

## บทที่ 4

การพัฒนาปัญญาตามระบบแห่งไตรสิกขา

ย่อมเป็นที่ยอมรับทั้งทางโลกและทางธรรมว่า การศึกษาทำให้เป็นผู้เจริญ ถึงแม้  
 ธรรมภาษิตแสดงไว้ว่า "สิกขา กาโม ภว โหติ - ผู้ใคร่ในการศึกษาเป็นผู้เจริญ"<sup>1</sup> คำว่า  
 ใคร่ในการศึกษา(สิกขา กาโม) ในที่นี้หมายถึง มีใจรัก ผักไผ่ สนใจ เอาใจใส่ ในการ  
 ศึกษา ฝึกหัด ปฏิบัติ อบรม เพื่อให้ตนเป็นผู้มีสติปัญญา มีความประพฤติดี ปฏิบัติชอบทั้งกาย  
 วาจา และการอาชีพตลอดทั้งมีจิตใจที่ถึงามสูงส่งสงบเย็น ดังนั้นคำว่า กาโม หรือใคร่ใน  
 ที่นี้จึงมีความหมายไปในทางใคร่ที่ รักดี ใฝ่ดี ซึ่งความหมายเช่นนี้จะไปตรงกับคำว่า  
 กุศลฉันทะ หรือธรรมฉันทะ<sup>2</sup> มากกว่าคำว่า กามฉันทะ หรือกามราคะซึ่งเป็นความรัก  
 ความใคร่ในเรื่องกามารมณ์อันเกี่ยวด้วย รูป รส กลิ่น เสียง และสัมผัส คุณค่าหรืออานิสงส์  
 ที่สำคัญของการศึกษาคามหลักพุทธธรรมก็เพื่อที่จะพัฒนาชีวิตให้เป็นชีวิตที่สมบูรณ์ ถึงามหรือ  
 มีความประเสริฐด้วยการมีกาย วาจา ใจ อันสุจริต มีสติปัญญา อันสูงยิ่งมองเห็นความจริง  
 ของสิ่งทั้งหลายตามที่มีนเป็นจริง ดังที่พระบาลีใช้คำว่า "ยถาภูตญาณทัสสนะ" เมื่อมีปัญญา  
 ถึงขั้นนี้ย่อมมีความเบื่อหน่าย(นิพพิทา) ในสิ่งที่ตนเคยเอื้อมร่ำรอลุ่มหลง ครั้นเบื่อหน่ายแล้ว  
 ย่อมจะมีการคลายออก(วิราคะ)จากของรัก ของใคร่ที่ทำให้ใจเป็นทุกข์ไม่สงบเย็น เมื่อมี  
 การคลายออกจางออกถึงนี้แล้ว ไม่คงสงสัยเลย สิ่งที่เรียกว่าความหลุดออกได้ หรือความ

1

คคิทจน วิทยาลัยครูพระนครศรีอยุธยา

2

พระราชวรมณี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า 493

หลุดพ้น คือ วิมุตติ จะต้องมียกยแน่นอนเมื่อเกิดวิมุตติ ความบริสุทธิ์หรือวิสุทธิย่อมบังเกิดขึ้นแก่ชีวิตจิตใจ ทำให้ได้ความสงบเย็นเป็นสันติและนิพพาน<sup>1</sup> นั่นก็คือกระบวนการอันเกิดจากการศึกษา ตามหลักพระพุทธศาสนาซึ่งที่กล่าวมาจึงมีลักษณะดังนี้

เพราะการศึกษา → ยถากุศฺยณทสฺสนะ → นิพพิทา → วิจารณ์ → วิมุตติ → วิสุทธิ → สันติ  
→ นิพพาน

ความกระบวนการดังที่แสดงนี้ ปัจจัยสำคัญอันใกล้ชิดติดกับผลที่เกิดขึ้นแก่ชีวิตจิตใจ ได้แก่ ยถากุศฺยณทสฺสนะ ซึ่งเป็นตัว "ปัญญา" นั่นเอง เพราะฉะนั้นการพัฒนาชีวิตให้เป็นผู้มี "ปัญญา" จึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ถึงกับมีพุทธภาษิตรับรองไว้ว่า "ปัญญา ปริสุตฺตติ - คนเราบริสุทธิ์ได้โดยปัญญา<sup>2</sup> หรือ "ปัญญาประเสริฐกว่าทรัพย์ปัญญาเป็นเหตุให้ถึงที่สุดในโลกนี้ได้"<sup>3</sup> หรือ "กำลังคือปัญญาเป็นเลิศ เป็นยอด เป็นที่รวบรวมสิ่งที่เป็นเลิศฉันนั้น"<sup>4</sup> หรือ "คนมีปัญญาเท่านั้นประเสริฐ คนโง่ถึงจะมียศจะประเสริฐอะไร"<sup>5</sup> หรือ "การได้เฉพาะซึ่งปัญญานำมาซึ่งความสุข"<sup>6</sup> หรือ "แสงสว่างแห่งปัญญาเป็นเลิศกว่าแสงสว่างแห่งพระจันทร์ พระอาทิตย์และไฟ"<sup>7</sup> เป็นต้นอย่างไรก็ดี ปัญญาจะมีขึ้นได้ยอม

1

พุทธทาส, ศุลาการิกธรรม, เล่ม 1 หน้า 120

2

พ.ศ. 25/311/278 ; ส.ส. 15/843/258.

3

ม.ม. 13/451/314

4

อ.ป.จก. 22/16/11

5

พ.ชา. 27/2087/366

6

พ.ธ. 25/33/41

7

อ.จ.ต.ก. 21/141/138

อาศัยอุปมาวิธีหลายประการ ทั้งที่ไต่กล่าวมาแล้ว โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือธรรมะที่ชื่อว่า ปัญญาวิชฌธรรม หรือ วิชฌธรรม 4 หรือโสคาปัตติยั้งคะ ซึ่งประกอบด้วยกระบวนการตาม ลำดับคือ เสวนาสัตกบุรุษ → พังสัทธรรม → โยนิโสมนสิการ → ธรรมานุธรรมปฏิบัติ กระบวนการทั้งกล่าวนี้นี้เมื่อพิจารณาศึกษาวิเคราะห์ ห่อมสามารถสรุปได้ว่า คือ กระบวนการศึกษาแห่งพระพุทธศาสนานั้นเอง โดยเฉพาะขอธรรมานุธรรมปฏิบัติคือปฏิบัติ ธรรมสมควรแก่ธรรม ซ่อนถือถือว่าเป็นตัวแห่งการศึกษาตามหลักพระพุทธศาสนา ซึ่งมี หลักการศึกษาอันเป็นตัวการปฏิบัติที่สำคัญยิ่งโดยสรุป 3 ประการ ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งมีชื่อว่า " ไตรสิกขา "

### 1. ความหมาย

ไตรสิกขาเป็นคำภาษาบาลี มีความหมายตรงกับคำภาษาสันสกฤตที่ไทยเรานิยมใช้ว่าศึกษา 3 หรือการศึกษาอันประกอบด้วยองค์ 3

คำว่า สิกขาหรือศึกษามีความหมายที่แท้แต่ดั้งเดิมว่า "ปฏิบัติ" สิกขาหรือศึกษานั้นแหละคือตัวแห่งการปฏิบัติหรือเป็นตัวการปฏิบัตินั่นเอง เพราะสิกขาได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นเรื่องของการปฏิบัติฝึกอบรม โดยเฉพาะการเจริญปัญญาหรือทำให้เกิดปัญญาย่อมเป็นการปฏิบัติในระดับสูงสุด ซึ่งจะทำให้บรรลุผลคือปฏิเวธ ต่อมากำว่าศึกษาคงถูกใช้ในความหมายของการเล่าเรียน โดยมุ่งในค่านการรู้ การเข้าใจ จกจำได้ บอกได้ แสดงได้ในแง่ทฤษฎีหรือเนื้อหาของธรรมะ เช่น จกจำ และอธิบายได้ว่า ศีล สมาธิ วิปัสสนา คืออะไร ทำอย่างไร เพื่ออะไร แต่ตนเองมิไคลงมือกระทำหรือลงมือปฏิบัติที่เรียกว่ามิไครักษาศีลอย่างจริงจัง หรือมิไครักษาศีลฝึกพุทธประสงค์กลายเป็น

สี่ลัทธปรามาส ไม่ได้บำเพ็ญสมาธิภาวนาหรือที่เรียกว่าสมถกัมมัฏฐาน เมื่อมิได้รักษาสติ  
 บำเพ็ญสมาธิ อย่างหวังเลยว่าจะสามารถเจริญปัญญาที่เรียกว่า วิปัสสนากัมมัฏฐานได้  
 คนเช่นนี้ใคร่เชื่อว่ามีการศึกษาชั้นปริยัติยังไม่ถึงขั้นของการลงมือปฏิบัติจริงจัง เพราะฉะนั้น  
 ความความหมายที่แท้ของคำว่าศึกษาคือปฏิบัติ ผู้นั้นก็ยังไม่ใคร่เชื่อว่าเป็นผู้มีการศึกษาอย่าง  
 ถูกต้องสมบูรณ์

นอกจากนี้ท่านพุทธทาสยังได้กล่าวไว้ในหนังสือชื่อการศึกษาคืออะไร ตอนหนึ่ง  
 ว่า

"การศึกษาในพุทธศาสนานี้หมายถึง Training เป็นอย่างน้อยคือการกระทำ  
 ลงไปจริง ๆ ไม่ใช่แค่เพียงศึกษาเล่าเรียนให้รู้ เข้าใจจำได้แค่นั้น แต่จะต้องมีการปฏิบัติ  
 ร่วมกันไปด้วย จนเกิดเป็นความเห็นแจ้ง เป็นปัญญาในขั้นสูงเพื่อใช้ทำลายอวิชชา<sup>1</sup>

จึงเห็นได้ว่า ความหมายของคำว่าศึกษาหรือศึกษาในพุทธปรัชญา ต้องหมายถึง  
 ถึงการปฏิบัติ คือลงมือกระทำลงไปจริง ๆ ในเรื่องที่คุณรู้ คนเข้าใจแล้ว ถ้ารู้ผิดเข้าใจ  
 ผิดก็ยอมปฏิบัติผิด เพราะฉะนั้นการศึกษาระดับปริยัติก็มีความสำคัญไม่น้อย เพราะเป็น  
 มาตรฐานหรือเป็นปัจจัยของการศึกษาที่แท้คือการปฏิบัติด้วยเหตุนี้ ท่านผู้รู้จึงใช้คำภาษาอังกฤษว่า  
 Training ดังมีปรากฏในหนังสือพจนานุกรมพุทธศาสตร์<sup>2</sup>ว่า

"สิกขา 3 หรือไตรสิกขา คือข้อที่จะต้องศึกษา ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับศึกษา  
 คือ ฝึกอบรม กาย วาจา จิตใจ และปัญญา ให้ยิ่งขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุด คือ  
 พระนิพพาน - the Threefold Training"

1

พุทธทาสภิกขุ , การศึกษาคืออะไร , หน้า 42

2

พระราชวรมุนี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต) , พจนานุกรมพุทธศาสตร์ , หน้า 77

นอกจากนี้ในหนังสือชื่อ *The Buddhist Concepts of Karma and Rebirth*<sup>1</sup> ได้กล่าวถึงคำว่า ไตรสิกขาโดยใช้ข้อความว่า "The three steps of practice" ซึ่งหมายถึงหลักปฏิบัติ 3 ประการ

หนึ่งปัจจุบันนี้มักมีผู้นิยมใช้ข้อความว่า "ศึกษาและปฏิบัติธรรม" แสดงว่าผู้ใช้ข้อความอย่างนี้ไม่มีความเข้าใจถูกต้องของคำว่าศึกษา จึงได้แยกคำว่า "ศึกษา" ออกจาก "ปฏิบัติ" ที่เป็นเช่นนี้คงเนื่องมาจากเข้าใจว่าศึกษา เป็นเรื่องของการเล่นเรียน ความปริยัติ ดังที่มีข้อความว่า "โรงเรียนปริยัติธรรม" ส่วนปฏิบัติเป็นอีกเรื่องหนึ่งต่างหาก ความเข้าใจคลาดเคลื่อนเช่นนี้ จึงทำให้หลายสำนักเขียนป้ายว่า "สำนักศึกษาและปฏิบัติธรรม" วัค...

นอกจากนี้ยังมีอีกคำหนึ่งซึ่งน่าพิจารณา คือคำว่า บวชเรียน ซึ่งเป็นคำที่ใช้มาแต่โบราณ หมายความว่าเมื่อบวชก็ต้องมีการเรียน คำว่า การเรียน ก็คือการศึกษา การศึกษาก็คือการศึกษาปฏิบัติ เพราะฉะนั้นเมื่อบวชเป็นภิกษุหรือสามเณรก็ต้องมีการปฏิบัติตามพระธรรมวินัยเป็นประการสำคัญ พระธรรมวินัยทั้งหมดเป็นข้อปฏิบัติยอมสรุปลงได้ 3 ประการ คือ ศิล สมาธิ ปัญญา ที่เรียกว่าไตรสิกขานั้นเอง เพราะฉะนั้นความหมายที่แท้และถูกต้องที่สุดของคำว่าสิกขาหรือศึกษาก็คือปฏิบัติ (Training, Practice) โดยเฉพาะข้อธรรมที่ชื่อว่าธรรมานุธรรมปฏิบัติ - ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม จึงเป็นเรื่องของการศึกษาโดยแท้จริงกว่าปัจจัยข้ออื่น ๆ ในเรื่องปัญญาวิธรรม คือเสวนาสัตกบวช หรือสัคบัตถธรรม

1

Sunthern, Ne-Rangsi, The Buddhist Concepts of Karma and Rebirth, P.257

## 2. จุดเริ่มต้นของการศึกษาที่ถูกต้อง

คนโดยทั่วไปมักเข้าใจว่า การไต่หังสัทธรรมจากครูอาจารย์หรือสัทบุรุษ คือ การเริ่มต้นการศึกษาแล้ว การเข้าใจเช่นนี้ก็ผิดคน แต่คำตอบที่ถูกต้องกว่าไต่แก้ "การศึกษาเริ่มต้นเมื่อคนเริ่มรู้จักคิด (โยนิโสมนสิการ)"<sup>1</sup> ทั้งได้เคยกล่าวมาแล้วในบทที่ 3 ว่าโยนิโสมนสิการคืออะไร มีบทบาทสำคัญอย่างไรต่อกระบวนการเกิดปัญญา โดยเฉพาะอย่างยิ่งโยนิโสมนสิการ เป็นวิธีการแห่งปัญญา เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลที่เร่งเร้าสร้างเสริมปัญญาในชื่อว่าสัมมาทิฐิ เพราะเมื่อมีโยนิโสมนสิการแล้ว ก็หวังได้ว่าสัมมาทิฐิ จะเกิดตามมา ดังนั้นจึงมีบางท่านอาจกล่าวว่าคนเริ่มมีการศึกษา เมื่อเขามีสัมมาทิฐิ แต่คำว่าโดยเหตุปัจจัยนั้นก็กล่าวได้ว่าคนเริ่มมีการศึกษาเมื่อเขาเริ่มรู้จักคิดคือมีโยนิโสมนสิการ อนึ่งบางท่านอาจมองในแง่จากภายนอกเข้าไปตามนัยแห่งไตรสิกขา โดยถือเอาศีลเป็นที่เริ่มต้น แล้วก็กล่าวว่าการศึกษาเริ่มต้นเมื่อคนประพฤติสุจริต การกล่าวเช่นนี้ยังนับว่าไม่เข้าถึงตัวการศึกษาหรือแก่นแท้ของการศึกษา เพราะการฝึกอบรมหรือรักษาศีลให้มีความประพฤติที่สุจริตก็เพื่อมุ่งสร้างสมนิสัยใฝ่ดีเป็นการนำคนระดับเวไนยไปสู่การมองเห็นคุณค่าของความประพฤติสุจริตเช่นนั้น "เมื่อเฝ้ามองเห็นคุณค่าเกิดความเข้าใจซาบซึ้งและใฝ่เนียมความสุจริตเป็นสัมมาทิฐิแล้ว เมื่อนั้นศีลหรือความประพฤติสุจริตจะแน่นแฟ้นมั่นคงได้ และเมื่อนั้นแหละจึงเรียกได้ว่า เขาเป็นผู้มีการศึกษา แต่ถ้ายังไม่มีสัมมาทิฐิครบาก็ยังไม่อาจวางใจในศีล เพราะเขายังไม่เป็นผู้ที่มีการศึกษาสมบูรณ์"<sup>2</sup> ดังนั้นสัมมาทิฐิจึงเป็นเป้าหมายสำคัญของการศึกษา ไม่ว่าจะในทางโลกหรือทางธรรม แม้แต่การศึกษาทางโลกที่มุ่งสร้างแค่วิชาชีพเพียงอย่างเดียวโดยไม่ใส่ใจสร้างสัมมาทิฐิ

1

พระราชวรมณี (ประยุทธ์ ปยุตโต), พุทธธรรม, หน้า 740

2

เรื่องเดียวกัน

หน้า 741



ก็ยังหาข้อว่าเป็นการศึกษาที่ถูกคองสมบูรณ์ไม่ และน่าจะไมสำเร็จผลสมความมุ่งหมาย แม้แต่ที่จะให้เกิดสัมมาอาชีวะนั้นด้วย เพราะยังไม่เข้าถึงตัวการศึกษา อาจจะเป็นสัมมาอาชีวะ แต่เพียงชื่อไม่ใช่สัมมาอาชีวะที่แท้ ทางที่ถูกจะคองปลูกฝังสัมมาทิฐิไว้ให้เป็นรากฐาน โดยอาศัยกัลยาณมิตรและโยนิโสมนสิการ โดยเฉพาะโยนิโสมนสิการ เป็นปัจจัยสำคัญมาก แห่งการ เกิดปัญญาสัมมาทิฐิก็กล่าวมาแล้ว

อนึ่งถ้าพิจารณาอริยมรรคอันมีองค์ 8 จะพบว่าเริ่มกันข้อที่ 1 ด้วย สัมมาทิฐิ เมื่อมีสัมมาทิฐิคือเห็นถูกคอง เข้าใจถูกคอง ก็คิด และพูด ทำ ประพฤติปฏิบัติถูกคอง จึงถาม ตรงตามเป้าหมายและใ้ข้อว่า ปฏิบัติดีแล้ว (สุปฏิปันโน)ปฏิบัติตรงแล้ว (อุสุปฏิปันโน)ปฏิบัติเพื่อธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว คือปฏิบัติถูกทาง (ฉายาปฏิปันโน)ปฏิบัติสมควรแล้ว (สามีจิปฏิปันโน)

ดังนั้นจึงสรุปไ้ว่าการศึกษาร่วมกันเมื่อคนเริ่มรู้จักคิดจนเกิดทิฐิที่เป็นสัมมาทิฐิ นั้นก็คือการศึกษาเริ่มกันเมื่อคนรู้จักใ้ปัญญา จนเป็นคนมีปัญญาจึงจะเรียกว่าคนมีการศึกษา เพราะฉะนั้นเป้าหมายสำคัญของการศึกษาก็คือ ปัญญา โดยเฉพาะพระพุทธศาสนาใ้ความสำคัญต่อปัญญาเป็นอย่างยิ่ง ดังที่เคยยกพุทธภาษิตมาแสดงไว้บ้างแล้วในคอนต้นของบทนี้

### 3. องค์ประกอบของไตรสิกขา

ไตรสิกขา หรือการศึกษา 3 ประกอบด้วย สីล สมาธิ ปัญญา หรือถ้ากล่าวใ้เต็มรูปตามพระบาลี ก็ใ้แก่

1. อธิศีลสิกขา สิกขาคือศีลอันยิ่ง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติอย่างสูง (Training in higher morality)
2. อธิจิตตสิกขา สิกขาคือจิตอันยิ่ง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมจิตเพื่อให้เกิดสมาธิอย่างสูง ( Training in higher mentality )
3. อธิปัญญาสิกขา สิกขาคือปัญญาอันยิ่ง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมปัญญาเพื่อใ้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง ( Training in higher wisdom)<sup>1</sup>

ตั้งมีพระพุทธเจ้าวัสทริสแก่ภิกษุวัชชีบุตร ตอนหนึ่งว่า

ภิกษุวัชชีบุตรทูลถาม : ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ สิกขาบท 150 ถ้วนนี้ ย่อมมาสู่การสวดทุก  
กึ่งเดือน ข้าพระองค์ไม่สามารถที่จะศึกษาในสิกขาบทเหล่านั้นได้ไหว

พระพุทธเจ้าตรัสตอบ : กูกรภิกษุทั้งหลาย เธอสามารถจะศึกษาไหวหรือไม่ในสิกขา 3  
คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตสิกขา อธิปัญญาสิกขา ... เธอจงศึกษาในสิกขา 3 นั้นเถิด คือใน  
อธิศีลสิกขา อธิจิตสิกขา อธิปัญญาสิกขา ... เมื่อเธอศึกษาทั้งอธิศีลสิกขา ศึกษาทั้ง  
อธิจิตสิกขา ศึกษาทั้งอธิปัญญาสิกขาอยู่ รากะ (= โลภะ) ก็จักถูกละได้ โทสะ ก็จักถูกละ  
ได้ โมหะก็จักถูกละได้ เพราะการที่ละรากะได้ เพราะการที่ละโทสะได้ เพราะการที่ละ  
โมหะได้ สิ่งใดที่เป็นอกุศลเธอก็จักไม่ทำสิ่งนั้น(เอง) สิ่งใดเป็นบาป เธอก็จักไม่เสพสิ่ง  
นั้น(เอง)<sup>1</sup>

พระพุทธพจน์ที่ยกมาแสดงเป็นอุเทศนี้ นอกจากจะให้ความรู้ ความเข้าใจใน  
เรื่องของใคร่ศึกษาว่ามีองค์ประกอบอะไรบ้าง ยังมีเรื่องอื่น ๆ ที่น่าสนใจควรแก่การศึกษา  
วิเคราะห์ดังต่อไปนี้

1. ข้อความที่พระภิกษุวัชชีบุตรทูลปรารภต่อพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า ไม่สามารถ  
ที่จะศึกษาสิกขาบททั้ง 150 นั้นได้ทั้ง ๆ ที่มีการสวดทุกครั้งเดือน ข้อความนี้ย่อมมิได้หมาย  
แต่เพียงถึงการจำหรือสวดได้เท่านั้น แต่ยังหมายถึงไม่สามารถปฏิบัติสิกขาบทเหล่านั้น  
ได้ครบถ้วน นั่นก็คือ คำว่า สิกขา หรือศึกษาในพุทธปรัชญา มีความหมายเน้นหนักไปในทาง  
ปฏิบัติ

2. แสดงว่าสิกขาบทคือข้ออันควรปฏิบัตินั้นมีมากยากแก่การที่จะปฏิบัติได้ไหว  
พระพุทธองค์ได้ทรงย่อเอาแต่ข้อปฏิบัติที่สำคัญซึ่งว่ามีเพียง 3 ประการเท่านั้นได้แก่ ศีล  
สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นกระบวนการหรือวิธีการแห่งการศึกษาในพระพุทธศาสนา



3. ข้อความที่ว่า "เมื่อเชอศึกษาทั้งอธิศีลสิกขา ศึกษาทั้งอธิจิตสิกขา ศึกษาทั้งอธิปัญญาสิกขา" บอมติความไคว่า จะตองลงมือศึกษาคือปฏิบัติอย่างเอาจริงหรือเป็นอย่งยิ่งในการฝึกอบรม กาย วาจา จิตใจ และปัญญา พรอม ๆ กันไปโดยให้ประสาณสัมพันธ์กันอย่งต่อเนื่อง ที่เรียกว่า ปฏิบัติร่วมกันไป พรอมกันไป จึงจะตรงกับพระพุทศคำรัสที่ว่า "ศึกษาทั้ง" กังนั้น ศีล สมาธิ ปัญญา จึงมีลักษณะคล้ายเชอก 1 เส้น ที่ประกอบด้วย 3 เกลียว หรือที่เรียกกันง่าย ๆ ว่า เชอก 3 เกลียว ฉะนั้นการปฏิบัติพรอมกันไปเช่นนี้ยอมทำให้มีพลังรวมที่จะชจักอาสาวิกิเลสไก่ จึงสอกคดองกับข้อความที่ว่า "เมื่อศีล สมาธิ ปัญญา รวมพลังกันเป็นสมังคี ยอมประหารอาสาวิกิเลสไก่ในทันที"<sup>1</sup>

4. ข้อความในคอนท่ายแสกงถึงคุณค้ำอาณิสงส์ หรือเป้ำหมายของกรการศึกษา ทั้ง 3 ว่า กิเลสอันไก่แก่ โลภะ โทสะ และโมหะ จะถูกกำจัดไก่หมดกลัน เมื่อกิเลสหมกกรรมอันเป็นอกุศลคนกัจะไม่กระทำไก่เองเป็นฉักโนมิติ เพราะกิเลสเป็นเหตุเป็นปัจจัยของกรรม เมื่อหมคกิเลสก็หมคกรรม เมื่อหมคกรรมก็หมควิบากซึ่งเป็นผลของกรรม จึงเท้ำกับไก่หลุดพ้นออกจากวงจรแห่งวัฏฏะ 3 นอกจากนี้บัพทังหลายทังปวงยอมไม่มีแกผู้ปราศจากกิเลส จึงเรียกว่าเป็นผู้หมคบัพ ทมคกรรม ซึ่งเป็นเป้ำหมายสูงสูกแห่งพระพุทศศาสนา โดยอาศัยการปฏิบัติตามหลักแห่งไตรสิกขา พระพุทศศาสนาเรียกบุคคลที่ไค้บรรลุผลสูงสูกกักล่าวนี้ว่า พระอรหันต์ คือผู้ห่างไกลจากกิเลส ผู้หักก้ำแห่งสงสวารแล้วผู้ควร ( the Worthy One) อนึ่งมีบางทำนแปลค้ำว่า Saint (นักบุญ) ในภาษาอังกฤษว่าพระอรหันต์ จึงไม่ว่าจะถูกตองนัก นอกเสียจากว่าจะมีเหตุผลยืนยันถึงคุณลักษณะ

1

Sunthern, Na-Rangsi, The Buddhist Concepts of Karma and Rebirth, P.257

"When These three (Sīla, samādhi and panna) join force, performing the same function, all types of defilement will be put an end to in a single moment"

สภาวะจิตใจของท่านักบุญ ( Saint ) ว่าเป็นผู้ปราศจากกิเลส ตัณหา อูบาทาน และอวิชชา เป็นผู้หลุดพ้นจากสังสารวัฏ คือการเวียนว่ายตายเกิดไม่ว่าในภพใดภูมิใด เป็นคน

### 1. อริศีลสิกขา

1.1 ความหมาย อริศีลสิกขา คือศีลอันยิ่ง เป็นการปฏิบัติฝึกฝนอบรม ภาย วาจา และอาชีวะของคนให้มีลักษณะเป็นสุจริต<sup>1</sup> เลิกละการกระทำอันชั่วช้า ลามก ทุจริต มีปกติของการดำรงตนเป็นมีมนุษยคุณการเบียดเบียนคนและผู้อื่น ศีล หรือศีลจะ แปลว่าปกติ ดังนั้นศีลสิกขาย่อมมีความหมายอย่างหนึ่งว่า การประพฤติที่พึงชอบ เพื่อรักษา สภาวะความเป็นปกติให้เกิดขึ้นแก่ตนและแก่โลก นี่เป็นการให้ความหมายในทางบวกหรือ ปฏิฐาน ( Positive ) ถ้ากล่าวในทางลบหรือนิเสธ ( Negative ) ก็หมายถึง การไม่กระทำความชั่วหรือเลิกละการเบียดเบียนคนและผู้อื่น สรุปความก็คือ ศีลสิกขา เป็นเรื่องของการปฏิบัติตนที่ประกอบด้วยคุณธรรมที่ตรงกับภาษาอังกฤษว่า "Precept or virtue"<sup>1</sup>

คัมภีร์วิสุทธิมรรค<sup>2</sup> ได้กล่าวถึงศีลว่าเป็นสภาวะของจิตที่ประกอบด้วยเจตนา ( Volition ) ในอันที่จะงดเว้นจากการกระทำชั่วที่เป็นการเบียดเบียน หรือเป็นการปฏิบัติคนตามหน้าที่ที่มนุษย์จะพึงปฏิบัติต่อกัน ( Practise of the duty )<sup>3</sup> ควบคู่กันไปในศีล 5 ซึ่งได้ชื่อว่ามีมนุษยธรรม จึงมีค่าแปลที่นิยมกันดังนี้

1

Sunthern Na-Rangsi, The Buddhist Concepts of Karma and Rebirth, P.257

2

มหามกุฏราชวิทยาลัย, วิสุทธิมรรคแปล, ภาค 1 หน้า 7

3

Sunthern Na-Rangsi, The Buddhist Concepts of Karma and Rebirth, P.258

ปาณาติปาตา	เวรมณี	-	เจตนาวงกเว้นจากการฆ่าสัตว์
อทินนาทานา	เวรมณี	-	เจตนาวงกเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้า ของมิได้ให้ (การลักขโมย ฉ้อโกง)
กาเมสุมิฉาจารา	เวรมณี	-	เจตนาวงกเว้นจากการประพฤตินิคมในกาม
มุสาวาทา	เวรมณี	-	เจตนาวงกเว้นจากการกล่าวเท็จ
สุรา เมรย มชช ปมาทภูฐานา	เวรมณี	-	เจตนาวงกเว้นจากการดื่มสุรา เมรย และของมีเมาทั้งหลาย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ขาดสติสัมปชัญญะ

นั่นก็คือการรักษาศีล ผู้รักษาศีล หรือสมათานศีลจะต้องตั้งเจตนา คือมีความ  
ตั้งใจไว้ก่อนว่าจะไม่กระทำการฆ่าสัตว์ ฆ่า เป็นคน ตั้งนั้นศีลจึงได้แก่เจตนา, ใจแก่  
เจตสิก, ใจแก่สังวร สารวม<sup>1</sup> คัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้จำแนกแยกศีลออกเป็น 4 ดังนี้

1. ภิกขุศีล คือขอประพฤติ ปฏิบัติของพระภิกษุ มีทั้งหมด 227 ข้อ
2. ภิกขุณีศีล คือขอประพฤติ ปฏิบัติคนของพระภิกษุณี มีทั้งหมด 311 ข้อ
3. อุปปสัมบันศีล คือขอประพฤติ ปฏิบัติคนของผู้บรรพชาเป็นสามเณร

มี 10 ข้อ

4. คฤหัสถ์ศีล คือขอประพฤติ ปฏิบัติคนของบุคคลผู้ครองเรือนที่เรียกว่า  
คฤหัสถ์หรือฆราวาส มี 8 ข้อ สำหรับอุบาสก อุบาสิกาที่รักษาอุโบสถศีล และมี 5 ข้อ  
ที่เรียกว่าศีล 5 (เบญจศีล) สำหรับบุคคลผู้ครองเรือนโดยทั่วไป

ศีลทั้ง 4 ประการดังกล่าว ยังสามารถแบ่งออกเป็นระดับแห่งความสูง ต่ำ  
ได้ 3 ระดับ คือ

1. ศีลระดับต้น ได้แก่เบญจศีลซึ่งมนุษย์ทุกคนพึงต้องรักษา หรือถือไว้หมายความว่าปฏิบัติอยู่เป็นเนืองนิจด้วยเหตุนี้เบญจศีลจึงได้ชื่ออีกอย่างว่า "นิจศีล" นิจศีลเป็นสิ่งที่ดำรงสัจไว้ให้เป็นผู้มีใจสูงคือเป็นมนุษย์ ดังนั้นนิจศีลจึงได้ชื่อว่า "มนุษยธรรม" นั่นก็คือผู้มีมนุษยธรรมก็คือผู้รักษาศีล 5 อนึ่งมนุษย์เราจะรักษาศีล 5 ได้สมบูรณ์ก็ย่อมอาศัยธรรมอื่น ๆ ร่วมอนุเคราะห์เกื้อกูล เช่น

ก. เบญจธรรม<sup>1</sup> หรือเบญจกัลยาณธรรม - ธรรมอันถึงาม 5 อย่าง  
ได้แก่

1. เมตตา กรุณา
2. สัมมาอาชีวะ
3. กามสังวร
4. สัจจะ
5. สติ สัมปชัญญะ

ข. โลกपालธรรม<sup>2</sup> (ธรรมคุ้มครองโลก) ได้แก่

1. หิริ คือความละอายบาป, ละอายใจต่อการทำชั่ว
2. โศกทัปปะ คือความกลัวเกรงต่อบาป เป็นต้น

2. ศีลระดับกลาง ได้แก่ ศีล 8 หรืออัฐศีลหรืออุโบสถศีลที่อุบาสิก อุบาสิกาสมาทานในวันธรรมสวนะหรือที่เรียกว่า วันวันพระ นอกจากนั้นก็ศีล 10 ซึ่งเป็นศีลสิกขาบทของสามเณร

3. ศีลระดับสูง คือศีลของพระภิกษุและพระภิกษุณี ศีลระดับนี้ยังมีการแบ่งออกเป็น 3 ได้แก่

1

เบญจธรรมนี้ท่านผู้ถูกเป็นหมวดธรรมชั้นภายหลัง เมื่อว่าโดยที่มาก็มาจากกุศลกรรมบทของคน ๆ กุ.ม.ม. 12/485/523

2

อิง.ทุก. 20/255/65; พ.อติ. 25/220/257

- ก. จุลศีล
- ข. มัชฌิมศีล
- ค. มหาศีล<sup>1</sup>

## 1.2 ผลหรือคุณค่าอันสูงส่งหรือเป้าหมายของการรักษาศีล (ศีลสิกขา)

### 1. ผลโดยทั่วไป

ก. ผลของตนเอง การรักษาศีลย่อมสำเร็จด้วยการมีเจตนาหรือความตั้งใจในการงดเว้น(วิริย)ปฏิบัติชั่วที่ทำให้ตัวเองและโลกคือหมู่สัตว์เกิดร้อน การตั้งใจเช่นนี้ถือว่าเป็นการตั้งใจดี และเมื่อมีการกระทำไ้ความที่ตั้งใจ ย่อมเป็นการพัฒนาชีวิตจิตใจให้ดีขึ้นเจริญขึ้นไปโดยลำดับ โดยเฉพาะอย่างยิ่งทำให้จิตใจ ของผู้ปฏิบัติได้รับการพัฒนาขึ้นไปเรื่อย ๆ ที่เรียกว่าเป็นผู้มีสุขภาพจิตที่ดีที่สำคัญคือมีความสงบเย็นเป็นสุข ไม่ทุกข์เดือดร้อนกังวลใจ เพราะมีไ้ก่อกอเวรก่อภัยให้เกิดขึ้น โดยเฉพาะการรักษาศีล 5 เป็นต้น

นอกจากนี้การรักษาศีลยังเป็นการสร้างเสริมฐานรากหรือพื้นฐานให้กับชีวิต คนไม่มีศีลก็คือคนไม่มีฐานราก หรือพื้นฐานของชีวิตที่คึกและมั่นคง ย่อมไม่สามารถทรงตัวแห่งความเป็นคนอันสมบูรณ์อยู่ได้ คล้ายอาคารหลังใหญ่ ๆ ที่ฐานรากไม่ดี ย่อมมีการทรุดหรือชำรุดมีรอยร้าวและพังพินาศลงได้ คนไม่มีศีลก็เช่นเดียวกัน โดยเฉพาะถ้าหากศีล 5 ย่อมจะปรากฏรอยร้าวออกมาให้เห็นว่าเป็นคนโหดร้าย มือไว ใจเร็ว ซึ่ปก หมกคดี สัมปชัญญะ เป็นต้น<sup>2</sup> คนประเภทนี้ย่อมไม่มีใคร ๆ ทองการ เพราะเป็นคนที่เป็นอันตรายต่อสังคม ดังนั้นสังคมจึงมีกฎหมายใช้บังคับลงโทษบุคคลประเภทนี้ ด้วยการถูกคุมขังจนถึงขั้นประหารชีวิต เช่น พวกก่ออาชญากรรมประเภทข่มขืนแล้วฆ่า แสดงว่าเสียศีลหลายข้อ นับแต่ข้อ 1 อาจถึงข้อที่ 5 เช่น เริ่มด้วยการดื่มเหล้า เกิดความมึนเมาขาดสติ

<sup>1</sup>  
ที่.ล. 9/103-212/17-79

<sup>2</sup>



แล้วกระทำการอุกคร่าอนาจารสตรีที่เกินยานไปในที่เปลี่ยว กระทำการข่มขืนจนสำเร็จ  
ความใคร่ประกอบด้วยมีใจโหดเหี้ยมและกลัวว่าตนจะถูกจกจำคุก จึงฆ่าหญิงนั้นถึงตาย  
แล้วตนเองก็กระทำการเสแสร้งแกล้งว่าไม่รู้ไม่เห็น แม้ถูกตำรวจจับกุมไต่ ก็ปฏิเสธเสียง  
แข็ง พฤติกรรมทั้งหมดดังกล่าวนี้ล้วนเป็นการละเมิดศีล 5 ทุกข้อ

ข. ผลต่อสังคม ทั้งที่เคยกล่าวแล้วว่าการรักษาศีลเป็นการรักษาปกติภาพ  
ของคนซึ่งมีผลต่อส่วนรวมคือทำให้สังคมปกติภาพคือมีความเป็นปกติสุข เกิดสันติสุขโดย  
ทั่วไปนั่นก็คือสังคมที่สงบสุขน่าอยู่ ก็เพราะเหตุที่คนในสังคมนั้นร่วมกันรักษาศีล โดยเฉพาะ  
ศีล 5 ยิ่งถ้าใครสมาทานศีล 8 ก็ยิ่งดีขึ้น แม้เพียงศีลข้อที่ 6 ซึ่งงดเว้นการบริโภคน้ำ  
ในเวลาวิกาลคือเที่ยงแล้ว ย่อมทำให้สังคมมีอาหารเหลือเพิ่มขึ้น อาจทำให้มีเศรษฐกิจ  
ดีขึ้น เพราะคนในสังคมมีชีวิตที่เรียบง่ายไม่ฟุ้งเฟ้อ เห็นแก่การบริโภค เห็นแก่การกินอยู่  
หลับนอนอย่างสบายอีกทั้งยังมีส่วนช่วยลดการเกิดของทารก จึงเป็นการช่วยกันคุมกำเนิด  
ไปด้วยในตัว เพราะคนเฝ้าควบคุมกำหนดด้วยการรักษาศีลข้อที่ 3 ของศีล 8 หรือ  
อุโบสถศีลที่ว่า "อพรหม จริยา เวรมณี - เจตนางดเว้นจากการประพฤติกที่เป็นชู้ตัก  
แห่งพรหมจรรย์" ในที่นี้หมายถึงการเสพงามตามประสาสามี ภรรยาตนเอง

ผลของการรักษาศีลโดยทั่วไปทั้ง 2 ประการดังกล่าวมา ซึ่งมีผลต่อบุคคลและ  
สังคม คือความสงบ (สันติ) ความสงบย่อมเป็นปัจจัยประการหนึ่งทำให้คนมีโอกาสใฝ่หา  
ความรู้ ศึกษาเล่าเรียน ค้นคว้าพิจารณา ปฏิบัติกิจอันควรได้เต็มที่ นั่นก็คือความสงบ ทำให้  
คนมีความรู้ มีสติปัญญา เพื่อพัฒนาชีวิตของคนและสังคมให้เจริญต่อไป กวดยเหตุนี้นโยบาย  
อันสำคัญของทุกรัฐบาลก็คือรักษาความสงบให้เกิดขึ้นแก่ประเทศชาติ และความสงบที่แท้จริง  
ชนิดที่ไม่ต้องสิ้นเปลืองเงินทองก็ได้แก่ทุกคนช่วยกันรักษาศีลหรือมีศีลสิกขานั่นเอง

2. ผลตามแบบ ในที่นี้หมายถึงตามแบบที่พระท่านถือกันมาแต่โบราณในการ  
ให้ศีล จะจบค่อนท้ายด้วยข้อความสำคัญอันเป็นผลของการรักษาศีล 3 ประการได้แก่

ก. สีเลน สุคติ ยนติ - คนถึงสุคติได้ด้วยศีลคือ ดำรงตนอยู่ด้วยความ  
เป็นสุขในทุกถิ่นฐานด้วยการไม่กระทำชั่ว จึงไม่มีเวรภัยที่ทำให้เป็นทุกข์



ข. สีเลน โภคสมปทา - สมบูรณ์ด้วยโภคสมบัติเพราะศีล ในที่นี้ หมายถึงคนมีศีลเป็นคนไม่โลภ เห็นแก่ได้ เป็นคนที่รู้จักพอ จึงได้รับความอ้อมจากสมบัติที่มีอยู่ตรงกันข้าม คนไม่มีศีล ย่อมไม่รู้จักพอ จึงเป็นคนหิวอยู่ตลอดเวลา แม้ว่าจะมีสมบัติมากแค่ไหน ถ้าใจไม่รู้จักพอ ไม่รู้จักอ้อม ทางพุทธศาสนาดูว่าคนเช่นนั้น ยังไม่สมบูรณ์ด้วยโภคทรัพย์<sup>1</sup>

ค. สีเลน นิพพุตติ - บรรลุนิพพานก็ด้วยศีล ข้อนี้หมายความว่า การรักษาศีลเป็นปัจจัยหรือปฏิกุฐานประการหนึ่งที่ทำให้เข้าถึงอุคมการอันสูงสุดของพุทธศาสนา คือพระนิพพาน ซึ่งหมายถึงดับสิ้นเพลิงทุกข์เพลิงกิเลส ถ้ากล่าวโดยความจริง ความถูกต้องแล้ว การรักษาศีลเพียงอย่างเดียวไม่สามารถทำให้บรรลุถึงนิพพานได้ ต้องปฏิบัติหลักธรรมข้ออื่น ๆ ด้วยที่สำคัญได้แก่ สมาธิ ปัญญา แคนาชาศีล การปฏิบัติสมาธิ และปัญญาย่อมไม่ได้ผล ดังนั้นท่านจึงกล่าวให้เห็นอานิสงส์ของศีลว่า เป็นปัจจัยให้บรรลุพระนิพพานด้วยประการฉะนี้

### 3. ผลหรือเป้าหมายที่แท้จริงของการรักษาศีล

การรักษาศีลหรือศีลสิกขาถ้าหยาบยกเอาองค์อริยมรรคมากล่าวก็ได้แก่ สัมมาวาจา(เจรจาชอบ) สัมมากัมมันตะ(การกระทำชอบ) สัมมาอาชีวะ(เลี้ยงชีพชอบ) ศีลสิกขาจึงเป็นเรื่องของการฝึกอบรม กาย วาจา และอาชีวะให้เป็นไปในลักษณะที่บริสุทธิ์และสุจริต การประพฤติปฏิบัติในชั้นศีลมีวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายที่แท้จริงตามหลักพุทธปรัชญาคือ เพื่อเป็นบาทฐานของสมาธิ "สมาธิจึงเป็นจุดหมายจำเพาะของศีล"<sup>2</sup> โดยนัยนี้คุณค่าทางค่านิจใจของศีลจึงมีความสำคัญมาก คุณค่าทางค่านิจใจในชั้นศีลก็คือ มีเจตนาตั้งใจที่จะละเว้นการกระทำความชั่วทั้งหลายอันจะมีผลทำให้จิตใจปลอดโปร่ง

1

เรื่องเดียวกัน

หน้า 208-212

2

พระราชวรมณี(ประยุทธ์ ปยุตโต) พุทธธรรม, หน้า 762

ดวงใส ไม่วิตกกังวล จิตใจจึงสงบเป็นสมาธิได้ง่าย เมื่อจิตใจสงบเป็นสมาธิแล้ว ก็  
เกิดความคล่องตัวในการที่จะใช้ปัญญาศึกษาค้นหาความจริง (สัจจะ) และเหตุผล อีกทั้งแสวง  
หาหนทางเพื่อสร้างสรรค์ความดีต่าง ๆ ให้ได้ผลดีในขั้นต่อ ๆ ไป นั่นก็คือศีลเป็นบาทฐาน  
ของการเจริญสมาธิและปัญญาเป็นที่สุด สมกับข้อความว่า " ไม่มีใครสามารถเจริญสมาธิ  
และวิปัสสนาได้สำเร็จ โดยที่ไม่มีศีลมาก่อน"<sup>1</sup>

ศีลจึงถือว่าเป็นปทัฏฐานคือเหตุใกล้ของสมาธิหรือจิตสิกขาด้วยเหตุนี้ จึงมี  
พระบาลีกล่าวถึงยอกคานิสงส์ของศีลว่า "สมาธิส่วคณิกา"<sup>2</sup> หมายความว่า (ศีล) เป็นไป  
เพื่อให้เกิดสมาธิ ฉะนั้นเราจะคงเตรียมตัวหรือปรับปรุงตัวของเราให้เป็นผู้ที่อยู่ในโลก  
กายลักษณะที่สะอาดบริสุทธิ์หมดจดเสียก่อน คือให้มีศีลดีเสียก่อนจึงจะส่งเสริมให้เกิดสิ่ง  
ที่เรียกว่าสมาธิได้โดยง่าย<sup>3</sup>

1

Sunthern Na-Rangsi, The Buddhist Concepts of Karma and  
Rebirth. P.259

"No one can step up to practice meditation (samādhi) or  
insight knowledge (pañña) successfully without fulfilling  
the preliminary step of sīla"

2

พุทธทาส, ฤทธาภิธรรม เล่ม 1, หน้า 79

3

เรื่องเดียวกัน หน้า 79

นอกจากนี้ ยังมีพุทธภาษิตที่แสดงถึงยอกอานิสงส์ของศีลว่า "สมาธิอันศีลอบรมแล้วย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่ ปัญญาอันสมาธิอบรมแล้ว ย่อมมีผลใหญ่ อานิสงส์ใหญ่ จิตอันปัญญาอบรมแล้ว ย่อมหลุกพอนอาสวะโดยชอบ คือ กามาสวะ ภวาสวะ อวิชชาสวะ<sup>1</sup> คือลสิกขา หรือที่เรียกว่าศีลเป็นบันไดเบื้องต้นหรือขั้นปฐมของระบบไตรสิกขาที่นำไปสู่การรู้แจ้ง (ตรัสรู้) ซึ่งพุทธภาษิตดังกล่าวนี้แสดงถึงว่าศีลเป็นเหตุใกล้ชัคค่อการเจริญสมาธิ การกล่าวอย่างนี้ก็ยังมีหลักอ้างอิงในพระไตรปิฎก ที่กล่าวถึงความบริสุทธิ์ สะอาดของการปฏิบัติเป็นขั้น ๆ เป็นอย่าง ๆ ไปโดยลำดับ 7 ประการ ที่ชื่อว่า วิสุทธิ 7<sup>2</sup> ไคแก่

1. สิววิสุทธิ คือมีศีลบริสุทธิ์ตามภูมิขั้นของคน และให้เป็นไปเพื่อสมาธิหรือจิตตสิกขาत्मภีวิสุทธิมรรคว่าไคแก่ปาววิสุทธิศีล 4<sup>3</sup> อนึ่งเมื่อบังเกิดศีลวิสุทธิ ย่อมส่งผลให้เกิดความบริสุทธิ์หมกจกข้อที่ 2 ไคแก่

1

ที่.ม. 10/77/72

2

ม.บ. 12/298/295, ที่.ป.า. 11/456/

3

ปาววิสุทธิศีล 4 คือความประพฤติบริสุทธิ์ที่จักเป็นศีลหรือศีลเครื่องให้บริสุทธิ์ไคแก่

1. ปาฏิโมกขสังวรศีล - ศีลคือความสำรวมในพระปาฏิโมกข์
2. อินทริยสังวรศีล - ศีลคือความสำรวมอินทริยทั้ง 6 ไคแก่ ตา, หู, จมูก, ลิ้น, กาย, ใจ
3. อาชีวะปาววิสุทธิศีล - ศีลคือความบริสุทธิ์แห่งอาชีพะ เลี้ยงชีพในทางที่ชอบ
4. ปัจจัยสันนิสิตศีล - ศีลที่เกี่ยวกับปัจจัย 4 ค่ายการไม่บริโภคค่ายคัณหา

2. จิตวิสุทธิ คือความหมกจกแห่งจิต กับการฝึกอบรมจิตจนบังเกิดสมาธิ ตั้งแต่อุปจารสมาธิขึ้นไป จิตระดับนี้จะมีหมกจกจากนิวรณ์ 5 เป็นสำคัญซึ่งได้แก่ กามฉันทะ - ความพอใจในกาม, พยาบาท - ความดิกร้าย, ถีนมิทธะ - ความเชื่องซึม ง่วงเหงา หทู่, อุทธัจจกุกกุจจะ - ความดิศฟุ้งซ่าน, วิจิกิจฉา - ความสงสัยเลสงสัย, การเจริญสมาธิให้เป็นจิตวิสุทธิ ก็เพื่อเป็นบาทฐานของวิปัสสนา

3. ทิฐิวินิสุทธิตี คือความหมกจกแห่งทิฐิ หมายถึงมีความรู้ ความเข้าใจมองเห็นนามรูปตามสภาพที่เป็นจริง เป็นเหตุข้ามความเข้าใจผิดว่าเป็นสัตว์บุคคลเสียได้

4. กังขาวิตรณวิสุทธิ คือความหมกจกแห่งญาณเป็นเหตุข้ามพ้นความสงสัย กับการกำหนดครุปัจจัยแห่งนามรูปได้แล้ว จึงสิ้นสงสัยในกาลทั้ง 3 วิสุทธิข้อนี้ถือว่าเป็น สัมมาทิสสนะ

5. มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ คือความหมกจกแห่งญาณที่รู้เห็นว่าเป็นทางหรือมิใช่ทาง คือเริ่มเจริญวิปัสสนาคือไป จนมองเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปของสังขารทั้งหลายอันเรียกว่าอุทยัพพยานุปัสสนา ซึ่งถือความเป็นวิปัสสนาญาณอ่อน ๆ (ครุวิปัสสนา) และเมื่อมีวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้น ก็กำหนดได้ว่าอุปกิเลสเหล่านั้นของวิปัสสนามีใช่ทาง ส่วนวิปัสสนาที่เริ่มดำเนินเข้าสู่วิถีนั่นแลเป็นทางถูกต้อง เตรียมที่จะประคองจิตไว้ในวิถีคือวิปัสสนาญาณนั้นต่อไป

6. ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ คือความหมกจกแห่งญาณอันรู้เห็นทางดำเนิน กล่าวคือเมื่อประกอบความเพียรในวิปัสสนาญาณทั้งหลาย เริ่มแต่อุทยัพพยานุปัสสนา ที่พ้นจากอุปกิเลสดำเนินเข้าสู่วิถีสว่างแล้วนั้น เป็นคนไปจนถึงสำเร็จอนุโลมิกญาณ (ปรีชาหยั่งรู้อรรถกถาธรรม) อันเป็นที่สุกแห่งวิปัสสนา ต่อแต่นี้ก็จะเกิดโคตรญาณ (ญาณครอบโคตร) ขึ้นระหว่างวิสุทธิข้อนี้กับข้อที่ 7 สุกท้าย สรูปก็คือวิสุทธิข้อนี้ได้แก่ วิปัสสนาญาณ 9 ซึ่งเป็นญาณคือปัญญาความรู้ที่ทำให้เกิดความเห็นแจ้ง เข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง

7. ญาณทัสสนวิสุทธิ คือความหมดจดแห่งญาณทัสสนะไ้แก่ความรู้ในมรรคญาณ อันเกิดตักจากโคตรภูญาณเป็นต้นไป เมื่อมรรคเกิดขึ้นแล้ว ผลจิตแต่ละอย่างย่อมเกิดขึ้น ในลำดับตักไปจากมรรคญาณนั้น ๆ ความเป็นอริยมุคคย่อมบังเกิดขึ้นโดยวิสุทธิข้อนี้เป็น อันบรรลุผลที่หมายสูงสุดแห่งวิสุทธิหรือไตรสิกขา<sup>1</sup>

อนึ่งแสดงความสัมพันธ์ระหว่างมรรคญาณ ผลจิตและอริยมุคคไ้ดังนี้

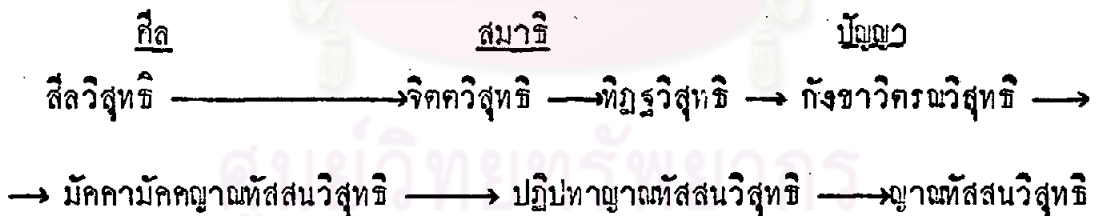
โสดาปัตติมรรค - โสดาปัตติผล (จิต) ไ้เป็นพระโสดาบัน

สกทาคามีมรรค - สกทาคามีผล (จิต) ไ้เป็นพระสกทาคามี

อนาคามีมรรค - อนาคามีผล (จิต) ไ้เป็นพระอนาคามี

อรหัตตมรรค - อรหัตตผล (จิต) ไ้เป็นพระอรหันต์

วิสุทธิ 7 เป็นปัจจัยต่อเนื่องกันไปโดยลำดับ และสอดคล้องกับหลักไตรสิกขา กล่าวคือ วิสุทธิข้อที่ 1 ชื่อ สีลวิสุทธิ จัดเป็นองค์ศีลสิกขา วิสุทธิข้อที่ 2 ชื่อ จิตตวิสุทธิ จัดเป็นจิตตสิกขา หรือสมาธิสิกขา วิสุทธิข้อที่ 3 - 7 จัดเป็นปัญญาสิกขา จึงเห็นได้ว่า สีลนำมาเป็นข้อต้น ซึ่งส่งผลไปยังสมาธิ และก่อให้เกิดการปฏิบัติงานทางปัญญาคือไป เพราะฉะนั้นศีล หรือศีลสิกขาจึงเป็นปัจจัยประการที่หนึ่งในกระบวนการพัฒนาปัญญา โดย สามารถเขียนให้เห็นกระบวนการเพื่อความเข้าใจง่าย ๆ ดังนี้



## 2. อธิจิตตสิกขา

ในกระบวนการพัฒนาปัญญาโดยอาศัยหลักไตรสิกขา อธิจิตตสิกขา หรือ เรียกว่าสมาธิเป็นปัจจัยหรือบันไดขั้นที่ 2 อันต่อเนื่องจากเรื่องศีล. สมาธิ จะ เจริญก้าวหน้าไปไม่ไ้ถ้ขาดศีลสมดังข้อความที่ คร.สุนทร ณ รั้งมี กล่าวไว้

"สมาธิเป็นบันไดขั้นที่ 2 ของการปฏิบัติตามวิถีทางแห่งการตรัสรู้ โดยที่ผู้ปฏิบัติตามทางอันประเสริฐ จะต้องรักษาศีลเสียก่อน แล้วจึงปฏิบัติขั้นที่ 2 ต่อไปนั่นคือ การเจริญสมาธิ"<sup>1</sup>

ข้อความที่ยกมาข้างประลอบนี้ต้องการชี้ให้เห็นว่าสมาธิเป็นการปฏิบัติขั้นที่ 2 ต่อจากศีล ถ้าผู้ปฏิบัติเพื่อการรู้แจ้ง ปฏิบัติศีลโคสมบูรณ์ก็ย่อมหมายความว่า การปฏิบัติสมาธิซึ่งเป็นขั้นที่ 2 ต่อไป ย่อมได้ผลสมบูรณ์เช่นกัน นั่นก็คือสมาธิศึกษาอาศัยศีลศึกษา หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า การรักษาศีลก็เพื่อเจริญสมาธิ

2.1 ความหมาย อธิจิตศึกษา หมายถึงหลักปฏิบัติสำหรับฝึกหัดอบรมพัฒนาจิตใจให้เกิดเป็นสมาธิอย่างยิ่ง กล่าวคือเป็นการปฏิบัติเพื่อชักเกลาเอากิเลสอย่างกลางที่เรียกว่านิวรณ์ 5 ออกไปจากจิต จิตที่เป็นสมาธิจึงเป็นจิตที่สงบ ผ่องใส อ่อนโยน ควรแก่การปฏิบัติงานทางปัญญาต่อไป ทั้งนี้ อธิจิตศึกษาจึงมีชื่อเรียกอีกอย่างว่า สมาธิศึกษา เพราะมุ่งเน้นหนักทางด้านความสงบของจิตเป็นสำคัญ อนุบายวิธีเพื่อให้จิตมีสมาธิอย่างสูง มีชื่อทางธรรมสมถภาวนาหรือสมถกัมมัฏฐาน เพราะฉะนั้นที่กล่าวไว้ว่าเพื่อยุสมถกัมมัฏฐาน ก็คือการทำสมาธิหรืออธิจิตศึกษานั้นเอง

---

1

Sunthern Na-Rangsi, The Buddhist Concepts of Karma and Rebirth. P.259

"...samādhi is the second step of following the path to Enlightenment. When the follower of the Noble Path has established himself in the virtue of sila, he is advised to advance to the practising of the second step, that is Concentration."



คำว่า สมาธิ แปลกันว่า ความตั้งมั่นของจิตหรือภาวะที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนด คำจำกัดความของสมาธิที่พบเสมอคือ "จิตตเสกคคตา" หรือเรียกสั้น ๆ ว่า "เอกคคตา" ซึ่งแปลว่าภาวะที่จิตมีอารมณ์เดียว กล่าวคือจิตกำหนดแน่วแน่อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน หรือส่ายไป<sup>1</sup>หรือกลาวงาย ๆ ก็ได้ว่าการมีสติอยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งอย่างแน่วแน่<sup>2</sup> ส่วนข้อความที่กล่าวว่าจิตที่เป็นสมาธิ เป็นจิตที่สงบเท่ากับตีความหมายของสมาธิเท่ากับ ความสงบ นี่เป็นการกล่าวแบบมองผลที่เกิดแก่จิต กล่าวคือการทำจิตซึ่งในที่นี้หมายถึงการมีสติแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนดถึงขั้นเป็นเอกคคตา จิตใจจะสงบเพราะปราศจากนิวรณ์ทั้ง 5 แล้ว ทั้งนี้ที่กล่าวว่าสมาธิคือความสงบก็ยอมไม่ผิดนัก แต่คำจำกัดความที่ถูกยกย่องที่สุดยอมได้แก่ "เอกคคตา" นั่นก็คือเอกคคตาเป็นคำไวพจน์ของคำว่าสมาธิ หรือสัมมาสมาธิใน อริยมรรคอันมีองค์ 8

คัมภีร์ชั้นอรรถกถา เช่น วิสุทธิมรรค ภาค 1 ได้จัดระดับของสมาธิไว้เป็น 3 ไค้แก่

1. ขณิกสมาธิ คือสมาธิชั่วคราว เป็นสมาธิขั้นต้นและสามารถใช้เป็นจุดตั้งต้นในการเจริญปัญญาได้ ตลอดทั้งสามารถใช้ประโยชน์ในการปฏิบัติหน้าที่การงานในชีวิตประจำวันให้ไค้ผลดี

2. อุปจารสมาธิ สมาธิจวนจะแน่วแน่ก่อนที่จิตจะเข้าสู่องค์ฌานอันสมบูรณ์ เพราะเริ่มระงับนิวรณ์ 5 ไค้แล้ว

3. อัปปนาสมาธิ สมาธิแน่วแน่ เป็นสมาธิระดับสมบูรณ์ซึ่งมีในองค์ฌานทั้งหลาย อันถือว่าเป็นผลสำเร็จที่ของการของการเจริญสมาธิหรือจิตตสิกขา

1

พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตโต) พุทธธรรม, หน้า 824

2

อารมณ์ในที่นี้หมายถึงสิ่งที่ถูกกำหนด ( Object )

2:2 ลักษณะของจิตที่เป็นสมาธิ สมาธิเป็นเป้าหมายของอภิจิตศึกษา จิตที่เป็นสมาธิมีลักษณะที่สำคัญที่สุดประการหนึ่งคือ "เอกัคคตา" ซึ่งแปลว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์หนึ่งเดียว<sup>1</sup> ทั้งนี้เพราะจิตหรือสติไม่สอกลาย โลกแล่นไปในเรื่องอื่น ๆ อิกนอกจากสิ่งที่มุ่งหมาย เช่น การเจริญอานาปานสติสมาธิ สติของคนก็จกจ่อแนบแน่นอยู่ที่ลมหายใจเข้า - ออก เท่านั้นทั้งนี้เป็นคน

อย่างไรก็ดี พระอรชรถกถาจารย์ได้กล่าวถึงจิตที่เป็นสมาธิชั้นสมบูรณ์ว่าจิตจะประกอบด้วยคุณลักษณะ 8 ประการ กล่าวคือ

- |                       |                             |
|-----------------------|-----------------------------|
| 1. ตั้งมั่น           | 2. บริสุทธิ์                |
| 3. ผ่องใส             | 4. โปร่ง โล่ง เกลี้ยงเกลตา  |
| 5. ปราศจากสิ่งมัวหมอง | 6. นุ่มนวล                  |
| 7. ควรแก่การงาน       | 8. อยู่ตัวไม่วอกแวกหวั่นไหว |

เรื่องลักษณะของสมาธิจิตอีกแนวหนึ่ง ซึ่งกล่าวไว้ในหนังสือพุทธธรรม<sup>2</sup> ท่านสรุปลักษณะที่สำคัญไว้ 4 ประการ ดังนี้

1. แข็งแรง มีพลังมาก เปรียบเสมือนกระแสน้ำที่ถูกควบคุมกักขังให้ไหลพุ่งไปในทิศทางเดียวย่อมมีกำลังกว่ากระแสน้ำที่ถูกปล่อยให้ไหลพร่าไปตามธรรมชาติกระจายออกไปหลาย ๆ ทาง

2. ราบเรียบ สงบซึ่ง เสมือนสระหรือบึงน้ำใหญ่ ที่มีน้ำนิ่ง ไม่ถูกรบกวนด้วยสิ่งใด ๆ อันมีลม ฝน หรือเรือยนต์ เป็นต้น

---

1

พระราชวรมุนี(ประยุทธ์ ปยุตโต)พุทธธรรม, หน้า 830

2

เรื่องเดียวกัน หน้า 830

3. ใส่ กระจก ทำให้มองเห็นอะไร ๆ โค้งก่ เหมือนน้ำขุ่นที่ถูกกวนด้วย สารส้ม แล้วสงบนิ่งไม่เป็นริ้วคลื่น ขุติที่มีอยู่ก็ตกตะกอนก้นมองเห็นได้ แมงกุ้ง ปลาตัวเล็กๆ ที่ตึกมากก็สามารถเห็นได้เพราะน้ำใสนั่นเอง จิตที่เป็นสมาธิก็เช่นกันยอมเป็นปัจจัยให้เห็น สิ่งต่าง ๆ ตามที่เป็นจริงอย่างกระจ่างชัด เพราะมีปัญญาเกิดขึ้น

4. นุมนวลควรแก่การงาน หรือเหมาะแก่การไ้รงาน และงานที่ถูกต้องตาม หลักพุทธศาสนาคืองานทางปัญญา อันได้แก่การไ้้จิตที่พร้อมก็เป็นสมาธิเช่นนี้ให้เป็น สนามปฏิบัติการของปัญญา ในการพิจารณาสภาพะธรรมให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริง และโดยนัยนี้ จึงควรย้ำเพิ่มอีกว่าลักษณะของสมาธิที่ถูกต้อง มีใ้้ช่อกการที่จิตหมกความ รู้สึก ปล่อยตัวตนให้หายไปใ้้อะไร ๆ แต่เป็นภาวะที่ใ้้สว่าง โโล่งโปร่ง หลุดออกจาก สิ่งบคบังขวางกันให้เป็นอิสระ พร้อมทั้งจะดำเนินงานทางค่านไ้้ปัญญา<sup>1</sup>

นอกจากนี้ยังกล่าวอีกแห่งหนึ่งในหนังสือชื่อ ครูกับศีลธรรม<sup>2</sup> โดยสรุปลักษณะ เก่นของสมาธิจิตว่าประกอบด้วยองค์ 3 อย่าง หรือ 3 factors ไ้้แก่

1. จิตบริสุทธิ์ ( Pure ) คือจิตไม่มีกิเลสรบกวน จึงตรงกับ พระบาลีว่า "บริสุทธิ์"
2. จิตมั่นคง ( Firm ) คือแน่วแน่ จกจ่ออยู่เป็นอารมณ์เดียว ไม่วอกแวก ฟุ้งซ่าน จนนารำคาญ ตรงกับพระบาลีว่า "สมาธิโต"
3. จิตองไว ( Active ) เหมาะสมคอกิจการงานของจิตลักษณะข้อนี้ ตรงกับพระบาลีว่า "กมฺมณีโย"

---

1

เรื่องเดียวกัน

หน้า 831

2

พระวรศักดิ์ วรชโม, ครูกับศีลธรรม, หน้า 22 - 23

สุดท้ายนี้ผู้เขียนใคร่ขอเสนอลักษณะสำคัญของสมาธิจิต ดังนี้

1. พิจารณาในแง่ตัวคุณสมบัติหรือลักษณะสำคัญของจิต ซึ่งเป็นผู้กระทำที่เรียกว่ากัมมัตถ์ลักษณะที่ชื่อว่าเอกัคคตา หรือจิตตสุเสกคคตา ซึ่งหมายถึงลักษณะการ หรือสถานะที่จิตมีอารมณ์เดียว คือจิตแน่วแน่มั่นคงจกจอยู่ต่อสิ่งเดียว ลักษณะเช่นนี้ย่อมตรงกับพระบาลีอีกคำหนึ่งว่า "สมาหิโต" ควบคู่กันนี้เอกัคคตาจึงเป็นคำไวพจน์คำหนึ่งของสมาธิจิต นั่นก็คือจิตที่เป็นสมาธิก็คือจิตมีอารมณ์หนึ่งเดียว (เอกัคคตา)

2. ถ้าพิจารณาในแง่การไชยงานไชยประโยชน์ ลักษณะสำคัญของสมาธิจิตในแง่ก็คือ "กมฺมนิโย" หมายถึงควรแก่การงาน ดังนี้ เป็นต้น

### 2.3 คุณค่าอันสูงส่งและเป้าหมายสำคัญของสมาธิศึกษา

จากเรื่องลักษณะของจิตที่เป็นสมาธิ 8 ประการตามที่พระอรุณกถาจารย์แสดงไว้ ซึ่งใ้คนนำมากล่าวแล้วหน้า 108 เมื่อพิจารณาให้ถี่ถ้วนซึ่งถึงคุณค่าอันสูงส่งของสมาธิศึกษาโดยทั่วไปว่าเป็นผู้มีสุขภาพจิตที่ดีซึ่งจะเป็นปัจจัยให้มีวิถีชีวิตที่ประกอบด้วยความสุขที่แท้จริง และมีปัญญาอันสูงยิ่ง จนถึงขั้นบรรลุเป้าหมายสูงสุดของพุทธปรัชญาได้ โดยเฉพาะในข้อที่ว่า "นุมนวล ควรแก่การงาน"

เรื่องคุณค่าอันสูงส่งและเป้าหมายสำคัญของสมาธิศึกษา มีข้อความสำคัญในพระไตรปิฎกอันควรยกมาอ้างแสดง ดังนี้

"ภิกษุทั้งหลาย สมาธิภาวนา (การเจริญสมาธิ) มี 4 อย่าง ดังนี้คือ

1. สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อทิฏฐุธรรมสุขวิหาร (การอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน)
2. สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อการไคยญาติสนะ
3. สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อสคติและสัมปชัญญะ
4. สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นไปแห่ง

อาสวะทั้งหลาย"<sup>1</sup>

ทั้ง 4 ข้อดังกล่าวย่อมสามารถอธิบายขยายความในลักษณะเชิงวิจารณ์ได้ว่า

ข้อที่ 1 การเจริญสมาธิภาวนาหรือสมาธิศึกษา ย่อมพาให้จิตใจสงบสุขไม่ว่าจะเป็นสมาธิระดับใด ย่อมได้รับความสุขสงบทางจิตตามควรแก่การปฏิบัติ ยิ่งถ้าได้ถึงขั้นอัปนาสมาธิจิตอยู่ในองค์ฌานต่าง ๆ ย่อมจะได้รับความสุขที่เรียกว่า ฌานสุข เป็นสุขที่ประณีต ลึกซึ้ง มีความปลอดโปร่งโล่งเบาสบายและอิ่มใจเกิดขึ้น<sup>1</sup> ความสุขประเภทนี้มีคุณค่ากว่าความสุข ซึ่งเป็นสุขของปุถุชนที่ยังหลงติดในความเอร็ดอร่อยของสิ่งสวยงาม ๆ ที่ตนชอบและปรารถนาควยเหตุนี้จึงมีพุทธประวัติกล่าวว่า พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลายนิยมเจริญฌานในโอกาสว่าง เพื่อเป็นการพักผ่อนอย่างสุขสบายที่เรียกว่า ทิฐุธรรมสุขวิหาร สมาธิภาวนา ที่พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญมากและนิยมปฏิบัติมาก

ไคแก่ อานาปานสติสมาธิ คือเป็นการเจริญสมาธิชนิดที่กำหนดสติอยู่ที่ลมหายใจเข้าและหายใจออก อานิสงสตีไคมีหลายอย่างถึงพุทธพจน์ว่า

"ภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติสมาธินี้แล เจริญแล้วทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นสู่ภาวะสงบประณีต สกฺขิน เป็นธรรม เครื่องอยู่เป็นสุข และยังอุทิศธรรมชั่วร้ายที่เกิดขึ้นแล้วให้อันตรธานไปไคโดยพลัน..."<sup>2</sup>

"ภิกษุทั้งหลาย...เมื่อจะกล่าวให้ถูกต้อง หิงกล่าวถึงอานาปานสติสมาธิว่าเป็น อริยวิหาร (ธรรมเครื่องอยู่ของพระอริยะ) เป็นพรหมวิหาร (ธรรมเครื่องอยู่ของพรหม) เป็นตถาคควิหาร (ธรรมเครื่องอยู่ของตถาคค) ภิกษุเหล่าไคเป็นเสขะยังไม่บรรจอรหัตตผลปรารธนาความปลอดโปร่งโล่งใจอันยอดเยี่ยม อานาปานสติสมาธิที่ภิกษุเหล่านั้นเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย

1

พระราชนิพนธ์ (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า 544

2

วินัย. 1/178/131, สัง.ม. 19/1352-3/407

ส่วนภิกษุเหล่านี้เป็นอรหันต์สิ้นอาสวะแล้ว...อาญาปานสติสมาธิที่ภิกษุเหล่านั้น  
เจริญแล้ว ทำไ้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความอยู่สุขสบายในปัจจุบัน  
(ทิฏฐธรรมสุขวิหาร) และเพื่อสคติ-สัมปชัญญะ"<sup>1</sup>

ดังนั้นผู้หวังแสวงหาการอยู่เป็นสุขในปัจจุบันชนิกที่ไม่ต้องเห็นคเห็นน้อย  
สิ้นเปลืองก็พึงเจริญสมาธิดังที่กล่าว ยามใดที่จิตใจสงบ ยามนั้นย่อมได้ความสุข และเมื่อ  
บังเกิดสุขมากเท่าใด ย่อมส่งผลให้การเจริญสมาธิได้ผลดียิ่งขึ้น สมดังพุทธพจน์ก่อนหนึ่งว่า

"(เมื่อ)เชอฐูแจงอรุณแจงธรรม) ปราโมทย่อมเกิด เมื่อมีปราโมทยปีติยอม  
เกิด เมื่อใจปีติกายยอมนอนคลายสงบ ผู้มีกายนอนคลายสงบ ย่อมได้เสวยสุข  
ผู้มีสุข จิตยอมตั้งมั่น (คือมีสมาธิ)"<sup>2</sup>

พุทธพจน์ดังกล่าวนี้สามารถเขียนให้เห็นเป็นกระบวนการเพื่อความเข้าใจได้  
โดยง่ายดังนี้

ปราโมทย์ → ปีติ → ปัสสัทธิ → สุข → สมาธิ

นอกจากนี้ยังมีข้อความที่พบเสมอ ๆ ในพระไตรปิฎกว่า

"สุขิโน จิตฺตํ สมาธิยติ - ผู้มีสุข จิตยอมเป็นสมาธิ"<sup>3</sup>

1

สัง.ม. 19/1366-7/413

2

ที.ปา. 11/302/254, อัง.ปัญจก. 22/26/22

3

พระราชมุนี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต)พุทธธรรม, หน้า 841



ข้อที่ 2 ที่กล่าวว่าสมาธิภาวนาเป็นไปเพื่อการไคญานทัสสนะความซื่อ  
พระราชวรมุนี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต) ใค้ตีความว่าไค้แก่การมนสิการอาโลกสิญญา  
(กำหนดหมายในแสงสว่าง) อธิษฐานทิวาสสิญญา(กำหนดหมายว่าเป็นกลางวัน) มีใจเบิก  
โลงเพราะไม่ถูกนิวรรณ์ 5 หุ่มห่อ นอกจากนั้นคำว่าญาณทัสสนะ ท่านยังหมายถึงการไค้  
โลกียอภิญญาทั้ง 5<sup>1</sup> ดังนั้นข้อนี้จึงมุ่งหมายไปที่การนำเอาสมาธิไปใช้เพื่อผลสำเร็จทางจิต

อีกแนวหนึ่งซึ่งข้าพเจ้าใค้เเสนอคือ การไค้ญาณทัสสนะอาจหมายถึงการไค้  
ปัญญาตั้งแต่ระดับคน ๆ จนถึงขั้นสูงสุด คือยถาภูคญาณทัสสนะ ซึ่งเป็นการมีควงปัญญา  
แก่กล้าสามารถหยั่งเห็นแจ้งซึคคามความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ อย่างที่มันเป็นไปตาม  
สภาวะธรรมชาติของมัน เช่น เห็นแจ้งซึคว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเป็นอนัตตา จึงไม่ควร  
มีความยึดมั่นถือมั่น ที่เรียกว่า "ไม่มีอะไรที่นาเป็น ไม่มีอะไรที่นาเอา"<sup>2</sup> การตีความ  
ญาณทัสสนะอย่างนี้เป็นการมองที่ผลของสมาธิอย่างสูงและแท้จริง ซึ่งมีหลักฐานอ้างอิง  
จากพระไตรปิฎกที่กล่าวถึงแนวการทำใค้รู้แจ้ง ตามวิธีของธรรมชาติ โดยม่กระบวน  
ธรรมค่านินไปตามลำดับดังนี้

ปราโมทย์และปีติ → บัสนัทธิ → สมาธิ → ยถาภูคญาณทัสสนะ → นิพพิทา → วิจารณ์  
- วิมุตติ → วิสุทธิ → สันติ → นิพพาน<sup>3</sup>

1

โลกียอภิญญาทั้ง 5 ไค้แก่ทิพยจักขุ(ตาทิพย)อิทธิวิธี(แสงคงฤทธิไค้)  
ทิพโสท(หูทิพย) เจโคปரியญาณ(กำหนดคใจผู้อื่นไค้)บุพเพนิวาสานุสติญาณ  
(ระลึกชาติไค้)

2

พุทธทาส, ศุลาการิกธรรม, หน้า 142

3

เรื่องเดียวกัน หน้า 120

จะเห็นว่าสมาธิเป็นปัจจัยใกล้เคียงกับญาณทัสสนะที่ชื่อว่าญาณทัสสนะ<sup>1</sup>  
 นอกจากนี้ในวิสุทธิ 7 ซึ่งเคยแสงมาบ้างแล้วพอสังเขป (หน้า 103-105)  
 จะพบว่าวิสุทธิที่ 3 เป็นต้นไปเป็นเรื่องของปัญญาในระดับความหมายที่ชื่อว่าวิปัสสนา  
 โดยอยู่ต่อจากวิสุทธิที่ 2 คือ จิตตวิสุทธิ หรือสมาธินั่นเอง กวดยเหตุนี้วิสุทธิมรรคแปล<sup>2</sup>  
 จึงวิสันนาว่า สมาธิเป็นปทัฏฐาน(คือเหตุใกล้)ของปัญญา โดยพระบาลีว่า "สมาธิโค  
 ยถากุติ ชานาคิ ปัสสติ"<sup>3</sup> แปลว่า ผู้มีจิตเป็นสมาธิย่อมรู้เห็นตามเป็นจริง

ข้อ 3 สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว กระทำไ้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อสติ และ  
 สัมปชัญญะ หมายความว่าถ้าจิตเป็นสมาธิ ย่อมจะสามารถมีสติและสัมปชัญญะ  
 กำหนดรู้ทันขั้น 5<sup>4</sup>ว่ามีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ คับไป เป็นต้น<sup>5</sup> นอกจากนี้ยังน่าจะมี  
 ความหมายว่า สมาธิภาวนาคือการเจริญสติและสัมปชัญญะ ดังมีอธิบายมรรคเป็นข้ออ้างอิง ดังที่  
 กล่าวถึง สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ ซึ่งมรรคทั้ง 2 นี้ ท่านจักไว้ในหมวดสมาธิศึกษา

1

ดู.พุทธทาส, อุลภาวาริกขรรณ, เล่ม 1 หน้า 125-140

2

มหามกุฏราชวิทยาลัย, วิสุทธิมรรคแปล ภาค 1 ตอน 1, หน้า 5

3

อิง.ทสก. 24/3/4

4

ขั้น 5 ไ้แก่ รูป(กายหรือส่วนที่เป็นรูปธรรมทั้งหลายของคน) เวทนา  
 (ความรู้สึกสุข ทุกข์ หรือไม่สุขไม่ทุกข์) สัญญา(หมายรู้ จำได้) สังขาร  
 (จิตที่คิดปรุงแต่งหรือตัวเจตนา) วิญญาณ(การรู้แจ้งซึ่งอารมณ์ที่มากกระทบ  
 กับอินทรีย์ 6 ซึ่งไ้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ)

5

พระราชวรมณี(ประยุทธ์ ปยุตโต), พุทธธรรม, หน้า 836

นอกจากนี้ถ้าพิจารณาสติปัญญา 4<sup>1</sup> จะพบว่าเป็นการใช้สติและสัมปชัญญะ เพื่อให้เกิดสติปัญญายิ่ง ๆ ขึ้นไป จนถึงขั้นไคว์วิสสนาญาณไปโดยลำดับ นั่นก็คือ ถ้าจะให้ให้มีสติและสัมปชัญญะก็ก็จงมีการ เจริญสมาธิภาวนา

สรุปว่าการฝึกสมาธิก็คือการฝึกสติ การมีสมาธิก็คือการมีสติอยู่กับตัวเป็นต้น นี่แสดงว่าสมาธิกับสติเป็นเรื่องที่แยกกันไม่ออก หรือจะเรียกว่าเป็นเรื่องเดียวกันก็ว่าได้

ข้อที่ 4 การเจริญสมาธิย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะทั้งหลาย ข้อนี้ย่อมหมายถึงว่าสมาธิเป็นปัจจัยประการหนึ่งซึ่งทำให้ผู้ปฏิบัติมีโอกาสไต่บรรลุดุคุมการณอันสูงสุดแห่งพุทธปรัชญา คือไถ้พระนิพพานเพราะเหตุที่สิ้นอาสวะกิเลสทั้งหลายนั่นเอง ผลของสมาธิข้อนี้เป็นผลขั้นสุดท้าย หรือถ้ากล่าวโดยนัยแห่งปัญญา ก็ย่อมกล่าวได้ว่าสมาธิย่อมเป็นไปเพื่อละอวิชชา(ความไม่รู้) เมื่ออวิชชาถูกทำลายหมดสิ้น กระบวนการสังสารวัฏคือปัจจุสมุปบาทฝ่ายสมุทวาร ก็ถูกตัดขาดกระบวนการขรรณฝ่ายวิวิฏฐัก ก็เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ นั่นก็คือ อวิชชาดับ → สังขารดับ → วิญญาณดับ → นามรูปดับ → สฬายคนะดับ → ผัสสะดับ → เวทนาดับ → คัมภาคับ → อุปาทานดับ → ภพดับ → ชรา มรณะ โสภปริเทวทุกขโทมนัส อุปายาสกั้กับคามหมค<sup>2</sup> ที่เรียกว่าหลุดพ้นจากสังสารวัฏคือการ เวียนว่ายตายเกิด

นั่นก็คือ อานิสงส์ของสมาธิภาวนาข้อนี้แสดงถึงว่าสมาธิสิกขาเป็นบาทฐานของการเจริญปัญญา(วิปัสสนา) จนกระทั่งไคว์มุตติหลุดพ้นเพราะหมดกิเลสคัมภาคูปาทาน และอวิชชา เป็นต้น ปัญญาญาณที่เป็นเหตุให้อาสวกิเลสดับสิ้น ชื่อว่าอัสวกชยญาณ ซึ่งเป็นวิชาหรืออภิญญาอันสูงสุดแห่งพุทธปรัชญาและไคว์ชื่อว่าเป็นโลกุตตรอภิญญา

1

ที.ม. 10/273 - 300/325-351

2

สัง.น. 16/1-3/1-2

เท่าที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ในเรื่องของสมาธิศึกษา หรือจิตศึกษา ประเด็นสำคัญ ของเรื่องก็เพื่อจะแสดงให้เห็นว่าปัญญาจะพัฒนาหรือบังเกิดมีขึ้นมาได้ ย่อมต้องอาศัยการ มีสมาธิศึกษามาก่อน เมื่อมีปัญญาเกิดขึ้น ปัญญาย่อมส่งผลให้มีสมาธิยิ่งขึ้น นั่นก็คือ ทั้งสมาธิศึกษาและปัญญาศึกษาคงเป็นเหตุเป็นปัจจัยช่วยเหลือเกื้อหนุนแก่กันและกัน ดังคำยืนยันตอนหนึ่งของท่านพุทธทาสว่า "ต้องมีสมาธิจึงจะมีปัญญา ต้องมีปัญญาจึงจะมีสมาธิ"<sup>1</sup> ลักษณะเช่นนี้พระบาลีใช้คำว่าอัญญมัญญปัจจัย คือต่างเป็นปัจจัยช่วยเหลือแก่กัน และกัน

อย่างไรก็ดี เมื่อกล่าวถึงเป้าหมายอันแท้จริงที่สำคัญที่สุดของสมาธิศึกษา ตามหลักพุทธปรัชญา ก็สรุปได้ว่าสมาธิเป็นยานของการเจริญปัญญา หรือนำเพ็ญสมาธิ เพื่อปัญญา สมาธิศึกษาในที่นี้หมายถึงอุมายวิธีที่ทำให้จิตใจสงบเป็นสำคัญอันจักเป็นฝ่าย สมถะ ส่วนคำว่าปัญญาจักอยู่ในฝ่ายวิปัสสนา ซึ่งทั้งสมถะและวิปัสสนาได้ชื่อว่าเป็น วิชาภาควิชาธรรม คือธรรมที่เป็นส่วนแห่งวิชาความรู้ เป็นธรรมที่พึงเจริญจึงได้ชื่อว่า ภาวนา ดังนั้นสมาธิศึกษาอาจพูดได้หลายอย่างว่าสมาธิภาวนา หรือสมถภาวนา หรือ สมถกัมมัฏฐานเป็นต้น อนึ่งสมาธิที่มีเป้าประสงค์ดังกล่าวนี้เท่านั้น พุทธปรัชญาถือว่าเป็น สัมมาสมาธิ คือ มีความตั้งใจมั่นชอบ หรือมีสมาธิอย่างถูกต้อง

#### 2.4 วิธีการเจริญสมาธิเพื่อพัฒนาปัญญา

การเจริญสมาธิมีมากมายหลายวิธี วิธีที่ถูกต้องที่สุดตามหลักพุทธปรัชญาจะต้อง เป็นไปเพื่อสร้างปัญญามุ่งสู่ความสงบเย็นเป็นอิสระ เพราะว่าหมกมิดเลสเป็นเหตุให้ไค วิมุตติหรือนิพพาน การเจริญสมาธิในลักษณะเช่นนี้ เรียกให้เต็มคำว่า เจริญสัมมาสมาธิ กล่าวคือเป็นการเจริญสมาธิที่ถูกต้องที่พึงชอบตามหลักพุทธปรัชญา พระพุทธองค์ทรงส่งเคราะห์ อริยมรรคข้อสัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิเป็นสมาธิศึกษา<sup>2</sup>

วิธีการเจริญสมาธิเพื่อสร้างปัญญา ใครสรุปว่ามี 2 ลักษณะหรือ 2 แบบ ดังนี้

1

พุทธทาส, ทวารวาทธรรม เล่ม 1 หน้า 87

2

ม.ม. 12/508/389

1. เจริญสมาธิเพื่อให้จิตใจสงบ ที่เรียกว่าพาเพญสมถภาวนา หรือสมถกับมัญฐาน เพื่อให้เป็นปทัฏฐานคือ เหตุปัจจัยใกล้ชิดเพื่อการเจริญปัญญาซึ่งไต่แก้ววิปัสสนาต่อไป

2. เจริญสมาธิโดยผนวกเอาวิปัสสนาเข้ารวมด้วย วิธีการนี้นับว่าน่าจะเป็น ผลดีและก่อให้เกิดปัญญาโดยรวดเร็ว

ที่กล่าวสรุปเป็นเช่นนี้ เพราะจากการศึกษาวิเคราะห์เรื่องการเจริญสมาธิ และผลที่เกิดต่อเนื่องจากการเจริญสมาธิ พบว่า

1. เจริญสมาธิถึงขนาดที่จิตบรรลุลูกความสงบแท้จริงขั้นเป็นอัปปนาสมาธิ และ ไท้องค์ฌานต่าง ๆ นับแต่ปฐมฌาน, ทุติยฌาน, ตติยฌาน, จตุตถฌาน, อากาสาณัญจายตนฌาน, วิญญาณัญจายตนฌาน, อากิญจัญญายตนฌาน, เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน<sup>1</sup> แล้วอาศัยจิตที่อยู่ใน ฌานองค์ฌานดังกล่าวนี้เป็นยาฐานของการเจริญวิปัสสนา ที่เรียกว่าฝึกหัดอบรมค่านจิตใจ ในเรื่องของฝ่ายสมถะ หรือฌานสมาบัติสำเร็จก่อนแล้วจึงยอมมาปฏิบัติวิปัสสนา ผู้ที่เจริญสมาธิในลักษณะเช่นนี้หรือแบบนี้ ย่อมได้รับผลคือ ไท้โลกียอภิปัญญา 5 และถ้าปฏิบัติวิปัสสนา จนเกิดปัญญาญาณที่ทำให้หมดอาสวกิเลสที่เรียกว่า ไท้อาสวักขญาณ ท่านก็จะไท้วิมุตติหลุดพ้น เป็นพระอรหันต์เช่นกัน การหลุดพ้นที่ประกอบไปด้วยส่วนทั้งสองดังกล่าว พุทธปรัชญาให้ชื่อว่า อุกไท้ภาควิมุตติ คือ เจไท้วิมุตติและปัญญาวิมุตติ ซึ่งหมายถึงความหลุดพ้นด้วยอำนาจการฝึกจิตจน ไท้ฌานสมาบัติ แล้วใช้ฌานสมาบัติเป็นพื้นฐานการเจริญวิปัสสนาจนกระทั่งจิตหลุดพ้นจากกิเลสสาสวะทั้งปวง

ถ้าผู้เจริญฌานสมาบัติมิไท้ก้าวล่วงไปสู่การปฏิบัติวิปัสสนาย่อมเป็นที่แน่นอนว่า ไม่สามารถไท้ปัญญาญาณหรือวิชาชั้นสูงสุดที่เป็นไปเพื่อวิมุตติไท้ กังทัวอย่างที่เคยเกิดขึ้น กับพระพุทธองค์ก่อนตรัสรู้ พระองค์ฝึกอบรมเจริญฌานสมาบัติจากทานอาศารคามสและ อุทกคามส ไท้ลำดับจน ไท้ฌานที่ 8 คือ เนวสัญญานาสัญญา ปรากฏว่าพระองค์หากรรมไม่ แต่ต่อมาในภายหลังเมื่อทรงผนวชไท้ 6 พระพรรษา พระองค์ทรงบำเพ็ญสมาธิภาวนา



ตามพุทธประวัติจากพระโฆษ<sup>1</sup> กล่าวว่าทรงใช้สมาธิในระดับจตุตถฌาน คือฌาน 4 จิตมี  
แต่ความที่สติเป็นธรรมชาติ บริสุทธิ์ เพราะอุเบกขา ครั้นเมื่อจิตตั้งมั่นบริสุทธิ์ของใส  
มีธรรมชาติอ่อนโยนควรแก่การงาน(กัมมณีโย) ถึงความไม่หวั่นไหวตั้งอยู่เช่นนี้แล้ว ไค  
น้อมจิตไปเฉพาะคอบุพเพนิวาสานุสสติญาณ(ญาณอันทำให้ระลึกชาติ)... ไคน้อมจิตไป  
เฉพาะคอบุพเพตถุญาณ(ญาณอันทำให้รู้กรรมของสรรพสัตว์และการเวียนว่ายตายเกิด)...  
ไคน้อมจิตไปเฉพาะคอบาสวักขยญาณ(ญาณอันทำให้สิ้นอาสวกิเลสเครื่องเศร้าหมองของจิต)  
ย่อมรู้จักความเป็นจริงว่านี่ทุกข์, นี่เหตุแห่งทุกข์, นี่ความดับไม่เหลือแห่งทุกข์, นี่ทางให้ถึงความ  
ดับไม่เหลือแห่งทุกข์, และเหล่านี้เป็นอัสวะทั้งหลาย, นี่เหตุแห่งอัสวะทั้งหลาย นี่ความดับ  
ไม่มีเหลือแห่งอัสวะทั้งหลาย, นี่เป็นทางให้ถึงความดับไม่เหลือแห่งอัสวะทั้งหลาย เมื่อ  
รู้อยู่อย่างนี้ เห็นอยู่อย่างนี้ จิตกพ้นจากกามาสวะ ภาวาสวะ และอวิชชาสวะ ครั้นจิตพ้น  
วิเศษแล้วก็เกิดญาณหยั่งรู้ว่า จิตพ้นแล้ว รู้จักว่าชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์จบแล้ว กิจที่ต้อง  
ทำก็ทำเสร็จแล้ว กิจอื่นที่จะต้องทำเพื่อความหลุดพ้นเป็นอย่างนี้มีไคไม่มีอีกแล้ว อวิชชาถูกทำ  
ลายแล้ว วิชชาเกิดขึ้นแล้ว ดังนี้

ใจความข้างต้นดังกล่าวเป็นเรื่องราวที่แสดงอาการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ซึ่ง  
มีกล่าวไว้ในพระสูตรแห่งพระไตรปิฎก<sup>2</sup> มีข้อความตอนหนึ่งที่น่าสนใจเพราะเกี่ยวกับการ  
เกิดปัญญาตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือข้อความว่า "ไคน้อมจิตไปเฉพาะคอบ" ข้อ  
ความนี้ให้ความหมายในทางปฏิบัติสมาธิและวิปัสสนาว่าขณะที่จิตอยู่ในฌาน 4 จิตบริสุทธิ์  
ของใสอ่อนโยนควรแก่การงานทางสร้างสรรคปัญญา ความรู้ในเรื่องที่ข้องการจะรู้โดย

1

พุทธทาส, พุทธประวัติจากพระโฆษ, หน้า 115

2

โพธิราชกุมารสูตร ราชวรรค ม.ม. 13/459/505;

สคาราวสูตร พรหมณวรรค ม.ม. 13/685/754 มหาสัจจกสูตร

ม.ม. 12/458/427



ยกจิตมิให้จมถึงอยู่ในองค์ฌานเพื่อเสวยฌานสุข แต่เอาจิตหรือสติที่มีธรรมชาติบริสุทธิ์ เพราะอุเบกขา เหมาะแก่การใช้งานทางปัญญา เขาคึกพิจารณาแสวงหาคำตอบที่องค์การ ควบพลังจิตอันมีลักษณะ 8 ประการ (หน้า 108) หรือ 4 ประการ (หน้า 109) ดังกล่าว มาแล้ว มีอำนาจอันยิ่งใหญ่สามารถทำให้คิดได้ รู้ได้ อย่างถูกต้อง ครบถ้วน แจ่มแจ้ง และเป็นความจริง การคิดได้ รู้ได้เช่นนี้ที่เรียกว่า รู้จริง รู้แจ้ง รู้ถ้วน ก็คือความหมาย ของการบรรลุ

ทั้งนี้พระพุทธเจ้าตรัสรู้ด้วยการเจริญสมาธิและปฏิบัติทางปัญญา ซึ่งจะ เรียกว่า วิปัสสนาภาวนา เป็นเหตุให้พระองค์บรรลุความหลุดพ้นตามพระประสงค์ การหลุดพ้น (วิมุตติ) ของพระองค์ในลักษณะดังที่กล่าวมานี้ย่อมเรียกได้ว่าเป็นอุกโทภาควิมุตติ พระองค์ ทรงไต่หังโลภียอภิญญา ควบอำนาจของฌานสมาบัติ เพราะพระองค์ทรงเคยฝึกปฏิบัติจน ใตฌาน 8 กับพระอาจารย์อุทกคาสส และทรงไต่โลกุตรอภิญญา ซึ่งไต่แก่อัสวักขณญาณ ควบอำนาจของการปฏิบัติทางปัญญา เรื่องราวทั้งหมดของพระพุทธเจ้าที่ยกมากล่าว นี้ เข้าลักษณะเจริญสมาธิในแบบที่ 1 คือเจริญสมาธิจนใตฌานสมาบัติ เพื่อให้เป็นบาทฐาน ของการเจริญปัญญาต่อไป

2. เจริญสมาธิในชั้นเบื้องต้น คือฌานสมาธิแต่ด้วยผู้นั้นเป็นผู้มีปัญญามาก โยนิโสมนสิการแก่กล้า ย่อมสามารถปฏิบัติวิปัสสนาไปก่อน คือใช้สติ-สัมปชัญญะ เจริญสติปัฏฐาน 4<sup>1</sup> จนที่สุกเกิดปัญญาเห็นแจ้งแห่งตลอดไต่ที่เรียกว่าเกิด

1

สติปัฏฐาน 4 หมายถึงที่ตั้งของสติหรือการตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลาย ให้รู้เห็นตามเป็นจริง ไต่แก่

1. กายานุปัสสนา สติปัฏฐาน - การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย
2. เวทนานุปัสสนา สติปัฏฐาน - การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา
3. จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน - การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต
4. ธัมมานุปัสสนา สติปัฏฐาน - การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม

ที.ม. 10/273-300/325-351

ยถาภูตญานทัสสนะ อนึ่งผลจิตตอนที่พระบรรลุความเป็นพระอรหันต์  
เป็นคน มรรคจิตตอนนั้นจะทองเป็นสมาธิในชั้นสมุภรณ์ คือ อัปปนาสมาธิ

ตามพุทธประวัติกล่าวว่า พระอรหันต์สาวกส่วนมากได้วิมุตติในลักษณะเช่นนี้ เช่น  
พระสารีบุตร เป็นคน แต่ระยะต่อมาท่านพระสารีบุตรได้บำเพ็ญสมาบัติในชั้นสูง ๆ ได้  
สำเร็จจิต ที่เรียกว่าระยะแรกเจริญสมาธิชนิดที่มีวิปัสสนาหรือปัญญาเป็นตัวนำ แล้วบาง  
ท่านหันมาทำการเจริญสมณะในภายหลัง จึงเข้าลักษณะหรือสมาธิแบบที่ 2 ผลที่เกิดขึ้น  
คือวิมุตติของพระอรหันต์ที่ปฏิบัติการในลักษณะที่เอาปัญญานำหน้าหรือเป็นตัวเด่น โดยอาศัย  
สมาธิชั้นเบื้องต้นแค่สมาธิเป็นบาทฐานก็สำเร็จเป็นพระอรหันต์ได้ วิมุตติคือความหลุดพ้น  
ในลักษณะดังกล่าวนี้มีชื่อว่า ปัญญาวิมุตติ

สรุปความก็คือ วิมุตติ - ความหลุดพ้น มี 2 อย่าง ได้แก่

1. อุกโตภาควิมุตติ

2. ปัญญาวิมุตติ<sup>1</sup>

ซึ่งทั้ง 2 วิมุตติต่างต้องอาศัยสมาธิภาวนา ต่างกันแต่ความมากหรือน้อย ก่อนหรือ  
หลังเป็นคน

วิธีการเจริญสมาธิหรือสมถกัมมัฏฐาน พระอรชรรถกถาจารย์รวบรวมแสดงไว้ถึง  
40 อย่าง<sup>2</sup> ทั้งนี้ก็เพราะคนมีความแตกต่างในทางจิตอุปนิสัย ดังนั้นพระอาจารย์จะทอง  
ให้กัมมัฏฐานที่สอดคล้องกับจิตอุปนิสัยของผู้นั้นกัมมัฏฐาน อย่างไรก็ตามกัมมัฏฐานทั้ง 40  
อย่าง ปรากฏว่า อานาปานสติเป็นกัมมัฏฐานที่พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญมาก ทรงสนับสนุน  
อยู่เสมอ ๆ ให้พระสาวกทั้งหลายพึงปฏิบัติ ดังพุทธพจน์ว่า

1

อัง.ทุก. 20/276/78; อัง.นวก. 23/248/473

2

มหามกุฏราชวิทยาลัย , วิสุทธิมรรคแปล , ภาค 1 ตอน 2

"ภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติสมาธินี้แล เจริญแล้วทำให้มากแล้วย่อมเป็นสู่สภาพสงบ ประณีต สกฺขิน เป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นสุข และยิ่งอกุศลชั่วร้ายที่เกิดขึ้นแล้วให้ อันตรธานสงบไปโดยพลัน"<sup>1</sup>

"ภิกษุทั้งหลาย ก้อานาปานสติสมาธิ อันภิกษุเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้วอยู่อย่างไร ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ภิกษุในธรรมวินัยนี้อยู่ในป่าก็ดี อยู่ในโคนไม้ก็ดี อยู่ในเรือนว่างก็ดี นั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายตรง ดำรงสติมั่นไว้เฉพาะหน้า เขมผู้มีสติหายใจออก มีสติหายใจเข้า... ภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติสมาธิ อันภิกษุเจริญแล้ว กระทำให้ มากแล้วอย่างมีผล ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก"<sup>2</sup>

"ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนี้แล ถ้ามภิกษุทั้งหลายหวังว่าแมกกายของเราไม่พึงลำบาก จักมีสุขของเราไม่พึงลำบาก และจิตของเราพึงหลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลาย เพราะไม่ ถือมัน ก็พึงมนสิการ อานาปานสติสมาธินี้แหละให้"<sup>3</sup>

อานาปานสติภาวนาใช้ได้ในทางสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา กล่าวคือจะ ปฏิบัติเพื่อมุ่งผลผ่านสมาธิให้จิตสงบแน่วไปในทางฌานสมาบัติอย่างเกี่ยวกันได้ หรือจะใช้เป็น ฐานปฏิบัติภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน 4 จนครบก็ได้ เพราะเป็นข้อปฏิบัติที่เอื้ออำนวยให้ สามารถสมาธิจิตมั่นในชั้นฌานสมาธิเป็นสนามปฏิบัติการของปัญญาได้เต็มที่ ที่เรียกว่าใช้ อานาปานสติเจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน 4 นอกจากนี้ยังยอมยังโทษองค์ 7<sup>4</sup> ในบริบท เป็นผลให้โควิชชาและวิมุตติ ดังพุทธพจน์ว่า

1

สัง.ม. 19/1352/327

2

สัง.ม. 19/1328/323

3

สัง.ม. 19/1329/324

4

โทษองค์ 7 คือธรรมอันเป็นองค์แห่งการตรัสรู้ ได้แก่ สติ(ความระลึกได้) ขันมวิจยะ(ความเพ้นธรรม) วิริยะ(ความเพียร) ปีติ(ความอิ่มใจ) ปัสสัทธิ (ความสงบกายและใจ) สมาธิ(ความมีใจตั้งมั่น) อุเบกขา(ความมีใจเป็นกลาง เพราะเห็นตามเป็นจริง). ที.ปา. 11/327/246, อภ.วิ. 35/542/306.

กฎอรุณนที ชุรรนุอย่างหนึ่ง คือสมาธิอันสัมปยุตด้วยอานาปานสติอันภิกษุเจริญแล้ว  
กระทำใญ่มากแล้ว ย่อมยังสติปฏิฐาน 4 ในบริบูรณ์โพชนงค์ 7 อันภิกษุเจริญแล้ว  
กระทำใญ่มากแล้ว ย่อมยังวิชาและวิมุตติในบริบูรณ์<sup>1</sup>

อึ่งในมัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก<sup>2</sup> ได้กล่าวถึงการเจริญอานาปานสติ เป็นการ  
บำเพ็ญสติปฏิฐาน 4 ในบริบูรณ์ ดังนี้

"ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุที่เจริญอานาปานสติแล้วอย่างไร ทำให้ใญ่มากแล้วอย่างไร  
จึงบำเพ็ญสติปฏิฐาน 4 ในบริบูรณ์ได้ กุฎภิกษุทั้งหลาย สมัยใดเมื่อภิกษุหายใจ  
ออกยากกรูฐักว่า หายใจออกง่าย หรือเมื่อหายใจเข้ายากกรูฐักว่า หายใจเข้า  
ง่าย เมื่อหายใจออกสั้น กรูฐักว่า หายใจออกสั้น หรือเมื่อหายใจเข้าสั้น กรูฐักว่า  
หายใจเข้าสั้น สำเนียงอยู่ ว่าเราจักเป็นผู้กำหนดกรูฐกงลมทั้งปวง หายใจออก  
ว่าเราจักเป็นผู้กำหนดกรูฐกงลมทั้งปวง หายใจเข้า สำเนียงอยู่ ว่าเราจักระงับกาย  
สังขาร หายใจออก ว่าเราจักระงับกายสังขาร หายใจเข้า ภิกษุทั้งหลาย  
ในสมัยนั้น ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นกายในกาย มีความเพียร รู้สึกตัว มีสติ กำจัด  
อภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ อยู่ กุฎภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวลมหายใจออก  
ลมหายใจเข้านี้ ว่าเป็นกายชนิดหนึ่งในพวกกาย เพราะฉะนั้นแล ในสมัยนั้น  
ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นกายในกาย มีความเพียร รู้สึกตัว มีสติ กำจัดอภิชฌา  
และโทมนัสในโลกเสียได้ อยู่

ศูนย์วิทยทรัพยากร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1

สัง.ม. 19/1381/336

2

ม.อ. 14/289/156

กุกกรภิกษุทั้งหลาย สมัยใด ภิกษุสำเหนียกอยู่ ว่าเราจักเป็นผู้กำหนดกฎปฏิบัติ หายใจ ออกกว่าเราจักเป็นผู้กำหนดกฎปฏิบัติ หายใจเข้า ส่วเนี้ยกอยู่ ว่าเราจักเป็นผู้กำหนดกฎสุข หายใจออกกว่าเราจักเป็นผู้กำหนดสุข หายใจเข้า สำเหนียกอยู่ ว่าเราจักเป็นผู้ กำหนดกฎจิตสังขาร หายใจออก ว่าเราจักเป็นผู้กำหนดกฎจิตสังขาร หายใจเข้า สำเหนียกอยู่ ว่าเราจักระงับจิตสังขาร หายใจออก ว่าเราจักระงับจิตสังขาร หาย ใจเข้า กุกกรภิกษุทั้งหลายในสมัยนั้น ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา มีความ เพียร รุสีกตัว มีสติ กำจัด อภิชฌาและ โทมนัสใน โลกเสียไคอยู่ กุกกรภิกษุทั้งหลาย เรา กล่าวการใส่ใจลมหายใจออก ลมหายใจเข้าเป็นอยู่อย่างนี้ว่าเป็นเวทนาชนิดหนึ่ง ใน พวกเวทนา เพราะฉะนั้นแล ในสมัยนั้น ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา มีความเพียร รุสีกตัว มีสติ กำจัดอภิชฌาและ โทมนัสใน โลกเสียไคอยู่

กุกกรภิกษุทั้งหลาย สมัยใด ภิกษุสำเหนียกอยู่ ว่าเราจักเป็นผู้กำหนดกฎจิต หายใจ ออก ว่าเราจักเป็นผู้กำหนดกฎจิต หายใจเข้า ส่วเนี้ยกอยู่ว่าเราจักทำจิตให้ราเร็ง หายใจออก ว่าเราจักทำจิตให้ราเร็ง หายใจเข้า สำเหนียกอยู่ ว่าเราจักตั้งจิตมั่น หายใจออก ว่าเราจักตั้งจิตมั่น หายใจเข้า สำเหนียกอยู่ ว่าเราจักเปลื้องจิต หายใจ ออก ว่าเราจักเปลื้องจิต หายใจเข้า กุกกรภิกษุทั้งหลาย ในสมัยนั้นภิกษุชื่อว่าพิจารณา เห็นจิตในจิต มีความเพียร รุสีกตัว มีสติ กำจัดอภิชฌาและ โทมนัสใน โลกเสียไคอยู่ กุกกรภิกษุทั้งหลาย เราไม่กล่าวอานาปานสติแก่ภิกษุผู้เฉลอสติ ไม่รุสีกตัวอยู่เพราะ ฉะนั้นแล ในสมัยนั้นภิกษุจึงชื่อว่า พิจจณาเห็นจิตในจิต มีความเพียร รุสีกตัว มีสติ กำจัดอภิชฌาและ โทมนัสใน โลกเสียไคอยู่

กุกกรภิกษุทั้งหลาย สมัยใด ภิกษุสำเหนียกอยู่ ว่าเราจักเป็นผู้ตามพิจารณาความไม่ เทียง หายใจออก ว่าเราจักเป็นผู้ตามพิจารณาความไม่เทียง หายใจเข้า สำเหนียก อยู่ ว่าเราจักเป็นผู้ตามพิจารณาความคล้ายกำหนด หายใจออก ว่าเราจักเป็นผู้ตาม พิจารณาความคล้ายกำหนด หายใจเข้า สำเหนียกอยู่ ว่าเราจักเป็นผู้ตามพิจารณา ความคัมภีเลส หายใจออก ว่าเราจักเป็นผู้ตามพิจารณาความคัมภีเลส หายใจเข้า สำเหนียกอยู่ ว่าเราจักเป็นผู้ตามพิจารณาความสละคืน กิเลส หายใจออก ว่าเราจัก เป็นผู้ตามพิจารณาความสละคืนกิเลส หายใจเข้า กุกกรภิกษุทั้งหลายในสมัยนั้น ภิกษุชื่อ ว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรม มีความเพียร รุสีกตัว มีสติ กำจัดอภิชฌาและ โทมนัสใน โลกเสียไคอยู่ เธอเห็นการละอภิชฌาและ โทมนัสด้วยปัญญาแลวยอมเป็นดวง เเฉยไคก็ เพราะฉะนั้นแล ในสมัยนั้นภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรม มีความเพียรรุสีกตัว มีสติ กำจัดอภิชฌาและ โทมนัสใน โลกเสียไคอยู่

กุกกรภิกษุทั้งหลาย ภิกษุที่เจริญอานาปานสติแลวอย่างนี้ ทำให้มากแลวอย่างนี้แล ชื่อว่าบำเพญสคิปัฎฐาน 4 ให้บริบูรณ์ไค"

นั่นก็คือการเจริญอานาปานสติสมาธิ เป็นอุบายวิธีในการพัฒนาปัญญาตามแนวพุทธปรัชญา

### 3. อธิปัญญาสิกขา

หลังจากที่จิตได้รับการพัฒนาจนเกิดสภาวะที่สงบของใจมีพลังใจสูง เป็นสุขปราศจากสิ่งรบกวนหรือทำให้จิตใจเศร้าหมอง อ่อนโยนควรแก่การงานทางปัญญาต่อไป โดยที่จิตอาจมีลักษณะดังกล่าวแม้ชั่วขณะที่เรียกว่าขณิกสมาธิ หรือจิตมีลักษณะการสมบูรณ์เป็นองค์ฌานที่เรียกว่าอัปนาสมาธิก็ตาม หรือที่เรียกว่าไค้เจริญอธิจิตตสิกขามาแล้ว ขั้นถัดไปซึ่งจัดเป็นลำดับที่ 3 ของไตรสิกขา คือ การฝึกปรือปัญญาให้เกิดวิชชาความรู้ ความเข้าใจในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงจนได้ผลคือวิมุตติ - ความหลุดพ้น ไตรสิกขาลำดับสุดท้ายดังกล่าวนี้มีชื่อว่า "อธิปัญญาสิกขา"

#### 3.1 อธิปัญญาสิกขา คืออะไร ?

อธิปัญญาสิกขาหรือเรียกง่าย ๆ ให้สะดวกกว่า ปัญญา หมายถึงการปฏิบัติฝึกอบรมให้เกิดปัญญาริสุทธีที่รู้แจ้งชัดตรงตามสภาพความเป็นจริงด้วยวิธีการแห่งปัญญาคงนั้นกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดปัญญาซึ่งได้กล่าวมาแล้วในบทที่ 3 ย่อมส่งเคราะห์เข้าไค้กับปัญญาสิกขา โดยเฉพาะมีกิจกรรมที่สำคัญยิ่ง 2 อย่าง ไค้แก่ โยนิโสมนสิการ และธรรมานุธรรมปฏิบัติในปัญญาวุฒิธรรม <sup>4</sup> ซึ่งถือว่าเป็นวิธีการแห่งปัญญา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง

1

สัง.ม. 19/1381/336

2

อัง.จตุกก. 21/248/231. "วิปัสสนาฝึกอบรมแล้วจะไค้อะไร? (ตอบ) ปัญญาจะไค้รับการอบรม, ปัญญาฝึกอบรมแล้วจะไค้ประโยชน์อะไร? (ตอบ) ละอิวชชาไค้



การปฏิบัติธรรมที่ชื่อว่าวิปัสสนาถือว่า เป็นการกระทำเพื่อความเห็นแจ้งในชั้นสูงยิ่ง จึงมีความหมายตรงกับคำว่า อธิปัญญาสิกขา ซึ่งมีพุทธพจน์อ้างอิงดังนี้ นอกจากนี้อธิปัญญาสิกขายังมีความหมายอีกนัยหนึ่งว่า คือการกระทำเพื่อการเกิด "ปัญญาอันยิ่ง" ที่เรียกว่า อธิปัญญา ซึ่งเป็นปัญญาระดับโลกุตตรปัญญา ก็มีพุทธพจน์ว่า "กูรูกัสสป มีสมณพราหมณ์พวกหนึ่ง เป็นผู้กล่าวปัญญา สมณพราหมณ์พวกนั้นสรรเสริญคุณแห่งปัญญาโดยอเนกปริยาย ปัญญาอันประเสริฐอย่างยอดเยี่ยมประมาณเท่าไร เราไม่เห็นบุคคลผู้ทักทายเราในปัญญาอันประเสริฐอย่างยอดเยี่ยม ผู้ที่ยิ่งกว่าจะมีที่ไหน ที่จริงเราผู้เกี่ยวเป็นผู้อยิ่งในปัญญาอันประเสริฐอย่างยอดเยี่ยม คือ อธิปัญญา"<sup>1</sup>

พุทธพจน์ดังกล่าวนี้ย่อมตีความอธิปัญญาว่า คือปัญญาอันประเสริฐอย่างยอดเยี่ยม นอกจากนี้ยังทรงยืนยันว่า ไม่มีสมณพราหมณ์ผู้ใฝ่ยิ่งกว่าพระองค์ พระองค์ผู้เกี่ยวเท่านั้นที่ทรงมีอธิปัญญาดังกล่าว

เนื่องด้วย วิปัสสนา เป็นอธิปัญญาสิกขา ดังนั้นวิสุทธิมรรค<sup>2</sup> จึงกล่าวถึง ปัญญา โดยปัญหากกรรมว่า "อะไรเป็นปัญญา" แล้ววิธิธว่า "คือวิปัสสนาญาณอันสัมปยุตด้วย กุศลจิต(นั้นแล) เป็นปัญญา" ความข้อนี้มีความหมายว่า ญาณคือปัญญาที่ดุจโหล่งสว่างแจ้ง เพราะการปฏิบัติวิปัสสนา โดยประกอบด้วยจิตที่เป็นกุศล ทั้งนี้ นั่นก็คือยอดของอธิปัญญาสิกขา ไท่แก่ วิปัสสนา

อนึ่งในเรื่องความหมายของคำว่าปัญญารวมทั้งคำต่าง ๆ ที่ใช้ในพุทธปรัชญา ซึ่งมีความหมายไปในทางปัญญา เช่น คำว่าสัมมาทิฐิ, วิปัสสนา, วิชา, ญาณ และโพธิ เป็นต้น (ข้าพเจ้าได้กล่าวมาแล้วดังมีปรากฏในบทที่ 2 ของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้) นอกจากนี้กิจกรรมการเกิดปัญญา โดยเฉพาะเรื่องอุชิธรรม 4 ซึ่งมีข้อธรรมสำคัญยิ่ง 2 ข้อ คือ

1

ที่.ส. 9/171/249

2

มหามกุฏราชวิทยาลัย, วิสุทธิมรรคแปล ภาค 3 ตอน 1 หน้า 2



โยนิโสมนสิการ และธรรมานุธรรมปฏิบัติอันจักอยู่ในเรื่องของปัญญาสิกขาเช่นกัน (ที่โคธรรดาธิบายมาแล้วในบทที่ 3) ทั้งนี้ในตอนนี้ซึ่งเป็นเรื่องอธิปัญญาสิกขา ข้าพเจ้านุ่งเน้นเป็นพิเศษในเรื่องความหมายของอธิปัญญาสิกขา ซึ่งเป็นเรื่องของการปฏิบัติฝึกอบรมเพื่อพัฒนาปัญญาให้เป็นอธิปัญญาโดยยกเอา "วิปัสสนากาวนา" มาเป็นความหมายของอธิปัญญาสิกขา ทั้งข้อความที่ว่า "อธิปัญญา ว่าโดยรูปศัพท์ที่เคร่งครัดก็คือ วิปัสสนากาวนา"<sup>1</sup>

อธิปัญญาสิกขา ถ้าว่าโดยองค์มรรคทานจักให้สัมมาทิฐิ(ความเห็นชอบ) และสัมมาสังกัปปะ(ความคิดคำวิชอบ) สงเคราะห์เข้าในหมวดกอธิปัญญาสิกขา หรือปัญญาชั้น<sup>2</sup> หนึ่งถ้าพิจารณาอารยมรรคข้อสัมมาสติซึ่งกล่าวถึงสติปัฏฐาน 4 ก็จักได้ว่าเป็นเรื่องของ วิปัสสนาเช่นกัน ดังพุทธธรรม<sup>3</sup> กล่าวไว้ตอนหนึ่งว่า "การเจริญสติปัฏฐาน 4 เป็นวิธีปฏิบัติธรรมที่นิยมกันมาก และยกย่องนับถือกันอย่างสูงว่า มีพร้อมทั้งสมณะและวิปัสสนา"

ทั้งนี้การที่ข้าพเจากล่าวว่าอธิปัญญาสิกขาไค้แกกกิจกรรมที่เรียกว่า "วิปัสสนากาวนา" จึงเป็นคำกล่าวที่มีเหตุผลที่อ้างอิง อนึ่งเหตุผลโดยละเอียดที่แสดงว่าสติปัฏฐาน 4 เป็นเรื่องของทั้งสมณะและวิปัสสนา จะไค้กล่าวต่อไปในเมื่อไค้ยกเอา สติปัฏฐาน 4<sup>4</sup> มาศึกษาพิจารณากันอย่างละเอียด

1

พระราชวรมุนี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต) พุทธธรรม, หน้า 605

2

ม.บ. 12/508/549. อัง.คิก. 20/465/157. อัง.บญจก. 22/22/16

3

พระราชวรมุนี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต) พุทธธรรม, หน้า 810

4

ที.บ. 10/273-300/216-233; สัง.บ. 19/253/65

### 3.2 อธิปัญญาสิกขาอาศัยอะไรบ้าง ?

ก. ถ้าว่าตามหลักการหรือกระบวนการแห่งไตรสิกขาที่วิเศษกว่า

อธิปัญญาสิกขาอาศัย ศีลสิกขาและสมาธิสิกขา ทั้งพุทธพจน์ที่ปรากฏอยู่ในพระสูตรชื่อ มหาปรินิพพานสูตร<sup>1</sup>ว่า "สมาธิอันดีอบรมแล้ว ย่อมมีผลมากมีอานิสงส์มาก ปัญญาอันสมาธิอบรมแล้วย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก จิตอันปัญญาอบรมแล้วย่อมหลุดพ้นอาสวะโดยชอบ คือ กามาสวะ ภวาสวะ อวิชชาสวะ" นี้เป็นข้อความที่พระพุทธเจ้า กระจายธรรมีกถา เป็นอันมากแกภิกษุ ๗ ภูเขาคิชฌกูฏ เขตนครราชคฤห์ จากพุทธพจน์นั้นยังแสดงถึงเหตุ ปัจจัยไกลฉิบปัญญาสิกขาได้แก่สมาธิสิกขา ทั้งนี้วิสุทธิมรรค<sup>2</sup> จึงแสดงไว้ว่าปัญญาอาศัยสมาธิเป็นเหตุไกลฉิบ(ปทัฏฐาน) โดยยกพระบาลีว่า "สมาธิโต ยถากุติ ชานาคิ ปัสสตี - ผู้มีจิตเป็นสมาธิ ย่อมรู้เห็นตามเป็นจริง"

อนึ่งข้อความจากมหาปรินิพพานสูตรที่ยกมาแสดงยืนยันในคอนท้ายของข้อความ ยังกล่าวถึงบทบาทของปัญญาว่า "จิตอันปัญญาอบรมแล้วย่อมหลุดพ้นอาสวะโดยชอบ" นี้ แสดงว่าปัญญามีบทบาทอันสำคัญยิ่งต่อการอบรมพัฒนาจิตให้บริสุทธิ์สะอาดปราศจากกิเลส ทั้งนี้ถ้าผู้ใดมิได้เจริญปัญญาสิกขา โดยเฉพาะคือวิปัสสนากาวนา ย่อมหมายถึงได้ว่าไม่บรรลุเป้าหมายสูงสุดแห่งพุทธธรรม เพราะฉะนั้นวิปัสสนากาวนาจึงเป็นสิ่งสำคัญอันยิ่งของบุพหิงความสันติสุขหรือชีวิตอันประเสริฐ

1

ที.ม. 10/75/72

2

มหาหมฏฐราชวิทยาลัย , วิสุทธิมรรคแปล ภาค 3 ตอน 1 หน้า 5

ข. ถ้ากล่าวตามกระบวนธรรมอื่น ๆ ซึ่งมีมากจะพบว่า การปฏิบัติเพื่อพัฒนาปัญญาอันยิ่ง (อริปัญญาหรือโลกุตตรปัญญา) ย่อมอาศัยธรรมต่าง ๆ หลายอย่างดังที่เคยกล่าวมาแล้วในบทที่ 3 อย่างไรก็ตามก็สำหรับตอนนี้ซึ่งมุ่งเน้นเรื่องวิปัสสนากาวานอันเป็นตัวแทนของปัญญาสิกขา ย่อมอาศัยธรรมที่จำเป็น 2 ประการ ได้แก่ "สติ กับโยนิโสมนสิการ" ทั้งข้อความจากพุทธธรรม<sup>1</sup> ตอนหนึ่งว่า "เมื่อโยนิโสมนสิการกำลังทำงานอยู่ สติก็จะต้องอยู่คอยไม่หลงหลุกหลอยไป ดังนั้นสติกับโยนิโสมนสิการจึงเกื้อกูลแก่กันและกันในวิปัสสนา" นั่นก็คือธรรม 2 ประการนี้ คือสติ กับโยนิโสมนสิการ เป็นธรรมที่จำเป็นในการบำเพ็ญวิปัสสนาด้วยการดำเนินตามหลักสติปัฏฐาน 4 นอกจากนี้การอาศัยธรรมทั้งสองดังกล่าว ยังเป็นการแสดงถึงการเจริญทั้งสมณะและวิปัสสนาพร้อม ๆ กันไปในตัวโดยอาศัยการที่มีความประพฤติกิจทางกาย วาจา ใจ ที่เรียกว่าอาศัยศีลสิกขาเป็นบาทฐานเบื้องต้น นั่นก็คือการพัฒนาปัญญาด้วยการมวิธีแห่งสติปัฏฐาน 4 จึงมีพร้อมกันทั้ง ศีล สมาธิ และปัญญา คอยเหตุนี้การเจริญสติปัฏฐาน 4 จึงเป็นวิธีปฏิบัติธรรมที่นิยมกันมาก และยกย่องนับถือกันอย่างสูง ถือว่ามีพร้อมทั้งสมณะและวิปัสสนาในตัว ผู้ปฏิบัติอาจเจริญสมณะจนได้ฌานที่มีลักษณะเป็นสัมมาสมาธิ คือเป็นสมาธิที่เป็นบาทฐานของการเจริญปัญญาหรือการวิปัสสนา แล้วจึงเจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐานไปจนถึงที่สุดก็ได้ หรือจะอาศัยสมาธิเพียงขั้นต้น ๆ เท่าที่จำเป็นมาประกอบ คือขั้น "วิปัสสนาสมาธิ" ซึ่งหมายถึงสมาธิที่แทรกอยู่ระหว่างฌานสมาธิกับอุปปจารสมาธิ<sup>2</sup> อนึ่งพึงทราบว่าวิปัสสนาสมาธินั่นก็คือฌานสมาธิที่นำไปใช้ในการเจริญวิปัสสนานั้นเอง และมีความประณีตยิ่งขึ้นไปเพราะการปฏิบัติ<sup>3</sup> เมื่อได้สมาธิขั้นต้น ๆ ดังกล่าวนั้นแล้วจึงเจริญวิปัสสนาเป็นค่านำตามแนวสติปัฏฐานไปจนถึงที่สุดก็ได้ ดังนั้นที่เคยกล่าวไว้ว่าการปฏิบัติไตรสิกขาเพื่อพัฒนาปัญญาอุปมาเหมือนเชือก

1 พระราชวรมุนี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต) พุทธธรรม หน้า 824

2 ปฏิบัติ.อ. 150; พระราชวรมุนี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต)พุทธธรรม, หน้า 869

3 พระราชวรมุนี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต) พุทธธรรม หน้า 828

3. เกลียวย่อมเป็นค่ากล่าวที่มีเหตุผลและยอมรับได้ ส่วนในการอรรถธิบายไตรสิกขา โดยแยกกล่าวเป็นขั้น ๆ ( Step ) นั้นก็เพื่อสะดวกในการทำความเข้าใจและให้เห็นโทษที่ว่า ควรเริ่มพัฒนาอะไรก่อนหลังอันสอดคล้องกับหลักกรรมการรวมชาติของการปฏิบัติ ซึ่งเริ่มจากส่วนที่หยাবไปสู่ความละเอียดประณีตลึกซึ้ง เริ่มจากภายนอกซึ่งเป็นรูปธรรมเข้าไปสู่ภายใน ดังนั้นไตรสิกขาจึงเริ่มจาก กาย วาจา → จิตใจ → ทัศนวิสัย กลายเป็นสัมมาทัศนวิสัยตั้งแต่ระดับโลกียสัมมาทัศนวิสัยจนถึงระดับโลกุตตรสัมมาทัศนวิสัย ซึ่งเป็นปัญญาอันยิ่ง ( อธิปัญญา ) ปัญญาอันประเสริฐ ( อริยปัญญา ) เป็นปัญญาที่ทำให้คลายออกจากกิเลส เป็นอิสระ ( นิสรณปัญญา ) บรรลุนิสรณนิโรธ คือดับกิเลส ห่างไกลจากกิเลสไม่เกี่ยวข้องกับกิเลสเลย นิสรณนิโรธนี้แหละคือนิพพานหรือที่เรียกว่าอมตชาติ ซึ่งเป็นภาวะที่ปลอดโปร่งเป็นอิสระ<sup>1</sup> เพราะมีปัญญาเห็นตามความจริงที่เรียกว่ามัยถาภูคณาตัสสนะ ซึ่งถือว่าเป็นปัญญาอันสูงสุดในพุทธปรัชญา ซึ่งเป็นผลหรือเป้าหมายที่แท้ของวิปัสสนา<sup>2</sup>

อนึ่งพุทธพจน์ที่แสดงว่าเจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน 4<sup>3</sup> โดยมีสติ และโยนิโสมนสิการ เป็นตัวการสำคัญ อันมีใจความสำคัญดังนี้

1. พิจารณาเห็นกายในกายมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสเสียได้

2. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา... ( ข้อความต่อไปเหมือนข้อที่ 1 )

3. พิจารณาเห็นจิตในจิต... ( ข้อความต่อไปเหมือนข้อที่ 1 )

4. พิจารณาเห็นธรรมในธรรม... ( ข้อความต่อไปเหมือนข้อที่ 1 )

1

พระราชาวรมุณี ( ประยุทธ์ ปยุตฺโต ), พุทธธรรม , หน้า 278

2

เรื่องเดียวกัน

หน้า 821

3

สัง.ม. 19/253/65; ที.ม. 10/273/216

คำว่า "พิจารณา" ย่อมหมายถึงการใช้ความคิดอย่างถูกวิธี คือคิดถูกวิธีที่จะให้เข้าถึงความจริงที่เรียกว่าอุบายมนสิการ, หรือคิดถูกทางคือคิดไว้ก่อนเนื่องเป็นลำดับความคิดเป็นระเบียบตามแนวเหตุผลไม่ยุ่งเหยิงสับสน จึงเรียกว่า ปดมนสิการ หรือคิดตามเหตุผล คิดอย่างมีเหตุผล หมายถึงการคิดสืบคนตามแนวความสัมพันธ์สืบทอดกันแห่งเหตุปัจจัย ให้เข้าใจถึงต้นเคาการคิดพิจารณาอย่างนี้เรียกว่า การดมมนสิการ หรือคิดให้เกิดผลที่พึงประสงค์อันใดแก่การคิดพิจารณาที่ทำให้เกิดกุศลธรรม การคิดพิจารณาในลักษณะอย่างนี้เรียกว่าอุปาทกมนสิการ<sup>1</sup> ลักษณะของการคิดพิจารณาทั้ง 4 ประการดังกล่าวนี้ แท้จริงก็คือเรื่องการทำในใจโดยแยบคาย หรือโยนิโสมนสิการนั่นเอง นี่แสดงว่าการเจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน 4 พึงอาศัยโยนิโสมนสิการ เป็นข้อต้น เมื่อมีโยนิโสมนสิการสติที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้น และช่วยให้สติที่เกิดขึ้นแล้วเกิดต่อเนื่องไปอีก เพราะว่าโยนิโสมนสิการเป็นอาหารหล่อเลี้ยงสติ<sup>2</sup> และเมื่อได้ศึกษาข้อความสติปัฏฐาน 4 ต่อไป จะพบคำว่า "สติ" ซึ่งเป็นธรรมสำคัญรวมทั้งสัมปชัญญะและความเพียรอันเป็นองค์ธรรมรวมประกอบอยู่ด้วยกันก็คือในการเจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน 4 พึงอาศัยสติเป็นตัวละครสำคัญ นอกจากนี้ก็มีธรรมที่มีไคร่ระนุไว้ แต่เป็นที่เข้าใจกันอยู่แล้วว่าจะต้องใช้ไคร่แก่ "สมาธิ" ซึ่งหมายถึงความแน่วแน่ของจิต เหตุที่ละไว้ก็คงเนื่องด้วยเมื่อกล่าวถึงการมีสติก็ย่อมหมายความว่ามีความสมาธิด้วย เพราะสติกับสมาธิเป็นเรื่องที่แยกกันไม่ออก ดังนั้นจึงมักพูดกันเพื่อความเข้าใจง่าย ๆ ว่าคนขาดสมาธิคือคนขาดสติ อนึ่งคำว่าสติที่ข้าพเจ้ากล่าวถึงย่อมหมายรวมถึงสัมปชัญญะด้วย สัมปชัญญะนี้จะเห็นได้ว่าเป็นธรรมที่มักปรากฏควบคู่กับสติ สัมปชัญญะก็คือปัญญา ดังนั้นการฝึกฝนในเรื่องสติจึงเป็นส่วนหนึ่งใน

1

พระราชวรมณี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) พุทธธรรม, หน้า 670

2

สัง.ม. 19/365/94



กระบวนการพัฒนาปัญญา สัมปชัญญะก็คือความรู้ความเข้าใจตระหนักชัดในสิ่งที่สติกำหนดไว้ว่ามีความมุ่งหมายอย่างไร สิ่งที่ทำนั้นเป็นอย่างไร ปฏิบัติต่อมันอย่างไร และไม่เกิดความหลงหรือเข้าใจผิดใด ๆ ขึ้นมาในกรณีนั้น ๆ <sup>1</sup> นั่นก็คือสัมปชัญญะคือตัวปัญญาที่พิจารณาและรู้เท่าทันอารมณ์ที่สติกำหนดทำให้ไม่หลงไหลไปไต่ และเข้าใจถูกต้องตามสภาวะที่เป็นจริง ส่วนสติคือตัวกำหนดจับอารมณ์ไว้ ทำให้ความทันทุกขณะ ดังนั้นการมีสติอยู่ทุกขณะก็คือการมีจิตเป็นสมาธินั่นเอง เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้วก็ดำเนินการทางปัญญา ปัญญาที่มาร่วมกับสติคือรู้ว่าสัมปชัญญะ คอยเหตุนี้สติกับสัมปชัญญะจึงมักมากคู่กันเสมอ สัมปชัญญะจะมีไคยหากหากขาดสติ คอยเหตุนี้การเจริญวิปัสสนาเราจึงมักพูดกันง่าย ๆ ว่าเป็นการเจริญสติ ปัญญา หรือถ้าไคยภาษาธรรมก็คือเจริญทั้งสมาธิและวิปัสสนาซึ่งเป็นกรรมวิธีของการเกิดปัญญาที่สูงยิ่ง (อริปัญญา) นั่นเอง สมเด็จพระสังฆราชในพุทธธรรมที่ว่า "ในกระบวนการปฏิบัติ องค์ประกอบฝ่ายที่ห้า คือคอยกำหนดเพ่งพิจารณาเป็นตัวการหลักของสติปัญญา ไคยแก่ สติ กับสัมปชัญญะ สติเป็นตัวเกาะจับสิ่งที่จะพิจารณาเอาไว้ สัมปชัญญะเป็นตัวปัญญาตระหนักรู้สิ่งหรืออาการที่ถูกพิจารณานั้นว่าคืออะไร มีความมุ่งหมายอย่างไร เช่น เมื่อกำหนดพิจารณาการเคลื่อนไหวของร่างกาย เช่น การเดินก็รู้ว่าเดินทำไม เพื่อไปไหน เป็นต้น และเข้าใจสิ่งนั้นหรือการกระทำนั้นตามความเป็นจริง โดยไม่เอาความรู้สึกเป็นต้นของคนเข้าเคลือบ" <sup>2</sup> ดังนั้น "ในแง่ของปัญญาเมื่ออยู่ในกระบวนการทำงานของจิตเช่นนี้ปัญญายอมทำหน้าที่ไคยที่ดีที่สุด เพราะไม่ถูกเคลือบหรือหันเหไปค้ำความรู้สึก ความเอนเอียง และอคติต่าง ๆ ทำให้รู้เห็นไปตามที่มันเป็น คือรู้ตามความจริง" <sup>3</sup>

1

พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) พุทธธรรม, หน้า 813

2

เรื่องเดียวกัน หน้า 815

3

เรื่องเดียวกัน หน้า 817

เท่าที่กล่าวมาเป็นเพียงแสดงเหตุผลว่าการเจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน 4 ย่อมอาศัยองค์ธรรมที่สำคัญเป็นพิเศษใดแกสติ(รวมสัมปชัญญะ)และโยนิโสมนสิการ ลำดับต่อไปจะไต่กล่าวถึงประเด็นสำคัญว่า

### 3.3 สติและโยนิโสมนสิการมีบทบาทอย่างไรในการพัฒนาปัญญา

ใคร่ขอย้ำเพื่อความไม่สับสนว่า "การพัฒนาปัญญา" ที่ยกขึ้นมาข้างเป็นประเด็น อันเป็นหัวข้อดังกล่าวหมายถึงการเจริญวิปัสสนาตามแนวมหาสติปัฏฐาน 4<sup>1</sup> ดังนั้นคำอธิบายตอนนี้จึงเป็นเรื่องของการอธิบายเชิงวิจารณ์ว่าสติและโยนิโสมนสิการมีบทบาทอย่างไร. ในกระบวนการพัฒนาปัญญา หรือการกำจัดอาสวักเสสโดยอาศัยมหาสติปัฏฐานสูตร หรือ สติปัฏฐาน 4 อันเป็นเรื่องของสัมมาสติในอริยมรรคอันมีองค์ 8

#### 3.3.1 ใจความหรือสาระสำคัญของสติปัฏฐาน 4

ใจความสำคัญของสติปัฏฐาน 4 ที่โดยมากมาแสดงไว้แล้วนั้น<sup>2</sup> จะเห็นว่า โดยสาระสำคัญหลักสติปัฏฐาน 4 บอกให้ทราบว่าชีวิตของเรามีจุดที่ควรใช้สติ-สัมปชัญญะ คอยอ้าก้มดูและพิจารณาทั้งหมดแค่เพียง 4 แห่งเท่านั้นใดแก

1) ร่างกายและพฤติกรรมต่าง ๆ ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียง ภายไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา ท่านจำแนกวิธีปฏิบัติไว้หลายอย่างคือ อานาปานสติ-กำหนดลมหายใจ 1, อิริยาบท-กำหนดกิริยาอิริยาบท 1, สัมปชัญญะ-มีความรู้ทั่วทั่วพร้อมทุกขณะของการกระทำ 1, ปฏิญาณนสิการ-พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่ประชุมเข้าเป็นร่างกายนี้ 1, ชาตุนนสิการ-พิจารณาเห็นร่างกายของคนโดยสักแต่ว่าเป็นธาตุแต่ละอย่าง ๆ 1, นวสีวตีกา-พิจารณาซากศพในสภาพต่าง ๆ ถึง 9 ระยะให้เห็นคติธรรมการของร่างกายของผู้อื่นเช่นใด ของตนก็จักเป็นเช่นนั้น 1 การตั้งสติพิจารณา ดังกล่าวนี้นี้มีชื่อว่า "กายานุปัสสนา สติปัฏฐาน"

1

สัง.ม. 19/253/65, ที.ม. 10/273/216, ม.ม. 12/131/73,  
อภิ.วิ. 25/431-464/

2

ดูบทนี้ หน้า 127

2) ความรู้สึกสุขทุกข์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้เห็นความเป็นจริงว่าเป็นแค่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา อย่างนี้เรียกว่า "เวทนานุปัสสนา สติปัญญา"

3) ภาวะจิตที่เป็นไปต่าง ๆ ใหญ่เห็นความเป็นจริงว่าเป็นแค่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือมีสติรู้สึกจิตของตนไม่ว่าจะมีราคะ โทสะ โมหะหรือไม่อย่างไร ความเป็นอยู่ในขณะนั้น ๆ อย่างนี้เรียกว่า "จิตตานุปัสสนา สติปัญญา"

4) ความคึกคักไตรตรองสภาวะธรรมใหญ่เห็นความเป็นจริงว่าเป็นแค่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือมีสติรู้สึกธรรมทั้งหลายได้แก่ นิเวศ 5 ชั้น 5, อายตนะ 12, โทณงค์ 7, อริยสัจ 4 ว่าคืออะไรเป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่เกิดขึ้นเจริญวิบุรณะและดับไปได้อย่างไรเป็นต้น ความเป็นจริงของมันอย่างนั้น ๆ อย่างนี้เรียกว่า "ธรรมานุปัสสนา สติปัญญา"<sup>1</sup>

องค์ธรรมที่ระงับไว้เพื่อการเจริญสติปัญญาใหม่วิบุรณะมี 3 อย่าง ได้แก่

1) อากาปี - มีความเพียร (ตรงกับองค์มรรคข้อที่ 6 คือ สัมมาวายามะ) หรือสัมมัปปธาน 4 เมื่อกล่าวโดยสาระสำคัญก็คือเพียรเผากิเลส

2) สัมปชาโน - มีสัมปชัญญะคือมีความรู้ตัวตลอดทั้งมีปัญญาพิจารณาทั้ง 4 ฐานเพื่อประหารกิเลส สัมปชัญญะในข้อนี้เทียบได้กับสัมมาทิฐิ ซึ่งเป็นข้อต้นของอริยมรรค เพราะเป็นเรื่องของปัญญาด้วยกัน

3) สติมา - มีสติ หมายถึงตัวสตินี้เองที่ทำหน้าที่เป็นตัวกำหนดรู้หรือจับอารมณ์ไว้ให้สัมปชัญญะ ซึ่งเป็นตัวปัญญาจักรการ

1

ที.ม. 10/273-300/216-233 , พระราชวรมุนี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต),

พจนานุกรมพุทธศาสตร์ , หน้า 106

2) ความรู้สึกสุขทุกข์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้เห็นความเป็นจริงว่าเป็นแค่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา อย่างนี้เรียกว่า "เวทนานุปัสสนา สติปัฏฐาน"

3) ภาวะจิตที่เป็นไปต่าง ๆ ใหญ่เห็นความเป็นจริงว่าเป็นแค่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือมีสติรู้ชัดจิตของตนไม่ว่าจะมีราคะ โทสะ โมหะหรือไม่อย่างไร ความเป็นอยู่ในขณะนั้น ๆ อย่างนี้เรียกว่า "จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน"

4) ความคึกคึกไครครองสภาวะขรรมิใหญ่เห็นความเป็นจริงว่าเป็นแค่เพียงขรรมิ ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือมีสติรู้ชัดขรรมิทั้งหลาย ได้แก่ นิเวธ 5 ชั้น 5, อายตนะ 12, โพชนงค์ 7, อริยสัจ 4 ว่าคืออะไรเป็นอย่างไร มีโทษหรือไม่เกิดขึ้นเจริญบริบูรณ์และดับไปได้อย่างไรเป็นต้น ความเป็นจริงของมันอย่างนั้น ๆ อย่างนี้เรียกว่า "ขรรมานุปัสสนา สติปัฏฐาน"<sup>1</sup>

องค์ขรรมิที่ระบุนี้ไว้เพื่อการเจริญสติปัฏฐานใหม่บริบูรณ์มี 3 อย่าง ได้แก่

1) อากาปี - มีความเพียร (ตรงกับองค์ขรรมิข้อที่ 6 คือ สัมมาวายามะ) หรือสัมมัปปธาน 4 เมื่อกล่าวโดยสภาวะสำคัญก็คือเพียรเผากิเลส

2) สัมปชาโน - มีสัมปชัญญะคือมีความรู้ทั่วตลอดทั้งมีปัญญาพิจารณาทั้ง 4 ฐานเพื่อประหารกิเลส สัมปชัญญะในข้อนี้เทียบได้กับสัมมาชิทธิ ซึ่งเป็นคนของอริยมรรค เพราะเป็นเรื่องของปัญญาด้วยกัน

3) สติมา - มีสติ หมายถึงตัวสตินี้เองที่ทำหน้าที่เป็นตัวกำหนดรู้หรือจับอารมณ์ไว้ให้สัมปชัญญะ ซึ่งเป็นตัวปัญญาจักรการ

1

ที.ม. 10/273-300/216-233 , พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต),  
พจนานุกรมพุทธศาสตร์ , หน้า 106

ข้อที่น่าสังเกตคือ สติปัฏฐาน 4 โดยยกเอาสัมปชัญญะนำหน้าสติ ข้อนี้ย่อมตีความได้ว่า ให้อาศัยหรือใช้ปัญญาเป็นหัวหน้า โดยเฉพาะในเรื่องของการรู้ การเห็น จะต้องเป็นการรู้การเห็นที่เป็นสัมมาทิฏฐีก่อน เช่นขณะที่หายใจรู้ตัวว่ากำลังหายใจเข้า หายใจออก สั้นยาว หยาบ ฉะเยือกก็รู้ อย่างนี้เรียกว่ามีสัมปชัญญะ ดังนั้นจึงมีผู้แปลสัมปชัญญะว่า ความรู้ตัว<sup>1</sup> เมื่อรู้สิ่งนั้นแล้วก็ใช้สติทำหน้าที่เป็นหัวหน้ากำหนด หรือจับสิ่งที่รู้นั้นไว้อย่างมั่นคง หรือที่เรียกว่าระลึกรู้ ไม่เผลอ ไม่หลง ไม่ลืม ไม่เลื่อนลอยฟุ้งซ่าน ลักษณะการดังกล่าวนี้ก็คือ การมีสติหรือสมาธินั้นเอง เมื่อสิ่งนั้น(ฐาน)ถูกสติเข้ากำหนดควบคุมย่อมเป็นปัจจัยช่วยเหลือเกื้อหนุนหรืออนุเคราะห์ให้สัมปชัญญะซึ่งเป็นตัวปัญญาคำเนนการจัดการต่อฐานนั้นต่อไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งฐานธรรมที่ชื่อว่าธรรมานุสสนาสติปัฏฐาน อากาโรที่เป็นอยู่โดยมีสติสัมปชัญญะตลอดเวลาเช่นนี้ มีลักษณะสำคัญอย่างหนึ่งที่เรียกว่า เป็นอยู่ในปัจจุบัน หรือมีชีวิตอยู่ในขณะปัจจุบัน กล่าวคือสติกำหนดความทันสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นแต่ละขณะ ๆ ไม่ปล่อยให้คลาดไปได้ จึงทำให้ความนึกคิดไม่ติดอยู่กับเรื่องที่เกิดขึ้นมาแล้วในอดีต หรือไม่เลื่อนลอยไปในอนาคต การเอาสติกำหนดจับสิ่งนั้นมาให้ปัญญาพิจารณาอย่างมีความมุ่งหมาย ทำให้เรื่องนั้น ๆ กลายเป็นอารมณ์ปัจจุบันของจิต การเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน เช่นนี้ย่อมไม่ตกเป็นทาสของกัมมา แต่เป็นการเป็นอยู่ด้วยปัญญา ทำให้พ้นอาการทาง ๆ ของความทุกข์ และทำให้เกิดปัญญาความรู้ พร้อมทั้งความปลอดภัยโปร่งผ่องใสเบาสบายของจิต<sup>2</sup> จึงตรงกับพุทธภาษิตที่รับรองไว้ว่า "ปัญญา ชีวี ชีวีตมาหุ เสฏฐังการมีชีวีตอยู่ด้วยปัญญา เป็นชีวิตที่ประเสริฐ"<sup>3</sup> "ปัญญาย ปริสุตฺตติ - บุคคลย่อมบริสุทธิ์โดยปัญญา"<sup>4</sup>

1 สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, นวโกวาท, หน้า 29

2 พระราชวรมุนี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า 817

3 จ.จ. 25/311/278.

4 จ.จ. 25/311/278.



การปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 เป็นการเอาสติกำหนดเพื่อให้รู้เห็นความที่มันเป็นจริง ในขณะนั้น ๆ โดยไม่เอาความรู้สึกตัวอื่นเข้าไปร่วมพิจารณาตัดสิน เช่น พิจารณาเวทนา ในใจของตนเอง ขณะนั้นมีทุกข์เกิดขึ้น ก็รู้ว่าทุกข์เกิดขึ้น มีไข่เกิดความรู้สึกนึกคิดว่า ด้้นทุกข์ หรือพิจารณาธรรมารมณ์ เช่นมีความกังวลใจเกิดขึ้น เกิดความกุ่มใจขึ้นก็ใช้ สติจับเอาความกุ่มใจหรือกังวลใจขึ้นมาพิจารณาว่า มันเกิดขึ้นอย่างไรเป็นมาอย่างไร หรือเวลาโกรธพอนึกรู้ว่าโกรธ ความโกรธก็หยุดหายไป จับเอาความโกรธนั้นขึ้นมา พิจารณาคุณโทษ เหตุเกิด และอาการที่มันหายไป เป็นต้น โดยไม่มีเรื่องอื่นโกรธ หรือ เขาทำให้มันโกรธเกิดขึ้น การพิจารณาถู ู้เห็นความเป็นจริงอย่างที่เป็น โดยไม่มีความ คึกนึกเรื่องตัวอื่นเข้าไปเกี่ยวข้อง โค้ชถือว่าเป็นการมองแบบปรนัยหรือวัตถุวิสัย

( Objective ) มีไข่อัตนัยหรือสกวสัย ( Subjective ) หนึ่งในขณะที่ ปฏิบัติการก็จะต้องมีความกล้า เข้มแข็งไม่ทอดอวยปล่อยให้อกุศลธรรมเข้ามาแทนที่ ลักษณะการเช่นนี้เรียกว่ามีความเพียร (อาคาปี) โดยจะต้องมีอยู่ตลอดเวลา ค่ายเหตุนี้ ใจความของสติปัฏฐาน 4 จึงมีธรรมคือความเพียรนำมาเป็นข้อคน หมายความว่า จะต้องใช้ตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงบรรลุเป้าหมายสุดท้าย ค่ายการเกิดวิชาปัญญาอันสูงยิ่งแล้ว ประตารกิเลสให้ดับสิ้นหมดไปจากจิตใจ ที่เรียกว่าไ้ "สมุจเฉตนิโรธ คือดับกิเลสเสร์จ สิ้นแก่ชาก ค่ายโลกุตรมรรค"<sup>1</sup>

### 3.3.2 หลักการปฏิบัติสติปัฏฐาน 4

ในที่นี้มุ่งที่จะแสดงหลักปฏิบัติที่สำคัญของสติปัฏฐาน 4 เพื่อการพัฒนาปัญญานำมาซึ่งผลคือความบริสุทธิ์หลุดพ้น สมคังพุทธภาษิตที่ว่า "ปัญญา ปริสุตติ - คนเรา บริสุทธิไ้ค้วยปัญญา" หรือข้อความที่พบบ่อยมากในพระไตรปิฎกหลังจากที่จบเนื้อหาของ พระสูตร มักจะจบว่า "เมื่อเห็นค้วยปัญญาอาสวะทั้งหลายยอมหมกสิ้น"

1



ตัวการหลักของการปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 โคนก่อกำกับสัมปชัญญะ สติเป็นตัวเกาะจับสิ่งที่จะพิจารณาเอาไว้อสัมปชัญญะเป็นตัวปัญญา กระทบกับสิ่งหรืออาการที่ถูกพิจารณานั้น ว่าคืออะไร มีความมุ่งหมายอย่างไร โดยมีความเข้าใจสิ่งนั้น ๆ หรือการกระทำนั้น ๆ ความที่เป็นจริง โดยไม่เอาความรู้สึกที่เกิดจากอวิชชาเป็นต้นของตนเข้าไปเคลือบแฝง นั่นก็คือการเจริญสติปัฏฐาน คือการเป็นอยู่ด้วยสติสัมปชัญญะ ซึ่งทำให้ภาพตัวตนที่จิตอวิชชาปั้นแต่งไม่มีช่องว่างที่จะแทรกตัวเข้ามาในความคิดแล้วก่อปัญหาขึ้นได้เลย<sup>1</sup> เพราะจิตใจอยู่กับสิ่งที่ทำนั้น จนกระทั่งความรู้สึกว่าตัวฉันไม่มีโอกาสเกิดขึ้นเลย ด้วยเหตุนี้ท่านจึงจัดให้สติ - สัมปชัญญะเป็นพหุผลการธรรม คือธรรมที่มีอุปการะมาก<sup>2</sup> ในที่นี้ก็คือมีอุปการะมากต่อการเจริญปัญญาตามแนวสติปัฏฐานเพื่อการไถ่วิชชา และวิมุตติ ซึ่งเป็นสิ่งสูงสุดแห่งพุทธปรัชญา

โดยปกติสิ่งทั้งหลายตั้งอยู่ตามสภาพของมัน ความจริงย่อมเปิดเผยตัวมันเอง อยู่ตลอดเวลา แต่มนุษย์ถูกอวิชชาปิดบังตัวเองจากมันหรือไม่ก็มองภาพของมันผิดเบือนไป เมื่อใดสติตามทันทำงานสม่ำเสมออย่างชำนาญ คนไม่ปิดบังตนเองไม่ผิดเบือนภาพที่เห็นและพ้นจากอำนาจความเคยชินหรือนิสัยเก่า ๆ ของจิตแล้ว เมื่อนั้นก็พร้อมที่จะมองเห็นสิ่งทั้งหลายตามสภาวะของมัน และรู้เห็นเข้าใจความจริงเมื่อถึงตอนนี้ ถ้าอินทรีย์อื่น ๆ โดยเฉพาะปัญญอินทรีย์มีความแก่กล้าพร้อมก็อยู่แล้ว ก็จะร่วมงานกับสติ หรืออาศัยคอยเปิดทางให้ทำงานได้อย่างเต็มที่ ทำให้เกิดญาณทัสสนะความหยั่งรู้เห็นตามความเป็นจริงที่เป็นจุดหมายของวิปัสสนา แต่การที่ปัญญอินทรีย์เป็นต้นจะพร้อมหรือแก่กล้าไฉน ย่อมอาศัยการฝึกฝนอบรมมาโดยลำดับ รวมทั้งการเล่าเรียนสัทัมพึงเป็นเบื้องต้นด้วย ตลอดทั้งการศึกษาย่างมีเหตุผลสืบสวนถึงต้นเค้าที่เรียกว่า การกระทำในใจโดยอุบายอันแยบคาย (โยนิโสมนสิการ) เป็นต้น จึงมีส่วนเกื้อกูลแก่การรู้แจ้งสัจธรรมได้ นั่นก็คือสติที่ตามทันขณะปัจจุบันเป็นหลักสำคัญของวิปัสสนา<sup>3</sup>

1

พระราชวรมณี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต) พุทธธรรม, หน้า 815

2

สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, นวโกวาท, หน้า 29

3

พระราชวรมณี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า 819-821

ความจริงสติมีใช้ตัววิปัสสนา ปัญญาหรือการใช้ปัญญาข้างหากเป็นวิปัสสนา  
แต่ปัญญาระยะใดโอกาสและจะทำงานไต่อย่างปลอดโปร่งเต็มที่ก็ต่อเมื่อมีสติคอยช่วยเหลือ  
เกื้อหนุนอยู่ด้วยถึงเหตุผลที่กล่าวมาแล้ว การฝึกสติจึงมีความสำคัญมากในวิปัสสนา ทุกอีก  
อย่างหนึ่งว่า การฝึกสติเพื่อจะใช้ปัญญาไต่เต็มที่หรือเป็นการฝึกปัญญาไปค้วยนั้นเอง  
คั้งนั้นในภาษาพุทธปรัชญาเมื่อพูดถึงสติถึงถึงปัญญาที่ควบคู่กัน และสติจะมีกำลัง  
กล้าแข็งหรือชำนาญคล่องแคล่วขึ้นไต่ก็เพราะมีปัญญาร่วมทำงาน สติเกิดร่วมกับปัญญาจึง  
จะมีกำลังกล้าแข็ง<sup>1</sup> ปัญญาที่ปราศจากสติไม่มีเลย<sup>2</sup> และผู้ปราศจากสติย่อมไม่อนุปัสสนา<sup>3</sup>  
ปัญญาที่ทำงานร่วมกับสติในกิจทั่ว ๆ ไปมักมีลักษณะการที่เรียกว่าสัมปชัญญะ คั้งนั้น  
เราจึงนิยมพูดรวมไปว่าสติสัมปชัญญะ ในขั้นนี้ปัญญายังถูกกลายเป็นตัวประกอบคอยร่วมมือ  
และประสานงานอยู่กับสติเวลาพูดถึงจึงมักเพ่งเล็งไปที่สติ เขาสติเป็นหลักหรือตัวแก่น  
แต่ในขั้นที่ใช้ปัญญาพิจารณาพิจารณาอย่างจริงจัง ความแก่นจะไปอยู่ที่ปัญญา สติจะเป็นเสมือน  
ตัวที่คอยรับใช้ปัญญา ปัญญาที่ทำงานในระดับนี้ เช่นที่เรียกว่าสัมปชัญญะ, ธรรมวิจยใน  
โพชฌงค์ 7 หรือปัญญาในข้ออื่น ๆ ลึกลับที่ทำงานให้เกิดความเห็นแจ้งรู้เข้าใจสิ่งทั้งหลาย  
ตรงตามสภาวะที่มันเป็น เพื่อให้จิตหลุดพ้นเป็นอิสระนี้แหละคือ "วิปัสสนา"

พุทธธรรม<sup>4</sup> กล่าวว่าสติทำกิจสำคัญทั้งในสมณะและวิปัสสนา หากพูดเปรียบเทียบ  
เทียบระหว่างบทบาทของสติในสมณะกับในวิปัสสนา จะไต่ความว่าในสมณะ สติถูกจัดไว้  
กับอารมณ์หรือคั้งอารมณ์ไว้กับจิต เพียงเพื่อให้จิตเพ่งแน่วแน่มหรือจับแน่นสนิทอยู่กับอารมณ์  
นั้น ๆ หนึ่งสงบไม่สอคล้ายไปเรื่องอื่น เมื่อจิตแน่วแน่มสนิทอยู่กับอารมณ์นั้นเป็นหนึ่งเดียว

1

ม.อ. 3/28, วิกงค.อ. 406

2

วิสุทธิ.ฎีกา 1/302

3

ที.อ. 2/474, สัจ.อ. 3/270

4

พระราชาธรรมณี(ประยุทธ์ ปยุตโต) , พุทธธรรม , หน้า 822

ต่อเนื่องไปสม่ำเสมอ ก็เรียกว่าเป็นสมาธิและเพียงแค่นี้สมณะก็สำเร็จ ส่วนในวิปัสสนา สติกำหนดอารมณ์คุมไว้กับจิตหรือคุมจิตไว้กับอารมณ์เหมือนกัน แต่มุ่งใช้จิตเป็นที่วางอารมณ์เพื่อเอาอารมณ์นั้นเสนอให้ปัญญาตรวจสอบพิจารณา คือจับอารมณ์ไว้ให้ปัญญาตรวจตราดูและวิเคราะห์วินิจฉัยโดยใช้จิตที่ตั้งมั่นเป็นสมาธิเป็นสนามปฏิบัติการ หากจะอุปมาในกรณีของสมณะก็เหมือนเอาเชือกมาผูกผูกไว้กับหลัก จนในที่สุดก็หายพยศหมดอบนี้สลอยู่ที่หลักนั่นเอง จิตเปรียบเสมือนเป็นลูกวัวพยศ อารมณ์เหมือนหลัก สติเหมือนเชือก ส่วนในกรณีของวิปัสสนา เปรียบเหมือนเอาเชือกผูกครึ่งคน, สัตว์ หรือวัตถุบางอย่างไว้กับแท่น แล้วตรวจดูหรือทำกิจอื่น เช่น ฆ่าคักเป็นคนโกธนักรชกเจน เชือกหรือเครื่องยึดคือสติ คน สัตว์ หรือวัตถุที่เกี่ยวข้องคืออารมณ์ แท่นหรือเตียงคือจิตที่เป็นสมาธิการตรวจตราฆ่าคักรักษาเป็นปัญญา

3.3.3 บทบาทของโยนิโสมนสิการต่อการเจริญปัญญาตามแนวมหาสติปัฏฐาน

ส่วนประกอบสำคัญที่พึงสังเกตุอีกอย่างหนึ่ง ภายในหลักทั่วไปแห่งการปฏิบัติ ซึ่งช่วยให้เห็นลักษณะพิเศษของวิปัสสนาที่แตกต่างจากสมณะโคชัคเจนซึ่งขึ้น ก็คือ "โยนิโสมนสิการ" โยนิโสมนสิการเป็นองค์ธรรมที่จะช่วยให้เกิดปัญญา จึงมีความสำคัญมากสำหรับวิปัสสนา ส่วนในฝ่ายสมณะ โยนิโสมนสิการแม้จะช่วยเกื้อหนุนได้ในหลายกรณี แต่ก็มีค่าจำเป็นน้อยลง บางครั้งอาจไม่ต้องใช้เลย หรือเพียงขั้นโยนิโสมนสิการเฉย ๆ ก็เป็นการเพียงพอ กล่าวคือในการเจริญสมณะสาระสำคัญเพียงเพื่อให้ใช้สติกำกับจิตไว้กับอารมณ์ โดยที่ไม่จำเป็นจะต้องใช้โยนิโสมนสิการเลยก็ได้ แต่ในบางกรณีเช่นการเจริญเมตตาเพื่อสมาธิอาจต้องใช้ช่วยช่วยนำจิตเข้าสู่เป้าหมาย ในกรณีเช่นนี้จึงอาจใช้โยนิโสมนสิการเข้าช่วยคือ มนสิการโดยอุบายหรือทำในใจโดยแยบคาย อย่างไรก็ตามในฝ่ายสมณะ โยนิโสมนสิการที่อาจต้องใช้ เป็นการใช้เฉพาะเพื่อปลุกเร้ากุศลธรรมเท่านั้น ไม่ต้องใช้โยนิโสมนสิการประเภทปลุกความรู้งังสภาวะ ส่วนในฝ่ายวิปัสสนา โยนิโสมนสิการมีบทบาทที่สำคัญที่เกี่ยวที่จะทำให้เกิดปัญญา จึงเป็นองค์ธรรมที่จำเป็น โยนิโสมนสิการอยู่ต่อเนื่องกับปัญญาเป็นตัวการทำทางให้ปัญญา เค้นหรือเปิดขยายช่องทางให้ปัญญาเจริญงอกงาม มีลักษณะและการทำงานใกล้เคียงกับปัญญามาก จนมักพูดคลุกกันไปคือพูดอย่างหนึ่งก็หมายถึงอีกอย่างหนึ่งด้วย จึงเป็นเหตุให้ผู้ที่ศึกษาแยกไม่ค่อยออกว่าอะไรเป็นอย่างไหน อาจกล่าวได้ว่าโยนิโสมนสิการทำงานเชื่อมต่อระหว่างสติกับปัญญา

เป็นค้ำประกันทางหรือเคินกระแสดความคึกในลักษณะที่จะทำให้ปัญญาได้ทำงานและทำงาน  
โดยผลทุกอันหนึ่งว่า โยนิโสมนสิการเป็นค้ำให้วิธีการแก้ปัญหา หรือเป็นอุปบายวิธีของ  
การใช้ปัญญาให้โดยล โยนิโสมนสิการมีบทบาทสัมพันธ์กับสติดังนี้ เมื่อสติระลึกถึงสิ่งที่  
เกี่ยวข้องที่ค้ำของใจของทำและเอาจิตกำกับสิ่งนั้นไว้แล้ว โยนิโสมนสิการก็จับสิ่งนั้นหมุนทัน  
เอียงตะแคงเป็นต้นอย่างใดอย่างหนึ่งให้ปัญญาศึกษาพิจารณาจัดการ ซึ่งเป็นการกำหนดจุดมุ่ง  
มูมท่าทางและทิศทางให้แก่การทำงานของปัญญา แล้วปัญญาก็ทำงานจัดการไปตามมุ่งมู  
และทิศทางนั้น ๆ ถ้าโยนิโสมนสิการจับท่าทางใดเหมาะก็ ปัญญาก็ทำงานโดยล กล้วยเหตุ  
นี้จึงมักพูดกันง่าย ๆ ว่าโยนิโสมนสิการหมายคลุมถึงปัญญา คือมนสิการด้วยปัญญานั่นเอง  
แต่พึงระวังและทำความเข้าใจให้ดีกว่า ค้ำโยนิโสมนสิการไม่ใช่ค้ำปัญญา แต่เป็นวิธีการ  
แห่งปัญญา หรือเป็นวิธีการเพื่อให้เกิดปัญญาความเห็นแจ้ง

อนึ่ง เมื่อโยนิโสมนสิการกำลังทำงานอยู่ สติก็จะยังอยู่ด้วยโดยไม่หลงหลุก  
ลอยไปไหน ดังนั้นสติกับโยนิโสมนสิการจึงมีบทบาทเกื้อกูลแก่กันและกันในวิปัสสนา<sup>1</sup>

เท่าที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ แสดงถึงสติ(รวมทั้งสัมปชัญญะ) และโยนิโสมนสิการ  
ว่ามีบทบาทหรือเป็นที่อาศัยเป็นปัจจัยสำคัญในการเจริญปัญญาหรือที่เรียกว่าวิปัสสนาภาวนา  
ตามแนวมหาสติปัฏฐาน 4 อย่างไร โดยเฉพาะอย่างยิ่งโยนิโสมนสิการถือได้ว่าเป็นวิธี  
ถาวรแห่งปัญญาและช่วยให้เกิดปัญญาซึ่งได้เคยอธิบายมาแล้วในบทที่ 3 ของวิทยานิพนธ์  
ฉบับนี้ที่ว่าด้วยปัญญาอุชิธรรม 4 อันประกอบด้วยคัมภีร์มรรค 1, พังสัทธรรม 1,  
การกระทำใดในใจโดยแยบคาย(โยนิโสมนสิการ)1, การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม  
(ธรรมานุธรรมปฏิบัติ) 1 การเจริญวิปัสสนาเป็นธรรมานุธรรมปฏิบัติที่สำคัญอันนำไปสู่  
วิริยาและวิมุกตติ จึงเป็นจุดที่ควรสนใจเป็นพิเศษ วิปัสสนาจะดำเนินไปได้ต้องใจสติ-สัมปชัญญะ

และโยนิโสมนสิการ เป็นหลักคำเนนการที่สำคัญ แม้วามหาสติปิฎฐาน 4 จะมีใครระบุคำว่า โยนิโสมนสิการ ไว้ก็ตาม แต่ก็มีความหมายตรงกับโยนิโสมนสิการ เหมือนกันโตแก่คำว่า "พิจารณา" ในข้อความของมหาสติปิฎฐาน 4 ว่า "พิจารณาเห็นกายในกาย... ,พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา... ,พิจารณาเห็นจิตในจิต... ,พิจารณาเห็นธรรมในธรรม..." นอกจากนี้การทำงานของสัมปชัญญะ หลังจากที่ตั้งทำหน้าที่กำหนดรู้ในแต่ละเรื่องแล้ว สัมปชัญญะทำการตรวจสอบ ใคร่ครวญ พิจารณาอย่างละเอียดลักษณะการอย่างนี้ก็คือโยนิโสมนสิการเช่นกัน อย่างไรก็ตามก็ถ้าถือเอาความหมายของคำอย่างถูกต้องแล้ว โยนิโสมนสิการมิได้มีความหมายตรงกับสัมปชัญญะอย่างสมบูรณ์ สัมปชัญญะเป็นตัวปัญญา เป็นคำไวพจน์คำหนึ่งของปัญญา ซึ่งทำงานร่วมกับสติ ส่วนโยนิโสมนสิการมิใช่ตัวปัญญาแต่เป็นวิธีการแห่งปัญญา ดังนั้นจึงมีท่านผู้ระบุว่าโยนิโสมนสิการ เป็นองค์ธรรมที่เป็นตัวปฏิบัติการ เชื่อมต่อระหว่างสติกับสัมปชัญญะ<sup>1</sup> ทั้งนี้

1

พระราชวรมณี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า 823

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



### ไตรสิกขากับอริยมรรค

ก่อนอื่นใคร่ขอยกข้อความในพระไตรปิฎกเพื่อประกอบการพิจารณา ดังนี้

"ดูกรวิสาขะผู้มีอายุ ชั้น 3 พระผู้มีพระภาคไม่สงเคราะห์ด้วยอริยมรรคมีองค์ 8 ส่วนอริยมรรคมีองค์ 8 พระผู้มีพระภาคทรงสงเคราะห์ด้วยชั้น 3 คือ วาจาชอบ 1 ทำการงานชอบ 1 เลี้ยงชีวิตชอบ 1 ทรงสงเคราะห์ด้วยศีลชั้น 3 ความเพียรชอบ 1 ความระลึกชอบ 1 ความตั้งใจไวชอบ 1 ทรงสงเคราะห์ด้วยสมาธิชั้น 3 ปัญญาอันเห็นชอบ 1 ความคำวิชอบ 1 ทรงสงเคราะห์ด้วยปัญญาชั้น 3"<sup>1</sup>

พระไตรปิฎกตอนนี้แสดงความเป็นจริงว่า อริยมรรคอันมีองค์ 8 สงเคราะห์เข้ากันได้กับไตรสิกขา โดยถือเอาไตรสิกขาเป็นหลัก แต่ไตรสิกขาเริ่มด้วยหมวดศีล ส่วนอริยมรรคเริ่มด้วยหมวดปัญญาคือสัมมาทิฏฐิและสัมมาสังกัปปะ ถ้าดูเป็น ๆ น่าจะมีอะไรที่ขัดแย้งกัน แต่โดยความเป็นจริง บทธรรม 2 เรื่องนี้ไม่มีอะไรที่ขัดแย้งกันตรงกันข้ามกับประสานสัมพันธ์กันในทางปฏิบัติ กล่าวคืออริยมรรคอันมีองค์ 8 เกิดมีขึ้นโดยฐานที่เป็นวิธีการที่นำเอากฎเกณฑ์ของธรรมชาติมาใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิต อริยมรรคเป็นจุดเริ่มต้นของการนำเอาความรู้ในกฎธรรมชาติมาประยุกต์ใช้เป็นวิธีปฏิบัติ อริยมรรคเป็นหลักกลางในชั้นวิธีการของมนุษย์ต่อจากอริยมรรคก็คือไตรสิกขานี้เองที่เป็นขั้นนำเอาเนื้อหาของอริยมรรคไปใช้งานจริง ๆ โดยนำเอาองค์ประกอบทั้ง 8 ไปแยกย่อยจัดรูปเป็นกระบวนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนต่าง ๆ สุกแต่วัตถุประสงค์ประจำเพาะของแต่ละระดับแต่ละกรณี ความแตกต่างข้อนี้นำไปสู่ความแตกต่างแห่งการจึกลำดับข้อธรรมระหว่างอริยมรรคกับไตรสิกขา

อริยมรรคในฐานะที่เป็นหลักกลางในชั้นวิธีการจึงยังเป็นระบบการปฏิบัติที่มุ่งในแง่เนื้อหา คือมองแต่ลำพังตัวระบบเอง แจกแจงให้เห็นองค์ประกอบที่เป็นข้อย่อยของมันว่ามีอะไรบ้างตามเนื้อหาของมันเองแท้ ๆ ดังนั้นการจึกลำดับองค์ธรรมภายในอริยมรรคจึงเป็นการจึกลำดับตามความสัมพันธ์ระหว่างส่วนประกอบเหล่านั้นเอง ซึ่งทำหน้าที่ของมันอยู่ภายในตัวบุคคลของผู้ปฏิบัติธรรม โดยนัยนี้ภายในอริยมรรค สัมมาทิฏฐิจึงเป็นข้อแรกในฐานะที่เป็นจุดเริ่มต้น ถ้าหากข้อนี้เสียแล้ว องค์ประกอบข้ออื่น ๆ จะเกิด



มีขึ้นไม่ได้ อุปมาเหมือนการเดินทางจะต้องรู้ก่อนว่าจะไปไหนหนทางใด การปฏิบัติ  
 ชุมนุมก็เหมือนกัน จะต้องมีความเห็นมีความเข้าใจถูกต้องเสียก่อนว่า ปฏิบัติเพื่ออะไร  
 รู้จุดหมายและหลักการอย่างถูกต้อง ตามแนวทางที่จะปฏิบัติเสียก่อนจึงจะคำวาทิการต่อไป  
 และประพฤติกฎปฏิบัติให้ถูกต้อง การปฏิบัติธรรมจึงต้องอาศัยพื้นฐานความเข้าใจที่เป็น  
 คนทุนไว้ก่อน เมื่อสัมมาทิฐิเปิดช่องทางหรือตั้งคนให้แล้ว องค์มรรคข้ออื่น ๆ ก็เกิดขึ้น  
 มาได้โดยลำดับ ซึ่งตรงกับหลักความจริงตามกฎธรรมชาติว่าคนเราจะทำอะไรให้ถูกต้อง  
 จะต้องมีสติความเห็นที่ถูกต้องมาก่อน พุทธปรัชญาถือว่าเจตนาคือกรรม บุคคลจงใจ  
 แล้ว จึงกระทำด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจ<sup>1</sup> ดังนั้นถ้ามีเจตนาดี(กุศลเจตนา)การกระทำ  
 ทั้งหลายก็จะดี(กรรมดี-กุศลกรรม)เจตนาจะดีหรือชั่ว ย่อมอาศัยทิฐิคือความเห็นเป็น  
 ปัจจัยเกื้อหนุน ถ้ามีสัมมาทิฐิย่อมจะปรุงแต่งให้เกิดกุศลเจตนาซึ่งจะก่อให้เกิดกุศลกรรม  
 โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรรมที่เป็นกุศล คือความคิด ความคำวาทิตีที่ชอบเป็นสัมมาสังกัปปะ  
 และกระบวนธรรมต่าง ๆ ก็จะดำเนินต่อไปในลักษณะที่เป็นสัมมา คือความถูกต้องหรือที่ตี  
 ติงาม นั่นก็คือ สัมมาทิฐิยอมก่อให้เกิดสัมมาปฏิบัติ

ส่วนไตรสิกขา เป็นระบบปฏิบัติที่มุ่งในแง่การปฏิบัติงาน คือนำเอาองค์ประกอบ  
 ทั้งหลายของอริยมรรคออกมาจัดเป็นกระบวนวิธีปฏิบัติที่มีขั้นตอนต่าง ๆ เพื่อใช้ของมรรค  
 เหล่านั้นให้สำเร็จผลอย่างเป็นงานเป็นการในชีวิตจริง<sup>2</sup> โดยที่ไตรสิกขาแทนที่จะเน้น  
 ในแง่ว่าเมื่อมีความเห็นถูกต้องแล้ว ก็จะคิดคำวาทิตีถูกต้องแล้วจะพูดจะทำก็พลอยดีงามถูก  
 ต้องด้วย แต่กลับมานั้นที่ค่านอกกว่า ความดี ความถูกต้องที่จะต้องพูดจะต้องทำจะมีอะไร  
 บ้างในฐานะที่อยู่ร่วมกับคนอื่น ๆ กำหนดการแสดงออกภายนอกให้สะท้อนกลับเข้าไปมี

1

อ.ฉ.ฉ. 22/334/368

2

พระราชวรมุนี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า 608

อิทธิพลต่อความคิดความเห็นภายในจิตใจ กล่าวคือให้ผู้นั้นรู้จักบังคับควบคุมตนเอง รู้จักคิด รู้จักพิจารณาเกี่ยวกับพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง เป็นการเริ่มจากความสัมพันธ์ทางสังคมเข้าไปหาภายในตัวบุคคล และจุดนี้แหละคือการก้าวเข้าสู่ความหมายของสิกขา ที่ว่าเป็นการฝึกอบรม นั่นก็คือไตรสิกขาเป็นการฝึกอบรมคนที่ เป็นขั้นตอน จากส่วนที่หยาบ ไปหาส่วนที่ละเอียด หรือจากส่วนที่เป็นรูปเป็นร่างชัดเจนเห็นง่ายจัดการง่าย ไปสู่สิ่งที่ ประณีตลึกซึ้งมองไม่เห็น ยากที่จะควบคุมจัดการคือเริ่มด้วยฝึก กาย วาจา เข้าไปหาจิตใจและปัญญา

อย่างไรก็ดีใคร่ขออย่าถึงความสำคัญของสัมมาทิฐิหรือองค์ธรรมฝ่ายปัญญา ระบบการปฏิบัติธรรมของพระพุทธศาสนา ไม่ว่าจะมองในแง่ของอริยมรรคหรือไตรสิกขา ก็ตาม ล้วนเริ่มต้นด้วยปัญญาและจบลงด้วยปัญญา สำหรับไตรสิกขาแม้จะมีศีลเป็นข้อแรก แต่ความจริงก็ต้องอาศัยพื้นฐานความเข้าใจเกี่ยวกับสิ่งที่ลงมือปฏิบัติเป็นต้นทุนไว้ก่อน ซึ่งก็คือสัมมาทิฐินั่นเอง แต่เพราะความรู้ ความเข้าใจเบื้องต้นเป็นเพียงการรู้จัก ประสงค์ และจะตั้งตนอย่างไรเท่านั้น จึงไม่จัดเป็นขั้นตอนของระบบการฝึกอบรมแบบ ช่วงกว้างของไตรสิกขา เมื่อผู้ปฏิบัติมีความรู้ความเข้าใจหรือความเชื่อ ความเห็นอันถูกต้องเป็นพื้นฐานต้นทุนอยู่แล้ว ก็เริ่มการฝึกอบรมที่ความประพฤติทางกาย วาจา และอาชีพะ (ศีล) ก่อน เมื่อศีลพร้อมดีแล้วก็ฝึกขั้นประณีตขึ้นมา ถึงการฝึกอบรมจิต (สมาธิ) จนถึงขั้น สุกท้ายคืออบรมปัญญาให้แตกฉานพ้นจากอวิชชาคือความไม่รู้ หรือจะกล่าวในลักษณะที่ ประสานขานรับกันระหว่างระบบการฝึกจากข้างนอกของไตรสิกขา กับการทำหน้าที่แห่ง องค์ธรรมภายในของอริยมรรคกล่าวคือ เมื่อประพฤติตนเป็นคนมีศีลด้วยความไม่มกมาย หลงผิด จิตใจสงบเป็นสมาธิ เมื่อใจเป็นสมาธิ การคิดพิจารณาก็ได้ปัญญา พอได้ปัญญา ก็กลายเป็นสัมมาทิฐิหรือองค์แรกของมรรค สัมมาทิฐิก็ส่งทอดแก่สัมมาสังกัปปะ ๆ กันำทาง แก่สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะและสัมมาอาชีพะ ตามหลักความสัมพันธ์ระหว่างองค์มรรค กลายเป็นการช่วยให้เกิดศีลแล้วสืบทอดต่อ ๆ กันไปอีก จนในที่สุดปัญญาก็จะเจริญถึงขั้น รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ถึงขั้นหลุดพ้นบรรลุนิพพานได้ คือความรู้ความเข้าใจ หรือความเชื่อความเหตุผล กลายมาเป็นการรู้การเห็นด้วยปัญญาของคนจริง ๆ โดยสมบูรณ์ กังพุทธพจน์ว่า "มัชฌิมาปฏิปทาเป็นญาณกรณี(สร้างการรู้) จักขุกรณี(สร้างการเห็น)

เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความตรัสรู้เพื่อนิพพาน"<sup>1</sup>

สรุปความก็คือ สัมมาทิฏฐิซึ่งเป็นปัญญา จะต้องเข้าไปมีส่วนร่วมในการปฏิบัติธรรมทุก ๆ เรื่อง โดยเฉพาะไตรสิกขาที่อาศัยสัมมาทิฏฐิเป็นพื้นฐาน แต่เนื่องด้วยไม่แน่ใจให้แก่นักคิดจึงละไว้ในที่เข้าใจ โดยที่ไตรสิกขานี้เน้นว่าการปฏิบัติว่าจะต้องปฏิบัติอะไรให้แก่นักปฏิบัติก่อน ซึ่งได้แก่การปฏิบัติทางความประพฤติหรือพฤติกรรมทางกาย วาจา และอาชีวะที่เรียกว่า เป็นเรื่องของศีล เมื่อมีความมั่นใจในความบริสุทธิ์ทางความประพฤติ ย่อมไม่สะอึกสะอื้นหวาดผวาทหรือฟุ้งซ่านวุ่นวายใจ จิตใจจึงปลอดโปร่งสงบ แน่วแน่เป็นสมาธิทำให้การศึกษาค้นคว้าพิจารณาการรับรู้สิ่งต่าง ๆ ก็ยิ่งชัดเจน เป็นผลดีในทางปัญญามากขึ้นคือไปจนในที่สุดจะเกิดปัญญาในขั้นสูงยิ่งที่เรียกว่า สัมมาญาณะหรือญาณทัสสนะ ทำให้รู้เห็นความเป็นจริงอันมีผลทำให้จิตใจสะอาดบริสุทธิ์ สมกับพุทธพจน์ตอนหนึ่งว่า "จิตอันปัญญาอบรมแล้ว ย่อมหลุดพ้นจากอาสวะโดยชอบ คือกามาสวะ ภาวาสวะ อวิชชาสวะ"<sup>2</sup>

นั่นก็คือ อริยมรรคกับไตรสิกขาไม่มีอะไรที่ขัดแย้งกันในทางกระบวนการปฏิบัติต่างกันแต่เพียงว่า "มรรคเป็นระบบการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในแง่เนื้อหาฉันใด ไตรสิกขา ก็เป็นระบบการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในแง่การใช้งานฉันนั้น และไตรสิกขานี้แหละที่มารับช่วงหลักปฏิบัติจากมรรคไปกระจายออกสู่วิถีปฏิบัติในส่วนรายละเอียดอย่างกว้างขวางต่อไป"<sup>3</sup> อริยมรรคหรือไตรสิกขานี้แหละคือวิถีทางเพื่อการเข้าถึงอุดมการณ์อันสูงสุดแห่งพุทธปรัชญาโดยที่มีปัญญาเป็นตัวการสำคัญ

1

วิ.นัย. ๘/13/18, สัง.ม. 19/1664/528

2

ที.ม. 10/111/101

3

พระราชวรมุนี(ประยุทธ์ ปยุตโต)พุทธธรรม, หน้า 601



**อริยมรรค** หมายถึงทางอันประเสริฐ คือเป็นวิถีทางดำเนินที่มีความประเสริฐ อยู่ในตัวเอง กล่าวคือเป็นความจริงแท้ เป็นความดีแท้และเป็นความตรงแท้ นอกจากนี้ ยังหมายถึงทางของพระอริยะคือผู้ประเสริฐกล่าวคือ บุคคลที่ใคร่ชื่อว่าพระอริยมุคคัล จะต้องดำเนินอยู่บนทางสายนี้หรืออาจกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า อริยมรรคเป็นทางที่ทำให้ผู้ดำเนิน บรรลุถึงความเป็นผู้มีชีวิตประเสริฐ และร้องเรียกผู้นั้นว่าผู้ประเสริฐ(พระอริยะ)ซึ่งใน พระพุทธศาสนาแบ่งไว้ 4 ระดับ คือ พระโสดกัมมัน, พระสกทาคามี, พระอนาคามีและ พระอรหันต์

**พรหมจรรย์** หมายถึงการประพฤติอย่างพรหม กล่าวคือเป็นการดำเนินชีวิตอัน ประเสริฐหรือการครองชีพอย่างประเสริฐ<sup>1</sup> ดังพุทธพจน์ว่า "อริยมรรคอันประกอบด้วย องค์ 8 นี้แล... นี้เรียกว่าพรหมจรรย์"<sup>2</sup>

**มัชฌิมาปฏิปทา** แปลว่าทางสายกลาง กล่าวคือไม่เอียงไปทางกามสุขที่เรียกว่า กามสุขัลลิกานุโยค ไม่เอียงไปทางการทรมานคนให้ลำบากที่เรียกว่า อตฺตกิลมณานุโยค แต่เป็นวิธีการดำเนินชีวิตที่เป็นกลาง ๆ ตามธรรมชาติพอเหมาะพอดีที่จะให้เกิดผลตาม กระบวนการดับทุกข์ตามธรรมชาติ

**อภิญ्ञคิกมรรค** หมายถึงเป็นทางสายเกี่ยวกับประกอบด้วยองค์ 8 ประการ ได้แก่ สัมมาทิฏฐิ(ความเห็นชอบ), สัมมาสังกัปปะ(ความคำริชอบ), สัมมาวาจา(วาจาชอบ), สัมมาภัมมันตะ(การกระทำชอบ), สัมมาอาชีวะ(เลี้ยงชีพชอบ), สัมมาวายามะ(พยายามชอบ), สัมมาสติ(ระลึกชอบ), สัมมาสมาธิ(ตั้งใจมั่นชอบ)

1

พระราชาวรมุณี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า 590

2

สัง.ม. 19/115/26



สัมมาปฏิบัติ คือเป็นข้อประพฤติปฏิบัติที่ถูกต้อง ที่ดีที่ชอบ<sup>1</sup>

มรรคมีองค์ 8 หรือเรียกสั้น ๆ ว่า มรรค 8 เป็นทางแห่งปัญญา โดยที่ผู้นั้นจะต้องมีใจในคุณแห่งพระรัตนตรัยก่อน ทำให้ใจสงบเข้มแข็งแล้วใช้ปัญญามองกุปปัญหาอย่างมีใจเป็นกลางให้เห็นความสภาวะของมัน และแก้ไขปัญหานั้นที่เหตุปัจจัย การปฏิบัติเช่นนี้จึงจะเป็นทางพ้นทุกข์ที่แท้จริงดังพุทธพจน์ว่า

"ผู้ใดถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์เป็นสรณะ มองเห็นด้วยปัญญาโดยดวงแท่งทุกข เหตุใหญ่เกิดทุกข ความกาวลวงทุกขและอริยมรรคมีองค์ 8 อันใหญ่ถึงความสูงบร้งับทุกข นี้แหละคือสรณะอันเกษมนี้คือสรณะอันอุดม คนถึงสรณะอย่างนี้แล้ว ยอมปลดปล่อยจากทุกขทั้งปวง"<sup>2</sup>

ผู้ดำเนินชีวิตตามอริยมรรค พระพุทธองค์ทรงยกย่องว่าเป็นสัตบุรุษ ดังพุทธพจน์ว่า "ดูกรภิกษุทั้งหลาย กิสัตบุรุษเป็นไฉน ? บุคคลบางคนในโลกนี้เป็นผู้มีความเห็นชอบ... ตั้งใจมั่นชอบ บุคคลนี้เรียกว่าสัตบุรุษ"<sup>3</sup>

อริยมรรคหรือทางสายกลางเป็นทางแห่งปัญญา โดยเหตุที่มีจุดหมายที่แน่ชัด ซึ่งผู้ปฏิบัติจะต้องรู้ก่อนจึงจะเดินทางได้ จึงเริ่มต้นด้วยสัมมาทิฐิ คือเริ่มด้วยความเข้าใจปัญหาของตนและรู้จุดหมายที่จะเดินทางไป โดยนัยนี้ทางสายกลางจึงเป็นทางแห่งความรู้ เป็นทางแห่งความเข้าใจและอาศัยเหตุผลมีใจในสติปัญญาของตน จึงกล้าที่จะเผชิญปัญหาความจริงของโลกและชีวิต ทั้งนี้สัมมาทิฐิซึ่งเป็นตัวปัญญา จึงเป็นองค์ประกอบอันสำคัญ

1

สัง.ม. 19/69/18

2

พ.ธ. 25/24/27

3

สัง.ม. 19/72/19



ของการดำเนินชีวิตที่ถูกคอง ไม่ว่าจะเป็นครุทิสต์หรือบรรพชิตต่างก็คองดำเนินชีวิตไปตาม  
มรรคมีองค์ 8 เพื่อยังอายุขรรมนอันเป็นกุศลให้สำเร็จ<sup>1</sup> นั่นก็คือมรรคมีองค์ 8 เป็นวิถีชีวิต  
ที่พิเศษของมนุษย์ตามทรรคณะของพุทธปรัชญาหรือมรรคอันมีองค์ 8 เป็นประมวลหลักความ  
ประพฤติปฏิบัติ หรือระบบจริยธรรมทั้งหมดในพระพุทธศาสนา โดยมีหลักแห่งปัญญาเป็นต้นนำ  
ซึ่งได้แก่สัมมาทิฐิ และเมื่อปฏิบัติจนถึงที่สุดแล้วก็จะเกิดผลเป็นปัญญาชั้นสูงคือสัมมาญาณะ  
อันเป็นปัจจัยให้ไ้สัมมาวิมุตติ ดังนั้นมรรคอันมีองค์ 8 จึงต่อเพิ่มอีก 2 ข้อ รวมเป็น 10 ข้อ  
โดยมีความสัมพันธ์เป็นเหตุเป็นผลต่อกัน ดังนี้

สัมมาทิฐิ → สังฆาสังกัปปะ → สัมมาวาจา → สัมมากัมมันตะ → สัมมาอาชีวะ →  
→ สัมมาวายามะ → สัมมาสติ → สัมมาสมาธิ → สัมมาญาณะ → สัมมาวิมุตติ<sup>2</sup>

นี่เป็นการแสดงอย่างแจ่มชัดว่ามรรคอันมีองค์ 8 เป็นทางแห่งปัญญา หากการ้วยความรู้  
ความเข้าใจตรงตามความมุ่งหมายของเรื่องนั้น ๆ จึงจะแก้ปัญหากำจัดทุกข์ได้สำเร็จ  
รวมความว่า "ถ้าไม่เริ่มค้นคว้าสัมมาทิฐิก็ไม่เริ่มขจัดมาปฏิบัติ ถ้าไม่ดำเนินตามมัชฌิมาปฏิปทา  
ก็แก้ปัญหากับทุกข์ไม่สำเร็จ"<sup>3</sup>

1

สัง.ม. 19/69/18

2

อิง.ทสก. 24/104/182

3

พระราชารมุนี(ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า 585