



ศึกษาสติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม
ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

**A STUDY OF SATI AND SAMPAJAÑÑA IN BODHIPAKKHIYADHAMMA
IN VIPASSANĀ MEDITATION PRACTICE**

พระอธิการประกาลิทธิ์ สุจินฺโณ (กลิ่นชื่น)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑



ศึกษาสถิติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม
ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

พระอธิการประกาสสิทธิ์ สุจินฺโณ (กลิ่นชื่น)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**A Study of Sati and Sampajañña in Bodhipakkhiyadhamma
in Vipassanā Meditation Practice**

Phraathikan Prakasit Sucinno (Klinchuen)

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 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยอนุมัติให้นับสารนิพนธ์เรื่อง
“ศึกษาศิลปะที่ปรากฏอยู่ในโศลกปรัชญาธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” เป็นส่วนหนึ่งของ
การศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

.....
(พระมหาสมบุญ วุฑฒิโกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบสารนิพนธ์ ประธานกรรมการ
(.....)

..... กรรมการ
(.....)

..... กรรมการ
(.....)

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ผศ.ดร. วิโรจน์ คุ้มครอง

ชื่อผู้วิจัย
(พระอธิการประกาสสิทธิ์ สุจิณฺโณ)

- ชื่อสารนิพนธ์** : ศึกษาสติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม
ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ผู้วิจัย** : พระอธิการประกาศสิทธิ์ สุจินฺโณ (กลีนชื่น)
- ปริญญา** : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)
- อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์**
ผศ. ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง, ป.ธ. ๙, พธ.ม. (พระพุทธศาสนา),
พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)
- วันเสร็จสมบูรณ์** : ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

บทคัดย่อ

สารนิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาเนื้อหาสาระสำคัญของสติสัมปชัญญะ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อศึกษาสติสัมปชัญญะที่ปรากฏในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นงานวิจัยเชิงเอกสารโดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อнуฎีกา และคัมภีร์อื่นที่มีความเกี่ยวข้องเรียงบรรยาย ตรวจสอบโดยอาจารย์ที่ปรึกษา

จากการศึกษาพบว่า สติคือความระลึกได้และสัมปชัญญะคือภาวะรู้สภาพความเป็นจริงเป็นธรรมที่มีความสำคัญมากในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกคน สติสัมปชัญญะทำหน้าที่คอยควบคุมจิตให้ระลึกรู้ พิจารณา หาเหตุผล คอยควบคุม สอดส่อง ดูแล มิให้เกิดความประมาท พลังเพลอ ห้ามอกุศลธรรมทั้งหลายมิให้เกิดขึ้น มีประโยชน์แก่อกุลทั้งทางโลกและทางธรรม ในทางโลกผู้มีสติสัมปชัญญะจะพิจารณาหาเหตุผลในกิจการงานทั้งหลายเพื่อทำให้การงานเหล่านั้นสำเร็จด้วยดี ส่วนในทางการปฏิบัติธรรม สติและสัมปชัญญะทำให้ผู้ปฏิบัติรู้แจ้งสภาวะธรรมที่กำลังปรากฏขึ้นตามความเป็นจริงและทำหน้าที่ให้จิตดำเนินไปสู่อริยมรรค อริยผล มินิพพานเป็นที่สุด

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโพธิปักขิยธรรม อันเป็นธรรมฝ่ายแห่งการตรัสรู้สติสัมปชัญญะ เป็นหมวดธรรมที่ทำหน้าที่ระลึกรู้และพิจารณาสภาวะธรรมทั้งหลายที่กำลังเกิดขึ้นในขณะปัจจุบันอารมณ์ เพื่อให้เห็นแจ้งตามความเป็นจริง การพัฒนาจิตตั้งแต่สติปัฏฐาน ๔ จนถึงอริยมรรคมีองค์ ๘ มีสติและสัมปชัญญะเป็นประธานในการเจริญวิปัสสนาเพื่อรู้แจ้งสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น และร่วมเป็นสัมปยุตตธรรมในสภาวะกุศลธรรมทั้งหลาย ปราศจากสติและสัมปชัญญะจิตที่เป็นกุศลใด ๆ ไม่สามารถเกิดขึ้นได้

Research Paper Title : A Study of Sati and Sampajañña in Bodhipakkhiyadhamma
in Vipassanā Meditation Practice

Researcher : Phraathikan Prakasit Sucinno (Klinchuen)

Degree : Master of Arts (Vipassanā Meditation)

Research Paper Supervisor

: Asst. Prof. Dr. Viroj koomkrong, Pali IX.,
M.A. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Completion : February 25, 2019

Abstract

This research paper has 2 objectives; 1) to study the essence of mindfulness and awareness in Theravada Buddhist scriptures, and 2) to study mindfulness and awareness that appears in Bodhipakkhiyadhamma for insight development. It is a documentary research by study from the Theravada Buddhist scripture; Tipitaka, commentary, sup-commentaries, and other scriptures concerned, then analyzed, compiled in descriptive style and finally rechecked by advisor.

The study found that mindfulness is remembering and awareness refers to state of realizing true nature of all formations. Both are most beneficial for daily living of everyone. Their function is to channel mind to be mindful, considering, seeking clear comprehension, control, look after, careful, preventing from heedlessness, it also prevents from falling into unwholesome deeds therefore these teachings are very helpful for both worldly and spiritual growth. In worldly support, they help man to seek reason and solution to complete their works while in spiritual support, they lead the practitioners to realize the true state as they really are and paving the path into noble path, noble fruits and Nibbana in final.

For insight development found in Bodhipakkhiyadhamma or factors of enlightenment, mindfulness and awareness function to remember and consider all states of all things happening in the present moment for clearly seeing the true nature of name and forms. On other hand, practice starting from 4 foundations of mindfulness up to eightfold noble path has mindfulness and awareness as precise domain or leader for insight development and being associated in all wholesomeness, without mindfulness and awareness any wholesome deeds cannot be happened.

กิตติกรรมประกาศ

ขอความนอบน้อมของข้าพเจ้าจงมีแต่พระรัตนตรัย มีพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระอริยสงฆ์ด้วยเศียรเกล้า

กราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณ เจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ, ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ. ๙, MA., Ph.D.) รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เจ้าคณะใหญ่หนกลาง เจ้าอาวาสวัดพิชัยญาติการามที่เต็มไปด้วยความเมตตาเป็นอย่างสูง

กราบขอบพระคุณ ท่านสยาตอ อชิน อู ชฎิละ สำนักปฏิบัติวิปัสสนาวิมุตตมหาสีสาสนยกต่ากรุงย่างกุ้ง สหภาพเมียนมาร์, พระราชสิทธิธำมรงค์ (ทองใบ ปภัสสรโร) ประธานสงฆ์แห่งวัดนาหลวง (อภิญา เทสิตธรรม) ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี, พระภวนาพิศาลเมธี วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี) อาจารย์ผู้สอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นผู้ให้ความรู้ทางวิชาการ และดูแลอบรมสั่งสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” ตำบลหนองน้ำแดง อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา

ขอกราบขอบพระคุณ พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร, ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย, พระเทพสุวรรณเมธี, ดร. ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายวิชาการ รักษาการผู้อำนวยการสำนักวิชาการ, พระมหาโกลกมโล, ผศ. ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์, พระมหาณรงค์ฤทธิ์ ธมมโสภโณ ผู้อำนวยการวิทยาเขต, ผศ. ดร. วิโรจน์ คุ้มครอง อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์, ดร. ชัยชาญ ศรีหาญ ผู้แปลบทคัดย่อภาษาอังกฤษ และคณาจารย์ผู้ให้ความรู้ด้านวิชาการ ที่เมตตาให้คำแนะนำต่าง ๆ จนทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ เจ้าหน้าที่ตรวจรูปแบบ พระประเทือง ขนติโก, พระสุคนธ์ ปญญารโพร้อมทั้งเจ้าหน้าที่บรรณารักษ์ห้องสมุดที่อำนวยความสะดวกในการสืบค้นข้อมูลทำสารนิพนธ์ และเจ้าหน้าที่วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ทุกฝ่าย ทุกท่านที่ช่วยประสานงานด้านต่าง ๆ ตลอดจนกัลยาณมิตรเพื่อนนิสิต วิปัสสนาภาวนารุ่น ๑๒ ทุกรูป/คน ที่ให้ความช่วยเหลือจนทำให้ สารนิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

ผู้วิจัยขอน้อมนำเป็นเครื่องสักการบูชาแด่พระรัตนตรัย และผู้มีอุปการคุณทุกท่าน แม้ธรรมใดอันเป็นไปเพื่อความสิ้นแห่งกองทุกข์ทั้งปวงของท่านทั้งหลาย จงถึงซึ่งธรรมนั้น ตามวาสนาบารมีของท่านทั้งหลายด้วยเทอญ

พระอธิการประกาศสิทธิ์ สุจินโณ (กลิ่นชื่น)

๒๐ มกราคม ๒๕๖๒

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฉ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
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
บทที่ ๒ ศึกษาเนื้อหาและสาระสำคัญของสติสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๑๑
๒.๑ ความหมายของสติและสัมปชัญญะ	๑๑
๒.๒ ความสำคัญของสติและสัมปชัญญะ	๑๓
๒.๓ สติและสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในหลักธรรมต่าง ๆ	๑๙
๒.๔ สติและสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม	๒๒
๒.๕ ทรรศนะเรื่องสติและสัมปชัญญะของนักวิชาการและครูทางพระพุทธศาสนา	๓๖
๒.๖ สรุปท้ายบท	๓๘
บทที่ ๓ สติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๔๐
๓.๑ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสติปัฏฐาน ๔	๔๑
๓.๒ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสัมมัปปธาน ๔	๖๖
๓.๓ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอิทธิบาท ๔	๖๗

๓.๔	สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอินทรีย์ ๕	๖๗
๓.๕	สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในพละ ๕	๖๘
๓.๖	สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโพชฌงค์ ๗	๖๙
๓.๗	สติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘	๖๙
๓.๘	สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโพธิปักขิยธรรม	๖๙
๓.๙	สรุปท้ายบท	๗๔
บทที่ ๔	สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๗๖
๔.๑	สรุปผลการวิจัย	๗๖
๔.๒	ข้อเสนอแนะ	๗๗
บรรณานุกรม		๗๙
ประวัติผู้วิจัย		๘๒

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อในสารนิพนธ์ฉบับนี้ ใช้อ้างอิงจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ ชุด ๔๕ เล่ม ส่วนคัมภีร์อรรถกถาแปลภาษาไทย ใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พิมพ์ครั้งที่ ๑/๒๕๕๒ คัมภีร์ฎีกา ภาษาบาลี ใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และใช้ฉบับมหาจุฬารัฏฐิกา เป็นฉบับที่สมบูรณ์ ส่วนภาษาไทยมีพิมพ์เผยแพร่ ๒ เล่ม คือ คัมภีร์สารัตถที่ปฎิภาพระวินัย และคัมภีร์วิสุทธิธรรมคัมภีร์

การอ้างอิงพระไตรปิฎก จะระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี. (บาลี) ๑/๒๗๖/๙๗, ที.สี. (ไทย) ๙/๒๗๖/๙๘. หมายถึง ที่ขนิทาย สีลขณชวคคปาติ ภาษาบาลี เล่ม ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๙๗ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐, ที่ขนิทาย สีลขันธวรรค ภาษาไทย เล่ม ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๙๘ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙

ส่วนคัมภีร์อรรถกถา จะระบุชื่อคัมภีร์ ลำดับเล่ม (ถ้ามี)/หน้า เช่น ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๒๗๖/๒๔๐ หมายถึง ที่ขนิทาย สุมงคลวิสาสินี สีลขณชวคคอกุฏกถา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๒๔๐ ฉบับมหาจุฬารัฏฐิกา

ส่วนคัมภีร์ฎีกา จะระบุชื่อคัมภีร์ ระบุเล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี.ฎีกา (บาลี) ๑/๒๗๖/๓๗๓ หมายถึง ที่ขนิทาย สิ้นตลุปกาสินี สีลขณชวคคฎีกา 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. (บาลี)	= สุตตันตปิฎก ที่ขนิทาย สีลขณชวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.สี. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก ที่ขนิทาย สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (บาลี)	= สุตตันตปิฎก ที่ขนิทาย มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก ที่ขนิทาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)

ที.ปา. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกาวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู. (บาลี)	= สุตตนะตปิฎก	มชฺฉิมนิกาย	มูลปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.มู. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	มัชฉิมนิกาย	มูลปณณาสก	(ภาษาไทย)
ม.อุ. (บาลี)	= สุตตนะตปิฎก	มชฺฉิมนิกาย	อุปริปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
สํ.นิ. (บาลี)	= สุตตนะตปิฎก	สํยุตตนิคาย	นิทานวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
สํ.สพ. (บาลี)	= สุตตนะตปิฎก	สํยุตตนิคาย	สหายนวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
สํ.ม. (บาลี)	= สุตตนะตปิฎก	สํยุตตนิคาย	มหาวารวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
สํ.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิคาย	มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก. (บาลี)	= สุตตนะตปิฎก	องคฺคฺตฺตนิคาย	ปญจกนิปาทปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.ปญจก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังกคฺตฺตนิคาย	ปัญจกนิบาท	(ภาษาไทย)
อง.ฉก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังกคฺตฺตนิคาย	ฉกนิบาท	(ภาษาไทย)
ชฺ.อิติ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ชฺุททกนิคาย	อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ชฺ.ป. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ชฺุททกนิคาย	ปฏิสัมภิตามวรรค	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
อภิ.สง. (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
อภิ.วิ. (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)
อภิ.ปุ. (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	บุคคลบัญญัติ	(ภาษาไทย)

ข. คำย่อชื่อคัมภีร์ฎีกาและปกรณ์วิเสส

คำย่อ		ปกรณ์วิเสส	ภาษา
วิสุทฺธิ. (ไทย)	= วิสุทฺธิมรรคปกรณ์	ชื่อคัมภีร์	(ภาษาไทย)

ฎีกาปกรณ์วิเสส

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิสุทฺธิ.ฎีกา (ไทย)	= ปรมัตถมัชฺฐสา	วิสุทฺธิมรรคมหาฎีกา	(ภาษาไทย)

ค. คำย่อชื่อคัมภีร์อรรถกถา

อรรถกถาพระสูตรตันตปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์		ภาษา
ที.สี.อ. (ไทย)	= ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	สีลขันธวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ที.ม.อ. (บาลี)	= ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	มหาวคคอกุฏกถาปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ปา.อ. (บาลี)	= ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	ปาฎีกาวคคอกุฏกถาปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.ม.อ. (บาลี)	= มชฌิมนิกาย	ปปลงจสุทนี	มูลปณณาสกอกุฏกถาปาติ	(ภาษาบาลี)
ช.ป.อ. (ไทย)	= ชุททกนิกาย	สัทธรรมปกาสินี	ปฎิสัมภิทามรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ช.ธ.อ. (ไทย)	= ชุททกนิกาย	ธรรมบทอรรถกถา		(ภาษาไทย)
ช.อุ.อ. (ไทย)	= ชุททกนิกาย	ปรมัตถทีปนี	อุทานอรรถกถา	(ภาษาไทย)

ง. คำย่อเกี่ยวกับหนังสือที่ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์/สถานที่พิมพ์

สารนิพนธ์นี้ ผู้วิจัยใช้คำย่อเกี่ยวกับหนังสือ ตำรา เอกสารทางวิชาการที่ได้จัดพิมพ์โดยไม่ปรากฏปีที่พิมพ์ ดังนี้

ม.ป.ป. = ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์

ม.ป.ท. = ไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พุทธศาสนิกชน คือ ผู้ที่ยอมรับนับถือพระพุทธศาสนาว่าเป็นสรณะ ที่พึ่ง ที่ระลึก โดยการน้อมนำเอาหลักธรรมคำสั่งสอนของสมเด็จพระชินวรสัมมาสัมพุทธเจ้า มาประพฤติปฏิบัติตามสมควรแก่การปฏิบัติ ตามอุปนิสัย วาสนา บารมีของตน พระธรรมคำสั่งสอนของสมเด็จพระชินวรสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้มีการปฏิบัติสืบเนื่องกันมาเป็นเวลาช้านานจนถึงปัจจุบัน

ซึ่งในปัจจุบันนี้ ยังมีผู้ที่มีความเลื่อมใสศรัทธา ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ยังมีจำนวนมาก แต่ว่าผู้ปฏิบัติวิปัสสนาทั้งหลายเหล่านั้น ยังขาดความรู้ความเข้าใจ ในหลักปริยัติธรรม และปฏิบัติสัทธรรม ที่เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่ถูกต้อง ด้วยเหตุนี้ผู้ประพฤติปฏิบัติธรรมทุกท่านจำเป็นจะต้องมีความเข้าใจในหลักธรรมคำสั่งสอน อันเป็นแนวทางของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ที่ถูกต้องเสียก่อน จึงจะสมควรเป็นอย่างยิ่ง แล้วจึงนำเอาหลักธรรมนั้น มาประพฤติปฏิบัติสืบต่อไป เพื่อจะได้ไม่เกิดการผิดพลาด เกิดความล่าช้า ในการประพฤติปฏิบัติวิปัสสนา หรืออาจผิดแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามแนวทางแห่งพระพุทธศาสนา หลักธรรมที่มีคุณูปการต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา อันได้แก่ สติ สัมปชัญญะ^๑ และโพธิปักขิยธรรม^๒ อันเป็นธรรมที่เป็นฝ่ายในการตรัสรู้ คือ รู้แจ้งตามความเป็นจริงของสังขารธรรมทั้งปวง จำเป็นอย่างยิ่ง ที่ผู้ปฏิบัติจะต้องปฏิบัติตามแนวทางที่มีอยู่ในโพธิปักขิยธรรม เพื่อความรู้แจ้งเห็นจริงในสังขารธรรมทั้ง ๔ ประการ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ตามความเป็นจริงของอริยสัจ ดังนั้น ธรรมที่มีอุปการะมากต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ สติและสัมปชัญญะ เพื่อใช้ในการพิจารณาสภาวธรรมทั้งหลาย ที่มีอยู่ในโพธิปักขิยธรรม ตั้งแต่สติปัฏฐาน ๔ เป็นต้น จนถึง อริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นที่สุด

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยใช้สติสัมปชัญญะพิจารณาสภาวธรรมที่กำลังเกิดขึ้น ในขณะปัจจุบันอารมณ์ โดยมีความเพียรอย่างจดจ่อต่อเนื่อง เพื่อไม่ให้สติสัมปชัญญะขาดสาย

^๑ ที.สี. (ไทย) ๙/๒๑๔/๗๓.

^๒ ขุ.อุ.อ. (ไทย) ๑/๔๖.

ด้วยความรู้ตัวทั่วพร้อม ทุกสภาวะของรูปนาม อารมณ์ ที่เกิดขึ้นในขณะปัจจุบัน เพื่อความรู้ยิ่งเห็นจริง ในสภาวะธรรมทั้งหลาย ตั้งแต่หยาบ ละเอียด และลึกซึ้ง ตามหลักโพธิปักขิยธรรม อุปมาเสมือนการเดินทางไปในมหาสมุทร ย่อมลุ่มลึกด้วยน้ำตามลำดับ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาก็จะเห็นอารมณ์ทั้งหลายทั้งหยาบ ละเอียด และลึกซึ้งตามลำดับ เช่นเดียวกัน

ในโพธิปักขิยธรรมอันเป็นธรรมที่เป็นฝ่ายในการตรัสรู้ เมื่อว่าโดยประเภทแล้ว มี ๓๗ ประการ ในโพธิปักขิยธรรมทั้ง ๓๗ ประการนั้น เมื่อจัดเป็นหมวดได้ ๗ หมวด เมื่อจำแนกโดยองค์ธรรมแล้ว มี ๑๔ โดยฐานของโพธิปักขิยธรรมทั้ง ๓๗ ประการ เมื่อพิจารณาให้ละเอียดแล้ว จะเห็นได้ว่า องค์ธรรมทั้งหลายที่สัมปยุตต์อยู่ในโพธิปักขิยธรรม มีชื่อของสติและสัมปชัญญะปรากฏอยู่ในหมวดธรรมเหล่านั้น โดยมีชื่อต่างกันดังนี้ สติปัญญา สตินทรีย์ สติพละ สติสัมโพชฌงค์ สัมมาสติ เป็นชื่อของสตินั่นเอง องค์ธรรมได้แก่ สติเจตสิก วิมังสทธิบาท ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ฉัมมวิจยสัมโพชฌงค์ สัมมาทัญญิมรรค เป็นชื่อของ สัมปชัญญะนั้นเอง องค์ธรรม คือ ปัญญาเจตสิก เมื่อผู้ปฏิบัติได้ยกสติสัมปชัญญะขึ้นสู่การพิจารณา สติปัญญาทั้ง ๔^๓ (กาย เวทนา จิต ธรรม) ได้ชื่อว่าเป็นผู้ประกอบความเพียร ในการปฏิบัติโพธิปักขิยธรรมให้เจริญ ผู้ปฏิบัติธรรมที่พิจารณาหมวดธรรมอันใดอันหนึ่ง ที่มีอยู่ในโพธิปักขิยธรรมก็ย่อมได้ชื่อว่า เป็นผู้หมั่นประกอบความเพียรในการปฏิบัติโพธิปักขิยธรรมด้วยเหมือนกัน สติสัมปชัญญะก็ประกอบอยู่ในธรรมที่เป็นฝักฝ่ายในการรู้แจ้ง คือ โพธิปักขิยธรรมเช่นกัน

สติสัมปชัญญะและโพธิปักขิยธรรม ได้มีความเกี่ยวเนื่องซึ่งกันและกัน ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และหมวดธรรมทั้งสองนี้ เป็นหลักธรรมอันสำคัญยิ่งต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในพระอภิธรรมปิฎก วิภังค์^๔ ได้กล่าวถึง โพธิปักขิยธรรมในคำว่า “ผู้หมั่นประกอบความเพียรในการปฏิบัติโพธิปักขิยธรรมนั้น คือ โพชฌงค์ ๗ เหล่านี้เรียกว่าโพธิปักขิยธรรม” ภิกษุผู้เสพเจริญทำให้มาก ซึ่งโพธิปักขิยธรรมเหล่านี้ด้วยประการฉะนี้ และในอภิธรรมปิฎก วิภังค์ ยังได้กล่าวถึงสติสัมปชัญญะว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีสติสัมปชัญญะในการก้าวไป ถอยกลับ เป็นผู้ที่มีสติสัมปชัญญะ แลดู เหลียวดู เป็นผู้ที่มีสติสัมปชัญญะ ทั้งการเดิน การยืน การนั่ง การนอน การกิน การดื่ม การพูด การทำ การคิด มีสติรู้สึกตัวทั่วพร้อม ในอิริยาบถน้อยใหญ่ ความระลึก ความหวนระลึก ความทรงจำไม่หลงลืม สติ สตินทรีย์ สติพละ สัมมาสติ นี้เรียกว่า สติ กริยาที่รู้ชัด การวิจยธรรม ความเข้าไปกำหนดรู้

^๓ สุภีร์ ทุมทอง, สติปัญญา ๔ (ชุดโพธิปักขิยธรรม), พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ปริมาyard พับลิชชิ่ง จำกัด, ๒๕๕๗), หน้า ๙.

^๔ อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๒๒/๓๙๒.

เฉพาะสถานะที่รู้ ความไม่หลงงมงาย ความเห็นแจ้ง ปัญญาทริย ปัญญาพละ สัมมาทิฏฐิ นี้เรียกว่า สัมปชัญญะ^๕

สรุปความว่า หลักธรรมที่สำคัญที่ผู้ประพฤติปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพื่อความรู้แจ้งใน อริยสัจ ๔ ประการ เพื่อความรู้ยิ่งเห็นในธรรมทั้งหลาย เพื่อการบรรลุซึ่ง มรรค ผล และนิพพาน จำเป็นจะต้องศึกษาหลักธรรมที่เป็นฝักฝ่ายในการตรัสรู้ คือ “โพธิปักขิยธรรม” อันเป็นหลักธรรม คำสั่งสอนของสมเด็จพระชินชรัสสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่เรียกว่า ปริยัติสัทธรรม เพื่อน้อมนำมาสู่การปฏิบัติ สัทธรรมได้อย่างถูกต้อง ตามแนวทางของพระพุทธศาสนา

ผู้วิจัยมีความต้องการที่จะศึกษาสติสัมปชัญญะ ที่อยู่ในโพธิปักขิยธรรม อันเป็นหลักธรรม ที่เป็นฝ่ายแห่งความตรัสรู้ เพื่อประโยชน์แก่อกุลแก่การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพราะเนื้อหาสาระใน โพธิปักขิยธรรมนั้น มีความสมบูรณ์ครบถ้วนเป็นอย่างยิ่ง และเป็นธรรมอันเป็นฝ่ายในการตรัสรู้แจ้ง โดยเฉพาะ เพื่อเป็นประโยชน์ในการประพฤติปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้อย่างถูกต้อง ตามความเป็นจริง ตามแนวทางของพระพุทธศาสนา เพื่อเป็นประโยชน์แก่อกุลแก่ผู้ประพฤติปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และ พุทธศาสนิกชน ผู้นับถือศาสนาสืบต่อไป

๑.๒ คำถามวิจัย

- ๑.๒.๑ เนื้อหาและสาระสำคัญของสติสัมปชัญญะ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๒.๒ สติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นอย่างไร

๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๓.๑ เพื่อศึกษาเนื้อหาและสาระสำคัญของสติสัมปชัญญะ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๓.๒ เพื่อศึกษาสติสัมปชัญญะที่ปรากฏในโพธิปักขิยธรรม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ในด้านเนื้อหาการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาเฉพาะเนื้อหาและสาระสำคัญของสติสัมปชัญญะ ที่มีอยู่ในหมวดธรรมของโพธิปักขิยธรรม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ศึกษาเนื้อหาที่เกี่ยวกับ สติสัมปชัญญะ และหลักในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโพธิปักขิยธรรมเท่านั้น โดยศึกษาข้อมูลตาม

^๕ อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๓/๓๖.

หลักคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท อันได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๐๐ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พ.ศ. ๒๕๓๙ อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปกรณ์วิเสส วิสุทธิมรรคภาษาบาลี ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัยหลักสูตรเปรียญธรรมวิสุทธิมรรค ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ฎีกาวิสุทธิมรรคใช้ปรมัตถมัชฌิมฉบับแปลโดยสิริ เพ็ชรไชย และเอกสารข้อมูลชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) ใช้หนังสือแปลและหนังสือที่แต่งโดย พระเถระ นักปราชญ์ นักวิชาการ เอกสารประกอบการเรียนหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา บทความในวารสารทางวิชาการ สื่ออิเล็กทรอนิกส์และรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการศึกษา

ในด้านการศึกษานี้ ผู้วิจัยเน้นศึกษาเฉพาะเนื้อหาและสาระสำคัญของสติสัมปชัญญะ ที่มีเกี่ยวข้องในหมวดธรรมของโพธิปักขิยธรรม กับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเท่านั้น ครั้งนี้กำหนดขอบเขตเฉพาะคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ คัมภีร์พระไตรปิฎกอรรถกถาภาษาไทย แปล ชุด ๙๑ เล่ม ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๒๕ อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสสอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ คัมภีร์ปรมัตถทีปนี เป็นต้น

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ สติสัมปชัญญะ หมายถึง ความระลึกได้ และการรู้สึกตัวอยู่เสมอ ทั้งในขณะคิด ขณะพูด และในขณะที่กระทำสิ่งใด ๆ ด้วยความระลึกได้ในขณะนั้น ว่าสิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ โดยมิให้ความคิดและการกระทำ อยู่ภายใต้ความประมาท

๑.๕.๒ โพธิปักขิยธรรม หมายถึง ธรรมอันเป็นฝ่ายแห่งความตรัสรู้ คือ เกื้อกูลแก่การตรัสรู้ เกื้อหนุนแก่อริยมรรค มี ๓๗ ประการคือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชนงค์ ๗ มรรคมืองค์ ๘

๑.๕.๓ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง การอบรมจิตโดยมีสติกำหนดรู้ รูปนาม ในปัจจุบันอารมณ์ เพื่อให้เกิดปัญญาแจ่มแจ้งตามความเป็นจริง และกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพานในที่สุด

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรม เอกสาร ข้อมูลด้านวิชาการที่มีความเกี่ยวข้องกับงานวิจัยอันประกอบไปด้วย

๑.๖.๑ คัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑) พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค มีคำอธิบายเกี่ยวกับสติสัมปชัญญะไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพึงมีสติสัมปชัญญะอยู่เถิด นี่เป็นคำพร่ำสอนของเราสำหรับเธอทั้งหลาย”^๖

๒) พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค มีคำอธิบายเกี่ยวกับ ความไม่ประมาท ไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนท่านทั้งหลาย สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลาย จงทำหน้าที่ให้สำเร็จ ด้วยความไม่ประมาทเถิด”^๗

๓) พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ มีคำอธิบายเกี่ยวกับ อาตาปีไว้ว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ไม่มีความเพียร ไม่มีโอตตปปะ จึงไม่ควรเพื่อตรัสรู้ ไม่ควรเพื่อนิพพาน ไม่ควรเพื่อบรรลุธรรมอันเป็นแดนเกษมจากโยคะอันยอดเยี่ยม ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้มีความเพียร มีโอตตปปะ นั้นแล จึงควรเพื่อตรัสรู้ ควรเพื่อนิพพาน ควรเพื่อบรรลุธรรมอันเป็นแดนเกษมจากโยคะอันยอดเยี่ยม^๘

๔) พระอภิธรรมปิฎก ปุคคัลบัญญัติ มีคำอธิบายเกี่ยวกับ สติ ไว้ว่า “ความระลึกความ หวนระลึก ความทรงจำ ความไม่เลือนลอย ความไม่หลงลืม”^๙

๕) ปกรณ์วิเสส คัมภีร์วิสุทธิมรรค มีคำอธิบายเกี่ยวกับ อนุสติ ไว้ว่า

สตินั้น ชื่อว่า อนุสสติ เพราะที่เกิดขึ้นบ่อย ๆ อีกอย่างหนึ่ง สติอันสมควรแก่กุลบุตรผู้ บวชด้วยศรัทธา เพราะเป็นฐานอันสมควรจะเป็นไป แม้เพราะเหตุนี้ จึงชื่อ อนุสสติ เพราะเหตุนี้แล บัณฑิตผู้มีปัญญาเห็นประจักษ์ ไม่พึงประมาท พึงเจริญสติในความสงบอันประเสริฐ^{๑๐}

๑.๖.๒ ตำราทางวิชาการพระพุทธศาสนา

๑) พุทธทาสภิกขุ อธิบายเกี่ยวกับ หลักการเจริญสติไว้ใน หนังสือ “ศิลปะแห่งการใช้ สติในทุกกรณี” ไว้ว่า ความงามมันก็มีได้ เพราะว่ามีสติในการรักษา ภิกษุสามเณรจะมีศีลจารวัตร งดงามน่าเลื่อมใส ก็เพราะมีสติในการรักษา การที่มีศิลปะอยู่ได้ ดังนั้น เราควรจะได้พูดกันเสียให้

^๖ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๘/๒๑๑-๒๑๒.

^๗ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๘/๑๖๙.

^๘ ขุ.อติ. (ไทย) ๒๕/๓๔/๓๘๑.

^๙ อภิ.ปุ. (ไทย) ๓๖/๓๙/๑๖๕.

^{๑๐} พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๓๔๓-๔๘๐.

ละเอียดลออกันสักครั้งหนึ่งว่า จะใช้สติอย่างไร ดังหัวข้อที่ได้ยกมาตั้งไว้ข้างต้นสำหรับวันนี้ว่า ศิลปะการใช้สติในทุกกรณี การใช้สติก็เพื่อให้มีศิลปะ มันก็เป็นศิลปะแห่งการใช้สติ แล้วเราก็จะสามารถควบคุมพฤติกรรมต่าง ๆ ทุกอย่างในชีวิตของเรา ให้เป็นไปอย่างมีความงาม ตามความหมายของคำว่า ธรรมะ หรือศิลปะ นั่นเอง^{๑๑}

๒) สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) อธิบายเกี่ยวกับ การเจริญสติปัฏฐานไว้ในหนังสือ “อริยวังสปฏิปทา” ไว้ว่าวิปัสสนาภาวนา (การเจริญวิปัสสนา) จตุสัจจกรรมฐาน (กรรมฐานที่ทำให้แทงตลอดสัจจะ ๔) และบุรพภาคมรรค (หนทางเบื้องต้นในการบรรลุโลกุตตรธรรม) นอกจากนี้ การเจริญภาวนาเพื่อทำให้แจ้งพระนิพพานที่ปรากฏในพระสูตรต่าง ๆ เช่น การเจริญสัมมัปปธาน ๔ อินทรีย์ ๕ โพชฌงค์ ๗ และการเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นต้น ก็นับเข้าในการเจริญสติปัฏฐาน สติเป็นหลักสำคัญ หากปราศจากสติแล้ว ไม่อาจเจริญธรรมอย่างอื่นได้^{๑๒}

๓) พระญาณวิศิษฐ์ (สิงห์ ขนตยาโม) ได้กล่าวเรื่องสภาวะการเจริญสติสัมปชัญญะ ในหนังสือวิธีปฏิบัติพระพุทธานุสตามอย่างพระพุทธพจน์ในมหาสติปัฏฐานว่า “พระพุทธเจ้าทรงสอนให้รู้เท่าสมมุติ รู้เท่าบัญญัติ ยกไว้วางไว้ตามสภาวะแห่งสมมุติและบัญญัตินั้น ๆ แล้ว กระทำกาย วาจาให้เป็นปกติธรรม ตั้งอยู่ตามสภาพเดิมของกายวาจาใจก่อน แล้วกำหนดรู้ตามความเป็นจริงว่า กายก็ดี วาจาที่ดี ตลอดสิ่งอะไร ๆ ในโลกนี้ทั้งสิ้น ล้วนเป็นฐิติธรรมตั้งอยู่ตามปกติ ไม่มีดีนรจนกระวนกระวายส่ายแสไปมา เกิดขึ้นที่ไหนก็ตั้งอยู่ที่นั่น ตลอดจนวันตายไปเอง^{๑๓}

๔) พระคันธสาราภิวังศ์ อธิบายเกี่ยวกับ การเจริญสติไว้ในหนังสือ “ศึกษาวิธีเจริญสติด้วยภาษาง่าย ๆ” ไว้ว่า การเจริญสติมีหลายวิธี ตามแนวทางในมหาสติปัฏฐานสูตร สำหรับที่จะกล่าวต่อไปนี้ เป็นวิธีการที่กำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ โดยมีธาตุลมเป็นหลัก จัดเป็นสติปัฏฐานประเภท กายานุปัสสนา (การตามรู้กองรูป) สภาวะการพองยุบนั้น เป็นลมที่เกิดภายในท้องเรียกว่า กุจฉิสยวาโย (ลมในท้อง) ซึ่งเป็นหนึ่งในลม ๖ ประเภท คือ ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในไส้ และลมแล่นไปตามอวัยวะน้อยใหญ่^{๑๔}

^{๑๑} พุทธทาสภิกขุ, ศิลปะแห่งการใช้สติในทุกกรณี, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๐), หน้า ๖.

^{๑๒} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวังสปฏิปทา, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด, ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๖๗.

^{๑๓} พระญาณวิศิษฐ์ (สิงห์ ขนตยาโม), วิธีปฏิบัติพระพุทธานุสตามอย่างพระพุทธพจน์ในมหาสติปัฏฐาน, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระจันทร์, ๒๕๘๐), หน้า ข-ค.

^{๑๔} พระคันธสาราภิวังศ์, ศึกษาวิธีเจริญสติด้วยภาษาง่าย ๆ, ฉบับพิมพ์ซ้ำ, (ลำปาง: วัดท่ามะโอ, ๒๕๕๕), หน้า ๖.

๕) สุภีร์ ทุมทอง สติปัญญา ๔ (ชุดโพธิปักขิยธรรม) ได้อธิบายไว้ในหนังสือว่า การที่เราทั้งหลายวนเวียนไปอยู่ในโลกนี้ เกิดขึ้น ตายไป นี่เป็นเรื่องของ สังขาร เป็นเรื่องของสิ่งปรุงแต่ง สังขารเกิด สังขารตาย ในบรรดาสิ่งที่เป็นสังขาร ถ้าถามว่า ในโลกนี้ บรรดาธรรมะฝ่ายสังขารด้วยกันนี้ สิ่งไหนเลิศที่สุด ก็ตอบว่า อริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ นี่เลิศที่สุด ในบรรดาธรรมะฝ่ายสังขารด้วยกัน สิ่งไหน ที่เกิดขึ้นแล้วมีคุณค่ามากที่สุด พูดได้ว่า อริยมรรคมีองค์ ๘^{๑๕}

๑.๖.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑) พระครูวิบูลเจติยาภิรม (ทวี ปสนโน) ศึกษาเรื่อง “แนวทางการเจริญอินทริยสังวรศีลในการเจริญวิปัสสนาภาวนา” พบว่า การเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัญญา ๔ คือ สามารถจำแนก ออกเป็น ๔ ส่วน คือ กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และธัมมานุปัสสนา โดยมีโพธิปักขิยธรรม เบนองธรรมที่สนับสนุนการปฏิบัติ ผู้มีอินทริยสังวรอย่างสูงสุด ก็คือ พระอริยบุคคลที่เป็นนพระอรหันต หมดกิเลส หมดทุกข์ในวัฏฏะไปโดยสิ้นเชิง อินทริยสังวรนั้นนำประโยชน์มาให้ตั้งแต่ระดับตน ทำให้ กิเลสลดลง ทุกขน้อยลง จนกระทั่งถึงสูงสุดคือ พนจากอาสวะทั้งปวง^{๑๖}

๒) พระครูสังฆรักษ์พิรุฑธ ภาณวโร (อ่อนคุณ) ศึกษาเรื่อง “สติและสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท” พบว่า สติและสัมปชัญญะ คือความระลึกได้ ความไม่เผลอ การควบคุมจิต หรือความไม่ประมาท เป็นธรรมมีอุปการะมาก นั่นก็คือมีสติสัมปชัญญะอยู่กับทวาร ทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ในขณะที่มีอารมณ์มากระทบ หรือในขณะที่ พูด ทำคิด สติและสัมปชัญญะที่ได้จากการพิจารณาการปฏิบัติให้รู้เท่าทันกาย สุข ทุกข์ อุเบกขาอารมณ์ทางใจธรรมที่เป็นกุศลหรืออกุศลว่า เป็นเพียงสมมติ ไม่ใช่เขา ไม่ใช่เราไม่ยั่งยืน เกิดขึ้นมาแล้วเสื่อมสลายไป สติสัมปชัญญะจะมีหน้าที่เหมือนนายประตูเฝ้าคอยตรวจดูอารมณ์และจิตที่ผ่านเข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย จนสามารถกั้นกรองความชั่วจากคำพูด การกระทำให้ลดน้อยลงจนเป็นอิสระจากตัณหา อุปาทาน^{๑๗}

^{๑๕} สุภีร์ ทุมทอง, สติปัญญา ๔ (ชุดโพธิปักขิยธรรม), พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทพริมาyard์พับลิชชิง จำกัด, ๒๕๕๗), หน้า ๙.

^{๑๖} พระครูวิบูลเจติยาภิรม (ทวี ปสนโน), “ศึกษาแนวทางการเจริญอินทริยสังวรศีลในการเจริญวิปัสสนาภาวนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), บทคัดย่อ.

^{๑๗} พระครูสังฆรักษ์พิรุฑธ ภาณวโร (อ่อนคุณ), “สติและสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), บทคัดย่อ.

๓) พระชัยพล โสภโณ (จรรยาวิทรัพย์) ศึกษาเรื่อง “อาตาศัมปชาโน สติมาที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร”^{๑๘} พบว่า การสงเคราะห์ อาตาศัมปชาโน สติมา เข้าในมรรคมืองค์ ๘ หมายถึง การจัดหลัก อาตาศัมปชาโน สติมา ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติในสติปัฏฐานเข้าในมรรคมืองค์ ๘ (๑) หลักอาตาศัมปชาโน คือ ความเพียรในการกำหนดรู้กองชั้น ๕ โดยองค์ธรรม ได้แก่ สัมมาวายามะ (ความเพียรชอบ) คือ สัมมัปปธาน ๔ สังวรปธาน เพียรระวังปิดกั้นบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้นมีอนุรักษนาปธาน เพียรรักษาอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นเจริญยิ่งขึ้นไป (๓) สติมา คือ ความมีสติความระลึกไว้ในกองชั้น ๕ และธรรมทั้งหลาย โดยองค์ธรรม ได้แก่ สัมมาสติ เพราะมีสติระลึกไว้ในกาย เวทนา จิตและธรรมได้อย่างต่อเนื่อง จึงได้ชื่อว่า “สัมมาสมาธิ” ในการเจริญสติปัฏฐาน^{๑๙}

๔) พระอุทิศ จารุณโม (ชื่นชม) ศึกษาเรื่อง “สัมปชัญญะในการปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน” พบว่า สัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท คือ ความรู้สึกตัวทั่วพร้อมในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาภิบาตร และจีวร การฉัน การตี้ม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน เพื่อให้เกิดประโยชน์อย่างสมบูรณ์ทั้ง ๔ ลักษณะ มาพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริง โดยอารมณ์ของการกำหนดนี้เป็นการปฏิบัติเพื่ออาศัยในการเจริญญาณ และการเจริญสติ^{๒๐}

๕) แมชิตวงใจ กุทอง ศึกษาเรื่อง “ชั้น ๕ และอายตนะ ๑๒ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท” พบว่า เมื่อผู้ปฏิบัติพิจารณาชั้น ๕ รูปนาม ทางอายตนะ ๑๒ ตามความเป็นจริง ยอมรับรู้สภาวะการเห็น การได้ยิน การรู้กลิ่น การลิ้มรส การสัมผัส และการนึกคิด ซึ่งเป็นอารมณ์ของตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ โดยมีสติเป็นองค์กำกับ เมื่อสติกำลังมากขึ้น ยอมรับปัญญาเห็นความจริงของนาม-รูป ตามหลักพระไตรลักษณ์ ซึ่งดำเนินไปตามแนวทางแห่งวิปัสสนาญาณ จนพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง สู่ความเป็นพระอรหันต์บุคคลในพระพุทธศาสนา^{๒๐}

จากการศึกษาทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าว ผู้ศึกษาได้นำมาเป็นกรอบบางส่วน เช่น กรอบแนวคิดเรื่องสติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนา

^{๑๘} พระชัยพล โสภโณ (จรรยาวิทรัพย์), “อาตาศัมปชาโน สติมา ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

^{๑๙} พระอุทิศ จารุณโม (ชื่นชม), “สัมปชัญญะในการปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

^{๒๐} แมชิตวงใจ กุทอง, “ชั้น ๕ และอายตนะ ๑๒ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), บทคัดย่อ.

ภาวนา ทำให้ทราบว่า มีเอกสารและงานวิจัยที่สอดคล้องกับเรื่องสติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา อยู่ในระดับหนึ่ง แต่ยังไม่พบวิทยานิพนธ์ที่ศึกษาสติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยตรง ผู้วิจัยจึงสนใจจะศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งศึกษาเพิ่มเติมในรายละเอียด เพื่อประโยชน์แก่ผู้สนใจการศึกษา เพื่อใช้เป็นพื้นฐานในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ซึ่งจะยังประโยชน์ต่อการพิจารณากำหนดรู้อย่างมีสติ ดำเนินสุมรรค ผล นิพพาน สืบต่อไป

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้ศึกษาวิจัยเน้นศึกษาเนื้อหาและสาระสำคัญ ในหมวดธรรมที่มีอยู่ในโพธิปักขิยธรรมกับสติสัมปชัญญะ ว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างไร ที่เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) โดยมุ่งศึกษา วิเคราะห์ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหา ของการศึกษาหมวดธรรมที่มีอยู่ในโพธิปักขิยธรรมกับสติสัมปชัญญะ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท แลนำมาสรุปบรรยายเชิงพรรณนา ดังนี้

๑.๗.๑ ศึกษาคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙, คัมภีร์พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาภาษาไทย แปลชุด ๙๑ เล่ม ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๒๕ อรรถกถา ฎีกา ปกรณวิเสส อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ คัมภีร์ปรมัตถทีปนี คัมภีร์วิปัสสนาธุชา และคัมภีร์อัฐสาลีนี้ เป็นต้น ทำให้ได้ข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญเป็นเบื้องต้น

๑.๗.๒ ศึกษาตำราวิชาการพระพุทธศาสนาเถรวาท มีหนังสือ “ปริเฉทที่ ๔ วิถีสังคหะ” รจนาโดย พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ และ หนังสือ “ปฏิจจสมุปบาท เหตุผลแห่งวิภูสงสาร” รจนาโดย พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) เป็นต้น ผลงานทางวิชาการและรายงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งส่วนใหญ่เป็นวิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย) เพื่อเป็นการอธิบายขยายความเนื้อหาเพิ่มเติมจากในพระไตรปิฎกและอรรถกถา ให้มีความละเอียดชัดเจนมากยิ่งขึ้น

๑.๗.๓ นำข้อมูลที่ได้จากศึกษาเอกสารทั้งคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ตำราวิชาการพระพุทธศาสนาเถรวาท และงานวิจัยอื่นที่เกี่ยวข้องมาวิเคราะห์และเรียบเรียงแบบบรรยายเชิงพรรณนา ผลการศึกษาสติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นรูปแบบองค์ความรู้ใหม่

๑.๗.๔ เสนออาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์

๑.๗.๕ นำข้อมูลที่ผ่านการตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ พร้อมนำเสนอเป็น
สารนิพนธ์

๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

๑.๘.๑ ทำให้ทราบเนื้อหาและสาระสำคัญของสติสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบสติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

บทที่ ๒

ศึกษาเนื้อหาและสาระสำคัญของสติสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

สติและสัมปชัญญะนับว่าเป็นหลักธรรมอันสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ เพราะว่ามีมนุษย์ทุกคนที่แสดงกริยาอาการใด ๆ ออกมาก็ตาม จะเป็นทางกาย วาจา หรือใจก็ตาม การกระทำคำพูดหรือความคิดเหล่านั้น ถ้าได้เกิดพร้อมด้วยสติและสัมปชัญญะแล้ว ก็จะทำให้การกระทำ คำพูดและความคิดนั้น ๆ เป็นไปในทางดีงามก่อให้เกิดความเจริญ แต่ถ้าการกระทำคำพูดและความคิดเหล่านั้นไม่ประกอบด้วยสติและสัมปชัญญะแล้ว ก็จะเป็นไปในทางเสื่อม ทางประมาท ก่อให้เกิดความเสียหายมากมายนานาประการ สติและสัมปชัญญะจึงเป็นธรรมที่มีคุณูปการอย่างมากต่อชีวิตของมนุษย์ทุก ๆ คน ไม่ว่าจะดำเนินกิจกรรมอันใดก็ตาม ตั้งแต่ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม พูด ทำ คิด ตลอดจนถึงกิจการงานต่าง ๆ ที่มนุษย์จะต้องจัดต้องทำ จะต้องมีสติและสัมปชัญญะคอยควบคุมอยู่ตลอดเวลาในกริยาอาการนั้น ๆ การงานและกิจการเหล่านั้น จึงจะสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

ดังนั้น ผู้ศึกษาวิจัยจึงได้เห็นความสำคัญของหลักธรรมทั้ง ๒ ประการนี้ จึงได้สนใจศึกษาค้นคว้า เพื่อนำมาเสนอไว้เป็นประเด็นดังนี้ คือ

- ๒.๑ ความหมายของสติและสัมปชัญญะ
- ๒.๒ ความสำคัญของสติและสัมปชัญญะ
- ๒.๓ สติและสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในหลักธรรมต่างๆ
- ๒.๔ สติและสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม
- ๒.๕ ทรรศนะเรื่องสติและสัมปชัญญะของนักวิชาการและผู้รู้ทางพระพุทธศาสนา
- ๒.๖ สรุปท้ายบท

๒.๑ ความหมายของสติและสัมปชัญญะ

สติสัมปชัญญะ หมายถึง ความระลึกได้ความหวนระลึก กิริยาที่ระลึก^๑ และการรู้สึกรู้สีกตัวทั่วพร้อมอยู่เสมอ ทั้งในขณะคิด ขณะพูด และในขณะที่กระทำ ด้วยความระลึกไว้ในขณะนั้น ๆ ว่าสิ่ง

^๑ อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๒๔/๓๙๓.

ใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ โดยมีให้ความคิด และการกระทำนั้น ๆ ตกอยู่ภายใต้ความประมาทหมัวเมา ในพรหมชาลสูตร พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงตรัสตอบปัญหาแก่พระเจ้าอชาตศัตรู เวเทหิบุตร ที่เกี่ยวกับเรื่องสติสัมปชัญญะไว้ดังนี้

มหาบพิตร ภิกษุชื่อว่าประกอบด้วยสติสัมปชัญญะเป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ทำความรู้สึกรู้ตัวในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาฏิบาตรและจีวร การฉน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระ-ปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การ พุด การนิ่ง มหาบพิตร ภิกษุชื่อว่าประกอบด้วยสติสัมปชัญญะเป็นอย่างนี้แล^๒

๒.๑.๑ ความหมายของสติ

สติ^๓ หมายถึง ความระลึกนึกคิดในกิริยาอาการที่ตนกระทำอยู่เป็นธรรมที่คอยควบคุม เหนี่ยวรั้งจิตใจให้คิดดี พุทธิ และทำดี เพราะธรรมชาติของจิตจะมีการนึกคิดอยู่ตลอดเวลา ซึ่งถ้าจิตขาดสติเป็นเครื่องกำกับควบคุมจิตที่นึกคิด ก็จะมีฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์ต่าง ๆ อย่างไรทิศทาง แต่ถ้ามีสติกำกับควบคุมแล้ว ก็จะทำให้ไม่เกิดประมาทหรือพลั้งเผลอคิดชั่ว พุดชั่ว และทำชั่ว เพราะสติจะทำหน้าที่คอยควบคุมดูแลจิตใจให้อยู่ในสภาวะที่เป็นกุศล โดยการระลึกรู้ความคิด เลือกรับรู้แต่สิ่งที่ดีงาม (กุศล) และกีดกันสิ่งที่ไม่ดีงาม (อกุศล) ระลึกรู้อยู่ทุกขณะของจิต ทำให้จิตดำเนินไปสู่สภาวะธรรมอันเป็นธรรมฝ่ายดีงาม

ในการใช้ชีวิตประจำวันผู้มีสติจะคอยควบคุมจิตให้มีความมั่นคง ไม่ปล่อยจิตให้ฟุ้งซ่าน นึกคิดไปในเรื่องต่าง ๆ สำรวมจิตให้ตั้งอยู่ในอารมณ์ปัจจุบัน ก็จะทำให้การดำเนินชีวิตประจำวัน อยู่ด้วยความสงบสุข ก็เป็นผลมาจากการมีสติคอยควบคุมดูแลสภาวะจิตนั่นเอง

ในกิจการงาน คนที่มีสติคอยควบคุมจิตก็จะสามารถทำงานได้ผลเป็นอย่างดี เกิดความผิดพลาดน้อย ถ้าหากขาดสติการงานจะต้องผิดพลาดอยู่ร่ำไป ทำให้การงานล่าช้าบ้าง เสร็จไม่ทันตามกำหนดบ้าง ไม่สามารถพัฒนาให้ก้าวหน้าไปได้ในที่สุด

ในการปฏิบัติภาวนา ผู้มีสติสามารถควบคุมอารมณ์ต่าง ๆ ให้อยู่ในปัจจุบันอารมณ์ด้วยความไม่ประมาท ปราศจากอกุศลกรรมทั้งปวง จึงทำให้จิตผ่องแผ้วจากกิเลสทั้งหลาย พิจารณารู้เท่าทันตามสภาพความเป็นจริงที่ปรากฏอยู่ ทำให้การปฏิบัติภาวนาดำเนินไปด้วยความถูกต้องเมื่อเจริญสติให้มากยิ่งขึ้น ก็จะสามารถบรรลุมรรคผลและนิพพานได้ในที่สุด

^๒ ที.สี. (ไทย) ๙/๒๑๔/๗๓.

^๓ ที.ปา.อ. (บาลี) ๖/๑๔๙/๗๕.

๒.๑.๒ ความหมายของสัมปชัญญะ

สัมปชัญญะ หมายถึง ความรู้ตัวทั่วพร้อมในกิริยาอาการต่าง ๆ ขณะปัจจุบันอารมณ์ เช่น ตากระทบรูป หูกระทบเสียง จมูกกระทบกลิ่น ลิ้นกระทบรส กายกระทบสัมผัส (เย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อน ตึง) ใจกระทบสัมผัสอารมณ์ เป็นธรรมที่สัมปยุตต์พร้อมด้วยสติ และเจตสิกธรรมที่เป็นกุศลทั้งหลาย สัมปชัญญะ มีชื่ออีกอย่างหนึ่งเรียกว่า ปัญญา ในคัมภีร์วิมุตติมรรค^๕ ปัญญาปริเฉทบทที่ ๑๐ ได้อธิบายความหมายของปัญญาไว้ดังนี้ ปัญญา คือ ความรอบรู้ ญาณ การวิจัยธรรม การจำแนก การกำหนดหมายการวิจัยที่เป็นการศึกษาอันชำนาญและชาญฉลาด ในการพิจารณาก็เป็นการเห็นแจ้ง ชัดเจนและได้ความรู้ ปัญญาคือความฉลาด ปัญญาในทฤษฎี ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศาสตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ปัญญาคือประทีป ปัญญาคือรัตนะ ความไม่หลง ธรรมวิจัย สัมมาทิฏฐิเหล่านี้ เรียกว่า “ปัญญา”

สติ ระลึกได้ทั้งในเรื่องอดีต อนาคต และปัจจุบัน ต้องใช้ในเวลาก่อนคิด พุด และทำ
สัมปชัญญะ รู้ตัวในปัจจุบัน ต้องใช้ในขณะที่กำลังคิด พุด และทำอยู่

๒.๒ ความสำคัญของสติและสัมปชัญญะ

สติและสัมปชัญญะ นับว่ามีความสำคัญต่อการระลึก^๖ ในการทำงานต่าง ๆ ทั้งในขณะคิด ขณะพุด และในขณะที่กระทำสิ่งใด ๆ ด้วยความระลึก^๖ ในขณะนั้นว่า สิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ โดยมีให้ความคิด และการกระทำนั้น ๆ ตกอยู่ภายใต้ความประมาทหมัวเมา และมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อการปฏิบัติวิปัสสนา จำเป็นต้องมีสติและสัมปชัญญะคอยควบคุมอยู่ทุกขณะจิต ในขณะปัจจุบัน อารมณ์

ดังนั้น สติและสัมปชัญญะ จึงมีความสำคัญต่อการกระทำต่าง ๆ ทั้งทางโลกและทางธรรม ดังที่ พระผู้มีพระภาคได้ทรงตรัสกับพราหมณ์ชื่อ ชาณุสโสณิ ถึงความสำคัญของสติและสัมปชัญญะ ว่าด้วยความมี “สติและสัมปชัญญะ”^๗ และความ “ขาดสติและสัมปชัญญะ”^๘ไว้ดังนี้

ดังมีข้อความปรากฏไว้ว่า

สมณะหรือพราหมณ์เหล่าใดเหล่าหนึ่งขาดสติสัมปชัญญะ(ความระลึกได้และความรู้ตัว) เข้าอาศัยเสนาสนะอันเจียบสัจด์คือป่าโปร่งและป่าที่ิบ สมณะหรือพราหมณ์ผู้เจริญเหล่านั้น ย่อมประสบความกลัวและความขลาดอันเป็นอกุศล เพราะเหตุแห่งโทษของตนคือความเป็นผู้ขาด

^๕ พระราชวรมุนี และคณะ, วิมุตติมรรค, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เคล็ดไทย, ๒๕๓๘), หน้า ๒๒๙.

^๖ ม.มู. (ไทย) ๑๒/๔๖/๓๙.

สติสัมปชัญญะ ส่วนเรามีใช่เป็นผู้ขาดสติสัมปชัญญะ เข้าอาศัยเสนาสนะอันเจียบสัดคือป่าโปร่ง และป่าทึบ เราเป็นผู้มีสติมั่นคง พระอริยะเหล่าใดเป็นผู้มีสติมั่นคงเข้าอาศัยเสนาสนะอันเจียบสัดคือป่าโปร่งและป่าทึบเราเป็นผู้หนึ่งในบรรดาพระอริยะเหล่านั้น” พราหมณ์เราเห็นชัดซึ่งความเป็นผู้มีสติมั่นคงนั้นในตนจึงถึงความเป็นผู้ปลอดภัยอย่างยิ่งเพื่ออยู่ในป่า

ในมิลินทปัญหา ปัญหาข้อที่ ๑๒ พระมิลินท์ถามลักษณะสติกับพระนาคเสน

“ข้าแต่พระนาคเสน สติ มีลักษณะอย่างไร ?”

“มหाराช สติ มีลักษณะ ๒ ประการคือ ๑. มีการเตือนเป็นลักษณะ ๒. มีการถือไว้ เป็นลักษณะ ขอลงวายพระพร”

สติมีการเตือน

“ข้าแต่พระเจ้าผู้เป็นเจ้า ข้าว่าสติมีการเตือนเป็นลักษณะนั้น คืออย่างไร ?”

ขอลงวายพระพร สติเมื่อเกิดขึ้นก็เตือนให้รู้จักสิ่งที่เป็นกุศล อกุศล มีโทษ ไม่มีโทษ เลวดี ดำ ขาว ว่าเหล่านี้เป็นสติปฏิฐาน ๔ เหล่านี้เป็นสัมมปปธาน ๔ เหล่านี้เป็นอิทธิบาท ๔ เหล่านี้เป็นอินทรีย์ ๕ เหล่านี้เป็นพละ ๕ เหล่านี้เป็นโพชฌงค์ ๗ เหล่านี้เป็นอริยมรรคประกอบด้วยองค์ ๘ อันนี้เป็นสมณะ อันนี้เป็นวิปัสสนา อันนี้เป็นวิชชา อันนี้เป็นวิมุตติ เหล่านี้เป็นเจตสิกธรรม ดังนี้ ลำดับนั้นพระโยคาวจรก็เกี่ยวข้องธรรมที่ควรเกี่ยวข้อง ไม่เกี่ยวข้องธรรมที่ไม่ควรเกี่ยวข้อง คบ หารธรรมที่ควรคบหา ไม่คบหาธรรมที่ไม่ควรคบหา อย่างนี้แหละมหาบพิตร เรียกว่า สติมีการเตือน เป็นลักษณะ

“ขอได้โปรดอุปมาด้วย”

อุปมานายคลังของพระราชา

มหाराช นายคลังของพระราชา ย่อมทูลเตือนพระเจ้าจักรพรรดิ ให้ทรงระลึกถึงราชสมบัติในเวลาเข้าเย็นว่า “ข้าแต่สมมุติเทพ ช่างของพระองค์มีเท่านี้ ม้ามีเท่านี้ รถมีเท่านี้ พลเดินเท้ามีเท่านี้ เงินมีเท่านี้ ทองมีเท่านี้ สิ่งที่เป็นประโยชน์เกื้อกูลแก่เจ้าของมีเท่านี้ ขอพระองค์จงทรงระลึกเถิด พระเจ้าข้า ข้อนี้มีอุปมาฉันใด สติเมื่อเกิดขึ้น ก็เตือนให้ระลึกถึงธรรมที่เป็นกุศล อกุศล มีโทษไม่มีโทษ เลวดี ดำขาว ว่าเหล่านี้เป็นสติปฏิฐาน ๔ เหล่านี้เป็นสัมมปปธาน ๔ ฯลฯ ลำดับนั้น พระโยคาวจรก็เกี่ยวข้องกับธรรมที่ควรเกี่ยวข้อง ไม่เกี่ยวข้องกับธรรมที่ไม่ควรเกี่ยวข้อง คบ กับธรรมที่ควรคบ ไม่คบกับธรรมที่ไม่ควรคบ อย่างนี้แหละมหาบพิตร ชื่อว่า สติมีการเตือน เป็นลักษณะ

“ชอบแล้ว พระนาคเสน”

สติมีการถือไว้

พระเจ้ามิลินท์ตรัสถามต่อไปว่า “ข้าแต่พระนาคเสน ข้าพเจ้าสงสัยว่า สติมีการถือไว้ เป็นลักษณะ นั้น เป็นประการใด? ”

มหาราชะ สติเมื่อเกิดขึ้น ก็ชักชวนให้ถือเอาซึ่งคติแห่งธรรมทั้งหลายว่า ธรรมเหล่านี้มีประโยชน์ ธรรมเหล่านี้ไม่มีประโยชน์ ธรรมเหล่านี้มีอุปการะ ธรรมเหล่านี้ไม่มีอุปการะลำดับนั้น พระโยคาวจรก็ละธรรมอันไม่มีประโยชน์เสีย ถือเอาธรรมที่มีประโยชน์ละธรรมที่ไม่มีอุปการะเสีย ถือเอาแต่ธรรมที่มีอุปการะ อย่างนี้แหละ มหาบพิตร ชื่อว่าสติมีการถือเอาไว้เป็นลักษณะ

“ขอนิมนต์อุปมาให้ทราบด้วย”

อุปมานายประตู่ของพระราชา

มหาราชะ นายประตู่ของพระราชาย่อมต้องรู้จักผู้ที่มีประโยชน์ และไม่มีประโยชน์แก่ พระราชา ผู้ที่มีอุปการะ หรือไม่มีอุปการะแก่พระราชา เป็นต้นลำดับนั้น นายประตู่ก็กำจัดพวกที่ ไม่มีประโยชน์เสีย ปล่อยให้เข้าไปเฉพาะพวกที่มีประโยชน์ กำจัดพวกที่ไม่มีอุปการะเสีย ปล่อยให้เข้าไป แต่พวกที่มีอุปการะฉันใดสติเมื่อเกิดขึ้น ก็ชักชวนให้ถือเอาคติแห่งธรรมทั้งหลายฉันนั้นว่า ธรรม เหล่านี้มีประโยชน์ ธรรมเหล่านี้ไม่มีประโยชน์ ธรรมเหล่านี้มีอุปการะ ธรรมเหล่านี้ไม่มีอุปการะ ลำดับนั้น พระโยคาวจรก็กำจัดธรรมอันไม่มีประโยชน์เสีย ถือเอาแต่ธรรมที่มีประโยชน์ ละธรรม อันไม่มีอุปการะเสีย ถือเอาแต่ธรรมอันมีอุปการะ อย่างนี้แหละ มหาบพิตร ชื่อว่าสติมีการถือเอาไว้ เป็นลักษณะ ข้อนี้สมกับที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า สติ จะ โข อะหังภิกขเวสัพพัตถิกัง วทามิ ภิกขุทั้งหลาย เรากล่าวว่าสติประกอบด้วยประโยชน์ทั้งปวง ดังนี้ ขอถวายพระพร

ในมิลินทปัญหา ปัญหาข้อที่ ๑๔ พระมิลินท์ถามลักษณะ “ปัญญา”^๖ กับพระนาคเสน

“ข้าแต่พระนาคเสน ปัญญามีลักษณะอย่างไร?”

“มหาราชะ ปัญญามีการตัดเป็นลักษณะ ตามที่อาตมภาพได้ถวายวิสัชนาไว้แล้ว อีก ประการหนึ่ง ปัญญามีการทำให้สว่างเป็นลักษณะ ขอถวายพระพร”

“ข้าแต่พระผู้เป็นเจ้า ปัญญามีการทำให้สว่าง เป็นลักษณะอย่างไร?”

“มหาราชะ ปัญญาเมื่อเกิดขึ้นก็กำจัดเครื่องทำให้มืดคืออวิชชา ทำให้เกิดความสว่างคือ วิชชา ทำให้เกิดความแจ่มแจ้งคือญาณ ทำให้อริยสัจปรากฏ ลำดับนั้นพระโยคาวจรก็เห็นด้วยปัญญา อันชอบว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ขอถวายพระพร”

^๖ ปัญญากับสัมปชัญญะ มีอรรถอย่างเดียวกัน ต่างกันที่พยัญชนะเท่านั้น ปัญญามีชื่อเรียกต่างๆ กัน เช่น วิมังสาธิบาท, ปัญญินทรีย์, ปัญญาพละ, ธัมมวิจยะ, สัมมาทิฏฐิ มีองค์ธรรมอันเดียวกัน ได้แก่ (ปัญญาเจตสิก) ดูรายละเอียดใน พระสัทธัมมโชติกะธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะปริจเฉทที่ ๗**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไพศาลวิทยา, ๒๕๑๔), หน้า ๑๑๙.

“ขอพระคุณเจ้าได้โปรดอุปมา”

อุปมาผู้ส่องประทีป

มหาราชะ เปรียบปานบุรุษส่องประทีปเข้าไปในเรือนที่มีมืด แสงประทีปย่อมกำจัดความมืด ทำให้เกิดแสงสว่าง ทำให้รูปทั้งหลายปรากฏฉันทิ ปัญญาเมื่อเกิดขึ้นก็กำจัดความมืดคืออวิชชา ทำให้เกิดแสงสว่างคืออวิชชา ทำให้เกิดความแจ่มแจ้งคือ ญาณ ทำให้อริยสังขทั้งหลายปรากฏ ลำดับนั้นพระโยคาวจรก็เห็นด้วยปัญญาอันชอบว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ฉะนั้น อย่างนี้แหละ महाบพิตร ชื่อว่าปัญญามีการ ทำให้สว่างเป็นลักษณะ ขอถวายพระพร

“ถูกแล้วพระนาคเสน”^๗

๒.๒.๑ ความสำคัญของสติ

สตินี้ว่ามีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ในการระลึกรู้ ต่อการกระทำต่าง ๆ วาจาที่พูดออกมา และความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ถ้าไม่มีสติคอยระลึกรักษา ควบคุม ดูแล กิริยาอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น จะเป็นทางกาย วาจา และใจก็ตามก็จะก่อให้เกิดความประมาท เผลอเผลอที่เรียกว่า ไม่มีสติหรือเสียดสติ จะทำให้ กายกรรม วชิกรรม และมโนกรรม ทั้งหลาย จะเป็นไปในทางที่ไม่ดี ไม่งาม เกิดขึ้น เมื่อขาดสติแล้ว อกุศลธรรมทั้งหลาย ย่อมปรากฏเป็นเหตุให้เกิด กายทุจริต วชิทุจริต และมโนทุจริตตามมา ด้วยเหตุดังนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงตรัสถึงความสำคัญของสติ แก่พระภิกษุหมู่ใหญ่ ครั้นเมื่อพระพุทธองค์ ทรงประทับอยู่ที่อัมพปาลีวัน ณ กรุงเวสาลี รับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพึงมีสติสัมปชัญญะ นี้เป็นคำพร่ำสอนของเราสำหรับเธอทั้งหลาย

ภิกษุผู้มีสติเป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ ฯลฯ

๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ฯลฯ

๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ภิกษุผู้มีสติ เป็นอย่างนี้แล^๘

ในพระอภิธรรมปิฎก อัมมสังคณี พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสถึงความสำคัญของ สติที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน

^๗ วัฑ์ลินินบุ๊กส์ (White Linen Books), มลินทปัญหาคบัธรรมทาน, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ซาเร็นการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๘๗-๘๘.

^๘ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖๐/๑๐๕.

สติ ความตามระลึก ความหวนระลึก สติ กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลือนลอย ความไม่หลงลืม สติ สตินทรีย์ สติพละ สัมมาสติ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่า สติที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^๙

ในพระอภิธรรมปิฎก วิภังค์พระผู้พระภาคเจ้าทรงตรัสถึงความสำคัญของ บรรดา สภาวธรรมเหล่านั้น สติ เป็นไฉน

สติ ความตามระลึก ความหวนระลึก สติ กิริยาที่ระลึก ความระลึก ความทรงจำ

ความไม่เลือนลอย ความไม่หลงลืม สติ สตินทรีย์ สติพละ สัมมาสติ นี้เรียกว่า สติ^{๑๐}

สตินี้ว่ามีความสำคัญเป็นอย่างมาก เพราะช่วยให้ระลึกไว้ในขณะกระทำกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งทางโลกและทางธรรม ถ้าขาดสติเสียแล้ว ก็จะก่อให้เกิดความหลงลืมในการกระทำกิจกรรมนั้น ๆ เรียกว่า ลืมสติ จึงเป็นเหตุก่อให้เกิดความประมาทเกิดขึ้น ดังที่ปรากฏในธรรมบทเรื่อง โขสกเทพบุตร^{๑๑} ที่หลงลืมสติมักบริโภคกามคุณ ไม่บริโภคอาหาร จึงมีกายอันเหนียวอ่อน ได้ทำกาละลง การทำกาละอย่างนี้ชื่อว่า ย่อมเคลื่อนด้วยการสิ้นอาหาร เพราะเทพบุตรทั้งหลาย ย่อมเคลื่อนจากเทวโลก ด้วยเหตุ ๔ ประการ คือ ๑. ด้วยความสิ้นอายุ ๒. ด้วยความสิ้นบุญ ๓. ด้วยความสิ้นอาหาร ๔. ด้วยความโกรธ จะเห็นได้ว่าการที่ โขสกเทพบุตร ได้หลงลืมสติไม่บริโภคอาหาร จึงทำกาละลงดังได้กล่าวมาแล้ว ว่า การขาดสติหรือหลงลืมสติเป็นเหตุให้เกิดความเสียหายนานาประการ ตรงกันข้ามถ้ามีสติระลึกอยู่ ก็ เป็นเหตุให้เกิดคุณนานาประการเช่นเดียวกัน สติจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อทุก ๆ กิจกรรม ทั้งทาง โลกและทางธรรม

๒.๒.๒ ความสำคัญของสัมปชัญญะ

สัมปชัญญะหรือปัญญา นับว่ามีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อการกระทำทั้งหลายทั้งปวง ที่เกิดขึ้น ทางกาย ทางวาจา หรือทางใจก็ตาม ถ้าไม่มีปัญญาเป็นเครื่องสอดส่องควบคุมพิจารณาหา เหตุผลในการกระทำนั้น ๆ ย่อมก่อให้เกิดความประมาท พลาดพลั้ง เผลอเรือ ทำให้เกิดกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต และอกุศลกรรมทั้งหลาย ย่อมเกิดขึ้น ก่อให้เกิดความเสียหายนานาประการ ถ้ามี สัมปชัญญะหรือปัญญาคอยเป็นเครื่องพิจารณาควบคุมดูแลสอดส่องต่อการกระทำที่เกิดทางกาย วาจา หรือใจก็ตาม ความดีงามทั้งหลายก็จะเกิดขึ้น ทำให้กายสุจริต วจีสุจริต และมโนสุจริต อกุศล กรรมทั้งหลายย่อมเกิดขึ้นด้วยเหตุดังนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงตรัสถึงความสำคัญของสัมปชัญญะ

^๙ อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๒/๓๖.

^{๑๐} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๒๔/๓๙๓.

^{๑๑} ดุรายละเอียดยใน ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๒/๖๐.

แก่พระภิกษุหมู่ใหญ่ ครั้นเมื่อพระพุทธองค์ทรงประทับอยู่ที่อัมพปาลีวัน ณ กรุงเวสาลี รับสั่งเรียก
ภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่า ภิกษุผู้มีสัมปชัญญะเป็นอย่างไร^{๑๒}

คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ

ทำความรู้สึกตัวในการแลดู การเหลียวดู

ทำความรู้สึกตัวในการคู้เข้า การเหยียดออก

ทำความรู้สึกตัวในการครองสังฆาฏิ บาตร และจีวร

ทำความรู้สึกตัวในการฉัน การดื่ม การเคี้ยว การลิ้ม

ทำความรู้สึกตัวในการถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ

ทำความรู้สึกตัวในการเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูดการนิ่ง

ภิกษุผู้มีสัมปชัญญะ เป็นอย่างนี้แล

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพึงมีสติสัมปชัญญะอยู่ นี้เป็นคำพราสอนของเราสำหรับเธอทั้งหลาย^{๑๓}

ในพระอภิธรรมปิฎก อัมมสังคณี พระผู้พระภาคเจ้าทรงตรัสถึงความสำคัญของ
สัมปชัญญะ ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน

ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความคันคิด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนปฏัก ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศัสตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ความสว่างคือปัญญา แสงสว่างคือปัญญา ปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฏฐิ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่าสัมปชัญญะที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^{๑๔}

ในพระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ พระผู้พระภาคเจ้าทรงตรัสถึงความสำคัญของ สัมปชัญญะ ว่า
สัมปชัญญะ เป็นไฉน

ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาดภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความคิดค้น ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญา

^{๑๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖๐/๑๐๕.

^{๑๓} ที.ส. (ไทย) ๙/๒๑๔/๗๓.

^{๑๔} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๓/๓๖.

เครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนปญฺก ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศัสตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ความสว่างคือปัญญา แสงสว่างคือปัญญา ปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฏฐิ นี้ เรียกว่า สัมปชัญญะภิกษุเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว ฯลฯ ประกอบแล้วด้วยสตินี้และสัมปชัญญะนี้ ด้วยประการฉะนี้ ด้วยการปฏิบัติอย่างนี้ ภิกษุชื่อว่าเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะก้าวไปถอยกลับ เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะแลดู เหลียวดู เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะคู้เข้า เหยียดออก เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะในการครองสังฆาภิ บาตร และจีวร เป็น ผู้มีสติสัมปชัญญะในการฉัน การตีม การเคี้ยว การล้มน เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะในการถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะในการเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด และการนิ่ง^{๑๕}

๒.๓ สติและสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในหลักธรรมต่าง ๆ

โยคาวจรบุคคลเจริญมรรคเพื่อเข้าถึงรูปภพ เพราะปิติจางคลายไป มีอุเบกขามีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุดุติยฌานที่มีปฐมวิกสิตเป็นอารมณ์ ที่พระอรียะทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข ดังนี้ อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ผัสสะ เวทนา สัญญา เจตนา จิต สุข เอกัคคตา สัทธินทรีย์ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธิินทรีย์ ปัญญินทรีย์ มนินทรีย์ โสมนัสสินทรีย์ ชีวิตินทรีย์ สัมมาทิฏฐิ สัมมาวายามะ ฯลฯ ปศคาหะ และอวิกเขปะ ก็เกิดขึ้น หรือสภาวะธรรมที่ไม่เป็นรูปซึ่งอิงอาศัยกันเกิดขึ้นแม้อื่นในสมัยนั้น สภาวะธรรมเหล่านี้ชื่อว่าเป็นกุศล ฯลฯ ชั้น ๔ आयตนะ ๒ ธาตุ ๒ อาหาร ๓ อินทรีย์ ๘ ฌานมีองค์ ๒ มรรคมีองค์ ๔ พละ ๗ เหตุ ๓ ผัสสะ ๑ ฯลฯ ธัมมายตนะ ๑ และธัมมธาตุ ๑ ในสมัยนั้น หรือสภาวะธรรมที่ไม่เป็นรูปซึ่งอิงอาศัยกันเกิดขึ้นแม้อื่นในสมัยนั้น สภาวะธรรมเหล่านี้ ชื่อว่าเป็นกุศล ฯลฯ

ในอรรถกถาที่ขนิทาย สีสันชวรคสามัญญผลสูตร ได้กล่าวพรรณณาและจำแนกสติสัมปชัญญะ มีวินิจฉัยดังต่อไปนี้

จักวินิจฉัยในพระบาลีนี้ว่า อภิกกนเต ปฏิกกนเต ก่อน

การไป เรียกว่า อภิกกนเต ก้าวไป

การกลับ เรียกว่า ปฏิกกนเต ก้าวกลับ

แม้ทั้ง ๒ นั้น ย่อมได้ในอิริยาบถ ๔

ในการไป เมื่อนำกายไปข้างหน้าก่อน ชื่อว่าก้าวไป เมื่อถอยกลับ ชื่อว่าก้าวกลับ แม้ในการยืน ผู้ที่ยืนนั้นแหละ น้อมกายไปข้างหน้า ชื่อว่าก้าวไป เอนกายไปข้างหลัง ชื่อว่าก้าวกลับ แม้ในการ

^{๑๕} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๒๕/๓๙๓.

นั่ง ผู้ที่นั่งนั่นแหละ ชะโงกหน้าไปยังส่วนข้างหน้าของอาสนะ ชื่อว่าก้าวไป เมื่อถอยไปยังส่วนที่เป็นส่วนข้างหลัง ชื่อว่าก้าวกลับ แม้ในการนอนก็นั่งนี้แหละ

บทว่า สมปะชานการี โทติ ความว่า กระทบกิจทั้งปวงด้วยสัมปชัญญะ หรือกระทำสัมปชัญญะนั้นเอง ด้วยว่า ภิกษุผู้นั้นย่อมกระทำสัมปชัญญะอยู่เสมอในการก้าวไปเป็นต้น มิได้เว้นสัมปชัญญะในกาลไหน ๆ

สัมปชัญญะ ในพระบาลีนั้น มี ๔ อย่าง คือ ๑) สาทถสัมปชัญญะ ๒) สัปปายสัมปชัญญะ ๓) โคจรสัมปชัญญะ ๔) อสัมโมหสัมปชัญญะ^{๑๖}

พระศรีวิสุทธิญาณ (อุบล นนทโก ป.ธ. ๙) ได้อธิบายความหมายของสติ ไว้ใน แบบประกอบบันทึกธรรมตรีแปลว่าความระลึกหรือความระลึกได้ สติมีความระลึก เป็นลักษณะ มีความไม่ลืม เลื่อนเพนกิจ มีการควบคุมเพนเครื่องปรากฏ หมายความว่า ลักษณะเครื่องกำหนดของสตินั้น ก็คือ ความระลึกหรือนึกคิด ไตใน ๓ กาล กล่าวคือ ระลึกถึงการที่เคยทำคำที่เคยพูด รูปที่เคยเห็น เสียงที่เคยฟัง กลิ่นที่เคยสูด รสที่เคยลิ้ม โผฏฐัพพะที่เคยถูกต้อง ธรรมะคือเรื่องราวต่าง ๆ ที่เคยเล่าเรียน เขียนอ่านใน กาลก่อน นี้เรียกว่า ระลึกอดีตกาลได้ ระลึกถึงการที่กำลังทำหรือกำลังจะทำคำที่กำลังพูด หรือกำลังจะพูด เรื่องที่กำลังคิด ไตแก่การตั้งสติกำหนดระลึกนึกคิดในเรื่องกายเวทนาจิตและ ธรรมตามแนวสติปฏิฐานนี้เรียกว่าระลึกปัจจุบันกาลได้ ระลึกถึงเรื่องอันจะพึงเกิดมีในกาลข้างหน้า เช่น ความตายอันจะมีแก่ตนและบุคคลอื่น นี้เรียกว่าระลึกเรื่องอนาคตกาลได้ กิจหรือหน้าที่ของสตินั้น ก็คือการไม่ลืมเรื่องอดีต ระลึกได้ทุกครั้งที่ต้องการไม่เลื่อนลอยเปลือตัวในเรื่องปัจจุบันไม่หวาดหวั่นฟุ้งเพอในเรื่องอนาคต เครื่องปรากฏของสตินั้น ก็คือมีการป้องกันรักษาซึ่งการทำ การพูด การคิดทั้ง ๓ กาลไว้มิให้หันเหไปในทางผิดตามกิเลส ระวางให้ตั้งอยู่ เฉพาะในทางถูกเท่านั้น ประดุจ นายสารถึไม่ประมาทคอยบังคับรถเร็ว ไหลแล่นไปโดยปลอดภัยนั้น^{๑๗}

พระศรีวิสุทธิญาณ (อุบล นนทโก ป.ธ. ๙) ได้อธิบายความหมายของสัมปชัญญะ ไว้ใน แบบประกอบบันทึกธรรมตรีแปลว่าความรู้ตัว สัมปชัญญะมีความไม่พเนยเพนเป็นลักษณะ มีความไตรตรองเพนกิจ มีความเลือกเพนเครื่องปรากฏ หมายความว่า ลักษณะของสัมปชัญญะนี้ ได้แก่ความรู้ทั่ว รู้ชัดโดยถูกต้อง ไม่ใช่หลง ๆ ลืม ๆ หลับ ๆ ตื่น ๆ พนเพนในขณะที่ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม ทำ พูด คิด เพนตน รู้สึกตัวที่อยู่ ตื่นตัวดีอยู่ว่ากำลัง ยืน เดินเพนต้น กิจหรือหน้าที่ของสัมปชัญญะนั้น ไต

^{๑๖} ที.สี.อ. (ไทย) ๕/๗.

^{๑๗} พระศรีวิสุทธิญาณ (อุบล นนทโก ป.ธ.๙), แบบประกอบบันทึกธรรมตรี อธิบายธรรมวิภาค ปริเฉทที่ ๑, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (นครปฐม: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๑.

แก่การพิจารณา ถึงคุณโทษของตน ซึ่งขึ้นหาคอยกุมแจอยู่ทุกอิริยาบถ เครื่องปรากฏของสัมปชัญญะ นี้ ไต่แก่การเลือกเฟ้นไตรตรองประจำอยู่ทุกอิริยาบถในปัจจุบันไม่สนใจไปอื่น^{๑๘}

พระภควาณพิศาลเมธี วิ.ได้อธิบายความหมายของสติปัฏฐานไว้ว่า สติปัฏฐาน คือ การตั้งสติสัมปชัญญะ เพียรพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกให้ได้ โดยแยกพิจารณาเป็น ๔ ประการ ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า “อิธิภิกขเวภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหริตี อาตปปี สมปะชาโน สติมา วิเนยโยโลกเออภิชฌาโทมนสสุ .เวทนาสุ เวทนานุปัสสี จิตเต จิตตานุปัสสี ฌมเมสุ ฌมมานุปัสสี”^{๑๙} ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

พระคันธสाराภิงค์ ได้แปลความหมายใน อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี ไว้ว่า สติ^{๒๐} (ความระลึกได้) คือ สภาวะระลึกได้ หมายความว่า เข้าถึงกรรมดีที่ตนกระทำแล้ว และพึงกระทำ หรือเข้าถึงพระพุทธรูปเป็นต้น ด้วยความไม่หลงลืม สติมี ๒ ประเภท คือ สัมมาสติ และมิจฉา สติ ในเรื่องนั้น พระพุทธองค์ทรงหมายเอาสัมมาสติในที่นี้ ส่วนสติอื่นไม่ใช่สติแท้ แต่เป็นอกุศลจิตตูปบาทสติปฏิรูปที่เป็นรูปโดยไม่หลงลืมกรรมชั่วที่กระทำแล้วหรือพึงกระทำ

สตีย่อมรักษาจิตจากอกุศลธรรมทั้งหมดได้ และยังจิตให้ประกอบกับกุศลธรรมจึงเหมือนมหาอำมาตย์ผู้ทำกิจทั้งปวงของพระราชทำให้สำเร็จ ดังพระพุทธวจนะว่า

^{๑๘} พระศรีวิสุทธิญาณ (อุบล นนทโก ป.ธ.๙), แบบประกอบบัณฑิตธรรมตรี อธิบายธรรมวิภาค ปริเฉทที่ ๑, หน้า ๒.

^{๑๙} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗/๒๔๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑-๓๐๒, ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๐๖/๗๗, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๖/๑๐๑-๑๐๒.

^{๒๐} พระคันธสाराภิงค์, อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๒), หน้า ๒๕๘-๒๕๙.

สติขวาหฺภิกขเวสพพตฺถิกวํทามิ.^{๒๑}

“ภิกษุทั้งหลาย ตถาคตกล่าวสติว่ามีอุปการะในที่ทั้งปวง”

๒.๔ สติและสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม

ในโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนั้น มีหมวดธรรมทั้งหมด ๗ หมวดด้วยกันคือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อธิธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และอริยมรรคมีองค์ ๘ ที่มีสติปรากฏอยู่ในหมวดธรรม ๕ หมวด คือ สติปัฏฐาน ๔ สตินทรีย์ ๑ สติพละ ๑ สติสัมโพชฌงค์ ๑ สัมมาสติ ๑ ที่มีสัมปชัญญะปรากฏอยู่ในหมวดธรรม ๕ หมวด คือ วิมังสาธิบาท ปัญญาอินทรีย์ ปัญญาพละ ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์สัมมาทิฏฐิมรรค (องค์ธรรมของสติ ได้แก่ สติเจตสิก องค์ธรรมของสัมปชัญญะ ได้แก่ ปัญญาเจตสิก)

ดังในคัมภีร์ปรมัตถโชติกะ หลักสูตรจุฬาทวาริธรรมิกะโท ปริเฉทที่ ๓ และ ปริเฉทที่ ๗^{๒๒} ได้อธิบายในโพธิปักขิยธรรม ไว้ดังต่อไปนี้

วณฺฑิตถะของคําวา โปธิปักขิยสังคหะ

“จตตาริ สจจานิ พุชฌตีติ = โปธิ”

ธรรมชาติใด รู้ร้อยสัจจทั้ง ๔ ฉะนั้น ธรรมชาตินั้นชื่อว่า โปธิ ได้แก่ ปัญญาที่อยู่ในมรรคจิต ๔ ดังที่พระพุทธองค์ทรงแสดงในมหานิทเทสพระบาลี ว่า “โพธิวุจฺจติ จตุสฺส มคฺเคสฺส ญาณํ” ญาณในมรรค ๔ เรียกว่า โปธิ

“โพธิยา ปกฺเข ภวาติ = โปธิปักขิยา”

ธรรมที่เกิดในฝ่ายแห่งมรรคญาณ ๔ ชื่อว่า โปธิปักขิยะ ได้แก่ โปธิปักขิยธรรม ๓๗

“โพธิปักขิยานสงฺคโหติ = โปธิปักขิยสงฺคโห”

การแสดงรวบรวมที่เป็นฝ่ายมรรคญาณ ๔ ฉะนั้น ชื่อว่าโปธิปักขิยสังคหะ

ในโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ซึ่งมีหลักธรรมคือสติและสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในหมวดต่าง ๆ ผู้วิจัยจะได้นำมาอธิบายตามลำดับดังต่อไปนี้

^{๒๑} ส.สพ. (บาลี) ๑๙/๒๓๔/๑๐๒.

^{๒๒} พระสังฆมณฑลโชติกะ ธรรมจริยะ, ปรมัตถโชติกะ, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไพศาลวิทยา, ๒๕๑๔), หน้า ๑๒๐.

๒.๔.๑ สติที่ปรากฏอยู่ในสติปัฏฐาน ๔

สติปัฏฐาน^{๒๓} เป็นศัพท์สมาสที่มาจากศัพท์ ๒ ศัพท์คือ สติ + ปฏฐาน “สติ” แปลว่า การระลึกอารมณ์ที่ผ่านมาแล้ว ระลึกอารมณ์ที่ยังมาไม่ถึง หรืออาจเป็นการระลึกอุกศลกรรมซึ่งเคยทำมาก่อน การระลึกเช่นนี้ไม่จัดว่าเป็นสติตามหลักการปฏิบัติธรรม เพราะสติตามนัยนี้เป็นสภาวะธรรมฝ่ายดี หมายถึง การระลึกสภาวะธรรมปัจจุบันภายในร่างกายที่ยาววา หนาคืบ กว้างคอก มีใจครอง ส่วนคำว่า “ปฏฐาน” แปลว่า เข้าไปตั้งไว้ หมายถึง ความจดจ่ออย่างต่อเนื่อง

สติปัฏฐาน^{๒๔} แปลว่า ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติหรือข้อปฏิบัติที่ใช้สติเป็นประธานหรือหลักในการกำหนดระลึกหรือพิจารณาสิ่งทั้งหลาย ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงของธรรม (ธรรมชาติ) นั้น ๆ โดยไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย (ตัณหา) ที่ทำให้เห็นผิดไปจากความเป็นจริงตามอำนาจของกิเลสตัณหา หรือกล่าวได้ว่าสติปัฏฐาน ๔ เป็นธรรมที่ตั้งแห่งสติ จุดประสงค์เพื่อ ผีกสติ และใช้สตินั้นพิจารณาและรู้เท่าทันใน กาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อให้เกิดนิพพิทาความคลายกำหนดความยึดความอยากจากการไปรู้ตามความเป็นจริงของสิ่งนั้น ๆ จึงคลายตัณหา จึงเป็นไปเพื่อนำออกและละเสียซึ่งตัณหาและอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นในกิเลสด้วยความพึงพอใจหรือสุขของตัวเองของตนเป็นสำคัญ ที่มีในสันดานของปุถุชนอันก่อให้เกิดความทุกข์โดยตรงด้วยเป็นสมุทัยเหตุแห่งทุกข์ คำว่า “สติปัฏฐาน” เป็นคำไวพจน์ของสัมมาสติ คือ การระลึกชอบ พระพุทธองค์ตรัสว่า สัมมาสติดังกล่าวมีอารมณ์ ๔ ประเภท คือ กอรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม

ตั้งในพระสูตรต้นตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค สันถุมารพรม ได้กล่าวกับพวกเทพชั้นดาวดึงส์ผู้เจริญว่า “พระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นผู้ทรงรู้ ทรงเห็น เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้นทรงบัญญัติ สติปัฏฐาน ๔ ประการนี้ แม้ที่ทรงบัญญัติไว้เป็นอย่างดี ก็เพียงเพื่อให้บรรลุกุศลธรรมสติปัฏฐาน ๔ ประการ”^{๒๕} อะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑) พิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้ ภิกษุนั้นเมื่อพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ ย่อมตั้งจิตมั่นโดยชอบ ย่อมผ่องใสผ่องใสโดยชอบในกายานุปัสสนานั้นแล้ว ก็ย่อมบังเกิดมีญาณทัสสนะในกายอื่นภายนอก

๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ มีความเพียรมีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้ ภิกษุนั้นเมื่อพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ ย่อม

^{๒๓} ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗๓/๓๖๘.

^{๒๔} ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๕๓.

^{๒๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๙/๒๒๒-๒๒๔.

ตั้งจิตมั่นโดยชอบ ย่อมแผ่สงไสโดยชอบในเวทนานุปัสสนานั้น ภิกษุหนึ่งตั้งจิตมั่นโดยชอบ แผ่สงไสโดยชอบในเวทนานุปัสสนานั้นแล้วก็ย่อมบังเกิดมีญาณทัสสนะในเวทนาอื่นภายนอก

๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ ภิกษุหนึ่งเมื่อพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ ย่อมตั้งจิตมั่นโดยชอบ ย่อมแผ่สงไสโดยชอบในจิตตานุปัสสนานั้น ภิกษุหนึ่งตั้งจิตมั่นโดยชอบ แผ่สงไสโดยชอบในจิตตานุปัสสนานั้นแล้ว ก็ย่อมบังเกิดมีญาณทัสสนะในจิตอื่นภายนอก

๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ มีความเพียรมีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ ภิกษุหนึ่งเมื่อพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ ย่อมตั้งจิตมั่นโดยชอบ ย่อมแผ่สงไสโดยชอบในธัมมานุปัสสนานั้น ภิกษุหนึ่งตั้งจิตมั่นโดยชอบ แผ่สงไสโดยชอบในธัมมานุปัสสนานั้นแล้วก็ย่อมบังเกิดมีญาณทัสสนะในธรรมอื่นภายนอกท่านผู้เจริญทั้งหลาย พระผู้มีพระภาคผู้ทรงรู้ทรงเห็น เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น ทรงบัญญัติสติปัฏฐาน ๔ ประการนี้แล เพื่อให้บรรลुकุศลธรรม

๒.๔.๒ สติที่ปรากฏอยู่ในอินทรีย์ ๕

ในอินทรีย์ ทั้ง ๕ ประการนั้น สติที่เข้าถึงความเป็นอินทรีย์ (สตินทรีย์) ย่อมเป็นใหญ่ในการยังจิตให้รู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบันได้อย่างชัดเจน

อินทรีย์ แปลว่า ความเป็นใหญ่ คือเป็นใหญ่ในการทำหน้าที่ เช่น ตามีหน้าที่ในการดู หูมีหน้าที่ในการฟัง จมูกมีหน้าที่ดมกลิ่น อย่างนี้เป็นต้น อวัยวะภายในร่างกายทุกอย่างต่างมีหน้าที่ในการทำงานให้ร่างกาย ดำรงอยู่ได้ อินทรีย์ มีหน้าที่ครอบงำธรรมที่ตรงกันข้ามแต่ละอย่าง คือ มีหน้าที่เป็นใหญ่ในการป้องกันกิเลสหรือ อกุศลไม่ให้เข้ามาสู่จิต เช่น การสำรวมระวังอินทรีย์คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้กิเลสมันเข้ามาสู่จิต

คำว่า อินทรีย์ มีรูปวิเคราะห์ (คำจำกัดความ) ว่า อินทรีย์สุสกมมอินทรีย์ (การกระทำของผู้เป็นใหญ่ ชื่อว่า อินทรีย์)^{๒๖}

สตินทรีย์ ทำหน้าที่ระลึกรู้สึกตัวในสติปัฏฐาน ๔ คือ รู้สึกตัวในอิริยาบถทั้งสี่ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน และอิริยาบถต่าง ๆ รู้สึกเวทนาที่เกิดขึ้นกับจิต ปปรุงแต่งจิตในสภาวะธรรมต่าง ๆ

^{๒๖} พระคันธสาราภิวังศ์, โพธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: บัญชีการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๗๖.

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงตรัสเรื่องสติที่ปรากฏอยู่ในอินทรี ๕ คือ สตินทรี ๕ แก่ ภิกษุทั้งหลาย ที่กรุงสาวัตถี ทรงตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพึงมีสติเป็นอย่างไร^{๒๗}

“คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีสติ ประกอบด้วยสติปัญญาเป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่ง ระลึกรู้ถึงสิ่งที่ทำ คำที่ได้พูดไว้นานบ้างนี้เรียกว่า สตินทรี”

สติ คือ การระลึกถึงสภาวะธรรมปัจจุบันตามความเป็นจริง โดยรับรู้สภาวะธรรมอย่างแท้จริง ไม่ใช่เพียงท่องคำบริกรรม เช่น ท่องคำบริกรรมว่า “พองหนอ” “ยุบหนอ” ในเวลานั่ง หรือท่องคำบริกรรมว่า “คิดหนอ” ในเวลาคิดฟุ้งซ่าน การท่องคำบริกรรมอย่างนี้ไม่ถูกต้อง เพราะจิตรับเอาบัญญัติ คือคำบริกรรมเป็นอารมณ์ ควรถือว่าคำบริกรรมเป็นฉากหลังของการปฏิบัติ ไม่ใช่หลักสำคัญที่ต้องตามรู้

ในพระอภิธรรมปิฎก ฉัมมสังคณี พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสเรื่อง สติ ที่ปรากฏอยู่ในอินทรี ๕ ว่า สตินทรีที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน^{๒๘}

สติ ความตามระลึก ความหวนระลึก สติ กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลือนลหาย ความไม่หลงลืม สติ สตินทรี สติพละ สัมมาสติ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่า สตินทรี

เวลาที่กินเกลือ รู้สึกเค็มที่ลิ้น แล้วกำหนดว่า “เค็มหนอ” โดยรับรู้ความรู้สึกเค็ม การรับรู้สภาวะพองยุบ การเดิน ฯลฯ ก็เหมือนกัน จึงต้องรับรู้สภาวะตั้ง หย่อน เบา ผลักดัน หนัก ฯลฯ ตามสมควร จึงเป็นการเจริญสติรับรู้สภาวะธรรมปัจจุบันได้อย่างแท้จริง “จงรับรู้สภาวะธรรมอย่างแท้จริง เหมือนรู้รสความเค็มของเกลือ”^{๒๙}

๒.๔.๓ สติที่ปรากฏอยู่ในพละ ๕

ในพละ ทั้ง ๕ ประการนั้น สติที่เข้าถึงความเป็นพละ (สติพละ) ย่อมมีกำลังในการยังจิตให้ระลึกถึงเท่าทันสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นขณะปัจจุบันอารมณ์ได้อย่างชัดเจนดังในพระสูตรต้นตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาตพระผู้มีพระภาคตรัสปรารภแก่ ภิกษุทั้งหลาย เกี่ยวกับ สติพละ ว่าเป็นอย่างไร^{๓๐}

คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีสติ คือประกอบด้วยสติปัญญาเป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่ง ระลึกรู้ถึงสิ่งที่ทำคำที่พูดมานานได้ นี้เรียกว่า สติพละ

^{๒๗} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๗๙/๒๘๙.

^{๒๘} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๔/๒๙.

^{๒๙} พระคันธसारากิจ, โพธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์, ๒๕๔๙),

^{๓๐} อ.ป.ญก. (ไทย) ๒๒/๑๔/๑๘.

ในพระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสปรารภแก่ภิกษุทั้งหลาย ที่เกี่ยวกับ สติ ที่ปรากฏอยู่ใน พละ ๕ เรียกว่า สติพละ^{๓๑}

สติพละ เป็นอย่างไร

คือ ชื่อว่าสติพละ เพราะไม่หวั่นไหวเพราะความประมาท ชื่อว่าสติพละ เพราะมีสภาวะอุปถัมภ์สหชาตธรรม ฯลฯ ชื่อว่าสติพละ เพราะมีสภาวะให้การกบคูลตั้งอยู่เฉพาะในนิโรธ นี่เป็นสติพละ

๒.๔.๔ สติที่ปรากฏอยู่ในโพชฌงค์ ๗

ในโพชฌงค์ทั้ง ๗ ประการนั้น สติที่เข้าถึงความเป็นโพชฌงค์ (สติสัมโพชฌงค์) ความระลึกได้ที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ความจริงอันประเสริฐทั้ง ๔ ประการ

ดังในมหาสติปัฏฐานสูตร พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสปรารภแก่ภิกษุทั้งหลายเกี่ยวกับสติที่ปรากฏอยู่ในสัมโพชฌงค์^{๓๒}

คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

เมื่อสติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘สติสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่’ หรือเมื่อสติสัมโพชฌงค์ภายในไม่มี ก็รู้ชัดว่า ‘สติสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มี’ ความเกิดขึ้นแห่งสติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น และความเจริญบริบูรณ์แห่งสติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น

โพชฌงค์ ๗ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ หรือองค์ของผู้ตรัสรู้^{๓๓} หมายถึงธรรมหรือข้อปฏิบัติเพื่อยังวิชชาและวิมุตติให้บริบูรณ์ กล่าวคือ ถึงที่สุดแห่งการดับทุกข์หรือการตรัสรู้ อันมี ๗ ประการ ซึ่งเมื่อปฏิบัติอย่างถูกต้องดังงามก็ดำเนินไปตามหลักอภิปัจจยตาหรือปฏิจจสมุปันธรรมอันเป็นไปดังนี้

- สติ (สติสัมโพชฌงค์)^{๓๔} ความระลึกได้ สำนึกพร้อมอยู่ ใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับเรื่อง
- ัมมวิจยะ (ัมมวิจยะสัมโพชฌงค์) ความเห็นธรรม ความสอดส่องสืบค้นธรรม
- วิริยะ (วิริยสัมโพชฌงค์) ความเพียร
- ปีติ (ปีติสัมโพชฌงค์) ความอิมใจ

^{๓๑} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๔/๕๑๔.

^{๓๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๘/๑๑๖-๑๑๗.

^{๓๓} ส.ม. (ไทย) ๑๘/๑๘๕/๑๑๗.

^{๓๔} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๕๑/๑๑๒.

- ปัสสัทธิ (ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์) ความสงบภายใน
- สมาธิ (สมาธิสัมโพชฌงค์) ความมีใจตั้งมั่น จิตแน่วในอารมณ์
- อุเบกขา (อุเบกขาสัมโพชฌงค์) ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามเป็นจริง

สติสัมโพชฌงค์ คือความระลึกได้ ความระลึกได้บ่อย ๆ ในกิจ (สิ่งที่ควร) ที่ทำมาไว้แล้ว ความไม่เผลอเรอ ความมีสติกำกับอยู่ในกิจ หรืองาน หรือธรรมที่ปฏิบัติ ดังเช่น การปฏิบัติธรรมวิจย, การมีสติระลึกรู้เท่าทันเวทนา, ความมีสติระลึกรู้เท่าทันจิต ที่หมายถึงจิตตสังขาร เช่นความคิดปรุงแต่ง คืออาการของจิตที่พุ่งชานไปปรุงแต่งความมีสติระลึกรู้เท่าทันธรรม

พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ในอภิธรรมปิฎก คัมภีร์วิภังค์ ว่าบรรดาโพชฌงค์ ๗ เหล่านั้น สติสัมโพชฌงค์ เป็นไฉน^{๓๕}

สติในธรรมภายในตนก็มี ในธรรมภายนอกตนก็มี สติในธรรมภายในตน ก็คือ สติสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพานถึงสติในธรรมภายนอกตน ก็คือสติสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้เพื่อนิพพาน

สติจักเกิดขึ้นจากการปฏิบัติ ดังเช่น สติปัฏฐาน ๔ ที่เป็นการมีสติในกาย เวทนา จิต ธรรม ซึ่งมีอานิสงส์ที่เนื่องสัมพันธ์กับโพชฌงค์ ๗ จึงเป็นเครื่องสนับสนุน (ปัจจัย) ให้มีสติไปน้อมกระทำ การธัมมวิจยะ

๒.๔.๕ สติที่ปรากฏอยู่ในมรรคมืองค์ ๘

ในอริยมรรคมืองค์ ๘ ประการนั้น สติที่เข้าถึงความเป็นอริยมรรค (สัมมาสติ) ความระลึกชอบ เป็นหนทางแห่งการตรัสรู้ความจริงอันประเสริฐทั้ง ๔ ประการ

มรรค (มคค) คือ หนทางถึงความดับทุกข์ เป็นส่วนหนึ่งของอริยสัจ (เรียกว่า มัคคสังัจจ หรือ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ) และนับเป็นหลักธรรมสำคัญอย่างหนึ่งในพระพุทธศาสนา ประกอบด้วยหนทาง ๘ ประการด้วยกัน เรียกว่า “มรรคมืองค์แปด” หรือ “มรรคแปด” (อฏฐังคิกมรรค) โดยมีรายละเอียดดังนี้

- ๑) สัมมาทิฎฐิ คือ ปัญญาเห็นชอบ หมายถึงเห็นถูกตามความเป็นจริงด้วยปัญญา
- ๒) สัมมาสังกัปปะ คือ ดำริชอบ หมายถึง การใช้สมองความคิดพิจารณาแต่ในทางกุศล หรือความดีงาม
- ๓) สัมมาวาจา คือ เจรจาชอบ หมายถึงการพูดสนทนา แต่ในสิ่งที่สร้างสรรค์ดีงาม

^{๓๕} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๖๘/๓๕๘.

- ๔) สัมมากัมมันตะ คือ การประพฤติดีงาม ทางกายหรือกิจกรรมทางกายทั้งปวง
- ๕) สัมมาอาชีวะ คือ การทำมาหากินอย่างสุจริตชน
- ๖) สัมมาวายามะ คือ ความอุตสาหะพยายาม ประกอบความเพียรในการกุศลกรรม
- ๗) สัมมาสติ คือ การไม่ปล่อยให้เกิดความพลั้งเผลอ จิตเลือนลอย ดำรงอยู่ด้วยความรู้ตัว อยู่เป็นปกติ

๘) สัมมาสมาธิ คือ การฝึกจิตให้ตั้งมั่น สงบ สงัด จากกิเลสนิวรณ์อยู่เป็นปกติ

อริยมรรคมีองค์แปด เป็นทางสายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทา) คือทางที่นำไปสู่การพ้นทุกข์ ที่พระพุทธองค์ได้ทรงตรัสรู้แล้ว ด้วยปัญญาอันยิ่ง ทำญาณให้เกิด ย่อมเป็นไปเพื่อความสงบเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

ในมหาสติปัฏฐานสูตร พระผู้มีพระภาคได้ตรัสปรารภแก่ภิกษุทั้งหลายเกี่ยวกับสัมมาสติ เป็นอย่างไร^{๓๖}

คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ ฯลฯ

๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ฯลฯ

๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาสติ

พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ในอภิธรรมปิฎก คัมภีร์วิภังค์ว่า สัมมาสติ เป็นไฉน^{๓๗}

ขอที่ภิกษุในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ ฯลฯ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ฯลฯ เป็นผู้มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ นี้เรียกว่า สัมมาสติ

ในพระอภิธรรมปิฎก อัมมสังคณี พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสเรื่อง สติ ที่ปรากฏอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ ว่า สัมมาสติ ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน^{๓๘}

^{๓๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๖.

^{๓๗} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๐๕/๑๗๒.

^{๓๘} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๒๓/๓๑.

สติ ความตามระลึก ความหวนระลึก กิริยาที่ระลึกความทรงจำความไม่เลื่อนลอย ความไม่หลงลืม สติ สตินทรีย์ สติพละ สัมมาสติ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่าสัมมาสติที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น

๒.๔.๖ สัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในอิทธิบาท ๔

ในอิทธิบาท ๔ ประการนั้น สัมปชัญญะที่เข้าถึงความเป็นอิทธิบาท คือ วิมังสอิทธิบาทปัญญา เจตสิกที่ไตร่ตรอง สังเกต พิจารณาลักษณะ ของสภาพธรรม การยังผลสำเร็จให้เกิดขึ้นโดยอาศัย ปัญญานั้น พึงเห็น เช่นกับบุตรอำมาตย์ผู้ได้อาสนันดรเพราะอาศัยความรู้ บุตรอำมาตย์เหล่านั้นแม้ทั้งหมด ถึงแม้ซึ่งฐานันดรโดยกำลังแห่งภาวะอันเป็นที่อาศัย (โดยความสามารถ) ของตน การประกอบกิจการงานในทางโลกต้องมีการใคร่ครวญเหตุผลและความเหมาะสมของกิจการนั้น ๆ แต่เรื่องของปฏิบัติธรรมนั้น วิมังสาเป็นหนึ่งในอิทธิบาท คือ การใคร่ครวญหลักธรรมในพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการใคร่ครวญโทษอันใหญ่หลวงของการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ ดังพระพุทธองค์ตรัสไว้ในติณกัฏฐสูตรว่า

อนมตคโคยภิกขเวสสารุ ปุพพา โภฏิน ปณฺณายติ อวิชฺชาเนีวรณานํสตตานํตณฺหาสํ
โยชนานํสนฺธาวิตํสํสริตํ.^{๓๙}

“ภิกษุทั้งหลาย สังสารวัฏนี้ไม่มีใครรู้เบื้องต้นได้ เบื้องต้นของเหล่าสัตว์ผู้มีวิชาเป็นเครื่องกัน มีตัณหาเป็นเครื่องผูก เร่ร้อนท่องเที่ยวไป ย่อมไม่ปรากฏ”

บุคคลที่ไม่เคยเป็นญาติพี่น้อง สามีภรรยา หรือบุตรธิดา ย่อมไม่มีน้ำตาของผู้ที่ร้องไห้ เพราะสูญเสียบุตรธิดา ญาติพี่น้อง หรือคนรัก มีมากกว่าน้ำในมหาสมุทร

ในพระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสเรื่อง สัมปชัญญะ (ปัญญา) ที่ปรากฏอยู่ในอิทธิบาท ๔ ว่า วิมังสอิทธิบาท

วิมังสอิทธิบาท เป็นไฉน^{๔๐}

ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญญาณที่เป็นโลกุตตระซึ่งเป็นเหตุนำออกจากวัฏฏทุกข์ให้ถึงนิพพาน เพื่อละทิฐิ เพื่อบรรลุมิเบื้องต้น สัจจจากาม ฯลฯ บรรลุปฐมฌานที่เป็นทุกขาปฏิบัติ ทานธากิณฺญา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ฯลฯ ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฐิธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า วิมังสอิทธิบาท สภาวะธรรมที่เหลือชื่อว่าสัมปยุตด้วยวิมังสอิทธิบาท

^{๓๙} ส.น. (บาลี) ๑๖/๑๒๔/๑๗๒.

^{๔๐} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๖๑/๓๕๓.

๒.๔.๗ สัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในอินทรี ๕

สัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในอินทรี ๕ หมายถึง ปัญญาที่เข้าถึงความเป็นอินทรี (ปัญญินทรี) ย่อมเป็นใหญ่ในการหยั่งรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริง ไม่หลงงมงายในสภาวะธรรมเหล่านั้นปัญญินทรี คือความเป็นใหญ่ของปัญญา มีหน้าที่รู้ไตรลักษณ์

ในพระอภิธรรมปิฎก ฉัมมสังคณี พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสเรื่อง สัมปชัญญะ (ปัญญา) ที่ปรากฏอยู่ในอินทรี ๕ ว่า ปัญญินทรีที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน^{๔๑}

ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนปฏัก ปัญญา ปัญญินทรี ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศัสตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ความสว่างคือปัญญา แสงสว่างคือปัญญาปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฏฐิ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่าปัญญินทรี

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงตรัสเรื่องสัมปชัญญะ (ปัญญา) ที่ปรากฏอยู่ในอินทรี ๕ คือปัญญินทรีแก่ ภิกษุทั้งหลาย ที่กรุงสาวัตถี ทรงตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพึงมีปัญญินทรี (ปัญญา) เป็นอย่างไร^{๔๒}

คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ ชำแรกกิเลส ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ นี้เรียกว่า ปัญญินทรี

๒.๔.๘ สัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในพละ ๕

สัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในพละ ๕ หมายถึง ปัญญาพละ คือ ปัญญาที่มีกำลัง สามารถควบคุมสภาวะธรรมที่เกิดในขณะปัจจุบันอารมณ์ ให้มีความรู้แจ้งในความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค

ในพระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต พระผู้มีพระภาคตรัสปรารภแก่ ภิกษุทั้งหลาย เกี่ยวกับสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ใน พละ ๕ เรียกว่าปัญญาพละ เป็นอย่างไร^{๔๓}

^{๔๑} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๖/๓๐.

^{๔๒} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๗๙/๒๘๙.

^{๔๓} อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๔/๑๘.

คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีปัญญา คือประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณา เห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ ข้าแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ นี้เรียกว่า ปัญญาพละ

ในพระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรคพระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสปรารภแก่ ภิกษุทั้งหลาย ที่เกี่ยวกับ สัมปชัญญะ (ปัญญา) ที่ปรากฏอยู่ใน พละ ๕ เรียกว่า ปัญญาพละ

ปัญญาพละ เป็นอย่างไร^{๔๔}

คือ ชื่อว่าปัญญาพละ เพราะไม่หวั่นไหวเพราะอวิชชา ชื่อว่าปัญญาพละเพราะมีสภาวะ อุปถัมภ์สหชาติธรรม ฯลฯ ชื่อว่าปัญญาพละ เพราะมีสภาวะให้การบุคคลตั้งอยู่เฉพาะในนิโรธ นี้เป็น ปัญญาพละ

ปัญญาที่จัดเป็นปัญญาพละต้องเป็นปัญญาที่กำจัดอวิชชาหรือโสมพะดี โดยเป็นปัญญาที่เกิดจากการอบรมจิตเท่านั้น ในขณะที่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีสมาธิมากขึ้น เขาย่อมเกิดปัญญาหยั่งรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริงโดยรับรู้ว่ามีลักษณะตึง สภาวะยุบมีลักษณะหย่อนโดยไม่รู้รู้สัจฐานของท้องหรือร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่ง ในขณะที่ไม่มีตัวเรา ของเรา บุรุษ สตรีมีเพียงสภาวะที่เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยและดับลงไปตามธรรมชาติดังนี้ เป็นต้น

อวิชชาเป็นอกุศลที่ปิดบังสภาวะธรรมตามความเป็นจริง ทำให้เราไม่รู้ว่ามีเพียงรูปนามที่มีลักษณะเฉพาะแตกต่างกันและตกอยู่ภายใต้กฎของไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน อวิชชาทำให้ชาวโลกไม่รู้รู้สภาวะของยุบ สภาวะเดิน หรือกองรูป เวทนา จิต และธรรมปัญญาที่มีกำลัง ย่อมกำจัดอวิชชาได้

ที่ประเทศอินเดียมีวัวประเภทหนึ่ง ชื่อว่า วัวอุสภะ คือ พญาวัว พญาวัวเป็นวัวประเสริฐหาได้ยาก มีพละกำลังมากเสมอกับวัวปกติ ๕๐๐ ตัว ถ้ามีพญาวัวปรากฏขึ้นในบ้านใดหรือคอกใด หากเจ้าของบ้านเข้าใจลักษณะของพญาวัวนี้ว่า วัวที่เกิดมานี้เป็นวัวประเสริฐ โดยสังเกตจากลักษณะวัวซึ่งกล่าวไว้ในตำราว่า วัวประเภทนี้เป็นวัวมงคล ถ้าวัวนี้อยู่ในบ้านใด อับมงคลหรือเสียดจัญไรจะไม่มีภายในบริเวณบ้านนั้นถึง ๗ บ้านโดยรอบ ไม่มีโรคระบาดเกิดขึ้นในฝูงวัวที่เจ้าของเลี้ยงดูอยู่ มันเป็นจำฝูงของวัวจำนวนมากแม้เพียงตัวเดียวก็ดูแลวัวตัวอื่นได้นับร้อยนับพันคอก

นอกจากนั้นแล้ว พญาวัวก็ยังสามารถป้องกันฝูงวัวจากภัยของราชสีห์หรือเสือ ถ้ามีพญาวัวอยู่ ราชสีห์หรือเสือก็จะไม่กล้ากรายไปสถานที่นั้น

^{๔๔} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๔/๕๑๔.

เจ้าของพญาวิศวรนำวัวมาเลี้ยงดูเป็นอย่างดี ไม่ให้ปนกับวัวอื่นต้องสร้างที่อยู่คล้ายกับที่อยู่ของคน ให้นอนในที่ที่ ดี ๆ เลี้ยงดูให้เหมือนเลี้ยงดูคน แล้วพญาวิศวรก็จะค่อย ๆ เติบโต มีพลังกำลังมหาศาล ก็จะอำนวยการโยชน์แก่ตนและบุคคลรอบข้าง เพราะฉะนั้น พระพุทธองค์จึงทรงแนะนำให้พุทธศาสนิกชนหมั่นเจริญพละทั้ง ๕ เหล่านี้ว่า

อิทธิกขเวกิกขุสทฐาพลาเวติ รากวินยปริโยสานโทสวินยปริโยสาน
 โมหวินยปริโยสาน. วัวยพลาเวติ รากวินยปริโยสานโทสวินยปริโยสาน
 โมหวินยปริโยสาน. สติพลาเวติ รากวินยปริโยสานโทสวินยปริโยสาน
 โมหวินยปริโยสาน. สมาธิพลาเวติ รากวินยปริโยสานโทสวินยปริโยสาน
 โมหวินยปริโยสาน. ปญญาพลาเวติ รากวินยปริโยสานโทสวินยปริโยสาน
 โมหวินยปริโยสาน.^{๔๕}

๒.๔.๙ สัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพชฌงค์ ๗

สัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพชฌงค์ ๗ หมายถึง อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ คือปัญญาที่วินิจฉัยใคร่ครวญ ไตร่ตรอง สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นขณะที่เป็นปัจจุบันอารมณ์จึงนับได้ว่าเป็นองค์แห่งการตรัสรู้ ความจริงอันประเสริฐทั้ง ๔ ประการ

ดังในมหาสติปัฏฐานสูตร พระผู้มีพระภาคได้ตรัสปรารภภิกษุทั้งหลายเกี่ยวกับอัมมวิจย (สัมปชัญญะ) ที่ปรากฏอยู่ในสัมโพชฌงค์^{๔๖}

คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้เมื่ออัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในมืออยู่ก็รู้ชัดว่า “อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่” หรือเมื่ออัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในไม่มี ก็รู้ชัดว่า “อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีไม่มี” ความเกิดขึ้นแห่งอัมมวิจยสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่งอัมมวิจยสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

โพชฌงค์แปลว่าคุณสมบัติของผู้ที่จะตรัสรู้ เป็นคุณสมบัติเมื่อเกิดในจิตแล้ว จะเป็นผู้รู้ เป็นพุทธะสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพชฌงค์ ๗นี้เรียกว่า อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ แปลว่า องค์แห่งการรู้แจ้ง คุณสมบัติของผู้ตรัสรู้ คือ การวิจัยธรรม คำว่า วิจัย ได้แก่ ค้นคว้า สังเกตดู พิจารณา ดู สอดส่องดู เข้าไปให้ลึกซึ้งในภายในใจนี้ ดูให้เห็น ว่ามีแต่ธรรมะ เป็นแต่สิ่งที่ไม่มีตัวตน มีเมื่อมันเกิดขึ้น เกิด เพราะเหตุปัจจัย ดำรงอยู่ได้เพราะปัจจัย เมื่อหมดปัจจัยก็อยู่ไม่ได้ ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา ไม่ใช่ใคร ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่ของเขา ไม่ใช่ของใคร เป็นแต่ธรรมะเท่านั้น ธรรมะไหนไม่ตีควรละ ธรรมไหนตีควรเจริญ

^{๔๕} ส.ม. (บาลี) ๑๙/๗๕๙/๒๒๐.

^{๔๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๘/๑๑๗.

ละอย่างไร เจริญอย่างไร วิจัยดู ค้นคว้าดู จนรู้จัก นี้เรียกว่า ธรรมวิจัย ผู้ที่จะวิจัยอย่างนี้ได้ ต้องเป็นผู้ มีสติ มีจิตตั้งมั่นดี สังเกตดูอะไรที่ เกิดขึ้นภายในตน เกิดแก่บุคคลอื่น และเกิดในโลก ล้วนเป็นธรรมะ อันนี้ดีใหม่ ไม่ดี เกิดขึ้นแล้ว ทำให้จิตเศร้าหมอง ให้รู้จัก อันนั้นดี เกิดขึ้นแล้ว ทำให้มีปัญญา สว่างไสว มีดวงตา นี้เรียกว่าวิจัย

ในพระอภิธรรมปิฎก อัมมสังคณี พระผู้พระภาคเจ้าทรงตรัสเรื่อง สัมปชัญญะ (ปัญญา) ที่ปรากฏอยู่ในโพชฌงค์ ๗ คืออัมมวิจัยสัมโพชฌงค์^{๔๗}

อัมมวิจัยสัมโพชฌงค์ เป็นไฉน ความเลือกสรรธรรมในธรรมภายในตนก็มี ในธรรมภายนอกตนก็มี ความเลือกสรรธรรมในธรรมภายในตน ก็คืออัมมวิจัยสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้อยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน ถึงความเลือกสรรธรรมในธรรมภายนอกตน ก็คือ อัมมวิจัยสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้อยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

ธรรมะบางอย่างเป็นอกุศล ไม่ใช่ตัวตน เป็นธรรมะฝ่ายควรละ ความปลาบปลื้ม ปราโมทย์ ปีติเกิดขึ้น เกิดความสุข เกิดสมาธิ ปัญญา เกิดความสบายอกสบายใจ หรือพึงธรรมะแล้วเกิดความรู้ขึ้น นี่เป็นธรรมะเหมือนกัน ไม่มี ตัวตน แต่เป็นธรรมะฝ่ายที่ควรเจริญ ควรกระทำให้มาก ๆ การวิจัย ค้นคว้าดูให้รู้จัก สิ่งไหนเป็นอกุศล สิ่งไหนเป็นกุศล อกุศลและกุศลนั้นล้วนเป็นสังขาร ไม่ได้มี ตัวตนอยู่ก่อน ล้วนเกิดตามเหตุปัจจัย ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา บางสิ่งควรละ บางสิ่งที่ควรเจริญบางสิ่ง ควรกำหนดรู้บางสิ่งควรกระทำให้แจ้ง อันนี้เรียกว่าธรรมวิจัย มองให้ทะลุกายและใจ ทำให้เกิดความเข้าใจตัวเองและคนอื่น รวมทั้งโลกว่ามีแต่ ธรรมะเท่านั้น

๒.๔.๑๐ สัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในมรรคมืองค์ ๘

สัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในอริยมรรคมืองค์ ๘ เรียกว่า สัมมาทิฐิ แปลว่า ปัญญาเห็นชอบ ในอริยสัจ ๔ ประการดังที่พระสารีบุตรได้กล่าวกับภิกษุทั้งหลายว่า “ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย” ธรรมจักร อันยอดเยี่ยมพระตถาคตผู้เป็นอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ประกาศแล้ว ณ ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน เขตกรุงพาราณสี และได้กล่าวถึงอริยมรรคมืองค์ ๘ มีสัมมาทิฐิ เป็นต้น

ในพระอภิธรรมปิฎก อัมมสังคณี พระผู้พระภาคเจ้าทรงตรัสเรื่อง สัมปชัญญะ (ปัญญา) ที่ปรากฏอยู่ในอริยมรรคมืองค์ ๘ ว่า สัมมาทิฐิที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน^{๔๘}

ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจัย ความเลือกสรร ความวิจัยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่ม

^{๔๗} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๖๙/๓๕๙.

^{๔๘} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๒๐/๓๐.

แจ้ง ความคันคืด ความไคร่ครวญปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนปฏัก ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศีลตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ความสว่างคือปัญญา แสงสว่างคือปัญญา ปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฏฐิ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่า สัมมาทิฏฐิที่เกิดขึ้นในสมัยนั้นนี้ชื่อว่าสัมมาทิฏฐิที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น

บรรดาอริยมรรคมีองค์ ๘ นั้น สัมมาทิฏฐิ เป็นอย่างไร^{๔๙}

คือ ความรู้ในทุกข์ (ความทุกข์) ความรู้ในทุกขสมุทัย (เหตุเกิดแห่งทุกข์) ความรู้ในทุกขนิโรธ (ความดับทุกข์) ความรู้ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์) นี้เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ เมื่อบุคคลมีสัมมาทิฏฐิ ย่อมละราคานุสัย บรรเทาปฏิฆานุสัย ถอนทิฏฐฐานุสัย และมานานุสัย ว่าเรามีอยู่ โดยประการทั้งปวง ละอวิชชา ยังอวิชชาให้เกิด ย่อมกระทำที่สุดแห่งทุกข์ บุคคลชื่อว่าเป็น สัมมาทิฏฐิ มีความเห็นตรงแล้ว ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันแน่วแน่ในธรรม ด้วยเหตุดังนี้

- ๑) รู้ชัดซึ่งอกุศลและรากเหง้าอกุศล รู้ชัดซึ่งกุศลและรากเหง้าของกุศล
- ๒) รู้ชัดซึ่งอาหาร เหตุเกิดแห่งอาหาร ความดับอาหาร และทางที่จะให้ถึงความดับอาหาร
- ๓) รู้ชัดซึ่งทุกข์ ทุกขสมุทัย ทุกขนิโรธ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา
- ๔) รู้ชัดซึ่งเหตุ และปัจจัยในปฏิจสุมุขปาท

บรรดาอริยมรรคมีองค์ ๘ นั้น สัมมาทิฏฐิ เป็นไฉน^{๕๐}

ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญสัมมาทิฏฐิที่อาศัยวิเวก วิราคะ และนิโรธ น้อมไปเพื่อความปล่อยวาง ฯลฯ เจริญสัมมาสังกัปปะ ฯลฯ เจริญสัมมาวาจา ฯลฯ เจริญสัมமாகัมมันตะ ฯลฯ เจริญสัมมาอาชีวะ ฯลฯ เจริญสัมมาวายามะ ฯลฯ เจริญสัมมาสติ ฯลฯ เจริญสัมมาสมาธิที่อาศัยวิเวก วิราคะ และนิโรธ น้อมไปเพื่อความปล่อยวาง

บรรดาอริยมรรคมีองค์ ๘ เหล่านี้ สัมมาทิฏฐิ เป็นไฉน

ปัญญา คือ กิริยาที่รู้ชัด ฯลฯ ความไม่หลงงมงายความเลือกเฟ้นธรรมสัมมาทิฏฐิธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ^{๕๑}

สัมมาทิฏฐิที่เข้าใจกรรมและผลกรรม จัดเป็นความเห็นชอบขั้นพื้นฐานเพื่อก่อให้เกิดความเพียรปฏิบัติเพื่อหลุดพ้นจากวัฏฏสงสาร ความจริงศาสนาพุทธเน้นเรื่องกรรมว่า เหล่าสัตว์มีกรรมเป็น

^{๔๙} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๖/๕๕.

^{๕๐} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๘๘/๓๗๓.

^{๕๑} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๔๙๒/๓๗๔.

สมบัติของตน มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นพวกพ้อง มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัยของตน เราทำกรรมอันใดที่ดีหรือชั่ว ย่อมได้รับผลของกรรมนั้น ดังพระพุทธดำรัสว่า

“กมมสฺสโกมฺหิกมฺมทายาทโ กมฺมโยนิ กมฺมพณฺธุกมฺมปฏิสรโณ. ยํกมฺมํกริสฺสามิ กลฺยาณํ วา ปาปกํ วา, ตสฺส ทายาทโ ภวิสฺสามิ.”^{๕๒}

“เรามีกรรมเป็นของตน เป็นทายาทของกรรม มีกรรมเป็นพวกพ้อง มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่ง เราจักทำกรรมใดที่ดีหรือไม่ดี จักเป็นทายาทของกรรมนั้น”

ก่อนที่พระพุทธองค์จะตรัสรู้อนุนตรสัมมาสัมโพธิญาณประกาศพระศาสนา มีศาสดา ๖ คนปรากฏขึ้นก่อน คือ ปุรณกัสสปะ มัคชลิโคศล อชิตเกสกัมพล ปกุธกัจจายนะ นิครนถ์นาฏบุตร และสญชัยเวัลลภบุตร

ในบรรดาศาสดาเหล่านี้ อชิตเกสกัมพลประกาศวาตะแสดงความเห็นว่า เหล่าสัตว์ตายแล้วขาดสูญ ดังข้อความว่า

นตฺถิ มหาราช ทินฺนํ. นตฺถิ ยิฎฺฐํ. นตฺถิหุตฺ. นตฺถิสฺสททุกฺกฏานํผลํ วิปาโก. นตฺถิโยโยโลโก. นตฺถิปโรโลโก.^{๕๓}

“มหาบพิตร ทานที่บุคคลให้ไม่มี ทานที่บูชาบวงสรวงไม่มี วิกาของกุศล และอกุศลที่ทำไว้ดีหรือไม่ดี ย่อมไม่มี โลกนี้ไม่มี โลกหน้าไม่มี”

บรรดามรรคมืดงศ์ ๕ นั้น สัมมาทิฎฐิ เป็นไหน^{๕๔}

ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญฌานที่เป็นโลกุตตระซึ่งเป็นเหตุนำออกจากวิภวทุกข์ให้ถึงนิพพาน เพื่อละทิฎฐิ เพื่อบรรลุมิเบื้องต้น สัจจากกาม ฯลฯ บรรลุปฐมฌานที่เป็นทุกขาปฏิบัติทาทัณธาภิญญา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ผัสสะ ฯลฯ อวิกเขปะก็เกิดขึ้น สภาวะธรรมเหล่านี้ชื่อว่า เป็นกุศล ภิกษุสังตจากกาม ฯลฯ บรรลุปฐมฌาน ที่เป็นสุญญตะ เป็นทุกขาปฏิบัติทาทัณธาภิญญา ซึ่งเป็นวิกา เพราะได้ทำได้เจริญฌานที่เป็นโลกุตตรกุศลนั้นนั่นแหละอยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ฯลฯ ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฎฐิธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรค นี้เรียกว่า สัมมาทิฎฐิ สภาวะธรรมที่เหลือชื่อว่า สัมปัตตด้วยสัมมาทิฎฐิ ฯลฯ

^{๕๒} อง.ปญจก. (บาลี) ๒๒/๕๗/๖๕-๖๖.

^{๕๓} ที.สี. (บาลี) ๘/๑๗๑/๕๕.

^{๕๔} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๐๓/๓๗๙.

สภาวะธรรมที่เหลือชื่อว่าสัมปยุตด้วยสัมมาสังกัปปะ ฯลฯ สภาวะธรรมที่เหลือชื่อว่าสัมปยุตด้วยสัมมาวายามะ ฯลฯ สภาวะธรรมที่เหลือชื่อว่าสัมปยุตด้วยสัมมาสติ

๒.๕ ทรรศนะเรื่องสติและสัมปชัญญะของนักวิชาการและผู้รู้ทางพระพุทธศาสนา

๑) ทานพุทธทาสภิกขุกล่าวไว้ว่า “สติแปลว่าการแล่นมาของความรู้ แล่นมาแห่งความทรงจำ สติเป็นเครื่องขนส่งหากเรามีปัญญามากหรือความจำมากแต่แล่นมาไม่ทัน กับเวลา ที่มีเหตุการณ์เกิดขึ้นนั้นคือไม่มีสติสติจึงเป็นเครื่องขนส่งความรู้ความจำมาไขให้ทันเวลาที่ เกิดขึ้น”^{๕๕}

๒) พระญาณโพนิกเถระ ได้ให้ความหมายของสติไว้ว่า สติมีความหมายดั้งเดิมมาจากคำว่าความทรงจำความระลึกได้ (สันสกฤต: สมฤติ) บางครั้งในคัมภีร์บาลีเดิมก็ใช้ในความหมายว่าการจำเหตุการณ์ที่ผ่านมาได้แต่ที่ไขกันมากมีความหมายเป็นปัจจุบัน หมายถึงความใส่ใจหรือความตื่นตัวจำกัดลงไปหมายถึงเอาเฉพาะความใส่ใจที่ดีที่ฉลาดหรือที่เป็นกุศล^{๕๖}

๓) พระโพธิญาณเถระ (หลวงพ่อบุชา สุภทฺโท) กล่าวไว้ว่า “สติคือความระมัดระวังรู้อยู่ว่าเดี๋ยวนี้เราทำอะไรอยู่สติสัมปชัญญะคือรู้ว่าเรากำลังทำอะไรอยู่ ระลึกได้ถึงความรู้สึกที่เกิดในจิต ระลึกได้ว่าเรากำลังพูดหรือกำลังทำอยู่และต้องประกอบด้วยปัญญาหรือมีปัญญาเกิดรวมด้วยเสมอ”^{๕๗}

๔) หลวงพ่อพระราชพรหมยาน (วีระ ถาวโรมหาเถร) ได้ให้ความหมายของ สติและสัมปชัญญะไว้ว่า สติ แปลว่า นึกไว้ สัมปชัญญะ แปลว่า รู้ตัว^{๕๘}

๕) พระพรหมคุณาภรณ์ได้กล่าวถึงความหมายของสติไว้ว่า “สติ หมายถึง ความระลึกได้นึกได้ความไม่ผลของการคุมใจไว้กับกิจหรือคุมจิตไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้องของกายอยู่กับกิจจิตอยู่กับงานจำการทำและคำที่พูดแล้วแม่นยำได้” นอกจากนี้ยังหมายถึง “ความระมัดระวังความตื่นตัวต่อหน้าที่ภาวะที่

^{๕๕} พุทธทาสภิกขุ, สติ, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: จักรานุกูลการพิมพ์, ๒๕๒๘), หน้า ๒๐-๒๑.

^{๕๖} พระญาณโพนิกเถระ, หัวใจกรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สยาม, ๒๕๔๘), หน้า ๒.

^{๕๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมิกจำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๘๐๔.

^{๕๘} คณะศิษย์จัดพิมพ์, รวมคำสอนปฏิบัติธรรมเล่ม ๑, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (อุทัยธานี: ม.ป.ท., ๒๕๓๖), หน้า ๓๓.

พร้อมอยู่เสมอในการคอยรับรู้ต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เข้ามาเกี่ยวข้องและตระหนักรู้ว่าควรปฏิบัติต่อสิ่งนั้น ๆ อย่างไร”^{๕๙}

๖) พระคันธसारากวีวงศ์ ได้ให้ความหมายของสติและสัมปชัญญะไว้ว่า เมื่อสติดำเนินไปอย่างต่อเนื่องเช่นนี้ สมาธิคือความตั้งมั่นในสภาวะธรรมก็จะปรากฏขึ้น แล้วปัญญาที่หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริงก็จะเกิดขึ้นเอง สติ คือการระลึกถึงสภาวะธรรมปัจจุบันตามความเป็นจริง โดยรับรู้สภาวะธรรมอย่างแท้จริง ไม่ใช่เพียงท่องคำบริกรรม การเจริญปัญญาเหมือนการสีไม้สองท่อนอย่างต่อเนื่อง ทำให้เกิดเปลวไฟ การสีไม้เหมือนสติ ความร้อนเหมือนสมาธิ และเปลวไฟเหมือนปัญญา^{๖๐}

๗) อาจารย์นิธิ ศิริพัฒน์ ได้อธิบายความหมายของสติและสัมปชัญญะไว้ว่า “สติสัมปชัญญะ” (Mindfulness and Awareness) จัดเป็นธรรมที่เกื้อกูลในกิจหรือในการทำคามดีทุกอย่าง เรียกว่า “ธรรมมีอุปการะมาก” ดังนั้น ในการพิจารณาความหมายของคำว่า “สติสัมปชัญญะ” นั้น จึงแยกออกเป็น ๒ ความหมาย คือ (๑) “สติ” (Mindfulness) หมายถึง ความระลึกได้ นึกได้ สำนึกอยู่ไม่ปล่อย สำนึกพร้อมอยู่ ใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับเรื่อง รู้จักกำหนดจดจำ ระลึก การที่ทำคำที่พูดไว้ได้ เป็นอยู่อย่างไม่ประมาท มีระเบียบ และเหตุผล กล่าวโดยสรุป มีจิตอยู่ในขณะที่เป็น “โยนิโสมนสิการสัมปทา” คือ ความถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการด้วยความฉลาดคิดแยกคายให้เห็นความจริงและหาประโยชน์ได้ และ (๒) “สัมปชัญญะ” (Clear Comprehension) หมายถึง ความรู้ชัด ความรู้ชัดในสิ่งที่นึกได้ ความตระหนักและเข้าใจชัดยิ่งตามความเป็นจริงและมีเหตุผล ฉะนั้น เครื่องธรรมที่ใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนา “สติสัมปชัญญะ” ให้เกิดขึ้น คือ “สติปัฏฐาน ๔” หมายถึง ที่ตั้งของสติ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง คือ ตามที่สิ่งนั้น ๆ มันเป็นของมัน ด้วย “สติสัมปชัญญะ” จัดเป็น “สัมมาสติ”^{๖๑}

๘) สุภีร์ ทุมทอง ได้ให้ความหมายของ สติและสัมปชัญญะไว้ในสติปัฏฐาน ๔ (ชุดโพธิปักขิยธรรม) สติ คือ เป็นความระลึกได้ ความไม่หลงลืม ไม่ปล่อยใจลอยไปที่อื่น ผูกจิตให้ท่องเที่ยวอยู่ในกาย เวทนา จิต และธรรม สัมปชัญญะ เป็นความรู้ตัวทั่วพร้อม เป็นปัญญาที่รู้

^{๕๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๓๙๕.

^{๖๐} พระคันธसारากวีวงศ์, โพธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๓๙.

^{๖๑} อาจารย์นิธิ ศิริพัฒน์, เฉลิมฉลอง “พุทธชยันตี ๒๖๐๐ ปี” วันวิสาขบูชา, (กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท., ๒๕๕๕), หน้า ๑.

ประโยชน์ รู้สิ่งใดมีประโยชน์ สิ่งใดไม่มีประโยชน์ รู้ความเหมาะสม รู้จักเลือกอารมณ์ รู้รูปร่าง ชันด์ ๕ ไม่หลงเอารูปร่างว่าเป็นตัวตน เป็นเรา เป็นของเรา เป็นเขา เป็นของเขา^{๖๒}

๒.๖ สรุปท้ายบท

จากการศึกษาสติและสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรมอันเป็นธรรมฝึกฝายในการตรัสรู้ จึงได้ทราบถึงองค์ธรรมของสติ คือ สติเจตสิกที่สัมปยุตด้วยเจตสิกอีก ๓๗ ดวง ส่วนสัมปชัญญะองค์ธรรม คือ ปัญญาเจตสิก มีเจตสิกที่สัมปยุตด้วยเจตสิกอีก ๓๗ ดวง ตามตทกมยมิสสกนัย สติที่เป็นใหญ่เป็นประธานในสภาวะธรรมทั้งปวงที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรมมีอยู่ ๕ หมวดคือ หมวดสติปัญญา, หมวดสติอินทรีย์, หมวดสติพละ, หมวดสติสัมโพชฌงค์ และหมวดอริยมรรคมีองค์ ๘ เรียกชื่อต่างกันโดยสภาวะลักษณะที่ตั้งของสติที่ทำหน้าที่ และความแก่กล้าของสติที่ปรากฏอยู่ในหมวดธรรมนั้น ๆ เช่นสติที่ตั้งมั่นในการระลึก ในกาย เวทนา จิต ธรรม มีความตั้งมั่นในการระลึก สติจึงได้ชื่อว่า สติปัญญา ที่ปรากฏอยู่ในหมวดสติปัญญา ๔ สติที่ทำหน้าที่เป็นใหญ่เป็นผู้ปกครองกว่าสภาวะธรรมทั้งหลายที่สัมปยุตอยู่ สติที่มีสภาวะเช่นนี้จึงได้ชื่อว่า สตินทรีย์ ที่ปรากฏอยู่ในหมวดอินทรีย์ ๕ สติที่ทำหน้าที่เป็นผู้ไม่หวั่นไหวมีกำลังในการระลึกกว่าสภาวะธรรมทั้งหลายที่สัมปยุตอยู่ สติที่มีสภาวะเช่นนี้จึงได้ชื่อว่า สติพละ ปรากฏอยู่ในหมวด พละ ๕ สติที่ทำหน้าที่ระลึกได้อันเป็นองค์ธรรมในการรู้ริยสัง ๔ สติที่มีสภาวะเช่นนี้จึงได้ชื่อว่า สติสัมโพชฌงค์ ปรากฏอยู่ในหมวดสัมโพชฌงค์ ๗ สติที่ทำหน้าที่ในการระลึกชอบ อันเป็นหนทางให้ถึงมรรคผลนิพพาน สติที่มีสภาวะเช่นนี้จึงได้ชื่อว่า สัมมาสติ ที่ปรากฏอยู่ในหมวด อริยมรรคมีองค์ ๘

สัมปชัญญะคือปัญญาอย่างแรงกล้า เป็นบาทเบื้องต้นแห่งความสำเร็จ สัมปชัญญะที่มีสภาวะเช่นนี้จึงได้ชื่อว่า วิมังสอิทธิบาท ปรากฏอยู่ในหมวดอิทธิบาท ๔ สัมปชัญญะคือปัญญาที่เป็นใหญ่เป็นผู้ปกครองในความรอบรู้ตามความเป็นจริง สัมปชัญญะที่มีสภาวะเช่นนี้จึงได้ชื่อว่า ปัญญาอินทรีย์ ปรากฏอยู่ในหมวดอินทรีย์ ๕ สัมปชัญญะคือปัญญาเป็นผู้ไม่หวั่นไหวในการระลึกรู้ตามความเป็นจริง ปัญญาที่มีสภาวะเช่นนี้จึงได้ชื่อว่า ปัญญาพละ ปรากฏอยู่ในหมวดพละ ๕ สัมปชัญญะคือปัญญาที่พิจารณาค้นคว้าในธรรม ทั้งภายในและภายนอกเป็นองค์แห่งการรู้ริยสัง ๔ ปัญญาที่มีสภาวะเช่นนี้จึงได้ชื่อว่า ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ที่ปรากฏอยู่ในหมวดโพชฌงค์ ๗ สัมปชัญญะคือปัญญาที่เห็นชอบตามความเป็นจริง เป็นหนทางให้ถึงมรรคผลนิพพาน ปัญญาที่มีสภาวะเช่นนี้จึงได้ชื่อว่า สัมมาทิฎฐิ ปรากฏอยู่ในหมวด อริยมรรคมีองค์ ๘

^{๖๒} สุภีร์ ทุมทอง, สติปัญญา ๔ (ชุดโพธิปักขิยธรรม), พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ฟองทองเอนเตอร์ไพรส์, ๒๕๕๙), หน้า ๕๖.

ดังจะเห็นได้ว่าสติและสัมปชัญญะ เป็นธรรมที่มีคุณูปการต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ทั้งหลาย ตั้งแต่เกิดจนถึงตาย กิริยาอาการใด ๆ ที่มนุษย์ได้แสดงออกมา ล้วนต้องอาศัยสติและสัมปชัญญะคอยควบคุมดูแลอยู่ทุกขณะ และยังในการประพฤติปฏิบัติธรรมเพื่อให้ถึงซึ่งมรรคผลนิพพาน อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของการปฏิบัติธรรมจำจะต้องมีสติและสัมปชัญญะคอยควบคุมอย่างละเอียดอ่อนทุกขณะจิตจนถึงมีสติและสัมปชัญญะสมบูรณ์บริบูรณ์ในที่สุด

บทที่ ๓

สติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

สติและสัมปชัญญะทั้งสองนี้ นับว่าเป็นหมวดธรรมที่สำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพราะเป็นธรรมที่ช่วยอุปการะในการระลึกรู้และพิจารณาสภาวธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นให้เห็นเป็นไปตามความเป็นจริงของอริยสัจ เพื่อดำเนินไปสู่เป้าหมายอันสูงสุดของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ มรรค ผล นิพพาน ดังนั้น การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะเกิดผลสำเร็จได้ ต้องอาศัยสติสัมปชัญญะเป็นหลักสำคัญ ดังนั้นการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจำเป็นจะต้องมีสติและสัมปชัญญะทั้งสองนี้ควบคู่ไปโดยตลอด และจะขาดมิได้เลย

คำว่า วิปัสสนา^๑ คือ ปัญญาที่เห็นสภาวะต่าง ๆ มีอนิจลักษณะ ทุกขลักษณะอนัตตลักษณะ ในสังขารทั้งหลาย “วิปัสสนา” เป็นชื่อของปัญญา มีความหมายดังนี้ “วิ” แปลว่า โดยประการต่าง ๆ “ปัสสนา” การรู้ การเห็นแจ้ง การรู้ยิ่ง เมื่อรวมความแล้ว วิปัสสนา คือ ปัญญาหยั่งรู้ปัญญาเห็นแจ้ง โดยประการต่าง ๆ ในสภาวะลักษณะของรูปนามตามสภาวะความเป็นจริง เห็นว่าสภาวธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่อยู่ในอำนาจที่จะบังคับบัญชาได้ (อนัตตา) คือ มิใช่สัตว์บุคคล ตัวตน เรา เขา นั้นเอง

ในอรรถกถามัชฌิมนิกายได้อธิบายไว้ว่า วิปัสสนา คือ การพิจารณาเห็นลักษณะของสภาวธรรมที่ปรากฏ ๗ ประการ

อนิจจานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง
ทุกขานุปัสสนา พิจารณาเห็นความเป็นทุกข์
อนัตตานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตน
นิพพิทานุปัสสนา พิจารณาเห็นความหน้าเบื่อหน่าย
วิราคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความคลายกำหนัด
นิโรธานุปัสสนา พิจารณาเห็นความดับ

^๑ ดูรายละเอียดใน พระภาวนาพิศาลเมธี วิ, สัมมนาวิปัสสนาภาวนา, (นครปฐม: ศูนย์บัณฑิตศึกษาพุทธโฆส, ๒๕๕๕), หน้า ๙๓.

ปฏินิสศคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความสลดทิ่ง

รวมความว่า “วิปัสสนาภาวนา” คือการเห็นแจ้งด้วยปัญญา ตามความเป็นจริงของรูปนามที่เป็นไปตามกฎแห่งไตรลักษณ์ โดยการอบรมปัญญาให้รู้แจ้งชัดตามสภาวะความเป็นจริงของรูปนาม

“การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” คือการเอาสติสัมปชัญญะพิจารณาใคร่ครวญในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นในขณะปัจจุบันอารมณ์ เห็นโดยความเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริงของสังขารธรรมที่เกิดขึ้นของรูปนามผู้วิจิตรได้เห็นความของสติสัมปชัญญะจึงได้นำมาวิจัยและเสนอไว้เป็นประเด็นดังต่อไปนี้

- ๓.๑ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสติปัฏฐาน ๔
- ๓.๒ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสัมมปปธาน๔
- ๓.๓ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอิทธิบาท ๔
- ๓.๔ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอินทรีย์ ๕
- ๓.๕ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในพละ ๕
- ๓.๖ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโพชฌงค์ ๗
- ๓.๗ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอริยมรรคมีองค์ ๘
- ๓.๘ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโพธิปักขิยธรรม

๓.๑ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสติปัฏฐาน ๔

ในหมวดสติปัฏฐาน ๔ คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ธรรมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จะเห็นได้ว่ามีสติเจตสิกธรรมเป็นประธานในการระลึกรู้อารมณ์ที่ปรากฏอยู่ในหมวดสติปัฏฐาน ๔ ทั้งหมด

สติปัฏฐานหมายถึง การกำหนดระลึกรู้สภาวะธรรมที่เป็นขณะปัจจุบันอารมณ์โดยการจดจ่ออย่างต่อเนื่องโดยไม่ขาดสาย ระลึกรู้อยู่ในอารมณ์โดยมีสติที่มั่นคง

สติปัฏฐาน แปลว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติหรือการปฏิบัติที่มีสติเป็นประธาน^๒ อีกนัยหนึ่ง แปลว่า ธรรมอันเป็นอารมณ์ของสติ^๓

^๒ ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗๓/๓๖๘, ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๕๓.

^๓ ดูรายละเอียดใน พระสัทธัมมโชติกะธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๗**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไพศาลวิทยา, ๒๕๑๔), หน้า ๑๓๑.

เนื้อหาสาระสำคัญของสติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมวดสติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏใน
ที่มณีกายมหารรรค พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า ภิกษุทั้งหลายทางนี้เป็นทางสายเดียว เป็นทางสายเอก^๔
เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อรวงโสกะและปริเทวะ เพื่อความดับแห่งทุกข์และโทมนัส เพื่อ
บรรลุนิรามรรค เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน ทางนี้ได้แก่ สติปัฏฐาน ๔ คือ

พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัส
ในโลกได้

พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา
และโทมนัสในโลกได้

พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสใน
โลกได้

พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา
และโทมนัสในโลกได้^๕

การเอาสติที่ตั้งมั่นเข้าไปตามระลึกในกายเรียกว่า “กายนุปัสสนาสติปัฏฐาน” การเอาสติ
ตามระลึกในเวทนาเรียกว่า “เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน” การเอาสติตามระลึกในจิตเรียกว่า “จิตตานุ
ปัสสนาสติปัฏฐาน” การเอาสติตามระลึกในธรรม เรียกว่า “ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน”

สติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสติปัฏฐาน ๔

๓.๑.๑ กายนุปัสสนาสติปัฏฐาน

หมายถึง การมีสติที่ตั้งมั่นพิจารณาอยู่เนื่อง ๆ ซึ่งกาย มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ
กำจัดความยินดียินร้ายเสียได้จำแนกออกเป็น ๖ หมวด^๖

- ๑) การกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก (หมวดอานาปานะ)
- ๒) การกำหนดรู้อิริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ (หมวดอริยาบถ)
- ๓) การกำหนดรู้อิริยาบถย่อยควบคู่กับอิริยาบถใหญ่ (หมวดสัมปชัญญะ)
- ๔) การกำหนดรู้สิ่งปฏิกุศล (หมวดปฏิกุศลมนสิการ)
- ๕) การกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ (หมวดธาตุมนสิการ)
- ๖) การกำหนดรู้ซากศพ ๙ ประเภท (หมวดนวสิวถิก)

^๔ ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗๓/๓๕๙.

^๕ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๖/๑๐๑, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑-๓๐๒.

^๖ ดูรายละเอียดใน พระภาวนาพิศาลเมธี วิ, สัมมนาวิปัสสนาภาวนา, (นครปฐม: ศูนย์บัณฑิตศึกษา
พุทธโฆส, ๒๕๕๕), หน้า ๙๗-๙๘.

๑) ในการกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก

ภิกษุนี้มีสติอยู่ย่อมหายใจเข้า มีสติอยู่ย่อมหายใจออก

เมื่อหายใจเข้ายาวย่อมนรู้ว่า หายใจเข้ายาว เมื่อหายใจออกยาวย่อมนรู้ว่าหายใจออกยาว

เมื่อหายใจเข้าสั้น ย่อมนรู้ว่าหายใจเข้าสั้น เมื่อหายใจออกสั้น ย่อมนรู้ว่าหายใจออกสั้น

เธอย่อมสำเนียงกว่า เราจักรู้ชัดกองลมทั้งหมด ขณะหายใจเข้า เธอย่อมสำเนียงกว่า เราจักรู้ชัดกองลมทั้งหมดขณะหายใจออก

เธอย่อมสำเนียงกว่า เราจักระงับลมหายใจขณะหายใจเข้า เธอย่อมสำเนียงกว่า เราจักระงับลมหายใจ ขณะหายใจออก^๗

๒) ในการกำหนดรู้อิริยาบถใหญ่ทั้ง ๔

ภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติอีกอย่างหนึ่ง คือ

(๑) เมื่อเดินก็รู้ว่าเดินอยู่

(๒) เมื่อยืนก็รู้ว่ายืนอยู่

(๓) เมื่อนั่งก็รู้ว่านั่งอยู่

(๔) เมื่อนอนก็รู้ว่านอนอยู่

(๕) เมื่อเธอตั้งกายไว้ด้วยกิริยาท่าทางอย่างใด ๆ ก็รู้กิริยาท่าทางนั้น ๆ

ในอิริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ คือ การยืน เดิน นั่ง นอน เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นประจำอยู่แล้ว เหมือนลมหายใจไม่จำเป็นต้องสร้างขึ้นเอง เกิดขึ้นเป็นประจำอยู่แล้ว หน้าที่ของนักปฏิบัติเพียงกำหนดสติด้วยการตามรู้ตามความเป็นจริง ตามรู้ตามเห็นให้ตรงตามความเป็นจริงในขณะปัจจุบันเท่านั้น^๘

๓) ในการกำหนดรู้อิริยาบถย่อยควบคู่กับอิริยาบถใหญ่

ภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติอีกอย่างหนึ่ง คือ ภิกษุยอมทำความรู้สึกตัว^๙

(๑) ในการก้าวไป ในการถอยกลับ

(๒) ในการแล ในการเหลียว

(๓) ในการคู้เข้า ในการเหยียดออก

^๗ ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสาราภิงค์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๔๔.

^๘ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๘๑.

^๙ ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๑๐๘.

(๔) ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตรและจีวร
 (๕) ในการฉัน การดื่ม การเคี้ยว การลิ้ม
 (๖) ในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ
 (๗) ในการเดิน การยืน การนั่ง การนอน การหลับ การตื่น การพูด การนิ่ง
 ภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติอีกอย่างหนึ่ง คือ ภิกษุตามร่างกายนี้แหละที่ห่อหุ้มด้วยหนังและเต็มไปด้วยของไม่สะอาด ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปและจากปลายผมลงมา มีในร่างกายนี้

๔) ในการกำหนดดูสิ่งปฏิกุศล

- (๑) ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง
- (๒) เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม
- (๓) หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด
- (๔) ไล่ใหญ่ ไล่ย่อย อาหารใหม่ อาหารเก่า (อุจจาระ) มันสมอง
- (๕) ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อมันข้น
- (๖) น้ำตา มันเหลว น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ ปัสสาวะ^{๑๐}

พิจารณาให้เห็นโดยความเป็นจริง ว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เป็นสิ่งปฏิกุศล คือ สิ่งสกปรกเป็นที่น่ารังเกียจ คือ อากาโร ๓๒ ที่มีอยู่ในร่างกายนี้ตั้งแต่ ผม ขน เล็บ ฯลฯ ไปจนถึง ปัสสาวะ ให้พิจารณาสิ่งเหล่านี้ว่าเป็นของสกปรกเป็นที่ น่ารังเกียจ เพื่อคลายความกำหนัดยินดีในกายนี้ ไม่ให้ยินดีติดใจในรูปของตนและผู้อื่น โดยเห็นว่าร่างกายนี้สกปรกน่ารังเกียจไม่มีแก่นสาร ซึ่งตรงกับข้อความในคัมภีร์ ปฏิสัมภิทามรค^{๑๑}

๕) ในการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔

ภิกษุทั้งหลายข้อปฏิบัติอีกอย่างหนึ่ง คือ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายนี้แหละ ตามที่ตั้งอยู่ตามที่ดำรงอยู่ พิจารณาเห็นโดยความเป็นธาตุ ว่าธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมมีปรากฏอยู่ในกายนี้ การกำหนดธาตุ ๔จัดเป็นธาตุกรรมฐาน คือการกำหนดพิจารณาธาตุ ทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ธาตุ ๔ เหล่านี้^{๑๒}

^{๑๐} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน,

^{๑๑} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๙.

^{๑๒} วิสุทธิ.ฎีกา (ไทย) ๑/๔๘๔.

บางครั้งเรียกว่า มหาภูตรูป คือ รูปที่ใหญ่และปรากฏชัดโดยลักษณะ วัตถุสิ่งของทั้งหลาย ย่อมประกอบขึ้นจากมหาภูตรูปเหล่านี้ เป็นลักษณะเฉพาะตน ปรากฏเด่นชัด กล่าวคือ

- (๑) ธาตุดิน (ปฐวีธาตุ) มีลักษณะแข็งหรืออ่อน
- (๒) ธาตุน้ำ (อาโปธาตุ) มีลักษณะไหลหรือเกาะกุม
- (๓) ธาตุไฟ (เตโชธาตุ) มีลักษณะเย็นหรือร้อน
- (๔) ธาตุลม (วาโยธาตุ) มีลักษณะหย่อนหรือตึง

๖) ในการกำหนดรู้ซากศพ ๙ ประเภท

ซากศพที่ผู้ปฏิบัติจะต้องพิจารณากำหนดรู้มี ๙ ประเภท ดังนี้^{๑๓}

(๑) ภิกษุทั้งหลาย อีกข้อหนึ่ง คือ เหมือนสรีระที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้าตายแล้ววันหนึ่ง บ้าง สองวันบ้าง สามวันบ้าง ที่ขึ้นพอง มีสีเขียว มีน้ำเหลืองไหลนํ้าเกลียด ย่อมน้อมกายนี้แหละมา เปรียบเทียบว่า แม้มกายของเรานี้ก็มีอย่างนี้เป็นธรรมดา ไม่ร่วงความเป็นอย่างนั้นไปได้ ตามรู้ในกองรูป ภายใน ว่าเป็นกองรูปอยู่บ้าง ตามรู้ในกองรูปภายนอกว่าเป็นกองรูปอยู่ด้วยการปฏิบัติอย่างนี้ ชื่อว่า ตามรู้ในกองรูปว่าเป็นกองรูปอยู่

(๒) ภิกษุทั้งหลาย อีกข้อหนึ่ง คือ เหมือนเห็นสรีระที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า ผุงกาจิกกิน อยู่บ้าง ผุงเหยี่ยวจิกกินอยู่บ้าง ผุงแร้งจิกกินอยู่บ้าง ผุงสุนัขกัดกินอยู่บ้าง หมูพยัคฆ์กัดกินอยู่บ้าง หมู เสือตาวกัดกินอยู่บ้าง หมูสุนัขจิ้งจอกกัดกินอยู่บ้าง หมูหนอนต่าง ๆ กัดกินอยู่บ้าง ย่อมน้อมกายนี้มา เปรียบเทียบกันว่า แม้มกายนี้แหละ ก็มีอย่างนั้นเป็นธรรมดาคงเป็นอย่างนั้นไม่ร่วงความเป็นอย่างนั้นไป ได้ ย่อมตามรู้กองรูปภายในว่าเป็นกองรูปอยู่บ้าง ด้วยการปฏิบัติอย่างนี้ชื่อว่าตามรู้ในกองรูปว่าเป็น กองรูปอยู่

(๓) อีกข้อหนึ่ง คือ เหมือนเห็นสรีระที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้าเป็นโครงกระดูก แต่ยังมี เลือดและเนื้อ มีเอ็นผูกมัดอยู่

(๔) อีกข้อหนึ่ง คือ เหมือนเห็นสรีระที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกปราศจาก เนื้อ มีเลือดเปื้อนอยู่ มีเอ็นผูกมัดอยู่

(๕) อีกอย่างหนึ่ง คือ เหมือนเห็นสรีระที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูก ปราศจากเลือดและเนื้อแต่ยังมีเอ็นผูกมัดอยู่

^{๑๓} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๒๐๕-๒๑๐.

(๖) อีกอย่างหนึ่ง คือ เหมือนเห็นสรีระที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นกระดูกเรียวยาว ปราศจากเส้นเอ็นริงรัดแล้ว กระจัดกระจายไปในทิศน้อยทิศใหญ่ คือกระดูกข้อมือไปทางทิศหนึ่ง กระดูกเท้าไปทางทิศหนึ่ง กระดูกข้อเท้าไปทางทิศหนึ่ง กระดูกแข้งไปทางทิศหนึ่ง กระดูกขาไปทางทิศหนึ่ง กระดูกสะโพกไปทางทิศหนึ่ง กระดูกหลังไปทางทิศหนึ่ง กระดูกคอไปทางทิศหนึ่ง กระดูกคาง กระดูกฟัน กระดูกไหล่ กระโหลกศีรษะล้วนแต่กระจัดกระจายไปในทางทิศต่าง ๆ กัน ย่อมน้อมกายนี้แหละมาเปรียบเทียบกับว่าแม้กายของเรานี้ก็มีอย่างนั้นเป็นธรรมดา ไม่ร่วงความเป็นอย่างนั้นไปได้ตามรู้ ในกองรูปภายในว่าเป็นกองรูปอยู่บ้าง ตามรู้ในกองรูปภายนอกว่าเป็นกองรูปอยู่ด้วยการปฏิบัติอย่างนี้ชื่อว่า ตามรู้ในกองรูปว่าเป็นกองรูปอยู่

(๗) อีกข้อหนึ่งคือ เหมือนเห็นสรีระที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้าเป็นกระดูกมีสีขาวย่อมน้อมกายนี้แหละมาเปรียบเทียบกับว่า แม้กายของเรานี้ก็มีอย่างนั้นเป็นธรรมดา คงเป็นอย่างนั้นไม่ร่วงความเป็นอย่างนั้นไปได้

(๘) อีกข้อหนึ่ง คือ เหมือนเห็นสรีระที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นกองกระดูกเรียงรายอยู่ เกินหนึ่งปีขึ้นไป ย่อมน้อมกายนี้แหละมาเปรียบเทียบกับว่า แม้กายของเรานี้ ก็มีอย่างนั้นเป็นธรรมดา คงเป็นอย่างนั้นไม่ร่วงความเป็นอย่างนั้นไปได้

(๙) อีกข้อหนึ่ง เหมือนเห็นสรีระที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นกระดูกผุ เป็นจุนแล้วย่อมน้อมกายนี้แหละมาเปรียบเทียบกับว่า แม้กายของเรานี้แหละ ก็เป็นอย่างนั้นเป็นธรรมดาคงเป็นอย่างนั้นไม่ร่วงความเป็นอย่างนั้นไปได้^{๑๔}

๓.๑.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เวทนา แปลว่า ความเสวยอารมณ์ คือ การเสวยอารมณ์ที่มากกระทบ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โภกฐัพพารมณ์ (คือ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อน ตึง)^{๑๕} ทำให้เกิดความรู้สึก สุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข มีปรากฏในอังคุตตรนิกาย พระพุทธองค์ทรงจำแนกเวทนาไว้ตามลักษณะที่รู้สึกอารมณ์มีอยู่ ๓ ประการ คือ ความสุข ความทุกข์ หรือไม่สุขไม่ทุกข์ (อุเบกขา คือ ความวางเฉย) ดังพระพุทธดำรัสว่า

^{๑๔} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๒๖๓/๘๔.

^{๑๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๗๓.

“ติสโสอิม่า ภิกขเว เวทนา. กสสมา ติสสุ สุขา เวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขา เวทนา. อิม่า โข ภิกขเวติสโส เวทนา.”^{๑๖}

ภิกขุทั้งหลาย เวทนามี ๓ อย่างนี้ ๓ อย่างนี้คืออะไร คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนาและอุเบกขา เวทนา เวทนาทั้ง ๓ ประการ ที่ปรากฏแก่ผู้ปฏิบัติ ยังมีอามิสประกอบร่วมด้วย คือ กามคุณทั้ง ๕ ได้แก่รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ซึ่งเป็นเวทนาที่หยาบ ส่วนนี้ เวทนาที่ไม่มีอามิสประกอบเป็น เวทนา ที่สุขุมละเอียด จำแนกไว้ ๙ ประการ ดังปรากฏในคัมภีร์อภิธรรม อธิบายการพิจารณา เวทนา ๙ อย่างคือ เวทนาที่อิงกามคุณ (อามิส) หมายถึง มีความพอใจในกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ได้แก่^{๑๗}

เสวยสุขเวทนาอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยสุขเวทนาอยู่
 เสวยทุกขเวทนาอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่ากำลังเสวยทุกขเวทนาอยู่
 เสวยอุเบกขาเวทนาอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า เสวยอุเบกขาเวทนาอยู่
 เสวยสุขเวทนามีอามิส มีสติระลึก รู้ชัดว่า เสวยสุขเวทนามีอามิสอยู่
 เสวยทุกขเวทนามีอามิส มีสติระลึก รู้ชัดว่า เสวยทุกขเวทนามีอามิสอยู่
 เสวยอุเบกขาเวทนามีอามิส มีสติระลึก รู้ชัดว่า เสวยอุเบกขาเวทนามีอามิสอยู่
 เสวยสุขเวทนาไม่มีอามิส มีสติระลึก รู้ชัดว่า เสวยสุขเวทนา ไม่มีอามิสอยู่
 เสวยทุกขเวทนาไม่มีอามิส มีสติระลึก รู้ชัดว่า เสวยทุกขเวทนา ไม่มีอามิสอยู่
 เสวยอุเบกขาเวทนาไม่มีอามิส มีสติระลึก รู้ชัดว่า เสวยอุเบกขาเวทนา ไม่มีอามิสอยู่

วิธีพิจารณาขั้นสู่วิปัสสนาต่อไปอีก

พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายใน ภายนอกอยู่ หรือ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรม เป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่หรือพิจารณา เห็นธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่

เวทนาเป็นสภาวะสืบเนื่องมาจากผัสสะ เพราะมีการกระทบกันระหว่าง รูปเสียง กลิ่น รส โภภะฐัพพารมณ กัปตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เวทนาย่อมเกิดเพราะผัสสะเป็นปัจจัย เมื่อจิตรับอารมณ์

^{๑๖} ส.สพ. (บาลี) ๑๘/๒๕๙/๑๙๑.

^{๑๗} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน,

ผัสสะแล้ว จึงเกิดความรู้สึกสบาย ไม่สบาย หรือเฉย ๆ ความรู้สึกเหล่านี้ก่อให้เกิดตัณหาความยึดติด และความทะยานอยากในอารมณ์ เมื่อมีตัณหาเกิดขึ้นก็เป็นเหตุให้เกิดอุปาทานต่อไป ทำให้เกิดวนเวียนแห่งสังสารวัฏดำเนินต่อไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด การกำหนดรู้เวทนา เพื่อขจัดตัณหาที่จะเกิดขึ้นโดยมีเวทนาเป็นเหตุ ดังต่อไปนี้

สุขเวทนา ก่อให้เกิดความยินดีพอใจในสุขที่มีอยู่และทำให้อยากได้สุขยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ทุกข์เวทนา ก่อให้เกิดความอยากพ้นจากความทุกข์ที่มีอยู่ ที่ประสบอยู่ และไม่อยากประสบอีกต่อไป

อุเบกขาเวทนา ก่อให้เกิดความอยากมีอยากเป็นในสิ่งที่ดีกว่าที่ตนเคยได้รับด้วยเหตุนี้ การตามกำหนดรู้เวทนา ทำให้รู้แจ้งในเวทนา เกิดการปล่อยวางไม่ยึดติดในเวทนา ตัณหาอันเกิดจากเวทนาเป็นเหตุ เมื่อดับเวทนาตัณหาจึงเกิดไม่ได้เมื่อตัณหาเกิดไม่ได้ อุปาทาน ภพชาติ ชรามรณะ ก็เกิดขึ้นไม่ได้ จึงเป็นการตัดวงจรของสังสารวัฏ ได้อย่างแท้จริง

๓.๑.๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

คือ การเอาสติ ระลึกรู้ ตามดูจิตในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

จิตเป็นธรรมชาติที่ประภัสสร คือ มีความโปร่งใสโดยปกติ ประดุจน้ำที่ใสสะอาดปราศจากละอองธุลี มีหน้าที่รับรู้อารมณ์ต่าง ๆ แต่จิตที่เศร้าหมองเพราะอาศัยเจตสิกธรรมที่ประกอบกับจิตทำหน้าที่ปรุงแต่งจิต ดังนั้นจิตจึงเศร้าหมองด้วยอำนาจของเจตสิกฝ่ายอกุศล มีราคะ โทสะโมหะเป็นต้น เหมือนน้ำที่ใสสะอาด แต่ขุ่นมัวด้วยฝุ่นละออง การตามระลึกรู้ตามดูจิตว่า มีสภาวะลักษณะอย่างไร เรียกว่า จิตตานุปัสสนา^{๑๘}

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การมีสติที่มั่นคงตามพิจารณาอยู่ซึ่งจิตเนื่อง ๆ เพื่อให้ทราบว่ามีสภาวะเป็นอย่างไร เช่น จิตมีราคะหรือปราศจากราคะ จิตมีโทสะหรือปราศจากโทสะ จิตมีโมหะหรือปราศจากโมหะ เป็นต้น พิจารณาให้เห็นความจริงว่าจิตเป็นเพียงสภาวะที่รับรู้อารมณ์หาความเป็นบุคคลตัวตนเรา เขา มิได้เลย มีความเกิดขึ้นตั้งอยู่ชั่วขณะและก็ดับไปตามเหตุปัจจัยเท่านั้น พระพุทธองค์ได้ทรงจำแนกในการพิจารณาจิตไว้ ๑๖ ประการคือ

เมื่อจิตมีราคะเกิดขึ้น สติตามกำหนดรู้ว่าจิตมีราคะ

เมื่อจิตปราศจากราคะ สติตามกำหนดรู้ว่าจิตปราศจากราคะ

เมื่อจิตมีโทสะเกิดขึ้น สติตามกำหนดรู้ว่าจิตมีโทสะ

^{๑๘} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๒๖๕-๒๖๖.

เมื่อจิตปราศจากโทสะ สติตามกำหนดรู้ว่าจิตปราศจากโทสะ
 เมื่อจิตมีโมหะเกิดขึ้น สติตามกำหนดรู้ว่าจิตมีโมหะ
 เมื่อจิตปราศจากโมหะ สติตามกำหนดรู้ว่าจิตปราศจากโมหะ
 เมื่อจิตหุดหู่และท้อถอย สติตามกำหนดรู้ว่าจิตหุดหู่และท้อถอย
 เมื่อจิตฟุ้งซ่าน สติตามกำหนดรู้ว่าจิตฟุ้งซ่าน
 เมื่อจิตเป็นมหัคคตะ สติตามกำหนดรู้ว่าจิตเป็นมหัคคตะ
 เมื่อจิตไม่เป็นมหัคคตะ สติตามกำหนดรู้ว่าจิตไม่เป็นมหัคคตะ
 เมื่อจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า สติกำหนดรู้ว่าจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า
 เมื่อจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า สติกำหนดรู้ว่าจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
 เมื่อจิตสงบ สติตามรู้ว่าจิตสงบ
 เมื่อจิตไม่สงบ สติตามกำหนดรู้ว่าจิตไม่สงบ
 เมื่อจิตพ้นจากกิเลส สติตามกำหนดรู้ว่า จิตพ้นจากกิเลส
 เมื่อจิตไม่พ้นจากกิเลส สติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่พ้นจากกิเลส^{๑๙}

๓.๑.๔ ธรรมมานุสัสสนาสติปัญญา

ธรรมมานุสัสสนาสติปัญญา หมายถึง การกำหนดรู้สภาวะธรรม ทั้งรูปธรรมและนามธรรม ทั้งภายในและภายนอกให้เห็นโดยความเป็นธาตุชั้นที่ที่เกิดขึ้นและดับไปตามเหตุปัจจัยเท่านั้น เป็นเพียงแต่สภาวะธรรม ไม่มีภาวะความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตนเรา เขา เห็นร่างกายนี้เป็นที่ประชุมของธาตุ ไม่ยึดว่าเป็นธาตุของใครความคิดอ่านต่าง ๆ ไม่ยึดว่าใครเป็นผู้คิดอ่าน ให้เห็นเป็นสภาวะธรรมที่เกิดดับไปตามเหตุปัจจัยพระพุทธรูปองค์ทรงจำแนกไว้ ๕ หมวด คือ

- ๑) หมวดนิรวณ คือ ธรรมที่เป็นอกุศลธรรมเป็นเครื่องกั้นหรือห้ามมิให้จิตบรรลุกุศลธรรมขั้นสูง มีญาณ วิปัสสนา มรรค ผล เป็นต้น
- ๒) หมวดชั้นร์ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ
- ๓) หมวดอายตนะ คือ อายตนะภายใน ๖ อายตนะภายนอก ๖ (คือ ตา หู จมูก ลิ้น กายใจ รูป เสียง กลิ่น รส โภภุชัพพารมณ)
- ๔) หมวดโพชฌงค์ คือ องค์แห่งการตรัสรู้มี ๗ ประการ คือ สติ ธัมมวิจยะ วิริยะ ปีติปีสัสสทธิ สมาธิ อุเบกขา

^{๑๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

๕) หมวดสัจจะ คือ ธรรมที่เป็นความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธมรรค^{๒๐}

๑) หมวดนิเวศน์การกำหนดรู้นิเวศน์

คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นจิตไม่ให้ขึ้นสู่กุศลธรรม คอยครอบจิตอยู่ มี ๕ ประการ คือ ความยินดีพอใจในกามคุณทั้ง ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ที่น่าชอบใจ พอใจเกิดการปรุงแต่งไปตามอารมณ์นั้น ๆ

พยาบาท คือ ความประทุษร้ายในอารมณ์ คือไม่พอใจในอารมณ์หงุดหงิด ขุ่นเคือง กระวนกระวาย

ถีนมิทธะ คือ ความง่วงเหงา ซึมเซา จิตถูกนิเวศน์นี้ครอบงำ ทำให้จิตมีสภาพไม่แจ่มใส

อุทธัจจกุกกุกจะ คือ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ ทำให้จิตใจไม่สงบนิ่ง

วิจิกิจฉา คือ ความลังเลสงสัย ในคุณของพระรัตนตรัย คือ สงสัยในพระพุทธเจ้าสงสัยในพระธรรม สงสัยในพระอริยสงฆ์ เป็นต้น^{๒๑}

๒) หมวดขันธการกำหนดรู้ขันธ

“ขันธ” แปลว่า กอง กลุ่ม ฉะนั้นพึงทราบว่าขันธทั้งหลายมีลักษณะ เป็นกลุ่ม เป็นกอง มีกองรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ขันธทั้ง ๕ นี้เป็นอารมณ์ของอุปาทาน เรียกว่า อุปาทานขันธ มี ๕ ประการ คือ

(๑) รูป คือ ธรรมชาติที่มีการผันแปรสลายไปเมื่อได้กระทบกับเหตุที่ไม่ถูกกัน ได้แก่ ความเย็น ความร้อน ความหิว ความกระหาย และได้สัมผัสแห่ง เหลือบ ยุง ลม แดด ทั้งหลายเหล่านี้ เป็นต้น

(๒) เวทนา คือ ธรรมชาติที่เสวยอารมณ์ เสวยอารมณ์เป็นสุขบ้าง ทุกข์บ้าง ไม่สุขไม่ทุกข์บ้าง (อุเบกขา)

(๓) สัญญา คือ ธรรมชาติที่จำอารมณ์ สภาวะที่จำได้ หมายรู้ว่า สีแดง สีเหลือง สีน้ำเงินสีดำ สีขาว สูง ใหญ่ กว้าง ยาว ร้อน หนาว หิว กระหาย เป็นต้น

^{๒๐} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๓/๒๕๗.

^{๒๑} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน,

(๔) สังขาร คือ ธรรมชาติที่ปรุงแต่งอารมณ์ ปรุงแต่งสังขตธรรม ได้แก่ รูปโดยความเป็นรูป เวทนาโดยความเป็นเวทนา สัญญาโดยความเป็นสัญญา สังขารโดยความเป็นสังขาร วิญญาณโดยความเป็นวิญญาณ ปรุงแต่งสังขตธรรมอย่างนี้

(๕) วิญญาณ คือ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ คือ รู้อารมณ์ทางทวาร ๖ ด้วยการเห็น การได้ยิน การรู้กลิ่น ลิ้มรส การสัมผัส และความนึกคิดอารมณ์ต่าง ๆ^{๒๒}

ในบรรดาขั้น ๕ เหล่านี้ “รูป” มีความย่อยยับไปเป็นลักษณะ “เวทนา” มีการเสวยอารมณ์เป็นลักษณะ “สัญญา” มีการจำอารมณ์เป็นลักษณะ “สังขาร” มีการปรุงแต่งกระตุ้นเตือนสัมปยุตตธรรมเป็นลักษณะ “วิญญาณ” มีการรู้อารมณ์เป็นลักษณะ

ผู้ปฏิบัตินั้น ย่อมพิจารณา ขั้น อันหนึ่ง ๆ ทางอนิจจาที่สัมมสนะ โดยแยกอาการต่าง ๆ ไว้ดังนี้ คือ

อนิจโต โดยอาการไม่เที่ยง เพราะความเป็นขั้นนั้นนั้น ไม่เป็นสิ่งที่อยู่ตลอดไป เพราะความที่มันมีเบื้องต้น เบื้องปลาย

ทุกขโต โดยอาการเป็นทุกข์ เพราะภาวะ คือ ถูกความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปบีบครั้น และเพราะความเป็นพื้นที่สำหรับทุกข์

โรคโต โดยอาการเป็นโรค เพราะพึงประทุษอยู่ได้ด้วยปัจจัย และเพราะเป็นมูลของโรคคณชโต โดยอาการเป็นผี เพราะเป็นสิ่งที่ประกอบด้วยความปวด คือ ความเป็นทุกข์ เพราะเป็นที่ไหลออกแห่งหนอง คือ กิเลส เพราะบวมขึ้น แตกด้วยเกิดขึ้นและความสลายไป

สลดโต โดยอาการเป็นลูกศร เพราะเป็นที่ยังความเจ็บให้เกิด เพราะที่มแทงอยู่ภายใน และเพราะหักชกออกได้ยาก

อฆโต โดยอาการเป็นของชั่ว เพราะเป็นที่ตั้งแห่งความติเตียน (แห่งอริยชน) เพราะนำความไม่องงามมาให้ เพราะเป็นพื้นที่สำหรับของชั่ว

อาพาธโต โดยอาการชื่อว่า อาพาธ เพราะเป็นที่ยังความไม่เสรีให้เกิด และเพราะเป็นปทัฏฐานแห่งความเจ็บไข้

ปรโต โดยอาการเป็นฝ่ายอื่น เพราะไม่อยู่ในอำนาจ และเพราะไม่เชื่อฟัง

ปโลกโต โดยอาการชื่อว่า ทลาย เพราะพังไปด้วย พยาธิ ชรา มรณะ

อิตโต โดยอาการจัญไร เพราะว่าความโชคร้ายมาเป็นอเนก

^{๒๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๓๑๓.

อุปทหวโต โดยอาการเป็นอุบาทว์ เพราะเป็นพื้นที่อุบาทว์ทั้งปวง เหตุนำมาซึ่งอนัตตผล
ใหญ่ ๆ ที่ไม่รู้เลย

ภยโต โดยอาการเป็นภัย เพราะเป็นบ่อแห่งภัยทั้งปวง และเพราะเป็นฝ่ายตรงข้ามต่อ
อมรมอัสสาละ ที่ได้แก่ ความสงบทุกข์

อุปสคคโต โดยอาการเป็นอุปสรรค เพราะถูกอนัตตะหลายอย่างพัวพัน เพราะถูกสิ่งที่มี
โทษขัดขวาง และเพราะควรแก่อันไม่พึงรับเอา ดังอุปสรรค

จลโต โดยอาการไหว เพราะหวั่นไหวด้วย พยาธิ ชรา มรณะ และด้วยโลกธรรม
ทั้งหลาย มีได้ลาภ และเสื่อมลาภ เป็นต้น

ปรางคฺโต โดยอาการแตกสลาย เพราะมีความปกติ เข้าถึงความแตกสลาย โดยการ
กระทำของตนหรือคนอื่นบ้าง โดยเป็นเองบ้าง

อหฺรฺวโต โดยอาการไม่คงทน เพราะมีปกติตกไปได้ทุกรุ่น และเพราะไม่มีเสถียรภาพ
อาตานโต โดยอาการไม่มีที่ต้านทาน เพราะไม่มีที่คุ้มครอง และหาความปลอดภัยมิได้
อเลณโต โดยอาการไม่มีที่กำบัง เพราะไม่มีที่ลับพอจะหลบซ่อนได้ และเพราะไม่ทำ
หน้าที่กำบังให้ แม้แก่สัตว์ทั้งหลายผู้ซ่อนตัวอยู่

อสรณโต โดยอาการไม่เป็นที่พึ่ง เพราะไม่มีความเป็นที่กำจัดภัยให้แก่ผู้อาศัยทั้งหลายได้
ริตโต โดยอาการว่าง เพราะว่างจากความยั่งยืน ความงามและความสุข ตามที่คน
เขลาคิดเอา

ตุจฺฉโต โดยอาการไม่มีแก่นสาร เพราะเป็นของว่างนั้นแหละ หรือเพราะความเป็นของ
เล็กน้อย

สุญฺญโต โดยอาการสูญ เพราะว่างจากเจ้าของ ผู้ครอง ผู้สร้าง ผู้ส่วย ผู้ดูแลรักษา
อนฺตโต โดยอาการมิใช่ตน แม้แต่ตนเองก็มีได้เป็นเจ้าของ เป็นต้น

อาทีนฺวโต โดยอาการเป็นผลร้าย เพราะเป็นปวัตติทุกข์ และเพราะความที่ทุกข์และตัวโทษ
วิปริณามธมฺมโต โดยอาการมีความแปรไปเป็นธรรมดา เพราะมีความเปลี่ยนแปลงไปเป็น

ปกติ โดยอาการ ๒ คือ โดยชราและมรณะ

อสารกโต โดยอาการไม่มีแก่น เพราะเป็นสิ่งที่อ่อนแอ เพราะเป็นสิ่งที่พึงหักได้ง่าย

อฆฺมฺลโต โดยอาการเป็นมูล แห่งความลำบาก เพราะเป็นเหตุแห่งความทุกข์ยาก

วธกโต โดยอาการเป็นผู้ฆ่า เพราะมักทำลาย ความไว้วางใจ ดุจศัตรูผู้มีหน้าเป็นมิตร

วิภวโต โดยอาการชื่อว่า เสื่อม เพราะปราศจากความเจริญ และเพราะเป็นตัวเสื่อม

สาสวโต โดยอาการเป็นสิ่งที่เศร้าหมอง

สงฺขโต โดยอาการเป็นสิ่งที่เหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้น

มารมฺสโต โดยอาการเป็นเหยื่อมาร เพราะเป็นเหยื่อของมัจจุมารและกิเลสมาร

ชาติชราพยาธิมรณมโต โดยอาการชื่อว่า มีชาติ ชรา พยาธิ มรณะ เป็นธรรมดา เพราะมี ความเกิด แก่ เจ็บไข้ ความตาย เป็นปกติ

โสภปริเทวอุปายาสมมโต โดยอาการชื่อว่า มีโสกะ ปริเทวะ อุปายาสเป็นธรรมดา เพราะมีความเศร้าโศก ความคร่ำครวญ ความคับแค้นใจ เป็นปกติ

สงกิลสิกมมโต โดยอาการเป็นสิ่งมีความเศร้าหมองเป็นธรรมดา เพราะมีความเป็นวิสัยแห่งกิเลส คือ ตัณหา ทิฏฐิ และทุจจริต เป็นธรรมดา^{๒๓}

ในสัมมสนะ ๔๐ นี้ สัมมสนะ โดยอาการ ๑๐ คือ

- ๑) โดยอาการไม่เที่ยง
- ๒) โดยอาการหลาย
- ๓) โดยอาการไหว
- ๔) โดยอาการแตกสลาย
- ๕) โดยอาการไม่คงทน
- ๖) โดยอาการแปรไปเป็นธรรมดา
- ๗) โดยอาการไม่มีแก่นสาร
- ๘) โดยอาการเสื่อม
- ๙) โดยอาการเป็นสังขตะ
- ๑๐) โดยอาการเป็นมรณะ

จะเห็นได้ว่า สติสัมปชัญญะ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในการกำหนดรู้ขั้น ๕ จะต้องมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้า พิจารณาเห็นโดยอาการต่าง ๆ มีความไม่เที่ยง เป็นต้น สติต้องตั้งมั่น ในขณะที่กำหนดรู้รูปนามขั้น ๕ อย่างจดจ่อต่อเนื่อง ในขณะที่ปัจจุบันอารมณ์ เพื่อความแจ่มชัดในความจริงของรูปนามที่เกิดขึ้น โดยประการต่าง ๆ มีสามัญญลักษณะ เป็นต้น

๓) หมวดอายตนะการกำหนดรู้อายตนะ

อายตนะ แปลว่า ที่ตั้ง ที่อาศัยเกิดของจิตและเจตสิก (สภาวะธรรมที่เกิดร่วมกับจิต) จำแนกออกเป็น อายตนะภายใน ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และอายตนะภายนอก ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งที่สัมผัส และธรรมารมณ์ อายตนะเหล่านี้ เป็นที่ตั้งของจิตและเจตสิก จิตอาศัยอายตนะทั้งหลายเหล่านี้ จิตจึงรับรู้อารมณ์ได้

จำแนกอายตนะออกเป็น ๓ ประเภท ตามลักษณะที่ปรากฏดังต่อไปนี้

^{๒๓} อ.จ.ก. (ไทย) ๒๒/๓๖๙.

- (๑) ธาตุรับ ได้แก่ อายุตนะภายใน ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ที่เป็นรูปธรรม
- (๒) ธาตุกระทบ ได้แก่ อายุตนะภายนอก ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งสัมผัส ที่เป็นรูปธรรม
- (๓) ธาตุรู้ ได้แก่ อายุตนะที่เป็นนามธรรม คือ จิตที่รู้อารมณ์ ผ่านทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นต้น^{๒๔}

การปฏิบัติด้วยการกำหนดสติระลึกรู้อายุตนะภายในและอายุตนะภายนอก จะส่งผลให้ผู้ปฏิบัติ มีความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งในอายตนะทั้งหลาย เกิดปัญญาเห็นแจ้งในรูปนาม ที่มีการเชื่อมต่องานกันเป็นเพียงขบวนการของธาตุรับ ธาตุกระทบ และธาตุรู้ ของรูปนามที่เกิดดับปราศจากตัวตน บุคคล เราเขา ไม่มีสัตว์ บุคคล ตัวตน อยู่เลย เห็นแต่ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์และความไม่มีตัวตน ผู้ที่มีได้ปฏิบัติดังกล่าว ก็จะไม่สามารถแยกแยะ ทำความเข้าใจได้เลย ย่อมหลงผิดคิดปรุงแต่ง ในสิ่งที่ใจรับรู้อยู่ตลอดเวลา จึงทำให้เกิดกิเลสสังขมพอกพูนขึ้นเรื่อยไป จนหาที่สุดมิได้

ผู้ปฏิบัติมีสติ กำหนดรู้ พิจารณาด้วยปัญญา ย่อมจะแยกแยะได้อย่างถูกต้อง ไม่หลงปรุงแต่งไปตามอารมณ์ต่าง ๆ ที่มากกระทบทางอายตนะ มี ตา เป็นต้น มีสติระลึกรู้อยู่ ไม่ทำความชอบใจหรือไม่ชอบใจให้เกิดขึ้นภายในจิต เมื่อได้สัมผัสและรับรู้อารมณ์ทั้งหลายที่เกิดขึ้น

ในหมวดอายุตนะนี้ พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนในเรื่อง การปฏิบัติด้วยการกำหนดรู้ ให้รู้จักตา รู้จักรูปารมณ์ และรู้จักตาและรู้จักรูปารมณ์ทั้งสองนั้น อันเป็นที่อาศัยเกิดของสังโยชน์ สติตามระลึกรู้ว่า สังโยชน์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น (คือเหตุเกิดของสังโยชน์)

สังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น (คือเหตุละสังโยชน์) สังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น (เหตุไม่เกิดของสังโยชน์) ผู้ปฏิบัติพึงมีสติตามระลึกรู้ อยู่ คือว่า

- ตามรู้สภาวะธรรมภายใน ว่าเป็นสภาวะธรรมอยู่บ้าง
- ตามรู้สภาวะธรรมภายนอก ว่าเป็นสภาวะธรรมอยู่บ้าง
- ตามรู้สภาวะธรรมทั้งภายในและภายนอก ว่าเป็นสภาวะธรรมอยู่บ้าง
- ตามรู้สภาวะ คือ ความเกิดขึ้น ในสภาวะธรรมอยู่บ้าง
- ตามรู้สภาวะ คือ ความดับ ในสภาวะธรรมอยู่บ้าง

^{๒๔} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๓๒๒.

ตามรู้สภาวะ ทั้งความเกิดขึ้นและความดับ ในสภาวะธรรมอยู่บ้าง^{๒๕}

ผู้ปฏิบัติ มีสติระลึกอยู่รู้ว่า มีเพียงสภาวะธรรมเท่านั้น ที่เกิดขึ้นและดับไป โดยอาศัย การเชื่อมโยงกันของอายตนะทั้งหลาย จึงเกิดเป็นกองสังขารขึ้น หามีสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา อยู่เลย เป็นเพียงกองสังขาร ที่เกิดขึ้น เป็นขบวนการสืบต่อ เชื่อมโยงซึ่งกันและกันเท่านั้น

เมื่อเกิดปัญญาเห็นแจ้งอย่างนี้ จึงไม่ถูกตัณหาและทิฏฐิเข้าอิงอาศัย จึงไม่ยินดียินร้าย ยึดมั่นถือมั่นในกองสังขาร ไม่ถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ด้วยประการใด ๆ

๔) หมวดโพชฌงค์การกำหนดรู้โพชฌงค์

โพชฌงค์ แปลว่า องค์แห่งการตรัสรู้ เป็นองค์ประกอบที่ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติเกิด ปัญญา หยั่งรู้ เห็นสภาวะธรรม ตามความเป็นจริง เป็นเหตุให้เกิดวิชชาและวิมุตติในที่สุด องค์แห่งการ

ตรัสรู้มีอยู่ ๗ ประการ^{๒๖} คือผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ ๗ อยู่

(๑) สติสัมโพชฌงค์เมื่อสติสัมโพชฌงค์ มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่าสติสัมโพชฌงค์มีอยู่ ในจิตของเรา หรือเมื่อสติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า สติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิต ของเรา การเกิดขึ้นแห่งสติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ก็รู้ชัดด้วยประการนั้น ความเจริญบริบูรณ์แห่งสติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

(๒) ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์เมื่อธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า “ธรรม วิจยสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่” หรือ เมื่อธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ธรรม วิจยสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่การเกิดขึ้นแห่งธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใด ก็ รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่งธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

(๓) วิริยะสัมโพชฌงค์เมื่อวิริยะสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า วิริยะสัม โพชฌงค์มีอยู่ภายในจิตของเราเมื่อวิริยะสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิตของเรา ย่อมรู้ว่า วิริยะสัม โพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิตวิริยะสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น (รู้เหตุเกิดของวิริยะสัมโพชฌงค์) วิริยะสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะเจริญบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อม รู้ชัดประการนั้น (เหตุเพิ่มพูนวิริยะสัมโพชฌงค์)

(๔) ปิติสัมโพชฌงค์เมื่อปิติสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิตของเรา ย่อมรู้ว่าปิติสัม โพชฌงค์มีอยู่ภายในจิตของเรา เมื่อปิติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า ปิติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่

^{๒๕} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีลยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๓๒๔.

^{๒๖} ดูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๕๘/๑๑๙.

ภายในจิตของเราปิติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น จะเกิดขึ้นด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดด้วยเหตุนั้น (เหตุเกิดของปิติสัมโพชฌงค์) ปิติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะเจริญบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น (เหตุเพิ่มพูนปิติสัมโพชฌงค์)

(๕) ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์เมื่อปัสสัทธิสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิตของเรา หรือเมื่อปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิตของเรา ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น จะเกิดขึ้นด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดด้วยเหตุนั้น (เหตุเกิดปัสสัทธิสัมโพชฌงค์) ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะเจริญบริบูรณ์ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดด้วยเหตุนั้น (เหตุเพิ่มพูนปัสสัทธิสัมโพชฌงค์)

(๖) สมภาสิสัมโพชฌงค์เมื่อสมภาสิสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า สมภาสิสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิตของเราเมื่อสมภาสิสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า สมภาสิสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิตของเราสมภาสิสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น (เหตุเกิดสมภาสิสัมโพชฌงค์) สมภาสิสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะเจริญบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น (เหตุเพิ่มพูนสมภาสิสัมโพชฌงค์)

(๗) อุเบกขาสัมโพชฌงค์เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า อุเบกขาสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิตของเราเมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่าอุเบกขาสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิตของเรา

อุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น (เหตุเกิดของอุเบกขาสัมโพชฌงค์) อุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะเจริญบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น (เหตุเพิ่มพูนอุเบกขาสัมโพชฌงค์)

การฝึกสติโดยใช้ธรรมหมวดโพชฌงค์นั้น ถือว่าเป็นคุณสมบัติของผู้ที่จะตรัสรู้ เมื่อองค์แห่งการตรัสรู้ ได้เกิดขึ้นในจิตของผู้ปฏิบัติแล้ว จะทำให้ผู้ปฏิบัตินั้น เป็นผู้รู้ เป็นพุทธะ การฝึกปฏิบัติในขั้นต้น ๆ จะเห็นว่า เป็นการฝึกสติให้มีการระลึกรู้ในสภาวะธรรมที่เป็นอกุศลบ้าง กุศลบ้าง กลาง ๆ บ้าง (อัปยาคิตต์) เพื่อฝึกสติให้มีกำลังในการระลึกรู้ จนสติมีความแก่กล้า เริ่มตั้งแต่ สติปฏิฐาน สตินทริย สติพละ จนถึง สติสัมโพชฌงค์ เมื่อสติที่มีกำลังตั้งมั่นอยู่ในจิตสืบเนื่องต่อกัน จนเป็นกระแสของสติในการระลึกรู้ อกุศลธรรมที่เคยเกิดขึ้นมาก ก็จะค่อย ๆ ลดลงไปเรื่อย ๆ จนในที่สุดอกุศลธรรมเกิดขึ้นไม่ได้เลย มีแต่กุศลธรรมเท่านั้นที่เกิดขึ้น และเจริญยิ่งขึ้น สติที่มีกำลังมากก็จะทำให้ธรรมฝ่ายดีเจริญยิ่งขึ้น และเป็นไปเพื่อการตรัสรู้

การตามระลึกรู้ โดยมีสติที่มั่นคงพิจารณาสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นในจิต แบบโพชฌงค์ มีอยู่ ๔ ประเด็นด้วยกัน คือ

- ๑) เมื่อสติสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า สติสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิตของเรา
- ๒) เมื่อสติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิต ก็รู้จักว่า สติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิตของเรา
- ๓) สติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น
- ๔) สติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะเจริญบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น

สติสัมโพชฌงค์อีก ๖ ประการ ก็เช่นเดียวกัน คือ เอาสติระลึกได้ว่า มีหรือไม่มี และที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นด้วยเหตุใด ที่เกิดแล้ว เกิดได้ด้วยเหตุใด และทำให้เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป เพื่อการรู้แจ้งในสังขารธรรม เป็นเหตุแห่งการตรัสรู้

๕) หมวดสังขารกำหนดรู้ อริยสังข

ธรรมานุปัสสนาในหมวดสังขาร คือ อริยสังข ๔ ได้แก่^{๒๗}

- (๑) ทุกข์สังข
- (๒) สมุทัยสังข
- (๓) นิโรธสังข
- (๔) มรรคสังข

ผู้ปฏิบัติย่อมตามรู้ ตามความเป็นจริงว่า นี่คือ ทุกข์ นี่คือ เหตุเกิดของทุกข์ นี่คือ ความดับทุกข์ นี่คือ ทางดำเนินไปสู่ความดับทุกข์

อริยสังข คือ ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ ลักษณะที่แปรปรวนไปโดยสภาวะเฉพาะของตน คือ ทุกข์สังข มีสภาวะที่ไร้แก่นสาร ไม่มีสาร ส่วนสมุทัยสังข อันเป็นเหตุเกิดของทุกข์ (มีต้นเหตุเป็นต้น) นิโรธสังข เป็นความดับของทุกข์ทั้งปวง มรรคสังข เป็นหนทางบรรลุนิโรธสังข เมื่อว่าโดยอุปมาแล้ว ทุกข์สังข เหมือนโรค สมุทัยสังข เหมือนเชื้อโรค นิโรธสังข เหมือนคนมีสุขภาพดี (คือ ไม่มีโรค) และมรรคสังข เหมือนการรักษาโรค ผู้ที่มีความเข้าใจเรื่องอริยสังขได้อย่างถูกต้อง ย่อมเป็นประโยชน์ต่อการนำมาปฏิบัติ เมื่อมีความเข้าใจในอริยสังข แล้วจะสามารถหลีกเลี่ยงจากความทุกข์ ด้วยการกำหนดรู้ และหลีกเลี่ยงให้พ้นจากเหตุเกิดของทุกข์ ด้วยการละ สามารถรู้แจ้งความดับทุกข์ ด้วยการเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘

๑) ทุกข์สังขจะนิเทศเป็นสภาวะที่ควรกำหนดรู้ตามความเป็นจริง คือ มีไว้ให้กำหนดรู้ ไม่ให้ยึดติดด้วยอำนาจความพอใจหรือไม่พอใจ ด้วยต้นเหตุ และความเห็นผิดว่าเป็นตัวตนด้วยทิฐิ คำว่าทุกข์ ใช้ในความหมาย ๓ ประการ คือ

^{๒๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔.

- (๑) ทุกขเวทนา
- (๒) ทุกข์ ในไตรลักษณ์
- (๓) ทุกข์ ในอริยสัจ

คำว่า ทุกข์ ในความหมายแรก คือ สภาวะที่ทนได้ยาก ได้แก่ ทุกขเวทนาทางกายและทางใจ คำว่า ทุกข์ ในไตรลักษณ์ คือ สังขารรูปนาม ทั้งหมดมีสภาพน่ากลัว เพราะถูกบีบคั้นด้วยความเกิดขึ้นและดับไป ผู้ปฏิบัติยังเห็นทุกข์ ในไตรลักษณ์ รู้สึกถึงสภาพที่บีบคั้นของรูปนาม เป็นของน่ากลัว ไม่น่ายินดี^{๒๘}

คำว่า ทุกข์ ในอริยสัจ แปลว่าเป็นสภาพว่างเปล่าอันน่ารังเกียจ เป็นสิ่งที่ไม่มีความ^{๒๙}

ทุกข์ ในอริยสัจ ๔ แบ่งออกเป็น ๑๑ ประการ

- (๑) ทุกข์ เพราะความเกิด
- (๒) ทุกข์ เพราะความแก่
- (๓) ทุกข์ เพราะความตาย
- (๔) ทุกข์ เพราะความโศก
- (๕) ทุกข์ เพราะความคร่ำครวญ
- (๖) ความทุกข์ ที่เกิดทางกาย
- (๗) ความทุกข์ ที่เกิดทางใจ
- (๘) ความทุกข์ เพราะความคับแค้นใจ
- (๙) ความทุกข์ เพราะประสบกับสิ่งที่ไม่ชอบใจ
- (๑๐) ความทุกข์ เพราะความพลัดพรากจากสิ่งที่ชอบใจ
- (๑๑) ความทุกข์ เพราะความไม่ได้รับสิ่งปรารถนา^{๓๐}

มีข้อความที่ปรากฏในสติปัฏฐานสูตร

“ภิกษุทั้งหลาย ชาติ คือ ความเกิด ความบังเกิด ความหยั่งลงเกิด เกิดจำเพาะ ความปรากฏแห่งขันธ ความได้อายตนะครบ ในหมู่สัตว์นั้น ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ เรียกว่า ชาติ

^{๒๘} พ.ป.อ. (ไทย) ๒/๑๔๐.

^{๒๙} วิสุทธิ. (ไทย) ๒/๑๔๐.

^{๓๐} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน,

ชรา คือ ความแก่ ภาวะของความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก หนังเหี่ยวอ่อน ความเสื่อมแห่งอายุ ความแก่หง่อมแห่งอินทรีในหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ เรียกว่า ชรา

มรณะ คือ ความเคลื่อน ภาวะของความเคลื่อน ความแตกทำลาย ความตาย ความทำกาละ ความทำลายแห่งชั้นันท์ ความขาดแห่งชีวิตอินทรี จากหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ เรียกว่า มรณะ

โสกะ คือ ความแห่งใจ กิริยาที่แห่งใจ ภาวะแห่งบุคคลผู้แห่งใจ ภายในความแห่งผาก ณ ภายในของบุคคลผู้ถึงซึ่งความวิบัติ ผู้มีความทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว เรียกว่า โสกะ

ปริเทวะ คือ ความคร่ำครวญ ความพิโรธพิน กิริยาที่ร่ำไรราพินของบุคคลที่ประกอบด้วย ความวิบัติ เพราะถูกความทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว เรียกว่า ปริเทวะ

ทุกข์ คือ ความลำบากกาย ความเสวยอารมณ์ที่ไม่ดีที่เป็นทุกข์ที่เกิดทางกาย เรียกว่า ทุกข์

โทมนัส คือ ความทุกข์ทางจิต ความไม่สบายใจ ความเสวยอารมณ์ที่ไม่ดีอันเป็นทุกข์ ซึ่งเกิดแต่มนัสสัมผัส เรียกว่า โทมนัส

อุปายาส คือ ความคับแค้น ภาวะของบุคคลผู้คับแค้น บุคคลผู้ประกอบด้วยความพิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว เรียกว่าอุปายาส

ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์ คือ ความประสบ ความพรั่งพร้อม ความระคนด้วย รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อันไม่น่าปรารถนา ไม่น่าใคร่ ไม่น่าพอใจด้วยบุคคลผู้ปรารถนาสิ่งที่ไม่ใช่ประโยชน์ สิ่งที่ไม่เกื้อกูล ปรารถนาความไม่ผาสุก เรียกว่า ความประจวบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์

ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์ คือ ความไม่ประสบ ความไม่พรั่งพร้อม ความไม่ร่วม ความไม่ระคนด้วย รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อันน่าใคร่ น่าปรารถนา น่าพอใจ หรือด้วยบุคคลผู้ปรารถนาประโยชน์ ปรารถนาสิ่งเกื้อกูล ปรารถนาความผาสุก มีบิดามารดา พี่ชาย น้องชาย ญาติสายโลหิต เรียกว่า พลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์

ความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น ก็เป็นทุกข์ ความปรารถนาย่อมมีแก่เหล่าสัตว์ ผู้มีความเกิดเป็นธรรมดา อย่างนี้ว่า โอหนอ ขอเราอย่าพึงมีความเกิดเป็นธรรมดา ขอความเกิดอย่ามีแก่เรา ชื่อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมปรารถนา ชื่อว่า ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น ก็เป็นทุกข์

ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่เหล่าสัตว์ ผู้มีความแก่ ผู้มีความเจ็บ ผู้มีความตาย ผู้มีความโศก ความคร่ำครวญ ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ และความคับแค้นใจ เป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า โอหนอ ขอเราอย่าพึงมีความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความโศก ความคร่ำครวญ ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ ความคับแค้นใจ ขออย่ามาถึงเราเลย ชื่อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา ชื่อว่า ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น ก็เป็นทุกข์”

ทุกข์ทั้ง ๑๑ ประการนี้ มีได้เนื่องจาก การมีอุปาทานขันธ ทุกข์ทั้งมวลจึงเกิดขึ้น เพราะความเห็นผิดว่า เที่ยงเป็นสุข บังคับบัญชาได้ อุปาทานขันธเหล่านี้ จึงปรากฏขึ้นในขณะที่ เห็น ได้ยิน รู้ กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส และนึกคิดเรื่องราวต่าง ๆ ผู้ปฏิบัติควรมีสติ กำหนดรู้สภาวะของอุปาทานขันธตามความเป็นจริง เพราะทุกข์เป็นสิ่งที่ต้องกำหนดรู้^{๓๑)}

๒) สมุทยสังขะนิเทศ

สมุทยสังขะ คือ เหตุเกิดแห่งทุกข์ ได้แก่ ความผูกพันที่ก่อให้เกิดภพใหม่ ด้วยความยินดีพอใจ เพลิดเพลินภพและอารมณ์นั้น ๆ มีความพอใจใน กามคุณ คือ ความติดใจในกาม อยากรู้ เพลิดเพลินในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ในสิ่งต่าง ๆ เรียก “กามตัณหา” ความติดใจในควมมีอย่างนั้นเป็นอย่างนั้น อยากรู้ให้คงอยู่ตลอดไป ติดใจในความสุข ติดใจในความสงบ ติดใจในสมาธิ อยากรู้ อยู่อย่างนั้นตลอดไป เรียกว่า “ภวตัณหา” ความยินดีในความไม่มี ในความไม่เป็น ไม่มีเรื่อง ไม่มีอะไร ให้เป็นห่วง ไม่อยากมี ไม่อยากเป็น เรียกว่า “วิภวตัณหา” ความจริงทุกสิ่งเป็นไปตามเหตุปัจจัย จะให้ไม่มี ไม่เป็น ตามที่อยากไม่ได้^{๓๒)}

ตัณหา^{๓๑)} เมื่อเกิดขึ้น ก็เกิดขึ้นที่ ปิยรูป สาทรูป เมื่อตั้งอยู่ ก็ตั้งอยู่ที่ปิยรูป สาทรูปนี้ พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ ๑๐ หมวด หมวดละ ๖ รวมเป็นปิยรูป สาทรูป ๖๐ คือ

จักขุ โสตะ ฆานะ ชิวหา กาย มโน

รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์

จักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณมโนวิญญาณ

จักขุสัมผัส โสตสัมผัส ฆานสัมผัส ชิวหาสัมผัส กายสัมผัส มโนสัมผัส

เวทนาที่เกิดขึ้นจากจักขุสัมผัส เวทนาที่เกิดขึ้นจากโสตสัมผัส เวทนาที่เกิดขึ้นจากฆานสัมผัส เวทนาที่เกิดขึ้นจากชิวหาสัมผัส เวทนาที่เกิดขึ้นจากกายสัมผัส เวทนาที่เกิดขึ้นจากมโนสัมผัส

รูปสัญญา สัททสัญญา คันธสัญญา รสสัญญา โผฏฐัพพสัญญาธัมมสัญญา

รูปสัญญาเจตนา สัททสัญญาเจตนา คันธสัญญาเจตนา รสสัญญาเจตนา โผฏฐัพพสัญญาเจตนา ธัมมสัญญาเจตนา

รูปตัณหา สัททตัณหา คันธตัณหา รสตัณหา โผฏฐัพพตัณหา ธัมมตัณหา

รูปวิตก สัททวิตก คันธวิตก รสวิตก โผฏฐัพพวิตก ธัมมวิตก

^{๓๑)} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๓๗๑-๓๘๐.

^{๓๒)} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๘๑.

รูปวิจารณ์ สัทวิจารณ์ คันถวิจารณ์ รสวิจารณ์ โภกฐัพพวิจารณ์ อัมมวิจารณ์

เมื่อผู้ปฏิบัติมีสติตามระลึกรู้ ในขณะที่เห็นรูปกำหนดว่า “เห็นหนอ” ถ้าได้ยินเสียง ก็กำหนดว่า “ได้ยินหนอ” กำหนดสติตามรู้ ตามความเป็นจริง แล้วจะสามารถหยั่งเห็นความไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน มีเพียงรูปและนามเท่านั้น จิตว่าละอวิชชาได้ชั่วขณะเป็นตทังค니라

เมื่อละอวิชชาได้ ตัณหาที่ยินดี พอใจในขณะที่เห็น ย่อมไม่เกิดขึ้น จิตว่าละตัณหาได้ชั่วขณะเมื่อตัณหาไม่มี ความยึดมั่นภรรณดีและกรรมชั่วก็ไม่มี เมื่อประกอบด้วยสติและสัมปชัญญะในการกำหนดละตัณหาอยู่เนื่อง ๆ ด้วยวิปัสสนาที่เป็นตทังค니라นี้ จะเป็นปัจจัยให้ผู้ปฏิบัติ ได้บรรลุการละตัณหาได้อย่างเด็ดขาด เป็นสมุจเฉทนิโรธ สามารถดับทุกข์ที่เกิดขึ้น เนื่องด้วยตัณหาได้โดยสิ้นเชิง

๓) นิโรธสังจะนิเทศ

นิโรธสังจะ คือ ความดับทุกข์ ได้แก่ ความดับสนิโทโดยสิ้นเชิง ความสละ ความปล่อย ความหลุดพ้นและความดับแห่งตัณหาไม่พัวพันในตัณหา^{๓๓}

ความดับทุกข์มิได้ด้วยความดับแห่งตัณหาโดยแท้ ส่วนการดับทุกข์โดยวิธีอื่น เป็นเพียงดับชั่วขณะ เช่น การเปลี่ยนอิริยาบถที่ทำไว้นาน ๆ ด้วยการเหยียด คู้ เดิน นั่ง นอน หรือการบริโภคอาหารในเวลาหิว การบริโภคยาในเวลาเกิดโรค สิ่งเหล่านี้สามารถดับทุกข์ได้โดยชั่วคราว ไม่อาจดับทุกข์ได้โดยสิ้นเชิง

ตัณหาที่ต้องดับด้วยวิปัสสนาญาณและมรรคญาณ เมื่อตัณหาถูกกำจัดโดยเด็ดขาด รูปนามที่เป็นผลของตัณหาย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ ความจริงแล้ว ตัณหาต้องดับด้วยอรหัตตมรรคญาณ เป็นการดับตัณหาโดยสิ้นเชิง

เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมมีสติระลึกรู้อยู่เนื่อง ๆ ขณะที่ได้เห็นรูป ได้ยินเสียง รู้กลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องสัมผัส และธรรมารมณ โดยมิสตรระลึกรู้อยู่เนื่อง ๆ ในขณะนั้น ไม่นิยมยินดีในอารมณ์ทั้งหลาย ด้วยสติสัมปชัญญะ จิตว่าละอวิชชาได้ชั่วขณะ เมื่อละอวิชชาแล้ว ตัณหาอันเกิดจากอวิชชา ย่อมละได้เช่นเดียวกัน การละตัณหาด้วยวิปัสสนาที่เป็นตทังค니라นี้ ย่อมเป็นปัจจัยให้ผู้ปฏิบัติได้ละตัณหาอย่างเด็ดขาด ด้วยอรหัตตมรรคญาณ ที่เป็นสมุจเฉทนิโรธในการต่อไป และสามารถดับทุกข์ที่มีตัณหาเป็นเหตุได้โดยสิ้นเชิง

โสตาปัตติมรรคญาณ ละตัณหาที่ส่งผลให้เกิดในอบายภูมิ และดับทุกข์ที่เกิดในอบายภูมิ

^{๓๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๑/๒๗๗.

สภิกขาคามีมรรคญาณ ละตัณหาอย่างหยาบ และดับทุกข์ในการเกิดมากกว่า๒ชาติ ใน
กามสุคติภูมิ

อนาคามีมรรคญาณ ละตัณหาอย่างละเอียด และดับทุกข์ในการเกิดมากกว่า รูปภูมิหรือ
อรุณภูมิ

อรหัตมรรคญาณ ละตัณหาในรูปฌาน อรูปฌานที่เหลือ และดับทุกข์ในวิภวสังสาร
ทั้งหมด^{๓๔}

ผู้ปฏิบัตินั้นกำหนดรู้อย่างต่อเนื่อง จิตตั้งกล่าวย่อมรรงกระแสดังรูปนามที่เป็นไปไม่ขาด
ช่วง หยั่งลงสู่สภาวะที่ไม่มีกระแสรูปนาม มหาบพิตร ผู้ปฏิบัติชอบ บรรลุความไม่มีแห่งกระแสรูปนาม
เรียกว่า “ย่อมกระทำนิพพานให้แจ้ง”

๔) มรรคสังขะนิเทศ

มรรคสังขะ คือ ทางดำเนินไปสู่ความดับทุกข์ ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ คือ

- (๑) สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ
- (๒) สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ
- (๓) สัมมาวาจา การกล่าวชอบ
- (๔) สัมมากัมมันตะ การกระทำชอบ
- (๕) สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ
- (๖) สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ
- (๗) สัมมาสติ การระลึกชอบ
- (๘) สัมมาสมาธิ ความตั้งมั่นชอบ

อริยมรรคทั้ง ๘ ประการนี้ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มัชฌิมาปฏิปทา^{๓๕} เปรียบได้ดังราช
รถที่มุ่งหน้าไปสู่ อมตนคร คือ พระนิพพาน ราชรถนี้จะนำออกจากทางคดเคี้ยวที่ชวนให้ลุ่มหลง เข้าสู่
ทางตรง คือ ทางของพระอริยเป็นทิศที่ไม่มีภัย เป็นจุดมุ่งหมายแห่งการหลุดพ้น คือ พระนิพพาน

ผู้ปฏิบัติธรรมมีสติตามระลึกรู้เท่าทันสภาวธรรม ในขณะปัจจุบันอารมณ์ ที่เป็นกองรูป
เวทนา จิต และธรรม ส่วนอริยมรรคทั้ง ๘ ย่อมเกิดขึ้นในขณะนั้น กล่าวคือ

^{๓๔} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน,
หน้า ๔๐๕.

^{๓๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖-๔๐๒/๒๖๐-๒๖๘.

สัมมาทิฐิ เห็นสภาวะความเป็นจริงในขณะปัจจุบันอารมณ์ที่เกิดขึ้น ตามลำดับวิปัสสนาญาณ จนกระทั่งถึงมรรคญาณ

สัมมาสังกัปปะ น้อมจิตไปสู่สภาวะธรรมเพื่อการออกจากกาม เป้าหมายคือพระนิพพาน

สัมมาวาจา งดเว้นการกล่าวว วจีทุจริต ๔

สัมมากัมมันตะ งดเว้นกายทุจริต ๓ คือ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤตินิดในกาม

สัมมาอาชีวะ งดเว้นจากกายทุจริต ๓ วจีทุจริต ๔ ที่เกี่ยวกับการงานอันเป็นอาชีพ

สัมมาวายามะ เพียรจัดจ่อเพื่อละอกุศลทั้งหลาย และเพียรทำกุศลให้เจริญยิ่งขึ้น

สัมมาสติ ระลึกรู้เท่าทันสภาวะธรรม ตามความเป็นจริงในขณะปัจจุบันอารมณ์ที่เกิดขึ้น

สัมมาสมาธิ ตั้งมั่น ไม่ซัดส่าย หรือฟุ้งซ่านไปในอดีตและอนาคต

ในอริยมรรคทั้ง ๘ จะเห็นว่า สัมมาวาจา เป็นอริยมรรคที่เกิดก่อนอริยมรรคอื่น ๆ เพราะผู้ปฏิบัติธรรมจะสมาทานศีลก่อนการปฏิบัติธรรม เพื่อให้เกิดความบริสุทธิ์ทางกายและวาจาก่อน

ความเห็นชอบ เป็นการหยั่งเห็นอริยสัจ ๔ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง จัดว่าเป็นปัญญา ความเห็นชอบยังหมายถึง ความเข้าใจอย่างถูกต้อง ในเรื่องของกรรมและผลของกรรมอีกด้วย ความเห็นชอบจึงเป็นเหตุของการบรรลु ความหลุดพ้น เป็นอันดับแรกของอริยมรรค และเป็นประธานก่อนให้เกิดอริยมรรคที่เหลือ ดังพระพุทธเจ้าดำรัสว่า

ภิกษุทั้งหลาย สัมมาทิฐิ เป็นประธานในอริยมรรคทั้ง ๗ นั้น สัมมาทิฐิเป็นประธานอย่างไรเล่า คือ เมื่อมี สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะจึงเกิดขึ้น เมื่อมีสัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจาจึงเกิดขึ้น เมื่อมีสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะจึงเกิดขึ้น เมื่อมีสัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะจึงเกิดขึ้น เมื่อมีสัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะจึงเกิดขึ้น เมื่อมีสัมมาวายามะ สัมมาสติจึงเกิดขึ้น เมื่อมีสัมมาสติ สัมมาญาณ (ปัจจเวกขณะญาณ) จึงเกิดขึ้น เมื่อมีสัมมาญาณ สัมมาวิมุตติ (ความหลุดพ้นโดยชอบ) จึงเกิดขึ้น^{๓๖}

สัมมาทิฐิคือ ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกข์สมุทัย ความรู้ในทุกข์นิโรธ ความรู้ในทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา จำแนกสัมมาทิฐิออกเป็น ๖ ประเภท ได้แก่

๑) กัมมัสสกตาสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบในเรื่องของกรรมและผลของกรรมว่ามีจริง

๒) ฌานสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบในฌาน คือ มีปัญญา เข้าใจองค์ฌานที่ปรากฏอย่างชัดเจน

๓) วิปัสสนาสัมมาทิฐิ มีความเห็นชอบในวิปัสสนา คือ หยั่งเห็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง เป็นการละกิเลสได้ในทุก ๆ ขณะที่กำลังรู้

^{๓๖} ม.อ. (บาลี) ๑๔/๑๔๑/๑๒๘.

๔) มรรคสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบในมรรค คือ หยั่งเห็นความดับของรูปนามอย่างชัดเจน เป็นการละกิเลสโดยเด็ดขาด

๕) ผลสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบในผล คือ หยั่งเห็นความดับรูปนามต่อจากมรรคปัจจุเวกขณะสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบในการพิจารณาผลนิพพาน กิเลสที่ละได้แล้ว และกิเลสที่ยังเหลืออยู่

สัมมาสังกัปปะ เป็นอย่างไร คือ ความดำริในการออกจากกาม ความดำริในความไม่พยายาบท ความดำริในการไม่เบียดเบียน ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ

สัมมาวาจา เป็นอย่างไร คือ เจตนาอันเป็นเหตุงดเว้นการพูดเท็จ เจตนาอันเป็นเหตุงดเว้นการพูดส่อเสียด เจตนาอันเป็นเหตุงดเว้นการพูดคำหยาบ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นการพูดเพ้อเจ้อ ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาวาจา

สัมมากัมมันตะ เป็นอย่างไร คือ เจตเป็นงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการประพฤติดินในกาม ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมากัมมันตะ

สัมมาอาชีวะ เป็นอย่างไร คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ละมิจฉาอาชีวะแล้ว สำเร็จการเลี้ยงชีพด้วยสัมมาอาชีวะ ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาอาชีวะ

สัมมาวายามะ เป็นอย่างไร ภิกษุทั้งหลาย ความเพียรชอบ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมยังความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม ย่อมปรารถนาคความเพียร ย่อมระคองตั้งจิตไว้ เพื่อยังบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ไม่ให้เกิดขึ้น เพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เพื่อยังกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ให้เกิดขึ้น เพื่อยังกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญไปพลอยยิ่งขึ้นไป เรียกว่าความเพียรชอบ ผู้ปฏิบัติได้เจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริงในทุก ๆ ขณะนั้น ชื่อว่าได้ทำความเพียรในการไม่ทำอกุศลใหม่ พร้อมทั้งละอกุศลเก่า เพราะในขณะนั้น ไม่ได้ทำอกุศลใด ๆ และเพียรทำกุศลใหม่ให้เกิดขึ้น กุศลที่เกิดขึ้นแล้วก็เพิ่มพูนยิ่ง ๆ ขึ้น

สัมมาสติ เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาสติ

สัมมาสมาธิ เป็นอย่างไร คือ ฝึกในธรรมวินัยนี้

สกัดจากกามและอกุศลทั้งหลาย บรรลุปฐมฌาน มีวิตก มีวิจารณ์ มีปีติ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่

เพราะวิตก วิจารณ์ สงบ ระวังไป บรรลุทุติยฌาน มีความผ่องใสในภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่ง ระวังเสียวิตก วิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่

เพราะปีติระงับไป มีจิตเป็นอุเบกขา มีสัมปชัญญะอยู่ เสวยสุขด้วยกาย บรรลุตติยฌาน อันพระอรียเจ้าทั้งหลายกล่าวสรรเสริญว่า “ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข”

เพราะละสุขและทุกข์ได้ โสมนัส โทมนัส ได้ดับไปก่อน บรรลุจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติปริสุทธิ์ เพราะอุเบกขาอยู่

ฝึกทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ^{๓๗}

สรุปตอนท้ายของพระสูตร พระพุทธองค์ทรงตรัสรับรองผลของการปฏิบัติเอาไว้ หากผู้ปฏิบัติได้ปฏิบัติถูกต้องตามที่ทรงแสดงไว้ เธอหวังผลได้อย่างใดอย่างหนึ่ง ในสองอย่าง คือ อรหัตตผลในชาตินี้ หรือเมื่อมีความยึดมั่นยังเหลืออยู่ ก็จะมีบรรลุนาคามี

“อย่าว่าแต่ ๗ ปีเลย ผู้ใดก็ตามที่เจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้ อย่างนี้ ๖ ปี ๕ ปี ๔ ปี ๓ ปี ๒ ปี ๑ ปี เขาพึงหวังได้ผล ๒ ประการ อย่างใดอย่างหนึ่ง คือ ได้อรหัตตผลในชาตินี้ หรือเมื่อยังมีความยึดมั่นยังเหลืออยู่ ก็จะมีบรรลุนาคามีผล

อย่าว่าแต่ ๑ ปีเลย ผู้ใดก็ตามที่เจริญสติปัฏฐาน ๔ อย่างนี้ตลอด ๗ วัน พึงหวังผล ๒ ประการ อย่างใดอย่างหนึ่ง คือ ได้อรหัตตผลในชาตินี้ หรือเมื่อมีความยึดมั่นยังเหลืออยู่ ก็จะมีบรรลุนาคามีผล

อย่าว่าแต่ ๖ เดือนเลย ผู้ที่เจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้ อย่างนี้ ตลอด ๖ เดือน ๕ เดือน ๔ เดือน ๓ เดือน ๒ เดือน ๑ เดือน กึ่งเดือน พึงหวังผลได้ ๒ ประการ คือ ได้อรหัตตผลในชาตินี้ หรือเมื่อมีความยึดมั่นยังเหลืออยู่ ก็จะมีบรรลุนาคามีผล”

อย่าว่าแต่กึ่งเดือนเลย ผู้ที่เจริญสติปัฏฐาน ๔ อย่างนี้ ตลอด ๗ วัน พึงหวังผล ๒ ประการ

^{๓๗} ดูรายละเอียดใน สุภีร์ ทุมทอง, สติปัฏฐาน ๔ (ชุดโพธิปักขิยธรรม), พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ฟองทองเอนเตอร์ไพรส์ จำกัด, ๒๕๕๙), หน้า ๓๒๔-๓๒๘.

คือ อรหัตตผลในชาตินี้ หรือเมื่อมีความยึดมั่นยังเหลืออยู่ ก็จะมีบรรลุนาคามีผล “ภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นทางเดียวที่ทำให้เหล่าสัตว์บริสุทธ์ ล่วงพ้นความโศกพิโรธราฟันทบทุกข์และโทมนัสได้ บรรลุนิพพาน เห็นแจ้งพระนิพพานได้ หนทางนี้คือสติปัฏฐาน ๔ ประการ”^{๓๘}

พระบรมศาสดา ได้ทรงแสดงผลของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ไว้ สองประการ คือ บรรลุนิพพานในชาตินี้ และผู้ที่ยังมีความยึดมั่นอยู่ จะได้บรรลุนาคามีผลทรงแสดงไว้เพื่อประโยชน์ให้ผู้ปฏิบัติเกิดศรัทธาอุปสาทาในการเจริญสติปัฏฐาน ว่าเป็นทางหลุดพ้นได้อย่างแท้จริง

๓.๒ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสัมมัปปธาน ๔

สัมมัปปธาน คือ ความเพียรพยายาม หรือธรรมชาติที่เป็นเหตุแห่งความเพียรพยายาม มี ๔ ประการ คือ

- ๑) เพียรพยายามเพื่อละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว
- ๒) เพียรพยายามไม่ให้อกุศลใหม่เกิดขึ้น
- ๓) เพียรพยายามให้กุศลใหม่เกิดขึ้น
- ๔) เพียรพยายามให้กุศลที่เกิดขึ้นแล้วเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ดังจะฉกฉวยว่า “สมมา ปทหนติ เอเตนาติ สมมปปธานานิ” สัมปยุตธรรมทั้งหลาย ที่มีความเพียรพยายามโดยชอบธรรม ด้วยการอาศัยธรรมชาตินั้น ฉะนั้น ธรรมชาติที่เป็นเหตุแห่งความเพียรพยายามนั้น ชื่อว่า สัมมัปปธาน ได้แก่ วิริยะเจตสิก

วิริยะ ที่เป็นสัมมัปปธานได้นั้น จะต้องเป็นวิริยะอย่างแรงกล้า วิริยะที่อยู่ในกุศลขณะเท่านั้น ส่วนวิริยะที่อยู่ในกิริยาขณะและผลขณะนั้น ไม่เป็นสัมมัปปธาน เพราะว่า พระอรหันต์ทั้งหลายได้พ้นจากหน้าที่ที่เกี่ยวกับการประหารอกุศลและกระทำกุศลให้เกิดขึ้น ด้วยเหตุนี้ วิริยะที่อยู่ในกิริยาขณะ จึงไม่เป็นสัมมัปปธาน วิริยะที่อยู่ในผลจิตก็เช่นเดียวกัน คือ ไม่เกี่ยวข้องกับหน้าที่ทั้ง ๔ ประการนั้น วิริยะเจตสิกนั้น เป็นประธานในสัมมัปปธานทั้ง ๔ มีกิจอยู่ ๔ ประการ ดังกล่าวมาแล้ว ส่วนสติและสัมปชัญญะทั้ง ๒ นี้ เป็นเพียงสภาวธรรม ที่ร่วมสัมปยุตต์กับวิริยะเจตสิกเท่านั้น^{๓๙}

^{๓๘} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๐๐/๒๓๓, ที.ม. (บาลี) ๑๐/๔๐๕/๒๘๒.

^{๓๙} พระสังฆมณฑลสังฆราช, ธรรมมาจารย์, **ปรมัตถ์สังคหะ**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (ถนนประชาธิปไตย, ธนบุรี: โรงพิมพ์ไพศาลวิทยา, ๒๕๑๔), หน้า ๑๒๒-๑๒๓.

๓.๓ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอิทธิบาท ๔

อิทธิบาท คือ ธรรมที่เป็นเหตุให้ถึงความสำเร็จ ได้แก่ ฌาน อภิญญา มรรค ผล อิทธิบาท มี ๔ ประการ คือ

ฉันทอิทธิบาท คือ ความพอใจอย่างแรงกล้าเป็นบาทเบื้องต้นแห่งความสำเร็จ ฌาน มรรค ผล องค์ธรรม ได้แก่ ฉันทะเจตสิก ที่ในกุศลจิต ๒๑ เมื่อฉันทะเจตสิก ได้เกิดขึ้นเป็นประธาน ย่อมมีเจตสิกที่เกิดขึ้นร่วมด้วย ๕๐ ดวง ในเจตสิก ๕๐ ดวงนั้น ก็มีสติเจตสิกและปัญญาเจตสิก (สัมปชัญญะ) เกิดขึ้นร่วมด้วย

วิริยอิทธิบาท คือ ความพยายามอย่างแรงกล้า เป็นเบื้องต้นแห่งความสำเร็จ คือ ฌาน มรรคผล องค์ธรรม ได้แก่ วิริยะเจตสิก ที่ในกุศลจิต ๒๑ เมื่อวิริยะเจตสิก ได้เกิดขึ้นเป็นประธาน ย่อมมีเจตสิกที่เกิดขึ้นร่วมด้วย ๕๑ ดวง ในเจตสิก ๕๑ ดวงนั้น ก็มีสติเจตสิกและปัญญาเจตสิก (สัมปชัญญะ) เกิดขึ้นร่วมด้วย

จิตติอิทธิบาท คือ ความตั้งใจอย่างแรงกล้า เป็นบาทเบื้องต้นแห่งความสำเร็จคือ ฌาน มรรคผล องค์ธรรม ได้แก่ กุศลจิต ๒๑ เมื่อกุศลจิต ๒๑ เกิดขึ้นเป็นประธาน กุศลจิตที่เป็นญาณสัมปยุตต์ (๑๗) ย่อมมีสติเจตสิกและปัญญาเจตสิก (สัมปชัญญะ) ประกอบพร้อมด้วย ส่วนกุศลจิตที่เป็นญาณวิปยุตต์ (๔) ย่อมมีสติเจตสิก ประกอบด้วย แต่ไม่มีปัญญาเจตสิกประกอบพร้อม (ตามหลักสังคหณีย์)^{๔๐}

วิมังสีอิทธิบาท ปัญญาอย่างแรงกล้าเป็นบาทเบื้องต้นแห่งความสำเร็จ คือ ฌาน มรรคผล องค์ธรรม ได้แก่ ปัญญาเจตสิก ที่ในกุศลญาณสัมปยุตต์จิต ๑๗ เมื่อปัญญาเจตสิก (สัมปชัญญะ) เกิดขึ้นเป็นประธาน ย่อมมีเจตสิกที่เกิดขึ้นร่วมด้วย ๓๗ ดวง ในเจตสิก ๓๗ ดวงนั้น ย่อมมีสติเจตสิก เกิดขึ้นร่วมด้วย

๓.๔ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอินทรีย์ ๕

คำว่า “อินทรีย์” แปลว่า เป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครอง หมายความว่า สามารถทำให้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นพร้อมกันกับตน เป็นไปตามอำนาจของตน มี ๕ ประการ คือ

ศรัทธินทรีย์ คือ ศรัทธา เป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองในความเลื่อมใส องค์ธรรม ได้แก่ ศรัทธาเจตสิกที่ในมหากุศลจิต ๘ มหากิริยาจิต ๘ อัปนาชวนะ ๒๖

^{๔๐} พระสังฆมณฑลสังฆมณฑลราชบุรี, **ปรมัตถโคตติยะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖**, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิการพิมพ์, ๒๕๑๔), หน้า ๔๓-๕๓.

วิริยิทธิ คือ วิริยะ เป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองในความเพียรพยายาม องค์ธรรม ได้แก่ วิริยะเจตสิก ที่ในมหากุศลจิต ๘ มหากิริยาจิต ๘ อัปปนาชวนะ ๒๖

สติทธิ คือ สติ เป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองในการระลึก องค์ธรรม ได้แก่ สติเจตสิก ที่ในมหากุศลจิต ๘ มหากิริยาจิต ๘ อัปปนาชวนะ ๒๖

สมาธิทธิ คือ สมาธิ เป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองในการตั้งมั่นในอารมณ์ องค์ธรรม ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก ที่ในมหากุศลจิต ๘ มหากิริยาจิต ๘ อัปปนาชวนะ ๒๖

ปัญญาทธิ คือ ปัญญา เป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองในความรู้ตามความเป็นจริง องค์ธรรม ได้แก่ ปัญญาเจตสิก ที่ในมหากุศลญาณสัมปยุตตจิต ๔ มหากิริยาญาณสัมปยุตตจิต ๔ อัปปนาชวนะ ๒๖^{๔๑}

๓.๕ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในพละ ๕

พละ หมายความว่า ไม่หวั่นไหว คือ ธรรมเหล่าใด ย่อมมีกำลังกตซึ่งปฏิบัติขจรธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว มีความอดทน ต่อสู้ ทำลายซึ่งปฏิบัติขจรธรรมเหล่านั้น ฉะนั้น ธรรมเหล่านั้น ชื่อว่า พละ

พลธรรมที่เป็นฝ่ายกุศลเท่านั้น ไม่หวั่นไหวในหน้าที่ของตน และสามารถทำลายอกุศลธรรม ที่เป็นปฏิปักษ์กับตนนั้น ให้เสื่อมสิ้นไปได้ เช่น ศรัทธาพละ มีความเลื่อมใสอย่างมั่นคง ไม่หวั่นไหว และสามารถทำลายอกุศลธรรม ที่เป็นเหตุให้ไม่มีความเลื่อมใส คือ อสัทธิ นั้นได้หายไป เป็นต้น

พละ มี ๕ ประการ คือ

๑) สัทธิพละ ศรัทธา เป็นผู้ไม่หวั่นไหวในความเลื่อมใสต่อสิ่งที่ควร องค์ธรรม ได้แก่ สัทธิเจตสิก ในมหากุศลจิต ๘ มหากิริยาจิต ๘ อัปปนาชวนะ ๒๖

๒) วิริยพละ วิริยะ เป็นผู้ไม่หวั่นไหวในความพยายามต่อสิ่งที่ควร องค์ธรรม ได้แก่ วิริยะเจตสิก ที่ในมหากุศลจิต ๘ มหากิริยาจิต ๘ อัปปนาชวนะ ๒๖

๓) สติพละ สติ เป็นผู้ไม่หวั่นไหวในการระลึกถึงสิ่งที่ควร องค์ธรรม ได้แก่ สติเจตสิก ที่ในมหากุศลจิต ๘ มหากิริยาจิต ๘ อัปปนาชวนะ ๒๖

๔) สมาธิพละ สมาธิ เป็นผู้ไม่หวั่นไหวในการตั้งมั่นในอารมณ์ที่ควร องค์ธรรม ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิกในมหากุศลจิต ๘ มหากิริยาจิต ๘ อัปปนาชวนะ ๒๖

๕) ปัญญาพละ ปัญญา เป็นผู้ไม่หวั่นไหวในการรู้ตามความเป็นจริง องค์ธรรม ได้แก่ ปัญญาเจตสิก ที่ในมหากุศลญาณสัมปยุตตจิต ๔ มหากิริยาญาณสัมปยุตตจิต ๔ อัปปนาชวนะ ๒๖^{๔๒}

^{๔๑} พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, *ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖*, หน้า ๑๑๔.

^{๔๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๔-๑๑๕.

อีกอย่างหนึ่ง

ศรัทธาพละ คือ ศรัทธา ย่อมไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรม ที่เป็นเหตุให้เกิดความไม่ศรัทธา
 วิริยพละ คือ วิริยะ ย่อมไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรม ที่เป็นเหตุให้เกิดความเกียจคร้าน
 สติพละ คือ สติ ย่อมไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรม ที่เป็นเหตุให้เกิดการหลงลืม
 สมาธิพละ คือ สมาธิ ย่อมไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรม ที่เป็นเหตุให้เกิดความฟุ้งซ่าน
 ปัญญาพละ คือ ปัญญา ย่อมไม่หวั่นไหวในการไม่รู้ตามความเป็นจริง

๓.๖ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโพชฌงค์ ๗

โพชฌงค์ แปลว่า องค์แห่งการตรัสรู้ คือ องค์ธรรมที่ประกอบกัน ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติเกิด
 ปัญญาเห็นแจ้งสภาวะธรรมตามความเป็นจริงในอริยสัจ ๔ ดังจนวนตเถว่า “พุชฌณฺติ เอตยาตฺติ = โพธิ”
 พระโยคี บุคคลทั้งหลาย ย่อมรู้ริยสัจ ๔ ด้วยธรรมหมวดนี้ ฉะนั้น ธรรมหมวดนี้ เป็นเหตุให้รู้ริยสัจ
 ๔ นี้ ชื่อว่า โพธิ ได้แก่ องค์ธรรมของโพชฌงค์ ๗ คือ สติ ธรรมวิจยะ วิริยะ ปิตี สมาธิ และอุเบกขา^{๔๓}

๓.๗ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอริยมรรคมีองค์ ๘

อริยมรรคมีองค์ ๘ คือ ทางดำเนินไปสู่ความดับทุกข์ มี ๘ ประการ คือ ความเห็นชอบ
 ความดำริชอบ การกระทำชอบ การเลี้ยงชีพชอบความเพียรชอบ ความระลึกรู้ชอบ ความตั้งมั่นชอบ^{๔๔}
 ผู้ปฏิบัติทั้งหลาย ละกิเลสได้โดยเด็ดขาด เข้าสู่นิพพานโดยหนทางใดหนทางหนึ่งนั้นชื่อว่า มัคคะ เมื่อ
 ผู้ปฏิบัติตามระลึกรู้เท่าทันในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น ขณะปัจจุบันอารมณ์ ระลึกรู้ไปใน กาย เวทนา จิต
 และธรรมทั้งหลาย อริยมรรคมีองค์ ๘ ย่อมเกิดขึ้นในขณะนั้น

๓.๘ สติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโพธิปักขิยธรรม

๑) สติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อธิธิบาท ๔ อินทรีย์
 ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘

สติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในสติปัฏฐานทั้ง ๔ ในการปฏิบัติวิปัสสนาจะเห็นได้ว่ามี
 สติเจตสิกเป็นใหญ่เป็นประธานกว่าสภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้น ในการตามระลึกรู้ในกาย เวทนา จิต
 และธรรม ในหมวดธรรมต่าง ๆ ของกาย เวทนา จิต และธรรม^{๔๕} ก็เช่นเดียวกัน จะต้องมีสติตาม

^{๔๓} ดูรายละเอียดใน ส.ม. (บาลี) ๑๙/๒๕๘/๑๑๙.

^{๔๔} ดูรายละเอียดใน วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๕/๒๒.

^{๔๕} พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๗**, หน้า ๑๓๑.

กำหนดระลึกรู้ อย่างจดจ่อต่อเนื่องโดยไม่ขาดสาย ในการกำหนดพิจารณารูปนามที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน อารมณ์ เมื่อสติเจตสิกได้เกิดขึ้น ย่อมมีเจตสิกธรรมที่เกิดร่วม (สัมปยุตต์ด้วย) อีก ๓๗ ดวง มี สัมปชัญญะ วิริยะ เป็นต้น เจตสิกธรรมที่มีความสำคัญ คอยทำหน้าที่และเป็นกำลังสำคัญในการ ปฏิบัติในสติปัฏฐานทั้ง ๔ คือ วิริยะเจตสิก ปัญญาเจตสิกและสติเจตสิก เจตสิกธรรมที่เหลือนอกนั้น เป็นกำลังในการสนับสนุนให้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้น เป็นไปได้โดยสะดวก ดังที่พระพุทธรองค์ได้ทรงตรัสไว้ ในการปฏิบัติในสติปัฏฐานทั้ง ๔ คือ อาตปัสสัมชาน สติมา มีใจความว่า มีความพิรเฉกาภิเลสมี ปัญญาหยั่งเห็น มีสติข่มอกิขณาและโหมนัสในโลกอยู่

สติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในสัมมปธาน ๔^{๔๖} สติเป็นเพียงสภาวะธรรมที่สัมปยุตต ธรรมร่วมกับวิริยะเจตสิกเท่านั้น ในความเพียรทั้ง ๔ ประการ สติย่อมเกิดร่วมด้วยเพื่อช่วยให้ สัมปยุตตธรรมเกิดขึ้นและดำเนินไปได้ด้วยดี มิได้เป็นประธานในสภาวะธรรม

สติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในอิทธิบาท ๔ สติเป็นเพียงสัมปยุตตธรรมที่เกิดร่วมด้วย ฉันทะเจตสิก วิริยะเจตสิก กุศลจิต ๒๑ วิมังสาเจตสิก เท่านั้น เพื่อช่วยให้สัมปยุตตธรรมที่เกิดขึ้น คือ ฉันทอิทธิบาท วิริยอิทธิบาท จิตติอิทธิบาท วิมังสอิทธิบาท ดำเนินไปได้ด้วยดี สติที่ปรากฏอยู่ในอิทธิบาททั้ง ๔ นั้น สติทำหน้าที่เป็นเพียงสภาวะธรรมที่สัมปยุตต์กับ ฉันทะเจตสิกในฉันทอิทธิบาทที่มีฉันทะเจตสิก เป็นประธานในสภาวะธรรมทั้งหลาย สติที่สัมปยุตต์กับวิริยะเจตสิก ในวิริยอิทธิบาทที่มีวิริยะเจตสิกเป็น ประธาน สติที่สัมปยุตต์กับกุศลจิต ๒๑ในจิตติอิทธิบาทที่มีกุศลจิต ๒๑ เป็นประธาน และสติที่สัมปยุตต์ กับปัญญาเจตสิก ในวิมังสอิทธิบาทที่มีปัญญาเจตสิกเป็นประธานสติมิได้ทำหน้าที่เป็นประธานแห่ง สภาวะธรรมอย่างใดในอิทธิบาททั้ง ๔ เป็นเพียงสัมปยุตต์กับฉันทะเจตสิก วิริยะเจตสิก กุศลจิต ๒๑ และปัญญาเจตสิกเท่านั้นเพื่อให้สัมปยุตตธรรมที่เกิดขึ้น เป็นไปได้ด้วยดี

สติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอินทรีย์ ๕ คือ สตินทรีย์ ผู้ปฏิบัติพึงมีสติกำหนดรู้กาย และภายในกาย เวทนาและเวทนาในเวทนา จิตและจิตในจิต ธรรมและธรรมในธรรมทั้งหลาย อย่าง จดจ่อต่อเนื่องไม่ขาดสาย ในปัจจุบันอารมณ์ จนสติแก่กล้า มีความเป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองกว่า สภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดร่วมด้วย ในการระลึกรู้ที่เรียกว่า “สตินทรีย์” สติ ที่ปรากฏอยู่ในอินทรีย์ ๕ สติทำหน้าที่เป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองในการระลึก เป็นประธานของสภาวะธรรมทั้งหลาย ที่สัมปยุตต์ ด้วยกันในสตินทรีย์ ส่วนสติที่ปรากฏใน สัทอินทรีย์ วิริยอินทรีย์ สมานินทรีย์ปัญญินทรีย์ ทำหน้าที่เป็น เพียงสภาวะที่สัมปยุตต์ด้วยเท่านั้น

^{๔๖} ดูรายละเอียดใน ส.ม. (บาลี) ๑๙/๖๕๑/๒๑๔.

สติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในพละ ๕ สติทำหน้าที่เป็นผู้ไม่หวั่นไหวในการระลึกร่วมมีกำลังกดซึ่งปฏิบัติกรรมที่เกิดขึ้น เป็นประธานของสภาวะทั้งหลายที่สัมปยุตต์ด้วย เรียกว่า สติพละ ส่วนสติที่เกิดพร้อมกันกับศรัทธาพละ วิริยพละ สมาธิพละ ปัญญาพละ สติเป็นเพียงสภาวะที่สัมปยุตต์ธรรมร่วมด้วยเท่านั้น มิได้ใหญ่เป็นประธานในสภาวะธรรม

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาสติตามระลึกรู้อารมณ์ของรูปนาม ในสติปัฏฐานทั้ง ๔ คือ ตามระลึกรู้กายและกายในกาย ตามระลึกรู้เวทนาและเวทนาในเวทนา ตามระลึกรู้จิตและจิตในจิต ตามระลึกรู้ธรรมและธรรมในธรรมทั้งหลาย มีสติ มีความเพียร อย่างจดจ่อต่อเนื่องไม่ขาดสาย จนสติตั้งมั่น มีความมั่นคง มีกำลังเป็นประธานในสภาวะธรรม เรียกว่า “สติพละ”

สติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโพชฌงค์ ๗ คือ สติสัมโพชฌงค์ ผู้ปฏิบัติ มีสติระลึกรู้ว่า สติสัมโพชฌงค์^{๔๗} มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า สติสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิตของเรา เมื่อสติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า สติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิตของเรา สติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น สติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะเจริญบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น^{๔๘} สติที่มีความเจริญ ตั้งมั่นอยู่ได้ติดต่อกันในอารมณ์ของรูปนาม ในสติปัฏฐานทั้ง ๔ คือ ตามระลึกรู้กายและกายในกาย ตามระลึกรู้เวทนาและเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ตามระลึกรู้จิตและจิตในจิตทั้งหลาย ตามระลึกรู้ธรรมและธรรมในธรรมทั้งหลาย โดยภาวนาละซึ่งความประมาท ทำให้สัมโพชฌาณเกิดขึ้น คือ มรรค ทั้ง ๔ เรียกว่า “สติสัมโพชฌงค์” มีสติเป็นองค์แห่งการตรัสรู้ อริยสัจ ๔

ส่วนสติที่ปรากฏในโพชฌงค์ที่เหลือ ๖ ประการ คือ ฉัมมวิจยสัมโพชฌงค์ วิริยสัมโพชฌงค์ ปิตีสัมโพชฌงค์ ปัสสทธิสัมโพชฌงค์ สมาธิสัมโพชฌงค์ อุเบกขาสัมโพชฌงค์ สติเป็นเพียงสภาวะที่สัมปยุตต์ธรรมร่วมด้วยเท่านั้น มิได้ใหญ่เป็นประธานในสภาวะธรรมเหล่านั้น

สติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอริยมรรคมีองค์ ๘ คือ สัมมาสติ ผู้ปฏิบัติย่อมตามระลึกรู้ ในกาย ในเวทนา ในจิต และในธรรมทั้งหลาย โดยที่มีสติจดจ่ออย่างต่อเนื่อง โดยไม่ลดละอย่างนี้ เรียกว่า ความระลึกชอบ คือ ระลึกในสติปัฏฐาน นั่นเองสติที่ปรากฏอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ คือ สัมมาสติ ตามระลึกรู้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ เห็นเวทนาในเวทนาอยู่ เห็นจิตในจิตอยู่เห็น

^{๔๗} ดูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๘๗/๑๒๐.

^{๔๘} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน,

ธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัส ในโลกได้ เรียกว่า สัมมาสติ มีสติทำหน้าที่เป็นใหญ่เป็นประธานในสภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นพร้อมกันในความระลึกรับ

ส่วนสติที่ปรากฏอยู่ในอริยมรรคที่เหลือ ๗ ประการ คือ สัมมาทิฐิมรรคสัมมาสังกัปปะมรรค สัมมาวาจา มรรค สัมมากรรม มรรค สัมมาอาชีวะมรรค สัมมาวายามะมรรค สัมมาสมาธิ มรรค สติทำหน้าที่เป็นเพียงสภาวะธรรมที่สัมปยุตต์ร่วมด้วยเท่านั้น มิได้เป็นใหญ่เป็นประธานในสภาวะธรรมดังกล่าว

๒) สัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในสติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อธิเบทา ๔ อินทริย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘

สัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในสติปัฏฐาน ๔ สัมปชัญญะ (ปัญญาเจตสิก) ที่ทำหน้าที่ในสติปัฏฐานทั้ง ๔^{๔๙} เป็นเจตสิกธรรมที่สำคัญในสัมปยุตตธรรมที่เกิดขึ้นร่วมกับสติเจตสิก โดยมีสติเจตสิกเป็นประธานในสภาวะธรรมที่มีปัญญาเจตสิก วิริยะเจตสิก และเจตสิกที่ประกอบพร้อมด้วยอีก ๓๗ ดวง ปัญญาเจตสิก ทำหน้าที่พิจารณาสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นใน กาย เวทนา จิต และธรรมตามความเป็นจริงของสภาวะที่เกิดขึ้น ในขณะปัจจุบันอารมณ์ ทำให้เกิดญาณ เป็นเครื่องรู้ตามความเป็นจริง ตั้งแต่ รูปนาม ปริเฉทญาณ จนถึงปัจจุเวกขณะญาณ เป็นที่สุด

สัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสัมมัปปธาน ๔ สัมปชัญญะเป็นเพียงสภาวะธรรม ที่สัมปยุตตธรรมร่วมกับวิริยะเจตสิกเท่านั้น เพื่อให้ความเพียรทั้ง ๔ ประการของวิริยะเจตสิกสำเร็จจุล่งไปได้ด้วยดี มิได้เป็นประธานในสภาวะธรรม^{๕๐}

สัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอธิเบทา ๔ คือ วิมังสทธิเบทา ผู้ปฏิบัติพิจารณารูปนาม โดยมีความเพียร มีสติ มีสัมปชัญญะ อย่างจดจ่อต่อเนื่องกันโดยไม่ให้ขาดสาย จนเกิดปัญญาเห็นแจ้งในรูปนาม นับว่าเป็นบาทฐานแห่งความสำเร็จ เรียกว่า วิมังสทธิเบทา^{๕๑}

สัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในอธิเบทาทั้ง ๔ นั้น สัมปชัญญะที่สัมปยุตต์กับฉันทะเจตสิกที่ในฉันทิทธิเบทาทำหน้าที่สัมปยุตต์กับวิริยะเจตสิกในวิริยิทธิเบทาทำหน้าที่สัมปยุตต์กับกุศลจิต ๒๑ ที่ในจิตติทธิเบทา และทำหน้าที่เป็นประธานของสภาวะธรรมทั้งหลาย ที่ในวิมังสทธิเบทา โดยมีปัญญาเจตสิกเป็นประธานแห่งสภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้น

^{๔๙} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๔๐๕/๓๐๑-๓๔๐.

^{๕๐} ดูรายละเอียดใน ส.ม. (บาลี) ๑๙/๖๕๑/๒๑๔.

^{๕๑} ดูรายละเอียดใน ส.น. (บาลี) ๑๖/๑๒๔/๑๗๒.

สัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอินทรีย์ ๕ คือ ปัญญาอินทรีย์ ผู้ปฏิบัติมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติพิจารณาอยู่เนื่อง ๆ ในกาย เวทนา จิตและธรรมทั้งหลาย พิจารณาอย่างจดจ่อต่อเนื่อง จนเกิดปัญญารู้แจ้ง ตามสภาวะที่เกิดขึ้น ตามความเป็นจริงของรูปนาม ความเป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองกว่าสภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นพร้อมกัน ในการพิจารณารู้ในรูปนาม เรียกว่า “ปัญญาอินทรีย์”

สัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในอินทรีย์ ๕ สัมปชัญญะทำหน้าที่เป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองกว่าสภาวะธรรมทั้งหลายที่สัมปยุตต์ด้วยกัน ในการรู้ตามความเป็นจริงที่ใน ปัญญาอินทรีย์ ส่วนที่ปรากฏใน สัทธินทรีย์ วิริยอินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธิอินทรีย์ สัมปชัญญะทำหน้าที่เป็นเพียง สภาวะที่สัมปยุตต์ด้วยเท่านั้น

สัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในพละ ๕ คือ ปัญญาพละ ทำหน้าที่เป็นผู้ไม่หวั่นไหวในการตามรู้ พิจารณาเห็นรูปนามตามความเป็นจริง อย่างจดจ่อต่อเนื่องในขณะปัจจุบัน อารมณ์ที่กำลังเกิดขึ้น ด้วยโยนิโสมนสิการโดยแยบคาย ย่อมมีกำลังกดซึ่งปฏิกฤษธรรมที่เกิดขึ้น เป็นประธานในสภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นพร้อมกัน เรียกว่า ปัญญาพละ

ส่วนสัมปชัญญะ (ปัญญา) ที่เกิดขึ้นพร้อมกันกับ ศรัทธาพละ วิริยพละ สติพละ และสมาธิพละ ปัญญา เป็นเพียงสภาวะที่สัมปยุตต์ธรรมร่วมด้วยเท่านั้น มิได้เป็นใหญ่เป็นประธานในสภาวะธรรม

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ปัญญาตามพิจารณาอารมณ์ของรูปนาม ในสติปัฏฐานทั้ง ๔ คือ ตามพิจารณารู้กายและกายในกาย ตามพิจารณารู้เวทนาและเวทนาในเวทนา ตามพิจารณารู้จิตและจิตในจิต พิจารณารู้ธรรมและธรรมในธรรมทั้งหลาย รู้ตามความเป็นจริงของรูปนามขณะปัจจุบัน อารมณ์ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เกิดปัญญาที่มีกำลังขึ้น เรียกว่า “ปัญญาพละ”

สัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโพชฌงค์ ๗ คือธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ผู้ปฏิบัติพิจารณาระลึกรู้ด้วยปัญญาว่า ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิตของเรา เมื่อธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่า ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในจิตของเรา ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น^{๕๒}

ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ คือ ปัญญาที่มีความเจริญมีความรู้ตามความเป็นจริงในรูปนาม เห็นความเกิดดับของรูปนาม เป็นต้น ทำลายความหลงในรูปนาม เห็นแจ้งตามความเป็นจริง ความเป็นสัมโพธิญาณเกิดขึ้น คือ มรรคทั้ง ๔ มีปัญญาเป็นองค์แห่งการตรัสรู้ร้อยสี่ ๔ เป็นประธานของ

^{๕๒} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๓๔๖.

สภาวะธรรมส่วนสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพชฌงค์ที่เหลือ ๖ ประการ คือ สติสัมโพชฌงค์ วิริยะสัมโพชฌงค์ ปีติสัมโพชฌงค์ ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ สมาธิสัมโพชฌงค์ อุเบกขาสัมโพชฌงค์ สัมปชัญญะ (ปัญญา) เป็นเพียงสภาวะที่สัมปยุตธรรมร่วมด้วยเท่านั้น มิได้เป็นใหญ่เป็นประธานในสภาวะธรรมเหล่านั้น

สัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในอริยมรรคมีองค์ ๘ คือ สัมมาทิฏฐิ ผู้ปฏิบัติตามระลึกไว้ในสติปัฏฐานทั้ง ๔ คือ พิจารณากาย เวทนา จิต และธรรมทั้งหลาย เห็นด้วยปัญญาว่า รูปนาม เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่อยู่ในอำนาจที่จะบังคับบัญชาได้ โดยความเป็นไตรลักษณ์ได้เห็น อริยสัจ ๔ ตามความเป็นจริง เรียกว่า “สัมมาทิฏฐิ” ผู้ปฏิบัติมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณารูปนามด้วยปัญญาเห็นรูปนามโดยความเป็นไตรลักษณ์ เห็นอริยสัจ ๔ ตามความเป็นจริงว่ารูปนามเป็นทุกข์ เหตุเกิดของรูปนาม คือ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน ความดับเหตุเกิดของรูปนาม คือ นิโรธทางแห่งความดับรูปนาม คือ มรรค ปัญญาทำหน้าที่เป็นใหญ่เป็นประธานกว่าสภาวะธรรมทั้งปวง ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น

ส่วน สัมปชัญญะ (ปัญญา) ที่เกิดพร้อมด้วยอริยมรรคที่เหลือ ๗ ประการ คือ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ปัญญาทำหน้าที่เป็นเพียงสภาวะธรรม ที่สัมปยุตต์ร่วมด้วยเท่านั้น มิได้เป็นใหญ่เป็นประธานในสภาวะธรรมดังกล่าวมาแล้ว

๓.๙ สรุปท้ายบท

สติและสัมปชัญญะ นับว่าเป็นหมวดธรรมที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง และเป็นประโยชน์เกื้อกูลทั้งในทางโลกและทางธรรม ผู้ที่ประกอบกิจการงานทางโลก จำเป็นจะต้องมีสติสัมปชัญญะ เป็นเครื่องระลึก คอยควบคุม สอดส่อง ดูแล พิจารณา หาเหตุผล เพื่อช่วยให้กิจการงานต่าง ๆ สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ผู้ที่มีสติสัมปชัญญะคอยระลึก ในกิริยาอาการต่าง ๆ ที่แสดงออกมาทางกาย วาจา และใจ ผู้นั้นจะไม่มี ความประมาท พลังเผลอเกิดขึ้น ยิ่งในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จำเป็นจะต้องมีสติสัมปชัญญะประกอบอยู่ทุก ๆ ขณะจิต จะขาดมิได้เลย

สติและสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จะเห็นได้ว่ามีสติปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม ๕ หมวด ๘ ฐาน คือ ในสติปัฏฐาน ๔ นับเป็น ๔ ฐาน ในอินทรีย์ ๕ คือ สตินทรีย์ นับเป็น ๑ ฐาน ในพละ ๕ คือ สติพละ นับเป็น ๑ ฐาน ในโพชฌงค์ ๗ คือ สติสัมโพชฌงค์ นับเป็น ๑ ฐานในอริยมรรคมีองค์ ๘ คือ สัมมาสติ นับเป็น ๑ ฐาน ส่วนสัมปชัญญะ (ปัญญา) ที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม มี ๕ หมวด ๕ ฐาน ในอิทธิบาท ๔ คือ วิมังสอิทธิบาท นับเป็น ๑ ฐาน ในอินทรีย์ ๕ คือ ปัญญินทรีย์ นับเป็น ๑ ฐาน ในพละ ๕ คือ ปัญญาพละ นับเป็น ๑ ฐาน

ในโพชฌงค์ ๗ คือ ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ นับเป็น ๑ ฐาน ในอริยมรรคมีองค์ ๘ คือ สัมมาทิฏฐิมรรค นับเป็น ๑ ฐาน

สติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในโพธิปักขิยธรรมสติที่ในสติปัฏฐานทั้ง ๔ มีสติเป็นประธานในการกำหนดรู้ในกาย เวทนา จิต และธรรม มีวิริยะ คือ ความเพียร ช่วยให้สติกำหนดรู้ได้อย่างจดจ่อต่อเนื่อง โดยไม่ขาดสาย มีสัมปชัญญะ (ปัญญา) ช่วยพิจารณาอุปนามทั้งหลายที่เกิดขึ้นให้รู้แจ้งตามความเป็นจริง ในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น ในขณะปัจจุบันอารมณ์ และเจตสิกธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นพร้อมด้วย เพื่อช่วยให้สติที่เป็นประธานในสัมปยุตตธรรม ดำเนินไปได้ด้วยดี จนสติมีความแก่กล้าเป็นใหญ่ในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น เรียกว่า สตินทริย์ เมื่อระลึกรู้อย่างต่อเนื่องโดยไม่ลดละ จนทำให้สติมีกำลังแก่กล้าขึ้น และสามารถข่มปฏิปักขธรรมทั้งหลายได้ เรียกว่า สติพละ เมื่อไม่ลดละในการกำหนดรู้ บรรเทาความเพียรในการระลึกรู้ โดยมีย่อหย่อน สติได้แก่กล้า พัฒนาเป็นสติสัมโพชฌงค์ได้เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ สติได้ระลึกรู้ในอุปนามอย่างถูกต้อง เรียกว่า สัมมาสติ คือ ความระลึกชอบ เป็นองค์แห่งอริยมรรคอันประเสริฐ เพื่อดำเนินไปสู่การรู้แจ้งอริยสัจ ๔ อันเหตุให้ถึงซึ่ง มรรค ผล นิพพาน อันเป็นที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งปวง

ส่วนสัมปชัญญะ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในโพธิปักขิยธรรม สัมปชัญญะ (ปัญญา) เป็นประธานในการรู้แจ้งอุปนามตามความเป็นจริง เป็นบาทเบื้องต้นของความสำเร็จ ฌาน มรรค ผล นิพพาน โดยการพิจารณารู้แจ้งด้วยปัญญา เมื่อมีการพิจารณาด้วยความจดจ่อต่อเนื่อง โดยมีขาดสาย ทำให้สัมปชัญญะ (ปัญญา) มีความเป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครอง ในสภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นพร้อมกัน เรียกว่า ปัญญินทริย์ ถ้าพิจารณาอย่างไม่ลดละ สืบต่อกันไปจนปัญญามีกำลังแก่กล้า ในการพิจารณาอุปนามที่เกิดขึ้น เรียกว่า ปัญญาพละ เมื่อไม่หยุดยั้งในการพิจารณาอุปนามที่เกิดขึ้น บรรเทาความเพียรอย่างยิ่ง ในการวิจยธรรม ปัญญาถึงความแก่กล้า เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ เรียกว่า ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ สัมปชัญญะ (ปัญญา) ได้มีการพิจารณาอุปนามอย่างจดจ่อต่อเนื่อง จนเห็นแจ้งในอุปนามโดยความเป็นอริยสัจจ์ เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ คือ ความจริง ๔ ประการ ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค อันเป็นองค์แห่งอริยมรรค เพื่อดำเนินไปสู่ความหลุดพ้น คือ มรรค ผล นิพพาน อันเป็นที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งปวง

บทที่ ๔

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาศติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทนี้ มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาเนื้อหาสาระสำคัญของสติสัมปชัญญะ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อศึกษาศติและสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อнуฎีกา และคัมภีร์อื่นๆ ที่มีความเกี่ยวข้อง โดยมีการเรียบเรียงข้อมูลและตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา ในการบรรยายเชิงคุณภาพ

๔.๑ สรุปผลการวิจัย

การศึกษานี้เนื้อหาสาระสำคัญของสติสัมปชัญญะ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ผู้วิจัยได้ทำการศึกษานี้เนื้อหาสาระสำคัญของสติและสัมปชัญญะ พอสรุปผลการวิจัย ดังนี้

๔.๑.๑ สติสัมปชัญญะในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า

สติ มีความหมายหลายประการ ตามภาวะฐานะของสติ ความหมายที่ทราบโดยทั่วไปหมายถึง ความระลึกได้ นึกได้ ความไม่เผลอเผลอ เมื่อสติเกิดขึ้นก็จะปิดกั้นอกุศลธรรมทั้งหลายมิให้เกิดขึ้น ส่วนสติที่เรียกตามภาวะฐานะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม เช่น สติปัญญา สตินทรีย์ สติพละ สติสัมโพชฌงค์ สัมมาสติ คือเรียกตามภาวะฐานะที่สติมีความแก่กล้าตามลำดับสติ ทำหน้าที่คุมจิตใจให้อยู่ในกิจปัจจุบัน คอยควบคุมเหนี่ยวรั้งจิตใจ ให้คิดดี พูดดีและทำดี ไม่ให้จิตคิดฟุ้งซ่านไปสู่อารมณ์ต่างๆ อันเป็นอกุศลธรรมทั้งหลาย

สติ มีลักษณะ ๒ ประการ คือ มีการเตือนเป็นลักษณะ และมีการถือไว้เป็นลักษณะ คือ (๑) มีการเตือนเป็นลักษณะ คือ เมื่อสติเกิดขึ้น ก็เตือนให้รู้จักสิ่งที่เป็นกุศล อกุศล มีโทษ ไม่มีโทษ เลว ดี ดำขาว ว่าเหล่านี้เป็นสติปัญญา ๔ เหล่านี้เป็นสัมมปปธาน ๔ เหล่านี้เป็นอิทธิบาท ๔ เหล่านี้เป็นอินทรีย์ ๕ เหล่านี้เป็นพละ ๕ เหล่านี้เป็นโพชฌงค์ ๗ เหล่านี้เป็นอริยมรรคประกอบด้วยองค์ ๘ อันนี้เป็นสมณะ อันนี้เป็นวิปัสสนา อันนี้เป็นวิชชา อันนี้เป็นวิมุตติ เหล่านี้เป็นเจตสิกธรรม ดังนี้ ลำดับนั้น ผู้ปฏิบัติย่อมเกี่ยวข้องกับธรรมที่ควรเกี่ยวข้อง ไม่เกี่ยวข้องกับธรรมที่ไม่ควรเกี่ยวข้อง คบหาธรรมที่ควรคบหา ไม่คบหาธรรมที่ไม่ควรคบหา อย่างนี้เรียกว่า สติมีการเตือนเป็นลักษณะ (๒) มีการถือไว้เป็น

ลักษณะ คือ เมื่อสติเกิดขึ้น ก็ชักชวนให้ถือเอาซึ่งคติแห่งธรรมทั้งหลายว่า ธรรมเหล่านี้มีประโยชน์ ธรรมเหล่านี้ไม่มีประโยชน์ ธรรมเหล่านี้มีอุปการะ ธรรมเหล่านี้ไม่มีอุปการะ ลำดับนั้นผู้ปฏิบัติก็ละ ธรรมอันไม่มีประโยชน์เสีย ถือเอาธรรมที่มีประโยชน์ละธรรมที่ไม่มีอุปการะเสีย ถือเอาแต่ธรรมที่มี อุปการะ อย่างนี้แหละชื่อว่า สติมีการถือเอาไว้เป็นลักษณะ

สัมปชัญญะ (ปัญญา) โดยความหมายทั่วไป หมายถึง ความรู้ตัวทั่วพร้อม ในกิริยาอาการ ต่างๆ ในขณะปัจจุบันอารมณ์ เช่น ตากระทบรูป เป็นต้น สัมปชัญญะ มีชื่ออีกอย่างหนึ่ง เรียกว่า ปัญญา คือ ความรอบรู้ ญาณ การวิจัยธรรม ความฉลาด ความไม่หลง ความรอบรู้ เป็นต้น ส่วน สัมปชัญญะ (ปัญญา) ที่เรียกตามภาวะฐานะที่ปรากฏอยู่ในหมวดธรรม ที่ในโพธิปักขิยธรรม ได้แก่ วิมังสาธิบาท ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ธรรมวิจัยสัมโพชฌงค์ สัมมาทิฎฐิ เรียกชื่อตามภาวะฐานะของ ปัญญา ที่มีความแก่กล้าตามลำดับ สัมปชัญญะ (ปัญญา) ทำหน้าที่ช่วยให้รู้แจ้งตามความเป็นจริงของ สภาวะธรรมที่เกิดขึ้น ในขณะปัจจุบันอารมณ์ ปัญญามีลักษณะ ๒ ประการ คือ มีการตัดเป็นลักษณะ และมีการทำให้แจ้ง (สว่าง) เป็นลักษณะ เมื่อปัญญาเกิดขึ้นก็กำจัดเสียซึ่งความมืด คือ อวิชชา ตัดซึ่ง อกุศลธรรมทั้งหลาย ทำให้เกิดความสว่าง คือ วิชชา ทำให้เกิดความแจ่มแจ้ง คือ ญาณ ทำให้อรियสังข ปรากฏ ทำให้ผู้ปฏิบัติเห็นด้วยปัญญาอันชอบ ว่ารูปนามทั้งหลายมีสภาวะเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

๔.๑.๒ สติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา พบว่า

สติสัมปชัญญะ เป็นธรรมที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็น ธรรมที่มีอุปการะมาก ในธรรมอันเป็นฝ่ายในการตรัสรู้ ธรรมทั้งหลายที่เป็นไปในการตรัสรู้ สัมปชัญญะ (ปัญญา) ชื่อว่าเป็นยอดแห่งธรรมเหล่านั้น จะเห็นได้ว่าในโพธิปักขิยธรรม ๗ หมวด มีสติ ที่เป็นใหญ่ เป็นประธาน ในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นพร้อมกับสติถึง ๕ หมวด และสัมปชัญญะ (ปัญญา) ที่เป็นใหญ่ เป็นประธาน ในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นพร้อมกันกับปัญญา มี ๕ หมวดเช่นเดียวกัน สติสัมปชัญญะ จึงเป็นธรรมที่เป็นประธานในการตรัสรู้แจ้งในอรियสังข ๔ เพื่อดำเนินไปสู่ มรรค ผล นิพพาน เป็นที่สุด

๔.๒ ข้อเสนอแนะ

๔.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำข้อมูลไปใช้

เป็นการศึกษามุ่งเน้นหลักธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทจากการศึกษาวิจัย เรื่อง สติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม นำผลจากการศึกษานำไปใช้ และไปพัฒนาจิตใจ ต่อไป เนื่องจากเราพบว่า สังคมในทุกวันนี้สังคมเต็มไปด้วยความวุ่นวาย การศึกษาเรื่องสติ เป็นสิ่งที่จะ แยกแยะ ยับยั้ง ชั่งใจ ต่อสิ่งที่เข้ามากระทบ จึงต้องมีการควบคุมด้วยตัวปัญญา จึงกำหนดข้อเชิง นโยบายให้กับองค์กรทางด้านเอกชนในการพัฒนาจิตควบคู่กับการพัฒนาด้านวัตถุ

๔.๒.๒ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาวิจัย เรื่อง สติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพธิปักขิยธรรม ผู้วิจัยพบว่า ยังมีข้อจำกัดในการศึกษาหลาย ๆ ประเด็น เช่น การศึกษาหลักธรรมในพระสูตรอื่น ๆ หรือการนำเนื้อหาหลักธรรมเชื่อมโยงงานวิจัยเชิงปริมาณและคุณภาพ ดังนั้น หากมีการศึกษาในเรื่องและประเด็นเดียวกันนี้ ที่น่าจะนำไปศึกษาเพิ่มเติมอีก เพื่อความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ควรจะศึกษาในลักษณะดังนี้

- (๑) ศึกษาสติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในอินทรีย์ ๕ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- (๒) ศึกษาสติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในโพชฌงค์ ๗ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- (๓) ศึกษาสติสัมปชัญญะที่ปรากฏอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ ในการปฏิบัติวิปัสสนา

ภาวนา

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาไตรปิฎก ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

_____. อรรถกถาภาษาไทย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,

๒๕๕๓.

_____. อรรถกถาภาษาไทย ฉบับจุฬาลงกรณ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ

ราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

_____. ฎีกาปกรณ์วิเสสภาษาไทย ฉบับจุฬามหาฎีกา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ

ราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

_____. ปกรณ์วิเสสภาษาไทย ฉบับจุฬาปกรณ์วิเสส. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ,

๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ:

คณะศิษย์จัดพิมพ์. รวมคำสอนปฏิบัติธรรม เล่ม ๑. พิมพ์ครั้งที่ ๑. อุทัยธานี. ม.ป.ท., ๒๕๓๖.

พระคันธสาราภิวังศ์. โพธิปักขิยธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๑ กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์, ๒๕๔๙.

_____. ศึกษาวิธีเจริญสติด้วยภาษาง่าย ๆ. ลำปาง: วัดท่ามะโอ, ๒๕๔๕.

_____. อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูร

สาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๒.

พระญาณโปกนิเถระ. หัวใจกรรมฐาน. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศยาม, ๒๕๔๘.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร:

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

_____. พุทธธรรมฉบับปรับปรุงขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัทธรรมิก

จำกัด. ๒๕๔๙.

พระพุทธโฆสเถระ. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรสจำกัด, ๒๕๕๖.

พระภิกษุวิมลเมธี วิ. **สัมมนาวิปัสสนาภาวนา**. นครปฐม: ศูนย์บัณฑิตศึกษาพุทธโฆส, ๒๕๕๕.

พระราชวรมุนี และคณะ. **วิมุตติมรรค**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เคล็ดไทย, ๒๕๓๘.

พระศรีวิสุทธิญาณ (อุบล นนทโกป.ธ.๗). **แบบประกอบนันทกรรมตรี อธิบายธรรมวิภาค ปริเฉทที่ ๑**. พิมพ์ครั้งที่ ๖. นครปฐม: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. ถนนประชาธิปก. ธนบุรี: โรงพิมพ์ไพศาลวิทยา, ๒๕๑๔.

_____. **ปรมัตถโชติกะปริเฉทที่ ๑-๒-๖**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิการพิมพ์, ๒๕๑๔.

_____. **ปรมัตถโชติกะปริเฉทที่ ๗**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. ถนนประชาธิปก. ธนบุรี: โรงพิมพ์ไพศาลวิทยา, ๒๕๑๔.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**. แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕.

พุทธทาสภิกขุ. **ศิลปะแห่งการใช้สติในทุกกรณี**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๐.

_____. **สติ**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: จักรานุกูลการพิมพ์, ๒๕๒๘.

ไวท์ลินินบุ๊กส์ (White Linen Books). **มิลินทปัญหาฉบับธรรมทาน**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ซาเร็นการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๒.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ). **อริยวิงสปฏิปทา**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔.

สุภีร์ ทุมทอง. **สติปัฏฐาน ๔ (ชุดโพธิปักขิยธรรม)**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: บริษัท พรีเมียมด์พับลิชชิง จำกัด, ๒๕๕๗.

(๒) วิทยานิพนธ์:

พระครูวิบูลเจติยาภิรม (ทวี ปสนโน). “ศึกษาแนวทางการเจริญอินทริยสังวรศีลในการเจริญวิปัสสนาภาวนา”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘.

พระครูสังฆรักษ์พิรุฑธ ญาณวโร (อ่อนคุณ). “ศึกษาสติและสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘.

พระชัยพล โสภโณ (จรรยาวิทรัพย์). “ศึกษาอาตาศัมปชาโน สติมา ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระอุทิศ จารุธมโม (ชื่นชม). “ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน”. วิทยานิพนธ์

พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

แมชีดวงใจ กุทอง. “ศึกษาชั้น ๕ และอายตนะ ๑๒ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘.

(๓) บทความ:

อาจารย์นิธิ ศิริพัฒน์. เฉลิมฉลอง “พุทธชยันตี ๒๖๐๐ ปี” วันวิสาขบูชา. วันจันทร์ที่ ๔ มิถุนายน

พ.ศ. ๒๕๕๕.

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ-ฉายา/นามสกุล** : พระอธิการประกาศสิทธิ์ สุจินฺโธ (กลั่นชื่น)
- ว/ด/ป เกิด** : วันศุกร์ ที่ ๓ เดือนพฤศจิกายน พุทธศักราช ๒๕๐๔
- ภูมิลำเนาที่เกิด** : บ้านห้วยใหญ่กระโดนปม เลขที่ ๙๐ หมู่ที่ ๖ ตำบลสำโรงชัย
อำเภอไพศาลี จังหวัดนครสวรรค์
- การศึกษา:**
- พ.ศ. ๒๕๓๕ : การศึกษานักธรรมชั้นเอก วัดสวนมะม่วง จังหวัดจันทบุรี
- พ.ศ. ๒๕๓๕ : สอบไล่ได้บาลี ประโยค หนึ่ง – สอง
- พ.ศ. ๒๕๔๒ : จบหลักสูตรการศึกษาอภิศรรมบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย อภิศรรมโศติกะวิทยาลัย
- ประสบการณ์การทำงาน:**
- พ.ศ. ๒๕๔๘ : อาจารย์สอนปริยัติธรรม ตรี,โท,เอก ณ วัดสวนมะม่วง วัดไผ่ล้อม (พระอาราม
หลวง) วัดเขาแก้วและดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาส จนถึงปัจจุบัน
- พ.ศ. ๒๕๓๘ : แสดงพระปาฏิโมกข์ จนถึงปัจจุบัน
- พ.ศ. ๒๕๓๕ : เป็นพระธรรมทูตสายที่ ๗ ประจำอำเภอคลอง จังหวัดจันทบุรี
- พ.ศ. ๒๕๓๒ : จบหลักสูตรเผยแพร่พระพุทธศาสนา จาก จิตตภาวันวิทยาลัย
- ประสบการณ์การปฏิบัติธรรม:**
- พ.ศ. ๒๕๖๐ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ติดต่อกัน ๓๐ วัน (๑ – ๓๐ พฤษภาคม)
ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
- พ.ศ. ๒๕๖๐ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา รวม ๗ เดือน ๓ สัปดาห์ได้แก่
กรกฎาคม – พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๖๐ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๔ เดือน ณ ศูนย์
ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” จังหวัดนครราชสีมา
พฤศจิกายน – ธันวาคม พ.ศ.๒๕๖๐ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๑ เดือน ณ วัดนาหลวง
(อภิญญาเทสิตธรรม) จังหวัดอุดรธานี
ธันวาคม พ.ศ.๒๕๖๐-กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๖๑ ปฏิบัติภาวนา ๒ เดือน ณ
“MAHASI MEDITATION CENTER” สาธารณรัฐแห่งสหภาพพม่า
- อุปสมบท** : วันที่ ๑๐ เดือน กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๑
- สังกัด** : วัดบึงขันธ์ ตำบลหนองตาก อำเภอบึงนาราง จังหวัดจันทบุรี
- ปีที่เข้าศึกษา** : พุทธศักราช ๒๕๕๙
- ปีที่สำเร็จการศึกษา** : พุทธศักราช ๒๕๖๑
- ที่อยู่ปัจจุบัน** : วัดเขาแก้ว (ถ้ำแก้วสวรรค์) บ้านเขาแก้วคลองบอน หมู่ที่ ๔
ตำบลหนองตาก อำเภอบึงนาราง จังหวัดจันทบุรี ๒๒๑๔๐
- โทรศัพท์** : ๐๘๑-๐๗๙๘๘๘๕๘
- E-mail** : praaThiKan@gmail.com