด
- ๕) วายาโม พยายามอย่างเต็มที่
- ๖) อุตสาโท มีความอดทนคือเป็นคนใจเพชร
- ๗) อุกุโสหะที มีความกล้าหาญคือสู้ตายดุจทหารในสงคราม
- ๘) ถาโมมีกำลังดีคือมีพลัง ๕ อย่างเข้มแข็ง
- ๙) ธิตี มีเพียรดีคือตั้งใจมั่น ตั้งใจเด็ดเดี่ยว ไม่หวั่นไหวต่อประสัทธิใด ๆ ทั้งสิ้น
- ๑๐) อสสิถิลปรกุกมตา มีความบากบั่นเป็นนิตย ไม่มีจิตย่อหย่อนทอดถอยเลย
- ๑๑) อนิกขิตตฉนทตา ไม่ทอดฉันทะคือไม่ละความพอใจในภวานานั้น ๆ
- ๑๒) อนิกขิตตฉรุตตา ไม่วางธุระ ยดวิปัสสนา ธุระไว้เป็นเบอร์หนึ่ง
- ๑๓) ธุระสมปคคาโท ปรคองวิปัสสนาธุระไว้ให้ดีที่สุดเท่าที่จะดีได้
- ๑๔) วิริยิ อางหาญไม่ครั้นคร้ามเกรงกลัวต่ออุปสรรคอะไร ๆ เลยแม้แต่น้อย
- ๑๕) วิริยินทริยิ ถือความเพียรเป็นใหญ่
- ๑๖) วิริยพลั มีความเพียรเป็นกำลังอันแข็งแกร่งดุจกำแพงแก้ว ๗ ชั้น
- ๑๗) สมมวายาโม<sup>๔๕</sup> เพียรชอบ ได้แก่ความเพียรที่ประกอบด้วยองค์คุณ ๑๑ ประการคือ
  - (๑) ปคคาห ปรคองจิตไว้กับรูปนาม พระไตรลักษณ์ มรรคผล
  - (๒) ปหารนะ ละโลภะ โทสะ โมหะ โดยตทั้งคปทาน วิกขัมภนปทานและสมุจเฉทปทาน
  - (๓) อุปัตถัมภนะ คำชุมรรค ๘ ให้เป็นมรรคสมังคี ๔
  - (๔) ปริยาทานะ ครอบงำกิเลสทั้งหลายด้วย ปุพพภาคะมรรค และอริยมรรค
  - (๕) วิโสธนะ ชำระใจให้หมดจดจากอาสวะทั้งหมด
  - (๖) อธิฐฐานนะ ตั้งใจไว้มั่นในไตรสิกขา
  - (๗) โวทานะ ยังใจให้่องแผ้วจากนิรวรณทั้ง ๕
  - (๘) วิเสธาธิมะ พยายามทำความเพียรจนได้บรรลุมรรค ผล
  - (๙) ปฎิวะระ เพียรพยายามจนได้รู้แจ้งแทงตลอดมรรค ผล

<sup>๔๕</sup> อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๓๓/๒๖๐.

(๑๐) สัจจาภิสมยะ เพียรพยายามปฏิบัติจนได้ทราบชัดอริยสัจ ๔

(๑๑) ปติฏฐापนะ เพียรพยายามจนสามารถตั้งใจให้เข้าถึงพระนิพพานดับกิเลส เป็นสมุจเฉทปหานจากขันธสันดาน

ความเพียรทั้งหมดนี้ย่อให้สั้น ๆ เหลือ ๔ คือ สัมมปัชาน ๔ ได้แก่ เพียรระวัง เพียรละ เพียรบำเพ็ญ เพียรรักษา ย่อลงมาเหลือ ๑ คือ ไม่ประมาท พุทธโอวาททั้งหมดย่อลงมารวมลงสู่ ที่แห่งเดียวเท่านั้น ความไม่ประมาท ได้แก่ มีสติจะตั้งสติไว้ที่ไหนจึงจะถูกสัมมปัชาน ๔ คือตั้งไว้ที่ รูปนามรูปนามอยู่ที่อาการพองขึ้นและยุบลงของท้องของบุคคลทุก ๆ คนหมายความว่าทุก ๆ คนที่มี รูปนาม อยู่พร้อมแล้วถ้ามีอยู่แล้วจะต้องเป็นนึ่งหาทำไมทำให้ลำบากเปล่า ๆ ถึงมีอยู่แล้วถ้าเราไม่ หากก็ไม่พบเมื่อไม่พบก็ไม่เห็นเมื่อไม่เห็นก็หลงติดอยู่เมื่อหลงติดอยู่ก็ไม่หลุดพ้นไปจากวัฏสงสารได้ เมื่อไม่หลุดพ้นก็ต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในห้วงมรรณพพบสงสารอย่างไม่มีวันจะพบแสงสว่างคือ มรรค ผล นิพพานได้

กำหนดตรงสติปัฏฐานทั้ง ๔ เวลาเดินภาวนาว่า ขว้างหนอ ซ้าย่างหนอ เวลานั่ง ภาวนาว่า พองหนอ ยุบหนอ เวลายืนภาวนาว่า ยืนหนอ ๆ เวลานอน ภาวนาว่า พองหนอ ยุบหนอ หรือภาวนาว่า นอนหนอ ๆ เป็นต้น จะภาวนาโดยไม่ต้องมีหนอก็ได้ ข้อสำคัญให้ได้องค์ ๓ คือมีความเพียรตั้งใจทำจริง ๆ อย่างหนึ่งมีสติระลึกอยู่กับรูปนามไม่ให้ผลออกอย่างหนึ่ง และมีสัมปชัญญะ รู้รูปนามอยู่ทุก ๆ ขณะอย่างหนึ่ง รูปนามก็ได้แก่ขันธ ๕ ร่างกายทั้งหมดเป็น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทั้ง ๔ นี้เป็นนาม อยู่ที่บุคคลทุก ๆ คน เวลาเดิน ตรงกำลังเดินอยู่ เป็นรูป รู้ว่าเดิน เป็นนาม เวลานั่ง ตรงร่างกายทั้งหมดที่กำลังนั่งอยู่เป็นรูป รู้ว่านั่งเป็นนาม ในขณะที่นั่งอยู่นั้นจะ ภาวนาว่า นิ่งหนอ ๆ ก็ได้ภาวนาว่า พองหนอ ยุบหนอ ก็ได้ ภาวนาว่าอย่างไร จึงจะถูกสติปัฏฐาน ๔ สัมมปัชาน ๔ อิทธิบาท ๔ ตอบว่าภาวนาว่า นิ่งหนอ ๆ ก็ถูก ภาวนาว่า พองหนอ ยุบหนอ ก็ ถูก จะภาวนาอย่างอื่น เช่นเวลาตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง ภาวนาว่า เห็นหนอ ๆ หรือได้ยินหนอ ๆ เป็นต้น จะถูกสติปัฏฐาน ๔ สัมมปัชาน ๔ หรืออิทธิบาท ๔ ถูกต้องร้อยเปอร์เซ็นต์

วิริยะสมาธิ สมาธิเกิดจากวิริยะ วิริยะแปลว่า ความเพียรได้แก่ ความอาจหาญ ความ แก้วกล้า บากบั่น ก้าวไป ใจสู้ ไม่ย่อท้อไม่หวั่นกลัวต่ออุปสรรคและความยากลำบาก เมื่อคนรู้ว่า สิ่งใดมีคุณค่าควรแก่การบรรลุถึง ถ้าวิริยะเกิดขึ้นแก่เขาแล้ว แม้ได้ยินว่าจุดหมายนั้นจะบรรลุถึงได้ ยากนัก มีอุปสรรคมาก อาจใช้เวลายาวนานเท่าปี เท่านี้เดือน เขาก็ไม่ท้อถอย กลับเห็นเป็นสิ่งท้าทาย ที่เขาจะเอาชนะมันให้ได้ ทำให้สำเร็จ เช่นนักบวชนอกศาสนาหลายท่านในสมัยพุทธกาล เมื่อ ได้สดับพุทธธรรมแล้ว เลื่อมใส ขอบรรพชาอุปสมบท ครั้นเมื่อได้รับทราบว่ามีผู้เคยเป็นนักบวชนอก ศาสนาจะต้องประพฤติวัตรทดสอบตนเองก่อน เรียกว่าอยู่ปริวาส (ตัตถิยปริวาส) เป็นเวลา ๔

เดือนใจก็ไม่ท้อถอย กับกล้าเสนอตัวประพฤติวัตรทดสอบเพิ่มเป็นเวลานานถึง ๔ ปี ท่านเหล่านี้ เช่น ท่าน อเจลกัสสปะ คนที่มีความเพียรเท่ากับมีแรงหนุนเวลาทำงานหรือปฏิบัติธรรมก็ตาม จิตใจแน่วแน่นมั่นคงมุ่งตรงต่อจุดหมายปลายทาง สมาธิก็เกิดขึ้นได้ เรียกว่าเป็นวิริยะสมาธิ พร้อมทั้ง มีปธานสังขาร คือความเพียรสร้างสรรค์เข้าประกอบคู่ไปด้วยกัน<sup>๔๖</sup>

วิริยะ หมายถึง ความเพียร ๔ อย่าง ตรงกับบาลีว่า ปธาน หรือ เรียก สัมมปธาน ๔ คือ สังวรปธาน เพียรระวังไม่ให้บาปใหม่เกิดขึ้น ปหานปธาน เพียรละบาปเก่า ภาวนापธาน เพียรเจริญให้กุศลเกิดขึ้น และอนุรักษนาปธาน เพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้ว วิริยะในการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา คือ สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ อันได้แก่ สัมมปธาน ๔ เป็นเครื่องประกอบ ในการกำหนดสติพิจารณาในกาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อให้เกิดปัญญา รู้แจ้งรูปรูปนามโดยความเป็นไตรลักษณ์ เป็นการเห็นด้วยอตตปัจจกขญาณ คือรู้ประจักษ์ตามความเป็นจริงจากการปฏิบัติ ของตนเอง การกำหนดสติพิจารณานั้นจะต้องประกอบด้วยองค์แห่งวิปัสสนา คือ ๑) อาตปปี ความเพียรเป็นเครื่องเผากิเลส ๒) สัมปชาโน มีปัญญาหยั่งเห็น ๓) สติมา มีสติ อยู่ทุกขณะแห่งการ กำหนดรู้ อันจะทำให้กำจัดเสียได้ซึ่งอภิชณาและโทมนัส<sup>๔๗</sup>

วิริยะสมาธิ เป็นสมาธิที่อาศัยวิริยะเป็นเหตุ แล้วองค์ธรรมที่เหลือ คือ ฉันทะ จิตตะ วิมังสา ก็เกิดขึ้นตามลำดับ คำจุน เกื้อหนุน ธรรมที่เกิดร่วมกันให้มีกำลังแก่กล้า ไม่ย่อท้อ วิริยะสมาธิปธานสังขารเป็นความเพียรทางธรรม เพียรในทำสมาธิให้ได้เอกัคตาจิต มีสัมมปธาน ๔ เป็น ประธาน ได้แก่ เพียรระวัง เพียรละ เพียรบำเพ็ญ เพียรรักษา รวมแล้วก็คือความไม่ประมาท

### ๓.๕ จิตตะที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม

จิตตะ (จิตตสมาธิ และปธานสังขาร)

“จิตตะ” มีความหมายในทางพุทธศาสนา คือ “เป็นสภาวะธรรมของความมุ่งมั่นไม่ใช่ เรื่องของความคิดจากเซลล์สมองเป็นนามธรรมหรือธาตุในทางพระพุทธศาสนาในระดับปรมาจารย์ สภาวะธรรมตั้งมั่นอยู่ในจิตวิญญาณ เป็นสัญญาทาสหรือความทรงจำแห่งใจ ในทางพุทธ ศาสนาย่อมติดตัวข้ามภพข้ามชาติได้ย่อมอาศัยการสะสมการเจริญการตั้งมั่นโดยลำดับ ไม่ใช่เรื่อง ของความคิดความมุ่งมั่นจากเซลล์สมอง” ผู้มีสภาวะธรรมของความมุ่งมั่น (จิตตะ) ตั้งมั่นอยู่ใน

<sup>๔๖</sup> รศ.ดร.สุจิตรา อ่อนค้อม, การฝึกสมาธิ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: ดอกหญ้ากรู๊ป, ๒๕๕๓), หน้า ๑๒.

<sup>๔๗</sup> พระครูพิศิษฐ์อรรถวิจิตร (สำรวย โขติวโร), “ศึกษาวิริยะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), บทคัดย่อ.

จิตวิญญาน เรียกว่า “มีธาตุแท้ความมุ่งมั่น” ซึ่งเป็นความหมายระดับปรมัตถสภาวะธรรมในทาง พระพุทธศาสนา

ด้วยเหตุดังนี้ บางคนในโลกนี้ ย่อมมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติกรรมฐานภาวนาตั้งแต่ กำเนิด แม้ว่าจะไม่มีบุคคลใดมาอบรมสั่งสอนก็ตาม ผู้มีธาตุแท้ความมุ่งมั่น ย่อมปฏิบัติกรรมฐาน ภาวนาด้วยความมุ่งมั่น ย่อมบังเกิดสัมมาสมาธิเพราะความมุ่งมั่น จึงเรียกว่า “จิตตสมาธิ” คือ “มี ความมุ่งมั่นเป็นประธานในการบังเกิดสัมมาสมาธิ” “จิตตะ” หรือ “ความมุ่งมั่น” นี้แล คือ “องค์ ธรรมเพื่อความสำเร็จ ในการปฏิบัติกรรมฐานภาวนา เป็นธาตุแท้ความสำเร็จประการหนึ่งของอิทธิ บาท ๔”<sup>๔๘</sup>

จิตตะ แปลและหมายความดังนี้คือ

๑) จิตตะ แปลว่า คิด หมายความว่าคิดอารมณ์ต่าง ๆ เอาจิตฝึกฝึไม่ให้ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อน ลอย<sup>๔๙</sup> การคิดนั้นจำแนกออกเป็น ๓ อย่างคือ

- (๑) อุหนนจินตา คิดด้วยสามารถแห่งการตรึก ได้แก่ วิตก
- (๒) วิชานนจินตา คิดด้วยสามารถแห่งการรู้แจ้ง ได้แก่ จิต
- (๓) ปชานนจินตา คิดด้วยสามารถแห่งการรู้ชาติ ได้แก่ ปัญญา

๒) จิตตะ แปลว่า สัมสมกิเลส หมายความว่าสั่งสมความโลภความโกรธความหลง เป็น ต้น ไว้ในขันธสันดานของตน ๆ กิเลส แปลว่า สภาพที่ทำให้ใจให้เศร้าหมอง ตามธรรมดานั้นใจของ บุคคลเป็นธรรมชาติผ่องแผ้วคือ ปราศจากกิเลสหยาบ กิเลสกลาง แต่ยังมีอนุสัยกิเลสนอนดองอยู่ ดุจขี้ตะกอนนอนอยู่กันตุ่มฉะนั้น ครั้นมีสิ่งมาช่วยยุคล่าวคือ อริยธรรมอันอริยธรรม กิเลสหยาบ ๆ ก็ จะไหลออกมาทางกายกับวาจา กิเลสกลาง ก็จะไหลออกมาทางใจ ได้แก่ นิ वर्ณทั้ง ๕ มีกามฉันทะ พยาบาท เป็นต้น<sup>๕๐</sup>

กิเลส นั้น โดยย่อ ๆ มี ๓ คือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง โดยอย่างกลาง ๆ มี ๑๐ คือ โลภะ โทสะ โมหะ มานะ ทิฏฐิ วิจิกิจฉา ถีนอุทธัจจะ อหิริกะ อนัตตปปะ โดยพิสดารมี ๑,๕๐๐ คือจิตทั้งหมดนับเป็นหนึ่ง เจตสิก ๕๒ นิพผันรูป ๑๘ ลักษณะรูป ๔ รวมเป็น ๗๕ เอากิเลส ๑๐ ไป คูณได้ ๗๕๐ เป็นไปในสันดานของคนอื่นอีกก็เท่ากันคือ ๗๕๐ ดังนั้น จึงรวมเป็น ๑,๕๐๐ พอดี

<sup>๔๘</sup> ศรีศากยโศก, **หลักการศึกษาสมาธิภาวนา ตามรอยพระพุทธองค์**, หน้า ๓๒๒-๓๒๓.

<sup>๔๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๑๖๐.

<sup>๕๐</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ.๙), **วิปัสสนากรรมฐาน**, หน้า ๑๐๘๓.

๓) จิตตะ แปลว่า สังสมบุญ หมายความว่า สังสมคุณความดี ต่าง ๆ เข้าไว้บุญ แปลว่า ชำระคือ ชำระกาย วาจา ใจ ของบุคคลผู้สังสมบุญให้สะอาดหมดจดดุจดุจดุสบู่หรือแป็บสำหรับฟอกผ้า ฉะนั้นบุญนั้นจำแนกออกเป็น ๔ อย่างคือ กามาวจรบุญ รูปาวจรบุญ อรูปาวจรบุญ โลกุตตรบุญ

๔) จิตตะ แปลว่า วิจิตร หมายความว่าคนหรือสัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ เช่น สัตว์ไม่มีเท้า สัตว์มี ๒ เท้า สัตว์มี ๔ เท้า สัตว์มีเท้ามาก จนไม่สามารถจะนับจะพรรณนาได้ มีรูปร่างสัณฐานก็ แปรและแตกต่างกัน นับว่ามีความวิจิตรพิสดารมากอยู่ ทั้งนี้ก็เพราะจิตนั่นเอง เป็นผู้ทำให้วิจิตร คือเพราะคนและสัตว์มีจิตวิจิตร จึงเป็นเหตุให้มีสัญญาคือความจำอันวิจิตรเพราะสัญญาวิจิตร จึง เป็นเหตุให้มีตัณหาคือความทะเยอทะยานอยากอันวิจิตร

เพราะตัณหาวิจิตร จึงเป็นเหตุให้มีกรรมคือ การกระทำทางกาย วาจา ใจ อันวิจิตร เพราะกรรมวิจิตร จึงเป็นเหตุให้กำเนิด หมู่สัตว์จึงมีความวิจิตรพิสดาร การต่าง ๆ กันคือ ดัง บรรยายมาแล้วนั้น เพราะฉะนั้นจิตตะจึงแปลว่า วิจิตร

จิตโดยย่อมี ๘๙ โดยพิสดารมี ๑๒๑ คือ กามาวจรจิต ๕๔ รูปาวจรจิต ๑๕ อรูปาวจร จิต ๑๒ โลกุตตรจิต ๘ หรือ ๔๐ รวมเป็น ๘๙ หรือ ๑๒๑ ดวง ลักษณะของจิตที่เป็นอิทธิบาทมี ๒ อย่างคือ จิตตะสมาธิ ปธานสังขาร

ลักษณะของจิตที่เป็นอิทธิบาททั้ง ๒ นี้แตกต่างกันอย่างนี้<sup>๕๑</sup> คือ

(๑) จิตตะสมาธิ ได้แก่ การเจริญกรรมฐาน กระทำจิตให้เป็นใหญ่แล้วได้สมาธิ ได้ เอกัคคตา

(๒) ปธานสังขาร ได้แก่ การเจริญกรรมฐาน มีสัมปทาน ๔ เป็นหลัก เป็นประธาน

จิตตะสมาธิ สมาธิที่เกิดจาก จิตตะ จิตตะแปลว่า ความคิดจดจ่อหรือเอาใจฝักใฝ่ ได้แก่ ความมีจิตใจผูกพัน จดจ่อ ฝักใฝ่เรื่องนั้น ใจอยู่กับงานนั้น ไม่ปล่อย ไม่หายไปไหน ถ้าจิตตะเป็นไป อย่างแรงกล้าในเรื่องใดเรื่องหนึ่งหรืองานใดงานหนึ่ง นั้นจะไม่สนใจไม่รับรู้เรื่องอะไร ๆ ใครพูด อะไรอะไรเรื่องอื่นก็ไม่สนใจ แต่ถ้าพูดเรื่องงานนั้นจะสนใจเป็นพิเศษทันที บางทีจะทำเรื่องนั้น งาน นั้น หลุกหลวนอยู่ได้ทั้งวันทั้งคืน ไม่เอาใจใส่ร่างกาย การแต่งเนื้อแต่งตัว ทำอะไรจะเกิดขึ้นก็ไม่สนใจ เรื่องอื่นเกิดใกล้ ๆ บางทีก็ไม่รู้ ลืมวันลืมคืนลืมกินลืมนอน ความมีใจฝักใฝ่จดจ่อเช่นนี้ย่อมนำไป

<sup>๕๑</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ.๙), วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๐๙๒.



สมาธิเกิดขึ้น จิตจะแน่วแน่ แนบสนิทในกิจที่ทำ มีกำลังมากเฉพาะสำหรับกิจนั้น เรียกว่าเป็นจิตตะสมาธิ พร้อมกันนั้นก็เกิดประธานสังขาร คือเกิดความเพียรสร้างสรรค์ร่วมสนับสนุนไปด้วย<sup>๕๒</sup>

ผู้ประสงค์จะบำเพ็ญอิทธิบาทข้อที่ ๓ นี้จะต้องปฏิบัติตามสติปัฏฐาน ๔ ย่อให้สั้น ๆ จำง่าย ๆ ก็ได้แก่ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เวลายืน เดิน นั่ง นอน ตั้งจิตไว้ที่รูป ยึดภาวนาว่า ยืนหนอ ๆ เวลาเดิน ตั้งจิตไว้ที่เท้าขวา และเท้าซ้าย ภาวนาว่า ขวายัง หนอซ้ายอย่างหนอ เวลานั่ง ตั้งจิตไว้ที่รูปนั่ง ภาวนาว่า “นั่งหนอ ๆ” ก็ได้ ตั้งจิตไว้ที่ท้อง ภาวนาว่า “พองหนอ ยุบหนอ” ก็ได้ เวลานอน ตั้งจิตไว้ที่รูปนอน ภาวนาว่า “นอนหนอ ๆ” ก็ได้ ตั้งจิตไว้ที่ท้องภาวนาว่า “พองหนอ ยุบหนอ” ก็ได้ ผู้ที่จะถึงมรรค ผล นิพพาน ต้องเดินตามสายกลาง คือ มรรค ๘ การปฏิบัติตามแนวที่ได้แนะนำมานั้น เป็นทางสติปัฏฐาน ๔ ถูกอิทธิบาททั้ง ๔ อยู่แล้ว แต่ผู้ที่ไม่ทราบเพราะขาดปัญญา จักขุ

ทางสายกลางได้แก่มรรค ๘ นั้น ย่อลงมาได้แก่ ศิล สมาธิ ปัญญา

ศิลป สมาธิ ปัญญา ในมรรค ๘ นี้ มีปรมวลัตถ์คือ รูปนามเป็นอารมณ์ ขณะที่ภาวนาว่า “ยืนหนอ ๆ” นั้น รูปนามก็มีอยู่พร้อมแล้วคือ ร่างกายทั้งหมดเป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นนาม ในขณะที่ภาวนาว่า “ยืนหนอ ๆ” นั้น กายกรรม ๓ วจีกรรม ๔ บริสุทธิดีจัดเป็นศิลป ใจไม่เผลอจากรูปยืนคือ ใจไม่ออกแวงหนีไปคิดถึงที่อื่น จัดเป็นสมาธิ ยืนเป็นรูป รู้ว่ายืนเป็นนาม จิตที่อยากยืนเป็นเหตุ รูปที่กำลังยืนอยู่นั้นเป็นผล รูปที่ยืนอยู่นี้เป็นทุกขสังคตณาก่อน ๆ ที่ให้ยืนเป็น สมุทัยสัง รูปยืนดับลงไปเป็นนิโรธสัง มรรคมือง ๘ กำหนดรู้ทุกขว่า “ยืนหนอ ๆ” ละสมุทัยคือ ตัณหาเสียได้ มีความดับเป็นอารมณ์ จัดเป็นมัคคสัง การรู้อย่างนี้เป็นหน้าที่ของปัญญา นี้จัดเป็นปัญญาในมรรค

ในการเดิน นั่ง นอน ก็ทำนองเดียวกันอย่างนี้ ขณะที่ยืนเป็นอิทธิบาทข้อที่ ๓ ขณะที่ยืนภาวนาว่า ยืนหนอ ๆ ใจจดจ่ออยู่กับรูปยืน จัดเป็นอิทธิบาทข้อที่ ๓ เวลาเดิน ใจจดจ่ออยู่กับรูปเดิน ภาวนาว่า “ขวายังหนอ ซ้ายยังหนอ” ตรงใจไม่เผลอ จากเท้าขวาและเท้าซ้าย จัดเป็นอิทธิบาทข้อที่ ๓

เวลานั่ง ใจจะอยู่กับรูปนั่ง ใจอยู่กับท้อง พอง ยุบ จัดเป็นอิทธิบาทข้อที่ ๓ เวลานอน ใจอยู่กับรูปนอน ใจอยู่กับท้อง พองยุบ จัดเป็นอิทธิบาท ข้อที่ ๓ ตามหลักที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก สมเด็จพระผู้มีพระเจ้าตรัสไว้มีลักษณะเป็นอย่างนี้คือ

<sup>๕๒</sup> รศ.ดร.สุจิตรา อ่อนค้อม, การฝึกสมาธิ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: ดอกหญ้ากรุป, ๒๕๕๓), หน้า ๑๒.

ความว่า ภิกษุ ย่อมเจริญอิทธิบาทประกอบด้วยจิตตสมาธิ และปธานสังขารเป็นอย่างไรเล่าคือ ภิกษุกระทำจิตใจเป็นอธิบดีแล้วได้สมาธิ ได้ความแน่วแน่แห่งจิตนี้ เรียกว่า จิตตสมาธิ ภิกษุนั้น ย่อมยังฉันทะให้เกิด บรรเทาความเพียร ประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้เพื่อไม่ให้กุศลธรรมเกิดขึ้น เพื่อละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว เพื่อให้กุศลธรรมตั้งมั่น ไม่พินเฝือ เพื่อให้กุศลธรรมไพบูลย์เต็มเปี่ยมนี้เรียกว่า ปธานสังขาร<sup>๕๓</sup>

อิทธิบาททั้ง ๔ จะบำเพ็ญไปพร้อมกัน หรือบำเพ็ญคนละคราว ยกตัวอย่างต้องบำเพ็ญไปพร้อม ๆ กัน เช่น ในขณะที่เดินจงกรม ภาวนาว่า “ขวายนอน ซ้ายนอน” นั้นฉันทะคือความพอใจ ในการเดินก็มีอยู่ วิริยะคือความเพียรก็มีอยู่ จิตตะคือ มีใจจดจ่อต่อรูปน้ำก็มีอยู่ วิมังสาคือ ปัญญาที่พิจารณารูปนามทุก ๆ ขณะที่กำหนดก็มีอยู่ แต่ยังเป็นโลกียะปัญญา เพราะยังไม่แก่กล้า เมื่อใดมรรคญาณเกิดเมื่อนั้น จึงจะชื่อว่า มีอิทธิบาททั้ง ๔ ครบบริบูรณ์เต็มที่

ในขณะที่ภาวนาว่า “พองหนอ ยุบหนอ” ก็ทำนองเดียวกันอย่างนี้  
เมื่อบำเพ็ญอิทธิบาทข้อที่ ๓ ได้ดีแล้วจะได้ประโยชน์อย่างนี้คือ

- (๑) บาบไม่เกิดขึ้นในชั้นรัตนदानของผู้นั้น
- (๒) บาบที่เกิดขึ้นแล้วคือ อนุสัยกิเลสก็สามารถละได้ด้วยประหารทั้ง ๓
- (๓) กุศลที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้นโดยลำดับ
- (๔) รักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อมไป
- (๕) ทำใจให้ผ่องใส
- (๖) ทำความเห็นผิดให้ถูกต้องได้
- (๗) ใจตั้งมั่นอยู่กับศีล สมาธิ ปัญญา
- (๘) ชื่อว่าเป็นผู้ไม่ประมาท
- (๙) ชื่อว่าได้ปฏิบัติใกล้ชิดต่อพระนิพพาน
- (๑๐) ชื่อว่าได้บูชาพระรัตนตรัยด้วยการบูชาอย่างสูงที่สุด
- (๑๑) เป็นการฝึกจิตของตนได้อย่างดี
- (๑๒) สามารถจะได้ประโยชน์ทั้ง ๓
- (๑๓) สามารถจะได้สุข ๗ ประการอันเป็นยอดปรารถนา
- (๑๔) ถ้าไม่ได้บรรลุ มรรค ผล นิพพาน ก็จะได้เป็นอุปนิสัยปัจจัย ให้ได้บรรลุในภพชาติต่อ ๆ ไป

<sup>๕๓</sup> อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๓๘/๓๔๕.

(๑๕) การปฏิบัติอย่างนี้ นักปราชญ์ มีพระพุทธเจ้าเป็นต้น สรรเสริญไว้ว่า ประเสริฐกว่าสมบัติทั้งสิ้นในแผ่นดิน และเทวโลก

(๑๖) เป็นมงคลอันสูงสุดสำหรับชีวิตของผู้ใดปฏิบัติตาม

ยกตัวอย่าง อันธรรมาชาติของจิตกลับกโลกเร็ว เพราะฉะนั้น เมื่อกิเลสมีรากะเป็นต้น เกิดขึ้นต้องรีบบรรเทาโดยมนสิการถึงสุภกรรมฐาน หรือทำความเข้าใจให้ตั้งมั่นอยู่กับ สติปัฏฐานทั้ง ๔ ดุจพระวังคีสะผู้บวชใหม่เป็นตัวอย่างคือวันหนึ่งท่านเที่ยวไปบิณฑบาตกับพระ อานนท์เถระ พบวิสภาคามณฺ์เกิดรากะขึ้น เล่าให้พระอานนท์เถระฟัง ขอให้ท่านบอกอุบายให้ ท่านพระอานนท์เถระจึงแนะนำว่า

๑) ท่านอย่าทำสุภณิมิต ซึ่งเป็นเหตุเกิดรากะไว้ในใจ

๒) จงอบรมจิตด้วยอสุภะภาวนาบ่อย ๆ

๓) จงเจริญวิปัสสนากรรมฐานอย่าให้ขาด อย่ายู่ปราศจากสติ ท่านปฏิบัติตามก็ได้ผลดีหลังจากบิณฑบาตกลับมาแล้ว ท่านก็เพียรพยายามอบรมจิตบ่อย ๆ ด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ไม่ช้าไม่นานท่านก็ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ ทั้งนี้ก็เพราะท่านมีอิทธิบาทเป็นเรื่อนใจ มีอิทธิบาทเป็นใหญ่จึงได้ผลเห็นปานนี้<sup>๕๔</sup>

จิตตะสมาธิ เป็นสมาธิจากการกระทำจิตให้เป็นสมาธิ จดจ่อ จิตตะเป็นไปอย่างแรงกล้า ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ความมีใจฝักใฝ่จดจ่อเช่นนี้ย่อมก่อให้เกิดสมาธิเกิดขึ้น จิตจะแน่วแน่ แนบสนิทใน กิจที่ทำ มีกำลังมากเฉพาะสำหรับกิจนั้น เรียกว่าเป็นจิตตะสมาธิ พร้อมกันนั้นก็เกิดปธานสังขาร คือเกิดความเพียรสร้างสรรค์ร่วมสนับสนุนไปด้วย ลักษณะของจิตที่เป็นจิตตะสมาธิ ปธานสังขาร คือการกระทำจิตให้เป็นสมาธิให้เป็นใหญ่ เป็นเอกัคตา มีสัมมปธาน ๔ เป็นหลัก จะเกื้อหนุนให้ ธรรมอื่น ๆ ตามมา คือ ฉันทะ วิริยะ วิมังสา เกิดขึ้นตามมา และพัฒนาไปตามลำดับจาก สัมมปธาน เป็นอิทธิบาท เมื่อเป็นอิทธิบาท ก็หนุนให้เกิด สัมมปธาน หรือ ปธานมุ่งทางขอบ ปธาน หรือ สัมมปธานก็หนุนให้การปฏิบัติ สติปัฏฐานดำเนินไปด้วยดี

### ๓.๖ วิมังสาที่เกื้อหนุนต่อการบรรลุธรรม

วิมังสา (วิมังสาสมาธิ และปธานสังขาร)

“วิมังสา” มีความหมายในทางพุทธศาสนา คือ “เป็นสภาวะธรรมของความพัฒนา ก้าวหน้าที่ตั้งมั่นอยู่ภายในจิตวิญญาณ ไม่ใช่เรื่องของความคิดจากเซลล์สมองเป็นนามธรรมหรือ

<sup>๕๔</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๑๒/๓๐๗, ชุ.เถร.อ. (ไทย) ๒๖/๑๒๒๘-๑๒๓๑/๕๓๙.

ธาตุในทางพระพุทธศาสนาในระดับปรมาตสภาวะธรรม เป็นสัญญาธาตุ หรือความทรงจำแห่งใจ ในทางพุทธศาสนา ย่อมติดตัวข้ามภพข้ามชาติได้ย่อมอาศัยการสะสม การเจริญ การตั้งมั่นโดยลำดับ ไม่ใช่เรื่องของความคิดการพัฒนาก้าวหน้าจากเซลล์สมอง”

ผู้มีสภาวะธรรมของความก้าวหน้าพัฒนา (วิมังสา) ตั้งมั่นอยู่ภายในจิตวิญญาณ เรียกว่า “มีธาตุแท้ของความก้าวหน้าพัฒนา (วิมังสา)” ซึ่งเป็นความหมายระดับปรมาตสภาวะธรรมในทางพระพุทธศาสนา ด้วยเหตุดังนี้ บุคคลบางคนในโลกนี้ ย่อมมีความก้าวหน้าพัฒนา ในการปฏิบัติกรรมฐานภาวนา โดยไม่จำเป็นต้องมีบุคคลใดมาอบรมสั่งสอนผู้มีธาตุแท้ความพัฒนาก้าวหน้า ย่อมปฏิบัติกรรมฐานภาวนาด้วยความก้าวหน้าพัฒนา ย่อมบังเกิดสัมมาสมาธิเพราะความก้าวหน้าพัฒนา จึงเรียกว่า “วิมังสาสมาธิ” คือ “มีความก้าวหน้าพัฒนาเป็นประธานในการบังเกิดสัมมาสมาธิ”

“วิมังสา” หรือ “ความก้าวหน้า” นี้แล คือ “องค์ธรรมเพื่อความสำเร็จในการปฏิบัติกรรมฐานภาวนา เป็นธาตุแท้ความสำเร็จประการหนึ่งของอิทธิบาท ๔” วิมังสา แปลว่า พิจารณาหมายความว่า พิจารณารูปนาม จนรู้แจ้ง รู้ชัด ไม่หลง วิจัยธรรมได้ถูกต้อง โดยองค์ธรรมได้แก่ ปัญญาทริยเจตสิก เรียกว่าง่าย ๆ ก็คือ ปัญญานั่นเองวิมังสา มีลักษณะ รส ปัจจุบันฐาน ปทัฐาน มีลักษณะอย่างนี้คือ

๑) สมมาทสสนลกฺขณา<sup>๕๕</sup> มีความเห็นถูกเป็นลักษณะคือเห็นว่า สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของ ๆ ตน มีกรรมเป็นทายาท มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย ใครทำกรรมอันใดไว้ ดีก็ตามชั่วก็ตาม ตนจะต้องได้รับผลของกรรมนั้นเป็นแน่นอน และมีความเห็นถูกในการเจริญสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน มรรค ผล และปัจจเวกขณะ ๑๙ อย่างเป็นลักษณะ

ธมมสภาวะปฏิเวธลกฺขณา. มีการรู้แจ้งสภาวะธรรมเป็นลักษณะได้แก่รู้รูปนามพระไตรลักษณ์มรรคผลนิพพาน

๒) ธมมานํ สภาวะปฏิจาทกโมहनธการวิทฺธสนรสา<sup>๕๖</sup> มีการกำจัดความมีตมม อนธการคือโมหะ อันปกปิดใจไม่ให้เห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริงเป็นหน้าที่ หมายความว่า ถ้าวิมังสามีแล้ว โมหะคือความโง่ความลุ่มหลงอยู่ในดงบัญญัติไม่มี

ตลฺปภาสสนรสา มีการประกาศความจริงเป็นหน้าที่คือมีหน้าที่บอกให้รู้ความจริงของปัจจุบันธรรม รูปนาม พระไตรรัตน์ มรรค ผล นิพพาน

<sup>๕๕</sup> ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๓๗๔-๓๗๕/๒๘๐.

<sup>๕๖</sup> วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๔๒๔/๗๖.

ปรมตลุปกาสนรสา มีการประกาศปรมัตถ์ธรรมทั้ง ๔ คือจิต ๘๙ หรือ ๑๒๑ เจตสิก ๕๒ รูป ๒๘ นิพพาน ๑ เป็นหน้าที่ หมายความว่า ถ้ามีวิมมังสาแล้วมีหน้าที่รู้จิต ๘๙ หรือ ๑๒๑ เป็นต้น ได้จิต ๘๙ นั่นคือ อกุศลจิต แปลว่า จิตชั่ว เจตบาป มี ๑๒ ดวง ได้แก่โลภะโมหะจิต ๘ โทสมูลจิต ๒ โมหมูลจิต ๒ และอเหตุกจิต ๑๘ ดวง โสภณจิต ๒๔ รูปาวจรจิต ๑๕ อรูปาวจรจิต ๑๒ โลกุตตรจิต ๘ รวมเป็น ๘๙ ดังนี้เป็นต้น

จตุสัจจวิภาวนกิจจา มีการยังอริยสัจ ๔ ให้แจ่มแจ้งเป็นหน้าที่ หมายความว่า วิมมังสานั้นมีหน้าที่รู้ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค เป็นอย่างดีคือ แจ่มแจ้งหายข้องใจสงสัยเต็ม ๑๐๐ %

๓) อสมโมหัจจุฏฐานา<sup>๕๗</sup> มีความไม่หลง เป็นผลปรากฏ หมายความว่า ผลของวิมมังสานั้นทำให้คนไม่หลง มีแต่ทำคนให้ฉลาดในปรมัตถ์ธรรมเท่านั้น

๔) สมาธิปฏฐานา<sup>๕๘</sup> มีสมาธิเป็นเหตุใกล้ชิดที่จะให้วิมมังสาเกิดขึ้นหมายความว่าวิมมังสา คือปัญญาจะเกิดได้ในระยะการอันใกล้ต้องอาศัยสมาธิเป็นหลักสำคัญ

วิมมังสาสมาธิ สมาธิที่เกิดจากวิมมังสา วิมมังสา แปลว่า ความสอบสวนไตร่ตรอง ได้แก่ การใช้ปัญญาพิจารณา หมั่นใคร่ครวญตรวจตรา หาเหตุผลและตรวจสอบข้อยิ่งหย่อน เกินเลยบกพร่องหรือขัดข้อง เป็นต้น ในกิจที่ทำรู้จักทดลองและค้นหาทางแก้ไขปรับปรุง ข้อนี้เป็นการใช้ปัญญาชักนำสมาธิ ซึ่งจะเห็นได้ไม่ยาก คนมีวิมมังสาชอบคิดค้นหาเหตุผล ชอบสอบสวนทดลอง เมื่อทำอะไรก็คิดพิจารณาทดสอบไป เช่นคิดว่าผลนี้ เกิดจากอะไร ทำไมจึงเป็นอย่างนี้ ผลคราวนี้เกิดจากปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบเหล่านี้เท่านั้น ถ้าใช้องค์ประกอบนี้ออกเสียจะเป็นอย่างไร ถ้าเพิ่มอุปกรณ์นี้เข้าไปแทน จะเกิดผลอย่างไร ลองเปลี่ยนองค์ประกอบนั้นแล้วไม่เกิดผลอย่างที่คาดหมายเป็นเพราะอะไร จะแก้ไขที่จุดไหน ฯลฯ หรือในการปฏิบัติธรรม ก็ชอบพิจารณาใคร่ครวญสอบสวน เช่นว่า ทำข้อนี้มีความหมายอย่างไร มีความมุ่งหมายอย่างไร ควรใช้ในโอกาสไหน ควรคู่สัมพันธ์กับข้อธรรมอื่นข้อใด ปฏิบัติธรรมคราวนี้ไม่คอยก้าวหน้า อินทรีย์ใดอ่อนไป อินทรีย์ใดเกินไป คนในสมัยปัจจุบันอยู่ในสภาพอย่างนี้ ขาดแคลนธรรมในข้อใดมาก จะนำธรรมข้อนี้เข้าไปจะใช้วิธีอย่างไร ควรเน้นความหมายด้านไหนเป็นต้น<sup>๕๙</sup>

การคิดหาเหตุผลและสอบสวนทดลองอย่างนี้ ย่อมช่วยรวมจิตใจให้เป็นสมาธิคอยกำหนดและติดตามเรื่องที่เรื่องที่พิจารณาอย่างติดแจตตลอดเวลา เป็นเหตุให้จิตแน่วแน่ เล่นดังไป

<sup>๕๗</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๔๒๙/๗๖.

<sup>๕๘</sup> ที.สี.ฎีกา (บาลี) ๗/๘๖.

<sup>๕๙</sup> รศ.ดร.สุจิตรา อ่อนค้อม, การฝึกสมาธิ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: ดอกหญ้ากรุป, ๒๕๕๓),

กับเรื่องที่พิจารณา ไม่ฟุ้งซ่านไม่วอกแวก และมีกำลัง เรียกว่า เป็นวิมังสาสมาธิ ซึ่งก็จะมีปธานสังขาร คือความเพียรสร้างสรรค์เกิดมาด้วย เช่นเดียวกับสมาธิข้ออื่น ๆ

สาระของการสร้างสมาธิตามหลักอิทธิบาทก็คือ การเอางานสิ่งที่ทำหรือจุดหมายที่ต้องการมาเป็นอารมณ์ของจิต แล้วปลุกเร้าระดมฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา เข้าหนุนนำ สมาธิก็เกิดขึ้นและมีกำลังแข็งแกร่ง ช่วยให้งานอย่างมีความสุข และบรรลุผลสำเร็จด้วยดี

วิมังสาในพระไตรปิฎกที่พระพุทธองค์ตรัสไว้โดยตรงนั้นได้แก่วิมังสาสมาธิกับปธานสังขาร วิมังสาสมาธิได้แก่การเจริญวิปัสสนากรรมฐานกระทำปัญญาให้เป็นอธิบดีได้สมาธิและความแน่วแน่แห่งจิตปธานสังขารได้แก่การเจริญวิปัสสนาประกอบไปด้วยสัมมัมปธานความเพียรทั้ง ๔ จะกำหนดตรงสติปัฏฐาน ๔ คือกายเวทนาจิตธรรมย่อให้สั้นได้แก่กำหนดรูปนามย่อลงมาย่าง ๆ ได้แก่กำหนดท้องพองยุบภาวนาว่าพองหนอยุบหนอ ถ้ากำหนดได้ตามนี้และภาวนาอย่างนี้รับรองว่าถูกอิทธิบาทข้อนี้เป็นแน่นอน

วิมังสาสมาธิ เป็นสมาธิที่เกิดจาก การใช้ปัญญาพิจารณา หมั่นใคร่ครวญตรวจตรา หาเหตุผลและตรวจสอบข้อยิ่งหย่อน เกินเลย บกพร่องหรือขัดข้อง เป็นต้น เป็นการใช้ปัญญาชักนำสมาธิ เมื่อวิมังสาเป็นเหตุให้เกิดสมาธิแล้ว องค์กรธรรม ฉันทะ วิริยะ จิตตะ ก็เกิดตามมา จะเกื้อหนุนให้เกิดปธานสังขาร ตามมา พัฒนาสู่ อิทธิบาท ๔ หนุนให้เกิด อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ เข้าสู่ อริยมรรคไปตามลำดับ

### ๓.๗ สรุปร้อยยบท

อิทธิบาท เป็นกองแห่งจิตและเจตสิก เป็นที่ตั้งมั่นแห่งฉันทสมาธิและปธานสังขารทั้งหลาย ที่สัมปยุตด้วยกุศลจิตมีอุปจาระและฌานเป็นต้น เป็นเหตุเจริญงอกงาม เป็นเครื่องดำเนินแห่งความสำเร็จ อิทธิบาท ๔ ยังมีลักษณะของการเชื่อมโยงและเกื้อหนุนกัน มักมาด้วยกันเสมอ เช่นเมื่อเกิดฉันทะ องค์กรธรรม วิริยะ จิตตะ วิมังสา ก็เกิดตามมา ในการปฏิบัติสมาธิที่เกิดจากอิทธิบาทนั้น ไม่ลดละ ความเพียร อันเป็นเหตุให้จิตใจจมลงไปในฝ่ายอกุศล ไม่ต้องประคับประคองเกินไป คือไม่ฟุ้งซ่านไปตามเรื่องราวต่าง ๆ ไม่ปล่อยให้จิตฟุ้งไปในอดีต ไม่ไปคิดถึงความสุขจากกามคุณทั้ง ๕ รู้เบื้องหลังเหมือนเบื้องหน้า เบื้องหน้าเหมือนเบื้องหลัง ใส่ใจดี ทรงจำดี รู้แจ้งดีแล้วด้วยพิจารณาความจริงของกายนี้ มีจิตเป็นสมาธิแบบเดียวกันทั้งกลางวัน ห่างไกลจากกาม จิตใจปลอดโปร่ง ไม่มีความมืดมดคลุม ย่อมแจ่มแจ้งโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติอันไม่มีอาสวะเพราะอาสวะสิ้นไปด้วยปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน

สมาธิที่มีความพอใจเป็นมูลเหตุในการสร้างกุศลธรรมทั้งหลายให้เกิดมีขึ้น เมื่อฉันทะเกิดขึ้นแล้ว จะเกื้อหนุนให้ธรรมอื่น ๆ ตามมา คือ วิริยะ จิตตะ วิมังสา พัฒนาขึ้นไปตามลำดับจาก สัมมปธาน เป็นอิทธิบาท เมื่อเป็นอิทธิบาท ก็หนุนให้เกิด สัมมปธาน หรือ ปธานมุ่งทางชอบ ปธาน หรือ สัมมปธานก็หนุนให้การปฏิบัติ สติปัฏฐานดำเนินไปด้วยดี เพราะฉะนั้น ถ้าว่าตาม เหตุผล จะทำหรือจะเจริญสติปัฏฐานได้ก็ต้องอาศัยสัมมปธาน สัมมปธานจะเป็นไปได้ก็ต้อง อาศัยอิทธิบาท อิทธิบาทจะเป็นไปได้ให้ถึงความสำเร็จ อิทธิบาทอาศัยอินทรีย์ อินทรีย์อาศัยพลัง สติปัฏฐานก็ดำเนินไปด้วยดี เมื่อเป็นเช่นนี้ สติปัฏฐานก็จะเลื่อนขั้นขึ้นเป็นโพชฌงค์ องค์แห่ง ปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้โพชฌงค์ ๗ ต่อไปถึง มรรคมีองค์ ๘ เนื่องกันไป ย่อมข้ามความเกิด ความ แก่ ความเจ็บ และความตาย เกิดเปื้อนหน่าย คลายกำหนด จนเข้าสู่หนทางอริยมรรคแล้ว

## บทที่ ๔

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง อิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม ผู้วิจัยได้ตั้งวัตถุประสงค์ไว้ ๒ ประการ คือ ศึกษาการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาอิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม โดยมีการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา คัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค คัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาฎีกา ตำรางานวิจัยเอกสารวิชาการ และงานวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้อง เรียบเรียงบรรยายตรวจสอบความถูกต้องเนื้อหาจากอาจารย์ที่ปรึกษา โดยการสรุปผลของการวิจัยมีดังต่อไปนี้ คือ

#### ๔.๑ สรุปผลการวิจัย

##### ๔.๑.๑ ศึกษาการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทพบว่า

การบรรลุธรรม คือ การบรรลุโลกุตตรธรรม ๔ อย่างใดอย่างหนึ่ง, การรู้แจ้งแทงตลอด อริยสัจ ๔ โดยการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา เจริญสมณะภาวนาและวิปัสสนาภาวนา หรือเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ การกำหนดรู้ กาย, เวทนา, จิต และธรรม หรือว่าโดยย่อก็คือการกำหนดรู้ในรูปนามขั้น ๕ ให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าดำเนินตามวิปัสสนาวิधि ผู้ปฏิบัติสามารถละสังโยชน์ และอนุสัยต่าง ๆ ได้ตามกำลังของมรรค สามารถบรรลุมรรคผลนิพพาน สำเร็จเป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนาได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์

ไตรสิกขา เป็นหลักในการศึกษาและปฏิบัติในพระพุทธศาสนา เป็นการบรรลุถึงคุณความดี ๓ ระดับ เริ่มตั้งแต่ความดีงามในเบื้องต้น หมายถึงศีล ความดีงามในท่ามกลาง หมายถึงสมาธิ และความดีงามในที่สุด หมายถึง ปัญญา ในหลักศึกษาและปฏิบัติ ๓ ประการนี้เมื่อกล่าวโดยพิสดาร ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ หรือ มัชฌิมาปฏิปทา การปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ เท่ากับรวมการปฏิบัติหมวดอื่นเข้าไว้ทั้งหมดทั้งสติปัฏฐาน ๔, สัมมปธาน ๔, อิทธิบาท ๔, อินทริย ๕, พละ ๕, โพชฌงค์ ๗ รวมอยู่ในมรรคมีองค์ ๘ แม้ในหมวดสติปัฏฐาน ๔ เมื่อพิจารณาแล้วจะเห็นว่าได้



รวมเอาองค์ธรรมในหมวดอื่น ๆ ไว้ทั้งหมด ซึ่งเป็นความสอดคล้องเชื่อมโยงของหลักธรรมในการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม

#### ๔.๑.๒ เพื่อศึกษาอิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรมพบว่า

อิทธิบาท ได้แก่ กองแห่งจิตและเจตสิก เป็นที่ตั้งมั่นแห่งฉันทสมาธิและปธานสังขารทั้งหลาย ที่สัมปยุตด้วยกุศลจิตมีอุปการะและฉานเป็นต้น เป็นเหตุรุ่งเรือง เป็นเหตุเจริญองกาม มีลักษณะ ความพอใจ พรารถความเพียรทางใจ มีจิต มโน มนัส มโนวิญญูณธาตุที่เหมาะสมกันนี้ มีปัญญา ความรู้ชัด ความรู้แจ้ง ความไม่หลงมกมาย ความเลือกเฟ้นธรรม เป็นทางแห่งความสำเร็จ นอกจากนี้อิทธิบาท ๔ มีลักษณะของการเชื่อมโยงและเกี่ยวพันกัน มักมาด้วยกัน เช่นเมื่อเกิดฉันทะ มีความพอใจที่จะทำ ก็เกิดความพากเพียร บากบั่น เอาใจใส่อยู่เสมอ ไม่ทอดทิ้ง และใช้ปัญญาในการพิจารณาใคร่ครวญไตร่ตรอง

ในการปฏิบัติสมาธิที่เกิดจากอิทธิบาทนั้น ไม่ย่อหย่อน ไม่ต้องประคับประคองเกินไป ไม่หดหู่ ไม่ซ่านไปในภายนอก ไม่ไปคิดถึงความสุขจากกามคุณทั้ง ๕ รู้เบื้องหลังเหมือนเบื้องหน้า เบื้องหน้าเหมือนเบื้องหลัง ใส่ใจดี ทรงจำดี รู้แจ้งดีแล้วด้วย พิจารณาความจริงของกายนี้ มีจิตเป็นสมาธิแบบเดียวกันทั้งกลางวัน ห่างไกลจากกาม จิตใจปลอดโปร่ง ไม่มีความมีดมาคลุม ย่อมแจ้งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติอันไม่มีอาสวะเพราะอาสวะสิ้นไปด้วยปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน

สมาธิที่มีความพอใจเป็นมูลเหตุในการสร้างกุศลธรรมทั้งหลายให้เกิดมีขึ้น เมื่อฉันทะเกิดขึ้นแล้ว จะเกี่ยวพันให้ธรรมอื่น ๆ ตามมา คือ วิริยะ จิตตะ วิมังสา พัฒนาขึ้นไปตามลำดับจากสัมมปธาน เป็นอิทธิบาท เมื่อเป็นอิทธิบาท ก็หนุนให้เกิด สัมมปธาน หรือ ปธานมุ่งทางชอบ ปธาน หรือ สัมมปธานก็หนุนให้การปฏิบัติ สติปัญฐานดำเนินไปด้วยดี เพราะฉะนั้น ถ้าว่าตามเหตุผล จะทำหรือจะเจริญสติปัญฐานได้ก็ต้องอาศัยสัมมปธาน สัมมปธานจะเป็นไปได้ก็ต้องอาศัยอิทธิบาท อิทธิบาทจะเป็นไปได้ให้ถึงความสำเร็จ อิทธิบาทอาศัยอินทรีย์ อินทรีย์อาศัยพละ สติปัญฐานก็ดำเนินไปด้วยดี เมื่อเป็นเช่นนี้ สติปัญฐานก็จะเลื่อนขั้นขึ้นเป็นโพชฌงค์ องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้โพชฌงค์ ๗ ต่อไปถึง มรรคมองค์ ๘ เนื่องกันไป ย่อมข้ามความเกิด ความแก่ ความเจ็บ และความตาย เกิดเบื่อหน่าย คลายกำหนด จนเข้าสู่หนทางอริยมรรคได้ในที่สุด

### ๔.๒ ข้อเสนอแนะ

#### ๔.๒.๑ ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย

เป็นการมุ่งเน้นศึกษาหลักธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท จากการศึกษาวิจัย เรื่อง อิทธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม นำผลจากการศึกษานำไปใช้ และไปพัฒนาจิตใจ ต่อไป

เนื่องจากเราพบว่า จึงต้องมีการควบคุมด้วยตัวปัญญา จึงกำหนดข้อเชิงนโยบายให้กับองค์กร ทางด้านเอกชนในการพัฒนาจิตควบคู่กับการพัฒนาด้านวัตถุ

#### ๔.๒.๒ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาวิจัย เรื่อง อธิบาท ๔ ที่เป็นปัจจัยต่อการบรรลุธรรม ผู้วิจัยพบว่า ยังมีข้อจำกัดในการศึกษาหลาย ๆ ประเด็น เช่น การศึกษาหลักธรรมในพระสูตรอื่น ๆ หรือการนำเนื้อหาหลักธรรมเชื่อมโยงงานวิจัยเชิงปริมาณและคุณภาพ ดังนั้น หากมีการศึกษาในเรื่องและประเด็นเดียวกันนี้ ควรจะศึกษาในลักษณะดังนี้

- (๑) ศึกษาเปรียบเทียบเนื้อหาหลักธรรมอธิบาท ๔ กับการบรรลุธรรม
- (๒) ศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมด้วยอธิบาท ๔ ของพุทธสาวกว่าเป็นอย่างไร

## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาไทย

#### ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

\_\_\_\_\_. พระไตรปิฎกอรรถกถาภาษาไทย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

\_\_\_\_\_. ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙. โรงพิมพ์วิบูลย์, ๒๕๓๙-๒๕๔๕.

\_\_\_\_\_. ปกรณวิเสสภาษาบาลี ฉบับจุฬาลงกรณวิเสส. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิบูลย์, ๒๕๓๙.

#### ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

##### (๑) หนังสือ:

ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมาสุนทร). ลักษณะที่จตุรแห่งปรมัตถธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิบูลย์, ๒๕๕๑.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระอัมมปทัฏฐกถาแปล ภาค ๔. พิมพ์ครั้งที่ ๑๖. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

พระกัมมัญฐานาจารย์ อู บัณฑิตาภิวงษ์. โพชฌงค์. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖.

พระคันธสาราภิวงษ์. โพธิปักขิยธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: บริษัทบุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๙.

พระทันตจารย์อัมมपालเถระ. ปรมตมณชสา นาม วิสสุทิมคคมหาฎีกา (ทุดิโย ภาโค). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิบูลย์, ๒๕๓๗.

พระเทพสิทธิมนี. วิปัสสนาญาณโสภณ. สำนักพิมพ์กัณฐมอรรังและวันเวสต์. ๒๕๔๘.

พระธรรมธีรราชฆาตมณี (โชดก ญาณสิทธิ ป.๙). **วิปัสสนากรรมฐาน**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๓. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๔๘.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พุทธธรรม ฉบับขยายความ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

พระพุทธโฆสเถระ. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปลและเรียบเรียง. พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่บริษัท ธนาเพรส, ๒๕๕๔.

พระพุทธโฆสเถระ. **มังคลัตถทีปนี (ทุติโย ภาค)**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๖. นครปฐม: พิมพ์ที่โรงพิมพ์มหาหมากูฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตตภาโณ). **นิเทศธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: อีรพงษ์การพิมพ์, ๒๕๓๗.

พระศรีวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตภาโณ). **วิปัสสนาภาวนา**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สุทธินิเทศการพิมพ์, ๒๕๓๑.

พระโสภณมหาเถระ(มหาสีสยาตอ) **นิพพานกถา**. แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย. ๒๕๕๔.

\_\_\_\_\_. **มหาสติปัฏฐานสูตร**. แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์ ๒๕๔๙.

พุทธทาสภิกขุ. **สุญญตา**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๑๘.

รศ.ดร.สุจิตรา อ่อนค้อม. **การฝึกสมาธิ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร: ดอกหญ้ากรู๊ป, ๒๕๕๓.

สมเด็จพระญาณสังวร. **ทศบารมี ทศพิธราชธรรม**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาหมากูฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๑. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๖๑.

\_\_\_\_\_. **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๑. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๖๑.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ). **อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า**. กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔.

**(๒) วิทยานิพนธ์:**

พระครูพิศิษฐ์ชัยโชติ (สำรวย โชติวโร). “ศึกษาวิริยะในการปฏิบัติวิปัสสนากถา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง). “การศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมในพระพุทธานุชาต”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระอธิการประเสริฐ กาญจนโน (วงเวียน). “ศึกษาแนวทางการประยุกต์ใช้อธิบาต ๔ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘.

นางสาวอรุณกานต์ ทองกระจ่างเนตร. “การศึกษาวิเคราะห์สมถิกกับการบรรลุธรรมในพระพุทธานุชาต”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

พระคณิน โสทรโร (เมืองเกิด). “ศึกษาการพัฒนาปัญญาเพื่อการบรรลุธรรมในพระพุทธานุชาต”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

## ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ-ฉายา/นามสกุล : พระนบพร กิตติสัทโท (ทองคำ)
- ว/ด/ป เกิด : วันจันทร์ที่ ๕ เดือน ธันวาคม พุทธศักราช ๒๔๙๐
- ภูมิลำเนาที่เกิด : จังหวัดระนอง
- การศึกษาทางโลก:
- พ.ศ. ๒๕๕๘ : ปริญญาตรี พุทธศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ห้องเรียนนครศรีธรรมราช
- การศึกษาทางธรรม:
- พ.ศ. ๒๕๕๘ : นักธรรมชั้นเอก วัดอุปนันทารามจังหวัดระนอง
- ประสบการณ์การทำงาน:
- พ.ศ. ๒๕๕๖ : พระสอนศีลธรรม โรงเรียนเทศบาลวัดอุปนันทาราม ตำบลเขานิเวศน์  
อำเภอเมือง จังหวัดระนอง
- ประสบการณ์การปฏิบัติธรรม:
- พ.ศ. ๒๕๕๖ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นเวลา ๑๐ วัน
- พ.ศ. ๒๕๕๙ : ณ สถานปฏิบัติธรรมโรงเรียนมหาวิทยาลัยบางจาก ตำบลบางจาก อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช  
โดยมี พระครูญาณวิจักร เป็นผู้อบรมกรรมฐาน
- พ.ศ. ๒๕๕๙ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ติดต่อกัน ๓๐ วัน (๑ - ๓๐ พฤษภาคม)  
ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
- พ.ศ. ๒๕๖๐ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา รวม ๗ เดือน ๓ สำนักได้แก่  
กรกฎาคม - พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๖๐ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๔ เดือน ณ  
ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” จังหวัดนครราชสีมา  
พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๖๐ - กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๖๑ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา  
๓ เดือน ณ พุทธวิหาร นครนายก
- อุปสมบท : ๑๘ ธันวาคม ๒๔๕๔
- พระอุปัชฌาย์ : พระครูอุปนันทโสภณ วัดอุปนันทาราม
- สังกัดวัด : วัดอุปนันทาราม ตำบล เขานิเวศน์ อำเภอ เมือง จังหวัดระนอง ๘๕๐๐๐
- ปีที่เข้าศึกษา : พุทธศักราช ๒๕๕๙
- ปีที่สำเร็จการศึกษา: พุทธศักราช ๒๕๖๒
- ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดมหาสวัสดิ์ตึกคฤหาสน์  
ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐
- โทรศัพท์ : ๐๙๕-๐๙๖ ๙๙๑๗
- E-mail : Damdudee999@Gmail.com