

ศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร

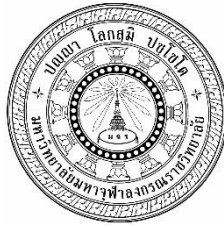
**A STUDY OF THE DHAMMA PRINCIPLES AND INSIGHT
MEDITATION PRACTICE IN SAMĀDHI SUTTA**

พระเกษม ธีรวิโส (ทรัพย์พนาลัย)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐



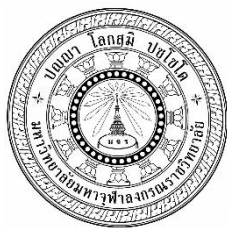
**A Study of the Dhamma Principles and Insight
Meditation Practice in Samādhi Sutta**

Phra Kasem Dhīravamso (Sapphanalai)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Vipassana Meditation)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2017

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



ศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร

พระเกษม ธีรวิโส (ทรัพย์พนาลัย)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาในสมาธิสูตร” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนากาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

ประธานกรรมการ

(พระราชปริยัติมุนี, ผศ.ดร.)

กรรมการ

(รศ.ดร.มานพ น้กการเรียน)

กรรมการ

(พระราชรัตนมุนี, ผศ.ดร.)

กรรมการ

(พระเทพสุวรรณเมธี, ดร.)

กรรมการ

(ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระเทพสุวรรณเมธี, ดร.

ประธานกรรมการ

ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระเกษม ธีรวโส)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร

ผู้วิจัย : พระเกษม ธีรวิโส

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระเทพสุวรรณเมธี, ดร., ป.ธ. ๘, พธ.บ. (ปรัชญา),

ศศ.ม. (ภาษาสันสกฤต), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

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

พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

วันสำเร็จการศึกษา : ๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาเนื้อหาและสาระสำคัญในสมาธิสูตร ๒) เพื่อศึกษาหลักธรรมในสมาธิสูตร และ ๓) เพื่อศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร โดยการศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์ปกรณ์วิเสส วิสุทธิมรรคที่เกี่ยวข้อง เรียบเรียง บรรยาย และตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ

จากผลการวิจัยพบว่า สมาธิสูตร เป็นพระสูตรที่ปรากฏในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๗ สมาธิหมายถึงความตั้งมั่นของจิต หรือภาวะที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนด ภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง คือการที่จิตแน่วแน่ แนบสนิทอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ส่าย ไม่วอกแวก เป็นธรรมที่เกิดรวบรวมตัวกันอยู่ได้ เหมือนแม่เหล็กที่ดูดเศษเหล็กมารวมกันเป็นก้อนเดียวกันไม่กระเจาไป ปรากฏเป็นความสงบ สมาธิในพระสูตรได้กล่าวถึงความตั้งมั่นของจิต และการเห็นชัดในความเกิดดับ ความจริงที่เป็นเหตุแห่งการหลุดพ้นจากการยึดเหนี่ยวทั้งปวง หลักธรรมสนับสนุนการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร คือ ขั้น ๕

วิปัสสนาภาวนา คือ ปัญญาเห็นแจ้งในการพิจารณาอารมณ์แล้วเห็นความเกิดขึ้น ความดับไปแห่งจิต ผู้ปฏิบัติเห็นในไตรลักษณ์ว่าเป็นของ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ บังคับบัญชาไม่ได้ สภาพจิตเข้าสู่สภาวะธรรมที่ว่างจากความยึดมั่น ถ้อยมั่นในบัญญัติทั้งหลาย การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะต้องปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน ๔ โดยการพิจารณา กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งมีโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการเป็นกึ่งอนุ

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากำหนดจิตให้เป็นสมาธิเพื่อละอุปาทานขั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เพื่อถอนอุปาทานในขั้น ๕ เพราะอุปาทาน เป็นตัวทำให้เกิดทุกข์ ทุกข์เพราะยึดมั่น โดยกำหนดรู้ขั้น ๕ โดยความเป็นไตรลักษณ์ตามหลักปฏิจจสมุปบาท คือ เห็นความเกิดในสายเกิดและความดับในสายดับของ รูปนาม จนเป็นเหตุทำให้เกิด สติ มีปัญญาดูแล หยั่งเห็น ญาณ เบื้องต้น ตั้งแต่ นามรูปปริเฉท

ญาณ คือ ปัญญาญาณที่สามารถแยกแยะแยกนามได้ จนถึงปัจจุเวกชนญาณ คือปัญญาญาณที่พิจารณาทบทวนว่ากิเลสที่ละได้แล้วและกิเลสที่ยังละไม่ได้ โดยลำดับก็จะทำให้โยคีผู้ทำการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ได้บรรลุจุดสูงสุดของพระพุทธศาสนานั้นก็คือ พระนิพพาน

Thesis Title : A Study of Dhamma Principles and Insight Meditation
Practice in *Samādhī Sutta*

Researcher : PhraKasem Dhīravamso

Degree : Master of Arts (Vipassana Meditation)

Thesis Supervisory Committee

: PhraThepsuwanmetee, Dr., Pali VIII, B.A. (Philosophy),
M.A. (Sanskrit), Ph.D. (Buddhist Studies)
: Asst. Prof. Dr. Viroj Koomkrong, Pali IX,
M.A. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : February 9, 2018

Abstract

This thesis has 3 objectives namely; 1) to study the contents and the main teaching in *Samādhī Sutta*, 2) to study the Dhamma principles in *Samādhī Sutta*, and 3) to study the Dhamma principles and Insight meditation practice in *Samādhī Sutta*, by studying the relevant information from the Pali Canon (Tipitaka), its commentaries, sub-commentaryy, and *Visuddhimagga* text, which were composed in description, finally reviewed by the experts.

The results of the study revealed that *Samādhī Sutta* is the discourse written in Pitaka, 17th text. *Samādhī* means the concentration of mind or the state of mind focusing straight, to objects of concentration, state of one pointedness, that is firmly settled mind, absorbing in one object, without distraction, movement, wandering being coexistence of Dhamma just like a magnet that attracts to iron scrap together as a lump, not spread out, and appearing as calmness. *Samādhī* in the Sutra mentions about the establishment of mind and clearly seeing the ‘rise’ and ‘fall’. The truth that is the cause of being free from all attachment. Dhammas which supports Insight meditation practice in *Samādhī Sutta*, are the Five Aggregates.

Insight meditation signifies the insight knowledge that can clearly consider all objects for seeing the ‘rise’ and ‘fall’ of all mental formations. The practitioners will see the Three Characteristics (*Tilakkhaṇa*) as impermanence, suffering, and uncontrollable. It

generates the empty state to mind of practitioners that is free from attachment and adherence to all conventional reality. The practice of Insight meditation must follow principle of Four Foundations of Mindfulness by contemplating on body, feeling, mind and mental objects which have Thirty-Seven Factors of Enlightenment (*Bodhipakkhiya-dhamma*) as supportive virtues.

For practice of Insight meditation in the *Samadhi Sutta*, the practitioners must detach the Five Aggregates (*Pancakkhanddha*) namely; matter (*Rūpa*), feeling (*Vedanā*), perception (*Saññā*), mental formations (*Sankhāra*) and consciousness (*Viññāṇa*) and to remove attachments in the Five Aggregates because the attachments cause suffering (*Dukkha*) that is to say, suffering occurs due to attachment. By having mindfulness of the Five Aggregates and by being the Three Characteristics according to Dependent Origination and seeing ‘rise’ in origin process and ‘fall’ in cessation process of name and forms, the practitioners will gain Insight knowledge and mindfulness entering primary knowledge of insight starting from *Ñāmarūpapariccheda-ñāṇa* or knowledge of the delimitation of mentality–materiality up to *Paccavekkhaṇa-ñāṇa* or knowledge of reviewing the abandoned and the remaining defilements respectively, finally attain the highest goal of Buddhism called as *Nibban*

กิตติกรรมประกาศ

เกล้าฯ ขอประทานโอกาสกราบขอบพระคุณ เจ้าประคุณ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสโม ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เป็นอย่างสูงยิ่ง ที่พระเดชพระคุณฯ ได้เมตตาเปิดหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนาภาวนานี้ขึ้น เพื่อให้โอกาสในการศึกษาและประพฤติปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา อันเป็นประโยชน์ให้พุทธศาสนา ดำรงคงอยู่สืบไป

กราบขอบพระคุณ พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย พระเทพสุวรรณเมธี, ดร. และ ผศ.ดร. วิโรจน์ คุ่มครอง คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ พระราชปริยัติมุนี, ผศ.ดร., พระราชรัตนมุนี, ผศ.ดร., รศ.ดร.มานพ นักการเรียน คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ พระมหาโกมล กมโล รักษาการผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาหลีศึกษา พุทธโฆส พระมหาณรงค์ฤทธิ์ ธมมโสภโณ ผู้อำนวยการสำนักวิชาการ ขออนุโมทนาขอบคุณ รศ.ดร.เวทย์ บรรณกรกุล ดร.ชัยชาญ ศรีหามู ที่ให้คำปรึกษาวิทยานิพนธ์ ขอขอบพระคุณ พระภาวนาพิศาลเมธี วิ. และพระวิปัสสนาจารย์ทุกๆ รูปที่ให้ความเมตตาแนะนำสั่งสอน การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตลอดระยะเวลา ๗ เดือน ขอบพระคุณ พระประเทือง ขนดีโก พระสุคนธ์ ปญญารโธ และคุณภานุมาตร์ เนโส ที่อนุเคราะห์ตรวจรูปแบบ และให้คำปรึกษาในการปรับปรุงแบบวิทยานิพนธ์เป็นอย่างดี และขอบพระคุณ คณาจารย์ผู้สั่งสอนให้ความรู้เชิง วิชาการ และผู้ให้คำปรึกษา คำแนะนำ แก้ไขปรับปรุงการทำวิทยานิพนธ์นี้ ทำให้วิทยานิพนธ์ ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงลงด้วยดี

ขอสำนึกในบุญคุณของบิดามารดา ผู้ให้กำเนิดที่ได้เลี้ยงดูอบรมให้รู้จักผิดชอบชั่วดี ขอกราบขอบพระคุณ พระครูอุทัยธิคุณ เจ้าอาวาสวัดราชธานี จังหวัด สุโขทัย พระมหานิยม ติสสวโร ผู้อำนวยการโรงเรียนราชธานีวิทยาลัย ขออนุโมทนาขอบคุณ คณะญาติโยม ที่เมตตา อุปถัมภ์ ในการศึกษาเล่าเรียนทุกท่าน และขอขอบคุณ เพื่อนนิสิตรุ่น ๑๐ ทุกรูปทุกท่านที่มีความเอื้อเฟื้อแบ่งปันทุกๆ เรื่องทั้งด้านปัญญา และข้อมูลความรู้ ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ห้องสมุดทุกท่านที่ ช่วยเหลือให้ความสะดวกในการยืมหนังสือ ทำวิทยานิพนธ์ต่างๆ

ขออานิสงส์แห่งคุณงามความดีในการศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ขอน้อม ถวายแด่คุณพระรัตนตรัย คุณบิดามารดา คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ และท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย ขอกุศลผลบุญทั้งหมดนี้จงเป็นพลปัจจัยแห่งมรรคผลนิพพานทุกท่านเทอญ

พระเกษม ชีรวโส
๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

เรื่อง	สารบัญ	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย		ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ		ค
กิตติกรรมประกาศ		จ
สารบัญ		ฉ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ		ช
บทที่ ๑ บทนำ		๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา		๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย		๒
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ		๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย		๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย		๓
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง		๓
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย		๔
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ		๔
บทที่ ๒ เนื้อหาและสาระสำคัญในสมาธิสูตร		๑๐
๒.๑ ความหมายของสมาธิสูตร		๑๐
๒.๑.๑ ความโดยรูปศัพท์		๑๐
๒.๑.๒ ความหมายโดยอรรถ		๑๑
๒.๒ เหตุเกิดของพระสูตร		๑๓
๒.๓ เนื้อหาและสาระสำคัญของสมาธิสูตร		๑๘
๒.๓.๑ เนื้อหาของสมาธิสูตร		๑๘
๒.๓.๒ สาระสำคัญของสมาธิสูตร		๒๐
๒.๓.๓ ประเภทของสมาธิ		๒๑
๒.๓.๔ ระดับของสมาธิ		๒๕
๒.๓.๕ สมาธิภาวนา ๔		๒๕
๒.๓.๖ โทษแห่งสมาธิ		๒๗
๒.๓.๗ อานิสงส์ของสมาธิ		๒๘
๒.๓.๘ ชั้นที่ ๕		๒๘
๒.๓.๙ ประเภทของชั้นที่ ๕		๓๔
๒.๓.๑๐ องค์ประกอบของชั้นที่ ๕		๓๐

๒.๓.๑๑ อุปาทานชั้น ๕	๓๕
๒.๔ สรุปท้ายบท	๓๗
บทที่ ๓ การปฏิบัติวิปัสสนากาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๓๘
๓.๑ ความหมายของวิปัสสนากาวนา	๓๘
๓.๑.๑ ความหมายของวิปัสสนาโดยศัพท์	๓๘
๓.๑.๒ ความหมายวิปัสสนาโดยอรรถ	๔๐
๓.๑.๓ ความหมายของกาวนาโดยศัพท์	๔๑
๓.๑.๔ ความหมายกาวนาโดยเนื้อความ	๔๑
๓.๒ หลักการปฏิบัติกรรมฐาน	๔๒
๓.๒.๑ การปฏิบัติสมถกรรมฐาน	๔๓
๓.๒.๒ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน	๔๕
๓.๒.๓ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนา	๔๖
๓.๒.๔ การเจริญวิปัสสนากาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔	๔๘
๓.๓ หลักธรรมที่สนับสนุนการเจริญวิปัสสนากาวนา	๕๘
๓.๔ อานิสงส์ของการเจริญวิปัสสนากาวนา	๗๐
๓.๕ สรุปท้ายบท	๗๑
บทที่ ๔ หลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาในสมาธิสูตร	๗๓
๔.๑ การปฏิบัติวิปัสสนากาวนาในสมาธิสูตร	๗๓
๔.๑.๑ การกำหนดรู้ในชั้น ๕	๗๓
๔.๒ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในรูปชั้น	๗๔
๔.๓ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในเวทนาชั้น	๗๖
๔.๔ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในสัญญาชั้น	๘๐
๔.๕ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในสังขารชั้น	๘๑
๔.๖ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในวิญญานชั้น	๘๓
๔.๗ สรุปท้ายบท	๘๘
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๙๐
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๙๐
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๙๓
บรรณานุกรม	๙๔
ภาคผนวก	๙๗
ประวัติผู้วิจัย	๑๐๒

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

วิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยได้อ้างอิงข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ โดยใช้คำย่อชื่อพระไตรปิฎก เริ่มจากอักษรย่อชื่อคัมภีร์ ตามด้วยวงเล็บฉบับที่ใช้แล้วตามด้วยเล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น ม.มู. (บาลี) ๑๒/๑๓๑/๑๐๓. หมายถึง มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสกปาติ ภาษาบาลี เล่ม ๑๒ ข้อ ๑๓๑ หน้า ๑๐๓. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ และ มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก ภาษาไทย เล่ม ๑๒ ข้อ ๓๕๘ หน้า ๓๖๔. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๔

การอธิบายอักษรย่อในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ได้ทำอักษรย่อเฉพาะคัมภีร์ที่อ้างอิงในวิทยานิพนธ์นี้เท่านั้น

พระวินัยปิฎก

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

พระสุตตันตปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	(ภาษา)
๑๐	ที.ม. (บาลี) = สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
	ที.ม. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๑๑	ที.ปา. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
๑๒	ม.มู. (บาลี) = สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
	ม.มู. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก	(ภาษาไทย)
๑๕	ส.ส. (บาลี) = สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย สคาถวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
	ส.ส. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
๑๖	ส.นิ. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
๑๗	ส.ข. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
๑๘	ส.สพ. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค	(ภาษาไทย)
๑๙	ส.ม. (บาลี) = สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย มหาวรรคคคปาติ	(ภาษาบาลี)
	ส.ม. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๒๐	อง.ติก. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย ทิกนินิบาต	(ภาษาไทย)
๒๒	อง.ฉก. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย ฉกนินิบาต	(ภาษาไทย)
๒๔	อง.ทสก. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย ทสกนินิบาต	(ภาษาไทย)

๒๕	ช.อิตี.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อิติวุตตะกะ	(ภาษาไทย)
๓๑	ช.ป.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏีสัมภิตามรรค	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	(ภาษา)
๓๔	อภ.สง.	(ไทย) = อภิธัมมปิฎก	ธัมมสังคณี (ภาษาไทย)
๓๕	อภ.วิ.	(บาลี) = อภิธัมมปิฎก	วิภังคปาติ (ภาษาบาลี)
	อภ.วิ.	(ไทย) = อภิธัมมปิฎก	วิภังค์ (ภาษาไทย)
๓๖	อภ.ป.	(ไทย) = อภิธัมมปิฎก	ปุคคัลลปัญญัตติ (ภาษาไทย)
๔๑	อภ.ป.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	ปฏฐาน (ภาษาไทย)

ปกรณวิเสส

	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	(ภาษา)
วิสุทฺธิ.	(บาลี) = วิสุทฺธิมรรคปกรณ		(ภาษาบาลี)
วิสุทฺธิ.	(ไทย) = วิสุทฺธิมรรคปกรณ		(ภาษาไทย)

ข. คำย่อชื่อคัมภีร์อรรถกถา

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้อรรถกถาจากพระไตรปิฎกพ อ่างอิงโดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า
หลังคำย่อชื่อคัมภีร์และหลังคำย่อภาษาบไทย เช่น ที.ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๗๖/๒๑๒
หมายถึงทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวรรคอรรถกถา ภาษาไทย เล่ม ๑๔ ข้อ ๒๗๖
หน้า ๒๑๒ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๒

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	(ภาษา)
ที.ม.อ.	(ไทย) = ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	มหาวรรคอรรถกถา (ภาษาไทย)
ที.ปา.อ.	(ไทย) = ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	ปาฎีกาวรรคอรรถกถา (ภาษาไทย)
ม.ม.อ.	(ไทย) = มัชฌิมนิกาย	ปปัญจสูทนี	มูลปณณาสกอรรถกถา (ภาษาไทย)
ส.ม.อ.	(ไทย) = สังยุตตนิกาย	สารัตถปกาสินี	มหาวรรคอรรถกถา (ภาษาไทย)
อง.ทก.อ.	(ไทย) = อังคุตตรนิกาย	มโนรธปุรณี	ทกนิบาตอรรถกถา (ภาษาไทย)
อง.จตุกก.อ.	(ไทย) = อังคุตตรนิกาย	มโนรธปุรณี	จตุกกนิบาตอรรถ (ภาษาไทย)
อง.ปญจก.อ.	(บาลี) = องคุตตรนิกาย	มโนรธปุรณี	ปญจกนิบาตอรรถกถา (ภาษาบาลี)
อง.ปญจก.อ.	(ไทย) = อังคุตตรนิกาย	มโนรธปุรณี	ปญจกนิบาตอรรถกถา (ภาษาไทย)
ช.ธ.อ.	(ไทย) = ขุททกนิกาย	ธรรมบทอรรถกถา	(ภาษาไทย)

ค. คำย่อชื่อคัมภีร์ฎีกา

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬารัฏีกา อ้างอิงโดยระบุ เล่ม/หน้า
หลังคำย่อชื่อคัมภีร์และหลังคำย่อภาษาบาลี เช่น

วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๑/๔๙๒ หมายถึง มรุตตลปกาสินี มลิตินทปณหฎีกา ฎีกาภาษาบาลี
เล่ม ๑ หน้า ๔๙๒

ฎีกาปกรณ์วิเสส

	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	(ภาษา)
วิสุทธิ.ฎีกา	(บาลี) =	มรุตตลปกาสินี มลิตินทปณหฎีกา	(ภาษาบาลี)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความเป็นไปแห่งชีวิตของมนุษย์ทั้งหลายในโลกนี้ ย่อมดำรงอยู่ และหมุนวนไปตามสภาพของสังคม และสิ่งแวดล้อมที่เป็นไปตามกระแสแห่งการดิ้นรนเอาตัวรอดของชีวิต เป็นการดำเนินชีวิตที่เป็นไปตามอำนาจแห่งความไม่รู้เท่าทันในความจริงแท้แห่งธรรมชาติ หลงไปในสภาวะแห่งความทยานอยากยึดมั่นในความมี ความเป็นแสวงหาความหน้ายินดี หน้าปรารถนา หน้าพอใจ เพื่อตอบสนองความต้องการทางกาย ทางใจ และลึกลับในสภาวะที่ไม่หน้ายินดี และไม่หน้าพอใจ จิตใจย่อมพุ่งชนไปกับอารมณ์ต่างๆ ที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และน้อมไปในอารมณ์ที่ปรากฏนั้น ทำให้มนุษย์ทั้งหลายตกอยู่ในภาวะแห่งความมืดบอดทางปัญญา สร้างความทุกข์ความเร่าร้อน ให้เกิดมีแก่ตน เหล่านี้เป็นความหลงในสภาวะแห่งทุกข์ ทุกข์ที่เกิดขึ้นย่อมหมุนวนก่อให้เกิดการเกิดอีก เมื่อมีการเกิดอีกย่อมมีความแก่ ความเจ็บ และความตายนี้เป็นสัจจะแห่งชีวิตที่มนุษย์ทั้งหลายไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ แต่การดำเนินชีวิตของมนุษย์ทั้งหลายทั้งที่รู้ว่าชีวิตที่ปรากฏนี้ เป็นไปตามภาวะแห่งทุกข์ ชีวิตที่ปรากฏนี้มี ย่อมมีจุดหมายท้ายที่สุดแล้วก็ต้องดำเนินไปสู่ความตาย คือ ความสูญสลายดับหายไปจากโลกนี้ สู่ภาวะแห่งความยึดมั่นในภพใหม่ อันเนื่องด้วยกรรมและวิบากที่ส่งผลให้ดำเนินไปตามวิถีแห่งทุกข์นี้ต่อไปหาที่สุดไม่ได้

จากความจริงที่ปรากฏนี้แสดงให้เห็นถึงความสอดคล้อง และเป็นไปตามหลักธรรมคำสอนในทางพระพุทธศาสนา ที่ได้แสดงให้เห็นว่าสัตว์ทั้งหลายที่หมุนวนอยู่ในวัฏฏทุกข์นี้ ก็เนื่องด้วยอวิชชา คือ ความไม่รู้ มีความทานอยาก คือ ตัณหาอันเป็นความเพติดเพติดเป็นตัวดำเนินไป มีอุปาทาน อันเป็นความยึดมั่น เป็นปัจจัย ภพจึงมี เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติจึงมี เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรา มรณะ โสกะ ปรีทเวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาสจึงมี ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้มีได้ด้วยประการอย่างนี้ เหล่านี้เป็นความจริงของกระบวนการเกิดแห่งทุกข์ เมื่อมีความเกิดย่อมมีความดับเสมอไป เช่นเดียวกับคำสอนในพระพุทธศาสนาที่ได้แสดงถึงเหตุแห่งความดับของทุกข์อันเป็นหนทางเดียวทางสายเดียวที่จะทำให้สัตว์ทั้งหลายหลุดพ้นจากการหมุนวนในวัฏฏทุกข์นี้ได้ และเห็นความจริงของชีวิตที่ปรากฏนี้ตามความเป็นจริงแห่งธรรมชาติ ยอมรับในความจริงแห่งธรรมชาตินั้น จิตย่อมปล่อยวางจากความยึดมั่นจึงจะสามารถเข้าถึงความหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้ การที่จะเข้าถึงภาวะแห่งความหลุดพ้นจากกองทุกข์ทั้งปวงได้นั้น ต้องอาศัยการประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนาอย่างถูกต้อง และมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องศึกษาในหลักธรรม อันเป็นคำสอนขององค์สมเด็จพระ

สัมมาสัมพุทธเจ้าที่เป็นหลักการศึกษาในด้านปริยัติเพื่อเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติอย่างถูกต้องและถูกวิธี จากการศึกษาในเบื้องต้นหลักธรรมอันเป็นคำสอนในพระพุทธศาสนาที่ส่งผลให้เกิดปัญญารู้ชัดในสภาวะธรรมตามความเป็นจริงและการดำเนินไปของการเกิดทุกข์และความดับทุกข์ อันเป็นปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติและการเข้าถึงของสมาธิและปัญญาที่สามารถเข้าถึงความจริงแท้แห่งทุกข์นี้ได้ ดังที่ ซึ่งมีหลักคำสอนที่เด่นชัดในเรื่องปรากฏในพระสูตรตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ชนธวรรค มุลปณณาสก์ นกุลปิตุวรรค สมาธิสูตร สูตรที่ว่าด้วยสมาธิ อันเป็นสมาธิที่ก่อให้เกิดปัญญารู้ชัดตามความเป็นจริงของชั้น ๕ ที่เป็นเหตุเกิดแห่งทุกข์ และความดับไปของชั้น ๕ อันเป็นเหตุดับไปแห่งทุกข์ได้ ดังปรากฏเป็นพระพุทธพจน์ มีความว่า

ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเจริญสมาธิเถิด ภิกษุผู้มีจิตตั้งมั่น ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริง รู้ชัดอะไรเล่าตามความเป็นจริง คือ ภิกษุรู้ชัดความเกิดและความดับแห่งรูป ความเกิดและความดับแห่งเวทนา ความเกิดและความดับแห่งสัญญา ความเกิดและความดับแห่งสังขาร ความเกิดและความดับแห่งวิญญาน อะไรเป็นความเกิดแห่งรูป อะไรเป็นความเกิดแห่งเวทนา อะไรเป็นความเกิดแห่งสัญญา อะไรเป็นความเกิดแห่งสังขาร อะไรเป็นความเกิดแห่งวิญญาน คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้เพลิดเพลิน เขยชมยึดติด ภิกษุเพลิดเพลิน เขยชม ยึดติดอะไรเล่า คือ ภิกษุเพลิดเพลิน เขยชม ยึดติดรูป เมื่อเธอเพลิดเพลิน เขยชม ยึดติดรูป ความเพลิดเพลินจึงเกิดขึ้น ความเพลิดเพลินในรูปเป็นอุปาทาน เพราะอุปาทานของภิกษุนั้นเป็นปัจจัย ภพจึงมี เพราะภพเป็นปัจจัยชาติจึงมี เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาสจึงมี ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้มีได้ด้วยประการอย่างนี้^๑

จากพระพุทธพจน์ในข้างต้นนี้ แสดงให้เห็นว่าพระสูตรนี้เป็นพระสูตรที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งและ ควรที่จะมีการศึกษาอย่างจริงจัง ดังนั้น ผู้ศึกษาจึงได้เห็นความสำคัญและสนใจที่จะทำการศึกษาลักษณะและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตรนี้ อันเป็นคำสั่งสอนที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงตรัสสอนไว้เพื่อให้ทราบความเป็นมารูปแบบ โครงสร้างและเนื้อหาของสมาธิสูตร เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องและรู้ชัดในสภาวะธรรม อันเป็นเหตุให้หลุดพ้นจากกองทุกข์ และจะช่วยให้บุคคลที่สนใจในการศึกษาและประพฤติปฏิบัติตามหลักคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ถูกต้องตรงตามหลักคำสอน และได้รับประโยชน์จากการศึกษาและปฏิบัติอย่างแท้จริง

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาเนื้อหาและสาระสำคัญในสมาธิสูตร
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาหลักธรรมในสมาธิสูตร
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร

^๑ ส.ช. (ไทย) ๑๗/๕/๑๗-๑๙.

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ เนื้อหาและสาระสำคัญในสมาธิสูตรเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๓ หลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตรเป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตรผู้วิจัยมุ่งศึกษาโดยอาศัยข้อมูลหลักฐานและข้อมูลจากแหล่งต่างๆ เช่น พระไตรปิฎกเถรวาท ฉบับภาษาไทยของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ และศึกษาเนื้อหาของสมาธิสูตรในพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกาและปกรณ์วิเสสอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

- ๑) สมาธิสูตร หมายถึง พระสูตรในพระไตรปิฎกที่อยู่ในพระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกายขันธวารวรรค เล่มที่ ๑๗ ข้อที่ ๕ ว่าด้วยสมาธิ
- ๒) วิปัสสนาภาวนา หมายถึง การเจริญปัญญา เข้าไปเห็นแจ้งเป็นพิเศษในสภาวะธรรม (รูปนาม) ตามความเป็นจริง
- ๓) สติปัฏฐาน หมายถึง ฐานที่ตั้งของสติ หรือฐานที่รองรับการกำหนดการระลึกรู้สภาวะธรรม อารมณ์ในขณะปัจจุบัน
- ๔) หลักธรรม หมายถึง หลักธรรมในสมาธิสูตร ซึ่งประกอบด้วยสมาธิ ๓
- ๕) การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง ปัญญาที่กำหนดรู้สภาวะธรรมทางกายกับสภาวะธรรมทางใจรู้แจ้งถึง ความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปของกายกับใจหรือรูปกับนามตามความเป็นจริงว่าเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ทบทวนเอกสาร ตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนา รวมทั้งรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

๑.๖.๑ ตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนาเถรวาท

- ๑) พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้แปลคำว่า “สมาธิ” แปลกันว่า ความตั้งมั่นของจิต หรือ ภาวะที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนด คำจำกัดความของสมาธิ ที่พบเสมอคือ “จิตตัส-เสกคคตา” หรือเรียกสั้นๆ ว่า “เอกัคคตา” ซึ่งแปลว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง คือการที่จิตแน่วแน่ แนบสนิทอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ส่าย ไม่วอกแวก คัมภีร์รูนอรรถ

ถากระบว่า สมาธิ คือภาวะมีอารมณ์หนึ่งเดียวของกุศลจิต และไขความว่า หมายถึงการดำรงจิต และเจตสิกไว้ในอารมณ์หนึ่งเดียวอย่างเรียบร้อยสม่ำเสมอ และด้วยดี หรือแม้แต่แค่จิตตั้งมั่นพร้อม นั้นทานแสดงสาระ สำคัญไฉน พุดง่าย ๆ ว่า สมาธิมีลักษณะไม่ส่ายหรือไม่ฟุ้งซ่าน มีหน้าที่ช่วยให้ ประดาธรรมที่เกิดร่วมรวมตัวกันอยู่ได้ เหมือนน้ำฝนที่คงแบ่งไว้ไม่ฟุ้งกระจาย ปรากฏเป็นความ สงบ โดยมีความสุขเป็นปทัฏฐาน (เหตุใกล้) อย่างพิเศษที่จะให้ถึงสมาธิ จิตที่เป็นสมาธินั้น นิ่งแน่ว เหมือนเปลวเทียนในที่ไม่มีลมกวน ไฟทำงานเผาไหม้ต่อเนื่องไปอย่างสม่ำเสมอ มิใช่หยุดนิ่งแต่ สงบนิ่งแน่ว^๒

๒) พระวิจิตรธรรมาภรณ์ (เทอด ญาณวิโร) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ สมาธิเบื้องต้น สำหรับชาวบ้านว่า ทุกวันนี้สิ่งที่ทำให้เกิดความสับสนในหมู่ชาวพุทธเกี่ยวกับการปฏิบัติสมาธิคือ การนำหลักวิชาการมาอธิบายวิธีลงมือปฏิบัติเช่น ชาวพุทธมักจะถามกันว่า เคยไปปฏิบัติสมาธิ ตามแนววิปัสสนาหรือปฏิบัติสมาธิตามแนวสมณะหรือเปล่าซึ่งก็หมายความว่า มีความเข้าใจว่า สมณะต้องแยก จากวิปัสสนาสมาธิมีชื่อเรียกหลายอย่าง จะเรียก ว่า “สมาธิ” “กรรมฐาน” “การปฏิบัติธรรม” หรือ “การเจริญภาวนา” ก็ได้ แต่ โดยรวมก็เป็นวิธีการที่จะทำให้จิตสงบ นั้นเองโดยทั่วไปนิยมเรียกการทำสมาธิว่า “กรรมฐาน” สมัยพุทธกาลพระอุปัชฌาย์ต้องให้ พระภิกษุผู้บวชใหม่เรียนพระกรรมฐานเบื้องต้น ก่อนเสมอเนื่องจากพระภิกษุผู้บวชใหม่ยังไม่มีวิธี ฝึกหัดขัดเกลาควบคุมจิตใจอาจทำให้เกิด ความรุ่มร้อนกระวนกระวายจึงต้องให้กรรมฐานไว้ก่อน เกี่ยวกับคำและความหมายของสมาธิกรรมฐานที่ให้เรียนเป็นเบื้องต้นเรียก ว่า “มูลกรรมฐาน” โดยปริกรรม ว่า เกสา โลมา นะชา ทันตา ตะโจ (อนุโลม) ตะโจ ทันตา นะชา โลมา เกสา (ปฏิโลม) หรือจะนั่งนึกแยกองค์ประกอบต่างๆของร่างกายว่า ผม ขน เล็บ ขน หนังปริกรรม กลับไปกลับมาเพื่อให้จิตผูกเพ่ง อยู่กับคำปริกรรมข้างต้นเมื่อจิตไหลไปตามเกสาหรือจะนั่งนึก แยกองค์ประกอบต่างๆ เกสา ตะโจ ทันตา นะชา โลมาคำปริกรรมเป็นกระแสไม่ขาดสาย ก็ไม่ ปล่อย ให้จิตคิดฟุ้งซ่านไปต่างๆ พระกรรมฐานข้างต้นเป็นกรรมฐานที่ พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้ พระอุปัชฌาย์ใช้สอนพระภิกษุผู้บวชใหม่ บวชในวันนั้นต้อง เรียนกรรมฐานชนิดนี้ในวันนั้น ที่เรียกว่ามูลกรรมฐาน เพราะเป็นพระกรรมฐานแบบแรก ที่พระภิกษุสามเณรต้องเรียนรู้ ฝึก ปฏิบัติและเมื่อบวชไปแล้วค่อยเรียนรู้กรรมฐานอย่างอื่นที่ พิสดารกว้างขวางออกไปตามอัธยาศัย^๓

๑.๖.๓ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑) พระชัยพร จนทวโส (จันทพงษ์) ได้ศึกษาเรื่อง “ศรัทธาในการปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนา ตามแนวสติปัฏฐาน ๔” ผลการวิจัยพบว่า ศรัทธาตามรูปศัพท์ หมายถึง ความเชื่อ ในทางพระพุทธศาสนาเป็น ศรัทธาที่แตกต่างจากศรัทธาในความหมายโดยทั่วไป ในคัมภีร์

^๒ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๗๗๙.

^๓ พระวิจิตรธรรมาภรณ์ (เทอด ญาณวิโร), **สมาธิเบื้องต้นสำหรับชาวบ้าน**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ สยามเอ็มแอนด์บีพับลิชชิง จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๑๒-๑๕.

พระพุทธศาสนาเถรวาทได้แสดง ศรัทธาไว้ ๒ ประการ คือ ศรัทธาที่ประกอบด้วยปัญญา กับศรัทธาที่ไม่ประกอบด้วยปัญญา ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ศรัทธาหมายถึง อธิโมกข์ที่เป็นทางผ่านของผู้ได้เริ่มเข้าสู่ วิปัสสนาญาณ เมื่อเกิดปัญญาหยั่งรู้ในรูปนามที่มีความแปลกประหลาดอัศจรรย์ เช่น แสงสว่าง ญาณรู้ มีสติคมชัด มีปีติ มีความเพียรเป็นพิเศษ มีความตั้งมั่น ความสุข ความวางเฉย ความยินดี ใน สภาวธรรมต่างๆ ก็ปักใจเชื่ออย่างแรงกล้า เพราะไม่เคยพบเจอในสภาวะต่างๆ ดังกล่าว ความจริง ศรัทธา กับ อธิโมกข์ความแตกต่างกันโดยองค์ธรรม คือ ตัวหนึ่งเป็นสัทธาเจตสิก อีกตัวหนึ่งเป็น อธิโมกข์ หมายความว่า ศรัทธา มีลักษณะผ่องใส ดังกล่าว เป็นสภาวะที่เชื่อมั่นในคุณงามความดีทุก อย่าง เพราะเป็นศรัทธาที่อยู่ในกลุ่มของเจตสิกที่ดีงาม คือ มีความเชื่อในศีล สมาธิ และปัญญา ความสำคัญของศรัทธาคือการพัฒนาไปสู่ความพ้นทุกข์ ได้แก่ เป็นพระอริยบุคคลระดับพระ โสดาบัน ตัวอย่างเช่น ศรัทธาอนุสारी บุคคล ผู้แล่นไปตามศรัทธา และศรัทธาวิมุต ผู้หลุดพ้นด้วย ศรัทธา เพราะเข้าใจอริยสัจได้ถูกต้อง จึงเห็นว่าศรัทธาทั้งหมดล้วน มีปัญญาคอยประคับประคอง เอาไว้เพื่อไม่ให้หลุดออกไปนอกกรอบของพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะศรัทธาในพระรัตนตรัย^๔

๒) พระมหาประทีป อภิวิมลโน (แถวพันธุ์) “ศึกษาเปรียบเทียบการอธิบาย ปฏิจจสมุปบาท ตามแนวของพุทธโฆษาจารย์กับพุทธทาสภิกขุ” ผลการวิจัยพบว่า วิทยานิพนธ์นี้ศึกษาการอธิบายปฏิจจสมุปบาทในพระไตรปิฎกและเปรียบเทียบการอธิบายปฏิจจสมุปบาทของพุทธโฆษาจารย์กับพุทธทาสภิกขุจากการศึกษาได้พบว่า ปฏิจจสมุปบาทเป็นหลักธรรมสำคัญทางพระพุทธศาสนา เป็นหลักธรรมสายกลาง ไม่เอียงสุดไปทางสัสสตทิฐิและอุจเฉททิฐิ มีความสัมพันธ์กับหลักธรรมสำคัญทางพระพุทธศาสนา เช่น อริยสัจ ไตรลักษณ์ เป็นต้น พระพุทธโฆษาจารย์ได้อธิบายปฏิจจสมุปบาทว่าเกิดครบหนึ่งรอบได้ต้องใช้เวลา ๓ ชาติ คือ อดีต ปัจจุบัน และอนาคต การอธิบายเน้นการเกิดทางด้านร่างกายมากกว่าการเกิดทางด้านจิตใจ พุทธทาสภิกขุ ปฏิเสธการอธิบายปฏิจจสมุปบาททางด้านร่างกาย เช่น การเกิดคือการคลอดออกมาจากท้องมารดา ได้อธิบายอีกนัยหนึ่งว่า ปฏิจจสมุปบาทคือการเกิดสภาวะทางด้านจิตใจ เกิดครบรอบในเวลาอันเร็วในขณะที่มีชีวิตอยู่ ในแต่ละวันปฏิจจสมุปบาทสามารถเกิดครบรอบได้หลายรอบ จากการเปรียบเทียบการอธิบายของพระพุทธโฆษาจารย์กับพุทธทาสภิกขุ ท่านทั้งสองยังคงอ้างพุทธพจน์ในการอธิบายเป็นหลักส่วนข้อแตกต่างกันขึ้นอยู่กับการตีความ มุมมอง ความเข้าใจ การตีความ และจัดประเด็นของแต่ละท่าน การอธิบายทั้งสองถึงจะมีข้อแตกต่างกันและมีจุดเด่นคนละแบบ แต่หลักใหญ่ไม่ขัดกันแต่กลับสนับสนุนการอธิบายซึ่งกันและกัน การอธิบายของพุทธโฆษาจารย์มีจุดเด่นคือส่งเสริมให้คนเล็งเห็นผลกระทบในชาติหน้า ส่วนการอธิบายของพุทธทาสภิกขุมีจุดเด่นคือส่งเสริมให้คนสนใจผลกระทบในชาติปัจจุบัน มากกว่าที่จะสนใจในชาติหน้า ฉะนั้นคำอธิบายทั้งสองท่านจึงมุ่งในด้านใดด้านหนึ่งโดยเฉพาะ

^๔ พระชัยพร จันทวีโส (จันทวงศ์), “ศึกษาศรัทธาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

โดยหลักสำคัญทางพระพุทธศาสนาแล้วผลกรรมมิได้ทั้งชาตินี้และชาติหน้า เมื่อศึกษาอย่างละเอียดแล้วคำอธิบายของท่านทั้งสองสนับสนุนกันและกันให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น^๕

๓) พระหิริญชัย ปรกฏโม (บอทอง) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการบรรลุลหฺมของพระสิวลีเถระ” พบว่า การบรรลุลหฺม คือ การบรรลุลหฺมกุตตรธรรม ๙ โดยการปฏิบัติตามหลัก ไตรสิกขา เจริญสมณะและวิปัสสนา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ตามแนวทางแห่งวิสุทธิ ๗ เพื่อให้ได้บรรลุลหฺม ๑๖ เพื่อรู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ ๔ ในพระพุทธศาสนาเรียกบุคคลผู้บรรลุลหฺมวิเศษมี โสตาปัตติมรรคเป็นต้นว่า “พระอริยบุคคล” มีทั้งหมด ๔ บุคคล ๘ จำพวก ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นผู้ถึงฝั่งคือ พระนิพพานตามลำดับ มีการดำเนินชีวิตโดยมีสติคุ้มครองตลอดเวลา^๖

๔) พระมหาสุธน ยสสีโล (ผลชอบ) ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่อง วิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนา” จากการวิจัยพบว่า วิปัสสนากรรมฐานเป็นคำสอนแนวปฏิบัติทางด้านจิต เพราะในร่างกายของมนุษย์เรามีใจเป็นใหญ่ ใจเป็นหัวหน้า ทุกสิ่งทุกอย่างสำเร็จจากใจ เมื่อบุคคลตั้งใจไว้ดีแล้ว ไม่ว่าบุคคลนั้นจะเป็นชนชาติใด อยู่ในประเทศใดใช้ภาษาใด เป็นคนมีฐานะร่ำรวยหรือเป็นคนยากจน เมื่อปรารถนาความสุข ความสงบที่แท้จริงแล้ว ไม่ต้องไปแสวงหาที่อื่นใด ค้นหาได้ภายในจิตใจของเราเอง เพราะความทุกข์หรือความสุขเกิดขึ้นจากใจทั้งนั้น^๗

๕) พระวีระพงษ์ วีรวโส (งามมณี) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแบบอัมมมุตฺตจฺจนัย:เฉพาะกรณีการบรรลุลหฺมของพระอานนท์” ผลจากการวิจัยพบว่า การศึกษาอัมมมุตฺตจฺจนัย คือ วิธีการปฏิบัติวิปัสสนาด้วยการเจริญวิปัสสนามีใจถูกอุทฺธจจะในธรรมกัณไว้คือ สภาวะที่ทำให้วิปัสสนามัวหมองข้องขัดสภาพน่าชื่นชม ซึ่งเกิดแก่ผู้เจริญวิปัสสนาในขั้นที่เป็นวิปัสสนาอย่างอ่อน (ตรุณวิปัสสนา) แต่กลายเป็นโทษเครื่องเศร้าหมองแห่งวิปัสสนา โดยทำให้เข้าใจผิดว่าตนบรรลุผลแล้วจึงชะงักหยุดการปฏิบัติเสีย หรือที่เรียกกันว่าวิปัสสนูปกิเลส ธรรมที่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติวิปัสสนาอัมมมุตฺตจฺจนัย คือ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาจนบรรลุถึงอุทฺทพพญญาณมักจะพบกับวิปัสสนูปกิเลสคือธรรมที่ทำให้วิปัสสนามัวหมองถ้าผู้ปฏิบัติไม่รู้เท่าทันก็ จะทำให้การเจริญวิปัสสนาไม่ก้าวหน้าวิปัสสนูปกิเลส เป็นอุปกิเลสแห่งวิปัสสนา เป็นสภาพน่าชื่นชม แต่ที่แท้เป็นโทษเครื่องเศร้าหมองแห่งวิปัสสนาซึ่งเกิดแก่ผู้ได้วิปัสสนาอ่อนๆ ทำให้เข้าใจผิดว่าตน บรรลุผลแล้วจึงไม่ดำเนินก้าวหน้าต่อไปในวิปัสสนาญาณอุปกิเลส มี ๑๐ ประการ คือ “โอภาส ญาณ ปิติ ปัสสัทธิ สุข อธิโมกข์ปคคาหะ อุปฺภูฐาน อุปเบกขา

^๕ พระมหาประทีป อภิวัฒนโน (แถวพันธุ์), “ศึกษาเปรียบเทียบการอธิบายปฏิจาสุมุบาทตามแนวของพุทธโฆษาจารย์กับพุทธทาสภิกขุ”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), บทคัดย่อ.

^๖ พระหิริญชัย ปรกฏโม (บอทอง), “ศึกษาการบรรลุลหฺมของพระสิวลีเถระ”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖).

^๗ พระมหาสุธน ยสสีโล (ผลชอบ), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนา”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศึกษามหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), บทคัดย่อ.

นิกันตี” วิปัสสนูปกิเลสจะเกิดขึ้นแก่นักปฏิบัติ ธรรมเมื่อเจริญวิปัสสนามาจนเข้าสู่อุทยัพพญาณอย่างอ่อนแล้ว^{๘๔}

๖) สุภีร์ ทุมทอง ได้ศึกษาเรื่อง “ศึกษาการพัฒนาอินทรีย์สังวรในพระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า อินทรีย์สังวรนั้นมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตประจำวัน ทำให้มีการฝึกจิต ทำให้เป็นผู้มีศีลดี ทำให้ชีวิตอยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุขและมีความสำคัญต่อการปฏิบัติธรรมเพื่อความหลุดพ้น โดยเป็นหมวดธรรมในภาคปฏิบัติ เป็นเหตุให้สุจริต ๓ สมบูรณ์ เกิดสมาธิ เกิดปัญญา จนถึงความสิ้นไปแห่งทุกข์^{๘๕}

๗) อรภัคภา ทองกระจ่างเนตร ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์สมาธิกับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า สมาธิตามรูปศัพท์ หมายถึง ธรรมที่ข่มจิตอันฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่างๆ ให้สงบลง สมาธิตามอรรถ หมายถึง ภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง สมาธิสามารถจำแนกได้หลายประเภท คือ ตามลักษณะ ตามหน้าที่ ตามอาการที่ปรากฏ และตามปทัฏฐาน ในคัมภีร์ ชั้นอรรถกถา แยกสมาธิออกเป็นระดับ ๓ ระดับ คือ (๑) ขณิกสมาธิ (๒) อุปจารสมาธิ และ (๓) อัปปนาสมาธิ สมาธิมีหมวดธรรมที่เกี่ยวข้อง ซึ่งประเด็นที่สนใจ คือ นิเวศน์เป็นอุปสรรคของสมาธิ สมาธิเป็นส่วนหนึ่งของไตรสิกขา และสมาธิกับโพธิปักขิยธรรม นอกจากนี้การฝึกสมาธิยังมีอานิสงส์หลายประการ ซึ่งงานวิจัยนี้มุ่งเน้นเรื่องอภิญญา การบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง การได้ การเข้าถึง การสำเร็จ การทำให้แจ้งธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท การบรรลุธรรมมีความสำคัญ เนื่องจากการบรรลุเป็นการบรรลุจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา คือ พระนิพพาน โดยมีวิธีการปฏิบัติอยู่ ๔ แนวทาง คือ (๑) วิปัสสนามีสมณนาหน้า (๒) สมณวิปัสสนานาหน้า (๓) สมณะและวิปัสสนาคู่กัน และ (๔) วิธีปฏิบัติเมื่อจิตถูกชักให้เขวด้วยธรรมุจจรัลทั้ง ๔ แนวทางนี้เป็นต้นแบบของกัมมัฏฐาน ๒ วิธี คือ สมถยานและวิปัสสนายาน ซึ่งต้องอาศัยหลักปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม คือ โพธิปักขิยธรรม นอกจากนี้เกณฑ์ที่ใช้แบ่งระดับของการบรรลุธรรม เรียกว่าสังโยชน์ เป็นตัวแบ่งระดับของพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ วิธีการบรรลุพระอรหันต์ หลังจากการบรรลุธรรมหากได้สมาธิระดับหนึ่ง จะทำให้ผู้ปฏิบัติได้รับความสามารถพิเศษหลังการบรรลุธรรมเรื่องอภิญญา ๖ คือ (๑) อิทธิวิธิ (๒) ทิพพโสดา (๓) เจโตปริยญาณ (๔) ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ (๕) จุตูปปาตญาณ และ (๖) อาสวักขยญาณ^{๘๖} **แม่ชีลำลี สิงหรา** ได้ศึกษาเรื่อง “ศึกษา

^{๘๔} พระวีระพงษ์ วีระวิโส (ภูงามดี), “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแบบธัมมัทธจจันย: เฉพาะกรณีการ บรรลุธรรมของพระอานนท์”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

^{๘๕} สุภีร์ ทุมทอง, “ศึกษาการพัฒนาอินทรีย์สังวรในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), บทคัดย่อ.

^{๘๖} อรภัคภา ทองกระจ่างเนตร, “การศึกษาวิเคราะห์สมาธิกับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

สมาธิและปัญญาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” ผลจากการวิจัยพบว่า วิปัสสนาภาวนา คือ การปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ได้แก่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนानุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งในอริยสัจ ๔ ซึ่งหลักการปฏิบัติดังกล่าวมีปรากฏยืนยันในคัมภีร์อรรถกถาว่า “ยสฺมา ปน กายเวทนาจิตตสมเมสุ กณฺหิ ฌมฺมํ อนามสิตฺวา ภาวนา นาม นตฺถิ ตสฺมา เตปิ อิมินาว มคฺเคน โสกปริเทเวสมตฺถิกนตาทิ เวทิตพฺพา แปลว่า ภาวนาที่ไม่เนื่องด้วยกาย เวทนา จิต หรือธรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมไม่มี ดังนั้น พึงทราบว่ แม้ท่านเหล่านั้นได้ล่วงพ้นความโศกและความคร่ำครวญด้วยทางสายนี้ สมาธิและปัญญานั้น สมาธิ มีความไม่ฟุ้งซ่านเป็นลักษณะ มีการกำจัดความซ่านสายเป็นรสมมีความตั้งมั่นของจิตไม่หวั่นไหวเป็นจิตสงบกำหนดแน่วแน่อยู่เป็นปัจจุปัฏฐาน มีความสุขเป็นปทัฏฐานทำให้เกิดฌานและเกิดอภิญญาสามารถข่มกิเลสได้ชั่วคราว และถ้าสมาธิที่เป็นสัมมาสมาธิเป็นความรู้แจ้งทำให้เกิดปัญญาหลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ทั้งปวงได้นั้นเองว่าปัญญาโดยสภาวะธรรมของปัญญาที่ปรากฏเกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนาและรู้ชัดลงไป นามธรรมไม่สามารถรับรู้ได้ด้วยทางรูปธรรมรสคือหน้าที่ปัจจุปัฏฐานคือ ผลหรืออาการปรากฏของรูปนาม ปทัฏฐาน คือ เหตุที่ใกล้ชิดของรูปนาม เพราะสภาวะเหล่านี้สามารถรับรู้ด้วยใจเท่านั้น และการปฏิบัติวิปัสสนาให้รู้สภาวะรูปนามที่แท้จริงได้นั้นต้องอาศัยการเรียนรู้ชั้น “ทวิญญูวิสุทธิ” จึงจะรู้เห็นรูปนามตามสภาวะที่เป็นจริงได้ ธรรมที่เกี่ยวข้องกับสมาธิกับปัญญาต่อการเจริญในการบรรลุดุธรรม คือ สัมโพธิมงคล องค์ธรรมแห่งการตรัสรู้ ทำให้เกิดมรรคมีองค์ ๘ ทำให้เกิดสมาธิและปัญญาในการกำหนดสติพิจารณาละกิเลส ใน กาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งรูปนาม โดยความเป็นจริงเกิดไตรลักษณ์ การกำหนดรู้พิจารณานั้นจะต้องประกอบด้วยปัญญา มีสติรู้อยู่ทุกขณะแห่งการกำหนดรู้^{๑๑}

จากการศึกษาวิจัยที่ศึกษาค้นคว้าพบว่า ยังไม่มีผู้วิจัยท่านใด ได้ทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องของการศึกษาเรื่องหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตรจึงเหตุให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาในเรื่องนี้เพื่อเป็นข้อมูลและหลักธรรมในการปฏิบัติกรรมฐาน ให้ถูกต้องต่อหลักคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าต่อไป

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาศาสนาสูตรในปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทนี้เป็นการศึกษาวิจัยงานเอกสาร (Documentary Research) โดยได้กำหนดหัวข้อวิธีการดำเนินการวิจัย ซึ่งมีลำดับดังนี้

๑) ศึกษาเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้รวบรวมข้อมูลจากเอกสารคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๙

^{๑๑} แม้ชีสาลี สิงหราช, “ ศีลสมาธิและปัญญาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

พร้อมอรรถกถา และพระไตรปิฎกและอรรถกถา (เฉพาะอรรถกถา) ฉบับมหาจุฬาราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๒๕

๒) ศึกษาเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) จากคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา เถรวาท หนังสือวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๓) นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาชั้นปฐมภูมิและชั้นทุติยภูมิ นำมาสรุป รวบรวมและเรียบเรียงข้อมูล แบบบรรยายเชิงพรรณนา ตามคู่มือการเขียนวิทยานิพนธ์ เสนอผลงานต่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของเนื้อหา แก้ไข ปรับปรุง ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญด้านวิปัสสนาภาวนา

๔) นำข้อมูลที่ผ่านมาตรวจสอบและการปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำพร้อมนำเสนอเป็นวิทยานิพนธ์

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบเนื้อหาและสาระสำคัญในสมาธิสูตร

๑.๘.๒ ทำให้ทราบการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๓ ทำให้ทราบหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร

บทที่ ๒

เนื้อหาและสาระสำคัญในสมาธิสูตร

สมาธิที่มีปรากฏในพุทธศาสนา ได้บันทึกรวบรวมไว้ในพระไตรปิฎก พระพุทธเจ้าทรงแสดงสมาธิสูตร เพื่อเป็นหลักธรรมคำสั่งสอนให้พุทธบริษัท ได้ปฏิบัติเพื่อความตั้งมั่นแห่งจิตของพุทธบริษัททั้งหลาย เป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อความสงบสุข ตามหลักธรรมที่มีปรากฏอยู่ในสมาธิสูตรเป็นพระสูตร ว่าด้วยจิตตั้งมั่น รู้ชัดความตามความเป็นจริงและธรรมที่เป็นบ่อเกิดสมาธิ ที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ ที่สามารถนำมาประกอบเป็นธรรมหมวดเดียวกัน เพื่อรวบรวมเนื้อหาของสมาธิ และนำมาวิจยสรุปความ ให้เข้าใจได้ง่ายในการวิจยครั้งนี้ผู้วิจยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้บุคคลที่ปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ได้เข้าใจถึงเนื้อหาและความสำคัญของสมาธิสูตร เพื่อมีสติตั้งมั่นทำให้จิตสงบเข้าถึงธรรม ที่เป็นเครื่องหลุดพ้นออกจากทุกข์สำหรับการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจยได้กำหนดประเด็นศึกษาหลักธรรมในสมาธิสูตรไว้ดังนี้

๒.๑ ความหมายของสมาธิสูตร

๒.๒ เหตุเกิดของพระสูตร

๒.๓ เนื้อหาและสาระสำคัญของสมาธิสูตร

๒.๔ อานิสงส์ของสมาธิ

๒.๕ สรุปท้ายบท

๒.๑ ความหมายของสมาธิสูตร

๒.๑.๑ ความโดยรูปศัพท์

สมาธิมาจากรูปศัพท์บาลีว่า สมาธิ (ส,อา+ธารณ+อิ) จิตตั้งมั่น, ความสงบ, สมาธิ.เอ การมมณ สกุญฺ อารานํ สมาธิ สภาพที่จิตยินดีในอารมณ์เดียว ชื่อว่าสมาธิ (อาเทศนคหิตเป็น ม, ลบสระหน้า). นานาลมพณวิเกชปวสปปวตฺตํ อธิสงฺขาตํ จิตตพฺยํ สเมตติ สมาธิ ธรรมที่ข่มจิตอันฟุ้งไป ในอารมณ์ต่างๆ ให้สงบลง ชื่อว่าสมาธิ (สมฺ อุปสม+อาอิ). สมาธิติ สุลฺลโต สมาธิ อนิมิตฺโต สมาธิ อปฺปณฺหิตโต สมาธิ ๓ สุลฺลุตสมาธิ อนิมิตตสมาธิ และอัปปณฺหิตสมาธิชื่อว่าสมาธิ^{๒๒}

สุดตํ แปลว่า สูตร หรือพระสูตร, ปาพจนํ, พระพุทธพจน์ สุดตํ ศัพท์เดิมเป็น สุดต ศัพท์ ลง สี ปฐมาวิภคติ ฝ่ายเอกวจนะ เอา สี กับ อ ที่สุดแห่ง สุดต ศัพท์ เป็น อ สำเร็จรูปเป็น

^{๒๒} พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๒), หน้า ๒๐๐.

สุดต^{๒๓} สุดต ศัพท์มีวิเคราะห์ว่า อภิสเวติ อตเถติ = สุดตสุดต แปลว่า สูตรที่หลังเนื้อความออกมา สุ ธาตุในความหมายว่า ไหล, หลั่ง ต ปัจจัย ช้อน ต สุดต แปลว่า สูตร เป็นศัพท์นามนาม เป็น นปฺสกลิงค์ แจกอย่าง กุล (ตระกูล) ระหว่าง มหาทุกขกฺขนธโร + สุดต เชื่อมต่อกันด้วย มัชฌเณโลปะ ตติยาตปฺปรีสสมาส วิเคราะห์ว่า มหาทุกขกฺขนธโรสงฺขตฺตํสุดต (อ.สูตรอันบัณฑิต นับพร้อมแล้วด้วยกองแห่งทุกขใหญ่) ต่อเป็น มหาทุกขกฺขนธฺสุดต (เมื่อเข้าสมาสแล้วเพื่อความสละสลวยของศัพท์ และศัพท์ที่ไม่นับเป็นสมาสลบเสียบ้างก็ได้ ลบ สงฺขตฺ เสีย) แปลว่า อ. สูตรอันบัณฑิตนับพร้อมแล้วด้วยกองแห่งทุกขใหญ่^{๒๔}

๒.๑.๒ ความหมายโดยอรรถ

พระไตรปิฎกได้ให้ความหมายสมาธิไว้ว่า เมื่อจิตเป็นสมาธิจิตจะบริสุทธิ์ผุดผ่องไม่มีกิเลสเพียงปราศจากความเศร้าหมองจิตจะอ่อนนุ่มเหมาะแก่การใช้งานมีความตั้งมั่นไม่หวั่นไหวอย่างนี้ถ้ามีการปฏิบัติจนมีสมาธิได้ต่อเนื่องและนุ่มจิตไปเพื่ออุปพเพนิวาสานุสติญาณก็สามารถจะระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ^{๒๕}

พระอภิธรรมปิฎกให้ความหมายของสมาธิว่า “ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่ ความไม่ซัดส่าย สมณะ สมาธิทริย สมาธิพละ สัมมาสมาธิ สมาธิสัมโพชฌงค์ ที่เป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรคในสมัยนั้น นี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ”^{๒๖}

อรรถกถา สมาธิสูตรที่ ๕ มีวินิจฉัยและให้ความหมาย สมาธิ (สมาธิ) ความว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงเห็นภิกษุเหล่านั้นผู้เสื่อมจากความเป็นผู้มีจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งแล้วทรงทราบว่าเมื่อภิกษุเหล่านี้ได้ความมีจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง ก็มัญฐานจักเจริญ ดังนี้แล้วจึงได้ตรัสพระดำรัสนี้ คำว่า ย่อมเพิลิตเพลิน (อภินนฺทติ) ได้แก่ย่อมปรารภนา คำว่า ย่อมพรัมาถึง (อภิวทติ) ความว่า ภิกษุย่อมกล่าวด้วยความยินดียิ่งนั้นว่า แหม อารมณ์นี้ช่างน่าปรารภนาน่าใคร่ น่าพอใจ ดังนี้ อนึ่งเมื่อเธอยินดีซึ่งอารมณ์นั้น อาศัยอารมณ์นั้นทำให้เกิดความโลภขึ้นด้วยอาการอย่างนี้ชื่อว่า ย่อมพรัมาถึง คำว่า ย่อมติ่มต่ำอยู่ (อชฺฌเณสย ติฏฺฐติ) ได้แก่ กลืนเสร็จสรรพไว้ คำว่า ความเพิลิตเพลินในแรงกล้า รูป (ยา รูปนฺนทติ) ได้แก่ ความเพิลิตเพลินกล่าวคือความปรารภนาในรูปอย่างคำวานั้นเป็นอุปาทาน (ตทฺฐูปาทาน) คือ ชื่อว่าอุปาทานเพราะอรรถว่ายึดมั่นอารมณ์นั้น คำว่า ย่อมไม่เพิลิตเพลิน (นาภินนฺทติ) ได้แก่ ไม่ปรารภนา คำว่า ย่อมไม่พรัมาถึง (นาภิวทติ) ความว่า เธอย่อมไม่

^{๒๓} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดศัพท์วิเคราะห์, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เสียงเชียง, ๒๕๕๐), หน้า ๗๑๗.

^{๒๔} พระอุดมคณาธิการ (ชวินทร์ สระคำ), ศ.พิเศษ ดร. จำลอง สารพัดนึก, พจนานุกรมบาลี-ไทยสำหรับนักศึกษา ฉบับปรับปรุงใหม่, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทธรรมสาร จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๔๐๔.

^{๒๕} วิมทา. (ไทย) ๑/๑๒/๖.

^{๒๖} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๓๐๔/๙๕.

กล่าวว่า อารมณ์นำปรารถนา นำใครด้วยอำนาจแห่งความปรารถนา คือ ภิกษุผู้มีจิตใจประกอบด้วยวิปัสสนาแม้เมื่อทำการเปล่งวาจาว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ก็ชื่อย่อมไม่พรั่นถึงทั้งนั้น^{๒๗}

คัมภีร์วิสุทธิมรรค ให้คำนิยามว่า “ภาวะที่จิตมีอารมณ์อันเดียวฝ่ายกุศลชื่อว่าสมาธิ”^{๒๘} สมาธิที่ปรากฏในอรรถกถา กล่าวว่าลักษณะ ของสมาธิ ได้แก่ ความไม่ซ่านส่ายรส ของสมาธิ ได้แก่ การกำจัดความซ่านส่าย หรือประมวลสหชาตธรรมเข้าด้วยกันปัจจุบันฐานของสมาธิได้แก่ ความไม่หวั่นไหว ความสงบ หรือ ฌาน คือ ความรู้ตามเป็นจริงปทัฏฐานของสมาธิ ได้แก่ ความสุข^{๒๙}

พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม ได้ให้ความหมายของสมาธิว่า ความตั้งมั่นแห่งจิต, ภาวะที่จิตสงบนิ่งจับอยู่ที่อารมณ์อันเดียว

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้ให้ความหมายของสมาธิไว้ว่าสมาธิ คือความตั้งมั่นของจิต หรือ ภาวะที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนด คำจำกัดความของสมาธิ ที่พบเสมอคือ “จิตตัสเสกัคคตา” หรือเรียกสั้นๆ ว่า “เอกัคคตา” ซึ่งแปลว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งคือการที่จิตแน่วแน่ แนบสนิทอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ส่าย ไม่วอกแวก คัมภีร์รูนอรรถกถา ระบุว่าสมาธิ คือภาวะมีอารมณ์หนึ่งเดียวของกุศลจิต และไขความว่า หมายถึงการดำรงจิตและเจตสิกไว้ในอารมณ์หนึ่งเดียวอย่างเรียบสม่ำเสมอ และด้วยดี หรือแม้แต่แค่จิตตั้งมั่น พร้อมนั้นทานแสดงสาระสำคัญไว้ ซึ่งขอพูดให้ง่ายว่าสมาธิมีลักษณะไม่ส่ายหรือไม่ฟุ้งซ่าน มีหน้าที่ช่วยให้ประดาธรรมที่เกิดร่วมรวมตัวกันอยู่ได้ เหมือนน้ำฝนที่แผ่ไปไม่ฟุ้งกระจาย ปรากฏเป็นความสงบ โดยมี ความสุขเป็นปทัฏฐาน (เหตุใกล้) อย่างพิเศษที่จะให้ถึงสมาธิ จิตที่เป็นสมาธินั้นนิ่งแน่ว เหมือนเปลวเทียนในที่ไม่มี ลมกวน ไฟทำงานเผาไหม้ต่อเนื่องไปอย่างสม่ำเสมอมิใช่หยุดนิ่งแต่สงบนิ่งแน่ว^{๓๐}

สมาธิ เอกัคคตา คือ ความที่จิตอันเป็นกุศลอันเรียกว่า กุศลจิต มีอารมณ์เป็นอันเดียว ชื่อว่า สมาธิ สมาธินั้น จึงได้แก่การ ตั้งจิต และ เจตสิก คือ ธัมมะที่เกิดขึ้นในจิตในอารมณ์เดียวสม่ำเสมอและชอบ สมาธิมีความไม่ฟุ้งซ่านเป็นลักษณะ มีการกำจัดความฟุ้งซ่านเป็นรส คือเป็นภิกขุมีความไม่กระเพื่อมของจิต เป็นเครื่องปรากฏ มีสุขเป็นบรรพตฐานคือเหตุใกล้นี้คือลักษณะของสมาธิโดยทั่วไป จิตหรือสมาธินี้ พระพุทธเจ้าตรัสสั่งสอนไว้เป็นอันมากยกจิตขึ้น แสดงเป็น ที่ตั้งบ้าง ยกสมาธิขึ้นแสดงบ้าง แต่ว่าที่ยกจิตขึ้นเป็นที่ตั้งนั้น บางแห่งมีความ

^{๒๗} ส.ช.อ. (ไทย) ๒๗/๒๗-๒๙/๓๗.

^{๒๘} พระพุทธโฆสะเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่บริษัท ประยูรพงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๑๓๔.

^{๒๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แพรวแอนดริส จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๘๒๕.

^{๓๐} ดร.ภทนต์ อาสภมาเถระ (ธัมมาจริยะ อัครมหาภิกษุฐานาจริยะ), ปฐมวิปัสสนาวงศ์ในประเทศไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทอริยธรรมพริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๔), หน้า ๒๔๔.

หมายถึงสมาธิ หรือสมถะ บางแห่ง มีความ หมายถึงปัญญา หรือวิปัสสนาด้วย บางแห่งก็แสดงไว้เป็นกลางๆ เป็นทางปฏิบัติได้ทั้งทางสมาธิ และทั้งทางปัญญา

ดังนั้นสมาธิจึงมีความหมายที่สามารถเข้าใจได้คือ การทำใจให้อยู่กับที่ หรือตั้งมั่นอยู่ในสิ่งที่กำลังทำอยู่ เพื่อให้เกิดความสุขสงบกายและใจ สมาธิเป็นอารมณ์ ความรู้สึก สภาวะของจิตและยิ่งไปกว่านั้นสมาธิเป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติวิปัสสนา การปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพพาน คือการหลุดพ้นจะกิเลสทั้งปวง และสมาธิจึงเป็นคำศัพท์ที่สมมติใช้ขึ้น เพื่อสื่อความหมายให้รู้จัดในการสื่อสาร

๒.๒ เหตุเกิดของพระสูตร

ในพระสูตรนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย ขณะประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของอนาถปิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี ณ ที่นั้น ในขณะนั้นพระผู้มีพระภาคทรงทราบว่า ภิกษุเหล่านี้เป็นผู้เสื่อมจากความเป็นผู้มีจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง^{๓๑} พระผู้มีพระภาครับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่า ภิกษุทั้งหลายภิกษุเหล่านั้นทูลรับสนองพระดำรัสแล้ว พระผู้มีพระภาคจึงได้ตรัสเรื่องนี้ว่า ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเจริญสมาธิเกิดภิกษุผู้มีจิตตั้งมั่น ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริง รู้ชัดอะไรเล่าตามความเป็นจริง คือ ภิกษุรู้ชัดความเกิดและความดับแห่งรูป ความเกิดและความดับแห่งเวทนา ความเกิดและความดับแห่งสัญญา ความเกิดและความดับแห่งสังขาร ความเกิดและความดับแห่งวิญญาณอะไรเป็นความเกิดแห่งรูปอะไรเป็นความเกิดแห่งเวทนา อะไรเป็นความเกิดแห่งสัญญา อะไรเป็นความเกิดแห่งสังขาร อะไรเป็นความเกิดแห่งวิญญาณ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้เพิลิตเพลิน เชยชม ยึดติดภิกษุเพิลิตเพลิน เชยชม ยึดติดอะไรเล่าคือ ภิกษุเพิลิตเพลิน เชยชม ยึดติดรูป เมื่อเธอเพิลิตเพลิน เชยชม ยึดติดรูป ความเพิลิตเพลินจึงเกิดขึ้น ความเพิลิตเพลินในรูปเป็นอุปาทาน เพราะอุปาทานของภิกษุนั้นเป็นปัจจัย ภพจึงมี เพราะภพเป็นปัจจัยชาติจึงมี เพราะชาติเป็นปัจจัยชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาสจึงมี ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ได้ด้วยประการอย่างนี้

เมื่อเธอเพิลิตเพลิน เชยชม ยึดติดวิญญาณ ความเพิลิตเพลินจึงเกิดขึ้นความเพิลิตเพลินในวิญญาณเป็นอุปาทานเพราะอุปาทานของภิกษุนั้นเป็นปัจจัย ภพจึงมี เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติจึงมี ฯลฯ ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ได้ด้วยประการอย่างนี้ ภิกษุทั้งหลาย นี่เป็นความเกิดขึ้นแห่งรูป นี่เป็นความเกิดขึ้นแห่งเวทนา นี่เป็นความเกิดขึ้นแห่งสัญญา นี่เป็นความเกิดขึ้นแห่งสังขาร นี่เป็นความเกิดขึ้นแห่งวิญญาณอะไรเป็นความดับแห่งรูป. แห่งเวทนา ฯลฯ แห่งสัญญา ฯลฯ แห่งสังขาร อะไรเป็นความดับแห่งวิญญาณ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ไม่เพิลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติด ภิกษุไม่เพิลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติดอะไรเล่าคือ ภิกษุไม่เพิลิตเพลิน

^{๓๑} ส.ข.อ. (บาลี) ๒๗/๓๗.

ไม่เขยชม ไม่ยึดติดรูป เมื่อเธอไม่ผลิตเพลิน ไม่เขยชมไม่ยึดติดรูป ความผลิตเพลินในรูปจึงดับ เพราะความผลิตเพลินของภิกษุณัณดับอุปาทานจึงดับ เพราะอุปาทานดับ ภพจึงดับ ฯลฯ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้มีได้ด้วยประการอย่างนี้

ภิกษุไม่ผลิตเพลิน ไม่เขยชม ไม่ยึดติดเวทนา เมื่อเธอไม่ผลิตเพลิน ไม่เขยชม ไม่ยึดติดเวทนา ความผลิตเพลินในเวทนาจึงดับ เพราะความผลิตเพลินของภิกษุณัณดับ อุปาทานจึงดับเพราะอุปาทานดับ ภพจึงดับ ฯลฯ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้มีได้ด้วยประการอย่างนี้ ภิกษุไม่ผลิตเพลิน ไม่เขยชม ไม่ยึดติดสังขาร ฯลฯ ภิกษุไม่ผลิตเพลิน ไม่เขยชม ไม่ยึดติดสังขาร เมื่อเธอไม่ผลิตเพลิน ไม่เขยชมไม่ยึดติดสังขาร ความผลิตเพลินในสังขารจึงดับ เพราะความผลิตเพลินของภิกษุณัณดับ อุปาทานจึงดับ เพราะอุปาทานดับ ภพจึงดับ ฯลฯ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้มีได้ด้วยประการอย่างนี้ภิกษุไม่ผลิตเพลิน ไม่เขยชม ไม่ยึดติดวิญญาณ เมื่อเธอไม่ผลิตเพลิน ไม่เขยชม ไม่ยึดติดวิญญาณ ความผลิตเพลินในวิญญาณจึงดับ เพราะความผลิตเพลินของภิกษุณัณดับ อุปาทานจึงดับ ฯลฯ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้มีได้ด้วยประการอย่างนี้ภิกษุทั้งหลาย นี่เป็นความดับแห่งรูป นี่เป็นความดับแห่งเวทนา นี่เป็นความดับแห่งสังขาร นี่เป็นความดับแห่งวิญญาณ”^{๓๒}

๒.๒.๑ สมานิสสูตรว่าด้วยสมานิ มีดังนี้

๑) สมานิสสูตรว่าด้วยสมานิภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเจริญสมานิเถิด ภิกษุผู้มีจิตตั้งมั่นย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริง รู้ชัดอะไรเล่าตามความเป็นจริง คือ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า จักขุไม่เที่ยง รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า รูปไม่เที่ยง รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า จักขุวิญญาณไม่เที่ยง รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า จักขุสัมผัสไม่เที่ยง รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า แม้ความเสวยอารมณ์ที่เป็นสุขหรือทุกข์หรือมิใช่สุขมิใช่ทุกข์ที่เกิดขึ้นเพราะจักขุสัมผัสเป็นปัจจัยก็ไม่เที่ยง ฯลฯ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า มโนไม่เที่ยง ฯลฯ ธรรมารมณ์ ฯลฯ มโน-วิญญาณ ฯลฯ มโนสัมผัส ฯลฯ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า แม้ความเสวยอารมณ์ที่เป็นสุขหรือทุกข์หรือมิใช่สุขมิใช่ทุกข์ที่เกิดขึ้นเพราะมโนสัมผัสเป็นปัจจัยก็ไม่เที่ยง ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเจริญสมานิเถิด ภิกษุผู้มีจิตตั้งมั่นย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริง^{๓๓}

๒) สมานิสสูตรว่าด้วยสมานิ เรื่องเกิดขึ้นที่กรุงสาวัตถีภิกษุทั้งหลาย เราจักแสดงอริยสัมมาสมานิที่มีอุปนิสะบ้าง อุปนิสะหมายถึง อุปนิสัย หมวดธรรมที่เป็นเหตุทำหน้าที่ร่วมกัน^{๓๔} ที่มีบริหารบ้าง บริหารในที่นี้หมายถึงบริวาร^{๓๕} แก่เธอทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงฟัง อริยสัมมาสมานิที่มีอุปนิสะ ที่มีบริหารอะไรบ้าง คือ ๑. สัมมาทิฏฐิ ๒. สัมมาสังกัปปะ

^{๓๒} ส.ข. (ไทย) ๑๗/๕/๑๗.

^{๓๓} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๙๙/๑๑๐.

^{๓๔} ที.ม.อ. (ไทย) ๒๙๐/๒๕๗.

^{๓๕} ส.ม.อ. (ไทย) ๓/๒๑-๓๐/๑๙๖.

๓. สัมมาวาจา ๔. สัมมากัมมันตะ ๕. สัมมาอาชีวะ ๖. สัมมาวายามะ ๗. สัมมาสติ ๘. สัมมาสมาธิ^{๓๖}

๓) สมาธิสูตรว่าด้วยสมาธิ

๓.๑) ปฐมสมาธิสูตร ว่าด้วยสมาธิ สูตรที่ ๑ ภิกษุทั้งหลาย บุคคล ๔ จำพวกนี้มีปรากฏอยู่ในโลกบุคคล ๔ จำพวกไหนบ้าง คือ^{๓๗} ๑. บุคคลบางคนในโลกนี้ได้ความสงบแห่งจิตภายใน หมายถึงอัปปนาจิตตสมาธิ ในสันดาน (ความสืบทอดแห่งจิต คือ กระแสจิตที่เกิดดับต่อเนื่องกันมาของตน)^{๓๘} แต่ไม่ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่งๆ หมายถึงวิปัสสนาญาณที่กำหนดรู้สังขารคือปัญญาอันยิ่ง และ ความเห็นแจ้งในธรรมคือเบญจขันธ์^{๓๙} ๒. บุคคลบางคนในโลกนี้ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง แต่ไม่ได้ความสงบแห่งจิตภายใน ๓. บุคคลบางคนในโลกนี้ไม่ได้ความสงบแห่งจิตภายในและไม่ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง ๔. บุคคลบางคนในโลกนี้ได้ความสงบแห่งจิตภายในและได้ความเห็นแจ้ง ธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง ภิกษุทั้งหลาย บุคคล ๔ จำพวกนี้แลมีปรากฏอยู่ในโลก^{๔๐}

๓.๒) ทุติยสมาธิสูตรว่าด้วยสมาธิ สูตรที่ ๒ ภิกษุทั้งหลายบุคคล ๔ จำพวกนี้มีปรากฏอยู่ในโลกบุคคล ๔ จำพวกไหนบ้าง คือ ๑. บุคคลบางคนในโลกนี้ได้ความสงบแห่งจิตภายใน แต่ไม่ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง ๒. บุคคลบางคนในโลกนี้ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง แต่ไม่ได้ความสงบแห่งจิตภายใน ๓. บุคคลบางคนในโลกนี้ไม่ได้ความสงบแห่งจิตภายในและไม่ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง ๔. บุคคลบางคนในโลกนี้ได้ความสงบแห่งจิตภายในและได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง บรรดาบุคคลเหล่านั้น บุคคลผู้ได้ความสงบแห่งจิตภายใน แต่ไม่ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง ควรตั้งมั่นในความสงบแห่งจิตภายใน แล้วทำความเพียรเพื่อความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง สมัยต่อมา บุคคลนั้นจึงได้ความสงบแห่งจิตภายในและได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง บุคคลผู้ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง แต่ไม่ได้ความสงบแห่งจิตภายใน ควรตั้งมั่นในความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง แล้วทำความเพียรเพื่อความสงบแห่งจิตภายใน สมัยต่อมา บุคคลนั้นจึงได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่งและได้ความสงบแห่งจิตภายใน บุคคลผู้ไม่ได้ความสงบแห่งจิตภายในและไม่ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง ควรทำความพอใจความพอใจ แปรจากคำว่า ฉันทะ หมายถึง กัตตุกัมยตาฉันทะ คือ ความพอใจคือความเป็นผู้ใคร่เพื่อจะทำ (ได้แก่) ฉันทะที่เป็นกลางๆ ดีก็ได้ ชั่วก็ได้ ต่างจากกามฉันทะที่เป็นแต่ฝ่ายชั่ว^{๔๑} ความพยายาม

^{๓๖} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๘/๒๘.

^{๓๗} อภิ.ป. (ไทย) ๓๖/๑๘๗/๒๑๕.

^{๓๘} อ.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๙๒/๓๖๖.

^{๓๙} อ.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๙๒/๓๖๖.

^{๔๐} อ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๙๒/๑๔๐.

^{๔๑} อ.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๙๒/๓๖๗.

แปลจากคำว่า วายามะ หมายถึงความเพียรพยายาม (ปโยคะ)^{๔๒} ความอดุสาหะ แปลจากคำว่า อุสสาหะ หมายถึงความเพียรที่ยิ่งกว่าความเพียรพยายาม(วิริยะ)^{๔๓} ความขะมักเขม้น แปลจากคำว่า อุสโสหะ หมายถึงความเพียรอย่างหนัก (มหาวิริย เปรียบเหมือน การยกเกวียนขึ้นจากหลุม^{๔๔}

ความไม่ท้อถอย สติและสัมปชัญญะให้มีปริมาณยิ่งเพื่อให้กุศลธรรมเหล่านั้นเกิด บุคคลนั้นทำความพอใจ ความพยายาม ความอดุสาหะ ความขะมักเขม้นความไม่ท้อถอย สติและสัมปชัญญะให้มีปริมาณยิ่งเพื่อให้กุศลธรรมเหล่านั้นเปรียบเหมือนบุคคลผู้มีผ้าที่ถูกไฟไหม้หรือมีศีรษะที่ถูกไฟไหม้ ทำความพอใจความพยายาม ความอดุสาหะ ความขะมักเขม้น ความไม่ท้อถอย ให้มีปริมาณยิ่ง สติและสัมปชัญญะให้มีปริมาณยิ่งเพื่อดับไฟที่ไหม้ผ้าหรือไฟที่ไหม้ศีรษะนั้นๆ สมัยต่อมา บุคคลนั้นจึงได้ความสงบแห่งจิตภายในและความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง บุคคลผู้ได้ความสงบแห่งจิตภายในและได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่งควรตั้งอยู่ในกุศลธรรมเหล่านั้นแล้วทำความเพียรเพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะให้ยิ่งขึ้นไป ภิคุทั้งหลาย บุคคล ๔ จำพวกนี้แลมีปรากฏอยู่ในโลก^{๔๕}

๓.๓) ตติยสมาธิสูตร ว่าด้วยสมาธิ สูตรที่ ๓ ภิคุทั้งหลาย บุคคล ๔ จำพวกนี้มีปรากฏอยู่ในโลก บุคคล ๔ จำพวกไหนบ้าง คือ ๑. บุคคลบางคนในโลกนี้ได้ความสงบแห่งจิตภายใน แต่ไม่ได้ความเห็น แจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง ๒. บุคคลบางคนในโลกนี้ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง แต่ ไม่ได้ความสงบแห่งจิตภายใน ๓. บุคคลบางคนในโลกนี้ไม่ได้ความสงบแห่งจิตภายในและไม่ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง ๔. บุคคลบางคนในโลกนี้ได้ความสงบแห่งจิตภายใน และได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง

บรรดาบุคคลเหล่านั้น บุคคลผู้ได้ความสงบแห่งจิตภายใน แต่ไม่ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง พึงเข้าไปหาบุคคลผู้ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง เรียนถามอย่างนี้ว่า ท่านผู้มีอายุ พึงมองสังขารอย่างไร พิจารณาสังขารอย่างไร เห็นแจ้งสังขารอย่างไร บุคคลผู้ถูกถามนั้น ย่อมตอบเขาตามที่เห็นตามที่รู้ว่า ท่านผู้มีอายุ พึงมองสังขารอย่างนี้ พิจารณาสังขารอย่างนี้ เห็นแจ้งสังขารอย่างนี้ สมัยต่อมา บุคคลนั้นจึงได้ความสงบแห่งจิตภายในและได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง บุคคลผู้ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง แต่ไม่ได้ความสงบแห่งจิตภายในพึงเข้าไปหาบุคคลผู้ได้ความสงบแห่งจิตภายใน เรียนถามอย่างนี้ว่า ท่านผู้มีอายุ พึงตั้งจิตไว้อย่างไร น้อมจิตไปอย่างไร ทำจิตให้มีอารมณ์เป็นหนึ่ง ผุดขึ้นอย่างไร ชักจูงจิตให้เป็นสมาธิได้อย่างไร บุคคลผู้ถูกถามนั้น ย่อมตอบเขาตามที่เห็นตามที่รู้ว่า ท่านผู้มีอายุ พึงตั้งจิตไว้อย่างนี้ น้อมจิตไปอย่างนี้ ทำจิตให้มีอารมณ์เป็นหนึ่งผุดขึ้น

^{๔๒} วจ.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๙๒/๓๖๗.

^{๔๓} วจ.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๙๒/๓๖๗.

^{๔๔} วจ.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๙๒/๓๖๗.

^{๔๕} วจ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๙๓/๑๔๑.

อย่างนี้ ชักจูงจิตให้เป็นสมาธิอย่างนี้ สมัยต่อมา บุคคลนั้นจึงได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญา อันยิ่งและได้ความสงบแห่งจิตภายใน บุคคลผู้ไม่ได้ความสงบแห่งจิตภายในและไม่ได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง พึงเข้าไปหาบุคคลผู้ได้ความสงบแห่งจิตภายในและได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง เรียนถามอย่างนี้ว่า ท่านผู้มีอายุ พึงตั้งจิตไว้อย่างไร น้อมจิตไปอย่างไร ทำจิตให้มีอารมณ์เป็นหนึ่งผุดขึ้นอย่างไร ชักจูงจิตให้เป็นสมาธิได้อย่างไร พึงมองสังขารอย่างไร พิจารณาสังขารอย่างไร เห็นแจ้งสังขารอย่างไร บุคคลผู้ถูกถามนั้น ย่อมตอบเขาตามที่เห็นตามทีไรว่า ท่านผู้มีอายุ พึงตั้งจิตไว้อย่างนี้ น้อมจิตไปอย่างนี้ ทำจิตให้มีอารมณ์เป็นหนึ่งผุดขึ้นอย่างนี้ ชักจูงจิตให้เป็นสมาธิอย่างนี้ พึงมองสังขารอย่างนี้ พิจารณาสังขารอย่างนี้ เห็นแจ้งสังขารอย่างนี้ สมัยต่อมา บุคคลนั้นจึงได้ความสงบแห่งจิตภายในและได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง บุคคลผู้ได้ความสงบแห่งจิตภายในและได้ความเห็นแจ้งธรรมด้วยปัญญาอันยิ่งควรตั้งอยู่ในกุศลธรรมเหล่านั้นแล้วทำความเพียรเพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะให้ยิ่งขึ้นไป ภิคุทั้งหลาย บุคคล ๔ จำพวกนี้แลมีปรากฏอยู่ในโลก^{๔๖}

๔) สมาธิสูตรว่าด้วยการเจริญสมาธิเพื่อให้ญาณเกิดขึ้น ภิคุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงมีปัญญาเครื่องรักษาดน มีสติ เจริญอุปมาณสมาธิเถิด^{๔๗} เมื่อเธอมีปัญญาเครื่องรักษาดน มีสติ เจริญอุปมาณสมาธิอยู่ ญาณ ๕ ประการ ย่อมเกิดขึ้นเฉพาะตน ญาณ ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ ๑. ญาณย่อมเกิดขึ้นเฉพาะตนว่า สมาธินี้มีสุขในปัจจุบัน และมีสุขเป็นวิบากต่อไป ๒. ญาณย่อมเกิดขึ้นเฉพาะตนว่า สมาธินี้เป็นอริยะปราศจากอาโมส ๓. ญาณย่อมเกิดขึ้นเฉพาะตนว่า สมาธินี้อันคนเลวเสพไม่ได้ ๔. ญาณย่อมเกิดขึ้นเฉพาะตนว่า สมาธินี้สงบประณีต ได้ด้วยความ สงบระงับ บรรลุได้ด้วยภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น และมีไช้บรรลุได้ด้วยการข่มธรรมที่เป็นข้าศึก ห้ามกิเลสด้วยสังขารจิต ๕. ญาณย่อมเกิดขึ้นเฉพาะตนว่า เรามีสติเข้าสมาธินี้ได้ มีสติออกจากสมาธินี้ได้ ภิคุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงมีปัญญาเครื่องรักษาดน มีสติ เจริญอุปมาณสมาธิเถิด เมื่อเธอทั้งหลายมีปัญญาเครื่องรักษาดน มีสติ เจริญอุปมาณสมาธิอยู่ ญาณ ๕ ประการนี้แล ย่อมเกิดขึ้นเฉพาะตน^{๔๘}

๕) สมาธิสูตร ว่าด้วยสมาธิเป็นเหตุเกิดปัญญา “พระผู้มีพระภาค รับสั่งเรียกภิคุทั้งหลาย มาตรัสว่า ภิคุทั้งหลาย ภิคุเหล่านั้นทูลรับสนองพระดำรัสแล้ว พระผู้มีพระภาคจึงได้ตรัสเรื่องนี้ว่า ภิคุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเจริญสมาธิ ภิคุผู้มีจิตตั้งมั่น ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริง รู้ชัดอะไรเล่าตามความเป็นจริงคือ ภิคุรู้ชัดความเกิดและความดับแห่งรูปความเกิดและความดับแห่งเวทนาความเกิดและความดับแห่งสัญญาความเกิดและความดับแห่งสังขารความเกิดและความดับแห่งวิญญาน”^{๔๙}

^{๔๖} อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๙๔/๑๔๒.

^{๔๗} อง.ปญจก.อ. (ไทย) ๓/๒๗/๙.

^{๔๘} อง.ฉกก. (ไทย) ๒๒/๒๗/๓๕.

^{๔๙} ส.ข. (ไทย) ๑๗/๕/๑๗-๑๘.

ในสมาธิสูตรที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงหลักธรรมให้กับสาวกของพระองค์จะเห็นได้ว่าสมาธินั้น มีความสำคัญต่อพุทธบริษัทเป็นอย่างมาก การปฏิบัติกรรมฐาน การทำให้จิตเป็นอารมณ์เดียวนั้นยาก แต่ไม่ใช่จะทำไม่ได้ เมื่อมีหลักในการปฏิบัติ พุทธบริษัททั้งหลายสามารถกระทำได้

๒.๓ เนื้อหาและสาระสำคัญของสมาธิสูตร

๒.๓.๑ เนื้อหาของสมาธิสูตร

สมาธินี้เป็นเพียงภาวะของจิตที่เกิดขึ้นเมื่อมีสติตั้งมั่น อยู่ในอารมณ์เดียว สิ่งที่เกิดขึ้นนั้น คือ กรรมฐาน การทำให้จิตเป็นอารมณ์เดียว การจะทำให้เกิดสมาธินั้นยาก แต่ไม่ใช่จะทำไม่ได้ เมื่อมีหลักในการปฏิบัติ พุทธบริษัททั้งหลายสามารถกระทำได้ ผู้ศึกษาจึงได้ค้นคว้าเนื้อหาในคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา วิสุทธิมรรค ในคัมภีร์ได้อธิบายสมาธิไว้หลายอย่างและวิธีการเจริญสมาธิมาไว้ดังนี้

ในพระไตรปิฎก สังยุตตนิกาย ชันธรวรรค ความว่า “ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเจริญสมาธิเถิด ภิกษุผู้มีจิตตั้งมั่น ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงรู้ชัดอะไรเล่าตามความเป็นจริง คือ ภิกษุรู้ชัดความเกิดและความดับแห่งรูป ความเกิดและความดับแห่งเวทนาความเกิดและความดับแห่งสัญญา ความเกิดและความดับแห่งสังขาร ความเกิดและความดับแห่งวิญญาณ”^{๕๐}

ในคัมภีร์อรรถกถาได้กล่าวเนื้อความของสมาธิ ความว่า สมาธิเป็นต้นคำว่าอภินนทิตได้แก่ยอมปรารถนาคำว่าอภินทิตความว่าภิกษุยอมกล่าวด้วยความยินดียั้งนั้นว่าแห่มอารมณ์นี้ช่างน่าปรารถนาน่าใคร่น่าพอใจดังนี้เมื่อเธอยินดียิ่งซึ่งอารมณ์นั้นอาศัยอารมณ์นั้นทำให้เกิดความโลภขึ้นด้วยอาการอย่างนี้ชื่อว่ายอมกล่าวยกย่อง.คำว่า อชโณสยติภูจติ ได้แก่งลั่นเสร็จสรรพไว้.คำว่า ยารูเปนนทิต ได้แก่ความเพลิดเพลिनกล่าวคือความปรารถนาในรูปอย่างแรงกล้า.คำว่า ตพุปาทานํ คือชื่อว่า อุปาทานเพราะอรรถว่ายึดมั่นอารมณ์นั้นคำว่า นาทินนทิต ได้แก่งไม่ปรารถนาคำว่า นาทินทิตความว่า เธอย่อมไม่กล่าวว่าอารมณ์น่าปรารถนาน่าใคร่ด้วยอำนาจแห่งความปรารถนาคือภิกษุผู้มีจิตใจประกอบด้วยวิปัสสนาแม้เมื่อทำการเปล่งวาจาว่าไม่เที่ยงเป็นทุกข์ก็ชื่อว่ายอมไม่กล่าวยกย่องทั้งนั้น.^{๕๑}

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้กล่าวเนื้อหาของสมาธิ ความว่า ที่ชื่อว่า สมาธิ เพราะอรรถว่าความตั้งมั่น ที่ว่า ความตั้งมั่น นี้ได้แก่อะไร ได้แก่ ความตั้งอยู่หรือความดำรงอยู่ของจิตและเจตสิกทั้งหลายในอารมณ์อันเดียวอย่าง สม่าเสมอ และโดยถูกทางด้วย เพราะฉะนั้น จิตและ

^{๕๐} ส.ข. (ไทย) ๑๗/๕/๑๗-๑๘.

^{๕๑} ส.ข.อ. (ไทย) ๒๗/๓๗.

เจตสิกทั้งหลายย่อมตั้งอยู่ในอารมณ์อันเดียวอย่างสม่ำเสมอและโดยถูกต้องด้วย ไม่ฟุ้งซ่านและไม่ส่ายไปในอารมณ์อื่น ด้วยอำนาจแห่งธรรมชาติไตรธรรมชาตินี้ ฟังทราบว่า คือ ความตั้งมั่น^{๕๒}

จากข้อมูลในพระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา วิสุทธิมรรคชี้ให้เห็นแล้วว่า จิตที่ตั้งมั่นไม่ส่ายไปในอารมณ์อื่นคือ สมาธิ ดังนั้นความสุขเป็นอารมณ์ที่น่าใคร่ น่าปรารถนา น่าพอใจทำให้ผู้คนได้เข้ามาหาความสุขที่มีอยู่ในแล้วร่างกายของคน แต่ผู้คนเหล่านั้นไม่เข้าใจรู้อย่างไรที่จะทำให้ตนเองมีความสุข โดยไม่ต้องพึ่งสิ่งอื่น

การเจริญสมาธิ คือ การปฏิบัติกรรมฐานที่ทำให้จิตตั้งมั่นกรรมฐานนั้น การกระทำทำให้เกิดอารมณ์ของจิตใจ ที่ยกขึ้นมาปฏิบัตินี้ เป็นอบรมเพื่อทำให้จิตสงบระงับ และปัญญาที่รู้แจ้งเห็นสภาพที่เป็นจริง กรรมฐานที่เป็นหลักปฏิบัติในพระพุทธศาสนาแสดงไว้ ๒ อย่าง คือ สมถกรรมฐาน กับวิปัสสนากรรมฐาน สมถกรรมฐาน เป็นกรรมฐานสงบใจ ส่วนวิปัสสนากรรมฐาน เป็นกรรมฐานเรื่องปัญญา สำหรับการปฏิบัติสมถกรรมฐาน คือ การปฏิบัติเพื่อให้เกิดสมาธิ ส่วนวิปัสสนากรรมฐาน คือ การปฏิบัติที่ทำให้เกิดปัญญา แต่ในวิปัสสนานี้ได้ทั้งสมาธิ และปัญญาที่เห็นแจ้งในสภาพธรรม

วิธีการปฏิบัติทำจิตให้สงบ คือสมถกรรมฐาน เมื่อจิตตั้งมั่น อยู่ในอารมณ์ของสมาธิ จิตจึงสงบลง จิตสงบด้วยอำนาจแห่งสมาธิสมาธิ คือตั้งมั่น อยู่ในอารมณ์ของความสมาธิ^{๕๓} การเจริญสมาธิ เป็นการทำให้ผู้ที่เจริญสมาธิได้ประโยชน์สูงสุดที่ไม่อาจจะหาจากที่ไหนได้ คือ อภิญญา เป็นสิ่งที่รู้ชัดเห็นจริง ด้วยสติสมาธิและปัญญา ที่รู้อารมณ์ทั้งหลายที่มีอยู่ในโลกอย่างแท้จริง จะเรียกว่าเป็นสิ่งที่พิเศษกว่าได้^{๕๔} ความเข้าใจในเรื่องประโยชน์ หรือความมุ่งหมายในการเจริญสมาธินี้ จะช่วยป้องกัน และกำจัดความเข้าใจผิดพลาดเกี่ยวกับเรื่องสมาธิ และชีวิตของพระสงฆ์ในพระพุทธศาสนาได้เป็นอันมาก เช่น ความเข้าใจผิดว่าการบำเพ็ญสมาธิเป็นเรื่องของการถอนตัว ไม่สนใจในกิจการของสังคม หรือว่า ชีวิตพระสงฆ์ เป็นชีวิตที่ปลีกตัวออกจากสังคมส่วนรวมโดยสิ้นเชิง ไม่รับผิดชอบต่อสังคม สมาธิที่เป็นประโยชน์ในลักษณะภาพรวมนี้ ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างมากทั้งในภพนี้และภพอื่นๆ ดังที่ได้กล่าวมานี้

๒.๓.๒ สาระสำคัญของสมาธิสูตร

สมาธิสูตร จึงเป็นสาระสำคัญในการประพฤติปฏิบัติ การดำรงชีวิต และเป็นหลักธรรมในหมวดต่างที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้เพราะว่าสมาธิเป็นหลักธรรมหนึ่งที่ใหญ่ในหลักธรรมทั้งปวง สามารถเข้ากับหมวดธรรมอื่นๆ ได้และยังมีหมวดธรรมที่เกี่ยวข้องด้วยสมาธิสูตร และสมาธิเป็นหัวข้อธรรมในหมวดธรรมนั้นๆ สมาธิมีความสำคัญต่อหมวดธรรมนั้นๆ ที่มี

^{๕๒} วิสุทธิ. (ไทย) ๓๘/๑๓๔.

^{๕๓} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน) สมาธิในพระพุทธศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔). หน้า ๗-๙.

^{๕๔} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๖/๓๙๔.

ความเกื้อกูลต่อกัน และเป็นหลักธรรมที่เป็นประโยชน์ต่อการกระทำในด้านการดำรงชีวิต และในด้านการปฏิบัติกรรมฐาน จะได้อธิบายหมวดธรรมดังต่อไปนี้

๑) สมาธิในอินทรีย์ ๕ คือ สมาธิในอินทรีย์ สมาธิในอินทรีย์ ๕ คือ สมาธิในอินทรีย์ ทำนิพพานให้เป็นอารมณ์ ได้สมาธิ ได้เอกัคคตาจิต เป็นผู้สงัดจากกาม และอกุศลธรรมทั้งหลาย มีวิตก วิจารณ์ ปิติ และสุข บรรลุปฐมฌาน อันเกิดจากวิเวก เมื่อวิตก และวิจารณ์สงบระงับไป มีความผ่องใสภายใน จึงบรรลุทุติยฌาน ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปิติและสุขอันเกิดจากสมาธิมีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น บรรลุตติยฌาน เพราะปิติจางหายไป มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะเสวยสุขด้วยนามกาย เป็นผู้มื่อเบกขามีสติ อยู่เป็นสุขเพราะละสุขและทุกข์ได้ เมื่อโสมนัสและโทมนัสดับ ไม่มีทุกข์และไม่มีสุข มีสติบริสุทธิจิตเป็นอุเบกขา จึงบรรลุจตุตถฌานนี้เรียกว่า สมาธิในอินทรีย์^{๕๕}

๒) สมาธิในพละ ๕ คือ สมาธิพละ ในพละ ๕ คือ สมาธิพละ เป็นผู้สงัดจากกาม และอกุศลธรรมทั้งหลาย มีวิตก วิจารณ์ ปิติ และสุข บรรลุปฐมฌาน อันเกิดจากวิเวก เมื่อวิตก และวิจารณ์สงบระงับไป มีความผ่องใสภายใน จึงบรรลุทุติยฌาน ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปิติและสุขอันเกิดจากสมาธิมีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น บรรลุตติยฌาน เพราะปิติจางหายไป มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะเสวยสุขด้วยนามกาย เป็นผู้มื่อเบกขามีสติ อยู่เป็นสุขเพราะละสุขและทุกข์ได้ เมื่อโสมนัสและโทมนัสดับ ไม่มีทุกข์และไม่มีสุข มีสติบริสุทธิจิตเป็นอุเบกขา จึงบรรลุจตุตถฌานนี้เรียกว่า สมาธิพละ^{๕๖}

๓) สมาธิในโพชฌงค์ ๗ คือสมาธิสัมโพชฌงค์สมาธิในโพชฌงค์ ๗ คือ สมาธิสัมโพชฌงค์เป็นองค์แห่งการรู้แจ้งคือความตั้งมั่น สมาธิที่เป็นโพชฌงค์ คือ ขณิกสมาธิในวิปัสสนาภาวนา เพราะสมาธิภาวนาไม่ใช่แนวปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้น วิปัสสนาจึงเป็นแนวปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นคือมรรค ผล นิพพาน ฉะนั้นสมาธิสัมโพชฌงค์จึงเป็นองค์แห่งการรู้แจ้ง^{๕๗}

๔) สมาธิในอริยมรรคมีองค์ ๘ คือ สัมมาสมาธิในอริยมรรคมีองค์ ๘ คือ สัมมาสมาธิความตั้งมั่นชอบเป็นสภาวะไม่ซัดส่ายฟุ้งซ่าน มีใจตั้งมั่นปราศจากนิวรณ์รบกวนจิตให้เศร้าหมองจักเป็นขณิกสมาธิ คือ สมาธิชั่วขณะ สัมมาสมาธิ คือ สมาธิที่สมบูรณ์ เป็นสมาธิในมรรคผล สัมมาสมาธิ เป็นไฉน ภิกษุในธรรมวินัยนี้ สงัดจากกาม สงัดจาก อกุศลธรรมบรรลุปฐมฌาน มีวิตก มีวิจารณ์ มีปิติและสุขเกิดแต่วิเวกอยู่ เธอบรรลุทุติยฌาน มีความผ่องใสแห่งจิตในภายในเป็นธรรมเอกผุดขึ้น เพราะวิตกวิจารณ์สงบไป ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์มีปิติและสุขอันเกิดแต่สมาธิอยู่ เธอมี อุเบกขา มีสติ มีสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยกาย เพราะปิตินั้นไป บรรลุตติยฌาน ที่พระอริยทั้งหลาย สรรเสริญว่า ผู้ได้ฌานนี้ เป็นผู้มื่อเบกขามีสติอยู่เป็นสุข เธอบรรลุจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์

^{๕๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๘๐/๒๙๑.

^{๕๖} อ.ป.ญจ. (ไทย) ๒๒/๑๔/๑๘.

^{๕๗} พระคันธสาราภวศ์, โพธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๕๐.

ไม่มีสุข เพราะละสุขละทุกข์ และดับโสมนัส โทมนัสก่อนๆ ได้ มีอุเบกขาเป็นเหตุให้สติบริสุทธิ์ อยู่ อันนี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ^{๕๘}

๒.๓.๓ ประเภทของสมาธิ

สมาธินั้นมีหลายอย่างหลายประการด้วยกัน เพราะว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์อันหนึ่ง อันเดียวกันฝ่ายกุศลชื่อว่าสมาธิสามารถจำแนกได้หลายอย่างคือ ๑. สมาธิมีอย่างเดียว ๒. สมาธิมี ๒ อย่าง ๓. สมาธิมี ๓ อย่าง ๔. สมาธิมี ๔ อย่าง ๕. สมาธิมี ๕ อย่าง จะได้อธิบาย ดังต่อไปนี้

(๑) สมาธิอย่างเดียว สมาธิมีอย่างเดียว ด้วยมีลักษณะไม่ฟุ้ง เป็นประการแรกสมาธิ อย่างเดียวนี้มีเนื้อหากระจ่ายอยู่แล้วตามหมวดต่าง

(๒) สมาธิ ๒ สมาธิที่มีส่วน ๒ อย่าง หมวดที่ ๑ ที่ว่า สมาธิมี ๒ อย่าง โดยแยกเป็น อุปจารสมาธิ ๑ อัปปนาสมาธิ ๑ นั้น มีอรรถาธิบาย ดังนี้ ภาวะที่จิตเป็น เอกัคคตา ที่โยคีบุคคล ได้มาด้วยอำนาจกัมมภูฐาน ๑๐ เหล่านี้คือ อนุสสติ ๖ (พุทธานุสสติถึงเทวตานุสสติ) มรณสติ ๑ อุปสมานุสสติ ๑ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุราตฺตวตฺถาน ๑ นี้อย่างหนึ่ง กับเอกัคคตาในบุพ ภาคว่าเบื้องต้นแห่งอัปปนาสมาธิ ทั้งหลายอย่างหนึ่ง เอกัคคตาชนิดนี้เรียกว่า อุปจารสมาธิส่วน เอกัคคตาถัดไป แต่บริกรรมภาวนา เอกัคคตาชนิดนี้ เรียกว่า อัปปนาสมาธิ เพราะมีพระบาลี รับรองว่า บริกรรมภาวนาแห่งปฐมฌาน ย่อมเป็นปัจจัยแก่ปฐมฌานโดยอนันตรปัจจัย^{๕๙}

สมาธิมี ๒ อย่าง โดยแยกเป็น โลภียสมาธิ ๑ โลกุตตรสมาธิ ๑ นั้น มีอรรถาธิบาย ดังนี้ เอกัคคตาที่ประกอบด้วยกุศลจิต ในภุมมี ๓ คือ กามภุมมี, รูปภุมมีและอรุภุมมี เรียกว่า โลภียสมาธิ เอกัคคตาที่ประกอบด้วย อริยมัคคจิต เรียกว่า โลกุตตรสมาธิ ปีติก็มีสมาธิมี ๒ อย่าง โดยแยกเป็น สัปปีติกสมาธิ ๑ นิปปีติกสมาธิ ๑ นั้น มีอรรถาธิบาย ดังนี้ เอกัคคตาในฌาน ๒ ข้างต้นในจตุกกนัย และใน ฌาน ๓ ข้างต้นในปัญจกนัย เรียกว่า สัปปีติกสมาธิ คือสมาธิที่ ประกอบด้วยปีติ เอกัคคตาในฌาน ๒ ที่เหลือข้างปลาย เรียกว่า นิปปีติกสมาธิ คือสมาธิที่ ปราศจาก ปีติ ส่วนอุปจารสมาธิที่ประกอบด้วยปีติก็มี ที่ปราศจาก

สมาธิมี ๒ อย่าง โดยแยกเป็น สุขสหคตสมาธิ ๑ อุpekขาสหคตสมาธิ ๑ นั้นมี อรรถาธิบาย ดังนี้ เอกัคคตาในฌาน ๓ ข้างต้นในจตุกกนัย และในฌาน ๔ ข้างต้นในปัญจกนัย เรียกว่า สุขสหคตสมาธิ คือสมาธิที่ประกอบด้วยสุขเวทนา เอกัคคตาในฌานที่เหลือข้างปลาย เรียกว่า อุpekขาสหคตสมาธิ คือสมาธิที่ประกอบด้วยอุเบกขาเวทนา ส่วนอุปจารสมาธิ ที่ประกอบด้วยสุขเวทนามี ที่ประกอบด้วยอุเบกขาเวทนามี^{๖๐}

^{๕๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๓/๓๓๗.

^{๕๙} อภิ.ป. (ไทย) ๔๑/๖๑/๔๕.

^{๖๐} วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๓๖-๑๓๗.

(๓) สมาธิ ๓ อย่าง โดยแยกเป็น หินสมาธิ ๑ มัชฌิมสมาธิ ๑ ปณิตสมาธิ ๑ นั้นมี อรรถาธิบาย ดังนี้

หมวดที่ ๑ สมาธิที่พอได้บรรลุ ยังไม่ได้ส่องแสงให้หนัก ยังไม่ได้ทำให้มากๆ เรียกว่า หินสมาธิ คือสมาธิ ขั้นต่ำ สมาธิที่ทำให้เกิดขึ้นยังไม่ได้ที่ คือยังไม่ได้ทำให้ถึงความคล่องแคล่ว เป็นอย่างดี เรียกว่า มัชฌิมสมาธิ คือสมาธิชั้นกลาง สมาธิที่ทำให้เกิดขึ้นได้ที่ดีแล้ว คือถึงความ เป็นวสีมีความสามารถอย่างคล่องแคล่วแล้ว เรียกว่า ปณิตสมาธิ คือสมาธิขั้นประณีต ไขความ ว่า ที่ชื่อว่า หินสมาธิ เพราะให้เป็นไปด้วยความปรารถนาผลบุญอันโอฬารชื่อว่า มัชฌิมสมาธิ เพราะให้เป็นไปด้วยจะทำให้สำเร็จกิจกุญญาโลกีย์ ที่ชื่อว่า ปณิตสมาธิ เพราะท่านผู้ดำรงอยู่ในอริย ภาพให้เป็นไปด้วยปรารถนาความสงบจิต อีกนัยหนึ่ง ที่ชื่อว่า หินสมาธิ เพราะให้เป็นไปเพื่อ ประโยชน์ส่วนตนด้วยต้องการภวสมบัติ ที่ชื่อว่า มัชฌิมสมาธิ เพราะให้เป็นไปด้วยอหยาตย์ที่ไม่ โลภอย่างเดียว ที่ชื่อว่า ปณิตสมาธิ เพราะให้เป็นไปเพื่อประโยชน์คนอื่น อีกนัยหนึ่งที่ชื่อว่า หินสมาธิ เพราะให้เป็นไปด้วยมีอหยาตย์ติดอยู่ในวิภวณะ ที่ชื่อว่า มัชฌิมสมาธิ เพราะให้เป็นไป ด้วยอหยาตย์ชอบความสงบ ที่ชื่อว่า ปณิตสมาธิ เพราะให้เป็นไปด้วยอหยาตย์ใคร่ปราศจาก วิภวณะ ด้วยต้องการให้บรรลุถึงโลกุตตรธรรม

หมวดที่ ๒ ที่ว่า สมาธิมี ๓ อย่าง โดยแยกเป็น สวิตกกังขารสมาธิ ๑ อวิตกกังขารมัตตสมาธิ ๑ อวิตกกังขารสมาธิ ๑ นั้น มีอรรถาธิบาย ดังนี้ สมาธิ ในปฐมฌาน รวมทั้งอุปปจารสมาธิ เรียกว่า สวิตกกังขารสมาธิ คือสมาธิมีทั้งวิตก ทั้งวิจารณ์ทุกขัตถุตา ในปัญจกณฺธิ เรียกว่า อวิตกกังขารมัตตสมาธิ คือสมาธิ ไม่มีวิตกมีแต่วิจารณ์ อธิบายว่า โยคีบุคคล ใดเห็นโทษแต่ในวิตกอย่างเดียวไม่เห็นโทษในวิจารณ์ จึงปรารถนาที่จะละวิตกอย่างเดียว ผ่านพ้น ปฐมฌานไป โยคีผู้นั้นย่อมได้สมาธิที่ไม่มีวิตกมีแต่วิจารณ์ ข้อนั้น อวิตกกังขารมัตตสมาธินั้น หมายถึง สมาธิที่กล่าวนี้ เอกคคตาในฌาน ๓ สำหรับจตุกกณฺธิ มีทุกขัตถุตาเป็นต้นไป สำหรับปัญจกณฺธิ มีตติยฌานเป็นต้นไป เรียกว่า อวิตกกังขารสมาธิ คือสมาธิไม่มีทั้งวิตก ทั้งวิจารณ์

หมวดที่ ๓ ที่ว่า สมาธิมี ๓ อย่าง โดยแยกเป็น ปิติสหคตสมาธิ ๑ สุขสหคตสมาธิ ๑ อุเปกขาสหคตสมาธิ ๑ นั้น มีอรรถาธิบาย ดังนี้ เอกคคตาในฌาน ๒ เบื้องต้นในจตุกกณฺธิและใน ฌาน ๓ เบื้องต้นในปัญจกณฺธิ เรียกว่า ปิติสหคตสมาธิ คือสมาธิประกอบด้วยปิติ เอกคคตาใน ฌานที่ ๓ และฌานที่ ๔ ในจตุกกณฺธิและ ปัญจกณฺธินั้นนั้นแหละ เรียกว่า สุขสหคตสมาธิ คือ สมาธิประกอบด้วยสุขเวทนา เอกคคตาในฌานอันสุดท้ายทั้งในจตุกกณฺธิ และปัญจกณฺธิ คือ ในจตุตถฌานหรือในปัญจฌาน เรียกว่า อุเปกขาสหคตสมาธิ คือสมาธิประกอบด้วยอุเบกขา เวทนา ส่วนอุปปจารสมาธิ ประกอบด้วยสุขเวทนามิ ประกอบด้วยอุเบกขาเวทนามิ

หมวดที่ ๔ ที่ว่าสมาธิมี ๓ อย่าง โดยแยกเป็น ปริตตสมาธิ ๑ มหคคตสมาธิ ๑ อัปปมาณสมาธิ ๑ นั้น มีอรรถาธิบาย ดังนี้ เอกคคตาในอุปปจารฌานภูมิคือในจิตตูปบาทที่ประ กอบด้วยอุปปจารฌาน เรียกว่า ปริตตสมาธิ สมาธิมีประมาณน้อย (หรืออากามาวจรสมาธิ) เอกคคตาในรูปาวจรกุศลจิตและอรูปาวจรกุศลจิต เรียกว่า มหคคตสมาธิ คือสมาธิอันยิ่งใหญ่

อธิบายว่า สมาธิที่ถึงภาวะอันยิ่งใหญ่โดยการช่มกิลเลส ๑ โดยมีผลอันไพบูรณ์กว้างขวาง ๑ โดยสืบต่ออยู่ได้นานๆ ๑ หรือสมาธิที่ดำเนินไปด้วยคุณอันยิ่งใหญ่มีฉันทะอันยิ่งใหญ่เป็นต้น เรียกว่า มหัคคตสมาธิ เอกัคคตา ที่ประกอบด้วยอริยมัคคจิต คือที่เกิดร่วมกับอริยมัคคจิต เรียกว่า อัปปมาณสมาธิ คือสมาธิอันหาประมาณมิได้ หรือสมาธิอันมีธรรมชาติหาประมาณมิได้เป็น อารมณ^{๖๑}

(๔) สมาธิ ๔ หมวดที่ ๑ ที่ว่า สมาธิมี ๔ อย่าง โดยแยกเป็น ทุกขาปฏิบัติพาหันทธา ภาวนาสมาธิ เป็นต้นนั้น มีอธิบายดังนี้ คือ สมาธิ ๔ อย่าง ได้แก่ ทุกขาปฏิบัติพาหันทธา ภาวนาสมาธิ ๑ ทุกขาปฏิบัติพาหันทธา ๑ สุขาปฏิบัติพาหันทธา ๑ สุขาปฏิบัติพาหันทธา ๑ อธิบายว่า ในปฏิบัติพาหันทธา ๒ อย่างนั้น การเจริญภาวนาสมาธิที่ดำเนินไปนับตั้งแต่ลงมือสำรวจจิตเจริญกัมมัฏฐานครั้งแรก จนถึงอุปปาदानของภาวนานั้นๆ เกิดขึ้น เรียกว่า ปฏิบัติพาหันทธา คือการปฏิบัติ ส่วนปัญญาที่ดำเนินไปนับตั้งแต่อุปปาदानไปจนถึงอัปปมาณ เรียกว่า อภิญญา คือการรู้แจ้ง ก็แหละปฏิบัติพาหันทธา คือการปฏิบัตินั้นนั้น ย่อมเป็นทุกขคือลำบาก สิ้นเสพอไม่สะดวกสำหรับ โยคีบุคคลบางคน เพราะการบรรเทาและยึดครองของธรรมที่เป็นข้าศึกมีนิเวศเป็นต้น แต่เป็นความสะดวกสบายสำหรับโยคีบุคคลบางคนเพราะไม่มีการบรรเทาและยึดครองของธรรมที่เป็นข้าศึก แม้อภิญญาคือการรู้แจ้งก็เป็นการเชื่องช้าเฉื่อยชา ไม่เกิดโดยฉับพลันสำหรับโยคีบุคคลบางคนแต่สำหรับโยคีบุคคลบางคนก็รวดเร็วไม่เฉื่อยชาเกิดโดยฉับพลันก็แหละ ธรรมอันเป็นที่สบายและไม่เป็นที่สบาย ๑ บุพกิจเบื้องต้นมีการตัดปัลลิว คือเครื่องกังวลให้สิ้นห่วง ๑ และความฉลาดในอัปปนาทั้งหลาย ๑ เหล่าใดที่ข้าพเจ้าจักยกมาพรรณนาข้างหน้า ในบรรดาธรรมเหล่านั้น โยคีบุคคลใดเป็นผู้สละเสพอธรรมอันไม่เป็นที่สบายโยคีบุคคลผู้นั้นย่อมมีปฏิบัติพาหันทธา คือ การปฏิบัติลำบาก

หมวดที่ ๒ ที่ว่า สมาธิมี ๔ อย่างโดยแยกเป็น ปริตตปริตตารัมมณสมาธิ เป็นต้นนั้น มีอธิบายดังนี้ คือ สมาธิ ๔ อย่าง ได้แก่ ปริตตปริตตารัมมณสมาธิ ๑ ปริตตอัปปมาณารัมมณสมาธิ ๑ อัปปมาณปริตตารัมมณสมาธิ ๑ อัปปมาณอัปปมาณารัมมณสมาธิ ๑ อธิบายว่า ในสมาธิเหล่านั้น สมาธิใดยังไม่คล่องแคล่ว ไม่สามารถที่จะเป็นปัจจัย แก่ฌานเบื้องสูงขึ้นไปได้ สมาธินี้ชื่อว่า ปริตตสมาธิ คือสมาธิมีประมาณน้อย ส่วนสมาธิใดเป็นไปในอารมณที่ไม่ได้ขยาย สมาธินั้นชื่อว่า ปริตตารัมมณสมาธิ คือ สมาธิมีอารมณมีประมาณน้อย สมาธิใดคล่องแคล่วแล้ว เจริญให้เกิดขึ้นได้ทีละแล้ว สามารถที่จะเป็นปัจจัยแก่ฌานเบื้องสูงขึ้นไปได้สมาธินี้ชื่อว่า อัปปมาณสมาธิ คือสมาธิหาประมาณมิได้ และสมาธิใดเป็นไปในอารมณที่ขยายแล้วสมาธินี้ชื่อว่า อัปปมาณารัมมณสมาธิ คือสมาธิมีอารมณหาประมาณมิได้

หมวดที่ ๔ ที่ว่า สมาธิมี ๔ โดยแยกเป็น หานภาคิยสมาธิ เป็นต้น มี อธิบายดังนี้ คือ สมาธิ ๔ อย่าง ได้แก่ หานภาคิยสมาธิ ๑ วิสุทธิตถิยสมาธิ ๑ วิเสสภาคิยสมาธิ ๑

^{๖๑} วิสุทธิ. (ไทย) ๑๓๗-๑๓๘.

นิพเพธภาคียสมาธิ ๑ อธิบายว่า ในสมาธิ ๔ อย่างนั้น พึงทราบวาทะที่ชื่อว่า หานภาคียสมาธิ สมาธิเป็นไปในส่วนแห่งความเสื่อม ด้วยอำนาจของความรบกวนของธรรมเป็นข้าศึกของฌาน นั้นๆ มีนิรโรคคือวิตกและวิจารณ์ เป็นต้น ที่ชื่อว่า ฐิติภาคียสมาธิ สมาธิเป็นไปในส่วนแห่งความติดแน่นด้วยอำนาจความติดแน่นด้วยสติอันสมควรแก่สมาธินั้น ที่ชื่อว่า วิเสสภาคียสมาธิ สมาธิเป็นไปในส่วนแห่งคุณวิเศษด้วยอำนาจเป็นเหตุบรรลุซึ่งคุณวิเศษเปี่ยมสูงขึ้นไป และที่ชื่อว่า นิพเพธภาคียสมาธิ สมาธิเป็นไปในส่วนแห่งอันแทงทะลุสังขาร

หมวดที่ ๕ ที่ว่า สมาธิมี ๔ อย่างโดยแยกเป็นกามาวจรสมาธิ เป็นต้น นั้น มีอรรถาธิบายดังนี้ คือสมาธิ ๔ อย่างนั้น คือ กามาวจรสมาธิ ๑ รูปาวจรสมาธิ ๑ อรูปาวจรสมาธิ ๑ อปริยาปนสมาธิ ๑ อธิบายว่า ในสมาธิ ๔ อย่างนั้น เอกัคคตาใน อุปจารฌานแม้ทั้งสี่นี้ เรียกว่า กามาวจรสมาธิ จิตเตกัคคตาอันเป็นรูปาวจรกุศล เรียกว่า รูปาวจรสมาธิ จิตเตกัคคตาอันเป็นอรูปาวจรกุศล เรียกว่า อรูปาวจรสมาธิ จิตเตกัคคตาอันเป็นโลกุตตรกุศล เรียกว่า อปริยาปนสมาธิ^{๖๒}

(๕) สมาธิ ๕ ในสมาธิที่แยกเป็น ๕ อย่างนั้น นักศึกษาพึงทราบภาวะที่แยกสมาธิเป็น ๕ อย่าง ด้วยอำนาจแห่งองค์ฌานทั้ง ๕ ในปัญจกณฺณยํนี้ คือ ฌานที่จัดเป็น ๕ ฌานนั้น เพราะแยกหุติยฌานที่กล่าวไว้ในประเภทแห่งฌาน โดยจตุกกนฺณยํเป็น ๒ ฌานอย่างนี้ คือ เป็นหุติยฌาน ด้วยก้าวล่องแต่วิตก ๑ เป็นตติยฌานด้วยก้าวล่องทั้งวิตกทั้งวิจารณ์ ๑ นอกนั้นเหมือนในจตุกกนฺณยํ กล่าวคือ ปฐมฌานมีองค์ ๕ ได้แก่ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข และสมาธิ หุติยฌาน มีองค์ ๔ ได้แก่ วิจารณ์ ปีติ สุข และสมาธิ ตติยฌานมีองค์ ๓ ได้แก่ ปีติ สุข และสมาธิ จตุตถฌานมีองค์ ๒ ได้แก่ สุข และสมาธิ ปัญจฌานมีองค์ ๒ ได้แก่ อุเบกขา และสมาธิก็เหลือองค์แห่งฌาน ๕ เหล่านั้น เรียกว่า สมาธิ ๕ อย่าง ^{๖๓}

๒.๓.๔ ระดับของสมาธิ

สมาธิสามารถจำแนกตามนัยของคัมภีร์ชั้นอรรถกถาออกเป็น ๓ ระดับคือ

๑) ขณิกสมาธิ คือสมาธิชั่วขณะเป็นสมาธิขั้นต้น ซึ่งคนทั่วไปอาจใช้ประโยชน์ในการปฏิบัติหน้าที่ การงานในชีวิตประจำวันให้ได้ผลดี และสามารถใช้เป็นจุดตั้งต้นในการเจริญวิปัสสนาได้

๒) อุปจารสมาธิ คือสมาธิเฉียดๆ หรือ สมาธิจวนจะแน่วแน่ เป็นสมาธิขั้นระงับนิรโรคได้ ก่อนที่จะเข้าสู่ภาวะแห่งฌาน หรือสมาธิในบุพภาคแห่งอัปนาสมาธิ

๓) อัปนาสมาธิ คือสมาธิแน่วแน่ หรือสมาธิที่แนบสนิทเป็นสมาธิระดับสูงสุดซึ่งมีในฌานทั้งหลาย ถือว่าเป็นผลสำเร็จที่ต้องการของการเจริญสมาธิ

^{๖๒} วิสุทธิ. (ไทย) /๑๓๙-๑๔๓.

^{๖๓} วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๔๔.

อุปจารสมาธิ และอัปนาสมาธิมีกล่าวถึงบ่อยๆ ในคำอธิบายเกี่ยวกับการเจริญกัมมัฏฐาน และมีที่กำหนดค่อนข้างชัดเจนคือ อุปจารสมาธิ เป็นสมาธิเมื่อจิตตั้งมั่นโดยละนิวรณ์ทั้ง ๕ ได้ ถ้ามองในแง่การกำหนดอารมณ์กัมมัฏฐานก็เป็นช่วงที่เกิดปฏิภาคนิมิต ภาพที่มองเห็นในใจ ของสิ่งที่ใช้เป็นอารมณ์กัมมัฏฐาน ซึ่งประณีตลึกซึ้งเลยจากขั้นที่เป็นภาพติดตาไปอีกขั้นหนึ่ง เป็นของเกิดจากสัญญาบริสุทธิ์ปราศจากสีปราศจากมลทิน สามารถนึกขยาย หรือย่อส่วนได้ตามปรารถนา เป็นสมาธิจวนเจียนจะแน่วแน่มโดยสมบูรณ์ ใกล้จะถึงฌาน เมื่อชำนาญคุ้นดีแล้ว ก็จะแน่วแน่กลายเป็นอัปนาสมาธิเป็นองค์แห่งฌานต่อไป

๒.๓.๕ สมาธิภาวนา ๔ คือ

การอบรมจิตให้เป็นสัมมาสมาธิ หรือการทำให้จิตตั้งมั่นมีความบริสุทธิ์แห่งจิต การภาวนาให้จิตเกิดความตั้งมั่น หลักธรรมที่สำคัญ ในการทำสมาธิให้เกิดขึ้น การเจริญสมาธิ หรือการภาวนาเป็นหลักธรรมที่ทำให้มีสติตั้งมั่นนำไปสู่การพิจารณาของจิตเมื่อจิตจดจ่ออยู่อาการใดอาการหนึ่ง สภาวะใดสภาวะหนึ่งทำให้เกิดความตั้งมั่นแห่งจิตเรียกว่า สมาธิ สามารถแบ่งสมาธิภาวนาออกเป็น ๔ อย่าง ดังที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ดังนี้ คือ

- ๑) สมาธิภาวนาที่พระภิกษุอบรมดีแล้ว ทำให้มากยิ่งขึ้นแล้ว ย่อมทำให้อยู่เป็นสุขในทิฏฐธรรม คือ ในชาติปัจจุบันนี้
- ๒) สมาธิภาวนาที่พระภิกษุอบรมดีแล้ว ทำให้มากยิ่งขึ้นแล้ว ย่อมทำให้ซึ่งญาณทัสสนะ
- ๓) สมาธิภาวนาที่พระภิกษุอบรมดีแล้ว ทำให้มากยิ่งขึ้นแล้ว ย่อมทำให้สติและสัมปชัญญะดียิ่งขึ้น
- ๔) สมาธิภาวนาที่พระภิกษุอบรมดีแล้ว ทำให้มากยิ่งขึ้นแล้ว ย่อมทำให้สิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย^{๖๔}

สมาธิภาวนาที่พระภิกษุอบรมแล้ว ทำให้มากยิ่งขึ้นแล้ว ย่อมทำให้อยู่เป็นสุขในทิฏฐธรรม คือ ในชาติปัจจุบันนี้ พระภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ ได้สงัดจากกาม ได้สงัดจากอกุศลธรรมแล้วบรรลุปฐมฌาน คือ ฌานที่ ๑ มีวิตก วิจาร ปีติ และสุข เกิดจากวิเวก คือความสงัด พระภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ได้บรรลุทุติยฌาน คือ ฌานที่ ๒ มีความผ่องใสในภายใน แห่งจิต เป็นธรรมเอกผุดขึ้น มีปีติ และสุขเกิดจากสมาธิ พระภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ มีอุเบกขา มีสติมีสัมปชัญญะได้เสวยสุขด้วยนามกายเป็นเพราะปีติสิ้นไป ได้บรรลุตติยฌาน คือ ฌานที่ ๓ เป็นผู้มียุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข พระภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ ได้บรรลุจตุตถฌาน คือ ฌานที่ ๔ ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข เพราะละสุข ละทุกข์ และดับโสมนัสโทมนัสก่อนๆ ได้หมดแล้ว มีอุเบกขาเป็นเหตุให้สติบริสุทธิ์อยู่^{๖๕}

สมาธิภาวนา ๔ อย่างนี้ สมานันท์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้ในพระไตรปิฎกว่า มีอานิสงส์ คือ ทำให้ได้ ปัญญา ดังที่ตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงอบรมสมาธิผู้ที่มี

^{๖๔} อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๑/๖๘.

^{๖๕} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๓๓/๒๗๘-๒๗๙.

จิตเป็นสมาธิแล้ว คือมีจิตตั้งมั่นแล้ว ย่อมรู้ตามความเป็นจริง” และได้ตรัสแสดง สมาธิภาวนา ไว้ ๔ อย่าง คือ หนึ่ง สมาธิภาวนา การอบรมสมาธิเพื่อ อยู่เป็นสุขใน ปัจจุบันสอง สมาธิภาวนา การอบรมสมาธิเพื่อญาณทัสสนะ ความรู้ความเห็นสาม สมาธิภาวนา การอบรมสมาธิเพื่อ สติสัมปชัญญะ สติ ความระลึกได้ สัมปชัญญะ ความรู้ตัวสี่ สมาธิภาวนา การอบรมสมาธิเพื่อสิ้น อาสวะ คือกิเลส ที่ดวงจิตสันดานทั้งหลาย อธิบายโดยย่อ

ข้อ ๑ สมาธิภาวนาเพื่ออยู่เป็นสุข ในปัจจุบัน คือ ทำจิตให้มีอารมณ์เป็นอันเดียว อย่างสูงก็บรรลุถึงฌานทั้ง ๔ คือ ความเพ่งทั้ง ๔ อันได้แก่ อัปนาสมาธิสมาธิที่แนบแน่นจน เข้าถึงองค์ฌาน

ข้อ ๒ สมาธิภาวนาเพื่อญาณทัสสนะ ความรู้ความเห็น นั่นก็คือ มนสิการในอาโลก สัจจะ ความสำคัญหมายว่าสว่าง อธิษฐานคือตั้งใจกำหนดทิวาสัจจะ หรือความสำคัญหมายว่า กลางวัน คืออธิษฐานความสว่างเหมือน นกลางวัน กลางคืนก็ เหมือนกลางวัน กลางวัน ก็เหมือน กลางคืน คือให้สว่างเหมือน กัน ทำจิตภาวนาให้สว่างด้วยใจที่ว่าง ไม่มีอะไรรัตรัง

ข้อ ๓ สมาธิภาวนาเพื่อสติสัมปชัญญะ คือสติ ความ ระลึกได้ สัมปชัญญะ ความรู้ตัว คือระลึกได้รู้ตัวถึงเวทนา ความสุข ความทุกข์ความเป็นกลางๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข สัจจะ ความจำได้ หมายถึง วิตก ความตรึก ให้รู้ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เพราะฉะนั้น ในข้อ ๓ นี้ก็อาจจะสัมพันธ์กับ ข้อที่ ๒ เพื่อรู้เพื่อ เห็น คือ เมื่อรู้เมื่อเห็นอะไร นั่นก็เป็นเวทนา นั่นก็เป็นสัจจะ นั่นก็เป็นวิตก ให้รู้แล้ว ว่าเป็นอย่างนั้น และทุกอย่างนั้น ก็เป็น สิ่งที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป

ข้อ ๔ สมาธิภาวนาเพื่อสิ้นอาสวะ ก็คือ การทำสมาธิภาวนา เพื่อปัญญา ตั้งต้นแต่ให้ ตามเห็นพิจารณา เกิดดับในขันธเป็นที่ยึดถือทั้ง ๕ ประการ ว่ารูป เวทนา สัจจะ สังขาร และวิญญาณ เกิดขึ้นอย่างนี้ ดับไปอย่างนี้ ฉะนั้นสมาธิภาวนา จึงมี ๔ ดังที่ได้กล่าวมานี้^{๖๖}

๒.๓.๖ โทษแห่งสมาธิ

สิ่งที่ทำให้ผู้ปฏิบัติไม่ก้าวหน้าในการปฏิบัติ คือ ไม่สามารถบรรลุธรรมได้ ๑) ติดปิติ สุข รูป อรูป ติดสุขหมายถึง การติดเพลินหรือติดใจอยากในความสุขความสบาย อันเกิดขึ้นจาก อำนาจขององค์ฌานหรือสมาธิสุขนี้จึงหมายถึงสุขที่เป็นวิปัสสนูปกิเลสในข้อ ๕ และยัง ครอบคลุมถึงอาการเหล่านี้ด้วยคือติดปิตีหมายถึง ติดเพลินหรือติดใจอยากในความอึดเอิบหรือ ซาบซ่าน ติดอุเบกขา หมายถึง ติดเพลินหรือติดใจอยากในความสงบ ติดเอกัคคตารมณ์หมายถึง จิตแช่หนึ่งคือจิตจดจ่อหรือจดจ้องแช่หนึ่งอยู่ภายใน ตินิमित หมายถึง ติดเพลินยึดถือในนิमितทั้งหลาย สิ่งต่างๆเหล่านี้เป็นอาการของ

การติดใจอยากในผลอันเกิดแต่ฌานหรือสมาธิจึงเกิดการกระทำทั้งโดยมีสติรู้ตัว วิปัสสนา สัจจะวิปัสสนาจิตวิปัสสนาวิภูติวิปัสสนา ๔ ประการอะไรบ้างคือ ๑. สัจจะวิปัสสนาจิตวิปัสสนา

^{๖๖} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน), สมาธิในพระพุทธศาสนา, หน้า ๖-๗.

ทวิวิปัสสนาในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ๒. สัญญาวิปัสสนาจิตวิปัสสนาทวิวิปัสสนาในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ๓. สัญญาวิปัสสนาจิตวิปัสสนาทวิวิปัสสนาในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา ๔. สัญญาวิปัสสนาจิตวิปัสสนาทวิวิปัสสนาในสิ่งที่ไม่งามว่างาม^{๖๗} วิปัสสนาหรือวิปัสสนา เป็นความรู้เห็นที่คลาดเคลื่อน หรือความรู้เข้าใจอันผิดเพี้ยนจากความเป็นจริง ในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถานก็ได้ให้ความหมายของวิปัสสนาไว้ว่า "คลาดเคลื่อนไปจากธรรมดาสามัญ" ซึ่งวิปัสสนาในทางพระพุทธศาสนานั้นมี ๓ ลักษณะคือ

๑) สัญญาวิปัสสนาคือสัญญาคลาดเคลื่อน หมายถึงผิดพลาดจากความเป็นจริง เช่น เห็นหมูป็นหมา เห็นแมวเป็นเสือ สิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข

๒) จิตตวิปัสสนาคือจิตตคลาดเคลื่อน ความคิดผิดพลาดจากความเป็นจริง เช่น คนบ้าคิดเอาหญ้าเป็นอาหาร

๓) ทวิวิปัสสนาคือทวิวิคลาดเคลื่อน ความเห็นผิดพลาดจากความเป็นจริง โดยเฉพาะเชื่อถือไปตามสัญญาวิปัสสนา หรือจิตตวิปัสสนานั้น เช่น มีสัญญาวิปัสสนาเห็นหมาเป็นแมวแล้วเกิดทวิวิปัสสนา เชื่อว่าสิ่งที่เห็นนั้นเป็นแมว หรือ มีจิตตวิปัสสนาว่าทุกสิ่งที่เกิดขึ้นต้องมีผู้สร้าง จึงเกิดทวิวิปัสสนาว่า แผ่นดินไหวเพราะเทพเจ้าบันดาล

๒.๓.๗ อานิสงส์ของสมาธิ

สมาธิ มีอานิสงส์ ๔ ประการ คือ อยู่เป็นสุขในปัจจุบัน ๑ เสวยอารมณ์ทุกอย่างด้วยความใคร่ครวญ ๑ ได้โลกียอภิญญา ๑ บรรลุสมรรถผล ๑ การอยู่เป็นสุขในปัจจุบันบุคคลย่อมได้ความตั้งมั่น บุคคลย่อมได้ความตั้งมั่น และหลุดพ้นจากบาปธรรมจิตของเธอย่อมเกิดปีติได้ เสวยโลกุตระสุข และอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงได้ตรัสไว้ว่า “เธอทำปิตินันท์เกิดแต่วิเวกให้เกิดขึ้น ได้ความสงบและบรรลุสมรรถผลตามลำดับ” พระพุทธเจ้าตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า “ในกาลก่อน เราได้เป็นอาชีวก (ชีเปลือย) ไม่ได้เคลื่อนไหว หรือไม่ได้เปิกปากเลยเป็นเวลา ๗ วัน และ ๗ ค่ำ เรานั่งอยู่ในความสดอันเปี่ยมด้วยสุข” นี่คือความหมายของคำว่า “อยู่เป็นสุขในปัจจุบัน” ในอริยสัจธรรม

คำว่า “เสวยอารมณ์ทุกอย่างด้วยความใคร่ครวญ” หมายความว่า โยคีได้รับความตั้งมั่น และไม่ถูกอารมณ์ทั้งหลายกระทบกระทั่งเธอพิจารณาด้วยขันธ อายตนะ ธาตุ เป็นต้น เธอเป็นผู้ตั้งมั่นอยู่ด้วยดีเพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า “เธอทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้ว่า ทุกสิ่งทุกอย่างขึ้นอยู่กบิจิต” พวกเธอจงรู้อย่างนี้

คำว่า “ได้โลกียอภิญญา” หมายความว่า โยคีเมื่อได้สมาธิแล้วพัฒนาปัญญาขั้นที่ ๓ คือ อิทธิวิธี (แสดงฤทธิ์ได้) ทิพโสตา (หุติพิภพ) เจโตปริยญาณ (กำหนดรู้ใจผู้อื่นได้) ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ (ระลึกชาติได้) ทิพจักขุ (ตาทิพย์) เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสว่า “บุคคลผู้มี

^{๖๗} อ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๙/๗๙.

จิตประกอบด้วยสมาธิ ย่อมสามารถแปลงร่างของตนได้ตามปรารถนา เธอแสดงฤทธิ์ได้ในรูปแบบต่างๆ ด้วยประการดังกล่าวมานี้”

คำว่า “บรรลุมรรคผล” หมายความว่า โยคีผู้มีจิตตั้งมั่นแม้ยังไม่บรรลุขั้นแห่งอเสขะ (ผู้ไม่ต้องศึกษาพระอรหันต์) ก็จะไม่ตกต่ำแน่นอน (อวินิปาติกะ) เธอย่อมได้รับผลอันเป็นสุข เพราะอาศัยสมาธิ บรรลुरुูปฌาน อรูปฌาน และขั้นมรรคผล พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า “เหล่าชนผู้บำเพ็ญบุญฌานแม้เพียงเล็กน้อยก็สามารถเข้าถึงความเป็นสหายแห่งพรหมได้”

๒.๓.๘ ชั้นที่ ๕

ชั้น หมายถึง กอง พวก หมวด หมู่ ของรูปธรรม และนามธรรมทั้งหมด แบ่งออกเป็น ๕ กอง คือ ๑) กองรูป เรียกว่า รูปชั้น ๒) กองเวทนา เรียกว่า เวทนาชั้น ๓) กองสัญญา เรียกว่า สัญญาชั้น ๔) กองสังขาร เรียกว่า สังขารชั้น ๕) กองวิญญูณ เรียกว่า วิญญูณชั้น รวมเรียกว่า เบญจชั้น^{๖๘} ชั้นที่ ๕ นี้เป็นกองแห่งรูปนามมาประชุมกันเข้าเป็นกลุ่มเป็นกองรวมเรียกว่า สัตว์บุคคล ตัวตน เรา เขา ซึ่งเป็นสิ่งที่สมมติกันขึ้นอันเป็นปัจจัยให้เกิดหรือเป็นต้นกำเนิดแดนเกิดของอุปาทานโดยการที่เข้าไปยึดถือยึดติดด้วยการกระทำให้เป็นอารมณ์ ดังนั้น ชั้นที่ ๕ คือ กองแห่ง รูป นาม มาประชุมกันเข้าเป็นกลุ่มเป็นกอง แล้วรวมเรียกว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน เป็นส่วนประกอบของชีวิต มี ๕ อย่าง คือ ๑) รูป ได้แก่ ส่วนที่ผสมกันของธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ^{๖๙} ๒) เวทนา ได้แก่ ระบบรับ หรือรู้สึกสิ่งที่สัมผัสทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เป็นธรรมชาติที่จะเกิดขึ้นเมื่อกระทบกับอารมณ์ ทางตา ทางหู เกิดความรู้สึกละ (ผัสสะ)^{๗๐} ๓) สัญญา ได้แก่ ความจำในเรื่องอดีต ที่เคยเห็น เคยได้ยิน^{๗๑} ๔) สังขาร ได้แก่ ระบบคิดปรุงแต่งต่างๆ ดีบ้างชั่วบ้างซึ่งเป็นผลสืบเนื่องมาจากความจำ (สัญญาชั้น)^{๗๒} ๕) วิญญูณ ได้แก่ การรับรู้อารมณ์ทางทวารต่างๆ มีตา มีหู เป็นต้น^{๗๓}

๒.๓.๙ ประเภทของชั้นที่ ๕

ชั้นเป็นการรวมกันเข้าเป็นกลุ่มเป็นกองของรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญูณ การรวมตัวกันของชั้นสามารถจำแนกประเภทต่างๆ ดังนี้

^{๖๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๓๒.

^{๖๙} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ.๙), *เพชรในดวงใจ*, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พิทักษ์อักษร, ๒๕๓๙), หน้า ๓-๔.

^{๗๐} พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, *ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๓ และปริเฉทที่ ๗*, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๐), หน้า ๑๐๒.

^{๗๑} พระครูสังวรสมาธิวัตร (ประเดิม โภมโล), *คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมปิฎก เล่ม ๓ ภาครูปนิพพาน*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: แผนกเรียนพระไตรปิฎกวัดเพลงวิปัสสนา, ๒๕๒๒), หน้า ๖๘๕.

^{๗๒} พระอาจารย์ภักทันตะอาสภเถระ, *วิปัสสนาที่ปฏิบัติ*, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๒๕.

^{๗๓} ส.ช. (บาลี) ๑๗/๗/๑๔, ส.ช. (ไทย) ๑๗/๗/๒๑.

ประเภทที่ ๑ แบ่งตามกาล คือ ชันธ ๕ ที่เป็นอดีต ปัจจุบัน อนาคต ธรรมที่เป็นอดีต^{๗๔} ดังตัวอย่างในเรื่องของรูป รูปที่เป็นอดีต ก็เป็นรูปที่เป็นของอดีต ไม่ได้เป็นรูปของปัจจุบัน ไม่ได้เป็นรูปของอนาคต รูปที่เป็นปัจจุบัน ก็เป็นรูปของปัจจุบัน ไม่ได้เป็นรูปของอดีต ไม่ได้เป็นรูปของอนาคต รูปที่เป็นของอนาคต ก็เป็นรูปที่เป็นของอนาคต ไม่ได้เป็นรูปของอดีต ไม่ได้เป็นรูปของปัจจุบัน เหมือนรูปของเด็กในอดีต ก็ไม่ได้เป็นคนโตในปัจจุบัน และไม่ได้เป็นของคนแก่ในอนาคตนั่นเอง

ประเภทที่ ๒ แบ่งโดยที่ตั้ง คือ ธรรมที่เป็นภายในก็มี เป็นภายนอกก็มี ธรรมภายในเรียกว่า อัสสัตติกะ ธรรมภายนอกเรียกว่า พาหิระ ชันธที่เป็นภายใน^{๗๕} หมายถึง เกิดที่ตัวเรา เกิดที่กาย ที่เราสมมติว่าตัวเรา คนอื่นก็มีถือว่าเป็นภายนอก เรียกว่ามีประเภทต่างกัน

ประเภทที่ ๓ โดยวัตถุ คือ สภาพหยาบก็มี สภาพละเอียดก็มี อย่างหยาบ เรียกว่า โสฬาริกะ อย่างละเอียดเรียกว่า สุขุมะ^{๗๖} อย่างเช่นรูป รูปบางชนิดจะเป็นรูปที่ละเอียด เช่น รูปน้ำ อาโป เป็นสุขุมรูป เป็นรูปละเอียด พวกถาวร คือ ความเป็นหญิง ความเป็นชาย หทยวัตถุ รูป รูปหัวใจถือว่าเป็นรูปละเอียด ส่วนรูปหยาบมีพวกสี เสียง กลิ่น รส โสณัฐัพพะ ประสาทตา ประสาทหู ประสาทจมูก ประสาทลิ้น ประสาทกาย เป็นรูปหยาบ เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะเป็น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ซึ่งมีลักษณะที่หยาบและละเอียด นับเป็นกลุ่มเป็นกอง

ประเภทที่ ๔ แบ่งโดยคุณภาพ คือ เป็นหีนะ รูปเลว หมายถึง อายุตนะภายใน ได้แก่ จักขายตนะ (ประสาทตา) โสตายตนะ (ประสาทหูที่มากกระทบตาให้เห็นเป็นภาพต่างๆ) ฆานายตนะ (ประสาทรับกลิ่น) ชิวหายตนะ (ประสาทรับรส) กายายตนะ (ประสาทตามผิวหนัง) มนายตนะ (จิต ซึ่งเป็นผู้สัมผัสกับความคิด) และเป็น ปณีตะ หรือ รูปละเอียด คือ อายุตนภายนอก ได้แก่ รূปายตนะ (แสง สี) สัททายตนะ (เสียงต่างๆ) คันธายตนะ (กลิ่นต่างๆ) รสายตนะ (รสต่างๆ) โสณัฐัพพายตนะ (ความเย็น ร้อน อ่อน แข็งต่างๆ ที่กระทบกาย) ธัมมายตนะ (ความคิด ความรู้สึกต่างๆ) สภาพอย่างเลวก็มี อย่างประณีตก็มี^{๗๗}

ประเภทที่ ๕ แบ่งโดยระยะ คือ เป็นทุระรูปไกล ได้แก่ อิตถินทริย (ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเป็นหญิง) ปุริสินทริย (ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเป็นชาย) ชีวิตินทริย (อินทริย คือชีวิต) กายวิญญูติ วจิวินญูติ อากาสธาตุรูปลหุตา (ความเบา) รูปมฺหุตา (รูปอ่อน) รูปกัมมัญญตา แบ่งเป็นรูปอุปจยะ (รูปใกล้) รูปสันตติ รูปชรตา รูปอนิจจตาวงิงการาหาร และเป็นสันติกะ คือ จักขายตนะ โสตายตนะ ฆานายตนะ ชิวหายตนะ กายายตนะ รূปายตนะ สัททายตนะ คันธายตนะ รสายตนะ โสณัฐัพพายตนะไกลกับใกล้ ใกล้ก็มี ใกล้ก็มี^{๗๘}

^{๗๔} ม.มู. (ไทย) ๑๒/๔๕๓/๔๐๔.

^{๗๕} ส.สพ. (บาลี) ๑๘/๙๗/๘๓., ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๙๗/๑๐๗.

^{๗๖} อ.จ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๑/๑.

^{๗๗} อ.ภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓/๒.

^{๗๘} อ.ภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓/๒.

การรวมเข้าเป็นกลุ่มเป็นกองของรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ชื่อว่าขันธ ซึ่งไม่ได้หมายความว่ามีความมากมายรวมกัน แต่หมายเอาการรวมตัวกันของขันธประเภทต่างๆ คือ ที่เป็นอดีต ปัจจุบัน ภายใน ภายนอก หยาบ ละเอียด ไกล ใกล้ รุ้ง่าย รุ้งาย เหล่านี้รวมกันจึงจัดเป็นขันธ

๒.๓.๑๐ องค์ประกอบของขันธ ๕

องค์ประกอบต่างๆ ของขันธ เมื่อรวมกันเข้าต้องอาศัยกันเป็นระบบ และเป็นกระบวนการ มีองค์ประกอบ ๒ ส่วน คือ รูปธรรม นามธรรม โดยมีรูป เป็นรูปธรรมส่วน เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ เป็นนามธรรม^{๗๙} ดังนี้

๑) องค์ประกอบที่เป็นรูปธรรม

รูป หมายถึง ส่วนที่เป็นวัตถุทั้งหลาย ได้แก่ สสาร แสง สี เสียง กลิ่น รส ความเย็น ความร้อน ความอ่อน ความแข็ง ดิน น้ำ ไฟ ลม รวมทั้งอาการแห่งความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ เสื่อมไปดับไป^{๘๐} ของวัตถุด้วย ซึ่งรวมเรียกว่า รูปขันธ เป็นธรรมชาติที่ปรากฏต้องสลายไปเสื่อมไปด้วยปัจจัยที่ไม่ถูกกัน ได้แก่ ความร้อน ความเย็น^{๘๑} เป็นต้น ตามแนวอภิธรรมแบ่งรูปเป็น ๒๘^{๘๒} อย่าง คือ

มหาภูตรูป ๔ เรียก ว่า ธาตุ ๔ คือ ๑) ปฐวีธาตุ (สภาพที่แผ่ไปหรือกินเนื้อที่) ๒) อาโปธาตุ (สภาพที่ดึงดูดซาบซึม) ๓) เตโชธาตุ (สภาพที่แผ่ความร้อน) ๔) วายุธาตุ (สภาพที่สั่นไหว) อุปาทายรูป (รูปอาศัย หรือรูปที่สืบเนื่องมาจากมหาภูตรูป หรือ รูปที่อาศัยมหาภูตรูป ๔ เกิดขึ้น) มี ๒๔ คือ

๑.๑) จักขุประสาทรูป คือ ประสาทตา เป็นอวัยวะที่เห็นรูป เมื่อรูปกระทบอวัยวะนี้จะเกิดจักขุวิญญาณขึ้น จักขุประสาทที่อาศัยดวงตาซึ่งมีชิ้นเนื้อเล็กๆ ๓ ชิ้นอยู่รอบๆ ดวงตาดำและตาขาว และตาที่อยู่ในเนื้อเดียว ๕ ชั้นของเนื้อ เลือด ลม เสมหะ และน้ำเหลือง จักขุประสาทมีขนาดเท่าเมล็ดฝิ่นครึ่งเมล็ด มีลักษณะคล้ายศีรษะเส้นสร้างขึ้นโดยธาตุ ๔ ตามกรรมในอดีตและตั้งอยู่ในที่ซึ่งมีธาตุไฟมากกว่า เรียกว่า จักขุประสาท^{๘๓}

๑.๒) โสตรประสาทรูป คือ ประสาทหู เป็นอวัยวะที่ฟังเสียง เมื่อเสียงกระทบอวัยวะนี้จะเกิดโสตรวิญญาณขึ้น โสตรประสาทตั้งอยู่ภายในช่องหูทั้งสอง ที่ปกคลุมด้วยขนสีน้ำตาล อาศัยเยื่อแผ่นมีลักษณะคล้ายๆ ก้านเมล็ดถั่วเขียวซึ่งสร้างขึ้นด้วยธาตุ ๔ ตามกรรมในอดีต และเป็นที่มียาภาคราตุมากกว่า เรียกว่า โสตรประสาท^{๘๔}

^{๗๙} อภิ.สง. (บาลี) ๓๔/๕๘๔/๑๖๖, อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๘๔/๑๖๙.

^{๘๐} ส.ข. (ไทย) ๑๗/๑๙/๕๐.

^{๘๑} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๓/๑๗.

^{๘๒} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๑๒/๒๐๐.

^{๘๓} ที.สี.อ. (ไทย) ๑/๑/๑๕๖.

^{๘๔} วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๓/๑๓.

๑.๓) ฆานปสาทรูป คือ ประสาทจุมก เป็นอวัยวะที่สุตตมกลืน เมื่อกลืนกระทบ อวัยวะนี้จะเกิดฆานวิญญานขึ้น ฆานประสาทตั้งอยู่ภายในจุมก มีลักษณะคล้ายดอกทองหลาง สร้างขึ้นโดยมหาภูตรูปทั้ง ๔ ตามกรรมในอดีต และตั้งอยู่ในที่ที่มีวาโยธาตุมากกว่า เรียกว่า ฆานปสาท^{๘๕}

๑.๔) ชิวหาปสาทรูป คือ ประสาทลิ้น เป็นอวัยวะรู้รส เมื่อรสชาติต่างๆ กระทบกับ อวัยวะนี้ จะเกิดชิวหาวิญญานขึ้น ชิวหาปสาทมีลักษณะคล้ายดอกอุบล ซึ่งตั้งอยู่ภายในชิ้นเนื้อ ของลิ้น สร้างขึ้นโดยธาตุทั้ง ๔ ตามกรรมในอดีต และตั้งอยู่ในที่ที่มีวาโยธาตุมากกว่า เรียกว่า ชิวหาปสาท^{๘๖}

๑.๕) กายปสาทรูป คือ ประสาทกาย เป็นอวัยวะที่รู้การกระทบสัมผัสด้วยอวัยวะนี้ แล้วกายวิญญานจึงเกิดขึ้น กายประสาทนี้ตั้งอยู่ทั่วๆ ไปในร่างกาย ยกเว้นที่ผม ขน เล็บ ฟัน และส่วนอื่นในร่างกายที่ปราศจากความรู้สึก สร้างขึ้นโดยมหาภูตรูปทั้ง ๔ ตามกรรมในอดีต และตั้งอยู่ในที่ที่มีปฐวีธาตุมากกว่า เรียกว่า กายประสาท^{๘๗}

โคจรรูป หรือวิสัยรูป ๔ คือ รูปที่เป็นอารมณ์หรือแดนรับรู้ของอายตนะ ได้แก่ (๑) วัณณรูป หรือ รูปสี (รูปารมณ) (๒) สัททรูป หรือ รูปเสียง (สัททารมณ) (๓) คันธรูป หรือรูป กลิ่น (คันธารมณ) (๔) รสรูป หรือ รูปรส (รสารมณ)

- | | |
|--------------|---|
| ถาวรรูป ๒ | คือ รูปที่เป็นภาวะแห่งเพศ ได้แก่ (๑) อิตถิถาวรรูป คือ รูปที่แสดงถึงความเป็นหญิง (๒) บุริสถาวรรูป คือ รูปที่แสดงถึงความเป็นชาย |
| หทยรูป ๑ | คือ รูปที่เป็นที่ตั้งอาศัยเกิดของจิตและเจตสิก |
| ชีวิตรูป ๑ | คือ รูปที่เป็นชีวิต ได้แก่ รูปที่รักษากลุ่มรูปที่เกิดจากกรรม |
| อาหารรูป ๑ | คือ โอชาที่มีอยู่ในอาหาร |
| ปริจเฉทรูป ๑ | คือ รูปที่กำหนดเทศะ ได้แก่ อากาศธาตุ ช่องว่างระหว่างรูปต่อรูป |
| วิญญูติรูป ๒ | คือ การเคลื่อนไหวให้ความหมาย ได้แก่ (๑) กายวิญญูติรูป ได้แก่ การเคลื่อนไหวกาย (๒) วจวิญญูติรูป ได้แก่ การกล่าววาจา |
| วการรูป ๓ | คือ อาการที่ตัดแปลงทำให้แปลกให้พิเศษ ได้แก่ (๑) ลหุตารูป ได้แก่ ความเบาแห่งรูป (๒) มุทุตารูป ได้แก่ ความอ่อนแห่งรูป (๓) กัมมัณญุตารูป ได้แก่ ความควรแก่การงาน แห่งรูป |
| ลักษณรูป ๔ | คือ รูปที่เป็นลักษณะหรืออาการเป็นเครื่องกำหนด ได้แก่ (๑) อุปจยรูป คือ ความก่อตัวหรือเติบโตของรูป (๒) สันตติรูป คือ ความสืบต่อแห่งรูป (๓) ชรตารูป คือ ความทรุดโทรมแห่งรูป (๔) อนิจจตารูป คือ ความปรวนแปรแตกสลายแห่งรูป ^{๘๘} |

^{๘๕} ส.ช. (บาลี) ๑๗/๙๑๐/๑๙๕, ส.ช. (ไทย) ๑๗/๙๑๐/๒๑๕.

^{๘๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๒/๒๔.

^{๘๗} วิ.ป. (ไทย) ๘/๑๒๗/๔๘๕.

^{๘๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๒/๒๔.

เมื่อมหาภูตรูป ๔ และอุปาทายรูปอาศัยกันและกัน มหาภูตรูป ๔ จึงเกิดขึ้น ถึงแม้ว่าอุปาทายรูปจะเกิดขึ้นเพราะอาศัยมหาภูตรูป ๔ ถ้าปราศจากมหาภูตรูป ๔ เสียแล้วจะเกิดขึ้นไม่ได้ อุปมาว่าด้วยไม้ ๓ อัน คือ มหาภูตรูป ๔^{๘๙} เหมือนไม้ ๓ อันค้ำกัน อุปาทายรูปเกิดขึ้นได้เพราะอาศัยมหาภูตรูป ๔ ควรเปรียบเสมือนเงาที่แผ่กระจายไปโดยไม้ ๓ อันที่ค้ำกัน อยู่นี้เป็นความแตกต่างกันระหว่าง รูปทั้ง ๒

๒) องค์ประกอบที่เป็นนามธรรม องค์ประกอบที่เป็นนามธรรม ได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มีอธิบายดังนี้

๒.๑) เวทนา หมายถึง การเสวยอารมณ์ หรือการเสพสของอารมณ์^{๙๐} คือ ความรู้สึกต่อสิ่งที่ถูกรับรู้ ซึ่งจะเกิดขึ้นทุกครั้งที่มีการรับรู้ เป็นความรู้สึกสุข สบาย ถูกใจ ชื่นใจ หรือทุกข์ ปิ๊บคัน เจ็บปวด หรือไม่ก็เฉยๆ อย่างใดอย่างหนึ่ง ข้อที่ควรทำความเข้าใจอย่างหนึ่งเกี่ยวกับ เวทนา เพื่อป้องกันความสับสนของสังขาร คือ เวทนาเป็นกิจกรรมของจิตใจในขั้นรับ กล่าว คือ เกี่ยวข้องกับผลที่อารมณ์มีต่อจิตเท่านั้น ยังไม่ใช่ขั้นที่เป็นฝ่ายจำนงหรือกระทำต่ออารมณ์ ซึ่งเป็นกิจกรรมของสังขาร ดังนั้น คำว่า ชอบ ไม่ชอบ ชอบใจ ไม่ชอบใจ ตามปกติจะใช้เป็นคำแสดงกิจกรรมในหมวดสังขาร โดยเป็นอาการสืบเนื่องจากเวทนาอีกต่อหนึ่งเพราะคำว่า ชอบ ไม่ชอบ ชอบใจ ไม่ชอบใจ แสดงถึงอาการจำนงหรือกระทำต่ออารมณ์^{๙๑} การเสวยอารมณ์ แบ่งเป็น ๓ คือ สุข (ทางกายหรือทางใจก็ตาม) ทุกข์ (ทางกายหรือทางใจก็ตาม) อทุกขมสุข (ไม่ทุกข์ไม่สุข คือ เฉยๆ บางทีเรียกว่า อุเบกขา)^{๙๒} แบ่งเป็น ๕ คือ สุข (ทางกาย) ทุกข์ (ทางกาย) โสมนัส (ดีใจ) โทมนัส (เสียใจ) อุเบกขา (เฉยๆ) แบ่งตามทางที่เกิดเป็น ๖ คือ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางจักขุ ทางโสตะ ทางฆานะ ทางชีวหา ทางกาย และทางมโน

๒.๒) สัญญา หมายถึง ความรู้จำพวกหนึ่ง คือ การหมายรู้ หรือกำหนดรู้อาการของอารมณ์ เช่น ลักษณะ ทรวดทรง สี สันฐาน ฯลฯ ตลอดจนชื่อเรียก และสมมติบัญญัติต่างๆ เขียว ขาว ดำ แดง หลือง ชาย นก สุนัข หอม เหม็น เบี้ยว หวาน ขม เค็ม เป็นต้น การหมายรู้หรือกำหนดรู้นี้ อาศัยการจับเผชิญ หรือการเทียบเคียงระหว่างประสบการณ์ หรือความรู้เก่า กับ ประสบการณ์หรือความรู้ใหม่ ถ้าประสบการณ์ใหม่ตรงกับประสบการณ์เก่า เช่นพบเห็นคนหรือสิ่งของที่เคยรู้จักแล้ว ได้ยินเสียงที่เคยได้ยินแล้ว ดังตัวอย่าง นาย ก. รู้จักนายเขียว ต่อมาอีกเดือนหนึ่ง นาย ก. เห็นนายเขียวอีกและรู้ว่าคนที่เขาเห็นนั้น คือ นายเขียว อย่างนี้เรียกว่า จำได้ ซึ่งแตกต่างจากคำว่าจำ ถ้าประสบการณ์ใหม่ไม่ตรงกับประสบการณ์เก่า เราเฝ้าเฝ้าเอา ประสบการณ์หรือความรู้เก่าที่มีอยู่แล้วนั่นเอง มาเทียบเคียงว่าเหมือนกันและไม่เหมือนในส่วนไหน อย่างไร แล้วหมายรู้สิ่งนั้นตามคำบอกเล่าหรือตามที่ตนกำหนดเอาเองว่าเป็นนั้น เป็นนี้

^{๘๙} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๙๕/๓๗๕.

^{๙๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์** (ชำระเพิ่มเติม ช่วงที่ ๑), พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๔๐.

^{๙๑} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๑๓/๗๘.

^{๙๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๑๔/๑๒๖.

อย่างนี้เรียกว่ากำหนดหมายหรือหมายรู้^{๙๓} การหมายรู้เช่นนี้ย่อมมีหลายชั้น หมายรู้ตามความตกลงอันเนื่องด้วยความรู้สามัญบ้าง เช่นว่า เขียว ขาว เหลือง แดง เป็นต้น ตามนิยมของโลก ของสังคม ของวัฒนธรรม ประเพณี เป็นต้น สัญญา แบ่งเป็น ๖ ตามทางแห่งการรับรู้คือ^{๙๔}

- | | |
|------------------|---|
| (๑) รูปสัญญา | ความหมายรู้อารมณ์ เช่นว่า ดำ แดง เขียว ขาว เป็นต้น |
| (๒) สัทสัญญา | ความหมายรู้เสียง เช่นว่า ดัง เบา หัม แหลม เป็นต้น |
| (๓) คันธสัญญา | ความหมายรู้กลิ่น เช่นว่า หอมเหม็น เป็นต้น |
| (๔) รสสัญญา | ความหมายรู้รส เช่นว่า หวาน เปรี้ยว ขม เค็ม เป็นต้น |
| (๕) โผฏฐัพพสัญญา | ความหมายรู้สัมผัสทางกาย เช่นว่า อ่อน แข็ง หยาด เย็น ร้อน เย็น เป็นต้น |
| (๖) อัมมสัญญา | ความหมายรู้อารมณ์ทางใจ เช่นว่า งาม น่าเกลียด เที้ยง ไม่เที้ยง เป็นต้น ^{๙๕} |

๒.๓) สังขาร หมายถึง เครื่องแต่งคุณภาพของจิต ซึ่งมีเจตนาเป็นตัวนำ และกระบวนการแห่งเจตนาที่ชักจูง เลือกรวบรวมเอาเครื่องแต่งคุณภาพเหล่านั้นมาประสมปรุงแต่งความนึกคิด การพูด การทำให้เกิดกรรมทางกาย วาจา ใจ อย่างไรก็ตาม ในการอธิบายตามแนวชั้น ๕ ท่านมุ่งแสดงตัวสภาวะให้เห็นว่าชีวิตมีองค์ประกอบอะไร มากกว่าจะแสดงกระบวนการที่กำลังดำเนินอยู่ว่าชีวิตเป็นไปอย่างไร ดังนั้น คำอธิบายเรื่องสังขารในชั้น ๕ ตามปกติจึงพูดถึงแต่ในแง่เครื่องแต่งคุณภาพของจิต หรือเครื่องปรุงของจิต หรือ การปรุงแต่งอารมณ์ แบ่งเป็นเจตสิก ๕๒ อย่าง^{๙๖} เทียบเคียงกับการแบ่งแบบชั้น ๕ เจตสิก ก็ได้แก่ เวทนา สัญญา และสังขารทั้งหมด คือ ในจำนวนเจตสิก ๕๒ นั้น เป็นเวทนา ๑ เป็นสัญญา ๑ ที่เหลืออีก ๕๐ อย่าง เป็นสังขารทั้งสิ้น สังขารชั้น จึงเท่ากับเจตสิก ๕๐^{๙๗} ซึ่งแยกย่อยได้ดังนี้

๒.๓.๑) อัญญสมานาเจตสิก (เจตสิกที่เข้าไปได้ทั้งฝ่ายดีฝ่ายชั่ว) ๑๑ (นับครบมี ๑๓ เพราะเวทนา และสัญญาเป็นเจตสิกหมวดนี้แต่ไม่เป็นสังขาร จึงตัดออกไป) คือ สัพพจิตตสาธารณเจตสิก (เจตสิกที่เกิดกับจิตทุกดวง) ๕ คือ ผัสสะ เจตนา เอกัคคตา (สมาธิ) ชีวิตินทรีย์ และมนสิการ (จำนวนเดิมมี ๗ ทั้งเวทนา กับสัญญา) ปกิณณกเจตสิก (เกิดกับจิตได้ทั่วๆ ไปทั้งฝ่ายดี ฝ่ายชั่ว แต่ไม่ตายตัว) ๖ คือ วิตก วิจาร อธิโมกข์ (ความปักใจ) วิริยะ ปีติ และฉันทะ

๒.๓.๒) อกุศลเจตสิก (เจตสิกที่เป็นอกุศล) ๑๔ คือ อกุศลสาธารณเจตสิก (เกิดกับจิตที่เป็นอกุศลทุกดวง) ๔ คือ โมหะ อหิริกะ อนอตตัปปะ และอุทธัจจะ ปกิณณกอกุศลเจตสิก

^{๙๓} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๑๗๙/๑๐๕.

^{๙๔} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สหธรรมิก, ๒๕๔๕), หน้า ๑๖๒.

^{๙๕} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๔๐๑/๒๖๕, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๑/๓๓๓.

^{๙๖} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๑๙/๑๙๗.

^{๙๗} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๑๙/๑๙๙.

(เกิดกับจิตที่เป็นอกุศลแต่ไม่ตายตัวทุกครั้ง) ๑๐ คือ โลภะ ทิณฺณิ มานะ โทสะ อิสสา มัจฉริยะ กุกกุจจะ ถีนะ มิตฺตะ และวิจิกิฉา

๒.๓.๓) โสภณเจตสิก (เจตสิกดีงาม คือ เกิดกับจิตที่เป็นกุศลและอัพยาภต) มี ๒๕ คือ โสภณสาธารณเจตสิก (เกิดกับจิตดีงามทุกดวง) ๑๙ คือ ศรัทธา สติ หิริ โอตตปฺปะ อโลภะ อโทสะ (เมตตา) ตตฺถมฺมฉัตตตา (บางที่เรียกอุเบกขา) กายปัสสัทธิ (ความสงบแห่งนามกาย คือ กองเจตสิก) จิตตปัสสัทธิ กายลหุตา จิตตลหุตา กายมุทุตา จิตตมุทุตา กายกัมมัณฺญูตา จิตตกัมมัณฺญูตา กายปาคุณฺญูตา (ความคล่องแคล่วแห่งนามกาย คือ กองเจตสิก) จิตตปาคุณฺญูตา กายชุกตา (ความชือตรงแห่งนามกาย คือ กองเจตสิก) จิตตชุกตา^{๙๘}

ปภินณกโสภณเจตสิก (เกิดกับจิตฝ่ายดีงาม แต่ไม่ตายตัวทุกครั้ง) ๖ คือ รูป สัณฺเจตนา สัททสัณฺเจตนา คันธสัณฺเจตนา รสสัณฺเจตนา โผณฺฐัพฺปสัณฺเจตนา และธรรมสัณฺเจตนา แปลว่าเจตน์จำนงหรือความคิดปรุงแต่ง เกี่ยวกับรูป เสียง กลิ่น รส โผณฺฐัพฺพะ และธัมมารมณ์^{๙๙}

๒.๔) วิญญาณ หมายถึง ความรู้แจ้ง คือ รู้แจ้งอารมณ์^{๑๐๐} หมายถึง ความรู้ประเภท ยืนพื้น เป็นฐานและเป็นทางเดินให้แก่นามขันธ์อื่นๆ เกี่ยวข้องกับนามขันธ์อื่นทั้งหมด เป็นทั้ง ความรู้ต้น และความรู้ตาม ที่ว่าเป็นความรู้ต้น คือ เป็นความรู้เริ่มแรก เมื่อเห็น ได้ยิน เป็นต้น (เกิดวิญญาณขึ้น) จึงจะรู้สึกชื่นใจ หรือปีบคั่นใจ (เวทนา) จึงจะกำหนดได้ว่าเป็นนั่นเป็นนี่ (สัญญา) จึงจะจำนงตอบและคิดปรุงแต่งไปต่างๆ (สังขาร) เช่น เห็นท้องฟ้า (วิญญาณ) รู้สึก สบายตาชื่นใจ (เวทนา) หมายถึงว่า ท้องฟ้า สีคราม สดใส ฟ้าสวย ฟ้าบาย (สัญญา) ขอบใจฟ้านั้น อยากเห็นฟ้านั้นได้สบายๆ ชัดเจนและนานๆ ฯลฯ (สังขาร) ที่รู้ตาม คือ รู้ควบไปตามสภาวะของ ขันธ์อื่นๆ^{๑๐๑} เช่น รู้สึกสุขสบาย (เวทนา) ก็รู้ว่าเป็นสุข (วิญญาณ) พึงสังเกตว่า รู้สึกสุข กับรู้ว่าเป็นสุข ไม่เหมือนกัน) รู้สึกปีบคั่นใจไม่สบาย^{๑๐๒} (เวทนา) ก็รู้ว่าเป็นทุกข์ (วิญญาณ) หมายถึงว่า อย่างนี้เป็นสุข อย่างนั้นเป็นทุกข์ (สัญญา) การรู้ไปตามนั้น เมื่อนึกคิดปรุงแต่ง ตั้งเจตน์จำนงไป อย่างไร (สังขาร) ก็ย่อมมีความรู้ควบอยู่พร้อมกันด้วยโดยตลอด กระแสความรู้ยืนพื้นซึ่งเกิด ดับต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลาควบไปกับนามขันธ์อื่นๆ หรือสภาวะทุกอย่างในจิตใจ นี้เรียกว่า วิญญาณ การรู้แจ้งอารมณ์ แบ่งตามทางที่เกิดเป็น ๖ คือ จักขุวิญญาณ โสทวิญญาณ ฆาน วิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณ และมนวิญญาณ (แปลตามแบบว่า ความรู้แจ้งอารมณ์ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ) ตามแนวอภิธรรม เรียกวิญญาณขันธ์ ทั้งหมด ว่า จิต และจำแนกจิตออกไปเป็น ๘๘ หรือ ๑๒๑ ดวง คือ^{๑๐๓}

^{๙๘} อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๓๐๐/๑๕๔, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๐๐/๑๙๗.

^{๙๙} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๕๐/๓๒๔.

^{๑๐๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๑๑.

^{๑๐๑} ชุ.สุ. (ไทย) ๒๕/๔๑/๔๘.

^{๑๐๒} ชุ.สุ. (บาลี) ๒๕/๔๒/๕๖, ชุ.สุ. (ไทย) ๒๕/๔๒/๙๑.

^{๑๐๓} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๘๔/๑๔๒.

(๑) จำแนกตามภูมิ หรือระดับของจิต เป็นกามาวจรจิต ๕๔ รูปาวจรจิต ๑๕ อรูปาวจรจิต ๑๒ โลกุตตรจิต ๘ (แยกพิสดารเป็น ๔๐)

(๒) จำแนกโดยคุณสมบัติเป็น อกุศลจิต ๑๒^{๑๐๔} กุศลจิต ๒๑ (พิสดารเป็น ๓๗) วิบากจิต ๓๖ (พิสดารเป็น ๕๒) กิริยาจิต ๒๐

ขั้น ๕ ตามธรรมดาสัตว์ทั้งหลายมีความยึดถือว่ามีตัวมีตนทั้งสิ้น แต่ความจริงนั้นความเป็นไปต่างๆ เหล่านี้ หาใช่เป็นเรา เป็นเขาไม่ เป็นสภาพของขั้น ๕ ที่ดำเนินไปเท่านั้นชีวิตของมนุษย์เกิดจากองค์ประกอบ ๕ ส่วน หรือที่เรียกว่า เบญจขันธ์ คือ ๑. รูปขันธ์ ส่วนที่เป็นร่างกาย ๒. เวทนาขันธ์ ความรู้สึกต่อสิ่งที่ถูกรับรู้ ๓. สัญญาขันธ์ การจำอารมณ์ ๔. สังขารขันธ์ การปรุงแต่งจิต ๕. วิญญาณ การรู้แจ้งอารมณ์ ซึ่งเกี่ยวเนื่องกับนามขันธ์อื่นๆ ทั้งหมด

๒.๓.๑๑ อุปาทานขันธ์ ๕

ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับอุปาทานขันธ์ ๕ ปรากฏในพระสูตรต้นปิฎก สังยุตตนิกาย ชนธวาวรรค สรุปความได้ว่า อุปาทานขันธ์ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ อันใดอันหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต ปัจจุบัน เป็นภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม หยาบก็ตามละเอียด ทรมก ประณีต ไกลหรือใกล้ ที่ประกอบด้วยอาสวะ เป็นที่ตั้งแห่งอุปาทาน เหล่านี้ เรียกว่า อุปาทานขันธ์ ๕^{๑๐๕}

อุปาทาน หมายถึง “ธรรมที่ยึดติดหรือเป็นเหตุให้ยึดติดอยู่ในอารมณ์อย่างรุนแรง” ตั้งรูปวิเคราะหว่า ภูส อาทิยนตติ อุปาทานา อุปาทาน คือ ธรรมที่ยึดติดอย่างรุนแรง^{๑๐๖} หรือ ภูส ทพฺพลจ อารมณฺณ อาทิยติ เอเตหิตติ อุปาทานานิ. อุปาทาน คือ ธรรมที่เป็นเหตุให้ยึดติดอยู่ในอารมณ์อย่างรุนแรง หรือ ภูส อาทานนติ อุปาทานํ อุปาทาน คือ ธรรมที่ยึดติดหรือเป็นเหตุให้ยึดติดอยู่ในอารมณ์อย่างรุนแรง^{๑๐๗} ความยึดมั่น ความถือมั่นด้วยอำนาจกิเลส ความยึดติดอันเนื่องมาแต่ตัณหา ผูกพันเอาตัวตนเป็นที่ตั้ง ว่าโดยประเภทแล้ว อุปาทาน มี ๔ อย่าง คือ

๑) กามอุปาทาน ความยึดมั่นในกาม คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าใคร่ น่าพอใจ

๒) ทิฏฐูปาทาน (ความยึดมั่นในทิฏฐิ) ความยึดมั่นในทิฏฐิหรือทฤษฎี คือ ความเห็นลัทธิ หรือหลักคำสอนต่างๆ

๓) สิลัปปตูปาทาน (ความยึดมั่นในศีลพรต) ความยึดมั่นในศีลและพรต คือ หลักความประพฤติ ข้อปฏิบัติ แบบแผน ระเบียบ วิธี ขนบธรรมเนียมประเพณี ลัทธิพิธีต่างๆ ถือว่าจะต้องเป็นอย่างนั้นๆ โดยสักว่ากระทำสืบๆ กันมา หรือปฏิบัติตามๆ กันไปอย่างงมงาย หรือโดยนิยมน่าขลัง ว่าศักดิ์สิทธิ์ มิได้เป็นไปด้วยความรู้ความเข้าใจตามหลักความสัมพันธ์แห่งเหตุและผล

^{๑๐๔} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๒๗/๑๓๒.

^{๑๐๕} ส.ข. (ไทย) ๑๗/๙๕-๙๖/๕๘-๖๐.

^{๑๐๖} อภิ.สง.อ. (บาลี) ๑/๙๒.

^{๑๐๗} พ.ป.อ. (บาลี) ๑/๑๕๕/๑๐๓.

๔) อัตตวาทุปาทาน (ความยึดมั่นในวาตะว่ามีอัตตา) ความยึดมั่นในวาตะว่าตัวตน คือ ความถือหรือสำคัญหมายอยู่ในภายในว่า มีตัวตน ที่จะได้ จะเป็น จะมี จะสูญสลาย ถูกบีบ คั้นทำลายหรือเป็นเจ้าของ เป็นนายบังคับบัญชาสิ่งต่างๆ ได้ ไม่มองเห็นสภาวะของสิ่งทั้งปวงอัน รวมทั้งตัวตนว่าเป็นแต่เพียงสิ่งที่ประชุมประกอบกันเข้า เป็นไปตามเหตุปัจจัยทั้งหลายที่มา สัมพันธ์กันล้วนๆ^{๑๐๘} ว่าโดยองค์ธรรม ได้แก่ โลภะ และ ทิฏฐิ และมีพระพุทธรักษาปรากฏใน เชิงการนำอุปาทานชั้นธมาเป็นหลักในการปฏิบัติ^{๑๐๙} ความว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในศาสนานี้ รู้รูปและเหตุเกิดดับของรูป ตามความเป็นจริงว่า นี่เป็นรูป นี่เป็นเหตุเกิดดับของรูป รู้เวทนาและเหตุเกิดดับของเวทนา ตามความเป็นจริงว่า นี่เป็นเวทนา นี่เป็นเหตุเกิดดับของเวทนา รู้สัญญาและเหตุเกิดดับของสัญญา ตามความเป็นจริงว่า นี่เป็นสัญญา นี่เป็นเหตุเกิดดับของสัญญา รู้สังขารและเหตุเกิดดับของสังขาร ตามความเป็นจริงว่า นี่เป็นสังขาร นี่เป็นเหตุเกิดดับของสังขาร รู้วิญญานและเหตุเกิดดับของวิญญาน ตามความเป็นจริงว่า นี่เป็นวิญญาน นี่เป็นเหตุเกิดดับของวิญญาน

เมื่อพิจารณาชั้น ๕ ดังนี้แล้ว ย่อมเห็นธรรมภายในบ้าง เห็นธรรมภายนอกบ้าง เห็นธรรมภายในและภายนอกบ้าง เห็นความเกิดขึ้นในธรรมบ้าง เห็นความเสื่อมในธรรมบ้าง เห็น ทั้งความเกิดขึ้นและความเสื่อมในธรรมบ้าง ย่อมมีสติตั้งมั่นว่า ธรรม คือชั้น ๕ มีอยู่เพียงสักว่ารู้ เพียงสักว่าระลึกเท่านั้น ผู้อันค้นหาและทิจิไม่อาศัยแล้ว และไม่ถือมั่นอะไรๆ ในโลก อย่างนี้แล ภิกษุชื่อว่าเห็นธรรมในธรรม คือ อุปาทานชั้น ๕ อยู่เนืองๆ การเห็นธรรมอยู่เนืองๆ อย่างนี้ย่อม เป็นเหตุทำให้เกิดความเบื่อหน่าย เมื่อเบื่อหน่าย ก็จักคายจากความ กำหนด จึงทำให้ละ ความเห็นผิด ถอนอวิชชา จึงทำให้เกิดความรู้แจ้งในเรื่องของ อุปาทานได้

๒.๔ สรุปท้ายบท

สมาธิ คือความตั้งมั่นของจิต หรือ ภาวะที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนด ภาวะที่จิตมี อารมณ์เป็นหนึ่ง คือการที่จิตแน่วแน่ แนบสนิทอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ส่าย ไม่วอกแวก สมาธิ คือภาวะมีอารมณ์หนึ่งเดียวของกุศลจิต หมายถึงการดำรงจิตและเจตสิกไว้ในอารมณ์ หนึ่งเดียว อย่างเรียบสม่ำเสมอ และด้วยดี หรือแม้แต่แค่จิตตั้งมั่น พร้อมนั้น ทานแสดง สาระสำคัญไว้ ซึ่งขอพูดให้ง่ายว่าสมาธิมีลักษณะไม่ส่ายหรือไม่ฟุ้งซ่าน มีหน้าที่ช่วยให้ระดับ ธรรมที่เกิดรวบรวมตัวกันอยู่ได้ เหมือนน้ำฝนที่ตกลงมาไม่ฟุ้งกระจาย ปรากฏเป็นความสงบ โดยมี ความสุขเป็นปทัฏฐาน (เหตุใกล้) อย่างพิเศษที่จะให้ถึงสมาธิ จิตที่เป็นสมาธินั้นนิ่งแน่ว เหมือนเปลวเทียนในที่ไม่มี ลมกวน ไฟทำงานเผาไหม้ต่อเนื่องไปอย่างสม่ำเสมอ มิใช่หยุดนิ่ง แต่สงบนิ่งแน่ว การปฏิบัติสมาธิ คือ การนำหลักวิชาการมาอธิบายวิธีลงมือปฏิบัติเช่น ชาวพุทธ

^{๑๐๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๕๓๒.

^{๑๐๙} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๓/๒๕๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘.

มักจะถามกันว่า เคยไปปฏิบัติสมาธิตามแนววิปัสสนาหรือเปล่าหรือเคยไปปฏิบัติสมาธิตามแนวสมถะหรือเปล่าซึ่งก็หมายความว่า มีความเข้าใจว่าสมถะต้องแยกจากวิปัสสนา สมาธิมีชื่อเรียกสมาธิสูตรหลายอย่างว่า “สมาธิ” “กรรมฐาน” “การปฏิบัติธรรม” หรือ “การเจริญภาวนา” ก็ได้ แต่โดยรวมก็เป็นวิธีการที่จะทำให้จิตสงบนั้นเองโดยทั่วไปนิยมเรียกการปฏิบัติสมาธิว่า “กรรมฐาน”

สมาธิในพระสูตรได้กล่าวถึงความตั้งมั่นของจิต และการเห็นชัดในความเกิดดับสมาธิในพระพุทธศาสนาเถรวาทมุ่งให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงความจริง ที่เป็นเหตุแห่งการหลุดพ้นจากการยึดเหนี่ยวทั้งปวง สมาธิสูตร จึงเป็นสาระสำคัญในการประพจน์ปฏิบัติ ในการดำรงชีวิต และเป็นหลักธรรมในหมวดต่างที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ เพราะว่าสมาธิเป็นหลักธรรมหนึ่งที่ใหญ่ในหลักธรรมทั้งปวง สมาธิมีความสำคัญต่อหมวดธรรมอื่นๆ ที่มีความเกี่ยวเนื่องต่อกัน และเป็นหลักธรรมที่เป็นประโยชน์ต่อการกระทำในด้านการดำรงชีวิต และในด้านการปฏิบัติกรรมฐาน

สมาธิสูตร จึงเป็นสาระสำคัญในการประพจน์ปฏิบัติ การดำรงชีวิต และเป็นหลักธรรมในหมวดต่างที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ เพราะว่าสมาธิเป็นหลักธรรมหนึ่งที่ใหญ่ในหลักธรรมทั้งปวง สมาธิจึงสามารถเข้ากับหมวดธรรมอื่นๆ ได้และยังมีหมวดธรรมที่เกี่ยวข้องด้วยสมาธิสูตร และสมาธิเป็นหัวข้อธรรมในหมวดธรรมนั้นๆ สมาธิมีความสำคัญต่อหมวดธรรมนั้นๆ ที่มีความเกี่ยวเนื่องต่อกัน และเป็นหลักธรรมที่เป็นประโยชน์ต่อการกระทำในด้านการดำรงชีวิต และในด้านการปฏิบัติกรรมฐาน สมาธิในโพชฌงค์ ๗ คือสมาธิสัมโพชฌงค์เป็นองค์แห่งการรู้แจ้งคือความตั้งมั่น สมาธิที่เป็นโพชฌงค์ คือ ขณิกสมาธิในวิปัสสนาภาวนา เพราะว่าสมถะภาวนาไม่ใช่แนวปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้น วิปัสสนาจึงเป็นแนวปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นคือ มรรค ผล นิพพาน ฉะนั้นสมาธิสัมโพชฌงค์จึงเป็นองค์แห่งการรู้แจ้งสมาธิสามารถจำแนกตามนัยของคัมภีร์ชั้นอรรถกถาออกเป็น ๓ ระดับคือ

๑) ขณิกสมาธิ คือสมาธิชั่วขณะเป็นสมาธิขั้นต้น ซึ่งคนทั่วไปอาจใช้ประโยชน์ในการปฏิบัติหน้าที่ การงานในชีวิตประจำวันให้ได้ผลดี และสามารถใช้เป็นจุดตั้งต้นในการเจริญวิปัสสนาได้

๒) อุปจารสมาธิ คือสมาธิเฉียดๆ หรือ สมาธิจวนจะแน่วแน่ เป็นสมาธิขั้นระงับนิรวณได้ ก่อนที่ จะเข้าสู่ภาวะแห่งฌาน หรือสมาธิในบุพภาคแห่งอัปปนาสมาธิ

๓) อัปปนาสมาธิ คือสมาธิแน่วแน่ หรือสมาธิที่แนบสนิทเป็นสมาธิระดับสูงสุดซึ่งมีในฌานทั้งหลาย ถือว่าเป็นผลสำเร็จที่ต้องการของการเจริญสมาธิ

ดังนั้นสมาธิจึงมีความหมายที่สามารถเข้าใจได้คือ การทำใจให้อยู่กับที่ หรือตั้งมั่นอยู่ในสิ่งที่กำลังทำอยู่ เพื่อให้เกิดความสุขสงบกายและใจ สมาธิเป็นอารมณ์ ความรู้สึก สภาพของจิตและยิ่งไปกว่านั้นสมาธิเป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติวิปัสสนา การปฏิบัติเพื่อบรรลุมรรค คือการหลุดพ้นจะกิเลสทั้งปวง และสมาธิจึงเป็นคำศัพท์ที่สมมติใช้ขึ้น เพื่อสื่อความหมายให้รู้ชัดในการ

สื่อสาร และสมาธิ มีอานิสงส์ ๔ ประการ คือ อยู่เป็นสุขในปัจจุบัน ๑ เสวยอารมณ์ทุกอย่างด้วยความใคร่ครวญ ๑ ได้โลกียอภิญญา ๑ บรรลุมรรคผล ๑

บทที่ ๓

ศึกษาหลักธรรมในสมาธิสูตร

การปฏิบัติวิปัสสนากวาวนาตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นการค้นหาความจริงในตัวเอง คนที่ปฏิบัติเท่านั้นที่เข้าใจ ว่าความจริงที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสสอนนั้น ไม่ใช่สิ่งที่พระพุทธเจ้าสร้างขึ้นด้วยพระองค์เอง แต่เป็นสิ่งที่มียู่ก่อนแล้วในธรรมชาติ เป็นเพียงความจริงที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ หรือที่เข้าไปรู้ เข้าไปสัมผัส ถึงสิ่งที่มีอยู่ และนำมาสอนนำมาบอกความจริง ให้พุทธบริษัทเข้าใจถึงสิ่งที่มีอยู่ ที่เกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติ โดยไม่มีผู้สร้าง แต่มีเหตุปัจจัยให้เกิดขึ้น การปฏิบัตินั้นเป็นเส้นทางให้ผู้ปฏิบัติ เข้าถึงสภาวะธรรม เพื่อรู้ชัดตามความเป็นจริงแห่งการหลุดพ้นจากความทุกข์ ความทุกข์ไม่ทุกข์ไม่สุข เพื่อให้ถึงที่สุดคือ พระนิพพาน ดังนั้นผู้วิจัยจึงกำหนดหัวข้อในการศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากวาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทในครั้งนี้ไว้ดังนี้

๓.๑ ความหมายของวิปัสสนากวาวนา

๓.๒ หลักการปฏิบัติกรรมฐาน

๓.๓ หลักธรรมที่สนับสนุนการเจริญวิปัสสนากวาวนา

๓.๔ อานิสงส์การปฏิบัติวิปัสสนากวาวนา

๓.๕ สรุปท้ายบท

๓.๑ ความหมายของวิปัสสนากวาวนา

การเจริญภาวนาหรือการปฏิบัติกัมมัฏฐาน มีอยู่ ๒ ประการ ๑. สมถภาวนา หรือสมถกัมมัฏฐาน ๒. วิปัสสนากวาวนา หรือวิปัสสนากัมมัฏฐาน คือการครอบบรมจิตให้เกิด ความสงบ ได้แก่ หลักหรือวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสงบทางจิตใจ หรือการทำจิตใจให้เป็นสมาธิความมั่นคง ดังนี้

๓.๑.๑ ความหมายของวิปัสสนาโดยสัททนต์

คำว่า วิปัสสนา (วิ+ทิส เพกขเน+ยุ+อา) วิปัสสนา, ปัญญา, ปัญญา รู้แจ้ง วิวิธีอันจจาทิกสงฆาเรสุปัสสตีติ วิปัสสนา ปัญญา ที่เห็นสภาวะธรรมต่างๆ มีอนิจจลักษณะเป็นต้นในสังขาร ชื่อว่าวิปัสสนา (อาเทศ ทิส ธาตุเป็น ปสฺส, ยุ เป็น อน, ลบสระหน้า). สลยญาเวทยิตนิโรธสมาปตติยา โขคหปติ เทว ธมมา พหุุปการา สมโถ จ วิปัสสนา จ คฤหปติธรรม ๒ อย่างคือสมณะและวิปัสสนามีอุปการะมากต่อสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ^{๗๘}

^{๗๘} พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๒), หน้า ๑๙๗.

๓.๑.๒ ความหมายวิปัสสนาโดยอรรถนัย

วิปัสสนากรรมฐาน ธรรมชาติที่ชื่อว่าวิปัสสนา เพราะอรรถว่า เห็นโดยอาการต่างๆ ด้วยอำนาจลักษณะมือนิจจ ลักษณะเป็นต้น ได้แก่ภาวนาปัญญามือนิจจานุปัสสนา คือ การตามเห็นว่าไม่เที่ยงเป็นต้น ที่ตั้งของกรรม คือ การบาเพ็ญ ของวิปัสสนานั้น หรือวิปัสสนานั้นนั่นเอง เป็นกรรมฐาน เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่าวิปัสสนา^{๗๙}

วิ แปลว่า วิเศษ แฉ่ง โดยประการต่างๆ ปัสสนา แปลว่า หยั่งรู้ หยั่งเห็น เห็นแจ้ง ดังนั้น รวมความแล้ว วิปัสสนา แปลว่า ปัญญาหยั่งรู้ หยั่งเห็น เห็นแจ้งโดยประการๆ ในสภาวะ ลักษณะรูปธรรม และนามธรรม ตามความเป็นจริง ว่า สภาวธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เรา เขา ไม่อยู่ในบังคับบัญชา

วิปัสสนา คือ ปัญญาเห็นแจ้งในอารมณ์ต่างๆ โดยความเป็นรูป-นาม ที่พิเศษออกไป จากบัญญัติ โดยการละทิ้งสัททบัญญัติ อตถบัญญัติเสียสิ้น และเห็นแจ้งในอารมณ์ต่างๆ มีรูปารมณ เป็นต้น โดยอาการไม่งามไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ที่พิเศษนอกออกไป

วิปัสสนากรรมฐาน ธรรมชาติที่ชื่อว่าวิปัสสนา เพราะอรรถว่า เห็นโดยอาการต่างๆ ด้วยอำนาจลักษณะมือนิจจลักษณะเป็นต้น ได้แก่ภาวนาปัญญามือนิจจานุปัสสนา คือ การตามเห็นว่าไม่เที่ยงเป็นต้น ที่ตั้งของกรรม คือ การบาเพ็ญ ของวิปัสสนานั้น หรือวิปัสสนานั้นนั่นเอง เป็นกรรมฐาน เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่าวิปัสสนา

วิปัสสนา แปลว่า การเห็นแจ้ง, ความเห็นวิเศษ, ญาณพิเศษ, ปัญญาเครื่องเห็นแจ้ง วิปัสสนา หมายถึง การรู้แจ้งเห็นจริง ตามสภาวธรรมที่เป็นจริง คือ ปัญญาที่เห็นความจริงของสังขารทั้งปวงว่าตกอยู่ในไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วถอนความยึดมั่นในสังขารเสียได้

วิปัสสนา เป็นชื่อของปัญญา สามารถทำให้เกิดขึ้นได้ด้วยการฝึกอบรมกรรมฐาน^{๘๐} หรือว่า วิปัสสนา หมายความว่า ปัญญาที่พิจารณาเห็นรูปนาม เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา โดยอาการต่างๆ^{๘๑} วิปัสสนา ความเห็นแจ้ง, การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งในสังขารว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อีกอย่างหนึ่ง วิปัสสนา คือ การเจริญปัญญา เข้าไป เห็นแจ้งเป็นพิเศษในสภาวธรรม (รูปนาม) ตามความเป็นจริง คือ เห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่างๆ ที่ปรากฏทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยความไม่เที่ยง (อนิจจะ) เป็นทุกข์ (ทุกขะ) ไม่ใช่ตัวตน (อนัตตา) และไม่สวยงาม (อสุภะ) วิปัสสนา หรือหลักสติปัฏฐาน ๔ มีจุดที่ควรใช้สติคอยกำกับดูแลทั้งหมด ๔ ฐาน คือ ๑. ภายในอริยาบถต่างๆ ๒. เวทนา คือ ความรู้สึกต่างๆ

^{๗๙} พระพรหมมุนี (จันทพรหมโต), *อภิธัมมัตถสังคหบาลี และอภิธัมมัตถ ภาวินีฎีกา ฉบับแปลเป็นไทย*, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๔๒๓.

^{๘๐} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), *พจนานุกรมเพื่อ การศึกษา พุทธศาสน์ อธิบายศัพท์ และแปลความหมาย คำวัดที่ชาวพุทธควรรู้*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา และสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๕๑), หน้า ๙๑๑.

^{๘๑} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดกานสฺสโธเถระ), *วิปัสสนากรรมฐาน ภาค ๑ เล่ม ๑*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๑๗๗.

๓. ภาวะจิตที่เป็นไปต่างๆ ๔. ความตรึงไตร่ตรองการปฏิบัติจึงอยู่บนพื้นฐานของร่างกายและจิตใจ หรือรูปนามชั้น ๕ ในการปฏิบัติ นั้น พระพุทธองค์ได้ทรงวางหลักการปฏิบัติเริ่มจากง่ายไปหายากตามลำดับ คือ เริ่มจากการตั้งสติตามคู้ร่างกาย ซึ่งเป็นสิ่งที่หยาบเห็นได้ง่าย ตลอดจนไปถึงการตั้งสติตามคู้สภาวะธรรมตามลำดับ

๓.๑.๓ ความหมายของภาวนาโดยศัพท์สัทนัย

“ภาวนา” แปลว่า ภาวนา การเจริญ การทำให้มีให้เป็นขึ้น มีศัพท์วิเคราะห์ว่า “ภาเวตีติ ภาวนา” แปลว่า คุณชาติที่ยังกุศลให้มีขึ้น (ภู ธาตุ ในความหมายว่า มี เป็น ยุ ปัจจัย อา อิต, พฤทธิ อู เป็น โอ, แผลง โอ เป็นอาว, ยุ เป็น อน)^{๘๒}

๓.๑.๔ ความหมายภาวนาโดยเนื้อความอรรถนัย

ภาวนาหมายถึงภาวนา การเจริญภาวนาการให้เกิดขึ้นก็ดี (การให้เจริญก็ดี)เจตนาที่ยังกุศลธรรมทั้งหลายให้เจริญก็ดี เรียกว่า ภาวนา อันเขาให้มีให้เกิด หรือการให้เจริญ บุคคลย่อมให้มีย่อมเสพ ย่อม เจริญกุศลธรรมทั้งหลายด้วยคุณชาตินั้น ชื่อว่า ภาวนา^{๘๓}

ภาวนา แปลว่า การเจริญ การอบรม, การทำให้มีให้เป็นขึ้น ภาวนา หมายถึง การทำจิตใจให้สงบ และทำปัญญาให้เกิดขึ้น ด้วยการฝึกฝนอบรมจิตไปตามแบบที่ท่านกำหนดไว้ซึ่งเรียกชื่อไปต่างๆ เช่น การบำเพ็ญกรรมฐาน การทำสมาธิ การเจริญภาวนา แบ่งไว้ ๒ แบบใหญ่ๆ คือ ๑. สมถภาวนา การอบรมใจให้สงบ เรียกว่า จิตตภาวนา ๒. วิปัสสนาภาวนา การอบรมปัญญาให้เกิดขึ้น เรียกว่า ปัญญาภาวนา วิปัสสนา (ความเห็นแจ้ง) ได้แก่ปัญญา^{๘๔}

ภาวนา หมายถึง เจตนาที่ ทำให้กุศลเจริญ หมายความว่า ทำให้กุศล ที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น และทำให้กุศลที่เกิดขึ้นแล้วเจริญ เพิ่มพูนขึ้น ภาวนา คือ สติสังวรการพิจารณาแล้วสังวรในธรรมทั้งปวง ชื่อว่าญาณสังวร อนึ่ง การเห็น การเสพคั่น และการเจริญก็ชื่อว่าญาณสังวร ในธรรมทั้งหลายย่อมหมุนเวียนไป มีคำอธิบายว่า ย่อมถึง ความเกิดขึ้นหรือความดับไปด้วยสภาวะนี้เพราะเหตุนี้ สภาวะนี้ชื่อว่า เป็นเครื่องหมุนเวียน ไปแห่งธรรมทั้งหลาย คำใดที่ควรกล่าวไว้ในบทอุทเทสนี้ว่า “เหตุแห่งการปิดกั้นอาสวะทั้งปวง”^{๘๕} การอบรมในศีล สมาธิ ปัญญา ให้บริสุทธิ์หมดจด ตามความหมายของพระพุทธศาสนา คือ ความพ้นทุกข์ในวิมุตตสภาวะ

^{๘๒} พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๕๘), หน้า ๖๕๓.

^{๘๓} สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, สารานุกรมพระพุทธศาสนาประมวลจากพระนิพนธ์, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๙), หน้า ๖๑๙-๖๑๐.

^{๘๔} ที.ปา.อ. (ไทย) ๑/๓๐๔/๒๖๕.

^{๘๕} ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑๔/๑๐๔.

วิปัสสนาภาวนา การอบรมจิตให้เกิดปัญญา เพื่อการเห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ที่ปรากฏในรูป นาม หรือตาที่เห็นรูป หูฟังเสียง หรือเห็นอาการที่เคลื่อนไหว จิตนึกคิดเป็นต้น วิธีการนี้เป็นวิธีการปฏิบัติให้เข้าถึงซึ่งพระนิพพาน วิปัสสนาญาณทั้งหลายมีการกำหนดนามรูปเป็นต้น^{๘๖} เป็นความรู้แจ้งในสติปัฏฐานทั้ง ๔ คือ ฐานกาย ฐานเวทนา ฐานจิต และฐานธรรม ที่ปรากฏโดยความเป็นสภาวะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา หรือการเพ่งพินิจพิจารณาเห็นธรรม โดยความเป็นพระไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง^{๘๗} ด้วยความไม่มีแก่นสาร บังคับบัญชาใดๆ ไม่ได้ซึ่งจะรู้ได้ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในภาวนาสูตรตามวิธีการเจริญสติปัฏฐานภาวนา

ในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรคได้ให้ความหมายภาวนาไว้ ๔ ประการ คือ

- (๑) ภาวนา เพราะมีความหมายว่าธรรมทั้งหลายที่เกิดในภาวนานั้นไม่ล่วงเลยกัน
- (๒) ภาวนา เพราะมีความหมายว่าอินทรีย์ทั้งหลายมีรสเป็นอย่างเดียวกัน
- (๓) ภาวนา เพราะมีความหมายว่านำความเพียรที่สมควรแก่ธรรมนั้นเข้าไป
- (๔) ภาวนา เพราะมีความหมายว่าปฏิบัติเนื่องๆ^{๘๘}

สรุปได้ดังนี้ วิปัสสนาภาวนา การอบรมจิตให้เกิดปัญญา เพื่อการเห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ที่ปรากฏในรูป นาม หรือกำหนดพิจารณา ๔ ฐาน กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นอารมณ์ให้สติจดจ่ออยู่กับฐานอารมณ์นั้นๆ มิให้พลั้งเผลอเป็นต้น การเจริญวิปัสสนาภาวนาจะต้องมีหลักการปฏิบัติกรรมฐานซึ่งจักได้ศึกษาต่อไป

๓.๒ หลักการปฏิบัติกรรมฐาน

ธรรม ๒ ประการที่ควรเจริญ คือ ๑.สมณะ (การฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิ) ๒.วิปัสสนา (ความเห็นแจ้ง) นี่คือธรรม ๒ ประการที่ควรเจริญ^{๘๙}

พจนานุกรมธรรม ฉบับพุทธทาส ได้ให้ความหมายของกัมมัฏฐานว่า ที่ตั้งแห่งการงาน (ใจ) คืออุบายฝึกใจ และอบรมใจ^{๙๐}

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวไว้ใน พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ว่า กัมมัฏฐาน หมายถึง ที่ตั้งแห่งการงาน อารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งการงานของใจ อุบายทางใจ วิธีฝึกอบรมจิตและเจริญปัญญา^{๙๑} การปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท มีความเชื่อและยอมรับแนวทางการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ตามที่มีปรากฏหลักฐานอยู่ในพระไตรปิฎก

^{๘๖} ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๒/๓๙.

^{๘๗} ส.ม.อ. (ไทย) ๓/๓๗๖/๓๖๒-๓๖๕.

^{๘๘} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๕/๕๙๓.

^{๘๙} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๒/๓๖๙.

^{๙๐} พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), พจนานุกรมธรรม ฉบับพุทธทาส, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๕๔), หน้า ๗.

^{๙๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๒๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พลีพิมพ์, ๒๕๕๖), หน้า ๑๓.

และอรรถกถาว่า เป็นวิธีการปฏิบัติที่ถูกต้องตามคำสอนของพระพุทธเจ้าและสามารถทำให้พุทธบริษัท ได้พัฒนาตนจากระดับปุถุชนธรรมดาเป็นพระอริยบุคคลและจะได้อธิบายการปฏิบัติกรรมฐานต่อไป

๓.๒.๑ การปฏิบัติสมถกรรมฐาน

“สมถะ ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่ ความตั้งมั่น ความไม่ซัดส่าย ความไม่ฟุ้งซ่าน ความที่จิตไม่ซัดส่าย สมถะ สมาธิในทรีย์ สมาธิพละ สัมมาสมาธิในสมัยนั้น นี่ชื่อว่าสมถะที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น”^{๔๒}

พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี) ได้วิเคราะห์คำว่า สมถะไว้ใน พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์ไว้ว่า สมถ หรือ สมถะ ความสงบ “สมาธิ กามฉนฺทสมมติ สมโถ” ธรรมที่ยังความพอใจในกามให้สงบ (สมุ ธาตุในความหมายว่าสงบ ระบุ ๓ ปัจจัย)^{๔๓}

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายสมถะว่าความสงบ แต่ที่ใช้ทั่วไปหมายถึงวิธีทำให้สงบ ขยายความว่า ข้อปฏิบัติต่าง ในการฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ จนตั้งมั่นเป็นสมาธิ ถึงขั้นได้ฌานระดับต่างๆ จุดหมายของสมถะคือ สมาธิ หลักการของสมถะ คือ กำหนดใจไว้กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งเรียกว่าอารมณ์ ให้แน่วแน่มั่นคงอยู่ในสิ่งนั้นสิ่งเดียวเรียกกันว่าจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง หรือจิตมีอารมณ์อันเดียว ความแน่วแน่มั่นคงหรือความตั้งมั่นของจิตนี้เรียกว่า สมาธิ เมื่อสมาธิแนบสนิทเต็มที่แล้ว ก็จะเกิดภาวะจิตที่เรียกว่า ฌาน ซึ่งแบ่งเป็นระดับต่างๆ ระดับที่กำหนดเอารูปธรรมเป็นอารมณ์ เรียกว่า รูปฌาน หรือฌาน มีสี่ขั้น ระดับที่กำหนดเอารูปธรรมเป็นอารมณ์เรียกว่า อรูปฌาน ภาวะของจิตในฌานนั้น เป็นภาวะที่สุขสงบ ผ่องใส ไม่มีความเศร้าหมองขุ่นมัว ไม่มีสิ่งรบกวนให้สะดุดหรือติดขัดอย่างใดๆวิธีฝึกฝนจิตด้วยหลักสมถกรรมฐาน ได้แก่

(๑) วิธีฝึกจิตไม่ให้ลุ่มหลง อยากรูปรู้อย่าง เสียง กลิ่น รส ผัสสะ ที่น่าพอใจ ผู้ปฏิบัติต้องฝึกหัดมองสิ่งที่น่าใคร่ที่น่าพอใจเหล่านี้ว่า เป็นของไม่มีความสวยงามที่แท้จริง ไม่คงทนถาวรอย่างที่เราคิดไว้ เมื่อเราฝึกฝนความคิดมองให้เห็นความจริงเช่นนี้ จิตที่เคยยึดมั่นถือมั่นก็จะค่อยๆ คลายจากความยึดถือน้อยลงไปบ้าง การปล่อยวางจะทำให้ใจสูงขึ้นกว่าเดิม เพราะการฝึกหัดมองให้เห็นความจริง จะทำให้เราได้ประสบกับความจริงด้วยตนเอง

(๒) วิธีฝึกจิตไม่ให้มีความขัดเคือง ไม่มองคนอื่นในแง่ร้าย ผู้ปฏิบัติจะต้องปลุกจิตที่มีแต่เมตตา รู้จักรักผู้อื่น อีกทั้งเพ่งกสิณที่มีสี่อย่าง เช่น สีเขียว (นิลกสิณ) สีเหลือง (พิตทกสิณ) สีแดง (โลหิตกสิณ) สีขาว (โอทาทกสิณ) จะทำให้จิตที่ขบขันขัดเคือง มีปิติ (เอิบอิ่มใจ) โสมนัส (ความยินดี) เพิ่มขึ้น ความโกรธ ความขัดเคืองที่เคยมีมาก่อนก็จะค่อยๆ จางหายไป

^{๔๒} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๔/๓๖.

^{๔๓} พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙. ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์, หน้า ๘๙๔.

(๓) วิธีฝึกจิตไม่ให้ถูกถีนมิทธะอันเป็นภาวะที่จิตง่วงนอนเศร้าซึมเข้าครอบงำผู้ปฏิบัติ ต้องฝึกหัดการกำหนดลมหายใจเข้าหายใจออก (อานาปานสติ) เมื่อฝึกบ่อยๆ จิตใจก็จะเข้มแข็งไม่ง่วงนอน ไม่เศร้าซึม เป็นจิตมีสมาธิเพิ่มขึ้น

(๔) วิธีฝึกจิตไม่ให้ความฟุ้งซ่านรำคาญ ผู้ปฏิบัติต้องฝึกหัดกำหนดลมหายใจเข้าหายใจออก (อานาปานสติ) เช่นเดียวกับผู้ถูกถีนมิทธะเข้าครอบงำ สภาวะจิตที่มีความเข้มแข็งก็จะมีสมาธิมากขึ้น ความฟุ้งซ่านหายไป มีแต่สมาธิเข้ามาแทนที่

(๕) วิธีฝึกจิตไม่ให้ความสงสัย (วิจิกิจฉา) เข้าครอบงำ ผู้ปฏิบัติจะต้องฝึกหัดให้เป็นคนมีเหตุผลตามหลักที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ การที่เราจะพัฒนาความสามารถทางปัญญาตามแบบอย่างของพระพุทธเจ้า ก็จะทำให้เราพบอุปสรรคน้อยลงจนหมดอุปสรรคในที่สด

ดังนั้น ตามหลักพระพุทธศาสนา การที่จิตถูกนิรวณตัวใดตัวหนึ่งในนิรวณ ๕ เข้าครอบงำ ถือว่าจิตถูกรบกวนไม่เป็นสมาธิแล้ว ในความรู้สึกของคนทั่วไป การฝึกสมาธิต้องให้มีสมาธิมากๆ (ขั้นอัปปนาสมาธิ) จึงจะถือได้ว่า ประสบความสำเร็จในการฝึกสมาธิ หากฝึกสมาธิได้เพียงชั่วขณะ (ขณิกสมาธิ) ไม่ถือว่าประสบความสำเร็จ แต่ตามหลักวิปัสสนากัมมัฏฐาน จิตที่เป็นขณิกสมาธิ ก็เป็นพื้นฐานที่สำคัญยิ่งในการพัฒนาวิปัสสนาปัญญา อย่างไรก็ตาม การที่จะใช้หลักสมถกัมมัฏฐาน เป็นเครื่องมือฝึกจิตให้ระงับนิรวณตัวใดตัวหนึ่งหมดในทันทีทันใดนั้นนับว่าเป็นสิ่งที่ทำได้ยากยิ่ง^{๔๔}

อย่างไรก็ตาม ผู้ที่จะปราศจากนิรวณได้ทั้งหมดก็คือ พระอรหันต์ (ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานจนหมดกิเลสแล้ว) เท่านั้น การที่ปุถุชนทั่วไปจะเจริญสมถกัมมัฏฐานไปจนกว่าจะละนิรวณได้ทั้งหมดแล้ว จึงหันไปฝึกวิปัสสนากัมมัฏฐาน นับว่าเป็นสิ่งที่เนิ่นช้าถ่วงเวลาในการปฏิบัติธรรมชั้นสูง สำหรับผู้ใคร่ต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ดังนั้น บุคคลทั่วไป แม้ยังไม่สามารถละนิรวณได้หมดทุกตัว และมีสมาธิชั่วประเดี๋ยวเดียว (ขณิกสมาธิ) ก็สามารถนำสมาธิชนิดนี้ มาเป็นเครื่องมือในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานต่อไปได้ ขณะที่ผู้ปฏิบัติเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานอยู่ หากมีนิรวณตัวใดตัวหนึ่งเข้ามาครอบงำในระหว่างนั้น ผู้ปฏิบัติก็จะสามารถฝึกกำหนดได้ทันที โดยการกำหนดรู้ตามความเป็นจริง จิตก็จะไม่ตกอยู่ในอำนาจของนิรวณเหล่านั้นและเมื่อผู้ปฏิบัติฝึกกำหนดรู้นิรวณ ๕ อยู่บ่อยๆ ก็สามารถเพิ่มความสงบขั้นขณิกสมาธิ เป็นเครื่องมือในการประหาณนิรวณได้ โดยผ่านกระบวนการของวิปัสสนากัมมัฏฐานด้วยเหตุนี้ขณิกสมาธิก็จะเปลี่ยนสภาพเป็นมัคคสมาธิต่อไป

^{๔๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๔๐, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิตภัณณ์, ๒๕๕๗), หน้า ๔๒๔.

๓.๒.๒ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

วิปัสสนากรรมฐาน คือ การฝึกอบรม ปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง^{๙๕} ได้แก่ หลักหรือวิธีปฏิบัติ เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงในชั้น ๕ ว่า เป็นสภาวะที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ทนได้ยาก เป็นสภาวะที่ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เราเขา บังคับ บัญชาไม่ได้ เรียกว่า วิปัสสนา^{๙๖}

พระพรหมคุณาภรณ์ให้ความหมายว่า “วิปัสสนา แปลว่า การเห็นแจ้ง หรือวิธีทำให้เกิดการเห็นแจ้ง หมายความว่า ข้อปฏิบัติต่างๆ ในการฝึกฝนอบรมปัญญาให้เกิดความรู้ชัดสิ่งทั้งหลายตรงต่อสภาวะของมัน คือ ให้เข้าใจตามความเป็นจริง หรือตามสิ่งที่เล่านั้นมันเป็นของมันเอง (ไม่ใช่เห็นตามที่เราวาดภาพให้มันเป็นด้วยความชอบความชัง ความอยากได้ หรือความขัดใจของเรา) รู้แจ้งชัดเข้าใจจริง จนถอนความหลงผิดรู้ผิด และยึดติดในสิ่งทั้งหลายได้ถึงขั้นเปลี่ยนท่าทีต่อโลกและชีวิตใหม่ ทั้งท่าทีแห่งการมอง การรับรู้ การวางจิตใจและความรู้สึกทั้งหลาย^{๙๗}

วิปัสสนา ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรมความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิดความใคร่ครวญปัญญาเหมือนแผ่นดินเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนปฏัก ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศัสตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ความสว่างคือปัญญา แสงสว่างคือปัญญา ปัญญาเหมือนประทีปปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรมสัมมาทิฏฐิ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่าวิปัสสนาที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^{๙๘}

การเจริญวิปัสสนา คือ การเห็นประจักษ์แจ้งพระไตรลักษณ์ในรูปที่เห็นอาการที่เคลื่อนไหวใจที่คิด เป็นต้น หรือการเพ่งพินิจพิจารณาเห็นธรรมโดยความเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง”^{๙๙} ดังนั้นเมื่อนาคา คือ วิปัสสนา + กาวานา มาสมาสกันจึงได้ ความหมายว่า ธรรมชาติเครื่องอบรมปัญญาในการพิจารณาให้เห็นรูปนามชั้น ๕ โดยความไม่เที่ยงเป็นต้น โดยวิธีการต่างๆ หรือธรรมชาติเครื่องอบรมปัญญาในการพิจารณาให้เห็นสภาวะไม่เที่ยงเป็นต้น ซึ่งมีอย่างต่างๆ ในสังขารทั้งหลาย

^{๙๕} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๒/๒๔๒.

^{๙๖} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔/๒๕๖.

^{๙๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, หน้า ๔๒๗.

^{๙๘} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๕/๓๖-๓๗.

^{๙๙} พระครูปลัดสัมพิพัฒน์ธรรมจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี), **สติปัฏฐานกาวานา**, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส, ๒๕๕๖), หน้า ๒๑.

๓.๒.๓ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนา

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น เป็นแนวทางเดียว ที่จะนำผู้ปฏิบัติไปสู่ความหลุดพ้น จากความทุกข์ทั้งปวงได้ การเจริญภาวนา คำว่าเจริญ ได้แก่ ภาวนา (การเจริญ) มี ๔ อย่าง^{๑๐๐} คือ

(๑) สมถปุพพังคมวิปัสสนา วิปฏิบัติมีสมณานำหน้า (เรียกเต็มว่า สมถปุพพังคมวิปัสสนาภาวนา การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณานำหน้า)

(๒) วิปัสสนาปุพพังคมสมณะ สมณะมีวิปัสสนานำหน้า (เรียกเต็มว่า วิปัสสนาปุพพังคมสมณภาวนา) การเจริญสมณะโดยมีวิปัสสนานำหน้า)

(๓) ยุคัณทสมถวิปัสสนา สมณะและวิปัสสนาเข้าคู่กัน (เรียกเต็มว่า สมถวิปัสสนายุคัณทภาวนา การเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่ไปด้วยกัน)

(๔) อัมมัทธัจจวิคคหิตมานัส วิปฏิบัติเมื่อจิตถูกชักให้เข้าด้วยธรรมุัจจ คือ ความฟุ้งซ่านธรรม หรือ ตื่นธรรม (ความเข้าใจผิดยึดเอาผลที่ประสบในระหว่างว่าเป็นมรรคผลนิพพาน)

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในภาวนาสูตรเมื่อปฏิบัติแล้วจิตถูก ชักให้เข้าด้วยธรรมุัจจ คือ ความฟุ้งซ่านธรรม หรือ ตื่นธรรมด้วยวิธีปฏิบัติ ๔ อย่างที่พระอานนท์แสดงมรรค ๔ ผู้ใดก็ตามไม่ว่าจะเป็นภิกษุหรือภิกษุณียอมทำให้แจ้งอรหัตในสำนักของเราด้วยมรรคครบทั้ง ๔ ประการ หรือมรรคใดมรรคหนึ่ง บรรตามรรค ๔ ประการนี้ คือ^{๑๐๑}

(๑) ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญ วิปัสสนามีสมณานำหน้า^{๑๐๒} เมื่อเธอเจริญวิปัสสนามีสมณานำหน้า มรรคยอมเกิด เธอปฏิบัติเจริญทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอปฏิบัติเจริญทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยยอมสิ้นไป

(๒) ภิกษุเจริญสมณะมีวิปัสสนานำหน้า^{๑๐๓} เมื่อเธอเจริญสมณะมีวิปัสสนานำหน้า มรรคยอมเกิดเธอปฏิบัติเจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นเมื่อเธอปฏิบัติเจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยยอมสิ้นไป^{๑๐๔}

(๓) ภิกษุเจริญสมณะ และวิปัสสนาคู่กันไป^{๑๐๕} เมื่อเธอเจริญสมณะและวิปัสสนาคู่กันไป เวลาเจริญอนุปัสสนามีอนิจจานุปัสสนาเป็นต้น กำลังวิปัสสนามีมากยิ่งขึ้น แต่ในขณะที่ (บรรลุมรรคธรรม (ทั้ง ๒) เหล่านั้น เทียมคู่กัน ดำเนินไป เพราะมีสภาวะไม่ล่วงเลยกัน และกัน เพราะเหตุนั้นใน (มรรค) ญาณแม้ทั้ง ๔ ประการนี้ จึงมีความประกอบเสมอกันแห่งพละทั้ง ๒ ประการ (คือสมณะพละและวิปัสสนาพละ)

^{๑๐๐} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓/๔๑๗.

^{๑๐๑} อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๗-๒๓๘.

^{๑๐๒} อง.ทุก.อ. (ไทย) ๒/๑๗๐/๕๓๘.

^{๑๐๓} อง.ทุก.อ. (ไทย) ๒/๑๗๐/๕๓๘.

^{๑๐๔} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๔๑๔.

^{๑๐๕} อง.ทุก.อ. (ไทย) ๒/๑๗๐/๕๓๘.

(๔) ภิกษุมีใจถูกอุทัจจะในธรรมกันไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดแก่เธอ เธอปฏิบัติเจริญทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอปฏิบัติเจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชนได้ อนุสัยย่อมสิ้นไปผู้ใดผู้หนึ่งก็ตามไม่ว่าจะเป็นภิกษุหรือภิกษุณี ย่อมทำให้แจ้งอรหัตตในสำนักของเรา ด้วยมรรคครบทั้ง ๔ ประการ หรือมรรคใดมรรคหนึ่งบรรตามรรค ๔ ประการนี้

ข้อที่ ๑ ภิกษุบางรูปในศาสนานี้ทำสมณะที่เป็นอุปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิให้เกิดขึ้น นี้อธิบายว่าสมณะ พระโยคาวจรนั้นเห็นแจ้งแล้วซึ่งสมาธินั้น และธรรมทั้งหลาย ด้วยสมาธินั้นโดยไตรลักษณ์มีความไม่เที่ยงเป็นต้น นี้อธิบายว่าวิปัสสนาดังนั้น สมณะจึงเกิดก่อน วิปัสสนาเกิดภายหลังเพราะเหตุนี้ จึง ได้ชื่อว่า “ภิกษุเจริญวิปัสสนาอันมีสมณะนำหน้า” เมื่อเจริญวิปัสสนาอันมีสมณะนำหน้า มรรคย่อมเกิด ย่อมเสพเจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค เมื่อ เสพเจริญทำให้มากซึ่งมรรคนั้นอยู่ย่อมละสังโยชนได้ อนุสัยทั้งหลาย ย่อมสิ้นสุดไป พระโยคาวจรชื่อว่าเจริญ วิปัสสนาอันมีสมณะนำหน้า ด้วยอาการอย่างนี้^{๑๐๖}

ข้อที่ ๒ พระโยคาวจรบางรูปในศาสนานี้ไม่ทำสมณะมีประการดังกล่าวแล้วให้เกิดขึ้นย่อมเห็นแจ้งอุปาทานชั้น ๕ โดยเห็นไตรลักษณ์มีความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์และเป็นอนัตตาเป็นต้น นี้อธิบายว่าวิปัสสนาความที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง ย่อมเกิดขึ้นแก่ภิกษุนั้น กำหนดอารมณ์ไปในธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้น เพราะความบริบูรณ์แห่งวิปัสสนานี้อธิบายว่าสมณะดังนั้น วิปัสสนาจึงเกิดก่อน สมณะเกิดภายหลังเพราะเหตุนี้ จึงได้ชื่อว่า “ภิกษุเจริญสมณะอันมีวิปัสสนานำหน้า” เมื่อเสพเจริญสมณะอันมีวิปัสสนานำหน้า มรรค ย่อมเกิด เสพ ฯลฯ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเสพ ฯลฯ ภิกษุย่อมละสังโยชนได้อย่างนี้ อนุสัยย่อมสิ้นไปอย่างนี้ ภิกษุเจริญสมณะมีวิปัสสนานำหน้าอย่างนี้^{๑๐๗}

ข้อที่ ๓ เจริญสมณะและวิปัสสนาคู่กันไป ในปฏิสัมภิทามรรค อธิบายว่า ผู้ปฏิบัติเจริญสมณะ และวิปัสสนาควบคู่กันไปด้วยอาการ ๑๖ อย่าง^{๑๐๘} ตัวอย่างเช่น เมื่อละอุทัจจะจึงมีสมาธิ คือ ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่าน มีนิโรธเป็นอารมณ์ ละอวิชชาได้เกิด วิปัสสนาพิจารณาเห็นตามเป็นจริงมีนิโรธเป็นอารมณ์ อย่างนี้เรียกว่า สมณะ และวิปัสสนาจึงมีรสเป็นอย่างเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเลยกันด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์ ดังนี้ เพราะเหตุนี้ จึงได้ชื่อว่า “ภิกษุเจริญสมณะ และวิปัสสนาคู่กันไปด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์”^{๑๐๙} การเจริญสมณะ วิปัสสนาควบคู่กันไปนี้ มิได้หมายถึงการเจริญพร้อมกันทั้งสอง เพราะไม่สามารถพิจารณาสังขารด้วยจิตเดียวกันกับที่เข้าสมาบัติได้ แต่หมายถึงเข้าสมาบัติถึงไหนก็พิจารณาสังขารถึงนั้น พิจารณาสังขารถึงไหนก็เข้าสมาบัติถึงนั้น คือ ภิกษุเข้าปฐมฌาน ออกจากปฐมฌานนั้นแล้วก็

^{๑๐๖} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒-๓/๔๑๔-๑๑๘.

^{๑๐๗} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๔๑๘-๔๒๐.

^{๑๐๘} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๔๑๘-๔๒๐.

^{๑๐๙} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๑๙-๔๒๓.

พิจารณาสังฆารทั้งหลาย ครั้นพิจารณาสังฆารทั้งหลายแล้ว ก็เข้าทุติยฌาน ครั้นออกจากทุติยฌานนั้นแล้ว ก็พิจารณาสังฆารทั้งหลายอีกครั้งพิจารณาสังฆารทั้งหลายแล้ว ก็เข้าตติยฌาน ฯลฯ ก็เข้าเนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัติ ครั้นออกจากเนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัตินั้น แล้วก็พิจารณาสังฆารทั้งหลาย ภิกษุนี้ชื่อว่าเจริญสมณะ และวิปัสสนาควบคู่กันไป ด้วยอาการอย่างนี้^{๑๑๐}

ข้อที่ ๔ ใจถูกอุทัจจะในธรรมกันไว้ วิธีปฏิบัติในข้อที่ ๔ นี้เป็นทางออกหรือวิธีปฏิบัติเมื่อจิตเขวเพราะความฟุ้งในธรรม การปฏิบัติในวิธีที่ ๔ นี้ ไม่ว่าจะเป็นสมถยานิกหรือวิปัสสนายานิกก็ตามอุทัจจะพหุญาณเกิดขึ้นครั้งแรก วิปัสสนูปกิเลสย่อมเกิดขึ้นแก่นักปฏิบัตินั้น บางครั้ง ผู้ปฏิบัตินั้นอาจสำคัญ ผิดคิดว่าตนเองได้บรรลุมรรคผลแล้วก็ว่าได้^{๑๑๑} ซึ่งการรู้การเข้าใจอย่างนี้เรียกว่า อัมมอุทัจจะ หรือครั้งได้เวลาเหมาะสม เป็นสมาธิสงบสนิทลงได้ในภายใน เต้นชด มรรค ก็เกิดแก่ ผู้ปฏิบัติ และวิธีที่จะให้จิตเป็นสมาธิ ก็ คือ การใช้ปัญญาพิจารณารู้เท่าทัน ถูกอุทัจจะ กล่าว คือ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการในธรรม คือ สมณะและวิปัสสนากันไว้^{๑๑๒} ต้องฉลาดไม่ลุ่มหลงคล้อยตาม จิตไม่หวั่นไหว บริสุทธิน้อมมองมัว กำหนดรู้ความปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามเป็นจริงจิตตภาวนาก็จะไม่คลาดไม่เสื่อมเสียย่อมตั้งอยู่โดยชอบ คือ ย่อมตั้งมั่นด้วยดีการปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวที่พระอานนท์แสดงไว้ ๔ แบบนี้แม้จะเป็นแนวที่พระสาวกแสดงไว้ แต่ก็ทำให้รู้ความจริงในการปฏิบัติว่า ในบรรดากรรมฐานทั้ง ๒ คือสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานนั้น เมื่อบุคคลเริ่มปฏิบัติ บางท่านอาจจะเริ่มที่สมณะก่อน บางท่านอาจจะเริ่มที่วิปัสสนาก่อน แต่บางท่านอาจจะปฏิบัติทั้งสองอย่าง ควบคู่กันไปหรือในการปฏิบัติเมื่อใดควรใช้สมณะก็ใช้สมณะ เมื่อใดควรใช้วิปัสสนาก็ใช้วิปัสสนา บางท่านอาจจะถนัดที่สมณะก็เริ่มสมณะเอาสมณะมาก่อน หรือบางท่านอาจจะถนัดที่วิปัสสนาก็เริ่มที่วิปัสสนาเอาวิปัสสนาการปฏิบัติทั้ง ๔ แบบนี้ เป็นไปตามความถนัด และตามอัธยาศัยเพราะการสร้างสมบารมีมาไม่เหมือนกัน แต่มีจุดมุ่งหมายอย่างเดียวกัน คือ ความล่วงพ้น ความหลุดพ้นจากทุกข์

สรุปได้ดังนี้ การเจริญวิปัสสนาภาวนา ๔ แบบของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาบางท่านปฏิบัติสมณะก่อนแล้วเจริญวิปัสสนาก็ละกิเลสสังโยชน์ บางท่านเจริญวิปัสสนาก่อนแล้วปฏิบัติสมณะ ชื่อว่าวิปัสสนานานาหน้าสมณะ บางท่านก็เจริญสมณะ และวิปัสสนาคู่กันไปเจริญสมณะ และวิปัสสนาควบคู่กันหมายถึงท่านปฏิบัติสมณะเข้าถึงสมาบัติไหนก็พิจารณาสังฆารก็กำหนดพิจารณาสังฆาร ไปด้วย ท่านมีใจถูกอุทัจจะในธรรมกันไว้ จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายในต้องใช้ปัญญา พิจารณารู้เท่าทัน วิปัสสนูปกิเลส ทั้งสมณะ และวิปัสสนากันจึงจะล่วงพ้น

^{๑๑๐} อง.ทุก.อ. (ไทย) ๒/๑๗๐/๕๓๘.

^{๑๑๑} ธนิต อยู่โพธิ์, วิปัสสนานิยามว่า ด้วยทฤษฎี และ การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๑๓๙.

^{๑๑๒} อง.ทุก.อ. (ไทย) ๒/๑๗๐/๕๓๘.

หลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง การจะพ้นจากทุกข์ได้ ต้องปฏิบัติถูกต้องตาม หลักการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ซึ่งจะได้ศึกษาลำดับต่อไป

๓.๒.๔ การเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

การเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ การใช้สติ และปัญญาพิจารณา กำหนดรู้รูป นาม สภาวะธรรมทางกาย เวทนา จิต ธรรม ตามความเป็นจริง จนหยั่งรู้ถึงความเปลี่ยนแปลง แปรปรวนไปของสภาวะธรรมทั้งหลายว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เรา เขา อนึ่ง อาศัยเพียงการฟังธรรมอย่างเดียว ไม่กำหนดรูป นาม ในขณะที่ปัจจุบันย่อมไม่สามารถทำวิปัสสนาญาณให้เกิดขึ้นได้ ซึ่งกล่าวได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนาที่พ้นจากการกำหนดรูป นาม หรือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่พ้นจากหลักสติปัฏฐาน ๔ ไม่มีเลย ในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีตกา ได้สรุปประเด็นเรื่องสติปัฏฐานกับวิปัสสนาว่า “ขึ้นชื่อว่า วิปัสสนาแล้วย่อมไม่แคล้วจากมหาสติปัฏฐานไปได้เลย ไม่องค์ใดก็องค์หนึ่งขององค์ ๔ ในมหาสติปัฏฐานนี้รวมอยู่ด้วย”^{๑๑๓} ซึ่งมีความหมายอีกอย่างว่า มหาสติปัฏฐานนี้ คือ เส้นทางที่พระพุทธองค์และพระอริยสาวกทั้งหลาย ดำเนินไปสู่ความพ้นทุกข์จริง การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐานเป็นได้ทั้งสมถะ และวิปัสสนา คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีอิริยาบถปัพพะ สัมปชัญญะปัพพะ ธาตุมนสิการปัพพะ เป็นวิปัสสนา ส่วนอานาปานปัพพะ ปฏิกูลมนสิการปัพพะ นวสวธิกาปัพพะ ต้องเจริญสมถะเสียก่อนแล้วจึงยกขึ้นสู่วิปัสสนาภายหลัง ส่วนเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นวิปัสสนาล้วน วิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ในหมวดกาย เวทนา จิต และธรรม มีดังนี้

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หลักปฏิบัติว่าด้วยการพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางกาย คือ เอาสติไปตั้งไว้ที่กายในอิริยาบถต่างๆ ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ในพระไตรปิฎกมีพระบาลีรับรองว่า “กายะกายานุปัสสี วิหริตี อาตาปี สมปะชาโน สติมา” แปลว่า “ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณา เห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ” ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้มี ๖ ปัพพะ คือ ๑. อานาปานปัพพะ ๒. อิริยาบถปัพพะ ๓. สัมปชัญญะปัพพะ ๔. ปฏิกูลมนสิการปัพพะ ๕. ธาตุมนสิการปัพพะ ๖. นวสวธิกาปัพพะ ซึ่งเป็นได้ทั้งสมถะและวิปัสสนา ในที่นี้จะนำเสนอเฉพาะหมวดที่เป็นวิปัสสนาล้วน อันได้แก่ อิริยาบถปัพพะ สัมปชัญญะปัพพะและธาตุมนสิการปัพพะดังนี้

๑.๑) อิริยาบถปัพพะ ว่าด้วยวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับอิริยาบถหลัก ๔ ประการ คือ เดิน ยืน นั่ง นอน มีพระพุทธดำรัสตรัสวิธีปฏิบัติไว้ว่า “ปุณจปริ ภิกขเว ภิกขุ คจฺจนโต วา คจฺจามิ ติ ปชานาติ แปลว่า “ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุ เมื่อเดิน ก็รู้ชัดว่า เราเดิน” แม้ใน

^{๑๑๓} ดร.ภักทนต์ อาสภมหาเถระ (ธัมมาจริยะ อัครมหาภิกษุมหาเถระ), ปฐมวิปัสสนาวงศ์ในประเทศไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทอรินทพรินต์ติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๔), หน้า ๒๔๔.

อิริยาบถ คือ ยืน นั่ง และนอน ก็มีพระดำรัสตรัสไว้ในลักษณะเดียวกันนี้ในคัมภีร์อรรถกถา แสดงวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับอิริยาบถหลักไว้ว่า การเดิน ความว่า เดินไปโดยการแผ่ขยายของวาโยธาตุ ที่เกิดจากกิริยาของจิตวาโยธาตุเกิดจากจิต เพราะฉะนั้น ภิกษุนี้ จะรู้ชัด (อิริยาบถ) อย่างนี้ว่า จิต (ความคิด) เกิดขึ้นว่า เราจักเดิน จิตนั้นจะให้วาโยเกิด จะให้การไหววาโยเกิด การเคลื่อนไหวกาย ทั้งหมดไปข้างหน้า โดยการแผ่ขยายของวาโยธาตุอันเกิดจากกิริยาของจิต เรียกว่า การเดิน.^{๑๑๔}

ในการปฏิบัติวิปัสสนา เปรียบเทียบการเดินจกรม ๖ ระยะ^{๑๑๕} โดยท่านวิปัสสนาจารย์กำหนดแบ่งไว้เพื่อสะดวกในการปฏิบัติเป็นขั้นๆ ดังนี้

(๑) ระยะ	กำหนด	ขวาย่างหนอ-ซ้ายย่างหนอ
(๒) ระยะ	กำหนด	ยกหนอ-เหยียบหนอ
(๓) ระยะ	กำหนด	ยกหนอ-ย่างหนอ-เหยียบหนอ
(๔) ระยะ	กำหนด	ยกส้นหนอ-ยกหนอ-ย่างหนอ-เหยียบหนอ
(๕) ระยะ	กำหนด	ยกส้นหนอ-ยกหนอ-ย่างหนอ-ลงหนอ-ถูกหนอ
(๖) ระยะ	กำหนด	ยกส้นหนอ-ยกหนอ-ย่างหนอ-ลงหนอ-ถูกหนอ-กดหนอ ^{๑๑๖}

๑.๒) สัมปชัญญูปพะพะ เป็นหลักปฏิบัติเกี่ยวกับอิริยาบถย่อย ซึ่งเนื่องอยู่กับอิริยาบถหลัก เช่น การก้าวไป การถอยกลับ การแลดู เหลียวดู การคู้ การเหยียด การครอง สังฆาฏิ บาตร จีวร การฉีก การเคี้ยว การถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ เป็นต้น พระพุทธองค์ตรัสวิธีปฏิบัติทุกๆ อิริยาบถที่เคลื่อนไหวทางร่างกาย มีพุทธดำรัสว่า “ปุณณรูป ภิกขเว ภิกขุ อภิกกนเต ปฏิกกนเต สมปะชานการิ โหติ” แปลว่า “ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุ ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ” ในอิริยาบถย่อยๆ อื่น ก็มีพุทธดำรัสตรัสไว้ในลักษณะเดียวกันนี้ ในอรรถกถาได้กล่าวอธิบายไว้ว่า ภิกษุ ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ (ความเป็นผู้รู้พร้อม) ในการก้าวไปข้างหน้า และถอยกลับมาข้างหลัง ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการแลไปข้างหน้า แลเหลียวไปข้างซ้าย ข้างขวา ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการคู้เอวเข้า เหยียดเอวออก ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการกิน ดม เคี้ยว และลิ้ม ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการถ่ายอุจจาระ และปัสสาวะ ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการเดิน ยืน นั่ง หลับ ตื่น พุด และความเป็นผู้หนึ่งอยู่^{๑๑๗}

^{๑๑๔} ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑๕๒/๖๘๕.

^{๑๑๕} พระพุทธโฆสเถระ, **วิสุทธิมรรค**, พิมพ์ครั้งที่ ๖, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมหาราช (อาจ อาสภมหาเถร), (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส, ๒๕๔๘), หน้า ๑๐๓๙.

^{๑๑๖} ธนิต อยู่โพธิ์, **วิปัสสนาญาณ**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๒๘.

^{๑๑๗} ที.ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๗๖/๒๑๒.

ในอรรถกถาอธิบายสัมปชัญญะ มี ๔ ประการ คือ

ประการที่ ๑ ความรู้ที่เกิดจากการพิจารณาว่า มีประโยชน์ หรือไม่มีประโยชน์ เรียกว่า สาทกสัมปชัญญะ

ประการที่ ๒ ความรู้ที่เกิดจากการพิจารณาว่า เป็นสัปปายะ หรือไม่เป็นสัปปายะ เรียกว่า สัปปายสัมปชัญญะ

ประการที่ ๓ ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการพิจารณาว่า อารมณ์นั้นถูกต้อง หรือไม่ถูกต้อง เรียกว่า โจรสัมปชัญญะ

ประการที่ ๔ ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการพิจารณาว่า รู้สึกตัวชัดว่า ไม่หลงลืมในขณะที่ทำ กิจนั้นๆ เรียกว่า อสมโมหสัมปชัญญะ^{๑๑๘}

๑.๓) ธาตุมนสิการปัพพะ เป็นหลักปฏิบัติว่าด้วยวิธีกำหนดพิจารณาเกี่ยวกับ ธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม ดังมีพระพุทธานุญาตว่า “ปุณณปัริ ภิกขเว ภิกขุ อิมเมว กายยถาสถิตยถาปณิหิต ธาตุ โส ปจจเวกขติ อตถิอิมสมิ กายเ ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุติ”^{๑๑๙} แปลว่า “ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุ พิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า ในกายนี้มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่”

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้อธิบายไว้ในหนังสือมหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่ พระนิพพาน มีความว่า ธาตุ ๔ เหล่านี้ บางแห่งเรียกว่า มหาภูตรูป คือ รูปใหญ่โตปรากฏชัด แปลว่า รูปที่ใหญ่โตโดยรูปร่าง และปรากฏชัดโดยลักษณะ เพราะวัตถุสิ่งของทั้งสิ้นประกอบขึ้น จากรูปเหล่านี้ ซึ่งมีลักษณะเฉพาะตนเด่นชัดกล่าว คือ

(๑) ปฐวีธาตุ	ธาตุดิน	มีลักษณะแข็ง หรืออ่อน
(๒) อาโปธาตุ	ธาตุน้ำ	มีลักษณะไหล หรือเกาะกุม
(๓) เตโชธาตุ	ธาตุไฟ	มีลักษณะเย็น หรือร้อน
(๔) วาโยธาตุ	ธาตุลม	มีลักษณะหย่อน หรือตึง ^{๑๒๐}

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทาง เวทนาเมื่อปฏิบัติไปชั่วระยะหนึ่ง ถ้าเกิดเวทนา คือ อาการเจ็บปวดก็ให้กำหนดด้วยสติว่า ขณะนี้ เวทนาได้เกิดขึ้นแล้ว ให้ใช้สติพิจารณาจุดที่เจ็บปวดนั้น กำหนดในใจว่า “ปวดหนอ” หรือ “เจ็บหนอ” ตามสมภาวะที่ปรากฏ การเกิดเวทนามีวิธีกำหนดรู้ การพิจารณาเวทนาให้ละเอียดออกอีก เป็น ๕ อย่าง คือ ๑. สุขเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นสุขทางกาย ๒. ทุกขเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นทุกข์

^{๑๑๘} ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๑๑๙} ที่.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๘/๓๒๖, ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๗.

^{๑๒๐} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๑๘๘.

ทางกาย ๓. โสมนัสเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นสุขทางใจ ๔. โทมนัสเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางใจ ๕. อุเบกขาเวทนา คือ ไม่สุข ไม่ทุกข์ รู้สึกเฉยๆ

คัมภีร์พระอภิธรรมอธิบาย การพิจารณาเวทนา ๙ อย่าง คือ^{๑๒๑} เวทนาที่อิงกามคุณ (สามีสสุข) หมายถึง ความพอใจ และไม่พอใจกับกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส กำหนดสติว่า คิดหนอๆ การที่ความคิดเกิดขึ้นก็เพราะจิตจะนึกถึงความบกพร่องของตนเองจึง คิดลักษณะเช่นนี้ ควรเตือนจิตของตนว่า สิ่งทีล่วงมาแล้ว อย่าได้เก็บเอามาคิด สิ่งที่ยังมาไม่ถึงก็ อย่าคิด ขอให้ใช้สติกำหนดอยู่กับปัจจุบันให้ดีที่สุด โดยพิจารณาเห็นในจิตเนื่องๆ ดังนั้นการปฏิบัติ ในข้อนี้ก็เพื่อจะกำจัดซึ่งความเห็นว่าเป็นของเที่ยง หรือบรรเทาเสียซึ่งความเที่ยงที่จะเข้าไปยึด ไปถือความเที่ยงนั้น ไม่ว่าจะเป็นความเปลี่ยนแปลงอันใดที่เกิดขึ้นในชีวิต ผู้ปฏิบัติจะได้มอง ความเปลี่ยนแปลงนั้น โดยไม่รู้สึกเสียใจอะไร จะอย่างไรก็ได้ เพราะพิจารณาแล้วว่า ในชีวิตของ คนเราย่อมมีความเปลี่ยนแปลง แล้วก็มองดูด้วยสติว่า มันเป็นอย่างนี้เอง การกำหนดต้นจิต เป็นการกำหนดรู้นามที่เป็นใหญ่ในกองสังขาร ซึ่งทำหน้าที่สั่งการควบคุมพฤติกรรมทั้งหมดของรูป เพื่อให้โยคีบุคคลรู้เท่าทันจิตที่ต้องการเปลี่ยนจากอิริยาบถหนึ่งไปสู่อีกอิริยาบถหนึ่ง ใจจะโน้ม ว่าต้องการขึ้นมาก่อน เช่น จิตอยากจะรู้ ก็กำหนด “อยากจะรู้หนอๆ” จิตอยากจะเดินก็ กำหนด “อยากจะเดินหนอๆ” เป็นต้น ให้กำหนด ๓ ครั้ง เพื่อให้เกิดความชัดเจนมากยิ่งขึ้น ถ้ากำหนดครั้ง หรือสองครั้งก็น้อยไป หากกำหนดเกิน ๓ ครั้งก็มากเกินไป ทำให้เสียเวลา คำว่า “อยาก” ในที่นี้มีได้สื่อความหมายที่เป็นต้นหา แต่เป็นความต้องการที่ประกอบด้วยกุศลเป็น ความพอใจที่จะบำเพ็ญภาวนากุศลในการปฏิบัติธรรม แต่อย่างไรก็ตาม ผู้ปฏิบัติจะเริ่มฝึกการ กำหนดต้นจิต เมื่อสมาธิเริ่มแก่กล้าเห็น รูป-นาม เริ่มปรากฏชัด กล่าวคือ สามารถแยกgrupแยก นามได้ว่า รูปก็อย่างหนึ่ง นามก็อย่างหนึ่ง เมื่อโยคีมีจิตที่ว่องไวจึงสามารถกำหนดต้นจิตได้

(๑) สุขเวทนา คือ ความรู้สึกทางกาย ได้แก่ ความสบายกาย ความโล่งเป็น ต้นผู้ปฏิบัติตากำหนดรู้สุขเวทนาว่า “สบายหนอ” “โล่งหนอ” ตามความเป็นจริงย่อมรู้ชัดว่ามี เพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่มีเรา ของเรา

(๒) ทุกขเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางกาย ได้แก่ ความเจ็บ ปวด เมื่อย ชา คัน ร้อน เย็น จุกเสียด เหนื่อย เป็นต้น ผู้ปฏิบัติตามกำหนดรู้ทุกข์เวทนาว่า “เจ็บหนอ” “ปวดหนอ” “เมื่อยหนอ” “ชาหนอ” “คันหนอ” “ร้อนหนอ” “เย็นหนอ” “จุกหนอ” “เสียด หนอ” “เหนื่อยหนอ” ตามความเป็นจริงย่อมรู้ชัดว่า มีเพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่มีเรา ของเรา

(๓) อุเบกขาเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นกลาง ไม่สุข ไม่ทุกข์ เมื่ออุเบกขาเวทนา เกิดขึ้น ก็รู้ว่าไม่สุขไม่ทุกข์ คือ เฉยๆ ผู้ปฏิบัติตามกำหนดรู้ “เฉยหนอ”

^{๑๒๑} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๓/๓๑๐.

พระพุทธองค์ตรัสการเจริญเวทนานุปัสสนาว่า อธิ ภิกขเว ภิกขุสุโข วา เวทนโน เวทยามโน สุขี เวทนโน เวทยามิตติ ปชานาติ. ทุกโข วา เวทนโน เวทยามโน ทุกโข เวทนโน เวทยามิตติ ปชานาติ. อทุกขมสุขี วา เวทนโน เวทยามโน อทุกขมสุขี เวทนโน เวทยามิตติ ปชานาติ.^{๑๒๒} “ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เมื่อเสวยสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนา เมื่อเสวยทุกขเวทนา ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกขเวทนา เมื่อเสวยอทุกขมสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า เราเสวยอทุกขมสุขเวทนา” การพิจารณาเวทนามี ๓ อย่าง คือ^{๑๒๓} เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางเวทนาเมื่อปฏิบัติไปชั่วระยะหนึ่ง ถ้าเกิดเวทนา คืออาการปวด เจ็บ ก็ให้กำหนดด้วยสติว่า ขณะนี้เวทนา ได้เกิดขึ้นแล้ว ให้ใช้สติพิจารณาจุดที่เจ็บปวดนั้น กำหนดในใจว่า “ปวดหนอ” หรือ “เจ็บหนอ” ตามสภาวะที่ปรากฏ การเกิดเวทนามีวิธีกำหนดรู้ดังต่อไปนี้

- (๑) ถ้ามีความสุข ก็ให้กำหนด คือ ใช้สติระลึกว่า “สุขหนอ”
- (๒) ถ้าเสวยทุกข์ หรือไม่สบาย ก็ใช้สติกำหนดว่า “ปวดหนอ” หรือ “ไม่สบายหนอ”
- (๓) ถ้าเฉยๆ ไม่ทุกข์ ไม่สุข ให้ใช้สติกำหนดว่า “เฉยหนอ”
- (๔) ถ้าสุขเจือด้วยอามิส คือ รูป เสียง กลิ่น รส การถูกต้อง หรือสุขในทางใจ อันเนื่องด้วยกามคุณทั้ง ๕ สุขทางใดทางหนึ่งก็ให้กำหนดว่า “สุขหนอ”
- (๕) นิรามิส วา สุขี วา เมื่อเกิดความรู้สึกได้รับความสุขจากการปฏิบัติธรรมอย่างเดียว ที่ไม่เจือด้วยอามิส คือ กามคุณก็ให้กำหนดว่า “สุขหนอ”
- (๖) สมมิส วา ทุกโข วา เมื่อรู้รสของทุกขเวทนาอันเนื่องมาจากกามคุณ มีรูป เสียง เป็นต้น ก็กำหนดว่า “ไม่สบายหนอ”
- (๗) นิรามิส วา ทุกโข วา จิตที่รู้ชัดว่า บัดนี้ เรารู้ทุกขเวทนา ไม่มีอามิสอันเกิดจากกิเลสที่มีอยู่ในใจ หรืออกุศลธรรมที่เกิดกับใจก็ให้กำหนดว่า “ทุกข์หนอ”
- (๘) สามิส วา อทุกขมทุกโข วา เมื่อรู้ว่าไม่ทุกข์ และไม่สุขในกามคุณก็ให้กำหนดว่า “เฉยหนอ”
- (๙) นิรามิส วา อทุกขมสุขี วา เมื่อรู้รส ไม่สุข ไม่ทุกข์ ไม่อิงกามคุณก็ให้กำหนดว่า “เฉยหนอ”

การกำหนดรู้เวทนานี้ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาต้องมีความอดทนค่อนข้างมาก เพราะถ้ามีความอดทนน้อยคอยเปลี่ยนอิริยาบถอยู่บ่อยๆ จะทำให้เสียสมาธิมาก ถ้าทนไม่ไหวจริงๆ ก็ควรกำหนด เวลาในการนั่งให้น้อยลง และค่อยๆ เพิ่มไปที่ละ ๑๐,๒๐,๓๐ นาที เมื่อครบตามเวลาที่ตั้งใจไว้แล้วก็ให้เปลี่ยนอิริยาบถไปเดินจงกรม เมื่อเดินจงกรมครบตามกำหนดเวลาก็กลับมานั่งพยายามเดิน นั่งสลับกัน ไม่ควรจะเดิน หรือนั่งอย่างเดียว เพราะจะทำให้อิริยาบถ หรืออินทรีย์ ๕ ไม่สม่ำเสมอ ถ้าเป็นไปได้ควรเดิน และนั่งให้เท่าๆ กันไปตั้งแต่เริ่มต้น การตามกำหนดรู้เวทนานี้ นับเนื่องในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จะวางใจอย่างไรในเมื่อต้องเผชิญหน้ากับทุกขเวทนา

^{๑๒๒} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๘๘/๓๒๘-๓๒๙, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

^{๑๒๓} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๗๐/๓๐๒-๓๐๓.

ผู้ปฏิบัติต้องวางใจให้เป็นกลาง อย่าไปอยากให้หาย อย่าไปอยากเอาชนะ อย่าไปอยากรู้ว่ามันจะดับ หรือไม่ดับอย่างไร ให้ทำหน้าที่เพียงแค่การเฝ้าดูอย่างมีสติเท่านั้น วิธีการกำหนดเวณามีอยู่ ๓ ประการ คือ

ประการที่ ๑ การกำหนดแบบเผชิญหน้า คือ ตั้งใจกำหนดแบบไม่ทอดถอนใจเป็นตาย โดยเอาจิตไปจดจ่ออาการปวดจีกลงไปบริเวณที่ซึ่งกำลังปวดมากที่สุด วิธีนี้ผู้ปฏิบัติจะค่อนข้าง เหน็ดเหนื่อย เพราะต้องใช้พลังจิตอย่างทุ่มเท และจดจ่อมากที่สุด แต่ก็มีประโยชน์ในการหยั่งเห็น ทุกลักษณะอย่างพิเศษของเวทนาได้เร็ว

ประการที่ ๒ การกำหนดสู่แบบกองโจร คือ ตั้งใจกำหนดแบบจุใจในตอนแรกๆ พอรู้สึกว่าการปวดความเพียรมีน้อย ก็ถอยออกมาเตรียมความพร้อมใหม่ เมื่อพร้อมแล้วก็เข้าไปกำหนดอีกครั้งหนึ่ง เช่น ขณะกำหนดปวดอยู่นั้น ความปวดกลับทวีความรุนแรงมากขึ้นจนไม่สามารถทนไหว จึงหยุดกำหนดรู้อาการปวด แต่เปลี่ยนไปกำหนดรู้อาการพอง-ยุบ หรืออารมณ์อื่นๆ แทนแต่ยังไม่ถึงขั้นที่ต้องเปลี่ยนอิริยาบถไปยืน หรือเดินในขณะนั้น

ประการที่ ๓ การกำหนดสู่แบบถอยทัพ หรือสังเกตการณ์ คือ เมื่อรู้สึกว่าการปวด หรือเจ็บมากก็ได้ไปกำหนดตอกย้ำลงไปอีก เพียงแต่กำหนดรู้ด้วยสติปัญญาอยู่เฉยๆ เช่น กำหนดว่าปวดหนอๆ เจ็บหนอๆ เมื่อยหนอๆ ชาหนอๆ หรือรู้หนอๆ เป็นต้น ไม่แน่น หรือย่ำ อุปมาเหมือนทหารที่เฝ้าดูข้าศึกอยู่บนที่สูง หรือหอสังเกตการณ์ ไม่ได้ทำการสู้รบกับข้าศึกแต่ประการใด เพียงแต่เฝ้าสังเกตการณ์เคลื่อนไหวของข้าศึกเท่านั้น^{๑๒๔}

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

พระพุทธองค์ตรัสว่า จิตเต จิตตานุปัสสี วิหริตี อาตปปี สมปชาโน สติมา วินิยโย โลเกอภิชมาโทมนสสุ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ กำจัดอภิชมา และโทมนัสในโลกเสียได้^{๑๒๕} ซึ่งหมายถึง สติตั้งมั่นพิจารณาเนื่องๆ ซึ่งจิต คือ วิญญาณขันธ์มี ๑๖ ประการ ได้แก่

- (๑) เมื่อจิตมีราคะเกิดขึ้น ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีราคะ
- (๒) เมื่อจิตปราศจากราคะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากราคะ
- (๓) เมื่อจิตมีโทสะเกิดขึ้น ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีโทสะ
- (๔) เมื่อจิตปราศจากโทสะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโทสะ
- (๕) เมื่อจิตมีโมหะเกิดขึ้น ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีโมหะ
- (๖) เมื่อจิตปราศจากโมหะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโมหะ
- (๗) เมื่อจิตหดหู่ และทอดถอนใจ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตหดหู่ และทอดถอนใจ
- (๘) เมื่อจิตฟุ้งซ่าน ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตฟุ้งซ่าน
- (๙) เมื่อจิตเป็นมหัคคตะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตเป็นมหัคคตะ

^{๑๒๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๒๕๒.

^{๑๒๕} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๑/๑๐๓, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๗/๑๐๒.

- (๑๐) เมื่อจิตไม่เป็นมหัคคตะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ
- (๑๑) เมื่อจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า (สอตุตรจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่าจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า
- (๑๒) เมื่อจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า (อนุตตรจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่าจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
- (๑๓) เมื่อจิตสงบแล้ว (สมาหิตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตสงบ
- (๑๔) เมื่อจิตไม่สงบ (อสมาหิตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่สงบ
- (๑๕) เมื่อจิตพ้นจากกิเลสแล้ว (วิมุตตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่าจิตพ้นจากกิเลส
- (๑๖) เมื่อจิตไม่พ้นจากกิเลส (อวิมุตตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่พ้นจากกิเลส^{๑๒๖}

การตามกำหนดรู้จิต ที่คิณ้อมไปหา หรือรับอารมณ์ในที่ไกล หรือใกล้ นักปฏิบัติควรเอาใจใส่เป็นพิเศษ เพราะการกำหนดรู้จิตนั้น เป็นของละเอียดอ่อนมาก ถ้ากำหนดไม่ถูกวิธี บางครั้ง ทำให้สับสน และฟุ้งซ่านมากขึ้น ประกอบกับอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด และอาการอื่นตึง ของศีรษะได้ด้วย อันเป็นปัญหา และอุปสรรคของนักปฏิบัติบางท่าน ที่ขาดความเข้าใจในเรื่องการปฏิบัติด้วยวิธีกำหนดรู้แบบนี้อย่างถูกต้อง ก่อนการกำหนดตนนักปฏิบัติต้องวางใจให้เป็นปกติเสมือนหนึ่งไม่มีอะไรเกิดขึ้นมาก่อน เพราะเมื่อไม่มีสภาวะลักษณะอย่างนี้ ใจเราก็เป็นปกติ ไม่มีชอบ หรือชัง แต่พอสภาวะนี้เข้ามาทำให้ใจเราเสียความเป็นปกติไป ฉะนั้น การกำหนดต้องดูด้วยสติปัญญาให้รู้ตามความจริงที่เกิดขึ้น ไม่ต้อง ไปคิดปรุงแต่ง หรือใส่ข้อมูลอื่นใดเข้าไปอีก ขอให้กำหนดรู้อย่างเดียว มันเกิดอะไร คิดอะไร ก็ให้กำหนดรู้ไปตามนั้น เพราะเรามีหน้าที่กำหนดรู้ตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้น เพื่อให้เข้าถึงความจริง หรือรู้เท่าทันความเป็นจริงที่เกิดขึ้น จนสามารถถอนอุปาทานความยึดมั่น ถือนั่นลงได้ เราไม่มีหน้าที่คิด แต่จิตมีหน้าที่คิด เรามีหน้าที่กำหนดรู้ ก็ให้ดูไปตามนั้น อย่าไปสร้างสิ่งใหม่ให้เป็นปัญหาแก่ตัวเอง

๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เป็นหลักธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาว่าด้วย การสติตั้งมั่นพิจารณาเนืองๆ ซึ่งธรรม ๕ หมวด คือ นิเวธ ๕ ชั้น ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔^{๑๒๗} ธัมมานุปัสสนาเป็นการกำหนดรู้สภาวะอารมณ์ว่าเป็นเพียงสภาวะธรรม พระพุทธองค์ตรัสว่า “ธมเมสุ ธมมานุปัสสี วิหริตี อาตาปี สมปะชาโน สติมา วิเนยโยโลกเกอภิชมาโทมนสสุ”^{๑๒๘} มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ กำจัดอกุศล และโทมนัสในโลกเสียได้

^{๑๒๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

^{๑๒๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒-๔๓๐/๓๑๖-๓๓๘.

^{๑๒๘} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๑/๑๐๓, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๗/๑๐๒.

๔.๑) นิรณ ๕ นิรณธรรมธรรมเป็นเครื่องกัน หรือห้าม ไม่ให้บรรลुकุศลธรรม มีฌาน เป็นต้น ซึ่งมีสภาวะธรรมดังนี้ ๑. กามฉันทนิรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกันไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ ความพอใจในกามคุณอารมณ์ ๒. พยาบาทนิรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกันไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ การผูกพยาบาทของล้าจของผลาญผู้อื่น ๓. ถีนมิทนิรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกันไม่ให้บรรลुकุศลธรรม มีอาการหดหู่ และท้อถอยต่ออารมณ์ (ง่วงเหงา หาวนอน) ๔. อุทธัจจกุกกัจฉนิรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกันไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ ความฟุ้งซ่าน และรำคาญในอารมณ์ (ใจตั้งอยู่ไม่ได้) ๕. วิจิกิจฉานิรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกันไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ ความสงสัย ลังเลใจ ในสิ่งที่ควรเชื่อ (มีพระรัตนตรัย เป็นต้น)^{๑๒๙}

วิธีการกำหนดนิรณ ๕ ประการ คือ

ประการที่ ๑ วิธีกำหนดกามฉันทะ ความทะยานอยากในกามมีกัฐัด ไม่มีกัฐัด จะเกิดหรือละด้วยเหตุใดก็รู้ ความยินดีพอใจในกาม ชอบใจ รูปสวย เสียงเพราะ กลิ่นหอม รสอร่อย สัมผัสนุ่มเป็นต้น ให้กำหนดเห็นหนอ ชอบหนอ จิตย่อมถูกกามฉันทะครอบงำ เหมือนสีที่ผสมอยู่ในน้ำ

ประการที่ ๒ พยาบาท ความอาฆาต พยาบาทจองเวร คิดร้าย ถ้ามีกัฐัด ไม่มีกัฐัด เกิดละด้วยเหตุใดก็รู้ ไม่เกิดกัฐัด โกรธหนอ เคืองหนอ พยาบาทเหมือนน้ำดَّمَที่เดือดพล่าน

ประการที่ ๓ ถีนะมิทชะ ความง่วงงัว หดหู่ ง่วงซึม มีอยู่กัฐัด ไม่มีกัฐัด เกิดขึ้นหรือละด้วยเหตุใดก็รู้ ไม่เกิดกัฐัด กำหนดง่วงหนอๆ เหมือนน้ำที่มีจอกแค้นปกคลุมอยู่

ประการที่ ๔ อุทธัจจะกุกกัจจะ ความฟุ้งซ่าน ร้อนใจ มีอยู่กัฐัด ไม่มีกัฐัด เกิดขึ้นหรือละด้วยเหตุใดก็รู้ไม่เกิดกัฐัด กำหนดว่าคิดหนอๆ เหมือนน้ำที่ลมพัดเป็นละลอกคลื่น

ประการที่ ๕ วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัยไม่ตกลงใจ มีอยู่กัฐัด ไม่มีกัฐัด เกิดขึ้นหรือละด้วย เหตุใดก็รู้ ไม่เกิดกัฐัด กำหนดว่าสงสัยหนอๆ เหมือนน้ำในที่มืดผสมด้วยโคลนตม^{๑๓๐}

ทุกๆ อารมณ์ของนิรณ ๕ ที่เกิดขึ้น หรือไม่ กัฐัดจะกำหนดชอบหนอๆ โกรธหนอๆ หรือ สงสัยหนอๆ กำหนดรู้ให้ต่อเนื่องนิรณต่างๆ จะไม่สามารถกางกันจิตสมาธิได้ในวิปัสสนา แต่จะเป็นสภาวะธรรมที่เป็นกุศลฝ่ายดีบริสุทธิ์ผ่องใสแก่จิตเกิดขึ้น เมื่อเอาสติเข้าไปกำหนดนิรณ อย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว ก็ควรละทิ้งนิรณนั้นเสีย แล้วเอาสติกลับมากำหนด พองหนอ ยุบหนอ ต่อไป เพื่อจะกำจัดเสียซึ่งความมีตัวตน เรา เขา สัตว์ บุคคล ความจริงแล้วมีแต่รูป มีแต่นาม เท่านั้น

๔.๒) ชั้น ๕ คำว่า “ชั้น” แปลว่า กอง, หมวด, หมู่, ประชุม, กลุ่ม มี ๕ อย่าง ซึ่งเป็นอารมณ์ของอุปาทาน ฉะนั้น จึงเรียกว่า อุปาทานชั้น ๕ คือ ๑. รูปชั้น ได้แก่ รูป ๒๘ ๒. เวทนาชั้น ได้แก่ เวทนาเจตสิก ๑ ดวง ๓. สัญญาชั้น ได้แก่ สัญญาเจตสิก ๑ ดวง

^{๑๒๙} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๓๕/๓๐๑, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๙๔๑/๕๕๕.

^{๑๓๐} พระโสมณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๒๘๑.

๔. สังขารชั้นได้แก่ เจตสิกที่เหลือ ๕๐ ดวง ๕. วิญญาณชั้นได้แก่ จิต ๘๙ หรือ ๑๒๑ ดวง

วิธีกำหนดรู้ชั้น ๕ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้ ๑. รูปชั้น กองรูป คือ รูปร่างของมนุษย์ และสัตว์มี ๒๘ แบ่งเป็น รูปที่เป็นใหญ่ ๔ ให้กำหนดเห็นหนอๆ และรูปที่อาศัยมหาภูตรูปเกิด ๒๔ ความเกิด ความดับแห่งรูป ขณะเห็นรูป ๒. เวทนาชั้น กองเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นสุข หรือ เป็นทุกข์ หรือรู้สึกเฉยๆ ความเกิดและดับแห่งเวทนาปรากฏขณะเห็นรูปรู้สึกดีใจ เสียใจ กำหนด ดีใจหนอๆ เสียใจหนอๆ ๓. สัญญาชั้น กองสัญญา คือ ความจำได้หมายรู้ ความเกิด ความดับ ของสัญญาย่อมปรากฏขณะรู้สิ่งที่เห็น กำหนดรู้หนอๆ ๔. สังขารชั้น กองสังขาร คือ ความปรุง แต่งจิต เป็นสภาพที่เกิดกับใจ ปรุงแต่งใจให้ดีบ้าง ชั่วบ้าง หรือไม่ดีไม่ชั่ว ความเกิดแห่งสังขาร ความดับของสังขาร ปรากฏขณะสัมผัสผัสสะ ขณะกระทบรูป กำหนดรู้ว่า รู้หนอๆ ๕. วิญญาณ ชั้น กองวิญญาณ ได้แก่ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ หรือรับอารมณ์อยู่เสมอความเกิด และดับแห่ง วิญญาณปรากฏในขณะที่รู้เห็น เจตนาปรากฏ ตั้งใจ พอใจ กำหนดรู้ว่า รู้หนอๆ^{๑๓๑}

๔.๓) आयตนะมี ๑๒ आयตนะ คือ ที่ต่อ ที่เชื่อมรูปนาม ได้แก่ आयตนะ ๑๒ ว่าด้วยการตั้งสติกำหนดพิจารณา आयตนะภายใน ๖ आयตนะภายนอก ๖ คือ

อายตนะภายใน ๖	อายตนะภายนอก ๖
(๑) จักขวยตนะ	(๑) รูปายตนะ
(๒) โสตายตนะ	(๒) สัททายตนะ
(๓) ชานายตนะ	(๓) คันธายตนะ
(๔) ชิวหายตนะ	(๔) รสอายตนะ
(๕) กายายตนะ	(๕) โผฏฐัพพายตนะ
(๖) มนายตนะ	(๖) ัมมายตนะ ^{๑๓๒}

อายตนะ ๑๒ ว่าด้วยการตั้งสติกำหนดพิจารณา आयตนะภายใน ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กายใจ และอายตนะภายนอก ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ัมมารมณ์ สักแต่ว่า อายตนะเป็นที่ ต่อของชีวิต (คือระหว่างรูปกับรูป หรือระหว่างรูปกับนาม ให้ติดต่อกันเกิดความรู้ทางใจขึ้นได้) และ เป็นที่ไหลมาของบุญ และบาป ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา เป็นเพียงปรมัตถธรรม คือ ชั้น อายตนะ ธาตุ สัจจะ เท่านั้น^{๑๓๓} โดยมีวิธีการกำหนดรู้ตามนี้

๔.๔) โพชฌงค์ ๗ คือธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ หรือองค์ของผู้ตรัสรู้ มี ๗ อย่าง ๑. สติสัมโพชฌงค์ ความระลึกได้ สำนึกพร้อมอยู่ ใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับเรื่อง ๒. ัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ความเพินธรรม ความสอดส่องสืบค้นธรรม ๓. วิริยสัมโพชฌงค์

^{๑๓๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: สือตะวัน, ๒๕๔๕), หน้า ๑๖๒.

^{๑๓๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙.

^{๑๓๓} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔-๓๐๕/๒๕๕.

ความเพียร ๔. ปิตีสัมโพชฌงค์ ความอัมใจ ๕. ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ความสงบกายใจ ๖. สมาธิสัมโพชฌงค์ ความมีใจตั้งมั่น จิตแน่วในอารมณ์ ๗. อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ความมีใจเป็นกลาง เพราะเห็นตามเป็นจริงว่าด้วยการกำหนดรู้หลักธรรม มีหลักการดังนี้ พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเจริญโพชฌงค์ ๗ ประการ เมื่อทำให้มากย่อมโน้มไปสู่นิพพาน โอนไปสู่นิพพานอย่างนี้แล”^{๑๓๔} ส่วนคำว่า “โพชฌงค์” แปลว่าองค์คุณของผู้ตรัสรู้ หรือผู้จะตรัสรู้ องค์ประกอบแห่งการตรัสรู้ และเป็นธรรมซึ่งอยู่ฝ่ายตรงข้ามกับ นิวรณ์ ๕ ดังพุทธพจน์ว่า “เมื่อเธอเจริญโพชฌงค์ ๗ ประการนี้อยู่ จิตย่อมหลุดพ้นจากกามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะ เมื่อจิตหลุดพ้นแล้วก็รู้ว่า “หลุดพ้นแล้ว” รู้ชัดว่า “ชาติสิ้นแล้ว” อยู่จนพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่น เพื่อความเป็นอยู่อย่างนี้อีกต่อไป”^{๑๓๕} พึงพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ ๗ อย่างนี้^{๑๓๖} จะได้ศึกษาความจริงอย่างประเสริฐ คือ อริยสัจ ๔ สืบต่อไป

๔.๕) อริยสัจ ๔ การเจริญวิปัสสนาภาวนา ว่าด้วยการกำหนดรู้ อริยสัจ ๔ ซึ่งในวิสุทธิมรรคอธิบายว่า อริยสัจ ๔ จะลดออกเสียข้อใดข้อหนึ่งก็ได้ อริยสัจ ๔ ประการนี้จะเป็นส่วนเกินก็หาไม่มีหรืออริยสัจ ๔ ประการนี้ แม้จะพึงลดออกเสียก็ดีหาไม่มี “สมณะหรือพราหมณ์ก็ตามในโลกนี้ จะพึงมากล่าวว่า นี่ไม่ใช่ทุกขอริยสัจ ทุกขอริยสัจ เป็นอย่างอื่น ข้าพเจ้าจักยกเลิกทุกขอริยสัจนี้เสียแล้วบัญญัติทุกขอริยสัจอื่น (ขึ้นใหม่) นี่ไม่มีทางเป็นไปได้” เป็นต้น^{๑๓๗} คือ ๑. ทุกขอริยสัจ ๒. ทุกขสมุทัยอริยสัจ ๓. ทุกขนิโรธอริยสัจ ๔. ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ ดังข้อความที่ตรัสว่า อริยสัจ ๔ ประการนี้แลเป็นของแท้อย่างนั้นไม่คลาดเคลื่อนไปได้ ไม่กลายเป็นอย่างอื่น เรียกว่าอริยสัจเป็นอริยะในโลกพร้อมทั้งเทวโลกทั้งในหมู่ประชาชนพร้อมทั้งสมณะและพราหมณ์ พร้อมทั้งเทพ และมนุษย์ฉะนั้นจึงเรียก อริยสัจ^{๑๓๘} ในการกำหนดรู้ อริยสัจ ๔ ดังนี้

(๑) ทุกขอริยสัจ สิ่งที่ควรกำหนดรู้เรียกว่าอริยสัจ (อริยสัจจานิ) เพราะเป็นธรรมที่พระอริยะทั้งหลายแห่งตลอด ดังที่ตรัสว่า “อริยสัจ ๔ ประการนี้แลหรืออริยสัจ ๔ ประการที่พระอริยะทั้งหลายย่อมแห่งตลอดซึ่ง สัจจะเหล่านี้ เพราะเหตุนี้ สัจจะทั้งหลายนี้ จึงเรียกว่าอริยสัจ”^{๑๓๙} ทรงจำแนกทุกขในอริยสัจ ไว้อย่างละเอียด ๑๒ ประการ คือ ๑. ความเกิด ๒. ความแก่ ๓. ความตาย ๔. ความเศร้าโศกเสียใจ ๕. ความพิโรธพิน ร้องไห้คร่ำครวญ ๖. ความไม่สบายกาย ๗. ความไม่สบายใจ ๘. ความคับแค้นใจ ๙. ความประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก ๑๐. ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก ๑๑. ความไม่สมปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้นตาม

^{๑๓๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๕๘-๒๘๙/๑๙๙.

^{๑๓๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๘๖/๑๑๙.

^{๑๓๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๑-๓๒๓.

^{๑๓๗} วิสุทธิ. (ไทย) ๒/๕๓๕/๑๘๕-๑๘๖.

^{๑๓๘} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๙๘/๖๑๐.

^{๑๓๙} วิสุทธิ. (ไทย) ๒/๕๓๑/๑๘๒.

ปรารภ ๑๒. โดยย่ออุปาทานชั้น ๕ เป็นทุกข์^{๑๔๐} อริยสัจ ๔ นี้ทรงชี้ให้เห็นต้นเหตุของทุกข์ คือ การเกิด เพราะเมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องประสบกับความทุกข์ เช่น ความร้อน ความหนาว ความเย็น ความหิว ความกระหาย เป็นต้น พระสารีบุตรกล่าวว่า การเกิดเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ การไม่เกิดเป็นเหตุให้เกิดสุข เมื่อมีการเกิด ทุกข์นี้เป็นอันพึงหวังได้ เมื่อไม่มีการเกิด สุขนี้เป็นอันพึงหวังได้ คือ ความไม่หนาว ไม่ร้อน ไม่หิว ไม่กระหาย ไม่ต้องปวดอุจจาระ ไม่ต้องปวดปัสสาวะ เมื่อไม่มีการเกิด สุขนี้เป็นอันพึงหวังได้^{๑๔๑}

(๒) ทุกขสมุทัยอริยสัจ ความเกิดขึ้น แห่งทุกขสมุทัย (ทุกขสมุทยสมภโว) ต้นเหตุแห่งทุกข์ทั้งปวง ได้แก่ตัณหา ๓ คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา อันเป็นต้นเหตุ แห่งทุกข์ทั้งปวงได้แก่ตัณหา ๓ อย่างคือ ๑. กามตัณหา ความทะยานอยากในกามคุณ ๒. ภวตัณหา ความทะยานอยากในภพ ๓. วิภวตัณหา ความทะยานอยากให้พ้นจากภพ เป็นต้น ตัว ตัณหาเป็นต้นเหตุที่ทำให้เกิดชั้น ๕ วนเวียนอยู่ในทุกข์ไม่รู้จบ ทั้งนี้เพราะมีอวิชชาเป็นมูลเหตุ ความรู้สึก ที่หลงรัก หลงพอใจ ในชั้น ๕ เมื่อได้รู้แจ้งความจริง เมื่อนั้นจะเกิดศรัทธามีความ เพียร และสติสัมปชัญญะอย่างแรงกล้าในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่จะละทุกขสมุทยอริยสัจ^{๑๔๒} ให้หมดสิ้นไปถึงที่สุดแห่งทุกข์ทั้งปวง

(๓) ทุกขนิโรธอริยสัจ ความดับทุกข์ ทุกขนิโรธ (ทุกขนิโรธ) ที่เรียกว่า ทุกขนิโรธ เพราะเป็นปัจจัยแก่ความดับ คือ ความไม่เกิดขึ้นแห่งทุกข์ภาวะที่เข้าถึง เพื่อกำจัดอวิชชา สำรอกตัณหาสิ้นไป โดยไม่ถูกตัณหาทะยานอยากฉุดลากไป ไม่ถูกบีบคั้นด้วยความรู้สึกกระวน กระวายความเบื่อหน่ายไม่ยึดมั่น ละอุปาทาน หลุดพ้นเป็นอิสระ ประสบความสุข สงบที่ สมบูรณ์ ปลอดโปร่งโล่งเบา ผ่องใสเบิกบานเรียกว่า ทุกขนิโรธอริยสัจ^{๑๔๓}

(๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์คือ อริยมรรคมีองค์ ๘

๓.๓ หลักธรรมที่สนับสนุนการเจริญวิปัสสนาภาวนา

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทรง พระองค์ทรงมุ่งที่จะ สอนให้พุทธบริษัท มีหลักธรรมเป็นที่พึ่งทางใจ และแนวทางการประพฤติปฏิบัติ เพื่อความรู้ชัด เห็นจริงในสภาวะธรรม เพื่อความหลุดพ้นจากกองทุกข์ทั้งปวง ธรรมที่เป็นหลักในการเจริญ วิปัสสนาภาวนา คือ โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ แบ่งเป็น ๗ หมวดดังนี้

- | | |
|-----------------|--------------|
| ๑. สติปัฏฐาน ๔ | ๕. พละ ๕ |
| ๒. สัมมัปปธาน ๔ | ๖. โพชฌงค์ ๗ |

^{๑๔๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๙๙/๓๒๘.

^{๑๔๑} อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๕/๑๔๔.

^{๑๔๒} ดุรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๐/๓๒๙-๓๓๑.

^{๑๔๓} ดุรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๑/๓๓๒-๓๓๔.

๓. อธิบาย ๔

๗. อริยมรรคมีองค์ ๘

๔. อินทรีย์ ๕

๓.๓.๑. สติปัฏฐาน ๔

สติปัฏฐานมาจาก“สติ” คือ การระลึกรู้ “ปัฏฐาน” คือ เข้าไปตั้งไว้ หมายถึง การระลึกรู้ของสติโดยมีสติในที่นี้ควรรู้ชัด รู้แจ้งในสภาวะที่เกิดขึ้นในการพิจารณา กาย เวทนา จิตและธรรมสติปัฏฐาน แปลว่า ธรรมอันเป็นที่ตั้งของสติ หรือมีสติเป็นประธานในการปฏิบัติ เพราะการเจริญ สติปัฏฐาน นั้น มิใช่มีเพียงสติอย่างเดียว มีธรรมอื่นประกอบไปด้วยอันได้แก่ วิริยะ และปัญญา เป็นทางเอกสายเดียว เพื่อให้เหล่าสัตว์ทั้งหลายดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุมรรค ผล เพื่อทำให้รู้แจ้งนิพพาน ดังปรากฏในพระสูตรต้นตปิฎก สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ว่า “ภิกษุทั้งหลายทางที่ให้ถึงอสังขตธรรม คือ สติปัฏฐาน ๔”^{๑๔๔} กล่าวคือ การเจริญ ภavanaคือการเจริญสติตามที่ตั้ง ของอารมณ์ของจิตคือ กาย เวทนา จิต ธรรมเป็น หนทาง แห่งความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ และ ความสิ้นโมหะ เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติสมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้อธิบายความหมายสติปัฏฐาน ไว้ว่า สติปัฏฐาน มีความหมาย ๓ ประการ คือ ๑. ที่ตั้งของสติ หมายถึง อารมณ์ของสติ ๔ ประเภท อันได้แก่ กอรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม ๒. สภาวะที่พึงตั้ง ไว้ด้วยสติ หมายถึง การล่วง ความยินดียินร้าย ๓. สติที่เข้าไปตั้ง ไว้ หรือ สติที่ตั้งไว้มั่น

พจนานุกรมพุทธศาสน์ให้ความหมายสติปัฏฐาน ว่า “สติปัฏฐาน” แปลว่า ธรรม เป็นที่ตั้งแห่งสติ ข้อปฏิบัติมีสติเป็นประธาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติกำกับดูสิ่งต่างๆ และความเป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตาม สภาวะของมันไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ทำให้มองเห็นเพี้ยนไปตามอำนาจกิเลส มี ๔ อย่าง คือ ๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณา กาย การมีสติกำกับดูรู้เท่าทัน กาย และเรื่องทางกาย ๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา การมีสติ กำกับดูรู้เท่าทัน เวทนา ๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันจิตหรือสภาพและอาการของจิต ๔. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การมีสติ กำหนดพิจารณาธรรม การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันธรรม เรียกสั้นๆ ว่า กาย เวทนา จิต ธรรมซึ่งเป็นตัวเกาะอารมณ์ของจิตนั่นเอง

สรุปได้ดังนี้ พระพุทธเจ้าทรงแสดงหลัก การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในภavanaสูตร โดยสอนให้ภิกษุเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ คือ พิจารณาเห็นกายในกาย พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา พิจารณาเห็นจิตในจิต เห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ การทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับในการแลดู

^{๑๔๔} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๗๐/๔๕๐.

การเหยียวนุ ในการคู้เข้า การเหยียดออก ในการครองสังฆาฏิ บาตร และจีวร ในการฉน การดื่ม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระ การปัสสาวะ ทำความรู้สึกรู้ตัวในการยืน การเดิน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง เป็นผู้ที่มีสติสัมปชัญญะอยู่การเจริญสติปัฏฐานเป็นการปฏิบัติ เพื่อให้มีความรู้เท่าทันในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น เห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ระลึกรู้ สภาวะธรรมปัจจุบัน คือ กาย เวทนา จิต ธรรม มีปัญญารู้เท่าทันตรงตามเป็นจริงขณะปัจจุบัน มีสติตามดูกำหนดอารมณ์ที่ปรากฏ ให้ทันกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ทำให้เกิดปัญญาเห็น ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไปของสิ่งทั้งหลายการมีสติปรากฏอยู่ ก็เพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น ไม่อาศัยด้วยตัณหา และทิฏฐิ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลก

๓.๓.๒ สัมมปปธาน ๔

เป็นองค์ธรรมที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดญาณ เป็นเรื่องของความเพียร ๔ หรือ สัมมาวายามะ ได้แก่ความพยายามในทางที่ชอบ ซึ่งเป็นการปฏิบัติในขั้นของจิตใจ คือในส่วน ของจิตตสิกขา ในข้อธรรมนี้ได้แสดงไว้เป็น ๔ อย่าง ดังนี้

(๑) สังวรปธาน คำว่า สังวร แปลว่า สำรวม ระวัง และคำว่าปธาน แปลว่า เพียร พากเพียร ตั้งใจ ดังนั้นคำว่า สังวรปธาน จึงหมายถึงเพียรระวัง ในที่นี้คือการสำรวมระวัง เมื่อตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้ลิ้มรส กายได้ถูกต้องโภกฐัพพะ ใจได้รู้ธรรม อารมณ์ ไม่ให้บาปธรรมหรืออกุศลธรรมเกิดขึ้นภายในจิตใจ สังวรปธาน เป็นธรรมเครื่องกำจัด ความเกียจคร้าน สนับสนุนกำลังกาย ใจให้เข้มแข็งอดทน

(๒) ปหานปธาน หมายถึงเพียรละ บาปธรรมหรืออกุศลธรรมมีกามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก และอกุศลธรรมอื่นๆ ที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดสิ้นไปเสีย

(๓) ภาวนापธาน หมายถึงเพียรสร้าง หรือเพียรเจริญ ในกุศลธรรมหรือ ความดี เช่นกุศลกรรมบถ ๑๐ ความไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง และโพชฌงค์ ๗ มี สติ ธรรมวิจย วิริยะ ปิติ ปัสสทธิ สมาธิ อุเบกขา ให้เกิดขึ้น

(๔) อนุรักษนาปธาน หมายถึงเพียรรักษา และส่งเสริมในกุศลธรรม หรือ ความดีที่เกิดขึ้นแล้วในจิตใจ คอยถนอมสมาธิที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่น และกระทำในความดีให้ เจริญออกงามไพบูลย์ยิ่งขึ้นไป

๓.๓.๓ อิทธิบาท ๔

อิทธิบาท ๔เป็นศัพท์ในพุทธศาสนา หมายถึง ฐานหรือหนทางสู่ความสำเร็จ หรือ คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ คุณเครื่องสำเร็จสมประสงค์ ทางแห่งความสำเร็จ คุณธรรมที่นำไปสู่ ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย มี ๔ ประการ คือ

ฉันทะ (ความพอใจ) คือ ความต้องการที่จะทำ ใฝ่ใจรักจะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอและปรารถนาจะทำให้ ได้ผลดียิ่งๆขึ้นไป

ภิกษุทั้งหลาย เราได้มีความคิดอย่างนี้ว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมเจริญ อิทธิบาท

อันประกอบด้วยฉันทสมาธิและปธานสังขาร ดังนี้ ว่าฉันทะของเราจักไม่ย่อหย่อนเกินไป ไม่ต้องประคองเกินไป ไม่หตฺหุในภายใน ไม่ฟุ้งซ่านไปในภายนอก และเธอมีความสำคัญในเบื้องหลัง และเบื้องหน้าอยู่ว่า เบื้องหน้าฉันทใด เบื้องหลังก็ฉันทนั้น เบื้องหลังฉันทใด เบื้องหน้าก็ฉันท นั้น เบื้องล่างฉันทใด เบื้องบนก็ฉันทนั้น เบื้องบนฉันทใด เบื้องล่างก็ฉันทนั้น กลางวันฉันทใด กลางคืนก็ฉันทนั้น กลางคืนฉันทใด กลางวันก็ฉันทนั้น เธอมีใจเปิดเผย ไม่มีอะไรหุ้มห่อ อบรม จิตใจให้สว่างอยู่^{๑๔๕}

วิริยะ (ความเพียร) คือ ขยันหมั่นประกอบสิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็ง อดทน เอาธุระไม่ทอดทิ้ง เจริญอุทฺธิบาทที่ประกอบด้วยวิริยสมาธิปธานสังขารดังนี้ว่าวิริยะของเราจักไม่ย่อหย่อนนัก ไม่ต้องประคับประคองเกินไปไม่หตฺหุในภายใน ไม่ซ่านไปในภายนอก และมีความหมายรู้ว่าเบื้องหน้าและเบื้องหลังอยู่ คือ มีความหมายรู้ว่า เบื้องหลังเหมือนเบื้องหน้า เบื้องหน้าเหมือนเบื้องหลัง เบื้องบนเหมือนเบื้องล่าง เบื้องล่างเหมือนเบื้องบน กลางคืนเหมือนกลางวันกลางวันเหมือนกลางคืน มีใจสัจจ ไม่มีเครื่องร้อยรัด อบรมจิตให้สว่างอยู่^{๑๔๖}

จิตตะ (ความคิด) คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำ และทำสิ่งนั้นด้วยความคิด เอาจิตฝึกฝนไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไป เจริญอุทฺธิบาทที่ประกอบด้วยจิตตสมาธิปธานสังขารดังนี้ว่าจิตของเราจักไม่ย่อหย่อนนัก ไม่ต้องประคับประคองเกินไปไม่หตฺหุในภายใน ไม่ซ่านไปในภายนอก และมีความหมายรู้ว่าเบื้องหน้าและเบื้องหลังอยู่ คือ มีความหมายรู้ว่าเบื้องหลังเหมือนเบื้องหน้า เบื้องหน้าเหมือนเบื้องหลัง เบื้องบนเหมือนเบื้องล่าง เบื้องล่างเหมือนเบื้องบน กลางคืนเหมือนกลางวัน กลางวันเหมือนกลางคืน มีใจสัจจ ไม่มีเครื่องร้อยรัด อบรมจิตให้สว่างอยู่^{๑๔๗}

วิมังสา (ความไตร่ตรอง หรือ ทดลอง) คือ หมั่นใช้ปัญญา พิจารณาใคร่ครวญ ตรวจหาเหตุผล และตรวจสอบข้อยิ่งหย่อนในสิ่งที่ทำนั้น มีการวางแผน วัตถุประสงค์ คัดค้นวิธีแก้ไข ปรับปรุง เป็นต้น เจริญอุทฺธิบาทที่ประกอบด้วยวิมังสาสมาธิปธานสังขารดังนี้ว่าวิมังสาของเราจักไม่ย่อหย่อนนัก ไม่ต้องประคับประคองเกินไปไม่หตฺหุในภายใน ไม่ซ่านไปในภายนอก และมีความหมายรู้ว่าเบื้องหน้าและเบื้องหลังอยู่ คือ มีความหมายรู้ว่าเบื้องหลังเหมือนเบื้องหน้า เบื้องหน้าเหมือนเบื้องหลัง เบื้องบนเหมือนเบื้องล่าง เบื้องล่างเหมือนเบื้องบน กลางคืนเหมือนกลางวันกลางวันเหมือนกลางคืน มีใจสัจจ ไม่มีเครื่องร้อยรัด อบรมจิตให้สว่างอยู่^{๑๔๘}

๓.๓.๔ อินทรีย์ ๕

ในสังยุตตนิกายมหาราวรรคพระพุทฺธเจ้าตรัสจำแนกอินทรีย์ไว้ ๕ ประการ คือ
๑. สัทอินทรีย์ อินทรีย์ คือ ศรัทธา ๒. วิริยอินทรีย์อินทรีย์ คือ วิริยะ ๓. สตินทรีย์ อินทรีย์ คือ สติ

^{๑๔๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๒๓/๓๙๑.

^{๑๔๖} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๒๓/๓๙๑.

^{๑๔๗} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๒๓/๓๙๒.

^{๑๔๘} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๒๓/๓๙๒.

๔. สมาธิในทริย อินทริย คือ สมาธิ ๕. ปัญญาในทริยอินทริย คือ ปัญญา^{๑๔๙} ดังมีรายละเอียดองค์ธรรมของอินทริย ๕ ดังต่อไปนี้ คือ

(๑) สัทธินทริย พระไตรปิฎก ในอินทริยสังยุต กล่าวถึงสัทธินทริย (อินทริย คือ ศรัทธา) มีความหมาย คือ ความเชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ดัง พระพุทธพจน์ว่า

อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีศรัทธา เชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของตถาคตว่า “แม้เพราะเหตุนี้พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ เพียบพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เสด็จไปดีแล้ว รู้แจ้งโลก เป็นสารถีฝึกผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยมเป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระผู้มีพระภาค ” นี้เรียกว่า สัทธินทริย^{๑๕๐}

จากพระพุทธพจน์ข้างต้นนี้ ชี้ให้เห็นว่า สัทธินทริย คือ ศรัทธาที่มีความเชื่อมั่นในพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้ามี ๙ ประการ และนอกจากศรัทธาเชื่อมั่นคุณของพระพุทธเจ้าแล้ว ยังเชื่อมั่นคุณของพระธรรมว่า พระธรรมเป็นทางแห่งการหลุดพ้นจากสังสารวัฏ เชื่อมั่นคุณของพระสงฆ์ว่า พระอริยสงฆ์เป็นผู้บรรลुธรรมในพระพุทธ ศาสนา เชื่อมั่นว่า กรรม และผลของกรรมมีจริง คือ เชื่อว่ากรรมที่เราทำไว้ จะเป็นเหตุส่งผลในอนาคตอย่างแท้จริง ความเชื่อเรื่องกรรม และผลของกรรมจัดเป็นความเชื่อเรื่องภพนี้ ภพหน้า ถึงแม้ว่าเราไม่สามารถจากความได้ว่าภพก่อน เคยเกิดเป็นอะไร จำไม่ได้ว่าภพก่อน มีจริงหรือไม่ภพหน้าก็ยังไม่เห็น ยังไม่ได้ไปสัมผัส แต่ความเชื่อเรื่องกรรม และผลของกรรมก็ส่งผลให้เราเชื่อภพก่อน และภพหน้า

ศรัทธาเป็นความเชื่อมั่นในฐานะ ๕ ประการ คือ พระพุทธคุณ พระธรรมคุณพระสังฆคุณ กรรม และผลกรรม และอาการปรากฏของศรัทธา คือ ความไม่ขุ่นมัว หมายความว่าอาการของศรัทธาในขณะทาหน้าที่ เช่น ระลึกถึงพระพุทธคุณ เป็นต้น จิตจะไม่ขุ่น มัวด้วยเหตุอย่างใดอย่างหนึ่ง ดังนั้นโดยทั่วไปศรัทธามี ๒ ประการคือ ๑. ปกติศรัทธา ศรัทธาโดยทั่วไป ๒. ภาวนาศรัทธาศรัทธาในการอบรมจิต

ปกติศรัทธา เป็นศรัทธาที่เชื่อมั่นเลื่อมใสตามธรรมดา โดยเชื่อว่า คุณของพระพุทธเจ้าพระธรรม และพระสงฆ์มีจริง เชื่อว่ากรรมและผลกรรมมีจริง แล้วให้ทานหรือรักษาศีล ตามสมควรศรัทธาประเภทนี้ เรียกว่า ศรัทธาปกติ ซึ่งยังไม่บริสุทธิ์จากกิเลส เพราะว่าเป็นศรัทธาที่มีความหลงเจือปนอยู่บ้าง ยังมีกิเลสเหล่านั้นแทรกซ้อนอยู่ด้วย

ภาวนาศรัทธา เป็นศรัทธาที่เข้าถึงความเป็นใหญ่อย่างแท้จริง เพราะจะทาให้จิตหมดจดจากกิเลส ไม่ขุ่นมัว ในขณะทีอบรมจิต เจริญศรัทธาเหตุใกล้ของศรัทธาคือ ฐานะทีควรเลื่อมใส พระอรธกถาจารย์อธิบายไว้ว่า “สทฺเธยวตฺถุปทฺถฐานานา มีเหตุใกล้ คือ สิ่งทีควรเลื่อมใสใน (ปุณนิยวตฺถุ)” มีสิ่งทีควรเลื่อมใสอีก คือ ฐานะ ๕ ประการ อันได้แก่ พระพุทธคุณ

^{๑๔๙} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๗๑/๒๘๒.

^{๑๕๐} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๗๙-๔๘๐/๒๘๗-๒๙๐.

พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ กรรม และผลกรรม สิ่งเหล่านี้เป็นเหตุเกิดของศรัทธา เช่น พระพุทธเจ้าทรงสอนให้พุทธบริษัทมีความเชื่อมั่นในสัพพัญญุตญาณของพระเจ้าว่า พระองค์เป็นผู้ตรัสรู้ธรรมอย่างแท้จริง เมื่อสาวกมีความเชื่อมั่นเลื่อมใสอย่างนี้ ก็จะตั้งใจปฏิบัติตามคาสอน และเห็นผลตามสมควรแก่ความเพียรของตนมีพระพุทธพจน์ว่า สทฺธายตฺรติโธหํอุปมาเท นอนฺณววิริเยน ทุกขมจฺเจติ ปญาย ปริสุชฺชติ.บุคคลย่อมข้ามโอชะด้วยศรัทธา ข้ามมหรณพด้วยความไม่ประมาท ล่วงพ้นทุกข์ได้ด้วยความเพียร และหมดจดได้ด้วยปัญญา^{๑๕๑}

(๒) วิริยินทรีย์ ในอินทริยสังยุต ปรากฏความหมาย วิริยินทรีย์ (อินทริย คือ วิริยะ)^{๑๕๒} ว่า ความเพียรเพื่อละอกุศลธรรมเข้าถึงกุศลธรรม ดังพระพุทธพจน์ว่าคือ อริยสาวก ในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ปรารภความเพียรปรารภความเพียร ในที่นี้ หมายถึง ประคองความเพียรทางกาย และใจไว้ เพื่อละอกุศลธรรมเข้าถึงกุศลธรรม มีความเข้มแข็ง มีความบากบั่นมั่นคง ไม่ทอดธุระในกุศลธรรมอยู่นี้เรียกว่า วิริยินทรีย์^{๑๕๓} ความเพียรเพื่อละอกุศลธรรมเข้าถึงกุศลธรรม มีสภาพแห่งความเข้มแข็ง ความบากบั่นมั่นคง ไม่ทอดธุระในกุศลธรรม หรือเป็นสภาพที่มีการประคองความเพียร ทางกาย และใจไว้หรือมีกำลังของความเพียรอยู่^{๑๕๔}

ในคัมภีร์พระอภิธรรมได้ให้ความหมาย วิริยินทรีย์ไว้ว่า “การปรารภความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวาย ความพยายาม ความอดุสาหะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความมุ่งมั่นอย่างไม่ทอดทิ้ง ความไม่ทอดทิ้งฉันทะ ความไม่ทอดทิ้งธุระ ความเอาใจใส่ธุระ วิริยะ วิริย พละ สัมมาวายามะ นี้เรียก ว่า วิริยินทรีย์”^{๑๕๕} เรื่องความเพียรในการปฏิบัติธรรม พระพุทธองค์ได้ตรัสว่า เหมือนล้อเกวียนคู่หนึ่ง คือ ความเพียรทางกาย (กายิกวิริยะ) และความเพียรทางใจ (เจตสิกวิริยะ) ที่แล่นไปจะต้องมีล้อทั้ง คู่ถ้ามีล้อเพียงข้างเดียว เกวียนจะไม่อาจเคลื่อนที่ไปได้

ความเพียรทางกาย มีหลายระดับ คือ เป็น ความเพียรในการรักษาธาตุงค์ เช่น เอกาสนิกธาตุงค์ (ธาตุงค์ฉันมือเดียว) เนสัชชีกังคธาตุงค์ (ธาตุงค์นั่งเว้นการนอน) หรือเป็นความเพียรในการตั้งตัวตรงเสมอ ถ้าความเพียรทางกายลดลง ร่างกายส่วนบนที่ตั้งตรงจะค่อยๆ น้อมลงไปด้วยความเผลอสติ ถ้าเกิดทุกขเวทนา พึงอดทนกำหนดทุกขเวทนาตามอาการนั้นๆ เช่นว่า “ปวดหนอ” “เจ็บหนอ” เป็นต้น ความเพียรทางกาย อีกอย่างหนึ่ง เช่น เพียรพยายามทางกาย ตลอดคืนและวันดังมีพระพุทธพจน์ ว่า “ภิกษุในธรรมวินัยนี้ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุความดีด้วยการเดินจงกรม ด้วยการนั่งตลอดวัน”^{๑๕๖}

^{๑๕๑} ส.ส. (บาลี) ๑๕/๒๔๖/๒๕๘, ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๔๖/๓๕๓.

^{๑๕๒} ส.ม. (บาลี) ๑๙/๔๗๑/๑๖๙, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๗๑/๒๘๒.

^{๑๕๓} ส.ม. (บาลี) ๑๙/๔๗๙/๑๗๒, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๗๙/๒๘๘.

^{๑๕๔} อ.ปญจก.อ. (บาลี) ๓/๒/๑.

^{๑๕๕} อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๒๒๐/๑๔๗-๑๔๘, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๒๐/๒๐๐.

^{๑๕๖} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๑๙/๓๐๐, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๑๙/๓๙๑.

ความเพียรทางใจ เป็นความเพียร ในการควบคุมจิตให้จดจ่อสมาธิธรรมปัจจุบัน โดยปกติแล้วจิตของคนทั่วไปมักเพิกเลินในกามคุณอารมณ์ ที่ปรากฏทางทวารทั้ง ๖ อย่างเห็นรูปสวยได้ยินเสียงไพเราะ ดมกลิ่นหอม ลิ้มรสอาหารอร่อย ได้รับสัมผัสที่ถูกต้อง และนึกคิดเรื่องราวที่ตนชอบใจแต่ความเพียรทางใจเป็นการควบคุมจิตให้อยู่กับสมาธิธรรมปัจจุบัน คือ รูป เวทนา จิต ธรรม มีการเห็นเป็นต้น ทุกขณะที่นักปฏิบัติมีสติรู้เท่าทันสมาธิธรรมปัจจุบัน ก็จะละความเห็นผิด เป็นต้น เพราะทุกขณะที่มีสติรู้เท่าทันสมาธิธรรมปัจจุบัน ก็จะละความเห็นผิด ว่าเป็นตัวตน เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี เช่น สมาธิทุกขเวทณาก็เป็นเพียงเวทนาเป็นความรู้สึกที่ทนได้ยาก ไม่ใช่ตัวเรา และไม่มีตัวเราอยู่ในสมาธิทนได้ยาก ดังนี้ เป็นต้น

(๓) สตินทริย ในอินทริยสังยุต กล่าวถึงสตินทริย (อินทริย คือ สติ)^{๑๕๗} มีความหมายว่า ระลึกรู้ถึงสิ่งที่หาค่าที่ได้พูดไว้นานดังพระพุทธพจน์ว่าอริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีสติประกอบด้วยสติปัญญาเป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่ง ระลึกรู้ถึงสิ่งที่ทำ คำที่ได้พูดไว้นานบ้าง นี้เรียกว่า สตินทริยเธอพิจารณาเห็นกายในกายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกาจัดอริขณและโหมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ ฯลฯ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ฯลฯ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กาจัดอริขณและโหมนัสในโลกได้ นี้เรียกว่าสตินทริย^{๑๕๘}

สตินทริย ความเป็นใหญ่ คือ สติ มีในบุคคลผู้เป็น อริยสาวก ก็ทำบุคคลนั้นให้เป็นผู้มีสติเป็นผู้ประกอบด้วยสติปัญญาเป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่ง สามารถระลึกรู้ถึงสิ่งที่ทำ คำที่ได้พูดไว้นานดังที่ฝ่ายคัมภีร์พระอภิธรรมได้ให้ความหมายของสตินทริยไว้ว่า “สติ ความตามระลึก ความหวนระลึกสติ กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลื่อนลอย ความไม่ลืม สตินทริย คือ สติ สติพละ สัมมาสตินี้เรียกว่า สตินทริย”^{๑๕๙} ดังนั้น ลักษณะของสติ ที่สำคัญมี อยู่ ๒ ประการ คือ ๑. มีลักษณะนึกได้หรือระลึกได้ คือ การนึกได้ในกุศลธรรมที่ไม่มีโทษ หรืออกุศลธรรมที่มีโทษ ๒. มีลักษณะถือไว้ คือ การถือเอาแต่ธรรมที่เป็นประโยชน์ และมีอุปการะธรรมใดที่ไม่มีประโยชน์ ไม่มีอุปการะ ก็จะไม่ถือเอาไว้ หรือคัดออกไว้^{๑๖๐} นอกจากนี้ สติยังมีลักษณะแนบชิดในอารมณ์ คือ ช่วยทำให้จิตแนบแน่นอยู่กับอารมณ์จิตจะไม่ลอย ไม่ฟุ้งซ่าน และไม่หวั่นไหว อีกนัยหนึ่ง สติ ก็คือ ความไม่ประมาทในกิจทุกอย่างนั่นเอง^{๑๖๑} ดังพระพุทธพจน์

^{๑๕๗} ส.ม. (บาลี) ๑๙/๔๗๑/๑๖๙, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๗๑/๒๘๒.

^{๑๕๘} ส.ม. (บาลี) ๑๙/๔๘๐/๑๗๓, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๘๐/๒๙๐.

^{๑๕๙} อภิ.สง. (บาลี) ๓๔/๑๒-๑๖/๒๓-๒๔, อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๔/๒๙.

^{๑๖๐} จำลอง ดิษยวณิช, ศาสตราจารย์เกียรติคุณ, **วิปัสสนากรรมฐานและชาวอนาถา**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (เชียงใหม่: ห้างหุ้นส่วนจำกัด เชียงใหม่โรงพิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๔๙), หน้า ๒๓.

^{๑๖๑} พระมหาไสว ญาณวีโร, ดร, **คู่มือพระวิปัสสนาจารย์**, (กรุงเทพมหานคร: พระพุทธศาสนาแห่งชาติ, ๒๕๔๘), หน้า ๔๖.

ว่า “สติเป็นธรรมที่พึงปรารถนาในที่ทั้งปวง”^{๑๖๒} ในที่ทั้งปวง คือ ที่กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่ง เป็น ที่ตั้งที่เกิดของสตินั่นเอง

(๔) สมาธินทรีย์ ในอินทริยสังยุต กล่าวถึงสมาธินทรีย์(อินทริย คือ สมาธิ)^{๑๖๓} มีความหมายว่า มีนิพพานเป็นอารมณ์ ได้สมาธิมีเอกัคคตาจิต ดังพระพุทธพจน์ว่า “สมาธินทรีย์ เป็นอย่างไร คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ทำนิพพานให้เป็นอารมณ์ ได้สมาธิ ได้เอกัคคตาจิตนี้ เรียกว่า สมาธินทรีย์” แล้วได้ทรงกล่าวว่า

เธอสังตจากามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌาน ที่มีวิตกพิจารณา มีปีติ และ สุขอัน เกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตก วิจารณ์สงบระงับไป บรรลุทุติยฌาน มีความผ่องใส ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปีติ และสุขอันเกิดจากสมาธิ อยู่ เพราะปีติจางคลายไป เธอมีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะเสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอริยทั้งหลายสรรเสริญว่า “ผู้มีอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข” เพราะละสุขและทุกข์ ได้เพราะโสมนัส และโทมนัสดับไปก่อน แล้ว เธอบรรลุจตุตถฌาน ที่ไม่มีทุกข์ และไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่นี้เรียกว่า สมาธินทรีย์^{๑๖๔}

สมาธินทรีย์ก็คือ ความตั้งจิตมั่นที่เป็นใหญ่ในการกระทำหน้าที่สมาธิมีอยู่ ๓ ประเภท คือ ๑. อุปจารสมาธิ คือ เป็นสมาธิใกล้ฌาน สมาธิใกล้จะแนบแน่น คือ จิตตั้งมั่นขั้นระงับนิรวณ ได้ก่อนที่จะเข้าสู่ภาวะแห่งฌานแห่งอัปปนาสมาธิ ๒. อัปปนาสมาธิ เป็น สมาธิแนบแน่น เป็น สมาธิที่แน่วแน่ เป็น สมาธิระ ดับสูงสุด ซึ่งมีในฌานทั้งหลาย ถือว่าเป็น ผลสำเร็จที่ต้องการ ของการเจริญสมาธิ ๓. ขณิกสมาธิ สมาธิชั่วขณะคือ ความตั้ง มั่นของจิตชั่วขณะที่รู้ปัจจุบัน อารมณ์นั้นๆ^{๑๖๕} สมาธิสองประการแรก คือ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิมีความเป็นใหญ่ สำหรับผู้ที่เจริญวิปัสสนากรรมฐานโดยอาศัยสมถะเป็น บาทแล้วยกขึ้นสู่วิปัสสนาที่เรียกว่า สมถ ยานิก ขณิกสมาธิ มีความเป็นใหญ่สำหรับผู้ที่ยุติวิปัสสนากรรมฐานโดยมุ่งสู่วิปัสสนาล้วนที่ เรียกว่า สุทวิปัสสนายานิก “ขณิกสมาธิเป็นสมาธิที่เกิดชั่วขณะ เมื่อกำหนดรู้สภาวธรรมอยู่ ย่อมปรากฏ เมื่อจิตตั้งมั่นในอารมณ์ปัจจุบันที่เป็นรูปนามอย่างต่อเนื่องปราศจากนิรวณ ในขณะที่ อินทริย ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา มีกำลังสม่าเสมอกันแก่ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนา” ขณิกสมาธิย่อมมีกำลังเท่ากับ อุปจารสมาธิ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

พระพุทธโฆสเถระระบุว่า “เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมสามารถเอาชนะนิรวณ ๕ ได้อย่าง เต็ดขาดด้วยการกำหนดรู้ธาตุ ๔ ก็จะเข้าถึงอุปจารสมาธิ”^{๑๖๖} และในคัมภีร์ฎีกาของวิสุทธิมรรค

^{๑๖๒} ส.ม. (บาลี) ๑๙/๕๗๒/๑๕๘, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๕๗๒/๒๘๘.

^{๑๖๓} ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๓๒๐/๒๑๒, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๒๐/๓๑๐.

^{๑๖๔} ส.ม. (บาลี) ๑๙/๔๘๐/๑๗๓, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๘๐/๒๙๑.

^{๑๖๕} พระโสมณมหาเถร (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ, พระคันธสาราภังค์ แปลและเรียบเรียง, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์, ๒๕๕๕), หน้า ๕๙.

^{๑๖๖} วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๓๘๙, วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๖๓๐.

ได้อธิบายว่า “สมาธิที่เกิดขึ้นนี้ มิได้เกิดใกล้เคียงกับอัปนาสมาธิ จึงจัดเป็นอุปจารสมาธิไม่ได้ทีเดียว อย่างไรก็ตาม สมาธินี้มีคุณสมบัติคล้ายกันกับอุปจารสมาธิ เพราะสามารถกำจัดนิวรณ์ และทำให้สงบ จึง อาจอนุมานให้เทียบเท่าอุปจารสมาธิ”^{๑๖๗}

๕) ปัญญินทรีย์ ในอินทริยสังยุต ว่าด้วยการประมวลเรื่องอินทริย ปัญญินทรีย์ ปรากฏความหมายว่า ปัญญาพิจารณาเห็นทั้งความเกิด และความดับอันเป็นอริยะดังมีพระพุทธพจน์ว่า คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็น ผู้มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิด และความดับอันเป็นอริยะซ้ำแรกกิเลส ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ เธอรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์นี้ทุกขสมุทัย นี้ทุกขนิโรธ นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา” นี้เรียกว่า ปัญญินทรีย์^{๑๖๘}

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค พระพุทธโฆสเถระ ได้อธิบายไว้อีกว่า วิปัสสนาญาณอันสัมปยุตด้วยกุศลจิตเป็นปัญญา ที่ชื่อว่า ปัญญาเพราะอรรถว่ารู้ชัด คือ ความรู้โดยประการต่างๆ พิเศษยิ่งกว่าอาการ คือ ความหมายรู้ และความรู้แจ้ง ปัญญามีการแทงตลอดสภาวะธรรม หรือรู้แจ้งซึ่งสภาวะธรรม เป็นลักษณะ มีการกำจัดความมืด คือ ที่ปกปิดสภาวะความเป็นจริงของธรรมทั้งหลาย เป็นกิจ มีความไม่หลง เป็นผล มีสมาธิ เป็นเหตุใกล้^{๑๖๙}

ปัญญาเมื่อเกิดขึ้น ย่อมรู้ทั่วซึ่งธรรมทั้งหลาย ที่เป็นกุศลและอกุศล ที่ควรเสพและไม่ควรเสพ ที่เลวและประณีต ที่ตาและขา และที่เข้ากันได้และเข้ากันไม่ได้เหมือนแพทย์ผู้ฉลาดย่อมรู้เภสัช เป็นต้น ที่เป็นที่ยสบาย และไม่สบายแก่บุคคลผู้ป่วย ฉะนั้นอีกนัยหนึ่ง ปัญญามีการแทงตลอดสภาวะ เป็นลักษณะ ดูกการแทงของลูกศรที่นายขมังธนูผู้ฉลาดยิงไปฉะนั้น มีการส่องให้เห็นอารมณ์ เป็นรส ดุจประทีป มีการไม่หลงไหลเป็นผล ดุจผู้ชี้ทางแก่บุคคลไปมาฉะนั้น

ปัญญาสามารถหยั่งรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริง โดยหยั่งรู้ไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา การรับรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริงอย่างนี้ เป็นปัญญินทรีย์ที่เกิดจากสมาธิ มีสติเป็นหลักในการปฏิบัติธรรม เรียกว่า ภาวนามยปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการอบรมจิตไม่ใช่สุตมยปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการสดับตรับฟัง และจินตามยปัญญาคือปัญญาที่เกิดจากการตรึกนึกคิด ดังข้อความในคัมภีร์อรรถกถาว่า “วิปัสสนาญาณาทิสหคโต ภาวนามยญาณโศจโรจ โย “ปฏิเวธสทุมโมติ” วุจจติ พระสัทธรรมที่เกิดร่วมกับวิปัสสนาญาณ เป็นต้น อันเป็นอารมณ์ของภาวนามยปัญญา ชื่อว่า ปฏิเวธสัทธรรม”

ปัญญินทรีย์ความเป็นใหญ่ คือ ปัญญา ย่อมรู้ทั่วอริยสัจ ๔ มีทุกข์ เป็นต้น หรือทำให้อู่อัจฉริยะ ทุกข์ อนัตตา สามารถครอบงำอวิชชา ครอบความเป็นใหญ่กว่าธรรมอื่นในลักษณะ

^{๑๖๗} วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๑/ ๔๙๒.

^{๑๖๘} ส.ม. (บาลี) ๑๙/๔๘๐/๑๗๓, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๘๐/๒๙๑.

^{๑๖๙} วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๓๖๒, วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๗๓๓.

แห่งการเห็น หรือส่องสว่าง หรือรู้ทั่วถึงธรรมที่เป็นกุศล และอกุศล ปัญญาที่มีการส่องแสง และการรู้ทั่วเป็นลักษณะ คือ ปัญญาเมื่อเกิดขึ้นย่อมกำจัด

๓.๓.๕ พละ ๕

พละ ๕ คือ ธรรมอันเป็นกำลัง ทำให้เกิดความมั่นคง สิ่งอื่นไม่อาจครอบงำได้ พละ ๕ เป็นหลักธรรมที่เกื้อกูลต่อการปฏิบัติกรรมฐาน เพื่อให้การปฏิบัติมีกำลังเจริญสัทธาพละ เจริญวิริยพละ เจริญสติพละ เจริญสมาธิพละ เจริญ ปัญญาพละ

- (๑) ศรัทธาพละ ความเชื่อ กำลังการควบคุมความสงสัย
- (๒) วิริยะพละ ความเพียร กำลังการควบคุมความเกียจคร้าน
- (๓) สติพละ ความระลึกได้ กำลังการควบคุมความประมาท การไม่ใส่ใจ ใจลอย ไร้สติ
- (๔) สมาธิพละ ความตั้งใจมั่น กำลังการควบคุมการวอกแวกไขว่ไขว่ ฟุ้งซ่าน
- (๕) ปัญญาพละ ความรอบรู้ กำลังการควบคุมเพิกเฉยไม่สนใจ หลงงมงาย

๓.๓.๖ โพชฌงค์ ๗

คือธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ โพชฌงค์ ๗ ได้แก่

- (๑) สติ ความได้ มีปัญญาระลึกถึงการกระทำหรือคำพูดที่พูดมานานแล้ว สติกำหนดพิจารณาธรรมในภายในและในภายนอก เพื่อเป็นไป เพื่อการตรัสรู้ เพื่อนิพพาน
- (๒) ธัมมวิจยะ ความเพียรธรรม วิจัยเลือกสรร ใคร่ครวญพิจารณาธรรมด้วยปัญญา เพื่อความรู้ยิ่งเพื่อความตรัสรู้เพื่อนิพพาน
- (๓) วิริยะ ความ เพียรทั้งทางกายและทางวาจา ความไม่ย่อหย่อน เลือกสรร ใคร่ครวญพิจารณาธรรมด้วยปัญญา เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน
- (๔) ปีติ ความอิ่มใจ อันปราศจากอามิส ไม่มีวิตกวิจารณ์ หรือมีวิตกวิจารณ์เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน
- (๕) ปัสสัทธิ ความสงบกาย สงบใจ ความสงบระงับอันเป็นไปเพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน
- (๖) สมาธิ ความมีใจตั้งมั่น จิตแน่วแนใน อารมณ์ อันเป็นไปเพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน
- (๗) อุเบกขา ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตาม ความเป็นจริงวางเฉยในสังขารทั้งปวง อันเป็นไปเพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน^{๑๗๐}

โพชฌงค์ ๗ เป็นองค์ธรรมที่แสดงคุณลักษณะของผู้ปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม โดยเฉพาะ ผู้บรรลุธรรมจะต้องมีคุณสมบัติทั้ง ๗ ประการนี้ นอกจากเป็นเครื่องแสดงคุณสมบัติของผู้บรรลุธรรม แล้ว ยังเป็นเครื่องจัดระดับของการบรรลุธรรมของผู้ปฏิบัติได้ด้วย คือ ผู้ปฏิบัติ

^{๑๗๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๗/๑๔๘.

ภาวนาเมื่อปฏิบัติไป แล้วองค์ธรรมแห่งโพชฌงค์ ๗ จะปรากฏตัวให้เห็นและดำเนินไปเป็นลำดับ จากข้อต้นมาหาปลาย และเพิ่มมากขึ้นไปเป็นลำดับ มีสติมากขึ้น ธัมมวิจยะก็เพิ่มขึ้นมีผลให้เกิด ความเพียรในการปฏิบัติยิ่งขึ้น ความปิติใจจากการปฏิบัติก็มากขึ้นๆ จนเกิดความสงบระงับทั้ง กายและจิต จิตจึงตั้งมั่นแน่วแน่สู่มรรคผลนิพพาน จนสามารถวางเฉยเป็นอุเบกขาในธรรม ทั้งหลายเพราะเท่าทันสภาวะธรรมทั้งปวง หมุนเป็นวงกลม แต่วงกลมวงใหม่ก็ใหญ่เพิ่มขึ้นซ้อนๆ กันไปจนเต็มเปี่ยมเมื่อบรรลุธรรม คือ บรรลุอรหัตตผล

๓.๓.๗ อริยมรรคมี องค์ ๘

(๑) สัมมาทิฐิ คือ ความรู้ใน ทุกข์ ความรู้ในทุกขสมุทัย ความรู้ในทุกขนิโรธ ความรู้ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา เรียกว่าสัมมาทิฐิ

(๒) สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริในการออกจากกาม ความดำริในความไม่ พยาบาทความดำรินอนไม่เบียดเบียน เรียกว่าสัมมาสังกัปปะ

(๓) สัมมาวาจา คือ การงดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการพูดส่อเสียด งด เว้นจากการพูดคำหยาบ งดเว้น จากการพูดเพ้อเจ้อ เรียกว่าสัมมาวาจา

(๔) สัมมากัมมันตะ คือ การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ งดเว้นจากการถือเอา สิ่งของที่เขาไม่ได้ให้ งดเว้นจากการประพฤติดัด ในกามเรียกว่าสัมมากัมมันตะ

(๕) สัมมาอาชีวะ คือ การละเว้นจากการเลี้ยงชีพที่ผิด และสำเร็จการเลี้ยงชีพ ด้วยการเลี้ยงชีพที่ชอบ เรียกว่าสัมมาอาชีวะ

(๖) สัมมาวายามะ คือ ความเพียรชอบ พระพุทธองค์ตรัสอธิบายไว้ว่า “ภิกษุในธรรมวินัยนี้สร่างฉันทะ พยายาม ปราศจากความเพียร ประคองจิต มุ่ง มั่น เพื่อป้องกัน บาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น เพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เพื่อให้กุศลธรรมที่ยัง ไม่เกิดให้เกิดขึ้น เพื่อความดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย ภิกษุญาณ ใพบูลย์ เจริญเต็มที่ แห่งกุศลธรรมที่ เกิดขึ้นแล้ว”^{๑๗๑}

(๗) สัมมาสติ คือ การมีสติชอบ ซึ่ง พระพุทธองค์ตรัสอธิบายไว้ว่า “ภิกษุใน ธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กาจจัดอภิขมา และ โทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ ฯลฯ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ฯลฯ พิจารณา เห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กาจจัดอภิขมาและโทมนัสในโลกได้”

(๘) สัมมาสมาธิ คือ การมีสมาธิชอบ ซึ่งพระพุทธองค์ตรัสอธิบายไว้ว่า “ภิกษุ ในธรรมวินัยนี้สังัดจากกาม และอกุศลธรรมทั้งหลาย บรรลุปฐมฌานที่มี วิตก วิจาร ปีติ และสุข เกิดจากวิเวกอยู่ บรรลุทุติยฌานที่มีความผ่องใสภายใน มีสภาวะที่จิต เป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก วิจาร มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่ มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติ มีสัมปชัญญะอยู่ และเสวยสุข

ด้วยกายบรรลุดัตถิยานที่พระอริยะทั้งหลายกล่าวสรรเสริญว่า “ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข” บรรลุดัตถิยาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่”^{๑๗๒}

ในหมวดนี้จะเห็นว่า ท่านสอนให้เรา มีสติระลึกให้เห็นความจริงที่ปรากฏเกิดขึ้นว่า เมื่อเราทั้งหลายเกิดใหม่ทุกครั้ง เราก็จะประสบกับความแก่ชราและความตาย เป็นต้น เราทั้งหลายล้วนอาศัยรูปและนามเหล่านี้ ซึ่งมีความเสื่อมโทรมและแตกสลายดับไปเป็นธรรมดา อันรูปและนามทั้งหลาย จึงเป็นความทุกข์อย่างแท้จริง อีกทั้งรูปและนามเหล่านี้ จะไม่คงทน มีความแตกดับอยู่ตลอดเวลา ซึ่ง มันเองสามารถนำความ แก่ เจ็บ ตาย มาสู่เราได้โดยไม่มีที่สิ้นสุดดังนั้น รูปและนามทั้งหลายเหล่านั้นจึงเป็นทุกข์ ผู้ที่มีได้ใช้สติกำหนดตระลึกรู้ในเกิดขึ้นและดับไปของรูปและนาม จะไม่สามารถรับรู้หรือสัมผัสได้เลยว่ารูปและนามทั้งหลายเหล่านั้นมีความแตกดับไปได้โดยรวดเร็วอย่างไร จึงทำให้รู้สึก ว่า เป็นสิ่งที่ไม่น่าหวาดกลัว หรือแม้แต่ผู้ที่กำลังกำหนดเจริญภาวนาอยู่นั้น ถ้ายังไม่ได้รู้เห็นอย่างประจักษ์แจ้งซึ่งธรรมชาติอัน เปลี่ยนแปลงของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ก็จะไม่เกิดอาการหวาดกลัว เช่น กัน ผู้ที่ไม่ได้รับการฝึกจะมีความหวาดกลัวต่อสิ่งอันเป็นที่ตั้งแห่งทุกข์โดยแท้แต่ผู้ที่ได้รับการเรียนรู้โดยการฝึกฝนอบรมมาดีแล้วจึงจะทำความเข้าใจในเรื่องนี้ได้ดีเพราะเป็นสิ่งที่สามารถจะรับรู้ได้ด้วยตนเอง เมื่อกล่าวตามหลักที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ส่วนที่สำคัญก็คือให้ตั้งใจดูในภายใน สิ่งที่คุณนั้นก็คือผลกับเหตุในฝ่ายชั่วก็คือทุกข์กับสมุทัยดูทุกข์เพื่อให้รู้ผลชั่ว ดูสมุทัยเพื่อให้รู้เหตุชั่ว กิริยาที่ดูก็เป็นมรรค ถ้าเห็นก็เป็นนิโรธเมื่อนิโรธเกิดขึ้นทุกข์ก็ตกไป ผู้ปฏิบัติก็พ้นจากทุกข์ไม่มีทุกข์ เป็นผู้ที่เรียกว่าพุทธะ

เมื่อเจริญวิปัสสนาจนมีความก้าวหน้าขึ้น ก็จะสามารถบรรลุการรู้ความจริงของมรรค คือวิธีที่ทำให้ได้รู้แจ้งในอริยสัจ ๔ และในทุกๆครั้ง เมื่อเรากำหนดรู้อยู่ที่ความทุกข์ และมีการกำหนดอย่างต่อเนื่อง ก็จะทำให้วิปัสสนาญาณสมบูรณ์และได้เห็นแจ้งซึ่งพระนิพพาน นี่คือการรู้ซึ่งความเป็นจริงในเรื่องของความดับทุกข์ และด้วยการรู้เช่นนี้ทำให้บรรลุถึงความเห็นแจ้งซึ่งความเป็นจริงของเหตุแห่งทุกข์ด้วยโดยการถอนต้นหาออกไปและทำให้การเจริญมรรคมีผลโดยชอบจนกระทั่งบรรลุความสำเร็จ เมื่อเกิดความรู้เห็นอย่างแจ้งชัดในอริยสัจ ๔ ด้วยวิปัสสนาภาวนาแล้ว อย่างน้อยก็ได้บรรลุเป็นพระอริยบุคคลและเป็นผู้ที่พ้นแล้วจากอบาย

๓.๔ อานิสงส์ของการเจริญวิปัสสนาภาวนา

อานิสงส์ของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาย่อมนำผู้ปฏิบัติให้บรรลุมรรคผลและนิพพาน ละกิเลสได้โดยสิ้นเชิง สามารถระงับความเศร้าโศกและความคร่ำครวญ ดับทุกข์ทางกาย และโศกทางใจในภพนี้ เมื่อได้ปรินิพพานแล้วก็ไม่เวียนว่ายตายเกิดในภพใหม่ได้รับทุกข์และโศกอีก นอกจากนั้นยังเกิดอานิสงส์แม้เมื่อยัง ดำรงชีวิตคือ ทำให้มีความสุขและร่มเย็นทางกายและทางใจอีกทั้งยังทำให้ผู้ที่อยู่รอบข้างมีความสุขไปด้วย อานิสงส์ของการเจริญวิปัสสนา

^{๑๗๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๗.

ภาวนาทำให้มีกาย วาจา และใจที่บริสุทธิ์ ระวังความโศกเศร้า คร่ำครวญ พ้นจากความทุกข์จน เข้าถึงพระนิพพาน และสามารถบำเพ็ญประโยชน์ต่อ สังคมเพื่อให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองทางจิต

อานิสงส์ของการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ท่านเป็นผู้บรรลุมรรคญาณ ๔ คือโสดาปัตติมรรคญาณ สกทาคามิมรรคญาณ อนาคามิมรรคญาณและอรหัตตมรรคญาณ มรรคผลและนิพพาน เป็นพระอรหันต์เป็นผู้ละกิเลสได้โดยสิ้นเชิง พร้อมทั้งรู้แจ้งพระนิพพานอัน เป็นสภาพดับทุกข์ทั้งปวงดังมีพระพุทธพจน์ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า ผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ย่อมบรรลุมรรคผล และนิพพานเป็นพระอรหันต์ผู้ละกิเลสได้โดยสิ้นเชิง สามารถระงับความเศร้าโศกและความคร่ำครวญ ดับทุกข์ทางกายและ โทมนัสทางใจในภพนี้^{๑๗๓} เมื่อได้ปรินิพพาน แล้วก็ไม่เวียนว่ายตายเกิดในภพใหม่ได้รับ ทุกข์และโทมนัสอีกท่านเป็นผู้บรรลุ มรรคญาณ ๔^{๑๗๔} พร้อมทั้งรู้แจ้งพระนิพพานอันเป็นสภาพดับทุกข์ทั้งปวงสมดังพระพุทธพจน์ ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า “ภิกษุทั้งหลาย ก็ผู้ใดผู้หนึ่งพึงเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้อย่างนี้ตลอด ๗ ปี เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่งคือ พระอรหัตผลในปัจจุบันหรือเมื่อยังมีอุปาทิ หมายถึง สภาพที่ถูกกรรมกิเลสถือครอง หรือสภาพที่ถูก อุปาทานชั้นยึดไว้มั่น เหลืออยู่เป็น พระอนาคามี ผู้หนึ่งผู้ใดพึงเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้อย่างนี้ตลอดตลอด ๖ ปี ๕ ปี ๔ ปี ๓ ปี ๒ ปี ๑ ปี เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ พระอรหัตผลในปัจจุบันหรือเมื่อยังมี อุปาทิเหลืออยู่เป็นพระอนาคามีผู้ใดผู้หนึ่งเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้อย่างนี้ตลอด ๖ เดือน ๕ เดือน ๔ เดือน ๓ เดือน ๑ เดือน กึ่งเดือน เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่งคือ พระอรหัตผลในปัจจุบันหรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามีกึ่งเดือนยกไว้ ผู้ใดเจริญ สติปัฏฐาน ๔ นี้อย่างนี้ ๗ วัน เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่งคือ พระอรหัตผลใน ปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่เป็นพระอนาคามี^{๑๗๕} ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางสายเอก เป็นทางสายเดียว เพื่อความบริสุทธิ์หมดจดของเหล่าสัตว์ทั้งหลาย เป็นไปพร้อม เพื่อก้าวล่วง เสียซึ่งความโศกเศร้า และความรำไรราพันร้อให้เป็นไปพร้อมเพื่อดับความทุกข์ ดับความ โทมนัส เป็นไปพร้อมเพื่อบรรลุมรรค เป็นไปพร้อม เพื่อทำพระนิพพานให้แจ้งทางนี้ คือสติปัฏ ฐาน ๔ ประการนี้”^{๑๗๖}

๓.๕ สรุปท้ายบท

วิปัสสนา คือ ปัญญาในการพิจารณาอารมณ์แล้วเห็นความดับ เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป ผู้ปฏิบัติพิจารณาอารมณ์นั้นๆ แล้วเห็นการดับไปแห่งจิตนั้น คือ พิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง เห็นโดยความเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ย่อมเบื่อหน่าย ไม่ยินดี ย่อมคลายกำหนด ความหมาย

^{๑๗๓} พระโสภณมหาเถระ, (มหาศีลยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, หน้า ๓๑๑.

^{๑๗๔} มรรคญาณ ๔ ได้แก่ โสดาปัตติมรรค สกทาคามิมรรค อนาคามิมรรค และอรหัตตมรรค

^{๑๗๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๕/๓๓๘-๓๔๐.

^{๑๗๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๕-๔๐๕/๓๓๘-๓๔๐.

วิปัสสนาภาวนา คือวิธีการปฏิบัติต่างๆ สำหรับฝึกฝนอบรมจิตให้เกิดปัญญา ให้เกิดความรู้แจ้ง หรือหยั่งรู้ในอริยสัจ ๔ ด้วยการพิจารณาสภาวของความเป็นจริงของสรรพสิ่งทั้งหลายด้วยการพิจารณา รูป นาม เป็นอารมณ์ ผู้ปฏิบัติเห็นในไตรลักษณ์ว่าเป็นของ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์บังคับบัญชาไม่ได้ ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา เป็นสภาวธรรมที่ว่างจากความยึดมั่น ถือมั่นในบัญญัติทั้งหลาย

การเจริญวิปัสสนาคือ การเพ่งพินิจพิจารณาสภาพธรรมชาติตามความเป็นจริงจนเห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ ตาที่เราไม่เห็นรูปนามตามความเป็นจริงได้โดยง่ายนั้น เพราะว่ามีธรรม ๓ ประการ เป็นเครื่องขวางกั้นไว้ คือสันตติ ปิดบังอนิจจัง อิริยาบถปิดบังทุกข์ ฆนสัญญาปิดบังอนัตตา ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะต้องปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน ๔ คือ

(๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย การมีสติกำกับดูรู้ เท้าทั้งกาย และเรื่องทางกาย

(๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา การมีสติกำกับดูรู้ เท้าทั้งเวทนา

(๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้ง สติกำหนดพิจารณาจิต การมีสติกำกับดูรู้เท้าทั้งจิตหรือสภาพและอาการของจิต และ

(๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การมีสติกำหนดพิจารณาธรรม การมีสติกำกับดูรู้เท้าทั้งธรรมเรียกสั้นๆ ว่า กาย เวทนา จิต ธรรม ผู้ที่จะล่วงพ้นความทุกข์จากความโศกเศร้า เสียใจ คร่ำครวญได้นั้น จะต้องปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอย่างเดียวนั่น ดังนั้น สติปัฏฐาน ๔ จึงเป็นทางสายเดียวที่ช่วยให้เหล่าสัตว์ชนสัตว์ทั้งหลายพ้นไปจากกองทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง แต่การที่จะบรรลุธรรมได้นั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องปฏิบัติให้เกิดความประจักษ์แจ้งเห็นสภาวธรรมตามความเป็นจริงที่ปรากฏ จนผู้ปฏิบัติสามารถหยั่งรู้ถึงความเปลี่ยนแปลง แปรปรวนไปของสภาวธรรมของ รูป นาม จนเกิดปัญญาญาณ สามารถถอนออกเสียซึ่งความเป็นอวิชชา (ความยินดี) และโทมนัส (ความไม่ยินดี) เป็นผู้ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลกนี้

บทที่ ๔

หลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร

การปฏิบัติในสมาธิสูตรนี้เป็นการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวทางของสติปัฏฐาน ๔

- ๔.๑ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร
- ๔.๒ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในรูปขั้น
- ๔.๓ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในเวทนาขั้น
- ๔.๔ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในสัญญาขั้น
- ๔.๕ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในสังขารขั้น
- ๔.๖ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในวิญญาณขั้น
- ๔.๗ สรุปท้ายบท

๔.๑ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร

การปฏิบัติเพื่อจะทำให้รู้แจ้ง ตามหลักของในสมาธิสูตรนี้เป็นการปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญารู้ชัดในลักษณะของขั้น ๕ ตามความเป็นจริงเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นความเกิดดับของรูปนามสังขารธรรมที่เรียกว่าขั้น ๕ และต้องปฏิบัติให้เห็นด้วยการภาวนาที่จะได้กล่าวถึงการปฏิบัติในเรื่องของขั้น ๕ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

๔.๑.๑ การกำหนดรู้ในขั้น ๕

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้นต้องมีอารมณ์กรรมฐานที่จัดเป็นปรমัตถอารมณ์ หรือเรียกว่าขั้น ๕ ได้แก่ รูปขั้น เวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้น วิญญาณขั้น ในขั้น ๕ นี้ เมื่อสังเคราะห์เข้าในรูปและนามที่จะต้องพิจารณาให้เห็นแจ้งต่างสภาวะ ลักษณะ และอาการที่ปรากฏตามความเป็นจริงตามหลักการปฏิบัติในสติปัฏฐาน ๔ อันเป็นทางสายเดียวที่จะทำให้เห็นแจ้งในรูปนามที่ปรากฏด้วยวิธีการกำหนดรู้ เห็นความเกิดดับของรูปและนามตามความเป็นจริงซึ่งมีวิธีการกำหนดในลักษณะต่างๆ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๑) การกำหนดรู้โดยความเป็นสภาวะธรรม

การกำหนดรู้โดยความเป็นสภาวะธรรม ตามความเป็นจริงของขั้น ๕ โดยความเป็นสภาวะรูปขั้น เวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้น วิญญาณขั้น สำคัญว่ามีเพียงรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นต้นซึ่งเป็นปัจจุบันอันเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วย่อมดับไปไม่ใช่ตัวตนรู้ชัดตามความเป็นจริงตามสภาวะมีความแปรปรวนไม่เที่ยงแม้ในเวทนาสัญญาก็มีลักษณะเดียวกันในการกำหนดรู้

๒) การกำหนดรู้ตามหลักปริณญา ๓

การกำหนดรู้ในชั้นนี้ตามหลักปริณญามีลักษณะการกำหนดรู้ได้ดังนี้คือ ๑) กำหนดรู้ขั้นรู้จัก (ญาคปริณญา) เช่น รูปเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ย่อมเป็นเช่นนี้เองเป็นต้น ๒) การกำหนดรู้ขั้นพิจารณา (ตฺริณปริณญา) เช่น ย่อมรู้ชัดใน รูปเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เกิดเพราะตัณหาเป็นต้น ๓) การกำหนดรู้ขั้นละ (ปหานปริณญา) เช่น รูปเป็นต้นพึงละอุปาทาน ในรูปคลายความกำหนดให้สิ้นไปเป็นต้น กล่าวได้ว่าการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตรนี้ ย่อมเป็นไปตามหลักการปฏิบัติในสติปัฏฐาน ๔ คือ การกำหนดรู้ในชั้น ๕ อันเป็นการกำหนดรู้ในรูปนามเท่านั้นและการกำหนดรู้ใน รูป นาม ชั้น ๕ อันเป็นอารมณ์ของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาต้องกำหนดให้เห็นตามสภาวะความเป็นจริงที่ปรากฏปัจจุบันจนเกิดปัญญาเห็นสภาวะรูปนามชั้น ๕ โดยความเป็นพระไตรลักษณ์ เห็นความเกิดดับของรูปนาม จึงสามารถเรียกได้ว่าเป็น วิปัสสนาญาณอย่างแท้จริง

๔.๒ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในรูปชั้น

ในการปฏิบัติวิปัสสนาเพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนานั้นย่อมมีความเห็นว่า รูปทั้งหลายไม่ใช่เป็นตัวตน บุคคล เรา เขา เมื่อบุคคลใดไปยึดถือเข้ายึดทำให้ประสพแต่ความเป็นทุกข์ ซึ่งเป็นความจริงของทุกข์ เริ่มตั้งแต่ความเกิดไปจนถึงการไม่ได้รับสิ่งที่ปรารถนา เป็นต้น เหตุที่ทำให้สัตว์ทั้งหลายไม่สามารถเห็นความเป็นจริง โดยความเป็นอนัตตาก็เพราะอัตตวาอุปาทาน คือการเชื่อว่าสัตว์โลกที่มีชีวิตจิตใจ เช่น มนุษย์ เทวดา หรือสัตว์มีวิญญาณ มีตัวตน เรียกว่า อุปาทาน อันเป็นความยึดมั่นถือมั่นนั่นเอง ในอัตตวาอุปาทาน อันเป็นความยึดมั่นว่ามีตัวตนนั้น สามารถจำแนกได้ ๔ ประเภท คือ

(๑) ความยึดมั่นในสามีอัตตะ คือ เชื่อว่าในร่างกายของสัตว์โลกมีอัตตาเป็นผู้ปกครองและควบคุมความคิดและการกระทำของสัตว์นั้น สามีอัตตาคือผู้ทำให้เดิน ยืน นั่ง นอน พุด เขียน เป็นต้นตามความประสงค์ของตน

(๒) ความยึดมั่นในนิวาสีอัตตะ คือ เชื่อว่ามีอัตตาตัวตนที่อาศัยอยู่ในร่างกายของสัตว์อย่างถาวร คนทั่วไปเชื่อว่า มีอัตตาตัวตนอาศัยอยู่ในร่างกายตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตายบางพวกเชื่อว่า นิวาสีอัตตะนี้แตกสลายไปเมื่อตายลง ความเห็นผิดนี้จัดเข้าประเภทอุจเฉททิฏฐิแต่บางพวกเชื่อนิวาสีอัตตะนั้นยังคงอยู่ไม่สูญสลายไปหลังจากการตาย แต่ได้ย้ายไปอยู่ในที่แห่งใหม่ไปเกิดในร่างใหม่ภพใหม่ นี่เป็นความเห็นผิดประเภทสัสสตทิฏฐิ

(๓) ความยึดมั่นในการกัตตะ คือ เชื่อว่ามีอัตตาตัวตนที่เป็นผู้จัดแจงให้กระทำการทุกอย่าง ทั้งที่เป็นกายกรรม วาจากรรม และมโนกรรม

(๔) ความยึดมั่นในเวทกัตตะ คือ เชื่อว่ามีอัตตาตัวตนที่เป็นผู้เสวยความรู้สึกสุขทุกข์ เป็นความเชื่อว่าความรู้สึกทั้งหมด^{๑๘๔}

ดังนั้นร่างกายจึงเป็นอุปาทานชั้นองค์หนึ่ง ส่วนนามชั้นประกอบไปด้วยจิต คือ ผู้รู้ทำหน้าที่รับรู้อารมณ์ทางทวาร ๖ ด้วยการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การได้ลิ้มรส การได้สัมผัส ในขณะที่จิตสภาวะธรรมที่ปรุงแต่งจิตให้เศร้าหมอง หรือความหมดจด เช่น ความรู้ ความตั้งมั่นของสมาธิ การปรุงแต่งของจิตทั้งหมดนี้สัตว์โลกไปยึดถืออุปาทานว่าเป็นเรา เป็นเขา

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ การกำหนดรู้อุปาทานชั้นที่ปรากฏในขณะที่มีการเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส และคิดนึก สำหรับผู้เริ่มปฏิบัติ ต้องเริ่มด้วยการกำหนดรู้เพียงสภาวะธรรมที่ปรากฏชัดเท่านั้น ยกตัวอย่างเช่น ในขณะที่นั่งสมาธิ ผู้ปฏิบัติอาจกำหนดรู้สภาวะที่รู้สึกในร่างกายของตน และบริกรรมว่า นั่งหนอ นั่งหนอ ก็อาจกำหนดสภาวะสัมผัสเพิ่มขึ้น โดยบริกรรมว่า ถูกหนอ นั่งหนอ ถูกหนอ นั่งหนอ แต่สภาวะพองยุบของท้องเป็นความเคลื่อนไหวที่ชัดเจนผู้ปฏิบัติตั้งสติกำหนดว่า พองหนอ เมื่อท้องพองขึ้นและ ยุบหนอเมื่อท้องยุบลง ก็จะรู้ชัดถึงสภาวะ รู้ถึงลักษณะอาการที่ปรากฏของวาโยธาตุ (ธาตุลม) การพิจารณาและการบริกรรมอย่างนี้ จะรู้ชัดลักษณะที่แท้จริงของรูปนามได้ด้วยการสังเกตลักษณะหน้าที่ อาการปรากฏ ของรูปนาม และในขณะที่นั่งกำหนดสภาวะพอง ยุบตามที่ปรากฏอยู่นั้น อาจมีความต้องการเปลี่ยนอิริยาบถตามความรู้สึกเจ็บ ปวด หรือร้อน ผู้ปฏิบัติพึงกำหนดรู้ความต้องการที่จะเปลี่ยนอิริยาบถนั้นทันทีที่มีความต้องการเกิดขึ้น แต่ให้นั่งอยู่หนึ่งๆ ก่อนอย่าทำตามความต้องการโดยทันที พึงพยายามอดทนต่อความไม่สบายกายนั้นให้นานที่สุดที่จะทนได้และเมื่อความต้องการเกิดขึ้นอีกก็พึงกำหนดรู้ความต้องการเหมือนในครั้งก่อนโดยไม่เปลี่ยนอิริยาบถต่อเมื่อความเจ็บปวดทรมานนั้นมากจนสุดจะทนทานต่อไปได้

การที่เราไม่สามารถดำรงอยู่ในอิริยาบถเดียวได้นาน จึงทำให้เข้าใจว่ารูปไม่เป็นไปตามความต้องการของเราและไม่สามารถบังคับบัญชาได้ เพราะรูปไม่อยู่ในการควบคุมของเรา รูปจึงไม่ใช่อัตตาตัวตนของเรา เป็นแต่เพียงรูปธรรมที่เกิดขึ้นเป็นไปตามเหตุปัจจัยเท่านั้น การเข้าใจเช่นนี้เป็นปัญญาที่เกิดจากการหยั่งเห็นความเป็นอนัตตาปัญญารู้แจ้งย่อมเกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติว่า แม้รูปที่อยู่ในร่างกายจะคล้ายกับเป็นอัตตาตัวตนของเรา แต่รูปเป็นสภาวะที่บีบคั้นให้เราเป็นทุกข์ เพราะรูปไม่เป็นไปตามความต้องการ และเราไม่สามารถควบคุมบังคับบัญชาได้ รูปจึงไม่ใช่อัตตาตัวตนของเรา เราได้หลงผิดมาตลอดเวลารูปเป็นอัตตาตัวตนของเราเมื่อเกิดปัญญาเห็นแจ้งในลักษณะนี้เกิดขึ้นย่อมถอนความยึดมั่นในรูปออกไปได้

^{๑๘๔} พระโสภณมหาเถระ(มหาสีสยาตอ)รจนา, **อนัตตลักขณสูตร**, สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ ป.ธ. ๙, M.A.,Ph.D) ตรวจชำระ, พระคันธสาราภังค์ ป.ธ.๙, พธ.ด, ธรรมาจริยะ แปลและเรียบเรียง, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนประมวลศาสนไทยการพิมพ์, ๒๕๕๖), หน้า ๒๒.

๔.๓ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในเวทนาขันธ

มีข้อความปรากฏในอนัตตลักขณสูตร (พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๗ สังยุตตนิกาย ขันธวารวรรค) อันพระพุทธรองค์ตรัสไว้ว่า เวทนาเป็นอนัตตา ถ้าเวทนานี้จักเป็นอัตตาแล้วไซ้ เวทนานี้ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาหาร และบุคคลพึงได้ในเวทนาว่า เวทนาของเราจงเป็นอย่างนี้ เวทนาของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้นก็เพราะเวทนาเป็นอนัตตาฉะนั้น เวทนาจึงเป็นไปเพื่ออาหาร และบุคคลย่อมไม่ได้ในเวทนาว่า ‘เวทนาของเราจงเป็นอย่างนี้ เวทนาของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้น’^{๑๘๕} จะเห็นได้ว่าเวทณาก็เป็นองค์ประกอบหนึ่งของขันธ ๕ เป็นอารมณ์ความรู้สึกในทางปฏิบัติท่านใช้เวทนาเป็นเครื่องมือสำหรับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยมีการกำหนดตามหลักสติปัฏฐาน ๔ แบบสุทธวิปัสสนาเป็นไปตามอาการที่เกิดขึ้นในขณะนั้นเช่นชอบหนอไม่ชอบหนอโกรธหนอนี้เรียกว่า เป็นเวทนาทางอารมณ์ เจ็บหนอ ปวดหนอ คั่นหนอเป็นอาการที่เกิดขึ้นตามร่างกายต่างๆ^{๑๘๖} เรียกว่า เวทนาทางกายเพื่อให้บรรลุผลนิพพานให้ผู้ปฏิบัติกำหนดไปตามอารมณ์นั้นๆ ตามความรู้สึกที่เกิดขึ้นจนกระทั่งเห็นด้วยปัญญา ว่าอาการของเวทนาเหล่านี้มีการเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไปด้วยหลักธรรมของไตรลักษณ์ และจากความยึดมั่นถือมั่นเวทนาในรูปขันธ และเวทนาในนามขันธนี้ได้ ก็เข้าถึงความเป็นพระอริยบุคคล ดังมีตัวอย่างของการปฏิบัติวิปัสสนาของพระภิกษุ ๓๐ รูป ที่จำพรรษาในวัดป่าทำกติกากันว่าทุกรูปควรจะปฏิบัติวิปัสสนาตลอดคืนไม่ควรไปหากัน และมีเสื้อตัวหนึ่งมาจับภิกษุคนที่ละรูปจนกระทั่งพระภิกษุเหล่านั้นเสียชีวิตไปหลายรูปครั้นเมื่อพระภิกษุรู้จึงทำกติกากันใหม่ว่าหากเสื้อมาให้ร้องดังๆ ขึ้นเพื่อจะช่วยเหลือซึ่งกันและกันต่อมาวันหนึ่งเสื้อจับพระภิกษุหนุ่มรูปหนึ่งโดยนัยก่อนภิกษุหนุ่มร้องว่าเสื้อขอรับภิกษุทั้งหลายถือไม้เท้าและคบเพลิงติดตามหมายว่าจะให้มันปล่อยแต่เสื้อลากภิกษุขึ้นไปยังเขาขาดพระภิกษุส่วนใหญ่ไม่สามารถตามขึ้นไปได้ในขณะที่เสื้อกินอยู่นั้นพระภิกษุนั้นปฏิบัติวิปัสสนาเป็นปกติทำอย่างที่เคยปฏิบัติด้วยวิธีการกำหนดเวทนาขณะเสื้อกินถึงข้อเท้าบรรลุปะเป็นพระโสดาบันขณะกินไปถึงหัวเข่าบรรลุปะเป็นพระสกทาคามีขณะเสื้อกินไปถึงท้องบรรลุปะเป็นพระอนาคามีและสุดท้ายก็บรรลุปะเป็นพระอรหันต์ในขณะที่เสื้อกำลังจะกินถึงหัวใจ^{๑๘๗}

๔.๓.๑) วิธีการกำหนดทุกขเวทนา

ในการกำหนดทุกขเวทนามีวิธีการกำหนดลักษณะคือ^{๑๘๘}

๑.๑) การกำหนดแบบเผชิญหน้าคือตั้งใจกำหนดแบบไม่ท้อถอยตายเป็นตาย โดยเอาจิตไปจดจ่ออาการปวดจีกลงไปบริเวณที่กำลังปวดมากที่สุดวิธีนี้จะค่อนข้างเหน็ดเหนื่อย

^{๑๘๕} ส.ข. (ไทย) ๑๓/๕๙/๙๔

^{๑๘๖} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย, พระคันธสาราภิวงศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๒๕๖-๒๕๗.

^{๑๘๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒/๒๖๙.

^{๑๘๘} คูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย, พระคันธสาราภิวงศ์, หน้า ๒๕๒.

เพราะต้องใช้พลังจิตอย่างทุ่มเทและจดจ่อมากที่สุดแต่ก็มีประโยชน์ในการรู้แจ้งทุกขเวทนา ลักษณะอย่างพิเศษ

๑.๒) การกำหนดแบบลอบโจมตีคือตั้งใจกำหนดแบบโจมในตอนแรกๆ พอรู้สึกว่าการกำลังความเพียรมีน้อยก็ถอยออกมาเตรียมความพร้อมใหม่เมื่อพร้อมแล้วก็เข้าไปกำหนดอีกครั้งหนึ่งเช่นขณะกำหนดปวดอยู่นั้นความปวดกลับทวีความรุนแรงมากขึ้นจนไม่สามารถทนไหวจึงหยุดกำหนดรู้อาการปวดแต่เปลี่ยนไปกำหนดรู้อาการพอง-ยุบหรืออารมณ์อื่นๆ แทนไม่ถึงขั้นที่ต้องเปลี่ยนอิริยาบถไปยืนหรือเดินในขณะนั้น

๑.๓) การกำหนดแบบเฝ้าดูหรือสังเกตการณ์คือเมื่อรู้สึกปวดหรือเจ็บมากก็ได้ไปกำหนดตอกย้ำลงไปอีกเพียงแต่กำหนดรู้ด้วยสติปัญญาเฉยๆ เช่นกำหนดว่าปวดหนอยๆ เจ็บหนอยๆ เมื่อยหนอยๆ ชาหนอยๆ หรือรู้หนอยๆ เป็นต้นไม่เน้นหรือย้ำอุปมาเหมือนทหารที่เฝ้าดูข้าศึกอยู่บนที่สูงหรือหอสังเกตการณ์ไม่ได้ทำการสู้รบกับข้าศึกแต่ประการใดเพียงแต่เฝ้าสังเกตการณ์เคลื่อนไหวของข้าศึกเท่านั้น^{๑๘๙} และสามารถแบ่งวิธีการกำหนดเวทนาได้อีกอย่างดังต่อไปนี้ คือ

ถ้าทุกขเวทนามากทนไม่ไหวจริงๆ อยากจะเปลี่ยนให้กำหนดจิตอยากเปลี่ยนก่อน “อยากขยับหนอยๆ” แล้วค่อยเปลี่ยนโดยกำหนดรู้อาการเปลี่ยนทุกขั้นตอนอย่าให้ขาดการกำหนดเพราะจะทำให้เสียสมาธิ เวลาเดินจงกรมถ้าเกิดเวทนาให้หยุดเดินแล้วกำหนดเวทนานั้นจนหายแล้วค่อยเดินต่อไปการเดินจงกรมจะช่วยลดเวทนาลงได้บ้าง อย่ากำหนดเวทนาเพื่อต้องการให้หายแต่ให้กำหนดเพื่อรู้อาการเท่านั้น อย่าพยายามขยับตัวเพื่อคลายเวทนาถ้าเวทนามีหลายจุดให้กำหนดจุดที่ชัดเจนที่สุดเพียงจุดเดียว เวทนามีประโยชน์ดังนี้ทำให้เห็นทุกข์ทำให้จิตไม่ฟุ้งไม่มัวงมเห็นอนิจจังทุกขังอนัตตาชัดเจน ถ้าเวทนาเกิดขึ้นหลายจุดพร้อมกันให้เลือกกำหนดจุดที่ชัดเจนที่สุดเพียงจุดเดียวแต่ถ้าอาการชัดพอๆ กันก็ให้เลือกจุดใดจุดหนึ่ง

การกำหนดเวทนามีข้อห้ามอยู่ ๒ อย่างคืออย่ากำหนดเพื่อจะให้เวทนาหายและอย่าคิดจะเอาชนะเวทนา เป็นธรรมดาว่ามนุษย์ทุกคนไม่ชอบเจ็บปวดเมื่อเกิดขึ้นแล้วก็อยากให้หายไป ๑ แต่พอเร่งกำหนดปวดหนอยๆ จีลงไปแรงๆ ก็ยิ่งปวดทุกข์ทรมานหากไม่กำหนดก็ยังไม่อาจผ่านพ้นไปได้เสียที่จึงเร่งจี้เร่งกำหนดจนรู้สึกเครียดเมื่อมีอาการเช่นนี้ซ้ำๆ กัน ๒-๓ วันก็เกิดอาการเบื่อหน่ายไม่อยากปฏิบัตินั้นเป็นเพราะการกำหนดเป็นไปด้วยอำนาจแห่งตัณหาเป็นการเอากิเลสล้างกิเลสเปรียบเหมือนกับเอาน้ำโคลนไปล้างจานยิ่งล้างก็ยิ่งสกปรกฉะนั้นถ้าเกิดความทุกข์ใจอยากให้หายให้ถอยจากการกำหนดที่เวทนานั้นมามากกำหนดที่จิตแทนเพราะเป็นอาการที่ปรากฏชัดเจนกว่ากำหนดที่จิตว่า อยากหายหนอยๆ ถ้าจิตทุกข์ทรมานกำหนดว่า ทุกข์หนอยๆ เมื่อสภาวะทุกข์ทรมานจางคลายไปแล้วจึงค่อยกลับไปเพ่งกำหนดรู้เวทนาต่อไปอีก

^{๑๘๙} พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์, เอกสารประกอบการสอนรายวิชาสติปัญญาฐานภาวนา, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส, ๒๕๕๖), หน้า ๔๕๕.

เมื่อญาณปัญญาพัฒนาขึ้นถึงวิปัสสนาญาณขั้นที่ ๔ (อุทยัพพญาณ) แล้วทุกข์เวทนาแทบไม่ปรากฏจะปรากฏมากไปด้วยสุขเวทนาที่น่ายินดีหลงใหลโยคีพึงทำความเข้าใจให้ถ่องแท้ว่าสุขเวทนามีเป็นสักว่าสุขเวทนาเป็นเพียงทางผ่านยังไม่ใช่มรรคผลนิพพานยังกลับไปเป็นทุกข์อย่างเดิมได้อีกจึงควรรีบเร่งกำหนดต่อไปไม่หลงติดหลงยึดในสภาวะที่เกิดขึ้นคือเพียรกำหนดบริกรรมอยู่ตลอดเวลาตามความเป็นจริง “ปีติหน่อๆ สุขหน่อ” “สบายหน่อ” “โล่งหน่อ” เป็นต้นตั้งแต่จิตแรกที่ตื่นจนถึงจิตสุดท้ายที่หลับการกำหนดเวทนาเป็นการรู้ลักษณะที่แท้จริงของทุกข์เวทนาคือสภาพที่รับรู้สัมผัสที่ไม่น่าปรารถนาแล้วคือสภาพที่ทนได้ยากและมีสภาพไม่เที่ยงเป็นทุกข์บังคับบัญชาไม่ได้ดังนั้นเมื่อเกิดความเจ็บปวดนักปฏิบัติจึงไม่ควรเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อหลีกเลี่ยงเวทนาและควรกำหนดรู้ทุกข์เวทนานั้นโดยวางใจเป็นกลางไม่มีความอยากที่จะทำให้ทุกข์เวทนาหายหรือคิดว่าจะระงับให้ได้เพราะความคิดเช่นนั้นประกอบด้วยความโลภหรือความโกรธกิเลสเหล่านี้จะเป็นอุปสรรคต่อความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมเพราะทำให้ขาดสติที่รู้เท่าทันเวทนาที่เกิดขึ้นอยู่ตามความเป็นจริง

เมื่อรู้สึกถึงความเจ็บปวดมากไม่ควรเกร็งตัวหรือเคร่งเครียดกับการกำหนดพึงจดจ่อที่อาการปวดอย่างชัดเจนว่าอาการปวดนั้นเกิดที่กล้ามเนื้อเส้นเอ็นหรือกระดูกไม่ควรสักแต่บริกรรมว่าปวดหนอเบื้องต้นอาจจะรู้สึกปวดทั่วทั้งขาแต่เมื่อมีสมาธิมากขึ้นก็จะรับรู้ปวดที่จุดเล็กๆ จุดหนึ่งบ้างสองจุดบ้างสามจุดบ้างเมื่อจดจ่อที่อาการปวดนั้นจะรู้สึกว่ายิ่งกำหนดอาการปวดนั้นก็ยิ่งทวีความรุนแรงขึ้นอันที่จริงอาการปวดไม่ได้ทวีความรุนแรงขึ้นเลยแต่เป็นเพราะนักปฏิบัติได้รับรู้อาการปวดชัดเจนกว่าก่อนจึงทำให้รู้สึกปวดมากกว่าเดิมความรู้สึกนี้เป็นการรู้แจ้งลักษณะพิเศษของทุกข์เวทนาคือสภาพที่รับรู้สัมผัสที่ไม่น่าปรารถนาแล้วจะเกิดปัญญารู้แจ้งลักษณะทั่วไปคือไตรลักษณ์เป็นลำดับต่อมาบางคนชอบขยับกายส่วนล่างหรือเปลี่ยนท่าเพื่อจะหลีกเลี่ยงเวทนาแต่หากกายยังไม่สงบมีการเคลื่อนไหวอยู่เสมอจิตใจก็จะไม่สามารถสงบได้เช่นกันเพราะจะขาดสติตามรู้อาการในขณะเคลื่อนไหวหรือเปลี่ยนท่านั่งอย่างไรก็ตามในเวลานั่งหนึ่งชั่วโมงอาจเปลี่ยนท่านั่งได้หนึ่งครั้งเป็นอย่างมากหากเปลี่ยนท่านั่งบ่อยๆ จะทำให้เกิดความเคยชินแล้วจะต้องการเปลี่ยนท่านั่งทุกครั้งที่เกิดความเจ็บปวดขั้นตีสวรรพระพุทธรองค์ตรัสว่ากายนี้มีทุกข์มากมีโทษมากมีโรคมักมายเกิดในกายนี้^{๑๙๐} เมื่อยังมีกายอยู่ก็จะมีเวทนาแน่นอนเวทนานี้มักเกิดจากการกระทบกันระหว่างรูปคือกายส่วนล่างที่กระทบกับพื้นหรือเกิดจากอาการทางกายที่อยู่ในอิริยาบถใดอิริยาบถหนึ่งเป็นเวลานานแต่นักปฏิบัติไม่ควรกลัวต่อทุกข์เวทนาเพราะขณะเกิดทุกข์เวทนาความฟุ้งซ่านจะมีน้อยลงเนื่องจากไม่มีผู้ใดรักผู้อื่นมากกว่าตนเวทนาจึงจัดว่าเป็นอารมณ์ที่ดีในการกำหนดรู้

^{๑๙๐} ดูรายละเอียดใน อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๖๐/๑๘๗.

ความอดทนเป็นกุญแจไขประตูพระนิพพานสุภาจิตบพนี้สอดคล้องกับพระพุทธพจน์ที่ตรัสสรรเสริญการปฏิบัติขั้นดีสังวรคือความอดทนต่อเวทนาเช่นความเย็นความร้อนความหิวกระหายสัมผัสของยุ่งเหยิงบงูลม แดดความเจ็บปวดที่รุนแรงทางกายที่อาจคร่าชีวิตได้^{๑๙๑} ฉะนั้นนักปฏิบัติจึงควรอดทนกำหนดเวทนามาก่อน พระพุทธองค์ยังตรัสสรรเสริญความอดทนว่า “ดูการสารีบุตรภิกษุในศาสนาฉันภัตตาหารแล้วนั่งขัดสมาธิตั้งกายตรงดำรงสติมั่นตั้งใจว่าตราบที่จิตของเราจะไม่พ้นจากอาสวะเราจักไม่ยกเลิกการนั่งคู้บัลลังก์นี้” ดูการสารีบุตรภิกษุผู้มีความอดทนเช่นนี้พึงยังป่าสาละให้งดงาม พระพุทธองค์ตรัสไว้ในโพธิราชกุมารสูตรว่า “บุคคลจะบรรลุความสุขด้วยความสุขไม่ได้แต่จะบรรลุความสุขได้ด้วยความสุขพระดำรัสนี้แสดงถึงความอดทนโดยตรง”^{๑๙๒}

ในปัจจุบันมีการตำหนิว่าการอดทนต่อเวทนานี้เป็นอัตตกลิณณนโยบายคือการเบียดเบียนตนให้ลำบากแล้วสอนให้พิจารณาสาตกัมป์ปัญญะและสัปปายสัปปัญญะทั้งยังแนะนำไม่ให้อดทนต่อเวทนานั้นวิธีปฏิบัติดังกล่าวไม่สอดคล้องกับข้อความในมหาสติปัฏฐานสูตรนี้และขัดแย้งกับพระพุทธดำรัสที่สอนให้กำหนดรู้เวทนาชั้นว่า “ภิกษุทั้งหลายพวกเธอพึงกำหนดรู้เวทนาด้วยปัญญาพึงรู้แจ้งความไม่เที่ยงของเวทนาตามความเป็นจริงเมื่อภิกษุกำหนดรู้เวทนาด้วยปัญญารู้แจ้งความไม่เที่ยงของเวทนาตามความเป็นจริงอยู่ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนา”^{๑๙๓} “ภิกษุทั้งหลายภิกษุย่อมรู้แจ้งเวทนาที่ไม่เที่ยงนั้นว่าเป็นของไม่เที่ยงปัญญาที่รู้แจ้งดังกล่าวของภิกษุนั้นเป็นสัมมาทิฐิ”^{๑๙๔} พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาเนื่องๆ ผู้ที่มีได้กำหนดรู้ทุกขเวทนาย่อมสำคัญตนเจ็บ, ตนเองเจ็บทั้งกายและใจแต่ผู้ที่กำหนดรู้แล้วเกิดสมาธิในระดับหนึ่งที่สามารถครอบงำทุกขเวทนาได้โดยรู้เห็นว่าทุกขเวทนาเป็นเพียงสภาวะที่ทนได้ยากส่วนจิตที่กำหนดรู้เป็นนามธรรมอีกส่วนหนึ่งรู้ว่าเจ็บกายแต่ใจไม่เจ็บเพราะในขณะนั้นไม่รู้สึกรู้ว่ามีตัวตนที่เจ็บอยู่ความรู้สึกเช่นนี้เป็นความเจ็บทางกายแต่ใจไม่เจ็บสามารถแยกเวทนาอยู่ส่วนหนึ่งและจิตก็แยกอยู่อีกส่วนหนึ่ง

ผู้ปฏิบัติที่กำหนดรู้สภาวะธรรมรูปรูปนามด้วยการกำหนดสภาวะพองยุบของท้องเป็นเบื้องต้น ต่อมาเมื่อรู้สึกปวดก็กำหนดเวทนานั้นว่า ปวดหนอ ปวดหนอ เมื่อรู้สึกเสียใจก็กำหนดว่า เสียใจหนอ เสียใจหนอ เมื่อรู้สึกดีใจก็กำหนดความรู้สึกนั้นว่า ดีใจหนอ ดีใจหนอ ถ้าไม่มีความรู้สึกที่ชัดเจน คือไม่มีความดีใจหรือเสียใจ ก็พึงตั้งสติกำหนดรู้ที่สภาวะทางกายหรือจิตที่ปรากฏชัดเจน

ในขณะที่ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้เวทนาอยู่อย่างระมัดระวัง ก็จะเห็นได้ว่าสุขเวทนาหรือทุกขเวทนานั้นเกิดขึ้นและดับไปติดต่อกันอย่างรวดเร็ว จนปรากฏเหมือนหนึ่งหยาดน้ำฝนที่ตก

^{๑๙๑} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๔/๑๔-๑๕.

^{๑๙๒} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๒๗/๓๐๗.

^{๑๙๓} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๕๒/๔๓.

^{๑๙๔} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๕๒/๔๒.

ต้องกายของผู้ที่เดินอยู่ท่ามกลางสายฝนแล้วสลายไป เวทนานั้นคล้ายกับฝนตกลงมาจากภายนอกกาย เหมือนหยาดน้ำฝนที่ตกจากภายนอกลงมาถูกกายของตน เมื่อรู้เห็นสภาวะนี้อย่างชัดเจน ผู้ปฏิบัติก็เกิดความรู้ว่า เวทนามีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์เพราะถูกเบียดเบียนด้วยความเกิดดับอยู่เป็นนิจ ไม่ใช่ตัวตนเพราะไม่มีแก่นสาร พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า เมื่อเกิดความรู้อย่างนี้ผู้ปฏิบัติก็เพื่อง่ายคลายกำหนดในเวทนาทั้งปวง การบรรลุนิพพิทาญาณด้วยการกำหนดรู้เวทนา^{๑๙๕} ยิ่งเห็นความเกิดดับที่เป็นไปตามกฎของไตรลักษณ์จนกระทั่งบรรลุมรรคผลนิพพานในที่สุด

การยังเห็นความไม่เที่ยงของเวทนาว่าเป็นสภาวะเกิดขึ้นและดับไปนี้ไม่ใช่เป็นเพียงจินตนาการที่ตั้งอยู่บนสมมุติฐานว่าทุกสิ่งที่เกิดขึ้นย่อมเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดาแต่เป็นการรู้แจ้งเห็นประจักษ์ด้วยประสบการณ์อย่างแท้จริงว่าเวทนาเป็นเพียงความรู้สึกที่เกิดขึ้นแล้วดำรงอยู่ชั่วขณะแล้วหายไปการยังเห็นอย่างนี้เป็นการรับรู้ความเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไปของเวทนาต่อมานักปฏิบัติจะยังเห็นเวทนาว่าเกิดขึ้นและดับไปอย่างรวดเร็วเหมือนจุดๆ หรืออนุเล็กๆ ที่เกิดดับสืบการยังเห็นอย่างนี้เป็นการรับรู้ความเกิดและดับไปของเวทนาอย่างแท้จริง

๔.๔ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในสัญญาชั้น

มีข้อความปรากฏในอนัตตลักขณสูตร (พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๗ สังยุตตนิกายขันธวรรค) สัญญาเป็นอนัตตาถ้าสัญญานี้จักเป็นอัตตาแล้วไซ้สัญญานี้ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธและบุคคลพึงได้ในสัญญาว่า สัญญาของเราจะเป็นอย่างนี้ สัญญาของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้นก็เพราะสัญญาเป็นอนัตตา ฉะนั้น สัญญาจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และบุคคลย่อมไม่ได้ในสัญญาว่า สัญญาของเราจะเป็นอย่างนี้ สัญญาของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้น^{๑๙๖} สัญญา ในทางพุทธศาสนานั้น คือ ความจำได้หมายรู้ มีทางเกิดขึ้นได้ ๖ ทาง คือ

- (๑) สัญญาที่เกิดจากการกระทบทางตา
- (๒) สัญญาที่เกิดจากการกระทบทางหู
- (๓) สัญญาที่เกิดจากการกระทบทางจมูก
- (๔) สัญญาที่เกิดจากการกระทบทางลิ้น
- (๕) สัญญาที่เกิดจากการกระทบทางกาย
- (๖) สัญญาที่เกิดจากการกระทบทางใจ

ลักษณะของสัญญาที่ไม่เป็นอัตตานั้น ก็ถ้าสัญญาเป็นตัวตนของเรา ก็ไม่มีเหตุผลอื่นใดที่จะเบียดเบียนทำให้ตัวเราเองต้องลำบาก เพราะโดยทั่วไปแล้วคนเราจะไม่เบียดเบียนหรือ

^{๑๙๕} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) วจนา, อนัตตลักขณสูตร, หน้า ๖๒.

^{๑๙๖} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๕๙/๙๔

ทำอันตรายตนเอง เราจะต้องสามารถจัดการให้ตนเองได้พบและจดจำแต่สิ่งที่ดี แต่สัญญาขึ้นเปียดเบียนให้เป็นทุกข์ และไม่เป็นไปตามความต้องการของเรา จึงไม่ใช่อัตตาตัวตนของเรา”^{๑๙๗}

สำหรับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อละอุปาทานในสัญญาขณะที่ผู้ปฏิบัติมีความต้องการที่จะใช้ความทรงจำอย่างใดอย่างหนึ่งเช่นการท่องจำคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าซึ่งเป็นภาษาบาลีหรือเรียนรู้ในชีวิตประจำวันต่างๆ หากผู้ปฏิบัติไม่ได้ทำการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาไว้ อาจจะทำให้อารมณ์ของโทสะเกิดขึ้นได้เพราะสัญญานั้นมีความไม่เที่ยงเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา ดังนั้นนักปฏิบัติจึงควรใส่ใจในการกำหนดเรื่องสัญญาซึ่งอยู่ในอารมณ์ของนามธรรมสัญญานั้นจึงมีการรู้ได้ด้วยความไม่เที่ยงหากว่าจำได้ก็จำหากว่าจำไม่ได้ก็ไม่ไปทุกข์กับสิ่งที่จำไม่ได้ดังนี้เรียกว่าการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อละอุปาทานในสัญญา

๔.๕ การกำหนดเพื่อละอุปาทานสังขารชั้น๕

มีข้อความปรากฏในอนัตตลักขณสูตร (พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๗ สังยุตตนิกายขันธวารวรรค) สังขารเป็นอนัตตาถ้าสังขารนี้จักเป็นอัตตาแล้วไซ้สังขารนี้ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาหารและบุคคลพึงได้ในสังขารว่า สังขารของเราจะเป็นอย่างนี้ สังขารของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้น ก็เพราะสังขารเป็นอนัตตา ฉะนั้น สังขารจึงเป็นไปเพื่ออาหาร และบุคคลย่อมไม่ได้ในสังขารว่า ‘สังขารของเราจะเป็นอย่างนี้ สังขารของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้น’^{๑๙๘}

สังขารมี ๒ อย่าง คือ สภาวะถูกปรุงแต่ง และสภาวะปรุงแต่ง สภาวะถูกปรุงแต่งหมายถึง กองสังขารที่เกิดขึ้นโดยมีกรรม จิต อุดุ และอาหารเป็นปัจจัย หลังจากปฏิสนธิจิตเกิดขึ้นในภพใหม่ จิตและเจตสิกที่เป็นผลของกรรมก็เกิดขึ้น วิบากจิตและเจตสิกที่ประกอบ หทัยวัตถุ และกรรมรูปต่างๆ มี ตา หู จมูก ลิ้น และกาย ก็เกิดตามมา รูปและนามเหล่านี้จัดเป็นสภาวะถูกปรุงแต่ง คือเป็นผลวิบากของกรรมที่ทำไว้ในอดีตชาติ จึงเรียกว่า เป็นสังขารที่ถูกกรรมปรุงแต่งในทำนองเดียวกัน จิตตชรูป คือ รูปที่เกิดจากจิต ก็เป็นผล (วิบากสังขาร) ที่ถูกปรุงแต่งด้วยเหมือนกัน จึงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอิริยาบถต่างๆ เช่น การคู้ การเหยียด การเคลื่อนไหว การเดิน การยืน การนั่ง การพูด การยิ้ม เป็นต้น เหล่านี้เป็นสังขารที่มีจิตเป็นปัจจัยปรุงแต่งให้เกิดขึ้น เกี่ยวกับจิตและเจตสิกที่ประกอบกับจิตนั้น ทั้งสองเป็นทั้งผู้ปรุงแต่ง และผู้ถูกปรุงแต่งของกันและกันรูปที่มีอุดุหรืออุดุเป็นปัจจัยปรุงแต่งให้เกิดขึ้น จัดเป็นวิบากสังขารของอุดุ และรูปที่มีอาหารเป็นปัจจัยปรุงแต่งให้เกิดขึ้น ก็เรียกว่าเป็นวิบากสังขารของอาหาร นอกจากนั้น จิตและเจตสิกที่เกิดขึ้นภายหลังๆ ก็มีจิตและเจตสิกที่เกิดขึ้นก่อนๆ เป็นปัจจัยปรุงแต่งให้เกิดขึ้น กองสังขารเหล่านี้เรียกว่า วิบากสังขาร ที่มีกรรม จิต อุดุ และอาหารเป็นปัจจัยปรุงแต่งให้เกิดขึ้น^{๑๙๙}

^{๑๙๗} พระโสภณมหาเถระ(มหาสิสยาตอ)รจนา, อนัตตลักขณสูตร, หน้า ๗๓.

^{๑๙๘} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๕๙/๙๔.

^{๑๙๙} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), อนัตตลักขณสูตร, หน้า ๗๔.

สังขารการปรุงแต่งทั้งหมดที่เกิดขึ้นจากอารมณ์ของจิตที่ยึดถือว่าสิ่งนี้เป็นของรักสิ่งนี้เป็นของหวงไม่ชอบในสิ่งต่างๆ เหล่านี้ความเกลียดชังหรือแค้นกระทั่งอารมณ์เฉยๆ ซึ่งจะอยู่ในอาการของอายตนะภายในกับภายนอกเกิดการกระทบกันอารมณ์ในการปรุงแต่งจึงเกิดขึ้นในบางขณะความโลภหรือความโกรธอาจเกิดขึ้นในจิต ผู้ปฏิบัติควรกำหนดว่าโลภหนอโกรธหนอเป็นสภาพของอารมณ์ที่ถูกปัจจัยภายนอกกับปัจจัยภายในปรุงแต่งขึ้นหากมีการกำหนดลงไปในการปฏิบัติที่มีอาการเกิดขึ้นนั้นๆ ความไม่เที่ยงของอารมณ์ก็จะดับไปทันทีหากมีสติที่สมบูรณ์ หากสติยังมีความสมบูรณ์ไม่มากนักอารมณ์ในการปรุงแต่งก็จะอยู่ได้นานดังนั้นผู้ปฏิบัติควรเพ่งอยู่ในอารมณ์ที่เกิดแล้วบริกรรมต่อไปเรื่อยๆ จนกว่าจิตที่การปรุงแต่งนั้นจะดับไปเองดังนั้นในอารมณ์ของสังขารส่วนใหญ่ที่ปรุงแต่งขึ้นมาจะเกิดกับอายตนะทั้ง ๑๒ เรียกว่าการรู้อารมณ์ตามสภาวะธรรมดังต่อไปนี้คือ

ตามรู้ในสภาวะธรรมภายในว่าเป็นสภาวะธรรมอยู่บ้าง
 ตามรู้ในสภาวะธรรมภายนอกว่าเป็นสภาวะธรรมอยู่บ้าง
 ตามรู้สภาวะธรรมทั้งภายในภายนอกว่าเป็นสภาวะธรรมอยู่บ้าง
 ตามรู้สภาวะคือความเกิดขึ้นในสภาวะธรรมอยู่บ้าง
 ตามรู้สภาวะคือความดับในสภาวะธรรมอยู่บ้าง
 ตามรู้สภาวะคือทั้งความเกิดขึ้นทั้งความดับในสภาวะธรรมอยู่บ้าง^{๒๐๐}

สติย่อมปรากฏว่ามีเพียงสภาวะธรรมเพื่อปัญญาและการระลึกรู้ยิ่งๆ ขึ้นไปเท่านั้นเป็นผู้อยู่อย่างไม่ถูกค้นหาและทิวฏฐิเข้าอิงอาศัยและไม่ถือนั่นอะไรๆ ในโลก^{๒๐๑}

ดังนั้นผู้ปฏิบัติที่กำหนดรู้สภาวะธรรมรูปนามที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าในปัจจุบันขณะจะสังเกตเห็นได้ว่าสิ่งที่ปรารถนาให้เกิดก็ไม่เกิด แต่สิ่งที่ไม่ปรารถนาให้เกิดก็กลับเกิดขึ้น ด้วยวิธีพิจารณานี้ ผู้ปฏิบัติจะสามารถละความยึดมั่นในสามีอิตตา และเมื่อเฝ้าตามสังเกตกระบวนการเกิดขึ้นและดับไปของรูปนามที่เป็นไปติดต่อกันอย่างรวดเร็ว และเห็นว่าแม้สิ่งที่ตนปรารถนาจะให้คงอยู่ยาวนาน ก็ยังดับไป เขาก็จะละความยึดมั่นในสามีอิตตาไปได้ เมื่อเห็นว่าไม่มีอะไรที่อยู่คงทน ทุกสิ่งทุกอย่างต้องแตกดับไป เขาก็จะละความยึดมั่นในนิवासีอิตตา ซึ่งเชื่อว่ามีอิตตาตัวตนที่เที่ยงแท้ถาวรซึ่งเป็นแก่นสารอยู่ในตัวของเขาไปได้

เมื่อผู้ปฏิบัติยังเห็นว่า เหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งที่จะเกิดขึ้นได้นั้น ต้องมีเหตุปัจจัยพร้อมจึงจะเกิดขึ้นได้ ยกตัวอย่างเช่น การเกิดขึ้นของจักขุวิญญาณ จะต้องมิตาและรูปารมณ์ คือภาพอย่างใดอย่างหนึ่ง ตลอดจนต้องมีแสงสว่างเพียงพอ และต้องมีความตั้งใจที่จะดูด้วย ดังนั้น เมื่อมิตาและรูปารมณ์ที่ชัดเจน การเห็นก็ย่อมเกิดขึ้นได้ การได้ยินเสียงก็เช่นเดียวกัน จะเกิดขึ้นได้ต้องมีหู เสียง ช่องว่างที่ไม่มีอะไรขวางกั้น และความตั้งใจที่จะฟัง เมื่อมีหูและเสียงที่

^{๒๐๐} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๓๑๓.

^{๒๐๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๓๔.

ชัดเจน การได้ยินก็ย่อมเกิดขึ้นได้ ส่วนการกระทบสัมผัส จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อมีร่างกาย มีสิ่งที่มากระทบ ประสาทสัมผัสที่ร่างกาย และความตั้งใจที่จะสัมผัส

การพิจารณาเห็นว่า กิริยาการเห็น ได้ยิน และสัมผัส เกิดขึ้นเมื่อมีปัจจัยเกี่ยวข้องมาประชุมกันพร้อม ย่อมทำให้ผู้ปฏิบัติสรุปได้ว่าไม่มีอัตตาหรือตัวตนอย่างหนึ่งอย่างใดที่สามารถคลบんだลให้เกิดการเห็น ได้ยิน หรือสัมผัสขึ้นได้ ดังนั้น เขาจึงละความยึดมั่นว่ามี การกัฏตา คือ ผู้ที่คอยบงการจัดแจงให้มีการทำกรรมต่างๆ พระผู้มีพระภาคทรงประสงค์จะกำจัดความยึดมั่นในอัตตาของเรา จึงได้ทรงสอนว่า สังขารซึ่งได้แก่เจตนาในการทำกรรมนั้น ไม่ใช่ตัวตน ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อละอุปาทานในสังขารจึงมีลักษณะในการปฏิบัติตามรู้อาการปรุงแต่งของสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับอายตนะ ๑๒ ว่ามีความเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับในอารมณ์ของสภาวะธรรมนั้นๆ โดยการไม่ถือมั่นอะไรๆ ในโลก^{๒๐๒}

๔.๖ การกำหนดรู้เพื่อละอุปาทานในวิญญานขันธ

มีข้อความปรากฏในอนัตตลักขณสูตร (พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๗ สังยุตตนิกายขันธวารวรรค) วิญญานเป็นอนัตตาถ้าวิญญานนี้จักเป็นอัตตาแล้วไซ้วิญญานนี้ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และบุคคลพึงได้ในวิญญานว่า ‘วิญญานของเราจึงเป็นอย่างนี้ วิญญานของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้น’ ก็เพราะวิญญานเป็นอนัตตา ฉะนั้น วิญญานจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และบุคคลย่อมไม่ได้ในวิญญานว่า ‘วิญญานของเราจึงเป็นอย่างนี้ วิญญานของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้น’^{๒๐๓} วิญญานเกิดขึ้นได้ ๖ ทาง ตามอายตนะ ๖ ดังนี้

- (๑) จักขุวิญญาน (จิตที่เกิดทางตา)
- (๒) โสทวิญญาน (จิตที่เกิดทางหู)
- (๓) ชานวิญญาน (จิตที่เกิดทางจมูก)
- (๔) ชิวหาวิญญาน (จิตที่เกิดทางลิ้น)
- (๕) กายวิญญาน (จิตที่เกิดทางกาย)
- (๖) มโนวิญญาน (จิตที่เกิดทางใจ)

วิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อละอุปาทานในวิญญานในขันธ ๕ วิญญานเป็นนามธรรมเป็นตัวกำหนดการรับรู้ทั้งหมดในทางปฏิบัติการรับรู้ของวิญญานเป็นการรับรู้ทั้งหมดในขันธ ๕ นักปฏิบัติควรกำหนดอารมณ์ในขณะที่รับรู้เห็นได้ยินโดยการบริกรรมว่ารู้หนอได้ยิน หนอเห็นหนอซึ่งมีลักษณะของความรู้ในขันธ ๕ ดังนี้

รูปขันธ ย่อมปรากฏในขณะที่รู้เห็นความใสในการเห็นรูปหรือรูปารมณ์
 เวทนาขันธ ย่อมปรากฏในขณะที่รู้สึกลีลาเสียใจหรือวางเฉยในการเห็น

^{๒๐๒} พระโสภณมหาเถระ(มหาสิสยาตอ), อนัตตลักขณสูตร, หน้า ๙๔

^{๒๐๓} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๕๙/๙๕.

สัญญาชั้น ย่อมปรากฏในขณะหมายรู้สิ่งที่เห็น
 สังขารชั้น ย่อมปรากฏในขณะต่างๆ
 ผัสสะ ย่อมปรากฏในขณะกระทบกับสี
 เจตนา ย่อมปรากฏในขณะตั้งใจ
 โลภะ ย่อมปรากฏในขณะยินดีพอใจ
 โทสะ ย่อมปรากฏในขณะไม่พอใจ
 ศรัทธา ย่อมปรากฏในขณะเลื่อมใส
 วิญญาณชั้น ย่อมปรากฏในขณะเห็นเป็นประธาน^{๒๐๔}

ดังนั้นวิญญาณในชั้น ๕ จึงทำหน้าที่รับรู้ทั้งหมดในชั้นทั้ง ๕ เป็นอารมณ์ของความยึดมั่นหรือเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความยึดมั่นซึ่งเป็นความจริงของทุกซ์เริ่มตั้งแต่ความเกิดไปจนถึงการไม่ได้รับสิ่งที่ปรารถนาประกอบด้วยรูปชั้น เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น และวิญญาณชั้น รูปชั้น เป็นกองรูป เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น และวิญญาณชั้น เป็นกองนาม สัตว์โลกที่มีใจครองทั้งหมดนั้นประกอบด้วยชั้น ๕ พวกเขามักยึดถือร่างกายซึ่งเป็นกองรูปหรือรูปชั้นว่า เป็นเรา เป็นของ เรา เป็นสิ่งจริง ยั่งยืน เป็นต้น ดังนั้นร่างกายจึงเป็นอุปาทานชั้น กองหนึ่งส่วนนามชั้น ประกอบไปด้วยจิตคือผู้รู้ทำหน้าที่รับรู้อารมณ์ทางทวาร ๖ ด้วยการเห็นการได้ยินและเจตสิก คือสมภารธรรมที่ปรุงแต่งจิตให้เศร้าหมองหรือหมดจด เช่น ความโลภ โกรธ หลง เลื่อมใส ระลึก รู้ ตั้่งมั่น ทั้งหมดได้ถูกสัตว์โลกถือเอาว่าเป็นเรา เป็นจิตของเรา เรากำลังคิดจิตเป็นสิ่งที่เที่ยงแท้แน่นอน ยั่งยืน ดังนั้นสมภารธรรมที่เกิดจากความรู้ทั้งหมดเป็นอุปาทานชั้นที่จิตยึดมั่นถ้อยมั่นไว้จึงมีการกำหนดเพื่อละอุปาทานในวิญญาณดังนี้

๑) วิธีการกำหนดเพื่อละความยึดมั่นในขณะเห็น

การกระทบสัมผัสทางทวารทั้ง ๖ เช่น ตาเห็นหูได้ยินจมูกรู้กลิ่นลิ้นลิ้มรสกายสัมผัส จิตนึกคิดอุปาทานชั้นก็จะเกิดขึ้นทุกครั้งในขณะที่ยังมองเห็นแต่ละครั้งซึ่งจะต้องประกอบด้วยตาที่เห็นและรูปที่ถูกเห็น (รูป) ทำให้เกิดความรู้สึกรู้สึกพอใจหรือไม่พอใจ (เวทนา) เกิดความจำได้หมายรู้ (สัญญา) มีความใส่ใจที่จะเห็น (สังขาร) และจิตที่รู้การเห็น (วิญญาณ)^{๒๐๕} ผู้ที่มีได้ปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนาหรือผู้ที่ยังไม่เห็นไตรลักษณ์มักยึดถือรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณที่เกิดขึ้นนั้นเขาจะเห็นว่าตาที่มองเห็นได้อย่างชัดเจนเป็นตัวตนของเขาและเป็นสิ่งที่เที่ยงยั่งยืนเมื่อเขาเห็นอวัยวะแขนขาของตนก็จะยึดถือว่านั่นเป็นร่างกายของเขานั้นเป็นมือเขาเป็นสิ่งที่เที่ยงยั่งยืนเมื่อมองเห็นคนอื่นๆ เขาก็จะเห็นว่าตนเป็นบุคคลที่มีอยู่จริงและเป็นสิ่งที่เที่ยงมั่นคงยั่งยืน ดังนั้นจึงเรียกความยึดถือในจักขุและรูปารมณว่าอุปาทานชั้น

^{๒๐๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), วิปัสสนานัยเล่ม๑, แปลโดยพระคันธสาราภังค์, หน้า ๒๗๑.

^{๒๐๕} พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ) รจนา, ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโมป.ธ.๙) ตรวจชำระ, พระคันธสาราภังค์แปลและเรียบเรียง, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรสาส์นไทยจำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๑๗๗.

นอกจากความรู้สึกพอใจหรือไม่พอใจในขณะเห็นแล้วยังอาจมีความรู้สึกวางเฉยเกิดขึ้นก็ได้โดยความรู้สึกวางเฉยเกิดขึ้นก็ได้โดยความรู้สึกวางเฉยที่เป็นไปในทางกุศลจัดเป็นสุข เวทนาส่วนความรู้สึกวางเฉยที่เป็นไปในทางอกุศลจัดเป็นทุกข์เวทนาทั้งทุกข์เวทนาและสุขเวทนามีเป็นเหตุให้เกิดความยึดถือว่าความรู้สึกนั้นเป็นเราเป็นสิ่งที่ถาวรยั่งยืนดั่งนั้นจึงเรียกความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะเห็นว่าเวทูปาทานชั้น

เมื่อมีการจำได้หมายรู้ในขณะที่เราจำได้เราไม่ลืมจึงเรียกการจำได้หมายรู้นี้ว่าสัญญาปาทานชั้นในขณะที่มีการเห็นนั้นเพราะมีเจตนาที่ตั้งใจจะมองและมีมนสิการคือมีการใส่ใจไปในการมองนอกจากนี้แล้วยังมีผัสสะคือการประชุมกันของจักขุรูปและจิตที่เห็นและสภาวะธรรมอื่นๆ แต่เจตนาและมนสิการเป็นปัจจัยที่สำคัญกว่าจึงเน้นถึงสภาวะธรรมทั้งสองอย่างนี้เท่านั้นการยึดถือในเจตนามนสิการว่าเป็นตัวตนเป็นสิ่งที่ยั่งยืนเรียกว่าสังขารูปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือสังขาร) คำว่าสังขารหมายถึงการปรุงแต่งและในกรณีของการเห็นนี้ก็คือสภาวะที่ทำให้เกิดการเห็นขึ้นนั่นเอง

สภาวะที่รู้การเห็นเรียกว่าจักขุวิญญาณก็เป็นที่ตั้งแห่งความยึดถือว่าเป็นตัวตนเป็นสิ่งที่จริงยั่งยืนจึงเรียกสภาวะนั้นว่าวิญญาณูปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือวิญญาณ) การกำหนดรู้ว่า “เห็นหนอๆ” ในขณะที่เราจะช่วยให้เรารู้เห็นชั้น ๕ ตามความเป็นจริงว่ามีเพียงสภาวะเห็นเพื่อไม่ให้เกิดการยึดถือรูปนามว่าเป็นเราเป็นของเราเป็นสิ่งที่เที่ยงแท้มั่นคงยั่งยืนหรือน่าพอใจ

๒) วิธีการกำหนดเพื่อละความยึดมั่นในขณะได้ยิน

ในขณะที่มีการได้ยินซึ่งประกอบด้วยหูเสียงและจิตที่รู้เสียงนั้นจะเกิดมีความรู้สึกพอใจและไม่พอใจ (เวทนา) ความจำได้หมายรู้เสียง (สัญญา) เจตนาและมนสิการในการฟัง (สังขาร) พร้อมทั้งจิตที่ได้ยิน (วิญญาณ)^{๒๐๖} ผู้ที่มีได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะไม่รู้เห็นสภาวะธรรมเหล่านี้ตามความเป็นจริงจึงยึดถือการได้ยินว่าเราได้ยินหูของเราได้ยินเพราะหูที่ได้ยินเป็นเหตุให้เกิดการยึดมั่นจึงเรียกว่าเป็นรูปูปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือรูป) ความรู้สึกเป็นทุกข์เป็นทุกข์เมื่อได้ยินเป็นเวทนานูปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือเวทนา) สัญญาสังขารและวิญญาณก็ทำนองเดียวกันการกำหนดรู้ว่า “ได้ยินหนอๆ” ในขณะได้ยินจะช่วยให้เรารู้เห็นชั้น ๕ ตามความเป็นจริงว่ามีเพียงสภาวะได้ยินเพื่อไม่ให้เกิดการยึดถือรูปนามว่าเป็นเราเป็นของเราเป็นสิ่งที่เที่ยงแท้มั่นคงยั่งยืนหรือน่าพอใจ

๓) วิธีการกำหนดเพื่อละความยึดมั่นในขณะได้กลิ่น

ในขณะที่มีการรับรู้กลิ่นซึ่งประกอบด้วยจมูกกลิ่นและจิตที่รู้กลิ่นนั้นจะเกิดความรู้สึกพอใจและไม่พอใจ (เวทนา) ความจำได้หมายรู้กลิ่น (สัญญา) เจตนาและมนสิการในการรู้กลิ่น

^{๒๐๖} พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ) ญาณ, ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร, แปลโดยพระคันธสาราภิกขุ,

(สังขาร) พร้อมทั้งจิตที่รู้กลิ่น (วิญญาณ)^{๒๐๗} ผู้ที่มีได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะไม่รู้เห็นสภาวะธรรมเหล่านี้ตามความเป็นจริงจึงยึดถือการได้กลิ่นว่าเรารู้กลิ่นจุมุกของเรารู้กลิ่นเพราะจุมุกที่รู้กลิ่นเป็นเหตุให้เกิดการยึดมั่นจึงเรียกว่ารูปูปาทานขันธ (อุปาทานขันธคือรูป) ความรู้สึกเป็นทุกข์เป็นทุกข์เมื่อรู้กลิ่นเป็นเวทูปาทานขันธ (อุปาทานขันธคือเวทนา) สัญญาสังขารและวิญญาณก็ทำนองเดียวกันการกำหนดรู้ว่า “รู้หนอๆ” ในขณะที่รู้กลิ่นจะช่วยให้เรารู้เห็นขันธ ๕ ตามความเป็นจริงว่ามีเพียงสภาวะรู้กลิ่นเพื่อไม่ให้เกิดการยึดถือรูปนามว่าเป็นเราเป็นของเราเป็นสิ่งที่เที่ยงแท้มั่นคงยั่งยืนหรือน่าพอใจ

๔) วิธีการกำหนดเพื่อละความยึดมั่นในขณะลิ้มรส

ในขณะที่มีการลิ้มรสซึ่งประกอบด้วยลิ้นรสและจิตที่รู้รสนั้นจะเกิดความรู้สึกพอใจและไม่พอใจ (เวทนา) ความจำได้หมายรู้รส (สัญญา) เจตนาและมนสิการในการลิ้มรส (สังขาร) พร้อมทั้งจิตที่ลิ้มรส (วิญญาณ)^{๒๐๘} ผู้ที่มีได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะไม่รู้เห็นสภาวะธรรมเหล่านี้ตามความเป็นจริงจึงยึดถือการลิ้มรสว่าเรารู้ลิ้มรสลิ้นของเราลิ้มรสเพราะลิ้นที่ลิ้มรสเป็นเหตุให้เกิดการยึดมั่นจึงเรียกว่าเป็นรูปูปาทานขันธ (อุปาทานขันธคือรูป) ความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์เมื่อลิ้มรสเป็นเวทูปาทานขันธ (อุปาทานขันธคือเวทนา) สัญญาสังขารและวิญญาณก็ทำนองเดียวกันการกำหนดรู้ว่า “รู้หนอๆ” ในขณะลิ้มรสจะช่วยให้เรารู้เห็นขันธ ๕ ตามความเป็นจริงว่ามีเพียงสภาวะลิ้มรสเพื่อไม่ให้เกิดการยึดถือรูปนามว่าเป็นเราเป็นของเราเป็นสิ่งที่เที่ยงแท้มั่นคงยั่งยืนหรือน่าพอใจ

๕) วิธีการกำหนดเพื่อละความยึดมั่นในขณะสัมผัส

การกระทบสัมผัสประกอบด้วยกายประสาทที่รับการกระทบสัมผัสทั้งภายในร่างกายเช่นเนื้อเลือดกล้ามเนื้อและกระดูกและภายนอกร่างกายเช่นผิวหนังห่อหุ้มร่างกายการกระทบสัมผัสจึงครอบคลุมพื้นที่กว้างขวางมากเราจะรับรู้การกระทบสัมผัสได้ทุกแห่งที่มีปสาทรูปซึ่งเป็นรูปละเอียดและไม่ใช่รูปร่างกายเหมือนจักขุประสาทโสตประสาทฆานประสาทและชีวหาประสาทที่เป็นรูปละเอียดไม่ใช่ดวงตาและใบหูเป็นต้น^{๒๐๙} เมื่อมีการกระทบสัมผัสเกิดขึ้นจะปรากฏลักษณะของธาตุดินธาตุไฟและธาตุลมกล่าวคือธาตุดินมีลักษณะแข็ง อ่อนธาตุไฟมีลักษณะร้อน เย็นและธาตุลมมีลักษณะหยาบ ตึงความรู้สึกที่เกิดจากการกระทบสัมผัสอาจมีได้เพราะร่างกายสัมผัสกันเช่นริมฝีปากนิ้วมือหรือสิ่งภายนอกมากระทบร่างกายเช่นเสื้อผ้าที่นั่งที่นอนพื้นดินน้ำลมไฟหรือแสงแดดการกระทบสัมผัสแต่ละครั้งมักก่อให้เกิดความรู้สึกที่ต่างกันไปอาจเป็นความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบความจำได้หมายรู้การกระทบสัมผัสนั้นๆ เจตนาและมนสิการตลอดจนจิตที่รู้สัมผัสโดยเฉพาะความรู้สึกที่ไม่ชอบทุกขเวทนาในขณะที่นั่งนานมักปรากฏชัดกว่าอย่างอื่นในทุกขณะที่เกิดการกระทบสัมผัสผู้ปฏิบัติธรรมควรกำหนดรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริงเพื่อไม่ให้เกิด

^{๒๐๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๘๐.

^{๒๐๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ) รจนา, ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร, หน้า ๘๑.

^{๒๐๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๘๒.

ความยึดถือรูปนามที่ปรากฏในขณะนั้นว่าเป็นเราหรือของเราเพราะบริเวณที่มีการกระทบสัมผัสนั้นเป็นอุปาทานชั้นตรีโดยสภาวะกระทบสัมผัสนั้นเรียกว่ารูปอุปาทานชั้นตรีความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบเป็นเวทูปาทานชั้นตรีความจำได้หมายรู้สัมผัสเป็นสัญญาอุปาทานชั้นตรีเจตนาและมนสิการเป็นสังขารอุปาทานชั้นตรีและจิตที่รู้สัมผัสเป็นวิญญานอุปาทานชั้นตรี

การกำหนดอากัปกิริยาทางร่างกายเช่นเดินยืนนั่งนอนคู้เหยียดเคลื่อนไหวพองยุบ ฯลฯ มีประโยชน์เพื่อให้เกิดสติระลึกอุปาทานชั้นตรี๕นั่นเองเมื่อผู้ปฏิบัติธรรมกำหนดรู้ อากัปกิริยาดังกล่าวจะรู้เห็นสภาวะของธาตุลมที่ทำให้เกิดความตึงหย่อนหรือเคลื่อนไหวได้ตามความเป็นจริงว่าเป็นเพียงรูปที่รู้อะไรไม่ได้และนามคือจิตที่รู้ อากัปกิริยาดังนั้นในการกำหนดรู้แต่ละครั้งเขาจะรู้เห็นว่ามิใช่เพียงรูปและนามไม่มีรูปร่างที่เข้าใจว่าเป็นเราหรือของเราและต่อไปก็จะรู้เห็นได้ชัดเจนว่ารูปและนามเป็นเหตุผลของกันและกันเช่นการเดินมีได้เพราะจิตที่ต้องการจะเดินหลังจากนั้นเขาก็จะรู้เห็นการเกิดดับอย่างรวดเร็วของรูปนามจัดเป็นการหยั่งเห็นพระไตรลักษณ์คือความไม่เที่ยงเป็นทุกข์ไม่ใช่ตัวตนการรู้เห็นตามความเป็นจริงเช่นนี้จะขจัดความยึดถือในการยืนเดินนั่งหรือนอนว่าเป็นตัวตนเป็นเราหรือของเราการปฏิบัติธรรมเช่นนี้เป็นการตัดความยึดมั่นในชั้นตรี๕ตามที่กล่าวไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่านจกิญจิโลเกอุทาทิยติ^{๒๑๐} (และไม่ถ้อยมนอะไรในโลกคืออุปาทานชั้นตรี) การปฏิบัติธรรมที่จะทำให้เป็นอิสระจากความยึดมั่นคือการปฏิบัติสติกำหนดรู้กองรูปเวทนาจิตและสภาวะธรรม

๖) วิธีการกำหนดเพื่อละความยึดมั่นในขณะคิด

จิตของมนุษย์สามารถคิดฟุ้งซ่านไปได้กว้างขวางมากและจะคิดนึกเรื่องราวต่างๆ เกือบตลอดเวลาที่ตื่นอยู่นิเวศ๕คือกามฉันทะพยาบาทถีนมิทธะอุทธัจจกุกกุจจะและวิจิกิจฉาก็เป็นสิ่งที่เกี่ยวกับความคิดทั้งหมดความดำริในกามความดำริในความพยาบาทและความดำริในความเบียดเบียน (กามวิตกพยาบาทวิตกและวิหิงสาวิตก) ก็เกี่ยวกับความคิดด้วยเช่นกันหากผู้ปฏิบัติธรรมไม่กำหนดรู้ความคิดที่เกิดขึ้นในแต่ละขณะก็จะเกิดความยึดถือในตัวตนว่าเป็นเราที่คิดอยู่และเป็นสิ่งที่เที่ยงยั่งยืน^{๒๑๑}

เมื่อศึกษาให้ดีจึงพบว่าความคิดนั้นก็จัดเป็นอุปาทานชั้นตรีด้วยโดยรูปที่นำมาคิดนั้นจัดเป็นรูปอุปาทานชั้นตรีความรู้สึกสุขทุกข์หรือวางเฉยที่ปรากฏในขณะคิดเป็นเวทูปาทานชั้นตรีความจำได้หมายรู้ก็เป็นสัญญาอุปาทานชั้นตรีเจตนามนสิการเป็นสังขารอุปาทานชั้นตรีและจิตที่นึกคิดเป็นวิญญานอุปาทานชั้นตรีสิ่งที่นำมาคิดนั้นอาจมีได้ทั้งรูปนามหรือบัญญัติคือชื่อหรือแนวคิดต่างๆ การคิดถึงรูปจัดเป็นรูปอุปาทานชั้นตรีการนึกถึงนามจัดเป็นอุปาทานชั้นตรี ๕ อย่างอื่นส่วนบัญญัตินั้นไม่ใช่รูปหรือนามแต่นับเข้าในรูปนามตามสมควรเช่นการไม่ได้รับสิ่งที่ปรารถนาเป็นทุกข์ซึ่งคัมภีร์มูลกัจจายน์อธิบายว่าการไม่ได้รับสิ่งที่ปรารถนานั้นจัดเป็นต้นหาที่อยากได้สิ่งที่ต้องการ

^{๒๑๐} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ) รจนา, ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร, หน้า ๓๑๑.

^{๒๑๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๘๔.

การกำหนดรู้ความคิดก็คือการรู้สึกตัวว่าได้คิดไปถึงเรื่องใดเรื่องหนึ่งแล้วโดยไม่รับรู้ถึงสิ่งที่คิดถึงเพราะสิ่งที่เราคิดถึงเป็นสมมุติบัญญัติแต่สภาวะคิดที่เกิดขึ้นนี้เป็นสภาวะธรรมชาติกำหนดรู้ความคิดตามความเป็นจริงในแต่ละขณะนั้นเป็นสิ่งสำคัญเพราะหากมิได้กำหนดรู้ก็จะทำให้เกิดความยึดถือว่าเป็นตัวตนที่เที่ยงและน่าพอใจความยึดถือเช่นนี้เป็นต้นเหตุให้เกิดภพใหม่ตามหลักปฏิจจสมุปบาท^{๒๑๒} ว่าภพย่อมมีเพราะอุปาทานเป็นปัจจัยเมื่อมีภพใหม่ก็ต้องมีความเกิดความแก่ความเจ็บและความตายตามมา ถ้ามีการเจริญสติระลึกรู้ความคิดฟุ้งซ่านอย่างต่อเนื่องก็จะปรากฏความไม่เที่ยงเป็นทุกข์และไม่ใช่ตัวตนและเมื่อมีการหยั่งเห็นพระไตรลักษณ์ความยึดถือในตัวตนจะไม่มีโอกาสเกิดขึ้นเมื่อไม่มีความยึดถือภพใหม่ก็ไม่เกิดเมื่อไม่มีภพใหม่ก็ไม่มีการเกิดแก่เจ็บตายก็เป็นอันสิ้นสุดของความทุกข์จัดเป็นตถาคตปหานหากปฏิบัติต่อเนื่องไปจนบรรลุโลกุตตรมรรคความทุกข์ทั้งมวลก็จะถูกกำจัดให้หมดสิ้นไปเป็นสมุจเฉตปหาน

ดังนั้นในขณะที่กำหนดสภาวะพองยุบและอริยาบถใหญ่น้อยอยู่นั้นหากมีความคิดฟุ้งซ่านแทรกเข้ามาผู้ปฏิบัติจะต้องกำหนดรู้ว่าคิดหนอ^{๒๑๓} ได้กล่าวถึงอุปาทานชั้น ๕ ในขณะเห็นได้ยินรู้กลิ่นลิ้มรสกระทบสัมผัสและคิดฟุ้งซ่านโดยละเอียดแล้วคนทั่วไปที่ไม่ได้ปฏิบัติสติปัฏฐานมักเห็นสิ่งต่างๆ ล้วนมีแก่นสารเป็นหญิงบ้างเป็นชายบ้างแต่ในความเป็นจริงนั้นไม่มีแก่นสารอยู่ในรูปที่เห็นหรือเสียงที่ได้ยินมีแต่เพียงอุปาทานชั้นที่ปรากฏทางทวารทั้ง ๖ เท่านั้น

๔.๗ สรุปท้ายบท

จากการศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตรพบว่า เป็นหลักการเดียวกันกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ มีการพิจารณาภายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม ย่อลงเป็น ๒ อย่าง คือ รูป กับ นาม ในสมาธิสูตร เช่นเดียวกันเป็นการพิจารณาในเรื่อง รูป และ นาม เช่นกัน แต่เน้นไปที่ สมาธิ อันเป็นความตั้งมั่นในชั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เพื่อถอนอุปาทาน ในชั้น ๕ เพราะอุปาทาน เป็นตัวทำให้เกิดทุกข์ ทุกข์เพราะยึด เป็นต้น

การกำหนดเพื่อละอุปาทานในรูปนั้น เป็นการกำหนดเพื่อให้เห็นความเกิดดับของรูปชั้น ๕ เป็นการเห็นด้วยวิปัสสนาญาณ เมื่อเห็นว่ารูปชั้น ๕ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นสิ่งที่มิปัจจัยปรุงแต่งขึ้น เต็มไปด้วยทุกข์ และโทษ ก็จะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย เมื่อเบื่อหน่าย ก็จะไม่ยึดมั่นถือมั่นในรูปชั้น ๕ เมื่อไม่ยึดมั่นถือมั่น ก็จะไม่มีความทุกข์ เพราะรูปชั้น ๕ อีกต่อไป

การกำหนดเพื่อละอุปาทานในเวทนานั้นมี ๓ คือ สุข ทุกข์ และไม่สุขไม่ทุกข์ เมื่อโยคีกำหนดว่า สุขหนอๆ เป็นต้น จนมีสติมีปัญญญาณแก่กล้าแล้ว ทำให้รู้แจ้งในเวทนาว่ามีแต่ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป การเห็นด้วยปัญญญาณ ดังนี้ เป็นการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

^{๒๑๒} วิ.ม. (ไทย) ๔/๗/๑๑.

^{๒๑๓} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร, หน้า ๑๘๖.

เพื่อละอุปาทานในเวทนาและการปฏิบัติเพื่อละอุปาทานใน สัญญา สังขาร วิญญาณก็มีอย่างเดียวกัน เมื่อโยคี รู้ความเกิด ดับ ของสิ่งใดสิ่งหนึ่งแล้ว ธรรมทั้งหลายก็เป็นเช่นเดียวกันคือ มีความเกิดขึ้นในเบื้องต้น มีความแปรปรวนไปในท่ามกลาง และมีความแตกสลายไปในที่สุดไม่ว่าจะเป็นสังขตธรรม หรือ อสังขตธรรม ก็เป็นอย่างเดียวกัน

วิปัสสนาญาณ เกิดแก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาเท่านั้น โยคีผู้ปฏิบัติวิปัสสนากาวนาโดยการกำหนดรู้ขั้น ๕ โดยความเป็นไตรลักษณ์ คือ เห็นความเกิด ดับ ของ รูป นาม จนเป็นเหตุทำให้เกิด สติ มีปัญญาญาณ หยั่งเห็น ญาณ เบื้องต้น ตั้งแต่ นามรูปปริเฉทญาณ (ปัญญาญาณที่สามารถแยก रूप แยกนามได้ จนถึงปัจจุเวคณญาณ (ปัญญาญาณที่พิจารณาทบทวนว่ากิเลสที่ละได้แล้วและกิเลสที่ยังไม่ได้) โดยลำดับก็จะทำให้โยคีผู้ทำการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา ได้บรรลุจุดสูงสุดของพระพุทธศาสนานั้นก็คือ พระนิพพาน

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีวัตถุประสงค์ของการวิจัย ๓ ประการ คือ ๑. เพื่อศึกษาเนื้อหาสาระสำคัญในสมาธิสูตร ๒. เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ๓. เพื่อศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการสืบค้นข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เช่น พระไตรปิฎก อรรถกถา และเอกสารงานวิจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เรียบเรียงข้อมูลเชิงพรรณนา โดยสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะได้ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๑.๑ เพื่อศึกษาเนื้อหาสาระสำคัญในสมาธิสูตร

สมาธิ คือความตั้งมั่นของจิต หรือ ภาวะที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนด ภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง คือการที่จิตแน่วแน่ แนบสนิทอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ส่าย ไม่วอกแวก สมาธิ คือภาวะมีอารมณ์หนึ่งเดียวของกุศลจิต หมายถึงการดำรงจิตและเจตสิกไว้ในอารมณ์หนึ่งเดียวอย่างเรียบสม่ำเสมอ และด้วยดี หรือแม้แต่แค่จิตตั้งมั่น พร้อมนั้น ท่านแสดงสาระสำคัญไว้ซึ่งขอพูดให้ง่ายว่าสมาธิมีลักษณะไม่ส่ายหรือไม่ฟุ้งซ่าน มีหน้าที่ช่วย ให้ธรรมที่เกิดร่วมรวมตัวกันอยู่ได้ เหมือนแม่เหล็กที่ดูดเศษเหล็กมารวมกันเป็นก้อนเดียวกันไม่กระเจาไป ปรากฏเป็นความสงบ โดยมี ความสุขเป็นปทัฏฐาน (เหตุใกล้) อย่างพิเศษที่จะให้ถึงสมาธิ จิตที่เป็นสมาธินั้นนิ่งแน่ว เหมือนเปลวเทียนในที่ไม่มี ลมกววน ไฟทำงานเผาไหม้ต่อเนื่องไปอย่างสม่ำเสมอ มิใช่หยุดนิ่ง แต่สงบนิ่งแน่ว การปฏิบัติสมาธิ คือ การนำหลักวิชาการมาอธิบายวิธีลงมือปฏิบัติเช่นชาวพุทธมักจะถามกันว่า เคยไปปฏิบัติ สมาธิตามแนววิปัสสนาหรือเปล่าหรือเคยไปปฏิบัติสมาธิตามแนวสมณะหรือเปล่าซึ่งก็หมายความว่า มีความเข้าใจว่าสมณะต้องแยกจากวิปัสสนาสมาธิมีชื่อเรียกสมาธิสูตรหลายอย่างว่า “สมาธิ” “กรรมฐาน” “การปฏิบัติธรรม” หรือ “การเจริญภาวนา” ก็ได้ แต่ โดยรวมก็เป็นวิธีการที่จะทำให้จิตสงบนั้นเองโดยทั่วไปนิยมเรียกการ ปฏิบัติสมาธิว่า “กรรมฐาน”

สมาธิในพระสูตรได้กล่าวถึงความตั้งมั่นของจิต และการเห็นชัดในความเกิดดับ สมาธิในพระพุทธศาสนาเถรวาทมุ่งให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงความจริง ที่เป็นเหตุแห่งการหลุดพ้นจากการยึดเหนี่ยวทั้งปวง สมาธิสูตร จึงเป็นสาระสำคัญในการประพจน์ปฏิบัติ ในการดำรงชีวิต และเป็นหลักธรรมในหมวดต่างที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ เพราะว่าสมาธิเป็นหลักธรรมหนึ่งที่

ใหญ่ในหลักธรรมทั้งปวง สมาธิมีความสำคัญต่อหมวดธรรมอื่นๆ ที่มีความเกี่ยวเนื่องกัน และเป็นหลักธรรมที่เป็นประโยชน์ต่อการกระทำในด้านการดำรงชีวิต และในด้านการปฏิบัติกรรมฐาน

สมาธิสูตร จึงเป็นสาระสำคัญในการประพจน์ปฏิบัติ การดำรงชีวิต และเป็นหลักธรรมในหมวดต่างที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้เพราะว่าสมาธิเป็นหลักธรรมหนึ่งที่ใหญ่ในหลักธรรมทั้งปวง สมาธิจึงสามารถเข้ากับหมวดธรรมอื่นๆ ได้และยังมีหมวดธรรมที่เกี่ยวข้องด้วยสมาธิสูตร และสมาธิเป็นหัวข้อธรรมในหมวดธรรมอื่นๆ สมาธิมีความสำคัญต่อหมวดธรรมอื่นๆ ที่มีความเกี่ยวเนื่องกัน และเป็นหลักธรรมที่เป็นประโยชน์ต่อการกระทำในด้านการดำรงชีวิต และในด้านการปฏิบัติกรรมฐาน สมาธิในโพชฌงค์ ๗ คือสมาธิสัมโพชฌงค์เป็นองค์แห่งการรู้แจ้งคือความตั้งมั่น สมาธิที่เป็นโพชฌงค์ คือ ขณิกสมาธิในวิปัสสนาภาวนา เพราะว่าสมณะภาวนาไม่ใช่แนวปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้น วิปัสสนาจึงเป็นแนวปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นคือมรรค ผล นิพพาน ฉะนั้นสมาธิสัมโพชฌงค์จึงเป็นองค์แห่งการรู้แจ้งสมาธิสามารถจำแนกตามนัยของคัมภีร์ชั้นอรรถกถาออกเป็น ๓ ระดับคือ

(๑) ขณิกสมาธิ คือสมาธิชั่วขณะเป็นสมาธิขั้นต้น ซึ่งคนทั่วไปอาจใช้ประโยชน์ในการปฏิบัติหน้าที่ การงานในชีวิตประจำวันให้ได้ผลดี และสามารถใช้เป็นจุดตั้งต้นในการเจริญวิปัสสนาได้

(๒) อุปจารสมาธิ คือสมาธิเฉียดๆ หรือ สมาธิจวนจะแน่วแน่ เป็นสมาธิขั้นระงับนิรวณได้ ก่อนที่จะเข้าสู่ภาวะแห่งฌาน หรือสมาธิในบุพภาคแห่งอัปปนาสมาธิ

(๓) อัปปนาสมาธิ คือสมาธิแน่วแน่ หรือสมาธิที่แนบสนิทเป็นสมาธิระดับสูงสุด ซึ่งมีในฌานทั้งหลาย ถือว่าเป็นผลสำเร็จที่ต้องการของการเจริญสมาธิ

ดังนั้นสมาธิจึงมีความหมายที่สามารถเข้าใจได้คือ การทำใจให้อยู่กับที่ หรือตั้งมั่นอยู่ในสิ่งที่กำลังทำอยู่ เพื่อให้เกิดความสุขสงบกายและใจ สมาธิเป็นอารมณ์ ความรู้สึก สภาวะของจิตและยิ่งไปกว่านั้นสมาธิเป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติวิปัสสนา การปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพพานคือการหลุดพ้นจะกิเลสทั้งปวง และสมาธิจึงเป็นคำศัพท์ที่สมมติใช้ขึ้น เพื่อสื่อความหมายให้รู้ชัดในการสื่อสาร และสมาธิ มีอานิสงส์ ๔ ประการ คือ อยู่เป็นสุขในปัจจุบัน ๑ เสวยอารมณ์ทุกอย่างด้วยความใคร่ครวญ ๑ ได้โลกียอภิญญา ๑ บรรลุมรรคผล ๑

๕.๑.๒ เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

วิปัสสนา คือ ปัญญาในการพิจารณาอารมณ์แล้วเห็นความดับ เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไปผู้ปฏิบัติพิจารณาอารมณ์นั้นๆ แล้วเห็นการดับไปแห่งจิตนั้น คือ พิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง เห็นโดยความเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ย่อมเบื่อหน่าย ไม่ยินดี ย่อมคลายกำหนดความหมายวิปัสสนาภาวนา คือวิธีการปฏิบัติต่างๆ สำหรับ ฝึกฝนอบรมจิตให้เกิดปัญญา ให้เกิดความรู้แจ้งหรือหยั่งรู้ในอริยสัจ ๔ ด้วยการพิจารณาสภาวะของความเป็นจริงของสรรพสิ่งทั้งหลายด้วยการพิจารณารูปนามเป็นอารมณ์ ผู้ปฏิบัติเห็นในไตรลักษณ์ว่าเป็นของไม่เที่ยงเป็นทุกข์

บังคับบัญชาไม่ได้ ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา เป็นสภาวะธรรมที่ว่างจาก ความยึดมั่น ถ้อยมั่นในบัญญัติทั้งหลาย

การเจริญวิปัสสนาคือ การเพ่งพินิจพิจารณาสภาพธรรมชาติตามความเป็นจริงจน เห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ ตาที่เราไม่เห็นรูปนามตามความเป็นจริงได้โดยง่ายนั้น เพราะว่ามีธรรม ๓ ประการ เป็นเครื่องขวางกั้นไว้ คือสันตติ ปิดบังอนิจจัง อริยาบถปิดบังทุกข์ ฆนสัญญา ปิดบัง อนัตตา ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะต้องปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน ๔ คือ ๑. กายานุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย การมีสติกำกับดูรู้ เท้าทันทาย และเรื่องทางกาย ๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา การมีสติกำกับดูรู้ เท้าทันท เวทนา ๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้ง สติกำหนดพิจารณาจิต การมีสติกำกับดูรู้เท้าทันทจิต หรือสภาพและอาการของจิต และ ๔. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การมีสติกำหนดพิจารณาธรรม การมีสติกำกับดูรู้เท้าทันทธรรมเรียกสั้นๆ ว่า กาย เวทนา จิต ธรรม ผู้ที่จะล่วงพ้นความทุกข์จาก ความโศกเศร้า เสียใจ คร่ำครวญได้นั้น จะต้องปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอย่างเดียวนั้น ดังนั้น สติปัฏฐาน ๔ จึงเป็นทางสายเดียวที่ช่วยให้เหล่าสัตว์ชนสัตว์ทั้งหลายพ้นไปจากกองทุกข์ได้อย่าง ลื่นเชิง แต่การที่จะบรรลุธรรมได้นั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องปฏิบัติให้เกิดความประจักษ์แจ้งเห็น สภาวะธรรมตามความเป็นจริงที่ปรากฏ จนผู้ปฏิบัติสามารถหยั่งรู้ถึงความเปลี่ยนแปลง แปรปรวนไปของสภาวะธรรมของ รูป นาม จนเกิดปัญญาญาณ สามารถถอนออกเสียซึ่งความ เป็นอภิชฌา (ความยินดี) และ โทมนัส (ความไม่ยินดี) เป็นผู้ไม่ยึดมั่นถ้อยมั่นอะไรๆ ในโลกนี้

๕.๑.๓ เพื่อศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร

จากการศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตรพบว่า เป็นหลักการเดียวกัน กับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ มีการพิจารณาภายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม ย่อลงเป็น ๒ อย่าง คือ รูป กับ นาม ในสมาธิสูตร เช่นเดียวกัน เป็นการ พิจารณาในเรื่อง รูป และ นาม เช่นกัน แต่เน้นไปที่ สมาธิ อันเป็นความตั้งมั่นในชั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เพื่อถอนอุปาทานในชั้น ๕ เพราะอุปาทาน เป็นตัวทำให้เกิด ทุกข์ ทุกข์เพราะยึด เป็นต้น

การกำหนดเพื่อละอุปาทานในรูปนั้น เป็นการกำหนดเพื่อให้เห็นความเกิดดับของรูป ชั้น ๕ เป็นการเห็นด้วยวิปัสสนาญาณ เมื่อเห็นว่ารูปชั้น ๕ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นสิ่งที่มีปัจจัยปรุง แต่งขึ้น เต็มไปด้วยทุกข์ และโทษ ก็จะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย เมื่อเบื่อหน่าย ก็จะไม่ยึดมั่นถ้อยมั่นใน รูปชั้น ๕ เมื่อไม่ยึดมั่นถ้อยมั่น ก็จะไม่มีความทุกข์ เพราะรูปชั้น ๕ อีกต่อไป

การกำหนดเพื่อละอุปาทานในเวทนานั้นมี ๓ คือ สุข ทุกข์ และไม่สุขไม่ทุกข์ เมื่อโยคี กำหนด ว่า สุขหนอยๆ เป็นต้น จนมีสติมีปัญญาญาณแก่กล้าแล้ว ทำให้รู้แจ้งในเวทนาว่า มีแต่ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป การเห็นด้วยปัญญาญาณ ดังนี้ เป็นการปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนาเพื่อละอุปาทานในเวทนาและการปฏิบัติเพื่อละอุปาทานใน สัญญา สังขาร วิญญาณก็มี

อย่างเดียวกัน เมื่อโยคี รู้ความเกิด ดับ ของสิ่งใดสิ่งหนึ่งแล้ว ธรรมทั้งหลายก็เป็นเช่นเดียวกัน คือมีความเกิดขึ้นในเบื้องต้น มีความแปรปรวนไปในท่ามกลาง และมีความแตกสลายไปในที่สุด ไม่ว่าจะเป็นสังขตธรรม หรือ อสังขตธรรม ก็เป็นอย่างเดียวกัน

วิปัสสนาญาณ เกิดแก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาเท่านั้น โยคีผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยการกำหนดรู้ขั้น ๕ โดยความเป็นไตรลักษณ์ คือ เห็นความเกิด ดับ ของ รูป นาม จนเป็นเหตุทำให้เกิด สติ มีปัญญาญาณ หยั่งเห็น ญาณ เบื้องต้น ตั้งแต่ นามรูปปริเฉทญาณ (ปัญญาญาณที่สามารถแยกแยะแยกนามได้ จนถึงปัจจุเวกชนญาณ (ปัญญาญาณที่พิจารณาทบทวนว่ากิเลสที่ละได้แล้วและกิเลสที่ยังไม่ได้) โดยลำดับก็จะทำให้โยคีผู้ทำการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ได้บรรลุจุดสูงสุดของพระพุทธศาสนานั้นก็คือ พระนิพพาน

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้

จะการศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสมาธิสูตร สมาธิเป็นหลักธรรมที่มีความสำคัญในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ทำให้ผู้วิจัยได้ทราบถึงความหมายของสมาธิ ระดับของสมาธิ จุดประสงค์ของการฝึกสมาธิ หลักการและองค์ประกอบของวิปัสสนากรรมฐาน ความหมายของวิปัสสนาภาวนา สภาวะต่างๆที่เกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หลักสมณะกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน การเจริญสมาธิตามหลักพระพุทธศาสนา ความสำคัญของการปฏิบัติกรรมฐาน เป้าหมายของการเจริญสมาธิ ที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้นได้ และเป็นหลักที่จำเป็นในการดำรงชีวิต เพื่อความตั้งมั่นแห่งจิตในการทำการงาน และจะได้นำไปฝึกปฏิบัติประยุกต์ใช้เพื่อการพัฒนาในการดำเนินชีวิตต่อไป

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการนำไปศึกษาครั้งต่อไป

- ๑) ศึกษาการกำหนดรู้ขั้น ๕ ตามที่ปรากฏในสมาธิสูตร
- ๒) ศึกษาระดับสมาธิของพระอริยบุคคลในคัมภีร์เถรวาท
- ๓) ศึกษาการกำหนดรู้ขั้น ๕ เพื่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์เถรวาท

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) คัมภีร์:

อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.

ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ปกรณ์วิเสสภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ วิญญูญาณ, ๒๕๓๙.

พระพุทธโฆสจารย์. คัมภีร์วิสุทธิมรรค. แปลโดย สมเด็จพระพุทธปาหิตยาจารย์ (อาจาสภมมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้งจำกัด, ๒๕๔๘.

(๒) หนังสือ:

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ป.ธ.๙). หลักปฏิบัติสมณะ และวิปัสสนากรรมฐาน. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง. พิมพ์ครั้งที่ ๖๐. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิ พุทธธรรม, ๒๕๔๔.

_____. พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๑๙. นนทบุรี: บริษัท เอส. อาร์. พรินต์ติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๕๓.

_____. พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๒๑. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ชร์แอนด์โฮม จำกัด, ๒๕๕๖

_____ . พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ ๓๘. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ผลิธัมม์, ๒๕๕๖.

_____ . พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ ๔๐. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ผลิธัมม์, ๒๕๕๔.

พระวิจิตรธรรมาภรณ์ (เทอดญาณวิชิโร). สมานธิเบียงตันสำหรับชาวบ้าน. ม.ป.ท. พิมพ์ครั้งที่ ๑. โรงพิมพ์ สยามเอ็มแอนด์บีพับลิชชิง จำกัด, ๒๕๕๒.

พระอุตรคณาธิการ (ชวินทร์ สระคำ). พจนานุกรม บาลี ไทย สำหรับนักศึกษา ปรับปรุงใหม่. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยुरวงส์พริ้นท์ติ้ง จำกัด, พ.ศ.๒๕๓๘.

(๓) วิทยานิพนธ์:

พระมหาประทีป อภิวิฑูโน (แถวพันธุ์). “ศึกษาเปรียบเทียบการอธิบายปฏิจจสมุปบาทตามแนวของพุทธโฆษาจารย์กับพุทธทาสภิกขุ”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

พระมหาสุชน ยสสีโล (ผลชอบ). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนา”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศึกษามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

พระชัยพร จันทวิโส (จันทวงศ์). “ศึกษาศรัทธาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระหิรัญชัย ปรุกโกโม (บอทอง). “ศึกษาการบรรลุธรรมของพระสิวลีเถระ”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระวีระพงษ์ วีรวโส (ภูงามดี). “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแบบธัมมัทธจจันยเฉพาะกรณีการบรรลุธรรมของพระอาณนท”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

สุภีร์ ทุมทอง. “ศึกษาการพัฒนาอินทรีย์สังวรในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

แม่ชีสำลีสิงหรา. “ศึกษาสมาธิและปัญญาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

อรุณัฒา ทองกระจ่างเนตร. “การศึกษาวิเคราะห์สมมติกับการบรรลุมรรคในพระพุทธศาสนาเถรวาท”.
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลง
กรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

ภาคผนวก

๑๒

สังยุตตนิกาย ขนฺธวารวคค

[๑. ขนฺธ

๕. สมာธิสูตร

[๕] เอวมเม สุตํ: เอกํ สมยํ ภควา สวาทถิยํ วิหริติ เชตวันเ อนาถ ปิณฑิกสฺส อารามเ. ททฺร โข ภควา ภิกฺขุ อามนฺเตสฺสิ ภิกฺขโวติ. ภทฺนเตติ เต ภิกฺขุ ภควโต ปจฺจสฺโส. ภควา เอตทโวจ: สมาริ ภิกฺขเว ภาเวถ, สมာหิตเ ภิกฺขเว ภิกฺขุ ยถาภุํ ปชานาติ. ภิกฺขุ ยถาภุํ ปชานาติ? รูปสฺส สมุทฺยญฺจ อตฺถงฺกมฺมญฺจ. เวทนาย สมุทฺยญฺจ อตฺถงฺกมฺมญฺจ. สณฺณาย สมุทฺยญฺจ อตฺถงฺกมฺมญฺจ. สงฺขารานํ สมุทฺยญฺจ อตฺถงฺกมฺมญฺจ. วิญฺญาณสฺส สมุทฺยญฺจ อตฺถงฺกมฺมญฺจ.

โก จ ภิกฺขเว รูปสฺส สมุทโย, โก เวทนาย สมุทโย, โก สณฺณาย สมุทโย, โก สงฺขารานํ สมุทโย, โก วิญฺญาณสฺส สมุทโย? อิทฺ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อภินฺนุทฺติ อภิวทฺติ อชฺโฆสาย ทิฏฺฐติ.

ภิกฺขุ อภินฺนุทฺติ อภิวทฺติ อชฺโฆสาย ทิฏฺฐติ? รูปํ อภินฺนุทฺติ อภิวทฺติ อชฺโฆสาย ทิฏฺฐติ, ทสฺส รูปํ อภินฺนุทฺโต อภิวทฺโต อชฺโฆสาย ทิฏฺฐโต อุปฺปชฺชติ นนฺทิ, ยารูปเ นนฺทิ, ททฺปาทานํ, ทสฺสปาทานปจฺจยา ภโว, ภวปจฺจยา ชาติ, ชาติปจฺจยา ชรามรณํ โสภปริเทวทฺทุกฺขโทมนสฺสอุปายาสา สมฺภวานฺติ. เอวเมตสฺส เกวลสฺส ทฺทุกฺขกฺขนฺธสฺส สมุทโย โหติ.

เวทนํ อภินฺนุทฺติ ะเปะ สณฺณํ อภินฺนุทฺติ ะเปะ สงฺขारे อภินฺนุทฺติ ะเปะ วิญฺญาณํ อภินฺนุทฺติ อภิวทฺติ อชฺโฆสาย ทิฏฺฐติ, ทสฺส วิญฺญาณํ อภินฺนุทฺโต อภิวทฺโต อชฺโฆสาย ทิฏฺฐโต อุปฺปชฺชติ นนฺทิ, ยา วิญฺญาเน นนฺทิ, ททฺปาทานํ ทสฺสปาทานปจฺจยา ภโว, ภวปจฺจยา ชาติ ะเปะ เอวเมตสฺส เกวลสฺส ทฺทุกฺขกฺขนฺธสฺส สมุทโย โหติ.

อยํ ภิกฺขเว รูปสฺส สมุทโย. อยํ เวทนาย สมุทโย. อยํ สณฺณาย สมุทโย. อยํ สงฺขารานํ สมุทโย. อยํ วิญฺญาณสฺส สมุทโย.

โก จ ภิกขเว รูปสฺส อตฺตงฺกโม? โก เวทนาย ๖เป๖ โก สณฺณาย ๖เป๖ โก สงฺขารานํ ๖เป๖ โก วิญฺญาณสฺส อตฺตงฺกโม? อธิ ภิกขเว นามินนฺทติ นามิวทติ นาสฺสเณสย ติฏฺฐติ.

กิญจ นามินนฺทติ นามิวทติ นาสฺสเณสย ติฏฺฐติ? รูปํ นามินนฺทติ นามิวทติ นาสฺสเณสย ติฏฺฐติ, ทสฺส รูปํ อนณินนฺทโต อนณิวทโต อนสฺสเณสย ติฏฺฐโต ยา รูเป นนฺทิ, สว นิสฺสํสย, ทสฺส นนฺทินิสฺสํสย อุปาทานนิสฺสํสย, อุปาทานนิสฺสํสย, ภาวนิสฺสํสย ๖เป๖ เอวเมทสฺส เกวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส นิสฺสํสย โหติ.

เวทนํ นามินนฺทติ นามิวทติ นาสฺสเณสย ติฏฺฐติ, ทสฺส เวทนํ อนณินนฺทโต อนณิวทโต อนสฺสเณสย ติฏฺฐโต ยา เวทนาย นนฺทิ, สว นิสฺสํสย, ทสฺส นนฺทินิสฺสํสย อุปาทานนิสฺสํสย, อุปาทานนิสฺสํสย ภาวนิสฺสํสย ๖เป๖ เอวเมทสฺส เกวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส นิสฺสํสย โหติ.

สณฺณํ นามินนฺทติ ๖เป๖ สงฺขาร นามินนฺทติ นามิวทติ นาสฺสเณสย ติฏฺฐติ, ทสฺส สงฺขาร อนณินนฺทโต อนณิวทโต อนสฺสเณสย ติฏฺฐโต ยา สงฺขารสฺส นนฺทิ, สว นิสฺสํสย, ทสฺส นนฺทินิสฺสํสย อุปาทานนิสฺสํสย, อุปาทานนิสฺสํสย ภาวนิสฺสํสย ๖เป๖ เอวเมทสฺส เกวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส นิสฺสํสย โหติ.

วิญฺญาณํ นามินนฺทติ นามิวทติ นาสฺสเณสย ติฏฺฐติ, ทสฺส วิญฺญาณํ อนณินนฺทโต อนณิวทโต อนสฺสเณสย ติฏฺฐโต ยา วิญฺญาณ นนฺทิ, สว นิสฺสํสย, ทสฺส นนฺทินิสฺสํสย อุปาทานนิสฺสํสย ๖เป๖ เอวเมทสฺส เกวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส นิสฺสํสย โหติ.

อํ ภิกขเว รูปสฺส อตฺตงฺกโม. อํ เวทนาย อตฺตงฺกโม. อํ สณฺณาย อตฺตงฺกโม. อํ สงฺขารานํ อตฺตงฺกโม. อํ วิญฺญาณสฺส อตฺตงฺกโมติ. ปญฺจม.

สังยุต]

มูลปณณาสก ๑. นกุลปิตุวรรค ๕. สมาธิสูตร

๑๗

๕. สมาธิสูตร

ว่าด้วยสมาธิ

[๕] ข้าพเจ้าได้สดับมาอย่างนี้

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของอนาถ-
บิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี ณ ที่นั้น พระผู้มีพระภาครับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลาย
มาตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย” ภิกษุเหล่านั้นทูลรับสนองพระดำรัสแล้ว พระผู้มี
พระภาคจึงได้ตรัสเรื่องนี้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเจริญสมาธิเถิด ภิกษุผู้มีจิตตั้งมั่น ย่อมรู้ชัด
ตามความเป็นจริง

รู้ชัดอะไรเล่าตามความเป็นจริง

คือ ภิกษุรู้ชัดความเกิดและความดับแห่งรูป ความเกิดและความดับแห่งเวทนา
ความเกิดและความดับแห่งสัญญา ความเกิดและความดับแห่งสังขาร ความเกิดและ
ความดับแห่งวิญญาน

อะไรเป็นความเกิดแห่งรูป อะไรเป็นความเกิดแห่งเวทนา อะไรเป็น
ความเกิดแห่งสัญญา อะไรเป็นความเกิดแห่งสังขาร อะไรเป็นความเกิดแห่ง
วิญญาน

คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้เพลิดเพลิน เขยชม ยึดติด

ภิกษุเพลิดเพลิน เขยชม ยึดติดอะไรเล่า

คือ ภิกษุเพลิตเพลิน เชยชม ยึดติดรูป เมื่อเธอเพลิตเพลิน เชยชม ยึดติดรูป ความเพลิตเพลินจึงเกิดขึ้น ความเพลิตเพลินในรูปเป็นอุปาทาน เพราะอุปาทานของภิกษุนั้นเป็นปัจจัย ภพจึงมี เพราะภพเป็นปัจจัยชาติจึงมี เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาส จึงมี ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้มิได้ด้วยประการอย่างนี้

ภิกษุเพลิตเพลิน เชยชม ยึดติดเวทนา ฯลฯ

ภิกษุเพลิตเพลิน เชยชม ยึดติดสัญญา ฯลฯ

ภิกษุเพลิตเพลิน เชยชม ยึดติดสังขาร ฯลฯ

ภิกษุเพลิตเพลิน เชยชม ยึดติดวิญญาณ เมื่อเธอเพลิตเพลิน เชยชม ยึดติดวิญญาณ ความเพลิตเพลินจึงเกิดขึ้น ความเพลิตเพลินในวิญญาณเป็นอุปาทาน เพราะอุปาทานของภิกษุนั้นเป็นปัจจัย ภพจึงมี เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติจึงมี ฯลฯ ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้มิได้ด้วยประการอย่างนี้

ภิกษุทั้งหลาย นี่เป็นความเกิดขึ้นแห่งรูป นี่เป็นความเกิดขึ้นแห่งเวทนา นี่เป็นความเกิดขึ้นแห่งสัญญา นี่เป็นความเกิดขึ้นแห่งสังขาร นี่เป็นความเกิดขึ้นแห่งวิญญาณ

อะไรเป็นความดับแห่งรูป ... แห่งเวทนา ฯลฯ แห่งสัญญา ฯลฯ แห่งสังขาร อะไรเป็นความดับแห่งวิญญาณ

คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ไม่เพลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติด

ภิกษุไม่เพลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติดอะไรเล่า

คือ ภิกษุไม่เพลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติดรูป เมื่อเธอไม่เพลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติดรูป ความเพลิตเพลินในรูปจึงดับ เพราะความเพลิตเพลินของภิกษุนั้นดับ อุปาทานจึงดับ เพราะอุปาทานดับ ภพจึงดับ ฯลฯ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้มิได้ด้วยประการอย่างนี้

ภิกษุไม่เพลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติดเวทนา เมื่อเธอไม่เพลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติดเวทนา ความเพลิตเพลินในเวทนาจึงดับ เพราะความเพลิตเพลิน

สังยุต]

มูลปณณาสก ๑. นกุลปิตุวรรค ๖. ปฏิสัถยานสูตร

๑๕

ของภิกษุชั้นดับ อุปาทานจึงดับ เพราะอุปาทานดับ ภพจึงดับ ฯลฯ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้มิได้ด้วยประการอย่างนี้

ภิกษุไม่เพิลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติดสัญญา ฯลฯ

ภิกษุไม่เพิลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติดสังขาร เมื่อเธอไม่เพิลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติดสังขาร ความเพิลิตเพลินในสังขารจึงดับ เพราะความเพิลิตเพลินของภิกษุชั้นดับ อุปาทานจึงดับ เพราะอุปาทานดับ ภพจึงดับ ฯลฯ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้มิได้ด้วยประการอย่างนี้

ภิกษุไม่เพิลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติดวิญญาณ เมื่อเธอไม่เพิลิตเพลิน ไม่เชยชม ไม่ยึดติดวิญญาณ ความเพิลิตเพลินในวิญญาณจึงดับ เพราะความเพิลิตเพลินของภิกษุชั้นดับ อุปาทานจึงดับ ฯลฯ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้มิได้ด้วยประการอย่างนี้

ภิกษุทั้งหลาย นี่เป็นความดับแห่งรูป นี่เป็นความดับแห่งเวทนา นี่เป็นความดับแห่งสัญญา นี่เป็นความดับแห่งสังขาร นี่เป็นความดับแห่งวิญญาณ”

สมาธิสูตรที่ ๕ จบ

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	: พระเกษม อีรวโส (ทรัพย์พนาลัย)
ว/ด/ป เกิด	: ๒๐ กรกฎาคม ๒๕๓๔
สถานที่เกิด	: บ้านยะพอ ตำบลวาเล่ย์ อำเภอบรบพระ จังหวัดตาก
การศึกษา	: การศึกษาทางธรรม
พ.ศ. ๒๕๕๓	: นักธรรมชั้นเอก สำนักเรียนวัดราชธานี
พ.ศ. ๒๕๕๓	: ป.ธ. ๑-๒ สำนักเรียนวัดราชธานี
	: การศึกษาทางโลก
พ.ศ. ๒๕๕๗	: ปริญญาตรีพุทธศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาภาษาต่างประเทศ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช

ประสบการณ์การปฏิบัติธรรม :

พ.ศ. ๒๕๕๗	: ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาก่อนเข้ารับการศึกษาดูตามหลักสูตร เป็นระยะเวลา ๓๐ วัน
พ.ศ. ๒๕๕๘-๒๕๕๙	: ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” จังหวัดนครราชสีมา หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช- วิทยาลัย วิทยาเขตบึงสีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
อุปสมบท	: วันที่ ๕ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๔ เวลา ๒๒.๐๐ น.
สังกัด	: วัดราชธานี ตำบลธานี อำเภอมะนัง จังหวัดสุโขทัย
หน้าที่	: พระวิปัสสนาจารย์ประจำวัดราชธานี
ปีที่เข้าศึกษา	: ๒๕๕๗
ปีที่สำเร็จการศึกษา	: ๒๕๖๑
ที่อยู่ปัจจุบัน	: วัดราชธานี ตำบลธานี อำเภอมะนัง จังหวัดสุโขทัย ๖๔๐๐๐
ติดต่อ	: E-mail. vi10.wow@gmail.com โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๘๔-๘๑๙-๙๘๖๑