



วิริยอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

Viriyindriya for Vipassana Practice

แม่ชีพิมพ์วรา ทิพยบุลสิทธิ์¹

Maechee Pimwara Tippayaboonlasit

E-mail : 6511105013@mcu.ac.th

Received: March 8, 2024 Revised: April 12, 2024 Accepted: May 10, 2024

บทคัดย่อ

วิริยอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นการเพียรพิจารณาอบรมปัญญาให้เกิด อันเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ เป็นที่ตั้งแห่งการงานทางใจที่จะให้เห็นแจ้งในนามรูปในไตรลักษณ์ เป็นการเจริญปัญญาจนรู้รูปรนามตามความเป็นจริง ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งเป็นธรรมชาติที่ประกอบด้วยจิตปรุงแต่งจิต ทำให้จิตรู้แจ้งตามความเป็นจริง และรู้ในเหตุผลของความเป็นจริง รู้ความเป็นจริงของสภาวะธรรมทั้งหลาย และยังเป็นการเพียรพิจารณาอย่างมีสติทำหน้าที่เผากิเลสให้เร้าร้อนทนอยู่ไม่ได้ใน กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำตามวงจรปฏิจสมุปบาท เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณ์ จนละคลายความยึดติดด้วยอำนาจกิเลสทั้งปวง องค์ธรรม คือ ปัญญาเจตสิก ซึ่งมีหน้าที่รู้แจ้งตามความเป็นจริงของอารมณ์ และหลักธรรมที่เกื้อหนุนวิริยอินทรีย์ คือ โภธิปักขิยธรรม 37 ประการ เป็นธรรมอยู่ในฝ่ายเกื้อหนุนวิริยอินทรีย์ และวิริยสัมโพชฌังคูปาทธรรม คือ ธรรมที่เป็นเหตุให้เกิดวิริยสัมโพชฌังค (วิริยอินทรีย์) อันเป็นคุณธรรมที่เป็นองค์ประกอบแห่งการตรัสรู้อริยสัจ 4

คำสำคัญ: วิริยอินทรีย์, การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

¹ นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม



Abstract

Viriyindriya for Vipassana practice refers to a diligent consideration for wisdom cultivating for purity, it includes the mentality functioning for true realization of the name and form in accordance with Three Common Manners, i.e., impermanence, suffering, not-self, which is the function of the mind, enlighten and knowing the truth behind all phenomena conditioned. It, with continued efforts helps contemplation on defilements to cease defilement away from the bodily actions, feelings, mind, and thought. This is a consistent practice for realizing all things without clinging as described in *Paṭiccasamuppāda* principle to realize the Common Manners of all things for abandoning the clinging all desirable objects. Its Dhamma component is called Panna-cetasika which functions as the seeing the truth, its supportive virtues are 37 *Bodhipakkhiyadhamma*, which directly grows the *Viriyindriya*, and the close origin is *Viriyasamphojhangguppādadhamma* or virtue associated component of Four Noble Truth realization.

Keywords: Viriyindriya, Vipassana Meditation Practice.

บทนำ

พระพุทธศาสนาซึ่งมีองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นประธานประมุข มีเป้าหมายอันสูงสุด คือ ความหลุดพ้นจากกองทุกข์ทั้งปวง กล่าวอีกนัยหนึ่ง คือ การบรรลุมรรค ผล และนิพพานนั่นเอง การเจริญวิปัสสนา² เป็นกระบวนการฝึกฝนจิต เป็นปัญญาที่กำหนดรู้สังขาร³ โดยการพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงของกายกับใจ การเจริญวิปัสสนาภาวนานั้นจะบรรลุมรรค ผล และนิพพาน ได้เข้าหรือเรื้องนั้นก็ขึ้นอยู่กับ “วิริยอินทรีย์” คือ เพียรพิจารณาการรับรู้อารมณ์ต่าง ๆ ที่เข้ามากระทบทางกายและทางใจ จนเกิดเป็นปัญญาญาณรู้เห็นสภาวะธรรมที่ปรากฏขึ้นตามความเป็นจริง

วิริยอินทรีย์ ความเพียรอันเป็นใหญ่ เป็นการปรารภความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวาย ความพยายาม ความอดสาหัส ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความมุ่งมั่นอย่างไม่ท้อถอย เป็นสภาวะธรรม ที่มีความอดทนต่อสู้กับความยากลำบาก ทั้งฝ่ายดีและไม่

² ที.ม. (ไทย) 10/304/256.

³ อจ.ทศ.อ. (ไทย) 2/173/71.



ดี องค์ธรรม คือ ๓ริยเจ๓ตสิก ซึ่งเป็นปร๓มัต๓ธรรมอย่างหนึ่ง ซึ่งนับเนื่องในสังขารขันธ์ เพราะเป็นสภาวะธรรมที่ปรุ๓งแต่งจิตให้รู้อารมณ์เป็นพิเศษออกไปจากเวทนาขันธ์และสัญญาขันธ์⁴

หลักธรรมที่เกี่ยว๓นวิริย๓น๓ริยแบ่งเป็น 7 หมวด ได้แก่

1) สติปฏิฐาน 4 คือ ความเพียร (วิริย๓น๓ริย) ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำ และเป็นองค์ประกอบในการพิจารณาเห็นกายเวทนา จิต และธรรม โดยรวมคือเข้าไปรู้เห็นในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง คือ ๓งจรปฏิบัติจ๓สมุ๓บาท เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์หรือสามัญ๓ลักษณะ จนละคลายความยึดติดด้วยอำนาจกิเลสทั้งปวง⁵

2) สัมม๓ป๓ธาน 4 คือ วิริย๓น๓ริย ความเพียรชอบ ความเพียรใหญ่ กล่าวถึงพระอรหันต์ทั้งหลายที่ประกอบความเพียร 4 ประการ ได้แก่ ส๓งวร๓ป๓ธาน ป๓หาน๓ป๓ธาน ภา๓วนา๓ป๓ธาน และอนุรักษ๓นา๓ป๓ธาน ย่อมสามารถครอบงำบ่วงมาร และบรรลุถึงสุขได้

3) อิทธิ๓บาท 4 ความเพียร (วิริย๓น๓ริย) เป็นคุณเครื่องให้สำเร็จ หรือ คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ คุณเครื่องสำเร็จสมประสงค์ ทางแห่งความสำเร็จ หรือคุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย ได้แก่ (1) เจริญอิทธิ๓บาทที่ประกอบด้วยฉันทะสมาธิ๓ป๓ธานสังขาร (2) เจริญอิทธิ๓บาทที่ประกอบด้วยวิริย๓สมาธิ๓ป๓ธานสังขาร (3) เจริญอิทธิ๓บาทที่ประกอบด้วยจิต๓สมาธิ๓ป๓ธานสังขาร (4) เจริญอิทธิ๓บาทที่ประกอบด้วยวิม๓ง๓สาสมาธิ๓ป๓ธานสังขาร⁶

4) อิน๓ริย คือ ธรรมที่เป็นใหญ่ มี 5 ประการ ได้แก่ (1) ส๓ทธิ๓น๓ริย คือ ศรั๓ทธา ศรั๓ทธา๓ต๓ถ๓ค๓ต เชื่อพระปัญ๓ญา๓ตรัสรู้ของพระองค์ (2) วิริย๓น๓ริย คือ ๓ริยะ มีความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม (3) ส๓ติน๓ริย คือ สติ มีสติเป็นเครื่องรักษาตัว (4) ส๓มา๓อิน๓ริย คือ ส๓มาธิ ๓กระทำให้จิตมีอารมณ์เดียว (5) ป๓ญ๓ญ๓น๓ริย คือ ป๓ญ๓ญา มีป๓ญ๓ญา เห็นการเกิดดับ วิริย๓น๓ริย ในอิน๓ริย 5 คือ ความเพียร (วิริย๓น๓ริย) กำจัดอกุศลธรรม ทำหน้าที่สัมพันธ์ คือ เป็นคู่ปรับกับส๓มาธิโดย๓ตรง หากปรับให้สม๓ดุลกัน จะทำให้เกิดอิน๓ริยแก่กล้า มีอำนาจที่จะขจัดอกุศลธรรมให้หมดสิ้นไปได้

5) พละ 5 คือ ธรรมเป็นกำลัง ความหมายว่า เป็นพลังให้เกิดความมั่นคง พละหมวดนี้ เป็นหลักปฏิบัติทางจิตใจให้ถึงความหลุดพ้นโดยตรง ได้แก่ (1) ส๓ทธิ๓พา๓พละ หมายถึง กำลังคือความเชื่อ (2) ๓ริย๓พละ หมายถึง กำลังคือความเพียร (3) ส๓ติ๓พละ หมายถึง กำลังคือความระลึกได้ (4) ส๓มา๓ธิ๓พละ หมายถึง กำลังคือความตั้งจิตมั่น (5) ป๓ญ๓ญา๓พละ หมายถึง กำลังคือความรู้ทั่ว๓ชัด ซึ่งวิริยะในพละ 5

⁴ ที.ป. (ไทย) 11/320/310.

⁵ ที.ม. (ไทย) 10/373/301.

⁶ อง.จตุกก. (ไทย) 21/13/23.



เมื่ออินทรีย์พัฒนาจนเป็นผล ก็จะเกิดความมั่นคง ไม่หวั่นไหว คือเมื่อวิริยะเป็นใหญ่และมั่นคงไม่หวั่นไหวแล้ว ก็พร้อมที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ ได้ อย่างมั่นคง⁷

6) โภชณงค์ 7 ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ 7 ประการ ได้แก่ (1) สติสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความระลึกได้ (2) ฌัมมวิจยสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความเพียรธรรม (3) วิริยสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความเพียร (4) ปิติสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความอิ่มใจ (5) ปัสสัทธิสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความสงบกายสงบใจ (6) สมาธิสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความตั้งจิตมั่น (7) อุเบกขาสัมโพชณงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความวางใจเป็นกลาง วิริยะ ในโพชณงค์ 7 เป็นความเพียร (วิริยอินทรีย์) เป็นเครื่องนำไปสู่การตรัสรู้ธรรม ทำหน้าที่ประสานสอดคล้องกับฌัมมวิจยและปิติ เพื่อยกจิตขึ้นจากความหดหู่ถดถอยให้ากบั้นไปข้างหน้า และเข้าไปหนุนปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา ให้เข้มข้นเข้าสู่โพธิ์ได้⁸

7) อริยมรรค คือ ทางอันประเสริฐ 8 ประการ ได้แก่ (1) สัมมาทิฏฐิ เห็นชอบ (2) สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ (3) สัมมาวาจา เจรจาชอบ (4) สัมมากัมมันตะ กระทำชอบ (5) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ (6) สัมมาวายามะ พยายามชอบ (7) สัมมาสติ ระลึกชอบ (8) สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ และ สัมมาวายามะ ในอริยมรรคมีองค์ 8 แปลว่า ความเพียรพยายามชอบ (วิริยอินทรีย์) ทำหน้าที่ประสานสอดคล้องกับสัมมาทิฏฐิและสัมมาสติ ปฏิบัติกับองค์มรรคทุกข้อเพื่อเปลี่ยนมัจฉามรรคให้เป็นสัมมา มรรค และขับเคลื่อนไปสู่สัมมาญาณและสัมมาวิมุตติในขั้นสุดท้าย⁹

วิริยสัมโพชณงค์อุปาทธรรม คือ ธรรมที่เป็นเหตุให้เกิดวิริยสัมโพชณงค์ อันเป็นคุณธรรมที่เป็นองค์ประกอบแห่งการตรัสรู้ร้อยสี่ 4 มี 11 ประการ ได้แก่ (1) การพิจารณาเห็นภัยในอบาย (2) การเห็นอนิสงส์ของการบรรลุคุณวิเศษ (3) การพิจารณาทางดำเนินที่ถูกต้อง (4) การให้ความสำคัญต่ออาหารบิณฑบาต (5) การพิจารณาถึงความเป็นธรรมทายาทของตนและอนุชนคนรุ่นหลัง (6) การพิจารณาถึงความยิ่งใหญ่ด้วยพระคุณ แห่งพระบรมศาสดา (7) การพิจารณาถึงชาติกำเนิดของตนเป็นใหญ่ (8) การพิจารณาถึงเพื่อนพรหมจรรย์ ผู้ร่วมประพฤติปฏิบัติธรรม (9) การหลีกเลี่ยง

⁷ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 31, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2561), หน้า 259.

⁸ เรื่องเดียวกัน, หน้า 277.

⁹ ที.ม. (ไทย) 10/402/334.



เว๑นจากบุคคลผู้เก๑ยจ๑ร๑น (10) การค๑บหาบุคคลที่ปราร๑ความเพ๑ยรไปสู๑ความหลุดพ้น และ (11) การน๑มจิตไปในว๑ริยส๑มโพ๑ฆณ๑นั้น¹⁰

ว๑ริย๑น๑ร๑ย๑ในการปฏิบัติวิป๑ส๑นาภา๑ว๑น๑ เป๑นการพัฒนาว๑ริย๑น๑ร๑ย๑ตามหลักส๑ติป๑ณ๑ฐาน 4 ค๑ือ การเพ๑ยรพิ๑จาร๑ณ๑อย๑งมีส๑ติทำ๑น๑าที่เ๑ากิเลสใ้เร๑าร๑น๑นอย๑ไม่ได้ใน ภาย เ๑ทนา จิต และ๑ร๑ม ซึ่งเป๑นข๑อปฏิบัติเพ๑อร๑จ๑งตามเป๑นจ๑ริงของส๑งท๑งป๑งโดยไม่ได้ถูกกิเลสค๑ร๑บง๑ตามวงจ๑รปฏิบัติจ๑สมุ๑ปา๑ท เพ๑อใ้เห็นไ๑รล๑ก๑ณ๑หรือส๑ม๑ณ๑ล๑ก๑ณ๑ะ จ๑นละค๑ลายความย๑ติค๑ดด้วยอ๑น๑าจ๑กิเลสท๑งป๑ง

ความหมายของว๑ริย๑น๑ร๑ย๑

ว๑ริย๑น๑ร๑ย๑ (อิน๑ร๑ย๑ ค๑ือ ว๑ริย๑ะ)¹¹ หมายถึง การปราร๑ความเพ๑ยร๑างใจ ความข๑ม๑ก๑ข๑ม๑น ความบ๑ก๑บ๑น ความข๑น๑ว๑ย ความพยายาม ความอ๑ุต๑สา๑หะ ความ๑น๑ทาน ความข๑ม๑ข๑็ง ความหม๑น ความม๑ง๑นอย๑งไม่๑อ๑อย ความไม่๑อด๑ท๑งฉ๑น๑หะ ความไม่๑อด๑ท๑ง๑ฐ๑ระ ความเอาใจใ้๑ฐ๑ระ ว๑ริย๑ะ ว๑ริย๑น๑ร๑ย๑ ว๑ริย๑ผล๑ ส๑ม๑มา๑ย๑า๑มะ น๑ี๑ื่อว่าว๑ริย๑น๑ร๑ย๑

ว๑ริย๑ะ มาจากศ๑พ๑ท๑ว่า ว๑ริย๑ (ว๑ริส๑ท๑หุ๑ป๑ท+อ๑ีร ค๑ติย๑+อ) ความพยายาม, ความเพ๑ยร, ว๑ริย๑ะ, ข๑น๑ว๑ย. ว๑เ๑ ส๑า๑, ว๑ริ๑น๑ ว๑ ก๑ม๑, ว๑ริ๑นา ว๑ อ๑ริย๑ิต๑พ๑พิ๑ ป๑ว๑ต๑ต๑พ๑พ๑น๑ติ ว๑ริ๑ย๑ การทำในส๑งที่ใ้ดีหรือของค๑น๑ดี หรือความพยายามที่เป๑นไปตามว๑ริ๑ ๑ื่อว่าว๑ริย๑ะ (ร๑ส๑สะ อ๑ี ของป๑จ๑ย๑เป๑น อ๑ี). ม๑ม ป๑น อ๑จ๑จาร๑ท๑ว๑ ว๑ริ๑ย๑ ความเพ๑ยร๑น๑เร๑าปราร๑อย๑งย๑งใ้แล้ว

อิน๑ท๑ริย๑ (อิน๑ท๑ ป๑ร๑มิ๑ส๑ส๑ริย๑+อ๑ิย) อิน๑ท๑ริย๑. อิน๑ท๑ติ ป๑ร๑มิ๑ส๑ส๑ริย๑ ก๑โร๑ตี๑ติ อิน๑ท๑ริย๑ อิน๑ท๑ริย๑ที่๑กระทำค๑า๑เป๑นใ้ใหญ่ ๑ื่อว่าอิน๑ท๑ริย๑ะ (ล๑ง ร๑ อ๑ค๑ม). อ๑ธิ๑ป๑เต๑ย๑ณ๑เจ๑น อิน๑ท๑ริย๑¹² ๑ื่อว่าอิน๑ท๑ริย๑เพ๑ราะอ๑ร๑ธ๑ว่าเป๑นใ้ใหญ่¹³

สร๑ู๑ความใ้ได้ว่า ว๑ริย๑น๑ร๑ย๑ หมายถึง ความเพ๑ยร๑น๑เป๑นใ้ใหญ่ เป๑นการปราร๑ความเพ๑ยร๑างใจ ความข๑ม๑ก๑ข๑ม๑น ความบ๑ก๑บ๑น ความข๑น๑ว๑ย ความพยายาม ความอ๑ุต๑สา๑หะ ความ๑น๑ทาน ความข๑ม๑ข๑็ง ความหม๑น ความม๑ง๑นอย๑งไม่๑อ๑อย

¹⁰ พระมหาชิน๑วัฒน๑ จ๑ก๑ว๑โร, พระอ๑ภ๑ิ๑ร๑ม เจ๑ต๑สิ๑ป๑ร๑ม๑ต๑ธ๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท๑ เอ๑บี๑ค๑ ด๑ิส๑ท๑ริ๑ บ๑ิว๑ัน๑ จ๑ก๑ก๑ด, 2556), ๑น๑า 243-245.

¹¹ ที.ป๑. (ไ๑ทย) 11/320/310.

¹² ชู.ป. (บาล๑ี) 31/533/431.

¹³ พระโ๑ค๑ค๑ล๑น๑เ๑ระ, ค๑ม๑ก๑ริ๑อ๑ภ๑ิ๑ธ๑น๑ว๑ร๑ณ๑นา, แ๑ล๑โดย พระ๑มหา๑สม๑ป๑อง มุ๑ท๑โต, พ๑ม๑พ๑ค๑ร๑ง๑ที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท๑ ๑ร๑ย๑ู๑ร๑ง๑ศ๑พ๑ริ๑น๑ท๑ด๑ง๑ จ๑ก๑ก๑ด, 2557), ๑น๑า 211.



ความสำคัญของวิริยิทธิ

วิริยิทธิ เป็นธรรมชาติที่เพียรพยายามต่ออารมณ์ หมายความว่า เป็นสภาวะธรรม ที่มีความอดทนต่อสู้กับความยากลำบาก ที่เกี่ยวกับการงานต่าง ๆ ทั้งฝ่ายดีและไม่ดี ไม่ว่าจะงานนั้นจะยากลำบากมากน้อยสักเพียงใดก็ตาม เมื่อวิริยิทธิ (วิริยเจตสิก) ประกอบกับจิตดวงใดแล้วย่อมชักนำจิตและเจตสิกที่เกิดพร้อมกันในขณะเดียวกัน ให้มุ่งมั่นในการกระทำกิจการของตน ๆ โดยไม่ให้อ่อนแอ ยิ่งวิริยเจตสิกมีกำลังมากเท่าไร การงานที่ทำอยู่ย่อมสำเร็จ เรียบร้อยได้มากเพียงนั้น

นอกจากนี้ วิริยิทธิ (วิริยเจตสิก) ยังเป็นคุณเครื่องบำเพ็ญกิจการต่าง ๆ ตลอดถึงการบำเพ็ญ บารมีเพื่อดำเนินไปสู่ความบริสุทธิ์ ก็ต้องมีความเพียร ที่เรียกว่า วิริยบารมี และเมื่อ บุคคลมีความเพียรโดยไม่ท้อถอยแล้ว ย่อมสำเร็จในสิ่งที่มุ่งหมายกระทำอยู่นั่นเอง ดังพระพุทธทวณะที่ว่า “วิริยณะ ทุกขะมัจเจติ” แปลว่า บุคคลจะล่วงทุกข์ได้เพราะความเพียร¹⁴

สรุปความได้ว่า ความสำคัญของวิริยิทธิ คือ ความเพียรเป็นสภาวะธรรมที่มีความอดทนต่อสู้กับความยากลำบาก ทั้งฝ่ายดีและไม่ดี ไม่ว่าจะงานนั้นจะยากลำบากมากน้อยสักเพียงใดก็ตาม เมื่อวิริยิทธิ ประกอบกับจิตดวงใดแล้วย่อมชักนำจิตและเจตสิกที่เกิดพร้อมกันในขณะเดียวกัน ให้มุ่งมั่นในการกระทำของตนโดยไม่ให้อ่อนแอ

คำที่เป็นไวยากรณ์ของวิริยิทธิ

คำที่เป็นไวยากรณ์ของ วิริยิทธิ อินทริย คือ วิริยะ คือ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวาย ความพยายาม ความอุตสาหะ ความเข้มแข็ง ความมุ่งมั่นอย่างไม่ท้อถอย ได้แก่

1) สัมมปปธาน¹⁵ หมายถึง ความเพียรอันมั่นคง ซึ่งประกอบในกศลจิต 21 เป็นไปเพื่อทำหน้าที่ 4 ประการ คือ

- 1.1) พยายามเพื่อละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว เรียกว่า ปหานปธาน
- 1.2) พยายามเพื่อไม่ให้อกุศลใหม่เกิด เรียกว่า สังวรปธาน
- 1.3) พยายามเพื่อให้กุศลใหม่เกิด เรียกว่า ภาวนापธาน
- 1.4) พยายามเพื่อให้กุศลที่เกิดแล้วเจริญรุ่งเรืองขึ้น เรียกว่า อนุรักษนูปธาน

¹⁴ พระมหาชินวัฒน์ จุกกาวโร, พระอภิธรรม เจตสิกปรมัตถ์, หน้า 231.

¹⁵ ที.ปา. (ไทย) 11/306/277.



2) วิริยธิบาท¹⁶ หมายถึง วิริยเจตสิกได้ชื่อว่า อธิบาท คือ ความพยายามอย่างแรงกล้า เป็นบาทเบื้องต้นแห่งความสำเร็จงาน อภิญญา มรรค ผล ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบในกุศลจิต 21 ซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่มุ่งมั่นในกิจการงานอันดีงามทั้งหลายและทำให้สัมปยุตต ธรรม คือ จิตและเจตสิกที่เกิดพร้อมกันกับตนในจิตดวงเดียวกันนั้นมุ่งมั่นกระทำกิจการงานของตน ๆ โดยไม่ย่อท้อถอยจนสำเร็จกิจที่มุ่งหมายนั้น

3) วิริยินทรีย์¹⁷ หมายถึง วิริยเจตสิก ได้ชื่อว่า อินทรีย์ คือ เป็นคุณธรรมที่เป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองในความพยายามต่อการทำงานและสิ่งที่เป็นกุศล ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบในมหากุศลจิต 8 มหาภิริยาจิต 8 อัปนาชวนจิต 26 ซึ่งกระทำกิจในการเพียรพยายามต่อกิจที่ดียิ่งและทำให้สัมปยุตตธรรม คือ จิตและเจตสิกที่เกิดพร้อมกันกับตนในจิตดวงเดียวกันนั้นให้ชวนชวายกระทำกิจการงานของตนอย่างเต็มที่ โดยไม่ย่อท้อต่อกิจการงานนั้น ๆ นอกจากนี้ วิริยินทรีย์ ยังมีบทบาทในฐานะเป็นใหญ่เป็นผู้ปกครองสัมปยุตตธรรมที่เป็น อกุศลซึ่งเกิดพร้อมกันกับตนในอกุศลจิตแต่ละดวง ให้มุ่งมั่นกระทำกิจที่เป็นอกุศลให้สำเร็จลง ได้แก่ วิริยเจตสิกที่ประกอบในอกุศลจิต 12 ซึ่งเป็นใหญ่ในการพากเพียรพยายามกระทำทุจริตต่าง ๆ

4) วิริยพละ¹⁸ หมายถึง วิริยเจตสิก ได้ชื่อว่า พละ คือ เป็นสภาวะธรรมที่มีกำลังในความพยายามต่อกิจการงานหรืออารมณ์ที่ดียิ่งโดยไม่หวั่นไหวต่อธรรมที่เป็นข้าศึก โภสัชชะ ได้แก่ ความเกียจคร้าน ด้วยเหตุนี้ เมื่อวิริยเจตสิกยังมีกำลังเข้มแข็ง ความเกียจคร้านย่อมครอบงำไม่ได้ โดยเฉพาะความเพียรพยายามที่เป็นไปในการเจริญสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน ย่อมเป็นความเพียรที่มีกำลังมากเพื่อให้บรรลุ มรรค ผล นิพพาน ฌาน อภิญญา และย่อมย้ายโยสัชชะ คือ ความเกียจคร้านไม่ให้กำเริบขึ้น ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบในมหากุศลจิต 8 มหาภิริยาจิต 8 อัปนาชวนจิต 26 นอกจากนี้ วิริยพละ ยังเป็นกำลังสำคัญในการพากเพียรพยายามกระทำกิจที่เป็นอกุศล ที่เป็นทุจริต ทุราชีพต่าง ๆ โดยไม่ย่อท้อถอย ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบในอกุศลจิต 12

5) สัมมาวายามะ¹⁹ หมายถึง วิริยเจตสิก ได้ชื่อว่า สัมมาวายามะ คือ ความเพียรชอบ ความเพียรพยายามอันเป็นไปในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยดำเนินไปตามสัมมัปปธาน 4 ได้แก่ เพียรละอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว 1 เพียรระงับอกุศลใหม่ไม่ให้เกิดขึ้น 1 เพียรเจริญกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น 1 และเพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้คงอยู่และเจริญยิ่งขึ้นไป 1 อันเป็นทาง

¹⁶ อภ.วิ. (ไทย) 35/459/353.

¹⁷ ที.ปา. (ไทย) 11/320/310.

¹⁸ ที.ปา. (ไทย) 11/311/290.

¹⁹ ที.ปา. (ไทย) 11/333/340.



ดำเนินไปสู่มรรคผลนิพพาน ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบใน มหากุศลจิต 8 มหาภิกขุจิต 8 และอัปปนาชวนะ 26 (มหัคคตกุศลจิต 9 มหัคคตภิกขุจิต 4 โลกุตตรจิต 8)

6) วิริยสัมโพชฌงค์²⁰ หมายถึง วิริยเจตสิก ได้ชื่อว่า สัมโพชฌงค์ คือ ความเพียรพยายาม ที่มีความเจริญมั่นคงอย่างแรงกล้า อันสืบเนื่องจากสัมมัปปธานทั้ง 4 จนเข้าถึงวิริยทธิบาท วิริยอินทรีย์ วิริยพละ สัมมาวายามะ อันเป็นองค์แห่งการตรัสรู้หรือริยสัง 4 ด้วยอำนาจ แห่งวิปัสสนาภาวนาจนสามารถทำลาย โสภัสชะ คือ ความเกียจคร้านได้โดยสิ้นเชิง และยอมทำให้สัมโพชฌาณ คือ มรรคจิตทั้ง 4 เกิดขึ้น เรียกว่า วิริยสัมโพชฌงค์ ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ในมหากุศลจิต 8 มหาภิกขุจิต 8 อัปปนาชวนะ 26

7) มิจฉาวายามะ²¹ หมายถึง วิริยเจตสิก ได้ชื่อว่า มิจฉาวายามะ คือ ความเพียรพยายาม ในทางที่ผิดในกิจที่เป็นอกุศล ได้แก่ ความเพียรพยายามในการกระทำทุจริต 10 ประการ อย่างไม่อย่างหนึ่ง ให้สำเร็จจุลวงเป็นอกุศลกรรมบถ อันเป็นหนทางให้ถึงทุกขัตถุมิ คือ อบายภูมิ 4 ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบในอกุศลจิต 12

8) วิริยาธิปติ หมายถึง วิริยเจตสิก ได้ชื่อว่า อธิปติ คือ ความเป็นใหญ่ในการพากเพียร พยายามต่ออารมณ์อย่างแรงกล้าและทำให้สัมปยุตธรรมที่เกิดพร้อมกันกับตนในจิตดวง เดียวกันนั้นมีความมุ่งมั่นในการทำกิจการงานของตน โดยไม่ย่อท้อถอย ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่ประกอบในทิวเหตุกชวณจิต 18 คือ โลกมุขจิต 8 โทสมุขจิต 2 มหากุศลญาณวิปยุตตจิต 4 มหาภิกขุญาณวิปยุตตจิต 4 และในติเหตุกชวณจิต 34 หรือ 66 คือ มหากุศลญาณ สมปยุตตจิต 4 มหาภิกขุญาณสัมปยุตตจิต 4 มหัคคตกุศลจิต 9 มหัคคตภิกขุจิต 9 โลกุตตรจิต 8 ที่เรียกว่า สาธิปติชวณจิต 52 หรือ 84²²

สรุปความได้ว่า คำที่เป็นไวพจน์ของ วิริยอินทรีย์ (ความเพียร) ได้แก่ (1) สัมมัปปธาน 4 ความเพียรอันมั่นคง (2) วิริยทธิบาท ความพยายามอย่างแรงกล้า (3) วิริยอินทรีย์ คุณธรรมที่เป็นใหญ่ (4) วิริยพละ พยายามต่อกิจการงาน (5) สัมมาวายามะ ความเพียรพยายามอันเป็นไปในทางเจริญ วิปัสสนากรรมฐาน (6) วิริยสัมโพชฌงค์ ความเพียรพยายามที่ มีความเจริญมั่นคงอย่างแรงกล้า (7) มิจฉาวายามะ ความเพียรพยายาม ในทางที่ผิดในกิจที่เป็นอกุศล และ (8) วิริยาธิปติ ความเป็นใหญ่ในการพากเพียร พยายามต่ออารมณ์อย่างแรงกล้า

²⁰ ที.ปา. (ไทย) 11/151/112.

²¹ ที.ปา. (ไทย) 11/333/340.

²² พระมหาชินวัฒน์ จุกวโร, พระอภิธรรม เจตสิกปรมัตถ์, หน้า 231.



หลักธรรมที่เกี่ยวพันวิริยีนทรีย์

หลักธรรมที่เกี่ยวพันวิริยีนทรีย์ในบทนี้หมายถึงเอาหมวดธรรมที่มีในโพธิปักขิยธรรม เป็นฝักฝ่ายแห่งการตรัสรู้เป็นธรรมอยู่ในฝ่ายเกี่ยวพันวิริยีนทรีย์ ซึ่งแบ่งเป็น 7 หมวด มีความสมบูรณ์ในการปฏิบัติครบถ้วน แม้ว่าจะอธิบายแยกกัน แต่เมื่อปฏิบัติตามหมวดธรรมใดหมวดหนึ่งก็เท่ากับปฏิบัติตามธรรมหมวดอื่น ได้แก่

1) สติปัฏฐาน 4 ในมหาสติปัฏฐานสูตร²³ กล่าวถึง ความเพียร (วิริยีนทรีย์) ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้ง คือเข้าใจตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำ และเป็นองค์ประกอบในการพิจารณาเห็นกาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำตามวงจรปฏิจกสมุปบาท เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณะ จนละคลายความยึดติดด้วยอำนาจกิเลสทั้งปวง

2) สัมมัปปธาน 4 หรือ เรียกอีกอย่างว่า ปธาน 4 หมายถึง ความเพียรชอบ ความเพียรเป็นใหญ่ (วิริยีนทรีย์) ในปธานสูตร²⁴ กล่าวถึงพระอรหันต์ทั้งหลายที่ประกอบความเพียร 4 ประการ ได้แก่ สังวรปธาน ปหานปธาน ภาวนापธาน อนุรักษนาปธาน ย่อมสามารถครอบงำบ่วงมาร²⁵ (บ่วงมารในที่นี้ หมายถึง วัฏฏะ 3 คือ (1) กิเลสวัฏฏะ (2) กัมมวัฏฏะ (3) วิปากวัฏฏะ ที่เรียกว่าบ่วงมาร เพราะเป็นเหตุให้เกิดกิเลสมาร) และบรรลุถึงสุขได้

3) อิทธิบาท 4 หมายถึง ฐานหรือหนทางสู่ความสำเร็จ หรือ ความเพียร (วิริยีนทรีย์) ให้ถึงความสำเร็จ คุณเครื่องสำเร็จสมประสงค์ ทางแห่งความสำเร็จ หรือคุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย ในอิทธิบาทสูตร กล่าวถึงการปรารถนาความเพียรที่สร้างสรรค์ด้วยการเจริญอิทธิบาทเพื่อความรู้ยิ่งซึ่งราคะ มี 4 ประการ คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา

4) อินทรีย์ คือ ธรรมที่เป็นใหญ่ มี 5 ประการ ได้แก่ (1) สัทอินทรีย์ คือ ศรัทธา ศรัทธา ตถาคต เชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของพระองค์ (2) วิริยอินทรีย์ คือ วิริยะ มีความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม (3) สตินทรีย์ คือ สติ มีสติเป็นเครื่องรักษาตัว (4) สมาธินทรีย์ คือ สมาธิ กระทำให้จิตมีอารมณ์เดียว (5) ปัญญินทรีย์ คือ ปัญญา มีปัญญา เห็นการเกิดดับ วิริยอินทรีย์ ในอินทรีย์ 5 คือ ความเพียร (วิริยอินทรีย์) กำจัดอกุศลธรรม ทำหน้าที่สัมพันธ์ คือ เป็นคู่ปรับกับสมาธิโดยตรง หากปรับให้สมดุลกันจะทำให้เกิดอินทรีย์แก่กล้า มีอำนาจที่จะขจัดอกุศลธรรมให้หมดสิ้นไปได้

²³ ที.ม. (ไทย) 10/373/301.

²⁴ อัง.จตุกก. (ไทย) 21/13/23.

²⁵ อัง.จตุกก.อ. (ไทย) 2/13/291.



5) พละ 5 คือ ธรรมเป็นกำลัง ความหมายว่า เป็นพลังทำให้เกิดความมั่นคง พละหมวดนี้เป็นหลักปฏิบัติทางจิตใจให้ถึงความหลุดพ้นโดยตรง ได้แก่ (1) สัทธาพละ หมายถึง กำลังคือความเชื่อ (2) วิริยพละ หมายถึง กำลังคือความเพียร เกิดจากการกำหนดการเดินจงกรมและการกำหนดอิริยาบถย่อย ซึ่งถ้าทำมากไปจะทำให้จิตฟุ้งซ่าน (3) สติพละ หมายถึง กำลังคือความระลึกได้ สตินั้นท่านกล่าวว่ายิ่งมีมากยิ่งดี การเจริญวิปัสสนานั้นท่านให้กำหนดสติรับรู้จากน้อยไปหามาก ยิ่งมีอารมณ์กำหนดน้อยก็จะเกิดสมาธิได้ง่าย (4) สมาธิพละ หมายถึง กำลังคือความตั้งจิตมั่น เกิดจากการกำหนดในอิริยาบถนั้น ถ้ามากไปทำให้ขี้เกียจ ท้อแท้ ง่วง เบื่อ ได้ (5) ปัญญาพละ หมายถึง กำลังคือความรู้ทั่วชัด เกิดจากสติอันเป็นตัวแทนแห่งวิปัสสนา คือ ปัญญามีกำลังมากกว่าสมาธิอันเป็นตัวแทนแห่งสมถะที่มีอารมณ์ให้เกิดศรัทธาในองค์ธรรมต่าง ๆ

6) โภชณงค์ 7 คือ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ ได้แก่ (1) สติสัมโพชณงค์ หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความระลึกได้ คือ เพียรระลึกได้ ธรรมดาสนั้นเป็นธรรมชาติทำลายโมหะคือความหลง ท่านกล่าวว่โมหะทำให้เกิดอวิชชา และอวิชชาทำให้เกิดโมหะเช่นกัน ดังนั้นผู้เจริญสติจึงได้ชื่อว่าเป็นผู้ทำลายอวิชชาลงเสียได้ (2) อัมมวิจยสัมโพชณงค์ หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความเพียร (3) วิริยสัมโพชณงค์ หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความเพียร (4) ปิติสัมโพชณงค์ หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความอิมใจ (5) ปัสสัทธิสัมโพชณงค์ หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความสงบกายสงบใจ (6) สมาธิสัมโพชณงค์ หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความตั้งจิตมั่น และ (7) อุเบกขาสัมโพชณงค์ หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความวางใจเป็นกลาง

7) อริยมรรคมีองค์ 8²⁶ คือ ทางอันประเสริฐ ได้แก่ (1) สัมมาทิฎฐิ เห็นชอบ ได้แก่ ความรู้ อริยสัจจ 4 เห็นไตรลักษณ์ หรือเห็นปฏิจจสมุปบาท (2) สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ ได้แก่ กุศลวิตก 3 ความคิดในการออกจากกาม ความไม่พยาบาท และการไม่เบียดเบียน (3) สัมมาวาจา เจรจาชอบ ได้แก่ วชิสุจริต 4 การเว้นจากการพูดเท็จ หยาบคาย ส่อเสียด และเพ้อเจ้อ (4) สัมมากรรมมันตะ กระทำชอบ ได้แก่ กายสุจริต 3 เจตนาละเว้นจากการฆ่า การเอาของที่เจ้าของไม่ได้ให้ และการประพฤติผิดในกาม (5) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ เว้นมิจฉาชีพ ประกอบสัมมาชีพ (6) สัมมาวายามะ พยายามชอบ ได้แก่ สัมมัปปธาน 4 ความพยายามป้องกันอกุศลที่ยังไม่เกิด ละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ทำกุศลที่ยังไม่เกิด และดำรงรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้ว (7) สัมมาสติ ระลึกชอบ ได้แก่ สติปัญฐาน 4 และ (8) สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ ได้แก่ ฌาน 4

²⁶ ที.ม. (ไทย) 10/402/334.



สรุปความได้ว่า หลักธรรมที่เกือ๑นวิริย๑น๑ริ๑ย๑หมายเอาหมวดธรรมที่มีโน๑พิ๑ก๑ข๑ย๑ธรรม เป็นฝ๑กฝ๑าย๑แห่งการ๑ตร๑ส๑ฐ๑ ซึ่งเป๑นธรรมอยู๑ในฝ๑ายเกือ๑นวิริย๑น๑ริ๑ย๑ ได้แก๑ (1) สติ๑ป๑ญ๑ฐาน 4 การเพียร๑พิจารณา (วิริย๑น๑ริ๑ย๑) อย๑างมีสติ๑ทำ๑หน้า๑ที่เฝ๑ากิเลส๑ให้เร๑าร๑อน๑ทนอยู๑ไม๑ได้๑ใน กาย เวทนา จิต และธรรม (2) สัม๑ม๑ป๑ช๑าน 4 ความเพียร๑ชอบ ความเพียร๑เป๑น๑ใหญ่๑ได้๑แก๑ ส๑ง๑วร๑ป๑ช๑าน ป๑ห๑น๑ป๑ช๑าน ภา๑ว๑นา๑ป๑ช๑าน และอน๑รุ๑ก๑ข๑นา๑ป๑ช๑าน ย๑อม๑สามารถ๑ครอบ๑ง๑า๑บ๑วง๑มาร และบรร๑ลุ๑ถึง๑สุข๑ได้ (3) อ๑ธิ๑บาท 4 ความเพียร๑เป๑น๑คุณ๑เร๑ื่อง๑ให้๑ส๑า๑ร๑เอ๑ง หรือ คุณ๑เร๑ื่อง๑ให้๑ถึง๑ความ๑ส๑า๑ร๑เอ๑ง คุณ๑เร๑ื่อง๑ส๑า๑ร๑เอ๑ง๑สม๑ประ๑ส๑ง๑ค๑ ทาง๑แห่ง ความ๑ส๑า๑ร๑เอ๑ง หรือคุณ๑ธรรม๑ที่๑น๑า๑ไป๑สู่๑ความ๑ส๑า๑ร๑เอ๑ง๑แห่ง๑ผล๑ที่๑ม๑ง๑ห๑มา๑ย (4) อ๑น๑๑ริ๑ย๑ 5 คื๑ วิริย๑น๑ริ๑ย๑ คื๑ วิริย๑ะ มี๑ความ๑เพียร๑ เพื่อ๑ละ๑อก๑กุ๑ศล๑ธรรม (5) พละ 5 คื๑ ก๑าล๑ง๑คื๑ความ๑เพียร๑ เกิด๑จาก๑การ๑ก๑า๑หนด๑การ เ๑น๑จ๑ง๑กรม๑และการ๑ก๑า๑หนด๑อ๑ริย๑า๑บ๑ย๑อย๑ ซึ่ง๑ถ้า๑ทำ๑มาก๑ไป๑จะ๑ทำ๑ให้๑จิต๑ฟ๑ง๑ช๑า๑น (6) โป๑ข๑ณ๑ง๑ค๑ 7 คื๑ วิริย๑ส๑ัม๑โป๑ข๑ณ๑ง๑ค๑ เป๑น๑เร๑ื่อง๑น๑า๑ไป๑สู่๑การ๑ตร๑ส๑ฐ๑๑ธ๑ร๑ม (7) อ๑ริย๑ม๑รร๑ค๑ม๑อง๑ค๑ 8 คื๑ ส๑ัม๑มา๑ยา๑ยามะ ความ๑เพียร๑พยายาม๑ชอบ ทำ๑หน้า๑ที่๑ประ๑สาน๑สอด๑ค๑ล๑อง๑กับ๑ส๑ัม๑มา๑ท๑ิ๑ญ๑ฐ๑ิและ๑ส๑ัม๑มา๑ส๑ติ ปฏิ๑บัติ๑ก๑ับ๑อง๑ค๑ม๑รร๑ค๑ทุก๑ข๑อ เพื่อ๑เป๑ร๑ียน๑มิ๑จ๑ณ๑า๑ม๑รร๑ค๑ให้๑เป๑น๑ส๑ัม๑มา๑ม๑รร๑ค และ๑ซ๑บ๑เคล๑ื่อน๑ไป๑สู่๑ส๑ัม๑มา๑ญา๑ณ๑และ๑ส๑ัม๑มา๑วิ๑ม๑ต๑ิ๑ใน๑ชั้น๑สุด๑ท้าย

วิริย๑น๑ริ๑ย๑ในการ๑ปฏิบัติ๑วิ๑ป๑ส๑นา๑ภา๑ว๑นา

ใน๑มหา๑สติ๑ป๑ญ๑ฐาน๑สูตร๑ กล๑า๑ว๑ถึง๑ ความ๑เพียร (วิริย๑น๑ริ๑ย๑) ซึ่ง๑เป๑น๑ข๑อ๑ปฏิบัติ๑เพื่อ๑รู๑้๑แจ๑ง๑ คื๑ ๑เข๑า๑ใจ๑ตาม๑เป๑น๑จ๑ริง๑ของ๑ส๑ิง๑ท๑ง๑ป๑วง๑โดย๑ไม๑ถูก๑กิเลส๑ครอบ๑ง๑า และ๑เป๑น๑อง๑ค๑ประ๑ก๑อบ๑ในการ๑พิจารณา๑เห็น๑กาย เวทนา จิต และธรรม คื๑

1) กาย๑านุ๑ป๑ส๑นา๑สติ๑ป๑ญ๑ฐาน๑ หมาย๑ถึง๑ เพียร๑พิจารณา (วิริย๑น๑ริ๑ย๑) อย๑างมี๑สติ๑ไม๑ล๑ืม๑ว๑า๑กาย เป๑น๑แค๑ที่๑รวม๑ของ๑ธา๑ตุ 4 ได้๑แก๑ ดิน น๑้า ล๑ม ไฟ๑มา๑ประ๑ชุม๑รวม๑กัน๑เป๑น๑ร๑าง๑กาย ไม๑ม๑อง๑กาย๑ด๑้วย๑ความ๑เป๑น คน ส๑ัต๑ว เร๑า เขา แต๑ม๑อง๑แยก๑เป๑น ร๑ู๑ปร๑ธ๑ร๑ม๑หน๑ึ๑ง ๑ ๑อา๑ค๑ย๑เหตุ๑ป๑จ๑จ๑ย๑มาก๑มา๑ย๑เกิด๑ขึ้น๑เป๑น๑วง๑จร๑ปฏิ๑จ๑สม๑ุป๑บาท ก็๑จะ๑เห็น๑ความ๑เกิด๑ดับ และ๑เห็น๑ว๑า๑กาย๑ล๑้วน๑ไม๑เท๑ียง เป๑น๑ทุ๑ก๑ซ์ และ๑เป๑น๑อน๑ัต๑ตา โดย๑การ๑พิจารณา๑เห็น๑กาย๑ใน๑กาย๑อย๑ู่ มี๑ความ๑เพียร มี๑ส๑ัม๑ป๑ช๑ญ๑ณะ มี๑สติ ก๑า๑จ๑ด๑อ๑ภ๑ิ๑ข๑มา๑และ๑โท๑มน๑ัส๑ใน๑โลก๑ได้

2) เว๑ทนา๑านุ๑ป๑ส๑นา๑สติ๑ป๑ญ๑ฐาน๑ หมาย๑ถึง๑ เพียร๑พิจารณา (วิริย๑น๑ริ๑ย๑) อย๑างมี๑สติ๑ไม๑ล๑ืม๑ว๑า เว๑ทนา, ท๑ง๑สุข ท๑ุก๑ซ์ อ๑ุ๑เบ๑ก๑ขา มี๑และ๑ไม๑มี๑อา๑มิ๑ส ล๑้วน๑เป๑น๑นาม๑ธ๑ร๑ม๑อย๑าง๑หน๑ึ๑ง ไม๑ม๑อง๑เว๑ทนา๑ด๑้วย๑ความ เป๑น๑คน ส๑ัต๑ว เร๑า เขา แต๑ม๑อง๑แยก๑เป๑น๑แค๑น๑าม๑ธ๑ร๑ม๑ที่๑อา๑ค๑ย๑เหตุ๑ป๑จ๑จ๑ย๑มาก๑มา๑ย๑เกิด๑ขึ้น๑เป๑น ๑วง๑จร๑ปฏิ๑จ๑สม๑ุป๑บาท ก็๑จะ๑เห็น๑ความ๑เกิด๑ดับ และ๑เห็น๑ว๑า๑เว๑ทนา๑ล๑้วน๑ไม๑เท๑ียง เป๑น๑ทุ๑ก๑ซ์ และ๑เป๑น๑อน๑ัต๑ตา โดย๑การ๑พิจารณา๑เห็น๑เว๑ทนา๑ใน๑เว๑ทนา๑ท๑ง๑หลาย๑อย๑ู่ มี๑ความ๑เพียร มี๑ส๑ัม๑ป๑ช๑ญ๑ณะ มี๑สติ ก๑า๑จ๑ด๑อ๑ภ๑ิ๑ข๑มา๑และ โท๑มน๑ัส๑ใน๑โลก๑ได้

3) จิต๑ต๑านุ๑ป๑ส๑นา๑สติ๑ป๑ญ๑ฐาน๑ หมาย๑ถึง๑ เพียร๑พิจารณา (วิริย๑น๑ริ๑ย๑) อย๑างมี๑สติ๑ไม๑ล๑ืม๑ว๑า๑จิต๑มี ๑เหตุ๑ใ๑ก๑ล๑ี๑คือ๑เจ๑ต๑สิ๑ก๑มาก๑มา๑ย๑เป๑น๑ป๑จ๑จ๑ย๑ให้๑เกิด๑อย๑ู่ ไม๑ม๑อง๑จิต๑ด๑้วย๑ความ๑เป๑น๑คน ส๑ัต๑ว เร๑า เขา คื๑ไม๑ม๑อง๑ว๑า



เรากำลังคิด เรากำลังโกรธ หรือเรากำลังเหม่อลอย แต่มองแยกเป็นนามธรรมอย่างหนึ่ง ที่อาศัยเหตุปัจจัยมากมายเกิดขึ้นเป็นวงจรปฏิจจสมุปบาท ก็ จะเห็นความเกิดดับ และเห็นว่าจิตล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา โดยการพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

4) อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง เพียรพิจารณา (วิริยอินทรีย์) อย่างมีสติไม่ลืมนวโล กิยธรรมทั้งปวงเกิดจากเหตุปัจจัยมากมาย ไม่มองด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขา แต่มองเป็นรูปธรรม และนามธรรม ที่อาศัยเหตุปัจจัยมากมายเกิดขึ้นเป็นวงจรปฏิจจสมุปบาทก็จะเห็นความเกิดดับ และเห็นว่าธรรมที่เกิดจากเหตุปัจจัยล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา โดยการพิจารณาเห็นธรรมใน ธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

อาตมาปี ในสติปัฏฐาน 4 แปลว่า มีความเพียร (วิริยอินทรีย์) เป็นเครื่องเผากิเลส ทำหน้าที่ เผากิเลสให้เราร้อนทนอยู่ไม่ได้ สัมพันธ์สอดคล้องกับสติมา คือ มีสติกำหนดอารมณ์แล้ว จึงพิจารณา เห็นด้วยปัญญา คือ สัมปชาโน มีสัมปชัญญะเน้นการปฏิบัติให้เป็นปัจจุบัน จุดหมายหลักคือ ทำลาย อภิชฌาและโทมนัสให้หมดสิ้นไป

ความเพียรจำเป็นอย่างยิ่งในการปฏิบัติภาวนาที่ผู้ปฏิบัติจะละเลยไม่ได้ ในเรื่องความเพียร นี้ พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแก่โพธิราชกุมาร ว่า เป็นคุณสมบัติของพระสาวกที่มีความตั้งใจในการ ปฏิบัติจริง ๆ ที่นำไปสู่เป้าหมายคือ มรรค ผล นิพพานเป็นปริโยสานได้²⁷

นอกจากคำว่า ความเพียร ยังมีศัพท์อื่นที่เกี่ยวข้องกับความเพียร คือ โอวาทปาติโมกข์ ท่านอธิบายว่า “ขันติ คือ ความทนทาน เป็นตบะธรรมเป็นเครื่องเผากิเลสอย่างยิ่ง” การจะบรรลุ นิพพานนั้นต้องมีตบะ เป็นขันติที่ประกอบด้วยศีล สมาธิ และปัญญา เพราะสามารถเผากิเลส 3 กอง คือ วิตกกิเลส ด้วยศีล ปริยภูฐานกิเลส ด้วยสมาธิ และอนุสัยกิเลสด้วยปัญญา เมื่อกล่าวโดยย่อคือ มี ปัญญา มีสติ ทำอาตมาปะ คือ ความเพียรเผากิเลส

สรุปความได้ว่า วิริยอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ การเพียรพิจารณาอย่างมีสติ ทำหน้าที่เผากิเลสให้เราร้อนทนอยู่ไม่ได้ใน กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งตาม เป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำตามวงจรปฏิจจสมุปบาท เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์หรือ สัมมัญลักษณ์ะ จนละคลายความยึดติดด้วยอำนาจกิเลสทั้งปวง

²⁷ ม.ม. (ไทย) 13/344/417.



บทสรุป

วิธีวินยทริยในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นการเพียรพิจารณาอบรมปัญญาให้เกิด อันเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ เป็นการเจริญปัญญาจนรู้รูปรนามตามความเป็นจริง ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งเป็นธรรมชาติที่ประกอบกับจิตปรุงแต่งจิต ทำให้จิตรู้แจ้งตามความเป็นจริง และรู้ในเหตุผลของความเป็นจริง รู้ความเป็นจริงของสภาวะธรรมทั้งหลาย และยังเป็นการเพียรพิจารณาอย่างมีสติ ทำหน้าที่เผากิเลสให้เร้าร้อนทนนอยู่ไม่ได้ใน กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำตามวงจรปฏิบัติสมุปปาท เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณ์ จนละคลายความยึดติดด้วยอำนาจกิเลสทั้งปวง องค์กรธรรม คือ ปัญญาเจตสิก ซึ่งมีหน้าที่รู้แจ้งตามความเป็นจริงของอารมณ์ และหลักธรรมที่เกื้อหนุนวิธีวินยทริย คือ โภธิปักขิยธรรม 37 ประการ เป็นธรรมอยู่ในฝ่ายเกื้อหนุนวิธีวินยทริยที่เป็นองค์ประกอบแห่งการตรัสรู้ร้อยยี่สี่ 4

บรรณานุกรม

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2500**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535.
- _____. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- _____. **อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553.
- พระมหาชินวัฒน์ จกกวโร. **พระอภิธรรม เจตสิกปรมัตถ์**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอบุ๊ก ดิสทริบิวชั่น จำกัด, 2556.
- พระโมคคัลลานเถระ. **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**. แปลโดย พระมหาสมปอง มุฑิตโต. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินท์ติ้ง จำกัด, 2557.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ 31. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2561.

