

อริยสัจ 4 กับนิพพาน

ความสำคัญของอริยสัจ 4 ที่มีต่อความหลุดพ้นหรือการเข้าถึงนิพพาน

พุทธปรัชญามีทรรศนะว่า การเป็นไปของชีวิตมนุษย์มีอยู่ 2 แบบ คือ ภาวะปุถุชน
ธรรมดา ซึ่งอยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ตามธรรมชาติ การเป็นไปของชีวิตดำเนินตามเหตุปัจจัย
ตามหลักกฎจตุสมุปบาท ชีวิตแบบนี้ประกอบไปด้วยความทุกข์ ส่วนอีกแบบหนึ่งคือแก่ชีวิต
ที่หลุดพ้น หรือเข้าถึงนิพพานแล้ว ซึ่งไม่ดำเนินไปตามกฎจตุสมุปบาท และปราศจาก
ทุกข์เพราะโคจรจิตเหตุของทุกข์ไปเสียสิ้นแล้ว พุทธปรัชญาเห็นว่าชีวิตแบบหลังประเสริฐ
กว่าแบบแรก ถึงที่ปุถุชนจะปรารถนา แต่การที่จะมีชีวิตแบบหลังได้นั้น ต้องรู้ในความจริง
ที่เป็นไปของชีวิต คือ อริยสัจ ซึ่งก็เป็นความจริงเดียวกันกับกฎจตุสมุปบาท ถึงขอความ
ในไตรปิฎกว่า

...รู้จักชราและมรณะ รู้จักเหตุเกิดแห่งชราและมรณะ
รู้จักความคับแค้นแห่งชราและมรณะ รู้จักปฏิบัติที่จะให้ถึงความ
ความคับแค้นแห่งชราและมรณะ รู้จักชาติ...รู้จักภพ...รู้จัก
อุปาทาน...รู้จักตั้งหา...รู้จักเวทนา...รู้จักผัสสะ...
รู้จักสฬายณะ...รู้จักนามรูป...รู้จักวิญญาณ...รู้จัก
สังขาร รู้จักเหตุเกิดแห่งสังขาร รู้จักความคับแค้นแห่งสังขาร
ชื่อว่ารู้จักธรรมเหล่านี้ รู้จักเหตุเกิดแห่งธรรมเหล่านี้ รู้จัก
ความคับแค้นแห่งธรรมเหล่านี้ รู้จักปฏิบัติที่จะให้ถึงความคับ
แค้นธรรมเหล่านี้...¹

หากกฎจตุสมุปบาทมุ่งแสดงความเป็นจริงตามกระบวนการของมันเองตามที่เป็นไปโดย

¹ ส.น. 16/41/16.

ธรรมชาติล้วน ๆ เป็นเนื้อหาทางคานวิชาการ ช่วยให้เกิดความเข้าใจโดยกระจ่าง ส่วน อริยสัจจ์ ๔ เสนอหลักความจริงในรูปแบบที่เสนอตัวต่อปัญหามนุษย์ในการที่จะอับส่วนคน กว้างและทำให้เกิดผลทางปฏิบัติอย่างชัดเจน ซึ่งแรงถึงความทุกข์ชนิดต่าง ๆ เหตุแห่งทุกข์ การดับทุกข์ และหนทางสู่การดับทุกข์ โดยระบุไว้ว่า สิ่งที่จะต้องทำมีรายละเอียดอะไรบ้าง จะต้องทำอย่างไร มีลำดับขั้นการปฏิบัติอย่างไร ตลอดจนกลวิธีในการปฏิบัติต่าง ๆ อย่างเป็นระบบที่โดยละเอียดชัดเจน พุทธปรัชญายืนยันว่า เมื่อใดเข้าใจและปฏิบัติตาม อริยสัจจ์ ๔ จะเป็นทางให้ถึงซึ่งความหลุดพ้นหรือ เข้าถึงนิพพานตามที่ประสงค์ไว้ได้ ก็คือ เป็นเงื่อนไข (Condition) ของภาวะชีวิตแบบหลังซึ่งเป็นแนวที่ว่าควายก็ธรรมหรือ จริยศาสตร์โดยตรง หากไม่เข้าใจอริยสัจจ์ ๔ ก็ไม่สามารถถึงซึ่งความหลุดพ้นต้องเวียน วายกายเกิดต่อไป ดังพุทธวจนะที่ว่า "ภิกขุทั้งหลาย เพราะไม่รู้อริยสัจจ์ ๔ เราและพวกเธอจึงเวียนว่ายไป (ในวัฏสงสาร) เป็นกาลนานอย่างนี้"¹

ทุกขอริยสัจจ์ และความหมาย

อริยสัจจ์ ๔ ได้แก่ ความเห็นที่ว่า ชีวิตนี้เป็นทุกข์ ซึ่งไม่เป็นเรื่องยากที่จะ เข้าใจ แมว่าเราจะไม่อยากเชื่อนักก็ตาม เพราะคนส่วนใหญ่มักจะมีธรรมชาติโน้มไป ทางสุขขมของชีวิตที่สดใส แต่ตาพิจารณาถึงลักษณะทั้ง 7 ชนิด ที่ชีวิตกองเผชิญโดย พิจารณาเริ่มจากเกิดถึงตาย ก็ต่างประกอบไปด้วยทุกข์ทั้งสิ้น ลักษณะทั้ง 7 ตามพุทธปรัชญา ได้แก่

1. ความเกิดเป็นทุกข์
2. ความแก่เป็นทุกข์
3. ความเจ็บไข้เป็นทุกข์
4. ความตายเป็นทุกข์

¹ "มหาปรินิพพานสูตร," ที.ม., 10/86/95.

5. การประสบสิ่งที่ไม่รักเป็นทุกข์
6. การพรากจากสิ่งทีรักเป็นทุกข์
7. การไม่ได้สิ่งทีตนต้องการเป็นทุกข์

อาจกล่าวสรุปได้ว่า ความทะยานอยากยึดมั่นในชั้นที่ 5 (อุปาทานชั้นที่ 5) เป็นทุกข์ ดังสาวกภาษิตว่า

...เมื่อขันทุ์ทั้งหลายมีอยู่ ความสมมุติว่าสัตว์ก็มีจันนั้น ก็ทุกข์
 อย่างเดียวย่อมเกิด ทุกขยอมตั้งอยู่ และยอมแปรไป นอก
 จากทุกข์ไม่มีอะไรเกิด นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรดับ²

แต่บางครั้งอาจมีผู้โต้แย้งในเรื่องที่ว่า ความทุกข์เป็นสภาพธรรมชาติของสิ่งที่มีชีวิตในสากลโลก เพราะมิได้เป็นความจริงที่ประจักษ์ชัดในทันที เรายึดมั่นกับความเชื่อที่ว่าจะสามารถพบความสุขไฉนในโลกนี้ จึงทำให้เรายอมรับตามความเป็นจริงได้ยาก พุทธปรัชญาได้ตระหนักถึงเรื่องนี้ และได้เปรียบเทียบ³ การจะบิณฑบาตให้ผ่านรุกขเจาจากระยะไกลโดยไม่ให้พลาดสักดอกก็คล้ายยอมทำไฉนยาก และจะยากขึ้นอีกถ้าจะจักเส้นผมให้เป็นร้อยแฉกเสมอกัน การจะเข้าถึงความจริงว่าทุกอย่างยอมเป็นทุกข์นั้นยากยิ่งกว่า เฉพาะผู้ที่เป็นพระอรหันต์เท่านั้นจึงจะเข้าใจในอริยสัจข้อแรกได้สมบูรณ์ การจะเกิดปัญญาญาณมองเห็นว่าทุกอย่างล้วนเป็นทุกข์ทั้งนั้น จะค่อย ๆ ปรากฏขึ้นทีละน้อยเมื่อได้ใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองให้เห็นตามสภาพความเป็นจริง

ความสุขที่แท้จริงโดยสมบูรณ์ ปุถุชนไม่สามารถจะมีได้ เพราะสุขของปุถุชนมีความทุกข์แฝงอยู่ด้วยทั้งสิ้น เราอาจจะเห็นได้จากการศึกษาการถวายนานการต่าง ๆ ที่เป็นอยู่ใน

¹"ฉัมมจักกัปปวัตตนสูตร," วิ.มหา., 4/14/19.

²"อรรถกถาทสุตตนิเทศที่ 15," ขุ.มหา., 29/865/473.

³Edward Conze, Buddhism: Its Essence and Development

(New York: Harper & Row, 1959), p. 45.



ประเภทต่าง ๆ ดังนี้

1. บางสิ่งถึงแก่นาอภิรมย์ แต่ก็เป็นทุกข์ เช่น คนนั่งนึกถึงความจน และรู้สึกตัวว่าไม่มีค่าพอกับสมบัติเหล่านั้น พยายามพิสูจน์ตนว่ามีคุณค่าควรแก่สมบัติของตน ฯลฯ นอกจากนั้น โนธรรม เช่น ความรู้สึกกับผิดชอบต่อสังคม ความยุติธรรมที่เรามีต่อสังคม นั้นไม่เคยหมดไปจากเราอย่างสิ้นเชิง ทำให้ไม่สามารถปล่อยสิ่งต่าง ๆ ไปตามสบาย ต้องจำกัดตัวเองอยู่กับสิ่งหรือการกระทำต่าง ๆ เหล่านั้น

2. บางสิ่งถึงแก่นาอภิรมย์ ก็ยังผูกพันอยู่กับความกังวล เพราะกลัวว่าจะต้องพลัดพรากจากสิ่งนั้น ถึงแม้ไม่พราก ก็อาจเปลี่ยนแปลงเป็นอื่นได้

3. บางสิ่งถึงแก่นาอภิรมย์ ก็ยังรอยรักเราไว้มิ่งขึ้นในสภาวะอันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ขึ้นอีกมากอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ คือ ร่างกายของเราที่มีอยู่นอกให้เกิดสุขและทุกข์เป็นอันมาก มักจะติดตามควยผลแห่งกรรม และโดยความทะยานอยากอย่างใหม่ซึ่งยิ่งทำให้เราติดข้องอยู่ในโลกนี้มากขึ้น ขอให้จริงที่ว่าชีวิตของเรานั้นย่อมประกอบด้วยเงื่อนไขบางอย่าง การจะดำรงอยู่นั้นก็แฝงความทุกข์เอาไว้ในตัวเองแล้ว ตามปกติเรามักไม่ได้ใคร่ครวญในเรื่องนี้ ต่อเมื่อทำสมาธิพิจารณาจึงจะพบว่า การหลุดพ้นจากกระแสชีวิต (สังสารวัฏ) เป็นสิ่งที่พึงปรารถนา เพราะจะปราศจากทุกข์ทั้งปวง

4. ความสุขที่ได้จากสิ่งอันเป็นขันธ ย่อมไม่มีค่าที่จะตอบสนองความปรารถนาอันล้ำลึกในใจเราใด ความสุขเช่นนั้นย่อมไม่ถาวร เคลือบด้วยความวิตก กังวล พยายามและคำข่า ย่อมเป็นการเหลวไหลที่จะ ไปสร้างความสุขอันแท้จริงไว้บนสิ่งใดที่เปลี่ยนแปลงได้ และไม่สำคัญไรคุณค่าดังเช่นสิ่งที่โลกนี้มอบให้เรา ความจริงนี้ย่อมชัดเจนเมื่อเราได้เคยประสบความสุขทางจิตมากขึ้น เมื่อเปรียบเทียบความสุขทางจิตกับความเพลิดเพลินทางกายแล้ว จะเห็นว่าอย่างหลังไม่น่าพอใจ ซ้ำยังอาจให้โทษเสียอีก ทั้งนี้ เพราะความสุขทางกายย่อมปิดบังความสงบใจ ซึ่งอาจได้มาจากการปฏิบัติเสขัตถมหา และทำให้กัณหาคับสูญ ดังพุทธทศวรรษที่ว่า "ความสุขอันใดจากความเพลิดเพลินในทางโลก และความสุขอันยิ่งใหญ่บนสวรรค์ เมื่อเปรียบเทียบกับความสุขอันเกิดจากการทำลายกัณหมหา หามีค่าเท่าหนึ่งในสิบหกไม่ ผู้แบกของหนักไว้ก่อนเป็นทุกข์ ผู้ปลดของลงเสียย่อมเป็นสุข เมื่อใครได้

ปลดของหนักลงเสียแล้ว เขาย่อมไม่ไต่หาของหนักมาแบกอีก"¹

อีกนัยหนึ่ง บุคคลย่อมมีโอกาสที่จะประสบภาวะที่แผงควายความกดดัน บีบคั้น ชักแยง ชักของ มีความบกพร่อง ไม่สมบูรณ์อยู่ในตัว ทั้งที่เกิดมีอยู่หาขึ้นแล้ว และที่อาจจะเกิดเป็นปัญหาขึ้นมา เมื่อใดเมื่อหนึ่งในรูปใดรูปหนึ่ง เพราะเป็นผู้ที่ยึดมั่นไวคยอุปาทาน คึงนั้น หน้าที่ต่อทุกข์ ก็คือการกำหนดครุหรือทำความเข้าใจใหม่มองเห็นความหมายและ ขอบเขตโดยชัดเจน เพื่อการดำเนินการขั้นต่อไปจะพึงเป็นไปได้และตรงปัญหา²

สภาวะทุกข์ แบ่งเป็น 2 ชนิด คือ³

1. ทุกข์ประจำ ไคแก่ชาติ-ชรา มรณะ
2. ทุกข์จร คือ โสกะ ปริเหวะ ทุกชะ โทมัส อูบาส

ทุกข์สมุทัยอริยสัจจ์ และความหมาย

อริยสัจจ์ข้อที่ 2 หรือสมุทัย ชี้ให้เห็นถึงเหตุเกิดแห่งทุกข์ ซึ่งไคแก่ คังหาที่ทำ ใ้เกิดภพใหม่ ประกอบควยความเพลิดเพลินและความคิใจในอารมณ์ทั้ง 6 คือ ความอยากไคเห็นรูป ความอยากไคฟังเสียง ความอยากคมกลิ่น ความอยากลิ้มรส ความอยากสัมผัสกับสิ่งสัมผัส ความอยากไคธรรมารมณ พยายามหาความเพลิดเพลินใหม่ ๆ เรือย ๆ ไป มี 3 ลักษณะ⁴ คือ

¹ Ibid., p.

² พระศรีวิสุทธิโมลี, พุทธธรรม, (พระนคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2514), หน้า 107.

³ มหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, ธรรมวิจารณ์, (พิมพ์ครั้งที่ 22, พระนคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2515), หน้า 12.

⁴ วสิน อินทสระ, หลักคำสอนสำคัญในพระพุทธศาสนา (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์บรรณาคาร, 2519), หน้า 33 - 67.

1. กามตัณหา คือ ความอยากในกาม ได้แก่ อารมณ์ที่นำใคร่ นำจิตใจ หรือ ความอยากในกามธาตุ

2. ภวตัณหา คือ ความอยากในอารมณ์นำใคร่ โดยประกอบด้วยภวทิฏฐิ หรือ สัสสตทิฏฐิ อันเห็นว่าอารมณ์หรือคนและโลกเป็นของเที่ยง เป็นของยั่งยืนตลอดไป

3. วิภวตัณหา คือ ความอยากในอารมณ์นำใคร่ โดยประกอบด้วยอจุเจตทิฏฐิ อันเห็นว่าอารมณ์หรือคนและโลกเป็นของสูญ

พูดอีกนัยหนึ่งคือ ความอยากที่ยึดถือเอาตัวตนเป็นที่ตั้งโดยอาการซึ่งมีเราที่จะได้จะเป็น จะไม่เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ทำให้ชีวิตถูกบีบคั้นด้วยความรู้สึกกระวนกระวาย ความกลัว ความคิดของในรูปใดรูปหนึ่งอยู่ตลอดเวลา ไม่ปล่อยไปรงเป็นอิสระ ทำให้มีความทุกข์ การเกิดทุกข์นี้อาจเทียบให้เข้าใจได้ง่ายตามแนวปฏิบัติจสขุปบาท เรียกว่า ปฏิจจสนุปบาท ขนุโตมณัม¹ ดังนี้

1. อวิชชา คือ ความไม่รู้ทำให้เกิดสังขาร
2. สังขาร คือ ความคิดปรุงแต่ง ตั้งเจตจำนงทำให้เกิดวิญญาณ
3. วิญญาณ คือ ความรับรู้ต่ออารมณ์ต่าง ๆ ทำให้เกิดนามรูป
4. นามรูป คือ ความมีอยู่ของรูปธรรม (มหาภูตรูป 4 และอุปาทานรูป 7) และนามธรรม (เวทนาชั้น ๖ สัญญาชั้น ๖ สังขารชั้น ๖)
5. สฬายตนะ คือ อายตนะทั้ง 6 ทำให้เกิดผัสสะ
6. ผัสสะ คือ การสัมผัสอารมณ์เชื่อมต่อกับความรู้กับโลกภายนอก ทำให้เกิด

เวทนา

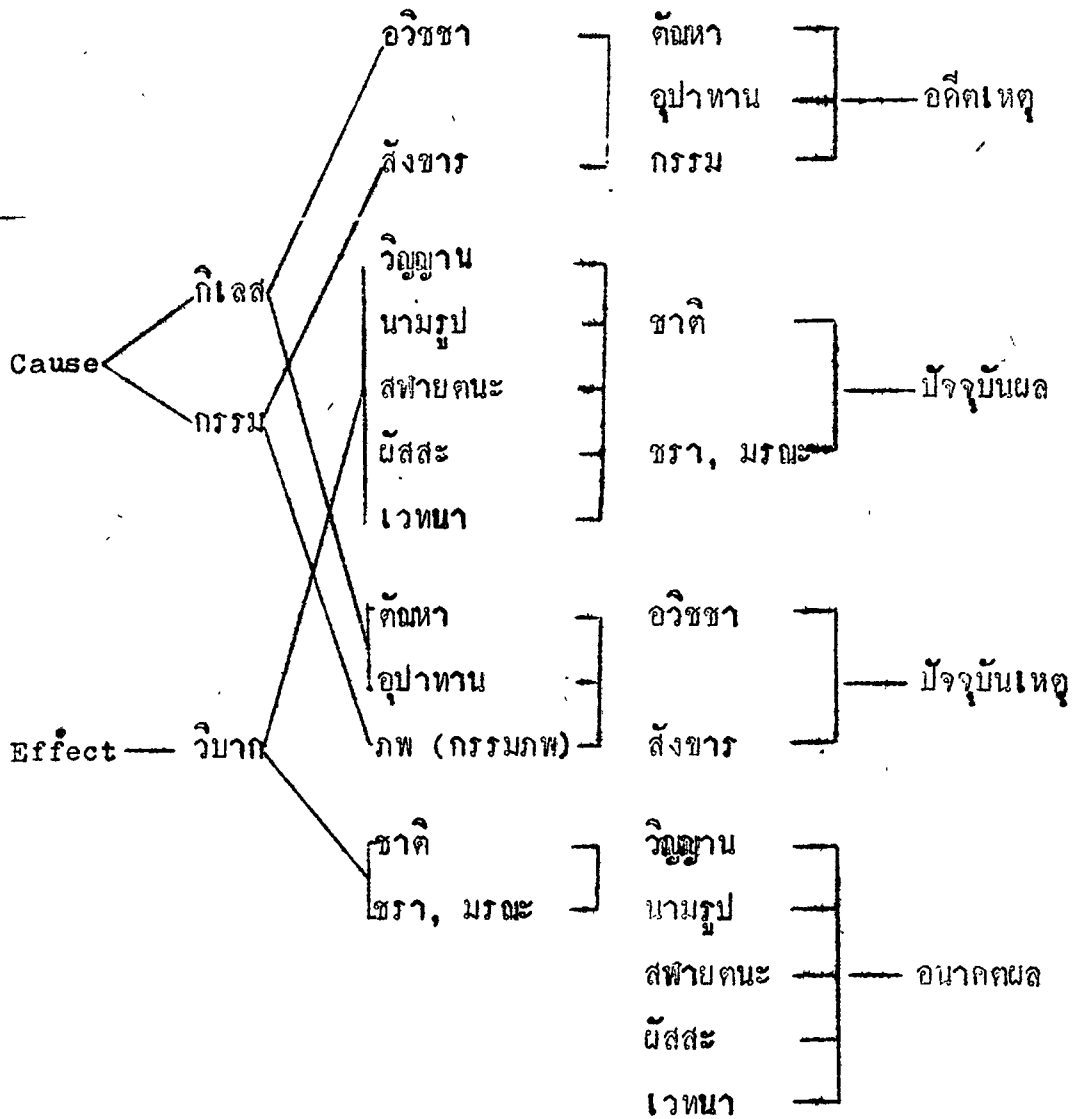
7. เวทนา คือ การเสวยอารมณ์ ทำให้เกิดคตฺตา
8. คตฺตา คือ ความทะยานอยาก ทำให้เกิดอุปาทาน
9. อุปาทาน คือ ความยึดมั่น ทำให้เกิดภพ

¹พระศรีวิสุทธิโมลี, เรื่องเดิม, หน้า 33 - 44.

10. ภพ คือ กระบวนพฤติกรรมทั้งหมดที่แสดงออกเพื่อสนองค้นหา อุปาทาน (ตามภพ ๗) และภาวะแห่งชีวิตรูปใดรูปหนึ่ง (อุปบัติภพ) ทำให้เกิดชาติ

11. ชาติ คือ ความเกิด เริ่มกระบวนการแห่งชีวิตให้ดำเนินไป ทำให้มีชรา และมรณะ

12. ชรามรณะ คือ ความเสื่อมโทรม และแตกดับแห่งกระบวนการแห่งชีวิต (เกิดโสภะ - ปรีทเวะ - ทุกซ์ - โทมน์ส - อุปายาส)



แผนผังแสดงการเชื่อมโยงระหว่างปัจจัยต่าง ๆ

พุทธปรัชญาเห็นว่า กระบวนการนี้เป็นวิจยาปฏิบัติ คือ ขอบปฏิบัติที่ฝึกเป็นทาง ให้เกิดทุกขตั้งแต่ 1 - 10 เป็นปัจจัยของการเกิดขึ้นแห่งตัวตน เมื่อตัวคนเกิดขึ้นใน ภาวะที่ไม่ต้องการ เมื่อตัวคนเกิดได้เป็นอย่างดีอย่างนี้ อยู่ในภาวะชีวิตที่ต้องการ แต่ ต้องสูญเสียลาภพรากไปก็ดี ถูกคุกคามควยความขาดพลาค และพรากจากภาวะชีวิตที่ต้องการ กัด ความทุกข์แบบต่าง ๆ ย่อมเกิดขึ้นตามอริยสัจข้อแรก คือ เกิดชาติชราปรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาส และในภาวะแห่งความทุกข์เช่นนี้ย่อมมีแต่ ความไขว่ไขว่ไม่เข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง มีความซัดของขุนมีว ความหลงไหล และความมึนมอด อันเป็นลักษณะของอวิชชา จึงเกิดการคืนรนาทางออกควยอวิชชาตาม วงจรต่อไป¹

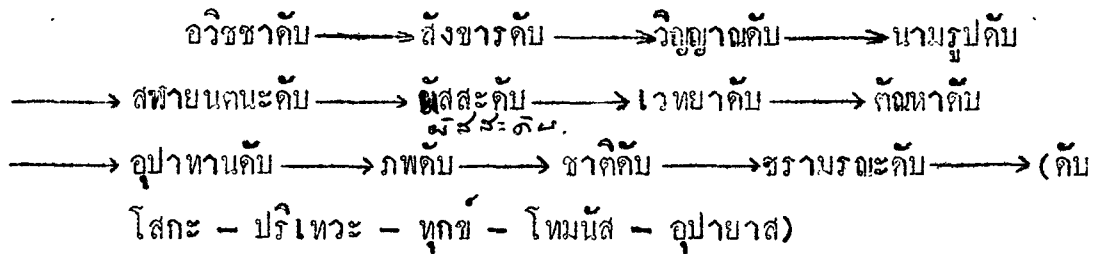
เราจะเห็นได้ว่า สาเหตุหรือการเกิดทุกข์มาจากการมีอยู่ของมนุษย์และจักรวาล ทำให้เกิดมีความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งทั้งสองขึ้น ความสัมพันธ์เป็นไปในลักษณะที่เมื่ออายตนะ ภายในกระทบกับสิ่งภายนอกแล้วไปยึดมั่นในสิ่งนั้นว่าเป็นของตน เกิดกับตน จึงเกิดทุกข์ เพราะถือว่าวัตถุเป็นของเพียง จิตเป็นสิ่งที่เที่ยงแท้ พอใจอยากได้วัตถุที่เที่ยงแท้นั้นมา เป็นของตน รูปไ้ว่าความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งสองสิ่งนี้ทำให้เกิดทุกข์ โลกหรือจักรวาล เป็นสิ่งอยู่นอกตัวเรา ถ้าไม่มีจักรวาลมนุษย์อาจไม่สุขไม่ทุกข์ จากขอเท็จจริงโลกภายนอกส่วนใหญ่ไม่อยู่ในอำนาจที่มนุษย์จะเปลี่ยนแปลงได้ แต่ลักษณะความสัมพันธ์อยู่ในวิสัย ของมนุษย์จะเปลี่ยนแปลงได้ คือ ถ้าไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งนั้น สิ่งต่าง ๆ จะเกิดขึ้นแจวก หมดไป ไม่มีความสุข ความทุกข์ อันเนื่องจากความสัมพันธ์นั้น ๆ

เมื่อประสบปัญหาที่จะต้องแก้ไขจากอริยสัจข้อแรก โศกข์แล้ว กิดหาทาง แก้ไขโดยสืบสาวหาต้นเหตุจึงโคอริยสัจข้อที่ 2 เมื่อเราโคทราบถึงสาเหตุแล้ว เรามี หน้าที่คือควรละเสียทำให้หมดสิ้นไป เพื่อจะได้ไม่เกิดปัญหาขึ้นมาอีก

¹ เรื่องเดียวกัน, เล่มเดียวกัน, หน้า 75.

ทุกชนิดโรชอริยสังข์ และความหมาย

อริยสังข์ข้อที่ 3 ไคแก่ ทุกชนิดโรชอริยสังข์ หมายถึงการดับทุกข์ ไคแก่ การที่
 คัดหาดับไป โดยไม่เหลือควมการสลายออก การสละเสียใจ สลัดออก พนไปได้ ไม่พัว
 พัน พุคคิกนัยหนึ่ง ภาวะที่ไม่มีควมทุกข์เหลืออยู่ เพราะหมคคัคหา ไม่ถูกบีบคั้นควม
 ฐคคกรวนกรววย ควมกลัว และควมคคคของใจ ๆ ทั้งสิ้น มีแกภาวะที่บริสุทธิ์ เป็น
 อิศระ สงม ปลอดคโปรง ผ่องใส เบิกบาน กังจะเทียบเพือควมเข้าใจเพิ่มขึ้นกับ
 ปฏิจสมุพบาทแงปฏิโอม ดังนี้



พุทธปรัชญาเห็นว่าสิ่งต่าง ๆ มีอยู่โดยเป็นกระบวนการ ไม่มีอยู่โดยตัวเอง มี
 อยู่โดยมีเงื่อนไข และจะเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ ตามเหตุและปัจจัย ความทุกข์เช่นกัน
 เป็นสิ่งที่มีเงื่อนไข ปฏิจสมุพบาท แสดงให้เห็นว่าความทุกข์เกิดขึ้นอย่างเป็นขั้นตอน
 คั้งนั้นการเข้าถึงนิพพานดับทุกข์ก็เข้าได้เป็นขั้นตอน จุดเริ่มของปฏิจสมุพบาทไม่จำเป็น
 คองเริ่มควมอวิชชา แค่อวิชชาสำคัญเมื่อคองการอริยสังข์ให้เข้าใจในแง่คองคคคให้โลกอน
 เพราะเป็นสิ่งที่เกิดกอนในแง่ตรรกวิทยา (Logic Sequence) ส่วนควมขอเท็จจริง
 ในแง่เวลา (Time Sequence) การคคคอวิชชา คคคคัคหา คคคสังขาร ฯลฯ จะเป็นไป
 พรอมทั้งหมดในขณะเดียวกัน

กระบวนการดับทุกข์ตามแนวปฏิจสมุพบาทนี้ เรียกว่า สัมมาปฏิบัติ คือ ทาง
 ปฏิบัติที่ถูก แสดงให้เห็นว่า เมื่อแกปัญหาคองคองตรงสาเหตุแล้ว ปัญหานั้นจะดับไปได้
 อยางไรตามแนวทางของเหตุปัจจัย แมว่าโดยตรง ปฏิจสมุพบาทนี้ก็จะตรงกับอริยสังข์
 ข้อที่ 3 แคคคคคคคคคควมรวมถึงอริยสังข์ข้อที่ 4 ไคควม เพราะกระบวนการคคคสลายของ

ตัวปัญหาขอมใหเห็นแนวทางดำเนินการหรือวิธีการทั่วไปที่จะตองลงมือปฏิบัติในการจัดการแกไขปัญหาไปควยในตัว กล่าวคือ ใหเห็นวาทะจะตองทำอะไรบาง ๗ จุดใด ๆ หนึ่งที่ตอนิโรช คือ ทำใหแจจ ทำใหสำเร็จ ทำใหเกิดมีเป็นจริงขึ้นมา หรือบรรลุถึง หรือเขาถึงภาวะที่ปราศจากปัญหา บรรลุจุดหมายที่กำหนดไวโดยชัดเจน จึงเรียกวา สัจฉิกิริยา¹

ทุกชนิดโรชคามินีปฏิบัติ และความหมาย

อริยสัจจกฏสุดท้าย ไคแก มรรค คือ ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์ ไคแกทางประเสริฐ มืองคประกอบ ๘ คือ² สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ หน้าที่ตอมรรคคือ ปักอบรมหรือปฏิบัติตามกระบวนการซึ่งกำหนดไวเพื่อจุดประสงค์สุดท้าย คือ นิพพาน ซึ่งเป็นขอปฏิบัติที่เมื่อพิสูจน์แล้วสามารถยืนยันใความนำไปสู่จุดหมายไคแน่นอน พุทธปรัชญาไคแสดงหลักความประพฤติไวโดยละเอียดกว้างขวางพิสดาร ถือว่าเป็นคำสอนในการปฏิบัติ หรือระบบจริยธรรมทั้งหมดของพุทธศาสนา เรียกวา มัชฌิมาปฏิปทา คือ ขอปฏิบัติที่เป็นกลางหรือทางสายกลาง เหตุที่เรียกวาเป็นสายกลางไคมีคำอธิบายไว้ในไตรปิฎกดังนี้

...ส่วนสุดข้อที่ 1 นี้ว่า สิ่งทั้งปวงมีอยู่ ส่วนสุดข้อที่ 2 นี้ว่า สิ่งทั้งปวงไม่มี ตถาคคแสดงธรรมโดยสายกลาง ไม่เขาไปไกลส่วนสุดทั้ง 2 นี้ว่า เพราะอวิชาเป็นมัจจัย จึงมีสังขาร เพราะสังขารเป็นมัจจัย จึงมีวิญญาณ... ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกขุทั้งมวลนี้ ขอมมีควยประการอย่างนี้ เพราะอวิชชานันนแหละคับ ควยการสำรอกโดยไมเหลือ สังขารจึงคับ เพราะ

¹เรื่องเดียวกัน, เล่มเดียวกัน, หน้า 67 - 108.

²สมณพราหมณสูตรที่ 2," ส.น.ิ., 16/40-41/15-6, พระศรีวิสุทธิโมลี, พุทธธรรม, หน้า 115 - 203.

ผู้ซื่อสัตย์, วิชาญาณจึงค้น... ความคับแค้นของทุกข์ทั้งมวล
นี้ ย่อมมีควาประการอย่างนี้¹

ดังมีรายละเอียดดังนี้

1. 'สัมมาทิฐิ' คือ มีความเห็นความเชื่อที่ถูกต้องควายเหตุผลหรือความรู้ใน
อริยสัจ 4 ดังพุทธวจนะว่า

...ความเกิด ความแก่ ความตาย ความแห้งใจ
ความพิโรธว้าพัน ความไม่สบายกาย ความเสียใจ
ความคับแค้นใจ ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นทิฐิ ความ
พุดุคพรากจากสิ่งเป็นที่รัก บรรดาสิ่งใดไม่ใคร่สมหวัง
แต่ละอย่าง ๆ ฉวนเป็นทุกข์ โดยย่อ อุปาทานชั้นหนึ่ง,
5 เป็นทุกข์ อันนี้เรียกว่า ความทุกข์ ... คัลหาอันทำให้
เกิดในภพใหม่ ประกอบด้วยความกำหนดควายสามารถ
แห่งความเพลิน เพลินเพลินยิ่งในอารมณ์นั้น ๆ คือ กาม
คัลหา ภวคัลหา วิภวคัลหา อันนี้เรียกว่า ทุกขสมุทัย
... ความคับควายสามารถแห่งความสำรอกโดยไมเหลือ
ความสละ ความวาง ความปล่อย ความไม่พัวพัน แห่ง
คัลหาอันแหละ อันนี้เรียกว่า ทุกขนิโรธ ... อริยมรรค
ประกอบด้วยองค์ 8 มีแหละ คือ ความเห็นชอบ...
ความตั้งใจชอบ อันนี้เรียกว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา
คุณรมนี้อายุ เมื่อใดอริยสาวกรชคชงทุกข ทุกขสมุทัย
ทุกขนิโรธ ทุกขนิโรธความี ปฏิปทาอย่างนี้ ๆ เมื่อนั้น
ทานุละราคานุสัย... แมควายเหตุเพียงเท่านี้ อริยสาวก
ชอววมเป็นสัมมาทิฐิ มีความเห็นคำเนินไปตรงแล้ว ประ
กอบควายความเลื่อมใสอันแนวนในธรรม มาสู่พระสัพ
พธรรมนี้²

¹ กัจจานโคตตสุตฺต, " ส.นิ., 16/44/17.

² "สัมมาทิฐิสุตฺต, " ม.ม., 12/115/75-76.

สัมมาทิฐิเป็นส่วนสำคัญตั้งแต่ต้นของการปฏิบัติ เพราะถ้าไม่มีสัมมาทิฐิแล้วก็ไม่อาจรู้หรือแยกขอปฏิบัติอื่น ๆ ที่ถูกหรือผิดได้ ดังพุทธวจนะที่ว่า

...สัมมาทิฐิย่อมเป็นประธาน ก็สัมมาทิฐิย่อมเป็นประธานอย่างไร คือ ภิกขุรู้จักนิจจาสังกัดกับปะวา นิจจาสังกัดกับปะ รุจักสัมมาสังกัดกับปะวา สัมมาสังกัดกับปะ กวารุของเขอนั้น เป็นสัมมาทิฐิ¹

สัมมาทิฐิ มีอยู่ 2 ระดับ คือ

1.1 สัมมาทิฐิที่ยังมีอาสวะ จัดเป็นฝ่ายมูญ มีผลอำนวยวิบากแก่ขันธ พุทธปรัชญาได้อธิบายไว้ว่า

...ทานที่ไต่แล้ว มีผล ยัญที่บูชาแล้ว มีผล สังเขยที่ดวงสว่างแล้ว มีผล ผลวิบากของกรรมที่ทำได้ ทำแล้วแล้วมีอยู่ โลกนี้มี โลกหนามี มารคามิ นิตามิ สัตว์ที่เป็นอุปปาทิกะมี สมณพราหมณ์ทั้งมวล ผู้กำเนินชอบปฏิบัติชอบ ซึ่งประกาศโลกนี้โลกหนาใหญ่แจ่มแจ้ง เพราะรู้อย่างควยตนเอง ในโลก มีอยู่ มีสัมมาทิฐิที่ยังเป็นสาสวะ เป็นอวิชชาอันใหญ่ผลแก่ขันธา²

1.2 สัมมาทิฐิระดับโลกุตระ ไม่มีผลอำนวยวิบากแก่ขันธ พุทธปรัชญาได้อธิบายไว้ว่า

...ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ ความเห็นชอบ องค์แห่งมรรค ของภิกษุผู้มีจิตไกลซาตึก มีจิตหาอาสวะมิได้ พรั่งพร้อมควยอริยมรรค เจริญอริยมรรคอยู่นี้แล สัมมาทิฐิของพระอริยะ

¹"มหาจิตตารีสกสูตร," ม.อ., 14/259/159.

²"มหาจิตตารีสกสูตร," ม.อ., 14/257/159.

ที่เป็นอนาสวะ เป็นโลกุตระ เป็นองค์มรรคา¹

ปัจจัยช่วยให้เกิดสัมมาทิฐิ 2 ประการ

1. ปรโตโฆสะ คือ เสี่ยงจากผู้อื่น การโฆษณา การแนะนำชักจูง การสั่งสอน การไต่เรียนรูจากผู้อื่น การสร้างเสริมสัมมาทิฐิตัวปัจจัยแรกนั่นก็คือ การเริ่มต้นด้วยศรัทธา และอาศัยศรัทธาเป็นสำคัญ เมื่อนำมาใช้ปฏิบัติในระบบการศึกษาอบรม จึงต้องพิจารณาที่จะให้ได้รับการแนะนำชักจูงสั่งสอนอบรมให้โดยผลดีที่สุด คือ ต้องมีผู้สั่งสอนอบรมที่เพียงพอไปควบคู่กับผู้ที่สั่งสอนแนะนำ ชี้แจง ชักจูง ช่วยเหลือ บอกร่องทางให้ดำเนินไปในทางแห่งการฝึกอบรมอย่างถูกต้อง คือ มีความสามารถ และใช้วิธีการอบรมสั่งสอนที่โดยผล ดังนั้น ในระบบการศึกษาอบรมจึงจำกัดให้ไปรโตโฆสะที่มุ่งหมายด้วยหลักที่เรียกว่า การมีกัลยาณมิตร ซึ่งเป็นผู้สั่งสอนที่มีคุณสมบัติเพียงพอ ซึ่งเป็นองค์ประกอบภายนอก

2. โยนิโสมนสิการ คือ การทำในใจโดยแยบคาย พิจารณาสืบค้นถึงตนเองอย่างมีระเบียบ ควบคุมการคิดแยกแยะออกดูภาวะของสิ่งนั้น ๆ โดยไม่เอาความรู้สึกด้วยดีชั่ว อุบาทพาทน ของตนเองของเกี่ยว นับเป็นการพิจารณาโดยใช้ปัญญาพิจารณาว่าควรใช้ความคิดใหญ่ถูกต้องอย่างไร เป็นองค์ประกอบภายใน

ถ้าปัจจัยนี้อย่างหนึ่งหรือทั้งสองอย่างมีผิดพลาด ก็อาจได้รับผลตรงข้ามคือ มิจฉาทิฐิได้

การพัฒนาการของปัญญา

ในตอนต้นสัมมาทิฐิ (ความเข้าใจด้วยเหตุผล) อาจยังมีลักษณะไม่พร้อมสมบูรณ์ และจะควบคู่มาด้วยศรัทธา (ความเชื่อ) ต่อเมื่อมีสัมมาญาณะ ปัญญาจะเด่นชัดบริสุทธิแท้ ศรัทธาจะหมดไปเพราะถูกปัญญาแทนที่ เป็นการใช้โยนิโสมนสิการ ซึ่งเป็นขั้นที่เริ่มใช้

¹"มหาจิตตารีสกสูตร," ม.อ., 14/258/159.

ความคิดของตนเองเป็นอิสระ ทำให้ทุกคนช่วยตัวเองได้ จนถึงขั้นสุดท้ายปัญญาแจ่มแจ้ง
ความจริงเรียกว่า สัมมาวิมุติ ตามลำดับดังนี้

การเสวนาสัมบุรุษ → การสดับเล่าเรียนศีลธรรม → ศรัทธา →
โยนิโสมนัสการ → ปราโมทย์ → ปิฎิ → สุข → สมานิ → ยถาภูตญาณ-
ทัสสนะ → นิพพิทา → วิราคะ → วิมุติ

2. สัมมาสังกัปปะ มีอยู่ 3 ระคับ คือ

2.1 สัมมาสังกัปปะที่ยังมีอาสวะ ซึ่งจัดเป็นฝ่ายบุญอำนาจวิบากแก่ชั้น
ใดแก่ การแยกสัมมสังกัปป คือ ความดำริที่ปลอดจากกาม ความนึกคิดที่ปลอดโปร่ง ไม่
หมกมุ่นพันพันติดข้องอยู่ในสิ่งสนองความอยากต่าง ๆ ความคิดที่ปราศจากความเห็นแก่
ตัว รวมไปถึงความเสียสละ และความคิดในรูปสัญญาลักษณะ คือ บรรพชา หรือการออก
บวชควย จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากราคะหรือโลภะ

2.2 อพยายาสังกัปป หรือ อพยามาพิตก คือความดำริที่ไม่มีความเคียด
แค้น ชิงชัง ชัดเคื่อง หรือการคิดเห็นในแง่ร้ายต่าง ๆ โดยเฉพาะมุ่งเอาธรรมที่ตรง
ข้าม คือ เมตตา ซึ่งหมายถึงความปรารถนาดี ความมีไมตรี ความเห็นอกเห็นใจ ความ
หวังดีต่อกัน ตอการใหญ่อื่นมีความสุข จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากโทสะ

2.3 อวิหิงสาสังกัปป หรือ อวิหิงสาพิตก คือความดำริที่ไม่มีการเบียดเบียน
การคิดทำร้ายหรือทำลาย โดยเฉพาะมุ่งเอาธรรมที่ตรงข้ามคือ กรุณา ซึ่งหมายถึงความ
กิดช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากโทสะ เช่นกัน

เราจะเห็นได้ว่าเมื่อพิจารณาจากอกุศลมูล 3 อย่างแล้ว สัมมาทิฐิมีความสัมพันธ์
ใกล้ชิดกับสัมมาสังกัปป โดยสัมมาทิฐิเป็นตัวขจัดกิเลสของตน คือ โมหะ ส่วนสัมมาสังกัปป
กำจัดกิเลสต่อมาก็คือ โลภะ และโทสะ จึงเป็นธรรมที่กลมกลืนกัน

เพื่อจะเข้าใจสัมมาสังกัปปได้แจ่มชัดยิ่งขึ้น เราควรจะได้พิจารณาถึง มัจฉา-
สังกัปป ซึ่งมี 3 อย่าง คือ

1. กามสังกัปป์ หรือกามวิตก คือความคำวรีที่เกี่ยวของกับกาม ความนึกคิด ในทางที่จะแสวงหาหรือหมกมุ่นพิวพันคึกของอยู่ในสิ่งสนองความต้องการแห่งประสาท สัมผัสทั้ง 5 หรือสิ่งสนองตัณหาอุปาทานต่าง ๆ ความคึกในทางเห็นแก่ตัวเป็นความนึกคิด ในฝ่ายราคะ หรือโลภะ

2. พยายามสังกัปป์ หรือพยายามวิตก คือความคำวรีที่ระกอบกวยความ เคียดแค้นชิงชัง ชัดเคือง ไม่พอใจ คึกเห็นในแง่รายต่าง ๆ เป็นความนึกคึกในฝ่ายโทสะ

3. วิหิงสาสังกัปป์ หรือวิหิงสาวิตก คือความคำวรีในทางที่จะเมียดเมียน ทำร้าย และทำลาย เป็นความนึกคึกในฝ่ายโทสะเช่นเคียดแค้น

เราจะเห็นไคว่า สัมมาสังกัปป์ มุงให้หมักวระจิตที่ปลอดโปร่ง เป็นอิสระ มีความคำวรีที่เคินตามแนวความเป็นจริง อย่างที่เรียกวาคลองตัว ไวเอนเอียง ยึดคึก หรือมัดเทไปข้างไคข้างหนึ่ง

3. สัมมาวาจา คือ วาจาชอบ แบ่งออกเป็น 2 ระดับค้วยกัน ดังนี้

1. ระดับโลกียะ ไคแก่

1.1 เจตนาจคเวณจากการพูดเท็จ (มุสาวาทา เวมณี)

1.2 เจตนาจคเวณวาจาสอเสียด (ปิณฺสาช วาจาช เวมณี)

1.3 เจตนาจคเวณวาจาหนายคบาย (มรฺสาช วาจาช เวมณี)

1.4 เจตนาจคเวณการพูดเพอเจอ (สมฺยุปฺปฺลาปา เวมณี)

2. ระดับโลกุตตระ ไคแก่ ความมุงค ความเวณ ความเวณชาด เจตนาจคเวณจากวจิตฺตจริททั้ง 4 ของท่านผู้มีจิตเป็นอริยะ มีจิตไรอาสวะ กำดั่งเจริญฺอริยมรรค อยู่

4. สัมมาภมมันตะ คือ กระทำชอบ แบ่งออกเป็น 2 ระดับ ดังนี้

1. ระดับโลกียะ ไคแก่

1.1 เจตนาจคเวณจากการตัดรอนชีวิท (ปาณฺคิปาตา เวมณี)

1.2 เจตนาจคเวณจากการเอาชองที่เขามีไคให้ (อทินฺนาทานา

เววมณี)

1.3 เจตนางตเว่นจากการประพฤตติตติในกามทั้งหลาย

(กาเมสุมิจจาจารา เวรมลิต)

2. รัศับโลกุตตระ ใต้แก่ ความมกเว่น ความเว่น ความเว่นชาตเจตนา
มกเว่นจากกายทุจริต 3 ของทานผู้มีจิตเป็นอริยะ

5. สัมมาอาชีวะ คือ การเลี้ยงชีพชอบ แบ่งเป็น 2 รัศับ คือ

5.1 รัศับโลกิยะ ใต้แก่ การประกอบสัมมาอาชีวะ ละมิจจาอาชีวะ ซึ่ง
ใต้แก่ การโกง (หรือหลอกหลวง) การประจบสอพลอ การใช้เครื่องหมายนิมิต การบีบ
รัศับขู่เข็ญ การตอลากค้ายลาภ

5.2 รัศับที่เป็นโลกุตตระ ใต้แก่ ความมก. ความเว่น ความเว่นชาต
เจตนาจเว่นจากมิจจาอาชีวะของทานผู้มีจิตเป็นอริยะ

6. สัมมาวาชามะ คือ ความเพียรชอบ เรียกอ้อกอย่างว่า สัมมปชาน 4
ใต้แก่

6.1 สังวรปชาน เพียรบ้องกัน หรือเพียรระวัง อกุตที่ยังไม่เกิด ไม่ใต้
เกิดขึ้น

6.2 ปุทานปชาน เพียรละหรือเพียรกำจัด อกุตที่เกิดขึ้นแล้ว

6.3 ภาวนาปชาน เพียรเจริญหรือเพียรสร้าง กุตที่ยังไม่เกิดใต้เกิดมีขึ้น

6.4 อนุรักษณาปชาน เพียรรักษาและส่งเสริม กุตที่เกิดขึ้นแล้วใต้มีอยู่
ตอไป

จะเห็นใต้ว่าความพิศนะของพุทธปรัชญา ความเพียร เป็นสิ่งใต้สำคัญ ดังข้อ
ความในไตรปิฎกกว่า "...ผู้ปรารถนาความเพียร เพื่อละอกุตธรรมทั้งหลาย ความ
สิ่งพร้อมแห่งกุตธรรมทั้งหลายนี้ เป็นธรรมกระทำที่พึง..."¹ การเน้นความเพียรนี้
เพราะเนื่องจากความเห็นว่า ศัจธรรม เป็นกฎธรรมชาตหรือหลักความจริงที่มีอยู่
โดยธรรมคา บุคคลจะใต้รับผลจากการปฏิบัติกับตัวตนเอง อย่างแน่นอนเที่ยงแท้ตาม

¹"ขนาดสุททที่ 1" อ. ทสก. 24/17/29.

เหตุปัจจัยในธรรมชาติ ศาสดาเป็นเพียงผู้บอกทางให้เท่านั้น ไม่สามารถบังคับกาลให้บุคคล
 เป็นไปเช่นไรได้ แต่เราจะเห็นว่าความเพียรเป็นสิ่งสำคัญ ก็ยังเห็นว่าความเพียรนี้ต้อง
 ประกอบด้วยความพร้อมและความถูกต้องก่อนจึงจะขยายออกไป เป็นการกระทำภายนอก
 และความเพียรขนาดที่เหมาะสมที่สุดคือให้เสมอพอดีกันแห่งอินทรีย์ทั้งหลาย คือ ให้มีความ
 สมคุดยในอินทรีย์ 5 ไคแก่ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา

7. สัมมาสติ คือ มีความระลึกรับชอบ ไม่เผลอ ไม่เลินเล่อ ไม่พินเพื่อนเลือน
 ลอย ระมัดระวัง ต้นตัวค่อนหาที่ มีภาวะที่พร้อมเสมอในอาการคอยรับรู้ต่อสิ่งต่าง ๆ ที่
 เขามาเกี่ยวข้องกับ และตระหนักว่าควรปฏิบัติต่อสิ่งนั้น ๆ อย่างไร ปฏิบัติตนโดยมีสติ
 อยู่เสมอด้วยการไม่ประมาท ไม่ยอมถลำตัวลงไปในทางเสื่อม ตั้งข้อความที่พระพุทธเจ้า
 ตรัสไว้ในอังกุตตรนิกาย ดังนี้

...๑. เสด็จทั้งหลายจงละกายทุจริต จงเจริญกายสุจริต
 และอย่าประมาทในการละกายทุจริตและการเจริญกาย
 สุจritนั้น จงละวจีทุจริต จงเจริญวจีสุจริต และอย่า
 ประมาทในการละวจีทุจริตและการเจริญวจีสุจritนั้น
 จงละมโนทุจริต จงเจริญมโนสุจrit และอย่าประมาท
 ในการละวจีทุจริต และการเจริญวจีสุจritนั้น จงละ
 มโนทุจริต จงเจริญมโนสุจrit และอย่าประมาทในมโน
 ทุจริต และการเจริญมโนสุจritนั้น จงละมิฉนาคิริ จง
 เจริญสัมมาทริฐ และอย่าประมาทในการละมิฉนาคิริและ
 การเจริญสัมมาทริฐนั้น...¹

เมื่อผู้ใดทำโดยยอมเป็นผู้ไม่กลัวต่อความตาย อันจะมีในภายหลัง

...ภิกษุทั้งหลายจงทำความไม่ประมาท คือ มีสติเครื่อง
 รักษาใจโดยสมควรแก่ตนวาจิตของเราอย่ากำหนัดใน

¹"อัปปรมาทสูตร," อัง. จตุกก., 21/116/141.

ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งความกำหนัด 1 จิตของเราอย่าซัด
เคืองในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความซัดเคือง 1 จิตของเรา
อย่าหลงในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความหลง 1 จิตของเรา
อย่ามัวเมาในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความมัวเมา...¹

เมื่อผู้ใดทำได้ทั้งหมดตามที่กล่าวมาแล้ว ย่อมเป็นผู้ไม่หวั่นไหว
สะทึง และไม่ไปเพราะเหตุแห่งดอยคำของสมณะ ฯ

ทั้งหมดนี้เรียกว่า อัปมาทธรรม ก่อให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท
ที่ตั้งของสติหรือการปรากฏของสติ เรียกว่า สติปฏิฐาน การปฏิบัติเพื่อบรรลุจุด
หมายของพุทธปรัชญาคามวิธีที่นิยมใช้กันเรียกว่า สติปฏิฐาน 4 เพราะถือว่าพร้อมทั้ง
สมณะ และวิปัสสนาในตัวเอง ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. กายานวิปัสสนา การพิจารณากายโดยตั้งสติพิจารณาในลักษณะต่าง ๆ ดังนี้

1.1 อานาปานสติ คือ ไปในที่สงัด นั่งขัดสมาธิ ตั้งสติกำหนดลมหายใจ

เข้าออกโดยอาการต่าง ๆ

1.2 กำหนดอิริยาบถ คือ เมื่อยืน เดิน นั่ง นอน หรือร่างกายอยู่ในอาการ
อย่างไร ๆ ก็รู้จักในอาการที่เป็นอยู่นั้น ๆ

1.3 สัมผัสสัญญา คือ มีความรู้ตัวในการกระทำทุกอย่าง และความเคลื่อนไหว
ไหวทุกอย่าง เช่น การก้าวเดิน การเหลียวมอง การเหยียดมือ นุ่งห่มผ้า การคัน การ
หลับ การนั่ง เป็นต้น

1.4 ปฏิกุลมณสิการ คือ พิจารณาร่างกายของตนตั้งแต่ศีรษะจรดปลายเท้า
ซึ่งมีส่วนประกอบที่ไม่สะอาดต่าง ๆ มากมายรวม ๆ อยู่ด้วยกัน

1.5 ชาตุนนสิการ คือ พิจารณาร่างกายของตนโดยให้เห็นแยกประเภท
เป็นธาตุ 4 แคละอย่าง ๆ

¹"อารักขสูตร," อัง. จตุกก., 21/11/141.

1.6 นวสีวติกา คือ มองเห็นศพที่อยู่ในสภาพต่าง ๆ กัน โดยระยะเวลา 9 ระยะเวลา ตั้งแต่ตายใหม่ ๆ ไปจนกระทั่งกระดูกยุ แล้วในแต่ละกรณีนี้ให้ยอนนางนิกถึงร่างกายของตนว่า ก็จะต้องเป็นเช่นนั้นเหมือนกัน

2. เวทนาปุัสสนา การพิจารณา เวทนา คือเมื่อเกิดความรู้สึกสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉย ๆ ก็ดี ทั้งที่เป็นชนิดสามิส และนิรามิส ก็รู้จักตามที่เป็นอยู่ในขณะนั้น ๆ

3. จิตตานุัสสนา การพิจารณาจิต คือพิจารณาให้เห็นว่าจิตของคนในขณะนั้นๆ เป็นอย่างไร เช่น จะมีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ ฟุ้งซ่าน เป็นสมาธิ หลุดพ้น ยังไม่หลุดพ้น ฯลฯ ก็รู้จักตามที่มีนเป็นอยู่ในขณะนั้น ๆ

4. ชัยมานุัสสนา การพิจารณาธรรม คือ

4.1 นีวรณ (สิ่งที่กีดกันชักขวางจิตไม่ให้ก้าวหน้า) คือ รู้จักในขณะนั้น ๆ ว่า นีวรณ 5 (กามฉันทะ ถีนมิทธะ อุทธัจจะกุกกุจจะ วิจิกิจฉา) แต่ละอย่าง ๆ มีอยู่ในใจตนหรือไม่ ที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไร ที่เกิดขึ้นแล้ว ละเสียได้อย่างไร ที่ละได้แล้วไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปอย่างไร รู้จักตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้น

4.2 ชันธ คือ กำหนดกฎว่าชันธ 5 แต่ละอย่างคืออะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร ดับไปได้อย่างไร

4.3 อายตนะ คือ รู้จักในอายตนะภายใน ภายนอก แต่ละอย่าง รู้จักในสัญญาชนี่ที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยอายตนะนั้น ๆ รู้จักว่าสัญญาชนี่ที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไร ที่เกิดขึ้นแล้ว ละเสียได้อย่างไร ที่ละได้แล้ว ไม่เกิดขึ้นได้อีกต่อไปอย่างไร

4.4 โพชฌงค์ (องค์แห่งการตรัสรู้) คือ รู้จักในขณะนั้น ๆ ว่า โพชฌงค์ 7 (สติ ธรรมวิจย วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา) แต่ละอย่างมีอยู่ในใจตนหรือไม่ ที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไร ที่เกิดขึ้นแล้วเจริญเต็มบริบูรณ์ได้อย่างไร

4.5 อริยสัจ คือ รู้อริยสัจ 4 แต่ละอย่างตามความเป็นจริงว่าคืออะไร เป็นอย่างไร

เราจะเห็นได้ว่า จากข้อความข้างต้นมิใช่ใช้สติอย่างเดียวในการปฏิบัติ หากต้องมีสิ่งอื่นร่วมด้วย ได้แก่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ และสมาธิ ด้วย สติเป็นธรรมสำคัญ

ในทางจริยธรรมเป็นอย่างมาก เพราะเป็นทั้งคู่ควบคุมการปฏิบัติหน้าที่ และคอยป้องกัน ยับยั้งตนเอง ทั้งที่จะไม่ให้หลงเพลินไปตามความชั่วและที่จะไม่ให้ความชั่วเล็ดลอดเขา ไปในจิตใจได้ คือ เตือนตนในการทำความดี และไม่เปิดโอกาสแก่ความชั่ว

8. สัมมาสมาธิ คือ ความตั้งมั่นในจิตชอบ หรือภาวะที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนด สิ่งใดสิ่งหนึ่งไม่ฟุ้งซ่าน เรียกว่า ภาวะจิตที่มีอารมณ์เป็นหนึ่ง หรือในญาณ 4 ไคแก่ รูป ญาณ และอรุปรุญาณ

สมาธิแบ่งไคเป็น 3 ระดับ คือ

8.1 ขณิกสมาธิ คือ สมาธิชั่วขณะ ซึ่งคนสามัญทั่วไปสามารถนำมาใช้ ประโยชน์ในการปฏิบัติหน้าที่การงานในชีวิตประจำวันให้ไคผลดี

8.2 อุปจารสมาธิ คือ สมาธิที่ไคลดหรือจวนจะแน่วแน่

8.3 อัปปนาสมาธิ คือ สมาธิที่แน่วแน่มั่นคง เป็นสมาธิระดับสูงสุด ภาวะนี้ มีในญาณชั้นต่าง ๆ ซึ่งถือว่าเป็นผลสำเร็จที่ไคองการของการเจริญสมาธิ

สัมมาสมาธิจะไคองประกอบด้วยมรรคอื่น ๆ ด้วย จึงจะเป็นสัมมาสมาธิ ไคง ขอความในไครปฏิภาณ

...สัมมาสมาธิของพระอรหิยะ อันมีเหตุ มีองคประกอบ คือ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวาจาญะ สัมมาสติ... ความที่จิตมีอารมณ์ เป็นหนึ่ง ประกอบแล้วด้วยองค 7 เหล่านี้แล้ว เรียกว่า สัมมาสมาธิของพระอรหิยะ อันมีเหตุบาง มีองคประกอบ บาง¹

พุทธปรัชญาไคยกย่องว่ามรรคเหล่านี้เป็นยาไคคือเครื่องพาไคพหนทุกขที่ประเสริฐ สามารถขจัดกิเลสไคได้ ไคงพุทธวจนะว่า

¹"มหาจิตตาริสิกสุตฺต, " ม.อ., 14/253/159.

...ยานอัประเสวีรุ เป็นชื่อของอริยมรรค ประกอบ
 ควของ ๘ นี้เอง... สัมมาทิฐิ... สัมมาสังกัปปะ...
 สัมมาวาจา... สัมมากัมมันตะ... สัมมาอาชีวะ... สัมมา
 วายามะ... สัมมาสติ... สัมมาสมาธิที่บุคคลเจริญแล้ว
 กระทำไต่หากแล้ว มีการกำจัดราคะ... โทสะ... โมหะ
 เป็นที่สุด¹

กระบวนการทั้ง ๘ นี้ เป็นเพียงวิธีการเพื่อเข้าถึงจุดหมาย ใดแก่ นิพพาน
 จะต้องประกอบกันไป จะหนักไปทางใดแล้วแต่ความถนัด ความเหมาะสมของลักษณะนิสัย
 และความพอใจส่วนตัวของแต่ละคน แต่ทั้งหมดนี้มีใช้สิ่งประเสริฐด้วยตัวเอง หากเป็น
 เพียงเครื่องมือเมื่อถึงที่หมายแล้วทั้ง ๘ ประการนี้จะไม่มีความหมายและความสำคัญต่อไป
 พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบธรรมทั้งหลายที่ทรงสั่งสอนว่า อุปมาเหมือนแพ ซึ่งต้องทำขึ้นเป็น
 อุปกรณ์สำหรับข้ามแม่น้ำ เมื่อถึงฝั่งแล้วไม่ควรยึดมั่น เช่นเดียวกับธรรม ซึ่งเป็นเครื่อง
 มือในการปฏิบัติเพื่อข้ามวัฏฏสงสาร ควรใช้ประโยชน์โดยพิจารณาในธรรม ไม่พึงยึดมั่น
 ในธรรมนั้น ดังพุทธวจนะว่า

... อุกฤษฏี... เปรียบเหมือนบุรุษผู้เดินทางไกล พมของ
 น้ำใหญ่ฝั่งข้างนี้ นารังเกียจ มีภยอยู่เฉพาะหนา ฝั่งข้าง
 โนนเกษมไม่มีภย ก็แหละ เรือหรือสะพานสำหรับข้าม
 เพื่อจะไปสู่ฝั่งโนนไม่มี บุรุษนั้นพึงคำรืออย่างนี้ว่า ขวง
 น้ำนี้ใหญ่แฉด ฝั่งข้างนี้นารังเกียจ มีภยตั้งอยู่เฉพาะหนา
 ฝั่งข้างโนนเกษม ไม่มีภย ก็แหละเรือหรือสะพานสำหรับ
 ข้ามเพื่อจะไปสู่ฝั่งโนนยอมไม่มี ถ้าเราจะพึงรวมทอ
 ไม้ กิ่งไม้ และใบไม้มาผูกเป็นแพแล้วอาศัยแพนั้น
 พยายามควมมือแฉะเทา พึงข้ามถึงฝั่งใดโดยความสุวิสัย
 ที่นั้นแล... บุรุษข้ามไปสู่ฝั่งใดแล้ว พึงคำรืออย่างนี้ว่า แพ

¹ "พราหมณสูตร," ส.ม., 19/14-22/5-6.

ผู้มีอุปการะแถมมากมาย แลเราอาศัยแพนี้ พยายามอยู่
 ค่ายมือและเท้า ขามถึงฝั่งโคโดยความสุจริต ถ้ากระ
 ไร เรายกแพขึ้นบนศีรษะ หรือแบกขึ้นมา แลวิ่งหนี
 ไปตามความปรารถนา กุศลวิญญู. บุรุษนั้นผู้กระทำ
 อย่างนี้ จะชื่อว่ากระทำถูกหน้าที่ในแพนบางหรือหนอ
 วิญญู. กราบพลวฯ ขอนนชื่อว่าทำไมถูกพระเจาชา พระ
 ผู้มีพระภาคตรัสว่า กุศลวิญญูทั้งหลาย กุบุรุษนั้นกระทำ
 อย่างนี้ จึงจะชื่อว่ากระทำถูกในหนวที่แพนนี้ ในขอน
 บุรุษนั้นขามไปสู่อังแล้ว ฟังคำรียาขานี้ว่า แพนี้มีอุปการะ
 แถมมากมาย แลถ้ากระไร เราพึงยกแพขึ้นวางไวบนบก
 หรือไหลอยอยู่ในน้ำ แลวิ่งหนีไปตามความปรารถนา
 กุศลวิญญู. บุรุษนั้นกระทำอย่างนี้แล จึงจะชื่อว่ากระทำ
 ถูกหน้าที่ในแพนนี้ แมจันใด เราแสดงธรรมมีอุปมาควย
 แพเพื่อตองการสัจออก ไมใช่เพื่อตองการยึดถือ จันนั้น
 แล เธอทั้งหลายถึงธรรมมีอุปมาควยแพที่เราแสดงแล
 แลตามทงหลาย พงละแมขงธรรมทงหลาย จะป่วยกล่าว
 ไปไปถึงธรรมเลา¹

เมื่อพิจารณาตามเนื้อหาจะเห็นได้ว่า อริยสัจขอแรกเป็น Buddhist
 Ontology อริยสัจขอที่สองและสามเป็น Phenomenology ที่เกี่ยวข้องกับขอแรก
 และอริยสัจขอสุดท้ายเป็น Ethico ซึ่งเป็นขอปฏิบัติให้ถึงขงความหลุดพ้น ดังไคกล่าว
 ไวแลว่า พุทธธรรมมีหลายระดับเพื่อใหเหมาะสมกับปัญญาของบุคคลแต่ละประเภท
 อริสัจเหมาะสมสำหรับผู้ตองการไขปัญญาไตรตรองใหเกิดความเข้าใจไปพร้อมกับการ
 ปฏิบัติอย่างเป็นระบบ นอกจากอริสัจยังมีกรแสดงธรรมในแง่ปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้น
 ในลักษณะอื่น ไคแก่ ทักไตรสิกขา ดังจะไคกล่าวถึงในบทต่อไป

¹"อลคัพพมสูตร," ม.ม., 12/280/219-220.