

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะ
เพื่อการปฏิบัติกรรมฐาน ในพระไตรปิฎก
Analysis of the Relationship between Mindfulness and Awareness
for The Practice of Meditation in The Tipitaka

พระอธิการประกาศิต สุจิณฺโณ^๑

Phra Athik Prakasit Suchinno

ธานี สุวรรณประทีป^๒

Thanee Suwanprateep

วิโรจน์ คุ้มครอง^๓

Wirot khumkhong

Email: thanee.suw@mcu.ac.th

Received: October 6, 2022 Revised: November 1, 2022

Accepted: November 9, 2022

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้เพื่อศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะ เพื่อการปฏิบัติกรรมฐานในพระไตรปิฎก โดยมีวัตถุประสงค์ 3 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาความหมายและความสำคัญของสติและสัมปชัญญะในพระไตรปิฎก 2) เพื่อศึกษากรรมฐานในพระไตรปิฎก 3) เพื่อศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะเพื่อการปฏิบัติกรรมฐานในพระไตรปิฎก การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร การศึกษาเกี่ยวกับเนื้อหาและวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะเพื่อการปฏิบัติกรรมฐาน โดยผู้วิจัยแบ่งขอบเขตของการวิจัย เป็นสองส่วน คือ ขอบเขตด้านเอกสาร เพื่อกำหนดเอาเอกสารที่ใช้ในวิจัยครั้งนี้ และขอบเขตด้านเนื้อหา เพื่อกำหนดเนื้อหาประเด็นต่าง ๆ โดยศึกษาจากข้อมูลจากพระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง สติและสัมปชัญญะ หมายถึง ความระลึกได้ และการรู้สึกตัวทั่วพร้อมอยู่เสมอ ทั้งในขณะคิด ขณะพูด และในขณะที่จะกระทำ ว่าสิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ โดยมี

^๑ สาขาพระไตรปิฎกศึกษา มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส

^๒ ประธานกรรมการที่ปรึกษาคุณุณีนิพนธ์

^๓ กรรมการที่ปรึกษาคุณุณีนิพนธ์

ให้ความคิด และการกระทำนั้นๆ ตกอยู่ภายใต้ความประมาทมัวเมา สติและสัมปชัญญะเป็นเจตสิกธรรมที่เกิดขึ้นพร้อมกันกับจิต ดับพร้อมกันกับจิต มีอารมณ์อันเดียวกันกับจิต อาศัยจิตเกิดขึ้น การปฏิบัติกรรมฐาน สติและสัมปชัญญะจะเกิดขึ้นร่วมกัน ในขณะที่มีการกำหนดรู้เพื่อปฏิบัติสมถกรรมฐาน สติจะเกิดขึ้นเป็นประธานในสภาวะธรรม ทำหน้าที่ช่วยประคับประคองจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว เพื่อเป็นฐานในการยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา สัมปชัญญะ (ปัญญา) ทำหน้าที่พิจารณารูปนามอารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะปัจจุบันอารมณ์

คำสำคัญ: (ความสัมพันธ์), (สติ), (สัมปชัญญะ), (การปฏิบัติกรรมฐาน)

Abstract

This research paper aims at analyzing the relationship between mindfulness (*Sati*) and awareness (*Sampajañña*) for meditation practice found in Tipitaka, focusing on 3 objectives: 1) to study the meaning and importance of mindfulness and awareness in Tipitaka; 2) to study meditation in Tipitaka, and 3) to analyze the relationship. It was documentary research, dealing with the content analysis of the relationship between mindfulness and awareness for meditation practice. The researcher divided its scope into two parts, namely document scope analyzing documents used here and content scope to determine various topics by studying the data from Tipitaka, its commentaries, sub-commentaries, and other related scriptures. *Sati* and *Sampajañña* refer to a consistent remembrance and full awareness, while thinking, speaking, and acting knowing what should and should not to do without the overwhelming by ignorance, obsession. This mindfulness and awareness are included in *Cetasika* rising together with the consciousness, having the same mental objects, and relying on the mind to rise. For meditation training, both mindfulness and awareness will rise together, but while meditator contemplate on calamity meditation, mindfulness plays as domain in such state, serving as helper supporter for the firm one-pointedness of the mind and a base for raising the mind up to Vipassana level. Awareness (Wisdom) serves the observing on the true nature of name and forms appearing in the present moment.

Keywords: (Relationship), (Mindfulness), (Awareness), (Meditation)

1. บทนำ

ผู้ปฏิบัติกรรมฐานมีจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความรู้ ความเข้าใจในหลักการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวทางพุทธศาสนาให้ถูกต้องเสียก่อน แล้วจึงนำเอาหลักธรรมนั้นมาประพฤติปฏิบัติสืบต่อไป เพื่อจะไม่ให้เกิดความผิดพลาดในการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวทางแห่งพระพุทธศาสนา ในการปฏิบัติกรรมฐานนั้น หมวดธรรมที่จะขาดเสียมิได้เลย คือ สติและสัมปชัญญะ เพราะเป็นธรรมที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในการปฏิบัติกรรมฐานเพื่อใช้ในการกำหนดรู้ ระลึกรู้ในอารมณ์ของกรรมฐาน ผู้ปฏิบัติกรรมฐานจะต้องมีความเพียรไม่ย่อท้อ มีสติมีสัมปชัญญะ เพื่อดำเนินไปตามหลักโพธิปักขิยธรรม อันเป็นธรรมที่เป็นฝ่ายในการตรัสรู้ สติและสัมปชัญญะทั้งสองเป็นเจตสิกธรรมที่เป็นฝ่ายกุศล จะเกิดขึ้นพร้อมกันกับจิต ดับพร้อมกันกับจิต มีอารมณ์อันเดียวกันกับจิต และอาศัยจิตเกิด สติและสัมปชัญญะ (ปัญญา) ทั้งสองนี้เกิดขึ้นในธรรมที่เป็นฝ่ายกุศล เมื่อสติเกิดขึ้น เป็นประธานในสภาวะธรรม สัมปชัญญะ (ปัญญา) ก็เกิดขึ้นร่วมด้วย เมื่อสัมปชัญญะ (ปัญญา) เกิดขึ้นเป็นประธานในสภาวะธรรม สติก็จะเกิดขึ้นร่วมด้วยเสมอ สติจะเกิดขึ้นในมหากุศลจิตและมหัคคตกุศลจิตทั้งหมด ส่วนสัมปชัญญะ (ปัญญา) จะเกิดขึ้นในมหากุศลจิตที่เป็นญาณสัมปยุตเท่านั้น และเกิดขึ้นในมหัคคตกุศลจิตทั้งหมด

กรรมฐาน คือ ที่ตั้งแห่งการทำงานของจิตแบ่งออกเป็น 2 ประการคือ สมถกรรมฐาน 1 วิปัสสนากรรมฐาน 1 สมถกรรมฐาน เป็นกรรมฐานที่เป็นไปเพื่อความสงบของจิต ผู้ปฏิบัติที่มุ่งหวังความสงบแห่งจิตใจ ควรปฏิบัติสมถกรรมฐานตามนัยแห่งพระไตรปิฎกและอรรถกถา สมถกรรมฐานมี 7 หมวด 40 กอง ผู้ปฏิบัติกรรมฐานควรที่จะต้องมีความรู้ให้ดีเสียก่อนในกรรมฐานที่ตนนำมาปฏิบัติ เพื่อให้เกิดความเหมาะสมกับจริตของตน วิปัสสนากรรมฐาน คือ กรรมฐานที่เป็นไปเพื่อความรู้อย่างแจ้งของรูปนาม ชั้น 5 ผู้ปฏิบัติที่มีความมุ่งหวังต่อ มรรค, ผล, นิพพาน อันเป็นที่สิ้นไปแห่งกองทุกข์ทั้งปวง ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องรูปนาม, ชั้น 5^๔, อายตนะ 12, ธาตุ 18, อินทรี 22, สัจจะ 4 และปฏิจสมุปบาท เป็นอย่างดี อันเป็นวิปัสสนาภูมิ 6 ดังที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกและอรรถกถา ทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน จะขาดจากสติและสัมปชัญญะ (ปัญญา) ไม่ได้เลย เพราะในแต่ละขณะที่มีการกำหนดรู้รูปนาม จะต้องมีการกำหนดรู้รูปนามเป็นประธานเพื่อกำหนดรู้รูปนามในขณะนั้น และในขณะที่มีการพิจารณารูปนามจะต้องมีสัมปชัญญะ (ปัญญา) ทำหน้าที่เป็นประธานในการพิจารณารูปนามที่เกิดขึ้นในขณะนั้น

^๔ อภ.วิ. (ไทย) 35/1/1.

ผู้วิจัยได้เห็นความสำคัญของหมวดธรรมดังกล่าวมา จึงได้มีความสนใจต้องการที่จะศึกษาวิเคราะห์ให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะ (ปัญญา) เพื่อการปฏิบัติกรรมฐานจะเป็นประโยชน์แก่ออกุศลต่อการปฏิบัติกรรมฐาน และพุทธศาสนิกชนผู้นับถือพระพุทธศาสนาสืบต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 2.1 เพื่อศึกษาสติและสัมปชัญญะในพระไตรปิฎก
- 2.2 เพื่อศึกษากรรมฐานในพระไตรปิฎก
- 2.3 เพื่อนำมาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะเพื่อการปฏิบัติกรรมฐานในพระไตรปิฎก

3. ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) เป็นการศึกษาเกี่ยวกับการวิเคราะห์สติและสัมปชัญญะเพื่อการปฏิบัติกรรมฐาน โดยในการวิจัยครั้งนี้ มีรายละเอียดดังนี้

- 3.1 รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์ วิเสสวิสุทธิมรรค
- 3.2 รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ และหนังสือ ตำรา วารสาร บทความทางวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 3.3 เรียบเรียงข้อมูลและตรวจสอบความถูกต้องกับคัมภีร์พระไตรปิฎก
- 3.4 วิเคราะห์ข้อมูล สรุปให้ตอบปัญหาการวิจัยที่ตั้งไว้
- 3.5 ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์
- 3.6 แก้ไข ปรับปรุง นำเสนอผลงาน

4. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะเพื่อการปฏิบัติกรรมฐานในพระไตรปิฎก

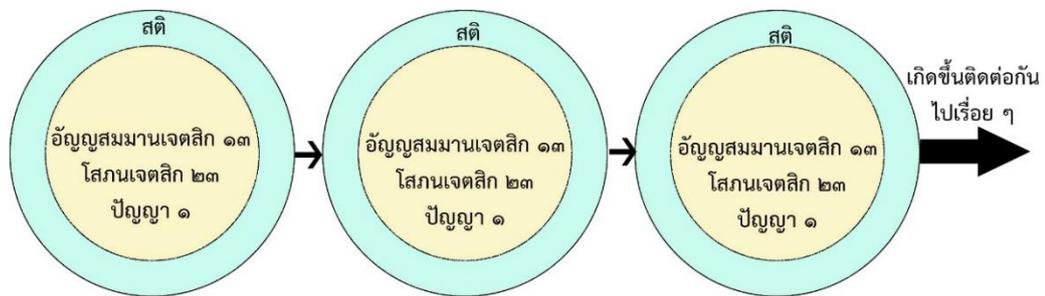
การปฏิบัติกรรมฐานทั้งสอง คือ สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานนั้น จะต้องใช้สติในการกำหนดรู้ ระลึกรู้อารมณ์อยู่เนื่อง ๆ โดยมีสติทำหน้าที่กำหนดจดจ่อไปในอารมณ์กรรมฐานเหล่านั้น จะขาดจากสติมิได้เลย และจะต้องใช้สติกำหนดจดจ่ออย่างต่อเนื่องโดยมิให้ขาดสายในการเข้าไปกำหนดรู้อารมณ์กรรมฐานนั้น ๆ จากขณะหนึ่ง ๆ สืบเนื่องกันไปเป็นหลาย ๆ ขณะ หลายนาที จนเป็นชั่วโมงต่อไปเรื่อย ๆ เป็นวันและหลาย ๆ วัน ทรงอารมณ์อยู่อย่างนี้ จนจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว เรียกว่า เอกัคคตาเอกัคคตารมณ์ คือ มีอารมณ์เป็นหนึ่งเกิดเป็นสมาธิในทางตรงกันข้ามขณะใดที่ขาดสติขณะนั้นไม่เชื่อว่าเป็นการปฏิบัติ เพราะในการปฏิบัติเป็นการทวนต่อกระแสแห่งกิเลสทั้งหลาย มี โสภ โทสะ และโมหะ เป็นต้น ขณะที่ทำการกำหนดรู้อารมณ์อยู่นั้น สภาวะธรรมทั้งหลาย

ย่อมเป็นกุศล เพราะสติเป็นเจตสิกที่เป็นฝ่ายดีงามคือ โสภณเจตสิก สติได้ทำหน้าที่ไปกำหนดรู้ อารมณ์ ได้เป็นประธานในสัมปยุตธรรม เมื่อสติเจตสิกได้เกิดขึ้นเป็นประธาน เจตสิกทั้งหลายอีก 37 ดวง ที่เป็นฝ่ายโสภณเจตสิกย่อมเกิดร่วม (ประกอบพร้อมด้วย) ส่วนสัมปชัญญะ (ปัญญาเจตสิก) ก็เกิดร่วมด้วย ปัญญา เจตสิกเป็นเจตสิกที่อยู่ในกลุ่มโสภณเจตสิกเช่นเดียวกัน คอยช่วยทำหน้าที่รู้ตัวทั่วพร้อมสนับสนุนให้สติระลึกได้ในอารมณ์มิให้พลั้งเผลอ ส่วนเจตสิกทั้งหลายที่เหลืออีก 26 ดวง ก็จะทำหน้าที่ของตน ๆ และสนับสนุนให้สติเกิดขึ้นเพื่อระลึกกำหนดรู้ได้อย่างสมบูรณ์บริบูรณ์

ความสัมพันธ์ของสติและสัมปชัญญะ

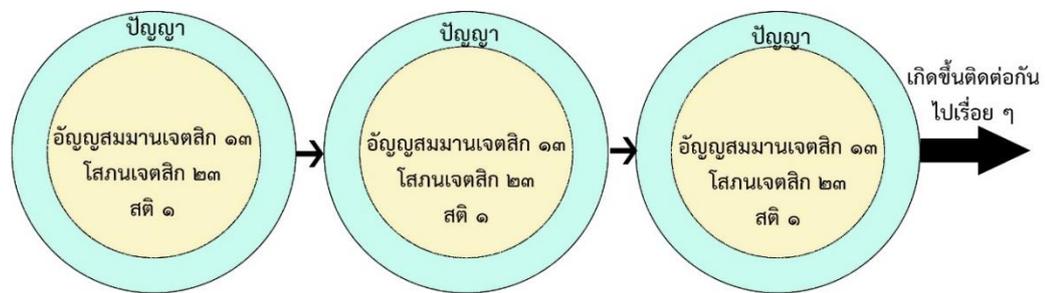
สติและสัมปชัญญะทั้ง 2 นี้ เป็นเจตสิกธรรมที่เกิดขึ้นพร้อมกับจิต ดับพร้อมกับจิต มีอารมณ์อันเดียวกันกับจิต เพราะอาศัยจิตเกิดโดยที่สติ (องค์ธรรมคือสติเจตสิก) สัมปชัญญะ (องค์ธรรมคือปัญญาเจตสิก) สติและสัมปชัญญะเป็นเจตสิกที่อยู่ในกลุ่ม ของโสภณเจตสิก 25

ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะ (ปัญญา) ในการปฏิบัติกรรมฐาน ในขณะที่ผู้ปฏิบัติ กำลังกำหนดรู้อารมณ์ในสมถกรรมฐานทั้ง 40 กอง กองใดกองหนึ่งอยู่ ขณะที่กำลังกำหนดรู้ อารมณ์อยู่นั้น สติจะทำหน้าที่เป็นประธานในสภาวธรรมเพื่อกำหนดรู้อารมณ์ในขณะนั้น (คือมีสติ นำหน้าในขณะเจริญสมถ)



สติจะเกิดขึ้นเป็นประธานในสัมปยุตธรรมและเกิดขึ้นติดต่อกันอย่างไม่ขาดสาย จนกว่า สติจะตั้งมั่นในอารมณ์ เกิดสมาธิ ตั้งแต่ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปนาสมาธิ จนถึงฌานสมาบัติ จะเห็นได้ว่า สติและสัมปชัญญะได้เกิดขึ้นร่วมกัน และมีความสัมพันธ์กัน โดยที่สติเป็นประธานใน สภาวธรรมของเจตสิกทั้งหลายที่เกิดขึ้น สติและสัมปชัญญะมีความสัมพันธ์กันในการปฏิบัติ กรรมฐานโดยความเป็น สัมปยุตตปัจจัย สหชาติปัจจัย และอัญญมัญญปัจจัย เป็นต้น

ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะ (ปัญญา) ในการปฏิบัติกรรมฐาน ในขณะที่ผู้ปฏิบัติ กำลังพิจารณาารูปนาม (วิปัสสนาภูมิ 6) ในขณะที่กำลังพิจารณาอยู่ สัมปชัญญะ (ปัญญา)

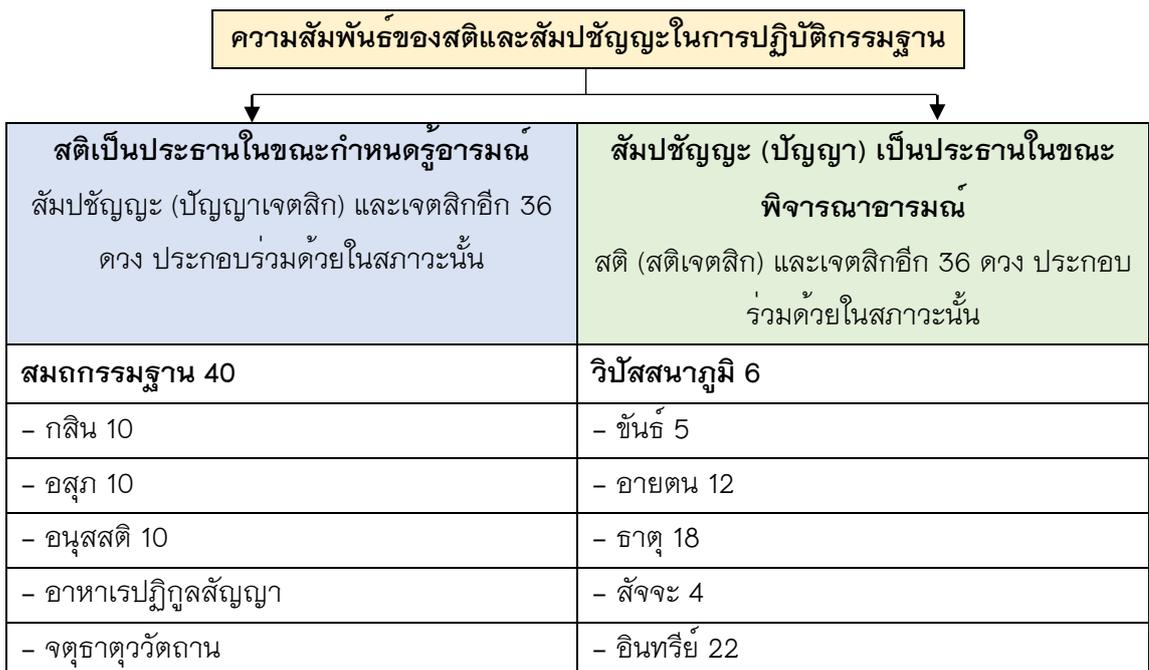


จะทำหน้าที่เป็นประธานในสภาวธรรมเพื่อพิจารณาอารมณ์ในขณะนั้น (คือมีสัมปชัญญะ (ปัญญา) นำหน้าในขณะที่เจริญวิปัสสนา)

สัมปชัญญะ (ปัญญา) จะเกิดขึ้นเป็นประธานในสภาวธรรมและเกิดติดต่อกันอย่างไม่ขาดสาย จนเกิดปัญญาญาณขึ้น ตั้งแต่ รูปนามปริเฉทญาณ รูปนามปัจจัยปริศคหาญาณ สัมมสนญาณ ไปจนถึงปัจจุเวกชนญาณเป็นที่สุด จะเห็นได้ว่า สติและสัมปชัญญะได้เกิดขึ้นร่วมกัน มีความสัมพันธ์กัน โดยที่สัมปชัญญะ (ปัญญา) เป็นประธานในสภาวธรรมของเจตสิกทั้งหลายที่เกิดขึ้น สติและสัมปชัญญะมีความสัมพันธ์กันในการปฏิบัติกรรมฐานโดยความเป็น สัมปยุตตปัจจัย สหชาติปัจจัย และอัญญมัญญปัจจัย เป็นต้น

๑. ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะเพื่อการปฏิบัติกรรมฐาน

ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะในกรรมฐานทั้ง 2 คือ สมถกรรมฐาน และ วิปัสสนากรรมฐาน ในขณะที่ปฏิบัติสมถกรรมฐาน 40 กอง กองใดกองหนึ่ง เมื่อมีการกำหนดรู้อารมณ์เกิดขึ้น สติจะทำหน้าที่เป็นประธานในสภาวธรรมอย่างจดจ่อต่อเนื่องโดยมีสติเกิดขึ้นทุกขณะของการกำหนดรู้ ส่วนสัมปชัญญะ (ปัญญาเจตสิก) และเจตสิกอีก 36 ดวงประกอบรวมด้วยในสภาวะนั้น ในขณะที่เจริญวิปัสสนากรรมฐาน (วิปัสสนาภูมิ 6) เมื่อมีการพิจารณาอารมณ์เกิดขึ้น สัมปชัญญะ (ปัญญา) จะทำหน้าที่เป็นประธานในการพิจารณาอารมณ์ตั้งแต่รูปนามปริเฉทญาณเป็นต้นจนถึงปัจจุเวกชนญาณ สัมปชัญญะจะทำหน้าที่เป็นประธานทุกขณะการพิจารณาอารมณ์ และมีสติ (สติเจตสิก) และเจตสิกอีก 36 ดวง ประกอบรวมด้วยในสภาวะนั้น สติและสัมปชัญญะทั้ง 2 เป็นเจตสิกธรรมที่เป็นฝ่ายกุศล เกิดขึ้นในจิต (อาศัยจิตเกิด เกิดพร้อมกันกับจิต ดับพร้อมกันกับจิต มีอารมณ์อันเดียวกันกับจิต)



- อัปมัญญา 4 (พรหมวิหาร 4)	- ปฏิจสมุปาท 12
อรุณ 4	ปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4

ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะในการปฏิบัติกรรมฐานนั้น สติและสัมปชัญญะได้เกิดขึ้นร่วมกันทุกขณะจิต ในขณะที่มีการกำหนดรู้อารมณ์สมถกรรมฐาน กองใดกองหนึ่ง สติจะทำหน้าที่เป็นประธานในสภาวะธรรม และในขณะนั้น สัมปชัญญะ (ปัญญาเจตสิก) และเจตสิกอีก 36 ดวง ประกอบพร้อมด้วยในสภาวะนั้น และขณะที่มีการพิจารณารูปนามอารมณ์ (วิปัสสนาภูมิ 6 ตามแนวสติปัฏฐาน 4) สัมปชัญญะ (ปัญญา) ได้ทำหน้าที่เป็นประธานในสภาวะธรรม และในขณะนั้น สติ (สติเจตสิก) และเจตสิกอีก 36 ดวง ประกอบพร้อมด้วยในสภาวะนั้น

๒. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสติและสัมปชัญญะเพื่อการปฏิบัติกรรมฐาน

1. การปฏิบัติกรรมฐานที่มีสติเป็นประธานในสภาวะธรรมเพียงอย่างเดียว (การปฏิบัติที่เน้นไปในด้านสมถกรรมฐานเพียงอย่างเดียว)

ผู้ปฏิบัติได้กำหนดรู้อารมณ์ ระลึกรู้อารมณ์ โดยมีสติทำหน้าที่ ระลึกรู้อารมณ์อย่างจดจ่อ ต่อเนื่องโดยมิให้ขาดสาย จนสติตั้งมั่นในอารมณ์ จนจิตเกิด ขณิกสมาธิ , อุปจารสมาธิ, อัปนาสมาธิ และฌาน ไปตามลำดับ (การปฏิบัติที่มีสติเป็นประธานในสัมปชัญญะ)

2. การปฏิบัติกรรมฐานที่มีสติเป็นประธานในสภาวะธรรมในเบื้องต้น ต่อจากนั้นมีสัมปชัญญะ (ปัญญา) เป็นประธานในสภาวะธรรม (การปฏิบัติที่มีสมถเป็นเบื้องต้น มีวิปัสสนาเป็นเบื้องปลาย)

ผู้ปฏิบัติได้กำหนดรู้อารมณ์ ระลึกรู้อารมณ์ โดยมีสติระลึกรู้ อย่างจดจ่อต่อเนื่องโดยมิให้ขาดสาย จนสติมีความตั้งมั่นในอารมณ์ จนจิตเกิด ขณิกสมาธิ , อุปจารสมาธิ, อัปนาสมาธิ และฌาน ไปตามลำดับ เมื่อเกิดสมาธิแก่กล้าพอที่จะยกจิต (ปัญญา) ขึ้นพิจารณารูปนามอารมณ์ เพื่อให้รู้ว่า สิ่งที่ถูกรู้ ก็คืออารมณ์กรรมฐาน สิ่งที่ถูกรู้ก็คือ จิต (ปัญญา) มิใช่อันเดียวกัน มีทั้งผู้รู้ และผู้ถูกรู้ เมื่อมีการพิจารณารูปนามอารมณ์ที่เกิดขึ้น ตั้งแต่รูปนามปริเฉทญาณเป็นต้น จนถึงปัจจุเวกขณญาณเป็นที่สุด (การปฏิบัติกรรมฐานนี้มีสมถเป็นเบื้องต้น มีวิปัสสนาเป็นเบื้องปลาย)

3. การปฏิบัติที่มีทั้งสติและสัมปชัญญะ (ปัญญา) เป็นประธานในสภาวะธรรม โดยสติและสัมปชัญญะ (ปัญญา) สลับ สับเปลี่ยนกันเป็นประธานในสภาวะธรรม (เป็นการปฏิบัติทั้งสมถและวิปัสสนาปนกัน)

ผู้ปฏิบัติได้กำหนดรู้อารมณ์ ระลึกรู้อารมณ์ โดยมีสติระลึกรู้อย่างจดจ่อต่อเนื่องจนเกิดสมาธิ เมื่อเกิดสมาธิพอที่จะพิจารณารูปนามอารมณ์ (รูปนามอารมณ์) ได้ ก็ยกจิต (สัมปชัญญะ) ขึ้นพิจารณารูปนามอารมณ์ต่อไป เมื่อพิจารณารูปนามอารมณ์ไปเรื่อย ๆ จนจิตเกิดเมื่อยล้าหมดกำลังของสมาธิ ก็จะหยุดพิจารณารูปนามอารมณ์ โดยมีสติคอยระลึกรู้อารมณ์เพียงอย่างเดียว เพื่อทรงไว้ซึ่งสมาธิ เมื่อจิตนิ่งอยู่

ในอารมณ์จนมีกำลังสมาธิดีแล้ว ก็ยกจิตขึ้นพิจารณาอารมณ์สืบต่อไปอย่างนี้ สลับสับเปลี่ยนกันไปเรื่อย ๆ (เป็นการปฏิบัติทั้งสมถและวิปัสสนาสลับสับเปลี่ยนกันไปเรื่อย ๆ)

4. การปฏิบัติกรรมฐานที่ไม่มีสติและสัมปชัญญะ (ปัญญา) เป็นประธานในสภาวะธรรม (การปฏิบัติอย่างนี้ไม่ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติกรรมฐาน)

เพราะว่า การปฏิบัติกรรมฐานจะต้องมีการกำหนดรู้อารมณ์โดยใช้สติเป็นเครื่องมือในการกำหนดรู้ ถ้าไม่มีสติเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติแล้ว การปฏิบัติย่อมเกิดขึ้นไม่ได้เลย และในการพิจารณาอารมณ์ก็ต้องใช้ สัมปชัญญะ (ปัญญา) เป็นเครื่องมือในการพิจารณาอารมณ์ เมื่อไม่มีสัมปชัญญะ (ปัญญา) การพิจารณาอารมณ์จึงเกิดขึ้นไม่ได้ ดังนั้นเมื่อขาดสติและสัมปชัญญะเสียแล้ว การปฏิบัติธรรมทั้งหลายจะเกิดขึ้นไม่ได้เลย จิตก็จะไหลไปสู่อารมณ์ต่าง ๆ ทั้งอารมณ์ภายนอกและอารมณ์ภายใน โดยที่ไม่มีสติเป็นเครื่องกั้น และสัมปชัญญะ (ปัญญา) เป็นเครื่องพิจารณา รู้ ย่อมไหลไปสู่อารมณ์ทั้งหลายโดยหาที่สุดมิได้เลย

1. ขณะที่ไม่มีสติและไม่มีสติ ในขณะที่ปฏิบัติกรรมฐานอยู่นั้น ขณะที่สติอยู่กับอารมณ์กรรมฐานเท่านั้น ชื่อว่าการปฏิบัติ ถ้าไม่มีสติอยู่กับอารมณ์กรรมฐาน คือ จิตไหลไปสู่อารมณ์ภายนอกจากอารมณ์กรรมฐาน ขณะนั้นไม่ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติ เพราะคำว่าปฏิบัติ คือ การที่จิตมีสติอยู่กับอารมณ์กรรมฐาน ไม่ไหลไปหรือพลอยไปสู่อารมณ์อื่น มีสติระลึกรู้ทุกขณะ ทวนต่อกระแสกิเลสทั้งหลาย ต้านต่อกระแสแห่งกิเลสทั้งหลายที่จะมาลู่จิต และไม่ให้จิตตกไปสู่อารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทางทวารทั้ง 6

2. ขณะที่ผู้ปฏิบัติกรรมฐาน โดยมีสติที่จดจ่อต่อเนื่องในอารมณ์กรรมฐาน และในบางขณะก็พลั้งพลอสติ ที่เรียกว่าสติหลุด หรือสติร่ว คือขาดสติไปบางขณะ

3. ผู้ปฏิบัติที่มีสติอย่างจดจ่อต่อเนื่องในอารมณ์กรรมฐานโดยมิให้สติขาดสาย เป็นเวลานาน จนเป็นเหตุปัจจัยให้สติก่อตัวเป็นสมาธิ ตั้งแต่ขณิกสมาธิ ไปจนถึง ฌาน

4. ผู้ปฏิบัติที่มีสมาธิดังกล่าวในข้อที่ 3 แต่มิได้มีการใคร่ครวญพิจารณา หรือยกจิตขึ้นพิจารณาอารมณ์ที่เกิดขึ้น ผู้ปฏิบัติจะเกิดแต่สมถเพียงอย่างเดียว ส่วนวิปัสสนาจะเกิดขึ้นมิได้

5. ผู้ปฏิบัติที่มีสติกำหนดรู้อารมณ์อย่างจดจ่อต่อเนื่องจนเกิดสมาธิ พอที่จะยกจิตขึ้นพิจารณาอารมณ์ได้ (รูป นาม อารมณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน) แล้วยกจิตขึ้นพิจารณาอารมณ์ คือ จิตที่มีสัมปชัญญะ (ปัญญา) เป็นประธานในขณะนั้น การปฏิบัติดังกล่าวมา จะมีทั้งสมถและวิปัสสนาเกิดขึ้น

ดังที่ได้อธิบายมานี้ พอสรุปได้ว่า

1. ถ้าไม่มีสติและสัมปชัญญะ ในการปฏิบัติกรรมฐาน สมถและวิปัสสนาจะเกิดขึ้นมิได้เลย จิตจะไหลไปสู่อารมณ์ต่าง ๆ

2. ถ้ามีสติอย่างเดียว ไม่มีสัมปชัญญะ ในการปฏิบัติกรรมฐาน สมถจะเกิดขึ้นได้อย่างเดียว ส่วนวิปัสสนาไม่สามารถเกิดขึ้นได้

3. ถ้ามีสัมปชัญญะ (ปัญญา) อย่างเดียว ก็เป็นไปไม่ได้ เพราะเมื่อปัญญาเกิดขึ้น สติย่อมเกิดขึ้นประกอบด้วย และอีกอย่างหนึ่ง สติเป็นฐานเบื้องต้นของสัมปชัญญะ (ปัญญา) ตามหลักทฤษฎี มิสกนัยที่กล่าวไว้ในพระอภิธรรมปิฎก

4. สติและสัมปชัญญะ (ปัญญา) เกิดร่วมกัน ในการปฏิบัติกรรมฐาน ย่อมเกิดได้ทั้งสมถ และวิปัสสนา เมื่อเจริญสติและสัมปชัญญะ (ปัญญา) ให้มากยิ่งขึ้น จะเป็นหนทางเข้าสู่มรรคผลนิพาน

5. สรุป

จากการศึกษาสติและสัมปชัญญะในพระไตรปิฎก ได้พบว่า สติ แปรตามศัพท์ แปลว่า (1) กริยาที่ระลึกได้ (2) ธรรมชาติเป็นเหตุให้ระลึกได้ (3) ผู้เบียดเบียนความประมาท สติเป็นเจตสิกธรรมที่เกิดขึ้นในจิต เกิดขึ้นพร้อมกันกับจิต ดับพร้อมกันกับจิต มีอารมณ์เดียวกันกับจิต และอาศัยจิตเกิด องค์ธรรมของสติได้แก่ สติเจตสิก สติเจตสิกจัดอยู่ในกลุ่มของเจตสิกที่เรียกว่า โสภณจิต 25 สติจะเกิดขึ้นกับจิตที่เป็นกุศลจิตเท่านั้น ไม่เกิดขึ้นกับจิตที่เป็นอกุศล เมื่อสติได้เกิดขึ้น ย่อมทำให้จิต มีการไม่เลอะเลือน ไม่หลงลืม ช่วยให้ไม่ให้เกิดความประมาท พลังเพลอ เมื่อสติได้เกิดขึ้น ย่อมเบียดเบียน ความประมาท ในอภิธรรมัตถะ วิชาวิณี กล่าวว่า (98) สมบุตฺตตานํ สารณฺลฺกฺขณา วิเคราะหฺวา สติ วา ปมาทํ หสตีติ แปลว่า สติ เพราะอรรถว่า เบียดเบียนความประมาท คือเมื่อสติได้เกิดขึ้นเป็นประธาน ในสัมปยุตตธรรม ก็จะนำสภาวะธรรมทั้งหลายให้เกิดความไม่เลอะเลือน ไม่ลุ่มหลง ในขณะที่สติได้เกิดขึ้นเป็นประธานในสภาวะธรรมย่อมมีเจตสิกที่เกิดร่วมสัมปยุตตธรรมด้วย 37 ดวง คืออัญญาสมานเจตสิก 13 โสภณเจตสิก 24 (เว้นสติ) สติได้ปรากฏอยู่ในหมวดธรรมทั้งหลายที่เป็นกุศล เช่น สติปัฏฐาน 4 อินทริย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 อริยมรรคมีองค์ 8 เป็นต้น สติย่อมรักษาจิตจากอกุศลธรรมทั้งหมดได้ และยังจิตให้ประกอบด้วยกุศลธรรมดังพุทธวจนะว่า สติ ขวาทํ ภิกฺขเว สพฺพตฺถิทํ วทามิ “ภิกษุทั้งหลาย ตถาคตกล่าวว่า สติมีอุปการะในที่ทั้งปวง”

สัมปชัญญะ (ปัญญา) เมื่อแปรตามศัพท์ (1) ธรรมชาติเป็นเครื่องรู้ (2) การรู้โดยทั่วถึง (หมายความว่า รู้ว่าเหตุอย่างนี้จะเกิดผลอย่างไร เมื่อต้องการผลอย่างนี้ จะต้องทำเหตุอย่างไร) (3) รู้ก่อนที่จะทำ จะพูด จะคิด (4) รู้แล้วสามารถนำชีวิตออกจากปัญหา พ้นจากทุกข์ได้สัมปชัญญะ (ปัญญา) มีความหมายหลายประการคือ กริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ภาวะที่รู้ชัด ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความใคร่ครวญ ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ความเห็นแจ้ง เป็นต้น สัมปชัญญะ (ปัญญา) องค์ธรรมได้แก่ ปัญญาเจตสิก เป็นเจตสิกที่จัดอยู่ในกลุ่มของโสภณเจตสิก 25 เป็นเจตสิกที่เกิดขึ้นในจิต เกิดขึ้นพร้อมกันกับจิต ดับพร้อมกันกับจิต มีอารมณ์เดียวกันกับจิต และอาศัยจิตเกิด จะเกิดขึ้นกับจิตที่เป็นกุศลจิตเท่านั้น ไม่เกิดกับจิตที่เป็นอกุศล เมื่อสัมปชัญญะ (ปัญญา) ได้เกิดขึ้นเป็นประธานในสภาวะธรรม ย่อมทำให้จิตมีการแทงตลอดในสภาวะธรรม ย่อมขจัดซึ่งความมืดคือ โมหะ มีความรู้ไม่หลงในอารมณ์ทั้งหลาย ทำให้เกิดวิชาแจ่มแจ้งตามความเป็นจริง ในขณะที่สัมปชัญญะได้เกิดขึ้นเป็นประธานในสภาวะธรรมย่อมมีเจตสิกที่เกิดร่วมด้วย 37 ดวง ได้แก่ อัญญาสมานเจตสิก 13 โสภณเจตสิก 24 (เว้น สัมปชัญญะ หรือ ปัญญา

เจตสิก) สัมปชัญญะ (ปัญญา) ได้ปรากฏอยู่ในหมวดธรรมทั้งหลายที่เป็นกุศล เช่น อธิธิบาท 4 อินทริย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 อริยมรรคมีองค์ 8 เป็นต้น ในวิสุทธิมรรค วิเคราะห์ว่า ปชานนฏฐเณร ปญญา แปลว่า ชื่อว่าปัญญา เพราะอรรถว่า รู้ทั่ว ในอภิธรรม วิภาวิณี วิเคราะห์ว่า ปกาเรน ชานาติ อนิจจาทิวเสน อวพชฺฌ “ผู้มีจิตตั้งมั่นแล้วยอมรับรู้ตามความเป็นจริง”

สติและสัมปชัญญะในการปฏิบัติกรรมฐาน การปฏิบัติกรรมฐาน จะเป็นสมถกรรมฐาน หรือวิปัสสนากรรมฐานก็ตาม สติและสัมปชัญญะ (ปัญญา) จะเกิดสัมปยุตร่วมกัน เว้นไว้แต่ ญาณ วิปยุตเท่านั้น ที่เหลือนอกนั้นสติและสัมปชัญญะจะเกิดร่วมกันเสมอ ในขณะที่มีการกำหนดรู้ อารมณฺ์ สติจะเกิดขึ้นเป็นประธานในสภาวะธรรมในขณะนั้น เพื่อกำหนดรู้ ระลึกรู้ารมณฺ์ ถ้าสติได้เกิดขึ้นในแต่ละขณะจิต อย่างจดจ่อต่อเนื่องโดยสติมีขาดสาย ก็จะเป็นเหตุปัจจัยให้สมาธิเกิดขึ้น ตั้งแต่ขณิกสมาธิ จนถึงฌาน สมาธินับว่าเป็นบาทเบื้องต้นในการที่จะยกจิตขึ้นพิจารณารูป นาม อารมณฺ์ ขณะที่มีการยกจิตขึ้นพิจารณาอารมณฺ์ สัมปชัญญะ (ปัญญา) ที่อยู่ในจิตก็จะทำหน้าที่ พิจารณาอารมณฺ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น และในขณะนั้นสติก็เกิดขึ้นร่วมด้วย โดยมีสัมปชัญญะ (ปัญญา) เป็นประธานในสภาวะธรรม รวมความว่า ในขณะที่สติได้เกิดขึ้นเป็นประธานในสภาวะธรรม สัมปชัญญะ (ปัญญา) จะเกิดขึ้นร่วมด้วยหรือไม่ก็ได้ แต่ถ้าเมื่อมีการพิจารณาอารมณฺ์เกิดขึ้น สติและ สัมปชัญญะ (ปัญญา) จะเกิดร่วมกันเสมอ โดยมีสัมปชัญญะเป็นประธานในสภาวะธรรมในขณะนั้น ดังที่ได้กล่าวมา จะเห็นได้ว่าในการปฏิบัติกรรมฐานนั้น จะขาดจากสติและสัมปชัญญะ (ปัญญา) มิได้ เลย



เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณ ๒๕๐๐.**

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535.

พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

อรรถกถาภาษาไทย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553.

อรรถกถาภาษาไทย ฉบับจุฬาลงกรณ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

ฎีกาปกรณ์วิเสสภาษาไทย ฉบับจุฬาลงกรณ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

ปกรณ์วิเสสภาษาไทย ฉบับจุฬาลงกรณ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ, 2539.

พระราชวรมุนี และคณะ. **วิมุตติมรรค.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เคล็ดไทย]2538.

พระพุทธโฆสเถระ. คัมภีร์วิสุทธิมรรค. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรสจำกัด, 2556.

วิสุทธิมรรค ฉบับ สมเด็จพระพุทธปาหัง (อาจ อาสภมหาเถร) แปลและเรียบเรียง, พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพฯ: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, พ.ศ. 2554

พระญาณธชช, **ปรมัตถทีปนี**, แปลโดยพระคันธสาราภิงค์, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไทยรายวัน การพิมพ์, 2549.

พระสัทธัมมโชติกะ อัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ 9 เล่ม 1**, พิมพ์ครั้งที่ 3, มูลนิธิ สัทธัมมโชติกะ, 2525.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) , **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ศัพท์วิเคราะห์**, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เสียงเชียงใหม่, 2550.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ชุดคำจำกัดความ**, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เสียงเชียงใหม่.

พระธรรมวโรดม (บุญมาคุณสมปโน, ป.ธ.9), **อภิธรรมัตถวิภาวิณีแปล**, พิมพ์ครั้งที่ 1, กาญจนบุรี: ม.ป.ท., 2550).

ไวท์ลินินบุ๊กส์ (White Linen Books). **มิลินทปัญหาฉบับธรรมทาน**. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ซาเร็นการพิมพ์ จำกัด, 2552.

พรทิพา กุฎชุมพินานนท์, “การศึกษาวิเคราะห์กระบวนการเรียนรู้ในพระพุทธศาสนาและการพัฒนาคน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสนบัณฑิตสาขาวิชาพุทธศาสนา**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551.

