

# อัญมณีธรรม หรือ รัตนธรรม

พระสุธีวรญาณ  
ป.ธ.๘,พม.,ศศ.บ.,พร.บ.,M.A.,Ph.D.



ในปาติโมกข์กฎุปนขันธกะ ได้แสดงความอัศจรรย์ของพระธรรมวินัย ๘ ประการ เทียบกับความ  
อัศจรรย์ของมหาสมุทร ๘ ประการ คือ

- |   |  |
|---|--|
| ๑. มหาสมุทร ลุ่มลึกตามลำดับ             | ธรรมวินัย มีการศึกษาและปฏิบัติตามลำดับ     |
| ๒. มหาสมุทร ไม่รับซากศพ                 | ธรรมวินัย ไม่ประนีประนอมกับคนชั่ว          |
| ๓. มหาสมุทร เป็นที่รวมของแม่น้ำ         | ธรรมวินัย วรรณะ ๔ มาบวชเป็นสมณศากยบุตร     |
| ๔. มหาสมุทร มีรสเดียว(เค็ม)             | ธรรมวินัย มีรสเดียว วิมุตติรส              |
| ๕. มหาสมุทร น้ำไม่ล้นฝั่ง               | ธรรมวินัย อริยสาวกไม่ล่องละเมียดด้วยชีวิต  |
| ๖. มหาสมุทร ไม่เต็มด้วยฝน               | ธรรมวินัย แม้จะมีคนบรรลุนิพพานก็ไม่เคยเต็ม |
| ๗. มหาสมุทร มากด้วยอัญมณี               | ธรรมวินัย เต็มไปด้วยอัญมณีธรรม             |
| ๘. มหาสมุทร เป็นที่อยู่ของสัตว์นานาชนิด | ธรรมวินัย เป็นที่อยู่ของพระอริยบุคคล       |

ในข้อที่ ๗ กล่าวไว้ว่า “มหาสมุทร มีรัตนะมาก มีรัตนะหลายชนิด คือ แก้วมุกดา แก้วมณี แก้ว  
ไพฑูริย์ สังข์ ศิลา ประพาฬ เงินทอง ทับทิม แก้วตาแมว นี่เป็นสิ่งอัศจรรย์ที่ไม่เคยปรากฏ ประการที่ ๗ ใน  
มหาสมุทรที่พวกอสูรแอบเห็นแล้วก็พากันยินดีในมหาสมุทร

**พระธรรมวินัย** ก็เช่นกัน มีรัตนะมาก มีรัตนะหลายชนิด คือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท  
๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ นี่เป็นความอัศจรรย์ไม่เคยปรากฏ ประการที่ ๗ ในธรรม  
วินัยที่ภิกษุทั้งหลายพบเห็นแล้วต่างก็พากันยินดีในธรรมวินัยนี้

**รัตนธรรม** หรือเรียกอย่างปัจจุบันว่า **อัญมณีธรรม** ที่มีค่าดุจอัญมณี จึงเป็นสิ่งที่สูงสุด ของมนุษย์ทั้ง  
มวล จะได้แสดงอัญมณีธรรมทั้ง ๓๗ ประการดังต่อไปนี้

# สติปัญญา ๔

พระสุธีวรญาณ  
ป.ธ.๘,พม.,ศศ.บ.,พร.บ.,M.A.,Ph.D.



คำว่า สติปัญญา มาจากคำว่า สติ + ปัญญา

**สติ** แปลว่า ความระลึกได้นึกได้ ความไม่เพลาการควบคุมจิตไว้กับกิจที่ทำหรือคุมจิตไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้อง จำการที่ทำและจำคำที่พูดพูดแล้วแม่นยำได้

**ปัญญา** แปลว่า การตั้งการกำหนด รวมกันแล้วคือการตั้งสติ และการกำหนดสติธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ ข้อปฏิบัติมีสติเป็นประธาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง การมีสติกำกับดูสิ่งต่างๆ และความเห็นทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวะ ของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพี้ยนไปตามอำนาจกิเลส

สติปัญญาแบ่งเป็น ๔ อย่าง คือ

๑. กายานุปัสสนาสติปัญญา การตั้งสติพิจารณากาย การมีสติกำกับรู้เท่าทันกายและเรื่องของกาย
๒. เวทนานุปัสสนาสติปัญญา การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา การมีสติรู้เท่าทันเวทนา
๓. จิตตานุปัสสนาสติปัญญา การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต การมีสติกำหนดรู้เท่าทันจิตหรือสภาพและอาการของจิต
๔. ัมมานุปัสสนาสติปัญญา การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม การมีกำกับรู้เท่าทันธรรม

เรียกสั้น ๆ ว่า กาย เวทนา จิต ธรรม ดังนี้รายละเอียดต่อไปนี้

๑. กายานุปัสสนาสติปัญญา การตั้งสติตามกำหนดกายและสิ่งที่เกี่ยวข้องกับกาย (Body)  
พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงสติปัญญาขั้นนี้ในมหาสติปัญญาสูตร ที่ขนิณิกาย มหาวรรค สรุปลงได้ดังนี้<sup>๑</sup>
  ๑. กำหนดพิจารณาลมหายใจเข้า และลมหายใจออก ด้วยความพยายามตั้งสติกำหนด รู้ตัวทั่วพร้อม
  ๒. การกำหนด อิริยาบถ ๔ คือ

ยืน	ก็รู้ว่า	ยืน
เดิน	ก็รู้ว่า	เดิน
นั่ง	ก็รู้ว่า	นั่ง
นอน	ก็รู้ว่า	นอน

พิจารณาทั้งภายในภายนอกดูก่อเกิดการดับ และทั้งการเกิดและดับ รู้เท่าทันความเคลื่อนไหว

๓. การตั้งสติกำหนดอิริยาบถย่อยทั้งปวง เรียกว่า สัมปชัญญะบรรพ เช่นการเหลียวซ้ายแลขวา แลหน้า แลหลัง การนุ่งห่ม การถือบริวาร การกิน การดื่ม การลี้ม การสัมผัสอารมณ์ รวมเรียกว่าอิริยาบถ อยู่ในท่าใด ก็กำหนดรู้ได้ทุกอย่าง

๔. ตั้งสติกำหนด สิ่งปฏิภูลหรืออาการต่าง ๆ ของร่างกาย กล่าวคือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลดหนองเลือด เหงื่อ ชันชัน น้ำตา เพลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร

พิจารณาทั้งภายในตัวเรา ภายนอกตัวเรา ทั้งเกิดและดับ สักว่ากำหนดรู้ไม่ยินดี ยินร้าย และยึดถือใด ๆ ในโลก

๕. การกำหนดสติมนสิการธาตุ ๔ ในร่างกายของเรา อะไรเป็นธาตุดิน อะไรธาตุน้ำ อะไรธาตุไฟ และอะไรคือธาตุลม ไม่ยินดี ยินร้าย และยึดถืออะไรให้หนัก

๖. ตั้งสติกำหนดพิจารณาซากศพที่ตายแล้ว มีพัฒนาการเปลี่ยนแปลงไป ๘ ขั้นตอน

- ขั้นตอน ๑ ตายใหม่ ล่วงไป ๑ - ๓ วัน ขึ้นอืดเขียวคล้ำ มีน้ำเหลืองเยิ้ม
- ขั้นตอน ๒ ศพที่ถูกนกจิกกิน สุนัขและหมาป่ากัดกิน
- ขั้นตอน ๓ ศพที่ทิ้งในป่าช้า มีโครงกระดูกและเลือดเนื้อเหลืออยู่ มีเอ็นปับรัดอยู่
- ขั้นตอน ๔ ศพที่เหลือโครงกระดูก ไม่มีเนื้อมีแต่เลือดเปื้อนเปรอะมีเอ็นรัดอยู่
- ขั้นตอน ๕ ซากศพที่เป็นโครงกระดูกไม่มีเลือดและเนื้อ แต่มีเอ็นดั่งรัดอยู่
- ขั้นตอน ๖ ซากศพที่มีโครงกระดูกไม่มีเอ็นดั่งรัดแล้ว กระดูกกระจายไปในทิศต่าง ๆ
- ขั้นตอน ๗ ซากศพที่เป็นท่อนกระดูกสีขาวเหมือนสังข์
- ขั้นตอน ๘ ซากศพเป็นท่อนกระดูกกองอยู่ด้วยกันเกิน ๑ ปี
- ขั้นตอน ๙ ซากศพที่เป็นกระดูกผู้ปนเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย

เมื่อพิจารณากำหนดด้วยสติแต่ละขั้นให้พิจารณาว่า

เอว ภาวี ผู้ตายแล้ว มีอย่างนี้เป็นสภาพ  
เอว ธมโม ผู้ตายแล้ว มีอย่างนี้เป็นธรรมดา  
เอว อนติโต แม้เราเมื่อตายก็ไม่พ้นความเป็นอย่างนี้ จนจักไม่ยินดี ยินร้าย  
สลัดความยึดถือในเบญจขันธ์ได้

นี่คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติตามกำหนดเวทนา หรือ ความรู้สึกเวทนาของคนเรามีลักษณะใหญ่ ๆ ๓ อย่าง คือ

สุขเวทนา ความรู้สึกที่เป็นสุข  
ทุกขเวทนา ความรู้สึกที่เป็นทุกข์  
อทุกขมทุกขเวทนา เวทนาที่มีใช้สุขและใช้ทุกข์

พิจารณาลึกลงไปอีกว่า มีอามิสเหยื่อล่อหรือไม่ หรือนิรามิสปราศจากเหยื่อล่อ เวทนาสักว่าแต่มีใช้ตัวตน เราเขา วางเฉยในเวทนาที่ปรุงจิตได้ ปราศจากความยึดมั่นมีเวทนาไว้เพื่อเจริญสติเจริญญาณเท่านั้น

**พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า** สุขเวทนาเกิด ไม่มีสติกำหนด กามสวะจะเกิด ทุกขเวทนาเกิด ไม่มีสติกำหนด ปฏิมาสวะจะเกิด อุเบกขาเวทนาเกิด ไม่มีสติกำหนด อวิชชาสวะย่อมเกิด ทุกขเวทนาเกิด สติปฏิฐานข้อนี้ขจัดกับอาสวะทั้ง ๓

### ๓. จิตตานุปัสสนา การตั้งสติกำหนดจิต

ตามปกติจิตของตนประภัสสร โดยธรรมชาติ คือ บริสุทธิ์ ผ่องใส แต่ที่เศร้าหมองไปก็เพราะอุปกิเลส ดังนั้นท่านจึงให้มีสติกำหนดรู้จิต

จิตมีความกำหนดก็รู้

จิตปราศจากความกำหนดก็รู้

จิตมีความโกรธก็รู้

จิตปราศจากความโกรธก็รู้

จิตมีความหลงก็รู้

จิตปราศจากความหลงก็รู้

จิตหดหู่ก็รู้

จิตฟุ้งซ่านก็รู้

จิตมีมหากุศลก็รู้

จิตปราศจากมหากุศลก็รู้

จิตเข้าฌานก็รู้

จิตออกจากฌานก็รู้

จิตมีสมาธิก็รู้

จิตปราศจากสมาธิก็รู้

จิตหลุดพ้นก็รู้

จิตไม่หลุดพ้นก็รู้

จิตมีอยู่สักว่าทำหน้าที่ระลึกและรู้สีกตัวทั่วพร้อมไม่ยึดมั่นถือมั่น

นี่คือจิตตานุปัสสนา

## ๕. รัมมานุปัสสนา การตั้งสติกำหนดเห็นธรรมทั้งหลาย

ธรรมที่เกิดขึ้นในจิตท่านยกตัวอย่าง ๕ ประการ คือ

๑. นีวรณ
๒. ชั้นธ ๕
๓. อายุตนะ ๑๒
๔. โพชฌงค์ ๗
๕. อริยสัจ ๔

### ๑. นีวรณ ๕ คือ

กามฉันทะ	ใครในกาม
พยาบาท	ผูกใจเจ็บ
ถีนมิตฺตะ	ง่วงเหงาหาวนอน
อุทธัจจกุกกุกจจะ	ฟุ้งซ่านรำคาญใจ
วิจิกิจฉา	ความสงสัย
รู้ว่านีสวรณมีหรือไม่มี	
รู้ว่าจะหมดไปได้อย่างไร	
รู้ดีกว่าหมดไปแล้วไม่เกิดอีกได้อย่างไร	
นี่เป็นธรรมฝ่ายอกุศล	

### ๒. ชั้นธ ๕

ชั้นธ ๕ ประกอบด้วย รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ

ชั้นธ ๕ นี้ ท่านให้รู้

การเกิด – การดับ	ของรูป
การเกิด – การดับ	ของเวทนา
การเกิด – การดับ	ของสัญญา
การเกิด – การดับ	ของสังขาร
การเกิด – การดับ	ของวิญญาณ

ท้าววิปัสสนาท่านเรียกว่า **อุทยัพพญาณ** รู้เห็นการเกิดดับของรูป – นาม (เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ) จนไม่ยึดมั่นถือมั่นในชั้นธ ๕

### ๓. आयตนะ ๑๒

อายตนะ ๑๒ ประกอบด้วยอายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ ดังนี้

ภายนอก	+	ภายใน
รูป	+	ตา
เสียง	+	หู
กลิ่น	+	จมูก
รส	+	ลิ้น
โผฏฐัพพะ	+	กาย
ธรรมารมณ์	+	ใจ

ขณะนี้อายตนะทั้ง ๑๒ กระทบกัน สัญโญชน์อะไรเกิดขึ้น ขจัดสัญโญชน์ชนิดนั้น ไม่ให้เกิดขึ้นอีกต่อไป เรียกว่า *ไม่ยึดมั่นถือมั่นที่เป็นธรรมฝ่ายอกุศล*

### ๔. โภชณงค์ ๗

แบ่งเป็นดังนี้ สติ ธรรมวิจยะ วิริยะ ปิตี ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา

การเจริญสติปัฏฐานข้อนี้มีขั้นตอนดังนี้

๑. รู้ว่ามีหรือไม่มี
๒. รู้สาเหตุที่โภชณงค์ไม่เกิด
๓. รู้ความเกิดขึ้นของโภชณงค์ และทำให้บริบูรณ์เต็มที่ด้วยประการใด ก็รู้ด้วยประการนั้น

พิจารณาเห็นธรรมนั้นทั้งภายใน และภายนอกทั้งเกิดและดับ จนโภชณงค์เจริญเต็มที่ (ภาวนาบริบูรณ์) เข้าถึงการรู้แจ้งธรรม คือ โภธิ

### ๕. อริยสัจ ๔

อริยสัจเป็นทั้งปริณญะยธรรมที่ควรรู้ และปหาตัพพธรรมที่ควรละ คือค้นหาเหตุเกิดของทุกข์ สัจฉิกาทัพพธรรม ธรรมที่ควรทำให้แจ้ง คือ นิโรธ หรือนิพพาน ดับค้นหาได้สนิท ธรรมที่เป็นภาเวตัพพธรรม ธรรมที่ควรเจริญ คือ มรรคมงคล ๘ มีสัมมาทิฐิเป็นต้น เรียกว่า นิโรธคามินีปฏิปทา

- พระองค์ทรงแสดงว่า
- “รู้ชัดตามความเป็นจริงว่านี่ ทุกข์”
  - “รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่เหตุเกิดทุกข์”
  - “รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่ความดับทุกข์”
  - “รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่ทางให้ถึงความดับทุกข์”

รู้ชัดในที่ที่ท่านแสดงไว้ในธรรมจักกัปปวัตตนสูตรว่า รู้อริยสัจ ๔ ด้วย อาการ ๑๒ ดังนี้

๑. รู้ว่าทุกข์เป็นความจริงอันประเสริฐ
๒. รู้ว่าทุกข์ ควรรู้

๓. รู้ว่า ทุกข์ เราได้รู้แล้ว
๔. รู้ว่าสมุทัย เป็นเหตุให้เกิดทุกข์จริง
๕. รู้ว่าสมุทัย ควรละ
๖. รู้ว่าได้ละต้นเหตุ คือ สมุทัยแล้ว
๗. รู้ว่าความดับทุกข์เป็นความจริง
๘. รู้ว่าความดับทุกข์ ควรทำให้แจ้ง
๙. รู้ว่าความดับทุกข์ ตนเองได้ทำให้แจ้งแล้ว
๑๐. รู้ว่าทางไปสู่ความดับทุกข์ เป็นความจริง
๑๑. รู้ว่าทางไปสู่ความดับทุกข์ ควรเจริญ
๑๒. รู้ว่าทางไปสู่ความดับทุกข์ เราได้เจริญเต็มที่แล้ว

ถ้าเจริญสติปัฏฐานข้อที่ ๔ นี้ จะเข้าถึงการแทงตลอดด้วยอริยสัจด้วยปัญญา และเข้าถึงความบริสุทธิ์ (วิสุทธิ) ดังคำที่ว่า *ปัญญา ปรินิพพานิ. บุคคลย่อมบริสุทธิ์ได้ด้วยปัญญา.*

สติปัฏฐานจึงเป็น อัญมณีธรรม ที่มีค่ายิ่ง ทำให้คนธรรมดาเป็นอริยบุคคล ถ้าเจริญเต็มที่จะได้ผล ๒ อย่าง คือ อนาคตมีบุคคล และ เป็นพระอรหันต์ เป็นมนุษย์สมบูรณ์ในพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริง ทำให้ผู้เจริญ...

๑. เข้าถึงความบริสุทธิ์แห่งจิตใจและปัญญา
๒. เข้าถึงการล่วงทุกข์กาย ทุกข์ใจ
๓. ข้ามพ้นความเศร้าโศก เสียใจ
๔. ประพฤติปฏิบัติตามทางที่ถูกต้อง
๕. บรรลุพระนิพพานอันเป็นอุดมคติ สูงสุดในพระพุทธศาสนา

แสดงให้เห็นว่า สติ สัพพตถ ปตฺถิโก สติจําปรารภนาในที่ทั้งปวง ด้วยประการฉะนี้ ฯ

อนึ่งหลักปฏิบัติทางจิตของผู้ปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ คือ การรู้ตัวทั่วพร้อมความเคลื่อนไหวทางกายและความเคลื่อนไหวทางจิตทั้งปวง

## บรรณานุกรม

ที.มหา . ๑๐๘๓๗๔/๓๗๔-๙/๓๐๘

พรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ , กทม, โรงพิมพ์ มหาจุฬาฯ ๒๕๕๑.