

๑๑



โพ ช ณ ัง ค์ ๗

ท ำ ง ส ำ ร ะ จ ู ส ุ นี พ พ ำ น

โพชฌงค์ ๗ อันบุคคลเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว
ย่อมยังวิชาและวิมุตติ ให้บริบูรณ์ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อม
เจริญสติสัมโพชฌงค์ อันอาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธะ
น้อมไปในจาคะคือการสละ เจริญธัมมวิจยสัมโพชฌงค์...
เจริญวิริยสัมโพชฌงค์... เจริญปีติสัมโพชฌงค์ เจริญ
ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์... เจริญสมาธิสัมโพชฌงค์... เจริญ
อุเบกขาสัมโพชฌงค์ อันอาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธะ
น้อมไปในจาคะ โพชฌงค์ ๗ นี้อันบุคคลเจริญแล้ว กระทำให้
มากแล้ว ย่อมยังวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์ได้



โพชฌงค์ ๗ ทางสำเร็จสู่นิพพาน

๓๕๐

ความขยันหมั่นเพียรเป็นทางมาแห่งความสำเร็จ เป็นวิริยบารมีที่นักปราชญ์บัณฑิตทั้งหลาย ต่างก็ประพฤติปฏิบัติสืบต่อกันมา โดยเฉพาะความเพียรในการขจัดกิเลสอาสวะออกจากใจ เป็นภารกิจหลักที่สำคัญของมนุษยชาติที่จะต้องทำ ยิ่งถ้าหากเพียรพยายามชำระกาย วาจา ใจ ให้สะอาดบริสุทธิ์มากมายเพียงใด เราจะมีโอกาสหลุดพ้นจากการเป็นบ่าวเป็นทาสของพญามารได้มากเพียงนั้น ดังนั้นเราจึงต้องทุ่มเทจิตใจในการสร้างบารมี และเพียรพยายามเจริญสมาธิภาวนา เพื่อให้บรรลุมรรคผลนิพพาน

มีวาระพระบาลีกล่าวไว้ใน กุณฑลียสูตร ว่า

“โพชฌงค์ ๗ อันบุคคลเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมยังวิชาและวิมุตติ ให้บริบูรณ์ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมเจริญสติสัมโพชฌงค์ อันอาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธะ น้อมไปในจาคะคือการสละ เจริญธัมมวิจยสัมโพชฌงค์... เจริญวิริยสัมโพชฌงค์... เจริญปิติสัมโพชฌงค์... เจริญปัสสัทธิสัมโพชฌงค์... เจริญสมาธิสัมโพชฌงค์... เจริญอุเบกขาสัมโพชฌงค์ อันอาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธะ น้อมไปในจาคะ โพชฌงค์ ๗ นี้อันบุคคลเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมยังวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์ได้”



โพชฌงค์ ๗ ทางสำเร็จสู่นิพพาน

๓๕๑

โพชฌงค์ คือ ธรรมะที่เป็นเหตุให้ตรัสรู้ ถ้าหากตั้งใจปฏิบัติตามหลักโพชฌงค์ ๗ ประการนี้อย่างถูกต้องสมบูรณ์จะเป็นเหตุให้ได้บรรลुวิชาในทางพระพุทธศาสนา ไม่ว่าจะเป็นวิชา ๓ วิชา ๘ อภิญญา ๖ จะทำให้หลุดพ้นจากอาสวกิเลสทั้งที่เป็นแบบเจโตวิมุตติ คือหลุดพ้นด้วยอำนาจจิตที่แน่วแน่มั่นหนึ่ง หลุดร่อนจากกิเลสอาสวะที่นอนเนื่องอยู่ในใจจนหมดสิ้น และปัญญาวิมุตติ คือ หลุดพ้นด้วยอำนาจของปัญญาบริสุทธิ์ที่รู้แจ้งเห็นแจ้งแทงตลอดในธรรมทั้งหลายทั้งปวง

เพราะฉะนั้น การที่เราประพฤติปฏิบัติธรรมเป็นประจำและปรารถนาอยากเป็นผู้รู้แจ้งแทงตลอดในธรรมะขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า อยากเป็นผู้เข้าถึงวิชาและวิมุตติ ต้องหมั่นเจริญโพชฌงค์ ทั้ง ๗ ประการนี้ให้ครบถ้วนบริบูรณ์ ด้วยการฝึกฝนใจให้หยุดนิ่ง พระพุทธองค์ได้ทรงอุปมาไว้ว่า กลอนเรือนยอดทั้งหมดย่อมโน้มไปสู่ยอด โนม้ไปสู่ยอด โอนไปสู่ยอด แม้ฉันใด ภิกษุผู้เจริญโพชฌงค์ ๗ กระทำให้มากซึ่งโพชฌงค์ ๗ ย่อมเป็นผู้โน้มไปสู่นิพพาน โนม้ไปสู่นิพพาน โอนไปสู่นิพพาน ฉะนั้นเหมือนกัน

วิธีการเจริญโพชฌงค์ หลวงปู่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ท่านได้สอนไว้ว่า ตั้งแต่สติสัมโพชฌงค์ เราก็ต้องเป็นคนไม่เพลิดเพลิน เอาจิตนี้อยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ตรงศูนย์กลาง



โพชฌงค์ ๗ ทางสำเร็จสู่นิพพาน

๓๕๒

ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ตั้งสติตรงนั้นทำใจให้หยุดนิ่ง ไม่หยุดเป็นไมื่อยอมเล็ก ทำให้หยุดไม่เพลอทีเดียว ทำจนกระทั่งใจหยุดได้ จึงจะเป็นตัวสติสัมโพชฌงค์ เมื่อทำใจหยุดตรงนั้น ไม่เพลอสติ ระวังใจหยุดเอาไว้ นั่ง นอน ยืน เดิน ก็เอาใจมาหยุดไว้ตรงกลางไม่ให้เพลอ สติของเราจะบริบูรณ์เป็นมหาสติ

ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ คือเมื่อสติควบคุมใจให้หยุดนิ่งอยู่ในกลางกายได้นิ่งสนิทแล้ว ไม่ว่าจะดีหรือความชั่ว เล็ดลอดเข้ามา ก็ทำใจให้หยุดนิ่งเอาไว้ ใจหยุดระวังไว้ไม่ให้เพลอ สิ่งไหนที่ไม่ดี เข้ามาในใจ ก็พิจารณาเห็นว่า สิ่งนั้นเป็นบาปอกุศล ก็เว้นให้ห่างเสีย สิ่งใดเป็นกุศลธรรมก็เลือกลงมือปฏิบัติให้รู้แจ้ง เห็นจริง การสอดส่องธรรมะทั้งฝ่ายดีและไม่ดี ท่านเรียกว่า ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์

วิริยสัมโพชฌงค์ คือเพียรรักษาใจให้หยุดให้นิ่ง ไม่ให้เคลื่อนออกนอกศูนย์กลางกาย ไม่ไปยินดียินร้าย ความยินดียินร้าย เป็นอกิขฌาโทมนัส เมื่อเล็ดลอดเข้าไป ก็ทำให้ใจของเราหยุดนิ่งได้ ไม่สันทิ ทำให้ใจอวกแวก เพราะฉะนั้นต้องมีความเพียรกลั่นกล้า รักษาไว้ให้หยุด จึงจะชื่อว่าวิริยสัมโพชฌงค์

ปีติสัมโพชฌงค์ เมื่อใจหยุดนิ่งถูกศูนย์ถูกส่วนดีแล้ว ส่วนใหญ่ครั้งแรกๆ นักปฏิบัติธรรมมักจะรู้สึกดีอกดีใจ ลิงโลดใจ



โพชฌงค์ ๗ ทางสำเร็จสู่นิพพาน

๓๕๓

เมื่อเกิดปิติแผ่ซ่านขึ้นมา ทั้งที่เป็นปิติซาบซ่านทำให้ชนลุกชูชัน หรือปิติจนเหมือนจะเหาะจะลอยได้ จนไม่สามารถข่มไว้ได้ เพราะไม่เคยเจอประสบการณ์ภายในอย่างนี้มาก่อน แต่ครั้งต่อไป ถ้าหากข่มปิติเอาไว้ ให้อยู่ในกลางของหยุดในหยุดอย่างเดียว ใจหยุดที่ปิตินั้น โดยไม่เคลื่อนจากศูนย์กลางกายเลย นั่นแหละ ถึงจะเป็นปิติลัมโพชฌงค์

ปัสสัทธิลัมโพชฌงค์ ปัสสัทธิ แปลว่า สงบระงับ ยิ่งใจหยุดในหยุด นิ่งในนิ่งหนักเข้าไป ไม่มีถอนถอย ก็ยิ่งทำให้ใจสงบ ระงับจากกิเลสอาสวะ ระงับจากความฟุ้งซ่านรำคาญใจที่เกิดจากอารมณ์ภายนอก กิเลสอาสวะเข้ามาปนเป็นไม่ได้ ใจปักแน่น อยู่ในกลาง แล้วหยุดในหยุดกลางของกลางเรื่อยไป ให้นิ่งแน่น เอาไว้

สมาธิลัมโพชฌงค์ เป็นองค์ที่จะทำให้ได้ตรัสรู้มรรคผล นิพพานที่สำคัญอีกประการหนึ่ง สมาธิจะเป็นโพชฌงค์ได้ ก็ต่อเมื่อ รักษาใจให้หยุดให้นิ่งได้อย่างต่อเนื่อง เมื่อใจหยุดนิ่งอย่างสบายๆ สม่่าเสมอ จนกระทั่งหยุดได้สนิทสมบูรณ์นั่นแหละ ถึงจะเรียกว่า สมาธิลัมโพชฌงค์

อุเบกขาลัมโพชฌงค์ พอทำสมาธิหนักเข้าๆ ใจจะนิ่งเฉย เป็นกลางๆ ไม่ยินดียินร้ายในสุขและทุกข์ และก่อเกิดเป็นพลังใจ



โพชฌงค์ ๗ ทางสำเร็จสู่นิพพาน

๓๕๔

อยู่ภายในลึกๆ พิจารณาเห็นธรรมต่างๆ เกิดขึ้นด้วยใจที่เป็นกลางๆ นี่ท่านเรียกว่า อุเบกขาสัมโพชฌงค์ อุเบกขาธรรมจะทำให้สมปรารถนา เข้าถึงธรรม และแตกฉานในธรรมะอันละเอียดลึกซึ้งของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้

องค์ธรรม ๗ ประการเหล่านี้ รักษาไว้ให้อยู่ในใจ หมั่นตรึกหมั่นตรอง หมั่นพิจารณาบ่อยๆ อย่าให้เลอะเลือนไป ทำจนเป็น ภาวิตา พหุลิกิตา คือทำซ้ำแล้วซ้ำอีก ทำให้มากขึ้นไปเรื่อยๆ จะได้เป็นไปเพื่อ อภิญญา นิพพานาย เพราะที่เราลงทุนลงแรงทำไปนั้น ก็เพื่อให้ได้อภิญญาความรู้ยิ่ง รู้พร้อม เพื่อให้ได้พระนิพพาน ซึ่งเป็นความสงบระงับจากกิเลสอาสวะทั้งปวง มีแต่สุขล้วนๆ ไม่มีทุกข์เจือปนเลย

ท่านยกตัวอย่างผู้ที่ได้ฟังโพชฌงค์ และได้เจริญจนชำนาญเป็นนิสัยแล้ว หากเกิดโรคภัยไข้เจ็บอะไรขึ้นมา ก็อธิษฐานจิตให้โรคนั้นมลายหายสูญไปได้ด้วยอำนาจพระปริตร *เหมือนในสมัยหนึ่ง พระโลกนาถเจ้าทรงเห็นในข่ายพระญาณว่า ขณะนี้พระโมคคัลลานะกับพระมหากัสสปะกำลังอาพาธ ได้รับทุกข์เวทนาอย่างหนัก ไม่มียารักษา พระองค์จึงเสด็จเข้าไปเยี่ยมถึงที่พักของพระเถระทั้งสองรูป ทรงได้ถามอาการ

*มก. เล่ม ๓๐ หน้า ๒๒๒



โพชฌงค์ ๗ ทางสำเร็จสู่นิพพาน

๓๕๕

ป่วย จากนั้นก็ได้แสดงโพชฌงค์ทั้ง ๗ ให้พระมหาเถระได้สดับ ทรงเริ่มตั้งแต่ โพชฌงค์ สติสังขาทิ ธมมาน วิชโยฯ ทรงเจริญ พระปริตรเรื่อยไป แล้วก็ตรัสว่า เอเตน สจฺจวชฺเชน โสตุถิ เต โหตุ สพฺพทา ด้วยอำนาจสัจจวาจานี้ ขอความสุขสวัสดีจงบังเกิดมีแก่ ท่านในกาลทุกเมื่อเทอญ

พระมหาเถระทั้งสองปล่อยใจตามกระแสพระธรรมเทศนา ทำหยุดในหยุด นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อยๆ เมื่อพระองค์ทรงแสดงโพชฌงค์ทั้ง ๗ จบลง ความทุกข์ทรมานที่เกิดจากโรคภัยก็หายไปเป็นอัศจรรย์ แม้กระทั่งบางครั้ง พระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงพระประชวร พระองค์ทรงรักษาด้วยการให้พระจุณทเถระ สวดโพชฌงค์ปริตรให้ฟัง เมื่อสวดจบ อาการประชวรของ พระพุทธองค์ก็หายไปเป็นอัศจรรย์เหมือนกัน นี่ก็คือการใช้ ธรรมโอสถรักษาอาการเจ็บไข้ได้ป่วยในสมัยอดีต ซึ่งเป็นวิธีการที่ได้ผลดีเยี่ยม เพราะฉะนั้นตั้งแต่โบราณมา ชาวพุทธเรา จึงนิยมอาราธนานิมนต์พระสงฆ์ไปเจริญพระปริตรที่บ้าน เพื่อขจัดความชั่วร้ายวิบัติต่างๆ ออกจากบ้าน ให้เหลือไว้แต่สิ่งที่เป็น สิริมงคล

ในสมัยหลวงปู่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ท่านอาศัยอานุภาพ โพชฌงค์ปริตรและวิชชาธรรมกาย รักษาโรคภัยไข้เจ็บให้หายได้ จนเป็นที่เลื่องลือ เป็นการรักษาโดยไม่ต้องใช้หยูกยา อำนาจ



โพชฌงค์ ๗ ทางสำเร็จสู่นิพพาน

๓๕๖

พุทธมณฑลมีความศักดิ์สิทธิ์และทรงอานุภาพอย่างนี้ทีเดียว ขจัดโรคภัยให้มลายหายสูญไปได้ และนอกจากนี้ ถ้าหากตั้งใจเจริญโพชฌงค์เป็นประจำไม่ให้ขาด ผู้เจริญเองจะเป็นผู้มีอานุภาพ มีฤทธิ์มีเดชได้เหมือนกัน เหมือนที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย โพชฌงค์ ๗ ประการนี้ อันภิกษุเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยังวิชชา ๓ ประการให้บริบูรณ์ โพชฌงค์ ๗ ประการ คือ สติสัมโพชฌงค์ อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ วิริยสัมโพชฌงค์ ปิติสัมโพชฌงค์ ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ สมာธิสัมโพชฌงค์ อุเบกขาสัมโพชฌงค์

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย โพชฌงค์ ๗ ประการนี้แล อันภิกษุเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยังวิชชา ๓ ประการให้บริบูรณ์ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมระลึกถึงชาติในหนหลังได้ คือ ระลึกได้หนึ่งชาติบ้าง สองชาติบ้าง ฯลฯ ย่อมระลึกถึงชาติก่อนได้เป็นอันมาก พร้อมทั้งอาการ พร้อมทั้งอุเทศ ย่อมเห็นหมู่สัตว์ทั้งที่กำลังจุติ กำลังอุปบัติ เลว ประณีต มีผิวพรรณดี มีผิวพรรณทราม ได้ดี ตกยาก ด้วยทิพยจักขุอันบริสุทธิ์ล่องจักษุมนุษย์ ฯลฯ ย่อมรู้ชัดซึ่งหมู่สัตว์ ผู้เป็นไปตามกรรม ย่อมทำให้แจ้งซึ่งเจโตวิมุตติ และปัญญาวิมุตติอันหาอาสวะมิได้ โพชฌงค์ ๗ ประการนี้แล อันภิกษุเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยังวิชชา ๓ ประการนี้ให้บริบูรณ์”



โพชฌงค์ ๗ ทางสำเร็จสู่นิพพาน

๓๕๓

ดังนั้นให้หมั่นเจริญโพชฌงค์ตามที่หลวงพ่อดักร่ำมาแล้ว
ซึ่งวิธีปฏิบัติต่างๆ ก็คือ ให้หมั่นฝึกฝนใจให้หยุดนิ่งเป็นประจำ
สม่ำเสมอ ประคองใจให้หยุดนิ่งที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗
อยู่ตลอดเวลา โดยมีสติ สบาย สม่ำเสมอ ทำอย่างนี้โพชฌงค์ ๗
ประการของเราจะบริบูรณ์มากขึ้นเรื่อยๆ เพราะธรรมทั้ง ๗
ประการนี้ ประมวลลงในหยุดกับนิ่งนี้แหละ หยุดเป็นตัวสำเร็จ
แล้วในไม่ช้าเราจะได้เข้าถึงพระธรรมกายกันทุกๆ คน

