วารสาร มจร บาฬีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์
P-ISSN : 2539-5777
E-ISSN : 2651-0820

ศึกษาวิเคราะห์วิปัสสนาภูมิ 6 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

An Analytical of Six Vipassanābhūmi for Vipassanābhāvanā Practice

สิรินทิพย์ วงษ์สวรรค์[1]
Sirintip Wongsawan
E-mail : sirin.w.th@gmail.com
ประเวศ อินทองปาน[2]
Pravet Inthongpan
E-mail: fhumpvi@ku.ac.th

Received: September 2, *2024* **Revised:** *January 21, 2025*
Accepted: *January 29, 2025*

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาวิปัสสนาภูมิ 6 ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท 2) เพื่อศึกษาวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และ 3) เพื่อศึกษาวิเคราะห์วิปัสสนาภูมิ 6 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา การวิจัยนี้เป็นการวิจัยคุณภาพเป็นการศึกษาเอกสาร โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา และวิสุทธิมรรค เป็นต้น ปรับปรุง แก้ไข สรุปผลการวิจัยวิเคราะห์เนื้อหาในลักษณะพรรณนา

ผลการวิจัย พบว่า วิปัสสนาภูมิ หมายถึง ภูมิแห่งปัญญา ถือเป็นอารมณ์สำหรับการเจริญวิปัสสนากรรมฐานเพื่อให้เกิดปัญญาญาณ ผู้เจริญวิปัสสนาต้องกำหนดรู้วิปัสสนาภูมิ 6 ที่กำลังปรากฏชัดในปัจจุบันขณะ ได้แก่ 1) ขันธ์ 5 2) อายตนะ 12 3) ธาตุ 18 4) อินทรีย์ 22 5) ปฏิจจสมุปบาท 12 และ 6) อริยสัจ 4 ทั้งหมดสรุปย่อลงเป็น รูปนาม วิปัสสนาภูมิเป็นอุปกรณ์สำคัญในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อให้เกิดวิปัสสนาญาณ ซึ่งนำไปสู่ความดับทุกข์ด้วยมรรคอริยมรรค 8 ซึ่งเป็นทางสายกลาง การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน 4 ได้แก่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตา

---

[1] นิสิตปริญญาโท สาขาวิปัสสนาภาวนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม, Graduate student, Master of Arts (Vipassana Meditation), Graduate School, Mahachulalongkorn– rajavidyalaya University, Palisuksa Buddhaghosa Campus, Nakornphathom.

[2] มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์/ Kasetsart University

นุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติต้องสังเกตอารมณ์ตามเป็นจริงว่าเป็นเพียงรูปนาม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ผู้ปฏิบัติต้องกำหนดรู้สภาวะของ รูกาย เวทนา จิต และธรรม ในฐานะรูปธรรมและนามธรรมตามอาการต่าง ๆ คือ การพองและยุบของท้อง โดยการปฏิบัติเช่นนี้จะสามารถแยกให้รู้เห็นรูปนามตามวิปัสสนาภูมิ 6 เพื่อให้เกิดการเห็นแจ้งไตรลักษณ์และการปล่อยวางอารมณ์

คำสำคัญ: การวิเคราะห์, วิปัสสนาภูมิ 6, การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา.

Abstract

This thesis investigated on following objectives; 1) to study the six *Vipassanābhūmi* in the Theravada Buddhist scriptures, 2) to study Vipassana meditation in the Theravada Buddhism, and 3) to analyze the six *Vipassanābhūmi* for the Vipassana practice. It was qualitative research done documents by taking data from Theravada Buddhist scriptures, namely Tipitaka, commentary, and Visuddhimagga, etc., improving, summarizing its results and using content analysis written in descriptive manner.

The results were found that *Vipassanābhumi* in Theravada Buddhism scriptures mean the bases of wisdom, a place for developing insight cultivation for higher knowledge level called *Ñāṇa*. Insight meditators must contemplate on six bases of insight practice happening, including 1) 5 *Khandha*, 2) 12 *Āyatana*, 3) 18 *Elements*, 4) 22 *Indriya*, 5) 12 *Paṭiccasamuppāda*, and 6) 4 noble truths, all of which are reduced to *Rūpa–Nāma* or forms and name or. *Vipassanābhumi* is an important tool for Vipassana practice to achieve the true insight knowledge, which leads to the cessation of suffering through the Noble Eightfold Path, known as the middle path. Vipassanā practice based on the Four Foundation of Mindfulness which are: *Kāyānupassanāsatipatthāna*, *Vedanānupassanāsatipatthāna*, Cittānupassanāsatipat Thāna, and *Dhammānupassanāsatipatthāna*. The meditator must observe all arising objects as their true nature or just only name and forms. For advanced insight practice, they must continue observing the body, sensations, mind, and all thoughts as they really are, just forms and names as appearing in various objects, such as the up and down of the stomach. By practicing like this, they will be able to discern

form and name according to the six *Vipassanā bhūmi* in order to experience Three Common Manners and to detach from all objects.

Keywords: Analysis, six Vipassanābhūmi, Vipassana practice.

บทนำ

มนุษย์เกิดมานำเอาความทุกข์เกิดมาด้วยกันทั้งสิ้น เหมือนดอกเห็ดที่เกิดมาหอบเอาฝุ่นคือดินมาด้วยฉันนั้นการเกิดบ่อย ๆ เป็นทุกข์อยู่ร่ำไปต้นเหตุที่ทำให้เป็นทุกข์ คือความทะยานอยาก (ตัณหา 3) ความทะยานอยากในกาม ได้แก่ กามตัณหา ความทะยานอยากในภพ ได้แก่ ภวตัณหา ความทะยานอยากในวิภพ ได้แก่ วิภวตัณหา เมื่อความทะยานอยาก คือตัณหาเกิดมี ก็จะทำให้ธรรมอื่น ๆ เกิดมีตามไปด้วย เช่น เมื่อมีชาติ ชรามรณะก็เกิดมี เมื่อมีชรามรณะ โสกะปริเทวะ- ทุกขะ โทมนัส สุปายาสะก็เกิดมีเป็นต้น การเกิดอย่างนี้เป็นประดุจโซ่ แห่งชีวิตที่ผูกมัดมนุษย์ให้เวียนวนอยู่ในวัฏฏะไม่มีที่สิ้นสุด ธรรมเหล่านี้เรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท ซึ่งปฏิจจสมุปบาทนี้ เป็นธรรมอาศัยกันและกันเกิดขึ้น เมื่อแรกตรัสรู้ ผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ ควงต้นโพธิพฤกษ์ ใกล้ฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา เขตตำบลอุรุเวลา พระองค์ประทับนั่งโดยบัลลังเดียว เสวยวิมุตติสุขอยู่เป็นเวลา 7 วัน ครั้นล่วงไป 7 วัน ทรงออกจากสมาธินั้นแล้ว ทรงพิจารณาปฏิจจสมุปบาท โดยอนุโลมอย่างละเอียด ตลอดปฐมยามแห่งราตรี (ยามที่ 1) จากนั้นทรงพิจารณาโดยปฏิโลมอย่างละเอียดตลอดมัชฌิมยามแห่งราตรี (ยามที่ 3) และทรงพิจารณาทั้งโดยอนุโลมและปฏิโลมอย่างละเอียดตลอดปัจฉิมยามแห่งราตรี (ยามที่ 3) ในยามที่ 3 นี้ พระองค์จึงทรงเปล่งอุทานว่า เมื่อใด ธรรมทั้งหลายปรากฏแก่พราหมณ์ผู้มีความเพียร เพ่งอยู่ เมื่อนั้น พราหมณ์นั้นย่อมกำจัดมารและเสนาเสียได้ ดุจดวงอาทิตย์อุทัยขึ้นสาดส่องท้องฟ้าให้สว่างไสว ฉะนั้น มนุษย์ผู้ต้องการดับทุกข์ให้หมดสิ้นไป จำต้องเรียนรู้ปฏิจจสมุปบาท อันเป็นภูมิวิปัสสนาภาวนา ให้เข้าใจตามความเป็นจริงโดยย่อ ธรรมทั้งสองนี้คือการกำหนดรู้รูปนาม ผู้กำหนดรู้รูปนาม ต้องดำเนินไปตามหนทางเอก ได้แก่ สติปัฏฐาน 4 คือ 1) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ 2) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ 3) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ และ 4) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่[3]

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นการเรียนรู้รูปนามตามแนวสติปัฏฐาน 4 ได้แก่ การพิจารณาดูกาย เวทนา จิต และธรรม อันได้แก่ รูปธรรมและนามธรรม พระพุทธองค์ทรงสอนให้เจริญสติและปัญญาเพื่อมารู้แจ้งความจริงของสิ่งทั้งหลายทั้งปวงในโลกว่า เป็นเพียงรูปกับนามเท่านั้น และปัญญาที่เข้าไปรู้ถึงสภาวะลักษณะรูปนามโดยความเป็นไตรลักษณ์ คือไม่เที่ยงเกิดดับตลอดเวลา เป็นทุกข์ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ เป็นอนัตตาไม่ใช่ตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้ปัญญาที่เกิดขึ้นนี้เรียกว่า วิปัสสนาปัญญา[4] โดยการอบรม

---

[3] ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, **พุทธปัญญาคู่มือสร้างปัญญา**, (กรุงเทพมหานคร: ธนธัชการพิมพ์, 2552), หน้า 190.

[4] ที.ม. (ไทย) 10/373/301.

จิต และใคร่ครวญธรรมให้เห็นแจ้งในอารมณ์ต่าง ๆ[5] มีรูปารมณ์เป็นต้น โดยความเป็นนามรูป[6] และพัฒนาสติให้เข้มแข็ง จนสามารถคุ้มครองจิตให้เข้าถึงปัญญา รู้ปัจจุบันธรรม เห็นประจักษ์แจ้งพระไตรลักษณ์ ส่งผลให้ญาณทัสสนะ[7] หรือปัญญาที่สูงขึ้นตามลำดับ นี้เป็นผลมาจากบุคคลผู้ปฏิบัติถูกต้อง ช่วยให้ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาสามารถพัฒนาศรัทธาตนเอง ให้เข้มแข็งมั่นคง มีความพากเพียรอย่างแรงกล้า มีสมาธิหยั่งลึก มีสติรอบรู้ ซึ่งสภาวะจิตที่สามารถหยั่งรู้ความจริงอันสูงสุด จนสามารถกำจัดอวิชชาให้หมดไปพร้อม ๆ กับทุกข์ อุปาทาน และโทมนัสทั้งปวง ที่เป็นผลมาจากอวิชชานั้น ปัญญาที่รู้แจ้งและเข้าใจหลักของเหตุและผล[8] ซึ่งหมายถึงการเห็นความเป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกันของรูปและนาม ปัญญานี้จะทำให้ละทิ้งความเห็นผิดว่า สิ่งต่าง ๆ สามารถเกิดขึ้นได้โดยปราศจากเหตุ มีเพียงการเห็นแจ้งสภาวธรรมของรูปและนามที่เกิดขึ้น แล้วดับไปอย่างรวดเร็วเท่านั้น ที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถหลุดพ้นจากความวิปลาส[9] ที่ว่าสิ่งต่าง ๆ มีความเที่ยงไม่เปลี่ยนแปลง และต่อเนื่องไม่สิ้นสุด ด้วยการรู้แจ้งด้วยตนเองถึงธรรมชาติอันแท้จริงของความทุกข์เท่านั้น ที่จะทำให้เกิดความเบื่อหน่ายในวัฏสงสารด้วยการรู้แจ้งว่าสภาวธรรมทางกาย ทางจิต ดำเนินไปตามกฎของธรรมชาติ โดยปราศจากผู้ใดหรือสิ่งใดบังคับควบคุม จึงจะทำให้บุคคลคลายจากความยึดมั่นจากอัตตาตัวตนได้ การเจริญสติปัฏฐาน ย่อมทำให้สามารถสลัดทิ้งอัตตสัญญา กล่าวคือ ความยึดมั่นถือมั่นในสัตว์บุคคลตัวตนเราเขาได้ จึงเป็นการรู้ในระดับที่เป็นสติปัฏฐานภาวนาด้วย ดังนั้น การกำหนดรู้เช่นนี้จึงมิได้เป็นการรู้แบบรู้ตัวแบบทั่ว ๆ ไป แต่เป็นการรู้ตัวด้วยปัญญาพิจารณาให้เห็นเป็นสภาวธรรม อนึ่ง ขึ้นชื่อว่าวิปัสสนา ย่อมเป็นหลักธรรมที่ใช้สติกำหนดรู้ด้วยปัญญา ในสิ่งที่สามารถก่อให้เกิดกิเลสได้ทั้งหมดทั้งปวง จนสามารถทำลายอนุสยภูมิเปลี่ยนแปลงให้เป็นปัญญา อย่างไรก็ตาม การกระทำงานใด ๆ ก็ต้องมีสถานที่ทำงาน ในการเจริญวิปัสสนาภาวนานั้นสถานที่ที่ให้จิตทำงานหรือเข้าไปรับรู้อารมณ์ เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ มีอยู่ 6 ภูมิด้วยกัน คือ ขันธ์ 5 มีรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ อายตนะ 12 คือ บ่อเกิด หรือแหล่งกำเนิด หรือสะพานเครื่องเชื่อมต่อให้เกิดความรู้มี 12 อย่าง ธาตุ 18 คือ สิ่งที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตนมี 18 อินทรีย์ 22 คือ ความเป็นใหญ่มี 22 ปฏิจจสมุปบาท 12 คือ ความประชุมพร้อมด้วยเหตุและมีผลต่อเนื่องมี 12 และอริยสัจจะ 4 คือ ความจริงอันประเสริฐมี 4 เมื่อย่อวิปัสสนาภูมิลงแล้วได้ 2 อย่าง คือ รูปและนามเท่านั้นเป็นอารมณ์ จะเห็นได้ว่าล้วนเป็นหลักธรรมมีความลึกซึ้ง องค์ธรรมมีความซับซ้อนและเชื่อมโยงกัน ยากสำหรับบุคคลทั้งหลายที่จะเข้าใจและเข้าถึงอย่างถ่องแท้

---

[5] สำ.ม. (ไทย) 19/159/89.

[6] พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ 9 เล่ม 1**, พิมพ์ครั้งที่ 6, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพยวิสุทธิ์, 2554), หน้า 17–18.

[7] สำ.ม. (ไทย) 19/42–47/41.

[8] อภิ.สงฺ.อ. (ไทย) 1/1/–/332–333.

[9] องฺ.จตุกฺก. (ไทย) 21/49/44.

ด้วยเหตุดังกล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจทำวิจัยเรื่อง “วิเคราะห์วิปัสสนาภูมิ 6 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” เพื่อเป็นแนวทางส่งเสริมการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ให้เกิดความเข้าใจอย่างถูกต้องถูกวิธี และเพื่อแก้ความสงสัยในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ของผู้ปฏิบัติที่มีความสนใจ โดยผู้ปฏิบัติจะได้ประโยชน์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ให้มีความก้าวหน้าและบรรลุเป้าหมายในการเจริญวิปัสสนาภาวนา คือ การหลุดพ้นจากทุกข์ตามหลักคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทอย่างถูกต้องและจะเป็นประโยชน์เกื้อกูลอย่างยิ่งต่องานวิชาการและผู้สนใจปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาทั่วไปในอนาคตและเพื่อเป็นหลักในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาสืบต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาวิปัสสนาภูมิ 6 ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
2. เพื่อศึกษาวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
3. เพื่อศึกษาวิเคราะห์วิปัสสนาภูมิ 6 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยวิเคราะห์วิปัสสนาภูมิ 6 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนการวิจัย ดังนี้

1. รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ พระไตรปิฎก โดยผู้วิจัยใช้คัมภีร์พระไตรปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช 2539

2. รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ปกรณวิเสส วิสุทธิมรรค หนังสือ ตำรา วารสาร บทความทางวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3. เรียบเรียงตรวจสอบความถูกต้องและความน่าเชื่อถือของข้อมูลตลอดจนจัดลำดับความสำคัญของแหล่งที่มาโดยเปรียบเทียบกับคัมภีร์พระไตรปิฎก

4. กำหนดประเด็นเพิ่มเติมหรือรายละเอียดอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องโดยการขอคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิและคณาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทาง

5. วิเคราะห์ สังเคราะห์ ข้อมูล และสรุปคำตอบปัญหาการวิจัย

6. ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์โดยการเข้าพบกับอาจารย์ที่ปรึกษาและคณาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทางเป็นระยะ ๆ

7. ปรับปรุงแก้ไขเนื้อหาตามคำแนะนำของคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์และดำเนินการตามขั้นตอนของบัณฑิตวิทยาลัย

ผลการศึกษา

1. วิปัสสนาภูมิ 6 ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า วิปัสสนาภูมิ 6 ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท โดยแบ่งออกเป็น ขันธ์ 5 หรือเบญจขันธ์ เป็นอีกเรื่องหนึ่งที่ต้องเกี่ยวข้องอารมณ์วิปัสสนากัมมัฏฐานตามพระไตรปิฎก จะขาดไม่ได้เลยเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสกลกายของเรา ขันธ์ 5 หรือเบญจขันธ์ หมายถึงกองแห่งรูปธรรมและนามธรรมห้าหมวดที่ประชุมกันเข้าเป็นหน่วยรวม ซึ่งบัญญัติเรียกว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา–เขา เป็นต้น ส่วนอายตนะ 12 พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงความหมายว่า สภาวะที่ยึดเหนี่ยวที่เข้าไปอาศัยของจิตและเจตสิกก็คืออารมณ์และอารมณ์มีอยู่ 6 อย่าง คือรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์ล้วนน่าปรารถนา ใคร่น่าพอใจ พุทธศาสนาเรียกว่า อายตนะภายนอก เพราะเป็นแดนเชื่อมต่อหรือทางรับรู้ กับอายตนะภายใน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ ซึ่งทำให้เกิดการรับรู้สื่อสารกับโลกสิ่งแวดล้อมได้อย่างถูกต้อง เป็นธรรมที่อาศัยซึ่งกันและกันเกิด ปราศจากกันมิได้ นอกจากอายตนะภายนอกที่เรียกว่าอารมณ์ แล้วยังมีชื่อเรียกอย่างอื่นอีก คือ โคจรและวิสัย และชื่อควรกำหนดเป็นพิเศษ ใช้เฉพาะกับอารมณ์ 5 อย่างแรก ซึ่งมีอิทธิพลมากในกระบวนธรรมแบบเสพเสวยโลกหรือแบบสังสารวัฏคือ คำว่ากามคุณ ในธาตุ 18 นั้นจัดเป็นกลุ่มได้ 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 รูปธาตุ มี 10 คือ จักขุธาตุ โสตธาตุ ฆานธาตุ ชิวหาธาตุ กายธาตุ รูปธาตุ สัททธาตุ คันธธาตุ รสธาตุ โผฏฐัพพธาตุ กลุ่มที่ 2 นามธาตุ 7 คือ จักขุวิญญาณธาตุ โสตวิญญาณธาตุ ฆานวิญญาณธาตุ ชิวหาวิญญาณธาตุ กายวิญญาณธาตุ มโนธาตุ มโนวิญญาณธาตุ กลุ่มที่ 3 ธัมมธาตุ ซึ่งรวมรูปธาตุ และนามธาตุไว้ด้วย ธาตุ 18 นี้ ย่อให้สั้นในแนวปฏิบัติ มี 2 คือ รูป นาม เมื่อนำไปใช้ในทางการเจริญวิปัสสนาแล้วก็เพียงให้กำหนดรูปและนาม และอินทรีย์ 22 คือ สภาพที่เป็นใหญ่ คำว่า “เป็นใหญ่” หมายความว่า ตา เป็นใหญ่ในการดู หูเป็นใหญ่ในการฟัง จมูกเป็นใหญ่ในการดมกลิ่น ลิ้นเป็นใหญ่ในการลิ้มรส กายเป็นใหญ่ในการถูกต้อง เย็น ร้อน อ่อน แข็ง, ใจเป็นใหญ่ มในการนึกคิดธัมมารมณ์ แต่ละอินทรีย์ก็ทำงานตามหน้าที่ของตนๆ มิได้ก้าวก่ายกัน ดูรายละเอียดปรากฏในอินทรีย์ 22 อัญญาตาวินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้แจ้งอริยสัจจ์ 2 สิ้นสุดแล้ว ได้แก่ ปัญญาเจตสิกที่ในอรหัตตผล เมื่อได้ศึกษาจากการที่ได้กล่าวถึงอินทรีย์ 22 นี้ เห็นได้ว่าเป็นความหมายอารมณ์วิปัสสนากัมมัฏฐานตามพระไตรปิฎกที่สำคัญเช่นเดียวกับข้ออื่น ๆ สำหรับในแนวทางปฏิบัติแล้ว อินทรีย์ 22 ย่อลงเป็น 2 เท่านั้นคือ รูป กับ นาม

ปฏิจจสมุปบาท 12 คือการเกิดขึ้นพร้อมแห่งธรรมทั้งหลายเพราะอาศัยกัน, ธรรมที่อาศัยกันเกิดขึ้นพร้อม, การที่สิ่งทั้งหลายอาศัยกันๆจึงเกิดมีขึ้น “ปฏิจจสมุปบาท” แปลว่า อาศัยความสามัคคีของปัจจัยทั้งหลายแล้ว ทำให้ผลเกิดโดยพร้อมเพรียงกัน และสม่ำเสมอกัน ได้แก่ ปฏิจจสมุปบาทธรรม 12 โดยนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาได้อธิบายขยายความให้รู้ความหมายลงในแนวการปฏิบัติได้ดังนี้ ปฏิจจสมุปบาท สายเกิด คือ เพราะอวิชาเป็นปัจจัยจึงมีสังขาร เพราะสังขารเป็นปัจจัยจึงมีวิญญาณ เพราะวิญญาณเป็นปัจจัยจึงมีนามรูป เพราะนามรูปเป็นปัจจัยจึงมีอายตนะ ๖ เพราะอายตนะ 6 เป็นปัจจัยจึงมีผัสสะ เพราะผัสสะเป็นปัจจัยจึงมีเวทนา เพระเวทนาเป็นปัจจัยจึงมีตัณหา เพราะตัณหาเป็นปัจจัยจึงอุปาทาน เพราะอุปาทานเป็นปัจจัยจึงมีภพ เพราะภพเป็นปัจจัยจึงมีชาติ เพราะชาติเป็นปัจจัยจึงมีชรา

มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาส ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งปวงนั้นมีอย่างนี้ ปฏิจจมุปบาท สายดับ คือ เพราะอวิชชาดับโดยคลายความกำหนัดยินดีโดยไม่เหลือ สังขารจึงดับ เพราะสังขารดับ วิญญาณจึงดับ เพราะวิญญาณดับนามรูปจึงดับ เพราะนามรูปดับอายตนะ ๖ จึงดับ เพราะอายตนะ๖ ดับ ผัสสะจึงดับ เพราะผัสสะดับเวทนาจึงดับ เพราะเวทนาดับตัณหาจึงดับ เพราะตัณหาดับอุปาทานจึงดับ เพราะอุปาทานดับภพจึงดับ เพราะภพดับชาติจึงดับ เพราะชาติดับ ชรา มรณะ โศกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาสจึงดับ ความดับกองทุกข์ทั้งปวงนั้นมีอย่างนี้

อริยสัจ 4 แปลว่า เป็นสัจจะอันประเสริฐ คำว่าอริยะ อธิบายว่า เป็นของแท้ เป็นของไม่ผิดไม่เป็นของไม่คลาดเคลื่อนเหมือนอย่างที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า อิมานิ โข ภิกฺขเว จตฺตาริ อริสจฺจานิ ตถานิ อวิตฺถานิ อนญฺญานิ ตสฺมา อริยสจฺจานีติ วุจฺจนฺติ อริยสัจ 4 คือ ความจริงอันประเสริฐ, ความจริงของพระอริยะ, ความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นอริยะ อริยสัจ 4 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค แสดงโดยลักษณะ รส ได้ดังนี้ 1) ทุกขสัจจะ ธรรมชาติที่ทุกข์เป็นความจริงของพระอริยเจ้าทั้งหลาย ทุกข์มีความหมายว่า บีบคั้น, อันปัจจัยปรุงแต่ง, ให้เร่าร้อน, ปรวนแปร นี้เป็นอรรถของทุกข์ เป็นของแท้ เป็นของไม่ผิด ไม่เป็นอย่างอื่น 2) สมุทยสัจจะ ธรรมชาติที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เป็นความจริงของพระอริยเจ้าทั้งหลาย 3) นิโรธสัจจะ ธรรมที่เป็นเครื่องดับทุกข์ เป็นความจริงของพระอริยเจ้าทั้งหลาย 4) มรรคสัจจะ หนทางที่เป็นเหตุให้ถึงความดับทุกข์ เป็นความจริงของพระอริยเจ้าทั้งหลาย

2. วิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า วิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ได้แก่ สติปัฏฐาน คือ ข้อธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ ใช้สติเป็นประธานในการกำหนดระลึกรู้สิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงโดยไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ซึ่งจะทำให้เห็นผิดไปจากความเป็นจริง จุดประสงค์ของการทำ สติปัฏฐาน 4 ก็เพื่อฝึกสติ และใช้สตินั้นพิจารณาและรู้เท่าทันในกาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อให้เกิดความคลายกำหนัด ละวางซึ่งตัณหาและอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นซึ่งเป็นสาเหตุแห่งความทุกข์ การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน 4 คือ 1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติปัฏฐาน (การตั้งสติกำหนดพิจารณากายให้รู้เห็นตามเป็นจริง ว่า เป็นเพียงกาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเรา ท่านจำแนกปฏิบัติไว้หลายอย่าง คือ อานาปานสติ กำหนดลมหายใจ 1 อิริยาบถ กำหนดรู้ทันอิริยาบถ 1 สัมปชัญญะ สร้างสัมปชัญญะในการกระทำความเคลื่อนไหวทุกอย่าง 1 ปฏิกูลมนสิการ พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่ประชุมเข้าเป็นร่างกายนี้ 1 ธาตุมนสิการ พิจารณาเห็นร่างกายของตนโดยสักว่าเป็นธาตุแต่ละอย่างๆ 1 นวสีวถิกา พิจารณาซากศพในสภาพต่างๆ อันแปลกกันไปใน 9 ระยะเวลา ให้เห็นคติธรรมดาของร่างกาย ของผู้อื่นเช่นใด ของตนก็จักเป็นเช่นนั้น 2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน (การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดเวทนาอันเป็นสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉยๆ ก็ดี ทั้งที่เป็นสามิส และเป็นนิรามิสตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ 3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดจิตของตนที่มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เศร้าหมองหรือผ่องแผ้ว ฟุ้งซ่านหรือเป็นสมาธิ ฯลฯ อย่างไรๆ ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ

4) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดธรรมทั้งหลาย ได้แก่ นิวรณ์ 5 ขันธ์ 5 อายตนะ 12 โพชฌงค์ 7 อริยสัจ 4 ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้นๆ.

วิปัสสนาญาณ 16 เป็นเครื่องมือชี้ผลของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ในสมัยพระพุทธกาล พระองค์ ทรงหยั่งรู้วาระจิตของผู้บรรลุธรรมด้วยพระองค์เอง เมื่อพระองค์ดับเสด็จดังขันธปริพพานแล้ว การตรวจสอบผล การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จึงต้องอาศัยหลักการในคัมภีร์ที่พระพุทธศาสนาตรัสไว้ และอานิสงส์การเจริญวิปัสสนาภาวนา คือ ผู้ใดผู้หนึ่ง พึงเจริญสติปัฏฐานทั้ง 4 นี้ อย่างนี้ ตลอด 7 ปี 6 ปี 5 ปี 4 ปี 3 ปี 2 ปี 1 ปี หรือ ตลอด 7 เดือน 6 เดือน 5 เดือน 4 เดือน 3 เดือน 2 เดือน 1 เดือน กึ่งเดือน หรือ ตลอด 7 วัน พึงหวังผล 2 ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ พระอรหัตผลในปัจจุบัน 1 หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี 1

3. วิเคราะห์วิปัสสนาภูมิ 6 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา พบว่า ขันธ์ 5 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง กองแห่งรูปธรรมและนามธรรม ที่ประชุมกันเข้าเป็นกอง ซึ่งสมมุติเรียกกันว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา สิ่งที่แยกกันไว้เป็นกลุ่ม เป็นกอง หรือ เป็นพวก จำนวน 5 อย่าง คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ โดยรูปจัดเป็นรูปขันธ์ และ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ จัดเป็นนามขันธ์ ขันธ์ 5 นี้ เป็นสภาวธรรมที่มีปัจจัยปรุงแต่ง ได้ในคำว่า “สภาวธรรมที่มีปัจจัยปรุงแต่ง เป็นไฉน ขันธ์ 5 คือ 1) รูปขันธ์ 2) เวทนาขันธ์ 3) สัญญาขันธ์ 4) สังขารขันธ์ ๕) วิญญาณขันธ์ สภาวธรรมเหล่านี้ชื่อว่ามีปัจจัยปรุงแต่ง

อายตนะ 12 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง จิตทำหน้าที่รับรู้อารมณ์ ซึ่งเป็นขั้นตอนของจิตที่ต้องสัมพันธ์กับการทำหน้าที่ของจิต ทำให้เกิดการรับรู้หรือรู้จักโลกในด้านต่าง ๆ โดยลำพังตาไม่มีอำนาจเห็นรูป หรือโดยลำพังจิตไม่มีอำนาจเห็นรูป แต่เมื่อทั้งสองมาสัมพันธ์ประสานในการทำงานร่วมกัน จึงทำให้เกิดเห็นรูปได้ หู จมูก ลิ้น กายและใจไม่มีอำนาจเห็นรูป แต่เมื่อทั้งสองมาสัมพันธ์ประสานในการทำงานร่วมกัน จึงทำให้เกิดการเห็นรูปได้ หู จมูก ลิ้น กายและใจไม่มีอำนาจในการได้ยินเสียง ในการรู้กลิ่น ในการรู้รส ในการที่รู้สิ่งที่ถูกต้องสัมผัส หรือในการรู้สิ่งที่ต้องอาศัยอายตนะ คือ หู จมูก เป็นต้น ในการรู้อารมณ์ เหล่านั้น

ธาตุ 18 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง สิ่งที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตนจริงแท้ ทรงไว้ซึ่งผลและสภาวะของตน เพราะว่าบรรดาผลและสภาวะทั้ง 2 อย่างนี้ สิ่งที่ให้เกิดผล ชื่อว่า ธาตุ เพราะหมายความว่าทรงไว้ซึ่งผลของตนและสภาวะของตน นอกจากนี้ ชื่อว่าธาตุ เพราะหมายความว่าทรงไว้เฉพาะสภาวะอย่างเดียว เป็นสภาวะที่ยืนให้พิสูจน์ ยืนให้รู้ ยืนให้เห็น ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ชีวะ หมายความว่าปราศจากอาการของสัตว์ ปราศจากอาการของชีวะ คือไม่มีการไป การมา การกิน การนอน และการประกอบกิจอย่างอื่น ไม่มีชีวิตที่เที่ยงอยู่เสมอ ฉะนั้นจึงเรียกว่า ธาตุ มีอยู่ 18

อินทรีย์ 22 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง การให้กำหนดสำรวมอินทรีย์ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะมีผลก้าวหน้าหรือไม่ก็จะดูที่อินทรีย์ มีสติให้รู้ทันอารมณ์ เกิด – ดับ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่ตัวตน ได้อย่างชัดเจน รวดเร็วยิ่ง ไม่ให้ครอบงำเสียซึ่งปฏิปักขธรรม ธรรมฝ่ายตรงข้ามการปฏิบัติ

วิปัสสนาภาวนา และการปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน ความว่า การปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา และปรับปัญญาให้เสมอกับศรัทธา ปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ และปรับสมาธิให้เสมอกับวิริยะ ส่วนสตินั้นยิ่งมีเท่าไรก็ยิ่งดีไม่มีคำว่าเกิน “อินทรีย์”นั้นพึงกำหนดรู้แล้วสำเนียกเรียกว่า “รูปนาม”เป็นทั้งรูปและนาม

ปฏิจจสมุปบาท 12 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง แสดงความจริงของธรรมชาติให้เห็นว่า สิ่งทั้งหลายมีลักษณะเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นไปตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย ไม่มีปัญหาในเรื่องที่ว่า สิ่งทั้งหลายยั่งยืนหรือขาดสูญ โดยนัยนี้ผู้ได้เห็นปฏิจจสมุปบาทชัดเจนแล้ว ชื่อว่าเป็นผู้มีสัมมาทิฏฐิ ย่อมเห็นโลกตามที่มันเป็น ย่อมพ้นจากมิจฉาทิฏฐิต่างๆ เช่น สัสสตทิฏฐิ (เห็นว่ามีอัตตาคงอยู่เที่ยงแท้ยั่งยืน), อุจเฉททิฏฐิ (เห็นว่าขาดสูญ), ความเชื่อว่าสิ่งทั้งหลายมีมูลการณ์หรือเหตุต้นเค้าเดิมสุด (จากไม่มี ก็เกิดมีขึ้น), ความเข้าใจว่ามีสิ่งวิเศษนอกเหนือธรรมชาติ

อริยสัจ 4 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง การปฏิบัติตามกิจของอริยสัจธรรมทั้ง 4 นั้น ไม่ใช่ทำทีละคราว กิจทั้ง 4 นี้ คือ 1) ทุกขสัจ คือ ผู้ที่ยินดีใน รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็ชื่อว่ายินดีทุกข์ ชอบก็ ชื่อว่า ชอบทุกข์ รักก็ชื่อว่ารักทุกข์ แสวงหาชื่อก็ชื่อว่าแสวงหาทุกข์ เพราะว่าเป็น ไปเสียเช่นนี้ จึงไม่พ้นทุกข์ไปได้เลย สมกับคำที่ว่า ผู้ใดชอบทุกข์ ผู้นั้นไม่พ้นทุกข์ ผู้ใดไม่ชอบทุกข์ ผู้นั้นจึงจะพ้นทุกข์ และเพราะเหตุว่า ขันธ์ 5 เป็นทุกข์ จึงจัดว่าขันธ์นี้เป็นมาร 1 ในจำนวนมารทั้ง 5 ประการ 2) สมุทัยสัจ คือ ตัณหาที่เพลิดเพลินยินดีอุปาทานขันธ์ 5 ว่าเป็นสิ่งที่ดีงามน่าพอใจ ผู้ที่มีตัณหาอยู่ย่อมจะทำกรรมดีหรือกรรมชั่วด้วยความต้องการจะให้ตนเป็นสุขในปัจจุบันหรืออนาคตกรรมที่บุคคลทำไว้ในแต่ละภพจึงมีมากมายนับไม่ถ้วน 3) นิโรธสัจ คือ ความจริงอันประเสริฐคือความดับทุกข์ องค์ธรรมก็คือพระนิพพาน พระนิพพานเป็นธรรมอันดับทุกข์ บุคคลใดเข้าถึงพระนิพพาน ก็ดับทุกข์ได้จริงๆ การจะเข้าถึงพระนิพพานก็ต้องเจริญวิปัสสนา 4) มรรคสัจ คือ ต้องปฏิบัติไปในคราวเดียวกัน โดยสัมมาทิฏฐิ หมายถึง มีปัญญาเห็นแจ้งอริยสัจ 4 การเข้าไปเห็นไตรลักษณ์ จึงจะเป็นการปฏิบัติที่ถูกต้อง เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา อันจะทำให้ถึงพระนิพพาน

อภิปรายผลการวิจัย

1. วิปัสสนาภูมิ ๖ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า วิปัสสนาภูมิเป็นสิ่งที่ต้องกำหนดรู้ ได้แก่ ขันธ์ 5 อายตนะ 12 อินทรีย์ 22 ปฏิจจสมุปบาท 12 อริยสัจ 4 เมื่อกล่าวถึงวิปัสสนา ต้องใช้วิปัสสนาภูมิเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติจึงจะเกิดเป็นวิปัสสนาญาณ ด้วยหนทางสู่ความดับทุกข์ คือ มรรคอริยสัจ คือเป็นข้อปฏิบัติอันพอดีที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น โดยพิจารณาธรรมตามหลักสติปัฏฐาน 4

ขันธ์ 5 หมายถึง กองนามธรรมและรูปธรรม 5 อย่างที่ก่อให้เกิดชีวิตที่เรียกว่าสังขาร สังขารประกอบด้วยรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ที่รวมกันกลายเป็นชีวิต สามารถแยกออก ได้เป็นส่วนที่เป็นรูปคือร่างกาย และส่วนที่เป็นนามคือส่วนที่เป็นความคิดและความรู้สึกที่ก่อให้เกิด ทุกข์ และอายตนะ 12 เช่น จักขุที่เป็นอายตนะภายในและรูปที่เป็นอายตนะภายนอก คือ ทั้งสองนั้น เป็นธรรมว่าง ชื่อว่ามีส่วนเสมอกันกับภาวะแห่งอายตนะภายใน 6 เป็นต้น ชื่อว่ามีส่วนไม่เสมอกันกับ อายตนะเหล่าอื่น

วิญญาณเป็นตัวรู้อารมณ์ที่มากระทบ เป็นต้น วิญญาณกายา คือ หมวดวิญญาณที่กระทบกันแล้วทำเกิดวิญญาณ ทำให้เกิดการต่อ หรือที่เกิดเป็นที่ประชุม และธาตุ 18 เป็นความ เป็นไปทั้งมวลในสรรพสิ่งที่มีชีวิต เป็นการประชุมพร้อมกันของธาตุ 18 และการจะรู้ว่าธาตุนั้น ตก อยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่ตัวตน การที่จะเห็นได้อย่างชัดเจนนั้น ก็ต้อง เห็นด้วยธรรมจักษุเท่านั้น ดังนั้น การศึกษาธาตุ 18 ในภาคปริยัติจึงเป็นเพียงพื้นฐานให้พอเข้าใจ และ ศึกษาเพิ่มเติมในภาคปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และอินทรีย์ 22 การให้กำหนดสำรวมอินทรีย์ การปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนาจะมีผลก้าวหน้าหรือไม่ จะดูที่อินทรีย์ มีสติให้รู้ทันอารมณ์ เกิด – ดับ คือ ไม่เที่ยง เป็น ทุกข์ และไม่ใช่ตัวตน ได้อย่างชัดเจน รวดเร็วยิ่งไม่ให้ครอบงำเสียซึ่งปฏิปักขิยธรรม เป็นธรรมฝ่ายตรง ข้ามการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และการปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน คือ การปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา และปรับปัญญาให้เสมอกับศรัทธา ปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ และปรับสมาธิให้เสมอกับวิริยะ ส่วน สตินั้นยิ่งมีเท่าไรก็ยิ่งดีไม่มีคำว่าเกิน และปฏิจจสมุปบาท 12 เปรียบเสมือนกงล้อ มีเหตุมีปัจจัย ให้ เกิดการหมุน การสืบต่อดำเนินไป พระพุทธเจ้าทรงทำลายเหตุให้เกิดทุกข์ เช่น ทุกข์เกิดขึ้นเพราะมี ปัจจัย 12 เรื่องเกิดขึ้นสืบ ๆ เนื่องกันมาตามลำดับ เพราะขันธ์ 5 เป็นตัวทุกข์เพราะมีอวิชชาเป็น ปัจจัยสังขารจึงมี เพราะฉะนั้น สิ่งมีชีวิตทั้งมวลเกิดมาโดยความไม่รู้ เรียกว่า อวิชชาเป็นมูลเหตุ เพราะ มีเกิด จึงมีชราและมรณะเป็นที่สุด และสุดท้ายอริยสัจ 4 ทุกขอริยสัจหมายถึง เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นทุกข์เป็นสิ่งที่นำมาซึ่ง ความไม่ชอบใจ ควรกำหนดรู้ สมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ ควรละ นิโรธ ความดับทุกข์ ควรทำให้ประจักษ์แจ้ง และมรรค หนทางแห่งความดับทุกข์ ควรทำให้เจริญขึ้นจะถือว่าเห็นอริยสัจ ซึ่งมีความสอดคล้องกับพระสามารถ สมาจาโร (สังข์ทอง) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง“ศึกษาแนวทางการปฏิบัติกรรมฐานที่ปรากฏในชาคริยสูตรชาคริยสูตร”, พบว่า เป็นพระสูตรว่าด้วยภิกษุผู้ตื่นอยู่ คือ อยู่อย่างมีสติ และมีสัมปชัญญะ ความเพียรพยายาม มีปัญญา มีปรกติได้ฌาน พระสังคีติกาจารย์จัดไว้ในพระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกายอิติวุตตกะ พบว่า การตื่นในพระสูตรนี้หมายถึง ตื่นจากความหลับคือความประมาท ความหลับเป็น อวิชชาโดยส่วนเดียวเท่านั้น ธรรมอันเป็นเครื่องตื่นได้นั้น ต้องมีศรัทธาเป็นประการแรกก่อน พร้อมด้วยธรรมคือสติและสัมปชัญญะ การปฏิบัติในชาคริยสูตร พบว่า พระสูตรนี้แสดงหลักการเจริญกรรมฐานตามแนวทางสมถยานิก ที่มีสมาธิอยู่ในระดับฌานลาภีก่อน ผู้มีสัมปชัญญะ ความรู้ทั่วพร้อมรูปรอบคอบ สมาหิโต คือผู้มีจิตตั้งมั่น มีสมาธิ ปมุทิโต คือผู้มีจิตเบิกบานเสมอ วิปสนฺโน คือผู้ผ่องใสจากนิวรณ์ 5

2. วิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน 4 คือ 1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติปัฏฐาน (การตั้งสติกำหนดพิจารณากายให้รู้เห็นตามเป็นจริง ว่า เป็นเพียงกาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเรา ท่านจำแนกปฏิบัติไว้หลายอย่าง คือ อานาปานสติ กำหนดลมหายใจ 1 อิริยาบถ กำหนดรู้ทันอิริยาบถ 1 สัมปชัญญะ สร้างสัมปชัญญะในการกระทำความเคลื่อนไหวทุกอย่าง 1 ปฏิกูลมนสิการ พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่ประชุมเข้าเป็นร่างกายนี้ 1 ธาตุมนสิการ พิจารณาเห็นร่างกายของตนโดยสักว่าเป็นธาตุแต่ละอย่างๆ 1 นวสีวถิกา พิจารณาซากศพในสภาพต่างๆ อันแปลกกันไปใน 9 ระยะเวลา ให้เห็นคติธรรมดาของร่างกาย ของผู้อื่น

เช่นใด ของตนก็จักเป็นเช่นนั้น 2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน (การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดเวทนาอันเป็นสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉยๆ ก็ดี ทั้งที่เป็นสามิส และเป็นนิรามิสตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ 3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดจิตของตนที่มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เศร้าหมองหรือผ่องแผ้ว ฟุ้งซ่าน หรือเป็นสมาธิ ฯลฯ อย่างไรๆ ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ 4) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดธรรมทั้งหลาย ได้แก่ นิวรณ์ 5 ขันธ์ 5 อายตนะ 12 ธาตุ 18 โพชฌงค์ 7 อริยสัจ 4 .ซึ่งมีความสอดคล้องกับเสฐียร ทั่งทองมะดัน ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “สมถกัมมัฏฐานในฐานะเป็นบาทฐานของวิปัสสนากัมมัฏฐาน”, พบว่า โดยวิเคราะห์สมถกัมมัฏฐานในฐานะเป็นอารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน ใน 2 ประเด็นคือ 1) การใช้องค์ฌานเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา และ 2) การใช้อารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานเป็นอารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน และนำมาบูรณาการสมถกัมมัฏฐานในคัมภีร์ วิสุทธิมรรคและคัมภีร์วิมุตติมรรค เพื่อใช้เป็นแนวทางการปฏิบัติผลการวิจัยพบว่า สมถกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค แบ่งออกเป็น 7 หมวดคือ กสิณ 10 อสุภะ 10 อนุสสติ 10 พรหมวิหาร 4 อรูปฌาน 4 อาหาเรปฏิกูลสัญญา และ จตุธาตุวัฏฐาน ส่วน ในคัมภีร์วิมุตติมรรคแบ่งออก เป็น 38 ประการ คือ กสิณ 10 อสุภสัญญา 10 อนุสสติ 10 อัปปมัญญา 4 จตุธาตุวัฏฐาน อาหาเรปฏิกูลสัญญา อากิญจัญญายตนะ เนวสัญญานาสัญญายตนะ เมื่อวิเคราะห์สมถกรรมฐานในฐานะ บาทฐานการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จะเห็นได้ว่า เมื่อเจริญสมถ กรรมฐานข้อใดข้อหนึ่ง จิตตั้งมั่นเป็นขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิและอัปปนาสมาธิ จากนั้น องค์ฌานก็จะเกิดขึ้น ก็ใช้องค์ฌานนั้นเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน หรือใช้อารมณ์สมถกัมมัฏฐานบางหมวด เพื่อเป็นบาทฐานเพื่อการเจริญวิปัสสนา จนสามารถบรรลุอรหัตผลได้

3. วิเคราะห์วิปัสสนาภูมิ ๖ เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา พบว่า การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง กองแห่งรูปธรรมและนามธรรม ที่ประชุมกันเข้าเป็นกอง ซึ่งสมมุติเรียกกันว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา สิ่งที่แยกกันไว้เป็นกลุ่ม เป็นกอง หรือ เป็นพวก จำนวน 5 อย่าง คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ โดยรูปจัดเป็นรูปขันธ์ และ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ จัดเป็นนามขันธ์ ขันธ์ 5 2) อายตนะ 12 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง จิตทำหน้าที่รับรู้อารมณ์ ซึ่งเป็นขั้นตอนของจิตที่ต้องสัมพันธ์กับการทำหน้าที่ของจิต ทำให้เกิดการรับรู้หรือรู้จักโลกในด้านต่าง ๆ โดยลำพังตาไม่มีอำนาจเห็นรูป หรือโดยลำพังจิตไม่มีอำนาจเห็นรูป แต่เมื่อทั้งสองมาสัมพันธ์ประสานในการทำงานร่วมกัน จึงทำให้เกิดเห็นรูปได้ หู จมูก ลิ้น กายและใจไม่มีอำนาจเห็นรูป แต่เมื่อทั้งสองมาสัมพันธ์ประสานในการทำงานร่วมกัน จึงทำให้เกิดการเห็นรูปได้ หู จมูก ลิ้น กายและใจไม่มีอำนาจในการได้ยินเสียง ในการรู้กลิ่น ในการรู้รส ในการที่รู้สิ่งที่ถูกต้องสัมผัส หรือในการรู้สิ่งที่ต้องอาศัยอายตนะ คือ หู จมูก เป็นต้น ในการรู้อารมณ์ เหล่านั้น 3) ธาตุ 18 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง สิ่งที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตนจริงแท้ทรงไว้ซึ่งผลและสภาวะของตน เพราะว่าบรรดาผลและสภาวะทั้ง 2 อย่างนี้ สิ่งที่ให้เกิดผล ชื่อว่า ธาตุ

เพราะหมายความว่าทรงไว้ซึ่งผลของตนและสภาวะของตน นอกจากนี้ ชื่อว่าธาตุ เพราะหมายความว่าทรงไว้เฉพาะสภาวะอย่างเดียว เป็นสภาวะที่ยืนให้พิสูจน์ ยืนให้รู้ ยืนให้เห็น ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ชีวะ 4) อินทรีย์ 22 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง การให้กำหนดสำรวมอินทรีย์ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะมีผลก้าวหน้าหรือไม่ก็จะดูที่อินทรีย์ มีสติให้รู้ทันอารมณ์ เกิด – ดับ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่ตัวตน “อินทรีย์”นั้นพึงกำหนดรู้แล้วสำเนียกเรียกว่า “รูปนาม”เป็นทั้งรูปและนาม 5) หลักปฏิจจสมุปบาท 12 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง แสดงความจริงของธรรมชาติให้เห็นว่า สิ่งทั้งหลายมีลักษณะเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นไปตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย ไม่มีปัญหาในเรื่องที่ว่า สิ่งทั้งหลายยั่งยืนหรือขาดสูญ โดยนัยนี้ผู้ได้เห็นปฏิจจสมุปบาทชัดเจนแล้ว ชื่อว่าเป็นผู้มีสัมมาทิฏฐิ ย่อมเห็นโลกตามที่มันเป็น ย่อมพ้นจากมิจฉาทิฏฐิต่างๆ 6) อริยสัจ 4 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง การปฏิบัติตามกิจของอริยสัจธรรมทั้ง 4 นั้น ไม่ใช่ทำทีละคราว กิจทั้ง 4 นี้ คือ 1) ทุกขสัจ คือ ผู้ที่ยินดีใน รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็ชื่อว่ายินดีทุกข์ 2) สมุทัยสัจ คือ ตัณหาที่เพลิดเพลินยินดีอุปาทานขันธ์ 5 ว่าเป็นสิ่งที่ดีงามน่าพอใจ ผู้ที่มีตัณหาอยู่ย่อมจะทำกรรมดีหรือกรรมชั่วด้วยความต้องการจะให้ตนเป็นสุขในปัจจุบันหรืออนาคต กรรมที่บุคคลทำไว้ในแต่ละภพจึงมีมากมายนับไม่ถ้วน 3) นิโรธสัจ คือ ความจริงอันประเสริฐ คือความดับทุกข์ องค์ธรรมก็คือพระนิพพาน พระนิพพานเป็นธรรมอันดับทุกข์ บุคคลใดเข้าถึงพระนิพพานก็ดับทุกข์ได้จริงๆ การจะเข้าถึงพระนิพพานก็ต้องเจริญวิปัสสนา 4) มรรคสัจ คือ ต้องปฏิบัติไปในคราวเดียวกัน โดยสัมมาทิฏฐิ หมายถึง มีปัญญาเห็นแจ้งอริยสัจ ๔ การเข้าไปเห็นไตรลักษณ์ จึงจะเป็นการปฏิบัติที่ถูกต้อง เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา อันจะทำให้ถึงพระนิพพานซึ่งมีความสอดคล้องกับ พระบัณฑิตาภิวงศ์ กัมมัฏฐานาจริยะ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง แสดงหลักการปฏิบัติแบบพอง-ยุบ ไว้ในหนังสือ In This Very Life ว่า การเจริญกรรมฐานนี้ พึงกำหนดรู้อารมณ์ต่างๆ ที่มาปรากฏทางทวารทั้งหก คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ อย่างไรก็ตาม แม้จะพากเพียรกำหนดสักเท่าใด ย่อมไม่มีใครที่จะสามารถจดจ่ออยู่ที่อาการพองยุบของท้องได้อย่างสมบูรณ์ตลอดไป จะมีอารมณ์อื่นเกิดแทรกขึ้นและปรากฏเด่นชัดกว่า ขอบเขตของการภาวนาจะครอบคลุมการกระทบผัสสะทางกายและใจทั้งหมด ทั้งการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส การสัมผัสทางกาย และสิ่งที่รู้สึกได้ด้วยใจ เช่นมโนภาพหรือความนึกคิดต่าง ๆ เมื่อสิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นควรระลึกรู้โดยทันทีและใช้คำบริกรรมเป็นเครื่องช่วยให้รู้ตามตัวอาการนั้น ๆ

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาเรื่อง “วิเคราะห์วิปัสสนาภูมิ 6 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” ทำให้สามารถสรุปผลการศึกษาวิจัยได้เป็นองค์ความรู้เพื่อเป็นการวิเคราะห์วิปัสสนาภูมิ 6 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และเพื่อเป็นผลสำเร็จอย่างเป็นรูปธรรมเพื่อเสริมสร้างให้แก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมีความเจริญก้าวหน้ายิ่งๆขึ้นไปโดยส่วนรวม

ดังนั้น องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้ คือ วิเคราะห์วิปัสสนาภูมิ 6 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ถือว่ามีคุณค่าและเป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเพื่อให้เกิดความเจริญก้าวหน้า ดังนี้

1. ขันธ์ 5 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง กองแห่งรูปธรรมและนามธรรม ที่ประชุมกันเข้าเป็นกอง ซึ่งสมมุติเรียกกันว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา สิ่งที่แยกกันไว้เป็นกลุ่ม เป็นกอง หรือ เป็นพวก จำนวน 5 อย่าง คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ โดยรูปจัดเป็นรูปขันธ์ และ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ จัดเป็นนามขันธ์

2. อายตนะ 12 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง จิตทำหน้าที่รับรู้อารมณ์ ซึ่งเป็นขั้นตอนของจิตที่ต้องสัมพันธ์กับการทำหน้าที่ของจิต ทำให้เกิดการรับรู้หรือรู้จักโลกในด้านต่าง ๆ โดยลำพังตาไม่มีอำนาจเห็นรูป หรือโดยลำพังจิตไม่มีอำนาจเห็นรูป แต่เมื่อทั้งสองมาสัมพันธ์ประสานในการทำงานร่วมกัน จึงทำให้เกิดเห็นรูปได้ หู จมูก ลิ้น กายและใจไม่มีอำนาจเห็นรูป แต่เมื่อทั้งสองมาสัมพันธ์ประสานในการทำงานร่วมกัน จึงทำให้เกิดการเห็นรูปได้ หู จมูก ลิ้น กายและใจไม่มีอำนาจในการได้ยินเสียง ในการรู้กลิ่น ในการรู้รส ในการที่รู้สิ่งที่ถูกต้องสัมผัส หรือในการรู้สิ่งที่ต้องอาศัยอายตนะ คือ หู จมูก เป็นต้น ในการรู้อารมณ์ เหล่านั้น

3. ธาตุ 18 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง สิ่งที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตนจริงแท้ ทรงไว้ซึ่งผลและสภาวะของตน เพราะว่าบรรดาผลและสภาวะทั้ง 2 อย่างนี้ สิ่งที่ให้เกิดผล ชื่อว่า ธาตุ เพราะหมายความว่าทรงไว้ซึ่งผลของตนและสภาวะของตน

4. อินทรีย์ 22 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง การให้กำหนดสำรวมอินทรีย์ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะมีผลก้าวหน้าหรือไม่ก็จะดูที่อินทรีย์ มีสติให้รู้ทันอารมณ์ เกิด – ดับ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่ตัวตน ได้อย่างชัดเจน รวดเร็วยิ่ง และการปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน

5. หลักปฏิจจสมุปบาท 12 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง แสดงความจริงของธรรมชาติให้เห็นว่า สิ่งทั้งหลายมีลักษณะเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นไปตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย ไม่มีปัญหาในเรื่องที่ว่า สิ่งทั้งหลายยั่งยืนหรือขาดสูญ โดยนัยนี้ผู้ได้เห็นปฏิจจสมุปบาทชัดเจนแล้ว ชื่อว่าเป็นผู้มีสัมมาทิฏฐิ ย่อมเห็นโลกตามที่มันเป็น ย่อมพ้นจากมิจฉาทิฏฐิต่างๆ

6. อริยสัจ 4 เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง การปฏิบัติตามกิจของอริยสัจธรรมทั้ง 4 นั้น ไม่ใช่ทำทีละคราว กิจทั้ง 4 นี้ คือ 1) ทุกขสัจ คือ ผู้ที่ยินดีใน รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็ชื่อว่ายินดีทุกข์ ชอบก็ ชื่อว่า ชอบทุกข์ 2) สมุทัยสัจ คือ ตัณหาที่เพลิดเพลินยินดีอุปาทานขันธ์ 5 ว่าเป็นสิ่งที่ดีงามน่าพอใจ ผู้ที่มีตัณหาอยู่ย่อมจะทำกรรมดีหรือกรรมชั่วด้วยความต้องการจะให้ตนเป็นสุขในปัจจุบัน 3) นิโรธสัจ คือ ความจริงอันประเสริฐคือความดับทุกข์ องค์ธรรมก็คือพระนิพพาน พระนิพพานเป็นธรรมอันดับทุกข์ 4) มรรคสัจ คือ ต้องปฏิบัติไปในคราวเดียวกัน โดยสัมมาทิฏฐิ หมายถึง มีปัญญาเห็นแจ้งอริยสัจ ๔ การเข้าไปเห็นไตรลักษณ์ จึงจะเป็นการปฏิบัติที่ถูกต้อง เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา อันจะทำให้ถึงพระนิพพาน

บทสรุป

วิปัสสนาภูมิ 6 ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท โดยแบ่งออกเป็น 6 ภูมิ ได้แก่ 1. ขันธ์ 5 คือ รูปขันธ์ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์ วิญญาณขันธ์ 2) อายตนะ 12 คือ อายตนะ คือ ตา รูป หู

เสียง จมูก กลิ่น ลิ้นกับรส กายสิ่งที่ถูกต้องได้ ใจกับอารมณ์ของใจ 3) ธาตุ 18 คือ ธาตุคือ ตา รูป วิญญาณทางตา หู เสียง วิณณาณทางหู จมูก กลิ่น วิญญาทางจมูก ลิ้น รส วิณณาณทางลิ้น กาย สิ่งที่ถูกต้องได้ วิณณาณทางกาย ใจ อารมณ์ของใจ วิณณาณทางใจ 4) อินทรีย์ 22 คือ อินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ความเป็นหญิง ความเป็นชาย ชีวิต สุข ทุกข์ โสมนัส โทมนัส อุเบกขา สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา อินทรีย์คืออัศยาศัยที่มุ่งบรรลุมรรคผล อินทรีย์ คือการตรัสรู้ สัจจธรรมด้วยมรรค อินทรีย์ของพระอรหันต์ผู้ตรัสรู้สัจจธรรมแล้ว 5) ปฏิจจสมุปบาท 12 คือการเกิดขึ้นพร้อมแห่งธรรมทั้งหลายเพราะอาศัยกัน, ธรรมที่อาศัยกันเกิดขึ้นพร้อม, การที่สิ่งทั้งหลายอาศัยกันๆจึงเกิดมีขึ้น “ปฏิจจสมุปบาท” แปลว่า อาศัยความสามัคคีของปัจจัยทั้งหลายแล้ว ทำให้ผลเกิดโดยพร้อมเพรียงกัน และสม่ำเสมอกัน ได้แก่ ปฏิจจสมุปบาทธรรม 12 6) อริยสัจ์ ภ คือ ทุกข์ ทุกขสมุทัย ทุกขนิโรธ ทุกขนิโรธคามีนีปฏิปทา

วิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ได้แก่ สติปัฏฐาน คือ ข้อธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ ใช้สติเป็นประธานในการกำหนดระลึกรู้สิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงโดยไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ซึ่งจะทำให้เห็นผิดไปจากความเป็นจริง จุดประสงค์ของการทำ สติปัฏฐาน 4 ก็เพื่อฝึกสติ และใช้สตินั้นพิจารณาและรู้เท่าทันในกาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อให้เกิดความคลายกำหนัด ละวางซึ่งตัณหาและอุปาทานความยึดมั่นถือมั่น ซึ่งเป็นสาเหตุแห่งความทุกข์ การเจริญวิปัสสนาต้องอาศัยอารมณ์วิปัสสนา หรือภูมิแห่งปัญญา ที่เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ เป็นพื้นที่ในการปฏิบัติการเมื่อเราต้องการทำงานอย่างใดอย่างหนึ่งให้สำเร็จลงได้ จะต้องมีตัวยึดเหนี่ยวจิต สิ่งหน่วงเหนี่ยวจิต สิ่งที่ยึดจิตไว้ พิจารณาให้เกิดปัญญาเป็นสิ่งที่ต้องกำหนดรู้ ได้แก่ ขันธ์ 5 อายตนะ 12 ธาตุ 18 อินทรีย์ 22 ปฏิจจสมุปบาท 12 อริยสัจ 4 เมื่อกล่าวถึงวิปัสสนาผู้เป็นโยคาวจรต้องใช้วิปัสสนาภูมิมาเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติจึงจะเกิดเป็นวิปัสสนาญาณ มรรคอริยสัจ คือ หนทางสู่ความดับทุกข์ เป็นหนึ่งใน อริยสัจ 4 จึงเรียกอีกอย่างว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา

บรรณานุกรม

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด 91 เล่ม**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2556.

ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, **พุทธปัญญาคู่มือสร้างปัญญา**. กรุงเทพมหานคร: ธนธัชการพิมพ์, 2552.

พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ 9 เล่ม 1**. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพยวิสุทธิ์, 2554.