

ศึกษาจิตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา  
A STUDY OF THE CITTAVISUDDHI RELATION WITH  
VIPASSANĀBHĀVANĀ PRACTICE

พระครูปริยัติกาญจนโชติ (มานิตย์ ฐมฺมโชโต)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา  
บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๕๔

# ศึกษาจิตตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

พระครูปริยัติกาญจนโชติ (มานิตย์ ธรรมโชโต)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา  
บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๕๔

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

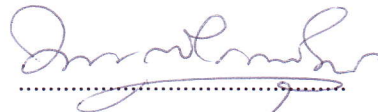
**A STUDY OF THE CITTAVISUDDHI RELATION WITH  
VIPASSANĀBHĀVANĀ PRACTICE**

**Phrakhru Pariyatkarachod (Manit Dhammajoto)**

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of  
The Requirement for the Degree of  
Master of Arts  
(Vipassanā Meditation)  
Graduate School  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University  
Bangkok, Thailand  
C.E.2011

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับ  
วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตร  
มหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา



(พระสุธีธรรมานุวัตร)

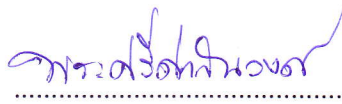
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์..........ประธานกรรมการ

(พระมหาสุรชัย วราสโท)

.....กรรมการ


(พระครูใบฎีกาภานิตย์ เขมคุตโต)

.....กรรมการ

(พระศรีศาสนวงศ์)

.....กรรมการ

(นายจรัญ ธรรมดา)

.....กรรมการ

(นายวุฒิชัย อัดดาพงศ์)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ พระครูใบฎีกาภานิตย์ เขมคุตโต ประธานกรรมการ

พระศรีศาสนวงศ์ กรรมการ

นายจรัญ ธรรมดา กรรมการ

ชื่อวิทยานิพนธ์	: ศึกษาจิตตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
ผู้วิจัย	: พระครูปริยัติกาญจน โชติ (มานิตย์ ฐมฺม โชโต)
ปริญญา	: พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	
	: พระครูใบฎีกามานิตย์ เขมคุตโต, ดร.
	: พระศรีศาสนวงศ์ ป.ธ. ๘, รป.ม.
	: อาจารย์จรัญญู ธรรมดา ป.ธ. ๔, ฐมฺมาจริยะ, ศษ.บ.
วันสำเร็จการศึกษา	: ๑ เมษายน ๒๕๕๕

### บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ เรื่อง “ศึกษาจิตตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนา ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาหลักจิตตวิสุทธิกับแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยการศึกษาค้นคว้าจากพระไตรปิฎก และอรรถกถา ฎีการวมทั้งข้อมูลจากเอกสารงานวิชาการที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมาเรียบเรียง บรรยายเชิงพรรณนา ตรวจสอบเนื้อหาความถูกต้องโดยอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญ

ผลการวิจัยพบว่า การปฏิบัติวิปัสสนา เป็นหลักสำคัญในการนำตนให้พ้นจากทุกข์ อันเป็นทางสายเอก สายเดียวเท่านั้น อันมี สติปัญญา ๔ คือ กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และธรรมานุปัสสนา

จิตตวิสุทธิ (ความบริสุทธิ์แห่งจิต) หมายถึง การชำระจิตให้ปราศจากนิวรณ์ กล่าวโดยสรุป ได้แก่ ความบริสุทธิ์ของสมาธิ องค์ธรรมของจิตตวิสุทธิ ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก ในมหากุศลจิต มหาภิริยา มหัคคตกุศล และ มหัคคตภิริยา จิตตวิสุทธิ นี้ ย่อมเกิดแก่พระโยคาวจร ที่เป็นผู้ฝึกฝนในการเจริญสมณะ เรียกว่า สมถยานิกะ และผู้เจริญวิปัสสนาล้วน เรียกว่า วิปัสสนายานิกะ

จิตตวิสุทธิ หรือสมาธิวิสุทธิ นั้น หมายถึง สมาธิขณะนั้นปราศจากนิวรณ์ มีกามฉันทนิวรณ์ เป็นต้น ไม่อาจอาศัยสมาธินั้นเป็นอารมณ์ได้ ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก ที่ตั้งอยู่ในอารมณ์ของสติปัญญา หรือ นามธรรม รูปธรรม ที่เป็นปัจจุบันอารมณ์

การเจริญวิปัสสนาภาวนา โดยมีสมณะ เป็นบาท หรือ สมถยานิกะ นั่นเอง เป็นแนวทางเพื่อให้เกิดจิตตวิสุทธิ โดยวิสุทธิมรรค อรรถกถาได้สังเคราะห์ สมบัติ ๘ ว่าเป็น จิตตวิสุทธิ คือ ยกขึ้นสู่อารมณ์ของวิปัสสนาได้ คือ เป็นบาทของวิปัสสนาได้

**Thesis Title** : A Study of The Cittavisuddhi Relation With Vipassanābhāvanā Practice

**Researcher** : PhraKhruPrariyatkaranchanachod (Manit Dhammajoto)

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

**Thesis Supervisory Committee**

: PhraKhru Baidikamanit Khemagutto M.A., Ph.D.

: Phra Srisāsanawong Pali IX, M.P.A.

: Jumroon Dhammada Pali IV, Dhammācariya, B.Ed.

**Date of Graduation** : 1 / April / 2012

### Abstract

The objective of this research is to study the Cittavisuddhi or the purity of mind stated in the Theravada Doctrine. This study of the Cittavisuddhi's principle is in relation with Vipassanābhāvanā practice by studying the data from the Ṭiṭṭaka, Aṭṭhakathā Ṭikā and Visuddhimagga Scripture all of which are the connected Texts which are composed, explained and verified by the experts.

From the study, it is found that Vipassanābhāvanā practice, which are of the Four Foundations methods – i.e. contemplations of the body, the feelings, the mind and the mind-objects, is known to be the Buddhism's main path of leading oneself out of Dukkha or suffering has one way only.

Cittavisuddhi means the purified mind. This means to clean hindrances out of one's mind so that one's concentration is pure. Cittavisuddhi consists of Ekaggatā-Cetasika or one-pointedness mental factors and Mahākiriya-citta (functional conscience) and would happen to those seriously practice Samathabhāvanā. The person will then be called Samathayānika (one whose vehicle is tranquility). While on the other hand, those who practice only Vipassanābhāvanā will be called Vipassanāyanika (one whose vehicle is pure insight).

Cittavisuddhi means the practitioner's mind, in that present concentration period, is without hindrances, resulting in one could not use such mind as his observation material. This is called Ekaggatā-Cetasika or one-pointedness.

The researcher has found that to purify one's mind by practicing as the Samathayānika would able the practitioner to purify one's mind before they could later move up to Vipassanābhāvanā practice.

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้ สำเร็จลงได้ด้วยดี ด้วยความเมตตาธรรมและความเอื้อเฟื้อจากคณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส ทั้งฝ่ายบรรพชิตและคฤหัสถ์ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง โดยเฉพาะพระครูใบฎีกามานิตย์ เขมคุตโต, ดร.ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ พระศรีศาสนวงศ์ และอาจารย์จำรุญ ธรรมดา กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ เป็นผู้ดูแลในการตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาวิชาการ และเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาให้ความอนุเคราะห์ในด้านวิชาการและการจัดทำวิทยานิพนธ์

ขอกราบขอบพระคุณ เจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ช. ๕, MA., Ph.D.) รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส จ. นครปฐม เจ้าคณะใหญ่หนกลาง เจ้าอาวาสวัดพิชยญาติการาม ที่เปี่ยมไปด้วยเมตตาธรรมเป็นอย่างสูง ขออนุโมทนาโครงการทุนเล่าเรียนหลวง

ขอขอบคุณและเจริญพร คณาจารย์และเจ้าหน้าที่ทุกท่านของ มจร. วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส โดยเฉพาะศส.เวทย์ บรรณกรกุล ที่ได้อนุเคราะห์ในการตรวจรูปแบบวิทยานิพนธ์ และแนะนำเพิ่มเติมให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณและเจริญพร เจ้าหน้าที่และบุคลากรห้องสมุด วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส ที่ได้เอื้อเฟื้อตำรา วิทยานิพนธ์ หนังสือ และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ขออนุโมทนา ขอบพระคุณ ผู้มีพระคุณทุกท่าน ผู้รู้ปราชญ์ทางพระพุทธศาสนา นักวิจัย ผู้ช่วยผู้วิจัย นักวิชาการ ผู้ประพันธ์ ผู้เรียบเรียง ตำราวิชาการ ตลอดจนงานวิจัยที่ศึกษาวิจัยได้นำมาอ้างอิงในครั้งนี้ จนกระทั่งทำให้งานเล่มนี้ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

พระครูปริยัติกาญจนโชติ (มานิตย์ ฐมฺมโชโต)

๑ เมษายน ๒๕๕๕



## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญ	จ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ช
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๕
๑.๓ ขอบเขตการวิจัย	๖
๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๖
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๖
๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๗
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๑
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๑
บทที่ ๒ วิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๑๒
๒.๑ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา	๑๒
๒.๒ วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔	๑๗
๒.๓ หลักของวิปัสสนากัมมัฏฐาน ๖ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๑๗
๒.๔ อานิสงส์แห่งการเจริญสติปัฏฐาน ๔	๒๖

<b>บทที่ ๓ จิตตวิสุทธิในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท</b>	<b>๒๓</b>
๓.๑ ความหมายของจิตตวิสุทธิ	๒๘
๓.๒ ประเภทของจิตตวิสุทธิ	๓๕
๓.๓ องค์ธรรมของจิตตวิสุทธิ	๕๖
<b>บทที่ ๔ แนวทางการปฏิบัติจิตตวิสุทธิ</b>	<b>๕๕</b>
๔.๑ สมถยานิกสมาธิ	๕๕
๔.๒ วิปัสสนायานิกสมาธิ	๖๕
<b>บทที่ ๕ สรุปอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ</b>	<b>๕๐</b>
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๕๐
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๕๒
<b>บรรณานุกรม</b>	<b>๕๓</b>
<b>ประวัติผู้วิจัย</b>	<b>๕๖</b>

## คำอธิบายสัญลักษณ์และอักษรย่อ

## ก. อักษรย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ และพระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๕ อ้างอิงโดยระบุ เล่ม/ชื่อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ม.อุ. (บาลี) ๑๔/๓๗๖/๒๖๑ หมายถึง สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุपरินิพพานสภบาลี (ภาษาบาลี) เล่มที่ ๑๔ ชื่อที่ ๓๗๖ หน้า ๒๖๑, ม.อุ. (ไทย) ๑๔/๓๗๖/๓๐๕ หมายถึง สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุपरินิพพานสภ (ภาษาไทย) เล่มที่ ๑๔ ชื่อที่ ๓๗๖ หน้า ๓๐๕

การใช้หมายเลขอ้างอิงปกรณ์วิเศษ จะระบุชื่อคัมภีร์ ลำดับเล่ม/หน้า เช่น วิสุทธิ.(บาลี) ๑/๑๕ หมายถึง คัมภีร์วิสุทธิมรรค (ภาษาบาลี) ภาคที่ ๑ หน้า ๑๕ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

## พระวินัยปิฎก

วิ.มหา.	(บาลี)	=	วินยปิฎก	มหาวิภังคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.มหา.	(ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)

## พระสุตตันตปิฎก

ที.สี.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขนุชวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.สี.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ปา.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.มู.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปณณาสก	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปณณาสก	(ภาษาไทย)
ม.อุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุपरินิพพานสภ	(ภาษาไทย)
ส.นิ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิคาย	นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ข.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิคาย	ขนุชวารวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ส.ข.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิคาย	ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)

ส.ม.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ทุก.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก.	(บาลี)	=	สุดตุนตปิฎก	องคุตตรนิกาย	ปญจกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.ปญจก.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตุตก.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	สตุตกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.นวก.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	นวกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(บาลี)	=	สุดตุนตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธมมปทปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.เถร.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เถรคาถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.	(บาลี)	=	สุดตุนตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฎิสมุภิกขามคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ป.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฎิสมุภิกขามรรค	(ภาษาไทย)
ขุ.ม.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิเทศ	(ภาษาไทย)

#### พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.วิ.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)
อภิ.สง.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)

#### ปกรณ์วิเสส

วิสุทฺธิ.	(บาลี)	=	วิสุทฺธิมคคปกรณ์	(ภาษาบาลี)
วิสุทฺธิ.	(ไทย)	=	วิสุทฺธิมรรคปกรณ์	(ภาษาไทย)

#### ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

การใช้หมายเลขอ้างอิงอรรถกถา จะแจ้งที่มา เล่ม(ถ้ามี)/ชื่อ(ถ้ามี)/หน้า เช่น ที.สี.อ.(บาลี) ๑/๒๗๖/๔๓ หมายถึง ทีฆนิกาย สุมงฺคฺลวิลาสิณี สีลขุขนฺธวคฺคกถา (ภาษาบาลี) เล่มที่ ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๔๓ ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๒๕

#### อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ที.ม.อ.	(บาลี)	=	ทีฆนิกาย	สุมงฺคฺลวิลาสิณี	มหาวคฺคกถา	(ภาษาบาลี)
ที.ปา.อ.	(บาลี)	=	ทีฆนิกาย	สุมงฺคฺลวิลาสิณี	ปาฎิกวคฺคกถา	(ภาษาบาลี)
ม.มฺว.อ.	(บาลี)	=	มขุฉิมนิกาย	ปปญฺจสุทฺธิ	มูลปณฺณาสกถา	(ภาษาบาลี)
ส.นิ.อ.	(ไทย)	=	สังยุตตนิกาย	สารัตถปกาสินี	นิทานวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ส.นิ.อ.	(บาลี)	=	สงฺยุตฺตนิคาย	สารตฺถปฺปกาสินี	นิทานวคฺคกถา	(ภาษาบาลี)

ส.ข.อ.	(บาลี) =	สงขตุนิกาย	สารตถุปกาสินี	ขุททวารวคคอกุฎกถา	(ภาษาบาลี)
อง.ทก.อ.	(บาลี) =	องคตตุนิกาย	มโนรตปฐน	ทกนปตอกุฎกถา	(ภาษาบาลี)
อง.จตุก.อ.	(บาลี) =	องคตตุนิกาย	มโนรตปฐน	จตุกนปตอกุฎกถา	(ภาษาบาลี)
อง.ปญจก.อ.	(บาลี) =	องคตตุนิกาย	มโนรตปฐน	ปญจนปตอกุฎกถา	(ภาษาบาลี)
อง.ฉก.อ.	(บาลี) =	องคตตุนิกาย	มโนรตปฐน	ฉกนปตอกุฎกถา	(ภาษาบาลี)
อง.สตตก.อ.	(บาลี) =	องคตตุนิกาย	มโนรตปฐน	สตตกนปตอกุฎกถา	(ภาษาบาลี)
ขุ.ธ.อ.	(บาลี) =	ขุททกนิกาย	ธมมปทอกุฎกถา		(ภาษาบาลี)
ขุ.อิตฺติ.อ.	(บาลี) =	ขุททกนิกาย	ปรมตตทปนี	อิตฺตวตตอกุฎกถา	(ภาษาบาลี)
ขุ.เถร.อ.	(บาลี) =	ขุททกนิกาย	ปรมตตทปนี	เถรคถาอกุฎกถา	(ภาษาบาลี)
ขุ.ม.อ.	(บาลี) =	ขุททกนิกาย	สทฐมมปชชิตก	มหานิทฺเทสอกุฎกถา	(ภาษาบาลี)
ขุ.ม.อ.	(ไทย) =	ขุททกนิกาย	สทฐมมปชชิตก	มหานิทฺเทสอรธกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.จ.อ.	(ไทย) =	ขุททกนิกาย	สทฐมมปชชิตก	จพนิทฺเทสอรธกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.อ.	(ไทย) =	ขุททกนิกาย	สทฐมมปกาสินี	ปฐสภกิทามรรคอรธกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.อ.	(บาลี) =	ขุททกนิกาย	สทฐมมปกาสินี	ปฐสภกิทามคคอกุฎกถา	(ภาษาบาลี)
ขุ.จรียา.อ.	(บาลี) =	ขุททกนิกาย	ปรมตตทปนี	จรียาปฐกอกุฎกถา	(ภาษาบาลี)

#### อรธกถาพระอภิชรรมปฐก

อภ.สง.อ.	(บาลี) =	อภิชรรมปฐก	ธมมสงคณ	อฐฐสาสินอกุฎกถา	(ภาษาบาลี)
อภ.ปญจ.อ.	(บาลี) =	อภิชรรมปฐก	ปญจนกปรณอกุฎกถา		(ภาษาบาลี)

#### ค. ค่ายอเทียวกับคัมภีร์ฐีกา

การใชหหมายเลขอ้างอิงฐีกา จะระบุชื่อคัมภีร์ ลำดับเล่ม (ถ้ามี)/ข้อ/หน้า เช่น ที.ม.ฐีกา (บาลี) ๑/๒๗๕/๓๗๓ หมายถึง ทีฆนิกาย สีนตถุปกาสินี สีสกขุททวารวคคฐีกา (ภาษาบาลี) เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๕ หน้า ๓๗๓, วิมตติ.ฐีกา (บาลี) ๒/๓๕๑ หมายถึง วิมตติวินทนีฐีกา (ภาษาบาลี) เล่มที่ ๒ หน้า ๓๕๑ ฉบับมหาจุฬารฐีกา

#### ฐีกาพระสุตตันตปฐก

อง.จตุก.ฐีกา	(บาลี) =	องคตตุนิกาย	จตุกนปตอฐีกา	(ภาษาบาลี)
อง.สตตก.ฐีกา	(บาลี) =	องคตตุนิกาย	สตตกนปตอฐีกา	(ภาษาบาลี)

**ฎีกาพระอภิธรรมปิฎก**

วิ. มูลฎีกา (บาลี) = อภิธรรมปิฎก วิกงคมมูลฎีกา (ภาษาบาลี)  
 ม.ฎีกา (บาลี) = มณิทีปฎีกา (ภาษาบาลี)

**ฎีกาปกรณ์วิเสส**

วิสุทฺธิ. ฎีกา (บาลี) = ปรมตฺถมณฺชสา วิสุทฺธิมคฺคมหาฎีกา (ภาษาบาลี)  
 วิกาวินี. (บาลี) = อภิธรรมตฺถวิกาวินีฎีกา (ภาษาบาลี)

**ง. คำอธิบายคำย่อภาษาไทย**

คำอธิบาย คำย่อ ม.ป.ท. หมายถึง ไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์

คำอธิบาย คำย่อ ม.ป.ป. หมายถึง ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การฝึกสมาธิในสมัยปัจจุบัน มีการนิยมฝึกกันแพร่หลายมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นบรรพชิตและคฤหัสถ์ โดยเฉพาะคฤหัสถ์ที่มีความชำนาญในการฝึกสมาธิหรือบำเพ็ญภาวนา บางสำนักมีการฝึกในลักษณะสมถกรรมฐาน หรือบางสำนักมีการฝึกในลักษณะวิปัสสนากรรมฐาน<sup>๑</sup> แต่ถึงจะมีรูปแบบมากมาย หากหลักการเป็นอันเดียวกันคือ ๑) ทำให้จิตใจแน่วแนบอยู่กับสิ่งเดียว ที่เรียกว่าจิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านซัดส่ายไปหาสิ่งอื่นหรืออารมณ์อื่น เรียกว่าสมถกรรมฐาน<sup>๒</sup> ๒) ทำให้เกิดปัญญา รู้อย่างแจ่มแจ้งตามความเป็นจริง คือ รู้แจ้งเห็นจริงในเรื่องไตรลักษณ์<sup>๓</sup> เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เรียกว่าวิปัสสนากรรมฐาน<sup>๔</sup> ซึ่งการเจริญกรรมฐานในพระพุทธศาสนาที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ก็มี ๒ ประการ นอกเหนือจากนี้แล้ว ภาวไซ่การปฏิบัติทางพระพุทธศาสนาไม่ ตั้งแต่ก่อนพุทธกาลก็มีการปฏิบัติกรรมฐานเช่นกัน โดยเฉพาะสมถกรรมฐาน มีพัฒนาการเจริญก้าวหน้าจนถึงขั้นสูงสุดคือ สมบัติ ๘<sup>๕</sup> ยังขาดแต่วิปัสสนากรรมฐานเท่านั้น ต่อมาเจ้าชายสิทธัตถะได้ออกแสวงหาทางหลุดพ้นจากทุกข์ ทรงผ่านการปฏิบัติสมถกรรมฐานมาทุกขั้นตอน รวมถึงการทรมานตนด้วยวิธีต่างๆ ในที่สุดได้ค้นพบวิธีการตัดทำลายกิเลสได้เด็ดขาด คือวิปัสสนากรรมฐานและทรงทำการเผยแผ่ทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน ด้วยทรงเห็นว่าการนำกรรมฐานทั้งสองมาปฏิบัติจะสนับสนุนเกื้อกูลกัน เพื่อดำเนินไปสู่ความดับทุกข์ได้เร็วขึ้น หลังจากพุทธปรินิพพานแล้ว เหล่าสาวกได้สืบทอดวิธีปฏิบัติกรรมฐานกันมาอย่างไม่ขาดสายจนถึงปัจจุบัน

<sup>๑</sup> คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ ๑ (Buddhist Meditation 1)**, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๔๖.

<sup>๒</sup> คุรยละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๒/๒๔๒, อจ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๒/๗๖, อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๗๕/๑๔๔.

<sup>๓</sup> คุรยละเอียดใน ม.ม.อ. (บาลี) ๒/๔๕๑/๒๕๔, อจ.ภก.อ. (บาลี) ๓/๒๔/๑๑๐.

<sup>๔</sup> สมบัติ ๘ อันเป็นพื้นฐานแห่งวิปัสสนาเป็นจิตที่ยิ่งกว่าจิตที่เกิดขึ้นด้วยอำนาจกุศลกรรมมถ ๑๐ ประการ คุรยละเอียดใน ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๒๑๖/๔๑๕, ที.ปา.อ. (บาลี) ๗๘/๒๘.

<sup>๕</sup> ที.ม.อ. (บาลี) ๑๓๐/๑๑๓, อจ.นวก. (ไทย) ๒๓/๔๑/๓๖๐-๓๖๘.

ในประเทศไทยมีแนวการสอนปฏิบัติกรรมฐานหลากหลายวิธี ซึ่งมีทั้งสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน และสาเหตุที่ทำให้ผู้ปฏิบัติไม่สามารถเข้าถึงมรรคผล ได้นั้นพระพุทธองค์ ได้ตรัสกับ วาเสฏฐะ ถึงเรื่องนิวรรณ์ ๕ ประการ<sup>๖</sup> ซึ่งพระอริยเจ้าเรียกว่า เครื่องหน่วงเหนี่ยว เครื่องกังกั้น เครื่องรัตรึง เครื่องตรึงตรา ซึ่งนิวรรณ์ ๕ ได้แก่กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุกจะ และวิจิกิจฉา<sup>๗</sup> เมื่อจิตปราศจากนิวรรณ์เหล่านี้ ก็จะเป็นจิตที่เบิกบาน ผ่องใส<sup>๘</sup> อาศัย การที่นิวรรณ์เหล่านี้ดับไป กลายเป็นจิตวิสุทธิ ก็จะสามารถทำให้ผู้ปฏิบัติใช้เป็นบาทในการเจริญ วิปัสสนาต่อไป เรียกว่า สมถยานิก โดยอาศัยสมถเป็นบาทในการเจริญวิปัสสนา เมื่อจิตปราศจาก นิวรรณ์แล้วกลายเป็นจิตวิสุทธิ<sup>๙</sup> ความหมจดแจ้งจิต จิตที่จะหมจดแจ้งได้ต้องอาศัยการฝึกอบรมจิต จนเกิดสมาธิ พอเป็นบาทแห่งวิปัสสนา<sup>๑๐</sup> ส่วนองค์ธรรมได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก<sup>๑๑</sup> ผู้บำเพ็ญจะต้อง เข้าถึงฌานก่อน จึงจะบำเพ็ญวิปัสสนากาวนาได้<sup>๑๒</sup> พระพุทธองค์ตรัสว่า “ฝนย่อมร่ำรดเรือนที่มุงไม่ดีได้ฉันใด รากะย่อมร่ำรดจิตที่ไม่ได้อบรม<sup>๑๓</sup>ได้ฉันนั้น ฝนย่อมร่ำรดเรือนที่มุงดีแล้วไม่ได้ฉันใด รากะย่อมร่ำรดจิตที่อบรมดีแล้วไม่ได้ฉันนั้น”<sup>๑๔</sup> เพราะจิตเป็นตัวรับอารมณ์ รู้อารมณ์ ปรุงอารมณ์ แล้ว ก็เก็บอารมณ์ ที่ผ่านเข้ามาทางประสาทสัมผัสทั้ง ๖ แต่ถ้าจิตนั้น พุ่งตรงไปสู่สิ่งที่ไม่ดี ก็เป็น จิตที่ตั้งไว้ผิดแล้ว<sup>๑๕</sup> ความเสียหายทั้งปวงก็จะตามมา ซึ่งความเสียหายนั้น จะรุนแรงกว่าที่มหาโจร ผู้ยิ่งใหญ่จะทำแก่เราได้เสียอีก เพราะมหาโจรนั้นจะทำได้อย่างมากก็เพียงแค่ทำให้ผู้นั้นตายไป

<sup>๖</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ที. (ไทย) ๘/๕๔๘/๒๔๐.

<sup>๗</sup> ดูรายละเอียดใน อจ.ตท. (ไทย) ๒๐/๕๘/๒๒๓, อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๘๔๑/๕๕๕.

<sup>๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๗๕/๔๒.

<sup>๙</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, แปลโดย พระคันธสารากังวศ, (นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๕๘.

<sup>๑๐</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, หน้า ๓๘.

<sup>๑๑</sup> อจ.ทุก.อ. (บาลี) ๒/๑๗๓/๗๑, ม. อุ. (ไทย) ๑๔/๕๔/๑๑๑.

<sup>๑๒</sup> พระมหารมณ อุนนฺธมฺจาร์ (ป.ธ.๘) วัดอรุณราชวราราม บวรพา ผดุงไทย “พลิกชีวิตด้วยพลังจิต”, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ส.เจริญการพิมพ์, ๒๕๕๑), หน้า ๑๖-๑๗.

<sup>๑๓</sup> ที่ไม่ได้อบรม หมายถึงจิตที่ไม่ได้อบรมด้วยสมถกาวนาและวิปัสสนากาวนา ในคานานี้ หาใช่ หมายถึงเอา เฉพาะรากะเท่านั้นไม่ที่ร่ำรดจิต แต่ยังมีรากะเหลือทั้งปวง มีโทสะ และโมหะ เป็นต้นด้วย, ดู รายละเอียดใน พุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/๑๐๕.

<sup>๑๔</sup> ดูรายละเอียดใน พุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๑๓๓-๑๓๔/๓๕๐.

<sup>๑๕</sup> จิตที่ตั้งไว้ผิด หมายถึงจิตที่ตั้งไว้ผิดในอกุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ ทำให้ถึงความพินาศ หนีหายในโลกนี้ และตกไปในอบายภูมิ ๔ ถึง ๑๐๐,๐๐๐ ชาติ, ดูรายละเอียดใน พุ.ธ.อ. (บาลี) ๒/๑๔๓.



เท่านั้น แล้วก็จบกันแค่นั้น แต่ความเสียหายที่เกิดจากจิตนั้น จะติดตามไปไม่รู้จักจบสิ้น หลายภพหลายชาติ จนกว่าจะหมดแรงกรรมนั้น แม้ในชาตินี้เอง ก็จะทำให้จิตต้องเร่าร้อน เป็นทุกข์อยู่รำไป

ส่วนจิตที่พุ่งตรงไปสู่สิ่งที่ดี คือจิตที่ตั้งไว้ดีแล้วนั้น<sup>๑๖</sup> ประโยชน์สุขทั้งหลายก็จะตามมา ซึ่งประโยชน์นั้น จะยิ่งใหญ่และมากมายจนเกินกว่าที่ผู้อื่นจะทำให้ได้ เพราะผู้อื่นจะให้ได้เฉพาะความสุข หรือประโยชน์ในขณะนั้นๆ เท่านั้นเอง ไม่ยั่งยืน อยู่ได้อย่างมากก็เฉพาะในชาตินี้เท่านั้น แต่ประโยชน์สุขที่เกิดขึ้นทางจิตนั้น จะติดตามผู้นั้นไปได้ทุกหนแห่ง หลายภพหลายชาติ จนกว่าจะหมดแรงกรรมนั้น แม้ในชาตินี้ก็จะส่งผลให้ได้รับความสุข ความสบายใจอยู่เสมอ

ความจริงมีอยู่ว่า ความสุขของทุกคนไม่ได้เกิดแต่ที่อื่นใด แต่เกิดที่จิตของตนเท่านั้น และที่เข้าใจว่า ความสุขอยู่ที่นั่นที่นี้ ความสุขอยู่ที่คนนั้นคนนี้ หรือความสุขอยู่ที่สิ่งนั้นสิ่งนี้ นั้นเป็นความเข้าใจผิด ที่จริงความสุขเกิดแต่จิต ความสุขอยู่ที่จิต ถ้าจิตไม่เป็นสุขแล้ว ผู้ใดอื่นใดก็ไม่สามารถทำให้เกิดความสุขได้ ไม่ว่าจะมั่งมีเงินทองมากมายมหาศาล เพียงไร ยศฐาบรรดาศักดิ์ แม้ยิ่งใหญ่สักปานใด บ้านเรือนดีกรามแม่มโหฬาร วงสกุลแม่สูงส่ง ก็ไม่อาจทำให้เป็นสุขได้ ถ้าใจไม่เป็นสุข ถ้าจิตเป็นทุกข์ คือเร่าร้อนอยู่ด้วยกิเลส มีความโลภ โกรธ หลง อยู่อารมณ์ที่น่าใคร่ทั้งหลาย ที่มักจะมัวอานาจเหนือจิตที่เบา ที่อ่อน เป็นเหตุแห่งความทุกข์ความเร่าร้อนของจิต เมื่อเห็นความจริงเช่นนี้แล้ว ก็ขอมัจฉินิธิในการอบรมจิตของตนให้พ้นจากอำนาจของกิเลส ให้เป็นจิตที่อ่อนต่ออำนาจของความดีงาม แต่ให้หนักให้แข็งต่ออำนาจของความไม่ดีไม่งามทั้งหลาย เมื่อใด สามารถอบรมจิตได้ ข่มจิตได้ จึงจะพ้นจากความอ่อนต่อความชั่วร้าย คือสิ่งที่น่าใคร่น่าปรารถนาพอใจทั้งหลาย ก็จะรู้จักรสของความสุขที่แท้จริง ที่แตกต่างจากความสุขที่เป็นความเร่าร้อน เช่นที่พากันเสวยอยู่ พากันคิดอยู่ ว่าเป็นสุขที่พอใจแล้ว

การจะเข้าถึงความสุขนั้นได้ต้องอาศัยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สามารถฝึกได้โดยเอาสติเข้าไปตั้งกำกับจิตตามช่องทางทั้ง ๖<sup>๑๗</sup> เมื่อปฏิบัติได้ผลแก่กล้าแล้วจะสามารถตัดแดนเชื่อมต่ออายตนะทั้ง ๖ คู่กันไม่ให้ติดต่อกันได้ โดยจะเห็นตามความเป็นจริงว่า เมื่อตากระทบรูปเห็นสักแต่ว่าเป็นแค่รูป ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่คน บุคคล เรา เขา ไม่ทำให้ความรู้สึกนึกคิดปรุงแต่งให้เกิดความพอใจหรือไม่พอใจเกิดขึ้น รูปจะดับลงอยู่ ณ ตรงนั้นเอง ไม่ไหลเข้ามาสู่ภายในจิตได้ออกุศลกรรมทั้งหลายจะไม่ตามเข้ามา มีพุทธพจน์ว่า “ผู้ใดตัดความยึดถือในรูปนามได้แล้ว ทำให้สงบได้แล้ว ระงับได้แล้ว เฝ้าด้วยญาณคือไฟแล้ว ความยึดถือว่าเป็นของเราในนามรูปข่อมไม่มีแก่ผู้

<sup>๑๖</sup> จิตที่มุ่งมั่นประพฤติตามกุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ ดูรายละเอียดใน พุ.ธ.อ. (บาลี) ๒/๑๔๕.

<sup>๑๗</sup> ดูรายละเอียดใน อภ.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๒๔/๓๐๗.

นั้น โดยประการทั้งปวง”<sup>๑๘</sup> สติที่เกิดขึ้นขณะปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้น นอกจากจะคอยสกัดกั้นกิเลสไม่ให้เข้ามาทางอายตนะแล้ว ยังเพ่งเล็งอยู่ที่รูปกับนาม เมื่อเพ่งอยู่จะเห็นความเกิดดับของรูปนามนั้นจะนำไปสู่การเห็นพระไตรลักษณ์คือความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความไม่มีตัวตนของสังขารหรืออรรถาพอย่างแจ่มแจ้ง เมื่อนั้นจิตย่อมหลุดพ้น ดังมีพระคำรัสที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “ชนที่มีปัญญา ย่อมทำจิตที่คืนรรณกลับกลอก อันบุคคลรักยาได้ยาก ห้ามได้ยาก ให้ตรง คุจช่วงศร คัดลูกศรให้ตรง จิตนี้ อันพระโยคาวจร ยกขึ้นจากอาลัยคือกามคุณ ๕ แล้วซัดไป ในวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อละบ่วงมาร ย่อมคืนรรณ คุจปลาอันพรานเบ็ดยกขึ้นจาก ที่อยู่คือน้ำ แล้วโยนไปบนบกคืนรรณอยู่ ฉะนั้น”<sup>๑๙</sup> และตรัสต่อไปอีกว่า “ผู้มีปัญญา พึงรักษาจิต ที่เห็นได้แสนยาก ละเอียดยิ่งนัก มักตกไปในอารมณ์ตามความใคร่ เพราะว่า จิตที่คุ้มครองไว้ได้ เป็นเหตุนำสุขมาให้”<sup>๒๐</sup>

คำว่า จิต หมายถึง ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ หรือสภาพที่นึกคิด หรือความคิด หรือใจ<sup>๒๑</sup> หรือธรรมชาติที่ทำหน้าที่ เห็น ได้ยิน รู้กลิ่น รู้รส รู้สัมผัสถูกต้องทางกาย และรู้สึกนึกคิดทางใจ จิตนี้ไม่ว่าจะเกิดแก่ สัตว์เดรัจฉาน มนุษย์ เทวดา หรือพรหมก็ตามย่อมมีการรู้อารมณ์เป็นลักษณะ เหมือนกันทั้งสิ้น จิต เป็นธรรมชาติชนิดหนึ่งที่มีอยู่จริง ๆ เป็นปรากฏการณ์ของธรรมชาติฝ่ายนามธรรม ที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไปอย่างรวดเร็ว โดยอาศัยเหตุอาศัยปัจจัยต่าง ๆ ทำให้เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปตามกฎของธรรมชาติ เช่นตา กระทบ รูป ย่อมเกิดจักขุวิญญาณขึ้นเป็นธรรมดา กล่าวคือเมื่อเกิดการกระทบกันของอายตนะภายในและภายนอก ผู้ที่ดำรงขันธหรือมีชีวิตอยู่ จิตและวิญญาณหนึ่ง ๆ ก็ย่อมเกิดขึ้นเป็นธรรมดา แล้วตั้งอยู่อย่างแปรปรวน แล้วย่อมดับไปเป็นธรรมดา จิตจึงมีสภาพที่เกิดดับ เกิดดับ ๆ เป็นอยู่อย่างนี้ตลอดเวลา อันเป็นไปตามธรรมชาติของไตรลักษณ์

จิตสามารถฝึกได้ หลักธรรมฝึกจิตเพื่อให้เกิดปัญญา คือ วิปัสสนา ในหลักการปฏิบัติวิปัสสนา กรรมฐานนี้พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้มากมายในพระไตรปิฎก เช่น ในมหาสติปัฏฐานสูตร ธรรมจักรกัปปวัตตนสูตร อนัตตลักขณสูตร อาทิตตปริยายสูตร เป็นต้น และในที่อื่นยังมีอีกมาก เช่น ในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๐ หน้าที่ ๗๘ ว่า “วิปัสสนา ภิกขเว ภาวิตา กิมตถมนุ โภติ ปญญา

<sup>๑๘</sup> คุรายละเอียดใน ขุ.ม. (ไทย) ๒๕/๑๘๕/๕๒๓.

<sup>๑๙</sup> คุรายละเอียดใน ขุ.ธ. (บาลี) ๒/๑๑๖ (ไทย) ๒/๑๗๖.

<sup>๒๐</sup> คุรายละเอียดใน ขุ.ธ. (บาลี) ๒/๑๒๘ (ไทย) ๒/๑๘๗.

<sup>๒๑</sup> พระธรรมปิฎก ( ป.อ. ปยุตฺโต ), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ , พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๕, หน้า ๔๓.

ภาวิตติ ปญญา ภาวิตตา กิมตถมนุ โภติ ยา อวิชชา ตา ปหียติ<sup>๒๒</sup>” ซึ่งแปลว่า “ดูก่อนท่านผู้เห็นภัย ในวิภูฏสงสารทั้งหลาย บุคคลเจริญวิปัสสนาเพื่อประโยชน์อะไร ปัญญาที่บุคคลอบรมมาแล้ว เพื่อประโยชน์อะไร ทำเพื่อละอวิชชา”<sup>๒๓</sup> การเจริญวิปัสสนาจึงเป็นวิธีการที่มุ่งทำลายล้างข้าศึกของ ความรู้แจ้ง ไม่ให้แผ่ขยายเผ่าพันธุ์แห่งความมืดบอดมาปิดบังปัญญาความรู้แจ้งโลก สิ่งที่เป็น รากเหง้าของความไม่รู้ทั้งหลายเรียกว่า “อวิชชา”<sup>๒๔</sup> การทำลายอวิชชาความรู้จึงต้องใช้ปัญญาคือ ความรู้แจ้งเป็นเครื่องมือ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จึงเป็นอุบายที่ทำให้เรื่องปัญญาเป็นการ สอนให้บุคคล ใช้ปัญญา สติและความเพียรพยายามเพ่งพินิจดูสิ่งที่ เรียกว่า ชันธ ๕<sup>๒๕</sup> คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ หรือ รูปและนาม คำว่ารูปนั้น คือสิ่งที่เราเห็นด้วยตา ได้ยินด้วยหู สูดดมด้วย จมูก ชิมรสด้วยลิ้น ถูกต้องด้วยกาย สิ่งที่เราเรียกว่านาม ได้แก่สิ่งที่เรารู้ด้วยใจ เช่น ความสุข ความทุกข์ ความรัก ความเมตตา ความกรุณา เป็นต้นนั้น เป็นนาม เพราะฉะนั้นสิ่งใดที่เป็นรูป เสียง กลิ่น รส เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ซึ่งบุคคลสัมผัสได้ด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย เรียกว่า เป็นรูป บุคคลได้ใช้ปัญญา พินิจพิจารณารูปนามเหล่านั้น ในแง่ของความเป็นจริงตามหลักของสามัญคุณลักษณะ คือลักษณะที่ เสมอกันในสัตว์ และสังขารทั้งหลาย ได้แก่ความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน<sup>๒๖</sup> เมื่อนั้น ย่อมเข้าใจในหลักคำสอนของพระพุทธองค์ เข้าถึงเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา เพราะทำให้ผู้ ปฏิบัติธรรมสามารถหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงในสังสารวัฏได้

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจ ที่จะทำการวิจัยในเรื่อง “ศึกษาจิตตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนา ภาวานา” เพื่อให้จิต เข้าถึงความบริสุทธิ์ อันเป็นบาทเพื่อจะนำไปสู่การเจริญวิปัสสนาภาวานา หรือเรียกว่า สมถยานิกสมาธิ คืออาศัยสมถะเป็นบาทในการเข้าถึงวิปัสสนา เพื่อจะ ได้เห็นจริง เห็น แจ่มตามความเป็นจริงของธรรมชาติ หลุดพ้นจากเครื่องพันธนาการทางใจไปได้

## ๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวานา ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาหลักจิตตวิสุทธิ กับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวานา

<sup>๒๒</sup> อัง.ทุก. (บาลี) ๒๐/๒๓๕/๓๘, อัง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๒.

<sup>๒๓</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ. ๘), คำถามคำตอบเรื่องวิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๒.

<sup>๒๔</sup> ความไม่รู้ในอริยสัจ ๔ ม.ม.อ.(บาลี) ๑/๑๓/๓๔, ส.สพ.อ. (ไทย) ๓/๕๓-๖๒/๑๔

<sup>๒๕</sup> คุราวละเอียดใน ส.ช.อ. (บาลี) ๒/๕๔/๓๔๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘-๓๑๙.

<sup>๒๖</sup> คุราวละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๕๘/๓๕๔-๕๕๕.

### ๑.๓ ขอบเขตการวิจัย

๑.๓.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหาเป็นการศึกษาหลักวิปัสสนา ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์ที่เกี่ยวข้องเช่น วิสุทธิมรรค และพุทธธรรม เป็นต้น ฉบับแปลเป็นภาษาไทยของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

### ๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๔.๑ หลักการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ว่าเป็นอย่างไ

๑.๔.๒ จิตตวิสุทธิ กับการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา ว่าเป็นอย่างไ

### ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ นิเวศน์ ๕ หมายถึง เครื่องนุ่งห่มนี้ยว เครื่องกางกั้น เครื่องรัดring เครื่องตรึงตรา ได้แก่กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทชะ อุทธัจจกุกกจะ และวิจิกิจฉา

๑.๕.๒ จิตตวิสุทธิ หมายถึง สมာจิตในขณะที่นั้นปราศจากนิเวศน์ มีกามฉันทนิเวศน์ เป็นต้น ไม่อาจอาศัยสมานั้นเป็นอารมณ์ได้ ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก ที่ตั้งอยู่ในอารมณ์ของสติปัญฐาน หรือ นามธรรม รูปธรรม ที่เป็นปัจจุบันอารมณ์

๑.๕.๓ สมถกรรมฐาน หรือ สมถกาวนา หมายถึง อุบายสงบใจการฝึกรบรจิตให้เกิดความสงบตั้งมั่นควรแก่การใช้งานหรือวิธีฝึกจิตให้สงบระงับจากนิเวศน์ และอุปกิเลส

๑.๕.๔ วิปัสสนากรรมฐาน หรือวิปัสสนากาวนา หมายถึง อุบายเรื่องปัญญา การฝึกจิตให้เห็นแจ้งตามความเป็นจริงในรูปที่เห็น อากาที่เคลื่อนไหว จิตที่คิด เป็นต้น หรือวิธีฝึกรบรจิตให้เกิดปัญญา เห็นพระไตรลักษณ์เป็นเหตุให้ถอนความหลงผิดในสังขารเสียได้

๑.๕.๕ สติ หมายถึงการ นึกได้ในสิ่งที่ล่วงมาแล้วและที่ยังมาไม่ถึง สติจะถูกนำมาใช้ก่อน ก่อนกิน ก่อนคิด จำเป็นต้องใช้ในกิจการงานทุกอย่าง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเจริญกาวนา

๑.๕.๖ आयตนะ หมายถึง สิ่งที่เป็นสื่อสำหรับติดต่อกัน ทำให้เกิดความรู้สึกขึ้น แบ่งเป็น ๒ อย่างคือ आयตนะภายใน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ๑ आयตนะภายนอก ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ๑

## ๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### ๑.๖.๑ คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๕, พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ พ.ศ. ๒๕๓๕, พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด ๕๑ เล่ม พ.ศ. ๒๕๒๕ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค

### ๑.๖.๒ ตำราวิชาการพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑) พระบวรปริยัติวิธาน ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “แสงสว่างทางปฏิบัติ เล่ม ๓” พบว่า นิเวศธรรม นี้ เป็นธรรมฝ่ายอกุศลเป็นธรรมเครื่องกั้นจิตไม่ให้บรรลุคุณงามความดี คือ สมာธิ สมบัติ วิชา ปฏิสัมภทา อภิญญา อริยมรรค อริยผล หรือกั้นสมာธิสมบัติ วิชา ปฏิสัมภทา อภิญญา อริยมรรค อริยผล ไม่ให้เข้าถึงตัวเรา อุปมาเหมือนกับแผ่นกระดาษหรือพลาสติก หรือน้ำยากั้นกระแสไฟ(น้ำยาวาณิช)ไม่ให้ชื้อตกัน ข้อนี้ฉันใด นิเวศธรรมนี้ก็กั้นบาปหรือกิเลสกั้นบุญไว้ไม่ให้เข้าถึงตัวเรา เช่นเวลาที่พวกเราทั้งหลายมาเจริญพระกรรมฐาน ก็กั้นศีล กั้นสมาธิ กั้นปัญญา กั้น พระไตรลักษณ์ กั้นอริยมรรค อริยผล กั้นพระนิพพานไว้ ไม่ให้เกิดขึ้นแก่เรา<sup>๒๗</sup>

๒) ภาณูวังโส ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “จิตวิทยาเชิงพุทธ” พบว่า เนื้อหากล่าวถึงชีวิตที่ประกอบด้วยรูปหรือร่างกายและนามคือส่วนที่เป็นจิตที่มีความสามารถอยู่ ๔ ประการคือ ๑) ความรู้สึก ๒) ความทรงจำ ๓) การคิดปรุงแต่ง ๔) การรับรู้สิ่งต่างๆ และอธิบายถึงสภาพที่ทำให้เกิดทุกข์ สาเหตุของการเกิดทุกข์ การเวียนว่ายตายเกิด กฎแห่งกรรม ตลอดถึงวิธีการทำให้ทุกข์ลดลงจนถึงการดับทุกข์ไปในที่สุด<sup>๒๘</sup>

๓) William S. Waldron ได้กล่าวไว้ใน “The Buddhist unconscious : The Alayavijñāna in the context of Indian Buddhist Thought” พบว่า จิตใต้สำนึก เป็นจิตที่มีความรู้ ความรู้สึกได้ว่าจิตมีการเคลื่อนไหว และมีความแตกต่างในมิติของกระบวนการเรียกว่า จิตใต้สำนึก ที่เป็นรากฐานในการเก็บหรือคล้ายบ้านของวิญญาณจากกระบวนการของวิญญาณที่รับรู้ความรู้สึก

<sup>๒๗</sup> พระบวรปริยัติวิธาน,แสงสว่างทางปฏิบัติ เล่ม ๓,(กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๒.

<sup>๒๘</sup> ภาณูวังโส (Dr. Thich Minh Chau), จิตวิทยาพุทธ, (กรุงเทพฯ: โพลทอง มาสเตอร์ปริ้นท์, ๒๕๔๕), หน้า ๗.

จิตได้สำนึก ในทางพระพุทธศาสนา ไม่ใช่อยู่ในสูญญากาศ แต่เป็นที่มีการขับเคลื่อนไปอย่างมีเป้าหมายมีเหตุผล และปรากฏขึ้นเมื่อมีสิ่งภายนอกมากระทบ โดยสรุปแล้วเป็นการสังสมกรรม และความบริสุทธิ์มีได้เมื่อเข้าถึงธรรมชาติโดยตัวมันเอง<sup>๒๕</sup>

๔) สุนทรินท์ บริหารวนเขตต์ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ปรมัตถธรรมสังเขป จิตตสังเขปและภาคผนวก” พบว่า เนื้อหาโดยย่อกล่าวถึงพระอภิธรรมในเรื่องจิตปรมัตถ์คือ จิตทั้งหมด ๘๕ ประเภท หรือ ๑๒๑ ประเภท (โดยพิเศษ) และเจตสิกทั้งหมด ๕๒ ประเภทที่ทำงานร่วมกับจิต รวมทั้งให้ความหมายของภวังคจิตว่า ภวังคกิจ คือกิจดำรงภพชาติ จิตที่ทำภวังคจิต ได้แก่ วิกากจิต ๑๕ ดวง คือวิกากจิตประเภทได้ทำปฏิสนธิจิต วิกากจิตประเภทเดียวกันนั้นก็เกิดขึ้นทำให้ภวังคจิตเกิดต่อจากปฏิสนธิจิตที่ดับไปแล้ว จนกว่าวิถีจิตจะเกิดขึ้นทางทวารหนึ่ง และเมื่อวิถีจิตทางทวารนั้นดับไปแล้ว ภวังคจิตก็เกิดสืบต่อทุกครั้งจนกว่าจะจุติ (ตาย) และเนื้อหายังกล่าวถึงนิพพานที่มีจิตเป็นธรรมชาติไม่มีกิเลส ดับทุกข์ ไม่มีปัจจัยปรุงแต่งให้เกิดขึ้น ดังนั้น นิพพานจึงมีจิตที่ไม่เกิดดับ<sup>๒๖</sup>

๕) ระวี ภาวิไล ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “อภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่” พบว่า เนื้อหาโดยย่อกล่าวถึงพระอภิธรรม และวิเคราะห์โลก และชีวิตตามแบบอภิธรรม ได้กล่าวถึง ภวังคจิต ว่า เป็นจิตทำหน้าที่เกิดดับสืบเนื่องเป็นพื้นฐานสภาพชีวิตในระดับหนึ่ง คือเป็นองค์ภพในขณะที่เมื่อบุคคลหลับสนิทหรือหมดสติ จิตที่ทำหน้าที่ภวังคจิตจะเกิดดับสืบเนื่องกันไม่หยุด และอีกความหมายหนึ่งคือ เป็นองค์ของภพ หมายความว่า เป็นจิตที่เกิดดับสืบเนื่องกำหนดพื้นฐานของความเป็นอยู่ในภพนั้นนอกวิถีของจิต สรุปแล้วอภิธรรมเรียกว่าธรรมชาติโลกและชีวิตคือจิตรู้อารมณ์ (จิต หมายถึงธรรมชาติฝ่ายรู้ และอารมณ์คือธรรมชาติฝ่ายที่ถูกรู้)<sup>๒๗</sup>

จากการศึกษาทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับสติปัญญาฐาน ๔ และจิตตวิสุทธิ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา ปกรณ์วิเสสอื่นๆ ทำให้ผู้ศึกษา อาศัยหลักการ แนวความคิด เรื่อง สติปัญญาฐาน ๔ และจิตตวิสุทธิ เพื่อเป็นฐานในการศึกษาจิตตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนากฎานต่อไป

<sup>๒๕</sup> William S. Waldrom, **The Buddhist unconscious: The Alayavijñāna in the context of Indian Buddhist Thought**, Chemmai : India, ๒๐๐๓), p10.

<sup>๒๖</sup> สุนทรินท์ บริหารวนเขตต์, **ปรมัตถธรรมจิตตสังเขปและภาคผนวก**, (กรุงเทพฯ: ชวนพิมพ์, ๒๕๓๖), หน้า ๑๕๐.

<sup>๒๗</sup> ระวี ภาวิไล, **อภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่**, (กรุงเทพฯ: ดอกหญ้า, ๒๕๓๖), หน้า ๑๒.

### ๑.๖.๓ เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาจิตตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา” ยังไม่พบรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยตรง แต่มีผู้วิจัยได้ทำรายงานในประเด็นเกี่ยวกับ “การศึกษาเรื่องวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนา” หลักธรรมและ วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาไว้ดังนี้

๑) พระมหาสุชน ยสสีโล (ผลชอบ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา” พบว่า วิปัสสนากรรมฐานเป็นคำสอนแนวทางปฏิบัติทางด้านจิต เพราะในร่างกายนุชย์เรามีใจเป็นใหญ่ ใจเป็นหัวหน้า ทุกสิ่งทุกอย่างสำเร็จด้วยใจ เมื่อบุคคลตั้งใจไว้ดีแล้วไม่ว่าบุคคลนั้นจะเป็นชนชาติใดอยู่ในประเทศใดใช้ภาษาใดเป็นคนมีฐานะร่ำรวยหรือเป็นคนยากจนเมื่อปรารถนาความสุขความสงบที่แท้จริงแล้วไม่ต้องไปแสวงหาในที่ใดค้นหาได้ในภายในจิตใจของเราเอง เพราะความทุกข์หรือความสุขเกิดขึ้นจากใจทั้งนั้น ดังนั้นพระพุทธเจ้าซึ่งมีพระประสงค์ให้สังคมนุชย์พ้นจากความทุกข์ และให้ได้รับความสุขสงบทั้งทางกายและทางใจ จึงได้ทรงประกาศคำสอนแนวทางปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานไว้ เพื่ออบรมจิตมนุษย์ให้สงบระงับความชั่ว บรรลุความดีและความบริสุทธิ์ผ่องใสแห่งจิต<sup>๒</sup>

๒) พระมหาเข็มทอง ดนุติปาโล ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวทาง ของ พระโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปลวณฺโณ)” พบว่า การเห็นแจ้งสิ่งทั้งปวงด้วยปัญญา จนสามารถทำอาสวะกิเลสทุกอย่างให้หมดสิ้นไปโดยสิ้นเชิง ไม่มีส่วนเหลือ เช่น รู้ในหลักอริยสัจ ๔ คือ รู้ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรคโดยอาการ ๑๒ หรือว่า การรู้ชัดแจ้งซึ่งสภาวะ (ส่วนดี) ของเบญจขันธ์ และเห็นอาทินว (ส่วนเสียหรือโทษ) แล้วหาทางรอดพ้น การปฏิบัติวิปัสสนาจึงเป็นการอบรมปัญญาเพื่อให้เห็นแจ้งสิ่งทั้งหลายให้ตรงต่อสภาวะ กล่าวคือ ให้เข้าใจตามความจริง การมีปัญญาเพื่อให้รู้แจ้งตามสภาวะที่เป็นจริงนั้น นอกจากจะต้องมีสมาธิเป็นบาทฐานแล้ว ต้องมีความเพียรอย่างพร้อมมูล เพื่อชำระจิตให้ปลอดจากนิเวศเสียก่อน<sup>๓</sup>

<sup>๒</sup> พระมหาสุชน ยสสีโล (ผลชอบ), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิตพุทธศาสนาและปรัชญา, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), บทคัดย่อ.

<sup>๓</sup> พระมหาเข็มทอง ดนุติปาโล (ฤทธิลือไกร), “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวทาง ของ พระโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปลวณฺโณ)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑.

๓) พระพรหมราช รัตนไพฑูริย์ ได้ทำวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชมหามุนี (โศคน ญาณสิทธิ)” พบว่าการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน จึงมุ่งไปที่การเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ ซึ่งเป็นหลักใหญ่ของการตั้งสติกำหนด ซึ่งเป็นการครอบคลุมแนวการปฏิบัติทั้งหมด สติปัฏฐานเป็นหลักให้เกิดสติเพื่อเจริญวิปัสสนา จึงกล่าวได้ว่า การเจริญสติปัฏฐาน ๔ กับการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เป็นอันเดียวกัน เจริญวิปัสสนาก็คือ เจริญสติปัฏฐาน ๔<sup>๓๔</sup> เพราะเวลาปฏิบัติวิปัสสนานั้น อารมณ์ของกรรมฐานโดยย่อ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม นั้นเอง จึงเห็นได้ว่าไม่พ้นไปจากแนวการปฏิบัติของสติปัฏฐานนี้แต่อย่างใด

๔) พระครูประคุณสรกิจ ได้ทำวิจัยเรื่อง “การศึกษาการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักวิเวกอาศรม” พบว่า อารมณ์ของวิปัสสนา หรือวิปัสสนาภูมิ คือ อารมณ์ที่ใช้เพื่อเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานซึ่งจำแนกมาจากสติปัฏฐาน ๔ นั้นเอง ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้กำหนดอารมณ์ของวิปัสสนาได้ง่ายขึ้น อารมณ์ของวิปัสสนาเมื่อว่าโดยย่อคือ กาย เวทนา จิต ธรรม<sup>๓๕</sup>

๕) นางสาวถวิล ธนวิทยาพล ได้ทำวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ความคิดเรื่องจิตในพระสูตรตันตปิฎก” พบว่า เนื้อหาโดยย่อเป็นการอธิบายถึงจิตในพระสูตรตันตปิฎก จิตในพระไตรปิฎกมีสาระสำคัญคือมีสภาวะธรรมอย่างเดียวกันคือจิต และการทำงานของจิตในลักษณะเป็นธรรมชาติที่มีการเกิดดับสืบต่อกันไปตลอดเวลา รวมทั้งกล่าวถึงการแบ่งจิตออกเป็นระดับหรือภูมิ ๔ คือ กามาวจรภูมิ รูปาวจรภูมิ อรูปาวจรภูมิ และโลกุตตรภูมิ ตลอดจนการวิเคราะห์เปรียบเทียบจิตในพระสูตรตันตปิฎก และจิตในพระอภิธรรมปิฎกได้กล่าวถึงภวังคจิตว่า ภวังคจิตมี ๓ ดวง คือขณะจิตดวงที่ ๑) อดีตภวังค์ เป็นจิตที่กระทบกับอารมณ์คือสิ่งที่สัมผัส เป็นจิตที่เกิดดับๆ และรักษากษัตริย์เรียกว่า อดีตภวังค์ หมายความว่าจิตนั้นทำหน้าที่รับอารมณ์เก่าที่เคยได้รับรู้ แต่ถ้าไม่มีอารมณ์มากระทบจิตก็ยังคงรักษารมณ์เก่าเป็นภวังคจิตอยู่ต่อไป เหมือนคนนอนหลับสนิทมีคนมาปลุกยังไม่รู้สึกตัวว่าถูกปลุก ขณะจิตดวงที่ ๒) ภวังคขณะ เป็นภวังคจิตที่เกิดต่อจากอดีตภวังค์เพียงแต่จิตไหวตัว ขณะจิตดวงที่ ๓) ภวังคปัจเจกตะ เป็นภวังคจิตที่เริ่มตัดขาดจากอารมณ์เก่า

<sup>๓๔</sup> พระพรหมราช รัตนไพฑูริย์, “การศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชมหามุนี (โศคน ญาณสิทธิ)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๘๑.

<sup>๓๕</sup> พระครูประคุณสรกิจ, “การศึกษาการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักวิเวกอาศรม”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๑๗), หน้า ๔๓.



เพราะอารมณ์ใหม่สรุปเนื้อหาทั้งหมดเป็นเรื่องจิตที่มีอยู่ในคัมภีร์ทั้งสองมีนัยตรงกันและแตกต่างกันในรายละเอียดปลีกย่อยเท่านั้น<sup>๓๖</sup>

จากการทบทวนเอกสารรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องของผู้วิจัยที่ได้ค้นคว้ามานั้น ยังไม่พบรายงานการวิจัยที่จะศึกษาในเรื่องนี้โดยตรงแต่อย่างใด เพียงแต่พบเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องในการปฏิบัติวิปัสสนา ซึ่งได้มีเนื้อหาที่เกี่ยวข้องอย่างเพียงพอต่อการวิจัยนี้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาจิตตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา เพื่อจะได้เป็นประโยชน์แก่ผู้สนใจในแนวทางการปฏิบัติและบรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์ที่ได้ตั้งไว้ต่อไป

### ๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ศึกษาจิตตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา นี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบ การศึกษาการวิจัยงานเอกสาร (Documentary Research) โดยการศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากคัมภีร์ซึ่งมี ลำดับดังนี้

๑.๗.๑ ศึกษารวบรวมข้อมูลเรื่องศึกษาจิตตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา จาก คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๘ พระไตรปิฎกและอรรถกถาแปล ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๒๕ และคัมภีร์ที่เกี่ยวข้อง เช่น คัมภีร์อรรถกถา ฎีกา วิสุทธิมรรค ปกรณ์วิเสสและ ตำราต่าง ๆ

๑.๗.๒ รวบรวม ข้อมูล บรรยาย พรรณนา เสนอผลงานให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความ ถูกต้อง

๑.๗.๓ แก้ไข ปรับปรุง ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ บรรยาย พรรณนา เสนอเป็น วิทยานิพนธ์

### ๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบหลักวิปัสสนากาวนา ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบหลักจิตตวิสุทธิ ในการเจริญวิปัสสนา

<sup>๓๖</sup> ดูรายละเอียดใน นางสมถวิล ธนวิทยาพล, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ความคิดเรื่องจิตใน พระสุตตันตปิฎก”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย), ๒๕๒๘, บทคัดย่อ.

## บทที่ ๒

### วิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

วิปัสสนาภาวนา หรือ วิปัสสนากรรมฐาน ถือว่าเป็นหัวใจหลักที่สำคัญในการปฏิบัติ เพื่อจะนำตนให้พ้นทุกข์ อันเป็นบรมสุข กล่าวคือ มรรค ผล พระนิพพาน ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเอกสารเกี่ยวกับการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสสและคัมภีร์อื่น ๆ ผู้วิจัยได้กำหนดประเด็น ในการศึกษาไว้ดังต่อไปนี้

๒.๑ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา

๒.๒ วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

๒.๓ หลักของวิปัสสนาภูมิ ๖ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๒.๔ อานิสงส์แห่งการเจริญสติปัฏฐาน ๔

#### ๒.๑ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา

คำว่า วิปัสสนาภาวนา สามารถแยกออกเป็น ๒ ศัพท์ คือ วิปัสสนา + ภาวนา ซึ่งมีความหมายดังต่อไปนี้

##### ๑. ความหมายโดยศัพท์นัย

คำว่า “วิปัสสนา” ตามคัมภีร์ไวยากรณ์ มาจาก ความหมาย วิ + ทิส+ยุ แปลง ทิส เป็น ปสฺส ด้วยสูตรว่า ทิสสฺส ปสฺส ทิสฺส ทกฺขา วา.แปลง ยุ เป็น อน ด้วยสูตรว่า อนกายนฺณฺวณฺณํ ลง อา อิตฺติ โชตกปัจจัย ด้วยสูตรว่า อิตฺติยมโต อาปัจโย มีวิเคราะห์ว่า “อนิจฺจาทิวเสน วิวิธากาเรน ปสฺสตีติ วิปสฺสนา อนิจฺจานุปสฺสนาทิกา ภาวนาปญฺญา”<sup>๑</sup> แปลว่า " ธรรมชาติ ที่ชื่อว่า วิปัสสนา เพราะอรรถวิเคราะห์ว่า เห็นสังขารธรรม โดยอาการต่าง ๆ ด้วยอำนาจอนิจจลักษณะเป็นต้น

---

<sup>๑</sup> วิกาวินี. (บาลี) ๒๖๗.

ได้แก่ ภาวนาปัญญา มือนิจจานุปีตสนาเป็นต้น มีวิเคราะห์ว่า “วิธี อธิบายที่ส่งขารเสฐ ปุสตีติ วิปัสสนา” แปลว่า “ปัญญาที่เห็นสภาวะต่าง ๆ มือนิจลักษณะเป็นต้น ในสังขาร”<sup>๒</sup>

คำว่า “ภาวนา” ตามคัมภีร์ไวยากรณ์ มาจาก ภา+ย พฤทธิ ฐ เป็น โอ ด้วยสูตรว่า อญฺเณสุ จ. แปลง โอ เป็น อว ด้วยสูตรว่า เต อวายา การิต. แปลง ฐ เป็น อน ด้วยสูตรว่า อนกา ญฺญุนฺ. ลง อา อิตฺติ โชคปจฺจย ด้วยสูตรว่า อิตฺติยมโต อาปจฺจโย.

ในคัมภีร์อภิธรรมมัตถวิภาวินีฎีกา ให้ความหมาย ภาวนา ไว้ว่า “ภาเวติ กุสลธมฺเม อาเสวติ วฑฺฒเตติ เอตยาติ ภาวนา .”<sup>๓</sup> แปลว่า ที่ชื่อว่า ภาวนา เพราะอรรถวิเคราะห์ว่า เป็นเครื่องให้กุศลธรรมทั้งหลายเกิดมี คือเสพคุ้น ได้แก่ ทำกุศลธรรมทั้งหลาย ให้เจริญแห่งชน<sup>๔</sup>

## ๒. ความหมายโดยอรรถนัย

ในพระสูตรตันตปิฎกได้ให้ความหมายว่า “ปัญญาเห็นแจ้ง รู้ชัด ในธรรมทั้งปวง มีขั้น ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาน(รูปนาม)”<sup>๕</sup>ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เห็นทั้งคุณ ทั้งโทษ ทางออกจากกาม อินทรีย์ ๕ ตามความเป็นจริง คือเห็นทุกข์ เห็นความดับทุกข์ ทั้งหลายไม่เหลือ”<sup>๖</sup>

ในคัมภีร์จุททกนิกาย ปฏิสัมภิตามรรค อรรถกถา และอภิธรรม ธรรมสังคณี อัญฺฐ สาลีนอรรถกถา ได้ให้ความหมายไว้ว่า “ปัญญาใดๆ ย่อมเห็นสังขตธรรมมีขั้นเป็นต้น ด้วยอาการต่าง ๆ ที่มีความเที่ยงเป็นต้น ฉะนั้น ปัญญานั้น ชื่อว่า วิปัสสนา”<sup>๗</sup>

<sup>๒</sup> พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ. ๘, ราชบัณฑิต) พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ เลียงเชียง, ๒๕๕๐), หน้า ๖๑๗.

<sup>๓</sup> วิภาวินี. (บาลี) ๑๗๑.

<sup>๔</sup> พระธรรมวโรดม (บุญมา คุณสมปฺโน , ป.ธ. ๘) อภิธรรมมัตถวิภาวินีแปล, (กาญจนบุรี : ม.ป.ท., ๒๕๕๐), หน้า ๘๘.

<sup>๕</sup> คุรยละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๓๓/๑๔๗.

<sup>๖</sup> คุรยละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๒/๗๐.

<sup>๗</sup> คุรยละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๑๐๗๑/๕๘๓.

<sup>๘</sup> คุรยละเอียดใน พ.ปฏิ.อ. (บาลี) ๑/๑๕๕/๓๒๘, อภิ.สง.อ. (บาลี) ๑๐๐/๑๐๐.

ส่วนภavana วิเคราะห์ว่า “ภาเวติ กุศลธมฺเม อาเสวติ วฑฺฒเตติ เอตยาติ ภavanaฯ”<sup>๕</sup> ซึ่งว่า ภavana เพราะอรรถวิเคราะห์ว่า เป็นเครื่องให้กุศลธรรมทั้งหลายเกิดมี คือเสพคุ้น(เคย) ได้แก่ ทำ กุศลธรรมทั้งหลายให้เจริญแห่งชน ”<sup>๖</sup>

คัมภีร์อรรถกถาให้ความหมายที่พอจะสรุปได้ดังนี้

๑. คัมภีร์อังกุตตรนิกาย ทุกนิบาต ให้ความหมายว่า ปัญญาที่กำหนดรู้สังขาร<sup>๗</sup>

๒. คัมภีร์อังกุตตรนิกาย สัตตกนิบาต ให้ความหมายว่า การใคร่ครวญธรรม หมายถึง การเพ่งพินิจพิจารณาเห็นธรรม โดยความเป็นสถานะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และ อนัตตา<sup>๘</sup>

๓. เอกัคคตาคิจตและสังขารปริคคหวิปัสสนาญาณ ปัญญาเห็นแจ้งการกำหนดสังขารว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา<sup>๙</sup>

๔. ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง ที่กำหนดรู้สังขารคือ ปัญญาอันยิ่งและความเห็นแจ้งในธรรมคือเบญจขันธ์<sup>๑๐</sup>

๕. ปัญญาภิรยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียดความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเหมือนปลัก ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศัสตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ความสว่างคือปัญญา แสงสว่างคือปัญญา ปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงมกมาย ความเลือกเฟ้นธรรมสัมมาทิฐิ<sup>๑๑</sup>

๖. วิปัสสนา คือ ความรู้ที่ทำให้เกิดความเห็นแจ้ง เข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงมี ๕ อย่าง คือ

๑)อุท্থัพพยานุปีสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นความเกิดและดับ

๒)กัังคานุปีสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นความสลาย

๓)ภยคุปฏฐานญาณ ญาณอันยังเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว

๔)อาทีนวานุปีสสนา ญาณอันตามเห็นโทษ

<sup>๕</sup> ภิภาวินี. (บาลี) ๑๗๑. “อนิจจาทิวเสน วิวิเชน อากาเรหิ ธมฺเม ปสฺสตีติ วิปสฺสนา”.

<sup>๖</sup> พระธรรมวโรดม (บุญมา คุณสมฺปนฺโน ป.ช. ๘), อภิธัมมัตถภิภาวินีแปล, หน้า ๘๘.

<sup>๗</sup> ดูรายละเอียดใน อจ.ทุก.อ. (บาลี) ๒/๑๗๓/๑๑.

<sup>๘</sup> ดูรายละเอียดใน อจ.สตุตท.อ. (บาลี) ๓/๒๐/๑๖๕, อจ.สตุตท.ฎีกา. (บาลี) ๓/๒๐/๑๕๒.

<sup>๙</sup> ดูรายละเอียดใน อจ.จตุก.อ. (บาลี) ๒/๒๕๔/๔๔๗.

<sup>๑๐</sup> ดูรายละเอียดใน อจ.สตุตท.อ. (บาลี) ๒/๕๒/๓๖๖.

<sup>๑๑</sup> ดูรายละเอียดใน อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖.

- ๕) นิพพิทานุปัสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นด้วยความหน่าย
- ๖) มุญจितุกัมมตาญาณ ญาณอันคำนึงด้วยใคร่จะพ้นไปเสีย
- ๗) ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ ญาณตามเห็นการพิจารณาหาทาง
- ๘) สังขารุเปกขาญาณ ญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร
- ๙) สัจจานุโลมิกญาณ หรืออนุโลมญาณ ญาณเป็นไปโดยอนุโลมแก่การหยั่งรู้

อริยสัจ<sup>๑๖</sup>

๗. วิปัสสนา คือ อนุปัสสนา ๗ ประการ<sup>๑๗</sup> ประกอบด้วย

- ๑) อนิจจานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง
- ๒) ทุกขานุปัสสนา พิจารณาเห็นความเป็นทุกข์
- ๓) อนัตตานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตน
- ๔) นิพพิทานุปัสสนา พิจารณาเห็นความน่าเบื่อหน่าย
- ๕) วิราคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความคลายกำหนด
- ๖) นิโรธานุปัสสนา พิจารณาเห็นความดับกิเลส
- ๗) ปฏินิสัคคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความสลัดทิ้งกิเลส

๘. วิปัสสนาญาณ<sup>๑๘</sup> ความหยั่งรู้ที่เกิดขึ้นแก่ผู้เจริญวิปัสสนาตามลำดับ มี ๑๖ ประการคือ

- ๑) นามรูปปริจเฉทญาณ ญาณกำหนดรู้นามและรูป
- ๒) บījายปริคคหญาณ ญาณกำหนดรู้บījายของนามและรูป
- ๓) สัมมสนญาณ ญาณที่กำหนดรู้ด้วยพิจารณาเห็นนามและรูปโดยไตรลักษณ์
- ๔) อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นความเกิดและความดับ
- ๕) กังคานุปัสสนาญาณ ญาณอันมีความเห็นว่าสังขารทั้งปวงล้วนจะต้องสลาย

ไปหมด

๖) กยตฺตปฏิฐานญาณ ญาณอันมองเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว เพราะล้วนแต่จะต้องสลายไปไม่ปลอดภัยทั้งสิ้น

- ๗) อาทีนวานุปัสสนาญาณ ญาณอันคำนึงเห็นสังขารทั้งปวงนั้นว่าเป็นโทษ
- ๘) นิพพิทานุปัสสนาญาณ ญาณอันคำนึงเห็นด้วยความหน่าย

<sup>๑๖</sup> ดูรายละเอียดใน อจ.จตุกก.อ. (บาลี) ๒/๑๖๒/๓๘๗, อจ.จตุกก.ฎีกา (บาลี) ๒/๑๖๒/๔๒๕.

<sup>๑๗</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๖๕/๑๖๕.

<sup>๑๘</sup> ดูรายละเอียดใน สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ, ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๕, Ph.D.), อริยวังสปฏิปทา, หน้า ๘๕.

๘) มุญจิกัมมยตาญาณ ญาณอันคำนึงด้วยใคร่จะพ้นไปเสีย เมื่อหน่ายสังขารทั้งหลายแล้ว ย่อมปรารถนาที่จะพ้นไปเสียจากสังขารเหล่านั้น

๑๐) ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ ญาณอันคำนึงพิจารณาหาทาง เพื่อมองหาอบายที่จะปลดเปลื้องออก

๑๑) สังขารุปกขาญาณ ญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร ไม่ยินดี ยินร้ายต่อสังขารทั้งหลาย

๑๒) สัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ ญาณอันเป็นไปโดยอนุโลม ได้แก่ การหยั่งรู้หรือริยสัจ

๑๓) โคตรภูญาณ ญาณหยั่งรู้ที่เป็นหัวต่อแห่งการข้ามพ้นจากภาวะปุถุชน เข้าสู่ภาวะอริยบุคคล

๑๔) มัคคญาณในอริยมรรค ความหยั่งรู้ที่ทำให้สำเร็จภาวะอริยบุคคลแต่ละขั้น

๑๕) ผลญาณในอริยผล ความหยั่งรู้ที่เป็นผลสำเร็จของพระอริยบุคคลขั้นนั้นๆ

๑๖) ปัจจเวกขณญาณ ญาณหยั่งรู้ด้วยการพิจารณาทบทวน สำเร็จรู้มรรคผลกิเลสที่ละแล้ว กิเลสที่เหลืออยู่และนิพพาน

ในอรรถกถา วิปัสสนาอันกำหนดสังขาร เพราะวิปัสสนานั้น เป็นเครื่องเห็นแจ้งธรรมซึ่งได้แก่อริปัญญา (วิปัสสนา)<sup>๑๙</sup> คือการใคร่ครวญธรรมกำหนดสังขาร โดยความเป็นสภาวะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา

พระพรหมคุณาภรณ์ ได้แสดงความหมายของ วิปัสสนาไว้ว่า วิปัสสนา คือ การพิจารณาสังขารให้เกิดความเห็นแจ้งเข้าใจชัด รู้จักมองสิ่งทั้งหลายตามสภาวะที่เป็นจริง<sup>๒๐</sup> ญาณและวิชา ที่กล่าวมาแล้วนี้ เป็นจุดมุ่งสู่วิปัสสนา เพราะนำไปสู่วิมุตติ คือความหลุดพ้นเป็นอิสระที่แท้จริง ซึ่งยั่งยืนถาวร ท่านเรียกว่า สมุจเฉทนิโรธ หรือ สมุจเฉทวิมุตติ แปลว่า ดับกิเลส หรือหลุดพ้นโดยเด็ดขาด<sup>๒๑</sup>

<sup>๑๙</sup> ดูรายละเอียดใน อจ.จตุกก.อ. (บาลี) ๒/๒๕๔/๔๔๗.

<sup>๒๐</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๓๔๓.

<sup>๒๑</sup> เรื่องเดียวกัน หน้า ๑๖-๑๗.

จากการศึกษาพบว่า วิปัสสนาปัญญา หรือวิปัสสนาญาณ คือการที่เห็นแจ้ง คือเห็นแจ้งในรูปนาม ที่เป็นไปในลักษณะทั้ง ๓ โดยความเป็นจริง ที่จะสามารถถือเอามรรค ผล นิพพานได้ และเป็นหลักปฏิบัติเพื่อพัฒนาจิตและปัญญาที่สูงสุด

## ๒.๒ วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎกเป็นรูปธรรมมากที่สุด ก็คือ มหาสติปัฏฐานสูตร ซึ่งเป็นได้ทั้งสมถะและวิปัสสนา สมัยนั้นพระบรมศาสดา ประทับอยู่ ณ นิคมของชาวกรุง ชื่อกัมมาสธัมมะ แคว้นกुरु พระองค์ทรงตรัสเรียกภิกษุทั้งหลายมาแล้ว ตรัสถึงทางสายเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ ล่วงทุกข์โทมนัส บรรลุธรรม กระทำให้แจ้งพระนิพพาน คือ สติปัฏฐาน ๔ อันได้แก่ กาย เวทนา จิต และธรรม มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๑. กายานุปัสสนา พิจารณาเห็นกายในกายอยู่<sup>๒๒</sup> มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและ โทมนัสในโลกได้

๒. เวทนานุปัสสนา พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่<sup>๒๓</sup> มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๓. จิตตานุปัสสนา พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่<sup>๒๔</sup> มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๔. ธรรมานุปัสสนา พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่<sup>๒๕</sup> มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

## ๒.๓ หลักของวิปัสสนาภูมิ ๖ ในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา

ตามธรรมดาการกระทำงานใด ๆ ก็ต้องมีสถานที่ทำงาน หรือ การจะเพาะปลูกพืชพันธุ์ธัญญาหารใดๆ นั้น ก็ต้องมีพื้นที่เพาะปลูก เช่น การปลูกข้าวเจ้าก็ต้องมีพื้นที่นา ปลูกข้าวโพด, มัน ก็ต้องมีพื้นที่ไร่ เป็นต้น ฉะนั้นใดก็ดี การเจริญวิปัสสนาก็ต้องมีที่ทำงาน หรือมีที่เพาะปลูกเหมือนกัน ภูมิพื้นที่เพาะปลูกให้ วิปัสสนาเจริญขึ้นนั้นเรียกว่า วิปัสสนาภูมิ ฉะนั้น วิปัสสนาภูมิ หมายถึง

<sup>๒๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๕/๒๒๒, ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๐๕/๒๔๓.

<sup>๒๓</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓, ที. ม. (บาลี) ๑๐/๒๘๕/๓๓๐.

<sup>๒๔</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔, ที. ม. (บาลี) ๑๐/๒๘๕/๓๓๐.

<sup>๒๕</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖, ที. ม. (บาลี) ๑๐/๒๘๕/๓๓๑.

พื้นที่กระทำวิปัสสนาหรือกรรมฐานของวิปัสสนาหรืออารมณ์ของวิปัสสนาหมายความว่า การเจริญวิปัสสนานั้นต้องกำหนดรู้อยู่ที่วิปัสสนาภูมิ

วิปัสสนาภูมิที่พระพุทธองค์ทรงแสดงนั้น มีอยู่ ๖ ภูมิด้วยกัน เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ ๖ แต่เมื่อวิปัสสนาภูมิลงแล้ว คงได้ ๒ อย่างคือ รูปธรรมกับนามธรรม กล่าวสั้นๆ ว่า รูปนาม

ธรรมอันเป็นที่ตั้งเป็นที่เกิดของวิปัสสนา หรือที่เรียกว่า “วิปัสสนาภูมิ” คือ พื้นที่ใน การเจริญวิปัสสนาภาวนานั้น มี ๖<sup>๒๖</sup> ได้แก่ ๑) ชั้น ๕ ๒) อายุตนะ ๑๒ ๓) ธาตุ ๑๘ ๔) อินทรีย์ ๒๒ ๕) ปฏิจัสสมุปบาท ๑๒ ๖) อริยสัจ ๔<sup>๒๗</sup> จะได้อธิบายขยายความ ดังต่อไปนี้

#### ๑. ชั้น ๕ มี ๕ ได้แก่

- ๑) รูปชั้น ๕ องค์ธรรม ได้แก่ รูป ๒๘<sup>๒๘</sup> (มหาภูตรูป ๔<sup>๒๙</sup>, อุปาทายรูป ๒๔<sup>๓๐</sup>)
- ๒) เวทนาชั้น ๕ องค์ธรรม ได้แก่ เวทนาเจตสิก ที่ในจิต ๘๕ หรือ ๑๒๑<sup>๓๑</sup>
- ๓) สัญญาชั้น ๕ องค์ธรรม ได้แก่ สัญญาเจตสิก ที่ในจิต ๘๕ หรือ ๑๒๑<sup>๓๒</sup>
- ๔) สังขารชั้น ๕ องค์ธรรม ได้แก่ เจตสิก ๕๐ (เวทนา, สัญญา) ที่ในจิต ๘๕

หรือ ๑๒๑ ตามสมควร<sup>๓๓</sup>

- ๕) วิญญาณชั้น ๕ องค์ธรรม ได้แก่ จิต ๘๕ หรือ ๑๒๑

จากการศึกษาได้พบว่า ชั้น ๕ เมื่อศึกษาจริงก็มีแค่ รูปนาม เท่านั้น คือ รูป เป็นรูปธรรม นอกนั้นเป็นนามธรรมทั้งหมด

<sup>๒๖</sup> จุ.จริยา.อ. (บาลี) ๓๖๓, อญ.ปญจก.อ. (บาลี) ๓/๓๓/๓๖, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๘๒.

<sup>๒๗</sup> คูรายละเอียด อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒/๑, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๘๓, อภิ.ปญจ.อ. (บาลี) ๑/๑๒๕-๑๓๐.

<sup>๒๘</sup> คูรายละเอียด อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๓/๑๓, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๘๒.

<sup>๒๙</sup> ที.ที. (ไทย) ๕/๔๘๓-๔๕๕/๒๑๖-๒๒๐.

<sup>๓๐</sup> อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๘๔-๕๘๔/๑๖๕-๒๕๕.

<sup>๓๑</sup> คูรายละเอียด อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๖๐/๓๘, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๑๐๑.

<sup>๓๒</sup> คูรายละเอียด อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๖๑/๓๘, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๑๐๓.

<sup>๓๓</sup> คูรายละเอียด อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๑๔/๓๘, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๑๐๓.



## ๒.อายตนะ ๑๒ ได้แก่

- ๑) จักขายตนะ จักขุ ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิต เจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ จักขุปสาท
- ๒) โสทายตนะ โสตะ ชื่อว่าอายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิต เจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ โสตปสาท
- ๓) ฆานายตนะ ฆานะ ชื่อว่าอายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิต เจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ ฆานปสาท
- ๔) ชิวหายตนะ ชิวหา ชื่อว่าอายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิต เจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ ชิวหาปสาท
- ๕) กายายตนะ กายะ ชื่อว่าอายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิต เจตสิกเกิด องค์ธรรม ได้แก่ กายปสาท
- ๖) รูปายตนะ รูปารมณฺ์ ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิต เจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ สีต่าง ๆ
- ๗) สัททายตนะ สัททารมณฺ์ ชื่อว่าอายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิต เจตสิกเกิด องค์ธรรม ได้แก่ เสียงต่าง ๆ
- ๘) คันธายตนะ คันธารมณฺ์ ชื่อว่าอายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิต เจตสิกเกิด องค์ธรรม ได้แก่ กลิ่นต่าง ๆ
- ๙) รสายตนะ รสอารมณฺ์ ชื่อว่าอายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิต เจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ รสต่าง ๆ
- ๑๐) โผฏฐัพพายตนะ โผฏฐัพพารมณฺ์ ชื่อว่าอายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิต เจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ สัมผัสต่าง ๆ
- ๑๑) มนายตนะ จิต ชื่อว่าอายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิต เจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ จิต ทั้งหมด
- ๑๒) ฐัมมายตนะ สภาพธรรมต่างๆ ชื่อว่าอายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิต เจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ เจตสิก ๕๒ สุขุมรูป ๑๖ นิพพาน<sup>๓๔</sup>

จากการศึกษาพบว่า อายตนะ หมายถึง เครื่องเชื่อมต่อ เป็นแดนต่อ ให้เกิดการกระทบทั้ง ภายในภายนอก อย่างละ ๖ รวมเป็น ๑๒ พอดี

<sup>๓๔</sup> ดูรายละเอียด อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๕๕/๑๓๓, วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๑๒๕-๑๒๘.

๓. ชาติ มี ๑๘ ได้แก่

๑) จักขุชาติ จักขุ ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่รูปารมณ์มากระทบได้ องค์ธรรม  
ได้แก่ จักขุปสาท

๒) โสตชาติ โสตะ ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่สัททารมณ์มากระทบได้ องค์  
ธรรมได้แก่ โสตปสาท

๓) ฆานชาติ ฆานะ ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่คันธารมณ์มากระทบได้ องค์  
ธรรมได้แก่ ฆานปสาท

๔) ชิวหาชาติ ชิวหา ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่รสารมณ์มากระทบได้ องค์  
ธรรมได้แก่ ชิวหาปสาท

๕) กายชาติ กายะ ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่โณภูมิจัพพารมณ์มากระทบได้  
องค์ธรรมได้แก่ กายปสาท

๖) รูปชาติ รูปารมณ์ ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับจักขุปสาทได้ องค์ธรรม  
ได้แก่ สีต่าง ๆ

๗) สัททชาติ สัททารมณ์ ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับโสตปสาทได้ องค์  
ธรรมได้แก่ เสียงต่าง ๆ

๘) คันธชาติ คันธารมณ์ ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับฆานปสาทได้ องค์  
ธรรมได้แก่ กลิ่นต่าง ๆ

๙) รสชาติ รसरมณ์ ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับชิวหาปสาทได้ องค์ธรรม  
ได้แก่ รสต่าง ๆ

๑๐) โณภูมิจัพพชาติ โณภูมิจัพพารมณ์ ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับกายปสาท  
ได้ องค์ธรรมได้แก่ สัมผัสต่างๆ

๑๑) จักขุวิญญานชาติ จักขุวิญญาน ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งการเห็น องค์ธรรมได้แก่  
จักขุวิญญานจิต ๒

๑๒) โสตวิญญานชาติ โสตวิญญาน ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งการได้ยิน องค์ธรรม  
ได้แก่ โสตวิญญานจิต ๒

๑๓) ฆานวิญญานชาติ ฆานวิญญาน ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้กลิ่น องค์ธรรม  
ได้แก่ ฆานวิญญานจิต ๒

๑๔) ชิวหาวิญญานชาติ ชิวหาวิญญาน ชื่อว่าชาติ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้รส องค์ธรรม  
ได้แก่ ชิวหาวิญญานจิต ๒

๑๕) กายวิญญานธาตุ กายวิญญาน ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้สัมผัส องค์ธรรม  
ได้แก่ กายวิญญานจิต ๒

๑๖) มโนธาตุ จิต ๓ ดวง ชื่อว่ามโนธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้ปัญจารมณ์อย่างสามัญ  
องค์ธรรมได้แก่ ปัญจทวาราวัชชนจิต ๑ สัมปฏิจจนจิต ๒

๑๗) มโนวิญญานธาตุ จิต ๗๖ ดวง ชื่อว่ามโนวิญญานธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้  
อารมณ์เป็นพิเศษ องค์ธรรมได้แก่ จิต ๗๖ (เว้นทวิปัญจวิญญานจิต ๑๐ มโนธาตุ ๓)

๑๘) ฐัมมธาตุ สภาวะธรรม ๖๕ ชื่อว่าฐัมมธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งสภาวะลักษณะของคนๆ  
องค์ธรรมได้แก่ เจตสิก ๕๒ สุขุมรูป ๑๖ นิพพาน<sup>๓๕</sup>

จากการศึกษาพบว่า ในธาตุ ๑๘ อันที่จริงก็คือ อายุขณะภายใน ๖ อายุขณะภายนอก ๖  
และวิญญานที่เป็นสภาวะรับรู้อารมณ์ภายในภายนอกอีก ๖ นั่นเอง

#### ๔. อินทรีย์ ๒๒ ได้แก่

๑) จักขุนทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเห็น องค์ธรรมได้แก่ จักขุปสาท

๒) โสตอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการได้ยิน องค์ธรรมได้แก่ โสตปสาท

๓) ฆานินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้กลิ่น องค์ธรรมได้แก่ ฆานปสาท

๔) ชิวหินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้รส องค์ธรรมได้แก่ ชิวหาปสาท

๕) กายินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการสัมผัส องค์ธรรมได้แก่ กายปสาท

๖) อิตถินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเป็นหญิง องค์ธรรม ได้แก่ อิตถิกาวรูป

๗) ปุริสินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเป็นชาย องค์ธรรม ได้แก่

ปุริสภาวะรูป

๘) ชีวิตินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรักษารูปและนาม องค์ธรรมได้แก่ ชีวิต  
รูป และชีวิตินทรีย์เจตสิก

๙) มนินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรับอารมณ์ องค์ธรรมได้แก่ จิตทั้งหมด

๑๐) สุขินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความสุขกาย องค์ธรรมได้แก่  
เวทนาเจตสิกที่ในสุขสหคตกายวิญญานจิต ๑

๑๑) ทุกขินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความทุกข์กาย องค์ธรรมได้แก่  
เวทนาเจตสิกที่ในทุกขสหคตกายวิญญานจิต ๑

<sup>๓๕</sup> ดูรายละเอียด อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๘๓/๑๔๒, วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๑๒๕.

๑๒) โสมนัสสินทรีย์ ธรรมชาติที่ เป็นผู้ปกครองในการเสวยความสุขใจ องค์ธรรมได้แก่ เวทนาเจตสิกที่ในโสมนัสสสทหคจิต ๖๒

๑๓) โทมนัสสินทรีย์ ธรรมชาติที่ เป็นผู้ปกครองในการเสวยความทุกข์ใจ องค์ธรรมได้แก่ เวทนาเจตสิกที่ในโทสมูลจิต ๒

๑๔) อุเปกขินทรีย์ ธรรมชาติที่ เป็นผู้ปกครองในการเสวยอารมณ์เป็นกลาง องค์ธรรมได้แก่ เวทนาเจตสิกที่ในอุเบกขาสทหคจิต ๕๕

๑๕) สัทธินทรีย์ ธรรมชาติที่ เป็นผู้ปกครองในความเชื่อต่อสิ่งที่ควรเชื่อ องค์ธรรมได้แก่ สัทธาเจตสิกที่ในโสภณจิต ๕๑

๑๖) วิริยินทรีย์ ธรรมชาติที่ เป็นผู้ปกครองในความเพียร องค์ธรรมได้แก่ วิริยเจตสิกที่ในวิริยสัมปยุตตจิต ๑๐๕

๑๗) สตินทรีย์ ธรรมชาติที่ เป็นผู้ปกครองในการระลึกรอบ องค์ธรรมได้แก่ สติเจตสิกที่ในโสภณเจตสิก ๕๑

๑๘) สมาธินทรีย์ ธรรมชาติที่ เป็นผู้ปกครองในการตั้งมั่นในอารมณ์อันเดียว องค์ธรรมได้แก่ เอกัคคตาเจตสิกที่ในจิต ๗๒ (เวณอวิริยจิต ๖๒ วิจิกิจฉาสัมปยุตตจิต ๑)

๑๙) ปัญญาทรีย์ ธรรมชาติที่ เป็นผู้ปกครองในการรู้ตามความเป็นจริง ได้แก่ ปัญญาเจตสิกที่ในญาณสัมปยุตตจิต ๔๗ หรือ ๗๕

๒๐) อนัญญัตถัญญัสสามิตินทรีย์ ธรรมชาติที่ เป็นผู้ปกครองในการรู้แจ้งอริยสัจจ์ ๔ ที่ตนไม่เคยรู้ องค์ธรรมได้แก่ ปัญญาเจตสิกที่ในโสคาปัตติมรรคจิต ๑

๒๑) อัญญาทรีย์ ธรรมชาติที่ เป็นผู้ปกครองในการรู้แจ้งอริยสัจจ์ ๔ ที่ตนเคยรู้ องค์ธรรมได้แก่ ปัญญาเจตสิกที่ในมรรคจิตเบื้องต้น ๓ และผลจิตเบื้องต้น ๓

๒๒) อัญญาตาวินทรีย์ ธรรมชาติที่ เป็นผู้ปกครองในการรู้แจ้งอริยสัจจ์ ๔ สิ้นสุดแล้ว ได้แก่ ปัญญาเจตสิกที่ในอรหัตตผลจิต ๑<sup>๖</sup>

จากการศึกษาพบว่าอินทรีย์ คือความเป็นใหญ่ในหน้าที่ของตน ๆ เช่น ตาเป็นใหญ่ในการเห็นรูป หู เป็นใหญ่ในการฟังเสียง จมูกเป็นใหญ่ในการดมกลิ่น ลิ้นเป็นใหญ่ในการลิ้มรส กายเป็นใหญ่ในการสัมผัส เป็นต้น เป็นการทำหน้าที่ของใครของมันซึ่งจะไม่สามารถทำงานแทนกันได้ เช่น ตาไม่สามารถฟังเสียงแทนหูได้ หูไม่สามารถดมกลิ่นแทนจมูกได้ เป็นต้น จึงได้ชื่อว่า อินทรีย์ แปลว่า เป็นใหญ่, เป็นเจ้านาย, เป็นประธาน, เป็นผู้ปกครอง นั่นเอง

<sup>๖</sup> ดูรายละเอียด อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๑๕/๑๕๗, วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๑๓๖.

### ๕. ปฏิจสุมุปาบท ๑๒

๑) อวิชา ธรรมชาติที่เป็นไปตรงกันข้ามกับปัญญาคือ การไม่รู้ตามความเป็นจริง ที่ควร  
รู้แต่สิ่งที่ไม่เป็นไปตามความเป็นจริงที่ควรรู้ ได้แก่ โมหเจตสิก

๒) สังขาร ธรรมชาติที่ปรุงแต่งสังขตธรรมที่เป็นผลโดยตรง ได้แก่ เจตนาที่ในอกุศล  
และโลกียกุศล

๓) วิญญาณ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์เป็นพิเศษ ได้แก่ ปฏิสนธิวิญญาณ คือปฏิสนธิจิต ๑๕  
และปวัตติวิญญาณ คือ โลภวิปากจิต ๓๒

๔) นามรูป ธรรมชาติที่น้อมไปในอารมณ์ ชื่อว่า นาม ได้แก่ เจตสิก ๓๕ ที่ประกอบกับ  
โลกียวิปากจิต ๓๒ ธรรมชาติที่สลายไป เพราะปัจจัยเป็นปฏิปักษ์ ชื่อว่า รูป ได้แก่ ปฏิสนธิกัมมชรูป  
, ปวัตติกัมมชรูป, จิตตชรูป

๕) สฬายตนะ ธรรมชาติที่ทรงไว้ซึ่งวิญญูสงสารที่ยืนยาว ได้แก่ อัชฌติกายตนะ ๖

๖) ผัสสะ ธรรมชาติที่กระทบอารมณ์ ได้แก่ ผัสสะเจตสิก ที่ประกอบกับโลกียวิปากจิต  
๓๒

๗) เวทนา ธรรมชาติที่เสวยอารมณ์ ได้แก่ เวทนา ๖ ที่เกิดขึ้นโดยอาศัยสัมผัส ผัสสะ มีจักขุ  
สัมผัสสชาเวทนา เป็นต้น

๘) ตัณหา ธรรมชาติที่ติดใจซึ่งวัตถุตาม ได้แก่ โลกเจตสิกที่อยู่ในโลกมุลจิต ๘

๙) อุปาทาน ธรรมชาติที่เข้าไปยึดมั่น ได้แก่ ตัณหาและทัญญูที่มีกำลังมาก

๑๐) ภาวะ (กัมมภาวะ, อุปัตติภาวะ) ธรรมชาติที่เป็นเหตุให้ผลเกิดขึ้น ชื่อว่า กัมมภาพ ได้แก่  
อกุศลเจตนา ๑๒ โลภียกุศลเจตนา ๑๗ ธรรมชาติที่เข้าไปเกิดในภพใหม่ด้วย ได้เกิดขึ้นเพราะอาศัย  
กรรมด้วย ชื่อว่า อุปัตติภาวะ ได้แก่ โลภียวิปากจิต ๓๒ เจตสิก ๓๕, กัมมชรูป ๒๐

๑๑) ชาติ ธรรมชาติที่เป็นเหตุแห่งการปรากฏเกิดขึ้นของสังขารธรรมได้แก่ปฏิสนธิชาติ  
(การเกิดขึ้นครั้งแรกในภพใหม่)

๑๒) ชรา มรณะ และ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส ชรา ความเสื่อมโทรมของ  
วิปากนามขันธ์ ๔ และนิปผันนรูป ชื่อว่า ชรา

มรณะ ความตาย คืออาการที่กำลังดับของ โลภียวิปาก และกัมมชรูป

โสกะ ความเศร้าโศก ได้แก่ โทมนัสเวทนาที่ประกอบกับ โทสมูลจิต ๒ ซึ่งเกิดจากพย  
สนะ ๕ อย่าง

ปริเทวะ การร้องไห้รำพัน ชื่อว่า ปริเทวะ ได้แก่ จิตตชวิปปลาส สัททะที่เกิดขึ้นโดยมี การร้องไห้รำพัน เพราะอาศัยพยสนะ ๕<sup>๓๗</sup> อย่างๆ โดยอย่างหนึ่งเป็นเหตุ

ทุกข์ เวทนาที่อดทนได้ยาก ชื่อว่า ทุกข์ ได้แก่ กายิกทุกข์- เวทนาโทมนัส สภาพที่เป็น เหตุให้เป็นผู้มีใจคอไม่ดี ได้แก่ เจตสิกทุกข์คือ ทุกข์ใจ

อุปายาส ความลำบากใจอย่างหนัก ชื่อว่า อุปายาส ได้แก่ โทสเจตสิก ที่เกิดขึ้นโดย อาศัยพยสนะอย่างใดอย่างหนึ่ง<sup>๓๘</sup>

#### ๖. อริยสัง ๔<sup>๓๙</sup>

อริยสัง แปลว่า เป็นสังจะอันประเสริฐ คำว่า อริยะ อธิบายว่า เป็นของแท้ เป็นของไม่ ผิด ไม่เป็นของคลาดเคลื่อนเหมือนอย่างที่เราได้รู้ไว้ว่า ที่ชื่อว่า อริยสัง เพราะเป็นของแท้ไม่แปรผัน ไม่เป็นอย่างอื่น<sup>๔๐</sup>

คัมภีร์มูลฎีกาให้ความหมายว่า ความจริงของพระอริยะ, ความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึง กลายเป็นพระอริยะ, สังจะที่พระอริยะพึงรู้<sup>๔๑</sup>

๑) ทุกขสังจะ ธรรมชาติที่เป็นทุกข์ เป็นความจริงของพระอริยเจ้าทั้งหลาย<sup>๔๒</sup> ทุกข์ มีความหมายว่า บีบคั้น, อันปัจจัยปรุงแต่ง, ให้เร่าร้อน, ปรวนแปร นี้เป็นอรรถของทุกข์ เป็นของแท้ เป็นของไม่ผิด ไม่เป็นอย่างอื่น<sup>๔๓</sup> องค์ธรรมได้แก่ โลกียจิต๘๑, เจตสิก ๕๑ (เว้น โลภะ), รูป ๒๘

คัมภีร์อรรถกถาปรหมัตถทีปนี ให้ความหมายว่า กุจฉิตภาวโต ตุจฉนภาวโต จ ทุกข์ อุปาทานกฺขนฺชปญฺจกํ.<sup>๔๔</sup> ชื่อว่า ทุกข์ เพราะเป็นของน่าเกลียด และเพราะเป็นของว่างเปล่า ได้แก่ อุปาทานชั้นทั้ง ๕

<sup>๓๗</sup> พยสนะ ๕ คือ ๑) ญาติพยสนะ ความพินาศแห่งญาติ ๒) โภคพยสนะ ความพินาศแห่งโภครทรัพย์ ๓) โรคพยสนะ ความพินาศเพราะโรค ๔) สัตถพยสนะ ความพินาศแห่งสัตถ ๕) ทิฏฐิพยสนะ ความพินาศแห่งทิฏฐิ ดูรายละเอียดใน อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๔๒/๕๕๖.

<sup>๓๘</sup> ดูรายละเอียด อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๒๕/๒๑๕.

<sup>๓๙</sup> ดูรายละเอียด อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๘๕/๑๖๓.

<sup>๔๐</sup> ดูรายละเอียดใน อภิ.วิ.อ. (บาลี) ๕๐.

<sup>๔๑</sup> ดูรายละเอียดใน วิ.มูลฎีกา. (บาลี) ๑๘๕/๕๘.

<sup>๔๒</sup> ดูรายละเอียดใน วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๔/๑๔, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๕๑/๖๖, ม.อ. (ไทย) ๑๔/๓๓๓/๓๑๓, ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๓/๓๘.

<sup>๔๓</sup> ดูรายละเอียดใน อภิ.วิ.อ. (บาลี) ๕๐.

<sup>๔๔</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.เถร.อ. (บาลี) ๒/๓๖/๑๕๘.

๒) สมุทยสังจะ ธรรมชาติที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เป็นความจริงของพระอริยเจ้าทั้งหลาย องค์ธรรม ได้แก่ โลกเจตสิก สมุทย มีความหมายว่า ประมวลมา หมายถึง เป็นเหตุมอบให้ซึ่งผล<sup>๕๕</sup>

คัมภีร์ปรมัตถทีปนี ให้ความหมายดังนี้ ต่ ทุกข์ สมุเทติ เอตสุมาติ สมุทโย, ตณฺหา<sup>๕๖</sup> ชื่อว่า สมุทย ได้แก่ตณฺหาเพราะเป็นแดนเกิดแห่งทุกข์

๓) นิโรธสังจะ ธรรมที่เป็นเครื่องดับทุกข์ เป็นความจริงของพระอริยเจ้าทั้งหลาย องค์ธรรม ได้แก่ นิพพาน นิโรธ มีความหมายว่า สัตตออก, อันปัจจัยปรุงแต่งไม่ได้,เป็นอมตะ

คัมภีร์อรรถกถาปรมัตถทีปนี ให้ความหมายไว้ดังนี้ สสารจารกสงฺขาโต นตฺถิ เอตฺถ โรโธ, เอตฺถมี วา อธิคเต ปุคฺคตฺสสุ โรธาภาโว โหติ, นิรุชฺชติ ทุกฺขเมตฺถาติ วา นิโรโธ, นิพฺพาน<sup>๕๗</sup> ชื่อว่า นิโรธ เพราะในพระนิพพานนั้นไม่มีสิ่ง(สงสารเป็นที่เที่ยวไป) หรือว่าเมื่อบุคคลบรรลุพระนิพพานนั้นแล้ว ย่อมไม่มีสิ่ง หรือเป็นที่ดับทุกข์ ได้แก่พระนิพพาน

๔) มรรคสังจะ หนทางที่เป็นเหตุให้ถึงความดับทุกข์ เป็นความจริงของพระอริยเจ้าทั้งหลาย องค์ธรรมได้แก่ มัคคังคเจตสิก ๘ ดวง มีปัญญาเจตสิก เป็นต้น ที่ในมรรคจิต ๔ มรรคมีความหมายว่า การนำออก เป็นเหตุ เป็นอธิบดี

คัมภีร์อรรถกถาปรมัตถทีปนี ให้ความหมายไว้ดังนี้ กิเลส มาเรฺนฺโต คจฺจติ, นิพฺพานตฺถิเกหิ มคฺคิยตีติ วา มคฺโค, สมฺมาทิฏฺฐิอาทโย อฏฺฐชฺชมา.<sup>๕๘</sup> ชื่อว่า มรรค เพราะฆ่ากิเลสทั้งหลายไปหรือเพราะผู้ต้องการพระนิพพานจะต้องแสวงหา ได้แก่ธรรม ๘ ประการ มี สัมมาทิฏฐิ เป็นต้น

จากการศึกษาพบว่า วิปัสสนาภูมิ ก็คือ พื้นที่ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา หรืออารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา และการเจริญวิปัสสนานั้น ต้องกำหนดรู้อยู่ที่วิปัสสนาภูมิ ๖ ประการ ตามที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ทั้งขั้นช้อยตนะ ชาติ อินทรีย์ ปฏิจจสมุปบาท และอริยสังดังกล่าวมาแล้วข้างต้น เมื่อย่อลงแล้วได้แก่ นามรูป ซึ่งเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา หรือเป็นธรรมที่อบรมให้เกิดปัญญา พอสรุปได้ดังนี้

วิปัสสนาภูมิ ๔ ภูมิแรก เมื่อย่อลงก็ได้แก่ รูปและนาม เท่านั้นเอง

วิปัสสนาภูมิ ที่ ๕ คือ ปฏิจจสมุปบาท ได้แก่ ปัจจัยแห่งรูปและนาม

<sup>๕๕</sup> อภ.วิ.อ. (บาลี) ๕๐, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๑๔๐-๑๔๓.

<sup>๕๖</sup> พุ.เถร.อ. (บาลี) ๒/๓๖/๑๕๘.

<sup>๕๗</sup> พุ.เถร.อ. (บาลี) ๒/๓๖/๑๕๕.

<sup>๕๘</sup> พุ.เถร.อ. (บาลี) ๒/๓๖/๑๕๘.

วิปัสสนาภูมิ ที่ ๖ คือ อริยสัจ ๔ ได้แก่ รูป นาม ปัจจัยแห่งรูปนาม ความเกิด-ดับแห่งนามรูป และ นิพพาน และสรรพสิ่งทั้งปวงล้วนเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาหรือกรรมฐานทั้งสิ้น เพราะว่า เมื่อเรากำหนดสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างมีสติและไม่ยึดมั่นในสิ่งทั้งปวงนั้น พิจารณาตามความเป็นจริง ค้างลงสู่พระไตรลักษณ์ ก็จักเป็นอารมณ์กรรมฐานได้อย่างแท้จริง

#### ๒.๔ อานิสงส์แห่งการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการ

อานิสงส์แห่งการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการ พระผู้มีพระภาคตรัสไว้

สรุปใจความได้ว่า บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด ๗ ปี, ๖ ปี, ๕ ปี, ๔ ปี, ๓ ปี, ๒ ปี, ๑ ปี, ๗ เดือน, ๖ เดือน, ๕ เดือน, ๔ เดือน, ๓ เดือน, ๒ เดือน, ๑ เดือน, ๑๕ วัน, ๗ วัน พึงหวังผลได้คืออรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นอนาคามี<sup>๔๙</sup>

เพราะฉะนั้น สติปัฏฐาน ๔ ประการนี้ จึงเป็นทางเดียว

๑. เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์
๒. เพื่อล่วงโทษและปริเทวะ
๓. เพื่อดับทุกข์และโทมนัส
๔. เพื่อบรรลุนิพพาน
๕. เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน<sup>๕๐</sup>

จากการศึกษาพบว่า ถ้าโยคีผู้ปฏิบัติตั้งใจปฏิบัติตามที่พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนไว้ในมหาสติปัฏฐาน ๔ ทุกคนสามารถหวังผลในการที่จะบรรลุนิพพานได้ทั้งนั้น นอกจากได้ทำอนันตริยกรรม ๕ ทำอริยุปาท กล่าวจ้วงจาบพระอริยเจ้า และเป็นผู้มีมิจฉาทิฏฐิในชาติปัจจุบันเท่านั้น จึงไม่สามารถบรรลุนิพพานได้

<sup>๔๙</sup> คุรยลอะเยยคใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔-๔๐๔/๓๐๒-๓๔๐.

<sup>๕๐</sup> คุรยลอะเยยคใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๔-๔๐๕/๓๗๘-๓๔๐.



## บทที่ ๓

### จิตตวิสุทธิในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

การที่พระไตรปิฎกเป็นคัมภีร์ที่รวบรวมหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาไว้ทั้งหมด ทำให้ชาวพุทธทุกคน รวมทั้งคนในศาสนาอื่น ๆ ได้ศึกษาความเป็นมาของพระพุทธศาสนาได้อย่างกว้างขวางและเข้าใจได้อย่างยิ่งยั้ง แม้ว่าจะไม่ได้เกิดในสมัยพุทธกาลก็ตาม และเราก็สามารถเชื่อถือได้สนิทใจว่า คำสอนต่าง ๆ ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกนั้นเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ผู้ตรัสรู้เอง โดยชอบ ผู้เป็นบรมครูของโลกอย่างแน่นอน

อนึ่ง คุณค่าหรือประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษาพระไตรปิฎกในภาพรวมก็คือ การมีความรู้ความเข้าใจหลักพระพุทธศาสนาอย่างถูกต้อง ปฏิบัติตามได้อย่างถูกต้อง และได้รับผลของการปฏิบัติอย่างเต็มที่สมควรแก่การปฏิบัติ

จากที่กล่าวมา จะเห็นว่า พระไตรปิฎกมิใช่คัมภีร์ที่ศักดิ์สิทธิ์ที่ใคร ๆ ไม่อาจแตะต้องได้ หรือใส่ตู้ไว้บูชาอย่างที่เข้าใจกัน เพราะหากเป็นเช่นนั้น ความรู้ต่าง ๆ ที่บรรจุในพระไตรปิฎกก็จะไร้ค่าทั้งอาจจะทำให้เกิดการนับถือพระพุทธศาสนาในทางที่ผิดได้ ดังนั้น การปฏิบัติต่อพระไตรปิฎกที่ถูกต้อง คือ การตั้งใจและสนใจศึกษาค้นคว้าหาความรู้ต่าง ๆ ในพระไตรปิฎกอย่างจริงจัง นำความรู้ในพระไตรปิฎกไปเผยแพร่แก่ผู้อื่น รวมทั้งปฏิบัติตามคำสอนที่ปรากฏในพระไตรปิฎก อันจะเป็นผลให้พระพุทธศาสนาเผยแผ่ยั่งยืนต่อไป รวมทั้งผู้ปฏิบัติจะได้รับผลของการปฏิบัติตามสมควรแก่การปฏิบัตินั้น ในการศึกษาครั้งนี้ ต้องอาศัยข้อมูล จากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ทั้งในพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกาปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค และในบทนี้ผู้ศึกษา ได้กำหนดประเด็นในการศึกษาดังต่อไปนี้

๓.๑ ความหมายของจิตตวิสุทธิ

๓.๒ ประเภทของจิตตวิสุทธิ

๓.๓ องค์ธรรมของจิตตวิสุทธิ

### ๓.๑ ความหมายของจิตตวิสุทธิ

คำว่า จิตตวิสุทธิ แยกศัพท์เป็นภาษาบาลีตามหลักบาลีไวยากรณ์ คือ จิตต + วิสุทธิ ซึ่งมีความหมายดังต่อไปนี้

#### ๑. ความหมายโดยสัททนต์

คำว่า จิตต สัททนต์เดิมเป็น จินต จินตาย+ต จิต,ใจ จินเตตติ จิตต์ สภาพที่คิด ชื่อว่าจิตตะ (ลบ นุ) จิตอันตั้งมั่น แลไว้ในอารมณ์เดียว ปฐม จิตต์ อุปปนุ ปฐม วิญญาณ ปาตุภูต จิตดวงแรก เกิดขึ้น คือ ปฐมวิญญาณที่ปรากฏ<sup>๑</sup>

คำว่า จิตต แปลว่า จิต,ใจ (มน มานส เจต วิณณณ หทย)

จินเตตติ จิตต์ ธรรมชาติที่คิด (จินต ชาติในความหมายว่าคิด ต ปัจจัย,ลบ นุ)

อารมณ์ จินเตติ วิชานาตติ จิตต์ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ (จินต+ต,ลบ นุ,ช้อน ต)

ชวนวิถิวเสน อุตตโน สนฺตานิ จินตติ จิตต์ ธรรมชาติที่สะสมการสืบต่อของตนไว้ด้วยอำนาจชวนวิถี (จิ ชาติในความหมายว่าสะสม ต ปัจจัย,ช้อน ต)

จิตต์ กโรตติ จิตต์ ธรรมชาติที่ทำให้วิจิตร (จิตต+ณ)<sup>๒</sup>

คำว่า จิตต แปลว่า ความคิด จินตน์ จิตต์ ความคิด (จินต ชาติในความหมายว่าคิด ต ปัจจัย, ลบ นุ)<sup>๓</sup>

คำว่า วิสุทธิ สัททนต์เดิมเป็น วิสุทธิ, พระนิพพาน, ความบริสุทธิ์

วิสุชฺฌนฺติ สตุตา รากาติมเลหิ เอตยาติ วิสุทธิ สภาวะเป็นเหตุหมดจดจากราคะมลทิน เป็นต้นแห่งสัตว์โลก (วิ บทหน้า สุช ชาติในความหมายว่าสะอาด ต ปัจจัย,แปลง ต เป็น ทฺธิ,ลบ ฐ ที่สุดธาตุ<sup>๔</sup>

<sup>๑</sup> พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๘, ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์, หน้า ๒๔๗.

<sup>๒</sup> อ่างแล้ว.

<sup>๓</sup> อ่างแล้ว.

<sup>๔</sup> เรื่องเดียวกัน หน้า ๖๒๖.

## ๒. ความหมายโดยอรรถนัย

จิตต ศัพท์ นปุงสกลิงค์ ท่านกล่าวไว้ในอรรถ ๕ อย่าง<sup>๕</sup> ๑)วิญญาณะ จิต ๒)จิตตกัมมะ จิตกรรมภาพเขียน , ภาพสลัก ๓)วิจิตตะ ความวิจิตร ๔)ปัญญาตติ นามปัญญาตติ คือ ผู้ชื่อว่าจิตตะ ๕)จิตตมาส เดือน ๕

คำว่า จิต เป็นธรรมชาติรู้อารมณ์ คือได้รับอารมณ์อยู่เสมอนั่นเอง จึงเรียกว่ารู้อารมณ์ ดังแสดงจกนัตถะว่า อารมมณฺ์ จินฺเตตฺติ จิตฺตํ ธรรมชาติใด ย่อมรู้อารมณ์ คือได้รับอารมณ์อยู่เสมอ ฉะนั้นธรรมชาตินั้นชื่อว่าจิตหรือ อีกนัยหนึ่ง จินฺเตนฺติ สมฺปยุตฺตธมฺมา เอเตนาคิ จิตฺตํ สมฺปยุตฺตธรรม คือเจตสิกทั้งหลาย ย่อมรู้อารมณ์โดยอาศัยธรรมชาตินั้น ฉะนั้น ธรรมชาติที่เป็นเหตุแห่งการรู้ อารมณ์ของเจตสิกเหล่านั้น ชื่อว่า จิต หรืออีกนัยหนึ่ง จินฺตณฺมตฺตํ จิตฺตํ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ ได้รับ อารมณ์ นั้นแหละชื่อว่าจิต หรืออีกนัยหนึ่ง จิตฺตํ กโรตฺติ จิตฺตํ ธรรมชาติใดทำความเป็นอยู่ของ สัตว์ทั้งหลายให้วิจิตร ฉะนั้น ธรรมชาตินั้นชื่อว่าจิต<sup>๖</sup>

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายของจิตว่า “จิต หรือ จิตต์ หมายถึง ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ หรือสภาพที่นึกคิด หรือความคิด หรือใจ”<sup>๗</sup>

วรรณสิทธิ ไททยะเสวี กล่าวว่า “จิต คือ ธรรมชาติรู้อารมณ์”<sup>๘</sup>

ในทางพระพุทธศาสนา มีการกล่าวถึง วิสุทธิ หมายถึง ความบริสุทธิ์ ความหมดจด ได้แก่ วิสุทธิ ๗<sup>๙</sup> ซึ่งหมายถึง ความบริสุทธิ์ที่สูงขึ้นไปตามลำดับ เป็นการทำให้บริสุทธิ์ ด้วยการฝึกฝนตนเองที่เรียกว่า ไตรสิกขา ไปโดยลำดับ จนบรรลุจุดมุ่งหมาย คือนิพพาน มี ๗ ชั้น คือ

<sup>๕</sup> ดูรายละเอียดใน พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิชานวรรณนา,(กรุงเทพมหานคร : บริษัท ประชาราษฎร์นิตติ้ง จำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๕๘๘.

<sup>๖</sup>.พระสัทธัมมโชติกะ ชัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ** ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖ จิต เจตสิก รูป นิพพาน, (กรุงเทพมหานคร : หจก.ทิพยวิสุทธิ, ๒๕๕๐), หน้า ๕.

<sup>๗</sup>.พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๔๓.

<sup>๘</sup>.วรรณสิทธิ ไททยะเสวี, **คู่มือการศึกษาพระพุทธศาสนาพื้นฐาน**, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย-วิสุทธิ จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๓๐.

<sup>๙</sup> ดูรายละเอียดใน ม.มู. (ไทย) ๑๒/๒๕๖/๒๗๗.

๑. ศีลวิสุทธิ<sup>๑๐</sup> หรือ ความหมจดจแห่งศีล คือ การรักษาศีลให้บริสุทธิ์ ตั้งใจรักษา ทำให้สามารถปฏิบัติสมาธิ กับวิปัสสนา ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้กล่าวถึงปาริสุทธิศีล ๔ ซึ่งหมายถึง ความประพฤติบริสุทธิ์ที่จัดเป็นศีล มี ๔ ข้อ ได้แก่

๑) ปาฏิโมกขสังวรศีล<sup>๑๑</sup> หมายถึง ศีลคือความสำรวมในพระปาฏิโมกข์ เว้นจากข้อห้าม และทำตามข้ออนุญาต ตลอดจนประพฤติเคร่งครัดในสิกขาบท (คือ ศีลและมารยาทที่มีอยู่ในพระไตรปิฎก นั่นเอง)

๒) อินทริยสังวรศีล<sup>๑๒</sup> หมายถึง ศีลคือความสำรวมอินทริย์ ๖ ระวางไม่ให้บาปอกุศลธรรมเกิดขึ้นได้ ในขณะที่รับรู้อินทริย์ทั้งหก คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ

๓) อาชีวาปาริสุทธิศีล<sup>๑๓</sup> หมายถึง ศีลคือความบริสุทธิ์แห่งอาชีพ เลี้ยงชีพในทางที่ชอบธรรม

๔) ปัจจยสันนิสิตศีล<sup>๑๔</sup> หมายถึง ศีลที่เกี่ยวกับปัจจัย ๔ คือ การพิจารณาใช้สอยปัจจัย ให้เป็นไปตามประโยชน์ที่แท้ของสิ่งนั้น ไม่บริโภคด้วยตัณหา เช่น ไม่บริโภคด้วยความอยากรับประทาน ไม่บริโภคด้วยความอยากอยากใช้สอย

๒. จิตตวิสุทธิ<sup>๑๕</sup> หมายถึง ความหมจดจแห่งจิต คือ การฝึกอบรมจิตจนบังเกิดสมาธิ ให้ได้อุปปาระสมาธิ และอัปนาสมาธิ ได้ฉะฉาน ได้อภิญาสมาบัติ อันเป็นปัทมฐานที่สำคัญเพราะจะทำให้เกิดวิปัสสนา ขึ้นได้ง่าย ยิ่งสมาธิดีเท่าใดยิ่งบรรลุได้ง่ายเท่านั้น.

<sup>๑๐</sup> คุรยละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๐/๒๑๔//๑๔๖.

<sup>๑๑</sup> คุรยละเอียดใน ขุ.ป.อ.(ไทย) ๒/๒๒/๓๓๗.

<sup>๑๒</sup> คุรยละเอียดใน ม.ม.อ. (ไทย) ๒/๔๒๕/๓๐๓.

<sup>๑๓</sup> คุรยละเอียดใน อง.ตัก.อ.(ไทย) ๒/๕๔/๒๔๘

<sup>๑๔</sup> คุรยละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๑๔-๑๘/๑๗-๓๖.

<sup>๑๕</sup> คุรยละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๕/๔๑๕.

๓. ทิฐิวินิสุทธิตี<sup>๑๖</sup> หมายถึง ความหมจดจ่แห่งทิฐิวินิ คือ ความรู้เข้าใจ มองเห็นนารูปตามสภาวะที่เป็นจริง เห็นรูปธาตุและนามธาตุเป็นคนละธาตุกันอย่างชัดเจน เป็นเหตุข่มความเข้าใจผิดว่ารูปขั้นชั้นนี้เป็นเราเสียได้ เริ่มดำรงในภูมิแห่งความไม่หลงผิด

๔. กังขาวิตรณวินิสุทธิตี<sup>๑๗</sup> หมายถึง ความหมจดจ่แห่งญาณ เป็นเครื่องข่มพ้นความสงสัย ความบริสุทธิตีขั้นที่ทำให้กำจัดความสงสัยได้ คือ กำหนดรู้ปัจจัยแห่งนามรูปได้แล้วจึงสิ้นสงสัย เห็นปฏิจัสสมุปบาท

๕. มัคคามัคคญาณทัสสนวินิสุทธิตี<sup>๑๘</sup> หมายถึง ความหมจดจ่แห่งญาณเป็นเครื่องรู้เห็นทางหรือมิใช่ทาง จิตรับรู้ถึงกระแสแห่งไตรลักษณ์ได้

๖. ปฏิปทาญาณทัสสนวินิสุทธิตี<sup>๑๙</sup> หมายถึง ความหมจดจ่แห่งญาณอันรู้เห็นทางดำเนิน (วิปัสสนาญาณ ๕) รู้ทุกขอริยสัจจทั้ง ๔ ระดับจึงรู้สมุทัยอริยสัจจทั้ง ๔ จึงรู้นิโรธอริยสัจจทั้ง ๔ จึงรู้มรรคอริยสัจจทั้ง ๔ และพิจารณาทั้งสิ้นพร้อมกัน (สามัคคีธรรม) เมื่อถึงสัจจานุโลมมิกญาณ คือ มุณนธรรมจักรทั้ง ๔ และพิจารณาอุสุพิพากยาพิจารณาเหตุทั้งสิ้น

๗. ญาณทัสสนวินิสุทธิตี<sup>๒๐</sup> หมายถึง ความหมจดจ่แห่งญาณทัสสนะ คือการปฏิบัติบริบูรณ์จนก้าวผ่านภูมิจิตเดิมคือ โคตรกณญาณ ได้แก่ ความรู้แจ้งในอริยมรรค หรือ มรรคญาณ ความบรรลุป็นอริยบุคคล หรือผลญาณ พิจารณาธรรมที่ได้บรรลุแล้วคือ ปัจจเวกขณะญาณ ข่อมเกิดขึ้นในวิสุทธิตีขั้นนี้ เป็นอันบรรลุปผลที่หมายสูงสุดแห่งวิสุทธิตี หรือไตรสิกขา หรือการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาทั้งสิ้น

คำว่า จิตตวิสุทธิตี มาจาก ๒ ศัพท์สมาสกันเข้าคือ จิต+วิสุทธิตี แปลว่า ความบริสุทธิตีหรือความหมจดจ่จากกิเลส ที่เป็นไปทางกาย ทางจิต และทางปัญญา เป็นการชำระจิตให้ปราศจากมลทินเครื่องเศร้าหมอง คือ นิเวรณ ให้สงบลงได้นั้น เรียกว่า จิตตวิสุทธิตี องค์ธรรมได้แก่

<sup>๑๖</sup> ุรายละเอียดใน อง.ทุก. (ไทย)๒๐/๑๗๖/๑๒๘.

<sup>๑๗</sup> ุรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๕/๔๑๕.

<sup>๑๘</sup> ุรายละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๕๗/๒๗๕.

<sup>๑๙</sup> ุรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๕/๔๑๕.

<sup>๒๐</sup> ุรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๕/๔๑๕.

เอ็กคตาเจตสิกในจิตตวิสุทธินั้น บางท่านอาจจะบอกว่า ผู้บำเพ็ญจะต้องเข้าถึงฌานก่อน จึงจะบำเพ็ญวิปัสสนาภาวนาได้ ไม่งั้นจะไม่ได้ผล<sup>๒๑</sup> จิตตวิสุทธิว่าโดยอรรถอัน ได้แก่ สมาธิวิสุทธิ หรือ จิตตวิสุทธิ ต้องเป็นไปเพื่ออันสงฆ์ที่เป็นปัจจัยแก่การพ้นทุกข์เท่านั้น สมาธินี้จึงมีชื่อเรียกว่า บริสุทธิ ถ้าทำสมาธิเพื่อที่จะให้มีความสุข ต้องการให้จิตสงบ ความเข้าใจ เช่นนี้ สมาธินั้น ก็ไม่บริสุทธิ์ เพราะไม่ต้องการพ้นทุกข์ มีอธิบาย นิเวศน์ดังต่อไปนี้

นิเวศน์ คือ นิเวศน์ธรรม นี้ เป็นธรรมฝ่ายอกุศล เป็นธรรมเครื่องกั้นจิตไม่ให้บรรลุ คุณงามความดี<sup>๒๒</sup> เครื่องกั้นศักยภาพของจิตไม่ให้บำเพ็ญกุศลขั้นสูง คือ ฌาน วิปัสสนา มรรค และ ผล บุคคลที่ถูกนิเวศน์ครอบงำย่อมไม่รู้ประโยชน์ตนและผู้อื่น ไม่อาจบรรลุสมาธิและปัญญา นิเวศน์ มี ๕ ประการ<sup>๒๓</sup> ประกอบด้วย

๑. กามฉันทะ<sup>๒๔</sup> คือ ความยินดีพอใจในกามารมณ์ คือ สิ่งที่น่าชอบใจ ได้แก่ รูปสวย เสียงเพราะ กลิ่นหอม รสอร่อย และสิ่งที่สัมผัสอ่อนนุ่ม จิตที่ถูกนิเวศน์นี้ครอบงำจะมีสภาพถูก ประจุแต่งไปตามอารมณ์ต่างๆ

กามเป็นสิ่งที่น่าชอบใจซึ่งเป็นไปได้ทั้งรูปธรรมและนามธรรม กามที่เป็นรูปธรรมเรียกว่า วัตถุกาม หมายถึง วัตถุที่น่าใคร่ ได้แก่ กามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสิ่งที่สัมผัส อัน นำปรารถนารักใคร่พอใจ เป็นที่ตั้งแห่งความกำหนัด ส่วนกามที่เป็นนามธรรมเรียกว่า กิเลสกาม คือ กิเลสที่มีอยู่ในใจซึ่งมีสภาพยินดีพอใจ

เมื่อกามฉันทะปรากฏ จิตของผู้ปฏิบัติจะรับรู้ความชอบใจทันทีและจะเลิกใส่ใจ ต่อสถานะเดิมที่กำลังกำหนดรู้อยู่ก่อน จึงควรกำหนดรู้กามฉันทะว่า “ชอบหนอ” ไม่ควรดึงจิต ให้กลับมากำหนดรู้สถานะเดิมที่จริงแล้ว ผู้ปฏิบัติไม่ควรเลือกกำหนดรู้อารมณ์ต้องการใน ขณะปฏิบัติธรรม ควรปล่อยให้จิตรู้อารมณ์ที่ปรากฏชัดอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งอาจเป็นกองรูป เวทนา จิต หรือกามฉันทะ เป็นต้น เพราะธรรมชาติของจิตจะรู้อารมณ์ที่ปรากฏชัดทางทวารทั้ง ๖ เพียง อารมณ์เดียวในแต่ละขณะ

<sup>๒๑</sup> พระมหาธรรม อนุชฌมจารี (ป.ธ. ๘) วัดอรุณราชวราราม (บูรพา ผดุงไทย), “พลิกชีวิตด้วยพลัง จิต”, หน้า ๑๖-๑๗.

<sup>๒๒</sup> พระบรมปริยัติวิธาน,แสงสว่างทางปฏิบัติ เล่ม ๓, หน้า ๒.

<sup>๒๓</sup> พระโสภณมหาเถระ(มหาสีสยาตอ),มหาสติปัญญาสูตร ทางสู่พระนิพพาน,(กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๒๘๑.

<sup>๒๔</sup> อ่างแล้ว.

นอกจากนี้ เมื่อผู้ปฏิบัติตามรู้กามฉันทะ เป็นต้น จนกระทั่งสงบไป ด้วยการกำหนดหนึ่งครั้งหรือหลายครั้งตามสมควรแล้ว พึงตามรู้จิตที่ผ่องใสปราศจากกามฉันทะโดยกำหนดว่า “รู้หนอ” คือ รู้ว่ามีจิตที่ผ่องใสปรากฏอยู่ แต่ผู้ปฏิบัติไม่จำเป็นต้องกำหนดว่า “รู้หนอ” เสมอไป ควรกำหนดในเวลาที่เหมาะสมนี้เด่นชัดเท่านั้น

เหตุเกิดของกามฉันทะ คือ อโยนิโสมนสิการ หมายถึง การใส่ใจโดยไม่แยกคายในอารมณ์ที่ตนชอบว่าน่าพอใจ คือ ความพอใจในกามฉันทะ เช่น รูปร่างหน้าตาของเพศตรงกันข้าม อารมณ์ดังกล่าวเรียกว่า สุกนิमितเป็นสิ่งยั่วกิเลสให้หลงชอบ และถูกใจตามความต้องการของแต่ละบุคคลที่ชอบรูป เสียง กลิ่น รสหรือสิ่งที่สัมผัส ดังพระพุทธดำรัสว่า “การใส่ใจโดยไม่แยกคายในสุกนิमितเป็นนิคฺยนี้ เป็นเหตุให้กามฉันทะที่ยังไม่เกิดได้เกิดขึ้น หรือที่เกิดแล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น”<sup>๒๕</sup> ผู้ปฏิบัติผู้ขาดสติกำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน เมื่อพบกับอารมณ์ที่สวयงามย่อมคิดด้วยอโยนิโสมนสิการว่าสวयงามน่าพอใจ มีความสำคัญผิดที่เที่ยง เป็นสุข บังคับบัญชาได้ ในขณะที่นั้นพึงกำหนดรู้อโยนิโสมนสิการนั้นว่า “รู้หนอ” คือ รู้ว่าสภาวะธรรมอย่างนี้ปรากฏขึ้นในจิต

เหตุละหรือวิธีหยุดกามฉันทะ คือ โยนิโสมนสิการ ซึ่งหมายถึงการใส่ใจโดยแยกคายเป็นการเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน เมื่อสติเกิดขึ้นร่วมกับกุศลจิตและดำเนินไปด้วยกัน กามฉันทะย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ แม้ในขณะที่ผู้ปฏิบัติธรรมรู้ดีว่ากามฉันทะบังเกิดขึ้นในจิต ก็ควรกำหนดว่า “ชอบหนอ” การกำหนดรู้ตัวอย่างนี้เป็นการละกามฉันทะที่ปรากฏในขณะที่นั้น ด้วยอโยนิโสมนสิการคือวิปัสสนา ผู้ปฏิบัติยอมเข้าใจว่ากามฉันทะดับไปด้วยกำลังของวิปัสสนา ความเข้าใจนี้จัดเป็นการรู้ชัดถึงเหตุละกามฉันทะ อันเป็นวิปัสสนานั่นเอง นอกจากนี้ โยนิโสมนสิการในเรื่องนี้ยังเป็นการกำหนดวิปัสสนาจิตที่หยั่งเห็นไตรลักษณ์ได้อีกทอดหนึ่ง หมายความว่าในเบื้องต้นผู้ปฏิบัติยอมหยั่งเห็นไตรลักษณ์ของรูปนามในปัจจุบันขณะด้วยการเจริญสติ ต่อมาเมื่อจิตมีคุณภาพดีขึ้นด้วยกำลังสมาธิ และปัญญาที่จะสามารถกำหนดรู้วิปัสสนาจิตที่หยั่งเห็น ไตรลักษณ์ได้อีกด้วย

การละกามฉันทะดังกล่าวเป็นงานของวิปัสสนาที่ดับเชื้อกิเลสให้สนิทด้วยการละได้ชั่วขณะไปเรื่อยๆจนกระทั่งละได้สิ้นเชิง วิธีทำให้กามฉันทะเบาบางลง ๖ ประการ คือ

๑) เรียนรู้อารมณ์ที่ก่อให้เกิดความไม่สวยงามไม่น่ายินดี อันได้แก่ซากศพ หรืออาการ ๓๒ ให้เข้าใจว่าร่างกายของทุกคนเป็นสิ่งที่น่าเกลียด ไม่สวยงาม ส่งผลให้กามฉันทะสงบได้ชั่วคราว

<sup>๒๕</sup> ดูรายละเอียดใน ต.ม.(ไทย) ๑๕/๒๓๒/๑๖๒-๑๖๗.

๒) เจริญอสุภภาวนาด้วยการดูซากศพหรือกำหนดรู้อาการ ๓๒ ส่งผลให้  
กามฉันทะสงบไปได้นานเมื่อผู้ปฏิบัติบรรลุมาริระดับฌาน

๓) สारวมอินทรีย์ด้วยการไม่เสพสิ่งที่ชอบใจทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ  
ส่งผลให้กามฉันทะเกิดขึ้นไม่ได้ เพราะไม่ได้อาหารคือรู้เป็นต้นที่น่าชอบใจ

๔) รู้ประมาณในอาหาร ส่งผลให้กามฉันทะในอาการหมดไป ถ้าผู้ปฏิบัติไม่รู้จัก  
ประมาณก็จะเกิดความอยากในรสอาหารเพิ่มขึ้น จึงควรรับประทานอาหารพอประมาณ โดยหยุด  
รับประทานก่อนที่จะอิ่ม ๔ หรือ ๕ คำแล้วดื่มน้ำแทน

๕) คบหากัลยาณมิตรที่ละกามฉันทะได้ ซึ่งสามารถแนะนำสั่งสอนและเป็น  
ตัวอย่างในการปฏิบัติ

๖) กล่าวถ้อยคำที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ ซึ่งเกี่ยวกับซากศพ อาการ ๓๒ หรือความ  
ไม่ยึดมั่นในตัวตน

เหตุไม่เกิดของกามฉันทะ คือ วิธีทำให้ละกามฉันทะได้โดยเด็ดขาด ด้วยการเจริญ  
อรหัตตมรรค กล่าวคือ พระโสดาบันจะสามารถละกามฉันทะที่นำไปสู่อบายได้ แม้จะยังมีความ  
พอใจในกามอยู่ที่ไม่ผิดศีลข้อ ๓ ที่ล่วงละเมิดภรรยาของผู้อื่น พระสกทาคามีสามารถละกามฉันทะ  
หยาบที่เป็นการเสพกามได้ จึงไม่เสพกามอีก พระอนาคามีสามารถละกามราคะในกามคุณทั้ง ๕ ได้  
จึงนุ่งขาวห่มขาวถือศีล ๘ แต่ยังมียินดีในรูปราคะ และอรูปราคะคือรูปฌานและอรูปรมาณ ส่วนพระ  
อรหันต์สามารถละรูปราคะและอรูปราคะได้ด้วยอรหัตตมรรค จึงรู้เหตุไม่เกิดของกามฉันทะได้เอง  
ส่วนผู้ปฏิบัติที่ยังมิได้เป็นพระอรหันต์ก็รู้เหตุไม่เกิดของฉันทะได้ด้วยสุตมยปัญญา คือ ปัญญา  
เรียนรู้ หรือ จินตามยปัญญาคือปัญญาคิครู้ เมื่อกามฉันทะที่สั่งสมไว้ในกระแสนจิตถูกขจัดไปสิ้นแล้ว  
ขึ้นเล่าด้วยมรรคญาณจนกระทั่งหมดไปโดยเด็ดขาด ผู้ปฏิบัติก็จะบรรลุมรรคเป็นพระอรหันต์ผู้ไม่  
เกิดอีก เพราะความเคยชินของจิตหรืออนุสัยกิเลสที่เป็นบ่อเกิดของกิเลสต่อๆ มาได้ถูกขจัดไปอย่าง  
หมดสิ้น การปรุงแต่งภพชาติใหม่จึงไม่มีอีกต่อไป

๒. พยาบาท คือ ความไม่พอใจ หงุดหงิด ขุ่นเคือง คิดประทุษร้าย ปองร้าย จิตที่ถูก  
นิรวณนี้ครอบงำจะมีสภาพกระวนกระวายเหมือนน้ำดื่มที่กำลังเดือดพล่าน จิตของคนทั่วไปที่  
กระทบกับสิ่งที่ไม่ชอบ ก็จะเกิดความไม่พอใจ แล้วเกิดอาการทางจิตในทางลบตามลำดับ คือ ความ  
หงุดหงิด ความขุ่นเคือง ความคิดประทุษร้ายและความปองร้าย ความปองร้ายนี้เป็นพฤติกรรมของ  
จิตที่เป็นไปในทางผูกใจแค้นแค้นเอาคืน หรือแม้ไม่ถึงขั้นลงมือเอาคืน ก็มีอาการขุ่นเคืองอยู่ในใจ  
เหมือนภูเขาไฟคุกรุ่นอยู่ องค์ธรรมของพยาบาทคือโทสเจตสิกที่มีกำลัง ดังนั้น พยาบาทในที่นี้จึง  
มิใช่หมายถึงความปองร้ายอย่างเดียว แต่ยังหมายความถึงอาการทางจิตในทางลบทั้งหมด กล่าวคือ



ความไม่พอใจ ความหงุดหงิด ความขุ่นเคือง ความคิดประทุษร้าย และความปองร้าย เพราะมีองค์  
กรรมเหมือนกัน ผู้ปฏิบัติธรรมควรกำหนดรู้พยาบาลตามสภาวะที่อ่อนหรือแก่กล้าว่า “ไม่ชอบ  
หนอ” “หงุดหงิดหนอ” “โกรธหนอ” ฯลฯ

เหตุเกิดของพยาบาล คือ โยนิโสมนสิการ หรือการใส่ใจโดยไม่แยกกายในอารมณ์ที่  
ตนไม่ชอบว่าไม่น่าพอใจ คือ ความพอใจในความพยาบาลนั่นเอง ในขณะที่นั่นพึงกำหนดรู้  
โยนิโสมนสิการนั้นว่า “รู้หนอ” โดยรู้ว่ามีสภาวะธรรมอย่างนี้ปรากฏขึ้นในจิต

เหตุละหรือวิธีหยุดพยาบาล คือ โยนิโสมนสิการ เป็นการใส่ใจโดยไม่แยกกายด้วยการ  
เจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบันเมื่อสติที่เกิดร่วมกับกุศลจิตและดำเนินไปด้วยกัน พยาบาทย่อม  
เกิดขึ้นไม่ได้ แม้ในขณะที่ผู้ปฏิบัติ คิดถึงเรื่องที่ไม่พอใจ ก็ควรกำหนดว่า “โกรธหนอ”  
การกำหนดรู้เช่นนี้ เป็นการละความพยาบาลที่ปรากฏในขณะนั้นด้วยโยนิโสมนสิการคือวิปัสสนา  
ผู้ปฏิบัติย่อมเข้าใจว่าพยาบาลดับไปด้วยกำลังของวิปัสสนา ความเข้าใจเช่นนี้จัดเป็นการรู้ชัดเหตุละ  
พยาบาลอันเป็นวิปัสสนานั้นเอง ถ้าผู้ปฏิบัติสามารถละพยาบาลได้ด้วยวิปัสสนาอย่างแท้จริงต่อมา  
แม้จะระลึกถึงเรื่องที่ไม่ชอบ ก็จะไม่เกิดความโกรธเกี่ยวกับเรื่องนั้นอีก เพราะความโกรธถูกละ  
ได้แล้วด้วยวิปัสสนา นอกจากนี้โยนิโสมนสิการในเรื่องนี้ยังเป็นการกำหนดวิปัสสนาจิตที่หยั่งเห็น  
ไตรลักษณ์ดังที่กล่าวไว้ในเรื่องกามฉันทะ

การละพยาบาลดังกล่าวเป็นงานของวิปัสสนาที่ดับเชื้อกิเลสให้สนิทด้วยการละได้  
ชั่วขณะไปเรื่อยๆ จนกระทั่งละได้สิ้นเชิง วิธีทำให้พยาบาลเบาบางลง ๖ ประการ คือ

๑) เรียนรู้อารมณ์ที่ก่อให้เกิดเมตตาคือเริ่มเจริญเมตตาทภาวนา ซึ่งเป็นสภาวะธรรม  
ตรงข้ามกัน

๒) เจริญเมตตาทภาวนา คือ ทำให้เมตตาที่ปรากฏแล้วในใจให้มีมากขึ้น ให้เป็น  
เหมือนยานพาหนะพาไปสู่พรหมโลก เป็นที่ตั้งของจิต ดำรงไว้อย่างสม่ำเสมอจนชั่วของ ปรารถนาไว้  
เป็นอย่างดี

๓) พิจารณาว่าเหล่าสัตว์มีกรรมเป็นของตน คือ ไคร่ครวญกรรมของตนและผู้อื่น  
ว่า ทุกคนมีกรรมเป็นของตน ผู้ที่ทำร้ายเราเป็นเพียงอุปกรณ์ของกรรม แม้จะไม่มีเขาก็อาจมีคนอื่น  
มาทำอย่างนี้ หรืออาจต้องประสบอุบัติเหตุให้เจ็บตัวหรือเสียชีวิตโดยไม่มีผู้อื่นเข้ามาเกี่ยวข้อง

๔) พิจารณาเห็นโทษของโทสะและอนิสงส์ของเมตตา คือ โทสะ เหมือนไฟ  
ที่แผดเผา ทำให้ตนและผู้อื่นเร่าร้อน ส่วนเมตตานั้นเป็นความปรารถนาดีอยากให้ผู้อื่นมีความสุข  
เหมือนกับตน ทำให้ตนและผู้อื่นสงบร่มเย็น

๕) คบหากัลยาณมิตรที่ละพยายามได้ ซึ่งสามารถนำสั่งสอนและเป็นตัวอย่างในการปฏิบัติ

๖) กล่าวถ้อยคำที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ ซึ่งเกี่ยวกับการละโทสะ

เหตุไม่เกิดของพยายาม คือ วิธีทำให้ละพยายามได้โดยเด็ดขาดด้วยการเจริญอนาคามีมรรค พระอนาคามีจึงรู้เหตุไม่เกิดของพยายามได้เองว่าเป็นอนาคามีมรรค

๓. ถีนมิทระ คือ ความง่วงซึมเซา จิตที่ถูกนิเวศน์นี้ครอบงำจะมีสภาพไม่แจ่มใส เหมือนน้ำที่มีจอกแค้นปกคลุม พระพุทธองค์ทรงตรัสว่าความง่วงซึมเซาว่าเป็นความเบื่อหน่าย ความเกียจคร้าน การบิดขี้เกียจ ความเมาอาหาร และความหดหู่แห่งจิต เป็นภาวะที่จิตไม่เหมาะสมแก่การงานบำเพ็ญกุศลเพราะต้องการนอนเท่านั้น<sup>๒๖</sup> ผู้ปฏิบัติควรกำหนดรู้ความง่วงซึมเซาว่า “ง่วงหนอ”

เหตุเกิดของถีนมิทระ คือ อโยนิโสมนสิการ หรือการใส่ใจโดยไม่แยกกายในความเบื่อหน่าย เป็นต้น นั่นว่าเป็นสิ่งที่น่าพอใจ คือ ความพอใจในถีนมิทระนั่นเอง ในขณะที่นั้นพึงกำหนดรู้หรือโยนิโสมนสิการนั้นว่า “รู้หนอ” โดยรู้ว่ามีสภาวะธรรมอย่างนี้ปรากฏขึ้นในจิต

เหตุละหรือวิธีห้ามถีนมิทระ คือ โยนิโสมนสิการ เป็นการใส่ใจโดยแยกกายด้วยการเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน เมื่อสติเกิดร่วมกับกุศลจิตและดำเนินไปด้วยกัน ความง่วงซึมเซาย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ แม้ในขณะที่ผู้ปฏิบัติเกิดความง่วงซึมเซา ก็ควรกำหนดว่า “ง่วงหนอ” การกำหนดรู้เช่นนี้จัดเป็นการละความง่วงซึมเซาที่ปรากฏในขณะที่นั้นด้วยโยนิโสมนสิการคือ วิปัสสนา ผู้ปฏิบัติยอมเข้าใจว่าความง่วงซึมเซาดับไปด้วยกำลังของวิปัสสนา ความเข้าใจอย่างนี้จัดเป็นการรู้ชัดถึงเหตุละความง่วงซึมเซาอันเป็นวิปัสสนาเช่นกัน

การละความง่วงซึมเซาดังกล่าวเป็นงานของวิปัสสนาที่ดับเชื้อกิเลสให้สนิทด้วยการละได้ชั่วขณะไปเรื่อยๆ จนกระทั่งละได้โดยเด็ดขาด วิธีทำให้ความง่วงซึมเซาเบาบางลง ๖ ประการ ดังนี้ คือ

๑) เรียนรู้โทษของการบริโภคมาก

๒) เปลี่ยนอิริยาบถ คือ ถ่างวงในขณะที่นั่งกรรมฐาน ให้ลุกขึ้นเดินจงกรม

<sup>๒๖</sup> ดูรายละเอียดใน ส.ม.(ไทย) ๑๕/๑๘๓/๑๑๐-๑๑๔.

๓) ระลึถึงแสงสว่าง คือ นึกถึงแสงสว่างของดวงจันทร์ ดวงไฟหรือคบเพลิงในเวลากลางคืน หรือนึกถึงแสงสว่างของดวงอาทิตย์ในเวลากลางวัน

๔) อยู่ที่โล่งแจ้ง

๕) คบหากัลยาณมิตรที่ละถีนมิทระได้ ซึ่งสามารถแนะนำสั่งสอนและเป็นตัวอย่างในการปฏิบัติ

๖) กล่าวถ้อยคำที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ ซึ่งเกี่ยวกับการละถีนมิทระ

เหตุไม่เกิดของถีนมิทระ คือ วิธีที่ละถีนมิทระได้โดยเด็ดขาดด้วยการเจริญอรหัตตมรรค พระอรหันต์จึงรู้เหตุไม่เกิดของถีนมิทระได้เองว่าเป็นออรหัตตมรรค

๔. อุทธัจจกุกุจะ คือ ความฟุ้งซ่านเดือดร้อนใจ จิตที่ถุกนิวรรณ์นี้ครอบงำมีสภาพ ไม่สงบนิ่ง เหมือนน้ำที่ถูกลมพัดเป็นระลอกคลื่น

เหตุเกิดของอุทธัจจกุกุจะ คือ อโยนิโสมนสิการ หมายถึงการใส่ใจโดยไม่แยกคายในความไม่สงบใจว่าเป็นสิ่งที่น่าพอใจคือ ความพอใจในความไม่สงบใจนั่นเอง ในขณะที่นั้นพึงกำหนดรู้อโยนิโสมนสิการนั้นว่า “รู้หนอ” โดยรู้ว่ามีสภาวะธรรมอย่างนี้ปรากฏขึ้นในจิต

เหตุละหรือวิธีหยุดอุทธัจจกุกุจะ คือ โยนิโสมนสิการ เป็นการใส่ใจโดยแยกคายด้วยการเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน เมื่อสติเกิดร่วมกับกุศลจิตและดำเนินไปด้วยกัน ความฟุ้งซ่านรำคาญใจย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ แม้ในขณะที่ผู้ปฏิบัติเกิดความฟุ้งซ่านรำคาญใจ ก็ควรกำหนดว่า “คิดหนอ” “ฟุ้งหนอ” หรือ “ร้อนใจหนอ” การกำหนดรู้เช่นนี้เป็น การละความฟุ้งซ่านรำคาญใจที่ปรากฏขณะนั้นด้วยโยนิโสมนสิการคือ วิปัสสนา ผู้ปฏิบัติยอมเข้าใจว่าความฟุ้งซ่านรำคาญใจดังกล่าวดับไปด้วยกำลังของวิปัสสนา ความเข้าใจอย่างนี้จัดเป็นวิปัสสนาเพราะได้รู้ชัดถึงเหตุละความฟุ้งซ่านรำคาญใจ

การละความฟุ้งซ่านรำคาญใจดังกล่าวเป็นงานของวิปัสสนาที่ดับเชื้อกิเลสให้สนิทด้วยการละได้ชั่วขณะไปเรื่อยๆ จนกระทั่ง ละได้โดยเด็ดขาด วิธีทำให้ความฟุ้งซ่านรำคาญใจเบาบางลง ๖ ประการ คือ

๑) เล่าเรียนหลักธรรมให้มาก ส่งผลให้คิดฟุ้งซ่านน้อยลงเกี่ยวกับ หลักธรรม และ มั่นใจข้อประพัตติของตน ทำให้ไม่เดือดร้อนรำคาญใจ

๒) สอบถามข้อสงสัยเกี่ยวกับพระวินัยจนเข้าใจชัดเจน

๓) ศึกษาพระวินัยอย่างทั่วถึงไม่สงสัย

๔) เข้าไปขอคำแนะนำสั่งสอนจากพระเถระผู้สูงอายุ

๕) คบหากัลยาณมิตรที่เคร่งครัดพระวินัยเหมือนพระอุบาลี ซึ่งสามารถแนะนำสั่งสอนและเป็นตัวอย่างในการปฏิบัติ

๖) กล่าวถ้อยคำที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ เกี่ยวกับการละความฟุ้งซ่านรำคาญใจ

เหตุไม่เกิดของอุทธัจจกุกกุจจะ คือ วิธีที่ละความฟุ้งซ่านได้โดยเด็ดขาดด้วยการเจริญอหัตตมรรค พระอรหันต์จึงรู้เหตุไม่เกิดของความฟุ้งซ่านได้เองคืออหัตตมรรค ส่วนความรำคาญใจจะละได้โดยเด็ดขาดด้วยอนาคามิมรรค พระอนาคามีจึงรู้เหตุไม่เกิดของความรำคาญใจได้เองว่าคืออนาคามิมรรค

๕. วิจิกิจฉา คือ ความลังเลสงสัยในพระพุทธรเจ้าผู้ทรงรู้แจ้งธรรมทั้งปวง สงสัยใน ธรรมคือมรรคผลนิพพาน สงสัยในพระอริยสงฆ์ผู้บรรลुธรรม สงสัยในรูปนามด้วยเหตุจากอวิชชา สงสัยในแนวทางการปฏิบัติหรือสงสัยในคำแนะนำของวิปัสณาจารย์เป็นต้น จิตที่ถูกนิรฆนี้ครอบงำมีสภาพตัดสินใจไม่ได้ เหมือนน้ำที่ถูกวางไว้ในที่มีผสมด้วยโคลนตม

เหตุเกิดของวิจิกิจฉา คือ โยนิโสมนสิการ หมายถึง การใส่ใจโดยไม่แยกคายในพระพุทธรูปเป็นต้นว่าเป็นสภาวะที่น่าสงสัย คือ ความพอใจในความสงสัยนั่นเอง ในขณะที่นั้นพึงกำหนดรู้โยนิโสมนสิการนั้นว่า “รู้หนอ” โดยรู้ว่ามีสภาวะธรรมอย่างนี้ปรากฏขึ้นในจิต

เหตุละหรือวิธีหยุดวิจิกิจฉา คือ โยนิโสมนสิการ เป็นการใส่ใจโดยแยกคายด้วยการเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน เมื่อสติเกิดร่วมกับกุศลจิตและดำเนินไปด้วยกัน ความสงสัยลังเลใจย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ แม้ในขณะที่ผู้ปฏิบัติเกิดความสงสัยลังเลใจ ก็ควรกำหนดว่า “สงสัยหนอ” การกำหนดรู้เช่นนี้เป็น การละความสงสัยลังเลใจที่ปรากฏขณะนั้นด้วย โยนิโสมนสิการคือ วิปัสณา ผู้ปฏิบัติยอมเข้าใจว่าความสงสัยลังเลใจดับไปด้วยกำลังของวิปัสณา ความเข้าใจอย่างนี้จัดเป็นวิปัสณาเพราะได้รู้ชัดถึงเหตุละความสงสัยลังเลใจ

การละความสงสัยลังเลใจดังกล่าวเป็นงานของวิปัสณาที่ดับเชื้อกิเลสให้สนิทด้วยการละได้ชั่วขณะไปเรื่อยๆจนกระทั่งละได้โดยเด็ดขาด วิธีทำให้ความสงสัยลังเลใจเบาบางลง ๖ ประการ คือ

๑) หมั่นศึกษาเรียนรู้หลักธรรมมากจะส่งผลให้ความสงสัยที่เกี่ยวกับหลักธรรมน้อยลง

๒) สอบถามข้อสงสัยเกี่ยวกับพระรัตนตรัยให้เข้าใจชัดเจน

- ๓) ศึกษาพระวินัยอย่างทั่วถึงเพื่อไม่เกิดข้อสงสัย
- ๔) ส่งเสริมให้มีศรัทธามากในพระรัตนตรัย
- ๕) คบหากัลยาณมิตรที่มีศรัทธามากเหมือนพระวัคคลี ซึ่งสามารถแนะนำสั่งสอน และเป็นตัวอย่างในการปฏิบัติ
- ๖) กล่าวถ้อยคำที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ ซึ่งเกี่ยวกับการละความสงสัย

เหตุไม่เกิดของวิจิกิจฉา คือ วิธีละความสงสัยได้โดยเด็ดขาดด้วยการเจริญ โสคาปัตติ มรรค พระอริยบุคคลชั้นพระโสดาบันขึ้นไปจึงรู้เหตุไม่เกิดของความสงสัยได้เองคือ โสคาปัตติ มรรค

พระพุทธองค์ตรัสว่าบุรุษผู้มีจักษุไม่อาจเห็นเงาใบหน้าได้ในน้ำที่ผสมด้วยสีต่างๆ ในน้ำที่ถูกต้มจนเดือดพล่าน ในน้ำที่มีจอกแหวนปกคลุม ในน้ำที่ถูกลมพัดเป็นระลอกคลื่น และในน้ำที่ผสมด้วยโคลนตมอยู่ในที่มีด ฉันไค บุคคลย่อมไม่รู้ประโยชน์ตน ประโยชน์คนอื่น ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย และไม่เกิดปัญหาหยังเห็นสภาวะธรรมอย่างแท้จริง ด้วยอำนาจของนิรวณ ฉันนั้น<sup>๒๗</sup>

จากการศึกษาพบว่า คำว่า จิต หมายถึง ธรรมชาติ หรือสภาวะรู้อย่างต่างๆ ทางหู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยผ่านทวาร ๖ จิตตวิสุทธิ คือ ความหมดจดแห่งจิต แม้คำนี้จะกล่าวถึงจิตก็หมายถึงสมาธิที่เกิดร่วมกับจิต เพราะเมื่อสมถสมาธิหรือวิปัสสนาสมาธิมีกำลังแก่กล้า นิรวณ ๕ ที่รบกวนจิตย่อมไม่เกิดแทรกขึ้น จะมีเพียงสมาธิที่แนบแน่นอยู่ในสมถารมณหรือวิปัสสนารมณเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง สมาธิดังกล่าวเป็นจิตตวิสุทธิอย่างแท้จริง จิตที่มีสมาธิร่วมนั้นย่อมจะหมดจดจากนิรวณด้วยกำลังของสมาธิ

### ๓.๒ ประเภทจิตตวิสุทธิ

จิต คือ ธรรมชาติชนิดหนึ่ง ซึ่งรู้อารมณ จิตเป็นตัวรู้ สิ่งที่จิตรู้นั้นเป็นอารมณ จิตรู้อย่างใดสิ่งนั้นคืออารมณ อีกนัยหนึ่งแสดงว่า จิตคือธรรมชาติชนิดหนึ่งที่ รับ จำ คิด รู้ ซึ่งอารมณ จิตต้องมีอารมณ และต้องรับอารมณจึงจะรู้และจำ แล้วก็คิดต่อไป ส่วนจิตตวิสุทธิ หมายถึง ความหมดจดแห่งจิต นิรวณไม่อาจจะเล่นงานได้ และการจะเข้าถึงจิตตวิสุทธิได้ต้องมีสมาธิ ๓ ประเภท

๑) สมาธิที่เข้าถึงระดับจิตตวิสุทธิมี ๓ ประเภท<sup>๒๘</sup> ได้แก่

(๑) อุปจารสมาธิ      สมาธิโกลัฆาน, สมาธิโกลัจะแนบแน่น

<sup>๒๗</sup> ดูรายละเอียดใน ส.ม.(ไทย) ๑๕/๒๓๖/๑๘๐-๑๘๖.

<sup>๒๘</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, หน้า ๕๕.

(๒) อัปปนาสมาธิ      สมาธิแนบแน่น

(๓) ขณิกสมาธิ      สมาธิชั่วขณะ

สมาธิสองประการแรก คือ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ กล่าวไว้ตามสมถยานิกผู้เจริญสมถะเป็นบาทของวิปัสสนา สมาธิเหล่านี้พบในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า “โดยแท้จริงแล้ว สมาธิมี ๒ ประการ คือ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ จิตย่อมตั้งมั่นด้วยอาการ ๒ อย่างในฐานะแห่งอุปจารสมาธิ หรือในฐานะที่บรรลुอัปปนาสมาธิ ในบรรดาสมาธิเหล่านั้น จิตย่อมตั้งมั่นด้วยการละนิวรณ์ในฐานะแห่งอุปจารสมาธิ และตั้งมั่นด้วยความปรากฏแห่งองค์ฌานในฐานะที่บรรลุอัปปนาสมาธิ”<sup>๒๕</sup>

ส่วนขณิกสมาธิกล่าวไว้ตามวิปัสสนายานิกผู้เจริญวิปัสสนาโดยตรง พบในคัมภีร์วิสุทธิมรรคที่แสดงสมาธิทั้ง ๓ ประเภทว่า สุขํ คพุกํ ฌนฺหนตฺตํ ปริปรกํ กจฺจนตฺตํ ทิวริํ ปริปุเรติ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ นุตติ.<sup>๒๖</sup> “ความสุขที่พัฒนาแก่กล้าขึ้นย่อมยังสมาธิ ๓ ให้บริบูรณ์ คือ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ”

แม้คัมภีร์ฎีกาของมูลปณณาสกักระบุถึงขณิกสมาธิที่เกิดแก่ผู้เจริญวิปัสสนาเป็นหลักว่า สมถํ อนุปปาเทตฺวาติ อวชารณฺน อุปจารสมาธิ นิวตฺเตติ, น ขณิกสมาธิ. น หิ ขณิกสมาธิ วินา วิปัสสนา สมฺภาวติ.<sup>๒๗</sup>

“พระอรรถกถาจารย์ห้ามอุปจารสมาธิด้วยคำปฏิเสธว่า สมถํ อนุปปาเทตฺวา (ไม่ยังสมถะให้เกิดขึ้น) แต่ไม่ห้ามขณิกสมาธิ เพราะวิปัสสนาย่อมไม่เกิดขึ้นโดยปราศจากขณิกสมาธิ”

อุปจารสมาธิเป็นกามาวจรสมาธิที่เกิดแก่ผู้เจริญสมถภาวนา ผู้ที่บรรลุปฏิภาคนิมิตในขณะที่ปราศจากนิวรณ์ธรรมแล้ว หรือสามารถรับรู้พระพุทธรูปเป็นต้น ได้อย่างชัดเจน หมายถึงสมาธิในกสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ กายคตาสติ อานาปานะ พรหมวิหาร ๔ และอารูปปกรรณฐาน ๔<sup>๒๘</sup> โดยตรง ทั้งหมายถึงอนุสสติ ๘ ปฏิภูณสัญญา<sup>๒๙</sup> และธาตุวัตถถานโดยอ้อม เพราะกรรณฐาน ๑๐

<sup>๒๕</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๑๓๗, บาลีว่า “ทฺวิโร หิ สมาธิ อุปจารสมาธิ จ อัปปนาสมาธิ จ ทฺวิหากาเรหิ จิตฺตํ สมาธิยติ อุปจารภูมิมิ วา ปฏิลาภภูมิมิ นีวณฺนปฺพานนฺน จิตฺตํ สมาหิตํ โหติ. ปฏิลาภภูมิมิ อํกฺคาตฺตเวณ.”

<sup>๒๖</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๒๕๐.

<sup>๒๗</sup> ม. ฎีกา (บาลี) ๑/๒๕๗.

<sup>๒๘</sup> กรรณฐานที่หารูปมิได้ ได้แก่ อรูปฌาน ๔

<sup>๒๙</sup> ดูรายละเอียดใน อ.สุ.ศตฺตค. (ไทย) ๒๓/๔๕/๗๗-๗๘.

อย่างเหล่านี้ทำให้บรรลุถึงสภาวะที่ปราศจากนิเวศได้ แต่ไม่อาจทำให้บรรลุฌานได้ จึงจัดเป็นอุปจารสมาธิโดยอ้อม

อัปนาสมาธิเป็นสมาธิที่แนบแน่นอยู่ในกสิณารมณ์เป็นต้นที่กำลังเพ่งอยู่หมายถึงสมาบัติ ๘ หรือ รูปฌาน ๔ ตามจตุกกนัยหรือรูปฌาน ๕ และอรูปรฌาน ๔ ตามปัญจกนัย

ขณิกสมาธิเป็นสมาธิที่เกิดชั่วขณะเมื่อกำหนดรู้สภาวะธรรมอยู่ ย่อมปรากฏขึ้นเมื่อจิตตั้งมั่นในอารมณ์ปัจจุบันที่เป็นรูปนามอย่างต่อเนื่องปราศจากนิเวศ<sup>๓๔</sup> ในขณะที่อินทรีย์ ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา มีกำลังสม่ำเสมอแก่ผู้เจริญวิปัสสนากาวานาเพื่ออบรมจิตมนุษย์ให้สงบระงับความชั่ว บรรลุความดีและความบริสุทธิ์ผ่องใสแห่งจิต<sup>๓๕</sup>

## ๒) เครื่องกั้นทางหลุดพ้น ๘ ประการ

การเจริญวิปัสสนาของวิปัสสนาญาณิก มีเครื่องกั้นทางหลุดพ้น ๘ ประการ<sup>๓๖</sup> ซึ่งเกื้อกูลแก่ผู้เจริญขณิกสมาธิที่ประกอบกับวิปัสสนาญาณ เครื่องกั้นทางหลุดพ้นเหล่านั้นคือ

- |                   |                                     |
|-------------------|-------------------------------------|
| ๑. กามฉันทะ       | (ความยินดีพอใจในกาม)                |
| ๒. พยาปาทะ        | (ความหงุดหงิด ไม่พอใจ โกรธ ปองร้าย) |
| ๓. ถีนมิททะ       | (ความง่วงซึมเซา)                    |
| ๔. อุประจกุกุกุจะ | (ความฟุ้งซ่านเดือดร้อนใจ)           |
| ๕. วิจิกิจฉา      | (ความลังเลสงสัย)                    |
| ๖. อวิชชา         | (ความไม่รู้)                        |
| ๗. อรติ           | (ความไม่ยินดีในกาวานา)              |
| ๘. อกุศลธรรม      | (ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อกุศลธรรม)    |

มีข้อความในอานาปานกถาของคัมภีร์ปฏิบัติสัมภิตามรรคตามลำดับ ดังนี้

<sup>๓๔</sup> นิเวศ หมายถึง ธรรมกัณจิตไม่ให้บรรลุความดีมี ๕ อย่าง คือ (๑) กามฉันทะ ความพอใจในกาม (๒) พยาบาท ความคิดร้าย (๓) ถีนมิททะ ความหดหู่และเซื่องซึม (๔) อุประจกุกุกุจะ ความฟุ้งซ่าน และร้อนใจ (๕) วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย (ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๕/๓๐๑).

<sup>๓๕</sup> พระมหาสุรชน ยสสีโล (ผลชอบ), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา”, (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิตพุทธศาสนาและปรัชญา, ๒๕๔๑), บทคัดย่อ.

<sup>๓๖</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), วิปัสสนาญัตถ์ เล่ม ๑, หน้า ๗๔.

## (๑) กามฉันทะ

ผู้ที่มิได้กำหนดรู้รูปนามที่ปรากฏทางทวาร ๖ ตามความเป็นจริง ย่อมไม่เข้าใจว่าสิ่งนั้น เป็นเพียงรูปนาม ไม่เข้าใจว่ามีเหตุผลเชื่อมโยงกัน ทั้งไม่เข้าใจว่าเป็นสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และ ไม่ใช่ตัวตน ความไม่เข้าใจดังกล่าวทำให้เกิดความปรารถนาพอใจต่ออารมณ์ที่กำลังประสบอยู่หรือ อารมณ์อื่นที่คล้ายคลึงกันแต่ผู้ที่เจริญวิปัสสนากำหนดรู้สภาวธรรม ย่อมเข้าใจว่ามีเพียงรูปนาม มี เหตุผลเชื่อมโยงกัน และเข้าใจว่าเป็นสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ความเข้าใจดังกล่าวทำ ให้หมดความปรารถนาพอใจต่ออารมณ์ที่กำลังประสบอยู่ หรืออารมณ์อื่นที่คล้ายคลึงกัน เพราะฉะนั้น วิปัสสนากุศลจึงเป็นทางหลุดพ้นจากวิภวสัญญาของพระอริยะทั้งหลาย<sup>๓๗</sup>

ส่วนความพอใจในกามที่เรียกว่า กามฉันทะ เป็นเครื่องปิดกั้นวิปัสสนากุศล กล่าวคือ ทุกคนต่างมีภาระหน้าที่ในการเลี้ยงชีพตน หรือเนื่องด้วยสามี ภรรยา บุตรธิดา ญาติมิตร ศิษย์ อาจารย์ ฯลฯ กามฉันทะที่ต้องการความสุขย่อมนำไปบุคคลทำหน้าที่เหล่านั้น และขวนขวายใน กิจที่เกี่ยวกับภาระหน้าที่โดยแสวงหาสิ่งที่ยังไม่มีหรือไม่ได้และรักษาสิ่งที่มีหรือที่ครอบครองอยู่ ดังนั้น ผู้คนจึงไม่มีเวลาเพื่อการเจริญวิปัสสนากาวนา แม้บางขณะคิดจะมาปฏิบัติธรรมก็มีอาจทำ ได้สมความตั้งใจ

นอกจากนี้ ผู้คนยังพอใจจะคิดอย่างอิสระ ปล่อยให้ความฟุ้งซ่านครอบงำจิตโดย ปราศจากการสำรวจจิตให้อยู่กับสภาวธรรมตามความเป็นจริง ทั้งพอใจในการทำหรือพูดตามใจตน บางขณะแม้คิดว่าต้องการปฏิบัติธรรมก็กังวลว่าความสุขทางกายและใจที่กำลังประสบอยู่ใน ขณะนั้นจะต้องหมดไป จึงไม่อาจมาเจริญวิปัสสนากาวนาได้ เมื่อมิได้เจริญวิปัสสนาก็ไม่เกิด วิปัสสนาญาณที่หยั่งเห็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง บางคนก็ต้องการจะเสวยสุขในชาติหน้า พอใจการท่องเทียวอยู่ในวิภวสัญญา จึงมิได้เจริญวิปัสสนาเพื่อความหลุดพ้น จะเห็นได้ว่าการไม่ พ้นจากวิภวสัญญามีสาเหตุมาจากกามฉันทะ กามฉันทะจึงเป็นเครื่องกั้นไม่ให้เกิดวิปัสสนากุศล

แม้ในขณะเจริญวิปัสสนากาวนา กามฉันทะก็ปิดกั้นวิปัสสนากุศลได้เช่นกัน กล่าวคือ บางขณะกามฉันทะอย่างหยาบที่ต้องการกามคุณก็ปรากฏขึ้นเช่นเดียวกับเวลาที่มิได้ปฏิบัติธรรม บางขณะกามฉันทะอย่างละเอียดก็เกิดขึ้น โดยพอใจการเจริญสติที่กำลังเป็นไปอย่างราบรื่น ปราศจากความฟุ้งซ่านรบกวนจิต หรือพอใจสภาวธรรมที่ปรากฏอย่างชัดเจน ทำให้หวนคิดสิ่งนั้น

<sup>๓๗</sup> วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๘



อยู่เสมอ ต้องการบอกให้ผู้อื่นทราบ และปรารถนาให้บุคคลใกล้ชิดได้มาปฏิบัติธรรมด้วย หรือทำให้เกิดความก้าวหน้าต่อไปที่เป็นญาณชั้นสูงกว่าเดิม หรือมรรค ผล และนิพพาน

พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า “วิปัสสนากุศลเป็นทางหลุดพ้นของพระอริยะทั้งหลาย เพราะพระอริยะย่อมหลุดพ้นด้วยวิปัสสนากุศลนั้น กามฉันทะเป็นเครื่องกั้นทางหลุดพ้น เพราะบุคคลย่อมไม่รู้วิปัสสนากุศลว่าเป็นทางหลุดพ้นของพระอริยะ เนื่องจากถูกกามฉันทะนั้นปิดบังไว้ ดังนั้น กามฉันทะจึงเป็นเครื่องกั้นทางหลุดพ้น”<sup>๓๘</sup>

คำว่า เนกขัมม ใช้ในความหมายหลายอย่างตามโอกาส คือ การออกบวชปฐมฆาน พระนิพพาน วิปัสสนาญาณ และกุศลทั้งหมด

คัมภีร์อรรถกถาว่า “การออกบวช ปฐมฆาน พระนิพพาน วิปัสสนาญาณ และกุศลธรรมทั้งหมด ท่านเรียกว่าเนกขัมมะ”<sup>๓๙</sup>

อย่างไรก็ตาม ในที่นี้หมายถึงวิปัสสนากุศล ตามที่ปรากฏอยู่ในเรื่องเกี่ยวกับการเจริญวิปัสสนา

ความจริงแล้วความปรารถนาพระนิพพานอาจเป็นฉันทะที่ประกอบกับกุศลจิต หรือเป็นโลภะก็ได้ เพราะปุถุชนไม่อาจรับเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์โดยตรงได้ เพียงแต่รับรู้ด้วยการอนุমানเท่านั้น มีสาธกที่กล่าวถึงความปรารถนาข้างต้นเป็น โลภะดังต่อไปนี้

อนุตฺตเรสุ วิโมกฺขेषु ปิหิ อูปฺภูจาเปติ.<sup>๔๐</sup>

“บุคคลย่อมตั้งความปรารถนาไว้ในอรหัตตผลอันยอดเยี่ยม”

อนุสฺสตุตฺถิลทุฐิ ปน ปริกฺกปฺปสิทุฐิ อรหตฺตํ อุกฺกิสฺส ปตฺถนํ จเปติ.<sup>๔๑</sup>

“บุคคลย่อมตั้งความปรารถนาถึงอรหัตตผลที่สำเร็จด้วยการดำริ อันได้รับจากการสดับมา”

<sup>๓๘</sup> ดูรายละเอียดใน พุ.ป. (บาลี) ๓๑/๑๕๓/๑๗๔, บาลีว่า เนกขัมมํ อริยานํ นิยุยานํ. เตน จ เนกขัมเมน อริยา นิยุยฺหติ. กามจฺจนฺโท นิยุยานาวรรณํ. เตน จ กามจฺจนฺเทน นินฺตฺตฺตา เนกขัมมํ อริยานํ นปฺปชานาตีติ กามจฺจนฺโท นิยุยานาวรรณํ.

<sup>๓๙</sup> ดูรายละเอียดใน พุ. อิติ.อ. (บาลี) ๓๕๔.

<sup>๔๐</sup> ม.อ. (บาลี) ๑๔/๓๐๗/๒๘๕.

<sup>๔๑</sup> ม.ฎีกา (บาลี) ๓/๔๕๖.

อนุสสุพลทุเช ปน อนุตฺตรวิมุกฺเข อุตฺทิสฺส ปิหิ อูปฺปาเทนฺโต ตตฺถ ปิหิ  
อูปฺภาเปตีติ อตฺถโถ.<sup>๔๒</sup>

“ความหมายก็คือ ผู้เกิดความปรารถนาถึงอรรถผลอันยอดเยี่ยม ซึ่งได้รับการสดับ  
มา เชื่อว่า ย่อมตั้งความปรารถนาไว้ในอรรถผลนั้น”

จากการศึกษาว่ากามฉันทะทำให้วิปัสสนาจิตตสัคคไม่ต่อเนื่อง บางคนเจริญวิปัสสนา  
จนมีสมาธิและปัญญาแก่กล้าพอสมควร เมื่อเกิดกามฉันทะเช่นนี้ก็จะเสื่อมจากสมาธิและปัญญานั้น  
ทั้งอาจเกิดความเสียใจตามมาอีกด้วย

### (๒) ความโกรธ

ในขณะที่เจริญวิปัสสนา นักปฏิบัติอาจพบกับอารมณ์ที่ไม่น่าพอใจ หรือทุกขเวทนาที่  
รุนแรง หรือการปฏิบัติมาก้าวหน้า ความโกรธเป็นเครื่องกั้นทางหลุดพ้น<sup>๔๓</sup> ด้วยเหตุดังกล่าวนี้ ถ้า  
เกิดความไม่พอใจเมื่อหวนคิดถึงคนที่ไม่ชอบ คนที่เคยทะเลาะวิวาทบาดหมางใจกัน หรือเมื่อพบ  
กับทุกขเวทนาที่รุนแรง หรือเพราะเห็นและได้ยินสิ่งรบกวนการปฏิบัติ ก็ควรกำหนดให้รู้ความไม่  
พอใจนั้นจนกระทั่งหายไปถ้านักปฏิบัติกำหนดรู้ครั้งเดียวแล้วยังไม่หาย ก็ควรกำหนดต่อไป  
จนกระทั่งความไม่พอใจหายไป

### (๓) ถีนมิทฺธะ

การใส่ใจด้วยการกำหนดรูปรูปนามให้ปรากฏชัด ก็จัดเป็นการใส่ใจแสงสว่าง<sup>๔๔</sup>เช่นกัน  
เมื่อนักปฏิบัติเจริญสติกำหนดรู้อย่างชัดเจน ความง่วงหรือความเกียจคร้านย่อมไม่เกิดขึ้น บางคน  
ปราศจากความง่วงจนกระทั่งสามารถเจริญสติได้อย่างชัดเจนตลอดวันคืน

ความง่วงเป็นเหตุให้สัปหงกและอยากนอนหลับ แม้ความเกียจคร้านซึ่งง่วงซึมที่ไม่มี  
ความง่วงก็จัดเป็นถีนมิทฺธะเช่นเดียวกัน ถีนมิทฺธะนี้เป็นเครื่องกั้นการใส่ใจแสงสว่างไว้ในใจให้  
ชัดเจนแล้วละถีนมิทฺธะ<sup>๔๕</sup>

<sup>๔๒</sup> ม. ฐีกา (บาลี) ๒/๓๐๓.

<sup>๔๓</sup> คูรายลละเอียดยในขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๓/๒๓๔, ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๓๖๔/๒๔๕.

<sup>๔๔</sup> อ่างแล้ว.

<sup>๔๕</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, หน้า ๘๐.

## (๔) ความฟุ้งซ่าน

ความไม่ฟุ้งซ่านในที่นี้หมายถึง ขณิกสมาธิที่ตั้งมั่นในรูปนามซึ่งนักปฏิบัติกำหนดรู้อยู่ในปัจจุบันขณะ เมื่อสมาธิมีกำลังมากขึ้น จิตที่กำหนดรู้ย่อมจะติดตามรับรู้อารมณ์ได้อย่างรวดเร็ว เหมือนเมื่อวางของหนักไว้บนพื้นของหนักก็จะหยุดอยู่กับที่ไม่เคลื่อนไหว หรือเหมือนการปักดอกแหลมไว้บนพื้นเบา ๆ ดอกแหลมจะปักติดพื้น หรือเหมือนการขว้างดินเหนียวไปที่ผนัง ดินเหนียวจะติดผนังแน่นนักปฏิบัติย่อมจะบรรลุมรรคผลได้ด้วยขณิกสมาธิที่ไม่ซัดส่าย ขณิกสมาธินี้จึงเป็นทางหลุดพ้นจากวิญญูะของพระอริยะทั้งหลาย เพราะพระอริยะเจ้าทั้งหลายหลุดพ้นด้วยดีจากความฟุ้งซ่านทั้งหลายที่เป็นเครื่องกั้นทางหลุดพ้น<sup>๔๖</sup>

ในบางขณะที่นักปฏิบัติเจริญวิปัสสนาอยู่ จิตอาจซัดส่ายฟุ้งซ่านออกจากสภาวะธรรมปัจจุบัน หวนคิดไปในอดีตหรืออนาคต ถ้าความฟุ้งซ่านมีกำลังน้อย จิตจะซัดส่ายน้อย ถ้าความฟุ้งซ่านมีกำลังมาก จิตจะซัดส่ายมาก บางคราวความฟุ้งซ่านที่เกี่ยวกับการปฏิบัติก็อาจเกิดขึ้นได้บ้าง เช่น พิจารณาวิธีปฏิบัติของตนว่าถูกต้องไหม จิตสามารถรับรู้อารมณ์ที่ปรากฏชัดหรือไม่ หรือควรกำหนดรู้อย่างไร เมื่อจิตซัดส่ายฟุ้งซ่านอย่างนี้ สมาธิย่อมไม่เกิดขึ้น แม้สมาธิที่เกิดขึ้นแล้ว ก็ไม่ตั้งมั่นในอารมณ์กรรมฐาน ความฟุ้งซ่านจึงเป็นเครื่องปิดกั้นทางหลุดพ้นด้วยเหตุนี้ นักปฏิบัติจึงควรกำหนดรู้ความฟุ้งซ่านให้ทันทั่วถึง จนกว่าจะหายไปแล้วมากำหนดรู้สภาวะธรรมตามเดิม

## (๕) ความสงสัย

ความเข้าใจว่าธรรมเป็นกุศลหรืออกุศลเป็นเครื่องละอกุศลและเจริญกุศลจนกระทั่งพ้นจากวิญญูะและบรรลुพระนิพพาน ความเข้าใจธรรมดังกล่าวจึงเป็นทางหลุดพ้นของพระอริยะ ในกรณีตรงกันข้าม ความสงสัยที่เรียกว่าวิจิกิจฉาว่าธรรมนี้เป็นกุศลหรืออกุศล เป็นเครื่องปิดกั้นความเข้าใจข้างต้น เพราะผู้ที่สงสัยอยู่ย่อมไม่อาจละอกุศลและเจริญกุศลได้ ส่วนพระอริยะย่อมหลุดพ้นด้วยความเข้าใจธรรมนั้น ความสงสัยจึงเป็นเครื่องกั้นทางหลุดพ้น เพราะบุคคลย่อมไม่รู้เห็นความเข้าใจธรรมว่าเป็นทางหลุดพ้นของพระอริยะ เนื่องจากถูกความสงสัยนั้นปิดบังไว้ ดังนั้น ความสงสัยจึงเป็นเครื่องกั้นทางหลุดพ้น<sup>๔๗</sup>

ความจริงแล้วการกำหนดรู้รูปนามที่เป็นขณะปัจจุบัน และสันตติปัจจุบันจัดเป็นวิปัสสนาอย่างแท้จริง เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้า แม้ธรรมทั้งหมดที่เป็นอดีต อนาคต และธรรม

<sup>๔๖</sup> ดูรายละเอียดในขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๓/๒๓๔, ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๓๖๔/๒๔๕.

<sup>๔๗</sup> ดูรายละเอียดในขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๓/๒๓๔, ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๓๖๔/๒๔๕.

ภายนอกที่มีได้รู้เห็นโดยประจักษ์ ก็เป็นอนุমানรู้ได้เช่นเดียวกัน วิปัสสนาญาณที่ประจักษ์ด้วยตนเองและอนุমানรู้โดยปริยายนี้ชื่อว่าวิปัสสนากุศล ส่วนความคิดฟุ้งซ่านอื่นจากนี้ไม่ใช่วิปัสสนาอย่างถูกต้อง ย่อมจะบรรลุนิพพานเป็นพระอรหันต์พ้นจากวัฏฏสงสารได้นอกจากนี้ แม้พิจารณา กุศลธรรมอันได้แก่ศีล ๖ ธุดงค์ และสมถภาวนา ตามสมควร ก็เป็นความเข้าใจที่เกี่ยวเนื่องกับวิปัสสนาญาณเช่นกัน

ความสงสัยนี้ย่อมไม่เกิดแก่ผู้ที่ขาดความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติ บุคคลนั้นมักเชื่อฟัง วิปัสสนาจารย์ผู้แนะนำและปฏิบัติตามโดยเคร่งครัด ถ้าไม่มีคนแนะนำ เขาก็ไม่อาจปฏิบัติได้ ส่วนคนที่มีความรู้ดีแม้ไม่มีคนแนะนำก็ปฏิบัติเองได้ แต่อาจเกิดความสงสัยในบางขณะโดยพิจารณาสิ่งที่เคยศึกษา เหมือนผู้ไปสู่หนทางที่ไม่เคยไปก็อาจสับสนว่าทางใดถูก ในวัมมิกสูตรจึงกล่าวถึงความสงสัยว่าเหมือนทางสองแพร่ง<sup>๔๔</sup> ในพระสูตรนั้นพระพุทธองค์ตรัสเปรียบนักปฏิบัติเหมือนคนเดินทาง กล่าวคือ คนเดินทางที่มีทรัพย์ได้เดินทางมาถึงทางสองแพร่งแล้วตัดสินใจไม่ได้ว่าควรไปทางไหน ขณะนั้นโจรติดตามมาทันแล้วปล้นทรัพย์ทำร้ายเขา การที่นักปฏิบัติเกิดความสงสัยเกี่ยวกับการเจริญวิปัสสนาแล้วไม่อาจกำหนดคณาธรรมต่อไป ก็เหมือนกับการหยุดยืนอยู่กับที่ทางสองแพร่ง การตกอยู่ในอำนาจของกิเลสแล้วไม่อาจหลุดพ้นจากวัฏฏะ เหมือนกับการที่คนเดินทางตกอยู่ในเงื้อมมือของโจร

ความสงสัยที่เป็นเครื่องกั้นทางหลุดพ้นมี ๘ ประการ<sup>๔๕</sup> คือ

๑. สงสัยในพระพุทธเจ้า
๒. สงสัยในพระธรรม
๓. สงสัยในพระอริยะสงฆ์
๔. สงสัยในไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา
๕. สงสัยในขันธอดีต
๖. สงสัยในขันธอนาคต
๗. สงสัยในขันธปัจจุบัน
๘. สงสัยในปฏิจาสมุปปาบาท

ในปัจจุบันนักปฏิบัติอาจสงสัยในวิปัสสนาจารย์ว่าสอนถูกต้องหรือไม่สงสัยในความถูกต้องของวิธีปฏิบัติ สงสัยในบุคคลผู้ปฏิบัติว่าประสบความสำเร็จในการปฏิบัติหรือไม่

<sup>๔๔</sup> ดูรายละเอียดใน อภ.สง. (ไทย)๓๔/๓๓๑/๑๒๑, อภ.สง. (บาลี) ๓๔/๓๓๑/๑๒๕.

<sup>๔๕</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, หน้า ๘๔.

และสงสัยในการปฏิบัติของตนว่าถูกต้องหรือไม่ ด้วยเหตุนี้ นักปฏิบัติควรขจัดความสงสัยในเรื่องเหล่านี้ แล้วตั้งใจเจริญวิปัสสนา จะทำให้บรรลุมรรคผลโดยเร็ว ดังนั้น คัมภีร์นี้จึงกล่าวถึงศีลวิสุทธิเป็นต้นพร้อมด้วยหลักการเจริญวิปัสสนาโดยละเอียด ทั้งนี้เพื่อให้ นักปฏิบัติเกิดความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง ปราศจากความสงสัยที่เป็นเครื่องปิดกั้นวิปัสสนา

นักปฏิบัติผู้กำหนดรู้สภาวะธรรมอันมีการเดิน การยืน การนั่ง การนอน การเหยียด การคู้ เป็นต้น ชื่อว่าเป็นผู้เจริญกุศลอย่างแท้จริง เพราะในขณะนั้นนั้นเขาเกิดปัญญาเห็นรูปธรรมที่เป็นการเดินเป็นต้น ทั้งเกิดสภาวะธรรมอื่น ๆ คือ สติที่กำหนดรู้อย่างต่อเนื่อง ศรัทธาที่เชื่อมั่นทำให้ใจผ่องใส ความไม่โลภ และความไม่โกรธ ดังนี้ เป็นต้น ธรรมที่เป็นปัญญา สติ ศรัทธา อโลภะ และอโทสะเป็นต้นนั้นเป็นกุศลธรรมที่ปราศจากโทษโดยแท้ จะเห็นได้ว่าการเจริญวิปัสสนาภาวนาย่อมก่อให้เกิดกุศลธรรมอย่างนี้เหมือนกับการเจริญสมถภาวนาในการเพ่งกสิณว่า “ปฐวีปฐวี” หรือ “ดิน ๆ” ย่อมก่อให้เกิดสมถกุศลในทุกขณะที่กำหนดรู้ปฐวีกสิณเป็นอารมณ์

#### (๖) ความไม่รู้

ผู้ที่เจริญสติกำหนดรู้รูปนามในปัจจุบันขณะ ย่อมเกิดปัญญาเห็นเป็นเบื้องต้นว่ามีเพียงรูปธรรมเท่านั้นที่รับรู้อารมณ์ไม่ได้ หรือเห็นว่านามธรรมที่รับรู้อารมณ์ได้เหมือนเงาติดตามตัว ไม่มีตัวตน บุคคล เรา ของเรา ต่อมาจะยังเห็นเหตุและผลของรูปนามว่า รูปนามเกิดจากเหตุปัจจัยอย่างนี้ เมื่อมีเหตุปัจจัยเหล่านี้รูปนามจึงเกิดขึ้นได้ และมีผลที่เกิดจากเหตุปัจจัยเท่านั้น ไม่มีพระเจ้าผู้เนรมิตเหล่าสัตว์ จากนั้นนักปฏิบัติจะเกิดปัญญาเห็นพระไตรลักษณ์ว่า รูปนามไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตถ์ตน หลังจากนั้นจะยังเห็นความเกิดดับอย่างรวดเร็วของรูปนามพร้อมทั้งสภาวะดับไปอย่างเดียวของรูปนาม ดังนี้ เป็นต้น ปัญญาเห็นคือวิปัสสนาญาณจึงเป็นทางหลุดพ้นจากวัฏฏะของพระอริยะทั้งหลาย<sup>๕๐</sup>

ในคัมภีร์มหาภูทิก้า<sup>๕๑</sup> อธิบายว่า การยังเห็นในเรื่องนี้ คือ นามรูปปริจเฉทญาณ<sup>๕๒</sup> และปัจจยปริคคหญาณ ส่วนความไม่รู้ที่เรียกว่า อวิชชา คือความเข้าใจผิดว่าเป็นตัวตน บุคคล เรา ของเรา หรือเป็นความเข้าใจผิดว่ามีพระเจ้าเนรมิตเหล่าสัตว์ อย่างไรก็ตาม การยังเห็นอาจ

<sup>๕๐</sup> ดูรายละเอียดใน บ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๓/๒๓๔, บ.ป. (บาลี) ๓๑/๓๖๔/๒๔๕.

<sup>๕๑</sup> ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๒/๒๔.

<sup>๕๒</sup> ดูรายละเอียดใน บ.ป. (ไทย) ๓๑/๑-๕๖/๓-๑๐๗.

หมายถึงวิปัสสนาญาณทั้งหมดพร้อมทั้งมรรคญาณ และความไม่รู้ก็หมายถึงโมหะที่มีสภาวะตรงกันข้ามกับวิปัสสนาญาณทั้งหมด เพราะกล่าวอยู่ในเรื่องเดียวกับวิปัสสนา

ผู้ที่ขาดสติมิได้กำหนดรู้รูปนามตามความจริง ย่อมไม่รู้ชัดว่าทั้งหมดมีเพียงรูปนามเท่านั้นโดยปราศจากตัวตน ไม่รู้ว่ารูปนามเป็นผลที่เกิดจากเหตุปัจจัย ไม่รู้ไตรลักษณ์ ไม่รู้เกิดดับรวดเร็วของรูปนาม และไม่รู้สภาวะดับไปอย่างเดียวของรูปนาม จึงสำคัญรูปนามว่าเป็นตัวตนบุคคล และเข้าใจผิดว่าเหล่าสัตว์เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติโดยไม่มีเหตุปัจจัย หรือเกิดขึ้นจากการเนรมิตของพระเจ้า อีกทั้งสำคัญผิดว่าตัวตนเป็นของเที่ยง เป็นสุข บังคับบัญชาได้ ซึ่งดำรงอยู่เสมอไม่เปลี่ยนแปลง ดังนั้น ความไม่รู้จึงเป็นเครื่องปิดกั้นทางหลุดพ้นจากวัฏฏะ

การไม่เห็น เป็นชื่อของญาณ หรือวิชา ส่วนการไม่เห็น เป็นชื่อของโมหะหรืออวิชา การไม่เห็นเห็นคือความเห็นผิดจากสภาวะธรรมย่อมเกิดครอบงำผู้ที่มิได้ปฏิบัติธรรมอยู่เสมอ แม้ในขณะที่เริ่มปฏิบัติธรรม อวิชาก็มักเกิดขึ้นอยู่เสมอ ทำให้นักปฏิบัติรับรู้ปร่ารังสัจฐานโดยไม่อาจรู้ชัดถึงสภาวะธรรมตามความเป็นจริงได้ เช่น ในขณะที่พบเห็นรูปารมณ์ มักรู้บัญญัติก่อนว่า “เราเห็น” หรือ “เห็นสิ่งนั้นสิ่งนี้” โดยมีได้รับรู้สภาวะเห็นหรือสักแต่สิ่งที่เห็นอยู่โดยไม่มีสัจฐานการกล่าวว่อวิชาคือการไม่เห็นเห็น หมายถึง การไม่รู้เห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง แต่อวิชามีสภาพรู้เห็นบัญญัติตามปกติ ดังคัมภีร์อรธกถากล่าวว่า “อวิชามีหน้าที่ปกปิดสภาวะของอารมณ์ตามความเป็นจริง”<sup>๕๓</sup>

### (๓) ความไม่ยินดีในภavana

นักปฏิบัติผู้กำหนดรู้สภาวะธรรมได้อย่างชัดเจนมักเกิดพลัดเพลินในการปฏิบัติ ความพลัดเพลินนี้ชื่อว่า ปราโมทย์ และเมื่อนักปฏิบัติเจริญวิปัสสนาต่อไปด้วยความปราโมทย์นี้ ย่อมหลุดพ้นจากวัฏฏสงสารได้ ความปราโมทย์จึงเป็นทางหลุดพ้นของพระอริยะทั้งหลาย<sup>๕๔</sup>

ในคัมภีร์มหาฎีกา<sup>๕๕</sup> กล่าวว่า ความปราโมทย์เป็นเหตุเกิดของฌาน ข้อความนั้นกล่าวไว้ในโอกาสที่แสดงเรื่องสมถภavana แต่ความปราโมทย์ยังเป็นเหตุเกิดของปีติเป็นต้นในวิปัสสนา

<sup>๕๓</sup> ดูรายละเอียดในขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๓/๒๓๔, ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๓๖๔/๒๔๕.

<sup>๕๔</sup> อ่างแก้ว.

<sup>๕๕</sup> ดูรายละเอียดใน วิสุทธิฎีกา (บาลี) ๒/๑๘.

ภาวนาอีกด้วย ดังพระพุทธทวณะที่ตรัสถึงปีติ ปัสสัทธิ สุข สมภาิ และยถาภูตญาณว่าเกิดจาก ความปราโมทย์<sup>๕๖</sup>

ความปราโมทย์ย่อมเกิดได้ง่ายแก่ผู้ที่มีสภาพไม่สุขุม และเกิดยากแก่ผู้ที่มีสภาพสุขุม เหมือนเด็กที่ได้รับเหรียญรางวัลก็พอใจ แต่ผู้ที่สุขุมมักเกิดความสุขุมได้เมื่อบรรลุอุทัพพญาณเป็นต้นไป

ความปราโมทย์ดังกล่าวปรากฏชัดแก่ผู้มีสติ สมภาิ และปัญญาแก่กล้า นักปฏิบัติจึงไม่จำเป็นต้องพยายามเพื่อให้เกิดปราโมทย์ อย่างไรก็ตาม ในบางขณะที่กำหนดได้ไม่ดีแล้วเกิดความ เบื่อหน่าย พึงรำลึกถึงคุณพระไตรรัตน์ ประโยชน์ของการเจริญวิปัสสนา ความหมจดแห่งศีล ตั้งแต่เริ่มมาปฏิบัติธรรมในสำนักกรรมฐาน และความประเสริฐแห่งวิปัสสนาซึ่งปราศจากกิเลสเจือปน ดังนี้เป็นต้น หรือกำหนดความเบื่อหน่ายจนกว่าจะหายไป แล้วก่อให้เกิดความปราโมทย์เพื่อ ขจัดความเบื่อหน่าย เพราะเห็นความเกิดขึ้นและดับไปแห่งขันธ จึงมีความปราโมทย์ซึ่งเป็น อมตรธรรมของผู้รู้ทั้งหลาย<sup>๕๗</sup>

ความเบื่อหน่ายในการเจริญวิปัสสนา ชื่อว่า ความไม่ยินดีในภาวนา มีบุคคลมากมาย ไม่อาจปฏิบัติธรรมได้เพราะถูกความเบื่อหน่ายครอบงำ ผู้ที่สามารถปฏิบัติธรรมเป็นเวลานานมี จำนวนน้อยมาก คนทั่วไปจึงเวียนตายเวียนเกิดอยู่อย่างนี้

ผู้ที่เจริญวิปัสสนาอยู่นั้น บางขณะอาจกำหนดรู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบันได้ไม่ชัดเจน หรืออาจไม่บรรลุวิปัสสนาญาณระดับสูงกว่าเดิม ทำให้เกิดความเบื่อหน่ายในภาวนา เมื่อเกิดสภาวะ ดังกล่าว ความเพติดเพตินในภาวนาจะอันตรายนไป ส่งผลให้ไม่อาจปฏิบัติธรรมต่อไป เมื่อเป็น ดังนี้เขาย่อมหลุดพ้นจากวิภูฏสงสารไม่ได้ ความไม่ยินดีในภาวนาจึงเป็นเครื่องปิดกั้นทางหลุดพ้น

#### (๘) อกุศลธรรมทั้งปวง

การเจริญวิปัสสนาเป็นกุศลชั้นสูงซึ่งเป็นทางหลุดพ้นอย่างแท้จริงของพระอรหิยะ ทั้งหลาย<sup>๕๘</sup> นักปฏิบัติจึงควรเจริญวิปัสสนาอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ เพราะวิปัสสนาภาวนาเป็นกุศล สูงสุดในบรรดาโลกียกุศล ซึ่งทำให้นักปฏิบัติรับนิพพานเป็นอารมณ์โดยมรรคญาณในขณะที่ วิปัสสนาแก่กล้าเต็มที่ ดังนั้น เมื่อเจริญวิปัสสนาอยู่ นักปฏิบัติจึงไม่ควรใส่ใจต่อการเจริญกุศลอื่น

<sup>๕๖</sup> ุรายละเอียดใน วิ.ป. (ไทย) ๘/๓๖๖/๓๔๔.

<sup>๕๗</sup> ุรายละเอียดในขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๓/๒๓๔, ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๓๖๔/๒๔๕.

<sup>๕๘</sup> ุรายละเอียดในขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๓/๒๓๔, ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๓๖๔/๒๔๕.

กุศลธรรมทั้งหมดมีทาน สีล ภาวนา และการชวนชวายเป็นต้น เป็นทางหลุดพ้นของ พระอริยะทั้งหลาย ขึ้นชื่อว่ากุศลธรรมที่ไม่ควรทำหามีไม่ ทุกอย่างเป็นทางแห่งความหลุดพ้น ทั้งสิ้น โดยคล้อยตามจิตที่ตั้งไว้ดีเพื่อความหลุดพ้นดังพระพุทธทวณะว่า

สมมา ปณิหิตํ จิตตํ                      เสยฺยโส นํ ตโต กเร.<sup>๕๕</sup>

“จิตที่ตั้งไว้ชอบทำสิ่งนั้นได้อย่างประเสริฐ”

### ๓) วิธีละความฟุ้งซ่าน ๕ ประการ

การเจริญวิปัสสนาภาวนาเป็นกิจอันประเสริฐ ผู้เจริญวิปัสสนาเชื่อว่าผู้บูชาพระบรม ศาสดาด้วยการบูชาสูงสุด ทั้งเป็นธรรมทายาทผู้รับมรดกธรรมอันสูงสุด และเป็นผู้ประพฤติตามคำ สอนอันสูงสุดของพระบรมศาสดาคด้วยเหตุนี้ ในขณะที่เจริญวิปัสสนาจึงควรตั้งใจกำหนดจดจ่อ อย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วง ตั้งแต่ขณะเข้าอนจนกระทั่งหลับสนิท โดยไม่จำเป็นต้องไปเจริญกุศลอื่น อย่งไรก็ตาม ในบางขณะก็อาจเจริญสมถภาวนาเพื่อละกามวิตกเป็นต้นได้เช่นกัน

ในที่นี้จะกล่าวถึงวิธีละความฟุ้งซ่าน ๕ ประการ<sup>๖๐</sup> ตามข้อความในคัมภีร์ มุลปิณณาสกั วัตถกถัสถฐานสูตร<sup>๖๑</sup> โดยสังเขป คือ

๑. การใช้สมถะข่มความฟุ้งซ่าน
  ๒. การพิจารณาโทษของความฟุ้งซ่าน
  ๓. การหยุดกำหนดรู้ชั่วครา
  ๔. การกำหนดรู้ต้นเหตุของความฟุ้งซ่าน
  ๕. การกำหนดอย่างจดจ่อ
- พึงทราบความพิสดารดังต่อไปนี้

#### (๑) การใช้สมถะข่มความฟุ้งซ่าน

เมื่อความกำหนัดพอใจเกิดขึ้นในบุรุษหรือสตรี พึงเจริญอสุภภาวนา เมื่อความโกรธ เกิดขึ้น พึงเจริญเมตตภาวนา เมื่อความโลภในวัตถุสิ่งของเกิดขึ้นพึงพิจารณาว่าสิ่งเหล่านั้นไม่มี เจ้าของอย่างแท้จริง หรือพิจารณาว่าเป็นของที่ดำรงอยู่ชั่วขณะ แล้วพิจารณาว่าเป็นของไม่เที่ยง เมื่อ เกิดโทสะก็พึงพิจารณาโดยความเป็นธาตุว่า ไม่มีคนที่ควร โกรธ มีเพียงธาตุ ๔ ที่มาประชุมกันเป็น

<sup>๕๕</sup> พุ.ธ. (บาลี) ๒๕/๔๓/๒๔.

<sup>๖๐</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนาหัย เล่ม ๑, หน้า ๕๗.

<sup>๖๑</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๑๖/๑๘๓.



บุคคลเท่านั้น เมื่อเกิดพร้อมด้วยความฟุ้งซ่านหรือสงสัย ฟุ้งกำจัดโมหะนั้นด้วยการไต่ถามและฟังธรรมเป็นต้น อีกนัยหนึ่ง เมื่อเกิดกิเลสอย่างใดอย่างหนึ่งก็ฟุ้งกำจัดด้วยสมถภาวนาที่ตนชำนาญย่อมจะละกิเลสทุกอย่าง

จากการศึกษาพบว่า หากเจริญวิปัสสนาเป็นเวลานานแล้วเกิดความเหน็ดเหนื่อยทางกายและใจ ฟุ้งเจริญสมถภาวนาดังกล่าว ส่วนผู้ที่ไม่คุ้นเคยกับการเจริญสมถภาวนาก็ฟุ้งเจริญสติกำหนดรู้สภาวะธรรมที่ปรากฏชัดเจน แม้ความเคียดร้อนใจที่เกิดแก่ภิกษุผู้ล่วงละเมิดศีล ก็ฟุ้งละด้วยการปลงอาบัติเป็นต้น

## (๒) การพิจารณาโทษของความฟุ้งซ่าน

นักปฏิบัติฟุ้งพิจารณาโทษของความฟุ้งซ่านว่า ถ้าความดำริในกามคุณเป็นต้นเพิ่มพูนขึ้นอาจทำให้ศีลวิบัติแล้วไปสู่อบายภูมิ ขัดขวางความเป็นมนุษย์หรือเทวดาชั้นสูง และเป็นเหตุให้เหล่าสัตว์ไม่สามารถหลุดพ้นจากวัฏฏทุกข์ได้ ความจริงแล้วเหล่าสัตว์ชอบตามใจตนเอง จึงดูแลรักษาร่างกายนี้ให้สุขสบายเมื่อเป็นดังนี้ย่อมพบกับทุกข์นานัปการในสังสารวัฏ มีคาถาบทหนึ่งที่โบราณจารย์ ประพันธ์ว่า

“เรามีไข้ทาสหรือคนงานของเจ้า (ร่างกาย) จะไม่เลี้ยงดูเจ้าอีกในกาลนี้ เราได้รับทุกข์มากมายในวัฏฏะ เพราะเลี้ยงดูเจ้าโดยแท้”<sup>๖๒</sup>

คาถานี้เป็นบทประพันธ์ของโบราณจารย์ชาวพม่าซึ่งแต่งร้อยแก้วในคัมภีร์วิสุทธิมรรค<sup>๖๓</sup> เป็นร้อยกรอง มีข้อความในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า “อนึ่ง เมื่อภิกษุฉันยาสองสามวันแล้วโรคไม่ระงับไป เธอจึงตำหนิร่างกายว่า ‘เราไม่มีทาสหรือคนงาน ของเจ้า เราได้รับทุกข์ในสังสารวัฏอันไม่ปรากฏเบื้องต้น เพราะเลี้ยงดูเจ้าโดยแท้แล้วเจริญสมณธรรม’”<sup>๖๔</sup>

## (๓) การหยุดกำหนดรู้ชั่วครา

ในบางขณะความฟุ้งซ่านอาจเกิดขึ้นอยู่เสมอในอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ในขณะนั้นนักปฏิบัติไม่พึงใส่ใจอารมณ์ดังกล่าว ทั้งควรหยุดเจริญสติกำหนดรู้ความฟุ้งซ่านนั้น การหยุด

<sup>๖๒</sup> บาลีว่า “หิ ทาโส ภโฏ อญฺหิ นานํ โปเสมิ ทานิ ตํ  
ตุเมว โปเสนโต ทุกฺขํ ปตฺโต วฏฺเฐ อนนฺตํ”

<sup>๖๓</sup> ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๑๐๒.

<sup>๖๔</sup> บาลีว่า “สเจ ปน กติปาหิ เกสซหฺมฺ กโรนตฺตสฺสปี น วุปฺสมฺมตฺติ. นานํ ทาโส, น ภฺภูโก. ตํเยว หิ โปเสนโต อนมตฺตเก สํสารวฏฺเฐ ทุกฺขํ ปตฺโตติ อตฺตกาว่า ครหิตฺวา สมณชฺชโม กาทพฺโพติ.”

พิจารณาชั่วคราวนี้จะอำนวยความสะดวกแก่นักปฏิบัติที่มีความปรารถนาความก้าวหน้าหรือมีความเพียรในการปฏิบัติมากจนเกินไปโดยเฉพาะผู้ที่บรรลุสังขารเปกขาญาณแล้วไม่บรรลุมรรคญาณอาจเกิดสภาวะอย่างนี้ จึงควรหยุดเจริญวิปัสสนาสองชั่วโมง สามชั่วโมง ครึ่งวัน หรือหนึ่งวัน แล้วสนทนาปราศรัยตามปกติ หรือไปไหว้พระเจดีย์ หรืออาบน้ำ ชักผ้า หรือนอนหลับตามสบาย ดังนี้ เป็นต้น

อนึ่ง ในคัมภีร์อรรถกถา<sup>๖๕</sup> กล่าวว่า ถ้าความฟุ้งซ่านยังไม่หายไปด้วยการไม่ใส่ใจปฏิบัติอย่างนี้ ก็ควรสาธยายคัมภีร์ หรือตรวจสอบดูสิ่งของว่าสิ่งนี้เป็นกลองไม้จืด นี้เป็นไม้จืด นี้เป็นส่ว นี้เป็นมิด นี้เป็นกรรไกรตัดเล็บ นี้เป็นเข็ม นี้เป็นด้าย เป็นต้น หรือควรทำงานมีการสร้างกุฏิกรรมฐานเป็นต้นตามนัยที่โบราณจารย์กล่าวไว้

#### (๔) การกำหนดรู้ต้นเหตุของความฟุ้งซ่าน

ในบางขณะนักปฏิบัติพึงพิจารณาหาต้นเหตุของความฟุ้งซ่าน ความจริงแล้วก่อนที่ความฟุ้งซ่านจะเกิดขึ้นมักมีจิตที่ต้องการจะคิดเรื่องราวต่าง ๆ เกิดขึ้นก่อน ถ้านักปฏิบัติกำหนดจิตที่อยากจะได้ทันทั่วทั้งที่ ความคิดก็จะไม่เกิดขึ้นหรือถ้าความคิดเกิดขึ้นแล้ว นักปฏิบัติกำหนดรู้แล้วความคิดนั้นไม่หายไปเพราะจิตที่อยากจะได้คิดมีกำลังมาก ก็พึงกำหนดจิตที่อยากจะได้คิดดังกล่าว

#### (๕) การกำหนดอย่างจดจ่อ

วิธีนี้เป็นการปฏิบัติตามปกติ แต่เพิ่มการจดจ่อให้มากขึ้นกว่าเดิมพระพุทธองค์ได้ทรงสอนวิธีการกัณโณและใช้ลินฺนุณเพดาน<sup>๖๖</sup>

วิธีนี้เหมาะแก่ผู้ที่มีการสตับน้อยและเจริญวิปัสสนาชั่วขณะ โดยมีเวลาปฏิบัติไม่กี่วันหรือไม่กี่เดือน อนึ่ง วิธีนี้เรียกว่า อัปปณิชายภาวนา คือภาวนาที่ไม่ตั้งจิตไว้ในอารมณ์อื่น ส่วนที่กล่าวมาแล้ว ๔ วิธีจะเรียกว่า ปณิชายภาวนา คือ ภาวนาที่ตั้งจิตไว้ในอารมณ์อื่น เป็นวิธีที่เหมาะสมแก่ผู้ที่มีสตับบากและได้เจริญวิปัสสนาเป็นแรมเดือนแรมปี วิธีทั้งสองนี้พบในคัมภีร์สังยุตตนิกาย<sup>๖๗</sup>

<sup>๖๕</sup> คุรยลลเยชฺชใน วิสุทฺธิ. (ไทย) ๑/๑๕๗.

<sup>๖๖</sup> คุรยลลเยชฺชใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๒๐/๒๓๐, ม.ม. (บาลี) ๑๒/๒๖๑/๒๔๔.

<sup>๖๗</sup> คุรยลลเยชฺชใน ส.อ. (ไทย) ๓/๒๗๕-๒๘๐.

นอกจากนี้ ในอรรถกถาของสติปัญญาสูตรเป็นต้น<sup>๖๘</sup> กล่าวถึงการพิจารณาเพื่อละนิวรณ์และการพิจารณาเพื่อเพิ่มพูนโพชฌงค์เป็นต้น ส่วนใหญ่การพิจารณาเหล่านั้นนับเข้าในปณิธายภาวนาแล้ว จึงไม่ขอกกล่าวไว้ในที่นี้อีก

จากการศึกษาพบว่า ผู้ที่เจริญวิปัสสนาภาวนาอย่างต่อเนื่อง เมื่อเกิดความฟุ้งซ่านขึ้นพึงกำหนดรู้เท่าทันสภาวะฟุ้งซ่านเป็นหลัก แต่ถ้าไม่อาจหยุดยั้งความคิดฟุ้งซ่านได้ก็พึงเจริญสมถภาวนาอย่างใดอย่างหนึ่งตามสมควร ส่วนผู้ที่มีการสดับน้อยควรขอรับคำแนะนำจากพระวิปัสสนาจารย์ ท่านจะชี้แนะตามสมควรเหมาะสมเป็นรายบุคคลไป

#### ๔) อุปสรรคของสมาธิ ๖ ประการ

พระสารีบุตรกล่าวถึงอุปสรรคของสมาธิและวิธีกำจัดไว้ ๖ ประการ<sup>๖๙</sup> คือ

๑. การคำนึงถึงอดีต

๒. การคาดหวังอนาคต

๓. ความหดหู่

๔. ความพยายามยิ่ง

๕. ความปรารถนายิ่ง

๖. ความที่ออดอย

ข้อความข้างต้นมีความพิสดารดังต่อไปนี้

#### (๑) การคำนึงถึงอดีต

การคำนึงถึงอดีตคือสิ่งที่เคยเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส หรือนึกคิดมาก่อน ชื่อว่าอดีตารมณฺ์ จิตที่คำนึงถึงอารมณ์ที่เคยรับรู้มานั้นย่อมตกไปสู่ความฟุ้งซ่าน เช่น ขณะเจริญวิปัสสนาภาวนา นักปฏิบัติอาจหวนนึกถึงสิ่งที่เคยเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส หรือนึกย้อนไปถึงวันก่อน เดือนก่อน หรือปีก่อน หรือว่าหวนนึกถึงสิ่งที่ตนลืมหืมกำหนดรู้เท่าทัน แล้วพิจารณาว่าอารมณ์ดังกล่าวเป็นรูปหรือนาม ปราภภูษัดหรือไม่ปราภภูษัด ดังนี้เป็นต้น เพราะฉะนั้น นัก

<sup>๖๘</sup> ดูรายละเอียดใน ที.อ. (ไทย) ๒/๔๐๑.

<sup>๖๙</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), วิปัสสนาหัตถ์ เล่ม ๑, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๐๒.

ปฏิบัติควรกำหนดรู้อดีตอารมณ์ที่เกิดขึ้นทุก ๆ ขณะที่อยู่แล้ว ตั้งจิตไว้ในปัจจุบันอารมณ์คือ กำหนดรู้ปัจจุบันอารมณ์ที่กำลังเกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ เมื่อเป็นดังนี้ จิตย่อมดำรงมั่นไม่ซัดส่าย<sup>๗๐</sup>

### (๒) การคาดหวังอนาคต

ความคาดหวังในสิ่งที่จะเกิดในอนาคตด้วยการเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส หรือนึก คิดชื่อว่า อนาคตอารมณ์ จิตที่คาดหวังอารมณ์ดังกล่าวย่อมซัดส่ายไม่สงบนิ่ง เช่น ความคาดหวังว่าจะเห็นหรือได้ยินสิ่งใดในอนาคต หรือคาดหวังถึงความรุ่งเรืองก้าวหน้าในภพนี้หรือภพหน้า หรือว่าคาดหวังความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม เพราะฉะนั้น นักปฏิบัติควรกำหนดรู้อนาคตอารมณ์ที่เกิดขึ้นทุกๆ ขณะที่อยู่แล้วใส่ใจในปัจจุบันอารมณ์ เมื่อเป็นดังนี้ จิตย่อมดำรงมั่นไม่ซัดส่าย<sup>๗๑</sup>

### (๓) ความหุดหู่

ในบางขณะที่นักปฏิบัติกำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบันได้ไม่ชัดเจน หรือไม่มี ความก้าวหน้ากว่าเดิม นักปฏิบัติอาจเกิดความหุดหู่ไม่ต้องการจะปฏิบัติธรรมความเกียจคร้านย่อมเกิดขึ้นในขณะนั้น นักปฏิบัติควรกำหนดรู้เท่าทันความเกียจคร้านแล้วละเสียให้ได้ ถ้าละไม่ได้ด้วยการกำหนดรู้ ก็ควรระครองจิตให้มีกำลังใจไม่ให้อดอย<sup>๗๒</sup>

### (๔) ความพยายามยิ่ง

ในบางขณะนักปฏิบัติอาจตั้งใจกำหนดจนเกินพอดี โดยคิดว่าจะนับรู้เท่าทันทุก สภาวะธรรมปัจจุบันที่เกิดขึ้น เมื่อนั้นอาจคิดฟุ้งซ่านว่า เราได้กำหนดรู้เท่าทันทุกอย่างหรือไม่ ลืม กำหนดรู้สภาวะธรรมไหนบ้าง หรืออาจคิดว่า เราพยายามจนสุดความสามารถแล้ว แต่ทำไมจึงไม่ ก้าวหน้ามากกว่านี้ ความฟุ้งซ่านข้างต้นทำให้สติไม่ต่อเนื่องในปัจจุบันอารมณ์ เพราะมีความ ฟุ้งซ่านเกิดแทรกซ้อนอยู่ ความพยายามยิ่งจึงเป็นอุปสรรคประการหนึ่งของสมาธิ<sup>๗๓</sup>

<sup>๗๐</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๘/๒๔๑, ขุ.ป. ๓๑/๑๕๘/๒๕๑.

<sup>๗๑</sup> อ่างแล้ว.

<sup>๗๒</sup> อ่างแล้ว.

<sup>๗๓</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๘/๒๔๑, ขุ.ป. ๓๑/๑๕๘/๒๕๑.

ความฟุ้งซ่านที่กล่าวถึงในอุปสรรคของสมาธิข้อแรกและข้อที่ ๔ นี้ มีลักษณะต่างกัน กล่าวคือ ความฟุ้งซ่านในข้อแรกเป็นการซัดจิตไปสู่อารมณ์ที่ห่างไกลอันล่วงมาแล้ว ส่วนความฟุ้งซ่านที่กล่าวถึงในข้อนี้ เป็นความฟุ้งซ่านเกี่ยวกับการกำหนดซึ่งเป็นเรื่องใกล้ตัว

เมื่อนักปฏิบัติรู้สึกว่าคุณมีความเพียรมากเกินไปจนเกินไป ควรผ่อนคลายด้วยการพิจารณาว่า สภาวะธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา ไม่อยู่ในบังคับของตน แม้จะพยายามมากก็อาจจะไม่ก้าวหน้าได้ เพราะความก้าวหน้าในการปฏิบัติย่อมขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยที่จะก่อให้เกิดผลคือวิปัสสนาญาณเกิดขึ้น ดังนั้น การกำหนดรู้ตามสมควร ไม่ตึงจนเกินไป การผ่อนคลายอย่างนี้ทำให้วิริยะลดลง ส่งผลให้จิตตั้งมั่นมีสมาธิอย่างรวดเร็ว

#### (๕) ความปรารถนายิ่ง

ในบางขณะที่นักปฏิบัติกำหนดรู้เท่าทันสภาวะธรรมได้เป็นอย่างดี อาจเกิดความปรารถนาที่จะบรรลุความก้าวหน้าซึ่งได้แก่วิปัสสนาญาณสูงขึ้น ไปหรือมรรคผล ความปรารถนานี้เป็นความพอใจที่จัดเป็นโลภะ ขณะนั้นควรกำหนดรู้ความปรารถนาที่ยิ่งนั้น เมื่อนักปฏิบัติกำหนดรู้ดังนี้ ย่อมละโลภะได้ด้วยการกำหนดรู้เท่าทัน จิตก็จะตั้งมั่นเป็นสมาธิในขณะนั้น<sup>๗๔</sup>

#### (๖) ความท้อถอย

ผู้ปฏิบัติธรรมนานหลายวันหรือหลายเดือน อาจเกิดความท้อถอยเมื่อไม่ประสบความสำเร็จ ความก้าวหน้าในการปฏิบัติจนกระทั่งคิดจะเลิกปฏิบัติ ความท้อถอยดังกล่าว เกิดร่วมกับความไม่พอใจ จัดว่าเป็นอุปสรรคอันใหญ่หลวงของสมาธิ นักปฏิบัติพึงกำหนดความท้อถอยซึ่งทำให้อายากจะออกจากกรรมฐานช้าแล้วช้าเล่าจนกว่าจะหายไป เมื่อความท้อถอยหายไปแล้ว จิตก็จะสงบนิ่งมีสมาธิ<sup>๗๕</sup>

#### ๕) ความตั้งมั่นในอารมณ์ ๔ ประการ

นักปฏิบัติที่กำจัดอุปสรรคของสมาธิ ๖ ประการตามวิธีที่กล่าวมาแล้ว ย่อมไม่คำนึงถึงอดีต ไม่คาดหวังถึงอนาคต ปราศจากความหวั่นไหว ไม่พยายามยิ่งหรือปรารถนายิ่งและไม่ท้อถอย

<sup>๗๔</sup> ดูรายละเอียดใน พ.บ. (ไทย) ๓๑/๑๕๘/๒๕๑, พ.บ. ๓๑/๑๕๘/๒๕๑.

<sup>๗๕</sup> อ่างแล้ว.

สามารถรู้เท่าทันรูปนามในปัจจุบันขณะได้อย่างชัดเจนในขณะที่ตั้งมั่นย่อมเกิดอย่างต่อเนื่องโดยไม่มีกิเลสเจือปน

คัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค กล่าวถึงความตั้งมั่นในอารมณ์ ๔ ประการซึ่งมีวิปัสสนาอยู่ประเภทหนึ่ง คือ

๑. ความตั้งมั่นในการให้ทาน
๒. ความตั้งมั่นในอารมณ์ของสมถภาวนา
๓. ความตั้งมั่นในสภาวะดับไปของรูปนาม
๔. ความตั้งมั่นในความดับสนิทของรูปนามทั้งหมด

อนึ่ง ในบรรดาความตั้งมั่นในอารมณ์ ๔ ประการ ความตั้งมั่นที่ปรากฏโดยการให้ทาน ย่อมมีได้เมื่อบุคคลตั้งใจมั่นในการที่จะให้ทานเท่านั้น ซึ่งเป็นขณะที่อารมณ์อื่นและนิเวรณะจะไม่เกิดแทรกซ้อน ผู้ที่เจริญสมถภาวนามีอารมณ์เดียว คือสมถอารมณ์ ในขณะที่บรรลุอุปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิซึ่งเป็นจิตวิสุทธิของสมถยานิก ผู้ที่เจริญวิปัสสนาภาวนามีอารมณ์เดียวคือรูปนาม ตั้งแต่เกิดนามรูปปริจเจทญาณเป็นต้นไป แต่เมื่อบรรลุกัมมญาณเป็นต้นไปจนถึงอนุโลมญาณแล้วจะรับรู้สภาวะดับไปของรูปนามเป็นหลัก ซึ่งเป็นขณิกสมาธิระดับสูงของวิปัสสนายานิก นอกจากนี้ เมื่อวิปัสสนามีกำลังแก่กล้าอย่างสูงสุดก็จะบรรลุพระนิพพานซึ่งเป็นสภาวะที่ดับรูปนามสังขารทั้งหมดในขณะที่บรรลุมรรคผล

### ๓.๓ องค์ธรรมของจิตวิสุทธิ

การชำระจิตให้ปราศจากมลทินเครื่องเศร้าหมอง คือ นิเวรณะ ให้สงบลงได้นั้น เรียกว่าจิตวิสุทธิ หมายถึง องค์ฌาน ๔ มีรูปธรรมเป็นอารมณ์ มี ๔ คือ

๑. ปฐมฌาน<sup>๖๖</sup> ฌานที่ ๑ มีองค์ ๕ คือ วิตก(ตรึก) วิจารณ์(ตรอง) ปีติ(อิ่มใจ) สุข(สบายใจ) เอกัคคตา(จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง)
๒. ทุติยฌาน ฌานที่ ๒ มีองค์ ๓ คือ ปีติ, สุข, เอกัคคตา
๓. ตติยฌาน ฌานที่ ๓ มีองค์ ๒ คือ สุข, เอกัคคตา
๔. จตุตถฌาน ฌานที่ ๔ มีองค์ ๒ คือ อุเบกขา, เอกัคคตา

<sup>๖๖</sup> ดูรายละเอียดใน อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๖๓๔/๔๑๕-๖๕๐.

ฌาน ๕ ก็เหมือนอย่าง ฌาน ๔<sup>๗๗</sup> แต่ตามแบบอภิธรรม ท่านขอยละเอียดออกไป โดยเพิ่มข้อ ๒ แทรกเข้ามา คือ

๑. ปฐมฌาน มีองค์ ๕ คือ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา
๒. ทุตติยฌาน มีองค์ ๔ คือ วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา
๓. ตติยฌาน มีองค์ ๓ คือ ปีติ, สุข, เอกัคคตา
๔. จตุตถฌาน มีองค์ ๒ คือ สุข, เอกัคคตา
๕. ปัญจฌาน มีองค์ ๒ คือ อุเบกขา, เอกัคคตา

ธรรมอันเป็นคู่ปรับของนิวรรณ์ หรือเป็นเครื่องปราบนิวรรณ์

นิวรรณ์ทั้ง ๕ ประการดังกล่าว สามารถกำจัดให้หมดสิ้นไปได้ด้วยธรรมชาติที่เป็นคู่ปรับกัน คือ องค์แห่งฌาน มี ๕ ประการ เป็นการกำจัดนิวรรณ์ด้วยอำนาจของสมาธิ จัดเป็น นิกขัมภนปหาน หรือ นิกขัมภนวิมุตติ ด้วยสมบัติ ๘ คือ รูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๔ นั้นเอง<sup>๗๘</sup> คือ

๑. วิตก ความตรึก หรือนึกถึงเรื่องราว ปราบกำจัด ถินมิทระ
๒. วิจารณ์ ความคิดไตร่ตรองเรื่องราว ปราบกำจัด วิจิกิจฉา
๓. ปีติ ความอิ่มใจ ปราบกำจัด พยาบาท
๔. สุข ความสบาย ปราบกำจัด อุทธัจจกุกกัจจะ
๕. เอกัคคตา อาการที่ใจหยุดนิ่งเป็นหนึ่งเดียว ปราบกำจัด กามฉันทะ

เมื่อผู้บำเพ็ญเพียร เจริญสมถภาวนา อบรมจิตใจให้หยุดให้หนึ่ง เป็นสมาธิแนบแน่นมั่นคง จนได้ปฏิภาคนิมิต (นิมิตคิดตา คิดใจ) ก็จะปรากฏองค์แห่งฌานทั้ง ๕ คือ วิตก วิจารณ์ (ความตรึก ตรองประกอบนิมิต) ปีติ สุข และ เอกัคคตา (จิตใจสงบหยุดนิ่งสนิทเป็นหนึ่งอยู่ในอารมณ์เดียว) อันเป็นธรรมเครื่องกำจัดนิวรรณ์ทั้ง ๕ ให้หมดสิ้นไป ในเบื้องต้น นี้เป็นสมาธิระดับ ปฐมฌาน

เมื่ออบรมจิตใจให้หยุดนิ่งสนิท เป็นสมาธิแน่นแน่ว ละเอียดยิ่งขึ้นไปอีก จนละองค์ฌานที่หยาบ คือ วิตก วิจารณ์ เสียได้ คงเหลือแต่ ปีติ สุข และ เอกัคคตา นี้เป็นสมาธิขั้น ทุตติยฌาน

เมื่ออบรมจิตใจให้หยุดนิ่งสนิท ละเอียดยิ่งขึ้นไปอีก ถึงละ ปีติ เสียได้ คงเหลือแต่ สุข กับ เอกัคคตา นี้เป็นสมาธิขั้น ตติยฌาน

<sup>๗๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๘๘-๘๙.

<sup>๗๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๑๑๕.

เมื่ออบรมจิต ำให้หยุดนิ่งสนิท ละเอียดยิ่งขึ้นไปอีก จนละอารมณ์ สุขทุกข์เสียได้ คงเหลือแต่ เอกัคคตา จิตเป็น อุเบกขา นิ่งอยู่ นี้เป็นสมาธิขั้น จตุตถฌาน<sup>๗๙</sup>

จากการศึกษาพบว่า จิตตวิสุทธิ หมายถึงเอา องค์ธรรมคือ ฌาน ๔ นั้นเองได้แก่ เอกัคคตา เจตสิก เป็นเจตสิกที่ตั้งมั่น ในอารมณ์ ไม่ว่าจิตเกิดขึ้นรู้อารมณ์ใด เอกัคคตาเจตสิกก็ตั้งมั่นใน อารมณ์นั้น แต่เอกัคคตาเจตสิกที่เกิดกับกุศลจิต ไม่มีกำลังตั้งมั่นคงในอารมณ์เท่ากับเอกัคคตา เจตสิก ที่เกิดกับกุศลจิต ขณะใดที่จิต เกิดดับ รู้อารมณ์เดียวสลับต่อกันนาน ๆ ลักษณะของเอกัคคตา เจตสิก ซึ่งตั้งมั่นในอารมณ์แต่ละขณะจิตนั้น ก็ปรากฏเป็นสมาธิขั้นต่าง ๆ ขณะใดที่กุศลเอกัคคตา มั่นในอารมณ์ ขณะนั้น จึงเป็นสัมมาสมาธิ ตามลำดับขั้นกุศลนั้น ส่วน โยคีผู้ปรารถนาจะบรรลุ ธรรม ควรพยายามเจริญฌาน ขั้นใดขั้นหนึ่งในฌาน ๔ ก่อนเมื่อเข้าถึงฌานแล้ว ควรปฏิบัติให้ คล่องแคล่วแล้วจึงใช้ฌานเป็นบาทในการเจริญวิปัสสนา ที่เรียกว่า สมถยานิก เมื่อเจริญวิปัสสนา ถึง กำหนดรู้อารมณ์ที่ปรากฏชัด อันได้แก่นามธรรม คือฌานจิตอุปบาทในปัจจุบันขณะนั้น หทัยรูป อันเป็นที่ตั้งของจิต หรือรูปอย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นกับจิต ส่วนวิปัสสนายานิกที่เริ่มเจริญ วิปัสสนาเป็นลำดับแรก โดยมีได้เจริญ สมถภาวนามาก่อน ควรเจริญธาตุกรรมฐานเพื่อให้เกิด วิปัสสนาขณิกสมาธิอย่างต่อเนื่องไม่ส่งจิตไปหาอารมณ์ภายนอก เมื่อจิตจดจ่ออยู่กับสภาวะปัจจุบัน ก็เกิดจิตตวิสุทธิ สามารถยังวิปัสสนามรรคให้เกิดขึ้นได้

<sup>๗๙</sup> คู่มือละเอียดยิน ม. ม. (ไทย) ๑๒/๔๖๕-๔๗๔/๕๐๒-๕๐๓.



## บทที่ ๔

### แนวทางการปฏิบัติจิตวิสุทธิ

การปฏิบัติกรรมฐานเพื่อความบริสุทธิ์ของจิต นั้น ปัจจุบันการปฏิบัติกรรมฐานได้รับความสนใจและเป็นที่ยอมรับมากขึ้น เพราะเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคนที่มีความทุกข์และต้องการออกจากความทุกข์ ด้วยการเจริญสติปัฏฐาน ๔ อันเป็นทางที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และพระอรหันต์ทั้งหลาย ได้อาศัยเป็นทางเสด็จไปสู่ความพ้นทุกข์ คือพระนิพพาน ในการปฏิบัตินี้จะใช้สมณะเป็นบาทของวิปัสสนา หรือ วิปัสสนาล้วนๆ ก็ได้

ดังนั้นผู้ที่เห็นภัยในวัฏสงสาร คือการเวียนว่าย ตายเกิด จึงควรสนใจตั้งใจศึกษาแนวทางปฏิบัติให้เข้าใจถ่องแท้ แล้วหากัลยาณมิตร ครูบาอาจารย์ผู้บอกทางที่ถูกต้องและตรงสู่พระนิพพาน ผู้ศึกษาได้กำหนดประเด็น ในการศึกษา ไว้ดังต่อไปนี้

#### ๔.๑ สมถยานิกสมาธิ

#### ๔.๒ วิปัสสนายานิกสมาธิ

#### ๔.๑ สมถยานิกสมาธิ

สมถยานิกสมาธิ แยกออก เป็น ๓ ศัพท์ คือ สมถ+ยานิก+สมาธิ ซึ่งมีความหมายดังต่อไปนี้

##### ๑. ความหมายโดยสัททนต์

คำว่า สมถ มาจากศัพท์ว่า (สมฺ อุปฺสเม+ถ) สมถะ<sup>๑</sup>, ความมีจิตตั้งมั่นในอารมณ์เดียว, ความสงบ, สมาธิ กามจฺจนุทฺ สมฺตฺติ สมฺโถ สมาธิที่ยังความพอใจในกามให้สงบลง ชื่อว่า สมถะ สมาธิ กามจฺจนุทฺสฺส ปฏิปฺกฺโขจฺติ หิ วุฑฺฒํ ท่านกล่าวว่าสมาธิเป็นปฏิบัติต่อกามฉันท, กตเม เทวธมฺมา ภาวตฺพฺพา, สมฺโถ จ วิปฺสฺสนา จ<sup>๒</sup> ธรรม ๒ อย่าง ที่พวกเธอควรเจริญ คือสมถะและวิปัสสนา

<sup>๑</sup> พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์ อภิธานวรรณนา, หน้า ๒๑๔.

<sup>๒</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๒/๒๔๒.

คำว่า สมถ (สมุ ออุปสม+อ) ความสงบ, การระงับอธิกรณ์, สมณ โสโม ความสงบ ชื่อว่า สมถะ (ลง อ อาคม) ยา ตสุมี สมเย จิตตสุส จิตติ สณฺจิติ อวภูจิ อวิสาหาโร อวิกุเขโป อวิสาหฺมานสตา สมโถ สมานินฺทริยํ สมานิพลํ มิจฺฉาสมาธิ อโย ตสุมี สมเย สมโถ โหติ” สมัยนั้น จิตมีความตั้งอยู่ ดำรงอยู่มั่นคง ไม่ส่ายไป เพราะจิตไม่ฟุ้งซ่านไป จึงมีความสงบ สมานินฺทรี สมานิ พละ มิจฉาสมาธิ นี้ชื่อว่า สมถะในสมัยนั้น

สมโถ ลง ถ โชตกปัจจย เพื่อรู้ว่าเป็นนปฺงสกลิงค์<sup>๔</sup>

คำว่า ยานิก (ยาน+อิก) เครื่องนำไป, พาหนะต่างๆ ที่นำไปสู่จุดหมายปลายทาง

คำว่า สมาธิ (ส+อา+ธา ธารณ+อิ) จิตตั้งมั่น, ความสงบ, สมาธิ, เอกการมฺมณฺเ สุภฺฐุ อธาณํ สมาธิ สภาพที่จิตยินดีในอารมณ์เดียว ชื่อว่า สมาธิ<sup>๕</sup> (อาเทศนิกหิตเป็น มุ ลบสระหน้า)

นานาลมฺพณวิกุเขปวสฺปวตฺตํ อธิสงฺขาคํ จิตฺตพฺยธํ สมมติติ สมาธิ ธรรมที่ข่มจิตอันฟุ้งไปในอารมณ์ต่าง ๆ ให้สงบลง ชื่อว่า สมาธิ (สมุ ออุปสม+อาธิ)

## ๒. ความหมายโดยอรรถนัย

สมถะ คือ ธรรมเป็นเครื่องสงบระงับจิต, ธรรมยังจิตให้สงบระงับจากนิวรณ์ปกิเลส, การฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิ ข้อ ๑ ในกรรณฐาน ๒ หรือ ภาวนา ๒<sup>๖</sup>

สมถยานิก หมายถึง เครื่องนำไปสู่ความสงบระงับของจิต ได้แก่ ฌาน ๔ หรือสมาธินั่นเอง

สมถยานิกสมาธิ หมายถึง สมาธิอันเป็นไปโดยอาศัยสมถเป็นบาทในการเข้าสู่วิปัสสนาสมาธิ

ในคัมภีร์อรรถกถากล่าวถึงการเจริญสมถะเป็นบาทของวิปัสสนาว่า“โดยแท้จริงแล้ว บุคคลใดสมาธิ และวิปัสสนาไม่แก่กล้า เมื่อเขื่อนั่งเจริญวิปัสสนานาน ร่างกายย่อมลำบากเหมือนไฟเผาอยู่ภายใน เหงื่อไหลออกจากรักแร้เหมือนมีควันพุ่งออกจากกระหม่อม จิตย่อมลำบากทรมนทรมาย เขื่อย่อมเข้าสมาบัติได้นั้นอีก ข่มความลำบากกายและใจนั้นแล้ว กระทบทำให้ทุเลาจนสบายแล้วเจริญ

<sup>๓</sup> พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์ อภิธานวรรณนา, หน้า ๕๓๓.

<sup>๔</sup> เรื่องเดียวกัน หน้า ๕๓๒.

<sup>๕</sup> เรื่องเดียวกัน หน้า ๒๑๔.

<sup>๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์, (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๕๘.

วิปัสสนาอีก เมื่อเขื่อนั่งนานอีกความลำบากเหมือนอย่างนั้นย่อมเกิดขึ้น เขื่อย่อมเข้าสมาบัติอีก กระทำเหมือนก่อน ความจริงการเข้าสมาบัติมีอุปการะมากแก่วิปัสสนา”<sup>๑</sup>

จากการศึกษาพบว่า ข้อความข้างต้นแสดงว่า เนยยบุคคลผู้บรรลุสมถฌานก่อนแล้วมา เจริญวิปัสสนา สามารถเข้าฌานสมาบัติในขณะที่เกิดความลำบากกายและในขณะที่เกิดความลำบาก กายและใจ แล้วจึงเจริญวิปัสสนาต่อไป การปฏิบัติเช่นนี้จะทำให้สมาธิและปัญญาในวิปัสสนาแก่ ก้าวขึ้นตามลำดับ เมื่อสมาธิและปัญญาแก่กล้าความลำบากกายและใจย่อมไม่เกิดขึ้น สามารถนั่ง กำหนดได้อย่างต่อเนื่องตลอดทิวาราตรี สมถฌานจึงเกื้อกูลแก่เนยยบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่ง

ในปัจจุบัน โยคีบุคคลผู้มักเจริญวิปัสสนาก่อน อาจพบกับความลำบากกายและใจบ้าง แต่ถ้ามกำหนดรู้สภาวะอย่างต่อเนื่องจนกระทั่งสมาธิและปัญญาแก่กล้าแล้ว ก็จะสามารถข้ามพ้น ความลำบากนั้นไปได้

ด้วยเหตุที่กล่าวมานี้ ศีลและสมถภาวนาเป็นธรรมเกื้อกูลแก่เนยยบุคคลเป็นพิเศษ ท่าน จึงกล่าวไว้ในคัมภีร์เนตติอรรถกถาข้างต้นว่า สิกขา ๑ เกื้อกูลแก่เนยยบุคคล แต่ท่านมิได้กล่าวไว้ โดยมุ่งจะแสดงว่าเขาต้องเจริญสิกขา ๑ เป็นเวลานานจึงจะบรรลุธรรมได้

ผู้เจริญสมถะเป็นบาทของวิปัสสนา สมาธิเหล่านี้พบในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า<sup>๒</sup>  
“โดยแท้จริงแล้ว สมาธิมี ๒ ประการ คือ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ จิตย่อมตั้งมั่นด้วย อาการ ๒ อย่างในฐานะแห่งอุปจารสมาธิ หรือในฐานะที่บรรลุอัปปนาสมาธิ ในบรรดาสมาธิ เหล่านี้ จิตย่อมตั้งมั่นด้วยการละนิเวรณในฐานะแห่งอุปจารสมาธิ และตั้งมั่นด้วยความปรากฏ แห่งองค์ฌานในฐานะที่บรรลุอัปปนาสมาธิ”

<sup>๑</sup> ม.อ. (บาลี) ๑/๓๑๘, บาลีว่า ยสฺส หิ สมาธิ ตฺร โณ วิปสฺสนํ ปญฺจเปตฺวา อติจิริํ นิสินฺนสฺส กายโ ย กิลมตฺติ. อนุโต อุกคฺติ วิย อฏฺฐหติ. กจฺเจหิ เสทา มุจฺจนตฺติ. มตฺถกโต อสฺมวฏฺฏี วิย อฏฺฐหติ. จิตฺตํ หนฺยตฺติ วิปฺพนฺทตฺติ. โส ปฺน สฺมาปตฺตี สฺมาปชฺชิตฺวา ตํ ปริทฺทวา มุทฺกํ กตฺวา สฺมสฺสาเสตฺวา ปฺน วิปสฺสนํ ปญฺจเปตฺติ. ตสฺส ปฺน อติจิริํ นิสินฺนสฺส ตเถว โหตฺติ. โส ปฺน สฺมาปตฺตี สฺมาปชฺชิตฺวา ตเถว กโรตฺติ. วิปสฺสนาย หิ พหุปรการา สฺมาปตฺติ.

<sup>๒</sup> วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๑๓๗, บาลีว่า “ทฺวิโธ หิ สมาธิ อุปจารสมาธิ จ อฺปปนาสมาธิ จ ทฺวิหากาเรหิ จิตฺตํ สฺมาธิยตฺติ อุปจารภูมิมิํ วา ปฏฺฐิลาภภูมิมิํ นีวรณฺนปฺหานเนน จิตฺตํ สฺมาหิตํ โหตฺติ. ปฏฺฐิลาภภูมิมิํ อํกฺขาตฺเวน.”

ส่วนขณิกสมาธิกล่าวไว้ตามวิปัสสนาญาณิกผู้เจริญวิปัสสนาโดยตรง พบในคัมภีร์  
วิสุทธิมรรคที่แสดงสมาธิทั้ง ๓ ประเภทว่า

สุขํ กพุกํ คณฺหนฺตํ ปริปรกํ กจฺจนฺตํ ติวริชํ ปริปุเรติ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ  
อปปนาสมาธิ<sup>๕</sup>

“ความสุขที่พัฒนาแก่กล้าขึ้นย่อมยังสมาธิ ๓ ให้บริบูรณ์ คือ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ  
และอปปนาสมาธิ”

แม้คัมภีร์ฎีกาของมูลปิณธาสกักระบุถึงขณิกสมาธิที่เกิดแก่ผู้เจริญวิปัสสนาเป็นหลักว่า

“พระอรธกถาจารย์ห้ามอุปจารสมาธิด้วยคำปฏิเสธว่า สมถํ อนุปฺปาเตตฺวา (ไม่ยังสมถะ  
ให้เกิดขึ้น) แต่ไม่ห้ามขณิกสมาธิ เพราะวิปัสสนาย่อมไม่เกิดขึ้นโดยปราศจากขณิกสมาธิ”<sup>๖</sup>

อุปจารสมาธิเป็นกามาวจรสมาธิที่เกิดแก่ผู้เจริญสมถภาวนา ผู้ที่บรรลุปฎีกาชนิดใน  
ขณะที่ปราศจากนิเวศธรรมแล้ว หรือสามารถรับรู้พระพุทธรูปเป็นต้นได้อย่างชัดเจน หมายถึง  
สมาธิในกสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ กายคตาสติ อานาปานสติ พรหมวิหาร ๔ และอรุปรกรรมฐาน  
๔ โดยตรง ทั้งหมายถึงอนุสสติ ๘ ปฏิกุศลสัญญา และธาตุวัตถานโดยอ้อม เพราะกรรมฐาน ๑๐  
อย่างเหล่านี้ทำให้บรรลุถึงสภาวะที่ปราศจากนิเวศได้ แต่ไม่อาจทำให้บรรลุฌานได้ จึงจัดเป็น  
อุปจารสมาธิโดยอ้อม

อปปนาสมาธิเป็นสมาธิที่แนบแน่นอยู่ในกสิณารมณ์เป็นต้นที่กำลังเพ่งอยู่หมายถึง  
สมาบัติ ๘ หรือ รูปฌาน ๔ ตามจตุกกนัยหรือรูปฌาน ๕ และอรุปรฌาน ๔ ตามปัญจกนัย

ขณิกสมาธิเป็นสมาธิที่เกิดชั่วขณะเมื่อกำหนดรู้สภาวธรรมอยู่ ย่อมปรากฏขึ้นเมื่อจิตตั้ง  
มั่นในอารมณ์ปัจจุบันที่เป็นรูปนามอย่างต่อเนื่องปราศจากนิเวศ ในขณะที่อินทรีย์ ๕ คือ สรัทธา  
วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา มีกำลังสม่าเสมอกันแก่ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนา

<sup>๕</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๒๕๐.

<sup>๖</sup> ม.ฎีกา (บาลี) ๑/๒๕๗, บาลีว่า สมถํ อนุปฺปาเตตฺวาติ อวธารณฺณ อฺอุปจารสมาธิ นิวตฺเตติ,  
น ขณิกสมาธิ. น หิ ขณิกสมาธิ วินา วิปัสสนา สมภวาติ.

### ๓. จิตตวิสุทธิของสมถยานิกและวิปัสสนายานิก

ผู้ที่เจริญวิปัสสนาโดยอาศัยอุปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิ ชื่อว่า สมถยานิก คือ ผู้ดำเนินไปสู่มรรค ผล และนิพพานด้วยสมถยาน สมาธิทั้งสองอย่างนั้นจึงเป็นจิตตวิสุทธิซึ่งเป็นที่อาศัยของสมถยานิก

ส่วนผู้ที่เจริญวิปัสสนาอย่างเดียวโดยไม่อาศัยสมาธิทั้งสองนั้น ชื่อว่า สุทฺถวิปัสสนายานิก คือ ผู้ดำเนินไปสู่มรรค ผล และนิพพานด้วยวิปัสสนายานล้วน ๆ บุคคลประเภทนี้มีขณิกสมาธิอย่างเดียวเป็นจิตตวิสุทธิ

ข้อความที่กล่าวมานี้สอดคล้องกับสาธก ว่า จิตตวิสุทธิ นาม สอุปจารา อฏฺฐสมาปคฺติโย.<sup>๑๑</sup> “สมาบัติ ๘ พร้อมทั้งอุปจารสมาธิ ชื่อว่า จิตตวิสุทธิ”

ในที่นี้ท่านมิได้กล่าวถึงสมาธิไว้ เพราะต้องการจะเน้นถึงการเจริญภาวนาของสมถยานิก หรือต้องการจะแสดงจิตตวิสุทธิที่บุคคลเจริญได้ก่อนจะเกิดวิปัสสนาญาณ อนึ่ง ขณิกสมาธิย่อมเกิดขึ้นในวิปัสสนาจิตเท่านั้น ไม่เกิดขึ้นในเบื้องต้นแรกของการปฏิบัติ แต่ที่นับรวมขณิกสมาธินี้ไว้ในอุปจารสมาธิ เพราะคล้ายกับอุปจารสมาธิซึ่งปราศจากนิเวรณเช่นเดียวกัน เหมือนกรรมฐาน ๑๒ อย่างมีอนุสสติกรรมฐานเป็นต้น ที่นับว่าเป็นอุปจารสมาธิเหมือนกัน ดังข้อความในอรรถกถาของมหาสติปัฏฐานสูตรว่า เสธานี ทฺวาทสาปี อุปจารกมฺมุฏฺฐานานาเนา<sup>๑๒</sup> “กรรมฐาน ๑๒ อย่างที่เหลือ ชื่อว่า กรรมฐานที่ก่อให้เกิดอุปจารสมาธินั้นเทียว”

เมื่อถือเอาความดังนี้ ข้อความในคัมภีร์ต่าง ๆ ย่อมสอดคล้องไม่ขัดแย้งกัน ดังสาธกจากคัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาภูติกาว่า “สมถะอย่างเดียวเป็นยาน ชื่อว่า สมถยาน สมถยานนั้นมีอยู่แก่บุคคลใดบุคคลนั้นชื่อว่า สมถยานิก คำนี้สามารถใช้เรียกผู้ที่เจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะเป็นเบื้องต้นย่อมมีแก่สมถยานิก แต่วิปัสสนายานิกไม่ต้องอาศัยสมถะ ฉะนั้น พระอรรถกถาจารย์จึงกล่าวว่า สุทฺถวิปัสสนายานิกโก (ผู้มีเพียงวิปัสสนาเป็นยาน) หมายถึง ผู้มียานคือวิปัสสนาที่ไม่อาศัยสมถภาวนา”<sup>๑๓</sup>

<sup>๑๑</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๒๕๐.

<sup>๑๒</sup> ที.อ. (บาลี) ๒/๓๘๘.

<sup>๑๓</sup> สมโถว ยานํ สมถยานํ. ตํ เอตสฺส อตฺถิติ สมถยานิกโก. ฉานเน ฉานูปจารวา ปติฏฺฐาย วิปัสสนํ อนุยฺยุทฺทตฺสเสตํ นามํ. สมถยานิกสฺส สมถมฺมุขเน วิปัสสนาภินิโส. วิปัสสนายานิกสฺส ปน สมถํ อนิสฺสายาติ อาหา สุทฺถวิปัสสนายานิกโกติ. สมถภาวนาย อมิสฺสิตฺตวิปัสสนายานวาติ อตฺถโก.

ผู้เจริญวิปัสสนาโดยอาศัยสมาธิระดับอุปปจาระหรืออัปปนา ชื่อว่าสมถยานิก ส่วนผู้เจริญวิปัสสนาโดยมิได้อาศัยสมาธิทั้งสองนั้นชื่อว่า สุทธวิปัสสนายานิก ดังคำว่า เทวทูโต ทิวาน กุตุโต. ภูโต (เทวทูตไม่กินข้าวตอนกลางวัน แต่เขาเป็นคนอ้วน) คำนี้หมายความว่าถึงการกินข้าวในเวลากลางวันโดยปริยาย ดังนั้น สุทธวิปัสสนายานิกจึงอาศัยขณิกสมาธิเป็นหลักในการเจริญวิปัสสนา คัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาฎีกากล่าวถึงสมาธิประเภทนี้ว่า“โดยแท้จริงแล้ว การบรรลุโลกุตตรธรรมไม่มีแก่สมถยานิกโดยปราศจากสมาธิที่จำแนกเป็นอุปปจาระและอัปปนา การบรรลุโลกุตตรธรรมย่อมไม่มีแก่วิปัสสนายานิก โดยปราศจากขณิกสมาธิ และการบรรลุโลกุตตรธรรมย่อมไม่มีแก่บุคคลทั้งสอง โดยปราศจากหนทางสู่วิโมกข์ ๑ (อนิจจานุปัสสนา ทุกขานุปัสสนา และอนัตตานุปัสสนา) ฉะนั้น ท่านจึงกล่าวว่า สมาธิญเจะ วิปัสสนญจ ภาวยมาโน อบรมสมาธิและวิปัสสนาปัญญาอยู่”<sup>๑๔</sup>

นอกจากนี้ พระฎีกาจารย์ยังได้อธิบายเพิ่มเติมว่า สมถยานิกต้องเจริญอุปปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิอย่างใดอย่างหนึ่ง จึงจะบรรลุมรรคผลได้ ส่วนวิปัสสนายานิกต้องเจริญ ขณิกสมาธิเท่านั้น ก็จะบรรลุธรรมได้

จากการศึกษาพบว่า สมถยานิกผู้ปรารถนาจะบรรลุธรรม ควรพยายามเจริญฌานขึ้นใดขั้นหนึ่งในฌาน ๔ ก่อนเมื่อเข้าถึงฌานแล้วควรปฏิบัติให้คล่องแคล่วแล้วจึงใช้ฌานเป็นบาทในการเจริญวิปัสสนา เมื่อเจริญวิปัสสนา ถึงกำหนดรู้อารมณ์ที่ปรากฏชัดอันได้แก่นามธรรม คือ ฌานจิตตูปบาทในปัจจุบันขณะนั้น หทัยรูปอันเป็นที่ตั้งของจิต หรือรูปอย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นกับจิต ส่วนวิปัสสนายานิกที่เริ่มเจริญวิปัสสนาเป็นลำดับแรก โดยมิได้เจริญสมถภาวนาก่อน ควรเจริญธาตุกรรมฐานเพื่อให้เกิดวิปัสสนาขณิกสมาธิอย่างต่อเนื่องไม่ส่งจิตไปหาอารมณ์ภายนอกเมื่อจิตจดจ่ออยู่กับสภาวะปัจจุบัน ก็จะเกิดจิตตวิสุทธิ สามารถยังวิปัสสนามรรคให้เกิดขึ้นได้

<sup>๑๔</sup> วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๑/๑๗.

## ๔.๒ วิปัสสนาญาณิกสมาธิ

### ๑. ความหมายโดยสัททนต์

คำว่า “วิปัสสนา” ตามคัมภีร์ไวยาकरण มาจาก ความหมาย วิ + ทิส+ยุ แปลง ทิส เป็น ปสฺส ด้วยสูตรว่า ทิสสฺส ปสฺส ทิสฺส ทกฺขา วา. แปลง ยุ เป็น อน ด้วยสูตรว่า อนกาณฺณวฺณฺณํ ลง อา อิตฺติโชตกปัจจย ด้วยสูตรว่าอิตฺติยมโต อาปจโย มีวิเคราะห์ว่า“อนิจจาทิวเสณ วิวิธาการณ ปสฺสตีติ วิปสฺสนา อนิจจานุปสฺสนาทิกา ภาวนาปญฺญา”<sup>๑๕</sup> แปลว่า “ธรรมชาติ ที่ชื่อว่า วิปัสสนา เพราะ อรรถวิเคราะห์ว่า เห็นสังขารธรรม โดยอาการต่างๆ ด้วยอำนาจอนิจลักษณะเป็นต้น ได้แก่ ภาวนา ปญฺญา มีอนิจจานุปสฺสนาเป็นต้น”<sup>๑๖</sup> หรือวิเคราะห์ว่า “วิวิธํ อนิจจาทิกํ สงฺขารेषุ ปสฺสตีติ วิปสฺสนา” แปลว่า “ปัญญาที่เห็นสภาวะต่างๆ มีอนิจลักษณะเป็นต้น ในสังขาร”<sup>๑๗</sup>

คำว่า ยานิก (ยาน+อิก) เครื่องนำไป, พาหนะต่างๆ ที่นำไปสู่จุดหมายปลายทาง, สมโณ สมานินฺทริยํ สมาธิพลํ มิจฺฉาสมาธิ อัยฺ ตสฺมี สมเย สมโณ โหติ”<sup>๑๘</sup> สมัยนั้น จิตมีความตั้งอยู่ ดำรงอยู่ มั่นคง ไม่ส่ายไป เพราะจิตไม่ฟุ้งซ่าน ไปจึงมีความสงบ สมาธินทร์ สมาธิพละ มิจฉาสมาธิ นี้ชื่อว่า สมถะในสมัยนั้น

คำว่า สมาธิ (ส+อา+ธา ธารณ+อิ) จิตตั้งมั่น, ความสงบ, สมาธิ, เอการมฺมणे สุญฺญู อารานํ สมาธิ สภาพที่จิตยินดีในอารมณ์เดียว ชื่อว่า สมาธิ”<sup>๑๙</sup> (อาเทศนิกหิตเป็น มุ ลบสระหน้า)

นานาลมฺพณวิกฺเขปวสฺสปฺวตฺตํ อธิสงฺขาคํ จิตฺตพฺยธิ สมตฺตีติ สมาธิ ธรรมที่ข่มจิตอันฟุ้ง ไปในอารมณ์ต่างๆ ให้สงบลง ชื่อว่า สมาธิ (สมฺ ออุปสม+อาธิ).

<sup>๑๕</sup> คุรยลละเอียคใน วิกาวินี. (บาลี) ๒๖๗.

<sup>๑๖</sup> คุรยลละเอียคใน พระธรรมวโรดม (บุญมา คุณสมฺปนฺโน ป.ช.๕), อภิธัมมัตถวิภาวินี แปล, หน้า ๑๘๐.

<sup>๑๗</sup> คุรยลละเอียคใน พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ช. ๕, ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาศึกษาพุทธศาสนา ชุด ศัพท์วิเคราะห์, ๒๕๕๐, หน้า ๖๑๗.

<sup>๑๘</sup> พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์ อภิธานวรรณนา, หน้า ๕๓๓.

<sup>๑๙</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๑๔.

## ๒. ความหมายโดยอรรถนัย

วิปัสสนายานิกสมาธิ หมายถึง ผู้ที่เจริญวิปัสสนาอย่างเดี่ยว โดยไม่อาศัยอุปัชฌารสมาธิ และอัปนาสมาธิเลย คือผู้ดำเนินไปสู่มรรค ผล และนิพพาน ด้วยวิปัสสนาล้วนๆ บุคคลประเภทนี้ มีขณิกสมาธิอย่างเดี่ยวเป็น จิตตวิสุทธิ

จากข้อความข้างต้นนี้แสดงว่า วิปัสสนายานิกไม่จำเป็นต้องเจริญอุปัชฌารสมาธิหรืออัปนาสมาธิ เจริญเพียงขณิกสมาธิเท่านั้น และขณิกสมาธิก็สามารถทำให้เกิดจิตตวิสุทธิจนกระทั่งบรรลุมรรคผลได้

คำกล่าวที่ว่า “เขาย่อมกำหนดรู้สมาธิหรือธรรมที่เกิดพร้อมกับสมาธินั้น โดยสภาพไม่เที่ยงเป็นต้น” แสดงวิธีการเจริญวิปัสสนาของสมถยานิกว่า เขาควรกำหนดรู้สมาธิ หรือจิตเจตสิก มีปีติเจตสิกเป็นต้นที่เกิดพร้อมกับสมาธิ

แม้คำกล่าวที่ว่า “โดยสภาพไม่เที่ยงเป็นต้น” จะระบุถึงวิปัสสนาญาณตั้งแต่สัมมสนญาณเป็นต้นไป โดยความเป็นพระไตรลักษณ์ แต่วิปัสสนาญาณ ๒ อย่างแรก คือ นามรูปปริจเฉทญาณ ปัญญาหยั่งเห็นการจำแนกรูปและนาม และปัจจุปัจจุปริคคญาณ ปัญญาหยั่งเห็นเหตุปัจจัยของรูปนาม ก็ได้รับการกล่าวไว้โดยปริยาย แท้จริงแล้วญาณทั้งสองนี้มีได้เกิดก่อนจะเจริญสมถภาวนา เมื่ออนิจจานุปัตตนาเป็นต้นก็เกิดขึ้นไม่ได้โดยปราศจากญาณข้างต้น หมายความว่า สมถยานิกได้เจริญสมถะแล้วกำหนดรู้รูปนามด้วยญาณทั้งสองนี้ ต่อจากนั้นจึงกำหนดรู้โดยความไม่เที่ยงเป็นต้น ดังนั้น คำนี้จึงเป็นสำนวนภาษาอย่างหนึ่งที่เรียกว่า ปธานนัย คือ สำนวนที่กล่าวถึงสิ่งที่เป็นประธาน แต่มุ่งให้หมายถึงสิ่งอื่นๆ ที่ไม่เป็นประธาน ซึ่งในที่นี้เป็นกรกล่าวถึงสิ่งที่เป็นประธานคืออนิจจานุปัตตนาเป็นต้น แต่เจตนาหมายถึงญาณทั้งสองข้างต้นอีกด้วย เหมือนคำว่า “ราชาอาคจุลดิ” พระราชาเสด็จมา ซึ่งหมายถึงการเสด็จมาของพระราชาและข้าราชการบริพารอื่นๆ ถ้าถืออนิจจานุปัตตนาเป็นต้นเกิดได้ก่อนวิปัสสนาญาณสองอย่างแรก ก็จะขัดแย้งกับคัมภีร์ปฏิสัมภทามรรคและอื่นๆ<sup>๒๐</sup> ที่ได้กล่าวถึงวิปัสสนาญาณ<sup>๒๑</sup> เหล่านั้นเป็นลำดับแรก

<sup>๒๐</sup> ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑/๒.

<sup>๒๑</sup> ส.นิ.อ. (ไทย) ๒/๓๓/๗๗, ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖๑-๖๒/๕๕-๑๐๒.



### ๓. แนวปฏิบัติของวิปัสสนาญาณิก

วิปัสสนาญาณิก ที่เริ่มเจริญวิปัสสนาเป็นลำดับแรก เจริญวิปัสสนาก็คือ เจริญสติปัฏฐาน ๔<sup>๒๒</sup> โดยมีได้เจริญสมถภาวนามาก่อนนั้น ควรกำหนดรู้รูปนามมีธาตุ ๔ คือ จตุธาตุวัตถาน ก่อนแล้วอบรมให้เกิดวิปัสสนาขณิกสมาธิซึ่งมีอำนาจกำจัดนิวรณ์ได้เช่นเดียวกับอุปจารสมาธิ และเมื่อขณิกสมาธิมีกำลังกล้าแข็งมากขึ้นก็จะเกิดวิปัสสนาปัญญาที่รู้เห็น รูปนามอย่างชัดเจนโดยปราศจาก สมมติบัญญัติใดๆ คือนามรูปปัจเจกญาณ<sup>๒๓</sup> เป็นต้น

ส่วนโยคีบางคนในพระศาสนานี้มิได้เจริญสมถะตามประเภทที่กล่าวไว้แล้ว ย่อมกำหนดรู้อุปาทานขันธ ๕ โดยความไม่เที่ยงเป็นต้น ปัญญาที่ชื่อว่า วิปัสสนา เมื่อมีความบริบูรณ์แห่งวิปัสสนา สมาธิที่ทำให้จิตมีอารมณ์เดียว ย่อมเกิดขึ้นแก่เขา เพราะธรรมซึ่งเกิดขึ้นในวิปัสสนาจิตนั้นละอารมณ์ภายนอกเสียได้ สมาธิที่ชื่อว่า สมถะ โดยประการดังนี้ วิปัสสนาย่อมเกิดก่อนสมถะย่อมเกิดในภายหลัง ดังนั้น จึงกล่าวว่า ‘เจริญสมถะโดยมีวิปัสสนานำหน้า’ เมื่อเขาเจริญสมถะโดยมีวิปัสสนานำหน้า มรรคย่อมเกิดขึ้น เขาย่อมเสพเจริญอบรมมรรคนั้น เมื่อเขาเสพเจริญอบรมมรรคนั้นอยู่ตั้งโยชน์ย่อมถูกละ อนุสัยย่อมหมดสิ้นไป”

พระภิกษุจารย์อธิบายไว้ในคัมภีร์ฎีกา<sup>๒๔</sup>ว่า วิปัสสนาญาณิกมิได้เจริญสมถกรรมฐานจนได้บรรลุปุจฉารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิมาก่อน แต่เริ่มเจริญขณิกสมาธิเป็นลำดับแรก และยังให้เกิดนามรูปปัจเจกญาณและปัจเจกยปริคคญาณซึ่งแสดงไว้โดยประธานนัย แล้วจึงกำหนดรูปรูปนามโดยไม่เที่ยง ฯลฯ ตั้งแต่สัมมสนญาณ<sup>๒๕</sup> เป็นต้นไป

จากการศึกษาพบว่า นอกจากนี้ ท่านได้อธิบายเพิ่มเติมว่า เมื่อวิปัสสนาแก่กล้าแล้วสมถะคือสมาธิจึงเกิดขึ้นได้ วิปัสสนาที่แก่กล้า คือ วุฏฐานคามินีวิปัสสนา ส่วนสมถะในที่นี้ คือ มรรคสมาธิ แต่ในสมถปุพพังคมนัย คือนัยที่มีสมถะเกิดก่อนและวิปัสสนาที่เกิดภายหลัง เป็นโลกียธรรมเหมือนกัน ฉันทใด แม้ในวิปัสสนาปุพพังคมนัย คือนัยที่มีวิปัสสนาเกิดก่อนและสมถะที่เกิดในภายหลังก็ควรเป็นโลกียธรรมเหมือนกัน ฉันทนั้น ด้วยเหตุนี้ สมถะในที่นี้จึงควรเป็นขณิกส

<sup>๒๒</sup> พรรณราย รัตนไพฑูรย์, “การศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชฆานูณี (โศลก ญาณสิทธิ)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๘๑.

<sup>๒๓</sup> สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ ป.ธ.๘.), อริยวังสปฏิปทา, หน้า ๕๘.

<sup>๒๔</sup> ม.ฎีกา (ไทย) ๑/๒๕๗.

<sup>๒๕</sup> ส.นิ.อ. (ไทย) ๒/๓๓/๗๗, พ.ป. (ไทย) ๓๑/๖๑-๖๒/๕๕-๑๐๒.

มาริที่ประกอบกับวิปัสสนาญาณ แม้คัมภีร์อรรถกถาของอังคุตตรนิกายก็กล่าวว่า“ผู้บำเพ็ญเพียรกระทำวิปัสสนาให้เป็นเบื้องต้น คือทำให้เกิดขึ้นก่อนแล้วเจริญสมาธิ หมายความว่า ผู้บรรลุนิวิปัสสนาญาณโดยปกติจะดำรงอยู่ในวิปัสสนา แล้วจึงเกิดสมาธิ”<sup>๒๖</sup>

#### ๔. วิปัสสนาญาณ ๓ ระดับ

วิปัสสนาญาณนั้นมี ๓ ระดับ มีอธิบายดังต่อไปนี้

๑. ญาณระดับสูง หมายถึง กังคญาณเป็นต้นไป ขณิกสมาธิที่ประกอบด้วยญาณนี้เป็นสมาธิแก่กล้า ดังข้อความในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค<sup>๒๗</sup>ว่า วลลภขณุปฏฐานกตต ความตั้งมั่นที่ปรากฏโดยลักษณะดับไป และข้อความในคัมภีร์วิสุทธิมรรค<sup>๒๘</sup> ที่แสดงเรื่องกังคญาณ

๒. ญาณระดับกลาง หมายถึง อุทัพพญาณ ขณิกสมาธิที่ประกอบด้วยญาณนี้เป็นสมาธิปานกลาง ดังคัมภีร์วิสุทธิมรรค<sup>๒๙</sup> กล่าวถึงญาณนี้ว่า ตรุณวิปัสสนา วิปัสสนาญาณที่ยังไม่แก่กล้า และกล่าวถึงผู้ถึงพร้อมด้วยญาณนี้ว่า อารทวิปัสสก ผู้ปรารถนาวิปัสสนา ทั้งสอดคล้องกับพระบาลี<sup>๓๐</sup> ที่กล่าวถึงองค์คุณของนักปฏิบัติ ๕ ประการในข้อสุดท้ายว่าเป็นผู้ตามเห็นความเกิดขึ้นและดับไป ความจริงแล้วญาณนี้เป็นวิปัสสนาญาณขั้นแรกในญาณที่แก่กล้าบริบูรณ์

๓. ญาณระดับต่ำ หมายถึง นามรูปปริจเฉทญาณ และปัจฉยปริคคหญาณ ขณิกสมาธิที่ประกอบด้วยญาณนี้เป็นสมาธิขั้นต่ำ อย่างไรก็ตาม นีวรณ ๕ ย่อมไม่เกิดขึ้นในขณะที่กำหนดรู้สภาวะธรรม ในขณะที่วิปัสสนาจิตจะหมดจดปราศจากนิวรณ ญาณทั้งสองนี้จึงเกิดขึ้นหยั่งเห็นสภาวะลักษณะ คือ ลักษณะเฉพาะของรูปนามได้ แม้ขณิกสมาธิในญาณระดับนี้ก็มีกำลังเทียบเท่ากับอุچارสมาธิเช่นกัน มิฉะนั้นแล้วก็ไม่อาจหยั่งเห็นรูปนามตามความเป็นจริง สมาธินี้จึงจัดเป็นจิตตวิสุทธิ ซึ่งเกื้อกูลแก่ญาณทั้งสองนั้น

<sup>๒๖</sup> อัง.อ. (บาลี) ๒/๓๕๑, บาลีว่า วิปัสสนิ ปุพฺพกมฺ ปุเรจิริกํ กตฺวา สมถํ ภาเวติ. ปกคิยาวิปัสสนาลาภี วิปัสสนาย จตฺวา สมาริ อฺปฺปาเทตฺติ อตุโถ.

<sup>๒๗</sup> ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๑๕๕/๒๗๕.

<sup>๒๘</sup> คูรายละเอียดยใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๓๑๗.

<sup>๒๙</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๓๐๔.

<sup>๓๐</sup> คูรายละเอียดยใน ม.ม. (บาลี) ๑๓/๓๔๔/๓๒๘.

ในบรรดาวิปัสสนาญาณมีนามรูปปริจเฉทญาณเป็นต้น การละโทษนั้น ๆ ย่อมมีด้วยวิปัสสนาญาณนั้น ๆ เพราะเป็นปฏิบัติต่อกันเหมือนการจัดความมืดด้วยแสงประทีป กล่าวคือการละสักกายทิฏฐิด้วยการกำหนดรูปนาม การละทิฏฐิที่เห็นว่าไม่มีเหตุหรือเห็นว่ามีเหตุที่ไม่สมควรด้วยการกำหนดรู้ปัจจัย การละความยึดมั่นอารมณ์ที่เป็นสังขารธรรมด้วยโคตรภู ทั้งหมดนี้ชื่อว่า ตทังคปหาน การละด้วยเหตุคือวิปัสสนานั้น ๆ”

เมื่อขณิกสมาธิแก่กล้ามากขึ้น ความตั้งมั่นแห่งจิตเหมือนฉนวนในสมถภาวนาย่อมเกิดขึ้น แม้อารมณ์ที่เป็นรูปนามจะเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพที่ปรากฏชัด ความตั้งมั่นก็คงอยู่เช่นนั้น ลำดับจิตที่เกิดก่อนและลำดับจิตที่ภายหลังมีกำลังทัดเทียมกัน สมาธิดังกล่าวต่างจากฉนวนในสมถภาวนาคือฉนวนในสมถภาวนารับรู้อารมณ์บัญญัติอย่างเดียว ไม่ปรากฏความเป็นรูปนาม ทั้งปราศจากสภาวะของพระไตรลักษณ์ แต่สมาธิของวิปัสสนารับรู้อารมณ์ปัจจุบันที่เปลี่ยนแปลงได้บ้าง ทั้งปรากฏความเป็นรูปนาม เมื่อญาณแก่กล้าขึ้นก็จะยังเห็นพระไตรลักษณ์ที่รู้เห็นความเกิดดับเป็นต้น

ในคัมภีร์มหาภูทิกาวา“คำว่า ขณิกจิตเตกคุดตา มีความหมายว่า สมาธิที่ตั้งอยู่ชั่วขณะ โดยแท้จริงแล้ว สมาธินั้นดำเนินไปในอารมณ์ด้วยอาการเดียวอย่างต่อเนื่อง ไม่ถูกนิเวศน์ที่เป็นปฏิบัติกันครอบงำ ย่อมตั้งจิตไว้มั่นเหมือนฉนวนสมาธิที่ยังลงแล้ว”<sup>๓๑</sup>

ข้อความข้างต้นเป็นคำอธิบายที่พระภูทิกจารย์สนับสนุนข้อความในคัมภีร์อรรถกถาของมหาสติปัฏฐานสูตรที่กล่าวว่า วิปัสสนาจิตตั้งมั่นได้ด้วยขณิกสมาธิในการเจริญอานาปานะว่า จิตตสมาทหโต ผู้ตั้งจิตไว้มั่น<sup>๓๒</sup> โดยชี้ให้เห็นว่านอกจากสมาธิที่เป็นอุปจาระและอัปปนาแล้ว แม้วิปัสสนาขณิกสมาธิก็สามารถตั้งจิตไว้มั่นได้เช่นกันและดำเนินไปในอารมณ์ด้วยอาการอย่างต่อเนื่อง แสดงว่า เมื่อขณิกสมาธิมีกำลังเทียบเท่าอุปจารสมาธิ นิเวศน์ ๕ นั้นย่อมไม่เกิดขึ้น การกำหนดย่อมดำเนินไปอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ ไม่ถูกนิเวศน์ที่เป็นปฏิบัติกันครอบงำ ย่อมตั้งจิตไว้มั่นเหมือนฉนวนสมาธิที่ยังลงแล้ว หมายความว่า ขณิกสมาธิที่เกิดพร้อมกับอุทัพพญาณและกัมมญาณเป็นต้นไป มีกำลังมากกว่าขณิกสมาธิในญาณต้นๆ โดยกำลังเทียบเท่าอัปปนาสมาธิในสมถภาวนา ขณิกสมาธินี้ไม่ถูกนิเวศน์ครอบงำ และสามารถให้จิตตั้งมั่นเหมือนอัปปนาสมาธิ

<sup>๓๑</sup> วิสุทธิ. ภูทิกา (บาลี) ๑/๔๐๕, บาลีว่า ขณิกจิตเตกคุดตาติ ขณมตตภูจิตติโก สมาธิ. โสปี หิ อารมมณเณ นิรุตฺตริ เอกกาเรน ปวตฺตมโน ปฏิปฺกฺเขน อนภิกฺโกโต อปฺปิโต วิย จิตฺตํ นิจฺจลํ จเปติ.

<sup>๓๒</sup> วิสุทธิ. ภูทิกา (บาลี) ๑.๓๑๔.

สรุปความว่า วิปัสสนาญาณิกไม่เจริญอุปจารสมาธิหรืออัปนาสมาธิ แต่เริ่มเจริญวิปัสสนาโดยกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เป็นรูปนามได้ทันที ต่อมาวิปัสสนาญาณย่อมเกิดขึ้น เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าขึ้นตั้งแต่อุทฺทยัพพญาณเป็นต้นไปแล้ว สมาธิก็จะตั้งมั่นกว่าเดิม อารมณ์ของวิปัสสนาเมื่อว่าโดยย่อคือ กาย เวทนา จิต ธรรม<sup>๓๓</sup>

ข้อความที่แสดงถึงสมถปุพฺพังคมนัยและวิปัสสนापุพฺพังคมนัย ซึ่งพบในคัมภีร์อรรถกถาดังที่กล่าวมานี้ สอดคล้องกับข้อความในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรคว่า“ชื่อว่า วิปัสสนา เพราะเป็นสภาพยังเห็นรูปว่าไม่เที่ยง เพราะเป็นสภาพยังเห็นรูปว่าเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน การละอารมณ์ภายนอก ความมีอารมณ์เดียวแห่งจิต ความไม่ซัดส่ายของธรรม ที่เกิดในวิปัสสนาจิตนั้น ชื่อว่าสมาธิ โดยประการดังนี้ วิปัสสนาย่อมเกิดก่อน สมถะย่อมเกิดในภายหลัง จึงกล่าวว่ “เจริญสมถะโดยวิปัสสนานำหน้า”<sup>๓๔</sup>

ในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค<sup>๓๕</sup> นอกจากสมถปุพฺพังคมนัยและวิปัสสนापุพฺพังคมนัยแล้วยังกล่าวถึงยฺคนัทธนัย คือ นัยประกอบกันเป็นคู่ และธัมมุตฺถจฺปหานนัย คือ นัยละความฟุ้งซ่านในสภาวะธรรม นัยทั้งสองนี้นับเข้าในสมถปุพฺพังคมนัยและวิปัสสนापุพฺพังคมนัยเช่นกัน ในคัมภีร์อรรถกถาจึงแสดงไว้เพียงสองนัยเท่านั้น

ยฺคนัทธนัย แปลว่า “นัยประกอบกันเป็นคู่” หมายความว่า นักปฏิบัติผู้บรรลุฌานได้เจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไปตามลำดับฌาน โดยเข้าปฐมฌานแล้วเจริญวิปัสสนากำหนดรู้ฌานจิต หลังจากนั้นจึงเข้าทุติยฌาน โดยเข้าปฐมฌานแล้วเจริญวิปัสสนากำหนดรู้ฌานจิต หลังจากนั้นจึงเข้าทุติยฌานและกำหนดรู้ฌานจิตอีก เขาเข้าฌานตามลำดับพร้อมกับเจริญวิปัสสนาเมื่อออกจากฌานนั้น ๆ จนกระทั่งบรรลุมรรค นัยนี้นับเข้าในสมถปุพฺพังคมนัย เพราะเจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะเป็นเบื้องหน้า

<sup>๓๓</sup> พระครูประคุณสรกิจ, “การศึกษาการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักวิเวกอาศรม”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๔๓.

<sup>๓๔</sup> ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๔/๓๑๑, บาลีว่า รูปิ อนิจฺจโต อนุปฺสฺสนญฺเณ วิปฺสฺสนา. รูปิ. ทฺกฺขโต อนฺตโต อนุปฺสฺสนญฺเณ วิปฺสฺสนา. ตตฺถ ชาตานิ ฌมฺมานิ จ โวสฺสคารมฺมณฺตา จิตฺตสฺส เอกกฺกตา อวิกฺเขโป สมาธิ. อิติ ปจฺมํ วิปฺสฺสนา, ปจฺจฺจ สมฺโถ. เตน วุจฺจติ วิปฺสฺสนापุพฺพํ สมถํ ภาเวตีติ.

<sup>๓๕</sup> ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๕/๓๑๑, ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๖/๓๑๕.

สัมมุตตัจจะปหานนัย แปลตามศัพท์ว่า “นัยละความฟุ้งซ่านในสภาวะธรรม” หมายความว่า เมื่อวิปัสสนูปกิเลสคือโอภาส (แสงสว่าง) เป็นต้นเกิดขึ้นในขณะบรรลุอุท্থัพพญาณแก่สมถยานิกหรือวิปัสสนายานิก ขณะนั้นนักปฏิบัติอาจสำคัญคิดว่าโอภาสเป็นต้นนั้นเป็นคุณธรรมพิเศษคือมรรคผล และสำคัญว่าตนนั้นได้บรรลุมรรคผลแล้ว ความสำคัญเช่นนี้เป็นความฟุ้งซ่านในสภาวะธรรม เมื่อเกิดความฟุ้งซ่านอย่างนี้ รูปนามที่เคยปรากฏชัดก็จะไม่ชัดเจน การกำหนดรู้ย่อมขาดช่วงไม่ต่อเนื่อง ในขณะที่นักปฏิบัติไม่ควรใส่ใจต่อโอภาสเป็นต้น แต่ควรกำหนดรู้รูปนามตามเดิม เมื่อกำหนดดังนี้ ความฟุ้งซ่านในสภาวะธรรมจะอันตรธานไป รูปนามย่อมปรากฏชัดเจนเหมือนก่อน การกำหนดรู้จะตั้งมั่นอยู่ในรูปนามที่เป็นอารมณ์ภายในเท่านั้น จากนั้นวิปัสสนาญาณย่อมแก่กล้าตามลำดับจนกระทั่งบรรลุมรรคญาณ นัยดังกล่าวนี้นับเข้าสมถปุพพังคมนัยและวิปัสสนापुพพังคมนัยทั้งสอง เพราะเนื่องด้วยสมถยานิกและวิปัสสนายานิกพระอรธรรคทายจารย์จึงกล่าวถึงภาวนนัยไว้สองประการเท่านั้น

จากการศึกษาพบว่า ด้วยเหตุนี้ วิปัสสนายานิกจึงไม่จำเป็นต้องเจริญสมถภาวนาเพื่อให้เกิดจิตตวิสุทธิ แต่ควรเจริญวิปัสสนาได้ทันที และขณิกสมาธิที่เกิดขึ้นเมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าก็เป็นจิตตวิสุทธิของบุคคลนั้น

#### ๔.๒.๓ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง การเห็นแจ้งสิ่งทั้งปวงด้วยปัญญา จนสามารถทำอัสวะกิเลสทุกอย่างให้หมดสิ้นไปโดยสิ้นเชิง ไม่มีส่วนเหลือ เช่น ฐู่ในหลักอริยสัจ ๔ คือ ฐู่ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรคโดยอาการ ๑๒ หรือว่า การรู้ชัดแจ้งซึ่งสาทะ (ส่วนดี) ของเบญจขันธ์ และเห็นอาทีนว (ส่วนเสียหรือโทษ) แล้วหาทางรอดพ้น<sup>๓๖</sup> การปฏิบัติวิปัสสนาจึงเป็นการอบรมปัญญาเพื่อให้เห็นแจ้งสิ่งทั้งหลายให้ตรงต่อสภาวะ กล่าวคือ ให้เข้าใจตามความจริง การมีปัญญาเพื่อให้รู้แจ้งตามสภาวะที่เป็นจริงนั้น นอกจากจะต้องมีสมาธิเป็นบาทฐานแล้ว ต้องมีความเพียรอย่างพร้อมมูล เพื่อชำระจิตใจให้ปลอดจากนิวรณ์เสียก่อน

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จึงมุ่งไปที่การเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ ซึ่งเป็นหลักใหญ่ของการตั้งสติกำหนด ซึ่งเป็นการครอบคลุมแนวการปฏิบัติทั้งหมด สติปัฏฐานเป็นหลักให้เกิดสติเพื่อเจริญวิปัสสนา จึงกล่าวได้ว่า การเจริญสติปัฏฐาน ๔ กับ การเจริญวิปัสสนากรรมฐานเป็นอัน

<sup>๓๖</sup>พระมหาเจี้มทอง ดนุติปาโล (ฤทธิลือไกร), “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวทางของ พระโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปถัมภ์)” , (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑.

เดียวกัน เจริญวิปัสสนาก็คือ เจริญสติปัฏฐาน ๔ นั้นเอง<sup>๓๑</sup> เพราะเวลาปฏิบัติวิปัสสนานั้น อารมณ์ อารมณ์ของกัมมัฏฐานโดยย่อ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม นั้นเอง จึงเห็นได้ว่าไม่พ้นไปจากแนว การปฏิบัติของสติปัฏฐานนี้แต่อย่างใด

สติปัฏฐาน แปลว่า ที่ตั้งของสติ หรือการใช้สติเข้าไปตั้งอยู่ มีสติกำกับอยู่<sup>๓๒</sup> เพื่อให้ เกิดผล คือ มีสติสัมปชัญญะมากที่สุด สติปัฏฐานเป็นวิธีปฏิบัติในขั้นต้น หรือเป็นด่านแรกที่ต้อง ทำให้สมบูรณ์ เพื่อให้องค์ธรรมอื่นๆ ตามมาเพราะโดยหลักความเป็นจริง เมื่อปฏิบัติอยู่ในสติปัฏ ฐานทั้ง ๔ นี้ องค์ธรรมอื่นๆ ที่เป็นโพธิปักขิยธรรม จะเกิดขึ้นตามมาเรื่อยๆ จนถึงขั้นสมบูรณ์อยู่ใน ตัวเอง สติปัฏฐานจึงเป็นหลักใหญ่ที่จะทำให้มีสติสมบูรณ์ จึงได้ชื่อว่าเป็นที่ตั้งของสตินั้นเอง พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความ บริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อดวงโศกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือ สติปัฏฐาน<sup>๓๓</sup> การเจริญสติปัฏฐานนี้ได้รับความนิยมนมาก เพราะมี การเจริญทั้ง สมถะและวิปัสสนาอยู่ในคราวเดียวกัน วิธีการปฏิบัติที่สำคัญๆเมื่อสรุปแล้ว สามารถ แบ่งออกเป็น ๔ อย่าง คือ

- ๑) การเจริญสมาธิจนได้ฌานก่อนแล้ว ภายหลังมาเจริญวิปัสสนา
- ๒) การเจริญสมาธิเพียงขั้นต้นเท่าที่จำเป็น แล้วเจริญวิปัสสนา
- ๓) การเจริญไปพร้อมๆกัน ทั้งสมาธิและวิปัสสนา
- ๔) เมื่อเจริญสมาธิและวิปัสสนาไป เกิดวิปัสสนูปกิเลส ภายหลังรู้ตัว ไม่หลงทาง และสามารถปฏิบัติสู่หนทางที่ถูกต้องได้<sup>๓๔</sup>

การเจริญสมถะและวิปัสสนา จะเจริญวิธีใดก่อนก็ได้ เพราะทุกวิธีล้วนแต่อยู่ในข้อ ปฏิบัติของสติปัฏฐานนี้ทั้งหมด เพราะสติปัฏฐานเป็นหลักใหญ่ มีความครอบคลุมการประพฤติ ปฏิบัติในพระพุทธศาสนาทุกด้าน ยกเว้นแต่ปฏิบัติออกนอกทางจากคำสอนของพระพุทธเจ้า เท่านั้น หลักสำคัญของการปฏิบัติในสติปัฏฐาน ๔<sup>๓๕</sup> คือ

<sup>๓๑</sup> พระธรรมราช รัตนไพฑูรย์, “ การศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวสติปัฏฐาน ๔”, ๒๕๔๓, หน้า ๘๑.

<sup>๓๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์, (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๘๑๐.

<sup>๓๓</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๓๔</sup> คูรายละเอียดใน ชุ.ป. (บาลี) ๓๑/๑/๓๐๖-๓๐๗, ชุ.ปา. (ไทย) ๓๑/๑/๔๑๓.

<sup>๓๕</sup> คูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๔-๔๐๕/๓๐๒-๓๔๐, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔-๔๐๕/๓๐๒-๓๔๐.

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๔๒</sup> การพิจารณากาย หรือตามคู้รู้ทันกาย เพื่อให้รู้ตามความเป็นจริงว่า กายก็สักแต่ว่ากายที่เกิดจากเหตุปัจจัยต่างๆ ไม่ใช่สัตว์ ตัวตน บุคคล เรา เขา มี ๖ หมวด คือ เป็นทั้งสมณะและวิปัสสนา

๑.๑) อานาปานสติ คือ ไปในที่สงบ นั่งขัดสมาธิ ตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก โดยอาการต่างๆ เช่น การหายใจเข้าออก สั้นยาว หยิบละเอียด และสามารถทำลมให้ระงับ เป็นทั้งสมณะและวิปัสสนา

๑.๒) กำหนดอิริยาบถ คือ เมื่อยืน เดิน นั่ง นอน หรือร่างกายอยู่ในอาการอย่างใดๆ ก็รู้ชัดในอาการที่เป็นอยู่นั้น มีสติกำหนดอยู่ทุกอิริยาบถ ไม่หลงลืมสติ เป็นวิปัสสนาล้วน

๑.๓) มีสัมปชัญญะ คือ สร้างสัมปชัญญะ ในการกระทำทุกอย่าง และความเคลื่อนไหวที่ตนเองกระทำอยู่ เช่น การก้าวเดินการเหลียวมอง การเหยียดมือ นุ่งห่มผ้า กิน ดื่ม เคี้ยว ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ การตื่น การหลับ การพูด การนั่ง เป็นต้น ล้วนแต่มีสติกำหนดรู้ทั้งหมด เป็นวิปัสสนาล้วน

๑.๔) ปฏิกูลมนสิการ คือ การพิจารณาร่างกายของตนตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไปเบื้องบน และตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มโดยรอบ เต็มไปด้วยของไม่สะอาด มีอยู่ในร่างกาย เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง กระดูก หัวใจ ม้าม ไต เป็นต้น ล้วนแต่เป็นของปฏิกูลไม่สะอาด ทั้งนั้น เป็นทั้งสมณะและวิปัสสนา

๑.๕) ธาตุมนสิการ คือ พิจารณาร่างกายของตน ให้เห็นว่ากายนี้ มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ แยกออกเป็นส่วนๆ เพื่อให้เห็นร่างกายของเราไม่ใช่ตัวตน แต่มีส่วนประกอบหลายประการ ที่เป็นธาตุปรุงแต่งอยู่ เหมือนคนฆ่าโค แล้วนึ่งฆ่าแหละเนื้อออกเป็นชิ้นๆที่ ๔ แยกเป็นวิปัสสนาล้วน

๑.๖) นวสีวธิกา คือ มองเห็นศพที่อยู่ในสภาพต่างๆ โดยระยะเวลา ๘ ระยะ คือ

๑) ศพขึ้นอืด มีน้ำเหลืองเฟะ

๒) ศพที่ถูกสัตว์กัดกิน

๓) ศพที่ยังมีเป็นโครงกระดูก ไม่มีเนื้อ แต่มีเลือดมีเอ็นริงรัดอยู่

๔) ศพที่เป็นโครงกระดูก ไม่มีเนื้อ แต่มีเลือด เอ็นริงรัด

๕) ศพที่เป็นโครงกระดูก ไม่มีเนื้อ เลือด เอ็นริงรัดอยู่

๖) ศพที่เป็นท่อนกระดูก ไม่มีเอ็นริงรัด ได้กระจัดกระจายไป

<sup>๔๒</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๕/๒๒๒, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๐๕/๒๔๘.

๗) ศพที่เป็นท่อนกระดูก สีขาวเหมือนสังข์

๘) ศพที่เป็นกระดูกกองอยู่ด้วยกันเกินกว่าปี

๙) ศพที่มีกระดูกเปื่อยผุพังเป็นผง เมื่อมองดูเห็นลักษณะอาการอย่างไร ก็น้อมรำลึกถึงว่า ภายของเรานี้ ย่อมเป็นอย่างนี้ไม่สามารถล่วงพ้นไปได้ ซึ่งจะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนดความยึดถือในร่างกายได้ เป็นสมณะล้วน

ในการเจริญกายนุสสนาสติปัญญา ทั้ง ๖ ประการนี้พิจารณาโดยกำหนดให้เห็นว่า กายนี้มีอยู่ เพียงเพื่อรู้ไว้เท่านั้นเพียงเพื่อระลึกไว้เท่านั้น ไม่ใช่เพื่อให้เกิดความยึดมั่น ถือมั่นเมื่อระลึกอย่างนี้ก็ทำให้ตัณหาและทิวฐิอาศัยอยู่ไม่ได้ ทำให้ไม่ยึดถือสิ่งใดๆในโลก

๒) เวทนานุสสนาสติปัญญา<sup>๓๓</sup> คือ การตามรู้เท่าทันเวทนา เมื่อเกิดเวทนาอย่างไร อย่างหนึ่ง กล่าวคือ เกิดความรู้สึกสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี ไม่ทุกข์ไม่สุข หรืออาการเฉย ๆ ก็ดี ทั้งชนิดที่มีอามิส คือ เวทนาที่มีสิ่งปรุงแต่ง และไม่มีอามิส คือ เวทนาที่ไม่มีสิ่งปรุงแต่ง ก็รู้เท่าทันตามที่เป็นจริงชัดอยู่ในความรู้สึกนั้น ๆ โดยไม่หลงยินดี ในเวทนาอย่างใด อย่างหนึ่ง ในการเจริญเวทนานุสสนาสติปัญญา เป็นการพิจารณาให้เห็น เวทนานั้น ๆ มีอยู่ เพียงเพื่อรู้ไว้ เพียงเพื่อระลึกไว้เท่านั้น ไม่ใช่ให้ยึดถือในเวทนา เมื่อไม่ยึดถือ ตัณหาและทิวฐิอาศัยอยู่ไม่ได้ ทำให้ไม่ยึดถือสิ่งใด ๆ ในโลก เป็นวิปัสสนาล้วน ๆ

๓) จิตตานุสสนาสติปัญญา<sup>๓๔</sup> การตามดู ตามรู้ พิจารณาเห็นจิต และการทำงานของจิตในลักษณะเป็นธรรมชาติที่มีการเกิดดับสืบต่อกันไปตลอดเวลา<sup>๓๕</sup> การตามรู้เท่าทันให้ทันจิตขณะนั้นจิตเป็นอย่างไร มีอาการอย่างไร ก็รู้ให้ชัดว่า จิตเป็นอย่างไร มีอาการอย่างนี้ เช่น จิตมีราคะ ก็รู้ว่าจิตมีราคะ จิตมีโทสะก็รู้ว่าจิตมีโทสะ จิตมีโมหะก็รู้ว่าจิตมีโมหะ จิตฟุ้งซ่านหลุดนุ้ เป็นสมาธิ สงบ หลุดพ้น ไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดตามที่เป็นอยู่ในขณะนั้นๆ ไม่ต้องไปวิตกกังวลกับอาการจิต เพียงแต่รู้เฉยๆ ครั้นเมื่อรู้แล้ว ก็ให้พยายามแก้ไขให้ถูกต้อง เช่น มีราคะ โทสะ โมหะ ก็แก้ไขให้อาการเหล่านี้หมดไป ไม่ให้หลง เพลิดเพลินไปกับราคะ โทสะ โมหะ เพราะการหลง เพลิดเพลินนี้ ทำให้จิตติดแน่นกับกิเลสมากขึ้น แต่ถ้าไม่มีอาการเหล่านี้ มีแต่ความสงบ เบิกบาน ในธรรม มีความหลุดพ้นจากกิเลส ก็ให้รู้ชัดอีก เมื่อรู้แล้วก็ประทับระคองจิต ทำจิตให้ยินดีในธรรมยิ่งขึ้นไป ถ้ายังไม่หลุดพ้น มีแต่ฟุ้งซ่านรำคาญ ก็ต้องประทับระคองจิตเหมือนกัน คือ คอยตะล่อมให้จิตตั้งมั่นอยู่ในธรรม ไม่ออกนอกธรรม หรือถ้าจิตมีความทุกข์ก็ไม่แสวงหาสิ่งอื่นมาดับ

<sup>๓๓</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๕/๓๓๐.

<sup>๓๔</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๕/๓๓๐.

<sup>๓๕</sup> .นางสมถวิล ธนวิทยาพล, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ความคิดเรื่องจิตในพระสูตรต้นฉบับฎก”,



ความทุกข์ของจิต เช่น กาม อบายมุข เป็นต้น การเจริญจิตตานุปัตสนาสติปัฏฐาน มีสติอยู่กับอาการของจิต จิตนี้มีอยู่เพียงเพื่อรู้ไว้เท่านั้น เพียงเพื่อระลึกไว้เท่านั้น ไม่ใช่ให้ยึดถือในจิต เมื่อไม่ยึดถือ ตัณหาและทิฏฐิก็อาศัยอยู่ไม่ได้ทำให้ไม่ยึดถืออะไรสิ่งใดๆ ในโลก เป็นวิปัตสนาล้วนๆ

๔) ธรรมานุปัตสนาสติปัฏฐาน<sup>๔๖</sup> การกำหนดรู้ ดูให้เท่าทันธรรมทั้งหลาย คือ

๑) กำหนดรู้นิเวรณ คือ สิ่งที่เกิดกั้นขัดขวางการทำงานของจิต มี ๕ อย่าง ได้แก่ กามฉันทะ พยาบาทถีนมัทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิกิฉา แต่ละอย่างๆ กำหนดให้รู้ว่า นิเวรณเหล่านี้ มีอยู่ในจิตใดจนหรือไม่ ที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไร ที่เกิดแล้ว ละเสียได้อย่างไร ที่ละได้แล้ว จะไม่ให้เกิดขึ้นอีกจะทำอย่างไร ก็รู้ชัดตามที่เป็นจริงอยู่ในขณะนั้นๆ

๒) กำหนดรู้อุปาทานขันธ คือ ความยึดมั่นถือมั่นในขันธทั้ง ๕ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ แต่ละอย่างๆ ให้กำหนดรู้ว่าขันธ ๕ เป็นอย่างไร มีลักษณะอาการอย่างไร เกิดขึ้นได้อย่างไร คับไปอย่างไร ก็ให้รู้ชัดถึงความเกิดดับ ตามที่เป็นจริงอยู่ทุกขณะ

๓) กำหนดรู้อายตนะ คือ รู้ชัดอายตนะภายใน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อายตนะภายนอก ได้แก่ รูปเสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ แต่ละอย่างๆ รู้ชัดถึงสังโยชน์ที่อาศัยอายตนะเหล่านั้นเกิดขึ้น รู้ชัดว่าสังโยชน์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นได้อย่างไร ที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้อย่างไร ที่ละได้แล้ว จะไม่ให้เกิดขึ้นอีก จะทำอย่างไร ก็ต้องรู้ให้ชัดตามวิธีนั้นๆ

๔) กำหนดรู้โพฆณงค์ คือ องค์แห่งการตรัสรู้ทั้ง ๗ ได้แก่ สติ ธรรมวิจยะ วิริยะ ปิที ปัสสัทธิ สมานิ อุเบกขา แต่ละอย่างๆ ว่า มีอยู่ในจิตใจของตนเองหรือไม่ ที่ยังไม่เกิด จะทำให้เกิดขึ้นได้อย่างไร เมื่อเกิดขึ้นแล้ว จะให้เจริญเต็มที่บริบูรณ์จะทำอย่างไร ก็ต้องรู้ให้แจ่มชัดตามวิธีนั้น

๕) กำหนดรู้อริยสัจ คือ รู้ชัดถึงความจริงอันประเสริฐ ๔ อย่าง คือ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่คือทุกข์ มีลักษณะอาการเป็นอย่างนี้ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่านี่คือ เหตุให้เกิดทุกข์ มีสาเหตุจากเหตุปัจจัยอย่างนี้ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่คือ ความดับแห่งทุกข์ คือ ตัณหา เมื่อจะดับ ต้องดับที่ต้นเหตุแห่งทุกข์ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่านี่คือ ข้อปฏิบัติ เพื่อให้ถึงความดับแห่งทุกข์ ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งจะนำ ผู้ปฏิบัติให้ถึงความดับแห่งทุกข์ ผู้มีความแน่วแน่ต่อการปฏิบัติตามนี้ โดยไม่ลังเลสงสัย ไม่ต้องเชื่อตามคนอื่น แต่รู้ อยู่ เห็นอยู่ด้วยตัวของตนเอง การเจริญธรรมานุปัตสนาสติปัฏฐาน มีสติระลึกให้เห็นธรรมทั้งหลายเหล่านั้น มีอยู่เพียงเพื่อรู้เพียงเพื่อระลึกไว้เท่านั้น ไม่ใช่ให้ยึดถือมั่นในธรรมทั้งหลาย เมื่อไม่ยึดถือ ตัณหา และทิฏฐิก็จะอาศัยอยู่ไม่ได้ทำให้เป็นผู้มีความไม่ยึดถืออะไรสิ่งใด ๆ ในโลก เป็นวิปัตสนาล้วน ๆ

<sup>๔๖</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๕๐/๓๓๑.

อารมณ์ของวิปัสสนา หรือวิปัสสนากัมม คือ อารมณ์ที่ใช้เพื่อเจริญวิปัสสนากัมมัญฐาน ซึ่งจำแนกมาจากสติปัญฐาน ๔ นั้นเอง ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้กำหนดอารมณ์ของวิปัสสนาได้ง่ายขึ้น อารมณ์ของวิปัสสนาเมื่อว่าโดยย่อคือ กาย เวทนา จิต ธรรม แบ่งออกเป็น ๖ อย่าง<sup>๔๗</sup> คือ

๑.ขันธ คือ หมวดหมู่ของรูปธรรม และนามธรรม มี ๕ อย่าง คือ

- ๑) รูป สภาวะที่แปรปรวนแตกสลาย เพราะปัจจัยต่างๆ
- ๒) เวทนา การเสวยอารมณ์
- ๓) สัญญา การกำหนดได้หมายรู้ ความจำได้
- ๔) สังขาร สภาพที่ปรุงแต่ง
- ๕) วิญญาน ความรู้แจ้งทางอารมณ์

จากการศึกษาพบว่า ขันธ ๕ นี้ได้แก่ รูป-นาม นั่นเอง ข้อแรกเป็นรูป ข้อ ๒-๔ เป็นนาม คือ นามเจตสิกข้อ ๕ เป็นนามจิต

ขันธ ๕ นี้เป็นปรมัตถธรรม ๓ คือ จิต เจตสิก และรูป เช่น อาการหายใจเข้าหายใจออกของมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายเป็นต้น ตั้งแต่เกิดมาเคยหายใจเข้าออกอย่างไร เวลานั้นก็ยังเป็นเช่นนั้น และจะต้องเป็นเช่นนี้ต่อไปจนตลอดชีวิตทุกคนการปฏิบัติวิปัสสนาจึงให้กำหนดลมหายใจให้เป็นการตามรู้สภาวะ ครั้งแรกเริ่มรู้สึกเย็นที่จมูกซึ่งเป็นต้นลม กำหนดรู้ว่าโยธาตุลม คือรู้อาการเคลื่อนไปถึงทรวงอกซึ่งเป็นฐานที่สองเป็นการกำหนดควาโยธาตุ ลมจะเคลื่อนลงไปถึงท้อง ซึ่งเป็นฐานที่สาม ว่าโยธาตุ นั้นจะกระทบท้องจนพองเห็นคือรู้ได้ด้วยใจแล้วก็กำหนดรูปพองที่ท้องก็ได้ เมื่อรู้สีกว่าท้องพองเพราะลมกระทบก็รู้ผัสสะการกระทบถูกต้องของรูป เมื่อลมกลับออกจากท้อง ๆ ก็ยุบลง การรู้เพียงอาการเกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไปของพอง-ยุบ จึงจะเป็นวิปัสสนา เพราะอาการพอง-ยุบเป็นปรมัตถสภาวะเหมือนลมหายใจ ซึ่งเป็นไปตามธรรมชาติของขันธ แต่ถ้านั่งจ้องคู่มือว่าเมื่อไรจะพองจะยุบ หรือภาวนาว่าพอง ว่ายุบ อยู่เรื่อยไป โดยไม่จับปัจจัยของรูปนามและไม่ได้ปัจจุบันว่าไปเรื่อย ๆ พ่งท้องเป็นนิมิตก็เป็นสมณะเท่านั้น

๒.อายตนะ คือ ที่ติดต่อ แคนต่อความ เครื่องรู้ มี ๒ อย่าง คือ

- ๑) อายตนะภายใน มี ๖ อย่าง คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
- ๒) อายตนะภายนอก มี ๖ อย่าง คือ รูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปพะ ชัมมารมณ

<sup>๔๗</sup> พระครูประคุณสรกิจ, “การศึกษาการสอนวิปัสสนากัมมัญฐานตามแนวทางของสำนักวิเวกอาศรม”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๔๓.

๓. ชาติ คือ สิ่งที่ทรงสภาวะอยู่เองตามธรรมดาของเหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้นเป็นไปตาม  
ธรรมเนียม มี ๑๘ อย่าง คือ จักขุชาติ รูปชาติ จักขุวิญญาณชาติ โสถชาติ สัททชาติ  
โสตวิญญาณชาติ ฆานชาติ คันธชาติ ฆานวิญญาณชาติ ชิวหาชาติ รสชาติ ชิวหาวิญญาณชาติ  
กายชาติ โผฏฐัพพชาติ กายวิญญาณชาติ มโนชาติ ธรรมชาติ มโนวิญญาณชาติ

๔. อินทรีย์ คือ สิ่งที่เป็นใหญ่ในการทำกิจของตน มี ๒๒ อย่าง คือ จักขุนทรีย์  
โสตอินทรีย์ ฆานินทรีย์ ชิวหินทรีย์ กายินทรีย์ มนินทรีย์ อตถินทรีย์ บุรินทรีย์ ชิวดินทรีย์  
สุชินทรีย์ ทุกชินทรีย์ โสมนัสอินทรีย์ โทมนัสอินทรีย์ อุปกชินทรีย์ ลิตถินทรีย์ สตินทรีย์ วิริยินท  
ริย์ สมาชินทรีย์ ปัญฺณินทรีย์ อนัญญัตถัญญัสสามินทรีย์<sup>๔๘</sup> อัญญินทรีย์<sup>๔๙</sup> อัญญาตาวินทรีย์<sup>๕๐</sup>

๕. อริยสัจ คือ ความจริงอันประเสริฐ มี ๔ อย่าง ได้แก่

๑) ทุกข์ คือ สภาวะที่ทนอยู่ได้ยาก

๒) สมุทัย คือ เหตุให้เกิดทุกข์

๓) นิโรธ คือ ความดับแห่งทุกข์

๔) มรรค คือ หนทางที่เป็นข้อปฏิบัติเพื่อให้ถึงความดับทุกข์

๖. ปฏิจจสมุปบาท คือการเกิดพร้อมแห่งธรรมทั้งหลายเพราะอาศัยกัน ธรรมที่อาศัย  
กันเกิดขึ้น หรือสิ่งทั้งหลายอาศัยกันและกัน จึงเกิดขึ้น มี ๑๑ อากาโร คือ อวิชชา สังขาร วิญญาณ  
นามรูป สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ ความทุกข์โทมนัส<sup>๕๑</sup> ปฏิจจสมุปบาท  
เป็นหลักธรรมที่แสดงถึงความเกิดขึ้นของทุกข์ เรียกว่า สมุทวาร และความดับแห่งทุกข์ เรียกว่า  
นิโรธวาร เมื่อแสดงตั้งแต่อวิชชาจนถึงทุกข์ เรียกว่า อนุโลมเทศนา ถ้าแสดงย้อนจากปลาย  
มาหาต้น ตั้งแต่ชรามรณะมาจากชาติชาติมาจากภพ จนถึงอวิชชา เรียกว่า ปฏิโลมเทศนา

วิปัสสนาภูมิเหล่านี้ จึงเป็นบทศึกษาเพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้ใช้พิจารณา ซึ่งจะทำให้เกิด  
ความเห็นแจ้งในทางปัญญาว่า สังขารทั้งหลายเหล่านี้ เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา<sup>๕๒</sup>  
หรือว่า ธรรมทั้งหลายทั้งปวงอันใครๆ ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นโดยความเป็นตัวตนของตน<sup>๕๓</sup> โดยเห็น

<sup>๔๘</sup> อินทรีย์แห่งผู้ปฏิบัติด้วยมุ่งว่า เราจักรู้สัจธรรมที่ยังมิได้รู้ ได้แก่ โสตาปัตติมรรคญาณ.

<sup>๔๙</sup> อินทรีย์คือ อัญญาปัญญาอันหยั่งรู้ทั่วถึง ได้แก่ ญาณ ๖ ในท่ามกลาง คือ โสตาปัตติผลญาณถึง  
อรหัตตมรรคญาณ.

<sup>๕๐</sup> อินทรีย์แห่งท่านผู้รู้ทั่วถึงแล้ว กล่าวคือ ปัญญาพระอรหันต์ ได้แก่ อรหัตตญาณ.

<sup>๕๑</sup> พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ), ปฏิจจสมุปบาทจากพระโอษฐ์, พิมพ์ครั้งที่ ๖,  
(กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๖), หน้า ๘.

<sup>๕๒</sup> คุราวละเอียดใน ส.บ. (บาลี) ๑๗/๑๕/๑๕, ส.บ. (ไทย) ๑๗/๑๕/๒๕.

<sup>๕๓</sup> คุราวละเอียดใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๓๔๘/๔๒๑, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๕๐/๔๒๑.

ตั้งทั้งปวง อันเป็นของมีอยู่ตามธรรมชาติ เมื่อสรุปแล้ว กระบวนการศึกษาและปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา จึงแบ่งออกเป็น ๓ ขั้นตอน คือ

- ๑) ปรียัติธรรม ได้แก่ การศึกษาเล่าเรียนพุทธพจน์มาแล้วเป็นอย่างดี
- ๒) ปฏิบัติสัทธรรม ได้แก่ การปฏิบัติธรรมตามสมควรแก่ธรรมตามที่ตนเล่าเรียนมา
- ๓) ปฏิเวธสัทธรรม ได้แก่ การได้รับผลของการปฏิบัติ

พระสัทธรรมทั้ง ๓ อย่างนี้ เปรียบเหมือนกับเราศึกษาแผนที่ที่จะไปสู่เมือง ที่ต้องการจะไปอย่างละเอียด รู้สิ่งที่เป็นอุปสรรค รู้ที่พัก รู้ว่าเมื่อไปถึงตรงนั้นแล้ว จะต้องเลี้ยวไปทางสายนั้น แล้วจะเห็นศาลาที่พัก ต่อจากนั้นเดินไปอีกพัก ก็ถึงเมือง เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว ก็ไม่ได้หมายความว่า จะไปถึงจุดหมายได้ เพียงแต่รู้จักทางเท่านั้น เมื่อใดเดินทางไปตามที่เรียนรู้มาด้วยตนเองเท่านั้น เมื่อนั้นจึงจะถึงจุดหมายที่ต้องการได้

จากการศึกษาพบว่า การปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐานทั้ง ๔ จึงเป็นสิ่งที่ต้องลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง เรียกว่า เดินทางสายเอกด้วยตัวเพียงคนเดียว เมื่อถึงที่สุดแห่งทางที่เดินแล้ว ก็ถึงคนเดียวรู้จักพระนิพพานเพียงคนเดียว และได้รับผลของการปฏิบัติธรรมเพียงคนเดียวเท่านั้น ผู้อื่นไม่รู้ และไม่ได้รับผลอันเกิดจากการปฏิบัติธรรมได้ดังคำที่ว่า “อันผู้รู้ จะพึงรู้ได้เฉพาะตน”

การประกอบความเพียร เป็นส่วนของปฏิบัติสัทธรรม คือ การลงมือปฏิบัติตามปรียัติสัทธรรมที่ตนเองได้เล่าเรียนมา ตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า การประกอบความเพียร จึงเป็นส่วนที่จะนำผู้ปฏิบัติออกจากทุกข์ได้จริง ผู้ปฏิบัติธรรม จึงควรมีธรรมเหล่านี้ไว้ในใจ คือ

๑. อาตปปี แปลว่า ความเพียร การไม่เกียจคร้านการปฏิบัติ การไม่ย่อท้อ ท้อถอย ไม่เหลวไหล ไม่คบคนเกียจคร้าน การปฏิบัติ มีความแน่วแน่

๒. สัมปชาโน คือ ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม ความรู้ตระหนกมี ๒ ประการ<sup>๔๔</sup> คือ

๑) สาทถกสัมปชัญญะ คือ การกำหนดรู้ประโยชน์และมีใช้ประโยชน์ หมายถึง จะยืน เดิน นั่ง นอน หรือไปที่ไหนๆ หรือจะทำ จะพูด จะคิดก็ตาม ต้องมีสติพิจารณาให้รอบคอบ

๒) สัปายสัมปชัญญะ คือ การกำหนดรู้อารมณ์เป็นที่สบาย และไม่เป็นที่สบาย ได้แก่การเลือกสถานที่ ที่อยู่อาศัย ที่โจจร และบุคคลเป็นกัลยาณมิตร

๓. สติมา คือ การมีสติ คือ ความระลึกได้ นึกได้ ความไม่ผลอ มีสติคอยกำหนดอารมณ์ที่มากระทบ แล้วไม่ปรุงแต่งตามอารมณ์นั้น กำจัดความยินดี ความยินร้าย ในโลกที่เกิดขึ้น

<sup>๔๔</sup> พระมหาเจิมทอง ดนฺดีปาโล (ฤทธิคือไกร), “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวทางของ พระโพธิสารคุณ(ประยงค์ อุปลวณฺโณ)”, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๗๔.

หรือคอยคุมจิตใจไม่ให้คิดอกุศลวิตก (กาม พยาบาท วิหิงสา) แต่เมื่อใดที่จิตคิดอกุศลวิตก ก็ สามารถตัดกระแสความคิดอันนั้นได้รวดเร็ว มีอุเบกขาตั้งอยู่แทน เหมือนกับบุรุษมีตาดีแล้ว กระพริบตา<sup>๕๕</sup>

๔. ฉันทะ คือ มีความพอใจอย่างยิ่งในการปฏิบัติกัมมัฏฐานเหมือนกับเทวดาได้แก้ว

๕. เวสัชชะ คือ ความกล้าหาญอย่างยิ่ง ในการที่จะกำจัดกิเลส ไม่กลัวกิเลส เหมือนกับหนูมีความกล้าหาญ ไม่กลัวเสือมีความตั้งใจคอยติดตาม เพื่อฆ่าเสือโคร่งถึง ๒ ตัว<sup>๕๖</sup>

#### ๔.๒.๔ การเดินจงกรม

การเดินจงกรม หมายถึง การเดินกลับไปกลับมาเป็นเส้นตรงอย่างมีสติสัมปชัญญะ เป็นที่นิยมมากในการเจริญภาวนาในฐานะเป็นอิริยาบถหลัก เริ่มจากการกำหนดความรู้สึกที่ทำให้ รู้อ่อน แข็ง และให้รู้ว่าตนยืนอยู่ จากนั้นก็กำหนดในใจว่า อยากเดินหนอๆ การเดินจงกรม เป็นการฝึกสติ เพื่อให้สติรู้เท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลงของกายและจิต เพื่อให้สติมีความละเอียดยิ่งขึ้น การเดินจงกรม ท่านจึงต้องแยกอิริยาบถให้เป็นตอนๆ มิฉะนั้นจะหยาบไม่ละเอียด เวลาเดินให้ ทอดสายตาไปข้างหน้า ๒-๓ เมตร มีจิตสงบ ไม่คิดฟุ้งซ่าน และสำรวมอินทรีย์ การเดินจงกรม แบ่ง ออกเป็น ๖ ระยะเวลา<sup>๕๗</sup> คือ

ระยะที่ ๑ ภาวนาว่า ขว้างหนอ ซ้ายข้างหนอ

ระยะที่ ๒ ภาวนาว่า ยกหนอ เขยิบหนอ

ระยะที่ ๓ ภาวนาว่า ยกหนอ ข้างหนอ เขยิบหนอ

ระยะที่ ๔ ภาวนาว่า ยกสั้นหนอ ยกหนอ ข้างหนอ เขยิบหนอ

ระยะที่ ๕ ภาวนาว่า ยกสั้นหนอ ยกหนอ ข้างหนอ ลงหนอ ถูกหนอ

ระยะที่ ๖ ภาวนาว่า ยกสั้นหนอ ยกหนอ ข้างหนอ ลงหนอ ถูกหนอ กดหนอ

การเดินจงกรม เพียงแต่กำหนดอาการของเท้าที่ยก ย่าง เขยิบอย่างนี้ และกำหนดให้ ละเอียดยิ่งขึ้นถึง ๖ ระยะเวลา ถือว่ายังเป็นเพียงการเจริญสมถกรรมฐานเท่านั้น เพราะเป็นการเพ่งที่ อารมณ์ของกัมมัฏฐาน เรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน ผลที่ได้คือ ทำให้จิตสงบ เกิดสมาธิเท่านั้น ยัง

<sup>๕๕</sup> ดูรายละเอียดใน ม. อุ. (ไทย) ๑๔/๔๕๔/๕๐๕.

<sup>๕๖</sup> พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ), สมุดภาพปริศนาธรรมไทย, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ เม็ดทรายพริ้นติ้ง, ม.ป.ป.), หน้า ๕๗.

<sup>๕๗</sup> พระครูประคุณสรกิจ, “การศึกษาการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักวิเวก อาศรม”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๕๘-๕๙.

ไม่ใช่การกำหนดวิปัสสนากรรมฐานโดยตรง ที่ทำให้เกิดปัญญา แต่การกำหนดอย่างนี้จะทำให้ได้สมาธิ สำหรับเป็นบาทฐานของวิปัสสนาต่อไป

เมื่อผู้ปฏิบัติเดินจงกรมกำหนดเช่นนี้แล้ว ต่อไปให้สังเกตว่าเมื่อจิตสงบดี ไม่ฟุ้งซ่านสมาธิตั้งมั่นดีแล้ว ต่อจากนั้นให้เปลี่ยนการกำหนดให้เป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานต่อไป โดยกำหนดหรือเพ่งที่ลักษณะของอาการยก อย่าง เหยียบ เพื่อให้เห็นแจ้งในรูปนาม หรือขันธ ๕ ที่เกิดขึ้นตั้งอยู่ ดับไป วิธีการฝึกกำหนดในขั้นต้น<sup>๕๘</sup> ดังนี้

๑) ขั้นกำหนด รูปนาม ขั้นแรก ต้องทำความรู้สึกตัวอยู่เสมอว่า ไม่มีตัวตนผู้เดิน สักแต่ว่าอาการเดินเท่านั้น เมื่อก้าวเดินก็ใส่ใจกำหนดที่เท้า กับอาการที่เท้าเคลื่อนไหว รู้ว่าเป็นรูป กำหนดว่า รูปหนอ จิตที่กำหนดรู้สึกอาการเช่นนั้น เป็นนามก็กำหนดว่า นามหนอ

๒) ขั้นกำหนด ขันธ ๕ ขั้นนี้ เป็นการแยก รูปนาม ให้ละเอียดขึ้นไปอีก จึงเป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณมีการกำหนดดังนี้

เมื่อสติกำหนดไปที่เท้า อาการหรือภาวะที่ดี ให้กำหนดรู้ว่าเป็น รูปขันธ

เมื่อเดินอยู่ รู้สึกเจ็บปวด อ่อน แข็ง สบาย ไม่สบายให้กำหนดรู้ว่าเป็น เวทนาขันธ

เมื่อเดินอยู่ เกิดสำคัญมั่นหมาย จดจำได้ว่าเป็นอาการ ยก อย่าง เหยียบ กำหนดรู้ว่าเป็น สัญญาขันธ

แต่ถ้ากำลังเดินอยู่ เกิดความคิดปรุงแต่ง จากการเดินกำหนดรู้เป็น สังขารขันธ

เมื่อเกิดความรู้สึกทางจิตใจ ระหว่างที่เดินอยู่ เช่น รู้ว่านี่คือ การยก นี่คือการย่าง นี่คือการเหยียบ กำหนดรู้ว่าเป็น วิญญาณขันธ

๓) ขั้นกำหนด ความเกิด - ดับ หรือ ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เมื่อเรากำหนดรูปรูปนาม จนถึงกำหนดรู้ขันธ ๕ มีความชำนาญ รู้จักตัวตนของขันธ ๕ เป็นอย่างดี ต่อไปก็ให้กำหนด ความเกิด - ดับ คือ

เมื่อเรากำหนดว่า ยกสั้นหนอ ยกหนอ อย่างหนอ เหยียบหนอ การเดินของเราได้เกิดขึ้น ภาวนาว่า เกิดหนอ แล้วพอเหยียบสุด หยุกลง ภาวนาว่า ดับหนอ ซึ่งแบ่งออกเป็น ๓ ระยะ ได้แก่ การเกิด ยกสั้นหนอ ยกหนอ เมื่อกำลังย่างไป เป็นการตั้งอยู่ ครั้นเมื่อเข้าแล้วหยุดนั้น เป็นการดับ วิธีกำหนด ให้กำหนดเฉพาะอาการของเท้าที่เกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไปเท่านั้น แต่ถึงอย่างนั้น ก็สามารถรู้ได้ถึงอาการยกสั้น การยก การย่าง การเหยียบได้ เพราะจิตละเอียดมากมีสติมากขึ้น

๔) เมื่อกำหนดอาการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ต่อไปก็กำหนด อนิจจัง ความไม่เที่ยง กล่าวคือ กำหนดที่การเปลี่ยนแปลง ที่ตัวการเปลี่ยนแปลงของอริยาบถนั้น ทุกขณะที่เปลี่ยนแปลง

<sup>๕๘</sup> พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ), วิธีฝึกสมาธิวิปัสสนาฉบับสมบูรณ์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สุนทรสาส์น, ๒๕๔๕), หน้า ๔๑๒.

เห็นการเปลี่ยนแปลง ตั้งแต่ร่างกาย คือรูป ได้แก่ เท้าที่ยกอย่าง เขยิบ กระทั่งจิตที่กำหนด ก็เห็นว่า ไม่เที่ยง ทั้งรูปและนามหรือแยกเป็น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็เห็นไม่เที่ยงทุกขณะจิต ให้กำหนดว่า ไม่เที่ยงหนอ ทั้งนี้พึงสังเกตว่า ในเวลาที่เรากำหนดเป็นวิปัสสนา สมาธิยังตามอยู่ตลอดเวลาที่มีความรู้สึกตัวทั่วพร้อมเสมอ ฉะนั้นจึงกล่าวได้ว่า “สมาธิและวิปัสสนา เป็นของคู่กันเสมอ”

๕) ชั้นกำหนด อนัตตา เป็นการกำหนดถึงอาการอย่างนั้น ทุกกระยะทุกชั้นตอน เป็นเพียงการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติไม่มีอัตตา ตัวตน บุคคล เรา เขา มีแต่ธรรมชาติล้วนที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไปเพราะขันธ์เหล่านี้ไม่มีใครสามารถบังคับว่า ไม่ให้เป็นอย่างนั้น ไม่ให้เป็นอย่างนี้

๖) ชั้นกำหนด ความจางคลาย คือ การเบื่อหน่าย คลายความกำหนัด ในทุกสิ่ง เพราะเห็นว่า สิ่งเหล่านี้เป็นไปตามเหตุปัจจัยเท่านั้น การปฏิบัติถึงขั้นนี้ จิตของเราได้คลายกำหนดแล้ว มีความรู้สึกตัวอยู่ ถึงความจางคลายของกิเลส ความยึดมั่น ก็กำหนดว่า จางคลายหนอ อยู่ในใจของเรา

๗) ชั้นกำหนด การสลัดคือ เมื่อมีความเบื่อหน่าย มีผลให้ความยึดมั่นถือนั้นดับไป ภาวนาว่า ดับหนอๆ ดับหนอๆ เป็นการดับความยึดมั่น กระทั่งปล่อยวางสิ่งที่เคยยึดถือ ให้กำหนดว่า สลัดคืนแล้วหนอ ๆ เพื่อให้กลับคืนไปอยู่ตามธรรมชาติตามเดิม เพราะก่อนหน้านี้ เรามีแต่การยึดถือ ทั้ง รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ แต่บัดนี้ได้สลัดคืนหมดแล้ว ซึ่งรวมทั้งทุกข์ก็ดับไปด้วย

การกำหนดอย่างนี้ นับว่า เป็นการกำหนดตั้งแต่สภาวะบัญญัติ เช่น การยก อย่าง เขยิบ จนถึงการกำหนดสภาวะปรมาตม์ คือ อาการที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป ของรูปนามอยู่ทุกขณะจิต ในการกำหนดแต่ละขั้นนั้น ผู้ปฏิบัติต้องใช้เวลากำหนดมากพอสมควร เมื่อเราสามารถทำได้แต่ละขั้นแล้ว จึงค่อยเลื่อนไปกำหนดขั้นต่อไป ทั้งนี้เพื่อให้จิตได้กำหนดรู้อย่างแท้จริง ไม่ต้องรีบร้อนข้ามไป

การเดินจงกรม นับเป็นการปรารณาความเพียรชั้นยอด มุ่งไม่ให้ความเกียจคร้านความง่วงครอบงำได้ ดังนั้นการเดินจงกรมจึงมีอานิสงส์มากถึง ๕ ประการ<sup>๕๕</sup> คือ

- ๑) เป็นผู้มีความอดทนต่อการเดินทางไกล
- ๒) เป็นผู้มีความอดทนต่อการบำเพ็ญเพียร
- ๓) เป็นผู้มีความอดทนน้อย
- ๔) อาหารที่กิน ดื่ม เคี้ยว ลิ้มแล้วย่อยได้ง่าย
- ๕) สมาธิที่ได้เพราะการเดินจงกรมตั้งอยู่ได้นาน

จากการศึกษาพบว่า การเดินจงกรมด้วยการกำหนดในลักษณะดังกล่าวข้างต้นนี้ถือได้ว่าได้ปฏิบัติครบถ้วนสมบูรณ์ ทั้งสมถะและวิปัสสนากรรมฐานเพราะเป็นการกำหนดทั้งอารมณ์และ

<sup>๕๕</sup> อภ.ปญจก. (บาลี) ๒๒/๒๕/๒๕, อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๒๕/๔๑.

ลักษณะของ กาย เวทนา จิต ธรรม ในคราวเดียวกัน ไม่แยกกัน ข้อสำคัญนั้น เมื่อผู้ปฏิบัติมีสติ รู้สึกได้ในสติปัญญาข้อใด ก็ให้กำหนดข้อนั้น อย่าปล่อยให้ผ่านไปเฉยๆ โดยให้กำหนดคุณลักษณะที่ไม่เที่ยง จนถึงเกิดความเบื่อหน่ายคลายความกำหนัด หลุดพ้นในที่สุด ซึ่งต้องใช้เวลา และอาศัยความเพียรพยายาม ก็จะสามารถบรรลุถึงความดับทุกข์ได้ในที่สุด

#### ๔.๒.๕ การนั่งสมาธิ

การนั่งสมาธิเป็นอิริยาบถหนึ่ง ที่นิยมใช้เพื่อปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน สำหรับลักษณะการนั่งที่ถูกต้อง คือ ให้นั่งขัดสมาธิตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า เรียกว่า นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง หมายถึงให้ร่างกายท่อนบนตรง กระดูกสันหลัง ๑๘ ข้อจรดกัน การนั่งอย่างนี้ นั่ง เนื้อ และเอ็นไม่ขด ลมหายใจก็เดินสะดวก

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานด้วยการตามรู้สภาวะของขุบของท้อง ที่สอนกันอย่างแพร่หลายในปัจจุบันนั้น จัดเป็นธาตุกรรมฐานอย่างหนึ่ง เพราะสภาวะของขุบเป็นลักษณะตั้งห้อยของลมในท้องนอกถ้าไส้ที่เรียกว่า “กุจฉิสวยาโย” ความจริงลมหายใจที่สุดเข้าไปในปอดมิได้เคลื่อนไปในบริเวณท้อง ดังที่เข้าใจกันโดยทั่วไป การหายใจนั้นเป็นกระบวนการที่เกิดจากการทำงานของ กล้ามเนื้อกะบังลม ทรวงอก และกระดูกซี่โครง กะบังลมกั้นอยู่ระหว่างช่องอกและช่องท้อง โดยอยู่ด้านล่างของปอด ตามปกติ เมื่อเราหายใจเข้า กะบังลมจะหดตัวกดอวัยวะในช่องท้องส่งผล ให้ลมในท้องพุ่งออกมา และเมื่อหายใจออกกะบังลมจะยืดขึ้น ส่งผลให้ลมในท้องขุบลงพร้อมกับดันลมออกจากปอด ดังนั้น สภาวะของขุบจึงเป็นลมในท้องที่มีอยู่เดิม และเป็นอารมณ์กรรมฐานอย่างหนึ่งตามหลักกายานุปัสสนาสติปัญญา

#### ๔.๒.๖ อานิสงส์ของการปฏิบัติวิปัสสนากายานา

การเจริญวิปัสสนา ถือว่าเป็นการปฏิบัติเพื่อให้เห็นแจ้ง สิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง คือ เห็นสิ่งทั้งปวงเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ซึ่งเป็นของมีอยู่แล้วตามธรรมชาติ เพียงแต่เราไม่เห็น เพราะถูกอวิชชาครอบงำ ดังนั้น การที่เรามีกัลยาณมิตรที่ดี<sup>๖๐</sup> ตัดปติโพธิได้ การเลือกปฏิบัติกัมมัฏฐานให้ตรงกับจริตของตนเอง การเลือกสถานที่สัปปายะ การประพฤติชุกตวัตร ล้วนแต่เป็นผลดีให้การปฏิบัติของเราเจริญยิ่งขึ้น เพราะได้ปิดกั้นกระแสแห่งความเลื่อมภายนอกไว้แล้ว เมื่อเราจัดการภายนอกเสร็จแล้ว ต่อไปก็จัดการกับตัวเราหรือตัวผู้ปฏิบัติเอง เพราะผู้ปฏิบัติก็มี

<sup>๖๐</sup> ดูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๔๕/๔๓.



ความสำคัญเช่นกัน เช่น การมีศีลบริสุทธิ์ การรู้จักประมาณในการบริโภค<sup>๖๐</sup> การประกอบความเพียร การมีสติสัมปชัญญะ และการอยู่ในเสนาสนะที่สงบ ก็เชื่อว่าทำตนให้มีภาระน้อย ไม่เบียดเบียนทั้งตนเอง และผู้อื่นให้ลำบาก เป็นบุคคลที่ห่างไกลจากกิเลส ครั้นได้ประพฤติดุเหตุแห่งการได้บรรลุมรรค ผล นิพพานอย่างนี้ และได้ปฏิบัติทั้งสมถและวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้ว ก็นับว่าเป็นผู้ควรแก่การบรรลุธรรม ผลของการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ที่ผู้ปฏิบัติจะพึงได้รับ คือ

### ๑. ปริยญา ๓

ปริยญา แปลว่า การกำหนดรู้ หรือทำความรู้จัก คือทำความเข้าใจสิ่งต่างๆ โดยครบถ้วน เมื่อเราปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเราก็จะได้ปริยญา ๓ อย่าง<sup>๖๑</sup> คือ

๑) ญาตปริยญา คือ การกำหนดรู้ซึ่ง ขั้นรู้จักว่ามีลักษณะอาการอย่างไร ตามสภาวะลักษณะของสิ่งที่เรากำหนด เป็นการรู้ขั้นแรก จำเพาะตัวของสิ่งนั้น พุทธตามธรรมดา คือ รู้จักหน้าตาว่าเป็นอย่างไร เช่นรู้ว่า นี่คือเวทนา มีลักษณะเสวยอารมณ์ นี่คือสัญญา มีลักษณะกำหนดหมายรู้ได้

๒) ติรณปริยญา คือ กำหนดรู้ขั้นพิจารณา ขั้นนี้เป็นการรู้ด้วยปัญญา มีความลึกซึ้งมองเห็นสามัญญลักษณะ ได้แก่ การรู้ว่าสิ่งนั้นๆ เป็นไปตามกฎธรรมดา โดยพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เช่น เห็นลักษณะแห่งความไม่เที่ยงของขันธ ๕ เป็นต้น

๓) ปหานปริยญา คือ กำหนดรู้ถึงขั้นละได้ เป็นการรู้ถึงขั้นถอนความยึดมั่น ถือมั่นได้ เป็นอิสระ ไม่หลงไหลในสิ่งที่ตนเคยหลงไหลอีกต่อไป เพราะมีปัญญาเห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ว่ามีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ยึดถือไม่ได้ ทำให้สามารถวางใจเป็นอุเบกขาได้

### ๒. วิสุทธิตี ๗

วิสุทธิ แปลว่า ความบริสุทธิ์ ความหมดจด วิสุทธินี้เป็นผลของการปฏิบัติเริ่มตั้งแต่ การมีศีล การเจริญสมาธิ ส่งผลให้เกิดปัญญา จึงเป็นความบริสุทธิ์ ๗ อย่าง คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ความบริสุทธิ์แต่ละอย่าง ที่เราเพียรทำให้เกิดขึ้นนี้ ย่อมเป็นเหตุบังจาย ส่งผลให้เกิดความบริสุทธิ์อีกอย่างหนึ่งขึ้นมา ดังที่พระปุลณมัตตานีบุตรเถระ<sup>๖๒</sup> ท่านอุปมาให้ฟังว่า เหมือนกับพระราชารักษาเดินทางด้วยรถ ๗ ผลัด ต่อกันจนถึงที่หมาย วิสุทธิ<sup>๖๓</sup> หรือ ความบริสุทธิ์มี ๗ อย่าง คือ

<sup>๖๐</sup> อจ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๑๓๐/๑๒๗.

<sup>๖๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๓๖๐.

<sup>๖๒</sup> ดุรายละเอียดยใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๒๕๕/๒๑๕, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๕๕/๒๘๑.

<sup>๖๓</sup> ในที่บางแห่งท่านจัดวิสุทธิเป็น ๘ อย่าง โดยเพิ่ม ปัญญาวิสุทธิ(ความหมดจดแห่งปัญญา) วิมุตติวิสุทธิ(ความหมดจดแห่งความหลุดพ้น) เข้ามา ดุรายละเอียดยใน ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๓๕๕/๒๗๒, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๕/๔๑๕.

๑) สីลวิสุทธิต ความหมจดจ่ดแห่งศีล คือ ความประพฤดีดี เลี้ยงชีวิตที่ถูกต้อง โดยเฉพาะการมีปาริสุทธิตีล ๔ คือ

๑. ปาติโมกขสังวรศีล คือ การสำรวมในพระปาติโมกข์ เว้นจากข้อห้าม ทำตามข้อที่ทรงอนุญาต รักษาวินัย ประพฤติเคร่งครัด

๒. อินทริยสังวรศีล คือ การสำรวมอินทริย์ ไม่ให้ยินดี ยินร้ายในเวลาที่ยอดนะทำหน้าที่ของตน

๓. อาชีวะปาริสุทธิตีล คือ ความบริสุทธิ์แห่งอาชีวะได้แก่การเลี้ยงชีวิตโดยชอบธรรม

๔. ปัจจยสันนิตีลศีล ศีลที่เกี่ยวข้องกับปัจจย ๔ ใช้ด้วยปัญญาพิจารณา ให้เป็นประโยชน์ ไม่บริโภคด้วยตัณหา เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมมีศีลแล้ว ก็ทำให้จิตสงบ สามารถทำให้เกิดสมาธิได้ง่าย เพราะไม่มีความเดือดร้อนใจเป็นพื้นฐาน

๒) จิตตวิสุทธิต ความหมจดจ่ดแห่งจิต เป็นผลจากการที่เราได้เจริญสมถกัมมัฏฐานจนได้อุปปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ ซึ่งนับตั้งแต่ปฐมฌาน จนถึงเนวสัจญญานาสัจญญายอดนะ เมื่อมีความบริสุทธิ์แห่งจิตแล้ว ก็จะให้เกิดปัญญาต่อไป เพราะสมาธิได้เป็นบาทฐานของวิปัสสนา

๓) ทิฏฐิวินุสสุทธิต ความหมจดจ่ดแห่งทิฏฐิ มองเห็นนามรูปตามความเป็นจริง ทำให้เกิดความเข้าใจได้ถูกต้อง ไม่เข้าใจผิดว่า เป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา อีกต่อไป

๔) กังขาวิตรณวินุสสุทธิต ความหมจดจ่ดแห่งญาณเป็นเครื่องข้ามพ้นความสงสัย เมื่อมองเห็นขันธ ๕ หรือนามรูป ตามความเป็นจริงแล้ว ความสงสัย ไม่เข้าใจเกี่ยวกับขันธทั้ง ๕ ก็หมดไป เพราะสามารถกำหนดรู้เหตุปัจจยของนามรูปได้ว่า เกิดจากเหตุปัจจย และเป็นปัจจยแก่กันและกัน มีปัญญามองเห็นว่า เพราะสิ่งนี้เป็นปัจจย สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น เพราะสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ก็ไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับสิ่งนี้จึงดับ เรียกว่า อิทปปัจจยตาปฏิจจสมุปบาท<sup>๖๕</sup> นั้นเอง

๕) มัคคามัคคญาณทัสสนวินุสสุทธิต ความหมจดจ่ดแห่งญาณที่รู้เห็นว่าเป็นทางหรือมิใช่ทาง คือ เป็นความรู้แจ้งเห็นหนทางของพระนิพพานว่าบริสุทธิ์ รู้ได้ว่าการปฏิบัติอย่างใดผิด มิใช่ทางพ้นทุกข์ การปฏิบัติอย่างใดถูก เป็นทางที่ปฏิบัติแล้วสามารถดับทุกข์ได้ ความรู้อย่างนี้เป็นของแจ่มแจ้งอย่างชัดเจนแก่ผู้ปฏิบัติ เปรียบเหมือนกับมีแสงสว่าง ให้เห็นหนทางที่จะเดินไปก็รู้ว่า ทางนี้สามารถเดินไปได้ ทางนี้ไม่สามารถเดินไปได้

๖) ปฏิปทาญาณทัสสนวินุสสุทธิต ความหมจดจ่ดแห่งญาณที่รู้เห็นหนทางสำหรับดำเนินเมื่อสามารถรู้ทางปฏิบัติที่พ้นทุกข์ได้แล้ว ต่อไปก็เป็นการปฏิบัติเพื่อดับทุกข์อย่างเดียว โดยไม่กังวลว่าจะเป็นหนทางที่ผิด เพราะได้ละความเข้าใจผิด เกี่ยวกับการปฏิบัติที่ถูกต้องได้แล้ว ด้วยญาณที่

<sup>๖๕</sup>ดูรายละเอียดใน ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๒๑/๓๘, ส.นิ.อ. (บาลี) ๒/๒๐/๔๖-๔๗.

ผ่านมา ดังนั้น บริสุทธิ์แห่งความเห็นที่รู้จักทางปฏิบัติเพื่อพ้นทุกข์นี้ จึงแจ่มแจ้งแก่ตนเอง มีความ  
 แน่ใจว่า เราเดินทางได้ถูกต้องแล้ว เหมือนกับคนที่รู้ว่า เป็นหนทางแน่ แล้วรีบเดินไปถึง  
 เพราะแน่ใจว่าเป็นทางที่ถูกต้อง วิสุทธิข้อนี้ ชื่อว่า ขึ้นสู่ทางตรงแห่งการเข้าถึงนิพพาน

๓) ญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณทัสสนะ คือ ความรู้ในมรรคญาณ  
 ผลญาณ ๔ นั้นเอง ซึ่งเกิดต่อจากโคตรภูญาณ<sup>๖๖</sup> เมื่อมรรคญาณเกิดแล้ว ต่อจากนั้นจึงเป็นผลญาณ  
 ดังนั้น ญาณทัสสนวิสุทธินี้ จึงเป็นญาณที่เกิดขึ้นเพื่อความเป็นพระอริยบุคคล เมื่อญาณนี้เกิดแล้ว  
 ย่อมทำให้ความรู้ ความเห็น ความเข้าใจของท่านเหล่านั้น เกิดความบริสุทธิ์ด้วย เพราะเห็นด้วย  
 ปัญญาตามความเป็นจริงว่า สิ่งทั้งปวงล้วนตกอยู่ในอำนาจแห่งความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา  
 ทั้งสังขารและวิสังขาร ความเป็นพระอริยบุคคลจึงเกิดขึ้นด้วยวิสุทธิข้อนี้ เป็นอันบรรลุถึงจุดหมาย  
 ของการปฏิบัติตามไตรสิกขาในพระพุทธศาสนา

จากการศึกษาพบว่า วิสุทธิทั้ง ๗ นี้ พระปฐมสมณทัตตนิบุตร ท่านได้ตอบพระสารีบุตรว่า  
 เป็นเครื่องทำให้ได้บรรลุถึงอนุปาทาปรินิพพาน<sup>๖๗</sup> ในเวลาปฏิบัติธรรม ผู้ทำความเพียรต้องมีความ  
 บริสุทธิ์ทั้ง ๗ อย่างนี้อยู่เสมอ แต่วิสุทธิทั้ง ๗ นี้ มิใช่เป็นจุดมุ่งหมายแต่อย่างใด เป็นเพียง  
 องค์ประกอบเพื่อถึงนิพพานเท่านั้น แต่ถึงกระนั้นผู้ปฏิบัติต้องปฏิบัติให้ครบบริบูรณ์ตามลำดับ จึง  
 จะสามารถบรรลุถึงนิพพานได้ เพราะเป็นหนทาง เพื่อเข้าถึงนิพพานนั่นเอง

### ๓. ญาณ ๑๖

ญาณ<sup>๖๘</sup> คือ ความรู้สีกตัวด้วยปัญญา, หยั่งรู้, กำหนดรู้ ที่ได้มาจากการเจริญวิปัสสนาหรือ  
 เจริญสติปัญญา ญาณ ๑๖<sup>๖๙</sup> คือ ลำดับญาณที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงแก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาล้วน  
 หรือที่เรียกว่า การเจริญสุทธญาณวิปัสสนาตามลำดับ มี ๑๖ ประการ ได้แก่

๑) นามรูปปริจเฉทญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดรู้เห็นลักษณะเฉพาะของสภาวะธรรมของ  
 รูปและนาม ออกจากกันได้ตามความเป็นจริง บางที่เรียกว่า สังขารปริจเฉทบ้าง นามรูปวัญญาณ  
 บ้าง กำหนดจนรู้เห็นรูปเห็นนามว่า เป็นคนละสิ่งคนละส่วน ซึ่งไม่ได้ระคนปนกันจนแยกกัน

<sup>๖๖</sup>ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๕/๕๔.

<sup>๖๗</sup> อนุปาทาปรินิพพาน หมายถึง ปรินิพพานที่หาปัจจัยปรุงแต่งมิได้ แต่ในที่นี้ พระเถระ หมายถึง  
 สภาวะเป็นที่สุด เป็นเงื่อนไขปลาย เป็นที่จบการประพาสอิทธิพลของอำนาจผู้ถือปัจจัยปรินิพพาน , ม.ม.อ. (ไทย)  
 ๒/๒๕๘/๖๓-๖๔.

<sup>๖๘</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๒๐๕.

<sup>๖๙</sup> สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมมหาเถระ ป.ธ.๕), อริยวังสปฏิปทา, หน้า ๘๕.

ไม่ได้ การรู้จักจำแนกรูปและนาม อันเป็นสิ่งที่ถูกรู้หรือเป็นอารมณ์เครื่องระลึกของสติออกจากจิต ผู้รู้ หมายถึง ความรู้จักรูปธรรม-นามธรรมว่า สิ่งที่มีอยู่ที่เป็นของจริง ก็มีแต่รูปธรรมและนามธรรม เท่านั้น<sup>๗๐</sup>

๒) ปัจจัยปริคคหญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดรู้เห็นในสภาวะของกาย (รูป) กับใจ (นาม) เป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกัน คือทั้งรูปและนามเป็นเหตุ เป็นผลซึ่งกันและกันอยู่ทุกขณะ<sup>๗๑</sup> บางทีเรียกว่า ชัมมัฏฐิติญาณ บ้าง ขถาภูตญาณ บ้าง สัมมาทัสสนะ บ้าง<sup>๗๒</sup> และผู้ประกอบด้วยญาณขั้นนี้ พระอรธกถาจารย์เรียกว่าเป็น “จูฬโสดาบัน” คือ พระโสดาบันน้อย<sup>๗๓</sup> เป็นผู้มึคติ คือทางไป ก้าวหน้าที่แน่นอนในพระพุทธศาสนา

๓) สัมมสนญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นไตรลักษณ์ คือ ความเกิดดับของรูปนาม แต่ที่รู้ว่ารูปนามดับไปก็เพราะ เห็นรูปนามใหม่เกิดสืบต่อแทนขึ้นมาแล้ว เห็นอย่างนี้เรียกว่า สันตติยัง ไม่ขาดและยังอาศัยจินตามยปัญญาอยู่อีกนัยหนึ่งว่า สัมมสนญาณ เป็นญาณที่ยกูปนาม ขึ้นสู่ไตรลักษณ์ รู้ว่ารูปนามทั้งปวงนั้นปรากฏเป็นคราวๆ เมื่อถูกรู้ และรูปนามทั้งปวงนั้นล้วน หมุนเวียนเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย ตกอยู่ใต้กฎของไตรลักษณ์

๔) ตรณอุท্থัพพญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นไตรลักษณ์ชัดเจน โดยสันตติขาด คือ เห็นรูปนามดับไปในทันทีที่ดับ และเห็นรูปนามเกิดขึ้นในขณะที่เกิด หมายความว่า เห็นทันทั้ง ในขณะที่เกิดและขณะที่ดับ อุท্থัพพญาณนี้ยังจำแนกได้เป็น ๒ คือ ตรณอุท্থัพพญาณ เป็นญาณที่ยังอ่อนอยู่ และพลวอุท্থัพพญาณ เป็นญาณที่แก่กล้าแล้ว รู้ว่ารูปนาม และปฏิกิริยาของจิตต่อรูปนามที่จิตไปรู้เข้า ล้วนแต่เกิดดับต่อเนื่องกันไป

๕) พลวอุท্থัพพญาณ คือ ปัญญาที่พิจารณาเห็นความเกิดดับของรูปนาม มีความบริสุทธิ์ของการเห็น เห็นรูปเกิดขึ้น ดับไป เกิดขึ้น ดับไป ไม่ว่าจะเป็นทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ กำหนดไป ตรงไหน เห็นแต่ความเกิดดับไปหมด เสียงดังมากระทบหูได้ยิน กำหนดรู้ก็เห็นมันเกิดดับไปเลย ใจที่คิดนึก กำหนดรู้เห็น ความเกิดดับไป เย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อน ตึง มากระทบกำหนดรู้ถึงความเกิดดับไปทันที

<sup>๗๐</sup> พระโสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต(มหาศีลยาตอ), หลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไททรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๖), หน้า ๔๗.

<sup>๗๑</sup> เรื่องเดียวกัน หน้า ๕๖.

<sup>๗๒</sup> บุ.ป.(ไทย) ๓๑/๓๑/๒๒๓/๓๘๓.

<sup>๗๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๓๖๑.

๕) ภัททญาณ คือ ปัญญาที่ประจักษ์แจ้งความไม่มีสาระของการเกิดขึ้นและดับไปของสภาพธรรมที่ปรากฏเป็น “ปหานปริยญา” คือ ปัญญาที่รอบรู้เพิ่มขึ้นละลายความยินดีในนามรูปเห็นโทษของนามรูปเพิ่มขึ้น ละวิปลาสเสียได้ คือ ละความเห็นว่ายว่าย ว่าสุข ว่าเป็นตัวตน ว่าสวยาว่างาม

๖) ภูคชปฏิฐานญาณ คือปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นว่ารูปนามนี้เป็นภย เป็นที่น่ากลัวเหมือนคนกลัวสัตว์ร้าย เช่น เสือ เป็นต้น ผู้ปฏิบัติจะเห็นว่า ภพชาติทั้งปวง อันหมายถึงการที่จิตเข้าไปอิงอาศัยอารมณ์ต่างๆ นั้น เป็นของไม่ปลอดภัย เนื่องจากอารมณ์ทั้งปวงล้วนแต่เกิดดับ

๗) อาทินวญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นว่ารูปนามนี้เป็นโทษ เหมือนผู้ที่เห็นไฟกำลังไหม้เรือนตนเองอยู่ จึงคิดหนีจากเรือนนั้น ในระหว่างที่อิงอาศัยอารมณ์นั้น จิตไม่ได้มีความสุขจริง เพราะภพชาติทั้งปวงล้วนแต่มีทุกข์มีโทษในตัวเอง

๘) นิพพิทาญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นว่า เกิดเบื่อหน่ายในรูปนาม เบื่อหน่ายในปัญจขันธ์ จิตคลายความเพติดเพลินพึงพอใจในภพชาติต่างๆ

๙) มุญจितุกัมมตาญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นว่าใครจะหนีจากรูปนาม ใครจะพ้นจากปัญจขันธ์ เปรียบดังปลาเป็น ๆ ที่ใครจะพ้นจากที่คอนที่แห้ง จิตพยายามดิ้นรนแสวงหาทางออกจากภพ หรือการตกอยู่ได้อำนาจของอารมณ์ต่างๆ เปรียบเหมือน งูคาบเขี้ยวอยู่ครึ่งตัว เขี้ยวกำลังจะถูกกลืน มันกำลังดิ้นรน อยากพ้นไปจากปากงูอย่างยิ่ง<sup>๓๔</sup> เหมือน พยานาคอยากหลุดพ้นจากปากพญาคูรุท<sup>๓๕</sup> ก็อยากหลุดพ้นจากกรงขัง เป็นต้น

๑๐) ปฏิสังขชาญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นเพื่อหาทางที่จะหนี หาอุบายที่จะเปลี่ยนตนให้พ้นจากปัญจขันธ์ จิตพบว่าหนีจากอารมณ์หรือภพไม่ได้ เพราะมันไม่อยู่ในอำนาจบังคับของเรา จึงจำเป็นต้องอยู่กับมัน

๑๑) สังขารเปกขญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นว่า จะหนีไม่พ้นจึงเฉยอยู่ไม่ยินดียินร้าย ดูบุรุษอันเพิกเฉยในภริยาที่ทิ้งขว้างหย่าร้างกันแล้ว จิตเป็นกลางต่ออารมณ์ เพราะเห็นแล้วว่า มันเป็นของเกิดดับ และหนีมันไม่ได้ ยิ่งพยายามไปปฏิเสธมัน ยิ่งเป็นทุกข์มากขึ้น จิตจึงไม่ปฏิเสธอารมณ์ เป็นกลางต่ออารมณ์ เปรียบเหมือนคนตาบอด หลงยึดถือผ้าที่สกปรกกว่า เป็นผ้า ที่ขาวสะอาด ต่อมาเมื่อรักษาตา มีตาดีสามารถมองเห็นได้ตามปรกติ ก็รู้ว่านั่นสกปรก จึงทำให้ วางเฉยต่อผ้านั้น<sup>๓๖</sup> เปรียบเหมือน บุรุษ เห็นภรรยาของตนเองมีชู้ และรู้ความจริงว่า ภรรยาไม่ได้รักเรา แต่

<sup>๓๔</sup> พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ), สมุดภาพปริศนาธรรมไทย, หน้า ๖๘.

<sup>๓๕</sup> เรื่องเดียวกัน หน้า ๗๑-๗๓.

<sup>๓๖</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม. (บาลี) ๑๓/๒๑๕/๑๕๓, ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๑๕/๒๕๗.

คอยคิดจะทำร้ายเราด้วย เขาจึงวางเฉยในภรรยานั้นด้วยการหย่าขาด ไม่หลงยินดี รักใคร่ในภรรยานั้นอีกต่อไป<sup>๗๗</sup> เป็นต้น

๑๒) ตัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นให้เคลื่อนไปตามอริยสังข์ จิตปล่อยวางอะไรจะเกิดมันก็เกิด ไม่ได้ปรารถนาแม้กระทั่งมรรคผลนิพพาน

๑๓) โคตรกฺขญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นพระนิพพาน ตัดขาดจากโคตรปุถุชนเป็นโคตรอริยชน เมื่อจิตหมดความอยาก (ไม่มีตัณหา พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ละตัณหาอันเป็นตัวสมุทัย แล้วนิโรธจะปรากฏเอง) จิตก็ปล่อยวางอารมณ์ทั้งปวง ถอยเข้าหาจิตผู้รู้อย่างอัตโนมัติ

๑๔) มรรคญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นพระนิพพาน และตัดขาดจากกิเลสเป็นสมุจเฉตปหาน สติ สมาธิ ปัญญา และธรรมฝ่ายการตรัสรู้ทั้งปวง รวมถึงที่จิตดวงเดียวเป็น มรรคสมังคี กำลังของมรรคแหวกมโนวิญญานซึ่งห่อหุ้มปิดบังธรรมชาติอันบริสุทธิ์ออก

๑๕) ผลญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นพระนิพพาน โดยเสวยผลแห่งสันติสุข ธรรมชาติอันบริสุทธิ์ปรากฏตัวขึ้น เป็นความว่าง สว่าง บริสุทธิ์ จิตหมดความปรุงแต่ง หมดการแสวงหา หมดกิจของจิต แต่ไม่ใช่หมดความรู้สึกอันเป็นการขาดสติสิ้นเชิง

๑๖) ปัจจเวกขณญาณ คือ ปัญญาที่กำหนดจนรู้เห็นใน มัคคจิต, ผลจิต, นิพพาน, กิเลสที่ละแล้ว และกิเลสที่ยังคงเหลืออยู่ และพิจารณาพระนิพพาน เว้นแต่พระอรหันต์เท่านั้น<sup>๗๘</sup> ที่ไม่มีการพิจารณากิเลสที่ยังเหลืออยู่ ปัจจเวกขณญาณ จึงเป็นการพิจารณากิเลสที่ละได้และยังละไม่ได้นั่นเอง เป็นญาณลำดับสุดท้าย แห่งวิปัสสนาญาณ ๑๖ แต่ไม่นับเนื่องในโลกุตตรญาณ ท่านจัดเป็นโลกิยญาณ

จากการศึกษาพบว่า วิปัสสนาญาณ ๑๖ เหล่านี้ สามารถจำแนก ออกเป็น ๒ อย่าง คือ

๑) ชัมมัญญูจิตฺตญาณ ญาณที่เห็นสิ่งทั้งหลายตั้งอยู่ตามธรรมชาติ เช่นนั่นเอง ทั้งนามธรรม และรูปธรรม ได้แก่ การเห็นไตรลักษณ์ คือ มองเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เห็นอิทัปปัจจยตา

๒) นิพพานญาณ คือ ญาณที่เนื่องอยู่กับพระนิพพาน ญาณเป็นตัวพระนิพพาน ได้แก่ ญาณจำพวก ความเบื่อหน่าย คลายกำหนด ความหลุดพ้น หรือ วิมุตติญาณ อาสวักขยญาณ นิพพาน

การกำหนดเพียง ๒ ญาณนี้ มีข้อดีคือ จำง่าย ไม่ยุ่งยาก ลำบาก เพราะความเป็นจริงแล้วเมื่อญาณทั้งหลายเกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นเร็วมาก บางท่านก็กำหนดได้ บางท่านก็กำหนดไม่ได้ จนเมื่อบรรลุมรรคผล นิพพานแล้ว จึงรู้ได้ เพราะว่าได้สลัดคืนแล้ว การสลัดคืน คือรู้ว่าหลุดพ้นแล้วนั่นเอง

<sup>๗๗</sup> พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ), สมุดภาพปริศนาธรรมไทย, หน้า ๑๗.

<sup>๗๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๑๖๔.

คือปัจเจกชนญาณ<sup>๑๕</sup> โดยดูจากที่ราคะ โทสะ โมหะหมดไป หรือเบาบาง เพราะจิตของพระอรหันต์ เมื่อบรรลุถึงความสิ้นไปแห่งอาสวะกิเลสแล้ว

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ เมื่อกล่าวโดยสรุป ถึงอานิสงส์ของการเจริญแล้ว ภูมิผู้เจริญ ย่อมหวังอานิสงส์ได้ ๒ อย่าง คือ บรรลุเป็นพระอรหันต์ ในปัจจุบันชาตินี้ ถ้ายังไม่บรรลุ ก็จักเป็น พระอนาคามี ส่วนระยะเวลาของการบรรลุนั้น พระพุทธองค์ตรัสว่า อย่างช้า ๗ ปี อย่างเร็ว ๗ วัน<sup>๑๖</sup> เมื่อภูมิได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ เป็นพระอเสขะ จบกิจที่ต้องศึกษา ไม่ต้องทำเพื่อเป็นอย่างนี้ อีก จากนั้นจะเป็นความดับเย็นคือ บรรลุถึงนิพพานได้ เป็นผู้มีอินทรีย์ดับสนิท อารมณ์ทั้งหลาย ไม่สามารถปรุงแต่งได้อีกต่อไป การปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐานทั้ง ๔ จึงเป็นสิ่งที่ต้องลงมือ ปฏิบัติด้วยตนเอง เรียกว่า เดินทางสายเอก ด้วยตัวเพียงคนเดียว เมื่อถึงที่สุดแห่งทางที่เดินแล้ว ก็ถึงคนเดียว รู้จักพระนิพพานเพียงคนเดียว และได้รับผลของการปฏิบัติธรรมเพียงคนเดียวเท่านั้น ผู้อื่นไม่รู้ และไม่ได้รับผลอันเกิดจากการปฏิบัติธรรมได้ดังคำที่ว่า “อันผู้รู้ จะพึงรู้ได้เฉพาะตน”

<sup>๑๕</sup> พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินฺทปญฺโญ), วิธีฝึกสมาธิวิปัสสนาฉบับสมบูรณ์, หน้า ๔๗๓.

<sup>๑๖</sup> คูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๑๐๔/๒๖๘-๒๖๙, ที.ม.(ไทย) ๑๐/๔๐๔/๓๓๘-๓๔๐.

## บทที่ ๕

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาจิตตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” นั้น ผู้วิจัยได้ตั้งวัตถุประสงค์ไว้ ๒ ประการคือ เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาวิเคราะห์หลักจิตตวิสุทธิ กับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยการเก็บข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค และตำราต่าง ๆ เรียบเรียงบรรยาย ตรวจสอบความถูกต้องจากอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ โดยการสรุปผลของการวิจัยและข้อเสนอแนะมีดังต่อไปนี้

#### ๕.๑ สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาพบว่า จิตตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา นั้น เป็นการฝึกสมาธิให้ตั้งมั่นในอารมณ์เดียว เพื่อจะเป็นบาทในการเจริญวิปัสสนาต่อไป จะมีเพียงสมาธิที่แนบแน่นอยู่ในสมถารมณหรือวิปัสสนารมณเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง สมาธิดังกล่าวเป็นจิตตวิสุทธิอย่างแท้จริง จิตที่มีสมาธิร่วมนั้นย่อมจะหมดจดจากนิวรณ์ด้วยกำลังของสมาธิ องค์ธรรมได้แก่ เอกัคคตาเจตสิกในจิตตวิสุทธินั้นสมาธิที่เข้าถึงระดับจิตตวิสุทธิมี ๓ ประเภท ได้แก่

- (๑) อุปจารสมาธิ สมาธิใกล้ฉาน, สมาธิใกล้จะแนบแน่น
- (๒) อัปปนาสมาธิ สมาธิแนบแน่น
- (๓) ขณิกสมาธิ สมาธิชั่วขณะ

สมาธิสองประการแรก คือ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ กล่าวไว้ตามสมถยานิกผู้เจริญสมถะเป็นบาทของวิปัสสนา ส่วนขณิกสมาธิกล่าวไว้ตามวิปัสสนายานิกผู้เจริญวิปัสสนาโดยตรง

อุปจารสมาธิเป็นกามาวจรสมาธิที่เกิดแก่ผู้เจริญสมถภาวนา ผู้ที่บรรลุปฏิภาคนิมิตในขณะที่ปราศจากนิวรณ์ธรรมแล้ว หรือสามารถรับรู้พระพุทธรูปเป็นต้นได้อย่างชัดเจน หมายถึงสมาธิในกสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ กายคตาสติ ๑ อานาปานสติ ๑ พรหมวิหาร ๔ และอารูปปกรรม-



ฐาน ๔ โดยตรง ทั้งหมายถึงอนุสสติ ๘ ปฏิกุศลสัญญา และธาตุวัตถานโดยอ้อม เพราะกรรมฐาน ๑๐ อย่างเหล่านี้ทำให้บรรลุถึงสภาวะที่ปราศจากนิเวศน์ได้ แต่ไม่อาจทำให้บรรลุญาณได้ จึงจัดเป็นอุปจารสมาธิโดยอ้อม

อัปนาสมาธิเป็นสมาธิที่แนบแน่นอยู่ในกสิณารมณ์เป็นต้นที่กำลังเพ่งอยู่หมายถึงสมาบัติ ๘ หรือ รูปฌาน ๔ หรือรูปฌาน ๕ และอรุฌาน ๔ นั่นเอง

ขณิกสมาธิเป็นสมาธิที่เกิดชั่วขณะเมื่อกำหนดรู้สภาวะธรรมอยู่ ย่อมปรากฏขึ้นเมื่อจิตตั้งมั่นในอารมณ์ปัจจุบันที่เป็นรูปนามอย่างต่อเนื่องปราศจากนิเวศน์ ในขณะที่อินทรีย์ ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา มีกำลังสม่ำเสมอแก่ผู้เจริญวิปัสสนากาวนา

ผู้ที่เจริญวิปัสสนาโดยอาศัยอุปจารสมาธิหรืออัปนาสมาธิ ชื่อว่า สมถยานิก คือผู้ดำเนินไปสู่มรรค ผล และนิพพานด้วยสมถยาน สมาธิทั้งสองอย่างนั้นจึงเป็นจิตตวิสุทธิซึ่งเป็นที่อาศัยของสมถยานิก

ส่วนผู้ที่เจริญวิปัสสนาอย่างเดียวโดยไม่อาศัยสมาธิทั้งสองนั้น ชื่อว่า สุทธวิปัสสนายานิก คือ ผู้ดำเนินไปสู่มรรค ผล และนิพพานด้วยวิปัสสนายานล้วน ๆ บุคคลประเภทนี้มีขณิกสมาธิอย่างเดียวเป็นจิตตวิสุทธิ

จากการศึกษาพบว่า สมถยานิกผู้ปรารถนาจะบรรลุธรรม ควรพยายามเจริญฌาน ขึ้นใจขึ้นหนึ่งในฌาน ๔ ก่อนเมื่อเข้าถึงฌานแล้วควรปฏิบัติให้คล่องแคล่วแล้วจึงใช้ฌานเป็นบาทในการเจริญวิปัสสนา เมื่อเจริญวิปัสสนา ถึงกำหนดรู้อารมณ์ที่ปรากฏชัดอันได้แก่นามธรรม คือ ฌานจิตตูปบาทในปัจจุบันขณะนั้น หทัยรูปอันเป็นที่ตั้งของจิต หรือรูปอย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นกับจิต ส่วนวิปัสสนายานิกที่เริ่มเจริญวิปัสสนาเป็นลำดับแรก โดยมิได้เจริญสมถกาวนา มาก่อน ควรเจริญธาตุกรรมฐานเพื่อให้เกิดวิปัสสนาขณิกสมาธิอย่างต่อเนื่องไม่ส่งจิตไปหาอารมณ์ภายนอกเมื่อจิตจจ่ออยู่กับสภาวะปัจจุบัน ก็จะเกิดจิตตวิสุทธิ สามารถยังวิปัสสนามรรคให้เกิดขึ้นได้

ฉะนั้น การปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐานทั้ง ๔ จึงเป็นสิ่งที่ต้องลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง เรียกว่า เคนทางสายเอกด้วยตัวเพียงคนเดียว เมื่อถึงที่สุดแห่งทางที่เดินแล้ว ก็ถึงคนเดียว รู้จักพระนิพพานเพียงคนเดียว และได้รับผลของการปฏิบัติธรรมเพียงคนเดียวเท่านั้น ผู้อื่นไม่รู้และไม่ได้รับผลอันเกิดจากการปฏิบัติธรรมได้ ดังคำที่ว่า “อันผู้รู้ จะพึงรู้ได้เฉพาะตน”

## ๕.๒ ข้อเสนอแนะ

### ๑. ข้อเสนอแนะในการนำข้อมูลไปใช้

ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาจิตตวิสุทธิในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง จิตที่ปราศจากนิวรณ์ อันตั้งอยู่ในองค์ฌาน อันเป็นบาทเพื่อจะนำไปสู่การเจริญวิปัสสนาภาวนา หรือเรียกว่า สมถยานิกสมาธิ คืออาศัยสมถะเป็นบาทในการเข้าถึงวิปัสสนา เท่านั้น ดังนั้น หลักธรรมและวิธีการนี้จึงเป็นการนำเสนอให้ผู้ปฏิบัติได้เข้าใจหลักการปฏิบัตินี้ไปใช้ต่อไป

### ๒. ข้อเสนอแนะในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งต่อไป

หากมีการศึกษาในเรื่องเดียวกันนี้ ผู้ศึกษาควรที่จะศึกษาเนื้อหาเพิ่มเติมอีก และควรจะศึกษา ในประเด็นดังต่อไปนี้

๑. ศึกษาเจโตวิมุตติกับการบรรลุธรรม
๒. ศึกษาปัญญาวิมุตติกับการบรรลุธรรม
๓. ศึกษาวิธีเจริญสุทธวิปัสสนายานิกในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาไทย :

#### ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก ๒๕๐๐. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์  
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับสยามรัฐเตปิฎก ๒๕๒๕. กรุงเทพมหานคร :  
โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๕.

\_\_\_\_\_. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา. แปล. ชุด ๕๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏ  
ราชวิทยาลัย, ๒๕๒๕.

\_\_\_\_\_. วิสุทธิมรรค แปล ภาค ๑ ตอน๒. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย,  
๒๕๔๐.

\_\_\_\_\_. วิสุทธิมรรคสุด นาม ปกรณ์วิเสสสุด ปลูกโม ภาโค. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏ  
ราชวิทยาลัย, ๒๕๓๑.

#### ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

#### (๑) หนังสือ :

คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ธรรมภาคปฏิบัติ ๑ (Buddhist Meditation 1),  
กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ. ๙, ราชบัณฑิต). พจนานุกรมเพื่อศึกษาพุทธศาสนา ชุด  
ศัพท์วิเคราะห์, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ เลียงเชียง, ๒๕๕๐.

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ). ปฏิถสมุปบาทจากพระโอบุ. กรุงเทพมหานคร :  
สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, ๒๕๔๖.

\_\_\_\_\_. สมุดภาพปริศนาธรรมไทย. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ เม็ดทรายพริ้นติ้ง, ม.ป.ป.

- \_\_\_\_\_ . **วิธีฝึกสมาธิวิปัสสนาฉบับสมบูรณ์**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สุนทรสาส์น, ๒๕๔๕.
- พระธรรมธีรราชมหาวิทยาลัย (โชคก ญาณสิทธิ ป.ธ. ๘). **คำถามคำตอบเรื่องวิปัสสนากรรมฐาน**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.
- พระธรรมปิฎก ( ป.อ. ปยุตโต ). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๘.
- พระธรรมวโรดม (บุญมา คุณสมปโน โน , ป.ธ.๘). **อภิธรรมัตถวิภาวินีแปล**. กาญจนบุรี : ม.ป.ท. ,๒๕๕๐.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). **พุทธธรรม**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘.
- \_\_\_\_\_ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๓.
- พระบวรปริยัติวิธาน. **แสงสว่างทางปฏิบัติ เล่ม ๓**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธนาเพรส จำกัด. ๒๕๕๓.
- พระมหาธมม อานุสมจารี (ป.ธ.๘). **บูรพา ผดุงไทย “พลิกชีวิตด้วยพลังจิต”**, กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ส.เจริญการพิมพ์, ๒๕๕๑.
- พระมหาสมปอง มุทิโต. **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ประยูรวงศ์พรีนติ้ง จำกัด, ๒๕๔๗.
- พระสัทธัมมโชติกะ ชัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒ – ๖ จิต เจตสิก รูป นิพพาน**, กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพยวิสุทธิ, ๒๕๕๐.
- พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**. แปลโดย พระคันธสาราภิงค์ .กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๕.
- \_\_\_\_\_ . **วิปัสสนาหัย เล่ม ๑**. แปลโดย พระคันธสาราภิงค์นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘.
- \_\_\_\_\_ . **หลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน**. แปลโดย จำรูญ ธรรมดา. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๖.
- ภาณูวังโส (Dr. Thich Minh Chau), **จิตวิทยาพุทธ**. กรุงเทพมหานคร : โพลทอง มาสเตอร์ปริ้นท์, ๒๕๔๘.
- ระวี ภาวิไล. **อภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่**. กรุงเทพมหานคร : ดอกหญ้า, ๒๕๓๖.
- วรรณสิทธิ ไทยะเสวี. **คู่มือการศึกษาพระพุทธศาสนาพื้นฐาน**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วน จำกัด ทิพยสุทธิ จำกัด, ๒๕๔๘.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ ป.ช.๘). **อริยวังสปฏิปทา**. กรุงเทพมหานคร : หจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔.

สุจินต์ บริหารวนเขตต์, **ปรมัตถธรรมจิตสังเขปและภาคผนวก**. กรุงเทพมหานคร : ชวนพิมพ์, ๒๕๓๖.

(๒) **วิทยานิพนธ์ :**

นางสมถวิล ธนวิทยาพล. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ความคิดเรื่องจิตในพระสูตรต้นตปิฎก”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต.บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๘.**

พระครูประคุณสรกิจ. “การศึกษาการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักวิเวกอาศรม” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗.**

พระมหาสุชน ยสสีโล (ผลชอบ) “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐาน” **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิตพุทธศาสนาและปรัชญา, ๒๕๔๑.**

พระมหาเข้มทอง ดนดิปาโล (ฤทธิ์สื่อไกร). “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวทาง ของ พระโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปถัมภ์)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.**

พรรณราย รัตนไพฑูรย์. “การศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ)”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.**

๒. **ภาษาอังกฤษ :**

William S. Waldrom. **The Buddhist unconscious: The Alayavijñāna in the context of Indian Buddhist Thought**. Chemmai : India, ๒๐๐๓.

## ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ** : พระครูปริยัติกาญจนโชติ (พระมหามานิตย์ ที่คำ)
- เกิด** : ๑๕ มิถุนายน ๒๔๕๗
- สถานที่เกิด** : บ้านทุ่งกระทิน
- การศึกษา** : ปริญญาตรี พธ.บ. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
น.ธ. เอก เปรียญธรรม ๓ ประโยค
- ประสบการณ์การทำงาน** : เป็นพระอุปัชฌาย์  
เป็นเจ้าของคณะตำบลบ้านเก่า เขต ๑  
เป็นเจ้าอาวาสวัดวังเย็น ตำบลวังเย็น อำเภอเมือง  
จังหวัดกาญจนบุรี  
จัดให้มีการปฏิบัติธรรมประจำปี ๆ ละ ๒ รอบ (จัดปรีวาสนกรรม)  
รอบแรก ๑๐- ๑๕ มิถุนายน ของทุกปี  
รอบสอง หลังออกพรรษา ๗ วัน
- อุปสมบท** : เมื่อวันที่ ๔ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๒๐
- ปัจจุบัน** : สังกัดวัดวังเย็น ตำบลวังเย็น อำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี
- ปีที่เข้าศึกษา** : หลักสูตรปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
วิทยาเขตบาฬีพุทธโฆส นครปฐม สาขาวิปัสสนาภาวนา  
ประจำปี พ.ศ.๒๕๕๒
- ปีที่สำเร็จการศึกษา** : ๑ เมษายน ๒๕๕๕
- ที่อยู่ปัจจุบัน** : วัดวังเย็น ตำบลวังเย็น อำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี ๗๑๐๐๐