

**มหาสติปัฏฐานสูตร** เป็นสูตรที่สำคัญที่สุดสูตรหนึ่งในพระพุทธศาสนา

ยิ่งกว่านั้นคือ พระสูตรนี้เป็นหัวใจของ**วิปัสสนากรรมฐาน**

ซึ่งเมื่อปฏิบัติตามแล้ว ย่อมให้ผลตรงตามที่พระพุทธองค์ได้ทรงตรัสสอนไว้

**ในชีวิตของชาวพุทธและในฐานะของมนุษย์คนหนึ่งนั้น**

**ควรหาโอกาสอ่านพระสูตรนี้ให้ได้ อย่างน้อยที่สุดสักครั้งหนึ่งก็ยิ่งดี**

เพื่อให้ทราบถึงแนวทางของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง

ไม่หลงมกยเสียเวลาในวิธีอื่นๆซึ่งไม่ใช่ทาง

เป็นเครื่องตัดสินใจ วิธีที่กำลังปฏิบัติอยู่นั้น ถูกต้องหรือไม่ จะสามารถล่วงพ้นทุกข์ได้หรือไม่

**วิปัสสนา** - บาลี(หรือ **วิทฺสนํ**-สันสกฤต คือ วิ = ยิง ทฺสนะ = เห็น นั่นคือ เห็นอย่างยิงหรือเห็นแจ้งตามความเป็น

จริง)**เป็นเอกลักษณ์และมีเฉพาะในพุทธศาสนา**

เกิดขึ้นได้ด้วยการเจริญสติ สัมปชัญญะ (ความรู้สึกรู้ตัว)

เป็นการรู้เห็นชื่อๆโดยปราศจากอคติและทิฐิ ไม่มีอคติ (**unbiased**) ปราศจากความลึกลับ

**กรรมฐาน** คือ การทำงานของจิต (ให้เกิดสติ-ความรู้สึกรู้ตัว)โดยอาศัยกรอบหรือฐานที่วางไว้

4 ฐาน คือ กาย เวทนา จิต ธรรม (ซึ่งก็คือ รูป-นาม กาย-ใจ ของตนนั่นเอง)

พระสูตรนี้จึงเป็นพระสูตรที่พระศาสดาได้ทรงวางแนวรากฐานของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ให้เกิดสติ-  
ความรู้สึกรู้ตัว (สัมปชัญญะ ซึ่งเป็นปัญญาเบื้องต้น)

ให้ระลึกรู้เท่าทันใน**สภาวะธรรม (ปรมาตธรรม 4** คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน)

ต่างๆที่เกิดขึ้นในกาย-ใจ หรือ รูป-นามของตนนี้

โดยอาศัยอุบายในการผูกสติ สร้างความรู้สึกรู้ตัว ลงที่**ฐานทั้งสี่** คือ กาย เวทนา จิต และธรรม

เพื่อให้เห็นความจริงของชีวิต เห็นความจริงของกายและใจ ตามความเป็นจริง

ว่าแปรปรวนเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา

เกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป ตามหลัก**"ไตรลักษณ์"** คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

เพื่อให้เลิกยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใดๆในโลก

พระศาสดาได้ทรงแสดงให้เห็นแจ้งใน

- การทำงานของจิต (นั่นคือ

**เจตสิก** คือ เวทนา-ความรู้สึกรู้ตัว สัญญา-ความจำได้หมายรู้ สังขาร-ความคิดปรุงแต่ง)

- ให้เข้าใจใน **สภาวะธรรม (ปรมัตถธรรม 4** คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน) ซึ่งเป็นพื้นฐานของชีวิตทุกชีวิต (จิต เจตสิก รูป ซึ่งเห็นได้ในปุถุชน นิพพานเห็นได้แต่พระอรหันต์)
  - ให้เห็นการทำงานของ **อายตนะ 6** (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ)
  - ให้เห็นการทำงานของ **ขันธ 5** (รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ)
- ซึ่งเมื่อประกอบข้อมด้วย **อุปาทาน** ยึดมั่นถือมั่นจะเป็นตัว **ทุกข์ (อริยสัจข้อที่ 1)** ขึ้นมาทันที
  - ให้เห็น **สมุทัย (เหตุแห่งทุกข์ - อริยสัจข้อที่ 2)** และวิธีการเกิดขึ้นของตัณหา(ความทะยานอยาก) ให้เห็นขบวนการของการเกิดขึ้นของตัณหา เกี่ยวเนื่องด้วย "**สัญญาเจตนา**"(เห็นอย่างเข้าข้างตนเอง) ไม่ใช่รู้เห็นซื่อๆ (สัญญา) หรือรู้โดยไม่รู้อะไรเฉพาะเข้า (nonjudgmental awareness)
    - ให้เห็นขบวนการ **การดับของตัณหา (นิโรธ (อริยสัจข้อที่ 3)** เมื่อรู้เห็นซื่อๆ (ไม่มี ไม่เป็น อะไรกับอะไร)
    - ให้เห็น **ทางสายกลางในมรรค 8 (อริยสัจข้อที่ 4)** ด้วยปราศจากอคติ (unbiased - non-duality - Middle Path)
    - ให้เห็นเครื่องกั้นของสมาธิ (**นิเวรณ 5**)
    - ให้เห็นคุณเครื่องของการตรัสรู้ (**โพชฌงค์ 7**) และ
    - ให้เห็นแจ้งในความจริงอย่างยิ่ง/สูงสุดของชีวิต (**อริยสัจ 4**)

ดังนั้น **พระสูตรนี้** จึงเป็น “หัวใจของพระพุทธศาสนา” คือเป็นทั้ง **ภาคทฤษฎี และ ปฏิบัติ (Theory & Practice of Buddhism)**

เพื่อให้ง่ายต่อการอ่านและทำความเข้าใจ จึงได้ **color-coded** ไว้ เพื่อช่วยในการจับจุดเนื้อหาสำคัญๆ ได้ง่ายและแม่นยำยิ่งขึ้น

กงศักดิ์

4/1/11