

บทที่ ๔

หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อขจัดกิเลส ที่ปรากฏในสามัญญผลสูตร

การกำจัดการให้ออกไปจากจิตนั้นได้ก็ด้วยการใช้หลักไตรสิกขา คือ ต้องใช้อำนาจศีล อำนาจสมาธิ และอำนาจปัญญา ศีล สมาธิ และปัญญานี้สามารถกำจัดการได้โดยตรงฉะนั้น เมื่อจำแนกอย่างกว้างที่สุด การปฏิบัติธรรมต่าง ๆ มีไตรสิกขา และอริยมรรคหรือมรรคมีองค์ ๘ เป็นต้น จึงมีหลายระดับตั้งแต่ระดับต้นจนถึงระดับสูง ตั้งแต่ระดับโลกียะจนถึงระดับ โลกุตตระ ให้เราเลือกปฏิบัติได้ตามเป้าหมายที่ต้องการ แต่เมื่อว่าตามอุดมคติของพุทธศาสนา การปฏิบัติในระดับต้นต้องมีเป้าหมายอยู่ที่การปูพื้นเพื่อการปฏิบัติในระดับสูงเพื่อการบรรลุถึงนิพพานในที่สุด ไม่ใช่การปฏิบัติเพื่อให้ได้ทิพย์สมบัติหรือมนุษย์สมบัติเท่านั้น เพราะความสุขที่แท้จริง และสมบูรณ์ที่สุดอยู่ที่การหลุดพ้นวิภวสังสารนั่นเอง ดังนั้น จริยธรรมระดับต่าง ๆ ในพุทธศาสนาจึงมีเป้าหมายสูงสุดอยู่ที่การขจัด อาสวะกิเลสเพื่อนำพาตนให้เข้าถึง มรรค ผล นิพพานเหมือนกัน ผู้วิจัยจึงได้กำหนดการศึกษาในบทที่ ๔ ไว้ดังนี้

๔.๑ หลักการปฏิบัติเพื่อขจัดกิเลสด้วยศีล

๔.๒ หลักการปฏิบัติเพื่อขจัดกิเลสด้วยสมาธิ

๔.๓ หลักการปฏิบัติเพื่อขจัดกิเลสด้วยปัญญา

୫.୫ ଶୃମ୍ପ

ï @"À×É È¼ ÞËÛÑ aË ÛÄ-ÇÄx

ï 00^p È¼ ðËÛ ã Ë° ÛÄ-ÇÄx

ศีล นั้นอาจจะมองในแง่ของระเบียบวินัยเพื่อสร้างสังคมที่เรียบร้อยอยู่ร่วมกันด้วยความสงบสุขเป็นสภาพเกื้อกูลแก่การดำเนินชีวิตและปฏิบัติกิจของสมาชิกทั้งหลาย (ศีลระดับวินัย) ก็ได้ มองในแง่ของความประพฤติงามของบุคคล ซึ่งมีความสัมพันธ์ที่ดีงามกับผู้อื่น เป็นผลดีแก่ชีวิตของตัวเองและคนอื่นทั้งหลาย ก็ได้ มองในแง่เครื่องมือคุมความประพฤติทำให้กายวาจาเรียบร้อยงดงามอยู่ในระเบียบก็ได้ มองในแง่^๑ เป็นข้อปฏิบัติสำหรับกำจัดกิเลสชั้นหยาบที่แสดงออกทางกายวาจา ชัดเกลาคนให้ประณีตขึ้นก็ได้ มองในแง่เป็นข้อปฏิบัติสำหรับ

^๑ ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๘๙/๖๔.

ฝึกอบรมกายวาจาและอาชีวะให้อยู่ในสภาพพร้อมที่จะเป็นพื้นฐานของการฝึกปรี่คุณภาพจิต และการใช้สมรรถภาพของจิตอย่างได้ผล ในระดับสมาธิก็ได้ มองในแง่เป็นสภาพปกติทางกาย วาจาและอาชีวะของผู้ที่มีชีวิตดีงาม หรือคนที่ได้รับการฝึกอบรมดี มีการศึกษาแท้จริง บรรลุภูมิธรรมอันสูงแล้วก็ได้ เมื่อว่าโดยย่อที่สุด

หลักการปฏิบัติเพื่อขจัดกิเลสด้วยศีล คือการใช้ศีลกำจัดกิเลสนั้นก็คือให้ใช้อินทรีย์สังวร คือ สारรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ของเรา ไม่ให้ยินดียินร้ายเมื่อเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องสัมผัสทางกาย และแม้แต่รับอารมณ์ทางใจ ถ้าหากว่าตาเราได้ประสบสิ่งเหล่านี้ ก็ให้เห็นว่า มันเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ไม่ยินดียินร้าย คือสාරรวมตา สारรวมหู สारรวมกาย และสારรวมใจเสีย ถ้าเรา อยู่อย่างมีความสારรวม กามก็เบียดเบียนใจได้ยาก นี่ก็คือการกำจัดกามด้วยอำนาจศีล (ได้กล่าวใน รายละเอียดในบทที่ ๓ แล้ว)

พระอรธกถาจารย์ท่านเปรียบกิเลสว่าเป็นป่า คงเพราะลักษณะของป่ามีสภาพรกชัฏน่า สะพริงกลัว และมีสัตว์ร้ายนานาชนิดอาศัยอยู่ ส่วนการเปรียบกิเลสที่ให้อธิบายใน ประวัติกาล (กิเลสที่ ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน) เป็นหมู่มะไม้นป่า คงเป็นเพราะสภาพของป่ามีแม่มะไม้นานาพันธุ์ เจริญเติบโตเป็นองค์ประกอบส่วนใหญ่ของป่า เหมือนความหลากหลายของกิเลสที่ออกเญกายในจิตใจ บางแห่งมองกิเลสว่าเป็นหมู่มะไม้นป่า ดังความว่า กิเลสใหญ่ ๆ ทั้งหมด ที่คร่าไปในภพ ชื่อว่า ป่า กิเลส ๙ ทั้งหมดที่ให้อธิบายในประวัติกาล ชื่อว่า หมู่มะไม้นที่ต้งอยู่ในป่า การที่บางแห่งมองกิเลสว่ามีลักษณะหนาแน่น มีหลายประการ และเกี่ยวพันในวัฏฏกาม (สิ่งน่าใคร่) ดังความว่า กิเลสเหล่านี้ แม้ทั้งหมด โดยประการทั้งปวง หนาแน่น มีประการต่าง ๆ ชานไป ช้องชิด ถูกคล้อง เกี่ยวพัน ต้งอยู่ โดยประการนั้น ๆ ในวัฏฏกามนั้น ด้วยอำนาจ แห่งอารมณ์ทางวัตถุทวารเป็นต้น อาการที่กิเลสชานไปตามอารมณ์ทางทวารมีจักษุทวารเป็นต้น เป็นอันตรายต่อ จิตใจ เปรียบเหมือน กอไทร หรือเถาว์วัลย์ที่คดเคี้ยวเกี่ยวพันต้นไม้อันยืนต้นตาย บางแห่งเปรียบกิเลสเป็นเช่นกับ ศัตรู ดังความว่า ธรรมดากิเลสเป็นเช่นกับศัตรู ศัตรูที่ชื่อว่านิคทนอยย้อมไม่มี เมื่อได้โอกาสแล้ว ย้อมทำให้ถึง ความพินาศ กิเลสแม้เพียงเล็กน้อย เมื่อเจริญขึ้นแล้ว ย้อมให้ถึงความพินาศอย่างใหญ่หลวงกิเลสเปรียบเหมือนยา พิษ หัวผี อสรพิษ ธรรมดากิเลสเป็นเช่นยาพิษชนิดร้ายแรง เป็นเช่นหัวผีที่ถูกบ่ง เปรียบเหมือนอสรพิษ เป็นเช่น กับฟ้าผ่า^๒

สิ่งดังกล่าวนี้ แม้น้อย แต่สามารถทำอันตรายได้อย่างมหันต์ เช่นเดียวกับกิเลส เพราะกิเลสเป็น แดนเกิดของความชั่วทั้งปวง จึงไม่ควรประมาทในความเล็กน้อยของกิเลส บางแห่งท่านมองอกุศลธรรมทั้งปวงว่า เป็นกิเลส เพราะเป็นเหตุให้เดือดร้อนและเป็นเหตุเบียดเบียน ดังความว่า กิเลสทั้งปวง ธรรมทั้งหลาย ที่เป็นอกุศล

^๒ ขุ.ชา.อ. (ไทย) ๔/๒/-/๔๐๑.

ทั้งหมด ชื่อว่ากิเลส เพราะอรรถว่าเข้าไปให้เดือดร้อน และเพราะอรรถว่า เปียดยื่น นอกจากนี้ กิเลสยังมีความฉลง (แนบแน่นอยู่กับอารมณ์ทางทวารทั้ง ๖) เป็นลักษณะ^๓

การปฏิบัติหลักธรรมในพระพุทธศาสนานั้น ผู้ปฏิบัติจำเป็นจะต้องใช้ทั้งศีล สมาธิ และ ปัญญาเข้าทำลาย กิเลสทุกชนิดไม่ว่ากิเลสอะไรจะเกิดขึ้นในตัวเรา ถ้าเราใช้ไตรสิกขาทั้ง ๓ ประการนี้เข้าทำลายแล้ว สิ่งเหล่านั้นจะเบาบางและหายไปในที่สุด โดยใช้ศีลเป็นตัวกำจัดกิเลสอย่างหยาบ สมาธิเป็นตัวกำจัดกิเลสอย่างกลาง และใช้ปัญญาเป็นตัวกำจัดกิเลสอย่างละเอียดแต่อย่างใดก็ตาม แม้มกมนี้มองดูว่าเป็นกิเลสคล้าย ๆ ธรรมดาซึ่งคนสามัญทั่วไปก็มีด้วยกันทุกคน แต่ก็ยากที่จะละได้ เพราะคนในโลกนี้โดยทั่วไปแล้วยังติดอยู่ในกาม ถ้าหากว่าไม่ใช่ปัญญาเข้าพิจารณาแล้ว บุคคลจะตกอยู่ในกาม ถูกลูกศรคือกามทำลายบุคคลนั้นให้เดือดร้อนวุ่นวายหาความสุขใจที่แท้จริงไม่ได้ หากความวิเวกไม่ได้ เพราะฉะนั้น เมื่อเราเห็นว่ากามนั้นมีโทษนานัปการอย่างนี้แล้ว ก็ต้องพยายามถอนตนออกจากกามเสีย

๖.๑๐. สีสสิกขา

อภิสสิกขา เป็นสิกขาขั้นแรกสุด สีสสิกขา แปลว่า สิ่งที่ควรศึกษาหรือควรอบรมที่เป็นขั้นศีล แม้จะมีการจำแนกไว้เป็น ศีล ๕ ศีล ๘ หรือ ศีล ๒๒๗ และอื่น ๆ อีกเป็นอันมากก็ตาม แต่รวมใจความแล้ว ก็อยู่ตรงที่เป็นการปฏิบัติเพื่อความประติสงบเรียบร้อย ปราศจากโทษขั้นต้น ๆ ที่เป็นไปทางกาย ทางวาจา ทั้งที่เกี่ยวกับสังคม หรือส่วนตัว หรือสิ่งของต่าง ๆ ที่จำเป็นแก่การเป็นอยู่ ศีลช่วยให้คนอยู่อย่างผาสุก ไม่มีเรื่องรบกวน แต่อาณิสสที่สำคัญที่สุดของศีลอยู่ที่การเป็นบาทฐานที่งอก ที่เกิด ที่เจริญสมาธิ สีสสิกขาก็เป็นการเตรียมเบื้องต้นให้เป็นผู้อยู่ในโลกด้วยลักษณะที่สะอาดบริสุทธิ์จากกิเลส ซึ่งจะส่งเสริมให้เกิดสมาธิในขั้นต่อไปได้ง่าย ถ้ามีเรื่องรบกวนมากก็ยากที่จะเกิดสมาธิ

ขั้นตอนที่พระอริยเจ้าใช้อบรมอินทรีย์มาแล้วเป็นผลดี ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงสอนให้ใช้วิธีนี้อีกวิธีหนึ่ง

เมื่อว่าโดยสรุปการปฏิบัติกรรมฐานมีอินทรีย์เป็นอารมณ์นั้นจะได้ขั้นตอนในการอบรมหรือฝึกอินทรีย์ ๔ ประการ คือ

๑) สติสังวร เอาสติระมัดระวังอินทรีย์ซึ่งเป็นช่องทางไหลเข้าของอกุศลบาปกรรม มิให้ได้ช่องไหลเข้าครอบงำจิตใจ

^๓ ส.ส.อ. (ไทย) ๑/๑/๖๑/๑๒๙-๑๓๒.

^๔ พระโสภณคณาภรณ์ (ระแบบ จิตตยาโณ), **ธรรมปริทรรศน์**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ศาสนา, ๒๕๒๙), หน้า ๓๖๕.

๒) ญาณสังวร เอาความรู้ทำการพิจารณาอารมณ์ และความรู้สึกที่เกิดขึ้นให้รู้เท่าทัน คิดเอาแต่อุเบกขา คือความเป็นกลางในใจเฉยๆ อยู่เนิ่นไว้ ปล่อยให้ความรู้สึกที่ร้ายตกไปจากใจ

๓) ชันติสังวร เอาความอดทนเข้าข่มความรู้สึกอันเกิดจากอินทรีย์ ๖ นั้นจนดับไปเอง

๔) วิริยสังวร เอาความพากเพียรเข้าแก้ไขเปลี่ยนแปลงความรู้สึก ไปตามความต้องการของตน โดยทำนองหนามยอกเอาหนามบ่ง จนสามารถทำความรู้สึกในอารมณ์ทั้งดีร้ายได้อย่างดี

ขั้นตอนทั้ง ๔ ที่ประเสริฐเยี่ยมในการอบรมอินทรีย์ เป็นอริยวินัยในพระพุทธศาสนา ที่ผู้มุ่งหวังความเจริญก้าวหน้าทางจิตใจควรยึดถือเป็นหลักในการปฏิบัติเพื่อฝึกให้จิตใจมีอำนาจ สามารถบังคับอารมณ์ในใจตนได้ จัดเป็นบุคคลที่น่าอัศจรรย์โดยแท้

๖.๑.๒ การละปริยภูมิกิเลสด้วยสมาธิ การกำจัดกามด้วยสมาธิ

การละปริยภูมิกิเลสด้วยสมาธิ การกำจัดกามด้วยสมาธิ คือ ตัวอย่างเช่น ใช้อุสภกรรมฐานเป็นตัวกำจัดกามโดยตรง เพราะกามฉันทหรือกามราคะนั้น จะบางเบาลงไปหรือจะลดลงไปได้ ก็เมื่อบุคคลนั้นพิจารณาร่างกายของตนเองและของคนอื่นให้เห็นว่า เป็นของน่าเกลียด ปฏิกุศล ไม่งามทั้งสิ้น เต็มไปด้วยของไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง อุจจาระ ปัสสาวะ เสลด เลือด เหงื่อ เป็นต้น อยู่ในร่างกาย เมื่อพิจารณาตามความเป็นจริง โดยความเป็นอุสภกรรมฐาน เพื่อให้จิตเกิดความสงบ ก็เป็นลักษณะของสมาธิ

๖.๑.๒.๑ คำว่า “ภาวนา” แปลว่า ธรรมเป็นเครื่องให้กุศลธรรมทั้งหลายเกิดมีคือเสพคุ้น ได้แก่ง

ทำกุศลธรรมทั้งหลาย ให้เจริญแห่งชน

ภาวนา การเจริญมี ๔ อย่าง คือ

๑. ชื่อว่าภาวนา เพราะมีความหมายว่า ธรรมทั้งหลายที่เกิดในภาวนานั้นไม่ล่วงเลยกัน
๒. ชื่อว่าภาวนา เพราะมีความหมายว่า อินทรีย์ทั้งหลายมีรสเป็นอย่างเดียวกัน
๓. ชื่อว่าภาวนา เพราะมีความหมายว่า นำความเพียรที่สมควรแก่ธรรมนั้นเข้าไป
๔. ชื่อว่าภาวนา เพราะมีความหมายว่า ปฏิบัติเนื่อง ๆ^๕

กายภาวนา หมายถึง การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง^๖

จิตตภาวนา หมายถึง การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ^๗

^๕ ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๒/๓๐๗., ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

^๖ ม.ม. (ไทย) ๑๒/-/๔๐๑.

ในปรมัตถโชติกะ^๗ คำว่า วิปัสสนาภาวนา มีรูปวิเคราะห์ว่า

ธรรมชาติใด ย่อมเห็นแจ้งในอารมณ์ต่าง ๆ มีรูปารมณฺ์ เป็นต้น โดยความเป็นนามรูป ที่พิเศษนอกออกไปจากบัญญัติ โดยการละทิ้งสัททบัญญัติ อตถบัญญัติเสียสิ้น และย่อมเห็นแจ้งในอารมณ์ต่าง ๆ มีรูปารมณฺ์ เป็นต้น โดยอาการเป็น อนิจจะ ทุกขะ อนัตตะ อสุภะ ที่พิเศษนอกออกไปจากนิจจสัญญาวิปลาส สุขสัญญาวิปลาส อตตสัญญาวิปลาส สุขสัญญาวิปลาสเสีย ฉะนั้น ธรรมชาตินั้น ชื่อว่า วิปัสสนา ได้แก่ ปัญญาเจตสิก ที่ในมหากุศล มหาภิรียา

สมถภาวนา หมายถึง อุบายวิธีสำหรับฝึกจิตให้สงบ ภาวะที่จิตสงบอันเกิดจากการเจริญสมณะกัมมัฏฐาน^๘ ไม่ว่าจะได้สมาธิในระดับใดก็ตามก็ถือว่าได้สมาธิแล้ว เหตุที่ต้องฝึกจิตให้เกิดสมาธิ เพราะว่า โดยธรรมชาติ บุคคลมักจะถูกกิเลสทำให้จิตไม่สงบเสมอ การที่จิตไม่สงบนั้นเป็นเพราะจิตถูกนิรวณ ๕ ชนิด เข้าครอบงำ เมื่อมนุษย์ถูกกิเลสเหล่านี้ครอบงำแล้วจิตก็จะแกว่งไปตามอำนาจกิเลส ไม่สามารถทรงตัวอยู่ในความนิ่งสงบได้ จริ่งอยู่ การที่จิตจะเป็นกลาง หยุตนิ่ง ไม่ไหลเวียนไปตามอำนาจของกิเลสเป็นสิ่งที่กระทำได้ยากยิ่ง พระพุทธศาสนาสอนว่า การที่จะเอาชนะกิเลสเหล่านี้ได้ ต้องเปิดโอกาสให้ตนเองได้พัฒนาสมาธิ จึงจะสามารถระงับกิเลสเหล่านี้ให้ลดลงโดยลำดับได้

๑๒. วิปัสสนาภาวนา

๑) วิธีฝึกจิตไม่ให้ลุ่มหลง อยากได้รูป เสียง กลิ่น รส ผัสสะ ที่น่าพอใจ ผู้ปฏิบัติต้องฝึกหัดมอง สิ่งที่น่าใคร่ น่าพอใจเหล่านี้ว่า เป็นของไม่มีความสวยงามที่แท้จริง ไม่คงทนถาวรอย่างที่เราคิดไว้ เมื่อเราฝึก ฝนความคิดมองให้เห็นความจริงเช่นนี้ จิตที่เคยยึดมั่นถือมั่นก็จะค่อย ๆ คลายจากความยึดถือให้น้อยลงไปบ้าง การปล่อยวางจะทำได้ง่ายขึ้นกว่าเดิม เพราะการฝึกหัดมองให้เห็นความจริง จะทำให้เราได้ประสบกับความจริงด้วยตนเอง

๒) วิธีฝึกจิตไม่ให้มีความขัดเคือง ไม่มองคนอื่นในแง่ร้าย ผู้ปฏิบัติจะต้องปลูกจิตที่มีแต่เมตตา รู้จักรักผู้อื่น อีกทั้งเพ่งกสิณที่มีสีต่าง ๆ เช่น สีเขียว (นิลกสิณ) สีเหลือง (ปีตกสิณ) สีแดง

^๗ ม.ม. (ไทย) ๑๒/-/๔๐๑.

^๘ พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๙ เล่ม ๑ สมถกรรมฐานที่ปณิ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: วิ อินเตอร์ พรินท์, ๒๕๔๗), หน้า ๑๗.

^๙ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุง, หน้า ๔๒๖.

(โลหิตกสิณ) สีขาว (โอทาทกสิณ) จะทำให้จิตที่ขอบขัดเคือง มีปีติ (เอิบอิ่มใจ) โสมนัส (ความยินดี) เพิ่มขึ้น ความโกรธ ความขัดเคืองที่เคยมีมาก่อนก็จะค่อย ๆ จางหายไป

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

๔) วิธีฝึกจิตไม่ให้ความฟุ้งซ่านรำคาญ ผู้ปฏิบัติต้องฝึกหัดกำหนดลมหายใจเข้า หายใจออก (อานาปานสติ) เช่นเดียวกับผู้ถูกถีนมิทธะเข้าครอบงำสภาวะจิตที่มีความเข้มแข็ง ก็จะมีสมาธิมากขึ้น ความฟุ้งซ่านหายไป มีแต่สมาธิเข้ามาแทนที่

๕) วิธีฝึกจิตไม่ให้ความสงสัย (วิจิกิจฉา) เข้าครอบงำ ผู้ปฏิบัติจะต้องฝึกหัดให้เป็นคนมีเหตุผล ตามหลักที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ การที่เราจะพัฒนาความสามารถทางปัญญาตามแบบอย่างของพระพุทธเจ้า ก็จะทำให้เราพบอุปสรรคน้อยลงจนหมดอุปสรรคในที่สุด^{๑๐}

ตามหลักพระพุทธศาสนา การที่จิตถูกนิรวณต์ตัวใดตัวหนึ่งในนิรวณต์ ๕ เข้าครอบงำ ถือว่า จิตถูกรบกวน ไม่เป็นสมาธิแล้ว ในความรู้สึกของคนทั่วไป การฝึกสมาธิต้องให้มีสมาธิมาก ๆ (ขั้นอุปนาสมาธิ) จึงจะถือได้ว่า ประสบความสำเร็จในการฝึกสมาธิ หากฝึกสมาธิได้เพียงชั่วขณะ (ขณิกสมาธิ) ไม่ถือว่าประสบความสำเร็จ แต่ตามหลักวิปัสสนากัมมัฏฐาน จิตที่เป็นขณิกสมาธิ ก็เป็นพื้นฐานที่สำคัญยิ่ง ในการพัฒนาวิปัสสนาปัญญา อย่างไรก็ตาม การที่จะใช้หลักสมถกัมมัฏฐานเป็นเครื่องมือฝึกจิตให้ระงับนิรวณต์ตัวใดตัวหนึ่งหมดในทันทีทันใด นับว่าเป็นสิ่งที่ทำได้ยากยิ่ง อย่างไรก็ตาม ผู้ที่จะปราศจากนิรวณต์ได้ทั้งหมด คือ พระอรหันต์ (ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานจนหมดกิเลสแล้ว) เท่านั้น การที่ปุถุชนทั่วไปจะเจริญสมถกัมมัฏฐานไปจนกว่าจะละนิรวณต์ได้ทั้งหมดแล้ว จึงหันไปฝึกวิปัสสนากัมมัฏฐาน นับว่าเป็นสิ่งที่เน้นช่วงเวลาในการปฏิบัติธรรมขั้นสูงสำหรับผู้ใคร่ต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ดังนั้น บุคคลทั่วไป แม้ยังไม่สามารถละนิรวณต์ได้หมดทุกตัว และมีขณิกสมาธิก็สามารถนำสมาธิชนิดนี้มาเป็นเครื่องมือในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานต่อไปได้ ขณะที่ผู้ปฏิบัติ เจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานอยู่ หากมีนิรวณต์ตัวใดตัวหนึ่งเข้ามาครอบงำในระหว่างนั้น ผู้ปฏิบัติจะสามารถฝึกกำหนดได้ทันที โดยการกำหนดรู้ตามความเป็นจริง จิตก็จะไม่ตกอยู่ในอำนาจของนิรวณต์เหล่านั้น และเมื่อผู้ปฏิบัติฝึกกำหนดรู้นิรวณต์ ๕ อยู่บ่อย ๆ ก็สามารถใช้ความสงบขั้นขณิกสมาธิ เป็นเครื่องมือในการประหารนิรวณต์ได้ โดยผ่านกระบวนการของวิปัสสนากัมมัฏฐาน ด้วยเหตุนี้ขณิกสมาธิก็จะเปลี่ยนสภาพเป็นมัคคสมาธิ

^{๑๐} ดูรายละเอียดใน ส.ม.อ. (ไทย) ๕/๑/๕๕๓-๕๕๗/๒๕๔-๓๐๐.

ในการเจริญสมณกรรมฐาน^{๑๑} นั้น มีอารมณ์สำหรับเพ่ง ที่เรียกว่า สมถกัมมัฏฐาน ประการแรกพึงทราบการวินิจฉัยกัมมัฏฐานโดยอาการ ๑๐ อย่างดังนี้คือ

๑. โดยแสดงจำนวนกัมมัฏฐาน
๒. โดยการนำมาซึ่งอุปจารณานและ อปัณณาน
๓. โดยความแตกต่างกันแห่งณาน
๔. โดยผ่านองค์ณานและอารมณ์
๕. โดยควรขยายและไม่ควรขยาย
๖. โดยอารมณ์ของณาน
๗. โดยภูมิเป็นที่บังเกิด
๘. โดยการถือเอา
๙. โดยความเป็นปัจจัยเกื้อหนุน
๑๐. โดยความเหมาะสมแก่จริต

๑๐๐ "กัมมัฏฐาน" ๑๐๐ "กัมมัฏฐาน"

โดยแสดงจำนวนกัมมัฏฐานในบรรดาพระกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการท่านสงเคราะห์เข้าไว้ เป็น ๗ หมวด^{๑๒} ดังนี้

๑. กสิณกัมมัฏฐาน ๑๐ อย่าง
 ๒. อสุภกัมมัฏฐาน ๑๐ อย่าง
 ๓. อนุสสติกัมมัฏฐาน ๑๐ อย่าง
 ๔. พรหมวิหารกัมมัฏฐาน ๔ อย่าง
 ๕. อรูปกัมมัฏฐาน ๔ อย่าง
 ๖. อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ อย่าง
 ๗. จตุธาตุววัฏฐาน ๑ อย่าง
- ซึ่งสามารถอธิบายกัมมัฏฐาน ๔๐ ต่าง ๆ ได้ดังนี้

๑๐๐ "กัมมัฏฐาน" ๑๐๐ "กัมมัฏฐาน"

๑. ปฐวีกสิณ กสิณสำเร็จด้วยดิน
๒. อาโปกสิณ กสิณสำเร็จด้วยน้ำ

^{๑๑} บ.ป. (ไทย) ๓๑/๘๓/๑๔๑.

^{๑๒} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๖๔๒/๓๓๑.

^{๑๓} ดุราลละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๕๐/๒๗๘-๒๙๘., ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๔๖/๓๖๑., อัง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๒๕/๕๖.

๓. เตโชกสิณ กสิณสำเร็จด้วยไฟ
๔. วาโยกสิณ กสิณสำเร็จด้วยลม
๕. นีลกสิณ กสิณสำเร็จด้วยสีเขียว
๖. ปิตกสิณ กสิณสำเร็จด้วยสีเหลือง
๗. โลหิตกสิณ กสิณสำเร็จด้วยสีแดง
๘. โอทาทกสิณ กสิณสำเร็จด้วยสีขาว
๙. อาโลกกสิณ กสิณสำเร็จด้วยแสงสว่าง
๑๐. ปริจฉินนาทกสิณ กสิณสำเร็จด้วยช่องว่างซึ่งกำหนดขึ้น

๑. วิภังคกอสสุก

๑. อุทฺธมาตกอสสุก ชากศพพองขึ้นน่าเกลียด
๒. วินีลกอสสุก ชากศพขึ้นเป็นสีเขียวน่าเกลียด
๓. วิปฺพพกอสสุก ชากศพมีหนองไหลแตกพลั๊กน่าเกลียด
๔. วิจฉิททกอสสุก ชากศพที่ถูกตัดเป็นท่อน ๆ น่าเกลียด
๕. วิกขยิตกอสสุก ชากศพที่ถูกสัตว์กัดกระจุยกระเจายน่าเกลียด
๖. วิกขิตตกอสสุก ชากศพที่ถูกทิ้งไว้เรี่ยราดน่าเกลียด
๗. หตวิกขิตตกอสสุก ชากศพที่ถูกสับฟันแล้วทิ้งกระจัดกระเจายน่าเกลียด
๘. โลหิตกอสสุก ชากศพที่มีโลหิตไหลออกมาน่าเกลียด
๙. ปุพฺพกอสสุก ชากศพที่เต็มไปด้วยหนอนน่าเกลียด
๑๐. อัมมูฏิกอสสุก ชากศพที่เป็นกระดูกน่าเกลียด

๒. วิภังคกอสสุก

๑. พุทธานุสสติ ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า
๒. ธัมมานุสสติ ระลึกถึงคุณของพระธรรม
๓. สังฆานุสสติ ระลึกถึงคุณของพระอริยสงฆ์
๔. สีละณฺณสสติ ระลึกถึงศีลของตน
๕. จาคานุสสติ ระลึกถึงการบริจาคที่ตนได้บริจาคแล้ว
๖. เทวตานุสสติ ระลึกถึงคุณธรรมที่ทำให้เป็นเทวดา
๗. มรณานุสสติ ระลึกถึงความตาย
๘. กายคตาสติ ระลึกถึงร่างกายซึ่งล้วนแต่ไม่สะอาด

^{๑๔} ุรยละเอียดใน อภิ.สง.อ. (ไทย) ๑/๑/-/๕๓๙-๕๔๓.

^{๑๕} อง.เอกภ. (ไทย) ๒๐/๒๙๖/๓๗., ขุ.ม.อ. (ไทย) ๕/๑/-/๘๙.

ในกัมมัญฐาน ๓๐ ประการ มีความต่างกันแห่งฉนวน^{๒๐} คือ กสิณ ๑๐ กับอานาปานสติ ๑ รวม ๑๑ ประการ ย่อมให้สำเร็จฉนวนได้ทั้ง ๔ ฉนวน อสุภ ๑๐ กับกายคตาสติ ๑ รวม ๑๑ ประการย่อมให้สำเร็จเพียงปฐมฉนวนอย่างเดียว

พรหมวิหาร ๓ ข้างต้น (เมตตา กรุณา มุทิตา) ให้สำเร็จฉะฉาน ๓ พรหมวิหารข้อ
อุเบกขา และอรพณัมมัญฐาน ย่อมให้สำเร็จฉะฉานที่ ๔

$\ddot{U}^{\oplus} \vdash \text{Ä} \tilde{\text{A}} \text{E}^{\circ} \text{È} \hat{\text{U}} \hat{\text{E}} \tilde{\text{À}}^{-21}$.

การจำแนกภูมิฐานโดยผ่านองค์ฌานและอารมณ์นั้น มีอธิบายดังนี้ คือ การผ่านองค์ฌาน ๑ และการผ่านอารมณ์ ๑ การผ่านองค์ฌานย่อมมีได้ในภูมิฐานที่ให้สำเร็จฌาน ๓ และฌาน ๔ ทั้งหมด แต่การผ่านอารมณ์ ย่อมมีได้ในรูปภูมิฐาน ๔ และการผ่านอารมณ์ หาได้มีในภูมิฐานที่เหลือนอกจากนี้ไม่

Ü®, ©®, ÈÙÊ²ñ©®, Èíè

ในกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการนั้น กัมมัฏฐานที่ควรขยายคือ กลสินทั้ง ๑๐ ประการ เพราะว่าโยคีบุคคลแผ่กลสินไปสู่ออกาสได้ประมาณเท่าใด ก็สามารถได้ยินเสียงด้วยทิพโสต เห็นรูปด้วย ทิพจักขุและรู้จิตของสัตว์อื่นได้ด้วยจิตภายในโอกาสประมาณเท่านั้น

ก็มีฐานที่ไม่ควรขาย (นอกจากสิน ๑๐) คือ ที่เหลือทั้งหมด ไม่ควรขายเพราะเหตุไร? เพราะก็มีฐานเหล่านี้ยึดบุคคลกำหนดเอาด้วยโอกาสเฉพาะ และเพราะไม่มีอันสงสัอะไร

Ü[®]Ä²¹ : Ä¹¹

ในกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการนั้น กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ อานาปานสติ ๑ กายตาสติ ๑ รวม ๒๒ กัมมัฏฐานมีอารมณ์ เป็นปฏิกาคณิมิต กัมมัฏฐานที่เหลือ ๑๘ มีอารมณ์ไม่เป็นปฏิกาคณิมิต

กัมมัญฐาน ๑๒ ดังนี้ มีอารมณ์เป็นสภาวะธรรม ได้แก่ อนุสสติ ๘ (ยกเว้นกายคตาสติกับ อานาปานสติ) คือพุทธานุสสติ อัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ เทวตานุสสติ

๒๐ พระพุทธโฆสเถระ, วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ),
หน้า ๑๘๖.

^{๒๑} พระพุทธโฆสเถระ, **วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), หน้า ๑๘๖-๑๘๗.

๒๒ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๘๙.

มรณานุสสติ และอุปสมานุสสติ กับอาหาเรปภิกุลสัญญา ๑ จตุธาตววัตถถานกัมมัญฐาน ๑
วิญญูณัญญาตนะ และเนวสัญญานาสัญญาตนะ

กัมมัญฐาน ๒๒ เหล่านี้มีอารมณ์เป็นนิमित ได้แก่ กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ อานาปานสติ ๑ กายคตา
สติ ๑ ส่วนกัมมัญฐานที่เหลือ ๖ ได้แก่ พรหมวิหาร ๔ อากาสายตนะ ๑ อาภิกญัญญาตนะ ๑ ท่าน
กล่าวว่า มีอารมณ์ที่พูดไม่ถูกคือ ไม่ใช่สภาวะธรรมและไม่เป็นนิमित

उप० वि० ५०

อสุภกัมมัญฐาน ๑๐ กายคตาสติ ๑ อาหาเรปภิกุลสัญญา ๑ รวม ๑๒ กัมมัญฐานนี้ ย่อม
ไม่บังเกิดในเทวโลกชั้นกามาวจร เพราะซากศพ และอาหารอันน่าเกลียด ไม่มีในเทวโลก และใน
กัมมัญฐาน ๑๒ นั้น กับอานาปานสติ ๑ รวม ๑๓ กัมมัญฐานนี้ ย่อมไม่บังเกิดในพรหมโลก เพราะ
ลมอัสสาสะปัสสวะไม่มีในพรหมโลก

ส่วนกัมมัญฐานอื่น ๆ นอกจากอรูปรูปกัมมัญฐาน ๔ แล้ว ย่อมไม่บังเกิดในอรูปรูปภ
สำหรับในโลกมนุษย์ กัมมัญฐานบังเกิดได้ครบทั้ง ๔๐ ประการ

उप० ६०

โดยการถือเอานั่นอธิบายว่า โดยการถือเอาด้วยวัตถุที่ได้เห็น ได้ถูกต้องและที่ได้ยิน
ดังนี้ ได้เห็นเสียก่อนแล้วจึงถือเอานิมิตของกัมมัญฐานเหล่านี้

กสิณ ๙ (ยกเว้นวาโยกสิณ) กับ อสุภ ๑๐ รวมเป็น ๑๙ กัมมัญฐานนี้ พึงถือเอาด้วยตาที่
ได้เห็นเสียก่อนแล้วจึงถือเอานิมิตของกัมมัญฐานเหล่านั้น

ในกายคตาสติ อากา ๕ คือ ผม ขน เล็บ ฟัน และหนัง พึงถือเอาด้วยสิ่งที่ได้เห็น
อาการที่เหลือ ๒๗ พึงถือเอาด้วยเสียงที่ได้ยิน ส่วนในอานาปานสติพึงถือเอาด้วยการถูกต้อง และ
ในกัมมัญฐาน ๕ คือ อุpekขาพรหมวิหาร ๑ และอรูปรูปกัมมัญฐาน ๔ พึงถือเอาไม่ได้ในทันทีที่เดียว
ส่วนกัมมัญฐานที่เหลืออีก ๓๕ ถึงถือเอาได้โดยทันที

उप० ६१

ในบรรดากัมมัญฐานเหล่านั้น ยกเว้นอากาศกสิณ กสิณที่เหลือ ๙ ประการ ย่อมเป็น
ปัจจัยเกี่ยวพันแก่ อรูปฌานทั้งหลาย กสิณทั้ง ๑๐ ประการ ย่อมเป็นปัจจัยเกี่ยวพันแก่ภิกญญา
ทั้งหลาย พรหมวิหาร ๓ (เมตตา กรุณา มุทิตา) ย่อมเป็นปัจจัยเกี่ยวพันแก่พรหมวิหารที่ข้อที่ ๔

^{๒๓} อ่างแล้ว.

^{๒๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๙๐.

^{๒๕} พระพุทธโฆสเถระ, วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ),

อรุปรกัมมัญฐานบทต่ำ ๆ ย่อมเป็นปัจจัยเกื้อหนุนแก่อรุปรกัมมัญฐานบทสูง เนวสัญญานา-สัญญา
ตน กัมมัญฐานย่อมเป็นปัจจัยเกื้อแก่การอยู่เป็นสุขแก่วิปัสสนากัมมัญฐานและแก่ภวสมบัติทั้งหลายดังนี้

Uṇṇāṇa Suttaṃ^{๒๖}

ในกัมมัญฐาน ๔๐ นั้น กัมมัญฐาน ๑๑ คือ อสุภะ ๑๐ , กายคตาสติ ๑ ย่อมเหมาะสม
แก่คนราคะจริต กัมมัญฐาน ๘ คือ พรหมวิหาร ๔ วรรณกสิณ ๔ เหมาะสมแก่คนโทสะจริต อานาปาน
สติกัมมัญฐานข้อเดียวเท่านั้น ๑ เหมาะสมแก่คนโมหะจริต และคนวิตกจริต

อนุสสติ ๖ ข้างต้น ได้แก่ พุทธานุสสติ ๑ ธัมมานุสสติ ๑ สังฆานุสสติ ๑ สีลานุสสติ ๑
และจาคานุสสติ ๑ ทเวตานุสสติ ๑ เหมาะสมแก่คนศรัทธาจริต

กัมมัญฐาน ๔ คือ มรณสติ ๑ อุปमानุสสติ ๑ จตุธาตุวัตถาน ๑ อาหาเรปฏิกูลสัญญา
๑ เหมาะสมแก่คนพุทธิจริต

กสิณกัมมัญฐานที่เหลือ ๖ (ได้แก่ ภูตกสิณ ๔ อาภาสกสิณ ๑ อาโลกกสิณ ๑) กับ
อรุปรกัมมัญฐาน ๔ เหมาะสมแก่คนทุกจริต

แต่ว่าในกสิณ ๑๐ นั้น กสิณอย่างใดอย่างหนึ่งที่เล็กขนาดเท่าส้มโอ ย่อมเหมาะสมแก่
คนวิตกจริต ขนาดใหญ่กว่านั้น ขนาดเท่าจานข้าว เป็นต้น ย่อมเหมาะสมแก่คนโมหะจริต

Īśvara Suttaṃ^{๒๗}

Īśvara Suttaṃ^{๒๘}

องค์ฌานในสมถกรรมฐาน

๑. วิตก แปลว่า ความตรึง หมายถึง การจรด หรือปักจิตลงในอารมณ์ หรือยักจิตใส่
อารมณ์มีใน ปฐมฌาน^{๒๗}

๒. วิจารณ์ แปลว่า ความตรอง หมายถึง การพัน เกล้า หรือเอาจิตผูกพันกับอารมณ์มีใน
ปฐมฌาน (มีในทุติยฌานแบบปัญจกนัยด้วย)^{๒๘}

องค์ฌาน ๒ ข้อนี้นี้ต่อเนื่องกัน คือ วิตกเอาจิตจรดไว้กับอารมณ์ วิจารณ์ เอาจิตเกล้า
อารมณ์นั้น เปรียบได้กับคนเอาภาชนะสำริดที่สนิมจับไปขัด วิตกเหมือนมือที่จับภาชนะไว้ วิจารณ์
เหมือนมือที่ถือแปรงขัดสีไปมา หรือเปรียบกับช่างปั้นหม้อ วิตกเหมือนมือที่กดไว้ วิจารณ์เหมือนมือที่
แต่งไปทั่ว ๆ

^{๒๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๙๒.

^{๒๗} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๖๕/๔๐๒.

^{๒๘} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๖๕/๔๐๓.

๓. ปิติ แปลว่า ความอิ่มใจ ต็มด้า หรือเอิบอิ่ม^{๒๙} หมายถึงเอาปิติชนิดแล่นเอิบอาบ
ซ่านไปทั่วสรรพางค์กาย ที่เรียกว่า ผารณาปิติ ปิติในฌานที่ ๑ และ ๒

๔. สุข แปลว่า ความสุข หมายถึงความสำราญ ชื่นฉ่ำ คล่องใจ ปราศจากความบีบคั้น
หรือรบกวนใด ๆ^{๓๐} มีในฌานที่ ๑ ถึงที่ ๓

๕. อุเบกขา แปลว่า ความวางเฉย หรือความมีใจเป็นกลาง หรือแปลให้เต็มว่า ความ
วางที่ดูเฉยอยู่^{๓๑} หมายถึง การดูอย่างสงบ หรือดูตามที่เกิดขึ้น ไม่ตกเป็นฝ่ายใด ในกรณีของฌานไม่
ติดค้าง แม้แต่ในฌานที่มีความสุขอย่างยอดเยี่ยม และความหมายที่สูงขึ้นไปอีก หมายถึง วางที่ดูเฉยใน
เมื่ออะไรทุกอย่างเข้าที่ดำเนินด้วยดี จัดเป็นองค์ฌานโดยเฉพาะของฌานที่ ๔ ความจริงอุเบกขามี
อยู่ในทุกฌาน แต่ในขั้นต้น ๆ ไม่เด่นชัด ยังถูกรบกวนที่เป็นข้าศึก เช่น วิตก วิจารณ์ และสุขเวทนาข่ม
ไว้ เหมือนดวงจันทร์ในเวลากลางวันถูกแสงจากดวงอาทิตย์ข่มไว้

๖. เอกัคคตา แปลว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์หนึ่งเดียว ได้แก่ ตัวสมาธินั่นเอง มีในฌานทุก
ขั้น^{๓๒}

๕.๔ ปฐมฌาน

เมื่อผู้เจริญกรรมฐานได้ปฏิบัติถูกต้องแล้ว รูปาวจรปฐมฌาน ที่มีองค์ฌาน ๕^{๓๔} ก็จะ
เกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติเป็นไปดังนี้ คือ

๑. มโนทวารวัชณะที่มีปฐวีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์เกิดขึ้น ตัดกระแสภวังค์ขาด^{๓๕}

๒. ลำดับนั้นมหากุศลญาณสัมปยุตต์ชวณะดวงใดดวงหนึ่งก็เกิดขึ้น ๔ ขณะแก่มีณช
บุคค หรือ ๓ ขณะแก่ตักขบุคค ซึ่งมีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ ในฐานะที่เป็นปริกรรม อุปจาร
อนุโลม โคตรภู เรียกว่า อุปจารสมาธิชวณะในฌานวิธีแล้วก็ดับไป ต่อจากนั้นปฐมฌานกุศลที่เป็น
อัปปนาสมิที่มีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ที่เกิด ๑ ขณะแล้วก็ดับลง จากนั้นภวังคจิตก็เกิดต่อไป
หลังจากภวังคจิต ปัจจุเบกขณวิธีที่มีมโนทวารวัชณจิต ๑ ครั้ง มหากุศลชวณะ ๗ ครั้ง ก็เกิดขึ้น

^{๒๙} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๖๗/๔๐๓.

^{๓๐} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๖๗/๔๐๓-๔๐๔.

^{๓๑} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๙๗/๔๐๙.

^{๓๒} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๙๙/๔๐๙.

^{๓๓} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๒๖-๒๒๗/๗๕-๗๖.

^{๓๔} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๖๒๓/๔๑๓.

^{๓๕} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖๖/๑๑๑.

หลาย ๆ รอบ ทำการพิจารณาองค์ฌานทั้ง ๕^{๓๖} โดยเฉพาะเป็นวิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา^{๓๗} เหมือนผู้ตื่นจากหลับ แล้วพิจารณาถึงความฝันของตนว่าได้ฝันเรื่องอะไรบ้าง^{๓๘}

ปฐมฌาน^{๓๙} ที่ได้ชื่อว่า รูปาวจรจิต และการปฏิบัติต่อไปเพื่อให้ทุติยฌาน เป็นต้นเกิดขึ้น เจตนาที่อยู่ในฌานกุศลนี้ไม่มีกามตัณหา คือ ความพอใจในกามคุณทั้ง ๕ ฉะนั้นจึงไม่มีการส่งผลให้ ปฐมฌานลาภิบุคคลได้บังเกิดในกามภูมิอีก แต่กลับส่งผลให้ไปบังเกิดในรูปภูมิ ฉะนั้นปฐมฌานกุศล นี้จึงได้ชื่อว่า รูปาวจรจิต^{๔๐} ดังพระพุทธพจน์ความว่า

ภิกษุณันสัจจจากามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก วิจารณ์ ปิติและ สุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เธอทำกายนี้ให้ชุ่มชื้นเอิบอ้อมด้วยปิติและสุขอันเกิดจากวิเวก รู้สึก ขาบชานอยู่ ไม่มีส่วนไหนของร่างกายที่ปิติและสุขอันเกิดจากวิเวกจะไม่ถูกต้อง

เปรียบเหมือนพนักงานทรงसन หรือลูกมือพนักงานทรงसन ผู้ชำนาญ เทพงูตัวลงในภาชนะสัมฤทธิ์แล้วเอาน้ำประพรมให้ติดเป็นก้อน พอตกเย็นก้อนงูตัวที่ยางซึมไปจับ ก็ติดกันหมด ไม่กระจายออก ฉนั้นใด ภิกษุทำกายนี้ให้ชุ่มชื้นเอิบอ้อมด้วยปิติและสุขอันเกิดจาก วิเวก รู้สึกขาบชานอยู่ ไม่มีส่วนไหนของร่างกายที่ปิติและสุขอันเกิดจากวิเวกจะไม่ถูกต้อง ฉนั้นนั่น ข้อนี้จัดเป็นผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ซื่อก่อน ๆ

1. ๑-4 ปฐมฌาน-๕

ในขั้นแรกผู้ปฏิบัติกรรมฐานพึงกระทำปฐมฌานกุศลชวณะ ให้เกิดติดต่อกันอยู่ ตลอด ๑ วัน ถึง ๗ วันเสียก่อนเพื่อจะได้อบรมจิตใจให้มีสมาธิกล้าแข็งขึ้น เพื่อเป็นบทบาทแห่งการ ฝึกสติภาวะ ๕ ประการต่อไป ที่ต้องกระทำดังนี้เพราะ การเจริญทุติยฌาน ตติยฌาน หรือจตุตถ- ฌานให้เกิดต่อไปตามลำดับได้นั้น จำเป็นต้องอาศัยสติภาวะทั้ง ๕ นี้เป็นเหตุสำคัญ ถ้าขาดสติภาวะ ทั้ง ๕ นี้เสียแล้ว ฌานเบื้องต้นก็เกิดขึ้นไม่ได้ วสติภาวะทั้ง ๕ จะสำเร็จลงได้ต้องอาศัยการเข้า ปฐมฌานอยู่เสมอ ๆ เสียก่อนจนจิตใจที่มีสมาธิกล้าแข็ง อันเป็นเหตุสำคัญขั้นแรก จงพยายามเข้า ปฐมฌานไว้เสมอ ๆ อย่าให้ขาดสาย เพื่อเป็นการอบรมจิตใจให้สมาธิกำลังกล้าแข็งขึ้น ในระหว่างที่ กำลังพยายามเข้าปฐมฌานอยู่ ยังไม่ได้ตลอด ๑ วัน ๒ วัน เป็นต้นนั้น ในเวลานั้นอย่าสนใจในการ พิจารณาองค์ฌาน ๕ มีวิตก วิจารณ์ เป็นต้น ให้มากนัก ควรสนใจแต่ในการเพ่งปฏิภาณนิมิต เพื่อจะ

^{๓๖} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๘/๒๑๖-๒๓๓/๗๓-๗๗.

^{๓๗} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕/๒๓.

^{๓๘} ดูรายละเอียดใน อง.ทสก.อ. (ไทย) ๕/-/๒๒๕/๕๘๓-๕๘๕.

^{๓๙} ที.สี. (ไทย) ๘/๔๑๓/๑๗๘.

^{๔๐} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๖๒๓/๔๑๓., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๕๖๐/๖๐๔., ม.อุ. (ไทย) ๑๔/๙๘/๑๑๗.

ได้เข้าปฐมฌานเลยทีเดียว เพราะว่าถ้าพิจารณามากเกินไปในขณะนั้น องค์ฌานเหล่านั้นก็จะปรากฏเกิดขึ้นเป็นของหายาบ และมีกำลังน้อย^{๔๑} เมื่อเป็นเช่นนี้ก็จะทำให้ปฐมฌานที่ได้มาแล้วเสื่อมไป ทุติยฌานที่เกิดขึ้นใหม่ก็เกิดไม่ได้ แม้พยายามเข้าปฐมฌานได้อยู่เสมอ ๆ ตลอด ๑ ถึง ๗ วันดังนี้แล้ว ต่อจากนั้นก็ควรฝึกหัดในด้านการทำสภาวะทั้ง ๕ ให้ชำนาญต่อไป^{๔๒} ดังพระพุทธพจน์ความว่า

มหาบพิตร เพราะความวิตก วิจารณ์ สงบระงับไป ภิกษุบรรลุทุติยฌานมีความผ่องใสภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก วิจารณ์^{๔๓} มีแต่ปีติ และสุข อันเกิดจากสมาธิอยู่ เธอทำกายให้ชุ่มชื้น เอบอ้ม ด้วยปีติ และสุข อันเกิดจากสมาธิ รู้สึกราบรื่นอยู่ ไม่มีส่วนไหนของร่างกายที่ปีติ และสุข อันเกิดจากสมาธิจะไม่ถูกต้อง

เปรียบเทียบพนักงานทรงसन หรือลูกมือพนักงานทรงसन ผู้ชำนาญ เทพธิดาตัวลงในภาชนะสัมฤทธิ์แล้วเอาน้ำประพรมให้ติดเป็นก้อน พอตกเย็นก้อนธิดาที่วางซิมไปจับ ก็ติดกันหมด ไม่กระจายออก ฉนั้นใด ภิกษุทำกายนี้ให้ชุ่มชื้นเอบอ้มด้วยปีติและสุขอันเกิดจากวิเวก รู้สึกราบรื่นอยู่ ไม่มีส่วนไหนของร่างกายที่ปีติและสุขอันเกิดจากวิเวกจะไม่ถูกต้อง ฉนั้นนั้น ข้อนี้จัดเป็นผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ชั่ก่อน ๆ^{๔๔}

↑ ११ ॥ ११ ॥ ११ ॥ ११ ॥ ११ ॥

จากทุติยฌานเป็นต้นจนถึงจตุตถฌานเกิดต่อไปนั้น เป็นไปในทำนองเดียวกันนี้ทุกประการ คงต่างกันแต่เพียงการพิจารณาให้เห็นโทษขององค์ฌานนั้น ๆ ตามลำดับนั้น คือ ทุติยฌานลาภบุคคล เมื่อจะเกิดขึ้นตติยฌานก็ต้องพิจารณาให้เห็นโทษของวิจารณ์^{๔๕} ที่มีสภาพหายาบกว่า^{๔๖} ปีติ สุข เอกัคคตา แล้วตั้งแต่เพ่งปฏิภาคนิมิตโดยภาวนาทั้งสามตามลำดับอันเป็น วิจารณ์วิราคภาวนาต่อไป^{๔๗} ดังมีมาในทีฆนิกาย สีลขันธวรรค^{๔๘} ความว่า

ยังมีอีก มหาบพิตร เพราะปีติจางคลายไป ภิกษุมือเบากขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอรียะทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้มีมือเบากขา มีสติ อยู่เป็นสุข เธอทำ

^{๔๑} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๔๘/๔๕๒.

^{๔๒} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๘๕/๑๐๔.

^{๔๓} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๖๒๓/๔๐๓.

^{๔๔} ที.สี. (ไทย) ๙/๒๒๗/๗๖.

^{๔๕} อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๙๔/๑๑๒.

^{๔๖} ที.สี. (ไทย) ๙/๙๗/๓๘.

^{๔๗} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๗/๓๖.

^{๔๘} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๐-๒๓๑/๗๖-๗๗.

กายนี้ให้ชุ่มชื้นเอบอímด้วยสุขอันไม่มีปีติรู้สึกขาบชานอยู่ ไม่มีส่วนไหนของร่างกายที่สุขอันไม่มีปีติจะไม่ถูกต้อง

เปรียบเหมือนในกอบัวเขียว (อุบล) กอบัวหลวง (ปทุม) หรือกอบัวขาว (บุณฑริก) ดอกบัวเขียว ดอกบัวหลวง หรือดอกบัวขาวบางเหล่าที่เกิดเจริญเติบโตในน้ำ ยังไม่พ้นน้ำ จมอยู่ใต้น้ำ มีน้ำหล่อเลี้ยงไว้ ดอกบัวเหล่านั้นชุ่มชื้นเอบอímขาบซึมด้วยน้ำเย็นตั้งแต่ยอดถึงเหง้า ไม่มีส่วนไหนที่น้ำเย็นจะไม่ถูกต้องฉันใด ภิคุษทำกายนี้ให้ชุ่มชื้นเอบอímด้วยสุขอันไม่มีปีติ รู้สึกขาบชานอยู่ ไม่มีส่วนไหนของร่างกายที่สุขอันไม่มีปีติจะไม่ถูกต้อง ฉะนั้น ข้อนี้จัดเป็นผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ ซึ่งดีกว่าและประณีตกว่าผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ช้อก่อน ๆ

ตติยฌานลาภิบุคคลเมื่อเกิดขึ้น จตุตถฌานก็ต้องพิจารณาให้เห็นโทษของปีติ ที่มีสภาพหยาบกว่าสุข เอกัคคตาแล้ว ตั้งต้นเพ่งปฏิภาคนิมิตโดยภาวนาทั้งสามตามลำดับอันเป็นปีติ วิราคภาวนาต่อไป จตุตถฌานลาภิบุคคล เมื่อจะเกิดปัญจฌานก็ต้องพิจารณาให้เห็นโทษของสุข ที่มีสภาพหยาบกว่า อุเบกขา เอกัคคตา แล้วตั้งต้นเพ่งปฏิภาคนิมิตโดยภาวนาทั้งสามตามลำดับ อันเป็นสุขวิราคภาวนาต่อไป^{๔๙}

เท่าที่ได้พรรณานานี้ เป็นพรรณนาปัญจกัณย ตามนัยปัญญาของมัณฑบุคคลที่ไม่อาจเห็นโทษของวิตก และวิจารณ์ทั้งสองนี้ในเวลาเดียวกันได้ ดังพระพุทธพจน์ความว่า “มหาบพิตร เพราะปีติจางหายไป ภิคุษมีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌาน^{๕๐} ที่พระอริยทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้มีอุเบกขา สติ อยู่เป็นสุข เธอทำกายนี้ให้ชุ่มชื้น เอบอímด้วยสุขอันไม่มีปีติรู้สึกขาบชานอยู่ ไม่มีส่วนไหนของร่างกายที่สุขอันไม่มีปีติจะไม่ถูกต้อง”^{๕๑}

วิ ปิ เต ว ปิ สฺส อิม มหิ ต

สำหรับเหตุบุคคลนั้น เมื่อจะขึ้นตติยฌานต่อไปนั้น มีปัญญาสามารถใคร่ครวญเห็นโทษของวิตก และวิจารณ์ทั้งสองพร้อม ๆ กัน ดังนั้นเมื่อตั้งต้นเพ่งปฏิภาคนิมิตโดยภาวนาจิตทั้งสามตามลำดับอันเป็นวิตก วิจารณ์ วิราคภาวนาต่อไปนั้น ตติยฌานที่มีองค์ฌาน ๓ คือ ปีติ สุข เอกัคคตา ก็ย่อมเกิดขึ้นเมื่อได้ปฏิบัติต่อไปตติยฌานที่มีองค์ฌาน ๒ คือ สุข เอกัคคตา ก็ย่อมเกิดขึ้น และเมื่อปฏิบัติต่อไปอีก จตุตถฌานที่มีองค์ฌาน ๒ คือ อุเบกขา^{๕๒} เอกัคคตา^{๕๓} ก็ย่อมเกิดขึ้น เหตุนี้ฌาน

^{๔๙} อภ.สง.อ. (ไทย) ๑/๑/-/๔๕๘.

^{๕๐} อง.ทสก.อ. (ไทย) ๔/-/-/๕๘๕-๕๘๘.

^{๕๑} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๓๒/๑๔๖.

^{๕๒} ที.สี. (ไทย) ๙/๓๒๓/๗๗.

^{๕๓} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๖๕/๕๙.

เหล่านี้ จึงเป็นไปโดยจิตกนัยตามปัญญาของดิเหตุบุคคล เป็นอันว่าผู้นั้นได้สำเร็จรูปาวจรฉานหมดสิ้น ดังมีมาในทีฆนิกาย สีลขันธวรรค^{๕๔} ความว่า

ยังมีอีก มหาบพิตร เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อน ภิกษุบรรลุดุตตถณานที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ เธอมีใจอันบริสุทธิ์ผุดผ่องนั่งแผ่ไปทั่วกายนี้ ไม่มีส่วนไหนของร่างกายที่ใจอันบริสุทธิ์ผุดผ่องจะไม่ถูกต้อง

เปรียบเทียบคนนั่งใช้ผ้าขาวคลุมตัวตลอดศีรษะไม่มีส่วนไหนของร่างกายที่ผ้าขาวจะไม่ปกคลุม ฉะนั้นใด ภิกษุมีใจอันบริสุทธิ์ผุดผ่องนั่งแผ่ไปทั่วกายนี้ไม่มีส่วนไหนของร่างกายที่ใจอันบริสุทธิ์ผุดผ่องจะไม่ถูกต้อง ฉะนั้น ข้อนี้จัดเป็นผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ ซึ่งดีกว่า และประณีตกว่าผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ช้อยก่อน ๆ

ในขณะที่ได้รูปาวจรจตุตถฉานนั้น หากผู้ใดได้เคยสร้างบารมีเป็นพิเศษมาแล้ว กล่าวคือ ได้เคยชำนาญในการแสดงอภิญญาในภพก่อน ๆ ที่ใกล้กับภพนี้ก็ดี หรือได้เคยสร้างทาน ศีล ภาวนา ในภพก่อน ๆ โดยตั้งความปรารถนาไว้จะให้ตนได้อภิญญาในภพต่อ ๆ ไป เหล่านี้ก็ดี เมื่อรูปาวจรฉานเกิดขึ้นนั้น ปัญญาที่ประกอบกับดวงจิตนั้น เป็นปัญญาที่มีอำนาจพิเศษอยู่ในตัว เรียกว่า อภิญญา จากนั้นเมื่อต้องการทำอภิญญาเวลาใดก็ได้ สำหรับรูปมยาลาภี ที่นอกจากบุคคลเหล่านี้ ต้องได้รูปฉานทั้ง ๔ พร้อมทั้งมีความชำนาญในวสีภาวะ ๖ อย่างที่เกี่ยวกับรูปฉาน รูปฉานที่เป็นสมบัติ ๙ หรือ ๘ เสียก่อน จึงจะแสดงอภิญญาได้^{๕๕}

รูปฉานทั้ง ๔ ข้อหลังนี้ คือ ภาวะที่จิตสงบ เป็นสมาธิประณีต ละเอียดอ่อนยิ่งขึ้นตามลำดับ^{๕๖} พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงอาศัยรูปฉาน ๔ นี้ ขยับขยายโลกีย์ปัญญาไปสู่โลกุตตรปัญญาบรรลुพระสัมมาสัมโพธิญาณ เป็นองค์อรหัตตสัมมาสัมพุทธโธ ยิ่งกว่านั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังทรงทราบว่า สิ่งใดเป็นประโยชน์ สิ่งใดไร้ประโยชน์ต่อสรรพสัตว์ทั้งหลาย นอกจากจะทรงเลือกปฏิบัติเฉพาะสิ่งที่เป็นประโยชน์แล้ว ยังทรงถ่ายทอดคุณธรรมที่เป็นประโยชน์เหล่านั้นให้แก่เหล่าสาวกทั้งหลายด้วยพระมหากรุณาอันยิ่งใหญ่อีกด้วย เพราะเหตุนี้จึงทรงพระนามว่า “ทรงเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ”

สรุป พระพุทธองค์ทรงแสดงการเจริญสมาธิ หรือการปฏิบัติสมถกรรมฐาน เพื่อเป็นเครื่องขจัดกิเลสอย่างกลาง การเจริญสมาธิหรือสมถกรรมฐาน มีพลังที่จะทำให้จิตสงบ วิเวก และขจัดกิเลสโดยข่มไว้ไม่ให้เกิดขึ้นชั่วคราว สมถกรรมฐานเป็นการปฏิบัติอันประเสริฐ โดยผู้ปฏิบัติ

^{๕๔} ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๒-๒๓๓/๓๗.

^{๕๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๕๘/๔๙๖.

^{๕๖} สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๒๕๗-๒๖๑.

สามารถทำจิตให้บริสุทธิ์ได้ในระหว่างที่จิตจดจ่ออยู่กับอารมณ์กรรมฐาน ผู้ปฏิบัติสามารถบรรลุถึง
ปีติ สุข และความสงบอย่างลึกซึ้ง ภาวะที่จิตสงบอันเกิดจากการเจริญสมถกรรมฐานไม่ว่าจะได้
สมาธิในระดับใดก็ตามก็ถือว่าได้สมาธิแล้ว เหตุที่ต้องฝึกจิตให้เกิดสมาธิ เพราะว่าโดยธรรมชาติ ปุถุชน
มักจะถูกกิเลสทำให้จิตไม่สงบเสมอ พระพุทธศาสนาอธิบายว่า การที่จิตไม่สงบนั้นเป็นเพราะจิตถูก
นิวรณ์ เข้าครอบงำ จิตที่เป็นเอกัคคตาสามารถข่มนิวรณ์ให้สงบลงได้ ความสำเร็จของสมถกรรม
ฐานมิได้ทำให้เกิดปัญญาญาณเห็นสัจธรรมของรูปและนาม กิเลสจะถูกข่มไว้แต่มิได้ถอนรากถอน
โคน ยังอยู่ในชั้นธันดาน จิตใจยังมีได้หยั่งลงสู่สภาวะธรรมตามความเป็นจริง ดังนั้นภิกษุผู้เจริญ
กรรมฐานจึงยังมิได้พ้นจากสังสารวัฏ

๑๐๐'๑๕๖

วิชา ^{๕๗} คือ ความรู้แจ้ง ในที่นี้หมายถึง ปัญญาในมรรคทั้ง ๔ ^{๕๘} ทำหน้าที่รู้แจ้งแทง
ตลอดอริยสัจ ๔ ^{๕๙} ประกอบด้วย

๑. วิปัสสนาญาณ คือ ญาณที่ทำให้เข้าใจสังขาร คือ นามรูปโดยไตรลักษณ์ ตามความ
เป็นจริง

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดังเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน
เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุผู้นั้น น้อมจิตไปเพื่อญาณทัสสนะ รู้ชัด
อย่างนี้ว่า “กายของเรานี้คุ่มกันเป็นรูปร่างประกอบขึ้นจากมหาภูตรูป ๔ เกิดจากบิดา
มารดา เจริญวัยเพราะข้าวสุกและขนมสดไม่เที่ยงแท้ ต้องอบ ต้องนวดเพ้น มีอันแตกกระจัด
กระจายไปเป็นธรรมดา วิญญาณของเราอาศัยและเนื่องอยู่ในกายนี้” ^{๖๐}

๒. มโนยิทธิ คือ ฤทธิ์ทางใจ คือ นิรมิตกายอื่นออกจากกายนี้ ดุจชักไส้จากหญ้า
ปล้อง ชักดาบจากฝัก หรือชักงูออกจากคราบ ^{๖๑}

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดังเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน
เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุผู้นั้น น้อมจิตไปเพื่อเนรมิตกายที่เกิดแต่
ใจ คือ เนรมิตกายอื่นจากกายนี้ มีรูปที่เกิดแต่ใจมีอวัยวะครบถ้วน มีอินทรีย์ไม่บกพร่อง ^{๖๒}

๓. อิทธิวิธี คือ แสดงฤทธิ์ได้ต่าง ๆ

^{๕๗} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๔-๒๔๙/๗๗-๘๔.

^{๕๘} อภ.อ. (ไทย) ๑/๒/-/๒๗๕.

^{๕๙} พ.อ. (ไทย) ๗/๑/-/๗๘๐.

^{๖๐} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๔-๒๓๕/๗๗-๗๘.

^{๖๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๗๙.

^{๖๒} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๖-๒๓๗/๗๘-๗๙.

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อนเหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุหนึ่ง น้อมจิตไปเพื่ออิทธิวิธญาณ แสดงฤทธิ์ได้หลายอย่าง คือ คนเดียวแสดงเป็นหลายคนก็ได้ หลายคนแสดงเป็นคนเดียวก็ได้ แสดงให้ปรากฏหรือให้หายไปได้ ทะลุฝา กำแพง (และ) ภูเขาไปได้ไม่ติดขัดเหมือนไปในที่ว่างก็ได้ ผุดขึ้นหรือดลลงในแผ่นดินเหมือนไปในน้ำก็ได้ เดินบนน้ำโดยที่น้ำไม่แยกเหมือนเดินบนแผ่นดินก็ได้ นั่งขัดสมาธิเหาะไปในอากาศเหมือนนกบินไปได้ ใช้ฝ่ามือลูบคลำดวงจันทร์ดวงอาทิตย์อันมีฤทธิ์มาก มีอานุภาพมากก็ได้ ใช้อำนาจทางกายไปจนถึงพรหมโลกก็ได้^{๖๓}

๔. ทิพพโสธ คือ หูทิพย์

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อนเหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุหนึ่ง น้อมจิตไปเพื่อทิพพโสธธาตุนานได้ ยืนเสียง ๒ ชนิด คือ เสียงทิพย์และเสียงมนุษย์ทั้งที่อยู่ไกลและใกล้ด้วยหูทิพย์อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์^{๖๔}

๕. เจโตปริยญาณ คือ ญาณที่ทำให้กำหนดรู้ใจผู้อื่นได้^{๖๕}

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อนเหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุน้อมจิตไปเพื่อเจโตปริยญาณ กำหนดรู้จิตของสัตว์และคนอื่นด้วยจิตของตน คือ จิตมีราคะก็รู้ว่ามีราคะ หรือปราศจากราคะก็รู้ว่าปราศจากราคะ จิตมีโทสะก็รู้ว่ามีโทสะ หรือปราศจากโทสะก็รู้ว่าปราศจากโทสะ จิตมีโมหะก็รู้ว่ามีโมหะ หรือปราศจากโมหะก็รู้ว่าปราศจากโมหะ จิตหดหู่ก็รู้ว่าหดหู่ หรือฟุ้งซ่านก็รู้ว่าฟุ้งซ่าน จิตเป็นมหัคคตะก็รู้ว่า เป็นมหัคคตะ หรือไม่เป็นมหัคคตะก็รู้ว่าไม่เป็นมหัคคตะ จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่าก็รู้ว่า มีจิตอื่นยิ่งกว่า หรือไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่าก็รู้ว่าไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า จิตเป็นสมาธิก็รู้ว่า เป็นสมาธิ หรือไม่เป็นสมาธิก็รู้ว่าไม่เป็นสมาธิ จิตหลุดพ้นก็รู้ว่าหลุดพ้น หรือไม่หลุดพ้นก็รู้ว่าไม่หลุดพ้น^{๖๖}

๖. ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ คือ ญาณที่ทำให้ระลึกชาติได้^{๖๗}

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อนเหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุหนึ่ง น้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ คือ ๑ ชาติบ้าง ๒ ชาติบ้าง ๓ ชาติบ้าง ๔ ชาติบ้าง ๕

^{๖๓} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๘-๒๓๙/๗๙-๘๐.

^{๖๔} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๔๐-๒๔๑/๘๐.

^{๖๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๗๙.

^{๖๖} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๔๒-๒๔๓/๘๐-๘๑.

^{๖๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๗๙.

ชาติบ้าง ๑๐ ชาติบ้าง ๒๐ ชาติบ้าง ๓๐ ชาติบ้าง ๔๐ ชาติบ้าง ๕๐ ชาติบ้าง ๑๐๐ ชาติบ้าง ๑,๐๐๐ ชาติบ้าง ๑๐๐,๐๐๐ ชาติบ้าง ตลอดสังวัฏฏกัปเป็นอันมากบ้าง ตลอดวิวัฏฏกัปเป็นอันมากบ้าง ตลอดสังวัฏฏกัปและวิวัฏฏกัปเป็นอันมากบ้าง ว่า “ในภพนั้นเรามีชื่ออย่างนั้น มีตระกูล มีวรรณะ มีอาหาร เสวยสุขทุกข์ และมีอายุอย่างนั้นๆ จุตจากภพนั้นก็ไปเกิดในภพโน้น แม้ในภพนั้นเราก็มีชื่ออย่างนั้น มีตระกูล มีวรรณะ มีอาหาร เสวยสุขทุกข์ และมีอายุอย่างนั้นๆ จุตจากภพนั้นจึงมาเกิดในภพนี้” เธอระลึกชาติก่อนได้หลายชาติพร้อมทั้งลักษณะทั่วไปและชีวประวัติอย่างนี้^{๖๘}

๗. ทิพพจักขุ คือ ตาทิพย์

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อนเหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุหนึ่ง น้อมจิตไปเพื่อจตุปปาตญาณ เห็นหมู่สัตว์ผู้กำลังจติ กำลังเกิด ทั้งชั้นต่ำและชั้นสูง งามและไม่งาม เกิดดีและเกิดไม่ดี ด้วยตาทิพย์อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์ รู้ชัดถึงหมู่สัตว์ผู้เป็นไปตามกรรมว่า “หมู่สัตว์ที่ประกอบกายทุจริต วาจทุจริต และมโนทุจริต กล่าวร้ายพระอริยะ มีความเห็นผิด และชักชวนผู้อื่นให้ทำกรรมตามความเห็นผิด พวกเขาหลังจากตายแล้วจะไปบังเกิดในอบาย ทุกติ วินิบาต นรก แต่หมู่สัตว์ที่ประกอบกายสุจริต วาสุจริต และมโนสุจริต ไม่กล่าวร้ายพระอริยะ มีความเห็นชอบและชักชวนผู้อื่นให้ทำกรรมตามความเห็นชอบ พวกเขาหลังจากตายแล้วจะไปบังเกิดในสุคติโลกสวรรค์” เธอเห็นหมู่สัตว์ผู้กำลังจติ กำลังเกิด ทั้งชั้นต่ำและชั้นสูง งามและไม่งาม เกิดดีและเกิดไม่ดี ด้วยตาทิพย์อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์ รู้ชัดถึงหมู่สัตว์ผู้เป็นไปตามกรรมอย่างนี้แล^{๖๙}

๘. อาสวักขยญาณ คือ ญาณที่ทำให้กิเลสอาสวะหมดสิ้น

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อนเหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุหนึ่ง น้อมจิตไปเพื่ออาสวักขยญาณ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์ นี้ทุกขสมุทัย นี้ทุกขนิโรธ นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา นี้อาสวะ นี้อาสวสมุทัย นี้อาสวนิโรธ นี้อาสวนิโรธคามินีปฏิปทา” เมื่อเธอรู้เห็นอยู่อย่างนี้ จิตย่อมหลุดพ้นจากกามาสวะภวาสวะ และอวิชชาสวะ เมื่อจิตหลุดพ้นแล้วก็รู้ว่า หลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่า “ชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป”^{๗๐}

^{๖๘} ดุรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๔๔-๒๔๕/๘๑-๘๒.

^{๖๙} ดุรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๔๖-๒๔๗/๘๒-๘๓.

^{๗๐} ดุรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๔๘-๒๔๙/๘๔.

คำถามถึงการปฏิบัติตามแนวทางสายกลางว่า เมื่อใดจึงจะถึงขั้นหลุดพ้นนั้นอธิบายได้ โดย วิมุตติมี ๕ ขั้นคือ ตทังควิมุตติ วิกขัมภณวิมุตติ สมุทจเฉทวิมุตติ ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ นิสสรณวิมุตติ ต้องปฏิบัติถึงสมุทจเฉทวิมุตติ จึงจะหลุดพ้นโดยเด็ดขาดได้^{๗๑} ผลของการเจริญวิปัสสนาภาวนาจนหลุดพ้นเป็นดังมีมาใน อังคุตตรนิกาย ฉกกนิบาต ฌัมมิกวรรค อินสุตร ความว่า

“อนึ่ง ผู้ใดมีศรัทธาตั้งมั่นในอริยวินัย
มีจิตประกอบด้วยhiri มีโอตตัมปะ
มีปัญญา และสำรวมในศีล
เราเรียกผู้นั้นแล้วว่า ‘ผู้มีชีวิตเป็นสุขในอริยวินัย’
เขาได้สุขที่ไม่อิงอาภิส
อุเบกขาตั้งมั่น ตั้งมั่น ละนิวรณ์ ๕ ประการได้
ปรารภความเพียรเป็นนิตย์
บรรลุมานทั้งหลายมีเอกัคคตาจิตปรากฏ
มีปัญญารักษาตน มีสติ รู้ชัดเหตุอันตามความเป็นจริง
ในธรรมเป็นที่สิ้นไปแห่งสังโยชนทั้งปวง
จิตย่อมหลุดพ้นโดยชอบ เพราะไม่ถือนั่นโดยสิ้นเชิง
หากว่าเขามีจิตหลุดพ้นโดยชอบ
เป็นผู้คงที่ในธรรมเป็นที่สิ้นไปแห่งภวสังโยชน
มีญาณหยั่งรู้ว่า ‘วิมุตติของเราไม่กำเริบ’
ญาณนั้นแลเป็นญาณชั้นเยี่ยม
ญาณนั้นแลเป็นสุขอันยอดเยี่ยม
ญาณนั้นไม่มีความโสภ ปราศจากธุลี
มีความเกษมสูงสุดกว่าความไม่มีหนี้”^{๗๒}

สรุป วิมุตติจึงหมายถึงผลอันเกษมสูงสุดที่สามารถหลุดจากเครื่องผูก พ้นจากเครื่องผูก อันหมายถึงอาสวะกิเลสทั้งปวง ได้ปัญญาอันนำไปสู่การกำจัดอวิชชาได้แล้ว ทำให้ผู้นั้นหลุดพ้นจากกิเลสเครื่องผูกมัดทั้งปวง ความแตกต่างก็คือ เจโตวิมุตติเป็นผลของสมถะ ปัญญาวิมุตติเป็นผลของวิปัสสนา

^{๗๑} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ), วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๘๐๑.

^{๗๒} อง.ฉก.ก. (ไทย) ๒๒/๔๕/๕๑๐-๕๑๑.

เจตสิก ปัญญาที่รู้เห็นอย่างนี้จึงจะเรียกว่า “วิปัสสนา”^{๗๓} การเจริญภาวนานั้นเป็นการสร้างบุญบารมีที่สูงที่สุด และยิ่งใหญ่ที่สุดในพระพุทธศาสนา จัดว่าเป็นแก่นแท้^{๗๔} คำว่า “วิปัสสนา” เป็นเครื่องกำหนดอาการ คือ ไตรลักษณ์ เรียกว่า อธิปัญญา เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความสิ้นไปแห่งทุกข์ เป็นไปเพื่อได้มาซึ่งมรรคปัญญา อันเป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความสิ้นไปแห่งทุกข์

ความหมายของวิปัสสนาสรุปได้ดังนี้

๑. รู้แจ้ง รู้วิเศษหรือเห็นแจ้ง เห็นวิเศษ เป็นชื่อของปัญญา ได้แก่ ปัญญาที่รู้แจ้งปัจจุบัน รูปนาม ไตรลักษณ์ มรรค ผล นิพพาน^{๗๕}

๒. ความเห็นแจ้ง เห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวะธรรม^{๗๖}

๓. ปัญญาในการพิจารณาอารมณ์แล้ว พิจารณาเห็นความแตกไป

๔. ธรรมที่รู้ยิ่งด้วยปัญญาแล้วพึงให้เจริญ

๕. ปัญญาภิรียาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้ อย่างแจ่มแจ้ง ความคันคืด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนปฏัก ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศัสตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ความสว่างคือปัญญา แสงสว่างคือปัญญา ปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฐิ^{๗๗}

๖. วิปัสสนา คือ ความรู้ที่ทำให้เกิดความเห็นแจ้ง เข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงมี ๙ อย่าง คือ ๑) อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นความเกิดและดับ ๒) ภังคานุปัสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นความดับ ๓) กายตูปัญฐานญาณ ญาณอันหยั่งเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว ๔) อาพินวานุปัสสนา ญาณอันตามเห็นโทษ ๕) นิพพิทานุปัสสนาญาณ

^{๗๓} พระมหาไสว ญาณวีโร, **คู่มือหลักปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์กรรมกรศาสนา, ๒๕๔๔), หน้า ๑๐.

^{๗๔} สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒนมหาเถร) สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, **วิธีสร้างบุญบารมี**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๑๘.

^{๗๕} พระธรรมธีรราชมุนี (โชดก ญาณสิทธิ), **วิปัสสนาญาณโสภณ**, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์สัมปชัญญะ, ๒๕๕๐), หน้า ๑๐๗-๑๐๘.

^{๗๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๓๗๓.

^{๗๗} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๗.

ญาณอันตามเห็นด้วยความเบื่อหน่าย ๖) มุญจิตุกัมยตาญาณ ญาณอันคำนึงด้วยใคร่จะพ้นไป ๗) สังขารเพกขาญาณ ญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร ๘) อนุลอมญาณ ญาณในการกำหนดรู้หรือวิจัย ๙) โคตรภูญาณ ญาณในการกำหนดลำดับอริยมรรค

พุทธทาสภิกขุให้ทัศนะเกี่ยวกับวิปัสสนากรรมฐานว่า โดยที่แท้จริงแล้วคำว่า วิปัสสนา เป็นธรรมาสังขาร ต้องกินความรวบทั้งสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา คือ หมายถึง ทั้งสมาธิและทั้งปัญญา ยิ่งไปกว่านั้นยังได้รวบเอาศีล ซึ่งยังไม่ใช่ตัวภาวนาเข้าไปอีกด้วยในฐานะเป็นบริวารหรือบาทฐานของสมาธิ เพื่อให้เข้าใจการเจริญวิปัสสนา ฉะนั้น ศีลกับสมาธิจึงเป็นที่ตั้งอาศัยของวิปัสสนา เพราะวิปัสสนานั้น หมายถึง การรู้แจ้งเห็นจริง^{๗๘} การไม่ทำบาปทางกาย ทางวาจา ทำใจให้เป็นบุญกุศล มีเมตตากรุณา ทำจิตใจของเราให้ผ่องใสสะอาด เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา^{๗๙} โดยใช้ปัญญา คือ ตัวความรู้เข้าถึงสิ่งที่เป็นตัวความจริง อันเป็นเหตุให้พ้นทุกข์ได้^{๘๐}

๖.๖.๖ การละอนุสัยกิเลสด้วยปัญญา

การละอนุสัยกิเลสด้วยปัญญา การกำจัดกามด้วยปัญญา คือใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นสังขารทั้งของเราเอง ทั้งของคนอื่น ให้เห็นว่า มันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาไม่มีอะไรที่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่า เป็นเรา เป็นของของเรา เป็นตัวเป็นตน เราเป็นนั่นเป็นนี่ เป็นสิ่งที่สมมุติเรียกกันไปเท่านั้นเอง แต่ถ้าว่าโดยปรมาตมแล้ว มีแต่นามกับรูปเท่านั้นเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ท่านผู้ฉลาดจึงไม่ติดในสิ่งเหล่านี้ เพราะถ้าไปยึดมั่นถือมั่นมากเท่าใด ก็มีความทุกข์มากเท่านั้น ปล่อยวางลงเสียได้เท่าไรก็เป็นสุขมากเท่านั้น ฉะนั้นการใช้ปัญญาทำลายตัวกามนี้เป็นการทำลายโดยเด็ดขาด เพราะเป็นการทำลายอย่างสิ้นเชิง

หลักการปฏิบัติเพื่อขจัดกิเลสในสามัญผล จะปฏิบัติให้ลุล่วงได้นั้นต้องอาศัยหลักธรรมที่สำคัญ เป็นเครื่องอุปถัมภ์ในขณะที่อบรมจิตจึงจะสามารถพัฒนาการสำรวมทั้งทางกาย วาจา และจิตใจ ทำให้ระงับกิเลสลงได้ และทำให้เกิดปัญญา ที่เป็นความรู้ยิ่งอันรู้แจ้งแทงตลอด กระทั่งสามารถดับทุกข์ทั้งมวลได้เป็นหลักธรรมที่มีความสำคัญยิ่งในทางพระพุทธศาสนา เพราะเป็นกระบวนการหรือวิธีการปฏิบัติ ที่ผู้ปฏิบัติตามแล้ว ทำให้เกิดปัญญา

^{๗๘} พุทธทาสภิกขุ, *คู่มือมนุษยฉบับสมบูรณ์*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ, ๒๕๔๑), หน้า ๑๙๘.

^{๗๙} พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท), *ภาวนาคือพิจารณาให้รู้ตามเป็นจริง*, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ที คิว พี จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๙๐.

^{๘๐} สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒนมหาเถร) สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, *จิตศึกษา*, (นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๑๐๕.

อานิสงส์การกำหนดรู้สติปัฏฐาน ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานตามสติปัฏฐานเทศานี้ ย่อม บรรลุมรรคผล และนิพพานเป็นพระอรหันต์ผู้ละกิเลสได้โดยสิ้นเชิง สามารถระงับความเศร้าโศก และความคร่ำครวญ ดับทุกข์ทางกายและโหม่นสททางใจในภพนี้^{๘๔} เมื่อได้ปรินิพพานแล้วก็ไม่เวียน ตายเวียนเกิดในภพใหม่ได้รับทุกข์และโหม่นสทอีก ท่านเป็นผู้บรรลุมรรคญาณ ๔ คือ โสดาปัตติ มรรคญาณ สกทาคามิมรรคญาณ อนาคามิมรรคญาณ และอรหัตตมรรคญาณ พร้อมทั้งรู้แจ้งพระ นิพพานอันเป็นสภาพดับทุกข์ทั้งปวง สมจริงดังพระพุทธพจน์ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า

“เอกายโน อโย ภิกขเว มคโค สดตานัน วิสุทฺธิยา โสกะปริเทวนัน สมตักกมาย ทุกขโหมนส สานัน อตถกมาย ฌายสส อธิคมาย นิพพานสส สจฺฉิกิริยาย, ยทิทํ จตฺตารโ สติปัฏฐานา.”

“ภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นทางเดียวที่จะทำให้เหล่าสัตว์บริสุทธิ์ได้ ล่วงพ้นความโศก และความรำพันคร่ำครวญได้ ดับทุกข์และโหม่นสทได้ บรรลุอรियมรรคและเห็นแจ้งพระนิพพานได้ หนทางนี้คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ”^{๘๕}

การเจริญสติปัฏฐานนี้เป็นทางสายเดียวเพื่อชำระกิเลสรู้แจ้งพระนิพพาน ดังนั้นผู้ที่ เจริญสติปัฏฐานด้วยการระลึกถึงรูปร่าง เวทนา จิต และสภาวะธรรมอันเป็นปรมาตม์ล้วน ๆ จึง สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายในการปฏิบัติธรรมคือ ความหลุดพ้นจากวัฏฏสงสารได้

อนึ่ง การเจริญสติปัฏฐาน อาจเรียกว่า วิปัสสนาภาวนา (การเจริญวิปัสสนา) จตุสัจจกรณฐาน (กรณฐานที่ทำให้แทงตลอดสัจจะ ๔) และปุพพภาคมรรค (หนทางเบื้องต้นใน การบรรลุโลกุตตรธรรม) นอกจากนี้ การเจริญภาวนาอื่นเพื่อบรรลุพระนิพพานที่ปรากฏในพระ สูตรต่าง ๆ เช่น การเจริญสัมมัปปธาน การเจริญอินทริย การเจริญโพชฌงค์ และการเจริญองค์ มรรค เป็นต้น ก็นับเข้าในการเจริญสติปัฏฐานเพราะสติเป็นหลักสำคัญ หากปราศจากสติแล้วนัก ปฏิบัติไม่อาจเจริญธรรมอย่างอื่นได้

“เอกายโน อโย ภิกขเว มคโคติ เอตถ เอกมคโค อโย ภิกขเว มคโค. น ทวิธา ปถกฺกโตติ เอวมตฺถโถ ทฏฺฐพฺโพ.”

“ในพระดำรัสว่า เอกายโน อโย ภิกขเว มคโค หมายความว่าดูกรภิกษุทั้งหลาย หนทาง คือ สติปัฏฐานนี้เป็นทางสายเดียว ไม่ใช่ทางสองแพร่ง”^{๘๖}

^{๘๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, หน้า ๓๑๑.

^{๘๕} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๐๖/๗๗., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๖/๑๐๑.

^{๘๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๕/๓๔๐.

นอกจากนี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า และพระอรหันตสาวกทั้งหมด ล้วนเจริญสติปัฏฐานแล้วเกิดปัญญารู้แจ้ง เป็นผู้หมดจดกิเลสโดยสิ้นเชิง บางท่านพึงคาถาบทเดียว แล้วบรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคล ด้วยการเจริญสติระลึกภูษาธรรมในขณะที่ฟังธรรมนั่นเอง สติปัฏฐานเทศนาจึงเป็นหนทางที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นต้นดำเนินไป

บุคคลผู้มีปัญญาปานกลางเจริญสติปัฏฐานอย่างใดอย่างหนึ่งใน ๒๑ หมวด แล้วย่อมสามารถบรรลุเป็นพระอรหันต์หรือพระอนาคามีได้ภายใน ๗ ปีจนถึง ๗ วัน ดังคำปฏิญญา ที่พระบรมศาสดาตรัสรับรองไว้ว่า

“โย ทิ โกจิ ภิกขเว อิมะ จตตาริ สติปัฏฐานะ เอว ภาเวย สุตต วสสันิ, ตสส ทวินนํ ผลานํ อญญตรํ ผลํ ปาฏิกงฺขํ ทิฏฺเฐว ธมฺเม อญฺเฌา สติ วา อูปาทิเสสเ อนาคามิตา.”^{๘๗}

“ภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่งพึงเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้อย่างนี้ตลอด ๗ ปี เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ อรหัตตผลในปัจจุบัน หรืออนาคามีผล เมื่อยังมีขันธเหลืออยู่”^{๘๘}

อนึ่ง ในโพธิราชกุมารสูตร พระบรมศาสดาตรัสถึงการบรรลุธรรมภายในวันหนึ่งหรือคืนหนึ่งของเวไนยชนผู้มีปัญญาแก่กล้าว่า

“อิมหิ ปญฺจหิ ปธานิยงฺเคหิ สมณนาคโต ภิกขุ ตถาคตํ นายกํ ลภมาโน สายมนุสฺสิฏฺโฐ ปาโต วิเสสํ อธิคมิสฺสติ. ปาโต อนุสฺสิฏฺโฐ สายํ วิเสสํ อธิคมิสฺสติ.”^{๘๙}

“ภิกษุผู้เพียบพร้อมด้วยองค์คุณที่เพียรปฏิบัติธรรม ๕ ประการนี้เมื่อได้รับผู้แนะนำเป็นพระตถาคตสั่งสอนในเวลาค่ำ จักบรรลุคุณธรรมพิเศษในเวลาเช้า เมื่อสั่งสอนในเวลาเช้าจักบรรลุคุณธรรมพิเศษในเวลาค่ำ”^{๙๐}

๐๐๐ "๕๒-๕๓" ๕๔

การบรรลุธรรม หมายถึง การพัฒนาปัญญาเพื่อให้เกิดญาณหยั่งรู้ร้อยสัจ ๔ ตามลำดับ คำว่า ธรรม ในการศึกษาครั้งนี้ หมายถึง โลกุตตรธรรม ๔ ประการ^{๙๑} ธรรมอันไม่ใช่วิสัยของโลก สภาวะพ้นโลก ได้แก่ มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ มีความหมายตามลำดับดังนี้

^{๘๗} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๔๐๔/๒๖๘.

^{๘๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๔/๓๓๘.

^{๘๙} ม.ม. (บาลี) ๑๓/๓๔๕/๒๙๑.

^{๙๐} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๔๕/๓๑๙.

๔๒ – "

มรรค หมายถึง ระดับการให้สำเร็จกิจ คือ ทางอันให้ถึงความเป็นอริยบุคคลแต่ละขั้น, ญาณที่ทำให้ละสังโยชนได้ขาด หรือโดยอรรถว่า “อันผู้ต้องการพระนิพพานย่อมแสวงหา หรือ ย่อมแสวงหาพระนิพพาน หรือเป็นฆ่ากิเลสทั้งหลายไป”^{๔๒} เป็นชื่อแห่งโลกุตตรธรรมคู่กับผล มี ๔ ขั้น คือ โสดาปัตติมรรค ๑ สกทาคามิมรรค ๑ อนาคามิมรรค ๑ อรหัตตมรรค ๑ พระพรหมคุณาภรณ์ให้ความหมายไว้ว่า มรรค ๔ หมายถึง ทางเข้าถึงความเป็นอริยบุคคล, ญาณที่ทำให้ละสังโยชนได้ขาด^{๔๓}

๑.๑) โสดาปัตติมรรค คือ มรรคอันให้ถึงกระแสที่นำไปสู่พระนิพพานที่แรก, มรรคอันให้ถึงความเป็นพระโสดาบัน เป็นเหตุละสังโยชนได้ ๓ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สิลลพตปรามาส

๑.๒) สกทาคามิมรรค มรรคอันให้ถึงความเป็นพระสกทาคามี เป็นเหตุละสังโยชนได้ ๓ ข้อต้น กับทำราคะ โทสะ โมหะ ให้เบาบางลง

๑.๓) อนาคามิมรรค มรรคอันให้ถึงความเป็นพระอนาคามี เป็นเหตุละสังโยชนเบื้องต้นได้ทั้ง ๕^{๔๔}

๑.๔) อรหัตตมรรค มรรคอันให้ถึงความเป็นพระอรหันต์ เป็นเหตุละสังโยชนได้หมดทั้ง ๑๐^{๔๕}

Í) ผล

ผล หมายถึง ผลจิตเป็นชื่อของโลกุตตรธรรมคู่กับมรรค และเป็นผลแห่งมรรค มี ๔ ขั้น คือ โสดาปัตติผล ๑ สกทาคามีผล ๑ อนาคามีผล ๑ อรหัตตผล ๑^{๔๖} พระพรหมคุณาภรณ์ให้ความหมายไว้ว่า ผล ๔ คือ ผลที่เกิดขึ้นเนื่องจากการละกิเลสได้ด้วยมรรค, ธรรมารมณ์อันพระอริยะพึงเสวย ที่เป็นผลเกิดเองในเมื่อกิเลสสิ้นไปด้วยอำนาจมรรคนั้น ๆ ผล ๔ นี้ บางทีเรียกว่า สามัญญผล คือ ผลของความเป็นสมณะ หรือผลแห่งการบำเพ็ญสมณธรรม^{๔๗}

ในลำดับต่อจากโคตรภูจิต มรรคจิตย่อมเกิดขึ้น ๑ ครั้ง รับเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์ ปัญญาที่เกิดขึ้นกับมรรคจิตนี้ชื่อว่า มรรคญาณ และชื่อว่า ญาณทัสสนวิสุทธิ หลังจากนั้นจึงเกิดผล

^{๔๑} พระพรหมคุณาภรณ์, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๒๒๖.

^{๔๒} อภิ.วิ. (ไทย) ๒/๑/-/๓๕๙.

^{๔๓} พระพรหมคุณาภรณ์, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๖๔.

^{๔๔} อภิ.สง.อ. (ไทย) ๑/๑/-/๖๓๕.

^{๔๕} อภิ.สง.อ. (ไทย) ๑/๑/-/๖๓๕.

^{๔๖} พระพรหมคุณาภรณ์, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๖๔.

^{๔๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๔.

จิต ๒ ครั้ง เว้นบริกรรม รับเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์ ความดับสังขารอันเป็นอารมณ์ของมรรค
ผลนี้ เหมือนกับการหลุดพ้นจากสังขารแล้วแล่นเข้าสู่ความดับสังขาร ไม่ใช่การรู้อารมณ์ของจิต
ทั่วไปที่เป็นคนละส่วนกับอารมณ์เหมือนในกาลก่อน ดังนั้นมรรคจิต และผลจิตจึงได้ชื่อว่า อังภา
คือ ธรรมที่บรรลุนิพพาน หรือธรรมที่แล่นเข้าสู่พระนิพพาน^{๙๘}

↑ ฦ๐ ๕

นิพพาน มาจาก นิ+วาน แปลว่า สภาวะธรรมที่พ้นจากตัณหา, ความดับตัณหา มีรูป
วิเคราะห์ว่า วานสงขตตาย ตณฺหยา นิภฺขณตตฺตา นิพฺพาติ วา เอเตน รากคฺคิอาทิโกติ นิพฺพานํ
สภาพที่ดับสนิทเพราะหลุดพ้น จากตัณหาที่เรียกว่าวานะ หรือธรรมเครื่องดับไฟคือราคะเป็นต้น
ชื่อว่า นิพพาน (ซ็อน ว, อาเทศ วว เป็น พพ) สพฺพกิเลสํ ขยฺเหตฺภูเต วิราจฺจเม นิพฺพานํ
นิพพานศัพท์ใช้ในอรรถว่า วิราจธรรมเป็นเหตุสิ้นไปแห่งกิเลสทั้งปวง สพฺพสงฺขารสมฺภโ สพ
พุตฺติปฏินิสฺสคฺโค ตณฺหขโย วิราโค นิโรโธ นิพฺพานํ นิพพานเป็นสภาพที่สงบสังขารทั้งปวง
สลัดอุปธิทั้งปวง สิ้นตัณหา ปราศจากราคะ ดับราคะ. วานาภาเวน นิพฺพานํ ชื่อว่า นิพพาน
เพราะไม่มีตัณหา^{๙๙}

พระนิพพาน คือ สภาพดับสังขารรูปนาม ทั้งหมดที่เป็นความไม่เกิดขึ้นก่อนของรูป
นาม ความไม่ดำเนินไปอย่างต่อเนื่องหลังจากเกิดขึ้นแล้ว ความไม่มีนิमितคือสังขารที่ปรากฏเหมือน
มีจริง ความไม่ชวนชว่ยทำกุศลและอกุศลเพื่อให้ตนอยู่ดีมีสุข และการไม่เกิดใหม่^{๑๐๐} ธรรมดาสัตว์
ทั้งหลายที่เกิดในโลกนี้ ความเกิดและความตายในคนหนึ่ง ๆ ที่ผ่านมาแล้วนั้นมากมายจนไม่
สามารถจะคำนวณได้ว่า เคยเกิดเคยตายมาแล้วเท่าไร และต่อไปข้างหน้า ความเกิดและความตาย
ก็จะมีต่อไปเรื่อย ๆ กำหนดไม่ได้ว่าจะสิ้นสุดเมื่อใด ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะอาศัยตัณหา คือความพอใจ
ติดใจ ต้องการในอารมณ์ต่าง ๆ นั้นเอง เป็นผู้เกี่ยวสัตว์ไว้ไม่ให้หลุดพ้นจากความเกิดและความตาย
ไปได้ เหมือนหนึ่งช่างเย็บผ้าที่เอาผ้าหลาย ๆ ชิ้นมาเย็บให้ติดต่อกันฉันใด ตัณหาก็กเปรียบ

^{๙๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม ๒**, แปลโดยพระคันธสาราภิวงศ์, หน้า ๔๘๘.

^{๙๙} พระมหาสมปอง มุทิโต, **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท
ประยูรวงศ์พิมพ์ตั้ง จำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๒๒.

^{๑๐๐} ดูรายละเอียดใน อภิ.สง.อ. (ไทย) ๑/๑/-/๖๙๓.

เหมือนกับช่างเย็บผ้า คือ เกี้ยวสัตว์ในภพเก่าให้ติดต่อกันกับภพใหม่เรื่อย ๆ ไป ด้วยเหตุนี้ตัณหาจึงได้ชื่อว่า “วาน”^{๑๐๑}

สรุป จากการศึกษาความหมายดังกล่าว นิพพาน เป็นการดับกิเลสและกองทุกข์ เป็นโลกุตตรธรรม และเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา พระนิพพานเป็นอารมณ์ของมรรคผล พระนิพพาน มีไชยปราสาท มหานคร แสงสว่าง หรือความร่มเย็น เพราะสิ่งเหล่านั้นเป็นบัญญัติ (คือสิ่งที่ชาวโลกสมมุติกัน) และเป็นสังฆตธรรม คือ ธรรมที่เกิดตาม เหตุปัจจัย ซึ่งได้แก่ กรรม จิต อุตุ และ อาหาร แต่พระนิพพานเป็น ปรมาตธรรม คือ ธรรมที่เป็นสภาวะอันสูงสุดไม่แปรปรวน และเป็น อสังฆตธรรม คือ ธรรมที่ไม่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง พระนิพพานนี้มีลักษณะสงบจากกิเลสและทุกข์ในวัฏฏะ คือ รูปนาม และไม่มีสังขารูปนามที่เกิดดับอยู่เสมอ (วิสังขาร) ที่จริงแล้วพระนิพพานได้ชื่อว่า วิสังขาร เพราะเป็นสภาพตรงกันข้ามกับสังขารที่ชาวโลกรับรู้กันว่า เป็นบุคคล เป็นเรา ของเรา

การศึกษาแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น พบว่า การเจริญวิปัสสนาภาวนา เป็นการฝึกอบรมจิตให้เกิดปัญญา ปัญญาที่รู้แจ้งในสมมติบัญญัติ และปัญญาที่รู้แจ้งเห็นจริงโดยปรมาตม ในการกำหนดพิจารณา rūpa นาม ชันธ ๕ อันปรากฏอยู่ในขันธ ๕ ซึ่งเป็นหนทางให้ผู้ปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือทางกาย เวทนา จิต และธรรม และสิ่งสำคัญในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ผู้ปฏิบัติจะต้องรู้วิธีในการปรับอินทรีย์ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญาตามสภาวะธรรม เพื่อให้เกิดความเห็นแจ้งและตามความเป็นจริง ซึ่งสภาวะธรรมตามที่ปรากฏ จนสามารถหยั่งรู้ถึงความเปลี่ยนแปลง แปรปรวนไปของรูปนาม หรือขันธ ๕ ว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อันไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เราเขา จนเกิดปัญญาญาณ สามารถกำจัดเสียซึ่งอภิชฌาและโทมนัส ตัณหาอุปาทาน อันทำให้เกิดในภพใหม่ เป็นผู้ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ด้วยปฏิบัติ คือ อริยมรรค อันเป็นเป้าหมายขั้นสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา นี่คือ แนวทางแห่งการขจัดกิเลส เป็นการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม

๑๐"๕

ด้วยอานิสงส์การรักษาศีลให้บริสุทธิ์ สำรวมอินทรีย์ มีสติสัมปชัญญะ สันโดษ และการเจริญวิปัสสนาภาวนา ที่มีมาในสามัญญผลสูตรดังได้กล่าวมาแล้วข้างต้น โดยสังเขป จะเป็นเหตุให้

^{๑๐๑} พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมาตมโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖**, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๓), หน้า ๑๔๕.

ภิกษุหรือบุคคลผู้ปรารถนาเดินตามมรรคาที่พระพุทธองค์ทรงวางเอาไว้ เพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะกิเลส เพื่อความไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ หากมีความประสงค์จะหยุดวิญญูะทั้ง ๓ ไม่ให้หมุนเวียนต่อไป จำเป็นต้องทำลายเหตุของวิญญูะ คือ กิเลสวัฏ (การวนเวียนของกิเลส) เนื่องจากกิเลสเกิดขึ้นในขณะที่เห็นและขณะที่ได้ยินเป็นต้น เราจึงจำเป็นต้องเจริญสติในขณะที่เห็นและขณะที่ได้ยินเป็นต้น เพื่อป้องกันไม่ให้กิเลสมีโอกาสดำรงเกิด การเจริญวิปัสสนาภาวนาจนกระทั่งเกิดมรรคญาณจะทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมรับรู้ความไม่เที่ยง ความทุกข์ และความไม่มีแก่นสารของสภาวะธรรมทั้งปวง เพื่อจะไม่มี ความหลงผิด และเป็นอิสระจากกิเลสวัฏ กรรมวัฏ และวิปากวัฏ

การเจริญวิปัสสนาภาวนา เป็นการฝึกอบรมจิตให้เกิดปัญญา ปัญญาที่รู้แจ้งในสมมติบัญญัติ และปัญญาที่รู้แจ้งเห็นจริงโดยปรมาตม ในการกำหนดพิจารณารู้รูป นามเป็นอารมณ์ เป็นสิ่งสำคัญในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ผู้ปฏิบัติจะต้องรู้วิธีในการปรับอินทรีย์ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา ตามสภาวะธรรม เพื่อให้เกิดความเห็นแจ้งและตามความเป็นจริง ซึ่งสภาวะธรรมตามที่ปรากฏ จนสามารถหยั่งรู้ถึงความเปลี่ยนแปลง แปรปรวนไปของรูปนามว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อันไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เรา เขา จนเกิดปัญญาญาณ สามารถกำจัดเสียซึ่งอกุศลหรืออภิชฌาและโทมนัส เป็นผู้ไม่ยึดมั่นถือมั่น อันเป็นเป้าหมายขั้นสูงสุด นี่คือนวาทแห่งการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อการบรรลุธรรมคือการกำหนดรู้เหตุแห่งการดับสนิทซึ่งกิเลสทั้งปวง ในสามัญญผลสูตรพระองค์ทรงแสดง วิชา ๘ บรรลุคุณที่เป็นโลกุตตรทั้งหมดได้ด้วยอาสวักขยญาณ