



ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิภาวนาสูต  
**A STUDY OF VIPASSANĀ MEDITATION PRACTICE  
IN SAMĀDHI BHĀVANĀSUTTA**

แม่ชีณิชาดา ศรีธัญอมร

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๖๑



## ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิภาวนาสูตตร

แม่ชีณิชาดา ศรีธัญอมร

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



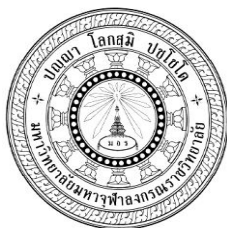
**A Study of Vipassanā Meditation Practice  
in Samādhi Bhāvanāsutta**

**Maechee Nichada Sritunya-armorn**

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

Graduate School  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University  
C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นั้บสารนิพนธ์เรื่อง  
“ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาในสมาธิภาวนาสูตกร” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตกร  
ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนากาวนา

.....  
(พระมหาสมบูรณั วุฑฒิกโร, ดร.)  
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบสารนิพนธ์ ..... ประธานกรรมการ  
(พระราชรัตนมุนี, ผศ.ดร.)

..... กรรมการ  
(พระมหาบุญศรี ญาณวุฑฒโตม, ผศ.ดร.)

..... กรรมการ  
(รศ.ดร. เวทย์ บรรณกรกุล)

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ รศ.ดร. เวทย์ บรรณกรกุล

ชื่อผู้วิจัย .....  
(แม่ชีณิชาดา ศรีธัญอมร)

- ชื่อสารนิพนธ์ : ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิภาวนาสูตร
- ผู้วิจัย : แม่ชีณิชาดา ศรีธัญอมร
- ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)
- อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : รศ. ดร.เวทย์ บรรณกรกุล, ป.ธ. ๙, พธ.บ. (ปรัชญา), ศษ.ม. (ประชากรศึกษา), พธ.ด. (บาลีพุทธศาสตร์)
- วันเสร็จสมบูรณ์ : ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

### บทคัดย่อ

สารนิพนธ์เรื่องนี้มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมในสมาธิภาวนาสูตร และ ๒) เพื่อศึกษาแนวทางการเจริญวิปัสสนาภาวนาในสมาธิภาวนาสูตร เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นต้น ตรวจสอบโดยอาจารย์ที่ปรึกษา ปรับปรุงแก้ไขเรียบเรียง บรรยายเชิงพรรณนา จากการศึกษาพบว่า

สมาธิภาวนาสูตรเป็นพระสูตรว่าด้วยอานิสงส์ของสมาธิภาวนา ๔ ประการ พระสังคีตติกาจารย์จัดไว้ในอังกุตตรนิกาย จตุกกนิบาต โรหิตัสสวรรค พระสูตรนี้มีเนื้อหาที่แสดงหลักธรรม ๖ ประการ ได้แก่ สมาธิ ญาณ ญาณทัสสนะ สติสัมปชัญญะ ชั้น ๕ และไตรลักษณ์ ซึ่งหลักธรรมเหล่านี้เป็นเหตุให้ธรรมทั้งหลายสมบูรณ์และมีอานิสงส์ให้เข้าถึงความสุขในปัจจุบันและการสิ้นอาสวะพ้นจากวัฏสงสารมุ่งสู่โลกุตตรธรรม

ในการศึกษา แนวทางการเจริญวิปัสสนาภาวนา พบว่าการเจริญสมาธิภาวนาเป็นบาทฐานและมีความสำคัญต่อการพัฒนากายและใจและมีผลต่อการปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม กล่าวคือ ในขณะที่บรรลุธรรมจะต้องมีสัมมาสมาธิเป็นองค์ธรรมหนึ่งของการบรรลุธรรมซึ่งเป็นหลักธรรมในมรรคมืองค์ ๘ และเป็นแนวทางการบรรลุธรรมอย่างหนึ่ง ในทางพระพุทธศาสนาที่ผ่านกระบวนการเพื่อให้เกิดองค์ฌาน คือ ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน เป็นบาทฐานไปตามลำดับจนถึงนิพพิทา และวิราคะ กระบวนการดังกล่าวนี้คือ กระบวนการพัฒนาปัญญา โดยอาศัยการพิจารณา รูป-นามเป็นอารมณ์ ที่เกิดจากการพิจารณาองค์ธรรมของสัมมาสมาธิเห็นรูป-นามตามความเป็นจริง เห็นความเป็นไตรลักษณ์โดยมีสมณะเป็นบาทฐาน ในทางพระพุทธศาสนา เรียกว่า สมถยานิก คือการเจริญสมณะก่อนวิปัสสนา เป็นวิธีปฏิบัติที่เริ่มต้นด้วยสมถกรรมฐานจนเข้าฌานเป็นบาทฐานสู่การบรรลุธรรม มีพระอรหันต์ที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระขานุกโณทัณฺฑิยะ เป็นต้น

**Research Paper Title** : A Study of Vipassanā Meditation Practice in Samādhi Bhāvanāsutta

**Researcher** : Maechee Nichada Sritunya-armorn

**Degree** : Master of Arts (Vipassana Meditation)

**Research Paper Supervisor**

: Assoc. Prof. Dr.Wate Bunnakornkul, Pali IX,  
B.A. (Philosophy), M.Ed. (Population Education),  
Ph.D. (Pali Buddhist Studies)

**Date of Completion** : February 25, 2019

### Abstract

This research paper has 2 objectives; 1) to study the contents and dhamma rules in Samādhi Bhāvanāsutta and 2) to study the guideline to Vipassanā meditation practice in Samādhībhāvanāsutta. This is a documentary research which has been studied by collecting data from Thēravāda Buddhist scriptures; Tipitaka, its commentaries and other related Buddhist scriptures such as Visuddhimagga, etc. The research has been verified by supervisors, then corrected and edited in descriptive way.

From the study, it found that Samādhībhāvanāsutta mentioned about the four benefits of meditation. This discourse presented 6 basic Dhammas, they are concentration (Samādhi), wisdom (ñāṇa), insight (ñāṇadassana), mindfulness and awareness (Sati-Sampajañña), five aggregates (Khandha) and Three Common Characteristics; impermanence, sufferings and non-self. These virtues are the supportive factors to complete other Dhammas as well as the insight practice which benefit towards present happiness and totally free from all defilements from circle of birth and death entering Lokuttara Dhamma.

Insight meditation development found in Samādhīsutta revealed that meditation is most beneficial practice as the base for insight and being necessary state for physical, mental development as well as enlightenment, that is to say, while practicing insight meditation, one needs power of meditation to support for its progress. Level of meditation required depends on their training and skillfulness which cause the complete absorption in each level; first absorption, second absorption, third absorption and fourth absorption as its bases for insight knowledge starting from Nibbidāñāṇa and Virāgañāṇa. This is the mental development procedure of observing Nāma-rūpa as its objects for concentration. This process is right concentration (Sammāsamādhi) including observing Nāma-rūpa as they really are and Three Common Characteristics having absorption as its base called Samathayānika or insight practice by starting from absorption before then insight later until achieving enlightenment seen in the case of Ven. Khānukondañña mentioned in Buddhist scriptures.

## กิตติกรรมประกาศ

ขอน้อมกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ, ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ. ๙, M.A., Ph.D.) รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เจ้าคณะใหญ่หนกลาง เจ้าอาวาสวัดพิชยญาติการาม ที่ได้เมตตาเปิดการเรียนการสอน หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา และศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” ทำให้มีสติมีโอกาสได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาต่อเนื่องเป็นเวลา ๗ เดือน และยังส่งผลให้มีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นที่แพร่หลายไปทั่วประเทศ ดังเป็นที่ประจักษ์ชัดในปัจจุบัน

ขอกราบขอบพระคุณ พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), พระภิกษุวิปัสสนาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี) และพระวิปัสสนาจารย์จากสำนักมหาสิริศาสนะยกต์ สหภาพเมียนมาร์ ที่มีเมตตาให้การฝึกอบรมในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตลอดระยะเวลา ๗ เดือน

ขอกราบขอบพระคุณ พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร, ดร.คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย, พระเทพสุวรรณเมธี, ดร. ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายวิชาการ รักษาการผู้อำนวยการหลักสูตรบัณฑิตศึกษา, พระมหาโกมล กมโล, ผศ. ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์, พระมหาณรงค์ฤทธิ์ ธมฺมโสภาโณ ผู้อำนวยการวิทยาเขต, รศ. ดร.เวทย์ บรรณกรกุล อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์, ดร.ชัยชาญ ศรีหานู ผู้แปลบทคัดย่อภาษาอังกฤษ และคณาจารย์ผู้ให้ความรู้ด้านวิชาการ ที่เมตตาให้คำแนะนำต่าง ๆ จนทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณ เจ้าหน้าที่ตรวจรูปแบบ พระประเทือง ขนดีโก, พระสุคนธ์ ปญฺญาวโร พร้อมทั้งเจ้าหน้าที่บรรณารักษ์ห้องสมุดที่อำนวยความสะดวกในการสืบค้นข้อมูลทำสารนิพนธ์ และเจ้าหน้าที่วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ทุกฝ่าย ทุกท่านที่ช่วยประสานงานด้านต่าง ๆ ตลอดจนกัลยาณมิตรเพื่อนนิสิต วิปัสสนาภาวนารุ่น ๑๒ ทุกรูป/คน ที่ให้ความช่วยเหลือจนทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

สุดท้ายนี้ ขออานิสงส์ผลบุญที่เกิดจากการศึกษาพระสัจธรรม และการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตลอดจนประโยชน์อันเกิดจากสารนิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอน้อมสักการบูชาคุณพระศรีรัตนตรัย คุณบิดามารดา คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ และท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย ขอบุญกุศลนี้จงเป็นพลวปัจจัยให้ทุกท่านประสบแต่ความสุขความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนเข้าถึงความพ้นทุกข์ด้วยเทอญ

แม่ชีณิชาดา ศรีธัญอมร

๒๐ มกราคม ๒๕๖๒

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ช
<b>บทที่ ๑ บทนำ</b>	<b>๑</b>
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ คำถามวิจัย	๓
๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๘
๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	๙
<b>บทที่ ๒ เนื้อหาและหลักธรรมในสมาธิภาวนาสูตร</b>	<b>๑๐</b>
๒.๑ โครงสร้างเนื้อหาของพระสูตร	๑๐
๒.๒ หลักธรรมในสมาธิภาวนาสูตร	๑๔
๒.๒.๑ สมาธิภาวนา	๑๔
๒.๒.๒ ฌาน	๒๔
๒.๒.๓ สุขในปัจจุบัน	๓๐
๒.๒.๔ ญาณทัสสนะ	๓๓
๒.๒.๕ สติสัมปชัญญะ	๓๔
๒.๒.๖ ชั้นที่ ๕	๓๘
๒.๒.๗ ไตรลักษณ์	๔๐



๒.๓	สรุปท้ายบท	๔๑
<b>บทที่ ๓</b>	<b>หลักการเจริญสมาธิแบบสมถยานิกในสมาธิภาวนาสูต</b>	๔๓
๓.๑	นิยามความหมายวิปัสสนาภาวนา	๔๓
๓.๒	การเจริญวิปัสสนาภาวนา	๔๕
๓.๒.๑	ประเภทของการเจริญวิปัสสนา	๔๘
๓.๒.๒	วิธีการเจริญวิปัสสนาแบบสมถยานิก	๕๐
๓.๓	แนวทางการเจริญวิปัสสนาในสมาธิภาวนาสูต	๕๙
๓.๓.๑	สมาธิเพื่อทิสฐธรรมสุขวิหาร	๖๑
๓.๓.๒	สมาธิเพื่อญาณทัสสนะ	๖๓
๓.๓.๓	สมาธิยอมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ	๖๔
๓.๓.๔	สมาธิยอมเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ	๖๖
๓.๔	สรุปท้ายบท	๖๘
<b>บทที่ ๔</b>	<b>สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ</b>	๗๐
๔.๑	สรุปผลการวิจัย	๗๐
๔.๒	ข้อเสนอแนะ	๗๔
๔.๒.๑	ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย	๗๔
๔.๒.๒	ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป	๗๔
<b>บรรณานุกรม</b>		๗๕
<b>ภาคผนวก</b>		๗๙
ภาคผนวก ก	พระไตรปิฎก ภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย	๘๐
ภาคผนวก ข	พระไตรปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย	๘๓
ภาคผนวก ค	พระไตรปิฎก อรรถกถาของสมาธิภาวนาสูต ฉบับ มจร.	๘๘
<b>ประวัติผู้วิจัย</b>		๙๐

## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
ตารางที่ ๑	ความสุขที่จัดเป็นคู่	๓๒
ตารางที่ ๒	สมถกรรมฐานที่สามารถเจริญองค์ฌานได้ มี ๓๐ กอง	๕๘

## คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อในสารนิพนธ์ฉบับนี้ ใช้อ้างอิงจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ ชุด ๔๕ เล่ม ส่วนคัมภีร์อรรถกถาแปลภาษาไทย ใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พิมพ์ครั้งที่ ๑/๒๕๕๒ คัมภีร์ฎีกา ภาษาบาลี ใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และใช้ฉบับมหาจุฬารัฐีกา เป็นฉบับที่สมบูรณ์ ส่วนภาษาไทยมีพิมพ์เผยแพร่ ๒ เล่ม คือ คัมภีร์สารัตถทีปนีฎีกาพระวินัย และคัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาฎีกา

การอ้างอิงพระไตรปิฎก จะระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี. (บาลี) ๑/๒๗๖/๔๗, ที.สี. (ไทย) ๙/๒๗๖/๔๘. หมายถึง ทีฆนิกาย สีลขจนธวคคปาติ ภาษาบาลี เล่ม ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๔๗ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐, ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค ภาษาไทย เล่ม ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๔๘ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙

ส่วนคัมภีร์อรรถกถา จะระบุชื่อคัมภีร์ ลำดับเล่ม (ถ้ามี)/หน้า เช่น ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๒๗๖/๒๔๐ หมายถึง ทีฆนิกาย สมุญจลวิสาสินี สีลขจนธวคคอฎฐกถา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๒๔๐ ฉบับมหาจุฬารัฐีกา

ส่วนคัมภีร์ฎีกา จะระบุชื่อคัมภีร์ ระบุเล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี.ฎีกา (บาลี) ๑/๒๗๖/๓๗๓ หมายถึง ทีฆนิกาย สีนตถปปกาสินี สีลขจนธวคคฎีกา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๓๗๓ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ตามลำดับดังนี้

### ๑. คำอธิบายคำย่อในภาษาไทย

#### ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

เล่ม	คำย่อ	พระสุตตันตปิฎก	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๑๐	ที.ม. (บาลี)	=สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย มหาเวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
	ที.ม. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๑๑	ที.ปา. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย ปาฎีกาวรรค	(ภาษาไทย)
๑๒	ม.ม. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มูลปนิธาน	(ภาษาไทย)
๑๔	ม.อ. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย อุปริปนิธาน	(ภาษาไทย)
๑๕	ส.ม. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๒๐	อง.ทุก. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
	อง.ตีก. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย ตีกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๑	อง.จตุกก. (บาลี)	=สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาตปาติ	(ภาษาบาลี)

อง.จตุกก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๒ อง.ปญจก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๓ อง.นวก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	นวกนิบาต	(ภาษาไทย)
๓๑ ขุ.ป. (บาลี)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสมภิทามคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ป. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสมภิทามรรค	(ภาษาไทย)

**พระอภิธรรมปิฎก**

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๓๔ อภิ.สง. (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
๓๕ อภิ.วิ. (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก วิภังค์	(ภาษาไทย)

**ข. คำย่อชื่อคัมภีร์ปกรณ์วิเสสและฎีกา**

**ปกรณ์วิเสส**

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิสุทฺธิ. (ไทย)	= วิสุทฺธิมรรคปกรณ์	(ภาษาไทย)

**ค. คำย่อชื่อคัมภีร์อรรถกถา**

**อรรถกถาพระวินัยปิฎก**

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิ.มหา.อ. (ไทย)	= วินัยปิฎก สมันตปาสาทิกา มหาวิภังคอรรถกถา	(ภาษาไทย)

**อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก**

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
อง.ทูก.อ. (ไทย)	= อังคุตตรนิกาย มโนรลปุรณี ทุกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.ติก.อ. (ไทย)	= อังคุตตรนิกาย มโนรลปุรณี ติกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก.อ. (ไทย)	= อังคุตตรนิกาย มโนรลปุรณี จตุกกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.อ. (ไทย)	= ขุททกนิกาย สัทธรรมปกาสิณี ปฏิสมภิทามรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.อ. (บาลี)	= ขุททกนิกาย ธรรมปทอฎฐกถาปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ธ.อ. (ไทย)	= ขุททกนิกาย ธรรมบทธอรรถกถา	(ภาษาไทย)

**อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก**

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
อภิ.สง.อ. (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก ัมมสังคณี อฎฐุสาลินีอรรถกถา	(ภาษาไทย)

**ง. ค่าย่อชื่อหนังสือที่ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์/สถานที่พิมพ์**

สารนิพนธ์นี้ ผู้วิจัยใช้ค่าย่อเกี่ยวกับหนังสือ ตำรา เอกสารทางวิชาการที่ได้จัดพิมพ์โดย  
ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์ ดังนี้

ม.ป.ป. = ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์

ม.ป.ท. = ไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สำหรับการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา ให้ความสำคัญต่อการเจริญสมาธิมาก เพราะสมาธิเป็นเหตุให้เกิดปัญญา เพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะ ถ้าบุคคลที่ไม่มีสมาธิเป็นพื้นฐานของจิต ย่อมไม่สามารถปฏิบัติธรรมให้เกิดปัญญาได้ ดังนั้น วัตถุประสงค์ ๔ อย่างในสมาธิภาวนาสูตร<sup>๑</sup> จึงเป็นลำดับขั้นของการบรรลุธรรมในการเจริญภาวนา พระอรรถกถาจารย์ได้จำแนกสมาธิ ตามจริตของบุคคลที่เจริญสติปัฏฐาน ๔ ว่า สติปัฏฐานข้อที่ ๑ เป็นนิมิตควรถึงโดยไม่ยาก เป็นทางบริสุทธิ์ของผู้เป็นมณฑบุคคล เป็นสมถยานิก สติปัฏฐานข้อที่ ๒ เป็นทางแห่งความบริสุทธิ์สำหรับติกขบุคคลผู้เป็นสมถยานิก เพราะไม่ดำรงอยู่ในอารมณ์หยาบ สติปัฏฐานข้อที่ ๓ มีอารมณ์ที่ยังไม่ถึงความเชี่ยวชาญนัก เป็นทางแห่งความบริสุทธิ์สำหรับมณฑบุคคล แม้ผู้เป็นวิปัสสนายานิกอ่อน สติปัฏฐานข้อที่ ๔ มีอารมณ์ที่ถึงความเชี่ยวชาญ เป็นทางแห่งความบริสุทธิ์สำหรับติกขบุคคลผู้เป็นวิปัสสนายานิก<sup>๒</sup> จากข้อความข้างต้นจะเห็นว่า สมาธิแบ่งออกเป็น ๒ ส่วน คือ ๑) สมถยานิก เป็นการเจริญสมาธิถึงระดับอัปปนาสมาธิแล้วพิจารณาองค์ฌานเป็นวิปัสสนา ๒) วิปัสสนยานิกเป็นการเจริญสมาธิเพียงชั่วขณะที่เรียกว่าขณิกสมาธิแล้วเอาอุปนามเป็นอารมณ์ในการเจริญวิปัสสนา ซึ่งการเจริญสมาธิทั้งสองรูปแบบเป็นไปเพื่อการบรรลุธรรมเป็นที่สุด แตกต่างเพียงการปฏิบัติให้เหมาะสมของผู้ปฏิบัติเท่านั้น

สมาธิภาวนาสูตร<sup>๓</sup> เป็นพระสูตรหนึ่งที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๑ อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต โรหิตัสสวรรค มีเนื้อความกล่าวถึงการตรัสแสดงพระธรรมเทศนาของพระพุทธเจ้าแก่พระภิกษุว่าด้วยเรื่องการเจริญสมาธิแบบต่าง ๆ จำแนกตามวัตถุประสงค์ แบ่งออกเป็น ๔ ประการตามลำดับ ได้แก่ การปฏิบัติสมาธิภาวนาทำให้มากแล้วย่อมอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน ย่อมได้ญาณทัสสนะ ย่อมมีสติสัมปชัญญะ และย่อมเป็นผู้มีความสิ้นอาสวะ พระสูตรนี้มีความยาว ๒ หน้า แม้ว่าสมาธิ

<sup>๑</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๑/๖๘.

<sup>๒</sup> ชุ.ป.อ. (ไทย) ๒/๓๔/๔๘๐.

<sup>๓</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๑/๖๙.

ภาวนาสูตรบันทึกในพระไตรปิฎก คัมภีร์ต่าง ๆ มีหลายส่วนที่ผู้อ่านยังไม่คุ้นเคยกับศัพท์ หรืออาจเข้าใจคลาดเคลื่อนในความหมายของพระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ ทำให้ผู้อ่านเกิดความเข้าใจผิด ด้วยความจริงตามพุทธประสงค์ ที่พระพุทธเจ้าจะบอกเป็นภาษาธรรมเพราะธรรมะเหมาะกับบุคคลทั่วไป เนื่องจากคำสอนของพระพุทธเจ้าลุ่มลึกต้องใช้โยนิโสมนสิการน้อมใจพิจารณาใคร่ครวญในพุทธพจน์ที่ตรัสกล่าวไว้ ต้องใช้ความรู้ในการศึกษา แล้วต้องเทียบเคียงให้มากในอรรถกถา ฎีกา และต้องสืบค้นข้อมูลกับนักวิชาการผู้ที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาคำสอนเรื่องสมาธิภาวนาซึ่งพระผู้มีพระภาคทรงแสดงไว้ตามที่ต่าง ๆ รวมทั้งคำอธิบายจากคัมภีร์ที่เกี่ยวข้อง นำมาศึกษาให้ละเอียดในทุกแง่มุม เพื่อให้เห็นถึงแก่นแท้ของสมาธิภาวนา และความเชื่อมโยงกับหมวดธรรมอื่นในกระบวนการปฏิบัติธรรม โดยเฉพาะวิปัสสนาภาวนา รวมทั้งจะได้ทราบถึงพัฒนาการของการตีความพระพุทธพจน์เกี่ยวกับเรื่อง สมาธิภาวนา ในยุคสมัยที่แตกต่างกัน เพื่อให้ผู้สนใจที่ศึกษาเกี่ยวกับสมาธิภาวนาสูตรมีความรู้ความเข้าใจ ความหมายและความสำคัญของสมาธิภาวนา<sup>๔</sup> มากขึ้นตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ได้กล่าวตรัสแก่ภิกษุในพระสูตร เพื่อเป็นการส่งเสริมการประพฤติปฏิบัติธรรมตามคำสั่งสอน พระพุทธองค์ ซึ่งมีเนื้อหา และสาระสำคัญ และหลักการเจริญวิปัสสนาแบบสมถะยานิกอันเป็นแนวทาง แห่งการบรรลุมรรค ผล และกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน<sup>๕</sup> เพื่อเป็นการเสริมสร้างองค์ความรู้ที่สามารถน้อมนำมาเป็นบาทฐานและเป็นแนวทางในการเจริญวิปัสสนาแบบสมถะยานิก และสามารถตอบคำถามของผู้ปฏิบัติธรรมเกี่ยวกับการเจริญวิปัสสนาแบบสมถะยานิกได้อย่างถูกต้องตรงตามความเป็นจริงอันเป็นประโยชน์แก่อุทิศแก่พระพุทธศาสนาสืบต่อไป

จากสภาพความเป็นมาและปัญหาดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจทำการศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้เพื่อให้เกิดความกระจ่าง สมาธิภาวนานั้นมี ความสำคัญมีวิธีการปฏิบัติอย่างไร ผ่านวิปัสสนาญาณอย่างไร ประโยชน์ของการมีสมาธิภาวนาและโทษของการขาดสมาธิภาวนาเป็นอย่างไร ตัวอย่างของการนำสมาธิภาวนา ไปปฏิบัติจริงในคัมภีร์ใช้วิธีการใด และเกิดผลอย่างไรเป็นต้น เพื่อที่จะช่วยให้เกิดความรู้ และเข้าใจเรื่องสมาธิภาวนา เป็นเป้าหมายตามนัยพุทธพจน์ และสามารถเป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตกับสังคมไทยในปัจจุบันได้

<sup>๔</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๗/๒๗๘.

<sup>๕</sup> พระภิกษุวิฑูรย์ วิ. (พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี), วิปัสสนาภาวนา ที่ไม่ถูกเขียนไว้ในพระไตรปิฎก, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสารสันไทย การพิมพ์, ๒๕๕๘), หน้า ๓๙๗.

## ๑.๒ คำถามวิจัย

๑.๒.๑ เนื้อหาและหลักธรรมในสมาธิภาวนาสูตรเป็นอย่างไร

๑.๒.๒ การเจริญวิปัสสนาในสมาธิภาวนาสูตรเป็นอย่างไร

## ๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๓.๑ เพื่อศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมในสมาธิภาวนาสูตร

๑.๓.๒ เพื่อศึกษาแนวทางการเจริญวิปัสสนาในสมาธิภาวนาสูตร

## ๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) และเชิงพรรณนา (Descriptive Research) โดยแบ่งขอบเขตของการวิจัย ดังต่อไปนี้

### ๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเอกสาร

ผู้วิจัยใช้เอกสารข้อมูลชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) จากคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ทั้งภาษาบาลี และภาษาไทย ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๐๐ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พ.ศ. ๒๕๓๙ อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปกรณวิเสส วิสุมิทธิธรรมภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยหลักสูตรเปรียญธรรม วิสุมิทธิธรรมภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ฎีกาวิสุมิทธิธรรมใช้ปรมัตถมัญชุสาฉบับแปลโดยสิริ เพ็ชรไชย และเอกสารข้อมูลชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) ใช้หนังสือแปลและหนังสือที่แต่งโดยพระเถระ นักปราชญ์ นักวิชาการ เอกสารประกอบการเรียนหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา บทความในวารสารทางวิชาการ สื่ออิเล็กทรอนิกส์และรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### ๑.๔.๒ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ผู้วิจัยกำหนดขอบเขตเนื้อหาที่จะศึกษาออกเป็น ๒ ส่วน คือ ๑) ศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมในสมาธิภาวนาสูตร ในประเด็น ความเป็นมา ความหมาย ความสำคัญ หลักธรรมที่ปรากฏ ประโยชน์ที่ได้จากการศึกษาและปฏิบัติตามหลักธรรมในพระสูตร เป็นต้น ๒) ศึกษาหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิภาวนาสูตร ในประเด็น ความหมายของวิปัสสนา หลักธรรมที่เกี่ยวเนื่องต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หลักการและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หลักธรรมในสมาธิภาวนาสูตรที่เกี่ยวเนื่องสนับสนุนส่งเสริมการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นต้น



## ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ **สมาธิภาวนาสูต** หมายถึง พระสุตที่ว่าด้วยการฝึกสมาธิ แบ่งตามวัตถุประสงค์ ๔ ประการ ปรากฏในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๑ ข้อที่ ๔๑ พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต เป็นพระสุตที่ ๑ ในโรหิตัสสวรรณค

๑.๕.๒ **การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา** หมายถึง การตั้งใจฝึกปฏิบัติเพื่อความรู้แจ้งเห็นจริง ของสภาวะธรรมของสิ่งทั้งหลายเป็นปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์ของรูป นามทำให้ถอนความหลงผิด ความรู้ผิดในสังขารได้ เป็นการฝึกอบรมจิตทำให้มีการเจริญก้าวหน้ามีการพัฒนาเป็นการบำเพ็ญทำให้บริบูรณ์

## ๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาทบทวนรายงานการวิจัยดังกล่าวนี้ ผู้วิจัยได้นำมาเป็นกรอบการวิจัย บางส่วน เช่น กรอบแนวความคิด เรื่องสมาธิภาวนาสูต ยังไม่พบวิทยานิพนธ์ ที่ศึกษาเรื่องสมาธิภาวนาสูตนี้โดยตรง ผู้วิจัยจะดำเนินการวิจัยโดยศึกษาข้อมูลที่เป็นหลักฐานจาก พระไตรปิฎก อรรถกถา ปกรณ์วิเสส วิสุทธิมรรคเป็นลำดับ และจากเอกสารที่ผู้ทรงคุณวุฒิได้ศึกษาค้นคว้าแล้ว เผยแพร่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน ในเบื้องต้นผู้วิจัยได้สำรวจเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

### ๑.๖.๑ เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ที่เกี่ยวข้อง

๑) คัมภีร์พระไตรปิฎก แสดงสมาธิภาวนาสูตไว้ในโรหิตัสสวรรณค จตุกกนิบาต อังคุตตรนิกาย พระสุตตันตปิฎก พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยเฉลิมพระเกียรติพระนางเจ้าสิริกิติ์พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ เล่มที่ ๒๑ ข้อที่ ๔๑ ใจความตอนหนึ่งว่า ภิกษุทั้งหลาย สมาธิภาวนา ๔ ประการนี้มีวัตถุประสงค์ ๔ ประการดังนี้ ๑) สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน ๒) สมาธิภาวนา ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อได้ญาณทัสสนะ ๓) สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ ๔) สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้น อาสวะ<sup>๖</sup>

๒) คัมภีร์อรรถกถา ได้อธิบายสมาธิภาวนาสูตไว้ใน อรรถกถาโรหิตัสสวรรณคที่ ๕ อรรถกถาสมาธิสูตที่ ๑ ว่าด้วยสมาธิภาวนา ๔ ประการ<sup>๗</sup>

<sup>๖</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๗/๒๗๙.

<sup>๗</sup> อัง.จตุกก.อ. (ไทย) ๓๕/๔๑/๑๕๗.

๓) คัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้บรรยายเรื่องสมาธิไว้ในสมาธินิเทศ ความตอนหนึ่งว่า อานิสงส์แห่งสมาธิภาวนามี ๕ อย่าง มีการอยู่เป็นสุขในภพทันตาเห็นเป็นต้นดังบรรยายมานี้เพราะเหตุนี้บัณฑิตไม่พึงประมาทในการประกอบสมาธิ ภาวนา อันเป็นเครื่องชำระมลทินคือกิเลส มีอานิสงส์เป็นเอนกประการเทอญ<sup>๘</sup>

### ๑.๖.๒ ตำราทางวิชาการและเอกสารที่เกี่ยวข้อง

๑) พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้อธิบายความหมายของสัมปชัญญะไว้ในหนังสือ “มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน” พบว่า สมบชฌณ มีความหมาย ๕ ประการ คือ ๑) ความรู้ชอบโดยประการต่าง ๆ ๒) ความรู้ชอบโดยพิเศษ ๓) ความรู้อย่างบริบูรณ์โดยประการต่าง ๆ ๔) ความรู้เองโดยประการต่าง ๆ ๕) ความรู้อย่างบริบูรณ์โดยพิเศษ<sup>๙</sup> และได้อธิบายเรื่องจิตวิสุทธิไว้ในหนังสือ “วิปัสสนานัย เล่ม ๑” ว่า จิตวิสุทธิ คือ ความหมดจดแห่งจิต แม้คำนี้จะกล่าวถึงจิตก็หมายถึงสมาธิที่เกิดร่วมกับจิต เพราะเมื่อสมถสมาธิหรือวิปัสสนาสมาธิมีกำลังแก่กล้า นีวรณ ๕ ที่รบกวนจิตย่อมไม่เกิดแทรกขึ้น จะมีเพียงสมาธิที่แน่วแน่นอยู่ในสมถอารมณ์หรือวิปัสสนารมณ์เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง สมาธิดังกล่าวเป็นจิตวิสุทธิอย่างแท้จริงจิตที่มีสมาธิเกิดร่วมนั้นย่อมจะหมดจดจากนีวรณด้วยกำลังของสมาธิ<sup>๑๐</sup>

๒) พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ แสดงแนวทางการเจริญวิปัสสนาไว้ในหนังสือ วิปัสสนาที่ปณีฎีกา พบว่า หลักในการเจริญวิปัสสนานั้น พึงเริ่มแต่สิ่งที่เห็นได้ง่ายและชัดต่อรูป ในอารมณ์ที่กำหนดนั้น นามเป็นอารมณ์ที่ละเอียดประณีต เห็นได้ยากยิ่งกว่ารูป ดังนั้นในระยะเริ่มแรกของวิปัสสนายานิกบุคคล พึงให้กำหนดรูปก่อน<sup>๑๑</sup>

<sup>๘</sup> พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๒๓๑-๒๓๖.

<sup>๙</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๗), หน้า ๑๑๐.

<sup>๑๐</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา, วิปัสสนานัย เล่ม ๑, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๕๙.

<sup>๑๑</sup> พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัคคมหากัมมัฏฐานาจริยะ ดร., วิปัสสนาที่ปณีฎีกา ฉบับพิมพ์รวมเล่มใน ๑๐๐ ปี อัคคมหากัมมัฏฐานาจริยะ, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง (มหาชน) จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๒๓๑.

๓) พระธรรมธีรราชกุมาร (โชดก ญาณสิทธิ) ได้กล่าวถึงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานไว้ในหนังสือเรื่อง “ความเป็นมาของวิปัสสนากรรมฐาน” ซึ่งพอจะสรุปใจความได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ทำให้เราเข้าใจธรรมะดียิ่งขึ้นเข้าใจรูปนาม ความเป็นไปในกฎของไตรลักษณ์ การมีสติระลึกรู้ในรูป นาม ตามความเป็นจริงให้เกิดปัญญาในการดับทุกข์ทางกาย ทางใจทำให้รู้จักการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ดึงาม ไม่หลงไปตามอำนาจของกิเลส ไม่มีทิฐิมานะ ถือตัวตนเป็นอยู่ด้วยกายและใจอันบริสุทธิ์ และการอยู่ด้วยปัจจุบันขณะทำให้ควบคุมตนเองได้ทุกสถานการณ์ที่เกิดขึ้น จึงไม่ก่อให้เกิดเวรภัย เกิดโทษ อยู่ร่วมกันในสังคมด้วยความสงบสุข สมดังที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบไว้ คือ ทำให้คนได้รับความสุข ๗ ประการ คือ สุขของมนุษย์ สุขทิพย์ สุขในฌาน สุขในวิปัสสนา สุขในมรรค สุขในผล และสุดท้ายคือ สุขในนิพพานตามเหตุปัจจัยแห่งการปฏิบัติธรรมของตน<sup>๑๒</sup>

๔) สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) อธิบายเรื่องการเจริญภาวนาไว้ในหนังสือ “อริยวงศ์ปฏิบัติ ปฎิบัติอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า” พบว่า ผู้ที่ยินดีในการเจริญภาวนาแล้วปฏิบัติวิปัสสนาจนเห็นแจ้งอริยสัจ ๔ ด้วยมรรคปัญญา ย่อมบรรลุมรรคผล และนิพพาน เป็นพระอรหันต์ผู้ละกิเลสได้โดยสิ้นเชิง สามารถระงับความโศกเศร้า และความคร่ำครวญดับทุกข์ทางกายและโหม่นสททางใจในภพนี้ได้แล้ว เมื่อได้ปรินิพพานแล้วก็ไม่เวียนว่ายตายเกิดในภพใหม่ ได้รับทุกข์ และโหม่นสอีก เป็นผู้บรรลุมรรคญาณ<sup>๑๓</sup>

๕) สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้ให้อธิบายสติและสัมปชัญญะว่า สติเป็นตัวตั้ง ตัวเกาะจับสิ่งที่จะมองจะดูจะรู้เอาไว้ สัมปชัญญะ คือ ปัญญา ที่รู้ชัดต่อสิ่งหรืออาการที่ถูกมองหรือตามดูนั้น โดยตระหนักกว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีความมุ่งหมายอย่างไร เช่น ขณะเดิน ก็มีสติให้ใจอยู่พร้อมหน้ากับการเดิน และมีสัมปชัญญะที่รู้พร้อมอยู่กับตัวว่า กำลังเดินไปไหน อย่งไร เพื่ออะไร รู้ตระหนักภาวะและสภาพของผู้เดิน และสิ่งที่เกี่ยวข้องในการเดินนั้น เป็นต้น เข้าใจสิ่งนั้นหรือการกระทำนั้นตามความเป็นจริงโดยไม่เอาความรู้สึกชอบใจหรือไม่ชอบใจเป็นต้นของตน เข้าไปปะปนหรือปรุงแต่ง<sup>๑๔</sup>

<sup>๑๒</sup> พระธรรมธีรราชกุมาร (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙), ความเป็นมาของวิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๓๔-๔๕.

<sup>๑๓</sup> สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวงศ์ปฏิบัติ ปฎิบัติอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๒๐๘.

<sup>๑๔</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๔๘, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ผลิตภัณ, ๒๕๖๐), หน้า ๗๖๙.

### ๑.๖.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑) พระศักดิ์สิทธิ์ โชติธมฺโม (แช่ลิม) ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาสัมมาสมาธิเพื่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า สัมมาสมาธิ เป็นหลักคำสอนว่าด้วย วิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความดับทุกข์สงเคราะห์ลงในหลักการปฏิบัติ แบบวิปัสสนามีสมณะนำหน้าคือการทำสมาธิให้จิตสงบตั้งมั่นก่อนแล้วเจริญวิปัสสนาให้เกิดปัญญาให้เห็นสภาวะตามความเป็น การปฏิบัติสัมมาสมาธิมุ่งไปสู่ปัญญา โดยใช้สมาธิเป็นฐานทำให้จิตมีกำลังในการใช้ปัญญา<sup>๑๕</sup>

๒) พระครูสังฆรักษ์พิรุฑธ ญาณวโร (อ่อนคุณ) ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาสติและสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า สติสัมปชัญญะ คือความระลึกได้ ความไม่เพลา การควบคุมจิต หรือความไม่ประมาท เป็นธรรมมีอุปการะมาก นั่นก็คือมีสติสัมปชัญญะอยู่กับ ทวาร ทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ในขณะที่มีอารมณ์มากกระทบ<sup>๑๖</sup>

๓) พระครูจันทโพธานุวัตร จันทโสภโณ (โพธิ์ทอง) ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักการเจริญวิปัสสนาภาวนา: เฉพาะกรณีคำสอนของพระราชภาวนาวราจารย์ (บุญมา ปุณฺณภิกฺขิตฺโต)” ผลการวิจัยพบว่า ท่านมีวิธีในการสอนการเจริญวิปัสสนาภาวนา โดยได้อาศัยหลักที่เนื่องด้วย ไตรสิกขา และมรรคมืองค์ ๘ สอนแนะนำตามภูมิธรรม ภูมิปัญญาที่ท่านได้ศึกษาเรียนรู้และปฏิบัติมาก่อน ให้แก่ผู้ที่สนใจในธรรมปฏิบัติกำหนดรู้ด้วยการนึกตามอาการโดยไม่อาศัยคำบริกรรมในอิริยาบถใหญ่และอิริยาบถย่อย และมุ่งตรงชี้แนะให้มีสมาธิด้วยการมีสติระลึก รู้ กำหนดรู้อาการ<sup>๑๗</sup>

๔) พระครูนันทธรรมาภิมุข อชิโต (ผิน) ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิปัสสนาภาวนากับการรู้แจ้งพระนิพพานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อการรู้

<sup>๑๕</sup> พระศักดิ์สิทธิ์ โชติธมฺโม (แช่ลิม), “ศึกษาเรื่องสัมมาสมาธิเพื่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

<sup>๑๖</sup> พระครูสังฆรักษ์พิรุฑธ ญาณวโร (อ่อนคุณ), “ศึกษาสติสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

<sup>๑๗</sup> พระครูจันทโพธานุวัตร จันทโสภโณ (โพธิ์ทอง), “ศึกษาหลักการเจริญวิปัสสนาภาวนา: เฉพาะกรณีคำสอนของพระราชภาวนาวราจารย์ (บุญมา ปุณฺณภิกฺขิตฺโต)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

แจ้งพระนิพพานตามแนวของพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้แก่ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ เพื่ออบรมจิตให้มีปัญญาจนถึงมรรคจิต<sup>๑๘</sup>

๕) **แม่ชีสำลี สิงหรา** ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาสมาธิและปัญญาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” ผลการวิจัยพบว่า การปฏิบัติให้มีสติและเกิดสมาธิกับปัญญา เป็นวิธีการดับทุกข์ แก้ไขปัญหาของมนุษย์ด้วยความรู้ที่ถูกต้อง เกี่ยวกันในสถานการณ์เช่นนี้ เพราะการทำใจให้สงบมีสมาธิชั่วขณะ หรือการมีสมาธิที่ตั้งมั่นจะช่วยแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นให้ผ่อนคลายเบาบางลงระดับหนึ่ง การฝึกสมาธิจึงมีเป้าหมายสำคัญคือการเจริญสมาธิเพื่อให้เกิดปัญญาเป็นทางให้ถึงความพ้นทุกข์<sup>๑๙</sup>

๖) **พินณา หมวกยอด** ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาศักยภาพนักศึกษาในการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา” ผลการวิจัยพบว่า ผลจากการสังเกตพฤติกรรมตามหลักภาวนา ๔ แบบ นักศึกษาได้รับฟังผลการพัฒนาศักยภาพของตนที่ได้ร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ นักศึกษาได้มีความรู้ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับการฝึกสมาธิตามแบบแผนและการเดินจงกรม ตลอดจนมีวิธีการคิดแบบโยนิโสमानสิการที่เน้นวิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม คิดแบบอริยสัจ หรือคิดแบบแก้ปัญหาและคิดแบบสามัญลักษณ์ รู้สึกเป็นสุขใจ<sup>๒๐</sup>

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าว ทำให้ทราบว่า มีเอกสารและงานวิจัยที่สอดคล้องกับเรื่องพระสูตรและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอยู่ในระดับหนึ่ง แต่ยังไม่มีการทำวิจัยเรื่องศึกษาการเจริญวิปัสสนาภาวนาในสมาธิภาวนาสูตร ผู้วิจัยจึงสนใจจะทำวิจัยพระสูตรนี้ซึ่งเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติสมาธิเพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะโดยตรง

## ๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวินิจฉัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีดำเนินการวิจัย ดังต่อไปนี้

๑.๗.๑ ศึกษาและรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องจากเอกสารชั้นปฐมภูมิและทุติยภูมิ

<sup>๑๘</sup> พระครูนนทธรรมมาภิมุข อชิต (ผิน), “ศึกษาวิปัสสนาภาวนากับการรู้แจ้งพระนิพพานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

<sup>๑๙</sup> แม่ชีสำลี สิงหรา, “ศึกษาสมาธิและปัญญาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

<sup>๒๐</sup> พินณา หมวกยอด, “การพัฒนาศักยภาพนักศึกษาในการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา”, *วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์ดุขฎี*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๘), บทคัดย่อ.

๑.๗.๒ เรียบเรียงข้อมูลจัดลำดับเนื้อหาแล้วตรวจสอบความสอดคล้องกับคัมภีร์  
พระไตรปิฎก

๑.๗.๓ สรุปเรียบเรียงข้อมูลโดยการบรรยายเชิงพรรณนา

๑.๗.๔ เสนออาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์

๑.๗.๕ แก้ไขปรับปรุงและนำเสนอผลงานเป็นสารนิพนธ์

## ๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

๑.๘.๑ ทำให้ทราบเนื้อหาและหลักธรรมในสมาธิภาวนาสูตร

๑.๘.๒ ทำให้ทราบแนวทางการเจริญวิปัสสนาในสมาธิภาวนาสูตร

## บทที่ ๒

### เนื้อหาและหลักธรรมในสมาธิภาวนาสูตร

พระธรรมคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นั้นมีเป้าหมายอันสูงสุดคือ นิพพาน โดยมีกระบวนการที่ต้องศึกษาเล่าเรียน เพื่อให้รู้ทั่วถึงพระธรรมวินัยและปฏิบัติตามได้อย่างถูกต้องตามพระปริยัติสัทธรรม เพราะเป็นปทัฏฐานให้เกิดมีพระปฏิบัติสัทธรรม คือ ศีล สมาธิ ปัญญา และมีพระปฏิเวธสัทธรรม คือ มรรค ผล นิพพานเป็นที่สุด กระบวนการดังกล่าวนี้มีปรากฏมากมายในหลายพระสูตร ในการศึกษาครั้งนี้ กำหนดศึกษา สมาธิภาวนาสูตร โดยกำหนดประเด็นศึกษาดังนี้

๒.๑ โครงสร้างเนื้อหาของพระสูตร

๒.๒ หลักธรรมในสมาธิภาวนาสูตร

๒.๓ สรุปท้ายบท

#### ๒.๑ โครงสร้างเนื้อหาของพระสูตร

##### ๒.๑.๑ โครงสร้างพระสูตร

สมาธิภาวนาสูตร ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๑ พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๓ อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต โรหิตัสสวรรค เป็นพระสูตรว่าด้วยเรื่องสมาธิภาวนา หมายถึงสมาธิภาวนาที่มีจุดประสงค์ ๔ ประการ<sup>๑</sup> คือ (๑) เพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน (๒) เพื่อญาณทัสสนะ (๓) เพื่อสติสัมปชัญญะ (๔) เพื่อความสิ้นอาสวะ ซึ่งในโรหิตัสสวรรค แปลว่า หมวดว่าด้วยโรหิตัสสเทพบุตร ซึ่งวรรคนี้ตั้งตามชื่อพระสูตรที่ ๕-๖ ในวรรคนี้ ซึ่งมีทั้งหมด ๑๐ สูตร ได้แก่

- |                                  |                            |
|----------------------------------|----------------------------|
| ๑. สมาธิภาวนาสูตร                | ว่าด้วยสมาธิภาวนา          |
| ๒. ปันหนพยากรณ์สูตร              | ว่าด้วยวิธีการตอบปัญหา     |
| ๓. ปฐมโกธครุสูตร ทุตติโกธครุสูตร | ต่างว่าด้วยบุคคลผู้มักโกรธ |

<sup>๑</sup> มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, บทนำ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่มที่ ๒๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙), หน้า [๒๒].

๕-๖. โรหิตัสสูตฺร ทุติยโรหิตัสสูตฺร	ต่างว่าด้วยโรหิตัสสเทพบุตร
๗. สุวิหฺรสูตฺร	ว่าด้วยสิ่งที่อยู่ห่างไกลกันเหลือเกิน
๘. วิสาขสูตฺร	ว่าด้วยการแสดงธรรมของวิสาขปัญจาลิปุตฺร
๙. วิปัลลาสูตฺร	ว่าด้วยวิปลาส
๑๐. อุปัฏฺกเกสสูตฺร	ว่าด้วยสิ่งมัวหมอง

สมาธิภาวนาสูตฺร เป็นสูตฺรในลำดับที่ ๑ ในโรหิตสวรรณค ปฐมปณณาสก ในกลุ่มโรหิตสวรรณคนี้ ว่าด้วยสมาธิภาวนาที่มีจุดประสงค์ ๔ ประการ มีหลักธรรม ๙ ข้อ ได้แก่ (๑) สมาธิภาวนา (๒) ฌาน (๓) สุขในปัจจุบัน (๔) ญาณทัสสนะ (๕) สติสัมปชัญญะ (๖) ชั้นธ ๕ (๗) ไตรลักษณ์<sup>๒</sup> มีนิทานวจนะ หรือที่มา คือไม่ปรากฏสถานที่และบุคคล เป็นการตรัสตามอัธยาศัยของพระพุทธองค์ สมาธิภาวนาสูตฺร ปรากฏเพียงแห่งเดียว คือ ในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๑ พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต เป็นการจัดพระสุตฺรรวมเข้าเป็นหมวด ๆ ซึ่งมีหลักธรรมที่ปรากฏ ๖ ข้อตามนัยแห่งจตุกกนิบาต

### ๒.๑.๒ เนื้อหาสมาธิภาวนาสูตฺร

ในพระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต โรหิตัสวรรณค สมาธิภาวนาสูตฺร<sup>๓</sup> ปรากฏข้อความตามพระบาลีว่า

จตฺสฺส อีมา ภิกฺขเว สมาธิภาวนา. กตมา จตฺสฺส ? อตฺถิ ภิกฺขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุสฺสีกตา ธิญฺจธมฺมสุขวิหาราย สวตฺตติ, อตฺถิ ภิกฺขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุสฺสีกตา ฌานทสฺสนปฺปฏฺิลาภาย สวตฺตติ, อตฺถิ ภิกฺขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุสฺสีกตา สติสมฺปชญฺญาย สวตฺตติ, อตฺถิ ภิกฺขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุสฺสีกตา อาสวาน ขยาย สวตฺตติ.

กตมา จ ภิกฺขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุสฺสีกตา ธิญฺจธมฺมสุขวิหาราย สวตฺตติ ? อิตฺ ภิกฺขเว ภิกฺขุ วิวิจฺเจว กาเมหิ วิวิจฺจ อกุสเลหิ ธมฺเมหิ สวิตกก สวิจฺจาร์ วิเวกช ปิตฺติสุข ปจฺม ฌาน อุปสมฺปชฺช วิหฺรติวิตกกวิจฺจาราน วุปสมฺมา อชฺฉตฺต สมฺปสาหน เจตฺสฺส เอโกทฺธิภาว อวิตกก อวิจฺจาร์ สมาธิช ปิตฺติสุข ทุติย ฌาน อุปสมฺปชฺช วิหฺรติปิตฺติยา จ วิรคฺคา อุเปกฺขโก จ วิหฺรติ สโต จ สมฺปชาโน สุขญจ กาเยน ปฏฺิสเวเทติ ยนฺต อริยา อาจิกฺขนฺติ “อุเปกฺขโก สติมา สุขวิหารี” ติ ตติย ฌาน อุปสมฺปชฺช วิหฺรติสุขสฺส จ ปหานา ทุกฺขสฺส จ ปหานา ปุพฺเพว โสมนสฺสโทมนสฺसान อตฺถจฺจมา อทุกฺขมฺมสุข อุเปกฺขาสติปาริสฺสุหฺริ จตฺตถ ฌาน อุปสมฺปชฺช วิหฺรติ. อย ภิกฺขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุสฺสีกตา ธิญฺจธมฺมสุขวิหาราย สวตฺตติ.

<sup>๒</sup> อ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๑/๖๘-๗๐.

<sup>๓</sup> อ.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๔๑/๕๐.



กตมา จ ภิกขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา ฌาณทสสนปปฏิลาภาย สวตตติ ?  
อิธ ภิกขเว ภิกขุ อาโลกสณณํ มนสิกรโรติ, ทิวาสณณํ อธิฐาติ ยถา ทิวา ตถา รตตี ยถา รตตี  
ตถา ทิวา, อิติ วิวิตเตน เจตสา อปรโยนทุเรน สปปภาส จิตต ภาเวติ. อย ภิกขเว สมาธิภาวนา  
ภาวิตา พหุลีกตา ฌาณทสสนปปฏิลาภาย สวตตติ.

กตมา จ ภิกขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา สติสมปชณณาย สวตตติ ? อิธ ภิกขเว  
ภิกขุโน วิทิตา เวทนา อุปปชชนติ, วิทิตา อุปปญจนติ, วิทิตา อพภตถํ คจจนติ. วิทิตา สณณาย  
วิทิตา วิตทกา อุปปชชนติ, วิทิตา ตัญจนติ, วิทิตา อพภตถํ คจจนติ. อย ภิกขเว สมาธิภาวนา  
ภาวิตา พหุลีกตา สติสมปชณณาย สวตตติ.

กตมา จ ภิกขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา อาสวาน ขยาย สวตตติ ? อิธ ภิกขเว ภิกขุ  
ปณจสุ อุปาทานกขณเรสุ อุทยพพยานุปสสี วิหริติ “อติ รูปํ, อติ รูปสส สมุทโย, อติ รูปสส  
อตถงคโม. อติ เวทนา, อติ เวทนาย สมุทโย, อติ เวทนาย อตถงคโม. อติ สณณาย อติ สณณาย  
สมุทโย, อติ สณณาย อตถงคโม. อติ สงขาราย, อติ สงขาราน สมุทโย, อติ สงขาราน อตถงคโม.  
อติ วิณณาย, อติ วิณณายสส สมุทโย, อติ วิณณายสส อตถงคโม”ติ. อย ภิกขเว สมาธิ  
ภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา อาสวาน ขยาย สวตตติ. อีมา โข ภิกขเว จตสุโส สมาธิภาวนา.  
อิทญจ ปน เมต ภิกขเว สนธาย ภาสิต ปารายเน ปุณณกปญฺเห:

สงขาย โลกสฺมิ ปโรปรานิ  
ยสฺสึยชิต นตถิ กุทิลจึ โลกเ  
สนโต วิธูโม อนินฺโฆ นิราโส  
อตาริ โส ชาติชฺรนฺติ พุรมฺมิติ. ปจฺม.

แปลจากข้อความข้างต้นว่า

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย สมาธิภาวนา<sup>๔</sup> ประการนี้ สมาธิภาวนา ๔  
ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมนั้นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน
๒. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมนั้นไปเพื่อได้ญาณทัสสนะ
๓. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมนั้นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ
๔. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมนั้นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ

<sup>๔</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๗/๑๙๘-๑๙๙.

สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน<sup>๕</sup> เป็นอย่างไร คือ ฝึกฝนในธรรมวินัยนี้สังัดจากกาม และอกุศลธรรมแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มี วิตก วิจารณ์ ปีติ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตกวิจารณ์สงบระงับไป บรรลุทุติยฌานมีความผ่องใสภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้นไม่มีวิตกไม่มีวิจารณ์มีแต่ปีติ และสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่ เพราะปีติจางคลายไปมีอุเบกขามีสติสัมปชัญญะเสวยสุขด้วยนามกายบรรลุทุติยฌานที่พระอรชยะสรรเสริญว่า “ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข” เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัส และโทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ สมาธิภาวนานี้ที่ บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน

สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อได้ญาณทัสสนะ เป็นอย่างไร คือ ฝึกฝนในธรรมวินัยนี้มนสิการถึงอาโลกสัญญา (ความกำหนดหมายในแสงสว่าง) อธิฐานทิวาสัญญา (ความกำหนดหมายว่ากลางวัน) ว่ากลางคืนเหมือนกลางวันกลางวันเหมือนกลางคืนมีใจสังัด ไม่มีเครื่องร้อยรัด อบรมจิตให้สว่างอยู่ ด้วยทิพพจักขุญาณ<sup>๖</sup> สมาธิภาวนานี้ ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อได้ญาณทัสสนะ

สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ เป็นอย่างไร คือ ฝึกฝนในธรรมวินัยนี้รู้แจ้งเวทนาที่เกิดขึ้น รู้แจ้งเวทนาที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งเวทนาที่ดับไป รู้แจ้งสัญญาที่เกิดขึ้น รู้แจ้งวิตกที่เกิดขึ้น รู้แจ้งวิตกที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งวิตกที่ดับไป สมาธิภาวนานี้ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ

สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ เป็นอย่างไร คือ ฝึกฝนในธรรมวินัยนี้มีปกติเห็นความเกิดขึ้น และความเสื่อมไปในอุปาทาน ชั้น ๕ อยู่ว่า รูปเป็นอย่างไร ความเกิดขึ้นแห่งรูปเป็นอย่างไร ความดับแห่งรูปเป็นอย่างไร เวทนาเป็นอย่างไร ความเกิดขึ้นแห่งเวทนาเป็นอย่างไร ความดับแห่งเวทนาเป็นอย่างไร สัญญาเป็นอย่างไร ความดับสัญญาเป็นอย่างไร สังขารเป็นอย่างไร ความเกิดขึ้นแห่งสังขารเป็นอย่างไร ความดับแห่งสังขารเป็นอย่างไร วิญญาณเป็นอย่างไร ความเกิดขึ้นแห่งวิญญาณเป็นอย่างไร ความดับแห่งวิญญาณเป็นอย่างไร สมาธิภาวนานี้ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ

<sup>๕</sup> วจ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๑/๖๙.

<sup>๖</sup> วจ.ติก.อ. (ไทย) ๒/๔๑/๔๖๗, วจ.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๔๑/๓๔๒.

ในปุณณกปัญหาในปารายนวรรคหมายถึงข้อความนี้ว่า

บุคคลใดรู้สิ่งสูงต่ำในโลก<sup>๗</sup> สิ่งสูงต่ำในที่นี้ หมายถึง อตภาพของผู้อื่น และอัตภาพของตน โลกในที่นี้หมายถึงสัตว์โลก ไม่มีกิเลสเป็นเหตุให้หวั่นไหว<sup>๘</sup> ในโลกไหน ๆ <sup>๙</sup> (ไม่มีกิเลสเป็นเหตุให้หวั่นไหวหมายถึงไม่มีกิเลสเป็นเหตุให้หวั่นไหว ๗ ประการ คือ ราคะ โทสะ โมหะ มานะ ทิฏฐิ กิเลส และทุจจริต), (ในโลกไหน ๆ ในที่นี้ หมายถึง ชั้นอายุตนะธาตุ และอารมณ์) กล่าวว่าคุณเป็นผู้สงบ<sup>๑๐</sup> ไม่มีควัน คือ ความโกรธไม่มี กิเลสกระทบจิตไม่มีความหวังข้ามพ้นชาติและชราได้แล้ว<sup>๑๑</sup> (เป็นผู้สงบหมายถึงสงบกิเลสที่เป็นข้าศึก)

จากการศึกษาเนื้อหาของสมาธิภาวนาสูตร พบว่า เป็นพระสูตรที่ว่าด้วยสมาธิภาวนา ที่มีจุดประสงค์ ๔ ประการ เมื่อบุคคลผู้ที่เจริญสมาธิภาวนา กระทำให้มากแล้ว ย่อมมีอานิสงส์มากมายหลายประการ เป็นสุขในปัจจุบัน เข้าถึงญาณทัสสนะ สติสัมปชัญญะชัดแจ้ง และมีคุณค่าอันประเสริฐสูงที่สุดคือทำให้เกิดปัญญาแจ่มแจ้งด้วยการยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาจนถึงขั้นตัดละอุปาทานในขั้น ๕ และกำจัดอาสวะกิเลสทั้งหลายจนหมดไปสิ้นไปตามกระบวนการแห่งอริยสัจ ๔ คือการเข้าสู่พระนิพพานหลุดพ้นจากวัฏสงสารแห่งการเวียนว่ายตายเกิดอันถาวร

## ๒.๒ หลักธรรมในสมาธิภาวนาสูตร

สมาธิภาวนาสูตร ประกอบด้วยหลักธรรม ๗ ประการ คือ (๑) สมาธิภาวนา (๒) ฌาน (๓) สุขในปัจจุบัน (๔) ญาณทัสสนะ (๕) สติสัมปชัญญะ (๖) ชั้น ๕ (๗) ไตรลักษณ์ ผู้วิจัยจึงศึกษานิยามของหลักธรรมตามลำดับดังนี้

### ๒.๒.๑ สมาธิภาวนา

ได้ปรากฏข้อความบาลีในพระสูตร ซึ่งได้ให้ความหมายของสมาธิภาวนาไว้ ว่า

จตสฺส อิม่า ภิกฺขเว สมาธิภาวนา กตมา จตสฺส อตถิ ภิกฺขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา  
ทิกฺกจฺจมฺมสุขวิหारा ย สวตฺตติ อตถิ ภิกฺขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา ฌานทสฺสนปฏิลา

<sup>๗</sup> อัง.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๔๑/๔๖๘.

<sup>๘</sup> อัง.ติก.อ. (ไทย) ๒/๓๒/๑๕๐.

<sup>๙</sup> อัง.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๔๑/๔๖๘.

<sup>๑๐</sup> อัง.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๔๑/๔๖๘.

<sup>๑๑</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๑/๖๙.

ภาย สวดตติ อตติ ภิกขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุสิกตา สติสมปชฌณาย สวดตติ อตติ ภิกขเว  
สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุสิกตา อาสวาน ขยาย สวดตติ ฯ กตมา จ ภิกขเว

มีความหมายว่า สมาธิภาวนา ๔ ประการ ได้แก่ สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มาก  
แล้วย่อมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อ  
ได้ญาณทัสสนะ สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ สมาธิ  
ภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ

จากข้อความดังกล่าวข้างต้นนั้น สมาธิ แปลว่า ความตั้งมั่นของจิต หรือ สภาวะที่จิต  
แน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนด คำจำกัดความของสมาธิที่พบเสมอ คือ “จิตตัสเสกัคคตา” หรือ เรียกสั้น ๆ  
ว่า “เอกัคคตา” ซึ่งแปลว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง คือ การที่จิตแน่วแน่แนบสนิทอยู่กับสิ่งใด  
สิ่งหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ซัดส่าย<sup>๑๒</sup> องค์ธรรม ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก<sup>๑๓</sup> สมาธิเป็นหนึ่งในองค์ฌาน  
ได้แก่ เอกัคคตา โดยสมาธิจะปรากฏอยู่ใน ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน ตามนัย  
แห่งพระสูตร ลักษณะกิจของสมาธิ ได้แก่ มีการไม่ฟุ้งซ่านเป็นลักษณะ มีการรวบรวมสหชาติ  
ธรรมเป็นกิจ มีความสงบเป็นอาการปรากฏ และมีสุขเวทนาเป็นเหตุใกล้<sup>๑๔</sup>

ลักษณะของจิตที่เป็นสมาธิ จิตที่เป็นสมาธิหรือมีคุณภาพดีมีสมรรถภาพสูง มีลักษณะดังนี้

๑. แข็งแรง มีพลังมาก ท่านเปรียบไว้ว่าเหมือนกระแสน้ำที่ถูกควบคุมให้ไหลพุ่งไปใน  
ทิศทางเดียว ย่อมมีกำลังแรงกว่าน้ำที่ถูกปล่อยให้ไหลพร่ากระจายออกไป

๒. ราบเรียบ สงบซึ่ง เหมือนสระหรือบึงน้ำใหญ่ที่มีน้ำนิ่งไม่มีลมพัดต้อง ไม่มีสิ่งรบกวน  
ให้กระเพื่อมไหว

๓. ใส กระจ่าง มองเห็นอะไร ๆ ได้ชัด เหมือนน้ำสงบนิ่งไม่เป็นริ้วคลื่น และฝุ่นละออง  
ที่มีก็ตกตะกอนนอนก้นหมด

๔. นุ่มนวลควรแก่งาน หรือเหมาะแก่การใช้งาน เพราะไม่เครียด ไม่กระด้าง ไม่วุ่น ไม่  
ชุ่มฉ่ำ ไม่สับสน ไม่เร่าร้อน ไม่กระวนกระวาย<sup>๑๕</sup>

<sup>๑๒</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๔๘, (กรุงเทพมหานคร:  
สำนักพิมพ์ผลิธีม, ๒๕๖๐), หน้า ๗๗๙.

<sup>๑๓</sup> อภิ.สง.อ. (ไทย) ๑/๓๓๕/๑๑๑.

<sup>๑๔</sup> ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะภารกิจแห่งปรมาธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร:  
มูลนิธิปริยญาธรรม, ๒๕๕๑), หน้า ๙-๑๐.

<sup>๑๕</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๗๘๔.

### ก. ความมุ่งหมายของสมาธิ

ความมุ่งหมายของสมาธิที่ใช้อย่างถูกต้อง ที่เรียกว่า สัมมาสมาธิ ดังพุทธพจน์ว่า “สมาธิอันศีลอบรมแล้ว ย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่ ปัญญาอันสมาธิอบรมแล้ว ย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่ จิตอันปัญญาอบรมแล้วย่อมหลุดพ้นจากอาสวะโดยชอบ คือ กามาสวะ ภวาสวะ อวิชชาสวะ”<sup>๑๖</sup>

ข้อความจากพระสูตรที่ยกมานี้ แสดงให้เห็นความสัมพันธ์ของศีล สมาธิ และปัญญาว่า ศีลเป็นบาทฐานของสมาธิ และสมาธิเป็นบาทฐานให้เกิดปัญญา ซึ่งตรงกับการฝึกอบรมแบบ ไตรสิกขา อันเป็นข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำคัญสำหรับศึกษา คือฝึกหัดอบรมกาย วาจา ใจ และปัญญาให้ยิ่งขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน

### ข. ประโยชน์ของสมาธิที่ปรากฏในตำราต่างๆ

#### ๑) ประโยชน์ของสมาธิตามที่ปรากฏในพระสูตร<sup>๑๗</sup>

(๑) เพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน (ทิฏฐธรรมสุขวิหาร) หมายถึง เพื่อการอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน เช่น ใช้เป็นเครื่องพักผ่อนจิต หาความสุขยามว่าง<sup>๑๘</sup> ดังมีข้อความว่า

ภิกษุที่เป็นพระอรหันต์ชฌาสนพ (ผู้หมดกิเลส) ย่อมเจริญสมาธิ (สมาธิ ในข้อนี้ หมายถึงสมาธิขั้นอัปปนา) ด้วยวัตถุประสงค์ว่าจะเข้าสมาบัติให้จิตมีอารมณ์เดียวอยู่เป็นสุขตลอดวัน การเจริญสมาธิของภิกษุเหล่านั้นชื่อว่า มีทิฏฐธรรมสุขวิหาร เป็นอานิสงส์ ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสกับพระจุนทะว่า “ภิกษุนี้ พึงมีความคิดอย่างนี้ว่า เราอยู่ด้วยธรรมเครื่องขัดเกลากิเลส ธรรมคือปฐมฌานนี้ เราไม่กล่าวว่า เป็นธรรมเครื่องขัดเกลากิเลสในอริยวินัย แต่เรากล่าวว่า เป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบันในอริยวินัย”<sup>๑๙</sup>

(๒) เพื่อการได้ญาณทัสสนะ วิธีปฏิบัติเพื่อ ญาณทัสสนะคือ มนสิการ และ อธิษฐาน สองประการ ต่อเนื่อง มีใจ สงัด ปราศจากเครื่องรัดรั้งจิต เห็นกลางวันเช่นกลางคืน เห็นกลางคืนเช่นกลางวัน เห็นทั้งสองอย่างมิได้แตกต่างกัน

<sup>๑๖</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๔๒/๘๙.

<sup>๑๗</sup> อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๑/๖๘.

<sup>๑๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒๗, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ลลิติมม์, ๒๕๕๓), หน้า ๑๘๔.

<sup>๑๙</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๒/๗๑.

(๓) เพื่อสติสัมปชัญญะ รู้แจ้งเวทนาที่เกิดขึ้น รู้แจ้งเวทนาที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งเวทนาที่ดับไป รู้แจ้งสัญญาที่เกิดขึ้น รู้แจ้งสัญญาที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งสัญญาที่ดับไป รู้แจ้งวิตกที่เกิดขึ้น รู้แจ้งวิตกที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งวิตกที่ดับไป

(๔) เพื่อความสิ้นอาสวะ มีปรกติพิจารณาเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปในอุปาทานชั้น ๕ อยู่ว่า รูปเป็นดังนี้ ความเกิดขึ้นแห่งรูปเป็นดังนี้ ความดับแห่งรูปเป็นดังนี้, เวทนาเป็นดังนี้ ความเกิดขึ้นแห่งเวทนาเป็นดังนี้ ความดับแห่งเวทนาเป็นดังนี้, สัญญาเป็นดังนี้ ความเกิดขึ้นแห่งสัญญาเป็นดังนี้ ความดับแห่งสัญญาเป็นดังนี้, สังขารเป็นดังนี้, ความเกิดขึ้นแห่งสังขารเป็นดังนี้ ความดับแห่งสังขารเป็นดังนี้, วิญญาณเป็นดังนี้ ความเกิดขึ้นแห่งวิญญาณเป็นดังนี้ ความดับแห่งวิญญาณเป็นดังนี้

## ๒) อานิสงส์สมาธิภาวนา ๕ อย่างที่ปรากฏในปกรวิเสส<sup>๒๐</sup>

(๑) มีทิฏฐุธรรมสุขวิหารเป็นอานิสงส์ ท่านเหล่าใดเป็นพระอรหันตชีนาสพ เข้าสมาบัติแล้วมีจิตแน่วแน่ ย่อมเจริญสมาธิโดยหมายจะอยู่สบายทั้งวัน สมาธิภาวนาอันแน่วแน่นั้นของท่านเหล่านั้น มีการอยู่เป็นสุขในภพทันตาเห็นเป็นอานิสงส์ เพราะเหตุที่นั่นพระผู้มีจึงตรัสว่า “ธรรมเหล่านี้ตถาคตไม่เรียกว่าเป็นธรรมเครื่องขัดเกลากิเลสในวินัยของพระอริยะ ธรรมเหล่านี้ตถาคตเรียกว่า เป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบันในอริยวินัย”<sup>๒๑</sup>

(๒) มีวิปัสสนาเป็นอานิสงส์ สมาธิภาวนาอันแน่วแน่นั้นก็ดี สมาธิภาวนาเป็นแต่เฉียด ๆ โดยนัยแห่งความบรรลุปลอดโปร่งในที่คับแคบก็ดี แห่งปุถุชนผู้เสาะผู้ออกจากสมาบัติแล้วเจริญโดยหมายใจว่า จักเห็นด้วยจิตอันมั่นคง ชื่อว่ามีวิปัสสนาเป็นอานิสงส์ เพราะเป็นปทัฏฐฐานแห่งวิปัสสนา

(๓) มีอภิญญาเป็นอานิสงส์ ฝ่ายท่านเหล่าใดยังสมาบัติ ๘ ให้เกิดแล้ว เข้าฌานมีอภิญญาเป็นบาทออกจากสมาบัติแล้ว มุ่งหมายอภิญญาทั้งหลายมีนัยดังกล่าวแล้วว่า แม้คนเดียวแปลงเป็นสหายหลายคนได้

(๔) มีภวิเศษเป็นอานิสงส์ ปุถุชนเหล่าใดมีฉานไม่เสื่อม พราธนาการเข้าถึงพรหมโลกโดยหมายใจว่าจักเกิดในพรหมโลก หรือไม่พราธนาการก็ตาม ไม่เสื่อมจากสมาธิ สมาธิภาวนาอันแน่วแน่นั้นของปุถุชนเหล่านั้น มีภวิเศษเป็นอานิสงส์ เพราะนำมาซึ่งภวิเศษเพราะเหตุนี้

<sup>๒๐</sup> พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพลส จำกัด, ๒๕๖๐), หน้า ๖๔๕-๖๔๗.

<sup>๒๑</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๒/๗๑.

(๕) มีนิโรธเป็นอานิสงส์ ท่านเหล่าใดเป็นพระอริยเจ้า เจริญสมาธิด้วยดำริว่าเราจักยังสมาบัติ ๘ ให้บังเกิด แล้วเข้านิโรธสมาบัติเป็นผู้ไม่มีความคิดนึกตลอด ๗ วัน บรรลุนิโรธนิพพานแล้ว จักอยู่เป็นสุขในภพทันตาเห็น สมาธิภาวนาอันแน่นแฟ้นของท่านเหล่านั้น มีนิโรธเป็นอานิสงส์ เพราะเหตุนี้ ท่านพระสารีบุตรจึงได้กล่าวไว้ว่า ปัญญาในการอบรมวสีด้วยญาณจรिया ๑๖ และสมาธิจรिया ๖ เป็นฉานในนิโรธสมาบัติ

### ๓) ประโยชน์ของสมาธิที่ปรากฏในตำราวิชาการต่าง ๆ

(๑) ประโยชน์ในการบรรลุนิพพาน ถือว่าเป็นประโยชน์ที่เป็นความมุ่งหมายที่แท้จริงของสมาธิตามหลักพระพุทธศาสนา คือเป็นส่วนสำคัญอย่างหนึ่งในการปฏิบัติเพื่อบรรลุจุดหมายสูงสุด อันได้แก่ ความหลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ทั้งปวง ซึ่งประโยชน์ที่ตรงแท้ของข้อนี้คือ การเตรียมใจให้พร้อมที่จะใช้ปัญญา พิจารณาให้รู้แจ้งสภาวะธรรมตามความเป็นจริง เรียกตามศัพท์ว่า เป็นบาทแห่งวิปัสสนา

(๒) ประโยชน์ด้านอภิปัญญา ถือว่าเป็นผลพลอยได้จากการฝึกสมาธิ แต่พระพุทธองค์ถือว่าจุดมุ่งหมายที่แท้จริงของการฝึกสมาธิก็เพื่อมุ่งไปสู่ความหลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ทั้งปวง ส่วนอภิปัญญา (เฉพาะโลกียอภิปัญญา) นั้นยังไม่สามารถดับกิเลสและทุกข์ได้

(๓) ประโยชน์ในด้านสุขภาพจิตและการพัฒนาบุคลิกภาพ เช่น ทำให้เป็นผู้มีจิตใจและบุคลิกลักษณะเข้มแข็ง หนักแน่น มั่นคง สงบ เยือกเย็น สุขภาพ นิ่มนวล สดชื่น ผ่องใส กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า เบิกบาน งามสง่า มีเมตตากรุณา มองดูรู้จักตนเองและผู้อื่นตามความเป็นจริง จิตที่มีสมาธินั้น เป็นฐานปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน คือดำเนินชีวิตอย่างมีสติ ตามดูรู้ทันพฤติกรรมทางกาย วาจา ความรู้สึกนึกคิดและภาวะจิตของตนที่เป็นไปต่าง ๆ

สอดคล้องกับงานวิจัยของพิณภา หมวกยอด ได้วิจัยไว้ว่า ผลจากการสังเกตพฤติกรรมตามหลักภาวนา ๔ แบบ นักศึกษาได้รับฟังผลการพัฒนาศักยภาพของตนที่ได้ร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ นักศึกษาได้มีความรู้ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับการฝึกสมาธิตามแบบแผนและการเดินจงกรม ตลอดจนมีวิธีการคิดแบบโยนิโสมานสิการที่เน้นวิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม คิดแบบอริยสัจ หรือคิดแบบแก้ปัญหาและคิดแบบสามัญลักษณะ รู้สึกเป็นสุขใจ<sup>๒๒</sup>

(๔) ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน คือ ช่วยทำให้จิตใจอ่อนคลาย หายเครียด เกิดความสงบ ไม่กระวนกระวาย หายจากความกลัดกลุ้มความวิตกกังวล ทำให้ใจสบาย ภายได้พักผ่อน

<sup>๒๒</sup> พิณภา หมวกยอด, “การพัฒนาศักยภาพนักศึกษาในการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา”, วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์ดุขฎี, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๘), บทคัดย่อ.

และมีความสุข เช่น ฌานสมาบัติที่พระพุทธรเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลายใช้เป็นที่พักผ่อนกายใจ เป็นอยู่อย่างสุขสบายในโอกาสว่างจากบำเพ็ญกิจ ซึ่งมีคำเรียกเฉพาะว่า เพื่อเป็นทิฏฐธรรมสุขวิหาร

(๕) เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการทำงาน การเล่าเรียนและการทำกิจทุกอย่าง เพราะจิตที่เป็นสมาธิ แน่วแน่นอยู่กับสิ่งที่กำลังกระทำ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวก ไม่เลือนลอยเสีย ย่อมช่วยให้เรียน ให้คิด ให้ทำงานได้ผลดี การงานก็เป็นไปโดยรอบคอบ ไม่ผิดพลาด และป้องกัน อุบัติเหตุได้ดี เพราะเมื่อมีสมาธิก็ย่อมมีสติกำกับอยู่ด้วย ดังที่ท่านเรียกว่าจิตเป็นกัมมณียะหรือกรรมนิย แปลว่าควรแก่งาน หรือเหมาะแก่การใช้งาน

(๖) ช่วยบำบัดสุขภาพและรักษาโรคได้ ร่างกายกับจิตใจอิงอาศัยซึ่งกันและกัน และมีอิทธิพลต่อกัน โดยเฉพาะท่านที่มีจิตหลุดพ้นเป็นอิสระแล้ว เมื่อเจ็บป่วยกายก็ไม่สบายอยู่แต่ กายเท่านั้น จิตใจไม่พลอยป่วยไปด้วย ยิ่งกว่านั้นกลับใช้ใจที่สบาย มีกำลังจิตเข้มแข็งนั้นกลับมา รักษาโรคทางกายให้บรรเทาลง กระทั่งหายจากโรคก็มีหลายรายในผู้ป่วยนั้น เช่น ผู้ป่วยด้วย โรคมะเร็ง, โรคหัวใจ, โรคเครียด, โรคภูมิแพ้, โรคความดันโลหิต เป็นต้น เมื่อผู้เจริญสมาธิถึงขั้นที่มี อารมณ์สงบ ความสงบแห่งจิตเริ่มทำให้ร่างกายปรับความสมดุลเพราะความไม่เครียดก่อเกิดให้ คลายความตึงของระบบประสาท สมอง เส้นเอ็นและเซลล์ต่าง ๆ ในร่างกาย รวมถึงระบบ การทำงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวโยงกันกับสภาวะร่างกาย และเมื่อปฏิบัติถึงขั้นอัปนาสมาธิ ที่มีกำลังสูง กำลัง ของฌานนั้นจะเข้าไปรักษาระบบของร่างกายที่เป็นดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้นนี้ ให้บรรเทาถึงขั้น หายได้ หรือแม้แต่ใช้กำลังสมาธิระงับทุกขเวทนา ดังที่พระพุทธรองค์ทรงใช้ในคราวที่ทรงประชวร หนักอยู่ ณ เวฬุคาม<sup>๒๓</sup>

ในด้านดี ผู้มีจิตใจผ่องใสเบิกบานย่อมช่วยให้กายอิมเอบิพวรรณผ่องใส สุขภาพดี เป็นภูมิต้านทานโรคไปในตัว ความสัมพันธ์นี้มีผลต่ออัตราส่วนของความต้องการ และการเผา ผลาญใช้พลังงานของร่างกายด้วย เช่น จิตใจที่สบายผ่องใสสดชื่นเบิกบานนั้น ต้องการอาหาร น้อยลงในการที่จะทำให้ร่างกายสมบูรณ์ผ่องใส<sup>๒๔</sup>

### ค. ระดับของสมาธิ ในชั้นอรรถกถาท่านจัดแยกสมาธิออกเป็น ๓ ระดับ คือ

(๑) ขณิกสมาธิ คือ สมาธิชั่วขณะ หมายถึง อากาโรที่จิตเข้าร่วมอยู่ในจุดเดียว แต่ รวมอยู่เพียงชั่วครู่ มีลักษณะวับ ๆ แวม ๆ แล้วหายไปจนจับอะไรให้เป็นขึ้นเป็นอันไม่ได้ เช่นขณะ กำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก จิตสงบแน่วแน่สักหนึ่งสอง หรือสามนาที่เป็นอย่างมากแล้วจิตก็คิดเรื่อง

<sup>๒๓</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๙๗/๑๓๐.

<sup>๒๔</sup> สมเด็จพระพุทธิชยาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๗๘๗-๗๘๘.



ต่าง ๆ จนเพลินไป ออกนอกกลุ่มนอกทาง พอรู้สึกตัวขึ้นมา ก็กลับตั้งต้นใหม่ อีกสักครู่หนึ่งจิตก็  
วอกแวกอีก กลับไปกลับมาอย่างนี้<sup>๒๕</sup>

(๒) อุปจารสมาธิ คือ สมาธิจวนจะแน่วแน่ หรือ สมาธิเฉียดฉวย เป็นสมาธิขั้นระงับ  
นิรวณได้ หมายถึง อาการที่จิตชวนจะร่วมเข้าสู่ความแน่วแน่ ซึ่งจะรวมแหล่มีรวมแหล่ แต่ไม่  
พุ่งซ่านสอดส่ายไปภายนอก ยึดเอาอารมณ์เป็นอุบาทวนคือเครื่องยึดมั่นถือมั่น อุปจารสมาธิมี  
บุคลิกเป็นอารมณ์จิตเริ่มเป็นทิพย์ตอนนี้อาจปรากฏเห็นภาพหรือแสงสีต่าง ๆ ได้ในอานาปานสติ  
ภาพมักมีลักษณะคล้ายปุยนุ่นหรือหมอกควันอัดแลเห็นแสงสีต่าง ๆ สลับกันหลักที่ควรจำก็คือว่าจง  
อย่าสนใจภาพหรือแสงสีที่ปรากฏมีขณะนั้นสมาธิจะเคลื่อนและถอยลง เป็นจิตที่ใกล้ชิดต่อปฐมฌานบาง  
ที่จึงเรียกว่า อุปจารฌาน ลักษณะของจิตที่อยู่ในอุปจารสมาธิคือ ถ้าหากว่าจิตของผู้ปฏิบัติสงบรวม  
รวมลงแล้ว ก็มีแสงสว่างปรากฏขึ้นในความรู้สึก แสงสว่างนั้นในขณะนั้นคล้าย ๆ กับมองเห็นแสง  
สว่างด้วยตาเนื้อและมีอาการคล้ายกับว่าครึ่งหลับครึ่งตื่น บางทีก็มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์บางทีก็มี  
อาการเพลอ ๆ ลืม ๆ ไป หรือบางทีก็มีความสว่างและมีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ตลอดกาลแต่  
ความรู้สึกในอารมณ์ภายนอกบางครั้งก็ปรากฏอยู่บางครั้งก็หายไป

(๓) อัปนาสมาธิ คือ สมาธิแน่วแน่ หมายถึงอาการที่จิตถอนสละออกจากอุบาทวน  
ทั้งปวง แล้วเข้าร่วมกำลังพลัง ของ สติ สมาธิ และปัญญา ให้สมบูรณ์เต็มที่ ในขณะนั้นไม่มีคำว่า  
โลกติดอยู่เลย จะเรียกโลกก็ไม่ใช่ จะเรียกว่าธรรมก็ไม่เชิง

อัปนาสมาธิมี ๒ ลักษณะคือ

(๓.๑) อัปนาสมาธิที่มีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ จิตยังมีความยึดถือนิมิตเป็น  
อารมณ์อยู่

(๓.๒) อัปนาสมาธิ ที่ตัดกระแสออกจากปฏิภาคนิมิตแล้วรวมเข้าสู่สนิทสนม ตัด  
อารมณ์ทั้งปวงขาดสิ้น และถอนสละออกจากอุบาทวน แล้วเข้าร่วมกำลังของสติ สมาธิ และปัญญา  
ให้สมบูรณ์จนจิตผ่องใสสว่าง แจ่มจ้าอยู่โดยลำพังดวงเดียวไม่เกาะเกี่ยวด้วยอุบาทวนใด ๆ ขณะนี้  
สิ่งที่สังเกตได้ง่ายก็คือลมหายใจจะไม่มี

จิตไม่ได้ส่งกระแสออกไปภายนอกแต่จะรวมลงสู่จิตที่ที่จิตแห่งเดียวจะลาก  
สัญญาอารมณ์ทั้งหลายทั้งปวงความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์ไม่มีความรู้สึกที่เกิดขึ้นทั้งตา หู จมูก ลิ้น  
กาย ใจ ก็ไม่มี แม้แต่ทางกายที่เคยปรากฏว่ามีอยู่ก็หายไป ยังเหลือแต่จิตที่สงบนิ่งอยู่อย่างเดียว

<sup>๒๕</sup> จำลอง ดิษยวนิช, วิปัสสนากรรมฐานและเขาวัวอารมณ์, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (เชียงใหม่: เชียงใหม่โรง  
พิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๔๙), หน้า ๑๒๖.

เท่านั้น จิตในภาวะเช่นนี้ นี้เรียกว่า “เอกัคคตาจิต” คือจิตที่มีอารมณ์อันเดียวไม่มีสองมีแต่จิตดวงเดียวล้วน ๆ<sup>๒๖</sup> ซึ่งแยกตามลักษณะการกำหนดพิจารณาไตรลักษณ์ เพื่อให้สำเร็จความหลุดพ้น มี ๓ อย่าง ได้แก่

- (๑) สุญญตสมาธิ คือ สมาธิอันพิจารณาเห็นความว่าง หลุดพ้นด้วยอนัตตลักษณะ
- (๒) อนิมิตตสมาธิ คือ สมาธิพิจารณาธรรมไม่มีนิมิต หลุดพ้นด้วยอนิจจลักษณะ
- (๓) อัปณิหิตสมาธิ คือ สมาธิพิจารณาธรรมไม่มีความตั้งปรารถนา หลุดพ้นด้วยทุกขลักษณะ

เมื่อสมาธิเจริญขึ้นในวิปัสสนาจนเป็นจิตตั้งมั่นชอบ หรือ สัมมาสมาธิ ซึ่งเป็นที่สุดแห่งอริยมรรคมีองค์ ๘ นั้น ซึ่งเป็นธรรมที่ควรให้เกิดขึ้น เรียกว่า สัมมาสมาธิ ประกอบด้วยญาณ ๕ หรือ ธรรม ๕ ประการ อันเป็นปัญญาเกิดขึ้นรู้เฉพาะตนว่า

- (๑) มรรคสมาธินี้ มีสุขในปัจจุบัน และ มีสุขเป็นวิบากต่อไป
- (๒) สมาธินี้เป็นอริยะปราศจากอามิส คือ กาม วัฏฏะ โลก
- (๓) สมาธินี้มีมหาบุรุษ (มีพระพุทธเจ้า เป็นต้น) เสพแล้ว
- (๔) สมาธินี้ สงบ ประณีต บรรลุได้ด้วยภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น และ มิใช่บรรลุได้ด้วยการข่มธรรมที่เป็นข้าศึก ด้วยสังขารจิต (รูปาวจรกุศลจิต และ อรูปาวจรกุศลจิต)
- (๕) เรานั้นมีสติเข้าสมาธิ และเรามีสติออกจากสมาธินี้<sup>๒๗</sup> ซึ่งธรรม ๕ ประการนี้ จะเป็นสมาธิที่เกิดกับพระอริยบุคคลที่จะรู้ได้เฉพาะตน

จากที่กล่าวมา ธรรมสมาธิ ๕ ได้แก่ ปราโมทย์ ปีติ กายปัสสัทธิ สุข และสมาธิ จัดเป็นสมาธิ ในไตรสิกขา ซึ่งเป็นบาทสำคัญในการที่จะเกิดเป็นสัมมาสมาธิ เพื่อสามารถเห็นสังขารธรรมตามความจริง เพื่อเข้าสู่หมวดปัญญา

### ง. ความแตกต่างของสมาธิและสัมมาสมาธิ

คำว่าสมาธิ กับคำว่า สัมมาสมาธิ มีความแตกต่างกัน สมาธิได้แก่การถือเอาอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง ทำให้แน่วแน่นอยู่ในอารมณ์นั้น แบบสมถะสมาธิ สัมมาสมาธิ นั้น เป็นสมาธิที่มีรากฐานจากการกำหนดรู้ ในมหาสติปัฏฐานทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม การฝึกสติสามารถพัฒนาสมาธิจิตซึ่งจะช่วยให้บรรลุถึงปัญญา เพราะสัมมาสมาธิจึงสามารถบรรลุถึงสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ

<sup>๒๖</sup> จำลอง ดิษยวนิช, วิปัสสนากรรมฐานและเชาว์อารมณ์, หน้า ๑๒๗.

<sup>๒๗</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๕/๓๘๔.

สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ และสัมมาวายามะ ปัญญาความเข้าใจซึ่งพัฒนาขึ้นนั้น สามารถกำจัดความไม่รู้ (อวิชชา) ได้ในที่สุด

### จ. ลักษณะของสัมมาสมาธิ

จิตสงบแล้วจากกามทั้งหลาย สงัดแล้วจากกรรมที่เป็นอกุศลธรรมทั้งหลาย เข้าถึงปฐมฌาน ประกอบด้วยวิตกวิจารณ์ มีปีติและสุขอันเกิดจากวิเวก เพราะความที่วิตกวิจารณ์ทั้งสองระงับลง เข้าถึงทุติยฌาน เป็นเครื่องผ่อนคลายแห่งใจในภายใน ให้สมาธิเป็นธรรมอันเอกผุดขึ้น ไม่มีวิตกวิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิ เพราะความจางคลายไปแห่งปีติ เป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติและสัมปชัญญะ และเสวยสุขด้วยนามกาย มีสติ อยู่เป็นปรกติสุข เข้าถึงตติยฌาน ฌานในความหมายสัมมาสมาธิจึงเป็นสมาธิที่ถูกต้องมุ่งหลุดพ้นเพราะละสุขและทุกข์เสียได้ เพราะความดับไปแห่งโสมนัสและโทมนัสทั้งสอง เข้าถึงจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีแต่ความที่สติเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา<sup>๒๘</sup> สัมมาสมาธิ จึงเป็นหลักคำสอนว่าด้วย วิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความดับทุกข์สงเคราะห์ลงในหลักการปฏิบัติ แบบวิปัสสนามีสมณะนำหน้าคือการทำสมาธิให้จิตสงบตั้งมั่นก่อนแล้วเจริญวิปัสสนาให้เกิดปัญญาให้เห็นสภาวะตามความเป็น การปฏิบัติสัมมาสมาธิมุ่งไปสู่ปัญญา โดยใช้สมาธิเป็นฐานทำให้จิตมีกำลังในการใช้ปัญญา<sup>๒๙</sup>

สรุป สมาธิ เป็นความตั้งมั่น มีเหตุเกิดจากสุข หรือ ความสบายกายใจ และมีอานิสงส์ คือ ยถาภูตญาณทัสสนะ หรือ ความรู้เห็นตามความเป็นจริงเป็นผล สมาธิมีหลายระดับชั้น มีทั้งสมาธิในสมณะและวิปัสสนา และเป็นบาทที่สำคัญในการยกขึ้นวิปัสสนาเพื่อเข้าสู่ที่สุดแห่งกองทุกข์ ทำให้จิตเกิดปัญญาวิมุตติหลุดพ้นจากอาสวะทั้งปวง

### ฉ. ภาวนา

ภาวนา แปลว่า การทำให้มีขึ้นเป็นขึ้นการเจริญขึ้นในทางจิตใจการสำรวมใจตั้งความปรารถนา<sup>๓๐</sup>

<sup>๒๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๗, ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๖/๕๖.

<sup>๒๙</sup> พระศักดิ์สิทธิ์ โชติธมโม (แช่ลิ้ม), “ศึกษาเรื่องสัมมาสมาธิเพื่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

<sup>๓๐</sup> สำนักราชบัณฑิตยสถาน, *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๕๔*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๖๒๐.

คือ คุณธรรมที่ยังไม่มีขึ้นให้มีขึ้นด้วยการฝึกอบรมจิตใจให้เจริญงอกงามขึ้นด้วยปัญญา<sup>๓๑</sup> และด้วยคุณธรรมเพื่อความสงบ และความบริสุทธิ์ผ่องใส

ภาวนามี ๔ อย่าง คือ

๑. เอสนาภาวนา ในส่วนเบื้องต้นนั้นมีรสเป็นอย่างเดียวกัน
๒. ปฏิลาภาวนา เกิดในอัปทานั้นไม่ล่วงเลยกัน และกัน
๓. เอกรสาภาวนา มีสภาวะนุ่มใจเชื่อ
๔. อาเสวนาภาวนา มีสภาวะระคองไว้

เมื่อเจริญสมาธิในทรีย เพราะมีสภาวะไม่ฟุ้งซ่านอินทรียอีก ๔ อย่างก็มีรสเป็นอย่างเดียวกันด้วยอำนาจแห่งสมาธิในทรีย เพราะฉะนั้นจึงชื่อว่าภาวนา เพราะมีความหมายว่าอินทรียทั้งหลายมีรสเป็นอย่างเดียวกัน<sup>๓๒</sup>

ประเภทของภาวนามีอยู่ ๒ ประเภท ได้แก่ สมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา

๑. สมถภาวนา หมายถึง การฝึกจิตใจให้สงบ เป็นการเจริญสมาธิโดยตรง คือ ฝึกจิตใจให้ตั้งมั่นแน่วแน่ประณีตยิ่งขึ้นไปเป็นขั้น ๆ โดยลำดับจนถึงขั้นฌานในระดับต่าง ๆ

๒. วิปัสสนาภาวนา หมายถึง การนำสมาธิไปใช้เป็นพื้นฐาน ในการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงในสภาวะ (รูปนาม) ของสิ่งทั้งหลายที่มีอยู่ในร่างกายของเราโดยอาการแห่งความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทำให้ได้ปัญญาญาณระดับต่าง ๆ และหลุดพ้นจากกองทุกข์ทั้งปวงจนกระทั่งบรรลุนิพพานได้

ส่วนที่เป็นข้อมูลในคัมภีร์พระพุทธศาสนาจะพบคำว่า ภาวนา ๓ ดังนี้

๑. กายภาวนา หมายถึง การอบรมกาย
๒. จิตตภาวนา หมายถึง การอบรมจิต
๓. ปัญญาภาวนา หมายถึง การอบรมปัญญา<sup>๓๓</sup>

นอกจากนี้ยังมีความหมายของภาวนา ๔ คือ การพัฒนาทั้งการด้านสมถะ และวิปัสสนาเพื่อให้มีผลปรากฏเช่นมีบุคลิกภาพ หรือ ภาพลักษณ์ภายนอก และคุณธรรมภายในตนที่ดีขึ้น ซึ่งในความหมายนี้แบ่งผลที่ปรากฏออกเป็น ๔ ด้าน<sup>๓๔</sup> คือ

<sup>๓๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๕๖.

<sup>๓๒</sup> ชู.ป. (ไทย) ๓๑/๒๗/๓๗.

<sup>๓๓</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๒.

<sup>๓๔</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, หน้า ๓๔๘.

๑) กายภาวนา หรือการพัฒนากาย คือ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ หรือทางวัตถุเป็นสามารถเสพลิงเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษรู้จักควบคุม ไม่ให้เกิดความต้องการที่ฟุ่มเฟือยเกินความจำเป็น

๒) ศิลภาวนา หรือการพัฒนาศีล คือ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม คือ เพื่อให้มนุษย์ตั้งอยู่ในภาวะเยียบ เพื่อให้การตอบสนองความต้องการของตนนั้นไม่ไปเบียดเบียน หรือก่อความเดือดร้อนเสียหายกับผู้อื่น สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่น และเกื้อกูลกันได้ด้วยดี

๓) จิตภาวนา หรือการพัฒนาจิต คือ การมีจิตที่สมบูรณ์ด้วยคุณธรรม ความดีงาม ด้วยความเข้มแข็งมั่นคง และสมบูรณ์ด้วยสุขภาพมีความเบิกบานผ่อนคลายสบาย

๔) ปัญญาภาวนา หรือการพัฒนาปัญญา คือ การเสริมสร้างความรู้ ความคิดความเข้าใจอย่างเป็นนายความคิด และการหยั่งรู้ความจริงรู้เห็นเท่าทันโลก และชีวิตตามสภาวะจริง

บุคคลผู้มีภาวนา ๔ สามารถสืบทอดพระพุทธศาสนาให้ยั่งยืนในตติยอนาคต นอกจากนี้พระพุทธร่องค์ยังทรงแสดงภัยในอนาคตที่จะทำให้พระธรรมวินัยเลอะเลือนว่า “ภิกษุผู้ไม่ได้เจริญกายศีล จิต ปัญญาจักไม่สามารถแนะนำผู้อื่นให้สมาทานประพตฺธิในอริศีล อริจิต อริปัญญาได้” ไม่สามารถแสดงธรรมอันเยี่ยมยอดที่สร้างความปีตินำชื่นชม ผู้ฟังถลาลงสู่ธรรมต่ำได้แก่ แสดงธรรมเพื่อการแข่งดีเพื่อกล่าวกระทบบุคคลอื่น หรือเพื่อหวังลาภสักการะ, ไม่ใส่ใจไม่ให้ความสำคัญในพระธรรมที่พระพุทธร่องค์ทรงแสดงไว้ แต่กลับชื่นชมยินดีสนใจศึกษาในคำกล่าวของบุคคลนอกพระพุทธศาสนา, ประพตฺธิตนเป็นผู้มักมากเป็นตัวอย่างที่ไม่ดีให้คนรุ่นหลังพากันทำตาม<sup>๓๕</sup>

ภาวนา เป็นการอบรมจิตให้บังเกิดความเจริญในทางพุทธศาสนา ด้วยวิธีการนั่งสมาธิ หรือการเจริญสมาธิอินทรีย์ (อินทรีย์ คือ สัมมาสมาธิ) ทำให้จิตเกิดปัญญาวิมุตติหลุดพ้นจากอาสวะทั้งปวง

### ๒.๒.๒ ฌาน

ข้อความบาลีในพระสูตรว่า

สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุสีกตา ทิฏฐธมมสุขวิหาราย สวตตติ อธิ ภิกขเว ภิกขุ วิวิจเจว กามเห วิวิจจ อกุสเลหิ ฌเมเห สวิตก สวิจาร วิเวกข ปิติสุข ปจฺม ฌาน อุปสมปชฺช วิหระติวิตกฺกวิจาราน วูปสมมา อชฌตต สมปสาทน เจตโส เอโกทิกาว อวิตกฺก อวิจาร สมาธิช ปิติสุข ทุตฺติย ฌาน

<sup>๓๕</sup> ดูรายละเอียดใน อง.ปณจก. (ไทย) ๒๒/๗๘/๑๔๕.

อุปสมปชช วิหริติ ปิตียา จ วิราคา อุเพกขโก จ วิหริติ สโต จ สมปะชาโน สุขญจ กาเยน ปฏิสเวเทติ ยนต อริยา อาจิกขนติ “อุเพกขโก สติมา สุขวิหริ” ตติย ฌาน อุปสมปชช วิหริติ สุขสส จ ปหานา ทุกขสส จ ปหานา ปุพเพว โสมนสสโทมนสสถาน อตถงคมา อทุกขมสุข อุเพกขาสติปาริสุทธิ จตตถ ฌาน อุปสมปชช วิหริติ. อย ภิกขเว สมภาวิภาวนา ภาวิตา พหุสิกตา ธิฏฐธมมสุขวิหาราย สวตตติ.

มีความหมายว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้สังตจากกาม และอกุศลธรรม แล้ว บรรลุปฐมฌานที่มี วิตก วิจาร ปิติ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตกวิจารสงบระงับไป บรรลุทุติยฌานมีความผ่องใสภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้นไม่มีวิตกไม่มีวิจารมีแต่ปิติ และสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่ เพราะปิติจางคลายไปมีอุเบกขามีสติสัมปชัญญะเสวยสุขด้วยนามกายบรรลุตติยฌานที่พระอริยะสรรเสริญว่า “ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข” เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัส และ โทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ สมาธิภาวนานี้ที่ บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน

จากข้อความดังกล่าวข้างต้นนั้น ฌาน แปลว่า การเพ่งอารมณ์จนใจแน่วแน่เป็นอัปนาสมาธิ ภาวะจิตสงบประณีต ซึ่งมี สมาธิเป็นองค์ธรรมหลัก<sup>๓๖</sup> อีกนัยหนึ่ง ฌาน คือ การเพ่ง ภาวะจิตที่เพ่งอารมณ์จนแน่วแน่ เป็นภาวะจิตที่มีสมาธิ หรือ แปลว่า เพ่ง พินิจ ครุ่นคิด เอาใจจดจ่อ<sup>๓๗</sup> ผู้ที่ได้ ฌาน แล้วฝึกจนคล่องแคล่วในการเข้าออกฌานจนชำนาญชำนาญในการเข้าอยู่ในอารมณ์ของฌาน เรียกว่า การเข้าสมาบัติ เป็นการสงบระงับตามแรงอธิษฐาน ผู้ที่ได้ฌานสมาบัติ จิตใจยังเป็นปุถุชนผู้มีกิเลสอยู่ กิเลสถูกข่มไว้ด้วยสมาธิ ผู้ที่ได้ฌานนี้สามารถต่อวิปัสสนาด้วยการยก องค์ฌาน ขึ้นมา กำหนดพิจารณาได้ฌานสมาบัติ เป็นสภาวะธรรมของจิตอันเป็นสมาธิ จนบังเกิดความสงบทางกายและทางใจ (ปัสสัทธิ) จากอกุศลธรรมทั้งหลาย ด้วยอำนาจของสมณะ อีกนัยหนึ่ง คือ ภาวะสงบประณีตซึ่งพึงเข้าถึง สมาบัติมีหลายอย่าง เช่น ฌานสมาบัติ ผลสมาบัติ อนุปัพพิหารสมาบัติ เป็นต้น ในที่นี้จะกล่าวถึง สมาบัติ ๘ ตามลำดับว่าโดย รูปฌาน ๔ ตามจตุกกนัย และอรูปรูปรู ๔ ดังนี้

<sup>๓๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๒๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๖), หน้า ๘๘.

<sup>๓๗</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๕๖๐/๕๐๔.

๑) รูปฌาน คือ สภาวธรรมของจิต อันเป็นสมาธิจนบังเกิดความสงบทางกาย และทางใจจากอกุศลกรรมทั้งหลาย ด้วยอำนาจของสมณะของจิต หรือ อารมณ์เครื่องหน่วงแห่งจิต อันได้แก่ สภาวธรรมที่เรียกว่า รูป มี ๔ ระดับ ดังนี้

(๑) ปฐมฌาน คือ สภาวธรรมของจิตอันตั้งมั่นด้วยสัมมาสมาธิ สัมมาสติ บังเกิดความสงบทางกายและใจ (ปีสัสติ) เพราะความสงบจากกามและอกุศลกรรมทั้งปวง อันมีนิวรณ์ ๕ เป็นต้น โดยอาศัยองค์ธรรม ๕ ประการนี้เป็นที่ตั้งอาศัย คือ

วิตก คือ สภาวธรรมในการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์กรรมฐาน

วิจาร์ คือ สภาวธรรมในการดำรงรักษาความต่อเนื่องของการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ (วิตก) ซึ่งเป็นสภาวธรรมที่ต่อเนื่องกัน เราจึงมักเรียกต่อเนื่องกันว่า “วิตกวิจาร์”

ปีติ คือ ความอิ่มเอมใจที่แผ่ซ่านไปทั่วสรรพางค์กาย

สุข คือ ความสำราญใจเพราะจิตเสวยความสงบจากสมาธิในขั้นปฐมฌาน

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในปฐมฌาน หรือความเป็นธรรมเอกแห่งจิตในปฐมฌาน

(๒) ทุตติยฌาน คือ สภาวธรรมของจิตอันตั้งมั่นด้วยสัมมาสมาธิ สัมมาสติ บังเกิดความสงบทางกายและใจ (ปีสัสติ) เพราะความสงบจากกามและอกุศลกรรมทั้งปวง อันมีนิวรณ์ ๕ เป็นต้น โดยอาศัยองค์ธรรม ๓ ประการนี้เป็นที่ตั้งอาศัย คือ

ปีติ คือ ความอิ่มเอมใจที่แผ่ซ่านไปทั่วสรรพางค์กาย

สุข คือ ความสำราญใจเพราะจิตเสวยความสงบจากสมาธิในขั้นทุติยฌาน

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในทุติยฌาน

(๓) ตติยฌาน คือ สภาวธรรมของจิตอันตั้งมั่นด้วยสัมมาสมาธิ สัมมาสติ บังเกิดความสงบทางกายและใจ (ปีสัสติ) เพราะความสงบจากกามและอกุศลกรรมทั้งปวง อันมีนิวรณ์ ๕ เป็นต้น โดยอาศัยองค์ธรรม ๒ ประการนี้เป็นที่ตั้งอาศัย คือ

สุข คือ ความสำราญใจเพราะจิตเสวยความสงบจากสมาธิในขั้นตติยฌาน

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในตติยฌาน หรือความเป็นธรรมเอกแห่งจิตในตติยฌาน

(๔) จตุตถฌาน<sup>๓๘</sup> คือ สภาวะธรรมของจิตอันตั้งมั่นด้วยสัมมาสมาธิ สัมมาสติ บังเกิดความสงบทางกายและใจ (ปัสสัทธิ) เพราะความสงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งปวง อันมีนิวรรณ์ ๕ เป็นต้น โดยอาศัยองค์ธรรม ๒ ประการนี้เป็นที่ตั้งอาศัย คือ

อุเบกขา คือ ความวางใจเป็นกลาง ไม่หวั่นไหวเอนเอียง ด้วยความชอบ หรือชัง วางเฉยต่อความยินดียินร้ายไม่หวั่นไหวอยู่ในจตุตถฌาน

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในจตุตถฌาน หรือความเป็นธรรมเอกแห่งจิตในจตุตถฌาน

๒) อรูปฌาน คือ สภาวะธรรมของจิตอันเป็นสมาธิจนบังเกิดความสงบทางกายและทางใจจากอกุศลธรรมทั้งหลายด้วยอำนาจของสมณะของจิต หรืออารมณ์เครื่องหน่วงแห่งจิตอันซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่ไม่ใช้รูป จึงเรียกว่า อรูปฌาน มี ๔ ระดับ ดังนี้

(๑) อากาสนัญญายตนฌาน กำหนดความว่างเปล่าเป็นอารมณ์

(๒) วิญญูณัญญายตนฌาน กำหนดวิญญูณไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์

(๓) อากิญจัญญายตนฌาน กำหนดภาวะไม่มีสิ่งใดเหลืออยู่เป็นอารมณ์

(๔) เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน ไม่กำหนดสิ่งใดเป็นอารมณ์ ไม่มีสัญญาไม่มีเวทนา<sup>๓๙</sup>

ฌานทั้ง ๔ ของพระชีนาสพทั้งหลาย ความที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งเป็นประโยชน์ เพราะพระชีนาสพเหล่านั้นตั้งใจไว้อย่างนี้ว่า เราเข้าฌานแล้ว มีจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง จักอยู่เป็นสุขตลอดวัน แล้วทำบริกรรมในกสิณ ให้สมาบัติทั้ง ๘ เกิดขึ้น ฌานทั้งหลายของเหล่าพระเสขและปุถุชนผู้ออกจากสมาบัติแล้วตั้งใจไว้ว่า เรามีจิตตั้งมั่นแล้วจะมีปัญญาเห็นแจ้งในไตรลักษณ์ จัดว่าเป็นบาทแห่งวิปัสสนา

ส่วนบุคคลเหล่าใด ทำให้สมาบัติทั้ง ๘ เกิดขึ้นแล้ว จึงเข้าฌานที่มีอภิญญาเป็นบาท แล้วออกจากสมาบัติ พิจารณาอภิญญาว่า แม้เป็นคน ๆ เดียว กลับเป็นมากคนก็ได้ จึงให้เกิดขึ้น ฌานทั้งหลายของบุคคลเหล่านั้นย่อมเป็นบาทแห่งอภิญญา

ส่วนบุคคลเหล่าใด ให้สมาบัติทั้ง ๘ เกิดขึ้น จึงเข้านิโรธสมาบัติแล้วตั้งใจไว้ว่า เราจำเป็นผู้ไม่มีจิตบรรลุนิโรธนิพพาน อยู่เป็นสุขในทิวฏฐธรรมเทียว ตลอด ๗ วันแล้วให้ฌานเกิดขึ้น ฌานทั้งหลายของบุคคลเหล่านั้นย่อมเป็นบาทแห่งนิโรธ

<sup>๓๘</sup> ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๔/๑๑๑-๑๑๔.

<sup>๓๙</sup> วิสุทธิ. (ไทย) ๑๐/๖๐๓.



ส่วนบุคคลเหล่าใด ทำให้สมาบัติทั้ง ๘ เกิดขึ้นแล้ว ตั้งใจไว้ว่า เราเป็นผู้มีมานไม่เสื่อม จักเกิดขึ้นในพรหมโลก แล้วให้มานเกิดขึ้น มานทั้งหลายของบุคคลเหล่านั้นมีการก้าวลงสู่ภพเป็น ประโยชน์

มานเหล่านี้ พระพุทธเจ้าทรงให้เกิดขึ้นแล้ว ณ โคนต้นโพธิพฤกษ์ได้เป็นบาทแห่ง วิปัสสนาด้วยเป็นบาทแห่งอภิญญาด้วย เป็นบาทแห่งนิโรธด้วย บันดาลกิจทั้งปวงให้สำเร็จด้วย และ อำนวยให้คุณทั้งที่เป็นโลกียะทั้งที่เป็นโลกุตระ อย่างไรก็ตาม มานคือสิ่งที่พัฒนาให้เข้มแข็ง ขึ้นได้ แต่ขณะเดียวกันก็สามารถเสื่อมลงได้เช่นกัน และปัจจัยหลักอันเป็นเหตุให้มานเสื่อม เป็น เหมือนศัตรูของมาน ก็คือ นิรวณ ๕ อันได้แก่

๑. กามฉันทะ ความพอใจในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส
๒. พยาบาท ความโกรธเคือง คิดจงล้างจงผลาญ
๓. ถีนมิทธะ ความง่วงเหงา ซึมเซาที่เกิดขึ้นขณะปฏิบัติ
๔. อุทธัจจกุกกุกจะ ความคิดฟุ้งซ่าน หงุดหงิด รำคาญ
๕. วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย

อุปสรรคทั้ง ๕ ประการนี้ เป็นเครื่องกั้นความเจริญ เปรียบเสมือนมารที่คอยขัดขวาง การปฏิบัติของเรา แต่เมื่อใดก็ตามที่เราสามารถทำมานให้เกิดขึ้นได้ นิรวณเหล่านี้จะหายไป และ ในทางกลับกัน เมื่อใดก็ตามที่นิรวณ ๕ ปรากฏในจิตใจ มานของเราก็จะหายไปด้วย สำหรับผู้เริ่ม ปฏิบัติในช่วงแรก จิตจะเข้าสู่ปฐมมานได้เพียงช่วงสั้น ๆ เพียงครู่เดียวจากนั้นจิตจะถูกนิรวณ รบกวนจนหลุดจากสมาธิ ซึ่งปรากฏการณ์เช่นนี้ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดาที่ทุกคนจะต้องประสบพบ เจอ ครูบาอาจารย์ท่านจึงสอนให้เพียรปฏิบัติไปเรื่อย ๆ ฝึกฝนสมาธิไปเรื่อย ๆ เพราะเมื่อเราทำ บ่อยมากขึ้น มีชั่วโมงบินสูงขึ้น เมื่อนั้นกำลังแห่งมานก็จะพัฒนาแข็งแกร่งขึ้นเรื่อยๆ นิรวณที่เป็น อุปสรรคทั้งหลายก็จะเบาบางลง แต่การเบาบางในที่นี้ก็มีไว้ว่านิรวณจะถูกทำลายราบคาบ เพียง แค่อ่อนกำลังเท่านั้นเมื่อสบโอกาสย่อมเข้ามารบกวนมานสมาธิของเราอีก วงจรการปฏิบัติจะ หมุนเวียนไปเช่นนี้ จนกระทั่งเมื่อใดก็ตามที่เราขึ้นสู่โลกุตระมาน<sup>๔๐</sup> หรือบรรลุประโสดาบันขึ้นไป จึงจะสามารถเอาชนะนิรวณ ๕ ได้อย่างแท้จริง

โลกุตระมานก็คือ การได้มานโลกีย์แล้วเจริญวิปัสสนาญาณ จนบรรลุธรรมเป็น พระอริยบุคคลขั้นโสดาบัน นิรวณธรรมทั้ง ๕ ที่เป็นอุปสรรคตัวร้ายจะรบกวนพระโสดาบันได้เพียง เล็ก ๆ น้อย ๆ เท่านั้น แต่ไม่สามารถเข้าครอบงำจิตใจของท่านได้ ก็เลสในเรื่องรูป รส กลิ่น เสียง

<sup>๔๐</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖๒/๑๐๑.

สัมผัส และความโกรธเคืองนั้นพระโศดาบันและพระสภิกาคามียังคงมีอยู่อย่างเบาบาง คือเป็นเพียงนิเวศน์ที่มารบกวนแค่เพียงในความคิดเท่านั้น จะไม่เข้าครอบงำถึงขั้นกระตุ้นให้ลงมือทำความชั่ว

ส่วนพระอนาคามีนั้น ละนิเวศน์ข้อกำหนัดและพยาบาทได้ดับลงสนิทแล้วยังเหลือเพียงมีความคิดฟุ้งซ่านอยู่บ้าง แต่ส่วนใหญ่ก็จะเป็นการคิดฟุ้งซ่านในทางกุศล ซึ่งไม่เกิดโทษ ผู้ที่ปฏิบัติจนเข้าถึงอารมณ์ฌานจะมีใบหน้าสดใส แขมขื่น ผิวพรรณผุดผ่องยิ่งกว่าการบำรุงด้วยเครื่องสำอางใด ๆ เพราะเป็นความงามที่เกิดจากคุณความดีภายใน และหากเสียชีวิตลงขณะที่กำลังทรงฌานอยู่ ก็จะไปเกิดในพรหมโลกทันที โดยถ้าอยู่ในปฐมฌานหยาบจะเกิดเป็นพรหมชั้นที่ ๑ ปฐมฌานกลางจะเกิดเป็นพรหมชั้นที่ ๒ และปฐมฌานละเอียดจะเกิดเป็นพรหมชั้นที่ ๓

นอกจากนั้น เมื่อเราได้ปฐมฌานแล้ว เรายังสามารถใช้อำนาจแห่งฌานนี้เป็นฐานกำลังให้แก่วิปัสสนาญาณในการกำจัดกิเลสให้เป็นสมุจเฉตพหุทานคือตัดกิเลสอย่างสิ้นเชิง และบรรลุอรหัตตผลในทันที ฉะนั้นแล้ว แม้ว่าปฐมฌานจะเป็นเพียงฌานขั้นต้น แต่ก็ทรงไว้ซึ่งอานุภาพ นักปฏิบัติทั้งหลายจึงมีอาจจะมีองข้ามได้เลย<sup>๔๑</sup>

คัมภีร์อรรถกถาแบ่งฌานออกเป็น ๒ จำพวก คือ

(๑) การเพ่งอารมณ์แบบสมถะ เรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน ได้แก่ ฌานสมาบัติ

(๒) การเพ่งพินิจให้เห็นไตรลักษณ์ ตามแบบวิปัสสนา เรียกว่า ลักขณูปนิชฌาน<sup>๔๒</sup> ในกรณีนี้ มรรค ผล สามารถเรียกว่าฌานได้เพราะ เข้าไปกำหนดรู้แจ้งไตรลักษณ์ มีนิจจลักษณะเป็นต้น มัคคญาณ ได้ชื่อว่า ลักขณูปนิชฌาน เพราะเป็นผู้ทำให้กิจที่รู้แจ้งไตรลักษณ์ของวิปัสสนาญาณสำเร็จลง ส่วนผลญาณ ได้ชื่อว่าลักขณูปนิชฌาน เพราะเข้าไปรู้แจ้งลักษณะอันแท้จริงของนิโรธสัจจะ

กล่าวโดยอารมณ์ อารัมมณูปนิชฌาน มีสมถกรรมฐาน เช่น ปฐวิกสิณ คือ บัญญัติ เป็นต้น เป็นอารมณ์ ส่วนลักขณูปนิชฌานนั้น มีวิปัสสนากรรมฐาน คือ รูป-นาม ไตรลักษณ์ สังขตธรรม เป็นอารมณ์ และ มรรคญาณ ผลญาณ มี อสังขตธรรม คือ นิพพาน เป็นอารมณ์

กล่าวโดยองค์ธรรม อารัมมณูปนิชฌาน มีวิตก วิจารณ์ ปีติ เวทนา เอกัคคตาที่ประกอบด้วยมหัคคตฌานทั้ง ๙ เป็นองค์ธรรม ส่วนลักขณูปนิชฌาน มี วิตก วิจารณ์ ปีติ เวทนา เอกัคคตาที่ประกอบด้วยมหากุศลจิต มรรคจิต ผลจิต เป็นองค์ธรรม

<sup>๔๑</sup> พศิน อินทรวงค์, สมถะเท้าขวา วิปัสสนาเท้าซ้าย, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๕), หน้า ๔๔-๔๖.

<sup>๔๒</sup> วิมหา.อ. (ไทย) ๑/๑๙๗.

สรุป ฌานเป็นการเพ่งอารมณ์จนใจแน่วแน่เป็นอัปนาสมาธิ ภาวะจิตสงบประณีต ซึ่งมี สมาธิเป็นองค์ธรรมหลัก ผู้ที่ได้ฌาน แล้วฝึกจนคล่องแคล่วในการเข้าออกฌาน จนชำนาญชำนาญ การเข้าสมาบัติ เป็นการสงบระงับตามแรงอธิษฐาน แต่จิตใจยังมีกิเลสอยู่ กิเลสถูกข่มไว้ด้วยสมาธิ ผู้ที่ได้ฌานนี้สามารถต่อวิปัสสนาด้วยการยก องค์ฌาน ขึ้นมากำหนดพิจารณาได้ฌานสมาบัติ เป็น สภาวะธรรมของจิตอันเป็นสมาธิ จนบังเกิดความสงบทางกายและทางใจ จากอกุศลกรรมทั้งหลาย ด้วยอำนาจของสมณะ

### ๒.๒.๓ สุขในปัจจุบัน

ข้อความบาลีในพระสูตรว่า “อตฺถิ ภิกฺขเว สมาธิภาวนา พหุสฺสิกา ทิฏฺฐธมฺมสุขวิหาราย” มีความหมายว่า สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อได้สุขในปัจจุบัน”<sup>๔๓</sup>

ในพระสูตรต้นตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต หมวดสุขวรรค ว่าด้วยความสุข ๒ อย่าง มี ๑๓ นัย เรียงตามลำดับพระสูตรที่ ๑-๑๓ ดังนี้

“นัยที่ ๑ ความสุขของคฤหัสถ์ และความสุขของบรรพชิตสุข บรรดาสุข ๒ อย่างนี้ สุขของบรรพชิตเป็นเลิศ”<sup>๔๔</sup>

“นัยที่ ๒ ความสุขจากกามคุณ คือ กามสุข หมายถึง สุขที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะที่น่าพอใจและความสุขจากการบรรพชา คือเนกขัมมสุข หมายถึง สุขที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยบรรพชา บรรดาสุข ๒ อย่างนี้ เนกขัมมสุขเป็นเลิศ”<sup>๔๕</sup>

“นัยที่ ๓ ความสุขที่เจือด้วยกิเลส คือสุขที่มีอุปธิ หมายถึง สุขเจือกิเลสที่เป็นไปในภุมิ ๓ (กามาวจร รูปาวจร อรูปาวจร) เป็นสุขระดับโลกิยะ และความสุขที่ไม่เจือกิเลส คือ สุขที่ไม่มีอุปธิ หมายถึง สุขไม่เจือกิเลส เป็นสุขระดับโลกุตตระ”<sup>๔๖</sup> บรรดาสุข ๒ อย่างนี้ สุขที่ไม่มีอุปธิเป็นเลิศ”<sup>๔๗</sup>

<sup>๔๓</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๑/๖๘.

<sup>๔๔</sup> มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, บทนำ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่ม ๒๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙), หน้า [๓๘].

<sup>๔๕</sup> อัง.ทุก.อ. (ไทย) ๒/๖๖/๖๐.

<sup>๔๖</sup> อัง.ทุก.อ. (ไทย) ๒/๖๗/๖๐.

<sup>๔๗</sup> อัง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๖๕-๖๗/๑๐๒.

“นัยที่ ๔ ความสุขที่มีอาสวกิเลส สุขที่มีอาสวะ หมายถึงสุขที่นับเนื่องในวิภวัญญะที่เป็นปัจจัยแก่อาสวะ และ ความสุขที่ไม่มีอาสวกิเลส สุขที่ไม่มีอาสวะ หมายถึงสุขที่มีนิพพานเป็นอารมณ์ที่ไม่เป็นปัจจัยแก่อาสวะ บรรดาสุข ๒ อย่างนี้ สุขที่ไม่มีอาสวะเป็นเลิศ”<sup>๔๘</sup>

“นัยที่ ๕ ความสุข ที่เจือด้วยอามิส หมายถึงความสุขที่อาศัยเหยื่อล่อ เป็นสุขที่ทำให้ใจเศร้าหมอง ทำให้สัตว์อยู่ในวงจรแห่งวิภวัญญะ และความสุขที่ไม่เจืออามิส หมายถึงสุขที่ไม่ต้องอาศัยเหยื่อล่อ เป็นสุขที่ไม่ทำให้ใจให้เศร้าหมองพ้นจากวงจรแห่งวิภวัญญะ บรรดาสุข ๒ อย่างนี้ สุขที่ไม่อิงอามิสเป็นเลิศ”<sup>๔๙</sup>

“นัยที่ ๖ ความสุขของพระอริยะ หมายถึงสุขที่ไม่ใช่ของปุถุชน เป็นสุขของพระอริยบุคคล ๘ จำพวก และความสุขของปุถุชน ไม่ใช่สุขของพระอริยบุคคล บรรดาสุข ๒ อย่างนี้ สุขของพระอริยะเป็นเลิศ”<sup>๕๐</sup>

“นัยที่ ๗ ความสุขทางกาย และความสุขทางใจ บรรดาสุข ๒ อย่างนี้สุขทางใจเป็นเลิศ”<sup>๕๑</sup>

“นัยที่ ๘ ความสุขที่เกิดจากฉานที่ ๑-๒. เป็นความสุขที่มีปีติ หมายถึงสุขในปฐมฉาน และทุติยฉาน และความสุขที่ไม่มีปีติ หมายถึงสุขในตติยฉานและจตุตถฉาน บรรดาสุข ๒ อย่างนี้ สุขที่เกิดจากฉานไม่มีปีติเป็นอารมณ์เป็นเลิศ”<sup>๕๒</sup>

“นัยที่ ๙ สุขที่เกิดจากความยินดี หมายถึง สุขในฉาน ๑-๓ (ปฐมฉาน, ทุติยฉาน, ตติยฉาน) และความสุขที่เกิดจากอุเบกขา ๔ หมายถึงสุขในจตุตถฉาน บรรดาสุข ๒ อย่างนี้ สุขที่เกิดจากอุเบกขาเป็นเลิศ”<sup>๕๓</sup>

“นัยที่ ๑๐ ความสุขในสมาธิ หมายถึง สุขที่ถึงขั้นอัปปนาสมาธิ หรืออุปปจารสมาธิและความสุขของสมาธิสุข หมายถึงสุขที่ยังไม่ถึงขั้นอัปปนาสมาธิหรืออุปปจารสมาธิ บรรดาสุข ๒ อย่างนี้ สมาธิสุขเป็นเลิศ”<sup>๕๔</sup>

<sup>๔๘</sup> อัง.ทก.อ. (ไทย) ๒/๖๘/๖๐, อัง.ทก. (ไทย) ๒๐/๖๘/๑๐๓.

<sup>๔๙</sup> อัง.ทก.อ. (ไทย) ๒/๖๘/๖๑, อัง.ทก. (ไทย) ๒๐/๖๘/๑๐๓.

<sup>๕๐</sup> อัง.ทก.อ. (ไทย) ๒/๗๐/๖๑.

<sup>๕๑</sup> อัง.ทก. (ไทย) ๒๐/๗๑/๑๐๓.

<sup>๕๒</sup> อัง.ทก.อ. (ไทย) ๒/๗๒/๖๑, อัง.ทก. (ไทย) ๒๐/๗๒/๑๐๔.

<sup>๕๓</sup> อัง.ทก.อ. (ไทย) ๒/๗๓/๖๑, อัง.ทก. (ไทย) ๒๐/๗๓/๑๐๔.

<sup>๕๔</sup> อัง.ทก.อ. (ไทย) ๒/๗๔/๖๑, อัง.ทก. (ไทย) ๒๐/๗๔/๑๐๔.

“นัยที่ ๑๑ ความสุขที่เกิดแก่ผู้พิจารณาณาน ๒ มีปิติเป็นอารมณ์ และความสุขที่เกิดจากณานไม่มีปิติเป็นอารมณ์ บรรดาสุข ๒ อย่างนี้สุขที่เกิดจากณานไม่มีปิติเป็นอารมณ์ เป็นเลิศ”<sup>๕๕</sup>

“นัยที่ ๑๒ ความสุขที่เกิดแก่ผู้เกิดแก่ผู้พิจารณาณาน ๓ (ปฐมณาน, ทุตติยณาน, ตติยณาน) มีความยินดีเป็นอารมณ์ และความสุขที่เกิดแก่ผู้พิจารณาณานที่ ๔ มีอุเบกขาเป็นอารมณ์บรรดาสุข ๒ อย่างนี้สุขที่เกิดจากณานมีอุเบกขาเป็นอารมณ์เป็นเลิศ”<sup>๕๖</sup>

“นัยที่ ๑๓ ความสุขที่มีรูปฌานเป็นอารมณ์และความสุขที่มีรูปฌานเป็นอารมณ์”<sup>๕๗</sup> จากข้อความข้างต้น สามารถสรุปได้ตามตารางดังนี้

### ตารางที่ ๑ ความสุขที่จัดเป็นคู่

นัยที่ ๑ ความสุขของคฤหัสถ์	ความสุขของบรรพชิต
นัยที่ ๒ ความสุขจากกามคุณ	ความสุขจากการบรรพชา
นัยที่ ๓ ความสุขที่เจือด้วยกิเลส	ความสุขที่ไม่เจือกิเลส คือ สุขที่ไม่มีอุปธิ
นัยที่ ๔ ความสุขที่มีอาสวกิเลส	ความสุขที่ไม่มีอาสวกิเลส สุขที่ไม่มีอาสวะ
นัยที่ ๕ ความสุข ที่เจือด้วยอามิส	ความสุขที่ไม่เจืออามิส
นัยที่ ๖ ความสุขของปุถุชน	ความสุขของพระอริยะ
นัยที่ ๗ ความสุขทางกาย	ความสุขทางใจ
นัยที่ ๘ ความสุขที่เกิดจากณานที่ ๑-๒ เป็นความสุขที่มีปิติ	ความสุขที่ไม่มีปิติ หมายถึงสุขในตติยณานและจตุตถณาน
นัยที่ ๙ สุขที่เกิดจากความยินดี	ความสุขที่เกิดจากอุเบกขา
นัยที่ ๑๐ ความสุขในสมาธิ	ความสุขของสมาธิสุข
นัยที่ ๑๑ ความสุขที่เกิดแก่ผู้พิจารณาณาน ๒ มีปิติเป็นอารมณ์	ความสุขที่เกิดจากณานไม่มีปิติเป็นอารมณ์
นัยที่ ๑๒ ความสุขที่เกิดแก่ผู้เกิดแก่ผู้พิจารณาณาน ๓ มีความยินดีเป็นอารมณ์	ความสุขที่เกิดแก่ผู้พิจารณาณานที่ ๔ มีอุเบกขาเป็นอารมณ์
นัยที่ ๑๓ ความสุขที่มีรูปฌานเป็นอารมณ์	ความสุขที่มีรูปฌานเป็นอารมณ์

<sup>๕๕</sup> อัง.ทูก.อ. (ไทย) ๒/๗๕/๖๑, อัง.ทูก. (ไทย) ๒๐/๗๕/๑๐๔.

<sup>๕๖</sup> อัง.ทูก.อ. (ไทย) ๒/๗๓-๗๕/๖๑.

<sup>๕๗</sup> อัง.ทูก. (ไทย) ๒๐/๗๗/๑๐๕.

สรุปได้ว่า สุขในปัจจุบันในพระสูตรนั้น เป็นความสุขของผู้อยู่ในฌาน ซึ่งจะสอดคล้องกับความสุข ในสุขวรรคที่อ้างมานี้ ที่ได้จัดแยกมาเป็นคู่ ๆ ให้เห็นว่า สุขในปัจจุบันของผู้อยู่ในฌานเป็นเลิศกว่า ฉะนั้นผู้บรรลุธรรมมักนิยมเข้าไปแสวงความสุขในฌาน ซึ่งเป็นอารมณ์ปรมาตม์เป็นความสุขทางใจล้วน ๆ ที่ปราศจากอามิส ไม่มีกิเลสเจือปน ไม่มีความเศร้าหมองทางจิตใจ ไม่มีอาสวะ หมายถึงความสุขที่มีนิพพานเป็นอารมณ์ เป็นที่อยู่ของพระอริยะทั้งหลาย เรียกว่าทิฏฐธรรมสุขวิหาร

#### ๒.๒.๔ ญาณทัตสนะ

ข้อความบาลีในพระสูตรว่า “สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา ญาณทัตสนะปฏิลาภาย ส่วตตติ อตถิ ภิกขเว” มีความหมายว่า สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อได้ ญาณทัตสนะ<sup>๕๘</sup>

จากข้อความดังกล่าวข้างต้นนั้น ญาณทัตสนะ หมายถึง การเห็น กล่าวคือการหยั่งรู้ การเห็นที่เป็นญาณหรือเห็นด้วยญาณอย่างต่ำสุด<sup>๕๙</sup>

ญาณทัตสนะ ในพระสูตรหมายถึง ทิพจักขุญาณ เป็นวิธีปฏิบัติเพื่อ ญาณทัตสนะคือ มนสิการ และ อธิษฐาน ๒ ประการ ต่อเนื่อง มีใจ สงัด ปราศจากเครื่องรัดรั้งจิต เห็นกลางวันเช่น กลางคืน เห็นกลางคืนเช่นกลางวัน เห็นทั้งสองอย่างมิได้แตกต่างกัน หรือ หมายถึง อาโลกสัญญา คือ ความสำคัญในแสงสว่าง กำหนดหมายแสงสว่าง คือ ตั้งความกำหนดหมายแสงสว่าง คือ ตั้งความกำหนดหมายว่ากลางวันไว้ในใจ ให้เหมือนกันทั้งในเวลากลางวันและกลางคืน เป็นวิธีแก้งว้างอย่างหนึ่ง<sup>๖๐</sup>

ข้อความในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า ญาณในมรรค ๔ คือ โสดาปัตติมรรค ๑ สกทาคามิมรรค ๑ อนาคามิมรรค ๑ อรหัตตมรรค ๑ เหล่านี้ เรียกชื่อว่า ญาณทัตสนะวิสุทธิ<sup>๖๑</sup>

ญาณทัตสนะ เรียกอีกชื่อว่า ญาณ ๓ อันมีปริวิภูมฺ ๓ หรือ ปริวิภู ๓ แห่งญาณทัตสนะ หมายถึง การหยั่งรู้หยั่งเห็นครบ ๓ รอบ กล่าวคือ (๑) สัจญาณ หยั่งรู้สัจจะ คือความหยั่งรู้อริยสัจ ๔ (๒) กิจญาณ หยั่งรู้กิจ คือ ความหยั่งรู้หน้าที่ที่จะต้องทำต่ออริยสัจ ๔ (๓) กตญาณ หยั่งรู้การอันทำแล้ว คือ ความหยั่งรู้ว่า กิจอันจะต้องทำในอริยสัจ ๔ แต่ละอย่างนั้น ได้ทำเสร็จแล้ว<sup>๖๒</sup>

<sup>๕๘</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๑/๖๘.

<sup>๕๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๙๑.

<sup>๖๐</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๕๒.

<sup>๖๑</sup> วิสุทธิ. (ไทย) ๘๐๖/๑๑๓๑.

<sup>๖๒</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, หน้า ๘๕๖.

พระพุทธเจ้าทรงมีญาณทัศนะตามความเป็นจริง ในอริยสัจ ๔ ครบบริบูรณ์ ๓ มีอาการ ๑๒ คือได้ความรู้แจ้งครบ ๑๒ รายการแล้ว จึงปฏิญาณพระองค์ได้ว่า ทรงบรรลุอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณแล้ว

สรุปได้ว่า ญาณทัสสนะ เป็นการเห็น การเห็นที่เป็นญาณหรือเห็นด้วยญาณอย่างต่ำสุด ยังหมายรวมไปถึงวิปัสสนาญาณ ทิพจักขุญาณ มรรคญาณ ผลญาณ ปัจเจกขณญาณ สูงสุดถึง สัพพัญญุตญาณ แม้ความเห็นที่บริสุทธิ์หรือทิฏฐิวินิสุทธิตกัก็เรียกว่าญาณทัสสนะได้ ในงานวิจัยเล่มนี้ จะกล่าวถึง ทิพจักขุญาณ

### ๒.๒.๕ สติสัมปชัญญะ

ข้อความบาลีในพระสูตรว่า “สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา สติสมปชฌณาย สวตตติ อตถิ ภิกขเว” มีความหมายว่า สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อ สติสัมปชัญญะ<sup>๖๓</sup>

ในพระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ และ พระอภิธรรมปิฎก อัมมสังคณี ได้กล่าวถึง สติ ไว้ว่า “สติ ความตามระลึก ความหวนระลึก สติ กิริยาที่ระลึก ความระลึก ความทรงจำ ความไม่เลือนลหาย ความไม่หลงลืม สติ สตินทรีย์ สติพละ สัมมาสติ นี้เรียกว่า สติ”<sup>๖๔</sup> ธรรมชาติที่มีความระลึกได้ในอารมณ์ที่เกี่ยวข้องด้วยกุศลธรรม เรียกว่า สติ<sup>๖๕</sup>

สติ ตามความหมายในทางพุทธศาสตร์แปลว่า ความระลึกได้, นึกได้, ความไม่เผลอ, การคุมใจไว้กับกิจ หรือคุมจิตไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้องหรือการปฏิบัติตนเอง สติเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในการปฏิบัติในทางพระพุทธศาสนา เช่น สติในมรรค ๘ หรือ สติในโพชฌงค์ ๗ สติในสติปัฏฐาน ๔ เป็นต้น อันเป็นเหตุปัจจัยอันสำคัญยิ่งในการที่จะบรรลุถึงจุดหมายในการดับทุกข์ หรือความจางคลายหายจากทุกข์ ในที่นี้ผู้เขียนจะกล่าวจำเพาะเจาะจงลงไป ในเรื่องเกี่ยวกับการปฏิบัติ โดยเฉพาะสติให้เห็นเวทนาและจิตเป็นสำคัญ สติ ก็คือ กิริยาหรืออาการหนึ่งของจิตนั่นเองที่ทำหน้าที่ระลึกได้หรือสำนึกพร้อม เป็นหนึ่งในเจตสิก ๕๒ (ข้อที่ ๒๙) เป็นสังขารชั้น ๓ คือการกระทำทางใจหรือจิตอย่างหนึ่ง และเป็นสังขารชั้นที่พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญยิ่งว่า “สติมีประโยชน์ในที่ทั้งปวง” จึงเป็นภาเวตัพพธรรม สิ่งที่ควรภาวนาคือทำให้เจริญขึ้น

<sup>๖๓</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๑/๖๘.

<sup>๖๔</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๒๔/๓๙๓, อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๓๕๖/๓๓๙.

<sup>๖๕</sup> พระสัทธัมมโชติกะ อัมมจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖ จิต เจตสิก รูป นิพพาน, หลักสูตรชั้นจุฬารามิกตรี, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๓๘.

นอกจากนี้นักวิชาการในพระพุทธศาสนายังได้แสดงความหมายของสติไว้ ดังนี้

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายของคำว่า สติ ไว้ว่า ความระลึกได้ นึกได้ ความไม่เผลอ การคุมใจไว้กับกิจที่ทำหรือกุ่มจิตไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้องแนแนได้<sup>๖๖</sup>

พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหาภิกษุฐานจริยะ ได้ให้คำจำกัดความของคำว่า สติ ไว้ว่า สติเป็นอาวุธที่ใช้ประหารกิเลสที่มีพื้นฐานมาจากโลภะ โทสะ โมหะเป็นเหตุให้จิตขุ่นมัว<sup>๖๗</sup>

พระธรรมธีรราชฆานามุนี (โชดก ญาณสิริ) ได้นิยาม คำว่า สติ ไว้ว่า นักปฏิบัติประกอบด้วยสติ รักษาตนให้พ้นภัยกิเลส ระลึกได้ก่อนทำ ก่อนพูด ก่อนคิด เป็นพลัง ได้แก่ ความไม่หวั่นไหวต่อความประมาท<sup>๖๘</sup>

พระครูสังฆรักษ์พิรุฑธ ญาณวโร (อ่อนคุณ) ได้วิจัยพบว่า สติสัมปชัญญะ คือความระลึกได้ ความไม่เผลอ การควบคุมจิต หรือความไม่ประมาท เป็นธรรมมีอุปการะมาก นั่นก็คือมีสติสัมปชัญญะอยู่กับทวาร ทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ในขณะที่มีอารมณ์มากระทบ<sup>๖๙</sup>

จากข้อความข้างต้นนั้น สติสัมปชัญญะ หมายถึง ความรู้ตัวทั่วพร้อม ความรู้ตระหนักรู้ชัดเข้าใจชัด ซึ่งสิ่งที่นึกได้ มักมากคู่กับสติ<sup>๗๐</sup> โดยกิจหน้าที่ คือ “รู้ถึงที่สุดอย่างแจ่มแจ้ง” หมายความว่า รู้ปัจจุบัน รู้รูปนาม รู้พระไตรลักษณ์ เมื่อว่าโดยการกำจัดกิเลส แปลว่า “รู้ชัดกิเลส” หมายความว่า เมื่อผู้ปฏิบัติได้รู้รูปนาม รู้เหตุปัจจัยของรูปนาม รู้พระไตรลักษณ์ รู้ความเกิดดับของรูปนาม รู้เฉพาะความดับไปของรูปนาม รู้ทุกขโทษของรูปนาม เบื่อหน่ายในรูปนาม

สติเป็นตัวดึง ตัวเกาะจับสิ่งที่จะมองจะดูจะรู้เอาไว้ สัมปชัญญะ คือ ปัญญา ที่รู้ชัดต่อสิ่งหรืออาการที่ถูกมองหรือตามดูนั้น โดยตระหนักรู้ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีความมุ่งหมายอย่างไร เช่น ขณะเดิน ก็มีสติให้ใจอยู่พร้อมหน้ากับการเดิน และมีสัมปชัญญะที่รู้พร้อมอยู่กับตัวว่า กำลัง

<sup>๖๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๙๖.

<sup>๖๗</sup> พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหาภิกษุฐานจริยะ ดร., จตตวโร สติปัญญา, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: หอรัตนชัยการพิมพ์, ๒๕๕๑), หน้า ๙.

<sup>๖๘</sup> พระธรรมธีรราชฆานามุนี (โชดก ญาณสิริ), โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์สัมปชัญญะ, ๒๕๔๙), หน้า ๑๐๐.

<sup>๖๙</sup> พระครูสังฆรักษ์พิรุฑธธ ญาณวโร (อ่อนคุณ), “ศึกษาสติสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

<sup>๗๐</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๔๓๔.



เดินไปไหน อย่างไร เพื่ออะไร รู้ตระหนักรู้ภาวะและสภาพของผู้เดิน และสิ่งที่เกี่ยวข้องในการเดิน นั้น เป็นต้น เข้าใจสิ่งนั้นหรือการกระทำนั้นตามความเป็นจริงโดยไม่เอาความรู้สึกชอบใจหรือไม่ชอบใจเป็นต้นของตน เข้าไปปะปนหรือปรุงแต่ง<sup>๗๑</sup>

#### ประเภทของสติสัมปชัญญะ

(๑) บุคคลเชื่อว่าเป็นผู้ประกอบด้วยสติ-สัมปชัญญะเมื่อ ทำความรู้สึกตัวในการก้าว ในการถอย ในการแล ในการเหลียว ในการคู้เข้า ในการเหยียดออก ในการทรงสังขมาภิ ภาตรและจีวร ในการฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม ในการถ่ายอุจจาระปัสสาวะ ย่อมทำความรู้สึกตัวในการเดิน การยืน การนั่ง การหลับ การตื่น การพูด การนิ่ง

(๒) ผลแห่งสติ-สัมปชัญญะ เมื่อสติ-สัมปชัญญะมีอยู่ หิริและโอตตปปะชื่อว่ามีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยสติและสัมปชัญญะ เมื่อหิริและโอตตปปะมีอยู่ อินทริยสังวรชื่อว่ามีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยหิริและโอตตปปะ เมื่ออินทริยสังวรมีอยู่ ศीलชื่อว่า มีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยอินทริยสังวร เมื่อศีลมีอยู่ สัมมาสมาธิชื่อว่ามีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยศีล เมื่อสัมมาสมาธิมีอยู่ ยถาภูตญาณทัสนะชื่อว่ามีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยสัมมาสมาธิ เมื่อยถาภูตญาณทัสนะมีอยู่ นิพพิทาวีราคะชื่อว่า มีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยยถาภูตญาณทัสนะ เมื่อนิพพิทาวีราคะมีอยู่ วิมุตติญาณทัสนะ ชื่อว่ามีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยนิพพิทาวีราคะ

#### ผลแห่งการไม่มีสติ-สัมปชัญญะ

เมื่อสติสัมปชัญญะไม่มี หิริและโอตตปปะชื่อว่ามีเหตุอันบุคคลผู้มีสติและสัมปชัญญะ วิตติกำจัดเสียแล้ว เมื่อหิริและโอตตปปะไม่มี อินทริยสังวรชื่อว่ามีเหตุอันบุคคลผู้มีหิริและโอตตปปะวิตติกำจัดเสียแล้ว เมื่ออินทริยสังวรไม่มี ศीलชื่อว่ามีเหตุอันบุคคลผู้มีอินทริยสังวรวิตติกำจัดเสียแล้ว เมื่อศีลไม่มี สัมมาสมาธิชื่อว่ามีเหตุอันบุคคลผู้มีศีลวิตติกำจัดเสียแล้ว เมื่อสัมมาสมาธิไม่มี ยถาภูตญาณทัสนะชื่อว่ามีเหตุอันบุคคลผู้มีสัมมาสมาธิวิตติกำจัดเสียแล้ว เมื่อยถาภูตญาณทัสนะไม่มี นิพพิทาวีราคะชื่อว่ามีเหตุอันบุคคลผู้มียถาภูตญาณทัสนะวิตติกำจัดเสียแล้ว เมื่อนิพพิทาวีราคะไม่มี วิมุตติญาณทัสนะ ชื่อว่ามีเหตุอันบุคคลผู้มีนิพพิทาวีราคะวิตติกำจัดเสียแล้ว<sup>๗๒</sup>

<sup>๗๑</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๓๖๙.

<sup>๗๒</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๘๑/๔๐๕.

สมปชาโนเป็นการรู้ปัจจุบัน เช่น ในขณะที่ตาเห็น หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส ภายถูกเย็น ร้อน อ่อน แข็ง มีสติกำหนด รู้อยู่เฉพาะปรมาตมธรรม คือ รูปกับนามเท่านั้น ไม่ให้เลยไปถึงบัญญัติ เพราะกิเลสอาศัยบัญญัติเกิด กิเลสอาศัยอารมณ์อดีต อาศัยอารมณ์อนาคตเกิด ไม่อาศัยอารมณ์ปัจจุบันเกิด รู้รูปนาม เช่น ขณะตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง ชันธ ๕ เกิดแล้ว ชันธ ๕ นั้น แหละเป็นรูปกับนาม ปัญญาที่รู้ว่า ขณะตาเห็น หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส ภายถูกเย็น ร้อน อ่อน แข็ง มีเพียง ๒ อย่างนี้คือ รูปกับนาม

ความสำคัญของสติ และสัมปชัญญะ สติเป็นธรรมที่มาในหมวดเดียวกันกับสัมปชัญญะ ขาดเสียตัวใดตัวหนึ่งไม่ได้ เมื่อมีสติสมบูรณ์แล้วเท่านั้น จึงจะเกิดสัมปชัญญะขึ้นได้ เพราะสติ และสัมปชัญญะเป็นธรรมที่มีอุปการะมากต่อท่านผู้ปฏิบัติทั้งทาง สมถะและวิปัสสนา เมื่อกล่าวถึงเรื่อง สติแล้ว ก็ย่อมนึกถึงหมวดธรรมที่กล่าวถึงหลักของ สติ และสัมปชัญญะ ไว้ในส่วนหนึ่งของ สติปัฏฐาน ๔ ในการพิจารณาในกาย เวทนา จิต และธรรม ดังปรากฏพุทธภาษิต ว่า

ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางสายเดียวเพื่อ ความบริสุทธิ์ ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะ และปริเทวะ เพื่อดับทุกข์ และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพานเพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางสายนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ สติปัฏฐาน ๔ ประการ มีอะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้<sup>๗๓</sup>

๑) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้

๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้

๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้

๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้

สมปชณฺถ มีความหมาย ๕ ประการคือ ๑) ความรู้ชอบโดยประการต่าง ๆ ๒) ความรู้ชอบโดยพิเศษ ๓) ความรู้ชอบอย่างบริบูรณ์โดยประการต่าง ๆ ๔) ความรู้เองโดยประการต่างๆ ๕) ความรู้ชอบอย่างบริบูรณ์โดยพิเศษ<sup>๗๔</sup> และได้อธิบายเรื่องจิตวิสุทธิ ไว้ในหนังสือ “วิปัสสนานัย เล่ม ๑”

<sup>๗๓</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๖/๑๐๑.

<sup>๗๔</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลและเรียบเรียง โดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๗), หน้า ๑๑๐.

ว่า จิตตวิสุทธิ คือ ความหมดจดแห่งจิต แม้คำนี้จะกล่าวถึงจิต ก็หมายถึงสมาธิที่เกิดร่วมกับจิต เพราะเมื่อสมถสมาธิหรือวิปัสสนาสมาธิมีกำลังแก่กล้า นิเวศน์ ๕ ที่รบกวนจิตย่อมไม่เกิดแทรกขึ้น จะมีเพียงสมาธิที่แน่วแน่อยู่ในสมถารมณ์หรือวิปัสสนารมณ์เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง สมาธิดังกล่าว เป็นจิตตวิสุทธิอย่างแท้จริงจิตที่มีสมาธิเกิดร่วมนั้นย่อมจะหมดจดจากนิเวศน์ด้วยกำลังของสมาธิ<sup>๗๕</sup>

สรุปดังนั้น สติสัมปชัญญะเป็นธรรมที่มีอุปการะมากต่อผู้ปฏิบัติทั้งทาง สมถและวิปัสสนาสามารถกำจัดอกิฆมา และโทมนัสในโลกได้ ถ้าสติสัมปชัญญะสมบูรณ์การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ก็จะสมบูรณ์ ทำให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งเกิดวิมุตติหลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวง

### ๒.๒.๖ ชั้นที่ ๕

ข้อความบาลีในพระสูตร ว่า

สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา อาสวาน ขยาย สวตตติ อธิ ภิกขเว ภิกขุ ปญจสุ อูปาทาน กุขนเรสุ อุกทพพยานุสสี วิหริติ “อติ รูป, อติ รูปสส สมุทโย, อติ รูปสส อตถงคโม. อติ เวทนา, อติ เวทนา สมุทโย, อติ เวทนา อตถงคโม, อติ สญญา. อติ สญญา สมุทโย, อติ สญญา อตถงคโม, อติ สงขารา, อติ สงขารา สมุทโย, อติ สงขารา อตถงคโม. อติ วิญญาณ, อติ วิญญาณสส สมุทโย, อติ วิญญาณสส อตถงคโม ตี.

มีความหมายว่า คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้มีปกติเห็นความเกิดขึ้นความ เป็นไปใน อูปาทาน ชั้นที่ ๕ อยู่ว่า

รูปเป็นอย่างนี้ ความเกิดขึ้นแห่งรูปเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งรูปเป็นอย่างนี้ เวทนาเป็นอย่างนี้ ความเกิดขึ้นแห่งเวทนาเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งเวทนาเป็นอย่างนี้ สัญญาเป็นอย่างนี้ ความดับสัญญาเป็นอย่างนี้ สังขารเป็นอย่างนี้ ความเกิดขึ้นแห่งสังขารเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งสังขารเป็นอย่างนี้ วิญญาณเป็นอย่างนี้ ความเกิดขึ้นแห่งวิญญาณเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งวิญญาณเป็นอย่างนี้ สมาธิภาวนานี้ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้น อาสวะ<sup>๗๖</sup>

<sup>๗๕</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ) รจนา, **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (นนทบุรี: บริษัท ไทยร่มเกล้า จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๕๙.

<sup>๗๖</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๑/๖๙.

จากข้อความดังกล่าวข้างต้นนั้น ชั้นนี้<sup>๗๗</sup> หมายถึง กองแห่งรูปธรรมและนามธรรม ๕ หมวดที่ประชุมกันเข้าเป็นหน่วยรวม ซึ่งบัญญัติเรียกว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา-เขา ที่รวมเข้าเป็นชีวิต<sup>๗๘</sup> ประกอบด้วยธรรม ๕ ประการ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

รูป คือ รูปร่างใดอย่างหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน ภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีต โกลหรือใกล้ก็ตาม นี้เรียกว่า รูปชั้นนี้<sup>๗๙</sup> รูป แปลว่า สิ่งที่ชำรุด ทรุคโทรม สิ่งที่แตกสลาย สิ่งที่แปรผันได้ หมายถึง รูปร่างที่มองเห็นได้ด้วยตา คือ ร่างกายหรือตัวตนของคน สัตว์ สิ่งของ อันเกิดขึ้นจากการรวมตัวกันของธาตุ ๔ ได้แก่ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม

เวทนา<sup>๘๐</sup> แปลว่า ความเสวยอารมณ์ การรับรู้อารมณ์หรือสิ่งมากระทบสัมผัสทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้แก่ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง แล้วเกิดความรู้สึกจากการกระทบสัมผัสนั้นอย่างใดอย่างหนึ่งใน ๓ อย่าง คือ

๑. ความรู้สึกที่สุข เช่นดีใจ เบิกบานใจ
๒. ความรู้สึกที่ทุกข์ เช่นเสียใจ ไม่สบายใจ
๓. ความรู้สึกเฉย ๆ คือไม่สุขไม่ทุกข์ ไม่ดีใจ ไม่เสียใจ

สัญญา แปลว่า ความจำได้ ความหมายรู้ได้ หมายถึงระบบความจำที่สามารถจำคน จำ สัตว์ สิ่งของ และเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ เช่น จำสิ่งที่ได้เห็น จำเสียงที่ได้ยิน จำกลิ่นได้หอม จำรสที่ได้ลิ้ม หรือจำสิ่งในอดีตที่ผ่านมาได้<sup>๘๑</sup>

สังขาร แปลว่า การปรุงแต่ง หมายถึง สิ่งปรุงแต่งจิต ระบบคิดปรุงแต่ง แยกแยะสิ่งที่รู้สึกและจำได้ ซึ่งก็ได้แก่ความคิด ความรู้สึกปกติทั่วไปของคนเรา เช่นรัก ชัง โกรธ ละอายใจ ยอยาก ได้ เป็นต้น ได้แก่ เจตสิกธรรม คือ สิ่งประกอบจิตอยู่ เกิดดับพร้อมกับจิต รับอารมณ์อย่างเดียวกับจิต เป็นส่วนดีที่เรียกว่ากุศลบ้าง เป็นส่วนไม่ดีที่เรียกว่าอกุศลบ้าง เป็นส่วนกลาง ๆ ไม่ดีไม่ชั่วที่เรียกว่าอัพยากฤตบ้าง<sup>๘๒</sup>

<sup>๗๗</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๕/๒๙๙.

<sup>๗๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๑๖.

<sup>๗๙</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒/๑-๑๓.

<sup>๘๐</sup> พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙ ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษา พุทธศาสตร์ ชุดคำวัด, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๔๘), หน้า ๙๓๙.

<sup>๘๑</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๐๗๐.

<sup>๘๒</sup> อ้างแล้ว, หน้า ๑๐๓๘.

วิญญาณ หมายถึง ความรู้แจ้ง ได้แก่ธาตุรู้ (วิญญาณธาตุ) และระบบการรับรู้ของจิต หลังจากที่ได้สัมผัสกับอารมณ์หรือสิ่งที่มีกระทบสัมผัสทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นระบบ การรับรู้ที่เกิดจากประสาทสัมผัส เช่นเมื่อตาได้สัมผัสกับรูปคือได้เห็นรูป เกิดการรับรู้ขึ้น การรับรู้ นั้นแหละ คือสิ่งที่เรียกว่า วิญญาณ

สรุป ชั้นที่ ๕ จัดเป็นกองรูปธรรมและนามธรรม ๕ หมวด คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ที่ประชุมกันเข้าเป็นหน่วยรวม มีคำบัญญัติเรียกว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา-เขา ที่รวมเข้าเป็นชีวิต สัตว์โลกทั้งหลายมัก ยึดถือร่างกาย หรือรูปชั้นห้าว่าเป็นเรา ของเรา เป็นของเที่ยง แต่ว่าร่างกายเป็นอุปาทานชั้นหกของหนึ่ง การที่จะละอุปาทาน ต้องเจริญสติปัญญา ๔ จนเกิด วิปัสสนาญาณ คลายอุปาทาน คลายความยึดมั่น จนกระทั่งพบดินแดนอันเกษม คือพระนิพพาน

### ๒.๒.๗ ไตรลักษณ์

ข้อความบาลีในพระสูตรว่า

สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุสิกขา สติสมปชฌณาย สวตตติ อธิ ภิกขเว ภิกขุโน วิทิตา เวทนา อุปปชชนติ วิทิตา ติฏฐนติ วิทิตา อพทตถ คจฉนติ วิทิตา สณณวา วิทิตา วิตกกา อุปปชชนติ วิทิตา ติฏฐนติ วิทิตา อพทตถ คจฉนติ อโย ภิกขเว” มีความหมายว่า คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้รู้แจ้งเวทนาที่เกิดขึ้น รู้แจ้งเวทนาที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งเวทนาที่ดับไป รู้แจ้งสัญญาที่เกิดขึ้น รู้แจ้งวิตกที่เกิดขึ้น รู้แจ้งวิตกที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งวิตกที่ดับไป สมาธิภาวนานี้ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ<sup>๘๓</sup>

ไตรลักษณ์ หมายถึง ลักษณะ ๓ อาการที่เป็นเครื่องกำหนดหมาย ๓ อย่าง อันให้รู้ถึงความจริงของสภาวะธรรมทั้งหลาย ที่เป็นอย่างนั้น ๆ ตามธรรมดาของมัน จึงเรียกว่า สามัญญลักษณะ หรือ สามัญญลักษณ์ ลักษณะทั้ง ๓ เหล่านี้ ปราภฏอยู่ตามธรรมดาที่แน่นอน เป็นไปตามกฎธรรมชาติ คือ ธรรมนิยาม<sup>๘๔</sup>

สิ่งที่มีประจำอยู่ในตัวของสังขารทั้งปวงเป็นธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ ๓ อย่าง ได้แก่

๑. อนิจจตา (อนิจจลักษณะ) อาการไม่เที่ยง อาการไม่คงที่ อาการไม่ยั่งยืน อาการที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมและสลายไป อาการที่แสดงถึงความเป็นสิ่งไม่เที่ยงของชั้นที่

<sup>๘๓</sup> อก.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๑/๖๙.

<sup>๘๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๗๖.

๒. ทุกขตา (ทุกขลักษณะ) อาการเป็นทุกข์ อาการที่ถูกบีบคั้นด้วยการเกิดขึ้นและสลายตัว อาการที่กดตัน อาการฝืนและขัดแย้งอยู่ในตัว เพราะปัจจัยที่ปรุงแต่งให้มีสภาพเป็นอย่งนั้นเปลี่ยนแปลงไป จะทำให้คงอยู่ในสภาพนั้นไม่ได้ อาการที่ไม่สมบูรณ์ มีความบกพร่องอยู่ในตัว อาการที่แสดงถึงความเป็นทุกข์ของชั้นนี้.

๓. อนัตตตา (อนัตตลักษณะ) อาการของอนัตตา อาการของสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตน อาการที่ไม่มีตัวตน อาการที่แสดงถึงความไม่ใช่ใคร ไม่ใช่ของใคร ไม่อยู่ในอำนาจควบคุมของใคร อาการที่แสดงถึงไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมันเอง อาการที่แสดงถึงความไม่มีอำนาจแท้จริงในตัวเลย อาการที่แสดงถึงความด้อยสมรรถภาพโดยสิ้นเชิง ไม่มีอำนาจกำลังอะไร ต้องอาศัยพึ่งพิงสิ่งอื่น ๆ มากมาย จึงมีขึ้นได้ด้วยรู้พระไตรลักษณ์ คือ รู้ลักษณะทั้ง ๓ ของรูปนาม ได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

ฉะนั้นการรู้พระไตรลักษณ์จึงแบ่งเป็น ๓ ชั้น คือ

๑. รู้พระไตรลักษณ์ขั้นปริยัติ คือ จำจากตำรา เช่น เวลาทำวัตรว่า “รูป อนิจจัง” รูปไม่เที่ยง เวทนา อนิจจา เวทนาไม่เที่ยง เป็นต้น

๒. รู้พระไตรลักษณ์ขั้นปฏิบัติ อยู่ในเกณฑ์จินตามยญาณ คือ รู้อุปนามได้ดี หายข้องใจสงสัยในคำว่า รูปนามจริง ๆ เกิดขึ้นเพราะการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน รู้ความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาของรูปนาม

๓. รู้พระไตรลักษณ์ขั้นภาวนามยญาณ ได้แก่ เห็นความเกิดดับของรูปนามชัดเจนปราศจากการจำตามตำรา การนึกคิด<sup>๘๕</sup>

จากข้อความในพระสูตรข้างต้นกล่าวว่า รู้แจ้งเวทนาที่เกิดขึ้น รู้แจ้งเวทนาที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งเวทนาที่ดับไป อาการที่รู้แจ้งการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ของเวทนานั้น เป็นการรู้แจ้งพระไตรลักษณ์นั่นเอง จึงเป็นการรู้แจ้งในขั้นภาวนามยญาณ เพราะเห็นความเกิดดับของรูปนามชัดเจนโดยที่ไม่เข้าไปปรุงแต่ง

### ๒.๓ สรุปร้อยบาย

สมาธิภาวนาสูตรเป็นพระสูตรว่าด้วยเรื่องสมาธิภาวนา หมายถึง สมาธิภาวนาที่มีจุดประสงค์ ๔ ประการ เป็นสูตรในลำดับที่ ๑ ในโรหิตสวรรค ปฐมปณณาสก์ ในกลุ่มโรหิตสวรรคนี้ว่าด้วยสมาธิภาวนาที่มีจุดประสงค์ ๔ ประการคือ (๑) เพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน (๒) เพื่อญาณทัสสนะ

<sup>๘๕</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙), คำบรรยายเรื่อง วิปัสสนากรรมฐาน (มหาสติปัฏฐาน), พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๗๒-๗๕.

(๓) เพื่อสติสัมปชัญญะ (๔) เพื่อความสิ้นอาสวะ มีหลักธรรม ๗ ข้อ ได้แก่ (๑) สมาธิภาวนา (๒) ฌาน (๓) สุขในปัจจุบัน (๔) ญาณทัสสนะ (๕) สติสัมปชัญญะ (๖) ชั้นธ ๕ (๗) ไตรลักษณ์ มีนิทานวจนะหรือที่มา คือไม่ปรากฏสถานที่และบุคคล เป็นการตรัสตามอัธยาศัยของพระพุทธองค์ สมาธิภาวนาสูตร ปรากฏเพียงแห่งเดียว คือ ในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๑ พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต เป็นการจัดพระสูตรรวมเข้าเป็นหมวด ๆ ซึ่งมีหลักธรรมที่ปรากฏ ๗ ข้อตามนัยแห่งจตุกกนิบาต พระธรรมสังฆาจารย์จัดอยู่ใน พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต โรหิตัสสวรรณ ซึ่งใน โรหิตัสสวรรณ แปลว่า หมวดว่าด้วยโรหิตัสสเทพบุตร ซึ่งวรรคนี้ตั้งตามชื่อพระสูตรที่ ๕ -๖ ในวรรคนี้

หลักธรรมที่ปรากฏในพระสูตรนี้ มี ๗ ข้อด้วยกัน คือ สมาธิ ฌาน สุขในปัจจุบัน ญาณทัสสนะ สติสัมปชัญญะ ชั้นธ ๕ ไตรลักษณ์ เป็นหลักธรรมที่มีความเกี่ยวเนื่องกัน เมื่อเจริญสมาธิให้มากแล้วย่อมเกิดผล คือ ฌาน ฌานมีองค์ธรรม ๕ อย่างด้วยกัน คือ วิตก วิจาร ปิติ สุข เอกัคคตา ย่อมมีอานิสงส์ เป็นสุขในปัจจุบัน เมื่อเจริญให้มากแล้ว ย่อมยังผล ถึงญาณทัสสนะ แล้วสมาธิย่อมเป็นบาทฐานต่อการยกขึ้นสู่วิปัสสนา โดยเจริญตามแนวสติปัฏฐาน ๔ มีชั้นธ ๕ เป็นอารมณ์ พิจารณาถึงความเกิดดับของรูปนามชั้นธ ๕ คือไตรลักษณ์

เมื่อมีสติสัมปชัญญะ มีhiriและโอดตปปะชื่อว่ามีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ ด้วยสติและสัมปชัญญะ เมื่อhiriและโอดตปปะมีอยู่ อินทริยสังวรชื่อว่ามีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยhiriและโอดตปปะ เมื่ออินทริยสังวรมีอยู่ ศีลชื่อว่ามีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยอินทริยสังวร เมื่อศีลมีอยู่ สัมมาสมาธิชื่อว่ามีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยศีล เมื่อสัมมาสมาธิมีอยู่ ยถาภูตญาณทัสสนะชื่อว่ามีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยสัมมาสมาธิ เมื่อยถาภูตญาณทัสสนะมีอยู่ นิพพิทาวีระคะชื่อว่ามีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยยถาภูตญาณทัสสนะ เมื่อนิพพิทาวีระคะมีอยู่ วิมุตติญาณทัสสนะ ชื่อว่ามีเหตุสมบุรณ์ ย่อมมีแก่บุคคลผู้สมบุรณ์ด้วยนิพพิทาวีระคะ

สมาธิภาวนาสูตร จึงเป็นพระสูตรที่ว่าด้วยอานิสงส์ของสมาธิเริ่มตั้งแต่ ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตุตติยฌาน และจตุตถฌาน จนถึง นิพพิทา และวีระคะ จากการศึกษาดังกล่าวนี้ทำให้สันนิษฐานได้ว่าเป็นการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแบบสมถยานิก คือการปฏิบัติวิปัสสนาโดยมีสมถนำหน้า โดยหลักธรรมสำหรับปฏิบัติเพื่อให้เกิดฌานตั้งแต่ปฐมฌาน จนถึง จตุตถฌาน

## บทที่ ๓

### การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิภาวนาสูต

จุดมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คือ การบรรลุธรรมและเข้าสู่นิพพาน เป็นการหยุดเวียนว่ายตายเกิด หลุดพ้นจากทุกข์ในวัฏสงสาร เข้าถึงโลกุตตรธรรม ๘ ประการ คือ มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ การเข้าถึงกระแสแห่งพระนิพพานได้นั้น ในทางพระพุทธศาสนาก็ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ซึ่งเป็นการเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม พระพุทธองค์ทรงแสดงหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาทั้งโดยตรงในพระสูตรต่าง ๆ เช่น มหาสติปัฏฐานสูตรหรือโดยอ้อมด้วยวิธีสมถยานิก เป็นต้น และปรากฏในพระสูตรอื่น ๆ เช่น สมาธิภาวนาสูต ดังนั้นผู้วิจัยจึงนำเสนอตามลำดับ ดังนี้

- ๓.๑ นิยามความหมายวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๒ การเจริญวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๓ แนวทางการเจริญวิปัสสนาในสมาธิภาวนาสูต
- ๓.๔ สรุปท้ายบท

#### ๓.๑ นิยามความหมายวิปัสสนาภาวนา

ในทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค ปรากฏข้อความว่า วิปัสสนา (ความเห็นแจ้ง)<sup>๑</sup> หมายถึง ปัญญาที่กำหนดรู้สังขาร<sup>๒</sup> ปัญญาเห็นแจ้ง หรือความรู้เห็นแจ้ง, เห็นต่าง ๆ, เห็นวิเศษเห็นแปลก ๆ เห็นประหลาด ๆ คือ เห็นสภาวะ และปรากฏการณ์ โดยความไม่เที่ยง มิใช่เห็นโดยความเที่ยง, เห็นโดยความเป็นทุกข์, มิใช่เห็นโดยความเป็นสุข, เห็นโดยความเป็นอนัตตา (ไม่มีตัวตน) มิใช่เห็นโดยมีอัตตา, เห็นโดยความไม่งาม มิใช่เห็นโดยความงาม อันให้ถอนความหลงผิดในสังขารเสียได้ วิปัสสนาภาวนา คือ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดขึ้น ให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัด ภาวะของสิ่งทั้งหลาย ตามที่เป็นของมันเอง

<sup>๑</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๓/๒๕๖.

<sup>๒</sup> อัง.ติก. (ไทย) ๒๐/๑๗๓/๑๒๗, อัง.ติก.อ. (ไทย) ๒/๗๒/๔๑.



วิปัสสนา คือ การเห็นประจักษ์แจ้งพระไตรลักษณ์ในรูปที่เห็น อากาโรที่เคลื่อนไหว ใจที่คิด เป็นต้น เป็นวิธีการปฏิบัติให้เข้าถึงสภาวะดับ สงบเย็น (พระนิพพาน) ได้ ไม่มีหนทางอื่น เป็นหนทางเดียว ที่ดำเนินไปเพื่อความสุขที่แท้จริง สุขถาวร ไม่ต้องกลับมาทุกข์อีก<sup>๓</sup> เป็นข้อปฏิบัติต่าง ๆ ในการอบรมปัญญาให้เข้าใจตามความเป็นจริง (ไม่ใช่เห็นตามที่เราวาดภาพให้เป็นด้วยความชอบ ความซึ้ง ความอยากได้ หรือความขี้ใจของเรา) รู้แจ้งชัด เข้าใจจริง จนถอนความหลงผิด และความยึดติดในสิ่งทั้งหลาย ถึงขั้นเปลี่ยนท่าทีต่อโลกและชีวิตใหม่ในระหว่างการปฏิบัตินั้น ญาณและวิชาความรู้ความเข้าใจถูกต้องที่เกิดขึ้นเรื่อย ๆ เป็นภาวะที่ตรงข้ามกับ อวิชชา กำจัดความหลงผิด ไม่รู้แจ้งไม่รู้จริงให้หมดไป มีความสุขสงบผ่องใสและเป็นอิสระ เพราะพ้นจากอำนาจครอบงำของกิเลส ที่สุดคือ นำไปสู่ความหลุดพ้นที่แท้จริงยั่งยืนถาวร (สมุจเฉทวิมุตติ)<sup>๔</sup>

ในอภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณีปกรณ์ ปรากฏข้อความว่า

วิปัสสนาปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรรความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนรัตนะ ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฐิ<sup>๕</sup>

ในอภิธัมมัตถสังคหะ ปรากฏข้อความว่า

“อนิจจาทิวเสน วิวิธกาเรน ปสสตีติ วิปัสสนา อนิจจานุปัสสนาทิกา ภาวนาปญญา” แปลว่า “ธรรมชาติ ที่ชื่อว่า วิปัสสนา เพราะอรรถวิเคราะห์ว่า เห็นสังขารธรรม โดยอาการต่าง ๆ ด้วยอำนาจอนิจจลักษณะเป็นต้น ได้แก่ ภาวนาปัญญา มือนิจจานุปัสสนาเป็นต้น<sup>๖</sup>

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ได้กล่าวถึงความหมายของคำว่า วิปัสสนา คือ การเจริญปัญญา เข้าไปเห็นแจ้งเป็นพิเศษในสภาวะธรรม (รูปนาม) ตามความเป็นจริง คือเห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่าง ๆ ที่ปรากฏทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยความเป็นรูปนาม และเห็นแจ้งเป็นพิเศษ

<sup>๓</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘.

<sup>๔</sup> สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๔๘, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ผลิตภัณณ์, ๒๕๖๐), หน้า ๓๐๖.

<sup>๕</sup> อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖.

<sup>๖</sup> พระธรรมวโรดม (บุญมา คุณสมฺปนฺโน ป.ธ.๙), **อภิธัมมัตถวิภาวินีแปล**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กาญจนบุรี: ม.ป.ท., ๒๕๕๐), หน้า ๑๘๐.

ในอารมณ์ต่าง ๆ ที่ปรากฏทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยความเป็นของไม่เที่ยง (อนิจจัง) เป็นทุกซ์ (ทุกขะ) ไม่ใช่ตัวตน (อนัตตะ) และไม่สวยงาม (อสุภะ) ที่พิเศษออกไปจากนิจสัญญา วิปลาส สุขสัญญาวิปลาส อตตสัญญาวิปลาส และสุภสัญญาวิปลาส<sup>๗</sup>

สรุปว่า วิปัสสนากาวนา เป็นการอบรมจิตให้เกิดปัญญา เพื่อการเห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ ที่ปรากฏในรูป นาม หรือกำหนดพิจารณา ๔ ฐาน กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นอารมณ์ ให้สติจดจ่ออยู่กับฐานอารมณ์นั้น ๆ จนเกิดปัญญามีความรู้เห็นแจ้ง เห็นสภาวะ และปรากฏการณ์ โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกซ์ เป็นอนัตตา

### ๓.๒ การเจริญวิปัสสนากาวนา

คำว่า “วิปัสสนา” นั้นเป็นชื่อของปัญญา มีหลักการปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ด้วยการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ดังข้อความที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า

“เอกายโน อโย ภิกขเว มคโค สุตตานัง วิสุทฺธิยา โสกปริเทวานัง สมติกกมมาย ทุกฺขโทมนสฺसानัง อตถกมมาย ฌายสฺส อธิคมาย นิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยาย ยทิตฺถํ จตฺตารุ สติปัฏฺฐานา”<sup>๘</sup> แปลเป็นใจความว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกซ์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน ๔ เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัฏฐาน ๔ ประการ”<sup>๙</sup>

ข้อความที่ปรากฏนี้ กล่าวได้ว่า สติปัฏฐานทางนี้เป็นทางเดียว ที่ดำเนินไปสู่จุดหมายเดียว คือ พระนิพพาน<sup>๑๐</sup> เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกซ์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน<sup>๑๑</sup> เพื่อทำให้แจ้งพระนิพพานทางนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔<sup>๑๒</sup>

<sup>๗</sup> สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร), อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๓๖.

<sup>๘</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๓/๓๒๕.

<sup>๙</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๑๐</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๗/๒๑๐.

<sup>๑๑</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๗/๒๑๑.

<sup>๑๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๕/๑๐๑.

เมื่อบุคคลต้องการบรรลุธรรมด้วยการเจริญสติปัฏฐาน เพราะวิปัสสนาญาณและมรรคญาณ อันเป็นปัญญาที่เกิดจากการอบรมจิต เมื่อจิตระลึกรู้สภาวะธรรมล้วน ๆ และมีสมาธิตั้งมั่นอยู่ใน กาย เวทนา จิต ธรรม เห็นความเป็นไตรลักษณ์ เกิดปัญญาที่ร่วมกับสติและสมาธิย่อมจะพัฒนาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ ปัญญาดังกล่าว เรียกว่า ภาวนามยปัญญา ดังที่ปรากฏหลักฐานในคัมภีร์อรรถกถาว่า

“ยสฺมา ปน กายเวทนาจิตตธมฺเมสุ กณฺหิ ธมฺมํ อนามสิตฺวา ภาวนา นาม นตฺถิ, ตสฺมา เตปิ อิมินา มคฺเคน โสภ ปรีเทเว สมตฺกนฺตาทิ เวทิตฺพฺพา.”

อนึ่ง ขึ้นชื่อว่า ภาวนาที่ไม่เนื่องด้วยกาย เวทนา จิต หรือสภาวะธรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมไม่มี ดังนั้น พึงทราบว่ แม้ท่านเหล่านั้นได้ล่วงพ้นความโศกและความรำพันคร่ำครวญด้วยทางสายนี้เอง”

ผู้ที่ยินดีในการเจริญภาวนาแล้วปฏิบัติวิปัสสนาจนเห็นแจ้งอริยสัจ ๔ ด้วยมรรคปัญญา ย่อมบรรลุมรรคผลและนิพพาน เป็นพระอรหันต์ผู้ละกิเลสได้โดยสิ้นเชิง สามารถระงับความโศกเศร้า และความคร่ำครวญ ดับทุกข์ทางกายและโหม่นสทางใจในภพนี้ได้แล้ว เมื่อได้ปรินิพพานแล้วก็ไม่เวียนว่ายตายเกิดในภพใหม่ได้รับทุกข์ และโหม่นสอีก เป็นผู้บรรลุมรรคญาณ<sup>๑๓</sup>

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อการรู้แจ้งพระนิพพานตามแนวของพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้แก่ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ เพื่ออบรมจิตให้มีปัญญาจนถึงมรรคจิต<sup>๑๔</sup>

ดังนั้น สติปัฏฐานจึงเป็นหลักสำคัญในการปฏิบัติธรรมเพื่อความพ้นทุกข์ นักปฏิบัติผู้เจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน ย่อมหยั่งเห็นว่าเป็นเพียงสภาวะธรรมโดยปราศจากรูปร่าง สัญฐาน จิตของเขา ย่อมหมดจดจากกิเลส คือความโลภที่พอใจ ความโกรธที่ไม่พอใจและความหลงที่ไม่เท่าทันตามความเป็นจริงได้ชั่วขณะด้วยวิปัสสนาญาณ บางคนเศร้าโศก คร่ำครวญ รำพันพลัดพรากจากบุคคลที่รัก พวกเขา ย่อมล่วงพ้นความทุกข์ใจเช่นนั้นได้ด้วยสติปัฏฐาน เช่น สันตติ อามาทย์ที่เศร้าโศกเสียใจเพราะการเสียชีวิตของหญิงนักฟ้อนรำหรือ นางปฎาจารย์ผู้เสียใจต่อการเสียชีวิตของสามี บุตร และ บิดามารดา ท่านเหล่านั้นพึงธรรมแล้วเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน จนได้บรรลุธรรม ท่านสันตติอามาทย์บรรลุเป็นพระอรหันต์ ส่วนนางปฎาจารย์เป็น

<sup>๑๓</sup> สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร), อริยวงศ์ปฏิบัติภา ปฏิภาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า, หน้า ๒๐๘.

<sup>๑๔</sup> พระครูนนทธรรมวิมล อชิต (ผิน), “ศึกษาวิปัสสนาภาวนากับการรู้แจ้งพระนิพพานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

พระโสดาบัน จะเห็นได้ว่า สติปัฏฐานเป็นทางสายเดียวเท่านั้นที่จะล่วงทุกข์ไปได้ ข้อปฏิบัติ เจริญวิปัสสนาตามแนว สติปัฏฐาน มีอยู่ ๔ ประการ ดังที่ปรากฏข้อความในคัมภีร์สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค ว่า

กตเม จตตารโ อธิ ภิกขเว ภิกขุ, กายะ กายานุปัสสี วิหริติ อาตปปี สมปะชาโน สติมา วิเนยย โลกเอ อภิขฌาโทมนสฺส, เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหริติ อาตปปี สมปะชาโน สติมา วิเนยย โลกเอ อภิขฌาโทมนสฺส, จิตฺเต จิตฺตานุปัสสี วิหริติ อาตปปี สมปะชาโน สติมา วิเนยย โลกเอ อภิขฌาโทมนสฺส, ฌมเมสุ ฌมมานุปัสสี วิหริติ อาตปปี สมปะชาโน สติมา วิเนยย โลกเอ อภิขฌาโทมนสฺส.

สติปัฏฐาน สี่ คืออะไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นจิต ในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลก พิจารณาเห็น ธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลก ได้<sup>๑๕</sup>

จากข้อความข้างต้น มหาสติปัฏฐานเป็นสูตรที่มีเนื้อหาหลักซึ่ง โดยตรงแสดงสติปัฏฐาน ไว้ ๔ ประการ และหลักปฏิบัติกรรมฐานไว้ ดังนี้

ก) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๑๖</sup> การกำหนดรู้กอรูปรูปร่าง เป็นเพียงกอรูปรูปร่าง ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกเป็น ๑๖ หมวด ใหญ่ และ ๑๔ หมวดย่อย คือ

(๑) หมวดอานาปานะ การกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก

(๒) หมวดอริยาบถ การกำหนดรู้ริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ คือ การเดิน ยืน นั่ง นอน

(๓) หมวดสัมปชัญญะ การกำหนดรู้ริยาบถย่อยมีการเหยียด การคู้ เป็นต้น ร่วม ไปกับอริยาบถใหญ่

(๔) หมวดปฏิกลมนสิการ การกำหนดรู้สิ่งปฏิกลกว่าร่างกายเป็นของน่าเกลียดด้วย ผม ขน เป็นต้น

(๕) หมวดธาตุมนสิการ การกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม

(๖) หมวดนวลวิถิกะ การกำหนดรู้ซากศพ ๙ ประเภทมีซากศพที่พองอืด เป็นต้น

<sup>๑๕</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑-๓๐๒, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๗๔/๓๑๙.

<sup>๑๖</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๗๕/๓๑๙.

ข) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๑๗</sup> การกำหนดรู้เวทนาว่าเป็นเพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกเป็นความรู้สึกเป็นสุข ทุกข์ และวางเฉย (ไม่ทุกข์ไม่สุข)

ค) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๑๘</sup> การกำหนดรู้จิตว่าเป็นเพียงจิต ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกเป็นจิตที่ประกอบด้วยโลภะ เป็นต้น

ง) อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๑๙</sup> การกำหนดรู้สภาวะธรรมว่าเป็นเพียงสภาวะธรรม ไม่ใช่ สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกเป็นสภาวะเห็น ได้ยิน เป็นต้น แบ่งออกเป็น ๕ หมวด คือ

(๑) หมวดนิวรรณ์	การกำหนดรู้นิวรรณ์ ๕
(๒) หมวดชั้น	การกำหนดรู้ชั้น ๕
(๓) หมวดอายตนะ	การกำหนดรู้อายตนะ ๑๒
(๔) หมวดโพชฌงค์	การกำหนดรู้โพชฌงค์ ๗
(๕) หมวดสังขะ	การกำหนดรู้สังขะ ๔

### ๓.๒.๑ ประเภทของการเจริญวิปัสสนา

ในคัมภีร์พุทธศาสนาได้กล่าวแนวทางการเจริญวิปัสสนาภาวนานี้ สามารถปฏิบัติได้ ๔ ประเภท คือ

๑) สมถปุพพังคมวิปัสสนาภาวนา การเจริญวิปัสสนาโดยเจริญสมณะนำหน้า กล่าวคือ เริ่มต้นด้วยการรักษาศีล สำรวมอินทรีย์ มีสติสัมปชัญญะ สันโดษ และละนิรวณัจจนจิตเป็นสมาธิถึงระดับฌาน ใช้ฌานทำอภิญญาให้เกิดขึ้น แล้วจึงปฏิบัติวิปัสสนา ด้วยการยกจิตขึ้นสู่พระไตรลักษณ์ จนกระทั่งเข้าสู่มรรค ผล นิพพาน เป็นแนวทางการปฏิบัติที่พระพุทธองค์แสดงไว้โดยตรง เรียกว่า สมถยานิก<sup>๒๐</sup>

<sup>๑๗</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๗๔/๓๑๙-๓๒๐.

<sup>๑๘</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๗๔/๓๑๙.

<sup>๑๙</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๗๔/๓๑๙.

<sup>๒๐</sup> ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

๒) วิปัสสนาปุพพังคมสมถภาวนา การเจริญสมณะโดยเจริญวิปัสสนานำหน้า เป็นการเจริญวิปัสสนาโดยตรง เริ่มต้นปฏิบัติตามแนวทางเดียวกับแบบสมถยานิก แต่เมื่อได้อุปจารสมาธิ ให้เปลี่ยนเส้นทางการปฏิบัติ ด้วยการน้อมจิตไปสู่วิปัสสนาจนบรรลุธรรม ผล นิพพานจากนั้นจึงปรับเปลี่ยนอารมณ์ใหม่ จากอารมณ์ปรมาตม์เป็นอารมณ์บัญญัติด้วยการบริกรรมจนได้ฌานแล้วจึงทำอภิญญาให้เกิดเป็นลำดับต่อไป เรียกว่า วิปัสสนายานิกะ<sup>๒๑</sup>

๓) สมถวิปัสสนายุคนี้ททภาวนา เป็นการปฏิบัติที่ผสมผสานสลับกันระหว่างสมณะกับวิปัสสนา เช่น อาจเริ่มต้นปฏิบัติตามแนวทางของสมถยานิก จนกระทั่งได้ปฐมฌานจึงใช้ปฐมฌานเป็นบาทฐานพิจารณาสภาวะธรรมอันเป็นรูปนาม ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จนบรรลุเป็นพระอริยบุคคลขั้นต้น แล้วเปลี่ยนมาปฏิบัติตามแนวทางสมณะ จนได้ทุติยฌานแล้วใช้ทุติยฌานเป็นบาทฐานเจริญวิปัสสนาเพื่อบรรลุธรรม ผล เบื้องสูงต่อไป

๔) ธัมมทัจจวิคคิตมานัส เมื่อผู้ปฏิบัติตามกำหนดรู้รูปนามจนเห็นไตรลักษณ์ เกิดจิตพุ่งขานหรือวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้น ให้กำหนดพิจารณาวิปัสสนูปกิเลสนั้น จนเห็นว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นเหตุให้เกิดปัญญารู้เท่าทันวิปัสสนูปกิเลส จิตย่อมไม่หลง ไม่หวั่นไหว และมีความบริสุทธิ์<sup>๒๒</sup>

การปฏิบัติวิปัสสนา ทั้ง ๔ ประเภทที่กล่าวมานี้ คือ สมถปุพพังคมวิปัสสนาภาวนา วิปัสสนาปุพพังคมสมถภาวนา สมถวิปัสสนายุคนี้ททภาวนา และธัมมทัจจวิคคิตมานัส สามารถย่อลงได้สั้น เป็น ๒ ประเภทใหญ่ ๆ คือ

(๑) สมถยานิก

(๒) วิปัสสนายานิก

สารนิพนธ์นี้ได้ทำการศึกษาในหัวข้อเจริญวิปัสสนาแบบสมถยานิกในสมาธิภาวนาสูตรตั้งนั้นผู้วิจัยได้นำเสนอเฉพาะการเจริญภาวนาอันมีสมถภาวนาเป็นเบื้องต้นตามที่ได้อธิบายมาแล้ว คือ สมถปุพพังคมนัย ธัมมทัจจปหานนัย และยุคนันทนัย อันเป็นการเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่ไปด้วยกัน ซึ่งเป็นกรเจริญภาวนาที่สอดคล้องกันกับหัวข้อสารนิพนธ์นี้

<sup>๒๑</sup> พ.ป. (บาลี) ๓๑/๔/๓๑๐, พ.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๔๑๘.

<sup>๒๒</sup> พ.ป. (บาลี) ๓๑/๕-๗/๓๑๕-๓๑๗, พ.ป. (ไทย) ๓๑/๖-๗/๔๒๕-๔๒๗.



การเจริญภาวนาโดยมีสมณะเป็นเบื้องต้น มีองค์ประกอบ ดังนี้

๑. อารมณ์ของสมณภาวนา ๒. ฌานสมาธิ ๓. องค์ฌาน

และมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### ๑) อารมณ์ของสมณภาวนา

เป็นสิ่งที่นิยมใช้เป็นอารมณ์ในการเจริญสมณภาวนาและปฏิบัติพึงเลือกใช้ให้เหมาะกับตน หมายถึง ให้ตรงกับจริตของตน คำว่า อารมณ์ แปลว่า เครื่องยึดหยุ่นของจิต สิ่งที่จิตยึดหยุ่น มี ๔๐ ประการ เรียกว่า กรรมฐาน ๔๐ สงเคราะห์ไว้เป็น ๗ หมวด ดังนี้

(๑) กสิณกัมมัฏฐาน <sup>๒๗</sup> ๑๐

(๒) อสุภกัมมัฏฐาน <sup>๒๘</sup> ๑๐

(๓) อนุสติกัมมัฏฐาน <sup>๒๙</sup> ๑๐

(๔) พรหมวิหารกัมมัฏฐาน <sup>๓๐</sup> ๔

(๕) อารูปกัมมัฏฐาน <sup>๓๑</sup> ๔

(๖) สัมณากัมมัฏฐาน <sup>๓๒</sup> ความหมายรู้ในอาหารโดยเป็นสิ่งที่น่าเกลียด

(๗) จตุธาตววัตถานกัมมัฏฐาน <sup>๓๓</sup> การกำหนดแยกคนออกเป็นธาตุ ๔

ในกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการนี้ <sup>๓๔</sup> โดยอารมณ์ของฌานนั้น มีอรรถาธิบายดังนี้

กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อานาปานสติ ๑ กายคตาสติ ๑ รวม ๒๒ กัมมัฏฐานนี้ มีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์

อนึ่ง วิปัสสนากัมมัฏฐาน ๑ โลหิตกอสุภะ ๑ ปุพฺพกอสุภะ ๑ อานาปานสติ ๑ อาโปกสิณ ๑ เตโชกสิณ ๑ วาโยกสิณ ๑ และอารมณ์ที่เป็นดวงแสงอาทิตย์ที่ฉายเข้าไปข้างในทางช่องหน้าต่าง

<sup>๒๗</sup> ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๔/๒๑๗-๒๑๙, วิสุทธิ. (ไทย) ๕/๓๐๑-๓๐๙.

<sup>๒๘</sup> ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๖/๓๑๕-๓๑๗.

<sup>๒๙</sup> ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๗/๓๓๔-๔๗๘.

<sup>๓๐</sup> ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๙/๔๘๑-๕๕๘.

<sup>๓๑</sup> ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๐/๕๘๙.

<sup>๓๒</sup> ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๑/๖๐๙.

<sup>๓๓</sup> ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๑/๖๑๗.

<sup>๓๔</sup> วิสุทธิ. (ไทย) ๓/๑๘๙.



เป็นต้น ในอาโลกกสิณ ๑ รวม ๘ กัมมัญฐานนี้ มีอารมณ์เคลื่อนไหวได้ เป็นการเคลื่อนไหวได้ในเบื้องต้นก่อนแต่ปฏิภาคนิมิตเท่านั้น เมื่อปฏิภาคนิมิตเกิดขึ้นแล้ว อารมณ์จะไม่เคลื่อนไหวสงบนิ่ง เหมือนกับกัมมัญฐานอื่น

อนุสสติ ๑๐ ยกเว้นอานาปานสติกับกายคตาสติ อาหารเรปฏิกุศลสัญญา ๑ จตุธาตuvwxyz ๑ และ วิญญาณัญจายตนะ ๑ เนวสัญญานาสัญญายตนะ ๑ รวม ๑๒ กัมมัญฐานนี้มีสภาวะธรรมเป็นอารมณ์

พรหมวิหาร ๔ อากาสนัญจายตนะ ๑ อากิญจัญญายตนะ ๑ รวม ๖ กัมมัญฐานนี้มีอารมณ์ที่พูดไม่ถูก (คือใช้สภาวะธรรมและไม่เป็นนิमित)

การเจริญสมถภาวนานี้ สมถยานิกสามารถเลือกอารมณ์กรรมฐานให้เหมาะสมแก่จริยา (จริต) ของแต่ละบุคคลที่มีความแตกต่างกัน มีอรรถาธิบายดังนี้

อสุภ ๑๐ กายคตาสติ ๑ เหมาะสมแก่คนราคจริต

พรหมวิหาร ๔ วรรณกสิณ ๔ เหมาะสมแก่คนโทสจริต

อนุสสติ ๖ ข้างต้น เหมาะสมแก่คนศรัทธาจริต

อานาปานสติ ๑ เหมาะสมแก่คนโมหจริตและคนวิตกจริต

มรณสติ ๑ อุปสมานุสสติ ๑ จตุธาตuvwxyz ๑ อาหารเรปฏิกุศลสัญญา ๑ เหมาะสมแก่คนพุทธิจริต

กสิณกัมมัญฐานที่เหลือ ๖ อารูปกัมมัญฐาน ๔ เหมาะสมแก่คนทุกจริต

พระผู้มีพระภาคตรัสแสดงไว้ใน เมฆียสูตร ว่า “พึงเจริญอสุภกัมมัญฐานทั้งหลายเพื่อประหารนเสียซึ่งราคะ พึงเจริญเมตตาเพื่อประหารนเสียซึ่งพยาบาท พึงเจริญอานาปานสติเพื่อกำจัดเสียซึ่งมิจฉาวิตก พึงเจริญอนิจจสัญญาเพื่อถอนเสียซึ่งอัสมิมานะ”<sup>๓๕</sup>

ฉะนั้น การเจริญกัมมัญฐานแต่ละอย่างผู้ปฏิบัติควรจะเลือกอารมณ์กัมมัญฐานให้ตรงกับจริตของตน เพราะมันเป็นอารมณ์เกื้อกูลให้จิตสงบเป็นสมาธิได้ง่ายและเร็วกว่าที่จะนำเอาอารมณ์สมถะอันไม่ตรงกับจริตของตนมาปฏิบัติ เมื่อนำอารมณ์ไม่ตรงกับจริตของตน ทำให้จิตไม่เป็นสมาธิแล้วยังอาจจะไม่บรรลุจุดหมายที่ตนตั้งไว้ จิตจึงเป็นเหตุให้เลือกอารมณ์กัมมัญฐานแต่ละอย่างมาใช้

<sup>๓๕</sup> อัง.นวก. (ไทย) ๒๓/๓/๔๓๔.

สมณะที่ใช้อากรมณักรมฐาน ๔๐ แต่กรรมฐานที่จะทำให้ถึงฌานนั้น มีอยู่ ๓๐ เท่านั้น คือ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อานาปานสติ ๑ กายคตาสติ ๑ พรหมวิหาร ๔ อรูปกัมมัฏฐาน ๔ รวมเป็น ๓๐ กรรมฐาน ได้แก่ กสิณ ๑๐ อานาปานสติ ๑ อุเบกขาพรหมวิหาร ๑ อรูปกัมมัฏฐาน ๔ ย่อมให้สำเร็จฌานที่ ๔ มี ๑๖ กอง, พรหมวิหาร ๓ ข้างต้น ย่อมให้สำเร็จฌาน ๓ ข้างต้น มี ๓ กอง, อสุภะ ๑๐ กายคตาสติ ๑ ย่อมให้สำเร็จเพียงปฐมฌานอย่างเดียว มีเพียง ๑๑ กอง

## ๒) ฌานสมาธิ

ฌาน แปลว่า การเพ่ง ภาวะจิตที่เพ่งอารมณ์จนแน่วแน่ เป็นภาวะจิตที่มีสมาธิ หรือ แปลว่า เพ่ง พินิจ ครุ่นคิด เอาใจจดจ่อ<sup>๓๖</sup> คัมภีร์อรรถกถาแบ่งฌานออกเป็น ๒ จำพวก คือ

(๑) การเพ่งอารมณ์แบบสมณะ เรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน ได้แก่ ฌานสมาบัติ

(๒) การเพ่งพินิจให้เห็นไตรลักษณ์ ตามแบบวิปัสสนา เรียกว่า ลักษณะูปนิชฌาน<sup>๓๗</sup> ในกรณีนี้ มรรค ผล สามารถเรียกว่าฌานได้เพราะ เข้าไปกำหนดรู้แจ้งไตรลักษณ์ มีอนิจจลักษณะ เป็นต้น มัคคญาณ ได้ชื่อว่า ลักษณะูปนิชฌาน เพราะเป็นผู้ทำให้กิจที่รู้แจ้งไตรลักษณ์ของวิปัสสนา ญาณสำเร็จลง ส่วนผลญาณ ได้ชื่อว่าลักษณะูปนิชฌาน เพราะเข้าไปรู้แจ้งลักษณะอันแท้จริงของ นิโรธสังขะ

กล่าวโดยอารมณ์ อารัมมณูปนิชฌาน มีสมถกรรมฐาน เช่น ปฐวีกสิณ คือ บัญญัติ เป็นต้น เป็นอารมณ์ ส่วนลักษณะูปนิชฌานนั้น มีวิปัสสนากรรมฐาน คือ รูป-นาม ไตรลักษณ์ สังขตธรรม เป็นอารมณ์ และ มรรคญาณ ผลญาณ มี อสังขตธรรม คือ นิพพาน เป็นอารมณ์

กล่าวโดยองค์ธรรม อารัมมณูปนิชฌาน มีวิตก วิจาร ปิติ เวทนา เอกัคคตาที่ ประกอบด้วยมหัคคตฌานทั้ง ๙ เป็นองค์ธรรม ส่วนลักษณะูปนิชฌาน มี วิตก วิจาร ปิติ เวทนา เอกัคคตาที่ประกอบกับมหากุศลจิต มรรคจิต ผลจิต เป็นองค์ธรรม

ฌาน ในความหมาย สัมมาสมาธิ ซึ่งเป็นองค์แห่งมรรค หนทางเป็นเครื่องตรัสรู้ ฉะนั้น ฌานจึงได้ชื่อว่า เป็นสมาธิที่ชอบ ไม่ใช่มีจฉาสมาธิ ดังปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า

สัมมาสมาธิ เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ (๑) สัจจจากามและอกุศลธรรมทั้งหลาย บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก มีวิจาร มีปิติ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ (๒) เพราะวิตกวิจารสงบ

<sup>๓๖</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๕๖๐/๕๐๔.

<sup>๓๗</sup> วิ.อ. (ไทย) ๑/๑๙๗.

ระงับไปบรรลุนิติภาวะที่มีความผ่องใส ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจาร์ มีแต่ปีติ และสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่ (๓) เพราะปีติจางคลายไป มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติ มีสัมปชัญญะ อยู่และเสวยสุขด้วยกาย (นามกาย) บรรลุนิติภาวะที่พระอรียะทั้งหลายกล่าวสรรเสริญว่า ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข (๔) เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุนิติภาวะที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ<sup>๓๘</sup>

สมาธิ คือ ภาวะที่อารมณ์เป็นหนึ่งเดียวของกุศลจิต หมายถึง การดำรงจิตและเจตสิกไว้ในอารมณ์หนึ่งเดียว<sup>๓๙</sup>

ในอภิธรรมปิฎก ได้ให้ความหมายของคำว่า สมาธิ ไว้ว่า การตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบสมาธิในทรีย สมาธิพละ ความตั้งใจชอบ นี้ชื่อว่า สัมมาสมาธิ<sup>๔๐</sup>

สมาธิในการเจริญสมถภาวนา มี ๒ ประเภท ดังนี้

(๑) อุปจารสมาธิ ความที่จิตตั้งมั่นในอารมณ์บัญญัติ แต่ไม่ถึงระดับฌาน เป็นสมาธิที่อยู่ในขั้นมหากุศล มีอุคคหนิमितเป็นอารมณ์ ทั้งนิวรรณ์ต่าง ๆ สงบเงียบ ดังนั้น ผู้ที่เข้าถึงอุปจารสมาธินี้จึงเรียกว่า ได้อุปจารฌาน

(๒) อัปปนาสมาธิ ความที่จิตตั้งมั่นแน่วแน่ในอารมณ์บัญญัติถึงระดับฌาน เป็นสมาธิที่อยู่ในขั้นมหัคคตกุศล มีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ นิวรรณ์ถูกประธานเป็นวิกขัมภนปหาน<sup>๔๑</sup>

เมื่ออัปปนาสมาธิเกิดขึ้น เป็นอัปปนาฌาน องค์ฌาน<sup>๔๒</sup> ทั้งหลายจะมีกำลังแล้ว จิตตัดภวังค์วาระเดียวแล้วยอมตั้งอยู่ เป็นไปตามทางแห่งกุศลขวนะโดยลำดับตลอดทั้งคืนทั้งวัน

<sup>๓๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๓/๓๓๗, ม.อุ. (ไทย) ๑๔/๓๗๕/๓๑๙-๓๒๑, ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๖/๕๕-๕๖, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๘๗/๓๗๑-๓๗๒.

<sup>๓๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๔๐๑.

<sup>๔๐</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๐๕/๑๗๒.

<sup>๔๑</sup> ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๔/๒๘.

<sup>๔๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๔๗๔.

### ๓) องค์ฌาน

ผู้ที่ได้ฌานแล้วฝึกจนคล่องแคล่วในการเข้าออกฌานจนชำนาญในการเข้าอยู่ในอารมณ์ของฌาน เรียกว่า การเข้าสมาบัติ เป็นการสงบระงับตามแรงอธิษฐาน ผู้ที่ได้ฌานสมาบัติจิตใจยังเป็นปุถุชนผู้มีกิเลสอยู่ กิเลสถูกข่มไว้ด้วยสมาธิ ผู้ที่ได้ฌานนี้สามารถต่อวิปัสสนาด้วยการยก องค์ฌาน ขึ้นมากำหนดพิจารณาได้

ฌานสมาบัติ เป็นสภาวะธรรมของจิตอันเป็นสมาธิ จนบังเกิดความสงบทางกายและทางใจ (ปัสสัทธิ) จากอกุศลกรรมทั้งหลาย ด้วยอำนาจของสมณะ อีกนัยหนึ่ง คือ ภาวะสงบประณีตซึ่งพึงเข้าถึง<sup>๔๓</sup> สมาบัติมีหลายอย่าง เช่น ฌานสมาบัติ ผลสมาบัติ อนุปัพพวิหารสมาบัติ เป็นต้น ในที่นี้จะกล่าวถึง สมาบัติ ๘ ตามลำดับว่าโดย รูปฌาน ๔ ตามจตุกกนัย และอรุพฌาน ๔ ดังนี้

๑) รูปฌาน คือ สภาวะธรรมของจิต อันเป็นสมาธิจนบังเกิดความสงบทางกาย และทางใจจากอกุศลกรรมทั้งหลาย ด้วยอำนาจของสมณะของจิต หรือ อารมณ์เครื่องหน่วงแห่งจิตอันได้แก่ สภาวะธรรมที่เรียกว่า รูป มี ๔ ระดับ ดังนี้

(๑) ปฐมฌาน คือ สภาวะธรรมของจิตอันตั้งมั่นด้วยสัมมาสมาธิ สัมมาสติ บังเกิดความสงบทางกายและใจ (ปัสสัทธิ) เพราะความสังัดจากกามและอกุศลกรรมทั้งปวง อันมีนิเวรณ ๕ เป็นต้น โดยอาศัยองค์ธรรม ๕ ประการนี้ เป็นที่ตั้งอาศัย คือ

วิตก คือ สภาวะธรรมในการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์กรรมฐาน

วิจาร์ คือ สภาวะธรรมในการดำรงรักษาความต่อเนื่องของการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ (วิตก) ซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่ต่อเนื่องกัน เราจึงมักเรียกต่อเนื่องกันว่า “วิตกวิจาร์”

ปีติ คือ ความอิมเอมใจที่แผ่ซ่านไปทั่วสรรพางค์กาย

สุข คือ ความสำราญใจเพราะจิตเสวยความสงบจากสมาธิในขั้นปฐมฌาน

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในปฐมฌาน หรือความเป็นธรรมเอกแห่งจิตในปฐมฌาน

(๒) ทุตติยฌาน คือ สภาวะธรรมของจิตอันตั้งมั่นด้วยสัมมาสมาธิ สัมมาสติ บังเกิดความสงบทางกายและใจ (ปัสสัทธิ) เพราะความสังัดจากกามและอกุศลกรรมทั้งปวง อันมีนิเวรณ ๕ เป็นต้น โดยอาศัยองค์ธรรม ๓ ประการ<sup>๔๔</sup> นี้เป็นที่ตั้งอาศัย คือ

<sup>๔๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๔๐๓.

<sup>๔๔</sup> ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๔/๑๑๑.

ปีติ คือ ความอิมเอมใจที่แผ่ซ่านไปทั่วสรรพางค์กาย

สุข คือ ความสำราญใจเพราะจิตเสวยความสงบจากสมาธิในขั้นปฐมฌาน

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในทุติยฌาน

เมื่อจะขึ้นสู่ทุติยฌานควรที่จะทำฌานให้เกิดอาการ ๕ ประการนี้ก่อน หมายถึงสามารถใคร่ครวญองค์ฌานได้อย่างคล่องแคล่ว สามารถเข้าฌานได้ตามความต้องการ เมื่อเข้าฌานแล้วสามารถดำรงอยู่ในฌานได้ตามความปรารถนา เมื่อจะต้องการออกตอนไหนเวลาไหนก็สามารถกำหนดได้และสุดท้ายสามารถพิจารณาองค์ฌานได้อย่างคล่องแคล่ว นั้นเป็นอาการที่ฌานลาภีบุคคลจำเป็นต้องปรารถนา เพราะเป็นเหตุให้สามารถขึ้นสู่ฌานเบื้องสูงได้ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกล่าวไว้ว่า ในการสังสมวสีนั้น วสีมี ๕ อย่างดังนี้<sup>๔๕</sup>

๑. อาวัชชนวสี คือ ความสามารถในการพิจารณาองค์ฌานด้วยโนทวาราวชชนจิต

๒. สมาปชชนวสี คือ ความสามารถในการเข้าฌาน

๓. อธิภูฐานวสี คือ ความสามารถในการเข้าฌานดำรงอยู่ตามกำหนด

๔. วุฏฐานวสี คือ ความสามารถในการออกจากฌานตามกำหนด

๕. ปัจจเวกขณวสี คือ ความสามารถในการพิจารณาองค์ฌานด้วยชชนจิต

เมื่อบรรลุปฐมฌาน พิจารณาเห็นโทษของวิตก วิจารณ์ ซึ่งเป็นสภาพหยาบ ใฝ่ใจถึงทุติยฌาน บริกรรมถือเอาปฏิภาคนิมิตที่ได้แล้วเข้าสู่ทุติยฌาน มี ปีติ สุข และเอกกัคคตาจิตอันเป็นสภาวะองค์ฌานละเอียดกว่าปฐมฌาน

(๓) ตติยฌาน คือ สภาวะธรรมของจิตอันตั้งมั่นด้วยสัมมาสมาธิ สัมมาสติ บังเกิดความสงบทางกายและใจ (ปัสสัทธิ) เพราะความสงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งปวง อันมีนิเวรณ ๕ เป็นต้น โดยอาศัยองค์ธรรม ๒ ประการ<sup>๔๖</sup> นี้เป็นที่ตั้งอาศัย คือ

สุข คือ ความสำราญใจเพราะจิตเสวยความสงบจากสมาธิในขั้นตติยฌาน

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในตติยฌาน หรือความเป็นธรรมเอกแห่งจิตในตติยฌาน

<sup>๔๕</sup> ดูรายละเอียดใน พระพุทธโฆษาจารย์, วิสุทธิมรรค เล่ม ๒, ตรวจชำระ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ แปลและอธิบาย พระคันธสาราภิวังศ์, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ บริษัท ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๘), หน้า ๑๓๔-๑๓๕.

<sup>๔๖</sup> ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๔/๑๑๒.

(๔) จตุตถฌาน คือ สภาวะธรรมของจิตอันตั้งมั่นด้วยสัมมาสมาธิ สัมมาสติ บังเกิดความสงบทางกายและใจ (ปัสสัทธิ) เพราะความสงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งปวง อันมีนิวรรณ์ ๕ เป็นต้น โดยอาศัยองค์ธรรม ๒ ประการ<sup>๔๗</sup> นี้เป็นที่ตั้งอาศัย คือ

อุเบกขา คือ ความวางใจเป็นกลาง ไม่หวั่นไหวเอนเอียง ด้วยความชอบ หรือ ชังวางเฉยต่อความยินดียินร้ายไม่หวั่นไหวอยู่ในจตุตถฌาน

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในจตุตถฌาน หรือความเป็นธรรมเอกแห่งจิตในจตุตถฌาน

๒) อรูปฌาน คือ สภาวะธรรมของจิตอันเป็นสมาธิจนบังเกิดความสงบทางกายและทางใจจากอกุศลธรรมทั้งหลายด้วยอำนาจของสมณะของจิต หรืออารมณ์เครื่องหน่วงแห่งจิตอันซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่ไม่ใช่รูป จึงเรียกว่า อรูปฌาน มี ๔ ระดับ ดังนี้

(๑) อากาสนัญญายตนฌาน กำหนดความว่างเปล่าเป็นอารมณ์

(๒) วิญญูณัญญายตนฌาน กำหนดวิญญูณไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์

(๓) อากิญจัญญายตนฌาน กำหนดภาวะไม่มีสิ่งใดเหลืออยู่เป็นอารมณ์

(๔) เนวสัญญานาสัญญายตนะ คือ ฌานอันเข้าถึงภาวะมีสัญญาที่ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาที่ไม่ใช่<sup>๔๘</sup>

ฌานทั้ง ๔ ของพระชีนาสพทั้งหลาย ความที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งเป็นประโยชน์ เพราะพระชีนาสพเหล่านั้นตั้งใจไว้ว่า เราเข้าฌานแล้ว มีจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง จักอยู่เป็นสุขตลอดวัน แล้วทำบริกรรมในกสิณ ให้สมาบัติทั้ง ๘ เกิดขึ้น ฌานทั้งหลายของเหล่าพระเสขและปุถุชนผู้ออกจากสมาบัติแล้วตั้งใจไว้ว่า เรามีจิตตั้งมั่นแล้วจะมีปัญญาเห็นแจ้งในไตรลักษณ์ จิตว่าเป็นบาทแห่งวิปัสสนา

ส่วนบุคคลเหล่าใด ทำให้สมาบัติทั้ง ๘ เกิดขึ้นแล้ว จึงเข้าฌานที่มีอภิญญาเป็นบาท แล้วออกจากสมาบัติ ปรารธนาอภิญญาว่า แม้เป็นคน ๆ เดียว กลับเป็นมากคนก็ได้ จึงให้เกิดขึ้น ฌานทั้งหลายของบุคคลเหล่านั้นย่อมเป็นบาทแห่งอภิญญา

<sup>๔๗</sup> ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๔/๑๑๒-๑๑๔.

<sup>๔๘</sup> รศ.ดร.สุจิตรา อ่อนค้อม, การฝึกสมาธิ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า, ๒๕๕๓), หน้า ๓๗.

ส่วนบุคคลเหล่าใด ให้สมบัติทั้ง ๘ เกิดขึ้น จึงเข้านิโรธสมบัติแล้วตั้งใจไว้ว่า เรา  
 จำเป็นผู้ไม่มีจิตบรรลุนิโรธนิพพาน อยู่เป็นสุขในทิฏฐธรรมเทียว ตลอด ๗ วันแล้วให้ฌานเกิดขึ้น  
 ฌานทั้งหลายของบุคคลเหล่านั้นย่อมเป็นบาทแห่งนิโรธ

ส่วนบุคคลเหล่าใดทำให้สมบัติทั้ง ๘ เกิดขึ้นแล้ว ตั้งใจไว้ว่า เราเป็นผู้มีฌานไม่เสื่อม  
 จักเกิดขึ้นในพรหมโลก แล้วให้ฌานเกิดขึ้น ฌานทั้งหลายของบุคคลเหล่านั้นมีการก้าวลงสู่ภพเป็น  
 ประโยชน์

ฌานเหล่านี้ พระพุทธเจ้าทรงให้เกิดขึ้นแล้ว ณ โคนต้นโพธิพฤกษ์ได้เป็นบาทแห่ง  
 วิปัสสนาด้วยเป็นบาทแห่งอภิญญาด้วย เป็นบาทแห่งนิโรธด้วย บันดาลกิจทั้งปวงให้สำเร็จด้วย  
 บัณฑิตพึงทราบว่ อำนาจให้คุณทั้งที่เป็นโลกิยะทั้งที่เป็นโลกุตระ

ในกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการนี้ โดยความต่างกันแห่งฌาน<sup>๔๔</sup> มีอรรถาธิบายตามตารางดังนี้  
**ตารางที่ ๒** สมถกรรมฐานที่สามารถเจริญองค์ฌานได้ มี ๓๐ กอง ดังนี้

	ปฐมฌาน	ทุติยฌาน	ตติยฌาน	จตุตถฌาน	จำนวนกอง
กรรมฐาน	กสิณ ๑๐	กสิณ ๑๐	กสิณ ๑๐	กสิณ ๑๐	๑๑
	อานาปานสติ ๑	อานาปานสติ ๑	อานาปานสติ ๑	อานาปานสติ ๑	
	พรหมวิหาร ๓	พรหมวิหาร ๓	พรหมวิหาร ๓	-	๓
	อสุภ ๑๐ กายคตาสติ ๑	-	-	-	๑๑
	-	-	-	อรุปรกรรมฐาน ๔ พรหมวิหาร ๑ (อุเบกขา)	๕
จำนวนกอง	๒๕	๑๔	๑๔	๑๖	๓๐

อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุธาตววัตถาน ๑ อนุสสติกัมมัฏฐาน ยกเว้น กายคตาสติกับ  
 อานาปานสติ นำมาซึ่งอุปจารฌาน

องค์ธรรมของสมณะที่เกิดพร้อมวิปัสสนา ซึ่งมีความแก่กล้าในขณะที่ประกอบกับสมาธิ  
 จำแนกออกเป็น ๓ ประการ คือ วิปัสสนาระดับสูง วิปัสสนาระดับปานกลาง และวิปัสสนาระดับต้น  
 ดังนี้

<sup>๔๔</sup> วิสุทฺธิ. (ไทย) ๓/๑๘๕.

(๑) สมาธิ และวิปัสสนาระดับสูง หมายถึง สมาธิ และวิปัสสนาขั้นสูง นั้นเป็นวิปัสสนาญาณที่เริ่มตั้งแต่ภังคญาณ ซึ่งเป็นวิปัสสนาญาณที่บริบูรณ์แก่กล้าถึงขั้นสูง อนึ่ง ตั้งแต่ภังคญาณเป็นต้นไปนั้น ขณิกสมาธิก็จะเกิดขึ้นเป็นสมาธิขั้นสูงเช่นกัน

(๒) สมาธิ และวิปัสสนาระดับปานกลาง หมายถึง วิปัสสนาเริ่มตั้งแต่อุทฺทัพพญาณ จำเดิมแต่อุทฺทัพพญาณขึ้นไปนั้น ขณิกสมาธิระดับปานกลางก็จะเกิดขึ้น

(๓) สมาธิ และวิปัสสนาระดับต้น หมายถึง สมาธิ และวิปัสสนาระดับอ่อน ๆ เริ่มตั้งแต่ช่วงที่นามรูปปริเฉทญาณแก่กล้า วิปัสสนาก็จะได้ชื่อว่าบริบูรณ์เช่นกัน ตั้งแต่นามรูปปริเฉทญาณนั้น ขณิกสมาธิระดับอ่อนก็จะเกิดขึ้นด้วยอำนาจของขณิกสมาธิ นิเวรณ ความตรึกนึกคิดทั้งหลายก็ไม่สามารถแทรกเข้ามาในระหว่างแห่งจิตกำหนดได้ จิตที่ทำหน้าที่กำหนดพิจารณาอ้อมปริสุทธีหมดจดจากนิเวรณทั้งหลาย ฉะนั้น ญาณทั้งหลายมี นามรูปปริเฉทญาณ เป็นต้น ย่อมเกิดขึ้นในลักษณะที่รู้สภาวลักษณะของรูปนามทั้งหลาย นั่นเอง ก็ขณิกสมาธิซึ่งมีลักษณะคล้ายกับอุปปจารสมาธิในแง่ของความหมดจดจากนิเวรณเหมือนกันนั้น ย่อมเกิดขึ้นแน่นอน โดยเริ่มตั้งแต่นามรูปปริเฉทญาณเป็นต้นไป เพราะถ้าขณิกสมาธิดังกล่าวไม่เกิดขึ้น โยคีโยมไม่สามารถรู้ตามสภาวะที่เป็นจริงได้เลย แม้แต่บุคคลที่เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ ก็ได้เข้าถึงสมาธิดังกล่าว โดยเริ่มตั้งแต่นามรูปปริเฉทญาณนั้นเช่นกัน ก็ขณิกสมาธิที่มีลักษณะเช่นนั้นได้ชื่อว่าเป็นจิตตวิสุทธี และเป็นสมาธิที่มีอุปการะแก่ญาณทั้งหลายมีนามรูปปริเฉทญาณ เป็นต้น เป็นอย่างมาก

สรุปจากข้อความข้างต้น ผู้ปฏิบัติธรรมควรเจริญญาณขั้นใดขั้นหนึ่งในฉาน ๔ เมื่อเข้าถึงฉานแล้วก็ปฏิบัติให้คล่องแคล่วแล้ว จึงใช้ฉานเป็นบาทในการเจริญวิปัสสนาต่อ ส่วนมากการกำหนดรู้องค์ฉานของผู้เจริญสมถภาวนาแล้วทำสมถะให้เป็นบาทของวิปัสสนา ซึ่งกำหนดรู้ปิติเป็นอารมณ์ เพราะปิติเป็นธรรมชาติที่ปรากฏชัด แม้ในขณะที่ออกจากฉานแล้ว ส่วนผู้ที่ไม่อาจเพียรปฏิบัติจนบรรลุฉานได้ ก็ควรพยายามปฏิบัติให้บรรลุอุปปจารสมาธิ เป็นอย่างน้อยเมื่อบุคคลปรารถนาจะกระทำความเพียร เพื่ออบรม คัมภีร รักษาคิด โดยสำรวมระวังไว้ดีแล้ว เป็นไปเพื่อประโยชน์อย่างใหญ่หลวง และนำความสุขมาให้

### ๓.๓ แนวทางการเจริญวิปัสสนาในสมาธิภาวนาสูต

จากการศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมในสมาธิภาวนาสูตได้นำกรอบการเจริญวิปัสสนาภาวนา ๔ แบบ เป็นหลักคือ (๑) สมถบุพพังคมวิปัสสนาภาวนา (๒) วิปัสสนาบุพพังคมสมถภาวนา (๓) สมถวิปัสสนายุกนัทธิภาวนา (๔) ธัมมูทัจจจิตตคหิตมานัส แต่จะนำเสนอเพียง สมถบุพพังคมวิปัสสนาภาวนาซึ่งเป็นวิธีที่สอดคล้องในสมาธิภาวนาสูต ดังที่ปรากฏในคัมภีร์ ขุททกนิกาย



ปฏิสัมพันธ์ธรรมรค เนื้อหาพระบาลีว่า “กถ สมถปุพฺพคฺม วิปสฺสน ภาเวติ เนกขมฺมวเสน จิตฺตสฺส เอกคฺคตา อวิกฺเขโป สมภาติ ตตฺถ ชาเต ฌมฺเม อนิจฺจโต อนุปสฺสนญฺเณ วิปสฺสนา ทุกฺขโต อนุปสฺสนญฺเณ วิปสฺสนา”<sup>๕๐</sup>

หมายความว่า ภิกษุเจริญวิปัสสนามีสมณะนำหน้า คือ ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณฺ์ ไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจแห่งเนกขัมมะ เป็นสมาธิ ชื่อว่าวิปัสสนา เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นธรรมที่เกิดขึ้นในสมาธินั้น โดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา ด้วยประการดังนี้ สมณะจึงมีก่อน วิปัสสนามีภายหลัง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า “เจริญวิปัสสนามีสมณะนำหน้า”<sup>๕๑</sup>

การเจริญวิปัสสนาภาวนา โดยได้อาศัยหลักที่เนื่องด้วย ไตรสิกขา และมรรคมองค์ ๘ สอนแนะนำตามภูมิธรรม ภูมิปัญญาที่ท่านได้ศึกษาเรียนรู้และปฏิบัติมาก่อน ให้แก่ผู้ที่สนใจในธรรมปฏิบัติกำหนดรู้ด้วยการนึกตามอาการโดยไม่อาศัยคำบริกรรมในอริยาบถใหญ่และอริยาบถย่อย และมุ่งตรงชี้แนะให้มีสมาธิด้วยการมีสติระลึกรู้ กำหนดรู้อาการ<sup>๕๒</sup>

ผู้วิจัยสรุปได้ว่าแนวทางการเจริญวิปัสสนาในสมาธิภาวนาสูตริ์นี้จัดเข้าอยู่ในแบบสมถบุพพิงคฺมวิปสฺสนาภาวนา แสดงไว้โดยตรง เรียกว่า สมถยานิก ซึ่งในพระสุตริ์ได้กล่าวถึงการเจริญสมาธิภาวนา มี ๔ อย่าง ดังนี้ คือ

- ๑) สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไป เพื่อทิวฐธรรมสุขวิหาร (การอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน)
- ๒) สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไป เพื่อการได้ญาณทัสสนะ
- ๓) สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไป เพื่อสติและสัมปชัญญะ
- ๔) สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไป เพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะ

ทั้งหลาย

<sup>๕๐</sup> พุ.ป. (บาลี) ๓๑/๕๓๕/๔๓๓.

<sup>๕๑</sup> พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

<sup>๕๒</sup> พระครูจันทโพธานุวัตร จนทโสภโณ (โพธิ์ทอง), “ศึกษาหลักการเจริญวิปัสสนาภาวนา: เฉพาะกรณี คำสอนของพระราชภาวนาวราจารย์ (บุญมา ปุณฺณภริโต)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

### ๓.๓.๑ สมาธิเพื่อทวิญญูธรรมสุขวิหาร

พระไตรปิฎก กล่าวถึงการเจริญสมถปุพพังคมิปปัสสนาภาวนา คือ การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะนำหน้า<sup>๕๓</sup> เป็นการเจริญสมถภาวนาในเบื้องต้น ได้สมาธิระดับอุปจารสมาธิ หรือ อัปนาสมาธิ จิตมีความเป็นเอกัคคตารมณ์ ยกจิตขึ้นเจริญวิปัสสนา พิจารณาสภาวธรรมที่เกิดในสมาธินั้นตามความเป็นจริง มีองค์ฌานทั้ง ๕ เป็นต้น

สมาธิในการเจริญสมถภาวนา มี ๒ ประเภท ดังนี้

(๑) อุปจารสมาธิ ความที่จิตตั้งมั่นในอารมณ์บัญญัติ แต่ไม่ถึงระดับฌาน เป็นสมาธิที่อยู่ในขั้นมหากุศล มีอุคคหนิมิตเป็นอารมณ์ ทั้งนิวรรณ์ต่าง ๆ สงบเสียบ ดังนั้น ผู้ที่เข้าถึงอุปจารสมาธินี้จึงเรียกว่า ได้อุปจารฌาน

(๒) อัปนาสมาธิ ความที่จิตตั้งมั่นแน่วแน่ในอารมณ์บัญญัติถึงระดับฌาน เป็นสมาธิที่อยู่ในขั้นมหัคคตกุศล มีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ นิวรรณ์ถูกประหามันเป็นวิกขัมภนปหาน<sup>๕๔</sup> เป็นสมาธิที่มีความแนบแน่นในอารมณ์เดียว ในความรู้สึกของผู้ปฏิบัติ จะรู้สึกว่ามันดับ หรือเสียบไปเลย คือ ไม่มีการรับรู้ทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ไหวไปกับอารมณ์อื่น จะแนบแน่นอยู่ในอารมณ์ที่เป็นนิมิตที่เป็นบัญญัติอารมณ์ เรียกว่า ได้ฌาน

ผู้ที่ได้ฌาน ควรจะฝึกเข้าฌานออกฌานให้มีความคล่องแคล่วชำนาญเข้าไปอยู่ในอารมณ์ของฌานได้ เรียกว่า เข้าฌานสมาบัติ เป็นการสงบระงับดับความรู้สึกทั้งหลายตามแรงอธิษฐาน ตามความชำนาญของแต่ละบุคคล บางคนอธิษฐานเข้าได้เป็นชั่วโมง ผู้ที่ได้ฌานสมาบัติ จิตใจยังเป็นปุถุชน ยังไม่ได้บรรลุมรรคผล นิพพาน แต่อย่างไร เพราะยังมีกิเลสอยู่ แต่กิเลสหายาบ จะถูกระงับด้วยสมาธิ บุคคลที่ได้ฌานนี้สามารถยกต่อวิปัสสนาได้โดยการยกองค์ฌาน ที่ประกอบกับฌานจิต ขึ้นมากำหนดพิจารณาได้

องค์ฌานที่ประกอบกับฌาน จิตมีต่าง ๆ ตามระดับ ดังนี้

๑) ปฐมฌาน องค์ธรรม มี ๕ คือ

วิตก คือ สภาวธรรมในการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์กรรมฐาน

วิจาร์ คือ สภาวธรรมในการดำรงรักษาความต่อเนื่องของการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์

ปีติ คือ ความอิมเอมใจที่แผ่ซ่านไปทั่วสรรพางค์กาย

สุข คือ ความสำราญใจเพราะจิตเสวยความสงบจากสมาธิในขั้นปฐมฌาน

<sup>๕๓</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

<sup>๕๔</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๔/๒๘.

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในปฐมฌาน

- ๒) ทุตติยฌาน องค์ธรรม มี ๓ คือ ปิติ สุข เอกกัคคตา
- ๓) ตติยฌาน องค์ธรรม มี ๒ คือ สุข เอกกัคคตา
- ๔) จตุตถฌาน องค์ธรรม มี ๒ คือ เอกกัคคตา อุเบกขา

โดยฌานทั้ง ๔ ชื่อ เรียกว่า รูปฌาน คือ สภาวะธรรมของจิต อันเกิดสมาธิจนมีความสงบทางกาย และทางใจจากอกุศลกรรมทั้งหลาย ด้วยอำนาจของสมณะของจิต หรือ อารมณ์เครื่องห่วงแห่งจิต

ส่วนอรูปฌาน คือ สภาวะธรรมของจิตอันเป็นสมาธิจนบังเกิดความสงบทางกายและทางใจจากอกุศลกรรมทั้งหลายด้วยอำนาจของสมณะของจิต หรืออารมณ์เครื่องห่วงแห่งจิตอันซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่ไม่ใช่รูป จึงเรียกว่า อรูปฌาน มี ๔ ระดับ ดังนี้

- ๕) อากาสนัญญายตนฌาน กำหนดความว่างเปล่าเป็นอารมณ์
- ๖) วิญญานัญญายตนฌาน กำหนดวิญญานไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์
- ๗) อากิญจัญญายตนฌาน กำหนดภาวะไม่มีสิ่งใดเหลืออยู่เป็นอารมณ์
- ๘) เนวสัญญานาสัญญายตนะ กำหนดว่ามีสัญญาที่ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาที่ไม่ใช่

รูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๔ นี้ก็เป็น การเจริญฌาน ในลักษณะที่เป็นวิธีหาความสุขแบบหนึ่ง ตามหลักที่แบ่งความสุขเป็น ๑๐ ชั้น ซึ่งประณีตขึ้นไปตามลำดับคือ กามสุข สุขในรูปฌาน ๔ ชั้น สุขในอรูปฌาน ๔ ชั้น และสุขในนิโรธสมบัติ พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลาย นิยมเจริญฌานในโอกาสว่าง เพื่อเป็นการพักผ่อนอย่างสุขสบาย ที่เรียกว่า ทิฏฐธรรมสุขวิหาร<sup>๕๕</sup>

ปรากฏในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต ท่านจำแนกความสุขออกไปทั้งโดยประเภทและโดยระดับเป็นคู่ ๆ มากมายหลายคู่ เช่น สุขของคฤหัสถ์กับสุขของบรรพชิต, กามสุขกับเนกขัมมสุข, โลกีย์สุขกับโลกุตระสุข, สุขของพระอริยะกับสุขของปุถุชน<sup>๕๖</sup> เป็นต้น

ข้อนี้เป็นอานิสงค์ของสมาธิขั้นอัปปนา (คือระดับฌาน) สำหรับพระอรหันต์ ซึ่งเป็นผู้ทำกิจเพื่อความหลุดพ้นเสร็จสิ้นแล้ว ไม่ต้องใช้ฌานเพื่อบรรลุภูมิธรรมอันใด ๆ ต่อไปอีก พระอรหันต์หรือพระอนาคามี ผู้ได้สมบัติ ๘ แล้ว ทำให้เสวยความสุขอยู่ได้โดยไม่มีจิตตลอดเวลา ๗ วัน ดังตัวอย่างที่ปรากฏในคัมภีร์อรรถกถาธรรมบทว่า

<sup>๕๕</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๒-๘๓/๗๐-๗๒.

<sup>๕๖</sup> อง.ทก. (ไทย) ๒๐/๖๕-๗๗/๑๐๒-๑๐๕.

พระขานุกโณทัณฺฑะ ท่านได้อยู่ในป่าช้าปฏิบัติกัมมัฏฐานวันหนึ่งคิดอยากเฝ้าพระพุทธรูป ท่านจึงเดินทางไปในระหว่างหนทางรู้สึกเหน็ดเหนื่อยจึงแวะข้างทางนั่งเข้าฌานสมาบัติบนศิลาตาดแห่งหนึ่ง ที่นั่นได้มีโจร ๕๐๐ คน ได้ปล้นชาวบ้านแล้วนำสิ่งของห่อเทินศรีษะไป พอไปไกลได้พอสสมครจึงพากันแวะพักเหนื่อยใกล้ศิลาตาด เหล่าโจรเห็นพระเถระคิดว่าเป็นต่อไม่จึงพากันเอาสิ่งของที่ปล้นมาได้ทั้ง ๕๐๐ คน วางบนศรีษะของพระเถระบ้าง ข้างพระเถระบ้าง ห้อมล้อมพระเถระ แล้วพากันนอน พอตื่นขึ้นมาตอนเช้าเห็นพระเถระคิดว่าเป็นอมุขย์ก็พากันตกใจกลัว พระเถระกล่าวว่า อย่างกลัวเลย อาตมาเป็นบรรพชิต พวกโจรจึงพากันหมอบลงใกล้เท้าให้พระเถระยกโทษให้ พวกโจรทั้งหมดเกิดความเลื่อมใสจึงขอบวชกับพระเถระ

พระพุทธรูปทรงปรารภเรื่องทีพระขานุกโณทัณฺฑะนั่งพักผ่อนด้วยการเข้าฌานจึงตรัสพระคาถาว่า “ก็ผู้ใดมีปัญญาทรม มีใจไม่ตั้งมั่น พังเป็นอยู่ ๑๐๐ ปี ความเป็นอยู่วันเดียวของผู้มีปัญญา มีมานประเสริฐกว่า (ความเป็นอยู่ของผู้นั้น)”<sup>๕๗</sup>

สรุปแล้วเห็นได้ว่า พระพุทธรูปเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลาย นิยมใช้ฌานเป็นที่พักผ่อนกายใจเป็นอยู่อย่างสุขสบายในโอกาสว่างจากการบำเพ็ญกิจ ซึ่งมีคำเรียกเฉพาะว่าเพื่อเป็นทิฏฐธรรมสุขวิหาร

### ๓.๓.๒ สมานีเพื่อญาณทัสสนะ

ญาณทัสสนะ ในพระสูตรหมายถึง ทิพจักขุญาณ เป็นวิธีปฏิบัติเพื่อ ญาณทัสสนะคือ มนสิการ และ อธิษฐาน ๒ ประการ ต่อเนื่อง มีใจ สงัด ปราศจากเครื่องรัดรั้งจิต เห็นกลางวันเช่นกลางคืน เห็นกลางคืนเช่นกลางวัน เห็นทั้งสองอย่างมิได้แตกต่างกัน หรือ หมายถึง อาโลกสัญญา คือ ความสำคัญในแสงสว่าง กำหนดหมายแสงสว่าง คือ ตั้งความกำหนดหมายว่ากลางวันไว้ในใจ ให้เหมือนกันทั้งในเวลากลางวันและกลางคืน เป็นวิธีแก้ง่วงอย่างหนึ่ง<sup>๕๘</sup>

ในคัมภีร์อรรถกถาได้กล่าวว่า ธรรมเนียมที่เหมาะสมต่อการฝึกทิพจักขุญาณคือ อาโลกสิณ นี่เป็นส่วนหนึ่งของสิณ ๑๐ ที่อยู่ในกรรมฐาน ๔๐ กอง

อาโลกสิณนั้นจะเพ่งเอาความสว่าง จากแสงจันทร์ แสงอาทิตย์ที่ส่องลงมา แล้วจับเอาสัญญาแห่งความสว่างนั้น ว่ามีรูปลักษณะ สันฐานอย่างไร ก็จดจำไว้

<sup>๕๗</sup> ตูรายละเอียดยใน ขุ.ธ.อ. (บาลี) ๔/๑๒๙-๑๓๐, ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๙๐/๖๓๙-๖๔๐.

<sup>๕๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๕๕๒.

### ขั้นตอนการฝึก อาโลกกสิณ

๑) ผู้ฝึกจะต้องเพ่งเอาความสว่างของแสง เช่น ลำแสงของไฟฉาย ความสว่างของดวงไฟต่าง ๆ สักระยะหนึ่งชั่วอึดใจ

๒) หลังจากเพ่งแล้วก็ให้หลับตาลง ก็จะได้เห็นความสว่างหรือจะปรากฏ ความสว่างเกิดขึ้นให้มองเห็นอย่างชัดเจน เมื่อเห็นความสว่างแล้วย่าเพ่งนาน ให้จำเอาความสว่างนั้น แล้วก็ระลึกภาพ หรือ ตั้งภาพความสว่างนั้นไว้ในจิต ให้นานที่สุด

๓) ให้ระลึกหรือตั้งภาพนั้นอยู่ตลอดเวลา ถ้าดับลงก็ให้ตั้งใหม่ไปเรื่อย ๆ โดยไม่ต้องหลับตา หรือ บริกรรม อะไร

๔) ให้ระลึก หรือ ตั้งภาพนั้นจนชำนาญ คือ กำหนดเวลาใด ก็ให้เห็นภาพนั้นในจิตของเรา และให้ทำเรื่อย ๆ และบริกรรมอาโลโก

๕) เมื่อเราตั้งได้ดีแล้วหรือชำนาญแล้ว ก็สามารถที่จะหลับตา และกำหนดกสิณนี้ได้ ถ้าวงกสิณอยู่นานเท่าใด แสดงว่า เรามีสติและสมาธิยาวในระดับนั้น

เมื่อฝึกอาโลกกสิณระลึกภาพจนเป็นอุคคหนิมิต พัฒนาจนเป็นปฏิภาคนิมิต สามารถนึกได้อย่างใจ ย่อขยายได้ตามใจนึก เห็นภาพนั้นเป็นประกายพริ้ว ชื่อว่าได้เข้าสู่ทางทิพจักขุญาณแล้ว นอกจากนี้ พระพุทธองค์ทรงยกย่องอาโลกกสิณ ว่าเป็นยอดเยี่ยม ในด้านทิพจักขุ

สรุป ญาณทัศนะที่เป็นความรู้พิเศษในข้อนี้กล่าวถึง ทิพจักขุญาณ เป็นอภิญญาที่เกิดจากการฝึกสมถกัมมัฏฐานที่ดีที่สุด คือ อาโลกกสิณ มุ่งจับแสงสว่างเป็นอารมณ์

### ๓.๓.๓ สมาธิยอมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ

การรู้แจ้งเวทนาที่เกิดขึ้น รู้แจ้งเวทนาที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งเวทนาที่ดับไป รู้แจ้งสัญญาที่เกิดขึ้นรู้แจ้งสัญญาที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งสัญญาที่ดับไป รู้แจ้งวิตกที่เกิดขึ้นรู้แจ้งวิตกที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งวิตกที่ดับไป สมาธิภาวนานี้ อันบุคคลเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ<sup>๕๙</sup>

จากข้อความข้างต้น กล่าวได้ว่า สมาธิที่เป็นไปเพื่อสติและสัมปชัญญะในการเจริญวิปัสสนาภาวนาคือ เจริญสมาธิ ระดับอุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ เข้าสู่ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌานจตุตถฌาน หรือระดับใดระดับหนึ่งก็ได้ แล้วเข้าไปประลึกกำหนดรู้สภาวะธรรมต่าง ๆ ของรูปนาม

ดังนั้นสติและสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาคือ การระลึกกำหนดรู้สภาวะธรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น กำหนดรู้ตัวทั่วพร้อมในอริยาบถย่อยควบคู่กับอริยาบถใหญ่อยู่เสมอ

<sup>๕๙</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๔/๔๑.

และกำหนดให้ต่อเนื่องกัน ตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิท ซึ่งความต่อเนื่องจะเกิดขึ้นได้จากการตั้งสติและสัมปชัญญะ อย่างระมัดระวังและอย่างชัดเจนในอิริยาบถการเคลื่อนไหว ต้องตั้งสติและสัมปชัญญะไว้ให้นานที่สุดเท่าที่จะนานได้ ในระหว่างการดำเนินชีวิตประจำวัน ไม่มีสิ่งใดในอิริยาบถย่อยที่ถือว่าไม่สำคัญหรือไม่ต้องกำหนด ทุกเรื่องต้องกำหนดฝึกสติและสัมปชัญญะให้อยู่กับปัจจุบันขณะ ต้องกำหนดทุกกิริยาอาการ หน้าที่ของนักปฏิบัติ คือเพียงตามรู้ให้ตรงตามสภาวะธรรมที่เป็นจริงและให้ทันปัจจุบันขณะเท่านั้น ผู้ปฏิบัติทั้งหลายต้องมีสติและสัมปชัญญะในการปฏิบัติ โดยกำหนดรู้รูปนามตามธรรมชาติที่มีอยู่ เป็นอยู่ตามความเป็นจริงอย่างต่อเนื่อง ต้องมีสติและสัมปชัญญะ กำหนดรู้จนเห็นแจ้งด้วยปัญญา ในธรรมชาติที่มีอยู่จริง เป็นอยู่จริง มีสติและสัมปชัญญะกำหนดรู้จนเห็นความเกิดและความดับของอารมณ์ที่กำหนดรู้อยู่ ขณะที่มีการปวดก็กำหนดรู้ว่า “ปวดหนอ” โดยต้องมีสติและสัมปชัญญะ และตรงกับความเป็นจริงเท่านั้น ก็จะทำให้วิปัสสนาญาณเกิดขึ้น และก้าวหน้าไปตามลำดับ และจะสามารถแยก रूप แยกนาม รู้เหตุรู้ผลเห็นความเกิดดับของรูปนามขึ้นมาในญาณปัญญาทำให้เห็นวิเสสลักษณะ และไตรลักษณ์ คือความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป

ในขณะที่ทรงฌานปัญจฌานนั้น มีอารมณ์ อุเบกขา และเอกัคคตา เป็นหลักดังนั้นควรพิจารณา ดังนี้

๑) พิจารณาทุกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกไม่ทุกข์ไม่สุข) ได้แก่ เสวยเวทนาที่ไม่ทุกข์ไม่สุข

๒) พิจารณาทุกขมสุขเวทนามีอามิส ได้แก่ เสวยเวทนาที่ไม่ทุกข์ไม่สุข ก็รู้ชัดว่าเรา เสวยเวทนาไม่ทุกข์ไม่สุข มีอามิส

ในขณะที่ทรงฌานปัญจฌานนั้น มีอารมณ์ อุเบกขา และเอกัคคตา เป็นหลักดังนั้นควรพิจารณา ดังนี้

๓) พิจารณาทุกขมสุขเวทนาไม่มีอามิส ได้แก่ เสวยเวทนาที่ไม่ทุกข์ไม่สุข ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า เราเสวยเวทนาที่ไม่ทุกข์ไม่สุข ไม่มีอามิส

ได้แก่ เสวยเวทนาที่ไม่ทุกข์ไม่สุข ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า เราเสวยเวทนาที่ไม่ทุกข์ไม่สุข ไม่มีอามิส

ผลที่เกิดจากการปฏิบัติเช่นนี้ ย่อมทำให้ผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายในบ้าง พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายนอกบ้าง พิจารณาเห็นเวทนาทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง พิจารณาเห็นธรรมคือ ความเกิดขึ้นในเวทนาบ้าง พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในเวทนาบ้าง

พิจารณาเห็น ธรรมคือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อมในเวทนาบ้างจนกระทั่งเห็นชัดว่ามีแต่เวทนาเท่านั้น ในความ เห็นนั้นไม่ประกอบด้วยตัณหาและทิฏฐิ ปราศจากความยึดมั่น<sup>๖๐</sup>

จากการศึกษาพบว่า สมานธิที่เป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ ตามแนวสมถยานิก เมื่อเจริญสมานธิ ให้จิตเกิดความตั้งมั่น สงบด้วยการเลือก กรรมฐานกองใดกองหนึ่งใน ๔๐ กอง มาเป็นอุบายให้จิตสงบ จิตมีกำลัง จิตมีความประณีต สงบตั้งมั่น ด้วยอาการวิตกพิจารณาในคำบริกรรม วิตกพิจารณี่เป็นอาการของสติ เมื่อจิตมีอาการรู้ จดจ่ออยู่กับคำบริกรรม ตามรู้ให้ตรงตามสภาวะธรรมที่เป็นจริงและให้ทันปัจจุบันขณะ มีสติและสัมปชัญญะในการปฏิบัติ โดยกำหนดรู้รูปนามตามธรรมชาติที่มีอยู่ เป็นอยู่ตามความเป็นจริงอย่างต่อเนื่อง กำหนดรู้จนเห็นแจ้งด้วยปัญญา เห็นความเกิดและความดับของรูปนามด้วยพระไตรลักษณ์ คือความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป

### ๓.๓.๔ สมานธิยอมเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ

การเจริญวิปัสสนาโดยมีขั้น ๕ เป็นอารมณ์นั้น ขั้น ๕ ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนานั้น ต้องเป็นขั้นที่เป็นโลกียะ<sup>๖๑</sup> คือ ประกอบด้วยอุปาทาน<sup>๖๒</sup> เท่านั้น มีแนวทางการปฏิบัติที่สอดคล้องกับพระพุทธพจน์ในมหาสติปัฏฐานสูตรดังนี้ คือ การพิจารณาอุปาทานขั้น ๕

เจริญวิปัสสนากรรมฐานโดยตั้งสติไว้ ที่ฐานคือ ขั้น ๕ อันได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

๑) รูป ให้พิจารณาเห็นเป็นไปตามลำดับ คือ พิจารณาว่า รูปเป็นอย่างนี้เกิดขึ้นอย่างนี้และดับไป

๒) เวทนา ให้พิจารณาเห็นไปตามลำดับคือ พิจารณาว่าเวทนาเป็นอย่างนี้ เกิดขึ้นอย่างนี้และดับไปอย่างนี้

เวทนา คือ ความรู้สึก แบ่งออกได้เป็น ๓ ประเภท คือ สุขเวทนา (ความรู้สึกเป็นสุข) ทุกขเวทนา (ความรู้สึกเป็นทุกข์) และอทุกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกไม่เป็นสุขไม่เป็นทุกข์)

๓) สัญญา ให้พิจารณาเห็นไปตามลำดับ คือ พิจารณาว่าสัญญาเป็นอย่างนี้เกิดขึ้นอย่างนี้ และดับไปอย่างนี้

<sup>๖๐</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐/๒๙๕-๒๙๖.

<sup>๖๑</sup> ดูรายละเอียดใน พระสังฆมณฑลสังฆคณาจารย์, อรรถกถา, ปรมัตถโกตติกา ปริเฉทที่ ๓, ๗, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์วิสุทธิ, ๒๕๔๔), หน้า ๑๕๑.

<sup>๖๒</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๒/๒๙๓.

๔) สังขาร ให้พิจารณาเห็นไปตามลำดับ คือพิจารณาว่าสังขารเป็นอย่างนี้ เกิดขึ้น  
อย่างนี้และดับไปอย่างนี้

๕) วิญญาณ ให้พิจารณาเห็นไปตามลำดับ คือพิจารณาว่าวิญญาณเป็นอย่างนี้  
เกิดขึ้นอย่างนี้และดับไปอย่างนี้

วิธีกำหนดรู้ทุกข์ตามหลักวิปัสสนาญาณ ๑๖ เป็นความเข้าใจ ความรู้แจ้งเห็นชัดตาม  
ความเป็นจริงของสภาวะธรรมทั้งหลาย วิธีกำหนดรู้ทุกข์ตามหลักวิปัสสนาญาณ ๑๖ ที่ทำให้เกิด  
ปัญญานั้น อาศัยรูป - นาม ชั้น ๕ เป็นอารมณ์ปรমัตถ์ ผู้ปฏิบัติต้องควบคุมกายวาจาให้เป็นปกติ  
ด้วยศีล ควบคุมจิตใจตั้งมั่นด้วยสมาธิ และปฏิบัติวิปัสสนาตามลำดับ ให้เห็นความเป็นจริง จิตที่รู้  
รูป - นาม ตามความเป็นจริง จิตย่อมถ่วงถอนความยึดมั่น ความถ้อยมั่นในชั้น ๕ ว่าเป็นของเรา  
เป็นเขา เป็นสัตว์ บุคคล ไตรลักษณ์ย่อมปรากฏแก่บุคคลผู้เจริญสติย่อมเข้าถึงอริยสัจ ๔ อย่าง  
แท้จริง การเจริญสติปัญญานับกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จึงเป็นการกำหนดรู้วิปัสสนาด้วยเช่นกัน  
โดยกำหนดรู้อยู่ในฐานทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม พึงใช้สติควบคุมจิตให้กำหนดอารมณ์

การกำหนดรูปรูป-นาม เห็นว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตานั้น ในขณะที่กำหนด รูป-นาม  
นั้น จะเป็นการทำลายสันตติที่ปิดบังอนิจจัง ทำลายอริยาบถที่ปิดบังทุกข์ และทำลายขณสัญญาที่  
ปิดบังอนัตตาไปในตัวนั่นเอง เพราะสิ่งปิดบังไตรลักษณ์ทั้ง ๓ นี้ เมื่ออันใดอันหนึ่งถูกทำลายไป ก็ได้  
ชื่อว่า ถูกทำลายไปทั้ง ๓ อย่าง และการกำหนดรู้ทุกข์ด้วยการทำความเข้าใจทุกข์ แบ่งเป็น ๓ ชั้น  
(๑) ญาตปริยญา การกำหนดรู้ในสิ่งที่รู้กันอยู่แล้ว ปรากฏอยู่แล้วเป็นการกำหนดรู้ทุกข์ขั้นรู้จัก  
(๒) ตีรณปริยญา การกำหนดรู้ด้วยการไตร่ตรอง ไคร่ครวญ จนเห็นแจ้งไตรลักษณ์ เป็นการกำหนด  
รู้ทุกข์ขั้นพิจารณา (๓) ปหานปริยญา การกำหนดรู้ด้วยการละถอนด้วยปหาน ๕ เป็นการกำหนดรู้  
ทุกข์ขั้นละ โดยการมีสติกำหนดรู้ชั้น ๕ ไม่เข้าไปยึดมั่นถ้อยมั่นชั้น ๕ รูป-นาม จนละกิเลสตัณหา  
ได้ เห็นอาการดับไป ย่อมเกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด เพราะคลายกำหนดจิตย่อมหลุดพ้น  
จนบรรลุมรรคผล นิพพานได้

สรุปการเจริญวิปัสสนาโดยมีอุปทานชั้น ๕ เป็นอารมณ์ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร  
วิญญาณ อันมีการใช้สติปัญญาพิจารณาอุปทานชั้น ๕ ซึ่งสามารถกำหนดรู้ได้ทางจักขุประสาท  
และรูปารมณเกิดจักขุวิญญาณ ผัสสะที่เกิดทางตา เวทนาที่ปรากฏเกิดขึ้นขณะนั้น ๆ แม้การได้ยิน  
ทางหูก็เช่นเดียวกัน จึงควรตามรู้สภาวะที่ชัดเจน อย่างใดอย่างหนึ่งใน ๕ อย่างตามสมควรจนเห็น  
เป็นไตรลักษณ์เกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไปด้วยสัมมาสมาธิที่เจริญตามสติปัญญา ๔ จนเป็นอริยมรรค



### ๓.๔ สรุปท้ายบท

การเจริญวิปัสสนาภาวนา เป็นการอบรมจิตให้เกิดปัญญา เพื่อการเห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ที่ปรากฏในรูป นาม หรือกำหนดพิจารณา ๔ ฐาน กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นอารมณ์ ให้สติจดจ่ออยู่กับฐานอารมณ์นั้น ๆ จนเกิดปัญญามีความรู้เห็นแจ้ง เห็นสภาวะ และปรากฏการณ์ โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาการเจริญวิปัสสนาในสมาธิภาวนาสูตร ได้พบว่าสมาธิภาวนาสูตรนี้จัดเป็นการเจริญวิปัสสนาทั้ง ๔ แบบ สมถปุพพังคมนัย วิปัสสนापुพพังคมสมถภาวนา ธัมมุตถัจจปหานนัย และยุคนัตถนัย อันเป็นการเจริญสมถะและวิปัสสนาควควบคู่ไปด้วยกัน ซึ่งเป็นการเจริญภาวนาที่สอดคล้องกันกับหัวข้อสารนิพนธ์นี้ หรือกล่าวว่า สอดคล้องได้ทั้งสมถยานิกและวิปัสสนายานิก

จากการศึกษาพบว่าผู้ที่ปรารถนาจะบรรลุธรรมในพระสูตรนี้ มีการเจริญฌานขึ้นใดขั้นหนึ่งในฌาน ๔ เมื่อเข้าถึงฌานแล้วก็ปฏิบัติให้คล่องแคล่วแล้ว จึงใช้ฌานเป็นบาทในการเจริญวิปัสสนาต่อ ส่วนมากการกำหนดรู้องค์ฌานของผู้เจริญสมถภาวนาแล้วทำสมถะให้เป็นบาทของวิปัสสนา มักกำหนดรู้ปีติ เป็นอารมณ์ เพราะปีติเป็นธรรมชาติที่ปรากฏชัด แม้ในขณะที่ออกจากฌานแล้ว ส่วนผู้ที่ไม่อาจเพียร ปฏิบัติจนบรรลุฌานได้ ก็ควรพยายามปฏิบัติให้บรรลุอุปปจารสมาธิเป็นอย่างน้อย

เบื้องต้นผู้ปฏิบัติต้องเข้าฌานก่อนแล้วพิจารณาองค์ฌานที่ตนได้แล้วนั้น เมื่อจิตพิจารณาองค์ฌานแล้วก็ให้กำหนดธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การกำหนดสภาวะหรืออารมณ์ที่เกิดขึ้นทางทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ครั้นกำหนดติดต่อกันมาก ๆ และนานเข้าบางที่จิตหรือร่างกายจะเหนื่อยมาก เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ต่อเข้าฌานสมาบัติใหม่ อยู่ในฌานสมาบัตินั้น ๆ ประมาณ ๑๕-๓๐ นาที จึงออกจากฌานสมาบัติ แล้วพิจารณาองค์ฌานที่มาปรากฏทางทวารทั้ง ๖ ปฏิบัติเช่นนี้เป็นทำนองเดียวกันเรื่อยไป ถ้าเหนื่อยมากก็ต้องเข้าฌานสมาบัติอีก เมื่อออกจากฌานก็กำหนดจิตที่มีองค์ฌานประกอบและท้ายสุด คือ อารมณ์ที่เกิดขึ้นทางทวารทั้ง ๖ เมื่อกำหนดติดต่อกันไปเรื่อย ๆ โดยไม่ขาดตอน รูปนามก็จะปรากฏขึ้นด้วยอำนาจของวิปัสสนาภาวนา ต่อไปก็จะรู้เหตุปัจจัยของรูปนาม เมื่อรู้เหตุปัจจัยของรูปนามแล้วก็จะรู้พระไตรลักษณ์อย่างแจ่มชัด หลังจากนั้นวิปัสสนาญาณก็จะพัฒนาสูงขึ้นเรื่อย ๆ จนถึงมรรคญาณ ผลญาณ ซึ่งมีพระนิพพานเป็นอารมณ์การปฏิบัติดังกล่าวมาแล้วนี้เรียกว่าสมถยานิกกรรมฐาน

สมถะยานิกที่ใช้อารมณ์กรรมฐาน ๔๐ แต่กรรมฐานที่จะทำให้ถึงฌานนั้น มีอยู่ ๓๐ เท่านั้น คือ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อานาปานสติ ๑ กายคตาสติ ๑ พรหมวิหาร ๔ อรูปกัมมัฏฐาน ๔ รวมเป็น ๓๐ กรรมฐาน ได้แก่ กสิณ ๑๐ อานาปานสติ ๑ อุเบกขาพรหมวิหาร ๑ อรูปกัมมัฏฐาน ๔

ยอมให้สำเร็จฉานที่ ๔ มี ๑๖ กอง, พรหมวิหาร ๓ ข้างต้น ยอมให้สำเร็จฉาน ๓ ข้างต้น มี ๓ กอง, อสุภ ๑๐ อกาศตาสติ ๑ ยอมให้สำเร็จเพียงปฐมฉานอย่างเดียว มีเพียง ๑๑ กอง

การปฏิบัติวิปัสสนาในสมาธิภาวนาสูตรณ์นี้ ได้กล่าวถึงการเจริญสมาธิภาวนา มี ๔ อย่าง ดังนี้ คือ (๑) สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไป เพื่อทวิภวธรรมสุขวิหาร (การอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน) พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลาย นิยมใช้ฉานเป็นที่พักผ่อนกายใจเป็นอยู่อย่างสุขสบายในโอกาสว่างจากการบำเพ็ญกิจ (๒) สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไป เพื่อการได้ญาณทัสสนะ ญาณทัสสนะที่ได้เป็นความรู้พิเศษ คือ ทิพพจักขุญาณ เป็นอภิญญาที่เกิดจากการฝึก อาโลกกสิณ มุ่งจับแสงสว่างเป็นอารมณ์ เป็นอารมณ์กรรมฐานที่ดีที่สุด (๓) สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไป เพื่อสติและสัมปชัญญะ เมื่อเจริญสมาธิ จมจิตมีความตั้งมั่น จดจ่ออยู่กับคำบริกรรม ตามรู้ให้ตรงตามสภาวะธรรมที่เป็นจริงและให้ทันปัจจุบันขณะ มีสติและสัมปชัญญะ กำหนดรู้จนเห็นแจ้งด้วยปัญญา เห็นความเกิดและความดับของรูปนามด้วยพระไตรลักษณ์ คือความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป (๔) สมาธิภาวนาที่เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไป เพื่อความสิ้นไปแห่ง อาสวะทั้งหลาย โดยมีอุปาทานชั้น ๕ เป็นอารมณ์ ใช้สติปัญญาพิจารณาตามรู้สภาวะ จนเห็นเป็นไตรลักษณ์เกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไปด้วยสัมมาสมาธิที่เจริญตามสติปัฏฐาน ๔ จนเข้าสู่อริยมรรค อริยผล หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด คือเข้าสู่นิพพานอันเป็นสุขถาวร

## บทที่ ๔

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง “ศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาในสมาธิภาวนาสูต” มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาเนื้อหาหลักธรรมในสมาธิภาวนาสูต และ ๒) เพื่อศึกษาแนวทางการเจริญวิปัสสนาในสมาธิภาวนาสูต โดยการศึกษาคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เรียบเรียงข้อมูล ตรวจสอบความถูกต้องเนื้อหา โดยอาจารย์ที่ปรึกษาบรรยายเชิงพรรณนา

#### ๔.๑ สรุปผลการวิจัย

##### ๔.๑.๑ ศึกษาเนื้อหาหลักธรรมในสมาธิภาวนาสูต พบว่า

สมาธิภาวนาสูตเป็นพระสูตรว่าด้วยเรื่องสมาธิภาวนา หมายถึง สมาธิภาวนาที่มีจุดประสงค์ ๔ ประการ เป็นสูตรในลำดับที่ ๑ ในโรหิตสวรรณค ปฐมปณณาสก ในกลุ่มโรหิตสวรรณคนี้ว่าด้วยสมาธิภาวนาที่มีจุดประสงค์ ๔ ประการคือ (๑) เพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน (๒) เพื่อญาณทัสสนะ (๓) เพื่อสติสัมปชัญญะ (๔) เพื่อความสิ้นอาสวะ มีหลักธรรม ๗ ข้อ ได้แก่ (๑) สมาธิภาวนา (๒) ฌาน (๓) สุขในปัจจุบัน (๔) ญาณทัสสนะ (๕) สติสัมปชัญญะ (๖) ชั้น ๕ (๗) ไตรลักษณ์ มินิทานวจนะหรือที่มา คือไม่ปรากฏสถานที่และบุคคล เป็นการตรัสตามอัธยาศัยของพระพุทธองค์ สมาธิภาวนาสูตปรากฏเพียงแห่งเดียว คือ ในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๑ พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต เป็นการจัดพระสูตรรวมเข้าเป็นหมวด ๆ ซึ่งมีหลักธรรมที่ปรากฏ ๗ ข้อตามนัยแห่งจตุกกนิบาต พระธรรมสังฆาจารย์จัดอยู่ใน พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต โรหิตสวรรณค ซึ่งในโรหิตสวรรณค แปลว่า หมวดว่าด้วยโรหิตสเทพบุตร ชื่อวรรคนี้ตั้งตามชื่อพระสูตรที่ ๕ -๖ ในวรรคนี้

สมาธิ คือ ความตั้งมั่นของจิต หรือ สภาวะที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนด คำจำกัดความของสมาธิที่พบเสมอ คือ “จิตตัสเสกัคคตา” หรือ เรียกสั้น ๆ ว่า “เอกัคคตา” ซึ่งแปลว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง คือ การที่จิตแน่วแน่แนบสนิทอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ซัดส่ายองค์ธรรม ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก สมาธิเป็นหนึ่งในองค์ฌาน ได้แก่ เอกัคคตา โดยสมาธิจะปรากฏอยู่ในปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน ตามนัยแห่งพระสูตร ลักษณะวิจตุกะของสมาธิ ได้แก่

มีการไม่พึงชานเป็นลักษณะ มีการรวบรวมสหชาติธรรมเป็นกิจ มีความสงบเป็นอาการปรากฏ และมีสุขเวทนาเป็นเหตุใกล้

คัมภีร์ชั้น อรรถกถา จัดเป็นหมวดได้ ๓ ระดับ คือ (๑) ขณิกสมาธิ คือ สมาธิชั่วขณะ (๒) อุปจารสมาธิ คือ สมาธิจวนจะแน่วแน่ และ (๓) อัปนาสมาธิคือ สมาธิแน่วแน่ สมาธิมีหมวดธรรมที่เกี่ยวข้อง ซึ่งประเด็นที่งานวิจัยฉบับนี้สนใจ คือ (๑) สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน (๒) สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อได้ญาณทัสสนะ (๓) สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ (๔) สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ เมื่อศึกษาเชื่อมโยงสมาธิในภวนาสูตกร ทำให้ทราบว่า สมาธิเป็นปัจจัยให้ความสุข สมาธิเป็นข้อปฏิบัติให้เกิดญาณทัสสนะ สมาธิเป็นธรรมที่หนุนให้เกิดสติสัมปชัญญะ สมาธิเป็นองค์ของมรรคเป็นปัจจัยเพื่อสิ้นอาสวะ นอกจากนี้ สมาธิมีอานิสงส์หลายประการคือ ทิฏฐธรรมสุข วิปัสสนา อภิญญา ฌานอันวิเศษ นิโรธสมบัติ

หลักธรรมที่ปรากฏในพระสูตรนี้ มี ๗ ข้อด้วยกัน คือ สมาธิ ฌาน สุขในปัจจุบัน ญาณทัสสนะ สติสัมปชัญญะ ชั้น ๕ ไตรลักษณ์ เป็นหลักธรรมที่มีความเกี่ยวเนื่องกัน เมื่อเจริญสมาธิให้มากแล้วย่อมเกิดผล คือ ฌาน ฌานมีองค์ธรรม ๕ อย่างด้วยกัน คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา ย่อมมีอานิสงส์ เป็นสุขในปัจจุบัน เมื่อเจริญให้มากแล้ว ย่อมยังผล ถึงญาณทัสสนะ แล้วสมาธิย่อมเป็นบาทฐานต่อการยกสู่วิปัสสนา โดยเจริญตามแนวสติปัฏฐาน ๔ มีชั้น ๕ เป็นอารมณ์พิจารณาถึงความเกิดดับของรูปนามชั้น ๕ คือไตรลักษณ์

#### ๔.๑.๒ ศึกษาแนวทางการเจริญวิปัสสนาในสมาธิภาวนาสูตกร พบว่า

วิปัสสนา คือ ปัญญาความรู้ความเห็นแจ้ง, เห็นสภาวะ และปรากฏการณ์ต่าง ๆ โดยความไม่เที่ยง, ไม่เป็นสุข, ไม่เป็นทุกข์, เป็นอนัตตา (ไม่มีตัวตน) เป็นการอบรมจิตให้เกิดปัญญา เพื่อการเห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ที่ปรากฏในรูป นาม หรือกำหนดพิจารณา ๔ ฐาน กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นอารมณ์ ให้สติจดจ่ออยู่กับฐานอารมณ์นั้น ๆ ไม่ให้พลั้งเผลอ เป็นต้น การเจริญวิปัสสนาภาวนามีแนวทางที่สามารถปฏิบัติได้ ๔ แบบ คือ (๑) สมถปุพพังคมวิปัสสนาภาวนา การเจริญวิปัสสนาโดยเจริญสมถนำหน้าเรียกว่า สมถยานิก (๒) วิปัสสนาปุพพังคมสมถภาวนา การเจริญสมถะโดยเจริญวิปัสสนานำหน้า เรียกว่า วิปัสสนายานิก (๓) สมถวิปัสสนายุกันท์ธภาวนา เป็นการปฏิบัติที่ผสมผสานสลับกันระหว่างสมถกับวิปัสสนา (๔) อัมมูทัจจวิคคหิตมานัส เมื่อผู้ปฏิบัติตามกำหนดรู้รูปนามจนเห็นไตรลักษณ์ เกิดจิตฟุ้งชานหรือวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้น ให้กำหนดพิจารณาวิปัสสนูปกิเลส นั้น จนเห็นว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นเหตุให้เกิดปัญญารู้เท่าทันวิปัสสนูปกิเลส จิตย่อมไม่หลง

ไม่หวั่นไหว และมีความบริสุทธิ์ ใน ๔ แนวทางนี้ สามารถจัดเป็น ๒ แนวทางใหญ่ คือ วิปัสสนามีสมณนำหน้าคือ สมถยานิก และสมถมีวิปัสสนานำหน้า คือ วิปัสสนายานิก

ผู้วิจัยทำการศึกษาเฉพาะในส่วนของสมถยานิก ซึ่งสอดคล้องกับสมาธิภาวนาสูตร เป็นการเจริญสมาธิขึ้นมาเป็นบาทฐานก่อนเข้าสู่วิปัสสนา ในพระไตรปิฎกได้กล่าวว่า สมถยานิก คือการเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณนำหน้า โดยให้ได้ สมาธิ ระดับอุปปจารสมาธิหรือ อับปนาสมาธิจิตมีความเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจแห่งเนกขัมมะแล้ว ยกจิตขึ้นเจริญวิปัสสนา พิจารณาสภาวะธรรมที่เกิดในสมาธินั้นตามความเป็นจริง มีองค์ฌานทั้ง ๔ เป็นต้น หรือ เมื่อออกจากฌานสมาบัติแล้วพิจารณาสภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นทางอายตนะทั้ง ๖ โดยความไม่เที่ยง เป็นอนิจจัง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา โดยสามารถเลือกอารมณ์กรรมฐานให้เหมาะสมแก่จริตยาของตน เพราะมันเป็นอารมณ์เกื้อกูลให้จิตสงบเป็นสมาธิได้ง่ายและเร็ว

อารมณ์ในการเจริญสมถภาวนานั้น มีให้เลือกถึง ๔๐ กอง คือ กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ อรูปฌาน ๔ อาหารเปภิกุลสัจญญา ๑ จตุธาตุมัตถก ๑ ควรเจริญให้ได้ อุปปจารสมาธิ อับปนาสมาธิ หรือจนได้ฌาน เมื่อได้ฌานแล้วก็ฝึกให้มีชำนาญคล่องแคล่วในการเข้าออกฌานที่เรียกว่า วสี แล้วไล่ตามลำดับขององค์ฌาน มี วิตก วิจาร์ ปิติ สุข เอกัคคตา จนคล่องแคล่ว จึงนำสมาธิที่ได้มาเป็นบาทฐานเพ่งพินิจพิจารณาองค์ธรรมของฌาน อันมี ปิติ สุข เอกัคคตา อุเบกขา ซึ่งกรรมฐาน ๔๐ กอง แต่กรรมฐานที่จะทำให้ถึงฌานนั้นมีกรรมฐานอยู่แค่ ๓๐ กองเท่านั้น คือ กสิณ ๑๐ อาณาปานสติ ๑ พรหมวิหาร (อุเบกขา) ๑ อรูป ๔ ย่อมให้สำเร็จได้ทั้งฌาน ๔ มี ๑๖ กอง, พรหมวิหาร ๓ ข้างต้นย่อมสำเร็จฌาน ๓ ข้างต้น มี ๓ กอง, อสุภ ๑๐ กายคตาสติ ๑ สำเร็จได้เพียงปฐมฌานอย่างเดียว มี ๑๑ กอง และ อาหารเปภิกุลสัจญญา ๑ จตุธาตุมัตถก ๑ และอนุสสติ ๑๐ ยกเว้น กายคตาสติ กับอาณาปานสติ จะได้อุปปจารฌานมี ๑๐ กอง แล้วนำฌานที่ได้มาพิจารณาให้เห็นความเป็นไตรลักษณ์ ก็ชื่อว่าได้ยกขึ้นสู่วิปัสสนาแล้ว

สมาธิภาวนาสูตรที่ได้ศึกษาในครั้งนี้เป็นการศึกษาปฏิบัติตามแนวสมถปุพพังคมวิปัสสนาภาวนา คือ การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณะนำหน้า เริ่มต้นด้วยการรักษาศีล สวรรวมอินทรีย์ มีสติสัมปชัญญะ สันโดษ และละนิวรณ์ จนจิตเป็นสมาธิถึงระดับฌาน ใช้ฌานทำอภิญญาให้เกิดขึ้น แล้วจึงปฏิบัติวิปัสสนา ด้วยการยกจิตขึ้นสู่พระไตรลักษณ์ จนกระทั่งเข้าสู่มรรค ผล นิพพาน เป็นแนวทางการปฏิบัติที่พระพุทธองค์แสดงไว้โดยตรง เรียกว่า สมถยานิก

ผู้ที่ปรารถนาจะบรรลุธรรม ควรเจริญฌานขึ้นใดขั้นหนึ่งในฌาน ๔ โดยเลือกใช้อารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งจาก กรรมฐาน ๑๖ กอง แล้วใช้อารมณ์กรรมฐานดำเนินจนเข้าถึงฌานแล้วก็ปฏิบัติให้คล่องแคล่วแล้ว จึงใช้ฌานเป็นบาทในการเจริญวิปัสสนาต่อ ส่วนมากการกำหนดรู้องค์ฌานของ

ผู้เจริญสมถภาวนาแล้วทำสมณะให้เป็นบาทของวิปัสสนา มักกำหนดรู้ปิติ เป็นอารมณ์ เพราะปิติเป็นธรรมชาติที่ปรากฏชัด แม้ในขณะที่ออกจากฌานแล้ว ส่วนผู้ที่ไม่อาจเพียร ปฏิบัติจนบรรลุฌานได้ ก็ควรพยายามปฏิบัติให้บรรลุอุปจารสมาธิเป็นอย่างน้อย

เบื้องต้นผู้ปฏิบัติต้องเข้าฌานก่อนแล้วพิจารณาองค์ฌานที่ตนได้แล้วนั้น เมื่อจิตพิจารณาองค์ฌานแล้วก็ให้กำหนดธรรมานุปัสสนาสติปฏฐาน คือ การกำหนดสภาวะหรืออารมณ์ที่เกิดขึ้นทางทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ครั้นกำหนดติดต่อกันมาก ๆ และนานเข้า บางทีจิตหรือร่างกายจะเหนื่อยมาก เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ต้องเข้าฌานสมาบัติใหม่ อยู่ในฌานสมาบัตินั้น ๆ ประมาณ ๑๕-๓๐ นาที จึงออกจากฌานสมาบัติ แล้วพิจารณาองค์ฌานที่มาปรากฏทางทวารทั้ง ๖ ปฏิบัติเช่นนี้เป็นทำนองเดียวกันเรื่อยไป ถ้าเหนื่อยมากก็ต้องเข้าฌานสมาบัติอีก เมื่อออกจากฌานก็กำหนดจิตที่มีองค์ฌานประกอบและทำยสุด คือ อารมณ์ที่เกิดขึ้นทางทวารทั้ง ๖ เมื่อกำหนดติดต่อกันไปเรื่อย ๆ โดยไม่ขาดตอน รูปนามก็จะปรากฏขึ้นด้วยอำนาจของวิปัสสนาภาวนา ต่อไปก็จะรู้เหตุปัจจัยของรูปนาม เมื่อรู้เหตุปัจจัยของรูปนามแล้วก็จะรู้พระไตรลักษณ์อย่างแจ่มชัด หลังจากนั้นวิปัสสนาญาณก็จะพัฒนาสูงขึ้นเรื่อย ๆ จนถึงมรรคญาณ ผลญาณ ซึ่งมีพระนิพพานเป็นอารมณ์การปฏิบัติดังกล่าวมาแล้วนี้เรียกว่าสมถยานิกกรรมฐาน

กล่าวได้ว่า สมาธิภาวนาสูตที่ได้ทำการศึกษาในครั้งนี้เป็นผลของการเจริญสมาธิ ในพระสูตรได้แสดงผลของการเจริญสมาธิไว้ ๔ ประการด้วยกัน จะสอดคล้องกับแนวการเจริญสมถปุพพังคมวิปัสสนา ข้างต้นที่เป็นการเจริญวิปัสสนาโดยมีสมถนำหน้า ในข้อแรกของพระสูตรได้กล่าวถึงการอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน ซึ่งเป็นการเจริญสมาธิโดยเข้าองค์ฌานโดยมีรูปฌาน ๔ และอรุณฌาน ๔ ซึ่งการเจริญฌานในลักษณะนี้เป็นการหาความสุขแบบหนึ่งที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลายนิยมเจริญฌานในยามว่างซึ่งเป็นการพักผ่อนอย่างสุขสบาย ในข้อที่ ๒ ได้กล่าวถึงญาณทัสสนะที่เกิดจากการเจริญสมาธิ ญาณทัสสนะในพระสูตรนี้คือ ทิพพจักขุ การได้ทิพพจักขุนี้ด้วยการเจริญ อาโลกกสิณซึ่งเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการบรรดากรรมฐานทั้งหลาย ในข้อที่ ๓ ได้กล่าวถึงสติสัมปชัญญะว่าการเจริญสมาธินั้นเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะเมื่อเจริญด้วยการเลือกกรรมฐานกองใดกองหนึ่งจนจิตตั้งมั่นมีกำลังด้วยอาการวิตก วิจารณ์ คำบริกรรม เมื่อจิตมีอาการรู้จดจ่อกับสภาวะธรรมที่เป็นจริงและทันในปัจจุบันขณะ กำหนดรู้เห็นจนแจ้งด้วยปัญญา ถึงความเกิดและความดับของรูปนามด้วยพระไตรลักษณ์ ชื่อว่า เป็นการเจริญสมาธิเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ ในข้อที่ ๔ ได้กล่าวถึงสมาธิเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะโดยการพิจารณาชั้น ๕ เป็นอารมณ์ มี รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ โดยพิจารณาว่า ชั้น ๕ เกิดขึ้นอย่างนี้ และดับไปอย่างนี้โดยพิจารณาเห็นไปตามลำดับและมีสติตั้งมั่นไม่เข้าไปยึดถือรูปนามในชั้น ๕ จนละกิเลสตัณหาได้เห็นอาการดับไปจนเกิดความเบื่อหน่ายคลายกำหนด จิตย่อมหลุดพ้นละอาสวะได้เป็นไปเพื่อบรรลุมรรคผลนิพพานได้

จากการศึกษาพระสูตรดังกล่าวนี้ เป็นการเจริญสมาธิภาวนาที่เป็นบาทฐานและมีความสำคัญต่อการพัฒนาด้านกายและใจและมีผลต่อการปฏิบัติเพื่อบรรลुरुธรรม กล่าวคือ ในขณะที่บรรลुरुธรรมจะต้องมีสัมมาสมาธิเป็นองค์ธรรมหนึ่งของการบรรลुरुธรรมซึ่งเป็นหลักธรรมในมรรคมีองค์ ๘ และเป็นแนวทางการบรรลुरुธรรมอย่างหนึ่ง ในทางพระพุทธศาสนาที่ผ่านกระบวนการเพื่อให้เกิดองค์ฌาน คือคือ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน เป็นบาทฐานไปตามลำดับจนไปถึงนิพพิทา และวิราคะ กระบวนการดังกล่าวนี้คือ กระบวนการพัฒนาปัญญา เจริญตามหลักสติปัฏฐาน ๔ สัมมัปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ มรรค ๘ เรียกว่าโพธิปักขิยธรรม ๓๗ เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ มุ่งเข้าสู่โลกุตตรธรรม ๙ มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑

## ๔.๒ ข้อเสนอแนะ

### ๔.๒.๑ ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย

สมาธิภาวนาสูตรเป็นพระสูตรที่มีใจความสำคัญที่แสดงถึงกระบวนการฝึกปฏิบัติพัฒนาจิตและสติปัญญาเพื่อข้ามพ้นความทุกข์จากการเวียนว่ายตายเกิดและเข้าสู่ความสุขอย่างถาวรด้วยการตัดละประหานคริเลสอย่างหมดสิ้น ตามแนวทางสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งองค์กรที่จัดการศึกษาเกี่ยวกับทางพระพุทธศาสนาเช่น มหาวิทยาลัยสงฆ์ สำนักงานแม่กองบาลีสนามหลวง สำนักงานแม่กองธรรมสนามหลวง องค์กรภาครัฐบาลและเอกชนอื่น ๆ ควรจัดให้มีการศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมพระสูตร ในลักษณะเชิงวิเคราะห์ห้องศีลธรรมเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพราะสังคมทุกวันนี้เต็มไปด้วยความวุ่นวาย ไม่มีความสงบหาความสุขได้ยาก ขาดสติและปัญญาในการแก้ไขปัญหาในชีวิต ดังนั้นองค์กรจึงควรนำองค์ความรู้และกำหนดเป็นนโยบายเพื่อการศึกษาเชิงวิเคราะห์เพื่อให้เห็นองค์ธรรมแห่งวิปัสสนาอันเป็นตัวปัญญาเป็นหลักธรรมที่ปรากฏในพระพุทธศาสนานั้น วิปัสสนาปัญญานี้ย่อมเป็นไปเพื่อสมมาทิกุฐิเมื่อความเห็นที่ถูกตรงแล้วย่อมดำเนินไปเพื่อความพ้นทุกข์และเป็นไปเพื่อพระนิพพาน

### ๔.๒.๒ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาวิจัย เรื่อง ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิภาวนาสูตร ผู้วิจัยพบว่า พระสูตรมีเนื้อหาใจความบางตอนที่ละเอียดลึกซึ้ง และมีหลักธรรมหรือศัพท์ที่เป็นสภาวะซับซ้อนที่ทำให้เข้าใจคลาดเคลื่อน ดังนั้นควรมีการแสดงความเชื่อมโยงกับพระสูตรที่เกี่ยวข้อง เช่น ชันธสูตร เป็นพระสูตรที่แสดงเรื่องขันธ ๕ ในพระสูตรตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ชันธวารวรรค ว่าด้วยขันธ ๕ ประการ, อนิจจสูตร ว่าด้วย สิ่งที่ไม่เที่ยง, อนัตตลักขณสูตร ว่าด้วยลักษณะแห่งอนัตตา, จุฬัตถนหาสังขยสูตร ว่าด้วยข้อปฏิบัติธรรมเป็นที่สันตันทา ในพระสูตรตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย

มูลปัญญาสภ มหามกุฏราชวิทยาลัย ยังมีข้อจำกัดในการศึกษาหลาย ๆ ประเด็น เช่น การศึกษาหลักสูตร  
ในพระสูตรอื่น ๆ หรือการนำเนื้อหาหลักสูตรเชื่อมโยงงานวิจัยเชิงปริมาณและคุณภาพ ดังนั้นหาก  
มีเรื่องศึกษาในประเด็นเดียวกันนี้ ควรศึกษาในประเด็นรายละเอียดของหลักสูตรต่าง ๆ คือ

- ๑) ศึกษาเปรียบเทียบแนวทางการปฏิบัติในพระสูตรอื่น ๆ
- ๒) ศึกษา เรื่องการพัฒนาจิตและเจริญสติปัญญา สำหรับเยาวชนในสังคมหรือส่วนอื่น ๆ



## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาไทย

#### ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_ . พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

\_\_\_\_\_ อรรถกถาภาษาบาลี. ฉบับจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,

๒๕๓๙.

\_\_\_\_\_ . อรรถกถาภาษาไทย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

\_\_\_\_\_ . ปกรณวิเสสภาษาไทย ฉบับจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิบูลย์,

๒๕๓๙.

#### ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

##### (๑) หนังสือ:

ขุนสรรค์กิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร). ลักษณะทิวทัศน์แห่งปริมณฑล. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร:

มูลนิธิปริยญาธรรม, ๒๕๕๑.

จำลอง ดิษยวัน. วิปัสสนากรรมฐานและเชาว์อารมณ์. พิมพ์ครั้งที่ ๓. เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์,

๒๕๔๙.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙ ราชบัณฑิต). พจนานุกรมเพื่อการศึกษา พุทธศาสตร์

ชุดคำวัด. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แสงธรรม, ๒๕๔๘.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ์). โปธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ. พิมพ์ครั้งที่ ๖. นนทบุรี:

สำนักพิมพ์สัมปชัญญะ, ๒๕๔๙.

\_\_\_\_\_ . ความเป็นมาของวิปัสสนากรรมฐาน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,

๒๕๓๘.

\_\_\_\_\_ . คำบรรยายเรื่องวิปัสสนากรรมฐาน (มหาสติปัญญา). พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘.

พระธรรมวโรดม (บุญมา คุณสมปโน ป.ธ.๙). อภิธัมมัตถวิภาวินีแปล. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กาญจนบุรี:

ม.ป.ท., ๒๕๕๐.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๗.  
กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๗.

\_\_\_\_\_ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๑. กรุงเทพมหานคร:  
สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๖.

พระพุทธโฆสเถระ. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๒. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพลส จำกัด,  
๒๕๖๐.

พระพุทธโฆษาจารย์. **วิสุทธิมรรค เล่ม ๒**. ตรวจชำระ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ แปลและอธิบาย พระคันธสา  
ราภิวงศ์ พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๖.

พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานาจารย์ ดร. **วิปัสสนาที่ปณีฎีกา ฉบับพิมพ์รวม  
เล่มใน ๑๐๐ ปี อัครมหากัมมัฏฐานาจารย์**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้ง  
แอนด์พับลิชชิ่งจำกัดมหาชน, ๒๕๕๔.

\_\_\_\_\_ . **จตุตถาโร สติปฏฐานา**. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: หอรัตนชัยการพิมพ์, ๒๕๕๑.  
พระภิกษุวิฑูรย์ วิ. (พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี). **วิปัสสนาภาวนาที่ไม่ถูกเขียนไว้ในพระไตรปิฎก**.  
กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๘.

พระสัทธัมมโชติกะ ธรรมจารย์. **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖ จิต เจตสิก รูป นิพพาน.หลักสูตรชั้น  
จุฬารักษิณมิกตรี**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมมิกจำกัด,  
๒๕๕๓.

\_\_\_\_\_ . **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๓ และปริเฉทที่ ๗**. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์  
ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๔.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **มหาสติปฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**. กรุงเทพมหานคร:  
ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๕.

\_\_\_\_\_ . **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**. นนทบุรี: บริษัท ไทยร่มเกล้า จำกัด, ๒๕๔๘.

พคิน อินทรวงศ์. **สมณะเท้าขวา วิปัสสนาเท้าซ้าย**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์  
พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๕.

รศ.ดร.สุจิตรา อ่อนค้อม. **การฝึกสมาธิ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า,  
๒๕๕๓.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ ๔๘. กรุงเทพมหานคร:  
สำนักพิมพ์ ผลิธัมม์, ๒๕๖๐.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ). **อริยวงศ์ปฏิบัติ ปฎิบัติอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า**.  
กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔.

สำนักราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๕**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: บริษัท นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น จำกัด, ๒๕๕๖.

**(๒) วิทยานิพนธ์:**

พระครูจันทโพธานุวัตร จนทโสภโณ (โพธิ์ทอง). “ศึกษาหลักการเจริญวิปัสสนาภาวนาเฉพาะกรณีคำสอนของ พระราชภาวนาวราจารย์ (บุญมา ปุณฺณภิกขิตฺโต)”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระครูนนทธรรมวิมุข อชิโต (ผิน). “ศึกษาวิปัสสนาภาวนากับการรู้แจ้งพระนิพพานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระครูสังฆรักษ์พิริยทุท ญาณวโร (อ่อนคุณ). “ศึกษาสติสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระศักดิ์สิทธิ์ โชติธมฺโม (แช่ลิ้ม). “ศึกษาเรื่องสัมมาสมาธิเพื่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พระพุทธานุสเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พินนภา หมวกยอด. “การพัฒนาศักยภาพนักศึกษาในการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา”. **วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์สุขภาพ**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๘.

แม่ชีสำลี สิงหราช. “ศึกษาสมาธิและปัญญาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

ภาคผนวก

ภาคผนวก (ก)

สมาธิภาวนาสูตร

จากพระไตรปิฎก ภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย สุตตันตปิฎก สัมมัตตนิคาเย

อังกุตตรนิคายสส จตุกกนิปาตปาติ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปกาสีตา

อนุสรณีย์ พุทธวสุเส ๒๕๐๐

## ๕. โรหิตสฺสวคฺค

### ๑. สมาริภาวนาสุตฺต

[๔๑] จตฺสฺสเ อีมา ภิกฺขเว สมาริภาวนา. กตมา จตฺสฺสเ ? อตฺถิ ภิกฺขเว สมาริภาวนา ภาวิตา พหุลิกฺคา ทิฏฺฐจธมฺมสุขวิหาราย ลํวตฺตติ, อตฺถิ ภิกฺขเว สมาริภาวนา ภาวิตา พหุลิกฺคา ฅาณทสฺสนปฺปฏิลาภาย ลํวตฺตติ, อตฺถิ ภิกฺขเว สมาริภาวนา ภาวิตา พหุลิกฺคา สติสมฺปชฅณฺยาย ลํวตฺตติ, อตฺถิ ภิกฺขเว สมาริภาวนา ภาวิตา พหุลิกฺคา อาสวานํ ขยาย ลํวตฺตติ.

กตมา จ ภิกฺขเว สมาริภาวนา ภาวิตา พหุลิกฺคา ทิฏฺฐจธมฺมสุขวิหาราย ลํวตฺตติ ? อีธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ วิวิจฺเจว กาเมหิ วิวิจฺจ อกฺุสเลหิ ธมฺเมหิ สวิตกฺกํ สวิจาร์ วิเวกข์ ปิติสฺสํ ปจมํ ฅานํ อุปสมฺปชฺช วิหริตฺติทกฺกวิจาร์านํ วุปสฺมา อชฺฅตฺตํ สมฺปสาทนํ เจตโส เอโกทิกาวํ อวิตกฺกํ อวิจาร์ สมาริซํ ปิติสฺสํ ทฺตยํ ฅานํ อุปสมฺปชฺช วิหริตฺติปิตฺยา จ วิราคา อฺุเปกฺขโก จ วิหริตฺติ สโต จ สมฺปชาโน สุขญฺจ กาเยน ปฺฏิสฺสเวเทติ ยนฺตํ อริยา อาจิกฺขนฺติ “อฺุเปกฺขโก สติมา สุขวิหารี”ติ ทฺตยํ ฅานํ อุปสมฺปชฺช วิหริตฺติสุขสฺส จ ปหานา ทฺกฺขสฺส จ ปหานา ปุพฺพเว โสมนสฺสโทมนสฺसानํ อตฺถงฺกมา อทฺกฺขมฺสฺสํ อฺุเปกฺขาสติปาริสฺสฺหิ จตฺตตํ ฅานํ อุปสมฺปชฺช วิหริตฺติ. อยํ ภิกฺขเว สมาริภาวนา ภาวิตา พหุลิกฺคา ทิฏฺฐจธมฺมสุขวิหาราย ลํวตฺตติ.

กตมา จ ภิกฺขเว สมาริภาวนา ภาวิตา พหุลิกฺคา ฅาณทสฺสนปฺปฏิลาภาย ลํวตฺตติ ? อีธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อาโลกสญฺญํ มนสิกโรตฺติ, ทิวาสญฺญํ อธิจฺจาติ ยถา ทิวา ตถา รตฺตํ ยถา รตฺตํ ตถา ทิวา, อีติ วิวิตฺเตน เจตสา อปริโยนทฺเรน สปฺปภาสํ จิตฺตํ ภาเวติ. อยํ ภิกฺขเว สมาริภาวนา ภาวิตา พหุลิกฺคา ฅาณทสฺสนปฺปฏิลาภาย ลํวตฺตติ.

กตมา จ ภิกฺขเว สมาริภาวนา ภาวิตา พหุลิกฺคา สติสมฺปชฅณฺยาย ลํวตฺตติ ? อีธ ภิกฺขเว ภิกฺขุโน วิทิตา เวทนา อฺุปฺชฺชนฺติ, วิทิตา อฺุปฺปฺจฺจนฺติ, วิทิตา อพฺุภตฺตํ

๑ ฉ. ม. อฺุปฺปฺจฺจนฺติ

ปณฺณาสก]

๕. โรหิตสฺสวคฺค ๒. ปญฺหพฺยาकरणสฺสุตฺต

๕๑

คจฺจนฺตฺติ. วิทิตา สญฺญา..วิทิตา วิทกฺกา อฺปฺปชฺชนฺตฺติ, วิทิตา ติฏฺฐจฺจนฺตฺติ, วิทิตา อพฺภกฺคํ  
คจฺจนฺตฺติ. อยํ ภิกฺขเว สมารธิภาวนา ภาวิตา พหุสํกฺตา สติสมฺปชฺฌนฺตฺติ สํวตฺตติ.

กตมา จ ภิกฺขเว สมารธิภาวนา ภาวิตา พหุสํกฺตา อาสวานํ ขยาย สํวตฺตติ ?  
อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ ปญฺจสุ อฺปาทานกฺขนฺตฺเตสุ อฺหฺยพฺพฺยานุสฺสึ วิหริตี “อิตี รูปํ, อิตี  
รูปสฺส สมฺทโย, อิตี รูปสฺส อตฺตงฺคโม” อิตี เวทนา, อิตี เวทนาย สมฺทโย, อิตี  
เวทนาย อตฺตงฺคโม. อิตี สญฺญา, อิตี สญฺญาย สมฺทโย, อิตี สญฺญาย อตฺตงฺคโม.  
อิตี สงฺขาร, อิตี สงฺขารานํ สมฺทโย, อิตี สงฺขารานํ อตฺตงฺคโม. อิตี วิญฺญาณํ, อิตี  
วิญฺญาณสฺส สมฺทโย, อิตี วิญฺญาณสฺส อตฺตงฺคโม”ติ. อยํ ภิกฺขเว สมารธิภาวนา ภาวิตา  
พหุสํกฺตา อาสวานํ ขยาย สํวตฺตติ. อิมา โข ภิกฺขเว จตฺสฺส สมารธิภาวนา. อิถยจ  
ปน เมตํ ภิกฺขเว สนฺธาย ภาสิตํ ปารายเน ปุณฺณกปฺเพห :

สงฺขาย โลกสมฺมิ ปโรปรานิ  
ยสฺสตีชฺชิตํ นตฺติ กุหิณฺจิ โลก  
สนฺโต วิฐฺโม อนฺนิโฆ นิราโส  
อทาวี โส ชาตฺชเรนฺตฺติ พุรฺรมีตี. ปจฺม.

ภาคผนวก (ข)

สมาธิภาวนาสูตร ภาษาไทย

จากพระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

เฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ

พุทธศักราช ๒๕๓๙



## ๕. โรหิตัสสวรรค

หมวดว่าด้วยโรหิตัสสเทพบุตร

### ๑. สมาธิภาวนาสูต

ว่าด้วยสมาธิภาวนา

[๔๑] พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย สมาธิภาวนา<sup>๑</sup> ๔ ประการนี้ สมาธิภาวนา ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วยอมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน
๒. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วยอมเป็นไปเพื่อได้ญาณทัสสนะ
๓. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วยอมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ
๔. สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วยอมเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ

**สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วยอมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน เป็นอย่างไร**

คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้สังัดจากกามและอกุศลธรรมแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก วิจารณ์ ปีติ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตกวิจารณ์สงบระงับไป บรรลุทุติยฌานมีความผ่องใสภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่ เพราะปีติจางคลายไป มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอรियะสรรเสริญว่า ‘ผู้มีอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข’ เพราะละสุขและทุกขได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ สมาธิภาวนานี้ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วยอมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน

<sup>๑</sup> ดู ที.ปา. ๑๑/๓๐๗/๑๔๘-๑๔๙

ปกรณ์าสก]

๕. โรหิตัสสวารค ๑. สมาธิภาวนาสูตฺร

๖๕

**สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วยอมเป็นไปเพื่อให้ญาณทัสสนะ<sup>๑</sup> เป็นอย่างไร**

คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้มนสิการถึงอาโลกสัญญา (ความกำหนดหมายในแสงสว่าง) อธิษฐานทิวาสัญญา (ความกำหนดหมายว่ากลางวัน) ว่า กลางคืนเหมือนกลางวัน กลางวันเหมือนกลางวัน มีใจสงบไม่มีเครื่องร้อยรัด อบรมจิตให้สว่าง<sup>๒</sup> อยู่ สมาธิภาวนานี้ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วยอมเป็นไปเพื่อให้ญาณทัสสนะ

**สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วยอมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ เป็นอย่างไร**

คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้รู้แจ้งเวทนาที่เกิดขึ้น รู้แจ้งเวทนาที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งเวทนาที่ดับไป รู้แจ้งสัญญาที่เกิดขึ้น ... รู้แจ้งวิตกที่เกิดขึ้น รู้แจ้งวิตกที่ตั้งอยู่ รู้แจ้งวิตกที่ดับไป สมาธิภาวนานี้ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วยอมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ

**สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วยอมเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ เป็นอย่างไร**

คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้มีปกติเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปในอุปาทานชั้น ๕ อยู่ว่า “รูปเป็นอย่างไร ความเกิดขึ้นแห่งรูปเป็นอย่างไร ความดับแห่งรูปเป็นอย่างไร เวทนาเป็นอย่างไร ความเกิดขึ้นแห่งเวทนาเป็นอย่างไร ความดับแห่งเวทนาเป็นอย่างไร สัญญาเป็นอย่างไร ความเกิดขึ้นแห่งสัญญาเป็นอย่างไร ความดับแห่งสัญญาเป็นอย่างไร สังขารเป็นอย่างไร ความเกิดขึ้นแห่งสังขารเป็นอย่างไร ความดับแห่งสังขารเป็นอย่างไร วิญญาณเป็นอย่างไร ความเกิดขึ้นแห่งวิญญาณเป็นอย่างไร ความดับแห่งวิญญาณเป็นอย่างไร” สมาธิภาวนานี้ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วยอมเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ

ภิกษุทั้งหลาย สมาธิภาวนา ๔ ประการนี้แล

ภิกษุทั้งหลาย ก็ค่านีเรากล่าวไว้ในปุณณกปัฏฐกในปารายนวรรค หมายถึงข้อความนี้ว่า

<sup>๑</sup> ญาณทัสสนะ ในที่นี้หมายถึงทิพพจักขุญาณ (อง.จตุกก.อ. ๒/๔๑/๓๔๒)

<sup>๒</sup> อบรมจิตให้สว่าง ในที่นี้หมายถึงทำจิตให้สว่างด้วยทิพพจักขุญาณ (อง.จตุกก.อ. ๒/๔๑/๓๔๒)

๗๐

พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต

[๑. ปฐม

บุคคลใคร่รู้สิ่งสูงต่ำในโลก<sup>๒</sup>  
 ไม่มีกิเลสเป็นเหตุให้หวั่นไหวในโลกไหน ๑<sup>๔</sup>  
 เรากล่าวว่า บุคคลเป็นผู้สงบ<sup>๕</sup>  
 ไม่มีควันคือความโกรธ  
 ไม่มีกิเลสกระทบจิต ไม่มีความหวัง  
 ซ้ำมพันธ์ชาติและชราได้แล้ว

สมาธิภาวนาสูตที่ ๑ จบ

ภาคผนวก (ค)

สมาธิภาวนาสุตตวันฉนา อรรถกถาภาษาไทย

จากพระสุตตันตปิฎก ฉบัมมหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พุทธศักราช ๒๕๕๓

## ๕. โรหิตัสสวรรค

### หมวดว่าด้วยโรหิตัสสเทพบุตร

#### ๑. สมาธิภาวนาสุตตวันฉนา

##### พรรณนาพระสูตรว่าด้วยสมาธิภาวนา

[๔๑] ในพระสูตรที่ ๑ แห่งวรรคที่ ๕ บัณฑิตพึงทราบวินิจฉัยดังต่อไปนี้ คำว่า **เพื่อไฉนญาณทัสสนะ (ญาณทัสสนปฏิลาภาย)** ได้แก่ เพื่อไฉนญาณทัสสนะที่ ๑ คือทิพพจักขุ คำว่า **อธิษฐานทิวาสัญญา (ทิวาสณฺณํ อธิฏฺฐาติ)** ความว่า ภิกษุยอมตั้งความกำหนดหมายไว้อย่างนี้ว่า “นี่เป็นเวลากลางวัน” คำว่า **กลางคืนเหมือนกลางวัน (ยถา ทิวา ตถา รตฺตี)** ความว่า ในเวลากลางวัน ภิกษุทำความกำหนดหมายว่ามีแสงสว่างในใจ ฉันทใด แม้ในกลางคืน ก็ทำความกำหนดหมายว่ามีแสงสว่างนั้นในใจ ฉันทนั้นเหมือนกัน แม้ในคำที่ ๒ ก็นัยนี้เหมือนกัน คำว่า **ให้สว่าง (สปรฺภาส)** ได้แก่ ให้สว่างด้วยความสว่างคือทิพพจักขุญาณ ภิกษุทำจิตให้เป็นเหมือนแสงสว่างได้แล้วแม้ก็จริง ถึงกระนั้น บัณฑิตก็พึงกำหนดเนื้อความอย่างนี้ แต่ในพระสูตรนี้พระผู้มีพระภาคทรงประสงค์เอาแสงสว่างคือทิพพจักขุญาณ

คำว่า **รู้แจ้ง (วิทิตา)** ได้แก่ ปราบกฏแล้ว

ถามว่า เวทนาที่ภิกษุรู้แจ้งแล้วย่อมเกิดขึ้น ที่ภิกษุรู้แจ้งแล้วย่อมดับไปได้อย่างไร

ตอบว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมกำหนดวัตถุ ย่อมกำหนดอารมณ์ เพราะภิกษุนั้นกำหนดวัตถุและอารมณ์แล้ว เวทนาเหล่านั้นที่เขารู้แจ้งแล้วว่า “เกิดขึ้นแล้วอย่างนี้ ตั้งอยู่แล้วอย่างนี้ ย่อมดับไปอย่างนี้” ชื่อว่าย่อมเกิดขึ้นที่เขารู้แจ้งแล้วชื่อว่าย่อมตั้งอยู่ ที่เขารู้แจ้งแล้วชื่อว่าย่อมถึงความดับไป แม้ในสัญญาและวิตกก็นัยนี้เหมือนกัน

คำว่า **มีปกติเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไป (อุทฺทพฺพชานูปสฺสึ)** ได้แก่ เห็นทั้งความเกิดขึ้นทั้งความเสื่อมไป คำว่า **รูปเป็นอย่างนี้ (อิตฺติ รูป)** ได้แก่ รูป

เป็นอย่างนี้ รูปมีประมาณเท่านี้ รูปอื่นจากนี้ไม่มี คำว่า **ความเกิดขึ้นแห่งรูปเป็น  
อย่างนี้ (อิติ รูปสฺส สมุทโย)** ได้แก่ รูปมีความเกิดขึ้นอย่างนี้ ส่วนคำว่า **ความดับ  
(อตฺตจฺจโม)** ท่านประสงค์เอาความแตกสลายไป **แม้ในเวทนาเป็นต้นกันยนี้**  
เหมือนกัน คำว่า **ภิกษุทั้งหลาย ก็คำนี้เรากล่าวไว้ ... หมายถึงข้อความนี้ว่า  
(อิทฺตจฺจ ปน เม ตํ ภิกฺขเว สนฺธาย ภาสิตํ)** ความว่า ภิกษุทั้งหลาย คำนี้ได้  
เป็นต้นว่า “รู้ ... ในโลก” เรากล่าวแล้วในปุณณกปัญหา (โสฬสปัญหา) คำนี้นั้น  
เรากล่าวหมายถึงผลสมาบัตินี้

บรรดาคำเหล่านั้น คำว่า **รู้ (สงฺขาย)** ได้แก่ รู้ด้วยญาณ คำว่า **ในโลก  
(โลกสมฺม)** ได้แก่ ในสัตวโลก คำว่า **สิ่งสูงต่ำ (ปิโรปรานิ)** ได้แก่ ความยิ่งและ  
ความหย่อน คือความสูงสุดและความต่ำสุด คำว่า **กิเลสเป็นเหตุให้หวั่นไหว  
(อิฏฺฐิตํ)** ได้แก่ กิเลสเป็นเหตุให้สะเทือนใจ คำว่า **ไม่มี ... ในโลกไหนๆ  
(นตฺถิ กุหิณฺณิ โลก)** ได้แก่ ไม่มีในโลก คือในที่ไหนๆ ไม่ว่าจะในชั้นหนึ่ง  
ก็ดี อายตนะหนึ่งก็ดี ธาตุหนึ่งก็ดี อารมณ์หนึ่งก็ดี คำว่า **เป็นผู้สงบ (สนฺโต)**  
ได้แก่ ชื่อว่าเป็นผู้สงบ เพราะสงบกิเลสที่เป็นข้าศึกได้ คำว่า **ไม่มีควั่นคือความ  
โกรธ (วิธฺวโม)** ได้แก่ ชื่อว่าเป็นผู้ปราศจากควั่น เพราะควั่นคือความโกรธ ใน  
พระสูตรนี้ พระผู้มีพระภาคตรัสแม้ความมีอารมณ์เดียวในมรรค แล้วตรัสผลสมาบัติ  
เท่านั้นไว้ในพระคาถา ดังพรรณนามาจะนี้แล

## ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ ฉายา/นามสกุล : แม่ชีนิชาดา ศรีธัญอมร  
 ว /ต / ป เกิด : วันจันทร์ ที่ ๒๙ เดือน ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๒๔  
 ภูมิลำเนาที่เกิด : ๔๑๐ หมู่ ๑ บ้านห้วยบ่อซืน ตำบลห้วยบ่อซืน อำเภอปากชม จังหวัดเลย  
 ๔๒๑๕๐

### การศึกษาทางโลก:

พ.ศ. ๒๕๕๘ : ปริญญาตรี คณะบริหารธุรกิจ สาขาวิชาการเงินการบัญชี  
 มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี จังหวัดลพบุรี

### ประสบการณ์การทำงาน:

พ.ศ. ๒๕๕๗ : ผู้ช่วยพระวิปัสสนาจารย์ วัดป่าจริยธรรม จังหวัดเลย,  
 วัดภูจวน จังหวัดอุทัยธานี

### ประสบการณ์การปฏิบัติธรรม:

พ.ศ. ๒๕๕๗ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นเวลา ๙๐ วัน ณ วัดภูจวน จังหวัดอุทัยธานี

พ.ศ. ๒๕๕๙ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ติดต่อกัน ๑๕ วัน (๑ - ๑๕ เมษายน)

ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ตาดั่งเลนัง” อำเภอต๋อยสะแกckett จังหวัดเชียงใหม่

พ.ศ. ๒๕๖๐ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ติดต่อกัน ๓๐ วัน (๑ - ๓๐ พฤษภาคม)

ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา

พ.ศ. ๒๕๖๐ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสูตรพุทธศาสตร์มหาบัณฑิต

สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา รวม ๗ เดือน ๓ สัปดาห์ได้แก่

กรกฎาคม - พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๖๐ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๔ เดือน ณ

ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” จังหวัดนครราชสีมา

พฤศจิกายน - ธันวาคม พ.ศ.๒๕๖๐ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๑ เดือน ณ

“วัดนาหลวง (อภิญาเทสิตรธรรม) จังหวัดอุดรธานี

ธันวาคม พ.ศ.๒๕๖๐-กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๖๑ ปฏิบัติภาวนา ๒ เดือน ณ

“MAHASI MEDITATION CENTER” สาธารณรัฐแห่งสหภาพพม่า

วันบวชชี : วันที่ ๒๕ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๗

สังกัดวัด : วัดป่าจริยธรรม ตำบลนาดอกคำ อำเภอนาดัง จังหวัดเลย

ปีที่เข้าศึกษา : พุทธศักราช ๒๕๕๙

ปีที่สำเร็จการศึกษา : พุทธศักราช ๒๕๖๑

ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดป่าจริยธรรม จังหวัดเลย ตำบลนาดอกคำ อำเภอนาดัง จังหวัดเลย  
 ๔๒๒๑๐

โทรศัพท์ : ๐๘๑-๒๖๙๕๑๙๑

E-mail : Nichada.vi12@gmail.com