A decorative rectangular border with ornate floral and leaf motifs at each corner, framing the central text.

**วิชาเรื่องความแก่กระตุ้ธรรม  
ธรรมศึกษา ชั้นโท  
ฉบับปรับปรุง ขุททศกัฎฐา ๒๕๕๗**



วิชาเรียงความแก้กระทู้ธรรม  
หลักสูตรธรรมศึกษาชั้นโท  
ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช ๒๕๕๗



ใช้หนังสือพุทธศาสนสุภาษิต เล่ม ๒

ในชั้นนี้ กำหนดขอบข่ายไว้ ๕ หมวด คือ

๑. อัตตวรรค
๒. กัมมวรรค
๓. ชันตีวรรค
๔. ปัญญาวรรค
๕. เสวนาวรรค

ให้นักเรียนแต่งอธิบายเป็นทำนองเทศนาโวหาร อ้างสุภาษิตอื่นมาประกอบไม่น้อยกว่า ๒ สุภาษิต และบอกชื่อคัมภีร์ที่มาแห่งสุภาษิตนั้นด้วย ห้ามอ้างสุภาษิตซ้ำซ้อนกันแต่จะอ้างซ้ำคัมภีร์ได้ ไม่ห้าม สุภาษิตที่อ้างมานั้น ต้องเรียงเชื่อมความให้ติดต่อสมเรื่องกับกระทู้ตั้ง ชั้นนี้ กำหนดให้เขียนลงในใบตอบ ตั้งแต่ ๓ หน้า (เว้นบรรทัด) ขึ้นไป

๑. อัตตวรรค คือ หมวดตน

๑. อตตทตถั ปรัตถณ  
อตตทตถณภิญญา

พหุนาปี น หาปเย  
สทตถปลสุโต ลียา.

บุคคลไม่ควรพลาประโยชน์ของตน เพราะประโยชน์ผู้อื่นมีมากกว่า รู้จักประโยชน์ของตนแล้ว พึงชวนช่วยในประโยชน์ของตน.

(พุทธ)

พ. ๖. ๒๕/๓๗.



๒. อุตตานญเจ ตถา กยิรา  
 สฺพนโต วต ทเมถ

ยถญมณฺสาสติ  
 อุตตา หิ กิร ทฺพทโม.

ถ้าสอนผู้อื่นฉันใด พึงทำตนฉันนั้น ผู้ฝึกตนดีแล้ว ควรฝึกผู้อื่น ได้ยินว่าตนแลฝึกยาก.

(พุทฺธ)

พ. ๖. ๒๕/๓๖.

๓. อุตตานเมว ปรมํ  
 อถญมณฺสาเสยย

ปฏฺฐิรฺเป นิเวสเย  
 น กิลิสเสยย ปณฺทิตโต.

บัณฑิตพึงตั้งตนไว้ในคุณอันสมควรก่อน สอนผู้อื่นภายหลังจึงไม่มัวหมอง.

(พุทฺธ)

พ. ๖. ๒๕/๓๖.

## ๒. กัมมวรรค คือ หมวดกรรม

๔. อติสํตี อติอุณฺหํ  
 อิติ วิสสุฏฺฐกมฺมเนเต

อติสายมิทํ อุหุ  
 อตถา อจฺเจนฺติ มาณเว.

ประโยชน์ทั้งหลายย่อมล่วงเลยคนผู้ทอดทิ้งการงาน ด้วยอ้างว่า หนาวนัก ร้อนนัก เย็นเสียแล้ว.

(พุทฺธ)

ที. ปาฏิ. ๑๑/๑๙๙.

๕. อถ ปาปาณี กมฺมานิ  
 เสหิ กมฺเมหิ ทุมฺเมโธ

กัรํ พาลो น พุชฺฌติ  
 อคฺคิททฺโฒว ตปฺปติ.

เมื่อคนโง่มีปัญญาทราม ทำกรรมชั่วอยู่ก็ไม่รู้สึก เขาเดือดร้อนเพราะกรรมของตน เหมือนถูกไฟไหม้.

(พุทฺธ)

พ. ๖. ๒๕/๓๓.

๖. ยาทีสํ วปะเต พีชํ  
 กลฺยาณการี กลฺยาณํ

ตาทีสํ ลภเต ผลํ  
 ปาปการี จ ปาปํ.

บุคคลหว่านพืชเช่นใด ย่อมได้รับผลเช่นนั้น ผู้ทำกรรมดี ย่อมได้ผลดี ผู้ทำกรรมชั่ว ย่อมได้ผลชั่ว.

พระพุทฺธภาษิตที่มาในสังยุตตนิกาย สคาถวรรค :

สํ. ส. ๑๕/๓๓๓.



๗. โย ปุพฺเพ กตกลยาโณ  
อตถา ตสฺส ปฺลชฺชนฺติ

กตตโถ นาวพฺุขมฺติ  
เย โหณฺติ อภิปตฺติตา.

ผู้ใด อันผู้อื่นทำความดี ทำประโยชน์ให้ในกาลก่อน แต่ไม่รู้สึกรู้สีก (คุณของเขา) ประโยชน์  
ที่ผู้นั้นปรารถนาย่อมฉิบหาย.

(โพธิสุตต)

ช. ขา. สตฺตก. ๒๗/๒๒๘.

๘. โย ปุพฺเพ กตกลยาโณ  
อตถา ตสฺส ปวทฺฒนฺติ

กตตโถ อนุพฺุขมฺติ  
เย โหณฺติ อภิปตฺติตา.

ผู้ใด อันผู้อื่นทำความดี ทำประโยชน์ให้ในกาลก่อน ย่อมสำนึก (คุณของเขา) ได้  
ประโยชน์ที่ผู้นั้นปรารถนาย่อมเจริญ.

(โพธิสุตต)

ช. ขา. สตฺตก. ๒๗/๒๒๘.

๙. โย ปุพฺเพ กรณียานิ  
วรุณกฺุจฺจ ภาณฺโฆว

ปจฺฉา โส กาคฺมุจฺฉติ  
ส ปจฺฉา อนุตปฺปติ.

ผู้ใด ปรารถนาทำกิจที่ควรทำก่อน ในภายหลัง ผู้นั้น ย่อมเดือดร้อนในภายหลัง ดุจมาณพ  
(ผู้ประมาทแล้วรีบ) หักไม้กุ่ม ฉะนั้น.

(โพธิสุตต)

ช. ขา. เอก. ๒๗/๒๓.

๑๐. สเจ ปุพฺเพกตเหตุ  
โปรานกํ กตํ ปาปํ

สุขทุกฺขํ นิคจฺฉติ  
ตเมโส มฺุญจเต อิญํ.

ถ้าประสบสุขทุกข์ เพราะบุญบาปที่ทำไว้ก่อนเป็นเหตุ ชื่อว่าเปลื้องบาปเก่าที่ทำไว้  
ดุจเปลื้องหนังฉะนั้น.

(โพธิสุตต)

ช. ขา. ปณฺณาส. ๒๘/๒๕



๑๑. สุขกามานิ ภูตานิ  
อตตโน สุขเมसानโน

โย ทณฺเฑน วิหีสติ  
เปจฺจ โส น ลภเต สุขํ.

สัตว์ทั้งหลายย่อมต้องการความสุข ผู้ใดแสวงหาสุขเพื่อตน เบียดเบียนเขาด้วยอาชญา ผู้นั้นละไปแล้ว ย่อมไม่ได้สุข.

(พุทธ)

พ. ๖. ๒๕/๓๒.

๑๒. สุขกามานิ ภูตานิ  
อตตโน สุขเมसानโน

โย ทณฺเฑน น หีสติ  
เปจฺจ โส ลภเต สุขํ.

สัตว์ทั้งหลายย่อมต้องการความสุข ผู้ใดแสวงหาสุขเพื่อตน ไม่เบียดเบียนเขาด้วยอาชญา ผู้นั้นละไปแล้ว ย่อมได้สุข.

(พุทธ)

พ. ๖. ๒๕/๓๒.

### ๓. ชั้นตีวรรค คือ หมวดอดทน

๑๓. อตตโนปิ ปเรสณฺจ  
สคฺคโมกฺขคฺมํ มคฺคํ

อตถาวโห ว ขนฺติโก  
อารุหฺโห โหติ ขนฺติโก.

ผู้มีขันติ ชื่อนำพาประโยชน์มาให้ทั้งแก่ตนทั้งแก่ผู้อื่น ผู้มีขันติ ชื่อว่าเป็นผู้ขึ้นสู่ทางไปสวรรค์และนิพพาน.

(พุทธ)

ส. ม. ๒๒๒.

๑๔. เกวลานปิ ปापานํ  
ครทลหาทีนํ

ขนฺติ มฺลํ นิกฺขตฺติ  
มฺลํ ขนฺติ ขนฺติโก.

ขันติ ย่อมตัดรากแห่งบาปทั้งสิ้น ผู้มีขันติชื่อว่าย่อมขุดรากแห่งความติเตียนและการทะเลาะกันเป็นต้นได้.

(พุทธ)

ส. ม. ๒๒๒.



๑๕. ขนติโก เมตตวา ลาภี  
ปิโย เทวมนุสฺसानิ

ยสฺสสี สุขสีลวา  
มณาโป โหติ ขนติโก.

ผู้มีขันตินับว่ามีเมตตา มีลาภ มียศ และมีสุขเสมอ ผู้มีขันติเป็นที่รักที่ชอบใจของ  
เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย.

(พุทธ)

ส. ม. ๒๒๒.

๑๖. สตฺถุโน วจโนวาที  
ปรมา ย จ ปุชาย

กโรติเยว ขนติโก  
ชินิ ปุเชติ ขนติโก.

ผู้มีขันติ ชื่อว่าทำตามคำสอนของพระศาสดา และผู้มีขันติชื่อว่าบูชาพระชินเจ้า  
ด้วยบูชาอย่างยิ่ง.

(พุทธ)

ส. ม. ๒๒๒.

๑๗. สีลสมาธิคุณานิ  
สพเพปิ กุสลา ธมฺมา

ขนติ ปธานการณิ  
ขนตยาเยว วฑฺฒนติ เต.

ขันติเป็นประธาน เป็นเหตุ แห่งคุณคือศีลและสมาธิ กุศลธรรมทั้งปวงย่อมเจริญ  
เพราะขันติเท่านั้น.

(พุทธ)

ส. ม. ๒๒๒.

#### ๔. ปัญญาวรรค คือ หมวดปัญญา

๑๘. อปฺปสฺสุตฺตายํ ปุริโส  
มंसานิ ตสฺส วฑฺฒนติ

พลิตฺทโทว ชีรติ  
ปญฺญา ตสฺส น วฑฺฒติ.

คนผู้สดับน้อยนี้ ย่อมแก่ไป เหมือนนัวแก่ อ้วนแต่เนื้อ แต่ปัญญาไม่เจริญ.

(พุทธ)

พ. ธ. ๒๕/๓๕.







๒๓. ยลั กุธาน ทุมเมโธ  
อตตโน จ ปรเสถจ

อนตลั จรติ อตตโน  
หีสาย ปฏิปชชติ.

คนมีปัญญาทรม ได้ยศแล้ว ย่อมประพฤติสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่ตน ย่อมปฏิบัติ เพื่อเบียดเบียนทั้งตนและผู้อื่น.

(โพธิสุตต)

พ. ชา. เอก. ๒๗/๔๐.

๒๔. ยาวเทว อนตถาย  
หนติ พาลสส สุกกัสมิ

ถตตัม พาลสส ชายติ  
มทฐิ อสส วิปาทยัม.

ความรู้เกิดแก่คนพาล ก็เพียงเพื่อความฉิบหาย มันทำสมองของเขาให้เขว ย่อมฆ่า ส่วนที่ขาวของคนพาลเสีย.

(พุทฺธ)

พ. จ. ๒๕/๒๔.

๒๕. โย จ วสสสตัม ชีเว  
เอกาหัม ชีวิตัม เสยโย

ทูปฺพลโย อสมาทิโต  
ปญฺญวนตสส ฌายินโน.

ผู้ใดมีปัญญาทรม มีใจไม่มั่นคง พึ่งเป็นอยู่ตั้งร้อยปี ส่วนผู้มีปัญญาเพ่งพินิจ มีชีวิต อยู่เพียงวันเดียว ดีกว่า.

(พุทฺธ)

พ. จ. ๒๕/๒๙.

## ๕. เสวนาวรรค คือ หมวดคบหา

๒๖. อสนฺเต นูปเสเวยย  
อสนฺโต นิรยัม เนนฺติ

สนฺเต เสเวยย ปญฺทิโต  
สนฺโต ปาเปนฺติ สุกตฺติ.

บัณฑิตไม่พึงคบอัสถบุรุษ พึงคบสัถบุรุษ เพราะอัสถบุรุษย่อมนำไปสู่นรก สัถบุรุษ ย่อมให้ถึงสุคติ.

(โพธิสุตต)

พ. ชา. วิสตี. ๒๗/๔๓๗.



๒๗. ตครี ว ปลาเสน  
ปตตปิ สุรที วายนติ

โย นโร อุปนยหติ  
เอวํ ธีรูปเสวนา.

คนห่อกฤษณาด้วยใบไม้ แม้ใบไม้ก็หอมไปด้วยฉันทิ การคบกับนักปราชญ์ก็ฉันทิ.

(โพธิสตต)

พ. ชา. วิสติ. ๒๗/๔๓๗.

๒๘. น ปาปนสนส์เสวี  
โคธากุลํ กณฎฎาว

อจจนตสุขเมรติ  
กลี ปาเปติ อตตณํ.

ผู้คบคนชั่ว ย่อมถึงความสุขโดยส่วนเดียวไม่ได้ เขาย่อมยังตน ให้ประสบโทษ เหมือน  
กิ่งก่าเข้าฝูงเหี้ยฉนั้น.

(โพธิสตต)

พ. ชา. เอก. ๒๗/๔๖.

๒๙. ปาปमितเต วิวชเขตวา  
โอวาเท จสส ตัญญเยย

ภเขยยุตตมปุคคเล  
ปตเถนโต อจลํ สุขํ.

ผู้ปรารถนาความสุขที่มั่นคง พึงเว้นมิตรชั่วเสีย คบแต่บุคคลสูงสุด และพึงตั้งอยู่ใน  
โอวาทของท่าน.

(วิมลเถร)

พ. เถร. ๒๖/๓๐๙.

๓๐. ปุติมจจํ กุสคเคน  
กุสาปิ ปุติ วายนติ

โย นโร อุปนยหติ  
เอวํ พาลูปเสวนา.

คนห่อปลาเน่าด้วยใบหญ้าคา แม้หญ้าคาก็พลอยเหม็นเน่าไปด้วยฉันทิ การคบกับ  
คนพาลก็ฉันทิ.

(พทุธ)

พ. ชา. มหา. ๒๘/๓๐๓.



๓๑. ยาทิสั กุรุเต มิตต์  
โสปี ตาทิสโก โหติ

ยาทิสญจุปเสวติ,  
สหาโส หิ ตาทิส.

คบคนเช่นใดเป็นมิตร และสมคบคนเช่นใด เขาก็เป็นคนเช่นนั้น เพราะการอยู่  
ร่วมกัน ย่อมเป็นเช่นนั้น.

(โพธิสุตต)

ขุ. ชา. วีสตี. ๒๗/๔๓๗.

๓๒. สทุเธน จ เปสเลน จ  
ปณฺวตา พหุสฺสุเตน จ  
สขิตฺ หิ กเรยฺย ปณฺทิตโต  
ภทฺโท สปุริเสหิ สงฺคโม.

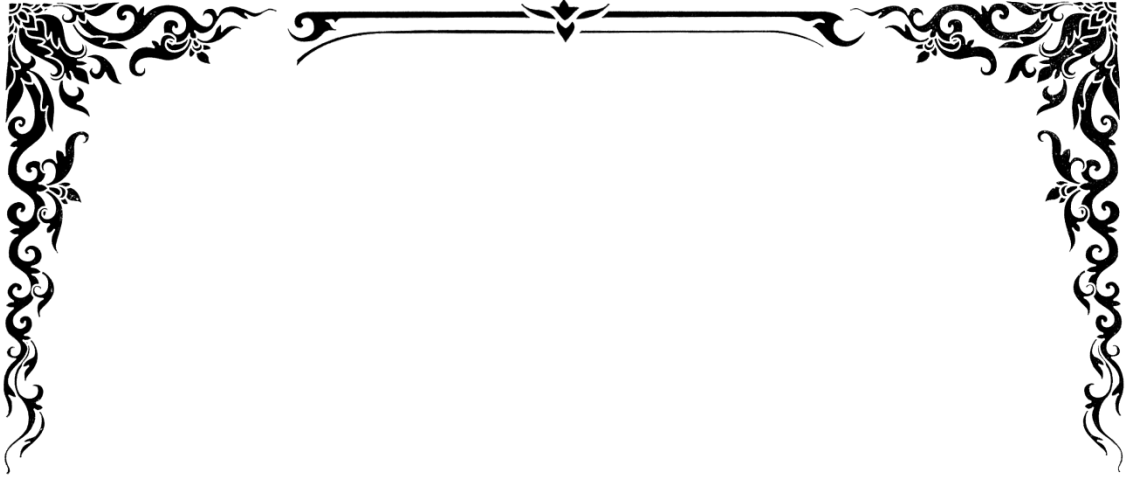
บัณฑิต พึงทำความเป็นเพื่อนกับคนมีศรัทธา มีศีลเป็นที่รัก มีปัญญาและเป็นพหูสูต  
เพราะการสมาคมกับคนดี เป็นความเจริญ.

(อานนทเถร)

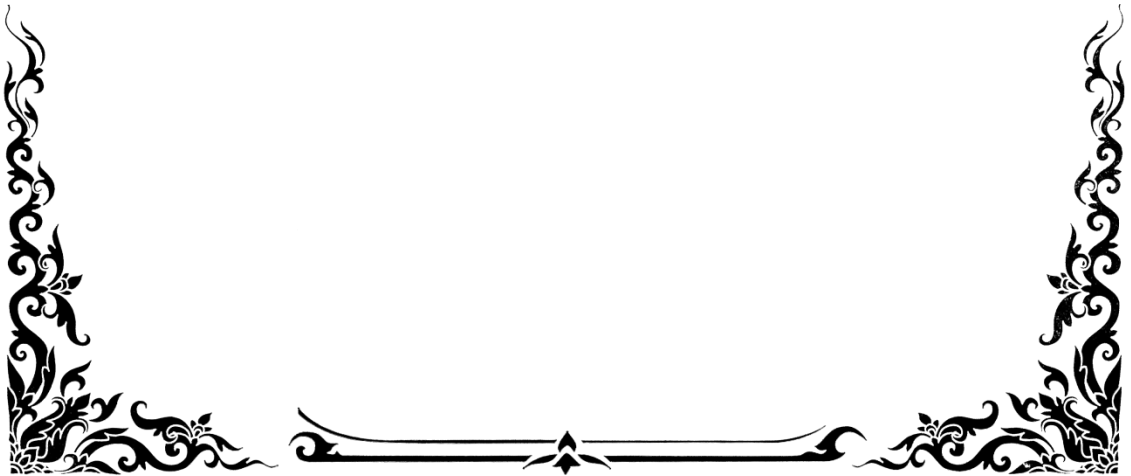
ขุ. เถร. ๒๖/๔๐๕.







วิชาธรรม  
ธรรมศึกษา ชั้นโท  
ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช ๒๕๕๗





# วิชาธรรม

## หลักสูตรธรรมศึกษา ชั้นโท

### ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช ๒๕๕๗



#### ทฤษฎี หมวด ๒

#### กัมมัฏฐาน ๒

๑. สมถกัมมัฏฐาน                      กัมมัฏฐานเป็นอุบายสงบใจ
๒. วิปัสสนากัมมัฏฐาน              กัมมัฏฐานเป็นอุบายเรื่องปัญญา

#### อธิบาย

**กัมมัฏฐาน** แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน หรืออารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งการงาน อีกอย่างหนึ่ง เรียกว่า "ภาวนา" แปลว่าทำให้มีให้เป็นขึ้น หรือการเจริญ ทั้ง ๒ อย่างนี้ มีความหมายเดียวกันคือ การบำเพ็ญเพียรทางจิต เพื่อให้จิตสงบระงับจากนิวรณ์ธรรมทั้งหลาย สามารถรู้แจ้ง สภาวธรรม ตามความเป็นจริง และละกิเลสที่มีอยู่ภายในได้เด็ดขาด เรียกว่ากัมมัฏฐาน หรือภาวนา มี ๒ อย่าง คือ

**๑. สมถกัมมัฏฐาน** **กัมมัฏฐานเป็นอุบายสงบใจ** คือการเจริญกัมมัฏฐานที่เนื่องด้วยบริกรรมอย่างเดียวเป็นการบำเพ็ญเพียรทางจิตโดยใช้สติเป็นหลัก ไม่เกี่ยวกับการใช้ปัญญาตามธรรมดาจิตของบุคคล ย่อมฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่างๆ ทั้งที่เป็นอิฏฐารมณ์ คืออารมณ์ที่น่าปรารถนาน่าชอบใจ ทั้งที่เป็นอนิฏฐารมณ์ คือ อารมณ์ที่ไม่ปรารถนาไม่น่าชอบใจ เมื่อจิตฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่างๆ จะไม่สามารถสงบลงได้ อุบายอย่างหนึ่งอันเป็นเครื่องสงบระงับจิตไม่ให้ฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่างๆ ก็คือการใช้สติยึดเอาอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งแล้วบริกรรมโดยทำไว้ในใจจนจิตแนบแน่นในอารมณ์เดียวสามารถระงับนิวรณ์ได้ เป็นจิตมีอารมณ์เลิศ เป็นหนึ่งเรียกว่า "เอกัคคตา"

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคจำแนกอารมณ์สมถกัมมัฏฐานไว้ ๔๐ คือ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุธาตุนิวัตถาน ๑ พรหมวิหาร ๔ อรูป ๔



**๒. วิปัสสนากัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานเป็นอุบายเรื่องปัญญา** คือการบำเพ็ญกัมมัฏฐานที่ใช้ปัญญาพิจารณาอย่างเดียว โดยการพิจารณาปรารภสภาวธรรมคือ ชั้นธ ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ แยกออกพิจารณาให้รู้ตามสภาพความเป็นจริง โดยยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ หรือสามัญญลักษณะว่า เป็นอนิจจัง คือ ความไม่เที่ยง มีการเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา เป็นทุกข์ คือ เป็นสิ่งที่ทนได้ยากบีบคั้นอยู่เป็นนิจ เป็นอนัตตา หาตัวตนมิได้ เป็นเพียงธาตุทั้ง ๔ มารวมกันเท่านั้น การใช้ปัญญาพิจารณาสภาวธรรมให้เห็นตามความเป็นจริงอย่างนี้ แล้วปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งปวงได้ก็จะละกิเลสได้ในที่สุด

ผู้เจริญกัมมัฏฐาน ๒ อย่างนี้ มีผลแตกต่างกัน คือ ผู้เจริญสมถกัมมัฏฐาน ระงับนิวรณ์ ๕ ได้ ทำให้จิตสงบเป็นสมาธิ ได้สมบัติ ๘ คือ รูปฌาน ๔ และอรุฌาน ๔ แต่ไม่สามารถบรรลุมรรคผลได้ ส่วนผู้เจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน โดยใช้ปัญญาพิจารณาสภาวธรรม ยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ จนรู้แจ้งเห็นจริง ไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งปวง สามารถละกิเลสได้เด็ดขาด และบรรลุเป็นพระอรหันต์ในที่สุด

## กาม ๒

๑. กิเลสกาม      กิเลสเป็นเหตุไคร่
๒. วัตถุกาม      พัสตุดันนำไคร่

## อธิบาย

**กาม** แปลว่า ความไคร่ หมายถึงความอยาก ความปรารถนาสิ่งที่น่าไคร่น่าชอบใจ เป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลหลงติดข้องอยู่ในโลก ไม่สามารถหลุดพ้นไปจากทุกข์ได้เพราะการเวียนตายเวียนเกิดอย่างไม่รู้จักจบสิ้น แบ่งเป็น ๒ อย่าง คือ

**๑. กิเลสกาม กิเลสเป็นเหตุไคร่** ได้แก่ กิเลส แปลว่าความเศร้าหมอง กิเลสกาม หมายถึง ความไคร่ที่ทำให้จิตขุ่นมัวหรือหมกมุ่นอยู่ในสิ่งนั้นๆ เรียกว่า ปริยภูฐานกิเลส คือ กิเลสที่กลุ่มมัจฉิตทำให้เกิดความเร่าร้อนทะยานอยากในอารมณ์ต่างๆ ได้แก่ ราคะ ความกำหนัด ยินดี โลกะ ความโลภ อยากได้ยิ่งๆขึ้นไป อิจฉา ความปรารถนา อยากจะได้ เช่น เห็นคนอื่น ได้สิ่งใดก็อยากจะได้บ้าง เป็นต้น อิสสา ความริษยา หรือ ความหึงหวง คือ ไม่อยากเห็นคน





อื่นมาเสมอตัว อรติ ความไม่ยินดี คือไม่อยากเห็นคนอื่น ได้ดีเกินกว่าตัว อสันตฺมุจฺจิ ความไม่สันโดษ คือ ความไม่รู้จักพอดี พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

**๒. วัตถุกาม พัสตฺอันนำใคร** หมายถึง สิ่งที่ทำให้จิตใคร่หรือปรารถนา ได้แก่ กามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ในส่วนที่เป็นอิฏฐารมณ์ คือ อารมณ์อันนำใคร่นำปรารถนา เช่น เมื่อตาเห็นรูปที่สวยงาม หูได้ฟังเสียงที่ไพเราะ จมูกได้สูดกลิ่นหอม ลิ้นได้สัมผัสรสที่น่าลิ้ม และร่างกายได้ถูกต้องสัมผัสสิ่งที่น่าใคร่ น่าชอบใจ ก็ทำให้จิตมีความยินดีขึ้น จากนั้นก็ดิ้นรนปรารถนาอยากจะได้ เมื่อได้สมความปรารถนาก็เพลิดเพลินลุ่มหลงหมกมุ่นอยู่ในอารมณ์นั้น ไม่คิดที่จะถอนตนออกให้พ้น ครั้นไม่ได้ดังที่ตั้งใจไว้ก็ดิ้นรนชวนขวายเพื่อจะให้ได้มา โดยไม่คำนึงถึงผิดชอบชั่วดี

กามทั้ง ๒ อย่างนี้ กิเลสกาม จัดเป็นมาร เพราะเป็นโทษล้างผลาญคุณความดี และทำให้จิตตกต่ำจนเสียคนได้ ส่วนวัตถุกาม จัดเป็นบ่วงแห่งมาร เพราะเป็นสิ่งที่น่าใคร่นำปรารถนา น่าชอบใจ สามารถผูกจิตของบุคคลผู้ไม่รู้เท่าทันให้ติดอยู่ ไม่สามารถหลุดพ้นไปจากทุกข์ในวัฏสงสารได้

## บุชา ๒

- |                |                            |
|----------------|----------------------------|
| ๑. อามิสบุชา   | บุชาด้วยอามิส (คือสิ่งของ) |
| ๒. ปฏิบัติบุชา | บุชาด้วยปฏิบัติตาม         |

## อธิบาย

**บุชา** แปลว่า การเคารพยกย่อง หมายถึง การแสดงความเคารพนับถือบุคคลหรือวัตถุอย่างใดอย่างหนึ่งที่ตนนับถือ เช่น พุทธศาสนิกชนบุชาพระรัตนตรัย หรือแสดงความเคารพผู้มีอุปการคุณ มีบิดา มารดา ครู อาจารย์ เป็นต้น การบุชามี ๒ อย่าง คือ

**๑. อามิสบุชา บุชาด้วยอามิส (คือสิ่งของ)** ได้แก่การบุชาด้วยเครื่องสักการะที่เป็นวัตถุสิ่งของ มีดอกไม้ ธูป เทียน เป็นต้น การบุชาด้วยเครื่องอุปโภคและบริโภคมี ผ้า อาหาร ที่นั่ง ที่นอน ยารักษาโรคหรือการที่พุทธศาสนิกชน จัดสร้างถาวรวัตถุ มี โบสถ์ วิหาร ศาลา การเปรียญ กุฏิสงฆ์ เป็นต้น ไว้ในพระพุทธานุภาพ เพื่อเป็นพุทธบูชา จัดเป็นการบุชาด้วยอามิสเช่นเดียวกัน



**๒. ปฏิบัติบูชา บูชาด้วยปฏิบัติตาม** ได้แก่ การบูชาด้วยการประพาศิตนโดยเอื้อเพื่อในคำสั่งสอนของท่าน และปฏิบัติตามโดยเคารพ ไม่แสดงอาการดื้อรั้น เช่น พุทธศาสนิกชนได้ฟังคำสั่งสอนในทางพุทธศาสนาแล้ว ประพาศิตปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอน และเป็นผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ก็จะได้รับผลสมควรแก่การปฏิบัติของตน

บูชา ๒ อย่างนี้ อามิสบูชาทำให้เกิดในสุคติโลกสวรรค์ ปฏิบัติบูชาทำให้ได้ผลสูงสุดคือมรรค ผล นิพพาน พระพุทธเจ้าจึงตรัสสรรเสริญปฏิบัติบูชาว่าประเสริฐ เพราะสามารถรักษาพระสัทธรรมคำสั่งสอนไว้ได้นานและถือว่าเป็นการบูชาพระพุทธองค์โดยตรง

## ปฏิสันถาร ๒

**๑. อามิสปฏิสันถาร ปฏิสันถารด้วยอามิส (คือสิ่งของ)**

**๒. รัชมปฏิสันถาร ปฏิสันถารโดยธรรม**

### อธิบาย

**ปฏิสันถาร** แปลว่า การต้อนรับ หมายถึง การรับรอง การทักทายปราศรัยผู้มาถึงถิ่น การทำปฏิสันถาร เป็นสิ่งสำคัญประการหนึ่งของผู้เป็นเจ้าของถิ่น เป็นหน้าที่ของผู้เป็นเจ้าของถิ่นที่ต้องทำต่อแขกผู้มาเยือน ไม่ว่าผู้นั้นจะเป็นผู้ที่รู้จักคุ้นเคยกันมาก่อนหรือไม่ก็ตาม ตลอดถึงผู้ที่สัญจรผ่านไปมา เมื่อได้ประสบพบเห็นเข้า ต้องทำปฏิสันถารทั้งนั้น มี ๒ อย่าง คือ

**๑. อามิสปฏิสันถาร การต้อนรับด้วยวัตถุสิ่งของ** คือการจัดหาวัตถุที่เป็นสิ่งของเป็นเครื่องต้อนรับ เช่น ข้าว น้ำ หรือที่พักอาศัย เป็นต้น เท่าที่ผู้เป็นเจ้าของถิ่นจะสามารถจัดหาได้มาต้อนรับแขกผู้มาเยือนตามสมควร หากผู้มาเยือนหิวกระหาย ก็ควรจัดข้าวปลาอาหารให้ หากเขามีความประสงค์หรือจำเป็นจะอยู่พักแรม ก็จัดหาเครื่องนุ่งห่มสำหรับผลิตเปลี่ยนและจัดหาที่พักให้ หรือถ้าสามารถทำได้ เมื่อเขาจะจากไปก็จัดหาพาหนะให้

**๒. รัชมปฏิสันถาร การปฏิสันถารโดยธรรม** หมายถึงการต้อนรับด้วยสนทนาปราศรัยโดยธรรม คือ ตามความเหมาะสมแก่แขกผู้มาเยือน หรือสมควรแก่ฐานะของแขก เช่น ถ้าแขกผู้มาเยือนเป็นผู้มีฐานะต่ำกว่าหรือเสมอกับตน ก็ต้อนรับด้วยการทักทายปราศรัยเชิญให้นั่งในที่เสมอกัน ไม่แสดงกิริยาเย่อหยิ่ง ถือตัวด้วยประการใดๆ สนทนาถึงสุขทุกข์ โดยอาการฉันมิตร หรือสนทนาในเรื่องอื่นๆ ตามสมควร ถ้าแขกผู้มาเยือนเป็นผู้มีฐานะตำแหน่งสูงกว่าตน ดำรงอยู่ในฐานะที่ควรเคารพนับถือ เป็นผู้เจริญกว่าตนโดยชาติ คุณ และ



วัย ก็แสดงการต้อนรับด้วยการอ่อนน้อมถ่อมตนมีการกราบไหว้ ลูกขึ้นต้อนรับเป็นต้นพร้อมจัดหาอาสนะให้นั่งในที่สมควรให้สมกับฐานะตำแหน่งนั้นๆ

ปฏิสันถาร ๒ อย่างนี้ มีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับสังคมมนุษย์ เพราะมนุษย์จะต้องมีการคบหาสมาคมพบปะ ทักทาย พูดจาปราศรัยกันด้วยปฏิสันถารอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อการอยู่ร่วมกันในโลกอย่างมีความสุข ถ้าปราศจากปฏิสันถารทั้ง ๒ อย่างนี้ ก็จะทำให้สังคมมนุษย์ขาดความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เกื้อกูลซึ่งกันและกัน

## สุข ๒

๑. กายิกสุข สุขทางกาย

๒. เจตสิกสุข สุขทางใจ

### อธิบาย

**สุข** แปลว่า สภาพที่ทนได้ง่าย หรือสภาพที่กักกินเสียซึ่งทุกข์ หมายถึง ความสบาย ความสำราญความปลอดภัยโปร่งแจ่มชื่น ความไม่เดือดร้อนโดยประการต่าง ๆ มี ๒ อย่าง คือ

๑. **กายิกสุข สุขทางกาย** หมายถึงการที่กายมีภาวะเป็นปกติ ไม่มีโรคภัยเบียดเบียน และไม่ได้รับความเจ็บปวดจากการกระทบกระทั่งกับสิ่งอื่นๆ มีทรัพย์สมบัติพร้อมทั้งเครื่องอุปโภคบริโภคใช้สอยอย่างพร้อมมูล ตลอดถึงการที่กายไม่ได้รับความเหน็ดเหนื่อยด้วยกิจการที่จะต้องทำต่างๆ เป็นต้น

๒. **เจตสิกสุข สุขทางใจ** หมายถึงการที่ใจมีความสำราญแจ่มชื่น ไม่ขุ่นมัวด้วยอำนาจกิเลสคือ โลภะ โทสะ โมหะ อันเป็นเหตุทำให้จิตเศร้าหมองหรือการที่จิตมีปกติผ่องใสไม่ขุ่นมัวด้วยอารมณ์ที่กระทบ มีปกติเย็นและแจ่มชื่นอยู่เป็นนิจ เป็นต้น

สุข ๒ อย่างนี้ สุขทางใจนับว่าเป็นสิ่งสำคัญ เพราะบุคคลแม้กายจะได้รับความลำบากเดือดร้อน เพียงใดก็ตาม ถ้าใจเป็นสุขไม่ขุ่นมัวแล้ว ย่อมทนต่อความทุกข์ที่เกิดขึ้นทางกายได้ ทั้งยังสามารถหาอุบายหลีกเลี่ยงความทุกข์นั้นๆ ได้ด้วย



## ติกา หมวด ๓

### อกุศลวิตก ๓

- |                |                        |
|----------------|------------------------|
| ๑. กามวิตก     | ความตริในทางกาม        |
| ๒. พยาบาทวิตก  | ความตริในทางพยาบาท     |
| ๓. วิหิงสาวิตก | ความตริในทางเบียดเบียน |

### อธิบาย

**อกุศลวิตก** แปลว่า ความตริในทางอกุศล หมายถึงความนึกคิดไปในทางที่ไม่ดี เป็นอาการที่เกิดขึ้นกับจิต โดยปกติจิตของมนุษย์ผู้เป็นปุถุชนย่อมมีการนึกคิดไปในอารมณ์ต่างๆ บางครั้งก็นึกคิดไปในทางที่ดี คือคิดที่จะทำตนให้เป็นประโยชน์แก่อกุลแก่ผู้อื่น บางครั้งก็คิดไปในทางไม่ดี คือคิดแต่ในทางที่จะทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ในที่นี้หมายถึงความนึกคิดในทางไม่ดี มี ๓ อย่าง คือ

**๑. กามวิตก ความตริในทางกาม** หมายถึงความนึกคิดของบุคคลผู้หนักไปทางกามหรือในทางลาภผล เช่น ความคิดที่มุ่งไปในทางประพฤตินิดในสามีภรรยาของผู้อื่น เมื่อเห็นสามีภรรยาของผู้อื่นแล้วก็อดใจไว้ไม่ได้ เก็บเอาความคิดปรารถนาที่จะทำการล่วงละเมิดไว้ในใจ ความคิดเช่นนี้มีรากะเป็นสมุฏฐาน

**๒. พยาบาทวิตก ความตริในทางพยาบาท** หมายถึงความนึกคิดของผู้ที่หนักไปในทางโทสะขาดความเมตตา มุ่งแต่จะให้เกิดความทุกข์แก่ผู้อื่น เช่น คิดจะประทุษร้ายร่างกายเขาบ้าง คิดจะทำลายทรัพย์สินของเขาบ้าง คิดจะทำลายคุณความดีของเขาบ้าง ความคิดเช่นนี้มีโทสะเป็นสมุฏฐาน

**๓. วิหิงสาวิตก ความตริในทางเบียดเบียน** หมายถึงความนึกคิดของบุคคลผู้ขาดความสงสาร และขาดความพลอยยินดี มีความริษยาไม่ยอมเห็นใครดีกว่าตน เช่น คิดหาทางกลั่นแกล้งผู้อื่นให้ได้รับความเดือดร้อนบ้าง ทำงานด้วยกันก็คิดเอาเปรียบเขา เพื่อตัวเองจะได้ทำงานน้อยบ้าง หรือแสวงหาความสุขเพื่อตัวเองในทางที่จะทำให้ผู้อื่นได้รับความลำบากบ้าง ความคิดเช่นนี้มีโมหะเป็นสมุฏฐาน

อกุศลวิตกทั้ง ๓ อย่างนี้ บุคคลควรระวังไม่ให้เกิดขึ้นในจิตสันดาน เพราะเมื่อเกิดขึ้นแล้วก็จะทำให้ตรินึกคิดไปในทางกาม ในทางพยาบาท และในทางเบียดเบียน จึงควรหาทางระงับเสีย เพราะเป็นเหตุขัดขวางการบำเพ็ญความดีของตนและเป็นเหตุทำให้ใจคิดไปในทางอกุศลอยู่เนื่องๆ จึงควรละเสีย



## กุศลวิตก ๓

๑. เนกขัมมวิตก	ความตริในทางพรากจากกาม
๒. อพยาบาทวิตก	ความตริในทางไม่พยาบาท
๓. อวิหิงสาวิตก	ความตริในทางไม่เบียดเบียน

### อธิบาย

**กุศลวิตก** แปลว่า ความตริในทางกุศล หมายถึง ความตริที่นึกคิดในฝ่ายที่ดีตรงกันข้ามกับอกุศลวิตกดังกล่าว มี ๓ อย่าง คือ

**๑. เนกขัมมวิตก ความตริในทางพรากจากกาม** หมายถึง ความตริที่นึกคิดของผู้หวังความสงบในการที่จะพรากตนออกจากกาม ไม่ตกอยู่ในอำนาจของกิเลสกาม มีราคะ ความกำหนัด โลภะ ความโลภ เป็นต้น ทั้งไม่ปล่อยใจให้ลุ่มหลงอยู่ในวัตถุกามอันเป็นเครื่องยั่ววนจิต คือ กามคุณ ๕ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โสภณวัตถุ ที่น่ารักใคร่พาใจให้กำหนัด โดยคำนึงถึงโทษของกิเลสเหล่านี้ว่า เป็นเหตุให้จิตฟุ้งซ่าน และมีความคิดที่จะพรากจากกิเลสเหล่านั้น ด้วยการออกบวช เนกขัมมวิตกนี้มีโอโหสะเป็นสมุฏฐาน

**๒. อพยาบาทวิตก ความตริในทางไม่พยาบาท** หมายถึง ความตริที่นึกคิดของบุคคลผู้หวังให้คนอื่นมีความสุข ไม่คิดถึงความสุขของตนฝ่ายเดียว คิดที่จะแบ่งปันประโยชน์ของตนแก่ผู้อื่น ได้แก่ ความคิดของผู้ประกอบด้วยเมตตากรุณา เมื่อตนมีความสุขก็ปรารถนาจะให้ผู้อื่นมีความสุขด้วย เห็นผู้อื่นมีความสุขก็คิดช่วยให้พ้นทุกข์ เป็นต้น อพยาบาทวิตกนี้มีโอโหสะเป็นสมุฏฐาน

**๓. อวิหิงสาวิตก ความตริในทางไม่เบียดเบียน** หมายถึง ความตริที่นึกคิดของบุคคลผู้มุ่งให้ผู้อื่นมีความสุขสบาย ไม่คิดซ้ำเติมเมื่อเห็นผู้อื่นมีทุกข์ จะทำสิ่งใดก็นึกถึงประโยชน์ของผู้อื่นอยู่เสมอ เช่น จะใช้คนหรือสัตว์ก็นึกถึงความเหนื่อยยากของคนหรือสัตว์นั้น ไม่ใช่ให้ลำบากตรากตรำจนเกินไป หรือคิดจะทำสิ่งใด ถ้าทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนกังวลเสีย เป็นต้น อวิหิงสาวิตกนี้มีโอโหสะเป็นสมุฏฐาน

กุศลวิตก ๓ อย่างนี้ บุคคลควรบำเพ็ญให้เกิดขึ้นในจิตสันดาน เพราะเมื่อตริที่นึกคิดในทางพรากจากกาม ในทางไม่พยาบาท และในทางไม่เบียดเบียน ก็จะทำให้ได้รับประโยชน์สุข สามารถบำเพ็ญคุณความดีและเพิ่มพูนกุศลให้เกิดมากยิ่งขึ้น



## อัคคิ (ไฟ) ๓

- |            |           |
|------------|-----------|
| ๑. ราคัคคิ | ไฟคือราคะ |
| ๒. โทสัคคิ | ไฟคือโทสะ |
| ๓. โมหัคคิ | ไฟคือโมหะ |

### อธิบาย

**อัคคิ** แปลว่า ไฟ โดยปกติไฟเป็นของร้อน เมื่อบุคคลไปถูกต้องเข้าก็จะทำให้เจ็บปวด เพราะถูกพลังแห่งความร้อนแผดเผา ถ้าเอาวัตถุไปถูกต้องเข้าก็อาจเผาวัตถุนั้นให้เป็นเถ้าถ่านไปได้ นี่หมายถึงไฟภายนอกที่มีอยู่ตามธรรมชาติ แต่ในที่นี้หมายถึงกิเลสที่เปรียบเหมือนไฟ เพราะเผาผลาญจิตใจให้เราร้อน คือกิเลสที่มีลักษณะร้อนเหมือนไฟ ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นภายในจิตใจแล้วก็จะทำให้รุ่มร้อนกระวนกระวายไม่อาจคงอยู่ในคุณความดีได้ เพราะเป็นสิ่งที่จะเผาบุคคลเสียจากคุณความดี มี ๓ อย่าง คือ

**๑. ราคัคคิ ไฟคือราคะ** หมายถึง ความกำหนัดยินดีหรือความทะยานอยากในอารมณ์ต่างๆ ตามที่ตนปรารถนา ซึ่งมีมาจากความโลภ ตามปกติบุคคลผู้ประกอบด้วยราคะแล้วจิตจะฟุ้งซ่านไม่สงบลงได้ เช่น เมื่อได้เห็นรูปที่สวยงาม ฟังเสียงที่ไพเราะ เป็นต้น จิตก็จะติดอยู่ในรูปและเสียงนั้น เกิดความร้อนรุ่มกระวนกระวายใจพยายามเพื่อจะให้ได้มาตามที่ปรารถนา โดยสามารถทำได้ทุกอย่างไม่ว่าถูกหรือผิด เช่น ฆ่าคนหรือทำอนาจารต่างๆ เป็นต้น เพื่อให้ได้สิ่งที่ปรารถนาซึ่งเกิดขึ้นด้วยอำนาจไฟราคะที่เผาผลาญจิตใจให้รุ่มร้อนนั่นเอง

**๒. โทสัคคิ ไฟคือโทสะ** หมายถึง ความขัดเคือง ไม่พอใจ คิดประทุษร้ายผู้อื่น เป็นธรรมชาติของจิตที่ถูกอนิฏฐารมณ์มากระทบมีลักษณะทำให้จิตหงุดหงิดฉุนเฉียว เป็นต้น โทสะนี้เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ถ้าไม่รู้จักยับยั้งชั่งใจ ย่อมเป็นเหตุให้แสดงอาการวิปริตต่างๆ เมื่อมีกำลังแก่กล้ามากขึ้นก็ทำให้ปราศจากความเมตตากรุณา อาจประทุษร้ายผู้อื่นที่ตนโกรธได้ โดยวิธีการต่างๆ ดังนั้นโทสะจึงเปรียบเหมือนไฟ เพราะเผาผลาญจิตใจให้รุ่มร้อนด้วยการคิดประทุษร้ายผู้อื่น

**๓. โมหัคคิ ไฟคือโมหะ** หมายถึง ความหลงไม่รู้สภาพตามเป็นจริง จิตที่ถูกโมหะครอบงำย่อมลุ่มหลงมัวเมาไปตามความเชื่อของตนหรือตามคำชักนำของผู้อื่น โดยไม่ได้ใช้ปัญญาของตนพิจารณาหาเหตุผล เช่น มีผู้มาแนะนำว่า ถ้าอยากมีความสุข ความเจริญจะต้อง



ทำการบูชาหรือบวงสรวงสิ่งศักดิ์สิทธิ์ด้วยสิ่งนี้ๆ ก็ทำตาม แม้นตนเองจะไม่มีทรัพย์สินสิ่งของ ก็ไปยืมผู้อื่นมา โดยไม่คำนึงว่าทำไปแล้วจะเกิดผลหรือไม่ เมื่อไม่เกิดผลตามคำแนะนำ ก็เดือดร้อนใจเพราะหมดทรัพย์สินและเป็นหนี้ผู้อื่น เป็นต้น ดังนั้น โมหะจึงเปรียบเหมือนไฟ เพราะเผาผลาญจิตใจให้ลุ่มหลง

ไฟทั้ง ๓ กองนี้ บุคคลควรระวังไม่ให้เกิดขึ้น เพราะเมื่อไฟคือราคะ โทสะ โมหะ เกิดขึ้นแล้วจะเผาผลาญจิตใจให้เร่าร้อนกระวนกระวาย ดิ้นรนกระสับกระส่าย หลงมัวเมาตกอยู่ในอำนาจตลอดไป ไม่สามารถถอนตนให้พ้นไปได้ เหมือนถูกไฟเผาให้รุ่มร้อนอยู่ตลอดเวลา ดังนั้น ควรระวังไม่ให้เกิดขึ้นในจิตใจ เมื่อเกิดขึ้นแล้วควรละเสีย

### อธิปเตยยะ ๓

- |                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| ๑. อัตตาริปเตยยะ  | ความมีตนเป็นใหญ่   |
| ๒. โลกาธิปเตยยะ   | ความมีโลกเป็นใหญ่  |
| ๓. รัจฉมาริปเตยยะ | ความมีธรรมเป็นใหญ่ |

### อธิบาย

**อธิปเตยยะ** แปลว่า ความเป็นใหญ่ หมายถึง ความเป็นใหญ่ของบุคคลที่จะทำการอย่างใดอย่างหนึ่ง ก็หวังผลที่จะได้เป็นสำคัญ เช่น ทำเพื่อตนเอง ทำเพื่อประเทศชาติบ้านเมือง ทำเพื่อความถูกต้องชอบธรรม เป็นต้น มี ๓ อย่าง คือ

๑. **อัตตาริปเตยยะ ความมีตนเป็นใหญ่ (อัตตาริปไตย)** หมายถึง บุคคลผู้ยึดอัตตา คือถือตนเป็นประมาณจะกระทำการสิ่งใดก็นึกถึงประโยชน์ตนเป็นสำคัญ โดยไม่นึกถึงความเสียหายของผู้อื่น แม้จะทำการที่แสดงว่าตนเป็นผู้เสียสละเพื่อส่วนรวมก็ตาม จะทำก็เมื่อมีความจำเป็นเท่านั้น แต่จุดมุ่งหมายก็คือความเป็นใหญ่ของตนเป็นสำคัญ

๒. **โลกาธิปเตยยะ ความมีโลกเป็นใหญ่ (โลกาธิปไตย)** โลกในที่นี้หมายถึง ประชาชนผู้อยู่ในโลก ดังนั้น โลกาธิปเตยยะในที่นี้ จึงหมายถึงมีประชาชนเป็นใหญ่ หรือที่เรียกกันในสมัยนี้ว่า **ประชาธิปไตย** ซึ่งนับว่าอำนาจประโยชน์ดีกว่าอัตตาริปเตยยะ เพราะทำให้เป็นไปในทางที่ถูกที่ชอบได้มากกว่า คือจะทำการสิ่งใดก็ยังยึดถือประชาชนเป็นใหญ่ โดยมุ่งถึงประชาชน



เช่น จะทำทานคิดว่า ถ้าเราไม่ทำคนอื่นก็จะติเตียนว่าเราตระหนี่ถี่เหนียว เขาทำกันทำไมไม่ทำ จึงต้องพยายามทำบ้างพอเป็นเครื่องป้องกันการติเตียนของผู้อื่นเป็นต้น

**๓. อธิปเตยยะ ความมีธรรมเป็นใหญ่ (ธัมมาธิปไตย)** ธรรมในที่นี้หมายถึง ความถูกต้องชอบธรรมในการกระทำของบุคคลเป็นสำคัญ ไม่ทำเพราะกลัวคนอื่นติเตียนหรือเพราะหวังคำสรรเสริญของคนอื่น แต่ทำเพราะคิดว่าเป็นสิ่งที่ควรทำถูกต้องชอบธรรม เช่น เมื่อจะทำบุญกุศล ก็คิดว่าการให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา เป็นหลักปฏิบัติที่ถูกต้องชอบธรรม จึงให้ทานเพื่อให้จิตปราศจากความตระหนี่และเป็นเครื่องเกื้อกูลกันและกัน รักษาศีลเพื่อรักษา กาย วาจา ของตนให้สงบเรียบร้อย ไม่เบียดเบียนผู้อื่นให้เดือดร้อน และเจริญภาวนา เพื่อให้ใจสงบระงับ ไม่ให้ฟุ้งซ่าน เป็นต้น

อธิปเตยยะ ๓ อย่างนี้ บุคคลควรยึดถือธัมมาธิปไตย เป็นหลักสำคัญในการดำรงชีวิต เพราะการจะยึดเอาประโยชน์ของตนเองหรือประโยชน์ของส่วนรวมเป็นใหญ่ จะต้องคำนึงถึงความถูกต้องชอบธรรม ดังนั้น อตฺตาธิปเตยยะ และโลกาธิปเตยยะ ต้องมีธัมมาธิปไตยเป็นหลักควบคู่ไปด้วยเสมอ

### ญาณ ๓

- |            |                           |
|------------|---------------------------|
| ๑. สัจจญาณ | ปรีชาหยั่งรู้อริยสัจ      |
| ๒. กิจจญาณ | ปรีชาหยั่งรู้กิจอันควรทำ  |
| ๓. กตญาณ   | ปรีชาหยั่งรู้กิจอันทำแล้ว |

### อธิบาย

**ญาณ** แปลว่า ความรู้ หรือความหยั่งรู้ หมายถึงปัญญาหยั่งรู้เหตุและผลอันแจ่มแจ้งตามสภาพความเป็นจริง โดยไม่มีสิ่งใดขัดขวางหรือปิดบังมิให้รู้ ในที่นี้ได้แก่ ความรู้แจ้งเห็นจริงในอริยสัจ ๔ มี ๓ อย่าง คือ

**๑. สัจจญาณ ปรีชาหยั่งรู้อริยสัจ** หมายถึง ความรู้แจ้งในอริยสัจ ๔ แต่ละอย่างตามที่เป็นจริงว่า นี่ทุกข์ นี่ทุกขสมุทัย (เหตุเกิดทุกข์) นี่ทุกขนิโรธ (ความดับทุกข์) นี่ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์) หรือปัญญาหยั่งรู้ว่า การเกิด แก่ เจ็บ ตายเป็น





ทุกข์, ตัณหา ๓ มีกามตัณหา เป็นต้น เป็นเหตุให้เกิดทุกข์, ความดับตัณหาเสียได้เป็นความดับทุกข์, อริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นข้อปฏิบัติที่นำไปสู่ความดับทุกข์

### อริยมรรคมีองค์ ๘ คือ

๑) สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ ความเห็นที่ถูกต้อง ได้แก่ ปัญญาที่แจ่มใสในอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค หรือปัญญาที่แจ่มใสไตรลักษณ์ และปฏิจจนสมุพบาท

๒) สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ ความดำริที่ถูกต้อง ได้แก่ ความดำริในการออกจากกาม การไม่ผูกพยาบาท และการไม่เบียดเบียนผู้อื่น

๓) สัมมาวาจา เจรจาชอบ เจรจาที่ถูกต้อง ได้แก่ การพูดจาที่ปราศจากวจีหุจจริต ๔ อย่าง คือ พูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ และพูดเพ้อเจ้อ

๔) สัมมากัมมันตะ การงานชอบ การงานที่ถูกต้อง ได้แก่ ประกอบการงานที่ไม่มีโทษ เว้นจากกายหุจจริต ๓ อย่าง คือ ข่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม

๕) สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ การเลี้ยงชีพที่ถูกต้อง ได้แก่ ประกอบแต่สัมมาชีพ เว้นจากมิจฉาชีพ อาชีพที่ผิดศีลธรรม ผิดกฎหมาย มีโทษทั้งทางโลกและทางธรรม

๖) สัมมาวายามะ ความพยายามชอบ ความเพียรพยายามที่ถูกต้อง ได้แก่ ความเพียรพยายามในสัมมัตตธาน ๔ คือ เพียรระวังไม่ให้บาปอกุศลเกิดขึ้น เพียรละบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรให้บุญกุศลเกิดขึ้น และเพียรรักษาบุญกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว

๗) สัมมาสติ ความระลึกชอบ ความระลึกที่ถูกต้อง ได้แก่ ความระลึกไปในสติปัญญา ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม

๘) สัมมาสมาธิ ความตั้งใจชอบ ความตั้งใจที่ถูกต้อง ได้แก่ ความตั้งใจมั่นในการเจริญฌาน ๔ คือ ปฐมฌาน ทุตติฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน

**๒. กิจจญาณ ปรีชาหยั่งรู้กิจที่ควรทำ** หมายถึง ความหยั่งรู้กิจอันจะต้องทำในอริยสัจ ๔ แต่ละอย่างว่า ทุกข์ เป็นสภาพที่ควรกำหนดรู้, ทุกขสมุทัย เป็นสภาพที่ควรละเสีย, ทุกขนิโรธ เป็นสภาพที่ควรทำให้แจ้ง, ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา เป็นสภาพที่ควรทำให้เกิดขึ้นหรือควรเจริญให้เกิดมีขึ้น

**๓. กตญาณ ปรีชาหยั่งรู้กิจอันทำแล้ว** หมายถึง ความหยั่งรู้ว่ากิจอันจะต้องทำในอริยสัจ ๔ แต่ละอย่างนั้นได้ทำเสร็จแล้ว กล่าวคือปัญญาอันหยั่งรู้ว่า ทุกข์ เป็นสภาพที่ควรกำหนดรู้ เราได้กำหนดรู้แล้ว, ทุกขสมุทัย เป็นสภาพที่ควรละ เราละได้แล้ว, ทุกขนิโรธ



เป็นสภาพควรทำให้แจ้ง เราได้ทำให้แจ้งแล้ว, ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา เป็นสภาพที่ควรทำให้เกิดขึ้น เราได้ทำให้เกิดขึ้นแล้ว

ญาณทั้ง ๓ อย่างนี้ เป็นไปในอริยสัจ ๔ อย่างละ ๓ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค มีสังจญาณ กิจจญาณ กตญาณ จึงเป็น ๑๒ พระพุทธองค์ทรงมีพระปัญญาหยั่งรู้แจ่มแจ้งใน ญาณ ๓ ดังกล่าว จึงทรงปฏิญาณพระองค์ว่า ทรงบรรลุพระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณแล้ว

### ตัณหา ๓

- |              |                  |
|--------------|------------------|
| ๑. กามตัณหา  | ตัณหาในกาม       |
| ๒. ภวตัณหา   | ตัณหาในภพ        |
| ๓. วิภวตัณหา | ตัณหาในปราศจากภพ |

### อธิบาย

**ตัณหา** แปลว่า ความอยาก หมายถึงความทะยานอยาก อันเป็นอาการที่มีอยู่ในจิตใจของปุถุชนทั่วไป หรือภาวะจิตที่ดิ้นรนไปในอารมณ์มีรูปเป็นต้น มี ๓ อย่าง คือ

**๑. กามตัณหา ตัณหาในกาม** หมายถึงความทะยานอยากได้ในวัตถุกามหรือกามคุณ อันได้แก่รูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะ อันน่าใคร่ น่าปรารถนา น่าชอบใจ ที่เรียกว่าอิฏฐารมณ์ ที่ตนยังไม่ได้และหมกมุ่นอยู่ในวัตถุกามที่ได้แล้วจนไม่สามารถสละได้ ได้แก่ความอยากในอารมณ์ มีรูปเป็นต้นที่เกิดขึ้นด้วยอำนาจความอยากได้กามคุณคือสิ่งสนองความต้องการทางประสาทสัมผัสทั้ง ๕ คือ ตาอยากเห็นรูปสวย หูอยากได้ยินเสียงไพเราะ จมูกอยากดมกลิ่นหอม ลิ้นอยากลิ้มลองของอร่อย กายอยากสัมผัสที่นุ่มสบาย

**๒. ภวตัณหา ตัณหาในภพ** หมายถึงความทะยานอยากเป็นอยู่ในภพที่ตนเกิดแล้ว ด้วยอำนาจความหวังอาลัย เช่น ผู้ที่มีความหวังอาลัยในทรัพย์สมบัติ ลาภ ยศ หรือญาติมิตร ไม่อยากจะจากไป และความอยากเกิดในภพที่ปรารถนาต่อไป รวมถึงความอยากเป็นนั่นเป็นนี่ อยากเป็นอยากคงอยู่ตลอดไป รวมถึงความตั้งใจในรูปภพ อรูปภพหรือตั้งใจในฉนสมาบัติ ความเห็นติดแน่นในภพ และความเห็นว่าเป็นอัตตาและโลกเที่ยง เป็นต้น

**๓. วิภวตัณหา ตัณหาในปราศจากภพ** หมายถึงความทะยานอยากพ้นจากภพที่เกิดขึ้น คือความอยากตายไปเสียด้วยอำนาจความเบื่อหน่ายและความอยากดับสูญไม่เกิดในภพ



นั้นๆ อีก ได้แก่ความอยากในความพรากพันไปแห่งตัวตนจากความเป็นอย่างใดอย่างหนึ่งอันไม่น่าปรารถนา ไม่น่าชอบใจ เช่น อยากฆ่าตัวตายเพราะความผิดหวังอกหัก อยากทำลาย อยากให้ดับสูญ ความเห็นติดแน่นในสภาวะที่ปราศจากภพ และความเห็นว่างโลกชาติสุขุณ เป็นต้น

ตัณหา ๓ นี้ เมื่อบุคคลได้ศึกษาเรียนรู้แล้วจะได้นำมาพิจารณา บรรเทาความอยาก ความตื้นร่น ทะเยอทะยานในกาม ในภพ และในความปราศจากภพที่มีอยู่ในจิตใจอย่างไม่มีที่สิ้นสุดให้เบาบางลง เพื่อจะได้ดำรงตนอยู่ในโลกอย่างมีความสุขตามสมควร

### ปิฎก ๓

๑. พระวินัยปิฎก	หมวดพระวินัย
๒. พระสุตตันตปิฎก	หมวดพระสุตตันตตะ (หรือพระสูตร)
๓. พระอภิธรรมปิฎก	หมวดพระอภิธรรม

### อธิบาย

**ปิฎก** แปลว่ากระຈาดหรือตะกร้าอันเป็นภาชนะสำหรับใส่สิ่งของต่างๆ ในที่นี้หมายถึง คัมภีร์เป็นที่รวบรวมคำสั่งสอนในทางพระพุทธศาสนา ที่จัดเป็นหมวดหมู่แล้วมี ๓ อย่าง คือ

๑. **พระวินัยปิฎก** **หมวดพระวินัย** ได้แก่คำสั่งสอนที่ใช้ในลักษณะข้อบังคับอันเป็นกฎหรือระเบียบสำหรับปฏิบัติ เพื่ออยู่ร่วมกันอย่างเป็นสุขของหมู่คณะ แบ่งเป็น ๒ อย่าง คือ (๑) อาศาเรยวินัย วินัยของคฤหัสถ์ คือผู้อยู่ครองเรือน ได้แก่ คีล ๕ คีล ๘ และ (๒) อนาการยวินัย วินัยของบรรพชิต คือพระภิกษุสามเณร และพระภิกษุณี ได้แก่ คีล ๑๐ ของสามเณร คีล ๒๒๗ ของพระภิกษุ และคีล ๓๑๑ ของพระภิกษุณี

๒. **พระสุตตันตปิฎก** **หมวดพระสุตตันตตะ (หรือพระสูตร)** ได้แก่ พระสูตรที่ประมวลพระธรรมเทศนาซึ่งแสดงแก่บุคคล ตามสถานที่และโอกาสต่างๆ โดยยกบุคคลขึ้นแสดงเป็นตัวอย่างเพื่อให้เข้าใจได้ง่าย เช่น กล่าวถึง ทาน คีล ภาวนา เป็นต้น ว่าเป็นอย่างไรแล้วยกบุคคลผู้ปฏิบัติมาเป็นตัวอย่างเพื่อให้เกิดความเข้าใจและนำไปปฏิบัติได้ เป็นต้น

๓. **พระอภิธรรมปิฎก** **หมวดพระอภิธรรม** ได้แก่ ธรรมที่แสดงเฉพาะหัวข้อที่เป็นหลักวิชาการล้วนๆ ไม่เกี่ยวกับบุคคลหรือเหตุการณ์ จัดเป็นปรมัตถ์ (ธรรมชั้นสูง) ที่มีเนื้อความ



สุขุมลุ่มลึก เป็นธรรมที่เหมาะสมแก่บุคคลผู้มีอุปนิสัยแก่กล้า มีการกล่าวอธิบายถึง ชั้นธ ชาติ อายตนะ อินทรีย์ บัญญัติ วิมุตติและกุศล หรือกล่าวโดยย่อเป็นธรรมที่เกี่ยวกับจิต เจตสิก รูป นิพพาน

ปิฎกทั้ง ๓ นี้ พระวินัยปิฎก มี ๒๑,๐๐๐ พระธรรมชั้น พระสุตตันตปิฎก มี ๒๑,๐๐๐ พระธรรมชั้น พระอภิธรรมปิฎก มี ๔๒,๐๐๐ พระธรรมชั้น รวม ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้น (ข้อ) ซึ่งนับว่ามีมากในเรื่องจำนวนก็จริง แต่ในทางปฏิบัติถ้าบุคคลใด รักษาศีล ปฏิบัติสมาธิ และเจริญปัญญา บุคคลนั้นได้ชื่อว่าปฏิบัติครบทั้ง ๓ ปิฎก

### พุทธจริยา ๓

๑. โลกัตถจริยา      ทรงประพฤติเป็นประโยชน์แก่โลก
๒. ญาติัตถจริยา      ทรงประพฤติเป็นประโยชน์แก่พระญาติหรือโดยฐานเป็นพระญาติ
๓. พุทธัตถจริยา      ทรงประพฤติเป็นประโยชน์โดยฐานเป็นพระพุทธเจ้า

### อธิบาย

**พุทธจริยา** แปลว่า พระจริยาของพระพุทธเจ้า หมายถึงการทรงบำเพ็ญประโยชน์ของพระพุทธเจ้าตลอดระยะเวลา ๔๕ พรรษา มี ๓ อย่าง คือ

๑. **โลกัตถจริยา** ทรงประพฤติเป็นประโยชน์แก่โลก ได้แก่ พระจริยาที่ทรงบำเพ็ญประโยชน์แก่มหาชนที่นับว่าเป็นสัตว์โลกทั่วไป โดยทรงบำเพ็ญพุทธกิจ ๕ อย่าง คือ (๑) เวลาเข้าเสด็จออกบิณฑบาต (๒) เวลาเย็นทรงแสดงธรรม (๓) เวลาค่ำทรงประทานพระโอวาทแก่พระภิกษุ (๔) เวลาเที่ยงคืนทรงตอบปัญหาเทวดา (๕) เวลาใกล้รุ่งทรงตรวจดูเวไนยสัตว์ ในพุทธกิจข้อว่าในเวลาใกล้รุ่ง พระพุทธองค์จะทรงใช้ทิพยจักขุตรวจดูสัตว์โลกที่มีอุปนิสัยพร้อมที่จะบรรลุธรรมแล้วก็เสด็จไปโปรดโดยไม่ทรงเห็นแก่ความลำบาก เป็นพระพุทธจริยาที่ทรงบำเพ็ญเพื่อสงเคราะห์คนทั้งหลายโดยฐานเป็นเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

๒. **ญาติัตถจริยา** ทรงประพฤติเป็นประโยชน์แก่พระญาติหรือโดยฐานเป็นพระญาติ ได้แก่ทรงสงเคราะห์พระญาติตามฐานะ เช่น ทรงอนุญาตให้พวกศากยยะผู้เป็น



พระญาติและเป็นเตียรถีย์ (นับถือลัทธิศาสนาอื่น) ซึ่งมีความประสงค์จะเข้ามาอุปสมบทในพระพุทธศาสนาไม่ต้องอยู่ตติยปริวาส ๔ เดือนก่อนเหมือนพวกเตียรถีย์อื่นๆ หรือการเสด็จกลับกรุงกบิลพัสดุ์เพื่อทรงแสดงธรรมโปรดพระประยูรญาติมีพระพุทธบิดาเป็นต้น ให้บรรลุธรรมตามภูมิธรรมของแต่ละบุคคล หรือการเสด็จไปห้ามพระญาติทั้งสองฝ่ายผู้วิวาทกันเพราะการแย่งน้ำเข้านา เป็นต้น จัดเป็นญาติตถจริยาที่เด่นชัด

**๓. พุทธตถจริยา ทรงประพฤติเป็นประโยชน์โดยฐานเป็นพระพุทธเจ้า** ได้แก่ ทรงบำเพ็ญประโยชน์ในฐานเป็นพระพุทธเจ้า เช่น ทรงบัญญัติสิกขาบทพรหมจรรย์ และทรงวางระเบียบปฏิบัติแก่พระภิกษุและพระภิกษุณี คือศีลหรือพระวินัยของพระภิกษุและพระภิกษุณีอันเป็นพื้นฐานแห่งการประพฤติ เพื่อข่มพวกภิกษุผู้หน้าด้านไม่ละอายที่เรียกว่า อลัชชี และเพื่อความอยู่ผาสุกของเหล่าภิกษุผู้เคร่งครัดในศีล และทรงแสดงธรรมประกาศพระศาสนาแก่พุทธบริษัทให้รู้ทั่วถึงธรรม ประดิษฐานพระพุทธศาสนาให้ดำรงยั่งยืนสืบมา พระพุทธจริยาส่วนนี้ทำให้พระพุทธองค์ทรงเป็นพระพุทธเจ้าอย่างสมบูรณ์ในฐานที่เป็นพระบรมศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

พุทธจริยา ๓ อย่างนี้ เมื่อบุคคลได้ศึกษาแล้ว ทำให้ทราบถึงการบำเพ็ญประโยชน์ของพระพุทธเจ้า ตลอดระยะเวลา ๔๕ พรรษา ว่าทรงแสดงธรรมโปรดเวไนยสัตว์ทุกถ้วนหน้า ทรงบำเพ็ญประโยชน์ ๓ ประการ คือทรงอนุเคราะห์ชาวโลก ทรงอนุเคราะห์หมู่พระญาติ และทรงบำเพ็ญประโยชน์ในฐานเป็นพระพุทธเจ้าอย่างสมบูรณ์ควรที่พุทธบริษัทจะได้ถือเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติสืบไป

### วิภูษะ (วน) ๓

- |                |            |
|----------------|------------|
| ๑. กิเลสวิภูษะ | วนคือกิเลส |
| ๒. กัมมวิภูษะ  | วนคือกรรม  |
| ๓. วิปากวิภูษะ | วนคือวิปาก |

### อธิบาย

**วิภูษะ** แปลว่า วน หรือวงเวียน หมายถึงองค์ประกอบที่หมุนเวียนต่อเนื่องกันของภวจักร หรือสังสารจักร คือการเวียนตายเวียนเกิดอยู่ในภพภูมิต่างๆ มี ๓ อย่าง คือ



๑. กิเลสวิภวัญ วนคือกิเลส หรือวงจรกิเลส ประกอบด้วยอวิชชาความไม่รู้จริง ตัณหาความอยาก และอุปาทานความยึดมั่นถือมั่น

๒. กัมมวิภวัญ วนคือกรรม หรือวงจรกรรมประกอบด้วยสังขารและกรรมภพ

๓. วิปากวิภวัญ วนคือวิปาก หรือ วงจรวิปาก ประกอบด้วยวิญญาณ นามรูป สหายนะ ผัสสะ และเวทนา ซึ่งแสดงออกในรูปปรากฏ เรียกว่า อุปัตติภพชาติ ชรา มรณะ เป็นต้น

มนุษย์และสัตว์เวียนตายเวียนเกิดในสังสารวัฏหรือภพภูมิต่างๆ ก็เพราะมีกิเลส กรรม และวิปากทั้ง ๓ นี้ ซึ่งได้ชื่อว่า วิภวัญ ๓ หรือ ไตรวิภวัญ อันจัดเป็นสภาพที่หมุนเวียนไปตามกรรม เกิดขึ้นอีกเป็นวงจรใหญ่ เรียกสังสารจักร กล่าวคือ กิเลสเกิดขึ้นแล้วมีแรงผลักดันให้ทำกรรม ครั้นทำกรรมแล้ว ย่อมรับวิปาก ตรงกับคำว่า กรรมใดใครก่อ กรรมนั้นย่อมตามสนอง เมื่อได้รับวิปากแล้ว กิเลสเกิดขึ้นอีกวนกันไปอย่างนี้ จนกว่าจะตัดขาดได้ด้วยอรหัตมรรค จัดเป็นสภาพที่ประกอบเข้าแห่งปัจจยาการ เรียกว่า ภวจักร ความหมุนเวียนแห่งภาวะชีวิต หรือเรียกว่า สังสารจักร ความหมุนวนแห่งการเวียนตายเวียนเกิดในภพภูมิต่างๆ หมุนเวียนไปอยู่อย่างนี้ไม่รู้จักจบสิ้น จนกว่าจะได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ จึงจะตัดวงจรนี้ได้เด็ดขาด

### สิกขา ๓

- |                  |                   |
|------------------|-------------------|
| ๑. อธิศีลสิกขา   | สิกขาคือศีลยิ่ง   |
| ๒. อธิจิตตสิกขา  | สิกขาคือจิตยิ่ง   |
| ๓. อธิปัญญาสิกขา | สิกขาคือปัญญายิ่ง |

### อธิบาย

สิกขา แปลว่า การศึกษา หรือข้อที่จะต้องศึกษา หมายถึงข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับศึกษาหรือฝึกหัด ฝึกฝนอบรมกายวาจาใจให้มีการพัฒนาสูงยิ่งขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุดคือพระนิพพาน มี ๓ อย่าง คือ

๑. อธิศีลสิกขา สิกขาคือศีลยิ่ง หมายถึงข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติชั้นสูง โดยความมุ่งหมายสูงสุด ได้แก่ ปาติโมกข์สังวรศีล ศีล คือความสำรวมในพระปาติโมกข์ เว้นข้อที่พระพุทธเจ้าทรงห้าม ทำตามข้อที่ทรงอนุญาต จัดเป็นศีลที่ยิ่งสูงกว่าศีลทั่วไป ศีลสำหรับคนทั่วไป คือข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมในด้านความประพฤติ



ระเบียบวินัย การรักษามารยาททางกายและวาจา ให้มีสุจริตทางกายวาจา และมีการดำรงอยู่ด้วยดี มีชีวิตที่เกื้อกูลท่ามกลางสภาพแวดล้อมที่ตนมีส่วนช่วยสร้างสรรค์ รักษาให้เอื้ออำนวยแก่การมีชีวิตที่ดีงามร่วมกัน เป็นพื้นฐานที่ดีสำหรับการพัฒนาคุณภาพจิต

**๒. อธิจิตตสิกขา สิกขาคือจิตยั้ง** หมายถึง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมจิตเพื่อให้เกิดสมาธิขั้นสูง ได้แก่ การฝึกอบรมจิตจนถึงขั้นฌานสมาบัติจัดเป็นสมาธิยั้ง สำหรับคนทั่วไป เป็นการสร้างเสริมคุณภาพจิตและรู้จักใช้ความสามารถในการฝึกจิต หรือการปรับปรุงจิตให้มีคุณภาพและสมรรถภาพสูง ซึ่งเอื้อแก่การมีชีวิตที่ดีงามและพร้อมที่จะใช้งานให้ได้ผลดี ให้มีจิตใฝ่ดีมีมั่นคงในคุณธรรม ระวังให้ฝึกฝนและมีวิริยะอุตสาหะในการสร้างความดีงามยิ่งขึ้นไป

**๓. อธิปัญญาสิกขา สิกขาคือปัญญายั้ง** หมายถึง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง เห็นสภาพของสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง โดยความหมายสูงสุด ได้แก่ วิปัสสนาญาณ คือปัญญาที่กำหนดรู้อาการของไตรลักษณ์ สำหรับคนทั่วไป ได้แก่ การพิจารณาวิวินิจฉัยและคิดการต่างๆ ได้ถูกต้องชัดเจน โดยไม่ถูกกิเลสความเห็นแก่ได้และความเกลียดโกรธแค้นชิงชังเป็นตัวครอบงำชักจูง รู้เท่าทันความเป็นจริงของโลกและชีวิต ไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลาย ทำให้เกิดความเป็นอิสระ มีจิตผ่องใส ไร้ทุกข์ และสดชื่นเบิกบาน

สิกขา ๓ อย่างนี้ **อธิศีลสิกขา** คือการรักษากายวาจาให้เรียบร้อยอย่างยิ่งยวด **อธิจิตตสิกขา** คือการทำจิตใจให้ตั้งมั่นอย่างยิ่งยวด **อธิปัญญาสิกขา** คือความรอบรู้ตามเป็นจริงอย่างยิ่งยวด เรียกอีกอย่างว่า ไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา โดยศีลเป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างหยาบ สมาธิเป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างกลาง และปัญญาเป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างละเอียด สิกขา ๓ นี้ จึงจัดเป็นหลักปฏิบัติเพื่อเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์



## สามัญญลักษณะ ๓

๑. อนิจจตา	ความเป็นของไม่เที่ยง
๒. ทุกขตา	ความเป็นทุกข์
๓. อนัตตตา	ความเป็นของไม่ใช่ตน

### อธิบาย

สามัญญลักษณะ แปลว่า ลักษณะที่เสมอกันแก่สังขารทั้งปวง ได้แก่ ลักษณะที่เสมอกันแก่สังขารทั้งหลาย ที่มีวิญญาณ เช่น มนุษย์และสัตว์ เป็นต้น หรือสิ่งที่ไม่มิวิญญาณ เช่น โต๊ะ เก้าอี้ บ้านเรือน เป็นต้น มี ๓ คือ

๑. อนิจจตา ความเป็นของไม่เที่ยง ได้แก่ สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง มีการเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา ไม่เที่ยงแท้แน่นอน

๒. ทุกขตา ความเป็นทุกข์ ได้แก่ สังขารทั้งหลายทั้งปวง เป็นสิ่งที่ทนได้ยาก มีความบอบสลาย มีความบีบคั้นอยู่เป็นนิจ

๓. อนัตตตา ความเป็นของไม่ใช่ตน ได้แก่ ธรรมทั้งหลายทั้งปวงมีภาวะไม่ใช่ตัวตน ไม่เป็นไปในอำนาจ บังคับควบคุมไม่ได้ เป็นเพียงธาตุ ๔ คือปฐวี (ธาตุดิน) อาโป (ธาตุน้ำ) เตโช (ธาตุไฟ) วาโย (ธาตุลม) รวมกัน และภาวะที่ปัจจัยปรุงแต่งไม่ได้ (นิพพาน)

สามัญญลักษณะ ๓ อย่างนี้ เรียกอีกอย่างว่า ไตรลักษณ์ เมื่อบุคคลได้ศึกษาเรียนรู้แล้วจะได้ทราบความเป็นจริงของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ล้วนตกอยู่ในลักษณะที่เสมอกัน ได้แก่ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จะได้ใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เท่าทันแล้ว คลายความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งปวง





## จตุกกะ หมวด ๔

### อปัสเสนธรรม ๔

พิจารณาแล้วเสพของอย่างหนึ่ง

พิจารณาแล้วอดกลิ่นของอย่างหนึ่ง

พิจารณาแล้วเว้นของอย่างหนึ่ง

พิจารณาแล้วบรรเทาของอย่างหนึ่ง

### อธิบาย

**อปัสเสนธรรม** แปลว่า ธรรมดุษณักพิง หมายถึงธรรมเป็นที่อิงหรือพึ่งอาศัยของผู้มีปัญญาที่รู้จักพิจารณาปฏิบัติต่อสิ่งต่างๆ ให้ถูกต้อง เพื่อไม่ให้เกิดทุกข์โทษแก่ตน เป็นทางป้องกันไม่ให้อกุศลเกิดขึ้น และให้อกุศลเจริญยิ่งขึ้น มี ๔ อย่าง คือ

**๑. พิจารณาแล้วเสพของอย่างหนึ่ง** หมายถึง เมื่อจำเป็นจะต้องเกี่ยวข้องกับสิ่งของเครื่องใช้ที่เหมาะสม ได้แก่ ปัจจัย ๔ คือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค และบุคคล ตลอดถึงธรรม เป็นต้น ที่จำเป็นจะต้องเกี่ยวข้อง พึงพิจารณาแล้วจึงใช้สอยและเสพให้เป็นประโยชน์ อกุศลจะไม่เกิด และที่เกิดแล้วก็จะเสื่อมสิ้นไป

**๒. พิจารณาแล้วอดกลิ่นของอย่างหนึ่ง** หมายถึง เมื่อประสบกับอนิฏฐารมณ์คือ อารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนา มี หนาว ร้อน หิว กระจาย ถ้อยคำเสียดแทง และทุกข์เวทนาอันแรงกล้า พึงรู้จักพิจารณาแล้วอดกลิ่น เช่น บุคคลที่รู้จักพิจารณาว่า “เวรย่อมระงับด้วยการไม่จองเวร” แล้วอดกลิ่นได้ เป็นต้น

**๓. พิจารณาแล้วเว้นของอย่างหนึ่ง** หมายถึง เมื่อรู้ว่าสิ่งที่เป็นโทษก่ออันตรายแก่ร่างกาย หรือจิตใจ เช่น คนพาล การพนัน สุราเมรัย สิ่งเสพติด เมื่อเข้าใกล้หรือเสพเข้าแล้ว อกุศลที่ยังไม่เกิดย่อมเกิดขึ้น และกุศลที่เกิดแล้วย่อมเสื่อมสิ้นไป พึงรู้จักพิจารณาหลีกเลี่ยงเสีย เช่นเมื่อรู้ว่า “คบคนพาล พาลพาไปหาผิด” ก็พึงเว้นการคบหาสมาคมกับคนพาล



๔. พิจารณาแล้วบรรเทาของอย่างหนึ่ง หมายถึง เมื่อสิ่งที่เป็นโทษก่ออันตราย แก่ร่างกายหรือจิตใจ เช่น อกุศลวิตกอันประกอบด้วยกาม พยาบาท และเบียดเบียนกัน ตลอดถึงความชั่วร้ายทั้งหลายซึ่งเกิดขึ้นแล้ว พึงรู้จักพิจารณาแก้ไขบำบัดหรือขจัดให้สิ้นไป

อปสเสนธรรมทั้ง ๔ นี้ เรียกอีกอย่างว่า **อุปนิสัย ๔** หมายถึงธรรมเป็นที่พึงพิง หรือธรรมช่วยอุดหนุนให้ตั้งมั่นอยู่ในกุศลธรรมอื่นๆ เพราะเมื่อรู้จักพิจารณาปฏิบัติต่อสิ่ง ต่างๆ ให้ถูกต้องด้วยปัญญาตามหลักอปสเสนธรรม หรืออุปนิสัย ๔ อย่างนี้ ย่อมเป็นเหตุให้ อกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดก็ไม่เกิดขึ้น ที่เกิดขึ้นแล้วก็จะบรรเทาและสูญสิ้นไป

## อัปมัญญา ๔

เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา

### อธิบาย

**อัปมัญญา** แปลว่า ภาวะจิตที่แผ่ไปโดยไม่มีประมาณ หมายถึง การแผ่คุณธรรม คือ **เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา** ไปในหมู่มนุษย์และสัตว์หาประมาณมิได้ คือไม่จำกัดขอบเขต แต่ถ้าแผ่ไปโดยเจาะจงตัวบุคคล หรือโดยไม่เจาะจงตัวบุคคลแต่ยังมุ่งจำกัดเอาหมู่คนหรือสัตว์ เรียกว่า **พรหมวิหาร** แปลว่า ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหม หรือธรรมเป็นเครื่องอยู่อย่าง ประเสริฐ หมายถึง พรหมโดยสมมติ คือ ท่านผู้เป็นใหญ่ ในที่นี้หมายถึงธรรม ๔ อย่างคือ

๑. **เมตตา ความรักสนิทสนม** หมายถึง ความรักใคร่ที่เว้นจากราคะความกำหนัด เป็นความปรารถนาดีอยากให้ผู้อื่นสัตว์อื่นมีความสุขความเจริญ มีจิตอันแผ่เมตรีและคิดทำ ประโยชน์แก่มนุษย์และสัตว์ทั่วหน้า **การเจริญเมตตา** ให้พิจารณาเห็นโทษของโทสะ คือ ความคิดประทุษร้ายผู้อื่น และเห็นอนิสงส์ผลดีของขันติคือความอดทนอดกลั้นที่ควร ประกอบให้มีในจิตเพื่อข่มโทสะนั้นลงให้ได้แล้วจึงเจริญเมตตาจิตไปในสรรพสัตว์ไม่มี ประมาณ เมื่อเริ่มเจริญนั้น พึงตั้งเมตตาจิตในตนก่อนในทำนองว่า “ขอเราจงเป็นสุข อย่าได้ มีทุกข์ มีเวรมีภัยแก่ใครๆ เลย อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจ จงเป็นสุขๆ รักษาตนให้พ้นจาก ทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด” ดังนี้ เพื่อทำตนให้เป็นพยานเปรียบเทียบให้เห็นว่า ตนรักสุขเกลียดทุกข์ ฉันทิ ผู้อื่นหรือสัตว์อื่นก็รักสุขเกลียดทุกข์ฉันทิ นั้น เมื่อพิจารณาได้ดังนี้ จิตของบุคคลนั้นก็จะมี ความสุข ในลำดับนั้น พึงเจริญเมตตาจิตไปในสรรพสัตว์ทั่วไป ไม่มีประมาณไม่มีขอบเขต



ในการทำงานว่า “ขอให้สัตว์ทั้งปวงจงอย่ามีเวร อย่ามีความพยาบาทต่อกันและกันเลย อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจ จงมีความสุข รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด”

เมตตาภาวนานี้เป็นข้าศึกแก่โทสะ และเป็นคุณธรรมที่ทำลายความรู้สึกพยาบาทโดยตรง เมื่อบุคคลเจริญเมตตาที่ย่อมละโทสะและพยาบาทได้ จิตก็จะตั้งมั่นเป็นสมาธิโดยเร็ว

**๒. กรุณา ความสงสาร ความห่วงใยเมื่อเห็นผู้อื่นประสบทุกข์** หมายถึง เห็นผู้อื่นตกทุกข์เดือดร้อนคิดจะช่วยให้พ้นทุกข์ โดยใส่ใจในอันจะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนของปวงสัตว์ไม่มีประมาณ **การเจริญกรุณา** คือ ความสงสารรู้สึกเห็นใจต่อคนหรือสัตว์กำลังประสบความทุกข์ภัยอันตราย ผู้เจริญกรุณาต้องกำหนดใจว่า “ขอคนหรือสัตว์ผู้ประสบทุกข์จงพ้นจากความทุกข์เถิด” เมื่อกำหนดจิตไว้อย่างนี้บ่อยๆ ย่อมจะกำจัดวิหิงสา คือความคิดเบียดเบียนต่อคนหรือสัตว์ทั้งหลายลงไปได้ และจะไม่เศร้าโศกเสียใจเมื่อคนหรือสัตว์เหล่านั้นไม่พ้นจากความทุกข์ตามที่ตนต้องการ เพราะภาวะจิตมีแต่ความสงบ

**๓. มุทิตา ความพลอยยินดี** หมายถึง เห็นผู้อื่นอยู่ดีมีสุขและเจริญงอกงาม ประสบความสำเร็จ ก็พลอยมีใจแจ่มชื่นเบิกบาน ตรงกันข้ามกับผู้มีจิตริษยา **การเจริญมุทิตา** คือ ความพลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี ผู้เจริญมุทิตาต้องใช้ในกรณีที่พบเห็นผู้อื่นได้ดี โดยให้กำหนดใจว่า “ขอให้สัตว์ทั้งหลายอย่าได้เสื่อมจากสมบัติที่ตนได้แล้ว” หรือ ขอให้สัตว์เหล่านี้ยังยืนอยู่ในสุขสมบัติของตนๆ” เมื่อนึกกำหนดใจเช่นนี้ จิตก็จะกำจัดความไม่ยินดีในสมบัติของผู้อื่นลงไปได้ ความคิดริษยาก็คงจะไม่เกิดขึ้น

**๔. อุเบกขา ความวางเฉย** หมายถึง ความวางใจเป็นกลาง เช่น ไม่สามารถที่จะแผ่เมตตา กรุณาไปในคนร้ายทำความผิดถูกตำรวจจับ หรือไม่สามารถแผ่มุทิตา คือ พลอยยินดีด้วยการได้รับทรัพย์สินเงินทองของบุคคลผู้ทำโจรกรรมมาได้ หรือกรณีที่เห็นคนสองฝ่ายเป็นความฟ้องร้องกัน เมื่อศาลตัดสินให้ฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดชนะ จะพลอยยินดีกับฝ่ายชนะ เสียใจไปกับฝ่ายแพ้ เช่นนี้ ไม่สามารถทำได้ จึงควรมีอุเบกขา คือความวางจิตเรียบสงบ สม่าเสมอเที่ยงตรงดุจตราขึง มองเห็นมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายได้รับผลดีผลร้ายตามเหตุปัจจัยและกรรมที่กระทำไว้ ไม่เอนเอียงไปด้วยความชอบหรือความชัง

ผู้เจริญอุเบกขาพึงมีความรู้สึกเป็นกลางๆ ในสรรพสัตว์ ไม่ดีใจหรือเสียใจในเหตุสุขทุกข์ของสรรพสัตว์ โดยมีความรู้สึกที่ว่า “สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของของตน ย่อมเป็นไป



ตามกรรม ทำกรรมใดไว้ ย่อมได้รับผลของกรรมนั้น” ฟังนี้ก็กรรมเช่นนี้เรื่อยไปจนกว่าจิตจะตั้งมั่นเป็นสมาธิ เมื่อคิดอยู่เช่นนี้เรื่อยๆ จิตก็จะละระคาและปฏิฆะ ในบุคคลอื่นหรือสัตว์อื่นลงไปได้ และตั้งมั่นเป็นสมาธิโดยเร็ว

บุคคลใดก็ตามเมื่อจะแผ่คุณธรรมทั้ง ๔ อย่างนี้ให้เป็นอัปมัถญา ฟังแผ่ออกไปในมนุษย์หรือสัตว์ทั้งหลายอย่างมีจิตใจสม่ำเสมอทั่วกัน ไม่มีประมาณ ไม่จำกัดขอบเขต

## พระอริยบุคคล ๔

๑. พระโสดาบัน

๒. พระสกทาคามี

๓. พระอนาคามี

๔. พระอรหันต์

## อธิบาย

**อริยบุคคล** แปลว่า บุคคลผู้ประเสริฐ หมายถึง บุคคลผู้ได้บรรลุอริยผลอันเป็นโลกุตระ จึงจัดเป็นผู้ประเสริฐในพระพุทธศาสนา เพราะสามารถละสังโยชน์กิเลสได้เด็ดขาดตามภูมิธรรมของตน จัดลำดับเป็น ๔ ชั้น คือ

**๑. พระโสดาบัน** ผู้แรกถึงกระแสพระนิพพาน หมายถึง ท่านผู้บรรลุโสดาปัตติผลแล้วเรียกว่า ผู้เข้าถึงกระแสแห่งอริยมรรคที่จะนำไปสู่พระนิพพาน โดยมีความเป็นผู้ไม่ตกต่ำเป็นธรรมดา คือไม่มีอันต้องไปเกิดในอบายภูมิ จัดเป็นพระอริยบุคคลชั้นแรกสุดในพระพุทธศาสนา ละสังโยชน์ได้ ๓ อย่าง คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพตปรามาส

**๒. พระสกทาคามี** ผู้กลับมาเกิดอีกชาติเดียว หมายถึง ท่านผู้บรรลุสกทาคามีผลแล้วเป็นผู้กลับมาเกิดในมนุษย์โลกอีกครั้งเดียวก็ปรินิพพาน โดยยังจะต้องไปเกิดในเทวโลกอีกครั้งหนึ่งแล้วจึงจะกลับมาเกิดในมนุษย์โลก แล้วจะได้บรรลุอรหัตผลปรินิพพานไปในที่สุด จัดเป็นพระอริยบุคคลชั้นที่ ๒ ในพระพุทธศาสนา ละสังโยชน์ได้ ๓ อย่าง เช่นเดียวกับพระโสดาบัน และทำราคะ โทสะ โมหะให้เบาบางลง

**๓. พระอนาคามี** ผู้ไม่กลับมาเกิดอีก หมายถึง ท่านผู้ปฏิบัติอุโบสถศีลสำรวมอินทรี ๖ สำเร็จอนาคามีผลซึ่งจัดเป็นพระอริยบุคคลชั้นที่ ๓ เมื่อสิ้นชีวิตแล้วไม่ต้องกลับมาเกิดใน



มนุษย์โลกอีกจะไปเกิดในพรหมโลกชั้นสุทธาวาส (ที่เกิดอยู่ของท่านผู้บริสุทธิ์ ๕ ชั้น คือ อวิหา  
อตปปา สุทัสสา สุทัสสี และอกนิฏฐา) และจะปรินิพพานในที่นั้น พระอนาคามีละสังโยชน์  
ชั้นต่ำ เรียกว่า โอรัมภาคีสังโยชน์ ได้ ๕ อย่าง คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส  
กามราคะ ปฏิฆะ และทำราคะ โทสะ โมหะ ให้เบาบางลง

**๔. พระอรหันต์ ผู้ไกลจากกิเลสโดยสิ้นเชิง** หมายถึง ท่านผู้บรรลุอรหัตผลสำเร็จเป็น  
พระอริยบุคคลชั้นสูงสุดในพระพุทธศาสนา และเป็นอเสขบุคคลผู้อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว  
พระอรหันต์ละสังโยชน์ได้ทั้ง ๑๐ อย่าง คือ ทั้งโอรัมภาคีสังโยชน์ คือสังโยชน์เบื้องต่ำ ๕ อย่าง  
และอุทัมภาคีสังโยชน์ คือสังโยชน์เบื้องสูงได้อีก ๕ อย่าง คือ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ  
อุทธัจจะ อวิชชา และทำราคะ โทสะ โมหะ ให้หมดไป

พระอริยบุคคล ๔ ประเภทนี้ จัดเป็นพระอริยสงฆ์ในพระพุทธศาสนา เพราะละ  
สังโยชน์ได้เด็ดขาดเป็นขั้น ๆ น้อยหรือมากแตกต่างกันไป เป็นเนื่อบุญของโลกไม่มีนาบุญ  
อื่นเสมอเหมือน หากผู้ศึกษาใครจะพ้นทุกข์บรรลุถึงสันติสุขอย่างแท้จริง ก็ควรระลึกถึงให้  
เป็นสังฆานุสสติ และน้อมนำเอาปฏิบัติของท่านมาเป็นแบบอย่างในการดำเนินต่อไป

### สัมปรายิกัตถประโยชน์ คือประโยชน์ภายใน ๔

๑. สัทธาสัมปทา ถึงพร้อมด้วยศรัทธา คือเชื่อสิ่งที่ควรเชื่อ เช่นเชื่อว่า  
ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เป็นต้น
๒. สีลสัมปทา ถึงพร้อมด้วยศีล คือรักษากายวาจาเรียบร้อยดี ไม่มีโทษ
๓. จาคสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการบริจาคทานเป็นการเฉลี่ยสุขให้แก่ผู้อื่น
๔. ปัญญาสัมปทา ถึงพร้อมด้วยปัญญา รู้จักบาปบุญ คุณโทษ  
ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ เป็นต้น

### อธิบาย

**สัมปรายิกัตถประโยชน์** แปลว่า ประโยชน์ในภายในหรือประโยชน์ในภพหน้า  
ชาติหน้า หมายถึง คุณธรรมที่เป็นเหตุให้มีความสุขในภพหน้า มี ๔ อย่าง คือ

๑. สัทธาสัมปทา ถึงพร้อมด้วยศรัทธา คือความเชื่อประกอบด้วยปัญญา มีเหตุ  
มีผล ไม่เชื่อง่าย ไม่เชื่ออย่างงมงายไร้เหตุผล โดยมีหลักความเชื่อ ๔ อย่าง คือ (๑) กัมมสัทธา



เชื่อกรรม ได้แก่การกระทำ ซึ่งเป็นเหตุแห่งความสุขหรือความทุกข์ (๒) วิปากสังขาร เชื่อในผลของการกระทำ เชื่อว่าทุกคนที่เกิดมามีความแตกต่างกันก็เพราะผลของการกระทำในอดีตของตน (๓) กัมมัฏสกาสังขาร เชื่อว่าสัตว์โลกมีกรรมเป็นของของตน เป็นต้น (๔) ตถาคตโพธิสังขาร เชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า

**๒. สีสัมปทา ถึงพร้อมด้วยศีล** คือ การสำรวมกาย วาจาให้เรียบร้อยดี ไม่มีโทษสำหรับคฤหัสถ์ สมาทานศึกษาปฏิบัติตามศีล ๕ หรือ ศีล ๘ สำหรับบรรพชิต หรือนักบวชในพระพุทธศาสนา ต้องปฏิบัติเคร่งครัดอยู่ในจตุปาริสุทธิศีล ๔ มี สำรวมในพระปาติโมกข์ คือ ศีล ๒๒๗ เป็นต้น

**๓. จาคสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการบริจาคทาน** เป็นการเฉลี่ยความสุขให้แก่ผู้อื่น คือ การเผื่อแผ่เจือจานแก่บุคคลในระดับต่างๆ เช่น ให้แก่ภิกษุสามเณร บิฑามารดาผู้มีอุปการคุณ เป็นต้น ตลอดถึงให้เพื่อสงเคราะห์อนุเคราะห์แก่บุคคลผู้ตกทุกข์ได้ยาก การให้เป็นการสละความตระหนี่ มีใจกรุณาปราณี บรรเทาความโลภ ความเห็นแก่ตัวได้

**๔. ปัญญาสัมปทา ถึงพร้อมด้วยปัญญา** รู้จักบาป บุญ คุณ โทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ คือ มีปัญญารู้เท่าทันเหตุแห่งความเสื่อมและเหตุแห่งความเจริญ แล้วหลีกเลี่ยงเหตุแห่งความเสื่อมนั้นเสีย ประกอบแต่เหตุแห่งความเจริญ โดยอาศัยความเชื่อที่ประกอบด้วยเหตุผล สามารถแก้ปัญหาได้ทุกกรณี สามารถส่งให้ถึงพระนิพพานได้

สัมปรายิกัตถธรรม ๔ อย่างนี้ เป็นหลักธรรมที่ทำให้บุคคลผู้ปฏิบัติได้รับผลในภพหน้าหรือโลกหน้า หลักธรรมที่มีศรัทธาจะต้องมีปัญญาควบคู่เสมอ เพราะหากมีแต่ความเชื่ออย่างเดียวอาจทำให้เป็นคนงมงายเชื่อง่ายโดยไม่มีเหตุผล และหากมีปัญญาอย่างเดียว ไม่มีเชื่อใครหรือสิ่งใดเลยก็จะเป็นคนแข็งกระด้าง เพราะทะนงตนว่าเฉลียวฉลาดกว่าคนอื่นและไม่ยอมรับเหตุผลของคนอื่น อาจทำให้พลาดโอกาสอันดีงามไป



## มรรค ๔

โสดาปัตติมรรค

สกทาคามิมรรค

อนาคามิมรรค

อรรหัตตมรรค

### อธิบาย

**มรรค** แปลว่า ทาง หมายถึง ทางเข้าถึงความเป็นพระอรหันต์บุคคล ได้แก่ ญาณคือ ความรู้ที่เป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติสามารถละสังโยชน์ได้เด็ดขาดเป็นขั้น ๆ มี ๔ คือ

**๑. โสดาปัตติมรรค** หมายถึง มรรคอันให้ถึงกระแสที่นำไปสู่พระนิพพานที่แรก หรือ มรรคอันให้ถึงความเป็นพระโสดาบัน อันเป็นเหตุให้ละสังโยชน์ ๓ อย่าง คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส

**๒. สกทาคามิมรรค** หมายถึง มรรคอันให้ถึงความเป็นพระสกทาคามี เป็นเหตุละสังโยชน์ ได้ ๓ เหมือนโสดาปัตติมรรค และทำราคะ โทสะ โมหะ ให้เบาบางลง

**๓. อนาคามิมรรค** หมายถึง มรรคอันให้ถึงความเป็นพระอนาคามี ผู้ปฏิบัติในอนาคามิมรรค ไม่มีความยินดีในคู่ครอง เพราะละสังโยชน์เบื้องต่ำได้ทั้ง ๕ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ ปฏิฆะ

**๔. อรรหัตตมรรค** หมายถึง มรรคอันให้ถึงความเป็นพระอรหันต์ เป็นเหตุละสังโยชน์ เบื้องต่ำ ๕ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ ปฏิฆะ และสังโยชน์เบื้องสูง ๕ คือ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ อวิชชาโดยสิ้นเชิง

มรรค ๔ นี้ เป็นปฏิบัติ คือ แนวทางการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุอรหันต์ของบุคคล ผู้บรรลุผล จัดตามประเภทบุคคล เรียกว่า โสดาบัน สกทาคามี อนาคามี อรรหัตต์ ตามลำดับ



## ผล ๔

โสดาปัตติผล

สกทาคามีผล

อนาคามีผล

อรหัตตผล

### อธิบาย

**ผล** เป็นธรรมารมณีสืบเนื่องมาจากมรรค เป็นผลที่เกิดจากการละกิเลสได้ด้วยมรรค หรือธรรมารมณีสืบเนื่องมาจากรูปคฤหัสถ์เป็นชื่อของโลกุตระธรรมที่ใช้คู่กับมรรค มี ๔ อย่าง คือ

**๑. โสดาปัตติผล** หมายถึง ผลแห่งการเข้าถึงกระแสที่นำไปสู่พระนิพพาน ผลคือความเป็นพระโสดาบัน หรือผลอันพระโสดาบันพึงเสวยหรือได้รับ

**๒. สกทาคามีผล** หมายถึง ผลคือความเป็นพระสกทาคามี หรือผลอันพระสกทาคามีพึงเสวยหรือได้รับ

**๓. อนาคามีผล** หมายถึง ผลคือความเป็นพระอนาคามี หรือผลอันพระอนาคามีพึงเสวยหรือได้รับ

**๔. อรหัตตผล** หมายถึง ผลคือความเป็นพระอรหันต์ หรือผลอันพระอรหันต์พึงเสวยหรือได้รับ

ผู้บำเพ็ญเพียรที่บรรลุอริยผลทั้ง ๔ นี้ จัดเป็นพระอริยบุคคล ๔ จำพวกดังกล่าวแล้ว เรียกอีกอย่างว่า สามัญญผล หมายถึง ผลของความเป็นสมณะ หรือผลแห่งการบำเพ็ญสมณธรรมในพระพุทธศาสนา สมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ ทรงแสดงข้ออุปมาเปรียบเทียบมรรคกับผลให้เข้าใจชัดไว้ว่า สังโยชน์ที่มรรคกำจัดเสียได้นั้น เปรียบเหมือนโรคในร่างกาย มรรคเปรียบเหมือนยารักษาโรคให้หาย ผลเปรียบเหมือนความสุขอันเกิดแต่ความหมดโรค อีกนัยหนึ่ง สังโยชน์เปรียบได้กับเหล่าโจรในป่า มรรคเปรียบได้กับกิริยาที่ปราบเหล่าโจร ผลเปรียบได้กับความสงบราบคาบที่เกิดมีเพราะหมดเหล่าโจร ฉะนั้น





## ปัญจกะ หมวด ๕

### อนุப்புพิภกา ๕

ทานกถา	กล่าวถึงทาน
สีลกถา	กล่าวถึงศีล
ลักคกถา	กล่าวถึงสวรรค์
กามาทีนวกถา	กล่าวถึงโทษแห่งกาม
เนกขัมมานิสังสกถา	กล่าวถึงอานิสงส์แห่งความออกจากกาม

### อธิบาย

**อนุப்புพิภกา** แปลว่า ถ้อยคำที่พรรณนาความโดยลำดับ หมายถึง พระธรรมเทศนาที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไปโดยลำดับเพื่อฟอกจิตของเวไนยสัตว์ผู้มีอุปนิสัยสามารถจะบรรลุธรรมพิเศษ ให้หมดจดเป็นขั้นๆ จากง่ายไปหายาก ซึ่งเป็นการเตรียมจิตของผู้ฟังให้พร้อมที่จะรับฟังอริยสัจต่อไป มี ๕ อย่าง คือ

**๑. ทานกถา กล่าวถึงทาน** คือ ทรงแสดงประโยชน์ของการให้ทาน การเสียสละแบ่งปัน เพื่อให้คนที่มีจิตใจตระหนี่เห็นแก่ตัวละความตระหนี่เห็นแก่ตัวนั้นแล้วมีใจเผื่อแผ่เกื้อกูลแก่ผู้อื่นด้วยกำลังทรัพย์ของตน พรรณนาถึงคุณของทานโดยประการต่างๆ เช่น ทานเป็นเหตุแห่งความสุข เป็นรากฐานแห่งสรรพสมบัติ เป็นแหล่งเกิดโภคสมบัติทั้งหลาย เป็นที่พึ่งของสัตว์ทั้งหลายทั้งในโลกนี้ โลกหน้า เป็นต้น

**๒. สีลกถา กล่าวถึงศีล** คือ ทรงแสดงประโยชน์ของศีล ความประพฤติเรียบร้อยเพื่อฟอกจิตไม่ให้เป็นคนโหดร้าย มือไว ใจเร็ว ขี้ปด หมดสติ หรือไม่สร้างเวรภัยให้เกิดขึ้นในหมู่คณะที่ตนอยู่อาศัยด้วย พรรณนาถึงคุณของศีล เช่น ศีลเป็นที่พึ่งอาศัย ที่พักหน่วงเหนี่ยวโภคสมบัติทั้งหลายทั้งในโลกนี้และโลกหน้า บุคคลล้วนอาศัยศีลเป็นที่พึ่งอาศัยจึงได้เกิดมาเป็นมนุษย์

**๓. ลักคกถา กล่าวถึงสวรรค์** คือ ทรงแสดงสมบัติคือความดีงามอันบุคคลผู้ให้ทานและรักษาศีลจะพึงได้รับในมนุษยโลก ตลอดถึงสวรรค์ ซึ่งเป็นส่วนที่น่ายินดีเพราะเพียบพร้อมไปด้วยกามคุณ เป็นการพรรณนาถึงความสุขในสวรรค์ว่าน่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ การจะเข้าถึงสวรรค์ได้ ต้องให้ทาน รักษาศีล



๔. กามาที่นวกถา กล่าวถึงโทษแห่งกาม คือ ทรงแสดงถึงโทษของกามคุณว่า แม้กามจะให้ความยินดีโดยประการต่างๆ ถึงกระนั้นก็ยังเจ็บไปด้วยทุกข์ จึงไม่ควรเพลิดเพลินไปโดยส่วนเดียว แต่ควรที่จะเบื่อหน่าย ดังนั้น กามคุณแม้จะเป็นสิ่งที่ต้องการของเหล่าเทวดาและมนุษย์ แต่ก็มีข้อบกพร่องต่างๆ พร้อมทั้งผลร้ายที่สืบเนื่องมาจากแต่กาม ไม่ควรหลงไหลหมกมุ่นมัวเมา เพราะกามสุขในสวรรค์ก็ไม่ยั่งยืน มีความยินดีน้อย มีทุกข์มาก

๕. เนกขัมมานิสังสกา กล่าวถึงอานิสงส์แห่งการออกจากกาม คือ ทรงแสดงถึงผลดีของการไม่หมกมุ่นเพลิดเพลินติดอยู่ในกาม เพื่อให้มีฉันทะในการแสวงหาความดีงามและความสุขสงบที่ประณีตยิ่งขึ้นไปกว่านั้น เป็นการให้จิตมีอิสระปลอดโปร่งไม่ติดใจหรือเพลิดเพลินอยู่ในกามคุณด้วยการออกบวช เพื่อที่จะแสวงหาความสุขสงบอันประณีตอย่างแท้จริง

พระพุทธเจ้าเมื่อจะทรงแสดงพระธรรมเทศนาแก่คฤหัสถ์ผู้มีอุปนิสัยจะบรรลुरुธรรมพิเศษ จะทรงแสดงอนุพุทธานี้ก่อน แล้วจึงตรัสอริยสัจ ๔ เป็นการทำจิตของบุคคลนั้นให้พร้อมที่จะรับพระธรรมเทศนา ดุจผ้าที่ซักฟอกสะอาดแล้วควรรับน้ำย้อมต่างๆ ได้ด้วยดีฉะนั้น

### มัจฉริยะ ๕

อาวาสมัจฉริยะ	ตระหนี่ที่อยู่
กุลมัจฉริยะ	ตระหนี่สกุล
ลามมัจฉริยะ	ตระหนี่ลาม
วณมัจฉริยะ	ตระหนี่วรรณะ
ธัมมมัจฉริยะ	ตระหนี่ธรรม

### อธิบาย

มัจฉริยะ แปลว่า ความตระหนี่ หมายถึง ความหวงแหนกีดกันไม่ให้ผู้อื่นได้ดีหรือมีส่วนร่วม คือ ความไม่พอใจที่จะให้สิ่งของของตนแก่ผู้อื่นด้วยอาการที่หวงแหนเหนียวแน่น โดยมีความโลภเป็นสมุฏฐาน จำแนกไว้ ๕ อย่าง คือ



**๑. อาวาสมัจฉริยะ ตระหนี่ที่อยู่** หมายถึง ความหวงแหนถิ่นที่อยู่อาศัยของตน ไม่พอใจให้คนต่างด้าว ต่างชาติ ต่างศาสนา ต่างหมู่ ต่างคณะ เข้ามาอยู่ปะปนแทรกแซง โดยกีดกันผู้อื่นหรือผู้มีใช้พวกของตน ไม่ให้เข้าอยู่อาศัยในถิ่นฐานของตน เป็นต้น เป็นลักษณะของคนที่รังเกียจคนต่างชาติต่างถิ่นเข้ามาอยู่อาศัย

**๒. กุลมัจฉริยะ ตระหนี่สกุล** หมายถึง ความหวงแหนสกุลของตนเอง ไม่ยอมให้สกุลอื่นๆ มาเกี่ยวดองผูกพันด้วย เช่น ไม่อยากให้บุตรหลานในตระกูลอื่นมาแต่งงานกับบุตรหลานในตระกูลของตน เป็นต้น จัดเป็นกุลมัจฉริยะในฝ่ายคฤหัสถ์ ส่วนในฝ่ายบรรพชิต เช่น ภิกษุหวงสกุลอุปัฏฐาก คอยกีดกันภิกษุอื่นไม่ให้เกี่ยวข้องได้รับการบำรุงด้วย เป็นต้น

**๓. ลาภมัจฉริยะ ตระหนี่ลาภ** หมายถึง ความหวงแหนทรัพย์สมบัติพัสดุสิ่งของต่างๆ ซึ่งเป็นของตนอย่างเหนียวแน่น ไม่ต้องการจะแบ่งปันให้บุคคลอื่น หรือการหวงผลประโยชน์ เช่น กีดกันไม่ให้ลาภหรือรายได้เกิดขึ้นแก่ผู้อื่น เป็นต้น เป็นลักษณะของคนที่ไม่รู้จักแบ่งปันหวังไว้บริโภคคนเดียว

**๔. วัฒนมัจฉริยะ ตระหนี่วรรณะ** หมายถึงความหวงผิวพรรณร่างกายของตน ไม่ปรารถนาให้ผู้อื่นสวยงามกว่า อีกอย่างหนึ่ง หมายถึง ความหวงคำสรรเสริญคุณ ไม่อยากให้ใครมีคุณความดีเด่นกว่าตน หรือไม่พอใจเมื่อได้ยินคำสรรเสริญคุณความดีของผู้อื่น ไม่ปรารถนาให้ผู้อื่นทัดเทียมตนหรือเสมอกับตนในคุณความดีนั้นๆ

**๕. ธัมมมัจฉริยะ ตระหนี่ธรรม** หมายถึง ความหวงแหนธรรม หวงวิชาความรู้ และคุณวิเศษที่ตนได้บรรลุ ไม่ปรารถนาจะแสดง บอกกล่าว หรือสั่งสอนให้แก่บุคคลอื่นๆ ด้วยเกรงว่าเขาจะรู้ทัดเทียมตนหรือเกินตน เพราะต้องการรู้เฉพาะตนแต่ผู้เดียว เป็นลักษณะของคนหวงแหนศิลปวิทยา หรือหวงวิชา

ความตระหนี่ ทั้ง ๕ อย่างนี้ มีอยู่ในผู้ใด ทำให้ผู้นั้นมีใจคับแคบ ไม่มีพรรคพวก เพื่อนฝูง เป็นคนเห็นแก่ตัว มีทิฐิมาณะมาก ผู้หวังความเจริญด้วยลาภ ยศ สรรเสริญ สุขและเป็นที่รักของคนทั้งหลาย พึงละธรรมนี้เสีย



## มาร ๕

ขันธมาร	มารคือปัญญาชั้นร์
กิเลสมาร	มารคือกิเลส
อภิสังขารมาร	มารคืออภิสังขาร
มัจจุมาร	มารคือมรณะ
เทวบุตรมาร	มารคือเทวบุตร

### อธิบาย

**มาร** แปลว่า สภาพที่ทำให้ตาย หมายถึง สิ่งที่ทำาบุคคลให้ตายจากคุณความดีและผลที่คาดหวัง หรือสิ่งที่ล้างผลาญคุณความดี ตัวการที่กำจัดขัดขวางบุคคลมิให้บรรลุผลสำเร็จ มี ๕ อย่าง คือ

**๑. ขันธมาร มารคือปัญญาชั้นร์** หมายถึง ชั้นร์ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ได้ชื่อว่า มาร เพราะทำให้ลำบาก เป็นสภาพอันปัจจยปรุ่แต่งให้เปื้อหนาย ไม่มั่นคง ทนทาน เป็นภาระในการบริหาร ทั้งแปรปรวนเสื่อมโทรมไปเพราะความเจ็บป่วย เป็นต้น ล้วนตรอนบ้นทอนโอกาสมิให้บุคคลทำกิจหน้าที่หรือบำเพ็ญคุณความดีได้เต็มที่ตามต้องการ

**๒. กิเลสมาร มารคือกิเลส** หมายถึง กิเลสที่กำจัดและขัดขวางความดี ทำสัตร์ บุคคลให้ประสบความพินาศทั้งในปัจจุบันและอนาคต เมื่อตกอยู่ในอำนาจของมันแล้ว มันยอมผูกมัดคือพันไว้ให้อยู่ในอำนาจ เป็นเหตุให้ทำสิ่งที่ไม่ควรทำ พุดสิ่งที่ไม่ควรพุด คิดสิ่งที่ไม่ควรคิด ในที่สุดก็ทำให้เสียผู้เสียคนไป เช่น คนที่ถูกตำว่า ถูกยั่วโทะสะแล้วบันดาลโทะสะ ประทุษร้ายถึงลงมือฆ่าผู้อื่นด้วยอารมณ์โกรธก็มี เพราะถูกกิเลสมารนี้ครอบงำ

**๓. อภิสังขารมาร มารคืออภิสังขาร** หมายถึง กรรมฝ่ายอกุศล อภิสังขารได้ชื่อว่า มาร เพราะฆ่าเสียซึ่งกุศลกรรมของบุคคล ขัดขวางมิให้หลุดพ้นไปจากสังสารทุกข์ ดังนั้น อภิสังขารคือกรรมฝ่ายอกุศล ได้ชื่อว่ามาร เพราะทำกุศลธรรมให้อ่อนแรงลง ชักนำให้บุคคล ทำบาป มีผลทำให้ชีวิตตกต่ำถลาลงไปเกิดอยู่ในภูมิเบื้องต่ำ มีอบายภูมิ เป็นต้น จึงยากที่จะ พ้นจากความทุกข์เพราะการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ



**๔. มัจจุมาร มารคือมรณะ** หมายถึง ความตาย ที่ได้ชื่อว่ามาร เพราะเป็นตัวการตัดโอกาสของบุคคลที่จะก้าวหน้าต่อไปในคุณความดีทั้งหลาย หรือตายเสียก่อนที่จะได้รับโอกาส เช่น อาหารดาบสและอุทกดาบสที่สิ้นชีวิตเสียก่อนที่จะได้รับฟังพระธรรมเทศนาของพระบรมศาสดา

**๕. เทวบุตร มารคือเทวบุตร** หมายถึง ผู้คอยขัดขวางเหนี่ยวรั้งเหล่าสัตว์ผู้ปฏิบัติไว้มิให้ล่วงพ้นจากอำนาจของตน โดยชักให้ห้วงพะวงอยู่ในกามสุข ไม่ให้อาจหาญเสียสละออกไปบำเพ็ญคุณความดีที่ยิ่งใหญ่ได้ โดยบุคลาธิษฐาน หมายถึงเอาเทวบุตรผู้มั่งร่ำรวยทำลายล้าง ซึ่งเป็นเทพยต์ใหญ่ระดับสูงสุดแห่งสวรรค์ชั้นกามาวจรตนหนึ่ง มีชื่อเรียกหลายชื่อ เช่น กัณหมาร (มารใจดำ) อธิปติมาร (มารผู้ยิ่งใหญ่) วสวัตติมาร (มารผู้ครอบงำให้อยู่ในอำนาจหรือทำวสวัตติ) เป็นต้น

มารทั้ง ๕ อย่างนี้ คือความป่วยไข้ ความอยากได้ ความไม่พอใจ ความคับแค้นใจ ความอ่อนกำลังของความตั้งใจที่จะกระทำ ความตายเสียในระหว่าง และเทวบุตรได้แก่กามสุข เป็นเหตุตัดรอนความดี ขัดขวางความดี มิให้บรรลุผลสำเร็จตามที่ต้องการ

## นิเวรณ ๕

ธรรมอันกั้นจิตมิให้บรรลุความดี เรียก นิเวรณ มี ๕ อย่าง

๑. ความพอใจรักใคร่ในอารมณ์ที่ชอบใจ มีรูป เป็นต้น เรียกกามฉันท
๒. ปองร้ายผู้อื่น เรียกพยาบาท
๓. ความที่จิตหดหู่และเคลิบเคลิ้ม เรียกถีนมิทระ
๔. ฟุ้งซ่านและรำคาญ เรียกอุทัจจกุกุกุจะ
๕. ลังเลไม่ตกลงใจได้ เรียกวิจิกิจฉา

## อธิบาย

**นิเวรณ** แปลว่า กิเลสหรืออกุศลธรรมที่ครอบงำจิต หรือปิดกั้นจิตมิให้บรรลุความดี ไม่ให้ก้าวขึ้นสู่ธรรมเบื้องสูงขึ้นไป ความดีในที่นี้ หมายถึง สมาธิ ฌาน สมาบัติ เช่น ในการเจริญสมถกัมมัฏฐาน หรือเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานก็ตาม หากกิเลสเหล่านี้อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นแล้วจะไม่สามารถเจริญกัมมัฏฐานให้ก้าวหน้าได้ มี ๕ อย่าง คือ



**๑. กามฉันท์ ความพอใจในกาม** หมายถึง ความติดใจรักใคร่หมกมุ่นในกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่ชอบใจด้วยอำนาจกิเลสกาม หากครอบงำจิตผู้ใด จิตของผู้นั้นก็หม่นหมอง เปรียบเหมือนกับน้ำที่เจือปนด้วยสีต่างๆ มัวหมอง มองไม่เห็นเงาหน้า กามฉันท์นี้ มีราคะหรือโลภะเป็นมูล ผู้ที่ถูกกามฉันท์ครอบงำ ควรใช้อารมณกัมมัฏฐาน คือ **กายคตาสติ** สติกำหนดพิจารณากายเป็นอารมณ์ และ **อสุภกัมมัฏฐาน** พิจารณาให้เห็นว่า กายเป็นของไม่งาม น่าเกลียด โสโครก

**๒. พยาบาท ปองร้ายผู้อื่น** หมายถึง ความผูกใจเกลียดชัง จองเวร อาฆาตมาดร้าย พยาบาทมีโทสะเป็นมูล ถ้าครอบงำจิตผู้ใด จิตผู้ผู้นั้น จะเดือดดาล งุ่นง่าน มีดมัว มองไม่เห็นเหตุผลในบาปบุญ คุณโทษ เปรียบเหมือนกับน้ำร้อนกำลังเดือดพล่านเป็นฟองมกมองไม่เห็นเงาหน้า ผู้ที่ถูกพยาบาทครอบงำ ควรเจริญ**พรหมวิหารธรรม** ให้เกิดเมตตาสงสารยินดีตามกาลอันควร

**๓. ถีนมิทธะ ความที่จิตหดหู่และเคลิบเคลิ้ม** หมายถึง ความท้อแท้ หดหู่ เชื่องซึม เกียจคร้าน ถีนมิทธะมีโมหะเป็นมูล หากจิตของผู้ใดถูกถีนมิทธะครอบงำ จิตของผู้ผู้นั้นจะอ่อนเพลียซึมเศร้าไม่คล่องแคล่ว ไม่รับรู้อารมณ์ที่ผ่านมาจากอายตนะ ๖ แม้รับรู้บ้างก็เพียงเลื่อนกลาง ไม่ควรแก่การงานทุกอย่าง เมื่อเจริญกัมมัฏฐาน จิตก็ไม่เป็นสมาธิ เปรียบเหมือนกับน้ำที่มีสาหร่ายจอกแหนปกคลุมอยู่ มองดูก็ไม่เห็นเงาหน้า ควรให้เจริญอนุสสติกัมมัฏฐาน มีพุทธานุสสติ เป็นต้น

**๔. อุทธัจจกุกกุจจะ ฟุ้งซ่านและรำคาญ** หมายถึง ความที่จิตกระสับกระส่าย อันเกิดจากความรังเกียจตนเองที่ได้ทำทุจริต มิได้ทำสุจริต ถ้าเข้าครอบงำจิตผู้ใด จิตผู้ผู้นั้นไม่มีความสงบ และมีความเศร้าโศกถึงทุจริตที่ตนได้กระทำแล้วและสุจริตที่ตนมิได้ทำ เป็นจิตที่ปั่นป่วนซัดส่ายไม่สงบนิ่ง เปรียบเหมือนกับน้ำที่ถูกลมพัดกระเพื่อมเป็นระลอกอยู่ มองดูก็ไม่เห็นเงาหน้า ควรแก้ด้วยการเข้าไปสงบจิตในดวงกสิณ คือผูกจิตไว้ในอารมณ์ เช่น เพ่งดูสีเขียว ผูกจิตให้อยู่กับสีเขียว เป็นต้น หรือเจริญมรณัสสติ ระลึกถึงความตาย

**๕. วิจิกิจฉา ลังเลไม่ตกลงใจได้** หมายถึง ความลังเลสงสัย ตกลงใจไม่ได้ เช่น ความสงสัยในคุณพระรัตนตรัย และบาปบุญ เป็นต้น วิจิกิจฉามีความทำไว้ในใจโดยอุบายที่ไม่ถูกต้องเป็นมูลเหตุ ถ้าเข้าครอบงำจิตของผู้ใด จิตของผู้ผู้นั้นก็จะวนเวียนฉงนสนเท่ห์ จะทำอะไรก็ไม่ตกลงปลงใจ ไม่แนใจ เพราะสงสัยไปทุกอย่าง เป็นจิตที่มีดมัว เปรียบเหมือนน้ำที่ขุ่นเป็นนม มองไม่เห็นเงาหน้า ควรเจริญธาตุกัมมัฏฐาน หรือวิปัสสนากัมมัฏฐาน เพื่อกำหนดรู้สภาวธรรมโดยอุบายที่ถูกต้อง



นิเวศธรรมทั้ง ๕ อย่างนี้ จัดเป็นธรรมฝ่ายอกุศลเจตสิก คือความไม่ตีเกิดขึ้นแก่จิต ปกคลุมจิต ปิดกั้นปัญญาความคิดไม่ให้ดำเนินไปโดยสะดวก เมื่อครอบงำจิตของบุคคล ทำให้ปัญญามีตมิด ไม่รู้ผิดถูกชั่วดี ไม่มีความองอาจสามารถในการประกอบกรณียกิจให้สำเร็จ ประโยชน์แก่ตนหรือผู้อื่น เมื่อบุคคลถูกนิเวศครอบงำ ก็ควรแก้ด้วยกุศลธรรมอันเป็น ปฏิปักษ์ต่อนิเวศแต่ละอย่าง ก็เท่ากับเปิดช่องทางให้จิตดำเนินไปถึงความดีได้ ทั้งความดี ในทางโลกและความดีในทางธรรม ในทางโลก ได้แก่ การทำงาน เช่น การศึกษาเล่าเรียน ตลอดถึงการประกอบอาชีพ ในทางธรรม ได้แก่ การเจริญสมาธิ ถ้านิเวศเข้าครอบงำจิต จิตก็อ่อนแอ ไม่ถึงความสำเร็จกิจทั้งทางโลกและทางธรรม ถ้ากำจัดนิเวศเสียได้ ก็ย่อมบรรลุ ความดีทั้งสองทางนั้นได้.

## ชั้น ๕

### รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

กายกับใจนี้ แบ่งออกเป็น ๕ กอง เรียกว่า ชั้น ๕ คือ

- |           |           |          |
|-----------|-----------|----------|
| ๑. รูป    | ๒. เวทนา  | ๓. สัญญา |
| ๔. สังขาร | ๕. วิญญาณ |          |

ธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ประชุมกันเป็นกาย นี้ เรียกว่า **รูป**

ความรู้สึกอารมณ์ว่า เป็นสุข คือสบายกายสบายใจ หรือเป็นทุกข์ คือไม่สบายกาย ไม่สบายใจ หรือเฉยๆ คือไม่ทุกข์ไม่สุข เรียกว่า **เวทนา**

ความจำได้หมายรู้ คือ จำรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อารมณ์ที่เกิดกับใจได้ เรียกว่า **สัญญา**

เจตสิกธรรม คืออารมณ์ที่เกิดกับใจ เป็นส่วนดีเรียกกุศล เป็นส่วนชั่วเรียกอกุศล เป็นส่วนกลางๆ ไม่ดีไม่ชั่วเรียกอภัยกถุต เรียกว่า **สังขาร**

ความรู้อารมณ์ ในเวลาที่รูปมากระทบตา เป็นต้น เรียกว่า **วิญญาณ**

ชั้น ๕ นี้ย่อลง เรียกว่า **นามรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ** รวมเข้าเป็นนาม, รูปคงเป็นรูป.



## อธิบาย

**ขั้น** แปลว่า กอง หมายความว่า แบ่งกายกับใจออกเป็น ๕ กอง ได้แก่ รูปขั้น เวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้น และวิญญาณขั้น ดังนี้

๑. รูปร่างกายอันประกอบด้วยธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม รวมตัวกันเข้า เกิดในครรภ์มารดา มีอวิชชา ตัณหา อุปาทาน กรรม และอาหารเป็นเหตุ เป็น ๑ กอง เรียกว่า รูปขั้น แปลว่า **กองรูป**,

๒. ส่วนใจ แบ่งออกเป็น ๔ กอง คือ

๑) เมื่ออายตนะภายในอายตนะภายนอก และวิญญาณ ๓ อย่าง ประชุมกัน ก็เกิดผัสสะ ผัสสะเป็นปัจจัยให้เกิดความสุขบ้าง ความทุกข์บ้าง กลางๆ ไม่สุขไม่ทุกข์บ้าง เป็นเวทนาขั้น แปลว่า **กองเวทนา**

๒) ความจำได้หมายรู้สิ่งที่มากระทบทางทวารทั้ง ๖ ที่ล่วงมาแล้วแม่นยำได้ กล่าวคือ เมื่อรูป เสียง เป็นต้น แม้ผ่านพ้นไปแล้ว และเวทนาดับไปแล้วก็ยังจำได้ ความจำได้นี้ เป็นสัญญาขั้น แปลว่า **กองสัญญา**

๓) อารมณ์ที่เกิดกับใจ ทั้งอิฏฐารมณ์และอนิฏฐารมณ์ ทั้งที่เป็นกุศลหรืออกุศล หรือที่เป็นกลางๆ กล่าวคือ เมื่อจำได้ ก็คิดปรุงแต่งหรือปรุงแต่งความคิด ดีบ้าง ชั่วบ้าง ไม่ดีไม่ชั่วบ้าง ความคิดปรุงแต่งจิตให้มีอาการต่างๆ นี้ เป็นสังขารขั้น แปลว่า **กองสังขาร**

๔) ความรู้อารมณ์ในรูปขั้นที่กรรมตกแต่งให้มีอายตนะภายใน ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ, เมื่ออายตนะภายนอกมีรูปกระทบตา เสียงกระทบหู กลิ่นกระทบจมูก รสกระทบลิ้น โผฏฐัพพะกระทบกาย อารมณ์ต่างๆ กระทบใจ ก็เกิดความรู้ขึ้น เป็นวิญญาณขั้น แปลว่า **กองวิญญาณ**

ขั้น ๕ นี้ เป็นสภาวะธรรม มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ไม่ควรเข้าไปยึดถือว่า เป็นเรา เป็นของเรา เป็นตัวตน เพราะตกอยู่ในไตรลักษณ์ คือ **อนิจจัง** ไม่เที่ยง **ทุกขัง** ทนได้ยาก หรือ ไม่อยู่ในสภาพเดิม **อนัตตา** ไม่มีตัวตน ไม่อยู่ในบังคับบัญชาของใคร สรุปรเรียกว่า **กาย ใจ, หรือ รูป นาม** ก็ได้





## เวทนา ๕

### สุข ทุกข์ โสมนัส โทมนัส อุเบกขา

#### อธิบาย

เวทนา แปลว่า ความเสวยอารมณ์ หมายถึง ภาวะจิตที่เกิดความรู้สึก เมื่อรับอารมณ์ต่างๆ จำแนกโดยรวมทั้งกายและจิตไว้ ๕ ประการ คือ

๑. สุข หรือ สุขเวทนา ความรู้สึกสุข หมายถึง ความรู้สึกสบาย ในที่นี้ มาคู่กับ โสมนัส จึงหมายถึงเฉพาะความรู้สึกสุขทางกาย หรือความรู้สึกสบายกายอย่างเดียว

๒. ทุกข์ หรือ ทุกขเวทนา ความรู้สึกทุกข์ หมายถึง ความรู้สึกไม่สบาย ในที่นี้ มาคู่กับโทมนัสจึงหมายถึงเฉพาะความรู้สึกทุกข์กายหรือความรู้สึกไม่สบายกายอย่างเดียว

๓. โสมนัส หรือ โสมนัสสเวทนา ความรู้สึกสุขใจ หมายถึงความรู้สึกสบายใจ

๔. โทมนัส หรือ โทมนัสสเวทนา ความรู้สึกทุกข์ใจ หมายถึงความรู้สึกเสียใจ

๕. อุเบกขา หรือ อุเบกขาเวทนา ความรู้สึกเฉยๆ หมายถึงความที่จิตมีความรู้สึกเป็นกลางระหว่างสุขกับทุกข์ ไม่ดีใจไม่เสียใจ เป็นได้เฉพาะทางใจ เพราะอุเบกขาทางกายไม่มี แต่ความเฉยๆ แห่งกาย คือกายเป็นปกติอยู่นั้น ท่านจัดว่าเป็นสุขเวทนา

เวทนา ๕ อย่างนี้ ย่อมบังเกิดมีแก่บุคคล สัตว์ ทุกประเภท ในส่วนปุถุชน เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมทำให้จิตหวั่นไหวมาก หากเป็นสุขกายหรือสุขเวทนาจึงจะตื่นเต้นยินดีมาก หากเป็นทุกข์กายหรือทุกขเวทนาจึงจะตื่นตระหนกกระสับกระส่ายมาก อุเบกขาเวทนาไม่สามารถดำรงมั่นอยู่ในจิตได้ หรือได้ก็เป็นเพียงชั่วครู่เท่านั้น ซึ่งต่างจากพระอริยบุคคล เมื่อกระทบกับเวทนาส่วนใดก็มักไม่หวั่นไหวไปตาม จิตจะตั้งมั่นอยู่ในอุเบกขาเวทนาเป็นส่วนใหญ่ ในเวทนา ๕ นี้ หากสรุปลงเป็น ๓ คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา คือ สุขกับโสมนัส จัดเป็นสุขเวทนา ทุกข์กับโทมนัส จัดเป็นทุกขเวทนา ส่วนอุเบกขาเวทนามคงเดิม



## ฉีกกะ หมวด ๖

## จริต ๖

ราคจริต	มีราคาเป็นปกติ
โทสจริต	มีโทสะเป็นปกติ
โมหจริต	มีโมหะเป็นปกติ
วิตกกจริต	มีวิตกเป็นปกติ
สัทธาจริต	มีศรัทธาเป็นปกติ
พุทธิจริต	มีความรู้เป็นปกติ

## อธิบาย

**จริต** แปลว่า ความประพฤติ หมายถึง ความประพฤติคุ้นเคยซึ่งหนักไปทางใดทางหนึ่ง อันเป็นปกติประจำอยู่ในสันดาน หรือพฤติกรรมที่แสดงออกมาเป็นความชอบความเคยชิน เป็นลักษณะเด่นชัดในด้านนั้น ๆ ความประพฤติหรือลักษณะนิสัย เรียกรีกอย่างว่า จริยา มี ๖ อย่าง คือ

**๑. ราคจริต มีราคาเป็นปกติ** หรือ มีราคาเป็นเจ้าเรือน หมายถึงคนที่มีลักษณะ นิสัยหนักไปทางราคา รักสวยรักงาม ละมุนละไม ชอบความเออออกเออใจ ความอ่อนโยน หรือชอบเรื่องบันเทิงเจริญใจ แสดงออกให้เห็นในลักษณะต่างๆ เช่น มีอิริยาบถเรียบร้อย สวยงาม ทำการงานละเอียดประณีต นิยมรสอาหารที่กลมกล่อม มักติดใจพอใจอย่างลึกซึ้ง ในสิ่งที่ตนเกิดความรักความยินดี เป็นคนเจ้าเล่ห์ โอ้อวด ถือตัว มีความต้องการทางกามและ เกียรติมาก เช่น ต้องการเป็นใหญ่ให้คนยกย่องสรรเสริญ ไม่ค่อยสันโดษ มักโลเล พิถีพิถัน ในเรื่องอาหาร การแต่งตัว และการทำงาน เป็นต้น **คนราคจริต** ควรแก้ด้วยการให้เจริญ อสุภกัมมัญฐาน ๑๐ และกายคตาสติ

**๒. โทสจริต มีโทสะเป็นปกติ** หรือ มีโทสะเป็นเจ้าเรือน หมายถึงคนที่มีลักษณะ นิสัยหนักไปทางโทสะ ประพฤติหนักไปทางใจร้อนหงุดหงิดรุนแรง ฉุนเฉียวโกรธง่าย ชอบความรุนแรง ชอบการต่อสู้เอาชนะระรานผู้อื่นด้วยกำลัง อาจสังเกตได้จากอิริยาบถที่ พรวดพราดรีบร้อน กระด้าง ทำการงานรวดเร็วแต่ไม่ค่อยเรียบร้อย ไม่สำรวม ชอบบริโภค อาหารรสจัด กินเร็ว มักโกรธง่าย ลบหลู่คุณท่าน ตีเสมอ และมักริษยา **คนโทสจริต** ควรแก้



ด้วยการให้เจริญกัมมัฏฐาน ประเภทวิณณกสิณ ๔ คือ นิลกสิณ ปิตกสิณ โลหิตกสิณ โอทาทกสิณ และเจริญพรหมวิหาร ๔ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา

**๓. โมหจจริต มีโมหะเป็นปกติ** หรือ มีโมหะเป็นเจ้าเรือน หมายถึงคนที่มีลักษณะนิสัยหนักไปทางโมหะ ประพฤติหนักไปทางเขลา เหนงาซิม ชี้หลังชี้ลิ้ม เลื่อนลอยไปตามกระแสสังคม ขาดเหตุผล ชอบเรื่องไร้สาระ อาจสังเกตได้จากอิริยาบถที่เซื่องซึมเหม่อลอย ทำกิจการงานหยาบ ไม่ถี่ถ้วน คั่งค้าง ขาดความเรียบร้อย เอาดีไม่ค่อยได้ ไม่เลือกอาหารการกิน อย่างไรก็ตาม ก็มีความเห็นคล้อยตามคนอื่นง่ายๆ ใครว่าอย่างไร ก็ว่าตามเขา มักชอบง่วงนอน ชี้สงสัยเข้าใจอะไรยาก เป็นต้น **คนโมหจจริต** ควรแก้ด้วยการให้เจริญอานาปานสติกัมมัฏฐาน หรือเพ่งกสิณ และพึงเสริมปัญญาด้วยการจัดให้มีการเรียน การไต่ถาม การฟังธรรม การสนทนาธรรมตามกาล หรือการให้อยู่กับครูอาจารย์

**๔. วิตกกจจริต มีวิตกเป็นปกติ** หรือ มีความวิตกเป็นเจ้าเรือน หมายถึงคนที่มีลักษณะนิสัยความประพฤติหนักไปทางชอบครุ่นคิดทวน นึกคิดฟุ้งซ่าน ย้ำคิดย้ำทำ ขาดความมั่นใจในตนเอง ชอบวิตกกังวลเรื่องไม่เป็นเรื่อง คิดตรึกตรองไปเรื่อยๆ ไม่ค่อยแน่นอนอะไรนัก เข้าใจอะไรไม่ตลอดสาย อาจสังเกตได้จากอิริยาบถที่เซื่องซ่า คล้ายพวกโมหจจริต ทำการงานจับจดไม่เป็นหลัก แต่เป็นคนช่างพูด อาหารที่บริโภคไม่ค่อยพิถีพิถันมากนัก อย่างไรก็ตาม ก็มักเห็นตามคล้อยตามผู้คนหมู่มาก ประเภทพวกมากลากไป เป็นคนโลเลเดี๋ยวดีเดี๋ยวร้าย **คนวิตกกจจริต** ควรแก้ด้วยการให้เจริญอานาปานสติกัมมัฏฐาน

**๕. สัทธาจจริต มีศรัทธาเป็นปกติ** หรือ มีความเชื่อง่ายเป็นเจ้าเรือน หมายถึงคนที่มีลักษณะนิสัยมากด้วยศรัทธา ประพฤติหนักไปทางถ่อมมกคลตั้นข่าว เชื่อง่ายโดยปราศจากเหตุผล ไวใจทุ่มเทใจให้ผู้อื่นได้ง่าย ชอบเรื่องไสยศาสตร์หรืออำนาจลึกลับ สังเกตได้จากอิริยาบถที่แช่มช้อยละมุนละม่อม ทำการงานอะไรจะมีความเรียบร้อย ชอบสวยงามแบบเรียบร้อย ชอบสวยงามแบบเรียบๆ ไม่ฉูดฉาด ไมโลดโผน ชอบอาหารรสมัน มีจิตใจเบิกบานในเรื่องที่เป็นกุศล แต่ไม่ชอบโอ้อวด **คนสัทธาจจริต** ควรแก้ด้วยการให้เจริญกัมมัฏฐาน ประเภทอนุสสติ ๖ ประการ คือ พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ และเทวตานุสสติ นอกจากนี้ พึงชักนำไปในสิ่งที่ควรแก่ความเลื่อมใสและความเชื่อที่มีเหตุผล

**๖. พุทธิจจริต มีความรู้เป็นปกติ** มีพุทธิปัญญาเป็นเจ้าเรือนหมายถึงคนที่มีลักษณะนิสัยความประพฤติหนักไปทางใช้ความคิดพิจารณาและมองไปตามความจริง มีปัญญา



เฉียบแหลม ว่องไว ได้ยินได้ฟังอะไรมักจำได้เร็ว อาจสังเกตได้จากอิริยาบถที่ว่องไวและเรียบร้อย ทำกิจการงานอะไรมักเป็นประโยชน์ ทำให้เรียบร้อยสวยงามมีระเบียบ ชอบบริโภคอาหารรสไม่จัด มองอะไรด้วยความพิถีพิถันเพราะ **คนพุทธิจริต** ควรแก้ด้วยการให้เจริญกัมมัฏฐาน ๔ ประการ คือ มรณัสสติ อุปสมานุสสติ อาหาเรปฏิกูลสัจญญา และจตุธาตuvwxyz นอกจากนี้ พึงส่งเสริมแนะนำให้ใช้ความคิดพิจารณาสภาวะธรรมและสิ่งดีงามที่ให้เจริญปัญญา

จริตหรือจริยา ๖ อย่างนี้ ในบุคคลคนเดียว แม้จะเป็นผู้มีลักษณะเด่นไปในจริตใด จริตหนึ่งดังกล่าวมา แต่บางครั้งอาจมีจริตระคนกันเกิดขึ้นพร้อมกันหลายจริตก็มี เช่น ในกรณีเมื่อผู้น้อยไม่ได้สิ่งที่ตนปรารถนาจึงโกรธนึกโทษผู้ใหญ่ เช่นนี้ท่านว่ามีทั้งราคะจริต โทสะจริต และโมหะจริตระคนกัน

### ธรรมคุณ ๖

สุวากุขาโต ภควตา ธมโม	พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสดีแล้ว
สนทิกุจิโก	อันผู้ได้บรรลุจะพึงเห็นเอง
อกาลิโก	ไม่ประกอบด้วยกาล
เอหิปัสสิโก	ควรเรียกให้มาดู
โอปนยิโก	ควรน้อมเข้ามา
ปจจตตํ เวทิตัพโพ วิญญูหิ	อันวิญญูชนพึงรู้เฉพาะตน

### อธิบาย

**ธรรมคุณ** แปลว่า คุณของพระธรรม หมายถึง คำสอนทางพระพุทธศาสนาที่บุคคล ประพฤติปฏิบัติดีแล้ว จะได้ผลคือความดี เพราะพระธรรมมีความดีรอบด้าน โดยสมควรแก่ การปฏิบัติที่เรียกว่า ธัมมานุสम्मปฏิบัติ คุณของพระธรรมท่านจำแนกไว้ ๖ ประการ คือ

๑. **สุวากุขาโต ภควตา ธมโม** พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสดีแล้ว มีอธิบายว่า **พระธรรม** ในที่นี้มุ่งถึงพระสัทธรรม ๒ ประการ (ในจำนวนพระสัทธรรม ๓) คือปริยัติ กับ ปฏิเวธ โดยปริยัติ หมายถึงพระพุทฺธพจน์ที่พระพุทฺธองค์ตรัสสั่งสอนซึ่งได้รับการประมวลไว้ในพระไตรปิฎก เป็นพระดำรัสที่ตรัสไม่วิปริต คือตรัสไว้เป็นความจริงแท้ เพราะแสดงข้อ ปฏิบัติโดยลำดับกัน ที่เรียกว่างามหรือไพเราะในเบื้องต้น ท่ามกลาง และที่สุด พร้อมทั้งอรรถ



พร้อมทั้งพยัญชนะ ประกาศพรหมจรรย์ บริสุทธบริบูรณ์สิ้นเชิง ส่วนปฏิเวธ หมายถึงผลที่เกิดจากนำปรีชาปฏิบัติมาปฏิบัติเป็นปฏิปทา ที่สอดคล้องกับพระนิพพานอันเป็นจุดหมายสูงสุด ด้วยเหตุนี้ พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าจึงได้ชื่อว่าตรัสไว้ดีแล้ว (ตั้งแต่พระคุณบวว่า **สนธิภูจิกโก** เป็นต้นไป จนถึง **ปัจจตตัม เวทิตพโพ วิญญูติ** ท่านเน้นอธิบายเป็นปฏิเวธ สัทธิธรรมอย่างเดียว)

**๒. สนธิภูจิกโก** อันผู้ได้บรรลุจะพึงเห็นเอง หมายความว่า ผู้ใดปฏิบัติ ผู้ใดบรรลุ ผู้นั้นย่อมเห็นประจักษ์ด้วยตนเอง ไม่ต้องเชื่อตามคำของผู้อื่น คือผู้อื่นหาได้มาเห็นตามรู้ตามด้วยไม่ ผู้ใดไม่ปฏิบัติ ผู้นั้นไม่บรรลุ แม้ผู้อื่นจะบอก ก็เห็นไม่ได้

**๓. อกาลิกโก** ไม่ประกอบด้วยกาล หมายความว่า ไม่ขึ้นกับกาลเวลา พร้อมเมื่อใด บรรลุได้ทันที บรรลุเมื่อใด เห็นผลได้ทันที หรือให้ผลในลำดับแห่งกาลบรรลุ คือให้ผลทุกๆ ฤดูกาล ซึ่งไม่เหมือนผลไม้ต่างๆ ที่ให้ผลตามฤดูกาล คือออกผลเป็นบางครั้งบางคราวเท่านั้น อีกนัยหนึ่ง เป็นจริงอยู่อย่างไร ก็เป็นอย่างนั้น ไม่จำกัดด้วยกาลเวลา จึงสรุปว่าพระธรรมคำสั่งสอนในพระพุทธศาสนาทันสมัยตลอดกาล

**๔. เอหิปสสิโก** ควรเรียกให้มาดู หมายความว่า เชิญชวนให้มาชมและพิสูจน์ หรือท้าทายต่อการตรวจสอบ เพราะเป็นของจริงและดีจริง อนึ่ง พระธรรมมีคุณเป็นอัครจรรยุดุจของประหลาดที่ควรป่าวร้องกันมาดูมาชม

**๕. โอปนยิโก** ควรน้อมเข้ามา หมายความว่า ควรน้อมเข้ามาไว้ในใจ หรือน้อมใจเข้าไปให้ถึง ด้วยการปฏิบัติให้เกิดมีขึ้นในใจ หรือให้ใจบรรลุถึงอย่างนี้ กล่าวคือเชิญชวนให้ทดลองปฏิบัติดู อีกนัยหนึ่ง หมายถึงเป็นสิ่งที่นำผู้ปฏิบัติให้เข้าไปถึงที่หมายคือพระนิพพาน

**๖. ปัจจตตัม เวทิตพโพ วิญญูติ** อันวิญญูพึงรู้เฉพาะตน หมายความว่า ผู้ใดได้บรรลุ ผู้นั้นย่อมรู้แจ้งเฉพาะตน อันผู้อื่นไม่พลอยมาตามรู้ตามเห็นด้วยได้ กล่าวคือ เป็นวิสัยของวิญญูชนหรือบัณฑิตจะพึงรู้ได้ เป็นของจำเพาะตน ต้องทำคือปฏิบัติเอง จึงเสวยได้เฉพาะตัว ทำให้กันไม่ได้ แย่งชิงแบ่งปันกันไม่ได้ และรู้ได้ประจักษ์ในใจของตนนี้เท่านั้น

พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เป็นธรรมที่พระองค์ตรัสหรือแสดงไว้ดีแล้วนั้น ทั้งปรีชา ปฏิบัติ และปฏิเวธ ทนต่อการเพ่งพิสูจน์ ผู้ใดปฏิบัติผู้นั้นได้เอง ไม่มีเงื่อนไข เวลาใดได้ผลเวลานั้น จึงควรชักชวนกันมาพิสูจน์มาปฏิบัติ เป็นการรู้เฉพาะตัวของผู้ปฏิบัติ เปรียบเหมือนผู้ลิ้มรสอาหาร ย่อมรู้รสของอาหารนั่นเอง โดยไม่ต้องมีผู้ใดมาบอก ฉะนั้น



## สัตตกะ หมวด ๗

### อปทานิยธรรม ๗

(สำหรับคฤหัสถ์)

๑. หมั่นประชุมกันเนืองนิตย์ หมั่นประชุมกันมาก
๒. เมื่อประชุมก็พร้อมเพรียงกันประชุม เมื่อเลิกประชุมก็พร้อมเพรียงกันเลิก
๓. ไม่บัญญัติสิ่งที่มีได้บัญญัติไว้ ไม่เพิกถอนหรือยกเลิกสิ่งที่บัญญัติไว้แล้ว  
ประพฤตินั้นอยู่ในธรรมเนียมเก่าตามที่บรรพบุรุษบัญญัติไว้แล้ว
๔. สักการะ เคารพ นบถือ บูชา ผู้ใหญ่ทั้งหลาย สำคัญถ้อยคำของท่านเหล่านั้น  
ว่าเป็นถ้อยคำที่ต้องเชื่อฟัง
๕. ไม่ข่มขืนบังคับสตรีในตระกูล และกุมารีในตระกูลให้อยู่ร่วมด้วย
๖. สักการะ เคารพ นบถือ บูชาเจติยสถานของชาวเมืองทั้งหลายทั้งภายในภายนอก  
ไม่ลบล้างพลีกรรมอันชอบธรรมซึ่งเคยให้เคยทำแก่เจติยสถานเหล่านั้น
๗. ถวายอารักขา คุ้มครองป้องกันโดยชอบธรรมในพระอรหันต์ทั้งหลายเป็นอย่างดี  
ธรรม ๗ อย่างนี้ มีอยู่ในผู้ใด ผู้นั้นไม่มีความเสื่อมเลย มีแต่ความเจริญอย่างเดียว

### อธิบาย

อปทานิยธรรม แปลว่า ธรรมไม่เป็นที่ตั้งแห่งความเสื่อม หมายถึง คนที่อยู่รวมกันเป็นจำนวนมาก จำต้องมีกฎระเบียบปฏิบัติเป็นแนวทางเดียวกัน ไม่ประพฤตินอกกฎระเบียบที่มีอยู่ ไม่ทำอะไรตามอำเภอใจ เพื่อให้เกิดความสามัคคี และมีแต่ความเจริญ มี ๗ อย่าง คือ

๑. หมั่นประชุมกันเนืองนิตย์ หมั่นประชุมกันมาก หมายความว่า ตามธรรมดาคนเราต้องอยู่รวมกันเป็นกลุ่มเป็นหมู่ จะอยู่ตามลำพังไม่ได้ จึงเรียกว่า มนุษย์เป็นสัตว์สังคม หมู่คณะจะเจริญอยู่ได้ก็เพราะอาศัยกันและกัน ไปมาหาสู่กัน มีเหตุการณ์เปลี่ยนแปลงอย่างไร จะรู้ทั่วถึงกัน หรือมีกิจที่จะต้องกระทำร่วมกันเกิดขึ้น ผู้เป็นหัวหน้า หรือเป็นใหญ่ ในหมู่จะต้องเรียกประชุมปรึกษาหารือกัน เพื่อความเจริญพร้อมเพรียงของหมู่ ต้องหมั่นเข้าประชุมและประชุมกันบ่อยๆ ตามวาระที่ถูกเรียกประชุม จะได้มีความเข้าใจตรงกัน ไม่ขัดแย้งกัน



**๒. เมื่อประชุมก็พร้อมเพรียงกันประชุม เมื่อเลิกประชุมก็พร้อมเพรียงกันเลิก** หมายถึง ในการประชุม ต้องมีการกำหนดเวลา ทุกคนต้องปฏิบัติตรงต่อเวลา ไม่ใช่ต่างคนต่างเข้าออกตามความพอใจของตน ซึ่งเป็นการเสียระเบียบ เสียบรรยากาศ อาจทำให้เวลาคลาดเคลื่อนจนเสียประโยชน์ และอาจมีโทษตามมาด้วย เมื่อเข้าประชุมแล้ว มีมติอย่างไร ก็ต้องช่วยกันทำกิจนั้นให้สำเร็จด้วยดี หมายความว่า กิจการใดที่ต้องร่วมกันทั้งกำลังกาย กำลังวาจา และกำลังความคิด ก็ต้องร่วมกันทำกิจนั้น ช่วยกันทำ ช่วยกันพูด ช่วยกันคิด ปรีกษาหารือกัน ช่วยกันแก้ไขในสิ่งที่ไม่ดีให้ดีขึ้น ส่งเสริมในสิ่งที่ดีอยู่แล้วให้ดียิ่งขึ้น ดังธรรมภาษิตว่า **สพฺเพสํ สงฺฆภูตานํ สามคฺคี วุฑฺฒิสาธิกา**. ความพร้อมเพรียงของชนทั้งปวงผู้เป็นหมู่ ทำความเจริญให้สำเร็จ

**๓. ไม่บัญญัติสิ่งที่มีได้บัญญัติไว้ ไม่เพิกถอนหรือยกเลิกสิ่งที่บัญญัติไว้แล้ว** หมายถึง ข้อปฏิบัติ กฎเกณฑ์ หรือกฎหมายต่างๆ ที่มีอยู่แล้ว ควรรักษาและพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นไป ไม่ควรยกเลิกเพิกถอน **ประพติมันอยู่ในธรรมเนียมเก่าตามที่บรรพบุรุษบัญญัติไว้แล้ว** หมายถึง **อปรีหานิยธรรม** หรือวัชชีธรรม นี้ เป็นของเก่า หมายถึง กฎบัญญัติเกี่ยวกับการลงอาญาแก่ผู้กระทำความผิดที่สืบต่อกันมาจนเป็นโบราณราชประเพณีอันดียิ่งของเจ้าวัชชี เช่น ในกรณีมีผู้ต้องสงสัยว่ามีพฤติกรรมเป็นโจร พวกเจ้าวัชชีจะไม่สั่งให้จับผู้นั้นไปลงโทษทันที แต่จะให้เจ้าหน้าที่พิจารณาสืบสวนดูให้แน่ก่อน เมื่อทราบผลพิจารณาว่า ผู้นั้นไม่ใช่โจร ก็จะสั่งให้ปล่อยทันที แต่หากผลพิจารณาว่าเป็นโจร ก็จะไม่ตรัสคำพูดใดๆ แต่จะส่งมอบให้เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับคดีความระดับสูงขึ้นไปพิจารณาตามลำดับชั้นจนถึงระดับสูงสุด คือพวกเจ้าวัชชีเอง ถ้าปรากฏว่า ผู้นั้นเป็นโจรจริง ก็จะให้อ่านคัมภีร์ประมวลกฎหมายบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดที่สืบทอดกันมา (ปเวณิโปตถกะ) แล้วลงโทษผู้นั้นตามสมควรแก่ความผิด

**๔. สักการะ เคารพ นับถือ บูชาผู้ใหญ่ทั้งหลาย** หมายถึง ผู้ใหญ่คือผู้เจริญด้วยวุฒิภาวะทั้ง ๓ อย่าง คือ (๑) **วัยวุฒิ** ผู้ที่มีอายุมาก ล่วงกาลผ่านวัย เป็นบิดามารดา หรือปุนบิดามารดา (๒) **คุณวุฒิ** ผู้มีความรู้ ทรงคุณธรรม เช่น นักวิชาการ พระภิกษุสงฆ์ (๓) **ชาติวุฒิ** ผู้ที่เกิดในตระกูลสูง เช่น พระราชามหากษัตริย์

**และสำคัญถ้อยคำของท่านเหล่านั้นว่า เป็นถ้อยคำที่ต้องเชื่อฟัง** หมายถึง ท่านผู้ใหญ่เหล่านั้น เป็นผู้ที่มีประสบการณ์ มีความรอบรู้ และมีคุณธรรม เช่น ผู้มีอายุมาก



ผ่านชีวิตมานาน รู้เห็นทั้งความเสื่อมและความเจริญ ทั้งทุกข์และสุข ผู้มีความรู้รอบด้าน เพียบพร้อมด้วยคุณธรรม มีแต่ความปรารถนาดีที่จะช่วยให้คนในสังคมมีความสุขความเจริญก้าวหน้า พระราชามหากษัตริย์ เป็นผู้ปกครองประเทศชาติ ก็เพื่อประโยชน์สุขของไพร่ฟ้า ประชาราษฎร์ คำพูดของท่านเหล่านั้นล้วนแต่มีประโยชน์ควรใส่ใจนำไปปฏิบัติ ในที่นี้ หมายถึง ต้องเคารพ นับถือ และปฏิบัติตามคำตักเตือนสั่งสอนของท่านผู้ใหญ่ ผู้เป็นหัวหน้า ไม่ฝ่าฝืน ถ้อยคำของท่าน

**๕. ไม่ข่มขืนบังคับสตรีในตระกูล และกุมารีในตระกูลให้อยู่ร่วมด้วย** หมายถึง ไม่บังคับขู่เข็ญผู้หญิงที่ไม่ยินยอมพร้อมใจจะเป็นภรรยาตน ตลอดถึงปฏิบัติเคร่งครัดอยู่ใน สหการสันโดษ และไม่บังคับบุตรของตนให้ไปสู่ตระกูลอื่น ในเมื่อบุตรไม่เต็มใจ

**๖. สักการะ เคารพ นับถือ บูชา เจตีสถานของชาวเมืองทั้งหลายทั้งภายใน ภายนอก** หมายถึง เจตีสถานอันเป็นสถานที่สถิตของอมนุษย์ คือ ยักษ์ ซึ่งพวกเจ้าวัชชีสร้าง ไว้อย่างวิจิตรสวยงาม เป็นเจตีสถานประจำแคว้นที่พิชิตชัยได้ อาจคล้ายกับศาลเจ้าหลัก เมืองหรือศาลเจ้าประจำเมืองในประเทศไทย เป็นต้น ไม่มีใครดูหมิ่นเหยียดหยาม และ ไม่ลบถ้างพลีกรรมอันชอบธรรมซึ่งเคยให้เคยทำแก่เจตีสถานเหล่านั้น หมายถึง ธรรมเนียมเคยทำมาอย่างไร ก็ให้ทำไปอย่างนั้น .

**๗. ถวายอารักขา คุ้มครอง ป้องกันโดยชอบธรรมในพระอรหันต์ทั้งหลายเป็น อย่างดี** หมายถึง ให้การปกป้องคุ้มครองผู้ทรงศีล นักบวช นักพรต ให้ได้อยู่ในพื้นที่ที่ตน รับผิดชอบอย่างสะดวกสบาย ให้การเคารพนับถือแก่ผู้ทรงศีลเหล่านั้น เพราะเห็นว่าท่าน เหล่านั้นเป็นเนื้อนาบุญของตน และมีความคิดว่า ขอให้ผู้ทรงศีล นักบวช นักพรตทั้งหลาย มาสู่บ้านเมืองของตน และที่มาแล้วก็ขอให้อยู่อย่างมีความสุข

อุปนิทานธรรม ๗ ประการนี้ มีในหมู่คณะใด หมู่คณะนั้น มีแต่ความเจริญอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสแก่พวกเจ้าลิจฉวีเป็นหลักสามัคคีธรรม จึงทำให้แคว้นวัชชีมีความมั่นคงอยู่เป็นเวลานาน หากผู้หวังความเจริญของหมู่คณะและ สังคมที่ตนอยู่อาศัย ควรร่วมมือร่วมใจกันทำกิจที่ควรทำ หมั่นประชุมปรึกษาหารือกันพร้อม เปรียงกัน





## อัฐกะ หมวด ๘

### มรรคมืองค์ ๘

- |                  |   |
|------------------|---|
| ๑. สัมมาทิฏฐิ    | ปัญญาความเห็นชอบ ได้แก่ เห็นอริยสัจ ๔   |
| ๒. สัมมาสังกัปปะ | ความดำริชอบ ได้แก่ ดำริในการออกจากกาม ดำริในการไม่พยายาบาท ดำริในการไม่เบียดเบียน จัดเป็นกุศลวิตก ๓ |
| ๓. สัมมาวาจา     | เจรจาชอบ ได้แก่ วจีสุจจริต ๔  |
| ๔. สัมมากัมมันตะ | การงานชอบ ได้แก่ กายสุจจริต ๓   |
| ๕. สัมมาอาชีวะ   | เลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ เว้นมิจฉาชีพ ประกอบสัมมาชีพ   |
| ๖. สัมมาวายามะ   | เพียรชอบ หรือ พยายามชอบ ได้แก่ ปธาน หรือ สัมมัปปธาน คือ ความเพียร ๔ อย่าง                           |
| ๗. สัมมาสติ      | ระลึกชอบ ได้แก่ ระลึกในสติปัฏฐานทั้ง ๔  |
| ๘. สัมมาสมาธิ    | ตั้งใจมั่นชอบ ได้แก่ เจริญฌานทั้ง ๔   |

### อธิบาย

มรรค แปลว่า ทาง หมายถึง ข้อปฏิบัติ มรรคมืองค์ ๘ เรียกเต็มว่า “อริย-อัฐังคิกมรรค” แปลว่า ทางมืองค์ ๘ ประการอันประเสริฐ เป็นอริยสัจข้อที่ ๔ และได้ชื่อว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ทางสายกลาง เพราะเป็นข้อปฏิบัติอันพอดีที่จะนำไปสู่จุดหมายแห่งความหลุดพ้น เป็นอิสระ ดับทุกข์ ไม่ติดข้องในที่สุดโต่ง ๒ อย่าง คือ กามสุขัลลิกานุโยค ประพฤติตนหมกมุ่นอยู่ในกามคุณ และ อัตตกิลมณานุโยค ประพฤติทรมาณตนให้ลำบากแล้วปฏิบัติในทางสายกลาง ๘ ประการ ดังนี้

๑. สัมมาทิฏฐิ ปัญญาความเห็นชอบ ได้แก่ เห็นอริยสัจ ๔ หมายความว่า ปัญญาที่รู้เห็นถูกต้องซึ่งความจริงที่เที่ยงแท้ไม่แปรผัน สัมมาทิฏฐิ มี ๒ ระดับ คือ (๑) ระดับโลกิยะ ได้แก่ ความเห็นถูกต้องตามคลองธรรม คือเห็นว่า บุญบาปมีจริง ผลแห่งทานที่ให้มิจริง เป็นต้น (๒) ระดับโลกุตระ ได้แก่ ความเห็นถูกต้องตามความเป็นจริง คือ ปัญญาเห็นชอบในอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค เห็นไตรลักษณ์ เห็นปฏิจจสมุปบาท เป็นต้น



## ๒. สัมผัสกับปะ ความดำริชอบ มี ๓ อย่าง คือ

๑) ดำริออกจากกาม คือ ทำใจไม่ให้หมกมุ่นด้วยกิเลสกาม ได้แก่ ราคะ ความกำหนัดยินดี โลกะ ความอยากได้ อิสสา ความริษยา หรือความหึง อรติ ความไม่ยินดี อสังตฤทธิ ความไม่สันโดษ เป็นต้น. และไม่ตกอยู่ในอำนาจของวัตถุกาม ได้แก่ กามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันเป็นที่น่าปรารถนาน่าพอใจ

๒) ดำริในอันไม่พยาบาท คือ คิดแผ่เมตตาปรารถนาความสุขไปในผู้อื่น

๓) ดำริในอันไม่เบียดเบียน คือ คิดแผ่กรุณาช่วยเหลือให้ผู้อื่นพ้นทุกข์

๓. สัมมาวาจา เจรจาชอบ คือเว้นจากวจีทุจริต ๔ ได้แก่ เว้นจากการพูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ พูดเพ้อเจ้อ

๔. สัมมากัมมันตะ การงานชอบ คือเว้นจากกายทุจริต ๓ ได้แก่ เว้นจากฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ และประพฤตินิन्दในกาม

๕. สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ คือ เว้นจากเลี้ยงชีวิตโดยทางที่ผิด ได้แก่ เว้นจากแสวงหาปัจจัย ๔ มาเลี้ยงชีวิตในทางที่ผิดกฎหมาย เช่น ค้าขายมนุษย์ ค้าขายยาพิษ ค้าขายน้ำเมา ค้าขายยาเสพติด ค้าขายสัตว์เป็นสำหรับฆ่า ลัก ฉ้อ ฉก ชิง จี้ ปล้น เป็นต้น

๖. สัมมาวายามะ เพียรชอบ คือเพียร ๔ อย่าง ได้แก่ ๑) สังวรปธาน เพียรระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้นในสันดาน ๒) ปหานปธาน เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว ๓) ภาวนापธาน เพียรให้กุศลเกิดขึ้นในจิตสันดาน ๔) อนุรักษนาปธาน เพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อม

๗. สัมมาสติ ระลึกชอบ คือระลึกในสติปัฏฐาน ทั้ง ๔ ได้แก่ ๑) กายานุปัสสนา สติกำหนดพิจารณากายเป็นอารมณ์ ๒) เวทนานุปัสสนา สติกำหนดพิจารณาเวทนา คือ สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ เป็นอารมณ์ ๓) จิตตานุปัสสนา สติกำหนดพิจารณาใจที่เคล้าหมองหรือผ่องแผ้วเป็นอารมณ์ ๔) ธรรมานุปัสสนา สติกำหนดพิจารณาธรรมที่เป็นกุศลหรืออกุศลเป็นอารมณ์

๘. สัมมาสมาธิ ตั้งใจไว้ชอบ คือเจริญฌานทั้ง ๔ หมายความว่า ตั้งใจไว้ในรูปธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งที่เป็นอารมณ์ของสมถะ เพ่งอารมณ์จนใจแน่วแน่เป็นอัปนาสมาธิ เรียกว่า ฌาน ดังนี้

ปฐมฌาน ฌานที่ ๑ มีองค์ ๕ คือ วิตก ความตรึก วิจารณ์ ความตรองที่เป็นกุศล ปีติ ความอิ่มใจ สุข ความสบายใจอันเกิดแต่วิเวก เอกัคคตา จิตเป็นหนึ่ง



ทุติยฌาน ฌานที่ ๒ มีองค์ ๓ คือ ปิติ สุข เอกัคคตา  
 ตติยฌาน ฌานที่ ๓ มีองค์ ๒ คือ สุข เอกัคคตา  
 จตุตถฌาน ฌานที่ ๔ มีองค์ ๒ คือ อุเบกขา เอกัคคตา  
 มรรคมืดองค์ ๘ อันเป็นทางดำเนินให้ถึงความดับทุกข์ เป็นหนึ่งข้อในอริยสัจ ๔  
 จัดเป็นไตรสิกขา (สิกขา ๓) คือ ศีลสิกขา จิตตสิกขา ปัญญาสิกขา ดังนี้  
 สัมมาวาจา, สัมมากัมมันตะ และ สัมมาอาชีวะ จัดเป็น สีลสิกขา  
 สัมมาวายามะ, สัมมาสติ และ สัมมาสมาธิ จัดเป็น จิตตสิกขา  
 สัมมาทิฏฐิ และ สัมมาสังกัปปะ จัดเป็น ปัญญาสิกขา

## นวกะ หมวด ๙

### พุทธคุณ ๙

อติปิ โส ภควา	แม้เพราะเหตุนี้ๆ พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น
๑. อรหันต์	เป็นพระอรหันต์
๒. สมมาสมพุทโธ	เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง
๓. วิชชาจรณสมปนโน	เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ
๔. สุกโต	เป็นผู้เสด็จไปดีแล้ว
๕. โลกวิทู	เป็นผู้รู้แจ้งโลก
๖. อนุตตโร ปุริสทมมสารถิ	เป็นสารถีแห่งบุรุษพึงฝึกได้ ไม่มีบุรุษอื่น ยิ่งไปกว่า
๗. สตถา เทวมนุสสานิ	เป็นศาสดา คือครู ของเทวดาและมนุษย์ ทั้งหลาย
๘. พุทโธ	เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานแล้ว
๙. ภควา	เป็นผู้มีโชค



## อธิบาย

**พุทธคุณ** แปลว่า คุณของพระพุทธเจ้า หมายถึง พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้รับการยกย่องสรรเสริญจาก มนุษย์ เทวดา มาร พรหม ด้วยพระคุณ ๙ ประการ เรียกว่า นวาราหิคุณ หรือนวพรคุณ แปลว่า คุณของพระพุทธเจ้า ๙ ประการ มี อรหิ เป็นต้น แปลว่า คุณของพระพุทธเจ้าผู้เป็นพระอรหันต์ ๙ ประการ ดังนี้

บทว่า **อรหิ** ทรงเป็นพระอรหันต์ คือ เป็นผู้ไกลจากกิเลสและบาปธรรม เป็นผู้หักเสียได้ ซึ่งซึ่งกำหนดสังสารจักร ได้แก่ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน กรรม, เป็นผู้ควรแก้ทุกข์นิทาน และเป็นผู้ไม่มีความลับในการกระทำความชั่ว สรุปคำว่า **อรหิ** มีความหมาย ๕ ประการ คือ

- ๑) เป็นผู้ไกลจากกิเลสและบาปธรรมโดยสิ้นเชิง กล่าวคือเป็นผู้บริสุทธิ์
- ๒) ทำลายข้าศึก คือกิเลสได้หมดสิ้น
- ๓) เป็นผู้หักเสียได้ซึ่งซึ่งกำหนดสังสารจักรที่ทำให้เวียนว่าย ตาย เกิด
- ๔) เป็นผู้ควรแนะนำสั่งสอนเขา ควรรับความเคารพนับถือ และควรรับทักษิณาทาน
- ๕) เป็นผู้ไม่มีความลับในการทำบาป

บทว่า **สมมาสมพุทโธ** เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง คือตรัสรู้ร้อยสี่ ๔ (ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค) ด้วยพระองค์เอง ไม่มีใครเป็นครูในการตรัสรู้

บทว่า **วิชชาจรณสมปนโน** เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ คือ วิชา ๓, วิชา ๘ และจรณะ ๑๕ กล่าวคือ พระพุทธองค์เป็นผู้ได้บรรลุวิชาด้วย เป็นผู้แรกที่รู้จักทางเครื่องบรรลุวิชานั้นด้วย

## วิชา ๓

๑. **ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ** ระลึกชาติหนหลังได้ว่าเคยเกิดมาแล้วกี่ชาติเป็นอะไรมาบ้าง เป็นต้น

๒. **จตุปปาตญาณ** รู้เห็นการเกิด และการตาย ตามอำนาจกรรมของเหล่าสัตว์ที่เรียกว่า ตาทิพย์

๓. **อาสวักขยญาณ** รู้แจ้ง เห็นจริงในอริยสัจ โดยกำจัดกามภพและอวิชชาได้



## วิชา ๘

๑. วิปัสสนาญาณ ปัญญาที่พิจารณาเห็น รูป นาม คือ ชั้น ๕ เป็นส่วนๆ ต่างอาศัยกัน
๒. มโนมยิทธิ ฤทธิ์ทางใจ เช่น เนรมิตกายได้หลากหลายอย่าง เป็นต้น
๓. อิทธิวิธี แสดงฤทธิ์ได้ เช่น เหาะเหินเดินอากาศได้ เดินบนน้ำได้ ดำลงไปใ้แผ่นดินได้ เป็นต้น
๔. ทิพพโสต หูทิพย์ คือ ฟังเสียงอยู่ที่ไกลแสนไกลได้ยิน
๕. เจโตปริยญาณ กำหนดรู้ใจผู้อื่นได้ เช่น รู้ความคิดคนอื่นว่าคิดอย่างไร
๖. ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติของตนได้ว่า ในอดีตชาติเคยเกิดมาแล้วอย่างไร
๗. ทิพพจักขุ ตาทิพย์ เห็นการเกิดการตายของเหล่าสัตว์ว่าเกิดมานี้เพราะได้ทำกรรมอะไรมาเป็นต้น
๘. อาสวักขยญาณ รู้จักทำอาสวะให้สิ้นไปไม่มีเหลือ

## จรรยา ๑๕

- |                      |  |
|----------------------|--|
| ๑. สीलสัมปทา         | ถึงพร้อมด้วยศีล                            |
| ๒. อินทริยสังวร      | สำรวมอินทริย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ |
| ๓. โภขเน มัตตัญญูตา  | รู้จักประมาณในโภชนาหาร                     |
| ๔. ชาคริยานุโยค      | ประกอบความเพียรของผู้ตั้งอยู่เป็นนิตย์     |
| ๕. สัทธา             | ความเชื่อประกอบด้วยปัญญา                   |
| ๖. หิริ              | ความละอายแก่ใจในการกระทำชั่ว               |
| ๗. โอตตัปปะ          | ความเกรงกลัวต่อความชั่ว                    |
| ๘. พาหุสัจจะ         | ความเป็นผู้ศึกษามาก                        |
| ๙. วิริยะ            | ความเพียร กล้าหาญ บากบั่น                  |
| ๑๐. สติ              | ความระลึกได้ ไม่ประมาท                     |
| ๑๑. ปัญญา            | ความรอบรู้ในสังขารทั้งปวง                  |
| ๑๒. ปฐมฌาน ฌานที่ ๑  | มีวิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา             |
| ๑๓. หุตยฌาน ฌานที่ ๒ | ละวิตก วิจาร เหลือ ปีติ สุข เอกัคคตา       |



๑๔. ตติยฌาน ฌานที่ ๓ ละปิติ เหลือ สุข กับเอกัคคตา

๑๕. จตุตถฌาน ฌานที่ ๔ อุเบกขา กับเอกัคคตา

บทว่า **สุคโต** เสด็จไปได้แล้ว คือไม่ข้องแวะหวนกลับมาสู่กิเลสอีก เสด็จไปในที่ใด ยังประโยชน์ให้สำเร็จแก่มหาชนในที่นั้น เสด็จมาสู่โลกนี้ ได้ประดิษฐานพระพุทธศาสนาไว้ เพื่อประโยชน์ แก่ประชาชนแล้วจึงปรินิพพาน โดยสรุป คือ

๑. เสด็จดำเนินตามอริยมรรคมีองค์ ๘ อันเป็นทางที่ดี

๒. เสด็จไปสู่พระนิพพาน อันเป็นสภาวะที่ดียิ่ง

๓. เสด็จไปได้แล้ว เพราะทรงละกิเลสได้ โดยสิ้นเชิง

๔. เสด็จไปปลอดภัยดี เพราะเสด็จไปสถานที่ใด ก็ทรงบำเพ็ญประโยชน์ในสถานที่นั้น

บทว่า **โลกวิทู** เป็นผู้รู้แจ้งโลกทั้งปวง กล่าวคือ (๑) สัตว์โลก โลกคือหมู่สัตว์ (๒) สังขารโลก โลกคือสังขาร (๓) โอกาสโลก โลกคือแผ่นดิน หรือดวงดาว ตลอดถึงโลกภายในโลกภายนอก เป็นต้น ซึ่งโลกดังกล่าวนี้ สุตท้ายย่อมแตกสลายทำลายไป เพราะเป็นไปตามกฎธรรมดาหรือเงื่อนไขของธรรมชาติ คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป

บทว่า **อนุตตโร ปุริสทมมสารถิ** เป็นผู้ฝึกบุรุษ (คน) ที่ยอดเยี่ยม ไม่มีผู้ใดเสมอเหมือน โดยใช้หลักไตรสิกขา หมายถึง พระองค์ทรงทำหน้าที่ดุจนายสารถิผู้ฝึกฝนผู้ที่สมควรฝึก ที่ไม่ได้ฝึก ก็สมควรได้รับการฝึก ทั้งเทวดา มนุษย์ อมนุษย์ โดยทั่วหน้า ด้วยอุบายแห่งการฝึกฝนต่างๆ ตามสมควรแก่อัธยาศัยและบารมีของแต่ละบุคคลได้อย่างยอดเยี่ยม

บทว่า **สตถา เทวมनुสฺสานิ** เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย คือเป็นครูของบุคคลทั้งชั้นสูงและชั้นต่ำทุกจำพวก หมายถึงพระองค์ทรงทำหน้าที่เป็นครูสั่งสอนบุคคลทุกระดับชั้นด้วยพระมหากรุณา หวังให้ได้รับความรู้และประโยชน์ที่ควรได้รับอย่างแท้จริง ทั้งประโยชน์ในโลกนี้ ประโยชน์ในโลกหน้า และประโยชน์อย่างสูงสุด คือพระนิพพาน อีกอย่างหนึ่ง พระองค์เป็นดุจหัวหน้า มีปรีชาสามารถพาบริวารคือหมู่สัตว์ทุกระดับข้ามทางกันดาร คือทุกขในการเวียนว่าย ตาย เกิด ให้ถึงทางอันเกษมได้

บทว่า **พทุโธ** เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน คือ รู้แจ้งในสัตว์และสังขาร ตื่นจากกิเลส ไม่หลับไหลไม่หลงมกมายด้วยโมหะ ทรงรู้จักกาลเวลา รู้จักฐานะและอฐานะ และเบิกบาน



คือไม่มีกิเลสเป็นเหตุให้เศร้าหมอง เป็นผู้ทรงพระคุณเต็มทีและได้ทรงทำพุทธกิจสำเร็จแล้ว เพราะทรงสำเร็จเป็นพระพุทธานุเจ้า อย่างสมบูรณ์ เพราะรู้สรรพสิ่งที่ควรรู้อันสิ้น และสอนผู้อื่นให้รู้ตาม

บทว่า ภควา เป็นผู้มิใช่ชค คือ จะทรงทำการใดๆ ก็ลุล่วงปลอดภัยทุกประการ เป็นผู้จำแนกแจกธรรม เป็นผู้กำจัดกิเลสและบาปธรรม เป็นผู้คบ คือส้องเสพอริยธรรมและสันติธรรม เป็นต้น สรุปรว่าพระผู้มีพระภาคเจ้า ได้นามว่า ภควา อันเป็นเนमितกนามมีความหมาย ๖ ประการ คือ

๑) เป็นผู้มิใช่ชค เช่น ทรงหวังพระสัมมาสัมโพธิญาณ ก็ได้สมหวัง ซึ่งเป็นผลมาจากพระบารมีที่ทรงบำเพ็ญมา

๒) เป็นผู้ทำลายสรรพกิเลส และมารทั้งปวงลงได้อย่างราบคาบ

๓) ทรงมีภคธรรม ๖ ประการ คือ (๑) ความมีอำนาจเหนือจิต (๒) ได้โลกุตระธรรม (๓) ทรงเกียรติยศปรากฏจรไกลไปในโลก (๔) พระสิริที่สง่างามทุกส่วนชวนให้บันเทิงใจแก่ผู้ชวนชวายุใคร่เห็น (๕) ความสำเร็จประโยชน์ทุกอย่างตามที่มุ่งหวัง (๖) ความเพียรชอบที่เป็นเหตุให้ได้รับความเคารพในโลกสาม

๔) ทรงเป็นผู้จำแนกแจกธรรม คือ ทรงเป็นวิภังคชาตีย์ ในการแสดงธรรม อย่างละเอียดวิจิตรพิสดารหลายแง่มุม

๕) ทรงเสพอริยธรรม คือ ทรงยินดีอยู่ในอริยวิหารธรรม คือ วิเวก วิโมกข์ และอุตตริมนุสสธรรมอย่างสม่ำเสมอ

๖) ทรงกาย คือสลัดออกโดยละตัณหาในไตรภพได้แล้ว

คุณของพระพุทธานุเจ้า ว่าด้วยคุณสมบัติ มี ๒ คือ (๑.) อัตตสมบัติ พระคุณอันมีในส่วนพระองค์ตั้งที่ปรากฏในบทพุทธานุเจ้าเอง (๒.) พรหิตปฏิบัติ คุณสมบัติที่พระองค์ทรงเกื้อกูลต่อผู้อื่น ทรงบำเพ็ญพุทธกิจ ๔๕ พรรษา ก็เพื่อประโยชน์เกื้อกูล เพื่อความสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย และเมื่อว่าโดยลักษณะมี ๓ คือ (๑.) พระปัญญาคุณ ทรงตรัสรู้ อริยสัจ ๔ ทรงบรรลุวิชชา ๓ วิชชา ๘ เป็นต้น (๒.) พระบริสุทธิคุณ พระองค์ทรงเป็นพระอรหันต์ไกลจากกิเลส (๓.) พระมหากรุณาคุณ พระองค์ทรงมีพระมหากรุณาต่อมวลมนุษยชาติและสัตว์โลกทุกประเภท



## สังฆคุณ ๙

ภควโต สาวกสงโฆ พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า

- |                    |                        |
|--------------------|------------------------|
| ๑. สุปฏิปนุโน      | เป็นผู้ปฏิบัติดีแล้ว   |
| ๒. อชฺฐปฏิปนุโน    | เป็นผู้ปฏิบัติตรงแล้ว  |
| ๓. ฌายปฏิปนุโน     | เป็นผู้ปฏิบัติเป็นธรรม |
| ๔. สามิจิปฏิปนุโน  | เป็นผู้ปฏิบัติสมควร    |
| ยทิทํ              | นี่คือใคร              |
| จตตาริ ปุริสยุดานิ | คู่แห่งบุรุษ ๔         |
| อฏฺฐปุริสบุคคลา    | บุรุษบุคคล ๘           |

เอส ภควโต สาวกสงโฆ นี้พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า

- |                   |                      |
|-------------------|----------------------|
| ๕. อาหุเนยโย      | เป็นผู้ควรของค้ำับ   |
| ๖. ปาหุเนยโย      | เป็นผู้ควรของต้อนรับ |
| ๗. ทกฺขิณเยโย     | เป็นผู้ควรของทำบุญ   |
| ๘. อณฺชลิกรณฺเยโย | เป็นผู้ควรทำอัญชลี   |
|                   | (ประนมมือไหว้)       |

- |                                  |                        |
|----------------------------------|------------------------|
| ๙. อนุตฺตรํ ปุณฺณกฺเขตฺตํ โลกสฺส | เป็นนาบุญของโลก        |
|                                  | ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า |

## อธิบาย

**สังฆคุณ** แปลว่า คุณของพระสงฆ์ หมายความว่า ความดีที่มีอยู่ในพระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้ประพฤดีปฏิบัติชอบ เป็นอริยบุคคล คือ บุคคลผู้ปราศจากกิเลส ดุจข้าศึก ๔ คู่ ๘ ประเภท (คู่ที่ ๑ ผู้ดำรงอยู่ในโสดาปัตติมรรค และในโสดาปัตติผล, คู่ที่ ๒ ผู้ดำรงอยู่ในสกทาคามีมรรค และในสกทาคามีผล, คู่ที่ ๓ ผู้ดำรงอยู่ในอนาคามีมรรค และในอนาคามีผล, คู่ที่ ๔ ผู้ดำรงอยู่ในอรหัตตมรรคและในอรหัตตผล) มี ๙ ประการ ดังนี้

บทว่า **สุปฏิปนุโน ปฏิบัติดีแล้ว** คือ ปฏิบัติตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา ไม่ย่อหย่อนเกินไป ไม่ตั้งเครียดเกินไป ปฏิบัติไม่ถอยหลัง ปฏิบัติไม่เป็นปฏิปักษ์ต่อพระศาสดา ปฏิบัติเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับพระศาสดา ไม่คด ไม่โกง เป็นสมาปฏิบัติ ท่านหมายถึงเอาการปฏิบัติ





ใน ๔ ลักษณะ คือ (๑) ปฏิบัติชอบตามพระธรรมวินัย (๒) ปฏิบัติไม่ถอยกลับ คือไม่กลับมาทำความชั่วที่ท่านละได้แล้ว (๓) ปฏิบัติไม่เป็นข้าศึกต่อตนเองและบุคคลอื่น (๔) ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม คือ กำหนดรู้ธรรมที่ควรรู้ ละธรรมที่ควรละ ทำให้แจ้งธรรมที่ควรทำให้แจ้ง และบำเพ็ญธรรมที่ควรบำเพ็ญ

บทว่า **อุชุปฏิปนโน ปฏิบัติตรงแล้ว** คือ ปฏิบัติไม่ลวงโลก ไม่มีมายาสาโดยประพตติตรง ๆ ต่อพระศาสดาและเพื่อนสาวกด้วยกัน ไม่อำพรางความในใจ ปฏิบัติมุ่งต่อความดีอันเป็นประโยชน์แก่ตนและผู้อื่น

บทว่า **ถายปฏิปนโน ปฏิบัติเป็นธรรม** คือ ปฏิบัติถูกต้องเพื่อออกจากทุกข์ เพื่อถุญยธรรม คือธรรมที่ควรรู้ ได้แก่พระนิพพาน ปฏิบัติมุ่งธรรมเป็นใหญ่ ถือความถูกต้องเป็นประมาณ

บทว่า **สามิจิปฏิปนโน ปฏิบัติสมควร** คือ ปฏิบัติชอบยิ่ง เป็นที่น่านับถือ สมควรได้รับสามิจิกรรม

บทว่า **อาหุเนยโย ผู้ควรแก่ของค้ำับ** คือ ควรแก่เครื่องสักการะอันเขานำมาถวาย นำมาบูชา จนถึงสำนัก

บทว่า **ปาหุเนยโย ผู้ควรแก่ของต้อนรับ** คือ เมื่อท่านไปสู่ที่ใด เจ้าของถิ่นไม่ละเลยการต้อนรับ เพราะเป็นผู้ปฏิบัติสมควรที่จะได้รับการต้อนรับ

บทว่า **ทกฺขิเนยโย ผู้ควรแก่ของทำบุญ** คือ ทำตนเป็นปฏิคาหกผู้สมควรรับไทยธรรม คือ ปัจจัย ๔ อันทายกพึงบริจาคให้

บทว่า **อณฺชลิกรณฺเณยโย ผู้ควรแก่การทำอัญชลี** คือ ประนมมือไหว้ เพราะท่านมีคุณงามความดี ควรที่สาธุชนจะพึงเคารพกราบไหว้ ซึ่งจะทำให้ผู้กราบไหว้เจริญด้วยพร ๔ ประการ คือ อายุ วรรณะ สุข พละ

บทว่า **อนุตฺตรํ ปุณฺณกฺเขตต์ โลกสฺส เป็นนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า** คือ ท่านเป็นผู้บริสุทธิ์ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา เมื่อเป็นเช่นนี้ ทักษิณาทานที่บริจาคให้ท่าน จึงมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ดุจพื้นที่นาที่มีดินดี พืชที่หว่านลงไปย่อมผลิตผลอันไพบูรณ์

สังฆคุณทั้ง ๙ บทนี้ เป็นลักษณะของพระอริยสงฆ์ในพระพุทธศาสนา แบ่งเป็น ๓ ตอน คือตอนต้น ๔ บท สรรเสริญการปฏิบัติตน ตอนกลางได้แบ่งประเภทพระสงฆ์ คือ ๔ คู่ ๘ ประเภท และตอนสุดท้ายอีก ๕ บท คือ พระสงฆ์ผู้สมควรได้รับเครื่องสักการบูชา สมควร



แก่ของที่เขานำมาต้อนรับ สมควรแก่ไทยธรรมวัตถุ และสมควรแก่การทำอัญชลีกรรมคือ  
ประนมมือไหว้ นี่เป็นผลของการปฏิบัติอันจะพึงได้รับจากทายกทายิกา

## ทศกะ หมวด ๑๐

### บารมี ๑๐

๑. ทาน การให้ การเสียสละ
๒. สील การรักษากาย วาจา ให้เรียบร้อย
๓. เนกขัมมะ การออกบวช การปลีกตนออกจากกาม
๔. ปัญญา ความรอบรู้ ความหยั่งรู้เหตุผล เข้าใจสภาวะธรรมทั้งหลาย  
ตามความเป็นจริง
๕. วิริยะ ความเพียร ความแก่กล้า ไม่เกรงกลัวอุปสรรค  
ก้าวหน้าเรื่อยไปไม่ทอดธุระ
๖. ขันติ ความอดทนอดกลั้น สามารถใช้สติปัญญาควบคุมตน  
ให้อยู่ในอำนาจเหตุผล ไม่ลุอำนาจกิเลส
๗. สัจจะ ความสัตย์ความจริง มีความตั้งใจจริง คือ พุดจริง ทำจริง  
และจริงใจ
๘. อธิษฐาน ความตั้งใจมั่น วางจุดมุ่งหมายไว้แน่นอน แล้วทำไปตามนั้น  
อย่างแน่วแน่
๙. เมตตา ความรักใคร่ปรารถนาดี มีจิตเกื้อกูลต่อมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย  
ให้มีสุขทั่วหน้ากัน
๑๐. อุเบกขา ความวางใจเป็นกลาง ไม่เอนเอียงไปเพราะความรัก ความชัง  
ความหลง และความกลัว มีความเที่ยงธรรม

### อธิบาย

บารมี แปลว่า คุณสมบัติ หรือปฏิบัติอันยวดยิ่ง หมายถึง คุณธรรมที่ประพฤติก  
ปฏิบัติอย่างยิ่งยวด หรือความดีที่บำเพ็ญอย่างพิเศษ เพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายอันสูงสุด หรือ



ปฏิบัติทาส่งให้บรรลุถึงฝั่ง คือ นิพพาน ความเป็นพระพุทธเจ้า ความเป็นพระมหาสาวก เป็นต้น ต้องบำเพ็ญบารมีมาทั้งนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกพระองค์ ได้ทรงบำเพ็ญมาตั้งแต่ครั้งยังเป็นพระโพธิสัตว์ เมื่อบารมีเหล่านี้เต็มแล้วจึงได้ตรัสรู้

**๑. ทานบารมี** หมายถึง บุคคลที่มีจิตใจประกอบด้วยความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ปรารถนาที่จะสงเคราะห์อนุเคราะห์ช่วยเหลือบุคคลอื่นผู้สมควรแก่การสงเคราะห์อนุเคราะห์ อาจจะเป็นการสงเคราะห์ด้วยอามิสสิ่งของที่ควรให้ หรือสามารถจะให้ได้ ตลอดถึงแนะนำพร่ำสอนซึ่งจัดเป็นธรรมทาน

**๒. สีลบารมี** คือ เจตนางดเว้นตามสิกขาบทโดยวิธีสมาทานคือรับจากผู้อื่น เรียกว่า สมาทานวิริตติบ้าง งดเว้นเมื่อวัตถุที่จะล่วงละเมิดศีลมาถึงเข้า เรียกว่า สัมปัตตวิริตติบ้าง งดเว้นได้อย่างเด็ดขาด ไม่กระทำความชั่วในจุดนั้น ๆ เรียกว่า สมุจเฉทวิริตติบ้าง

**๓. เนกขัมมบารมี** เนกขัมมะ แปลว่า การออกบวชเพื่อคุณอันยิ่งใหญ่ หมายถึง การหลีกเลี่ยงจากอารมณ์อันชวนให้เกิดความกำหนัด ชัดเคือง และลุ่มหลงมัวเมา เป็นต้น จนถึงการออกบวช มุ่งหมายที่จะขจัดโทษอันจะพึงเกิดขึ้นทางกาย ทางวาจา ทางใจของตน

**๔. ปัญญาบารมี** มีความรอบรู้ หมายถึง การที่บุคคลรู้เหตุแห่งความเสื่อม เรียกว่า อปายโกศล รู้เหตุแห่งความเจริญ เรียกว่า อายโกศล รู้อุบายวิธีการที่จะหลีกเลี่ยงหนทางเสื่อมมาดำเนินในทางเจริญ เรียกว่า อุกายโกศล ปัญญา นี้ เป็นแสงสว่างนำทางชีวิตของบุคคล อาจเกิดขึ้นด้วยการประกอบ ด้วยการกระทำให้บังเกิดขึ้นด้วยการฟัง ด้วยการพิจารณา และการลงมือประพฤติปฏิบัติ

**๕. วิริยบารมี** ได้แก่ ความเพียรพยายามในการดำรงชีวิต ประกอบกิจการงานตามภาระหน้าที่ของตน และความเพียรพยายามเพื่อจะละความชั่ว ประพฤติความดี มีจิตใจกล้าแข็งพร้อมที่จะผจญต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ ไม่หวั่นไหว ไม่ท้อถอยต่ออุปสรรคเหล่านั้น

**๖. ขันติบารมี** ความอดทนอดกลั้น ความทนทาน จัดเป็น ๓ คือ

- ๑) อดทนต่อปรากฏการณ์ทางธรรมชาติ ที่วิปริตแปรปรวนไป
- ๒) อดทนต่อทุกขเวทนา ความเหนื่อยยากลำบากที่เกิดขึ้นแก่ร่างกาย
- ๓) อดทนต่ออารมณ์ทั้งฝ่ายที่น่าปรารถนาและฝ่ายที่ไม่น่าปรารถนา อันตนจะต้องประสบเกี่ยวข้องกับอยู่ในชีวิตประจำวัน



๗. **สัจจบารมี** สัจจะคือความจริง ได้แก่ มีความจริงใจ ต้องการที่จะกระทำสิ่งใดที่เป็นความดีแล้ว ต้องทำสิ่งนั้นให้ได้จริงๆ ไม่ทอดทิ้งหรือทอดลอย เมื่อยังไม่บรรลุเป้าหมายที่ตนได้กำหนดไว้

๘. **อธิษฐานบารมี** หมายถึง ความตั้งใจมั่น หรือมีปณิธานแน่วแน่ในอันที่จะกระทำความดีละความชั่ว บางครั้ง เรียกรวมกันว่า สัจจาธิษฐาน เป็นลักษณะของการตั้งใจจริงที่มั่นคงเพื่อให้ได้ผลอย่างใดอย่างหนึ่ง

๙. **เมตตาบารมี** หมายถึง ความรักความปรารถนาดีต่อบรรดาสิ่งที่มีชีวิตทั้งหลาย โดยมีความต้องการจะเห็นบุคคลและสัตว์ทั้งหลายดำรงชีวิตอยู่ด้วยความปกติสุข ไม่มีเวรไม่มีภัย ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน เห็นว่า ทุกชีวิตรักสุขเกลียดทุกข์เหมือนกันหมด

๑๐. **อุเบกขาบารมี** เป็นลักษณะของจิตที่หนักแน่นประกอบด้วยปัญญา เข้าใจในเหตุผลทั้งหลายตามความเป็นจริง ไม่เอนเอียงไปในฝ่ายอคติ เช่น มีญาติพี่น้อง ประสบความเดือดร้อนเพราะการกระทำของเขา ก็วางใจเป็นอุเบกขา ไม่ดีใจ ไม่เสียใจ โดยคิดว่า สัตว์ทั้งหลายเป็นผู้มีกรรมเป็นของของตน เป็นผู้ได้รับผลของกรรม เป็นต้น

บารมี ๑๐ นี้ เรียงตามที่ได้ทรงบำเพ็ญในทศชาติชาดก ดังนี้

- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| ๑. พระเตมีย์    | บำเพ็ญเนกขัมมะ |
| ๒. พระมหาชนก    | บำเพ็ญวิริยะ   |
| ๓. พระสุวรรณสาม | บำเพ็ญเมตตา    |
| ๔. พระนมมิราช   | บำเพ็ญอธิษฐาน  |
| ๕. พระมโหสถ     | บำเพ็ญปัญญา    |
| ๖. พระภริทัต    | บำเพ็ญศีล      |
| ๗. พระจันทกุมาร | บำเพ็ญขันติ    |
| ๘. พระนารทะ     | บำเพ็ญอุเบกขา  |
| ๙. พระวิฐูร     | บำเพ็ญสัจจะ    |
| ๑๐. พระเวสสันดร | บำเพ็ญทาน      |

บารมี ๑๐ นี้ บางแห่งเรียก พุทธการกธรรม แปลว่า ธรรมที่ทำให้เป็นพระพุทธเจ้า ถ้าจะบำเพ็ญให้ครบบริบูรณ์ ต้องให้ครบ ๓ ชั้น ยกทานบารมีเป็นตัวอย่าง เช่น



๑) บารมี เป็นบารมีสามัญ เช่น ให้ทรัพย์สินเงินทองสมบัติภายนอก เพื่อเกื้อกูล หรือเปลื้องทุกข์ผู้อื่น

๒) อุปบารมี เป็นบารมีระดับใกล้ หรือระดับกลาง เช่น การเสียสละอวัยวะแห่งร่างกายเพื่อทำประโยชน์หรือเปลื้องทุกข์ผู้อื่น

๓) ปรมัตถบารมี บารมีระดับสูงสุด เช่น การสละชีวิตเพื่อประโยชน์แก่คนหมู่มาก หรือเพื่อเปลื้องชีวิตคนอื่น

บารมีทั้ง ๑๐ ประการนี้ บุคคลผู้จะตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าซึ่งเรียกว่าพระโพธิสัตว์ นั้น เมื่อบำเพ็ญให้สมบูรณ์เต็มที่แล้ว ก็จะตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า แม้บุคคลในระดับอื่น เช่น พระอริยบุคคลในระดับต่างๆ หรือปุถุชนที่มีศีลมีกัลยาณธรรม ต่างก็ได้บำเพ็ญกันมาทั้งนั้น มากบ้าง น้อยบ้าง ตามกำลังความสามารถของตนๆ บารมี ๑๐ นี้ พระปัจเจกพุทธะและ พระอริยสาวกได้บำเพ็ญมาเหมือนกัน แต่ใช้เวลาสั้นกว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ถ้าบำเพ็ญ ครบทั้ง ๓๐ บารมี เรียกว่า **สมตังสบบารมี** แปลว่า บารมี ๓๐ ทศ เป็นคุณสมบัติทำให้ผู้บำเพ็ญ ถึงฝั่งได้ บรรลุถึงจุดหมายอันสูงสุดคือนิพพานได้ บารมี ๑๐ ย่อลงในไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ดังนี้

ทาน ศีล ย่อลงใน **ศีล**

วิริยะ ขันติ สัจจะ อธิษฐาน เมตตา และอุเบกขา ย่อลงใน **สมาธิ**

เนกขัมมะ และ ปัญญา ย่อลงใน **ปัญญา**

## บุญกิริยาวัตร ๑๐

บุญกิริยาวัตร คือสิ่งเป็นที่ตั้งแห่งการบำเพ็ญบุญ มี ๑๐ อย่าง คือ

- |                 |  |
|-----------------|--|
| ๑. ทานมัย       | บุญสำเร็จด้วยการบริจาคทาน                |
| ๒. สीलมัย       | บุญสำเร็จด้วยการรักษาศีล                 |
| ๓. ภาวนามัย     | บุญสำเร็จด้วยการเจริญภาวนา               |
| ๔. อปจายนมัย    | บุญสำเร็จด้วยการประพุดตีถ่อมตนแก่ผู้ใหญ่ |
| ๕. เวยยาวัจจมัย | บุญสำเร็จด้วยการช่วยชวนชวายนในกิจที่ชอบ  |
| ๖. ปัตติทานมัย  | บุญสำเร็จด้วยการให้ส่วนบุญ               |



๗. ปัตตานุโมทนา มัย บุญสำเร็จด้วยการอนุโมทนาส่วนบุญ  
 ๘. รัมมัสสวนมัย บุญสำเร็จด้วยการฟังธรรม  
 ๙. รัมมเทศนามัย บุญสำเร็จด้วยการแสดงธรรม  
 ๑๐. ทิฏฐุชุกัมม การทำความเห็นให้ตรง

สุ. วิ. ๓/๒๕๖.

## อธิบาย

**บุญ** แปลว่า สิ่งที่ชำระจิตสันดานให้หมดจด ได้แก่ ความดี, ความถูกต้อง, ความสะอาด **บุญกิริยาวัตถุ** แปลว่า เหตุเป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญ, หลักการทำความดี, หรือวิธีการทำความดี เมื่อทำแล้วจะได้รับผล คือความสุข โดยย่อมี ๓ อย่าง คือ ทานมัย สීමมัย และภาวนามัย แต่โดยพิสดารมี ๑๐ อย่าง ดังนี้

**๑. ทานมัย** คือการทำบุญด้วยการให้สิ่งของ เป็นการเสียสละสิ่งของแก่ผู้อื่น เพื่อบรรเทาความโลภ และกำจัดมัจฉริยะ คือความตระหนี่ของตนได้, ที่เรียกว่า **ทาน** ต้องประกอบด้วยเจตนาพร้อมทั้งวัตถุเป็นเหตุให้ ไม่ใช่ให้โดยเสียไม่ได้ หรือซื้อความรำคาญ หรือให้โดยอาการดุจของทิ้ง

**๒. สීමมัย** คือการทำบุญด้วยการรักษาศีล หรือประพฤติดีมีระเบียบวินัย งดเว้นความชั่วทางกายกรรมและวจีกรรม แล้วสมาทานกุศลกรรมที่ดี ไม่มีโทษ เป็นการบรรเทาหรือละโทษ คือความโกรธ ความอาฆาตพยาบาทเสียได้ เป็นที่ตั้งแห่งกุศลธรรม คือ สมาธิ และปัญญา

**๓. ภาวนามัย** คือการทำบุญด้วยการเจริญภาวนา อบรมจิตใจให้เกิดปัญญา เป็นการบรรเทาหรือละโมหะความหลง และอวิชชาความไม่รู้ไม่เข้าใจในไตรลักษณ์ ไม่หลงถือมงคลตื่นข่าว เชื่อในพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า เมื่อปฏิบัติได้ถึงที่แล้วจิตย่อมหลุดพ้นจากความยึดมั่นถือมั่นในเรา ในของเราเสียได้

**๔. อปจายนมัย** คือการทำบุญด้วยการประพฤติอ่อนน้อมถ่อมตนต่อผู้ใหญ่ ไม่แสดงอาการกระด้างกระเดื่องแข็งข้อต่อท่าน เป็นคนมีสัมมาคารวะ ย่อมเป็นที่รักใคร่ของผู้ใหญ่ เปรียบเหมือนรวงข้าวที่มีเมล็ดสมบูรณ์ มีน้ำหนักดี ย่อมเป็นที่ชอบใจของพ่อค้า ฉะนั้น



**๕. เวยยาวัจจมัย** คือการทำบุญด้วยการชวนชววยช่วยเหลือในกิจที่ถูกต้องดีงาม ไม่นิ่งดูตาย เป็นการแสดงออกถึงความเป็นคนมีจิตใจเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น

**๖. ปัตติทานมัย** คือการทำบุญด้วยการให้ส่วนบุญที่ตนได้ทำแล้ว เป็นการแสดงออกซึ่งน้ำใจที่มีความเมตตากรุณา

**๗. ปัตตานุโมทนามัย** คือการทำบุญด้วยการอนุโมทนาส่วนบุญ ซึ่งขมยินดีในการทำความดีของผู้อื่น หรือบุญที่ผู้อื่นทำแล้ว ไม่ริษยาเมื่อเห็นผู้อื่นกระทำความดี

**๘. ธัมมัสสวนมัย** คือการทำบุญด้วยการฟังเทศน์ฟังธรรม เรียนรู้ธรรม ทำให้ได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง สิ่งที่เคยฟังแล้วแต่ไม่เข้าใจชัดจะเข้าใจชัด บรรเทาความสงสัยได้ ทำให้มองเห็นให้ถูกต้องได้ เมื่อฟังแล้วจิตใจจะผ่องใส

**๙. ธัมมเทศนามมัย** คือการทำบุญด้วยการแสดงธรรม หรือ แนะนำสั่งสอนให้มีความรู้ความคิด ให้ผู้อื่นมีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ดี

**๑๐. ทิฏฐชุกัมมั** คือการปรับความเห็นให้ตรงให้ถูกต้อง ทำความเห็นของตนเองให้เป็นสัมมาทิฏฐิ เช่น เห็นว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ผลของการกระทำให้ผลจริง

การทำบุญในพระพุทธศาสนา ที่เรียกว่าบุญกิริยาวัตถุ โดยย่อมี ๓ และโดยพิสดารมี ๑๐ นี้ ใน ๑๐ ข้อนั้น ข้อว่า **ทิฏฐชุกัมมั** เป็นข้อสำคัญกว่าข้ออื่น เพราะเมื่อบุคคลมีความเห็นถูกต้องแล้วย่อมเป็นเหตุแห่งการทำบุญ ในบุญกิริยาวัตถุข้ออื่น ๆ



