

บทที่ ๔

วิเคราะห์สมถกัมมัฏฐานในฐานะเป็นบาทฐานของวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ในบทที่ผ่านมา ผู้วิจัยได้กล่าวถึงความเหมือนกันและแตกต่างกันของสมถกัมมัฏฐานใน คัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์วิมุตติมรรค โดยประเด็นที่กล่าวถึงประกอบด้วยเนื้อหา การปฏิบัติ และผล การปฏิบัติ กล่าวเฉพาะส่วนผลของการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน มีอานิสงส์ ๕ ประการคือ อยู่เป็นสุขในปัจจุบัน เป็นบาทฐานของวิปัสสนา เป็นบาทฐานของอภิญญา ทำให้ได้ภวิเศษ และมีนิโรธสมบัติเป็น อานิสงส์^๑ ในบทนี้ ผู้วิจัยจะได้กล่าวถึงประเด็นที่สมถกัมมัฏฐานในฐานะเป็นบาทฐานของวิปัสสนากัมมัฏฐาน โดยมีรายละเอียด ดังนี้

๔.๑ วิเคราะห์สมถกัมมัฏฐานในฐานะเป็นอารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน

สมถะ หมายถึง ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไป แห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบ สมาธิหรืออินทรีย์คือสมาธิ สมาธิ พละ สัมมาสมาธิ^๒ สมถะ คือ คุณธรรมอันระงับกิเลสหรือธรรมหายอย่างอื่นมิวิตกเป็นต้น หมายถึง สมาธิที่ เรียกว่า เอกัคคตา^๓ สมถกัมมัฏฐาน จึงอุบายวิธีที่ทำให้จิตสงบระงับจากกิเลส ซึ่งเป็นความ เครื่องเศร้าหมองเร่าร้อน ทำจิตให้ไม่มีอาการคั่นร่น ไม่กระสับกระส่าย ตลอดเวลาที่กิเลสเหล่านั้นสงบ ระงับอยู่ ซึ่งเมื่อก้าวโดยสรุปแล้วก็คือ วิธีการฝึกจิตเพื่อให้ความสงบตั้งมั่นเป็นสมาธิ การที่จะเจริญ สมถกัมมัฏฐานเพื่อให้ได้ฌาน จะต้องรักษาจิตให้มีอารมณ์เดียวตลอดเวลา ซึ่งจิตที่มีอารมณ์เดียว ย่อมมี กำลังมหาศาลเหมือนน้ำที่ไหลสายเดียว มีกำลังมากกว่าน้ำหลายสาย สิ่งที่ทำให้จิตเข้าไปยึดเหนี่ยว เพื่อให้เกิดความสงบ ท่านเรียกว่า อารมณ์ของสมถะ คือ วิธีที่ทำให้ใจสงบ

การใช้สมถกัมมัฏฐานเพื่อเป็นอารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐานในที่นี้ หมายความว่า การใช้ อารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานเพื่อเป็นบาทฐานการเจริญวิปัสสนา กล่าวคือเมื่อฝึกปฏิบัติ โดยการใช้ อารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานอย่างใดอย่างหนึ่งตามที่กล่าวมาแล้ว สมาธิระดับต้นคือขณิกสมาธิ ย่อม

^๑ วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๑๕๗-๑๕๘.

^๒ อภิ.สง. (บาลี) ๓๔/๒๘/๒๖, อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๒๘/๓๒.

^๓ อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี, แปลโดย พระคันธสารากิจวงศ์, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์- ตาลกุล, ๒๕๔๖), หน้า ๑๕๕.

เกิดขึ้น เมื่อได้หมั่นฝึกจิตบ่อยๆ จิตก็จะตั้งมั่นมากขึ้น จนกระทั่งเป็นอุปัชฌายสมาธิแล้ว ถ้าหากไม่ทอดทิ้ง หมั่นประกอบรักษาสมาธิที่ได้นั้นไว้ ในที่สุดจิตก็ย่อมถึงความสงบตั้งมั่น ปักค้ำในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง แนบแน่นเต็มที จนเป็นอัปนาสมาธิ สมาธิในระดับนี้ถือเป็นผลที่พึงหวังของการเจริญสมถกัมมัฏฐานเมื่ออัปนาสมาธิเกิดขึ้นแล้ว จิตย่อมสงบจากนิวรณ์ทั้ง ๕ ซึ่งเป็นกิเลสระดับกลาง คือ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ และวิจิกิจฉา

การเพ่งอารมณ์ของสมถะ เรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน คือการเพ่งอารมณ์ ได้แก่สมบัติ ๘ คือ รูปฌาน ๔ และอรูปฌาน ๔ ส่วนการเพ่งอารมณ์ของวิปัสสนา เรียกว่า ลักขณูปนิชฌาน ได้แก่การเพ่งลักษณะ ได้แก่ วิปัสสนา มรรค และผล^๔ การจะบรรลุธรรมได้จะต้องเปลี่ยนจากอารัมมณูปนิชฌานให้เป็นลักขณูปนิชฌาน พิจารณาเห็นความเสื่อมของสังขาร

เมื่อจิตสงบเป็นสมาธิแน่วแน่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งแล้วด้วยการเพ่งอารมณ์ตามแนวของสมถกัมมัฏฐาน เปลี่ยนจากการกำหนดอารมณ์มาเป็นการกำหนดลักษณะ คือเพ่งพิจารณาให้เห็นโดยความเป็นไตรลักษณ์ ซึ่งการนำเอาสมถกัมมัฏฐานมาเป็นอารมณ์ในการเจริญวิปัสสนามี ๒ ลักษณะคือ การใช้องค์ฌานเป็นอารมณ์เจริญวิปัสสนา และการใช้อารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานมาเป็นอารมณ์ของการเจริญวิปัสสนา

๔.๑.๑ การใช้องค์ฌานเป็นอารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน

สมาธิที่แน่วแน่สนิทเรียกว่า อัปนาสมาธิ เมื่อจิตเป็นสมาธิถึงขั้นนี้ก็เป็นอันเข้าสู่ภาวะที่เรียกว่า ฌาน ฌานคือภาวะที่จิตมีสมาธิ มีความผ่องใส และมีกำลังมากขึ้น แยกได้หลายระดับ ความต่างของแต่ละระดับกำหนดได้ด้วยคุณสมบัติของจิต ที่เป็นองค์ประกอบร่วมของสมาธิในฌานนั้น ในฌานนั้น สมาธิหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า เอกัคคตา จะมีองค์ธรรมอื่นๆ จำนวนหนึ่งเป็นตัวประกอบร่วมอยู่ด้วยเป็นประจำเสมอไป ฌานมีหลายชั้น คือแบ่งเป็น ๔ ตามแนวพระสูตรแต่เดิมบ้าง เป็น ๕ ตามแนวอภิธรรมบางแห่งบ้าง ยิ่งเป็นฌานชั้นสูงขึ้นไป ก็ยิ่งประณีตขึ้น ยิ่งประณีตขึ้น ก็ยิ่งมีองค์ธรรมประกอบร่วมประจักษ์น้อยลงไปตามลำดับ แล้วข้างต้นหลายครั้งตามโอกาส องค์ธรรมประกอบร่วมประจำในฌานรวมทั้งตัวสมาธิ หรือเอกัคคตาด้วยนั้น เรียกกันสั้น ๆ ว่า องค์ฌาน หรือตามบาลีว่า ฌานงค มีทั้งหมด ๖ อย่างคือ วิตก วิจาร ปีติ สุข อุเบกขา และ เอกัคคตา มีความหมายสังเขปดังนี้

๑. วิตก แปลว่า ความตรึง หมายถึง การจรดหรือปักจิตลงไปในอารมณ์หรือยก จิตใส่อารมณ์ มีในปฐมฌาน

๒. วิจาร แปลว่า ความตรอง หมายถึงการพินิจ เค้ล่า หรือเอาจิตผูกพันอยู่กับอารมณ์ มีในปฐมฌาน

^๔ ที.ม.อ. (บาลี) ๓๔๗/๓๑๕.

องค์มาน ๒ ข้อนี้ ต่อเนื่องกัน คือ วิตก เอาจิตจรดไว้กับอารมณ์ วิจารณ์ เอาจิตเคล้าอารมณ์นั้น เปรียบได้กับคนเอาภาชนะสำริดที่สนิมจับไปขัด วิตกเหมือนมือที่จับภาชนะไว้ วิจารณ์ เหมือนมือที่ถือแปรงขัดสีไปมา หรือเปรียบกับช่างปั้นหม้อ วิตกเหมือนมือที่กดไว้ วิจารณ์เหมือนมือที่แต่งไปทั่วๆ ข้อสำคัญอย่าเอาวิตกหรือวิตกกะทางธรรมนี้ มาปะปนกับวิตกที่หมายถึงกังวลทุกข์ร้อนในภาษาไทย

๓. ปิติ แปลว่า ความอิ่มใจ คึ้มค้ำ หรือเอิบอิ่ม หมายถึงเอเฉพาะปิตินิคแผ่เอิบอาบซาบซ่านไปทั่วสรรพางค์กาย ที่เรียกว่าพรรณापिति ปิตินี้ในฉานที่ ๑

๔. สุข แปลว่า ความสุข หมายถึงความสำราญ ชื่นฉ่ำ คล่องใจ ปราศจากความบีบคั้นหรือรบกวนใดๆ มีในฉานที่ ๑ ถึงที่ ๓

ปิติ กับสุข สำหรับบางคนอาจสับสนแยกยาก จึงควรทราบลักษณะที่ต่างกัน กล่าวคือ ปิติ หมายถึง ความยินดีในการได้อารมณ์ที่ต้องการ ส่วนสุขหมายถึงความยินดีในการเสวยรสอารมณ์ที่ต้องการ ตัวอย่างเช่น คนผู้หนึ่งเดินทางมาในทะเลทรายเหนื่อยอ่อน แสบจะร้อนและหิวกระหาย ต่อมาเขาเห็นหมู่บ้านและแอ่งน้ำหรือพบคนอีกคนหนึ่งซึ่งบอกเขา ว่ามีหมู่บ้านและแอ่งน้ำอยู่ใกล้ที่นั่น หลังจากนั้นก็ได้ออกไปจนถึง เข้าพักผ่อนและดื่มน้ำที่หมู่บ้านและแอ่งน้ำนั้นสมใจ อากาโรจใจเมื่อเห็นหรือได้ยินข่าวหมู่บ้านและแอ่งน้ำนั้น เรียกว่าปิติ อากาโรจใจเมื่อได้เข้าพักที่ดื่มได้หมู่บ้านและได้ดื่มน้ำ เรียกว่าสุข

๕. อุเบกขา แปลว่า ความวางเฉย หรือความมีใจเป็นกลาง หรือแปลให้เต็มว่า ความวางที่เฉยอยู่ หมายถึง การดูอย่างสงบ หรือดูตามเรื่องที่เกิด ไม่ตกเป็นฝ่ายใด ในกรณีของฉาน คือไม่ติดข้างแม้แต่ในฉานที่มีความสุขอย่างขอดี และความหมายที่สูงขึ้นไปอีก หมายถึง วางที่ดูเฉยในเมื่ออะไรทุกอย่างเข้าที่ดำเนินไปด้วยดี หรือเสร็จเรียบร้อยแล้ว ไม่ต้องชวนขยายเจ้าก็เจ้าการ โดยเฉพาะในฉานที่ ๔ คือ บริสุทธิหมดจดจากธรรมที่เป็นข้าศึกเรียบร้อยแล้ว จึงไม่ต้องชวนขยายที่จะกำจัดธรรมที่เป็นข้าศึกนั้นอีก จัดเป็นองค์มานโดยเฉพาะของฉานที่ ๔

ความจริงอุเบกขามีในฉานทุกชั้น แต่ในชั้นต้นๆ ไม่เด่นชัด ยังถูกธรรมที่เป็นข้าศึก เช่น วิตก วิจารณ์ และสุขเวทนา เป็นต้นข่มไว้ เหมือนดวงจันทร์ในเวลากลางวัน ไม่กระจ่าง ไม่แจ่ม เพราะถูกแสงอาทิตย์ข่มไว้ ครั้นถึงฉานที่ ๔ ธรรมที่เป็นข้าศึกระงับไปหมด และได้ราตรีคืออุเบกขาเวทนา (คือ อทุกขมสุขเวทนา) สันนิษฐาน กับบริสุทธิ ผุดผ่อง แจ่มชัด และพาให้ธรรมอื่นๆ ที่ประกอบอยู่ด้วย เช่น สติ เป็นต้น พลอยแจ่มชัดบริสุทธิไปด้วย

๖. เอกัคคตา แปลว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์หนึ่งเดียว ได้แก่ตัวสมาธินั่นเอง มีในฉานทุกชั้น องค์มานหมายถึงองค์ธรรมที่ประกอบรวมอยู่เป็นประจำในฉานชั้นนั้นๆ และเป็นเครื่องกำหนดแยกฉานแต่ละชั้นออกจากกันให้รู้ว่าในกรณีนั้นเป็นฉานชั้นที่เท่าใด เท่านั้น มิใช่หมายความว่าในฉานมีองค์ธรรมทั้งหมดอยู่เพียงเท่านั้น ความจริงองค์ธรรมอื่นๆ ที่ประกอบรวมอยู่ด้วย ซึ่งเรียกว่าสัมปยุตธรรม แต่เกิดขึ้นประจำบ้าง ไม่ประจำบ้าง และไม่ใช่ว่าเป็นตัวกำหนดแบ่งชั้นของฉาน ยังมีอีกเป็นอันมาก

เช่น สัญญา เจตนา ฉันทะ วิริยะ สติ มนสิการ เป็นต้น แม้ในคำบรรยายมานแต่ละขั้นในพระสูตร ก็ยังระบุงค์ธรรมที่เน้นพิเศษไว้อีก เช่น ในตติยมาน เน้นสติสัมปชัญญะเป็นตัวแทนที่ชัดเจนมากกว่าในมานสองขั้นต้น ซึ่งมีสติสัมปชัญญะด้วยเช่นกัน และในจตุตถมานย้ำว่า สติบริสุทธิแจ่มชัดกว่าในมานก่อนๆ ทั้งหมด ทั้งนี้เพราะอุเบกขาแจ่มชัดบริสุทธิเป็นเหตุหนุน ไม่เฉพาะสติเท่านั้นที่ชัด แม้สัมปชัญญะธรรมอื่นๆ ความข้อนี้ เป็นเครื่องป้องกันไม่ให้เอามานไปสับสนกับภาวะที่จิตลืมหืมตัวหมดความรู้สึกถูกกลืนเลื่อนหายเข้าไปในอะไรๆ หรือเข้าไปรวมกับอะไรๆ

คำว่า องค์มาน หมายถึงองค์ธรรมที่ประกอบรวมอยู่เป็นประจำในมานขั้นนั้น ๆ และเป็นเครื่องกำหนดแยกมานแต่ละขั้นออกจากกันให้รู้ว่าในกรณีนั้นเป็นมานขั้นที่เท่าไรเท่านั้น มิใช่หมายความว่าในมานมีองค์ธรรมทั้งหมดอยู่เพียงเท่านั้น ความจริงมีองค์ธรรมอื่น ๆ ที่ประกอบรวมอยู่ด้วย ซึ่งเรียกว่า สัมปชัญญะธรรม แต่เกิดขึ้นเป็นประจำบ้าง ไม่เป็นประจำบ้าง และไม่ใช่ว่ากำหนดแบ่งขั้นของมาน^๕

เมื่อกล่าวตามนัยพระสูตรแล้ว จะเห็นว่า ธรรมที่ประกอบรวมอยู่ในองค์มานมีหลายข้อ เช่น ในอนุปทสูตร กล่าวถึงธรรมที่ประกอบรวมอยู่ในองค์มานตั้งแต่ปฐมมานจนถึงเนวสัญญานาสัญญายตนะ ดังพุทธดำรัสว่า

ภิกษุทั้งหลาย ในเรื่องนี้ สารีบุตรสงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมมานที่มีวิตก วิจารณ์ ปีติ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ก็ธรรมในปฐมมาน คือวิตก (ความตรึก) วิจารณ์ (ความตรอง) ปีติ (ความอิ่มใจ) สุข (ความสุข) จิตเตกัคคตา (ความที่จิตมีอารมณ์เดียว) ผัสสะ (ความถูกต้อง) เวทนา (ความเสวยอารมณ์) สัญญา (ความหมายรู้) เจตนา (ความจงใจ) วิญญาน (ความรู้แจ้ง) ฉันทะ (ความพอใจ) อธิโมกข์ (ความน้อมใจเชื่อ) วิริยะ (ความเพียร) สติ (ความระลึกได้) อุเบกขา (ความวางเฉย) มนสิการ (ความใส่ใจ) เหล่านี้ สารีบุตรกำหนดตามลำดับบทได้แล้ว ธรรมที่สารีบุตรรู้แจ้งแล้วเหล่านั้น ย่อมเกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป สารีบุตรนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า ได้ยินว่า ธรรมเหล่านี้ที่ยังไม่มีก็มีขึ้น ที่มีแล้วย่อมดับไป เธอจึงไม่ยินดี ไม่ยินร้าย อันกิเลสอาศัยไม่ได้ อันกิเลสพัวพันไม่ได้หลุดพ้นแล้ว พรากได้แล้วในธรรมเหล่านั้น มีจิตที่ฝึกให้ปราศจากเขตแดนคือกิเลสได้แล้วอยู่ สารีบุตรนั้นรู้ชัดว่า การสลัดทุกข์ที่สูงๆ ขึ้นไป ยังมีอยู่ เธอมีความเห็นว่า การสลัดทุกข์มีได้เพราะการกระทำธรรมนั้นให้มากขึ้น...

ตามแนวพระอภิธรรม ได้แสดงองค์ธรรมทั้งหลายในมานต่าง ๆ ไว้คือ

^๕ พระเทพเวที (ประยูร ธมฺมปญฺญโท), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒), หน้า ๘๓๒-๘๓๔. วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๑๘๐-๒๐๗.

^๖ ดูรายละเอียดใน ม.อ. (บาลี) ๑๔/๕๔-๕๖/๗๓-๘๑, ม.อ. (ไทย) ๑๔/๕๔-๕๖/๑๑๑-๑๑๕.

ฌานมีองค์ ๕ ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน ฌานมีองค์ ๕ คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข และ เอกัคคตา วิตก ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน ความตรึก ความตรึกโดยอาการต่าง ๆ ความดำริ ความที่จิตแนบแน่นในอารมณ์ ความที่จิตแนบสนิทในอารมณ์ ความยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ สัมผัสกับปะ ในสมัยนั้น นี่ชื่อว่าวิตกที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น

วิจาร ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน ความตรอง ความพิจารณา ความตามพิจารณา ความเข้าไปพิจารณา ความที่จิตสืบต่ออารมณ์ ความที่จิตเพ่งอารมณ์ ในสมัยนั้น นี่ชื่อว่าวิจารที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น

ปีติ ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน ความอímเอิบ ความปราโมทย์ ความยินดีอย่างยิ่ง ความบันเทิง ความร่าเริง ความรื่นเริง ความปลื้มใจ ความตื้นเต้น ความที่จิตชื่นชมยินดี ในสมัยนั้น นี่ชื่อว่าปีติที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น

สุข ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน ความสำราญทางใจ ความสุขทางใจ ความเสวยอารมณ์ที่สำราญเป็นสุข อันเกิดแต่เจโตสัมผัส กิริยาเสวยอารมณ์ที่สำราญเป็นสุข อันเกิดแต่เจโตสัมผัสในสมัยนั้น นี่ชื่อว่าสุขที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น

เอกัคคตา ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่ ความตั้งมั่น ความไม่ซัดส่าย ความไม่ฟุ้งซ่าน ความที่จิตไม่ซัดส่าย สมถะ สมาธิทริย สมาธิพละ สัมมาสมาธิ ในสมัยนั้น นี่ชื่อว่าเอกัคคตาที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น สภาวธรรมนี้ชื่อว่าฌานมีองค์ ๕ ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^๓

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกล่าวไว้ว่าองค์ฌาน ๕ ที่เกิดขึ้นตั้งแต่ได้อุปปนาสมาธิและบรรลุปฐมฌานนั้น เป็นปฏิปักษ์กันกับนิรวณ ๕ ที่ละได้แล้วด้วย โดยเป็นศัตรูกันเป็นคู่ ๆ คือวิตกเป็นปฏิปักษ์ของถีนมิทธะ วิจารเป็นปฏิปักษ์ของวิจิกิจฉา ปีติเป็นปฏิปักษ์ของพยาบาท สุขเป็นปฏิปักษ์ของอุทธัจจกุกกุจจะ สมาธิหรือเอกัคคตาเป็นปฏิปักษ์ของกามฉันทะ^๔ เมื่อธรรมเหล่านี้เกิดขึ้นก็ย่อมกำจัดนิรวณให้หมดไป และเมื่อธรรมเหล่านี้อยู่นิรวณก็เข้ามาไม่ได้ แต่ในทางตรงข้าม ถ้านิรวณครอบงำใจอยู่ ธรรมเหล่านี้ก็ทำหน้าที่ไม่ได้

สรุปความได้ว่า ตามนัยพระสูตรและแนวพระอภิธรรม ในฌานแต่ละชั้น มีองค์ฌานที่กำหนดไว้แล้วคือ วิตก วิจาร ปีติ สุข อุเบกขา และเอกัคคตาแล้ว ยังมีองค์ธรรมอื่น ๆ ที่รวมอยู่ในองค์ฌานเหล่านั้นด้วย

^๓ อภิ.สง. (บาลี) ๓๔/๘๓/๘๘/๓๕-๓๖, อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๘๓-๘๘/๔๒-๔๓.

^๔ วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๑๗๕. ...สมาธิสุต กามจุณฺทสุต ปฏิปโก โข ปีติ พยาบาทสุต วิตกโก ถีนมิทฺทสุต สุขอุทฺทจฺจกุกฺกุจฺจสุต จิอาโร วิจิกฺกขาย..

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า องค์ฌานจะเกิดขึ้นเมื่อจิตสงบถึงระดับอัปปนาสมาธิ องค์ฌานจะมี ๔ ระดับคือ ปฐมฌาน ทุติยฌาน คติยฌาน และจตุตถฌาน เมื่อจิตสงบเข้าถึงระดับองค์ฌานแล้ว ก็เอาองค์ฌานเป็นบาทฐานยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา ผู้ปฏิบัติแบบนี้เรียกว่า สมถยานิก คือผู้เจริญสมถกัมมัฏฐานให้ได้ก่อน แล้วฝึกหัดฌานก็พาจนเกิดเป็นวิสี ๕ ประการคือ

๑. **อวัชชนวิสี** ชำนาญในการพิจารณา คือถ้าปรารภจะพิจารณาองค์ฌานที่ตนได้ ก็สามารถพิจารณาได้อย่างเร็วพลันมิได้เนิ่นช้าเบื้องต้น แต่ขณะ ๔ ขณะ ๕ ภวังค์ ๒ และ ๓ อาจพิจารณาได้ แต่ขณะ ๔ ขณะ ๕ ในภวังค์อันบังเกิดจิต ๒ ขณะ ๓ ขณะนั้น

๒. **สมาปชชนวิสี** คือชำนาญในการเข้าสู่สมาบัติ อาจเข้าสู่สมาบัติได้ในลำดับแห่งอวัชชนจิต อันพิจารณาซึ่งอารมณ์คือปฏิภาคนิมิตมิได้เนิ่นช้าไปเบื้องต้นแต่ภวังค์ ๒ และ ๓

๓. **อธิยฐานวิสี** คือชำนาญในการที่จะรักษาเอาไว้ มิให้ฌานจิตตกสู่ภวังค์ ตั้งฌานจิตไว้โดยอันควรแก่การกำหนดปรารภ จะตั้งไว้เท่าใดก็ตั้งไว้ได้เท่านั้น

๔. **วุฏฐานวิสี** ชำนาญในการจะออกจากฌาน กำหนดไว้ว่าเวลาเพียงนั้นจะออกจากฌาน ก็ออกตามเวลาที่กำหนดไม่คลาดเวลาที่กำหนดไว้

๕. **ปัจจเวกขณวิสี** คือชำนาญในการพิจารณา

เมื่อมีความชำนาญ คล่องแคล่วในวิสีทั้ง ๕ แล้ว จากนั้นค่อยต่อเป็นวิปัสสนา โดยเข้าฌานใด ฌานหนึ่งแล้วก็ออกจากฌาน จากนั้นให้ยกเอาองค์ฌานที่ตนจะเข้านั้น เฉพาะองค์ที่ชัดที่สุดขึ้นพิจารณา โดยความเป็นไตรลักษณ์ การใช้องค์ฌานเป็นอารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นการใช้องค์ฌานเป็นฐานในการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน

การเจริญวิปัสสนาเพื่อบรรลุมรรคผลนั้น มีประเด็นที่น่าสังเกตคือ ต้องออกจากฌานก่อนหรือไม่ต้องออกจากฌาน เจริญวิปัสสนาได้ทันที เกี่ยวกับประเด็นนี้ พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) ได้แสดงข้อคิดเห็นไว้ในหนังสือพุทธธรรมเกี่ยวกับประเด็นนี้ไว้ว่า^๙

ในฌานจะเจริญวิปัสสนาได้หรือไม่ หรือว่าจะใช้ปัญญาพิจารณา สิ่งใด ๆ ได้หรือไม่ ผู้ที่เข้าใจว่าไม่ได้ มักอ้างเรื่ององค์ฌานว่า ในปฐมฌานมีชีวิตและจิรา พิจารณาอะไรได้บ้าง แต่ฌานสูงขึ้นไปมีอย่างมากที่สุดก็เพียงปีติ สุข และเอกัคคตาจะคิดจะพิจารณาอะไรได้อย่างไร ความจริงองค์ฌานเป็นเพียงองค์ประกอบที่เป็นเกณฑ์ตัดสินว่าภาวะจิตนั้นเป็นฌานหรือไม่และเป็นฌานขั้นใด มิใช่หมายความว่าในฌานมีองค์ธรรมเพียงเท่านั้น อันที่จริงนั้น ในฌานมีองค์ธรรมอื่น ๆ อีกมากมาย ดังที่ท่านบรรยายไว้ทั้งในพระสูตรและพระอภิธรรม เช่น ในมัชฌิมนิกาย อุปปิณณาสก

^๙ วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๑๕๖-๑๕๗.

^{๑๐} พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๓๖๕-๓๖๘.

กล่าวถึงฉันทังแต่ปฐมฉนถึงอาภิชญญตนะทุกชั้นล้วนมีองค์ธรรมเช่น ฉันทะ อธิโมกข์ วิริยะ สติ อุเบกขามนสิการ เป็นต้น^{๑๑}

ในคัมภีร์ธัมมสังคณี แห่งพระอภิธรรมปิฎก แสดงองค์ธรรมในฉนต่าง ๆ ทุกระดับ โดยเฉพาะในฉนที่เป็นโลกุตระ มีทั้งอินทรี ๕ คือ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา มีองค์มรรคครบทั้ง ๘ มีสมณะและวิปัสสนาและองค์ธรรมอื่นอีกมาก^{๑๒} และในคัมภีร์สารัตถทีปนีฎีกา ภาค ๒ ก็กล่าวถึงองค์ฉนทั้งหลายมีวิตกเป็นต้น และธรรมทั้งหลายที่สัมปยุตด้วยองค์ฉนนั้น^{๑๓} ซึ่งขยายความหมายให้เห็นชัดว่าสมาธิและปัญญาเกิดขึ้นได้โดยเป็นธรรมชาติควบคู่กันไปในฉนจิต ส่วนที่ว่าเมื่อไม่มีวิตกและวิจารณ์ จะคิดจะพิจารณาอะไรได้อย่างไรนั้น พึงเข้าใจว่า ที่ไม่มีวิตกและวิจารณ์ก็เพราะจิตตั้งมั่น มีกำลังแน่วแน่เป็นอย่างมากแล้ว จึงไม่ต้องคอยขกจิตขึ้นสู่อารมณ์ (วิตก) ไม่ต้องคอยประคองจิตให้เคล้าอยู่กับอารมณ์ (วิจารณ์) ต่อไปอีกจึงยังทำงานพิจารณาได้ดียิ่งขึ้นกว่ามีวิตกวิจารณ์

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค แสดงวิธีเจริญวิปัสสนาว่า บุคคลที่เป็นสมถยานิก ออกจากฉนใดฉนหนึ่งในบรรดารูปฉนและอรูปฉนทั้งหลาย เว้นแต่เนวสตัณณาสตัณณตนะแล้ว ถึงกำหนดพิจารณาองค์ฉนทั้งหลายมีวิตกเป็นต้น และธรรมทั้งหลายที่ประกอบร่วมกับองค์ฉนนั้น โดยลักษณะและรสเป็นอาทิ ^{๑๔} คำอธิบายที่ว่า “ออกจากฉน...แล้วพึงกำหนด” นั้นมองแง่หนึ่งอาจถือว่าเป็นเพียงแสดงตัวอย่างวิธีปฏิบัติแบบหนึ่ง เพราะในฎีกาที่อธิบายความตอนนี้อง ในฎีกาวิสุทธิมรรค ได้ไขความไว้ว่า “คำว่าสมถยานิก เป็นชื่อของผู้ดำรงในฉน หรือในอุปจาระแห่งฉนบำเพ็ญอยู่ซึ่งวิปัสสนา”^{๑๕}

อย่างไรก็ตาม เรื่องที่ว่า การบำเพ็ญวิปัสสนา จะอยู่ในฉนหรือออกจากฉนก่อนแล้วจึงทำได้ หรือว่า อยู่ในฉนทำไม่ได้ จะต้องออกจากฉนเสียก่อนจึงจะทำได้นี้ ดูเหมือนว่า คัมภีร์ อรรถกถาฎีกาทั้งหลายยังขัดแย้งกันอยู่บ้าง

หลักฐานที่กล่าวถึงการบำเพ็ญวิปัสสนาในฉน ปรากฏในคัมภีร์มโนรลปุณณิ อรรถกถาอังคุตตรนิกายว่า “ภิกษุ นั้น ตั้งอยู่ในปฐมฉน เจริญวิปัสสนาที่มีกำลังแล้ว ย่อมบรรลุพระอรหัต...”^{๑๖} และในคัมภีร์วิสุทธิมคคฎีกา ก็ได้กล่าวถึงพระภิกษุผู้บำเพ็ญสมถกัมมัฏฐานเป็นยาน ซึ่งตั้งอยู่

^{๑๑} ม.อ. (บาลี) ๑๔/๕๔-๕๖/๓๓-๔๑, ม.อ. (ไทย) ๑๔/๕๔-๕๖/๑๑๑-๑๑๕.

^{๑๒} อภิ.สจ. (บาลี) ๓๔/๘๓-๘๘/๓๕-๓๖, อภิ.สจ. (ไทย) ๓๔/๘๓-๘๘/๔๒-๔๓.

^{๑๓} วินย.ฎีกา. ๒/๒๘๓. วิตกุกาทีนิ ฉนญคานิ ตัมปยุตเต จ ฐมเม สลภขณาทิสาวเสน ปริกคเหตุวา...

^{๑๔} สมถยานิเกน ตาว จเปตวา เนวสตัณณาสตัณณตนิ อวเสสสุปารูปาวจรขณานัน อลลตรโต ฎุญจาย วิตกุกาทีนิ ฉนญคานิ ตัมปยุตเต จ ฐมมัลลภขณตาวิตวเสน ปริกคเหตุพพา. วิสุทฺธิ. (บาลี) ๓/๒๐๖.

^{๑๕} สมถยานิโก...ฉน ฉนุปจาร วา ปติญจาย วิปัสสนา อญญตนะตสเสต อธิวจน. วิสุทฺธิ. ฎีกา. ๓/๓๕๘.

^{๑๖} โส ตสฺมี ปจฺมขณเน จิตโต ตํ พลลวิปัสสนํ วฑฺฒเตวา อรหตฺตํ ปาปุณนติ. อญ.อ. (บาลี) ๓/๓๖/๓๐๕.

ในฉาน หรืออุปปจารฉานแล้วตามประกอบซึ่งวิปัสสนา^{๑๗} นอกจากจะกล่าวไว้ใน ๒ ที่นั้นแล้ว ยังได้พบอีกเพียงแห่งเดียวคือในสุมังคลวิลาสนี อรรถกถาที่มกนิกาย ซึ่งกล่าวถึงพระอรหันต์ปัญญาวิมุตว่า “พระปัญญาวิมุตมี ๕ อย่างคือ พระสุกขวิปัสสโก ๑ และท่านผู้ดำรงอยู่ในฉาน ๔ ฉานใดฉานหนึ่ง มีปฐมฉานเป็นต้น บรรลุอรหัตตผล (อีก ๔)”^{๑๘}

หลักฐานนอกจากนี้ล้วนแสดงการปฏิบัติแบบออกจากฉานก่อนเป็นพื้น เฉพาะอย่างยิ่งเมื่อบรรยายวิธีบำเพ็ญวิปัสสนาโดยตรง จะมีข้อความทำนองเดียวกันว่า “เข้าฉานออกแล้ว กำหนดองค์ฉานและธรรมที่ประกอบร่วมกับฉานนั้น...” หรือ “เข้าฉาน ออกจากสมาบัติแล้ว พิจารณาสังขารทั้งหลาย...” หรือ “ออกจากสมาบัติแล้ว พิจารณาสมุปัตติธรรม...” หรือ “ออกจากฉานแล้ว พิจารณาฉานธรรม...” เป็นต้น เช่น

ในสุมังคลวิลาส อรรถกถาที่มกนิกาย กล่าวถึงภิกษุผู้เป็นอุกโตภาควิมุตติ ออกจากอุปปฉานข้อใดข้อหนึ่ง มีอาภาสานัญญาตนะเป็นต้นแล้ว บรรลุพระอรหัต และเป็นพระอนาคามี ออกจากนิโรธสมาบัติ เป็นผู้บรรลุพระอรหัต...ผู้ออกจากอุปาวจรจตุตถฉานแล้ว เป็นผู้บรรลุพระอรหัต ...^{๑๙}

ในปรมัตถโชติกา อรรถกถาสุตตนิบาต ขุททกนิกาย กล่าวถึงผู้ที่เข้าอาภิกขญญายตนสมาบัติ มีสติ ออก (จากสมาบัตินั้นแล้ว) พิจารณาด้วยอำนาจพระไตรลักษณ์มีความไม่เที่ยงเป็นต้น หรือว่า ออกจากอาภิกขญญายตนสมาบัติแล้ว ย่อมเห็นแจ้งสมาบัตินั้น ด้วยอำนาจพระไตรลักษณ์มีความไม่เที่ยงเป็นต้น^{๒๐}

ในมโนรทปฐณี อรรถกถาอังคุตตรนิกาย ได้กล่าวไว้ว่า ภิกษุเข้าฉานทั้งหลายเหล่านี้ ออกจากสมาบัติแล้ว พิจารณาสังขารทั้งหลาย ทำการกำหนดเหตุและปัจจัย และกำหนดรู้นามรูป พร้อมทั้งปัจจัย ยังอินทริย ๖ และโพชฌงค์ทั้งหลายให้ประชุมพร้อมลง ย่อมบรรลุพระอรหัต^{๒๑}

^{๑๗} วิสุทฺธิ.ฎีกา.๓/๓๕๘.

^{๑๘} โส (ปัญญาวิมุตโต) สุกขวิปัสสโก จ ปรมชฺชณานาทีสุ อญฺญตรสฺมี จตฺวา อรหตฺตํ ปตฺโต จาติ ปญฺจิโร โหติ. ที.อ. (บาลี) ๒/๑๒๘/๑๑๒.

^{๑๙} โส ปเนส อุกโตภาควิมุตโต อาภาสานญฺญาตนาทิสฺส อญฺญตรโต วุฏฺฐาย อรหตฺตํ ปตฺโต จ อนาคามี หุตฺวาน นิโรธา วุฏฺฐาย อรหตฺตํ ปตฺโต จาติ...อุปาวจรจตุตถฉานโต วุฏฺฐาย อรหตฺตํ ปตฺโต. ที.อ. (บาลี) ๒/๑๓๐/๑๑๔.

^{๒๐} ตํ อาภิกขญฺญาตนสมาปตฺติ สโต สมปชฺชิตฺวา วุฏฺฐหิตฺวา จ อนิจฺจาทิวเสน ปสฺสสมาโน... สุตฺต.อ. (บาลี) ๒/๑๐๓๗/๔๔๒. และ ตโต อาภิกขญฺญาตนสมาปตฺติโต วุฏฺฐหิตฺวา ตํ สมาปตฺติ อนิจฺจาทิวเสน วิปสฺสตี. สุตฺต.อ. (บาลี) ๒/๑๑๒๒/๔๕๒.

^{๒๑} อหิ ภิกฺขุ อิมานิ ฉานานิ สมาปชฺชิตฺวา สมาปตฺติโต วุฏฺฐาย สงฺขาร สมมตฺติวา เหตุปัจจัยปริกฺขหิ กตฺวา สปัจจย นามรูปํ จ วุฏฺฐเปตฺวา อินทริยพลโพชฌงฺกานิ สโมธานตฺวา อรหตฺตํ ปาปุณาติ. อ.อ. (บาลี) ๒/๑๓/๑๒.

ในลัทธิมัมปกาสนี อรรถกถาปฏิสัมภิทามรรค แห่งขุททกนิกาย กล่าวถึงภิกษุผู้เข้าปฐมนาน ออกแล้ว ย่อมเห็นแจ้งสังขารทั้งหลายในปฐมนานนั้น โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา^{๒๒}

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค กล่าวถึงการเจริญอานาปานสติของภิกษุโดยวิธีวิปัสสนา มีความว่า ก็แล ภิกษุผู้มีจิตผกผันหรือปัญจกผันเกิดแล้วอย่างนี้ เป็นผู้ใคร่จะเจริญกรรมฐานโดยวิธีสัลลภกขณา (คือวิปัสสนา) และวิภูฏา (คือมรรค) แล้วบรรลุปาริสุทธิ (คือผล) ในอานาปานสติภาวนานี้ (ต่อไป) ย่อมทำมานานแล้วให้ถึงความเป็นวิသิวายการ ๕ แลแล้วคล่องแล้ว กำหนดนามรูปเริ่มต้นวิปัสสนาถามว่า เริ่มตั้งอย่างไร? ตอบว่า อันโยคาวจรภิกษุนั้นออกจากสมาบัติแล้ว ย่อมเห็นได้ว่าภิกษายและจิตด้วย เป็นสมุทัยแห่งลมอัสสาสะปีตาสะทั้งหลาย...^{๒๓}

หลักฐานเหล่านี้ แสดงให้เห็นว่า มติทั่วไปของอรรถกถา ถือว่าถ้าเข้าฌานแล้วจะต้องออกจากฌานก่อน จึงจะบำเพ็ญวิปัสสนาได้ ข้อที่ขัดแย้งกันเช่นนี้ จะยุติอย่างไร ไม่ปรากฏคำชี้แจงโดยตรงในอรรถกถาหรือฎีกา และยากที่จะค้นคำอธิบายออกมาได้ แต่ก็พอหาข้อประนอมได้โดยเก็บเหตุผลจากที่ต่าง ๆ มาเชื่อมต่อกันดังต่อไปนี้

คำบรรยายวิธีบำเพ็ญวิปัสสนาโดยออกจากฌานแล้วพิจารณาสังขารนั้น ได้แบบมาจากคัมภีร์ชั้นรองในพระไตรปิฎกนั่นเอง ตัวอย่างที่เห็นชัดคือ ในคัมภีร์สูตรนินาต ขุททกนิกาย ขุ.สุ. มีข้อความสั้น ๆ ตอนหนึ่งว่า “บุคคลรู้จักกัมมามีสังขารว่าเป็นเหตุเกิดแห่งอกาญญัญญายตนสมาบัติ รู้อรูปราคะว่ามีความเพิลิดเพลिनเป็นเครื่องผูกไว้ ครั้นรู้จักกรรมอย่างนี้แล้ว ย่อมออกจากสมาบัตินั้นเห็นแจ้ง (บำเพ็ญวิปัสสนา) ซึ่งธรรมที่เกิดขึ้นในสมาบัตินั้น...”^{๒๔}

คัมภีร์จูฬนิทเทส ซึ่งเป็นคัมภีร์ชั้นรองในพระไตรปิฎก อธิบายขยายความออกไปว่า “หมายความว่าบุคคลนั้นเข้าอกาญญัญญายตนะแล้วออกจากอกาญญัญญายตนะนั้นแล้ว เห็นแจ้ง (ทำวิปัสสนา) ธรรมคือจิตและเจตสิกทั้งหลาย ซึ่งเกิดในอกาญญัญญายตนะนั้น โดยความเป็นของไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์...”^{๒๕}

คำอธิบายเรื่องนี้ ในคัมภีร์ชั้นรองก็ดี ในคัมภีร์รุ่นอรรถกถาฎีกาก็ดี ล้วนจัดได้ว่าเป็นแนวอภิธรรมทั้งสิ้น ธรรมดาว่า คัมภีร์สายอภิธรรมนั้นย่อมพยายามวิเคราะห์ธรรมทั้งหลายออกไปอย่างละเอียด เมื่ออธิบายเรื่องจิตก็วิเคราะห์ออกไปเป็นขณะ ๆ แสดงให้เห็นการทำงานของจิตโดย

^{๒๒} โส ปฐมชฺฌานํ สมนปชฺชิตฺวา จฺจุจฺจย ตตฺถ สงฺขารํ อนิจฺจโต ทุกฺขโต อนตฺตโต วิปสฺสตี. ปรฺกฺกิตฺ.อ.(บาลี) ๘๕/๓๓๓.

^{๒๓} วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๘๐. และ วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๓๑๒-๓๑๓.

^{๒๔} ขุ.สุ. (บาลี) ๒๕/๑๑๒๒/๕๔๘, ขุ.สุ. (ไทย) ๒๕/๑๑๒๒/๗๖๑.

^{๒๕} ขุ.ญ. (บาลี) ๓๐/๓๕/๑๐๗, ขุ.ญ. (ไทย) ๓๐/๓๕/๑๘๐.

สัมพันธ์กับธรรมอย่างอื่น เช่น การเกี่ยวข้องกับอารมณ์ เป็นต้น ในกรณีที่อาสยฆานเพื่อบำเพ็ญวิปัสสนา ขณะอยู่ในฌานสมาบัติแท้ ๆ ยังทำวิปัสสนาไม่ได้ เพราะอารมณ์ของฌานนั้นอย่างหนึ่ง ส่วนอารมณ์ของวิปัสสนาเป็นอีกอย่างหนึ่ง ในมโนรทปุณนิ อรรถกถาอังคุตตรนิกายกล่าวไว้ว่า ขณะอยู่ในฌานจิตแนบอยู่กับอารมณ์ของฌาน การพิจารณาสังขารด้วยจิตเดียวกับจิตที่เข้าสมาบัติ เป็นสิ่งที่ไม่อาจทำได้^{๒๖} ดังนั้น จึงต้องออกจากอารมณ์ของฌานเสียก่อนเพื่อจะได้เปลี่ยนอารมณ์ใหม่ ซึ่งก็หมายความว่าต้องออกจากฌานนั้นเอง การออกจากฌานนั้นก็ไม่มีอะไรยาก เพียงให้กระแสดิจซึ่งแนบอยู่กับอารมณ์ของฌานนั้นขาดตอนลงเสียด้วยการตกทวิงค์ ท่านกล่าวไว้ว่า การที่จิตตกทวิงค์ นั้นเองคือการออกจากฌาน^{๒๗} เมื่อออกจากฌานแล้ว ในกรณีนี้ จิตก็ขึ้นสู่วิถีอื่นในทันที และด้วยอิทธิพลของฌานสืบเนื่องมา จิตก็แน่วแน่เป็นอัปปนาสมาธิต่อไปอีก มิใช่หมายความว่า เมื่อออกจากฌานสมาบัติแล้ว จิตจะกลับมาสู่สภาพุ่นวายหรือหวั่นไหวตามปกติอย่างที่อาจจะเข้าใจกันไป

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค กล่าวไว้ว่า บุคคลผู้นั้นดำรงอยู่ในอัปปนาหรือใช้จิตที่เป็นอัปปนาสมาธินั้นเอง เจริญวิปัสสนา โดยกำหนดพิจารณาองค์ฌานทั้งหลาย ย่อมทำให้แจ้งซึ่งพระอรหัต^{๒๘} หรือจะพูดให้กว้างเพื่อคลุมถึงธรรมอย่างอื่นที่มีอยู่ในฌานทั้งหมดก็ว่า พิจารณาฌานธรรม ฌาน-สัมปยุตตธรรม สมาปตติธรรม สมาปตติสัมปยุตตธรรม จิตและเจตสิกที่เกิดในฌาน หรือพิจารณาสังขารทั้งหลายก็ได้ทั้งสิ้น ในฌานหรือสมาบัติที่ตนเพิ่งออกมา นั้นเห็นไตรลักษณ์ (เรียกว่ากำหนดองค์ฌาน ฯลฯ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนา) สมาธิที่มั่นคงขึ้นด้วยการได้ ฌานสมาบัติแล้วนี้จะช่วยให้การบำเพ็ญวิปัสสนา สะดวก คล่อง สำเร็จผลง่ายมากขึ้นยิ่งได้ภิญญาด้วยแล้วยิ่งดี ข้อนี้นับว่าเป็นส่วนดีหรือเป็นคุณค่าพิเศษของการเจริญสมถะก่อนแล้วจึงเจริญวิปัสสนาภายหลัง การเจริญวิปัสสนาด้วยการเข้าฌานสมาบัติก่อน เมื่อออกจากฌานสมาบัติแล้วจึงใช้จิตที่เป็นสมาธิแจ้งกล้าสืบทอดมาจากกำลังฌานนั้นกำหนดพิจารณาสังขารอย่างทีกล่าวนี้อรรถกถาปัญญาปฏิบัติศัพท์ขึ้นมาเรียกว่า เจริญวิปัสสนาที่มีฌานเป็นบาท หรือทำฌานให้เป็นบาทของวิปัสสนา (หรือทำสมาบัติให้เป็นบาทของวิปัสสนา) และฌานสมาบัตินั้น ก็เรียกว่าฌานที่เป็นบาทของวิปัสสนา หรือสมาบัติที่เป็นบาทของวิปัสสนาหรือฌานจิตที่เป็นบาทแห่งวิปัสสนา (วิปัสสนาบาทกฌาน, วิปัสสนาบาทกสมาบัติ, บาทกฌาน ฯลฯ ดังจะพบได้ในคัมภีร์ต่าง ๆ เช่น

^{๒๖} เตเนว จิตเตน สมาปตฺติ สมาปชฺชิตฺวา เตเนว สงฺขารे สมฺมสํกฺกํ สกฺกา. อ.อ. (บาลี) ๒/๑๗๐/๓๕๑.

^{๒๗} ภวฺงคจิตฺตูปปตฺติเยว เหตุค ฌานโต วุฏฺฐานํ นาม. วินย.ฎีกา.๒/๒๕๓. ภวฺงเคน หิ สพฺพชฺฌานานิ วุฏฺฐานํ โหติ. วิภงฺก.อ.(บาลี) ๘๒๘/๔๕๕. อ.อ. (บาลี) ๒/๖๔/๑๕๐. ภวฺงคจิตฺตูปปตฺติเยว เหตุค ฌานโต วุฏฺฐานํ. วิสฺสุทฺธิ.ฎีกา. ๑/๒๖๓.

^{๒๘} วิสฺสุทฺธิ.(บาลี) ๑/๒๓๕.

ศุภมงคลวิลาสสินี อรรถกถาทีฆนิกาย กล่าวถึงภิกษุผู้ได้ปฐมฌาน จนถึงเนวสัญญานา สัญญาตนะ โดยกำหนดเอาฌานเป็นบาท เมื่อออกจากปฐมฌานหรือจนถึงเนวสัญญานา สัญญาตนะจึงเจริญวิปัสสนา^{๒๙}

ในปัญจสุทนี อรรถกถามัชฌิมนิกาย ได้กล่าวไว้ว่า ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ ทำให้เป็นบาท ทำกสิณบริกรรมเพื่อจะได้จตุตถฌาน นิเวศน์ทั้งหลายของภิกษุนั้นย่อมสงบ สติย่อมตั้งมั่น จิตย่อมตั้งมั่น โดยอุปจารสมาธิ. ภิกษุนั้นกำหนดรูปและอรุปเป็นอารมณ์ กำหนดปัจจัยเป็นอารมณ์ กำหนดวิปัสสนาอันมีลักษณะของตนเป็นอารมณ์. ภิกษุนั้นย่อมมีความคิดอย่างนี้ว่า ฌานของเราพึงเป็นส่วนแห่งคุณวิเศษด้วยอุปจารสมาธิ ความที่ฌานเป็นส่วนแห่งคุณวิเศษก็ช่างเถอะ เราจักทำ ความที่ฌานอันเป็นส่วนแห่งการแทงตลอด (ตรัสรู้) ดังนี้ เจริญวิปัสสนา ย่อมทำให้แจ้งพระอรหัต.^{๓๐}

นอกจากนี้ ยังได้กล่าวถึงภิกษุผู้เจริญวิปัสสนา ทำสมาบัติเป็นปทัฏฐาน ถือเอาพระอรหัตต์ ย่อมไม่ลำบาก เหมือนบุคคลอาศัยเรือหรือแพเป็นต้น ข้ามห้วงน้ำใหญ่ถึงฝั่ง ส่วนภิกษุผู้เป็นสุกขวิปัสสกะ พิจารณาสังขารเบ็ดเตล็ดทั้งหลาย ถือเอาพระอรหัตต์ ย่อมลำบาก เหมือนบุคคลว่ายน้ำข้ามฝั่ง...^{๓๑}

จากหลักฐานตามที่กล่าวมานี้ จะเห็นได้ว่าการเจริญวิปัสสนาที่มีฌานเป็นบาทนี้ เรียกตามขั้นของฌานสมาบัติที่เป็นบาทนั้นว่า ทำปฐมฌานให้เป็นบาท ทำทุติยฌานให้เป็นบาท ฯลฯ ทำ อากิญจัญญายตนฌานให้เป็นบาท เป็นต้น หรือว่าวิปัสสนามีปฐมฌานเป็นบาทวิปัสสนาที่ทุติยฌานเป็นบาท วิปัสสนามีอรุปสมาบัติเป็นบาท ฯลฯ ยิ่งฌานที่เป็นบาทสูงเท่าใด สมาธิจิตที่ใช้ทำวิปัสสนาก็ยิ่งประณีตมั่นคงมากขึ้นอยู่ในระดับของฌานสมาบัติที่เป็นบาทนั้น ปัญญาที่เป็นตัววิปัสสนาก็อาจถูกเรียกแยกเป็นขั้น ๆ ตามฌานสมาบัติที่เป็นบาท เช่นเรียกว่า วิปัสสนาปัญญาใน

^{๒๙} ปาทกชุฌานนนิยเมน ตาว ปฐมฌานลาภินิ ปฐมชุฌานา วุฏฺฐาย วิปัสสนนตฺตสฺส อุปฺปนฺโน มคฺโค ปฐมฌานิกโก โหติ...ทุติยฌานโต วุฏฺฐาย วิปัสสนนตฺตสฺส อุปฺปนฺโน ทุติยฌานิกโก โหติ...ตติยฌานโต วุฏฺฐาย วิปัสสนนตฺตสฺส อุปฺปนฺโน ตติยฌานิกโก...เอเสว นโย จตุตถฌานโต วุฏฺฐาย ยาว เนวสญฺญานาสนญฺญาตนํ. ที.อ.(บาลี) ๒/๔๐๒/๔๒๐.

^{๓๐} อธิ ภิกฺขุ ตติยฌานํ ปาทกํ กตฺวา จตุตถฌานสฺส กสิณปริกมฺมํ กโรติ. ตสฺส นีวรณา วิภฺขมฺภณฺติ, สติ สนฺติญฺจติ, อุปจารเณ จิตฺตํ สมายิยติ. โส รูปรูโป ปรีกฺขณฺหาติ, ปจฺจยํ ปรีกฺขณฺหาติ, สลฺกขณารมฺมณิกวิปัสสนํ ววฺฏฺฐเปติ, ตสฺส เอวํ โหติ อุปจารเณ เม ฌานํ วิเสสภากิยํ ภเวยฺย, นิพฺเพชฺฌาภิกฺขุคฺคํ กริสฺสามิตี วิปัสสนํ วฑฺฒเตตฺวา อรหตฺตํ สจฺฉิกโรติ. ม.อ.(บาลี) ๓/๖๖/๔๑.

^{๓๑} สมาปตฺตี ตาว ปทญฺจนํ กตฺวา วิปัสสนํ วฑฺฒเตตฺวา อรหตฺตํ กณฺหนฺโต ภิกฺขุ นาวํ วา อุพฺพปาทินิ วา นิสุสฺสาย มโหณํ ตริตฺวา ปารํ คจฺจนฺโต วิย น กิลมฺติ. สุกฺขวิปัสสโก ปน ปกิณฺณกสงฺขารเณ สมฺมสิตฺวา อรหตฺตํ กณฺหนฺโต พาหุพฺเพลน โส ตํ ฉินฺนํทิตฺวา ปารํ คจฺจนฺโต วิย กิลมฺติ. ม.อ. (บาลี) ๓/๗๓/๔๕.

ระดับปฐมฌาน หรือปฐมฌานวิปัสสนาปัญญา เป็นต้น และมรรคคือการตรัสรู้ที่จะเกิดขึ้นก็จะประกอบด้วยฌานสมาบัติระดับเดียวกับที่ใช้เป็นบาทนั้นเช่นกัน

เท่าที่กล่าวมานี้ พอให้เห็นได้ว่า คำพูดว่า บำเพ็ญวิปัสสนาในฌานก็ดี ออกจากฌานแล้ว บำเพ็ญวิปัสสนาก็ดีไม่ขัดแย้งกัน อย่างแรกเป็นการพูดนัยกว้าง จะว่าเป็นการพูดแบบปริยาย หรือสำนวนพระสูตรก็ได้ ตามนัยนี้ คำว่าฌานหมายถึงทั้งตัวฌานเองแท้ ๆ และภาวะจิตที่เรียบสม่ำเสมอมั่นคงด้วยกำลังของฌานนั้น ที่ว่าบำเพ็ญวิปัสสนาในฌานก็คือเมื่อเข้าฌานแล้วก็ใช้ภาวะจิตที่ตั้งมั่นด้วยกำลังฌานบำเพ็ญวิปัสสนาต่อไป ส่วนคำพูดอย่างหลัง ที่ว่าออกจากฌานแล้วบำเพ็ญวิปัสสนาเป็นการพูดนัยจำเพาะ จะว่าเป็นการพูดโดยนัยปริยาย หรือสำนวนพระอภิธรรมก็ได้ ตามนัยหลังนี้ คำว่าฌานหมายถึงตัวฌานเองแท้ ๆ เท่านั้น ก็หมายถึง การที่จิตกำหนดแน่วอยู่กับอารมณ์ของสมถะ เช่น นิมิต्तของลมหายใจและกสิณเป็นต้นเพียงอย่างเดียว ส่วนภาวะจิตที่มั่นคงสม่ำเสมอด้วยกำลังฌาน สำนวนอภิธรรมแยกออกมาเป็นอีกตอนหนึ่งต่างหาก เป็นตอนที่ออกจากฌานแล้ว คือจิตปล่อยอารมณ์ของสมถะหลุดไปหรือขาดตอนไปแล้ว แต่ด้วยกำลังฌานจิตจึงยังคงตั้งมั่นมีสมาธิเป็นอยู่ดี ถึงตอนนี้ผู้ปฏิบัติธรรมอาศัยภาวะจิตนี้แหละบำเพ็ญวิปัสสนา โดยกลับยกเอาฌานพร้อมทั้งธรรมต่าง ๆ เช่น วิตก วิจาร ปีติ สุข จันทะ วิริยะ เป็นต้น ซึ่งมีอยู่ในฌานที่ตนเพิ่งออกมาแล้วนั้นเอง ขึ้นมาทำเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาเสีย เมื่อไม่ยอมเรียกภาวะจิตนี้ว่าอยู่ในฌาน ก็ต้องหาถ้อยคำมาเรียกให้เหมาะ เพราะถึงแม้จะออกจากฌานแล้ว แต่ภาวะจิตตอนนี้ก็มีใจกลับไปมีสภาพอย่างเดิมเหมือนเวลาก่อนเข้าฌาน อรรถกถาปัญหานี้ โดยคิดคำขึ้นใช้ใหม่เรียกว่าทำฌานให้เป็นบาท ส่วนการตัดแยกระหว่างตัวฌานแท้ ๆ กับภาวะจิตที่ตั้งมั่นอยู่ต่อมาด้วยกำลังฌาน อรรถกถาอาศัยหลักเรื่องภวังคจิตมากำหนดเป็นการออกจากฌานให้ขาดตอนจากกัน

รวมความที่สันนิษฐานตามหลักฐานเหล่านี้ว่า สำนวนพูดโดยปริยายว่า “อยู่ในฌาน เจริญวิปัสสนา” มีความหมายครอบคลุมเท่ากับที่อรรถกถาแยกพูดโดยนัยปริยายว่า “เข้าฌาน ออกจากฌานแล้วพิจารณาสังขาร” หรือ “ออกจากฌานที่เป็นบาทแล้ว พิจารณาสังขาร” หรือ “ทำฌานให้เป็นบาทเจริญวิปัสสนา” หรือ “ได้ฌานแล้ว เจริญวิปัสสนาที่มีฌานเป็นบาท” หรือ “ออกจากสมาบัติแล้วทำวิปัสสนาด้วยจิตที่ตั้งมั่น”

สรุปความว่า ทำฌานให้เกิดขึ้นหรือเข้าฌาน ก็เพื่อใช้กำลังสมาธิของฌานนั้นเตรียมจิตให้อยู่ในสภาพซึ่งพร้อมดีที่สุดสำหรับใช้เป็นที่พักการของปัญญาที่จะคิดพิจารณาให้เห็นความจริงต่อไป เมื่อเข้าฌานคือฌานเกิดขึ้นแล้ว จิตพร้อมดีแล้ว ก็เดินหน้าต่อไปสู่ขั้นใช้ปัญญาพิจารณาสภาวะของสิ่งทั้งหลาย ซึ่งเรียกว่าวิปัสสนาภาวนานี้เรียกง่าย ๆ ก็ว่า เข้าฌานแล้วเจริญวิปัสสนา หรือคล้ายกับพูดว่าอยู่ในฌานเจริญวิปัสสนา แต่ถ้าจะพูดให้กระชับลงไปอีก ก็ต้องว่า อาศัยฌานเจริญวิปัสสนา โดยฌานเป็นสมถะ ย่อมยึดหน่วงอารมณ์ของมันไว้อย่างหนึ่งอย่างเดียวโดยตลอด

เมื่อหันไปใช้ปัญญาพิจารณาสິงต่าง ๆ ก็ย่อมต้องเปลี่ยนออกจากอารมณ์ที่กำหนดเดิม และเมื่อเปลี่ยนอารมณ์อย่างนั้นจิตก็ตกวงังค์ นั่นคือออกจากมานไปแล้ว ต่อจากนั้นการพิจารณาเป็นเรื่องของวิปัสสนานับเป็นคนละขั้นตอน แต่เพราะได้อาศัยมานนั้นมีความสัมพันธ์กันอยู่ อรรถกถาจึงให้เรียกว่า เอามานเป็นบาท หรือเป็นปทัฏฐานของวิปัสสนา อย่างไรก็ตามผู้ที่ได้มานแล้ว แต่ไม่ใช้มานเป็นบาท จะเจริญวิปัสสนาเพียงด้วยอุปจารสมาธิ หรือขณิกสมาธิ เท่านั้น ก็ย่อมได้ แต่จะมีสภาพเหมือนกับผู้ที่เจริญวิปัสสนาอย่างเดียวโดยไม่ได้อานมาก่อน

ตัวอย่างของพระเถระ พระเถรีที่บรรลุธรรมโดยใช้องค์มานเป็นอารมณ์ในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน

๑. พระมหาปิ่นถะ การเจริญกัมมัฏฐานของพระมหาปิ่นถะ เมื่อบวชแล้วท่านเจริญโยนิโสมนสิการ กำหนดเอารูปนามเป็นอารมณ์จนกระทั่งได้บรรลุรูปฌาน ๔ ออกจากรูปฌานแล้ว ก็เจริญวิปัสสนาต่อด้วยการพิจารณาองค์มานจนเกิดความรู้แจ้ง ได้บรรลุมรรคผล^{๓๒}

๒. พระอุปัฏฐก หลังจากบวชแล้วได้ ๔ เดือน ท่านถูกพระมหาปิ่นถะผู้เป็นพี่ชายจับไล่ให้สึก เพราะตลอดเวลาที่ผ่านมาท่านท่องจำคาถาไม่ได้เลยแม้แต่บทเดียว ท่านเสียใจมาก จึงจะไปสึก เช้าวันนั้น พระพุทธเจ้าเสด็จมาปาลอบและพาท่านไปนั่งอยู่หน้าพระคันธกุฎี แล้วทรงประทานผ้าขาวให้ผืนหนึ่ง ทรงสอนให้ท่านนั่งดูดวงอาทิตย์พลางลูบผ้าขาวพลาง พร้อมทั้งนึกรับกรรมว่า รโหโรณิ รโหโรณิ (ผ้าเช็ดฝุ่น ผ้าเช็ดฝุ่น) วิถีปฏิบัติดังกล่าวถูกอุปนิสัยท่าน เพราะเมื่อลูกไป ๆ ผ้าก็เริ่มสกปรกขึ้นทีละน้อย ๆ จนมีสภาพเหมือนผ้าเช็ดหม้อข้าว ในขณะเดียวกันความรู้ของท่านก็แก่กล้าขึ้นตามลำดับ จนทำให้ท่านมองเห็นความสิ้นความเสื่อมของสังขารได้ชัดเจน ท่านพิจารณาเปรียบเทียบจิตเหมือนผ้าขาว ซึ่งเดิมทีสะอาดแต่มาสกปรกไปเพราะอาศัยกายนี้เอง จึงแสดงให้เห็นว่าเป็นของไม่เที่ยง ท่านพิจารณาอยู่อย่างนั้น จนกระทั่งจิตสงบบรรลุฌาน ออกจากมานแล้วก็อาศัยมานนั้นเองเป็นพื้นฐานเจริญวิปัสสนาต่อไปจนเกิดความรู้แจ้ง ได้บรรลุอรหัตผลต่อหน้าพระคันธกุฎีนั่นเอง^{๓๓}

๓. พระวัคคิเถระ พระวัคคิเถระบรรลุพระอรหัตผลหลังจากคิดฆ่าตัวตาย เพราะว่าการบวชของท่านมีสาเหตุมาจากความหลงใหลในพระรูปกายของพระพุทธเจ้า ดังนั้น เมื่อบวชแล้วจึงละทิ้งการบำเพ็ญสมณธรรมทั้งหมด คอยเฝ้าแต่ติดตามดูพระรูปกายของพระพุทธเจ้าเท่านั้น พระพุทธเจ้าตรัสเตือนท่านเนื่อง ๆ ให้เลิกละการเที่ยวดูร่างกายอันเปื่อยเน่า และทรงชี้ทางออกให้หันมามุ่งหน้าบำเพ็ญสมณธรรม อย่างไรก็ตาม แม้จะได้ยินพระพุทธเจ้าตรัสเตือนเช่นนั้นก็หาได้เข้าใจไม่ ท่านยังคงทำตัวเหมือนเดิม ไม่ว่าพระพุทธเจ้าจะประทับอยู่ที่ใด ท่านก็จะไปเฝ้าอยู่ใกล้ ๆ พระพุทธเจ้าทรงพิจารณาเห็นว่า หากให้เหตุการณ์ดำเนินไปเช่นนี้ ท่านเองจะเป็นคนเสียหาย เนื่องจากไม่ได้บรรลุมรรคผลอันใด วัน

^{๓๒} เถร.อ. (บาลี) ๒/๓๖๘/๑๓๑-๑๓๕.

^{๓๓} เถร.อ. (บาลี) ๒/๓๖๓/๒๐๕-๒๑๘.

ต่อมา เมื่อพระวักกลีเข้าเฝ้าจึงทรงขับไล่ให้พ้นไปจากพระองค์ พระวักกลีไม่ทันเข้าใจถึงวิธีการของ พระพุทธเจ้าจึงรู้สึกเสียใจมาก และออกจากวัดพระเชตะวันไปหมายจะกระโดดภูเขาฆ่าตัวตาย พระพุทธเจ้าทรงติดตามดูการกระทำของท่านตลอดเวลา ครั้นเห็นว่าท่านจะฆ่าตัวตายจริง ๆ จึงทรง ปรากฏพระองค์ให้เห็นพร้อมทั้งครัสเรียกชื่อว่า “วักกลี” ซึ่งทำให้ท่านชะงักและเกิดความคิดใจว่า พระพุทธเจ้าตรัสเรียก ความน้อยใจแต่แรกหายไปกลายเป็นเกิดปีติขึ้นมาแทนที่ พระพุทธเจ้าเห็นโอกาส อันสมควรจึงตรัสสอนท่านว่า ภิกษุผู้มีความเลื่อมใสในคำสอนของพระพุทธเจ้า มากด้วยความปรารถนา สามารถบรรลุมรรคอันสงบสุข ซึ่งด้วยการปรุ้งแต่งเสียได้ทั้งหมด ท่านพระวักกลีเกิดความอบอุ่นใจและมี กำลังใจเจริญวิปัสสนาพิจารณาตามที่พระพุทธเจ้าตรัสสอน ครั้นแล้วก็พลันเกิดความรู้แจ้ง ได้บรรลุมรรคผล^{๓๔}

๔. พระกังขาเรวตะ พระกังขาเรวตะศึกษากรรมฐานจากสำนักของพระพุทธเจ้า กราบทูลลา พระพุทธเจ้าเข้าป่าบำเพ็ญสมณธรรมจนได้บรรลุมรรคแล้วอาศัยณานั่นเองเป็นฐานสำหรับเจริญ วิปัสสนาต่อไปด้วยการพิจารณารูปนามให้เห็นเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตนที่แท้จริง จนเกิด ความรู้แจ้งได้บรรลุมรรคผล^{๓๕}

๕. หมุกิภษุผู้เจริญวิปัสสนา ภิกษุประมาณ ๕๐๐ รูปในเมืองสาวัตถี เรียนพระกัมมัฏฐานใน สำนักของพระพุทธเจ้า เข้าป่าบำเพ็ญสมณธรรม ถูกพวกกอมมนุษย์ที่อยู่ในป่าเบียดเบียนด้วยการแสดง รูปร่างน่าเกลียดน่ากลัว เป็นผีหัวขาด ไม่ว่าจะเป็นที่เดินจงกรมหรือที่นั่งสมาธิ ภิกษุเหล่านั้นไม่มีความ สงบในการบำเพ็ญสมณธรรม กลับมาเฝ้าพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าสอนให้เจริญเมตตาแล้วก็ส่งภิกษุ เหล่านั้นกลับไปป่าอีกครั้ง พวกภิกษุพอไปถึงป่า ก็พากันสวดมนต์สาธยายเป็นหมู่คณะ แผ่เมตตา ให้กับพวกกอมมนุษย์เหล่านั้น จากนั้นก็ไม่ถูกรบกวนจากพวกกอมมนุษย์อีก ทำให้จิตมีความสงบเป็น เอกัคคตารมณ์ เอาความสงบนั้น เป็นฐานยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา พิจารณาความเสื่อมสิ้นไปในอสังขาร แล้ว ก็ได้บรรลุมรรคผล^{๓๖}

๖. พระปุกิตตติสสะ ท่านเป็นชาวเมืองสาวัตถี ฟังธรรมในสำนักของพระพุทธเจ้าแล้ว บวช ตลอดชีวิตในพระพุทธศาสนา เมื่อกาลเวลาล่วงไป โรคได้เกิดขึ้นในร่างกายของท่าน มีต่อมประมาณเท่า เมล็ดพันธุ์ฝักกาด จากนั้น ต่อมาก็โตขึ้นจนมีขนาดเท่าผลมะตูม ร่างกายมีแต่ช่องเล็กช่องน้อยเต็มไปด้วย ต่อมากระดูกของท่านก็แตก กลายเป็นผู้ไม่มีใครเหลียวแล ฝ้านุ่งผ้าห่มเปื้อนไปด้วยหนองและเลือด พวกสัตว์วิหาก็ไม่สามารถดูแลรักษาท่านได้ ปลดปล่อยให้อยู่อย่างไร้ที่พึ่ง พระพุทธเจ้า ทรงตรวจดู สัตว์โลก เห็นพระปุกิตตติสสะ ปรากฏในข่ายพระญาณ จึงเสด็จไปดูแล นำท่านไปยังเรือนไฟ ดูและ

^{๓๔} ร.อ.(บาลี) ๘/๘๒-๘๔

^{๓๕} เกร.อ.(บาลี) ๑/๑๔๐/๔๖.

^{๓๖} ร.อ.(บาลี) ๒/๑๔๑-๑๔๓.

ทำความสะอาดร่างกาย ชักผ้าถุงผ้าห่ม ตากแดดไว้ พอผ้าแห้ง ก็ให้ท่านนุ่งห่ม พระปฤถะมีเนื้อตัวเบาสบาย จิตสงบมีอารมณ์หนึ่งเดียวนอนอยู่บนเตียง ฟังพระคำรัสของพระพุทธเจ้า ส่งกระแสจิตไปตามพระธรรมเทศนา ได้บรรลุอรหัตผล^{๓๖}

๗. พระสัปทาสะ เป็นชาวเมืองสาวัตถี ฟังพระธรรมเทศนาของพระศาสดามีศรัทธาเลื่อมใส ได้บวชในพระพุทธศาสนา หลังจากบวชแล้วต่อมาเกิดความกระสันอยากลาสิกขา กลับคิดเห็นว่าไม่ควรไปเป็นคฤหัสถ์ ควรจะตายในสมณเพศดีกว่า คิดหาอุบายที่จะฆ่าตนเอง วันหนึ่ง หลังจากฉันภัตตาหารเช้าแล้ว กลับมาวัดเห็นพวกภิกษูกำลังนำงูพิษใส่หม้อ ไปทิ้ง จึงมีความคิดที่จะให้งูกัดตัวเองให้ตาย แม้จะพยายามอย่างไร งูก็ไม่กัดท่าน ต่อมาใช้มีดปลงผมเพื่อจะฆ่าตัวเอง ขณะที่ยื่นเอาคอปาดที่ต้นไม้อื่อมิด โคนเข้าที่คอ ระลึกถึงศีลของตน เห็นความที่ศีลของตนบริสุทธิ์นับตั้งแต่อุปสมบทมา เกิดความปิติแผ่ซ่านไปทั่วร่างกาย ข่มความปิตินั้น ยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาแล้วก็ได้บรรลุอรหัตผล^{๓๗}

๘. พระอุบลวรรณาเถรี เจริญเตโชกสิณด้วยการกำหนดเอาเปลวประทีปที่โรงอุโบสถ จนเกิดเป็นองค์ฌาน เอาจองค์ฌานนั้นเป็นบาทเจริญวิปัสสนาได้บรรลุอรหัตผลพร้อมด้วยปฏิสัมภิทาและอภิญญาทั้งหลาย^{๓๘}

จากตัวอย่างพระเถระและพระเถรีที่เจริญวิปัสสนา โดยใช้อารมณ์ในองค์ฌานเป็นบาทฐาน จะเห็นได้ว่า ท่านเหล่านี้ใช้ความสงบ (เอกัคคตา) เป็นบาทฐานสำคัญในการยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา นอกจากความสงบหรือเอกัคคตาแล้ว ก็มีความปิติ ซึ่งเป็นหนึ่งในองค์ประกอบของฌาน เป็นอารมณ์แล้วยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา

๔.๑.๒ การใช้อารมณ์ของสมถะเป็นอารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกล่าวไว้ว่า กสิณ ๑๐ เว้นอากาศกสิณ ที่เหลือ ๙ ย่อมเป็นปัจจัยแห่งอุปัทวันตหลาย กสิณทั้ง ๑๐ เป็นปัจจัยแห่งอภิญญา พรหมวิหาร ๓ เป็นปัจจัยแห่งพรหมวิหารที่ ๔ อรูปชั้นต่ำ ๆ เป็นปัจจัยแห่งอรูปชั้นสูง ๆ เนวสัญญานาสัญญายตนะ เป็นปัจจัยแห่งนิโรธสมาบัติ กัมมัฏฐานทั้งหมด เป็นปัจจัยแห่งสุขวิหารแห่งวิปัสสนา และภพสมบัติ ส่วนในคัมภีร์วิมุตติมรรคกล่าวไว้ว่า กัมมัฏฐาน ๙ คือ ยกเว้นอรูปกสิณ กสิณ ๘ ที่เหลือ และปริจจณนาภาสกสิณ เป็นปัจจัยแห่งอภิญญา กัมมัฏฐานที่เหลือ ไม่เป็นเหตุแห่งอภิญญา กัมมัฏฐาน ๓๗ ยกเว้นเนวสัญญานาสัญญายตนะ

^{๓๖} ร.อ.(บาลี) ๒/๑๔๕-๑๔๘.

^{๓๗} ร.อ. (บาลี) ๔/๑๓๑-๑๓๒.

^{๓๘} ร.อ. (บาลี) ๓/๑๔๑.

เป็นบาทแห่งวิปัสสนา และกัมมัญฐานอีก ๑ คือ เนวสัญญานาสัญญายตนะ ไม่เป็นบาทแห่งวิปัสสนา ซึ่งเกี่ยวกับประเด็นนี้ มีรายละเอียด ดังนี้^{๔๐}

เนวสัญญานาสัญญายตนะ และสัญญาเวทยนิโรธ จัดได้ว่าเป็นสมาบัติ จำพวกเสวยผล มิใช่ประเภทสำหรับใช้ทำกิจ สมาบัติที่ต่ำกว่านั้น คือตั้งแต่อกัญญัญญายตนะลงไป จึงจะใช้ได้ทั้งสำหรับเสวยผลและสำหรับทำกิจ ทั้งนี้เพราะยังมีสัญญาและธรรมอื่น ๆ ที่ประกอบรวมอยู่ชัดเจนพอ ดังที่ท่านเรียกอกัญญัญญายตนะว่า เป็นยอดแห่งสัญญาสมาบัติ^{๔๑} คือเป็นสมาบัติชั้นสูงสุดที่ยังมีสัญญา หรือบางทีเรียกว่าสัญญาญกะ แปลว่ายอดแห่งสัญญา หรือสัญญาอย่างยอด เพราะเป็นสมาบัติ โลภียชั้นสูงสุดที่ใช้ทำกิจได้

เนวสัญญานาสัญญายตนะ เป็นภาวะที่ละเอียดเกินไปจนเรียกว่ามีสัญญาก็ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่ ดังกล่าวแล้วข้างบน และได้ชื่ออีกอย่างหนึ่งว่า สังขารวเสสสมาบัติ^{๔๒} แปลว่า สมาบัติที่มีสังขารสักว่าเหลืออยู่ หรือเรียกอย่างง่าย ๆ ว่าสมาบัติเศษสังขารเพราะมีสังขารซึ่งอยู่ในภาวะละเอียด เป็นที่สุด ตามปกติถือว่าไม่ชัดเจนหรือไม่หยابพอที่จะใช้ทำกิจของวิปัสสนา ไม่ต้องพูดถึงอยู่ในสมาบัติ เมื่อออกมาจากสมาบัตินั้นแล้วจะกลับยกเอาองค์ธรรมต่าง ๆ ที่มีในสมาบัตินั้นขึ้นมาพิจารณา ก็แทบไม่มีผู้ใดทำได้ เว้นแต่ผู้มีปัญญาอย่างพระสารีบุตรขึ้นไป และแม้แต่พระสารีบุตรเองก็พิจารณาได้เพียงแบบเหมารวม หรือรวมเป็นกลุ่ม อย่างที่เรียกว่า กลาปวิปัสสนา อย่างเดียว มีแต่พระพุทธเจ้าทั้งหลายเท่านั้น ที่จะกำหนดองค์ธรรมแยกออกพิจารณาเป็นรายชื่อตามลำดับ คือทำอนุปทธรรมวิปัสสนาได้^{๔๓}

แม้ว่าโดยหลักการทั่วไป ท่านมักกล่าวคลุม ๆ รวม ๆ กันไปว่า สมาบัติทั้ง ๘ หรือ รูปฌาน ๔ และ อรูปฌาน ๔ เป็นบาทแห่งวิปัสสนาได้ทั้งหมด เป็นบาทแห่งผลสมาบัติได้ทั้งหมด และร่วมกันหมดทุกข้อ รวมเป็นบาทของนิโรธสมาบัติ แต่ภาวะที่เนวสัญญานาสัญญายตนะเป็นบาท หาเหมือนกับเอาฌานสมาบัติข้ออื่น ๆ เป็นบาทไม่ คือไม่ใช่เป็นตัวทำกิจแท้จริง ดังเห็นได้ชัดในการเข้านิโรธสมาบัติ ท่านชี้แจงให้เห็นว่า สมาบัติที่เป็นขั้นทำการก็คือ อากัญญัญญายตนะ ส่วนเนวสัญญานาสัญญายตนะแม้จะเป็นขั้นตอนที่จำเป็น แต่ก็มีสภาพคล้ายเป็นทางผ่านเท่านั้น ผู้ใดจะเข้านิโรธสมาบัติ แม้เข้าสมาบัติผ่านมาโดยลำดับจนถึงเนวสัญญานาสัญญายตนะแล้ว แต่ในตอนที่ผ่านมาจากอากัญญัญญายตนะก่อนจะเข้าเนวสัญญานาสัญญายตนะ ไม่ได้ทำนุพกิจ คือไม่ได้เตรียมจิตให้พร้อมที่

^{๔๐} พระเทพเวที (ประยูร ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๓๖๘-๓๗๐.

^{๔๑} บ.ญ. (บาลี) ๓๐/๔๖/๑๑๗, บ.ญ. (ไทย) ๓๐/๔๖/๑๘๔.

^{๔๒} ส.นิ. (บาลี) ๑๖/๕๕/๑๔๔, ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๕๕/๑๘๐. และ ส.นิ.อ. ๒/๕๕/๑๕๒.

^{๔๓} การเห็นแจ้งด้วยอำนาจสมาบัติและอำนาจองค์ฌาน ม.อุ.อ.(บาลี) ๓/๕๒/๕๘.

จะเข้านิโรธไว้ ก็ไม่อาจเข้านิโรธสมบัติได้ และเมื่อเข้านิโรธไม่สำเร็จก็ต้องถอยกลับไปอยู่ใน
อากิญจัญญายตนะ มิใช่คงอยู่ในเนวสัญญานาสัญญายตนะ

เหตุผลเหล่านี้ พอใจลงสันนิษฐานได้ว่า เนวสัญญานาสัญญายตนะสมบัติเป็นภาวะจำเพาะ
ตัว เป็นจุดจำเพาะแห่งการเสวยผลของมันเองล้วน ๆ เมื่อออกจากสมบัตินี้ ก็เป็นการออกมาเลย พุด
โดยนิตินัยว่าไม่มี ภาวะจิตสืบเนื่องในระดับนี้ ในการเจริญวิปัสสนา เมื่อออกจากเนวสัญญานา
สัญญายตนะมาพิจารณาสังขารธรรม ก็มีใจออกเพียงเพื่อเปลี่ยนอารมณ์เหมือนอย่างออกจากฌาน
สมบัติข้ออื่น (ความจริง เนวสัญญานาสัญญายตนะสมบัติ ไม่มีอารมณ์ของมันเองด้วยซ้ำ คนที่จะเข้า
สมบัติข้อนี้ กำหนดเอาอากิญจัญญายตนะนั่นเองเป็นอารมณ์ เพื่อจะก้าวล่วงไปเสีย เมื่อก้าวล่วงคือ
ปล่อยหรือผลจากอารมณ์นั้นได้ จึงเข้าสู่สภาวะที่เรียกว่าเป็นเนวสัญญานาสัญญายตนะสมบัตินี้ แต่เป็น
การออกมาสู่ภาวะจิตในระดับของสมบัติที่รองลงมา คือ อากิญจัญญายตนะ จึงนับว่าเป็นการออกจาก
สมบัติชนิดที่มีความหมายครบถ้วนทั้งโดยปริยายและโดยนิตินัย ส่วนพระสูตรจึงบรรยายความ
ตอนนี้ว่า “ออกจากเนวสัญญานาสัญญายตนะสมบัตินั้น” แล้วพิจารณาสังขารธรรมทั้งหลาย แม้ว่าโดย
หลักการทั่วไป อาจพูดได้ว่า “ทำเนวสัญญานาสัญญายตนะ ให้เป็นบาทของวิปัสสนา” คำว่าเป็นบาท
ในที่นี้ ก็มีความหมายเพียงว่าได้ผ่านการเข้าเนวสัญญานาสัญญายตนะออกมาแล้ว ซึ่งก็ย่อมจะช่วย
ทำให้จิตประณีตสนิทมากขึ้นอีกแต่ก็ต้องถือว่าภาวะจิตที่ใช้เจริญวิปัสสนาเวลานั้นเป็นอัปปนา-
สมาธิระดับอากิญจัญญายตนะอยู่นั่นเอง ซึ่งสมาธิในรูปฌานทั้งหมด ล้วนเป็นระดับจตุตถฌานทั้งสิ้น
มีข้อพิเศษเพียงว่าเป็นภาวะที่ประณีต ห่างไกลจากปัจจัยกัมมคือสิ่งรบกวนออกไปมากขึ้นเท่านั้น -

ส่วนสัญญาเวทยิตนิโรธ เป็นข้อที่ชัดเจนอยู่แล้วว่าเป็นสมบัติสำหรับเสวยผลแท้ ๆ และ
อาจเจริญวิปัสสนาภายในสมบัติได้ เพราะไม่มีสัญญาและเวทนารวมทั้งขันธอื่น ๆ อันประกอบรวมที่
จะใช้กำหนดพิจารณาได้ ยิ่งกว่านั้นยังมีภาวะพิเศษจากฌานสมบัติอื่น ๆ ทั้งหมดคือ เป็นแต่สมบัติ
อย่างเดียวไม่เป็นสมาธิ จึงเป็นการแน่นอนว่าต้องออกจากสมบัติก่อนจึงเจริญวิปัสสนาได้ เมื่อออก
จากสมบัตินี้แล้วจะเจริญวิปัสสนาก็ควรมาอยู่ในภาวะจิตที่เป็นสมาธิในระดับสูงสุดที่จะใช้ทำได้
กล่าวคืออากิญจัญญายตนะ หรือจะลงไปใช้ภาวะจิตระดับต่ำลงไป แม้จนถึงขณิกสมาธิ ซึ่งไม่ใช่กำลัง
ฌานสมบัติเลยก็ย่อมได้ เพราะผู้ที่ได้สมบัติที่สูงกว่าย่อมมีสิทธิในสมบัติที่ต่ำลงมากว่านั้นเป็น
ธรรมดา

จากทั้งสองคัมภีร์จะเห็นได้ว่า อารมณ์ของสมณะที่สามารถนำมาเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้
มีอยู่ ๔ หมวดคือ ๑) หมวดอสุภะ ๒) หมวดอนุสสติ ๓) หมวดจตุตถาวักขณ ๔) หมวดอาหาเร
ปฏิกูล-สัญญา นอกจาก ๔ หมวดนี้แล้ว อารมณ์สมณะบางหมวดก็สามารถนำมาเป็นอารมณ์ของ
วิปัสสนาได้เช่นกัน เช่น หมวดกสิณ ๑๐ บางข้อ หมวดพรหมวิหาร ๔ บางข้อ และหมวดอรุณ ๔
บางข้อ สรุปได้ว่า อารมณ์ของสมณะสามารถนำมาเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ หากพิจารณาดูที่ผลของ

การปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานแล้ว จะเห็นได้ว่า อารมณ์สมถกัมมัฏฐานบางหมวด สามารถทำให้ผู้ปฏิบัติ บรรลุพระนิพพานได้ ซึ่งการบรรลุพระนิพพาน หมายความว่า ผู้ปฏิบัติเอาอารมณ์สมถะนั้นเป็นบาทฐานเพื่อการเจริญวิปัสสนา จนสามารถบรรลุอรหัตผลได้ เช่น การปฏิบัติในอสุภะ อนุสสติ จตุธาตุวักขณ อหारे-ปฏิกุศลสัญญา

เมื่อปฏิบัติในอารมณ์สมถะอย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว จิตย่อมสงบด้วยอำนาจของสมาธิ ทำให้ นีรวรณสังขระดับ เมื่อจิตสงบแน่วแน่แล้ว ก็ยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา พิจารณาอารมณ์สมถะนั้นให้เห็น โดย ความเป็นไตรลักษณ์ ตัวอย่างของผู้ใช้อารมณ์ของสมถะเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา

๑. พระลภณทกภททิยะ เจริญกายคตาสติ คือตั้งสติพิจารณาอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย พร้อมทั้งการเคลื่อนไหวอริยาบถเป็นอารมณ์ วันหนึ่งได้รับ โอวาทเพิ่มเติมจากพระสารีบุตร ท่านปฏิบัติ ตามโอวาทของพระเถระนั้น ได้บรรลุอรหัตผล^{๔๔}

๒. พระสุภูติ บรรลุอรหัตผลโดยอาศัยเมตตาเป็นฐาน เมื่อบวชแล้ว ท่านศึกษากัมมัฏฐาน จากพระพุทธเจ้าแล้วกราบทูลเข้าป่าบำเพ็ญสมณธรรม ท่านบำเพ็ญสมถะด้วยการตั้งจิตแผ่เมตตาไปยัง สัตว์ทั้งหลายทั่วทุกทิศจนได้บรรลุเมตตาญาณ แล้วก็อาศัยเมตตาญาณนั้นแหละเป็นฐานสำหรับการ เจริญวิปัสสนาต่อไปจนเกิดความรู้แจ้งได้บรรลุอรหัตผล^{๔๕}

๓. พระอานนท์ เจริญกายคตาสติ คือตั้งสติกำหนดอาการ ๓๒ ในร่างกาย รวมทั้งการ เคลื่อนไหวอริยาบถขณะเดินจงกรม แต่ก็ไม่อรหัตผลใด ๆ เลย เพราะท่านปฏิบัติเคร่งเครียดเกินไปจน จิตฟุ้งซ่าน คิเลสบรรลุอรหัตผลนั้น ท่านมาคิดได้ว่าปฏิบัติไม่ถูก จึงคิดบำเพ็ญเพียรแต่พอเหมาะ จากนั้นจึงลงจากที่จงกรมเข้าที่พัก ท่านนั่งอยู่บนเตียงสักครู่หนึ่ง ครั้นแล้วจึงเอนกายลงด้วยตั้งใจว่า จัด พักผ่อนสักครู่หนึ่ง พอยกเท้าขึ้นจากพื้นแต่ศีรษะยังไม่ทันถึงหมอน ระหว่างนี้จิตของท่านก็หลุดพ้น จากอาสวะทั้งหลายเพราะคลายความยึดมั่นลงได้^{๔๖}

๔. พระกสิณโคตมิ เห็นเปลวประทีปที่กำลังโพล่งขึ้นและกำลังดับในโรงอุโบสถ ถือเอาแสง สว่างของเปลวประทีปนั้นเป็นอารมณ์ โดยพิจารณาเปรียบเทียบกับสัตว์ทั้งหลายว่ามีทั้งผู้เกิดและผู้ตาย ได้บรรลุอรหัตผล^{๔๗}

๕. พระสัมมชชณเถระ ปฏิบัติตามคำสอนของพระเวตตะ ที่สอนให้พิจารณาอาการ ๓๒ เป็น อารมณ์ เริ่มตั้งความสิ้นไปและเสื่อมไปไว้ในอัทธภาพ ได้บรรลุอรหัตผล^{๔๘}

^{๔๔} เถร.อ.(บาลี) ๒/๓๖๒/๑๔๑.

^{๔๕} เถร.อ.(บาลี) ๑/๑๓๘/๓๒.

^{๔๖} เถร.อ.(บาลี) ๒/๓๕๓/๔๕๘.

^{๔๗} ธ.อ.(บาลี) ๔/๑๔๖.

^{๔๘} ธ.อ.(บาลี) ๖/๓๖.

๖. **สัทธีวาทริกของพระสารีบุตร** ได้รับดอกปทุมทองจากพระพุทธเจ้า เจริญโลहितกสิณด้วยการเพ่งดอกบัวสีแดง นีวรณ์ ๕ สงบระงับ อุปจารณานเกิดขึ้น จากนั้นได้ปฐมฌาน มีความชำนาญในวิสี ๕ ประการ นั่งเล่นฌานกิฬายอยู่ในจุดตถฌาน เมื่อพระพุทธเจ้าทรงอธิษฐานให้ดอกบัวนั้นเกี่ยว กลายเป็นสีด้าเหมือนถูกขยำด้วยมือทั้งสอง ท่านออกจากฌานพิจารณาสภาวะนั้นเปรียบเทียบกับอศภพร่างกายที่ถูกความชราครอบงำ ก็ยอมแก่หง่อมไปในที่สุด เห็นแจ้งพระ ไตรลักษณ์ ได้บรรลุอรหัตผล

๗. **พระมหาติสสเถระ** ผู้เคยเจริญอัฐกขิณสูระ คือสูระที่มีโครงกระดูกเป็นอารมณ์ วันหนึ่งมีหญิงสะใภ้ในตระกูลคนหนึ่ง ทะเลาะกับสามี ตกแต่งร่างกายอย่างสวยงาม เดินทางออกจากเมืองอนุราชปุระแต่เช้าตรู่ เพื่อกลับไปบ้านญาติ ในระหว่างทางได้พบพระมหาติสสเถระ ผู้มาเที่ยววิณชาบาตอยู่ในเมือง เกิดมีจิตวิปลาสหวัหวัสดังขึ้น พระเถระมองดูกลับได้อสุภสัญญาเพราะเห็นกระดูกฟั่นของหญิงนั้น ได้บรรลุอรหัตผล^{๔๙}

จากตัวอย่างพระเถระพระเถรีที่ยกมาเป็นตัวอย่างนี้ จะเห็นได้ว่า ท่านเหล่านั้นได้อาศัยอารมณ์ของสมถะเป็นบาทฐานเพื่อการเจริญวิปัสสนา เช่น ได้อาศัยอสุระ ภายคตาสติ เมื่อจิตสงบ ย่อมพิจารณาเห็นโดยความเป็นไตรลักษณ์ ยกจิตขึ้นสู่อารมณ์วิปัสสนา แล้วก็ได้รับบรรลุธรรม

๔.๒ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน

กล่าวได้ว่า สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นหลักปฏิบัติที่สำคัญ ที่ควรเจริญหรือทำให้เกิดมีขึ้นในตน ทั้งสองประการนี้จะมาคู่กันและมีความสัมพันธ์กัน ในพระไตรปิฎกได้กล่าวถึงสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานว่าเป็นธรรมที่เป็นส่วนแห่งวิชา และเมื่อบุคคลปฏิบัติแล้ว จะเกิดผลดังนี้

ธรรม ๒ ประการนี้เป็นฝ่ายวิชา ธรรม ๒ ประการ อะไรบ้าง คือ สมถะ (การฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิ) วิปัสสนา (ความเห็นแจ้ง) สมถะที่ภิกษุเจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์อะไร คือย่อมให้จิตเจริญ จิตที่เจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์อะไร คือย่อมละราคะได้ วิปัสสนาที่ภิกษุเจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์อะไร คือย่อมให้ปัญญาเจริญ ปัญญาที่เจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์อะไร คือ ย่อมละอวิชชาได้ จิตที่เศร้าหมองเพราะราคะย่อมไม่หลุดพ้น ปัญญาที่เศร้าหมองเพราะอวิชชาย่อมไม่เจริญ เพราะสารอกราคะจึงมีเจโตวิมุตติ เพราะสารอกอวิชชาจึงมีปัญญาวิมุตติ^{๕๐}

จากพระพุทธพจน์นี้จะเห็นว่า หลักการของสมถกัมมัฏฐาน คือการอบรมจิต หรือตัวสมาธิ ส่วนวิปัสสนากัมมัฏฐาน คือการอบรมปัญญา ผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติกัมมัฏฐานทั้ง สองคือ สมถ

^{๔๙} วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๒๕.

^{๕๐} อัง.ทุก. (บาลี) ๒๐/๓๒/๖๐, อัง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๒/๖๖.

กัมมัญฐานให้ผลคือการละระคะ คือความตั้งใจยินดีในอารมณ์ต่าง ๆ เมื่อละระคะได้ จิตย่อมสงบตั้งมั่น เป็นหนึ่งเดียว ไม่หวั่นไหวในอารมณ์ต่าง ๆ ส่วนวิปัสสนากัมมัญฐาน ทำให้ละอวิชชาได้ หลักปฏิบัติ ทั้งสองประการนี้ เป็นธรรมคู่กัน ที่เรียกว่าวิชาภาคิยธรรม คือธรรมที่เป็นส่วนแห่งวิชา

๔.๒.๑ ความสัมพันธ์ในแง่รูปแบบการปฏิบัติ

สมถกัมมัญฐานและวิปัสสนากัมมัญฐาน ต้องทำควบคู่กันไปจึงจะเป็นทางเพื่อความดับทุกข์ ละกิเลสทั้งหลายได้ โดยใช้สมถกัมมัญฐานเพื่อทำจิตให้หยุดนิ่งเป็นสมาธิ จนเกิดฌานชั้นต่าง ๆ และใช้ ฌานเพื่อเป็นบาทฐานของวิปัสสนา เมื่อวิเคราะห์ถึงความสัมพันธ์ระหว่างสมถกัมมัญฐานและวิปัสสนากัมมัญฐานแล้ว จะเห็นว่ามียุทธวิธีปฏิบัติ ๔ แบบตามที่ปรากฏในยุคนัทสูต อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต ซึ่งพระอานันทได้แสดงแก่ภิกษุทั้งหลายที่โฆสิตาราม มีความว่า

ผู้มีอายุทั้งหลาย ผู้ใดก็ตาม ไม่ว่าจะเป็ภิกษุหรือภิกษุณี เป็เผยการบรรลอรหัตตผล ใน สำนักของเราด้วยมรรค ๔ ประการโดยประการทั้งปวง หรือมรรคใดมรรคหนึ่งบรรดามรรค ๔ ประการนี้ผู้ใดก็ตาม จะเป็ภิกษุหรือภิกษุณีเป็เผยการบรรลอรหัตตผลในสำนักของเราด้วย มรรค ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ

ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญวิปัสสนาอันมีสมณะนำหน้า เมื่อเธอเจริญวิปัสสนาอันมีสมณะ นำหน้า มรรคย่อมเกิด เธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค นั้นอยู่ ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป

ภิกษุเจริญสมณะอันมีวิปัสสนาหน้าหน้า เมื่อเธอเจริญสมณะอันมีวิปัสสนาหน้าหน้า มรรค ย่อมเกิด เธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค นั้น เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค นั้น ย่อม ละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป

ภิกษุเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่กันไป เมื่อเธอเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่กันไป มรรคย่อมเกิด เธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค นั้น เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค นั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป

ภิกษุมิไญญอุทฺธจจะในธรรมกัณไไว้ในเวลาที่จิตตั้งมั่น สงบภายในมีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุด ขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดขึ้นแก่เธอ เธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค นั้น เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค นั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป ผู้มีอายุทั้งหลาย ผู้ใด ก็ตามไม่ว่าจะเป็ภิกษุหรือภิกษุณีเป็เผยการบรรลอรหัตตผลในสำนักของเราด้วยมรรค ๔ ประการโดยประการทั้งปวง หรือมรรคใดมรรคหนึ่งบรรดามรรค ๔ ประการนี้^{๕๐}

^{๕๐} อัง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๑๓๐/๑๓๕-๑๓๖, อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๓๐/๒๓๓-๒๓๔. ดูรายละเอียดใน ขุ.ปฎิ. (บาลี) ๓๑/๒-๓/๓๐๓-๓๑๐, ขุ.ปฎิ. (ไทย) ๓๑/๒-๓/๔๑๔-๔๑๕. ดูรายละเอียดใน อัง.อ. (บาลี) ๒/๑๓๐/๓๕๐-๓๕๑.

จากพระสูตรที่ยกมานี้ จะเห็นว่าสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานมีความสัมพันธ์กัน ๔ แบบคือ ๑) สมถปุพพังคมวิปัสสนา วิปัสสนาที่มีสมถะนำหน้า ๒) วิปัสสนาปุพพังคมสมถะ สมถะมีวิปัสสนานำหน้า ๓) ยุคัณฑสมถวิปัสสนา สมถะและวิปัสสนาเข้าคู่กัน และ ๔) ชัมมุตถัจจวิคคหิตมานัส วิถีปฏิบัติเมื่อจิตถูกขัดให้เขวด้วยชัมมุตถัจจ คือความฟุ้งซ่านธรรมหรือคตินธรรม

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานมีถึง ๔ รูปแบบ แต่ว่าโดยเนื้อหาสาระแล้ว มีเพียง ๒ รูปแบบคือ ๑) สมถยานิกะ และ ๒) วิปัสสนายานิกะ สำหรับวิปัสสนายานิกะ บางทีเรียกว่า สุธรวิปัสสนายานิกะ มีวิปัสสนานำหน้ามาก่อน สมถะตามมาทีหลัง ใช้เพียงแค่ขณิกสมาธิ แต่ไม่ใช่ อุปจารสมาธิและอัปปนาสมาธิอย่างในสมถยานิกะ ขณิกสมาธิที่กำหนดอย่างต่อเนื่องจะมีกำลังเท่ากับ อุปจารสมาธิ ทำให้นิวรณ์สงบลงได้ จะมีการกำหนดรูปนามปรมาัตถ์ เป็นอารมณ์ จนกระทั่งเห็นการเกิดดับและพระไตรลักษณ์ของรูปนาม วิปัสสนาญาณจะพัฒนาขึ้นตามลำดับ ขณะเดียวกัน กำลังของสมาธิก็จะแก่กล้ามากขึ้นเช่นกัน เมื่อถึงญาณขั้นสูงเข้าสู่อริยมรรค กำลังของสมาธิก็จะเท่ากับอัปปนาสมาธิ กล่าวคือสมาธิจะต้องมีกำลังอย่างน้อยเท่ากับปฐมฌาน จึงจะสามารถกระโดดข้ามฝั่งจากกัลยาณชน ไปเป็นอริยบุคคลได้

การปฏิบัติตามแบบที่สองนี้ กล่าวไว้โดยลักษณะการปฏิบัติแบบวิปัสสนายานิกะ คือผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ ยังไม่ได้บำเพ็ญสมถะ ก็พิจารณาเบญจขันธ์โดยความเป็นไตรลักษณ์ มีไม่เที่ยงเป็นต้น ซึ่งผู้ปฏิบัติโดยวิธีนี้ จะไม่ได้มานานมาก่อน เมื่อปฏิบัติวิปัสสนาแล้วอยากได้ฌาน จึงหันมาบำเพ็ญสมถะ ทำฌานให้เกิดขึ้น อย่างเช่นพระอริยที่เป็นวิปัสสนาลาภี คือได้วิปัสสนาจนเป็นพระโสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และพระอรหันต์แล้ว แต่ต้องการจะได้ฌาน ก็มาทำฌาน คือสมาธิหรือสมถะให้เกิดขึ้นในภายหลังจนกระทั่งได้สมบัติ ๘ ประการ

อนึ่ง ผู้ปฏิบัติยังไม่ได้ทำสมถะให้เกิดขึ้นเลย แต่มาพิจารณาเห็นแจ้งอุปาทานขันธ์ ๕ ตามสามัญลักษณะที่เป็นของไม่เที่ยงเป็นต้น อันนับว่าเป็นวิปัสสนา พอวิปัสสนาเต็มเปี่ยมดี จิตก็จะเกิดภาวะมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว คือเป็นสมาธิขึ้น โดยมีความปล่อยวางธรรมทั้งหลายที่เกิดในวิปัสสนานั้นเองเป็นอารมณ์ อันนับว่าเป็นสมถะ เมื่อปฏิบัติโดยวิธีนี้ อริยมรรคก็จะเกิดขึ้นได้ ซึ่งในการเกิดขึ้นของอริยมรรคนี้ ไม่ว่าจะเจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะนำหน้า หรือเจริญสมถะมีวิปัสสนานำหน้าก็ตาม เมื่อถึงขณะที่อริยมรรคเกิดขึ้น ทั้งสมถะและวิปัสสนาจะต้องเกิดขึ้นด้วยกันอย่างควบคู่เป็นการแน่นนอนเสมอไป ที่เป็นเช่นนี้ เพราะว่าโดยหลักพื้นฐานแล้ว สมถะและวิปัสสนาก็คือองค์ของมรรคนั่นเอง วิปัสสนาได้แก่ สัมมาทิฏฐิและสัมมาสังกัปปะ สมถะได้แก่องค์มรรคที่เหลืออีก ๖ ข้อ ซึ่งเป็นธรรมดอยู่แล้วที่องค์มรรคเหล่านี้จะต้องเกิดขึ้นพร้อมกันในการบรรลุอริยภูมิ^{๕๒}

^{๕๒} พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต, พุทธธรรม, หน้า ๓๒๘.

การปฏิบัติแบบนี้ เป็นการเจริญสมณะ วิปัสสนาควบคู่กัน มิใช่หมายความว่าทำทั้งสองอย่างพร้อมกันทีเดียว เพราะเราไม่สามารถพิจารณาสังขารด้วยจิตเดียวกันกับที่เข้าสมาบัติ ถ้าว่าเจริญสมณะ วิปัสสนาควบคู่กัน หมายความว่า เข้าสมาบัติถึงไหน ก็พิจารณาสังขารถึงนั้น พิจารณาสังขารถึงไหน ก็เข้าสมาบัติถึงนั้น กล่าวคือ เข้าปฐมฌาน ออกจากปฐมฌานแล้ว พิจารณาสังขาร ครั้นพิจารณาสังขารแล้ว ก็เข้าทุติยฌาน ออกจากทุติยฌานแล้วพิจารณาสังขารอีก ครั้นพิจารณาแล้ว เข้าตติยฌาน ฯลฯ อย่างนี้เรื่อยไปตามลำดับจนเข้าเนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัติ ออกจากเนวสัญญานาสัญญายตนะแล้ว ก็พิจารณาสังขารอีก อย่างนี้เรียกว่าเจริญสมณะวิปัสสนาควบคู่กันไป^{๕๓}

กล่าวโดยสรุป การปฏิบัติแบบนี้คือในการเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่กันไปในัน ก็คือการเจริญสมณะจนได้ฌานใดฌานหนึ่งแล้วก็ออกจากฌาน ก็จะพิจารณาสังขารต่อไป จนกว่าจะเกิดมรรค

คัมภีร์ชั้นอรรถกถาเรียกธรรมุทฺธจันนี้ว่า วิปัสสนูปกิเลส คืออุปกิเลสแห่งวิปัสสนา ๑๐ อย่าง ซึ่งจะเกิดขึ้นแก่ผู้ได้วิปัสสนาญาณอ่อน ๆ (ตรุณวิปัสสนา) ภาวะทั้งสิบนี้เป็นสิ่งน่าชื่นชมอย่างยิ่ง และไม่เคยเกิดมี ไม่เคยประสบมาก่อน จึงชวนให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดว่าตนได้บรรลุมรรคผลแล้ว ถ้าเข้าใจอย่างนั้น ก็เป็นอันคลาดออกนอกวิปัสสนาวิधि คือพลาดทางวิปัสสนาแล้วก็จะทิ้งกรรมฐานเดิมเสีย นั่งชื่นชมอุปกิเลสของวิปัสสนาอยู่นั่นเอง วิถีปฏิบัติที่ถูกต้องคือให้รู้เท่าทัน เมื่อมันเกิดขึ้น ก็ให้กำหนดพิจารณาด้วยปัญญาว่า โอภาสนี้ ญาณนี้ ฯลฯ หรือนิกันตินี้ เกิดขึ้นแล้วแก่เรา แต่มันเป็นของไม่เที่ยง เกิดจากปัจจัยปรุงแต่ง เป็นปฏิจสมุปบันธธรรม จะต้องเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา ดังนี้เป็นต้น จนมองเห็นว่า สิ่งนี้ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตนของเรา แล้วไม่ตื่นเต้นหวั่นไหวไปกับวิปัสสนูปกิเลสเหล่านั้นเป็นอันวางอุปกิเลสเสียได้ ดำเนินก้าวหน้าไปในมรรคาที่ถูกต้องต่อไปจนบรรลุมรรคผล^{๕๔}

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน จะเห็นได้ว่ามีความสัมพันธ์กันในแง่ของรูปแบบการปฏิบัติ กล่าวคือ

๑. การปฏิบัติวิปัสสนาที่มีสมณะนำหน้านั้น เป็นลักษณะการปฏิบัติแบบสมถยานิกะ ผู้ปฏิบัติใช้อารมณ์สมถกัมมัฏฐานอย่างใดอย่างหนึ่ง จนเกิดอุปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิ เกิดองค์ฌาน จากนั้นจึงใช้ปัญญาพิจารณาสมาธินั้น และธรรมที่เกิดพร้อมด้วยสมาธินั้น ให้เห็นแจ้งโดยลักษณะ ๓ ประการคือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา ความสัมพันธ์ของสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานในแบบแรกนี้เป็นการเจริญสมาธิให้เกิดขึ้นก่อนแล้วจึงเจริญปัญญาให้เกิดขึ้นต่อภายหลัง

๒. การปฏิบัติสมณะที่มีวิปัสสนาหน้าหน้านั้น เป็นลักษณะการปฏิบัติแบบวิปัสสนายานิกะ คือผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ ยังไม่ได้บำเพ็ญสมณะ โดยพิจารณาเบญจขันธ์โดยความเป็นไตรลักษณ์ มิได้

^{๕๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๒๕.

^{๕๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๓๐.

เที่ยงเป็นต้น ผู้ปฏิบัติโดยวิธีนี้ จะไม่ได้มานานมาก่อน เมื่อปฏิบัติวิปัสสนาแล้วอยากได้นาน จึงหันมาบำเพ็ญสมณะ ทำสมาธิให้เกิดขึ้น ในภายหลังจนกระทั่งได้สมบัติ ๘ ประการ ความสัมพันธ์ในลักษณะนี้ จะเห็นว่า สมณะช่วยทำให้ผู้ที่เจริญวิปัสสนาได้นานสมบัติ ทำให้มีคุณวิเศษต่าง ๆ

๓. การปฏิบัติแบบการเจริญสมณะ วิปัสสนาควคู่กัน มีความเกี่ยวข้องกันระหว่างการเข้าสมาบัติและการพิจารณาสังขาร ไม่ได้มีความหมายว่าทำทั้งสองอย่างพร้อมกันทีเดียว เพราะเราไม่สามารถพิจารณาสังขารด้วยจิตเดียวกันกับที่เข้าสมาบัติ ที่จริงแล้ว หมายความว่า เข้าสมาบัติถึงไหน ก็พิจารณาสังขารถึงนั้น พิจารณาสังขารถึงไหน ก็เข้าสมาบัติถึงนั้น กล่าวคือ เข้าปฐมฌาน ออกจากปฐมฌานแล้ว พิจารณาสังขาร ครั้นพิจารณาสังขารแล้ว ก็เข้าทุติยฌาน ออกจากทุติยฌานแล้วพิจารณาสังขารอีก ครั้นพิจารณาแล้ว เข้าตติยฌาน ฯลฯ อย่างนี้เรื่อยไปตามลำดับจนเข้าเนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัติ ออกจากเนวสัญญานาสัญญายตนแล้ว ก็พิจารณาสังขารอีก อย่างนี้เรียกว่าเจริญสมณะ วิปัสสนาควคู่กันไป

๔. การปฏิบัติเมื่อจิตถูกทำให้ไขว้เขวด้วยธัมมมูขััจ เป็นลักษณะการปฏิบัติที่เกิดขึ้นเมื่อกำลังพิจารณาสังขารทั้งหลายโดยความเป็นไตรลักษณ์ แล้ววิปัสสนูปกิเลส คืออุปกิเลสแห่งวิปัสสนา ๑๐ อย่างเกิดขึ้นแก่ผู้ได้วิปัสสนาญาณอ่อน ๆ ซึ่งวิปัสสนูปกิเลสนี้เป็นสิ่งน่าชื่นชมอย่างยิ่ง และไม่เคยเกิดมี ไม่เคยประสบมาก่อน ชวนให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดว่าตนได้บรรลุธรรมผลแล้ว ถ้าเข้าใจอย่างนั้น ก็เป็นอันคลาดออกนอกวิปัสสนาวิถิ คือพลาดทางวิปัสสนาแล้วก็จะทิ้งกรรมฐานเดิมเสียนั่งชันชมอุปกิเลสของวิปัสสนาอยู่นั่นเอง วิธีปฏิบัติที่ถูกต้องคือให้รู้เท่าทัน เมื่อมันเกิดขึ้น ก็ให้กำหนดพิจารณาด้วยปัญญาว่า วิปัสสนูปกิเลสนี้ ข้อใดข้อหนึ่งเกิดขึ้นแล้วแก่เรา มันเป็นของไม่เที่ยง เกิดจากปัจจัยปรุงแต่ง เป็นปฏิจจสมุปบันธธรรม จะต้องเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา จินตมองเห็นว่า สิ่งนี้ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตนของเรา แล้วไม่ตื่นตื่นหวั่นไหวไปกับวิปัสสนูปกิเลสเหล่านั้น เมื่อไม่ติดใจในวิปัสสนูปกิเลสเหล่านั้นแล้ว จิตก็จะเข้าสู่วิปัสสนาวิถิ หนทางที่ถูกต้องเพื่อการบรรลุธรรมต่อไป

๔.๒.๒ ความสัมพันธ์ในแง่ของการบรรลุธรรม

รูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานทั้ง ๔ แบบตามที่กล่าวมาจะเห็นว่า การปฏิบัติวิปัสสนาที่มีสมณะนำหน้า เป็นลักษณะการปฏิบัติของผู้ที่มีสมณะเป็นยาน (สมณยานิก) การปฏิบัติสมณะที่มีวิปัสสนานำหน้าเป็นลักษณะการปฏิบัติของผู้ที่มีวิปัสสนาเป็นยาน (วิปัสสนายานิก) การปฏิบัติสมณะและวิปัสสนาควคู่กัน เป็นลักษณะการปฏิบัติด้วยการเข้าสมาบัติและพิจารณาสังขาร ส่วนการปฏิบัติเมื่อจิตถูกทำให้ไขว้เขวด้วยธัมมมูขััจ เป็นลักษณะการปฏิบัติของผู้พิจารณาสังขารโดยความเป็นไตรลักษณ์ เมื่อถูกวิปัสสนูปกิเลสครอบงำก็พิจารณาโดยความเป็นไตรลักษณ์

เมื่อปฏิบัติแบบใดแบบหนึ่ง ใน ๔ แบบ ผลที่ได้รับในแง่การบรรลุธรรมแล้ว ย่อมแตกต่างกัน กล่าวคือ การปฏิบัติวิปัสสนาที่มีสมณะนำหน้า เรียกผู้ปฏิบัติว่า สมณยานิก เมื่อหลุดพ้น เป็นการหลุด

พื้นแบบอุกโตภาควิมุตติ ซึ่งเป็นผู้หลุดพ้นทั้ง ๒ ส่วน ได้แก่ท่านผู้สัมพัสวโมกข์ ๘ ด้วยนามกาย และ
 อาสวะทั้งหลายก็สิ้นไปเพราะเห็นอริยสังด้วยปัญญา^{๕๕} เป็นพระอรหันต์ผู้บำเพ็ญสมณะมาก่อน แล้วจึง
 ใช้สมณะนั้นเป็นบาทบำเพ็ญวิปัสสนาต่อจนสำเร็จ พระอรหันต์ประเภทอุกโตภาควิมุตติ เป็นผู้หลุดพ้น
 ทั้ง ๒ ส่วน คือ ได้ทั้งเจโตวิมุตติขั้นอุปสมวัตติก่อน แล้วได้ปัญญาวิมุตติ นอกจากนี้แล้วยังได้วิชา ๓
 อภิญญา ๖ และปฏิสัมภิทา ๔

ส่วนการปฏิบัติสมณะมีวิปัสสนานำหน้า เรียกผู้ปฏิบัติว่าวิปัสสนายานิก หรือสุทธวิปัสสนา-
 ยานิก^{๕๖} เมื่อหลุดพ้นเป็นการหลุดพ้นแบบปัญญาวิมุตติ ซึ่งเป็นผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา ได้แก่ท่านผู้ไม่ได้
 สัมพัสวโมกข์ ๘ ด้วยกาย แต่อาสวะทั้งหลายสิ้นไปเพราะเห็นอริยสังด้วยปัญญา^{๕๗} หมายถึงพระ
 อรหันต์ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาเป็นค่านำมาตลอดจนสำเร็จ หรือท่านที่อาศัยเพียงอุปจารสมาธิ เจริญ
 วิปัสสนาไปจนถึงที่สุด แต่เมื่อจะสำเร็จพระอรหันต์นั้น ก็เป็นผู้ได้ปฐมฌาน พระอรหันต์ประเภทนี้
 เรียกว่า สุกขวิปัสสก คือผู้เห็นแจ้งอย่างแท้จริง คือท่านผู้ไม่ได้เจริญฌานมาก่อน สำเร็จรอดด้วยการ
 เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ

การปฏิบัติสมณะและวิปัสสนาควบคู่กัน เกี่ยวเนื่องกับเรื่องการเข้าฌานสมาบัติ และพิจารณา
 สังขารทั้งหลายโดยความเป็นไตรลักษณ์ เข้าถึงฌานไหน ออกจากฌานนั้นก็พิจารณาสังขารทั้งหลาย
 เมื่อบรรลुरुธรรมก็เป็นพระอรหันต์ประเภทอุกโตภาควิมุตติ ส่วนการปฏิบัติแบบที่ ๔ เป็นการพิจารณา
 สังขารทั้งหลาย เมื่อจิตถูกทำให้ไขว้เขวด้วยวิปัสสนูปกิเลส ก็พิจารณาวิปัสสนูปกิเลสนั้นโดยความเป็น
 ไตรลักษณ์ เมื่อบรรลुरुธรรมก็เป็นพระอรหันต์ประเภทปัญญาวิมุตติ

สรุปความว่า การปฏิบัติแบบสมณูปพังคมวิปัสสนา กับ ยุคันทสมถวิปัสสนา ส่งผลให้ผู้
 ปฏิบัติได้เป็นพระอริยบุคคลประเภทอุกโตภาควิมุตติ ส่วนการปฏิบัติแบบวิปัสสนาอุปพังคมสมณะ
 และธัมมุตตจจวิคคหิตมานัส ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติได้เป็นพระอริยบุคคลประเภทปัญญาวิมุตติ

๔.๓ บุรณาการสมถกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์วิมุตติมรรคเพื่อเป็น

แนวทางในการเจริญกัมมัฏฐาน

การบุรณาการสมถกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์วิมุตติมรรคเพื่อเป็นแนวทาง
 ในการเจริญกัมมัฏฐานนั้น หากพิจารณาเนื้อหาของสมถกัมมัฏฐานจากทั้งสองคัมภีร์แล้วจะเห็นว่ามิใช่
 แตกต่างกันในส่วนของคำแนะนำ กล่าวคือ

^{๕๕} อภ.ป. (บาลี) ๓๖/๒๔/๑๒๑, อภ.ป. (ไทย) ๓๖/๒๔/๑๕๓.

^{๕๖} วิสุทธิ.(บาลี) ๓/๒๐๖.

^{๕๗} อภ.ป. (บาลี) ๓๖/๒๕/๑๒๑, อภ.ป. (ไทย) ๓๖/๒๕/๑๕๓.

คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นคัมภีร์ที่ได้รับการยอมรับในวงการศึกษาธรรมในเมืองไทยว่า มีความสำคัญยิ่ง แนวอธิบายธรรมลบล้างตามลำดับ เหมือนกับลักษณะแห่งมหาสมุทร วิสุทธิมรรคมี นัยวิจิตรพิศพราย มีความงามทั้งเบื้องต้น ท่ามกลาง และที่สุด วิสุทธิมรรคมีใจจุดหมายปลายทางหรือ จุดมุ่งหมายอันสูงสุดในพระพุทธศาสนา วิสุทธิมรรคเป็นเพียงเครื่องมือและวิธีการไปสู่จุดหมายอัน สูงสุดคือความหลุดพ้นจากทุกข์ในวัฏสงสาร เมื่อบุคคลได้พบหนทางถูกต้องและดำเนินไปตามทางนั้น โดยไม่หันหลังกลับเสีย ย่อมจะต้องถึงจุดหมายปลายทางเข้าวันหนึ่งจะเร็วหรือช้าเท่านั้น^{๕๘}

คัมภีร์วิสุทธิมรรคได้รวบรวมคำสอนของพระพุทธเจ้าไว้ทั้งหมดโดยแบ่งออกเป็น ๓ ส่วน คือ ศีล สมาธิ และปัญญา อันเป็นแก่นแท้ของคำสอนในพระพุทธศาสนา กล่าวอีกนัยหนึ่ง คัมภีร์ วิสุทธิมรรค คือคัมภีร์ที่รวบรวมสาระสำคัญของพระไตรปิฎกไว้เล่มเดียว สาระสำคัญของ พระพุทธศาสนาได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา^{๕๙}

การนำเสนอเนื้อหาในคัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นลักษณะการอธิบายขยายความอย่างละเอียด พิสดาร โดยมีบทตั้งที่เรียกว่าปัญหากรรม และบทอธิบาย อ้างหลักฐานจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา เหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการรายละเอียด

ส่วนคัมภีร์วิมุตติมรรค เป็นคัมภีร์ที่ผู้ที่จะศึกษาธรรมของพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะ อย่างยิ่งคิดจะทำกัมมัฏฐาน สมควรอ่านเป็นอย่างยิ่ง เป็นคัมภีร์ที่อธิบายหลักการของพระพุทธศาสนาไว้ อย่างละเอียดลึกซึ้ง มองเห็นเหตุผล และที่มาที่ไปได้อย่างชัดเจน แจกแจงรายละเอียดไว้เป็นหมวดหมู่ ตั้งแต่หมวดของศีล สมาธิ (สมถกัมมัฏฐาน) ปัญญา (วิปัสสนากัมมัฏฐาน) โดยการเขียนแบบถามตอบที่ สั้นกระชับตรงประเด็น ทำให้จับประเด็นหลัก และความคิดรวบยอดไว้อย่างรวดเร็ว มีรายละเอียดตั้งแต่ ขั้นต้นจนถึงขั้นสูงสุด เหมาะกับนักปฏิบัติในทุกๆระดับ^{๖๐}

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า ทั้งสองคัมภีร์ มีลักษณะเด่นในการนำเสนอเรื่องสมถกัมมัฏฐาน แตกต่างกัน คือคัมภีร์วิสุทธิมรรคนำเสนอเนื้อหาละเอียดทุกแง่มุม เหมาะสำหรับผู้เริ่มศึกษา หรือผู้ที่ ต้องการรายละเอียดต่าง ๆ ส่วนคัมภีร์วิมุตติมรรค นำเสนอเนื้อหาสั้นกระชับตรงประเด็น เป็นลักษณะ การถามตอบ เหมาะสำหรับผู้ที่ไม่ต้องการรายละเอียดมากนัก ต้องการหลักปฏิบัติล้วน ๆ

^{๕๘} วศิน อินทสระ, สาระสำคัญของวิสุทธิมรรค, (กรุงเทพมหานคร : บรรณาการ, ๒๕๒๑), หน้า ก.

^{๕๙} พัฒน์ เฟื่องผลา, ประวัติวรรณคดีบาลี, พิมพ์ครั้งที่ ๔. (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๒), หน้า ๑๓๕.

^{๖๐} [http : //www.tmcchote.ofees.net/books.htm](http://www.tmcchote.ofees.net/books.htm)

๔.๓.๑ บูรณาการด้านขั้นตอนการปฏิบัติ

บุพกิจเบื้องต้นก่อนการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน

บุพกิจเบื้องต้นก่อนการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน ที่ผู้ปฏิบัติต้องเอาใจใส่ เมื่อบูรณาการจากทั้งสองคัมภีร์แล้ว ประกอบด้วย

๑. การชำระศีลให้บริสุทธิ์ ตั้งมั่นอยู่ในศีลที่บริสุทธิ์ดีแล้ว

๒. การตัดปติโปธ อันเป็นเครื่องกังวล ๑๐ ประการ

๓. การแสวงหากัลยาณมิตรผู้ให้กัมมัฏฐาน

๔. เลือกกัมมัฏฐานที่เหมาะสมกับจริตของตน

๕. การหลีกเลี่ยงสถานที่ที่ไม่เหมาะแก่การเจริญสมาธิ

๖. การอยู่ในสถานที่ที่เหมาะสมแก่การเจริญสมาธิภาวนา

๗. การตัดปติโปธเครื่องกังวลเล็กน้อย

รายละเอียดสำคัญของบุพกิจเบื้องต้นก็คือ การเตรียมความพร้อมทั้งกาย วาจา และใจ

๔.๓.๒ บูรณาการในด้านการปฏิบัติ

การปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานของทั้งสองคัมภีร์ ส่วนใหญ่จะกล่าวไว้ในแนวเดียวกัน ไม่แตกต่างกันมาก เมื่อบูรณาการทั้งสองคัมภีร์ สามารถแสดงหลักการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานได้ ดังนี้

๔.๓.๒.๑

กสิณ ๑๐

การปฏิบัติในกสิณ ๑๐ แบ่งกลุ่มการบริกรรมออกได้เป็น ๓ กลุ่ม ตามลักษณะของวัตถุที่ใช้เป็นอารมณ์ คือ

กลุ่มที่ ๑ การเพ่งธาตุ ๔ เป็นอารมณ์ ประกอบด้วยเพ่งดิน น้ำ ไฟ ลม โดยบริกรรมไปตามวัตถุที่เพ่ง เช่น เพ่งดิน บริกรรมว่า ปฐวี ๑๑ หรือ ดิน ๑๑ เป็นต้น

กลุ่มที่ ๒ การเพ่งสีต่าง ๆ เป็นอารมณ์ ประกอบด้วยสีเขียว สีเหลือง สีแดง และสีขาว โดยบริกรรมไปตามสีที่เพ่ง เช่น เพ่งสีเขียว บริกรรมว่า นิล ๑๑ หรือ เขียว ๑๑ เป็นต้น

กลุ่มที่ ๓ การเพ่งธรรมชาติเป็นอารมณ์ ประกอบด้วยการเพ่งแสงสว่าง และการเพ่งช่องว่าง บริกรรมไปตามที่ปรากฏ เช่น เพ่งแสงสว่าง บริกรรมว่า อาโลโก ๑๑ หรือ โอภาโส ๑๑

การเพ่งสิ่งต่าง ๆ ที่กล่าวมานี้ จะช่วยให้จิตเป็นสมาธิ มีความสงบ เมื่อจิตสงบ นิรณทังหลายก็จะระงับลง

๔.๓.๒.๒ อสุภะ ๑๐

การปฏิบัติในอสุภะ ๑๐ ประการ หรือบางครั้งเรียกว่าสัญญา ๑๐ ประการ เน้นไปที่การพิจารณาซากศพที่มีลักษณะต่าง ๆ เช่น ซากศพที่ขึ้นพองอืด ซากศพที่มีสีเขียวคล้ำ ซากศพที่มีน้ำเหลืองไหลออกมา คำบริกรรมเปลี่ยนไปตามลักษณะของศพที่แตกต่างกัน เช่น ถ้าเป็นศพที่มีน้ำเหลืองไหลออกมา ก็บริกรรมว่า วิปฺพุพฺกํ ปฏิกูลํ ๆ ๆ นอกจากนี้ ก็ยังพิจารณาอัตรภาพร่างกายของคนที่ยังมีชีวิตอยู่ โดยความเป็นของปฏิกูล หรือพิจารณาร่างกายที่มีลักษณะบาดแผลต่าง ๆ โดยความเป็นของปฏิกูลได้เช่นเดียวกัน

๔.๓.๒.๓ อนุสสติ ๑๐

การปฏิบัติในอนุสสติ ๑๐ ประการ เป็นการน้อมนำเอาสิ่งต่าง ๆ ๑๐ อย่างมาเป็นอารมณ์ในการบริกรรม จากการบูรณาการทั้งสองคัมภีร์จะเห็นว่าหลักปฏิบัติ ดังนี้

๑) พุทธานุสสติ การระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า โดยน้อมนำเอาพุทธานุคุณ ๕ ประการข้อใดข้อหนึ่งมาเป็นอารมณ์ในการบริกรรม เช่น พุทฺโธ ภควา เป็นต้น

๒) ธัมมานุสสติ การระลึกถึงคุณของพระธรรม โดยน้อมนำเอาธรรมคุณ ๖ ประการ ข้อใดข้อหนึ่งมาเป็นอารมณ์ในการบริกรรม เช่น สุวากฺขาโต ภวตา ธมฺโม เป็นต้น

๓) สังฆานุสสติ การระลึกถึงคุณของพระสงฆ์ โดยน้อมนำเอาสังฆคุณ ๕ ประการ ข้อใดข้อหนึ่งมาเป็นอารมณ์ในการบริกรรม เช่น สุปฏิปันโน ภควโต สาวกสงฺโฆ เป็นต้น

๔) สីลानุสสติ การระลึกถึงศีลของตน โดยพิจารณาความที่ตนเป็นผู้มีศีล ไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย เป็นไทย เป็นศีลอันผู้รู้สรรเสริญ เป็นศีลอันค้นหาและทักฐานไม่จะต้อง เป็นศีลที่ยังสมาธิให้เกิดขึ้นได้ ศีลเป็นความสุขที่ปราศจากความคับแค้น บริษัทนินาเครพ สมบัติคือศีลเป็นสมบัติที่ปลอดภัย อานิสงส์ของศีลท่านแสดงไว้แล้ว

๕) จาคานุสสติ การระลึกถึงการบริจาคของตน โดยพิจารณาคุณคือการไม่มีความตระหนี่ ซึ่งเป็นตัวมลทินว่า เป็นลาภของเราหนอ เราได้ดีแล้วหนอ เมื่อประชาชนถูกมลทินคือความตระหนี่ครอบงำอยู่ ตัวเรามีใจปราศจากความตระหนี่อันเป็นตัวมลทิน ไม่เสียขายอาลัยหรือหวังผลตอบแทนคอยจะหยิบของให้ทาน ยินดีในการเสียสละ ควรในการขอ พอใจในการให้และการแบ่ง เพราะการสละสิ่งทั้งหลาย เราจึงได้ทำประโยชน์แก่ผู้อื่น เราได้บุญมาจากการสละสิ่งของนั้น คนถ้อยถูกมัดติดอยู่กับสิ่งทั้งหลายเพราะมีความละโมภเป็นมลทิน เราดำรงอยู่ด้วยจิตที่ไม่ละโมภ และบริสุทธิ์ เราให้และยินดีการให้แก่ผู้อื่นเสมอ เราให้และจ่ายแจกอยู่เป็นประจำ

๖) เทวตานุสสติ เป็นการระลึกถึงคุณของเทวดา นำเอาคุณนั้นมาเป็นอารมณ์ในการเจริญ โดยตั้งเทวดาไว้ในฐานะเป็นพยาน แล้วพิจารณาคุณมีศรัทธาเป็นต้นของตนว่า ท้าวมหาราชทั้ง ๔ คือ เทวดาชั้นดาวดึงส์ ชั้น ยามา ชั้นดุสิต ชั้นนิมมานรดี ชั้นปรนิมมิตวสวัตติ เทวดาที่นับเนื่องในหมู่พรหม และเทวดาอื่น ๆ เทวดาเหล่านั้นในเวลาเป็นมนุษย์ เพราะมีศรัทธาเป็นต้น เมื่อจุติจากโลกนี้แล้ว จึงเกิดในที่

นั่น เรามีศรัทธาเช่นนั้นเหมือนกัน เทวดาเหล่านั้น ประกอบด้วย ศีล สุตะ จาคะ ปัญญาเช่นนั้น จึงเกิดในที่นั้น เราก็มีปัญหาเช่นนั้นเหมือนกัน

๓) **มรณัสสติ** การระลึกถึงความตาย โดยการระลึกถึงความตาย โดยความปรากฏเหมือน ฆาตกร โดยความปรากฏแห่งเหตุ โดยการเปรียบเทียบกับคนที่ยิ่งใหญ่ โดยความที่กายเป็นของ สาธารณะ โดยความอ่อนแอของอายุ โดยการกำหนดเวลา โดยความไม่มีเครื่องหมาย โดยความสิ้นไป แห่งขณะ การระลึกถึงความตายโดยลักษณะต่าง ๆ เหล่านี้ โดยปริกรรมว่า มรณ ๆ ๆ ตาย ๆ ๆ หรือ มรณ ฌ ภาวิสุตติ ๆ ๆ ความตายจักมีแก่เรา ๆ ๆ

๔) **กายคตาสติ** สติที่พิจารณาคือร่างกาย ๓๒ ประการ หลักเบื้องต้นในการปฏิบัติคือ ควร ท่องส่วนประกอบ ๓๒ หรืออาการ ๓๒ ให้คล่องปากทั้งตามลำดับและทวนลำดับ ควรท่องอยู่เสมอ พร้อมทั้งใคร่ครวญดูอาการ ๓๒ บ่อย ๆ กำหนดอาการ ๓๒ โดยสี โดยสังขฐาน โดยทิส โดยโอกาสที่ ตั้งอยู่ และโดยตัดตอน นอกจากนี้ ก็พิจารณาร่างกายโดยอาการต่าง ๆ คือ โดยความเป็นเมล็ดพันธ์ที่ไม่ บริสุทธิ์ที่เกิดจากการดาบิดา โดยความเป็นสถานที่เก็บของไม่บริสุทธิ์มีกลิ่นเหม็น โดยการรั่วซึม โดย การปรุแงตามลำดับ โดยเป็นที่รวมของอวัยวะต่าง ๆ โดยการอิงอาศัยกัน โดยการไม่รู้จักตอบแทน คุณ และโดยข้อจำกัด กล่าวโดยสรุปก็คือ การพิจารณาสภาวะของร่างกายที่ดำรงอยู่ในแง่ของโครงสร้าง หรือองค์ประกอบและพิจารณาสภาวะความเป็นสิ่งปฏิญูล ไม่สะอาดของร่างกาย

๕) **อานาปานสติ** การพิจารณาลมหายใจเข้าออก โดยวิธีการนับลมหายใจ ทั้งการนับแบบช้า ๆ และการนับแบบเร็ว การติดตามดูลม การกระทบ เมื่อรู้แล้วว่าลมหายใจของเรานั้นกระทบ ณ จุดใด ก็ให้ ทำสัญญาจำไว้ว่าลมหายใจของเรากระทบ ณ จุดนี้ และการตั้งมั่น เมื่อมีความชำนาญในการกระทบแล้ว ผู้ปฏิบัติก็ทำให้มาก ทำให้มั่นคง และควรทำให้ปีติ สุข และธรรมอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นในที่นี้ตั้งมั่นด้วย เช่น เมื่อกำหนดลมหายใจแล้วจิตใจก็มีความเบิกบาน ก็พยายามทำความเบิกบานให้เกิดขึ้นบ่อย ๆ ในขณะ ปฏิบัติ

๖) **อุปมาขุสสติ** การระลึกถึงพระนิพพานเป็นอารมณ์ และหมายเอาภาวะที่ภิกษุได้บรรลุ ความสงบอย่างใดอย่างหนึ่ง หรืออาการที่ละกิเลสได้ในแต่ละช่วงมาเป็นอารมณ์ในการระลึก ตั้งแต่ได้ บรรลุรูปฌาน ๔ รูปฌาน ๔ โสดาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล และอรหัตตผล

๔.๓.๒.๔ พรหมวิหาร ๔

๑) **เมตตาพรหมวิหาร** การแผ่เมตตาให้สรรพสัตว์ทั้งหลายมีความสุข ลักษณะการแผ่มี ๒ อย่างคือ ๑) แบบไม่เจาะจง คือแผ่เมตตาให้สัตว์ทั้งหลาย ปาณะทั้งหลาย ภูตทั้งหลาย บุคคลทั้งหลาย ผู้ นับเนื่องในอรรถภาพทั้งหลาย รวมถึงภิกษุในอาวาส เทวดา สรรพสัตว์ จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่มีกรรมบีบ คั้น ไม่มีทุกข์ มีความสุขบริหารตนอยู่เถิด ๒) ลักษณะแบบเจาะจง คือแผ่เมตตาขอให้สตรี บุรุษ อริยชน

อนาริขณ เทวดา มนุษย์ และผู้อยู่ในอบาย จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่มีความบีบคั้น ไม่มีทุกข์ มีความสุข บริหารตนอยู่เกิด ส่วนการแผ่ไปยังทิศทั้งหลาย คือแผ่เมตตาขอให้สัตว์ทั้งหลายที่อยู่ในทิศตะวันออก ทิศตะวันตก ทิศเหนือ ทิศใต้ ทิศตะวันออกเฉียงเหนือ ทิศตะวันตกเฉียงใต้ ทิศตะวันตกเฉียงเหนือ ทิศตะวันออกเฉียงใต้ ทิศเบื้องล่าง และทิศเบื้องบน จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่มีความบีบคั้น ไม่มีทุกข์ มีความสุข บริหารตนอยู่เกิด

๒) กรุณาพรหมวิหาร การแผ่กรุณาให้สรรพสัตว์ทั้งหลายพ้นจากความทุกข์ ลักษณะการแผ่มี ๒ อย่างคือ ๑) แบบไม่เจาะจง คือแผ่กรุณาให้สัตว์ทั้งหลาย ปาณะทั้งหลาย ภูตทั้งหลาย บุคคลทั้งหลาย ผู้นับเนื่องในอรรถภาพทั้งหลาย รวมถึงภิกษุในอาวาส เทวดา สรรพสัตว์ จงพ้นจากความทุกข์ ๒) ลักษณะแบบเจาะจง คือแผ่กรุณาขอให้สตรี บุรุษ อริขณ อนาริขณ เทวดา มนุษย์ และผู้อยู่ในอบาย จงพ้นจากความทุกข์ ส่วนการแผ่ไปยังทิศทั้งหลาย คือแผ่กรุณาขอให้สัตว์ทั้งหลายที่อยู่ในทิศตะวันออก ทิศตะวันตก ทิศเหนือ ทิศใต้ ทิศตะวันออกเฉียงเหนือ ทิศตะวันตกเฉียงใต้ ทิศตะวันตกเฉียงเหนือ ทิศตะวันออกเฉียงใต้ ทิศเบื้องล่าง และทิศเบื้องบน จงพ้นจากความทุกข์

๓) มุทิตาพรหมวิหาร การแผ่มุทิตาให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงอย่าได้พลัดพรากจากสมบัติอันตนได้แล้วเลย ลักษณะการแผ่มี ๒ อย่างคือ ๑) แบบไม่เจาะจง คือแผ่มุทิตาให้สัตว์ทั้งหลาย ปาณะทั้งหลาย ภูตทั้งหลาย บุคคลทั้งหลาย ผู้นับเนื่องในอรรถภาพทั้งหลาย รวมถึงภิกษุในอาวาส เทวดา สรรพสัตว์ จงอย่าได้พลัดพรากจากสมบัติอันตนได้แล้วเลย ๒) ลักษณะแบบเจาะจง คือแผ่มุทิตาขอให้สตรี บุรุษ อริขณ อนาริขณ เทวดา มนุษย์ และผู้อยู่ในอบาย จงอย่าได้พลัดพรากจากสมบัติอันตนได้แล้วเลย ส่วนการแผ่ไปยังทิศทั้งหลาย คือแผ่มุทิตาขอให้สัตว์ทั้งหลายที่อยู่ในทิศตะวันออก ทิศตะวันตก ทิศเหนือ ทิศใต้ ทิศตะวันออกเฉียงเหนือ ทิศตะวันตกเฉียงใต้ ทิศตะวันตกเฉียงเหนือ ทิศตะวันออกเฉียงใต้ ทิศเบื้องล่าง และทิศเบื้องบน จงอย่าได้พลัดพรากจากสมบัติอันตนได้แล้วเลย

๔) อุเบกขาพรหมวิหาร การแผ่อุเบกขาให้สัตว์ทั้งหลายว่า สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงเป็นผู้มีกรรมเป็นของ ๆ ตน ลักษณะการแผ่มี ๒ อย่างคือ ๑) ลักษณะแบบไม่เจาะจง คือแผ่อุเบกขาถึงสัตว์ทั้งหลาย ปาณะทั้งหลาย ภูตทั้งหลาย บุคคลทั้งหลาย ผู้นับเนื่องในอรรถภาพทั้งหลาย รวมถึงภิกษุในอาวาส เทวดา สรรพสัตว์ ว่าสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงเป็นผู้มีกรรมเป็นของตนเอง ๒) ลักษณะแบบเจาะจง คือแผ่อุเบกขาถึงสตรี บุรุษ อริขณ อนาริขณ เทวดา มนุษย์ และผู้อยู่ในอบาย ว่าสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงเป็นผู้มีกรรมเป็นของตนเอง ส่วนลักษณะการแผ่ไปยังทิศทั้งหลาย คือแผ่อุเบกขาถึงสัตว์ทั้งหลายที่อยู่ในทิศตะวันออก ทิศตะวันตก ทิศเหนือ ทิศใต้ ทิศตะวันออกเฉียงเหนือ ทิศตะวันตกเฉียงใต้ ทิศตะวันตกเฉียงเหนือ ทิศตะวันออกเฉียงใต้ ทิศเบื้องล่าง และทิศเบื้องบน ว่าสัตว์ทั้งหลายเป็นผู้มีกรรมเป็นของตนเอง

๔.๓.๒.๕ อนุปธาน ๔

๑. อากาสนัญญาตนะ เมื่อจะเจริญอากาสนัญญาตนะ ทำในใจซึ่งอากาสนัญญาตนะ โดยความเป็นธรรมละเอียด แฝกสลับไปจนตลอดเขตจักรวาล หรือตลอดเท่าที่ต้องการ ทำในใจซึ่งโอกาสที่กลืนรูปแผ่ไปถึงว่า อากาโส อากาโส อากาส อากาส หรือ อนนฺโต อากาโส อากาสเป็นอนันตะ เมื่อทำในใจอยู่จนสามารถนึกเอามาได้ ตรึกเอามาได้ นึกหน่วงนิมิตนั้นบ่อย ๆ นิ वर्ณก็จะสงบระงับ สติดำรงมั่น จิตเป็นอุปจารสมาธิ

๒. วิญญาณัญญาตนะ เมื่อจะเจริญวิญญาณัญญาตนะ ทำให้ชำนาญในอากาสนัญญาตนะ พิจารณาเห็นโทษและตัดความพอใจในอากาสนัญญาตนะ ใส่ใจถึงวิญญาณัญญาตนะ โดยพิจารณาว่าเป็นธรรมละเอียด นึกหน่วงเอาความรู้สึกละเอียดที่เข้าไปแผ่อยู่ทั่วนิมิตนั้นว่า วิญญาณ วิญญาณ วิญญาณ วิญญาณ หรือ วิญญาณ อนนฺต วิญญาณ เป็นอนันตะ เมื่อทำในใจอยู่จนสามารถนึกเอามาได้ ตรึกเอามาได้ นึกหน่วงนิมิตนั้นบ่อย ๆ นิ वर्ณก็จะสงบระงับ สติดำรงมั่น จิตเป็นอุปจารสมาธิ

๓. อากิญจัญญาตนะ เมื่อจะเจริญอากิญจัญญาตนะ ทำให้ชำนาญในวิญญาณัญญาตนะ พิจารณาเห็นโทษและตัดความพอใจในวิญญาณัญญาตนะ ใส่ใจถึงอากิญจัญญาตนะ โดยความเป็นธรรมละเอียด ทำในใจถึงความไม่มี ความว่างเปล่า นึกหน่วง กำหนดครูปอยู่ในใจแค่เพียงว่า นตฺถิ นตฺถิ ไม่มี ไม่มี หรือ สุญญํ สุญญํ เปล่า เปล่า หรือ วิวิคตํ วิวิคตํ ว่าง ว่าง เมื่อทำในใจอยู่จนสามารถนึกเอามาได้ ตรึกเอามาได้ นึกหน่วงนิมิตนั้นบ่อย ๆ นิ वर्ณก็จะสงบระงับ สติดำรงมั่น จิตเป็นอุปจารสมาธิ

๔. เนวสัณฺณานาสัณฺญาตนะ เมื่อจะเจริญเนวสัณฺณานาสัณฺญาตนะ ทำให้ชำนาญในอากิญจัญญาตนะ พิจารณาเห็นโทษในอากิญจัญญาตนะว่ามีวิญญาณัญญาตนะอยู่ใกล้ ยังไม่ละเอียดเหมือนเนวสัณฺณานาสัณฺญาตนะ หรือเห็นโทษว่า สัณฺญาเป็นจุโรค จุจฺเฬิ จุจฺลุศฺร มองเห็นว่าเนวสัณฺณานาสัณฺญาตนะเป็นธรรมละเอียด ประณีต ตัดความพอใจในอากิญจัญญาตนะเสีย ใส่ใจถึงเนวสัณฺณานาสัณฺญาตนะโดยความเป็นธรรมละเอียด นึกหน่วงกำหนดอยู่ในใจว่า สนฺตา สนฺตาละเอียด ละเอียด เมื่อทำในใจอยู่จนสามารถนึกเอามาได้ ตรึกเอามาได้ นึกหน่วงนิมิตนั้นบ่อย ๆ นิ वर्ณก็จะสงบระงับ สติดำรงมั่น จิตเป็นอุปจารสมาธิ

๔.๓.๒. อาหารปฏิกูลสัณฺญา

การพิจารณาความสำคัญว่าเป็นสิ่งปฏิกูลในอาหาร พิจารณาโดยการไปแสวงหาอาหาร โดยการบริโภค ตั้งแต่หย่อนมือลงขยำ ทำเป็นคำวางลงในปาก เคี้ยวจนละเอียด กลับกลายเป็นของน่าเกลียดเหมือนสำรอกของสุนัขที่อยู่ในรางข้าวของสุนัข จากนั้นก็พิจารณา เมื่ออาหารล่วงผ่านลำคอลงไปแล้ว ไปรวมกันอยู่ในกระเพาะอาหาร แล้วไปยังลำไส้ใหญ่ หมู่นอนจะกินอาหาร ถูกธาตุไฟเผาผลาญจนย่อยละเอียด หากยังไม่ย่อยออกมาก็หมักหมมอยู่ในลำไส้ใหญ่ เมื่อย่อยออกมาแล้ว ก็ออกมาทางทวารทั้ง

๕ เมื่อไหลออกมาแล้ว ก็หล่อเลี้ยงอาการ ๓๒ ให้ครบบริบูรณ์ ถ้าไม่ออกมา ก็ทำให้เกิดโรคต่าง ๆ มากมาย โดยความเป็นสิ่งเปราะเปื้อน ตั้งแต่เริ่มบริโภคน้ำก็เปื้อนมือ ริมฝีปาก ลิ้น เมื่อบริโภคแล้ว ย่อยเป็นฟองผุดขึ้นด้วยธาตุไฟ กลายเป็นมูลฟืน มูลหุ มูลตา เมื่อไหลออกทางทวารหนัก กลายเป็นอุจจาระต้องล้างทุกวัน

๔.๓.๒. จตุธาตุววัฏฐาน

การกำหนดธาตุ ๔ มี ๒ แบบคือ ๑) การกำหนดธาตุ ๔ แบบย่อ ๒) การกำหนดธาตุ ๔ แบบพิสดาร การกำหนดธาตุ ๔ แบบย่อ คือกำหนดเอาอาการ ๔๒ ในร่างกาย แต่ละอย่างตามลักษณะของธาตุ เช่น เสา ปฐวีธาตุ ผมหงอกทั้งหลายเป็นธาตุดิน โลมา ปฐวีธาตุ ขนทั้งหลาย เป็นธาตุดิน หรือกำหนดตามลักษณะว่า สิ่งที่มีลักษณะกระด้าง เป็นธาตุดิน สิ่งที่มีลักษณะซึ่มซาบเป็นธาตุน้ำ สิ่งที่มีลักษณะร้อนเป็นธาตุไฟ สิ่งที่มีลักษณะไหวตัวได้เป็นธาตุลม โดยกำหนดรู้ว่ามีเพียงธาตุ ๔ เท่านั้น ไม่มีสัตว์ ไม่มีชีวะ การกำหนดธาตุ ๔ แบบพิสดาร คือการกำหนดอาการ ๔๒ ซึ่งรวมอยู่ในธาตุทั้ง ๔ คือ ย่อโกฏฐาสะทั้งหลายเข้าเป็นหมวดหมู่ตามอาการของธาตุนั้น ๆ จำแนกโกฏฐาสะแห่งธาตุนั้น ๆ ออก กำหนดอาการไปที่ละอย่าง ย่อโกฏฐาสะเข้าเป็นหมู่ ๆ ตามลักษณะของธาตุนั้น ๆ และจำแนกโกฏฐาสะแห่งธาตุนั้น ๆ ออกกำหนดลักษณะไปที่ละอย่าง

สรุป

สมถกัมมัฏฐานในฐานะเป็นบาทฐานของวิปัสสนากัมมัฏฐาน กล่าวคือเมื่อฝึกปฏิบัติ โดยการใช้อารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานอย่างใดอย่างหนึ่งตามที่กล่าวมาแล้ว สมาธิระดับต้นคือขณิกสมาธิ ย่อมเกิดขึ้น เมื่อได้หมั่นฝึกจิตบ่อยๆ จิตก็จะตั้งมั่นมากขึ้น จนกระทั่งเป็นอุปจารสมาธิแล้ว ถ้าหากไม่ทอดทิ้ง หมั่นประกอบรักษาสมาธิที่ได้นั้นไว้ ในที่สุดจิตก็ย่อมถึงความสงบตั้งมั่น ปักค้ำในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง แนบแน่นเต็มที่ จนเป็นอัปปนาสมาธิ เมื่อจิตเป็นระดับอัปปนาสมาธิแล้ว องค์ฌานก็จะเกิดขึ้น เอาจองค์ฌานนั้นเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน นอกจากการใช้องค์ฌานเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ยังสามารถใช้อารมณ์สมถกัมมัฏฐานบางหมวด เพื่อเป็นบาทฐานเพื่อการเจริญวิปัสสนา จนสามารถบรรลุอรหัตผลได้ เช่น การปฏิบัติในอสุภะ อนุสสติ จตุธาตุววัฏฐาน อาหาร-ปฏิภูมัตถุยา

สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานมีความสัมพันธ์กันในแง่ของรูปแบบการปฏิบัติทั้ง ๔ แบบคือ ๑) การปฏิบัติวิปัสสนาที่มีสมถะนำหน้านั้น เป็นลักษณะการปฏิบัติแบบสมถยานิกะ ผู้ปฏิบัติใช้อารมณ์สมถกัมมัฏฐานอย่างใดอย่างหนึ่ง จนเกิดอุปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิ เกิดองค์ฌาน จากนั้นจึงใช้ปัญญาพิจารณาสมานนั้น และธรรมที่เกิดพร้อมด้วยสมานนั้น ให้เห็นแจ้งโดยลักษณะ ๓ ประการคือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา ๒) การปฏิบัติสมถะที่มีวิปัสสนานำหน้านั้น เป็น

ลักษณะการปฏิบัติแบบวิปัสสนาญาณิกะ คือผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ ยังไม่ได้บำเพ็ญสมณะ โดยพิจารณาเบญจขันธ์โดยความเป็นไตรลักษณ์ มีไม่เที่ยงเป็นต้น ผู้ปฏิบัติโดยวิธีนี้ จะไม่ได้มานานมาก่อน เมื่อปฏิบัติวิปัสสนาแล้วอยากได้ฌาน จึงหันมาบำเพ็ญสมณะ ทำฌานให้เกิดขึ้น ในภายหลังจนกระทั่งได้สมาบัติ ๘ ประการ ๓) การปฏิบัติแบบการเจริญสมณะ วิปัสสนาควบคู่กัน มีความเกี่ยวข้องกันระหว่างการเข้าสมาบัติและการพิจารณาสังขาร คือเข้าสมาบัติถึงไหน ก็พิจารณาสังขารถึงนั้น พิจารณาสังขารถึงไหน ก็เข้าสมาบัติถึงนั้น และ ๔) การปฏิบัติเมื่อจิตถูกทำให้ไขว้เขวด้วยธัมมมูทัจจ เป็นลักษณะการปฏิบัติที่เกิดขึ้นเมื่อกำลังพิจารณาสังขารทั้งหลายโดยความเป็นไตรลักษณ์ แล้ววิปัสสนูปกิเลส คืออุปกิเลสแห่งวิปัสสนา ๑๐ อย่าง เกิดขึ้นแก่ผู้ได้วิปัสสนาญาณอ่อน ๆ ชวนให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดว่าตนได้บรรลุสมรรคผลแล้ว ทำให้คลาดออกนอกวิปัสสนาวิถี คือพลาดทางวิปัสสนาแล้วก็จะทิ้งกรรมฐานเดิมเสีย ให้พิจารณาโดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนของเรา เมื่อกำจัดวิปัสสนูปกิเลสได้แล้ว จิตก็จะเข้าสู่วิถีเพื่อการบรรลุสมรรคผลต่อไป นอกจากนี้แล้ว สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ยังมีความสัมพันธ์กันในแง่ของการบรรลุธรรม กล่าวคือการปฏิบัติวิปัสสนาที่มีสมณะนำหน้า หรือการปฏิบัติสมณะและวิปัสสนาควบคู่กัน เรียกผู้ปฏิบัติว่าสมถยานิก เมื่อบรรลุธรรมแล้ว เป็นพระอริยบุคคลประเภทอุกโตภาควิมุตติ มีวิชา ๓ อภิญญา ๖ และปฏิสัมภิทา ๔ ส่วนการปฏิบัติสมณะที่มีวิปัสสนา นำหน้า และการปฏิบัติเมื่อจิตถูกทำให้ไขว้เขวด้วยวิปัสสนูปกิเลส เรียกผู้ปฏิบัติว่า วิปัสสนาญาณิก เมื่อบรรลุธรรมแล้วเป็นพระอริยบุคคลประเภทปัญญาวิมุตติ เป็นอรหันต์ประเภทสุกขวิปัสสก

คัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์วิมุตติมรรค มีลักษณะเด่นในการนำเสนอเรื่องสมถกัมมัฏฐานแตกต่างกัน คือคัมภีร์วิสุทธิมรรคนำเสนอเนื้อหาละเอียดทุกแง่มุม เหมาะสำหรับผู้เริ่มศึกษา หรือผู้ที่ต้องการรายละเอียดต่าง ๆ ส่วนคัมภีร์วิมุตติมรรค นำเสนอเนื้อหาสั้นกระชับตรงประเด็น เป็นลักษณะการถามตอบ เหมาะสำหรับผู้ที่ไม่ต้องการรายละเอียดมากนัก ต้องการหลักปฏิบัติล้วน ๆ เมื่อบูรณาการเนื้อหาของทั้งสองคัมภีร์เข้าด้วยกันแล้ว เห็นได้ว่าเนื้อหาเป็นไปในแนวทางเดียวกัน