

ศึกษาหลักการกำหนดรู้ธาตุ 18 เป็นอารมณ์ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

A STUDY OF CONTEMPLATION ON EIGHTEEN ELEMENTS FOR THE INSIGHT MEDITATION PRACTICE



พระอธิการทันจิต คุณธมโม

Phra Atigantanjit Gunadhammo

มจร วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

Doi: 10.14456/jmcupeace.2016.33

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้ มีวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาวิจัยหลักการกำหนดรู้ธาตุ 18 ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท 2) เพื่อนำเอาหลักธรรมเกี่ยวกับธาตุ 18 มาเป็นอารมณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทตลอดจนหนังสือตำราเอกสารทางวิชาการและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวบรวมนำมาเรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา

จากการศึกษาพบว่า ธาตุ 18 มีปัญหาเกิดขึ้นคือ สติปัญญากำหนดรู้ไม่ทันสภาวะของอารมณ์ตามความเป็นจริงไม่ทัน เพราะความไม่สมดุลของอินทรีย์ 5 ประการ หรือเพราะมีความฟุ้งซ่านมากระทบอารมณ์ จึงเป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติไม่รู้จักสภาวะของสิ่งที่เกิดขึ้นเองตามเหตุปัจจัย ไม่มีใครมาทำให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ มีหลักกำหนดรู้ในธาตุ 18 โดยความเป็นรูป-นามตามความเป็นจริง คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นสักแต่ว่าธาตุมีการประชุมกันขึ้น พิจารณาให้เห็นถึงภายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรม ตามหลักสติปัฏฐาน 4 ที่ปรากฏอยู่ในมหาสติปัฏฐานสูตร

หลักธรรมเกี่ยวกับธาตุ 18 ที่นำมาเป็นอารมณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ รูป ซึ่งมีการแตกดับหรือสลายไปอยู่เสมอ เป็นลักษณะมีหน้าที่กระจายไปจากจิต มีวิญญาณเป็นเหตุให้เกิดอารมณ์อีกประการหนึ่งก็คือ นาม ได้แก่ นามขันธ์ 4 คือ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์และวิญญาณขันธ์ ธาตุ 18 คือรูป กับ นาม โดยการกำหนดรู้ธาตุ 18 เป็นอารมณ์ใน

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นการพิจารณาให้เห็น รูป-นาม คือ ในธาตุ 18 นี้เกี่ยวข้องในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยสงเคราะห์ลงในนาม-รูป แล้วได้คือ ธาตุ 10 ตั้งแต่จักขุธาตุถึงโผฏฐัพพธาตุเป็นรูป ธาตุ 7 ตั้งแต่จักขุวิญญาณธาตุถึงมโนวิญญาณธาตุเป็นนาม ธาตุ 1 คือ รัมมธาตุ เป็นได้ทั้งรูปและนาม ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนามีอารมณ์เดียว คือ รูป-นาม เมื่อปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาทำจิตแก่กล้าอย่างสูงสุด ก็จะบรรลุมรรค ผล นิพพาน ซึ่งเป็นสภาวะที่ดับรูป-นามสังขารทั้งหมดในขณะจิตเป็นสมาธิถึงระดับญาณต่างๆ จนเข้ากระแสพระนิพพาน

คำสำคัญ : ธาตุ 18 วิปัสสนาภาวนา

Abstract

This Thesis had two objectives; 1) to study the Contemplation on Eighteen Elements in the Theravada Buddhist Scriptures, 2) to bring the Eighteen Elements as a Temperament. Data are clarified analyzed and taken from the Theravada Buddhist Scriptures and other related documents then composed ,explained and verified by Buddhist scholars. The findings are as follow :

The Eighteen Elements is the condition which happens by causes & effect, nobody cause it. It is the natural condition with no animals person and a self. The Insight Meditation Practice has the contemplation on the Eighteen Elements by form and name as they really are which is Anijjam (impermanence) Dukkham (suffering) and Anatta (non-self). It is only the getting of Elements. The contemplation of body, the contemplation of feeling, the contemplation of mind, and the contemplation of mind-objects. According to the Four Foundation of Mindfulness as appear in the Mahāsatiṭṭhāna Sutta.

The doctrine and dhamma concerned with the Eighteen Elements as a temperament in the Insight Meditation Practice is the Rūpa (form) which has to be perish or crumble as always a character, the responsibility is to spread out from mind, the result is neutral (Abyākata) dhamma, Viññāna is the cause of arising. As per the analysis mentioned Any nature which is perish so that nature is called Rūpa. Rūpa must be perished because of cool because of hot.

The other temperament is name which are the four Nāma-khandha, Vedanā-khandha, Saññā -khandha, Sankhara-khandha, Viññāna-khandha. As per the analysis mentioned any nature which know the temper so such nature is called Name.

Thus the Eighteen Elements is form and name. The Insight Meditation Practice by mindfulness the Eighteen Elements as a Temperament in Vipassanā Bhavana is the determination of form and name which are the Eighteen Elements concerned in Insight Meditation Practice. When aid in form and name are the ten elements from Cakkhu Dhātu until Potthabbadhatu are form, the seven elements from Cakkhuviññāna-dhātu till Manoviññāna-dhatu are name, one element which is Dhamma-dhatu can be both from and name. The one who practice Insight Meditation has one temperament that are form and name. With Insight Meditation Practice the practitioner will reach the highest that are Magga Phala Nibbāna which all form and name are pass way while mind is concentrate then reach stage of Ñāna till finally entering Nibbāna.

Keywords : Eighteen Elements, Meditation

บทนำ

คนที่ปฏิบัติธรรมโดยมากทำสมาธิ ด้วยการนั่งอย่างเดียว นานๆ หรือ สวดมนต์ไหว้พระด้วยเสียงเพราะๆ เป็นการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยไม่รู้เลยว่าพระพุทธเจ้าทรงแสดงแนวทางและหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาไว้อย่างไร โดยพระพุทธองค์ทรงแสดงแนวทางและหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน 4 มี กาย เวทนา จิต ธรรม ซึ่งเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาด้วยการกำหนดรู้นาม-รูปซึ่งเน้นไปที่ร่างกายหรือความรู้สึกโดยตรงด้วยการกำหนดรู้ ความไม่เที่ยงผ่านการทำสติรู้เท่าทันอาการเกิด-ดับของอารมณ์เหล่านั้นเท่านั้น แต่อารมณ์ของวิปัสสนานั้น มีมากมายขึ้นอยู่กับจริตความโน้มเอียงของจิตที่เคยเสพคุ้นแต่อารมณ์ที่เป็นส่วนของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาต้องเป็นสภาวะธรรมที่กำลังปรากฏที่มีอยู่ในตน อันได้แก่ ชั้นที่ 5 คือ (1) รูปชั้นที่ กองรูป (2) เวทนาชั้นที่ กองเวทนา (3) สัญญาชั้นที่ กองสัญญา (4) สังขารชั้นที่ กองสังขาร (5) วิญญาณชั้นที่ กองจิต ส่วนอายตนะ 12 เป็นสะพาน

เครื่องเชื่อมต่อก่อให้เกิดความรู้ มีจักขุปสาทเป็นต้น และธัมมายนะ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 35 : 635) มีสภาพธรรมต่างๆ ส่วนอินทรีย์ ความเป็นใหญ่มี 22 คือ (1) ตาเป็นใหญ่ในการเห็น (2) หูเป็นใหญ่ในการได้ยิน (3) จมูกเป็นใหญ่ในการรู้กลิ่น (4) ลิ้นเป็นใหญ่ในการรู้รส (5) กายเป็นใหญ่ในการสัมผัส (6) สภาวะหญิงเป็นใหญ่ (7) สภาวะชายเป็นใหญ่ (8) เป็นใหญ่ในการรักษารูปและนาม (9) เป็นใหญ่ในการรับรู้อารมณ์ (10) เป็นใหญ่ในการเสวยความสุขกาย (11) เป็นใหญ่ในการเสวยความทุกข์กาย (12) เป็นใหญ่ในการเสวยความสุขใจ (13) เป็นใหญ่ในการเสวยความทุกข์ใจ (14) เป็นใหญ่ในการเสวยอารมณ์กลางๆ (15) เป็นใหญ่ในความเชื่อ (16) เป็นใหญ่ในความเพียร (17) เป็นใหญ่ในการระลึกชอบ (18) เป็นใหญ่ในการตั้งมั่นอารมณ์อันเดียว (19) เป็นใหญ่ในการรู้ตามความเป็นจริง (20) เป็นใหญ่รู้แจ้งอริยสัจ 4 ที่ตนไม่เคยรู้ (21) เป็นใหญ่รู้แจ้งอริยสัจ 4 ที่ตนเคยรู้ (22) และอัญญาตาอินทรีย์ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 35 : 636) เป็นใหญ่รู้แจ้งอริยสัจ 4 สิ้นสุดแล้ว

สิ่งที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตน คือธาตุ 18 ได้แก่ (1) จักขุธาตุ องค์ธรรมได้แก่ จักขุปสาท (2) โสตรธาตุ องค์ธรรมได้แก่ โสตปสาท (3) ฆานธาตุ องค์ธรรมได้แก่ ฆานปสาท (4) ชิวหาธาตุ องค์ธรรมได้แก่ ชิวหาปสาท (5) กายธาตุ องค์ธรรมได้แก่ กายปสาท (6) รูปธาตุ องค์ธรรมได้แก่ สีต่างๆ (7) สัทธาธาตุ องค์ธรรมได้แก่ เสียงต่างๆ (8) คันธธาตุ องค์ธรรมได้แก่ กลิ่นต่างๆ (9) รสธาตุ องค์ธรรมได้แก่ รสต่างๆ (10) โณภูมัพพธาตุ องค์ธรรมได้แก่ สัมผัสต่างๆ (11) จักขุวิญญาณธาตุ จักขุวิญญาณ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการเห็น (12) โสทวิญาณธาตุ โสทวิญาณ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการได้ยิน (13) ฆานวิญาณธาตุ ฆานวิญาณ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้กลิ่น (14) ชิวหาวิญาณธาตุ ชิวหาวิญาณ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้รส (15) กายวิญาณธาตุ กายวิญาณ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้สัมผัส (16) มโนธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรับรู้อารมณ์อย่างสามัญ (17) มโนวิญาณธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้อารมณ์พิเศษ 22 และ (18) ธัมมธาตุ สภาพธรรม เพราะทรงไว้ซึ่งสภาวะลักษณะของตนๆ ในการปฏิบัติวิปัสสนากวนาโดยการกำหนดรู้ความเป็นธาตุ 18

พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงสภาวธรรมทั้งหลายโดยยกขึ้นสู่ธาตุก็เพื่อประโยชน์จะเห็นว่าสภาวธรรมทั้งหลายเหล่านี้มีอยู่หรือทรงอยู่หรือมีอยู่เอง เป็นอยู่ของมันอย่างนั้นตามเหตุปัจจัยหาได้มีใครหรือผู้ใดมาทำให้เป็นเช่นนั้นไม่ หรือว่ามีสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เช่น พระเจ้าสร้างหรือเนรมิตให้เป็นสิ่งเกิดขึ้นมาใหม่โดยแท้จริงแล้ว สรรพสิ่งล้วนเป็นสิ่งว่างเปล่า จากความหมายแห่งความเป็นตัวตน ปราศจาก เป็น นิสสัตตะ นิชชีวะธรรม คือ เป็นธรรมที่ไม่มีสัตว์จึงทรงบัญญัติศัพท์เรียกว่า “ธาตุ”

ธาตุที่เกิดขึ้นถือเป็นสังขารธรรม (ชั้น 5 และธาตุที่ไม่เกิด คือ นิพพาน นิพพานก็เป็นธาตุๆ หนึ่งซึ่งไม่ใช่ตัวตน นิพพานมิใช่บุคคล นิพพานเป็นอนัตตาไม่ใช่การรู้ธาตุเพียงทฤษฎีและคิดเรื่องธาตุเท่านั้น การรู้แล้ว การประจักษ์สภาพที่เป็นธาตุ คือ ขณะที่ปัญญาประจักษ์นามธรรม รูปธรรม ตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธาตุเท่านั้น ไม่ใช่ตัวตน การรู้ความจริงเช่นนี้จะนำไปสู่การดับ ความกลัว ความทุกข์ และภัยพิบัติทั้งปวง ดังนั้นหลักการเจริญวิปัสสนาโดยการกำหนดรู้ธาตุ จึงเป็นเทคนิควิธีการเจริญจิตเพื่อบรรลุมรรคผลนิพพานอีกอย่างหนึ่งนอกจากการรู้การเกิดดับของนามรูปโดยการพัฒนาสติและสัมปชัญญะผ่านทางอายตนะทั้ง 6 สู่ธาตุ 18 (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2551 : 266) โดยถือว่าเป็นเพียงสักรว่า ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตน เรา เขา เป็นสูญ ว่างเปล่า เท่านั้น

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงทำการศึกษาวิเคราะห์ธาตุ 18 ในฐานะ เป็นอารมณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา เพื่อแสดงให้เห็นว่า ผู้ปฏิบัติควรใส่ใจและศึกษาให้เข้าใจหลักการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาอันเป็นแนวทางแห่งการบรรลุ มรรค-ผล และการทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน อันเป็นประโยชน์เกื้อกูล แก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากาวนาสืบต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาธาตุ 18 ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
2. เพื่อศึกษาหลักการกำหนดรู้ธาตุ 18 เป็นอารมณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาเป็นเชิงเอกสารเกี่ยวกับเนื้อหาและวิเคราะห์ธาตุ 18 ที่เป็นภูมิของวิปัสสนาอย่างหนึ่งในวิปัสสนาภูมิ โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณ-ราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539 และหนังสือเอกสารที่เกี่ยวข้อง ตามขอบเขตของเนื้อหาที่รวบรวมข้อมูล ธาตุ 18 ที่เป็นสภาวะของวิปัสสนากาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนา หลักการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา เพื่อศึกษาวิเคราะห์ธาตุ 18 ที่เป็นอารมณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา นำมาสรุป เรียบเรียง เสนอแบบเชิงพรรณนา

ผลการศึกษา

1. ธาตุ 18 ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

ธาตุ แปลว่า สภาวะ คือ สภาพว่างเปล่าไม่ใช่ตัวบุคคล ตัวตน เรา เขา ธาตุในทางธรรม เป็นเพียงสภาวะธรรม ไม่ใช่สมมุติบัญญัติซึ่งใช้สื่อสารกันจนเข้าใจกันว่าเป็นก้อนอัตภาพของมนุษย์และสัตว์ การพิจารณาธาตุ 18 นี้มีประโยชน์เพื่อให้ละวางความเห็นผิดว่าเป็นตัวเป็นตน โดยให้เข้าใจว่ามีเพียงธาตุเท่านั้น ไม่ใช่ตัวเรา ของเรา (พระโสณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), 2549 : 188) จักขุปสาท โสตปสาท ฆานปสาท ชิวหาปสาท กายปสาท เป็นต้น ชื่อว่า ธาตุ เพราะมีเนื้อความว่า ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ชีวะ เป็นสภาวะแท้ๆ การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การถูกต้องสัมผัส การนึกคิดอยู่ด้วยกันทั้งสิ้น ซึ่งกิจต่างๆ เหล่านี้ มีได้ก็เพราะการประชุม ประชุมร่วมกันระหว่าง ทวาร อารมณฺ์ วิญญาณ ที่เป็นธาตุทั้ง 18 อย่าง นอกจากการประชุมระหว่างธาตุ 18 เหล่านี้ ถ้าเข้าใจว่า การเห็น การได้ยิน การคิดนึก หรือการไป การมา การกิน การนอน การพูด ของมนุษย์ สัตว์ดิรัจฉานนี้ ก็ย่อมไม่มี ฉะนั้น สภาพความเป็นอยู่ของธาตุ 18 เหล่านี้ จึงกล่าวว่าเป็น นิสสุตต คือ ไม่ใช่สัตว์ บุคคล (พระสัทธัมมโชติกะ, 2550 : 155) ความเข้าใจว่าคนทั้งหลายที่ตายลงนั้น แต่วิญญาณไม่ตาย วิญญาณล่องลอยออกจากร่างเก่าไปอยู่ในร่างใหม่ ความเข้าใจเช่นนี้ย่อมจัดเป็น อัตตวาทุปาทาน คือ ยึดมั่นว่าสัตว์ทั้งหลายนั้นมีชีวะ อัตตะ อยู่ซึ่งความเป็นจริงสภาวะนั้น ชีวะ อัตตะ ที่ไม่ตายย้ายจากภพเก่าไปเกิดในภพใหม่นั้นไม่มีการเกิด การอยู่ การตายนั้น เป็นไปตามสภาพของธาตุทั้งสิ้น คือ เมื่อเวลาตายนั้น วิญญาณธาตุ ธัมมธาตุ และจักขุธาตุ เป็นต้น ที่เป็นกัมมชรูปดับ เมื่อเวลาเกิด มีโนวิญญาณธาตุ ธัมมธาตุ และจักขุธาตุ เป็นต้น ที่เป็นกัมมชรูปเกิดขึ้นนั่นเอง ดังนั้น สภาพความเป็นอยู่ของธาตุ 18 เหล่านี้ว่า เป็น นิชชีวะ คือ ไม่ใช่ชีวะ อัตตะ ธาตุ 18 ย่อมเป็นไปตามสภาพของตน ไม่อยู่ในอำนาจของธรรมอื่นทั้งสิ้น เป็นสภาวะของตนเป็นอย่างไรก็รักษาสภาพของตนไว้อย่างนั้นเสมอ ไม่มีการเปลี่ยนแปลง มันเป็นเช่นนั้นเอง

2. หลักการกำหนดรู้ธาตุ 18 เป็นอารมณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ธาตุ 18 นี้เป็นความเป็นไปทั้งหมดในสรรพสิ่งที่มีชีวิต จึงเป็นเพียงการประชุม พร้อมกันของธาตุทั้ง 18 เรื่องอื่นๆ นอกเหนือจากนี้ไม่มี และการจะรู้ธาตุนั้น ตกอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่ตัวตน ได้อย่างชัดๆ ก็ต้องเห็นอย่างชัดเจน การที่จะเห็นได้อย่างชัดเจนนั้น ก็ต้องเห็นด้วยธรรมจักขุเท่านั้น

ความเป็นไปของสิ่งที่มีชีวิตทั้งหลาย เป็นเพียงการประชุมพร้อมกันของทวาร 6 อารมณ์ 6 วิญญาณ 6 จึงรวมเป็นธาตุ 18 เป็นสภาวะที่ต้องพิสูจน์ให้เห็นตามความเป็นจริงว่า ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ชีวะ เป็นแต่เพียงความเป็นไปของธาตุ 18 เท่านั้น ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนามี อารมณ์เดียว คือ รูป-นาม ตั้งแต่เกิดรูป-นามปริเฉद्यญาณเป็นต้นไป แต่เมื่อบรรลุภังคญาณ จนถึงอนุโลมญาณแล้ว จะรับรู้สภาวะดับไปของรูป-นามเป็นหลัก เป็นสมาธิขั้นสูงของวิปัสสนา ยานิก เมื่อวิปัสสนาจิตมีกำลังแก่กล้าอย่างสูงสุด ก็จะบรรลุพระนิพพานซึ่งเป็นสภาวะที่ดับรูป-นามสังขารทั้งหมดในขณะบรรลุมรรคผล ด้วยเหตุนี้ ธาตุ 18 จึงเป็นอารมณ์ที่มีความสัมพันธ์ หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา รูป-นามธาตุ 18 อันเป็นที่เกิดของวิปัสสนาภาวนา เป็นอารมณ์ ของวิปัสสนาภาวนาหรือเป็นกรรมฐานของวิปัสสนาภาวนา หรือเป็นธรรมที่อบรมให้เกิดปัญญา ความสัมพันธ์ระหว่างธาตุ 18 กับหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ ถ้าหากผู้เจริญวิปัสสนา ภาวนามีการกำหนดรูป-นามในหมวดธาตุ 18 ก็จะทำให้แยกความเป็นตัวตน เรา เขา หรือ ความเป็นสัตว์บุคคลออกจากกันได้ เป็นสภาวะธรรมที่ต้องพิสูจน์ด้วยวิปัสสนาภาวนารูป-นาม ธาตุ 18 นี้เองเป็นผู้ให้คำตอบแก่ปัญญาว่า เป็นสภาวะที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน เป็นข้อ ปฏิบัติที่ควรศึกษาเรียนรู้ให้เข้าใจแล้วนำมาสู่การประพาสปฏิบัติตามหลักของมหาสติปัฏ ฐานสูตร มี 4 หมวด คือ หมวดกายานุสสึณาสติปัฏฐาน หมวดเวทนานุสสึณาสติปัฏฐาน หมวดจิตตานุสสึณาสติปัฏฐาน หมวดธัมมานุสสึณาสติปัฏฐาน มีลำดับญาณ 16 เป็นเครื่อง ตรวจสอบถึงความก้าวหน้าในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

บทสรุป

ข้อมูลเกี่ยวกับ ธาตุ 18 เรื่องนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติได้เป็นอย่างดี เพราะแนวทางการปฏิบัติของธาตุ 18 นั้นมีความสมบูรณ์และเหมาะสมกับการปฏิบัติทุกชั้น ตอน โดยเฉพาะการกำหนดพิจารณาลักษณะของธาตุนั้นเป็นการกำหนดที่ถูกสภาวะธรรม เพราะที่มีอารมณ์เป็นปรมาตถธรรมโดยแท้ และถูกต้องต่อสภาวะธรรมความเป็นจริง ทำให้รู้เห็น รูป-นามธาตุ 18 โดยประจักษ์ต่อผู้ปฏิบัติเอง ส่วนอารมณ์กรรมฐานโดยเฉพาะวิปัสสนาภาวนา ตามหลักของสติปัฏฐาน 4 โดยการกำหนดรู้ธาตุ 18 เป็นอารมณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในอิริยาบถย่อยต่างๆ ความตั้งใจในการกำหนดรูป-นาม ทั้งภายนอกและภายใน อย่างประณีต บรรจงจดจ่อต่อเนื่องในทุกๆ อิริยาบถ และการปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน เป็นปัจจัยสำคัญในการ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพื่อให้สภาวะญาณเบื้องต้นของผู้ปฏิบัติเจริญก้าวหน้าขึ้นไปเป็นลำดับ ตั้งแต่ สภาวะญาณ 1 ไปจนถึง มรรค ผล นิพพาน

บรรณานุกรม

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระโสณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). (2549). **มหาสติปัฏฐานสูตร**. แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสารากวีวงศ์. กรุงเทพมหานคร : ไทยรายวันการพิมพ์.
- พระสัทธัมมโชติกะ. (2550). **ปรหมัตถโชติกะ** ปรีเฉทที่ 3-7. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพมหานคร : ทิพยวิสุทธี.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2551). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. (พิมพ์ครั้งที่ 17). กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.