

สารบัญ

ภาคที่ 1 การฝึกสติทำให้เกิดปัญญา	1
1 เหตุการณ์ก่อนเกิดปัญญา	3
2 สติเกิด ปัญญาเกิด	11
3 ฝึกสติคือการดึงจิตออกมา	15
4 รู้อะไรหลังจากฝึกสติ	21
5 รู้อะไรหลังจากฝึกสติ 2	27
6 วิธีฝึกสติ	31
7 สติปัญญาทำให้เกิดองค์แห่งการตรัสรู้	35
8 สติปัญญาสืบบริบูรณ์ยอมทำโพชนงค์ให้บริบูรณ์	39
9 แบบการเจริญอานาปานสติที่มีผลมาก	49
 ภาคผนวก ภาคที่ 1	 55
อุทเทสแห่งสัมมาสติ	57
ฝึกสติเห็นกายในกาย	58

ฝึกสติเห็นเวทนาในเวทนา	67
ฝึกสติเห็นจิตในจิต	69
ฝึกสติเห็นธรรมในธรรม	71
ตรัสให้มีสติคู่กันไปกับสัมปชัญญะ	77
การฝึกเพื่อมีสติสัมปชัญญะโดยอ้อมและโดยตรง	79
ทำสติปัฏฐานสี่ – โพรณรงค์ 7 – วิชชา และวิมุตติ ให้บริบูรณ์	83
เป็นเหตุให้ได้รูู้ปนามทั้งสี่	84
เป็นเหตุให้ได้รู้รูปนามทั้งสี่	86
เป็นเหตุให้ได้สัญญาเวทียัตนิโรธ	89
สามารถกำจัดบาปกุศลทุกทิศทาง	91
ทำสังโยชนให้สิ้น – กำจัดอนุสัย – รู้ทางไกล – สิ้นอาสวะ	92
รู้จักลมหายใจอันจักมีเป็นครั้งสุดท้ายแล้วดับจิต	94
ธรรมเป็นอุปการะเฉพาะแก่อานาปานสติภาวนา	95
อานิสงส์ของการฝึกอานาปานสติ	96
อานิสงส์แห่งความไม่ประมาทคือสติ	97
การเจริญสติปัฏฐาน เป็นการอารักขาทั้งตนเองและผู้อื่น	98

ภาคที่ 2 ฝึกสมาธิเพื่อให้เกิดสติ เกิดสติแล้วเกิดปัญญา 101

10 อานิสงส์ของการฝึกสติ	103
11 ฝึกสมาธิเพื่อให้เกิดสติ	109

12	สมาธิที่ดีไม่ใช่การนั่งหลับตา	115
13	สมาธิทำให้คนเกิดปัญญา	129
14	ปัญญาจะเกิด นิเวศน์ต้องถูกจัดการ	133
15	แสดงฤทธิ์ได้เมื่อเกิดสมาธิ	137
16	ขั้นตอนการเกิดปัญญาที่มาจากสมาธิเปรียบเทียบกับสติ	147

ภาคผนวก ภาคที่ 2 151

วิโมกข์ แปล	153
รูปฌานและอรุณฌาน ยังมีใช้ธรรมชั้นที่เป็นเครื่องบูชาเวลา	156
การบรรลุสุตติยานพร้อมทั้งอุปมา	159
การบรรลุสุตติยานพร้อมทั้งอุปมา	160
การบรรลุสุตตตณานพร้อมทั้งอุปมา	161
ความรู้ที่ทำให้มีการอบรมจิต	162
ลักษณะของผู้ง่ายต่อการเข้าอยู่ในสมาธิ	163
บุพพภาคแห่งการเจริญสมาธิห้า	164
เห็นความเกิดดับของเบญจขันธ์	165
แม้เพียงปฐมฌาน ก็เชื่อว่าเป็นที่หลบพ้นภัยจากมาร	167
แม้เพียงปฐมฌาน ก็บำบัตกิเลสอันเป็นเครื่องระคายใจได้	169
ลำดับพฤติกรรมจิตของผู้ที่จะเป็นอยู่ด้วยความไม่ประมาท	171

ภาคที่ 3 มรรคแปดทำให้เกิดปัญญา	173
17 เอาจานมาทำแทนการฝึกสติ ฝึกสมาธิ	175
18 งานพาให้เข้าสู่มรรคแปด	181
19 รายละเอียดของมรรคแปด	185
20 ปัญญาเป็นผลลัพธ์ของการทำงาน	191
21 มรรคแปดทำให้เกิดปัญญา	197
22 อาการของคนเกิดปัญญา	203

ภาคผนวก ภาคที่ 3	211
สัมมาทิฏฐิเป็นผู้นำในการละมิจฉัตตะ	213
อฏฐังคิกมรรคชนิดที่เจริญแล้ว ทำให้โพธิปักขิยธรรม สมบูรณ์ไปในตัว	216
การทำกิจของอินทรีย์ ในขณะบรรลุธรรม	218
อริยสัจสี่เป็นที่ตั้งแห่งการแสดงตัวของปัญญินทรีย์	221
ผู้รู้อริยสัจ ไม่จำเป็นต้องแตกฉานอภิธรรมและรวยลาภ	222
สุขัลลิกานุโยคของสัมมาทิฏฐิ	225
ผลแห่งสุขัลลิกานุโยคของสัมมาทิฏฐิ	227
อฏฐังคิกมรรคในฐานะเป็นทางแห่งอมตะ	229

อัฐฐังคิกมรรคมีกระแสไหลไปสู่นิพพาน	230
อัฐฐังคิกมรรค เป็นยอดแห่งสังขตธรรมทั้งปวง	231
อัฐฐังคิกมรรค คือหนทางเก่าที่ทรงพบใหม่	232
มัชฌิมาปฏิปทา ในฐานะเหตุให้เกิดจักขุและญาณเพื่อนิพพาน	234
มัชฌิมาปฏิปทา (ในความหมายชั้นกว้าง)	235
มัชฌิมาปฏิปทา (ในความหมายชั้นลึก)	238
ลักษณะหนทางแห่งความหมดจด	241
ลำดับการปฏิบัติเพื่ออรหัตตผล	242
ธรรมเป็นรุ่งอรุณแห่งอัฐฐังคิกมรรค	244
อัฐฐังคิกมรรค เป็นปฏิปทาเพื่อความเป็นอริยบุคคลสี่	246
อริยอัฐฐังคิกมรรค เป็นกรรมที่สิ้นกรรม	248
ปราณโพชฌงค์แล้ว มรรคก็เป็นอันปราณด้วย	251
ปราณสติปัญญาแล้ว มรรคก็เป็นอันปราณด้วย	253
สัมมาทิฏฐิเป็นรุ่งอรุณแห่งกุศลธรรม	254
วิชาเป็นตัวชักนำมาซึ่งองค์แปดแห่งสัมมามรรค	255
ธรรมเป็นส่วนแห่งวิชา	257
ธรรมเป็นเครื่องเจริญแห่งปัญญา ฯลฯ	258
งาน (ที่มีสัญญา) ใช้เป็นฐานแห่งวิปัสสนาได้ในตัวเอง	261

เหตุให้เกิดและจริญ แห่งอาทิพรหมจริยิกปัญญา	266
สิ่งสงเคราะห์สัมมาทิฏฐิให้ออกผล	269
เหตุปัจจัยแห่งวิชาและวิมุติ	270
การทำสมาธิ มีเคล็ดลับเหมือนแม่โคปีนภูเขาลาดชัน	272
การเห็นกายและเวทนาในระดับแห่งผู้หลุดพ้น	278
สัมมาทิฏฐิในการเจริญธรรมสาม เพื่อละธรรมสาม	281
การเห็นชนิดที่ละสักกายทิฏฐิได้	282
สรุปอานิสงส์ของสัมมาทิฏฐิ	283
บทอธิฐานจิตเพื่อทำความเพียร	284