

“ภิกษุทั้งหลาย บุคคลรู้อยู่ เห็นอยู่ตามเป็นจริง ซึ่งจักขุ...ซึ่งรูปทั้งหลาย...ซึ่งจักขุวิญญาณ...ซึ่งจักขุ-
สัมผัส...ซึ่งเวทนา สุข ทุกข์ หรือไม่ทุกข์ไม่สุข ที่เกิดขึ้นเพราะจักขุสัมผัสเป็นปัจจัย ไมคิกโครโน (จักขุเป็นต้น
ที่กล่าวมาแล้ว) นั้น, เมื่อเขาไม่คิกโครโน ไม่ผูกรัศแก้ว ไม่สุมหลง เสงเห็นโทษอยู่ อุบาทานชั้น 5 ย่อมถึงความ
ไม่เคิบขยายต่อไป, คัดหาที่นำไปสู่ภพใหม่ ซึ่งประกอบด้วยความกำหนดอินทรีย์ คอยเพลิกเพลินอยู่ในอารมณ์
ต่างๆ ก็ถูกละไ้, ความกระวนกระวายกายก็คิ ความกระวนกระวายใจก็คิ ความแผกแผกทางกายก็คิ ความ
แผกแผกทางใจก็คิ ความเร่าร้อนกายก็คิ ความเร่าร้อนใจก็คิ ก็ถูกละไ้, เขาย่อมไ้เสวยทั้งสุขทางกาย ทั้ง
สุขทางใจ; บุคคลที่เป็นเช่นนั้นแล้วมีความเห็นอันไค ความเห็นนั้นก็เป็นสัมมาทิฏฐิ มีความคำริโค ความคำริ
นั้นก็เป็นสัมมาสังกัปปะ มีความพยายามไค ความพยายามนั้นก็เป็นสัมมาวายามะ มีสติโค สตินั้นก็เป็น
สัมมาสติ มีสมาธิโค สมานินั้นก็เป็นสัมมาสมาธิ ส่วนกายกรรม วจกรรม อาชีวะของเขาย่อมบริสุทธิคิทั้งแต่คัน
ที่เคียว, มรรคมืองค์ 8 อันเป็นอริยะของเขา ย่อมถึงความเจริญเต็มบริบูรณ์ไ้ ค้วยอาการอย่างนี้”

“เมื่อเขาเจริญมรรคมืองค์ 8 อันเป็นอริยะนี้ได้อย่างนี้ แม้สติปฏิฐาน 4 ก็ย่อมถึงความเจริญเต็มบริบูรณ์
แม้สัมมปป์ธาน 4...แม้อิทธิบาท 4...แม้อินทริย์ 5...แม้พละ 5...แม้โพชฌงค์ 7 ก็ย่อมถึงความเจริญเต็มบริบูรณ์,
เขาย่อมมีธรรม 2 อย่างนี้คือ สมณะและวิปัสสนา เข้าเคียงคูกันเป็นไป; ธรรมเหล่าไคพึงกำหนดคู้ค้วยอภิญญา¹
เขาก็กำหนดคู้ค้วยอภิญญาซึ่งธรรมเหล่านั้น, ธรรมเหล่าไคพึงละค้วยอภิญญา เขาก็ละค้วยอภิญญา ซึ่งธรรม
เหล่านั้น, ธรรมเหล่าไคพึงให้เคิมค้วยอภิญญา เขาก็ทำให้เคิมค้วยอภิญญา ซึ่งธรรมเหล่านั้น, ธรรม
เหล่าไคพึงประจักษ์แจ้งค้วยอภิญญา เขาก็ประจักษ์แจ้งค้วยอภิญญา ซึ่งธรรมเหล่านั้น”

“ภิกษุทั้งหลาย ธรรมเหล่าไหน พึงกำหนดคู้ค้วยอภิญญา? ไ้แก่สิ่งทีเรียกว่าอุบาทานชั้น 5 กล่าวคือ
รูปอุบาทานชั้น เวทนาอุบาทานชั้น สัญญาอุบาทานชั้น สังขารอุบาทานชั้น วิญญาณอุบาทานชั้น....

“ธรรมเหล่าไหน พึงละค้วยอภิญญา? ไ้แก่ อวิชา และภวคัณฑา...

“ธรรมเหล่าไหน พึงทำให้เคิม (เจริญ) ค้วยอภิญญา? ไ้แก่ สมณะ และวิปัสสนา”

“ธรรมเหล่าไหน พึงทำให้ประจักษ์แจ้งค้วยอภิญญา? ไ้แก่ วิชา และวิมุตติ”²

¹ คำว่า “อภิญญา” เป็นคำที่นำศึกษามากคำหนึ่ง แปลกันมาว่า ปัญญาอันอึ้ง หรือความรู้อึ้ง (= อุตตมปัญญา ที่
อง.อ.2/8 และอริกญาณ ที่ วินย.อ.1/134; ที.อ.1/218; ปฏิส.อ.1/164) อาจแปลโดยอาศัยรูปศัพท์ว่า ความรู้เจาะ
ตรง ความรู้จำเพาะ ความรู้เหนือ (ประจักษ์ทางประสาททั้ง 5?) คัมภีร์อัฐธสาสินี และวิสุทธิมคค อธิบายว่า
ปัญญาที่เป็นไปตั้งแต่อุปจาระ (อุปจารสมาธิ) จนถึงอัปปนา (อัปปนาสมาธิ) เรียกว่าอภิญญา (สงคณ.อ.294; วิสุทธิ.
1/108) คัมภีร์ปรมัตถมัญจุสาซึ่งเฉพาะลงไปอีกว่า อภิญญาคืออัปปนาปัญญา (ปัญญาที่เกิดเมื่อจิตเป็นอัปปนาสมาธิ,
วิสุทธิ.ฎีกา 1/163); ปราชญ์บางท่านแปลเป็นภาษาอังกฤษว่า direct knowledge บางทีจะเป็นความรู้จำพวก
intuition ข้อควรศึกษาคือ นำตรวจสอบว่าสภาพจิตขณะเกิด intuition เป็นอย่างไร

² ม.อ.14/828-831/523-6 (ข้อความที่ตรัสเกี่ยวกับโสตะ ฆานะ ชิวหา กาย มโน และสิ่งอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ก็เป็น
อย่างเดียวกัน จึงไม่ได้แปลลงไว้); ข้อความท่อนปลายว่าด้วยธรรมที่พึงกำหนดคู้ค้วยอภิญญาเป็นคัน มีในที่มาอื่นอีก
คือ ส.ม.19/290-5/77-9; อง.จตุกก.21/254/333.

มีพุทธพจน์แห่งหนึ่งสรุปธรรมทั้งหมดไว้ดังนี้¹

“ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอถูกถามอย่างนี้แล้ว ฟังตอบชี้แจงแก่เหล่าอัญญะปริพาชก เหล่านั้น
อย่างนี้ว่า แนะ ท่านผู้มีอายุ

1. ธรรมทั้งปวง มีฉันทะเป็นมูล (ฉันทมูลกา)
2. ธรรมทั้งปวง มีมโนสิการเป็นต้นกำเนิด (มโนสิการสมุททา)
3. ธรรมทั้งปวง มีผัสสะเป็นที่ก่อตัวขึ้น (ผัสสะสมุททา)
4. ธรรมทั้งปวง มีเวทนาเป็นที่ขมนม (เวทนาสมุททา)
5. ธรรมทั้งปวง มีสมาธิเป็นประมุข (สมาธิปมุข)
6. ธรรมทั้งปวง มีสติเป็นเจ้าใหญ่ (สตาคาริปกาย)
7. ธรรมทั้งปวง มีปัญญาเป็นยิ่งยอด (ปัญญาตุคร)
8. ธรรมทั้งปวง มีวิมุตติเป็นแก่น (วิมุตติสาร)
9. ธรรมทั้งปวง มีอมตะเป็นที่หยั่งลง (อมตคธา)
10. ธรรมทั้งปวง มีนิพพานเป็นสุกท้าย (นิพพานปรโยธานา)”

อีกแห่งหนึ่งตรัสว่า²

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุอยู่ครองชีวิตประเสริฐ (พรหมจริยะ หรือพรหมจรรย์) นี้ อันมีสิกขาเป็นอันสูงส่ง
มีปัญญาเป็นยอดยิ่ง มีวิมุตติเป็นแก่น มีสติเป็นอธิปไตย

“ชีวิตประเสริฐมีสิกขาเป็นอันสูงส่งอย่างไร? คือ สิกขาฝ่ายอภิธมาจารเราบัญญัติไว้แก่สาวกทั้งหลายใน
ธรรมวินัยนี้ เพื่อความเสื่อมใสของผู้ที่ยังไม่เสื่อมใส เพื่อความเจริญยิ่งขึ้นไปของผู้ที่เสื่อมใสแล้ว, สิกขาฝ่าย
อภิธมาจารเราบัญญัติไว้...ด้วยประการใด ๆ สาวกนั้นย่อมถือปฏิบัติศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลายด้วยประการ
นั้น ๆ ไม่ทำให้ขาด ไม่ทำให้ทะลุ ไม่ให้ค้าง ไม่ให้พร้อย, อีกประการหนึ่ง สิกขาฝ่ายอาทิพรหมจรรย์เรา
บัญญัติไว้แก่สาวกทั้งหลาย เพื่อความสิ้นทุกข์โดยชอบด้วยประการทั้งปวง, สิกขาฝ่ายอาทิพรหมจรรย์ เรา
บัญญัติไว้...ด้วยประการใด ๆ สาวกนั้นย่อมถือปฏิบัติศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลายด้วยประการนั้น ๆ ไม่ทำ
ให้ขาด ไม่ทำให้ทะลุ ไม่ให้ค้าง ไม่ให้พร้อย, ชีวิตประเสริฐมีสิกขาเป็นอันสูงส่งอย่างนี้แล

“ชีวิตประเสริฐมีปัญญาเป็นยอดยิ่งอย่างไร? คือ ธรรมทั้งหลาย เราแสดงแล้วแก่เหล่าสาวกในธรรม
วินัยนี้ เพื่อความสิ้นทุกข์โดยชอบด้วยประการทั้งปวง, ธรรมทั้งหลายเราแสดงแล้ว...โดยประการใด ๆ ธรรม
เหล่านั้นย่อมเป็นสิ่งทีสาวกมองเห็นจบถ้วนโดยประการนั้น ๆ ด้วยปัญญา, ชีวิตประเสริฐมีปัญญาเป็นยอดยิ่ง
อย่างนี้แล

¹ อ.ทสก.24/58/113; และมีที่คล้ายกันนี้อีก คือ อ.อฎฐก.23/189/350;218/399 เฉพาะแห่งหลังกล่าวถึงสังกัปปี
และวิตักกะ เริ่มข้อต้นว่ามีนามรูปเป็นอารมณ์ นอกนั้นคล้ายกัน; เฉพาะข้อ ฉันทมูลกา ฟังเทียบ ม.อ.14/121/101;
ส.ข.17/184/122 ด้วย.

² อ.จตุกก.21/245/329; เทียบ ข.อติ.25/224/260

“ชีวิตประเสริฐมีวิมุติเป็นแก่นอย่างไร? คือ ธรรมทั้งหลาย เราแสดงแล้วแก่เหล่าสาวกในธรรมวินัยนี้ เพื่อความสิ้นทุกข์โดยชอบด้วยประการทั้งปวง, ธรรมทั้งหลายเราแสดงแล้ว....โดยประการใด ๆ ธรรมเหล่านั้นย่อมเป็นสิ่งทีสาวกสัมผัสโดยประการนั้น ๆ ด้วยวิมุติ, ชีวิตประเสริฐมีวิมุติเป็นแก่นอย่างนี้แล

“ภิกษุทั้งหลาย ชีวิตประเสริฐมีสติเป็นอธิปไตยอย่างไร? คือ สาวกมีสติคอยกำกับอยู่เป็นอย่างไร ภายในที่เคียวว่า เราจักบำเพ็ญศึกษาฝ่ายอภิสมาจารที่ยังไม่บริบูรณ์ให้บริบูรณ์ หรือศึกษาฝ่ายอภิสมาจารที่บริบูรณ์แล้ว เราก็จักช่วยหนุนเสริมด้วยปัญญาในฐานะนั้น ๆ คังนี้บ้าง....ว่า เราจักบำเพ็ญศึกษาฝ่ายอาทิพรหมจรรย์ที่ยังไม่บริบูรณ์ให้บริบูรณ์ หรือศึกษาฝ่ายอาทิพรหมจรรย์ที่บริบูรณ์แล้ว เราก็จักช่วยหนุนเสริมด้วยปัญญาในฐานะนั้น ๆ คังนี้บ้าง....ว่า เราจักตรวจพิจารณาเห็นจบถ้วนซึ่งธรรมที่ยังมิได้มองเห็นจบถ้วนด้วยปัญญาในฐานะนั้น ๆ หรือธรรมที่มองเห็นจบถ้วนแล้ว เราก็จักช่วยหนุนเสริมด้วยปัญญาในฐานะนั้น ๆ คังนี้บ้าง....ว่า เราจักสัมผัสธรรมที่ยังมิได้สัมผัส ด้วยวิมุติ หรือธรรมที่ได้สัมผัสแล้ว เราก็จักช่วยหนุนเสริมด้วยปัญญาในฐานะนั้น ๆ คังนี้บ้าง, ชีวิตประเสริฐมีสติเป็นอธิปไตยอย่างนี้แล.....”

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ 1 : การเจริญสติปัฏฐาน คือการอยู่อย่างไม่มีความทุกข์ที่จะต้องดับ

การดำเนินชีวิตหรือการเป็นอยู่ของมนุษย์ มองด้านหนึ่ง อาจเห็นว่าเป็นการดิ้นรนต่อสู้เพื่อความอยู่รอดและเพื่อความมั่นคงปลอดภัยของชีวิต แต่มองอีกด้าน จะเห็นภาพซ้อนอยู่อีกชั้นหนึ่ง คือทุกคนกำลังแสวงหาความสุข ทั้งนี้ มิใช่เฉพาะคนมีพรุ่งพร้อมอยู่แล้วที่กำลังหาทางปรนเปรอตนเองเท่านั้น แม้แต่คนที่กำลังดิ้นรนเพื่อความอยู่รอดอย่างสุดแรง ก็กำลังพยายามทำให้ชีวิตของตนเองมีความสุขเช่นเดียวกัน ไม่ว่าจะมองในช่วงกว้าง เช่นการประกอบอาชีพการงานดำเนินกิจการต่าง ๆ ก็ตาม หรือมองช่วงสั้นที่เข้ามาจนถึงความเป็นอยู่ ความเคลื่อนไหวและการกระทำในแต่ละขณะ ก็ตาม การไฝหาความสุขจะแฝงอยู่ด้วยเสมอ แม้ว่าจะถูกขัดถูกยั้งด้วยสำนึกทางจริยธรรมเป็นต้นบ้างในบางคราว

ความจริง การหาความสุขในช่วงกว้างยาว ก็ขยายออกไปจากการหาความสุขช่วงสั้นแต่ละขณะนั่นเอง ผู้ปรารถนาความสุขที่แท้จริงเมื่อจะจัดการกับชีวิตของตน จะต้องสนใจและหาทางทำให้ชีวิตที่เป็นอยู่บัดนี้แต่ละขณะมีความสุขได้ การพยายามหาความสุขจึงจะมีทางสำเร็จ แต่ถ้าชีวิตที่เป็นอยู่แต่ละขณะนี้ ยังทำให้มีความสุขไม่ได้แล้ว การที่จะมีความสุขได้ในช่วงยาวไกล ก็เป็นเพียงความหวังอันเลื่อนลอย และคงจะต้องเป็นความหวังอยู่เรื่อยไป ตรงข้าม ถ้าสามารถทำให้ชีวิตเองล้วน ๆ แต่ละขณะที่กำลังเป็นอยู่เดี๋ยวนี้มีความสุขได้แล้ว การพยายามหาความสุขก็ประสบความสำเร็จแล้วทันที เมื่อได้ปัจจัยแวดล้อมอื่นอำนวยความสะดวก ก็มีแต่จะสุขสมบูรณ์ยิ่งขึ้นไป

กระบวนการหาความสุขของมนุษย์ ซึ่งมองเห็นได้แม้แต่ในช่วงสั้นแต่ละขณะ ๆ ก็คือ เกิดความอยากขึ้นหรือทำความอยากให้เกิดขึ้น แล้วทำการต่าง ๆ เพื่อสนองความอยากนั้น เมื่อได้สนอง ทำให้ความอยากสงบระงับลง ก็ได้รับความสุข ยิ่งว่าความอยากให้แรงมาก ก็ต้องสนองระงับแรงขึ้น และได้รับความสุขมากขึ้น *ความสุขจึงได้แก่การสนองระงับความอยาก* ถ้ามว่า ความอยากคืออะไร? ไม่ต้องตอบโดยตรง ที่ชัดก็คือ เมื่อเกิดความอยากขึ้นแล้ว จะมีอาการแสดงออกสำคัญ 2 อย่างคือ ความขาดแคลน ความพร่อง ไม่มีสิ่งที่อยาก ไม่ว่าจะขาดแคลนจริงหรือความขาดแคลนที่สร้างขึ้นเอง และอีกอย่างหนึ่งคือ ความกระสับกระส่ายกระวนกระวาย หรือถึงกับทรมันทรมายเพราะถูกเหนี่ยวรั้งหรือถูกดึงให้ยึดติดออกไปจากสภาพที่เป็นอยู่ขณะนั้น ๆ ทำให้สงบนิ่งอยู่ไม่ได้ ต้องดิ้นรนหาทางทำให้ความกระวนกระวายนั้นสงบระงับไป เมื่อได้สนองความอยาก ก็กลับเต็มเป็นปกติ และทำให้ความกระวนกระวายหมดไป เวลาช่วงนั้นคือการได้รับความสุข แต่ถ้าความอยากไม่ถูกสนองระงับ ก็เกิดความทุกข์ ความขาดแคลนและความกระสับกระส่ายกระวนกระวายนั่นเองเป็นสิ่งที่บิบบิ้น

เป็นความทุกข์ ยิ่งอยากมาก ก็ยิ่งพร่องยิ่งกระวนกระวายมาก และความทุกข์ก็ยิ่งแรงมาก ความจริงก็เริ่มทุกข์ตั้งแต่เริ่มอยากนั่นเอง เพราะพอเริ่มอยากก็เริ่มกระวนกระวาย โดยนัยนี้ จึงพูดได้อีกสำนวนหนึ่งว่า *การหาความสุขตามปกติของมนุษย์ก็คือ การเร่งความทุกข์ขึ้นแล้วหาทางระงับความทุกข์นั้นลงไปคราวหนึ่ง ๆ* หรือความสุขก็คือการดับทุกข์ได้นั่นเอง ยิ่งถูกเร่งให้ทุกข์แรง เมื่อสนองระงับ ก็ยิ่งได้สุขมาก ตามปกติระยะเวลาที่เริ่มอยาก เริ่มพร่อง กระวนกระวาย มีทุกข์แล้ว แต่ยังไม่ได้สนองระงับ จะยาวนานหรือยาวนานมาก ส่วนเวลาที่ได้รับการสนองระงับมักจะสั้นนิดเดียว ชีวิตมนุษย์ที่ระคนด้วยสุขทุกข์ จึงมากด้วยทุกข์และต้องเอาความหวังเป็นเครื่องหลอเลียง แต่ที่ร้ายแรงก็คือ มีความอยากมากมายซึ่งไม่ได้รับการสนองระงับและทั้งไม่มีความหวังว่าจะได้รับการสนองระงับ จึงมีแต่ความทุกข์ยาวนานและรุนแรงยิ่งขึ้น เมื่อรอไม่ได้ หรือไม่มีหวัง มนุษย์จำนวนมากก็จะดิ้นรนทุกรูปแบบ ถ้าสนองระงับทุกข์ไม่ได้ ก็ระบายทุกข์นั้นออกไป ทำให้เกิดปัญหาเพิ่มทุกข์แก่ตนเองและผู้อื่นให้มากขึ้น

เรื่องไม่จบแค่นั้น เมื่ออยากและดำเนินการให้ได้ตามอยาก ก็ย่อมถูกขัดถูกแย้งหรือถูกแย้งบ้าง ชีวิตที่อยู่ด้วยความอยาก จึงต้องมีความขัดใจ โกรธ เกลียด แค้นเคือง พร้อทั้งความทุกข์ความเดือดร้อน ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากความโกรธเกลียดนั้นควบคุมด้วย ยิ่งอยากมากอยากบ่อย ความขัดใจและความทุกข์ก็ยิ่งมากยิ่งบ่อย (หมายถึงอยากด้วยตัณหา ใช้ออกแบบฉันทะ เมื่อถูกขัด อาจกลายเป็นสนุกไป) แต่ร้ายยิ่งกว่านั้นอีก เมื่อฝากความสุขไว้กับความอยากและกระบวนการสนองระงับความอยากจนเคยชิน ต่อไปเมื่อไม่มีสิ่งที่ยอยาก ไม่พบสิ่งที่น่าอยาก หรือสิ่งที่เคยอยากก็หายอยากเสียแล้วว่างจากกิจกรรมสนองความอยาก หรือไม่รู้จะอยากอะไร ก็จะมีแต่ความเบื่อหน่าย หงอยเหงา ซึม และ เซ็ง ชีวิตกลายเป็นภาวะที่ทนไม่ได้ ไร้ความหมาย เป็นความทุกข์อีกแบบหนึ่ง แต่เป็นความทุกข์ที่ไม่มีรสชาด อาจแย่งยิ่งกว่าความทุกข์แบบกระวนกระวายเมื่อยังไม่ได้สนองระงับความอยากเสียอีก เมื่อมนุษย์ยึดเอาความอยากและสิ่งปรนเปรอความอยากเป็นสรณะ ฝากความสุขไว้กับกระบวนการสนองความอยาก ปรุงแต่งความอยากและสิ่งสนองปรนเปรอให้หลากหลายพิสดารยิ่งขึ้น ความทุกข์ของมนุษย์ก็จะประณีตลึกซึ้งยิ่งขึ้น จนถึงขั้นที่กล่าวมานี้ นี่คือ *วงจรชีวิตที่มีความทุกข์เป็นพื้นฐาน*

การดำเนินชีวิตอีกแบบหนึ่ง ซึ่งปราศจากปัญหาอย่างทีกล่าวมาแล้วโดยสิ้นเชิง ก็คือการเป็นอยู่ในเวลาที่เป็นอย่างอยู่หรือการมีชีวิตอยู่จริงในเวลานั้น ๆ ขณะนั้น ๆ คือมีจิตใจรับรู้เต็มตื่นอยู่กับสภาพที่กำลังเป็นอยู่ประสพอยู่ หรือสิ่งที่เกี่ยวข้องต้องทำเป็นปัจจุบันในขณะนั้น ๆ รู้เข้าใจสิ่งนั้น ๆ สภาพนั้น ๆ ตามสภาวะของมัน และพิจารณาจัดการสิ่งนั้น ๆ เรื่องนั้น ๆ ด้วยความรู้เข้าใจตามสภาวะนั้น เรียกสั้น ๆ ว่าเป็นอยู่ด้วยสติสัมปชัญญะ หรือด้วยสติปัญญา ตามหลักสติปัญญา ซึ่งมีหลักการดังได้บรรยายมาแล้ว จะเรียกว่ามีสติตามทันปัจจุบัน หรือมีชีวิตอยู่ในขณะปัจจุบันก็ได้ ผู้ที่เป็นอยู่ตามหลักการนี้ถือว่าเป็นผู้มีชีวิตอยู่อย่างแท้จริง (คนจำนวนมากไม่ได้มีชีวิตอยู่ เพราะชีวิตของเขาอยู่ในอดีตบ้าง อยู่ในอนาคตบ้าง) เมื่อมีชีวิตอยู่เต็มที่ในขณะนั้น ๆ ก็ไม่มีความขาดความพร่อง และไม่มีความเครียดกระวนกระวายที่เกิดจากถูกความอยากเหนียวหรือดึงให้เป็นเหมือนยางที่ยืดออกไป รับรู้และเสวยอารมณ์แต่ละขณะอย่างเต็มบริบูรณ์เสร็จสิ้นไปทีเดียว จึงมีความสุขเต็มอ้อมอยู่ในตัวทันทีทุก ๆ ขณะ ไม่ต้องอาศัยความสุขชนิดที่เกิดจากการสนองระงับความอยากดับทุกข์ไปได้คราวหนึ่ง ๆ คือไม่มีความทุกข์เกิดขึ้นที่จะต้องคอยตามดับ จึงเรียกง่าย ๆ ว่า ความเป็นอยู่อย่างไร้ทุกข์ ซึ่งหมายถึงการมีความสุขบริบูรณ์อยู่ในตัวแล้วตลอดเวลา นี่คือการเปลี่ยนจากความเป็นอยู่อย่างมีความทุกข์เป็นพื้นฐาน มาเป็น *ความเป็นอยู่อย่างมีความสุขเป็นพื้นฐาน* หรือมีความไร้ทุกข์เป็นพื้นฐาน ผู้ที่มีความไร้ทุกข์หรือความสุขอย่างนี้เป็นพื้นฐานของชีวิตแล้ว เมื่อต้องการเสวยความสุขอย่างใด ๆ ที่อยู่ในวิสัยของตน ก็เสวยความสุขนั้น ๆ อย่างได้รับความสุขเต็มที่ ถ้ายังเป็นผู้หาความสุขจากความอยากอยู่บ้าง แม้ในเวลาที่ไม่มียังสนองความอยากหรือไม่อาจสนองความอยาก ก็ไม่ประสบปัญหา เพราะมีความสุขแบบไร้ทุกข์นี้ยื่นพื้นเป็นหลักประกันอยู่ นอกจากนั้น ด้วยเหตุที่ไม่มีเงื่อนไขแห่งทุกข์เป็นปัญหาขัดขวางเหนี่ยวรั้งอยู่ภายใน เขาจึงเป็นผู้พร้อมที่จะทำกิจและจัดการปัญหาต่าง ๆ ภายนอก ไม่ว่าของบุคคลหรือของสังคมอย่างได้ผลดีเต็มบริบูรณ์แห่งความสามารถของเขา

ว่าโดยหลักวิชา ที่กล่าวมานี้คือความหมายของ “นิโรธ” ที่แปลกันมาว่าความดับทุกข์ ซึ่งจะต้องเข้าใจลึกลงไปให้ถูกต้องว่า เป็น *การทำให้ไม่มีทุกข์ที่จะต้องดับ* หรือทำให้เกิดภาวะไร้ทุกข์ มิใช่เป็นเพียงการกำจัดทุกข์ที่เกิดขึ้นแล้ว รับกันกับบันทึกที่ 4 ของบทที่ 4 ว่าด้วยปัญหาการแปลคำว่า “นิโรธ” ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ความหมายของนิโรธตามที่ว่าในคัมภีร์แต่เดิมคือการไม่มีความทุกข์เกิดขึ้น ไม่ใช่ดับทุกข์ที่เกิดขึ้นแล้ว