

“ถ้าพวกเราปฏิบัติผิดพลาด
จากกิจในอริยสัจจ์
เราจะประสบความสำเร็จ
ในการปฏิบัติธรรมไม่ได้เลย
กิจในอริยสัจจ์มี ๔ ประการคือ

๑. ทุกข์ควรรู้
๒. สมุทัยควรละ
๓. นิโรธควรทำให้แจ้ง
๔. มรรคควรทำให้เจริญ”



หลักธรรมสำคัญในภาคปฏิบัติ

เพื่อนนักปฏิบัติหลายท่านปรารภกับผู้เขียนอยู่เสมอว่า ผู้สนใจการปฏิบัติธรรมมักประสบความยุ่งยากในการแสวงหาสำนักปฏิบัติ เพราะสำนักต่างๆ มีอยู่มาก ทุกสำนักล้วนมีครูบาอาจารย์ที่น่าเคารพนับถือ และต่างก็ประกาศจุดยืนว่า สำนักของตนสอนได้ตรงตามคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งสิ้น เมื่อเป็นเช่นนี้จะทราบได้อย่างไรว่าสำนักใดสอนได้ถูกต้องบ้าง

ผู้เขียนมักตอบว่า ถ้าต้องการทราบว่าผู้ใดสอนได้ตรงตามที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้หรือไม่ ก็ต้องศึกษาพระปริยัติธรรม เพราะพระปริยัติธรรมคือแหล่งรวมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่มีหลักฐานชัดเจนและได้รับการรักษาสืบทอดกันมาเป็นอย่างดี นับตั้งแต่วันที่พระพุทธเจ้าเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระธรรมวินัยซึ่งได้รับการเก็บรักษาไว้ในรูปของพระปริยัติธรรมก็คือศาสนาของพวกเราชาวพุทธทั้งปวง

เพื่อนนักปฏิบัติก็ยังปรารถนาต่อไปว่า พระธรรมวินัยมีอยู่มากกว่าจะศึกษาได้ทั่วถึงก็ต้องใช้เวลาหลายปี บางคนมีเวลาไม่พอ หรือมีกำลังไม่พอที่จะศึกษาได้ เป็นไปได้หรือไม่ที่ผู้เขียนจะสรุปย่อพระปริยัติสัทธรรมที่จำเป็นที่สุดที่ผู้ปฏิบัติควรจะทราบไว้ แล้วนำมาเล่าสู่กันฟัง

นี่คือที่มาของบทความ ๔ เรื่องต่อไปนี้ ได้แก่ (๑) หลักธรรมสำคัญในภาคปฏิบัติ (๒) แม่บทหลักของการปฏิบัติธรรม (๓) การเจริญสติปัฏฐาน และ (๔) รูปนามที่จำเป็นต้องรู้จัก

ในการประมวลธรรมทั้ง ๔ หัวข้อนี้ ผู้เขียนได้ศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎกและอรรถกถา รวมทั้งคำอธิบายธรรม (อภิธรรม) ซึ่งปรากฏในคัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะและวิสุทธิมรรค เป็นต้น ทั้งนี้ผู้เขียนต้องขอขอบคุณสำนักเรียนพระอภิธรรมหลายแห่ง ซึ่งผู้เขียนได้อาศัยคำบรรยายและตำรับตำราเป็นคู่มือในการศึกษาธรรมเหล่านี้ด้วย

ขอเชิญเพื่อนนักปฏิบัติที่สนใจ อ่านพระปริยัติสัทธรรมที่จำเป็นสำหรับนักปฏิบัติได้แล้ว โดยเริ่มจากเรื่อง **หลักธรรมสำคัญในภาคปฏิบัติ** ส่วนผู้ที่ไม่สนใจและเกรงความสับสน จะข้ามบทความที่อ่านยากเหล่านี้ไปก่อนก็ได้ เมื่อได้ปฏิบัติจนบังเกิดผลเป็นที่น่าพอใจแล้วจึงค่อยย้อนมาศึกษาพระปริยัติธรรม เพื่อใช้เป็นเครื่องตรวจสอบผล การปฏิบัติของตนต่อไป

๑. แม่บทหลักของการปฏิบัติธรรม

ท่านพระสารีบุตรได้กล่าวว่า “**รอยเท้าเหล่าใดเหล่าหนึ่งแห่งสัตว์ทั้งหลายผู้เที่ยวไปบนแผ่นดิน รอยเท้าเหล่านั้นทั้งหมด ย่อมถึงการประชุมลงในรอยเท้าข้าง .. แม้ฉันใด ดูกรท่านผู้มีอายุทั้งหลาย กุศลธรรมเหล่าใดเหล่าหนึ่ง กุศลธรรมเหล่านั้นทั้งหมดย่อมถึงการสงเคราะห์เข้าในอริยสัจจ์สี่ ฉะนั้นเห็นเหมือนกันแล**” (มหาหัตถิปโตปมสูตร มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ พระสุตตันตปิฎกเล่ม ๔ พระไตรปิฎกเล่ม ๑๒)

หมายความว่ากุศลธรรมทั้งหลาย จะต้องอยู่ในขอบเขตของหลักธรรมเรื่อง**อริยสัจจ์ ๔** จะออกนอกขอบเขตนี้ไม่ได้เลย แม้การปฏิบัติธรรมอันเป็นการเจริญกุศลธรรม ไม่ว่าจะเป็นเรื่องศีล สมาธิ หรือปัญญา ก็ต้องอยู่ในขอบเขตนี้เช่นกัน

อริยสัจจ์ คือตัวความจริงสูงสุดของพระอริยเจ้า ส่วนการปฏิบัติธรรมเพื่อเข้าถึงความจริงสูงสุดนี้ มีหลักธรรมสำคัญคือ **กิจในอริยสัจจ์** ซึ่งหากดำเนินตามกิจในอริยสัจจ์แล้ว ย่อมเข้าถึงอริยสัจจ์หรือเข้าถึงธรรมนั่นเอง ในทางตรงข้ามหากเราปฏิบัติธรรมออกนอกแนวทางของกิจในอริยสัจจ์ เราจะเข้าถึงอริยสัจจ์หรือธรรมไม่ได้เลย หากเปรียบเทียบในทางโลกแล้ว กิจในอริยสัจจ์ก็คือรัฐธรรมนูญซึ่งกฎหมายอื่นจะขัดแย้งไม่ได้ หมายความว่าแนวทางปฏิบัติใดที่ขัดกับคำสอนเรื่องกิจในอริยสัจจ์ แนวทางนั้นย่อมไม่ใช่แนวทางการปฏิบัติธรรม เพื่อให้เกิดปัญญาพ้นทุกข์ในทางพระพุทธศาสนา

อนึ่งกิจในอริยสัจนี้เป็นหลักธรรมสำคัญยิ่งยวด ถึงขนาดที่พระพุทธเจ้าทรงออกพระโอษฐ์ว่า จะไม่ทรงปฏิญาณพระองค์เป็นพระพุทธเจ้า หากไม่ทรงรอบรู้ใน (๑) อริยสัจ ๔ ประการ (๒) กิจในอริยสัจ ๔ ประการ และ (๓) ได้ทรงดำเนินกิจในอริยสัจทั้ง ๔ ประการเสร็จสิ้นแล้ว ดังที่พระองค์ตรัสว่า “[๑๖๗๐] **ดูกรภิกษุทั้งหลาย ภิญฺเฐนทสฺสนะ (ความรู้ความเห็น) ตามความเป็นจริงมีนรอบ ๓ อย่างนี้ มีอาการ ๑๒ ในอริยสัจ ๔ เหล่านี้ของเรา ยังไม่บริสุทธิ์เพียงใด เรายังไม่ปฏิญาณตนว่า เป็นผู้ตรัสรู้อนัตตสัมาสัมโพธิญาณในโลก ..เพียงนั้น ก็เมื่อใด ภิญฺเฐนทสฺสนะ (ความรู้ความเห็น) ตามความเป็นจริง มีนรอบ ๓ อย่างนี้ มีอาการ ๑๒ ในอริยสัจ ๔ เหล่านี้ของเรา บริสุทธิ์ดีแล้ว เมื่อนั้นเราจึงปฏิญาณตนว่า เป็นผู้ตรัสรู้อนัตตสัมาสัมโพธิญาณในโลก**” (ธัมมจักกัปปวัตตนวรรคที่ ๒ ตถาคตสูตรที่ ๑ สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค พระสุตตันตปิฎกเล่ม ๑๑ พระไตรปิฎกเล่ม ๑๙)

กิจในอริยสัจ ๔ ประการคือ (๑) **ทุกข์ควรรู้** (ปริณญาณกิจ คือควรศึกษาให้เข้าใจชัดตามสภาพความเป็นจริง) (๒) **สมุทัยควรละ** (ปหานกิจ คือกำจัด ทำให้หมดสิ้นไป) (๓) **นิโรธควรทำให้แจ้ง** (สังขนิกริยากิจ คือเข้าถึง หรือบรรลุ) และ (๔) **มรรคควรทำให้เจริญ** (ภาวนากิจ คือลงมือปฏิบัติ)

๒. ขั้นตอนของการปฏิบัติธรรม

ภายใต้แม่บทหลักของการปฏิบัติธรรมดังกล่าว ท่านพระสารีบุตรได้แสดงขั้นตอนของการปฏิบัติธรรมไว้ ๗ ขั้นตอน คือธรรมชื่อ**วิสุทธิ ๗** ปรากฏในบทสนทนาอันเนื่องชื่อกับท่านพระปัญณมณตานีบุตร (ธรวินิตสูตร มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์ พระสุตตันตปิฎกเล่ม ๔ พระไตรปิฎกเล่ม ๑๒) สาระโดยสรุปของวิสุทธิ ๗ ก็คือ**ไตรสิกขา**หรือ**เรื่องศีล สมาธิ และปัญญา** นั่นเอง เพียงแต่ซอยขั้นตอนของปัญญาสิกขาให้ละเอียดชัดเจนยิ่งขึ้น ว่ามีขั้นตอนอย่างไรบ้าง

๓. วิธีปฏิบัติในขั้นการเจริญปัญญา

พระพุทธเจ้าทรงแสดงเรื่อง**การเจริญสติปัฏฐาน**ไว้ (มหาสติปัฏฐานสูตร ทีฆนิกาย มหาวรรค พระสุตตันตปิฎกเล่ม ๒ พระไตรปิฎกเล่ม ๑๐)

๔. พัฒนาการทางด้านปัญญา

เมื่อเจริญสติปัฏฐานอย่างถูกต้องแล้ว จิตจะเกิดพัฒนาการทางด้านปัญญา คือเกิดความรู้ถูกเข้าใจถูก จนถึงขั้นการประหารกิเลสไปตามลำดับ ปรากฏในหลักธรรมเรื่อง**โสฬสญาณ** (โสฬสญาณเป็นคำสอนในชั้นหลังพุทธกาลค่อนข้างมาก และมีส่วนที่แตกต่างจากคำสอนในชั้น

พระไตรปิฎก อันปรากฏในคัมภีร์ปฏิสมภิทามรรค ขุททกนิกาย พระ
สุตตันตปิฎกเล่ม ๒๓ พระไตรปิฎกเล่ม ๓๑ อยู่บ้าง จึงควรศึกษาด้วย
วิจารณ์ญาณให้มากสักหน่อย)

จากการสำรวจหลักธรรมสำคัญในภาคปฏิบัติข้างต้น ผู้เขียนขอ
เสนอให้เพื่อนนักปฏิบัติเลือกศึกษาเฉพาะหลักธรรมที่จำเป็นอย่างยิ่ง
เพื่อการปฏิบัติเท่านั้น ประกอบด้วย (๑) **หลักของการปฏิบัติธรรม**
ได้แก่หลักธรรมเรื่อง**กิจในอริยสัจ** และ (๒) **วิธีการปฏิบัติธรรม** ได้แก่
หลักธรรมเรื่อง**สติปัฏฐาน** ซึ่งทั้ง ๒ เรื่องนี้เป็นคำสอนตรงของ**พระ**
พุทธเจ้า สำหรับเรื่องขั้นตอนของการปฏิบัติและพัฒนาการทางด้าน
ปัญญานั้น จะเว้นไว้ศึกษาในภายหลังก็พอได้ เพราะถ้ารู้หลักของการ
ปฏิบัติธรรมและวิธีการปฏิบัติธรรมชัดเจน ก็พอจะเริ่มลงมือปฏิบัติได้
แล้ว อย่างไรก็ตามก่อนที่จะลงมือปฏิบัติ เราจำเป็นต้องทำความเข้าใจ
เพิ่มเติมในเรื่อง (๓) **รูปนามที่นักปฏิบัติจำเป็นต้องทราบ** เพราะ
รูปนามนี้แหละคือทุกข์ที่จะต้องรู้ตามกิจในอริยสัจ และคืออารมณ์
วิปัสสนาในสติปัฏฐานด้วย **เพียงเข้าใจธรรม ๓ เรื่องนี้ก็สามารถลงมือ**
ปฏิบัติธรรมอย่างไม่หลงทางได้แล้ว