



ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในตันตภูมิสูตร
A STUDY OF INSIGHT MEDITATION PRACTICE APPEARING
IN DANTABHUMISUTTA

พระอานาจ สุวฑฒโน (วิสัย)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑



ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันตภูมิสูตร

พระอำนาจ สุวฑฒโน (วิสัย)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



A Study of Insight Meditation Practice Appearing in Dantabumi Sutta

Phra Amnard Suvaḍḍhano (Wisai)

A Research Paper Submitted in Partial Fulfillment of
the Requirements for the Degree of
Master of Arts
(Vipassana Meditation)

Graduated School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับสารนิพนธ์
เรื่อง “ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันตภูมิสูตร” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบสารนิพนธ์

ประธานกรรมการ

(รศ.ดร.มานพ น้กการเรียน)

กรรมการ

(พระมหาชาติ ชานชิต, ดร.)

กรรมการ

(ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง)

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง

ชื่อผู้วิจัย

(พระอำนาง สุวฑฒโน)

ชื่อสารนิพนธ์ : ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในตันตภูมิสูตร

ผู้วิจัย : พระอำนาจ สุวฑฒโน (วิสัย)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

: ผศ. ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง, ป.ธ. ๙, พธ.ม. (พระพุทธศาสนา),
พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

วันเสร็จสมบูรณ์ : ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

บทคัดย่อ

สารนิพนธ์ฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ เพื่อศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในตันตภูมิสูตร และเพื่อศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในตันตภูมิสูตร โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ตลอดจนหนังสือตำราเอกสารทางวิชาการและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง รวบรวมนำมาเรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา

จากการศึกษาพบว่า ตันตภูมิสูตรเป็นพระสูตรที่ว่าด้วยการฝึกฝนจิตให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท การพยายามฝึกฝนจิตของตนด้วยความเพียรแรงกล้าแม้สละชีวิตเพื่อละเว้นกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รสและสัมผัสจนสามารถระงับนิวรณ์ธรรมซึ่งเป็นเครื่องกั้นจิตไม่ให้ตั้งอยู่ในกุศลจนสามารถพัฒนาจิตด้วยการเพียร เภากิเลส ด้วยศีลสิกขา สมาธิสิกขาและปัญญาสิกขา จนบรรลุถึงสัมมาสมาธิระดับฌาน มีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว คือ จิตเตกัคคตาทั้งหมาย ซึ่งทำให้แจ้งได้ด้วยเนกขัมมะ

แนวทางการเจริญวิปัสสนาภาวนาในตันตภูมิสูตรคือการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ มีจุดมุ่งหมายเพื่อฝึกฝนอบรมตนให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ พัฒนาตนตั้งแต่ปุถุชนจนถึงอริยะชนตามภูมิธรรมของตน โดยแบ่งภูมิของผู้ฝึกออกเป็น ๓ ระดับ คือ (๑) ภูมิของปุถุชนหรือผู้ที่ยังไม่ได้บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคล (๒) ภูมิผู้อบรมตนอยู่ คือ บุคคลผู้ที่ยังต้องศึกษา ๓ ประเภทคือ อริยบุคคลระดับพระโสดาบัน พระสกทาคามี และพระอนาคามี (๓) ภูมิของผู้ฝึกอบรมตนแล้ว ได้แก่ พระอรหันตผล ทั้งหมดล้วนเกิดจากการฝึกตน พัฒนาจิตเจริญสมาธิจนเป็นเอกัคคตาจิตแล้วพัฒนาปัญญาด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา เพื่อเลือนภูมิจิตของตนจากโลกียภูมิให้สูงขึ้นถึงโลกุตตรภูมิเป็นพระชินาสพลันอาสาวิเลสในที่สุด

Research Paper Title : A Study of Insight Meditation Practice Appearing in
Dantabūmi sutta

Researcher : Phra Amnard Suvaḍḍhano (Wisai)

Degree : Master of Arts (Vipassana Meditation)

Research Paper Supervisor

: Asst.Prof.Dr. Viroj Koomkrong, Pali IX, M.A.
(Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Completion : February 25, 2019

Abstract

The two purposes of this research are to study the content and principles of Dantabūmisutta and to study the practice of Vipassana meditation in Dantabūmisutta by studying the overall details in Theravada Buddhist scriptures, related books, documents and researches, then compiled into descriptive essay.

The research found that Dantabūmi-sutta contains the mental development focusing on heedlessness, supreme effort to train oneself even nearly death to restrain from 5 sensual pleasures; visible objects, sound, smell, taste and tangible objects until one can so one can obstruct hindrances which prevent from wholesomeness. Then he continues practicing with great efforts, discipline, concentration, and wisdom training until entering into the one-pointedness of mind. All these practices have been completed and realized only through renunciation.

The guideline of Vipassana meditation in Dantabūmi-sutta is that practice based on Four Foundation of Mindfulness which aims at training oneself to realize the Three Common Characteristics starting from worldly level up to Noble level. Plans of practitioners are divided into 3 levels; (1) The ordinary persons who have not attained the higher Dhamma, (2) The trainees who still need more practice, namely, Sotāpanna, Sakadāgāmī and Anāgāmī, (3) The trained persons who can be called as Arahatta. The Arahatta has trained himself with Vipassana meditation and reached the One-Pointedness of mind, then, cultivated to insight, for elevating from the worldly to supramundane plane.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้าฯ ขอประทานโอกาสกราบขอบพระคุณ เจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสम्महाเถระ), ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D., เจ้าอาวาสวัดพิชัยญาติการาม วรวิหาร, กรรมการมหาเถรสมาคม, เจ้าคณะใหญ่หนกลาง, ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ, รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ที่เปี่ยมด้วยเมตตาธรรมเป็นอย่างสูง

กราบขอบพระคุณ สยาดอภิตันตะวาสวมหาเถระ มหาสีโอวาทาจริยะ ผู้เป็นประธาน วิปัสสนาจารย์และสอบอารมณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนา สำนักมหาสีสาสนเยกต้า กรุงย่างกุ้ง สหภาพ เมียนมาร์ กราบขอบพระคุณ พระวิปัสสนาจารย์อีก ๒ ท่าน คือ พระอาจารย์ภักทนต์อินทาสักกะ และพระอาจารย์ภักทนต์ธัมมรักขิตตะเป็นอย่างยิ่ง ขอขอบพระคุณพระวิปัสสนาจารย์ ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม ธรรมโมลี จังหวัดนครราชสีมา โดยมีพระภิกษุไพศาลเมธี วิ. เป็นประธาน พระวิปัสสนาจารย์ และพระมหาบุญเลิศ อินทปญโญ พระวิปัสสนาจารย์ผู้สอบอารมณ์

กราบขอบพระคุณ พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร, ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย พระมหาโกมล กมโล, ผศ. รก.ผอ.วิทยาลัยสงฆ์, พระเทพสุวรรณเมธี, ดร.ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายวิชาการ รก.ผอ.หลักสูตรบัณฑิตศึกษา, พระมหาณรงค์ฤทธิ์ ธมฺมโสภโณ ผู้อำนวยการวิทยาเขต, ขอเจริญพร รศ.ดร.เวทย์ บรรณกรกุล และคณาจารย์ผู้ให้ความรู้ทางวิชาการทุกท่าน พร้อมด้วยเจ้าหน้าที่ ที่ได้เมตตาให้คำปรึกษาดูแลเอาใจใส่แนะนำข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์แก่ผู้วิจัย

ขออนุโมทนาขอบคุณ ผศ.ดร.วิโรจน์ คัมครอง อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ที่ให้คำปรึกษา คำแนะนำตรวจสอบข้อบกพร่องต่าง ๆ จนเสร็จสมบูรณ์ลุล่วงด้วยดี และขอบคุณ ดร.ชัยชาญ ศรีหามู ขอขอบพระคุณ คณะผู้บริหาร คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ทุก ๆ ท่าน ผู้ชี้แนะแนวทางและประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ตลอด ระยะเวลา ๒ ปี บ่มเพาะผู้วิจัยให้มีความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหาวิชาตามหลักสูตรและสามารถนำองค์ความรู้ที่ได้รับมาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่องานวิจัยนี้ พร้อมทั้งเจ้าหน้าที่บรรณรักษ์ ห้องสมุดพุทธโฆษาจารย์ ที่ช่วยเหลืออำนวยความสะดวกในด้านการค้นคว้าข้อมูลจากพระคัมภีร์และตำราต่าง ๆ และเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องทุกท่านไว้ ณ โอกาสนี้

กราบขอบคุณสหายธรรมทุกท่าน ที่ให้ความช่วยเหลือให้คำปรึกษา ในการค้นคว้าข้อมูล และขออนุโมทนาบุญกับญาติโยม ที่ได้ให้การสนับสนุนปัจจัย ๔ ในการศึกษาเล่าเรียน ขอให้ทุกท่าน จงประสบความสำเร็จ ในสิ่งมุ่งหวังทุกประการด้วยและให้มีส่วนแห่งกุศลนี้ด้วยกันทุกท่าน เทอญ

พระอานาจ สุวฑฺฒโน (วิสัย)

๒๐ มกราคม ๒๕๖๒

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
คำอธิบายสัญลักษณ์คำย่อ	ช
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ คำถามการวิจัย	๓
๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๔
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๕
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๑
๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	๑๑
บทที่ ๒ เนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในทันทภูมิสูตร	๑๒
๒.๑ ความหมายทันทภูมิสูตร	๑๒
๒.๒ ความเป็นมาของทันทภูมิสูตร	๑๓
๒.๓ เนื้อหาและสาระสำคัญในทันทภูมิสูตร	๑๔
๒.๓.๑ เนื้อหาของทันทภูมิสูตร	๑๔
๒.๓.๒ สาระสำคัญในทันทภูมิสูตร	๑๖
๒.๔ หลักธรรมสำคัญที่ปรากฏในทันทภูมิสูตร	๒๑
๒.๔.๑ นิ वर्ณ ๕	๒๑
๒.๔.๒ กามคุณ ๕	๒๔
๒.๔.๓ เนกขัมมะ	๓๒
๒.๔.๔ ฌาน	๓๔

๒.๔.๔ ไตรสิกขา	๓๙
๒.๔ สรุปท้ายบท	๔๙
บทที่ ๓ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันตภูมิสูตร	๕๒
๓.๑ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาในทันตภูมิสูตร	๕๒
๓.๑.๑ วิปัสสนาภาวนา	๕๓
๓.๑.๒ ประเภทของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๕๕
๓.๑.๓ แนวทางเจริญสติปัฏฐาน ๔ ในทันตภูมิสูตร	๕๖
๓.๒ ความสำคัญในทันตภูมิสูตร	๕๙
๓.๒.๑. ทันตภูมิสูตร	๕๙
๓.๒.๒. จิตเตกัคคตา	๖๑
๓.๓ แนวทางปฏิบัติเพื่อละนิวรณ์ ๕ ในทันตภูมิสูตร	๖๒
๓.๓.๑ วิธีปฏิบัติเพื่อละนิวรณ์ในทันตภูมิสูตร	๖๒
๓.๔ แนวทางปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ในทันตภูมิสูตร	๖๖
๓.๔.๑ วิธีการละกามคุณ	๖๗
๓.๔.๒ ประเภทของผู้ละกามคุณได้	๖๘
๓.๕ แนวทางการปฏิบัติเนกขัมมะในทันตภูมิสูตร	๖๙
๓.๖ แนวทางปฏิบัติเพื่อให้เกิดฌานในทันตภูมิสูตร	๗๑
๓.๖.๑. แนวทางปฏิบัติเพื่อให้เกิดฌาน	๗๒
๓.๖.๒. วิธีการเจริญฌานให้เกิดขึ้น	๗๓
๓.๗ ไตรสิกขาหลักฝึกตนในทันตภูมิสูตร	๗๖
๓.๗.๑ อานิสงส์แห่งศีลสิกขา	๗๗
๓.๗.๒ อานิสงส์แห่งสมาธิ	๗๘
๓.๗.๓ อานิสงส์แห่งการเจริญปัญญา	๗๙
๓.๘ สรุปท้ายบท	๘๐
บทที่ ๔ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๘๒
๔.๑ สรุปผลการวิจัย	๘๒
๔.๑.๑ เนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในทันตภูมิสูตร	๘๒
๔.๑.๒ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันตภูมิสูตร	๘๓
๔.๒ ข้อเสนอแนะ	๘๔

๔.๒.๑	ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย	๘๕
๔.๒.๒	ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป	๘๕
บรรณานุกรม		๘๖
ภาคผนวก		๙๑
	ภาคผนวก ก พระไตรปิฎกภาษาบาลี	๙๒
	ภาคผนวก ข พระไตรปิฎกภาษาไทย	๑๐๔
ประวัติผู้วิจัย		๑๑๕

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อในดัชนีฉบับนี้/วิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์ฉบับนี้ ใช้อ้างอิงจากพระไตรปิฎกภาษาบาลี/พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๙ ส่วนคัมภีร์อรรถกถาบาลี/ภาษาไทย ใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย/มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

การอ้างอิงพระไตรปิฎก จะระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังอักษรย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี. (บาลี)๙/๒๗๖/๙๗, ที.สี. (ไทย) ๙/๒๗๖/๙๘.หมายถึง ทีฆนิกาย สีลขันธวรรคคปาติ ภาษาบาลี เล่ม ๙ ข้อ๒๗๖ หน้า ๙๗ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐, ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค ภาษาไทย เล่ม ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๙๘ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙

ส่วนคัมภีร์อรรถกถา จะระบุชื่อคัมภีร์ ลำดับเล่ม (ถ้ามี)/หน้า เช่น ที.สี.อ.(บาลี) ๑/๒๗๖/๒๔๐ หมายถึง ทีฆนิกาย สุมังคลวิสาลินี สีลขันธวรรคคอฏฐกถา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๒๔๐ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ตามลำดับนี้

๑. คำอธิบายคำย่อในภาษาไทย

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

พระวินัยปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๑	วิ.มหา. (ไทย) =	วินัยปิฎก มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๙	ที.สี.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
๑๐	ที.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๑๑	ที.ปา.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
๑๒	ม.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์	(ภาษาไทย)
๑๓	ม.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปณณาสก์	(ภาษาไทย)
๑๔	ม.อุ.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปณณาสก์	(ภาษาไทย)
๑๕	ส.ส.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
๑๗	ส.ข.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
๑๘	ส.สพ.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค	(ภาษาไทย)
๑๙	ส.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๒๐	อง.เอกก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)

	อง.ติก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๑	อง.จตุกก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
	อง.ปญจก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๒	อง.ฉกก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ฉกกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๓	อง.สตตก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	สตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
	อง.นวก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	นวกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๔	อง.ทสก.	(บาลี) =	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทสกนิปาตปาลิ	(ภาษาบาลี)
	อง.ทสก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
	อง.เอกาทสก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	เอกาทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๕	ขุ.ขุ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
	ขุ.ธ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
๒๖	ขุ.เถร.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เถรคาถา	(ภาษาไทย)
๒๗	ขุ.ชา.สตตก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	สตตกนิบาตชาดก	(ภาษาไทย)
๒๘	ขุ.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิทเทส	(ภาษาไทย)
๓๐	ขุ.จู.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิทเทส	(ภาษาไทย)
๓๑	ขุ.ป.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏีสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๓๔	อภ.สง.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
๓๕	อภ.วิ.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก วิมังค์	(ภาษาไทย)
๓๖	อภ.ธ.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก ธาตุกถา	(ภาษาไทย)
๓๗	อภ.ก.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก กถาวัตถุ	(ภาษาไทย)

ข. คำย่อชื่อคัมภีร์อรรถกถา

ในคัมภีร์อรรถกถานี้ ได้อนุวัตรตามตัวเลขประจำเล่มภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๕๕ เล่ม ในการอ้างอิง โดยระบุ ภาค (ถ้ามี)/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี.อ. (ไทย) ๑/๕๔๖/๓๓๕. หมายถึง สมังคลวิลาสินี สीलขันธวรรคอรรถกถา ภาษาไทย ภาค ๑ ข้อ ๕๔๖ หน้า ๓๓๕ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๕๖ เป็นต้น

อรรถกถาพระสูตรตันตปิฎก

ภาค	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
	ส.ม.อ. (ไทย)	= สารัตถปกาสินี มหาวารวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
	อง.ฉก.อ. (บาลี)	= องคุตตรนิกาย มโนรปุรณิ ฉกนิปาตอฏฐกถา	(ภาษาบาลี)

ค. คำย่อชื่อคัมภีร์ปกรณ์วิเสส

สารนิพนธ์ผู้วิจัยใช้คัมภีร์ปกรณ์วิเสส ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เช่น
วิสุทธิ. (ไทย) ๓๘/๑๓๔. หมายถึง วิสุทธิมรรคปกรณ์ ข้อ ๓๘ หน้า ๑๓๔ เป็นต้น

ปกรณ์วิเสส

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิสุทธิ.	(ไทย) = วิสุทธิมรรคปกรณ์	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การแสดงธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในแต่ละครั้งนั้น ทรงมีเป้าหมายสำคัญ เพื่อความสะอาด สว่าง และหมดจดภายในจิตใจของผู้ฟังธรรม จนเกิดปัญญาญาณ ให้รู้แจ้งภายในจิตของผู้ปฏิบัติเอง^๑ โดยพระองค์ทรงวางแนวทางการปฏิบัติตนไว้หลายระดับตั้งแต่ผู้ปฏิบัติเริ่มต้นจนถึงผู้ที่ฝึกตนเพื่อจุดมุ่งหมายสูงสุดแห่งชีวิต คือ การบรรลุถึงความหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง ถึงซึ่งพระนิพพาน อันเป็นสันติสุขที่แท้จริง^๒ โดยวิธีการที่จะบรรลุถึงเป้าหมายสูงสุดได้นั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องความเพียรด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องไม่หยุดหย่อนตามทางแห่งมรรค ๘^๓ ในปัจฉิมวาจาพระองค์ตรัสไว้ว่า “โลกจะไม่พึงว่างจากพระอรหันต์ ถ้าภิกษุทั้งหลายเป็นอยู่โดยชอบ ในธรรมวินัยนี้ หากปราศจากอริยมรรคมีองค์ ๘ แล้ว พระอริยบุคคลทั้งหลายย่อมไม่ปรากฏในโลกนี้”^๔ โดยแนวทางการปฏิบัตินั้นต้องเกี่ยวเนื่องกันกับหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา ซึ่งหลักการฝึกฝนอบรมภาวนา ประกอบด้วย ๑) สีสภาวนา กล่าวคือ การเจริญศีล พัฒนาความประพฤติ ไม่เบียดเบียน อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี มีความเกี่ยวเนื่องกัน ๒) จิตภาวนา กล่าวคือ การอบรมจิตใจให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญองกามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา ขยันหมั่นเพียร มีความอดทน ๓) ปัญญาภาวนา กล่าวคือ การอบรมปัญญาให้รู้ให้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากอาสวะกิเลส มีปัญญาแก่กล้าสามารถนำไปสู่ความพ้นทุกข์ ล่วงผลปฏิบัติให้ถึง มรรค ผล นิพพานเพื่อให้พบบรมสุขอย่างแท้จริง^๕

การแสวงหาสันติสุขที่แท้จริงในพระพุทธศาสนานั้นมีแนวทางปฏิบัติอยู่หลักปฏิบัติซึ่งปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก ซึ่งมีแนวทางปฏิบัติใน “พันตภูมิสูตร” เป็นพระสูตรที่ว่าด้วยภูมิของผู้ได้รับการฝึกแล้วอบรมตนแล้ว มีข้อความตอนหนึ่งปรากฏว่า “พระเถระ พระมัชฌิมะ และพระนวกะ

^๑ ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๘๓/๗๖.

^๒ ข.ม. (ไทย) ๒๙/๑๗๗/๕๐๖.

^๓ ข.ป. (ไทย) ๓๑/๓๐/๔๘๓.

^๔ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๔/๑๖๒.

^๕ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, “คำปรารภ”, พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙), ๑๔/[๙]/๑.

ผู้สิ้นอาสวะแล้ว ได้มรณภาพลง ถือว่ามรณภาพลงอย่างฝึกแล้ว”^๖ คำว่าทนต์ภูมินี้ ยังปรากฏใน อรหันตสูตร ซึ่งตอนท้ายของพระสูตรได้กล่าวถึงพระอรหันต์ว่า “มีร่างกายนี้เป็นร่างสุดท้าย พ้นจากภพใหม่ถึงทนต์ภูมิ ขณะเด็ดขาดแล้วในโลก” ซึ่งถือเป็นเครื่องยืนยัน และให้ความกระจ่างชัดว่า บุคคลที่ฝึกตนแล้วในที่นี่ คือผู้ฝึกตนตามหลักพระพุทธศาสนาจนถึงความสิ้นไปแห่งตัณหาหรือถึงซึ่งอรหัตตผลแล้ว จะเป็นผู้ไม่ต้องกลับมาเกิดอีก เพราะการเกิดเป็นทุกข์” จึงกล่าวได้ว่าผู้ฝึกตนดีแล้วย่อมพบกับบรมสุข คือ พระนิพพาน

ทนต์ภูมิสูตร กล่าวคือ ภูมิของบุคคลผู้ได้รับการฝึกตนแล้ว ซึ่งพระผู้มีพระภาคได้แสดงกับสมณทูทเทสจิวระว่า “อัคคิเวสสนะ ชยเสนราชกุมารพึงได้ประโยชน์จากข้อความนั้นในภาษิตของเธอนี้ แต่ที่ไหน เป็นไปไม่ได้ที่ชยเสนราชกุมาร ผู้ยังอยู่ท่ามกลางกาม ยังบริโภคมกาม ถูกกามวิตกรุมเร้า ถูกความเร่าร้อนเพราะกามแผดเผา ยังชวนชวนในการแสวงหากามอยู่ จักทรงรู้ ทรงเห็น หรือทรงทำให้แจ้งจิตเตกัคคตาที่บุคคลพึงรู้ พึงเห็น พึงบรรลุพึงทำให้แจ้ง ด้วยเนกขัมมะได้”^๗ สมดังพระผู้มีพระภาคตรัสเกี่ยวกับคุณและโทษของกามไว้ในมหาทุกขขันธสูตรว่า “ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงกล่าวตอบ พวกอัญญเดียรธีย์ปริพาชกผู้มีวาตะอย่างนั้นอย่างนี้ว่า ‘อะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ อะไรเป็นการสลัดออกไปจากกามทั้งหลาย อะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ อะไรเป็นการสลัดออกไปจากรูปทั้งหลาย อะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ อะไรเป็นการสลัดออกไปจากเวทนาทั้งหลาย’ พวกอัญญเดียรธีย์ปริพาชกถูกเธอทั้งหลายถามอย่างนั้นแล้ว จักไม่พอใจและจักต้องถึงความคับแค้นอย่างยิ่ง ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะข้อนั้น มิใช่วิสัย ภิกษุทั้งหลาย ก็ในโลกพร้อมทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก ในหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณพราหมณ์ เทวดาและมนุษย์ เมื่อเวนต์ถาคต สวากของตถาคตหรือบุคคลพึงคำสั่งสอนของเรา ตถาคตเสียแล้ว เรายังไม่เห็นผู้ที่พึงทำจิตให้ยินดี”^๘

พระสูตรนี้ แสดงด้วยเหตุแห่งคำปรารภกราบทูลของสามเณรเรื่องที่ชยเสนราชกุมาร ไม่ทรงเชื่อว่า ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ ผู้ไม่ประมาท มีความเพียรอุทิศกายและใจจะบรรลุจิตเตกัคคตา^๙ กล่าวถึงการสลัดตัณหาซึ่งเป็นเหตุแห่งทุกข์ไปได้นั้น พระผู้มีพระภาคมีดำรัสไว้ว่า “สัตว์ทั้งหลายผู้ยังไม่ปราศจากความกำหนัดในกาม อันกามตัณหาเคี้ยวกินอยู่ ถูกความเร่าร้อนที่เกิดขึ้นเพราะกามเผา ลนอยู่ เสพกามอยู่ด้วยประการใด ๆ กามตัณหาย่อมเจริญแก่สัตว์เหล่านั้นและสัตว์เหล่านั้น ก็ถูกความเร่าร้อนที่เกิดเพราะปรารภกามเผาอยู่ ด้วยประการนั้น ๆ และจะมีความเป็นของน่ายินดี

^๖ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๒๒/๒๕๕.

^๗ ข.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๕๓/๗๙.

^๘ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๑๔/๒๔๗.

^๙ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๖๕/๑๖๗.

^{๑๐} ส.ข. (ไทย) ๑๗/๗๖/๑๑๗.

๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๓.๑ เพื่อศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในตันตภูมิสูตร

๑.๓.๒ เพื่อศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในตันตภูมิสูตร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยเรื่องแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในตันตภูมิสูตร ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขต ดังนี้ การวิจัยเป็นเชิงเอกสารพรรณนาสารนิพนธ์นี้ เป็นการศึกษาโดยการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) ซึ่งผู้วิจัยมุ่งศึกษาตามคำสอนเรื่องตันตภูมิสูตรในพระไตรปิฎก รวมทั้งหนังสือ เอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งวิธีการศึกษา ดังนี้

๑.๔.๑ สารนิพนธ์เรื่อง “ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในตันตภูมิสูตร” เป็นการวิจัยเชิงเอกสารแบบพรรณนา ขอบเขตด้านการศึกษาวิจัยจะแบ่งเป็น ๒ ส่วนตามวัตถุประสงค์ คือ ศึกษาเนื้อหาและสาระสำคัญของตันตภูมิสูตร และแนวทางปฏิบัติวิปัสสนาที่ปรากฏในตันตภูมิสูตร ศึกษาแนวคิดทั่วไปตามทัศนะของนักวิชาการและตามคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท โดยศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ อรรถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องแล้วนำมาวิเคราะห์ เรียบเรียง นำเสนอแบบบรรยายเชิงพรรณนา

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการศึกษา ศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยอรรถา ฎีกา อรรถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส หนังสือ เอกสารงานวิจัยต่าง ๆ และข้อมูลจากสื่ออิเล็กทรอนิกส์ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตันตภูมิสูตรตามคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท โดยศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ อรรถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส หนังสือ เอกสาร ตำรา ผลงานทางวิชาการและรายงานการวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องแล้วนำมาวิเคราะห์ เรียบเรียง และนำเสนอแบบบรรยายเชิงพรรณนา

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ **ตันตภูมิสูตร** หมายถึง พระสูตรว่าด้วยภูมิของผู้ได้รับการฝึกแล้ว จากจิตที่ ขวนขวายอยู่ในกามหรือข่มอยู่ในกาม เป็นผู้ถูกอวิชชาบดบัง ย่อมถึงธรรมที่บรรลुหรือเห็นตามที่เป็นจริงได้ยากกว่าผู้ที่ไม่ประมาทมีความเพียรอุทิศทั้งกายและใจ มาในพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่มที่ ๑๔ มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์

๑.๕.๒ **จิตเตกัคคตา** หมายถึง ความมีอารมณ์อย่างเดียวของจิต การที่จิตมีอารมณ์เป็นอันเดียว จิตตั้งอยู่ในอารมณ์ที่เพ่งอันเดียวแล้วชื่อว่าจิตมีสมาธิ คือ ความไม่ฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ มี รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เรื่องราวที่เกี่ยวข้องด้วยกาม

๑.๕.๓ **วิปัสสนาภาวนา** หมายถึง การฝึกตน อบรมจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งรู้ชัดและรู้เท่าทันสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ตามแนวทางสติปัฏฐาน ๔ เป็นอุบายเครื่องเรืองปัญญา

๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะดำเนินการวิจัยโดยศึกษาข้อมูลที่เป็นหลักฐานจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ปกรณวิเสสเป็นลำดับ และจากเอกสารที่ผู้ทรงคุณวุฒิได้ศึกษาค้นคว้าแล้วเผยแพร่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน ในเบื้องต้นผู้วิจัยได้สำรวจเอกสาร และรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

๑.๖.๑ คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

ในการศึกษาวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาและทบทวนเอกสาร ตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนา รวมทั้งรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

๑) **คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย** ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ ในคัมภีร์พระสูตรตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ ได้กล่าว “ภิกษุ เธอจงเป็นผู้มีศีล สำรวมด้วยการสังวรในปาติโมกข์ เพียบพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร จงเป็นผู้มีปกติเห็นภัยในโทษแม้เล็กน้อย สมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลายเพราะอริยสาวกเป็นผู้มีศีล สำรวมด้วยการสังวรในปาติโมกข์เพียบพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร เป็นผู้มีความปกติเห็นภัยในโทษแม้เล็กน้อย สมาทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลายได้ ตถาคตจึงแนะนำเธอให้ยิ่งขึ้นไปอีกว่า ‘มาเถิด ภิกษุเธอจงเป็นผู้คุ้มครองทวารในอินทรีทั้งหลาย เห็นรูปทางตาแล้วไม่รวบถือ ถ้าภิกษุนั้นละนิรณ ๕ นี้ อันเป็นเครื่องเศร้าหมองแห่งจิต เป็นเครื่องทอนปัญญาให้ถอยกำลังได้แล้ว พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียรมีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้^{๑๓}

ในคัมภีร์พระสูตรตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต กล่าวว่า ผู้มีปัญญา คือประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ ชำแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ แม้การที่ภิกษุเป็นผู้มีปัญญา คือ ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ ชำแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ นี่ก็เป็นนาถกรรมธรรม ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเป็นผู้มีที่พึงอยู่เถิด อย่าเป็นผู้ไม่มีที่พึงอยู่เลยบุคคลผู้ไม่มีที่พึงอยู่ย่อมอยู่เป็นทุกข์^{๑๔}

^{๑๓} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๑๔/๒๔๗.

^{๑๔} อ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๗/๓๓.

๒) คัมภีร์ปกรณ์วิเสส เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค พระพุทธโฆสเถระ ได้กล่าวถึงวิปัสสนาภาวนาว่าเป็นอุปกรณ์สำคัญในการฝึกฝนตนอย่างแท้จริง ดังปรากฏข้อความว่า

สามัญผลอันประเสริฐสุดยอด ระวังความทุกข์ทนกระวนกระวาย คายกามารมณ์เครื่องล่อใจของโลกออกไป มีมตนิพพานเป็นอารมณ์ สงบ ผ่องใส ท่วมท้นด้วยความสุข บริสุทธิ์ มีโอชะชุ่มชื่นอ่อนหวานเป็นอย่างยิ่ง ประดุจน้ำหวานที่เจือปนด้วยน้ำอมฤต เพราะเหตุที่ท่านบันทึกได้ทำวิปัสสนาปัญญาให้เกิดขึ้น จึงประสบความสุขอันประเสริฐยิ่งนั้น ซึ่งเป็นรสของพระอริยผลนั้น เพราะฉะนั้น การเสวยรสของพระอริยผลดังกล่าวนี้ เป็นอันสงฆ์ของวิปัสสนาภาวนา^{๑๕}

๓) คัมภีร์อรรถกถาปกรณ์วิเสส เช่น ในปรมัตถทีปนี พระญาณธเถระ ได้กล่าวถึงอานุภาพของวิปัสสนา ดังปรากฏข้อความว่า

ความสำเร็จประโยชน์ด้วยการรู้เห็นทุกข์ เป็นอานุภาพของสมาธิที่ตรงกันข้ามกับความยึดถือด้วยตัณหาคือความต้องการ เมื่อบุคคลหยั่งเห็นเช่นนั้นแล้วหลุดพ้นอยู่ วิปัสสนาและมรรคย่อมได้รับชื่อตามหน้าที่ของสมาธิที่เกิดร่วมกัน เมื่อบุคคลกำหนดรู้ว่าไม่เที่ยง สัทธินทรีย์เป็นสภาพมีกำลังมาก เมื่อกำหนดรู้ว่าเป็นทุกข์ สมามินทรีย์มีกำลังมาก เมื่อกำหนดรู้ว่าเป็นทุกข์ ปัญญินทรีย์มีกำลังมาก หน้าที่พิเศษของธรรม ๓ อย่างในมรรค ย่อมสำเร็จด้วยอานุภาพของการเข้าถึงวิปัสสนา^{๑๖}

คัมภีร์พระอภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณีปกรณ์ อธิบายคำ “นิรวณ” ไว้ว่า “ธรรมที่ชื่อว่า “นิรวณ” เพราะทางกัณฺฐลจิตที่จะเกิดขึ้นด้วยอำนาจแห่งฌาน เป็นต้น คือ ไม่ให้กัณฺฐลจิตนั้นเกิดขึ้นด้วยอาการอย่างนั้น ชื่อว่า “นิรวณ” เพราะว่าปิดกั้นปัญญาจักขุ ชื่อว่า “นิรวณ” เพราะว่าปิดกั้นอรูปธรรมมีกามฉันทะนิรวณ เป็นต้น”^{๑๗}

๑.๖.๒. เอกสารที่เกี่ยวข้อง

๑) พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), ได้กล่าวถึงแนวทางเจริญวิปัสสนาภาวนาไว้ในหนังสือ วิปัสสนานัย เล่ม ๑ ว่า แท้จริงแล้ว บุคคลใดมีสมาธิและวิปัสสนาไม่แก่กล้า เมื่อเธอนั่งเจริญวิปัสสนาร่างกายย่อมลำบากเหมือนไฟเผาอยู่ภายใน เหนือไหล่ออกจากรักแร้ เหมือนมีควันทิ้ง ออกจากกระหม่อม จิตย่อมลำบากทรมานเธอย่อมเข้าสมาธินั้นอีก ชมความยากลำบากกายใจแล้วกระทำ ให้ทุเลาลงจนเจริญวิปัสสนาอีก เมื่อเธอนั่งนานอีกความลำบากอย่างนั้นย่อมเกิดขึ้น เธอย่อมเข้าสมาธิอีกกระทำเหมือนก่อนความจริงการเข้าสมาธิมีอุปการะแก่วิปัสสนา^{๑๘}

^{๑๕} พระพุทธโฆสเถระ รัตน, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๑๘๙.

^{๑๖} พระญาณธเถระ, ปรมัตถทีปนี ปริจเฉทที่ ๙ กัมมภูมิมูลฐานสังคหะ, แปลโดย พระคันธสาราภิกขุ, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๘๗๓.

^{๑๗} ดูรายละเอียดใน อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๑๕๘/๒๕๖.

^{๑๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) วิปัสสนานัย เล่ม ๑, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.), ตรวจชำระ,พระคันธสาราภิกขุ, แปลเรียบเรียง, (นนทบุรี: ไทยร่มเกล้า, ๒๕๕๘), หน้า ๓๙.

๒.) พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ) ได้กล่าวถึงเรื่องสติ ไว้ในหนังสือมหาสติปัฏฐานสูตรว่า ในการเจริญสติปัฏฐานนั้นมีไม่ใช่มีเพียงสติอย่างเดียว ต้องมีธรรมอันอื่นประกอบรวมได้แก่ วิริยะ และปัญญา ดังจะเห็นได้ว่าในพระสูตรต่าง ๆ จะมีการกล่าวถึงธรรม ๓ ประการนี้ที่เกิดร่วมกับสติว่า อาตปปี สมปะชาโน สติมา (มีความเพียรเผากิเลส มีปัญญาหยั่งเห็น มีสติ) นอกจากธรรม ๓ ประการนี้แล้วพระพุทธองค์ยังทรงแสดงสมาธิไว้โดยอ้อมเพราะสมาธิเกิดจากสติที่ต่อเนื่อง และเป็นเครื่องพัฒนาให้ปัญญาแก่กล้าขึ้นโดยลำดับ^{๑๙}

๓) พระพุทธโฆษาจารย์ ได้กล่าวถึงแนวทางวิปัสสนาเกี่ยวกับแนวทางการปฏิบัติไว้ในหนังสือ วิสุทธิมรรค (ฉบับแปลและอธิบาย เล่ม ๓) ว่า วิปัสสนาไว้ในหนังสือ วิสุทธิมรรค (ฉบับแปลและอธิบาย เล่ม ๓) ว่า วิปัสสนาที่หยั่งเห็นไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ คือ สัมมสมณญาณที่พิจารณาเห็นรูปนามเป็นกลุ่ม วิปัสสนาภาวนาที่มีกำลังอ่อน คือ อุทยัพพญาณ ภังคญาณ ภัยญาณ และอาทีนวญาณ ส่วนวิปัสสนาภาวนาที่มีกำลังมาก คือ นิพพิทาญาณเป็นต้นไป(วิปัสสนาที่หยั่งเห็นไตรลักษณ์เป็นอารมณ์) กล่าวถึงการพิจารณาเห็นเป็นกลุ่ม วิปัสสนาที่มีกำลังมากก็ได้ตั้งแต่การหยั่งเห็นความเป็นหน่วยเป็นต้นไป ต่ำกว่านั้นเป็นวิปัสสนาที่มีกำลังอ่อน^{๒๐}

๔) สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ) ได้กล่าวถึงแนวทางการปฏิบัติของวิปัสสนายานิกไว้ในหนังสือ อริยวังสปฏิปทาว่าวิปัสสนายานิก ที่เริ่มเจริญวิปัสสนาเป็นลำดับแรกโดยมิได้เจริญสมณะภาวนามาก่อนเท่านั้นควรพยายามกำหนดรู้รูปนามมีธาตุ ๔ (จตุธาตววัตถาน) ก่อนแล้วอบรมให้เกิดวิปัสสนาขณิกสมาธิซึ่งมีอำนาจกำจัดนิวรณ์ได้เช่นเดียวกับอุปปจารสมาธิ และเมื่อขณิกสมาธิแก่กล้าขึ้นก็จะเกิดวิปัสสนาปัญญาที่รู้เห็นรูปนามอย่างชัดเจนโดยปราศจากสมมุติบัญญัติใด ๆ คือนามรูปปริจเฉทญาณ เป็นต้น^{๒๑}

๕) สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต) ได้กล่าวถึงความหลุดพ้นไว้ในหนังสือชื่อ “พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย” สรุปความได้ว่า วิมุตติ หรือ ความหลุดพ้น ในระดับสูงสุด ใช้แตกต่างออกไป ๓ อย่าง คือ (๑) การหลุดพ้น กิริยาที่หลุดพ้นออกมาได้ หรืออาการที่เป็นไปในขณะหลุดพ้น เป็นอิสระ วิมุตติ ในความหมายอย่างนี้ ท่านเรียกว่าเป็น มรรค (๒) ความเป็นผู้หลุดพ้น คือความเป็น

^{๑๙} พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร**, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.), ตรวจชำระ, (พระคันธสาราภิงค์, แปล), (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๒๕.

^{๒๐} พระพุทธโฆษาจารย์, **วิสุทธิมรรค ฉบับแปลและอธิบาย เล่ม ๓**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, สมเด็จพระพุทธชินวงศ์, ตรวจชำระ, พระคันธสาราภิงค์, แปลและอธิบาย, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นการพิมพ์, ๒๕๓๙), หน้า ๒๔๐.

^{๒๑} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ), ป.ธ.๙, M.A., Ph.D., **อริยวังสปฏิปทา**, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๕๙

อิสระในเมื่อหลุดพ้นออกมาได้แล้ว วิมุตติในความหมายอย่างนี้ ท่านเรียกว่าเป็น ผล (๓) ภาวะแห่งความเป็นผู้หลุดพ้น ภาวะแห่งความเป็นอิสระที่ผู้หลุดพ้นหรือผู้เป็นอิสระนั้นเข้าถึง และรู้สึกได้ วิมุตติในความหมายอย่างนี้ คือหมายถึง นิพพาน นั่นเอง^{๒๒}

๖) สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายกได้กล่าวถึงโทษของกามไว้ในหนังสือสัมมาทิฐิว่า “กามคุณ กามก็มีคุณเป็นที่ตั้งของปิติโสมนัสดังกล่าวนั้น หาใช่มีคุณอย่างเดียวนะ ยังมีโทษอันเรียกว่า กามาทินพ โทษของกาม ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสแสดงชี้แจงอาทินพคือโทษของกามไว้เป็นอันมาก พิจารณาดูก็จะเห็นได้ว่า ทุก ๆ คนนั้นต้องมีทั้งราคะมีทั้งโทสะ มีทั้งโมหะ ถ้าว่ากามมีคุณโดยส่วนเดียวแล้ว ก็มีแต่ที่จะยินดีเพลิดเพลินสนุกสนานกันไปโดยส่วนเดียว แต่หาเป็นเช่นนั้นไม่ บางทีก็สมปรารถนาได้ตามต้องการ บางทีก็ไม่สมปรารถนาและมีเหตุขัด ในเมื่อไม่ได้ตามที่ต้องการตามที่รักใคร่ปรารถนา แต่ไปได้ในสิ่งที่ไม่ต้องการไม่รักใคร่ไม่ปรารถนา และยังมี ความหลงติดอยู่” ^{๒๓}

สรุปว่า แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ต้องมีสติ อบรมให้เกิดวิปัสสนาญาณสมาธิ ซึ่งมีอำนาจกำจัดนิวรณ์ได้เช่นเดียวกับอุปจารสมาธิ และเมื่อมีความเพียรอันแก่กล้าจนเกิดปัญญา หยั่งรู้ก่อนจะเกิดวิปัสสนาญาณวิมุตติ เป็นภาวะแห่งความเป็นผู้หลุดพ้น คือ นิพพาน นั่นเอง

๑.๖.๓.งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑) พระภุชญิก สิริธโร (จิรอุดมทรัพย์) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาการพัฒนาดนเพื่อ ความหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาดนเพื่อ ความหลุดพ้น คือ การศึกษา ผูกอบรมจิต ให้เกิดปัญญารู้ชัดตามความเป็นจริงของชีวิตในขั้น ๕ โดยความเป็นไตรลักษณ์ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา ขั้นตอนปฏิบัติในการพัฒนาดน คือ (๑) ไตรสิกขา (๒) อริยมรรคมีองค์ ๘ (๓) ภาวนา การปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความหลุดพ้นโดยตรง คือ การเจริญวิปัสสนา ภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ด้วยการกำหนดรู้ กาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อให้เกิดสมาธิและ

^{๒๒} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๔๙, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๖๐), หน้า ๔๒๙.

^{๒๓} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, สัมมาทิฐิ, (เชียงใหม่: โรงพิมพ์ นันทพันธ์, ๒๕๕๔), หน้า ๕๗.

ปัญญารู้แจ้งรูปนามโดยความเป็นไตรลักษณ์ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าเป็นทางเดียวเท่านั้นที่สามารถดับทุกข์และทำให้แจ้งนิพพานได้^{๒๔}

๒) พระมานัส นนทวิริโย ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ของวัดวิปัสสนาผาชันตำบลบ้านหม้อ อำเภอสรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย” ผลวิจัย ได้ประยุกต์วิธีการปฏิบัติขึ้นใหม่เพื่อให้ง่ายและสะดวกแก่การปฏิบัติแต่อยู่ภายในกรอบของสติปัฏฐาน ๔ ในคัมภีร์พระไตรปิฎกเถรวาท โดยวัตถุประสงค์หลัก เพื่อให้ผู้ปฏิบัติบุคคลพันทุกข์เข้าถึงมรรค ผล นิพพาน ซึ่งถือว่าเป็นผลสูงสุดในทางพระพุทธศาสนาวัตถุประสงค์รองมี ๔ ประการ คือทำให้ผู้ปฏิบัติมีสมาธิ มีความอดทน มีความพากเพียร มีปัญญาในการทำงานสามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้สามารถดับทุกข์ทางใจได้ สร้างกำลังใจให้มีความอดทนทำให้สามารถดำเนินชีวิตได้ตามทำนองคลองธรรม เป็นการสร้างสมบุญกุศลในระดับโลกียะเพื่อให้ผู้ปฏิบัติสามารถรักษาไว้ซึ่งสถานภาพความเป็นมนุษย์เพราะผู้ปฏิบัติมีสติสามารถรับรู้วิถีจิตของตนก่อนที่จะดับสิ้นชีวิต เพื่อให้ผู้ศึกษาปฏิบัติเข้าใจวิปัสสนากรรมฐานว่าคืออะไร ปฏิบัติอย่างไร ได้ผมแท้จริงหรือไม่^{๒๕}

๓) พระมหาวิรวงศ์ ปญญาวุฑโฒ (โกยรัมย์) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ในปาสราสีสูตร” ผลการวิจัยพบว่า กามคุณ ๕ คือกองแห่ง รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ที่เปรียบเทียบกับวงดักสัตว์ที่ส่งเคราะห์ เป็นวิปัสสนาภูมิ อันเป็นอารมณ์ที่เรียกว่า รูปนาม อันเป็นภูมิของวิปัสสนา ประกอบด้วยขั้น ๕ อย่างดังนี้ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ในการปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ พบว่า ละได้โดยการปฏิบัติ สมถะ และวิปัสสนา โดยอาศัยการปฏิบัติตามแนวทางแห่งสติปัฏฐาน ๔ ในการอบรมจิตให้สงบและหลุดพ้นจากกิเลส โดยการพิจารณารูปนาม คือ ธาตุ ๔ ขั้น ๕ ว่าตกอยู่ไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นสิ่งที่ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นจนเกิดความเบื่อหน่ายและสามารถพิจารณาเพื่อละจากกามคุณ ๕ ได้^{๒๖}

^{๒๔} พระภูวนิก สิริธโร (จิรอุดมทรัพย์), “ศึกษาการพัฒนาตนเพื่อการหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, สารนิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๑), บทคัดย่อ

^{๒๕} พระมานัส นนทวิริโย, “ศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ของวัดวิปัสสนาผาชัน ตำบลบ้านหม้อ อำเภอสรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐), บทคัดย่อ

^{๒๖} พระมหาวิรวงศ์ ปญญาวุฑโฒ (โกยรัมย์), “ศึกษาหลักปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ในปาสราสีสูตร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), บทคัดย่อ.

๔) นางเอี่ยมอร ชลวร ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาปัญญาในพระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า ปัญญามีความสำคัญเพราะเป็นเครื่องมือในการจัดการที่มีความจำเป็นต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ในหลายด้าน หากมนุษย์ดำเนินชีวิตอย่างขาดปัญญาจะทำให้พบกับปัญหาและความทุกข์มากมายปัญญา หมายถึง ธรรมชาติรู้ชัดหรือธรรมชาติเป็นเหตุรู้ชัด ในความหมายนี้เป็นปัญญาในความหมายตามศัพท์และไวยากรณ์ ส่วนความหมายตามเนื้อหาสาระ ปัญญา คือความรู้ทั่วความรู้เข้าใจชัดเจน กิริยาที่รู้ชัด และปรีชาหยั่งรู้ชัด ความรู้หรือปรีชาดังกล่าวสามารถจำแนกเห็นถึงเหตุผล สิ่งใดดี สิ่งใดไม่ดี และสิ่งนั้น ๆ มีคุณหรือโทษ ประโยชน์หรือมิใช่ประโยชน์ทั้งในระดับการดำรงชีพ และในระดับสูงสุดที่มุ่งการพ้นทุกข์อย่างยั่งยืน^{๒๗}

๕) แม่ชีอุบล ฝายบุญมา ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิธีการปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า วิธีการละกามคุณมีวิธีปฏิบัติ ๔ แนวทางคือละด้วยไตรสิกขา ละด้วยปหาน ละด้วยขณะเกิดทางอายตนะ และละด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา โดยการละด้วยไตรสิกขา ได้แก่ ๑) การใช้ศีลกำจัดกามนั้นก็คือให้ใช้อินทริยสังวร คือ การสำรวมอินทริยทั้ง ๖ ได้แก่ จักขุนทริย (สำรวมตา) โสณินทริย (สำรวมหู) ฆานินทริย (สำรวมจมูก) ชิวหินทริย (สำรวมลิ้น) กายินทริย (สำรวมกาย) และมนินทริย (สำรวมใจ) ของเรา ไม่ให้ยินดียินร้ายเมื่อเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องสัมผัสทางกาย และแม้แต่รับอารมณ์ทางใจ ๒) การกำจัดกามด้วยสมาธิ เช่น ใช้อสุภกรรมฐานเป็นตัวกำจัดกามโดยตรง ทำให้สมาธิตั้งมั่น ไม่มีนิวรณ์ อันมีกามตัณหา หรือกามคุณเกาะเกี่ยวได้นั่นเอง ๓) การกำจัดกามด้วยปัญญา คือใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นสังขารอันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาไม่มีอะไรที่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่า เป็นเรา เป็นของของเรา^{๒๘}

๖) พระจักรพงษ์ ปิยธมโม (โหมเพชร) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาทุกขเวทนาที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” พบว่าการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาถ้าผู้ปฏิบัติยังไม่สามารถยกจิตเข้าสู่วิปัสสนาญาณได้ การบรรลุมรรค ผล นิพพาน จะไม่เกิดขึ้นเลย มีความสำคัญในฐานะของเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา เป็นเอกลักษณ์สำคัญที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ ปราภฏเฉพาะในพระพุทธศาสนาเท่านั้น การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีอยู่ ๒ ประการ คือ ๑) สมถภาวนา ที่เป็นวิธีทำให้ใจสงบด้วยสมถะได้แก่การกำหนดผูกใจไว้กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้เป็นอารมณ์ ให้จิตมั่นคงแน่วแน่มั่นคงลงไปสู่อารมณ์เดียว จนเกิดเป็นอัปปนาสมาธิ เมื่อสมาธิแนบแน่นเต็มที่จะเกิดภาวะจิตที่เรียกว่า ฌาน มุ่งหมายเพื่อคือละนิวรณ์ เรียกว่า สมถยานิก และ ๒) วิปัสสนาภาวนายานิก ที่เป็นการมีสติรู้อารมณ์ตรงตามความเป็นจริง และยึดมั่นถือมั่นด้วยอำนาจอวิชชา อุปาทาน ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

^{๒๗} นางเอี่ยมอร ชลวร, “การพัฒนาปัญญาในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, สารนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

^{๒๘} แม่ชีอุบล ฝายบุญมา, “ศึกษาวิธีการปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ

มีสติกำหนดรู้จนเกิดปัญญาในยถาภูตญาณทัสสนะ มีจุดมุ่งหมายสูงสุดอยู่ที่การหมดสิ้นกิเลส จนพ้นออกไปจากกองทุกข์ทั้งปวงได้เข้าสู่นิพพาน หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า วิปัสสนาญาณิก ^{๒๙}

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยยังไม่พบงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ ทันตภูมิสูตร ซึ่งว่าด้วยการฝึกฝนอบรมตนให้พ้นจากกองทุกข์และกระทำพระนิพพานให้แจ้งจนบรรลุ อรหัตตผล อันเป็นปรมาตมประโยชน์อย่างจริงจัง โดยเฉพาะในแง่ของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอัน เป็นเงื่อนไขสำคัญเพื่อบรรลุไปสู่เป้าหมายสูงสุด ดังนั้น การศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งเน้นศึกษาเพิ่มเติมใน รายละเอียด อันจะเป็นประโยชน์เกื้อกูล เป็นพื้นฐานในสำคัญการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาให้มีความก้าวหน้าเพื่อดำเนินสู่ทางมรรค ผล นิพพานสืบต่อไป

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันตภูมิสูตรเป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ผู้วิจัยได้แบ่งการวิจัย วิธีสืบค้นข้อมูลและลำดับเอกสารไว้ดังนี้

๑.๗.๑ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ คือ คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙

๑.๗.๒ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ คือ คือ อรรถกถาพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๕๒-๒๕๕๙ ฎีกา อนุฎีกา และปกรณ์วิเสส ตลอดจนเอกสาร หนังสือ ตำราวิชาการ บทความ หนังสือ และ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่างๆ ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

๑.๗.๓ เรียบเรียงข้อมูลและตรวจสอบความถูกต้องกับคัมภีร์พระไตรปิฎก

๑.๗.๔ นำข้อมูลที่ได้จากแหล่งทั้งสองดังกล่าวแล้ว มาศึกษาวิเคราะห์จัดเป็นหมวดหมู่

๑.๗.๕ สรุปและนำเสนอข้อมูลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไข เรียบเรียงแบบบรรยายเชิงพรรณนา แล้วนำเสนอเป็นสารนิพนธ์

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบเนื้อหาและสาระสำคัญในทันตภูมิสูตร

๑.๘.๒ ทำให้ทราบแนวทางปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันตภูมิสูตร

^{๒๙} พระจักรพงษ์ ปิยธมโม (โหมเพชร), “ศึกษาทุกขเวทนาที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙), หน้า ๑๔๔

บทที่ ๒

เนื้อหาและหลักธรรมที่สำคัญในทนต์ภูมิสูตร

ในบทนี้เป็นการศึกษาเกี่ยวกับโครงสร้างเนื้อหาและหลักธรรมสำคัญที่ปรากฏในทนต์ภูมิสูตร ผู้วิจัยต้องการจะยกเนื้อหาสาระที่สำคัญที่ปรากฏในทนต์ภูมิสูตรมาแสดงว่ามีความเป็นมาอย่างไร รวมถึงหลักธรรมสำคัญที่เกี่ยวข้องกับวิปัสสนากรรมฐานที่ปรากฏอยู่ในพระสูตรนี้ ดังนั้นจึงได้กำหนดขอบเขตและประเด็นกรณีศึกษาไว้ ดังนี้

๒.๑ ความหมายของทนต์ภูมิสูตร

๒.๒ ความเป็นมาของทนต์ภูมิสูตร

๒.๓ เนื้อหาและสาระความสำคัญในทนต์ภูมิสูตร

๒.๔ หลักธรรมสำคัญที่ปรากฏในทนต์ภูมิสูตร

๒.๕ สรุปท้ายบท

๒.๑ ความหมายของทนต์ภูมิสูตร

ทนต์ภูมิสูตร เป็นหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ว่าด้วยภูมิของผู้ฝึกแล้ว^๑ ซึ่งอยู่ในพระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ ให้ความหมายไว้ว่า

คำว่า ทนต์ภูมิสูตร ตัดบทเป็น ทนต์+ภูมิ+สูตร

ทนต์ แปลว่า ผู้ฝึกแล้วเป็นวิเสสณะของบุคคล

ภูมิ แปลว่า พื้น ชั้น หรือระดับ เช่น พื้นความรู้ ภูมิปัญญา

สูตร แปลว่า พระพุทธพจน์ที่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า

แยกศัพท์เป็นภาษาบาลีว่า ทนต์สส (บุคคลสส) + ภูมิยา + สุตตัม

ทนต์สส ศัพท์เดิมเป็น ทนต์ ลง ส ฉฐฐีวิภัติ ฝายเอกวจนะ เอา ส กับ อ ที่สุดศัพท์แห่งทนต์ เป็น สส สำเร็จรูปเป็น ทนต์สส แปลว่า ผู้ฝึกแล้ว (บุคคล)

ภูมิยา ศัพท์เดิมเป็น ภูมิ ศัพท์ ลง ส ฉฐฐีวิภัติ ฝายเอกวจนะ อิตถิลิงค์อยู่หน้า เอา ส ฉฐฐีวิภัติฝายเอกวจนะเป็น ยา สำเร็จรูปเป็น ภูมิยา แปลว่า แห่งภูมิวิเคราะห์ศัพท์ว่า สุตตติ สุตต แปลว่า สิ่งที่ยาวออกไป (สุจ ธาตุในความหมายว่าไป, เป็นไป ต ปัจจัย, ลบสระที่สุตธาตุ, แปลง จ เป็น ต)

^๑ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๑๔/๒๔๗.

สุดต แปลว่า พระสูตร ปาพจน์ พระพุทธพจน์ วิเคราะห์ศัพท์ว่า อภิสเวติ อตเถติ สุดต แปลว่า พจน์ที่หลังเนื้อความออกมา สุ ธาตุ ในความหมายว่า ไหล, หลัง (ต ปัจจัย ช้อน ต)

สุดต ศัพท์เดิมเป็น สุดต ศัพท์ ลง สี ปฐมาวิภัติ ฝายเอกวจนะ เอา อ ที่สุดศัพท์แห่งการันต์ กับ สี เป็น อ สำเร็จรูปเป็น สุดต แปลว่า สูตรหรือพระสูตร^๒

สูตร เป็นพระธรรมเทศนาหรือธรรมกถาเรื่องหนึ่ง ๆ ในพระสูตรตันตปิฎก แสดงเจือด้วย บุคคลาธิษฐาน, ถ้าพูดว่าพระสูตรมักหมายถึงพระสูตรตันตปิฎกทั้งหมด^๓ ดังนั้น สูตร คือ หัวข้อธรรม หรือหลักธรรมเรื่องหนึ่ง ๆ

ดังได้กล่าวมาในเบื้องต้น สรุปความได้ว่า ทันตภูมิสูตร แปลเป็นคำภาษาไทยตามหลักสัทนัยว่า พระสูตรแห่งภูมิของบุคคลผู้ฝึกแล้ว ปรากฏในพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย คัมภีร์สูตรตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปปัณณาสกเถกที่ ๑๔ หน้า ๒๔๖ - ๒๕๕

๒.๒ ความเป็นมาของทันตภูมิสูตร

ที่มาของชื่อ “ทันตภูมิสูตร” ได้แก่พระสูตรที่ว่าด้วยภูมิของผู้ฝึกแล้ว ขึ้นนี้ตั้งตามเนื้อหาสาระของพระสูตร ที่มาของพระสูตร พระสูตรนี้พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแก่สามเณรจิวตะ ขณะประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน เขตกรุงราชคฤห์ โดยทรงปรารภคำกราบทูลของสามเณรเรื่องที่ขยเสนราชกุมาร (พระโอรสของพระเจ้าพิมพิสาร) ไม่ทรงเชื่อว่า ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ ผู้ไม่ประมาท มีความเพียรอุทิศกายและใจอยู่ จะบรรลุจิตแตกคตตา (สภาวะที่จิตมีอารมณ์เดียว) ได้ เหตุเกิดของพระสูตรนี้ จัดอยู่ในประเภท ปุจฉาวิสัทธิ คือ ทรงแสดงเพื่อตอบปัญหาของผู้ถาม

รูปแบบของทันตภูมิสูตร เป็นบรรยายโวหารแบบถาม – ตอบ มีอุปมาอุปไมยประกอบ

ใจความสำคัญของพระสูตร พระผู้มีพระภาคตรัสกับสามเณรจิวตะว่า ขยเสนราชกุมาร ยังบริโภคกามจักทรงรู้เห็นสภาวะที่จิตมีอารมณ์เดียวได้อย่างไร เหมือนช้าง ม้า โค ที่ไม่ได้ฝึกไม่สำเร็จ ภูมิของสัตว์ที่ฝึกแล้ว เหมือนผู้ยืนอยู่ที่เชิงภูเขา มองไม่เห็นสิ่งที่ผู้ยืนอยู่บนยอดภูเขามองเห็น

ทรงอุปมาต่อว่า พระองค์ฝึกมนุษย์และเทวดาเหมือนควาญช้างฝึกช้างป่า คือ ควาญช้าง จับช้างป่ามาทั้งที่ช้างนั้นยังหวงถิ่นของตนแล้วนำมาฝึกฝนด้วยวิธีการต่าง ๆ จนช้างป่าเหมาะที่จะเป็น ช้างทรงของพระราชพาพระองค์ก็เช่นกันทรงฝึกมนุษย์และเทวดาซึ่งยังหวงถิ่นคือกามคุณ ๕ จนกลายเป็นพระอรหันต์ สิ้นอาสวะและเป็นทักษิณียบุคคล

^๒ พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดศัพท์วิเคราะห์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๕๐), หน้า ๗๑๗.

^๓ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิกจำกัด, ๒๕๖๐), หน้า ๓๕๐.

ข้อสังเกต เนื้อหาของพระสูตรนี้มีความลึกซึ้งมาก เพราะทรงแสดงตั้งแต่ภูมิของผู้ที่ยังไม่ได้ฝึก จนถึงภูมิของผู้ที่ได้รับการฝึกแล้ว คือภูมิของพระอรหันต์ แต่เพราะพระผู้มีพระภาคทรงอธิบายโดยใช้อุปมาอุปไมยประกอบหลายข้อเพื่อให้เหมาะกับผู้ฟังระดับต่าง ๆ จึงทำให้อ่านเข้าใจได้ง่าย ขอให้ สังเกตว่าที่ทรงอธิบายโดยใช้อุปมาอุปไมยอย่างนี้ก็เพราะ พระองค์ทรงประสงค์จะสอนวิธีแสดงธรรม แก่สามเณรจิวตะไปในตัวด้วย

๒.๓ เนื้อหาและสาระสำคัญในทนต์ภูมิสูตร

๒.๓.๑ เนื้อหาของทนต์ภูมิสูตร

เมื่อทราบถึงโครงสร้างความหมายและที่มาของทนต์ภูมิสูตรแล้ว จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องนำเนื้อหาและสาระสำคัญที่ปรากฏในพระไตรปิฎกมาสนับสนุนและแสดงไว้เพื่อให้เห็นเป็นรูปธรรมว่าความจริงแล้วทนต์ภูมิสูตรนั้นมีเนื้อหากล่าวไว้ที่ไหนและว่าด้วยเรื่องอะไร ซึ่งพระสูตรนี้พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแก่สามเณรจิวตะ ขณะประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน เขตกรุงราชคฤห์ โดยทรงปรารภคำกราบทูลของสามเณรเรื่องที่ขยเสนราชกุมารไม่ทรงเชื่อว่า ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ ผู้ไม่ประมาท มีความเพียรอุทิศกายและใจอยู่ จะบรรลุจิตแตกคตาได้ จึงทรงแสดงอธิบายแก่ความสงสัยแก่สามเณรจิวตะ โดยใจความสำคัญของพระสูตรสรุปได้ดังนี้

๑. อัคคิเวสสนะขยเสนราชกุมารพึงได้ประโยชน์จากความ ที่ฟังในภาจิตของเธอนี้แต่ที่ ไหน เป็นไปไม่ได้ที่ขยเสนราชกุมาร ผู้ยังอยู่ท่ามกลางกาม ยังบริโศคกาม ถูกกามวิตกรุมเร้า ถูกความเร้าร้อนเพราะกามแผดเผา ยังชวนชวายในการแสวงหากามอยู่ จักทรงรู้ ทรงเห็น หรือทรงทำให้แจ้งจิตแตกคตาที่บุคคลพึงรู้ พึงเห็น พึงบรรลุ พึงทำให้แจ้ง ด้วยเนกขัมมะได้แล้วพระองค์ก็ทรงอุปมาอุปไมย แสดงแก่สามเณรจิวตะต่อไปว่า

๒. เปรียบเหมือนช้างที่ควรฝึกคู่หนึ่ง ม้าที่ควรฝึกคู่หนึ่ง หรือโคที่ควรฝึกคู่หนึ่ง ที่ผู้ฝึกดีแล้ว หัดดีแล้ว กับ ช้าง,ม้า,โคที่เขาไม่ได้ฝึก ไม่ได้หัดเลย เธอเข้าใจความข้อนั้นว่าอย่างไร คือช้างที่ควรฝึก ม้าที่ควรฝึกดีแล้วหัดดีแล้ว นั้นแหละ จะเรียนรู้เหตุการณ์ที่ผู้ฝึกฝึกแล้ว พึงสำเร็จภูมิที่ผู้ฝึกฝึกแล้ว ได้ ฉะนั้นเหมือนกัน เป็นไปไม่ได้ที่ผู้ยังอยู่ท่ามกลางกาม ยังบริโศคกาม ถูกกามวิตกรุมเร้า ถูกความเร้าร้อนเพราะกามแผดเผา ยังชวนชวายในการแสวงหากามอยู่ จักทรงรู้ ทรงเห็น หรือทรงทำให้แจ้งจิตแตกคตาที่บุคคลพึงรู้ พึงเห็น พึงบรรลุ พึงทำให้แจ้ง ด้วยเนกขัมมะได้

๓. เปรียบให้เห็นถึง สหาย ๒ คนขึ้นไปยังบนภูเขาสหายคนหนึ่งยืนอยู่ที่เชิงภูเขาเบื้องล่าง สหายคนหนึ่งขึ้นไปบนภูเขา สหายคนหนึ่งยืนอยู่ที่เชิงภูเขาเบื้องบนย่อมมองเห็นสวนอันน่ารื่นรมย์ ป่าไม้ อันน่ารื่นรมย์ ภูมิประเทศอันน่ารื่นรมย์ และสระโบกขรณีอันน่ารื่นรมย์ 'กว่าผู้ที่ยืนอยู่เชิงภูเขาเบื้อง

ล่าง ฉะนั้นเหมือนกัน ผู้ถูกกองอวิชาใหญ่ยิ่งกว่าภูเขาถูกนั้นกันไว้ ปิดบังไว้ รังรัดไว้ ห่อหุ้มไว้ ยังอยู่ท่ามกลางกายยังบริโภคมกาม ถูกกามวิตกรุมเร้าถูกความร้อนเพราะกามแผดเผายังชวนชวนในการแสวงหากาม จักทรงรู้ ทรงเห็นหรือทำให้แจ้งซึ่งธรรมที่บุคคลพึงรู้ พึงเห็น พึงบรรลุ พึงทำให้แจ้งด้วยเนกขัมมะได้^๕

๔. พระองค์ดำรัสว่า ให้เห็นถึงผู้ที่นั่งห่มผ้ากาสาหวัดพัดร่อนออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิต ด้วยเหตุเพียงเท่านั้นแล เขาเชื่อว่าเป็นอริยสาวก อยู่ในที่แจ้ง ความจริง เทวดาและมนุษย์ทั้งหลายยังห่วงถิ่นคือกามคุณ ๕ อยู่ ตถาคตจึงแนะนำเธอให้ยิ่งขึ้นไปอีกว่า “มาเถิด ภิกษุ เธอจงเป็นผู้มีศีลสำรวมด้วยการสังวรในปาติโมกข์เพียบพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร จงเป็นผู้มีปกติเห็นภัยในโทษแม้เล็กน้อย แล้วสมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย” พระอริยสาวกเป็นผู้มีศีลอันสำรวมด้วยการสังวรในปาติโมกข์เพียบพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร เป็นผู้ที่มีปกติเห็นภัยในโทษแม้เล็กน้อย สมาทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลายได้ ตถาคตจึงแนะนำเธอให้ยิ่งขึ้นไปอีกว่า ‘มาเถิด ภิกษุ เธอจงเป็นผู้คุ้มครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย

๕. เปรียบถึงภิกษุนั้นเป็นผู้อดทน คือ มีชาติของผู้อดทนต่อความหนาว ความร้อน ความหิว ความกระหาย ต่อสัมผัสอันเกิดจากเหลือบยุ้ง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย ต่อถ้อยคำที่กล่าวร้าย ถ้อยคำที่ใส่ร้าย ต่อทุกขเวทนาที่กล่าวอย่างหนัก เผ็ดร้อน อันมีในสรีระที่เกิดขึ้นแล้ว ต่อความไม่สำราญ ต่อความไม่ชอบใจ พอจะคร่าชีวิตได้ ภิกษุนั้นก้าวจัตราคะ โทสะ โมหะทั้งปวงและก้าวจัตราภิเลสเพียงดั่งน้ำฝนได้แล้ว เป็นผู้ควรแก่ของที่เขานำมาถวาย ควรแก่ของต้อนรับควรแก่ทักษิณา ควรแก่การทำอัญชลี เป็นนาคบุญอันยอดเยี่ยมของโลก

๖. พระองค์ชี้ถึงเมื่อภิกษุนั้นละนิวรณ์ ๕ นี้ อันเป็นเครื่องเศร้าหมองแห่งจิต เป็นเครื่องทอนปัญญาให้ถอยกำลังได้แล้ว พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียรมีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้^๖ กล่าวต่อว่าอัคคิเวสสนะ ความขู่ข้างฝั่งเสาตะลุงใหญ่ลงในแผ่นดิน ล่ามคอข้างป่าไว้อย่างมั่นคง เพื่อแก้ไขปกติของสัตว์ป่า แก้ไขความสับสนของสัตว์ป่า และแก้ไขความกระวนกระวาย ความลำบากใจและความเร่าร้อนใจของสัตว์ป่า เพื่อให้ข้างป่านั้นยินดีในแดนบ้าน ให้เปลือยเปลือยในปกติที่มนุษย์ต้องการ แม้ฉันทอริยสาวกก็ฉันทนั้นเหมือนกัน ชื่อว่าผูกใจไว้แล้วกับสติปัฏฐาน ๔ นี้ เพื่อแก้ไขปกติที่ยังผูกพันอยู่กับเรือน แก้ไขความสับสนที่ยังผูกพันอยู่กับเรือน แก้ไขความกระวนกระวายความลำบากใจและความเร่าร้อนใจที่ผูกพันอยู่กับเรือน เพื่อบรรลุอายุธรรม^๗ เพื่อให้แจ้งนิพพาน

^๕ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๑๕/๒๔๗.

^๖ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๑๙/๒๕๒.

^๗ ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๑๙/๑๔๔.

๗. พระองค์ตรัสต่อว่า เปรียบเหมือนช้าง ถ้าช้างหลงแก่ที่ความชังยังไม่ได้ฝึก ไม่ได้หัด ล้มลง (ตาย) ย่อมถึงการนับว่า ‘ช้างหลงแก่ล้มอย่างไม่ได้ฝึก’ ถ้าช้างหลงแก่ที่ความชังฝึกดีแล้ว หัดดีแล้ว ล้มลง ย่อมถึงการนับว่า ‘ช้างหลงแก่ล้มอย่างฝึกแล้ว’ ถ้าภิกษุพุนนวกะ ผู้เป็นมัจฉิมะ ผู้เป็นผู้เป็นชีนาสพมรณภาพลง ย่อมถึงการนับว่า ‘ภิกษุพุนนวกะมรณภาพลงอย่างฝึกแล้ว’ ฉะนั้น เหมือนกัน” พระผู้มีพระภาคได้ตรัสภาษิตนี้แล้ว อจิรวตะ สมณทูตเทสมีใจยินดีชื่นชมพระภาษิตของ พระผู้มีพระภาคเป็นอย่างยิ่ง

สรุปว่า เนื้อหาของทนต์ภูมิสูตร พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงภูมิของผู้ที่ฝึกแล้ว หมายถึง ผู้ที่ฝึก ไว้ดีแล้วสามารถดำเนินชีวิตไปสู่วิถีชีวิตที่ดีงาม ตลอดจนพัฒนาตนให้พ้นห่างแห่งวัฏสงสารกำจัดกิเลส ได้อย่างสิ้นเชิงจนบรรลุอริยมรรค อริยผล พ้นจากกองทุกข์ได้ เปรียบเสมือนว่าผู้ไม่ประมาท มีความ เพียรอุทิศกายและใจอยู่ จักสามารถบรรลุจิตเตกัคคตาได้ แต่ถ้ายังประมาท ยังชวนชวายบริโภคมกาม จะรู้เห็นสภาวะที่จิตมีอารมณ์เดียวได้อย่างไร เปรียบเหมือนช้าง ม้า โค ที่ไม่ได้ฝึกก็ไม่สำเร็จภูมิของ สัตว์ที่ฝึกแล้ว เหมือนผู้ยืนอยู่ที่เชิงเขามองไม่เห็นสิ่งที่ผู้ยืนอยู่บนยอดภูเขามองเห็น เหมือนองค์พระ ศาสตราฝึกมนุษยและเทวดาทั้งหลาย ทำมนุษยและเทวดาที่ยังคงหลงใน ที่นี้คือ กามคุณ ๕ จน สามารถละทิ้งถิ่นอันหวนแหวนฝึกปฏิบัติตนจนสำเร็จพระอรหันต์ สิ้นอาสวะกิเลสอย่างสิ้นเชิงได้”

๒.๓.๒ สารสำคัญของทนต์ภูมิสูตร

สารสำคัญของทนต์ภูมิสูตร พระองค์ทรงอุปมาไว้ พระองค์ฝึกมนุษยและเทวดาเหมือน ความชังฝึกช้างป่า คือ ความชังจับช้างป่ามาทั้งที่ช้างนั้นยังหวงถิ่นของตนแล้วนำมาฝึกฝนด้วย วิธีการต่าง ๆ จนช้างป่าเหมาะที่จะเป็นช้างทรงของพระราช เปรียบเหมือนผู้ยังอยู่ท่ามกลางกาม ยัง บริโภคมกาม ถูกกามวิตกรุมเร้า ถูกความเร่าร้อนเพราะกามแผดเผา ยังชวนชวายในการแสวงหากามอยู่ จักรู้ จักเห็น จักทำให้แจ้ง “จิตเตกัคคตา” ได้อย่างไร คำว่า “จิตเตกัคคตา” คือจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง เดียว โดยทำจิตตั้งอยู่ในอารมณ์ที่เพ่งอันเดียว ชื่อว่าจิตทรงสมาธิ มนุษย์และเทวดาถ้าสามารถละ ความลุ่มหลงในกามคุณ ๕ ด้วยการฝึกตน พัฒนาตนให้เจริญขึ้นจากปุถุชนไปถึงอริยชนเป็นชีนาสพ สำเร็จพระอรหันต์ สิ้นอาสวะได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาสาระสำคัญที่ปรากฏในพระสูตร นั่นคือทนต์ ภูมิสูตร และ จิตเตกัคคตา ไว้ดังต่อไปนี้

ก) ทนต์ภูมิสูตร

ทนต์ภูมิ หมายถึงภูมิของผู้ที่ฝึกตนไว้ดีแล้ว ได้ชื่อว่าภูมิที่เกิดจากฝึกตน อบรมพัฒนาตน ให้เจริญขึ้น “ทนต์” แปลว่า ผู้ฝึกแล้ว “ภูมิ” แปลว่า พื้น, ชั้น, หรือระดับ เช่น พื้นความรู้ ภูมิปัญญา หมายถึง การพัฒนาตนโดยการศึกษาเรียนรู้ความจริงของชีวิต คือ อริยสัจ ๔ ที่ปรากฏในร่างกายและ จิตใจ ให้ดำเนินไปในวิถีชีวิตที่ถูกต้องและดีงาม ตลอดจนสามารถกำจัดกิเลสต่าง ๆ ออกได้ไป

ตามลำดับ พ้นจากความเป็นปุถุชนกลายเป็นอริยบุคคลตามลำดับขั้นของการพัฒนา จนในที่สุดถึงความหลุดพ้นจากทุกข์ ไม่ตกอยู่ในอำนาจครอบงำของกิเลส เป็นผู้บรรลุจุดหมายปลายทางแล้ว^๘

การฝึกตน มาจาก คำว่า “พัฒนา” แปลว่า เจริญหรือทำให้เจริญ ตรงกับศัพท์ว่า ภาวนา มาจากคำบาลีว่า ภเวติ หมายถึง การฝึกอบรม ส่วนคำว่า “ตน” ในทางพระพุทธศาสนาได้แก่ ชั้นที่ ๕ หมายถึงกองแห่งรูปธรรมและนามธรรมทั้ง ๕ ที่ทำให้เกิดเป็นตัวตนหรือชีวิตขึ้นมา ในหนังสือมังคลัตถทีปนีแปล เล่ม ๑ ท่านกล่าวว่า จิตและอัทธภาพทั้ง ๒ นั้นเรียกว่า ตน เพราะอรธว่าไป ได้แก่ แล่นไปสู่ภพน้อยภพใหญ่ประสบทุกข์ในสงสารโดยชาติและชรา เป็นต้น ติดต่อกัน^๙ การพัฒนาตนในทางพระพุทธศาสนาแบ่งออกเป็น ๒ ลักษณะ คือ

๑) การกระทำในลักษณะที่มีผลทำให้กุศลธรรมเกิดขึ้น และที่เกิดขึ้นมีอยู่แล้ว ให้ดำรงคงอยู่มิให้เสื่อม เพิ่มขึ้นเจริญงอกงามยิ่งขึ้น เช่น บำเพ็ญ, ภาวนา, เจริญภาวนา, รักษา, เพิ่มพูน ฯลฯ

๒) การกระทำในลักษณะที่มีผลป้องกันการเกิดอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดในตน ทำให้อกุศลธรรมที่มีอยู่ให้สิ้นไป หรือให้ลดน้อยเบาบางลง เช่น สังวร, สำรวม, คู้มครอง, ระวังปิดกั้น, ควบคุม, กำจัด ฯลฯ

การฝึกตนเพื่อให้เป็นไปในแนวทางสัมมาทิฐินั้น จำเป็นต้องกระทำทั้งสองลักษณะดังกล่าวควบคู่กันไป ทั้งในส่วนที่รักษา เพิ่มเติมกุศลธรรม กับ ในส่วนที่ควบคุม ปิดกั้น กำจัดอกุศลธรรม เมื่อกล่าวโดยรวม การพัฒนาทั้งสองลักษณะสามารถแสดงยกย่องและสงเคราะห์ลงได้ในคำว่า “ฝึกฝน” และ “อบรม” ตามอรรถกถา ท่านกล่าวว่าฝึกตนด้วยสามารถแห่งการตามประกอบกัมมัญฐาน หัวใจของการพัฒนาตนจะอยู่ที่การฝึกอบรมอินทรีย์ เพราะการบรรลุธรรมจะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อปัจจัยแห่งอินทรีย์ถึงพร้อม ได้แก่ ความแก่กล้าของอินทรีย์ ดังปรากฏในปาราปริยเอรคาถาที่ว่า “อินทรีย์ทั้งหลายนั้นแหละ ย่อมมีไว้เพื่อเป็นประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์สำหรับมวลมนุษย์ อินทรีย์ที่ไม่ได้ระวังรักษาย่อมเป็นไปเพื่อมิใช่ประโยชน์ ส่วนอินทรีย์ที่ระวังรักษาแล้วย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์ .. ผู้ใดไม่ห้ามจักขุนทรีย์ที่เป็นไปในรูปทั้งหลาย ไม่ห้ามโสติดินทรีย์ที่เป็นไปในเสียงทั้งหลาย ผู้นั้นย่อมพ้นจากทุกข์ไม่ได้เลย...คนมีกำลัง เมื่อจะลากไม้ย่อมใช้ลิ้มตอกลิ้ม ฉันทิ ภิคุผู้ฉลาดก็ฉันทินั้น ย่อมใช้อินทรีย์นั้นแหละขจัดอินทรีย์...นรชนใดอบรมศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา ใช้อินทรีย์ ๕ ฝึกอินทรีย์ ๕ เป็นพราหมณ์ไม่มีทุกข์ ถึงอนุปาทิเสสนิพพาน”^{๑๐}

^๘ พ.ร. (ไทย) ๒๕/๙๐/๕๖.

^๙ พระสิริมังคลาจารย์, มงคลัตถทีปนีแปล เล่ม ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๒๘), หน้า ๑๗๓.

^{๑๐} พ.เถร. (ไทย) ๒๖/๗๒๘-๗๔๕/๔๖๓-๔๖๕.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงการพัฒนาตนไว้ในหนังสือชื่อ “หลักแม่บทของการพัฒนาตน” สรุปความได้ว่า สิกขา เป็นคำบาลี แปลว่า การศึกษา การเรียนรู้ การฝึกอบรม ตรงกับคำว่า ไตรสิกขา หมายถึง ภาวนา ทมะ และสิกขา คำว่า ภาวนา ใช้ในเรื่องของการปฏิบัติธรรมทุกอย่างในทางพระพุทธศาสนา คำว่า ไตรสิกขา อันได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ครอบคลุมการปฏิบัติทั้งหมด ส่วน คำว่า ทมะ นั้นมุ่งใช้ถึงคุณสมบัติของบุคคล พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการพัฒนาตน ซึ่งเป็นแกนกลางของการปฏิบัติทั้งหมดในพระพุทธศาสนา ผู้ที่บรรลุเป้าหมายอันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา ท่านเรียกว่า บุคคลที่พัฒนาตนแล้ว หรือผู้มีตนอันพัฒนา แล้ว ตรงกับคำบาลีว่า ภาวิตตะ หรือ ผู้มีตนอันฝึกฝนแล้ว ตรงกับคำบาลีว่า อตตันทตะ^{๑๑}

สอดคล้องกับงานวิจัยพุทธศาสตรมหาบัณฑิต ของพระภุชณิก สิริธโร เรื่อง “ศึกษาการพัฒนาเพื่อการหลุดพ้นในการปฏิบัติปัสสนาภาวนา”^{๑๒} ได้กล่าวไว้ว่า การฝึก อบรม พัฒนาตนเป็นลำดับขั้นขึ้นไป วิธีปฏิบัติที่ถูกต้องต่อความทุกข์ก็คือ ต้องเพียรพยายามทำเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นด้วยการกำหนดรู้ จนกว่าอาสวะกิเลสสิ้นไป เพราะเมื่อเพียรกำหนดรู้ทุกข์อยู่แล้วจะสามารถพัฒนาตนให้รู้ถึงธรรมอันประณีตกว่า ต้องเพียรปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความสุขที่สูงขึ้นไป จนถึงสุขสูงสุดที่เป็นภาวะอันไร้ทุกข์โดยสิ้นเชิง ดังพระพุทธดำรัสที่ปรากฏในคัมภีร์พระสูตรตันตปิฎก มัชฌิมนิคาย อานาปานัสสติสูตรว่า “เธอทั้งหลายในธรรมวินัยนี้ จงปรารภความเพียรเพื่อถึงธรรมที่ตนยังไม่ถึง เพื่อบรรลุธรรมที่ตนยังไม่บรรลุ เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ตนยังไม่ทำให้แจ้งให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปเถิด”^{๑๓}

สรุปได้ว่า ภูมิของผู้ฝึกแล้ว หมายถึง การพัฒนาตนให้เจริญขึ้น ด้วยวิธี การฝึกฝน อบรม จิต เจริญสมาธิเพื่อให้เกิดปัญญาด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา ปฏิบัติผ่าน ตามภูมิขั้นของจิต จนในที่สุดถึงความเป็นอิสระ เลื่อนภูมิจิตของตนให้สูงขึ้น เข้าสู่โลกุตระภูมิสำเร็จเป็นพระชินาสพลินอาสวกิเลสในที่สุด

ข) จิตเตกัคคตา

สาระสำคัญอีกข้อในพันตภูมิสูตร คือ คำว่า “จิตเตกัคคตา” คือ ความมีอารมณ์อย่างเดียวของจิต การที่จิตมีอารมณ์เป็นอันเดียวเมื่อจิตตั้งอยู่ในอารมณ์ที่เพ่งอันเดียวแล้ว ชื่อว่าจิตทรงสมาธิ ดังนั้นมนุษย์และเทวดาซึ่งยังหวั่นไหว ในที่นี้ คือกามคุณ ๕ ย่อมสามารถฝึกตน ด้วยการฝึกตน พัฒนาตนให้เจริญขึ้นตามลำดับของภูมิปัญญาของตน จนฝึกตนจากปุถุชนจนถึงอริยชนก้าวไปสู่ชินาสพลสำเร็จพระอรหันต์ สิ้นอาสวะและเป็นทักขิณียบุคคลได้ ผู้วิจัยรวบรวมไว้ดังนี้

^{๑๑} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **หลักแม่บทของการพัฒนาตน**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๘, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม, ๒๕๖๐), หน้า ๑๒-๑๔.

^{๑๒} พระภุชณิก สิริธโร, “ศึกษาการพัฒนาเพื่อการหลุดพ้นในการปฏิบัติปัสสนาภาวนา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐), หน้า ๕๐.

^{๑๓} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๕/๑๘๔.

จิตเตกัคคตา แยกเป็น จิต + เอกคฺค คือ จิต นึกคิด + เอกคฺค แปลว่า มีอารมณ์เป็นหนึ่ง หรือเป็นเลิศ รวมความแบบพยัญชนะว่า ความเป็นผู้มีจิตดวงเดียวอันเลิศ จิตเตกัคคตา ลง ตา ปัจจัย ใน ภาวะตฺทิตฺตฺตา เอา เอก สนธิกับ อคฺค เป็น เอกคฺค แล้วสนธิ กับ จิตฺต เป็น จิตเตกคฺค แล้ว ลง ตา ปัจจัย ภาวะตฺทิตฺตฺตาข้างต้น เพื่อให้เข้าใจในคำว่าจิตเตกัคคตาผู้วิจัยได้ค้นคว้าและรวบรวมจากคัมภีร์ และตำราของนักวิชาการที่เกี่ยวข้องมาขยายความไว้ดังนี้

พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์ ได้แสดงและวิเคราะห์ศัพท์ ว่า เอกคคฺตา : จิตตั้งมั่น, ความสงบแห่งจิต, ความที่จิตแน่วแน่ เอกคคฺส ภาโว เอกคคฺตา คือ ภาวะที่จิต มีอารมณ์เดียว, ความที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว (เอกคคฺ+ตา ซึ่งแทน ภาว)^{๑๔}

คัมภีร์วิสุทธิมรรค มีข้อความปรากฏ “จิตเตกัคคตา หมายถึง ความมีอารมณ์อย่างเดียว ของจิต” การที่จิตมีอารมณ์เป็นอันเดียว เมื่อจิตตั้งอยู่ในอารมณ์ที่เพ่งอันเดียวแล้วชื่อว่าจิตมีสมาธิ คือ ความไม่ฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ มีรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เรื่องราวที่เกี่ยวข้องด้วยกาย

คัมภีร์พระอภิธรรมมัตถสังคหะได้ชี้ว่า เอกคคฺตา คือจิตที่มีสมาธิแน่วแน่ ในอารมณ์เดียว คือจะแน่วแน่อยู่อารมณ์ที่เพ่ง เพียงอย่างเดียวเท่านั้น เอกคคฺตามี ๓ ระดับ คือ

๑. ขณิกสมาธิ คือ จิตที่ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ได้ชั่วขณะ
๒. อุปจารสมาธิคือ จิตที่ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ใกล้จะได้ฌาน
๓. อัปปนาสมาธิคือ จิตตั้งมั่น หรือแนบแน่น อยู่ในอารมณ์ที่กำหนด ไม่ซัดส่ายไปไหน กิเลสไม่สามารถรบกวนได้ และอัปปนาสมาธิ ก็คือ ฌานจิต ที่เป็นอัปปนา เกิดขึ้นแล้ว^{๑๕}

ในหนังสือพุทธธรรม สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้อธิบายไว้ว่า “สมาธิ” เป็นความตั้งมั่นของจิต หรือภาวะที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนด คำจำกัดความของสมาธิที่พบเสมอ คือ “จิตตัสเสกัคคตา” หรือเรียกสั้น ๆ ว่า “เอกคคฺตา” ซึ่งแปลว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง คือการที่ จิตกำหนดแน่วแน่อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่านหรือส่ายไป โดยคัมภีร์รุ่นอรุณการะบุความหมาย จำกัดลงไปอีกว่า สมาธิ คือ ภาวะมีอารมณ์หนึ่งเดียวของกุศลจิตและใจความออกไปว่า หมายถึงการ ดำรงจิตและเจตสิกไว้ในอารมณ์หนึ่งเดียว อย่างเรียบสม่ำเสมอ และด้วยดี^{๑๖}

^{๑๔} พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต), พจนานุกรม ชุดศัพท์วิเคราะห์, พิมพ์ ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ เลียงเชียง, ๒๕๕๘), หน้า ๑๖๑.

^{๑๕} วรณสิทธิ ไทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะปริเฉทที่ ๑ จิตปรมัตถ์, พิมพ์ ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: ทิพย์วิสุทธิการพิมพ์, ๒๕๓๗), หน้า ๑๑๔.

^{๑๖} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๔๗, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แพรวแอนโฮม จำกัด, ๒๕๕๙), หน้า ๗๗๙.

สมาธิในงานวิจัยพุทธศาสตร์ดุษฎีบัณฑิตของพระเจริญ ช่วงชิต เรื่อง “การศึกษาสมาธิในพระพุทธศาสนาเถรวาท” ที่ได้ให้ความหมายของกุศลจิตสมาธิไว้ว่า สมาธิ หมายถึง การมีจิตตั้งมั่นในอารมณ์เดียวในทางกุศล มีปัญญารู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เป็นสมาธิที่ควรคู่แก่การใช้งาน สมาธิมี ๓ ระดับ คือ ขณิกสมาธิ เป็นสมาธิขั้นต้นที่คนทั่วไป อุปจารสมาธิ เป็นสมาธิขั้นระงับนิวรณ์ ๕ และอัปปนาสมาธิ เป็นสมาธิระดับสูงสุด^{๑๗}

คำว่าเอกัคคตา สมเด็จพระญาณวร สมเด็จพระสังฆราช(เจริญ สุวฑฺฒโน)ได้ให้ความหมายไว้ในหนังสือสมาธิในพระพุทธศาสนา ว่า ชื่อว่า สมาธิเอกัคคตาคือความที่จิตเป็นกุศลเรียกว่า “กุศลจิต” มีอารมณ์เป็นอันเดียวชื่อว่า “สมาธิ” สมาธินั้น ได้แก่การตั้งจิตและเจตสิก^{๑๘} คือ ธัมมะ อันเกิดขึ้นในจิตในอารมณ์เดียวอย่างเสมอและชอบ สมาธิมีความไม่ฟุ้งซ่านเป็นลักษณะ มีความกำจัดการความฟุ้งซ่านเป็นรส คือ เป็นกิจมีความไม่กระเพื่อมของจิตเป็นเครื่องปรากฏ มีสุขเป็นบรรทัดฐานเป็นเหตุใกล้ นี่คือลักษณะสมาธิดังนั้นสมาธิที่เป็นเอกัคคตาในทันทมฺมุติสูตรนี้หมายเอากุศลจิตสมาธิ

ปรากฏใน หนังสือพุทธธรรมฉบับขยาย ว่า ไวยาจณ์ที่แสดงความหมายของสมาธิคำหนึ่งคือ “เอกัคคตา แปลกันว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์หนึ่งเดียว แต่คำว่า อัคคะ ที่นี้ ท่านแปลว่าอารมณ์ แต่ความหมายเดิมแท้ คือ จุดยอด หรือ จุดปลายโดยนัยนี้จิตเป็นสมาธิ ก็คือ จิตที่มียอดหรือมีจุดหมายปลายจุดเดียว ซึ่งย่อมลักษณะแหลมพุ่ง รวมมุ่งดังไป หรือแทงทะลุไปได้ง่าย เรียกว่า จิตที่เป็นสมาธิสมบูรณ์ เฉพาะอย่างยิ่ง “สมาธิชั้นฌาน” พระอรรถกถาจารย์เรียกว่า จิตพร้อมด้วยองค์ ๘ (อภิญ्ञคสมันนาคตจิต)^{๑๙} มีพุทธพจน์ดังนี้ ลักษณะจิตของผู้มีสมาธิมาก

๑. ตั้งมั่น (สมาหิตะ) คือ ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ที่จิตกำหนด
๒. บริสุทธิ์ (ปรีสุทธะ) คือ หหมดจดจากกิเลสเครื่องเศร้าหมองจิต
๓. ผ่องใส (ปรีโยธิตะ) คือ ไม่มีกิเลสเครื่องทําใจให้ขุ่นมัว
๔. เรียบเสมอ (อนังคณะ) คือ ภาวะจิตที่ไม่ฟู ไม่แฟบ หรือขึ้นๆลงๆ
๕. ปราศจากสิ่งที่จะทําให้มัวหมอง (วิคตูปกิเลสะ) คือ ไม่มีกิเลสเครื่องเศร้าหมองมารบกวน
๖. นุ่มนวล (มฺฤทุตะ) คือ มีความอ่อนโยนไม่หยาบกระด้าง
๗. ควรแก่การงาน (กัมมณียะ) คือ เหมาะที่จะใช้งานโดยเฉพาะงานด้านพัฒนา ปัญญา

^{๑๗} พระเจริญ ช่วงชิต, “การศึกษาสมาธิในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์ดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), บทคัดย่อ.

^{๑๘} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน), สมาธิในพระพุทธศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๑.

^{๑๙} ที.สี. (ไทย) ๙/๑๓๑/๑๐๑.

๘. มั่นคง (ฐิตะ) คือ ดำรงมั่นเหมือนเสาเชื่อมไมโยกโคลงหรือหั่นไห^{๒๐}

ในพันตุมิสูตร มีข้อนำสังเกตปรากฏตอนท้ายพระสูตรว่า “พระเถระ พระมัชฌิมะ และ พระนวกะ ผู้สิ้นอาสวะแล้ว ได้มรรณาพลง ถือว่ามรรณาพลงอย่างฝึกแล้ว”^{๒๑} เมื่อสืบค้นต่อไปพบว่า คำว่าพันตุมินี้ ยังปรากฏในอรหัตตสูตร ซึ่งตอนท้ายของพระสูตรได้กล่าวถึงพระอรหันต์ว่า “มีร่างกายนี้เป็นร่างสุดท้าย พ้นจากภพใหม่ถึงพันตุมิ ขณะเด็ดขาดแล้วในโลก” ในเชิงอรรถนั่นเอง เปรียบเสมือนแว่นขยาย ช่วยตัดสงสัย ขจัดคลุมเครือ และให้ความกระจ่างชัดว่า พันตุมิ หมายถึง ภูมิของบุคคลผู้ได้รับการฝึกตนแล้ว ได้แก่ พระอรหัตตผล^{๒๒}

สรุปว่า จิตตกคตาในพันตุมิสูตร จึงหมายถึง ความมีอารมณ์เป็นอย่างเดียวของจิต จิตที่มีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว ความสำคัญของพระพันตุมิสูตรนี้มีคำว่า จิตตกคตา เป็นตัวชี้วัด เป็นแนวทางของผู้ปฏิบัติจิตภาวนาเพื่อให้ จิตเป็นเอกัคคตา จิตเป็นอารมณ์เดียว ตามภูมิตนตั้งแต่ภูมิอันเป็นโลกียะจนถึงอริยภูมิ คือ ภูมิของบุคคลผู้ได้รับการฝึกตนแล้ว ได้แก่ พระอรหัตตผล

๒.๔ หลักธรรมสำคัญที่ปรากฏในพันตุมิสูตร

จากการศึกษาค้นคว้าพบว่าพันตุมิสูตรเป็นพระสูตรที่ปรากฏใน พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิคาย อุปริปัณณาสก์พระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่มที่ ๑๔ มีเนื้อหาหลักธรรมที่สำคัญที่เกี่ยวข้องกับแนวทางปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาประกอบไปด้วย นิเวศ ๕ กามคุณ ๕ ฌาน เนกขัมมะ ไตรสิกขา โดยจะได้อธิบายในรายละเอียดดังต่อไปนี้

๒.๔.๑ นิเวศ ๕

เนื้อหาในพันตุมิสูตร พระองค์ตรัสถึงเรื่องนิเวศว่า “เมื่อภิกษุนั้นละนิเวศ ๕ นี้ อันเป็นเครื่องเศร้าหมองแห่งจิต เป็นเครื่องทอนปัญญาให้ถอยกำลังได้แล้ว พิจารณาเห็นภายในกายอยู่ มีความเพียรมีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติพึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้”^{๒๓} นิเวศ ๕ ในพันตุมิสูตรจัดเป็นธรรมที่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติวิปัสสนา^{๒๔} เป็นธรรมที่เป็นเครื่องกั้นศักยภาพของจิต ไม่ให้บำเพ็ญกุศลขึ้น

^{๒๐} อด.ติก. (ไทย) ๒๐/๔๙๘/๒๑๐

^{๒๑} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๒๒/๒๕๕.

^{๒๒} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๗๖/๑๑๗.

^{๒๓} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๑๙/๒๕๒.

^{๒๔} ยุพพานต์ ตันทเกยูร, “ธรรมที่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน”, วิทยานิพนธ์ ศาสตรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตมหาวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), บทคัดย่อ.

สูง ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ศึกษาหาความหมายและสภาพธรรมของนิรณ ซึ่งเป็นธรรมที่ห้ามจิตไม่เข้าถึง ความรู้แจ้งเห็นจริงได้ ได้ศึกษานิรณไว้ดังนี้

ก) ความหมายของนิรณ

นิรณ ตามหลักของสัททนายเป็นคำภาษาไทย เมื่อแยกศัพท์เป็นภาษาบาลีตามหลักบาลี ไวยากรณ์ว่า

นิรณานิ ศัพท์เดิมเป็น นิรณ ศัพท์ (ลง สี ปฐมาวิภัตติ ฝ่ายพหูพจน์ เอา อ กับที่สุด แห่งการันต์ (นิรณ) กับ โย เป็น อานิ สำเร็จเป็น นิรณานิ ตามแบบ กุล ศัพท์ในปุงสกลิงค์

นิรณ หมายถึง สิ่งที่ขัดขวางจิตไม่ให้บรรลุความดีประกอบด้วย กามฉันทะ พยาปาพะ ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะและวิจิกิจฉา ซึ่งเป็นธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี สิ่งกั้นที่ขัดขวางจิตไม่ให้ ก้าวหน้าในคุณธรรม หรือ อกุศลธรรมที่ก่ดทับจิต ปิดกั้นปัญญา^{๒๕}

คัมภีร์พระอภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณีปกรณ์ อธิบายคำ “นิรณ” ไว้ว่า “ธรรมที่ชื่อว่า “นิรณ” เพราะกั้นกัณกุศลจิตที่จะเกิดขึ้นด้วยอำนาจแห่งฉาน เป็นต้น คือ ไม่ให้กุศลจิตนั้นเกิดขึ้น ด้วยอาการอย่างนั้น ชื่อว่า “นิรณ” เพราะว่าปิดกั้นปัญญาจักขุ ชื่อว่า “นิรณ” เพราะว่าปิดกั้นอรูป ธรรมมีกามฉันทะนิรณ เป็นต้น”^{๒๖}

พระพุทธโฆสเถระ รจนา ไว้ในหนังสือคัมภีร์วิสุทธิมรรค สมเด็จพระพุทธมหาราช (อจ อาสภมหาเถร) แปลและเรียบเรียงไว้ว่า “ธรรมทั้งหลาย ๕ มีกามฉันทะ ท่านเรียกว่า นิรณ โดย ความหมายว่า กิด กั้น ปิดบังจิตไว้”^{๒๗}

ข) ประเภทของนิรณ

นิรณ ๕ หมายถึง ธรรมอันกั้นจิตไม่ให้บรรลุคุณงามความดีมีอยู่ ๕ ประการ คือ

๑. กามฉันทนิรณ แปลว่า ความพอใจในกาม หมายถึง ความก่ดกั้ม อยู่ด้วย ความกำหนดในกาม จนมืดมัว ไม่แจ่มใส ไม่เห็นแจ้ง ในธรรมตามที่เป็นจริง กล่าวโดยสภาวะธรรม คือ ธรรมชาติที่เป็นเครื่องกั้นความดี คือ ติดใจในกามคุณอารมณ์ ๕ อันมี รูป เสียง กลิ่น รส และการ สัมผัสถูกต้อง ซึ่งเปรียบไว้ว่าเหมือนน้ำที่ระคนด้วยสี ถ้ามัวไปเพลิดเพลิดติดใจในสิ่งเหล่านี้ ฉานย่อม ไม่ปรากฏ ต้องใช้เอ็กคตา เผากามฉันทนิรณอันเป็นปฏิปักษ์นี้เสีย องค์ธรรมได้แก่ โลกเจตสิก ที่ใน โลกมูลจิต ๘

^{๒๕} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๕/๓๐๑.

^{๒๖} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๑๕๘/๒๙๖.

^{๒๗} พระพุทธโฆสเถระ รจนา, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุทธมหาราช (อจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรช จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๑๕๔.

๒. พยาบาทนิรณฺณ หมายถึง ความขัดเคืองใจ การร้าย การผูกใจซึ่งเคียดอันมี ผลมาจากความโกรธเป็นเจ้าเรือนถำมันครอบงำจิตใจผู้ใดแล้ว จิตใจผู้นั้นก็เดือดดาลงุ่นง่านมัวมีตมองไม่เห็นเหตุผลที่ผิดถูกบาปบุญคุณโทษได้เพราะจิตโกรธ ชุ้นเคือง ความรังเกียจ ความเกลียด ความต้องการที่จะเบียดเบียนผู้อื่น ความปรารถนาให้ผู้อื่นฉิบหาย กล่าวตามสภาวะธรรม คือ ธรรมชาติที่เป็นเครื่องกันความดี คือ ความโกรธที่มุ่งจะปองร้ายผู้อื่น ซึ่งเปรียบไว้ว่าเหมือนน้ำที่เดือดพล่าน ถ้ามัวแต่ครุ่นคิดปองร้ายใคร ๆ อยู่ ฌานจิตก็เกิดไม่ได้ ต้องใช้ปิตเภาพยาบาทนิรณฺณอันเป็นปฏิปักษ์นี้เสีย องค์ธรรมได้แก่ โทสเจตสิก ที่ในโทสมูลจิต ๒^{๒๘}

๓. ถีนมิทนิรณฺณ หมายถึง ความที่จิตหดหู่ เคลิบเคลิ้ม ไม่ร่าเริง แจ่มใส ทำให้ จิตไม่มีสมรรถภาพ ในการที่จะเห็นแจ้ง ในธรรม ท่านเปรียบเหมือน น้ำใส แต่มีฟุ้ง เช่น ตะไคร้ หรือ สาหร่าย เกิด อยู่เต็ม ก็ไม่อาจจะ มองเห็น สิ่งต่าง ๆ ได้น้ำ ได้เช่นเดียวกัน กล่าวตามสภาวะธรรม คือ ธรรมชาติที่เป็นเครื่องกันความดี คือ ความหดหู่ ความท้อถอยในอารมณ์ ไม่ใส่ใจต่ออารมณ์ที่เพ่งนั้น ซึ่งเปรียบว่าเหมือนน้ำที่มีจอกที่มีแหวนปิดบังอยู่ ถ้าลงใจท้อถอยคลายความใส่ใจอารมณ์ที่เพ่งนั้นแล้ว ย่อมไม่เกิดผลให้ถึงฌานได้ ต้องใช้วิตกเภาถีนมิทนิรณฺณอันเป็นปฏิปักษ์นี้เสียองค์ธรรมได้แก่ ถีนะ และมิทเจตสิก ที่ในอกุศลสังขารจิต ๕

๔. อุทัจจกุกกัจจนนิรณฺณ หมายถึง ความฟุ้งซ่าน รำคาญ กระสับกระส่าย ในลักษณะที่ ตรง กันข้าม จากถีนมิทนะ ท่านเปรียบอุปมา ไว้เหมือนน้ำใส แต่ถูก ทำให้เป็น ละลอกคลื่น หรือ กระเพื่อม อยู่เป็นนิจ ทำให้ไม่สามารถ จะมองเห็นสิ่งใต้น้ำ เช่น กรวด ปลา และ หอย ได้เช่นเดียวกัน กล่าวตามสภาวะธรรม คือ ธรรมชาติที่เป็นเครื่องกันความดี คือ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจซึ่งเปรียบไว้ว่า เหมือนน้ำที่ถูกลมพัดกระเพื่อมอยู่เสมอ ถ้าจิตใจเลื่อนลอยซัดส่ายอยู่เรื่อย ๆ ฌานจิตก็ไม่เกิด ต้องใช้สุขเภาอุทัจจกุกกัจจนนิรณฺณ อันเป็นปฏิปักษ์นี้เสีย องค์ธรรมได้แก่ อุทัจจเจตสิก ที่ในอกุศลจิต ๑๒ และกุกกัจเจตสิกที่ในโทสมูลจิต ๒

๕. วิจิกิจฉานนิรณฺณ หมายถึง ความสงสัย เพราะไม่รู้ หรือ มีอะไรมารบกวน ความอยากรู้ไม่มีความสงบลงได้ ทำให้ เกิดความมืดมัว ไม่อาจจะเห็นแจ้ง ในสิ่งที่ควรเห็นแจ้ง ท่านเปรียบเหมือน น้ำใส อยู่ในที่มืด ย่อมไม่อ่านวยให้มองเห็นสิ่งต่าง ๆ ในน้ำนั้นได้ ตามสภาวะธรรม คือ ธรรมชาติที่เป็นเครื่องกันความดี คือ ความสงสัยลังเลในใจในสิ่งที่ควรเชื่อ เปรียบไว้ว่าเหมือนน้ำที่ขุ่นเป็นตมหรือน้ำที่ตั้งอยู่ในที่มืด ถ้าเกิดลังเลใจไม่แน่ใจอยู่ตราบใด ฌานไม่เกิดอยู่ตรานั้น ต้องใช้วิจารณ์เภาวิจิกิจฉานนิรณฺณ อันเป็นปฏิปักษ์นี้เสียองค์ธรรมได้แก่ วิจิกิจฉาเจตสิก ในวิจิกิจฉาสัมปยุตตจิต ๒^{๒๙}

^{๒๘} ดูรายละเอียดใน พระสิทธิธัมมโชติกะ, ปรัตตโชติกะ ปริเฉทที่ ๓ และปริจเฉทที่ ๗ หลักสูตรจุฬอภิธรรมิกะโท, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพยวิสุทธี, ๒๕๕๐), หน้า ๘๕.

^{๒๙} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙), วิปัสสนกรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรพงศ์ พรินท์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๘๑.

หนังสือเรื่อง “สมาธิในพระพุทธศาสนา” นิพนธ์สมเด็จพระญาณสังวร สกลมหาปรินายก สมเด็จพระสังฆราช^{๓๐} กล่าวถึงการละนิวรณ์ไว้ดังนี้

ค) ธรรมเนียมที่เหมาะสมแก่การละนิวรณ์ ๕

๑. กามฉันทะ ให้ภาวนากายคตาสติ อสุภะ ๑๐ อาหาเรปฏิกูลสัญญา เพื่อทำลายความอยากในกามเสีย

๒. พยาบาท ให้ภาวนาอัปมัญญาหรือพรหมวิหาร ๔ วรรณกสิน ๔ เพื่อเพิ่มความเมตตา

๓. ถีนมิทธะ ให้ภาวนาอนุสสติ ๗ คือพุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ เทวตานุสสติ อุปสมมานุสสติ และอาโลกสัญญา (แสงสว่างเป็นอารมณ์) เพื่อเสริมสร้างศรัทธา และความเพียร

๔. อุทธัจจะกุกกุจจะ ให้ภาวนากสิน ๖ คือ ปฐวีกสิน อาโปกสิน วาโยกสิน เตโชกสิน อากาสกสิน อาโลกกสิน เพื่อเพิ่มกำลังสมาธิ

๕. วิจิกิจฉา ให้ภาวนาจตุตถาตฺตวัตถาน อานาปานสติ มรณานุสสติ เพื่อละความสงสัย

สรุปว่า นิวรณ์ ๕ เป็นอกุศลธรรมสิ่งที่กั้นจิตไม่ให้พบกับความสงบคอยเบียดเบียน รบกวนจิตไม่ให้เกิดสมาธิอันแน่วแน่นันเกิดจากความสงบเหมือนกับจอกแห่น้ำที่อยู่น้ำ ย่อมทำให้ไม่สามารถมองเห็น สิ่งที่อยู่ในน้ำได้ หากยังละไม่ได้นิวรณ์ย่อมถูกรอบจ่ออยู่ร่ำไป ย่อมไม่เกิดความสงบอันได้รับจากความสุขเกิดจากวิเวก จึงเป็นเหตุให้เกิดความท้อถอย เกียจคร้านในการปฏิบัติ การจะได้พบธรรมเบื้องสูงยิ่งขึ้นไปไม่ได้ และไม่สามารถเกิดขึ้นได้ เพราะฉะนั้น นิวรณ์เป็นอุปสรรคที่คอยขัดขวางต่อการปฏิบัติ เพราะคอยกั้นจิตให้ไม่ได้บรรลุธรรมชั้นพิเศษ มี ฌานเป็นต้นได้

๒.๔.๒ กามคุณ ๕

กามคุณ เป็นสิ่งที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ พระผู้มีพระภาค ตรัสว่าไม่พ้นไปจาก รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (สิ่งที่กระทบสัมผัสกาย) ซึ่งเป็นสิ่งที่มีจริง^{๓๑} และเป็นสิ่งที่หลายคนได้ประสบ และกำลังแสวงหากันอยู่ แต่ควรที่จะได้พิจารณาว่า สิ่งเหล่านั้นเป็นเพียงสิ่งที่ปรากฏแล้วหมด ไปไม่ยั่งยืนถึงแม้ว่าจะมีการแสวงหากามคุณได้มา มากมายเพียงใดในที่สุดก็ต้องพลัดพรากจากสิ่งที่เหล่านั้นไปเมื่อถึงวาระ หรือต้องละจากโลกนี้ไป ดังนั้นการที่จะมัวเมาและแสวงหาอยู่ใน รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ต่าง ๆ เหล่านี้ไม่เกิดประโยชน์เลยเพราะเป็นของไม่เที่ยง เป็นเหตุแห่งทุกข์ ในเรื่อง การแสวงหาที่พระผู้มีพระภาคได้ตรัสว่า “การแสวงหาที่ประเสริฐ (อริยปริเยสนา) คือ การแสวงหา

^{๓๐} พระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช(เจริญ สุวฑฺฒโน), สมาธิในพระพุทธศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิราวุธวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๑๓-๒๗.

^{๓๑} อภิ.ก. (ไทย) ๓๙/๑๐/๕๔๕-๕๔๙.

นิพพานที่ไม่มีความเกิด ความแก่ ความเจ็บไข้ ความตาย ไม่มีธรรมอื่นยิ่งกว่าและเกษมจากโยคะ”
 ดังนั้นการแสวงหาทางออกจากกามคุณจึงเป็นการแสวงหาอันประเสริฐ^{๓๒}

ก) ความหมายของกามคุณ ๕

กามคุณ (กาม+คุณ) กาม แปลว่า สิ่งที่สัตว์ใคร่ ยินดี ต้องการ อยากได้ เหตุใดใคร่ คุณ แปลว่า หมู่ หรือการผูกมัด อันผูกมัด สัตว์ไว้ในวิภวสังสาร รวมกันแปลว่า หมู่สิ่งใดที่สัตว์ใคร่ ยินดี ต้องการ อยากได้ หมู่เหตุใดใคร่ ได้แก่ ตัณหา หรือรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสหรือเครื่องผูกมัดคือความใคร่ ๕ ประการ คือรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส

คำว่า กาม มาจาก กมฺ ชาทฺ ฌ ปัจจยฺ ปงฺลึงค์ แปลว่า ความต้องการ,ความอยากได้, ความใคร่ หรือเหตุใดใคร่

กิเลสกามสส วตฺถุตตตา รูปาทโย ปญจ กามคฺชา วตฺถุกาโม หมู่ความใคร่ ๕ ประการ มีรูปเป็นต้น ได้แก่ เหตุความใคร่ เพราะเป็นเหตุแห่งกิเลสกาม (ตัณหา ความโลภ, ความอยากได้, ความต้องการ)

วิ. วตฺถุกาโม กิเลสกาโมติ ทเว กามา. เตสุ วตฺถุกาโม วิเสสโต ปญจ กามคฺชา กามียนตีติ, กิเลสกาโม ตณฺหา กาเมตีติ

กามคุณ แปลว่า คุณของกาม หรือประโยชน์ที่น่าพอใจของกาม หรือความสุข ความโสมนัสอันใด ที่อาศัยกามคุณทั้ง ๕ นี้เกิดขึ้น นี่คือกามคุณ สิ่งที่ทำให้เกิดความใคร่ สิ่งที่ถูกพันสัตว์ไว้คือกาม ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ^{๓๓}

พระผู้มีพระภาคเจ้าแสดงไว้ว่าเพราะกามทั้งหลายสวยงามมีรสอร่อยน่ารื่นเริงใจได้แก่กาม ๒ อย่างแบ่งตามหมวดคือ (๑) วัตถุกาม (๒) กิเลสกาม เหล่านี้เรียกว่า วัตถุกาม เหล่านี้เรียกว่า กิเลสกาม^{๓๔} คำว่าสวยงามอธิบายว่ามีรูปชนิดต่าง ๆ มีเสียงชนิดต่าง ๆ มีกลิ่นชนิดต่าง ๆ มีรสชนิดต่าง ๆ มีโผฏฐัพพะชนิดต่าง ๆ น่าปรารถนาน่าใคร่น่าพอใจชวนให้รักชกให้ใคร่พาใจให้กำหนด เหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความใคร่ และผูกพันสัตว์ไว้มี ๕ อย่างนี้ คือรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่พึงรู้แจ้งทางกาย น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รักชกให้ใคร่พาใจให้กำหนด กามราคะ ความติดใจในกามคุณอาลัย คือกามคุณ ๕ ที่สัตว์พัวพัน ยินดีเพลิดเพลินบ่วงทิพย์ บ่วงมนุษย์ คือบ่วงกิเลสที่เป็นทิพพกามคุณและกามคุณของมนุษย์

^{๓๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๗๕/๒๙๘-๒๙๙.

^{๓๓} อง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๖๓/๕๗๒.

^{๓๔} ขุ.จ. (ไทย) ๓๐/๖๖-๖๗/๘.

พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สุตตนิบาต ชัคควิสณสูตรพระปัจเจกสัมพุทธเจ้ากล่าวเกี่ยวกับกามว่า กามนี้เป็นเครื่องข้อง มีความสุขน้อยในกามนี้มีความยินดีน้อย มีทุกข์มากผู้มีปัญญาเห็นว่า กามนี้เป็นดุจขอเหล็กแล้วจึงประพடுத்தอยู่ผู้เดียวเหมือนนอแรด^{๓๕}

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) ได้อธิบายไว้ในหนังสือพุทธธรรมว่า ชั้น ๕ คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ในส่วนของวิญญาณ ได้แก่การรู้แจ้งอารมณ์ทางประสาททั้ง ๕ และทางใจ คือการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การรู้สัมผัสทางกายและการรู้อารมณ์ทางใจ^{๓๖}

พระมหาอุทัย อุทโย (ศิริภักดิ์) กล่าวไว้ในรายงานการวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องต้นตอในพระไตรปิฎก” ว่า กามตัณหา คือความใคร่ ความพอใจ หรือความอยากในกามมรรณ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัสที่น่าใคร่น่าพอใจ เช่น อยากเห็นรูปสวย ๆ อยากฟังเสียงเพราะ ๆ อยากรับประทานอาหารที่มีรสอร่อย ซึ่งการต้องการใคร่ที่ได้กล่าวมานี้ล้วนแต่เป็นที่ชวนให้เกิดกิเลสขึ้นในจิต”^{๓๗}

สรุปว่า กามคุณ ๕ คือ สิ่งที่น่าปรารถนา น่าชอบใจ ประกอบด้วย รูปสวย เสียงไพเราะ กลิ่นหอม รสอร่อย และสัมผัสที่นุ่มนวล กามคุณนั้นหมายรวมเอาวัตถุสิ่งของต่าง ๆ ทั้งหมดไม่ว่าจะมีชีวิตหรือไม่มีชีวิต ซึ่งชาวโลกเห็นว่ามันน่าชื่นชมยินดี กามคุณจึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ยากในการประกอบอาชีพหรือชวนขวายที่จะได้มา ซึ่งต้องอดทน ตระกตรำต่อความเดือดร้อนจากการแสวงหา จึงเป็นกองทุกข์เพราะมีกามเป็นเหตุ เกิดเพราะเหตุแห่งกาม

ข) ประเภทของกามคุณ ๕

กามคุณ ทั้ง ๕ ประการนี้ คือรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัสทางกาย ที่น่าใคร่ น่าพอใจนั้น ถือว่าเป็นกาม คำว่า กาม คือสิ่งที่น่าใคร่ น่าพอใจท่านเรียกสิ่งเหล่านี้ว่า เป็นกามคุณ ดังมีพระพุทธพจน์ในนิพเพธิกสูตร กล่าวไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เพราะอาศัยเหตุนี้ว่า กามคุณ ๕ ประการนี้ คือ

๑. รูปที่พึงรู้แจ้งทางตา ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด
๒. เสียงที่พึงรู้แจ้งทางหู ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด

^{๓๕} ขุ.ชา.สตุตถก. (ไทย) ๑๗/๔๔/๕๐๙.

^{๓๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๒๒.

^{๓๗} พระมหาอุทัย อุทโย (ศิริภักดิ์), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องต้นตอในพระไตรปิฎก”, **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙), หน้า ๕.

๓. กลิ่นที่พึงรู้แจ้งทางจมูก ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด

๔. รสที่พึงรู้แจ้งทางลิ้น ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด

๕. โผฏฐัพพะที่พึงรู้แจ้งทางกาย ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้

กำหนด ภิกษุทั้งหลาย แต่สิ่งเหล่านี้ ไม่เรียกว่ากาม สิ่งเหล่านี้ เรียกว่ากามคุณในอริยวินัย”^{๓๘}

รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัสทางกาย ที่น่าใคร่ น่าพอใจ ทั้งหมดทั้งปวงท่านเรียกสิ่งเหล่านี้ว่า “เป็นกามคุณ” โดยปรากฏหลักฐานในพระคัมภีร์ซึ่งมีข้อความปรากฏในพระสูตรคือ ดังมีพระพุทธพจน์ในนิพเพติกสูตร ว่าด้วยธรรมบรรยายชำแรกกิเลส กล่าวไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เพราะอาศัยเหตุนี้ว่า กามคุณ ๕ ประการนี้ คือ

๑. รูปที่พึงรู้แจ้งทางตา ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด”^{๓๙}

รูป คือ ธรรมชาติที่มีลักษณะเสื่อมสิ้นสลายไป เสื่อมสิ้นสลายไป คือมันเกิดขึ้นแล้วมันก็แตกสลายไป ก็คือเป็นการปฏิเสธของการรับรู้อารมณ์ คือรูปมันไม่สามารถจะรับรู้ได้ ไม่เหมือนจิตเจตสิก จิตเจตสิกนี้มันรับรู้อารมณ์ได้ มันไปจับไปรับรู้อารมณ์ได้ แต่รูปมันรับรู้อารมณ์ไม่ได้ มันก็มีหน้าที่ เกิดมาแล้วก็สลายตัวเท่านั้น แต่ไม่ใช่ว่าจิตเจตสิกจะไม่สลายตัว มันก็เกิดขึ้นดับไปเหมือนกัน แต่ว่ามันรับรู้อารมณ์ได้ แต่รูปมันรับรู้อารมณ์ไม่ได้ ก็เลยใช้เฉพาะคำว่าเสื่อมสิ้นสลายไป ซึ่งมี ๒๘ รูปด้วยกัน ในคนหนึ่งจะมี ๒๗ รูป แต่มันต่างกันอยู่ระหว่างผู้หญิง ผู้ชาย คือ ภาวรูป ในระหว่างอดีต ภาวรูป รูปของความเป็นผู้หญิง กับปุริสภาวรูป รูปของความเป็นชาย ซึ่งมีอยู่ในเซลล์ทั่วร่างกาย ผู้ชายก็มีเฉพาะปุริสภาวรูป ผู้หญิงก็มีเฉพาะอดีตภาวรูป แต่รวมผู้หญิงผู้ชายแล้วก็เป็น ๒๘ รูป

๒. เสียงที่พึงรู้แจ้งทางหู ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด

เสียง คือ สิ่งที่กระทบทางหู สิ่งที่เป็นปรมาณูก็คือเสียงกับสภาพได้ยิน เสียงก็เป็นคลื่นปรมาณู ผ่านมากระทบกับประสาทหู ประสาทหูเป็นรูป เป็นฝ่ายรับ เสียงเป็นรูปเป็นฝ่ายกระทบ พอกระทบกันแล้วจึงเกิดวิญญาณ เกิดความรู้ขึ้น วิญญาณหรือจิตที่เกิดทางหู จึงเรียกว่า โสตวิญญาณจิต คือสภาพได้ยิน ฉะนั้นเสียงเป็นรูป ได้ยินเป็นนาม เสียงกับได้ยินคนละอย่าง เสียงเป็นธรรมชาติอย่างหนึ่ง ได้ยินเป็นธรรมชาติอย่างหนึ่ง ฉะนั้นขณะได้ยินเสียงถ้าสติระลึกถึงก็จะกำหนด

^{๓๘} อง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๖๓/๕๗๒.

^{๓๙} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๘๗/๓๑๔.

สภาพได้ยินได้ถูก แต่ก็ขอเสนอไว้ว่า กำหนดมาที่สภาพการได้ยิน เพราะถ้ากำหนดไปที่เสียง มักจะไปสู่ สมมติบัญญัติง่าย จะไปนึกว่าเสียงนั้นเสียงใคร เสียงคนเสียงสุนัขเสียงแมว เสียงนก เสียงเรือ นั้นเป็น สมมติบัญญัติอารมณ์ แต่ถ้าเรากำหนดสภาพได้ยิน ได้ยินก็ตัดสมมติบัญญัติออกไป ก็คือ เป็นปรมัตถ์ ถ้าเลยไปแล้วเราบังคับไม่ได้ บังคับจะไม่ให้เลยไปเป็นเสียง รู้ว่าเป็นเสียงคนเสียงสัตว์ เราบังคับไม่ได้เลย เพราะความไวของจิต พอจิตไปรู้ว่าเป็นเสียงคนเสียงสัตว์ มีความหมายอย่างนั้น ๆ แสดงว่าขณะนั้นอะไร กำลังปรากฏ ปรมัตถ์อะไรกำลังปรากฏ ก็คือจิตทางใจกำลังปรากฏ ไม่ใช่จิตทางหูแล้วจิตทางใจรับ ช่วงมาทางใจไปรับรู้เป็นเรื่องราวต่าง ๆ ความหมายของเสียงนั้น ถ้าสติเกิดขึ้น สติจะต้องกำหนด ปรมัตถ์ตามหลักการของพุทธศาสนา^{๔๐}

๓. กลิ่นที่พึงรู้แจ้งทางจุมก ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้ กำหนด^{๔๑}

จุมก ก็มีกลิ่น มีการรู้กลิ่น มีประสาทจุมก กลิ่นก็เป็นน้ำมันระเหย เป็นรูปชนิดหนึ่งมา กระพากับประสาทจุมก แล้วก็เกิดการรู้กลิ่น ตัวกลิ่น ตัวประสาทจุมกเป็นรูป ตัวรู้กลิ่นเป็นนาม แต่เมื่อเรารู้ไปว่า กลิ่นนั้นเป็นกลิ่นอะไร กลิ่นน้ำหอม น้ำหอมยี่ห้อโน้นยี่ห้อนี้ กลิ่นผลไม้ นี่เป็นบัญญัติ เป็นสมมุติ ตัวที่เป็นปรมัตถ์คือกลิ่น ลักษณะของการรู้กลิ่นน้ำหอม กลิ่นซากศพ แสดงว่าไม่ใช่รู้กลิ่น เกิดขึ้น ไม่ใช่จิตทางจุมกเกิดขึ้น แต่เป็นจิตทางใจ จิตทางใจที่ไปคิดสู่สมมติบัญญัติ สติก็ต้องรู้มาที่ใจ ก็เป็นอันว่า ขณะใดที่จิตไปรู้สมมติบัญญัติ ให้กำหนดมาที่ใจ อันนี้มีความสำคัญ ในขณะที่ปฏิบัติไปถึง ระดับหนึ่งที่เขาไปสู่ความว่าง ผู้ปฏิบัติถ้าไม่เข้าใจเรื่องปรมัตถ์ธรรมเรื่องจิตแล้วก็จะไม่ก้าวหน้า ทางปฏิบัติ คือจะไปอยู่กับความว่าง เพราะความว่างก็เป็นสมมติบัญญัติ เช่นการกำหนดลมหายใจ กำหนดลมหายใจเข้า กำหนดลมหายใจออก กำหนดมากเข้า ลมนี้จะละเอียด พอละเอียดมากเข้า ไม่รู้สึกแล้ว และความรู้สึกทางกายก็ไม่มี ความรู้สึกทางจุมกก็ไม่มี ละเอียดมาก จิตมีสมาธิแล้ว รูปจะ ละเอียด พอรูปละเอียดเข้าไป รับรู้ไม่ได้แล้ว ลมหายใจไม่รู้สึก ความว่างจะเข้ามาแทนที่ จิตก็เข้าไป รู้สึกกับความว่าง แต่ใจสงบ เย็น แต่มีความว่างเป็นอารมณ์ มันก็ไม่เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เพราะ ความว่างนั้นก็คือสมมติบัญญัติ ที่นี้เราก็จำไว้ว่า ความว่างเปล่าเป็นสมมติบัญญัติอย่างหนึ่ง จะไม่มี ลักษณะของความเกิดดับอะไรเลย^{๔๒}

^{๔๐} พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาภูมิ, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการ พิมพ์จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๔๐.

^{๔๑} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๘๗/๓๑๔.

^{๔๒} พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาภูมิ, หน้า ๔๑.

๔. รสที่พึงรู้แจ้งทางลิ้น ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด^{๔๓}

ทางลิ้น มีประสาทลิ้น แล้วมีรสมากระทบลิ้น ต่อจากนั้นก็มีตัวรู้รสเกิดขึ้น คือปรมัตถธรรม รสต่าง ๆ เป็นปรมัตถ์ แต่พอรู้ว่าเป็นรสแฉะไก่อ่ แฉะหนม รสผลไม้ เป็นบัญญัติทั้งหมด ตัวที่เป็นปรมัตถ์คือรสต่าง ๆ รู้ว่าเป็นรสอะไร ตัวที่ไปรู้รสเป็นนามหรือเป็นจิต รสต่าง ๆ เป็นรูป รู้รสเป็นนาม รสกับการรู้รสคนละอย่างกัน ประสาทลิ้น ภายนอกก็คือ รสายนะ ได้แก่รสต่าง ๆ เป็นรูปธรรมทั้งคู่ กระทบกันก็ทำให้เกิดการรู้รสขึ้น สภาพรู้รสนั้น เป็นมนายตนะ เป็นจิตที่เกิดขึ้นที่ลิ้นทำหน้าที่รู้รส รสก็อย่างหนึ่ง รู้รสก็อย่างหนึ่ง รสนั้นเป็นรูป รู้รสนี้เป็นนาม รสก็เป็นรสต่าง ๆ ไม่รู้ว่าเป็นรสอะไร ปรมัตถธรรม แคร่รสต่าง ๆ ไม่รู้ว่าเป็นรสแฉะนั้น แฉะนั้น รสขม รสอะไรต่าง ๆ แต่รู้รสเท่านั้น นั่นคือปรมัตถ์ ก็ทำสติระลึกรู้ เวลากินข้าวรสกระทบลิ้น ระลึกรู้สภาพรสรู้รส แต่เมื่อเลยไปสู่สมมติบัญญัติรู้ว่า รสนี้เป็น รสเค็มเป็นต้น เราก็รู้มารู้ที่ใจ คือมนายตนะ ตัวจิตที่เกิดที่ใจที่ไปคิดนึกให้รู้ว่าเป็นสมมติบัญญัติต่าง ๆ แล้วถ้าสภาวะธรรมเลยไปสู่ความพอใจไม่พอใจ ชอบใจไม่ชอบใจ ก็กำหนดรู้ความพอใจไม่พอใจ อันไหนไม่ชอบก็กำหนดรู้ความไม่ชอบใจ ซึ่งเป็นธัมมายตนะเกิดขึ้น

๕. โผฏฐัพพะที่พึงรู้แจ้งทางกาย ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด^{๔๔}

โผฏฐัพพะคือ สิ่งที่อยู่ได้ด้วยกาย สัมผัสด้วยกาย อันน่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ เป็นที่รัก ประกอบ ด้วยกาม เป็นที่ตั้งแห่งความกำหนัด สัมผัสที่ได้รับรู้ทางกาย มนุษย์เราชอบได้สัมผัสสิ่งชอบใจ เช่น ที่นอนที่นุ่ม ๆ หรือสิ่งที่สัมผัสนุ่ม ๆ ที่น่าพอใจก็พยายามหาสิ่งเหล่านั้นมาสนองกิเลสของตน ได้แล้วแต่ความรู้สึกไม่พอ อยากได้ไม่มีที่สิ้นสุด ในที่สุดก็ต้องติดบ่วงของมาร แล้วแต่มารจะพาไปไหน เพราะไปติดบ่วงของมารเสียแล้ว ที่ชื่อว่า กิเลส^{๔๕} นั้นธรรมที่ชื่อว่ากิเลสนี้เป็นสภาวะธรรมที่ทำให้เศร้าหมองและเร่าร้อน หมายความว่า ตนเองก็เศร้าหมองและเร่าร้อน และทำให้สัมปยุตตธรรมที่เกิดร่วมด้วย ต้องเศร้าหมองและเร่าร้อนไปด้วย เช่น กิเลสใดเกิดร่วมกับจิตและเจตสิกอื่นใด ก็ย่อมทำให้จิตและเจตสิกอื่นนั้นเศร้าหมองและเร่าร้อนไปด้วย^{๔๖}

สรุป ประเภทของกามคุณ คือประโยชน์ที่น่าพอใจ หรือความสุข ความโสมมณัสอันใด ที่อาศัยกามคุณทั้ง ๕ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ให้เกิดขึ้น เพื่อเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความใคร่ เป็นสิ่งที่ผูกพันสัตว์ไว้

^{๔๓} อภ.วิ.อ. (ไทย) ๒/๑/๙๘/๑๖๓.

^{๔๔} ที.ส. (ไทย) ๙/๕๔๖/๒๔๐.

^{๔๕} อภ.สจ. (ไทย) ๓๔/๑๕๗๕/๓๘๐.

^{๔๖} พระอาจารย์ ดร.ภทฺทนตฺเต อาสภมหาเถระ ธัมมาจริยะ อัครมหาภิกษุฐานาจริยะ, วิปัสสนาทีปนิฎฎิกา, (ชลบุรี: วัดภทฺทนตฺเต อาสภาราม, ๒๕๑๓), หน้า ๑๙๗.

ค) คุณแห่งกามคุณทั้ง ๕

ความสุขที่มนุษย์ต้องการและได้ประสบกันอยู่มากบ้างน้อยบ้างนี้ ก็คือความสุขกายและ
ความสุขใจนั้นท่านแยกเป็น ๒ อย่าง คือ

สามิสสุข ความสุขที่อิงอามิส คือ อิงเครื่องหล่อ ความสุขที่อิงอามิส ได้แก่ ความสุขอันเกิด
จากกามคุณทั้ง ๕ ซึ่งมีสุขกายและสุขใจ คือ มีทั้งสุขและโสมนัส

นิรามิสสุข ความสุขที่ไม่อิงอามิส คือไม่อิงเครื่องหล่อความสุขที่ไม่อาศัยอามิสเป็นความสุข
อย่างเดียว ได้แก่ ความสุขซึ่งเกิดจากความสงบ ความสุขซึ่งเกิดจากฌาน ความสุขซึ่งเกิดจากจิตที่
ปราศจากกิเลส

สามิสสุข ความสุขที่อิงอามิสนั้น สุขเหมือนกัน ไม่ใช่ไม่สุขที่คงทนถาวรในนั้นแต่มีทุกข์เจือ
ปนอยู่มาก ส่วนความสุขที่ไม่อิงอามิส คือ นิรามิสสุข เป็นความสุขล้วน ๆ ไม่มีเครื่องหล่อ พระพุทธเจ้า
เรียกความสุขชนิดนี้ว่า สันติสุข ดังที่เรามักจะได้ยินอยู่เสมอว่า “นตถิ สนติ ปรี สุขิ สุขอื่นยิ่งกว่าความ
สงบไม่มี”^{๔๗}

สุขมีอามิส เป็นอย่างไร ซึ่งก็คือ กามคุณ ๕ ประการนี้ ได้แก่

๑. รูปที่จะพึงรู้แจ้งทางตา ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้
กำหนด

๒. เสียงที่จะพึงรู้แจ้งทางหู ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้
กำหนด

๓. กลิ่นที่จะพึงรู้แจ้งทางจมูก ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่พาใจ
ให้กำหนด

๔. รสที่จะพึงรู้แจ้งทางลิ้น ที่น่าปรารถนาน่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ ให้กำหนด

๕. โผฏฐัพพะที่จะพึงรู้แจ้งทางกาย ที่น่าปรารถนาน่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่
ให้กำหนดดังนี้ชื่อว่าคุณของกาม การที่สุข และโสมนัสทั้งหลายเกิดขึ้นเพราะอาศัยกามคุณ ๕
ประการ นี้ชื่อว่าเป็นคุณแห่งกามทั้งหลาย^{๔๘}

ง) โทษของกามคุณ

พระองค์ทรงตรัสถึงโทษของกามคุณว่า ภิกษุทั้งหลาย ! กาม ไม่เที่ยง ว่างเปล่า เป็นเท็จ
เป็นอนัตตา เป็นดุจโรค เป็นดังห้วงไฟ มีความเลือนหายไปเป็นธรรมดา มีลักษณะเป็นความหลอกลวง

^{๔๗} พ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๐๒/๙๕.

^{๔๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๖๖/๑๖๗-๑๖๘.

เป็นที่บ่นของคนพาล กามสัญญาในภพนี้ และภพหน้า เป็นบ่วงของมาร เป็นวิสัยแห่งมาร เหยื่อของมาร โคจรของมารกามนี้ มีบาปอกุศลทางใจ กามเหล่านั้น ย่อมก่ออันตราย แก่ภริยาสาวกผู้ศึกษาในธรรมวินัยนี้ดังนั้น เราพึงอยู่ด้วยจิตอันไพบูลย์เป็น มหัคคตะ อธิษฐานใจครอบงำโลกเสีย ผลที่ได้ คือ จิตย่อม ผ่องใส น้อมไปในปัญญาปัจจุบัน มีวิญญูณไม่หวั่นไหวเปรียบโทษของกาม ๗ ประการ^{๔๙}

๑. เปรียบดังโครงกระดูกที่มีเนื้อติดอยู่บ้าง โยนให้สุนัขแทะกิน ซึ่งไม่สามารถทำให้ยอมได้
๒. เปรียบดังนกแร้ง นกเหยี่ยว คาบชิ้นเนื้อบินไป แล้วถูกจิกแย่งชิ้นเนื้อไป
๓. เปรียบดังบุรุษถือคบหญาที่ไฟติดลูกโซน เดินทวนลมไฟย่อมไหม้บุรุษนั้น
๔. เปรียบดังหลุมถ่านเพลิง กว้างลึกหนึ่งชั่วคน เผาไหม้บุรุษนั้นอยู่
๕. เปรียบดังความฝัน ตื่นขึ้นมา มีแต่ความว่างเปล่า
๖. เปรียบดังคนยืมทรัพย์เขามา ต้องเอาคืนเขาไป
๗. เปรียบดังบุรุษปีนต้นไม้เพื่อเก็บผลไม้กิน และในขณะเดียวกัน มีบุรุษอีกคนหนึ่งตัดต้นไม้ นั้น เพื่อหมายเอาผลไม้เช่นกัน บุรุษผู้ปีนต้นไม้อยู่ ย่อมมีภัยอันตราย

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช ได้กล่าวถึงโทษของกามไว้ในหนังสือ สัมมาทิฐิ^{๕๐} ว่า “กามคุณ กามก็มีคุณเป็นที่ตั้งของปิติโสมนัสดังกล่าวนั้น หาใช่มีคุณอย่างเดียวไม่ ยังมีโทษอันเรียกว่า กามาทินพ โทษของกาม ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสแสดงชี้แจง อาทินพคือโทษของกาม ว่าเป็นอันมาก พิจารณาดูก็จะเห็นได้ว่า ทุก ๆ คนนั้นต้องมีทั้งราคะมีทั้งโทสะมีทั้งโมหะ ถ้าหากามมีคุณโดยส่วนเดียวแล้ว ก็มีแต่ที่จะยินดีเพลิดเพลินสนุกสนานกันไปโดยส่วนเดียว แต่หาเป็นเช่นนั้นไม่ บางทีก็สมปรารถนาได้ตามต้องการ บางทีก็ไม่สมปรารถนาและมีเหตุขัด ข้องต่าง ๆ จึงต้องมีโทสะคือ ความโกรธแค้นขัดเคือง ในเมื่อไม่ได้ตามที่ต้องการตามที่รักใคร่ปรารถนา แต่ไปได้ในสิ่งที่ไม่ต้องการไม่รักใคร่ไม่ปรารถนา และยังมีความหลงติดอยู่”

สรุปว่า คุณแห่งกามคุณ ๕ นั้น คือส่วนที่น่าปรารถนาใคร่ของกามมี ๕ อย่าง คือ รูป เสียง กลิ่น รส และ โผฏฐัพพะ ที่น่าใคร่ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด หรือ สุขโสมนัสที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยกามคุณ ๕ ประการที่เรียกว่ากามสุข ส่วน โทษแห่งกามนั้น คือ เพราะอาศัยกามคุณทั้ง ๕ นี้ เพราะอาศัยกามคุณจึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ยากในการประกอบอาชีพหรือชวนขายที่จะได้มา ซึ่งต้องอดทนต่อความหนาว ทรากตรำต่อความร้อน เดือดร้อนเพราะสัมผัสแห่งเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน และตายเพราะความหิวกระหายสัมผัสเป็นทุกข์ มีความเร่าร้อนมาก เป็นทุกข์ ผู้บริโภคกามเหมือนคนตาบอด ไม่มีทางถึงอมตธรรม คือ อริยมรรค อริยผลอันพ้นไปจากความทุกข์ได้นั่นเอง

^{๔๙} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๖๕-๑๗๖.

^{๕๐} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, สัมมาทิฐิ, (เชียงใหม่: โรงพิมพ์ นันทพันธ์, ๒๕๕๔), หน้า ๕๗.

๒.๔.๓ เนกขัมมะ

การฝึกตนในทางพุทธศาสนานั้น มี ๒ ประการคือ ๑ ในส่วนกระทำในลักษณะที่มีผลทำให้กุศลธรรมเกิดขึ้นแล้วให้ดำรงอยู่ไม่เสื่อม และ ๒ การกระทำในลักษณะที่มีผลป้องกันการเกิดอกุศลไม่ให้เกิดขึ้น และ ทำอกุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้สิ้นไป การฝึกตนทั้งสองลักษณะนี้ท่านกล่าวว่าเป็นการฝึกตนด้วยสามารถแห่งการตามประกอบกันมีฐาน^{๕๑} การปฏิบัติกรรมฐานถือว่าเป็นการฝึกอบรมตนแบบภาวนามัย เป็นหนึ่งวิธีทำบุญอีกอย่างในพุทธศาสนา วิธีการที่จะฝึกตนแบบภาวนามัยนี้ คือการดำริที่จะหาหนทางให้ห่างไกลจากกิเลสทั้งหลาย มี กามกิเลสเป็นต้นซึ่งถ้าผู้สนใจที่จะฝึกฝนตนด้วยวิธีนี้เรียกว่าเนกขัมมะ

เนกขัมมวิตก หมายถึง ความดำริออกจากกามหรือตริกที่จะออกบวชนั่นเอง เพราะมองเห็นการคลุกอยู่กับหมู่ คณะ แบบชาวบ้านแล้วมีโทษภัย มีผันผวนปรวนแปรไปไม่เที่ยงแท้แน่นอนอนาหาระและความสุขแท้จริงไม่ได้

ในพันตภูมิสูตร พระพุทธองค์ตรัสไว้ตอนหนึ่งว่า “อัคริเวสสนะ ฉนฺนํเหมือนกัน เป็นไปไม่ได้ที่ชยเสนราชกุมารผู้ยังอยู่ท่ามกลางกาม ยังบริโภคนกาม ถูกกามวิตกรุมเร้า ถูกความเร่าร้อนเพราะกามแผดเผา ยังชวนชวายแสวงหากามอยู่ จักทรงรู้ เห็น หรือทำให้แจ้งจิตแตกคตา ที่บุคคลพึงรู้ พึงเห็น พึงบรรลุ ทำให้แจ้ง ด้วยเนกขัมมะได้”^{๕๒} ฉะนั้น การบวชเนกขัมมะ จึงถือว่าเป็นข้อปฏิบัติที่สำคัญของการฝึกฝนตนเพื่อเป็นบันไดนำไปสู่การบรรลุจุดหมายอันสูงสุด สำหรับผู้ที่มีความปรารถนาที่จะพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะสงสาร ด้วยเหตุนี้นักวิจัยจึงศึกษาค้นคว้าคำว่าเนกขัมมะ ในคัมภีร์ทางพุทธศาสนาและตำราวิชาไว้ดังนี้

ก) ความหมายของเนกขัมมะ

เนกขัมมะ หมายถึง การหลีกออกจากเรือน งดเว้นจากฆราวาสวิสัยผู้ยังเกี่ยวข้องกับกามคุณไปบำเพ็ญสมณธรรมในสถานที่อันสงบ สงัด เป็นสถานที่ที่มีบรรยากาศอันสงบและสัปปายะเหมาะแก่ผู้สนใจใฝ่ปฏิบัติส่วนมากนิยมใช้รวม ๆ กันเรียกว่า การบวชเนกขัมมะ

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พุทธศักราช ๒๕๔๒ ได้ให้ความหมายไว้ว่า “เนกขัมมะ” หมายถึง การออก การออกจากกาม การออกบวช”^{๕๓}

^{๕๑} พ.ธ.อ. (ไทย) ๒/๓๐๕/๔๓๑-๔๓๒.

^{๕๒} ม.ม. (ไทย) ๑๔/๑๒๕/๒๔๘.

^{๕๓} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒. (กรุงเทพมหานคร: นานมี บุ๊คพลีลิเคชั่น, ๒๕๔๖), หน้า ๕๙๔.

สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน ป.ธ.๙) สมเด็จพระสังฆราช ได้ให้ ความหมายไว้ว่า “เนกขัมมะ หมายถึงการออกจากกาม ไม่ติดอยู่ในกาม การอยู่ในที่สงัด ความเป็นอิสระจากนิเวศน์เครื่องขวางกั้นความดีทั้งหลาย”^{๕๔}

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายไว้ว่า “เนกขัมมะ หมายถึงการออกจากกาม, การออกบวช, ความปลอดโปร่งจากสิ่งล่อเร้าเข้ายวน”^{๕๕}

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙) ได้ให้ความหมายไว้ว่า “เนกขัมมะหมายถึงการออกบวช ความไม่โกรธ ชื่อว่าเนกขัมมะ เพราะออกจากความโกรธ ความขุ่น ชื่อว่าเนกขัมมะ เพราะออกจากความเกียจคร้าน การเจริญกุศลธรรมทั้งหลาย ชื่อว่าเนกขัมมะ เพราะออกจากอกุศลธรรมทั้งหลาย ดังนี้ เป็นต้น”^{๕๖}

คำว่า เนกขัมมะ เมื่อนำไปประกอบกับศัพท์อื่น จะได้ความหมายต่าง ๆ กันไปเช่น ในหมวดกุศลวิติก

๑) เนกขัมมวิติก ความตรีกปลอดจากกาม ความนึกคิดในทางเสียสละ ไม่ติดในการปรนเปรอสนองความอยากของตน

๒) อพยาบาทวิติก ความตรีกปลอดจากพยาบาท ความนึกคิดที่ประกอบด้วยเมตตา ไม่ขัดเคือง หรือเพ่งมองในแง่ร้าย

๓) อวิหิงสาวิติก ความตรีกปลอดจากการเบียดเบียน ความนึกคิดที่ประกอบด้วยกรุณา ไม่คิดร้ายหรือมุ่งทำลาย^{๕๗}

ในอนุปุพพิกา คือเรื่องทีกล่าวถึงตามลำดับ พระธรรมเทศนาที่แสดงเนื้อความลุ่มลึกลงไปโดยลำดับ เพื่อขัดเกลาอัธยาศัยของผู้ฟังให้ประณีตขึ้นไปเป็นขั้น ๆ จนพร้อมที่จะทำความเข้าใจในธรรมส่วนปรมัตถ์ ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่ยสะกุลบุตรเป็นปฐมคือ

๑) ทานกถา เรื่องทาน กล่าวถึงการให้ การเสียสละเผื่อแผ่แบ่งปัน ช่วยเหลือกัน

๒) ศีลกถา เรื่องศีล กล่าวถึงการประพฤติที่ถูกต้องดีงาม

๓) สัคคกถา เรื่องสวรรค์ กล่าวถึงความสุขความเจริญ และผลที่น่าปรารถนาอันเป็นส่วนดีของกามที่จะพึงเข้าถึง เมื่อได้ประพฤติดีงามตามหลักธรรม ๒ ข้อข้างต้น

^{๕๔} สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน ป.ธ.๙), ทศปารมี ทศพิธราชธรรม, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๕๗.

^{๕๕} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๓๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์แพรวแอนดริโอม จำกัด, ๒๕๕๙), หน้า ๑๗๒.

^{๕๖} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙), ราชบัณฑิต, พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์, (กรุงเทพมหานคร: วัดราชโอรสาราม, ๒๕๔๘), หน้า ๑๓๘.

^{๕๗} อ.อ.อ. (บาลี) ๓/๔๓/๑๒๒.

๔) กามาทีนวกถา เรื่องโทษของกามกล่าวถึงส่วนเสีย ข้อบกพร่องของกาม พร้อมทั้งผลร้ายที่สืบเนื่องมาแต่กาม อันไม่ควรหลงใหลหมกมุ่นมัวเมา จนถึงรู้จักที่จะหน่ายถอนออกได้

๕) เนกขัมมานิสังสกถา เรื่องอานิสงส์ความออกจากกาม กล่าวถึงผลดีของการไม่หมกมุ่นเพติด เพติดติดอยู่ในกาม และให้มีฉันทะที่จะแสวงหาความดีงามและความสุขอันสงบที่ประณีตยิ่งขึ้นไปกว่านั้น^{๕๘} เมื่อพระพุทธเจ้าจะทรงแสดงธรรมเทศนาแก่คฤหัสถ์ ผู้มีอุปนิสัยสามารถที่จะบรรลุธรรมพิเศษได้ จะทรงแสดงอนุพุทฺธิกถาก่อน แล้วจึงตรัสแสดงอริยสัจ ๔ ตามลำดับเสมอ เป็นการทำจิตให้พร้อมที่จะรับธรรมเบื้องสูง ดุจผ้าที่ซักฟอกสะอาดแล้ว ควรรับน้ำย้อมต่าง ๆ ได้ด้วยดี

ฉะนั้น การบวชเนกขัมมะ จึงถือว่าเป็นข้อปฏิบัติที่สำคัญ ที่จะเป็นบันไดนำไปสู่การบรรลุจุดหมายอันสูงสุด สำหรับผู้ที่มีความปรารถนาที่จะหลุดพ้นจาก การเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะสงสาร ตามรอยแห่งบัณฑิตชนทั้งหลายมีพระพุทธเจ้าเป็นต้น เพราะเป็นปฏิปทาข้อปฏิบัติที่พระ พุทธเจ้าทรงบำเพ็ญมาแล้วเมื่อครั้งทรงเกิดเป็นพระโพธิสัตว์ และในฐานะที่เป็นพุทธบริษัทผู้จะเจริญตามรอย พระบาทพระบรมศาสดา จึงจำเป็นที่จะต้องปฏิบัติตามปฏิปทาที่พระบรมศาสดาทรงดำเนินมาในอดีต

สรุปว่า เนกขัมมะ คือการปฏิบัติตนเพื่อจากกามคุณ โดยการออกจากเรือน เพื่อละเว้นจากกามคุณสิ่งยั่วเย้าในอารมณ์ต่าง ๆ และความพลอดรักจาก รูป เสียง กลิ่นรส และสัมผัส ซึ่งเป็นสิ่งล่อเร้าเย้ายวนทั้งหลาย การออกบวชเนกขัมมะ มุ่งเน้นในเรื่องการออกจากกามเป็นสำคัญ และยังหมายรวมไปถึงด้านจิตใจด้วย คือ มีจิตใจคิดที่จะสลัดออกจากกามคุณก็ถือว่าเป็นเนกขัมมะเช่นกัน

๒.๔.๔ ฌาน

ในพันตภูมิสูตรพระผู้มีพระภาคตรัสกับสามเณรจิรวตะว่า “ขยเสนราชกุมารยังบริโภคกามจักทรงรู้เห็นสภาวะที่จิตมีอารมณ์เดียวได้อย่างไร เหมือนช้าง ม้า โค ที่ไม่ได้ฝึกไม่สำเร็จภูมิของสัตว์ที่ฝึกแล้ว เหมือนผู้ยืนอยู่ที่เชิงภูเขา มองไม่เห็นสิ่งที่ผู้ยืนอยู่บนยอดภูเขามองเห็น” ดังนั้นจะเห็นได้ว่าพระองค์ได้เน้นถึงการฝึกตนให้มีจิตที่มีอารมณ์เดียว การฝึกตนเพื่อให้เกิดจิตเตกัคคตานั้น คือการอบรมจิตให้สงบ หยุดนิ่ง เป็นสมาธิ แนบแน่น ได้แก่การฝึกสมาธิเพื่อให้เกิดฌานคือความตั้งมั่นแห่งจิต พระพุทธองค์ทรงดำรัสในเรื่อง ฌาน ว่า “ภิกษุพึงเป็นผู้มีฌาน ไม่พึงเป็นผู้มีเท้าอยู่ไม่สุขพึงเว้นจากความคะนอง ไม่พึงประมาทและพึงอยู่ในที่นิ่งที่นอนที่มีเสียงน้อย” คำว่า พึงเป็นผู้มีฌาน หมายถึง มีปฐมฌาน หุตยฌาน ตติยฌาน ว่าเป็นผู้ยินดีในฌาน ขวนขวายในความเป็นผู้มีจิตมีอารมณ์หนึ่งเดียว หนักในประโยชน์ของตน^{๕๙} ดังนั้นผู้วิจยจึงได้ศึกษาค้นคว้าในเรื่องของฌานและแนวทางในการฝึกจิตให้เกิดฌานในพันตภูมิสูตรต่อไป

^{๕๘} ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๗/๑๘๙.

^{๕๙} ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๖๐/๔๔๖.

ก) นิยามความหมายของฉาน

ฉาน หมายถึง การเพ่ง หรือ เฝ้า เป็นกระบวนการในการทำสมาธิที่สำคัญยิ่ง ผู้ปฏิบัติเพื่อต้องการบรรลุฉานนั้น จะต้องเจริญกัมมัฏฐานแนวสมถะ โดยการเลือกเพ่งอารมณ์สมถกัมมัฏฐานอย่างใดอย่างหนึ่ง ที่เหมาะกับจริตของตน เพ่งอารมณ์สมถกัมมัฏฐานจนจิตเป็นสมาธิ ถึงขั้นอัปปนาสมาธิ ซึ่งเป็นจิตที่เรียกว่า สมาธิธรรมอันเป็นข้าศึกคือนิวรณ์ไม่สามารถครอบงำได้ เพราะฉะนั้น ฉาน จึงเป็นผลของการทำสมาธิ คำว่า “ฉาน” ซึ่งมีรูปศัพท์เป็นคำกริยาในภาษาบาลีว่า “ฉายติ” แปลว่า ย่อมเพ่ง หรือว่า ย่อมเฝ้า ในคัมภีร์พระไตรปิฎก มีการกล่าวถึงฉานไว้ในที่ต่าง ๆ ดังนี้

ฉาน หมายถึง ความเพ่ง ครุ่นคิดคือคำว่า ฉายติ แปลว่าเพ่ง จ้อง ในที่บางแห่งใช้กับกริยาของสัตว์ เช่น สุนัขจิ้งจอก เพ่ง (ฉายติ) หาลาไถลึงน้ำ ดังพระพุทธพจน์ว่า “บุคคลบางคนในโลกนี้ มีใจถูกกามราคะกลุ้มรุม ถูกกามราคะครอบงำอยู่ และไม่รู้ชัดตามความเป็นจริงซึ่งธรรมที่สลัดกามราคะที่เกิดขึ้นแล้ว บุคคลนั้นจึงเพ่ง ครุ่นคิดจ้อง จินตนาการ ทำกามราคะเท่านั้นไว้ภายใน”^{๖๐}

ฉาน หมายถึง การเฝ้า ดังความในพุทธพจน์ว่า เนกขัมมะย่อมเฝ้า เพราะเหตุนี้จึงชื่อว่า ฉาน เนกขัมมะย่อมเฝ้ากามฉันทะให้ไหม้ เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่า ฉาน อรหัตตมรรคย่อมเฝ้า เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่าฉาน อรหัตตมรรคย่อมเฝ้ากิเลสทั้งปวงให้ไหม้ เพราะเหตุนี้จึงชื่อว่า ฉาน^{๖๑}

ในคัมภีร์สมันตปาสาทิกา พระพุทธโฆษาจารย์ ได้อธิบายความหมายของคำว่า “ฉาน” ไว้ ๒ นัย คือ

๑. ฉาน หมายถึง การเฝ้า มีวิเคราะห์ว่า ปัจจุบันฉมเม ฉาเปตติ ฉานแปลว่า คุณธรรมที่ชื่อว่า ฉาน เพราะความหมายว่า เฝ้าธรรมที่เป็นข้าศึก (ธรรมที่เป็นข้าศึกมีนิวรณ์เป็นต้น)

๒. ฉาน หมายถึง การเพ่ง มีวิเคราะห์ว่า สย วา ตํ ฉายติ อุปนิชฌายตติฉานํ แปลว่า ที่ชื่อว่า ฉาน เพราะความหมายว่า เพ่ง คือ เข้าไปเพ่งอารมณ์นั่นเอง

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ได้กล่าวถึง “ฉาน” ว่าฉานหรืออัปปนาสมาธิ เป็นสมาธิมีได้เฉพาะผู้วิเศษ เป็นคุณธรรมสูงขึ้นอีกขั้นหนึ่ง ในพระพุทธศาสนาแบ่งฉานเป็น ๔ ประการ เรียกว่ารูปฉาน ๔ เพราะมีรูปธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นอารมณ์^{๖๒}

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน ได้ให้ความหมายของคำว่า ฉาน หมายถึง ภาวะที่จิตแน่วแน่เนื่องมาจากการเพ่งอารมณ์, การเพ่งอารมณ์จนจิตแน่วแน่เป็นสมาธิ,เรียกลักษณะการทำจิต

^{๖๐} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๘๔/๙๔.

^{๖๑} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๑/๖๐๘.

^{๖๒} สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, สมถกัมมัฏฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๕.

ให้สงบตามหลักทางศาสนาว่า เข้าฌาน เช่น พระเข้าฌานฤๅษีเข้าฌาน โดยปริยายเรียกผู้ที่นั่งหลับตาอยู่ว่า เข้าฌาน^{๖๓}

อาจารย์บุญมี เมธางกูร ได้อธิบายความหมายของคำว่า ฌาน ไว้ว่า ฌาน เป็นธรรมชาติที่กระทำให้จิตจดจ่อต่ออารมณ์ หรือการเพ่งอารมณ์ฉะนั้น ฌาน จึงมีสองความหมาย คือ ฌาน ที่มีสภาพ เพ่ง อารมณ์อย่างหนึ่งไม่จำกัดว่าเป็นการเพ่งอารมณ์กรรมฐาน หรือไม่ก็ตาม เป็นโลกียะหรือโลกุตระอารมณ์ปรมาัตถ์หรือบัญญัติอารมณ์ก็ตาม การเพ่งอารมณ์เหล่านั้นเป็นอารมณ์ของ ฌาน ทั้งสิ้นอีกนัยหนึ่ง ฌาน แปลว่า เฝ้า หมายถึง ทำให้ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับตนมีกำลังน้อยลงไป หรือมิให้เกิดขึ้นได้ ได้แก่องค์ฌาน ๖ ที่ประกอบในมหัคคตจิต ส่วนองค์ฌานที่อยู่ในกามจิตนั้นมีสภาพที่เข้าไปเพ่งอารมณ์มากกว่าจะเฝ้าธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับตน^{๖๔}

สรุปว่า ฌาน หมายถึง การเพ่ง เฝ้า พินิจ คิด จ้อง ครุ่นคิด จดจ่อจินตนาการ ความหมาย ฌานนั้นใช้ได้ในที่ต่าง ๆ กัน คือ ๑) ใช้ในความหมายทั่วไป คือ การเพ่ง ครุ่นคิด จดจ่อ จินตนาการ ธรรมอันเป็นข้าศึก มีกามราคะเป็นต้นไว้ในใจ ๒) ใช้ในความหมายว่า เพ่ง หรือจ้อง จัดเป็นกิริยาอาการของสัตว์ อย่างเช่นสุนัขจิ้งจอกจ้องหาปลาใกล้ฝั่งน้ำ แมวที่จ้องหาหนูที่รางน้ำ

๓. ใช้ในความหมายว่า เพ่ง หรือ เฝ้า ได้แก่ เพ่งอารมณ์สมณะอย่างใดอย่างหนึ่งจนจิตเป็นสมาธิ เป็นกระบวนการในการฝึกจิตเป็นลำดับขั้น เริ่มตั้งแต่ ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน เป็นต้นเพื่อที่จะให้จิตเป็นสมาธิแน่วแน่อยู่กับอารมณ์เดียวเรียกว่าเอกัคคตา

ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา แบ่งฌานเป็น ๒ ประเภทบ้าง ๔ ประเภทบ้าง ส่วนในคัมภีร์ฝ่ายอภิธรรมแบ่งฌานเป็น ๕ ประเภท พอสรุปได้ เป็นหัวข้อ ดังนี้ : -

๑. ฌาน ๒ ประเภท

๒. ฌาน ๔ ประเภท ฌานที่เป็นรูปาวจร หรือ รูปฌาน ๔

๓. ฌาน ๔ ประเภท ฌานที่เป็นอรูปาจร หรือ อรูปฌาน ๔

๔. ฌาน ๕ ประเภท

ข) ประเภทของฌาน

ผู้ที่มีฌานหากกล่าวโดยภาวะที่จิตเพ่งอารมณ์จนแน่วแน่ โดยอาศัย รูปฌาน เป็นฌานที่มีรูปธรรมเป็นอารมณ์ เป็นฌานที่เรียกว่า รูปาวจรฌาน และอาศัยอรูปฌาน^{๖๕}ซึ่งเป็นฌานที่มีอรูปธรรม

^{๖๓} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒, หน้า ๒๙๒.

^{๖๔} อาจารย์บุญมี เมธางกูร, คู่มือการศึกษา พระอภิธรรมมัตถสังคหะ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ เลียงเชียง, ๒๕๔๕), หน้า ๔๐.

^{๖๕} น.พ.แพทย์พงษ์ วรพงศ์พิเชษฐ, โยคะเพื่อการพัฒนาร่างกายและจิตใจ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ เอช.ที.พี.เพรท, ๒๕๔๒), หน้า ๗๐.

เป็นอารมณ์ เป็นฌานที่เรียกว่า อรูปาวจรฌาน ซึ่งขึ้นอยู่กับภูมิของผู้ฝึกจิตที่จะทำให้เกิดขึ้นได้ ฌานแยกเป็นประเภทต่าง ๆ ดังนี้

ฌาน ๒ ประเภท ในคัมภีร์อรรถกถาสมันตปาสาทิกา พระพุทธโฆษาจารย์ แบ่งฌานออกเป็น ๒ ประเภท คือ

๑. อารัมมณูปนิชฌาน หมายถึง การเพ่งอารมณ์ตามแบบสมณะ ได้แก่ ฌานสมาบัตินั่นเอง สมถกัมมัฏฐาน ๆ คือ การเพ่งอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งในบรรดาอารมณ์สมถกัมมัฏฐาน ๔๐ จนจิตแน่วแน่เป็นสมาธิ (เอกัคคตา) อารมณ์สมถกัมมัฏฐานนั้นมี ๔๐อย่าง กสิณ ๑๐ เป็นต้นใน

๒. ลักขณูปนิชฌาน หมายถึง การเพ่งพิจารณาให้เห็นไตรลักษณ์ตามแบบวิปัสสนาญาณเอง ลักขณูปนิชฌาน หมายถึง การเข้าไปเพ่งอนิจจลักษณะเป็นอารมณ์เป็นต้น มี ๓ประการ คือ วิปัสสนา มรรค และผล อารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน คือขันธ์ ๕ แต่เมื่อย่นลงมาก็มีอยู่ ๒ ประการ ได้แก่ รูป กับนาม รูปคือรูปขันธ์ ส่วนนามก็คือ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์ และวิญญาณขันธ์

ฌาน ๔ ที่เป็นรูปาวจร หรือเรียกว่า รูปฌาน รูปฌาน ๔ ได้แก่ ภาวะที่จิตเพ่งอารมณ์จนแน่วแน่ โดยการเพ่งรูปธรรมได้แก่ รูปของวัตถุเป็นอารมณ์ ได้แก่ รูปของวัตถุเป็นอารมณ์ จึงเรียกว่า “รูปฌาน” ซึ่งมี ๔ คือ

๑) ปฐมฌาน คือ จิตเพ่งรูปเป็นอารมณ์ถึงอัปปนาสมาธิลำดับที่ ๑ ซึ่งมีอาการหรือเครื่องหมายอันเรียกกันทั่วไปว่า องค์ฌาน หมายความว่า ในขณะนั้นจิตมีอาการอยู่ ๔ คือ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข และเอกัคคตา (อาการของจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง)

๒) ทุตติยฌาน คือ จิตละอารมณ์ที่ ๑ ซึ่งมีวิตก เป็นต้น ไปยึดเอาอารมณ์ที่ ๒ ซึ่งละเอียดกว่าอารมณ์ที่ ๑ ในขณะนั้นจิตมีอาการหรือมีองค์อยู่ ๓ คือ ปีติ (อาการเอิบอิ่มของจิต) สุข (อาการสุขของจิต) และ เอกัคคตา (อาการของจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง)

๓) ตติยฌาน คือ จิตละอารมณ์ที่ ๒ ซึ่งมี ปีติ เป็นต้น ไปยึดเอาอารมณ์ที่ ๓ ซึ่งละเอียดกว่าอารมณ์ที่ ๒ ในขณะนั้นจิตมีอาการหรือมีองค์อยู่ ๒ คือ สุข (อาการสุขของจิต) และ เอกัคคตา (อาการของจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง)

๔) จตุตถฌาน คือ จิตละอารมณ์ที่ ๓ ซึ่งมี สุข เป็นต้น ไปยึดเอาอารมณ์ที่ ๔ ซึ่งละเอียดกว่า อารมณ์ที่ ๓ ในขณะนั้นจิตมีอาการหรือมีองค์อยู่ ๒ คือ อุเบกขา (อาการวางเฉยในอารมณ์) และ เอกัคคตา (อาการของจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง)

ฌาน ๔ ที่เป็นอรูปาวจรหรือเรียกว่า อรูปฌาน

อรูปฌาน ๔ (ฌานมีอรูปธรรมเป็นอารมณ์) อรูปฌาน ๔ ฌาน ที่อาศัยสิ่งที่ไม่ใช้รูปมาเป็นอารมณ์ อันได้แก่ อากาสนัญญาตนฌาน วิญญานัญญาตนฌาน อาภิญญัญญาตนฌาน เนวสัญญานาสัญญาตนฌาน อรูปฌานทั้ง ๔ นี้ อาศัยสิ่งที่ไม่ใช้รูปเป็นอารมณ์

๑. อากาสนัญญายตนฌาน หมายถึง ฌานกำหนดอากาศ คือ ช่องว่างหาที่สุดมิได้เป็นอารมณ์ หรือถ้าไม่มีคำว่า ฌาน สนธิเข้าด้วย หมายถึง ภพของผู้เข้าถึงอากาสนัญญายตนภูมิ

๒. วิญญูญายตนฌาน หมายถึง ฌานกำหนดวิญญูหาที่สุดมิได้เป็นอารมณ์ หรือถ้าไม่มีคำว่า ฌาน สนธิเข้าด้วย หมายถึง ภพของผู้เข้าถึงวิญญูญายตนภูมิ

๓. อากิญจัญญายตนฌาน หมายถึง ฌานกำหนดภาวะที่ไม่มีอะไร ๆ เลยเป็นอารมณ์ หรือถ้าไม่มีคำว่า ฌาน สนธิเข้าด้วย หมายถึง ภพของผู้เข้าถึงอากิญจัญญายตนภูมิ

๔. นวสัณญานาสัญญายตนฌาน หมายถึง ฌานที่มีภาวะมีสัญญาที่ไม่ใช่ (เพราะไม่มีสัญญาที่หยาบ) ไม่มีสัญญาที่ไม่ใช่ (เพราะยังมีสัญญาที่ละเอียดอยู่) เป็นอารมณ์ หรือถ้าไม่มีคำว่า ฌาน สนธิเข้าด้วย หมายถึง ภพของผู้เข้าถึงนวสัณญานาสัญญายตนภูมิ^{๖๖}

ค) ฌาน ๕

ฌาน ๕ ในคัมภีร์ฝ่ายอภิธรรมนั้น องค์ฌานก็เหมือนกันกับองค์ฌาน ๔ ประเภท คือ วิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา แต่ความต่างอยู่ที่แบ่งองค์ฌานไม่เหมือนกัน เมื่อจัดตามฌานแต่ละขั้นก็ได้ดังนี้ นิยมแบ่งรูปฌานเป็น ๕ ขั้น เรียกว่าฌานปัญจนัย ได้แก่

๑. ปฐมฌาน มีองค์ ๕ คือ วิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา
๒. ทุตติยฌานมี องค์ ๔ คือ วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา
๓. ตติยฌานมี องค์ ๓ คือ ปิติ สุข เอกัคคตา
๔. จตุตถฌานมี องค์ ๒ คือ สุข เอกัคคตา
๕. ปัญจฌานมี องค์ ๒ คือ อุเบกขา เอกัคคตา^{๖๗}

ที่เป็นฌาน ๕ เพราะซอยละเอียดออกไปจาก (รูป) ฌาน ๔ นั้นเอง คือแทรกเพิ่มฌานที่ ๒ เข้ามาอีกข้อหนึ่ง ระหว่างปฐมฌานกับทุตติยฌานเป็นต้นเดิมเป็น “ทุตติยฌาน (ฌานที่ ๒) มีองค์ ประกอบ ๔ คือ วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา” หรือพูดง่าย ๆ ว่า ฌานที่ไม่มีวิตก มีแต่วิจารณ์ แล้วเลื่อนทุตติยฌานเดิมออกไปเป็นตติยฌาน ตติยฌานเดิมเป็นจตุตถฌาน จตุตถฌานเดิมเป็นปัญจฌานตามลำดับ โดยนัยนี้ เมื่อได้ยินคำว่า ฌาน ๕ ฌานปัญจกนัย ปัญจกัณฺหาณ ปัญจฌาน

สรุป ประเภทของฌานแบ่ง ๓ คือ

๑. ฌาน ๒ ประเภท คือ ๑) อารัมมณูปนิชฌานการเพ่งอารมณ์ตามแบบสมณะ ได้แก่ ฌานสมาบัติตนเอง ๒) ลักษณะูปนิชฌาน หมายถึง การเข้าไปเพ่งอนิจจลักษณะเป็นอารมณ์เป็น

^{๖๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ, ๒๕๕๒), หน้า ๕๑๗-๕๑๘.

^{๖๗} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๖๒๕/๔๑๔.

ต้น มี ๓ ประการ คือ วิปัสสนา มรรค และผล อารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน คือขั้นที่ ๕ แต่เมื่อย่นลงมาก็มีอยู่ ๒ ประการ ได้แก่ รูปกับนาม

๒. ฌาน ๔ ประเภท แบ่งเป็น รูปฌาน และ อรูปฌาน คือ ๑) รูปฌาน ๔ ได้แก่ ภาวะที่จิตเป็นสมาธิโดยเพ่งอารมณ์จนแน่วแน่เป็นอัปปนาสมาธิ โดยการเพ่งรูปธรรม ได้แก่ รูปของวัตถุเป็นอารมณ์ จึงเรียกว่า “รูปฌาน” มี ๔ คือ ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน ๒) อรูปฌาน ๔ (ฌานมีอรูปธรรมเป็นอารมณ์) อรูปฌาน ๔ ฌาน ที่อาศัยสิ่งที่ไม่ใช่รูปมาเป็นอารมณ์ อันได้แก่ อากาสนัญญายตนฌาน วิญญานัญญายตนฌานอาภินิหิตญายตนฌาน เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน อรูปฌานทั้ง ๔ นี้ อาศัยสิ่งที่ไม่ใช่รูปเป็นอารมณ์

๓. ฌาน ๕ ประเภท แบ่งตามองค์ฌานก็เหมือนกันกับองค์ฌาน ๔ ประเภท คือ วิตกวิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา แต่ความต่างอยู่ที่แบ่งองค์ฌานไม่เหมือนกัน คือแทรกเพิ่มฌานที่ ๒ เข้ามาอีกข้อหนึ่ง เป็น วิจาร ปิติ สุข เอกัคคตาระหว่างปฐมฌานกับทุตติยฌานเป็นต้นเดิมเป็น นิยมแบ่งรูปฌานเป็น ๕ ขั้นนี้ เรียกว่าฌานปัญจนัย

๒.๔.๕ ไตรสิกขา

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการพัฒนาตน ไตรสิกขา อันได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ครอบคลุมการปฏิบัติทั้งหมด ในพระพุทธศาสนา ผู้ที่บรรลุปเป้าหมายอันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา ท่านเรียกว่า ผู้มีตนอันฝึกฝนแล้ว ได้คุ้มครอง ได้รักษา ได้สำรวมแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์มากเหมือนจิตนี้จิตที่ได้ฝึกแล้วย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์มาก การอบรมจิตของตนในทางพระพุทธศาสนาเป้าหมาย เพื่อทำให้เกิดปัญญาในระดับโลกียะปัญญา จนถึงปัญญาญาณที่หยั่งรู้ อริยสัจ ๔ และทำพระนิพพานให้แจ้ง^{๖๘} ดังนั้นผู้วิจัยจึงศึกษาการฝึกตนตามแนวทางไตรสิกขาในทนต์ภูมิสูตรซึ่งแปลว่าภูมิของผู้ที่ฝึกดีแล้วต่อไป

ก) ความหมายของไตรสิกขา

ไตรสิกขา หมายถึง ข้อที่จะต้องศึกษา, ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับศึกษา คือ ฝึกหัดอบรม กาย วาจา จิตใจ และปัญญา ให้ยิ่งขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุด สิกขา มีอยู่ ๓ ประการ คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา อธิศีลสิกขา^{๖๙}

ในทนต์ภูมิสูตรพระพุทธองค์ตรัสว่า “มาเถิดภิกษุ เธอจงเป็นผู้มีศีลสำรวมด้วยการสังวรในปาติโมกข์ เพียบพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร จงเป็นผู้มีปกติเห็นภัยในโทษแม้เล็กน้อย สมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย’อัคริเวสสนะ เพราะอริยสาวกเป็นผู้มีศีล สำรวมด้วยการสังวรในปาติโมกข์

^{๖๘} อ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๔๐/๗.

^{๖๙} อ.ติก. (ไทย) ๒๐/๙๑/๓๑๘.

เพียบพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร เป็นผู้มียกย่องในโทษแม้เล็กน้อย สมาทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลายได้” สิกขา ๓ จึงเป็นหลักการการศึกษาหรือการฝึกฝนตนหรือพัฒนาตนตามกระบวนการที่มีองค์ประกอบ ๓ ชั้น คือ ศีล สมาธิ และปัญญา ซึ่งทั้ง ๓ ชั้นนี้ คาบเกี่ยวกันไปโดยตลอด เพราะเป็นปัจจัยส่งทอดแก่กัน จัดเรียงลำดับไปตามหน้าที่ฝึกฝนตนทำให้เข้าถึงจุดหมาย คือ การแก้ปัญหา เป็นตัวการศึกษาทำให้เกิดปัญญาที่แท้จริง^{๗๐}

ในเสกขสูตร ได้ชี้ให้เห็นใครบ้างที่ยังต้องศึกษาอยู่ ทำไมสิกขา ๓ จึงกลายมาเป็นหัวใจหลักของการศึกษาทางพระพุทธศาสนา อะไรเป็นผลสูงสุดที่พึงหวังได้เกิดจากสิกขา ๓ นี้ ตลอดถึงลำดับขั้นตอนที่สำคัญก่อนจะถึงความหลุดพ้นมีอะไร พอสรุปได้ว่า ญาณในความสิ้นกิเลสย่อมเกิดขึ้นแก่พระเสขะ ผู้กำลังศึกษาและปฏิบัติตามทางสายตรงก่อน ลำดับต่อจากนั้นอรหัตตผลจึงเกิดต่อจากนั้น ญาณในความสิ้นไปแห่งภวสังโยชน์ว่า วิมุตติของเราไม่กำเริบ ย่อมเกิดขึ้นแก่ท่านผู้หลุดพ้นด้วยอรหัตตผล^{๗๑}

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ให้ความหมายว่า ไตรสิกขา คือ สิกขาสาม หรือข้อปฏิบัติที่ต้องศึกษา ๓ อย่าง คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา เรียกกันง่าย ๆ ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา (๑) อธิศีลสิกขา หมายถึง สิกขาคือศีลอันยิ่ง, ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติอย่างสูง (๒) อธิจิตตสิกขา หมายถึง สิกขาคือจิตอันยิ่ง, ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมจิตเพื่อให้เกิดคุณธรรม เช่น สมาธิอย่างสูง (๓) อธิปัญญาสิกขา (สิกขาคือปัญญาอันยิ่ง, ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง^{๗๒}

สรุปว่า ไตรสิกขา มี ๒ ความหมาย คือ (๑) ความหมายตามคัมภีร์พระไตรปิฎก หมายถึงข้อปฏิบัติที่ต้องศึกษา ๓ อย่าง ได้แก่ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา เรียกกันว่า ศีล สมาธิ ปัญญา (๒) ไตรสิกขา หมายถึง หลักการศึกษาสมาธิปฏิบัติเพื่อการฝึก การอบรม กาย วาจา จิตใจ และปัญญาให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้นเพื่อนำไปสู่ความเป็นสุขอิสระแท้จริง

ข) ประเภทของสิกขา

๑. จัดประเภทตามหลักสิกขา ๓ จัดได้ ๓ ดังพุทธพจน์ที่แสดงไว้ต่อไปนี้ ภิกษุทั้งหลาย สิกขามีอยู่ ๓ ประการ คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา อธิศีลสิกขา เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้มีศีล ๖ สมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย นี้เรียกว่า อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้สังัดจากกามทั้งหลาย ๖ บรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติ

^{๗๐} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๑๘/๒๕๒.

^{๗๑} อ.ต.ก. (ไทย) ๒๐/๘๖/๓๑๒.

^{๗๒} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๓๐, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๙), หน้า ๑๒๑.

บริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ นี้เรียกว่า อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์ ฯ นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา” นี้เรียกว่า อธิปัญญาสิกขา^{๗๓}

๒. จัดประเภทโดยนำเนื่อหามรรคมืองค์ ๘ มาสังเคราะห์ หลักของไตรสิกขาที่ได้นำเสนอมาแล้วทำให้เห็นเพียงความหมายและประเภทของหลักไตรสิกขาเป็นภาพรวม ๆ คือ เป็นการกล่าวถึงเฉพาะอริสติกสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา ที่เป็นหลักเท่านั้น หากได้นำเอาข้อธรรมในมรรคมืองค์ ๘ ประการ มาสังเคราะห์เข้ากับหลักของไตรสิกขา สามารถทำได้ดังต่อไปนี้ คือ ๑) สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ จัดเข้าในอริสติกสิกขา ๒) สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ จัดเข้าในอธิจิตตสิกขา ๓) สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ จัดเข้าในอธิปัญญาสิกขา ทั้งหมดทั้งสิ้น ก็อยู่ใน ๓ หมวดแห่ง ศีล สมาธิ ปัญญา ที่มาจากมรรคมืองค์ ๘ ได้แก่

อริสติกสิกขา สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ
 อธิจิตตสิกขา สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ
 อธิปัญญาสิกขา สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ

๓. จัดประเภทตามหลักชั้นหรือธรรมชั้น ๓ เป็นการจัดหมวดหมู่ตามสถานะที่เป็นธรรมประเภทเดียวกัน ซึ่งจะช่วยให้ผู้ศึกษาในเรื่องนี้ทำความเข้าใจได้ง่ายยิ่งขึ้น การจัดแบบนี้เป็นการนำเนื่อหามรรคมืองค์ ๘ มาสังเคราะห์เข้าในหลักของไตรสิกขา ปรากฏความในคัมภีร์พระไตรปิฎกมีไว้ว่า พระผู้มีพระภาคไม่ทรงจัดชั้น ๓ ประการ เข้าในอริยมรรคมืองค์ ๘ แต่ทรงจัดอริยมรรคมืองค์ ๘ เข้าในชั้น ๓ ประการ คือ ๑) สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ ทรงจัดเข้าในศีลชั้น

๒) สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ธรรมทรงจัดเข้าในสมาธิชั้น ๓) สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ ทรงจัดเข้าในปัญญาชั้น^{๗๔}

สรุปว่า การจัดประเภทของไตรสิกขา มีการจัดไว้อยู่ ๓ ประเภท คือ ๑) จัดประเภทตามหลักสิกขา ๓ หรือไตรสิกขา ๒) จัดประเภทโดยนำเนื่อหามรรคมืองค์ ๘ มาสังเคราะห์ และ ๓) จัดประเภทตามหลักชั้น หรือธรรมชั้น ๓

ค) หลักไตรสิกขา

ไตรสิกขา เป็นข้อกำหนด ที่ผู้ออกบวชเนกขัมมะพึงถือเป็นกิจหรืออุดมการณ์เพื่อฝึกตนให้เจริญขึ้นในคุณธรรมระดับต่าง ๆ

๑) อริสติกสิกขา หมายถึง เรื่องอริสติกอันต้องศึกษา การศึกษาในเรื่องอริสติก, ข้อปฏิบัติสำหรับอบรมพัฒนาศีลอย่างสูง ที่จะให้ตั้งอยู่ในวินัย รู้จักใช้อินทรีย์ และมีพฤติกรรมทางกายวาจาดี

^{๗๓} อง.ติ.ก.(ไทย) ๒๐/๙๐/๓๑๘-๓๑๙.

^{๗๔} ดูรายละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๖๒/๕๐๒-๕๐๓.

งาม ในการสัมพันธ์ที่จะอยู่ร่วมสังคมและผู้อื่นด้วยดีให้มีประโยชน์เกื้อกูล ไม่เบียดเบียน ไม่ทำลาย และให้เป็นพื้นฐานแห่งการอบรมพัฒนาจิตใจในอริยจิตตสิกขา^{๗๕}

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคพระพุทธโฆษาจารย์ ได้อธิบายความหมายของ ศีล ไว้ว่า

“ศีล” นี้ แปลว่า ปกติ คือทำกายและวาจาให้เป็นปกติให้เรียบร้อย ไม่ทำความเดือดร้อนให้แก่ผู้ใด แปลว่า เย็น คือทำให้เป็นคนเยือกเย็น ทำให้เย็นกาย เย็นใจ ไม่ต้องเดือดร้อนเพราะขาดศีล

“ศีล” คือ เจตนา หมายถึง เจตนางดเว้นจากบาปธรรมมีปาณาติบาต เป็นต้น

“ศีล” คือ เจตสิก (ได้แก่กุศลธรรม คือ ความไม่โลภ ความไม่พยาบาท ความเห็นชอบ) ของบุคคลผู้งดเว้นจากบาปธรรมมีปาณาติบาต เป็นต้น

“ศีล” คือ การสำรวม หมายถึง ความสำรวมในปาติโมกข์ ความสำรวมอย่างมีสติ สำรวมด้วยความรู้ สำรวมด้วยความอดทน และสำรวมด้วยความเพียรพยายาม^{๗๖}

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ทรงแสดงทัศนะเรื่อง ความหมายของศีลไว้ว่า ศีล แปลตามศัพท์ว่า ปกติ หมายความว่า ความเป็นปกติเรียบร้อย (อย่างหนึ่ง) ความเคยชินลงรูปลงตัวติดอยู่ประจำอยู่ เป็นปกติ (อย่างหนึ่ง) ความเป็นปกติเรียบร้อย หมายถึง ความปกติเรียบร้อยของความประพฤติ เพราะเว้นการที่ควรเว้น ประพฤติการณ์ที่ควรประพฤติ^{๗๗}

สรุปว่า อริยศีลสิกขา คือ ศีล อันเป็นความประพฤติปฏิบัติตน ทางกายกัฏฐิ ทางวาจาให้ตั้งมั่นอยู่ในความดีงามเรียบร้อยเป็นปกติ ไม่มีโทษ คือ ไม่ให้เป็นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น จนสามารถพัฒนาให้ถึงความหมดจดแห่งศีล ชื่อว่า “สลวิสุทธิ” และให้เป็นพื้นฐานแห่งการอบรมพัฒนาจิตใจในอริยจิตตสิกขา

ก) ศีลพื้นฐาน

๑. ศีล ๕ เป็นข้อกำหนดที่ทุกคนควรมีเป็นพื้นฐาน เป็นปกติ ศีลนี้เป็นวินัยเพื่อช่วยให้คนได้รักษากาย วาจา และใจของตนให้สงบเรียบร้อย บางครั้ง เรียกว่า “นิจศีล” (ศีลประจำหรือศีลที่ควรรักษาเป็นนิตย์)^{๗๘}

^{๗๕} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๔๘๙.

^{๗๖} พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์พิมพ์ตั้ง จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๐-๑๑.

^{๗๗} สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน), ความจริงที่ต้องเข้าใจ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๖๕.

^{๗๘} พระราชสิทธิมุนี, และพระมหาประเสริฐ มนต์เสวี, เอกสารการสอน: สมณะในคัมภีร์, (ม.ป.ท., ม.ป.พ., ๒๕๕๓), หน้า ๓-๙.

๒. ศิล ๘ (หรืออุโบสถศีล) เป็นศีลสำหรับการฝึกตนในการพัฒนาชีวิต เพื่อไม่ให้ข้องเกี่ยวเสพติดอยู่ชั่วตมมากเกินไป ฝึกเป็นอยู่ให้ตั้งงาม และมีความสุขโดยไม่ต้องพึ่งอาภิสเป็นต้น

ข) ศีลของบรรพชิต

ศีลของบรรพชิต เป็นข้อศีล เรียกว่า สิกขาบท เพราะเป็นข้อที่จะต้องศึกษาที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติขึ้น ตามพระวินัย มี ๔ ประการ เรียกว่า “จตุปาริสุทธิศีล”^{๗๙} เพราะความประพฤติที่บริสุทธิ์ จัดเป็นศีล ปาริสุทธิศีล ๔ จึงชื่อว่า ศีล ดังนี้

๑) ปาฏิโมกขสังวรศีล ได้แก่ การสำรวมในพระปาฏิโมกข์ ด้วยการเว้นจากข้อห้ามที่พระพุทธเจ้าทรงห้าม และทำตามข้อที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาต ประพฤติเคร่งครัดในสิกขาบท มีศีลรวมอยู่ ๒๒๗ ข้อ ศีลข้อนี้รักษาสำเร็จด้วยศรัทธา* พระพุทธองค์ตรัสถึงความสำคัญสูงสุดของปาฏิโมกขสังวรศีล ว่า ศีลก็คือ การสำรวมในพระปาฏิโมกข์เท่านั้น หากปาฏิโมกขสังวรศีลของภิกษุใดแตกแล้ว ฟังกล่าวได้ว่า จะรักษาศีลที่เหลือไว้ไม่ได้ เหมือนคนหัวขาด ไม่มีทางจะรักษามือเท้าไว้ได้ ส่วนปาฏิโมกขสังวรศีลของภิกษุใด ไม่เสียหาย ภิกษุนั้นก็สามารถทำศีลที่เหลือให้กลับเป็นปกติได้อีก แล้วรักษาข้ออื่น เหมือนคนหัวไม่ขาด สามารถรักษาชีวิตไว้ได้^{๘๐}

๒) อินทริยสังวรศีล คือ การสำรวมอินทริย์^{๘๑} ระวังตนเองไม่ให้บาปอกุศล เช่น ความชอบ ไม่ชอบ ติดใจ หรือขัดใจ เป็นต้น เข้าครอบงำ เมื่อรับรู้อารมณ์ด้วยอินทริย์ทั้ง ๖ รู้จักควบคุมบังคับพฤติกรรมทางกาย ทางวาจา และทางใจ พระพุทธองค์ให้ระลึกว่า “อินทริย-สังวร ก็สักว่าเป็นไปในทวาร ๖ เท่านั้น”^{๘๒} ศีลข้อนี้รักษาสำเร็จด้วยสติ

๓) อาชีวปาริสุทธิศีล คือ การเลี้ยงชีวิตโดยทางที่ชอบธรรม บริสุทธิ์ เช่น ไม่เอาลาภต่อลาภ คือ ให้ของน้อยแก่เขา เพื่อว่าเขาจะถวายของมากตอบมา เป็นต้น พระพุทธองค์ ทรงสอนให้ระลึกว่า “อาชีวะบริสุทธิ์ สมบูรณ์ด้วยศีล สามารถคุ้มครองทวารทั้ง ๖ ได้”^{๘๓}

๔) ปัจจยสันนิสสิตศีล คือ การพิจารณาในการใช้สอยปัจจัย ๔ คือ บิณฑบาต (อาหาร) เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ให้เป็นไปตามความหมาย และประโยชน์ของสิ่งนั้น ไม่บริโภคด้วยตัณหา พระพุทธองค์ทรงให้พิจารณาว่า ปัจจัยสันนิสสิต ก็เพื่อความสันโดษ บริโภคตามแต่จะได้ ฟังเป็นผู้ทำศีลทั้งหลายให้บริบูรณ์เกิด^{๘๔} ศีลข้อนี้รักษาสำเร็จด้วยปัญญา พระพุทธองค์ตรัส

^{๗๙} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒/๑๖๒/๓๖๖.

^{๘๐} พุ.จ. (ไทย) ๓๐/๑/๘๓๐.

^{๘๑} วิ.ม. (ไทย) ๑/๒/๒.

^{๘๒} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๒/๑๕.

^{๘๓} ที.ส. (ไทย) ๙/๑๙๓/๖๕.

^{๘๔} อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๗๑/๑๕๗.

รับรองเรื่องปริสฺสุทฺธิศีล ๔ กับภิกษุทั้งหลายว่า “เมื่อท่านทั้งหลายมีศีลถึงพร้อม มีปาฏิโมกข์ถึงพร้อม อยู่สำรวมในปาฏิโมกข์ มีความเพียรทำไม่ย่อหย่อน สติตั้งมั่น ไม่พินเพื่อน กายไม่กระสับกระส่าย จิต ย่อมเป็นสมาธิแน่นแน มีใจเด็ดเดี่ยว ย่อมไม่เกิดความกังวลในการปฏิบัติธรรม”^{๘๕}

ค) ศีลในองค์มรรค

มรรคนี้มีชื่อเรียกเต็ม ๆ ว่า อริยอัฏฐังคิกมัคค์ แปลว่า ทางมีองค์ ๘ ของพระอริยะ^{๘๖} เรียกย่อ ๆ ว่า มรรคมองค์ ๘ ก็คือ การรวมข้อปฏิบัติทั้งหมดในพระพุทธศาสนา และองค์ของมรรค ๘ นั้น จัดเป็น ๓ ชั้นคือ ศีล สมาธิ ปัญญา เมื่อกล่าวถึงศีลที่เป็นข้อปฏิบัติจริง ๆ ในหมวดศีลนี้ ก็คือ สัมมาวาจา [ข้อ ๓ ในอริยมรรคมองค์ ๘] สัมมากัมมันตะ [ข้อ ๔] สัมมาอาชีวะ [ข้อ ๕] ทั้ง ๓ ข้อนี้ คือ ศีลที่แท้ ศีลที่จริง และครบบริบูรณ์

สรุปว่า ศีล มี ๓ ประเภท คือ ๑) ศีลขั้นพื้นฐานของปุถุชนเป็นข้อกำหนดที่ทุกควรมี ได้แก่ศีล ๕, ๘ ๒) ศีลของบรรพชิต เรียกว่า สิกขาบท ๔ ประการ คือ (๑) ปาฏิโมกข์สังวรศีล (๒) อินทริยสังวรศีล (๓) อาชีวะปริสฺสุทฺธิศีล (๔) ปัจจัยสันนิสฺสิตศีล และศีลประเภทที่ ๓) ศีลในองค์ ๘ ของมรรค ที่เป็นการรวมข้อปฏิบัติในพระพุทธศาสนาแล้วอริศีลอันเป็นศีลที่เกิดพร้อมกับสมาธิและปัญญา

อธิจิตตสิกขา หมายถึง การศึกษาวิธีการอบรมจิตให้สงบ หยุด หนึ่ง เป็นสมาธิ แนบแน่น มั่นคง ได้แก่ สมถกัมมัฏฐาน เพราะมีความหมายเดียวกันคือทำให้จิตสงบตั้งมั่น

อธิจิตตสิกขา คือ สมาธิในไตรสิกขานั้นเอง ซึ่งศีล สมาธิ ปัญญา มีเกี่ยวเนื่องเกื้อกูลถึงกัน คือ ศีลเป็นพื้นฐานของสมาธิ และสมาธิเป็นพื้นฐานของปัญญา ดังมีพระพุทธดำรัส แก่ภิกษุผู้เป็นเสขะ ว่า “สมาธิอันบุคคลอบรมโดยมีศีลเป็นฐาน ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ปัญญาอันบุคคลอบรมโดยมีสมาธิเป็นฐาน ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก จิตอันบุคคลฝึกฝนโดยมีปัญญาเป็นฐาน ย่อมหลุดพ้นโดยชอบจากอาสวะทั้งหลาย คือ กามาสวะ ภาวาสวะ อวิชชาสวะ”^{๘๗}

การฝึกฝนอบรมจิตให้เป็นสมาธิแนบแน่นมั่นคง เพื่อกำจัดกิเลสนิวรณ์เครื่องกั้นปัญญา ทำจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใสจากนิวรณ์ วิธีนี้เรียกว่า “สมถกัมมัฏฐาน” หรือ “สมถภาวนา”

“สมถะ” แปลว่า การทำใจให้สงบระงับ หรือ ธรรมเป็นเครื่องทำจิตให้สงบระงับ คือ ธรรมจิตให้สงบระงับ “กัมมัฏฐาน” แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงานทางจิตใจ หมายถึงอารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งการงานของใจ หรือ อุบายวิธีอบรมจิตใจให้สงบเป็นสมาธิแน่นแนวมั่นคง “ภาวนา”^{๘๘} แปลว่า ทำให้เกิดขึ้น ให้เจริญขึ้น หมายถึงการบำเพ็ญ การอบรม จิตใจให้เกิดเป็นความสงบ ให้หยุดให้นิ่ง เป็นสมาธิแน่นแน

^{๘๕} อัง.จตุกก. (ไทย) ๓๕/๒/๑๒/๓๖.

^{๘๖} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๕๔๔.

^{๘๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๑๕๗.

^{๘๘} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๒.

สรุป คือ สมาธิ คือผลของ“สมถกัมมัฏฐาน” ซึ่งอุบายวิธีอบรมจิตใจ ให้สงบ ให้หยุด ให้นิ่ง ให้จิตใจบริสุทธิ์ผ่องใสจากกิเลสนิวรณ์เครื่องกั้นปัญญา คือ สงบจากกิเลสนิวรณ์ สงบตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์อันเดียว หรือที่เรียกว่า เอกัคคตา คือ สมาธิมีความไม่ฟุ้งซ่านเป็นลักษณะ มีการกำจัดความฟุ้งซ่านเป็นรส มีความไม่กระเพื่อมของจิตเป็นเครื่องปรากฏ มีสุขเป็นบรรทัดฐานคือเหตุใกล้ ด้วยเหตุนี้ บ้างจึงเรียกสมถภาวนาว่า สมาธิภาวนา

ก) ประเภทของสัมมาสมาธิ

พระกัมมัฏฐานาจารย์ะ พระปณิตตาภิกขุ แสดงข้อความไว้ในหนังสือ รู้แจ้งในชาตินี้ โดยท่านแบ่งประเภทของสมาธิไว้เป็น ๒ ประเภท คือ

๑. สมาธิที่ต่อเนื่องเคลื่อนไหว เกิดจากการกำหนดจิตอยู่กับอารมณ์ ๑ เดียว จัดเป็นสมาธิที่ได้จากการเจริญสมถภาวนา โดยให้จิตกำหนดนิ่งอยู่ที่อารมณ์ ๑ เดียว ไม่ใส่ใจกับอารมณ์อื่นใดทั้งสิ้น ผู้ปฏิบัติตามแนวทางนี้จะสามารถประสบกับสมาธิที่ต่อเนื่องได้ เมื่อจิตหยั่งลงสู่ฐานจิต

๒. สมาธิจิตจับนิ่งอยู่กับอารมณ์ สมาธิประเภทนี้ คือ ขณิกสมาธิ เป็นสิ่งสำคัญที่สุดในการเจริญวิปัสสนา อารมณ์วิปัสสนานั้นเกิดขึ้น และดับไปตลอดเวลา และขณิกสมาธิ ก็เกิดขึ้นในแต่ละขณะพร้อม ๆ กับอารมณ์ แม้ว่าจะมีอายุสั้น ๆ แต่สมาธิแบบนี้สามารถเกิด ดับต่อเนื่องกันไปโดยไม่ขาดสายได้ มีคุณสมบัติเหมือนสมาธิแบบต่อเนื่อง และมีอำนาจในการทำให้จิตและกิเลสสงบนิ่งอยู่ เพราะจิตจับนิ่งอยู่กับอารมณ์^{๘๙}

ข) สมาธิแบ่งเป็น ๓ ประเภท

๑. ขณิกสมาธิ คือ สมาธิชั่วขณะ เป็นสมาธิขั้นแรกที่คนทั่วไปสามารถนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี และขณิกสมาธินี้สามารถใช้เป็นฐานในการเจริญวิปัสสนาได้ เพราะจิตมีสติระลึกรู้ในอารมณ์ปรมาตม (รูป-นาม, ชันธ์ ๕) ที่ละขณะ ๆ ตั้งมั่นต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลาที่จิตรับรู้อารมณ์ ดังนั้น ขณิกสมาธิ จึงใช้ได้ทั้งการเจริญสมถะและเจริญวิปัสสนา

๒. อุปจารสมาธิ คือ สมาธิเฉียด ๆ จวนจะแน่วแน่ อยู่ในขั้นระงับนิวรณ์ได้ จิตมีความตั้งมั่นในอารมณ์บัญญัติ ไม่ถึงระดับที่เป็นฌาน เป็นส่วนเบื้องต้นแห่งอัปนาสมาธิ

๓. อัปนาสมาธิ คือ สมาธิแน่วแน่ เป็นสมาธิประเภทสูงสุด จิตมีความตั้งมั่นแน่วแน่ในอารมณ์บัญญัติ ถึงระดับที่เป็นฌาน และถือเป็นผลที่ต้องการแห่งการเจริญสมาธิ^{๙๐}

^{๘๙} พระกัมมัฏฐานาจารย์ะ พระปณิตตาภิกขุ, รู้แจ้งในชาตินี้, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิกการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๒๒๒.

^{๙๐} อ.ส.ต.ก. (ไทย) ๓๗/๔/๑๖๐/๕๕๕.

สรุปว่า อธิจิตตสิกขา คือ สมาธิที่เกิดการศึกษาวិธีการอบรมจิตให้สงบ หยุด นิ่ง แน่น มั่นคง ได้แก่ สมถกัมมัฏฐาน หรือ สมถภาวนานั่นเอง เพราะมีความหมายเดียวกันคือทำให้จิตสงบตั้งมั่น มีอาณิสต์มากกล่าวคือสมาธิจิตอันบุคคลฝึกฝนโดยมีปัญญาเป็นฐาน ย่อมหลุดพ้นโดยชอบจากอาสวะทั้งหลาย คือ กามาสวะ ภวาสวะ อวิชชาสวะ

ค) อธิปัญญาสิกขา

ผู้บำเพ็ญสมถและวิปัสสนากัมมัฏฐานมีความประสงค์จะไปถึงพระนิพพานอันเป็นจุดหมายปลายทางของพระพุทธศาสนาจำเป็นต้องศึกษาสมาธิปฏิบัติให้ถูกต้องตามไตรสิกขา ได้แก่ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา ตั้งมั่นในศีลให้ห่างไกลจากบาปอกุศลทั้งปวง มีความเพียรดีแล้ว พึงอบรมตนให้ยิ่งขึ้นไปตามภูมิของตนในปัญญาสิกขาต่อไป ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้แจ้ง มองเห็นสภาพของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ว่าโดยความหมายสูงสุด คือ วิปัสสนาญาณ ดังพระพุทธองค์ตรัสรับรองไว้ว่า ผู้มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญาอันประเสริฐ หยั่งถึงความเกิดและความดับ เพิกถอนกิเลส ให้บรรลถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์” เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์สมุทัย” เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์นิโรธ” เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา” นี้ชื่อว่า อธิปัญญาสิกขา^{๙๑} สมดังพระคาถาพระผู้มีพระภาคได้ตรัสดังนี้ว่า

“ปญฺญุตฺตรา สพฺเพ ธมฺมา” ธรรมทั้งหลายทั้งปวงมีปัญญายเป็นยอด มีปัญญายเป็นสิ่งสูงสุด

“อมฺโตะธฺตา สพฺเพ ธมฺมา” ธรรมทั้งหลายทั้งปวง มีอมตะเป็นที่รวมลง

“นิพฺพานปริโยสานํ สพฺเพ ธมฺมา” ธรรมทั้งหลายทั้งปวง มีนิพพานเป็นที่สุด^{๙๒}

ก) ความหมายของปัญญา

คำว่า “ปัญญา” แปลว่า ความรู้, ความเข้าใจ, ความรู้ยิ่ง, ความรู้ชัด มาจากรากศัพท์บาลี คือ ภา ธาตุ ในความรู้ ป บทหน้า กวิ ปัจจัย เป็นอิตถิลิงค์ อาการันต์ มีวิเคราะห์ว่า ปญฺญาเยเต เอเตยาติ ปญฺญา แปลว่า สภาวะที่ช่วยให้รู้ ชื่อว่าปัญญา หรือธรรมอันบุคคลย่อมรู้ทั่วได้ด้วยธรรมชาตินั้น เพราะ เหตุนั้น ธรรมชาตินั้น ชื่อว่า ปัญญา^{๙๓} คำว่า ปัญญา ตามความหมายที่ปรากฏในพระไตรปิฎก อรรถกถา และปกรณ์พิเศษ รวมทั้งที่ปรากฏอยู่ในเอกสารและตำราอื่น ๆ ที่ผู้วิจัยมีความเห็นว่า มีความเกี่ยวข้องและเป็นประโยชน์ต่องานวิจัยดังนี้มีหลายนัยดังนี้

^{๙๑} อัง.ติก. (ไทย) ๒๐/๙๐/๓๑๘.

^{๙๒} อัง.ทสก. (บาลี) ๒๕/๕๘/๘๕.

^{๙๓} พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๒),

ปรากฏในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย นวกนิบาต ปัญญา หมายถึง ความรู้ธรรมที่เป็นกุศล อกุศล ธรรม ที่มีโทษ ไม่มีโทษ ธรรมดำ (ธรรมที่ให้ผลเป็นทุกข์) ธรรมขาว (ธรรมที่ให้ผลเป็นสุข) ธรรมที่ควร เสพ ธรรมที่ไม่ควรเสพ ธรรมที่ไม่สามารถทำให้เป็นพระอริยะ และธรรมที่สามารถทำให้เป็นอริยะ^{๙๔} ปัญญาในความหมายนี้ หมายถึงปัญญาระดับโลกียะ เป็นความรู้ที่เกิดจากการฟัง และการคิดพิจารณา

ปรากฏในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต ปัญญา หมายถึง เครื่องพิจารณาเห็นทั้งความ เกิด และความดับอันเป็นอริยะ ชำแรกกิเลส ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบปัญญาในความหมายนี้ หมายถึง ปัญญาระดับโลกุตระ เป็นความรู้ที่เกิดจากการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตั้งแต่เริ่มต้น จนกระทั่งบรรลุมรรคผล^{๙๕}

ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค นอกจากอธิบายความหมายของปัญญาแล้ว ได้อธิบาย ลักษณะของปัญญาไว้ว่า ปัญญามีการตรัสรู้สภาวะธรรมเป็นลักษณะ มีหน้าที่กำจัดความมืด คือ โมหะ ที่ปกปิดสภาวะธรรมรส มีความหายหลงเป็นผลที่ปรากฏชัดเจน มีสมาธิเป็นพื้นฐาน พระผู้มีพระภาค ตรัสว่า ผู้มีจิตเป็นสมาธิย่อมรู้ย่อมเห็นตามความเป็นจริง^{๙๖} ปัญญาตามลักษณะดังกล่าวนี้ได้แก่ วิปัสสนาปัญญา

ตามความเห็นของท่านพุทธทาส สรุปได้ดังนี้ ปัญญา หมายถึงการฝึกฝนอบรม เพื่อให้ เกิดความรู้ความเข้าใจอย่างถูกต้องสมบูรณ์อย่างถึงที่สุดในทางพระพุทธศาสนาของผู้ฝึกฝนอบรม ภาวนาให้เกิดความรู้แจ้งในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงได้ จิตที่รู้แท้เห็นจริงในสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ตามความเป็นจริง ไม่มีอะไรขัดแย้งไปกว่า ความรู้แจ้งที่เกิดมาจากปัญญา จิตที่เข้าถึงความว่าง ปราศจากกิเลสตัณหา เป็นจิตที่ประกอบด้วยปัญญาเป็นอย่างยิ่ง คือ จิตที่เข้าถึงพระนิพพาน ดังนั้น ปัญญาจัดเป็นธรรมะที่สูงที่สุดในทางพระพุทธศาสนา คือปัญญารู้แจ้งในพระนิพพาน (เป็นโลกุตระ ปัญญา)^{๙๗}

สรุปว่า อธิปัญญาสิกขา หมายถึง ความรู้ชัดหรือความรู้แจ้งโดยประการต่าง ๆ ที่พิเศษยิ่ง กว่าความรู้ทั่วไปที่เกิดจากสัญญาหรือความจำแต่หมายถึงวิปัสสนาปัญญา เป็นปัญญาเจตสิกที่เกิด พร้อมกุศลจิตอันมีลักษณะรู้แจ้งสภาวะของสังขารทั้งปวงและรู้แจ้งชัดตลอดถึงสภาวะของวิสังขาร ธรรมคือพระนิพพาน

^{๙๔} อัง.นวก. (ไทย) ๒๓/๕/๔๓๙.

^{๙๕} อัง.สตุตถก. (ไทย) ๒๓/๔/๗.

^{๙๖} พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, สมเด็จพระพุทธปาหยาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปลและเรียบเรียง, หน้า ๗๓๓.

^{๙๗} พุทธทาสภิกขุ, คู่มือมนุษยนิยมฉบับสมบูรณ์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๓๔), หน้า ๔๘-๔๙.

ระดับของปัญญา ปัญญาตามแนวพระพุทธศาสนาแบ่งออกได้หลายระดับตามความรู้ หากเป็นความรู้ทั่วไปตามธรรมดาของโลกที่เรียกว่า โลกียปัญญา จนถึงความรู้ที่ลึกซึ้ง ที่ละเอียดยิ่งขึ้น เป็นความรู้เห็นตามความเป็นจริงเป็นความรู้เหนือวิสัยของโลก เรียกว่า โลกุตตรปัญญา ^{๔๘}

๑) โลกียปัญญา

โลกียปัญญา คือ ความรู้ที่อยู่ในวิสัยของโลก ที่ชาวโลกหรือคนทั่วไปสามารถเจริญหรือ กระทำให้เกิดขึ้นได้ ความรู้ที่จัดเข้าประเภทโลกียปัญญา คือ ๑. ความรู้ประเภทวิญญูญาณ ๒. ความรู้ ประเภทสัญญา ๓. ความรู้ประเภททัญญู ๔. ความรู้ประเภทอภิญญา โดยความรู้ทั้ง ๔ ข้อต้นเป็น ความรู้ที่ยังมีกิเลสอยู่ ส่วนความรู้ในประเภทที่ ๕ หากยังเจืออยู่ด้วยกิเลส ก็จัดเข้าเป็นความรู้ประเภท ของโลกียปัญญาด้วยเช่นกัน มี ๓ ประการ^{๔๙}คือ

(๑) สุตมยปัญญา คือ ปัญญาเกิดจากการเล่าเรียน (ปัญญาเกิดจากปรโตโม-สะ) เป็น ความรู้ที่ต้องอาศัยการฟัง คือ เมื่อยังคิดเองไม่เป็นหรือคิดไปไม่ถึง มองอะไร ๆ ไม่ออก ไม่เข้าใจ ก็ต้อง มีผู้แนะนำสั่งสอนบอกให้

(๒) จินตามยปัญญา คือ ปัญญาเกิดจากการรู้จักคิดพิจารณา (ปัญญาเกิดจากโยนิโส มนสิการที่ตั้งขึ้นในใจตนเอง) เมื่อได้ความรู้ความเข้าใจมาจากการฟัง ก็ฝึกคิดภายในใจให้มองเห็นรู้ เข้าใจกว้างไกลขึ้น สามารถแยกย่อยออกไปได้ ทำให้เข้าถึงความจริง จินตามยปัญหานี้ หมายรวมถึง โภส ๓ ประการ^{๕๐} ด้วย ได้แก่ อายโกส (อภุสที่ยังไม่เกิดก็ไม่เกิด ที่เกิดแล้วก็เสื่อมไป) อปาย-โกส (ภุสที่ยังไม่เกิดก็ไม่เกิด ที่เกิดแล้วก็ดับไป) อุปายโกส (ปัญญาทั้งหมดเป็นอุปายสำหรับใช้ แก้ไขในกิจต่าง ๆ รับผิดชอบที่เกิดขึ้น)

(๓) ภาวนามยปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติบำเพ็ญ ความรู้ที่เป็นผลของการ ปฏิบัติธรรม การเจริญภาวนาแบ่งการเกิดปัญญาเป็น ๒ อย่าง คือ ๑) การเจริญสมถกรรมฐาน เป็น การฝึกจิตให้เกิดสมาธิ และ ๒) การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เป็นการฝึกจิตให้เกิดปัญญา ซึ่งภาวนา ทั้ง ๒ อย่างนี้ล้วนทำให้เกิด ภาวนามยปัญญา กล่าวคือ การเจริญสมถกรรมฐานจนบรรลุฌานสมาบัติ ๘ คือ รูปฌาน ๔ และอรุณฌาน ๔ ขั้นใดขั้นหนึ่งจะทำให้เกิดปัญญาของผู้ที่เข้าสมาบัติ ซึ่งปัญญา ทั้งหมดนี้ ก็ได้ชื่อว่า ภาวนามยปัญญา^{๕๑}

^{๔๘} บุญมี แท่นแก้ว, พระพุทธศาสนากับปรัชญา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท ว.เพ็ชรสกุลจำกัด, ๒๕๔๐), หน้า ๕๙-๖๑.

^{๔๙} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๑.

^{๕๐} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๗๑๑/๕๐๕.

^{๕๑} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๗๖๙/๕๐๔.

๒) โลกุตตรปัญญา

โลกุตตรปัญญา คือ ความรู้หรือปัญญาที่อยู่เหนือโลก ไม่ขึ้นต่อโลก เป็นความรู้ที่ถูกต้องตามความเป็นจริง รู้เห็นเข้าใจตรงตามสภาวะของธรรมชาติ เป็นความรู้ที่ไม่เจือด้วยอาสวะกิเลสสะกิลเลส เพราะไม่มีอาสวะกิเลสเหลือ ปัญญาที่เป็นโลกุตตระ สมดังพระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “นักปราชญ์ทั้งหลาย กล่าวถึง ชีวิตของผู้ที่อยู่ด้วยปัญญาว่า เป็นผู้ประเสริฐสุด”^{๑๐๒}

ลักษณะของปัญญาในทางพระพุทธศาสนานั้น มีปรากฏในคัมภีร์ต่าง ๆ มากมายหลายลักษณะ เช่น มีลักษณะแห่งการรู้แจ้งความจริง ที่เรียกว่า อริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค, มีลักษณะแห่งการรู้สภาวะธรรมตาของธรรมทั้งหลาย คือ ลักษณะ ๓ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา, มีลักษณะส่องแสงให้ความสว่าง และกำจัดความมืดหรือกำจัดอวิชชา คือ ความไม่รู้ ซึ่งเป็นเหมือนกับความมืดที่ทำให้หลง ให้ลึนสูญไป ขณะเดียวกันก็ทำวิชา คือ ความรู้ ซึ่งเปรียบ เสมือนความสว่างให้เกิดขึ้น ทำให้หายจากความหลง, มีลักษณะรู้ทั่วถึงธรรมทั้งหลาย, มีลักษณะการแทงตลอดสภาวะธรรม และมีลักษณะแห่งการรู้ตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นคุณ และโทษของโลก และอุปายเป็นเครื่องออกไปจากโลก^{๑๐๓}

สรุปว่า อธิปัญญาสิกขา เป็น ปัญญาอันรู้แจ้งเห็นแจ้งสภาวะตามเป็นจริง ของสังขตธรรมว่าเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา รู้ชัดแจ้งในอริยสัจทั้ง ๔ อันนำไปสู่สภาวะวิสังขารที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งคือ พระนิพพานธาตุอันเป็นที่สิ้นทุกข์ ด้วยการเจริญสมณะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นภาวนามยปัญญาชื่อว่า วิปัสสนาปัญญา ที่เกื้อหนุนให้ภูมิของผู้บำเพ็ญเพียรสามารถบรรลุถึงมรรคผลนิพพาน ตามระดับของภูมิธรรมที่ปฏิบัติได้

๒.๕ สรุปท้ายบท

“ทันทมฺมสูตร” คือ พระสูตรที่ว่าด้วยภูมิของผู้ฝึกแล้ว ตั้งชื่อตามเนื้อหาสาระของพระสูตร พระสูตรนี้พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแก่สามเณรจรวิตะ ขณะประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน โดยทรงปรารภคำกราบทูลของสามเณรเรื่องที่ขยเสนอราชกุมารที่ไม่ทรงเชื่อว่า ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ ผู้ไม่ประมาท มีความเพียรอุทิศกายและใจอยู่ จะบรรลุจิตเตกัคคตาได้ พระสูตรนี้จัดอยู่ในประเภท ปุจฉา วสิกะคือ ทรงแสดงเพื่อตอบปัญหาของผู้ถามว่าถ้าภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียรอุทิศกายและใจอยู่ จักสามารถบรรลุจิตเตกัคคตาได้ แต่ถ้าบุคคลยังบริโศกคามจะรู้เห็นสภาวะที่จิตมีอารมณ์เดียวได้อย่างไร

จิตเตกัคคตาในทันทมฺมสูตร จึงหมายถึง ความมีอารมณ์เป็นอย่างเดียวของจิต จิตที่มีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว ความสำคัญของพระทันทมฺมสูตรนี้มีคำว่า จิตเตกัคคตา เป็นตัวชี้วัด เป็น

^{๑๐๒} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๘๔๐/๓๕๒.

^{๑๐๓} พ.ม. (ไทย) ๒๙/๒๐/๕๘๐.

แนวทางของผู้ปฏิบัติจิตภาวนาเพื่อให้ จิตเป็นเอกัคคตา จิตเป็นอารมณ์เดียว ตามภูมิตนตั้งแต่ภูมิอันเป็นโลกียะจนถึงอริยภูมิ คือ ภูมิของบุคคลผู้ได้รับการฝึกตนแล้ว ได้แก่ พระอรหันตผล

นิรณ ๕ นิรณ หมายถึง กิเลสอันกั้นจิต ห้ามจิตไม่ให้ทำความดี เป็นอุปสรรคที่คอยขัดขวางต่อการปฏิบัติภาวนา เพราะคอยกั้นจิตให้ไม่ได้บรรลุธรรมชั้นพิเศษ หรือ เข้าถึง สมาธิ ญาณ มรรค ผลนิพพาน

กามคุณ ๕ หมายถึง อารมณ์ที่น่าพอใจ น่าปรารถนา มี รูปสวย เสียงไพเราะ กลิ่นหอม รสอร่อย และสัมผัสที่นุ่มนวล กามคุณนั้นหมายรวมเอาวัตถุสิ่งของต่าง ๆ ทั้งหมดไม่ว่าจะมีชีวิตหรือไม่ มีชีวิต กามคุณจึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ยากในการขวนขวายที่จะได้มา ซึ่งต้องอดทน ตรากตรำต่อความเดือดร้อนจากการแสวงหา จึงเป็นกองทุกข์เพราะมีกามเป็นเหตุ เกิดเพราะเหตุแห่งกาม

เนกขัมมะ หมายถึง การออกไปจากกามคุณ เพื่อละเว้นจากกามคุณ ในอารมณ์ต่าง ๆ จาก รูป เสียง กลิ่นรส และสัมผัส ซึ่งเป็นสิ่งล่อเร้าเฝ้าชวนทั้งหลาย

ฉาน หมายถึง การเพ่ง เฝ้า พินิจ คิด จ้อง ครุ่นคิด จดจ่อจินตนาการในทันตภูมิสูตร หมายถึง การเพ่ง หรือ เฝ้า ได้แก่ เพ่งอารมณ์สมณะอย่างใดอย่างหนึ่งจนจิตเป็นสมาธิ เป็นกระบวนการในการฝึกจิตเป็นลำดับขั้น เริ่มตั้งแต่ ปฐมฉาน ทุตติยฉาน ตติยฉาน เป็นต้นเพื่อที่จะให้ จิตเป็นสมาธิแน่วแน่อยู่กับอารมณ์เดียวเรียกว่าเอกัคคตา ฉานแบ่ง ๓ คือ

๑. ฉาน ๒ ประเภท คือ ๑) อารัมมณูปนิชฌานการเพ่งอารมณ์ตามแบบสมณะ ได้แก่ ฉานสมาบัติตนเอง ๒) ลักษณะูปนิชฌาน หมายถึง การเข้าไปเพ่งอนิจจลักษณะเป็นอารมณ์เป็นต้น มี ๓ ประการ คือ วิปัสสนา มรรค และผล

๒. ฉาน ๔ ประเภท แบ่งเป็น รูปฉาน และ อรูปฉาน คือ ๑) รูปฉาน ๔ ได้แก่ ภาวะที่จิตเป็นสมาธิโดยเพ่งอารมณ์จนแน่วแน่เป็นอัปนาสมาธิ โดยการเพ่งรูปธรรม ได้แก่ รูปของวัตถุเป็นอารมณ์ จึงเรียกว่า “รูปฉาน” มี ๔ คือ ปฐมฉาน ทุตติยฉาน ตติยฉาน จตุตถฉาน ๒) อรูปฉาน ๔ (ฉานมีอรูปธรรมเป็นอารมณ์) อรูปฉาน ๔ ฉาน ที่อาศัยสิ่งที่ไม่ใช่รูปมาเป็นอารมณ์ อันได้แก่ อา กาสานัญญาตนฉาน วิญญานัญญาตนฉาน อาภินิชาญญาตนฉาน เนวสัญญานาสัญญาตนฉาน อรูปฉานทั้ง ๔ นี้ อาศัยสิ่งที่ไม่ใช่รูปเป็นอารมณ์

๓. ฉาน ๕ ประเภท แบ่งตามองค์ฉานก็เหมือนกันกับองค์ฉาน ๔ ประเภท คือ วิตกวิจาร์ ปิติ สุข เอกัคคตา แต่ความต่างอยู่ที่แบ่งองค์ฉานไม่เหมือนกัน คือแทรกเพิ่มฉานที่ ๒ เข้ามาอีกข้อหนึ่ง เป็น วิจาร์ ปิติ สุข เอกัคคตาระหว่างปฐมฉานกับทุตติยฉานเป็นต้นเดิมเป็น นิยมแบ่งรูปฉานเป็น ๕ ชั้นนี้ เรียกว่าฉานปัญจนัย

ไตรสิกขา มี ๒ ความหมาย คือ (๑) ความหมายตามคัมภีร์พระไตรปิฎก หมายถึง ข้อปฏิบัติที่ต้องศึกษา ๓ อย่าง ได้แก่ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา เรียกกันว่า ศีล สมาธิ

ปัญญา (๒) ไตรสิกขา หมายถึง หลักการศึกษาสัมมาปฏิบัติเพื่อการฝึก การอบรม กาย วาจา จิตใจ และปัญญาให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้นเพื่อนำไปสู่ความเป็นสุขอิสระแท้จริง

อริสัลสิกขา คือ ศีล อันเป็นความประพฤติปฏิบัติตน ทางกายก็ดี ทางวาจาให้ตั้งมั่นอยู่ในความดีงามเรียบร้อยเป็นปกติ ไม่มีโทษ คือ ไม่ให้เป็นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น จนสามารถพัฒนาให้ถึงความหมดจดแห่งศีลชื่อว่า สิวสุทธิ ให้เป็นพื้นฐานการพัฒนาจิตใจในอริจิตตสิกขา ศีล มี ๓ ประเภท คือ (๑) ศีลขั้นพื้นฐานของบุรุษเป็นข้อกำหนดที่ทุกคนมีได้แก่ศีล ๕, ๘ (๒) ศีลของบรรพชิต เรียกว่า สิกขาบท ๔ ประการ คือ (๑) ปาฏิโมกขสังวรศีล (๒) อินทริยสังวรศีล (๓) อาชีวปาริสุทธศีล (๔) ปัจจยสันนิสสิตศีล และศีลประเภทที่ (๓) ศีลในองค์ ๘ ของมรรค ที่เป็นการรวมข้อปฏิบัติในพระพุทธศาสนากล่าวอริศีล อันเป็นศีลที่เกิดพร้อมกับ สมาธิและปัญญา

อริจิตตสิกขา คือ สมาธิที่เกิดการศึกษาวិธีการอบรมจิตให้สงบ หยุด นิ่ง แนบแน่น มั่นคง ได้แก่ สมถกัมมัฏฐาน หรือ สมถภาวนานั่นเอง มีความหมายเดียวกันคือทำให้จิตสงบตั้งมั่น มีอานิสงส์มากกล่าวคือสมาธิจิตอันบุคคลฝึกฝนโดยมีปัญญาเป็นฐาน ย่อมหลุดพ้นโดยชอบจากอาสวะทั้งหลาย

อริปัญญาสิกขา เป็น ปัญญาอันรู้แจ้งเห็นแจ้งสภาวะตามเป็นจริง ของสังขตธรรมว่าเป็น อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา รู้ชัดแจ้งในอริยสัจทั้ง ๔ อันนำไปสู่สภาวะวิสังขารที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งคือ พระนิพพานธาตุอันเป็นที่สิ้นทุกข์ ด้วยการเจริญสมณะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นภาวนามยปัญญาชื่อว่า วิปัสสนาปัญญา ที่เกื้อหนุนให้ภูมิของผู้บำเพ็ญเพียรสามารถบรรลุถึงมรรคผลนิพพาน ตามระดับของภูมิธรรมที่ปฏิบัติได้

บทที่ ๓

แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันตภูมิสูตร

แนวทางปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงทรงตรัสว่าเป็นทางสายเอก ที่จะนำผู้ปฏิบัติไปสู่ความหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้ นั่นคือ การเจริญสติฐาน ๔ โดยแนะนำให้ดำเนินการปฏิบัติอย่างมีสติ เพื่อให้รู้เห็นอย่างแจ่มแจ้งในรูปและนามที่มีการเกิดและดับอยู่ตลอดเวลา จึงจะได้ชื่อเป็นผู้ไม่ตั้งอยู่ในความประมาทตังนั้นผู้ที่ปฏิบัติตามหลักวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท จึงเป็นผู้ไม่ประมาทในชีวิต ผู้ที่ปฏิบัติตามแนวทางวิปัสสนากัมมัฏฐาน ย่อมได้รับผล คือ ความสงบสุขร่มเย็น และสามารถบรรลุถึงการทำให้สุดแห่งกองทุกข์ทั้งปวงได้ในบั้นผู้วิจัยจึงได้กำหนดประเด็นการศึกษาไว้ ดังนี้

- ๓.๑ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาในทันตภูมิสูตร
- ๓.๒ ความสำคัญในทันตภูมิสูตร
- ๓.๓ แนวทางปฏิบัติเพื่อละนิวรณ์ ๕ ในทันตภูมิสูตร
- ๓.๔ แนวทางปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ในทันตภูมิสูตร
- ๓.๕ แนวทางปฏิบัติเนกขัมมะในทันตภูมิสูตร
- ๓.๖ แนวทางปฏิบัติเพื่อให้เกิดฌานในทันตภูมิ
- ๓.๗ ไตรสิกขาหลักฝึกตนในทันตภูมิสูตร
- ๓.๘ สรุปท้ายบท

๓.๑ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันตภูมิสูตร

พระผู้มีพระภาคได้แสดงภูมิของฝึกไว้ดีแล้ว ในทันตภูมิสูตรไว้ว่า อคฺคิเวสสนะ “อริยสาวกที่ฉันนั้นเหมือนกัน ชื่อว่าผูกใจไว้แล้วกับสติปัฏฐาน ๔ นี้ เพื่อแก้ไขปกติที่ยังผูกพันอยู่กับเรื่อน แก้ไขความสับสนที่ยังผูกพันอยู่กับเรื่อน แก้ไขความกระวนกระวายความลำบากใจและความเร่าร้อนใจที่ผูกพันอยู่กับเรื่อน เพื่อบรรลุอายุธรรม เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน”^๑ ดังนั้นเป็นเพื่อการระงับถ่ายถอนกิเลส และกำจัดความไม่รู้ หรือวิชาที่ห่อหุ้มจิตใจเราเอาไว้ ทำให้เกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริงของสรรพสิ่งที่ดำเนินไปในชีวิต และนำพาตนหลุดพ้นจากทุกข์ไปได้ ผู้วิจัยจึงศึกษาค้นคว้าแนวทางปฏิบัติวิปัสสนา

^๑ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๑๙/๒๕๓.

ภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ มีปรากฏในพระไตรปิฎก อรรถกถา และปกรณ์พิเศษ รวมทั้งปรากฏอยู่ในเอกสารอื่น ๆ ที่มีความเกี่ยวข้องและเป็นประโยชน์ต่องานวิจัยดังนี้ คือ

๓.๑.๑ วิปัสสนาภาวนา

วิปัสสนาภาวนา มาจากภาษาบาลีว่า วิปัสสนาภาวนา แยกศัพท์เป็น วิ + ปัสสนา ภาวนา วิปัสสนาประกอบด้วยคำว่า วิ + ปัสสนา วิ อุปสัค (บทหน้า) แปลว่า วิเศษ, แจ่ม ต่าง ปัสสนา มาจาก ทิสฺ ชาติ ความว่า การเห็น, การดู วิเคราะห์ว่า ปทิสฺสติติ ปัสสน ความว่า ความเห็นชัด (ทิสฺ ชาติในความหมายว่าเห็น อ ปัจจัย, แปลง ทิสฺ เป็น ปัสสน)^๒

ภาวนา หมายถึง ภาวนา, การเจริญ, การทำให้มีให้เป็นขึ้น มีวจนัตถะว่า ภาเวตติ ภาวนา คุณชาติที่ยังกุศลให้มีขึ้น (ภู ชาติในความหมายว่ามี, เป็น ยุ ปัจจัย อา อิต., พุทฺธิ อุ เป็น โอ, แปลง โอ เป็น อว, ยุ เป็น อน)^๓ แปลว่า ธรรมที่ควรเจริญ คือทำให้เกิดขึ้นบ่อย ๆ ในสันดานของตน มีวจนัตถะว่า ภาเวตพุพพาติ = ภาวนา แปลความว่า “ธรรมที่บัณฑิตทั้งหลาย พึงทำให้เกิดขึ้นครั้งแรก และครั้งหลังๆ ให้ติดต่อกันเป็นนิตย์ จนถึงความเจริญขึ้น ธรรมนี้ ชื่อว่า “ภาวนา”^๔

วิปัสสนา หมายถึง ปัญญาที่รู้ชัดโดยประการต่าง ๆ อย่างพิเศษกว่าสักแต่ว่ารู้ คือ รู้ถึงความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาของสังขารทั้งหลายจนสามารถแทงตลอดถึงมรรคญาณได้^๕

วิปัสสนา คือ ความเห็นแจ้งต่อความเป็นจริงของสภาวะธรรม, การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความจริง^๖ ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ตามอสังขตสูตร อันเป็นพระสูตรที่ว่าด้วยอสังขตธรรม ปรากฏใจความที่แสดงถึงความหมายของวิปัสสนาไว้ว่า เพราะความเป็นอสังขตธรรม คือความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ และความสิ้นโมหะ และทางที่ให้ถึงอสังขตธรรม คือ วิปัสสนา ดังนั้น วิปัสสนา จึงมีความหมายว่า เป็น

^๒ สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, บาลีไวยากรณ์ วจวิภาคที่ ๒ หลักสูตร เปริยธรรมตรี, พิมพ์ครั้งที่ ๔๖, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๙๓.

^๓ พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดศัพท์วิเคราะห์, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เสียงเชียง, ๒๕๕๘), หน้า ๖๕๓.

^๔ วรณสิทธิ ไวยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๙ กัมมภูมิมูลฐานสังคหวิภาค, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพยวิสุทธ, ๒๕๔๗), หน้า ๙.

^๕ พระพุทธโฆษาจารย์, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดยสมเด็จพระพุทธปาพจนจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรวงศ์พรินติง, ๒๕๔๖), หน้า ๗๑๑-๗๑๒.

^๖ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๓๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๙), หน้า ๓๗๓.

แนวทางที่ทำให้ถึงความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ ความสิ้นโมหะ” และยังปรากฏใจความที่แสดง ความหมายของในพระสูตรอื่น ๆ ดังนี้

ปรากฏในคัมภีร์พระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค ในวิปัสสนากถา ว่าด้วย วิปัสสนา ปรากฏใจความที่แสดงถึงความหมายของวิปัสสนาไว้ว่า ผู้พิจารณาเห็นสังขารทั้งปวงด้วยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา จักเป็นผู้ประกอบด้วยวิปัสสนาญาณและจะเป็นผู้หยั่งลงสู่โลกุตตรมรรค ทำให้แจ้งโสดาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล หรืออรหัตตผล^๘ ดังนั้น วิปัสสนา จึงมีความหมายว่า บุคคลผู้พิจารณาเห็นสังขารทั้งปวงโดยความเป็นพระไตรลักษณ์

พระธรรมธีรราชมหามุนีได้อธิบายความหมายของวิปัสสนาไว้ในหนังสือ “คำบรรยาย วิปัสสนาภาวนา” มีใจความว่า “ปัญญาโดยย่อพิจารณาเห็นสังขตธรรมโดยอาการต่าง ๆ ด้วยอำนาจแห่งความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ปัญญานั้นชื่อว่า วิปัสสนา”^๙

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้อธิบายความหมายของวิปัสสนาไว้ใน หนังสือ “วิปัสสนาขุณี” มีใจความว่า “การกำหนดรู้เพื่อให้เห็นแจ้งอุปาทานขันธ ๕ ด้วยความเป็นอนิจจังทุกขัง อนัตตา ญาณปัญญาที่เห็นแจ้งนี้ของบุคคลนี้ เรียกว่า วิปัสสนา”^{๑๐} ซึ่งความยึดมั่นในอุปาทานขันธ ๕ ย่อมทำให้เกิดราคะ โทสะ โมหะ เป็นกิเลสร้อยรัดให้บุคคลทั้งหลายเป็นทุกข์อยู่ตลอดไป

พระมนัส นนทวิริโย ได้กล่าวไว้ใน “วิทยานิพนธ์พุทธศาสนธรรมมหาบัณฑิต” ว่าการเจริญ วิปัสสนากรรมฐาน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้ปฏิบัติบุคคลพันทุกข์เข้าถึงมรรค ผล นิพพาน ซึ่งถือว่าเป็น ผลสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา และทำให้ผู้ปฏิบัติมีสมาธิ มีความอดทน มีความพากเพียร มีปัญญา ในการทำงานสามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้สามารถดับทุกข์ทางใจได้ สร้างกำลังใจให้มีความอดทนทำให้สามารถดำเนินชีวิตได้ตามทำนองคลองธรรม เป็นการสร้าง สมบุญกุศลทั้งในระดับโลกียะและโลกุตระ^{๑๑}

สรุปได้ว่า วิปัสสนาภาวนา หมายถึง การฝึกอบรมจิตเจริญปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งขึ้น ให้เจริญขึ้น ตามลำดับจนเห็นแจ้งรู้ชัดภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้แจ้งชัดรูปนามตามความ

^๘ ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๓๗/๔๕๓-๔๕๔

^๙ ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๖/๕๙๖-๕๙๗

^{๑๐} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ.๙), คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์พรินติ้ง จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๖.

^{๑๑} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาขุณี, แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาสนไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๔๒๔.

^{๑๒} พระมานัส นนทวิริโย, “ศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ของวัด วิปัสสนาผาชัน ตำบลบ้านหม้อ อำเภอสรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐), บทคัดย่อ.

เป็นจริง ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน กระทั่งถอนความยึดมั่นถือมั่นในรูปนาม ว่าเป็นสัตว์บุคคล ตัวตน เราเขาเสียได้ไม่ยึดมั่นถือมั่นในตัวตน จนบรรลุอุริยมรรค อริยผล ถึงฝั่งพระนิพพาน

๓.๑.๒ ประเภทของการปฏิบัติวิปัสสนากาวานา

วิปัสสนาเป็นแนวทางแห่งการปฏิบัติที่นำไปสู่การพัฒนาปัญญา จากการที่ได้ประจักษ์แจ้งในสภาวะธรรมที่ปรากฏอยู่เฉพาะหน้า ดังนั้น วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากาวานาตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ยุคินทอสูตร โดยกล่าวว่า แนวทางการเจริญวิปัสสนามี ๔ แบบ ได้แก่ ๑) สมถปุพพังคมวิปัสสนา ๒) วิปัสสนาปุพพังคมสมถะ ๓) ยุคินทอสมถวิปัสสนา ๔) ธัมมูทัจจวิคคหิตมานัส^{๑๒}

๑) สมถปุพพังคมวิปัสสนา คือ การเจริญวิปัสสนาอันมีสมถะนำหน้า การเจริญวิปัสสนาโดยเริ่มที่สมถะก่อน โดยเพ่งบัญญัติเป็นอารมณ์ ให้เข้าถึงฌานจิต นั้นหมายถึงว่าจิตดำเนินเข้าถึงอัปนาสมาธิ คือ สมาธิที่แนบแน่นในอารมณ์ได้ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน ปัญจฌาน หรือ อรูปฌาน ๔ ได้ฌานสมาธิแนบแน่นในอารมณ์ บุคคลที่ได้ฌานเช่นนี้สามารถต่อวิปัสสนาได้ โดยการยกจิตที่มีสมาธิให้เข้าสู่ไตรลักษณ์ ให้เห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ผู้ที่ได้ในฌานระดับไหนก็เอาองค์ฌานเหล่านั้นมากำหนดพิจารณา แต่ขณะที่อยู่ในฌานสมาบัตินั้นไม่อาจกำหนดพิจารณาได้ พระพุทธเจ้าทรงสอนเรื่องการทำสมถะ ก็เพื่อเป็นบาทฐานให้แก่การทำวิปัสสนา ผู้ปฏิบัติตามแนวทางนี้ เรียกว่า “สมถยานิก”^{๑๓}

๒) วิปัสสนาปุพพังคมสมถะ หมายถึง การเจริญสมถะอันมีวิปัสสนานำหน้า โดยเจริญวิปัสสนาเลยตั้งแต่ต้น ไม่ต้องไปทำสมาธิก่อน ถ้าใช้สมาธิก็เพียงเล็กน้อยแค่ขณิกสมาธิ ผู้ปฏิบัติสามารถทำวิปัสสนาได้เลยโดยเจริญสติกำหนดรู้สภาวะปรมาณธรรมต่าง ๆ ที่กำลังปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ผู้ปฏิบัติตามแนวทางนี้เรียกว่า “วิปัสสนายานิก” หมายถึง ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน หรือเรียกอีกอย่างว่า สุธวิปัสสนายานิก แปลว่า ผู้มีวิปัสสนาล้วน ๆ เป็นการปฏิบัติที่อาศัยวิปัสสนาสมาธิ ที่เรียกว่า ขณิกสมาธิ ใช้อารมณ์ปรมาณธรรมเป็นบาทฐาน ในการเจริญวิปัสสนา

๓) ยุคินทอสมถวิปัสสนา เป็นการเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่ไปพร้อมกัน ด้วยอาการ ๑๖ อย่าง ได้แก่ (๑) ด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์ (๒) ด้วยมีสภาวะเป็นโคจร (๓) ด้วยมีสภาวะละ (๔) ด้วยมีสภาวะสละ (๕) ด้วยมีสภาวะออก (๖) ด้วยมีสภาวะหลีกออก (๗) ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมละเอียดย (๘) ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมประณีต (๙) ด้วยมีสภาวะหลุดพ้น (๑๐) ด้วยมีสภาวะไม่มีอาสวะ (๑๑) ด้วยมีสภาวะเป็นเครื่องข้าม (๑๒) ด้วยมีสภาวะไม่มีนิमित (๑๓) ด้วยมีสภาวะไม่มีปณิหิตะ (๑๔) ด้วยมีสภาวะเป็นสุญญตะ (๑๕) ด้วยมีสภาวะมีรสเป็นอย่างเดียวกัน (๑๖) ด้วยมี

^{๑๒} อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๗-๒๓๘.

^{๑๓} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวงศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๑๕๙.

สภาวะเป็นคู่กันไม่ล่วงเลยกัน เมื่อละอุทธัจจะ จึงมีสมาธิคือความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่าน และเมื่อละอวิชชา จึงมีวิปัสสนา^{๑๔}

๔) ธัมมทัจจวิคคหิตมานัส เป็นการเจริญขณะเมื่อจิตมีความฟุ้งซ่าน หรือ วิปัสสนุกิเลส ปรากฏ จิตย่อมกวัดแกว่ง หวั่นไหวเพราะโอภาส เพราะญาณ เพราะปีติ เพราะปัสสัทธิ เพราะสุข เพราะอิโมกข์ เพราะปคคหะ เพราะอุปฺภูฐาน เพราะอุเบกขา เพราะน้อมนึกถึงอุเบกขาและ นิกันติ^{๑๕} ให้กำหนดรู้ไปจนดับ เมื่อปราศจากอุทธัจจะ การเจริญสมถะและวิปัสสนาขณะนั้น จิตย่อม ตั้งมั่นอยู่กับอารมณ์เป็นหนึ่งมีสมาธิและเจริญขึ้นถึงมรรคญาณในที่สุด

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) ได้สรุปสาระสำคัญของวิธีปฏิบัติทั้ง ๔ นี้ว่า มีหลักใหญ่เพียง ๒ อย่างคือ วิธีที่ ๑ วิปัสสนามีสมถะนำหน้าและวิธีที่ ๒ สมถะมีวิปัสสนานำหน้า ส่วนสองวิธีหลังเป็นเพียงวิธีการที่แทรกซ้อนเข้ามาในระหว่างการปฏิบัติ กล่าวคือ วิธีที่ ๓ สมถะและวิปัสสนาเข้าคู่กัน จัดได้ว่าเป็นข้อปฏิบัติที่ข้อยหรือขยายออกไปจากวิธีที่ ๑ ส่วนวิธีที่ ๔ ทางออกเมื่อจิตเขวด้วยธรรมุจจัจ ก็เป็นเพียงวิธีปฏิบัติที่แทรกเข้ามาในระหว่าง หรือเป็นข้อปฏิบัติพิเศษเฉพาะกรณี สำหรับใช้แก้ปัญหาบางอย่างในระหว่างการปฏิบัติธรรม^{๑๖}

สรุปได้ว่า วิธีการปฏิบัติวิปัสสนาโดยมีแนวทางปฏิบัติ ๔ แบบ คือ (๑) สมถปุพฺพังคมนัย (๒) วิปัสสนาปุพฺพังคมนัย (๓) ยุคันทณนัย (๔) ธัมมจณนัย ทั้ง ๔ แบบนี้ สรุปลงเหลือ ๒ วิธี คือ (๑) สมถยานิกะ (๒) วิปัสสนายานิกะ

๓.๑.๓ แนวทางเจริญสติปัฏฐาน ๔ ในตันตภูมิสูตร

พระสัทธรรมที่เป็นหัวใจของการปฏิบัติและเป็นทางสู่ความหลุดพ้นจริง ๆ ที่องค์สมเด็จพระชินวรณับรมศาสดาได้ตรัสไว้ในตันตภูมิสูตรคือ สติปัฏฐาน ๔ การเจริญวิปัสสนาภาวนาเพื่อให้บรรลุถึงความดับทุกข์และเข้าถึงความหลุดพ้น ตามภูมิธรรมของผู้ฝึกพัฒนาตน คือการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ดังที่ปรากฏในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ที่มณิกาย มหาวรรค มหาสติปัฏฐานสูตร ทรงมีพุทธดำรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอริยมรรคและเพื่อทำนิพพานให้แจ้ง” ^{๑๗}

ผู้ฝึกพึงเจริญวิปัสสนา โดยการเจริญสติปัฏฐาน ๔ นั้น พึงกำหนดรู้อากัปภิกิริยาทางกายที่เคลื่อนไหวไม่ว่าจะน้อยหรือมาก (กายานุปัสสนา) พึงกำหนดรู้ความรู้สึกทุกอย่างทั้งที่เป็นสุขหรือทุกข์อันปรากฏทางกายและใจ (เวทนานุปัสสนา) พึงกำหนดรู้สภาวะทางจิตที่คิดฟุ้งซ่านในเรื่องดี

^{๑๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาธุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์), แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๗๕.

^{๑๕} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๒๕.

^{๑๖} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๔๔๘.

^{๑๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

หรือไม่ดี (จิตตานุปัสสนา) และพึงกำหนดรู้สภาวะทุกอย่างที่ปรากฏทางใจ เช่น นิรวณฺเณ เป็นต้น (ธัมมานุปัสสนา)

ก. หัวใจสำคัญของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ มี ๓ ประการ คือ

(๑) อาตาปี มีความเพียรเพิกเลศ คือเพียรชอบเรียกว่า สัมมปธาน ๔^{๑๘}

(๒) สมปชาโน มีปัญญาหยั่งเห็น จัดว่าเป็นตัววิปัสสนาอย่างแท้จริง เพราะทำหน้าที่พิจารณาและรู้เท่าทันอารมณ์ ไม่ให้ความหลงเข้าครอบงำจิต ทำให้เข้าใจถูกต้องตามความเป็นจริง

(๓) สติมา^{๑๙} คือ การมีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิท การเจริญสติทำให้จิตตั้งมั่นมีสมาธิและเกื้อกูลต่อการพัฒนาปัญญา ได้แก่ สัมมาสติในอริยมรรคองค์ ๘

ข. วิธีการเจริญสติปัฏฐาน ๔

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ หมายถึง การเจริญสติรับรู้สภาวะธรรมปัจจุบันในกาย เวทนา จิต และสภาวะธรรม แบ่งออกเป็น ๔ ฐาน ๒๑ ประเภท ดังนี้

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๒๐} การดำรงสติตามรู้กาย หมายถึง การกำหนดรู้กองรูปว่าเป็นเพียงกองรูป ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม เป็นหลักปฏิบัติว่าด้วยการพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางกาย คือ เอาสติไปตั้งไว้ที่กายในอริยาบถต่าง ๆ จำแนกออกเป็น ๖ หมวดใหญ่ ดังนี้

(๑) หมวดอานาปานะ มี ๑ ประเภท คือ การกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก^{๒๑}

(๒) หมวดอิริยาบถ มี ๑ ประเภท คือ การกำหนดรู้อิริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน^{๒๒}

(๓) หมวดสัมผัสขันธ์มี ๑ ประเภท คือ การกำหนดรู้อิริยาบถย่อย มีการเหยียด การคู้ เป็นต้น รวมไปถึงอิริยาบถใหญ่^{๒๓}

(๔) หมวดปฏิกุศลมนสิการ มี ๑ ประเภท คือ การพิจารณาอวัยวะ ๓๒ อย่างในร่างกาย เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ด้วยการกำหนดรู้สิ่งปฏิกุศล^{๒๔}

^{๑๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๓๘/๘๕.

^{๑๙} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร**, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวงศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๓๐-๓๓.

^{๒๐} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๖, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม, ๒๕๖๐), หน้า ๑๔๑.

^{๒๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒-๓๐๔.

^{๒๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๒๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๒๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๗/๓๐๖-๓๐๗.

(๕) หมวดธาตุมนสิการ มี ๑ ประเภท คือ การกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ อันได้แก่ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม^{๒๕}

(๖) หมวดนวสิวถิกะ มี ๙ ประเภท คือ การกำหนดรู้ซากศพประเภทต่าง ๆ เช่น มีซากศพที่พองอืด เป็นต้น^{๒๖}

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน มี ๑ ประเภท ได้แก่ การดำรงสติตามรู้เวทนา หมายถึง การกำหนดรู้เวทนาในเวทนา ๙ อย่าง ว่าไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกเป็นความรู้สึกเป็นสุข ทุกข์ และวางเฉย (ไม่ทุกข์ ไม่สุข) ทั้งนี้ เวทนานุปัสสนา มุ่งละสุขสัณญะ คือ ความสำคัญว่าเป็นสุข เป็นหลักปฏิบัติว่าด้วยการใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางเวทนา

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน มี ๑๖ ประเภท ได้แก่ การดำรงสติตามรู้จิต หมายถึง การใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางวิญญาณขันธ์ ด้วยการกำหนดตามระลึกจิตในจิต นับแล้วมี ๑๖ วิธี^{๒๗} ว่าไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกเป็นจิตที่ประกอบด้วยโลภะ เป็นต้น ทั้งนี้ จิตตานุปัสสนา มุ่งละนิจจสัณญะ คือ ความสำคัญว่าเที่ยง เป็นหลักปฏิบัติว่าด้วยการพิจารณาใช้สติกำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางจิต

๔) อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๒๘} มี ๕ ประเภท ได้แก่ การดำรงสติตามรู้สภาวธรรม หมายถึง การใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางสังขารขันธ์ ด้วยการกำหนดรู้สภาวธรรมว่าเป็นเพียงสภาวธรรม ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกเป็นสภาวะเห็น ได้ยิน เป็นต้น ทั้งนี้ ธรรมานุปัสสนา มุ่งละออตตสัณญะ คือ ความสำคัญว่าเป็นตัวตน แบ่งออกเป็น ๕ ประเภท คือ (ก) นิวรณ ๕ (ข) อุปาทานขันธ์ ๕ (ค)อายตนะ ๑๒ (ง) โพชนงค์ ๗ (จ) อริยสัจ ๔^{๒๙}

สรุปว่า การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ คือ การใช้สติเป็นฐานเข้าไปสู่อารมณ์ทั้งหลาย โดยกำหนดอาการว่าไม่งาม ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ด้วยการทำให้สำเร็จในการละสุขวิปัสสนา ในกาย เวทนา จิต และธรรม และเป็นการตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง โดยอาศัยกาย เวทนา จิต และธรรมเป็นฐานรองรับ เมื่อผู้ฝึกตนปฏิบัติดีแล้วย่อมสามารถกำจัดอภิชฌา และโทมนัส ส่งผลให้ถึงความบริสุทธิ์และนำไปสู่ความหลุดพ้นได้ในที่สุด

^{๒๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๗-๓๐๘.

^{๒๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๙/๓๐๘-๓๑๓.

^{๒๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

^{๒๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๔๑.

^{๒๙} ขมรมมหาสติปัฏฐานสูตร, การเจริญสติด้วยวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๓๔.

๓.๒. ความสำคัญในทนต์ภูมิสูตร

จากศึกษาถึงความหมายและสาระสำคัญของ ทนต์ภูมิสูตรนี้พบว่ามีความสำคัญอยู่ ๒ คำ คือ ๑ ทนต์ภูมิภูมิของผู้ได้รับการฝึกแล้ว ๒. จิตเตกคคตา หมายถึง สภาวะที่จิตมีอารมณ์เดียว ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสรุปผลของการปฏิบัติในทนต์ภูมิสูตร

๓.๒.๑. ทนต์ภูมิสูตร

การบรรลุคุณวิเศษในทางพุทธศาสนาย่อมเกิดจากการฝึกตน พัฒนาตนไป ทีละขั้น ไม่ใช่ บรรลุหรือหัตถผลด้วยขั้นเดียวเท่านั้น ย่อมมีได้ด้วยการบำเพ็ญสิกขาโดยลำดับ ด้วยการบำเพ็ญกิริยา โดยลำดับ ด้วยการบำเพ็ญปฏิบัติโดยลำดับ^{๓๐} สำหรับผู้ฝึกตนแล้ว ย่อมยึดเอาหรือหัตถผลไว้ได้ทีเดียว^{๓๑} ภูมิของการฝึกตนในทนต์ภูมิสูตร คือ การอบรมตนให้คลายจากกิเลสและเพื่อบรรเทาเบาบางจากความยึดมั่นถือมั่นที่มีอยู่ให้ลดไป ลื่นไปตามลำดับ จนกระทั่งถึงขั้นปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ อีกต่อไป ในทางพุทธศาสนาสามารถแบ่งการฝึกตนออกได้เป็น ๓ ระดับ คือ (๑) ภูมิผู้ยังไม่อบรมตน (๒) ภูมิผู้ที่อบรมตนอยู่ (๓) ภูมิผู้อบรมตนแล้ว

๑) ภูมิของผู้ยังไม่ฝึกอบรมตน หมายถึง บุคคลผู้ไม่ได้สติบ เพราะเป็นผู้ไม่มีปรีชาปฏิบัติ และปฏิเวธ เพราะไม่ได้กำหนดรู้ จึงพิจารณาเห็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณว่า นั่นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นอัตตาของเรา มิได้รู้ชัดตามความเป็นจริงโดยความเป็นไตรลักษณ์ จำเป็นต้องอบรมจิต เพื่อบรรลุคุณวิเศษอย่างใดอย่างหนึ่งที่พระสาวกจะพึงบรรลุ ยุกระดับการพัฒนาตนไปสู่ความเป็นอริยสาวกผู้ได้สติบ^{๓๒} ซึ่งอริยสาวกนี้หมายถึงผู้บรรลุธรรมตั้งแต่ขั้นโสดาบันขึ้นไป ผู้ไม่อบรมตนนี้ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า เนวเสกขานาเสชบุคคล คือ บุคคลผู้ยังต้องศึกษาก็มิใช่ผู้ไม่ต้องศึกษาก็มิใช่ หมายถึง บุคคลหรือผู้ที่ยังไม่ได้บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคล^{๓๓}

๒) ภูมิของผู้ที่ฝึกอบรมตนอยู่ หมายถึง บุคคลที่กำลังฝึกฝน อบรมตน รวมถึงพระอริยบุคคลขั้นต้นที่ได้พัฒนาตนมาในระดับเบื้องต้น แต่ยังไม่ได้ทำนิพพานให้แจ้ง ยังต้องฝึกฝน อบรมตนเพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่ได้บรรลุ เพื่อบรรลุคุณวิเศษอันยิ่งยวดอันต่างจากคุณวิเศษที่มีอยู่ก่อน^{๓๔} ได้แก่ เสชบุคคล หมายถึง บุคคลผู้ที่ยังต้องศึกษา ๓ จำพวก ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามีและพระอนาคามี ไม่ได้บรรลุหรือหัตถผล บรรลุนาธรรมเป็นแดนเกษมจากโยคะอันยอดเยี่ยมอยู่ เป็นผู้ยัง

^{๓๐} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๘๓/๒๑๒.

^{๓๑} ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๗๙/๕๔๗.

^{๓๒} อ.อ.ก. (ไทย) ๒๐/๕๑-๕๒/๙-๑๐.

^{๓๓} พระศรีคัมภีร์ญาณ, รศ.ดร.และคณะ, “พจนานุกรมพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”, รายงานวิจัย, (สำนักงานอธิการบดี: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า ๑๑๒๒.

^{๓๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๖/๒๒๕.

ต้องฝึกอบรมในไตรสิกขา คือ (๑) อธิศีลสิกขา ฝึกอบรมในเรื่องศีล (๒) อธิจิตตสิกขา ฝึกอบรมในเรื่องจิต (สมาธิ) (๓) อธิปัญญาสิกขา ฝึกอบรมในเรื่องปัญญา ที่เชื่อว่าบุคคลผู้ยังต้องศึกษา ผู้อบรมตนอยู่ เพราะกำลังฝึกฝน อบรมตน ยังไม่ได้ทำที่สุดแห่งทุกข์ในปัจจุบัน

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สาริปุตตสุตตนิทเทส ได้อธิบายคำว่า “การฝึกตนอยู่” พอสรุปได้ดังนี้ คือ การปรารภความเพียร ไม่ทอดทิ้งธุระในกุศลธรรมทั้งหลาย ส่งตนไปพิจารณา ให้เห็นความจริงในไตรลักษณ์ ส่งตนไปในปฏิจางสมุปปาทธรรม ทั้งในสายเกิดและสายดับ ให้เห็นว่า เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี เพราะอวิชชาดับ สังขารจึงดับ ส่งตนไปในอริยสัจ ๔ ให้รู้ว่าเป็นธรรมที่ควรกำหนดรู้ ควรละ ควรทำให้แจ้ง และควรเจริญ^{๓๕}

๓) ภูมิของผู้ฝึกอบรมตนแล้ว หมายถึง ในทันทภูมิสูตร กล่าวคือ พระอรหันต์ เป็นผู้ฝึกฝน อบรมตนแล้วเป็นผู้มีตนที่ฝึกแล้ว ได้บรรลุคุณวิเศษอย่างยิ่งของพระพุทธศาสนากลายเป็น พระอริยบุคคลชั้นสูงสุด เพราะเหตุทำอาสวะทั้งปวงให้สิ้นไป จึงเรียกว่า พระอรหันตชินาสพ เพราะเหตุได้บำเพ็ญไตรสิกขาบริบูรณ์ ศึกษาเสร็จสิ้นแล้ว เป็นบุคคลผู้ไม่ต้องศึกษาอีกต่อไป จึงเรียกว่าอเสขบุคคล^{๓๖} ในอรรถกถาท่านกล่าวแยกคำออกมาให้เห็นอย่างชัดเจนดังนี้ ผู้ยังมรรคมีโสดาปัตติมรรค เป็นต้นให้เกิดขึ้นอยู่ ย่อมชื่อว่า ฝึกตน แต่เมื่อบรรลุอรหัตตผลแล้ว ย่อมจัดว่าฝึกตนแล้ว โดยส่วนเดียว^{๓๗} เพราะฉะนั้นการฝึกอบรมตนในทางพุทธศาสนา ย่อมมีเป้าหมายที่ชัดเจน คือ การฝึกฝนตนเองเพื่อบรรลุอรหัตตผล ในทันทภูมิสูตร ว่าด้วยภูมิของผู้ได้รับการฝึกแล้ว มีข้อความปรากฏตอนท้ายพระสูตรว่า “พระเถระ พระมัชฌิมะ และพระนวกะ ผู้สิ้นอาสวะแล้ว ได้มรณภาพลง ถือว่ามรณภาพลงอย่างฝึกแล้ว”^{๓๘}

สรุปได้ว่า ทันทภูมิ คือภูมิของผู้ฝึกอบรมตนแบ่งออกเป็น ๓ ระดับ คือ

๑. ภูมิของผู้ไม่อบรมตน หมายถึง บุคคลหรือผู้ที่ยังไม่ได้บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคล
๒. ภูมิผู้อบรมตนอยู่ หมายถึง บุคคลผู้ที่ยังต้องศึกษา ๓ จำพวก ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี และพระอนาคามี

๓. ภูมิของผู้ฝึกอบรมตนแล้ว หมายถึง ภูมิของบุคคลผู้ได้รับการฝึกตนแล้ว ได้แก่ พระอรหัตตผล ซึ่งเกิดจากการฝึกตน อบรมตน ให้เจริญขึ้น ด้วยวิธี การฝึกฝนพัฒนาจิต เจริญสมาธิ เพื่อให้เกิดปัญญาด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา ปฏิบัติผ่าน ตามภูมิขั้นของจิต จนในที่สุดถึงความเป็นอิสระ เลื่อนภูมิจิตของตนให้สูงขึ้น เข้าสู่โลกุตตรภูมิสำเร็จเป็นพระชินาสพสิ้นอาสาวกิเลสในที่สุด

^{๓๕} ชู.ม. (ไทย) ๒๙/๑๙๖/๕๗๖-๕๗๗.

^{๓๖} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๒๒/๒๕๔-๒๕๕.

^{๓๗} ชู.ธ.อ. (ไทย) ๘๐/๕๔๗.

^{๓๘} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๒๒/๒๕๕.

๓.๒.๒. จิตเตกัคคตา

จิตเตกัคคตาในชั้นณาก่อนแล้วเอาณที่ได้เป็นบาทฐานในการปฏิบัติวิปัสสนา ด้วยการกำหนดพิจารณาสังขารทั้งหลาย ก็สามารถพัฒนาปัญญาให้เกิดขึ้นได้ เพราะย่อมเป็นเหตุแห่งการหยั่งเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน จนสามารถบรรลุมรรค ผล นิพพาน ในทันตภูมิสูตรนั้น ท่านให้ฝึกให้จิตเป็นสมาธิ โดยที่จิตมีความตั้งมั่นอยู่ ความดำรงอยู่ ไม่ซัดส่าย สมถะ สมาธิทริย สมาธิพละ สัมมาสมาธิ สมาธิสัมโพชฌงค์ ที่เป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรคในสมัยนั้น นี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ”^{๓๙}

“สมาธิ” เพื่อให้จิตแน่วแน่เป็นอารมณ์เดียวนั้น ในพระอภิธรรมปิฎก ได้กล่าวไว้ว่า “สมาธิ” หมายถึง ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบ (สมถะ) สมาธิทริย สมาธิพละ สัมมาสมาธิ สมาธิสัมโพชฌงค์ที่เป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรคอันใด นี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ “ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ให้ความหมายว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์อันเดียวฝ่ายกุศลชื่อว่า สมาธิ”^{๔๐}

เอกัคคตา มีปรากฏในสมาธิในองค์มรรค คือสัมมาสมาธิ หมายถึง ฌาน ๔^{๔๑} ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิกที่ในมัคคจิต ๔ ประหารมิจฉาสมาธิ คือการขาดความตั้งใจมั่นโดยชอบ คงมีแต่ความตั้งใจมั่นแน่วแน่ในพระนิพพาน โดยมีพระนิพพานเป็นอารมณ์

เอกัคคตาเจตสิก คือสมาธิ ได้แก่ สัมมาสมาธิในมรรค ๘ คือต้องมีใจตั้งมั่นระลึกอยู่ในสติปัฏฐาน ๔ เท่านั้น สัมมาวาจาไม่ก็เพียรระลึกอยู่ในสติปัฏฐาน ๔ ในมรรคมองค์ ๘ นี้ต้องเนื่องกันไปทั้งหมด

คัมภีร์สังยุตตนิกาย อาปณสูตร ปรากฏข้อความเกี่ยวกับ เอกัคคตาจิตว่า “อริยสาวกผู้มีศรัทธา ปราศจากความเพียร มีสติมั่นคง พึงหวังได้ว่าจักยึดนิพพานให้เป็นอารมณ์ ได้สมาธิ ได้เอกัคคตาจิต ก็สมาธิของอริยสาวกนั้นพึงจัดเป็นสมาธิทริยหนึ่ง อริยสาวกผู้มีศรัทธา ปราศจากความเพียร มีสติมั่นคง มีจิตตั้งมั่นพึงหวังได้ว่า จักรู้ชัดว่า สงสารมีที่สุดและเบื้องต้นกำหนดรู้ไม่ได้ เบื้องต้นและที่สุดไม่ปรากฏแก่เหล่าสัตว์ผู้มีอวิชชาปิดกั้น มีตัณหาผูกไว้ แล่นไป ท่องเที่ยวไปส่วนความดับกองแห่งความมืดคืออวิชชาไม่ให้เหลือด้วยวิราคะ นี่เป็นทางอันสงบนี้เป็นทางอันประณีต คือ ความระงับสังขารทั้งปวง ความสิ้นตัณหา ความสิ้นกำหนด นิพพาน ก็ปัญญาของอริยสาวกนั้นพึงจัดเป็นปัญญทริย”^{๔๓}

^{๓๙} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๓๐๔/๙๕.

^{๔๐} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๕/๒๙.

^{๔๑} วิสุทธิ. (ไทย) ๓๘/๑๓๔.

^{๔๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๕.

^{๔๓} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๕๒๐/๓๓๒-๓๓๔.

จิตเตกัคคา เป็นจิตของผู้ฝึกตั้งแต่ภูมิของปุถุชนจนถึงอริยภูมิ มีความสอดคล้องกับ “อรหัตตสูตร” ปรากฏข้อความที่เกี่ยวข้องกันว่า “พระอรหันต์ มีร่างกายนี้เป็นร่างสุดท้าย พ้นจากภพใหม่ถึงทันตภูมิ ขณะเด็ดขาดแล้วในโลก” ในเชิงอรรถนั้น เปรียบเสมือนแว่นขยาย ช่วยตัดสงสัย ขจัดคลุมเครือ และให้ความกระจ่างชัดว่า ทันตภูมิ หมายถึง ภูมิของบุคคลผู้ได้รับการฝึกตนแล้ว ได้แก่ พระอรหันต์ตผล

สรุปว่า จิตเตกัคคา จิตที่เป็นอารมณ์เดียว หมายถึงสมาธิที่เกิดจากจิตที่เป็นกุศล คือสมาธิที่เมื่อเกิดแล้ว ทำให้เกิดการรู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง สมาธินั้นเป็นปัจจัยให้เกิดปัญญา มีความเข้าใจในเรื่องของสภาพธรรมเข้าใจเรื่องการเจริญสติปัฏฐานก็สามารถที่จะรู้แจ้งอริยสัจ ๔

๓.๓ แนวทางปฏิบัติเพื่อละนิรณ ๕ ในทันตภูมิสูตร

จากการศึกษาพบหลักธรรมในทันตภูมิสูตรที่ นิรณ ๕ ซึ่งหมายถึงเครื่องกั้น หรือ ขัดขวาง คือกิเลสที่ปิดกั้นใจให้บรรลุความดี กั้น กั้น ขวางไม่ให้ก้าวหน้าในการเจริญภาวนา ทำให้ใจ ซัดสายไม่ยอมให้ใจรวมหยุดนิ่งเป็นสมาธิ จิตของเรานี้ถ้าถูกนิรณข้อหนึ่งข้อใดกั้นเอาไว้แล้ว ทำสมาธิไม่ได้ผล ตรงกับคัมภีร์พระอภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณีปกรณ์อธิบาย ไว้ว่า “ธรรมที่กั้นกั้นกุศลจิตที่จะเกิดขึ้นด้วยอำนาจแห่งฌาน เป็นต้น คือ ไม่ให้กุศลจิตนั้นเกิดขึ้นด้วยอาการอย่างนั้น ชื่อว่า นิรณ เพราะว่าปิดกั้นปัญญาจักขุเป็นต้น”^{๔๔}

๓.๓.๑ วิธีปฏิบัติเพื่อละนิรณในทันตภูมิสูตร

คำว่า “ละ” “ลด” “เลิก” “การหลุดพ้น” “การข้าม” “การปหาน” มีความหมายเป็นนัยเดียวกันเพียงแต่การเขียนหรือการนำไปใช้ไม่เหมือนกันเท่านั้น จากการสืบค้นคำจำกัดความดังกล่าวที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกพบว่า ไม่ปรากฏคำว่า “วิธีละ” แต่จะปรากฏคำว่า “การละ” “การเลิก” ซึ่งคำดังกล่าวมีความหมายในลักษณะเช่นเดียวกัน ดังนั้น จึงพอสรุปความหมายได้ดังนี้

คัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ให้ความหมาย “การละ” ว่าหมายถึง การปหาน ดังพุทธพจน์ในปหานสูตร ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ปหานสัญญา เป็นความหมายรู้การละที่บุคคลเจริญแล้ว เป็นต้น”^{๔๕}

ราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๕๔ ว่า “วิธีละ” แยกออกเป็นคำศัพท์ ๒ คำ คือ “วิธี” และ “ละ” “วิธี” เป็นคำนาม หมายถึง ทำนอง หรือ หนทางที่จะทำ “ละ” เป็นคำกริยา หมายถึง อาการที่

^{๔๔} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๕๘/๒๙๖.

^{๔๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๕๕/๑๙๖.

แยกตัวจากสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งเกี่ยวข้องอยู่ เช่น ละถิ่น ละบ้าน ละสมณเพศ, ทิ้งไว้ ปล่อยไว้ เช่น ละไว้ในฐานที่เข้าใจ เป็นต้น^{๔๖}

ก. วิธีระณิรณด้วยวิปัสสนากรรมฐานโดยการปหาน

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ, ป.ธ.๙) ได้รจนาไว้ในหนังสือ “วิปัสสนากรรมฐาน” ว่า ปหานะ แปลว่า ละ แบ่งออกเป็น ๕ อย่าง คือ ตทังคปหาน วิกัมภณปหาน สมุทเทปหาน ปฏิปัสสัทธิปหาน และนิสสรณปหานทั้ง ๕ อย่าง^{๔๗} ผู้วิชัยขอสรุปปหานทั้ง ๕ อย่างพอสังเขปดังนี้

๑) ตทังคปหาน เป็นการละกิเลสได้ด้วยองค์ของพระกรรมฐานตั้งแต่นามรูปปริเฉद्याณ ละกิเลสได้ด้วยการกำหนดรู้รูปนามเป็นอารมณ์ มีปัญญาสามารถแยกรูปนามออกจากกันได้ เป็นต้นจนกระทั่งถึงโคตรภูญาณ ยังสามารถละด้วยศีลซึ่งการละดังกล่าวเป็นการละชั่วคราวเท่านั้น

๒) วิกัมภณปหาน เป็นการละปริยฎฐานกิเลสคือนิรณ ๕ ด้วยการข่มไว้ ดุจเอาหินทับหญ้า ด้วยอำนาจแห่งการเจริญสมถภาวนาจนได้อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ คือ ได้บรรลुरुูปฌาน และอรููปฌาน

๓) สมุจเทปหาน เป็นการละกิเลสได้โดยเด็ดขาด ด้วยอำนาจแห่งการเจริญวิปัสสนาภาวนาไปโดยตามลำดับจนถึงมรรคญาณ (อริยมรรค)

๔) ปฏิปัสสัทธิปหาน เป็นการละโดยสงบระงับด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนาเช่น เดียวกันกับสมุจเทปหานจนจิตสงบ เป็นการระงับด้วยอำนาจแห่งผลญาณ

๕) นิสสรณปหาน เป็นการละด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนาเช่นเดียวกันกับสมุจเทปหาน และ ปฏิปัสสัทธิปหาน ผลของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถออกจากกิเลสได้หมดสิ้นไม่เหลือ คือ อมตมหานิพพาน ซึ่งเป็นบรมสุขอย่างแท้จริง

ข. วิธีระณิรณตามแนวสติปัฏฐาน ๔

ปรากฏวิธีระณิรณธรรม ที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ในมัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ว่า “ภิกษุณัั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ‘ธรรมมีอยู่’ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่

^{๔๖} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๔, เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๗ รอบ ๕ ธันวาคม ๒๕๕๔, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท แพรคติกัล ดีไซน์ สตูดิโอ จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๑๑๒๑.

^{๔๗} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ, ป.ธ.๙) รจนา, วิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยวรงค์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๒๖๒.

อาศัย (ตณฺหาและทณฺฐิ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือนิรณ ๕ ประการอยู่อย่างนี้แล” ^{๔๘} สรุปได้ว่า

๑. เมื่อกามฉันทะภายในมีอยู่ก็รู้ชัดว่า ‘กามฉันทะภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อกามฉันทะภายใน ไม่มีอยู่ก็รู้ชัดว่า กามฉันทะภายในของเรามีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งกามฉันทะที่ทั้งยังไม่มีเกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ การละกามฉันทะที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และกามฉันทะที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นอีกด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ ^{๔๙}

๒. เมื่อพยาบาทภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า พยาบาทภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อพยาบาทภายในไม่มี ก็รู้ชัดว่า พยาบาทภายในของเรามีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งพยาบาทที่ทั้งยังไม่มีเกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ การละพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และพยาบาทที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนี้ ^{๕๐}

๓. เมื่อถีนมิทธะภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ถีนมิทธะภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อ ถีนมิทธะภายในไม่มี ก็รู้ชัดว่า ถีนมิทธะภายในของเรามีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งถีนมิทธะที่ทั้งยังไม่มีเกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ การละถีนมิทธะที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้และถีนมิทธะที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนี้

๔. เมื่ออุทธัจจกุกกุกจะภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า อุทธัจจกุกกุกจะภายในของเรามีอยู่หรือเมื่ออุทธัจจกุกกุกจะภายในไม่มี ก็รู้ชัดว่า อุทธัจจกุกกุกจะภายในของเรามีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งอุทธัจจกุกกุกจะที่ทั้งยังไม่มีเกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ การละอุทธัจจกุกกุกจะที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้และอุทธัจจกุกกุกจะที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไป

๕. เมื่อวิจิกิจฉาภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า วิจิกิจฉาภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อวิจิกิจฉาภายในไม่มี ก็รู้ชัดว่า วิจิกิจฉาภายในของเรามีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งวิจิกิจฉาที่ทั้งยังไม่มีเกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ การละวิจิกิจฉาที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้และวิจิกิจฉาที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

ค. วิธีปฏิบัติเพื่อละนิรณด้วยการภาวนา

๑. วิธีฝึกจิตไม่ให้ลุ่มหลง อยากได้รูป เสียง กลิ่น รส ผัสสะ ที่น่าพอใจ ผู้ปฏิบัติต้องฝึกหัดมอง สิ่งที่น่าใคร่ น่าพอใจเหล่านี้ว่า เป็นของไม่มีความสวยงามที่แท้จริง ไม่คงทนถาวรอย่างที่เราคิดไว้ เมื่อเราฝึก ฝนความคิดมองให้เห็นความจริงเช่นนี้ จิตที่เคยยึดมั่นถือมั่นก็จะค่อย ๆ คลายจาก

^{๔๘} ที.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๕/๑๑๒.

^{๔๙} ที.ส. (ไทย) ๙/๕๔๗/๒๔๐.

^{๕๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๒๐/๒๔๘.

ความยึดถือให้น้อยลงไปบ้าง การปล่อยวางจะทำให้ได้ง่ายขึ้นกว่าเดิม เพราะการฝึกหัดมองให้เห็นความจริง จะทำให้เราได้ประสบกับความจริงด้วยตนเอง

๒. วิธีฝึกจิตไม่ให้ความขัดเคือง ไม่มองคนอื่นในแง่ร้าย ผู้ปฏิบัติจะต้องปลูกจิตที่มีแต่เมตตา รู้จักรักผู้อื่น อีกทั้งเพ่งกสิณที่มีสีต่าง ๆ เช่น สีเขียว (นิลกสิณ) สีเหลือง (ปีตกสิณ) สีแดง (โลहितกสิณ) สีขาว (โอทาทกสิณ) จะทำให้จิตที่ขอบขัดเคือง มีปีติ (เอิบอิ่มใจ) โสมนัส (ความยินดี) เพิ่มขึ้น ความโกรธ ความขัดเคืองที่เคยมีมาก่อนก็จะค่อย ๆ จางหายไป

๓. วิธีฝึกจิตไม่ให้ถูกถีนมิทธะอันเป็นภาวะที่จิตง่วงนอนเศร้าซึมเข้าครอบงำ ผู้ปฏิบัติต้องฝึก หัดการกำหนดลมหายใจเข้า หายใจออก (อานาปานสติ) เมื่อฝึกบ่อย ๆ จิตใจก็จะเข้มแข็ง ไม่ง่วงนอน ไม่เศร้าซึม เป็นจิตมีสมาธิเพิ่มขึ้น

๔. วิธีฝึกจิตไม่ให้ความฟุ้งซ่านรำคาญ ผู้ปฏิบัติต้องฝึกหัดกำหนดลมหายใจเข้า หายใจออก (อานาปานสติ) เช่นเดียวกับผู้ถูกถีนมิทธะเข้าครอบงำภาวะจิตที่มีความเข้มแข็ง ก็จะมีสมาธิมากขึ้น ความฟุ้งซ่านหายไป มีแต่สมาธิเข้ามาแทนที่

๕. วิธีฝึกจิตไม่ให้ความสงสัย (วิจิกิจฉา) เข้าครอบงำ ผู้ปฏิบัติจะต้องฝึกหัดให้เป็นคนมีเหตุผล ตามหลักที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ การที่เราจะพัฒนาความสามารถทางปัญญาตามแบบอย่างของพระพุทธเจ้า ก็จะทำให้เราพบอุปสรรคน้อยลงจนหมดอุปสรรคในที่สุด^{๕๑}

จ. แนวทางละนิวัตรแบบวิปัสสนาญาณิก

ในหนังสืออริยวังสปฏิปทา มีปรากฏเรื่อง วิปัสสนาญาณิก ที่เริ่มการเจริญวิปัสสนาเป็นลำดับแรกโดยมิได้เจริญสมณะภาวนามาก่อนเท่านั้นควรพยายามกำหนดรู้รูปนามมีธาตุ ๔ (จตุธาตวัตถุ) ก่อนแล้วอบรมให้เกิดวิปัสสนาขณิกสมาธิซึ่งมีอำนาจกำจัดนิวัตรได้เช่นเดียวกับอุปปจารสมาธิ และเมื่อขณิกสมาธิแก่กล้าขึ้นก็จะเกิดวิปัสสนาปัญญาที่รู้เห็นรูปนามอย่างชัดเจนโดยปราศจากสมมุติบัญญัติใด ๆ คือนามรูปปริจเฉทญาณ เป็นต้นเมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา พิจารณาเห็นความเกิดและความดับของรูป เวทนา สัญญา สังขารและวิญญาณว่าเป็นอย่างนี้^{๕๒}

ด้วยวิธีนี้ ผู้ปฏิบัติจึงพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิด ทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือว่าผู้ปฏิบัตินั้นมีสติ

^{๕๑} ส.ม.อ. (ไทย) ๑/๕๕๓-๕๕๗/๒๕๕-๓๐๐.

^{๕๒} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ) ป.ธ.๙, M.A., Ph.D., อริยวังสปฏิปทา, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๕๙.

ปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า จิตมีอยู่ ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยตัณหา และทณฺณิยอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่น ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ ได้ชื่อว่า พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่^{๕๓}

สรุป แนวทางการละนิวรณ์ ผู้ปฏิบัติพึงพิจารณา คือเห็นธรรมทั้งหลายทั้งภายในภายนอก คือ กามฉันทะ พยาบาทะ ถีนะมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิกิฉา เป็นเหตุเกิดและดับไปด้วยการข่ม คือ วิขัมภนปหาน เป็นการละกิเลสคือนิวรณ์ด้วยการข่มไว้ ดุจเอาหินทับหญ้า ด้วยอำนาจแห่งการ เจริญสมถภาวนาจนได้อุปปาสมาธิ อัปปาสมาธิ โดยที่ต้องจิตประกอบด้วยเนกขัมมะ อภัยบาท อาโลกสัญญา อวิกเขปะ และธัมมวัตถาน ซึ่งเป็นธรรมตรงกันข้ามกับนิวรณ์ ในวิธีนี้สังเคราะห์เข้าใน หมวดธรรมในมหาสติปัฏฐาน ๔ กล่าวคือเมื่อใดจิตประกอบด้วยธรรมที่ตรงกันข้ามกับนิวรณ์แล้ว เมื่อนั้นเรียกจิตว่า จิตเตกัคคตา

๓.๔ แนวทางการปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ในทันทภูมิสูตร

โลกมนุษย์นี้ถูกขนานนามว่า กามภพ คือเป็นภพที่หมู่มสัตว์ยังข้องอยู่ในการบริโภคมกาม กามในความคิดเห็นของมนุษย์ถือว่าเป็นสิ่งสวยงามที่คอยเฝ้าแสวงหา เพราะมนุษย์มีกิเลสกามนอนเนื่องอยู่ในจิตใจ อาศัยในกามคุณ ๕ ที่สัตว์พัวพัน ยินดีเพลิดเพลิน^{๕๔} แนวทางปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในทันทภูมิสูตรนั้น จำเป็นจะต้องฝึกสมาธิจิตหนึ่งเป็นหนึ่งเดียวอยู่กับอารมณ์ เป็นการฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิ ทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นทางที่สามารถทำให้หลุดพ้นจากทุกข์ได้ ดังมีพระพุทธพจน์ตรัสรับรองไว้ว่า “จิตนี้ควบคุมได้ยาก มีความเปลี่ยนแปลงง่าย ชอบไฝหาแต่อารมณ์ที่ปรารถนา การฝึกให้สงบได้ จัดว่าเป็นความดี เพราะจิตที่ฝึกดีแล้วย่อมนำสุขมาให้”เหมือนบุคคลเหล่าใด สำรวมจิตที่เที่ยงไปได้ไกล เที่ยงไปดวงเดียว ไม่มีรูปร่าง อาศัยอยู่ในถ้ำที่มีมืด คนเหล่านั้น จักพ้นจากบ่วงมารได้”^{๕๕}

^{๕๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘-๓๑๙.

^{๕๔} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๙๗๓-๙๗๖/๖๒๒-๖๓๔.

^{๕๕} ชุ.ช. (ไทย) ๒๕/๓๕-๓๗/๓๖-๓๗.

การแบ่งจิตที่เป็นสมาธิไว้ ๓ ประเภท^{๕๖}

๑. ขณิกสมาธิ คือ สมาธิชั่วขณะหรือเรียกได้อีกว่า “มุลสมาธิ”^{๕๗}

๒. อุปจารสมาธิ คือ สมาธิเฉียด ๆ จวนจะแน่วแน่ อยู่ในขั้นระงับนิวรณ์ได้ จิตมีความตั้งมั่นในอารมณ์บัญญัติ ไม่ถึงระดับที่เป็นฌาน เป็นส่วนเบื้องต้นแห่งอัปนาสมาธิ

๓. อัปนาสมาธิ คือ สมาธิแน่วแน่ เป็นสมาธิประเภทสูงสุด จิตมีความตั้งมั่นแน่วแน่นในอารมณ์บัญญัติ ถึงระดับที่เป็นฌาน และถือเป็นผลที่ต้องการแห่งการเจริญสมาธิ พระพุทธองค์ตรัสถึงความสำคัญที่ผู้ปฏิบัติจะได้รับ

๓.๔.๑ วิธีการละกามคุณ

การละกามคุณ คือ กิเลสในพุทธศาสนามี ๓ ระดับ คือ วิติกมกิเลส ปริยฐานกิเลส และอนุสัยกิเลส มีอธิบายดังนี้^{๕๘}

๑. การละวิติกมกิเลส ด้วยศีล การกำจัดกามด้วยศีล การใช้ศีลกำจัดกามนั้นก็คือให้ใช้อินทริยสังวร คือ สวรรวตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ของเรา ไม่ให้ยินดียินร้ายเมื่อเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องสัมผัสทางกาย และแม้แต่รับอารมณ์ทางใจ ถ้าหากว่าตาเราได้ประสบสิ่งเหล่านี้ ก็ให้เห็นว่ามันเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ไม่ยินดียินร้าย คือ สวรรวตา สวรรวหู สวรรวกาย และสวรรวจเสีย ถ้าเราอยู่อย่างมีความสำรวม กามก็เบียดเบียนใจได้ยาก นี่ก็คือการกำจัดกามด้วยอำนาจศีล

๒. การละปริยฐานกิเลส ด้วยสมาธิ การกำจัดกามด้วยสมาธิ คือ ตัวอย่างเช่น ใช้อสุภกรรมฐานเป็นตัวกำจัดกามโดยตรง เพราะกามฉันทหรือกามราคะนั้น จะบางเบาหลงไปหรือจะลดลงไปได้ ก็เมื่อบุคคลนั้นพิจารณาร่างกายของตนเองและของคนอื่นให้เห็นว่า เป็นของน่าเกลียด ปฏิกุศล ไม่งามทั้งสิ้น เต็มไปด้วยของไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง อุจจาระ ปัสสาวะ เสลด เลือด เหงื่อ เป็นต้น อยู่ในร่างกาย เมื่อพิจารณาตามความเป็นจริง โดยความเป็นอสุภกรรมฐาน เพื่อให้จิตเกิดความสงบ ก็เป็นลักษณะของสมาธิ

๓. การละอนุสัยกิเลส ด้วยปัญญา การกำจัดกามด้วยปัญญา คือ ใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นสังขารทั้งของเราเอง ทั้งของคนอื่น ให้เห็นว่า มันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาไม่มีอะไรที่ควร

^{๕๖} พระราชสิทธิมุนี และพระมหาประเสริฐ มนต์เสวี, รายงานวิชาสมถะในคัมภีร์, เอกสารการศึกษาของนิสิตปริญญาโท สาขาวิปัสสนาภาวนา วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส, (นครปฐม: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๑๐.

^{๕๗} อัง.สตุตตก. (ไทย) ๒๓/๔/๑๖๐/๕๕๕.

^{๕๘} พระโสภณคณาภรณ์ (ระแบบ จตตนาโณ), ธรรมปริทรรศน์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ศาสนา, ๒๕๒๙), หน้า ๑๒๔.

เข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่า เป็นเรา เป็นของของเรา เป็นตัวเป็นตน เราเป็นนั่นเป็นนี่ เป็นสิ่งที่สมมุติเรียกกันไปเท่านั้นเอง แต่ถ้าว่าโดยปรมาตม์แล้ว มีแต่นามกับรูปเท่านั้นเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ท่านผู้ฉลาดจึงไม่ติดในสิ่งเหล่านี้ เพราะถ้าไปยึดมั่นถือมั่นมากเท่าใด ก็มีความทุกข์มากเท่านั้น ปล่อยวางลงเสียได้เท่าไรก็เป็นสุขมากเท่านั้น ฉะนั้นการใช้ปัญญาทำลายตัวกามนี้เป็นการทำลายโดยเด็ดขาด เพราะเป็นการทำลายอย่างสิ้นเชิง

๓.๔.๒ ประเภทของผู้ละกามคุณได้

ผู้ฝึกจิตเพื่อประสงค์จะละกามคุณ ๕ นั้น ขณะที่ปฏิบัติระหว่างที่จิตจดจ่ออยู่กับอารมณ์กรรมฐาน ภาวะที่จิตสงบอันเกิดจากการเจริญสมถกรรมฐานไม่ว่าจะได้สมาธิในระดับใดก็ตามก็ถือว่าได้สมาธิแล้ว เกิดผลการปฏิบัติถึงระดับและประเภทของผู้ละกามคุณได้นั้นพระผู้มีพระภาคเจ้าแสดงไว้ในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิทเทส ไว้ในแบบต่าง ๆ ดังนี้ ^{๕๙}

ก. ผู้ละกามคุณได้โดยการข่มไว้ ๑๐ ประการ

๑. บุคคลกำลังเจริญพุทธานุสสติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๒. บุคคลกำลังเจริญธัมมานุสสติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๓. บุคคลกำลังเจริญสังฆานุสสติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๔. บุคคลกำลังเจริญสีลानุสสติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๕. บุคคลกำลังเจริญจาคานุสสติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๖. บุคคลกำลังเจริญเทวตานุสสติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๗. บุคคลกำลังเจริญอานาปานัสสติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๘. บุคคลกำลังเจริญมรณานุสสติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๙. บุคคลกำลังเจริญกายคตาสติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๑๐. บุคคลกำลังเจริญอุปปมมานุสสติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้

ข. ผู้ละกามคุณได้ด้วยวิธีการข่มในฌาน ๘ จำพวก

๑. บุคคลกำลังเจริญปฐมฌาน ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๒. บุคคลกำลังเจริญทุติยฌาน ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๓. บุคคลกำลังเจริญตติยฌาน ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๔. บุคคลกำลังเจริญจตุตถฌาน ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๕. บุคคลกำลังเจริญอาภาสานัญจนตณสมมาบัติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
๖. บุคคลกำลังเจริญวิญญูณัญจนตณสมมาบัติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้

^{๕๙} ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๓/๘.

๗. บุคคลกำลังเจริญอาภิญญาตนสมาบัติ ย่อมละกามได้โดยการข่มไว้
 ๘. บุคคลกำลังเจริญเนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัตีย่อมละกามได้โดยการข่มไว้

ค. ผู้ละกามได้โดยการตัดขาด ๔ จำพวก เป็นอย่างไร คือ

๑. บุคคลกำลังเจริญโสดาปัตติมรรค ย่อมละกามอันเป็นเหตุไปสู่อบายได้โดยการตัดขาด
 ๒. บุคคลกำลังเจริญสกทาคามีมรรค ย่อมละกามอย่างหยาบได้โดยการตัดขาด
 ๓. บุคคลกำลังเจริญอนาคามีมรรค ย่อมละกามอย่างละเอียดได้โดยการตัดขาด
 ๔. บุคคลกำลังเจริญอรหัตตมรรค ย่อมละกามได้หมดสิ้นไม่เหลือทุกสิ่งทุกประการ โดยการตัดขาด ชื่อว่าบุคคลละกามได้โดยการตัดขาด

สรุปได้ว่า วิธีละกามคุณ ๕ ในทันทภูมิสูตร คือ ที่ผู้ฝึกจิตเจริญสมถกรรมฐานให้เกิดสมาธิ ภาวที่จิตสงบระงับในระดับต่าง ๆ ก็จะได้รับผลแห่งสมาธินั้น แบ่งเป็นสองระดับคือ ๑ ระดับข่มไว้ ด้วยกำลังฌาน ๒ ระดับละได้เด็ดขาดด้วยการตัดกิเลสของอริยบุคคล กามคุณ ๕ นั้น เมื่อสงเคราะห์เป็นรูปนามแล้วสามารถนำไปเป็นอารมณ์กรรมฐานในการปฏิบัติทั้งสมถะและวิปัสสนาเพื่อฝึกจิตให้ละจากกามคุณได้ โดยการกำหนดเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ บุคคลผู้ที่ปฏิบัติตามแนวทาง ของสมถะและวิปัสสนาภาวนา ย่อมที่จะได้รับผลของการปฏิบัติตามธรรมที่ตน ได้ประพฤติปฏิบัติดีแล้ว โดยผู้ปฏิบัติจะรู้ได้ด้วยปัญญาของผู้ปฏิบัติเอง

๓.๕ แนวทางปฏิบัติเนกขัมมะในทันทภูมิสูตร

การออกจากกาม ๒ อย่าง ได้แก่ กิเลสกามและวัตถุกาม การออกจากกามมี ๒ อย่าง คือ ๑. ด้วยการบรรพชา ๒. ด้วยข้อปฏิบัติ การออกบวชของผู้ที่เห็นคุณค่าของเนกขัมมะ การเว้นกิจของคฤหัสถ์ ถือเพศบรรพชิต เป็นผู้ไม่ครองเรือน ไม่แสวงหาทรัพย์ เป็นต้น ชื่อว่า ออกจากวัตถุกาม ด้วยการบรรพชา ข้อปฏิบัติคือ ศีล ๘ หรืออุโบสถศีล เป็นต้น ชื่อว่า ออกจากกิเลสกาม ด้วยข้อปฏิบัติบางนัย หมายรวมถึงกุศลธรรมทุกประเภทเป็นการออกจากกาม ฉะนั้นเนกขัมมะ โดยนัยที่ ๒ ในชีวิตประจำวันของคฤหัสถ์ ขณะใดที่เป็นไปกับกุศลทั้งหลายคือ การให้ทาน การรักษาศีลการฟังธรรม การสนทนาธรรม การเจริญสมถะ การเจริญสติปัญญา เป็นต้น ชื่อว่าเนกขัมมะ อีกอย่างหนึ่ง การค่อย ๆ ออกจากการสะสมวัตถุกาม ด้วยการรู้จักพอ ในสิ่งที่ตนมีอยู่ไม่แสวงหา หรือสะสมมากจนเกินไป รู้จักยินดีในของที่ตนมีอยู่ ด้วยสันโดษ ขณะนั้นก็เริ่มค่อย ๆ ที่จะออกเริ่มสะสมเนกขัมมะ ให้ค่อย ๆ มีกำลังขึ้น

การหลีกออกจากเรือน งดเว้นจากฆราวาสวิสัยผู้ยังเกี่ยวข้องด้วยกามคุณ ไปบำเพ็ญ สมณธรรม สังกตจากผู้คน หรือในปัจจุบัน ก็อาศัยวัดหรือสำนักปฏิบัติธรรม ที่มีสถานที่และบรรยากาศอันสงบเป็นสัปปายะเหมาะแก่ผู้สนใจใฝ่ปฏิบัติส่วนมากนิยมใช้รวม ๆ กันเรียกว่า การบวชเนกขัมมะ

ตรงกับความหมาย คือ การออกจากกาม ไม่ติดอยู่ในกาม การอยู่ในที่สัจ ความเป็นอิสระจากนิเวศน์เครื่องขวางกั้นความดีทั้งหลาย^{๖๐}

ในการออกบวชเนกขัมมะนั้นแม้แต่พระพุทธเจ้าเองก่อนที่จะได้ตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณนั้น ก็เป็นหนึ่งในจำนวนผู้แสวงหาความหลุดพ้นเช่นกัน และมีใช้แสวงหาเฉพาะในชาตินี้เท่านั้น ทรงแสวงหา และปฏิบัติเช่นนี้มานับชาติไม่ถ้วน ดังปรากฏใน สังคราวุธสูตรมัชฌิมนิคาย มัชฌิมปิณดาสก์^{๖๑} แสดงเรื่องราวเมื่อครั้งทรงค้นพบทางออกจากทุกข์ได้แล้วเหมือนดังออกจากที่มีติดออกมาพบแสงสว่าง แล้วทรงอุปมาการออกบวชไว้ดังนี้ว่า

“การทวาชะ” เรานั้นแสวงหาว่าอะไรเป็นกุศล ขณะที่แสวงหาทางอันประเสริฐคือความสงบซึ่งไม่มีทางอื่นยิ่งกว่า เมื่อเที่ยวจาริกไปในแคว้นมคธโดยลำดับ เราจึงคิดว่า “ภูมิประเทศเป็นที่น่ารื่นรมย์ มีราวป่าที่น่าเพลิดเพลินใจมีแม่น้ำไหลรินไม่ขาดสาย มีทำนน้ำสะอาดดี น้ำรื่นรมย์ มีโคจรคามอยู่โดยรอบเหมาะแก่การบำเพ็ญเพียรของกุลบุตรผู้ปรารถนาจะบำเพ็ญเพียร” เราจึงนั่ง ณ ที่นั้นด้วยคิดว่า ‘ที่นี่เหมาะแก่การบำเพ็ญเพียรการทวาชะ ครั้งนั้น อุปมา ๓ ข้อ ได้ปรากฏแก่เรา คือ

๑. เปรียบเหมือนไม้สดมียางที่แช่อยู่ในน้ำ บุรุษนำไม้นั้นมาทำไม้สไฟด้วยหวังว่า ‘เราจักก่อไฟให้เกิดความร้อนขึ้น’ อธิบายได้ว่า ไม้สดชุ่มด้วยยาง ทั้งแช่อยู่ในน้ำ เปรียบเหมือนบุคคล มีจิตใจเต็มเปี่ยมไปด้วยความกำหนัดยินดีหมกมุ่นอยู่ในกามคุณ อันเป็น ของมีอยู่ประจำโลก และไม่พิจารณาเห็นโทษของกามคุณนั้น จึงไม่มีความคิดที่จะปลีกตัวออกจากสิ่งนั้น จึงเป็นสิ่งที่ยากที่จะได้บรรลุธรรมอันสูงสุด ที่เหล่าบัณฑิตต่างมุ่งแสวงหากัน

๒. เปรียบเหมือนไม้สดมียางที่วางอยู่บนบกห่างจากน้ำ บุรุษนำไม้นั้นมาทำไม้สไฟด้วยหวังว่า ‘เราจักก่อไฟให้เกิดความร้อนขึ้น’ อธิบายได้ว่า ไม้สดชุ่มด้วยยาง แม้วางอยู่บนบก ก็ไม่อาจสไฟให้เกิดไฟได้ เปรียบเหมือนบุคคลแม้พรางกายปลีกตัวออกจากการอยู่คลุกคลีด้วยกามคุณออกบวชแล้ว แต่จิตใจยังติดใจคำนึงถึงอารมณ์แห่งโลกที่เคยคุ้นเคยมานาน เหมือนปลาที่เคยอาศัยอยู่ในน้ำ เมื่อถูกยกขึ้นจากน้ำ ก็ดิ้นรนอยากจะลงไปอยู่ในน้ำเช่นเดิม ก็ยากที่จะได้บรรลุมรรตธรรม

๓. เปรียบเหมือนไม้ที่แห้งสนิทซึ่งวางอยู่บนบกห่างจากน้ำ บุรุษนำมาทำเป็นไม้สไฟ ด้วยหวังว่า ‘เราจักก่อไฟให้เกิดความร้อนขึ้น’ อธิบายได้ว่า ไม้แห้งหมดยาง และวางอยู่บนบก ก็สามารถสไฟให้เกิดไฟได้ เปรียบเหมือนบุคคลผู้มีจิตใจไม่ติดอยู่ในกามคุณ ไม่หมกมุ่นยินดีในกามคุณ พิจารณาเห็น

^{๖๐} สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน ป.ธ.๙), **ทศบารมี ทศพิธราชธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๕๗.

^{๖๑} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๔๗๓-๔๗๘/๕๙๕-๖๐๖

โทษแห่งกามคุณ และได้ปลีกตัวออกบวช ไม่เกี่ยวข้องกับด้วยเรือน ก็สามารถบรรลุธรรมเบื้องสูงได้ ฉะนั้น^{๖๒}

การออกจากกามนั้น ถ้าทั้งกายก็ออกจากกาม และใจก็ออกจากกามด้วยแล้ว ตัวกามนั้นก็ จะลดน้อยถอยลงและเหือดแห้งไปได้ในที่สุด เราก็จะได้รับความสุขที่เรียกว่า นิรามิสสุข ซึ่งเป็นสุขที่ ไม่เจือด้วยกามคุณ เป็นความสุขที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญว่า “นตถิ สนฺติปรํ สุขํ” ไม่มีความสุขอื่น ใด ที่ยิ่งไปกว่าความสงบ” เพราะฉะนั้น การออกบวชเนกขัมมะต้องประกอบพร้อมด้วยองค์ทั้งสอง ประการจึงจะสัมฤทธิ์ผลแห่งการออกบวชอย่างสมบูรณ์ หากผู้ที่ออกบวชมีจิตใจเบื่อหน่ายเรื่องการอยู่ ครองเรือน สลัดการครองเรือนออกบวชบำเพ็ญเนกขัมมบารมีเหมือนที่พระพุทธเจ้าเป็นตัวอย่างก็ สามารถฝึกตนให้หลุดพ้นจากทุกข์ในวัฏฏะสงสาร

สรุปว่า แนวทางปฏิบัติของผู้ออกบวชเนกขัมมะ พึงทำได้สอง ๒ คือ

ส่วนที่ (๑) คือ บวชกาย คือการนำกายออกห่างจากสิ่งยั่วยุทางกามคุณ ปลีกกายออกไป ไม่เกี่ยวข้องกับด้วยกามคุณ ส่วนที่ (๒) คือ บวชใจ ได้แก่การระมัดระวังจิตใจของตน ให้พิจารณาเห็น โทษของกามคุณนั้นอย่างถ่องแท้โดยอุบายที่แยบยล แล้วพยายามฝึกฝนจิตใจของตนให้คลายความ ยินดีด้วยกามคุณจนยางเหนียวแห่งอาสวกิเลสค่อยเหือดแห้งไปจากใจในที่สุด

๓.๖ แนวทางปฏิบัติเพื่อให้เกิดฌานในทันทภูมิสูตร

วิธีการฝึกตนใน “ทันทภูมิสูตร” เพื่อให้จิตมีอารมณ์เป็นอันเดียว ซึ่งเป็นผลของฌานใน ระดับปฐมฌานเป็นต้นไปนั้น ผู้ปฏิบัติต้องเตรียมพร้อมทางกาย และ จิตใจ ทางกายนั้นต้อง เตรียมพร้อมทางด้านศีลสิกขาตามภูมิของตนที่รักษาอยู่ และหาสถานที่ปฏิบัติให้สบายๆไม่มีสิ่งล่อใจ เข้าใจมารบกวน ส่วนทางใจนั้น เป็นการเตรียมทางด้าน การตัดความกังวลใจทั้งปวง คือ กังวลในเรื่อง ที่อยู่ กังวลในเรื่องอาหาร เป็นต้น เพื่อไม่ให้เกิดความกังวลในขณะที่ปฏิบัติจนไม่เกิดผล และเพื่อให้ สัมฤทธิ์ผลของการปฏิบัติเร็วขึ้นนั่นเอง

สอดคล้องกับงานวิจัย พระธีรวัฒน์ บุญทอง ได้ศึกษาสมาธิเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบ คำสอนเรื่องธยานะในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับฌานในพระพุทธศาสนาเถรวาท” พบว่า การปฏิบัติ ฌาน ย่อมประสบกับปัญหาและอุปสรรคแน่นอน ซึ่งอุปสรรคในการปฏิบัติฌาน มี ๔ อย่างหลักได้แก่ (๑) อุปสรรคในการปฏิบัติปฐมฌาน คือศัตรูตัวสำคัญของปฐมฌาน ได้แก่เสียง (๒) อุปสรรคในการ ปฏิบัติทุติยฌาน มีวิตก วิจารณ์เป็นศัตรูเสียหนาม (๓) อุปสรรคในการปฏิบัติตติยฌานคือ ปิตี เป็น ศัตรูเสียหนาม (๔) อุปสรรคในการปฏิบัติจตุตถฌาน คือลมหายใจ เพราะเมื่อสิ่งเหล่านี้ปรากฏขึ้น

^{๖๒} ม.มู (ไทย) ๑๒/๔๗๓-๔๗๘/๕๙๕-๖๐๖.

เป็นเหตุบอกให้รู้ว่าผู้ปฏิบัติมีสมาธิต่ำกว่าจากมานั่นเอง เรื่องสถานที่ปฏิบัติ ต้องเตรียมสถานที่ปฏิบัติของตนให้พร้อม หมายถึงเลือกเสนาสนะอันเงียบสงัด ให้ห่างไกลจากความวุ่นวายพอสมควร^{๖๓}

๓.๖.๑ แนวทางปฏิบัติเพื่อให้เกิดฌาน

การเจริญสมาธิภาวนา เพื่ออบรมจิตให้หยุดนิ่ง เป็นสมาธิแนบแน่นมั่นคง จนปรากฏองค์คุณคือองค์ฌาน เป็นฌานจิต ตั้งแต่ ปฐมฌาน ขึ้นไป ถึงทุติยฌาน ตติยฌาน และ จตุตถฌาน อันเป็นธรรมเครื่องกำจัดกิเลสนิวรณ์เครื่องกั้นปัญญาทำให้จิตใจผ่องใสควรแก่งาน คือการเจริญวิชา ธรรมเครื่องดับอวิชชา มูลรากฝ่ายเกิดทุกข์ทั้งปวงสามารถฝึกฝนได้ตามอารมณ์ของสมถภาวนา เรียกว่า สมถภูมิ มี ๗ หมวดเมื่อว่าโดยอารมณ์มี ๔๐ อย่าง ได้แก่^{๖๔}

หมวดที่ ๑ กสิณ ๑๐ คือ วัตถุอันจงใจ, วัตถุสำหรับเพ่งเพื่อให้จิตเป็นสมาธิ, กสิณ ๑๐ ประการ เป็นกัมมัญฐานที่ทำให้ถึงฌานได้เร็วกว่ากัมมัญฐานอื่น ๆ เพราะการเพ่งกสิณ อุดหนุนจิตและอุปจารสมาธิเกิดขึ้นได้ง่าย เมื่อเกิดง่ายการได้ฌานย่อมเกิดขึ้นง่ายและเร็ว

หมวดที่ ๒ อสุภะ ๑๐ คำว่า อสุภะ เมื่อแยกบทแล้วได้ ๒ บท คือ อ + สุภ, อ เป็นคำปฏิเสธเปลี่ยนมาจากบทเดิม คือ นสุภ = สวยงาม เมื่อรวมบททั้งสองเข้ากันแล้วก็เป็น อสุภ = ไม่สวยงาม ดังจะเห็นว่า “น สุภํ = อสุภํ” สิ่งที่ไม่สวยงามไม่งามชื่อว่า อสุภ คำว่า “อสุภ” ที่แปลว่า ไม่สวยงามในที่นี้มุ่งหมายเอาเฉพาะความเปลี่ยนแปลงแห่งร่างกายของคนทั้งหลายที่ตายไปแล้วเท่านั้น อสุภะ มี ๑๐ อย่างเช่น อุทฺธมาตกะ (ศพที่พองอืด), วินิลกะ (ศพที่ขึ้นเขียว) เป็นต้น^{๖๕}

หมวดที่ ๓ อนุสติ ๑๐ คือ การระลึกเนื่อง ๆ เมื่อแยกบทแล้วได้ ๒ คือ อนุ + สติ, อนุ แปลว่า เนื่อง ๆ สติ แปลว่า การระลึก มีวจนัตถะบาลีว่า “สธณํ = สติ” การระลึกได้ ชื่อว่า สติ “อนุ ปฺนุ ปฺนุ สติ = อนุสสติ” การระลึกอยู่เนื่อง ๆ ชื่อว่า อนุสติ มี “สติเจตสิก” เป็นองค์ธรรม “อนุสติ” มี ๑๐ ประการ คือ (๑) พุทธานุสสติ (๒) ธรรมานุสสติ (๓) สังฆานุสสติ (๔) สีลานุสสติ (๕) จาคานุสสติ (๖) เทวदानุสสติ (๗) มรณานุสสติ (๘) กายานุสสติ (๙) อานาปานุสสติ (๑๐) อุปสมานุสสติ

^{๖๓} พระธีรวัฒน์ บุญทอง, “สมาธิในพระพุทธศาสนาการศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องธยานะในพระพุทธศาสนamahayana กับฌานในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๖), หน้า ๘๓-๘๔.

^{๖๔} วรณสิทธิ ไวทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๙ กัมมัญฐานสังคหวิภาค, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: พัฒนวิทย์การพิมพ์, ๒๕๓๘), หน้า ๑๖๗.

^{๖๕} อ.เอกาทศก. (ไทย) ๑๖/๒๕/๕๑

อนุสติ ๘ ข้อต้น มีอารมณ์เป็นปรมัตถอารมณ์ ในส่วนของกายคตานุสติและอานาปานสติ อนุสติ ๒ ประการนี้ มีอารมณ์เป็นนามบัญญัติอารมณ์^{๖๖} บรรดาอนุสติ ๑๐ อย่าง อนุสติ ๖ อย่างคือ พุทธานุสติ ธัมมานุสติ สังฆานุสติ สีลानุสติ จาคะอนุสติ และเทวตานุสติ เป็นสัปปายะต่อผู้มีศรัทธา จริต อนุสติ ๒ อย่าง คือ อุปमानุสติและมรณานุสติ เป็นสัปปายะต่อผู้มีพุทธิจริต กายคตาสติ เป็นสัปปายะต่อผู้มีราคะจริต อานาปานสติ เป็นสัปปายะต่อผู้มีโมหจริตและวิตกจริต^{๖๗}

หมวดที่ ๔ อัปปมัญญา ๔ หมายถึง ธรรมที่เป็นไปในสัตว์ทั้งหลาย อันหาประมาณมิได้ มี ๔ อย่าง ได้แก่ (๑) เมตตา (๒) กรุณา (๓) มุทิตา (๔) อุเบกขา อัปปมัญญาธรรม ๔ ประการนี้ บางทีก็เรียกว่า พรหมวิหารธรรม หมายถึงธรรมที่เป็นเครื่องอยู่ของบรรดาพรหมทั้งหลาย

หมวดที่ ๕ อรูป ๔ หรือ อารูปกรรมฐาน ๔ หมายถึง ฌานมีรูปธรรมเป็นอารมณ์ ฌานที่เป็นอรูปาวจร หรือการปฏิบัติเพื่อบรรลุสมาบัติขั้นสูง คือ สมาบัติที่เป็นอรูปฌาน ๔ ได้แก่ (๑) อากาสานัญจายตนฌาน (๒) วิญญูณัญจายตนฌาน (๓) อากิญจัญญายตนฌาน (๔) เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน

หมวดที่ ๖ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ อาหาเรปฏิกูลสัญญา หมายความว่า การพิจารณาจนเกิดความรู้สึกโดยความเป็นของน่าเกลียดในอาหารนั้น ชื่อว่า อาหาเรปฏิกูลสัญญา องค์ธรรมได้แก่ สัญญาเจตสิกที่ในมหากุศล มหากิริยา^{๖๘}

หมวดที่ ๗ จตุธาตุววัตถาน ๑ บ้างก็เรียก “ววัตถาน ๑” หมายความว่า การพิจารณาธาตุ ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟและธาตุลม ที่ปรากฏในร่างกายจนกระทั่งเห็นเป็นแต่เพียงธาตุ โดยปราศจากความจำว่า เป็นชาย หญิง เรา เขา สัตว์ บุคคลเสียได้ เรียกว่า จตุธาตุววัตถาน องค์ธรรมได้แก่ ปัญญาเจตสิกที่ในมหากุศลจิตและมหากิริยาจิต

๓.๖.๒ วิธีการเจริญฌานให้เกิดขึ้น

อันดับแรกผู้ปฏิบัติต้องเลือกกัมมัฏฐาน ใน ๔๐ ประการก่อนแล้วผู้ปฏิบัติประกอบภาวนาจิตในกัมมัฏฐานที่ตรงจริตตนแล้วให้ พึงจดจ่อในนิมิตอยู่ด้วยอาการอย่างนี้เรื่อยไป

ตัวอย่าง เช่น ผู้ที่มีจริตตรงกับกสิณเลือกกสิณได้แล้วถ้าเป็นปฐวีกสิณซึ่งเป็นกสิณอยู่กับที่ในเรื่องนี้ “พระพุทธโฆสจารย์” ได้อธิบายการทำปฐวีกสิณไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ว่า กสิณชนิดที่ติดอยู่กับที่นั้น พึงเอาหลักหลาย ๆ อันมาตอกกับพื้นดินโดยอาการคล้าย ๆ กับฝักบัว แล้วเอาเครือวัลย์มาถักร้อยตรึงเข้าไว้ ถ้าดินสีเหมือนแสงอรุณนั้นมีน้อยไม่เพียงพอ ให้เอาดินอื่นมาใส่ลงทับข้างบน ทำ

^{๖๖} พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ รัตน, สมถกัมมัฏฐานทีปนี, หน้า ๑๐๗.

^{๖๗} พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธปาหิตยาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า ๑๔๑.

^{๖๘} พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, สมถกัมมัฏฐานทีปนี, หน้า ๒๐๖.

ให้มีสัณฐานกลมขนาดกว้าง ๑ คือ ๔ นิ้ว แล้วทำสัณฐานให้เป็นสี่เหลี่ยมด้วยเกรียง ปิดกวาดสถานที่นั้นให้สะอาด ให้สรงน้ำชำระกายแล้วจึงกลับมา นั่งบนตั่งที่ตรึงอย่างมั่นคง มีระยะห่างจากวงกลินประมาณ ๒ ศอก ๑ คืบ ไม่นั่งให้ใกล้หรือไกลเกินไป แล้วฟังภavana ลืมตาแต่พอดี จับเอานิมิตในปฐวีกลินนั้น โดยอาการอันสม่ำเสมอเรื่อย ๆ ไป โยคีฟังภavana ด้วยคำบาลี ปฐวี ๆ บางครั้งฟังลืมตาดูนิมิต บางครั้งฟังหลับตาเสียแล้วนึกทางใจ อุกคหนิมิตยังไม่เกิดขึ้นตราบใดตรานั้นก็จงภavana เรื่อย ๆ ไป โดยนัยนี้แหละ จนถึงร้อยครั้งพันครั้ง

ก. วิธีบริหาร

ทำจิตให้เกาะอยู่กับนิมิตนั้น ถึงแม้จะบริหารอยู่เป็นพันเป็นหมื่นครั้ง ก็ต้องทำเพราะเมื่อโยคีภavana อยู่อย่างนั้น เวลาหลับตาแล้วนิมิตนั้นเกิดขึ้นเห็นเหมือนลืมตาแล้วแสดงว่า อุกคหนิมิตเกิดขึ้นแล้ว เมื่ออุคคหนิมิตเกิดแล้ว โยคีไม่ต้องนั่งอยู่ที่นั่นฟังกลับไปอยู่ที่อยู่ของตนนั่งภavana ต่อรักษาอุคคหนิมิตให้ดี กำหนดเพ่งอุคคหนิมิตไปเรื่อย ๆ นิเวศทั้งหลายมีกามฉันทะเป็นต้นก็จะสงบลง และกิเลสทั้งหลายอันตั้งอยู่ในฐานะเดียวกันกับนิเวศนั้น ก็จะระงับหายไปโดยลำดับจิตย่อมตั้งมั่นด้วยอุปจารสมาธินั้น ปฏิภาคนิมิต ย่อมเกิดขึ้น เมื่อปฏิภาคนิมิตเกิดแล้วโทษแห่งกลินไม่มีสภาวะย่อมปรากฏเป็นสิ่งที่บริสุทธิ์ผุดผ่องกว่าอุคคหนิมิตตั้งร้อยเท่าพันเท่า เป็นดุจขำแรกอุคคหนิมิตออกมา คล้ายกับดวงแว่นที่ถอดออกจากถุง คล้ายดวงจันทร์ที่ออกจากกลีบเมฆฉะนั้น

ต่อจากที่โยคีได้ปฏิภาคนิมิตแล้ว นิเวศทั้งหลายสงบไป กิเลสทั้งที่ตั้งอยู่ในฐานะเดียวกันกับนิเวศนั้นก็จะระงับไปเองด้วย จิตเป็นอันตั้งมั่นด้วยอุปจารสมาธิ โยคีรักษาอุปจารสมาธิอย่างต่อเนื่องจดจ่อในปฏิภาคนิมิต มโนทวาราวชชนจิต ทำปฐวีกลินอันปรากฏอยู่ด้วยอำนาจภavana ว่า ปฐวี ๆ นั้นนั่นแหละให้เป็นอารมณ์เกิดขึ้นตัดภวังคจิตเหมือนจะเตือนให้รู้ว่า อับปนาสมาธิจักสำเร็จเดี๋ยวนี้แล้ว ถัดจากนั้นชวนจิตเล่นไปในอารมณ์นั้นนั่นแหละ ๔ ขณะบ้าง ๕ ขณะบ้าง ในชวนจิต ๔ หรือ ๕ ขณะนั้น ดวงหนึ่งในขณะสุดท้ายจัดเป็นรูปาวจรกุศลจิต (อับปนาจิต) อีก ๓ หรือ ๔ ดวงที่เหลือข้างต้นคงเป็น กามาวจรกุศลจิต ด้วยลำดับแห่งภavana วิธีประมาณเพียงเท่านี้

ปฐมฌาน อันมีวิตก มีวิจารณ์ มีปีติ และสุขอันเกิดแต่ความสงบเพราะสงบแล้วแน่นอนจากกามทั้งหลาย เพราะสงบแล้วแน่นอนจากอกุศลธรรมทั้งหลาย ปฐมฌานอันมีปฐวีกลินเป็นอารมณ์ดังปรากฏใน มหาอัสสปุรสูตรว่า “ภิกษุทั้งหลายนิเวศ ๕ ประการอันเป็นเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตเป็นเครื่องทำปัญญาให้ถอยกำลังได้แล้ว สงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้วบรรลุปฐมฌานที่มีวิตกวิจารณ์ ปีติ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เธอทำกายนี้ให้ชุ่มชื้น อิ่มเอิบ เต็มเปี่ยมด้วยปีติและสุขอันเกิดจากวิเวก รู้สึกขาบชานอยู่ ไม่มีส่วนไหนของร่างกายที่ปีติและสุขอันเกิดจากวิเวกจะไม่ถูกต้อง”^{๖๙}

^{๖๙} ม.มู (ไทย) ๑๒/๔๒๗/๔๕๙.

ฌานนั้นถือว่าเป็นข้าศึกหรือเป็นปฏิปักษ์ต่อนิเวรณธรรมและผู้เป็นฌานลาภบุคคล ก็เป็นผู้กำจัดกิเลสคือนิเวรณได้ด้วยวิกขัมภนปหานอย่างแน่นอน ฉะนั้นจึงจะได้แสดงถึงคุณขององค์ฌาน ซึ่งเป็นเครื่องกำจัดนิเวรณ ๕ ประการ ดังนี้

องค์ฌานมีสภาวะ ๕ ประการ^{๗๐} สภาวะที่ปฐมฌานประกอบด้วยองค์ ๕ ด้วยอำนาจความบังเกิดขึ้นแห่งองค์ ๕ เหล่านี้ซึ่งเป็นสภาวะที่ปรากฏแก่ผู้บำเพ็ญ ในขณะที่เข้าถึงสภาวะที่เรียกว่า ฌาน ผู้ปฏิบัติจะประสบสภาวะ ดังนี้

- (๑) วิตก คือ ธรรมชาติที่ยกจิตสู่อารมณ์
- (๒) วิจาร คือ ธรรมชาติที่พิจารณาอารมณ์
- (๓) ปีติ คือ ธรรมชาติที่ทำให้เอิบอิ่ม
- (๔) สุข คือ ธรรมชาติที่ทำให้ยินดี
- (๕) จิตเตกัคคตา คือ ความมีอารมณ์อย่างเดียวของจิต

เมื่อผู้ปฏิบัติเจริญสมถกัมมัฏฐานจนจิตเป็นอุปราสมาธิและอัปปนาสมาธิ เข้าสู่ฌาน องค์ ๕ เหล่านี้เกิดขึ้น ถือว่าปฐมฌานเกิดขึ้นแล้ว เพราะเหตุนี้้องค์ ๕ เหล่านี้ จึงเป็นองค์ประกอบของฌาน ถ้าเป็นฌานแล้วไม่ประกอบด้วยองค์อื่น ถ้าไม่ประกอบด้วยองค์ ๕ แล้วไม่ชื่อว่า ฌาน

ข. แนวทางปฏิบัติเพื่อเจริญฌานให้สูงขึ้น

เมื่อผู้ปฏิบัติทำกัมมัฏฐานได้บรรลุปฐมฌาน ซึ่งอันเกิดจากการได้ปฏิภาณนิมิต ต้องฝึกการเข้าฌานให้มาก ๆ ไม่ควรพิจารณาองค์ฌานมากเกิดไป เพราะถ้ามัวพิจารณาองค์ฌานมาก จะทำให้ปรากฏเป็นสภาวะที่หยาบมีกำลังน้อย เมื่อโยคีมัวชวนชวายุอยู่ในฌานที่ยังไม่คล่องแคล่ว ก็จะเสื่อมจากฌาน ไม่สามารถเพื่อที่จะบรรลุถึงทุติยฌานได้โยคีจำต้องเป็นผู้สังขมวสี คือ ความคล่องแคล่วชำนาญ สามารถด้วยอาการ ๕ อย่าง ซึ่งทำให้ปรากฏวสีภาพเหมือนในปฐมฌานนั้น เมื่อโยคีได้ปฐมฌานแล้ว สิ่งที่ต้องบำเพ็ญต่อไปและต้องทำให้เกิดมีขึ้นได้แก่ ฌานวสี ซึ่งหมายถึง ความชำนาญ ความคล่องแคล่วในการเข้า และออกในฌานนั้นก่อนจึงจะได้ฌานระดับสูงขึ้นไป

คำว่า วสี^{๗๑} แปลว่า ความคล่องแคล่ว ความชำนาญ มีวิเคราะห์ศัพท์ว่า วโส เอตสฺส อตฺถิติ วสี แปลว่า ผู้มีความคล่องแคล่ว (วส ธาตุในความหมายว่าคล่องแคล่ว อี ปัจจัย) หรือ วสนิ สมตฺถนํ วโส, โส เอตสฺส อตฺถิติ วสี แปลว่า ผู้มีความสามารถ (วส ธาตุ อี ปัจจัย)^{๗๒} พระอรรถกถาจารย์ได้แก่

^{๗๐} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๗๐/๔๐๓.

^{๗๑} พันตรี ป. หลงสมบุญ, **พจนานุกรม ไทย-บาลี**, (กรุงเทพมหานคร: อักษรการพิมพ์, ๒๕๔๐), หน้า ๖๓๘.

^{๗๒} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ. ๙ ราชบัณฑิต), **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดศัพท์วิเคราะห์**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง, ๒๕๕๐), หน้า ๕๙๕.

คำว่า วลี ไว้ในพุทธวงศ์ว่า “บทว่า วลี ได้แก่ ผู้ถึงความเป็นผู้ชำนาญในปาฏิหาริย์ ๓ อย่างนี้ อธิบายว่า ความชำนาญที่สั่งสมไว้ วลี ๕ คือ อาวัชชนวลี สมาปชชนวลี อธิฐานวลี วุฏฐานวลี และปัจจเวกชนวลี ชื่อว่า วลี”^{๗๓}

พระพุทธโฆสาจารย์ ได้อธิบาย วลี ไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า ในการสั่งสมวลีนั้นมี ๕ คือ

- ๑) อาวัชชนวลี คือ ความสามารถในการพิจารณาองค์ฌานด้วยมโนทวารวัชชนจิต
- ๒) สมาปชชนวลี คือ ความสามารถในการเข้าฌาน
- ๓) อธิฐานวลี คือ ความสามารถในการเข้าฌานดำรงอยู่ตามกำหนด
- ๔) วุฏฐานวลี คือ ความสามารถในการออกจากฌานตามกำหนด
- ๕) ปัจจเวกชนวลี คือ ความสามารถในการพิจารณาองค์ฌานด้วยชวนจิต

ฌานลาภบุคคล เมื่อจะขึ้นสู่ทุติยฌานควรที่จะทำฌานให้เกิดอาการ ๕ ประการนี้ก่อน หมายถึง สามารถใคร่ครวญองค์ฌานได้อย่างคล่องแคล่ว สามารถเข้าฌานได้ตามความต้องการ เมื่อเข้าฌานแล้วสามารถดำรงอยู่ในฌานได้ตามความปรารถนา เมื่อจะต้องการออกตอนไหนเวลาไหนก็สามารถกำหนดได้และสุดท้ายสามารถพิจารณาองค์ฌานด้วยชวนจิตได้อย่างคล่องแคล่ว นั่นเป็นอาการที่ฌานลาภบุคคลจำต้องปรารถนา เพราะเป็นเหตุให้สามารถขึ้นสู่ฌานเบื้องสูงได้

ฉะนั้น การปฏิบัติเพื่อให้เกิดฌานเบื้องสูงขึ้นไป ในเบื้องต้นผู้ปฏิบัติจำต้องสำรวมระวังในเรื่องอิริยาบถเพื่อเป็นเครื่องรักษาสมาธิต่อจากนั้น เริ่มฝึกสติในอิริยาบถต่าง ๆ มียืน เดิน นั่ง นอน หรืออิริยาบถย่อยต่าง ๆ เช่น ในการไปข้างหน้า ถอยหลัง ฉันทอาหาร เป็นต้นสิ่งเหล่านี้เป็นการฝึกสติเตรียมพร้อมในการปฏิบัติ จากนั้นแสวงหาสถานที่เหมาะแก่การปฏิบัติ มีความสงบ เงียบจากผู้คน ไม่มีเสียงรบกวน แล้วเข้าสู่การปฏิบัติในขณะที่ปฏิบัติอยู่จำต้องพยายามกำจัดนิรณทณทั้งหลายที่เกิดขึ้นบำเพ็ญสมถกัมมัฏฐานไปตามลำดับจิตก็จะมีสมาธิไปตามลำดับตั้งแต่ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ เพื่อเข้าสู่ฌานสมาบัติเบื้องต้นไป

๓.๗ ไตรสิกขาหลักฝึกตนในทันทภูมิสูตร

ไตรสิกขา คือ หลักการฝึกตนเพื่อให้ดำเนินไปสู่สิ่งที่ตั้งงามในชีวิต ซึ่งเป็นหลักคำสอนที่สงเคราะห์เข้ากับปฏิบัติธรรมทั้งหมดในพุทธศาสนา ผู้ฝึกตนด้วยการปฏิบัติหลักไตรสิกขาก็จะทำให้เกิดพัฒนาการทางจิตเป็นขั้น ๆ จากปุถุชน จนถึง อริยชน ได้แก่ โสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และอรหันต์ ในแต่ละขั้นสังโยชน์จะถูกทำลายลงตามลำดับจนหมดสิ้น ผู้ปฏิบัติตามหลักสิกขา มีศีลสิกขา เป็นต้นร่วมกัน ชื่อว่า สพรหมจารี พระพุทธเจ้าทรงมีพุทธดำรัสว่า “ผู้ฉลาดในประโยชน์มุ่งหวังบรรลุ

^{๗๓} พุ.พทุธ.อ. (ไทย) ๗๓/๘/๒.

สันตบพ ควรบำเพ็ญกรณียกิจ”^{๗๔} ในอรรถกถา ท่านอธิบายว่า สันตบพ เป็นชื่อของพระนิพพาน ส่วนคำว่า ควรบำเพ็ญกรณียกิจ หมายถึง การศึกษาในไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และ ปัญญา^{๗๕}

ในสิกขา ๓ นั้น อธิสัสสิกขา ชื่อว่า ศีล จัดเป็นความงามในเบื้องต้น เพราะเหตุว่า ศีลเป็นเบื้องต้นแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย การไม่ทำบาปทั้งปวง ชื่อว่าเป็นความงาม, อธิจิตตสิกขา ชื่อว่า สมาธิ จัดเป็นความงามในท่ามกลาง เพราะการยังกุศลธรรมให้ถึงพร้อมนั้นนำมาซึ่งคุณต่าง ๆ ก็ชื่อว่าเป็นความงาม, อธิปัญญาสิกขา ชื่อว่า ปัญญา จัดเป็นความงามในที่สุด เพราะการชำระจิตของตนให้ผ่องแผ้ว เพราะการมีปัญญายเป็นยอด ปัญญานั้นก็ได้ชื่อว่า เป็นความงาม^{๗๖}

การฝึกตน อบรมตนตามหลักไตรสิกขาในทันทภูมิสูตรนั้นต้องมีความสัมพันธ์กันใน ศีล สมาธิ และปัญญา และดำเนินไปพร้อมกันในรูปแบบการ จึงจะยังผลลัพธ์ให้เกิดชีวิตที่ดีและประเสริฐจนถึงขั้นสูงสุด คือ หลุดพ้นจากความทุกข์ในวัฏสงสารไปได้ โดยมีศีลเป็นเครื่องมือในการฝึกฝน อบรม ปฏิบัติเพื่อให้กาย วาจา เกิดความสะอาดเรียบร้อย สมาธิเป็นเครื่องมือในการฝึกฝน อบรม ปฏิบัติ เพื่อให้จิตใจสงบตั้งมั่นเป็นหนึ่งเดียว และเป็นบาทฐานของปัญญาต่อไป ส่วนปัญญาเป็นเครื่องมือในการฝึกฝน อบรม ปฏิบัติเพื่อให้เกิดความรู้อย่างพิเศษที่เรียกว่า ญาณทัสสนะ

๓.๗.๑ อานิสงส์แห่งศีลสิกขา

ผู้ที่ฝึกฝนอบรมตนด้วย สีสสิกขา ย่อมได้อานิสงส์ดังนี้ ศีลมีความไม่เดือดร้อนใจเป็นอานิสงส์ มีความไม่เดือดร้อนใจเป็นผล อนึ่ง ศีลนี้มีคุณค่าหรือคุณสมบัติประจำตัว ถึงใครจะรักษาศีลหรือไม่รักษาศีลก็ตาม คุณค่านั้นก็ยังอยู่กับตัวศีลนั้นเหมือนกันผู้ที่รักษาศีล ย่อมได้รับคุณของศีลดังปรากฏในพระไตรปิฎก อังคุตตรนิกาย สีลสูตรว่า ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้มีศีลเพราะสมบูรณ์ด้วยศีล มีอานิสงส์ ๕ ประการนี้^{๗๗}

๑. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลในธรรมวินัยนี้ ย่อมมีโภคทรัพย์เป็นอันมาก ซึ่งมีความไม่ประมาทเป็นเหตุ นี่เป็นอานิสงส์ประการที่ ๑ ของบุคคลผู้มีศีลเพราะสมบูรณ์ด้วยศีล

๒. กิตติศัพท์อันงามของบุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลย่อมขจรไปนี้เป็นอานิสงส์ประการที่ ๒ ของบุคคลผู้มีศีลเพราะสมบูรณ์ด้วยศีล

๓. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล จะเข้าไปยังบริษัทใด ๆ จะเป็นชาติตยบริษัทก็ตาม พราหมณ์ บริษัทก็ตาม คหบดีบริษัทก็ตาม สมณบริษัทก็ตาม ย่อมแก่กล้าแล้ว ไม่เก้อเขินเข้าไป นี่เป็นอานิสงส์ประการที่ ๓ ของบุคคลผู้มีศีลเพราะสมบูรณ์ด้วยศีล

^{๗๔} พุ.ช. (ไทย) ๒๕/๑/๒๐.

^{๗๕} พุ.ช.อ. (ไทย) ๑/๓๔๔.

^{๗๖} อภิ.ธ. (ไทย) ๓๖/๙๑/๓๐๐.

^{๗๗} อง.ฉก. (ไทย) ๒๒/๒๑๓/๓๕๖.

๔. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล ย่อมไม่หลงลืมสติตาย นี่เป็นอานิสงส์ประการที่ ๔ ของบุคคลผู้มีศีลเพราะสมบูรณ์ด้วยศีล

๕. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล หลังจากตายแล้ว ย่อมไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ นี่เป็นอานิสงส์ประการที่ ๕ ของบุคคลผู้มีศีลเพราะสมบูรณ์ด้วยศีล

การรักษาศีล ทำให้เกิดความสงบเรียบร้อย ส่งผลเป็นความสุขทั้งในปัจจุบันและอนาคต ดังปรากฏในพระไตรปิฎก พระสุตตันตปิฎก พระพุทธเจ้าตรัสเทศนาโปรดชาวตำบลบ้านปาฏลิกาม มีเนื้อหาสรุปได้ดังนี้

๑. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลในธรรมวินัยนี้ ย่อมมีโภคทรัพย์เป็นอันมาก ซึ่งมีความไม่ประมาทเป็นเหตุ

๒. กิตติศัพท์อันงามของบุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลย่อมฟุ้งขจรไป

๓. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล จะเข้าไปยังสังคมใด ๆ จะเป็นสังคมกษัตริย์ก็ดี สังคมพราหมณ์ก็ดี สังคมคหบดีก็ดี สังคมสมณะก็ดี ย่อมเข้าไปอย่างองอาจไม่เก้อเขิน

๔. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล ย่อมไม่หลงลืมสติตาย

๕. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล หลังจากตายแล้ว ย่อมไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้มีศีลเพราะสมบูรณ์ด้วยศีลมีอานิสงส์ ๕ ประการนี้แล^{๗๘} อีกนัยหนึ่ง อานิสงส์แห่งการรักษา ๓ ประการ คือ

๑. สีเลน สุคติ ยนติ คนจะไปสู่สุคติภูมิได้ ก็เพราะศีล

๒. สีเลน โภคสมบัติ คนจะพร้อมพร้อมด้วยสมบัติ ก็เพราะศีล

๓. สีเลน นิพพุตติ ยนติ คนจะไปพระนิพพาน ก็เพราะศีล

อานิสงส์ข้อที่ ๑ ท่านหมายเอาสวรรค์สมบัติ คือ สมบัติอันจะพึงได้รับหลังจากสิ้นชีพไปแล้ว มีสมบัติทิพย์อยู่ในหมู่เทพชั้นใดชั้นหนึ่ง เป็นต้น

อานิสงส์ข้อที่ ๒ ท่านหมายเอามนุษยสมบัติ คือ สมบัติที่พึงได้รับในเวลาที่ยังมีชีวิตอยู่ หรือจะพึงได้รับเมื่อกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก เช่น รูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ บริวารสมบัติ เป็นต้น

อานิสงส์ข้อที่ ๓ ท่านหมายเอานิพพานสมบัติ คือ สมบัติสุดยอด ไม่เจือไปด้วยสุขหรือทุกข์อีก เป็นความหลุดพ้นแห่งจิต ไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะสงสารอีก

๓.๗.๒ อานิสงส์แห่งสมาธิ

ผู้ที่ฝึกฝนอบรมตนในหลักสมาธิสิกขานั้น ย่อมมีอานิสงส์ดังนี้ การเจริญสมาธิเป็นประโยชน์ที่เกื้อกูลแก่ผู้ปฏิบัติธรรมในด้านวิปัสสนามาก เช่น สมาธิเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ คือ การ

^{๗๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๔๘-๑๔๙/๙๒-๙๔.

ตามคู รู้ทันความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และดับไปในความเป็นอยู่ประจำวันของตนเอง เช่น รู้ว่า เวทนา สัญญา และวิตกทั้งหลายจะเกิดขึ้น จะตั้งอยู่ จะดับไปก็เป็นไปโดยพิจารณา รู้ชัด รู้แจ้ง สภาวธรรมตามความเป็นจริง เรียกว่า เป็นบาทแห่งวิปัสสนาเพื่อยถาภูตญาณทัสสนะ อันนำไปสู่วิชชา และวิมุตติในที่สุด โดยปฏิบัติไปตามลำดับ คือ อบรมสมาธิด้วยศีล อบรมปัญญาด้วยสมาธิ ปัญญาที่สมาธิอบรมดีแล้วก็จะอบรมจิต จิตที่ปัญญาอบรมดีแล้ว ก็ย่อมรู้ตามความเป็นจริง สมดังพระพุทธดำรัสที่ว่า “เมื่อจิตตั้งมั่นแล้ว ย่อมรู้ ย่อมเห็นตามความเป็นจริง”^{๗๙}

คุณของสมาธิที่สืบค้นปรากฏใน พระสูตรตันตปิฎก มัชฌมนิคายที่ว่า “เมื่อจิตเป็นสมาธิ บริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุผู้นั้นย่อมจิตไปเพื่ออัสวักขยญาณ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์ นี่ทุกขสมุทัย นี่ทุกขนิโรธนี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา นี่อัสสวะ นี่อัสสวสมุทัย นี่อัสสวนิโรธ นี่อัสสวนิโรธคามินี-ปฏิปทา เมื่อเธอรู้เห็นอยู่อย่างนี้ จิตย่อมหลุดพ้นจากกามาสสวะ ภวาสสวะ และอวิชชาสสวะ เมื่อจิตหลุดพ้นแล้วก็รู้ว่า หลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว” ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป ^{๘๐}

มีพระพุทธดำรัสแสดงธรรมีกถาแก่ภิกษุ “สมาธิอันบุคคลอบรมโดยมีศีลเป็นฐาน ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ปัญญาอันบุคคลอบรมโดยมีสมาธิเป็นฐาน ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก จิตอันบุคคลอบรมโดยมีปัญญาเป็นฐาน ย่อมหลุดพ้นโดยชอบจากอัสสวะทั้งหลาย คือ กามาสสวะ ภวาสสวะ อวิชชาสสวะ”^{๘๑}

พระพุทธองค์ก็ตรัสถึงความสำคัญที่ผู้ปฏิบัติจะได้รับจากการฝึกอบรมสมาธิภาวนาไว้ ๔ ประการ คือ

๑. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน
๒. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อได้ญาณทัสสนะ
๓. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ
๔. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นอัสสวะ

คุณของสมาธิ เป็นไปความสุขในปัจจุบัน เพื่อเจริญสติสัมปชัญญะเพื่อการเจริญวิชา และ ปัญญา เพื่อให้สิ้นไปแห่งอัสสวะกิเลส

๓.๗.๓ อานิสงส์แห่งการเจริญปัญญา

^{๗๙} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๙/๔๑๙.

^{๘๐} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๓๙/๑๕๗.

^{๘๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๑๕๗.

ผู้ฝึกฝนอบรมตนตามหลักปัญญาสิกขา ย่อมมีอานิสงส์ดังนี้ คือ ย่อมเป็นผู้มีปัญญา อันประเสริฐ หยั่งถึงความเกิด และความดับ เพิกถอนกิเลส ให้บรรลุถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์” เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์สมุทัย (เหตุเกิดทุกข์)” เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์นิโรธ (ความดับทุกข์)” เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา (ข้อปฏิบัติเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์)”^{๘๒}

ปัญญาที่ฝึกฝนอบรมดีแล้ว ย่อมมีอานิสงส์โดยย่อสรุปได้ ๔ ประการ คือ

๑) สามารถทำลายกิเลส กำจัดกิเลสต่าง ๆ ให้เป็นสมุจเฉตปหานได้โดยสิ้นเชิง ปิดประตูอบายเมื่อบรรลุโสดาบัน

๒) สามารถเข้าถึงอริยมรรค อริยผล คือ เสวยรสแห่งอริยผล หรือ ตั้งอยู่ในผลสมบัติได้

๓) สามารถเข้านิโรธสมบัติ คือ ดับจิตและเจตสิกได้

๔) ควรแก่การต้อนรับ คือ บุษบาของมนุษย์และเทวดา^{๘๓}

สรุปได้ว่า ไตรสิกขา คือ กระบวนการศึกษาในการพัฒนาตนเองของมนุษย์ เพื่อให้ชีวิตของตนดำเนินไปสู่ความสมบูรณ์ คือ ภาวะที่เป็นผู้มีวิชา ด้วยข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับฝึกอบรมพัฒนากาย วาจา จิตใจ และปัญญา ให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไปจนบรรลุเป้าหมายของชีวิตสูงสุด คือ ความหลุดพ้น หรือนิพพาน

๓.๘ สรุปท้ายบท

วิปัสสนาภาวนา เป็นวิธีการการฝึกอบรมจิตเจริญปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งขึ้น ให้เจริญขึ้น ตามลำดับจนเห็นแจ้งรู้ชัดภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงของพระไตรลักษณ์ ไม่ยึดมั่นถือมั่นในตัวตน จนบรรลุอริยมรรค พระนิพพาน

สติปัญฐาน ๔ คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง โดยอาศัยกาย เวทนา จิต และธรรมเป็นฐานรองรับ เมื่อผู้ฝึกตนปฏิบัติดีแล้ว ย่อมสามารถกำจัดอภิชฌา และโทมนัส ส่งผลให้ถึงความบริสุทธิ์และนำไปสู่ความหลุดพ้นได้ในที่สุด

ทันทภูมิ คือ ภูมิของผู้ฝึกอบรมตนแบ่งออกเป็น ๓ ระดับ คือ (๑) ภูมิของผู้ไม่อบรมตน คือ ปุถุชนหรือผู้ที่ยังไม่ได้บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคล (๒) ภูมิผู้อบรมตนอยู่ คือ บุคคลผู้ที่ยังต้องศึกษา ๓ จำพวก ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี และพระอนาคามี (๓) ภูมิของผู้ฝึกอบรมตนแล้ว ได้แก่ พระอรหันตผล ซึ่งเกิดจากการฝึกตน อบรมตน ให้เจริญขึ้น ด้วยวิธี การฝึกฝนพัฒนาจิต

^{๘๒} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๐/๔๙.

^{๘๓} ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๔๔), หน้า ๓๗.

เจริญสมาธิเพื่อให้เกิดปัญญาด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา เลื่อนภูมิจิตของตนจากโลกียภูมิให้สูงขึ้น เข้าสู่โลกุตตรภูมิสำเร็จเป็นพระขีณาสพสิ้นอาสวกิเลสในที่สุด

จิตเตกัคคตา จิตที่เป็นอารมณ์เดียว เป็นสมาธิสมาธิ เกิดจากจิตที่เป็นกุศล ทำให้เกิดการรู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง สมาธินั้นเป็นปัจจัยให้เกิดปัญญา มีความเข้าใจในเรื่องของสภาพธรรม เข้าใจเรื่องการเจริญสติปัฏฐานก็สามารถที่จะรู้แจ้งอริยสัจ ๔

แนวทางการละนิวรณ์ คือ ผู้ปฏิบัติพึงพิจารณา คือเห็นธรรมทั้งหลายทั้งภายในภายนอก คือ กามฉันทะ พยาบาปะ ถีนะมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิกิฉา เป็นเหตุเกิดและดับไปด้วยการข่ม คือ วิขัมภนปหาน เป็นการละกิเลสคือนิวรณ์ด้วยการข่มไว้ ดูกเอาหินทับหญ้า ด้วยอำนาจแห่งการเจริญสมถภาวนาจนได้อุچارสมาธิ อัปนาสมาธิ โดยที่ต้องจิตประกอบด้วยเนกขัมมะ อัพยาบาท อาโลกสัญญา อวิกเขปะ และธัมมวัตถาน ซึ่งเป็นธรรมตรงกันข้ามกับนิวรณ์ ในวิธีนี้สังเคราะห์เข้าในหมวดธรรมในมหาสติปัฏฐาน ๔ กล่าวคือเมื่อใดจิตประกอบด้วยธรรมที่ตรงกันข้ามกับนิวรณ์แล้ว เมื่อนั้นเรียกจิตว่า จิตเตกัคคตา (ความเป็นหนึ่งแห่งจิต)

วิธีละกามคุณ ๕ คือ ที่ผู้ฝึกจิตเจริญสมถกรรมฐานให้เกิดสมาธิ ภาวะที่จิตสงบระงับในระดับต่าง ๆ ก็จะได้รับผลแห่งสมาธินั้น แบ่งเป็นสองระดับคือ ๑ ระดับข่มไว้ด้วยกำลังฌาน ๒ ระดับละได้เด็ดขาดด้วยการตัดกิเลสของอริยบุคคล กามคุณ ๕ นั้น เมื่อสังเคราะห์เป็นรูปนามแล้วสามารถนำไปเป็นอารมณ์กรรมฐานในการปฏิบัติทั้งสมถะและวิปัสสนาเพื่อฝึกจิตให้ละจากกามคุณได้

ฌาน ผู้ปฏิบัติเจริญสมถกัมมัฏฐานกองใดกองหนึ่ง จนจิตเป็นอุچارสมาธิและอัปนาสมาธิ จนเข้าสู่ฌาน มีองค์ ๕ เหล่านี้เกิดขึ้น คือ วิตก วิจาร ปิติ สุข เอกัคคตา ถือว่า ฌาน เกิดขึ้นแล้ว ถ้าไม่ประกอบด้วยองค์ ๕ แล้วไม่ชื่อว่า ฌาน

ออกบวชนกขัมมะ มีองค์ประกอบ ๒ ส่วน คือ ๑) บวชกาย คือการปลีกกายออกไป ไม่เกี่ยวข้องด้วยกามคุณ ๒) บวชใจ ได้แก่การระมัดระวังจิตใจของตน พยายามฝึกฝนจิตใจของตนให้คลายความยินดีด้วยกามคุณจนอาสวกิเลสค่อยเหือดแห้งไปจากใจในที่สุด การออกบวชนกขัมมะต้องประกอบพร้อมด้วยองค์ทั้งสองประการจึงจะสัมฤทธิ์ผลแห่งการออกบวชอย่างสมบูรณ์

ไตรสิกขา คือ แนวทางสัมมาปฏิบัติที่ถูกต้องในการฝึกฝนอบรมตนของมนุษย์ เพื่อให้ชีวิตของตนดำเนินไปสู่ความสมบูรณ์ คือ ภาวะที่เป็นผู้มีวิชา พัฒนากาย วาจา จิตใจ และปัญญา ให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไปจนบรรลุเป้าหมายของชีวิตสูงสุด คือ ความหลุดพ้น หรือนิพพาน

บทที่ ๔

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

งานวิจัยเรื่อง “ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันตภูมิสูตร” มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในทันตภูมิสูตร ๒) เพื่อศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันตภูมิสูตร งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงเอกสาร โดยผู้วิจัยได้ศึกษา ค้นคว้า รวบรวมข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา วิสุทธิมรรค ปกรณ์วิเสส และตำรา เอกสารทางวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง นำมาเรียบเรียง บรรยายเชิงพรรณนา ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาจากอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ สามารถสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะมีดังนี้

๔.๑ สรุปผลการวิจัย

๔.๑.๑ เนื้อหาและหลักธรรมสำคัญในทันตภูมิสูตรพบว่า

ทันตภูมิสูตร หมายถึง ภูมิของผู้ฝึกแล้ว ตั้งชื่อตามเนื้อหาสาระของพระสูตร ที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแก่สามเณรจิวตะ ขณะประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน ไขข้อข้องใจในเรื่องที่ ขยเสนราชกุมารที่ไม่ทรงเชื่อว่า ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ ผู้ไม่ประมาท มีความเพียรอุทิศกายและใจอยู่ จะบรรลุจิตแตกคตาได้ พระสูตรนี้จัดอยู่ในประเภท ปุจฉาวลีกะ

จิตแตกคตา หมายถึง ความมีอารมณ์เป็นอย่างเดียวของจิต จิตที่มีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว ความสำคัญของพระทันตภูมิสูตรนี้คือ คำว่า จิตแตกคตา เป็นตัวชี้วัด เป็นแนวทางของผู้ปฏิบัติจิตภาวนาเพื่อให้ จิตเป็นเอกัคคตา จิตเป็นอารมณ์เดียว ตามภูมิตนตั้งแต่ภูมิอันเป็นโลกิยะจนถึงอริยภูมิ คือ ภูมิของบุคคลผู้ได้รับการฝึกตนแล้ว ได้แก่ พระอรหันตผล

นิวรณ หมายถึง กิเลสอันกั้นจิต ห้ามจิตไม่ให้ทำความดี เป็นอุปสรรคที่คอยขัดขวางต่อการปฏิบัติภาวนา เพราะคอยกั้นจิตให้ไม่ได้บรรลุธรรมขั้นพิเศษ คือ สมภาณี ญาณ มรรค ผลนิพพาน

กามคุณ ๕ หมายถึง อารมณ์ที่น่าพอใจ น่าปรารถนา มี รูปสวย เสียงไพเราะ กลิ่นหอม รสอร่อย และสัมผัสที่นุ่มนวล กามคุณนั้นหมายรวมเอาวัตถุสิ่งของต่าง ๆ ทั้งหมดไม่ว่าจะมีชีวิตหรือไม่ มีชีวิต กามคุณจึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ยากในการขวนขวายที่จะได้มา ซึ่งต้องอดทน ตระกตร้าต่อความเดือดร้อนจากการแสวงหา จึงเป็นกองทุกข์เพราะมีกามเป็นเหตุ เกิดเพราะเหตุแห่งกาม

เนกขัมมะ หมายถึงการออกไปจากกามคุณ เพื่อละเว้นจากกามคุณ ในอารมณ์ต่าง ๆ จากรูป เสียง กลิ่นรส และสัมผัส ซึ่งเป็นสิ่งล่อเร้าเข้ายวนทั้งหลาย ให้พิจารณาเห็นโทษของกามคุณนั้น อย่างถ่องแท้โดยอุบายที่แยบยล แล้วพยายามฝึกฝนจิตใจของตนให้คลายความยินดีด้วยกามคุณจนกิเลสค่อยเหือดแห้งไปจากใจในที่สุด

ฌาน หมายถึง การเพ่ง เฝ้า พินิจ ครุ่นคิด จดจ่อได้แก่ เพ่งอารมณ์สมณะอย่างใดอย่างหนึ่งจนจิตเป็นสมาธิ เป็นกระบวนการในการฝึกจิตเป็นลำดับขั้น เริ่มตั้งแต่ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน เป็นต้นเพื่อที่จะให้จิตเป็นสมาธิแน่วแน่อยู่กับอารมณ์เดียวเรียกว่าเอกัคคตา

ไตรสิกขา หมายถึง หลักการศึกษาสัมมาปฏิบัติเพื่อการฝึก การอบรม กาย วาจา จิตใจและปัญญาให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้นเพื่อนำไปสู่ความเป็นสุขอิสระแท้จริง เป็นข้อปฏิบัติที่ต้องศึกษา ๓ อย่าง ได้แก่ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา เรียกกันว่า ศีล สมาธิ ปัญญา

๔.๑.๒ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันทภูมิสูตรพบว่า

วิปัสสนาภาวนาต้องปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งเป็นทางสายเอก ของผู้ฝึกตนเพื่อความพ้นทุกข์ เป็นทางดำเนินไปแล้วสู่มรรค ผล และพระนิพพาน หลักการเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ การฝึกฝนตน ด้วยการเรียนรู้รูป นามในกายและใจ ได้แก่ การพิจารณาดูกาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อรู้แจ้งความจริงของสิ่งทั้งหลายในโลกว่า เป็นเพียงรูปกับนามเท่านั้น โดยการพิจารณาหยั่งรู้ถึงสภาวะลักษณะรูปนามโดยความเป็นไตรลักษณ์ คือไม่เที่ยง เพราะเกิดดับตลอดเวลา เป็นทุกข์ เพราะทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ เป็นอนัตตา เพราะไม่ใช่ตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้ ปัญญาที่เกิดขึ้นนี้เรียกว่า วิปัสสนาปัญญา

ทันทภูมิ คือ ภูมิของผู้ฝึกอบรมตนแบ่งออกเป็น ๓ ระดับ คือ (๑) ภูมิของผู้ไม่อบรมตน คือ ปุถุชนหรือผู้ที่ยังไม่ได้บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคล (๒) ภูมิผู้อบรมตนอยู่ คือ บุคคลผู้ที่ยังต้องศึกษา ๓ จำพวก ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี และพระอนาคามี (๓) ภูมิของผู้ฝึกอบรมตนแล้ว ได้แก่ พระอรหันตผล ซึ่งเกิดจากการฝึกตน อบรมตน ให้เจริญขึ้น ด้วยวิธี การฝึกฝนพัฒนาจิตเจริญสมาธิเพื่อให้เกิดปัญญาด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา เลื่อนภูมิจิตของตนจากโลกียภูมิให้สูงขึ้นเข้าสู่โลกุตตรภูมิสำเร็จเป็นพระชินาสพัสันอาสาวิกิเลสในที่สุด

จิตเตกัคคตา คือ จิตที่เป็นอารมณ์เดียว เป็นสัมมาสมาธิ เกิดจากจิตที่เป็นกุศล ทำให้เกิดความรู้สึกสภาพธรรมตามความเป็นจริง สมานนั้นเป็นปัจจัยให้เกิดปัญญา มีความเข้าใจในเรื่องของสภาพธรรมเข้าใจเรื่องการเจริญสติปัฏฐานก็สามารถที่จะรู้แจ้งอริยสัจ ๔

แนวทางการละนิวรณ์ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงพิจารณา คือเห็นธรรมทั้งหลายทั้งภายในภายนอก คือ กามฉันทะ พยาบาปทะ ถีนะมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิจิกขา เป็นเหตุเกิดและดับไปด้วยการชม คือ วิขัมภนปหาน เป็นการละกิเลสคือนิวรณ์ด้วยการชมไว้ ดุจเอาหินทับหญ้า ด้วยอำนาจแห่ง

การเจริญสมถภาวนาจนได้อุปจารสมาธิ อัปนาสมาธิ โดยที่ต้องจิตประกอบด้วยเนกขัมมะ อภัยาบาท อาโลกสัญญา อวิกเขปะ และธัมมวัตถาน ซึ่งเป็นธรรมตรงกันข้ามกับนิวรณ์ ในวิธีนี้สังเคราะห์เข้าในหมวดธรรมในมหาสติปัฏฐาน ๔ กล่าวคือเมื่อใดจิตประกอบด้วยธรรมที่ตรงกันข้ามกับนิวรณ์แล้ว เมื่อนั้นเรียกจิตว่า จิตเตกัคคตา (ความเป็นหนึ่งแห่งจิต)

วิธีละกามคุณ ๕ ผู้ฝึกจิตเจริญสมถกรรมฐานให้เกิดสมาธิ จะเกิดภาวะที่จิตสงบระงับในระดับต่าง ๆ ก็จะได้รับผลแห่งสมาธินั้น แบ่งเป็นสองระดับคือ ๑ ระดับข่มไว้ด้วยกำลังฌาน ๒ ระดับได้เด็ดขาดด้วยการตัดกิเลสของอริยบุคคล กามคุณ ๕ นั้น เมื่อสังเคราะห์เป็นรูปนามแล้วสามารถนำไปเป็นอารมณ์กรรมฐานในการปฏิบัติทั้งสมถะและวิปัสสนาเพื่อฝึกจิตให้ละจากกามคุณได้

วิธีเจริญฌาน ผู้ปฏิบัติเจริญสมถกัมมัฏฐานกองใดกองหนึ่ง จนจิตเป็นอุปจารสมาธิ และอัปนาสมาธิ จนเข้าสู่ฌาน มืองค์ ๕ เหล่านี้เกิดขึ้น คือ วิตก วิจาร ปิติ สุข เอกัคคตา ถือว่า ฌานเกิดขึ้นแล้ว ถ้าไม่ประกอบด้วยองค์ ๕ แล้วไม่ชื่อว่า ฌาน

การบวชนอกขัมมะ มืองค์ประกอบ ๒ ส่วน คือ ๑) บวชกาย คือการปลีกกายออกไป ไม่เกี่ยวข้องกับกามคุณ ๒) บวชใจ ได้แก่การระมัดระวังจิตใจของตน พยายามฝึกฝนจิตใจของตนให้คลายความยินดีด้วยกามคุณจนยางเหนียวแห่งอัสวกิเลสค่อยเหือดแห้งไปจากใจในที่สุด การออกบวชนอกขัมมะต้องประกอบพร้อมด้วยองค์ทั้งสองประการจึงจะสัมฤทธิ์ผลแห่งการออกบวชอย่างสมบูรณ์

ไตรสิกขา เป็นแนวทางสัมมาปฏิบัติที่ถูกต้องในการฝึกฝนอบรมตนของมนุษย์ เพื่อให้ชีวิตของตนดำเนินไปสู่ความสมบูรณ์ คือ ภาวะที่เป็นผู้มีวิชา พัฒนากาย วาจา จิตใจ และปัญญาให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไปจนบรรลุเป้าหมายของชีวิตสูงสุด คือ ความหลุดพ้น หรือนิพพาน

๔.๒ ข้อเสนอแนะ

งานวิจัย “แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันตภูมิสูตร” นี้ มุ่งเน้นแนวทางการพัฒนา ด้วยการฝึกฝน อบรมตนจนถึงขีดสุดแห่งศักยภาพในตัวมนุษย์ที่มีอยู่ ไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ในอุดมคติ เพื่อบรรลุถึงแก่นแท้อันเป็นจุดหมายปลายทางพระพุทธศาสนา อันได้แก่ ความหลุดพ้นจากทุกข์และอัสวะอย่างสิ้นเชิง ซึ่งหมายถึงพระอรหันต์ ทำให้ตัดวงจรวัฏฏะชาตินี้ไปเป็นชาติสุดท้าย ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป งานวิจัยนี้จึงมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

๔.๒.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

การศึกษาเรื่อง แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในทันตภูมิสูตร มีเนื้อหาครอบคลุมหลักปฏิบัติที่สำคัญ ๆ ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ยังมีรายละเอียดปลีกย่อยอีกมากมาย

ทั้งวิธีการปฏิบัติที่เป็นปัจจัยที่ทำให้การฝึกตน ยกระดับจากภาวะความเป็นปุถุชนไปสู่ภาวะอริยบุคคล
ได้สำเร็จ เช่น การบรรลุลหณของอานลาภิบุคคล เป็นต้น

๔.๒.๒ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

สำหรับผู้ที่มีความสนใจที่จะนำข้อมูลไปใช้ในวัตถุประสงค์อย่างอื่นต่อไป ควรศึกษา
เพิ่มเติมในหัวข้อดังต่อไปนี้

๑. ศึกษาแนวทางการปฏิบัติเนกขัมมะในทันทภูมิสูตร
๒. ศึกษาแนวทางเพื่อละกามคุณ ๕ ในทันทภูมิสูตร

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาเถปิฎก ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกอรรถกถาภาษาไทย ชุด ๕๕ เล่ม. กรุงเทพมหานคร: โรง

พิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙.

_____. ปกรณวิเสสภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาปกรณ์วิเสส. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์

วิญญาน, ๒๕๓๙.

พระพุทธโฆษาจารย์. คัมภีร์วิสุทธิมรรค. แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ อัจ อาสภมหาเถระ.

พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔.

(๑) หนังสือ:

ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร). คู่มือการศึกษาพระอภิธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๔๔.

ชมรมมหาสติปัญญาสูตร. การเจริญสติด้วยวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัญญา ๔.

กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

น.พ. แพทย์พงษ์ วรพงศ์พิเชษฐ. โยคะเพื่อการพัฒนาร่างกายและจิตใจ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์

เอช.ที.พี.เพรท, ๒๕๔๒.

บุญมี แท่นแก้ว. พระพุทธศาสนากับปรัชญา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท ว.เพ็ชรสกุลจำกัด,

๒๕๔๐.

_____. คู่มือการศึกษา พระอภิธรรมมัตถสังคหะ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง,

๒๕๔๕.

พระกัมมภูฏานาจริยะ พระปณิตตาภิวงค์. รู้แจ้งในชาตินี้. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท

สหธรรมิกการพิมพ์, ๒๕๔๙.

พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี). วิปัสสนาภูมิ. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการ

พิมพ์จำกัด, ๒๕๔๕.

พระญาณธชะ. ปรมัตถทีปนี ปริเฉทที่ ๙ กัมมภูฏานสังคหะ. แปลโดย พระคันธสาราภิวงค์. พิมพ์

ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕.

พระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน). สมาธิในพระพุทธศาสนา. พิมพ์ครั้งที่ ๕.

นครปฐม: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙) ราชบัณฑิต. **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์**.

กรุงเทพมหานคร: วัดราชโอรสาราม, ๒๕๔๘.

_____ . **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดศัพท์วิเคราะห์**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์
เลี้ยงช้าง, ๒๕๕๐.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙). **คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน**. กรุงเทพมหานคร:

บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๐.

_____ . **วิปัสสนากรรมฐาน**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์ พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๒.

กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ, ๒๕๕๒.

_____ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**.

_____ . **พุทธธรรมฉบับเดิม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๓. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหมิก จำกัด, ๒๕๕๐.

พระพุทธโฆษาจารย์. **วิสุทธิมรรค ฉบับแปลและอธิบาย เล่ม ๓**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. สมเด็จพระพุทธ

ชินวงศ์ ตรวจชำระ. พระคัมภีร์สาราถิวงศ์ แปลและอธิบาย. กรุงเทพมหานคร: ห้าง
หุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นการพิมพ์, ๒๕๓๙.

_____ . **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่
๑๐. กรุงเทพมหานคร: บริษัทธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔.

_____ . **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่ ๔.
กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๖.

พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙) ราชบัณฑิต. **พจนานุกรม ชุด ศัพท์วิเคราะห์**. พิมพ์
ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: เลี้ยงช้าง, ๒๕๕๘.

พระมหาสมปอง มุทิโต. **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๒.

พระราชสิทธิมนี และพระมหาประเสริฐ มนต์เสวี. **สมณะในคัมภีร์**. เอกสารการศึกษา ข อ ง นี สึ ต

ปริยญาโท สาขาวิปัสสนาภาวนา วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม. ๒๕๕๓.

พระสิทธิมนโชติโก. **ปรัตถโชติโก ปริเฉทที่ ๓ และปริเฉทที่ ๗ หลักสูตรจุฬอภิธรรมิกะโท**. พิมพ์
ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๐.

พระสิริมังคลาจารย์. **มังคลัตถปิณีแปล เล่ม ๑**. แปลโดย มหามกุฏราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๘.

พระโสภณคณาภรณ์ (ระแบบ จตถาโณ). **ธรรมปริทรรค**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ศาสนา,

๒๕๒๙.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **มหาสติปัฏฐานสูตร**. แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธ

สาราถิวงศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.

_____ . **วิปัสสนาธุระ หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์)**. แปลโดย จำรูญ ธรรมดา.

กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย จำกัด, ๒๕๕๓.

- _____ . **วิปัสสนาขุณี**. แปลโดย จำรูญ ธรรมดา. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูร
สาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๓.
- _____ . **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**. แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสाराภังค์. กรุงเทพมหานคร:
ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๔๘.
- _____ . **มหาสติปัฏฐานสูตร**. พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙.M.A.. Ph.D.). ตรวจชำระ.
พระคันธสाराภังค์ แปลเรียบเรียง. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์น
ไทยการพิมพ์, ๒๕๕๕.
- พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ ธัมมาจริยะ อัครมหาภิกษุญาณจริยะ. **วิปัสสนาที่ปณี
ฎีกา**. ชลบุรี: วัดภัททันตะ อาสภาราม, ๒๕๑๓.
- พันธุ์ ป. หลงสมบุญ. **พจนานุกรม ไทย-บาลี**. กรุงเทพมหานคร: อาทรการพิมพ์, ๒๕๔๐.
- พุทธทาสภิกขุ. **คู่มือมนุษย์ฉบับสมบูรณ์**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๔๓๔.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **“คำปรารภ” พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย เล่มที่ ๑๔**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕**. กรุงเทพมหานคร:
สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๓๘.
- _____ . **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒**. กรุงเทพมหานคร: นานมี
บุ๊คพับลิเคชั่น, ๒๕๔๖.
- _____ . **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๔**. เฉลิมพระเกียรติพระบาท
สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๗ รอบ
๕ ธันวาคม ๒๕๕๔. กรุงเทพมหานคร: บริษัท แพรคติกเคิล ดีไซน์ สตูดิโอ จำกัด, ๒๕๕๖.
- พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ. ป.ธ.๙) รจนา. **วิปัสสนากรรมฐาน**. พิมพ์ครั้งที่ ๓.
กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พันธ์ที่ตั้ง จำกัด, ๒๕๕๔.
- วรรณสิทธิ ไวยะเสวี. **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ประจําปีที่ ๙ กัมมัฏฐานสังคหวิภาค**.
กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๗.
- _____ . **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ประจําปีที่ ๑ จิตปรมัตถ์**. พิมพ์ครั้งที่
๗. กรุงเทพมหานคร: ทิพย์วิสุทธิการพิมพ์, ๒๕๓๗.
- _____ . **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ประจําปีที่ ๙ กัมมัฏฐานสังคหวิภาค**.
พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: พัฒนวิทย์การพิมพ์, ๒๕๓๘.
- สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน ป.ธ. ๙). **ทศบารมี ทศพิธราชธรรม**. กรุงเทพมหานคร:
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.
- _____ . **ความจริงที่ต้องเข้าใจ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- _____ . **สมาธิในพระพุทธศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

- _____ . **สัมมาทิฐิ**. เชียงใหม่: โรงพิมพ์นันทพันธ์, ๒๕๕๔.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๖. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๖๐.
- _____ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๕. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิกจำกัด, ๒๕๖๐.
- _____ . **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ ๔๙. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๖๐.
- _____ . **หลักแม่บทของการพัฒนาตน**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๘. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๖๐.
- สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ) ป.ธ.๙. M.A..Ph.D. **อริยวังสปฏิบัติ**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔.
- สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส. **บาลีไวยากรณ์ วจิวภาคที่ ๒ หลักสูตรเปรียญธรรมตรี**. พิมพ์ครั้งที่ ๔๖. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.
- _____ . **บาลีไวยากรณ์วจิวภาคภาคที่ ๒ นามและอักษยศัพท์หลักสูตรเปรียญธรรมตรี**. (ม.ป.ท., ม.ป.ป.)
- _____ . **สมถกัมมัฏฐาน**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

(๒) วิทยานิพนธ์:

- นางเอี่ยมอร ชลวร. “การพัฒนาปัญญาในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **สารนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.
- พระมานัส นนทวิริโย. “ศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ของวัดวิปัสสนาผาชัน ตำบลบ้านหม้อ อำเภอสรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐.
- พระภูณิก สิริธโร (จิรอุดมทรัพย์). “ศึกษาการพัฒนาตนเพื่อการหลุดพ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”. **สารนิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๑.
- พระมหาวิรวงศ์ ปญญาวุฑโฒ (โกยรัมย์). “ศึกษาหลักปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ในปาสราสีสูตร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.
- พระจักรพงษ์ ปิยธมโม (ไหมเพชร). “ศึกษาทุกขเวทนาที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙.

พระภูณิก ลีริธโร. “ศึกษาการพัฒนาเพื่อการหลุดพ้นในการปฏิบัติปัสสนาภาวนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐.

พระเจริญ ช่างขิด. “การศึกษาสมาธิในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘.

พระมหาอุทัย อุทัย (ศิริภักดิ์). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่อง ตัณหาในพระไตรปิฎก”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**. มหาบัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

พระมานัส นนทวิริโย. “ศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ของวัดวิปัสสนาผาชัน ตำบลบ้านหม้อ อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐.

พระธีรวัฒน์ บุญทอง. “สมาธิในพระพุทธศาสนา การศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องธยานะในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับเถรวาทในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๖.

แม่ชีอุบล ผาบุญมา. “ศึกษาวิธีการปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

ยุพกานต์ ตันตเกตุ. “ธรรมที่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตมหาวิทยาลัย: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

(๓) รายงานวิจัย:

พระศรีคัมภีร์ญาณ, รศ.ดร. และคณะ. “พจนานุกรมพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”. **รายงานวิจัย**. สำนักงานอธิการบดี: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

ทนต์ภูมิสูตร พระไตรปิฎกภาษาบาลี
พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐

วคค]

๕. ทนตณฺณิสฺสคฺค

๑๗๗

[๒๑๒] ตเถยยาหิ อากุโส พกุกโต อิมธัมมํ ฐมฺมวินฺเย ปพฺพชฺชํ, ตเถยฺยํ
อุปสํมปฺพนฺติ. อตฺตถ โข อเจโต กถฺสํไป อิมธัมมํ ฐมฺมวินฺเย ปพฺพชฺชํ, อตฺตถ
อุปสํมปฺพํ. อจฺริฐสํมปฺพนฺโน โข ปณายสฺมา กถฺสํไป เอโก อุกฺกฏฺโง อปฺปมคฺโค
อาคานฺตี ปหิตคฺโค วิหรนฺโต น จิรฺสฺสธฺว ยสฺสํคฺคทาย กุตฺตคฺคา สํมมเทว อคารสฺมา
อนคาริยํ ปพฺพชฺชนฺติ, ตทณฺตฺตํ พุทฺทมจฺริยปริโยธานํ ทิฏฺฐเจว ฐมฺเม สยํ อภิญฺญา
สจฺจุตฺตควา อุปสํมปฺชช วิหาสิ, “ธึณา ชาติ, อุตฺติคํ พุทฺทมจฺริยํ, กคํ ภรณํ, นวปํ
อิตฺตคฺคทายา”ติ อพฺพณฺณวาทิ. อณฺณคโร โข ปณายสฺมา กถฺสํไป อรหํ อโหสิ.

อต โข อายสฺมา พกุกโต อปเรณ สมฺเยน อปาปรณํ^๑ อาทาย วิหารเณ วิหารํ
อุปลงฺกมิตฺวา เอวมาห “อภิกฺกมถายสฺมนฺโต, อภิกฺกมถายสฺมนฺโต, อชฺช เม
ปริณิพฺพานํ ภวิสฺสํ”ติ. ยมฺปายสฺมา พกุกโต อปาปรณํ อาทาย วิหารเณ วิหารํ
อุปลงฺกมิตฺวา เอวมาห “อภิกฺกมถายสฺมนฺโต, อภิกฺกมถายสฺมนฺโต, อชฺช เม ปริณิพฺพานํ
ภวิสฺสํ”ติ, อิทมฺปิ มยํ อายสฺมโต พกุกตฺส อจฺจุณฺริยํ อพฺพุตฺตมฺมํ ชาเรมาติ. (๓๕)

อต โข อายสฺมา พกุกโต มชฺเช ภิกฺขุสงฺฆสฺส นิสฺสินฺโก ปริณิพฺพายิ. ยมฺปายสฺมา
พกุกโต มชฺเช ภิกฺขุสงฺฆสฺส นิสฺสินฺโก ปริณิพฺพายิ, อิทมฺปิ มยํ อายสฺมโต พกุกตฺส
อจฺจุณฺริยํ อพฺพุตฺตมฺมํ ชาเรมาติ.

พกุกตฺตเถรจฺจุณฺริยพฺพุตฺตคฺคํ นิฏฺฐิตํ จคฺคณํ

/๕. ทนตณฺณิสฺสคฺค

[๒๑๓] เอวเมวํ ตฺถ: เอกํ สมฺมํ ภควา ราชคเเท วิหรติ เวทฺธเน กตฺตทกฺกนิวาเป.
เตน โข ปน สมฺเยน อจฺริวโต สมนฺตเทโส อรณฺณเณ ภูฏิกาย^๒ วิหรติ. อต โข

๑ ฉ. อวาปรณํ ๒ ฉ. อรณฺณณภูฏิกาย

ชยเตโน ราชกุมารो ชงฺขาวีหาริ อณุจกฺกมาโน อณุจจฺรมาโน, เยน อจิรวโต
 ตมฺณุตฺเทโส, เทนฺปตฺตกมิ; อุปตฺตกมิทฺวา อจิรวเตน ตมฺณุตฺตเสณ ตฺทจฺจิ ตมฺโมทิ,
 ตมฺโมทนียํ ถถํ ตารณํยํ วักคิสาเรทฺวา เอกมฺหุํ นิตฺติ.

เอกมฺหุํ นิตฺติโน โช ชยเตโน ราชกุมารो อจิรวคํ ตมฺณุตฺตเสณํ เอกทโวจ:
 ตุคํ เมคํ โภ อคฺคิเวตฺตํ “อิธ ภิกฺขุ อุปปมฺคโต อาคาปํ ปหิตคฺคโต วิหรนฺโต
 มุเตยฺย จิตฺตตฺตํ เอกคฺคตฺนํ”ติ. “เอวเมคํ ราชกุมาร, อิธ ภิกฺขุ อุปปมฺคโต อาคาปํ
 ปหิตคฺคโต วิหรนฺโต มุเตยฺย จิตฺตตฺตํ เอกคฺคตฺนํ”ติ. ตาธุ เม ภวํ อคฺคิเวตฺตโน ยถาสฺตํ
 ยถาปริยคฺตํ ฆมฺมํ เทเสตุ”ติ.

น โช เต อหํ ราชกุมาร ตกฺโกมิ ยถาสฺตํ ยถาปริยคฺตํ ฆมฺมํ ทตฺเตตุ^๑
 อหฺนฺจเรหิ^๒ เต ราชกุมาร ยถาสฺตํ ยถาปริยคฺตํ ฆมฺมํ เทเสยฺย, คุณฺนจ เม ภาตฺติตฺตํ
 อคฺคํ น อาชาเนยฺยาสิ. โส มมตฺตํ กิตฺตโม ตา มมตฺตํ วิเหตฺวาติ. เทเสตุ เม ภวํ
 อคฺคิเวตฺตโน ยถาสฺตํ ยถา ปริยคฺตํ ฆมฺมํ, อุปเปวณามหิ โภโต อคฺคิเวตฺตนตฺตํ ภาตฺติตฺตํ
 อคฺคํ อาชาเนยฺยนฺติ. เทเสยฺย โช เต อหํ ราชกุมาร ยถาสฺตํ ยถาปริยคฺตํ ฆมฺมํ, ตเจ เม
 คุวํ ภาตฺติตฺตํ อคฺคํ อาชาเนยฺยาสิ, อิจฺเจคํ กุตฺตํ. โน เจ เม คุวํ ภาตฺติตฺตํ อคฺคํ
 อาชาเนยฺยาสิ, ยถาสฺตเก คิฏฺฐเจยฺยาสิ, น มํ ตคฺค อคฺคตฺริ ปฏิปฺจุเจยฺยาสิ. เทเสตุ เม ภวํ
 อคฺคิเวตฺตโน ยถาสฺตํ ยถาปริยคฺตํ ฆมฺมํ, ตเจ อหํ โภโต อคฺคิเวตฺตนตฺตํ ภาตฺติตฺตํ อคฺคํ
 อาชาเนยฺยามิ^๓, อิจฺเจคํ กุตฺตํ. โน เจ อหํ โภโต อคฺคิเวตฺตนตฺตํ ภาตฺติตฺตํ อคฺคํ
 อาชาเนยฺยามิ, ยถาสฺตเก คิฏฺฐจิตฺตํ^๔, นาทิ ตคฺค ภวณคํ อคฺคิเวตฺตนํ อคฺคตฺริ
 ปฏิปฺจุจิตฺตํ^๕ติ.

[๒๓๔] อถ โช อจิรวโต ตมฺณุตฺตเสณํ ชยเตนตฺตํ ราชกุมารตฺตํ ยถาสฺตํ
 ยถาปริยคฺตํ ฆมฺมํ เทเสหิ. เอวํ วุตฺเต ชยเตโน ราชกุมารो อจิรวคํ ตมฺณุตฺตเสณํ

๑ ฉ.อ. เทเสตุ ๒ ฉ. อหฺนฺจเรหิ ๓ ฉ. อาชาเนยฺยามิ ๔ ก. คิฏฺฐเจยฺยามิ

วคฺค]

๕. ทนฺตภูมิตฺตคฺค

๓๗๘

เอตทโวจ “อญฺชานเมตํ โภ อคฺคิเวตฺถนฺ อณฺวกาโถ ยํ ภิกฺขุ อปฺปมคฺโค อาดาปํ
ปหิตคฺโค วิหรนฺโต ญฺเอยย จิตฺตตฺถ อเอกคฺคณฺ”ติ. อถ โช ชยเตโน ราชกุมารโ
อจิริวตฺถตฺถ ตมฺณทเทตฺถตฺถ อญฺชานคฺคณฺจ อณฺวการตฺคณฺจ ปเวเทคฺควา อญฺชายาตนา
ปฏกามิ.

อถ โช อจิริวโค ตมฺณทเทโส อจิริปกกนฺเต ชยเตเน ราชกุมารเ ยน ภควา
เตนุปลงฺกมิ, อุปสงฺกมิตฺวา ภควนํ อภิวาเทคฺวา เอกมณํ นิสฺสํ, เอกมณํ นิสฺสนฺโน โช
อคฺคิเวตฺถนํ ตมฺณทเทโส ยาวตโก อโหสิ ชยเตเนน ราชกุมารเณ ตฺทํ กถาสฺสตาไป
คํ ตพฺพํ ภควโค อาโรเจติ.

เอวํ วุคฺเค ภควา อจิริวคํ ตมฺณทเทสํ เอตทโวจ: คํ กุเคคฺค อคฺคิเวตฺถนํ ตพฺภา,
ยํ คํ เนกฺขมฺเมน ฌาตพฺพํ เนกฺขมฺเมน ทฏฺฐพฺพํ เนกฺขมฺเมน ปคฺคพฺพํ เนกฺขมฺเมน
ตฺถจฺฉิภาตพฺพํ, คํ วค ตยสฺสโน ราชกุมารโ กามมชฺเช วสฺนโต กาเม ปรีกฺขชฺชนฺโต
กามวิตกฺเกหิ ชชฺชมาโน กามปริพาเหณ ปรีทญฺหมาโน กามปริเยตฺถนาย อุตฺตํโก^๒
ฉตฺถคฺคิ วา ทุภฺษคํ วา ตฺถจฺฉิ วา กวิตฺถคฺคิ เนคํ จานํ วิชฺชติ.

[๑๑๕] เตยฺยถาปิตฺตํ อคฺคิเวตฺถนํ เทว หคฺคิทมฺมา วา อตฺถตฺถมฺมา วา โคทมฺมา
วา สฺถนฺตา สฺถินฺตา, เทว หคฺคิทมฺมา วา อตฺถตฺถมฺมา วา โคทมฺมา วา อทฺนฺตา
อวิณฺตา. คํ กิ มณฺเณตฺถิ อคฺคิเวตฺถนํ, เย เต เทว หคฺคิทมฺมา วา อตฺถตฺถมฺมา วา
โคทมฺมา วา สฺถนฺตา สฺถินฺตา, อปี นุ เต ทนฺตาว ทนฺตการณํ คจฺฉเยยฺยํ, ทนฺตาว
ทนฺตภูมिํ ตมฺปาปุณฺเอยฺยนฺติ. เอวํ ภนฺเต เย ปเนเต เทว หคฺคิทมฺมา วา อตฺถตฺถมฺมา วา
โคทมฺมา วา อทฺนฺตา อวิณฺตา, อปี นุ เต อทฺนฺตาว ทนฺตการณํ คจฺฉเยยฺยํ, อทฺนฺตาว
ทนฺตภูมिํ ตมฺปาปุณฺเอยฺยํ. เตยฺยถาปิตฺเต เต เทว หคฺคิทมฺมา วา อตฺถตฺถมฺมา วา โคทมฺมา วา
สฺถนฺตา สฺถินฺตาคิ. โน เหนํ ภนฺเต. เอวเมว โช อคฺคิเวตฺถนํ ยํ คํ เนกฺขมฺเมน โคทมฺมาวา
ฌาตพฺพํ เนกฺขมฺเมน ทฏฺฐพฺพํ เนกฺขมฺเมน ปคฺคพฺพํ เนกฺขมฺเมน ตฺถจฺฉิภาตพฺพํ, คํ วค

๑ น. อจิริวโค ๒ น. อุตฺตํโก

ชยเดโน ราชกุมารโ กามมชฺเณ วตฺถนโต กามะ ปรีกฺขณฺโต กามวิตฺกเกหิ ชชฺชมาโน
 กามปรีพาเหณ ปรีทฺยหฺมาโน กามปรีเยตฺถาย อุตฺตํโก ฌตฺตํติ วา ทกฺขติ ตํจฺฉิ
 วา กริตฺตํติ เนตํ จานํ วิชฺชติ.

[๒๑๖] เสดฺยถาปี อคฺคิเวตฺถน คามตฺตํ วา นิคมตฺตํ วา อวิตฺทูเร มหาปพฺพโต,
 ตเมนํ เทวํ ตํหาโยกา ตมฺหา คามา วา นิคมา วา นิกฺขมิตฺวา หคฺคิเวตฺถนเกณ
 เยน ใต้ ปพฺพโต เตนฺตํตํกเมยฺยํ, อุตฺตํมิตฺวา เอโก ตํหาโยโก เทวํจํปพฺพตปาเท
 ติจฺจุเจยฺย, เอโก ตํหาโยโก อุตฺตํปพฺพตํ อารโหเยยฺ, ตเมนํ เทวํจํปพฺพตปาเท จิโต
 ตํหาโยโก อุตฺตํปพฺพเต จิตํ ตํหาโยกํ เอวํ วทฺเตยฺ “ยํ ตมฺมํ กิํ คุวํ ปตฺตํติ
 อุตฺตํปพฺพเต จิโต”ติ. ใต้ เอวํ วทฺเตยฺ “ปตฺตํมิตฺวา โข อหํ ตมฺมํ อุตฺตํปพฺพเต จิโต
 อารามรามณฺเอยกํ วนรามณฺเอยกํ ภูมิจรามณฺเอยกํ โปกฺขรณฺเอยกํ”ติ.

ใต้ เอวํ วทฺเตยฺ “อญฺจํจํ โข เอตํ ตมฺมํ อนวกาโส, ยํ คุวํ อุตฺตํปพฺพเต
 จิโต ปตฺตํเสยฺยาสี อารามรามณฺเอยกํ วนรามณฺเอยกํ ภูมิจรามณฺเอยกํ โปกฺขรณฺเอยกํ
 ติ. ตเมนํ อุตฺตํปพฺพเต ตํหาโย จิโต เทวํจํปพฺพตปาตํ โอโรหิตฺวา ตํ
 ตํหาโยกํ พาหาโย คเหตุวา อุตฺตํปพฺพตํ อารโหเปตฺวา มุหุคฺคํ อตฺตํเสตฺตํวา เอวํ
 วทฺเตยฺ “ยํ ตมฺมํ กิํ คุวํ ปตฺตํติ อุตฺตํปพฺพเต จิโต”ติ. ใต้ เอวํ วทฺเตยฺ “ปตฺตํมิตฺวา
 โข อหํ ตมฺมํ อุตฺตํปพฺพเต จิโต อารามรามณฺเอยกํ วนรามณฺเอยกํ โปกฺขรณฺเอยกํ
 รามณฺเอยกํ”ติ.

ใต้ เอวํ วทฺเตยฺ “อิทาเนว โข เต ตมฺมํ ภาสิตํ มยํ เอวํ อาชานาม,
 อญฺจํจํ โข เอตํ ตมฺมํ อนวกาโส, ยํ คุวํ อุตฺตํปพฺพเต จิโต ปตฺตํเสยฺยาสี
 อารามรามณฺเอยกํ วนรามณฺเอยกํ ภูมิจรามณฺเอยกํ โปกฺขรณฺเอยกํ”ติ. อิทาเนว
 จ ปน เต ภาสิตํ มยํ เอวํ อาชานาม “ปตฺตํมิตฺวา โข อหํ ตมฺมํ อุตฺตํปพฺพเต
 จิโต อารามรามณฺเอยกํ วนรามณฺเอยกํ ภูมิจรามณฺเอยกํ โปกฺขรณฺเอยกํ”ติ.

วคฺ]

๕. ทนฺตภูมิตฺตํ

๓๘๑

โธ เอวํ วเทยฺย “ตถา หิ ปนาหํ สมฺม อิมินา มหตา ปพฺพเต อากฺโข
ทิจฺเจยฺย นาทุทฺธน”^๑ติ

เอวเมว โข^๒ อโค มหนตฺตเรน อคฺคิเวสฺสํ อวิชฺชาภฺนเรณ ชยเตโน
ราชกุมาริ อากฺโข นิรุโฆ^๓ โอรุโฆ ปริโยนทุโช, โธ วคฺ ยนฺตํ เนกขมฺเมณ
ฉาตพฺพํ เนกขมฺเมณ ทฏฺฐพฺพํ เนกขมฺเมณ ปตฺตพฺพํ เนกขมฺเมณ สจฺฉิกาตพฺพํ, ตํ
วคฺ ชยเตโน ราชกุมาริ กามมชฺเช วสฺสโค กามะ ปริภุญฺชนโค กามวิตถฺเกหิ
ชฺชมาโน กามปริพาเหณ ปริทฺยทฺมาโน กามปริเยสฺสนาย อุตฺตํโก ฌตฺสฺสตี วา
ทกฺขติ วา สจฺฉิ วา อริสฺสคฺคิ เนกํ จานํ วิชฺชติ. สเจ โข ตํ อคฺคิเวสฺสํ
ชยเตนฺตํ ราชกุมารสฺส อิมะ เทว อุปมา ปฏิภาเยยฺย^๔, อจฺฉริยนเต ชยเตโน
ราชกุมาริ ปตฺเตยฺย, ปตฺนโน จ เต ปตฺนนาการํ กรายาติ, กุโธ ปน มํ ภนฺเต
ชยเตนฺตํ ราชกุมารสฺส อิมะ เทว อุปมา ปฏิภายิสฺสํนฺติ^๕ อนจฺฉริยา ปุพฺเพ
อตฺตํพุพฺพา เสยฺยถาปี ภควนฺตนฺติ.

[๒๑๗] เสยฺยถาปี อคฺคิเวสฺสํ ราชชา ชคฺติโย มุทฺทาวตฺติโค นาควนิกํ
อามนฺเตติ^๖ “เอหิ คุวํ สมฺม นาควนิก รมฺโฆ นาคํ อภิริหิตฺวา นาควนํ ปวิสฺสิตฺวา
อารณฺณนาคํ” อติปสฺสิตฺวา รมฺโฆ นาคสฺส คีวํ อุปนิพนฺชาหิ”ติ. “เอวํ เทว”ติ
โซ อคฺคิเวสฺสํ นาควนิกโก รมฺโฆ ชคฺติยสฺส มุทฺทาวตฺติคสฺส ปวิสฺสิตฺวา รมฺโฆ
นาคํ อภิริหิตฺวา นาควนํ ปวิสฺสิตฺวา อารณฺณนาคํ อติปสฺสิตฺวา รมฺโฆ นาคสฺส
คีวํ อุปนิพนฺชติ. ตเมนํ รมฺโฆ นาคโค อพฺโลกาสํ นีหริติ. เอกุทาวตา จ โซ
อคฺคิเวสฺสํ อารณฺณโก นาคโค อพฺโลกาสคโค โหติ. เอกุทเคธา หิ อคฺคิเวสฺสํ
อารณฺณกา นาคา ยทิตํ นาควนํ. ตเมนํ นาควนิกโก รมฺโฆ ชคฺติยสฺส มุทฺทาวตฺติ-
คสฺส อาโรเจติ “อพฺโลกาสคโค โซ เต เทว อารณฺณโก นาคโค”ติ. ธถ โซ

๑. ต.อ. อากฺโข ต. อากฺโข ทฏฺฐเจยฺย ๒. ฉ.ม. เอวเมว โซ อิติ ปทํ นคฺติ

๓. ฉ. นิรุโค โอรุโฆ ๔. ก. ปฏิภาเสยฺย ๕. ฉ. ปฏิภายิสฺสํนฺติ ๖. ฉ.อ. อามนฺเตติ

๗. ฉ.อ. อารณฺณกํ นาคํ ๘. ฉ.ม.อ. ‘โค’ อิตฺตํทฺโต น ทิสฺสติ

วคฺค]

๕. ทนฺตภูมิจุคฺค

๓๘๓

โหติ โอวาทปฏิกโรติ. คเมเน หคฺคิทมโก อุตฺตริ อานนฺธ นาม การณํ การเวติ,
มหนตฺตํ ผลกํ โสณฺทาย อุปนิพนฺนติ. โคมรหคฺโค จ ปุริโส อุปริคฺวาย นิติโน
โหติ. สมนฺต จ โคมรหคฺคา ปุริสา ปริวารคฺวา จิตฺตา โหนฺติ. หคฺคิทมโก จ
ทํ ๑ โคมรหคฺจํ คเหคฺวา ปุริโต จิตฺโต โหติ. โส อานนฺธการณํ การิยาโน เหน
ปุริเม ปาทะ โจเปติ, น ปจฺฉิเม ปาทะ โจเปติ; น ปุริมํ กายํ โจเปติ, น ปจฺฉิมํ
กายํ โจเปติ, น ตํ ๑ โจเปติ, น กณฺเณ โจเปติ, น ทนฺเต โจเปติ, น นงฺคุจฺจํ
โจเปติ, น โสณฺทํ โจเปติ. โส โหติ รณฺโณ นาคो ชโม สคฺคิปปหารานํ
อสิปปหารานํ อุตฺตปปหารานํ ปรัศคฺคิปปหารานํ^๑ เภริปนฺนทอสงฺฆนฺนิทิมินฺนาทสฺสททานํ
สพฺพวงฺกโทสนฺนิทินฺนิทคฺคสาโว ราชาวโร ราชโกคฺโค รณฺโณ อองฺคนคฺคว สงฺฆํ กจฺจติ.

[๒๓๘] เอวเมว โห อคฺคิเวสฺสํ อิทฺธ คคฺคาโค โสเก อุปฺปชฺชติ อรหํ สมนฺมา-
สมนฺพุทฺโธ วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน สคฺโค โลกวิทู อนุตฺตโร ปุริสทมฺมสํวริ สคฺคา
เทวมนุสฺसानํ พุทฺโธ ภควา. โส อิมํ โลกํ สทฺเวกํ สมารกํ สพรหมกํ
สสฺสสมณพฺรหฺมณํ ปชฺ สทฺเวมนุสฺสํ สยํ อภินฺเวา สจฺฉิกคฺวา ปเวเทติ. โส ชมฺมํ
เทเตติ อาทิกถฺยณํ มชฺฌเมกถฺยณํ ปริโยสานกถฺยณํ สาคฺคํ สพฺพนฺชนํ เภวตฺตปริปฺปณฺณํ
ปรัศทุทฺธํ พฺรหฺมจฺริยํ ปกาเสติ. ตํ ชมฺมํ สจฺฉนาติ คหปติ วา คหปติปฺคฺโค วา
อณฺณตฺรสมฺมํ วา กุเต ปจฺฉนฺชาโต,^๒ โส ตํ ชมฺมํ สจฺฉนา คคฺคาเค สทฺธํ ปฏฺฐิภติ.
โส เตนฺ สทฺธปฏฺฐิภานํ สมนฺนาคโค อิติ ปฏฺฐิสจฺฉนฺติ “สมนฺพาโห พฺรหฺมาโส
รชาปโก, อพฺโภกาโส ปพฺพชฺชา, นยิทํ สจฺจํ อคฺคาโร อชฺฌาเวสฺสา เภกนฺตปริปฺปณฺณํ
เภกนฺตปรัศทุทฺธํ สงฺฆสจฺฉิตํ พฺรหฺมจฺริยํ จริตุํ ยนฺนุนาหํ เกสฺมสฺสํ โอหาเรคฺวา กาสายานิ
วคฺคานิ อจฺฉนาเทคฺวา อคฺคาโรมา อนคฺคาโรยํ ปพฺพชฺชยฺนติ.

โส อปฺเรน สมนฺเยน อปฺปํ วา โภคกฺขนฺธิ ปหาย มหนตํ วา โภคกฺขนฺธิ ปหาย อปฺปํ
วา ฌาติปริวชฺชํ ปหาย มหนตํ วา ฌาติปริวชฺชํ ปหาย เกสฺมสฺสํ โอหาเรคฺวา

๑ อ. กณฺเณ ๒ ฉ. สรปคฺคิปปหารานํ ๓ ฉ. ปจฺฉนฺชาโต

กาธายานิ วตฺถานิ อจฺจาทะทฺวา อคารธฺมา อนคารธฺมา อนคาริยํ ปพฺพชฺติ.
 เขตฺตาวคฺคา โห อคฺคิเวธฺสฺสน อริยธฺมาโก อพฺโฆภาสคฺโค โหติ. เขตฺตคฺคเษฯ หิ
 อคฺคิเวธฺสฺสน เทวมนุสฺสํ ยทิตํ ปณฺญากามคฺคณา. คเมณํ คถาคโค อุตฺตรํ วิเนติ “เอहि
 ฅวํ ภิกฺขุ สํสฺวา โหหิ ปาติโมกฺขธฺมวธฺสฺสโค วิหฺรหิ อจฺจารโคจรธฺมปฺนโน อณฺุมตฺเตสฺสุ
 วชฺเชสฺสุ ภัยทฺธธฺมาวํ สฺมาทาย สิกฺขธฺสฺสํ สิกฺขาเปเทสฺสุ”ต.

ยโค โห อคฺคิเวธฺสฺสน อริยธฺมาโก สํสฺวา โหติ ปาติโมกฺขธฺมวธฺสฺสโค วิหฺรติ
 อจฺจารโคจรธฺมปฺนโน, อณฺุมตฺเตสฺสุ วชฺเชสฺสุ ภัยทฺธธฺมาวํ สฺมาทาย สิกฺขธฺสฺสํ สิกฺขาเปเทสฺสุ.
 คเมณํ คถาคโค อุตฺตรํ วิเนติ “เอहि ฅวํ ภิกฺขุ อินฺทริเยสฺสุ คฺคตฺตทฺวารโ หิ, หิ,
 จกฺขณา ฐปํ ทิสฺวาน มา นิमितฺตคฺคทาหํ ฯ เป ฯ”

[๒๑๕] โส อิมะ ปณฺญะ นัฏเฐน ปหาย เจตโธ อุกฺกเกเตสฺส ปณฺญาย ทฺพพฺถักรเณ
 กายะ กายานุปฺปตฺตํ วิหฺรติ อตาปํ สฺมปฺชาโน สติมา วิเนยฺย โธเก อภิชฺฌา-
 โทมนธฺสฺสํ. เวทนาสฺสุ ฯ เป ฯ จิตฺเต... ฆมเมสฺสุ ฆมฺมานุปฺปตฺตํ วิหฺรติ อตาปํ สฺมปฺชาโน
 สติมา วิเนยฺย โธเก อภิชฺฌาโทมนธฺสฺสํ.

เสยฺยถาปํ อคฺคิเวธฺสฺสน หตฺถิทมโก มหฺนํ ฅมภํ ปจฺจวียํ นิฉนฺติว อารณฺยณกฺกธฺสฺส
 นาคธฺสฺสํ ฅวํ อฺปนฺนพฺพชฺติ, อารณฺยณกานณฺเจว สํสฺวานํ อภินิมฺมทนาย อารณฺยณกานณฺเจว
 สฺรธฺงกฺกปฺปานํ อภินิมฺมทนาย อารณฺยณกานณฺเจว ทฺรธฺกิตฺตมถฺปรีฟาทานํ อภินิมฺมทนาย
 คามนฺเต อภิรมาปนาย มนุสฺสธฺกนฺเตสฺสุ สํสฺสํ สฺมาทปนาย. เขตฺตเมว โห อคฺคิเวธฺสฺสน
 อริยธฺมาวธฺสฺสํ อิมะ จตฺตารโ สติปญฺจจํหา เจตโธ อฺปนฺนพฺพชฺติ นาม โหณฺติ
 เคหฺลิตานณฺเจว สํสฺวานํ อภินิมฺมทนาย เคหฺลิตานณฺเจว สฺรธฺงกฺกปฺปานํ อภินิมฺมทนาย
 เคหฺลิตานณฺเจว ทฺรธฺกิตฺตมถฺปรีฟาทานํ อภินิมฺมทนาย ฅายธฺสฺสํ อธิคฺมาย นิพฺพานธฺสฺสํ
 สจฺจกิริยาย.

วคฺค]

๕. ทนฺตญฺมิตฺตค

๑๘๕

[๒๒๐] คเมณํ คถาคโต อุตฺตรํ วิเนติ “เอहि คฺवं ภิกฺขุ กาเย กายานุปฺปตฺตํ
 วิหฺรหิ, มา จ กายูปฺปตฺตํ^๑ วิตฺถกฺเกติ. เวทนาสุ...จิตฺเต...ชฺมเมตฺถ ชฺมมานุปฺปตฺตํ
 วิหฺรหิ, มา จ ชฺมมฺอุปฺปตฺตํ^๒ วิตฺถกํ วิตฺถกฺเกติ”ติ.

ได้ วิตฺถกฺกวจารานํ รูปํมา อชฺฌตฺตํ สมฺปตฺตานํ เจตฺโส เอโกทิกาวํ อวิตฺถกํ
 อวจารํ ตมาริชาํ ปิตฺตํ ทุคฺคิยํ ฌานํ ๑ เป ๑ ทุคฺคิยํ ฌานํ...จตุคฺคํ ฌานํ อุปตฺตมฺปชฺช
 วิหฺรติ.

ได้ เหวํ ตมาริเต จิตฺเต ปริสุทฺเธ ปริโยทาเต อนงฺกเณ วิคฺคฺวปฺกฺกิตฺเตเส มุทฺตฺตเ
 กมฺมณิเย จิเต อาเนชฺชปฺปคฺเต ปุพฺเพนิวาสานุสฺสรฺตติชานาย จิตฺตํ อภินินฺนาเมติ, ได้
 อเนกวิหิตํ ปุพฺเพนิวาสํ อนุสฺสรฺติ. เถยฺยถิ: เขมฺมปี ชาตํ เทวปี ชาตฺวโย ๑ เป ๑
 อิติ ตํการํ สอฺกฺกเทสํ อเนกวิหิตํ ปุพฺเพนิวาสํ อนุสฺสรฺติ.

[๒๒๑] ได้ เหวํ ตมาริเต จิตฺเต ปริสุทฺเธ ปริโยทาเต อนงฺกเณ วิคฺคฺวปฺกฺกิตฺเตเส
 มุทฺตฺตเ กมฺมณิเย จิเต อาเนชฺชปฺปคฺเต สคฺคานํ จตุปฺปาทชานาย จิตฺตํ อภินินฺนาเมติ,
 ได้ ทิพฺเพน จกฺขฺนา วิสุทฺเธน อตฺถิกนฺตมานุสฺสเณ สคฺคเต ปตฺตํติ จวฺมานเ อุปฺปชฺชมาเน
 ที่เน ปณฺเเต สจฺจณฺเณ ทุพฺพณฺเณ สคฺคเต ทคฺคเต ๑ เป ๑ ยถากมฺมฺปคฺเต สคฺคเต
 ปชานาติ.

ได้ เหวํ ตมาริเต จิตฺเต ปริสุทฺเธ ปริโยทาเต อนงฺกเณ วิคฺคฺวปฺกฺกิตฺเตเส มุทฺตฺตเ
 กมฺมณิเย จิเต อาเนชฺชปฺปคฺเต อาสวณํ ชยชานาย จิตฺตํ อภินินฺนาเมติ, ได้ อิทํ
 ทุทฺทชฺชติ ยถาสฺมํ ปชานาติ, อยํ ทุทฺทชฺชมฺทโยติ ยถาสฺมํ ปชานาติ, อยํ ทุทฺทชฺชนิโรชฺชติ
 ยถาสฺมํ ปชานาติ, อยํ ทุทฺทชฺชนิโรชฺชคามินํ ปฏฺฐิปทาติ ยถาสฺมํ ปชานาติ, อิเม
 อาสวณฺติ ยถาสฺมํ ปชานาติ, อยํ อาสวณฺมฺทโยติ ยถาสฺมํ ปชานาติ, อยํ อาสวณฺนิโรชฺชติ

วคฺค]

๖. ฐมฺมัสสํสุต

๑๘๗

ภิกขุ...นโ วิ เจปํ อคฺคิเวสฺสํน ภิกขุ ชฺฌนาถโ วิ กาลํ ภโรติ, ทนฺตมรณํ นโ ภิกขุ
มโต กาลถโศเตวฺว สงฺขํ คจฺจนฺตํ.

อิตมโวจ ภควา. อคฺคตมโน อจิรวโศ สมนฺตทฺเตโส ภควโศ ภาสิตํ อภินนฺทติ.

ทนฺตฐมฺมัสสํสุตํ นิฏฺฐิตํ ปณฺณม.

๖. ฐมฺมัสสํสุต

[๒๒๓] เอวมฺเม สุตํ: เอกํ สมนํ ภควา ราชคฺเห วิหริติ เวพฺพเน กถนฺตกนิวาเป.
อถ โข อายสฺมา ฐมฺมิโห ปุพฺพพนฺทสมํ นิวาเสตฺวา ปตฺตจฺจวราทาย เยน ชยเสนฺตัสส
ราชกุมารสฺส นินฺเตนํ เตนฺอุปสงฺกมิ, อุปสงฺกมิตฺวา ปณฺณตฺเต อาสเน นิสฺสํติ. อถ โข
ชยเสนฺโน ราชกุมารโ ยေနายสฺมา ฐมฺมิโห เตนฺอุปสงฺกมิ, อุปสงฺกมิตฺวา อายสฺมา
ฐมฺมิเชน สทฺธิํ สมนฺโมติ, สมนฺโมทนียํ กถํ สวณฺณํ วิตฺถาเรตฺวา เอกมฺหนํ นิสฺสํติ.

เอกมฺหนํ นิสฺสินฺโน โข ชยเสนฺโน ราชกุมารโ อายสฺมฺหนํ ฐมฺมิขํ เอตทโวจ “สนฺติ
โก ฐมฺมิชฺช เอเก สมนฺตพฺราหฺมณา เอวํวาทีโน เอวํทฺธิจฺฉินฺ: อาสณฺเจปํ กริตฺวา
พฺรหฺมจฺริยํ จรณฺติ, อภพฺพา ผตฺตัสส อธิคฺมาย, อนาถณฺเจปํ กริตฺวา พฺรหฺมจฺริยํ
จรณฺติ, อภพฺพา ผตฺตัสส อธิคฺมาย, อาสณฺเจปํ อนาถณฺเจปํ กริตฺวา พฺรหฺมจฺริยํ จรณฺติ,
อภพฺพา ผตฺตัสส อธิคฺมาย, เนวาลํ นานาถณฺเจปํ” กริตฺวา พฺรหฺมจฺริยํ จรณฺติ, อภพฺพา
ผตฺตัสส อธิคฺมายาติ. อธิ โภโต ฐมฺมิชฺชสฺส สคฺคธา กิํวาทิ กิํทฺธิจฺฉิํ กิํมกฺขายิ”ติ.

น โข เมตํ ราชกุมาร ภควโศ สมนฺตชา สุตํ, สมนฺตชา ปฏิกฺคหิตํ. จานณฺจ
โ เอกํ วิชฺชติ, ยํ ภควา เอวํ พฺยาการเญย “อาสณฺเจปํ กริตฺวา อโยนิโส

๓ ฉ. เนวาลํ นานาถณฺเจปํ

ภาคผนวก ข

ทันตภูมิสูตร พระไตรปิฎกภาษาไทย

พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙

๒๔๖

พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก

[๓. สุนฺดุต

ครั้งนั้น ท่านพระพักุละนั่งปรินิพพานในท่ามกลางภิกษุสงฆ์ ท่านพระกัสสปะกล่าวว่า “ข้อที่ท่านพักุละนั่งปรินิพพานในท่ามกลางภิกษุสงฆ์นี้ เราทั้งหลายจะจำไว้ว่าเป็นธรรมอันน่าอัศจรรย์ ไม่เคยปรากฏ ของท่านพักุละ” ดังนี้แล

พิกุลัตเถรจริยพัทสุตฺตที่ ๔ จบ

๕. ทนตฺถุมิสฺสฺตร

ว่าด้วยภูมิของผู้ได้รับการฝึกแล้ว

[๒๑๓] ข้าพเจ้าได้สดับมาอย่างนี้

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน สถานที่ให้เหยื่อกระแต เขตกรุงราชคฤห์ สมัยนั้น สมณทูตชื่ออจิรวตะ อยู่ในกระท่อมใกล้ป่า ครั้งนั้น พระราชา कुमारนามว่าชยเสน^๑ ทรงดำเนินเล่นไปโดยลำดับ เข้าไปหาอจิรวตะ สมณทูตเถรซึ่งอยู่ ได้สนทนาปราศรัยพอเป็นที่บันเทิงใจ พอเป็นที่ระลึกถึงกัน แล้วประทับนั่ง ณ ที่สมควร

ชยเสนราชกุมารได้รับสั่งกับอจิรวตะ สมณทูตเถรว่า “ท่านอัคคิเวสสนะ ข้าพเจ้าได้สดับมาอย่างนี้ว่า ‘ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่ พึงบรรลุจิตแตกคัคตา(สภาวะที่จิตมีอารมณ์เดียว)ได้’ จริงหรือ”

อจิรวตะ สมณทูตเถรถวายพระพรว่า “พระราชา कुमार ข้อนี้เป็นอย่างนั้น ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่ พึงบรรลุจิตแตกคัคตาได้”

“ดีละ ขอท่านอัคคิเวสสนะโปรดแสดงธรรมตามที่ได้สดับมา ตามที่ได้ศึกษามาแก่ข้าพเจ้าเถิด”

“พระราชา कुमार อาตมภาพไม่สามารถแสดงธรรมแก่พระองค์ตามที่ได้สดับมา ตามที่ได้ศึกษามา เพราะถ้าอาตมภาพจะแสดงธรรมแก่พระองค์ตามที่ได้สดับมา ตามที่ได้ศึกษามา แต่พระองค์ไม่ทรงทราบอรรถแห่งภาษิตของอาตมภาพ ข้อนั้นจะเป็นความยาก จะเป็นความลำบากแก่อาตมภาพ”

^๑ พระราชา कुमारนามว่าชยเสน เป็นพระราชโอรสองค์หนึ่งของพระเจ้าพิมพิสาร (ม.อ.อ. ๓/๒๑๓/๑๔๒)

วรรค]

๕. พันตภูมิสูตร

๒๔๗

“ขอท่านอัคริเวสสนะโปรดแสดงธรรมแก่ข้าพเจ้าตามที่ได้สดับมา ตามที่ได้ศึกษามา บางทีข้าพเจ้าอาจทราบอรรถแห่งภาษิตของท่านอัคริเวสสนะก็ได้”

“พระราชาขุมาร อาตมภาพจะแสดงธรรมแก่พระองค์ตามที่ได้สดับมา ตามที่ได้ศึกษามา ถ้าพระองค์ทรงทราบอรรถแห่งภาษิตของอาตมภาพได้ นั้นแหละเป็นความดี ถ้าไม่ทราบ ขอพระองค์พึงดำรงอยู่ในภาวะของพระองค์เถิด อย่าได้ซักถามอาตมภาพในธรรมนั้นให้ยิ่งขึ้นไปเลย”

“ขอท่านอัคริเวสสนะโปรดแสดงธรรมแก่ข้าพเจ้าตามที่ได้สดับมา ตามที่ได้ศึกษามา ถ้าข้าพเจ้าทราบอรรถแห่งภาษิตของท่านอัคริเวสสนะได้ นั้นเป็นความดี ถ้าไม่ทราบ ข้าพเจ้าจะดำรงตนอยู่ในภาวะของตน ข้าพเจ้าจักไม่ซักถามท่านอัคริเวสสนะในธรรมนั้นให้ยิ่งขึ้นไป”

[๒๑๔] ลำดับนั้น อจิรวตะ สมณทูทเทศได้แสดงธรรมแก่ชยเสนราชกุมารตามที่ได้สดับมา ตามที่ได้ศึกษามา เมื่ออจิรวตะ สมณทูทเทศกล่าวอย่างนั้นแล้ว ชยเสนราชกุมารได้ตรัสว่า “ท่านอัคริเวสสนะผู้เจริญ เป็นไปไม่ได้ที่ภิกษุผู้ไม่ประมาทมีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่ พึงบรรลุจิตเดกัคคตาได้”

ต่อจากนั้น ชยเสนราชกุมารทรงประกาศความเป็นไปไม่ได้แก่อจิรวตะ สมณทูทเทศ ทรงลุกขึ้นจากที่ประทับแล้วเสด็จจากไป

ครั้งนั้น เมื่อชยเสนราชกุมารเสด็จจากไปแล้วไม่นาน อจิรวตะ สมณทูทเทศได้เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายอภิวาทพระผู้มีพระภาคแล้ว นั่ง ณ ที่สมควร ได้กราบทูลเรื่องที่ได้สนทนาปราศรัยกับชยเสนราชกุมารทั้งหมดนั้นแด่พระผู้มีพระภาค

เมื่ออจิรวตะ สมณทูทเทศกราบทูลอย่างนี้แล้ว พระผู้มีพระภาคได้ตรัสอย่างนี้ว่า “อัคริเวสสนะ ชยเสนราชกุมารพึงได้ประโยชน์จากข้อความนั้นในภาษิตของเธอนี้แต่ที่ไหน เป็นไปไม่ได้ที่ชยเสนราชกุมาร ผู้ยังอยู่ท่ามกลางกาม ยังบริโภคมกาม ถูกกามวิตกรุมเร้า ถูกความเร้าร้อนเพราะกามแผดเผา ยังชวนชวายุในการแสวงหากามอยู่ จักทรงรู้ ทรงเห็น หรือทรงทำให้แจ้งจิตเดกัคคตาที่บุคคลพึงรู้ พึงเห็น พึงบรรลุ พึงทำให้แจ้ง ด้วยเนกขัมมะได้”

^๑ เนกขัมมะ ในที่นี้หมายถึงคุณคือการบรรพชาอันเป็นเครื่องสลัดออกจากกาม (ม.อ.อ. ๓/๒๑๔/๑๔๓)

๒๔๘

พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิคาย อุปริปัณณาสก

[๓. สุนยสูตร]

[๒๑๕] อัคริเวสสนะ ช้างที่ควรฝึกคู่หนึ่ง ม้าที่ควรฝึกคู่หนึ่ง หรือโคที่ควรฝึกคู่หนึ่ง ที่ผู้ฝึกฝึกดีแล้ว หัดดีแล้ว (กับ) ช้างที่ควรฝึกอีกคู่หนึ่ง ม้าที่ควรฝึกอีกคู่หนึ่ง หรือโคที่ควรฝึกอีกคู่หนึ่ง ที่เขาไม่ได้ฝึก ไม่ได้หัดเลย เธอเข้าใจความข้อนั้นว่าอย่างไร คือ ช้างที่ควรฝึก ม้าที่ควรฝึก หรือโคที่ควรฝึก คู่ที่ผู้ฝึกฝึกดีแล้ว หัดดีแล้ว นั้นแหละ จะเรียนรู้เหตุการณ์ที่ผู้ฝึกฝึกแล้ว ฟังสำเร็จภูมิที่ผู้ฝึกฝึกแล้ว ได้ไหม”

“ได้ พระพุทธเจ้าข้า”

“ส่วนช้างที่ควรฝึก ม้าที่ควรฝึก หรือโคที่ควรฝึก คู่ที่เขาไม่ได้ฝึก ไม่ได้หัดแล้วเหล่านั้นนั้นแหละ จะเรียนรู้เหตุการณ์ที่ผู้ฝึกฝึกแล้ว จะสำเร็จภูมิที่ผู้ฝึกฝึกแล้ว เหมือนช้างที่ควรฝึก ม้าที่ควรฝึก หรือโคที่ควรฝึก คู่ที่ผู้ฝึกฝึกดีแล้ว หัดดีแล้ว เหล่านั้นได้ไหม”

“ไม่ได้ พระพุทธเจ้าข้า”

“อัคริเวสสนะ ฉะนั้นเหมือนกัน เป็นไปไม่ได้ที่ชยเสนราชกุมารผู้ยังอยู่ท่ามกลางกาม ยังบริโภคมกาม ถูกกามวิตถรมร่า ถูกความร่ำร้อนเพราะกามแผดเผา ยังชวนชวายเป็นการแสวงหากามอยู่ จักทรงรู้ ทรงเห็น หรือทรงทำให้แจ้งจิตเตกัคคตาที่บุคคลพึงรู้ ฟังเห็น ฟังบรรลุ ฟังทำให้แจ้ง ด้วยเนกขัมมะได้

[๒๑๖] อัคริเวสสนะ มีภูเขใหญ่อยู่ไม่ไกลบ้านหรือนิคม สหาย ๒ คน ออกจากบ้านหรือนิคมนั้นแล้วจึงมือกันเข้าไปยังที่ที่ภูเขาดังอยู่ สหายคนหนึ่งยืนอยู่ที่เชิงภูเขาเบื้องล่าง สหายคนหนึ่งขึ้นไปบนภูเขา สหายคนที่ยืนอยู่ที่เชิงภูเขาเบื้องล่างจึงกล่าวกับสหายผู้ยืนอยู่บนภูเขานั้นอย่างนี้ว่า ‘เพื่อนเอ๋ย ท่านยืนอยู่บนภูเขานั้น มองเห็นอะไรบ้าง’ สหายผู้ยืนอยู่บนภูเขานั้นตอบอย่างนี้ว่า ‘เพื่อนเอ๋ย เรายืนอยู่บนภูเขาแล้ว ย่อมมองเห็นสวนอันนารีนรมย์ ป่าไม้อันนารีนรมย์ ภูมิประเทศอันนารีนรมย์ และสระโบกขรณีอันนารีนรมย์’

สหายผู้ยืนอยู่ที่เชิงภูเขาเบื้องล่างนั้นกล่าวอย่างนี้ว่า ‘เพื่อนเอ๋ย เป็นไปไม่ได้ที่ท่านยืนอยู่บนภูเขาแล้วจะพึงมองเห็นสวนอันนารีนรมย์ ป่าไม้อันนารีนรมย์ ภูมิประเทศอันนารีนรมย์ และสระโบกขรณีอันนารีนรมย์ได้’ สหายผู้ยืนอยู่บนภูเขา จึง

วรรค]

๕. ทันทภูมิสูตร

๒๔๕

ลงมายังเชิงภูเขาเบื้องล่างแล้วจงแซนสหายคนนั้นให้ขึ้นไปบนภูเขาสูงนั้น ให้พักเหนื่อยครู่หนึ่งแล้ว ฟังกล่าวอย่างนี้ว่า ‘เพื่อนเอ๋ย ท่านยืนอยู่บนภูเขานั้น มองเห็นอะไรบ้าง’ สหายคนนั้นตอบว่า ‘เพื่อนเอ๋ย เรายืนอยู่บนภูเขาแล้ว ย่อมมองเห็นสวนอันนารีนรมย์ ป่าไม้อันนารีนรมย์ ภูมิประเทศอันนารีนรมย์ และสระโบกขรณีอันนารีนรมย์’

สหายผู้ที่ขึ้นไปก่อนแล้วนั้นกล่าวอย่างนี้ว่า ‘เพื่อนเอ๋ย เรารู้ค่าที่ท่านกล่าวแล้วอย่างนี้บัดนี้เองว่า ‘เพื่อนเอ๋ย เป็นไปไม่ได้ที่ท่านยืนอยู่บนภูเขาแล้ว จะพึงมองเห็นสวนอันนารีนรมย์ ป่าไม้อันนารีนรมย์ ภูมิประเทศอันนารีนรมย์ และสระโบกขรณีอันนารีนรมย์ได้’ และสหายผู้ขึ้นไปทีหลังนั้นกล่าวว่า ‘เรารู้ค่าที่ท่านกล่าวอย่างนี้บัดนี้เหมือนกันว่า ‘เพื่อนเอ๋ย เรายืนอยู่บนภูเขาแล้ว ย่อมมองเห็นสวนอันนารีนรมย์ ป่าไม้อันนารีนรมย์ ภูมิประเทศอันนารีนรมย์ และสระโบกขรณีอันนารีนรมย์ได้’

สหายผู้ที่ขึ้นไปก่อนแล้วนั้นจึงกล่าวอย่างนี้ว่า ‘เพื่อนเอ๋ย ความเป็นจริง เราถูกภูเขาใหญ่ลูกนี้กั้นไว้ จึงมองไม่เห็นสิ่งที่ควรเห็น’

อัคคิเวสสนะ ฉะนั้นเหมือนกัน เป็นไปไม่ได้ที่ชยเสนราชกุมาร ผู้ถูกกองอริชชาใหญ่ยิ่งกว่าภูเขาสูงนั้นกั้นไว้ ปิดบังไว้ รังวัดไว้ ห่อหุ้มไว้ ยังอยู่ท่ามกลางกาม ยังบริโภตกาม ถูกกามวิตกรุมเร้า ถูกความเร้าร้อนเพราะกามแผดเผา ยังชวนชวายเป็นการแสวงหากาม จักทรงรู้ ทรงเห็น หรือทรงทำให้แจ้งซึ่งธรรมที่บุคคลพึงรู้ พึงเห็น พึงบรรลุ พึงทำให้แจ้งด้วยเนกขัมมะได้

อัคคิเวสสนะ ถ้าเธอพึงอธิบายอุปมา ๒ ข้อนี้ให้แจ่มแจ้งแก่ชยเสนราชกุมารได้ ชยเสนราชกุมารจะพึงเลื่อมใสเธออย่างน่าอัศจรรย์ และชยเสนราชกุมารผู้เลื่อมใสแล้ว จะพึงแสดงอาการของบุคคลผู้เลื่อมใสแก่เธอ”

อจิรวตะ สมณทูตเสกราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์จักอธิบายอุปมา ๒ ข้อนี้ที่น่าอัศจรรย์ ที่ข้าพระองค์ยังไม่เคยได้สดับมาก่อน ให้แจ่มแจ้งแก่ชยเสนราชกุมาร เหมือนพระผู้มีพระภาคได้อย่างไรเล่า”

๒๕๐ พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิคาย อปริปิฎกสก [๓. สุธัญญุต

[๒๑๗] พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “อัคริเวสสนะ กษัตราธิราชผู้ได้รับ มูรธาภิเษก^๑ แล้ว รับสั่งเรียกพรานผู้ชำนาญป่าที่ช้างอาศัยอยู่มาแล้วตรัสว่า ‘มาเถิดพ่อพรานช้างเพื่อนยาก ท่านจงชี้ช้างหลวงเข้าไปยังดงช้าง เห็นช้างป่าแล้ว จงคล้องมันผูกไว้ที่คอช้างหลวงเถิด’ พรานป่าผู้เป็นความทุกข์ รับพระราชโองการแล้ว จึงชี้ช้างหลวงเข้าไปยังดงช้าง เห็นช้างป่าแล้ว จงคล้องมันผูกไว้ที่คอช้างหลวง ช้างหลวงจึงนำช้างป่านั้นออกมาสู่ที่กลางแจ้งได้ ด้วยเหตุเพียงเท่านี้ ช้างป่าจึงมาอยู่กลางแจ้ง ความจริงช้างป่าทั้งหลายยังหวงถิ่นคือดงช้างอยู่ พรานป่าผู้เป็นความทุกข์จึงกราบทูลเรื่องนี้แด่กษัตราธิราชว่า ‘ขอเดชะ ช้างป่าของพระองค์มาอยู่ที่กลางแจ้งแล้ว พระเจ้าข้า’

ลำดับนั้น กษัตราธิราชจึงรับสั่งเรียกความทุกข์มาตรัสว่า ‘มาเถิดพ่อความทุกข์ ท่านจงฝึกช้างป่า จงไปเพื่อแก้ไขปกติของสัตว์ป่า แก้ไขความสับสนของสัตว์ป่า และแก้ไขความกระวนกระวาย ความลำบากใจและความเร่าร้อนใจของสัตว์ป่า เพื่อให้ช้างป่านั้นยินดีในแดนบ้าน ให้เพลิดเพลินในปกติที่มนุษย์ต้องการเถิด’

ความทุกข์รับพระราชโองการแล้ว จึงฝังเสาตะลุงใหญ่ลงในแผ่นดิน ล่ามคอช้างป่าไว้อย่างมั่นคง เพื่อแก้ไขปกติของสัตว์ป่า แก้ไขความสับสนของสัตว์ป่า และแก้ไขความกระวนกระวาย ความลำบากใจและความเร่าร้อนใจของสัตว์ป่า เพื่อให้ช้างป่านั้นยินดีในแดนบ้าน ให้เพลิดเพลินในปกติที่มนุษย์ต้องการ ความทุกข์ร้องเรียกช้างป่านั้นด้วยคำไม่มีโทษ ไพเราะ น่ารัก จับใจ เป็นภาษาของชาวเมือง คนส่วนมากรักใคร่พอใจ เพราะช้างป่าถูกความทุกข์ร้องเรียกอยู่ด้วยคำไม่มีโทษ ไพเราะ น่ารัก จับใจ เป็นภาษาของชาวเมือง คนส่วนมากรักใคร่พอใจเห็นปานนั้น ช้างจึงตั้งใจฟัง ตั้งใจเพื่อจะเรียนรู้ ความทุกข์จึงเพิ่มอาหาร คือหญ้าและน้ำให้ ช้างนั้นยิ่งขึ้น

^๑ มูรธาภิเษก หมายถึงการรดน้ำศักดิ์สิทธิ์เหนือพระเศียรในงานราชาภิเษกหรืองานพระราชพิธี (ม.ม.อ. ๒/๙/๘)

วรรค]

๕. ทันทภูมิสูตร

๒๕๑

อัคริเวสสนะ เพราะช้างป่ารับอาหาร คือหญ้าและน้ำของควาญช้าง ควาญช้างจึงมีความคิดอย่างนี้ว่า ‘บัดนี้ ช้างป่าจักดำรงชีพอยู่ได้ละ’ จึงให้ช้างป่านั้นฝึกยิงขึ้นด้วยสั่งว่า ‘รับไป พ่อ วางลง พ่อ’ เพราะช้างหลงทำตามคำสั่ง รับทำตามโอวาทของควาญช้างในการรับและการวาง ควาญช้างจึงให้ช้างนั้นฝึกยิงขึ้นด้วยสั่งว่า ‘เดินไป พ่อ ถอยกลับ พ่อ’ เพราะช้างหลงทำตามคำสั่ง รับทำตามโอวาทของควาญช้างในการเดินไปและการถอยกลับ ควาญช้างจึงให้ช้างนั้นฝึกยิงขึ้นด้วยสั่งว่า ‘ยืนขึ้น พ่อ หมอบลง พ่อ’ เพราะช้างหลงทำตามคำสั่ง รับทำตามโอวาทของควาญช้างในการยืนและการหมอบ ควาญช้างจึงให้ช้างนั้นฝึกยิงขึ้นจนถึงขั้นที่ชื่อว่าอาเนญชะ(ไม่หวั่นไหว)คือผูกโลใหญ่ไว้ที่วงช้างนั้น จัดบุรุษถือหอกชัตนังบนคอช้าง จัดบุรุษถือหอกชัตนหลายคนยืนล้อมรอบ ส่วนควาญช้างถือของยาว ยืนอยู่ข้างหน้า ช้างนั้นได้รับการฝึกถึงขั้นอาเนญชะอยู่ จึงไม่ยับเท้าหน้า ไม่ยับเท้าหลัง ไม่เขยื้อนกายไปข้างหน้า ไม่เขยื้อนกายไปข้างหลัง ไม่โคลงหัว ไม่กระดิกหู ไม่เหวี่ยงงา ไม่แกว่งหาง ไม่ขยับวง เป็นช้างหลวงผู้อดทนต่อการถูกหอกทิ่มแทง ถูกดาบฟัน ถูกลูกศรเสียบแทง และถูกเครื่องประหารของศัตรูอื่น อดทนต่อเสียง อึกกระทีกแห่งกลองศึก มโหระทึก สังข์ และกลองเล็ก กำจัดนิสัยดีร้ายทุกอย่าง และหมดพยศ จึงนับว่า ‘เป็นช้างสมควรแก่พระราชา อันพระราชาควรใช้สอย เป็นองค์สมบัติของพระราชา’ แม้นใด

[๒๑๘] อัคริเวสสนะ ตถาคต^๑ ก็ฉนั้นเหมือนกันแล อุบัติขึ้นมาในโลกนี้เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้ด้วยตนเองโดยชอบ เพียบพร้อมด้วยวิชาและจรณะ^๒ ไปดีรู้แจ้งโลก เป็นสารถิฝึกผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทเจ้า เป็นพระผู้มีพระภาค^๓ ตถาคตรู้แจ้งโลกนี้พร้อมทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก และหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณพราหมณ์ เทวดาและมนุษย์ด้วยตนเองแล้วประกาศให้ผู้อื่นรู้ตาม แสดงธรรมมีความงามในเบื้องต้น มีความงามในท่ามกลาง และมีความงามในที่สุด^๔ ประกาศพรหมจรรย์^๕ พร้อมทั้ง

^๑ ดูเชิงอรรถที่ ๑ ข้อ ๑๓ (เทวทหสูตร) หน้า ๑๘ ในเล่มนี้

^๒ ดูเชิงอรรถที่ ๒ ข้อ ๑๓ (เทวทหสูตร) หน้า ๑๘ ในเล่มนี้

^๓ ดูเชิงอรรถที่ ๓ ข้อ ๑๓ (เทวทหสูตร) หน้า ๑๘ ในเล่มนี้

^๔ ดูเชิงอรรถที่ ๑ ข้อ ๑๓ (เทวทหสูตร) หน้า ๑๘ ในเล่มนี้

^๕ ดูเชิงอรรถที่ ๑ ข้อ ๑๓ (เทวทหสูตร) หน้า ๒๐ ในเล่มนี้

๒๕๒

พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิคาย อุपरินิชาสก์ [๓. สุนฺณุต

อรรถและพยัญชนะ บริสุทธิบริบูรณ์ครบถ้วน คหบดี บุตรคหบดี หรืออนุชน (คนผู้เกิดภายหลัง) ในตระกูลใดตระกูลหนึ่งได้สดับธรรมนั้นแล้ว เกิดศรัทธาใน ตถาคต เมื่อมีศรัทธาย่อมตระหนักว่า ‘การอยู่ครองเรือนเป็นเรื่องอึดอัด เป็นทาง มาแห่งธุลี การบวชเป็นทางปลอดโปร่ง การที่บุคคลผู้อยู่ครองเรือนจะประพฤติ พรหมจรรย์ให้บริสุทธิบริบูรณ์ครบถ้วน ดุจสังข์ขัด ไม่ใช่ทำได้ง่าย ทางที่ดี เราควรโกนผมและหนวด นุ่งห่มผ้ากาสาพัสตร์ออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิต’

ต่อมา เขาละทิ้งกองโกศสมบัติน้อยใหญ่ และเครื่องอาภรณ์น้อยใหญ่ โกนผม และหนวด นุ่งห่มผ้ากาสาพัสตร์ ออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิต^๑ ด้วยเหตุเพียง เท่านั้นแล เขาเชื่อว่าเป็นอริยสาวก อยู่ในที่แจ้ง ความจริง เทวดาและมนุษย์ทั้งหลายยังห้วงถิ่นคือกามคุณ ๕ อยู่ ตถาคตจึงแนะนำเธอให้ยิ่งขึ้นไปอีกว่า ‘มาเถิด ภิกษุ เธอจงเป็นผู้มีศีล สำรวมด้วยการสังวรในปาติโมกข์ เพียบพร้อม ด้วยอาจารย์และโคจร จงเป็นผู้มีปกติเห็นภัยในโทษแม้เล็กน้อย สมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย’

อัคคิเวสสนะ เพราะอริยสาวกเป็นผู้มีศีล สำรวมด้วยการสังวรในปาติโมกข์ เพียบพร้อมด้วยอาจารย์และโคจร เป็นผู้มีความปกติเห็นภัยในโทษแม้เล็กน้อย สมาทาน ศึกษาในสิกขาบททั้งหลายได้ ตถาคตจึงแนะนำเธอให้ยิ่งขึ้นไปอีกว่า ‘มาเถิด ภิกษุ เธอจงเป็นผู้คุ้มครองทวารในอินทริยทั้งหลาย เห็นรูปทางตาแล้วไม่รบกวน ฯลฯ

[๒๑๙] ภิกษุนั้นละนิราธ ๕ นี้ อันเป็นเครื่องเศร้าหมองแห่งจิต เป็น เครื่องทอนปัญญาให้ถอยกำลังได้แล้ว พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ ฯลฯ

พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ฯลฯ

^๑ ดูเทียบ ที่.ส. (แปล) ๙/๑๙๐-๑๙๒/๖๔

วรรค]

๕. ทันทภูมิจิต

๒๕๓

พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

อัคริเวสสนะ ความขังฝังเสียดลึงใหญ่ลงในแผ่นดิน ล้ามคอขังป่าไว้อย่างมั่นคง เพื่อแก้ไขปกติของสัตว์ป่า แก้ไขความสับสนของสัตว์ป่า และแก้ไขความกระวนกระวาย ความลำบากใจและความเร่าร้อนใจของสัตว์ป่า เพื่อให้ขังป่านั้น ยืนดีในแดนบ้าน ให้เฟลิดเฟลินในปกติที่มนุษย์ต้องการ แม้ฉันใด อริยสาวกก็ฉันนั้นเหมือนกัน ชื่อว่าผูกใจไว้แล้วกับสติปัฏฐาน ๔ นี้ เพื่อแก้ไขปกติที่ยังผูกพันอยู่กับเรื้อน^๑ แก้ไขความสับสนที่ยังผูกพันอยู่กับเรื้อน แก้ไขความกระวนกระวาย ความลำบากใจและความเร่าร้อนใจที่ผูกพันอยู่กับเรื้อน เพื่อบรรลุญาธรรม^๒ เพื่อให้แจ้งนิพพาน

[๒๒๐] ตถาคตจึงแนะนำเธอให้ยิ่งขึ้นไปอีกว่า ‘มาเถิดภิกษุ เธอจงพิจารณาเห็นกายในกายอยู่เกิด แต่อย่าตรึกถึงวิตกที่เกี่ยวข้องกับกายเลย

จงพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่เกิด ฯลฯ

จงพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เกิด ...

จงพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่เกิด แต่อย่าตรึกถึงวิตกที่เกี่ยวข้องกับธรรมเลย

เพราะวิตกวิจารณ์สภาวะไป ภิกษุผู้นั้นย่อมบรรลุทุติยฌานมีความผ่องใสในภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตกไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปิติและสุขอันเกิดจากสมาธิ ฯลฯ บรรลุทุติยฌาน ฯลฯ บรรลุจตุตถฌาน ฯลฯ อยู่

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดังเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุผู้นั้นย่อมจิตไปเพื่ออุปเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ คือ ๑ ชาติบ้าง ๒ ชาติบ้าง ฯลฯ เธอระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ พร้อมทั้งลักษณะทั่วไปและชีวประวัติอย่างนี้

^๑ ปกติที่ยังผูกพันอยู่กับเรื้อน ในที่นี้หมายถึงปกติที่อาศัยกามคุณ ๕ (คือ รูป เสียง กลิ่น รส และ โผฏฐัพพะ) (ม.อ.อ. ๓/๒๑๙/๑๔๔)

^๒ ญาธรรม ในที่นี้หมายถึงอริยมรรคมีองค์ ๘ (ม.อ.อ. ๓/๒๑๙/๑๔๔)

๒๕๔

พระสูตรตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก

[๓. สญญุต

[๒๒๑] เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุผู้นั้นย่อมจิตไปเพื่อจุตูปปาตญาณ เห็นหมู่สัตว์ผู้กำลังจุติ กำลังเกิด ทั้งชั้นต่ำและชั้นสูง งามและไม่งาม เกิดดีและเกิดไม่ดี ด้วยตาทิพย์อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย ฯลฯ รู้ชัดถึงหมู่สัตว์ผู้เป็นไปตามกรรมอย่างนี้

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุผู้นั้นย่อมจิตไปเพื่ออัสวักขญาณ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า ‘นี้ทุกข์ นี้ทุกขสมุทัย นี้ทุกขนิโรธ นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา นี้อาสวะ นี้อาสวสมุทัย นี้อาสวนิโรธ นี้อาสวทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา’ เมื่อเธอรู้เห็นอยู่อย่างนี้ จิตย่อมหลุดพ้นจาก กามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะ เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ว่า ‘หลุดพ้นแล้ว’ รู้ชัดว่า ‘ชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป’

ภิกษุผู้นั้นเป็นผู้อดทน คือ มีชาติของผู้อดทนต่อความหนาว ความร้อน ความหิว ความกระหาย ต่อสัมผัสอันเกิดจากเหลือบยุ้ง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย ต่อถ้อยคำที่กล่าวร้าย ถ้อยคำที่ใส่ร้าย ต่อทุกขเวทนากล้าอย่างหนัก เผ็ดร้อน อันมีในสรีระที่เกิดขึ้นแล้ว ต่อความไม่สำราญ ต่อความไม่ชอบใจ พอจะคร่ำชีวิตได้ ภิกษุผู้นั้นกำจัดราคะ โทสะ โมหะทั้งปวงและกำจัดกิเลสเพียงดั่งน้ำฝนได้แล้ว เป็นผู้ควรแก่ของที่เขานำมาถวาย ควรแก่ของต้อนรับ ควรแก่ทักษิณา ควรแก่การทำอัญชลี เป็นนาบุญอันยอดเยี่ยมของโลก^๑

[๒๒๒] อัคคิเวสสนะ ถ้าช้างหลวงแก่ที่ความชังยังไม่ได้ฝึก ไม่ได้หัด ล้มลง(ตาย) ย่อมถึงการนับว่า ‘ช้างหลวงแก่ล้มอย่างไม่ได้ฝึก’

ถ้าช้างหลวงรุ่นกลาง ฯลฯ

^๑ ดูเทียบ อง.ติก.(แปล) ๒๐/๗๑/๒๘๓

วรรค]

๕. ทันทภูมิสูตร

๒๕๕

ถ้าช้างหลวงรุ่มหนุ่มที่ควาญช้างยังไม่ได้ฝึก ไม่ได้หัด ล้มลง ย่อมถึงการนับว่า ‘ช้างหลวงรุ่มลุ่มอย่างไม่ได้ฝึก’ แม้ฉันใด

ถ้าภิกษุปุณณะยังไม่นั่งอาสวะมรรณภาพลง ย่อมถึงการนับว่า ‘ภิกษุปุณณะมรรณภาพลงอย่างไม่ได้ฝึก’

ถ้าภิกษุปุณณัมชฌิมะ ฯลฯ

ถ้าภิกษุปุณณวกะยังไม่นั่งอาสวะมรรณภาพลง ย่อมถึงการนับว่า ‘ภิกษุปุณณวกะมรรณภาพลงอย่างไม่ได้ฝึก’ ฉะนั้นเหมือนกัน

อัคริเวสสนะ ถ้าช้างหลวงแก่ที่ควาญช้างฝึกดีแล้ว หัดดีแล้ว ล้มลง ย่อมถึงการนับว่า ‘ช้างหลวงแก่ลุ่มอย่างฝึกแล้ว’

ถ้าช้างหลวงรุ่มกลาง ฯลฯ

ถ้าช้างหลวงรุ่มหนุ่มที่ควาญช้างฝึกดีแล้ว หัดดีแล้ว ล้มลง ย่อมถึงการนับว่า ‘ช้างหลวงรุ่มลุ่มอย่างฝึกแล้ว’ แม้ฉันใด

ถ้าภิกษุปุณณะผู้สิ้นอาสวะแล้วมรรณภาพลง ย่อมถึงการนับว่า ‘ภิกษุปุณณะมรรณภาพลงอย่างฝึกแล้ว’

ถ้าภิกษุปุณณัมชฌิมะ ฯลฯ

ถ้าภิกษุปุณณวกะผู้เป็นชีนาสพมรรณภาพลง ย่อมถึงการนับว่า ‘ภิกษุปุณณวกะมรรณภาพลงอย่างฝึกแล้ว’ ฉะนั้นเหมือนกัน”

พระผู้มีพระภาคได้ตรัสภาษิตนี้แล้ว อจิรวตะ สมณุกเทศมีใจยินดีขึ้นชมพระภาษิตของพระผู้มีพระภาค ดังนี้แล

ทันทภูมิสูตรที่ ๕ จบ ✓

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ-ฉายา/นามสกุล : พระอำนาจ สุวฑฺฒโน (วิสัย)

ว/ด/ป เกิด : วันที่ ๑๖ เดือนกันยายน พุทธศักราช ๒๕๒๐

ภูมิลำเนาที่เกิด : ๑๓๖ หมู่ที่ ๓ ตำบลจิม อำเภอบึง จังหวัดพะเยา

การศึกษาทางโลก

พ.ศ. ๒๕๕๒ : ปริญญาตรี ครุศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

การศึกษาทางธรรม

พ.ศ. ๒๕๔๕ : นักธรรมชั้นเอก วัดเกริ่น ตำบลบางกระดี อำเภอมือง จังหวัดปทุมธานี

ประสบการณ์การปฏิบัติธรรม

พ.ศ. ๒๕๕๘ : ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอบึง จังหวัดนครราชสีมา
เจริญวิปัสสนาภาวนาเป็นระยะเวลา ๓๐ วัน

พ.ศ. ๒๕๕๙ : ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอบึง จังหวัดนครราชสีมา
เจริญวิปัสสนาภาวนาเป็นระยะเวลา ๔ เดือน

พ.ศ. ๒๕๖๐ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นเวลา ๒ เดือน ณ Mahasi Sasana Yeiktha
Meditation Centre, Yangon, Myanmar

พ.ศ. ๒๕๖๑ : ณ ศูนย์พัฒนาศาสนาแคว้นบดินทร์ อำเภอบึง จังหวัดเพชรบูรณ์ ปฏิบัติ
วิปัสสนาภาวนาหลักสูตรพระธรรมทูตสายต่างประเทศ เป็นเวลา ๑ เดือน

อุปสมบท : วันที่ ๒๓ เดือน มกราคม พุทธศักราช ๒๕๔๒ วัดพรหมรังสี แขวงสีกัน
เขตดอนเมือง กรุงเทพมหานคร

สังกัดวัด : วัดหนองใหญ่ แขวงสายไหม เขตสายไหม จังหวัดกรุงเทพมหานคร ๑๐๒๒๐

ปีที่เข้าศึกษา : พุทธศักราช ๒๕๕๘

ปีที่สำเร็จการศึกษา : พุทธศักราช ๒๕๖๑

ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดหนองใหญ่ แขวงสายไหม เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๒๐

โทรศัพท์ : ๐๖๑-๕๙๕-๕๕๕๑

E-mail : Amnardwisai@gmail.com