



รายงานการวิจัยฉบับร่างสมบูรณ์

เรื่อง

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์
ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

A Study of a Relationship Between the Six Field of Insight Meditation
and the Five Faculties

โดย

นายอานัติชัย เหลืองอมรชัย

ผศ.ดร.ธานี สุวรรณประทีป

นายภานุมาตร์ เนโส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบانیศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

พ.ศ. 2566

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS 800766225



รายงานการวิจัยฉบับร่างสมบูรณ์

เรื่อง

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์
ในการเจริญวิปัสสนากาวนา

A Study of a Relationship Between the Six Field of Insight Meditation
and the Five Faculties

โดย

นายอานัติชัย เหลืองอมรชัย
ผศ.ดร.ธานี สุวรรณประทีป
นายภานุมาตร์ เนโส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบانیศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
พ.ศ. 2566

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS MCU RS 800766225

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



Research Report

A Study of a Relationship Between the Six Field of Insight Meditation
and the Five Faculties

By

Mr. Anutchai Loungamornchai

Assist.Prof., Dr.Thanee Suwanprathip

Mr. Panumart Neso

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Palisueksabuddhaghosa Nakhon Pathom Campus

B.E.2566

Research Project Funded by Mahachulalongkornrajavidyalaya University

MCU RS MCU RS 800766225

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

ชื่อรายงานการวิจัย:	วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา
ผู้วิจัย:	นายอานัติชัย เหลืองอมรชัย ผศ.ดร.ธานี สุวรรณประทีป นายภาณุมาตร์ เนโส
ส่วนงาน:	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส
ปีงบประมาณ:	2566
ทุนอุดหนุนการวิจัย:	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ คือ (1) เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธานุญาตสาธนาเถรวาท (2) เพื่อศึกษาวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธานุญาตสาธนาเถรวาท (3) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนา ระเบียบวิธีวิจัยเป็นการวิจัยเอกสารเชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า กรรณฐานเป็นหลักการปฏิบัติเพื่อฝึกฝนมนุษย์ เน้นฝึกจิตใจให้มีความเห็นที่ถูกต้อง และเจริญขึ้นเพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งสภาวะธรรมชาติความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ การที่จะพัฒนาจิตให้เจริญขึ้นในระดับปัญญาเพื่อรู้เท่าทันความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ ซึ่งจะนำไปสู่การพ้นทุกข์ตามหลักคำสอนของพุทธศาสนา จุดหมายของการเจริญสมถกรรมฐาน คือ ฌานจิต เป็นผลที่เกิดขึ้นตามมา คือ เกิดรูปฌาน 4 อรูปฌาน 4 สมาบัติ 8 อภิญญา 6 และการเจริญวิปัสสนาภาวนาเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นความเกิดดับไปของรูปนามตามความเป็นจริง เป็นไปตามหลักของพระไตรลักษณ์ จนบรรลุธรรมเป็นพระอนาคามีหรือพระอรหันต์ ซึ่งเป็นผู้ละสังโยชน์ได้ตามลำดับของการบรรลุธรรม ในแต่ละขั้นจนถึงสูงสุดคือพระนิพพานตัดกิเลสทั้งหลายได้โดยสิ้นเชิงไม่มีส่วนเหลือ

วิปัสสนาภูมิ หมายถึง พื้นที่กระทำวิปัสสนาหรืออารมณ์ของวิปัสสนา การเจริญวิปัสสนานั้นต้องกำหนดรู้อยู่ที่วิปัสสนาภูมิ สภาวะที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ต้องเป็นสิ่งที่มิได้อยู่จริงไม่เปลี่ยนแปลงจากสภาวะของตน คือ เป็นปรมาัตถธรรม ซึ่งเป็นพื้นฐานของการปฏิบัติวิปัสสนา เรียกว่าวิปัสสนาภูมิ ๆ มี 5 อย่างได้แก่ ชั้นธ 5 อายุตนะ 12 ธาตุ 14 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท 12 และเมื่อย่อลงแล้วก็เป็นเพียงรูปกับนามเท่านั้น ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนา การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานต้องมีกระบวนการปรับสมดุล ๕ ประการ คือ (1) สัทอินทรีย์ เป็นปฏิบัติต่อความไม่เชื่อ (2) วิริยอินทรีย์ มีอำนาจในการกำจัดความเกียจคร้าน (3) สตินทรีย์ มีอำนาจในการกำจัดความประมาท (4) สมาธิอินทรีย์ มีอำนาจในการกำจัดความฟุ้งซ่าน (5) ปัญญินทรีย์ มีอำนาจในการกำจัดความหลง

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ พบว่า การปรับอินทรีย์ให้สมดุล คือ เป็นการปรับอินทรีย์เสมอกันเป็นคู่ ๆ กล่าวคือ 1) ปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา 2) ปรับปัญญาให้เสมอกับศรัทธา 3) ปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ 4) ปรับสมาธิให้เสมอกับวิริยะ 5) สติยิ่งมากยิ่งขึ้น ไม่ขาดไม่เกิน และเป็นตัวสนับสนุนอินทรีย์อื่นให้สมดุลเร็วขึ้น การปรับอินทรีย์มี

ความสัมพันธ์กับวิปัสสนาภูมิทั้ง ๕ หมวดมี ชั้น 5 อายุตะนะ 12 เป็นต้น ในฐานะเป็นอารมณ์ของการตามรู้เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์ การปรับอินทรีย์ 5 ให้สมดุลจะทำให้การปฏิบัติธรรมก้าวหน้าและถึงเป้าหมายสูงสุดคือการบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ได้อย่างรวดเร็ว พระอรหันต์จึงเป็นผู้ชื่อว่าผ่านการอบรมอินทรีย์ให้สมดุลครบถ้วน

Research Title : An Analysis of a Relationship Between the Six Field of Insight
Meditation and the Five Faculties

Researchers: Mr. Anutchai Loungamornchai
Asst.Prof.Dr.Thanee Suwanprateep,
Mr. Panumart Neso

Department: Mahachuralokornrajavidyalaya University,
Palisuksabuddhagosa Campus

Fiscal Year: 2566 / 2024

Research Scholarship Sponsor: Mahachuralokornrajavidyalaya University

Abstract

The objectives of this research are: (1) to study the Vipassana meditation in Theravada Buddhist scriptures; (2) to study Vipassana meditation and faculty adjustment as it appears in Theravada Buddhist scriptures; (3) to analyze the relationship between Vipassana meditation and adjusting the faculties for Vipassana practice. The research method was descriptive document work.

The results revealed that meditation is a practical principle of development of human beings, focusing on training the mind for right views for gaining the wisdom and understand the reality of things as it was which leads to be free from suffering according to the teachings of Buddhism. The final goal of Samatha practicing is Jhāna attainment, which is a by-product that occurs, namely 4 *Rūpajhāna*, 4 *Arupajhāna*, 8 *Samādhi* and 6 *Abhiññā*, and the cultivation of *Vipassanā* meditation to gain the wisdom seeing the arising and passing away of forms and names as they really were according to the principles of the Three Common Characteristics. Until attaining the Dhamma of becoming an *Anāgāmi* or Arahantaship who completely abandoned all defilements according to the sequence of enlightenment at each level until the highest point or Nibbana. All defilements can be completely cut off, leaving no remains.

Vipassanābhūmi refers to the base where one does contemplate on as the objects of *Vipassanā* meditation. Vipassana practice requires contemplated objects. The state experienced as an object of Vipassana must be existing and does not change from its own state called ultimate state of Dhamma which is used as the base of

practice consisting of 5 types: 5 *Khandha*, 12 *Āyatana*, 14 *Dhātu*, 22 *Indriya*, 4 Noble Truth, and 12 *Paṭiccasamuppāda*, in brief they are only form and name related to Vipassana practice. For *Satipatthana* practice one must be a process of adjusting the balance of 5 faculties: (1) *Saddhindriya* is against disbelief, (2) *Viriyaṅdriya* has the power to eliminate laziness, (3) *Satindriya* has the power to eliminate heedlessness, (4) *Samādhindriya* has the power to eliminate distraction, (5) *Paññindriya* has the power to eliminate delusion.

Analyzing the relationship between insight's planes and adjusting the sensual organs was found that adjusting the faculties to balance means adjusting the infaculties to be equal in pairs: 1) adjusting faith to be equal to wisdom, 2) adjusting wisdom to be equal to faith, 3) adjusting perseverance to equal to concentration, 4) adjusting concentration to be equal to persistence, 5) the more mindfulness the better, not lacking, not more than and it supports other faculties for balance faster. Adjusting the *Indriya* related to the five *Vipassanābhūmi*, namely the five *Khandha*, 12 *Āyatanas*, etc., as its concentrative objects for experiencing Three Characteristics. Balancing the 5 *Indriya* will make practice progress and leading to the final goal, Arahantship quickly, accordingly the Arahanta is called the one who completed faculties balance training.

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้สำเร็จได้ด้วยดีเพราะได้รับความเมตตาและการเอาใจใส่จากหลายฝ่ายทั้งที่เป็นบรรพชิตและคฤหัสถ์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ซึ่งคณาจารย์เหล่านี้ได้เมตตาให้คำชี้แนะรูปแบบ วิธีการ และการวิเคราะห์อย่างลึกซึ้งในเชิงตรรกะ ตรวจสอบความถูกต้องและความสมเหตุสมผล จนทำให้งานนี้สำเร็จเรียบร้อยได้เป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณ พระครูสุธีกิตติบัณฑิต, รศ.ดร. ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ รูปปัจจุบัน และเจ้าหน้าที่ของสถาบันทุกท่านที่ได้บริหารจัดการงานวิจัยได้สำเร็จลุล่วงด้วยดี และได้เชิญคณาจารย์ผู้ชำนาญการวิจัยมาให้ความรู้และฝึกอบรมวิธีการทำวิจัย จนทำให้ผู้วิจัยได้นำองค์ความรู้ที่ได้จากการฝึกอบรมมาปรับปรุงงานวิจัยและเติมเต็มสิ่งที่บกพร่องให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณพระธรรมวชิรเมธี, รศ.ดร. รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ที่ช่วยกระตุ้นส่งเสริมและให้กำลังใจในการทำงานวิจัย ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ห้องสมุด มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม บุคลากร/คน ที่ให้บริการให้ยืมเอกสาร หนังสือ ตำราประกอบการวิจัยด้วยไมตรีจิต ขอขอบพระคุณคณาจารย์ทั้งหลายทั้งที่อยู่ในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ส่วนกลางและวิทยาเขต ที่ได้แนะนำข้อมูล แหล่งค้นคว้าและวิธีการทำงานให้บรรลุเป้าหมาย

คุณประโยชน์ที่เกิดจากงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยขอบูชาพระคุณบูรพาจารย์ทุกท่านที่ให้ความรู้ทั้งโดยตรงโดยอ้อมด้วยความเคารพและศรัทธา

คณะผู้วิจัย

10 พฤษภาคม 2567

สารบัญ

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ค
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ.....	ฉ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
1.1 ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย.....	1
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย.....	3
1.3 ปัญหาที่ต้องการทราบ.....	4
1.4 ขอบเขตงานวิจัย.....	4
1.5 คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย.....	5
1.6 การทบทวนวรรณกรรม.....	5
1.7 วิธีดำเนินการวิจัย.....	9
1.8 กรอบการวิจัย.....	9
1.8 ประโยชน์ที่จะได้รับ.....	10
บทที่ 2 การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท.....	11
2.1 กรณฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา.....	11
2.2 การปฏิบัติสมถกรรมฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา.....	14
2.2.1 ประเภทของบริกรรมภาวนาแบบสมถกรรมฐาน หรือ สมภาวนา.....	16
2.2.2 อารมณ์ของบริกรรมภาวนาแบบสมถกรรมฐาน หรือ สมภาวนา.....	18
2.2.3 อุปสรรคของสมถกรรมฐาน.....	22
2.2.4 กรณฐานที่ควรกับจริตของผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐาน.....	24
2.2.5 ระดับของฌานและองค์ฌานของสมถกรรมฐาน.....	22
2.2.6 หลักการปฏิบัติสมถกรรมฐาน.....	29
2.2.7 อานิสงส์ของการเจริญสมถกรรมฐาน.....	32
2.3 การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา	35
2.3.1 อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน.....	36
2.3.2 วิธีการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน 4 แบบ.....	44
2.3.3 หลักธรรมที่เป็นปัจจัยสนับสนุนการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน.....	47
2.4 การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวทางสติปัฏฐาน 4.....	49
2.4.1 กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน.....	50
2.4.2 เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน.....	62
2.4.3 จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน.....	63

2.4.4	ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน.....	64
2.4.5	อานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐาน.....	76
2.4	สรุป.....	78
บทที่ 3	วิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท.....	79
3.1	อารมณ์ของวิปัสสนาภูมิในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท.....	79
3.1.1	ชั้น 5 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ.....	80
3.1.2	อายตนะ 12 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ.....	90
3.1.3	ธาตุ 18 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ.....	96
3.1.4	อินทรีย์ 22 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ.....	102
3.1.5	อริยสัจ 4 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ.....	110
3.1.6	ปฏิจลสมุปบาทที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ.....	121
3.2	อินทรีย์ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา.....	130
3.2.1	ความหมายของอินทรีย์ตามรูปศัพท์.....	130
3.2.2	ความหมายของอินทรีย์ในทรรคนะของนักวิชาการพระพุทธศาสนา.....	131
3.3	ประเภทของอินทรีย์ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา.....	133
3.3.1	สัทอินทรีย์.....	133
3.3.2	วิริยอินทรีย์.....	138
3.3.3	สตินอินทรีย์.....	142
3.3.4	สมาธิอินทรีย์.....	147
3.3.5	ปัญญาอินทรีย์.....	150
3.4	ความสำคัญของอินทรีย์ 5.....	153
3.4.1	ความสำคัญของสัทอินทรีย์.....	154
3.4.2	ความสำคัญของวิริยอินทรีย์.....	155
3.4.3	ความสำคัญของสตินอินทรีย์.....	156
3.4.4	ความสำคัญของสมาธิอินทรีย์.....	157
3.4.5	ความสำคัญของปัญญาอินทรีย์.....	159
3.5	การปรับอินทรีย์ให้สมดุล.....	159
3.5.1	ความสำคัญของการปรับอินทรีย์.....	159
3.5.2	วิธีการปรับอินทรีย์ให้สมดุล.....	160
2.6	สรุป.....	166
บทที่ 4	วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์	
	ในการเจริญวิปัสสนากถา.....	168
4.1	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน.....	168
4.1.1	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทอินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน...	168
4.1.2	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทอินทรีย์ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน..	172
4.1.3	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทอินทรีย์ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน...	175

4.1.4	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทนทรีในธัมมานุสสนาสติปัญญา.....	177
4.2	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน.....	180
4.2.1	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีในกายานุสสนาสติปัญญา..	180
4.2.2	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีในเวทนานุสสนาสติปัญญา...	184
4.2.3	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีในจิตตานุสสนาสติปัญญา....	189
4.2.4	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีในธัมมานุสสนาสติปัญญา...	190
4.3	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติทรีในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน.....	193
4.3.1	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติทรีในกายานุสสนาสติปัญญา.....	193
4.3.2	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติทรีในเวทนานุสสนาสติปัญญา....	197
4.3.3	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติทรีในจิตตานุสสนาสติปัญญา.....	199
4.3.4	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติทรีในธัมมานุสสนาสติปัญญา.....	200
4.4	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาอินทรีในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน.....	203
4.4.1	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาอินทรีในกายานุสสนาสติปัญญา...	203
4.4.2	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาอินทรีในเวทนานุสสนาสติปัญญา... 209	209
4.4.3	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาอินทรีในจิตตานุสสนาสติปัญญา..	211
4.4.4	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาอินทรีในธัมมานุสสนาสติปัญญา...	213
4.5	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญาทรีในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน.....	216
4.5.1	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญาทรีในกายานุสสนาสติปัญญา...	216
4.5.2	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญาทรีในเวทนานุสสนาสติปัญญา..	220
4.5.3	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญาทรีในจิตตานุสสนาสติปัญญา..	222
4.5.4	วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญาทรี ในธัมมานุสสนาสติปัญญา.....	225
4.6	สรุป.....	228
บทที่ 5	สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	232
5.1	สรุปผลการวิจัย.....	232
5.1.1	การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท.....	232
5.1.2	วิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีที่ปรากฏ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท.....	233
5.1.3	วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรี ในการเจริญวิปัสสนา.....	233
5.2	ข้อเสนอแนะ.....	236
5.2.1	ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย.....	236
5.2.2	ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย.....	237
บรรณานุกรม.....		238
ประวัติผู้วิจัย.....		244

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ในงานวิจัยฉบับนี้ ผู้เขียนได้อ้างอิงข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาทศปิฎก ๒๕๐๐ และภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ โดยใช้อักษรย่อแทนชื่อเต็มคัมภีร์ตามระบบอ้างอิง เล่ม/ข้อ/หน้า ตัวอย่าง ที.สี. (ไทย) ๙/๑๙/๒๙. หมายถึง ทีฆนิกาย สีลขันธวรรคคปาติ พระไตรปิฎกเล่มที่ ๙ ข้อ ๑๙ หน้า ๒๙ เป็นต้น ที.สี. (ไทย) ๙/๑๙/๕๐. หมายถึง ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค พระไตรปิฎกเล่มที่ ๙ ข้อ ๑๙ หน้า ๕๐ เป็นต้น

สำหรับ **อรรถกถา** อ้างอิงอรรถกถาภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย รูปแบบการอ้างอิงจะขึ้นต้นด้วยอักษรย่อชื่อคัมภีร์แล้วตามด้วย เล่ม/ข้อ/หน้า ตัวอย่าง ที.สี.อ. (ไทย) ๑/๒๐/๒๐. หมายถึง ทีฆนิกาย สุมงคฺลวิลาสินี สีลขันธวรรคอฎฐกถา เล่มที่ ๑ ข้อ ๑๓ หน้า ๒๐ กรณีที่อรรถกถาเล่มใดไม่มีเลขข้อ รูปแบบการอ้างอิงจะขึ้นต้นด้วยอักษรย่อชื่อคัมภีร์แล้วตามด้วยเล่ม/หน้า ตัวอย่าง อภิ.สง.อ. (ไทย) ๑/๑๗๒ หมายถึง อภิธมมปิฎก ธมมสงคฺณิ อฎฐสาลินีอฎฐกถา เล่มที่ ๑ หน้า ๑๗๒ บางคัมภีร์มีจำนวนเล่มเดียว ใช้วิธีการอ้างอิงข้อ/หน้า ตัวอย่าง ชุ.ม.อ. (ไทย) ๒/๔. หมายถึง ชุททกนิกาย สทฺธมฺมปฺชฺโชติกา มหานิทฺเทสอฎฐกถา ข้อ ๒ หน้า ๔ เป็นต้น

ฎีกา อ้างอิงฎีกาภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย รูปแบบการอ้างอิงจะขึ้นต้นด้วยอักษรย่อชื่อคัมภีร์แล้วตามด้วยเล่ม/ข้อ/หน้า ตัวอย่าง ที.ม.ฎีกา (ไทย) ๑/๓/๕ หมายถึง ทีฆนิกาย นิลตฺถปฺกาสินี มหาวคฺคฎีกา เล่มที่ ๑ ข้อ ๓ หน้า ๕ บางคัมภีร์มีจำนวนเล่มเดียว ใช้วิธีการอ้างอิงข้อ/หน้า ตัวอย่าง วชิร.ฎีกา (ไทย) ๕/๒๓. หมายถึง วชิรพฺพุธิฎีกา ข้อ ๕ หน้า ๒๓ เป็นต้น บางกรณีใช้ ที.สี.ฎีกา (ไทย) ๔๐๔ หมายถึง ทีฆนิกาย สีลขันธวรรคฎีกา หน้า ๔๐๔

พระวินัยปิฎก

วิ.มหา.	(ไทย) =	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.ม.	(ไทย) =	วินัยปิฎก	มหาวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.สี.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(บาลี) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย ปาฎิกวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ปา.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มูลปนิณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปนิณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย อุปริปนิณาสก์	(ภาษาไทย)
สํ.ส.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย สคาวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.นิ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.ช.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.สหา.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ทุก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังคตฺตรนิกาย ทุกนินาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังคตฺตรนิกาย จตุกกนินาต	(ภาษาไทย)

อง.ปญจก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ฉกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ฉักกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตตก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทสก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.อุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อุทาน	(ภาษาไทย)
ขุ.อิติ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.สุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สุตตนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.วิ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย วิมานวัตถุ	(ภาษาไทย)
ขุ.เถร.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิทเทศ	(ภาษาไทย)
ขุ.จ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย จุฬนิทเทศ	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภทามรรค	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

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

ปกรณวิเสส

วิสุทฺธิ.	(บาลี)	=	วิสุทฺธิมคคปกรณ	(ภาษาบาลี)
วิสุทฺธิ.	(ไทย)	=	วิสุทฺธิมรรคปกรณ	(ภาษาไทย)

กถาพระสุตตันตปิฎก

ที.สี.อ.	(ไทย)	=	ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี สีลขันธวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ที.ม.อ.	(ไทย)	=	ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ที.ปา.อ.	(บาลี)	=	ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี ปาฎิกวคคอกฺกถา	(ภาษาบาลี)
ม.ม.อ.	(ไทย)	=	มัชฌิมนิกาย ปปัญจสุทฺธิ มุลปณณาสกัอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ม.ม.อ.	(ไทย)	=	มัชฌิมนิกาย ปปัญจสุทฺธิ มัชฌิมปณณาสกัอรรถกถา	(ภาษาไทย)
สั.ข.อ.	(บาลี)	=	สังยุตตนิกาย สารตถปกาสินี ขนธวคคอกฺกถา	(ภาษาบาลี)
สั.ม.อ.	(ไทย)	=	สังยุตตนิกาย สารัตถปกาสินี มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.ฉกก.อ.	(ไทย)	=	อังคุตตรนิกาย มโนรปฐณี ฉักกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.อ.	(ไทย)	=	ขุททกนิกาย สัทธิธรรมปกาสินี ปฏิสัมภทามรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)

อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง.อ.	(บาลี)	=	อภิธัมมปิฎก ธรรมสังคณี อฏฺฐสาลินีอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)
อภิ.วิ.อ.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก วิภังค์ สัมโมหวิโนทนีอรรถกถา	(ภาษาไทย)

ฎีกาพระสุตตันตปิฎก

ที.ม.ฎีกา	(บาลี)	=	ทีฆนิกาย ลินตถปกาสินี มหาวคคฎีกา	(ภาษาบาลี)
-----------	--------	---	----------------------------------	------------

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งสัจธรรมและปัญญาที่สอนเรื่องความจริงของชีวิตและธรรมชาติที่ทุกคนสามารถศึกษาค้นคว้า พิสูจน์ ทดลองให้รู้จริง เห็นได้ด้วยตนเองตลอดเวลา ที่สำคัญสอนให้ผู้นับถือใช้ปัญญาพิจารณาสิ่งต่างๆ ให้รู้จริงด้วยตนเองก่อนแล้วจึงเชื่อ มนุษย์ยก ย่องตนเองว่าเป็นสัตว์ประเสริฐที่สุด มีความคิด ความรู้สึกที่แตกต่างกันออกไปมนุษย์พยายามใช้ ความคิดของตนเองอย่างมากมาย เพื่อจะทำให้ชีวิตดำเนินไปอย่างราบรื่น ไปสู่สิ่งที่ตนเองมุ่งมั่น บรรารณาเพื่อให้ตนเองดำรงชีวิตอยู่ได้

ดังนั้น ไม่ว่าพระพุทธเจ้าในอดีต ในปัจจุบัน และพระพุทธเจ้าที่จะเสด็จอุบัติมาใน อนาคต พระองค์ล้วนแล้วแต่จะต้องมาตรัสรู้ รู้แจ้งอริยสัจ 4 ทั้งสิ้น และเป็นหน้าที่โดยตรงขององค์ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่จะต้องสั่งสอนเหล่าเวไนยสัตว์ให้รู้ซึ่งถึงอริยสัจ 4 แต่ด้วยวิสัยของมนุษย์ ซึ่งมีจริตไม่เหมือนกัน พระองค์จึงต้องสั่งสอนแตกต่างกัน เป็นชั้น 5 บ้าง อายุตนะ 12 บ้าง ธาตุ 14 บ้าง อินทรีย์ 22 บ้าง ปฏิจจสมุปบาท 12 บ้าง และ อริยสัจ 4 บ้าง เพื่อให้เหมาะกับจริตและกำลังแห่งอินทรีย์ของแต่ละบุคคล คัมภีร์ฎีกาอภิธรรมมัตถสังคหะ (พิมพ์บาลี)กล่าวว่า พระพุทธองค์ทรงพระประสงค์ความอนุเคราะห์หมู่สัตว์ 3 จำพวกคือด้วย

1. เหล่าสัตว์ที่หลงในนาม มีอินทรีย์แก่กล้า และพอใจความย่อจำพวก 1
2. เหล่าสัตว์ที่หลงในรูป มีอินทรีย์ยังไม่แก่กล้านัก และพอใจความปานกลางจำพวก
3. เหล่าสัตว์ที่หลงในนามและรูปทั้งสองนั้น มีอินทรีย์อ่อน และพอใจความพิสดารจำพวก 1

บรรดาเหล่าสัตว์ 3 จำพวกนั้นเหล่าสัตว์ที่หลงในนามและกำหนดรู้ถึงชั้นได้ เพราะในชั้นทั้งหลายเหล่านั้น พระผู้มีพระภาคทรงจำแนกชั้นออกเป็น 4 ประการ (เวทนาชั้น 1 สัญญาชั้น 1 สังขารชั้น 1 วิญญาณชั้น 1) เหล่าสัตว์ผู้หลงในรูปจะกำหนดรู้ถึงอายุตนะ ได้ เพราะอายุตนะทั้งหลายเหล่านั้น พระผู้มีพระภาคจำแนกรูปเป็น 11 ส่วนทั้งถึง(10 ส่วนครึ่ง) เหล่าสัตว์ที่ หลงในนามและ

รูปทั้งสอง จะกำหนดรู้ถึงธาตุได้ เพราะในธาตุทั้งหลายนั้น พระผู้มีพระภาคทรง จำแนกนามและรูปทั้งสอง โดยพิสดาร

บ่อเกิดแห่งทุกข์ล้วนเกิดมาจากอินทรีย์ หรืออายตนะ 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ สามารถกล่าวได้ว่า ความทุกข์ทั้งหมดทั้งปวงล้วนเกิดมาจากอินทรีย์ และพระนิพพานเป็นที่สิ้นสุด แห่งทุกข์ พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่เน้นด้านปัญญา และสุดยอดของพระพุทธศาสนาก็คือ การ เจริญวิปัสสนาภาวนา วิปัสสนาภาวนานั้น ต้องได้สภาวะธรรมอันเป็นปรมาตมมาเป็นอารมณ์ คือ วิปัสสนาภูมิอันได้แก่

- | | |
|--------------------|---|
| 1) ชั้นธ 5 | คือ กองทั้ง 5 |
| 2) อายตนะ 12 | คือ สะพานเครื่องเชื่อมต่อให้เกิดความรู้ มี 12 |
| 3) ธาตุ 14 | คือ สิ่งที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตนมี 14 |
| 4) อินทรีย์ 22 | คือ ความเป็นใหญ่มี 22 |
| 5) อริยสัจจะ 4 | คือ ความจริงอันประเสริฐ มี 4 |
| 5) ปฏิจจสมุปบาท 12 | คือ ความประชุมพร้อมด้วยเหตุผล มี 12 |

การเจริญวิปัสสนาต้องอาศัยอารมณ์วิปัสสนาหรือภูมิแห่งปัญญา ที่เรียกว่าวิปัสสนา ภูมิ เป็นพื้นที่ในการปฏิบัติกร เมื่อเราต้องการทำงานอย่างใดอย่างหนึ่งให้สำเร็จลงได้ จะต้องมีตัวยึดเหนี่ยวหรืออุปกรณ์ในการทำงานนั้น ๆ จึงจะเกิดเป็นวิปัสสนาญาณขั้นได้ วิปัสสนาภูมิ หมายถึง พื้นที่กระทำวิปัสสนาหรืออารมณ์ของวิปัสสนา การเจริญวิปัสสนานั้นต้องกำหนดรู้อยู่ที่ วิปัสสนาภูมิ สภาวะที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ต้องเป็นสิ่งที่มียู่จริง ไม่เปลี่ยนแปลงจากสภาวะของตน คือ เป็นปรมาตมธรรม

ในพุทธพจน์แสดงปฏิปทา 4 ว่าด้วยแนวการปฏิบัติธรรมของบุคคลที่แตกต่างกันไปเป็น 4 ประเภทคือ บางพวกปฏิบัติลำบากทั้งรู้ได้ช้า บางพวกปฏิบัติลำบากแต่รู้ได้เร็ว บางพวกปฏิบัติสะดวกแต่รู้ได้ช้า บางพวกปฏิบัติสะดวกทั้งรู้ได้เร็ว พระพุทธองค์ทรงชี้แจงว่า ตัวการที่กำหนดให้รู้ช้าหรือรู้เร็วก็คืออินทรีย์ 5 กล่าวคือ ถ้าอินทรีย์ 5 อ่อนไปก็รู้ช้า ถ้าอินทรีย์ 5 แข็งก็รู้ได้เร็ว¹ แม้แต่การที่พระอนาคามีแตกต่างกันออกไปเป็นประเภทต่าง ๆ ก็เพราะอินทรีย์ 5 เป็นตัวกำหนดด้วย² หรือกว้างออกไปอีก ความพริ้งพร้อมและความหย่อนแห่งอินทรีย์ 5 นี้แล เป็นเครื่องวัด ความสำเร็จ เป็นอริยบุคคลชั้นต่าง ๆ ทั้งหมดกล่าวคือ เพราะอินทรีย์ 5 เต็มบริบูรณ์ก็เป็นพระอรหันต์ อินทรีย์ 5 อ่อนกว่านั้นก็

¹ อจ.จตุกก. (ไทย) 21162/227

² อจ.จตุกก. (ไทย)21/164/236

พระอนาคามี อ่อนกว่านั้นก็ เป็นพระสกทาคามี อ่อนกว่านั้นก็ เป็นพระโสดาบันประเภทัมมานุสारी อ่อนกว่านั้นก็ เป็นพระโสดาบันประเภทสัทธานุสारी ดังนี้ เป็นต้น ตลอดจนว่าถ้าไม่มีอินทรีย์ 5 เสียเลย โดยประการทั้งปวง ก็จัดเป็นพวกปุถุชนคนภายนอกมีคำสรุปว่า ความแตกต่างแห่งอินทรีย์ทำให้มีความแตกต่างแห่งผล ความแตกต่างแห่งผลทำให้มีความแตกต่างแห่งบุคคล หรือว่าอินทรีย์ต่างกันทำให้ผลต่างกัน ผลต่างกันทำให้บุคคลต่างกัน

ในการปฏิบัติที่มีการปรับสมดุลอินทรีย์ที่ไม่สม่ำเสมอกันย่อมมีผลคือ

1. ถ้ามีศรัทธามาก ปัญญาหย่อน ย่อมทำให้โหมหะครอบงำ
2. ถ้ามีวิริยะมาก สมาธิหย่อน ย่อมทำให้จิตฟุ้งซ่าน
3. ถ้ามีสมาธิมาก วิริยะหย่อน ย่อมทำให้เฉื่อยชาเกียจคร้าน
4. ถ้ามีปัญหามาก ศรัทธาหย่อน ย่อมทำให้จิตกระด้าง ฟุ้งซ่าน

ส่วนสติยิ่งมากยิ่งขึ้นแก่โยคีผู้ปฏิบัติ ดังนั้นจึงควรมีการศึกษาวิเคราะห์เทคนิคการปรับ อินทรีย์ให้สมดุลในการปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 เพื่อให้เกิดความชัดเจนทั้งหลักการและวิธีการเพื่อ อำนวยประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติมากยิ่งขึ้น

เพราะฉะนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเรื่องอินทรีย์อันเป็นหลักปฏิบัติที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธานุสาราณานิเวสชาดก ซึ่งสามารถพัฒนาให้ดำเนินไปสู่สมรรถ ผล นิพพานได้ และสามารถ นำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม เพราะผู้วิจัยเห็นว่า อินทรีย์นั้นสามารถทำให้เจริญขึ้น และพัฒนาจนเต็ม ประสิทธิภาพได้ เหตุนี้กระบวนการแห่งการบรรลุธรรมที่จะถึงที่สุดแห่งทุกขก็ได้ นั้นต้องมีอินทรีย์ที่สมดุล แก่กล้าจนสุทธรอบในภาวะแห่งการบำเพ็ญอินทรีย์ข้อได้ว่าเป็นการเพียร เภากิเลสอาสวะที่เป็นตัวการทำให้สัตว์ทั้งหลายเวียนว่ายอยู่ในสังสารวัฏฏอย่างไม่จบสิ้น

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้ มีวัตถุประสงค์ ดังนี้คือ

- 2.1 เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธานุสาราณานิเวสชาดก
- 2.2 เพื่อศึกษาวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธานุสาราณานิเวสชาดก
- 2.3 เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

1.3 ปัญหาที่ต้องการทราบ

ปัญหาที่ต้องการทราบ ปัญหาที่ต้องการทราบจากการวิจัยมีดังนี้คือ

- 1.3.1 การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- 1.3.2 วิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- 1.3.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนาเป็นอย่างไร

1.4 ขอบเขตงานวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) จากพระไตรปิฎก เอกสาร และงานวิจัย เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนาผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของการวิจัยไว้ดังนี้ คือ

1.4.1 ขอบเขตด้านเอกสาร

1) ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) โดยศึกษาข้อมูลตามหลักคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2500 และพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539

2) ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) โดยศึกษาจากอรรถกถาภาษาไทย ปกรณวิเสสอื่น ๆ เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นต้น หนังสือ ตำรา เอกสาร ผลงานทางวิชาการ และรายงานการวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง

1.4.2 ขอบเขตด้านเนื้อหา

ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนา โดยศึกษาวิปัสสนาภูมิ การปรับอินทรีย์ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา และศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา และอรรถกถา ปกรณวิเสส และหนังสือ ตำราทางวิชาการ งานวิจัย วิทยานิพนธ์ วารสาร บทความ และเอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย นำมารวบรวม วิเคราะห์ เรียบเรียง นำเสนอข้อมูล และสรุปผลการวิจัย

1.5 คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีคำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัยดังต่อไปนี้

วิปัสสนากาวนา หมายถึง ปัญญาอันเห็นแจ้ง เกิดจากการกำหนดรู้ ใคร่ครวญพิจารณา สังขารธรรม โดยความเป็นสภาวะไม่เที่ยง เพราะความเปลี่ยนแปลงแปรผันไปต่าง ๆ นานา ด้วยอำนาจแห่งศีล ที่มีอนิจจลักษณะเป็นตัวบ่งบอก เป็นทุกข์ เพราะความ เบียดเบียนจนไม่สามารถทนอยู่ในสภาพเดิมของตนได้ และไม่ใช้ตัวตน เพราะบังคับไม่ได้

วิปัสสนาภูมิ หมายถึง พื้นที่กระทำวิปัสสนาหรืออารมณ์ของวิปัสสนา การเจริญ วิปัสสนานั้น ต้องกำหนดรู้ที่อยู่ที่วิปัสสนาภูมิ สภาวะที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ต้องเป็นสิ่งที่มิได้อยู่จริง ไม่เปลี่ยนแปลงจากสภาวะของตน คือ เป็นปรมาัตถ์ธรรม มี 5 อย่างได้แก่ ชันธ 5 आयตนะ 12 ธาตุ 14 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท 12 และเมื่อย่อลงแล้วก็ยังเป็นเพียง รูปกับนามเท่านั้น ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนา อารมณ์

การปรับอินทรีย์ หมายถึง การปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน เพราะอินทรีย์มีผลต่อ การบรรลุธรรม การทำอินทรีย์มีศรัทธาเป็นต้นให้มีความเสมอกัน ชื่อว่าการปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน ถ้าว่าสัทธินทรีย์มีพลัง อินทรีย์นอกนี้อ่อน จะทำให้ วิริยอินทรีย์ก็ไม่อาจจะทำหน้าที่ประคองไว้ได้ สตินทรีย์ก็ไม่อาจจะทำหน้าที่ปรากฏได้ สมานินทรีย์ก็ไม่อาจจะทำหน้าที่ไม่ให้ฟุ้งซ่านได้ ปัญญินทรีย์ ก็ไม่อาจจะทำหน้าที่พิจารณาเห็นได้

1.6 การบททวนวรรณกรรม

1.6.1 พระธรรมธีรราชกุมารี (โชดก ญาณสิทธิ) ได้บรรยายเกี่ยวกับวิปัสสนา กรรมฐาน ซึ่งเป็น การรวบรวมคำบรรยายตั้งแต่ปี พ.ศ. 2503 ถึง พ.ศ.2507 รวมทั้งหมด 175 ครั้ง โดยแบ่งเป็น 2 ภาค ภาค 1 เป็นการบรรยายเกี่ยวกับกรรมฐานโดยทั่วไป ภาค 2 เป็นคำ บรรยายเกี่ยวกับมหาสติปัญญา ฐานโดยเฉพาะ วิธีการปฏิบัติท่านบรรยายในแบบการปฏิบัติตามแนว ของประเทศพม่าสอนโดยคำ บรรยายอ้างอิงพระไตรปิฎกและคัมภีร์วิสุทธิมรรคเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน³

³ พระธรรมธีรราชกุมารี (โชดก ญาณสิทธิ) **วิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ 12 พ.ศ. 2554, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท อัมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), 2554), หน้า 21.

1.6.2 พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) ได้ให้ความสำคัญเกี่ยวกับการปฏิบัติ สมถวิปัสสนากรรมฐานไว้ในหนังสือพุทธธรรม พบว่า สติทำกิจสำคัญทั้งในสมถะและวิปัสสนา ใน สมถะ สติคุมจิตไว้กับอารมณ์ หรือดึงอารมณ์ไว้กับจิต เพียงเพื่อให้จิตเพ่งแน่วแนหรือจับแนบสนิท อยู่กับอารมณ์นั้น นิ่งสงบ ไม่ส่ายไม่ซ่านไปที่อื่น เมื่อจิตแน่วแนแนบสนิทอยู่กับอารมณ์นั้นเป็นหนึ่ง เดียวต่อเนื่องไปสม่ำเสมอ ก็เรียกว่าเป็นสมาธิ และเพียงแค่นั้น สมถะก็สำเร็จ ส่วนในวิปัสสนา สติ กำหนดอารมณ์คุมไว้กับจิตหรือคุมจิตไว้กับอารมณ์เหมือนกัน แต่มุ่งใช้จิตเป็นที่วางอารมณ์เพื่อ เอาอารมณ์นั้นเสนอให้ปัญญาตรวจสอบพิจารณา คือจับอารมณ์ไว้ให้ปัญญาตรวจดูและวิเคราะห์ วินิจฉัยโดยใช้จิตที่ตั้งมั่นเป็นที่ทำงาน⁴

1.6.3 นายสุภีร์ ทุมทอง⁵ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการพัฒนาอินทรียสังวรในพระพุทธศาสนาเถรวาท” พบว่า อินทรียสังวร หมายถึง การปิดกั้น การห้าม การป้องกัน การระมัด ระวัง ไม่ให้จิตถูกขุดดึงออกไปสนใจอารมณ์อันจะเป็นเหตุให้เกิดอกุศล และหมายถึงคุ้มครองรักษาจิตให้อยู่กับหลักอันมั่นคง ทำให้จิตรอดพ้นจากการถูกรอบงำด้วยกิเลสต่างๆ เมื่อมีการรับรู้อารมณ์ มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตประจำวันและมีความสำคัญต่อการปฏิบัติธรรมเพื่อความ หลุดพ้น เป็นเหตุทำให้สุจริต 3 สมบูรณ์ เกิดสมาธิ เกิดปัญญา จนถึงความสิ้นไปแห่งทุกข์ได้

1.6.4 นางสาวณัฐจิต เลาว์วิระ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาอินทรียในอินทรีย ภาวนาสูตร” โดยเป็นการศึกษาพระสูตรใน อินทรียภาวนาสูตรนี้ พระพุทธเจ้าตรัสถึงการ พัฒนาสติด้วยการสำรวมอินทรีย 5 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ และเจริญอินทรีย 5 คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา เมื่อกระทบอารมณ์ภายนอกแล้ว ควรควบคุมจิตใจ ควบคุมความรู้สึกได้ เมื่อเกิดความรับรู้ทางตา ทางหู เป็นต้น ไม่ให้ถูกชักจูงไปในทางที่ถูกต้อง กิเลสครอบงำ เมื่อเจริญอินทรียสมบูรณ์แล้ว บรรลุถึงขั้นเป็นนายเหนือความรู้สึกต่าง ๆ ที่จะเกิดจากการรับรู้อารมณ์ทางตา ทางหู เป็นต้นเหล่านั้น สามารถบังคับให้เกิดความรู้สึกต่าง ๆ ได้ตามต้องการ ทำให้เกิดภาวะทางจิตที่สำคัญอันเป็นพื้นฐาน คือ ความ เป็นอิสระหรือ

⁴ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **พุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 20 กรกฎาคม 2545, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2555), หน้า 822.

⁵ นายสุภีร์ ทุมทอง, “ศึกษาการพัฒนาอินทรียสังวรในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554), บทคัดย่อ.

เรียกว่าความหลุดพ้น ภาวะนี้เป็นผลสืบเนื่องจากปัญญา เมื่อเห็นตามเป็นจริง รู้เท่าทันสังขารแล้ว จิตจึงพ้นจากอำนาจครอบงำของกิเลส โดยมีหลักวิธีการ อบรมณ์และพัฒนาอินทรีย์ในการเจริญสติปัฏฐาน 4⁶

1.6.5 พระปลัดทะนงค์ ชยนโต (เทพเนียม) ศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์อินทรีย์ อันเป็นภูมิวิปัสสนาภาวนาเฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา 7 เดือน” ผลการวิจัยพบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาศึกษาและปฏิบัติไปตามแนวทางสติปัฏฐานทั้ง 4 ย่อมได้เห็นผลตามสมควรแก่ผู้ปฏิบัติ ต้องมีการปรับอินทรีย์ 5 เพื่อความสมดุลของอินทรีย์ 5 คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา เมื่ออินทรีย์สมดุลจึงเป็นสภาพเหมาะต่อการเห็นธรรม โดยกำหนด รูป-นาม ชันธ 5 आयตนะ 12 เป็นต้น กำหนดรู้ไปตามลำดับตามหลักและวิธีการในสติปัฏฐาน 4 คือ กาย เวทนา จิต ธรรม ก็จะได้ผลของการปฏิบัติ เกิดผลตามวิปัสสนาญาณ⁷

โดยการวิจัย ผู้ปฏิบัติได้นำประสบการณ์ปฏิบัติของตนเป็นแบบ ศึกษาในการปรับ อินทรีย์ โดยมี อุ ภัททันตะวิโรจนะ (ธัมมาจริยะ) เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ฝึกสอนแนะนำดูแลการ ปฏิบัตินิสิตปริญญาโท สาขาวิปัสสนาภาวนา ตลอด 7 เดือน ผลการปฏิบัติของนิสิตปริญญาโท สาขาวิปัสสนาภาวนา แต่ละท่านมีความแตกต่างกัน พบว่าเพราะอินทรีย์ที่แตกต่างกันนั่นเอง ผล การปฏิบัติจึงแตกต่างกัน ผลจึงเป็นตัวชี้วัดความก้าวหน้าของการปฏิบัติของแต่ละท่าน ผลของ ความสำเร็จนอกจากต้องอาศัยเวลา ภาวนา บารมี สิ่งสำคัญก็คือ การปฏิบัติในขณะปัจจุบันอาศัยอินทรีย์ที่สมดุล ดังนั้น ผู้ปฏิบัติจึงควรมีการปรับอินทรีย์ระหว่างการปฏิบัติที่มีอย่างต่อเนื่อง ด้วยความสมดุล

1.6.6 พระมหาประเสริฐ มนุตเสวี ศึกษาเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนา 7 เดือน” เป็นการศึกษาหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสติปัฏฐาน 4 อย่างละเอียดโดยใช้ วิปัสสนาภูมิ 6 เป็นเครื่องมือหรืออารมณ์ในการปฏิบัติทั้งบอกวิธีและเทคนิคการปรับอินทรีย์ให้ สมดุลเพื่อการพัฒนา สภาวะให้เป็นที่ไปตามลำดับวิปัสสนาญาณและประสบการณ์การปฏิบัติ วิปัสสนาในเดือนที่ประเทศพม่าที่มี สภาวะธรรมเกิดขึ้นตามลำดับ เนื้อหาจะเน้นให้รู้ขั้นตอนและ วิธีการปฏิบัติโดยอ้างอิงจากพระไตรปิฎกและ เทคนิควิธีให้เกิดศรัทธาต่อพระพุทธศาสนาให้ ตระหนักถึงการกระทำที่จะนำไปสู่อบายภูมิ และการเวียน

⁶ นางสาวณัฐจิต เลาวีระ ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาอินทรีย์ในอินทรีย์ภาวนาสูตฺร” **วิทยานิพนธ์พุทธ ศาสตรมหาบัณฑิต** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554), บทคัดย่อ

⁷ พระปลัดทะนงค์ ชยนโต (เทพเนียม) ศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์อินทรีย์ อันเป็นภูมิวิปัสสนาภาวนา เฉพาะกรณีการ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา 7 เดือน” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย, 2551), บทคัดย่อ

ว่าตายเกิดของเหล่าสัตว์ที่ยังไม่พบ สัจธรรมความจริง คือทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ ทางดับทุกข์ และการพ้นทุกข์ นั่นคือการได้ศึกษาและ ได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาลำดับอย่างถูกต้อง งานวิจัยนี้ใช้เป็นตำราเรียนให้แก่บัณฑิตปริญญา โทสาขาวิปัสสนาภาวนา⁸

1.6.7 พระสุภีร์ สุดสงวน ศึกษาเรื่อง "วิเคราะห์วิธีการปรับอินทรีย์ให้สมดุลในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวสติปัฏฐาน 4" งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากระบวนการปรับความสมดุลของอินทรีย์ 5 ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน และเป็นการวิเคราะห์การปรับความสมดุลของอินทรีย์ 5 ของพระวิปัสสนาจารย์ไทยระดับเจ้าสำนักในปัจจุบัน โดยการสัมภาษณ์และการสังเกตแบบมีส่วนร่วม วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ เนื้อหา โดยผลการวิจัยพบว่า อินทรีย์ 5 มีความสำคัญต่อโยคีผู้ปฏิบัติธรรมที่จะต้องนำ กระบวนการปรับอินทรีย์ไปใช้ในการปฏิบัติธรรม เพื่อความเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติ เทคนิค การปรับความสมดุลของอินทรีย์ในทัศนะของพระวิปัสสนาจารย์ในประเทศไทย พบว่าทุกรูปได้นำ อินทรีย์ 5 มาแนะนำแก่ผู้ปฏิบัติ โดยเน้นที่ตัวธรรมะซึ่งก็เป็นไปในทิศทางเดียวกันกับพระไตรปิฎก แตกต่างกันในรายละเอียด⁹

สรุปความของงานวิชาการและงานวิจัย พบว่าเกี่ยวข้องกับเรื่องวิปัสสนาภูมิและ อินทรีย์ จึงได้นำงานทั้งหมดมาเพื่อศึกษาวิเคราะห์เพื่อประโยชน์ในงานวิจัย อันเป็นเหตุให้ทราบว่า การเจริญวิปัสสนานั้นต้องมีเครื่องมืออันได้แก่วิปัสสนาภูมิ จึงจะสามารถพัฒนาสภาวะธรรม เป็นไปตามลำดับของวิปัสสนาญาณและอินทรีย์มีความจำเป็นทำให้ไม่หลงในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ เป็นเบื้องต้นและชัดเจนในการกำหนดรู้ปัจจุบัน จนชัดแจ้งในพระไตรลักษณ์จนถึงความแก่กล้าสมดุลแห่งอินทรีย์ อีกส่วนหนึ่งก็ได้ยินคำแนะนำมาโดยตลอดในการ ให้กำหนดสำรวมอินทรีย์ การปฏิบัติจะมีผลก้าวหน้าหรือไม่ก็จะดูที่อินทรีย์ ทั้ง 5

⁸ พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี ศึกษาเรื่อง "ศึกษาวิเคราะห์หลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา 7 เดือน", *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, 2552), หน้า บทคัดย่อ.

⁹ พระสุภีร์ สุดสงวน ศึกษาเรื่อง "วิเคราะห์วิธีการปรับอินทรีย์ให้สมดุลในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 *วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา*. (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2551), บทคัดย่อ.

1.7 วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ศึกษาวิปัสสนาภูมิ 5 เพื่อความสัมพันธ์ของการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนาเป็นการศึกษาวิจัยโดยผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าจาก

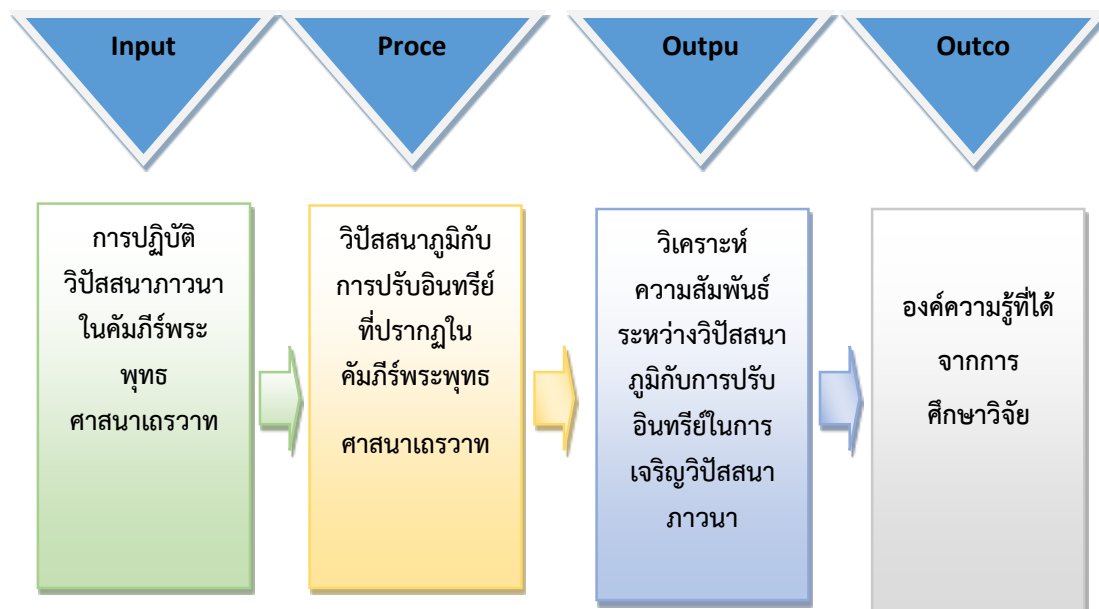
1.7.1 ศึกษาข้อมูลเอกสารจากคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเถรวาทเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วิปัสสนาภูมิ และการปรับอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ที่ปรากฏในพระสูตรต่างๆ ในคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนฎีกา รวมทั้ง เอกสารวิชาการและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.7.2 ศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

1.7.3 นำข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้ามาเรียบเรียงแล้วปรับปรุงแก้ไขและบรรยายเชิงพรรณนา

1.8 กรอบการวิจัย

การวิจัยนี้ ถูกออกแบบมาเพื่อใช้ในการหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา โดยยึดหลักการในการอธิบายตามแนวคิดตีปกรณ์ ดังนั้น การวิจัยนี้จึงมีลำดับการวิจัยแบบเอกสาร (Documentary) โดยมีกรอบการวิจัย ดังนี้



1.9 ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย

- 9.1 ทำให้ทราบหลักวิปัสสนาภาวนาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- 9.2 ทำให้ทราบภูมิของวิปัสสนาภาวนา ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- 9.3 ทำให้ทราบถึงขบวนการพัฒนา การปรับวิธีที่แก้ไข และสภาวะอินทรีย์ ที่ ปรากฏขึ้นตามลำดับให้มีความสอดคล้องสมดุลงัน

บทที่ 2

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

วิปัสสนาภาวนาเป็นฐานะอย่างหนึ่งในพระพุทธศาสนาเถรวาทมี 2 ประการได้แก่ คันถฐานะอันได้แก่การศึกษาเล่าเรียนเขียนอ่านในพระปริยัติธรรมคือ พระไตรปิฎกและวิปัสสนาฐานะ อันได้แก่การใช้ปัญญาพิจารณาที่นามรูป ซึ่งได้แก่วิปัสสนาภูมิ 5 โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และ ไม่มีตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้ ตามหลักสติปัฏฐาน 4 เพื่อความรู้แจ้ง เพื่อละอภิชณาและโทมนัส เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะเพื่อบรรลุนิพพาน ทางนี้คือสติปัฏฐาน 4 ประการ ผู้วิจัยจะนำเสนอตามประเด็นที่กำหนดไว้ดังนี้

- 2.1 ธรรมเนียมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
- 2.2 การปฏิบัติสมถกรรมฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
- 2.3 การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
- 2.4 การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวทางสติปัฏฐาน 4

2.1 ธรรมเนียมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

การปฏิบัติกรรมฐาน หรือ การเจริญภาวนา เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า กรรมฐาน หรือ กัมมัฏฐาน เป็นการฝึกอบรมด้านจิตใจ การบริหารจิต การพัฒนาจิต หรือ จิตตภาวนา

กรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้งแห่งการทำงานหรือการกระทำ¹

กรรมฐาน จึงหมายถึง อารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งการเจริญภาวนา² อารมณ์เป็นที่ตั้งของการทำงานทางใจ อุบายการฝึกอบรมจิต การฝึกอบรมจิตในที่นี้หมายถึง การมีสติกำหนดรู้เท่าทันทุกอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับจิต จิตที่มีความรู้สึกลอยอยู่ตลอดเวลา ไม่พุ่งไปตามอารมณ์หลากหลายของความคิดที่จิตรับรู้ตลอดเวลา นอกจากนั้นยังหมายถึง การปฏิบัติกรรมฐาน หรือการเจริญกรรมฐานจัดเป็นฐานะในพระพุทธศาสนา มีคันถฐานะ กับวิปัสสนาฐานะ

¹ อจ.ฉก.อ. (ไทย) 3/107/157.

² สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 47, หน้า 70.

ในคัมภีร์พระไตรปิฎกซึ่งประกอบด้วยคัมภีร์ฝ่ายพระวินัย พระสูตร และพระอภิธรรมซึ่งเป็นประมวลคำสอนของพระพุทธเจ้ามีที่กล่าวเรื่องกรรมฐานไว้เป็นจำนวนมาก เนื่องจากการฝึกกรรมฐาน ถือเป็นหัวใจหลักของคำสอนสำคัญของพระพุทธศาสนาที่เป็นกระบวนการพัฒนาจิตให้เกิดความบริสุทธิ์หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้ ซึ่งพุทธบริษัทโดยเฉพาะพระภิกษุสงฆ์ต้องดำรงชีพโดยมี เป้าหมายในการฝึกจนตนเองจนบรรลุผลและนิพพานด้วยกระบวนการฝึกจิตทั้งสมถะและ วิปัสสนา ตัวอย่างเช่น พระพุทธเจ้าทรงตรัสเรื่องกรรมฐานซึ่งปรากฏในขุททกนิกายว่า

ภิกษุควรเป็นผู้ตื่นอย่างมีสติ มีสัมปชัญญะ มีจิตตั้งมั่น เบิกบาน ผ่องใส และควรเป็นผู้เห็นแจ้งแก่กาลในกุศลธรรมทั้งหลายในการประกอบเนื่อง ๆ ซึ่งกรรมฐาน ภิกษุทั้งหลาย เมื่อ ภิกษุเป็นผู้ตื่นอย่างมีสติ มีสัมปชัญญะ มีจิตตั้งมั่น เบิกบาน ผ่องใสและเป็นผู้เห็นแจ้งแก่กาล ในกุศลธรรมทั้งหลาย ในการประกอบกรรมฐานอยู่พึงหวังผลได้ 2 อย่างคือ อรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ ก็จะเป็นพระอนาคามี³

ในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกาย วิมานวัตถุ อิตถีวิมาน จิตตลตาวรรค ได้แสดงให้เห็น อานาจ และบุญกุศลที่เป็นวิบากของการเจริญกรรมฐานในหมวดว่าด้วยสวนจิตตลาของเหล่าเทวดา ทาสีวิมาน ว่า ด้วยวิมานที่เกิดขึ้นแก่หญิงคนใช้ พระมหาโมคคัลลานะถามว่า เพราะบุญอะไรผิวพรรณ จึงงาม? และ โภคะทั้งหลายจึงเกิดขึ้น เมื่อเกิดเป็นมนุษย์ได้ทำบุญอะไรไว้ จึงมีอานุภาพรุ่งเรือง มีรัศมี สว่างไสวไปทั่วทุกทิศ? อติตหญิงคนใช้ผู้เป็นเทพธิดาผู้มีอานุภาพ ตอบปัญหาว่า เมื่อเกิดเป็นมนุษย์ เป็นคนใช้ ทำงานรับใช้ผู้อื่น ได้มีความ پاکเพียงออกจากกิเลส มีมโนสิการมั่นอยู่ในใจว่า แม้ถึงร่างกาย นี้จะแตกสลายไปก็ตามที่ การที่เราจะหยุดความเพียรในการเจริญกรรมฐานนี้ จะไม่มีเป็นอันขาด เพราะผลแห่งความเพียรออกจากกิเลสด้วยกรรมฐาน จึงได้บรรลุอรหัตตผล สำหรับผู้ที่ไม่ได้ทำบุญไว้ ย่อมไม่มีความสุขทั้งโลกนี้และโลกหน้า ส่วนผู้ที่ได้ทำบุญไว้แล้วย่อมมีความสุขทั้งโลกนี้และโลกหน้า⁴

ในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา เอกกนิบาต นวมวรรค สุนาคเถรคาถา ภาษิต ของพระสุนาคเถระ มีเรื่องกล่าวว่า พระสุนาคเถระได้กล่าวคาถาว่า “ผู้ฉลาดในนิมิตแห่งจิต รู้สแห่ง วิเวก พง์พินิจอยู่ ฉลาดในการบริหารกรรมฐาน มีสติตั้งมั่น พึงบรรลุสุขที่ไม่อิงอาภัสได้”⁵ พระคาถา นี้แสดงให้เห็นหน้าที่หลักของการประพฤติพรหมจรรย์ให้ถึงเป้าหมายคือการบรรลุธรรมคือพระ นิพพานต้องอาศัย การฝึกหัดจิตด้วยการปฏิบัติกรรมฐานเป็นหลัก ไม่สามารถบรรลุความสิ้นทุกข์ได้โดยวิธีอื่น

ในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา ติงสนิบาต สารีปุตตเถรคาถา ภาษิตของ พระสารีบุตรเถระ พระสารีบุตรเถระเมื่อจะพยากรณ์พระอรหัตแก่ภิกษุทั้งหลาย บ่งถึงหลักการเจริญ

³ ขุ.อติ. (ไทย) 25/47/397.

⁴ ขุ.วิ. (ไทย) 26/157-171/29-30.

⁵ ขุ.เถร. (ไทย) 26/85/334.

กรรมฐาน ซึ่งเป็นเหตุให้การประพฤติพรหมจรรย์ของพระภิกษุมีความบริบูรณ์ จึงได้กล่าวภาสิตเหล่านี้ว่า “ผู้ใดมีสติประพฤติเหมือนผู้สำรวมกาย เหมือนสัตว์บรูซ ไม่ประมาท เหมือนผู้สำรวมความคิด ยินดีในการเจริญกรรมฐานไว้ภายใน มีจิตตั้งมั่นคืออยู่ผู้เดียว สันโดษ นักปราชญ์ทั้งหลาย เรียกผู้นั้นว่า เป็นภิกษุ”⁶

ในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกาย พระตาลปฏฺฐเถระ ได้กล่าวธรรมภาสิตด้วยความตั้งใจจะจำแนกแสดงโยนิโสมนสิการให้ปรากฏชัดและกระตุ้นให้พระภิกษุสงฆ์พากเพียรพยายามฝึกจิตของตนเอง ด้วยการปฏิบัติกรรมฐานเพื่อให้จิตสงบและรู้แจ้งพระนิพพาน ดังที่ท่านได้ประสบด้วยตนเอง จึงได้กล่าวสอนภิกษุทั้งหลายด้วยภาสิตเหล่านี้ว่า

“เราจะผูกท่านไว้ที่อารมณ์กรรมฐานด้วยกำลังภาวนา เหมือนนายควาญช้างใช้เชือกที่ เหนียว ผูกช้างไว้ที่เสาตะลุง จิตที่เราคุมครองดี อบรมดีแล้วด้วยสติ จะเป็นจิตอันตมทาในภพ ทั้งปวงอาศัยไม่ได้”⁷

นอกจากนี้ คำว่า “กรรมฐาน” ยังพบว่า มีการใช้ในลักษณะ “การปฏิบัติสมาธิภาวนา” ซึ่งคำว่า “กัมมฐาน” มาจากคำ 2 คำ คือ กมม+ฐาน แปลความหมายตามอธิบาย ในคัมภีร์ปรมัตถ มัญจุสา และตามหลักในการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาว่าที่ตั้ง คือ เหตุบังเกิดขึ้นของกรรม อัน สมณะ พึงกระทำ ที่ตั้งของกรรม คืออะไร? พระอาจารย์สุ่มังคละ ผู้รจนาคัมภีร์อิทธิมัตตวิภาวินี อธิบายความว่า

“กัมมฐาน” นั้นได้แก่ อารมณ์อันเป็นที่ตั้งของการทำภาวนา สำหรับกรรมฐานนั้นมีองค์ประกอบสำคัญ คือ ผู้ปฏิบัติกรรมฐาน หรือผู้ปฏิบัติธรรม และอารมณ์กรรมฐาน⁸ การฝึกกรรมฐานว่าโดยธรรมาธิฐาน หมายถึง การใช้สติสัมปชัญญะ พิจารณาอย่างระมัดระวัง ไม่ให้บาปเกิดขึ้น เพียรหมั่นระลึกรู้ถึงกุศล และรักษาคุณนั้นอยู่มิให้เสื่อมไป⁹

คำว่า กรรมฐานนี้ ในภาษาอังกฤษมักใช้คำว่า meditation ซึ่งหมายถึง สมาธิ ไม่ได้ใช้คำในลักษณะการแปลคำตามภาษาบาลีว่า working base แต่คำนี้บ่งในทาง connectration มากกว่าในความหมายของคำว่าการทำงานสมาธิซึ่งเป็นสัมมาสมาธิไม่ใช่สมาธิทั่วไปในกลุ่มนักบวชต่างศาสนาเข้าใจและปฏิบัติกัน กรรมฐานบ่งถึง อารมณ์ของการเพ่งของจิต (Certain state of mind)¹⁰

⁶ ขุ.เถร. (ไทย) 26/981/500.

⁷ ขุ.เถร. (ไทย) 26/1144/526.

⁸ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ), *คู่มือสอบอารมณ์กรรมฐาน*, พิมพ์ครั้งที่ 5, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2550), หน้า 76.

⁹ ขุนสรพรกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), *ผู้รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรม ปริเฉทที่ 7 สมุจยสังคหวิภาค*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), หน้า 57-58.

¹⁰ Paravaher Vajiranana Mahathera. *Buddhist Meditation in Theor and Practice*, หน้า 17

การปฏิบัติธรรมหรือกรรมฐานตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาเถรวาทในพระพุทธศาสนามี 2 อย่าง ซึ่งแบ่งโดยลักษณะและกิจที่ต่างกัน และนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ต่างกันแต่ทั้ง สองประเภทนั้นเหมือนกันคือเป็นเครื่องมือเพ่งอารมณ์ของจิต กรรมฐาน 2 ประเภทคือ

1) สมถกรรมฐาน (Tranquil meditation) หรือ สมถภาวนา หมายถึง การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบจนตั้งมั่นเป็นสมาธิ สมถะแปลว่าความสงบ ในความหมายโดยทั่วไป สมถกรรมฐานจึงหมายถึงวิธีทำจิตให้สงบ

2) วิปัสสนากรรมฐาน (Insight meditation) หรือวิปัสสนาภาวนา หมายถึง ข้อปฏิบัติในการฝึกฝนอบรมเจริญปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งในรูปนามโดยความเป็นไตรลักษณ์หรือรู้แจ้ง ต่อสภาวะ ของรูปนามตามความเป็นจริง

ดังพระพุทธพจน์ว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรม 2 อย่างเหล่านี้ เป็นเหตุให้เกิดปัญญาธรรม 2 อย่างนั้น ได้แก่ สมถะ 1 วิปัสสนา 1”¹¹

สรุปได้ว่า จากคำอธิบายข้างต้นทำให้เห็นภาพชัดว่า กรรมฐานเป็นหลักการปฏิบัติเพื่อฝึกฝนมนุษย์โดย เน้นไปที่การฝึกหัดจิตใจให้มีความเห็นที่ถูกต้องและฝึกจิตให้เจริญขึ้นเพื่อทำให้เกิดปัญญาซึ่งเป็นหัวใจ สำคัญและเป็นสิ่งจำเป็นจะต้องฝึกฝนทุกคน การฝึกกรรมฐานจึงเป็นวิธีการฝึกจิตให้รู้แจ้งและเข้าใจ สภาวะธรรมชาติความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ ที่กำลังเกิดขึ้นโดยใช้อองค์ธรรมคือสติและปัญญาในการพิจารณาอารมณ์เพื่อให้จิตไม่ตกไปอยู่ในฝ่ายของอกุศลมีความหลงเป็นต้น ดังนั้นกรรมฐานจึงเป็นทั้ง ศาสตร์และศิลปะของการดำเนินชีวิต เป็นการบริหารและพัฒนาจิต เพื่อให้เกิดความสงบไม่วุ่นวาย และทำให้เกิดความมั่นใจเข้มแข็งซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาสุขภาพจิตในทางกายภาพและเป็นอุปนิสัยในการที่จะพัฒนาจิตให้เจริญขึ้นในระดับปัญญาเพื่อรู้เท่าทันความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ ซึ่งจะนำไปสู่การ พ้นทุกข์ตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา

2.2 การปฏิบัติสมถกรรมฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

ในการปฏิบัติกรรมฐานสมัยก่อนพุทธกาลมีปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาจำนวนมาก ซึ่งได้กล่าวถึงฤาษีดาบสผู้บำเพ็ญพรตอยู่ในป่าหิมพานต์บรรลุนานสมาบัติ ได้อภิญญา 5 แสดงฤทธิ์ปาฏิหาริย์ต่างๆ ได้ ซึ่งจัดเป็นผลของการเจริญสมถกรรมฐานโดยตรงซึ่งแสดงว่า สมถกรรมฐานได้มีการปฏิบัติกันมาช้านานแล้ว แม้ในสมัยที่เจ้าชายสิทธัตถะเสด็จออกบรรพชาแสวงหาโมกขธรรมอยู่นั้นก็ปรากฏว่าได้เดินทางไปปฏิบัติโยคะในสำนักของอาหารดาบสและอุทกดาบสจนได้บรรลุถึงสมาบัติ 8 คือ รูปฌาน 4 อรูปฌาน 4 แต่ทรงพิจารณาเห็นว่าอรูปฌานไม่เป็นไปเพื่อความเบื่อหน่าย เพื่อคลายกำหนดเพื่อดับสันทิ เพื่อสงบระงับ เพื่อความรู้ยิ่งเพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน (แต่) เป็นไปเพียงเพื่อให้อุบัติในแนว

¹¹ อัง.ทุก. (ไทย) 20/173/90.

สัญญาณาสัญญาตนพรหมเท่านั้น¹² จึงทรงปลีกพระองค์ออกแสวงหาหนทางสิ้นทุกข์ต่อไป การเจริญสมถกรรมฐานเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อการบรรลุพระนิพพานอย่างยิ่งไม่ถือว่าออกนอกทางพระนิพพานแต่อย่างใด¹³ ถือว่าการได้มานสมาบัติเป็นการอยู่ครั้งทางนิพพานเพราะได้สิกขา 2 คือ ศีลกับสมาธิ แต่ยังมีขาดปัญญา¹⁴

พระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อธิบายความหมายของคำว่า “สมถะ”¹⁵ ไว้ว่า ความตั้งอยู่แห่งจิต หมายถึง ตั้งอยู่ในอารมณ์โดยไม่หวั่นไหว ความดำรงอยู่แห่งจิต ความตั้งมั่น ความไม่ซัดส่าย ความไม่ฟุ้งซ่าน ความจิตไม่ซัดส่าย สมถะ สมาธิปริยัติ สมาธิพละ สัมมาสมาธิ ดังนั้น สมถกรรมฐาน จึงหมายถึงหลักการหรือวิธีการปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสงบทางจิตใจหรือเกิดสติมีสมาธิตามมาเป็นลำดับ สมถกรรมฐานจึงมีผลเป็นความสงบ ส่วนผลของสมถกรรมฐานนั้น จะมีผลเป็นบวกหรือเป็นลบนั่นก็ต่อเมื่อบุคคลนำผลของสมถกรรมฐานไปใช้ในลักษณะใด ถ้าใช้ในทางที่ดี เช่น นำไปใช้ในการเจริญปัญญา สมถกรรมฐานจะมีผลบวก ในทางตรงกันข้าม แต่ถ้านำสมถกรรมฐานไปใช้ในทางลบตั้งพระเทวทัตจะทำให้ผู้ใช้สมถกรรมฐานได้รับความทุกข์ทรมานในสังสารวัฏ¹⁶

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายของคำว่า สมถะ แปลว่าความสงบ แต่ที่ใช้ทั่วไป หมายถึงวิธีทำให้ใจให้สงบ ขยายความว่า ข้อปฏิบัติต่างๆ ในการฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบจนตั้งมั่นเป็นสมาธิ ถึงขั้นได้ฌานระดับต่างๆ จุดมุ่งหมายของสมถะ คือ สมาธิ ซึ่งหมายถึงเอาสมาธิขั้นสูงที่ทำให้เกิดฌานมี 4 ชั้น ระดับที่กำหนดรูปธรรมเป็นอารมณ์เรียกว่า รูปฌาน ระดับที่กำหนดรูปธรรมเป็นอารมณ์เรียกว่า อรูปฌาน มี 4 ชั้น ทั้งรูปฌาน 4 และ อรูปฌาน 4 เรียกรวมนกันว่า สมาบัติ 8 ภาวะจิตในฌานนับเป็นภาวะสุขสงบผ่อนคลาย ไม่มีความเศร้าหมอง ชุมนมัว ไม่มีสิ่งรบกวนให้สะดุดหรือติดข้องใดๆ เรียกว่าปราศจากนิวรณ์ ท่านอนุลอมเรียกว่าเป็นความหลุดพ้นจากกิเลส ตลอดเวลาที่ยังอยู่ในฌานนั้นๆ แต่เมื่อออกจากฌานแล้ว กิเลสกลับมีได้อย่างเดิม ท่านจึงเรียกว่าเป็นวิกขัมภนนิโรธ คือ ดับกิเลสหรือหลุดพ้นด้วยเอาสมาธิข่มไว้ (ท่านเปรียบเหมือนหินทับหญ้า ขณะที่หินทับหญ้าอยู่ หญ้าจะไม่เจริญเติบโต หาก

¹² ม.ม. (ไทย) 13/328/358.

¹³ คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ 1**, พิมพ์ครั้งที่ 4, หน้า 2-3.

¹⁴ พระราชวรมุนี (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), **พระพุทธประวัติ**, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2542), หน้า 26-27.

¹⁵ อภิ.สง. (ไทย) 34/55/36.

¹⁶ คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ 1**, พิมพ์ครั้งที่ 4, หน้า 34.

ยกหินออก หญ้าจะค่อยๆ เจริญเติบโตขึ้น) ความหมายของสมถะ คือ ตัวสมาธิ เป็นความหมายตรงตามหลักวิชาทั้งฝ่ายอภิธรรมและฝ่ายพระสูตร¹⁷

สรุปความว่า สมถกรรมฐาน หรือ สมถภาวนา หมายถึง อุบายหรือวิธีการปฏิบัติเพื่อยังจิตให้เข้าถึงความสงบโดยเพ่งอยู่ในอารมณ์หนึ่งที่เป็นอารมณ์เดียวกับที่เราภาวนาอยู่ จนกระทั่งจิตนิ่งสงบเป็นสมาธินำไปสู่ฌาน

2.2.1 ประเภทของบริกรรมภาวนาแบบสมถกรรมฐาน หรือ สมถภาวนา

ในการเจริญสมถภาวนาจำแนกรูปแบบได้เป็น 4 แบบ ดังนี้

1. สมถพุทฺพังคมวิปัสสนา วิปัสสนามีสมถนำหน้า (เรียกเต็มว่า สมถะพุทฺพังคมวิปัสสนา การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะนำหน้า) วิธีปฏิบัติก็คือทำจิตให้นิ่ง โดยเพ่งลมหายใจหรือเพ่งกลิ่นต่างๆ ซึ่งมีถึง 10 อย่าง หรือเพ่งอสุภะ เป็นต้น เพ่งจนกระทั่งได้ฌาน เมื่อได้ฌาน ก็จะมีปีติ มีความสุข มีสมาธิ เรียกว่าองค์ฌาน และจึงยกองค์ฌานนั้นๆ มาพิจารณา โดยน้อมมากำหนดที่ปีติ ที่ความสุข ที่สมาธิ ดูจิต ดูผู้รู้ ผู้ดู จนเห็นความเปลี่ยนแปลง เกิดดับ เห็นไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็เข้าสู่วิปัสสนาได้

2. วิปัสสนาพุทฺพังคมสมถะ สมถะมีวิปัสสนานำหน้า (เรียกเต็มว่า วิปัสสนาพุทฺพังคมสมถภาวนา การเจริญสมถะโดยมีวิปัสสนานำหน้า) เจริญวิปัสสนาไปเลย แล้วสมถะก็ตามมาทีหลังแนวทางนี้ก็คือการเจริญสติในชีวิตประจำวัน วิธีการปฏิบัติก็คือ เมื่อยืน เดิน นั่ง นอน คู่ เหยียด เคลื่อนไหว เห็น ได้ยิน รู้กลิ่น รู้รส รู้สัมผัส คิดนึก รู้สึกอะไรต่างๆ ก็เจริญสติระลึก รู้ แต่อาการระลึกนี้ต้องให้ตรงต่อสภาวะปรมาัตถธรรมที่กำลังปรากฏ คือ ลักษณะการเห็น การได้ยิน การรู้กลิ่น การรู้รส การรู้สัมผัสเหล่านี้ เป็นสภาวะปรมาัตถ์ ต้องกำหนดรู้ว่าลักษณะเห็น ลักษณะได้ยินเป็นอย่างไร ลักษณะรู้กลิ่น รู้รส รู้สัมผัสที่เกิดขึ้นตัวเรานี้เป็นอย่างไร เมื่อเห็น ได้ยิน รู้กลิ่นรู้รส รู้สัมผัสเย็นบ้าง ร้อนบ้าง ตึงบ้าง หย่อนบ้าง อ่อนแข็งบ้าง ไหวบ้าง สบาย ไม่สบาย คิดนึก ใจรู้สึกอะไรไปต่างๆ ก็ให้สังเกตไปทั้งหมด ที่เกิดที่กายที่ใจนี้ หมั่นสังเกต หมั่นระลึกบ่อยๆ สติก็จะเจริญขึ้น และจะเก่งเท่าทันต่อสภาวะ นอกจากนี้ ก็ฝึกให้ปล่อยวางอยู่ในตัว คือ ต้องรู้ละรู้ปล่อยรูวาง ในที่สุดสมาธิก็จะเกิดขึ้นมาเอง

3. ยุคันทธสมถวิปัสสนา สมถะมีวิปัสสนาเข้าคู่กัน เจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไปซึ่งคนในยุคปัจจุบันส่วนใหญ่จะเหมาะแก่กับประเภทนี้ เพราะคนในยุคปัจจุบันจะให้ไปเจริญสมถะจนได้ฌาน ให้จิตดับนิ่ง สามารถเข้าฌาน ออกฌาน ได้คล่องแคล่วนั้น ไม่ใช่ทำได้ง่าย เพราะต้องอยู่ในสถานที่สงบวิเวกจริงๆ มีคนเป็นส่วนน้อยที่อยู่ในสถานที่ไม่สงบ แต่สามารถทำจิตให้หนึ่งจนได้ฌาน (เรียกเต็มว่า สมถวิปัสสนา ยุคันทธภาวนาการเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไปด้วยกัน) การเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กัน

¹⁷ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ 55, (ประเทศจีน, 2564), หน้า 437.

ไป วิธีปฏิบัติก็คือเจริญสมถกรรมฐาน ซึ่งมีวิธีการเจริญได้หลายอย่าง จะเจริญอาณาปานสติ คือ ดูลมหายใจเข้าออก คู่กับวิปัสสนาก็ได้ อาณาปานสติ คือ การกำหนดระลึกรู้ลมหายใจเข้าออก การเจริญอาณาปานสตินี้เป็นสมถกรรมฐาน เพราะเป็นการระลึกร่างกายบัญญัติจะเจริญมรณานุสติ คือระลึกถึงความตายคู่กับวิปัสสนาก็ได้ หรือจะเจริญเมตตา คือแผ่เมตตาคู่กับวิปัสสนาก็ได้ เจริญเมตตาเป็นสมถกรรมฐาน ระลึกรู้สภาวะเป็นวิปัสสนากรรมฐาน เป็นต้น

4. ัมมเหตุจจวิคคหิตมานัส วิธีปฏิบัติเมื่อจิตถูกชักให้เขวด้วยธรรมเหตุจจ คือความฟุ้งซ่านธรรมหรือตื่นธรรม (ความเข้าใจผิดยึดเอาที่ประสบในระหว่างเป็นมรรค ผล นิพพาน)

เมื่อกกล่าวโดยสรุปจากวิธีทั้ง 4 นั้น ย่อให้สั้นเหลือเพียง 2 อย่าง คือ วิปัสสนามีสมถะนำหน้า และสมถะมีวิปัสสนานำหน้า¹⁸

ดังพระไตรปิฎกกล่าวว่าผลในการเจริญทั้ง 4 อย่างนั้นเป็นไปเพื่อละอนุสัยขั้นที่สุด เป็นดังนี้คือ

1) ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญวิปัสสนาอันมีสมถะนำหน้า เมื่อเธอเจริญวิปัสสนาอันมีสมถะนำหน้า มรรคย่อมเกิด เธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป

2) ภิกษุเจริญสมถะอันมีวิปัสสนานำหน้า เมื่อเธอเจริญสมถะอันมีวิปัสสนานำหน้ามรรคย่อมเกิด เธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป

3) ภิกษุเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป เมื่อเธอเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป มรรคย่อมเกิด เธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป

4) ภิกษุมีใจถูกอุทัจจะในธรรมกันไว้ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดขึ้นแก่เธอ เธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป¹⁹

¹⁸ กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม, คู่มือปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรศาสน์ไทย การพิมพ์, 2557), หน้า 11.

¹⁹ อัง.จตุกก. (ไทย) 21/170/238.

2.2.2 อารมณ์ของบริการภavanaแบบสมถกรรมฐาน หรือ สมภavana

การปฏิบัติกรรมฐานนั้นคือการใช้จิตเพ่งอารมณ์หรือวัตถุเพื่อให้จิตเกิดความแนบแน่น เกาะติดอารมณ์นั้นอยู่ตลอดเวลา ดังนั้นการเข้าใจอารมณ์ของกรรมฐานจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในการทำให้ การปฏิบัติกรรมฐานบรรลุถึงเป้าหมาย

คำว่า “อารมณ์” ในที่นี้หมายถึง “เครื่องยึดเหนี่ยวของจิต สิ่งที่จิตยึดเหนี่ยว สิ่งที่ถูกรู้ หรือถูก รับรู้” หรือนอกจากนั้นยังหมายถึง สิ่งยึดเหนี่ยวของจิตโดยผ่านทางตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ²⁰32 เช่น รูปเป็นอารมณ์ของตา เสียงเป็นอารมณ์ ของหู กลิ่นเป็นอารมณ์ของจมูก รสเป็นอารมณ์ ของลิ้น เป็นต้น อารมณ์ในที่นี้สามารถแยกประเภทของอารมณ์กรรมฐานตามลักษณะของการเจริญ กรรมฐานคือ หาก อารมณ์นั้นใช้เป็นเครื่องเพ่งเฉย ๆ จัดเป็นอารมณ์ของสมถกรรมฐาน ส่วนอารมณ์ ของวิปัสสนากรรมฐาน เป็นลักษณะ

พระอุปัชฌาย์ได้จำแนกอารมณ์ของสมถกรรมฐานในคัมภีร์วิมุตติมรรคของได้แบ่ง อารมณ์ของสมถกรรมฐานไว้ 38 ประการ คือ 1) กสิณ 10 2) อสุภ 10 3) อนุสสติ 10 4) อัปมัณญา 4 5) อาหาเรปฏิกูลสัญญา 1 6) จตุธาตวัญฐาน 1 7) อาภิญญาญาณายตนะ 1 8) เนวสัญญานาสัญญาตนะ 1²¹

ส่วนในคัมภีร์วิสุทธิมรรคของพระพุทธโฆษาจารย์ได้จำแนกอารมณ์สมถกรรมฐานไว้ ทั้งหมด 40 ประการ²² โดยเพิ่มอากาสาณัญญาตนะ 1 และวิญญาณัญญาตนะ 1 ดังนั้น ในการ ปฏิบัติสมถกรรม ฐานนี้จะถือเอาสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นอารมณ์ก็ได้ในบรรดากรรมฐาน 40 ซึ่งต้องขึ้นอยู่กับ จิตของแต่ละคน เช่น คนที่มีโทสะจริต พระวิปัสสนาจารย์จะแนะนำให้เจริญพรหมวิหาร 4 โดยเฉพาะ อย่างยิ่งเมตตาพรหมวิหาร เพื่อทำให้จิตของผู้ปฏิบัติเกิดความเบาสบายและบรรลุเป็นฌานได้เร็ว ถ้ามี ราคะจริต ท่านจะแนะนำให้ เจริญอสุภกรรมฐาน เป็นต้น

อารมณ์ของสมถกรรมฐานทั้ง 40 ประการ สามารถจำแนกออกได้ 7 หมวด เพื่อให้เกิดความ เข้าใจจึงยกมาแสดงประกอบ ดังนี้

²⁰ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542, หน้า 1367.

²¹ พระอุปัชฌาย์ วจนา, วิมุตติมรรค, คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย แพล จาก ฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสมเถระและพระเขมินท์เถระ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย, 2538), หน้า 63.

²² พระพุทธโฆษาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), คัมภีร์วิสุทธิมรรค, พิมพ์ครั้งที่ 14, (ประเทศจีน, 2562) หน้า 191.

1) กลิณ 10

คำว่า กลิณ แปลว่า ทั้งหมด หรือ วัตถุสำหรับเพ่งเพื่อให้จิตเป็นสมาธิ²³ และเป็นบ่อเกิด แห่งธรรมที่มีกลิณเป็นอารมณ์²⁴ และตามความหมายว่า ความแผ่ขยายไปทั่ว ดังที่กล่าวไว้ว่า “เมื่อบุคคลระลึกถึงพระพุทธคุณ ปิety่อมแผ่ซ่านไปทั่วร่างกาย เมื่อคิดขยายปฐวีกลิณ กลิณนั้นก็แผ่ขยายไปทั่วชมพูทวีป จิตที่มีปฐวีกลิณเป็นอารมณ์ เป็นเหมือนร่างกายที่เอิบอาบไปด้วยความสุข”²⁵

กลิณ 10 ประกอบด้วย 1) ปฐวีกลิณ 2) อาโปกลิณ 3) เตโชกลิณ 4) วาโยกลิณ 5) นีลกกลิณ 6) ปีตกลิณ 7) โลหิตกลิณ 8) โอทาทกลิณ 9) อากาศกลิณ 10) อาโลกกลิณ²⁶

2) อสุภะ 10

คำว่า “อสุภะ” แปลว่า ไม่สวยไม่งาม มาจากศัพท์เดิม คือ อ+สุภ อ เป็น คำปฏิเสธมา จากบทเดิม คือ น แปลว่าไม่ สุภ แปลว่าสวยงาม ตั้งวิเคราะห์ศัพท์ว่า “น สุภ = อสุภ ” แปลว่า “สิ่งที่ไม่สวยไม่งาม ชื่อว่า อสุภะ”²⁷ พระพุทธเจ้าได้ทรงแนะนำไว้สำหรับคนที่มีราคะจริต เพื่อจะได้ทำลาย ล้างกิเลส ความหลงคิดว่ากายนี้สวยงาม นักปฏิบัติสามารถพิจารณาอสุภกรรมฐานได้จนจิตเป็นหนึ่ง คือ เอกัตตารมณ์ หรืออารมณ์เป็นหนึ่งเดียว จนได้ถึงเป็นฌาน 4

ในอสุภะ 10 พิจารณาซากศพอันมีลักษณะ 10 ประการ ดังนี้ คือ 1) พิจารณาซากศพที่ ตัวแข็ง 2) พิจารณาซากศพที่เริ่มบวมพอง 3) พิจารณาซากศพที่พองมากขึ้น 4) พิจารณาซากศพเนื่อ หนึ่งปริ 5) พิจารณาซากศพที่ส่งกลิ่นเหม็น 6) พิจารณาซากศพที่ถูกสัตว์กัดเคลื่อนกระจาย 7) พิจารณาซากศพที่มีแมลงวัน หนอน มดกินซากศพ 8) พิจารณาซากศพที่เหลือน้อยแต่กลิ่นเหม็นมาก มีเลือดไหลออกอยู่ 9) พิจารณาซากศพที่มีหมู่หนอน 10) พิจารณาซากศพที่มีแต่ฟันและกระดูก²⁸

²³ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 47, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธีม, 2565), หน้า 272.

²⁴ **ที.ปา.** (ไทย) 11/346/361.

²⁵ พระอุปัชฌาย์ ระจนา, **วิมุตติมรรค**, คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย แปล จากฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสมเถระและพระเขมินเถระ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2538), หน้า 72.

²⁶ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ.9), **หลักปฏิบัติสมณะวิปัสสนากรรมฐาน**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2531), หน้า 12.

²⁷ พระปลัดวิสุทธิ์ คุตตชโย, **คู่มือการเรียนการสอนปริจเฉทที่ 8, 9 (ชั้นมัธยมศึกษาภิธรรมมิกะโท)**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ทิพยวิสุทธิ์, 2540), หน้า 63.

²⁸ พระธรรมธีรราชมหามุนี, **คำถาม-คำตอบ เรื่องวิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ 5, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2549), หน้า 6-7.

3) อนุสสติ 10

คำว่า อนุสสติ หมายความว่า การระลึกเนื่องๆ อนุสสติมาจากศัพท์เดิม คือ อนุ+สติ, อนุ แปลว่า เนื่องๆ สติ แปลว่า ระลึก ตั้งวิเคราะห์ศัพท์ว่า “อนุปุณปุณ สติ = อนุสสติ” แปลว่า “การระลึกเนื่องๆ ชื่อว่า อนุสสติ”²⁹ อนุสสติคือการระลึกถึงสิ่งที่เป็นเรื่องบัญญัติ 10 อย่างนี้เป็นกรรมฐาน ที่เหมาะกับนิสัยอารมณ์ของนักปฏิบัติผู้มีศรัทธาจริต

- 1) พุทธานุสสติ คือ ให้ระลึกนึกถึงพระคุณความดีของพระพุทธเจ้า
- 2) อัมมานุสสติ คือ ตั้งสติระลึกนึกถึงคุณความดีของพระธรรม
- 3) สังฆานุสสติ คือ การระลึกนึกถึงความดีของพระสาวกขององค์พระผู้มีพระภาคเจ้า ที่ประพฤติปฏิบัติตรงตัจจริงตามพระธรรมคำสั่งสอน
- 4) สีลานุสสติ คือ การตั้งใจระลึกนึกถึงพระคุณความดีของผู้มีศีล 5
- 5) จาคานุสสติ คือ การให้บริจาคทาน
- 6) เทวตานุสสติ เทวดา แปลว่า ผู้มีจิตใจดีงาม จิตใจประเสริฐ
- 7) อุปमानุสสติ คือ ระลึกถึงคุณพระนิพพานซึ่งเป็นที่ระงับกิเลสและกองทุกข์ นิพพาน
- 8) มรณานุสสติ เป็นการภาวนาระลึกนึกถึงความตายไว้เป็นอารมณ์ ระลึกถึงความตายอันจะมาถึงตน
- 9) กายคตาสติ คือ การระลึกนึกถึงร่างกายคน สัตว์ ตามความเป็นจริงว่า สกปรกไม่สวยไม่งาม
- 10) อานาปานุสสติ คือ ตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก³⁰ ตลอดเวลาที่มีสมาธิภาวนาอยู่ อานาปานานุสสตินี้มีสมาธิเป็นผลถึงฉาน 4

ในอังคุตตรนิกาย ฉกกนิบาต กล่าวถึง อนุสสติฐานสูตรไว้ 6 ประการ เป็นอุปจาร กรรมฐานสำหรับคฤหัสถ์ เหมาะกับคฤหัสถ์ เพราะเป็นประโยชน์เกื้อกูลและให้ความสุขทั้งในภพนี้ และภพหน้ามี 6 ประการ คือ 1) พุทธานุสสติ การระลึกถึงพระพุทธเจ้า 2) อัมมานุสสติ การระลึกถึงพระธรรม 3) สังฆานุส

²⁹ พระปลัดวิสุทธิ์ คุตตชโย, คู่มือการเรียนการสอนปริจเฉทที่ 8, 9 (ชั้นมัธยมศึกษาอภิธรรมมิกะโท), (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิทยวิสุทธิ์, 2540), หน้า 64.

³⁰ พระธรรมธีรราชฆานามุนี, คำถาม-คำตอบ เรื่องวิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ 5, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2549), หน้า 8.

สติ การระลึกถึงพระสงฆ์ 4) สีลานุสสติ การระลึกถึงศีล 5) จาคานุสสติ การระลึกถึงการบริจาค 6) เทวตานุสสติ การระลึกถึงเทวดา³¹

4) พรหมวิหาร หรืออัปมัณญา 4

อัปมัณญา หมายความว่า ธรรมที่เป็นไปในสัตว์ทั้งหลายหาประมาณมิได้ ไม่มีจำกัด ตั้งวิเคราะห์ ศัพท์ว่า อปฺปมาเนสุ สุตเตสุ ภาวติ = อปฺปมณฺญา ธรรมที่เป็นไปในสัตว์ทั้งหลายหาประมาณมิได้ ไม่มีจำกัด ฉะนั้น ชื่อว่า อัปมัณญา³²

- 1) เมตตา มีจิตรักปรารถนาดีต่อคน สัตว์ที่เป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตาย
- 2) กรุณา มีจิตคิดช่วยเหลือ สงเคราะห์ให้พ้นจากความทุกข์ยาก
- 3) มุทิตา มีจิตพลอยยินดี เมื่อเห็นผู้อื่นได้ดี
- 4) อุเบกขา มีอารมณ์วางเฉยจากอารมณ์ทั้งปวง³³

5) อรูปฌาน 4

อรูปฌาน 4 คือ การภาวนาอยู่ในอารมณ์ของฌานที่ไม่มีรูปร่าง ไม่เห็นด้วยตา แต่มีอยู่ อรูปฌานนี้เป็นฌานละเอียด และอยู่ในระดับฌานสูงสุด พิจารณาทุกสิ่งทุกอย่างรวมทั้งของที่มองไม่เห็น คือ อากาศ สัญญา สังขาร แล้วก็สูญสิ้นแล้วเข้าใจสภาพทุกอย่างตามความจริง อรูปฌานนี้มี ลักษณะเป็นฌานอารมณ์จิตไม่ยึด ไม่เกาะในรูปลักษณ์ หรือไม่มีรูปลักษณ์ ได้อรูปฌานทั้ง 4

1) อากาสนัญญายตนะ เรียกอีกอย่างว่า สมาบัติ 5 ในวิสุทธิมรรค กล่าวว่า ผู้ที่จะเข้ากรรมฐานอรูปฌานอากาสนัญญายตนะ ต้องเข้าฌานในกสิณ 10 กองใดกองหนึ่งให้เป็นฌาน 4 ก่อน แล้วขอให้นิมิตกสิณกองนั้นหายไป ละทิ้งรูปนิมิตกสิณ ถืออากาศเป็นอารมณ์ จนวงอากาศเกิดเป็น นิมิต ที่มีขอบเขตกว้างใหญ่ จนจิตรักษาอากาศไว้เป็นอารมณ์ โดยกำหนดจิตใจว่า อากาศไม่มีที่สิ้นสุด จนจิตเป็นอุเบกขารมณ์ คือ อรูปฌาน 1 หรือ สมาบัติ 5 ต่อจากฌาน 4 เรียกว่าสมาบัติ 5 อากาศไม่มีที่สิ้นสุด

2) วิญญานัญญายตนะ วิญญานไม่มีที่สุด หมายถึง กำหนดวิญญาน ซึ่งไม่มีรูปลักษณ์ เป็นอารมณ์ เริ่มด้วยการจับกสิณ 10 เป็นรูปนิมิต จนจิตเป็นฌาน 4 เปลี่ยนจากกสิณนิมิตเป็นภาพ อากาศกสิณแทน เปลี่ยนจากอากาศโดยตั้งใจกำหนดจดจำว่าอากาศที่เป็นนิมิตนี้ถึงแม้จะไม่มีรูปก็ตาม แต่ก็ยัง

³¹ อภ.ฉก. (ไทย) 22/9/240.

³² พระปลัดวิสุทธิ์ คุตตชโย, คู่มือการเรียนการสอนปริจเฉทที่ 8, 9 (ชั้นมัธยมศึกษาอักษรธรรมมิกะโท), (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ์, 2540), หน้า 65.

³³ ที.ปา. (ไทย) 11/308/280.

หยาบอยู่มาก จับเอาเฉพาะวิญญาณตัวรู้สึกทางตา หู จมูก ลิ้น กายใจ เป็นอารมณ์ แล้ว กำหนดทางจิตว่า วิญญาณ ความรู้สึกทางอายตนะ 6 ทั้งหลายกว้างใหญ่หาที่สุดมิได้ จิตรู้ว่าวิญญาณ กว้างใหญ่ไม่มีที่สิ้นสุด

3) อากิญจัญญายตนะ ความไม่มีอะไร ภาวนาต่อจากอรุปรมาณที่ 2 คือ วิญญาณัญจายตนะ โดยเข้าฌาน 4 ในวิญญาณกำหนดวิญญาณไม่มีจุดจบสิ้นแล้ว

4) เนวสัญญานาสัญญายตนะ สัญญาละเอียดปราศจากสัญญาหยาบซึ่งจะว่ามีสัญญาก็ ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่³⁴

6) อหारेปฏิกูลสัญญา

อหारेปฏิกูลสัญญา คือ การกำหนดพิจารณาความเป็นปฏิกุลของอาหาร³⁵ หรือการเพ่งอาหารให้เห็นเป็นของปฏิกุลน่าเกลียด จัดเข้าในหมวดสัญญา เมื่อบุคคลทำให้มากแล้วย่อมได้ผลมาก มีอาานิสงส์มาก สามารถหยั่งลงสู่อมตะ คือ นิพพานมี 5 อย่าง คือ 1) อนิจจสัญญา กำหนดความไม่เที่ยงแห่งสังขาร 2) อนัตตสัญญา กำหนดความเป็นอนัตตาแห่งธรรมทั้งปวง 3) มรณสัญญา กำหนด ความตายว่าจะต้องมาถึงเป็นธรรมดา 4) อหारेปฏิกูลสัญญา กำหนดความเป็นปฏิกุลของอาหาร 5) สัพพโลเกอนภิตตสัญญา กำหนดความไม่น่าเพลิดเพลินในโลกทั้งปวง³⁶

7) หมวดจตุธาตวัญฐาน

การพิจารณาแยกส่วนต่างๆ ของร่างกายให้เห็นว่าเป็นธาตุ 4 คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ตาม ลักษณะของธาตุเมื่อแยกธาตุดูออกจากกันจะไม่เห็นความเป็นมนุษย์ ความสวยงามไม่มี เป็นเพียง อุปาทานทางจิตเท่านั้น³⁷

2.2.3 อุปสรรคของสมถกรรมฐาน

อุปสรรคที่กั้นไม่ให้จิตของผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐานเรียกว่านิวรรณ์ 5 ซึ่งจัดเป็นอกุศลจิต ระดับปริยัญฐานกิเลส จึงเป็นธรรมที่เป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลุความดี³⁸ สิ่งที่ขัดขวางจิต ไม่ให้ก้าวหน้า ในการบรรลุธรรมคือ

³⁴ ที.ปา. (ไทย) 11/308/281.

³⁵ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 47, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม, 2565), หน้า 277.

³⁶ อัง.ปญจก. (ไทย) 22/61/110.

³⁷ เสวตร เปี่ยมพงศ์สานต์, พุทธวิปัสสนา, (พระนคร: รัชดารมภ์การพิมพ์, 2505), หน้า 3-4.

³⁸ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 39, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม, 2565), หน้า 199.

1) **กามฉันทนิรวรณ** หมายถึง ความกำหนัดหมกมุ่นอันมีราคะเป็นต้น ถ้ามันครอบงำจิตใจผู้ใดแล้ว จิตใจผู้นั้นก็มืดมัวหม่นหมองไม่เห็นเหตุผลอันผิดถูกได้ ชั่วดี บาปบุญได้ เพราะความ ออยาก ความต้องการอารมณ์หรือวัตถุที่เป็นกามคุณก็ดี ความพึงพอใจความยินดีคลั่งไคล้ในกาม อารมณ์ก็ดีเรียกว่า กามฉันทนิรวรณ เพราะกามคุณเป็นตัวอารมณ์ แต่ที่เข้าไปยึดติดใจเป็นตัวกาม ฉันทนิรวรณ คือ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ที่น่าใคร่ น่าปรารถนา เป็นตัวที่เข้าไปยินดีติดใจ ความยินดีติดใจ อันนี้เป็นตัวกามฉันท นิรวรณ ก็เพราะโลกเจตสิก มีความโลกความต้องการติดใจในอารมณ์เป็นโลกะ เหมือนที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า เมื่อกามฉันท คือความพอใจในกามารมณ์ มีภายในจิตย่อมรู้ชัดว่ากามฉันทมีอยู่ภายในจิตของเรา หรือเมื่อ กามฉันทไม่มีภายในจิตย่อมรู้ชัดว่ากามฉันท ไม่มีภายในจิต³⁹ ดังนั้นเมื่อกามฉันทนิรวรณเกิดขึ้น ต้องระลึก รู้เท่าทันความคิด ความตรึกนึกคิด เมื่อเกิดกามฉันทนิรวรณ ขึ้นมาแล้ว ก็ต้อง กำหนดรู้สภาวะของกามฉันท นิรวรณนั้น ก็จะสงบตัวลงได้

2) **พยาบาทนิรวรณ** หมายถึง ความขัดเคืองใจ การร้าย การผูกใจซึ่งเคียดอันมีผลมาจากความ โกรธเป็นเจ้าเรือนถ้ามันครอบงำจิตใจผู้ใดแล้ว จิตใจผู้นั้นก็เดือดดาลงุ่นง่านมัวมืดมองไม่เห็น เหตุผลที่ผิด ถูกบาปบุญคุณโทษได้เพราะจิตโกรธ ขุ่นเคือง ความรังเกียจ ความเกลียด ความต้องการ ที่ จะเบียดเบียน ผู้อื่น ความปรารถนาให้ผู้อื่นฉิบหาย ในขณะที่พยาบาทนิรวรณเกิดขึ้น พึงกำหนดว่า โกรธหนอ เกลียดหนอ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า เมื่อพยาบาทมีภายในจิตย่อมรู้ชัดว่าพยาบาทมีอยู่ ภายในจิตของเราหรือเมื่อพยา บาทไม่มีภายในจิตย่อมรู้ชัดว่าพยาบาทไม่มีภายในจิต⁴⁰

3) **ถีนมิทรนิรวรณ** หมายถึง ความหดหู่และเซื่องซึม เคลิบเคลิ้ม ความคร้าน หรือเจียบสจัต มี การปล่อยสติเป็นต้น ถ้ามันเข้าครอบงำจิตใจผู้ใดแล้ว จิตใจผู้นั้นก็จะอ่อนเพลียซึมเซาไม่คล่อง ไม่รับรู้ อารมณ์ที่ผ่านเข้ามาทางอายตนะ 6 เป็นต้นในขณะที่ถีนมิทรนิรวรณเกิดขึ้น พึงกำหนด ว่า เซื่อง ซึม ท้อแท้ หนอ เกียจคร้านหนอ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า เมื่อถีนมิทรนิรวรณมีภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่า ถีนมิทรนิรวรณมี อยู่ภายในจิต⁴¹

4) **อุทัจจกุกุกจนิรวรณ** หมายถึงความฟุ้งซ่านและความรำคาญใจ มีความกระสับ กระส่าย กระจายฟุ้ง เมื่อครอบงำจิตใจผู้ใดแล้ว จิตใจผู้นั้นก็จะไม่มีความสงบ และมีแต่ความเศร้า โศกเสีย เป็นต้น ความฟุ้งซ่านและความรำคาญใจมีความต่างกัน ความฟุ้งซ่านเป็นไปพร้อมด้วยโลกะก็ได้ เป็นไป พร้อมด้วย โทสะก็ได้ แต่ความรำคาญใจเป็นไปพร้อมกับโทสะเท่านั้น พระพุทธเจ้า ตรัสไว้ว่า เมื่อ อุทัจจกุกุกจ นิรวรณ มีภายในจิตย่อมรู้ชัดว่า อุทัจจกุกุกจนิรวรณ มีอยู่ภายในจิต⁴²

³⁹ ที.ม. (ไทย) 14/290/223.

⁴⁰ ที.ม. (ไทย) 14/290/224.

⁴¹ ที.ม. (ไทย) 14/290/224.

⁴² ที.ม. (ไทย) 14/290/224.

5) วิจิกิจฉานิรวรณ หมายถึง ความล่งเลสงสัย ไม่นั่นอน ก็จะมีความทำไว้ในใจโดยอุบายที่ไม่ถูกต้องเป็นต้นเหตุ เพราะความสงสัยล่งเลใจในสิ่งทีที่ควรเชื่อ มันก็เกิดขึ้นได้ กั้นความดี บางทีนั้นกรรมฐานไปก็เกิดความสงสัยเสียแล้ว ปฏิบัติอย่างนี้มันจะถูกหรือ เอาแบบนั้นดีกว่ามัน ทำ อย่างนั้นไม่ถูกมาอย่างนี้ มันสงสัยอยู่ตกลงใจไม่ได้ ก็ต้องมีสติรู้เท่าทัน ความสงสัยเกิดขึ้นก็รู้ ลักษณะ ความสงสัย จิตจะได้อกลับเป็นปัจจุบันขึ้น ในขณะที่วิจิกิจฉานิรวรณเกิดขึ้น ฟังกำหนดว่า สงสัยหนอ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “เมื่อวิจิกิจฉามีภายในจิตย่อมรู้ชัดว่าวิจิกิจฉามีอยู่ภายในจิต”⁴³ นอกจากนี้ พระพุทธเจ้าทรงตรัสหลักการฉานิรวรณไว้ว่า

“โยคีฟังฉานิรวรณ 5 ด้วยการเจริญสติปฏิฐาน 4 คือ พิจารณาดูกายในกาย มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชมาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาดูเวทนาในเวทนา มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชมาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาดูจิตในจิต มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชมาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาดูธรรมในธรรม มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชมาและโทมนัสในโลกได้”⁴⁴

2.2.4 ธรรมเนียมที่ควรกับจริตของผู้ปฏิบัติสมณธรรมฐาน

จริต 6 หมายถึง ความประพฤติปกติ ความประพฤติซึ่งหนักไปทางใดทางหนึ่งอันเป็นปกติประจำอยู่ในสันดาน พื้นเพของจิต อุปนิสัย พื้นนิสัย แบบหรือประเภทใหญ่ ๆ แห่งพฤติกรรมของคนตัวความประพฤติเรียกว่า จริยา บุคคลผู้มีความประพฤติอย่างนั้น ๆ เรียกว่าจริต ซึ่งมีลักษณะ แตกต่างกันไป คือ

- 1) รากจริต หมายถึง ผู้มีรากะเป็นความประพฤติปกติ ประพฤติหนักไปทางรักสวย รักงาม หงุดหงิด
- 2) โทสจริต หมายถึง ผู้มีโทสะเป็นความประพฤติปกติ ประพฤติหนักไปทางใจร้อน
- 3) โมหจริต หมายถึง ผู้มีโมหะเป็นความประพฤติปกติ ประพฤติหนักไปทางเขลา เหนงา ซึมเงื่อง งง งามาย
- 4) สัทธาจริต หมายถึง ผู้มีศรัทธาเป็นความประพฤติปกติ ประพฤติหนักไปทางมีจิต ซาบซึ้งขึ้น บาน น้อมใจเลื่อมใสโดยง่าย
- 5) พุทธิจริต หรือ ญาณจริต หมายถึง ผู้มีความรู้เป็นความประพฤติปกติ ประพฤติหนัก ไปทางใช้ความคิดพิจารณา

⁴³ ที.ม. (ไทย) 14/290/225.

⁴⁴ ที.ม. (ไทย) 10/160/105.

6) วิตกจริต หมายถึง ผู้มีวิตกเป็นความประพฤติปกติ ประพฤติหนักไปทางนึกคิด จับจด ฟุ้งซ่าน

จริต 6 นั้นพบว่า มีจุดประสงค์ที่มุ่งเน้นไปสู่การเตรียมตัวเพื่อพัฒนา ปัญญาของบุคคลที่มีจริต ต่างกัน แล้วเลือกแนวทางการเจริญสมถกรรมฐาน 40 ประการ เป็นหลักใหญ่ โดยอ้างอิง หลักฐานที่พบ ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา เบื้องต้นเป็นการพบหลักฐานในพระไตรปิฎก ซึ่งพระสารี บุตรได้กล่าวยก ย่องพุทธคุณ เรื่องพระผู้มีพระภาคทรงมีพระจักขุแจ่มแจ้งด้วยพุทธจักขุ

ในการปฏิบัติกรรมฐานให้บรรลุเป้าหมาย พระพุทธเจ้ามีความเข้าใจภูมิจิตหรือจริตซึ่งเป็น พฤติกรรมของจิตทำอยู่เป็นประจำว่า (1) บุคคลนี้มีราคจริต (2) บุคคลนี้มีโทสจริต (3) บุคคลนี้มีโมหจริต (4) บุคคลนี้มีวิตกจริต (5) บุคคลนี้มีสัทธาจริต (6) บุคคลนี้มีญาณจริต ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงได้แนะนำ กรรมฐานที่เหมาะสมแก่จิตของแต่ละคนคือ อสุภกถาแก่บุคคลราคจริต ตรีสการเจริญเมตตา แก่บุคคล โทสจริต ย่อมทรงแนะนำบุคคลโมหจริตให้ดำรงอยู่ในการเล่าเรียน การไต่ถาม การฟังธรรม ตามกาล การ สนทนาธรรมตามกาล การอยู่ร่วมกับครู ย่อมตรัสอานาปานสติแก่บุคคลวิตกจริต ตรีส บอคนิมิตที่น่า เลื่อมใสความตรัสรู้ชอบของพระพุทธเจ้า ความเป็นธรรมดีแห่งพระธรรมการ ปฏิบัติ ชอบของพระสงฆ์ และศีลของตนแก่บุคคลสัทธาจริต ย่อมตรัสนิมิตแห่งวิปัสสนา มีอาการไม่เที่ยง มี อาการเป็นทุกข์ มี อาการเป็นอนัตตาแก่บุคคลญาณจริต⁴⁵

นอกจากนี้ในคัมภีร์วิมุตติมรรค คัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ ได้ อธิบาย ความเพิ่มเติมเกี่ยวกับกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตทั้ง 6 โดยอาศัยเค้าโครงจากหลักฐานใน พระไตรปิฎก โดยเน้นในแนวทางของการเจริญสมถกรรมฐาน 40 ประการเป็นหลักเช่นเดียวกัน ซึ่ง พอจะสรุป เรื่องของ จริต 6 ประเภทกับการปฏิบัติธรรมได้ดังนี้

1) กรรมฐานที่เหมาะสมกับคนราคจริต พระพุทธเจ้าตรัสอสุภกถาแก่บุคคลราคจริต ซึ่งอสุภะ คือ การพิจารณาซากศพ 10 อย่าง การเจริญอสุภะสามารถกำจัดราคะความกำหนัดยินดีได้โดยการพิจารณา เห็นสังขารธรรมทั้งปวงไม่ใช่ สิ่งสวยงาม จึงพึงเจริญอสุภะเพื่อละราคะ⁴⁶ ในคัมภีร์วิมุตติมรรค ได้อาศัย เค้าโครงจากพระไตรปิฎก ดังที่ได้กล่าวมาข้างต้นมาอธิบายขยายความเพิ่มเติมเรื่องของกรรมฐานที่ควร เจริญ และควรงดเว้น สำหรับคนราคจริตไว้ คือ บุคคลราคจริต ผู้มีอินทรีย์อ่อนควรเจริญอสุภะสัญญา 10 เพื่อข่ม ราคะ และกายคตาสติ ไม่ควรเจริญอัปปมัญญา 4 เพราะนิमितของอัปปมัญญาเป็นสิ่งดงาม

⁴⁵ ข.ม. (ไทย) 29/156/430

⁴⁶ ข.อ. (ไทย) 25/31/235.

ส่วนในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ กล่าวถึงกรรมฐานที่เหมาะสมกับโรคจิตว่า คนโรคจิต เหมาะกับ กรรมฐาน 11 ประการ คือ อสุภ 10 และกายคตาสติ 1⁴⁷

2) กรรมฐานที่เหมาะสมกับคนโทสจริต พระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนการเจริญเมตตาแก่บุคคลโทสจริต ในคัมภีร์วิมุตติมรรค ได้อาศัยเค้าโครงจากพระไตรปิฎกตั้งที่ได้กล่าวมาข้างต้นมาอธิบาย ขยายความเพิ่มเติมเรื่องของกรรมฐานที่ควรเจริญและ ควรงดเว้นสำหรับคนโทสจริตไว้ คือ บุคคลโทสจริต ผู้มีอินทรีย์อ่อนควรเจริญอัมปัญญา 4 เพราะจะข่มโทสะได้ หรือวิถนณกสิณ เพราะจิตนุ่มไป ในกัมมัฏฐานนั้น ผู้มีอินทรีย์แก่กล้าควรปฏิบัติอายุตนะพิเศษ (อรุปรกรรมฐาน) แต่ไม่ควรเจริญอสุภสังขยา 10 เพราะจะเกิดปฏิฆสังขยา

3) ผู้มีโมหจริตต้องสั่งสมอบรมปัญญาด้วยการศึกษา ยังไม่ควรปฏิบัติกัมมัฏฐาน ควรทำการศึกษาพระธรรม ฟังธรรมตามกาล ควรอยู่กับอาจารย์เพื่อสั่งสมปัญญาและอาจารย์พึงมอบกรรมฐานให้ภายหลังสักหนึ่งประการ และเห็นว่ามรณสติ และจตุธาตวัญฐานเหมาะสมเป็นพิเศษ อีกประการหนึ่งบุคคลโมหจริตมีอินทรีย์อ่อน ควรปฏิบัติอานาปานสติ⁴⁸ ส่วนในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและ คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ กล่าวถึงกรรมฐานที่เหมาะสมกับบุคคลโมหจริตว่าคือ การเจริญอานาปานสติ และการเพ่งกสิณขนาดใหญ่กว่าขัน โอบจนถึงจวนข้าว

4) กรรมฐานที่เหมาะสมกับคนสัทธาจริต พระพุทธเจ้าทรงตรัสบอกนิมิตที่น่าเลื่อมใสความตรัสรู้ชอบของพระพุทธเจ้า ความเป็นธรรมดีแห่งพระธรรมการปฏิบัติชอบของพระสงฆ์ และศีลของตนแก่บุคคลสัทธาจริต ในคัมภีร์วิมุตติมรรค กรรมฐานที่ควรเจริญและควรงดเว้นสำหรับคน สัทธาจริต ไว้ คือ บุคคลสัทธาจริตผู้มีอินทรีย์แก่กล้า ควรปฏิบัติอนุสสติ 6 เริ่มด้วยพุทธานุสติ ส่วนในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและ คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ กล่าวถึงกรรมฐานที่เหมาะสมกับบุคคลสัทธาจริตว่า บุคคล สัทธาจริต เหมาะกับ อนุสสติ 6 คือ พุทธานุสติ ธรรมานุสติ สังฆานุสติ สีลานุสติ จาคานุสติและเทวดานุสติ⁴⁹ ซึ่ง สอดคล้องกับที่กล่าวไว้ในคัมภีร์วิมุตติมรรค

5) กรรมฐานที่เหมาะสมกับคนพุทธิจริต ในพระไตรปิฎก พระพุทธเจ้าทรงตรัสบอกนิมิตแห่งวิปัสสนา มีอาการไม่เที่ยง มีอาการเป็นทุกข์ มีอาการเป็นอนัตตาแก่บุคคลญาณจริต ในคัมภีร์วิมุตติมรรค ได้อาศัยเค้าโครงจากพระไตรปิฎกตั้งที่ได้กล่าวมาข้างต้นมาอธิบายขยายความเพิ่มเติม เรื่อง ของกรรมฐานที่ควรเจริญและควรงดเว้นสำหรับคนพุทธิจริตไว้ คือ บุคคลพุทธิจริตควรปฏิบัติ จตุธาตวัญฐาน อหारे

⁴⁷ วิสุทธิ. (ไทย) 191.

⁴⁸ พระอุปติสสเถระ วจนา, **วิมุตติมรรค**, คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย แปล จากฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสมเถระและพระเขมินทเถระ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2538), หน้า 58, หน้า 61-62.

⁴⁹ วิสุทธิ. (ไทย) 191.

ปฏิญญา มรณสติ และอุปมานุสสติ และไม่ควรถูกห้ามกัมมฐานใด ๆ เลย ส่วนในคัมภีร์วิสุทธิมรรค และคัมภีร์อิทธิธรรมมัตถสังคหะ กล่าวถึงกรรมฐานที่เหมาะสมกับบุคคล พุทธิจริตว่า บุคคลพุทธิจริต เหมาะกับการเจริญมรณสติ อุปมานุสสติ จตุวิภูฐาน และอาหาเรปฏิกูล สัญญา ซึ่งตรงกันกับที่กล่าวไว้ใน คัมภีร์วิมุตติมรรคทุกประการ

6) กรรมฐานที่เหมาะสมกับคนวิตกจริต พระพุทธเจ้าทรงตรัสอานาปานสติแก่บุคคล วิตกจริต ในคัมภีร์วิมุตติมรรค ได้อาศัยเค้าโครงจากพระไตรปิฎกดังที่ได้กล่าวมา ข้างต้นมาอธิบาย ขยายความเพิ่มเติม เรื่องของกรรมฐานที่ควรเจริญและควรงดเว้นสำหรับคนวิตกจริตไว้ว่า บุคคลวิตกจริตมีอินทรีย์อ่อน ควรปฏิบัติอานาปานสติ เพราะสามารถกำจัดความฟุ้งซ่านได้ ส่วนในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์อิทธิธรรมมัตถสังคหะ กล่าวถึงกรรมฐานที่เหมาะสมกับบุคคลวิตกจริตว่า บุคคล วิตกจริต เหมาะกับอานาปานสติ กล่าวโดยสรุปในเรื่องของจริต 6 กับการปฏิบัติธรรมที่ได้แสดง รายละเอียดไว้ในเบื้องต้นนั้น⁵⁰

จะเห็นได้ว่า การกล่าวถึงเรื่องของจริต 6 จะมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติธรรมที่เป็นเรื่อง ของสมถกรรมฐาน คือกรรมฐาน 40 เป็นหลักใหญ่ เนื่องจากการทำผู้วิจิตรได้ทำการค้นคว้าจากเอกสาร ตำราที่เป็นหลักทางพระพุทธศาสนา ล้วนแต่กล่าวอธิบายไว้อย่างสอดคล้องและเป็นแนวทางเดียวกัน

2.2.5 ระดับของฌานและองค์ฌานของสมถกรรมฐาน

ฌาน หมายถึง การเผา ดังความในพุทธพจน์ว่า เนกขัมมะย่อมเผา เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่า ฌาน เนกขัมมะย่อมเผากามฉันทะให้ไหม้ เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่า ฌาน อรหัตตมรรค ย่อมเผา เพราะ เหตุนี้ จึงชื่อว่า ฌาน อรหัตตมรรคย่อมเผากิเลสทั้งปวงให้ไหม้ เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่า ฌาน⁵¹

ฌาน คือภาวะที่จิตเพ่งอารมณ์จนแน่วแน่ โดยอาศัย รูปฌาน 4 ซึ่งเป็นฌานที่มี รูปธรรม เป็นอารมณ์ เป็นฌานที่เรียกว่า รูปาวจรฌาน และอาศัยอรูปฌาน 4 ซึ่งเป็นฌานที่มีอรูปธรรมเป็น อารมณ์ เป็นฌานที่เรียกว่า อรูปาวจรฌาน สมถกรรมฐานแบ่งการเพ่งคือฌาน แบ่งออกเป็น 2 อย่าง คือ

1) รูปฌาน 4

รูปฌาน ได้แก่ ภาวะที่จิตเพ่งอารมณ์จนแน่วแน่ โดยการเพ่งรูปธรรมหรือ รูปาวจรได้แก่ รูปของวัตถุเป็นอารมณ์ ได้แก่ รูปของวัตถุเป็นอารมณ์ จึงเรียกว่า “รูปฌาน” ซึ่งมี 4 คือ 1) ปฐมฌาน จัดเป็นฌานที่ 1 จะมีองค์ประกอบ 5 อย่าง คือ วิตก (ความ ตรึก) วิจารณ์ (ความตรอง) ปกติ (ความอึดใจ) สุข (ความสุขกายสุขใจ) และเอกัคคตา (ความมี อารมณ์เป็นหนึ่งเดียว) 2) ทุตติฌาน จัดเป็นฌานที่ 2 จะมีองค์ประกอบ 3 อย่าง คือ ปกติ (ความอึดใจ) สุข (ความสุขกายสุขใจ) และ เอกัคคตา (ความมีอารมณ์

⁵⁰ วิสุทธิ. (ไทย) 191.

⁵¹ ข.ป. (ไทย) 31/41/608.

เป็นหนึ่งเดียว) 3) ตติยฌาน จัดเป็นฌานที่ 3 จะมีองค์ประกอบ 2 อย่าง คือ สุข (ความสุข กายสุขใจ) และ เอกัคคตา (ความมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว) 4) จตุตถฌาน จัดเป็น ฌานที่ 4 จะมีองค์ประกอบ 2 อย่าง คือ อุเบกขา ได้แก่การวางเฉย จิตแน่วแน่ ไม่ยินดียินร้าย เมื่อมี อารมณ์มากกระทบกับจิต) และเอกัคคตา (ความมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว)

2) อรูปฌาน 4

อรูปฌาน ได้แก่ภาวะที่จิตเพ่งในอรูปธรรมเป็นอารมณ์ ภพของสัตว์ที่เข้าถึง อรูป ฌานหรือภพของอรูปพรหม มี 4 คือ 1) อากาสนัญญายตนะ ได้แก่ ฌานที่ กำหนดอากาศ หมายถึง ช่องว่างหาที่ สุดมิได้เป็นอารมณ์ หรือภพของผู้เข้าฌานไม่มีรูป (อรูปฌาน) 2) วิญญานัญญายตนะ ได้แก่ ฌานที่กำหนด วิญญานอันหาที่ สุดมิได้เป็น อารมณ์หรือภพของผู้เข้าถึงอรูปฌาน 3) อากิญจัญญายตนะ ได้แก่ ฌานที่กำหนดภาวะที่ไม่มีอะไร ๆ เป็นอารมณ์ หรือภพของผู้เข้าถึงอรูปฌาน 4) เนวะสัณญานาสนัญญายตนะ ได้แก่ ฌานที่เล็กกำหนดสิ่งใด ๆ โดย ประการทั้งปวงเข้าถึงภาวะมี สัจญาก็ไม่ใช่ ไม่มีสัจญาก็ไม่ใช่)⁵²64 ในชั้นอรรสกถา ท่านจัดแยกสมาธิออกเป็น 3 ระดับ คือ⁵³

1) ขณิกสมาธิ คือ สมาธิชั่วขณะ เป็นสมาธิขั้นต้น ซึ่งคนทั่วไปอาจใช้ ประโยชน์ใน การปฏิบัติหน้าที่การงานในชีวิตประจำวันให้ได้ผลดีและจะใช้เป็นจุดตั้งต้นในการเจริญวิปัสสนา ก็ได้

2) อุจจารสมาธิ คือสมาธิเฉียด ๆ หรือสมาธิจวนจะแน่วแน่ เป็นสมาธิระดับนิรณมิตได้ ก่อนที่จะเข้าสู่ภาวะแห่งฌาน หรือสมาธิในบุพภาคแห่งอัปนาสมาธิ

3) อัปนาสมาธิ คือเป็นสมาธิแน่วแน่หรือสมาธิที่แนบสนิท เป็นสมาธิระดับสูงสุด ซึ่งมีฌานทั้งหลาย ถือว่าเป็นผลสำเร็จที่ต้องการของการเจริญสมาธิ

สามารถวิเคราะห์ได้ว่า ฌานหรือสมาธิมีหลายประเภทดังกล่าว โดยสรุปคือ การบำเพ็ญฌาน มีหลักใหญ่ ๆ อยู่ 2 แบบด้วยกัน คือแบบการเพ่งรูปธรรมและการเพ่งอรูปธรรม เพื่อให้จิตเกิดสมาธิ การเพ่งรูปธรรมได้แก่สมถกัมมัฏฐานเพ่งรูปธรรมได้แก่วิปัสสนา กัมมัฏฐาน หรือเรียกอีกอย่างว่ารูป นาม ผู้บำเพ็ญสมถกัมมัฏฐานจนได้บรรลุฌานถ้าไม่หยุดอยู่ ตรงนั้นก็ต้องบำเพ็ญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ต่อไป

⁵² สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ 55, (ประเทศจีน, 2564), หน้า 856.

⁵³ วิสุทธิ. 1/184

2.2.6 หลักการปฏิบัติสมถกรรมฐาน

ในการปฏิบัติกรรมฐานโดยเริ่มต้นจากการสำรวจกายวาจา ด้วยทำให้เป็นปกติและฝึกจิตให้อยู่กับอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อให้จิตดำเนินไปสู่ภาวะของความสงบด้วยการเพ่งอารมณ์จนจิตเข้าสู่ภาวะของเอกัคคตาคือความเป็นหนึ่ง จนจิตบรรลุเข้าสู่ระดับของฌานต่าง ๆ โดยมีหลักการปฏิบัติ คือ

1) ปฐมฌาน วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุฌาน ผู้ปฏิบัติจะต้องเลือกเพ่งอารมณ์สมถกัมมัฏฐาน 40 อารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งให้เหมาะสมกับจริตของตน เช่น การเพ่งปฐวีกสิณ ผู้ปฏิบัติตัด ปลิโพทน้อยหนึ่งแล้วชำระกายและใจให้บริสุทธิ์ นั่งขัดสมาธิ ตั้งกายให้ตรงดำรงสติให้มั่น แล้วเพ่งกสิณคือดิน ด้วยการกำหนดทำให้เป็นวงกลม กว้าง 1 คืบ 4 นิ้ว หรือประมาณเท่า ชันน้ำ กำหนดจดจำให้ขึ้นใจ ภาวนาว่า ปฐวี ปฐวี ปฐวี สิมตาดูพักหนึ่ง แล้วหลับตานึก พักหนึ่ง ภาวนาไปเรื่อย ๆ แม้ 100 ครั้ง 1,000 ครั้ง หรือมากกว่านั้น ในระยะเวลาที่ บริกรรมภาวนาจนกว่าจะถึงขั้นอุจจารภาวนาใน ระหว่างนี้ นิเวรณ คือสิ่งที่กีดกันความดีเพื่อที่จะไม่ให้บรรลุฌานได้เกิดขึ้น เมื่อนิเวรณเกิดขึ้นแล้วฌานก็ จักเสื่อมไปได้ ฉะนั้นผู้ปฏิบัติ จำเป็นต้องละนิเวรณให้หมดสิ้นไป เมื่อละนิเวรณได้แล้วสมาธิก็จะมีกำลัง แรงกล้าขึ้น การบำเพ็ญก็เจริญก้าวหน้า จนบรรลุปฐมฌาน ดังพระพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ว่า

“เมื่อเธอพิจารณาเห็นนิเวรณ 5 เหล่านี้ที่ละได้แล้วในตน ย่อมเกิดปราโมทย์ เมื่อปราโมทย์แล้ว ย่อมเกิดปกติ เมื่อมีปกติในใจ กายย่อมสงบ เธอมีกายสงบแล้ว ย่อมได้เสวยสุขมี สุข จิตย่อม ตั้งมั่น เธอสังตจากามสังตจากอกุศลธรรม บรรลุปฐมฌานมีวิตก มีวิจารณ์ มีปกติ และสุขเกิดแต่ วิเวกอยู่ เธอทำ กายนี้แหละให้ชุ่มชื้นเอิบอัมซาบซ่านด้วยปกติและสุขเกิดแต่ วิเวก”⁵⁴

ในปฐมฌานนี้ มีองค์ฌาน คือ วิตก ความตรึก ทำหน้าที่ประคองจิตให้อยู่ในอารมณ์กรรมฐาน ด้วยอาการอันสละสลวย วิจารณ์คือความตรอง ทำหน้าที่พิจารณาอารมณ์ นั้น ปกติ คือความเอิบอัมใจซึ่งแผ่ซ่านไปทั่วร่างและสุข ทำให้เกิดความสุขทั้งกายและใจ วิตก วิจารณ์ ปกติ สุข ไม่ใช่ชนิดธรรมดา เพราะเป็นสิ่งที่เกิดจากวิเวกคือความสังต จิตของผู้ปฏิบัติจึงผ่องแผ้วอย่างที่ผู้ปฏิบัติ ไม่เคยประสบมาแต่ก่อน และโดยที่จิตยึดมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว ซึ่งเรียกว่าเป็นเอกัคคตา จิตจึงสงบปราศจากนิเวรณ 5 มารบกวน และกิเลสทั้งหลายก็สงบระงับไปได้ ชื่อว่ามี จิตตวิสุทธิ คือ มีจิตหมดจดปราศจากนิเวรณ เป็นการชั่วคราว

2) ทุตติยฌาน คือเมื่อผู้ปฏิบัติกรรมฐานได้บรรลุปฐมฌานแล้ว ผู้ปฏิบัติจะต้องฝึกหัดในการเข้าฌาน การอยู่ในฌาน และในการออกจากฌานจนชำนาญ เรียกว่า วสี ซึ่งหมายถึงความชำนาญ คล่องแคล่วในการที่เข้าฌานได้รวดเร็วทันที ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “เพราะวิตก และวิจารณ์ระงับไป

⁵⁴ ที.สี. (ไทย) 1/127/81.

ภิกษุบรรลุตหุติยฉาน อันเป็นเครื่องผ่องใสของจิต ภายใน ทำให้เกิดสมาธิมีอารมณ์เดียว ไม่มีวิตก วิจารณ์ มีแต่ปกติและสุขอันเกิดจากสมาธิ”⁵⁵

ในทหุติยฉานนี้ มีวิตกและวิจารณ์เป็นเครื่องรบกวนเหมือนคลื่นและระลอกที่คอยรบกวนน้ำให้ขุ่นอยู่ จิตจึงยังไม่ผ่องใสมากนัก แต่ในทหุติยฉาน วิตกและวิจารณ์ได้หมดไป จิตจึงผ่องใสยิ่งขึ้นและเนื่อง ด้วยปกติและสุข ในปฐมฉานเกิดจากความสงบ แต่ในทหุติยฉานปกติและสุขเกิดจากสมาธิ จิตของผู้ ปฏิบัติในทหุติยฉาน จึงสุขและสงบยิ่งกว่าในปฐมฉาน และจิตที่มีอารมณ์เดียว (เอกัคคตา) ก็แน่วแน่ ยิ่งขึ้น

3) ตหุติยฉาน เป็นภาวะจิตที่สูงและละเอียดกว่าทหุติยฉาน เพื่อที่จะบรรลุตหุติยฉาน ผู้ปฏิบัติจะต้องฝึกจิตให้มีความชำนาญในการเข้าออก และอยู่ในทหุติยฉานเมื่อมีความชำนาญดีแล้ว จึง พังกสิณเดิมเป็นอารมณ์ต่อไปเพื่อละปกติเสีย เมื่อสมาธิแรงกล้ายิ่งขึ้นปกติก็หมดไป และบรรลุถึงตหุติย ฉาน เสวยสุขทางใจแต่อย่างเดียว ดัง พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า

เพราะความหมดไปแห่งปกติ และเป็นผู้อยู่ในอุเบกขามีสติและความรู้รอบคอบ ได้เสวยสุข ด้วยนามกายจึงได้บรรลุตหุติยฉานอันเป็นฉานที่พระอรหันต์ทั้งหลายกล่าวสรรเสริญผู้ ได้บรรลุว่า เป็นผู้ประกอบด้วยอุเบกขามีสติอยู่เป็นสุข”⁵⁶

ในตหุติยฉาน ปกติได้สูญ สิ้นไปคงเหลือแต่สุขและเป็นสุขที่ประณีต เพราะเป็นสุขทางใจ อันประกอบด้วยอุเบกขาและ สติสัมปชัญญะ ปราภุชัตคือไรซึ่งความยินดียินร้ายหลงไหลความสงบที่ได้รับ คือ จิตมีเอกัคคตามีสภาวะละเอียดยิ่งขึ้น

4) จตุตถฉาน เพื่อที่จะบรรลุจตุตถฉาน ผู้ปฏิบัติจะต้องฝึกจิตให้มีความชำนาญในการเข้า ออก และอยู่ในตหุติยฉานเสียก่อนคงเดียวกับฉานตน ๆ เมื่อมีความชำนาญดีแล้ว จึงพังกสิณเดิม เป็น อารมณ์ต่อไป เพื่อละสุขเสีย เมื่อมีสมาธิแรงกล้ายิ่งขึ้นแล้ว สุขทางใจก็จะสิ้นไปและบรรลุถึง จตุตถฉาน ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “เพราะละสุขและทุกข์เสียได้ และเพราะความดับและ โสมนัส ในกาลก่อน จึงได้บรรลุจตุตถฉาน อันไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีอยู่แต่สตอัน บริสุทธิ เพราะ อุเบกขา”⁵⁷

จิตของผู้ปฏิบัติดับสิ้นทั้งทุกข์และสุขโดยไม่เหลือ ความจริงนับแต่ ปฐมฉานเป็นต้นมา ทุกข์ และสุขได้ดับสิ้นไปโดยลำดับ กล่าวคือ ทุกข์กาย เช่น ความรู้สึกอัน เกิดจากเหลือบุงกัต หรืออาการ เมื่อยขบ ได้ดับไปในปฐมฉาน โทมนัส คือความทุกข์ใจได้ดับไปในทหุติยฉาน สุขกาย ซึ่งเกิดจากปกติ ได้ดับไปในตหุติยฉาน และโสมนัสคือความสุขใจ ได้ ดับไปในจตุตถฉาน เครื่องประกอบจิตที่ยัง เหลืออยู่ก็คือ สตอันบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา มีความวางเฉยไม่รู้สุขทุกข์ ผู้ปฏิบัติจะไม่มีความรู้สึกนึกคิด แต่ประการใด

⁵⁵ ม.อ. (ไทย) 14/14/24.

⁵⁶ ม.อ. (ไทย) 14/14/24.

⁵⁷ ม.อ. (ไทย) 14/14/24.

เลย เพราะจิตยึดบัญญัติ เป็นอารมณ์แน่วแน่แต่อย่างเดียวผู้ที่เข้ามาในนี้จะไม่มิลม หายใจเข้าออก จะมีแต่ไอนุ่น เท่านั้น

ในขั้นนี้ผู้เจริญสมณะสามารถยกจิตขึ้นสู่การเจริญวิปัสสนาภาวนาได้เนื่องจากจิตมีกำลังและอารมณ์ที่ปรากฏมีความเป็นเอกัคคตาคือความเป็นหนึ่งสามารถนำกำลังของจิตไปพิจารณาลักษณะ ของธรรมชาติคือขันธห้า หรือนามรูปให้เห็นความเป็นไตรลักษณ์ ถ้าผู้ปฏิบัติยังตั้งใจในเรื่องฌานอยู่ก็ สามารถบำเพ็ญรูปฌานคือ

5) อากาสนัญญายตนฌาน หลังจากได้จตุตถฌานแล้ว หากผู้ปฏิบัติยังตั้งใจที่จะได้รูปฌานต่อไปก็อาจทำได้แต่ต้องได้จตุตถฌานอันเกิดจากการเพ่งกลิ่น 9 เป็นอารมณ์ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ของมีสี ทั้ง 4 และแสงสว่าง ถ้าได้จตุตถฌานอันเกิดจากการเพ่งสิ่งอื่นเป็นอารมณ์ ก็ไม่อาจปฏิบัติ สมถกรรมฐาน โดยการเพ่งรูปธรรมเป็นอารมณ์ เพื่อให้ได้รูปฌานได้ ในการเจริญรูปฌานนี้ ผู้ปฏิบัติจะต้องฝึกจิตให้มีความชำนาญ ในการเข้าออก และอยู่ในจตุตถฌานเสียก่อน เมื่อมีความ ชำนาญดีแล้ว จึงเลิกการเพ่งกลิ่น แต่ไปเพ่งอากาศอันไม่มีที่สุดเป็นอารมณ์ย่อมพิจารณา เห็นธรรม ดังพระพุทธพจน์ว่า “เพราะล่องรูปสัญญา ดับปฏิขันธ์สัญญาไม่กำหนดอนัตตสัญญา โดยประการทั้งปวง ภิกษุบรรลุอากาสนัญญายตนฌาน โดยกำหนดว่าอากาศหาที่สุดมิได้”⁵⁸

6) วิญญาณัญญายตนฌาน เพื่อจะบรรลุรูปฌานที่สอง ผู้ปฏิบัติจะต้องฝึกหัดให้มีความชำนาญในการเข้า ออก และอยู่ในอากาสนัญญายตนฌานเสียก่อน เมื่อมีความชำนาญดีแล้ว จึงเลิก เพ่งอากาศเป็น อารมณ์ ไปเพ่งวิญญาณอันไม่มีที่สุดแทน เมื่อมีสมาธิแรงกล้าก็จะเข้าสู่วิญญาณัญญายตนฌาน ดังพระพุทธพจน์ว่า “ภิกษุล่องอากาสนัญญายตนฌานโดยประการทั้งปวงบรรลุวิญญาณัญญายตนฌาน โดยกำหนดว่าอากาศหาที่สุดมิได้”⁵⁹

7) อากิญจัญญายตนฌาน เพื่อที่จะบรรลุรูปฌานที่สาม หลังจากที่ได้มีความชำนาญในการเข้าออกฌานที่สองแล้ว ผู้ปฏิบัติจะต้องเลิกเพ่งวิญญาณอันไม่มีที่สุดเป็นอารมณ์ ไปเพ่งความไม่มีอะไร เมื่อมีสมาธิแรงกล้า จิตก็จะตั้งลงสู่ความว่างเปล่าไม่มีอะไร และบรรลุอากิญจัญญายตนฌาน ดัง พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า

“กามที่มีในภพนี้ และกามที่มีในภพหน้า กามสัญญาที่มีในภพนี้ และกามสัญญา ที่มีในภพหน้า รูปที่มีในภพนี้และรูปที่มีในภพหน้า รูปสัญญาที่มีในภพนี้ และรูปสัญญาที่มีในภพหน้า

⁵⁸ ม.ม. (ไทย) 13/133/148.

⁵⁹ ม.ม. (ไทย) 13/133/148.

และอเนกขัตตสัญญา สัญญาทั้งหมดนี้ย่อมดับไปไม่เหลือในฉนาคติ ฉนาคตินั้น คือ อากิญจัญญายตนฉนาคติ เป็นฉนาคติอันสงบประณีต”⁶⁰

8) เนวสัญญานาสัญญายตนฉนาคติ เพื่อที่จะบรรลุรูปฉนาคติ ผู้ปฏิบัติจะต้องฝึกจิตให้มีความชำนาญในรูปฉนาคติ สามก่อนแล้วเพ่งรูปฉนาคติที่สามนั้นแหละเป็นอารมณ์ เพื่อให้สัญญา ละเอียดประณีตยิ่งขึ้น เมื่อจิตมีสมาธิแรงกล้าขึ้นแล้ว ก็จะบรรลุเนวสัญญานาสัญญายตนฉนาคติ ดังที่ พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า

“กามที่มีในภพนี้ และกามที่มีในภพหน้า กามสัญญาที่มีในภพนี้ และกาม สัญญาที่มีในภพหน้า รูปที่มีในภพนี้ และรูปที่มีในภพหน้า รูปสัญญาที่มีในภพนี้ และรูป สัญญาที่มีในภพหน้า และอเนกขัตตสัญญาทั้งหมดนี้ ย่อมดับไปไม่เหลือ ในฉนาคติ ฉนาคตินั้นคือ เนวสัญญานาสัญญายตน สมาบัติ เป็นสมาบัติอันสงบ ประณีต”⁶¹

สามารถวิเคราะห์ได้ว่า ฉนาคติทั้งหมด ซึ่งเกิดจากการเจริญสมถกรรมฐานมี 8 จัดเป็นรูปฉนาคติ 4 อรูปฉนาคติ 4 เมื่อรวมกันมักจะเรียกว่า สมาบัติ 8 ตามคติพระพุทธศาสนา ผู้ที่ได้รูปฉนาคติ เมื่อละโลกนี้ไป จะไปเกิดในพรหมโลก ชั้นอรูปพรหม คือพรหมไม่มีรูป

2.2.7 อานิสงส์ของการเจริญสมถกรรมฐาน

ผลที่เกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติของสมาธิขั้นอัปปนาสำหรับผู้ได้สมาบัติ 8 แล้ว เมื่อต้องการอภิญญา ก็อาจทำให้เกิดขึ้นได้ ดังเช่นพระพุทธพจน์ว่า “เมื่อจิตเป็นสมาธิ บริสุทธิ์ผุดผ่องไม่มีกิเลสเพียงดังเนินปราศจากความเศร้าหมองอ่อน เหมาะแก่การงาน ตั้งมั่นไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุผู้นั้นย่อมจิตเพื่อ ปุพเพนิวาसानุสสติญาณ ระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ”⁶² สมถกรรมฐานนี้มีอานิสงส์หรือประโยชน์มาก ทั้งส่วนที่เป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตและเป็นฐานของความรู้ที่ยิ่งกว่าความรู้เชิงเหตุผลของมนุษย์ ทั่วไป นอกจากนั้นยังมีผลต่อการดำเนินชีวิตในปัจจุบันซึ่งยังไม่บรรลุธรรมให้มีความสุขอันประณีต ดังนี้

1) ฉนาคติเป็นบาทหรือเป็นฐานแห่งอภิญญา

อภิญญาคือความรู้พิเศษที่อยู่เหนือความรู้หรือเหตุผลของมนุษย์ทั่วไป ทำให้มีฉนาคติความสามารถชนิดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น จากการได้บรรลุฉนาคติ อภิญญามีอยู่ 5 ประการด้วยกันคือ 1) อิทธิวิธี แสดงฤทธิ์ต่าง ๆ ได้ คือ คนเดียวแสดงเป็นหลายคนได้หลายคน แสดงเป็นคนเดียวได้ 2) ทิพโสต หูทิพย์สามารถได้ยินเสียง 2 ชนิด คือ เสียงทิพย์ และเสียง มนุษย์ ทั้งที่อยู่ใกล้และอยู่ไกล 3) เจโตปริยญาณ กำหนดใจหรือความคิดของผู้อื่นได้ 4) ทิพพจักขุ หรือ จตูปปาตญาณ ตาทิพย์ หรือ รู้การจุติและ

⁶⁰ ม.อ. (ไทย) 14/68/74.

⁶¹ ม.อ. (ไทย) 14/68/75.

⁶² ม.อ. (ไทย) 14/14/24.

อุปนิสัยของสัตว์ ทั้งหลายตามกรรมของตน 5) ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ การระลึกชาติก่อน ได้หลายชาติ คือ 1 ชาติบ้าง 2 ชาติบ้าง พร้อมทั้งลักษณะทั่วไป และชีวประวัติอย่างนี้⁶³

2) ทำให้ได้ภพวิเศษ

ผู้ที่บรรลุรูปฌาน 4 และอรุฌาน 4 ทำให้เกิดในภพที่ดีที่สูง ได้แก่ พรหมโลก 20 ชั้น เมื่อเจริญสมถกรรมฐาน จนสามารถบรรลุฌานสมาบัติ คุณธรรม 4 ประการคือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา อย่างใดอย่างหนึ่งที่เป็นอธิบดีก็จะเกิดขึ้น ความเป็นอธิบดีของ ธรรมนั้น ถ้าเป็นไปในขณะนั้นอย่างสามัญมีกำลังอ่อนฌานที่เกิดขึ้นนั้น ก็เป็นปริตตฌาน ถ้าเป็นไปมากปานกลาง มีกำลังปานกลาง ฌานที่เกิดขึ้นนั้นเป็นมัชฌิมฌาน ถ้าเป็นไปมากเข้มแข็ง มีกำลังเข้มแข็ง ฌาน ที่เกิดขึ้นนั้น เป็นปณีตฌาน ฌานที่เกิดขึ้น แบ่งเป็น 3 ชั้น คือ ชั้นปริตตะ ชั้นมัชฌิมะ และชั้นปณีตะ⁶⁴ มีอำนาจสูงต่ำกว่ากัน ฉะนั้น เมื่อจะให้ผลไปบังเกิดในพรหมโลกจึงให้ผลแตกต่างกัน

สำหรับปุถุชนผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐานจนได้บรรลุฌานแล้ว และฌานมิได้เสื่อมไปเสีย ทำให้ได้เกิดในพรหมโลก 20 ชั้น แบ่งเป็นรูปภพ 16 ชั้น และอรุภพ 4 ชั้น ผู้ที่เกิดในภพ เหล่านี้ปกติเรียกว่า พรหม เพราะเกิดขึ้นด้วยผลแห่งการปฏิบัติพัฒนาจิตใจ จนได้บรรลุรูปฌานและอรุฌาน

รูปภพ หมายถึง ภูมิที่เป็นรูปาวจร เป็นภพไม่เกี่ยวแบ่งด้วยกามคุณ อยู่ด้วยปกติสุข แบ่งตามลำดับของฌาน ที่ได้บรรลุ เป็นภพของผู้ที่ได้บรรลุรูปฌาน รูปภพมี 16 ชั้น คือ 1) พรหมปารีสัชชา 2) ภูมิพรหมปุโร หิตาภูมิ 3) มหาพรหม 4) ภูมิปริตตภาภูมิ 5) อัปปมาณาภูมิ 6) อากัสสราภูมิ 7) ปริตตสุภาภูมิ 8) อัปปมาณสุภาภูมิ 9) สุภิกิณฑาภูมิ 10) เวหัพผลาภูมิ 11) อสัณญัสัตตา 12) อวิหาสุทราวาสภูมิ 13) อตตปปาสุทราวาสภูมิ 14) สุทสสาสุทราวาสภูมิ 15) สุทสสีสุทราวาสภูมิ 16) อกนิฏฐสุทราวาสภูมิ

อรุภพ หมายถึง ภพเป็นที่อยู่ของปุถุชนที่ได้บรรลุอรุฌาน แบ่งเป็น 4 ชั้นคือ 1) อากาสาณัญจายตนภูมิ 2) วิญญาณัญจายตนภูมิ 3) อากิญจัญญายตนภูมิ 4) เนวสัณญานาสนัญญายตน ภูมิ⁶⁵

3) การเจริญสมาธิด้วยสมถกรรมฐานทำให้จิตของผู้ปฏิบัติได้รับผลประโยชน์ในขณะที่ยังมีชีวิตที่ปฏิบัติกรรมฐานอยู่ ซึ่งเป็นผลหรืออานิสงส์ที่เกิดจากการทำจิตให้สงบในระดับลึกมี 8 ประการ ได้แก่

⁶³ ม.อ. (ไทย) 14/159/207.

⁶⁴ พระธรรมธีรราชมหามุนี (วิลาส ญาณวโร), **โลกทิปนี**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า, 2535), หน้า 225-226.

⁶⁵ พระธรรมธีรราชมหามุนี (วิลาส ญาณวโร), **โลกทิปนี**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า, 2535), หน้า 277.

- (1) ทำให้ได้ขณิกสมาธิ (ชั่วขณะ) อุปจารสมาธิ (จวนจะแนบแน่น) และอัปนาสมาธิ (แนบแน่น)
- (2) ทำให้ใจสงบจากนิวรณ์ทั้ง 5 ได้แก่ กามฉันท์ พยาบาท ถีนมิทธะ อุจจัจจกุกกัจจะ และ วิจิกิจฉา
- (3) ทำให้ได้ฌานทั้ง 2 คือ รูปฌานและอรุณฌาน เพื่อไปเกิดเป็นพรหม
- (4) ทำให้เข้าสมาบัติได้ เพื่อเป็นสุขในภพปัจจุบัน
- (5) ทำให้ได้อภิญญา 5 มีอิทธิวิธึ การแสดงผลให้เกิดความสำเร็จต่าง ๆ เช่น เห็นสิ่งที่เหนือเหตุผล เป็นต้น
- (6) ทำให้เข้านิโรธสมาบัติได้ (เฉพาะผู้บรรลุพระอนาคามี)
- (7) ทำให้เกิดวิปัสสนา โดยเป็นบาทของวิปัสสนา เพื่อให้ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน เรียกว่า สมถยานิก แปลว่า เอาสมณะมาเป็นยานพาหนะขึ้นไปหาวิปัสสนาเพื่อให้เกิดปัญญาทำลายกิเลสให้เป็น สมุจเฉตพหวน ต่อไป

8) มีอารักขกัมมัฏฐาน คือ กรรมฐานที่ควรรักษาไว้ หรือ กรรมฐานสำหรับอารักขาผู้ ปฏิบัติที่ควรรักษาไว้ อย่าให้ขาดจากใจ ให้ทำเสมอๆ ก็จะทำให้กรรมฐานนั้นอารักขาผู้ปฏิบัติ ก็คือ เมื่อใครปฏิบัติในหลักนี้แล้วจะได้ผลในทางคุ้มครองรักษาชีวิต จิตของตนและป้องกันการรังควาญของหมู่มาร⁶⁶

สรุปได้ว่า ในการบริกรรมภาวนาในการปฏิบัติสมถภาวนา ในขั้นต้นนั้นเป็นไปเพื่อทำให้จิตสงบแน่วแน่อยู่กับสิ่งหนึ่งเพียงอย่างเดียว หรือที่เรียกว่า จิตมีอารมณ์เดียวเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่านซัดส่ายไปสู่อารมณ์อื่น จุดหมายปลายทางของการเจริญสมถกรรมฐาน คือ ฌานจิต เป็นผลพลอยได้ที่เกิดขึ้น คือ เกิดรูปฌาน 4 อรูปฌาน 4 สมาบัติ 8 อภิญญา 6 และหากเจริญปัญญาต่อจนเห็นความเกิดดับไปของรูปนามตามความเป็นจริง เป็นไปตามหลักของพระไตรลักษณ์ ได้บรรลุธรรมเป็นพระอนาคามีหรือพระอรหันต์ ก็จะสามารถเข้านิโรธสมาบัติ เสวยความสุขอันเป็นวิหารธรรมได้ การบริกรรมภาวนาในการปฏิบัติสมถกรรมฐานจนเกิดผลไม่ว่าจะเป็นฌานสมาบัติหรืออภิญญาก็ตาม ยังเป็นเพียงโลกีย์ เป็นของปุถุชนเสื่อมถอยได้หากไม่รักษา เช่น ฤทธิ์ที่พระเวทิตัดได้ เจโตวิมุตติของพระโคธิกะ และฌานสมาบัติของฤาษีและคฤหัสถ์บางท่าน เช่น อาหารดาบสกาลามโคตรได้ถึงอรูปฌานที่ 3 อุทกดาบสรามบุตรได้ถึงอรูปฌานที่ 4 เป็นต้น เป็นของมีมาแต่ก่อนพุทธกาล มีในลัทธิภายนอกมิใช่จุดมุ่งหมายของพระพุทธศาสนา ไม่สามารถทำให้จิตหลุดพ้นได้จากอบายภูมิ จากอวิชชาและกิเลสต่างๆได้ ผลที่ต้องการจากการเจริญสมถกรรมฐานตามหลักพระพุทธศาสนาที่แท้จริงนั้นใช้เพื่อเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนาต่อไป

⁶⁶ ปิ่น มุฑกันต์, แนวสอนธรรมะ, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2535), หน้า 393.

2.3 การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

วิปัสสนา เป็นชื่อของปัญญา มาจากรากศัพท์ของคำว่า “วิ” แปลว่า โดยประการต่าง ๆ และ “ปัสสนา” แปลว่า หยั่งรู้ หยั่งเห็น เห็นแจ้ง รวมความเป็น “วิปัสสนา” แปลว่า การหยั่งรู้ หยั่ง เห็น เห็นแจ้งโดยประการต่างๆ ตามความเป็นจริง เป็นปัญญาที่หยั่งรู้สภาวะหรือปรากฏการณ์ ของ สภาวะธรรม อารมณ์ภายในกายใจหรือรูปกับนามตามความเป็นจริงของกฎไตรลักษณ์ที่ว่าด้วย สภาวะ ธรรมดาของสิ่งทั้งหลายว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ตัวตน⁶⁷

วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง อุบายสำหรับฝึกจิตให้เกิดปัญญา รู้แจ้งตามความเป็นจริง กิริยาที่รู้ชัด การวิจัยธรรม การเลือกสรร การเข้าไปกำหนดเฉพาะภาวะที่จะฉลาดรู้ละเอียด ค้นคิด ไคร่ครวญ มีปัญญาเหมือนแผ่นดิน ทำลายกิเลส มีความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ไม่หลงมกมาย เลือกเฟ้นธรรม เป็นสัมมาทิฐิ⁶⁸

การปฏิบัติบำเพ็ญเพียร เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งในทุกสิ่งทุกอย่างตาม ความเป็นจริง โดยอาศัยหลักไตรลักษณ์ คือ ให้เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้น ดำรงอยู่ชั่วระยะเวลาหนึ่ง แล้วก็ดับไป ไม่มี อะไรจีรังยั่งยืน (อนิจจัง) ไม่คงอยู่ในสภาพอย่างนั้นได้ตลอดไป (ทุกขัง) และไม่มีผู้ใดจะหยุดยั้ง ความ เปลี่ยนแปลงของสิ่งเหล่านั้นได้ (อนัตตา) การพิจารณาอย่างมีสติทำให้เกิดญาณ คือ ความรู้พิเศษใน ระดับต่าง ๆ ตั้งแต่ นามรูป ปริเฉทญาณ คือ ความรู้ที่แยกรูปนามออกจากกันจนถึงอัสวกขยญาณ หมายถึงความรู้ที่ทำให้ สิ้น อาสวะกิเลสได้เป็นพระอรหันต์ชั้นสูงสุด คือ พระอรหันต์ อันเป็น ผลสัมฤทธิ์ของการเจริญสติ สมภาวิ และปัญญาด้วยวิปัสสนากรรมฐาน

วิปัสสนากัมมัฏฐานต้องอาศัยอารมณ์ในการเพ่งพิจารณาหรือเรียกว่าอารมณ์ของการทำ วิปัสสนากรรมฐาน ภูมิพื้นที่เพาะปลูกให้วิปัสสนาเจริญงอกงามขึ้นว่าโดยย่อมี 2 อย่างคือ 1) รูปธรรม สิ่งที่ยืนให้รู้ 2) นามธรรม สิ่งที่เขาไปรู้ รูปธรรมนามธรรม เป็นภูมิพื้นที่ที่ยืนให้วิปัสสนาเห็นแจ้งแทงตลอด ทนต่อความพิสดาร วิปัสสนาจึงเอารูปนามเป็นกัมมัฏฐาน เอารูปนามเป็นอารมณ์ เอารูปนาม เป็นทางเดิน วิปัสสนาเพ่งรู้รูปนาม รูปนามจึงเป็นภูมิของวิปัสสนา เป็นกัมมัฏฐานของวิปัสสนา รูป นามเป็นอารมณ์ ของวิปัสสนา รูปนามเป็นทางเดินของวิปัสสนา รูปนามยืนไว้ให้วิปัสสนาเพ่งรูปธรรม ได้แก่ รูปปรมัตถ นามธรรม ได้แก่ จิตปรมัตถ และเจตสิกปรมัตถ ส่วนวิปัสสนา ได้แก่ ปัญญาเจตสิก และสหชาติธรรม เพราะฉะนั้น รูปนามนี้มีใช้อื่น ได้แก่ จิต เจตสิก และรูปนั่นเอง เพื่อให้รู้แจ้งความ จริงแท้ของสิ่งต่าง ๆ ที่ปรากฏเพื่อให้เห็นไตรลักษณ์คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์และความเป็นอนัตตา ซึ่งเป็นสามัญญลักษณะ

⁶⁷ ขุ.ป. (ไทย) 31/453/121, ขุ.ม.(ไทย) 29/468/212.

⁶⁸ อภิ.สง. (ไทย) 34/55/30.

เนื่องจากกระบวนการปฏิบัติวิปัสสนาโดยมีเป้าหมายคือวิธีการทำลายสิ่งปกปิด คือ ความคิดปรุงแต่งทั้งหลายทำหน้าที่บังจิตไม่ให้เห็นความจริง ธรรมชาติของวิปัสสนาเมื่อได้รับการ พัฒนาให้บรรลุถึงระดับญาณแล้วย่อมทำลายสิ่งปกปิดไม่ให้จิตมองเห็นความเป็นจริงซึ่งเป็น ไตรลักษณ์ คือ

1) ความสืบท่อ (สันตติ) ได้แก่ความต่อเนื่องและทำงานร่วมกันระหว่างรูปกับนามที่ เกิดขึ้น ต่อเนื่องกันอย่างรวดเร็วทำให้จิตของคนทั่วไปมองเห็นความเป็นนิรันดร์เพราะไม่เห็นความเกิด ดับของรูป นาม เมื่อถูกปกปิดโดยสันตติจิตก็จะมองไม่เห็นความไม่เที่ยง (อนิจจัง) และยังเข้าใจว่าสิ่งที่ ตัวเองกำลัง ประสบอยู่นี้เป็นของเที่ยง เป็นสุข เป็นตัวตนเราเขาน่ารักใคร่ยินดี

2) อิริยาบถ ทำหน้าที่ปิดบังทุกข์ โดยทำการปิดกั้นไม่ให้เห็นทุกขเวทนา เนื่องจากเมื่อ ประสบ ทุกขเวทนาคนเราก็มักจะทนอยู่ในอารมณ์นั้นไม่ได้ต้องปรับเปลี่ยนอิริยาบถเก่า เช่น ต้องยืน นั่ง นอนเป็น ต้น แต่อิริยาบถทั้งที่เป็นของเดิมและอิริยาบถใหม่ซึ่งมักเข้าใจว่าทำให้เกิดความสุขนั้นล้วนตก อยู่ใน สภาวะเดียวกันก็คือความเป็นทุกข์ แต่อิริยาบถเก่าทำให้เห็นทุกข์ได้ง่ายเพราะกำลังประสบอยู่ ส่วนอิริยา บถใหม่ทำให้เกิดความเข้าใจว่าจะนำไปสู่ความสุข และความสุขเวทนาในอิริยาบถใหม่นี้เป็นที่มาของความ ออยาก ตัณหา อภิชฌา ส่วนอิริยาบถเก่าทำให้เกิดโทมนัสเมื่อเจริญวิปัสสนาจนเห็นทุกขลักษณะในอิริยาบถ ทั้งหลายก็จะเห็นทุกขลักษณะของรูปและนามที่ปรากฏอยู่ในอิริยาบถ

3) ขณสัญญา คือความจำในลักษณะเป็นก้อนแข็งเดียว จะทำหน้าที่ปิดบังไม่ให้เห็นความ เป็น อนัตตา ความสำคัญว่าเป็นตัวตนเดี่ยวเกิดจากความจำ(สัญญา) ไม่ได้เกิดจากตัวของปรากฏการณ์เอง ส่วน ปรากฏการณ์เป็นส่วนปรุงแต่งแต่งของชั้น 5 ที่ประกอบด้วย รูป เวทนา สัญญา สังขารและ วิญญาณ ไม่ได้เป็นตัวตน เรา เขา ซึ่งเป็นสิ่งไม่มีอยู่จริง

นอกจากนี้ การจะเข้าใจเรื่องกระบวนการเจริญวิปัสสนาภาวนาให้ถูกต้องจำเป็นจะต้องมี ความเข้าใจสิ่งที่เกี่ยวข้องกับวิปัสสนากรรมฐาน ดังมีหัวข้อต่อไปนี้

2.3.1 อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

อารมณ์วิปัสสนาหมายถึง สิ่งที่เป็นตัวทำงานของจิตในขณะที่จิตกำหนดรู้เป็นอารมณ์ ร่วมกัน ซึ่งปรากฏในลักษณะเป็นทั้งตัวผู้รู้ (นาม) และสิ่งถูกรู้ (รูปและนาม) ซึ่งกำลังเกิดขึ้นกับจิตทุกขณะ อารมณ์ ของวิปัสสนานี้มีความแตกต่างจากอารมณ์ของสมถกรรมฐานตรงที่เป็นสิ่งที่กำหนดรู้ให้ เห็นอาการของสิ่ง ที่กำลังปรากฏอยู่ ส่วนอารมณ์ของสมถกรรมฐานใช้สำหรับเพ่งเพื่อให้จิตไม่ฟุ้งซ่าน จนจิตมีอารมณ์เป็น หนึ่งเดียว อารมณ์วิปัสสนากรรมฐานเรียกว่า วิปัสสนาภูมิ ซึ่งแปลว่า ภูมิหรือที่ให้เกิดวิปัสสนา ได้แก่ อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน หรือภูมิของวิปัสสนาภาวนามีทั้งหมด 6 หมวด คือ อายตนะ 12 ชั้น 5 ธาตุ 18 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท 12 ภูมิของวิปัสสนาทั้ง 6 เหล่านี้ย่อมปรากฏชื่อต่างกัน

เนื่องจากสภาวะปรากฏและหน้าที่ ซึ่งสามารถย่อลงได้เป็น รูปและนาม คือ กายกับใจ ถือเป็นอารมณ์ของ วิปัสสนากรรมฐาน ไม่ว่าจะอยู่ในลักษณะใด

1) आयตนะ 12

อายตนะ คือ ที่เชื่อมต่อให้เกิดความรู้ เป็นภูมิที่เกิดวิปัสสนาญาณ รู้แจ้งเห็นจริงมี 12 อย่าง แบ่งเป็นอายตนะภายใน 6 และอายตนะภายนอก 6 ดังนี้

ก. อายตนะภายใน ซึ่งแบ่งออกเป็น 6 อย่างคือ

- 1) จักขายตนะ อายตนะ คือ ตา
- 2) โสทายตนะ อายตนะ คือ หู
- 3) ชานายตนะ อายตนะ คือ จมูก
- 4) ชิวหายตนะ อายตนะ คือ ลิ้น
- 5) กายายตนะ อายตนะ คือ กาย
- 6) มนายตนะ อายตนะ คือ ใจ

ข. อายตนะภายนอก แบ่งออกเป็น 6 อย่างคือ

- 1) รูปายตนะ อายตนะ คือ รูป
- 2) สัททายตนะ อายตนะ คือ เสียง
- 3) คันธายตนะ อายตนะ คือ กลิ่น
- 4) รสายตนะ อายตนะ คือ รส
- 5) โผฏฐัพพายตนะ อายตนะ คือ เครื่องกระทบ
- 6) ฐัมมายตนะ อายตนะ คือ ธรรมของผู้รู้สัดตั้งสิ่งทั้งปวงได้แล้ว

อายตนะ คือ สิ่งทั้งปวง ความกำหนดด้วยอำนาจความพอใจในอายตนะทั้งภายในและภายนอก ละได้เด็ดขาดแล้ว เหมือนตาลที่ถูกตัดรากถอนโคนแล้วย่อมไม่เกิดอีกต่อไปเป็นผู้เข้าไปสงบ เย็น ดับ ระงับ สงัด มุณี (ผู้รู้) สัดตั้งสิ่งทั้งปวง คือ อายตนะได้แล้ว มุณี (ผู้รู้) นั้น เรียกว่าผู้สงบ⁶⁹อายตนะภายในและอายตนะภายนอกอย่างละ 6 ประการ จับคู่กันได้คือ 1) จักขุ (ตา) คู่กับ รูป 2) โสตะ (หู) คู่กับ

⁶⁹ ขุ.ม. (ไทย) 29/181/516.

สัททะ (เสียง) 3) ฆานะ (จมูก) คู่กับ คันธะ (กลิ่น) 4) ชิวหา (ลิ้น) คู่กับ รส 5) กาย คู่กับ โผฏฐัพพะ (การ ถูกต้องสัมผัส) 6) มโน (ใจ) คู่กับ ธรรมารมณ (ความรู้ในอารมณ์)

ผู้เห็นอายตนะภายในและภายนอก 12 ประการนี้เรียกว่า ภิกษุผู้ฉลาดในอายตนะ⁷⁰

พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงความหมายว่า สภาวะที่ยึดเหนี่ยวที่เข้าไปอาศัยของจิตและเจตสิกก็คือ อารมณ⁷¹ และอารมณมีอยู่ 6 อย่าง คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ ในทาง พุทธศาสนา เรียกว่า อายตนะภายนอก เพราะเป็นแดนเชื่อมต่อ หรือทางรับรู้กับอายตนะภายใน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ ซึ่งทำให้เกิดการรับรู้สื่อสารกับโลกได้อย่างถูกต้อง เป็นธรรมที่อาศัยซึ่งกัน และกันเกิดปราศจากกันมิได้ นอกจากอายตนะภายนอกที่เรียกว่า อารมณ แล้วยังมีชื่อเรียกอย่างอื่น อีก คือ โคจร และวิสัย และมีชื่อกำหนดเป็นพิเศษ ใช้เฉพาะกับอารมณ 5 อย่างแรก ซึ่งมีอิทธิพลมาก ในกระบวนการแบบเสพเสวยโลก หรือแบบสังสารวัฏ คือ กามคุณ⁷² อารมณที่มีความหมายเป็น สภาวะรูปนั้น คือ วัตถุ กาม เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า กามคุณ 5

ในสหายตนวิภังคสูตร เป็นอีกพระสูตรหนึ่งที่เป็นอารมณวิปัสสนากรรมฐานตาม พระไตรปิฎก ดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสว่าอายตนะภายนอก 6 นั้น ได้แก่ อายตนะ คือ รูป อายตนะ คือ เสียง อายตนะ คือ กลิ่น อายตนะ คือ รส อายตนะ คือ โผฏฐัพพะ อายตนะ คือ ธรรมารมณ พึงทราบอายตนะภายนอก 6 นั้น⁷³

จากข้อความในสหายตนวิภังคสูตรนี้ชี้ให้เห็นว่า อายตนะภายนอก 6 กับอารมณ 6 คือ สภาวะธรรมอย่างเดียวกัน มีลักษณะเหมือนกัน กล่าว คือ เป็นความรู้สึก ลักษณะอาการ และ พฤติกรรมที่แสดงออก หลังจากการกระทบสัมผัสกันของอายตนะภายในกับอายตนะภายนอก เช่น ตา เห็นรูปต่างๆ หู ฟังเสียงต่างๆ จมูกดมกลิ่นต่าง ๆ ลิ้นลิ้มรสต่าง ๆ กายถูกต้องสัมผัสกับสิ่งที่เย็นร้อน อ่อน แข็ง ใจนึกคิด จินตนาการ ถึงการกระทำ ประสบการณ์ที่เป็นอดีต และอนาคต ส่วนที่เรียกว่าอายตนะ เพราะการกระทำหน้าที่เชื่อมต่อเข้าหากัน ซึ่งอายตนะ นี้เป็นชื่อเรียก ตามภาษา กระบวนการธรรมของชีวิตเท่านั้น⁷⁴

2) ชั้นที่ 5

ชั้นที่ 5 แปลว่า สภาวะธรรมที่ทรงไว้ซึ่งอินทรีย์ มีจักขุ เป็นต้น ในแนวปฏิบัติ คำว่า ชั้นที่ แปลว่า กองแห่งรูปธรรมและนามธรรม 5 หมวดที่ประชุมกันเข้าเป็นหน่วยรวม ซึ่งบัญญัติเรียกว่า สัตว์ บุคคล เป็น

⁷⁰ ม.อ. (ไทย) 14/126/164.

⁷¹ ขุ.จ. (ไทย) 30/245/98.

⁷² ม.อ. (ไทย) 14/620/301., อภิ.วิ. (ไทย) 35/99/85., อภิ.วิ. (ไทย) 35/154-170/112-133.

⁷³ ม.อ. (ไทย) 14/305/369.

⁷⁴ อภิ.วิ.อ. (ไทย) 78/2/1.

ต้น หรือส่วนประกอบ 5 อย่างที่รวมเข้าเป็นชีวิต⁷⁵ เพราะอาศัยชั้นนี้ เป็นเครื่องมือ บำเพ็ญทาน ศีล ภาวนา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เช่น รูปเป็นอารมณ์ของตา⁷⁶

คำว่า ชั้น 5 แปลว่า กอง ได้รวมสิ่งที่เป็นธรรมชาติทั้งปวงเข้าด้วยกัน มีปรากฏการณ์ รวมกัน 11 ประการคือ (1) เป็นสภาพที่เป็นมาแล้วในอดีต (2) เป็นสภาพที่เป็นไปในอนาคต (3) เป็นสภาพที่มีอยู่ในปัจจุบัน (4) เป็นสภาพที่มีอยู่ภายใน (5) เป็นสภาพที่มีอยู่ภายนอก (6) เป็นสภาพที่หายาบ (7) เป็นสภาพที่ละเอียด (8) เป็นสภาพที่ไกล (9) เป็นสภาพที่ใกล้ (10) เป็นสภาพเลว (11) เป็นสภาพที่ประณีตของรูปนาม รวม 11 ประการนี้เป็นกองหนึ่ง⁷⁷

ความหมายของชั้น คือ สภาพที่รับเอาไว้ สภาวะธรรมที่เป็นทุกชั้นนับไม่ถ้วน การเจริญวิปัสสนากรรมฐานพิจารณาชั้น 5 เพื่อให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงตามธรรมชาติ 5 อย่าง คือ

- 1) ธรรมชาติที่ไม่เป็นแก่นสาร
- 2) ธรรมชาติที่ไม่มีสภาวะ คือ ความสวยงาม
- 3) ธรรมชาติที่ไม่มีความสุข
- 4) ธรรมชาติที่ไม่มีความเที่ยง
- 5) ธรรมชาติที่ไม่มีตัวตน

ผู้ปฏิบัติต้องกำหนดพิจารณาให้เห็นว่า ชั้น 5 จะมีขึ้นได้ เพราะอาศัยปรมาตถธรรม คือ จิต เจตสิก รูปไปรับรองจิต เจตสิก รูปเป็นหลัก เป็นประธานของชั้น 5 ชั้น 5 เป็นเพียงสมมติ บัญญัติเพื่อความเข้าใจง่าย

1) รูปชั้น กองรูป ได้แก่ ธรรมชาติทั้งปวงที่มีปรากฏขึ้นมาแล้วเสื่อมสลายไปและ ลื่นไป ด้วยวิธีปัจจัย คือ ปัจจัยที่ไม่ถูกกัน ได้แก่ ความร้อน ความเย็น เป็นต้น ในส่วนองค์ธรรม อันได้แก่ รูป 28

(2) เวทนาชั้น กองเวทนา มีหน้าที่เสวยอารมณ์ มี 3 อย่าง คือ สุข ทุกข์ อุกเบกขา ใน ส่วนขององค์ธรรมได้แก่ เวทนาเจตสิก ในจิต 89 หรือ 121

⁷⁵ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 47, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิณี, 2565), หน้า 162.

⁷⁶ ส.ช. (ไทย) 17/38-45/52-63., อภิ.วิ. (ไทย) 35/1-121/1-86.

⁷⁷ แนบ มหานิราชนันท์, คู่มือการศึกษาอภิธรรมมัตถสังคหะ, ปริจเฉทที่ 9 กัมมัฏฐานสังคหะวิภาค, พิมพ์ครั้งที่ 5, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ทิพย์วิสุทธิ์, 2547), หน้า 214.

(3) สัญญาชั้น ๓ กองแห่งสัญญา มีหน้าที่จำอากรรมต่าง ๆ ในส่วนองค์ธรรมได้แก่ สัญญา เจตสิก ในจิต 89 หรือ 121

(4) สังขารชั้น ๓ กองแห่งสังขาร มีหน้าที่ปรุงแต่งจิตให้คิดเป็นกุศล หรือให้เป็นอกุศล และ ให้ บำเพ็ญรูปภูมามี 3 คือ ปุณฺณภาสิสังขาร ปรุงแต่งจิตให้เป็นกุศล อปุณฺณภาสิสังขาร ปรุงแต่งจิตให้ เป็น อกุศล และอเนญจภาสิสังขาร ปรุงแต่งจิตให้คิดบ ำเพ็ญรูปภูมามี องค์ธรรม ได้แก่ เจตสิก 50 (เว้นเวทนา , สัญญา) ที่ประกอบในจิต 89 หรือ 121

(5) วิญญาณชั้น ๓ กองแห่งวิญญาณ มีหน้าที่รู้อากรรม รู้แจ้งเป็นลักษณะ โดย องค์ ธรรม ได้แก่ จิต 89 หรือ 121⁷⁸

นอกจากนี้ชั้น 5 จัดเป็นกลุ่มได้ 3 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 รูปชั้น ๓ จัดเป็นรูป

กลุ่มที่ 2 เวทนาชั้น ๓ สัญญาชั้น ๓ สังขารชั้น ๓ จัดเป็นนามเจตสิก

กลุ่มที่ 3 วิญญาณชั้น ๓ จัดเป็นนามจิต

ย่อลง ให้สั้นได้เพียง 2 คือ รูปชั้น⁷⁹ จัดเป็นรูปธรรม 1 นามเจตสิก และนามจิตจัดเป็น นามธรรม 1 หรือย่อให้สั้นลงไปอีก คือ รูปธรรม จัดเป็นรูป นามธรรม จัดเป็นนาม⁸⁰

3) ธาตุ 18

ธาตุ คือ สิ่งที่ทรงสภาวะของตนอยู่เอง ตามที่เหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้น เป็นไปตามธรรม นิยาม คือ กำหนดแห่งธรรมดา ไม่มีผู้สร้างผู้บันดาล และมีรูปลักษณะกิจอาการเป็นแบบจำเพาะตัว อันพึง กำหนดเอาเป็นหลักได้แต่ละอย่าง⁸¹ ธาตุ คือ ที่ทรงไว้ซึ่งลักษณะของตน มี 18 อย่างดังนี้

1) จักขุธาตุ คือ จักขุประสาท

2) รูปธาตุ คือ รูปารมณ

3) จักขุวิญญาณธาตุ คือ จักขุวิญญาณ

4) โสตธาตุ คือ โสตประสาท

5) สัทธาธาตุ คือ สัทธาารมณ

6) โสตวิญญาณธาตุ คือ โสตวิญญาณ

7) ฆานธาตุ คือ ฆานประสาท

8) คันธธาตุ ธาตุ คือ คันธารมณ

⁷⁸ วิสุทฺธิ. (ไทย) 2/456/126-127.

⁷⁹ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทฺธิ), **อุดมวิชา**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย 2531), หน้า 86 – 90.

⁸⁰ อภิ.วิ. (ไทย) 35/124/108.

⁸¹ อภิ.วิ. (ไทย) 35/183/142.

- | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| 9) ขานวิญญานธาตุ คือ ขานวิญญาน | 10) ชิวหาธาตุ คือ ชิวหาประสาท |
| 11) รสธาตุ คือ รสารมณ | 12) ชิวหาวิญญานธาตุคือชิวหาวิญญาน |
| 13) กายธาตุ คือ กายประสาท | 14) โผฏฐัพพธาตุ คือ โผฏฐัพพารมณ |
| 15) กายวิญญานธาตุ คือ กายวิญญาน | 16) มโนธาตุ คือ มโน |
| 17) ธัมมธาตุ คือ ธรรมารมณ | 18) มโนวิญญานธาตุ คือ มโนวิญญาน |

เพราะเหตุที่รู้เห็นธาตุ 18 ประการนี้ จึงเรียกว่า ผู้ฉลาดในธาตุ⁸²94 ในธาตุ 18 นั้นจัดเป็นกลุ่มได้ 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 รูปธาตุ มี 10 คือ จักขุธาตุ โสตธาตุ ขานธาตุ ชิวหาธาตุ กายธาตุรูป ธาตุ สัทธาธาตุ คันธธาตุ รสธาตุ โผฏฐัพพธาตุ กลุ่มที่ 2 นามธาตุ 7 คือ จักขุวิญญานธาตุ โสต วิญญานธาตุ ขานวิญญานธาตุ ชิวหาวิญญานธาตุ กายวิญญานธาตุ มโนธาตุ มโนวิญญานธาตุ กลุ่ม ที่ 3 ธัมมธาตุ ซึ่งรวมรูปธาตุ และนามธาตุไว้ด้วย ธาตุ 18 นี้ ย่อให้สั้นในแนวปฏิบัติ มีเพียง 2 คือ รูป และนาม เมื่อนำไปใช้ในทางการเจริญวิปัสสนาแล้วก็ให้กำหนดรูปและนาม

4) อินทรีย์ 22

อินทรีย์ในที่นี้หมายถึง สภาพที่เป็นใหญ่ คำว่า เป็นใหญ่ หมายความว่า ตาเป็นใหญ่ในการ ดู หูเป็นใหญ่ในการฟัง จมูกเป็นใหญ่ในการดมกลิ่น ลิ้นเป็นใหญ่ในการลิ้มรส กายเป็นใหญ่ในการ ถูกต้องสัมผัส ใจเป็นใหญ่ในการนึกคิดธัมมารมณ แต่ละอินทรีย์ก็ทำงานตามหน้าที่ของตน ๆ อัญญา ตาวิณฑริย ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้แจ้งอริยสัจจ 4 ล้วนสุดแล้ว ได้แก่ ปัญญาเจตสิกที่ใน อรหัตตผล⁸³ อินทรีย์ คือ ความเป็นใหญ่ มี 22 อย่างคือ 1) จักขุนทรีย์ อินทรีย์ คือ ตา 2) โสตินทรีย์ อินทรีย์ คือ หู 3) ขานินทรีย์ อินทรีย์ คือ จมูก 4) ชิวหินทรีย์ อินทรีย์ คือ ลิ้น 5) กายินทรีย์ อินทรีย์ คือ กาย 6) มนินทรีย์ อินทรีย์ คือ ใจ 7) อิตถินทรีย์ อินทรีย์ คือ หญิง กิริยาอาการ สภาวะของผู้หญิง 8) ปุริสินทรีย์ อินทรีย์ คือ ชาย กิริยาอาการ สภาวะของผู้ชาย 9) ชีวิตินทรีย์ อินทรีย์ คือ ชีวิตความ ดำรงอยู่ ความเป็นไปกิริยาที่เป็นไป 10) สุขินทรีย์ อินทรีย์ คือ ความสุข ความสุขความสำราญทางกาย 11) ทุกخينทรีย์ อินทรีย์ คือ ทุกข์ ความทุกข์ทางกาย 12) โสมนัสสินทรีย์ อินทรีย์ คือ โสมนัส ความสุข ความสำราญทางใจ 13) โทมนัสสินทรีย์ อินทรีย์ คือ โทมนัส ความทุกข์ทางใจ 14) อุเปกขินทรีย์ อินทรีย์ คือ อุเบกขา ความเป็นกลางทางอารมณ์ 15) สัทธินทรีย์ อินทรีย์ คือ ศรัทธา ความ เชื่อ ความเลื่อมใส 16) วิริยินทรีย์ อินทรีย์ คือ วิริยะ การปรารภความเพียร 17) สตินทรีย์ อินทรีย์ คือ สติ ความระลึกได้ 18) สมาธินทรีย์ อินทรีย์ คือ สมาธิ ความตั้งมั่นแห่งจิต 19) ปัญญินทรีย์ อินทรีย์ คือ ปัญญา ความรู้แจ้ง (สัมมาทิฎฐิ)

⁸² ม.อ. (ไทย) 14/125/161.

⁸³ ส.ม. (ไทย) 19/1665/528., อภ.วิ. (ไทย) 35/145/127.

20) อนัญญุตัญญัสสามิตินทริยฺ์ เลือกเฟ้นธรรม เพื่อรู้ใน ธรรมที่ไม่เคยรู้ 21) อัณณินทริยฺ์ เลือกเฟ้นธรรม เพื่อรู้เห็นแจ้งธรรมที่เคยเห็นแล้ว 22) อัณญาตาวินทริยฺ์ เลือกเฟ้นธรรม เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ทำให้แจ้งแล้ว

อินทริยฺ์ 22 นี้ เห็นได้ว่าเป็นความหมายอารมณ์วิปัสสนากรรมฐานตามพระไตรปิฎกที่สำคัญ เช่นเดียวกับข้ออื่นๆ สำหรับในแนวทางปฏิบัติแล้วอินทริยฺ์ 22 ย่อลง คือ รูปกัณณาม⁸⁴

5) อริยสัง 4

อริยสัง แปลว่า เป็นสังจะอันประเสริฐ คำว่า อริยะ⁸⁵ อธิบายว่า เป็นของแท้เป็นของไม่ผิดเป็นของไม่คลาดเคลื่อน เหมือนอย่างพระพุทธรองค์ศรีสุไว้ว่า

อริยสัง 4 คือ ความจริงอันประเสริฐ ความจริงของพระอริยะ ความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นอริยสัง 4 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค⁸⁶

(1) ทุกขอริยสัง คือ ทุกขสังจะ ธรรมชาติที่ทุกข์ ทุกข์มีความหมายว่า บีบคั้น เป็นอรรถ ของทุกข์ ความทุกข์ ได้แก่ ความเกิด ความแก่ ความตาย ความประสบ กับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก การพลัด พรากจากสิ่งที่รัก ความไม่ได้ในสิ่งที่ปรารถนา อันเป็นทุกข์ทั้งสิ้น ดังนั้นโดยย่อชั้น 5 เป็นธรรมที่ต้อง ศึกษาให้เข้าใจความจริงไม่คงอยู่สภาพเดิมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน

(2) ทุกขสมุทยอริยสัง คือ ธรรมชาติที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เหตุทำให้ทุกข์เกิดได้แก่ ตัณหา 3 คือ (1) กามตัณหา ความพอใจความใคร่ในกาม (2) ภวตัณหา ความอยากมีอยากเป็นอยากได้ (3) วิภวตัณหา ความไม่อยากมี ไม่อยากเป็น อยากพ้นจากภาวะที่ตนเป็น ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดในภพต่อไป พระพุทธเจ้า ทรงชี้ให้เห็นว่า ทุกขสมุทยอริยสังเป็นธรรมที่ควรละ คือ จัดเป็นตัณหาอันเป็นเหตุที่ทำให้ทุกข์เกิด เป็นธรรมที่ควรละอย่าให้เกิดต่อไป

(3) ทุกขนิโรธอริยสัง คือนิโรธสังจะ ธรรมที่เป็นเครื่องดับทุกข์ ความดับทุกข์ ได้แก่ การ ดับตัณหาให้สิ้นไปด้วยมรรค พระพุทธเจ้าทรงชี้ให้เห็นว่า ทุกขนิโรธอริยสังเป็นธรรมที่ควรทำให้แจ้ง เพื่อความบริสุทธิ์พ้นจากกิเลส

(4) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัง คือ ข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลาง ได้แก่ มรรค มี องค์ 8 คือ สัมมาทิฎฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และ สัมมาสมาธิ พระพุทธเจ้าทรงชี้ให้เห็นว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสังเป็นธรรมที่ ควรเจริญ คือศึกษาให้

⁸⁴ อภิ.วิ. (ไทย) 35/220/197-202.

⁸⁵ วิ.ม. (ไทย) 4/14/21-22., ส.ม. (ไทย) 19/1073-1076/584-587.

⁸⁶ วิ.ม. (ไทย) 4/14/14., ม.ม. (ไทย) 12/91/66., ม.อุ. (ไทย) 14/373/317.

เข้าใจอย่างถูกต้องถ่องแท้ในอริมรรค 8 แล้วทำมรรคนั้นมาปฏิบัติซึ่งจะเป็น หนทางนำไปสู่ความหลุดพ้น เพื่อบรรลุถึงนิพพานในที่สุด ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค เป็นทั้ง รูป และนาม⁸⁷

6) ปฏิจจสมุปบาท 12

ปฏิจจสมุปบาท คือ การเกิดขึ้นพร้อมแห่งธรรมทั้งหลายเพราะอาศัยกัน ธรรมที่อาศัยกัน เกิดขึ้นพร้อม⁸⁸ โดยนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาได้อธิบายขยายความรู้ ความหมายลงในแนวการ ปฏิบัติได้ดังนี้

อวิชา แปลว่า ไม่รู้ โดยองค์ธรรม ได้แก่ โมหเจตสิก ประเด็นสำคัญ คือ ความไม่รู้ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค และไม่รู้ปฏิจจสมุปบาท

สังขาร แปลว่า สภาวะธรรมที่ปรุงแต่งสังขตธรรม ได้แก่ เจตนากรรม

วิญญาณ แปลว่า ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ ได้แก่ จิต เป็นโลกียวิบาก 32 สังขารเป็นปัจจัยให้ เกิด วิญญาณที่เป็นโลกียวิบาก 32 ได้แก่ อเหตุกวิบาก 15 กามาวจรวิบาก 8 รูปาวจรวิบาก 5 อรูปาวจรวิบาก 4 รวมเป็น 32

นามรูป ประกอบด้วย 2 คำ คือ คำว่า นาม แปลว่า ธรรมชาติที่นุ่มไปสู่อารมณ์ คำว่า รูป แปลว่า ธรรมชาติที่แตกดับ

สฬายตนะ คือ อายตนะ 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

ผัสสะ คือ สภาวะธรรมที่กระทบอารมณ์ ได้แก่ ผัสสะ 6 ที่เกิดมาจากอารมณ์ทั้ง 6 เวทนา คือ ธรรมชาติที่สวຍอารมณ์ ได้แก่ เวทนาเจตสิกที่เกิดจากผัสสะทั้ง 6 ตัณหา คือ สภาพที่อยากได้ ได้แก่ โลก เจตสิก เวทนาเป็นปัจจัยให้เกิดตัณหา อุปาทาน คือ สภาพที่ยึดถือ สภาพที่ยึดอารมณ์แล้วถือไว้

ภพ คือ สภาวะธรรมที่ทำให้เกิด ได้แก่ กามภพ รูปภพ อรูปภพ ชาติ คือ ความเกิดขึ้น ภพเป็น ปัจจัยให้เกิดชาติ

ชรามรณะ ประกอบด้วย ชรา คือ ธรรมชาติที่เสื่อมไป คำว่า มรณ คือ ความตาย โสกะ คือ ความเศร้าโศก ได้แก่ โทมนัสเวทนาที่ประกอบกับโทสมูลจิต 2

ปริเทวะ คือ การร้องไห้รำพัน ชื่อว่า ปริเทวะ ได้แก่ จิตตวิปลาส ร้องไห้รำพัน⁸⁹

⁸⁷ ส.ม. (ไทย) 19/1081/593.

⁸⁸ ส.ม. (ไทย) 19/1073-1076/584-587.

⁸⁹ อภ.วิ. (ไทย) 35/942/596.

ทุกข์ คือ เวทนาที่อดทนได้ยาก ชื่อว่า ทุกข์ ได้แก่ กายิกทุกขเวทนาโทมนัส สภาพที่เป็น เหตุให้เป็นผู้มีใจคอไม่ดี ได้แก่ เจตสิกทุกข์ คือ ทุกข์ใจ

อุปายาส คือ ความลำบากใจอย่างหนัก ชื่อว่า อุปายาส ได้แก่ โทสเจตสิก

ชั้น 5 อายุตนะ 12 ธาตุ 18 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 และปฏิจจนสมุปปาท 12 เป็นภูมิ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา มีสี่วิสุทธิ จิตตวิสุทธิ เป็นรากเหง้าของวิปัสสนา มีทิววิสุทธิกังขา วิตรณวิสุทธิ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ ญาณทัสสนวิสุทธิ⁹⁰ เป็นต้น วิปัสสนาภาวนาอนึ่ง ปัญญาที่เห็นแจ้งในสังขารว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์เป็นอนัตตา ไม่ถือนั่นด้วยตัณหา มานะ ทิฐิ ปัญญาเห็นชัดอย่างแก่กล้าถึงนิพพิทา วิราคะ วิมุตติ หลุดพ้นจากกิเลส ก็เป็นตัววิปัสสนา

2.3.2 วิธีการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน 4 แบบ

ในยุคนั้นสูตร การเจริญสมถและวิปัสสนากรรมฐาน มี 4 วิธี⁹¹ ได้แก่

วิธีที่ 1 สมถปุพพังคมวิปัสสนาภาวนา คือ การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมถนำหน้า⁹² เพราะจิตเป็นเอกัคคตารมณ์ไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจแห่งเนกขัมมะ เป็นสมาธิ ชื่อว่า วิปัสสนา เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นธรรมที่เกิดในสมาธินี้ โดยความเป็นไตรลักษณ์ สมถะจึงมีก่อนวิปัสสนามีภายหลัง ใน คัมภีร์ปฏิสัมภิทามัคค์ อธิบายไว้ว่า เบื้องต้นนั้น มีจิตเป็นสมาธิไม่ฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจแห่งเนกขัมมะเป็นสมาธิ ต่อจากนั้นใช้ปัญญาที่เกิดจาก ความสงบพิจารณาเห็นสภาวะธรรมที่เกิดในสมาธินั้น โดยพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็น อนัตตา วิธีปฏิบัติอย่างนี้ ชื่อว่า สมถะจึงมีก่อน วิปัสสนามีภายหลัง “เจริญวิปัสสนามีสมถะนำหน้า”

วิธีที่ 2 วิปัสสนาปุพพังคมสมถภาวนา คือ การเจริญสมถะโดยมีวิปัสสนานำหน้า ที่ เรียกว่าวิปัสสนานำ เพราะใช้ปัญญาพิจารณาสภาวะธรรมโดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา ในขณะที่ใช้ปัญญาพิจารณาสภาวะธรรมจิตมีความสงบ สภาวะที่จิตปลอดโปร่งธรรมทั้งหลายที่เกิดในวิปัสสนานั้นเป็นอารมณ์ และสภาวะที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ไม่ฟุ้งซ่านเป็นสมาธิ วิปัสสนาจึงมีก่อน สมถะมีภายหลัง ด้วยประการดังนี้ เรียกว่า “เจริญสมถะมีวิปัสสนานำหน้า”

⁹⁰ พระพุทธโฆษาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), คัมภีร์วิสุทธิมรรค, พิมพ์ครั้งที่ 14, (ประเทศจีน, 2562) หน้า 1131.

⁹¹ อ.จตุกก. (ไทย) 21/170/237-238.

⁹² ข.ป. (ไทย) 31/535/433, 31/2/414.

เช่น พระมหาปันถก ผู้มีความชำนาญในการเจริญวิปัสสนา⁹³ มีสภาวะพิจารณาเห็นโดยความเป็นไตรลักษณ์ และสภาวะที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่านเป็นสมาธิ วิปัสสนาจึงมีก่อนแล้วสมณะจึงมี ภายหลัง

วิธีที่ 3 สมถวิปัสสนายุคคันทภาวนา เป็นการเจริญวิปัสสนากับสมณะควบคู่กันไป⁹⁴ในปฏิสัมภิทามัคค์ อธิบายว่า ผู้ปฏิบัติเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่กันไปด้วยอาการ 16 อย่าง⁹⁵ ตัวอย่างเช่น เมื่อละอุทธัจจะ จึงมีสมาธิคือความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่าน มีนิโรธเป็นอารมณ์ ละอวิชชาได้ เกิดวิปัสสนาเพราะพิจารณารู้เห็นตามเป็นจริงมีนิโรธเป็นอารมณ์ อย่างนี้เรียกว่า สมณะและวิปัสสนาจึงมีรสเป็นอย่างเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเลยกันด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์ ดังนี้ เพราะเหตุนี้ท่านจึงกล่าวว่า “ภิกษุเจริญสมณะและวิปัสสนาคู่กันไปด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์”⁹⁶สำหรับ ผู้ที่เป็นฉานลาภีสามารถที่จะพิจารณาหลังจากออกจากฉานแล้วควบคู่กันไปดังนี้ คือออกจาก ปฐมฉาน ก็นำธรรมในปฐมฉานมาพิจารณา ออกจากทุติยฉาน ก็นำธรรมในทุติยฉานนั้นมาพิจารณา ทำโดยทำนองนี้ไปตามลำดับแห่งฉาน⁹⁷ การเจริญสมณะวิปัสสนาควบคู่กันไปในี้ มิได้หมายถึง การเจริญพร้อมกันทั้งสอง เพราะไม่สามารถพิจารณาสังขารด้วยจิตเดียวกันกับที่เข้าสมาบัติได้ แต่ หมายถึงเข้าสมาบัติถึงไหนก็พิจารณาสังขารถึงนั้น พิจารณาสังขารถึงไหนก็เข้าสมาบัติถึงนั้น คือเข้าปฐมฉาน ออกจากปฐมฉานแล้วพิจารณาสังขารธรรม ครั้นพิจารณาสังขารธรรมแล้วเข้าทุติยฉาน ออกจากทุติยฉานแล้วพิจารณาสังขารธรรมอีก ครั้นพิจารณาแล้วเข้าตติยฉาน ฯลฯ เข้าเนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัติ ออกแล้วก็พิจารณาสังขารธรรมอีก อย่างนี้ชื่อว่า เจริญสมณะวิปัสสนาควบคู่กันไป วิธีนี้ต้องดำเนินการพัฒนาทั้งสมณะและวิปัสสนาในเวลาเดียวกัน ด้วยอาการ 16 อย่างคือ 1) ด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์ 2) ด้วยมีสภาวะเป็นโคจร 3) ด้วยมีสภาวะละ 4) ด้วยมีสภาวะสละ 5) ด้วยมีสภาวะออก 6) ด้วยมีสภาวะหลีกออก 7) ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมละเอียด 8) ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมประณีต 9) ด้วยมีสภาวะหลุดพ้น 10) ด้วยมีสภาวะไม่มีอาสวะ 11) ด้วยมีสภาวะเป็นเครื่องข้าม 12) ด้วยมีสภาวะไม่มีนิमित 13) ด้วยมีสภาวะไม่มีปณิหิตะ 14) ด้วยมีสภาวะเป็นสุญญตะ 15) ด้วย มีสภาวะมีรสเป็นอย่างเดียวกัน 16) ด้วยมีสภาวะเป็นคู่กันไม่ล่วง⁹⁸

วิธีที่ 4 ัมมุทธัจจวิคคหิตมานัส มีความฟุ้งซ่าน หรือ วิปัสสนูกิเลสปรากฏให้กำหนดรู้ไปจนดับเมื่อปราศจากนิวรรณ์คืออุทธัจจะ จิตย่อมสงบตั้งมั่นด้วยอำนาจของสัมมาสมาธิอันเกิดจากฌณิกสมาธิ ซึ่ง

⁹³ พระครูกัลยาณสิทธิวัฒน์, *เอตทัคคะในพระพุทธศาสนา*, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก, 2546), หน้า 159.

⁹⁴ ม.อ. (ไทย) 14/153-65/116-122.

⁹⁵ ขุ.ป. (ไทย) 31/5/419-420.

⁹⁶ ขุ.ป. (ไทย) 31/5/419-420.

⁹⁷ พระโสภณมหาเถระ (มหาสสียาตอ), *วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์)*, จำรูญธรรมดา แพล, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, 2553), หน้า 75.

⁹⁸ ม.อ. (ไทย) 14/153-65/116-122.

ถือว่าเป็นสมาธิในองค์มรรค⁹⁹ วิธีปฏิบัติในข้อที่ 4 นี้เป็นทางออกหรือวิธีปฏิบัติเมื่อจิตเขว เพราะธัมมูทัจจ¹⁰⁰ (ความฟุ้งในธรรม) การปฏิบัติในวิธีที่ 4 นี้ ไม่ว่าจะ เป็นสมถยานิกหรือวิปัสสนายานิกก็ตาม อุทกัปปยญาณเกิดขึ้นครั้งแรก วิปัสสนูปกิเลสย่อมเกิดขึ้นแก่นักปฏิบัติ นั้น บางครั้งนักปฏิบัติ นั้นเข้าใจเอาเองว่า ตนได้บรรลุธรรมวิเศษแล้วก็เป็นที่¹⁰¹ ซึ่งการรู้การเข้าใจอย่างนี้ท่าน เรียกว่า ธัมมูทัจจจะ ในปฏิสัมภิทามัคค์ อธิบายว่า เมื่อภิกษุมนสิการโดยความไม่เที่ยง โอภาส คือ แสงสว่าง¹⁰² ย่อมเกิดขึ้น เข้าใจ หรือนึกเอาว่า โอภาสเป็นธรรม คือคุณพิเศษ เพราะเข้าใจว่าได้บรรลุคุณวิเศษ ความฟุ้งซ่านเป็นอุทัจจจะ ภิกษุผู้มีใจถูกอุทัจจจะนั้นกั้นไว้ ย่อมไม่รู้ชัดตามความเป็นจริงที่กำลังปรากฏอยู่โดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกซ์ โดยความเป็นอนัตตา

เพราะเหตุ นั้น เมื่อผู้ปฏิบัติมีใจถูกอุทัจจจะในธรรมกั้นไว้ การปฏิบัติที่จะละธัมมูทัจจจะได้นั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องพิจารณาให้ได้ ไม่ต้องสนใจหรือให้ความสำคัญกับวิปัสสนูปกิเลส นั้นโดยกำหนด พิจารณา วิปัสสนาเท่านั้น ถ้าทำได้อย่างนี้ ธัมมูทัจจจะก็จะหายไปโดยอัตโนมัติ¹⁰³ หรือครั้นได้เวลา เหมาะจะจิตเป็นสมาธิสงบสนิทลงได้ในภายในเด่นชัด มรรคก็เกิดแก่ผู้ปฏิบัติ และวิธีที่จะให้จิตเป็นสมาธิ ก็คือการใช้ปัญญา พิจารณา รู้เท่าทัน อุปกิเลสที่ 10 นั้น ฉลาดไม่ลุ่มหลงคล้อยตาม จิตไม่หวั่นไหว บริสุทธิ์ไม่หมองมัว จิต ภาวนาก็จะไม่คลาดไม่เสื่อมเสีย วิธีปฏิบัติ 4 อย่างนี้ เป็นวิธีที่พระอานนท์แสดง มรรค 4 แก่ภิกษุทั้งหลาย ว่า “ผู้มีอายุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่งก็ตามไม่ว่าจะเป็นภิกษุหรือภิกษุณีย่อมทำให้ แจ่มพระอรหัตต์ ด้วยมรรค ครบทั้ง 4 ประการหรือมรรคใดมรรคหนึ่งบรรดามรรค 4 ประการนี้”¹⁰⁴

การปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวที่พระอานนท์แสดงไว้ 4 แบบนี้ แม้จะเป็นแนวที่ พระสาวก แสดงไว้ แต่ก็ให้เห็นความจริงในการปฏิบัติว่า ในบรรดากรรมฐานทั้ง 2 คือ สมถกรรมฐาน และ วิปัสสนากรรมฐานนั้น เมื่อบุคคลเริ่มปฏิบัติ บางคนอาจจะเริ่มที่สมถะก่อน บางคนอาจจะเริ่มที่ วิปัสสนา ก่อน หรือบางคนอาจจะเริ่มปฏิบัติทั้งสองอย่างควบคู่กันไป หรือในการปฏิบัติเมื่อใดควรใช้ สมถะก็ใช้ สมถะ เมื่อใดควรใช้วิปัสสนาก็ใช้วิปัสสนา บางคนอาจจะถนัดที่สมถะก็เริ่มสมถะเอาสมถะ นำก่อน บางคน

⁹⁹ ขุ.ป. (ไทย) 31/542-3/445-448.

¹⁰⁰ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ 55, (ประเทศจีน, 2564), หน้า 456.

¹⁰¹ พระโสภณมหาเถระ (มหาสสิยาตอ), วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์), จำรูญ ธรรมดา แพล, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, 2553), หน้า 75.

¹⁰² ขุ.ป. (ไทย) 31/6/425.

¹⁰³ พระโสภณมหาเถระ (มหาสสิยาตอ), วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์), จำรูญ ธรรมดา แพล, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, 2553), หน้า 75-76.

¹⁰⁴ อจ.จตุกก. (ไทย) 21/170/238., ขุ.ป. (ไทย) 31/1/413-414.

อาจจะถนัดที่วิปัสสนาก็เริ่มที่วิปัสสนาเอาวิปัสสนานำการปฏิบัติทั้ง 4 แบบนี้ เป็นไป ตามความถนัดและ อัจฉริยะ แต่มีจุดมุ่งหมายอย่างเดียวกัน คือ ความหลุดพ้นจากทุกข์

การเจริญสมณะและวิปัสสนานั้น จิตย่อมตั้งมั่นอยู่กับอารมณ์เป็นหนึ่งมีสมาธิที่ถือว่าเป็น สัมมาสมาธิ อันเกิดจากการเจริญสมณะที่เป็นฐานหรือควบคู่กับวิปัสสนา และเจริญขึ้นถึงมรรคญาณใน ที่สุด มีปรากฏในการปฏิบัติ 3 วิธีข้างต้น ถ้าเกิดอุทธัจจธรรม หรืออาการฟุ้งซ่านที่เกิดจาก ความสำคัญผิด เอาโอภาส เป็นต้น นั้นว่าเป็น มรรค ผล นิพพาน¹⁰⁵ ให้พยายามกำหนดรู้ที่จิต กำหนดให้เห็นว่าจิตเกิดดับ ปัญญาญาณจะพัฒนาก้าวหน้าไปถึงมรรคญาณได้ หรือเป็นวิธีปฏิบัติเมื่อ จิตมีความฟุ้งซ่าน เกิดความ เข้าใจผิดยึดเอาผลที่ประสพในระหว่างว่าเป็น มรรค ผล และ นิพพาน แล้วกำหนดรู้จนนิรวณ คือ อุทธัจจ จะดับ จิตย่อมสงบตั้งมั่นด้วยอำนาจของสัมมาสมาธิ อันเกิดจากขณิกสมาธิ (ที่มีกำลังเทียบเท่าองค์ ฌาน) ซึ่งถือว่าเป็นสมาธิในองค์มรรค ซึ่งวิธีที่ 4 ถือเป็น การ เจริญวิปัสสนาล้วน โดยอาศัยสัมมาสมาธิใน องค์มรรคเท่านั้น

2.3.3 หลักธรรมที่เป็นปัจจัยสนับสนุนการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาด้วยการเจริญสติปัฏฐาน 4 พระพุทธเจ้าตรัสว่าเธอจงทำเบื้องต้น ในกุศลธรรมทั้งหลายให้หมดจดก่อน คือ และสมาธิเป็นเบื้องต้น วิปัสสนา และมรรคเป็นท่ามกลาง ผล และพระนิพพานเป็นที่สุดแห่งศาสนา แห่งกุศลธรรมทั้งหลาย คือ ศีลที่บริสุทธิ์ดี และความเห็นที่ ตรง เมื่อใด ศีลของเธอจักบริสุทธิ์ดี และความเห็นจักตรง เมื่อนั้น เธออาศัยศีล ดำรงอยู่ในศีลแล้ว ฟังเจริญสติ ปัฏฐาน 4 ประการ เพื่อเป็นการทำลายอกิขณาและโทมนัส ในขณะเวลาปฏิบัติต้องมีธรรม ข้ออื่น ๆ ประกอบควบคู่ไปด้วย ธรรมที่ไม่ได้กล่าวถึงก็ คือสมาธิ ซึ่งจะมีอยู่ด้วยตลอดเวลาสำหรับใน การปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา ส่วนองค์ธรรมที่กล่าวไว้ คือ องค์ของวิปัสสนา 3 ประการ คือ

1) **อาตปปี** มีความเพียร คำว่า อาตปปี แปลว่า มีความเพียรเพากิเลส¹⁰⁶ คือ มีความ เพียรชอบ ที่เรียกว่า ปธาน คือการประกอบความเพียรเครื่องตั้งอยู่เนื่อง ๆ ย่อมชวนชวาย ประกอบความ เพียร เครื่องตั้ง ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากธรรมที่กั้นจิต ด้วยการเดินจงกรม ด้วยการนั่งตลอดวัน เป็นต้น คือ เพียร เพื่อละความชั่ว เพียรเพื่อไม่ทำความชั่ว เพียรเพื่อทำความดี และ เพียรเพื่อเพิ่มพูนความดี ให้อย่าง ขึ้น ทุก ขณะและผู้ปฏิบัติเจริญสติปัฏฐาน ระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน ได้ชื่อว่าสังสมสติ สมาธิ และปัญญาให้เพิ่มพูน มากขึ้น ผู้ปฏิบัติเพียรตั้งใจกำหนดอย่างต่อเนื่อง มี ความรอบคอบอย่างถี่ถ้วน กำหนดสภาวะต่าง ๆ

¹⁰⁵ พระพุทธโฆษาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*, พิมพ์ครั้งที่ 14, (ประเทศจีน, 2562) หน้า 784.

¹⁰⁶ ส.ม.อ. (ไทย) 3/367/330.

2) สติมา มีสติ คำว่า สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติกำหนดกายอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิท¹⁰⁷ การเจริญสติปัฏฐานภาวนามีประโยชน์ คือ ทำให้จิตตั้งมั่น เป็น สมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน 4 อันมี อาตาปี สัมปชาโน สติมา เป็นองค์คุณที่จะทำให้เห็นสภาวะธรรมทั้งหลายที่ปรากฏตามความเป็นจริง ย่อมสามารถกำจัด อภิชฌา และ โทมนัสในโลกได้ นี้คือ องค์ธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนา

3) สัมปชาโน หรือสัมปชัญญะ หมายถึงความรู้พร้อม คำว่า สัมปชาโน แปลว่า ถึงพร้อมด้วยปัญญาเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือ เห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนาม แต่ละอย่างที รูป นามอื่นไม่มี และลักษณะทั่วไปเมื่อรู้ด้วยความไม่เที่ยง (อนิจจัง โสขณิโต ชานโต) ย่อมละอวิชชาได้ด้วยอำนาจแห่งทุกขลักษณะ และอนัตตลักษณะนั่นเอง เห็นรูปนามด้วยความไม่เที่ยง เป็นทุกข ไม่ใช่ตัวตนด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากรรมฐาน¹⁰⁸

2.4 การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวทางสติปัฏฐาน 4

สติปัฏฐาน แปลว่า ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือข้อปฏิบัติที่ใช้สติเป็นหลัก หรือเป็น ประธาน ถือเป็นวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่นิยมและมีเนื้อหาครอบคลุมหลักปรมัตถธรรมที่ เต็มชัดและทุกอย่าง หมายความว่า การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักมหาสติปัฏฐานเป็นการเดินตรงตาม อริยมรรคเพื่อให้เกิดปัญญาญาณได้บรรลุความดับทุกข์ได้ กระทั่งพระพุทธเจ้าทรงตรัสความสำคัญ ของมหาสติปัฏฐานไว้ดังพระบาลีว่า

“เอกายโน อโย ภิกขเว มคโค สุตตานิ วิสุทธิยา โสภปริเทวานิ สมตักกมาย ทุกขโทมนสฺसानิ อตถงคมาย ญชฺชยสฺส อธิคมาย นิพพานสฺส สจฺฉิกิริยาย ยทิทํ จตฺตาริ สติปัฏฐานา”¹⁰⁹

แปลความว่า ภิกษุทั้งหลายทาง(หมายถึงทางดำเนินไปสู่พระนิพพาน หรือ ทางที่ผู้ต้องการพระนิพพานควรดำเนินไป)¹¹⁰นี้ เป็นทางเดียว¹¹¹ เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอุบายธรรม หมายถึง อริยมรรค¹¹² เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัฏฐาน¹¹³ 4 ประการ¹¹⁴

¹⁰⁷ ส.ม.อ. (ไทย) 3/367/330.

¹⁰⁸ ส.สพ.อ. (ไทย) 3/79/27.

¹⁰⁹ ที.ม. (บาลี) 10/373/248.

¹¹⁰ ที.ม.อ. 371/361., ที.ม. (ไทย) 10/373/301.

¹¹¹ ที.ม. (ไทย) 10/373/301.

¹¹² ที.ม.อ. 214/197., ที.ม. (ไทย) 10/373/301.

¹¹³ ที.ม.อ. 373/368, ม.ม.อ. 1/106/253.

¹¹⁴ ที.ม. (ไทย) 10/373/301.

พระพุทธเจ้าทรงแสดงเรื่องสติไว้ว่า “ความตามระลึก ความหวนระลึก กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลือนลอย ความไม่หลงลืม บุคคลผู้ประกอบด้วยสตินี้ชื่อว่าผู้มีสติตั้งมั่น”¹¹⁵ สติ เป็นธรรมเครื่องตื่นอยู่ในโลก¹¹⁶

การเจริญสติช่วยให้เราเห็นธรรมชาติที่แท้จริงของสรรพสิ่ง และความลับของนามและรูป สติช่วยพัฒนาสมาธิ และสมาธิช่วยให้เราได้เห็นธรรมชาติที่แท้จริงของสรรพสิ่งอย่างชัดเจน เมื่อนั้น เราจะประจักษ์แจ้งในสิ่งที่เป็นเป้าหมายสูงสุด¹¹⁷

ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สติก็คือการระลึกได้ และการถือไว้ในรูปนามที่กำลังเกิดขึ้น ในอีกความหมายหนึ่ง สติมีลักษณะแนบชิด ช่วยทำให้จิตแนบแน่นอยู่กับอารมณ์อันใดอันหนึ่ง จิตจะได้ไม่ลอย ไม่ฟุ้งซ่าน จิตจะจ้องและจับแน่นอยู่กับอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานคือรูปนาม ซึ่งเป็นอารมณ์ปรมาตม์ พระอรหันตภิกษุได้เปรียบเทียบไว้อย่างน่าฟังว่า ตามปกติลูกน้ำเต้าเมื่อตากไว้จนแห้งจะมีน้ำหนักเบา ครั้นโยนลงไปใบบ่อน้ำจะไม่จม ลอยไปลอยมาไม่อยู่นิ่ง ลักษณะเช่นนี้คล้าย กับคนที่ขาดสติ จิตใจจะล่องลอย ฟุ้งซ่าน และหวั่นไหว ในทางตรงกันข้ามเมื่อเอาก้อนหินโยนลงไปใบบ่อน้ำจะจมลงและไปเกาะแน่นอยู่กับก้อนบ่อ¹¹⁸ อันนี้คือลักษณะของความแนบชิด โดยนัยเดียวกัน สติที่แนบชิดไปกับอารมณ์ที่กำลังกำหนดอยู่จะไม่วอกแวก ซัดส่าย และมีกำลังเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ สติจะแนบแน่นอยู่กับอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน เช่น อากาโรและอากาโรรูป เป็นต้น ในสถานะเช่นนี้สติจะกำหนดที่ผู้รู้คือนาม และที่อากาโรและอากาโรรูป คือรูป

การมีสติตั้งมั่นพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรมนี้ มีจุดประสงค์จำแนกได้เป็น 2 ทาง คือ

- 1) สติตั้งมั่นในการพิจารณาบัญญัติเพื่อให้จิตสงบ ซึ่งเรียกว่าสมถกัมมัฏฐานมีอานิสงส์ให้บรรลุฌานสมาบัติ
- 2) สติตั้งมั่นในการพิจารณารูปนามเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ซึ่งเรียกว่าวิปัสสนากัมมัฏฐาน มีอานิสงส์ให้บรรลุถึง มรรค ผล นิพพาน¹¹⁹

¹¹⁵ อภ.ป. (ไทย) 36/79/165.

¹¹⁶ ส.ส. (ไทย) 15/80/85.

¹¹⁷ พระสิลานันทาทาภิวงศ์, **สี่วันตสูตร**, พิมพ์ครั้งที่ 1, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์, 2553), หน้า 181.

¹¹⁸ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์จำลอง ดิษยวณิช, **วิปัสสนากรรมฐานและเขาวนอารมณ์**, พิมพ์ครั้งที่ 3, (เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, 2549), หน้า 23-24.

¹¹⁹ อณิวัชร เพชรนรินทร์, **การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2549), หน้า 12.

การเจริญสติปัฏฐาน 4 นั้น เมื่อรู้รูปกับนามแล้วจึงจะรู้พระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาได้ เพราะพระไตรลักษณ์ปกอยู่กับรูปและนาม อุปมาเหมือนตัวเสื้อกับลายเสื้อ รูปนามเปรียบเหมือนตัวเสื้อ พระไตรลักษณ์เปรียบเหมือนลายเสื้อ ตัวเสื้อจะไปหากินวัวอยู่กลางทุ่ง ส่วนลายเสื้อจะ ไปอยู่ในป่าเช่นนั้น ย่อมเป็นไปไม่ได้ฉันใด ข้อนี้ก็ฉันนั้น เมื่อเห็นตัวเสื้อก็ย่อมเห็นลายเสื้อ เมื่อเห็นรูป นามก็ ย่อมเห็นไตรลักษณ์ อันนี้เป็นหลักของสภาวะธรรมเกิดเฉพาะแก่ผู้ปฏิบัติเท่านั้น จะเกิดแก่ผู้ไม่ปฏิบัติไม่ได้ เป็นอันตราย ตู้อาหารจะกินแทนกันไม่ได้ ใครกินใครอิ่ม ใครกินใครอ้วน โบราณท่านว่า กินเองจึงอ้วนเอง¹²⁰ ดังนั้น ผู้ที่เจริญวิปัสสนาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งประจักษ์ในนามรูปตามกฎแห่ง พระไตรลักษณ์ จึง ต้องปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐานทั้ง 4 ที่พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนไว้ ซึ่งจะยกมาแสดง เป็นหมวดๆ ดังต่อไปนี้

2.4.1 กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การปฏิบัติวิปัสสนาตามหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้แบ่งออกเป็นส่วนใหญ่ย่อยอีกคือ

ก.หมวดลมหายใจเข้าออก

พระพุทธองค์ทรงแสดงการเจริญสติในหมวดนี้ว่า

“ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ไปสู่ป่าก็ดี ไปสู่โคนไม้ก็ดีไปสู่ เรือนว่าง (หมายถึงที่ สงัดคือ เสนาสนะ 7 อย่าง เว้นป่าและโคนไม้ ได้แก่ (1) ภูเขา (2) ซอกเขา(3) ถ้ำ (4) ป่าช้า (5) ป่าชฎ (6) ที่แจ้ง (7) ลอม ฟาง)¹²¹ก็ดี นั่งคู้บัลลังก์ (หมายถึงนั่งขัดสมาธิ)¹²² ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า(หมายถึง ตั้งสติมุ่งตรง ต่อกรรมฐาน)¹²³ มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้ชัดว่า ‘เราหายใจเข้ายาว’ เมื่อ หายใจออกยาวก็รู้ชัดว่า ‘เราหายใจออกยาว’ เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้ชัดว่า ‘เราหายใจเข้าสั้น’ เมื่อหายใจ ออกสั้น ก็รู้ชัดว่า ‘เราหายใจออกสั้น’ สำเนียงกว่า ‘เรา กำหนดรู้กองลมทั้งปวง หายใจเข้า’ สำเนียงกว่า ‘เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวงหายใจออก’ สำเนียงกว่า ‘เราระงับกายสังขาร (หมายถึงพ่อนคลายลมหายใจ หยาบให้ละเอียดขึ้นไปโดยลำดับจนถึงขั้นที่จะต้อง

พิสูจน์ว่ามีลมหายใจอยู่หรือไม่ เปรียบเหมือนเสียงเคาะระฆังครั้งแรกจะมีเสียงดังกังวานแล้วแผ่วลงจนถึง เจียบ หายไปในที่สุด)¹²⁴หายใจเข้า’ สำเนียงกว่า ‘เราระงับกายสังขารหายใจออก’ ภิกษุทั้งหลาย ช่าง

¹²⁰ พระเทพสิทธิมนี (โชดก ญาณสิทธิ), เดือนสติผู้ปฏิบัติธรรมและการเจริญสติปัฏฐาน 4, พิมพ์ ครั้งที่ 1, (กรุงเทพมหานคร: แคนนากราฟฟิค, 2551), หน้า 40-1.

¹²¹ ที.ม. (ไทย) 10/374/302.

¹²² ที.ม. (ไทย) 10/374/302.

¹²³ ที.ม. (ไทย) 10/374/302.

¹²⁴ ที.ม. (ไทย) 10/374/303.

กลิ้งหรือลูกลมมือช่างกลิ้งผู้มีความชำนาญ เมื่อชักเชือกยาวก็รู้ชัดว่า ‘เราชักเชือกยาว’ เมื่อชักเชือกสั้น ก็รู้ชัดว่า ‘เราชักเชือกสั้น’ แม้ฉันทิภิกษุก็ฉันทิภิกษุเหมือนกัน

เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้ชัดว่า ‘เราหายใจเข้ายาว’ เมื่อหายใจออกยาว ก็รู้ชัดว่า ‘เราหายใจออกยาว’ เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้ชัดว่า ‘เราหายใจเข้าสั้น’ เมื่อหายใจออกสั้น ก็รู้ชัดว่า ‘เราหายใจออกสั้น’ สำเนียงกว่า ‘เรากำหนดรู้กงลมทั้งปวง หายใจเข้า’ สำเนียงกว่า ‘เรา กำหนดรู้กงลมทั้งปวง หายใจออก’ สำเนียงกว่า ‘เราระงับกายสังขาร หายใจเข้า’ สำเนียงกว่า ‘เราระงับกายสังขารหายใจออก’

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายภายใน (หมายถึงลมหายใจเข้าออกของตน)¹²⁵อยู่ พิจารณาเห็นกายในกาย ภายนอก (หมายถึงลมหายใจเข้าออกของผู้อื่น)¹²⁶อยู่ หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิด (แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับ (แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับ (แห่งลมหายใจ) ในกายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ‘กายมีอยู่’ ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัมหาและทิวณฺณ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรในโลก ภิกษุทั้งหลาย พิจารณาเห็น กายในกายอยู่ อย่างนี้แล”¹²⁷

การเจริญอานาปานสติ คือการกำหนดรู้ลมหายใจเข้าลมหายใจออกนี้ พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญว่าภิกษุผู้บำเพ็ญความเพียรในการเจริญอานาปานสติอยู่ อานาปานสติที่ภิกษุเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก อานาปานสติที่ภิกษุเจริญทำให้มากแล้วย่อมทำสติปัฏฐาน 4 ให้บริบูรณ์ สติปัฏฐาน 4 ที่ภิกษุเจริญทำให้มากแล้วย่อมทำโพชฌงค์ 7 ให้บริบูรณ์ โพชฌงค์ 7 ที่ภิกษุเจริญทำให้มากแล้วย่อมทำวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์¹²⁸

ข.หมวดอิริยาบถ

คำว่า “อิริยาบถ” พึงทราบว่าเป็นไปทางกาย คลองแห่งความเป็นไปทางกายทั้งหลาย เหตุฉะนั้น จึงชื่อว่า อิริยาบถ อธิบายว่า การกำหนดความเป็นทางกิริยามีการเดินเป็นต้น อิริยาบถ หมายถึง การแสดงอากัปกิริยาทางกายหลัก 4 ประการ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน การกำหนดอิริยาบถใหญ่ทั้ง 4 คือ ยืน เดิน นั่ง นอน มีหลักปฏิบัติคือ

¹²⁵ ที.ม. (ไทย) 10/374/303.

¹²⁶ ที.ม. (ไทย) 10/374/303.

¹²⁷ ที.ม. (ไทย) 10/374/302-4.

¹²⁸ ม.อ. (ไทย) 14/147/187.

“ภิกษุเมื่อเดิน ก็รู้ชัดว่า ‘เราเดิน’ เมื่อยืน ก็รู้ชัดว่า ‘เรายืน’ เมื่อนั่ง ก็รู้ชัดว่า ‘เรานั่ง’ เมื่อนอน ก็รู้ชัดว่า ‘เรานอน’¹²⁹ เมื่อดำรงกายอยู่โดยอาการใดๆ ก็รู้ชัดกายที่ดำรงอยู่โดยอาการนั้นๆ ในอิริยาบถทั้ง 4 ข้างต้นนี้ เมื่อกายอยู่ในอิริยาบถใด ก็ให้มีสติรู้ตัวอยู่ทุกขณะที่กาย เคลื่อนไหว ซึ่งประกอบด้วยองค์ธรรม 3 คือ ความเพียร มีสติกำหนดตระลึกรู้ มีสัมปชัญญะ ได้แก่ปัญญารู้ตัวขณะกายดำรงอยู่ในอาการนั้นๆ จึงจะละและเพิกถอนความสำคัญผิดคิดว่า เป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขาได้”

อิริยาบถ 4 จัดอยู่ในอิริยาบถปัพพะ หมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งสงเคราะห์เป็นรูปขันธ์ได้โดยตรง ดังนั้นจึงจัดเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา อิริยาบถใหญ่ทั้ง 4 คือ การยืน เดิน นั่ง นอน เป็นสิ่งที่มีอยู่แล้วเหมือนลมหายใจไม่ต้องสร้างขึ้นก็มีเอง หน้าที่ของนักปฏิบัติ คือ เพียรตามรู้ให้ตรง ตามที่เป็นจริง ตรงตามปัจจุบันก็พอ และเปลี่ยนอิริยาบถสลับกันไปตามธรรมชาติ เมื่อเดินจงกรมเมื่อย แล้วก็นั่ง เมื่อนั่งเมื่อยแล้วก็เดินจงกรมต่อไป ส่วนอิริยาบถยืนจะปรากฏในขณะที่ก่อนจะหันกายกลับ

พระพุทธดำรัสว่า “คจฉนโต วา คจฉามีติ ปชานาติ” แปลความว่า “เมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ว่าเดินอยู่” แสดงถึงการรับรู้สภาวะเดิมที่เป็นการยก อย่าง และเหยียบซึ่งเกิดในปัจจุบันขณะ โดยปราศจากตัวตน เรา ของเรา ความจริงแล้วคนทั่วไปที่มีได้เจริญสติปัฏฐานหรือแม้สัตว์ ผู้ตามรู้สภาวะเดินในปัจจุบันขณะย่อมจะมีสติและปัญญาแตกต่างจากการรับรู้ของคนทั่วไป กล่าวคือ เขารับรู้จิตที่ต้องการ จะเดินก่อน โดยกำหนดว่า “อยากเดินหนอ” แล้วสามารถตามรู้สภาวะเคลื่อนไหวอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ เบื้องต้นจนถึงที่สุด เขารู้ว่าสภาวะเคลื่อนไหวเกิดขึ้นจากจิตที่สั่งให้เคลื่อนไหว และสภาวะเคลื่อนไหวนั้นก็มีความขาดช่วงในระยะที่ยก อย่าง และเหยียบ ไม่ปะปนกัน หลังจากนั้นก็จะหยั่งเห็นความเกิดดับ อย่างรวดเร็วของสภาวะเคลื่อนไหวโดยละเอียด ผู้ปฏิบัติกรรมฐานรับรู้สภาวะธรรมอย่างนี้ย่อมจะเข้าใจ ว่าไม่มีตัวเรา ของเรา ซึ่งเป็นผู้เดิน มีเพียงจิตที่สั่งงานและกลุ่มรูปที่เคลื่อนไหวจากกระยะหนึ่งไปสู่อีก ระยะเวลาหนึ่งมีสภาพไม่เที่ยงเพราะเกิดขึ้นแล้วดับไป เป็นทุกข์เพราะถูกบีบคั้นด้วยความเกิดดับ และไม่ใช่ ตัวตนที่ผู้ใดจะบังคับบัญชาได้ เขาย่อมเพิกถอนความเห็นผิดว่ามีบุคคล ตัวตน เป็นเรา ของเรา และ ละความยึดมั่นในตัวตน ดังคัมภีร์อรธกถาอธิบายไว้ว่า

ในเรื่องนั้น แม้สุนัขบ้านและสุนัขป่าเป็นต้น เมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ว่าเดินอยู่ แต่พระพุทธองค์ มิได้ตรัสหมายถึงความเข้าใจอย่างนั้น เพราะความเข้าใจอย่างนั้นไม่ละความเห็นว่าเป็นบุคคล ไม่เพิกพอนความสำคัญว่าเป็นตัวตน ทั้งไม่ใช่กรรมฐานหรือการเจริญสติปัฏฐานส่วนความ เข้าใจของภิกษุนี้ย่อมละความเห็นว่าเป็นบุคคล ย่อมเพิกถอนความสำคัญว่าเป็นตัวตน จัดเป็น กรรมฐานและการเจริญสติปัฏฐาน

¹²⁹ ที.ม.อ. (ไทย) 14/275/211.

พระพุทธรูปสำริดที่ร่ำหมายถึงความเข้าใจอย่างนี้ว่า “ใคร เดินการเดินของใคร บุคคลย่อมเดินด้วยเหตุอะไร”¹³⁰

โดยแท้จริงแล้ว แม้ในการยืนเป็นต้นนั้น จิตที่คิดนี้คิดว่า ‘จะยืน’ ย่อมเกิดขึ้น จิตนั้นย่อมยัง ย่อมยังธาตุลมให้เกิดขึ้น ธาตุลมย่อมยังวิญญาณติริรูปให้เกิดขึ้น การตั้งตรงของร่างกายทั้งหมด ตั้งแต่ส่วนปลาย [เท้า] ด้วยการขับเคลื่อนของธาตุลมที่จิตกระทำขึ้น เรียกว่า ‘การยืน’ จิตที่คิด นี้คิดว่า ‘จะนั่ง’ ย่อมเกิดขึ้น จิตนั้นย่อมยังธาตุลมให้เกิดขึ้น ธาตุลมย่อมยังวิญญาณติริรูปให้เกิดขึ้น การคู้ของร่างกายส่วนล่าง และการตั้งตรงของร่างกายส่วนบนด้วยการขับเคลื่อนของธาตุลมที่ จิตกระทำขึ้น เรียกว่า ‘การนั่ง’ จิตที่คิดนี้คิดว่า ‘จะนอน’ ย่อมเกิดขึ้น จิตนั้นย่อมยังธาตุลมให้ เกิดขึ้น ธาตุลมย่อมยังวิญญาณติริรูปให้เกิดขึ้น การเหยียดขวางของร่างกายทั้งหมดด้วยการ ขับเคลื่อนของธาตุลมที่จิตกระทำขึ้น เรียกว่า ‘การนอน’ เมื่อภิกษุนี้รู้อยู่อย่างนี้ย่อมเกิดความเข้าใจว่าชาวโลกกล่าวกันว่า ‘สัตว์เดิน สัตว์ยืน’ แต่โดย สภาวะไม่มีสัตว์ผู้เดินหรือยืน เหมือนคำกล่าวว่า ‘เกวียนไป เกวียนหยุด’ ก็ไม่มีเกวียนใดที่ไป หรือหยุด แต่เมื่อสารถีผู้ฉลาด เทียมโค 4 ตัว แล้วขับไป จึงมีเพียงคำกล่าวว่า ‘ เกวียนไป เกวียนหยุด’ ฉะนั้น ร่างกายเหมือนเกวียน เพราะเป็นสภาพไม่รู้ ลมที่เกิดจากจิตเหมือนวัว จิต เหมือนสารถี จิตที่คิดนี้คิดว่า ‘จะเดิน จะยืน’ เกิดขึ้น แล้ว ธาตุลมย่อมยังวิญญาณติริรูปให้เกิดขึ้น การเดินเป็นต้นย่อมดำเนินไปด้วยการขับเคลื่อนของธาตุลมที่จิตกระทำขึ้น ดังนั้น จึงมีเพียงคำกล่าวว่า ‘สัตว์เดิน สัตว์ยืน เราเดิน เรายืน’ ดังพระโหราณาจารย์กล่าวว่า

เรือแล่นไปได้ด้วยแรงลม ลูกธนูแล่นไปได้ด้วยกำลังสายธนู ฉะนั้น ร่างกายนี้ที่ถูกลมนำไป ย่อมเดินไปได้ ฉะนั้น แม้เครื่องยนต์คือร่างกายนี้ถูกประกอบไว้ (ด้วยกิริยามีการเดินเป็นต้น) ย่อมเดิน ยืน และนั่งด้วยแรงสายชักคือจิต เหมือนเครื่องยนต์ที่หมุนไปด้วยกำลังสายชัก ฉะนั้น สัตว์ใดยืนหรือเดินได้ด้วยความสามารถของตนโดยปราศจากเหตุปัจจัย (ธาตุลม และจิตที่ ต้องการจะทำอาภักกับกิริยา) สัตว์นั้นพึงมีได้ในโลกนี้หรือ¹³¹

ดังนั้น พึงทราบว่ ภิกษุนี้กำหนดรู้วิธีการเดินเป็นต้น ซึ่งเป็นไปด้วยอำนาจของเหตุปัจจัยอย่างนี้เท่านั้น เมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ว่าเดินอยู่ เมื่อยืนก็รู้ว่ายืนอยู่ เมื่อนั่งก็รู้ว่านั่งอยู่ เมื่อนอนก็รู้ว่านอนอยู่¹³²

ปัจจุบันมีบางแห่งกล่าวสอนว่า ผู้ปฏิบัติธรรมควรตามรู้สภาวะเคลื่อนไหวของเท้าในเวลาเดินจงกรม บางแห่งสอนให้รับรู้การโยกตัวของร่างกายถ้านักปฏิบัติรับรู้สภาวะเคลื่อนไหวดังกล่าวจัดเป็น การรับรู้ความเคลื่อนไหวของบัญญัติ เพราะเท้าหรือร่างกายเป็นบัญญัติ เหมือนนักมวยหรือนักวิ่งที่ รับรู้การเคลื่อนไหวของตน การปฏิบัติในลักษณะนี้ไม่จัดเป็นสติปัญญา แต่ นักปฏิบัติควรรับรู้สภาวะ ต่อไปนี้

¹³⁰ ที.อ. (บาลี) 2/381.

¹³¹ ที.อ. (บาลี) 2/382.

¹³² ที.อ. (บาลี) 2/382.

ในขณะที่เดิน กล่าวคือ เวลายกเท้าสภาวะเบาปรากฏ เพราะธาตุไฟที่มีสภาวะเบาเป็นหลักใน ขณะนั้น จะเห็นได้ว่าไฟพุ่งขึ้นสูง ข้อนี้คล้ายตามอาการปรากฏของธาตุไฟว่า มหุทวานุบุปาทนปจ จุภฏฐานา แปล่า มีการทำให้ถึงความอ่อน การพุ่งขึ้นสูงเป็นเครื่องปรากฏ ความจริงการทำให้อ่อนก็ คือความเบาเหมือน ควันไฟนั่นเอง ดังสาธกในคัมภีร์อรรถกถาและฎีกาว่า

ตสเสว อภิกกมโต เอเกกปาทุทธรณ ปรวีธาตุ อาโปธาตุติ เทว ธาตุโย โอมตตา โหนติ มนทา, อิตรา เทว อธิมตตา โหนติ พลวติโย¹³³ “เมื่อเธอก้าวไปอย่างนี้ ในการยกเท้าข้างหนึ่งๆ ธาตุสอง ประการ คือ ธาตุดินและธาตุน้ำ มีความสามารถน้อยอ่อนกำลัง ธาตุสองประการอื่น [ธาตุไฟและธาตุลม] มีความสามารถมาก มีกำลังกล้า” วาโยธาตุยา อนุคตา เตโซธาตุ อุทธรณสส ปจโย. อุทธรณคติ กา ทิ เตโซธาตุติ¹³⁴ “ธาตุไฟที่มีธาตุลมตามไป ย่อมเป็นปัจจัยแก่การยก เพราะธาตุไฟมีสภาวะพุ่งขึ้นสูง”

เวลาอย่างเท้า สภาวะผลัดต้นปรากฏเพราะธาตุลมมีสภาวะผลัดต้นเป็นหลักในขณะนั้น ข้อนี้ คล้ายตามอาการปรากฏของธาตุลมว่า อภินิหารปจจุภฏฐานา (มีการผลัดต้นเป็นเครื่องปรากฏ) ดังมี สาธกว่า ตถา อติหรณวีติหรณสุ¹³⁵ “ในการย่างและก้าวไปข้างหน้า ก็เช่นเดียวกันนี้ [ธาตุไฟและธาตุ ลม มีความสามารถมาก มีกำลังกล้า]” เตโซธาตุยา อนุคตา วาโยธาตุ อติหรณวีติหรณานํ ปจโย. ติริ ยคติ กาย ทิ วาโยธาตุยา อติหรณวีติหรณสุ สาทิสโยพยาปาโรติ¹³⁶ ธาตุลมอันมีธาตุไฟตามไป ย่อมเป็นปัจจัย แก่การย่างและก้าวไปข้างหน้าเพราะความชวนชวยยิ่งในการย่างเท้า และต้นเท้าย่อมมีแก่ ธาตุลมที่มี ภาวะไปทางขวาง”

เวลาเหยียบเท้า สภาวะหนักปรากฏ เพราะธาตุน้ำที่มีสภาวะหนักเป็นหลักในขณะนั้น จะเห็น ได้ว่าน้ำไหลลงต่ำ ข้อนี้คล้ายตามลักษณะของธาตุน้ำว่า ปคฆรณลกขณา (มีลักษณะไหลหรือเกาะกุม) เนื่องด้วยธาตุน้ำมีลักษณะไหลไปสู่ที่ต่ำจึงหนักกว่าธาตุดิน ดังมีสาธกว่า “โอสสชชเน เตโซธาตุ วา โยธาตุติ เทว ธาตุโย โอมตตา โหนติ มนทา, อิตรา เทว อธิมตตา พลวติโย¹³⁷ “ในการเหยียบ ธาตุ สองประการ คือ ธาตุไฟและธาตุลม มีความสามารถน้อย อ่อนกำลัง ธาตุสองประการอื่น [ธาตุดินและ ธาตุน้ำ] มีความสามารถมาก มีกำลังกล้า” ปถวีธาตุยา อนุคตา อาโปธาตุ โอสสชชนสส ปจโย. ครุต รสภาวา ทิ อาโปธาตุติ¹³⁸ “ธาตุน้ำอันมีธาตุดินตามไปย่อมเป็นปัจจัยแก่การเหยียบ เพราะธาตุน้ำมี สภาวะหนักกว่า [ธาตุดิน]”

¹³³ ที.อ. (บาลี) 1/173.

¹³⁴ ที.ม.ฎีกา (บาลี) 1/301, ที.ม.ฎีกา (บาลี) 1/446.

¹³⁵ ที.ม.ฎีกา (บาลี) 1/173.

¹³⁶ ที.ม.ฎีกา (บาลี) 1/301, ที.ม.ฎีกา (บาลี) 1/446.

¹³⁷ ที.ม.ฎีกา (บาลี) 1/173.

¹³⁸ ที.ม.ฎีกา (บาลี) 1/301-302, ที.ม.ฎีกา (บาลี) 1/446.

เวลาวางเท้าเสมอพื้น สภาวะสัมผัสที่แข็งหรืออ่อนปรากฏเพราะธาตุดินที่มีสภาพสัมผัสความแข็งหรืออ่อนเป็นหลักในขณะนั้นตามลักษณะของธาตุดินว่า กฤษพตตลกฤษณา (มีลักษณะแข็งหรือ อ่อน) และตามหน้าที่ของธาตุดินว่า ปติภูฏฐานรสา (มีหน้าที่ตั้งไว้) ดังมีสาธกว่า

ตถา สนฺนิกะเชปนสนฺนิรุชฺฌเนสุ¹³⁹ “ในการวางและกด ก็เช่นเดียวกันนี้ [ธาตุดินและธาตุน้ำ มีความสามารถมาก มีกำลังกล้า]” อาโปธาตุยา อนุคตา ปถวีธาตุ สนฺนิกะเชปนสฺส ปจฺจโย, ปติภูฏฐาภาเว วีย ปติภูฏฐาปนเปปิ ตสฺสา สาติสยกิจจตฺตา อาโปธาตุยา ตสฺสา อนุคตภาโว, ตถา ฆฏฺฐนฺนิกิริยาเย ปถวีธาตุยาเว สเน สนฺนิรุชฺฌนสฺส สีชฌนโต ตตฺถาปิ ปถวีธาตุยา อาโปธาตุ อนุคต ภาโว¹⁴⁰

แปลว่า ธาตุดินอันมีธาตุน้ำตามไป ย่อมเป็นปัจจัยแก่การวางการที่ธาตุน้ำเคลื่อนตามธาตุดินนั้น ย่อมมีเพราะธาตุดินมีหน้าที่ชวนขวายยิ่งแม้ในการให้ตั้งไว้เหมือนในการตั้ง [สิ่งใดสิ่งหนึ่ง] ไว้ เช่นเดียวกันนี้ การที่ธาตุน้ำเคลื่อนตามธาตุดินแม้ในการกดนั้น ย่อมมีเพราะการกดสำเร็จได้ด้วยอำนาจของธาตุดินที่มีอาการกระทบ

คัมภีร์วิสุทธิธรรม¹⁴¹ อธิบายว่า รูปย่อมเกิดขึ้นด้วยเหตุ 4 อย่าง คือ อวิชชา ตัณหา กรรม และอาหาร เมื่อมีเหตุ 4 อย่างนี้ รูปจึงเกิดขึ้นโดยอวิชชา ตัณหาและกรรมเป็นเหตุอดีต ส่วนอาหาร เป็นเหตุปัจจุบัน อนึ่ง รูปย่อมดับไปด้วยการดับแห่งเหตุ 4 อย่างนั้น เมื่อเหตุ 4 อย่างนี้ดับไป รูปจึง ดับไป กล่าวโดยประสบการณ์ในการปฏิบัติว่า ในบางขณะนักปฏิบัติอาจเข้าใจถึงเหตุเกิดของรูปว่า

“รูปเกิดขึ้นเพราะมีอวิชชาที่ไม่รู้รูปตามความเป็นจริง เพราะมีตัณหาพอใจในรูป เพราะมีกรรมที่ให้ผล เป็นรูปในปัจจุบัน และเพราะมีอาหารที่รับประทาน” ในบางขณะอาจเข้าใจว่า “รูปเกิดขึ้นเพราะมีจิตที่ต้องการทำอากัปกิริยานั้นๆ เกิดขึ้นก่อน” หรือ เข้าใจว่า “รูปเย็นเกิดขึ้นเพราะธาตุไฟที่มีความร้อน น้อย หรือรูปร้อนเกิดขึ้นเพราะธาตุไฟที่มีความร้อนมาก” ดังนี้เป็นต้น ความเข้าใจดังกล่าวเป็นสิ่งที่ เกิดขึ้นเองตามสมควรแก่บารมีของแต่ละคน ส่วนใหญ่นักปฏิบัติมักรับรู้ “จิตสั่ง” คือจิตที่ประกอบด้วยฉันทะและเจตนาในการทำอากัปกิริยาทางกาย วาจา ใจ โดยกำหนดว่า “อยากเดิน นอน” “อยากเหยียดนอน” “อยากคู้นอน” “อยากขึ้นนอน” หรือ “อยากลงนอน” เป็นต้น การรู้เห็น เหตุเกิดขึ้นและเหตุดับไปอย่างนี้ เป็นวิปัสสนาญาณที่ 2 ชื่อว่า ปัจจัยปริคคหญาณ คือ ปัญญาู้เห็น เหตุปัจจัย

ต่อมานักปฏิบัติย่อมยังเห็นความแปรปรวนของรูปได้ โดยรับรู้ความเกิดขึ้นตั้งอยู่ และดับไปของสภาวะยก อย่าง เป็นต้น กล่าวคือสภาวะยกเกิดขึ้นแล้วดำเนินต่อไปชั่วขณะ แล้วสิ้นสุดลง สภาวะ อย่าง จึงเกิดขึ้นแล้วดำเนินไปจนกระทั่งสิ้นสุด ในที่สุดจึงเกิดสภาวะเหยียบที่เกิดขึ้น แล้วดำเนินต่อไป แล้ว

¹³⁹ ที.ม.ฎีกา (บาลี) 1/173.

¹⁴⁰ ที.ม.ฎีกา (บาลี) 1/302, ที.ม.ฎีกา (บาลี) 1/446.

¹⁴¹ วิสุทธิ. (บาลี) 2/301.

สิ้นสุด สภาวะยกไม่มีในสภาวะอย่าง สภาวะอย่างไม่มีในสภาวะเหยียบ การรู้เห็นความเกิดขึ้นและ ดับไป
 อย่างนี้ เป็นวิปัสสนาญาณที่ 3 ชื่อว่า สัมมสนญาณ คือ ปัญญาเห็นความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป

หลังจากนั้นเขาย่อมบรรลุวิปัสสนาญาณที่ 4 ชื่อว่า อุทกัพพญาณ คือ ปัญญาเห็นความ เกิด
 ดับ เขาสามารถยังเห็นความเกิดดับอย่างชัดเจนว่า สภาวะยก ย่าง และเหยียบนั้นเกิดขึ้นและดับ ไป
 อย่างรวดเร็วถึยิบ ไม่คงอยู่แม้เพียงเศษหนึ่งส่วนล้านวินาที ในบางขณะอาจรู้เห็นความเกิดดับของ รูปร่าง
 ได้อีกด้วย ต่อมาย่อมบรรลุวิปัสสนาญาณที่ 5 ชื่อว่า ภังคญาณ คือปัญญาเห็นความดับ โดย ได้รับความดับ
 ไปของรูปนามหมายความว่า สภาวะยกเป็นต้นปรากฏเพียงความดับไปเหมือนเป็นเงาดำๆ โดยปราศจาก
 สภาวะเกิดขึ้นอย่างชัดเจน

1) อริยาบถยืน

เมื่อกำหนดสติระลึกรู้กายที่อยู่นิ่ง ก็ให้ใส่ใจกำกับอาการยืนนั้นๆ ให้สติรับรู้อาการที่เห็น
 ปรากฏว่ายืนอยู่จริง ไม่ได้ปรากฏความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา ให้ทราบรู้ชัดลงไปอย่างนี้ ดัง
 ปรากฏยืนยันดังเนื้อความที่แสดงไว้ว่า เมื่อยืนอยู่ก็รู้ชัดว่า ‘เรายืนอยู่’¹⁴² เมื่อกำหนดรู้อาการยืนก็ให้
 ใส่ใจ
 ในอาการยืนนั้นให้ชัดเจน เพื่อประโยชน์แก่การกำหนดรู้ อริยาบถของการจะเดินต่อไป

2) อริยาบถเดิน

การกำหนดรู้อาการเดินก็เช่นกัน ควรใส่ใจในขณะที่กำหนด กำกับความรู้เท่าทันในขณะที่รับรู้
 ความเป็นไปของการเคลื่อนไหวให้ต่อเนื่องสม่ำเสมออย่าให้ขาดตอน จากการมีสติกำหนดรู้ที่ เมื่อเดินก็รู้
 ชัดว่า ‘เราเดิน’¹⁴³ ในการเดินและการกำหนดรู้รูปร่างนี้ ยังมีการแสดงรายละเอียดมากยิ่งขึ้น เพื่อให้ผู้
 ปฏิบัติได้มีสติต่อเนื่องในการกำหนดรู้รูปร่างได้อย่างชัดเจนในปัจจุบัน ขณะที่กำลังปรากฏ อาการจาก
 ขณะหนึ่งไปสู่ขณะหนึ่งของการเดิน

การเดินจงกรมนั้น ก่อให้เกิดสมาธิเร็วกว่าการนั่งกรรมฐาน เป็นสิ่งที่นักปฏิบัติควรกระทำให้ดี
 ที่สุด สมาธิที่เกิดจากการเดินจงกรม จะส่งผลให้การนั่งและการทำอริยาบถย่อยมีคุณภาพตามไปด้วย นัก
 ปฏิบัติควรเดินอย่างเป็นธรรมชาติ¹⁴⁴ แม้แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังทรงแสดงอานิสงส์ของการ เดิน
 จงกรม¹⁴⁵ ว่ามีความสำคัญ

¹⁴² ม.มู. (ไทย) 12/108/104.

¹⁴³ ม.มู. (ไทย) 12/108/104.

¹⁴⁴ พระคัมภีร์สาราถวิวงศ์, โพธิปักขิยธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร : บุญศิริการพิมพ์, 2550),

¹⁴⁵ อจ.ปญจก. (ไทย) 22/29/41.

เมื่อทำการกำหนดรู้ในอิริยาบถยืนและเดิน ที่มีความสัมพันธ์ในระยะที่กำหนดแล้ว ทำให้การกำหนดรู้อิริยาบถยืนและเดิน จนเกิดความต่อเนื่องกัน ทำให้วิริยะมีกำลังสม่ำเสมอดีแล้ว ย่อมเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่ออิริยาบถนั่งต่อไป

3) อิริยาบถนั่ง

การกำหนดรู้อาการนั่ง ถือว่ามีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพราะหลังจากที่เราเดินจนกระทั่งความเพียรในการให้วิริยะสม่ำเสมอดีแล้ว ทำให้การรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดจากการเดินมีผลต่อการนั่ง การรู้ชัดเจนของการกำหนดรู้ ก็จะปรากฏความรู้เห็นตามเป็นจริงว่า เมื่อนั่ง ก็รู้ชัดว่า เรานั่งอยู่ ผู้ปฏิบัติได้อย่างนี้จึงชื่อว่าพิจารณาเห็นกายในกายอยู่อย่างนี้¹⁴⁶ คำว่า การนั่งคือนั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกาย ตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า เมื่อทำการกำหนดรู้ในอิริยาบถนั่งได้อย่างต่อเนื่อง ก็ทำให้การปฏิบัติ เป็นไปอย่างไม่ขาดตอน ความเกื้อกูลที่จะเกิดต่อการนั่งปฏิบัติก็เป็นเหตุปัจจัยต่อการกำหนดรู้ อาการนอนอย่างมีสติรู้เท่าทันต่อไป

4) อิริยาบถนอน

ในการกำหนดรู้อิริยาบถนอน ถือว่ามีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ไม่น้อยกว่าอิริยาบถอื่นๆ ที่กล่าวมาแล้ว เพราะนักปฏิบัติย่อมไม่ละเลยจากการกำหนดรู้ ในหลักของการปฏิบัติที่กล่าวไว้ว่าต้องปฏิบัติตั้งแต่ตื่นจนกระทั่งถึงเวลาเข้านอน ให้ปฏิบัติอย่างนี้จนเป็นปกตินิสัยของการกำหนดรู้ มีสติตื่น อยู่เสมอว่า เมื่อนอน ก็รู้ชัดว่า เรานอน¹⁴⁷ คำว่าการนอนคือ เมื่อนอนอยู่ ก็รู้ว่าการนอนอยู่ หมายความว่า ขณะที่เราเอนตัวลงจะนอน พึ่งกำหนดตามกิริยาอาการ และท่าทางของกาย จนกว่าจะนอนเป็นที่ เรียบร้อย จนกว่าจะหลับไป การกำหนดรู้อิริยาบถทั้งยืน เดิน นั่ง และนอนนั้น จะเป็นการสิ้นสุดของการกำหนดรู้ก็ไม่ได้ ดังที่พระพุทธองค์ได้แสดงหลักการที่จะทำให้สติเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ที่เป็นใน อิริยาบถน้อยใหญ่ ที่เป็นไปหมวดสัมปชัญญะ ดังต่อไปนี้

ค.หมวดสัมปชัญญะ

การกำหนดรู้ในสัมปชัญญะ หรืออิริยาบถย่อยนี้ ก็จะช่วยส่งเสริมให้สติมีกำลังในการใส่ใจที่เข้าไปประจักษ์ด้วยโยนิโสมนสิการ ในการทำความรู้สึกตัวในสัมปชัญญะ คือ ความรู้ตัวทั่วพร้อม รู้รอบคอบ รู้ตัวเสมอ รู้ที่ถูกต้องสมบูรณ์ การเจริญวิปัสสนาด้วยการตั้งสติไว้ที่ฐาน คือ อิริยาบถย่อย ต่างๆ ประกอบด้วยที่รู้เท่าทันว่า การทำความรู้สึกตัวด้วยการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การ เหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร การฉัน การตีม การเคี้ยว การ ล้ม การถ่าย อัจจาระและปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง ในอิริยาบถ ย่อยต่างๆ นี้

¹⁴⁶ ม.ม. (ไทย) 12/108/104.

¹⁴⁷ ม.ม. (ไทย) 12/108/104.

ด้วยมีสัมปชัญญะ มีสติ การกำหนดในอริยาบถย่อย จะทำให้เกิดปัญญา เห็นความจริง เห็นประโยชน์ เห็นโทษของการเคลื่อนไหว เห็นความเปลี่ยนแปลงของอริยาบถต่าง ๆ อย่างละเอียด สุขุมลึกซึ้งขึ้นไปอีก เป็นการเพิ่มความเข้มข้นในการทำงานของสติในการพิจารณารูปและนาม คือจิตที่ ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวในอริยาบถต่างๆ ในสัมปชัญญะนั้นแบ่งออกมี 4 อย่าง คือ¹⁴⁸

- 1) สาทถกสัมปชัญญะ รู้ชัดว่ามีประโยชน์
- 2) สปัปายะสัมปชัญญะ รู้ชัดว่าเป็นสปัปายะ
- 3) โคจรสัมปชัญญะ รู้ชัดว่าเป็นโคจร
- 4) อสัมโมหสัมปชัญญะ รู้ชัดว่าไม่หลง

การกำหนดรู้ในอาการต่างๆ ที่เกิดขึ้นในส่วนของอริยาบถย่อยนี้ ทำให้ผู้กำหนดรู้นั้นเกิดความชัดเจนด้วยสติ ในความจริงที่แสดงออกมาของรูปนามที่ปรากฏจากขณะหนึ่งไปสู่ขณะหนึ่ง ในส่วนเล็กน้อยลงไปตามลำดับของความละเอียดไว้

ดังปรากฏในหลักของการกำหนดรู้อริยาบถย่อยไว้ว่า ผู้กระทำสัมปชัญญะในการก้าวไป และถอยกลับ ในการแลไปข้างหน้า และเหลียวซ้าย เหลียวขวา ในการคู้อวัยวะเข้า และเหยียดออก ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร ในการกิน ดื่ม เคี้ยว ลิ้ม ในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ในเวลา เดิน ยืน นั่ง นอน หลับ ตื่น พุด นิ่ง ดังที่พรรณนามา

วัตถุประสงค์ที่เราเจริญสติปัฏฐานในหมวดนี้เพื่อพิจารณารูป นิ่ง ยืน เดิน นอน ฯลฯ ให้เห็นความจริงว่า ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่เรานั้น เรายืน เราเดิน เรานอน ฯลฯ ให้เห็นว่าเป็นทุกข์ ไม่ใช่สุข เป็นไปตามกฎแห่งไตรลักษณ์ เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ การพิจารณาอริยาบถใหญ่ทั้ง 4 ได้อย่างถูกต้อง นั้น จะเป็นการปูพื้นฐานเพื่อไปสู่การพิจารณาอริยาบถย่อยอื่นๆต่อไปได้ดียิ่งขึ้น

จากการที่มีสติใส่ใจกำหนดรู้ในอริยาบถย่อยได้อย่างต่อเนื่องด้วยความเพียรนั้น จะทำให้สติสัมปชัญญะเกิดกำลัง (สมาธิ) ในการกำหนดรู้อารมณ์ปรมัตถ์ละเอียดมากยิ่งขึ้นเรื่อยๆ จนกระทั่ง เกิดปัญญารู้ชัดตามความเป็นจริงซึ่งเป็นอารมณ์วิปัสสนา

ง. หมวดมนสิการสิ่งปฏิภูล

ในหมวดนี้ท่านให้พิจารณากายว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่รวมอยู่ในกายนี้ สักแต่ว่าเป็นของปฏิภูล ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา เป็นแต่เพียงสิ่งปฏิภูลต่างๆมารวมกันอยู่ในกายนี้เท่านั้น เพราะเหตุว่าในขณะที่กายยังมีชีวิตอยู่ เนื้อหนังมังสาทั้งปวงก็ปรากฏในความรู้สึกว่าเป็นเนื้อ เป็นหนัง เป็น กระดูก

¹⁴⁸ ที.ม. (ไทย) 10/376/305, ที.ส.อ. (ไทย) 11/140/416-7.

ฯลฯ ตามสมมติบัญญัติขึ้นที่ชาวโลกเขานิยมเรียกกัน แต่ในเมื่อสิ่งเหล่านี้สลายตัวลงไป ความจริงปรากฏเกิดขึ้น ในที่สุดจะต้องสลายกลายเป็นสิ่งที่กลับคืนสู่ตามธรรมชาติเหมือนเดิม เพราะสิ่งเหล่านี้ก็มาจากธาตุต่างๆ รวมอยู่ในกายนี้

ดังนั้น ท่านจึงสอนให้ใช้สติระลึกรพิจารณาในกายนี้ว่า กายนี้ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดมีชนิดต่างๆว่า ในกายนี้มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปรลมัน น้ำลาย น้ำมูก ไข ข้อ มูล¹⁴⁹

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายภายใน (หมายถึง อากา 32 มีผมเป็นต้นในกายของตน)¹⁵⁰ พิจารณาเห็นกายในกายภายนอก (หมายถึงอากา 32 มีผมเป็นต้นในกายของผู้อื่น)¹⁵¹อยู่ หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับใน กายอยู่

หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น ไม่อาศัยค้นหาและทิวฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลก ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ อย่างนี้แล¹⁵²

จ. หมวดมนสิการธาตุ

ธาตุมนสิการคือการพิจารณาธาตุหรือกรรมฐานที่กำหนดธาตุ ดังข้อความในมหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพานว่า “ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายนี้แหละ ตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม มีอยู่ในกายนี้” 1) ปฐวีธาตุ ธาตุดิน มีลักษณะแข็งหรืออ่อน 2) อาโปธาตุ ธาตุน้ำ มีลักษณะไหล หรือเกาะกุม 3) เตโชธาตุ ธาตุไฟ มีลักษณะเย็น หรือ ร้อน 4) วาโยธาตุ ธาตุลม มีลักษณะหยาบ หรือตึง

ธาตุทั้ง 4 เหล่านี้ มีความเด่นชัดตามสมควรแก่วัตถุสิ่งของ เช่น ในดินหรือไม้ เป็นต้น มีธาตุดินปรากฏชัด ในน้ำมีธาตุน้ำปรากฏชัด ในไฟมีธาตุไฟปรากฏชัด ในลมมีธาตุลมปรากฏชัด แม้อวัยวะ ที่เรียกว่าอากา 32 ก็แบ่งตามธาตุได้เป็น 2 ลักษณะ (รวมได้อากา 32 อย่าง)¹⁵³ คือ

¹⁴⁹ ที.ม. (ไทย) 10/377/306.

¹⁵⁰ ที.ม. (ไทย) 10/377/307.

¹⁵¹ ที.ม. (ไทย) 10/377/307.

¹⁵² ที.ม. (ไทย) 10/377/306-307.

¹⁵³ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า 189.

- 1) ธาตุดินคืออาการ 20 อย่าง ได้แก่ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ไชกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังพืด ไต ปอด ไข้ใหญ่ ไข้น้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า (อุจจาระ) มันสมอง
- 2) ธาตุน้ำคืออาการ 12 อย่าง ได้แก่ ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา มันเหลว น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ ปัสสาวะ ส่วนภายในร่างกายยังมีธาตุอีก 2 ลักษณะ (เป็นอาหาร 10 อย่าง) คือ
- 3) ธาตุไฟคือไออุ่น ไฟทำให้เสื่อมโทรม ไฟเผาผลาญ และไฟที่ย่อยอาหาร (อาการ 4)
- 4) ธาตุลมคือลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในลำไส้ ลมพัดไปตามอวัยวะ น้อยใหญ่ และลมหายใจ (อาการ 6)

พระพุทธเจ้าได้ทรงจำแนกกายานุปัสสนา โดยเป็นของปฏิกุศลอย่างนี้ เพื่อจะทรงจำแนกโดยทางการใส่ใจถึงกายโดยความเป็นธาตุ จึงตรัสธาตุมนสิการบรรพพร้อมด้วยข้อเปรียบเทียบเหมือนคนฆ่าโคบางคน หรือลูกมือของเขา ที่เขาเลี้ยงดูด้วยอาหารและค่าจ้าง ฆ่าโคแล้วฆ่าแหละแบ่งออกเป็น ส่วนๆ แล้วนั่ง ณ ที่ทางใหญ่ 4 แพร่ง คือที่ชุมทางย่านกลางทางใหญ่ ซึ่งไปได้ทั้ง 4 ทิศ ฉันทโค ผู้ บำเพ็ญธาตุ กัมมัญฐาน ก็ฉันทนั้น ย่อมพิจารณากาย ตั้งอยู่ด้วยอาการอย่างใดอย่างหนึ่งแห่งอิริยาบถทั้ง 4 ดำรงอยู่ก็ตาม ตั้งอยู่ที่ตาม ว่า ในกายนี้มีปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุและวาโยธาตุ

มีคำอธิบายไว้ว่า เมื่อคนฆ่าโคเลี้ยงโคอยู่ที่ดี นำโคไปฆ่าก็ดี นำมาผูกไว้ที่ฆ่าก็ดี กำลังฆ่าก็ดี มองดูโคที่ฆ่าตายแล้วก็ดี ความสำคัญเข้าใจว่าโคยังไม่หายไป เพราะเขายังไม่ได้ฆ่าแหละโคนั้น ออกเป็นส่วนๆ ต่อเมื่อเขาฆ่าแหละแบ่งออกแล้ว ความเข้าใจว่าโคก็หายไป กลับสำคัญเข้าใจว่าเป็น เนื้อโค เขามีได้คิดว่าเราขายโค ที่แท้เราขายเนื้อโค

เมื่อปุถุชนผู้เขลา เป็นคฤหัสถ์ก็ดี บรรพชิตก็ดี ความสำคัญว่าสัตว์หรือบุคคล ยังไม่หายไปก่อน ตราบเท่าที่ยังไม่พิจารณาเห็นกายนี้ ตามที่ตั้งอยู่ ดำรงอยู่ แยกออกจากก้อน โดยความเป็นธาตุ ต่อเมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็นธาตุ ความสำคัญเข้าใจว่าสัตว์จึงหายไป จิตที่ตั้งอยู่ด้วยดี โดยความเป็นธาตุ อย่างเดียว

พระโยคาวจร (หมายถึง ผู้หยั่งลงสู่ความเพียร, ผู้ประกอบความเพียร, ผู้เจริญภาวนา คือ กำลังปฏิบัติสมถกรรมฐาน และ วิปัสสนากรรมฐาน)¹⁵⁴ เปรียบเหมือนคนฆ่าโค ความสำคัญว่าสัตว์เปรียบเหมือนความสำคัญว่าโค อิริยาบถทั้ง 4 เปรียบเหมือนทางใหญ่ 4 แพร่ง การพิจารณาเห็นโดยเป็นธาตุ เปรียบเหมือนการที่คน ฆ่าโคหนึ่งแบ่งแยกออกเป็น ส่วน ๆ

¹⁵⁴ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 39, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิ, 2565), หน้า 401.

ฉ.หมวดป่าช้า 9

ในหมวดนี้ท่านให้พิจารณาอาการของซากศพทั้ง 9 อย่าง และความหมายในมหาสติปัฏฐานสูตร จะระบุถึงซากศพ 9 ลักษณะนี้ โดยใช้เป็นที่ตั้งของสติ คือระลึกถึงตนเองโดยความเป็นศพฯหนึ่ง ใน 9 ลักษณะ ดังนี้¹⁵⁵

- 1) ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าซึ่งตายแล้ว 1 วัน ตายแล้ว 2 วัน หรือตายแล้ว 3 วัน เป็นศพขึ้นอืด ศพเขียวคล้ำ ศพมีน้ำเหลืองเยิ้ม
- 2) ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งถูกกาจิกกิน นกตะกรุมจิกกิน แร้งทิ้งกิน สุนัขกัดกิน สุนัขจิ้งจอกกัดกิน หรือสัตว์เล็กๆ หลายชนิดกัดกินอยู่
- 3) ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกยังมีเนื้อและเลือดมีเอ็นริงรัดอยู่
- 4) ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าเป็นโครงกระดูกไม่มีเนื้อแต่ยังมีเลือดเปื้อนเปรอะมีเอ็นริงรัด
- 5) ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูก ไม่มีเลือด และเนื้อ แต่ยังมีเอ็นริงรัดอยู่
- 6) ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูก ไม่มีเอ็นริงรัดแล้ว กระจายกระจายไปในทิศใหญ่ ทิศเฉียง คือ กระดูกมืออยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกเท้าอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกแข้งอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกขาอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกสะเอวอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกหลังอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกซี่โครงอยู่ ทางทิศหนึ่ง กระดูกหน้าอกอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกแขนอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกไหล่อยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกคออยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกคางอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกฟันอยู่ทางทิศหนึ่ง กะโหลกศีรษะอยู่ทาง ทิศหนึ่ง
- 7) ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าเป็นท่อนกระดูกสีขาวเหมือนสีสังข์
- 8) ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าเป็นท่อนกระดูกกองอยู่ด้วยกันเกินกว่า 1 ปี
- 9) ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นกระดูกฟุ่่นเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย เมื่อผู้ปฏิบัติน้อมนำกายเรานี้เข้าไปเปรียบเทียบกับเห็นว่า ถึงกายเรานี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้

ด้วยวิธีนี้ ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่ พิจารณา เห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ มี สติ

¹⁵⁵ ที.ม. (ไทย) 10/379/308-13.

ปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยตัณหา และทิวฏฐิ¹⁵⁶ อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆในโลก อย่างนี้ชื่อว่าเป็นการเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐานอยู่

2.4.2 เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การกำหนดรู้เท่าทันอาการของเวทนาต่างๆ ทั้งทางกายและทางใจ คำว่า “เวทนา” ที่กล่าวในพระสูตรนี้ หมายถึง การเสวยอารมณ์ แบ่งออกเป็น 3 อย่างคือ 1) สุข เวทนา ความรู้แจ้งอารมณ์หรือเสวยอารมณ์สุขสบาย 2) ทุกขเวทนา ความรู้แจ้งอารมณ์หรือเสวย อารมณ์ ทุกข์ไม่สบาย 3) อทุกขมสุขเวทนา ความรู้แจ้งอารมณ์ไม่สุข ไม่ทุกข์¹⁵⁷ พระพุทธองค์ตรัสสาร เจริญเวทนานุปัสสนาในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า

“ภิกษุในพระศาสนานี้ เมื่อเสวยสุขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยสุขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยทุกขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยทุกขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยอทุกขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยอทุกขเวทนาอยู่”¹⁵⁸

เวทนาอันเกิดจากความรู้สึกเป็นสุขทางกาย เช่น ความโล่ง ความเบาสบาย ความปลอดจากโรคภัยไข้เจ็บ เป็นต้นส่วนเวทนาคือความรู้สึกเป็นสุขที่เกิดทางใจ ได้แก่ ความดีใจ เบิกบาน เข้มชื่นใจ โสมนัส ยินดี เป็นต้น ความสุขทางกายและทางใจนี้ เป็นของไม่เที่ยง แปรปรวน และสุขเวทนานี้เป็นเพียงสิ่งที่เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุตามปัจจัย

ทุกขเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางกาย เช่น ความเจ็บ ปวด เมื่อย ชา คัน แสบ ร้อน เย็น อืด อัด เป็นต้น ส่วนความรู้สึกเป็นทุกข์ทางใจอันได้แก่ ความเศร้าโศก ความแค้นใจ เสียใจ กลัว กังวล ไม่สบายใจ ร้อนใจ วิตก กังวล เป็นต้น ก็เป็นของไม่เที่ยง มีความแปรปรวน และทุกขเวทนานี้ ก็เป็นเพียงสิ่งที่เกิดขึ้น และเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุตามปัจจัย

อทุกขเวทนาเป็นเวทนาที่รู้ได้ยาก ไม่ปรากฏชัด เหมือนอวิชชาที่เกิดพร้อมกับโลภะและโทสะ หมายความว่า ในเวลาเกิดโลภะและโทสะนั้น มีอวิชชาเกิดร่วมด้วยโดยทำหน้าที่ปกปิดโทษของ ความโลภ และความโกรธ ทำให้บุคคลพอใจจะโลภและโกรธ อทุกขเวทนาจึงเช่นเดียวกัน ไม่ประจักษ์ในเวลาปกติ แต่จะปรากฏขึ้นหลังจากสุขเวทนา หรือทุกขเวทนาหายไปแล้ว

ผู้ที่เจริญสติตามระลึกเวทนาตามเป็นจริง ย่อมรู้ชัดว่าเวทนาเป็นแต่เพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นแล้วเปลี่ยนแปลงไป จากระยะหนึ่งไปสู่อีกระยะหนึ่ง คือเกิดแล้วก็ดับไปตามธรรมชาติ ตามเหตุตามปัจจัย ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน ไม่มีเรา ไม่มีเขา ไม่มีเราเสวยเวทนานั้นๆอยู่

¹⁵⁶ อ.จ.ต.ก. (ไทย) 21/212/332.

¹⁵⁷ ที.ปา. (ไทย) 11/305/266.

¹⁵⁸ ที.ม. (ไทย) 10/380/313-4.

การตามรู้เวทนา ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติยังเห็นความเกิดดับของเวทนา ในบางขณะนักปฏิบัติอาจรับรู้ เหตุเกิดขึ้นและเหตุดับไปของเวทนา กล่าวคือ สุขเวทนาเกิดจากการประสบกับอารมณ์ที่น่าพอใจ ทุกขเวทนาเกิดจากการพบกับอารมณ์ที่ไม่น่าพอใจ อุเบกขาเวทนาเกิดจากการประสบกับอารมณ์เป็นกลาง

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเมื่อเห็นความเกิดดับของเวทนาอย่างนี้ จะเกิดสติระลึกว่ามีเพียงความรู้สึกสุข ทุกข์ หรือว่างเฉย ไม่มีบุคคล เรา ของเรา บุรุษ สตรี เขาย่อมปราศจากความยึดมั่นสิ่งใดสิ่งหนึ่งในโลก คือ อุปาทานขันธ ดังพระพุทธพจน์ว่า

เธอตามรู้สภาวะคือความเกิดขึ้นในเวทนาอยู่บ้าง ตามรู้สภาวะ คือ ความดับในเวทนาอยู่บ้าง ตามรู้สภาวะคือทั้งความเกิดขึ้นทั้งความดับในเวทนาอยู่บ้าง เธอย่อมเป็นอยู่อย่างหนึ่ง คือเข้าไป ตั้งสติว่าเวทนามีก็เพียงสักว่าเอาไว้รู้ เพียงสักว่าเอาไว้ระลึกได้เท่านั้น เธอเป็นผู้อยู่อย่างไม่ถูก ตัณหาและทิวฐิ เข้าอิงอาศัย และไม่ถือมั่นอะไร ๆ ในโลก¹⁵⁹

ผลจากการพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาเนืองๆอยู่อย่างนี้ ย่อมทําให้ผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายในบ้าง พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายนอกบ้าง พิจารณาเห็นเวทนาทั้งภายใน ทั้งภายนอกบ้าง พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในเวทนาบ้าง พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมใน เวทนา บ้าง พิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้งความเสื่อมในเวทนาบ้าง จนกระทั่งรู้ชัดว่ามีแต่ เวทนา เท่านั้น เพียงสักแต่ว่าเป็นที่รู้ ไม่ยึดมั่นถือมั่น และในความเห็นนั้นไม่ประกอบด้วยตัณหา และทิวฐิ เข้าอิงอาศัย

2.4.3 จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

พระพุทธเจ้าตรัสถึงความสำคัญของจิตไว้ว่า เป็นประธานแห่งการกระทำและการพูด ถ้าจิตคิดไม่ดี การกระทำและการพูดก็ไม่ดี แต่ถ้าจิตคิดดี การกระทำและการพูดก็พลอยดีตามไปด้วย¹⁶⁰ ในชีวิตมนุษย์มีการคิดตลอดเวลา มีการวางแผน มีการนึกคิดว่าชอบอะไร ไม่ชอบอะไร จะได้สิ่งที่ชอบมาอย่างไร จะหลีกเลี่ยงหรือทำลายสิ่งที่ไม่ชอบอย่างไร คิดถึงอนาคตบ้าง คิดถึงอดีตบ้าง คิด สารพัดเรื่อง จิตเป็นสิ่งที่มีการคิดหรือคิดเป็น¹⁶¹ บางครั้งก็คิดถูกบางครั้งก็คิดผิด

¹⁵⁹ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), *วิปัสสนานัย เล่ม 1*, (นนทบุรี: บริษัทไทยร่มเกล้า, 2553), หน้า 258-259.

¹⁶⁰ พระมหาจรรยา ดร. (สุทธิญาโณ), *พระธรรมนำชีวิต*, พิมพ์ครั้งที่ 1, (กรุงเทพมหานคร: เอส อาร์ พรินต์ติ้ง, 2550), หน้า 121.

¹⁶¹ ศ.นพ. ประเวศ วะสี, *ธรรมชาติของสรรพสิ่งการเข้าถึงความจริงทั้งหมด*, พิมพ์ครั้งที่ 1, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์กรีนปัญญาญาณ, 2553), หน้า 74.

ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน¹⁶² นี้ ท่านให้ตั้งสติกำหนดระลึกรู้ในการพิจารณาจิต รู้เท่าทันจิตหรือสภาพและอาการของจิตที่มีความเปลี่ยนแปลงไปมา คือให้รู้ชัดว่าจิตของตนขณะนั้นเป็น อย่างไร เช่น มีราคะ มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีราคะ ไม่มีโทสะ ไม่มีโมหะ เป็นต้น ในบทนี้ได้กล่าวถึงวิธีการ เจริญจิตตานุปัสสนา คือให้กำหนดรู้เท่าทันสภาพจิต แบ่งเป็นการดูจิตทั้งเหตุเกิดและเหตุดับ คือ 1) จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า “จิตมีราคะ” 2) จิตปราศจากราคะ ก็รู้ชัดว่า “จิตปราศจากราคะ” 3) จิตมีโทสะก็รู้ชัดว่า “จิตมีโทสะ” 4) จิตปราศจากโทสะก็รู้ชัดว่า “จิตปราศจากโทสะ” 5) จิตมีโมหะ ก็รู้ชัดว่า “จิตมี โมหะ” 6) จิตปราศจากโมหะ ก็รู้ชัดว่า “จิตปราศจากโมหะ” 7) จิตหดหู่ก็รู้ชัดว่า “จิตหดหู่” 8) จิต ฟุ้งซ่าน ก็รู้ชัดว่า “จิตฟุ้งซ่าน” 9) จิตเป็นมหัคคตะก็รู้ชัดว่า “จิตเป็นมหัคคตะ” 10) จิตไม่เป็น มหัคคตะ ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่เป็นมหัคคตะ” 11) จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า “จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า” 12) จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า” 13) จิตเป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า “จิตเป็นสมาธิ” 14) จิตไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่เป็นสมาธิ” 15) จิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ชัดว่า “จิตหลุดพ้น” 16) จิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่หลุดพ้น”

ถ้าขณะใดที่จิตนั้นเกิดมีราคะ โทสะ โมหะ ฯลฯ ขึ้นมาแล้ว ต้องกำหนดระลึกรู้จิต เมื่อสติทำการกำหนดระลึกอยู่อย่างนั้นอย่างจดจ่อต่อเนื่อง จิตที่มีราคะ โทสะ โมหะ ฯลฯ ก็จงจางคลายหายไป ในที่สุด แล้วจิตที่ไม่มีราคะ โทสะ โมหะ ฯลฯ ก็เกิดขึ้นมาแทนที่ ก็ให้กำหนดระลึกรู้จิตที่ไม่มีราคะ โทสะ โมหะ ฯลฯ นั้นด้วย คือให้กำหนดโดยอาการระลึกรู้อย่างเดียว เปรียบเหมือนกับแมวไล่ตาม ตะครุบหนู คือแมวเปรียบเหมือนสติ ส่วนหนูเปรียบเหมือนกับจิต

เมื่อสติกำหนดระลึกอยู่เรื่อยๆสมาธิก็จะมีกำลังมีความแก่กล้ามากขึ้น ตัวปัญญาก็จะค้นพบความจริงว่า จิตทั้งหลายที่ทำการกำหนดระลึกอยู่นั้นๆเกิดขึ้นและดับไป ไม่ตั้งอยู่แม้สักขณะเดียว เลยผู้ที่ยังเห็นความเกิดดับของจิตอย่างนี้ ย่อมปราศจากความยึดมั่นถือมั่นในอุปาทานชั้นธัมมบรรลุถึงความพ้นทุกข์ได้ ด้วยการเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้¹⁶³

2.4.4 ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน¹⁶⁴ คือการพิจารณาธรรม อันเป็นเหตุที่เกิดในจิต และดับภายในจิต หรือพิจารณาน้อมให้เห็นทั้งธรรมเป็นต้นเหตุแห่งการเกิด ทั้งธรรมเป็นต้นเหตุแห่งการดับในจิต

การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ได้แก่การใช้สติเข้าไปตั้งกำหนดพิจารณาธัมมารมณ 5 ประเภท คือ นีวรณ 5 ชั้น 5 आयตนะ 12 โพชฌงค์ 7 และอริยสัจ 4

¹⁶² ที.ม. (ไทย) 10/381/314-315.

¹⁶³ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า 275.

¹⁶⁴ ที.ม. (ไทย) 10/382-403/316-38.

ก.หมวดนิวรรณ์ 5

นิวรรณ์ คือ ธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี สิ่งที่ขัดขวางจิตไม่ให้ก้าวหน้าในคุณธรรม เป็นปฏิปักษ์โดยตรงกับสมาธิ เป็นสภาพที่เป็นเครื่องกั้นกัณศุทธธรรมทั้งหลายไม่ให้เจริญก้าวหน้า มีฉานมรรค ผล เป็นต้น ไม่ให้เกิด พระพุทธองค์ทรงแสดงเรื่องนิวรรณ์¹⁶⁵ให้ภิกษุผู้มีสติในการพิจารณา ตั้งเนื้อความที่ปรากฏว่า

1) เมื่อกามฉันทะ (ความพอใจในกาม)ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า กามฉันทะภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อกามฉันทะภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า กามฉันทะภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งกามฉันทะ ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น การละกามฉันทะที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น และกามฉันทะที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น

2) เมื่อพยาบาท (ความคิดร้าย) ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า... ก็รู้ชัดเหตุนั้น

3) เมื่อถีนมิทระ (ความหดหู่ เชื่องซึม) ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า... ก็รู้ชัดเหตุนั้น

4) เมื่ออุทธัจจกุกกจะ (ความฟุ้งซ่าน ร้อนใจ)ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า...ก็รู้ชัดเหตุนั้น

5) เมื่อวิจิกิจฉา (ความลังเลสงสัย) ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า...ก็รู้ชัดเหตุนั้น

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือ พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏ อยู่เฉพาะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหาและทิวฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลายภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ นิวรรณ์ 5 อยู่ อย่างนี้แล

ข.หมวดชั้นร์ 5

การกำหนดรู้ธรรมในหมวดนี้ ได้แก่การเจริญสติระลึกรู้ในอุปาทานชั้นร์ทั้ง 5 ดังที่พระพุทธองค์ทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย ดังนี้ว่า “ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออุปาทานชั้นร์¹⁶⁶5 อยู่ว่า ความเกิดแห่งรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นอย่างนี้ ความดับแห่งรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นอย่างนี้

¹⁶⁵ ที.ม. (ไทย) 10/382/316-317.

¹⁶⁶ ที.ม. (ไทย) 10/383/318.

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายใน (หมายถึงชั้น 5 ของตน)¹⁶⁷อยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอก (หมายถึงชั้น 5 ของผู้อื่น)¹⁶⁸อยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือ “พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่”

หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น ไม่อาศัยค้นหาและทวิฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปาทานชั้น 5 อยู่ อย่างนี้แล”

การพิจารณาเพื่อให้รู้แจ้งในชั้นทั้ง 5 นี้ ต้องพิจารณาอย่างต่อเนื่องด้วยความเพียร ด้วยสติ และมีสัมปชัญญะ เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งในพระไตรลักษณ์ คือเห็นความไม่เที่ยง (อนิจจัง) เห็น ความทนอยู่ในสภาวะเดิมไม่ได้(ทุกขัง) เห็นความปราศจากตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้ (อนัตตา) ว่า บุคคลคือองค์ประกอบของชั้น 5 (รูปกับนาม) เท่านั้นเอง เมื่อรู้แจ้งเห็นจริงในชั้น 5 ตามกฎพระ ไตรลักษณ์ด้วย วิปัสสนาญาณแล้ว ย่อมคลายความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน บุคคล เรา เขา ออกเสียได้

ค.หมวดอายตนะ

อายตนะ¹⁶⁹ แปลว่า ที่ต่อหรือแดน หมายถึงที่ต่อให้เกิดความรู้ แดนเชื่อมต่อให้เกิดความรู้ หรือแหล่งที่มาแห่งความรู้มี 6 ทาง คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ซึ่งแบ่งออกได้เป็นอายตนะ ภายใน 6 และอายตนะภายนอก 6 ดังมีข้อความที่กล่าวไว้ในพระสูตรดังนี้ว่า

รู้ชัดตา รู้ชัดรูป สัมผัสอันใดอาศัยตาและรูปทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วย เหตุใด ก็รู้ชัดด้วยเหตุนี้ และสังโยชน์ที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มีด้วยเหตุใด ก็รู้ชัด เหตุนี้ รู้ชัดหู รู้ชัดเสียง รู้ชัดจมูก รู้ชัดกลิ่น รู้ชัดลิ้น รู้ชัดรส รู้ชัดกาย รู้ชัดโณภูมฺพพะ รู้ชัดใจ รู้ชัดธรรมารมณฺ์ ก็รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ ที่ยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัด เหตุนี้ การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดด้วยเหตุนี้ และสังโยชน์ที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้¹⁷⁰

¹⁶⁷ ที.ม.อ. 383/398. ที.ม. (ไทย) 10/383/318.

¹⁶⁸ ที.ม.อ. 383/398, ที.ม. (ไทย) 10/383/318.

¹⁶⁹ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 39, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม, 2565), หน้า 672.

¹⁷⁰ ที.ม. (ไทย) 10/384/319-1.

ในการติดตามดูอายตนะนั้น เมื่อเห็นก็กำหนดรู้อารมณ์นั้น จะทำให้สมาธิมีความเข้มแข็ง และไม่รู้เฉพาะแต่สิ่งที่สามารถเห็นได้เท่านั้น แต่รู้การเห็น ตลอดจนดวงตาซึ่งเป็นอวัยวะแห่งการเห็น ด้วยรวม 3 อย่าง คือ ตา ที่เรียกว่า จักขายตนะ ได้แก่ อายตนะคือดวงตา ซึ่งเป็นที่เกิดแห่งวิญญาณ ในการเห็น สิ่งที่สามารถเห็นได้ ที่เรียกว่า รูปลายตนะ ได้แก่ อายตนะคือรูป ซึ่งเป็นที่เกิดแห่งวิญญาณ ในการเห็น การเห็นที่เรียกว่ามนายตนะ ได้แก่ อายตนะคือใจ ซึ่งเป็นที่เกิดแห่งการกระทำของ วิญญาณ (คือผัสสะ ความกระทบ ถูกต้อง เวทนา ความเสวยอารมณ์รู้สึก เป็นต้น)

การไม่กำหนดสิ่งที่เห็น หรือแม้กำหนดอยู่ แต่ไม่รู้ความเกิดขึ้นและความดับไป ไม่รู้ความไม่เที่ยง เป็นต้น ก็ทำให้เกิดสังโยชน์ เช่น ยินดีพอใจในอารมณ์ที่เห็น จะต้องรู้ความเกิดขึ้นของสังโยชน์ทั้งหลายด้วย ถ้าสังโยชน์ดับไปเพราะเป็นผลเกิดจากการกำหนดรู้ ต้องรู้ความดับไปนั้นด้วย

โดยแนวทางอย่างเดียวกันนี้ เมื่อได้ยิน กำหนดรู้อารมณ์คือหู และรูปคือเสียงที่ได้ยินด้วย เมื่อได้กลิ่นก็ กำหนดรู้อารมณ์คือจมูก และรูปคือกลิ่นด้วย เมื่อลิ้มรสอาหาร ก็กำหนดรู้อารมณ์คือลิ้น และรูป คือ รส ด้วย เมื่อสัมผัสถูกต้อง ก็กำหนดรู้ว่า เย็น ร้อน อ่อน แข็ง การกำหนดรู้ที่การเดิน การยืน การนั่ง การ ยก การ เหยียบ เป็นต้น นี้เป็นฝ่ายการติดตามดูการสัมผัสถูกต้อง

เมื่อคิดอยู่ ก็กำหนดรู้อารมณ์ซึ่งเป็นฐานที่ตั้งของวิญญาณและอัมมายตนะ คืออารมณ์ของจิตใจ และวิญญาณ คือ มนายตนะ ด้วย

ถ้าไม่รู้สิ่งเหล่านี้ตามที่มันเป็นอยู่ เพราะไม่กำหนดสิ่งเหล่านั้น นิรวณฺ์ เช่น กามฉันทะ ก็เกิดขึ้นในอายตนะทั้งหลาย การเกิดขึ้น (ของกามฉันทะ) นี้ก็เช่นกัน ต้องกำหนดด้วย เมื่อสังโยชน์เหล่านั้นดับไป ต้องกำหนดความดับไปนี้ด้วย เมื่อสังโยชน์เหล่านี้หยุดเกิดขึ้น ต้องกำหนดรู้ความหยุด เกิดนั้นด้วย ตามที่กล่าวมานี้เป็นการติดตามดูอายตนะทั้งหลายโดยย่อ

สังโยชน์ในที่นี้ คือกิเลสซึ่งผูกมัดเราไว้เหมือนเส้นเชือกผูกวัว ทำให้เราเกิดแล้วเกิดเล่าอยู่ในสังสารวัฏมี 10 อย่าง¹⁷¹ คือ

(ก) โอรัมภาคิยสังโยชน์ สังโยชน์เบื้องต้น 5 ได้แก่

- 1) สักกายทิฎฐิ มีความเห็นว่าร่างกายนี้เป็นของเรา มีความยึดมั่นถือมั่น
- 2) วิจิกิจฉา มีความสงสัยในคุณของพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์
- 3) สีสัพพตปรัมมาส ความถือมั่นศีลพรต โดยสักว่าทำตามๆกันไปอย่างงมงาย เห็นว่าจะบริสุทธิ์หลุดพ้นได้เพียงด้วยศีลและวัตร หรือนำศีลและพรตไปใช้เพื่อเหตุผลอื่น ไม่ใช่เพื่อเป็นปัจจัยแก่

¹⁷¹ ที.ปา. (ไทย) 11/315/302.

การสิ้นกิเลส เช่น การถือศีลเพื่อเอาไว้มงคนอื่น การถือศีลเพราะอยากได้ลาภสักการะ เป็นต้น และ รวมไปถึงความเชื่อถือในพิธีกรรมที่มงายด้วย

4) กามราคะ มีความกำหนดจิตใจในกามคุณ

5) พยาบาท ความคิดร้าย มีความกระทบกระทั่งในใจ เป็นต้น

(ข) อุทธัมภาคิยสังโยชน์ สังโยชน์เบื้องสูง 5 ได้แก่

6) รูปราคะ มีความติดใจในวัตถุหรือรูปฌาน

7) อรูปราคะ มีความติดใจในรูปฌานหรือความพอใจในนามธรรมทั้งหลาย

8) มานะ มีความถือตัว ยึดมั่นถือมั่นในตัวตนหรือคุณสมบัติของตน

9) อุทธัจจะ มีความฟุ้งซ่าน

10) อวิชชา คือความไม่รู้แจ้งซึ่งทำให้เข้าใจผิดไปยึดติด ยึดถือว่า สิ่งที่ไม่เที่ยง ว่าเที่ยง สิ่งที่เป็นทุกข์ ว่าสุข สิ่งที่เป็นอนัตตา ว่าเป็นอัตตา

บรรดาสังโยชน์ทั้ง 10 นี้ สังโยชน์เบื้องต่ำ 3 ข้อต้น คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สิลัพพตปรามาส พระโศดาบันละได้ ส่วนพระสภิกาคามีละสังโยชน์ 3 ข้อต้น และทำสังโยชน์ข้อ 4 และ 5 คือ กามราคะ และปฏิฆะ ให้เบาบางลงด้วย ส่วนพระอนาคามีละอุทธัมภาคิยสังโยชน์ 5 ข้อต้นได้หมด และพระอรหันต์ละสังโยชน์ได้หมดทั้ง 10 ข้อ

ง. หมวดโพชฌงค์ 7

คำว่า “โพชฌงค์” แปลว่า องค์คุณของผู้ตรัสรู้ หรือองค์แห่งปัญญา องค์แห่งธรรมที่ทำให้เกิดปัญญา องค์แห่งธรรมที่นำไปสู่โพธิคือการตรัสรู้ หรือความรู้แจ้งเห็นจริง¹⁷² ในการพิจารณาธรรมใน ธรรมในโพชฌงค์นี้ ตามแนวทางปฏิบัติต้องมีสติระลึกฐานะก่อนเกิด ขณะเกิด และการเจริญของ สภาวธรรมทั้ง 7 ผู้ที่จะกำหนดรู้และพิจารณาได้ ต้องมีความเพียร เป็นความเพียรในการละอกุศลและ เจริญกุศล ชื่อว่าการเจริญสัมมปธาน เป็นวิธีกำจัดอาสวะด้วยการอบรมหรือภาวนา เป็นกรรมหรือ การกระทำเพื่อความเจริญฝ่ายเดียว ไม่มีเสื่อมเลย ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนไว้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ 7 อยู่ อย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ 1) เมื่อสติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘สติสัมโพชฌงค์ภายในของเรา มีอยู่ หรือเมื่อสติสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า สติสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งสติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น และความเจริญบริบูรณ์ แห่งสติสัมโพชฌงค์ที่

¹⁷² วศิน อินทสระ, *วิธีทำจิตให้บริสุทธิ์*, พิมพ์ครั้งที่ 1, (กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์, 2545), หน้า 74.

เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ 2) เมื่อธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่งธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ 3) เมื่อวิริยสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า วิริยสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อวิริยสัมโพชฌงค์ ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า วิริยสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งวิริยสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่งวิริยสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ 4) เมื่อปิติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ปิติสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อปิติสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ก็รู้ชัดว่า ปิติสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งปิติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์ แห่งปิติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ 5) เมื่อปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่งปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ 6) เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ก็รู้ชัดว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งสมาธิสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่งสมาธิสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้วมีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ 7) เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่าอุเบกขาสัมโพชฌงค์ ภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัด เหตุนี้ และความเจริญบริบูรณ์แห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัด เหตุนี้ ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมใน ธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ‘ธรรมมีอยู่’ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น ไม่อาศัยค้นหาและทิวฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ 7 อยู่อย่างนี้แล”¹⁷³

¹⁷³ ที.ม. (ไทย) 10/385/321-323.

เมื่อเธอเจริญโพชฌงค์ 7 ประการนี้อยู่ จิตย่อมหลุดพ้นจากกามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชา สวะ เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ว่าหลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์ แล้ว¹⁷⁴ ทำกิจที่ควรทำ¹⁷⁵ เสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป¹⁷⁶ ภิกษุที่เรียกว่าโพชฌงค์เพราะเป็นไปเพอตรัสรู้ อย่างนี้แล¹⁷⁷

โพชฌงค์ทั้ง 7 มีสติสัมโพชฌงค์ เป็นต้น เมื่อธรรมทั้ง 7 อย่างนี้เกิดขึ้น จิตจะมีทั้งกำลัง (จากวิริยะและสมาธิ) ความเฉลียวฉลาด (จากธัมมวิจยะ) ความเบาสบาย แซ่มชื่น อิ่มเอิบใจ (จากปีติและปัสสัทธิ) ความเป็นกลางไม่ลำเอียง (จากอุเบกขา) โดยมีสติและปัญญา (ธัมมวิจยะ) เป็นเครื่อง นำทาง จึงเป็นฐานที่สำคัญของการบรรลุธรรมเพื่อการตรัสรู้

จ. หมวดสังัจจะ

สังัจจะบรรพ ว่าด้วยการกำหนดรู้ธรรม คือ อริยสัจ 4 มีวิธีการกำหนดรู้แบบนี้ คือ รู้ชัด ตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกขสมุทัย รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกขนิโรธ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา¹⁷⁸

การกำหนดรู้ความจริง 4 ประการ มีข้อความที่พระพุทธองค์ทรงแสดงเอาไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย อริยสัจ 4 ประการนี้แล เป็นของจริงแท้ไม่แปรผันไม่เป็นอย่างอื่น เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า อริยสัจ”¹⁷⁹ บรรดาอริยสัจ 4 ประการนี้ ทุกขอริยสัจควรกำหนดรู้ ทุกขสมุทัยอริยสัจควรละ ทุกขนิโรธอริยสัจควรกระทำให้แจ้ง ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ ควรทำให้เกิดมี พระพุทธองค์ทรงได้ทรง จำแนกสังัจจะทั้ง 4 เอาไว้ คือ

1) ทุกขอริยสัจ

ชาติ คือ ความเกิด ความเกิดพร้อม ความหยั่งลง ความบังเกิด ความบังเกิดเฉพาะ ความปรากฏแห่งขั้นันท์ ความได้อายตนะในหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้นๆ นี้เรียกว่า ชาติ¹⁸⁰

¹⁷⁴ ดุรายละเอียดเชิงอรธ ส.ม. (ไทย) 19/186/119.

¹⁷⁵ ดุรายละเอียดเชิงอรธ ส.ม. (ไทย) 19/186/119.

¹⁷⁶ ดุรายละเอียดเชิงอรธ ส.ม. (ไทย) 19/186/119.

¹⁷⁷ ส.ม. (ไทย) 19/186/119.

¹⁷⁸ ที.ม. (ไทย) 10/386/324.

¹⁷⁹ ส.ม.อ. (ไทย) 31/1707/444.

¹⁸⁰ ที.ม. (ไทย) 10/388/325.

ชรา คือ ความแก่ ความคร่ำคร่า ความมีฟันหลุด ความมีผมหงอก ความมีหนังเหี่ยวยุ่น ความเสื่อมอายุ ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์ในหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้นๆ นี้เรียกว่า ชรา¹⁸¹

มรณะ คือ ความจติ ความเคลื่อนไป ความทำลายไป ความหายไป ความตายกล่าวคือมฤตยู การทำกาลละ ความแตกแห่งชั้นร์ ความทอดทิ้งร่างกาย ความขาดสูญแห่งชีวิตินทรีย์ในหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้นๆ นี้เรียกว่า มรณะ¹⁸²

โสกะ คือ ความเศร้าโศก กิริยาที่เศร้าโศก ภาวะที่เศร้าโศก ความแห้งผากภายในความแห่งกรอบภายใน ของผู้ประกอบด้วยความเสื่อมอย่างใดอย่างหนึ่ง (หรือ) ผู้ที่ถูกเหตุแห่งทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบ นี้เรียกว่าโสกะ¹⁸³

ปริเทวะ คือ ความร้องไห้ ความคร่ำครวญ กิริยาที่ร้องไห้ กิริยาที่คร่ำครวญ ภาวะที่ร้องไห้ ภาวะที่คร่ำครวญ ของผู้ประกอบด้วยความเสื่อมอย่างใดอย่างหนึ่ง (หรือ) ผู้ที่ถูกเหตุแห่งทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบ นี้เรียกว่า ปริเทวะ¹⁸⁴

ทุกข์ คือ ความทุกข์ทางกาย ความไม่สำราญทางกาย ความเสวยอารมณ์ที่ไม่สำราญ เป็นทุกข์ อันเกิดจากกายสัมผัส นี้เรียกว่า ทุกข์¹⁸⁵

โทมนัส คือ ความทุกข์ทางใจ ความไม่สำราญทางใจ ความเสวยอารมณ์ที่ไม่สำราญ เป็นทุกข์ อันเกิดจากมโนสัมผัส นี้เรียกว่า โทมนัส¹⁸⁶

อุปายาส คือ ความแค้น ความคับแค้น ภาวะที่แค้น ภาวะที่คับแค้น ของผู้ประกอบด้วยความเสื่อมอย่างใดอย่างหนึ่ง (หรือ) ผู้ที่ถูกเหตุแห่งทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบ นี้เรียกว่า อุปายาส¹⁸⁷

การประสบกับอารมณ์อันไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ คือ การไปร่วม การมาร่วม การประชุมร่วม การอยู่ร่วมกับอารมณ์อันไม่เป็นที่ปรารถนา ไม่เป็นที่รักใคร่ ไม่เป็นที่ชอบใจของเขาในโลกนี้ เช่น รูป เสียง กลิ่น รส โภภุฏัพพะ ัมมารมณฺ หรือจากบุคคลผู้ปรารถนาแต่สิ่งที่ไม่ใช่ประโยชน์ปรารถนาแต่สิ่งที่ไม่

¹⁸¹ ที.ม. (ไทย) 10/388/325.

¹⁸² ที.ม. (ไทย) 10/388/325.

¹⁸³ ที.ม. (ไทย) 10/388/325.

¹⁸⁴ ที.ม. (ไทย) 10/392/326.

¹⁸⁵ ที.ม. (ไทย) 10/392/326.

¹⁸⁶ ที.ม. (ไทย) 10/392/326.

¹⁸⁷ ที.ม. (ไทย) 10/392/326.

เกื้อกูล ปรารถนาแต่สิ่งที่ไม่ผาสุก ปรารถนาแต่สิ่งที่ไม่มีความเกษมจากโยคะของเขา นี้เรียกว่า การประสบกับอารมณ์อันไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์¹⁸⁸

การพลัดพรากจากอารมณ์อันเป็นที่รักเป็นทุกข์ คือ การไม่ไปร่วม การไม่มาร่วม การไม่ประชุมร่วม การไม่อยู่ร่วมกับอารมณ์อันเป็นที่ปรารถนา เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจของเขาในโลกนี้ เช่น รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ หรือกับบุคคลผู้ปรารถนาประโยชน์ ปรารถนาความ เกื้อกูล ปรารถนาความผาสุก ปรารถนาความเกษมจากโยคะของเขา เช่น มารดาบิดา พี่ชาย น้องชาย พี่สาว น้องสาว มิตร อำมาตย์หรือญาติสาโลหิต นี้เรียกว่า การพลัดพรากจากอารมณ์อันเป็นที่รักเป็น ทุกข์¹⁸⁹

การไม่ได้สิ่งที่ต้องการเป็นทุกข์ คือ เหล่าสัตว์ผู้มีความเกิดเป็นธรรมดา เกิดความปรารถนาขึ้น อย่างนี้ว่า ‘ไฉนหนอ ขอเราอย่าได้มีความเกิดเป็นธรรมดา หรือขอความเกิดอย่าได้มาถึงเราเลย’ ข้อนี้ ไม่พึงสำเร็จได้ตามความปรารถนา นี้เรียกว่า การไม่ได้สิ่งที่ต้องการเป็นทุกข์ เหล่าสัตว์ผู้มีความแก่เป็น ธรรมดา ฯลฯ เหล่าสัตว์ผู้มีความเจ็บเป็นธรรมดา ฯลฯ เหล่าสัตว์ผู้มีความตายเป็นธรรมดา ฯลฯ

เหล่าสัตว์ผู้มีความโศก ความคร่ำครวญ ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ และความคับแค้นใจ เป็นธรรมดา ต่างก็เกิดความปรารถนาขึ้นอย่างนี้ว่า “ไฉนหนอ ขอเราอย่าได้เป็นผู้มีความโศก ความคร่ำ ครวญ ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ และความคับแค้นใจเป็นธรรมดาเลย และขอความโศก ความ คร่ำ ครวญ ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ และความคับแค้นใจ อย่าได้มาถึงเราเลย” ข้อนี้ไม่พึงสำเร็จได้ ตาม ความปรารถนา นี้เรียกว่า การไม่ได้สิ่งที่ต้องการเป็นทุกข์¹⁹⁰

โดยย่อ อุปาทานชั้น 5 เป็นทุกข์ คือ รูปอุปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือรูป) เวทูปาทาน ชั้น (อุปาทานชั้นคือเวทนา) สัญญาอุปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือสัญญา) สังขารอุปาทานชั้น (อุปาทานชั้น คือสังขาร) วิญญาณอุปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือวิญญาณ) เหล่านี้เรียกว่าโดยย่อ อุปาทานชั้น 5 เป็น ทุกข์ นี้เรียกว่าทุกขอริยสัง

ข้อความในทุกขสังนี้ ชี้ให้เห็นถึงต้นเหตุของทุกข์ คือ การเกิด (ชาติ) จนกระทั่งตาย (มรณะ) เพราะเมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องประสบกับความทุกข์ต่างๆ เช่น ความร้อน ความหนาวเย็น ความหิว ความ กระหาย ต้องอุจจาระ ต้องปัสสาวะ ทุกข์ทางกาย ทุกข์ทางใจ เป็นต้น ดังข้อความที่พระสารีบุตร แสดงแก่ สามันตทานิปริพาชก ว่า

¹⁸⁸ ที.ม. (ไทย) 10/392/327.

¹⁸⁹ ที.ม. (ไทย) 10/392/327.

¹⁹⁰ ที.ม. (ไทย) 10/398/328.

“ผู้มีอายุ การเกิดเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ การไม่เกิดเป็นเหตุให้เกิดสุข เมื่อมีการเกิดทุกข์นี้เป็นอันพึงหวังได้ คือ ความหนาว ร้อน หิวกระหาย ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ สัมผัสไฟ ถูกตีด้วยไม้ ถูกทำร้ายด้วยศัสตรา ทั้งญาติมิตรต่างก็พากันโกรธเคืองเขา

เมื่อมีการเกิดทุกข์นี้เป็นอันพึงหวังได้ เมื่อไม่มีการเกิดสุขนี้เป็นอันพึงหวังได้ คือ ความไม่หนาว ไม่ร้อน ไม่หิว ไม่กระหาย ไม่ต้องปวดอุจจาระ ไม่ต้องปวดปัสสาวะ ไม่ต้องสัมผัสไฟ ไม่ ถูกตีด้วยไม้ ไม่ถูกทำร้ายด้วยศัสตรา ทั้งญาติมิตรก็ไม่พากันโกรธเคืองเขา ผู้มีอายุ เมื่อไม่มีการ เกิดสุขนี้เป็นอันพึงหวังได้”¹⁹¹

2) ทุกขสมุทัยอริยสัจ

คือต้นเหตุแห่งทุกข์ทั้งปวง ได้แก่ตัณหา 3 อย่าง ดังในพระสูตรกล่าว ว่า ก็ทุกขสมุทัยอริยสัจคือตัวตัณหานี้เป็นเหตุเกิดขึ้นในภพใหม่¹⁹² อันประกอบด้วยอำนาจความ เพลิดเพลินยิ่งนักในอารมณ์นั้นๆ คือต้นเหตุแห่งทุกข์ทั้งปวง ได้แก่ตัณหา 3 อย่าง คือ 1) กามตัณหา คือความทะยานอยากในกามคุณ 2) ภวตัณหา ความทะยานอยากในภพ 3) วิภวตัณหา ความทะยาน อยากให้พ้นจากภพ

ตัณหา เป็นต้นเหตุที่ทำให้เกิดชั้น 5 วนเวียนอยู่ในกองทุกข์ไม่รู้จักจบสิ้น ทั้งนี้ เพราะมี ความไม่รู้ตัวทุกข์เป็นมูลรากสำคัญ เมื่อใดก็ตามที่มีวิชาวินัยว่าชั้น 5 นี้เป็นทุกข์ เมื่อนั้นความรู้สึกที่ หลงไปรักไปชอบ พอใจ หรืออยากได้ชั้น 5 เหมือนเมื่อตอนไม่รู้ความจริงก็จะหมดไป และเมื่อนั้นจะ เกิดศรัทธา เกิดความเพียร อันไม่หวั่นไหวในการจะละตัณหานี้ให้หมดไปจนถึงที่สุดแห่งทุกข์

3) ทุกขนิโรธอริยสัจ¹⁹³

คือ ความดับกิเลสไม่เหลือด้วยวิราคะ ความปล่อยวาง ความสลесคืน ความพ้น ความไม่ติด ความดับทุกข์ ได้แก่ภาวะที่เข้าถึงความหลุดพ้นจากกิเลส เมื่อภาวจิตตวิขา สำรอกตัณหาสิ้นแล้ว ไม่ถูกตัณหาย้อมใจหรือฉุดลากไป ไม่ถูกบีบคั้นด้วยความรู้สึกกระวนกระวาย ความเบื่อหน่ายหรือความคับข้องติดขัดอย่างใดๆ หลุดพ้นเป็นอิสระ ประสบความสุขที่สมบูรณ์ สงบ ปลอดภัยโปร่งโล่งเบา ผ่องใสเบิกบาน

ในสังฆะข้อนี้ ก็คือผลที่ได้จากการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จนกระทั่งบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ การดับทุกข์ได้โดยสิ้นเชิง เมื่อว่าโดยความหมายเบื้องสูงก็คือการบรรลุพระนิพพานนั่นเอง

¹⁹¹ อ.ทสก. (ไทย) 24/66/144.

¹⁹² ที.ม. (ไทย) 10/40/329.

¹⁹³ ที.ม. (ไทย) 10/401/332-4.

4) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ¹⁹⁴

ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ คือมรรคมืองค์ 8 ข้อความในพระสูตรได้กล่าวถึงการปฏิบัติตามมรรคคือ

(1) สัมมาทิฏฐิ คือ ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกขสมุทัย ความรู้ในทุกขนิโรธ ความรู้ ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา เรียกว่าสัมมาทิฏฐิ

(2) สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริในการออกจากกาม ความดำริในความไม่พยาบาท ความดำรินอนไม่เปียดเบียน เรียกว่าสัมมาสังกัปปะ

(3) สัมมาวาจา คือ การงดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการพูดส่อเสียด งดเว้น จากการพูดคำหยาบ งดเว้นจากการพูดเพื่อเจ้อ เรียกว่าสัมมาวาจา

(4) สัมมากัมมันตะ คือ การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ งดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่ เขามีได้ให้ งดเว้นจากการประพฤติดิในกามเรียกว่าสัมมากัมมันตะ

(5) สัมมาอาชีวะ คือ การละเว้นจากการเลี้ยงชีพที่ผิด และสำเร็จการเลี้ยงชีพด้วย การเลี้ยงชีพที่ชอบ เรียกว่าสัมมาอาชีวะ

(6) สัมมาวายามะ คือ ความเพียรชอบ พระพุทธองค์ตรัสอธิบายไว้ว่า “ภิกษุใน ธรรมวินัยนี้ สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น เพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น เพื่อ ความดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย ภิญโญภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มที่ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว”¹⁹⁵

(7) สัมมาสติ คือ การมีสติชอบ ซึ่งพระพุทธองค์ตรัสอธิบายไว้ว่า “ภิกษุในธรรม วินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลก ได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ ฯลฯ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ฯลฯ พิจารณาเห็นธรรมในธรรม ทั้งหลาย อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้”

(8) สัมมาสมาธิ คือ การมีสมาธิชอบ ซึ่งพระพุทธองค์ตรัสอธิบายไว้ว่า “ภิกษุใน ธรรมวินัยนี้ สงัดจากกาม และอกุศลธรรมทั้งหลาย บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก วิจาร์ ปิติ และสุข เกิดจาก วิเวกอยู่ บรรลุทุติยฌานที่มีความผ่องใสภายใน มีสภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก วิจาร์ มีแต่ปิติ และสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่ มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติ มีสัมปชัญญะอยู่ และเสวยสุขด้วยกาย บรรลุตติย ฌานที่พระอริยะ

¹⁹⁴ ที.ม. (ไทย) 10/402/335-8.

¹⁹⁵ ที.ม. (ไทย) 10/402/336.

ทั้งหลายกล่าวสรรเสริญว่า “ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข” บรรลุจุดตถุณาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์ เพราะอุเบกขาอยู่”¹⁹⁶

ในหมวดสังขจะนี้ ท่านสอนให้เรามีสติระลึกให้เห็นความจริงที่ปรากฏเกิดขึ้นว่า เมื่อเราทั้งหลายเกิดใหม่ทุกครั้ง เราก็จะประสบกับความแก่ชราและความตาย เป็นต้น เราทั้งหลายล้วนอาศัย รูปและนามเหล่านี้ ซึ่งมีความเสื่อมโทรมและแตกสลายดับไปเป็นธรรมดา อันรูปและนามทั้งหลาย จึง เป็นความทุกข์อย่างแท้จริง อีกทั้งรูปและนามเหล่านี้ จะไม่คงทน มีความแตกดับอยู่ตลอดเวลา ซึ่งมันเองสามารถนำความแก่ เจ็บ ตาย มาสู่เราได้โดยไม่มีที่สิ้นสุด ดังนั้นรูปและนามทั้งหลายเหล่านั้นจึง เป็นทุกข์

ผู้ที่มีได้ใช้สติกำหนดตระลึกรู้ในความเกิดขึ้นและดับไปของรูปและนาม จะไม่สามารถรับรู้หรือสัมผัสได้เลยว่ารูปและนามทั้งหลายเหล่านี้มีความแตกดับไปได้อย่างไรรวดเร็วอย่างไร จึงทำให้รู้สึกว่าเป็น สิ่งที่ไม่น่าหวาดกลัว หรือแม้แต่ผู้ที่กำลังกำหนดเจริญภาวนาอยู่นั้น ถ้ายังไม่ได้รู้เห็นอย่างประจักษ์แจ้ง ซึ่งธรรมชาติอันเปลี่ยนแปลงของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ก็จะไม่เกิดอาการหวาดกลัวเช่นกัน ผู้ที่ไม่ได้รับ การฝึก จะมีความหวาดกลัวต่อสิ่งอันเป็นที่ตั้งแห่งทุกข์โดยแท้ แต่ผู้ที่ได้รับการเรียนรู้โดยการฝึกฝน อบรมมาดี แล้วจึงจะทำความเข้าใจในเรื่องนี้ได้ดี เพราะเป็นสิ่งที่สามารถจะรับรู้ได้ด้วยตนเอง

เมื่อกล่าวตามหลักที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ ส่วนที่สำคัญก็คือให้ตั้งใจดูในภายใน สิ่งที่คุณนั้นก็คือผลกับเหตุ ในฝ่ายชั้วก็คือทุกข์กับสมุทัย ดูทุกข์เพื่อให้รู้ผลชั้ว ดูสมุทัยเพื่อให้รู้เหตุชั้ว กิริยาที่ดูก็เป็นมรรค ถ้าเห็นก็เป็นนิโรธ เมื่อนิโรธเกิดขึ้นทุกข์ก็ตกไป ผู้ปฏิบัติก็พ้นจากทุกข์ไม่มีทุกข์ เป็นผู้รู้ที่เรียกว่าพุทธะ¹⁹⁷

เมื่อเจริญวิปัสสนาจนมีความก้าวหน้าขึ้น ก็จะสามารถบรรลุการรู้ความจริงของมรรค คือวิธีที่ทำให้ได้รู้แจ้งในอริยสัจ 4 และในทุกๆ ครั้งเมื่อเรากำหนดรู้อยู่ที่ความทุกข์ และมีการกำหนดอย่าง ต่อเนื่อง ก็จะทำให้วิปัสสนาญาณสมบูรณ์และได้เห็นแจ้งซึ่งพระนิพพาน นี่คือการรู้ซึ่งความเป็นจริงใน เรื่องของความดับทุกข์ และด้วยการรู้เช่นนี้ทำให้บรรลุถึงความเห็นแจ้งซึ่งความเป็นจริงของเหตุแห่ง ทุกข์ด้วยโดยการถอนต้นเหาออกไป และทำให้การเจริญมรรคมีผลโดยชอบ จนกระทั่งบรรลุความสำเร็จ เมื่อเกิดความรู้อย่างแจ้งชัดในอริยสัจ 4 ด้วยวิปัสสนาภาวนาแล้ว อย่างน้อยก็ได้ บรรลุเป็นพระอริยบุคคลและเป็นผู้ ที่พ้นแล้วจากอบาย¹⁹⁸

¹⁹⁶ ที.ม. (ไทย) 10/402/337.

¹⁹⁷ พระพรหมมุนี สวจนฺฺเร (ผิน ธรรมประณีต), **ธรรมประทีป**, พิมพ์ครั้งที่ 4, (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2540), บทหน้า หน้า ฉ.

¹⁹⁸ พระสมภาร สมภาโร (ทวีรัตน์), **ธรรมะภาคปฏิบัติ**, พิมพ์ครั้งแรก, (กรุงเทพมหานคร : มหา จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2547), หน้า 199.

ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ เปรียบเสมือนกับมหาสมุทรอันเป็นที่รวมของแม่น้ำคงคา เป็นต้น คือมีการกำหนดรูปร่างและนาม สำหรับกายานุปัสสนา เป็นการกำหนดรูป เวทนานุปัสสนา และ จิตตานุปัสสนา เป็นการกำหนดนาม ซึ่งอนุปัสสนาทั้ง 3 อย่างนี้ ได้ประชุมลงในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานทั้งสิ้น¹⁹⁹

2.4.5 อานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐาน

ผู้ที่ได้เจริญสติปัฏฐานทั้ง 4 อย่างถูกต้องแล้วย่อมจะได้รับอานิสงส์มากมายเหลือล้นพันทีจะนับที่จะประมาณ แต่เมื่อก้าวโดยย่อๆแล้ว ย่อมได้รับผลดังนี้ คือ มีสติทันปัจจุบัน เห็นรูปนาม เห็น พระไตรลักษณ์ ได้มรรค ผล นิพพาน²⁰⁰ ทั้งในปัจจุบันและอนาคต ดังที่พระผู้มีพระภาคได้ตรัสแก่ ภิกษุทั้งหลาย ว่า

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน 4 ตลอด 7 ปี 7 เดือน และ 7 วัน พึงหวังผลได้ 2 อย่าง คือ พระอรหัตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นพระอนาคามี ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับ ทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้ คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ²⁰¹

ดังนั้น การทำงานทุกอย่างจะประสบผลสำเร็จได้ จำเป็นต้องมีจุดมุ่งหมายที่ชัดเจน การที่บุคคลทำกิจกรรมแบบไม่มีจุดหมายปลายทาง ก็เหมือนกับการล่องเรือไปในมหาสมุทรโดยไม่มีเข็มทิศและแผนที่ ไม่รู้จะไปทางไหนดี ไม่ว่าจะมองไปทางใดเห็นแต่น้ำทะเล สุดท้ายก็ต้องล่องเรือวนเวียนอยู่ในท่ามกลางมหาสมุทร หมดกำลังสิ้นใจตาย หรือไม่ก็ถูกภัยอื่นๆ เช่น พายุร้ายคุกคาม เป็นต้น แต่ถ้าหากการทำงานมีการวางจุดมุ่งหมายไว้อย่างชัดเจนก็จะประสบผลสำเร็จได้ง่าย เหมือนกับการล่องเรือ ที่มีเข็มทิศและแผนที่จะทำให้รู้ทิศทางที่กำลังจะไป ถึงแม้จะเป็นการเดินทางไกลก็จะถึงจุดหมายได้²⁰² การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาก็ฉนั้นเหมือนกัน ผู้ปฏิบัติจะบรรลุถึงเป้าหมายได้จะต้องปฏิบัติตาม หลักสติปัฏฐาน 4 และมีองค์ธรรม 3 คือ มีความพากเพียรในการปฏิบัติเพื่อเป็นเครื่องเผากิเลส มีสติ ระลึกร่างอย่างจดจ่อต่อเนื่อง มีสัมปชัญญะในการกำหนดรู้ทางกาย เวทนา จิต และธรรม เมื่อปฏิบัติได้ ตามหลักดังที่กล่าว

¹⁹⁹ ภัททันตะ อสภเถระ, *วิปัสสนาที่ปณีฎีกา*, พิมพ์ครั้งที่ 6, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย, 2532), หน้า 56.

²⁰⁰ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9), *คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน*, พิมพ์ครั้งแรก, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง, 2550), หน้า 1076.

²⁰¹ *ที.ม.* (ไทย) 10/404-5/338-340.

²⁰² เจ้าอธิการทองใบ อมโร, “การศึกษาหลักธรรมที่นำไปปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นกิเลสในพระพุทธานุสสาเถรวาท”, *พุทธศาสนานิตยสาร*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553), หน้า 80.

มาแล้วนี้ ย่อมละความยินดียินดีร้ายในโลกเสียได้ ย่อมก้าวล่วงออกจากทุกข์ บรรลุ ถึงซึ่งวิมุตติ²⁰³ เข้าถึงซึ่ง ความบริสุทธิ์ หมดจดปราศจากกิเลสเครื่องเศร้าหมองทั้งปวงได้

หลักการเจริญวิปัสสนาภาวนา ตามหลักสติปัฏฐาน 4 คือการกำหนดรู้สติในกาย เวทนา จิต และธรรม หรือการกำหนดรู้อยู่กับรูปนามอย่างจดจ่อต่อเนื่อง เป็นการเจริญปัญญา หรืออบรมปัญญา ให้รู้ แจ่มเห็นจริง จนเกิดวิปัสสนาญาณสามารถประหารกิเลสตัณหาลงได้อย่างเด็ดขาด และสามารถ บรรลุพระ อริยบุคคลระดับใดระดับหนึ่งได้ในที่สุด

ดังได้กล่าวแล้วว่า ในบรรดามรรคทั้ง 3 ชั้นนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจะต้องเริ่มจากการเจริญ มรรค ขั้นต้นที่ประกอบด้วยกัมมัธสกา สัมมาทิฏฐิ และศีลวิสุทธิก่อน หลังจากนั้นสมถยานิกจะต้องเจริญ สมถะจนบรรลุอัปนาสมาธิหรืออุปราสมาธิเสียก่อน ส่วนวิปัสสนายานิก ควรเจริญธาตุกรรมฐาน เพื่อให้ เกิดวิปัสสนาขณิกสมาธิอย่างต่อเนื่อง ไม่ส่งจิตไปหาอารมณ์ภายนอก เมื่อจิตจดจ่ออยู่กับ สภาวะธรรม ปัจจุบัน ก็จะเกิดจิตตวิสุทธิ สามารถยังวิปัสสนามรรคให้เกิดขึ้นได้

ความเพียรที่กำหนดสภาวะพองยุบ สภาวะนิ่ง สภาวะคิดฟุ้งซ่าน หรือสภาวะเจ็บปวดเป็น ต้น คือ สัมมาวายามะ สติที่ระลึกรูปร่างรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรมตามหลักสติปัฏฐาน 4 คือ สัมมาสติ ความตั้งมั่นของจิตในสภาวะธรรม คือ สัมมาสมาธิ หรือวิปัสสนาขณิกสมาธิ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และ สัมมาสมาธิ ทั้งสามอย่างนี้จัดอยู่ในหมวดสมาธิของอริยมรรค

การหยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง ชื่อว่า สัมมาทิฏฐิ ปัญญาที่เห็นความแตกต่าง ระหว่างรูปกับนาม ชื่อว่า ทิฏฐิวิสุทธิ หลังจากนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจะเกิดปัญญาหยั่งเห็นความเป็นปัจจัย ซึ่ง กันและกันของรูปและนาม เช่น การคู้เกิดจากจิตที่ต้องการจะคู้ การเหยียดเกิดจากจิตที่ต้องการจะ เหยียด การเห็นเกิดขึ้นได้เพราะมีประสาทตาและรูป การได้ยินเกิดได้เพราะมีประสาทหูและเสียง ความสุขมีได้เพราะทำกรรมดีมาก่อน เป็นต้น

เมื่อปฏิบัติต่อไปดังนี้ผู้ปรารถนาความเพียรจะเกิดปัญญาหยั่งเห็นการเกิดดับของสภาวะธรรมที่ ทำให้เห็นประจักษ์ความไม่เที่ยงของรูปนาม เมื่อเขาได้รู้เห็นความเกิดดับของรูปนามติดต่อกัน ตลอดเวลา เช่นนี้ ก็จะรู้เห็นความทุกข์ที่น่ากลัว และความไม่มีแก่นสารของสรรพสิ่ง การเห็นประจักษ์ ในสิ่งเหล่านี้ คือสัมมาทิฏฐิ

พระบรมศาสดาตรัสไว้ในพระสูตรนี้ว่า “ความรู้ในทุกข์คือสัมมาทิฏฐิ”²⁰⁴ เมื่อผู้ปรารถนาความ เพียรรู้เห็นทุกข์สักโดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่มีแก่นสาร ก็ถือว่าได้รู้เห็นสัจจะ 3 อย่าง ที่ เหลือในคราวเดียวกัน ดังจะกล่าวถึงเรื่องนี้ในบทต่อไป การน้อมใจไปในการรับรู้สภาวะธรรมตาม ความเป็น

²⁰³ อจ.สตตก. (ไทย) 23/95/185.

²⁰⁴ อจ.สตตก. (ไทย) 23/95/185.

จริงของรูปนามและความเกิดดับของรูปนามตามสามัญญลักษณะทั้ง 3 อย่าง นี้ชื่อว่า สัมมาสังกัปปะ ทั้งสัมมาทิฏฐิและสัมมาสังกัปปะจัดอยู่ในหมวดปัญญาของอริยมรรค

องค์มรรค 3 ประการในหมวดสมาธิ และอีก 2 ประการในหมวดปัญญา รวมเป็น 5 ประการ ชื่อว่าองค์มรรคทำให้เกิดประโยชน์ทั้งหมด (การกมรรค) ทำหน้าที่ในการกำหนดรู้สภาวะธรรมในขณะ เจริญวิปัสสนา ส่วนองค์มรรค 3 ประการในหมวดศีล คือ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และ สัมมาอาชีวะ นั้น แม้จะมีเป็นพื้นฐานมาก่อนการปฏิบัติแล้วก็ตาม ในขณะที่ปฏิบัติก็จะพัฒนาแก่กล้าขึ้น ตามลำดับ เช่นเดียวกับองค์มรรคอื่นๆ จะเห็นได้ว่าผู้ปฏิบัติธรรมได้เจริญวิปัสสนาที่ประกอบด้วย อริยมรรคมืองค์ 8 ในทุกขณะที่กำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน

๒.๕ สรุป

สรุปได้ว่า การบริการรณภาวนามีความสำคัญต่อการปฏิบัติวิปัสสนาอย่างยิ่ง โดยเฉพาะการ ปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 จัดเป็นวิชาบัญญัติ ในการเจริญวิปัสสนาเบื้องต้น คำบริการรณแม้จะทำให้ รับรู้คำบัญญัติเป็นอารมณ์จริง แต่ก็ช่วยให้จิตจดจ่ออารมณ์มากขึ้น จากนั้นจึงสามารถหยั่งรู้เห็นรูปนาม ตามสภาวะธรรมนั้น โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาได้ เมื่อวิปัสสนามีกำลังมากขึ้นแล้ว ก็ไม่ จำเป็นต้องใช้คำบริการรณอีกต่อไป เพราะสามารถรู้รูปนามได้ชัดเจนแล้ว ดังข้อความใน คัมภีร์มหาภูทิกว่า “นनु จ ตชชาปณตติวเสน สภาวธมโม คยหตีติ. สจจ คยหติ ปุพพภาเค ภาวนาย ปน วทตมมานาย ปณตตี สมตักกมิตวา สภาเวเวว จิตต์ ตัญจติ.” เปรียบผู้ที่จะละคำบริการรณได้ต่อเมื่อนำเนื้อมะพร้าวออก จากกะลาได้หมดแล้ว ก็ไม่จำเป็นต้องสนใจเปลือกอีกต่อไป เมื่อเห็นอาการpongว่าไม่ใช่ท้องpong เห็น อาการยุบว่าไม่ใช่ท้องยุบ เห็นรูปนาม เป็นเพียงธาตุที่ถูกรู้ บัญญัติธรรมเกาะติดอารมณ์ไม่ได้อีก เพราะ เห็นแจ้งด้วยปัญญาแล้วว่าเป็นเพียงธาตุล้วนๆ ที่เกิดดับไปตามเหตุปัจจัยของเขาเองอยู่ตลอดเวลา หา บัญญัติมิได้ ผลในการทำบริการรณภาวนาจนกระทั่งเกิดวิปัสสนา สามารถตัดละพานกิเลสได้อย่างเด็ดขาด ตามลำดับของการบรรลุดรรมในแต่ละขั้นจนถึงสูงสุดคือพระนิพพานตัดกิเลสทั้งหลายได้โดยสิ้นเชิงไม่มี ส่วนเหลือ

บทที่ 3

วิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

3.1 อารมณ์ของวิปัสสนาภูมิในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

การเจริญวิปัสสนานั้น สิ่งที่สำคัญคืออารมณ์วิปัสสนา อันเป็นพื้นที่ใน การปฏิบัติวิปัสสนา ที่เรียกว่าวิปัสสนาภูมิ ซึ่งถือเป็นภูมิแห่งปัญญา เป็นพื้นที่ในการปฏิบัติ การปฏิบัติใน วิธีแห่งการกระทำ อย่างใดอย่างหนึ่ง วิธีนั้นๆ จะบรรลุถึงผลสำเร็จ จะต้องมีความแปรต่างๆ ไม่ว่าจะ เป็นเครื่องมือ วิธีการ ขั้นตอนเป็นต้น เมื่อกล่าวถึงวิปัสสนาก็ต้องใช้วิปัสสนาภูมิมาเป็นอุปกรณ์ใน การปฏิบัติจึงจะเกิดเป็น วิปัสสนาญาณขึ้นได้

วิปัสสนาภูมิ หมายถึง พื้นที่กระทำวิปัสสนาหรืออารมณ์ของวิปัสสนา การเจริญ วิปัสสนานั้น ต้องกำหนดรู้ที่อยู่วิปัสสนาภูมิ สภาพที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ต้องเป็นสิ่งที่มิอยู่จริง ไม่เปลี่ยนแปลง จากสภาวะของตน คือ เป็นปรมาัตถ์ธรรม

ธรรมที่เป็นพื้นฐานของการปฏิบัติวิปัสสนา เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ ๆ มี 5 อย่างได้แก่ ชั้น 5 อายุตนะ 12 ธาตุ 14 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุพบาท 12 และเมื่อย่อลงแล้วก็เป็นเพียง รูปกัณณาม เท่านั้น ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนา เพราะโดยสรุปแล้วการปฏิบัติวิปัสสนา ตามหลักสติปัฏฐาน 4 ที่พระพุทธองค์ได้ตรัสแสดงไว้นั้น ก็คือการกำหนดพิจารณาให้รู้สิ่งที่เป็นรูป กัณณาม โดยความเป็นปรมาัตถ์สัจจะ แม้อรรถกถาของคัมภีร์กถาว่าตถกัถาอธิบายเรื่องนี้ว่า

สจจิกกุโฐติ มายามริจิจาทยโ วิย อภูตกาเรน อคคเหตุพโพ ภูตตโถ. ปรมตโถติ อนุสสวาทิวเสน อคคเหตุพโพ อุตตมตโถ.¹ อตตโน ปน ภูตตาย เหว สจจิกกุโฐตตปจจกขตาย จ ปรมตต. ตั สนุชทายา.²

“สภาวะที่ไม่ควรยึดถือ โดยอาการที่ไม่จริงเหมือนมายากลและพยัคฆ์เป็นต้น ชื่อว่า สัจจกัณฐะ (สภาวะที่มีจริง) สภาวะสูงสุดไม่ควรยึดถือ โดยเป็นสิ่งที่ฟังต่อมา ชื่อว่า ปรมัตถ์ (สภาวะประเสริฐ) อนึ่ง ชื่อว่า สัจจวิภูษะ เพราะปรากฏจริงแก่ตนเอง และชื่อว่าปรมัตถ์ เพราะ ประจักษ์แก่ตน พระผู้มีพระภาคตรัสคานี้ไว้โดยหมายถึงธรรมเหล่านั้น (ชั้น 5 อายุตนะ 12 ธาตุ 18 อินทรีย์ 22 รวมเป็น ปรมัตถ์ 57 ประการ) พระอรรถกถาจารย์ กล่าวถึงธรรมที่เรียกว่า สัจจกัณฐะ และปรมัตถ์ 57 ประการ

¹ อภ.วิ.อ. (บาลี) 3/129.

² อภ.วิ.อ. (บาลี) 3/130.

ซึ่ง สรุปลได้ในธรรม 4 ประการ คือ จิต เจตสิก รูป และนิพพาน หรือย่อได้ในธรรม 2 ประการ คือ รูปและนาม ในที่นี้จะอธิบายโดยสรุปเป็นรูปและนาม

3.1.1 ชั้น 5 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ

พระพุทธเจ้าทรงยกชั้น 5³ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน โดยมีสถานะความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน⁴ ไม่ใช่สิ่งที่จะพึงเข้าไปยึดถือเอาไว้ เพราะว่าชั้น 5 เป็นทุกสิ่งทุกอย่างที่มนุษย์ทั่วไปจะรู้จักถึงได้แต่ประสบการณ์ในฌานก็อยู่ในชั้น 5⁵ สามารถจัดเป็นรูป และนาม ได้แก่ รูปเป็นรูปชั้น นามที่ประกอบด้วยเวทนาเป็นเวทนาชั้น สัญญาเป็นสัญญาชั้น สังขารเป็นสังขารชั้น วิญญาณเป็นวิญญาณชั้น ได้แก่

1. รูปชั้นที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ

รูปชั้น คือ กองแห่งรูป เป็นธรรมชาติที่มีลักษณะผันแปรเปลี่ยนแปลงสลายไป การแตกดับเสื่อมสลายไป เมื่อกระทบกับความเย็น ความร้อน ลม แดด ของแข็ง เป็นต้น รูปชั้นมี 28⁶ ได้แก่ มหาภูตรูป 4 ได้แก่

- | | |
|--------------|--------------------------|
| 1) ปรฐวีธาตุ | 2) อาโปธาตุ |
| 3) เตโชธาตุ | 4) วาโยธาตุ ⁷ |

และอุปาทายรูป 24 ได้แก่

- | | |
|--------------|--------------|
| 1) จักขายตนะ | 2) โสตายตนะ |
| 3) ฆานายตนะ | 4) ชิวหายตนะ |
| 5) กายายตนะ | 6) รูปลายตนะ |
| 7) สัททายตนะ | 8) คันธายตนะ |

³ อภ.วิ. (ไทย) 35/1-30/1-16.

⁴ ส.ข. (ไทย) 17/85/152.

⁵ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ไตรลักษณ์, พิมพ์ครั้งที่ 12, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาธรรมสภา, 2554), หน้า 204.

⁶ พระสัทธัมมโชติกะ ธรรมจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ 1-2-3, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดทิพย์วิสุทธิ์, 2550), หน้า 65.

⁷ ที.ส. (ไทย) 9/487/216.

- | | |
|-------------------|----------------------------------|
| 9) รสายตนะ | 10) โฝงฐัพพายตนะ |
| 11) อิตถินทรีย | 12) ปุริสินทรีย |
| 13) ซิวิตินทรีย | 14) กายวิญญูติ |
| 15) วจิวินญูติ | 16) อากาสธาตุ |
| 17) ลหุตารูป | 18) มหุตารูป |
| 19) กัมมัญญุตารูป | 20) อุปจยรูป |
| 21) สันตติรูป | 22) ชรตารูป |
| 23) อนิจจตารูป | 24) กวฬิงการาหารรูป ⁸ |

รูปที่อิงอาศัยมหาภูตรูป 4 เช่น สี เสียง กลิ่น รส โฝงฐัพพารมณ รูปขันธ์ จึงเป็นธรรมชาติที่เป็นส่วนประกอบทางรูปธรรมทั้งหมด ดังนั้นรูปขันธ์จึงจัดเป็นรูป⁹ รูปขันธ์จัดเป็นรูปธรรม เป็นสภาวะธรรมที่เป็นรูป มีลักษณะแตกสลายเปลี่ยนแปลงเสื่อมสลายไป เมื่อถูกความร้อนหรือความเย็นมากระทบ จึงจัดเป็นรูป

วิธีการกำหนดรูปในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน วิธีการรับรู้รูปคือ รูปขันธ์ที่เป็นกองรูปฝ่ายรูป¹⁰ หรือ กาย อันมี

- | | |
|---------|---------|
| 1) ตา | 2) หู |
| 3) จมูก | 4) ลิ้น |
| 5) กาย | |

ทั้ง 5 เป็นองค์ประกอบ เป็นธรรมชาติที่มีลักษณะผันแปรเปลี่ยนแปลงสลายไป แยกดับเสื่อมสลายไป เมื่อกระทบกับความเย็น ความร้อน รูปขันธ์เป็นธรรมชาติที่เป็นรูปธรรม จัดลงในฝ่ายรูปจัดเป็นรูปธรรม เป็นสภาวะธรรมที่เป็นรูป มีลักษณะแตกสลายเปลี่ยนแปลงเสื่อมสลายไป เมื่อถูกความร้อนหรือความเย็นมากระทบ จึงจัดเป็นรูป รูปขันธ์ที่เห็นด้วยตา สัมผัสได้ด้วยกาย การกำหนดเห็น-หนอ ในแต่

⁸ อภ.สง. (ไทย) 34/595-645/190-205.

⁹ ขุ.ป. (ไทย) 31/50/78-79.

¹⁰ พระอุปติสสเถระ, **วิมุตติมรรค**, แปลโดย พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตโต) และคณะ, พิมพ์ครั้งที่ 6, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศยาม, 2554), หน้า 216-224.

ละครั้งผู้ปฏิบัติตามรู้สภาวะการเห็นของรูปชั้นย่อยมปรากฏในขณะรู้เห็นความใสในการเห็นรูปหรือรูปารมณ์ ผู้ปฏิบัติรับรู้อย่างนี้ย่อมสำคัญว่ามีเพียงรูปที่เป็นสภาวะธรรมปัจจุบันคือ

- | | |
|----------------------------|----------------|
| 1) เกิดขึ้น | 2) ตั้งอยู่ |
| 3) ดับไป | 4) ไม่เที่ยง |
| 5) เป็นทุกข์ | 6) ไม่ใช่ตัวตน |
| 7) ไม่สวยงาม ¹¹ | |

วิธีกำหนดรู้รูป โดยการกำหนดรู้รูปชั้นเป็นอารมณ์ว่า เป็นเพียงสภาวะธรรมมีความสัมพันธ์อันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เป็นการกำหนดรู้รูปชั้นขั้นญาติปริยญา การพิจารณารูปชั้นโดยการพิจารณาเห็นความเกิดดับตลอดเวลาอยู่ในไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา เป็นการกำหนดพิจารณาขั้นตรียมปริยญา การกำหนดหยั่งรู้รูปชั้น โดยการละถอนความรู้สึกทำลายทัญญูวิปลาส ได้ด้วยปหานะ 5 คือ

- 1) วิกขัมภนปหานะ คือ การละด้วยการข่มไว้
- 2) ตทังคปหานะ คือ การละด้วยองค์นั้น ๆ
- 3) สมุจเฉทปหานะ คือ การละด้วยการตัดขาด
- 4) ปฏิปัสสัทธิปหานะ คือ การละด้วยสงบระงับ
- 5) นิสสรณปหานะ คือ การละด้วยสลัดออกได้¹²

การกำหนดละถอนขั้นปหานปริยญา โดยเห็นการมีสติกำหนดรู้ไม่อาศัยตัณหาทัญญูเข้าไปยึดมั่นถือมั่นในรูปชั้นที่ต้องแตกสลาย ดับไปของรูปชั้น ย่อมเปื้อน่ายในรูปชั้น เมื่อเปื้อน่ายยอมคลายกำหนด เพราะคลายกำหนดจิตยอมหลุดพ้น

2. เวทนาชั้นที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

เวทนาชั้น คือ กองเวทนา เป็นธรรมชาติที่มีลักษณะเสวยอารมณ์ เกิดร่วมกับวิญญาณชั้น การเสวยอารมณ์ คือ ความรู้สึกต่อสิ่งที่ถูกรับรู้เป็นความรู้สึกสุข ทุกข์ อุเบกขา โสมนัส ความรู้สึกเหล่านี้

¹¹ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิยาตอ), วิปัสสนานัยเล่ม 1, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีไอโอเซ็นเตอร์, 2548), หน้า 271-272.

¹² ขุ.ป. (ไทย) 31/23/34.

เกิดขึ้นได้จากการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การรู้สิ่งที่มาถูกต้องตามกาย และการได้รู้เรื่องทางใจ เวทนาชั้นนี้จึงเป็นส่วนประกอบชีวิตทางนามธรรม ดังนั้น เวทนาชั้นนี้จึงจัดเป็นนาม¹³ เป็นสภาวะธรรมที่เป็นนาม มีลักษณะเป็นธรรมชาติที่จำอารมณ์ และเสวยอารมณ์ ความรู้สึกสุข ทุกข์ อุเบกขา โสมนัส จึงจัดเป็นนาม

วิธีการกำหนดเวทนาชั้นนี้ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยวิธีกำหนดรู้เวทนา เวทนาชั้นนี้เป็นกองเวทนา เป็นธรรมชาติที่มีลักษณะเสวยอารมณ์ เกิดร่วมกับวิญญูณชั้นนี้ ความรู้สึกต่อสิ่งที่ถูกรับรู้เป็นสุข ทุกข์ อุเบกขา โสมนัส ความรู้สึกเหล่านี้เกิดได้จากการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การรู้สิ่งที่มาถูกต้องทางกาย และการรู้ทางใจ เวทนาชั้นนี้เป็นส่วนประกอบของชีวิตทางนามธรรม เวทนาชั้นนี้สงเคราะห์ลงในฝ่ายนาม จัดเป็นนามธรรม มีลักษณะเป็นธรรมชาติที่จำอารมณ์ และเสวยอารมณ์ ความรู้สึกสุข ทุกข์ อุเบกขา โสมนัส จัดเป็นนาม การเสวยอารมณ์ ได้แก่

- 1) ความรู้สึกเป็นสุข
- 2) ความรู้สึกเป็นทุกข์
- 3) ความรู้สึกเป็นอุเบกขา

การกำหนด เห็น-หนอ ในแต่ละครั้ง ผู้ปฏิบัติตามรู้สภาวะ การเห็นเวทนาชั้นนี้ย่อมปรากฏในขณะที่รู้สึกดีใจ เสียใจ หรือวางเฉยในการเห็น ผู้ปฏิบัติรับรู้อย่างนี้ย่อมสำคัญว่ามีเพียงเวทนาที่เป็นสภาวะธรรมปัจจุบันอันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม”¹⁴ วิธีกำหนดรู้เวทนาคือ

1) โดยกำหนดรู้เวทนาชั้นนี้ มีอารมณ์เวทนา และเสวยอารมณ์เวทนา อันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เวทนาด้วยการกำหนดอย่างจดจ่อต่อเนื่อง เป็นการกำหนดรู้เวทนาชั้นนี้ขั้นญาติปริยญา

2) การพิจารณาเวทนาชั้นนี้ โดยการพิจารณาจนแจ้งในอารมณ์ที่พิจารณานั้น เห็นความเกิดดับตลอดเวลาอยู่ในไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา เป็นการกำหนดพิจารณาเวทนาชั้นนี้ ขั้นตริตปริยญา

3) การกำหนดหยั่งรู้เวทนาชั้นนี้ โดยการละถอนอารมณ์เวทนา และการเสวยอารมณ์เวทนานั้น ได้ด้วยปหานะ 5 คือ

1. วิกขัมภนปหานะ คือ การละด้วยการข่มไว้

¹³ ขุ.ป. (ไทย) 31/50/79-80.

¹⁴ พระโสมณมหาเถระ (มหาสิยาดอ), วิปัสสนานัยเล่ม 1, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, หน้า 271-272.

2. ตึงคปหามะ คือ การละด้วยองค์นั้น ๆ
3. สมุจเฉตปหามะ คือ การละด้วยการตัดขาด
4. ปฏิปัสสัทธิปหามะ คือ การละด้วยสงบระงับ
5. นิสสรณปหามะ คือ การละด้วยสลัดออกได้¹⁵

การกำหนดละถอนเวทนาชั้นขึ้นปหานปริยญา โดยเห็นการมีสติกำหนดรู้เวทนาชั้น ไม่เข้าไปยึดมั่นถือมั่นในเวทนาชั้นนั้น จนเห็นอาการดับไปของเวทนาชั้น ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนาชั้น เมื่อเบื่อหน่ายย่อมคลายกำหนด เพราะคลายกำหนดจิตย่อมหลุดพ้น

3. สัญญาชั้นที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

สัญญาชั้น คือ กองสัญญา เป็นธรรมชาติที่มีลักษณะจำอารมณ์ จำได้หมายรู้ เกิดร่วมกับวิญญาณชั้น จำอารมณ์ที่วิญญาณกำลังรับรู้อยู่เพื่อจำไว้ในอนาคต ได้แก่

- | | |
|---------------------------------|---------------------|
| 1) จำรูป | 2) จำเสียง |
| 3) จำกลิ่น | 4) จำรส |
| 5) จำสัมผัส เย็น ร้อน อ่อน แข็ง | 6) จำธรรมารมณ์ทางใจ |

สัญญาชั้นจึงเป็นส่วนประกอบของชีวิตทางนามธรรม ดังนั้น สัญญาชั้นจึงจัดเป็นนาม¹⁶ เป็นสภาวะธรรมที่เป็นนาม มีลักษณะเป็นธรรมชาติที่จำอารมณ์ ที่รับรู้อยู่ขณะปัจจุบันจึงจัดเป็นนาม

วิธีการกำหนดสัญญาชั้นในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยวิธีกำหนดรู้สัญญา สัญญาชั้น เป็นกองสัญญา เป็นธรรมชาติที่มีลักษณะจำอารมณ์ จำได้หมายรู้ เกิดร่วมกับวิญญาณชั้น จำอารมณ์ที่วิญญาณกำลังรับรู้อยู่ เพื่อจำไว้ในอนาคต ได้แก่ จำรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เย็น ร้อน อ่อน แข็ง และสัญญาจำธรรมารมณ์ทางใจ สัญญาชั้นเป็นส่วนประกอบของชีวิตทางนามธรรม สัญญาชั้นสังเคราะห์ลงในฝ่ายนาม มีลักษณะเป็นธรรมชาติที่จำอารมณ์ ที่รับรู้อยู่ขณะปัจจุบัน การจำได้หมายรู้ในอารมณ์ ได้แก่ จำรูป จำเสียง จำกลิ่น จำรส จำโผฏฐัพพะ และจำธรรมารมณ์ การกำหนด เห็นหนอ ในแต่ละครั้ง ผู้ปฏิบัติตามรู้สภาวะ การเห็นสัญญาชั้น ย่อมปรากฏในขณะที่หมายรู้สิ่งที่เห็น ผู้ปฏิบัติรับรู้แบบนี้ย่อม

¹⁵ ขุ.ป. (ไทย) 31/23/34.

¹⁶ ขุ.ป. (ไทย) 31/50/80.

สำคัญว่ามีเพียงสัญญา ที่เป็นสภาวะธรรมปัจจุบันอันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม¹⁷ วิธีกำหนดรู้สัญญา

1) โดยการกำหนดรู้อารมณ์ จำอารมณ์ที่เกิดขึ้น กำหนดรู้อารมณ์นั้นอันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ด้วยการกำหนดอย่างจดจ่อต่อเนื่อง เป็นการกำหนดรู้สัญญาขั้นขั้นญาณปริยญา

2) การพิจารณาสัญญาขั้น โดยพิจารณาจนแจ้งในอารมณ์ จำอารมณ์ที่พิจารณานั้น เห็นความเกิดดับตลอดเวลาอยู่ในไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ ว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา เป็นการกำหนดพิจารณาสัญญาขั้นขั้นตรีนปริยญา

3) การกำหนดหยั่งรู้สัญญาขั้น โดยการละถอนอารมณ์นั้นได้ด้วยปหานะ 5 คือ

1. วิกัมภนปหานะ คือ การละด้วยการข่มไว้
2. ตทังคปหานะคือ การละด้วยองค์นั้น ๆ
3. สมุจเฉทปหานะ คือ การละด้วยการตัดขาด
4. ปฏิปัสสทธิปหานะ คือ การละด้วยสงบระงับ
5. นิสสรณปหานะ คือ การละด้วยสลัดออกได้¹⁸

การกำหนดละถอนสัญญาขั้นขั้นปหานปริยญา จนเห็นการเกิดดับของอารมณ์ว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา โดยเห็นการมีสติกำหนดรู้สัญญาขั้น ไม่เข้าไปยึดมั่นถือมั่นในสัญญาขั้นนั้น จนเห็นอาการดับไปของสัญญาขั้น ย่อมเปื้อนหายในสัญญาขั้น เมื่อเปื้อนหายย่อมคลายกำหนด เพราะคลายกำหนดจิตย่อมหลุดพ้น

4. สังขารขั้นที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

สังขารขั้น คือ กองสังขาร สังขารขั้น เป็นนามธรรมที่เกิดรวมกับวิญญาณขั้น ในขณะที่กำลังรับรู้อารมณ์ สังขารขั้นจะปรุงแต่งวิญญาณให้เป็นไปตามที่ตนคิด ซึ่งมีทั้งฝ่ายดี และฝ่ายไม่ดี ได้แก่

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| 1) โลภะ คือ ความโลภ | 2) โทสะ คือ ความโกรธ |
| 3) โมหะ คือ ความหลง | 4) มานะ คือความถือตัว |

¹⁷ พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม 1, แปลโดย พระคันธสาราภิงค์, หน้า 271-272.

¹⁸ ขุ.ป. (ไทย) 31/23/34.

ย่อมสำคัญว่ามีเพียงสังขาร ที่เป็นสภาวะธรรมปัจจุบันอันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม”²¹ โดยวิธีกำหนดรู้สังขาร คือ

1) การกำหนดรู้อารมณ์ความคิดปรุงแต่งที่เกิดกับใจเป็นกุศล และอกุศลนั้นอันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ด้วยการกำหนดอย่างจดจ่อต่อเนื่อง เป็นการกำหนดรู้สังขารชั้น ขั้นญาติปริยญา

2) การพิจารณาสังขารชั้น โดยพิจารณาจนแจ้งในอารมณ์ที่พิจารณานั้น เห็นความเกิดดับของอารมณ์ความคิดปรุงแต่งนั้น อยู่ในไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา เป็นการกำหนดพิจารณาสังขารชั้น ขั้นตริณปริยญา

3) การกำหนดหยั่งรู้สังขารชั้น การละถอนอารมณ์ความคิดปรุงแต่งนั้นได้ด้วยปหานะ 5 คือ

1. วิกขัมภนปหานะ คือ การละด้วยการข่มไว้
2. ตทังคปหานะ คือ การละด้วยองค์นั้น ๆ
3. สมุจเฉทปหานะ คือ การละด้วยการตัดขาด
4. ปฏิปัสสัทธิปหานะ คือ การละด้วยสงบระงับ
5. นิสสรณปหานะ คือ การละด้วยสลัดออกได้²²

การกำหนดละถอนสังขารชั้น ขั้นปหานปริยญา โดยเห็นการมีสติกำหนดรู้สังขารชั้น ไม่เข้าไปยึดมั่นถือมั่นสังขารชั้นนั้น จนเห็นอาการดับไปของสังขารชั้น ย่อมเปื้อนหายในสังขารชั้น เมื่อเปื้อนหายย่อมคลายกำหนด เพราะคลายกำหนดจิตย่อมหลุดพ้น

5. วิญญาณชั้นที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

วิญญาณชั้น คือ กองวิญญาณ ได้แก่ จิต เป็นธรรมชาติที่รู้อารมณ์²³ วิญญาณหรือจิตมี 6 ได้แก่

- 1) จักขุวิญญาณ คือ รูปารมณ์ สีต่าง ๆ ทางตา
- 2) โสทวิญาณ คือ สัททารมณ์ เสียงต่าง ๆ ทางหู

²¹ พระโศภณมหาเถระ (มหาสิยาตอ), **วิปัสสนานัยเล่ม 1**, แปลโดย พระคันธसारากวีวงศ์, หน้า 271-272.

²² ขุ.ป. (ไทย) 31/23/34.

²³ อภิ.วิ. (ไทย) 35/2-27/1-14.

- 3) ฆานวิญญาณ คือ คันธารมณฺ์ กลิ่นต่าง ๆ ทางจมูก
- 4) ชิวหาวิญญาณ คือ รสธารมณฺ์ รสต่าง ๆ ทางลิ้น
- 5) กายวิญญาณ คือ โผฏฐัพพารมณฺ์ กายรู้สิ่งที่มากระทบสัมผัส
- 6) มโนวิญญาณ คือ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ได้ทั้ง 6 รู้คิดนึกทางใจเป็นได้ทั้งกุศล และอกุศล

จึงจัดเป็นนาม²⁴ วิญญาณชั้นจัดเป็นนามธรรม มีลักษณะเป็นธรรมชาติที่จำอารมณ์ และรู้
อารมณ์ทั้งกุศล และอกุศล จึงจัดเป็นนาม ซึ่งสามารถทำเป็นตารางเพื่อให้เข้าใจได้ง่ายดังนี้

ตารางแสดงการจัด ชั้น 5 เป็นรูป-นาม

ชั้น 5	รูป/นาม	
	รูป	นาม
รูปชั้น	รูป	
เวทนาชั้น		นาม
สัญญาชั้น		นาม
สังขารชั้น		นาม
วิญญาณชั้น		นาม

วิธีการกำหนดวิญญาณชั้นในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยวิธีกำหนดรู้วิญญาณ
วิญญาณชั้น เป็นกองวิญญาณ ได้แก่ จิต เป็นธรรมชาติที่รู้อารมณ์ วิญญาณหรือจิตมี 6 ได้แก่

- 1) จักขุวิญญาณ
- 2) โสทวิญญาณ
- 3) ฆานวิญญาณ
- 4) ชิวหาวิญญาณ
- 5) กายวิญญาณ
- 6) มโนวิญญาณ

สงเคราะห์ลงในฝ่ายนาม วิญญาณชั้น จัดเป็นนามธรรม มีลักษณะเป็นธรรมชาติที่จำ
อารมณ์ และรู้อารมณ์ทั้งกุศล และอกุศล จึงจัดเป็นนาม การรู้แจ้ง ได้แก่ รู้อารมณ์ที่มากระทบ เช่น ตา
เห็นรูป เกิดความรู้ขึ้น หูได้ยินเสียง เกิดความรู้ขึ้น ฯลฯ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า จิต ได้แก่ จิตใจ การ
กำหนด เห็นหนอ ในแต่ละครั้ง ผู้ปฏิบัติตามรู้สภาวะ การเห็นวิญญาณชั้นย่อมปรากฏในขณะที่การเห็น

²⁴ ม.ม. (ไทย) 12/101/96-97, ขุ.ป. (ไทย) 31/50/80-81.

เป็นประธาน ผู้ปฏิบัติรับรู้อย่างนี้ย่อมสำคัญว่า มีเพียงวิญญาณที่เป็นสภาวะธรรมปัจจุบันอันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวयงาม²⁵ วิธีกำหนดรู้วิญญาณ คือ

1) การกำหนดรู้อารมณ์ และจำอารมณ์ ทั้งกุศล และอกุศลเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ด้วยการกำหนดอย่างจดจ่อต่อเนื่อง เป็นการกำหนดรู้วิญญาณชั้น ๕ ขึ้นญาติปริยญา

2) การพิจารณาวิญญาณชั้น ๕ โดยการพิจารณาจนแจ้งในอารมณ์ที่พิจารณานั้น จนเห็นการเกิดดับของอารมณ์ทั้งกุศล และอกุศลนั้น อยู่ในไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ ว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา เป็นการกำหนดพิจารณาวิญญาณชั้น ๕ ขึ้นตริณปริยญา

3) การกำหนดหยั่งรู้วิญญาณชั้น ๕ การละถอนอารมณ์ทั้งกุศลและอกุศลด้วยปหานะ 5 คือ

1. วิกขัมภนปหานะ คือ การละด้วยการข่มไว้
2. ตทังคปหานะ คือ การละด้วยองค์นั้น ๆ
3. สมุจเฉทปหานะ คือ การละด้วยการตัดขาด
4. ปฏิปัสสทธิปหานะ คือ การละด้วยสงบระงับ
5. นิสสรณปหานะ คือ การละด้วยสลัดออกได้²⁶

การกำหนดละถอนวิญญาณชั้น ๕ ขึ้นปหานปริยญา โดยเห็นการมีสติกำหนดรู้วิญญาณชั้น ๕ ไม่เข้าไปยึดมั่นถือมั่นวิญญาณชั้นนั้น จนเห็นอาการดับไปของวิญญาณชั้น ๕ ย่อมเพือหน่ายในวิญญาณชั้น ๕ เมื่อเพือหน่ายย่อมคลายกำหนดเพราะคลายกำหนดจิตย่อมหลุดพ้น

สรุปความว่า ชั้น ๕ ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน โดยวิธีกำหนดรู้ชั้น ๕ ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็นความรู้แจ้งชัดตามความเป็นจริงของสภาวะธรรมทั้งหลายที่ทำให้เกิดปัญญานั้น อาศัยรูป-นาม เป็นอารมณ์ปรมาตถ์ ผู้ปฏิบัติต้องควบคุมกายวาจาให้เป็นปกติด้วยศีล ควบคุมจิตใจตั้งมั่นด้วยสมาธิ และปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามลำดับ ให้เห็นความเป็นจริง จิตที่รู้อรูป-นามตามความเป็นจริง จิตย่อมถ่วงถอนความยึดมั่น ถือมั่นว่าเป็นของเรา เป็นเขา เป็นสัตว์ บุคคล ไตรลักษณ์ย่อมปรากฏแก่บุคคลผู้เจริญสตินั้น ด้วยการวิธีกำหนดรู้ชั้น ๕ เราย่อมรู้ตามความเป็นจริงว่า อูปาทานชั้น ๕ ย่อลงมาเป็นรูป และนาม นี่เป็นทุกข์ วิธีกำหนดรู้ชั้น ๕ ได้แก่ รูปชั้น ๕ เวทนาชั้น ๕ สัญญาชั้น ๕ สังขารชั้น ๕ วิญญาณชั้น ๕

²⁵ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิยาตอ), วิปัสสนานัยเล่ม 1, แปลโดย พระคันธสาราภิงค์, หน้า 271-272.

²⁶ ข.ป. (ไทย) 31/23/34.

โดยมีสติกำหนดรู้ ไม่เข้าไปยึดมั่นถือมั่น จนเห็นอาการดับไปของชั้น 5 ย่อมเบื่อหน่าย เมื่อเบื่อหน่ายย่อมคลายกำหนด เพราะคลายกำหนดจิตย่อมหลุดพ้นได้

3.1.2 आयตนะ 12 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ

การตามรู้ในสภาวะธรรม คือ आयตนะภายใน 6 ซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่เรียกว่า आयตนะ 6 คือ จักขายตนะ โสตถายตนะ ฆานายตนะ ชิวหายตนะ กายายตนะ มนายตนะ²⁷ आयตนะ หมายถึง เป็นที่เชื่อมต่อหรือที่เกิด เป็นที่ประชุมรวมหรือเป็นที่ทำให้วนเวียนอยู่ในสังสารวัฏ²⁸ ให้เกิดความรู้ แบ่งเป็น 2 พวก คือ

- 1) आयตนะภายใน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
- 2) आयตนะภายนอก ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ัมมารมณ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา วจันตถะของคำว่า आयตนะ คือ आयตนติ อตตโน ผลุปปตติยา อุตสาหนตา วิยโหนตตี=อายตนานิ แปลความว่า ธรรมใดมีสภาพคล้ายกับว่า มีความพยายามเพื่อยังผลของตนให้เกิดขึ้น ฉะนั้นธรรมชาติเหล่านั้นชื่อว่า आयตนะ²⁹ คำว่า आयตนะ นั้นคือ

1) สยชาติเทสฏฐ แปลว่า ที่เกิด คือ เป็นที่เกิดของบุญ และบาป บุญ และบาปอาศัยเกิดตาม आयตนะนี้ทั้งนั้น และนอกจากนี้ยังเป็นที่เกิดของจิตกับเจตสิกอีกด้วย หมายความว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้ชื่อว่า आयตนะ เป็นเครื่องต่อให้เกิดจิต และเจตสิก ถ้าไม่มีอายตนะแล้ว ก็ไม่มีเครื่องต่อให้เกิดจิต และเจตสิก ไม่มีวิถิจิต ไม่มีบุญ ไม่มีบาป

2) นิवासฏฐ แปลว่า ที่อยู่ คือ เป็นที่อยู่อาศัยของรูป-นาม รูป-นามอาศัยเกิดขึ้นที่นี่ หมายความว่า आयตนะเป็นที่อาศัยอยู่ของจิต และเจตสิก

3) อากรฏฐ แปลว่า ที่ประชุม หมายความว่า เหตุปัจจัยมาประชุมกัน ณ ที่นี้ เช่น ตาเห็นรูป ครั้งหนึ่ง ๆ ต้องประชุมพร้อมด้วยเหตุ 4 อย่าง คือ จักขุปสาท รูปารมณ แสงสว่าง มนสิการ หูได้ยินเสียง ก็ต้องประชุมพร้อมกันด้วยเหตุ 4 โดยทำนองเดียวกันนี้ คือ โสตปสาท สัทธารมณ ช่องว่าง และมนสิการ จมูกได้กลิ่นก็ประชุมพร้อมด้วยเหตุ 4 อย่าง คือ โสตปสาท คันธารมณ และมนสิการ เป็นต้น

²⁷ อภ.วิ. (ไทย) 35/154/112.

²⁸ ฉันทนา อุตสาถลลลลลล, พุทธปญญา คู่มือการสร้างปญญา, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธิษัการพิมพ์ จำกัด, 2552), หน้า 89.

²⁹ พระสัทธัมมโชติกะ ฐมาจริยะ, ปริจเฉทที่ 3 และปริจเฉทที่ 7, พิมพ์ครั้งที่ 7, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพยวิสุทธี, 2550), หน้า 152.

4) อายตนะ แปลว่า ทำให้สังสารทุกข์เกิดขึ้น หมายความว่า สรรพสัตว์พากันหลงจมอยู่ในวัฏสงสาร ไม่รู้จักหนทางไปสู่มรรค ผล นิพพาน เกิดความมีตัวตน เพราะอวิชชาหุ้มห่อจึงพากันก่อกรรมทำชั่วอยู่ตลอดไป เมื่อทำกรรมแล้วย่อมได้รับผลของกรรม คือ วิบาก เมื่อวิบากเกิด แล้วมีกิเลสก็เกิดอีก วนกันอยู่ในห้วงมหรณพภพสงสารอย่างนี้ตลอดไป ไม่รู้จักสิ้นสุดยุติลงได้ ทั้งนี้เพราะอาศัยอายตนะเป็นเหตุ³⁰

ฉะนั้น อายตนะ คือ ที่เชื่อมต่อให้เกิดความรู้ แบ่งเป็น 2 พวก คือ อายตนะภายในได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และอายตนะภายนอก ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ซึ่งพระผู้มีพระภาคตรัสว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อายตนะ จึงเป็นแดนติดต่อเป็นสถานที่ที่ของสองสิ่งมาพบเจอกันแล้วจะเกิดผลอีก อย่างหนึ่งตามมาเช่นว่า ตามาสัมผัสกับรูปบนแดนติดต่อจะเกิดความรู้สึกขึ้นว่า

- 1) รูปอะไร
- 2) สีอะไร
- 3) เป็นอย่างไร

เมื่อจิตของผู้เห็นยังมีนันทิราคะ คือ ชื่นชมยินดี พอใจในการที่จะเห็นจะรู้อายตนะเป็นแดนติดต่อก็ให้เห็นให้รู้สึกว่า

- 1) รู้สึกยินดี
- 2) รู้สึกยินร้าย
- 3) รู้ว่าเป็นของดีก็รักใคร่
- 4) รู้ว่าเป็นของไม่ดีก็เคียด โกรธ
- 5) รู้แล้วเกิดความรู้สึกเฉย ๆ ไม่ยินดีและไม่ยินร้าย

³⁰ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ศ. 9), **หลักปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ 6, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สหธรรมิกจำกัด, 2546), หน้า 327.

1. อายตนะภายใน 6 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

อายตนะภายใน 6³¹ หมายถึง สิ่งที่เชื่อมต่อกันให้เกิด ความรู้ แตนต่อ หรือแดนเกิดแห่งความรู้ และอายตนะภายใน 6 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เรียกทั่วไปว่า อารมณ์ 6 คือ เป็นสิ่ง สำหรับให้จิต ยึดห่วงคือ

- 1) จักขายตนะ จักขุ ชื่อว่าอายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด ได้แก่ จักขุปสาท
- 2) โสตายตนะ โสตะ ชื่อว่าอายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด ได้แก่ โสตปสาท
- 3) ฆานายตนะ ฆานะ ชื่อว่าอายตนะเพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด ได้แก่ ฆานปสาท
- 4) ชิวหายตนะ ชิวหา ชื่อว่าอายตนะเพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด ได้แก่ ชิวหาปสาท
- 5) กายายตนะ กายะ ชื่อว่าอายตนะเพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด ได้แก่ กายปสาท
- 6) มนายตนะ³² จิต ชื่อว่าอายตนะเพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด ได้แก่ จิตทั้งหมด

เมื่อใดบุคคลรู้ชัดซึ่งอายตนะ 6 เหตุเกิดแห่งอายตนะ 6 ความดับ แห่งอายตนะ 6 และปฏิบัติา ที่จะให้ถึงความดับอายตนะ 6 ด้วยเหตุเพียงเท่านั้น บุคคลชื่อว่าเป็นสัมมาทิฐิ

เหตุเกิดแห่งอายตนะ 6 ย่อมมี เพราะนามรูปเป็นเหตุให้เกิด ความดับอายตนะ 6 ย่อมมี เพราะนามรูปดับ อริยมรรคประกอบด้วยองค์ 8 นี้ คือ

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1) ความเห็นชอบ | 2) ดำริชอบ |
| 3) เจรจาชอบ | 4) การงานชอบ |
| 5) เลี้ยงชีพชอบ | 6) พยายามชอบ |
| 7) ระวังชอบ | 8) ความตั้งใจชอบ |

ชื่อว่า ปฏิบัติาที่จะให้ถึงความดับอายตนะ 6

³¹ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาอารมณ์, พิมพ์ครั้งที่ 5, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, 2548), หน้า 17.

³² อภิ.วิ. (ไทย) 35/154-167/112-118.

เมื่อใดบุคคลรู้ชัดซึ่งอายตนะ 6 เหตุเกิดอายตนะ 6 ความดับอายตนะ 6 และปฏิบัติที่จะให้ถึงความดับอายตนะ 6 อย่างนี้ เมื่อนั้นท่านละราคานุสัย บรรเทาปฏิฆานุสัย ถอนทิฏฐานุสัย และมานานุสัย โดยประการทั้งปวง ละอวิชชา ยังวิชาให้เกิด ย่อมกระทำซึ่งที่สุดแห่งทุกข์ในปัจจุบัน

ด้วยเหตุเพียงเท่านั้น อริยสาวกชื่อว่า เป็นสัมมาทิฐิ มีความเห็นดำเนินไปตรงแล้วประกอบด้วย ความเลื่อมใสอันแน่วแน่ในธรรม มาสู่พระสัทธรรมนี้ ส่วนความดับแห่งอายตนะ 6 คือ

- 1) จักขุดับ ณ ที่ใด รูปสัญญาสิ้นไป ณ ที่นั้น
- 2) หูดับ ณ ที่ใด สัททสัญญาสิ้นไป ณ ที่นั้น
- 3) จมูกดับ ณ ที่ใด คันธสัญญาสิ้นไป ณ ที่นั้น
- 4) ลิ้นดับไป ณ ที่ใด รสสัญญาสิ้นไป ณ ที่นั้น
- 5) ภายดับ ณ ที่ใด โผฏฐัพพสัญญาสิ้นไป ณ ที่นั้น
- 6) ใจดับ ณ ที่ใด ธรรมสัญญาสิ้นไป ณ ที่นั้น

จะเห็นได้ว่า อายตนะเป็นเครื่องต่อที่สำคัญอันทำให้สัตว์ต้องเวียนว่ายตายเกิดไม่มีที่สิ้นสุด และเมื่อเกิดมาแล้ว อายตนะนี้เองเป็นปัจจัยให้ประพตติเป็นไปในเหตุที่จะให้เกิดทุกข์ หรือ จะให้พ้นทุกข์ ขึ้นชื่อว่าสัตว์แล้วจะไม่ต้องอาศัยอายตนะเหล่านั้นเป็นไม่มีอายตนะ จำแนกโดยประเภทแห่งทวารก็มี 6 เรียกว่า อชฺฌตติกายตน เป็นอายตนะภายใน

2. อายตนะภายนอก 6 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

การตามรู้ในสภาวะธรรม คือ อายตนะภายนอก 6 ซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่เรียกว่า อายตนะ ภายนอกมี 6 คือ รูปายตนะ สัททายตนะ คันธายตนะ รสายตนะ โผฏฐัพพายตนะ และธัมมายตนะ³³ จำแนกโดยประเภทแห่งอารมณ์มี 6 เหมือนกัน เรียกว่า พาหิรายตน เป็นอายตนะภายนอก โดยการจำแนกเป็นประเภทแห่งอารมณ์ มี 6 เหมือนกันที่เรียกว่า พาหิรายตน เป็นอายตนะภายนอก คือ

- 1) รูปายตนะ รูปารมณ์ ชื่อว่าอายตนะเพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด ได้แก่ สีต่าง ๆ
- 2) สัททายตนะ สัททารมณ์ ชื่อว่าอายตนะเพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด ได้แก่ เสียงต่าง ๆ
- 3) คันธายตนะ คันธารมณ์ ชื่อว่าอายตนะเพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด ได้แก่ กลิ่นต่าง ๆ
- 4) รสายตนะ รสารมณ์ ชื่อว่าอายตนะเพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด ได้แก่ รสต่าง ๆ

³³ อภ.วิ. (ไทย) 35/154/112.

5) โผฏฐัพพะอายตนะ โผฏฐัพพะารมณฺ์ ชื่อว่าอายตนะเพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด ได้แก่ สัมผัสต่าง ๆ

6) อัมมายตนะ สภาพธรรมต่าง ๆ ชื่อว่าอายตนะเพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด ได้แก่ เจตสิก 52 สุขุมรูป 16 นิพพาน³⁴

หากจักขุ โสต ฆานะ ชิวหา กาย มนะ (อายตนะภายใน) ซึ่งเป็นรูปภายในมีอยู่ และรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณฺ์ (อายตนะภายนอก) ทั้งหลายที่อยู่ภายนอกไม่มาสู่อายตนะภายในนั้น การกำหนดรู้ที่เกิดจากอายตนะภายในและภายนอกเมื่อมาเจอกัน นั้นไม่มี ส่วนประกอบแห่งวิญญานที่เกิดจากอายตนะภายในและภายนอกกระทบกันก็ยังมีไม่ได้

หากมีอายตนะภายในและมีอายตนะภายนอกเข้ามาสู่อายตนะภายใน แต่ไม่มีการกำหนดรู้เมื่ออายตนะภายในและอายตนะภายนอกมาเจอกัน ส่วนประกอบแห่งวิญญานที่เกิดจากอายตนะภายในและภายนอกกระทบกันก็ยังมีไม่ได้ เมื่อมีอายตนะภายใน และมีอายตนะภายนอกเข้ามาสู่อายตนะภายใน และมีการกำหนดรู้เมื่ออายตนะภายในและอายตนะภายนอกมาเจอกัน ส่วนประกอบแห่งวิญญานที่เกิดจากการกระทบกันนั้นจึงมีได้ คือ

- 1) เห็นรูปด้วยจักขุแล้ว น้อมใจไปในรูปอันน่ารัก ย่อมขัดเคืองในรูปอันไม่น่ารัก
- 2) ฟังเสียงด้วยหูแล้ว น้อมใจไปในเสียงอันน่ารัก ย่อมขัดเคืองในเสียงอันไม่น่ารัก
- 3) ดมกลิ่นด้วยจมูกแล้ว น้อมใจไปในกลิ่นอันน่ารัก ย่อมขัดเคืองในกลิ่นอันไม่น่ารัก
- 4) ลิ้มรสด้วยลิ้นแล้ว น้อมใจไปในรสอันน่ารัก ย่อมขัดเคืองในรสอันไม่น่ารัก
- 5) ถูกต้องโผฏฐัพพะด้วยกายแล้ว น้อมใจไปในโผฏฐัพพะอันน่ารัก ย่อมขัดเคืองในโผฏฐัพพะอันไม่น่ารัก
- 6) รู้แจ้งธรรมารมณฺ์ด้วยใจแล้ว น้อมใจไปในธรรมารมณฺ์อันน่ารัก ย่อมขัดเคืองในธรรมารมณฺ์อันไม่น่ารัก

ผู้ไม่ตั้งกายคตาสติไว้ มีใจมีประมาณน้อยอยู่ และย่อมไม่รู้ชัดซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ อันเป็นที่ดับไปไม่เหลือแห่งอกุศลธรรม ภิกษุนี้เรียกว่า เป็นผู้ที่มีใจชุ่มแล้วในรูป เสียง กลิ่น รสโผฏฐัพพะ ธรรมารมณฺ์ อันจะพึงรู้แจ้งด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ คือ

³⁴ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาอารมณฺ์, หน้า 17.

- 1) จักขุไม่ได้เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวของรูป รูปก็ไม่ได้เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวของจักขุ แต่ความพอใจรักใคร่เกิดขึ้นเพราะอาศัยจักขุและรูปทั้งสองนั้น เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวในจักขุและรูปนั้น
- 2) หูไม่ได้เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวของเสียง เสียงก็ไม่ได้เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวของหู แต่ความพอใจรักใคร่เกิดขึ้นเพราะอาศัยหูและเสียงทั้งสองนั้น เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวในหูและเสียงนั้น
- 3) จมูกไม่ได้เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวของกลิ่น กลิ่นก็ไม่ได้เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวของจมูก แต่ความพอใจรักใคร่เกิดขึ้นเพราะอาศัยจมูกและกลิ่นทั้งสองนั้น เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวในจมูกและกลิ่นนั้น
- 4) ลิ้นไม่ได้เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวของรส รสก็ไม่ได้เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวของลิ้น แต่ความพอใจรักใคร่เกิดขึ้นเพราะอาศัยลิ้นกับรสทั้งสองนั้น เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวในลิ้นและรสนั้น
- 5) กายไม่ได้เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวของโณภูฏัพพะ โณภูฏัพพะก็ไม่ได้เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวของกาย แต่ความพอใจรักใคร่เกิดขึ้นเพราะอาศัยกายและโณภูฏัพพะทั้งสองนั้น เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวในกายและโณภูฏัพพะนั้น
- 6) ใจไม่ได้เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวของธรรมารมณ์ ธรรมารมณ์ก็ไม่ได้เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวของใจ แต่ความพอใจรักใคร่เกิดขึ้นเพราะอาศัยใจและธรรมารมณ์ทั้งสองนั้น เป็นเครื่องเกาะเกี่ยวในใจและธรรมารมณ์นั้น³⁵

อายตนะเป็นสิ่งที่มีความสัมพันธ์กันทำให้เกิดการเชื่อมต่อทำให้เกิดความรู้ เป็นอารมณ์พื้นฐานที่ทำให้ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดวิปัสสนาญาณรู้แจ้งเห็นจริงมี 12 อย่าง แบ่งเป็นอายตนะ ภายใน 6 และอายตนะภายนอก 6 ซึ่งอายตนะนั้นสิ่งที่จัดเป็นรูปมี 11 อย่าง และสิ่งที่เป็นนามมี 1 อย่าง คือ ธรรมารมณ์

สรุปว่า อายตนะ 12 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน โดยพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งภายใน และภายนอกอยู่ เห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรม เห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมหรือเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมอยู่ มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้า เพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยตณหา และทิวฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นทุกสิ่งในโลก พิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ อายตนะภายใน 6 และอายตนะภายนอก 6 อยู่ อย่างนี้แล้วยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ พิจารณาเป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง ทุกขังทนอยู่ไม่ได้ เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน อายตนะทั้ง 12 นี้ เป็นรูป 5 คู่ อายตนะภายใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย เป็นรูปธรรมทั้งหมด อายตนะภายนอก คือ สี เสียง กลิ่น รส โณภูฏัพพะ เป็นรูปธรรม ส่วนคู่ที่ 6 อายตนะภายใน ได้แก่ มนายตนะ เป็นนามทั้งหมด ส่วนอายตนะภายนอก ธรรมายตนะนั้นเป็นรูป-นาม เจตสิกเป็นนามธรรม สุขุมรูปเป็นรูปธรรม ส่วนนิพพานเป็นนามธรรม

³⁵ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาอารมณ์, หน้า 17.

3.1.3 ธาตุ 18 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ

ธาตุ เป็นสิ่งที่ทรงไว้ ซึ่งสภาวะของตน ตามที่เหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้นที่เป็นไปตามธรรมเนียม เป็นสิ่งที่อยู่ตามธรรมชาติ³⁶ หรือสภาวะที่ทรงลักษณะเฉพาะของตนไว้ เป็นสิ่งที่เป็มูลเดิมของสัตว์ และสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย มีองค์ประกอบอยู่ 18 ประการ ไม่มีผู้สร้างขึ้นไม่มีผู้บันดาลขึ้น และมีรูปลักษณะหน้าที่อาการเป็นแบบเฉพาะตัว สามารถกำหนดเอาเป็นหลักได้แต่ละอย่าง ๆ ธาตุ 18³⁷ หมายถึง สภาวะธรรมที่ทรงไว้ซึ่งสภาพ และลักษณะของตนโดยไม่มีการเปลี่ยนแปลงหรือวิปริตแปรผันเป็นอย่างอื่น³⁸ วจนัตถะของคำว่า ธาตุ คือ อตตโน สภาวํ ธาเรตตี = ธาตุ แปลว่า ธรรมชาติใดทรงไว้ซึ่งสภาพของตนฉะนั้น ธรรมชาตินั้น ชื่อว่า ธาตุ³⁹ คัมภีร์อรรถกถาอิติวุตตะกะ ปรากฏข้อความเกี่ยวกับธาตุว่า

1) ชื่อว่า ธาตุ เพราะหมายความว่า ทรงไว้ซึ่งผล และสภาวะของตน เพราะว่า บรรดาผล และสภาวะทั้ง 2 อย่างนี้ สิ่งที่เกิดผล

2) ชื่อว่าธาตุ เพราะหมายความว่า ทรงไว้ซึ่งผลของตน และสภาวะของตน

3) ชื่อว่า ธาตุ เพราะหมายความว่า ทรงไว้ เฉพาะสภาวะอย่างเดียว⁴⁰

ธาตุ จึงหมายถึง สิ่งที่ทรงสภาวะของตนอยู่เอง คือ มีอยู่โดยธรรมดา เป็นไปตามเหตุปัจจัยไม่มีผู้สร้าง ไม่มีอดีต มิใช่สัตว์ มิใช่ชีวะ ไม่มีผู้สร้างผู้บันดาล และมีรูปลักษณะกิจการเป็นแบบเฉพาะตัว อันพึงกำหนดเอาเป็นหลักได้แต่ละอย่าง⁴¹ ธาตุ แปลว่า วัตถุเดิม สิ่งที่เราเห็นอยู่ทั่วไป ทางศาสนาเรียกว่า สังขาร เพราะมีหลายอย่างมาผสมกันเข้า ส่วนต่าง ๆ ที่มาผสมกันนั้นเรียกว่าธาตุ พุทธอีกที่ธาตุ คือ พื้นเดิมของแต่ละสิ่งนั่นเอง⁴²

โดยสรุป ธาตุ แปลว่า สภาวะที่ทรงลักษณะเฉพาะของตัวไว้ หมายถึง สิ่งดำรงอยู่ตามสภาพของตน หรือตามธรรมดาของเหตุปัจจัย สิ่งที่เป็นมูลเดิม หรือสิ่งที่ถือเป็นส่วนสำคัญที่คุ้มกันเป็นร่างของคน สัตว์ สิ่งมีชีวิตทั้งหลาย อันได้แก่

³⁶ ม.อ. (ไทย) 14/125/161.

³⁷ อภ.วิ. (ไทย) 35/183-184/142-146.

³⁸ ฉันทนา อุตสาหลักัษณ์, พุทธปัญญา คู่มือการสร้างปัญญา, หน้า 91.

³⁹ พระสัทธัมมโชติกะ ฐัมมาจริยะ, ปริจเฉทที่ 3 และปริจเฉทที่ 7, หน้า 156.

⁴⁰ ขุ.อิติ.อ. (ไทย) 1/4/-/343.

⁴¹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 30, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2558), หน้า 266.

⁴² พันเอก ปิ่น มุกกันต์, ประมวลศัพท์ศาสนา, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์คลังวิทยา, 2545), หน้า 218.

- 1) ธาตุ 4
- 2) ธาตุ 6
- 3) ธาตุ 18

สภาพความเป็นอยู่ของธาตุทั้ง 18 เหล่านี้ เป็นธรรมชาติที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตน ไม่มีการเปลี่ยนแปลง ทั้งเป็นธรรมชาติอันเป็นปกติของตนเอง ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา แต่ประการใด ธาตุเหล่านี้ พระผู้มีพระภาคทางแจกอายตนะออกไปเป็น 7 ประการ ด้วยอำนาจแห่งวิญญานธาตุทั้ง 7 แล้ว จึงตรัสไว้ 18 อย่าง รวมกับอายตนะ 11 ที่เหลือ คือ

- 1) จักขุธาตุ จักขุ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่รูปารมณฺ์มากกระทบได้ องค์กรธรรม ได้แก่ จักขุปสาท⁴³
- 2) โสตธาตุ โสตะ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่สัททารมณฺ์มากกระทบได้ องค์กรธรรม ได้แก่ โสตปสาท
- 3) ฆานธาตุ ฆานะ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่คันธารมณฺ์มากกระทบได้ องค์กรธรรม ได้แก่ ฆานปสาท
- 4) ชิวหาธาตุ ชิวหา ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่รสธารมณฺ์มากกระทบได้ องค์กรธรรม ได้แก่ ชิวหาปสาท
- 5) กายธาตุ กายะ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่โณภูริฐัพพารมณฺ์มากกระทบได้ องค์กรธรรม ได้แก่ กายปสาท
- 6) รูปธาตุ รูปารมณฺ์ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับจักขุปสาทได้ องค์กรธรรม ได้แก่ สีต่าง ๆ
- 7) สัทธาธาตุ สัททารมณฺ์ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับโสตปสาทได้ องค์กรธรรม ได้แก่ เสียงต่าง ๆ
- 8) คันธธาตุ คันธารมณฺ์ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับฆานปสาทได้ องค์กรธรรม ได้แก่ กลิ่นต่าง ๆ

⁴³ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาอารมณฺ์, หน้า 18-19.

9) รสธาตุ รสอารมณ์ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับชีวหาปสาทได้ องค์ธรรม ได้แก่ รสต่าง ๆ

10) โผฏฐัพพธาตุ โผฏฐัพพารมณ์ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับกายปสาทได้ องค์ธรรม ได้แก่ สัมผัสต่าง ๆ

11) จักขุวิญญาณธาตุ จักขุวิญญาณ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการเห็น องค์ธรรม ได้แก่ จักขุวิญญาณจิต 2 (การเห็นสิ่งที่ดี และไม่ดี)

12) โสตวิญญานธาตุ โสตวิญญาน ชื่อว่าธาตุ ทรงไว้ซึ่งการได้ยิน องค์ธรรม ได้แก่ โสตวิญญานจิต 2 (การได้ยินสิ่งที่ดี และไม่ดี)

13) ฆานวิญญานธาตุ ฆานวิญญาน ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้จักกลิ่น องค์ธรรม ได้แก่ ฆานวิญญานจิต 2 (การได้กลิ่นที่ดี และไม่ดี)

14) ชิวหาวิญญานธาตุ ชิวหาวิญญาน ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้รส องค์ธรรม ได้แก่ ชิวหาวิญญานจิต 2 (การรู้รสที่ดี และไม่ดี)

15) กายวิญญานธาตุ กายวิญญาน ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้สัมผัส องค์ธรรม ได้แก่ กายวิญญานจิต 2 (การสัมผัสที่ดี และไม่ดี)

16) มโนธาตุ จิต 3 ดวง ได้แก่

1. จิตที่พิจารณาอารมณ์ทางทวารทั้ง 5 ทั้งฝ่ายดี และไม่ดี
2. จิตที่รับอารมณ์ทั้ง 5 ที่เป็นฝ่ายดี
3. จิตที่รับอารมณ์ทั้ง 5 ที่เป็นฝ่ายไม่ดี

มโนธาตุ ทรงไว้ซึ่งการรู้ปัญจอารมณ์สามัญธรรมตา องค์ธรรม ได้แก่ ปัญจทวาราวชชนจิต 1 สัมปฏิจฉันนจิต 2

17) มโนวิญญานธาตุ จิต 76 ดวง ชื่อว่ามโนวิญญานธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้ อารมณ์เป็นพิเศษ องค์ธรรม ได้แก่ จิต 76 ดวง ที่นอกเหนือจากมโนธาตุ 3 และจิตที่รับอารมณ์ทางทวาร ทั้ง 5 ซึ่งเป็นอารมณ์ฝ่ายดี 5 อย่าง ฝ่ายไม่ดี 5 อย่าง รวมเป็นจิตอีก 10 ชนิด⁴⁴

⁴⁴ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาอารมณ์, หน้า 18-19.

18) อัมมชาตุ สภาวธรรม 69 ชื่อว่าอัมมชาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งสภาวลักษณะของตน ๆ องค์กรธรรม ได้แก่ เจตสิก 52 สุขุมรูป 16 นิพพาน⁴⁵

ธรรมชาติใดที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตคนั้น ธรรมชาตินั้นชื่อว่า ชาตุ คือสิ่งที่ทรงสภาพของตคนไว้ โดยไม่มีการวิปริตหรือเปลี่ยนแปลงไปเป็นอย่างอื่น เป็นต้นว่า สภาพที่ทรงไว้ซึ่งความแข็งเรียกว่า ปฐวีชาตุ สภาพที่ทรงไว้ซึ่งการรับรู้อารมณ์ ก็เรียกว่า วิญญานชาตุ เป็นสภาพที่มีอยู่เองเป็นเอง ไม่มีสัตว์ มีบุคคล ตัวตน เราเขา ทำขึ้นหรือสร้างขึ้นมา

ชาตุ 18 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน โดยพระผู้มีพระภาคทรงแสดงสภาวธรรมต่าง ๆ โดยความเป็นชาตุ เพื่อเตือนให้เราระลึกว่าสังขารธรรมทั้งหลายไม่เที่ยงและไม่ใช่อัตถ์ตน เมื่อกล่าวถึงชาตุ เรามักคิดถึงชาตุในวิชาเคมีหรือวิชาฟิสิกส์สารสังเคราะห์เป็นชาตุต่าง ๆ อาจจะถูกแปลก ๆ ที่จะกล่าวว่าตา หรือการเห็นเป็นชาตุทั้งนี้เพราะเรายึดสภาวธรรมเหล่านี้ว่าเป็นตัวตน สิ่งที่เรายึดถือว่าเป็นตัวตนนั้น ความจริงเป็นแต่เพียงนามชาตุและรูปชาตุที่เกิดขึ้นเพราะปัจจัยที่เหมาะสมแล้วดับไป จักขุปสาทเป็นแต่เพียงชาตุอย่างหนึ่งที่มีลักษณะเฉพาะของชาตุนั้นและไม่ใช่อัตถ์ตน จักขุปสาทเป็นรูปซึ่งเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยแล้วดับไป การเห็นเป็นชาตุอย่างหนึ่งซึ่งมีลักษณะเฉพาะของชาตุนั้น ไม่ใช่อัตถ์ตน การเห็นเป็นนามชาตุที่เกิดขึ้นเพราะปัจจัยแล้วดับไป

ในมัชฌิมนิกาย มุลปัณณาสกั สติปัญฐานสูตร ชาตุบรรพ พระผู้มีพระภาคทรงแสดงรูปกาย โดยนัยของชาตุว่า

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุย่อมนพิจารณาเห็นกายนี้แหละ ซึ่งตั้งอยู่ตามที่ตั้งอยู่ ตามปกติ โดยความเป็นชาตุว่า มีอยู่ในกายนี้

- | | |
|------------|------------|
| 1) ชาตุดิน | 2) ชาตุน้ำ |
| 3) ชาตุไฟ | 4) ชาตุลม |

คนฆ่าโค หรือลูกมือของคนฆ่าโคผู้ฉลาดฆ่าแม่โคแล้ว แบ่งออกเป็นส่วน ๆ นั่งอยู่ที่หนทางใหญ่ 4 แพร่ง ฉันใด ภิกษุก็ฉันนั้นเหมือนกัน ย่อมพิจารณาเห็นกายนี้ ซึ่งตั้งอยู่ตามที่ตั้งอยู่ตามปกติโดยความเป็นชาตุว่า มีอยู่ในกายนี้ ชาตุดิน ชาตุน้ำ ชาตุไฟ ชาตุลม ภิกษุย่อมนพิจารณาเห็นกายในกายภายในบ้าง ฯลฯ ภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้ ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นกายในกายอยู่⁴⁶

⁴⁵ อภ.วิ. (ไทย) 35/183-184/142-145.

⁴⁶ ม.ม. (ไทย) 12/111/107.

ในคัมภีร์วิสุทธิธรรมรค สมานินิเทศ มีข้อความอธิบายว่า เมื่อนายโคชชาตส์เลี้ยงโคอยู่ก็ได้นำมาสู่ที่ฆ่าก็ดี จูงมาผูกไว้ในที่ฆ่านั้นก็ดี ฆ่าอยู่ก็ดี เห็นโคที่ฆ่าแล้วตายแล้วก็ดี ความสำคัญหมายความว่าแม่โคยังไม่สูญหาย トラบเท่าที่ยังไม่ได้ฆ่าและโคนั้นแบ่งออกเป็นชิ้น ๆ แต่เมื่อเธอแบ่งออกแล้วนั่งอยู่ ความหมายว่าแม่โคยอมหายไป กลายเป็นความหมายว่า เนื้อ เธอหาคิดอย่างนี้ไม่ว่า เราขายแม่โค คนเหล่านี้ซื้อแม่โคไปเธอย่อมคิดอย่างนี้ว่า เราขายเนื้อ คนเหล่านี้ซื้อเนื้อไป ฉันทใด เมื่อภิกษุนี้ ครั้งก่อนคือในเวลาเป็นปุถุชนคนโง่ 1) จะเป็นคฤหัสถ์ก็ตาม 2) บรรพชิตก็ตาม

ความสำคัญหมาย ว่าสัตว์ ว่าสัตว์เลี้ยง หรือว่าบุคคล ยังไม่หมดสิ้นไป トラบเท่าที่ยังมิได้ทำการแยกก่อน พิจารณากายนี้ตามที่ตั้งอยู่แล้ว ตามที่ดำรงอยู่แล้วโดยความเป็นธาตุ แต่เมื่อพระโยคีพิจารณาโดยความเป็นธาตุ ความสำคัญหมายว่าเป็นสัตว์ย่อมสิ้นไป จิตย่อมตั้งมั่นอยู่ในสภาพที่เป็นธาตุฝ่ายเดียว⁴⁷ อาจจะไม่พอใจเลยที่จะรู้ว่าร่างกายเป็นธาตุ เราคิดถึงบุคคลต่าง ๆ ว่าเป็น ผู้ชายคนนั้น หรือผู้หญิงคนนั้น เราไม่ชินกับการวิเคราะห์สิ่งที่เราถือว่า คน อย่างที่เราวิเคราะห์วัตถุเช่นในวิชาฟิสิกส์ บางคนอาจจะคิดว่า ออกจะหยาบที่จะคิดว่าร่างกายถูกฆ่าและเหมือนวัวที่ถูกคนขายเนื้อฆ่าอย่างไรก็ตาม ถ้าพิจารณาร่างกายตามความเป็นจริง ร่างกายเป็นแต่เพียงธาตุเท่านั้น ไม่จริงหรือที่มีแต่สภาพแข็ง เกละกุ่ม เย็น ร้อน และตึงไหว สภาพเหล่านี้เป็นตัวตนหรือเป็นธาตุที่ไม่ใช่ตัวตน

ในมัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ พุทธาคุกสูตร ขณะที่พระผู้มีพระภาคประทับที่พระเชตะวันอารามของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี พระผู้มีพระภาคตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า ความกลัว ความทุกข์ยาก ความเสื่อมทั้งหลายเกิดแต่คนโง่ ไม่เกิดแก่บุคคลที่มีปัญญา และตรัสว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภัยไม่ว่าชนิดใด ๆ ที่เกิดขึ้น อุปัทวะไม่ว่าชนิดใด ๆ ที่เกิดขึ้น อุปสรรคไม่ว่าชนิดใด ๆ ที่เกิดขึ้น ทั้งหมดนั้นย่อมไม่เกิดขึ้นแต่บัณฑิต ภิกษุทั้งหลาย เพราะฉะนั้น พวกเธอพึงศึกษาไว้อย่างนี้เถิดว่าจักเป็นบัณฑิต

เมื่อพระผู้มีพระภาคตรัสอย่างนี้แล้ว พระอนานท์ได้ทูลพระผู้มีพระภาคว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ จะควรเรียกว่า ภิกษุเป็นบัณฑิต มีปัญญาพิจารณา ด้วยเหตุเท่าไร พระพุทธองค์ตรัสว่า อนานท์ เพราะภิกษุเป็นผู้

- 1) ฉลาดในธาตุ
- 2) ฉลาดในอายตนะ
- 3) ฉลาดในปฏิจจสมุปบาท
- 4) ฉลาดในฐานะและอฐานะ

⁴⁷ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิธรรมรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า 618.

ด้วยเหตุเท่านั้น จึงควรเรียกได้ว่า ฤกษ์เป็นบัณฑิต มีปัญญาพิจารณา พระอานนท์ทูลถามว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ควรจะเรียกว่า ฤกษ์ผู้ฉลาดในธาตุด้วยเหตุเท่าไร

พระพุทธองค์ตรัสว่า อานนท์ ธาตุนี้มี 18 อย่าง ได้แก่ ธาตุคือจักขุ ธาตุคือรูป ธาตุคือจักขุวิญญาณ ธาตุคือโสต ธาตุคือเสียง ธาตุคือโสตวิญญาณ ธาตุคือขานะ ธาตุคือกลิ่น ธาตุคือขานวิญญาณ ธาตุคือชีวหา ธาตุคือรสธาตุ คือชีวหาวิญญาณ ธาตุคือกาย ธาตุคือโณภูมัพพะ ธาตุคือกายวิญญาณ ธาตุคือมโน ธาตุคืออัมมารมณั ธาตุคือมโนวิญญาณ อานนท์ เหล่านี้ ธาตุ 18 อย่าง ด้วยเหตุที่ฤกษ์รู้ที่อยู่เห็นอยู่ จึงควรเรียกได้ว่าฤกษ์ผู้ฉลาดในธาตุ⁴⁸

ฉะนั้น ธาตุ 18 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน จึงเป็นสิ่งที่ เป็นต้นเดิม เป็นมูลเดิม สิ่งที่ทรงสภาวะของมันอยู่เองตามธรรมดาของเหตุของปัจจัย คือ ธรรมชาติที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตน เป็นสภาวะแท้ ๆ ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ชีวะ ธาตุ มี 18 ด้วยการเกิดขึ้นของวิญญาณ โดยอำนาจแห่ง

1) อายุตนะภายใน คือ ทวาร 6 รับกระทบ เป็นหมวด ๆ ได้แก่

- | | |
|--------------|--------------------------|
| 1. จักขุธาตุ | 2. โสตธาตุ |
| 3. ขานธาตุ | 4. ชิวหาธาตุ |
| 5. กายธาตุ | 6. มโนธาตุ ⁴⁹ |

2) อายุตนะภายนอก คือ อารมณ์ 6 ธาตุกระทบเป็นหมวด ๆ ได้แก่

- | | |
|-----------------|-------------|
| 1. รูปธาตุ | 2. สัทธาตุ |
| 3. คันธธาตุ | 4. รสธาตุ |
| 5. โณภูมัพพธาตุ | 6. อัมมธาตุ |

3) จึงทำให้เกิด วิญญาณ 6 ธาตุรู้ เป็นหมวด ๆ ได้แก่

- | | |
|--------------------|--------------------------------|
| 1. จักขุวิญญาณธาตุ | 2. โสตวิญญาณธาตุ |
| 3. ขานวิญญาณธาตุ | 4. ชิวหาวิญญาณธาตุ |
| 5. กายวิญญาณธาตุ | 6. มโนวิญญาณธาตุ ⁵⁰ |

⁴⁸ ม.จ. (ไทย) 14/125/162.

⁴⁹ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรวิสี), วิปัสสนาอารมณ์, หน้า 88-92.

⁵⁰ เรื่องเดียวกัน, หน้า 88-92.

สรุปว่า ธาตุ 18 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานคือ ทวาร 6 อารมณ์ 6 และวิญญาน 6 รวม 18 นี้ เรียกว่า ธาตุ 18 เหล่านี้กล่าวได้ว่าเป็น นิสสัตตะ คือ ไม่ใช่เป็นสัตว์ เป็นบุคคลความเป็นไปทั้งมวลในสิ่งที่มีชีวิต จึงเป็นเพียงการประชุมพร้อมกันของธาตุทั้ง 18 สภาพของตนมีคุณสมบัติเช่นใด ก็รักษาสภาพของตนไว้อย่างนั้นเสมอ ไม่เปลี่ยนแปลง เช่น จักขุธาตุ มีสภาพใสสมควรให้สีต่าง ๆ มาปรากฏขึ้นเมื่อได้รับการกระทบ เมื่อจักขุธาตุนี้เกิดอยู่กับใครก็ตาม ไม่ว่าจะคน สัตว์ เทวดา จักขุธาตุย่อมคงสภาพใสเป็นปกติ รับสีต่าง ๆ ได้ ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงเอาจักขุธาตุไปรับเสียงแทนโสตธาตุ หรือรับกลิ่นแทนฆานธาตุได้ และตกอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่ตัวตน ได้อย่างชัด ๆ ก็ต้องเห็นอย่างชัดเจน การที่จะเห็นได้อย่างชัดเจนนั้น ก็ต้องเห็นด้วยธรรมจักขุ

3.1.4 อินทรีย์ 22 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ

อินทรีย์ 22⁵¹ อินทรีย์ มีอรรถว่า เป็นเครื่องหมายแห่งความเป็นใหญ่ ความเป็นใหญ่หรือเป็นผู้ปกครองในสภาวะธรรมที่เกิดร่วมกันกับตนหรือเป็นใหญ่ในกิจการนั้น ๆ⁵² วจนัตถะของคำว่า อินทรีย์ คือ อินทนต์ิ ปรมอิสสรียํ กโรนติติ อินทรียานิ แปลว่า ธรรมเหล่าใด เป็นผู้ปกครอง คือ ย่อมกระทำให้ตนเป็นอิสระ ฉะนั้น ธรรมเหล่านั้น ชื่อว่า อินทรีย์ มี 22 คือ

- 1) จักขุนทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเห็น องค์ธรรม ได้แก่ จักขุปสาท⁵³
- 2) โสตินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการได้ยิน องค์ธรรม ได้แก่ โสตปสาท
- 3) ฆานินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้กลิ่น องค์ธรรม ได้แก่ ฆานปสาท
- 4) ชิวหินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้รส องค์ธรรม ได้แก่ ชิวหาปสาท
- 5) กายินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการสัมผัส องค์ธรรม ได้แก่ กายปสาท
- 6) อิตถินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเป็นหญิง ได้แก่ อิตถิถารูป
- 7) ปุริสินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเป็นชาย ได้แก่ ปุริสถารูป
- 8) ชีวิตินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรักษารูปและนาม องค์ธรรม ได้แก่ ชีวิตรูป และชีวิตินทรีย์เจตสิก
- 9) มนินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรับอารมณ์ ได้แก่ จิตทั้งหมด

⁵¹ อภ.วิ. (ไทย) 35/221/202.

⁵² ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, พุทธปัญญา คู่มือการสร้างปัญญา, หน้า 93.

⁵³ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาอารมณ์, หน้า 19-21.

- 10) สุขินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความสุขกาย องค์ธรรม ได้แก่ เวทนา เจตสิกที่ในสุขสหคตกายวิญญานจิต 1
- 11) ทุกชินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยทุกข์กาย องค์ธรรม ได้แก่ เวทนา เจตสิกที่ในทุกขสหคตกายวิญญานจิต 1
- 12) โสมนัสสินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความสุขใจ องค์ธรรม ได้แก่ เวทนาเจตสิกที่ในโสมนัสสหคตจิต 62
- 13) โทมนัสสินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความทุกข์ใจ องค์ธรรม ได้แก่ เวทนาเจตสิกที่ในโทสมูลจิต 2
- 14) อุpekชินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยอารมณ์เป็นกลาง องค์ธรรม ได้แก่ เวทนาเจตสิกที่ในอุpekขาสหคตจิต 55
- 15) สัทธาอินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเชื่อต่อสิ่งที่ควรเชื่อ องค์ธรรม ได้แก่ สัทธาเจตสิกที่ในโสภณจิต 91
- 16) วิริยอินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเพียร ได้แก่ วิริยเจตสิกที่ในวิริยสัมปยุตตจิต 105
- 17) สตินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการระลึกรชอบ ได้แก่ สติเจตสิกที่ในโสภณเจตสิก 91
- 18) สมาธินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการตั้งมั่นในอารมณ์อันเดียวของค์ธรรม ได้แก่ เอกัตตตาเจตสิกที่ในจิต 72 (เว้านววิริยจิต 62 วิจิกิจฉาสัมปยุตตจิต 1)
- 19) ปัญญินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้ตามความเป็นจริง ได้แก่ ปัญญาเจตสิกที่ในญาณสัมปยุตตจิต 47 หรือ 79
- 20) อนัญญัตถัญญัสสามิตินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้แจ้งอริยสัจ 4 ที่ตนไม่เคยรู้ องค์ธรรม ได้แก่ ปัญญาเจตสิกที่ในโสคาปัตติมรรคจิต 1
- 21) อัณญินทรีย์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้แจ้งอริยสัจ 4 ที่ตนเคยรู้ของค์ธรรม ได้แก่ ปัญญาเจตสิกที่ในมรรคจิตเบื้องบน 3 และผลจิตเบื้องต่ำ 3⁵⁴

⁵⁴ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาอารมณ์, หน้า 19-21.

22) อัญญาตาวิรินทร์ คือ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้แจ้งอริยสัจ 4 ลึ้นสุดแล้ว ได้แก่ ปัญญาเจตสิกที่ในอรหัตผลจิต 1⁵⁵

ลักษณะของอินทรีย์ 22 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน โดยอินทรีย์ 22 มีลักษณะที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน ผู้วิจัยจะได้นำเสนอพอสังเขปดังต่อไปนี้

(1) จักขุอินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

จักขุอินทรีย์⁵⁶ มีหน้าที่รับสี ได้แก่ จักขุปสาทรูป เป็นรูปธรรม จักขุปสาท เป็นสุขุมรูป มีสัณฐานน้อยเท่าหัวเหา ประดิษฐานอยู่ในท่ามกลางแห่งตาตา แวดล้อมด้วยปริมณฑลแห่งตาขาว จักขุประเทศนี้มีสัณฐานดังกลีบดอกอุบลเขียว อาเกียรณ์ด้วยโลมชาติมีสีดำ เนื้อจักขุมิมีสัณฐานเป็น กลีบ ๆ เป็นชั้น ๆ นับได้ 7 ชั้น จักขุปสาทนั้น ซาบตลอดทั้ง 7 ชั้น เปรียบประดุจปุยสำลี ที่บุคคลนำมารวมซ้อน ๆ กันให้ได้ 7 ชั้น แล้วเอาน้ำมันหอมชั้นหยอดลงในท่ามกลาง น้ำมันก็จะซึมซาบเข้าไปในสำลีทั้ง 7 ชั้น จักขุปสาทเปรียบประดุจน้ำมันหอมชั้นที่หยอดลงในท่ามกลางนั้น

จักขุปสาท มีธาตุ 4 เป็นผู้อุปการะบำรุงรักษา เปรียบประดุจ ชัตติยราชกุมารที่นางนม ทั้ง 4 ทำอุปการะบำรุงบำเรอ นางนมคนหนึ่งอุ้มไว้ คนหนึ่งตักเอาน้ำมาสรองให้ คนหนึ่งนำเครื่องประดับมาประดับให้ คนหนึ่งนำเอาพัดมาพัดให้คือ

- 1) ปฐวีธาตุ ทรงไว้ซึ่งจักขุปสาท ประดุจนางนมที่อุ้มชู
- 2) อาโปธาตุบำรุงให้สดชื่นประคับประคองไว้ ประดุจนางนมที่ตักน้ำมาสรอง
- 3) เตโชธาตุบำรุงมิให้เน่าเปื่อย ประดุจนางนมที่เอาเครื่องประดับมาประดับ
- 4) วาโยธาตุบำรุงให้กลับกลอกได้ ประดุจนางนมเอาพัดมาพัดให้

นอกเหนือจากธาตุ 4 ยังมีตัวอุปการะจักขุปสาทอีก คือ จิตและอาหาร เป็นผู้ช่วยอุปถัมภ์ อายุ เป็นผู้เลี้ยงดู สี กลิ่นและรส เป็นต้น เป็นบริวารแวดล้อม จักขุปสาทเป็นวัตถุที่เกิดแห่งจักขุวิญญาณ และเป็นพนักงานที่ให้เห็นรูปทั้งปวง⁵⁷

⁵⁵ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาอารมณ์, หน้า 19-21.

⁵⁶ อภิ.วิ. (ไทย) 35/219/197-202.

⁵⁷ พระธรรมธีรราชมหามุนี, วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อมรินทร์ พรินต์ติ้งกรุ๊ป, 2532), หน้า 568-573.

(2) โสตินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

โสตินทรีย์ มีหน้าที่รับเสียง ได้แก่ โสตปสาทรูป เป็นรูปธรรม โสตปสาท เป็นสุขุมรูป ตั้งอยู่ในประเทศอันมีสัณฐานดุจวงแหวน เป็นที่งอกขึ้นแห่งโลมชาติเส้นเล็ก ๆ สีแดง อยู่ภายในช่องหู โสตปสาทมีธาตุ 4 เป็นผู้อุปการะ มีจิตและอาหารเป็นผู้อุปถัมภ์ มีอายุเป็นผู้เลี้ยง มีสี กลิ่น รส โอชา เป็นบริวารแวดล้อม เป็นวัตถุที่เกิดแห่งโสตวิญญาณให้ได้รับเสียงทั้งปวง

(3) ฆานินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

ฆานินทรีย์⁵⁸ มีหน้าที่รับกลิ่น ได้แก่ ฆานปสาทรูป เป็นรูปธรรม ฆานปสาท เป็นสุขุมรูป ตั้งอยู่ในประเทศมีสัณฐานดุจเท้าแพะ ภายในช่องจมูก มีธาตุ 4 เป็นผู้อุปการะ มีจิตและอาหารเป็นผู้อุปถัมภ์ มีอายุเป็นผู้เลี้ยง มีสี กลิ่น รส โอชา เป็นบริวารแวดล้อม เป็นวัตถุที่เกิดแห่งฆานวิญญาณ ให้ได้รับกลิ่น

(4) ชิวหินทรีย์

ชิวหินทรีย์ มีหน้าที่รับรส ได้แก่ ชิวหาปสาทรูป เป็นรูปธรรม ชิวหาปสาทเป็นสุขุมรูป ตั้งอยู่ในประเทศมีสัณฐานดังปลายกลีบดอกอุบล อยู่เบื้องบนแห่งลิ้น ในท่ามกลางลิ้นนั้น ชิวหาปสาทมีธาตุ 4 เป็นผู้อุปการะ มีจิตและอาหารเป็นผู้อุปถัมภ์ มีอายุเป็นผู้เลี้ยง มีสี กลิ่น รส โอชา เป็นบริวารแวดล้อม เป็นวัตถุที่เกิดแห่งชิวหาวิญญาณให้ได้รับรสทั้งปวง

(5) กายินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

กายินทรีย์ มีหน้าที่รับสัมผัส ได้แก่ กายปสาทรูป เป็นรูปธรรม กายปสาทเป็นสุขุมรูป ซึมซาบอยู่ทั่วร่างกาย ประคบน้ำมันอาบอยู่ในบุยุผ้ายที่บุคคลประชิดแล้ว กายปสาท มีธาตุ 4 เป็นผู้อุปการะ มีจิตและอาหารเป็นผู้อุปถัมภ์ มีอายุเป็นผู้เลี้ยง มีสี กลิ่น รส โอชา เป็นบริวารแวดล้อมเป็นวัตถุที่เกิดแห่งกายวิญญาณให้ได้รับสัมผัสทั้งปวง

กายปสาทนี้แทรกอยู่ในอุปาตินนกรูปร่างทั้งหมด คือ เฉพาะส่วนที่เป็นเนื้อหยาบจับ ส่วนที่เป็นปลายเล็บ ผม ขน ฟัน ซึ่งพ้นจากเนื้อ หยาบไม่จับนั้น เป็นอนุปาตินนกรูปร่าง ในอนุปาตินนกรูปร่างนี้ ไม่มีกายปสาท กายปสาทจะแทรกอยู่ในอุปาตินนกรูปร่างทั้งสิ้น ซึ่งเป็นปัจจัยให้รู้โณภูมิจิตตภาพารมณ ให้รู้จักสัมผัสว่าอ่อน กระด้าง ถ้ากายปสาทวิบัติแล้ว กายก็เป็นเหน็บ ไม่รู้สัมผัส สิ่งทั้งปวง

⁵⁸ อภ.วิ. (ไทย) 35/219/197-202.

(6) มนินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

มนินทรีย์ มีหน้าที่รู้อารมณ์ ได้แก่ จิตทั้งหมด เป็นนามธรรม⁵⁹

(7) อิตถินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

อิตถินทรีย์ มีหน้าที่แสดงลักษณะของทรวดทรงหญิง เครื่องหมายรู้ว่าหญิง กิริยาหญิง อากา
หญิง สภาพหญิง ภาวะหญิง ได้แก่ อิตถิถารูป เป็นรูปธรรม

อิตถิถารูปนี้ เกิดต่อเนื่องในสันดานแห่งสตรีมิได้ขาดสาย อิตถิถารูปนี้เป็นใหญ่ที่จะทำให้รูป
กายเป็นสตรี มีกิริยามารยาทแห่งสตรี

เมื่ออิตถิถารูปเกิดขึ้น รูปก็กลายเป็นสตรี กิริยาอาการก็เป็นสตรี แต่หญิงอาจกลับเป็นชายได้
ในขณะที่เมื่อเพศกลายเป็นชาย อิตถิถารูปดับไป ไม่เกิดขึ้นสิ้นภาวะ 17 ขณะจิต เมื่ออิตถิถารูปดับไปไม่
เกิดถึง 17 ขณะจิต ปุริสถารูปก็บังเกิดขึ้นในสันดาน ครั้นปุริสถารูปบังเกิด กลายเป็นบุรุษในตอนนั้น

(8) ปุริสอินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

ปุริสอินทรีย์⁶⁰ มีหน้าที่แสดงลักษณะของทรวดทรงชาย เครื่องหมายให้รู้ว่าชาย กิริยาอาการ
ชาย ภาวะของชาย ได้แก่ ปุริสถารูป เป็นรูปธรรม

ปุริสถารูป เกิดต่อเนื่องในสันดานแห่งบุรุษมิได้ขาดสาย ปุริสถารูปนี้เป็นใหญ่ในที่จะทำให้
รูปกายเป็นบุรุษ กิริยามารยาทอาการทั้งปวงเป็นกิริยามารยาทแห่งบุรุษ

ถ้าบุรุษจะกลายเป็นสตรี ขณะเมื่อเพศจะกลับเป็นสตรีนั้น ปุริสถารูปดับไป ไม่ได้เกิดขึ้นสิ้น
สภาวะ 17 ขณะจิต เมื่อปุริสถารูปดับไปแล้ว ไม่บังเกิดล่วงไปถึง 17 ขณะจิตแล้ว อิตถิถารูปก็จะบังเกิด
ขึ้น

(9) ชีวิตินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

ชีวิตินทรีย์ ได้แก่ ชีวิตรูป มีหน้าที่รักษารูปและนาม มี 2 ประการ คือ รูปชีวิตินทรีย์ และอรู
ชีวิตินทรีย์

1) รูปชีวิตินทรีย์ คือ อายุ ความดำรงอยู่ ความเป็นไปอยู่ กิริยาที่เป็นไปอยู่ อาการที่
สืบเนื่องกันอยู่ ความประพฤติเป็นไปอยู่ ความหล่อเลี้ยงอยู่ ชีวิตินทรีย์ คือ ชีวิตของรูปธรรมนั้น ๆ ได้แก่
อาการ 32 ที่ประชุมกัน อาการ 32 เมื่อเรียกแต่ละอย่าง ๆ ก็มีชื่อต่าง ๆ กัน ชื่อว่า ผม เล็บ ฟัน เป็นต้น

⁵⁹ พระธรรมธีรราชมหามุนี, วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2, หน้า 568-573.

⁶⁰ อภ.วิ. (ไทย) 35/219/197-202.

ครั้นจัดเป็นหมวด ๆ ก็เรียก ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ ครั้นว่าธาตุทั้ง 4 ประการประชุมกัน เข้าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ก็เรียกว่า รูปชีวิตินทรีย์ มีตัวอย่างคือ รถนั้น เมื่อเรียก แต่ละสิ่ง ก็เรียกว่า งอน แอ กุม เผลา กำ กง ครั้นเรียกรวมกันก็เรียกว่า ราชรถ

2) อรูปชีวิตินทรีย์ คือ อายุ ความดำรงอยู่ ความเป็นไปอยู่ กิริยาที่เป็นไปอยู่ อาการที่ สืบเนื่องกันอยู่ ความประพฤติเป็นไปอยู่ ความหล่อเลี้ยง ชีวิตินทรีย์ คือชีวิตของนามธรรมนั้น ๆ ซึ่งได้แก่ จิตและเจตสิก⁶¹

(10) สุขินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

สุขินทรีย์ มีหน้าที่สบาย คือ ความสบายทางกาย ความสุขทางกาย ความเสวยอารมณ์ที่สบาย เป็นสุขอันเกิดแต่กายสัมผัส กิริยาเสวยอารมณ์ที่สบายเป็นสุขอันเกิดแต่กายสัมผัส ได้แก่สุขเวทนาเจตสิก เป็นนามธรรม

(11) ทุกขินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

ทุกขินทรีย์⁶² มีหน้าที่ไม่สบาย คือ ความไม่สบายกาย ความทุกข์ทางกาย ความเสวยอารมณ์ที่ไม่สบายสัมผัส ได้แก่ ทุกขเวทนาเจตสิก เป็นนามธรรม

(12) โสมนัสสินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

โสมนัสสินทรีย์ มีหน้าที่ดีใจ คือ ควบสบายทางใจ ความสุขทางใจ ความเสวยอารมณ์ที่สบาย เป็นสุขอันเกิดแต่เจตสัมผัส กิริยาเสวยอารมณ์ที่สบายเป็นสุขอันเกิดแต่เจตสัมผัส ได้แก่ โสมนัสเวทนาเจตสิก เป็นนามธรรม

(13) โทมนัสสินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

โทมนัสสินทรีย์ มีหน้าที่เสียใจ คือ ความไม่สบายทางใจ ความทุกข์ทางใจ ความเสวยอารมณ์ที่ไม่สบาย เป็นทุกข์อันเกิดแต่เจตสัมผัส กิริยาเสวยอารมณ์ที่ไม่สบาย เป็นทุกข์อันเกิดแต่ เจตสัมผัส ได้แก่ โทมนัสเวทนาเจตสิก เป็นนามธรรม

⁶¹ พระธรรมธีรราชมหามุนี, วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2, หน้า 568-573.

⁶² อภิ.วิ. (ไทย) 35/219/197-202.

(14) อุpekขินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

อุpekขินทรีย์ มีหน้าที่วางเฉย คือ ความสบายทางใจก็ไม่ใช่ ความไม่สบายทางใจก็ไม่ใช่ ความเสวยอารมณ์ที่ไม่ทุกข์ไม่สุข อันเกิดแต่เจโตสัมผัส กิริยาเสวยอารมณ์ที่ไม่ทุกข์ไม่สุข อันเกิดแต่ เจโตสัมผัส ได้แก่ อุpekขาเวทนาเจตสิก เป็นนามธรรม

(15) สัทธินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

สัทธินทรีย์ คือ ศรัทธา กิริยาที่เชื่อ ความปลงใจเชื่อ ความเลื่อมใสยิ่ง สัทธินทรีย์ คือศรัทธา สัทธาพละ ได้แก่ สัทธาเจตสิก เป็นใหญ่ในสัมปยุตตธรรม ด้วยสภาวะครอบงำซึ่งมีจฉาวิโมกข์ คือ ความเลื่อมใสศรัทธายังลงในที่ผิด และเป็นนามธรรม⁶³

(16) วิริยินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

วิริยินทรีย์ คือ การปรารถนาความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความตั้งหน้า ความพยายาม ความอดุทธาหะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความก้าวไปอย่างไม่ท้อถอย ความไม่ทอดทิ้งฉันทะ ความไม่ทอดทิ้งธุระ ความประคับประคองธุระ วิริยินทรีย์คือ วิริยะ วิริยพละ สัมมาวายามะ ได้แก่ วิริยเจตสิก เป็นใหญ่ที่ครอบงำโกสัชชะ คือ กุศลจิตตูปบาท มีถิ่นมิทระเป็นประธาน และเป็นนามธรรม

(17) สตินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

สตินทรีย์⁶⁴ คือ ความตามระลึก ความหวนระลึก สติ กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลื่อนลอย ความไม่ลืมสติ อินทรีย์คือสติ สติพละ สัมมาสติ ได้แก่ สติเจตสิกเป็นเจตสิกที่เป็นใหญ่ที่จะครอบงำ อุกุศลธรรมอันประพตติเป็นไปด้วยความประมาทหลงลืมสติและเป็นนามธรรม

(18) สมาธินทรีย์ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

สมาธินทรีย์ คือ ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบอินทรีย์คือ สมาธิ สมาธิพละ สัมมาสมาธิ ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก เป็นใหญ่ที่จะครอบงำอุกุศลอันเป็นฝักฝ่ายให้ฟุ้งซ่าน คือ อุทัจจะ และเป็นนามธรรม

⁶³ พระธรรมธีรราชมหามุนี, วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2, หน้า 568-573.

⁶⁴ อภ.วิ. (ไทย) 35/219/197-202.

(19) ปัญญาทริยที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

ปัญญาทริย มีหน้าที่คือ กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ฯลฯ ความไม่หลง ความวิจยธรรม สัมมาทิฎฐิ ได้แก่ ปัญญาเจตสิก (โลกิย) เป็นใหญ่ในสัมปยุตธรรมด้วยสภาวะครอบงำความหลง และเป็นนามธรรม

(20) อนัญญาตัญญูสสามิตินทริยที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

อนัญญาตัญญูสสามิตินทริย มีหน้าที่คือ กิริยาที่รู้ชัด ฯลฯ ความไม่หลง ความวิจยธรรม สัมมาทิฎฐิ ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรค เพื่อรู้ธรรมที่ยังไม่เคยรู้ เพื่อเห็นธรรมที่ยังไม่เคยเห็น เพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่เคยบรรลุ เพื่อทราบธรรมที่ยังไม่เคยทราบ เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ยังไม่เคยทำให้แจ้งนั้น ๆ หรือรู้พระนิพพาน ต่อกุศลได้ 5 ชนิด ได้แก่ ปัญญาเจตสิก(โลกุตตระ) เป็นนามธรรม⁶⁵

(21) อัญญาทริยที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

อัญญาทริย⁶⁶ มีหน้าที่คือ กิริยาที่รู้ชัด ฯลฯ ความไม่หลง ความวิจยธรรม สัมมาทิฎฐิ ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรค เพื่อรู้ธรรมที่รู้แล้ว เพื่อเห็นธรรมที่เห็นแล้ว เพื่อบรรลุธรรมที่บรรลุแล้ว เพื่อทราบธรรมที่ทราบแล้ว เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ทำให้แจ้งแล้วนั้น ๆ หรือรู้พระนิพพาน ต่อกุศลไปตามลำดับญาณ ได้แก่ ปัญญาเจตสิก (โลกุตตระ) เป็นนามธรรม

(22) อัญญาตาวินทริยที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

อัญญาตาวินทริย คือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ฯลฯ ความไม่หลง ความวิจยธรรม สัมมาทิฎฐิ ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรค เพื่อรู้ธรรมที่รู้แล้ว เพื่อเห็นธรรมที่เห็นแล้ว เพื่อบรรลุธรรมที่บรรลุแล้ว เพื่อทราบธรรมที่ทราบแล้ว เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ทำให้แจ้งแล้วนั้น ๆ หรือรู้พระนิพพาน ต่อกุศลได้ 12 ชนิดทั้งโดยสิ้นเชิง ได้แก่ ปัญญาเจตสิก (โลกุตตระ) เป็นนามธรรม⁶⁷

สรุปว่า อินทริย 22 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน มีลักษณะคล้ายประมวลรวมเรื่องของขันธ आयตนะธาตุ มาอยู่ในนี้ด้วยกัน แต่มีองค์ประกอบหลายกลุ่มที่จัดเข้าเป็นหมวดกันได้ และมีลักษณะเป็นเรื่องพื้นฐานจนกระทั่งถึงขั้นอรหัตผล ซึ่งเป็นสิ่งที่น่าสนใจเกี่ยวกับความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน อินทริย 22 ที่เป็นอารมณ์วิปัสสนากรรมฐาน และไม่ใช่อารมณ์วิปัสสนากรรมฐาน อินทริยที่จะนำมาเป็น

⁶⁵ พระธรรมธีรราชมหามุนี, วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2, หน้า 568-573.

⁶⁶ อภ.วิ. (ไทย) 35/219/197-202.

⁶⁷ พระธรรมธีรราชมหามุนี, วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2, หน้า 568-573.

อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานต้องเอาอินทรีย์ 22 หรือรูป-นาม ที่เป็นปัจจุบัน คือ ที่ปรากฏขึ้นเฉพาะหน้า เท่านั้น ส่วนที่เป็นอดีตหรืออนาคต ใช้เป็นอารมณ์วิปัสสนากรรมฐานไม่ได้ เพราะสิ่งที่เป็นอดีต และ อนาคตนั้นไม่ใช่วิสัยของวิปัสสนาปัญญา ไม่สามารถพิจารณาเห็นได้

3.1.5 อริยสัจ 4 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ

เมื่อพระพุทธเจ้าตรัสรู้พระสัมมาสัมโพธิญาณได้ทรงแสดงพระธรรมเทศนาครั้งแรก คือ ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร⁶⁸ แก่ปัญจวัคคีย์ทั้ง 5 นั้น โดยความแห่งพระสูตรนั้นพระองค์ทรงแสดงส่วนที่สุดสองอย่างทีพระพุทธศาสนาปฏิเสธ อันได้แก่

- 1) กามสุขัลลิกานุโยค
- 2) อตตกิลมถานุโยค

พระพุทธองค์ตรัสถึงมัชฌิมาปฏิปทา คือทางสายกลาง ได้แก่ มรรค 8 และอริยสัจ 4 พระพุทธองค์เมื่อทรงตรัสรู้แล้วจึงเริ่มประกาศพระศาสนา เพื่อที่จะอนุเคราะห์สรรพสัตว์ให้พ้นจากทุกข์ในวิภวภูมิจนถึงนิพพานอันเป็นเหตุให้หมู่สัตว์ต้องเวียนว่าย ตายเกิดไม่มีที่สิ้นสุด ทุกข์ที่ปรากฏในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร มีปรากฏหลายประการ เช่นเกิด แก่ เจ็บ ตายล้วนเป็นทุกข์ทั้งสิ้นซึ่งในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร พระพุทธองค์ทรงจำแนกทุกข์ไว้ถึง 11 อย่าง⁶⁹ แต่โดยที่สุดแล้ว พระพุทธ-องค์ทรงสรุปว่า ทุกข์คือการยึดมั่นถือมั่นในอุปาทานชั้น 5 ซึ่งก็คือยึดมั่นในรูปนามนั่นเอง

พระพุทธเจ้าตรัสว่า การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อริยสัจ 4 ว่าเป็นสภาวะธรรมอยู่ ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า

- 1) นี้ทุกข์
- 2) นี้ทุกข์สมุทัย
- 3) นี้ทุกข์นิโรธ
- 4) นี้ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา⁷⁰

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในลักษณะนี้นั้น จะทำให้ยังเห็นอริยสัจ 4 อันเป็นความจริงอันประเสริฐ ที่สามารถอำนวยประโยชน์ให้บรรลุมรรคผลเป็นทางดับทุกข์ได้ ผู้วิจัยจะได้นำเสนอต่อต่อไปนี้

⁶⁸ วิ.ม. (ไทย) 4/13/20.

⁶⁹ ส.ม. (ไทย) 19/1081/593.

⁷⁰ ม.ม. (ไทย) 12/119/118.

1. ทุขที่เป็นการณ์ของวิปัสณาณุมิ

ทุขอรียสัจ คือ ธรรมชาติที่เป็นทุข เป็นความจริงของพระอรียเจ้าทั้งหลาย ทุขมีความหมายว่า ปีบคั้น อันปัจฉัยปรุงแต่ง ให้เราร้อน ปรวนแปร นี้เป็นอรธของทุข เป็นของแท้ เป็นของไม่ผิด ไม่เป็นอย่างอื่น องค์ธรรม ได้แก่ โลภียจิต 81 เจตสิก 51 (เว้น โลภะ) รูป 28⁷¹

ทุขอรียสัจ หมายถึง ชาติเป็นทุข ชราเป็นทุข มรณะเป็นทุข โสกะ ปรีทวะ ทุขะ โทมนัส อุปายาสเป็นทุข การประสพกับอรณณ์อันไม่เป็นที่รักเป็นทุข ความพลัดพรากจากอรณณ์อันเป็นที่รักเป็นทุข การไม่ได้สิ่งที่ต้องการเป็นทุข โดยย่อ อุปาทานขันธ 5 เป็นทุข⁷²

ทุขอรียสัจ⁷³ ได้แก่

1) ชาติทุข ความเกิดเป็นทุข เพราะมีการเกิดในภพใหม่นั้นเป็นลักษณะ มีการประสิทธิประสาททุขให้เป็นกิจ มีการตั้งอยู่ในภพนั้นเป็นเครื่องปรากฏ

2) ชราทุข ความแก่ชราเป็นทุข เพราะมีความเสื่อมหรือความหง่อม คร่ำคร่าเป็นลักษณะ มีการนำเข้าหาความตายเป็นกิจ มีการสูญเสียวัยงามเป็นเครื่องปรากฏ

3) มรณทุข ความตายเป็นทุข เพราะมีการจุติหรือเคลื่อนไปเป็นลักษณะ มีการพลัดพรากหรือแตกสลายเป็นกิจ มีการปราศไปจากคติที่ตนได้อยู่เป็นเครื่องปรากฏ

4) ความโศกเศร้าเป็นทุข เพราะมีการแผดเผาจิตใจให้เราร้อน ด้วยกิเลสเป็นลักษณะ มีการทำให้จิตใจกระสับกระส่ายเป็นกิจ มีการละห้อยละเหี่ยใจเป็นเครื่องปรากฏ

5) การบ่นพร่ำรำพันเป็นทุข เพราะมีการรำไรพร่ำบ่นเป็นลักษณะ มีการประกาศคุณ และโทษเป็นกิจ มีการกล่าวววกไปวนมาเป็นเครื่องปรากฏ

6) ความไม่สบายกายเป็นทุข เพราะมีการไม่แข็งแรงหรือไม่สะดวก ไม่แคล่วคล่องเป็นลักษณะ มีการทำให้ใจไม่สบายไปด้วยหรือมีความวิตกกังวลเป็นกิจ มีความลำบากทางกายเป็นเครื่องปรากฏ ทุขนี้ ได้แก่ ทุขเวทนา อันมีชื่อเรียกว่า ทุขทุข ที่มีชื่อว่าทุขทุข เพราะเมื่อกล่าวโดยสภาพก็มีสภาพเป็นทุข เมื่อกล่าวโดยชื่อ ก็มีชื่อเป็นทุข

⁷¹ พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ 3 และปริจเฉทที่ 7, หน้า 146.

⁷² อภ.วิ. (ไทย) 35/190/163.

⁷³ อภ.วิ. (ไทย) 35/190-202/163-166.

7) ความเสียใจเป็นทุกข์ เพราะมีการเสียใจ น้อยใจ กลุ้มใจ เป็นลักษณะ มีการชอกช้ำใจเป็นกิจ มีการไม่รื่นเริงใจหรือมีการเศร้าใจเป็นเครื่องปรากฏ

8) ความคับแค้นใจเป็นทุกข์ เพราะมีความคับแค้นใจเป็นลักษณะ มีการอัดอั้นตันใจเป็นกิจ มีการเดือดดาลเป็นเครื่องปรากฏ

9) การได้พบกับสิ่งที่ไม่ชอบใจเป็นทุกข์ เพราะมีการประสบกับอารมณ์ที่ไม่ต้องการเป็นลักษณะ มีการทำให้ชุ่นใจเป็นกิจ มีการทำให้ไม่เป็นสุขเป็นเครื่องปรากฏ

10) การสูญเสียสิ่งที่รักเป็นทุกข์ เพราะมีการพลัดพรากจากสิ่งที่รักเป็นลักษณะ มีการยังความโศกให้เกิดขึ้นเป็นกิจ มีการสูญเสียจากวัตถุอันเป็นที่รักเป็นเครื่องปรากฏ

11) ความไม่สมปรารถนาเป็นทุกข์ เพราะมีการอยากได้วัตถุที่ไม่ควรได้เป็นลักษณะ มีการพยายามแสวงหาวัตถุนั้นเป็นกิจ มีการไม่สมประสงค์เป็นเครื่องปรากฏ

อุปาทานชั้น 5 เป็นทุกข์ เพราะอุปาทานชั้น 5 เป็นเหตุให้ทุกข์ทั้ง 11 ประการ นั้น อาศัยเกิด ถ้าไม่มีชั้น 5 ทุกข์ไม่เกิด เมื่ออุปาทานชั้น 5 คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ นี้เป็นทุกข์ ดังนั้นผู้ที่ยินดีในรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ชื่อว่ายินดีในทุกข์ ดังคำที่ว่า ผู้ใดชอบทุกข์ ผู้นั้นไม่พ้นทุกข์ ผู้ใดไม่ชอบทุกข์ ผู้นั้นจึงจะพ้นทุกข์

ทุกข์สัง ซึ่งโดยย่อได้แก่รูปนามนั้น เป็นปริณิณเฑียรกิจ คือเป็นกิจที่ควรกำหนดรู้⁷⁴ ไม่ใช่ธรรมที่อยู่ในประเภทที่ควรละ หรือควรจะเจริญให้เกิดขึ้น หรือทำให้มากขึ้น ในทุกข์สัง คือในสภาวะธรรม 160 ที่ว่าเป็นทุกข์ เพราะมีสภาพใจความที่เป็นไป 4 ประการคือ

- 1) เป็นสภาพที่บีบคั้นหรือข่มเหง
- 2) เป็นสภาพที่ต้องปรุงแต่งเนื่อง ๆ คือต้องบำรุงบริหารสังขารอยู่เนื่อง ๆ
- 3) เป็นสภาพที่ทำให้เดือดร้อน เช่น ร่างกายไม่แข็งแรงก็เดือดร้อน
- 4) เป็นสภาพที่ไม่คงที่ กลับกลอกและฉิบหายด้วยความเย็นและร้อน⁷⁵

คำว่า สังขิตเตน ปัญญาพานักขันธา ทุกขา คือเมื่อสรุปแล้ว ใจความในทุกข์ทั้งปวงก็เพราะอุปาทานในชั้นทั้ง 5 นั้นเอง จึงเป็นทุกข์⁷⁶ ทุกข์ทั้งหมดที่กล่าวมาแล้วใน 11 กองนี้ได้แก่อะไร ได้แก่ จิต

⁷⁴ ที.ม.อ. (ไทย) 6/24.

⁷⁵ ขุ.ป.อ. (ไทย) 51/484.

⁷⁶ ที.ม. (ไทย) 10/383/318.

เจตสิก รูป หรือชั้น 5 ได้แก่ จิต เจตสิก รูป อันเป็นตัวทุกข์ ซึ่งมีชาติ คือการปฏิสนธิเป็นต้น จึงเป็นอันว่า ทุกข์ทั้งหลายเหล่านี้ มีขึ้นได้เพราะชั้น 5 หรือรูปนาม นั้นเอง

2. สมุทัยที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ

สมุทัย เป็นเหตุเกิดแห่งทุกข์หรือสาเหตุของปัญหา ได้แก่ โลกเจตสิก ซึ่งเป็นตัวสภาวะธรรมของ กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา ตัณหาเหล่านี้ เป็นตัวเหตุให้เกิดทุกข์ได้จริง มีการทำให้เกิดขึ้นในภพ ใหม่ เป็นต้น จึงเรียกตัณหาเหล่านี้ว่า สมุทยอริยสัง

พระสุตตันตปิฎก สุมังคลวิลาสิณี มหาวรรคคอรรถถา ปราภุข้อมความเกี่ยวกับทุกขสมุทย- อริยสังว่า อริยสัง คือ ทุกขสมุทัย (เหตุให้เกิดทุกข์) ตัณหา (ความทะยานอยาก) มีความเกิดขึ้นอีกเป็นปกติ ประกอบด้วยความกำหนัด ด้วยอำนาจแห่งความเพลิตเพลิน มักเพลินยิ่งใน อารมณ์นั้น ๆ นี้ คือ

- 1) กามตัณหา
- 2) ภวตัณหา
- 3) วิภวตัณหา⁷⁷

พระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ สัจจวิภังค์ ปราภุข้อมความเกี่ยวกับทุกขสมุทยอริยสังว่า ทุกขสมุทย อริยสัง ได้แก่ ตัณหาเป็นเหตุเกิดในภพใหม่ สหระคตด้วยความกำหนัดยินดี เป็นเหตุ เพลิตเพลินใน อารมณ์นั้น ๆ คือ กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา⁷⁸

ทุกขสมุทยอริยสัง แปลว่า ธรรมชาติที่เป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ เป็นความจริงของ พระอริยเจ้าทั้งหลาย⁷⁹ ต้นเหตุให้เกิดทุกข์ คือ ตัณหา องค์ธรรม ได้แก่ โลกเจตสิกดวงเดียวเท่านั้น

คัมภีร์ปรมัตถทีปนี ปราภุข้อมความเกี่ยวกับทุกขสมุทยอริยสังว่า ตัณหา เพราะเป็นแดนเกิด แห่งทุกข์ มีอรรถ 4 ประการ⁸⁰ คือ

- 1) อายุหนตฺโถ มีอรรถว่า กระทำให้ทุกข์บังเกิดขึ้น
- 2) นิทานตฺโถ มีอรรถว่า เป็นแดนเกิดแห่งทุกข์

⁷⁷ ที.ม.อ. (ไทย) 2/2/-/296.

⁷⁸ อภิ.วิ. (ไทย) 35/203/167.

⁷⁹ ม.ม. (ไทย) 12/91/66

⁸⁰ ภูพิงคราชนิเวศน์, สารัตถสมุจจัย อรรถกถาภาณวาร เล่ม 4, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท โรงพิมพ์กรุงเทพ จำกัด, 2532), หน้า 53-61.

3) สงโยคตโถ มีอรรถว่า ประกอบไว้ซึ่งทุกข์มิให้พ้นไป

4) ปลิโพตโถ มีอรรถว่า ให้กังวลอยู่แต่ในกองทุกข์

โลกเจตสิกหรือตัณหา เป็นความอยากได้ เป็นความปรารถนา ซึ่งมักจะไม่รู้จักอ้อมไม่รู้จักพอ เมื่อมีความอยากได้ มีความปรารถนาเกิดขึ้นแล้ว ต้องเป็นทุกข์ในการแสวงหาเพื่อให้ได้มาตามความปรารถนานั้น ๆ ถ้าหาไม่ได้ ก็มีความไม่สมหวังดังที่ปรารถนา ครั้นได้มาแล้วเป็นทุกข์ในการระวังรักษา เมื่อรักษาไม่ดี แตกหักสูญหายไป ความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก รวมความว่า ได้ก็ทุกข์ ไม่ได้ก็ทุกข์ ต่อเมื่อใดตัดต้นตอต้นเหตุ คือ ความปรารถนาลงเสียได้ ทุกข์ก็จะมีไม่เลย

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) รจนา อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า ได้กล่าวข้อความเกี่ยวกับทุกข์สมุทยอริยสัจว่า ความจริงเหตุแห่งทุกข์ หมายถึง ตัณหาที่เป็นอนุสัยกิเลสอันนอนเนื่องในกระแสจิต ตรัสไว้โดยปริยาย (โดยอ้อม)⁸¹ เมื่อผู้ใดเห็น ทุกข์สมุทัย ผู้นั้นชื่อว่าย่อมเห็น แม้ทุกข์ ทุกขนิโรธ และทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาด้วย⁸²

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้กล่าวข้อความเกี่ยวกับทุกข์สมุทยอริยสัจว่า เป็นความผูกพันที่ก่อให้เกิดภพใหม่ ประกอบด้วยความยินดีพอใจ เพลิดเพลินในภพ และในอารมณ์ เป็นความผูกพันในกามคุณอารมณ์ ความผูกพันที่มีความเห็นผิดว่าภพเที่ยง และความผูกพันที่มีความเห็นผิดว่าภพขาดสูญ⁸³

ส่วนในทางพระพุทธศาสนาแสดงไว้ว่า ตัณหา⁸⁴ โดยสรุพบมี 3 คือ

1) กามตัณหา ได้แก่ ความยินดี ชอบใจ พอใจ และความปรารถนาในอารมณ์ ทั้ง 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส การสัมผัสถูกต้อง และความนึกคิด ความปรารถนา เช่นนี้ ได้แก่ โลกเจตสิกที่ประกอบกับจิตทั้ง 8 ดวง

2) ภวตัณหา ได้แก่ ความชอบใจติดใจในกามภพ คือ การได้เกิดเป็นมนุษย์ และเทวดาคือ

1. ความพึงพอใจในรูปภพ คือ การได้เกิดเป็นรูปพรหม

⁸¹ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่ง พระอริยเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรศาสนการพิมพ์, 2554), หน้า 73.

⁸² เรื่องเดียวกัน, หน้า 183.

⁸³ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม 1, แปลโดย พระคันธสารากวีวงศ์, (นครปฐม: ซีเอไอเซ็นเตอร์, 2548), หน้า 287.

⁸⁴ วิ.ม. (ไทย) 4/14/21, อภิ.วิ. (ไทย) 35/203/167-169.

2. ความพึงพอใจในรูปภพ คือ การได้เกิดเป็นรูปพรหม
3. ความพึงพอใจในฌานสมบัติ คือ การได้รูปฌาน อรูปฌาน
4. ความพึงพอใจในกามคุณอารมณ์ที่ประกอบด้วยสัสสตทิวฏฐิ โดยยึดถือว่าไม่สูญหายไปไหน เป็นอย่างไรก็เป็นอยู่อย่างนั้น ความปรารถนาเช่นนี้ ได้แก่ โลกที่สหรรคด้วยสัสสตทิวฏฐิ 4 ดวง

3) วิภวตัณหา ได้แก่ ความติดใจชอบใจในอุจเฉททิวฏฐิ คือ ติดใจว่าสัตว์ทั้งหลายตายไปแล้วก็สูญกรรม และผลของกรรมก็สูญตามไปด้วยเหมือนกัน เช่นนี้ ได้แก่ โลกที่สหรรคด้วยอุจเฉททิวฏฐิ 4 ดวง ตัณหา คือ โลภะ อันเป็นตัวสมุทัยนี้ เป็นธรรมที่ควรละ ควรประหาร

1. การละการประหารได้ชั่วคราวนั้น เรียกว่า ตทังคปะหาน เป็นการพ้นชั่วคราวเท่านั้น การพ้นชั่วคราวเช่นนี้ เรียกว่า ตทังควิมุตติ

2. การประหารการพ้นชั่วคราวนี้ เพียงแต่รักษาศีล ก็ละได้ ก็พ้นได้ การละการประหารได้ด้วยกรรมใหม่ อันเป็นการละการประหารด้วยอำนาจ สมาธิ คือ ฌานนั้น เป็นการข่มไว้ได้นานจนฌานเสื่อม การประหารชนิดนี้ เรียกว่า วิกขัมภนปะหาน การพ้นชนิดนี้เรียกว่า วิกขัมภนวิมุตติ

3. การละการประหารด้วยปัญญา คือ มรรคญาณ เป็นการประหารได้อย่าง เต็ดขาดแน่นอน กิเลสที่ถูกระงับแล้ว ละเว้นเช่นนี้เป็นไม่มีวันที่จะเกิดขึ้นมาอีกได้เลย การประหารเช่นนี้เรียกว่า สมุจเฉทปะหาน การพ้นเช่นนี้เรียกว่า สมุจเฉทวิมุตติ

ทุกขสมุทยอริยสัจ หมายถึง ธรรมชาติที่เป็นเหตุปัจจัยให้เกิดทุกข์ เหตุปัจจัย คือ ตัณหาที่เป็นอนุสัยกิเลสที่นอนเนื่องในจิต เป็นเหตุให้เกิดภพใหม่ ด้วยความยินดี เพลิดเพลินในอารมณ์ มีกามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา โดยยึดถือตัวตนเป็นที่ตั้ง จึงทำให้ชีวิตถูกบีบคั้นอยู่ตลอดเวลา ไม่อิสระ เป็นเหตุให้ทุกข์ปรากฏขึ้น และกักขังมิให้พ้นไปจากทุกข์

3. นิโรธที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ

นิโรธ เป็นความดับทุกข์ ความพ้นทุกข์ ความสำรอก ความดับโดยไม่เหลือของตัณหา ความปล่อยวาง ความสลละคืน การที่ตัณหาดับไปไม่เหลือ ด้วยการคลายออก สละเสียได้ สลัดออก พ้นไปได้ ไม่พัวพัน คือ ภาวะแห่งนิพพาน ที่ไม่มีความทุกข์⁸⁵

⁸⁵ อภิ.วิ. (ไทย) 35/204/169-171.

พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค ปราภุข้อมความเกี่ยวกับทุกขนิโรธอริยสังข์ ว่า ทุกขนิโรธอริยสังข์ ความจริงอันประเสริฐ คือ ความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่ตัณหาดับสิ้นไป ความปล่อยวาง ความไม่ติดข้อง ความหลุดพ้น สงบ ปลอดภัยเป็นอิสระ คือ พระนิพพาน นิโรธสังข์ คือ ความดับของทุกขสังข์ที่เป็นรูป-นาม เมื่อผู้ปฏิบัติบรรลุมรรคญาณรับเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์ ดังพระพุทธพจน์ว่า ความดับสนิทตัณหาทั้งหมด ความสละตัณหา ความปล่อยตัณหา ความวางตัณหา และความไม่พัวพันในตัณหานั้น⁸⁶

อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก สัจจวิภังคินิเทศ สัมโมหวิโนทนีอรรถกถา ได้กล่าวข้อความเกี่ยวกับทุกขนิโรธอริยสังข์ว่า สังข์จะที่สาม เพราะศัพท์ว่า นิ ย่อมแสดงว่าไม่มี และศัพท์ว่า โธธ ย่อมแสดงถึงผู้ท่องเที่ยว 2 เพราะฉะนั้น ในสังข์จะที่สาม (นิโรธ) นี้ จึง ได้แก่ ความไม่มีความท่องเที่ยวไปแห่งทุกข์กล่าวคือ การท่องเที่ยวไปในสงสาร เพราะว่างจากคติทั้งปวง อีกอย่างหนึ่ง เมื่อพระโยคาวจรบรรลุสังข์จะที่สามนั้นแล้ว ความไม่มีการท่องเที่ยวไปแห่งทุกข์กล่าวคือ การท่องเที่ยวไปในทุกข์ทั้งหลาย พระพุทธเจ้าตรัสว่า ทุกขนิโรธ เพราะเป็นปฏิปักษ์ต่อการท่องเที่ยวไปนั้น อีกอย่างหนึ่ง เรียกว่า ทุกขนิโรธ เพราะเป็นปัจจัยแก่ความไม่เกิด คือ ความดับสนิทแห่งทุกข์⁸⁷

ในนิโรธสังข์นิเทศ ปราภุข้อมความเกี่ยวกับทุกขนิโรธอริยสังข์ว่า ทุกขนิโรธอริยสังข์ คือ ความสำรอก และความดับกิเลสตัณหานั้นโดยไม่เหลือด้วยวิราคะ ความปล่อยวาง ความสละคืน ความพ้นความไม่ติดอยู่ ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ทุกขนิโรธอริยสังข์⁸⁸

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) ได้กล่าวข้อความเกี่ยวกับนิโรธสังข์ว่า เป็นความจริง คือ ความดับทุกข์ หมายถึง ความดับทุกข์สังข์ และสมุทยสังข์เหล่านั้นในขณะบรรลุนิพพาน ตรัสไว้ด้วยพระดำรัสว่า สทุมมา น ปริหายติ (ไม่เสื่อมจากพระสัทธรรม คือ โลกุตตรธรรม 9 อัน ได้แก่ มรรค 4 ผล 4 นิพพาน 1)⁸⁹

ทุกขนิโรธอริยสังข์ แปลว่า ธรรมที่เป็นเครื่องดับทุกข์ เป็นความจริงของพระอริยเจ้าทั้งหลาย องค์ธรรม ได้แก่ นิพพาน⁹⁰ นิโรธ คือ สลัดออก อันปัจจัยปรุงแต่งไม่ได้ เป็นอมตะ

⁸⁶ ที.ม. (ไทย) 10/401/332.

⁸⁷ อภิ.วิ.อ. (ไทย) 2/1/-/295.

⁸⁸ ที.ม. (ไทย) 10/401/332-334, อภิ.วิ. (ไทย) 35/204/169-171.

⁸⁹ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวิงสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่ง พระอริยเจ้า, หน้า 73.

⁹⁰ ภูพิงคราชนิเวศน์, สารัตถสมุจจัย อรรถกถาภาณวาร เล่ม 4, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท โรงพิมพ์กรุงเทพ จำกัด, 2532), หน้า 53-61.

นิโรธสัง คือ ความดับของทุกขสังที่เป็นรูป-นาม ทั้งหมด เมื่อนักปฏิบัติบรรลุมรรคญาณรับเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์แล้วย่อมหยั่งเห็นว่ารูป-นาม ทั้งหมดเป็นทุกข์ และปราศจากตัณหาที่เพิลิตเพลินยินดีในรูป-นาม ด้วยเหตุนี้ อุปาทานชั้น 5 ที่ควรจะเกิดขึ้นย่อมดับไปไม่เกิดขึ้นอีก จัดเป็นความดับที่ไม่มีขันธเหลืออยู่ซึ่ง เรียกว่า อนุปาทิสเสสนิพพานหรือ อนุปาทินิโรธ คือ ความดับไม่เกิดอีก ดังนั้น พระนิพพานอันเป็นอารมณ์ของมรรคญาณจึงชื่อว่า นิโรธสัง⁹¹

นิโรธสัง หมายถึง นิพพาน เพราะนิพพานเป็นที่ดับสิ้นแห่งตัณหา ตัณหาเป็นต้นเหตุให้เกิดทุกข์ เมื่อดับตัณหาอันเป็นต้นเหตุลงได้แล้ว ผล คือ ทุกข์อันเป็นปลายเหตุก็มีไม่ได้อยู่เอง เพราะผลย่อมมาจากเหตุ เมื่อเหตุดับผลก็ดับ เมื่อสิ้นทุกข์ ก็ถึงซึ่งความสุข

ลักษณะที่จุดกะแห่งนิพพานแสดงไว้ว่า

- 1) สนฺติลกฺขณา มีความสงบจากเพลิงทุกข์ เป็นลักษณะ
- 2) อจฺจุตฺรสา มีความไม่แตกดับ เป็นกิจ
- 3) อนิมนิตฺตปจฺจุปฺภูจฺจนาไม่มีนิมิตเครื่องหมาย เป็นอาการปรากฏ
- 4) (วา) นิสฺสรณปจฺจุปฺภูจฺจนา (หรือ) มีความออกไปจากภพ เป็นผล
- 5) ปทฺฐจฺจนา น ลพฺภติ ไม่มีเหตุใกล้ให้เกิด (เพราะนิพพานเป็นธรรมที่พ้นจากเหตุจากปัจจัยทั้งปวงมาปรุงแต่ง)⁹²

นิโรธนั้น คือ

- 1) ถ้ากล่าวโดยอย่างเดียว ได้แก่ อสังขตธาตุคือธาตุที่ไม่มีปัจจัยปรุง
- 2) ถ้าจะกล่าวโดยที่มี 2 นัย⁹³ ได้แก่ สอุปาทิสเสสนิพพาน คือดับกิเลสได้หมดสิ้นแล้ว แต่ยังทรงชีพอยู่ กับอนุปาทิสเสสนิพพาน คือดับกิเลสได้หมดสิ้นและสิ้นชีพด้วย
- 3) ถ้ากล่าวโดยที่มี 3 นัย⁹⁴ ได้แก่ อนิมิตตนิพพาน อัปณิหิตนิพพานและ สุกญุตนิพพาน

⁹¹ ภูพิงคราชนิเวศน์, สารัตถสมุจจัย อรรถกถาภาณวาร เล่ม 4, หน้า 287-288.

⁹² ชุนสรพรกิงโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะที่จุดกะแห่งปรมัตถธรรม, (กรุงเทพมหานคร:บริษัท คัลเลอร์ส โฟร์ จำกัด, 2537), หน้า 38.

⁹³ ชุ.อิติ. (ไทย) 25/44/392.

⁹⁴ ชุ.ม. (ไทย) 29/87/264.

4) ถ้ากล่าวโดยที่มี 4 นัย⁹⁵ ได้แก่ เพราะบรรลุด้วยมรรค 4 คือ โสตาปัตติมรรค สกิทาคามิมรรค อนาคามิมรรค และอรหัตมรรค

5) ถ้ากล่าวโดยที่มี 5 นัย⁹⁶ ได้แก่ เพราะดับความยินดีจากกามคุณ 5

6) ถ้ากล่าวโดยที่มี 6 นัย⁹⁷ ได้แก่ ความดับแห่งประเภทของตัณหาทั้ง 6 มีรูปตัณหา เป็นต้น

ทุกขนิโรธอริยสังข์ คือ ความดับสนิทแห่งกองทุกข์ เป็นความดับสิ้นแห่งกิเลสและตัณหา อันเป็นต้นเหตุให้เกิดทุกข์ การดับไม่เหลือนี้ เมื่อเหตุดับผลก็ดับ เมื่อสิ้นทุกข์ เมื่อดับตัณหาอันเป็นต้นเหตุได้ การปล่อยวาง การสละคืน การพ้น การยึดไม่ติด การไม่ท่องเที่ยวไปแห่งทุกข์ อันเป็นปัจจัยแก่การไม่เกิด การที่ตัณหาดับไปไม่เหลือ คือ สภาวะแห่งพระนิพพาน อันเป็นอยู่ด้วยปัญญา ซึ่งบริสุทธิ์ อิศระ สงบ ปลอดภัย โปร่ง ผ่องใส เบิกบาน สว่างจากกิเลส และทุกข์ ไม่มีปัจจัยปรุงแต่ง ไม่มีรูป-นาม ชั้น 5 นั้นเอง

4. มรรคที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

มรรคสังข์⁹⁸ เป็นมัชฌิมาปฏิปทาที่เป็นทางสายกลาง อันเป็นข้อปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึงความตรัสรู้ อริยสังข์ 4 เป็นธรรมที่ดับกิเลส และดับทุกข์ได้ ด้วยมรรคเป็นทางอันประเสริฐมีองค์ 8 คือ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ

พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ ปราภุขข้อความเกี่ยวกับทุกขนิโรธคามินี ปฏิปทาอริยสังข์ว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสังข์ (อริยสังข์ คือ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับ) คือ อริยมรรคมีองค์ 8 ได้แก่ 1) สัมมาทิฐิ 2) สัมมาสังกัปปะ 3) สัมมาวาจา 4) สัมมากัมมันตะ 5) สัมมาอาชีวะ 6) สัมมาวายามะ 7) สัมมาสติ 8) สัมมาสมาธิ⁹⁹

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) ได้กล่าวข้อความเกี่ยวกับทุกขนิโรธ คามินีปฏิปทาอริยสังข์ว่า มรรคสังข์ ความจริง คือ ทางดับทุกข์ หมายถึง อริยมรรคมีองค์ 8 ซึ่งผู้มีธรรมเป็นที่ ยินดี ยินดีในธรรม หมั่นพิจารณาธรรม มีสติกำหนดถึงธรรม ประพฤติอยู่ ตรัสไว้โดย ปรีชา (โดยอ้อม)¹⁰⁰

มรรคอริยสังข์ ได้แก่ อัญ्ञฐังคิกมรรค คือ มรรคมีองค์ 8

⁹⁵ ที.ปา.อ. (บาลี) 187/103.

⁹⁶ อง.ฉก.อ. (บาลี) 3/26/110.

⁹⁷ ม.ม. (ไทย) 12/96/91.

⁹⁸ อภิ.วิ. (ไทย) 35/205/171-173.

⁹⁹ ม.อ. (ไทย) 14/375/421-422.

¹⁰⁰ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวัจนปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า, หน้า 73.

1) สัมมาทิฐิ¹⁰¹ หมายถึง มีปัญญาเห็นแจ้งอริยสัจ 4 เห็นไตรลักษณ์ เห็นปฏิจ สมุบาท ได้แก่ ปัญญาเจตสิกที่ในมรรคจิต 4 ประหารมิจฉาทิฐิ คือ อวิชชา (โมหะ) ตามกำลังแห่งมรรคนั้น

2) สัมมาสังกัปปะ¹⁰² หมายถึง ความนึกคิดในทางสละปลอดจากกาม ความนึกคิดปลอดจากพยาบาท และ ความนึกคิดปลอดจากการเบียดเบียน ได้แก่ วิตกเจตสิกที่ในมรรคจิต 4 ประหาร กามวิตก พยาบาทวิตก และวิหิงสาวิตก ตามกำลังแห่งมรรค มีแต่การยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ พระนิพพาน คือ มีวิตกในนิพพาน โดยมีพระนิพพานเป็นอารมณ์

3) สัมมาวาจา¹⁰³ หมายถึง พูดคำสัตย์ พูดไม่ส่อเสียด พูดคำอ่อนหวาน พูดสิ่งมีสาระ ได้แก่ สัมมาวาจาวิริตีเจตสิกที่ในมรรคจิต 4 ประหารมิจฉาวาจา คือ วจีทุจริต 4 ตามกำลังแห่งมรรค โดยมีพระนิพพานเป็นอารมณ์

4) สัมมากัมมันตะ¹⁰⁴ หมายถึง ไม่เบียดเบียนชีวิตสัตว์ทั้งหลาย ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดในกาม ได้แก่ สัมมากัมมันตวิริตีเจตสิกที่ในมรรคจิต 4 ประหาร มิจฉากัมมันตะ คือ กายทุจริต 3 ตามกำลังแห่งมรรค โดยมีพระนิพพานเป็นอารมณ์

5) สัมมาอาชีวะ¹⁰⁵ หมายถึง เว้นมิจฉาชีพ ประกอบสัมมาอาชีพ ได้แก่ สัมมา อาชีวิวิริตีเจตสิกในมรรคจิต 4 ประหาร มิจฉาอาชีวะ คือ มีความเป็นอยู่ที่ทุจริต 7 ประการ โดยมีพระนิพพานเป็นอารมณ์

6) สัมมาวายามะ¹⁰⁶ หมายถึง เพียรระวังความชั่วไม่ให้เกิดขึ้น เพียรกำจัดความชั่วที่เกิดขึ้น ได้แก่ วิริยเจตสิกที่ในมรรคจิต 4 ประหารมิจฉาวายามะ คือ ความเพียรที่ผิดที่เป็นทุจริต มีแต่เพียรถึงพระนิพพาน โดยมีพระนิพพานเป็นอารมณ์

7) สัมมาสติ¹⁰⁷ หมายถึง พิจารณาเห็นภายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และในธรรม ได้แก่ สติเจตสิกที่ในมรรคจิต 4 ประหารมิจฉาสติ คือ ความปราศจากสติสัมปชัญญะ คงมีแต่สติที่ระลึก รู้อยู่แต่พระนิพพาน โดยมีพระนิพพานเป็นอารมณ์

¹⁰¹ ที.ม. (ไทย) 10/402/335.

¹⁰² ที.ม. (ไทย) 10/402/335.

¹⁰³ ที.ม. (ไทย) 10/402/335.

¹⁰⁴ ที.ม. (ไทย) 10/402/335.

¹⁰⁵ ที.ม. (ไทย) 10/402/336.

¹⁰⁶ ที.ม. (ไทย) 10/402/336.

¹⁰⁷ ที.ม. (ไทย) 10/402/336.

8) สัมมาสมาธิ หมายถึงฌาน 4¹⁰⁸ ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิกที่มีัคคจิต 4 ประหารมิถฉาสมาธิ คือ การขาดความตั้งใจมั่นโดยชอบ คงมีแต่ความตั้งใจมั่นแน่วแน่ในพระนิพพาน โดยมีพระนิพพานเป็นอารมณ์

ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสังหรือ มรรคสัง คือ อุบายดำเนินไปสู่ความดับทุกข์ ที่เป็นเครื่องนำไปสู่พระนิพพาน โดยมุ่งตรงต่อพระนิพพาน พระอริยะเจ้ามีพระพุทธเจ้า เป็นต้น ย่อมแทงตลอดสังขะนี้ คือ อริยมรรคมีองค์ 8 ซึ่งเป็นธรรมที่ทำให้แจ้งแทงตลอดในธรรมที่เป็นเหตุ เป็นข้อปฏิบัติ และปฏิบัติที่ทำให้ผู้ปฏิบัติตามได้เข้าถึงความดับทุกข์ ออกจากทุกข์ และเข้าถึงพระนิพพานได้ด้วยความจริง

ในตอนท้ายของธัมมจักกัปปวัตตนพระสูตร พระพุทธเจ้าตรัสว่า จักขุเกิดขึ้นแล้ว ญาณเกิดขึ้นแล้ว ปัญญาเกิดขึ้นแล้ว วิชชาเกิดขึ้นแล้ว แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วในธรรมทั้งหลายที่เราไม่เคยสดับมาก่อนว่า

- 1) นี้ทุกข์อริยสัง ควรกำหนดรู้ เราได้กำหนดรู้แล้ว
- 2) นี้ทุกขสมุทยอริยสัง ควรละเสีย เราละได้แล้ว
- 3) นี้ทุกขนิโรธอริยสัง ควรทำให้แจ้ง เราได้ทำให้แจ้งแล้ว
- 4) นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัง ควรให้เจริญ เราได้ให้เจริญแล้ว¹⁰⁹

ตราบใดที่ปัญญาอันรู้เห็นตามที่เป็นจริงในอริยสัง 4 เหล่านี้ของเรา ซึ่งมีรอบ 3 มีอาการ 12 อย่างนี้ ยังไม่หมดจดแก่เรา ตราบนั้นเรายังไม่ประกาศตนว่า เป็นผู้ตรัสรู้สัมมาสัมโพธิญาณอันยอดเยี่ยมในโลก ที่มีเทวดา มาร และพรหม ในเหล่าสัตว์มีสมณะ พรหมณ์ พร้อมด้วยเทวดาและมนุษย์¹¹⁰

สรุปว่า อริยสัง 4 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน โดยพระพุทธองค์จึงทรงแสดงทุกขสังไว้เป็นอันดับแรกในอริยสัง 4 ทั้งนี้ก็เพราะทุกข์เป็นของหยาบ รุ้ง่ายกว่าสมุทัย และแท้จริงแล้วก็มีแต่ทุกข์เท่านั้นที่เคลื่อนไหว กิ่งสมควรให้สัตว์ทั้งหลาย กำหนดรู้ความจริงของโลกว่าเป็นทุกข์ นี่เป็นอันดับที่ 1 ทรงแสดงสมุทัยเป็นอันดับที่ 2 เพราะสมุทัยเป็นธรรมที่สุขุม ยากที่สัตว์จะรู้ได้ในเมื่อไม่รู้จักตัวทุกข์เสียก่อน เมื่อผู้ปฏิบัติเห็นโทษของสมุทัยคือตัณหาแล้ว ก็เกิดความเบื่อหน่ายในทุกข์ เมื่อเกิดความเบื่อหน่ายแล้ว ก็คลายความกำหนัดยินดีในทุกข์ ทรงแสดงนิโรธเป็นอันดับที่ 3 เมื่อเกิดปัญญาหยั่งลงเห็นธรรมที่ดับทุกข์คือนิโรธแล้ว จึงกลับมารู้เหตุคือข้อปฏิบัติที่ทำให้ดำเนินมาถึงธรรมที่ดับทุกข์ โดยเหตุนี้ จึงแสดง

¹⁰⁸ ที.ม. (ไทย) 10/402/337.

¹⁰⁹ วิ.ม. (ไทย) 4/15/22-23.

¹¹⁰ ส.ม. (ไทย) 19/1081/592-596.

มรรคสังข์เป็นอันดับที่ 4 เพราะอริยสังข์ธรรมจึงต้องมี 4 จะลดอันใดอันหนึ่งย่อมไม่ได้ และเมื่อปัญญาเข้าถึงสังข์จะอันใดอันหนึ่ง ก็เป็นอันว่าเข้าถึงธรรมทั้ง 4 สังข์จะได้ ญาณที่รู้ในเหตุผลของอริยสังข์ธรรม จึงต้องมีความสัมพันธ์ติดต่อกันไปดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

3.1.6 ปฏิจจสมุปบาทที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ

การศึกษาหลักปฏิจจสมุปบาทให้เกิดความเข้าใจได้ถูกต้องนั้น จำเป็นต้องศึกษาคำจำกัดความและความหมายขององค์ประกอบแต่ละหัวข้อให้รู้ชัดเจนเสียก่อน เพื่อจะได้ไม่เข้าใจผิดในเรื่องกระบวนการที่เกิดขึ้นและดับไปของสรรพสิ่ง จนทำให้หลักพุทธธรรมถูกทำลายและไร้ค่า

ปฏิจจสมุปบาท มาจากคำบาลีว่า ปฏิจจสมุปบาท ซึ่งประกอบด้วยคำ ปฏิจจ กับ คำว่า สมุปบาท ปฏิจจ แปลว่า อาศัย สมุปบาท (แยกเป็น สัม + ุปบาท เกิดขึ้น) แปลว่า การเกิดขึ้นร่วมกัน¹¹¹ เมื่อรวมคำทั้ง 2 เข้าด้วยกัน จึงแปลได้ว่า การเกิดขึ้นร่วมกันโดยอาศัยกันการเกิดขึ้นร่วมกันโดยอาศัยกันนี้ คือ การเกิดขึ้นร่วมกันโดยอาศัยกันของอวิชชา สังขาร วิญญาณ นามรูป สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ ชรามรณะธรรม 12 ประการนี้ต่างเกิดขึ้นร่วมกันโดยอาศัยกันเกิดขึ้น ไม่ใช่ต่างฝ่ายต่างเกิดด้วยตัวเองโดด ๆ ซึ่งปฏิจจสมุปบาทที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ทรงมุ่งหมายที่จะทรงแสดงถึง ภาวะที่ต่างฝ่ายต่างเป็นปัจจัยให้กันและกันเกิดขึ้น ดังจะเห็นได้จากพระพุทธรูปที่ตรัสไว้ว่า

ภิกษุทั้งหลาย ปฏิจจสมุปบาทคืออะไร คือ

- | | |
|---|-----------------------------------|
| 1) การที่อวิชชาเป็นปัจจัยให้เกิดสังขาร | 2) สังขารเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ |
| 3) วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป | 4) นามรูปเป็นปัจจัยให้เกิดสฬายตนะ |
| 5) สฬายตนะเป็นปัจจัยให้เกิดผัสสะ | 6) ผัสสะเป็นปัจจัยให้เกิดเวทนา |
| 7) เวทนาเป็นปัจจัยให้เกิดตัณหา | 8) ตัณหาเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน |
| 9) อุปาทานเป็นปัจจัยให้เกิดภพ | 10) ภพเป็นปัจจัยให้เกิดชาติ |
| 11) ชาติเป็นปัจจัยให้เกิดชรามรณะ ¹¹² | |

จากนั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสถึงผลที่เกิดจากการที่ธรรมทั้งหลายได้อาศัยกันเกิดขึ้น โสภปริเทวทุกขโทมนัสและอุปายาส ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งหมดนี้ ย่อมมีด้วย

¹¹¹ ธีรวัสส์ บำเพ็ญบุญบารมี, **หลักปฏิบัติพิจารณาปฏิจจสมุปบาท**, (นครปฐม: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, 2551), หน้า 5.

¹¹² ส.นิ. (ไทย) 16/2/2.

ในปัจจุบันสูตร พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสว่า พระตถาคตทั้งหลายเสด็จอุบัติขึ้นก็ตาม ไม่เสด็จอุบัติขึ้นก็ตาม ธาตุอันนั้นคือ ธรรมฐิติ ธรรมนิยาม อิทัปปัจจย ก็ยังดำรงอยู่ พระตถาคตย่อมตรัสรู้ ย่อมตรัสรู้ทั่วถึงธาตุอันนั้น ครั้นแล้วย่อมตรัสบอก ทรงแสดงบัญญัติ แต่งตั้ง เปิดเผย จำแนก กระทำให้ตื่น และตรัสว่า ท่านทั้งหลาย จงดู เพราะอวิชาเป็นปัจจัย จึงมีสังขาร ภิกษุทั้งหลาย ความจริง ความไม่คลาดเคลื่อน ความไม่เป็นอย่างอื่น มูลเหตุอันแน่นอนในธาตุอันนั้น เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท¹¹³

จากพุทธคำนี้สรุปได้ว่า ปฏิจจสมุปบาท นี้มีชื่อเรียกอื่น ๆ ได้อีก ดังนี้ คือ

- 1) ธรรมฐิตตา หรือ ธรรมฐิติ แปลว่า ความดำรงอยู่แห่งธรรม
- 2) ธรรมนิยามตา หรือ ธรรมนิยาม แปลว่า ความแน่นอนแห่งธรรม ความแน่นอนตามธรรม
- 3) อิทัปปัจจยตา แปลว่า ความมีสิ่งนี้เป็นปัจจัย
- 4) ตถตา แปลว่า ความเป็นเช่นนั้นเอง
- 5) อวิตถตา แปลว่า ความไม่ผิดจากความเป็นเช่นนั้น
- 6) อนัญญถตา แปลว่า ความไม่เป็นอย่างอื่น
- 7) ปัจจยาการ แปลว่า อาการแห่งปัจจัย¹¹⁴

นอกจากนี้ในกัจจานโคตตสูตร พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า กัจจานะ ส่วนสุดข้อที่ 1 นี้ว่า สิ่งทั้งปวงมีอยู่ ส่วนสุดข้อที่ 2 นี้ว่า สิ่งทั้งปวงไม่มี ตถาคตแสดงธรรมโดยสายกลางไม่เข้าไปใกล้ส่วนสุดทั้งสองนั้นว่า เพราะอวิชาเป็นปัจจัย จึงมีสังขารเพราะสังขารเป็นปัจจัยจึงมีวิญญาณ... ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งหมดนี้ ย่อมมีด้วยประการอย่างนี้ เพราะอวิชานั้นแหละดับ ด้วยการสำรอกโดยไม่เหลือสังขารจึงดับ เพราะสังขารดับ วิญญาณจึงดับ... ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งหมดนี้ ย่อมมีด้วยประการฉะนี้”¹¹⁵

จากพุทธพจน์นี้ทำให้ทราบว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงสุดโต่ง 2 ส่วน ส่วนแรกจัดเป็นสัสสตทิวฏฐิ เพราะเห็นว่าสิ่งทั้งปวงมีอยู่ตลอดกาล ส่วนที่ 2 จัดเป็นอจุเฉททิวฏฐิ เพราะเห็นว่าสิ่งทั้งปวงไม่มีอยู่ตลอดกาล ทิวฏฐิทั้ง 2 นี้เป็นมิจฉาทิวฏฐิ คือ ความเห็นผิด

¹¹³ ส.นิ. (ไทย) 16/27/52.

¹¹⁴ บรรจบ บรรณรุจิ, กระบวนธรรมเพื่อความเข้าใจชีวิตปฏิจจสมุปบาท, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, 2535), หน้า 4.

¹¹⁵ ส.นิ. (ไทย) 16/44/73.

คำว่า สิ่งทั้งปวง ในที่นี้ก็คือ นามรูปนั่นเอง ซึ่งฝ่ายที่เป็นสัสสตทัญญูก็มีความเห็นว่า เป็นของเที่ยงแท้ ยั่งยืน จึงมีอยู่ตลอดไป ฝ่ายที่เป็นอจุจเฉททัญญูก็มีความเห็นว่า เป็นของไม่เที่ยงแท้ ไม่ยั่งยืน จึงถือว่ามิอยู่ตลอดไปขาดสูญได้ เพื่อให้พ้นจากความเห็นสุดโต่งทั้ง 2 นี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงทรงแสดงธรรมสายกลางให้พิจารณาว่า สิ่งทั้งปวงคือ นามรูปนั้นจะมีหรือไม่มีขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ เป็นสำคัญ กล่าวคือ หากมีปัจจัยอยู่ สิ่งทั้งปวงยังคงมีอยู่ หากไม่มีปัจจัย สิ่งทั้งปวงก็ไม่มี ด้วยเหตุนี้ จึงมีผู้เรียกปฏิจจนสมุปปาทว่า มัชฌิมนิมิตตสนา คือ ธรรมเทศนาทางสายกลาง¹¹⁶

ปฏิจจนสมุปปาท มีองค์ประกอบซึ่งเป็นหลักการสำคัญทั้งหมด 12 ข้อ แต่ละข้อมีประเด็นควรศึกษาให้ทราบไว้เป็นเบื้องต้น ได้แก่

(1) อวิชชา¹¹⁷ หมายถึง ความไม่รู้ ตรงข้ามกับวิชา ความไม่รู้ในที่นี้คือ

- 1) ความไม่รู้ในทุกข์
- 2) ความไม่รู้ในทุกขสมุทัย คือ เหตุเกิดแห่งทุกข์
- 3) ความไม่รู้ในทุกขนิโรธ คือ ความดับแห่งทุกข์
- 4) ความไม่รู้ ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา คือ ข้อปฏิบัติที่ให้ถึงความดับแห่งทุกข์

(2) สังขาร¹¹⁸ หมายถึง สิ่งที่ถูกปัจจัยปรุงแต่งคือ

1) ความจงใจที่ประกอบด้วยเจตนาอันแสดงออกทางกาย เรียกว่า กายสังขาร ได้แก่ สภาวะที่ปรุงแต่งกาย

2) การแสดงออกทางวาจา เรียกว่า วจีสังขาร ได้แก่ สภาวะที่ปรุงแต่งวาจา

3) การแสดงออกทางใจ เรียกว่า จิตตสังขาร ได้แก่ สภาวะที่ปรุงแต่งใจ

4) ความคิดที่ปรุงแต่งเกิดขึ้นนี้อาจจะมีทั้งที่เป็นส่วนดี เป็นบุญ เรียกว่า ปุญญาภิ-สังขาร

5) ส่วนที่ไม่ดี เป็นบาป เรียกว่า อปุญญาภิสังขาร

6) ความคิดที่ปรุงแต่งจิตอันมั่นคงของผู้ที่ได้บรรลุอรุรูปสมบัติ เรียกว่า อานัญญาภิ-สังขาร

¹¹⁶ บรรจบ บรรณรุจิ, ภาวะบวรธรรมเพื่อความเข้าใจชีวิตปฏิจจนสมุปปาท, หน้า 9.

¹¹⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 520.

¹¹⁸ เรื่องเดียวกัน, หน้า 411.

ส่วนความคิดที่ปรุงแต่งกายสังขารและวจีสังขาร เป็นปญญาภิสังขาร และอปญญาภิ-สังขาร แต่ในจิตตสังขารเป็นสังขารได้ทั้ง 3 ประการ

(3) วิญญาณ หมายถึง ความรู้แจ้งอารมณ์ต่าง ๆ อันได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางกาย และสัมผัสทางใจ ตามติดให้เกิดการรับรู้ต่าง ๆ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มี 6 ประการ คือ

- 1) จักขุวิญญาณ คือ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางตา
- 2) โสตวิญาณ คือ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางหู
- 3) ฆานวิญาณ คือ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางจมูก
- 4) ชิวหาวิญาณ คือ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางลิ้น
- 5) กายวิญาณ คือ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางกาย
- 6) มโนวิญาณ คือ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางใจ¹¹⁹

ในวงจรปฏิจสมุปบาทแบบข้ามภพข้ามชาติ มีปรากฏในคัมภีร์อภิธรรมและคัมภีร์อรรถกถารุ่นหลัง เช่น วิสุทธิมรรค แบ่งวิญญาณออกเป็น 2 ชนิด คือ

- 1) วิถีวิญาณ ได้แก่ วิญญาณ 6 ซึ่งเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ปวัตตวิญาณ
- 2) วิญญาณอีกชนิดหนึ่ง ทำหน้าที่เชื่อมต่อ ภพ เรียกว่า ปฏิสนธิวิญญาณ¹²⁰

(4) นามรูป คือ นามธรรม 5 อย่าง ได้แก่

- 1) เวทนา คือ ความเสวยอารมณ์
- 2) สัญญา คือ ความจำได้หมายรู้
- 3) เจตนา คือ ความจงใจ
- 4) ผัสสะ คือ ความกระทบหรือสัมผัส

5) มนสิการ คือ ความกระทำไว้ในใจ หรือนามชั้น 3 คือ เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น (เจตนา ผัสสะ มนสิการ จัดเป็น สังขารชั้น)

¹¹⁹ ม.ม. (ไทย) 12/101/96, ส.นิ. (ไทย) 16/1/7.

¹²⁰ อภิ.วิ. (ไทย) 35/77/487.

รูป ได้แก่ มหาภูตรูป 4 และรูปที่อาศัยมหาภูตรูป (อุปาทายรูป) 24 และมหาภูตรูป 4 คือ ธาตุ
4¹²¹ ได้แก่

- 1) ปฐวีธาตุ คือ ธาตุดิน มีลักษณะแข็ง
- 2) อาโปธาตุ คือ ธาตุน้ำ มีลักษณะเหลว
- 3) เตโชธาตุ คือ ธาตุไฟ มีลักษณะร้อน
- 4) วาโยธาตุ คือ ธาตุลมมีลักษณะพัดไปมา

(5) สฬายตนะ คือ แตนติดต่อ 6 แตน ดังนี้

- 1) จักขวยตนะ ได้แก่ อายตนะคือตา
- 2) โสตายตนะ ได้แก่ อายตนะคือหู
- 3) ฆานายตนะ ได้แก่ อายตนะคือจมูก
- 4) ชิวหายตนะ ได้แก่ อายตนะคือลิ้น
- 5) กายายตนะ ได้แก่ อายตนะคือกาย
- 6) มนายตนะ ได้แก่ อายตนะคือใจ¹²²

ที่ต่อ 6 อย่างนี้ เรียกว่า อายตนะภายใน เพื่อต่อกับอายตนะภายนอก 6 คือ

- | | |
|--------------------|----------------------|
| 1) ตาต่อกับรูป | 2) หูต่อกับเสียง |
| 3) จมูกต่อกับกลิ่น | 4) ลิ้นต่อกับรส |
| 5) กายต่อกับสัมผัส | 6) ใจต่อกับธรรมารมณ์ |

(6) ผัสสะ คือ ความถูกต้องหรือกระทบ หมายถึง อาการที่จิตหรือวิญญาณถูกต้องหรือกระทบ
กับอารมณ์คือสิ่งเร้าแล้วเป็นปัจจัยให้เกิดความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์หรือเฉย ๆ ผัสสะมี 6 อย่าง คือ

- 1) จักขุสัมผัส ได้แก่ ความกระทบทางตา
- 2) โสตสัมผัส ได้แก่ ความกระทบทางหู

¹²¹ ม.มู. (ไทย) 12/100/95

¹²² ม.มู. (ไทย) 12/99/94, ส.นิ. (ไทย) 16/1/6-7.

- 3) ฆานสัมผัส ได้แก่ ความกระทบทางจุมุก
- 4) ชิวหาสัมผัส ได้แก่ ความกระทบทางลิ้น
- 5) กายสัมผัส ได้แก่ ความกระทบทางกาย
- 6) มโนสัมผัส ได้แก่ ความกระทบทางใจ¹²³

ความสัมผัส 3 อย่างนี้ จะต้องมิตถรรรม 3 อย่างมาประจวบกัน เช่น จักขุสัมผัสจะต้องมีจักขุปสาท รูป และจักขุวิญญาณ มาประจวบกัน ถ้าเป็นแต่เพียงจักขุปสาทกระทบกับรูปเฉย ๆ ยังไม่เกิดจักขุวิญญาณ ก็ยังไม่เป็นผัสสะ ผัสสะอื่น ๆ ก็ทำนองเดียวกัน

(7) เวทนา หมายถึง ความเสวยอารมณ์ คือ ความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์ หรือรู้สึกเฉย ๆ การเสวยอารมณ์นี้เป็นผลสืบเนื่องมาจากผัสสะ เมื่อองค์ทั้ง 3 มาประจวบกัน จึงเกิดผัสสะ ต่อจากผัสสะก็เกิดเวทนา คือ การเสวยอารมณ์ที่ต่อจากสัมผัสทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เวทนาดังกล่าวนี้มี 6 ประการตามแดนที่เกิด คือ

- 1) จักขุสัมผัสสาเวทนา ได้แก่ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางตา
- 2) โสตสัมผัสสาเวทนา ได้แก่ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางหู
- 3) ฆานสัมผัสสาเวทนา ได้แก่ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางจุมุก
- 4) ชิวหาสัมผัสสาเวทนา ได้แก่ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางลิ้น
- 5) กายสัมผัสสาเวทนา ได้แก่ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางกาย
- 6) มโนสัมผัสสาเวทนา ได้แก่ เวทนาเกิดจากสัมผัสทางใจ¹²⁴

ว่าโดยลักษณะเวทนามี 5 คือ

- 1) ความรู้สึกเป็นสุขทางกาย ได้แก่ สุขเวทนา
- 2) ความรู้สึกเป็นสุขทางใจ ได้แก่ โสมนัสเวทนา
- 3) ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางกาย ได้แก่ ทุกขเวทนา
- 4) ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางใจ ได้แก่ โทมนัสเวทนา

¹²³ ม.มู. (ไทย) 12/98/93, ส.นิ. (ไทย) 16/1/6.

¹²⁴ ม.มู. (ไทย) 12/97/92, ส.นิ. (ไทย) 16/1/6.

5) ความรู้สึกเฉย ๆ คือ รู้สึกเป็นกลาง ๆ ไม่สุข ไม่ทุกข์ ได้แก่ อุเบกขาเวทนา
เมื่อกล่าวโดยสรุปแล้ว เวทนามี 2 อย่าง คือ

- 1) เวทนาทางกาย
- 2) เวทนาทางใจ

(8) ตัณหา คือ ความทะยานอยาก เมื่อแบ่งตามแดนที่เกิดแล้ว มี 6 ประการ คือ

- 1) รูปตัณหา ได้แก่ ความทะยานอยากได้ในรูป
- 2) สัทตตัณหา ได้แก่ ความทะยานอยากได้ในเสียง
- 3) คันธตัณหา ได้แก่ ความทะยานอยากได้ในกลิ่น
- 4) รสตัณหา ได้แก่ ความทะยานอยากได้ในรส
- 5) โผฏฐัพพตัณหา ได้แก่ ความทะยานอยากได้ในโผฏฐัพพะ
- 6) รัสมตัณหา ได้แก่ ความทะยานอยากได้ในธรรมารมณ์¹²⁵

เมื่อว่าโดยอาการที่เกิด แบ่งเป็น 3 คือ

- 1) กามตัณหา
- 2) ภวตัณหา
- 3) วิภวตัณหา

(9) อุปาทาน คือ ความยึดมั่นถือมั่นในเวทนาที่ชอบหรือชัง เกิดความหลงติด 4 ประการ คือ

- 1) กามุปาทาน ได้แก่ ความยึดมั่นในกาม
- 2) ทิฏฐุปาทาน ได้แก่ ความยึดมั่นในทิฏฐิ เช่น ยึดมั่นในความเห็นว่าเป็นบุญไม่มี บาปไม่มี
- 3) สิลัพพตูปาทาน ได้แก่ ความยึดมั่นในศีลพรต ในข้อวัตรปฏิบัติของตน

4) อัตตวาหุอุปาทาน ได้แก่ ความยึดมั่นในวาทะว่ามีอัตตา คือ ถือว่าฉัน 5 มีอัตตา เป็น
ตัวตน เทียงแท้ เป็นต้น¹²⁶

(10) ภพ แปลว่า ความมีความเป็น ในที่นี้หมายถึง ภาวะแห่งชีวิต คือ ความมีขันธหรือมีนาม
รูป เพราะชีวิตต้องตกอยู่ในภพทั้ง 3 อย่างใดอย่างหนึ่งเสมอ คือ

¹²⁵ ม.ญ. (ไทย) 12/96/91, ส.นิ. (ไทย) 16/1/5.

¹²⁶ ม.ญ. (ไทย) 12/96/91, ส.นิ. (ไทย) 16/1/5.

- 1) กามภพ ได้แก่ ภพที่เป็นกามาวจร
- 2) รูปภพ ได้แก่ ภพที่เป็นรูปาวจร
- 3) อรูปภพ ได้แก่ ภพที่เป็นอรูปาวจร¹²⁷

นอกจากนี้ในอภิธรรม ยังกล่าวถึงอุปาทานเป็นปัจจัยให้เกิดกรรมภพ และอุปัตติภพ

กรรมภพ แปลว่า ภพคือกรรม ได้แก่ เจตนาและธรรมที่สัมปยุตด้วยเจตนา มีอภิขมา (ความละโมภ) เป็นต้น อันได้แก่ ปุณฺณยาสังขาร อปุณฺณยาสังขาร อาเนญยาสังขาร หรือจะกล่าวให้ง่ายคือกรรมภพนั้น ได้แก่ กุศลกรรม และอกุศลกรรม อันจะนำไปสู่กามภพ รูปภพ อรูปภพ

อุปัตติภพ แปลว่า ภพคือภาวะที่เกิดขึ้น ปรากฏขึ้น ได้แก่ อุปาทานขันธ ซึ่งก็หมายถึง ภพทั้ง 3 นั้นเอง

(11) ชาติ คือ ความเกิด ว่าโดยสมมติได้แก่ความเกิดของสัตว์ โดยปรมาตม์ ได้แก่ ความปรากฏแห่งขันธ หรือความเกิดขึ้นครั้งแรกของขันธ สรุปลแล้วชาตินี้ที่มีความหมายได้ 2 นัย คือ

1) ชาติ หมายถึงการเกิดของขันธ 5 ในแต่ละขณะจิต คือการเกิดปรากฏของอุปัตติภพใหม่ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ซึ่งถือว่าเป็นวิบาก หลังจากกรรมภพ คือ การทำความดีความชั่วสิ้นสุดลง การเกิดแบบนี้ปรากฏขึ้นในทุกขณะจิต ภาษาอภิธรรม เรียกว่า อุปปาพะ

2) ชาติ หมายถึงการเกิดของขันธ 5 ในแต่ละภพแต่ละชาติ ได้แก่ การเกิดปรากฏเป็นตัวตนมีรูปร่างในภพอารมณ์ต่าง ๆ เช่น เกิดเป็นมนุษย์ เกิดเป็นเทวดา เกิดเป็นพรหม เกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน

ทั้งนี้แล้วแต่ผลของกรรม มีอายุยืนบ้าง สั้นบ้าง การเกิดแบบนี้ ภาษาอภิธรรม เรียกว่า ปฏิสนธิ

(12) ขราและมรณะ

1) ขรา คือ ความแก่ ความเฒ่า ความคร่ำคร่าของสัตว์ มีอาการที่ปรากฏ เช่น ฟันหลุด ผมหงอก หนังเหี่ยวยุ่น หย่อนยาน อายุและกำลังวังชาลดน้อยถอยลง¹²⁸ แบ่งเป็น 2 อย่าง คือ

1. ความเสื่อมโทรมของขันธ 5 ในแต่ละขณะจิต

¹²⁷ ม.ม. (ไทย) 12/94/89, ส.นิ. (ไทย) 16/1/5.

¹²⁸ ส.นิ. (ไทย) 16/2/4.

2. ความเสื่อมโทรมของชั้น 5 ในแต่ละภพแต่ละชาติ

ความเสื่อมโทรมของชั้น 5 ในแต่ละขณะจิต หมายถึง ความตั้งอยู่ได้ชั่วขณะหนึ่งของอุป
ปัตติภพใหม่หลังจากการเกิดปรากฏ แล้วก่อนที่จะดับ กล่าวคือ ในแต่ละขณะจิต ชั้น 5 เมื่อปรากฏแล้วก็
จะคงอยู่ได้ชั่วแวบหนึ่งแล้วก็จะดับลง ขณะที่คงอยู่ อภิสธรรมเรียกว่า ฐิติ แต่ก็เชื่อว่าคงที่อยู่อย่างนั้น มี
ความเสื่อมโทรมอันเป็นตัวแปรนำไปสู่ความแตกดับกำกับแทรกซ้อนอยู่ด้วย

ความเสื่อมโทรมของชั้น 5 ในแต่ละภพแต่ละชาติ หมายถึง ความแก่ของรูปที่ปรากฏ
ออกมาในลักษณะ อวัยวะหย่อนยาน หนังเหี่ยวยุ่น หูตาฝ้าฟาง ความแก่ของเวทนา สัญญา สังขาร
วิญญานที่ปรากฏออกมาในลักษณะ การรับรู้ต่าง ๆ ไม่ชัดเจน ความจำเสื่อม ความคิดไม่
แจ่มชัด

2) มรณะ คือ ความจู่ติ ความเคลื่อนไหว ความทำลายไป ความหายไป ความตาย ความ
แตกแห่งชั้น 5 ความทอดทิ้งร่างกาย¹²⁹

ความแตกทำลายของชั้น 5 ซึ่งมี 2 อย่าง คือ ความแตกดับของชั้น 5 ในแต่ละขณะจิต และ
ความแตกดับของชั้น 5 ในแต่ละภพแต่ละชาติ ความแตกดับในแต่ละขณะจิต หมายถึง ความแตกดับของ
อุปปัตติภพใหม่หลังจากเกิดขึ้น และตั้งอยู่แล้วชั่วระยะเวลาหนึ่ง ซึ่งภาษาอภิสธรรม เรียกว่า ภังคะ ความ
แตกดับของชั้น 5 ในแต่ละภพแต่ละชาติ หมายถึง ความตาย กล่าวคือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร
วิญญาน แตกสลาย ไม่สามารถประชุมกันเป็นชีวิตเดิมได้อีก ภาษาอภิสธรรม เรียกว่า จูติ¹³⁰

ปัจจุสมุปบาท มีลักษณะ รส ปัจจุภูฐาน ปทัฏฐฐาน และมีลักษณะทิจตุกะ ดังนี้

ชรามรณาทินี ธมมานิ ปจฺจยลฺกฺขโณ มีอุปการแห่งปัจจุปปันนธรรมทั้งหลาย

มี ชรา มรณะ เป็นต้น เป็นลักษณะ

ทุกขานุพฺพนรโส

มีการทำให้สัตว์ทั้งหลายเกิดในวิภูฏสงสาร

เนื่อง ๆ เป็นกิจ

กมฺมคฺคปจฺจุปฺภูจฺจาโน

เป็นทางเวียนว่ายในวิภูฏสงสารที่นำกลัว หรือ

เป็นทางเดินที่ไม่ถูกต้อง คือ คดเคี้ยว และ

¹²⁹ ส.นิ. (ไทย) 16/27/52.

¹³⁰ บรรจบ บรรณรุจิ, กระบวนธรรมเพื่อความเข้าใจชีวิต ปฏิจฺจสมุปบาท, หน้า 82.

เป็นทางที่ตรงกันข้ามกับทางไปพระนิพพาน

เป็นอาการปรากฏ

อัสวปทภูจโน

มีอัสวะ เป็นเหตุใกล้¹³¹

สรุปว่า ปฏิจจสมุปปาทที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน คือ การเกิดขึ้นร่วมกันของธรรม 12 ประการ คือ อวิชชา สังขาร วิญญาณ นามรูป สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ ชรามรณะ ซึ่งความสัมพันธ์ของปฏิจจสมุปปาท มีทั้งสายเกิด และสายดับ โดยสายเกิดนั้น อวิชชาทำให้เกิดสังขาร สังขารทำให้เกิดวิญญาณ วิญญาณทำให้เกิดนามรูป นามรูปทำให้เกิด สฬายตนะ สฬายตนะทำให้เกิดผัสสะ ผัสสะทำให้เกิดเวทนา เวทนาทำให้เกิดตัณหา ตัณหาทำให้เกิดอุปาทาน อุปาทานทำให้เกิด ภพ ภพทำให้เกิดชาติ ชาติทำให้เกิดชรามรณะ ส่วนสายดับก็ดัดย้อนกลับไป เมื่ออวิชชาดับไปแล้ว วิชชา (ความรู้แจ้ง) เกิดขึ้นแทน วิธีดับปฏิจจสมุปปาทหรือปัจจัยการนี้ เป็นวิธีเดียวกันกับการดับตัณหาใน อริยสัจ 4 เพราะเป็นปัจจัยเกิดสืบเนื่องมาตามลำดับ เมื่อสามารถดับอวิชชาได้ มีผลให้ดับตัณหาได้ด้วย

3.2 อินทรีย์ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

3.2.1 ความหมายของอินทรีย์ตามรูปศัพท์

คำว่า อินทรีย์ อ่านว่า อิน-ชี แปลว่า ผู้เป็นใหญ่ สิ่งที่เป็นใหญ่ คือ ความเป็นใหญ่ในหน้าที่ตน หรือ มีหน้าที่รับผิดชอบในเรื่องนั้น¹³² ตามหลักไวยากรณ์ที่เป็น อินทรีย์ นั้น เพราะแปลง ท เป็น ทฺ เป็น อินทรีย์ มีความหมายว่า ความเป็นใหญ่ ร่างกาย กำลัง อำนาจ หน้าที่ สภาพความเป็นใหญ่ในกิจอันหนึ่ง¹³³

คำว่า อินทรีย์ มีรูปวิเคราะห์ว่า อินทฺฐฺ กโรนตฺติ อินทรียานิ (อินท ศัพท์ + กร ธาตุ + ฌย ปัจจัย) ในความหมายว่า ธรรมที่กระทำความเป็นใหญ่ และ วิเคราะห์ว่า อินทฺฐฺ กาเรนตฺติ อินทรียานิ (อินท ศัพท์ + กร ธาตุ + ฌย การิตปัจจัย + ฌย ปัจจัย) คือ ธรรมที่ทำให้ธรรมอื่นกระทำความเป็นใหญ่¹³⁴

จากความหมายตามรูปศัพท์ อินทรีย์ คือ ธรรมที่มีความเป็นใหญ่ มีความเป็นใหญ่ในหน้าที่ตน หรือ มีหน้าที่รับผิดชอบในเรื่องนั้น ๆ

¹³¹ ขุนสรรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), *ลักขณาติจตุกะแห่งปรมัตถธรรม*, หน้า 39.

¹³² พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ. 9, ราชบัณฑิต), *พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ อธิบายศัพท์และแปลความหมายคำวัดที่ชาวพุทธควรรู้*, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, 2551), หน้า 1374.

¹³³ ป. หลงสมบุญ, *พจนานุกรมบาลี-ไทย*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2519), หน้า 90.

¹³⁴ พระอนุรุทธาจารย์, *อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี*, แปลโดย พระคันธสาราภิงค์, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรสาส์นไทย จำกัด, 2552), หน้า 695-696.

นอกจากนี้ ความหมายโดยทั่วไปของอินทรีย์ พบในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน เป็น ความหมายพื้นฐานสามัญที่บุคคลทั่วไปเข้าใจและใช้กันอยู่ว่า อินทรีย์มี 3 อย่าง คือ

- 1) อินทรีย์ หมายถึง ร่างกายและจิตใจ เช่น สรรวมอินทรีย์
- 2) สติปัญญา เช่นอินทรีย์แก่กล้า
- 3) สิ่งมีชีวิต¹³⁵

สรุปว่า อินทรีย์ หมายถึง ผู้เป็นใหญ่ สิ่งที่เป็นใหญ่ คือ ความเป็นใหญ่ในหน้าที่ตน หรือ มีหน้าที่รับผิดชอบในเรื่องนั้น ได้แก่ ธรรมที่ทำให้ธรรมอื่นกระทำความเป็นใหญ่

3.2.2 ความหมายของอินทรีย์ในพระคัมภีร์ของนักวิชาการพระพุทธศาสนา

นักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนา ได้ให้ความหมายของอินทรีย์ โดยสรุป ดังนี้คือ

(1) พระพุทธโฆสเถระได้ให้ความหมายของอินทรีย์ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า อินทรีย์ว่า ชื่อว่า อินทรีย์ โดยความหมายว่า เป็นอธิบดี (ความเป็นใหญ่) กล่าวคือ ครอบงำ เพราะครอบงำเสียซึ่ง อัสสทธิยะ (ความไม่เชื่อ) โกสัชชะ (ความเกียจคร้าน) ปมาทะ (ความประมาท) วิกเขปะ (ความฟุ้งซ่าน) และสัมโมหะ (ความหลง) และ ชื่อว่า พละ โดยความหมายว่า ไม่หวั่นไหว เพราะอกุศลธรรมทั้งหลายมีอัสสทธิยะ เป็นต้นครอบงำไม่ได้¹³⁶

(2) พระอนุรุทธาจารย์แสดงในคัมภีร์อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนีได้ให้ความหมาย “อินทรีย์” ไว้ว่า ชื่อว่า อินทรีย์ เพราะมีสภาพเป็นใหญ่ ความเป็นใหญ่ คือ ความสามารถที่ทำให้ธรรมซึ่งเกิดอาศัยในตนเป็นไปได้ในอำนาจของตนโดยประการทั้งปวง ด้วยเหตุนี้ ธรรมที่กระทำคือทำให้สำเร็จ ความเป็นใหญ่ของตนในหน้าที่นั้น ๆ มีการเห็นเป็นต้น จึงชื่อว่า อินทรีย์¹³⁷

(3) พระธรรมธีรราชฆานานิ (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9) ได้ให้ความหมาย “อินทรีย์” ว่า คำว่า “อินทรีย์” แปลและหมายความได้ 6 อย่าง คือ

- 1) อินทรีย์ แปลว่า เป็นใหญ่ หมายความว่า เป็นใหญ่ในกิจของตน เช่น สัทธินทรีย์ เป็นใหญ่ในทางเชื่อถือ เป็นต้น
- 2) อินทรีย์ แปลว่า ทำเบื้องต้นให้บริสุทธ์ หมายความว่า เป็นใหญ่ในทางทำศีลให้บริสุทธ์ เพราะศีลเป็นความงามในเบื้องต้นของพระศาสนาด้วยเป็นที่พึงเบื้องต้นด้วย

¹³⁵ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทนานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น จำกัด, 2546), หน้า 1374.

¹³⁶ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า 1143.

¹³⁷ พระอนุรุทธาจารย์, อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, หน้า 695.

3) อินทรีย์ แปลว่า ประมาณียิ่ง หมายความว่า มีประมาณมากในการทำให้เกิดฉันทะคือ ความเต็มใจในการละความเร่าร้อน อันเกิดด้วยความไม่มีศรัทธา เกิดด้วยความประมาท เกิดด้วยความ ฟุ้งซ่าน เกิดด้วยอวิชา และในการละกิเลสอันเป็นฝ่ายเดียวกันกับทวิภูฏี ในการละกิเลสอย่างหยาบ อย่าง กลางอย่างละเอียด มีประมาณียิ่งในการทำให้เกิดปราโมทย์ ปัสสัทธิ สุข แสงสว่าง ความสลัดใจ ความ ตั้งใจมั่น ความประคองใจไว้ดี ความเพ่งดูใจที่ตั้งอยู่ดี ความหลุดพ้นจากกิเลสต่าง ๆ

4) อินทรีย์ แปลว่า ตั้งมั่น หมายความว่า ตั้งมั่นในการละซึ่งความเร่าร้อน อันเกิดด้วยความไม่มีศรัทธา เกิดด้วยความเกียจคร้าน เกิดด้วยความประมาท เกิดด้วยความฟุ้งซ่าน เกิดด้วยอวิชา

5) อินทรีย์ แปลว่า ครอบงำ หมายความว่า ครอบงำความไม่เชื่อถือ ความเกียจคร้าน ความประมาท ความฟุ้งซ่าน อวิชา ครอบงำกามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ ตลอดถึงครอบงำกิเลสทั้ง ปวง

6) อินทรีย์ แปลว่า ให้ตั้งอยู่ หมายความว่า ให้ตั้งอยู่ในความเชื่อ ในความประคอง กำลังใจ ในความปรากฏขึ้นในใจ ในความไม่ฟุ้งซ่าน ในความเห็นถูก ในเนกขัมมะ ในอภัยบาท ใน อโลกสัญญา¹³⁸

(4) พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวณฺโณ) ได้ให้ความหมาย “อินทรีย์” ไว้ว่า อินทรีย์แปลว่า ความเป็นใหญ่ คือ เป็นใหญ่ในหน้าที่ของตน¹³⁹

(5) พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมาย “อินทรีย์” ไว้ว่า อินทรีย์ หมายถึง ความเป็นใหญ่ สภาพที่เป็นใหญ่ในกิจตน ธรรมที่เป็นเจ้าการในการทำหน้าที่หนึ่ง ๆ เช่น ตาเป็นใหญ่ในการดู หูเป็นใหญ่ในการได้ยิน วิริยะเป็นเจ้าการในการครอบงำเสียซึ่งความเกียจคร้าน เป็นต้น¹⁴⁰

(6) สุภีร์ ทุมทอง ได้สรุปความหมาย “อินทรีย์” ไว้ว่า อินทรีย์ หมายถึง ความเป็นใหญ่โดยกิจ หน้าที่ในการรับรู้อารมณ์ทางจักขุทวาร เป็นต้น และเป็นใหญ่ในการเป็นเหตุให้จิตอื่น ๆ เกิดขึ้นไปทาง ทวารต่าง ๆ อินทรีย์แต่ละอย่างมีความสามารถในการทำหน้าที่เกี่ยวกับเรื่องนั้น ๆ โดยเฉพาะ หากขาด อินทรีย์หรืออินทรีย์บกพร่องก็จะไม่สามารถทำได้ เช่น จักขุอินทรีย์เป็นใหญ่ในการก่อให้เกิดการรับรู้รูปที่ มองเห็นได้ทางตา โสตินทรีย์เป็นใหญ่ในการก่อให้เกิดการรับรู้ทางหูและเป็นเหตุให้เกิดจิตในทางโสตทวาร แม้นามินทรีย์ ชิวหินทรีย์ กายินทรีย์ มนินทรีย์ ก็มีความหมายในทำนองเดียวกัน¹⁴¹

¹³⁸ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9), โปธิปักขิยธรรม 37 ประการ, พิมพ์ครั้งที่ 6, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์สัมปชัญญะ, 2549), หน้า 95-96.

¹³⁹ พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวณฺโณ), การพัฒนาจิต, พิมพ์ครั้งที่ 8, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสร้างสรรค์บุ๊คส์, 2549), หน้า 163.

¹⁴⁰ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ-เพิ่มเติม ช่วงที่ 1), พิมพ์ครั้งที่ 12, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551), หน้า 554.

¹⁴¹ สุภีร์ ทุมทอง, การพัฒนาอินทรีย์สังวร, (กรุงเทพมหานคร: ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์ จำกัด (มหาชน), 2554), หน้า 41.

ในพระพุทธศาสนานั้นมุ่งกล่าวถึงเรื่องอินทรีย์ในทางปฏิบัติกรรมฐานเป็นหลัก ในการเจริญพระกรรมฐานนั้น อินทรีย์หมายถึงการกระทำของผู้เป็นใหญ่ คือ การกระทำของผู้ที่ควบคุมจิตของตนเองได้ กล่าวคือการกระทำของผู้มีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา ดังจะแสดงในรายละเอียดเป็นลำดับต่อไป

สรุปว่า อินทรีย์ ทั้งความหมายตามรูปศัพท์ ความหมายในพระไตรปิฎกและคัมภีร์รุ่นต่อมา ตลอดจนความหมายที่นักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาในยุคปัจจุบัน ต่างก็ให้ความหมายที่เหมือน ๆ กัน คือ อินทรีย์ แปลว่า ความเป็นใหญ่ในหน้าที่ตน หรือ มีหน้าที่รับผิดชอบในเรื่องนั้น ๆ อย่างเด่นชัด มีอำนาจมาก กล่าวคือ เมื่ออบรมอินทรีย์ให้แก่กล้าแล้ว อินทรีย์ก็จะมีอำนาจปราบปรามกำจัดอกุศลธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ให้พินาศไป เช่น ในขณะที่สัทธาทำหน้าที่เป็นอินทรีย์ก็จะมีอำนาจในการกำจัดความไม่เชื่อถือนั่นได้ เป็นการแสดงให้เห็นว่า สัทธาอินทรีย์มีความเป็นใหญ่ในความเชื่อถือนั่น เป็นต้น หรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง คุณธรรมคืออินทรีย์นี้เป็นธรรมสำหรับปกครองจิตใจ ทำให้จิตใจมีอำนาจเหนือกิเลสได้ ฉะนั้น จึงเรียกว่า อินทรีย์ คือ คุณธรรมที่มีอำนาจยิ่งใหญ่

3.3 ประเภทของอินทรีย์ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

พระพุทธองค์ทรงจำแนกอินทรีย์ ออกเป็น 5 ประการ คือ (1) สัทธาอินทรีย์ อินทรีย์คือศรัทธา (2) วิริยอินทรีย์ อินทรีย์คือวิริยะ (3) สตินอินทรีย์ อินทรีย์คือสติ (4) สมาธินทรีย์ อินทรีย์คือสมาธิ (5) ปัญญินทรีย์ อินทรีย์คือปัญญา¹⁴² ในเรื่องนี้จะแยกเสนอในรายละเอียดเป็นแต่ละหัวข้อ ดังต่อไปนี้

3.3.1 สัทธาอินทรีย์

ก. ความหมายของสัทธาอินทรีย์

ความหมายตามรูปศัพท์ของคำว่า สัทธาอินทรีย์ ตามหลักไวยากรณ์คำว่า สัทธาอินทรีย์ ในความหมายว่า อินทรีย์ คือ ศรัทธา มีศรัทธาเป็นใหญ่ คำว่า ศรัทธา หรือ สัทธา มาจากภาษาบาลี คำว่า สหฺธา มีความหมายว่า ความเชื่อ ศรัทธา มีรูปวิเคราะห์ว่า รตนตฺยยาทีสุ ปสาโท สหฺธา นาม. และ คำว่า สหฺธาย สหฺโต ในความหมายว่า ผู้ไปกับด้วยศรัทธา มีศรัทธา¹⁴³

คำว่า สัทธา ตามพจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายว่า ความเชื่อ ความเลื่อมใส, สัทธาอินทรีย์ หมายถึง ความมีใจเชื่อ ความเลื่อมใส¹⁴⁴

จากความหมายตามรูปศัพท์ และในพจนานุกรมราชบัณฑิตยสถานได้ให้ความหมายที่ตรงกันของคำว่า สัทธาอินทรีย์ คือ ความมีใจเชื่อ มีศรัทธาเป็นใหญ่

¹⁴² ส.ม. (ไทย) 19/471/282.

¹⁴³ ป. หลงสมบุญ, พจนานุกรมบาลี-ไทย, หน้า 626-627.

¹⁴⁴ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554, หน้า 1164.

ในพระไตรปิฎกได้ให้ความหมายของสัทธินทรีย์ไว้ว่า สัทธินทรีย์ คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้มึศรัทธา เชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของตถาคตว่า แม้เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้นเป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ เพียบพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เสด็จไปดี รู้แจ้งโลก เป็นสารถีฝึกผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทธานุเจ้าเป็นพระผู้มีพระภาค นี้เรียกว่า สัทธินทรีย์¹⁴⁵

จากพระพุทธานุเจ้าแสดงให้เห็นถึง ความเชื่อในสิ่งสำคัญที่สุดในพระพุทธศาสนา นั่นคือเชื่อในพระพุทธานุ 9 ประการขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อันเป็นศรัทธาที่สำคัญที่สุดในพระพุทธศาสนา นั่นคือความเชื่อมั่นและเจริญรอยตามเบื้องพระบาทของพระศาสดา

ตามแนวพระอภิธรรม สัทธาเป็นเจตสิกอย่างหนึ่งในกลุ่มโสภณเจตสิก ธรรมที่ชื่อว่า สัทธา เพราะอรรถว่า เป็นเหตุให้เชื่อ หรือเชื่อเองหรือเป็นเพียงความเชื่อเท่านั้นก็ชื่อว่า สัทธา สัทธานั้นชื่อว่า อินทรีย์ เพราะอรรถว่าเป็นอธิปัตติ โดยครอบงำความไม่มีสัทธา อีกอย่างหนึ่งชื่อว่า อินทรีย์ เพราะครอบงำความเป็นใหญ่กว่าธรรมอื่น ในการน้อมใจเชื่อเป็นลักษณะ สัทธานั้นเองเป็นอินทรีย์จึงชื่อว่า สัทธินทรีย์¹⁴⁶

นอกจากนี้นักวิชาการในยุคปัจจุบันก็ยังนิยามความหมายของสัทธินทรีย์ หรือ สัทธาเอาไว้โดยมีความหมายในนัยที่ไม่แตกต่างกัน ดังนี้

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายของคำว่า สัทธา ไว้ว่า สัทธา คือ ความเชื่อ ความเชื่อถือ ในทางธรรม หมายถึง เชื่อในสิ่งที่ควรเชื่อ ความเชื่อที่ประกอบด้วยเหตุผล ความเชื่อมั่นในสิ่งที่ดีงาม ความเลื่อมใสซาบซึ้งชื่นใจน้อมน้อมมุ่งเล่นไปตามไปปรับคุณความดีในบุคคลหรือสิ่งนั้น ๆ ความมั่นใจในความจริง ความดี สิ่งดีงาม และในการทำความดี ความดีสิ่งดีงามและในการทำความดี ไม่ลู่ไหลตื่นตูมไปตามลักษณะอาการภายนอก¹⁴⁷

พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานจริยะ ได้ให้ความหมายของคำว่า สัทธา ไว้ว่า ศรัทธา เป็นความเชื่อมั่นที่เกิดจากปัญญา¹⁴⁸

พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวณฺโณ) ได้ให้ความหมายของคำว่า สัทธินทรีย์ ไว้ว่า ศรัทธาเป็นใหญ่ในความเชื่อ คือเมื่อพูดในด้านความเชื่อกันแล้ว ไม่มีธรรมข้อใดที่จะเป็นใหญ่เหนือศรัทธาไปได้

¹⁴⁵ ส.ม. (ไทย) 19/479/287.

¹⁴⁶ คณะจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ 3**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553), หน้า 39.

¹⁴⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า 428.

¹⁴⁸ พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานจริยะ, **จตุตถาโร สติปัญญา**, พิมพ์ครั้งที่ 7, (กรุงเทพมหานคร: หอรัตนชัยการพิมพ์, 2551), หน้า 8.

ฉะนั้น ศรัทธาจึงเป็นใหญ่ในหน้าที่ของตน ในขอบเขตของตน คือ ความเชื่อ ไม่มีหน้าที่ในความขยันหมั่นเพียร และไม่มีหน้าที่ในการระลึกรู้ เป็นต้น¹⁴⁹

พระคันธसारากวีวงศ์ ได้แสดงลักษณะของศรัทธาไว้ว่า สัทธินทรีย์ คือ ศรัทธาที่เป็นใหญ่ในความเชื่อ มีรูปวิเคราะห์ว่า สททหตติ สทธา (สภาวะที่ดำรงไว้ซึ่งคุณธรรมของพระพุทธเจ้าเป็นต้น ชื่อว่า ศรัทธา)¹⁵⁰

ข. ลักษณะของสัทธินทรีย์

ศรัทธาลักษณะโดยทั่วไป คือ ยึดถือ เชื่อถือ รักดี หวังพึ่ง ยินยอม มอบกายถวายตัว¹⁵¹ เกี่ยวกับลักษณะของศรัทธา พระคันธसारากวีวงศ์ ได้กล่าวไว้ว่า ความมีศรัทธา คือ มีลักษณะของความเชื่อมั่น¹⁵² บุคคลที่ประกอบด้วยศรัทธาย่อมจะมีความเชื่อมั่นอย่างมั่นคง อาการของบุคคลที่มีศรัทธา คือ ความไม่ขุ่นมัว หมายความว่า เมื่อชาวพุทธมีศรัทธาในขณะสวดมนต์ระลึกถึงพระพุทธคุณ เป็นต้น จิตจะไม่ขุ่นมัวด้วยเหตุอย่างใดอย่างหนึ่ง¹⁵³ ทำให้เกิดความผ่องใจขึ้นในจิต

ในพระพุทธศาสนา ศรัทธาจำแนกประเภทได้ 2 ประการ ได้แก่

- 1) ตถาคตโพธิสัทธา เชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของพระตถาคต
- 2) กัมมผลสัทธา เชื่อในกรรมและผลของกรรม

และสัทธา 2 ประการ อีกนัยหนึ่ง คือ

- 1) กัมม-ผลสัทธา เชื่อกรรมและผลของกรรม
- 2) รตนัตตยสัทธา เชื่อในพระรัตนตรัย¹⁵⁴

อย่างไรก็ตาม นอกจากการจำแนกประเภทดังกล่าวคือ เชื่อในปัญญาเครื่องตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า เชื่อในกรรมและผลกรรม หรือเชื่อมั่นในพระรัตนตรัยแล้วที่รู้จักกันมาก คือ สัทธา 4 ประการคือ

1) กัมมสัทธา มีความเชื่อว่ากรรมมีจริง คือ เชื่อว่า กรรมดีมีจริง กรรมชั่วมีจริง ไม่เชื่อในอำนาจพระเจ้า และไม่เชื่ออำนาจของดวงดาวว่าจะมาดลบันดาลให้ชีวิตเป็นไปอย่างนั้นอย่างนี้

¹⁴⁹ พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตฺตโน), *การพัฒนาจิต*, หน้า 163-164.

¹⁵⁰ พระคันธसारากวีวงศ์, *โพธิปักขิยธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, 2550), หน้า 79.

¹⁵¹ พุทธทาสภิกขุ, *ธรรมโฆษณัรธานุกรม (ฉบับย่อ)*, (กรุงเทพมหานคร: ภาพการพิมพ์ จำกัด, 2535), หน้า 199.

¹⁵² พระคันธसारากวีวงศ์, *โพธิปักขิยธรรม*, หน้า 85.

¹⁵³ เรื่องเดียวกัน, หน้า 89.

¹⁵⁴ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*, หน้า 428.

2) วิปากสัทธา มีความเชื่อว่าผลของกรรมนั้นมีจริง คือเชื่อว่ากรรมที่บุคคลทำลงไปแล้ว ไม่ว่าจะดีหรือชั่ว ย่อมก่อให้เกิดผลตามสมควรแก่เหตุเสมอ ใครทำดีย่อมได้ดี ใครทำชั่วย่อมได้ชั่ว เหมือนคนหว่านพืชชนิดใดย่อมได้รับผลชนิดนั้น

3) กัมมัสสกตาสัทธา มีความเชื่อว่าสัตว์มีกรรมเป็นของตน คือ เชื่อว่าผลที่เราได้รับอยู่ในปัจจุบันนี้ทุกอย่าง เป็นผลแห่งการกระทำของเราเอง บางอย่างอาจเป็นผลของกรรมในชาตินี้ แต่บางอย่างอาจเป็นผลของกรรมในอดีตชาติ การเชื่อว่าสัตว์มีกรรมเป็นของของตน จะช่วยให้คนรู้จักรับผิดชอบในตนเอง ไม่โยนความรับผิดชอบไปให้อำนาจภายนอกต่าง ๆ เช่น ภูตผี เทวดา ฟาดิน หรือโชคชะตา¹⁵⁵

4) ตถาคตโพธิสัทธา มีความเชื่อปญญาตรัสรู้ของพระตถาคต คือ เชื่อว่าพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้จริง ประกอบด้วยพระปัญญาคุณ พระวิสุทธิคุณ และพระมหากรุณาธิคุณจริง ความเชื่อประการแรกนี้สำคัญและจำเป็นมาก เพราะพระพุทธเจ้าเป็นผู้ให้กำเนิดศาสนาและพระพุทธศาสนาเกิดขึ้น เพราะการตรัสรู้ของพระองค์ ถ้าไม่เชื่อว่า พระพุทธเจ้าตรัสรู้จริงก็เท่ากับไม่เชื่อในพระศาสนาทั้งหมด

อนึ่งในการเชื่อว่าพระพุทธเจ้าตรัสรู้จริง ๆ เป็นความเชื่อที่สำคัญต่อการปฏิบัติภาวนามาก เพราะผู้ปฏิบัติกรรมฐาน ถ้าไม่เชื่อว่าพระพุทธเจ้าตรัสรู้จริงก็ดี ไม่เชื่อว่าหลักปฏิบัติกรรมฐานที่ตนกำลังปฏิบัติอยู่นี้เป็นไปเพื่อพัฒนาจิต และเพื่อความพ้นทุกข์ในที่สุดก็ดี ไม่มีเชื่อว่ามีมรรคมีองค์ 8 เป็นทางสายตรงก็ดี เมื่อไม่เชื่อหรือมีความลังเลแล้ว จิตก็ขาดการเชื่อมั่น ตัวศรัทธาก็ไม่มีพลัง เมื่อไม่มีพลังแล้วจิตก็ไม่สงบ เมื่อจิตไม่สงบแล้วการพัฒนา ก็ไปได้อย่างยาก เพราะฉะนั้นต้องสร้างศรัทธาให้มีพลังจนเรียกว่า “สัทธาพละ” โดยมีความเชื่อมั่นว่า พระพุทธเจ้าตรัสรู้จริง มรรคมีองค์ 8 เป็นทางนำไปสู่ความดับทุกข์จริง ๆ ถ้าเดินสายนี้ด้วยศรัทธา ทำให้ศรัทธามีพลัง พร้อมทั้งจะใช้ในการสนับสนุนการปฏิบัติได้เป็นอย่างดี

ในเรื่องของความเชื่อในการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ศาสตราจารย์แสง จันทร์งาม ได้แสดงทรรศนะไว้ว่า

การเชื่อในการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ก็เท่ากับคนป่วยเชื่อมีนายแพทย์เชื่อว่าเขาเป็นนายแพทย์จริง เขาได้ศึกษาเล่าเรียนและฝึกงานในวิชาแพทยศาสตร์มาแล้ว เขามีความรู้ความสามารถที่จะรักษาโรคภัยไข้เจ็บของตนให้หายได้จริง เมื่อเชื่อมีนายแพทย์เช่นนี้ เขาก็จะยอมรับการรักษาพยาบาลจากนายแพทย์ และในที่สุดก็หายโรค การเชื่อในบุคคลที่ควรเชื่อเช่นนี้บางทีก็เชื่อไว้ก่อนโดยไม่ต้องสอบสวนหาความจริง เพราะถ้าไปมีวสอบสวนหาหลักฐาน บางทีเราอาจจะตายก่อนก็ได้ พระพุทธเจ้าเป็นเหมือนนายแพทย์ผู้เชี่ยวชาญในเรื่องโรคทุกข์ พระองค์ทรงรู้เรื่องทุกข์และวิธีการรักษาโรคทุกข์ได้เป็นอย่างดี คนในโลกนี้เป็นจำนวนมากได้ดื่ม “อัมมโอสถ” ของพระองค์หายโรคทุกข์มาเป็นจำนวนนับไม่ถ้วน เป็น

¹⁵⁵ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 428,

เวลากว่า 2,500 ปีมาแล้ว เพราะฉะนั้น ชาวพุทธจึงควรเชื่อถือว่าวางใจในพระองค์ไว้ก่อนได้ โดยไม่ต้อง พิสูจน์สอบสวนให้เสียเวลา¹⁵⁶

จากการศึกษา ลักษณะและประเภทของสัทธินทรีย์ ทำให้ทราบว่า ความเชื่อที่เป็นสัทธินทรีย์ คือ อินทรีย์ที่เป็นใหญ่ในความเชื่อนี้ เป็นการมอบกายถวายตัวต่อสิ่งที่ตนเองมีความเลื่อมใสในตนเอง แต่เป็นที่น่าสังเกตว่า ความเชื่อในพระพุทธศาสนานั้นเป็นการเชื่อในสิ่งที่สมควรเชื่อเป็นการเชื่อที่มีเหตุผล เชื่อเรื่องกรรมและผลของกรรม เชื่อในการกระทำของตนและเป็นผู้รับผลของกรรมนั้นไม่ช้าหรือเร็วด้วยตนเอง และที่สำคัญที่สุดคือ ตถาคตโพธิสัทธา คือเชื่อในปัญญาตรัสรู้ของพระตถาคตนี้ ผู้ศึกษามีความเห็น ว่า สำคัญและจำเป็นมากสำหรับพุทธศาสนิกชน เพราะศรัทธานี้หากแต่เกิดกับผู้หนึ่งหลายๆ จะมีแรงขับเคลื่อนที่ทำให้เกิดพลังที่จะทำให้ถึงจุดหมายปลายทางแห่งความเชื่อมั่นนั้นได้ ดังนั้น เมื่อมีศรัทธาในพระพุทธองค์อย่างแรงกล้าจะเป็นผู้หนึ่งที่สามารถทำที่สุดแห่งทุกข์เหมือนพระองค์ได้

นอกจากนี้นักวิชาการในพระพุทธศาสนา ยังได้แสดงลักษณะของศรัทธาไว้โดยย่อ ดังนี้พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9) ได้แสดงลักษณะของศรัทธาไว้ดังนี้

1) เชื่อพระปัญญาของพระพุทธเจ้าว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้เองโดยชอบ ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เสด็จไปดีแล้ว ทรงรู้แจ้งโลก เป็นนายนสารถิ ฝึกบุรุษสตรีได้อย่างยอดเยี่ยม เป็นครูของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นผู้ทรงจำแนกแจกพระสัทธรรม

2) ละอกุศล เจริญกุศล

3) ละกรรมที่มีโทษ เจริญกรรมที่ไม่มีโทษ

4) รักษาตนให้บริสุทธิ์¹⁵⁷

จากลักษณะความเชื่อที่จำแนกออกมาอย่างนี้เป็นสิ่งที่แสดงความเชื่อที่ชาวพุทธควรปฏิบัติเป็นอย่างยิ่ง นั่นคือเชื่อมั่นในองค์พระศาสดา ปฏิบัติตามพระโอวาท นั่นคือ ทำความดี ละความชั่ว ทำจิตใจให้ผ่องใส พระคันธสาราภิงค์ ได้แสดงลักษณะของศรัทธาไว้ว่า ศรัทธาเป็นความเชื่อมั่นในฐานะ 5 ประการ คือ

1) เชื่อมั่นคุณของพระพุทธเจ้าว่า พระพุทธเจ้าเป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบด้วยพระองค์เอง

2) เชื่อมั่นคุณของพระธรรมว่า พระธรรมเป็นทางแห่งการหลุดพ้นจากสังสารวัฏ

3) เชื่อมั่นคุณของพระสงฆ์ว่า พระอริยสงฆ์เป็นผู้ตรัสรู้ธรรมในพระพุทธศาสนา

4) เชื่อมั่นว่ากรรมมีจริง

5) เชื่อมั่นว่าผลกรรมมีจริง

¹⁵⁶ แสง จันทรงาม, พุทธศาสนาวิทยา, พิมพ์ครั้งที่ 4, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สร้างสรรค์บุ๊คส์ จำกัด, 2544), หน้า 87.

¹⁵⁷ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9), โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ, หน้า 96.

นอกจากศรัทธาจะเชื่อในพระพุทฺธคุณ พระธรรมคุณและพระสังฆคุณแล้ว ศรัทธายังเป็นความเชื่อในเรื่องกรรมและผลของกรรม คือ เชื่อว่ากรรมที่บุคคลทำไว้จะเป็นเหตุผลในอนาคตอย่างแท้จริง ความเชื่อเรื่องกรรมและผลของกรรมจัดเป็นความเชื่อเรื่องภพนี้ ภพหน้าถึงแม้ว่าบุคคลไม่สามารถจำความได้ว่า ภพก่อนเคยเป็นอะไร จำไม่ได้ว่าภพก่อนมีจริงหรือไม่ภพหน้าก็ยังมองไม่เห็นยังไม่ได้ไปสัมผัส แต่ความเชื่อเรื่องกรรมและผลของกรรมก็ส่งผลให้บุคคลเชื่อภพก่อนและภพหน้า¹⁵⁸

ลักษณะของความเชื่อที่จำแนกให้เห็นอย่างนี้คือ มีความเชื่อมั่นในพระพุทฺธ พระธรรมและพระสงฆ์ และเชื่อมั่นในการกระทำ ซึ่งเป็นหนึ่งในหัวข้อธรรมในพระพุทฺธศาสนานั่นคือ พระพุทฺธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการปฏิบัติเมื่อมีเหตุจะต้องมีผล ดังนั้นในการกระทำหนึ่ง ๆ จะช้าหรือเร็วย่อมได้รับผลของการกระทำนั้นเสมอ

สรุปว่า สัทธินทรีย์คือ อินทรีย์ที่เป็นใหญ่ในความเชื่อ หรือ ความมีศรัทธา ความเลื่อมใส ความซาบซึ้ง ในพระพุทฺธศาสนาศรัทธาเป็นความเชื่ออันประกอบด้วยเหตุผล เชื่อในความดี ส่วนลักษณะของความเชื่อที่ไม่ได้แตกต่างกันมาก กล่าวคือ ศรัทธาทำให้เกิดความใส คือ จิตใส และทำให้เกิดคุณธรรมอย่างอื่นตามมาอีกมากมาย ลักษณะของความใสนี้บอกถึงคุณภาพจิตที่สะอาดไม่ขุ่นมัว ดังนั้น เมื่อศรัทธาทำให้จิตใสสะอาดจึงง่ายต่อการปลูกฝังคุณธรรมอย่างอื่นตามมา คือเกิดความเชื่อมั่นในคุณธรรมของพระพุทฺธเจ้า โดยเชื่อว่า พระพุทฺธเจ้าเป็นผู้ไกลจากกิเลสตรัสรู้ชอบด้วยพระองค์เอง เชื่อมั่นในคุณพระธรรมว่า พระธรรมเป็นทางแห่งการหลุดพ้นจากสังสารวัฏ เชื่อมั่นในคุณพระสงฆ์ว่า พระอริยสงฆ์เป็นผู้บรรลุนิพพานในพระพุทฺธศาสนา เชื่อมั่นว่ากรรมมีจริง และเชื่อมั่นว่าผลกรรมมีจริง สิ่งสำคัญที่สุดคือการมีความเชื่อมั่นในองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทฺธเจ้าซึ่งก็เท่ากับว่ามีความเชื่อมั่นในหลักคำสอนของพระองค์ที่จะนำพาให้ถึงจุดหมายปลายทางได้

3.3.2 วิริยอินทรีย์

ก. ความหมายของวิริยอินทรีย์

ความหมายตามรูปศัพท์ของคำว่า วิริยอินทรีย์ คือ อินทรีย์ คือ วิริยะ ความเป็นใหญ่ในด้านความกล้าหาญ ความเป็นใหญ่ในด้านความเพียร ตามหลักไวยากรณ์คำว่า วิริย ในความหมายว่า ความเพียร ความพยายาม ความเข้มแข็ง ความกล้า ความบากบั่น¹⁵⁹

คำว่า วิริยะ ตามพจนานุกรมราชบัณฑิตยสถานให้ความหมายว่า ความเพียร ความบากบั่น¹⁶⁰

จากความหมายของรูปศัพท์และในพจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน ได้ให้ความหมาย ของคำว่า วิริยอินทรีย์ คือ ความเพียร ความเป็นใหญ่ในด้านความเพียร

¹⁵⁸ พระคันธสาราภิงค์, โพรธิปักขิยธรรม, หน้า 79.

¹⁵⁹ ป. หลงสมบุญ, พจนานุกรมบาลี-ไทย, หน้า 590.

¹⁶⁰ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554, หน้า 1079.

ในพระไตรปิฎกได้ให้ความหมายของวิริยินทรีย์ ไว้ว่า วิริยินทรีย์ คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ปรารถนาความเพียร เพื่อละอกุศลธรรมเข้าถึงกุศลธรรม มีความเข้มแข็ง มีความบากบั่น มั่นคง ไม่ท้อถอยในกุศลธรรมอยู่นี้เรียกว่า วิริยินทรีย์¹⁶¹

จากพระพุทธพจน์แสดงให้เห็นว่า บุคคลที่มีความเพียรเป็นอย่างยิ่ง แสดงให้เห็นถึงความตั้งใจ มุ่งมั่นที่จะปฏิบัติโดยไม่ย่อท้อที่จะเจริญกุศลธรรม ผู้ศึกษามีความเห็น ว่า ผู้ที่เจริญวิริยินทรีย์โดยความหมายนี้คือ ผู้ที่มีความพยายามทั้งทางกายและทางใจ กระทำความเพียรอย่างต่อเนื่อง โดยไม่ท้อถอยทำให้เกิดความเข้มแข็ง คือเกิดพลังขึ้นมากก็จะประสบความสำเร็จในที่สุดด้วยพลังแห่งความเพียร

ในอรรถกถาอัญญาสาลินีได้ให้ความหมายของวิริยินทรีย์ไว้ว่า ความเป็นแห่งบุคคลผู้กล้า ชื่อว่า วิริยะ หรือการงานของบุคคลผู้กล้า ชื่อว่า วิริยะ ที่ได้ชื่อว่า วิริยะ เพราะอรรถว่า พึงดำเนินไป คือให้ เป็นไปโดยวิธี คือโดยนัย โดยอุบาย วิริยะที่ได้ชื่อว่า อินทรีย์ ด้วยอรรถว่า เป็นอธิติเพราะครอบงำโกสัชชะ (ความเกียจคร้าน) อีกอย่างหนึ่ง ชื่อว่า อินทรีย์ เพราะครองความเป็นใหญ่กว่าธรรมอื่นในลักษณะของความเพียร ความเพียรนั้นแหละเป็นอินทรีย์ จึงชื่อว่า วิริยินทรีย์¹⁶²

นอกจากนี้นักปราชญ์ในยุคปัจจุบันก็ยังนิยามความหมายของวิริยินทรีย์ หรือ วิริยะเอาไว้โดยมีความหมายว่า

(1) พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้ให้ความหมายของคำว่า วิริยะ ไว้ว่า ความเพียร ความบากบั่น ความเพียรเพื่อจะละชั่ว ประพฤติความดี ความพยายามทำกิจ ไม่ท้อถอย¹⁶³

(2) พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานจริยะ ได้ให้ความหมายของคำว่า วิริยะ ไว้ว่า วิริยะ เป็นความเพียรทางจิต การฝึกจิตให้มีความขยัน¹⁶⁴

(3) พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9) ได้ให้ความหมายของคำว่า วิริยะไว้ว่า วิริยะ แปลได้ถึง 15 อย่าง คือ

- 1) วิริยะ แปลว่า ความเพียร หมายความว่า เพียรละความชั่ว ประพฤติความดี
- 2) วิริยะ แปลว่า กล้าหาญ หมายความว่า กล้าละชั่ว กล้าทำความดี
- 3) วิริยะ แปลว่า บุกเข้าไป หมายความว่า บุกทำวิปัสสนาเข้าไปไม่ถอยหลัง
- 4) วิริยะ แปลว่า รุกเข้าไป หมายความว่า พยายามก้าวหน้าเสมอ
- 5) วิริยะ แปลว่า เดช หมายความว่า ขยันทำงานมีเดชเผากิเลสให้เด็ดขาด
- 6) วิริยะ แปลว่า อำนาจ หมายความว่า มีอำนาจตีปราบกิเลสได้
- 7) วิริยะ แปลว่า กำลัง หมายความว่า มีกำลัง 5 อย่างอันเข้มแข็ง

¹⁶¹ ส.ม. (ไทย) 19/479/288.

¹⁶² อภ.สง.อ. (บาลี) 1/-/169.

¹⁶³ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 379.

¹⁶⁴ พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานจริยะ, จตตารโ สติปัญญา, หน้า 8.

- 8) วิริยะ แปลว่า ปราศจากความครั่นคร้าม หมายความว่า ไม่เกรงกลัวต่อกิเลสเลยแม้แต่น้อย
- 9) วิริยะ แปลว่า อาจหาญ หมายความว่า อาจหาญแก้อั้วกล้าสามารถเอาชนะข้าศึก คือ กิเลสได้ทุกเมื่อ
- 10) วิริยะ แปลว่า อุตสาหะ หมายความว่า พากเพียรเป็นพิเศษ เพื่อเอาชนะ โลภะ โทสะ โมหะ ให้เด็ดขาด
- 11) วิริยะ แปลว่า พยายาม หมายความว่า ตั้งหน้าทำอย่างเอาชีวิตเข้าแลก
- 12) วิริยะ แปลว่า ไม่ถอยหลัง หมายความว่า ยอมตายดาบหน้า อย่างโบราณท่านว่า “ชาชาติเอาคางเกาะ”
- 13) วิริยะ แปลว่า พ้นทุกข์ หมายความว่า ทำบุคคลให้พ้นทุกข์ทั้งทางโลกทางธรรม ดังบาลีว่า วิริเยน ทุกขมจเจติ คนพ้นทุกข์ได้เพราะความเพียร
- 14) วิริยะ แปลว่า บ่อแห่งไตรสิกขา หมายความว่า เป็นเหตุให้ศีล สมาธิ ปัญญาเกิดขึ้น
- 15) วิริยะ แปลว่า ธรรมจักร หมายความว่า เป็นล้อธรรมนำคนให้ถึงมรรค ผล นิพพาน

รวมสรุปความว่า วิริยะ แปลว่า ความเพียร หมายความว่า เป็นเครื่องมือขุดหาทรัพย์ภายนอก และทรัพย์ภายในของพุทธบริษัท¹⁶⁵ ความเป็นวิริยอินทรีย์ คือมีความเพียรเป็นใหญ่เป็นประธาน ขับไล่ความเกียจคร้านนานาประการให้ออกไป ตั้งใจปฏิบัติขจัดอกุศล มีผลคือความบริสุทธิ์เป็นยอดปรารถนา¹⁶⁶

(4) พระคันธसारากวีวงศ์ได้แสดงลักษณะของศรัทธา ไว้ว่า วิริยอินทรีย์ คือ วิริยะที่จัดเป็นอินทรีย์เป็นความเพียรในการอบรมจิตให้บริสุทธิ์จากกิเลส¹⁶⁷

จากความหมายทั้งหมดของวิริยอินทรีย์ พบว่า ทั้งความหมายตามรูปศัพท์ ในพระไตรปิฎก และ คัมภีร์ชั้นรอง ตลอดจนจนตรศนะของนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาในยุคปัจจุบันได้ให้ความหมายในทำนองเดียวกันว่า วิริยอินทรีย์ คือ อินทรีย์ คือ วิริยะเป็นความอุตสาหะ ความพยายาม ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ความกล้าหาญ มีความเด็ดเดี่ยวสามารถขจัดความเกียจคร้านออกไปได้

ดังนั้น วิริยอินทรีย์ คือ ความเป็นใหญ่ในด้านความเพียร สามารถกำจัดศัตรูคือความเกียจคร้านให้หมดหรือดับไปได้ดังพระพุทธพจน์ “การปรารถนาคความเพียร เป็นทางเพื่อความดับสนิทสำหรับบุคคลผู้เกียจคร้าน”¹⁶⁸

¹⁶⁵ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9), โพนธงค์ 7 ประการ, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2547), หน้า 41-43.

¹⁶⁶ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9), วิปัสสนากรรมฐาน (มหาสติปัฏฐาน), พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สธรรมิก, 2548), หน้า 368.

¹⁶⁷ พระคันธसारากวีวงศ์, โพธิปักขิยธรรม, หน้า 99.

¹⁶⁸ ม.ม. (ไทย) 12/87/80.

ข. ลักษณะของวิริยีนทรีย์

ลักษณะของวิริยะคือ การอุปถัมภ์ คือ คำจุนไว้ และการประคองไว้ ดังท่านอุปมาว่าเรือนเก่า ย่อมตั้งอยู่ได้ด้วยเสาอื่นนำมาค้ำจุนไว้ฉันทิ พระโยคาวจรก็เหมือนกันนั้นแหละเป็นผู้ได้อุปถัมภ์แล้วด้วยความอุปถัมภ์ของความเพียร กุศลธรรมทั้งปวงจึงไม่เสื่อมสูญไป¹⁶⁹ ในพระไตรปิฎกได้แสดงถึงลักษณะของวิริยีนทรีย์ ไว้ว่า

วิริยีนทรีย์ คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้ปรารภความเพียร...เธอสร้างฉันทะ พยายามปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่นเพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น...มุ่งมั่นเพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว... มุ่งมั่นเพื่อทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ... มุ่งมั่นเพื่อความดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย ภิญโญภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็ม ที่แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว นี้เรียกว่าวิริยีนทรีย์¹⁷⁰

จากพระพุทธพจน์ พบว่า เป็นการจำแนกความเพียรในพระพุทธศาสนานั้นเอง คือจำแนกความเพียรไว้ 4 ประการในหมวดธรรมที่เรียกว่า ปธาน 4 หรือ สัมมัปปธาน 4 ประการ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้อธิบายไว้ว่า ปธาน 4 หรือ สัมมัปปธาน 4 มีชื่อเรียกเฉพาะสำหรับความเพียรแต่ละข้อนี้ว่า

- 1) สัจจปธาน เพียรป้องกัน หรือเพียรระวัง (อกุศลที่ยังไม่เกิด)
- 2) ปหานปธาน เพียรละ หรือเพียรกำจัด (อกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว)
- 3) ภาวนापธาน เพียรเจริญ หรือเพียรสร้าง (กุศลที่ยังไม่เกิด)
- 4) อนุรักษนูปธาน เพียรอนุรักษ์ หรือเพียรรักษาและส่งเสริม (กุศลที่เกิดขึ้นแล้ว)¹⁷¹

นอกจากนี้ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9) ได้แสดงลักษณะของวิริยะซึ่งสอดคล้องในทำนองเดียวกันไว้ว่าวิริยีนทรีย์ คือ ความเพียร ได้แก่ ปรารภความเพียรเพื่อละอกุศลธรรม เพื่อยังกุศลธรรม เป็นผู้มีความกล้า มีความบากบั่นอันมั่นคง ไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลาย¹⁷²

จากการศึกษาพบว่า สัมมัปปธาน 4 นี้ เป็นหลักธรรมที่สำคัญยิ่งในด้านความเพียร พระพุทธองค์ตรัสเรื่องนี้ไว้ในสังยุตตนิกาย สัมมัปปธานสังยุต¹⁷³ ว่า สัมมัปปธาน 4 เหล่านี้เหมือนกับแม่น้ำคงคาที่ไหลไปสู่ทิศตะวันออกตามธรรมชาติ ไม่ไหลไปสู่ทิศตะวันตก สัมมัปปธาน 4 ก็เช่นเดียวกันเป็นธรรมที่ลาดไหลไปสู่พระนิพพาน ทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุพระนิพพานได้ เปรียบเหมือนแม่น้ำคงคาที่ไม่ไหลไปสู่ทิศตะวันตกอย่างแน่นอน

¹⁶⁹ คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ 3**, หน้า 48.

¹⁷⁰ ส.ม. (ไทย) 19/480/290.

¹⁷¹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ**, หน้า 799.

¹⁷² พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9), **โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ**, หน้า 97.

¹⁷³ ส.ม. (ไทย) 19/651-662/360.

สรุปว่า วิริยอินทรีย์ คือ วิริยะที่จัดเป็นอินทรีย์เป็นความเพียรในการอบรมจิตให้บริสุทธิ์จากกิเลส ความพยายาม ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ความกล้าหาญ มีความเด็ดเดี่ยวสามารถจัดความเกียจคร้านออกไปได้ ส่วนลักษณะของวิริยะคือ การอุปถัมภ์ คือ ค้ำจุนไว้ และการประคองไว้ ดังท่านอุปมาว่าเรือนเก่าซ่อมตั้งอยู่ได้ด้วยเสาอื่นนำมาค้ำจุนไว้ฉันทิ พระโยคาวจรก็เหมือนกันนั้นแหละเป็นผู้ได้อุปถัมภ์แล้วด้วยความอุปถัมภ์ของความเพียร กุศลธรรมทั้งปวงจึงไม่เสื่อมสูญไป

3.3.3 สตินทรีย์

ก. ความหมายของสตินทรีย์

ความหมายตามรูปศัพท์ของคำว่า สตินทรีย์ คือ อินทรีย์ คือ สติ หมายถึง ธรรมอันเป็นใหญ่คือสติ¹⁷⁴ ตามหลักไวยากรณ์ คำว่า สติ มีความหมายว่า อันระลึก อันระลึกได้ ความระลึก ความระลึกได้ ความรู้สึกตัว ธรรมชาติผู้ระลึก ธรรมชาติเป็นเครื่องระลึก¹⁷⁵ มีรูปวิเคราะห์ว่า ปมาท สรติ ที สติ สติ มีความหมายว่า ความรู้สึกตัวที่เบียดเบียนความประมาท ชื่อว่า สติ และ วิเคราะห์ว่า สรติ จินตสติ สติ มีความหมายว่า อาการที่ระลึกได้ ชื่อว่า สติ¹⁷⁶

คำว่า สติ ตามพจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายว่า ความรู้สึก ความรู้สึกตัว เช่น ได้สติ ฟันคืนสติ ลื่นสติ, ความรับผิดชอบ เช่น มีสติ, ไร้สติ ความระลึกได้ เช่น ตั้งสติ กำหนดสติ¹⁷⁷

จากความหมายตามรูปศัพท์ และในพจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน ความหมายของสติ หรือ สตินทรีย์ คือ ความรู้สึก ความระลึกได้ ธรรมที่เป็นใหญ่ในการระลึกได้

ในพระไตรปิฎกได้ให้ความหมายของ สตินทรีย์ ไว้ว่า สตินทรีย์ คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีสติ ประกอบด้วยสติปัญญาเป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่ง ระลึกรู้ถึงสิ่งที่ทำค่าที่ได้พูดไว้นานบ้าง... อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้ที่มีสติ ... เธอพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย... พิจารณาเห็นจิตในจิต ... พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้นี้เรียกว่า สตินทรีย์¹⁷⁸

จากพระพุทธรพจน์ การเป็นผู้ที่มีสติที่ประกอบด้วยสติปัญญาเป็นเครื่องรักษาตน เป็นความระลึกได้ถึงสิ่งที่ทำ ค่าที่ตนพูดแล้ว แม้นาน ๆ ก็ยังระลึกได้ นั้นเป็นการแสดงให้เห็นถึง การนึกได้ ก่อนทำ ก่อนพูด

¹⁷⁴ สุชีพ ปุญญานุภาพ, พระไตรปิฎกฉบับประชาชน, พิมพ์ครั้งที่ 17, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาหมกุฎราชวิทยาลัย, 2550), หน้า 658.

¹⁷⁵ ป. หลงสมบุญ, พจนานุกรมบาลี-ไทย, หน้า 622.

¹⁷⁶ พระมหาสมปอง มุทีโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, 2542), หน้า 212.

¹⁷⁷ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554, หน้า 1115.

¹⁷⁸ ส.ม. (ไทย) 19/480/290.

ก่อนคิด ไม่หลง ไม่ปลั่งเปลอ แสดงการกำหนด เป็นแนวทางการเจริญสติปัฏฐานทั้ง 4 สติระลึกรู้ สภาวะธรรมปัจจุบันตามหลักของสติปัฏฐาน 4 คือ กาย เวทนา จิต และธรรม สตินี้จึงเป็นสติที่มีกำลัง สามารถกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ คือ จิตใจปลอดโปร่งเบิกบานไม่มีความติดใจอยากได้หรือ ความซัดใจเสียใจเข้ามาครอบงำรบกวนได้อีก

ในอรรถกถาอัญญาสาลินีได้ให้ความหมายของสติไว้ว่า ธรรมที่ชื่อว่า สติ เพราะเป็นเหตุระลึก หรือว่า ย่อมระลึกเอง หรือว่า เป็นเพียงการระลึกเท่านั้น สตินั้นชื่อว่าอินทรีย์ ด้วยอรรถว่าเป็นอธิบดีโดย ครอบงำความเป็นผู้หลงลืมด้วยสติ อีกอย่างหนึ่ง ชื่อว่าอินทรีย์ เพราะครองความเป็นใหญ่ในลักษณะแห่ง การอุปการะ สตินั้นเป็นอินทรีย์ จึงชื่อว่า สตินทรีย์¹⁷⁹

ความหมายของสตินทรีย์ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและคัมภีร์อรรถกถา ให้ความหมายว่า สติ นทรีย์ คือ ความเป็นใหญ่ในการระลึกได้ เป็นผู้ไม่มีสติไม่หลงลืมปลั่งเปลอนนอกจากนี้นักปราชญ์ในยุคปัจจุบัน ได้นิยามความหมายของสตินทรีย์ ไว้ดังนี้

(1) พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้ให้ความหมายของคำว่า สติ ไว้ว่าความระลึกได้ นึก ได้ ความไม่เปลอ การคุมใจไว้กับกิจ หรือคุมจิตไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้อง การที่ทำและคำที่พูดแล้วแม่นยำ¹⁸⁰

(2) พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหาภิกษุฐานจริยะได้ให้คำจำกัดความ ของคำว่า สติ ไว้ว่า สติเป็นอาวุธที่ใช้ประหามกิเลสที่มีพื้นฐานมาจากโลภะ โทสะ โมหะเป็นเหตุให้จิตขุ่น มัว¹⁸¹

(3) พระธรรมธีรราชฆาณนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9) ได้นิยามคำว่า สติ ไว้ว่า นักปฏิบัติ ประกอบด้วยสติรักษาตนให้พ้นภัยกิเลส ระลึก ได้ก่อนทำ ก่อนพูด ก่อนคิด เป็นพลัง ได้แก่ ความไม่ หวั่นไหวต่อความประมาท¹⁸²

จากทรรศนะของนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาในยุคปัจจุบันได้นิยามความหมายของสติ ว่าคือ ความไม่เปลอ ทำให้มีพลังไม่หวั่นไหวต่อความประมาท และเป็นอาวุธประหามกิเลสได้ เมื่อเปล ออกมาแล้ว พบว่า สติ เป็นความระลึกได้ นั่นเอง

เมื่อสรุปความหมายทั้งหมดของสตินทรีย์ พบว่า ทั้งความหมายตามรูปศัพท์ ในพระไตรปิฎก และคัมภีร์ชั้นรอง ตลอดจนนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาในยุคปัจจุบันได้ให้ความหมายในทำนอง เดียวกันว่า เป็นเครื่องหมายของความมีสติ คือ การระลึกได้แม้จะเป็นเวลาที่ผ่านไปมาแล้ว มีพลังเป็นใหญ่ เป็นประธานมีอำนาจสามารถกำจัดเสียซึ่งความประมาท ดังนั้นสรุปได้ว่า สตินทรีย์ คือ ความเป็นใหญ่ใน การทำหน้าที่ในการระลึกได้ นั่นเอง

¹⁷⁹ คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรม-ภาคปฏิบัติ 3**, หน้า 56.

¹⁸⁰ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า 395.

¹⁸¹ พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหาภิกษุฐานจริยะ, **จตตารุ สติปัฏฐานา**, หน้า 9.

¹⁸² พระธรรมธีรราชฆาณนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9), **โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ**, หน้า 100.

ข. ลักษณะของสตินทรีย์

สติ มีการระลึก (การไม่พินเพื่อน) มีการเข้าไปประคองไว้เป็นลักษณะ สติยอมให้กำหนด และให้ระลึกกุศลโดยชอบ สติใคร่ครวญคตินี้ทั้งแห่งธรรมที่เป็นประโยชน์ และไม่เป็นประโยชน์¹⁸³ สติมีลักษณะแนบชิดอารมณ์ มีหน้าที่ไม่หลงลืม มีประโยชน์ในการระแวงระวังรักษา หรือมีภาวะมุ่งหน้าสู่อารมณ์เป็นงานเฉพาะหน้า มีความจำได้หมายรู้มั่นคงเป็นทางดำเนินหรือมีสติปฏิฐานในกาย เป็นต้น เป็นทางดำเนินแต่พึงเข้าใจว่า สติเป็นประตุเสาระเนียด เพราะตั้งอยู่ในอารมณ์อย่างมั่นคง และเป็นประตุจนายประตุ เพราะคอยระวังรักษาประตุ มีประตุ คือ ดวงตา¹⁸⁴

สติมีหลายประเภท คำว่า สติ หมายถึง การมีสติด้วยเหตุ 4 อย่าง คือ

- 1) ชื่อว่ามีสติ เมื่อเจริญสติปฏิฐานพิจารณาภายในกาย
- 2) ชื่อว่ามีสติ เมื่อเจริญสติปฏิฐานพิจารณาเวทนาในเวทนาทั้งหลาย
- 3) ชื่อว่ามีสติ เมื่อเจริญสติปฏิฐานพิจารณาจิตในจิต
- 4) ชื่อว่ามีสติ เมื่อเจริญสติปฏิฐานพิจารณาธรรมในธรรมทั้งหลาย

มีสติด้วยเหตุอีก 4 อย่าง คือ

- 1) ชื่อว่ามีสติ เพราะเว้นจากความเป็นผู้ไม่มีสติ
- 2) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้กระทำสิ่งทั้งหลายที่ควรทำด้วยสติ
- 3) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้กำจัดสิ่งทั้งหลายที่เป็นฝ่ายตรงข้ามกับสติ
- 4) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้ไม่หลงลืมธรรมทั้งหลายที่เป็นมูลเหตุแห่งสติ

มีสติด้วยเหตุอีก 4 อย่าง คือ

- 1) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้เพียบพร้อมด้วยสติ
- 2) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้ชำนาญในสติ
- 3) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้คล่องแคล่วในสติ
- 4) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้ไม่หวนกลับจากสติ

มีสติด้วยเหตุอีก 4 อย่าง คือ

- 1) ชื่อว่ามีสติ เพราะมีอยู่ตามปกติ
- 2) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้สงบ
- 3) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้ระงับ
- 4) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้ประกอบด้วยธรรมของสัตบุรุษ

¹⁸³ คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, *ธรรมภาคปฏิบัติ 3*, หน้า 56.

¹⁸⁴ ธนิต อยู่โพธิ์, *สติปฏิฐานสำหรับทุกคน*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535), หน้า 26.

มีสติด้วยเหตุอีก 10 อย่าง คือ

- 1) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงพุทธคุณ
- 2) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงธรรมคุณ
- 3) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงสังฆคุณ
- 4) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงศีลที่ตนรักษา
- 5) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงทานที่ตนบริจาคแล้ว
- 6) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงคุณที่ทำให้ตนเป็นเทวดา
- 7) ชื่อว่ามีสติ เพราะตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก
- 8) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงความตายที่จะต้องมีเป็นธรรมดา
- 9) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกทั่วไปในกาย(ให้เห็นว่าไม่งาม)
- 10) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงธรรมเป็นที่สงบระงับ (กิเลสและความทุกข์) คือนิพพาน¹⁸⁵

ดังนั้นจะกล่าวได้ว่า สติ ในฐานะเป็นหลักสำคัญที่ประคับประคองการปฏิบัติธรรมไม่ให้ออกนอกทางและสามารถประสบผลสำเร็จได้ นอกจากนี้ยังนักปราชญ์ในพระพุทธศาสนา ยังได้แสดงลักษณะของสติไว้ ดังนี้

(1) ท่านพุทธทาสภิกขุ ได้แสดงลักษณะของสติ ไว้ว่า สติ โดยลักษณะ คือ มีลักษณะ 3 ประการ ได้แก่

- 1) แห่งเจตสิกธรรม เครื่องประกอบจิต
- 2) แห่งผู้เฝ้า ผู้ระวัง ผู้รักษา ผู้คุ้มครอง
- 3) แห่งความตื่น ไม่หลับ ไม่เผลอ¹⁸⁶

(2) พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้แสดงลักษณะของสติ ไว้ว่า ลักษณะการทำงานทั่วไปของสตินั้น คือ การไม่ปล่อยใจให้เลื่อนลอย ไม่ปล่อยอารมณ์ให้นึกคิดฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ แต่คอยเฝ้าระวัง เหมือนจับตาดูอารมณ์ที่ผ่านมาแต่ละอย่าง มุ่งหน้าเข้าหาอารมณ์นั้น ๆ เมื่อต้องการกำหนดอารมณ์ใดแล้ว ก็ต้องจับตาดูติด ๆ ไป ไม่ยอมให้คลาดหาย คือนึกถึงหรือระลึกไว้เสมอ ไม่ยอมให้หลงลืม¹⁸⁷

(3) ธนิต อนุโพธิ์ ได้แสดงลักษณะของสติ ไว้ว่า ลักษณะของสติ ที่อธิบายไว้ครบลักษณะปรากฏอยู่ในธัมมสังคณีและวิงศ์ในพระอภิธรรมปฏิฎก กับขุททกนิกายจูฬนิเทศ อยู่ 6 ลักษณะ คือ

- 1) ระลึกรู้ถึง หมายถึง ระลึกรู้ย้อนหลัง เช่น ระลึกรู้ทานที่ได้บริจาคไปแล้ว
- 2) ระลึกได้ ระลึกไว้ หมายถึง เพียงเพ็ญรู้ไว้เท่านั้น เช่น เห็นแล้วมีสติระลึกได้

¹⁸⁵ ขุ.ม. (ไทย) 29/3/12-13.

¹⁸⁶ พุทธทาสภิกขุ, ธรรมโฆษณธรรมานุกรม (ฉบับย่อ), หน้า 222.

¹⁸⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, หน้า 809.

หนึ่งขึ้นมา 3) เตือน หมายถึง เตือนให้ระลึกได้ เช่น เมื่อพบเห็นได้ยีนสิ่งหนึ่ง ก็ชวนให้ระลึกถึงอีกสิ่ง

4) จำได้ ทรงไว้ หมายถึง การจำไว้ การทรงไว้ ความทรงจำ เช่น การจำคำสั่งสอน

5) แนบชิดอารมณ์ หมายถึง ความแนบชิดอยู่กับอารมณ์เสมอ เช่น รู้อารมณ์ตนเองว่าดี
ไม่ดี

6) ไม่หลงลืม หมายถึง ความไม่หลงลืม ความไม่ประมาท เช่น ไม่ประมาทในการขับรถ
ไม่ประมาทจึงรีบทำดี¹⁸⁸

(4) จำลอง ดิษยวินิช ได้แสดงลักษณะของสติ ไว้ว่า สติมีลักษณะลักษณะสำคัญอยู่ 3 ประการ
คือ

1) สติมีลักษณะตักเตือน คือ เตือนให้นึกได้หรือระลึกได้ คือ การนึกได้หรือระลึกได้ใน
กุศลธรรมที่ไม่มีโทษหรือกุศลธรรมที่มีโทษ

2) สติมีลักษณะถือเอาไว้ คือ การเลือกเอาแต่ธรรมที่เป็นประโยชน์และอุปการะ สิ่งใดที่
ไม่เป็นประโยชน์และไม่มีอุปการะ ก็จะไม่ถือเอาไว้หรือตัดออก

3) สติมีลักษณะแนบชิด คือ ช่วยจิตแนบแน่นอยู่กับอารมณ์อันใดอันหนึ่ง จิตจะไม่ลอย
ฟุ้ง จิตจะจ้องและจับแน่นอยู่กับอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานคือรูปกับนาม¹⁸⁹

จากพรรณนาของผู้รู้ในยุคปัจจุบันที่ได้กล่าวมา ได้บ่งบอกลักษณะของสติที่ไม่ได้แตกต่างกัน
มาก ออกมาในทิศทางเดียวกันคือ มีลักษณะที่เป็นการระลึกได้ การเฝ้าระวัง มีการรักษาอารมณ์ไม่ให้ลอย
ฟุ้งซ่าน เพื่อที่จะให้เกิดประโยชน์สูงสุด

สรุปว่า สตินทรีย์ คือ ความเป็นใหญ่ในการระลึกได้ เป็นผู้มีสติไม่หลงลืมพลั้งเผลอ เป็น
เครื่องหมายของความมีสติ คือ การระลึกได้แม้จะเป็นเวลาที่ผ่านมาแล้ว มีพลังเป็นใหญ่เป็นประธานมี
อำนาจสามารถกำจัดเสียซึ่งความประมาท สตินทรีย์ คือ ความเป็นใหญ่ในการทำหน้าที่ในการระลึกได้
ส่วนลักษณะการทำงานทั่วไปของสตินั้น คือ การไม่ปล่อยใจให้เลื่อนลอย ไม่ปล่อยอารมณ์ให้นึกคิดฟุ้งซ่าน
ไปในอารมณ์ต่าง ๆ แต่คอยเฝ้าระวัง เหมือนจับตาดูอารมณ์ที่ผ่านมาแต่ละอย่าง มุ่งหน้าเข้าหาอารมณ์นั้น
ๆ เมื่อต้องการกำหนดอารมณ์ใดแล้ว ก็ต้องจับตาดูติด ๆ ไป ไม่ยอมให้คลาดหาย คือนึกถึงหรือระลึกไว้
เสมอ ไม่ยอมให้หลงลืม

¹⁸⁸ ธนิต อยุธยา, สติปัญญาสำหรับทุกคน, หน้า 23.

¹⁸⁹ จำลอง ดิษยวินิช, วิปัสสนากรรมฐานและเขาวัวอารมณ์, (เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, 2543), หน้า

3.3.4 สมาธินทรีย์

ก. ความหมายของสมาธินทรีย์

ความหมายตามรูปศัพท์ของคำว่า สมาธินทรีย์ คือ อินทรีย์คือสมาธิ หมายถึง ธรรมอันเป็นใหญ่คือสมาธิ¹⁹⁰ คำว่า สมาธิ หมายความว่า ความตั้งมั่น ความตั้งมั่นด้วยดีแห่งจิตในอารมณ์เดียว ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความตั้งมั่นแห่งจิต ความสำรวมใจให้แน่นแนบ (ความที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง ความที่จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งโดยเฉพาะ ความที่จิตเพ่งแนบแน่นอยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งโดยเฉพาะ ความที่จิตเพ่งแนบแน่นอยู่ในสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยเฉพาะ) วิเคราะห์ว่า เอกาลมพเน สุกฺข อธาณํ สมาธิ (สํ บพ หน้า ธา ธาตุ อี ปัจ. แปลงนิตคหิต เป็นม ทิม อ ทิม เป็น อา)¹⁹¹

จากความหมายตามรูปศัพท์ สมาธินทรีย์ คือ ความเป็นใหญ่ในสมาธิ คือ การตั้งใจมั่น นอกจากนั้นความหมายของ สมาธิ พบในพจนานุกรมราชบัณฑิตยสถานให้ความหมายว่า ความตั้งมั่นแห่งจิต ความสำรวมใจให้แน่นแนบเพื่อจิตใจสงบหรือเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง¹⁹²

ในพระไตรปิฎกได้ให้ความหมายของ สมาธินทรีย์ ไว้ว่า สมาธินทรีย์ คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ทำนิพพานให้เป็นอารมณ์แล้ว ได้สมาธิได้เอกัคคตาจิต¹⁹³... เธอสังัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มีวิตกวิจารณ์ มีปีติและสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตกวิจารณ์สงบระงับไป บรรลุทุติยฌานมีความผ่องใสภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่ เพราะปีติจางคลายไป เธอมีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะเสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอริยทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้มีอุเบกขามีสติ อยู่เป็นสุข เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้วเธอบรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์และไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ นี้เรียกว่า สมาธินทรีย์¹⁹⁴

จากพระพุทธพจน์ อธิบายได้ว่า เมื่อผู้ปฏิบัติได้ทำสมาธิให้เกิดความสงบเป็นสมาธิก็จะเกิดโดยมีการรวมตัวเข้าสู่อารมณ์เดียว ทำให้มีพลังสงบระงับทำให้บรรลุฌานต่าง ๆ เป็นการแสดงถึงความเป็นใหญ่ในด้านความตั้งจิตมั่น คือ สมาธินทรีย์นั่นเอง

ในอรรถกถาอรรถุสาลีนี้ได้ให้ความหมายว่า ธรรมที่ชื่อว่า สมาธิ เพราะตั้งมั่น คือวางจิตไว้ในอารมณ์โดยชอบ ก็สมาธิ ชื่อว่าอินทรีย์ ด้วยอรรถว่าเป็นอธิบดี เพราะครอบงำความฟุ้งซ่านอีกอย่างหนึ่ง

¹⁹⁰ สุชีพ ปุณฺณานุภาพ, พระไตรปิฎกฉบับประชาชน, พิมพ์ครั้งที่ 17, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาเมฆกุฎราชวิทยาลัย, 2550), หน้า 658.

¹⁹¹ ป. หลงสมบุญ, พจนานุกรมบาลี-ไทย, หน้า 645-646.

¹⁹² ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554, หน้า 1130.

¹⁹³ ส.ม. (ไทย) 19/479/289.

¹⁹⁴ ส.ม. (ไทย) 19/480/291.

ชื่อว่าอินทรีย์ เพราะครองความเป็นใหญ่กว่าธรรมอื่นในลักษณะแห่งความไม่ฟุ้งซ่าน สมาธิเป็นอินทรีย์ ชื่อว่า สมาธินทรีย์¹⁹⁵

จากการศึกษาพบว่า สมาธินทรีย์ ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา ให้ความหมายว่า ความเป็นใหญ่ในความตั้งใจมั่น ปราศจากความฟุ้งซ่านใด ๆ นอกจากนี้ นักปราชญ์ในยุคปัจจุบันยังได้นิยามความหมายของสมาธินทรีย์ไว้ ดังนี้

(1) พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้ให้ความหมายของคำว่า สมาธิ ไว้ว่า ความมีใจตั้งมั่น ความตั้งมั่นแห่งจิต การทำให้ใจสงบแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่าน ภาวะที่จิตตั้งเรียบแน่วอยู่ในอารมณ์ คือสิ่งอันเดียว¹⁹⁶

(2) พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานจริยะ ได้ให้คำจำกัดความของคำว่า สมาธิ ไว้ว่า เป็นความตั้งใจจับอารมณ์ของจิตโดยจับที่ละอารมณ์¹⁹⁷

(3) พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9) ได้ให้ความหมาย คำว่า สมาธิ ไว้ว่า สมาธิ แปลว่า การตั้งใจมั่น มี 3 คือ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ เป็นพลัง ได้แก่ ความไม่หวั่นไหวต่อความฟุ้งซ่าน¹⁹⁸

จากทฤษฎีของนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาในยุคปัจจุบันได้ให้นิยามความหมายของสมาธินทรีย์ หรือ สมาธิ คือ สงบแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่าน มีการตั้งใจมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว

ข. ลักษณะของสมาธินทรีย์

สมาธิ โดยลักษณะ คือ มีลักษณะแสดงถึงความบริสุทธิ์แห่งจิต ความตั้งมั่นของจิต และ ความควรแก่การงานของจิต¹⁹⁹ ความบริสุทธิ์และลักษณะของความตั้งมั่นของจิตนี้ จากการศึกษพบว่า เป็นการแสดงสภาวะที่ไม่ฟุ้งซ่านแห่งสมาธินทรีย์ เป็นการแสดงอำนาจแห่งสมาธิ และสำหรับความควรแก่การงานของจิต ผู้ศึกษามีความเห็นว่า เมื่อจิตอ่อนนุ่มควรแก่การงานก็จะสามารถฝึกจิตได้ง่าย สามารถใช้สมาธิให้ถูกทางเพื่อจุดหมายในการหลุดพ้น เป็นไปเพื่อปัญญาที่รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความจริง เป็นสมาธิที่ใช้ประกอบกับวิปัสสนาหรือเพื่อสร้างปัญญาที่รู้แจ้ง

สมาธิ ในพระพุทธศาสนา จำแนกเป็นสมาธิ 2 ประการ คือ

1) อุปจารสมาธิ สมาธิเฉียด ๆ ฌาน สมาธิจวนจะแน่วแน่ อุปจารสมาธิ เป็นสมาธิเมื่อจิตตั้งมั่นโดยละนิวรณ์ทั้ง 5 ได้ ถ้ามองในแง่การกำหนดอารมณ์กรรมฐาน ก็เป็นช่วงที่เกิดปฏิภาคนิมิต (เป็น

¹⁹⁵ อภ.สง.อ. (บาลี) 1/-/171.

¹⁹⁶ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*, หน้า 401.

¹⁹⁷ พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานจริยะ, *จตตารโ สติปฏฐานา*, หน้า 8.

¹⁹⁸ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9), *โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ*, หน้า 100.

¹⁹⁹ พุทธทาสภิกขุ, *ธรรมโฆษณธรรมานุกรม (ฉบับย่อ)*, หน้า 229.

ภาพที่มองเห็นในใจของสิ่งที่ใช้เป็นอารมณ์กรรมฐาน ซึ่งประณตสิกซึ่งเลยจากขั้นที่เป็นภาพติดตาไปอีกขั้นหนึ่ง เป็นการเกิดจากสัญญาบริสุทธิ์ปราศจากสี ปราศจากมลทิน สามารถนึกขยายหรือย่อส่วนได้ตามปรารถนา) เป็นสมาธิจวนเจียนจะแน่วแน่โดยสมบูรณ์ ไกลถึงถึงฉาน เมื่อชำนาญแล้วก็จะแน่วแน่กลายเป็นอัปนาสมาธิ

2) อัปนาสมาธิ สมาธิแน่วแน่ สมาธิแนบสนิท สมาธิในฉาน อัปนาสมาธิ เกิดขึ้นเมื่อองค์ฌานปรากฏชัด กล่าวคือ เมื่อ วิตก วิจาร์ ปิติ สุข และเอกัคคตา ปรากฏชัดเจนโดยปราศจากนิรวรณ โดยสิ้นเชิง จัดว่าปฐมฌานยังไม่ตั้งลึกมากนัก ผู้ปฏิบัติอาจได้ยินเสียงดังที่รบกวนการปฏิบัติ หรือรู้สึกเจ็บเมื่อยงักตึง เมื่อบรรลุนิรวรณเป็นต้นแล้วก็จะไม่มีสิ่งใดรบกวนการปฏิบัติได้อีก²⁰⁰

จากการจำแนกสมาธิ 2 ประการดังกล่าว เป็นสมาธิในสมถภาวนา เป็นวิธีปฏิบัติที่มุ่งให้เกิดสมาธิ คือการที่จิตรับเอาอารมณ์เดียวเป็นเวลานานยอมทำให้จิตมีสมาธิเกิดขึ้น

อีกนัยหนึ่งจำแนก สมาธิ 3 ประการ คือ

1) ขณิกสมาธิ สมาธิชั่วขณะ เป็นสมาธิขั้นต้น ซึ่งคนทั่วไปอาจใช้ประโยชน์ในการปฏิบัติหน้าที่การงานในชีวิตประจำวันให้ได้ผลดี และจะใช้เป็นจุดตั้งต้นในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เป็นสมาธิที่มีความตั้งมั่นหรือความสงบเพียงเล็กน้อย เป็นขณะ ๆ สมาธิของวิปัสสนากรรมฐาน คือ ขณิกสมาธิ เป็นสมาธิชั่วขณะแต่เป็นสมาธิที่มีกำลังเทียบเท่าอุปะการสมาธิของสมถภาวนา เพราะข่มนิรวรณได้เหมือนอุปะการสมาธิ ในขณะที่จิตของผู้ปฏิบัติได้สงบจากนิรวรณทั้ง 5 มีความผ่อนคลายปราศจากความพอใจในกามคุณที่ตนชอบ ปราศจากความไม่พอใจในสิ่งที่ตนไม่ชอบ ไม่มีความง่วงเหงาหาวนอน ไม่มีความฟุ้งซ่านรำคาญใจ และไม่มีความสงสัยในการปฏิบัติธรรม แม้ในขณะนั้นอาจมีความฟุ้งซ่านเกิดขึ้นบ้าง ผู้ปฏิบัติก็กำหนดรู้ได้ทันที โดยไม่รับรู้เรื่องราวที่คิดว่าเป็นอะไร ผู้ปฏิบัติบางท่านสงสัยว่าเมื่อกี้เราฟุ้งจริงหรือไม่ และคิดเรื่องอะไร เพราะจิตตามรู้ความฟุ้งซ่านได้ทันทีโดยไม่มีสมมติบัญญัติคือเรื่องที่เกิดถึงอยู่

2) อุปะการสมาธิ สมาธิจวนแน่วแน่ เป็นสมาธิขั้นระงับนิรวรณได้ ก่อนที่จะเข้าสู่ภาวะแห่งฉาน หรือสมาธิในบุพภาคแห่งอัปนาสมาธิ เป็นสมาธิที่มีความตั้งมั่นลงไปมาก สงบไปมาก เรียกว่าเฉียด ๆ ฉาน โดยสภาวะของผู้ปฏิบัติจะรู้สึกมีความสงบลงไปมากแต่ก็ยังรับรู้อยู่ ยังได้ยินเสียงอยู่แต่ไม่หวั่นไหว ไม่รำคาญในเสียง

3) อัปนาสมาธิ สมาธิแน่วแน่ เป็นสมาธิระดับสูงสุด ซึ่งมีในฉานทั้งหลาย ถือว่าเป็นผลสำเร็จที่ต้องการของการเจริญสมาธิ เป็นสมาธิที่จิตมีความแนบแน่นในอารมณ์เดียว ในความรู้สึกของผู้ปฏิบัติ จะรู้สึกว่ามีมันดับ มันเจียบไปเลย คือไม่มีการรับรู้ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางใจ ก็ไม่ไหวไปในอารมณ์อื่น คือ ใจจะแนบนิ่งอยู่ในอารมณ์เดียวที่เป็นนิมิต เป็นบัญญัติอารมณ์ เรียกว่าได้ฉาน

²⁰⁰ พุทธทาสภิกขุ, ธรรมโฆษณธรรมานุกรม (ฉบับย่อ), หน้า 229.

การจำแนกสมาธิเป็น 3 ประการนี้ ได้แสดงถึงสมาธิที่เป็นสมาธิที่ใช้ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานเข้ามาด้วย จากการศึกษา พบว่า ลักษณะของสมาธิ คือ อาการที่จิตตั้งมั่นไม่หวั่นไหว ซึ่งเป็นลักษณะที่มีความประณีตขึ้นไปลำดับ ๆ จนกระทั่งบรรลุมานต่าง ๆ

นอกจากนี้พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้แสดงลักษณะของจิตที่เป็นสมาธิ ไว้ว่า ภาวะจิตที่มีคุณภาพและมีสมรรถภาพดีที่สุด จิตที่เป็นสมาธิ หรือมีคุณภาพดีมีสมรรถภาพสูง มีลักษณะสำคัญดังนี้

- 1) แข็งแรง มีพลังมาก ท่านเปรียบไว้ว่าเหมือนกระแสน้ำที่ถูกควบคุมให้ไหลพุ่งไปในทิศทางเดียวย่อมมีกำลังแรงกว่าน้ำที่ถูกปล่อยให้ไหลพราวกระจ่ายออกไป
- 2) ราบเรียบ สงบซึ่ง เหมือนสระหรือบึงใหญ่ ที่มีน้ำนิ่ง ไม่มีลมพัดต้อง ไม่มีสิ่งรบกวนให้กระเพื่อมไหว
- 3) ใส กระจ่าง มองเห็นอะไร ๆ ได้ชัด เหมือนน้ำสงบนิ่ง ไม่เป็นริ้วคลื่น และฝุ่นละอองที่มักตกตะกอนนอนกันหมด
- 4) นุ่มนวล ควรแก่งาน หรือเหมาะแก่การใช้งาน เพราะไม่เครียด ไม่กระด้าง ไม่วุ่น ไม่ขุ่นมัว ไม่สับสน ไม่เร่าร้อน ไม่กระวนกระวาย

ลักษณะเด่นที่สุดของจิตที่เป็นสมาธิซึ่งสัมพันธ์กับความมุ่งหมายของสมาธิด้วยก็คือ ความควรแก่การงาน หรือเหมาะแก่การใช้งาน งานที่ถูกต้องตามหลักพุทธศาสนาก็คือ งานทางปัญญา²⁰¹

สรุปว่า สมาธิในทฤษฎี คือ อินทรีย์คือสมาธิ หมายถึง ธรรมอันเป็นใหญ่คือสมาธิ ความที่จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งโดยเฉพาะ สมาธิ คือ ความมีใจตั้งมั่น มีความเป็นอินทรีย์คือความเป็นใหญ่คือสามารถจัดความฟุ้งซ่านได้ สมาธิในทฤษฎี คือ ความเป็นใหญ่ในการตั้งใจมั่นในลักษณะที่เป็นระดับชั้นของสมาธิ ได้แก่ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ เริ่มตั้งแต่สังตจากกาม สังตจากอกุศลธรรม จนได้บรรลุมาน เป็นการฝึกฝนอบรมสมาธิให้เกิดขึ้นเพื่อความบริสุทธิ์แน่วแน่ มีอำนาจเป็นสมาธิที่มีความเป็นใหญ่ได้ เพื่อความตั้งมั่นแห่งจิตกำจัดความฟุ้งซ่านออกไปได้

3.3.5 ปัญญาในทฤษฎี

ก. ความหมายของปัญญาในทฤษฎี

ความหมายตามรูปศัพท์ของคำว่า ปัญญาในทฤษฎี คือ อินทรีย์คือปัญญา หมายถึง ธรรมอันเป็นใหญ่คือปัญญา²⁰² ตามหลักไวยากรณ์ คำว่า ปัญญา มาจากภาษาบาลี คำว่า ปัญญา มีความหมายว่า

²⁰¹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, หน้า 830-831.

²⁰² สุชีพ ปุณฺณานุกาภ, พระไตรปิฎกฉบับประชาชน, หน้า 658.

ความรู้ ความฉลาด ความรู้ทั่ว ความรู้ซัด มีรูปวิเคราะห์ว่า ปณฺญาเต เอตยาติ ปณฺญา ในความหมายว่า ธรรมชาติเป็นเครื่องรู้ (ป บทหน้า ภา ธาตุ กวิ ปัจจัย)²⁰³

จากความหมายตามรูปศัพท์ปัญญินทรีย์ คือ ธรรมที่เป็นใหญ่ในการรู้ซัด นอกจากนี้ ความหมายโดยทั่วไปของปัญญา พบในพจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายว่า ความรอบรู้ ความรู้ทั่ว ความฉลาดเกิดแต่เรียนและคน²⁰⁴

ในพระไตรปิฎกได้ให้ความหมายของ ปัญญินทรีย์ ไว้ว่า ปัญญินทรีย์ คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะซ้ำแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์ โดยชอบ ...เธอรู้อัดตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์ นี้ทุกข์สมุทัย นี้ทุกข์นิโรธ นี้ทุกข์นิโรธคามินี-ปฏิปทา”²⁰⁵ จากพระพุทธพจน์แสดงถึงความเป็นผู้มีปัญญาสามารถฝึกฝนจนมีอำนาจเป็นอินทรีย์สามารถรู้แจ้งรู้ซัดกำจัดกิเลสได้ในที่สุด

ในอรรถกถาอัฐสาสนีได้ให้ความหมายของปัญญา และปัญญินทรีย์ ไว้ว่า ธรรมที่ชื่อว่า ปัญญา เพราะอรรถว่าย่อมรู้ทั่ว ซึ่งอริยสัจทั้งหลาย โดยนัยมีคำว่า นี้ทุกข์ เป็นต้น แต่ในอรรถกถาท่านกล่าวว่า ชื่อว่า ปัญญา เพราะอรรถว่าย่อมให้รู้ คือย่อมให้รู้อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ปัญญานั้นชื่อว่า อินทรีย์ ด้วยอรรถว่าเป็นอธิบดีเพราะครอบงำอวิชา อีกอย่างหนึ่ง ชื่อว่า อินทรีย์ เพราะครองความเป็นใหญ่กว่า ธรรมอื่นในลักษณะแห่งการเห็น ปัญญานั้นแหละเป็นอินทรีย์ ชื่อว่า ปัญญินทรีย์²⁰⁶

จากการศึกษา พบว่า ความหมายปัญญินทรีย์ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก และคัมภีร์ชั้นรอง ให้ความหมายว่า ปัญญินทรีย์ คือ ความเป็นใหญ่ในการรู้ซัด เป็นปัญญาที่จะสามารถกำจัดอวิชาทำให้เห็นแจ้งแทงตลอดอริยสัจธรรม นอกจากนี้ นักปราชญ์ในยุคปัจจุบันยังได้นิยามความหมายของปัญญาไว้ ดังนี้

(1) พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้ให้นิยาม ความหมายของคำว่า ปัญญา ไว้ว่า ความรู้ทั่ว ปรีชาหยั่งรู้เหตุผล ความรู้เข้าใจชัดเจน ความรู้เข้าใจหยั่งรู้แยกได้ในเหตุผล ดีชั่ว เป็นต้น และรู้จักจัดแจง จัดสรร จัดการ ดำเนินการให้ลุผล ล่วงพ้นปัญหา ความรอบรู้ในกองสังขารมองเห็นตามความเป็นจริง²⁰⁷

(2) พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานจริยะ ได้ให้คำจำกัดความของคำว่า ปัญญา ไว้ว่า เป็นความรอบรู้ในอารมณ์ทั้งปวงที่เกิดในปัจจุบัน²⁰⁸

²⁰³ ป. หลงสมบุญ, พจนานุกรมบาลี-ไทย, หน้า 356.

²⁰⁴ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554, หน้า 687.

²⁰⁵ ส.ม. (ไทย) 19/479-280/289-291.

²⁰⁶ อภ.สง.อ. (บาลี) 1/-/172.

²⁰⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 231.

²⁰⁸ พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานจริยะ, จตตาริ สติปัญญา, หน้า 9.

(3) พระธรรมธีรราชกุมาร (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9) ได้ให้ความหมายของคำว่า ปัญญาไว้ว่า ปัญญา แปลว่า ความรู้ชัด ได้แก่ รู้ปัจจุบัน รู้พระไตรลักษณ์ รู้ริยสัจ 4 เป็นพลังไม่หวั่นไหวต่อวิชา²⁰⁹

จากทรรศนะของนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาในยุคปัจจุบันได้ให้นิยามความหมายของปัญญินทรีย์ หรือ ปัญญา คือ ความรู้ชัด รู้ตามความเป็นจริง เป็นปัญญาที่สามารถกำจัดอวิชชาที่เป็นสาเหตุแห่งการเวียนว่ายตายเกิดได้

ข. ลักษณะของปัญญินทรีย์

ปัญญา โดยลักษณะ คือ มีลักษณะแห่งการรู้ การเห็น การรู้แจ้งแทงตลอดตามที่เป็นจริง เป็นแสงสว่างที่กำจัดความมืด มีความสามารถตัดปัญหาหรือดับทุกข์²¹⁰ เมื่อแปลออกมาแล้วปัญญานี้มีการส่องแสงเป็นลักษณะและมีการรู้ทั่วเป็นลักษณะเหมือนอย่างว่า เมื่อบุคคลจุดประทีปให้สว่างในเวลา กลางคืนในบ้านที่มีฝา 4 ด้าน ความมืดย่อมหมดไป แสงสว่างย่อมปรากฏฉับใด ปัญญามีการส่องแสงสว่าง ฉะนั้นเหมือนกัน ธรรมแสงสว่างเสมอด้วยแสงสว่างของปัญญาย่อมไม่มี

ปัญญา ในพระพุทธศาสนา จำแนกได้เป็นปัญญา 3 ประการ ได้แก่

1) จินตามยปัญญา (ปัญญาที่เกิดจากการคิด) หมายถึง ปัญญาเกิดจากการคิดพิจารณา ปัญญาสืบแต่โยนิโสมนสิการที่ตั้งขึ้นในตนเอง (คำว่า โยนิโสมนสิการ หมายถึง การทำในใจโดยแยบคาย คือ พิจารณาเพื่อเข้าถึงความจริงโดยสืบค้นหาเหตุผลไปตามลำดับจนถึงต้นเหตุ แยกแยะองค์ประกอบจนมองเห็นตัวสถานะและความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย หรือตริตรองให้รู้จักสิ่งที่ดีหรือชั่ว ยังกุศลให้เกิดขึ้นโดยอุบายที่ชอบ ซึ่งจะมีให้เกิดอวิชาและตัณหา)²¹¹

2) สุตมยปัญญา (ปัญญาที่เกิดจากการฟัง) หมายถึง ปัญญาเกิดจากการสดับเล่าเรียน ปัญญาสืบแต่ปรโตโฆสะ (คำว่า ปรโตโฆสะ หมายถึง เสียงจากผู้อื่น การกระตุ้นจากภายนอก เช่น การสั่งสอน แนะนำ ถ้ายทอด คือ การเรียนรู้จากผู้อื่น หมายเอาเฉพาะส่วนที่ดั่งามถูกต้อง)²¹²

3) ภวานามยปัญญา (ปัญญาที่เกิดจากการอบรม) หมายถึง ปัญญาเกิดจากการปฏิบัติ บำเพ็ญ ปัญญาสืบแต่ปัญญาสองอย่างแรกนั้นแล้วหมั่นมนสิการในประดาสภาวะธรรม²¹³

นอกจากนี้ พระธรรมธีรราชกุมาร (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9) ได้แสดงประเภทของปัญญาไว้ สอดคล้องทำนองเดียวกัน คือ ปัญญินทรีย์ อินทรีย์คือปัญญา ได้แก่ รู้ชัด รู้ทั่วถึง รู้ตามเป็นจริง รู้แจ่มแจ้ง จำแนกเป็น 3 ประเภท คือ

²⁰⁹ พระธรรมธีรราชกุมาร (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9), โภธิปักขิยธรรม 37 ประการ, หน้า 101.

²¹⁰ พุทธทาสภิกขุ, ธรรมโฆษณอรรถานุกรม (ฉบับย่อ), หน้า 129.

²¹¹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 336.

²¹² พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, หน้า 631.

²¹³ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า 96.

- 1) สุตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการฟัง การเรียน การอ่าน การค้นคว้า เป็นต้น
- 2) จินตามยปัญญา ปัญญาที่เกิดจากการคิด
- 3) ภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน²¹⁴

สรุปว่า ปัญญินทรีย์ คือ อินทรีย์คือปัญญา หมายถึง ธรรมอันเป็นใหญ่คือปัญญา โดยลักษณะคือ มีลักษณะแห่งการรู้ การเห็น การรู้แจ้งแทงตลอดตามที่เป็นจริง เป็นแสงสว่างที่กำจัดความมืด มีความสามารถตัดปัญหาหรือดับทุกข์ ปัญญานี้มีการส่องแสงเป็นลักษณะและมีการรู้ทั่วเป็นลักษณะเหมือนอย่างว่า เมื่อบุคคลจุดประทีปให้สว่างในเวลากลางคืนในบ้านที่มีฝา 4 ด้าน ความมืดย่อมหมดไป

3.4 ความสำคัญของอินทรีย์ 5

อินทรีย์ 5 มีความสำคัญในฐานะที่เป็นหมวดธรรมที่เป็นเครื่องวัดความพร้อมและบ่งชี้ความก้าวหน้าของการปฏิบัติธรรม พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้แสดงความสำคัญของอินทรีย์ 5 ว่าเป็นหลักธรรมที่เป็นเครื่องวัดความพร้อมและบ่งชี้ความก้าวหน้าหรือเร็วของบุคคลผู้ปฏิบัติธรรม ได้แก่ อินทรีย์ 5 คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา โดยให้ความหมายว่า อินทรีย์ แปลว่า สภาพที่เป็นใหญ่ในกิจตน คือ ธรรมที่เป็นเจ้าการในการทำหน้าที่อย่างหนึ่ง ๆ โดยความหมายคือ เป็นเจ้าการในการทำหน้าที่กำจัดกวาดล้างอกุศลธรรมซึ่งเป็นฝ่ายตรงข้าม เช่น ความเพียรกำจัดความเกียจคร้าน ทำให้เกิดความพร้อมในการทำงานและปฏิบัติธรรมก้าวหน้าไปได้²¹⁵

หลักธรรมในหมวดอินทรีย์ 5 ประการเป็นเครื่องวัดความพร้อมอย่างแท้จริง กล่าวคือ อินทรีย์ แปลว่า ความเป็นใหญ่ เป็นการกระทำของผู้เป็นใหญ่ คือ กระทำของผู้ที่ควบคุมจิตของตนเองได้ ตัวอย่างเช่น ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ธรรมทั้ง 5 ประการเหล่านี้ย่อมเกิดขึ้นแก่ผู้ที่สามารถควบคุมจิตหรือผู้ที่เป็นใหญ่แก่จิตของตน ส่วนผู้ที่ยอมแพ้ต่ออำนาจกิเลส ไม่สามารถควบคุมจิตได้ ก็จะไม่อาจบำเพ็ญธรรมทั้ง 5 ประการนั้นได้ กล่าวคือ

- 1) ไม่อาจเจริญศรัทธา เพราะประกอบด้วยความไม่เชื่อถือ
- 2) ไม่อาจเจริญความเพียร เพราะมีความเกียจคร้าน
- 3) ไม่อาจเจริญสติ เพราะคิดถึงอารมณ์ที่เป็นอดีตบ้าง อนาคตบ้าง ไม่อยากอยู่กับปัจจุบัน
- 4) ไม่อาจเจริญสมาธิ เพราะชอบการซัดสายฟุ้งซ่านในอารมณ์ต่าง ๆ
- 5) ไม่อยากที่จะเจริญปัญญา เพราะพอใจที่จะถูกความหลงครอบงำจิตตน²¹⁶

ถ้ามีการอบรมอินทรีย์อย่างแก่กล้าแล้วย่อมสามารถปราบปรามอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นได้ หรืออาจกล่าวได้ว่า อินทรีย์นี้เป็นธรรมปกครองจิตใจ ทำให้จิตใจมีอำนาจเหนือกิเลสได้ เป็นคุณธรรมที่มี

²¹⁴ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9), โพรธิปักขิยธรรม 37 ประการ, หน้า 98.

²¹⁵ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, หน้า 875.

²¹⁶ พระคันธสาราภิวังศ์, โพรธิปักขิยธรรม, หน้า 76.

อำนาจยิ่งใหญ่ ฉะนั้น อินทรีย์ 5 เหล่านี้หากปฏิบัติถึงความเป็นอินทรีย์ คือ เข้าถึงความยิ่งใหญ่ในขณะใด ขณะนั้นก็กำลังมาก กล่าวคือ

1) ศรัทธาที่เข้าถึงความเป็นอินทรีย์ (สัทอินทรีย์) ย่อมเป็นใหญ่ในการเชื่อมั่นเลื่อมใสในคุณพระรัตนตรัย กรรม และผลของกรรม โดยไม่หวั่นไหว หรือ เกิดความสงสัยในสิ่งเหล่านั้น

2) วิริยะที่เข้าถึงความเป็นอินทรีย์ (วิริอินทรีย์) ย่อมเป็นใหญ่ในความเพียรที่ไม่ย่อท้อ ไม่ให้เกิดความเกียจคร้านในการปฏิบัติธรรม

3) สติที่เข้าถึงความเป็นอินทรีย์ (สติอินทรีย์) ย่อมเป็นใหญ่ในการยังจิตให้รู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบันได้อย่างชัดเจน

4) สมာธิที่เข้าถึงความเป็นอินทรีย์ (สมาธิอินทรีย์) ย่อมเป็นใหญ่ในการตั้งมั่นในสภาวะธรรมปัจจุบัน ไม่ซัดส่ายฟุ้งซ่านไปในอารมณ์อื่นจากอารมณ์ที่กำหนดรู้อยู่

5) ปัญญาที่เข้าถึงความเป็นอินทรีย์ (ปัญญอินทรีย์) ย่อมเป็นใหญ่ในการหยั่งรู้ สภาวะธรรมความเป็นจริง ไม่หลงมกมายในสภาวะธรรมเหล่านี้²¹⁷

ดังนั้น ถ้าไม่อาจจะเจริญในอินทรีย์ทั้ง 5 ได้ การปฏิบัติธรรมย่อมไม่มีความเจริญหรือก้าวหน้าต่อไปได้ แต่ถ้ามีการเจริญหรืออบรมอินทรีย์ทั้ง 5 ให้แก่กล้าแล้วย่อมสามารถปราบปรามอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นได้ นั่นหมายถึง ความก้าวหน้าของการปฏิบัติธรรมจนกระทั่งสามารถกำจัดอวิชชา นำพาไปสู่ความเข้าใจมองเห็นซึ่งถึงโทษภัยแห่งสังสารวัฏ ดำเนินไปสู่สังขตธรรมซึ่งก็คือพระนิพพานนั่นเอง ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า

ภิกษุทั้งหลาย ทางที่ให้ถึงสังขตธรรม คือ อินทรีย์ 5 นี้เราเรียกว่า ทางที่ให้ถึงสังขต-ธรรม ...กิจใดที่ศาสดาผู้แสวงหาประโยชน์เกื้อกูล ผู้อนุเคราะห์ ฟังอาศัยความอนุเคราะห์กระทำแก่สาวกทั้งหลาย กิจนั้นเราก็ได้กระทำแล้วแก่เธอทั้งหลาย ... เธอทั้งหลายจงเพ่งพินิจ อย่าประมาท อย่าได้มีความร้อนใจในภายหลัง นี่เป็นคำพราสอนสำหรับเธอทั้งหลายของเรา²¹⁸

ความสำคัญแห่งอินทรีย์ 5 คือ เป็นทางแห่งความหลุดพ้นจากการปรุงแต่งทั้งปวง เป็นสิ่งที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบและนำมาเปิดเผยสั่งสอนเหล่าพุทธบริษัททั้งหลาย ได้แก่

3.4.1 ความสำคัญของสัทอินทรีย์

ความสำคัญของสัทอินทรีย์คือ สิ่งสำคัญเป็นอันดับแรกของชาวพุทธคือ การสร้างศรัทธาและความเลื่อมใสให้เกิดขึ้นในพระรัตนตรัย เพราะเมื่อเกิดศรัทธาแล้ว ศรัทธานั้นจะเป็นพลังผลักดันให้ก้าวหน้าต่อไปตามการปฏิบัติอันถูกต้องจนกว่าจะบรรลุถึงจุดหมายปลายทาง

²¹⁷ พระคันธसारากวีวงศ์, โพรธิปักขียธรรม, หน้า 77.

²¹⁸ ส.สพ. (ไทย) 18/373/451.

สัทินทรีย์ หมายถึง อินทรีย์ คือ ศรัทธา เป็นคุณธรรมเบื้องต้นแห่งการศึกษาพุทธศาสนา กล่าวคือ การจะศึกษาพระพุทธศาสนาให้ประสบผลสำเร็จในมรรคผลนิพพานจำเป็นต้องพึงศรัทธาเป็นอันดับแรก ดังพระพุทธพจน์ว่า “สัตว์ทั้งหลายเหล่าใดจะพึง จงปล่อยศรัทธามาเถิด เราได้เปิดประตูมตธรรมแก่สัตว์ทั้งหลายเหล่านั้นแล้ว”²¹⁹

ชาวพุทธผู้ต้องการเข้าสู่ประตูมตธรรมจำเป็นอย่างยิ่งต้องอาศัยศรัทธาเป็นตัวนำ หากปราศจากศรัทธาก็ไม่อาจเข้าถึงอมตนิพพานได้ ดังนั้น ผู้ปฏิบัติพึงปลูกศรัทธาให้มีขึ้นในตนอย่างเหมาะสม ดังพระพุทธพจน์เกี่ยวกับศรัทธามากมายว่า

- 1) ศรัทธาตั้งมั่นแล้วยังประโยชน์ให้สำเร็จ²²⁰
- 2) ศรัทธาเป็นทรัพย์เครื่องปล้ำใจที่ประเสริฐของบุรุษในโลกนี้²²¹
- 3) ศรัทธารวบรวมไว้ซึ่งเสบียง²²²

เมื่อคนมีศรัทธาย่อมทำบุญให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา อันเป็นการรวบรวมอริยทรัพย์ในโลกนี้และโลกหน้า และตรัสแก่พระเจ้าปเสนทิโกศลว่า

บุคคลผู้เป็นบัณฑิตมีปัญญา เมื่อเห็นประโยชน์ตนพึงตั้งศรัทธาไว้ในพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ ผู้ใดมีปกติประพฤติธรรมทางกาย ทางวาจา ทางใจ บัณฑิตทั้งหลายย่อมสรรเสริญผู้นั้นในโลกนี้โดยแท้ผู้นั้นละโลกนี้ไปแล้ว ย่อมบันเทิงในสวรรค์²²³

สรุปว่า ความสำคัญของสัทินทรีย์ คือ มีศรัทธาว่า เมื่อมีความตั้งมั่นในพระรัตนตรัยแล้ว มีความปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบแล้วย่อมนำมาความสุขมาให้

3.4.2 ความสำคัญของวิริยินทรีย์

วิริยินทรีย์ มีความสำคัญในฐานะที่เป็นพลังให้ก้าวสู่ความสำเร็จ เหมือนครั้งที่กว่าพระพุทธเจ้าจะได้ตรัสรู้และนำพระสัทธรรมมาโปรดเวไนยสัตว์นั้น พระองค์ต้องบำเพ็ญเพียรชนิดที่ต้องเอาพระชนม์ชีพเข้าแลก เมื่อได้ทราบความลำบากเช่นนี้แล้วยังมัวประมาท ไม่ปรารถนาความเพียรก็จะไม่ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติได้เลย ดังนั้นพึงรีบทำความเพียรตั้งแต่วันนี้เถิด ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า

บุคคลควรทำความเพียรตั้งแต่วันนี้ทีเดียว ใครเล่าจะรู้ว่า ความตายจักมีในวันพรุ่งนี้ เพราะความผิดเพี้ยนกับมัจจุราชผู้มีแสนยานุภาพนั้น ย่อมไม่มีแก่เราทั้งหลาย พระมุนีผู้สงบเรียกบุคคลผู้มีความเพียรไม่เกียจคร้านทั้งกลางวันและกลางคืน ซึ่งมีปกติอยู่อย่างนั้นนั่นแล้ว “ผู้มีราตรีเดียวเจริญ”²²⁴

²¹⁹ วิ.ม. (ไทย) 4/9/15.

²²⁰ ส.ส. (ไทย) 15/51-52/67-68.

²²¹ ส.ส. (ไทย) 15/73/80.

²²² ส.ส. (ไทย) 15/79/85.

²²³ ส.ส. (ไทย) 15/136/174.

²²⁴ ม.อุ. (ไทย) 14/272/320.

จากพระพุทธพจน์เป็นหลักความจริงอย่างหนึ่งที่สัตว์ทั้งหลายไม่รู้ว่าจะมีชีวิตอยู่ได้สักกี่วัน ความตาย หรือมัจจุราชมะมาพรากชีวิตไปเมื่อไรก็ไม่อาจรู้ได้ พระพาหิยะอ้างเหตุผลนี้กับพระพุทธเจ้าว่า

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ความเป็นไปแห่งอันตรายแก่ชีวิตของพระผู้มีพระภาคก็ดี ความเป็นไปแห่งอันตรายแก่ชีวิตของข้าพระองค์ก็ดี รู้ได้ยาก ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ขอพระผู้มีพระภาคโปรดแสดงธรรมแก่ข้าพระองค์ ขอพระสุคตโปรดแสดงธรรมที่จะเป็นไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูล เพื่อความสุขแก่ข้าพระองค์ตลอดกาลนานเถิด พระพุทธเจ้าข้า²²⁵

นอกจากนั้น วิริยินทรีย์ ยังมีความสำคัญในลักษณะที่มีปัจจัยต่อเนื่องจากสัทธินทรีย์ กล่าวคือ เมื่อมีศรัทธาที่ตั้งมั่นไม่หวั่นไหว ทำให้มีความเพียรอย่างต่อเนื่องยอมทำให้ถึงจุดหมายปลายทางที่สำคัญได้ ดังพระพุทธพจน์ว่า

บุคคลข้ามโอชะได้ด้วยศรัทธา ข้ามอรรณพได้ด้วยความไม่ประมาท ล่วงทุกข์ได้ด้วยความเพียร²²⁶

สรุปว่า ความสำคัญของวิริยินทรีย์ คือ ความเพียรนับว่าเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญ เพื่อที่จะกำจัดกิเลส และดำรงอยู่โดยความไม่ประมาท ก็จะสามารถก้าวล่วงวิภูฏองสสารได้

3.4.3 ความสำคัญของสติ

สติ เป็นหลักธรรมที่สำคัญอย่างหนึ่งในพระพุทธศาสนาคือเป็นยอดแห่งธรรม เพราะคำสอนทั้งปวงรวมอยู่ที่ความไม่ประมาท มีชื่อเรียกโดยเฉพาะว่า อัปมาท นั่นคือการมีสติ สติมีบทบาทอย่างมากในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ การมีชีวิตอยู่อย่างไม่ขาดสติ หรือการใช้สติอยู่เสมอในการครองชีวิต สติเป็นตัวการทำให้ระมัดระวังตัว ป้องกันไม่ให้พลาดตกไปในทางชั่วหรือเสื่อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นจากสังสารวัฏสติดียังมีบทบาทเป็นอย่างมาก ชีวิตของเรานี้มีจุดที่ควรใช้สติคอยกำกับดูแลทั้งหมด 4 แห่ง คือ

- 1) ร่างกายและพฤติกรรม (กาย)
- 2) เวทนาคือความรู้สึกสุขทุกข์ต่าง ๆ (เวทนา)
- 3) ภาวะจิตที่เป็นไปต่าง ๆ (จิต)
- 4) ความนึกไตร่ตรอง (ธรรม)

ถ้าดำเนินชีวิตโดยมีสติคุ้มครอง ณ จุดทั้งสี่นี้แล้วก็จะช่วยให้เป็นอยู่อย่างปลอดภัย ไร้ทุกข์ มีความสุขผ่องใส เป็นทางนำไปสู่ความรู้แจ้งอริยสัจธรรม²²⁷ อีกทั้งพระพุทธองค์ยังตรัสเกี่ยวกับบทบาทของสติที่กระจายอยู่ในหัวข้อธรรมต่าง ๆ แสดงถึงความสำคัญของสติ ความว่า

²²⁵ ขุ.อ. (ไทย) 25/10/185.

²²⁶ ส.ส. (ไทย) 15/246/353.

²²⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, หน้า 812.

- 1) สติ คือ ความตามระลึกถึง ความระลึกได้เฉพาะหน้า
- 2) สติ คือความระลึกได้ความจำได้ ความไม่เลือนลอย ความไม่หลงลืม
- 3) สติ คือ สตินทรีย์ (สติที่เป็นใหญ่)
- 4) สติพละ (สติที่เป็นกำลัง)
- 5) สัมมาสติ (ระลึกชอบ)
- 6) สติสัมโพชฌงค์ (สติที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ธรรม)
- 7) เอกายนมรรค (สติที่เป็นทางเอก)

นี้แหละ เรียกว่าสติ บุคคลผู้ประกอบ ประกอบพร้อม ดำเนินไป ดำเนินไปพร้อม เป็นไป เป็นไปพร้อม เพียบพร้อมแล้วด้วยสตินี้ เรียกว่า ผู้มีสติ²²⁸

จากข้อความดังกล่าวข้างต้นพบว่า สติ มีบทบาทอยู่ในหมวดธรรมต่าง ๆ มากมาย รวมความแล้ว สติ จำต้องนำไปใช้ในหลักธรรมทั้งปวง ในการกระทำทุกอย่าง นับได้ว่า สติมีบทบาทและมีความสำคัญในการดำเนินชีวิตที่ตึงงามไม่เดือดร้อนทั้งกายและใจในกายภาคหน้า

อนึ่ง ประโยชน์สูงสุดของความเป็นผู้มีสติ คือความเป็นผู้ไม่ประมาท เมื่อได้เจริญสติในฐานะเป็นหลักธรรมสำคัญ มีการพิจารณาใคร่ครวญ ประคับประคองการปฏิบัติธรรมไม่ให้ฟุ้งซ่านและนำไปสู่ความสำเร็จ ทำให้สามารถข้ามพ้นโอชะได้ ดังพระพุทธพจน์

ผู้สมบูรณ์ด้วยศีล มีปัญญา มีจิตตั้งมั่นดีแล้ว เฟ่งพินิจธรรมภายใน มีสติทุกเมื่อ ย่อมข้ามพ้นโอชะที่ข้ามได้ยาก²²⁹

สรุปว่า ความสำคัญของสตินทรีย์คือ เมื่อเป็นผู้ปฏิบัติธรรมถึงพร้อมด้วยศีล เป็นผู้มีปัญญา เมื่อมีสมาธิอันเป็นจิตที่ตั้งมั่นสมควรแก่การงานแล้วย่อมมีการพิจารณาธรรมอันประกอบด้วยสติย่อมสามารถกำจัดกิเลสทั้งปวงได้

3.4.4 ความสำคัญของสมาธิในทรี

สมาธิ เป็นหลักธรรมที่สำคัญอย่างหนึ่งที่เป็นฐานให้เกิดปัญญาได้ โดยความหมาย สมาธิคืออาการตั้งมั่นไม่หวั่นไหว ซึ่งทำให้สมาธิก้าวหน้าขึ้นเป็นลำดับ จนถึงสมาธิในวิปัสสนา หรือตัววิปัสสนาคือ ความเห็นอย่างแจ่มแจ้งเป็นไปเพื่อความหลุดพ้น ที่สามารถแสดงให้เห็นโดยการแยกประเภทตามลักษณะการกำหนดพิจารณาไตรลักษณ์ ข้อที่ให้สำเร็จความหลุดพ้น ได้แก่

- 1) สุญญตสมาธิ สมาธิอันพิจารณาเห็นความว่าง ได้แก่ วิปัสสนาที่ให้ถึงความหลุดพ้นด้วยอนัตตลักษณะ คือ สมาธิอันกำหนดพิจารณาเห็นนามรูปว่าเป็นของว่างเปล่าด้วยอนัตตานุปัสสนาการตามเห็นนามรูปเป็นอนัตตาเพราะความไม่เป็นไปในอำนาจ เป็นต้น

²²⁸ ขุ.ม. (ไทย) 29/3/13.

²²⁹ ขุ.ส. (ไทย) 25/176/540.

2) อนิมิตตสมาธิ สมาธิอันพิจารณาธรรมไม่มีนิมิต ได้แก่ วิปัสสนาที่ให้ถึงความหลุดพ้นด้วยกำหนดอนิจจลักษณะ คือ สมาธิอันพิจารณาธรรม ได้แก่ นามรูปว่าเป็นสิ่งหามิตคือ เครื่องกำหนดหมายไม่ได้ เพราะความเป็นอนิจจตามีความเกิดขึ้นแล้วเสื่อมสลายไป เป็นต้น

3) อัปณิหิตสมาธิ สมาธิอันพิจารณาธรรมไม่มีความตั้งปรารภณา ได้แก่ วิปัสสนาที่ให้ถึงความหลุดพ้นด้วยกำหนดทุกขลักษณะ คือ สมาธิอันกำหนดพิจารณาธรรม จนเกิดความเห็นว่า ไม่มีอะไรน่าปรารภณา เพราะทุกข์เท่านั้นที่เกิดขึ้น ทุกข์เท่านั้นที่ตั้งอยู่ ทุกข์เท่านั้นที่ดับไป นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรเกิดขึ้น นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรดับ คือ วิปัสสนาที่ให้ถึงความหลุดพ้นด้วยการพิจารณานามรูปว่าเป็นทุกขตา²³⁰

เมื่อเป็นเช่นนี้ ทำให้ทราบว่ สมาธิกับวิโมกข์ (ความหลุดพ้น) มีความเกี่ยวข้องกันคือ สมาธิแต่ละข้อเป็นเหตุของวิโมกข์แต่ละข้อ วิโมกข์แต่ละข้อจึงเป็นผลของสมาธิแต่ละข้อ สิ่งทั้ง 3 คือ สมาธิ ลักษณะ และวิโมกข์ มีความเกี่ยวข้องกันและเป็นปัจจัยของกันและกัน ดังนี้

1) สุกฺขมุตตสมาธิ ... อนัตตลักษณะ... สุกฺขมุตตวิโมกข์ คือ สมาธิพิจารณาเห็นความว่างด้วยการมอมนามรูปตามหลักของอนัตตลักษณะ โดยอาศัยอนัตตานุปัสสนา จนถอนความยึดถือว่ามีตัวตนออกไปได้เข้าถึงสุกฺขมุตตวิโมกข์

2) อนิมิตตสมาธิ ... อนิจจลักษณะ...อนิมิตตวิโมกข์ คือ สมาธิพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง โดยอาศัยอนิจจานุปัสสนา คือ การมอเห็นความไม่เที่ยงแห่งสังขารทั้งหลาย สามารถถอยถอนวิปลาส คือ ความกำหนดหมาย ความคิด ความเห็นในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ออกไปจากใจได้ จิตเข้าถึงอนิมิตตวิโมกข์

3) อัปณิหิตสมาธิ ... ทุกขลักษณะ... อัปณิหิตวิโมกข์ คือ สมาธิที่เกิดจากการพิจารณาเห็นรูปนามเป็นทุกข์ โดยอาศัยทุกขสัจญญา จนสามารถถอยถอนตัณหาปณิธิในสัตว์ สังขารออกจากจิตได้เข้าถึงอปณิหิตวิโมกข์

สมาธิ นิมิต และวิโมกข์เหล่านี้จึงมีความเกี่ยวเนื่องกันและกัน²³¹ ดังพระพุทธพจน์

เมื่อจิตเป็นสมาธิ บริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อนเหมาะแก่การใช้งานตั้งมั่นไม่หวั่นไหวอย่างนี้ เรานั้นได้น้อมจิตไปเพื่ออัสวักขยญาณ ... เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ว่าหลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้วอยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป²³²

²³⁰ พระเทพดิลก (ระแบบ จิตตภาโณ), **ธรรมปริทรรศน์ 2**, พิมพ์ครั้งที่ 4, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาหมกุฏราชวิทยาลัย, 2546), หน้า 155-156.

²³¹ เรื่องเดียวกัน, หน้า 156.

²³² วิ.มหา. (ไทย) 1/14/7.

สรุปว่า ความสำคัญของสมาธิที่ได้อธิบายมาแล้ว ทำให้สามารถพัฒนาเป็นปัญญานั้นคือสมาธิเป็นฐานของวิปัสสนาให้เข้าถึงความเป็นวิโมกข์คือหลุดพ้น ได้รับความสุขสูงสุดในพระพุทธศาสนา

3.4.5 ความสำคัญของปัญญินทรีย์

ปัญญา มีความสำคัญในฐานะเป็นเครื่องฆ่าแรกกิเลส เป็นสิ่งที่พัฒนาได้จนกว่าจะถึงขั้นสุดท้าย ซึ่งเมื่อปัญญาที่บริสุทธิ์รู้เห็นตามความเป็นจริงนี้เกิดขึ้นแล้ว ช่วยให้จิตนั้นสงบ มั่นคง บริสุทธิ์ ผ่องใส ส่งผลให้การดำเนินชีวิต คิดพิจารณาแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ทำกิจทั้งหลายในทางที่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขอย่างแท้จริง และที่สุดก็ทำให้ไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิดอีก ดังพระพุทธพจน์ว่า

ปัญญาที่เป็นเหตุให้ถึงความทำลายกิเลส และปัญญาที่รู้ชัดความสิ้นไปแห่งชาติและภพโดยชอบ เป็นปัญญาที่ประเสริฐในโลก²³³

สรุปว่า ความสำคัญของปัญญินทรีย์ คือ เมื่อปัญญาบริสุทธิ์รู้เห็นตามความเป็นจริงนี้เกิดขึ้นแล้ว ช่วยให้จิตนั้นสงบ มั่นคง บริสุทธิ์ ผ่องใส ส่งผลให้การดำเนินชีวิต การคิด การพิจารณาแก้ไขปัญหาต่าง ๆ และทำกิจทั้งหลายในทางที่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขอย่างแท้จริง

3.5 การปรับอินทรีย์ให้สมดุล

3.5.1 ความสำคัญของการปรับอินทรีย์

การปรับอินทรีย์เป็นเรื่องที่สำคัญในการปฏิบัติธรรม วิธีการปรับอินทรีย์ เป็นการพัฒนาจิตอย่างหนึ่งในการปฏิบัติธรรมฐาน ถ้าปฏิบัติย่อหย่อนหรือเคร่งครัดเกินไปในด้านใดด้านหนึ่ง นอกจากจะทำให้เสียเวลาและเป็นการลองผิดลองถูกแล้ว ก็จะทำให้เกิดความท้อแท้ท้อถอย จนกระทั่งไม่สามารถไปสู่เป้าหมายในการปฏิบัติธรรมได้ การปรับอินทรีย์ 5 หรือการตกแต่งคุณธรรม 5 ประการ ให้เกิดความสมดุล สม่่าเสมอไม่ล้ำหน้ากันและกัน

การปรับอินทรีย์ หมายถึง การปรับอินทรีย์ 5 ให้เสมอกันหรือให้สมดุลกัน อินทรีย์ทั้ง 5 คือ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา²³⁴

อินทรีย์ทั้ง 5 เป็นธรรมหมวดหนึ่งในการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า มีความสำคัญมากต่อการปฏิบัติธรรมฐาน จะพบบอ่ยว่าคนที่บำเพ็ญสมาธิ จิตไม่สงบและไม่ได้ผลนั้น มาจากสาเหตุ 3 ประการ คือ

- 1) การปฏิบัติไม่ถูกต้อง
- 2) อินทรีย์ 5 ยังมีพลังไม่เต็มที่
- 3) อินทรีย์ 5 ยังปรับไม่สมดุลกัน

²³³ ขุ.อิติ. (ไทย) 25/41/389.

²³⁴ พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวณโณ), การพัฒนาจิต, หน้า 163.

อินทรีย์ทั้ง 5 คือ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา ถ้าผู้ใดอบรมให้มีพลัง ผู้นั้นนับได้ว่าสร้างตัวการที่จะทำจิตให้สงบ ที่จะเกิดผลในทางปฏิบัติขึ้นมา แต่ถ้าคุณธรรมทั้ง 5 ประการนี้ ยังเป็นตัวของตัวเองอยู่ คือยังมีพลังไม่เท่ากัน ถ้าไม่ปรับให้เท่ากันแล้ว จะไม่ได้ผลทางปฏิบัติ²³⁵

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค พระพุทธโฆษาจารย์ กล่าวถึง ความสำคัญของการปรับอินทรีย์ทั้งหลายให้เสมอกัน โดยได้แสดงว่า

- 1) อินทรีย์ คือศรัทธามีกำลังมาก อินทรีย์ 4 ที่เหลือจะมีกำลังน้อย
- 2) อินทรีย์ คือวิริยะยอมไม่สามารถเพื่อทำหน้าที่คือการประคอง
- 3) อินทรีย์ คือสติยอมไม่สามารถเพื่อทำหน้าที่คือการปรากฏ
- 4) อินทรีย์ คือสมาธิยอมไม่สามารถเพื่อทำหน้าที่คือความไม่ฟุ้งซ่าน
- 5) อินทรีย์ คือปัญญายอมไม่สามารถทำหน้าที่คือการเห็นแจ้ง

เพราะฉะนั้น ต้องลดสัทธินทรีย์นั้นลงด้วยการพิจารณาถึงสภาวะธรรม คือภาวะที่เป็นจริงของสัทธินทรีย์นั้น และได้แสดงว่า เมื่ออินทรีย์แต่ละประการมีกำลังมากพียงทราบว่าเป็นอินทรีย์นอกจากนี้ไม่สม่าเสมอกันในหน้าที่ของตน ๆ²³⁶

สรุปว่า ความสำคัญของการปรับอินทรีย์ คือ ถ้าอินทรีย์อย่างหนึ่งอย่างใดแรงกล้าเกินไป และอินทรีย์อื่นยังอ่อนอยู่ อินทรีย์อื่นเหล่านี้ก็จะเสียความสามารถในการทำหน้าที่ของตน เช่น ถ้าศรัทธาแรงเกินไป วิริยะก็ทำหน้าที่ยกจิตไม่ได้ สติก็ไม่สามารถดูแลจิต สมาธิก็ไม่สามารถทำจิตให้แน่วแน่ ปัญญาก็ไม่สามารถเห็นตามความเป็นจริง ต้องลดศรัทธาด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาสภาวะแห่งธรรม หรือมนสิการในทางที่ไม่เป็นการเพิ่มกำลังให้แก่ศรัทธา ตามหลักทั่วไปในการปรับอินทรีย์มีหลักการปรับอินทรีย์ให้เสมอกันเป็นคู่ ๆ

3.5.2 วิธีการปรับอินทรีย์ให้สมดุล

หลักการปรับอินทรีย์ในพระไตรปิฎกได้ปรากฏในเรื่องราวของพระโสณโกฬิวิสะซึ่งเป็นผู้มีความเพียรมากเกินไป โดยที่พระพุทธองค์ตรัสแนะนำให้พระโสณโกฬิวิสะทำการปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน การปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน หมายถึง

- 1) ปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา
- 2) ปรับปัญญาให้เสมอกับศรัทธา
- 3) ปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ
- 4) ปรับสมาธิให้เสมอกับวิริยะ
- 5) ส่วนสตินั้นยังมีมากเท่าไรก็ยิ่งดีไม่มีคำว่าเกิน

²³⁵ พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณฺโณ), การพัฒนาจิต, หน้า 167.

²³⁶ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธสาโรช (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า

แต่หลักการปรับอินทรีย์นั้นปรากฏในคัมภีร์รุ่นต่อมาที่ได้อธิบายได้ชัดเจนเกี่ยวกับหลักการปรับอินทรีย์ ซึ่งจะได้นำเสนอในรายละเอียดดังนี้

การปรับอินทรีย์ 5 ให้เสมอกัน พบในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้แสดงการปรับอินทรีย์ให้เสมอกันเป็นคู่ ๆ กล่าวคือ (ก) ศรัทธาเสมอกันกับปัญญา (ข) สมาธิเสมอกันกับวิริยะ (ค) สติจำปรารภณาในอินทรีย์ทั้ง 5 เสนอรายละเอียดดังนี้

ก. ศรัทธากับปัญญาเสมอกัน

ในอินทรีย์ 5 นี้ ปราชญ์ทั้งหลายย่อมรับรองต้องกันว่า ศรัทธาเสมอกันกับปัญญา อธิบายว่าบุคคลผู้มีศรัทธามาก แต่มีปัญญาน้อย ย่อมเป็นคนมีความเลื่อมใสอย่างเชอ ๆ คือไม่เลื่อมใสอย่างแน่นแฟ้น ย่อมเลื่อมใสในสิ่งไม่ใช่เรื่อง บุคคลผู้มีปัญญามากแต่มีศรัทธาน้อย ย่อมแหกแนวไปสู่อ้อมเอี้ยวเอนไปเป็นผู้มีใคร ๆ จะแก้ไขไม่ได้ เหมือนกับโรคที่เกิดขึ้นจากยาเอง ยากที่จะรักษาให้หายได้ แต่เพราะศรัทธากับปัญญาสม่ำเสมอ บุคคลย่อมเลื่อมใสถูกเรื่องเสมอ²³⁷

จากข้อความ เป็นการแสดงสัมพันธอินทรีย์กับปัญญินทรีย์ กล่าวคือ ความเชื่อและปัญญาทั้ง 2 อย่างต้องสมดุลกัน แสดงให้เห็นว่า

1) คนที่ศรัทธาแก่กล้านั้นมีปัญญาน้อย ย่อมเลื่อมใสโดยลุ่มหลง คือเลื่อมใสในสิ่งที่ไม่น่าเลื่อมใส

2) ถ้าปัญญากล้าแต่ศรัทธาน้อย ย่อมตกไปในฝ่ายเกรงเชื่อถือสิ่งใดก็จะเอียงข้างกลายเป็นคนอวดดีหัวดีอวด เยียวยากเหมือนโรคที่เกิดจากยา ย่อมทำให้นายแพทย์รักษาได้ยากมากฉะนั้น

ดังนั้น ศรัทธากับปัญญาจึงต้องควบคู่สมดุลกัน เพราะศรัทธาเมื่อมีปัญญาเป็นเครื่องพิจารณา ก็จะสามารถเลื่อมใสในสิ่งที่ถูกต้องอย่างแน่นอน โดยนัยนี้ นักปราชญ์ทางศาสนาได้แสดงไว้โดยสอดคล้องกันไว้ดังนี้

(1) พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9) ได้แสดงการทำศรัทธากับปัญญาให้สมดุลกัน คือ ถ้าอินทรีย์ คือ สัทธาของผู้นั้นมีกำลังมาก วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ก็จะมีกำลังอ่อน เมื่อเป็นเช่นนั้น ก็จะมี ความบกพร่องดังนี้ คือ

- 1) วิริยอินทรีย์ ไม่สามารถทำหน้าที่ประคองไว้ได้
- 2) สตินทรีย์ ไม่สามารถทำหน้าที่อุปถัมภ์ไว้ได้
- 3) สมาธินทรีย์ ไม่สามารถทำหน้าที่ไม่ฟุ้งซ่านได้
- 4) ปัญญินทรีย์ ไม่สามารถทำหน้าที่เห็นได้

²³⁷ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อจา อาสภมหาเถร), หน้า 226-227.

เพราะเหตุนี้ นักปฏิบัติพึงลดสัทธินทรีย์นั้นลง โดยอุบายวิธี 2 อย่างคือ

1) โดยพิจารณาสภาวะธรรม

2) เมื่อเราใส่ใจโดยวิธีใด สัทธินทรีย์เกิดมีกำลังมาก เมื่อนั้นพึงลดสัทธินทรีย์ลง โดยไม่ใส่ใจวิธีนั้น²³⁸

(2) พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวณฺโณ) กล่าวว่า สัทธากับปัญญาต้องให้เท่ากัน คือ บางคนมีแต่ศรัทธาอย่างเดียวไม่มีปัญญา ก็เป็นเหตุให้มกมาย เป็นคนเชื่อคนง่าย คือ เชื่อเรื่องมกมายอย่างไม่มีเหตุผล ก็ทำให้จิตเดินทางไม่ถูก หรือถ้ามีแต่ปัญญาอย่างเดียว ขาดศรัทธาจะทำให้คนนั้นมักคิดฟุ้งซ่าน ไม่ยอมเชื่อถืออะไรง่าย ๆ เพราะปัญญามากกว่าศรัทธาทำให้จิตไม่สงบ เนื่องจากมัวแต่คิดฟุ้งซ่านอยู่ด้วยอำนาจปัญญาที่มีมากเกินไป²³⁹

(3) พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี) ได้แสดงทำศรัทธากับปัญญาให้สมดุลกัน คือ บางคนมีแต่ความเชื่อแต่ขาดปัญญาเขาเรียกว่ามกมาย เชื่ออะไรก็เชื่อหัวปักหัวปำมกมายไป ขาดเหตุผล ขาดปัญญา แต่ถ้าปัญญามากไป ไม่มีศรัทธา ก็ฟุ้งซ่านเหมือนกันไม่ได้ปฏิบัติสักที คนมีปัญญาปฏิบัติไม่ลง ไม่เชื่อไปหมด อาจารย์องค์นั้นก็ไม่ได้เรื่อง องค์นี้ก็ไม่ได้เรื่อง อันนั้นจะถูกมัย พอปฏิบัติกลัวไม่ถูก วิจัยธรรมมากเกินไป ไม่ศรัทธาไปหมด ปฏิบัติไป ๆ มันก็ฟุ้งซ่าน ความเชื่อไม่มี ไม่มีความสมดุล ดังนั้น ต้องมีศรัทธามีปัญญาสมดุลกันคือ เชื่อด้วยมีปัญญาด้วย²⁴⁰

(4) พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้แสดงทำศรัทธากับปัญญาให้สมดุลกัน คือ ศรัทธาคือ ความเชื่อ ความที่จิตใจพุ่งแล่นไปหาและคล้อยไปตาม เข้าคู่กับปัญญา ความพิจารณาไตร่ตรองมองหาความจริงให้รู้เข้าใจเข้าถึงสภาวะ ถ้าศรัทธาแรงไป ก็โน้มไปในทางที่เชื่อง่าย ยอมรับง่าย เชื่อดังไปตลอดจนมกมาย ถ้าเอาแต่ปัญญา ก็โน้มไปทางที่จะคิดมาก สงสัยเกินเหตุหรือควานปฏิเสศ ฟุ้งไปเรื่อย ไม่จับอะไรลงลึก ท่านจึงปรับศรัทธากับปัญญาให้สม่ำเสมอสมดุลกัน²⁴¹

สรุปว่า วิธีการปรับศรัทธาเสมอกันกับปัญญา พบว่า เป็นหลักการที่นักปราชญ์ทางด้านศาสนาชี้ให้เห็นออกมาโดยสอดคล้องกันทั้งหมด คือต้องทำให้ศรัทธากับปัญญาให้ได้สมดุลกัน เพราะศรัทธาที่ประกอบกับปัญญาจะสามารถดำเนินไปในทางที่ถูกต้องได้

²³⁸ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทฺธิ ป.ธ. 9), โพรธิปักขียธรรม 37 ประการ, หน้า 113-114.

²³⁹ พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวณฺโณ), การพัฒนาจิต, หน้า 168.

²⁴⁰ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาภูมิ, พิมพ์ครั้งที่ 6, (พระนครศรีอยุธยา: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, 2552), หน้า 184-185.

²⁴¹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง, พิมพ์ครั้งที่ 89, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, 2553), หน้า 96.

ข. สมานกับวิริยะเสมอกัน

บุคคลผู้มีสมาธิมากแต่มีวิริยะน้อย ความเกียจคร้านย่อมครอบงำ เพราะสมาธิเป็นฝักฝ่ายของความเกียจคร้าน บุคคลผู้มีวิริยะมากแต่มีสมาธิน้อย อุทธัจจะความฟุ้งซ่านครอบงำ เพราะวิริยะเป็นฝักฝ่ายของอุทธัจจะแต่สมาธิที่ประกอบเข้ากับวิริยะแล้วย่อมไม่ได้เพื่อตกไปในความเกียจคร้าน วิริยะที่ประกอบเข้ากับสมาธิแล้ว ก็ไม่ได้เพื่อตกไปในอุทธัจจะ เพราะฉะนั้นจึงจำต้องวิริยะกับสมาธิทั้งสองนั้นให้สม่าเสมอกัน เพราะจะสำเร็จอุปนาสมาธิได้ ด้วยวิริยะสมาธิทั้งสองสม่าเสมอกัน²⁴²

จากข้อความดังกล่าว เป็นการแสดงสมาธิในทฤษฎีกับวิริยในทฤษฎี กล่าวคือ วิริยะกับสมาธิต้องสมดุลกันคือ

- 1) ถ้าสมาธิกล้า วิริยะอ่อน ก็จะทำให้ความเกียจคร้านเข้าครอบงำได้
- 2) ถ้าวิริยะแรง สมาธิอ่อนก็จะเกิดความฟุ้งซ่านครอบงำได้
- 3) ถ้าทำให้วิริยะกับสมาธิเข้ากันได้ก็จะไม่เกิดความฟุ้งซ่านทำให้สมาธิตั้งมั่นได้ ดังนั้น

ต้องปรับให้วิริยะกับสมาธิเสมอกัน เพื่อความสำเร็จเข้าสู่ อุปนาสมาธิได้ โดยนัยนี้ มีนักปราชญ์ทางศาสนาได้แสดงไว้โดยสอดคล้องกัน และอธิบายเพื่อเสริมสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับสมาธิกับวิริยะเสมอกันไว้ดังนี้

(1) พระธรรมธีรราชฆาตมุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9) ได้กล่าวว่า ความเพียรกับสมาธิให้สมดุลกัน iva โภสัชชะ คือ ความเกียจคร้าน ย่อมครอบงำบุคคลที่มีสมาธิกล้ามีความเพียรอ่อน เพราะสมาธิเป็นไปในฝ่ายแห่งความเกียจคร้าน อุทธัจจะ คือ ความฟุ้งซ่าน ย่อมครอบงำบุคคลผู้มีความเพียรกล้า เพราะความเป็นไปในฝักฝ่ายแห่งอุทธัจจะ ส่วนสมาธิกับวิริยะย่อมไม่ตกไปในอุทธัจจะ เพราะฉะนั้นนักปฏิบัติจึงต้องทำสัทธากับปัญญา วิริยะกับสมาธิ ให้สม่าเสมอกัน เพราะวาอินทริย์ 5 เสมอกัน อุปนาย่อมเกิดได้²⁴³

(2) พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวณโณ) ได้กล่าวว่า ความเพียรกับสมาธิจะต้องปรับให้เท่ากัน คือ ความเพียร (วิริยะ) ถ้าใครทำมากไปหรือน้อยไป ก็ไม่ได้ผล คือ ถ้าหนักไป มากไป ก็จะทำให้ร่างกายปวดเมื่อย และจิตกระสับกระส่าย เพราะความเพียรมากไป ส่วนสมาธินั้น ถ้าทำน้อยไป จิตก็จะไม่สงบ ถ้าทำมากไปก็เกิดง่วงได้ง่าย ในเมื่อสมาธิมาก เมื่อเกิดความง่วงขึ้นแล้ว จิตไม่ถูกยกขึ้นสู่อารมณกรรมฐาน หรือเมื่อจิตยกจิตขึ้นแล้ว ก็มักจะตกไปง่าย เพราะสมาธิมีมาก แต่ความเพียรมีน้อยไป ตัวอย่างเช่น คนฟังเทศน์บางคนที่มีง่วง พอพระเริ่มเทศน์ก็เริ่มง่วง เพราะจิตเริ่มรวมตัวไม่ฟุ้งซ่านไปอื่น จิตไม่ถูกยกขึ้นสู่อารมณด้วยอำนาจความเพียร คนที่ทำสมาธิก็เช่นเดียวกัน บางคนใช้สมาธิมากไป จิตจึงมักตกลงสู่ภวังค์

²⁴² พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า 226.

²⁴³ พระธรรมธีรราชฆาตมุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9), โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ, หน้า 115-116.

หรือจะหลับเสียแล้ว คือหลับในขณะที่นั่งสมาธิ ประเภทนี้ได้ผลน้อย เพราะฉะนั้น จะต้องปรับวิริยะ(ความเพียร) กับ สมาธิ(ความตั้งใจมั่น) ให้สมดุลกัน²⁴⁴

(3) พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี) ได้กล่าวว่า ความเพียรกับสมาธิให้สมดุลกันคือ ถ้าเพียรมากแต่ขาดสมาธิมันไปเคร่งเครียด บางทีเครียดหมดมันไม่มีสมาธิ บางทีก็ลำบากกายเปล่า มันก็ไปทางทุกข์กายลำบากกาย แต่ถ้าหากสมาธิมาก ความเพียรน้อยกว่า มันก็ไม่เห็นสภาวะ ยกจิตขึ้นสู่อารมณ์กรรมฐานน้อย ที่จะให้เกิดความรู้เห็น เห็นสภาวะของความเกิดดับ

- 1) อนิจจัง
- 2) ทุกขัง
- 3) อนัตตา

ไม่เห็นมันดิ่งลงไป บางทีเราปฏิบัติไปนี่สมาธิมันมาก มันก็คอยจะนั่ง ๆ ดิ่งลงไปเฉย ๆ ไม่รับรู้อะไร เราต้องสร้างความเพียรให้ทัน คือเพียรระลึกเพียรพยายามที่จะให้มันเกิดการรู้เท่าทันขึ้น มันมีความสมดุลขึ้น ถ้าหากว่าบุคคลได้มีอินทรีย์ที่สมดุลกัน การปฏิบัติก็จะได้ผลขึ้น ที่ปฏิบัติอยู่ไม่ค่อยมีความสมดุลกัน ก็ต้องอาศัยการพิจารณาสังเกตให้มันสม่ำเสมอ²⁴⁵

(4) พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวว่า ความเพียรกับสมาธิให้สมดุลกัน คือ วิริยะคือ ความเพียร มีใจสู้ มุ่งหน้าจะทำให้ก้าวหน้าเรื่อยไป เข้าคู่กับ สมาธิ คือ ความสงบจิตใจที่แน่วแน้อยู่ที่ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ถูกอารมณ์ต่าง ๆ รบกวน คือ

- 1) ถ้าวิริยะแรงไปก็จะเครียดและฟุ้งซ่าน โน้มไปทางล้ำเลยเขต
- 2) ถ้าเอาแต่สมาธิก็จะสงบสบาย ชวนให้ติดในความสุขจากความสงบนั้น ตลอดจนกลายเป็นเกียจคร้านเฉื่อยชาปลีกตัวออกหาความสบาย ปล่อยปละละเลยหรือไม่เผชิญภาวะ

ท่านจึงให้เสริมสร้างวิริยะและสมาธิอย่างสม่ำเสมอสมดุลกัน เพื่อจะได้ประคับประคองกันไปและเป็นเครื่องอุดหนุนกันให้ก้าวหน้าไปในทางการปฏิบัติ²⁴⁶

สรุปว่า วิธีการปรับสมาธิกับวิริยะให้เสมอกัน พบว่า เป็นการปรับอินทรีย์ทั้งสองให้เสมอกัน เพราะถ้าความเพียรมากไปเป็นเหตุให้สมาธิมีน้อยบังเกิดความฟุ้งซ่านได้ สมาธิก็ไม่เกิดการตั้งมั่น ถ้าสมาธิมากเกินไปทำให้เกิดความเพียรมีน้อยทำให้ความเกียจคร้านเข้าครอบงำเป็นเหตุให้เกิดความง่วงได้ง่าย ดังนั้นต้องทำให้วิริยะกับสมาธิให้สมดุลกัน เพราะความเพียรกับสมาธิที่ได้สมดุลทำให้เกิดสมาธิถึงขั้นอัปปนาสมาธิสามารถประสบความสำเร็จในการปฏิบัติได้

²⁴⁴ พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวณฺโณ), การพัฒนาจิต, หน้า 168-169.

²⁴⁵ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาภูมิ, หน้า 185.

²⁴⁶ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง, หน้า 97.

ค. สติจำปรารถนาในอินทรีย์ทั้ง 5

สตินั้นมีกำลังมากในอินทรีย์ 5 ทุกประการยิ่งดี เพราะสติย่อมรักษากุศลจิตให้พ้นจากการตกไปในอุทัจจะ ด้วยอำนาจแห่งศรัทธา วิริยะและปัญญาอันเป็นฝักฝ่ายแห่งอุทัจจะ และรักษากุศลจิตให้พ้นจากการตกไปในความเกียจคร้านด้วยสมาธิอันเป็นฝักฝ่ายแห่งความเกียจคร้าน เพราะเหตุนี้ สติจึงจำปรารถนาในอินทรีย์ 5 ทุกประการ คือ

- 1) เหมือนเกลือปนจำปรารถนาในกับข้าวทุกชนิด
- 2) เหมือนอำมาตย์ผู้ชำนาญในกิจทั้งปวง จำปรารถนาในราชกิจทุกอย่างฉะนั้น

ด้วยเหตุนี้ ท่านอรรถกถาจารย์ จึงกล่าวไว้ว่าก็แหละ สตินั้น พระผู้มีพระภาคตรัสว่า จำปรารถนาในกิจทุกอย่าง เพราะเหตุไร เพราะจิตมีสติเป็นเครื่องเตือนให้ระลึก และสติมีการอารักขาเป็นอาการปรากฏ การยกจิตและการข่มจิต เว้นจากสติแล้ว หาเป็นไปไม่ได้²⁴⁷

จากข้อความที่แสดงโดยนัยนี้นักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาได้แสดงไว้โดยสอดคล้องกัน และอธิบายเพื่อเสริมสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับสติที่เป็นตัวประสานธรรมทั้ง 5 ในการปรับสมดุลอินทรีย์ไว้ดังนี้

(1) พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9) ได้กล่าวว่า สติ ที่เป็นการปรับอินทรีย์ไว้ว่า สตินั้นต้องการให้มีกำลังกล้าในที่ทุกสถาน ในกาลทุกเมื่อเพราะว่าสติย่อมรักษาจิตไม่ให้ตกไปสู่อุทัจจะ ด้วยอำนาจศรัทธา วิริยะ ปัญญา ซึ่งเป็นไปในฝักฝ่ายแห่งอุทัจจะ และรักษาจิตไม่ให้ไปสู่โกสัชชะ เหตุนี้ สติ จึงจำเป็นในที่ทุกสถานในกาลทุกเมื่อคือ

- 1) เหมือนดั่งบุคคลปรารถนาเกลือในอาหารทุกชนิดฉะนั้น
- 2) เหมือนกันกับพระเจ้าแผ่นดินปรารถนาผู้สำเร็จราชการในราชกิจทั้งปวง

เพราะฉะนั้น ท่านจึงตั้งคำถามและคำตอบไว้ว่า สติจำปรารถนาในที่ทั้งปวง เพราะเหตุไร เพราะเหตุว่า จิตมีสติเป็นที่พึ่ง เป็นที่ระลึก ส่วนสติทำหน้าที่ตามรักษาและอุปถัมภ์บำรุงจิต ถ้าเว้นสติเสียแล้ว ไม่มีผู้ยกย่องจิตและข่มจิต²⁴⁸

(2) พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวณฺโณ) ได้กล่าวว่า สติ ที่เป็นการปรับอินทรีย์ ไว้ว่า สตินั้น เป็นธรรมตัวกลาง ซึ่งต้องใช้ช่วยเหลือในการทำทุกอย่างให้สมดุลกันสติมากก็ยิ่งดี ถ้ามีน้อยไม่ดี คือเมื่อปรับ 2 คู่ให้เสมอกันแล้ว สติที่เป็นตัวกลางที่คอยควบคุมก็จะคอยช่วยเหลืออยู่ทุกขณะ ตัวสตินี้เปรียบเหมือนพลังหรือถ่านไฟ ถ้ามีพลังน้อยเครื่องรับวิทยุก็ไม่อาจจะตั้งหรือตั้งไม่ชัด ถ้าไฟมีพลังมากเท่าใดก็ยิ่งดีเท่านั้น ฉะนั้นต้องฝึกบ่อย ๆ ให้มีกำลังอยู่เสมอ เพราะฉะนั้น อินทรีย์ทั้ง 5 ประการดังกล่าวมานี้ จะต้อง

²⁴⁷ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า 227.

²⁴⁸ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9), โพรปิกขัยธรรม 37 ประการ, หน้า 116.

ปรับให้เสมอกัน ให้สมดุลกัน อย่าให้ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งยิ่งหย่อนกว่ากัน ถ้าปรับให้สมดุลกันแล้ว ก็ย่อมได้รับผลในการปฏิบัติอย่างแน่นอน²⁴⁹

(3) พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี) ได้กล่าวว่า สติ ที่เป็นการปรับอินทรีย์ ไว้ว่า สติ ก็เป็นตัวกลางตัวประสานได้ทุกธรรมคือเข้าได้ทุกที่²⁵⁰

(4) พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวว่า สติ ที่เป็นการปรับอินทรีย์ ไว้ว่า สติ นั้นเป็นตัวคุมตัวเตือน ต้องใช้ในทุกระณีสั้น เช่นเป็นเหมือนยามที่คอยบอกว่า เวลาที่ศรัทธาจะแรงไปแล้ว ปัญญาจะหย่อนไปแล้ว เวลาที่ควรเร่งวิริยะขึ้นมา เพราะทำท่าจะติดในสุขจากสมาธิเสียแล้ว ดังนั้นเป็นต้น²⁵¹

การปรับอินทรีย์เป็นเรื่องที่สำคัญในการปฏิบัติธรรม กล่าวคือ การปรับศรัทธากับปัญญาให้สมดุลกัน ศรัทธา ความเชื่อและปัญญา ความเข้าใจทั้งสองอย่างต้องสมดุลกัน ถ้ามีความเชื่อแต่ไม่มีความเข้าใจสิ่งที่ตนเองเชื่ออย่างถูกต้อง คือ ไม่เข้าใจในเหตุและผลว่าสิ่งนี้ควรเชื่อหรือไม่ ก็จะกลายเป็นคนงมงาย เชื่อทุกสิ่งทุกอย่างที่ได้รับฟังมา บุคคลที่มีปัญญานั่นเป็นการวิเคราะห์วิจารณ์อย่างมากโดยปราศจากศรัทธาก็มักเป็นคนที่ตริตรองมากเกินไป ส่งผลให้ไม่เชื่อถือสิ่งใด เพราะฉะนั้น ศรัทธากับปัญญาจึงต้องควบคู่สมดุลกัน

นอกจากนี้ วิริยะกับสมาธิก็ต้องสมดุลกัน ถ้าความเพียรมากกว่าสมาธิย่อมส่งผลให้ฟุ้งซ่านแต่ถ้าสมาธิมากกว่าความเพียร ย่อมส่งผลให้เกิดความง่วงเหงาหาวนอน ส่วนสติไม่มีความเกินพอดี เพราะเป็นกลางประสานให้ทุกธรรม สติยังมีมากก็ยิ่งดีช่วยของศีลธรรมอื่น ๆ ได้ดียิ่งขึ้น ช่วยรักษาจิตไม่ให้ตกไปทั้งข้างอุทัจจะและข้างโกสัชชะ การยกจิตข่มจิตต้องอาศัยสติทั้งนั้น ทั้งนี้พระอรุณกถาจารย์ได้กล่าวว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้แล้วว่า สติจำปรารภในที่ตั้งปวง²⁵²

สรุปว่า การปรับอินทรีย์ให้สมดุล คือ เป็นการปรับอินทรีย์เสมอกันเป็นคู่ ๆ กล่าวคือ ปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา และปรับปัญญาให้เสมอกับศรัทธา ปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ และปรับสมาธิให้เสมอกับวิริยะ ส่วนสตินั้นยังมีเท่าไรก็ยิ่งดีไม่มีคำว่าเกินเป็นตัวกลางประสานได้ทุกธรรม เมื่อมีการฝึกฝนอบรมอินทรีย์ทั้ง 5 ให้สมดุลสม่าเสมอจะทำให้ปฏิบัติธรรมก้าวหน้าและถึงจุดหมายปลายทางได้

2.6 สรุป

ความหมายของอินทรีย์ ทั้งความหมายตามรูปศัพท์ ในพระไตรปิฎกและคัมภีร์รุ่นต่อมารวมถึงจากทรรศนะของวิชาการในยุคปัจจุบันต่างก็ให้ความหมายที่ออกมาในทิศทางเดียวกัน คือ ธรรมที่มีความเป็นใหญ่ มีความเป็นใหญ่ในหน้าที่ตน หรือ มีหน้าที่รับผิดชอบในเรื่องนั้น ๆ เมื่อแปลความออกมาแล้วใน

²⁴⁹ พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวณฺโณ), *การพัฒนาจิต*, หน้า 169.

²⁵⁰ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), *วิปัสสนาภูมิ*, หน้า 184.

²⁵¹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), *ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง*, หน้า 97.

²⁵² ม.ม.อ. (ไทย) 1/763.

เรื่องการแสดงความเป็นใหญ่ ความมีอำนาจเป็นธรรมที่มีอำนาจยิ่งใหญ่ในการปราบปรามอกุศลธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับอินทรีย์ทั้งหลาย สำหรับงานวิจัยนี้จะกล่าวถึง อินทรีย์ คือหมวดธรรมที่เกี่ยวข้องกับความสมดุลแห่งอินทรีย์ 5 ประการ คือ

(1) สัทธินทรีย์ อินทรีย์คือศรัทธา มีลักษณะของความเชื่อมั่น มีความสำคัญคือความอำนาจในการกำจัดอัสสทธิยะ (ความไม่เชื่อ)

(2) วิริยินทรีย์ อินทรีย์คือวิริยะ มีลักษณะการอุปถัมภ์ค้ำจุนไว้ของความเพียรไม่ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญไป มีความสำคัญคือ มีอำนาจในการกำจัดโกสัชชะ (ความเกียจคร้าน)

(3) สตินทรีย์ อินทรีย์คือสติ มีการระลึก (การไม่พินเพื่อน) มีการเข้าไปประคองไว้เป็นลักษณะแนบชิดอารมณ์ มีหน้าที่ไม่หลงลืม มีความสำคัญคือ มีอำนาจในการกำจัดปมาทะ (ความประมาท)

(4) สมาธินทรีย์ อินทรีย์คือสมาธิ มีลักษณะแสดงถึงความบริสุทธิ์แห่งจิต ความตั้งมั่นของจิต และความควรแก่การงานของจิต มีความสำคัญคือ มีอำนาจในการกำจัดวิกเขปะ (ความฟุ้งซ่าน)

(5) ปัญญินทรีย์ อินทรีย์คือปัญญา มีลักษณะแห่งการรู้ การเห็น การรู้แจ้งแทงตลอดตามที่เป็นจริง เป็นแสงสว่างที่กำจัดความมืด มีความสามารถตัดปัญหาหรือดับทุกข์ มีความสำคัญคือมีอำนาจในการกำจัดสัมโมหะ (ความหลง)

ในเรื่องการปรับอินทรีย์ พบว่า การปรับอินทรีย์มีความสำคัญในการปฏิบัติกรรมฐานเป็นอย่างยิ่ง จากการศึกษาตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกและคัมภีร์รุ่นต่อมาตลอดจนนักวิชาการในยุคปัจจุบันนั้น ได้ชี้แจงถึงเรื่องการปรับอินทรีย์เพื่อให้ได้ความสมดุลออกมาในรูปแบบและมีแนวทางเดียวกัน กล่าวคือ ถ้าอินทรีย์อย่างหนึ่งอย่างใดแรงกล้าเกินไป และอินทรีย์อื่นยังอ่อนอยู่ อินทรีย์อื่นเหล่านี้ก็จะเสียความสามารถในการทำหน้าที่ของตน เช่น ถ้าศรัทธาแรงไป วิริยะก็ทำหน้าที่ขงจิตไม่ได้ สติก็ไม่สามารถดูแลจิต สมาธิก็ไม่สามารถทำจิตให้แน่วแน่ ปัญญาก็ไม่สามารถเห็นตามความเป็นจริง ต้องลดศรัทธาด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาสภาวะแห่งธรรม หรือมนสิการในทางที่ไม่เป็นการเพิ่มกำลังให้แก่ศรัทธา ตามหลักทั่วไปในการปรับอินทรีย์มีหลักการปรับอินทรีย์ให้เสมอกันเป็นคู่ ๆ กล่าวโดยสรุป คือ การปรับอินทรีย์ให้สมดุล คือ เป็นการปรับอินทรีย์เสมอกันเป็นคู่ ๆ กล่าวคือ

- 1) ปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา
- 2) ปรับปัญญาให้เสมอกับศรัทธา
- 3) ปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ
- 4) ปรับสมาธิให้เสมอกับวิริยะ
- 5) ส่วนสตินั้นยังมีเท่าไรก็ยิ่งดีไม่มีคำว่าเกินเป็นตัวกลางประสานได้ทุกธรรม

เมื่อมีการฝึกฝนอบรมอินทรีย์ทั้ง 5 ให้สมดุลสม่ำเสมอจะทำให้ปฏิบัติธรรมก้าวหน้าและถึงจุดหมายปลายทางได้รับประโยชน์สูงสุดในพระพุทธศาสนา กล่าวคือ พระอรหันต์ และการที่ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ซึ่งถือได้ว่าเป็นบุคคลผู้ผ่านการอบรมอินทรีย์ที่ได้สมดุลครบถ้วนบริบูรณ์แล้ว

บทที่ 4

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ 5 ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ได้แก่ สัทอินทรีย์ วิริยอินทรีย์ สตินอินทรีย์ สมาธิอินทรีย์ และปัญญาอินทรีย์ ซึ่งอินทรีย์ทั้ง 5 ประการนี้ ผู้ปฏิบัติธรรมต้องปรับอินทรีย์ 5 อันเป็นหน้าที่หลักที่สำคัญ คือ การพัฒนาความรู้เพื่อนำสู่การพัฒนายกระดับอินทรีย์ คุณธรรมความดีงามสู่ความตื่นรู้ทางจิตเพื่อให้ถึงที่สุดแห่งทุกข์ พ้นไปจากการเวียนว่ายตายเกิด ผู้วิจัยจะได้นำเสนอดังต่อไปนี้

- 4.1 วิเคราะห์การปรับสัทอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน
- 4.2 วิเคราะห์การปรับวิริยอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน
- 4.3 วิเคราะห์การปรับสตินอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน
- 4.4 วิเคราะห์การปรับสมาธิอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน
- 4.5 วิเคราะห์การปรับปัญญาอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

4.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

4.1.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทอินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

กระบวนการเจริญสัทอินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยสัทอินทรีย์ คือ ความเชื่อ ความศรัทธาในพระพุทธศาสนา คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มีความเชื่อในบาปบุญคุณโทษ ศรัทธาความเชื่อลักษณะดังกล่าวจะส่งผลออกมาทางปฏิบัติตนออกมาทางศีลสำรวม คือ ความเป็นปกติ เกิดจากศรัทธาความดีงาม ศีลเป็นข้อปฏิบัติให้อยู่ร่วมกันในทุกสังคมอย่างสันติ เหตุมาจากการเจริญทาน ศีล สมาธิ ปัญญา ศีลสำรวมกุศลกรรมบถ 10 เกื้อหนุนสมาธิภาวนา เป็นการสำรวมกาย วาจาและจิตใจ ให้อยู่ในความประพฤติการกระทำที่ดีงาม เป็นความศรัทธาในความดีงาม ความถูกต้องสำนึกในบาปบุญคุณโทษ และกฎแห่งกรรม สิ่งที้ออกมาจากจิตใจ คือวาจา และการกระทำ จะไปในทิศทางเดียวกัน เป็นคนที่พูดจาตรงกับใจ และพูดอย่างไรก็จะมีเจตนาความพยายามทำอย่างนั้นตามที่ได้พูดไว้ ซึ่งทำได้หรือไม่ได้ขึ้นอยู่กับเหตุและปัจจัย ความดำริในการรักษาความดีงามกุศลกรรมบถ 10 ประการ¹ ศีลสังเคราะห์ลงในสัทอินทรีย์ หนึ่งในอินทรีย์ 5 สัทอินทรีย์สังเคราะห์ลงใน

- 1) สัมมาสังกัปปะ
- 2) สัมมาวาจา

¹ วิ.ม. (ไทย) 4/13/21.

3) สัมมากัมมันตะ

4) สัมมาอาชีวะ²

ในองค์มรรค 8 และในปฐมวิภังคสูตร พระพุทธองค์ได้ตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า สัทธินทรีย์เป็นอย่างไร คือ

อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีศรัทธา เชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของตถาคตว่า แม้เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น เป็นพระอรหันต์ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ เพียบพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ เสด็จไปดีรู้แจ้งโลก เป็นสารถีฝึกผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทธานุเจ้า เป็นพระผู้มีพระภาคนี้เรียกว่า สัทธินทรีย์³ คำว่า ศรัทธา แปลว่า ความเชื่อมั่น ความมั่นใจความเชื่อถือ เชื่อในสิ่งที่ควรเชื่อ เราควรเชื่ออะไร เชื่อปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธานุเจ้าปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธานุเจ้านี้ควรเชื่อถือ ความมั่นใจ ความเชื่อมั่นในสิ่งที่ควรเชื่อนี้เรียกว่าศรัทธา ศรัทธาเชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของพระตถาคตเรียกเป็นชื่อพิเศษว่า ตถาคตโพธิศรัทธาเชื่อมั่นปัญญาตรัสรู้ของพระตถาคต

ลักษณะของผู้มีศรัทธา คือเชื่อปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธานุเจ้า ธรรมะนี้เป็นสัจจะ เป็นความจริง ไม่ใช่เป็นหลักทฤษฎีหรือเป็นแค่แนวความเห็น ไม่ใช่อย่างนั้นแต่มาจากการตรัสรู้ของพระพุทธานุเจ้า พระองค์มีปัญญามองเห็นความจริงอย่างแจ่มชัดแล้วก็เอามาประกาศบอกโลกนี้หรือจักรวาลนี้ เหมือนผลมะขามป้อมที่อยู่ในฝ่ามือของพระพุทธานุเจ้า พระองค์มองดูทะลุปรุโปร่ง เข้าใจชัด แล้วก็เอามาบอกถ้ามีเชื่อมั่นมั่นใจในคำสอน แบบนี้เรียกว่า ศรัทธาเชื่อในสิ่งที่ควรเชื่อ⁴

ส่วนกระบวนการเจริญสัทธินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึงสัทธินทรีย์ไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งสัทธินทรีย์ 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งความไม่มีศรัทธา เป็นคุณแห่งสัทธินทรีย์
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อน เพราะความไม่มีศรัทธา เป็นคุณแห่งสัทธินทรีย์
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพัตติด้วยความน้อมใจเชื่อ เป็นคุณแห่งสัทธินทรีย์
- 4) ความสงบ⁵ และการบรรลุสุขวิหารธรรม⁶ เป็นคุณแห่งสัทธินทรีย์
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยสัทธินทรีย์เกิดขึ้น เป็นคุณแห่งสัทธินทรีย์⁷

และพระผู้มีพระภาคตรัสกายานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่

² วิ.ม. (ไทย) 4/13/21.

³ ส.ม. (ไทย) 19/479/287.

⁴ สุภีร์ ทุมทอง, อินทรีย์ 5 พละ 5 ชุดโพธิปักขิยธรรม, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์, 2558), หน้า 42.

⁵ ความสงบ หมายถึง สมถะ, ขุ.ป.อ. (บาลี) 2/189/157.

⁶ สุขวิหารธรรม หมายถึง วิปัสสนา, ขุ.ป.อ. (บาลี) 2/189/157.

⁷ ขุ.ป. (ไทย) 31/189/301.

- 2) พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่

ภิกษุนี้มีสติปรากฏอยู่เฉพาะเห็นว่า กายมีอยู่ ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่า พิจารณาเห็นกายในกายอยู่⁸

กระบวนการเจริญสัทธินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพื่อทำลายอภิชมา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) นั้น ในเวลาปฏิบัติ ไม่ใช่ใช้สติเพียงอย่างเดียว แต่ต้องมีธรรมข้ออื่น ๆ ควบอยู่ด้วย ได้แก่ วิริยะ และปัญญา นอกจากนั้น ธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือ สมาธิ ซึ่งจะมีอยู่ด้วย อย่างน้อยในขั้นอ่อน ๆ เรียกว่า ขณิกสมาธิ พอใช้สำหรับในการนี้ ซึ่งสมาธิเกิดจากสติที่กำหนดจดจ่อต่อเนื่อง เป็นเครื่องพัฒนาให้ปัญญาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ มีกระบวนการ 3 ประการ คือ

1) กระบวนการเจริญสัทธินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีอาตาปี มีความเพียร คำว่า อาตาปี แปลว่า มีความเพียรเผากิเลส คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมปธาน 4 คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่าทุกขณะที่นักปฏิบัติเจริญสตรระลึกภูสภาวะธรรมปัจจุบัน จึงได้ชื่อว่าสังสม สติ สมาธิ และปัญญาให้เพิ่มพูนเจริญมากขึ้น⁹

2) กระบวนการเจริญสัทธินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสัมปชาโน มีสัมปชัญญะ คำว่า สัมปชาโน แปลว่า มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือ เห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนามแต่ละอย่างที่รูปนามอื่นไม่มี และลักษณะทั่วไปของรูปนามคือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

3) กระบวนการเจริญสัทธินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสติมา มีสติคำว่า สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิทการเจริญสติมีประโยชน์คือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา¹⁰

โดยศรัทธา เป็นความเชื่อถือ ความเลื่อมใส เป็นกำลังทำให้อุดทนไม่หวั่นไหว และย่ำยี ตัณหาอันเป็นข้าศึก ปกติแล้วความเป็นศรัทธายังปะปนกับตัณหา หรือเป็นศรัทธาที่อยู่ใต้อำนาจของตัณหาจึงยากที่จะอดทนได้ ส่วนมากมักจะอ่อนไหวไปตามตัณหาได้โดยง่าย อย่างที่ว่าศรัทธากล้าก็มี

⁸ ม.มู. (ไทย) 12/112/109.

⁹ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธ-สสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, 2557), หน้า 31.

¹⁰ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า 31.

ค้นหา องค์ธรรม ได้แก่ สัทธาเจตสิก¹¹ ซึ่งสัทธาเป็นเจตสิก คือ ความเชื่อและเลื่อมใสในสิ่งที่ควร ได้แก่ ความเลื่อมใสในพระรัตนตรัย เชื่อเหตุผลในเรื่องกรรมและผลของกรรมตามความเป็นจริง¹² โดยผู้ปฏิบัติธรรมควรมีสัทธา คือ

1) เชื่อในพระปัญญาของพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้เองโดยชอบ ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เสด็จไปได้แล้ว ทรงรู้แจ้งโลก เป็นนายสารathiฝึกบุรุษ สตรีได้อย่างยอดเยี่ยมเป็นครูของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลายเป็นผู้ทรงจำแนกแจกพระสัทธรรม

2) เชื่อเพื่อละอกุศล เจริญกุศล

3) เชื่อเพื่อละกรรมที่มีโทษ เจริญกรรมที่ไม่มีโทษ

4) เชื่อว่าเป็นเครื่องรักษาตนให้บริสุทธิ์¹³

ในการเจริญสติด้วยการปฏิบัติกายานุปัสสนาสติปัฏฐานตามหลักคำสอนของพระผู้มีพระภาค เพราะพระองค์ทรงค้นพบแล้วนำมาสั่งสอนสาวกทั้งหลายให้รู้เห็นความเป็นจริงของร่างกาย มนุษย์ว่ามีเพียงรูปกับนามเท่านั้นด้วยการปฏิบัติจริง ๆ ด้วยการเจริญสติกำหนดรู้ว่านี้คือ รูป อากาที่เข้าไปรู้เป็นนามรูปก็คือ สภาพที่เสื่อมสลาย เปลี่ยนแปลงไป หรือ สิ่งที่ต้องสลายเปลี่ยนไปเพราะปัจจัยต่าง ๆ อันขัดแย้ง¹⁴ เช่น คนเราต้องหายใจเข้าและหายใจออก การเหยียดเข้าและออกของแขนขา เป็นต้น

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงคอยเฝ้าดูสิ่งที่ปรากฏทางกายในอาการ ได้แก่ ลมหายใจเข้าออก อิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อย สิ่งปฏิกุศล และ ธาตุ เป็นต้น ที่ปรากฏแก่สายตาหรือสภาวะแห่งการรับรู้ ในอารมณ์ด้วยความพิถีพิถัน ด้วยความเคารพ ด้วยสติสัมปชัญญะอยู่ในอิริยาบถต่าง ๆ จากสิ่งปฏิกุศลต่าง ๆ เป็นต้นอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสายในสภาวะนั้น ๆ สภาวะดังกล่าวที่เกิดขึ้น จนเห็นว่าสภาวะเหล่านั้นมีการเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปเป็นธรรมดา เราจะบังคับไม่เกิดไม่ให้เกิดไปดังใจเราก็ไม่ได้

การกำหนดรู้เช่นนี้ จะช่วยให้วิรณ์ถูกกำจัดไปได้อย่างรวดเร็ว ในร่างกายของมนุษย์มีเพียงเท่านี้เองไม่มีอะไรมากไปกว่านี้ แล้วผู้ปฏิบัติธรรมจึงต้องเชื่อและมีความศรัทธาในลักษณะกายของมนุษย์ทุก ๆ คน เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมมีความศรัทธาเชื่อในเบื้องต้นที่เกิดจากการประจักษ์แจ้งความจริงที่เกิดด้วยตนเองก็จะเกิดกำลังในการตั้งใจ และมีความเชื่อมั่นในการปฏิบัติกรรมฐาน กล่าวคือ ประสบการณ์ในการปฏิบัติดังกล่าวช่วยให้ผู้ปฏิบัติธรรมเกิดความรู้สึกว่าผลการปฏิบัติมีการพัฒนาแกร่งกล้าในการปฏิบัติซึ่งอาการดังกล่าวนี้ เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติธรรมเอง ไม่วุ่นวาย

¹¹ ขุนสรพพิทโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะกิจตุกะแห่งปริมตธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, 2551), หน้า 20.

¹² วรรณสิทธิ ไทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ 2 เจตสิกสังคหวิภาค, (นครปฐม: มูลนิธิแนบมหารานน, 2553), หน้า 54.

¹³ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.9), โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ, พิมพ์ครั้งที่ 6, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์สัมปชัญญะ, 2549), หน้า 96

¹⁴ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 11, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอเอส. อาร์. ฟรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, 2551), หน้า 342-343.

ช่วยให้เกิดความสงบ จิตเกิดความตั้งมั่นได้อย่างรวดเร็ว เพราะความเชื่อมั่นและศรัทธาในพระพุทธเจ้าว่าสิ่งที่พระองค์ค้นพบแล้วนำมาสั่งสอนเราเป็นจริง

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงพิจารณาความจริงของร่างกายนี้ ว่ามีธรรมชาติเป็นอย่างไร มีความแปรปรวนอย่างไร เมื่อเข้าใจความจริงอย่างนี้ แล้วจะทำให้หมดความยึดมั่นในกาย ความสำคัญผิดว่ากายนี้ คือ ตัวตนที่ต้องยึดถือ ครอบครอง และหวงแหน เมื่อเข้าใจความจริงของกายแล้วก็เกิดการปล่อยวาง ละละคืนไม่พัวพันอยู่แต่กายนี้อีกต่อไป ซึ่งผู้ปฏิบัติธรรมจะให้เห็นผลจริง และศรัทธานี้ยังช่วยเป็นพลัง หรือกำลังที่เกิดจากกาย ใจที่จะคอยนำผลการปฏิบัติสามารถฟันฝ่าอุปสรรคในระหว่าง การปฏิบัติกรรมฐานได้เป็นอย่างดี เนื่องจากจิตของผู้ปฏิบัติธรรมเกิดความสงบไม่ฟุ้งซ่านต่ออารมณ์ หรือนิวรณ์ที่มากระทบ ผู้ปฏิบัติธรรมสามารถผ่านขั้นตอนเหล่านี้ไปได้ก็สามารถพัฒนาการปฏิบัติจน เข้าถึงปฐมฌานได้ในที่สุด และยังเป็นการสร้างบาทฐาน สังฆบารมีในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานอีกด้วย

สรุปว่า ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับกระบวนการปรับสัทธินทรีย์ในการเจริญ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยสัทธินทรีย์คือ ความเชื่อความศรัทธาในพระพุทธศาสนา พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ สัทธินทรีย์สังเคราะห์ลงในสัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ ในองคัมมรค 8 ผู้ปฏิบัติธรรมเมื่อมีศรัทธาพึงพิจารณาเห็นกายในกาย และคอยเฝ้าดูสิ่งที่ ปรากฏทางกายได้แก่ ลมหายใจเข้าออก กำหนดอิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อย สิ่งปฏิกุศล และธาตุ เป็นต้น ที่ปรากฏแก่สายตาหรือสภาวะแห่งการรับรู้ในอารมณ์ด้วยความพิถีพิถัน ด้วยความเคารพ ด้วยสติสัมปชัญญะอยู่ในอิริยาบถต่าง ๆ จากสิ่งปฏิกุศลต่าง ๆ เป็นต้น และยังเป็นการสร้างบาทฐานสังฆบารมีในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานอีกด้วย

4.1.2 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทธินทรีย์ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทธินทรีย์ในการเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน นี้ตั้งที่ พระผู้มีพระภาคตรัสถึงสัทธินทรีย์ไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งสัทธินทรีย์ 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งความไม่มีศรัทธา เป็นคุณแห่งสัทธินทรีย์
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อน เพราะความไม่มีศรัทธา เป็นคุณแห่งสัทธินทรีย์
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพฤติด้วยความน้อมใจเชื่อ เป็นคุณแห่งสัทธินทรีย์
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรมเป็นคุณแห่งสัทธินทรีย์
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยสัทธินทรีย์เกิดขึ้น เป็นคุณแห่งสัทธินทรีย์¹⁵

และพระผู้มีพระภาคตรัสเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่

¹⁵ ขุ.ป. (ไทย) 31/189/301.

- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่

ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพะหน้าว่า เวทนามีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลกภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่¹⁶

ศรัทธา คือ ความเชื่อ กิริยาที่เชื่อ ความปลงใจเชื่อ ความเลื่อมใสยิ่งศรัทธา สัทธินทรีย์ นี้ชื่อว่า ศรัทธาที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น¹⁷ ศรัทธาเป็นใหญ่ในความเชื่อ คือเมื่อพูดในด้านความเชื่อกันแล้วไม่มีธรรมข้อใดที่จะเป็นใหญ่เหนือศรัทธาไปได้ ฉะนั้น ศรัทธาจึงเป็นใหญ่ในหน้าที่ของตน ในขอบเขตของตน คือ ความเชื่อไม่มีหน้าที่ในความขยันหมั่นเพียร และไม่มีหน้าที่ในการระลึกรู้เป็นต้น¹⁸

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายเรื่องศรัทธาว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีศรัทธาคือเชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของตถาคตว่า แม้เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

- 1) เป็นพระอรหันต์
- 2) ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ
- 3) เพียบพร้อมด้วยวิชาและจรณะ
- 4) เสด็จไปคิรีแจ้งโลก
- 5) เป็นสารถิ์ผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม
- 6) เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย¹⁹

ส่วนเวทนาเกิดขึ้นจากการเสวยอารมณ์ของใจซึ่งในวันหนึ่ง ๆ จะเกิดขึ้นได้หลายอย่าง เช่น บางทีก็สุขบ้าง บางทีก็ทุกข์บ้างคละเค้ากันไปสลับสับเปลี่ยนกันเป็นช่วง ๆ เป็นระยะ ๆ ไป เราจะเห็นว่าเวทนานี้ เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปที่เป็นไปอย่างช้า ๆ นอกจากนี้ แล้วยังเวทนาที่เกิดขึ้นจากการที่ได้กระทบสัมผัสทางอารมณ์ทั้ง 6 คือ

- 1) ตา
- 2) หู
- 3) จมูก
- 4) ลิ้น
- 5) กาย
- 6) ใจ

¹⁶ ม.ม. (ไทย) 12/113/110.

¹⁷ อภ.สง. (ไทย) 34/25/31.

¹⁸ พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณฺโณ), การพัฒนาจิต, พิมพ์ครั้งที่ 8, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสร้างสรรค์บุ๊คส์, 2549), หน้า 163-164.

¹⁹ อภ.ปญจก. (ไทย) 22/14/17.

เกิดขึ้นครั้งหนึ่งแล้วก็ดับไปครั้งหนึ่ง แล้วก็เกิดใหม่อีกแล้วก็ดับไปอีก กระทำเช่นนี้ไปเรื่อย ๆ เกิดดับของเวทนานั้นเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วมาก ซึ่งในเรื่องดังกล่าวเป็นไปตามธรรมชาติของ สภาวธรรมที่เกิดขึ้น พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้พุทธศาสนิกชนได้ให้ความสนใจในเรื่องสอนให้เห็นสังขารตามความเป็นจริง เห็นในไตรลักษณ์คือ

อนิจจัง ไม่เที่ยง
 ทุกขัง เป็นทุกข์
 อนัตตา ไม่มีตัวตน²⁰

กระทำเพื่อตนเองได้ความพ้นทุกข์ แต่การที่จะพ้นทุกข์ได้นั้นจะต้องเข้าใจและรู้ในสภาวะที่เกิดขึ้นจากการเจริญวิปัสสนากรรมฐานเท่านั้น ผู้ปฏิบัติธรรมพึงคอยเฝ้าดูความรู้สึกหรือการเสวยอารมณ์ที่มากระทบทางกายในอาการ เช่น

- 1) เจ็บปวด
- 2) เมื่อยล้า
- 3) หรือชา เป็นต้น

เวทนาเหล่านี้ เป็นสภาวะอารมณ์ที่ทำให้เกิดความทุกข์ แต่บางครั้งก็ทำให้เกิดความสุข เพราะการพอใจที่ได้เสวยอารมณ์ในเวทนานั้น ๆ เป็นต้น ผู้ปฏิบัติธรรมพึงกำหนดรู้ในทวารทั้ง 6 เนื่องจากอาการที่มากระทบทำให้เกิดความรู้สึกนั้นเพื่อนำไปสู่เวทนาในการเสวยอารมณ์นั้นอย่างพิถีพิถันด้วยความเคารพ และอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสายในสภาวะนั้น ๆ อารมณ์ที่มีกระทบในตัวมนุษย์ เป็นเพียงเสวยอารมณ์เพียง 2 ประการ คือ

- 1) ความสุข
- 2) ความทุกข์

เท่านั้น สำหรับไม่สุขไม่ทุกข์ก็เป็นเพียงอารมณ์ที่วางเป็นกลาง ๆ มีเอนเอียงไปทางหนึ่งทางใดเท่านั้น อารมณ์ความรู้สึกนี้ เป็นเพียงนามที่จิตเข้าไปรับรู้หรือเสวยอารมณ์เท่านั้นไม่เป็น

- 1) สัตว์
- 2) บุคคล
- 3) ตัวตน
- 4) เรา
- 5) เขา

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเชื่อ และมีความศรัทธาในลักษณะของความรู้สึกรับรู้ในอารมณ์ที่เกิดจากใจเท่านั้น เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมมีความศรัทธาเชื่อในเบื้องต้นที่เกิดจากการประจักษ์แจ้งความจริงที่เกิดด้วยตนเอง กล่าวคือประสบการณ์ดังกล่าวช่วยให้ผู้ปฏิบัติธรรมเกิดความรู้สึกว่าผลการปฏิบัติขั้นสูงไป

²⁰ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 119.

อาจปรากฏแก่ตนเองได้จริง และยังเป็นการสร้างบาทฐานและสั่งสมบารมีในการเจริญวิปัสณากรรมฐานต่อไป

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสณาภูมิกับกระบวนการปรับสัทธาใน การเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัญญา โดยศรัทธาคือเชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าว่า เป็น พระอรหันต์ ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบเป็นต้น ผู้ปฏิบัติธรรมพึงคอยเฝ้าดูความรู้สึกหรือการเสวย อารมณ์ที่มากระทบทางกายเช่น เจ็บปวด เมื่อยล้า หรือชา เป็นต้น เวทนาเหล่านี้ เป็นสภาวะอารมณ์ ที่ทำให้เกิดความทุกข์ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงกำหนดรู้ในทวารทั้ง 6 เนื่องจากอาการที่มากระทบทำให้เกิด ความรู้สึกนั้นเพื่อนำไปสู่เวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา ยังเป็นการสร้างบาทฐาน และการสั่งสมบารมีในการเจริญวิปัสณากรรมฐานต่อไป

4.1.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทธาในจิตตานุปัสสนาสติปัญญา

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทธาใน การเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัญญา นี้ ดังที่ พระผู้มีพระภาคตรัสถึงสัทธาไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งสัทธา 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งความไม่มีศรัทธา เป็นคุณแห่งสัทธา
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อน เพราะความไม่มีศรัทธา เป็นคุณแห่งสัทธา
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพฤติดด้วยความน้อมใจเชื่อ เป็นคุณแห่งสัทธา
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งสัทธา
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยสัทธาเกิดขึ้น เป็นคุณแห่งสัทธา²¹

และพระผู้มีพระภาคตรัสจิตตานุปัสสนาสติปัญญาไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่

ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า จิตมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฐิ) อยู่ ไม่มีดีมันถ่อมมันอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่า พิจารณาเห็นจิต ในจิตอยู่²²

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายเรื่องศรัทธาว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ เป็น ผู้มีศรัทธา คือ เชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของตถาคตว่าแม้เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

- 1) เป็นพระอรหันต์

²¹ ข.ป. (ไทย) 31/189/301.

²² ม.ม. (ไทย) 12/114/111.

- 2) ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ
- 3) เพียบพร้อมด้วยวิชาและจรณะ
- 4) เสด็จไปตรัสรู้แจ้งโลก
- 5) เป็นสารถิ์ฝึกผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม
- 6) เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย²³

ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมพึงคอยเฝ้าดูจิตที่ถูกการกระทบ หรือสัมผัสแล้วมีความรู้สึกเป็นอย่างไร เช่น

- 1) มีความกำหนัด
- 2) มีความโกรธ
- 3) มีความหลง เป็นต้น

อารมณ์ที่เกิดจากทวารทั้ง 6 คือ

- 1) ตา
- 2) หู
- 3) จมูก
- 4) ลิ้น
- 5) กาย
- 6) ใจ²⁴

ที่มีกระทบนี้ ทำให้จิตมีความรู้สึก ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นเพียงกำหนดรู้ชัดในจิตที่ถูกกระทบ สัมผัสเท่านั้นอย่างพิถีพิถัน ด้วยความเคารพและอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสายในสภาวะนั้น ๆ อารมณ์ที่มีกระทบทำให้เกิดความรู้สึกนี้ เป็นเพียงนามที่จิตเข้าไปกำหนดรู้ในสภาวะเท่านั้นไม่เป็น

- 1) สัตว์
- 2) บุคคล
- 3) ตัวตน
- 4) เรา
- 5) เขา

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเชื่อและมีความศรัทธาในลักษณะของจิตที่เกิดจากใจเท่านั้น เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมมีความศรัทธาเชื่อในเบื้องต้นที่เกิดขึ้นจากการประจักษ์แจ้งตามความจริงที่เกิดด้วยตนเองจนจิตของผู้ปฏิบัติธรรมนั้น

- 1) เกิดความสงบ
- 2) ตั้งมั่นเป็นสมาธิ

²³ อจ.ปญจก. (ไทย) 22/14/17.

²⁴ ที.ม.อ. (บาลี) 360/340.

3) เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริง

ศรัทธา นี้ จึงเป็นใหญ่ที่จะช่วยให้ผู้ปฏิบัติธรรมเอาชนะข้าศึก คือ กิเลสและนิวรณ์ได้ ฉะนั้น จิตของผู้ปฏิบัติธรรมสงบเป็นสมาธิเข้าสู่ปฐมฌาน และจิตที่สงบดีแล้วนี้ ยังเป็นบาทฐานและเป็นบารมีสั่งสมเพื่อเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไป

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทธินทรีย์ในการเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัญญา โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีศรัทธา คือ เชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของตถาคตว่า เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ เป็นต้น พึงคอยเฝ้าดูจิตที่ถูกการกระทบ หรือสัมผัสแล้วมีความรู้สึกเป็นอย่างไรบ้าง เช่น มีความกำหนัด มีความโกรธ มีความหลง เป็นต้น ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเชื่อและมีความศรัทธาในลักษณะของจิตที่เกิดจากใจเท่านั้น เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมมีความศรัทธาเชื่อในเบื้องต้นที่เกิดขึ้นจากการประจักษ์แจ้งตามความจริงที่เกิดด้วยตนเองจนจิตของผู้ปฏิบัติธรรมนั้น เกิดความสงบ ตั้งมั่นเป็นสมาธิ ทำให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงได้

4.1.4 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทธินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัญญา

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทธินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัญญา นี้ เพื่อทำลาย อภิชฌา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) นั้น ในเวลาปฏิบัติ ไม่ใช่ใช้สติเพียงอย่างเดียว แต่ต้องมีธรรมข้ออื่น ๆ ควบอยู่ด้วยได้แก่ วิริยะ และปัญญา นอกจากนั้น ธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือ สมาธิ ซึ่งจะมียุติด้วย อย่างน้อยในขั้นอ่อน ๆ เรียกว่า ขณิกสมาธิ พอใช้สำหรับในการนี้ ซึ่งสมาธิเกิดจากสติที่กำหนดจดจ่อต่อเนื่องเป็นเครื่องพัฒนาให้ปัญญาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ มีกระบวนการ 3 ประการ คือ

1) กระบวนการเจริญสัทธินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัญญา จำเป็นต้องมีอาตปปี มีความเพียร คำว่า อาตปปี แปลว่า มีความเพียรเผากิเลส คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมปธาน 4 คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่าทุกขณะที่นักปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน จึงได้ชื่อว่าสั่งสม สติ สมาธิ และปัญญาให้เพิ่มพูนเจริญมากขึ้น

2) กระบวนการเจริญสัทธินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัญญา จำเป็นต้องมีสัมปชาโน มีสัมปชัญญะ คำว่า สัมปชาโน แปลว่า มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือ เห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนามแต่ละอย่างทีรูปนามอื่นไม่มี และลักษณะทั่วไปของรูปนามคือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

3) กระบวนการเจริญสัทธินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัญญา จำเป็นต้องมีสติมา มีสติคำว่า สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิทการเจริญสติมีประโยชน์คือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา

ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึงสัทธินทรีย์ไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งสัทธินทรีย์ 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งความไม่มีศรัทธา เป็นคุณแห่งสัทธินทรีย์
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อน เพราะความไม่มีศรัทธา เป็นคุณแห่งสัทธินทรีย์

- 3) ความกลัวกล้าแห่งความประพุดด้วยความน้อมใจเชื่อ เป็นคุณแห่งสัทินทรีย์
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรมเป็นคุณแห่งสัทินทรีย์
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยสัทินทรีย์เกิดขึ้น เป็นคุณแห่งสัทินทรีย์²⁵

และพระผู้มีพระภาคตรัสธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่

ภิกษุนี้มีสติปรากฏอยู่เฉพะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตักขและทิกขุ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย²⁶

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายเรื่องศรัทธาว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้มึศรัทธา คือ เชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของตถาคตว่า แม้เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

- 1) เป็นพระอรหันต์
- 2) ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ
- 3) เพียบพร้อมด้วยวิชาและจรณะ
- 4) เสด็จไปคิรั้งโลก
- 6) เป็นสารถิฝักผู้ที่ควรฝักได้อย่างยอดเยี่ยม
- 6) เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย²⁷

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงกำหนดรู้สภาวะหรืออาการของธัมมารมณ์ที่เกิดขึ้น เช่น

- 1) ความรู้สึกกำหนดในอารมณ์
- 2) ความโกรธ
- 2) ความง่วงในระหว่างปฏิบัติ เป็นต้น

อารมณ์เหล่านี้ เป็นนิวรณ เป็นตัวขัดขวางการพัฒนาในการปฏิบัติธรรมไปสู่มรรค ผล และนิพพาน สภาวะอารมณ์ดังกล่าวเป็นเพียงรูปนามในชั้น 5 คือ

- 1) รูป
- 2) เวทนา

²⁵ ขุ.ป. (ไทย) 31/189/301.

²⁶ ม.ม. (ไทย) 12/136/128.

²⁷ อัง.ปญจก. (ไทย) 22/14/17.

- 3) สัญญา
- 4) สังขาร
- 5) วิญญาณ

เท่านั้นผู้ปฏิบัติธรรมเป็นแต่เพียงเข้าไปกำหนดรู้เท่านั้น กำหนดอย่างพิถีพิถันด้วยความเคารพ กำหนดด้วยสติสัมปชัญญะอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสายในสภาวะนั้น ๆ สภาวะอารมณ์ที่มีกระทบทำให้เกิดความรู้สึกนี้ เป็นเพียงนามที่จิตเข้าไปเท่านั้น ไม่เป็น

- 1) สัตว์
- 2) บุคคล
- 3) ตัวตน
- 4) เรา
- 5) เขา

ไม่เข้าไปยึดมั่นว่าเป็นตัวเป็นตน เห็นสัจจะความจริงในสัจจะธรรม 4 ประการ คือ

- 1) ทุกข์
- 2) สมุทัย
- 3) นิโรธ
- 4) มรรค

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเชื่อและมีความศรัทธาในสภาวะและอาการแห่งการรับรู้ เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมมีความศรัทธา ความเชื่อในเบื้องต้นที่เกิดจากการประจักษ์แจ้งความจริงที่เกิดด้วยตนเอง กล่าวคือประสบการณ์ดังกล่าวช่วยให้ผู้ปฏิบัติธรรมเกิดความรู้สึกว่า ผลการปฏิบัติขั้นสูงไปอาจปรากฏแก่ตนเองได้จริง จากผลการปฏิบัติดังกล่าวจะทำให้สติสัมปชัญญะ

- 1) มีความตั้งมั่น
- 2) มีความมั่นคง
- 3) มีความแข็งแกร่ง
- 4) มีความกล้าหาญ

ในการเผชิญต่ออารมณ์ที่เป็นข้าศึกต่อการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เมื่อสติและสัมปชัญญะแก่กล้าแล้วแล้วก็เป็นพลังในการทำให้เกิดสมาธิที่สงบเข้าปฐมฌานในการพิจารณาใช้ปัญญาญาณให้เห็นในความเป็นจริงที่เกิดขึ้นสักว่าเป็นอารมณ์ที่มีกระทบ คือ

- 1) เกิดขึ้น
- 2) ตั้งอยู่
- 3) ดับไปในที่สุด

ไม่คงอยู่กับเราได้นาน ไม่มีสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา แต่อย่างไร เป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีเพื่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป จนนำไปสู่กระแสแห่งนิพพานในที่สุด

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสัทอินทรีย์ในอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานโดยผู้ปฏิบัติธรรมมีศรัทธา คือ เชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของตถาคตว่า เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ พึงกำหนดรู้สภาวะหรืออาการของอัมมารมณที่ที่เกิดขึ้น เช่น ความรู้สึกกำหนดในอารมณ์ ความโกรธ ความว่างในระหว่างปฏิบัติ เป็นต้น อารมณ์เหล่านี้ เป็นนิเวรณ เป็นตัวขัดขวางการพัฒนาในการปฏิบัติธรรมไปสู่มรรค ผล และนิพพาน สภาวะอารมณ์ดังกล่าวเป็นเพียงรูปนามในชั้น 5 ไม่คงอยู่กับเราได้นาน ไม่มีสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา แต่อย่างไร เป็นบาทฐาน และการสั่งสมบารมีเพื่อการเจริญวิปัสสนากาวนาต่อไป

4.2 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

4.2.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยวิริยอินทรีย์ คือ ความเพียรในการดำรงรักษาจิตไปในทางกุศล หากมีอกุศลจิตเกิดขึ้นก็พยายามดับไป และเฝ้าดูแลสภาวะธรรมที่ไหลออกมาจากจิต กุศลธรรมและกุศลจิตมีความหมายอย่างเดียวกัน เพราะธรรมทั้งหลายไหลออกมาจากจิต จิตเป็นสภาพรับรู้ อยู่ในสภาพกลางที่มีองค์ประกอบจิตหรือเจตสิก เป็นตัวเข้ามาปรุงแต่งจิต ไปทางกุศลหรืออกุศล การดูแลมิให้ออกุศลธรรมเกิดขึ้นติดต่อกัน การเพียรดับอกุศลธรรม คือการพยายามเข้าไปดับเจตสิกขณะที่ปรุงแต่งไปด้วยอกุศลนั่นเอง วิริยอินทรีย์ คือ สัมมาวายามะ²⁸ หนึ่งในองค์มรรค 8 และในปฐมวิภังคสูตรพระพุทธองค์ตรัสถึงวิริยอินทรีย์ไว้ว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้ปรารภความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม เข้าถึงกุศลธรรม มีความเข้มแข็ง มีความบากบั่น มั่นคง ไม่ทอดธุระในกุศลธรรม

1) เธอสร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น

2) เธอสร้างฉันทะพยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่นเพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

3) เธอสร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

4) เธอสร้างฉันทะ พยายามปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่นเพื่อความดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย ภัยโยงภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มทีแห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วนี้เรียกว่า วิริยอินทรีย์²⁹

พระพุทธองค์ตรัสถึงวิริยอินทรีย์อีกว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้ปรารภความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม เข้าถึงกุศลธรรม มีความเข้มแข็ง มีความบากบั่น มั่นคง ไม่ทอดธุระในกุศลธรรม นี้เป็นลักษณะของวิริยอินทรีย์ ปรารภความเพียร ตั้งความเพียรอยู่เสมอ คำว่าปรารภ แปลว่า ตั้งขึ้น เริ่มตั้ง ตั้งอยู่เสมอ ชี้เกียจเมื่อไรก็ตั้งใหม่อยู่เสมอ นอนแล้วก็ลุกขึ้นใหม่ ล้มแล้วก็ลุกขึ้นใหม่เสมอ ทำอยู่ใน

²⁸ วิ.ม. (ไทย) 4/13/21.

²⁹ ส.ม. (ไทย) 19/479/287.

เรื่องอะไร ในเรื่องละอกุศล เพื่อความถึงพร้อมแห่งกุศลธรรม มีกำลัง มีความบากบั่น มั่นคง ไม่ทอด
 ธุระในกุศลธรรมทั้งหลายไม่ทอดธุระ เอาใจใส่ เป็นอย่างนี้ มีความรู้สึกรู้ว่ามีเรื่องต้องทำอยู่เสมอ

ถ้าเป็นเรื่องการทำงาน เราไม่ทอดธุระเรื่องการทำงาน เอาใจใส่ดูแล ทำให้เสร็จให้งาน
 ออกมาดี ส่วนวิริยีนทรีย์ ไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลายที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ กุศลยังไม่เกิด
 เราไม่ทอดธุระ ปลูกใจว่า

- 1) จะทำ
- 2) ทำให้ได้
- 3) ทำให้ถึงพร้อม
- 4) ทำให้เต็มที่บริบูรณ์

บากบั่นอยู่เสมอ มั่นคงในเรื่องละอกุศล ทำตนให้ก้าวหน้าไปทางกุศล มีสิ่งดี ๆ อีกมากรอ
 อยู่ ต้องอาศัยความกล้าหาญ บากบั่นคือ

- 1) อะไรที่ยังทำไม่ถึง ต้องทำให้ถึง
- 2) อะไรที่ยังไม่บรรลุต้องทำ ให้บรรลุ
- 3) อะไรที่ยังไม่ได้กระทำให้แจ้ง ต้องกระทำให้แจ้ง

ถ้าคนไม่กล้าหาญไม่บากบั่น ทอดธุระเสียแล้วก็ไม่ค่อยทำอะไร ทำไปได้นิด ๆ หน่อย ๆ ก็
 พอแล้วเหนื่อยแล้ว ได้ดีระดับใดระดับหนึ่งก็พอแล้ว ก็ไม่ได้ทำอะไรให้ยิ่งขึ้นไปในเรื่องนี้ต้องใช้ความ
 เพียร กล้าหาญ บากบั่น มั่นคง เข้มแข็ง อดทน เราก็จะรู้อย่างขาดเรื่องอะไรบ้าง บางคนขาดหมดเลย
 พอมีกับเขาบ้างเล็ก ๆ น้อย ๆ ศรัทธามีนิดหน่อยแล้วหายเจียบไปเลย ความเพียรก็พอมั้งทำอยู่สอง
 สามท่า เดินจงกรม นั่งสมาธิ ได้ไม่กี่ครั้ง สักหน่อยก็หมดท่า ทำไม่ไม่ได้ผล ไม่ได้บรรลุมันก็เป็นไปตาม
 ธรรมดา อยากรบรรลุก็ต้องทำเหตุเอา ทำถึงก็ถึงทำไม่ถึงก็ไม่ถึง พุทธศาสนาไม่มี เรื่องลม ๆ แล้ง ๆ ทำ
 อะไรเล่น ๆ เหยาะ ๆ แหยะ ๆ ไม่รู้โอ้ไหนโอ้ไหน แล้วจะบรรลุขึ้นมา อย่างนี้ไม่มีนะ เป็นไปไม่ได้
 นี้เป็นวิริยีนทรีย์ วิริยีนทรีย์แสดงให้เห็นชัด ๆ เลยว่าเป็นอย่างไร แจกเป็นข้อ ๆ ให้ดู จะได้ว่า ถ้ามีแล้ว
 จะได้เกิดปราโมทย์และปีติ เจริญและกระทำให้มาก ส่วนใครที่ยังไม่มี ต้องไม่ประมาท มีสติและ
 สัมปชัญญะให้มาก แล้วรีบมาเจริญ บกพร่องตรงไหนก็ทำเหตุเข้าไป ถ้าทำเหตุถูกต้องก็ได้ผลง่าย³⁰

ส่วนกระบวนการเจริญวิริยีนทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึง
 วิริยีนทรีย์ไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งวิริยีนทรีย์ 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งความเกียจคร้าน เป็นคุณแห่งวิริยีนทรีย์
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อน เพราะความไม่เกียจคร้าน เป็นคุณแห่งวิริยีนทรีย์
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพฤติด้อยด้วยการประคองไว้ เป็นคุณแห่งวิริยีนทรีย์
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งวิริยีนทรีย์

³⁰ สุภีร์ ทุมทอง, อินทรีย์ 5 พละ 5 ชุดโพธิปักขิยธรรม, หน้า 47.

5) สุขโสมนัสที่อาศัยวิริยิทธิเกิดขึ้น ป็นคุณแห่งวิริยิทธิ³¹

และพระผู้มีพระภาคตรัสกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่

ภิกษุนี้มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัมหาและทัญญู) อยู่ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นกายในกายอยู่³²

กระบวนการเจริญวิริยิทธิในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพื่อทำลายอภิชมา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) นั้น ในเวลาปฏิบัติ ไม่ใช่ใช้สติเพียงอย่างเดียว แต่ต้องมีธรรมข้ออื่น ๆ ควบอยู่ด้วยได้แก่ วิริยะ และปัญญา นอกจากนั้น ธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือ สมาธิ ซึ่งจะมีอยู่ด้วย อย่างน้อยในขั้นอ่อน ๆ เรียกว่า ขณิกสมาธิ พอใช้สำหรับในการนี้ ซึ่งสมาธิเกิดจากสติที่กำหนดจดจ่อต่อเนื่อง เป็นเครื่องพัฒนาให้ปัญญาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ มีกระบวนการ 3 ประการ คือ

1) กระบวนการเจริญวิริยิทธิในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีอาตาปี มีความเพียร คำว่า อาตาปี แปลว่า มีความเพียรเผากิเลส คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมปธาน 4 คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่าทุกขณะที่นักปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน จึงได้ชื่อว่าสังสม สติ สมาธิ และปัญญาให้เพิ่มพูนเจริญมากขึ้น³³

2) กระบวนการเจริญวิริยิทธิในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสัมปชาโน มีสัมปชัญญะ คำว่า สัมปชาโน แปลว่า มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือ เห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนามแต่ละอย่างที่รูปนามอื่นไม่มี และลักษณะทั่วไปของรูปนามคือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

3) กระบวนการเจริญวิริยิทธิในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสติมา มีสติ คำว่า สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ต้นจนจนถึงหลับสนิทการเจริญสติมีประโยชน์คือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา³⁴

³¹ ข.ป. (ไทย) 31/189/301.

³² ม.ม. (ไทย) 12/112/109.

³³ พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธ-สสาราภิวังศ์, หน้า 31.

³⁴ เรื่องเดียวกัน, หน้า 31.

โดยวิริยะ คือ ความเพียรพยายามอย่างยิ่งยวด เป็นกำลังทำให้อดทน ไม่หวั่นไหว และย่ำยีความเกียจคร้านอันเป็นข้าศึก (โกสัชชะ) องค์ธรรม ได้แก่ วิริยะเจตสิก³⁵ ความเพียรอย่างปกติ ตามธรรมดาของสามัญชนยังปะปนกับโกสัชชะอยู่ ชัยนบ้าง เฉื่อย ๆ ไปบ้างจนถึงกับเกียจคร้านไปเลย แต่ว่าถ้าความเพียรอย่างยิ่งยวด แม้เนื้อจะเหือดเลือดจะแห้งก็ไม่ยอมท้อถอยแล้ว ย่อมจะอดทนไม่หวั่นไหวไปจนกว่าจะเป็นผลสำเร็จและย่ำยีความเกียจคร้านได้แน่นอนลักษณะของวิริยะ คือ การอุปลัมภ คือ คำจุนไว้และการประคองไว้ อุปมาว่า เรือที่กำลังลอยอยู่ได้ด้วยเสาอื่นนำมาคำจุนไว้ ฉันทไต พระโยคาวจรก็เหมือนกันนั่นแหละ เป็นผู้ได้อุปลัมภแล้วด้วยความอุปลัมภของความเพียร กุศลธรรมทั้งปวงจึงไม่เสื่อมสูญไป³⁶

วิริยอินทรีย์ในอินทรีย์ 5 กล่าวคือ มีความเพียร ได้แก่ บรรเทาความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม เพื่อยังกุศลธรรม เป็นผู้มีกำลัง มีความบากบั่นอันมั่นคง ไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลาย³⁷ โดย

- 1) มีความอุตสาหะ เป็นลักษณะ
- 2) มีการอดทนคำขุสหาตธรรม เป็นกิจ
- 3) มีการไม่ย่อท้อถอย เป็นผล
- 4) มีความสลดสังเวช เป็นเหตุไถ้³⁸

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียรในการกำหนดรู้ในการเคลื่อนไหวกายตั้งแต่ลมหายใจเข้าหายใจออก กายที่เคลื่อนไหวในอิริยาบถต่าง ๆ ด้วยความขยันและอดทน ไม่เกียจคร้านในการกำหนดรู้สภาวะต่าง ๆ ที่เคลื่อนไหวของรูปรกาย ผู้ปฏิบัติธรรมต้องเร่งทำกิจทุกขณะไม่ว่า

- 1) จะยืน
- 2) จะเดิน
- 3) จะนั่ง
- 4) จะนอน

ต้องกำหนดรู้ เช่น เวลาเดินก็ต้องเพียรกำหนดในอาการเดิน นั่งสมาธิก็ตามเพียรกำหนดรู้ในอาการท้องพองยุบของท้องเป็นต้น นอกเหนือจากการพิจารณาในอิริยาบถใหญ่และอิริยาบถย่อยแล้ว ยังมีการพิจารณา

- 1) ในสิ่งปฏิภูม
- 2) ในความไม่สว
- 3) ในความไม่งาม

³⁵ ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), *ลักษณะที่จุดกะแห่งปรัมตธรรม*, หน้า 14.

³⁶ คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, *ธรรมภาคปฏิบัติ 3*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553), หน้า 48.

³⁷ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทฺธิ ป.ธ.9), *โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ*, หน้า 97.

³⁸ ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), *ลักษณะที่จุดกะแห่งปรัมตธรรม*, หน้า 14.

ที่เกิดขึ้นจากกายต่าง ๆ อีกมากมาย ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียรพยายามในการเข้าไปกำหนดรู้ในสภาวะที่เกิดขึ้นกับ

- 1) กายในกาย (ของตนเอง)
- 2) กายนอกกาย (ของผู้อื่น)

ว่าเป็นสิ่งสกปรก ไม่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่นในกายนี้ ไม่ใช่ของเรา มีความไม่เที่ยง เข้าไปยึดไว้ถือไว้ก็เป็นทุกข์ กำหนดรู้เช่นนี้จนจิตกำหนด คลายความพึงพอใจ จิตจะค่อย ๆ มีสติสัมปชัญญะที่คอยกำกับดูแลจนเกิดความตั้งมั่นเป็นสมาธิ สามารถกำจัดนิวรณ์ 5 คือ

- 1) กามฉันทะ
- 2) พยาบาท
- 3) ถีนมิทธะ
- 4) อุทธัจจกุกกุกจะ
- 5) วิจิกิจฉา³⁹

ต่าง ๆ ได้ ผู้ปฏิบัติธรรมสามารถเข้าถึงปฐมฌานได้ในที่สุดซึ่งวิริยะหรือความเพียรเหล่านี้จะเป็นกำลัง เป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีเพื่อการเจริญวิปัสสนากาวนาได้ต่อไป

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีย์ในกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยวิริยะคือ ความเพียรพยายามอย่างยิ่งยวด เป็นกำลังทำให้อดทน ไม่หวั่นไหว และย้ายความเกียจคร้านอันเป็นข้าศึก ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียรในการกำหนดรู้ในการเคลื่อนไหวกายตั้งแต่ลมหายใจเข้าหายใจออก กายที่เคลื่อนไหวในอิริยาบถต่าง ๆ ด้วยความขยันและอดทน ไม่เกียจคร้านในการกำหนดรู้สภาวะต่าง ๆ ที่เคลื่อนไหวของรูปร่างเป็นต้น จึงจะสามารถเข้าถึงปฐมฌานได้ในที่สุดซึ่งวิริยะหรือความเพียรเหล่านี้ จะเป็นเป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีเพื่อการเจริญวิปัสสนากาวนาได้ต่อไป

4.2.2 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีย์ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีย์ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึง วิริยอินทรีย์ไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งวิริยอินทรีย์ 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งความเกียจคร้าน เป็นคุณแห่งวิริยอินทรีย์
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อน เพราะความไม่เกียจคร้าน เป็นคุณแห่งวิริยอินทรีย์
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพฤติด้อยการประคองไว้ เป็นคุณแห่งวิริยอินทรีย์
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งวิริยอินทรีย์
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยวิริยอินทรีย์เกิดขึ้น เป็นคุณแห่งวิริยอินทรีย์⁴⁰

และพระผู้มีพระภาคตรัสเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

³⁹ ที.สี. (ไทย) 9/548/240.

⁴⁰ ขุ.ป. (ไทย) 31/189/301.

- 1) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่

ภิกษุผู้มีสติปรากฏอยู่เฉพะหน้าว่า เวทนามีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ ไม่มีดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลกภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่⁴¹

โดยวิริยะ คือ ความเพียร เป็นกำลังในการใช้ความเพียรชอบที่ควรประกอบให้มีในตน คือ ประธาน 4 เรียกอีกอย่างว่า สัมมัปธาน 4 คือ

- 1) สร้างฉันทะ พยายาม บรรเทาความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น
- 2) สร้างฉันทะ พยายาม บรรเทาความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่นเพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว
- 3) สร้างฉันทะ พยายาม บรรเทาความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น
- 4) สร้างฉันทะ พยายาม บรรเทาความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อความดำรงอยู่ ไม่เลือนหาย ภัยโยธภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มแห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว⁴²

ซึ่งหมายถึง ความเพียรชอบ ความเพียรใหญ่ ความเพียรทั้งทางกายและทางใจ ความไม่ย่อหย่อน เลือกรสสร ใคร่ครวญ พิจารณาธรรมด้วยปัญญา เพื่อความรู้ยิ่งเพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน⁴³ การบรรเทาความเพียรทางใจเพื่อละอกุศลธรรมและทำกุศลธรรมให้ถึงพร้อมความขะมักเขม้น ความแข็งแรง ความบากบั่น ความชวนชวาย ความเพียรพยายาม ความอุตสาหะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความมุ่งมั่นอย่างไม่ท้อถอย ความไม่ทอดทิ้งฉันทะ ความไม่อดทิ้งธุระในกุศลธรรม ความเอาใจใส่ธุระในกุศลธรรม ความมั่นคงหน้าที่ของวิริยะคือการยกจิตไว้ หมายความว่า ความเพียรพยายามมีกำลังใจก้าวหน้าไม่ท้อถอยนี้ ชื่อว่า

- 1) วิริยพละ
- 2) วิริยินทรีย์

⁴¹ ม.ม. (ไทย) 12/113/110.

⁴² ส.ม. (ไทย) 19/651/360.

⁴³ ม.ม. (ไทย) 13/247/292.

3) สัมมาวายามะ⁴⁴

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายวิริยะว่า อริยาสาวกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ปรารถนาความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม เพื่อให้กุศลธรรมเกิด มีความเข้มแข็ง มีความบากบั่นมั่นคง ไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลายอยู่ นี้ เรียกว่า วิริยะ คือความเพียร⁴⁵

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียรในการกำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง 6 คือ

- 1) ตา
- 2) หู
- 3) จมูก
- 4) ลิ้น
- 5) กาย
- 6) ใจ⁴⁶

แล้วส่งผลให้จิตหรือใจเข้ารับรู้แล้วจึงส่งผลให้เกิดเวทนาขึ้น เช่น

- 1) ความเจ็บปวด
- 2) ความทนทุกข์
- 3) ความทรमान เป็นต้น

ความเจ็บปวดหรือซาเหล่านี้ เป็นแต่เพียงอาการหรือสภาวะที่มีกระทบกับกายเท่านั้น แต่ใจที่เข้าไปรับรู้ในเวทนาที่เป็นนามธรรม ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมเข้าไปรับรู้ และพึงกำหนดรู้ในเวทนานั้น ๆ เท่านั้น เช่น

- 1) เมื่อปวดก็กำหนดรู้ว่าปวดหนอ ๆ
- 2) เมื่อยก็กำหนดรู้ว่าเมื่อยหนอ ๆ เป็นต้น

จนกายที่ได้เสวยเวทนานั้นเริ่มมีอาการจางคลายไป เมื่อกายที่ปวดหรือเสวยอารมณ์แห่งเวทนานั้นได้จางคลายลงแล้วจิตก็จะค่อย ๆ บรรเทาในอาการที่ได้เสวยอารมณ์นั้นจนหายปวดไปได้ หากผู้ปฏิบัติธรรมสังเกตให้ดีในอาการปวด เมื่อย หรือเวทนาที่เกิดขึ้นนั้นเป็นเพียงอาการที่เกิดขึ้นทางกายเท่านั้น เพียงแต่ใจนั้นเข้าไปรับรู้ หากเรารู้เช่นนี้ แล้วผู้ปฏิบัติธรรมสามารถยก

- 1) กายกับใจ
- 2) รูปกับนาม

⁴⁴ อภ.สง. (ไทย) 34/26-52/32-36.

⁴⁵ อจ.ปญจก. (ไทย) 22/14/18.

⁴⁶ ที.ม.อ. (บาลี) 360/340.

ได้แล้วผู้ปฏิบัติธรรมก็จะสามารถเข้าใจในสังขธรรมความจริงที่เกิดขึ้นด้วยปัญญาญาณในขณะที่เดินจงกรม ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเข้าไปกำหนดรู้ด้วยสติว่า

- 1) ในขณะที่ยก
- 2) ในขณะที่ย่าง
- 3) ในขณะที่เหยียบ

ลงไปมีสภาวะอาการเป็นอย่างไร เท่าที่กระทบสัมผัสกัน ความรู้สึกเสวยอารมณ์เป็นอย่างไรบ้าง พอใจหรือไม่พอใจชอบหรือไม่ชอบอย่างไร สภาวะเหล่านี้ จะถึงส่งไปยังจิตที่เข้าไปรับรู้ จะเห็นได้ว่า อาการที่ยกอย่างเหยียบนี้ เป็นการดำเนินการทางกายหรือทางรูปธรรม ส่วนจิตที่เข้าไปรับรู้ในการเสวยอารมณ์ (เวทนา) นั้นเป็นนามธรรม หรือนั่งสมาธิก็ตามจะเห็น

- 1) ท้องพอง
- 2) ท้องยุบ

อาการพองอาการยุบต่างก็เป็นการกระทำทางกายทั้งสิ้น ส่วนจิตที่เข้าไปรับรู้ว่ามีอาการพองยุบเป็นจิต ทั้งกายและจิตเป็นเพียงแต่สภาวะรูปนามที่มาประชุมรวมกันเป็นเหตุเป็นปัจจัยเท่านั้น ไม่ใช่

- 1) สัตว์
- 2) บุคคล
- 3) ตัวตน
- 4) เรา
- 5) เขา

แต่อย่างไรถึงแม้ว่า การนั่งสมาธิจะทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมพบกับทุกเวทนาอย่างแสนสาหัสเพียงใด ผู้ปฏิบัติธรรมก็ต้องอดทนฟันฝ่าไปได้ วิธีการอดทนต่อทุกเวทนามี 3 อย่าง คือ

1) สู้แบบเผชิญหน้า คือ จดจ่อที่อาการปวด จึงลงไปนอนในที่ซึ่งปวดมากที่สุด เหมือนการสู้แบบเผชิญหน้าไม่ยอมถอย วิธีนี้แม้จะค่อนข้างเหน็ดเหนื่อย เพราะต้องใช้พลังจิตจดจ่อมาก แต่ก็มีประโยชน์ในการหยั่งเห็นลักษณะของเวทนาได้เร็ว

2) สู้แบบกองโจร คือ กำหนดเวทนาบ้าง เปลี่ยนไปกำหนดอารมณ์อื่นบ้าง เหมือนการสู้แบบกองโจรในกรณีที่ข้าศึกเข้มแข็งกว่า วิธีนี้ ใช้ในขณะที่เวทนามันรุนแรง ยากที่จะกำหนดได้ จึงเปลี่ยนไปกำหนดอารมณ์อื่น เช่น สภาวะพองยุบ เมื่อมีสมาธิมากขึ้นก็กลับไปกำหนดเวทนาเป็นครั้งคราว เปรียบดังเดินทางกลางแดดที่เหน็ดเหนื่อยได้เข้าไปพักใต้ร่มไม้ชั่วคราว

3) สู้แบบถอยทัพ คือ สักแต่ตามรู้เวทนา ไม่ต้องกำหนดจดจ่อ โดยคำบริการรรมเข้ากำกับ เหมือนคนว่ายน้ำที่เกาะท่อนไม้ลอยไปตามกระแสลม โดยไม่ใช้กัลว่า เมื่อทนต่อเวทนาไม่ได้ ก็

พึงเปลี่ยนอริยาบถลุกขึ้นเดินจงกรม เพื่อให้สมาธิมีกำลังมากขึ้น สามารถต่อสู้อุทธนาได้ในโอกาสต่อไป⁴⁷

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงต้องมีความขยันและอดทน ไม่เกียจคร้านต่อการเข้าไปกำหนดรู้สภาวะอารมณ์ที่รู้สึกเวทนานั้น ๆ ด้วยสติสัมปชัญญะ ความเพียรเหล่านี้ จะเป็นกำลังในการทำให้สติเกิดความแข็งแรงกล้าหาญต่ออุปสรรคที่จะเข้ามากระทบสัมผัสได้ จนจิตนั้นเกิดความตั้งมั่นที่จะช่วยส่งเสริมให้จิตเป็นสมาธิและเกิดปัญญาในการพิจารณาเวทนาว่า เวทนาก็สักแต่ว่าเป็นเวทนาเท่านั้น ไม่มี

- 1) สัตว์
- 2) บุคคล
- 3) ตัวตน
- 4) เรา
- 5) เขา

จิตในขณะเกิดเป็นความว่างเปล่า เห็นความไม่เที่ยงเกิดขึ้น ซึ่งเวทนาเหล่านี้เป็นสภาวะธรรมที่แสดงให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้เห็นอาการเกิดดับอย่างแท้จริง และเป็นไปตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้นปัญญาเหล่านี้ เองจะช่วยเป็นกำลังคอยผลักดันสนับสนุนให้ผู้ปฏิบัติธรรมสามารถฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ ที่เวทนาเกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติธรรม อีกทั้งยังกำลังแห่งความเพียรเหล่านี้ ยังจะช่วยให้ผู้ที่เจริญวิปัสสนาภาวนาสามารถบรรลุ

- 1) มรรค 4
- 2) ผล 4
- 3) นิพพาน 1

ได้ในที่สุด เพราะฉะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจึงต้องมีความอดทนเป็นประการด่านแรกเพื่อให้เกิดพลังกำลัง เป็นการสั่งสมบารมีในการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป ความอดทนนี้ จึงถือได้ว่าเป็นกุญแจไขประตูสู่พระนิพพาน⁴⁸

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีย์ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยวิริยะคือ ความเพียร เป็นกำลังในการใช้ความเพียรชอบที่ควรประกอบให้มีในตน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียรในการกำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง 6 แล้วส่งผลให้จิตหรือใจเข้าใจแล้วจึงส่งผลให้เกิดเวทนาขึ้น เช่น ความเจ็บปวด ความทนทุกข์ความทรมาน เป็นต้น ความเจ็บปวดหรือชาเหล่านี้ เป็นแต่เพียงอาการหรือสภาวะที่มีกระทบกับกายเท่านั้น แต่ใจที่เข้าไปรับรู้ในเวทนาที่เป็นนามธรรม ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมเข้าไปรับรู้ และพึงกำหนดรู้ในเวทนานั้น ๆ ตามความเป็นจริง

⁴⁷ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธ-สสารากิจ, หน้า 252.

⁴⁸ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน,, หน้า 253.

4.2.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยนิทรีในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยนิทรีในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึง วิริยนิทรีไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งวิริยนิทรี 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งความเกียจคร้าน เป็นคุณแห่งวิริยนิทรี
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อน เพราะความไม่เกียจคร้าน เป็นคุณแห่งวิริยนิทรี
- 3) ความแก้หลัก้าแห่งความประพุดด้วยการประคองไว้ เป็นคุณแห่งวิริยนิทรี
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งวิริยนิทรี
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยวิริยนิทรีเกิดขึ้น เป็นคุณแห่งวิริยนิทรี⁴⁹

และพระผู้มีพระภาคตรัสจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่

ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า จิตมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิณฺฐิ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่า พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่⁵⁰

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายวิริยะว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้ปรารถนาความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม เพื่อให้กุศลธรรมเกิด มีความเข้มแข็ง มีความบากบั่นคงไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลายอยู่นี้ เรียกว่า ผู้มีวิริยะ⁵¹ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเป็นผู้มีความเพียร บากบั่น เข้มแข็งและมั่นคงต่อการกำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง 6 คือ

- 1) ตา
- 2) หู
- 3) จมูก
- 4) ลิ้น
- 5) กาย
- 6) ใจ⁵²

⁴⁹ ขุ.ป. (ไทย) 31/189/301.

⁵⁰ ม.ม. (ไทย) 12/114/111.

⁵¹ อจ.ปญจก. (ไทย) 22/14/18.

⁵² ที.ม.อ. (บาลี) 360/340.

แล้วส่งผลให้จิตเข้าถึงแล้วจึงส่งผลให้เกิดอารมณ์ เช่น

- 1) จิตมีราคะ
- 2) จิตมีโทสะ
- 3) จิตมีโมหะ เป็นต้น

ความรู้สึกเหล่านี้ เป็นแต่เพียงอาการหรือสภาวะที่มีกระทบกายเท่านั้น อาการดังกล่าวจะส่งผลให้จิตได้รับรู้แล้วทำการสนองตอบหรือตอบโต้ทันที ผู้ปฏิบัติธรรมพึงกำหนดรู้ในจิตที่รับรู้ในสภาวะอาการที่รับรู้เท่านั้นเพื่อตัดวิบาก เช่น

- 1) จิตมีโทสะ ก็กำหนดรู้ว่า โกรธหนอ
- 2) จิตมีโมหะ ก็กำหนดรู้ว่ากำลังหลงอยู่ เป็นต้น

ในขณะที่จิตเข้าไปกำหนดรู้อารมณ์ จิตก็จะตัดอารมณ์ของกิเลสที่เข้ามากระทบนั้นทันที จึงไม่เกิดวิบากทำกรรมต่อไป จนจิตของผู้ปฏิบัติธรรมคายกำหนด ตัดอารมณ์ที่มากระทบ ผู้ปฏิบัติธรรมกำหนดจิตก็จะเริ่มค่อย ๆ จางคลายตัว จิตก็จะค่อย ๆ บรรเทาเบาคลายในอารมณ์นั้น ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเป็นผู้ที่มีความขยันและอดทน ไม่เกียจคร้านต่อการกำหนดรู้สภาวะอารมณ์ที่รู้สึกที่มากระทบนั้น ทั้งของตนเองและของผู้อื่นที่ส่งผลกระทบ สภาวะอาการดังกล่าวต่างก็แล้วก็ดับไปเป็นธรรมดา จะบังคับไม่ให้เกิดก็ได้ ความเป็นไตรลักษณ์คือ

- 1) อนิจจัง ไม่เที่ยง
- 2) ทุกขัง เป็นทุกข์
- 3) อนัตตา ไม่มีตัวตน⁵³

เกิดขึ้น ผู้ปฏิบัติธรรมจึงเห็นด้วยปัญญาเกิดขึ้น ตามความเป็นจริง จิตก็สงบนิ่งและตั้งมั่น ความเพียรเหล่านี้จะเป็นกำลัง เป็นบาทฐาน และสั่งสมบารมีเพื่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไปจนสามารถบรรลุธรรมได้ในที่สุด

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีย์ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเป็นผู้มีความเพียร บากบั่น เข้มแข็งและมั่นคงต่อการกำหนดรู้ในสภาวะอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง 6 แล้วส่งผลให้จิตเข้าถึงแล้วจึงส่งผลให้เกิดอารมณ์ เช่น จิตมีราคะ จิตมีโทสะ จิตมีโมหะ เป็นต้น ผู้ปฏิบัติธรรมพึงกำหนดรู้ในจิตที่รับรู้ในสภาวะอาการที่รับรู้เท่านั้นเพื่อตัดวิบาก เช่น จิตมีโทสะ ก็กำหนดรู้ว่า โกรธหนอ จิตมีโมหะ ก็กำหนดรู้ว่ากำลังหลงอยู่ เป็นต้น ในขณะที่จิตเข้าไปกำหนดรู้อารมณ์ จิตก็จะตัดอารมณ์ของกิเลสที่เข้ามากระทบนั้นทันที จึงไม่เกิดวิบากทำกรรมต่อไป

4.2.4 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพื่อทำลายอภิชฌา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) นั้น ในเวลาปฏิบัติ ไม่ใช่ใช้สติเพียงอย่างเดียว แต่ต้องมีธรรมข้ออื่น ๆ ควบอยู่ด้วยได้แก่ วิริยะ และปัญญา นอกจากนั้น ธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือ สมาธิ ซึ่งจะมีอยู่

⁵³ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 119.

ด้วย อย่างน้อยในชั้นอ่อน ๆ เรียกว่า ขณิกสมาธิ พอใช้สำหรับในการนี้ ซึ่งสมาธิเกิดจากสติที่กำหนดจดจ่อต่อเนื่องเป็นเครื่องพัฒนาให้ปัญญาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ มีกระบวนการ 3 ประการ คือ

1) กระบวนการเจริญวิริยอินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีอาตาปี มีความเพียร คำว่า อาตาปี แปลว่า มีความเพียรเผากิเลส คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมัปปธาน 4 คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่าทุกขณะที่นักปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน จึงได้ชื่อว่าสังสม สติ สมาธิ และปัญญาให้เพิ่มพูนเจริญมากขึ้น⁵⁴

2) กระบวนการเจริญวิริยอินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสัมปชาโน มีสัมปชัญญะ คำว่า สัมปชาโน แปลว่า มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือ เห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนามแต่ละอย่างที่รูปนามอื่นไม่มี และลักษณะทั่วไปของรูปนามคือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

3) กระบวนการเจริญวิริยอินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสติมา มีสติ คำว่า สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ต้นจนจนถึงกลับสนิหการเจริญสติ มีประโยชน์คือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา⁵⁵

ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึง วิริยอินทรีย์ไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งวิริยอินทรีย์ 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งความเกียจคร้าน เป็นคุณแห่งวิริยอินทรีย์
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อน เพราะความไม่เกียจคร้าน เป็นคุณแห่ง วิริยอินทรีย์
- 3) ความแก่กล้าแห่งความประพฤติด้วยการประคองไว้ เป็นคุณแห่งวิริยอินทรีย์
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งวิริยอินทรีย์
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยวิริยอินทรีย์เกิดขึ้น เป็นคุณแห่งวิริยอินทรีย์⁵⁶

และพระผู้มีพระภาคตรัสธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่

⁵⁴ พระโสมภมมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธ-
สาราภินวงศ์, หน้า 31.

⁵⁵ เรื่องเดียวกัน, หน้า 31.

⁵⁶ ขุ.ป. (ไทย) 31/189/301.

ภิกษุนี้มีสติปรากฏอยู่เฉพะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น ไม่อาศัย (ตณหาและทิวฐิ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย⁵⁷

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายวิธียะว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้ปรารถนาความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม เพื่อให้กุศลธรรมเกิดมีความเข้มแข็ง มีความบากบั่นมั่นคงไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลายอยู่นี้ เรียกว่า มีวิริยะ⁵⁸ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียร มีความมุ่งมั่นบากบั่นในการกำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง 6 คือ

- 1) ตา
- 2) หู
- 3) จมูก
- 4) ลิ้น
- 5) กาย
- 6) ใจ⁵⁹

และกิเลสเครื่องปิดกั้นมีนิวรณ์ 5 คือ

- 1) กามฉันทะ
- 2) พยาบาท
- 3) ถีนมิทธะ
- 4) อุทธัจจกุกกุกจะ
- 5) วิจิกิจฉา⁶⁰

สภาวะอารมณ์ดังกล่าวเป็นอารมณ์ของอกุศลธรรมทั้งสิ้น อารมณ์เหล่านี้จะส่งผลให้จิตเข้าไปรับรู้ในนิวรณ์เหล่านั้น เช่น

- 1) เกิดความว่าง
- 2) ซึมเซา
- 3) ความโกรธ
- 4) คิดฟุ้งซ่าน เป็นต้น

ความรู้สึกเหล่านี้ เป็นแต่เพียงอาการหรือสภาวะที่มีกระทบจิตใจแล้วส่งผลให้จิตได้รับรู้ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงระคับระคองอารมณ์ที่เป็นกุศลธรรมไว้ให้มากจนอารมณ์ที่เป็นอกุศลธรรมนั้นไม่สามารถเข้ามาแทรกในระหว่างการปฏิบัติธรรมได้

⁵⁷ ม.ม. (ไทย) 12/136/128.

⁵⁸ อ.ง.ป.ญจก. (ไทย) 22/14/18.

⁵⁹ ที.ม.อ. (บาลี) 360/340.

⁶⁰ ที.ส. (ไทย) 9/548/240.

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงกำหนดรู้ เช่น ขณะปฏิบัติเกิดความว่าง ก็กำหนดรู้ในความว่างนั้น ถ้าจิตมีโทษ ก็กำหนดรู้ความโกรธนั้น เป็นต้น จนจิตค่อย ๆ คลายตัวลง เบาลง จิตของผู้ปฏิบัติธรรมเริ่มจางหายไป ผู้ปฏิบัติธรรมพึงต้องมีความขยันและอดทน ไม่เกียจคร้านต่อการกำหนดรู้สภาวะอารมณ์ที่รู้สึกนั้น ๆ วางอารมณ์ให้เป็นกลาง ๆ ทั้ง

- 1) อารมณ์ของตนเอง
- 2) อารมณ์ของผู้อื่น

ที่ส่งผลกระทบให้กับตนเอง อารมณ์เหล่านั้นเป็นเพียงสภาวะอารมณ์ที่มากระทบเท่านั้น ไม่ใช่

- 1) สัตว์
- 2) บุคคล
- 3) ตัวตน
- 4) เรา
- 5) เขา

ไม่ควรเข้าไปยึดมั่นถือไว้ปล่อยวางให้เด็ดขาดกำหนดรู้ด้วยสติสัมปชัญญะจนจิตนั้นสงบนิ่ง จิตสงบนิ่งเกิดเป็นสมาธิ มีปัญญาการเข้าไปพิจารณาในสภาวะธรรมนั้น ปัญญาญาณเข้าไปเห็นความจริงที่เกิดขึ้นตั้งอยู่และก่ดับไป เห็นวิปัสสนาญาณ ความเพียรเหล่านี้ จะเป็นกำลัง เป็นบาทฐานและเป็นการสั่งสมบารมี เพื่อใช้ในการเจริญวิปัสสนากาวนาต่อไป

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียร มีความมุ่งมั่น บากบั่นในการกำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง 6 และกิเลสเครื่องปิดกั้นมีนวรรณ์ 5 เป็นต้น ความรู้สึกเหล่านี้ เป็นแต่เพียงอาการหรือสภาวะที่มีกระทบจิตใจแล้วส่งผลให้จิตได้รับรู้ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงประคับประคองอารมณ์ที่เป็นกุศลธรรมไว้ให้มากจนอารมณ์ที่เป็นอกุศลธรรมนั้นไม่สามารถเข้ามาแทรกในระหว่างการปฏิบัติธรรมได้

4.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

4.3.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติอินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติอินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพื่อทำลายอภิชณา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) นั้น ในเวลาปฏิบัติ ไม่ใช่ใช้สติเพียงอย่างเดียว แต่ต้องมีธรรมข้ออื่น ๆ ควบอยู่ด้วยได้แก่ วิริยะ และปัญญา นอกจากนั้น ธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือ สมาธิ ซึ่งจะมีอยู่ด้วย อย่างน้อยในขั้นอ่อน ๆ เรียกว่า ขณิกสมาธิ พอใช้สำหรับในการนี้ ซึ่งสมาธิเกิดจากสติที่กำหนดจดจ่อต่อเนื่องเป็นเครื่องพัฒนาให้ปัญญาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ มีกระบวนการ 3 ประการ คือ

1) กระบวนการเจริญสติอินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีอาตาปี มีความเพียร คำว่า อาตาปี แปลว่า มีความเพียรเผากิเลส คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมปธาน 4 คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูน

กุศลเก่าทุกขณะที่นักปฏิบัติเจริญสติระลึกภูมิจำพรรษาปัจจุบัน จึงได้ชื่อว่าสังสม สติ สมาธิ และปัญญาให้เพิ่มพูนเจริญมากขึ้น⁶¹

2) กระบวนการเจริญสติในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสัมปชาโน มีสัมปชัญญะ คำว่า สัมปชาโน แปลว่า มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือ เห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนามแต่ละอย่างที่รูปนามอื่นไม่มี และลักษณะทั่วไปของรูปนามคือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

3) กระบวนการเจริญสติในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสติมา มีสติ คำว่า สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิทการเจริญสติมีประโยชน์คือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา⁶²

ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึงสติในทริยวิเวก่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งสติในทริย 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งความประมาท เป็นคุณแห่งสติในทริย
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร้าร้อนเพราะเหตุแห่งความประมาท เป็นคุณแห่งสติในทริย
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพฤติดด้วยความตั้งมั่น เป็นคุณแห่งสติในทริย
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งสติในทริย
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยสติในทริยเกิดขึ้น เป็นคุณแห่งสติในทริย⁶³

และพระผู้มีพระภาคตรัสกายานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่

ภิกษุนี้มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นกายในกายอยู่⁶⁴

⁶¹ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธ-สาราภิวงศ์, หน้า 31.

⁶² เรื่องเดียวกัน, หน้า 31.

⁶³ ข.ป. (ไทย) 31/189/302.

⁶⁴ ม.ม. (ไทย) 12/112/109.

โดยสตินทรีย์ คือ สติปัญญา 4 ที่มีการระลึกเฝ้าตามดูในกาย สิ่งที่เกี่ยวข้องที่กำลังเกิดภายในกาย การระลึกเฝ้าตามดูเวทนาหรือความรู้สึก การระลึกเฝ้าตามดูจิต การระลึกเฝ้าตามดูธรรม ทั้งหมดมี 4 ฐานคือ กาย เวทนา จิต ธรรม ซึ่งฐานกายแยกออกเป็นการฝึกฝน 6 วิธีตามความถนัด อุปนิสัย จริตแต่ละบุคคล ส่วนฐาน เวทนา จิต และธรรม นั้นล้วนเป็นไปในทางเดียวกันทั้งสิ้นซึ่งกำลังของสติ ความละเอียดคมชัดของสติที่เป็นปัจจุบันขณะ เกิดจากการฝึกฝนทั้ง 4 ฐานดังที่กล่าวมาแล้ว สตินทรีย์ คือ สัมมาสติ⁶⁵ หนึ่งในองค์มรรค 8 และในปฐมวิภังคสูตรพระพุทธองค์ตรัสว่า

สตินทรีย์ เป็นอย่างไร คือ อริยะสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีสติ ประกอบด้วยสติปัญญา เป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่ง ระลึกรู้ถึงสิ่งที่ทำ คำที่ได้พูดไว้นานบ้างเธอพิจารณาเห็นภายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอกิฆมาและโทมนัสในโลกได้ นี้เรียกว่า สตินทรีย์⁶⁶

พระตรัสสองคตรัสอีกว่า อริยะสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีสติ ประกอบด้วยสติปัญญาเป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่ง ระลึกรู้ถึงสิ่งที่ทำ คำที่ได้พูดไว้นานบ้าง อันนี้เป็นลักษณะของสตินทรีย์ ประกอบด้วยสติและปัญญาเครื่องรักษาตัวอย่างยิ่ง เป็นสติที่มีกำลังและมีปัญญาประกอบ คอยคุ้มครองรักษาจิตให้เดินไปตามทาง เรียกว่าสตินทรีย์

สติจะมีกำลังได้ ต้องมีปัญญาประกอบ สติอย่างเดียวไม่มีกำลัง มันท้อไป รักษาตัวเองไม่รอด ตัวช่วยให้รักษาตัวให้รอดคือสัมปชัญญะ ซึ่งเป็นปัญญาระดับหนึ่งที่มาทับสติ มีสติรู้สึกตัว มีปัญญาพิจารณาทำอย่างไรเหตุการณ์นี้จึงจะรอด ทำอย่างไรกิเลสจึงจะไม่ครอบงำ ทำอย่างไรจะพิจารณาดู

- 1) กาย
- 2) เวทนา
- 3) จิต
- 4) ธรรม

ได้อยู่ในห้องมีสติได้ ออกนอกห้องทำอย่างไรจะทำได้ ต้องมีสติปัญญารักษาจิต จึงสามารถระลึกรู้ถึงสิ่งที่ทำและคำที่พูดได้ว่า

เกิดจากจิตชนิดไหน เป็นกุศลหรือเป็นอกุศล เป็นต้น เมื่อแจกแจงออกมาก็เป็นหลักสติปัญญา 4 นั่นเอง ได้รับการฝึกมาจนกระทั่งใช้การได้ดี สามารถรักษาตัวให้รอดได้ มีสติปัญญารักษาจิตสามารถช่วยให้ตัวเองรอดได้ ทุก ๆ เรื่อง ทุก ๆ สถานการณ์ ไมยินดีไม่ยินร้ายไปกับเหตุการณ์ต่าง ๆ มีสติสัมปชัญญะ กลับมาพิจารณา กาย เวทนา จิตและธรรม อยู่เสมอ ๆ เอง ๆ

วิริยินทรีย์สามารถครอบงำชนะความเกียจ พอความง่วงนอนเกิดขึ้นมา วิริยะก็ตั้งขึ้น ไม่นอนตามกิเลส มีเสียงด่าหรือนินทา มีสติขึ้นมาจะพูดกับคนนี้อย่างไรดี จะจัดการอย่างไรดี หรืออยู่เฉย ๆ

⁶⁵ วิ.ม. (ไทย) 4/13/21.

⁶⁶ ส.ม. (ไทย) 19/479/287.

ก่อนดี มีธรรมะฝ่ายปัญญาเข้ามาทำงาน เป็นใหญ่ในการทำสิ่งต่าง ๆ เรียกว่า อินทรีย์แก่กล้า พร้อมทั้งจะถึงธรรมะ สามารถเจริญสมณะวิปัสสนาให้ประสบความสำเร็จได้⁶⁷

กระบวนการเจริญสติในกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยสติ เป็นความระลึกได้ เป็นความรู้สึกรู้ตัว เป็นธรรมชาติผู้ระลึก ธรรมชาติเป็นเครื่องระลึก หมายถึง อากาโรที่จิตนึกถึงสิ่งที่จะทำอะไรจะพูดได้ นึกถึงสิ่งที่ทำคำที่พูดไว้แล้วได้ เป็นอากาโรที่จิตไม่หลงลืม ไม่เพลาโผล่ ถูกคิดขึ้นได้ ระงับยับ ใจได้ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ความไม่ประมาท⁶⁸

องค์ธรรมได้แก่ สติเจตสิก⁶⁹ คือ ธรรมชาติที่มีความระลึกได้ในอารมณ์และให้สังวรอยู่กับกุศลธรรมเป็นลักษณะ สติในพละ 5 มีลักษณะเช่นเดียวกับสติในอินทรีย์ 5 ในคัมภีร์สังยุตตนิกาย พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า

“สติในอินทรีย์ คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีสติ ประกอบด้วยสติปัญญาเป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่ง ระลึกรู้ถึงสิ่งที่ทำคำที่ได้พูดไว้นานบ้าง เป็นผู้ที่มีจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว มีจิตไม่ฟุ้งซ่านมีใจไม่ซัดส่าย”⁷⁰

สติเป็นเจตสิก มีลักษณะ 4 ประการ คือ

- 1) มีความระลึกได้ในอารมณ์เนื่อง ๆ เป็นลักษณะ
- 2) มีความไม่หลงลืมเป็นกิจ
- 3) มีความจดจ่อต่ออารมณ์เป็นผล
- 4) มีความจำอันมั่นคงเป็นเหตุใกล้⁷¹

นอกจากนี้ แล้วสติยังคอยตักเตือน คือเตือนให้นึกได้หรือระลึกได้ คือการนึกได้หรือระลึกได้ในกุศลธรรมที่ไม่มีโทษหรือกุศลธรรมที่มีโทษ สติมีลักษณะถือเอาไว้คือการเลือกเอาแต่ธรรมที่เป็นประโยชน์และอุปการะ สิ่งใดที่ไม่เป็นประโยชน์และไม่มีการกระทำจะไม่ถือเอาไว้หรือตัดออก สติมีลักษณะแนบชิดคือช่วยจิตแนบแน่นอยู่กับอารมณ์อันใดอันหนึ่ง จิตจะไม่ลอยฟุ้ง จิตจะจ้องและจับแน่นอยู่กับอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน คือ รูปกับนาม⁷² ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติระลึกไว้ในอาการของกายที่เคลื่อนไหวไปมา ไม่ว่า

⁶⁷ สุภีร์ ทุมทอง, อินทรีย์ 5 พละ 5 ชุดโพธิปักขิยธรรม, หน้า 31.

⁶⁸ พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช, ป.ธ. 9., ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสนา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ลิ้งเชียง, 2553), หน้า 980.

⁶⁹ วรรณสิทธิ ไวทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ประเภทที่ 2 เจตสิกสังคหวิภาค, หน้า 54.

⁷⁰ ข.ม. (ไทย) 29/197/577.

⁷¹ วรรณสิทธิ ไวทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ประเภทที่ 2 เจตสิกสังคหวิภาค, หน้า 55.

⁷² จำลอง ดิษยวนิช, วิปัสสนากรรมฐานและชาวอารมณ์, (เชียงใหม่: โรงพิมพ์ แสงศิลป์, 2543), หน้า 124-138.

- 1) จะคู้
- 2) จะเหยียด
- 3) จะหีบ
- 4) จะจับสิ่งใด ๆ ก็ตาม

ผู้ปฏิบัติธรรมต้องกำหนดรู้หรือระลึกด้วยจิตอย่างจอตเนื่องไม่ให้ขาดสาย เช่น

- 1) กำหนดว่า คู้หนอ
- 2) กำหนดว่า เหยียดหนอ เป็นต้น

หากผู้ปฏิบัติธรรมหลงลืมในการกำหนดเมื่อใด เมื่อนั้นแสดงว่าผู้ปฏิบัติธรรมขาดสติ ผู้ปฏิบัติธรรมอาจจะใช้คำบริกรรมก็ได้ หรือไม่ใช้คำบริกรรมก็ได้ไม่มีปัญหาแต่ประการใด ประการสำคัญของผู้ปฏิบัติธรรมก็ต้องมีสติ สตินั้นจึงเป็นตัวคอยควบคุมไม่ให้จิตส่งออกนอก หรือหลงลืมในการกำหนดรู้ เมื่อกำหนดรู้มาก ๆ ขึ้น สติเหล่านี้ก็

- 1) จะตั้งมั่น
- 2) ไม่หวั่น
- 3) หวั่นไหว
- 4) ไม่ส่งออกนอก

จิตเกิดความสงบ ตั้งมั่น สติก็จะเกิดเป็นกำลัง หรือพลังจิตนำไปสู่สมาธิช่วยสั่งสมบารมีในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้เป็นอย่างดี

สรุปว่า 1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยสติในทรีย คือ สติปัฏฐาน 4 ที่มีการระลึกเฝ้าตามดูในกาย โดยสติ เป็นความระลึกได้ เป็นความรู้สึกรู้ตัว เป็นธรรมชาติผู้ระลึก ธรรมชาติเป็นเครื่องระลึก หมายถึง อาการที่จิตนึกถึงสิ่งที่จะทำอะไรได้ นึกถึงสิ่งที่ทำคำที่พูดไว้แล้วได้ เป็นอาการที่จิตไม่หลงลืม ไม่เผลอไหล ผู้ปฏิบัติธรรมต้องกำหนดรู้หรือระลึกด้วยจิตอย่างจอตเนื่องไม่ให้ขาดสาย เช่นกำหนดว่า คู้หนอกำหนดว่า เหยียดหนอ เป็นต้น สติก็จะเกิดเป็นกำลัง หรือพลังจิตนำไปสู่สมาธิช่วยสั่งสมบารมีในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้เป็นอย่างดี

4.3.2 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึง สติในทรียไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งสติในทรีย 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งความประมาท เป็นคุณแห่งสติในทรีย
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อนเพราะเหตุแห่งความประมาท เป็นคุณแห่งสติในทรีย
- 3) ความแก่กล้าแห่งความประพฤติดด้วยความตั้งมั่น เป็นคุณแห่งสติในทรีย
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งสติในทรีย

5) สุขโสมนัสที่อาศัยสติன்றียเกิดขึ้น เป็นคุณแห่งสติன்றีย⁷³

และพระผู้มีพระภาคตรัสเวทนาอุปัสสันาสติปัญญาไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่

ภิกษุผู้มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า เวทนามีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลกภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่⁷⁴

โดยสติคือ ความระลึกได้หมายถึง การมีปัญญาระลึกถึงการกระทำ หรือคำพูดที่พูดมานานแล้ว สติกำหนดพิจารณาเวทนา 3 คือ

- 1) สุขเวทนา
- 2) ทุกขเวทนา
- 3) อุเบกขาเวทนา

ซึ่งเป็นกำลังเพื่อการตรัสรู้⁷⁵ การรู้สึกสภาพธรรมปัจจุบันตามความเป็นจริง โดยรับรู้สภาพธรรมอย่างแท้จริง⁷⁶ ความตามระลึกถึง ความระลึกได้เฉพาะหน้าความระลึกได้ ความจำได้ ความไม่เลื่อนลอย ความไม่หลงลืม สตินทรีย์ สติพละ สัมมาสติ สติสัมโพชฌงค์ เอกยนมรรคเป็นทางเอกที่ต้องละความคลุกคลีด้วยหมู่คณะต้องอยู่คนเดียวจากสังสารวัฏไปสู่นิพพาน⁷⁷

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายสติว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีสติ คือประกอบด้วยสติปัญญาเป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่งระลึกถึงสิ่งที่ทำคำที่พูดมานานได้นี้เรียกว่า มีสติ⁷⁸ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติระลึกไว้ในสภาวะอารมณ์ของเวทนาไม่ว่า

- 1) จะปวด
- 2) จะเมื่อย
- 3) จะซา

⁷³ ขุ.ป. (ไทย) 31/189/302.

⁷⁴ ม.ม. (ไทย) 12/113/110.

⁷⁵ ม.ม. (ไทย) 13/247/293.

⁷⁶ ที.ม. (ไทย) 10/373/301.

⁷⁷ ขุ.ม. (ไทย) 29/209/614.

⁷⁸ อง.ปญจก. (ไทย) 22/14/18.

ก็ตามในระหว่างการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา อาการเวทนาเหล่านี้ เป็นตัวขัดขวางการเจริญสติ เพราะฉะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติอย่างแน่วแน่และมั่นคงต่อการกำหนดรู้อย่างจดจ่อ ต่อเนื่องในการเสวยเวทนานั้น หากผู้ปฏิบัติธรรมหลงลืมในการกำหนดเมื่อใด เมื่อนั้นแสดงว่าผู้ปฏิบัติธรรมขาดสติ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงใช้สตินั้นเป็นตัวคอยควบคุมไม่ให้จิตส่งออกนอก หรือหลงลืมในการกำหนด เมื่อกำหนดมาก ๆ ก็จะทำให้พลังจิตก็จะนำไปสู่สมาธิ

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสตินทรีย์ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติมีสติคือ ความระลึกรู้ได้หมายถึง การมีปัญญาระลึกรู้ถึงการกระทำ หรือคำพูดที่พูดมานานแล้ว สติกำหนดพิจารณาเวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนาซึ่งเป็นกำลังเพื่อการตรัสรู้ การรู้สภาวะธรรมปัจจุบันตามความเป็นจริง โดยรับรู้สภาวะธรรมอย่างแท้จริง

4.3.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสตินทรีย์ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสตินทรีย์ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึง สตินทรีย์ไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งสตินทรีย์ 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งความประมาท เป็นคุณแห่งสตินทรีย์
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อนเพราะเหตุแห่งความประมาท เป็นคุณแห่งสตินทรีย์
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพฤติด้วยความตั้งมั่น เป็นคุณแห่งสตินทรีย์
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งสตินทรีย์
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยสตินทรีย์เกิดขึ้น เป็นคุณแห่งสตินทรีย์⁷⁹

และพระผู้มีพระภาคตรัสจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่

ภิกษุนี้มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า จิตมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่า พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่⁸⁰

⁷⁹ ข.ป. (ไทย) 31/189/302.

⁸⁰ ม.ม. (ไทย) 12/114/111.

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายสติว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีสติ คือ ประกอบด้วยสติปัญญาเป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่ง ระลึกถึงสิ่งที่ทำค่าที่พูดมานานได้นี้เรียกว่า มีสติ⁸¹ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติระลึกไว้ในสภาวะอารมณ์ของจิตที่ส่งผลกระทบ ไม่ว่าจะเป็

- 1) ความกำหนด
- 2) ความโกรธ
- 3) ความโลภ เป็นต้น

ในระหว่างการปฏิบัติวิปัสสนากายนา สภาวะอารมณ์ที่มากกระทบจิตแล้วส่งผลให้จิตได้เข้าไปรับรู้เหล่านี้ เป็นตัวขัดขวางการเจริญสติ

เพราะฉะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติอย่างแน่วแน่และมั่นคงต่อการกำหนดรู้ชัดในจิตที่สนองตอบอารมณ์นั้นอย่างจดจ่อต่อเนื่อง หากผู้ปฏิบัติธรรมหลงลืมในการกำหนดเมื่อใด เมื่อนั้น แสดงว่าผู้ปฏิบัติธรรมขาดสติ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงใช้สตินั้นเป็นตัวคอยควบคุมไม่ให้จิตส่งออกนอก หรือหลงลืมในการกำหนดรู้ เมื่อกำหนดมาก ๆ เข้า

- 1) จิตจะเกิดพลัง
- 2) จิตจะสงบ
- 3) จิตจะตั้งมั่น
- 4) จิตจะมั่นคง

จนนำไปสู่สมาธิปัญญาญาณ เป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีนำไปสู่การพัฒนาการเจริญวิปัสสนากรรมฐานจนสามารถบรรลุ มรรค 4 ผล 4 นิพพาน 1 ได้ต่อไป

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสตินทรีย์ในจิตตานุปัสสนาสติปัญญา ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติอย่างแน่วแน่และมั่นคงต่อการกำหนดรู้ชัดในจิตที่สนองตอบอารมณ์นั้นอย่างจดจ่อต่อเนื่อง เมื่อกำหนดมาก ๆ เข้า จิตจะเกิดพลัง จิตจะสงบ จิตจะตั้งมั่น จิตจะมั่นคง จนนำไปสู่สมาธิ มีปัญญาญาณเป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีนำไปสู่การพัฒนาการเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไป

4.3.4 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสตินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัญญา

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสตินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัญญา เพื่อทำลายอภิชฌา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) นั้น ในเวลาปฏิบัติ ไม่ใช่ใช้สติเพียงอย่างเดียว แต่ต้องมีธรรมข้ออื่น ๆ คอยอยู่ด้วยได้แก่ วิริยะ และปัญญา นอกจากนั้น ธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือ สมาธิ ซึ่งจะมีอยู่ด้วย อย่างน้อยในขั้นอ่อน ๆ เรียกว่า ขณิกสมาธิ พอใช้สำหรับในการนี้ ซึ่งสมาธิเกิดจากสติที่กำหนดจดจ่อต่อเนื่องเป็นเครื่องพัฒนาให้ปัญญาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ มีกระบวนการ 3 ประการ คือ

- 1) กระบวนการเจริญสตินทรีย์ในธัมมานุปัสสนาสติปัญญา จำเป็นต้องมีอาตาปี มีความเพียร คำว่า อาตาปี แปลว่า มีความเพียรเผากิเลส คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมปปธาน 4 คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูน

⁸¹ อ.ปญจก. (ไทย) 22/14/18.

กุศลเก่าทุกขณะที่นักปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน จึงได้ชื่อว่าสังสม สติ สมาธิ และ ปัญญาให้เพิ่มพูนเจริญมากขึ้น⁸²

2) กระบวนการเจริญสติในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสัมปชาโน มีสัมปชัญญะ คำว่า สัมปชาโน แปลว่า มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือ เห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนามแต่ละอย่างที่รูปนามอื่นไม่มี และลักษณะทั่วไปของรูปนามคือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

3) กระบวนการเจริญสติในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสติมา มีสติ คำว่า สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิทการเจริญสติ มีประโยชน์คือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา⁸³

ตั้งที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึงสติในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งสติใน 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งความประมาท เป็นคุณแห่งสติใน 5
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อนเพราะเหตุแห่งความประมาท เป็นคุณแห่งสติใน 5
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพฤติด้วยความตั้งมั่น เป็นคุณแห่งสติใน 5
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหการธรรม เป็นคุณแห่งสติใน 5
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยสติเกิดขึ้น เป็นคุณแห่งสติใน 5⁸⁴

และพระผู้มีพระภาคตรัสธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่

ภิกษุผู้มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ ไม่มียึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย⁸⁵

⁸² พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธ-
สาราภิวังศ์, หน้า 31.

⁸³ เรื่องเดียวกัน, หน้า 31.

⁸⁴ ข.ป. (ไทย) 31/189/302.

⁸⁵ ม.ม. (ไทย) 12/136/128.

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายสติว่า อริยะสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีสติ คือ ประกอบด้วยสติปัญญาเป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่ง ระลึกถึงสิ่งที่ทำค่าที่พูดแมนานได้นี้เรียกว่า มีสติ⁸⁶ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติระลึกไว้ในสภาวะอารมณ์ที่เป็นอกุศลธรรม 10 ประการ คือ

- 1) ปาณาติบาต (การฆ่าสัตว์)
- 2) อทินนาทาน (การลักทรัพย์)
- 3) กามเมสุมิฉาจาร (การประพฤติดิถีในกาม)
- 4) มุสาวาท (การพูดเท็จ)
- 5) ปิสุนาวาจา (การพูดส่อเสียด)
- 6) ผรุสวาจา (การพูดคำหยาบ)
- 7) สัมผัสปลลาปะ (การพูดเพ้อเจ้อ)
- 8) อภิขณา (ความเพ่งเล็งอยากได้ของของเขา)
- 9) พยาบาท (ความคิดร้าย)
- 10) มิจฉาทิฎฐิ (ความเห็นผิด)⁸⁷

ที่คอยขัดขวางจิตที่ส่งผลกระทบ ไม่ว่าจะเป็น

- 1) ความกำหนัด
- 2) ความโกรธ
- 3) ความโลภ เป็นต้น

ในระหว่างการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สภาวะอารมณ์ที่มากกระทบจิตแล้วส่งผลให้จิตได้เข้าไปรับรู้เหล่านี้ เป็นตัวขัดขวางการเจริญสติ เพราะฉะนั้นผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติอย่างแน่วแน่และมั่นคงต่อการกำหนดรู้ชัดในจิตด้วยสติสัมปชัญญะที่สนองตอบอารมณ์นั้นอย่างจดจ่อต่อเนื่อง หากผู้ปฏิบัติธรรมหลงลืมในการกำหนดเมื่อใด เมื่อนั้นแสดงว่าผู้ปฏิบัติธรรมขาดสติ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงใช้สติในสติสัมโพชฌงค์เป็นตัวคอยควบคุมไม่ให้จิตส่งออกนอก หรือหลงลืมการกำหนด เมื่อกำหนดมากขึ้น ๆ ก็ จะเกิดพลังจิตนำไปสู่สมาธิ เพื่อนำไปสู่ปัญญาที่เข้าไปกำหนดรู้เห็นสภาพของความเป็นจริงที่เกิดขึ้น ในขณะที่ปฏิบัติกรรมฐาน ปัญญาที่ได้จากการเจริญวิปัสสนาภาวนาเป็นปัญญาญาณที่สำคัญที่จะนำไปสู่กระแสแห่งธรรม คือ

- 1) มรรค 4
- 2) ผล 4
- 3) นิพพาน 1

จึงถือว่าสติเป็นกำลังสำคัญที่ผู้ปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานจะขาดเสียมิได้ สติจึงเป็นหลักธรรม เป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีเพื่อการเจริญวิปัสสนากรรมฐานและบรรลุนิพพานต่อไป

⁸⁶ อ.จ.ปญจก. (ไทย) 22/14/18.

⁸⁷ ที.ปา. (ไทย) 11/347/362.

เจริญสติรู้สึกตัวตลอดในทุกสภาวะธรรมอาการที่ปรากฏขึ้นในทั้ง 4 ฐาน ที่ทำให้จิตใจรับรู้ได้ คือ ระลึกรู้ในฐานกายที่เป็นหลักของการกำหนดสติได้อย่างต่อเนื่อง แม้เวทนาปรากฏชัดก็สามารถกำหนดรู้ได้โดยไม่หวั่นไหวไปตามอารมณ์ ไม่ปรุงแต่งว่าเวทนาเป็นเราหรือเราอยู่ในเวทนา คือไม่ปรุงแต่งว่าเราเจ็บ เราปวด ขาเราเจ็บ ขาเราปวด แต่มีสติกำหนดระลึกรู้ได้อย่างสม่ำเสมอ แม้ล่วงไปฐานจิต มีการคิด การนึก การฟุ้งซ่าน หรือมีราคะ โทสะ โมหะ เป็นต้น

สตินทรีย์เกิดสืบต่อจากวิริยะ สติจะครองตัวกำหนดอารมณ์ให้มั่นคงสามารถระลึกในสิ่งที่ทำ แม้ผ่านมานานแล้ว คอยดูแลกำกับจิตไม่ให้ประมาทต่อการเจริญวิปัสสนา ระลึกรู้อารมณ์อันเกิดขึ้นขณะปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 ที่เป็นปัจจุบัน อาการของการย่นเดินนั่งนอนรวมถึงอิริยาบถย่อยต่าง ๆ สติมีกำลังมากยิ่งขึ้น จะช่วยองค์ธรรมข้ออื่น ๆ ได้ดียิ่งขึ้น ช่วยรักษาจิตไม่ให้ตกไปข้างอุทัจจะ และข้างโกสัชชะ ต้องอาศัยสติคอยควบคุม

สตินทรีย์ความเป็นใหญ่คือสติถ้าพูดถึงความถูกต้องของการระลึกรู้ก็ได้ในการระลึกไปในฐานทั้ง 4 คือสติปัฏฐานกายเวทนาจิตธรรมที่การประพฤติปฏิบัติก็อยู่ที่กายเวทนาจิตธรรมหรืออยู่ที่รูปที่นาม ฉะนั้น การระลึกรู้ที่ถือว่ามีความเป็นใหญ่เป็นสิ่งที่สำคัญเพราะสติถำนบเนื่องด้วยองค์คุณที่เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะกั้นอกุศลแล้วทำให้กุศลที่มีอยู่เจริญงอกงามได้กุศลเกิดอกุศลก็ไม่เกิดสติจึงเป็นสิ่งสำคัญโดยเฉพาะระลึกรู้ไปที่รูปที่นาม

เจริญสตินทรีย์โดยศึกษาสติในฐานะเป็นธรรมที่จำเป็นต้องมีอยู่เสมอ เป็นธรรมที่ต้องมีเป็นประจำ การมีสติตั้งมั่นอยู่เสมอ ใช้ชีวิตด้วยความไม่ประมาท สติเป็นที่รวมของกุศลธรรมทั้งหลาย ทำสติให้สะอาดขึ้น ด้วยการเว้นห่างบุคคลผู้เหม่อลอยหลงลืม คบหาสมาคมใกล้ชิดผู้มีสติตั้งมั่น พิจารณาสติปัฏฐาน 4 อยู่เสมอ ผึกสติให้ตั้งมั่น กำหนดพิจารณาอยู่ในกาย เวทนา จิต และธรรม ตามวิธีการที่แสดงไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร จะทำให้สตินทรีย์มีกำลังมากยิ่งขึ้น

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสตินทรีย์ในอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติระลึกรู้ในสภาวะอารมณ์ที่เป็นอกุศลธรรมที่คอยขัดขวางจิตที่ส่งผลกระทบ ไม่ว่าจะเป็นความกำหนัด ความโกรธ ความโลภ เป็นต้น สภาวะอารมณ์ที่มากระทบจิตแล้วส่งผลให้จิตได้เข้าไปรับรู้เหล่านี้ เป็นตัวขัดขวางการเจริญสติ ฉะนั้นผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติอย่างแน่วแน่และมั่นคงต่อการกำหนดรู้ชัดในจิตด้วยสติสัมปชัญญะในขณะปฏิบัติกรรมฐาน

4.4 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในทริยในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

4.4.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในทริยในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในทริยในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพื่อทำลายอภิชฌา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) นั้น ในเวลาปฏิบัติ ไม่ใช่ใช้สติเพียงอย่างเดียว แต่ต้องมีธรรมข้ออื่น ๆ ควบคู่ด้วยได้แก่ วิริยะ และปัญญา นอกจากนั้น ธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือ สมาธิ ซึ่งจะมีอยู่ด้วย อย่างน้อยในขั้นอ่อน ๆ เรียกว่า ขณิกสมาธิ พอใช้สำหรับในการนี้ ซึ่งสมาธิเกิดจากสติที่กำหนดจดจ่อต่อเนื่องเป็นเครื่องพัฒนาให้ปัญญาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ มีกระบวนการ 3 ประการ คือ

1) กระบวนการเจริญสมาธิในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีอาตาปี มีความเพียร คำว่า อาตาปี แปลว่า มีความเพียรเผากิเลส คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมปชาน 4 คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูน กุศลเก่าทุกขณะที่นักปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน จึงได้ชื่อว่าสังสม สติ สมาธิ และ ปัญญาให้เพิ่มพูนเจริญมากขึ้น⁸⁸

2) กระบวนการเจริญสมาธิในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสัมปชาน มีสัมปชัญญะ คำว่า สัมปชาน แปลว่า มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือ เห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนามแต่ละอย่างทีรูปนามอื่นไม่มี และลักษณะทั่วไปของรูปนามคือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

3) กระบวนการเจริญสมาธิในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสติ มีสติคำว่า สติ แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิทการเจริญ สติมีประโยชน์คือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา⁸⁹

ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึง สมาธิในทรียไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งสมาธิในทรีย 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งอุทัจจะ เป็นคุณแห่งสมาธิในทรีย
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อนเพราะอุทัจจะ เป็นคุณแห่งสมาธิในทรีย
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพัตต์ด้วยความไม่ฟุ้งซ่าน เป็นคุณแห่งสมาธิในทรีย
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งสมาธิในทรีย
- 5) โสมนัสที่อาศัยสมาธิในทรียเกิดขึ้น เป็นคุณแห่งสมาธิในทรีย⁹⁰

และพระผู้มีพระภาคตรัสกายานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่

⁸⁸ พระโสมณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธ-
สาราภินวงศ์, หน้า 31.

⁸⁹ เรื่องเดียวกัน, หน้า 31.

⁹⁰ ขุ.ป. (ไทย) 31/189/302.

ภิกษุนี้มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฐิ) อยู่ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นภายใน กายอยู่⁹¹

โดยสมาธินทรีย์ คือ รูปฌานที่มี 4 ลำดับ คือ

- 1) ปฐมฌาน
- 2) ทุติยฌาน
- 3) ตติยฌาน
- 4) จตุตถฌาน

สมาธิทั้งสี่และวิปัสสนา ซึ่งสองอย่างนี้อันใดมาก่อนมาทีหลังก็ขึ้นกับจริตอุปนิสัยแต่ ละบุคคลรายละเอียดเกี่ยวกับการฝึกฝนสมาธิภาวนา การเจริญพรหมวิหาร 4 ไร้อย่างสม่าเสมอจะ เกื้อกูลสมาธินทรีย์ สมาธินทรีย์ คือ สัมมาสมาธิ⁹² หนึ่งในองค์มรรค 8

ในปฐมวิภังคสูตรพระพุทธองค์ตรัสว่า สมาธินทรีย์ เป็นอย่างไรคือ อริยสาวกในธรรมวินัย นี้ทำนิพพานให้เป็นอารมณ์ ได้สมาธิได้เอกัคตาคจิต เธอสงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก วิจารณ์ มีปีติและสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตก วิจารณ์สงบระงับไป บรรลุ ปฐมฌาน มีความผ่องใสภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขอันเกิด จากสมาธิอยู่ เพราะปีติจางคลายไป เธอมีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติย ฌานที่พระอริยะทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุขเพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะ โสมนัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้ว เธอบรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์และไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะ อุเบกขาอยู่นี้เรียกว่า สมาธินทรีย์⁹³

และตรัสสมาธินทรีย์เพิ่มเติมอีกว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ทำนิพพานให้เป็นอารมณ์ ได้ สมาธิ ได้เอกัคตาคจิต จิตที่มีอารมณ์เดียวเป็นเลิศ โดยการมีนิพพานเป็นอารมณ์ ทำนิพพานให้เป็น อารมณ์ คือระลึกรู้ถึงความพ้นไปแห่งทุกข์ ฝึกปฏิบัติ เดินหน้ามุ่งไปทางนิพพานจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ มุ่งตรงแน่วไปสู่พระนิพพาน มีนิพพานเท่านั้นเป็นหลักเป็นเรื่องสำคัญ สมาธินทรีย์ก็เป็นสมาธิที่กระทำ นิพพานให้เป็นอารมณ์ คือมุ่งหน้าปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์

สมาธิเป็นธรรมะระดับกลาง เป็นเหตุให้เกิดปัญญา ถ้าไม่มีสมาธิ ปัญญาก็ไม่เกิด มีปัญญา เห็นโทษของสังขาร เบื่อหน่ายสังขาร ทั้งสังขารจะได้ถึงนิพพานต้องการไปนิพพาน แต่จะไปนิพพาน ได้ต้องอาศัยสมาธิส่วนหนึ่ง สมาธิทั่วไปมีทั้งข้อดีและข้อเสีย ถ้าเป็นสมาธิที่ทำด้วยจิตใจโน้มเอียงไป เพื่อพ้นทุกข์นี้ไม่มีข้อเสีย ถ้าทำสมาธิ

- 1) ให้เราเป็นสุข

⁹¹ ม.ม. (ไทย) 12/112/109.

⁹² วิ.ม. (ไทย) 4/13/21.

⁹³ ส.ม. (ไทย) 19/479/287.

- 2) ให้เราสบาย
- 3) ให้เราได้นั้นได้นี้
- 4) ให้เราวิเศษกว่าคนอื่น

อย่างนี้ไม่ได้เป็นสมาธิหรือสมาธิดี แต่ไม่จัดเข้าในโพธิปักขิยธรรม เพราะทำแค่ให้จิตสงบ เป็นสุขสบาย นอนนิ่ง เฉยอยู่ มันก็ไม่เกิดประโยชน์ ไม่มีผลมากไม่มีอานิสงส์มาก มีความสุขเหมือนกัน แต่ไม่พ้นทุกข์ สมาธิที่มีนิพพานเป็นอารมณ์ไม่เป็นอย่างนั้น ทำเพื่อพ้นทุกข์ สิ้นตัณหาพ้นจากกิเลสต่าง ๆ ถ้าทำอย่างนี้แล้วจิตตั้งมั่น เป็นเอกัคคตาจิต มีระดับความแนบแน่นมั่นคงเป็นฉนวนระดับต่าง ๆ เหมือนกัน แต่วัตถุประสงค์ในการทำนี้ไม่เหมือนกัน ทุกคนอยากเป็นสุขทั้งหมดคือ

- 1) รักสุข
- 2) เกลียตทุกข์

ด้วยกันทั้งหมดมีแต่รักตัวเอง อยากให้ตัวเองสบาย ไม่อยากให้ตัวเองลำบาก ที่อยากให้งถึงนิพพานมีน้อย ส่วนใหญ่เกลียดทุกข์ ไม่อยากได้ทุกข์หนีทุกข์ ปฏิเสธทุกข์ ไม่ยอมรู้ทุกข์ไม่ได้เรียนรู้ศึกษาให้รู้จักทุกข์ว่าเป็นทุกข์ ท่านขยายความแจ่มแจ้งว่า ที่ว่าเป็นเอกัคคตาจิตนี้ มีระดับความแนบแน่น 4 ระดับ คือ

- 1) ฉนวนที่ 1
- 2) ฉนวนที่ 2
- 3) ฉนวนที่ 3
- 4) ฉนวนที่ 4

นี้เรียกว่า สมาธิหรือสมาธิ⁹⁴

กระบวนการเจริญสมาธิหรือสมาธิในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยสมาธิ หมายถึง ความตั้งมั่น ความตั้งมั่นแห่งจิต ความที่จิตตั้งมั่น ความตั้งมั่นด้วยดีแห่งจิตในอารมณ์เดียว ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความตั้งมั่นแห่งจิต ความสำรวมใจให้แน่วแน่ เป็นความตั้งใจจับอารมณ์ของจิตโดยจับที่ละอารมณ์ ความไม่หวั่นไหวต่อความฟุ้งซ่าน⁹⁵ ในคัมภีร์สังยุตนิคาย อธิบายว่า สมาธิหรือสมาธิ คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ทำนิพพานให้เป็นอารมณ์แล้วได้สมาธิ ได้เอกัคคตาจิต

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) อธิบายว่า ลักษณะของสมาธิ คือ ภาวะจิตที่มีคุณภาพ และมีสมรรถภาพดีที่สุด จิตที่เป็นสมาธิ หรือมีคุณภาพดีมีสมรรถภาพสูง มีลักษณะสำคัญ ดังนี้

- 1) แข็งแรงมีพลังมาก ท่านเปรียบไว้ว่า เหมือนกระแสน้ำที่ถูกควบคุมให้ไหลพุ่งไปในทิศทางเดียว ย่อมมีกำลังแรงกว่าน้ำที่ถูกปล่อยให้ไหลพวักกระจายออกไป

⁹⁴ สุภีร์ ทุมทอง, อินทรีย์ 5 พละ 5 ชุดโพธิปักขิยธรรม, หน้า 31.

⁹⁵ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ. 9), โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ, หน้า 100.

2) ราบเรียบสงบซึ่ง เหมือนสระหรือบึงใหญ่ที่มีน้ำนิ่ง ไม่มีลมพัดต้อง ไม่มีสิ่งรบกวนให้กระเพื่อมไหว

3) ไส้กระจ่าง มองเห็นอะไร ๆ ได้ชัด เหมือนน้ำสงบนิ่ง ไม่เป็นคลื่น และที่มีฝูงนละอองตกตะกอนนอนกันหมด

4) นุ่มนวลควรแก่งาน หรือเหมาะแก่การใช้งาน เพราะไม่เครียด ไม่กระด้าง ไม่วุ่น ไม่ขุ่นมัวไม่สับสน ไม่เร่าร้อน ไม่กระวนกระวาย

ลักษณะเด่นที่สุดของจิตที่เป็นสมาธิซึ่งสัมพันธ์กับความมุ่งหมายของสมาธิด้วยก็คือ ความควรแก่การงาน หรือเหมาะแก่การใช้งาน งานที่ถูกต้องตามหลักพุทธศาสนาคือ งานทางปัญญา⁹⁶

สมาธิโดยลักษณะ คือ มีลักษณะแสดงถึงความบริสุทธิ์แห่งจิต ความตั้งมั่นของจิตและความควรแก่การงานของจิต⁹⁷ ความบริสุทธิ์และลักษณะของความตั้งมั่นของจิตนี้เป็นสมาธิในอินทรีย์ 5 คือ ความเป็นใหญ่ในสมาธิโดยการตั้งใจมั่น เป็นธรรมเอกที่ผุดขึ้น⁹⁸ โดยมีองค์ธรรม ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก สมาธิเป็นเจตสิก มีลักษณะ 4 ลักษณะ คือ

- 1) มีการไม่ฟุ้งซ่านเป็นลักษณะ
- 2) มีการรวบรวมสหชาติธรรมเป็นกิจ
- 3) มีความสงบเป็นผล
- 4) มีสุขเวทนาเป็นเหตุใกล้⁹⁹

พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า “เอกัคคตารมณฺ์ เป็นความตั้งอยู่แห่งจิตความดำรงอยู่ ความตั้งมั่นความไม่ซัดส่าย ความไม่ฟุ้งซ่าน ความที่จิตไม่ซัดส่าย สมณะ สมาธิอินทรีย์ สมาธิพละ สัมมาสมาธิ เป็นสภาวะธรรมที่ทำให้เกิดฌาน 5”¹⁰⁰

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเข้าไปกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นกับกายเริ่มตั้งแต่อริยาบถใหญ่ อริยาบถย่อยว่า เมื่อมีการเคลื่อนไหวแล้วก็หยุดนิ่ง มีการแปรเปลี่ยนไปเช่นนี้ ก็เพราะเป็นธรรมชาติของกายที่จะต้องมีการทำงาน ในการทำหน้าที่ของตนเอง ในทำนองเดียวกันในรูปกายของเรา เช่น ลมหายใจ ก็ต้องหายใจเคลื่อนไหวใน

- 1) การหายใจเข้า
- 2) การหายใจออก เป็นต้น

⁹⁶ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ 11, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2552), หน้า 830-831.

⁹⁷ พุทธทาสภิกขุ, **ธรรมโฆษณณ์อรรถานุกรม**, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์, 2533), หน้า 229.

⁹⁸ **ข.ม.** (ไทย) 29/197/577.

⁹⁹ วรรณสิทธิ ไทยะเสวี, **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ 2 เจตสิกสังคหิภาค**, หน้า 22.

¹⁰⁰ **อภิ.วิ.** (ไทย) 34/88/43.

ถ้าหายใจเข้าแล้วไม่ออกเราก็ต้องตาย นี่เป็นการแสดงให้เห็นว่ากายของเรามีการเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา เราไม่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่นใด ๆ แม้แต่ร่างกายของเรา อวัยวะภายในร่างกายของเรา ในอาการ 32 ประการ เช่น

- 1) ตับ
- 2) ไต
- 3) ไส้
- 4) พุง เป็นต้น

ก็เสื่อมสลาย แม้แต่กระดูกที่คอยพุงร่างกายเราไว้ให้เดินวิ่งได้ ก็ต้องมีการเสื่อมสลายพรุก่อนไปตามกาลเวลาเช่นเดียวกันดังนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจึงมีสติกำหนดรู้ว่า

- 1) ไม่เที่ยง
- 2) เป็นทุกข์
- 3) บังคับไม่ได้

ในกายของเราและของคนอื่นก็เช่นเดียวกัน สติพึงกำหนดรู้อยู่ตลอดเวลาใน

- 1) การเคลื่อนไหว
- 2) การคู้
- 3) การเหยียด เป็นต้น

จนจิตเกิดความตั้งมั่นเป็นสมาธิ สมาธิก็จะเป็กำลังให้เกิดสมาธิที่เรียกว่า มีสมาธิ ซึ่งเป็นพลังที่เกิดจากการกำหนดรู้ที่ต่อเนื่องจากสติ หรืออาจจะกล่าวได้ว่า ผู้มีสติในการกำหนดรู้ที่มั่นคง ย่อมนำไปสู่สมาธิที่ตั้งมั่น เมื่อสมาธิตั้งมั่น มั่นคงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน หรือเป็นเอกัคคตารมณ์¹⁰¹ แล้ว ย่อมจะเกิดพลังจิตที่จะสั่งสมบารมีในการเจริญวิปัสสนาภาวนาและจะนำไปสู่ปัญญาในความรู้แจ้งในสภาวะธรรมทางกายและทางใจเพื่อเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป

การเจริญสมาธิในทริยเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานพอสรุปความได้ว่า สมาธิตั้งหายเจ็บหายปวดหายคลายหมด เมื่อสมาธิมากขึ้นมีพลังกายเป็นอินทรีย์ความเป็นใหญ่ ความเจ็บความปวดหายจนกระทั่งไม่มีความรู้สึกทางกาย ปฏิบัติบางคนทำสมาธิไม่ได้จะฝึกอย่างไร วิปัสสนาจารย์แนะนำให้เขาทำความรู้สึกตัวอย่างเดียว นั่งก็ให้รู้ตัว ยืนก็ให้รู้ตัว เดินก็ให้รู้ตัว นอนก็ให้รู้ตัว ให้เขามีสติก่อน เมื่อทำตามแล้วมีสภาวะเกิดขึ้นถูกหรือผิดจึงชี้แนะ ถ้าถูกก็ให้ปฏิบัติไปให้สังเกตไปด้วยใช้โยนิโสมนสิการ

อินทรีย์ประเภทที่ 4 สมาธิ สมาธิเป็นตัวตั้งมั่นในอารมณ์ สมาธิ ตั้งมั่น ก็ต้องมีความตั้งมั่น ในขณะที่เจริญกรรมฐาน ก็ต้องมีสมาธิตั้งมั่นในอารมณ์ เป็นขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปนาสมาธิ ก็มีความตั้งมั่นแนบแน่นไปตามลำดับ เจริญวิปัสสนา ใช้ขณิกสมาธิพอเป็นขณะ ๆ ที่จะรู้เท่าทัน ตั้งมั่น

¹⁰¹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 574.

ในอารมณ์เป็นขณะทางตา ทางหู จมูก ลิ้น กาย อุปจารสมาธิก็ไถ่ถ่านเข้าไป ชักไม่รำคาญในเสียง เสียงดังมาก็ไม่รู้สึกรำคาญพอได้ยิน อปัณาสมาธิก็แนบแน่นดังลงไป ในอารมณ์

พัฒนาสมาธิ กำหนดจดจ่อพองยุบ ให้เห็นความแตกต่างจนทั้งพอง-ยุบให้ต่อเนื่องได้ทั้ง ชั่วโมงสมาธิเกิดจากการพองพองยุบพองยุบอย่างเหยียบ สมาธิเป็นการพอง สมาธิเป็นฉานเรียกว่า ลักขณุปนิชฌาน ถ้ามีสมาธิจะไม่มีอาการฟุ้งไม่ทุกข์กับเวทนา

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยสมาธิ หมายถึง ความตั้งมั่น ความตั้งมั่นแห่งจิต ความที่จิตตั้งมั่น ความตั้งมั่นด้วยดีแห่งจิตในอารมณ์เดียว ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเข้าไปกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นกับกายเริ่มตั้งแต่อิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อย เป็นต้นมีสติกำหนดรู้ว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์บังคับไม่ได้ในกายของเราและของคนอื่นก็เช่นเดียวกัน สติพึงกำหนดรู้อยู่ตลอดเวลาในการเคลื่อนไหว การคู้ การเหยียด เป็นต้น จนจิตเกิดความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้

4.4.2 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึงสมาธิในทริยวิภาวักขณสูตรว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งสมาธิในทริยวิภาวักขณสูตร 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งอุทัจจะ เป็นคุณแห่งสมาธิในทริยวิภาวักขณสูตร
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อนเพราะอุทัจจะ เป็นคุณแห่งสมาธิในทริยวิภาวักขณสูตร
- 3) ความแก้แล้วแก้แห่งความประพลิตด้วยความไม่ฟุ้งซ่าน เป็นคุณแห่งสมาธิในทริยวิภาวักขณสูตร
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งสมาธิในทริยวิภาวักขณสูตร
- 5) โสมนัสที่อาศัยสมาธิในทริยวิภาวักขณสูตรเกิดขึ้น เป็นคุณแห่งสมาธิในทริยวิภาวักขณสูตร¹⁰²

และพระผู้มีพระภาคตรัสเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่

ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพะหน้าว่า เวทนามีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ ไม่มีดีมันถ่อมมันอะไร ๆ ในโลกภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่¹⁰³

¹⁰² ข.ป. (ไทย) 31/189/302.

¹⁰³ ม.ม. (ไทย) 12/113/110.

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต ได้อธิบายถึงสมาธิว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ สงัดจากกาม และอกุศลธรรมทั้งหลายแล้วบรรลุปฐมฌานที่มีวิตกวิจารณ์ มีปิติและสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตกวิจารณ์สงบระงับไป บรรลุปฐมฌานมีความผ่อนคลายในภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตกไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปิติและสุขเกิดจากสมาธิอยู่ เพราะปิติจางคลายไป เป็นผู้ที่มีอุเบกขามีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอริยะทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้มีอุเบกขามีสติอยู่เป็นสุข เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสโทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ นี้ เรียกว่า มีสมาธิ¹⁰⁴

สมาธิเป็นพลังที่เกิดจากการกำหนดรู้เวทนาที่ต่อเนื่องจากสติ หรืออาจจะกล่าวได้เลยว่าผู้มีสติในการกำหนดรู้ที่มั่นคงในเวทนา 3 คือ

- 1) สุขเวทนา
- 2) ทุกขเวทนา
- 3) อุเบกขาเวทนา

ทนต่อการเสวยอารมณ์แห่งเวทนานั้น ย่อมช่วยนำไปสู่สมาธิที่ตั้งมั่น เมื่อสมาธิตั้งมั่นมั่นคงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันหรือเป็นเอกัคคตาแล้ว เวทนานั้นจะทำให้เกิดพลังอันกล้าแกร่ง จิตที่แข็งแกร่งสู้อัดทนฟันฝ่าต่อเวทนาอันแรงกล้า สมาธินั้นจะนำไปสู่ปัญญาในความรู้แจ้งในสภาวะธรรมทางกายและทางใจได้

เจริญสมาธินั้นมีความละเอียดอ่อนมากตามลำดับของสติและปัญญาที่เข้าไปกำหนดรู้และรู้อย่าง ๆ ขึ้นไปกำลังของสมาธิจะไปขับเคลื่อนสติและปัญญาหนุนเนื่องกันอย่างไม่ขาดสาย

สมาธิ เป็นอีกองค์หนึ่งของอินทรีย์ 5 สมาธิมีอยู่ด้วยกัน 3 ประเภทคือ อุปจารสมาธิ (สมาธิเฉียดฌาน) อัปนาสมาธิ (สมาธิในฌาน) และ ขณิกสมาธิ (สมาธิชั่วขณะ) ผู้เจริญสมถกรรมฐาน(สมถยานิก) สามารถบรรลุ อุปจารสมาธิ และ/หรือ อัปนาสมาธิได้ แต่ผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน (วิปัสสนายานิก) ไม่สามารถบรรลุสมาธิทั้งสองประเภทนี้ได้ เพราะวิปัสสนากรรมฐานมิได้มีอารมณ์กรรมฐานเพียงหนึ่งเดียว แต่มีสภาวะธรรม ทั้งทางกายและทางจิตมากมายหลากหลายเป็นอารมณ์ของกรรมฐาน

สมาธิ ความมีใจตั้งมั่น ถ้าไม่มีวิริยะ สมาธิก็ยิ่งเฉยเฉื่อยชา ซ้ำเกียจ กลายเป็นนอนนิ่ง ท่านจึงว่า สมาธิแรงไป ก็มีโทษ ทำให้เกิดความเกียจคร้าน ต้องมีวิริยะมาช่วยพยุง เมื่อวิริยะมาหนุน ก็ไม่นอนนิ่ง แต่เดินหน้า แต่ถ้ามีวิริยะฝ่ายเดียว ก็เดินหน้าอย่างกระสับกระส่าย กระวนกระวาย เร่าร้อน เมื่อมีทั้งวิริยะมาพยุง และมีสมาธิมาคุม ก็เดินหน้าอย่างเรียบสงบมั่นคง และเดินหน้าอย่างแน่วแน่

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิอินทรีย์ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมควรมีสมาธิที่เป็นพลังที่เกิดจากการกำหนดรู้เวทนาที่ต่อเนื่องจากสติ หรืออาจจะกล่าวได้เลยว่าผู้มีสติในการกำหนดรู้ที่มั่นคงในเวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา ทนต่อการ

¹⁰⁴ อจ.ปญจก. (ไทย) 22/14/18.

เสวยอารมณ์แห่งเวทนานั้น ย่อมช่วยนำไปสู่สมาธิที่ตั้งมั่น เวทนานั้นจะทำให้เกิดพลังอันกล้าแกร่ง จิตที่แข็งแกร่งสู้อุตหนพินฝ่าต่อเวทนาอันแรงกล้า สมาธินั้นจะนำไปสู่ปัญญาในความรู้แจ้งในสภาวธรรมทางกายและทางใจได้

4.4.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึงสมาธิไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งสมาธิ 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งอุทัจจะ เป็นคุณแห่งสมาธิ
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อนเพราะอุทัจจะ เป็นคุณแห่งสมาธิ
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพัตต์ด้วยความไม่ฟุ้งซ่าน เป็นคุณแห่งสมาธิ
- 4) ความสงบและการบรรลุสุวิหการธรรม เป็นคุณแห่งสมาธิ
- 5) โสมนัสที่อาศัยสมาธิเกิดขึ้น เป็นคุณแห่งสมาธิ¹⁰⁵

และพระผู้มีพระภาคตรัสจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่

ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า จิตมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่า พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่¹⁰⁶

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายสมาธิว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ สงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้วบรรลุปฐมฌานที่มีวิตกวิจารณ์ มีปิติและสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตกวิจารณ์สงบระงับไป บรรลุปฐมฌานมีความผ่องใสในภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้นไม่มีวิตกไม่มีวิจารณ์แต่ปิติและสุขเกิดจากสมาธิอยู่เพราะปิติจางคลายไป เป็นผู้มึนอุเบกขามีสติสัมปชัญญะเสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอริยะทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้มึนอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข เพราะละสุขและทุกขีได้ เพราะโสมนัสโทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกขีไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ นี้ เรียกว่า มีสมาธิ¹⁰⁷

¹⁰⁵ ข.ป. (ไทย) 31/189/302.

¹⁰⁶ ม.ม. (ไทย) 12/114/111.

¹⁰⁷ อ.จ.ปญจก. (ไทย) 22/14/18.

สมาธิมีลักษณะตั้งมั่นมั่นคงรวมตัวเหมือนกับน้ำที่ต่างไหลมารวมตัวในที่เดียวกันก็มีกำลัง เช่น ทำพลังงานไฟฟ้า ถ้าเสาปักลงอย่างมั่นคงน้ำไหลมาทำอะไรไม่ได้ แต่ถ้าเสาปักลงในที่เลนแป๊บเดียวก็ไหลไปตามน้ำ นี่คือลักษณะของสมาธิที่มั่นคง สมาธิเหมือนกับความสบาย ความเย็น สว่างเห็น โน่น นี่ชัดระบวนการชัดเจนเห็นสว่างผ่องใส ถ้าสมาธิตั้งเรียกมาน คำไม่นำมาใช้ในการเจริญวิปัสสนา แต่จะใช้ขณิกสมาธิในการเจริญวิปัสสนา

การจดจ่อในสิ่งที่กำลังทำคือ การยืน เดิน นั่ง นอน หรืออยู่ในอิริยาบถใด ๆ ใจต้องจดจ่ออยู่กับอากัปภิกิริยาอาการของกายเหล่านั้น แม้กระทั่งจิตใจหากมีการเคลื่อนไหวไปจากฐานของจิตต้องสามารถจดจ่อหรือรู้ได้ตลอดเวลา โดยมีการเคลื่อนไหวช้า ๆ ในทุกอากัปภิกิริยาอาการ จนจิตใจตั้งมั่นอยู่กับสภาวะธรรมอาการเหล่านั้น จิตไม่หลุดจากอาการ ไม่หลงอารมณ์ ไม่เปลวจากการจดจ่อกับสภาวะธรรมเหล่านั้น

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีสมาธิตั้งมั่น มั่นคงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันหรือเป็นเอกัคคตาแล้ว จิตนั้นจะทำให้เกิดพลังอันกล้าแกร่ง จิตที่แข็งแกร่งคือ จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ เป็นต้น สู้ดทนฟันฝ่าต่ออารมณ์ที่มากระทบอย่างแรงกล้า จิตก็จะสงบนิ่งจนเกิดเป็นสมาธิสมาธินั้นจะนำไปสู่ปัญญาในความรู้แจ้งในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น

4.4.4 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพื่อทำลายอภิชฌา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) นั้น ในเวลาปฏิบัติ ไม่ใช่ใช้สติเพียงอย่างเดียว แต่ต้องมีธรรมข้ออื่น ๆ ควบอยู่ด้วยได้แก่ วิริยะ และปัญญา นอกจากนั้น ธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือ สมาธิ ซึ่งจะมีอยู่ด้วย อย่างน้อยในขั้นอ่อน ๆ เรียกว่า ขณิกสมาธิ พอใช้สำหรับในการนี้ ซึ่งสมาธิเกิดจากสติที่กำหนดจดจ่อต่อเนื่องเป็นเครื่องพัฒนาให้ปัญญาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ มีกระบวนการ 3 ประการ คือ

1) กระบวนการเจริญสมาธิในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีอาตปปี มีความเพียร คำว่า อาตปปี แปลว่า มีความเพียรเผากิเลส คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมปธาน 4 คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่าทุกขณะที่นักปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน จึงได้ชื่อว่าสั่งสม สติ สมาธิ และปัญญาให้เพิ่มพูนเจริญมากขึ้น¹⁰⁹

2) กระบวนการเจริญสมาธิในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสัมปชาโน มีสัมปชัญญะ คำว่า สัมปชาโน แปลว่า มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือ เห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนามแต่ละอย่างที่รูปนามอื่นไม่มี และลักษณะทั่วไปของรูปนามคือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

¹⁰⁹ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธ-สรวาทิวงศ์, หน้า 31.

3) กระบวนการเจริญสมาธิในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสติมา มีสติคำว่า สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิทการเจริญสติมีประโยชน์คือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา¹¹⁰

สิ่งที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึงสมาธิในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งสมาธิ 5 ด้วยอาการคือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งอุทัจจะ เป็นคุณแห่งสมาธิ
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อนเพราะอุทัจจะ เป็นคุณแห่งสมาธิ
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพัตต์ด้วยความไม่ฟุ้งซ่าน เป็นคุณแห่งสมาธิ
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งสมาธิ
- 5) โสมนัสที่อาศัยสมาธิเกิดขึ้น เป็นคุณแห่งสมาธิ¹¹¹

และพระผู้มีพระภาคตรัสธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่

ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฐิ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย¹¹²

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายสมาธิว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ สงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้วบรรลุปฐมฌานที่มีวิตกวิจารณ์ มีปีติและสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตกวิจารณ์สงบระงับไป บรรลุปฐมฌานมีความผ่องใสภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้นไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปีติ และสุข ที่เกิดจากสมาธิอยู่เพราะปีติจางคลายไป เป็นผู้มีอุเบกขามีสติและสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอริยะทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้มีอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสโทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ นี้ เรียกว่า มีสมาธิ¹¹³

¹¹⁰ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า 31.

¹¹¹ ข.ป. (ไทย) 31/189/302.

¹¹² ม.ม. (ไทย) 12/136/128.

¹¹³ อ.จ.ปญจก. (ไทย) 22/14/18.

สมาธิ เป็นพลังที่เกิดจากการกำหนดรู้อารมณ์ของจิตที่ต่อเนื่องจากสติ หรืออาจจะกล่าวได้ว่าผู้มีสติในการกำหนดรู้ที่มั่นคงในอารมณ์ 6 คือ

- 1) รูป
- 2) เสียง
- 3) กลิ่น
- 4) รส
- 5) โผฏฐัพพะ
- 6) ธรรมารมณ์¹¹⁴

ทนต่ออารมณ์ที่มากระทบ มีการวางเฉยต่ออารมณ์ที่เข้ามากระทบนั้น และการตอบสนองต่ออารมณ์นั้นอย่างสงบนิ่ง ความสงบนิ่งเหล่านี้ จะช่วยนำไปสู่สมาธิที่ตั้งมั่น เมื่อสมาธิตั้งมั่น มั่นคงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันหรือเป็นเอกัคคตาแล้ว จิตนั้นจะเป็นพลังอันกล้าแกร่งจิตที่แข็งแกร่งสู้อุตทนพินาศต่ออารมณ์ที่มากระทบอย่างแรงกล้า และพิจารณาธรรมเช่น ชันธ 5 คือ

- 1) รูปเป็นอย่างไร ความเกิดแห่งรูปเป็นอย่างไร ความดับแห่งรูปเป็นอย่างไร
- 2) เวทนาเป็นอย่างไร ความเกิดแห่งเวทนาเป็นอย่างไร ความดับแห่งเวทนาเป็นอย่างไร
- 3) สัญญาเป็นอย่างไร ความเกิดแห่งสัญญาเป็นอย่างไร ความดับแห่งสัญญาเป็นอย่างไร
- 4) สังขารเป็นอย่างไร ความเกิดแห่งสังขารเป็นอย่างไร ความดับแห่งสังขารเป็นอย่างไร
- 5) วิญญาณเป็นอย่างไร ความเกิดแห่งวิญญาณเป็นอย่างไร ความดับแห่งวิญญาณเป็นอย่างไร¹¹⁵

ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนา สติที่เป็นไปเพื่อสมาธินั้นจะนำไปสู่ปัญญาในความรู้แจ้งในสภาวะธรรมทางกายและทางใจได้ สมาธิจึงมีความสำคัญยิ่งเช่นเดียวกับสติในทริย เพราะเป็นหลักธรรมเป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีเพื่อการเจริญวิปัสสนากรรมฐานให้พัฒนาก้าวหน้าสู่กระแสแห่งการบรรลุ มรรค 4 ผล 4 นิพพาน 1 ได้ในที่สุด

ในการทำจิตให้เป็นสมาธิ ตั้งใจมั่นอยู่ในอารมณ์กรรมฐาน ก็จะไม่สับสน อันไหนเป็นกุศล อันไหนเป็นอกุศล จะเป็นผลให้เกิดปัญญา มีความเข้าใจ ในอริยสัจได้อย่างถูกต้อง จะเป็นผู้สละละวางอารมณ์ คือเรื่องที่จิตคิด ดำริ หมกมุ่นถึงอารมณ์ที่ประกอบไปด้วยโลกโอรธหลง ก็กระทำการสละวางอารมณ์เหล่านั้นได้สมาธิ ได้ความที่จิตเป็นเอกัคคตา คือมีอารมณ์ในกรรมฐานที่ตั้งไว้เป็นอันเดียว คือมีสมาธิที่แนบแน่นเป็นอัปนาสมาธิ สมาธิที่แนบแน่นบรรลุถึงรูปฌานทั้ง 4 แต่ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจะใช้เพียงขณิกสมาธิเพื่อเห็นรูป-นามที่เกิดขึ้นเท่านั้น

กระบวนการเจริญสมาธิอินทริยเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สมาธิอินทริยเน้นในเรื่องของสมาธิซึ่งสมาธิที่เกิดขึ้นก็เกิดขึ้นชั่วขณะเป็นไปเพื่อการรู้แจ้งสภาวะที่มีจริงของรูปของนามที่

¹¹⁴ ส.ช.อ. (บาลี) 2/3/285-286.

¹¹⁵ ที.ม. (ไทย) 10/383/319.

กำลังเกิดกำลังดับ สมาธิที่ลึกลงไปอย่างชาญฉลาดจะมีกำลังที่ไปคนละอย่างไม่มีกำลังที่เป็นไปเพื่อวิปัสสนาสมาธิในทางพระพุทธศาสนาจึงต้องเป็นสมาธิที่ถูกต้องที่เราเรียกว่าสัมมาสมาธิ

เจริญสมาธิในทริยโดยการดูแลร่างกาย เครื่องใช้ และที่อยู่ให้สะอาด ฉลาดในการเลือกอารมณ์กรรมฐาน มีสติแล้ว พยายามระลึกรู้ถึงสิ่งที่ทำให้จิตเป็นกุศลต่อเนื่องกัน ชมจิตในเวลาควรชม ยกจิตในเวลาไม่ควรชม ทำสมาธิให้สะอาด ด้วยการเว้นห่างจากบุคคลผู้มีจิตไม่ตั้งมั่น คบหาสมาคมใกล้กับบุคคลผู้มีจิตตั้งมั่น พิจารณาองค์ฌาน ทำกรรมฐานที่ทำให้จิตเป็นกุศลต่อเนื่อง โดยใช้ อารักขกรรมฐาน 4 ได้แก่ พุทธานุสสติ เมตตา มรณสติ อสุภกาวนา หรือ กรรมฐานอื่น ๆ ตามจริต จะช่วยให้มีจิตสะอาดปลอดโปร่ง สงบระงับ เป็นสุข และมีสมาธิแนบแน่นยิ่งขึ้น

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีสมาธิ เป็นพลังที่เกิดจากการกำหนดรู้อารมณ์ของจิตที่ต่อเนื่องจากสติ หรืออาจจะกล่าวได้ว่าผู้มีสติในการกำหนดรู้ที่มั่นคงในอารมณ์ 6 และพิจารณาธรรมเช่น ชั้น 5 คือ รูปเป็นอย่างไร ความเกิดแห่งรูปเป็นอย่างไร ความดับแห่งรูปเป็นอย่างไร เป็นต้น อันเป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีเพื่อการเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไป

4.5 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

4.5.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพื่อทำลายอภิชฌา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) นั้น ในเวลาปฏิบัติ ไม่ใช่ใช้สติเพียงอย่างเดียว แต่ต้องมีธรรมข้ออื่น ๆ ควบคู่ด้วยได้แก่ วิริยะ และปัญญา นอกจากนั้น ธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือ สมาธิ ซึ่งจะมีอยู่ด้วย อย่างน้อยในขั้นอ่อน ๆ เรียกว่า ขณิกสมาธิ พอใช้สำหรับในการนี้ ซึ่งสมาธิเกิดจากสติที่กำหนดจดจ่อต่อเนื่องเป็นเครื่องพัฒนาให้ปัญญาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ มีกระบวนการ 3 ประการ คือ

1) กระบวนการเจริญปัญญินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีอาตาปี มีความเพียร คำว่า อาตาปี แปลว่า มีความเพียรเผากิเลส คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมปธาน 4 คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่าทุกขณะที่นักปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน จึงได้ชื่อว่าสั่งสม สติ สมาธิ และปัญญาให้เพิ่มพูนเจริญมากขึ้น¹¹⁶

2) กระบวนการเจริญปัญญินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสัมปชานโน มีสัมปชัญญะ คำว่า สัมปชานโน แปลว่า มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือ เห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนามแต่ละอย่างทีรูปนามอื่นไม่มี และลักษณะทั่วไปของรูปนามคือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

¹¹⁶ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธ-สราวิวงศ์, หน้า 31.

3) กระบวนการเจริญปัญญินทรีย์ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสติมา มีสติคำว่า สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิการเจริญสติมีประโยชน์คือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา¹¹⁷

ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึงปัญญินทรีย์ไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งปัญญินทรีย์ 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งอวิชชา เป็นคุณแห่งปัญญินทรีย์
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อนเพราะอวิชชา เป็นคุณแห่งปัญญินทรีย์
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพฤติดด้วยความเห็น เป็นคุณแห่งปัญญินทรีย์
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งปัญญินทรีย์
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยปัญญินทรีย์เกิดขึ้น เป็นคุณแห่งปัญญินทรีย์¹¹⁸

และพระผู้มีพระภาคตรัสกายานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นภายในภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นภายในภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นภายในภายในทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในภายในอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในภายในอยู่
- 5) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในภายในอยู่

ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตณหาและทิวฐิ) อยู่ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นภายในภายในอยู่¹¹⁹

โดยปัญญินทรีย์ คือ ความรู้และการได้เรียนรู้จากประสบการณ์โดยตรง ที่เกิดขึ้นกับนักปฏิบัติเองในทุกข์ สาเหตุให้เกิดทุกข์ ความดับทุกข์ การศึกษาเรียนรู้ฝึกฝนในหนทางที่จะดับทุกข์คือ มรรคมืองค์ 8 ปัญญาที่ประกอบด้วยไตรลักษณ์ ปัญญินทรีย์ คือ สัมมาทิวฐิ¹²⁰ หนึ่งในองค์มรรค 8

ในปฐมวิภังคสูตร พระพุทธองค์ตรัสว่า ปัญญินทรีย์ เป็นอย่างไร คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ ชำแรกกิเลส ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ เธอรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ นี้ทุกสมุทัย นี้ทุกนิโรธ นี้ทุกนิโรธคามนปฏิปัตยานี้เรียกว่า ปัญญินทรีย์¹²¹ และตรัสเพิ่มเติมอีกว่า อริยสาวกในธรรมวินัย

¹¹⁷ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า 31.

¹¹⁸ ข.ป. (ไทย) 31/189/302.

¹¹⁹ ม.ม. (ไทย) 12/112/109.

¹²⁰ วิ.ม. (ไทย) 4/13/21.

¹²¹ ส.ม. (ไทย) 19/479/287.

นี่เป็นผู้มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ
 ชำแรกกิเลส ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ ปัญญาอินทรีย์ มีลักษณะเป็นปัญญาเห็น

- 1) ความเกิด
- 2) ความดับ

ไม่ใช่เห็นอย่างอื่นนะ ไม่ใช่เห็นอะไรเยอะหรือก เห็นความเกิดความดับ เห็นเกิด
 เห็นดับ เห็นสังขารทั้งหลายเกิด เมื่อมีเหตุ หมดเหตุก็ดับไป เห็นว่าอะไรเกิดอันนั้นต้องดับทั้งนั้น เห็น
 อย่างนี้ดีที่สุด เพราะเป็นสิ่งจริงแท้ อะไรเกิดมันต้องดับกฎนี้ไม่มีการเปลี่ยนแปลงอันเป็นอริยะ เป็นสิ่ง
 ที่ประเสริฐชั้นสูง ชำแรกกิเลส ทำให้ถึงความสิ้นทุกข์ได้โดยชอบ การจะถึงความสิ้นทุกข์นั้นต้องทำโดย
 วิธีที่ถูกต้องคือ

- 1) เห็นมันเกิด
- 2) เห็นมันดับ
- 3) เห็นความแปรปรวน
- 4) เห็นมันตามที่เป็นจริง
- 5) เห็นทุกข์
- 6) รู้เรื่องทุกข์

อะไรที่เกี่ยวกับทุกข์นี้ รู้จนจบแล้วก็ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ นี่เป็นลักษณะของ
 ปัญญาอินทรีย์ เมื่อแจกแจงขยายความออกไปขยายความว่า อริยะสาวกนั้นย่อมรู้ว่า

- 1) นี้ทุกข์
- 2) นี้ทุกข์สมุทัย
- 3) นี้ทุกข์นิโรธ
- 4) นี้ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา

คือความรู้ในอริยสัจ 4 ในปฐมวิภังสูตรแสดงลักษณะของอินทรีย์ทั้ง 5 และแจกแจง
 ลักษณะให้เห็นชัดว่ามีอะไรบ้าง ถ้าทำเต็มที่สมบูรณ์ ร่วมกับโพธิปักขยธรรมอื่น ๆ ก็ได้เป็นพระอรหันต์
 ทำได้ลดลงมาก็เป็นพระอริยบุคคลระดับอื่น ๆ ถ้าไม่มีเลย อินทรีย์ทั้ง 5 ยังไม่รวมกับโพธิปักขยธรรม
 ยังไม่เกิดอริยมรรคก็ยังไม่ได้เป็นพระอริยบุคคลพระพุทธองค์ทรงแจกแจงนี้ ตรัสถึงยอดไว้ก่อนเลย ถ้า
 ทำเต็มที่แล้ว ทำได้ทั้งหมดก็เป็นพระอริยะเจ้าไปเลย

กระบวนการเจริญปัญญา เป็นความรอบรู้เหตุผลตามความเป็นจริง เป็นกำลัง ทำให้อ
 ดทนไม่หวั่นไหวและย่ำยี ความมีตมทนลงมงายอันเป็นข้าศึก (สัมโมหะ) องค์ธรรม ได้แก่ ปัญญา
 เจตสิกหรือ ปัญญาอินทรีย์¹²²

กระบวนการเจริญปัญญาในพระพุทธศาสนา จำแนกได้ 3 ประการได้แก่

¹²² วรรณสิทธิ ไวทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ประเภทที่ 2 เจตสิกสังคหวิภาค,
 หน้า 71.

1) สุตมยปัญญา (ปัญญาที่เกิดจากการฟัง) หมายถึง ปัญญาเกิดจากการสดับเล่าเรียน ปัญญาสืบแต่ประโตโฆสะ

2) จินตมยปัญญา (ปัญญาที่เกิดจากการคิด) หมายถึง ปัญญาเกิดจากการคิดพิจารณา ปัญญาสืบแต่โยนิโสมนสิการที่ตั้งขึ้นในตนเอง

3) ภาวนามยปัญญา (ปัญญาที่เกิดจากการอบรม) หมายถึง ปัญญาเกิดจากการปฏิบัติ บำเพ็ญปัญญาสืบแต่ปัญญาสองอย่างแรกนั้นแล้วหมั่นมโนสิการในสภาวะธรรม¹²³

ปัญญินทรีย์ในอินทรีย์ 5 โดยมีองค์ธรรม ได้แก่ ปัญญาเจตสิกปัญญาเป็นเจตสิก มีลักษณะ 4 ประการ คือ

- 1) มีการรู้แจ้งซึ่งสภาวะธรรมตามความเป็นจริงเป็นลักษณะ
- 2) มีการกำจัดความมืดและกระทำอารมณ์ให้แจ่มแจ้งเป็นกิจ
- 3) มีความไม่หลงในอารมณ์เป็นผลและมีสมาธิ
- 4) มีความใสเป็นอันดีในอารมณ์นั้นเป็นเหตุใกล้

ลักษณะของปัญญาดังกล่าวเป็นการรู้ถึงสภาวะธรรมของปัญญาเจตสิกที่ปรากฏเกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนา และรู้ชัดลงไปได้ว่าสภาวะธรรมของปัญญาเจตสิกได้ปรากฏเกิดขึ้นแล้วด้วยเหตุว่าปัญญาเจตสิกมีสภาวะเป็นนามธรรม ไม่สามารถรับรู้ได้ด้วยทางรูปธรรมมีทางตา เป็นต้น ดังนั้นท่านจึงแสดงโดยลักษณะ คือลักษณะเฉพาะตน รสคือหน้าที่ หรือปัจจุภูมิตฐาน คือ ผลหรืออาการปรากฏที่ภูมิตฐาน คือเหตุที่ใกล้ชิดเพราะสภาวะเหล่านี้ สามารถรับรู้ด้วยใจเท่านั้น และการปฏิบัติวิปัสสนาให้รู้สภาวะรูปนามที่แท้จริงได้นั้นจะต้องอาศัยการเรียนรู้ขั้นทวิภูมิตฐานจึงจะรู้เห็นรูปนามตามสภาวะที่เป็นจริงได้¹²⁴

ปัญญาเป็นความรู้แจ้งในการกำหนดรู้ที่กาย เป็นผลที่เกิดมาจากสติเข้าไปประสักรู้ในกายที่เคลื่อนไหวโดยเฉพาะในอิริยาบถนั่งสมาธิ กำหนดรู้ว่า

- 1) ท้องที่พองขึ้น
- 2) ท้องที่ยุบลง

เป็นแต่เพียงรูปที่เคลื่อนไหวเพราะธาตุลมบีบบังคับให้เคลื่อนไหวเท่านั้น รูปที่เคลื่อนไหวไม่มีตัวตน มีอาการที่เกิดขึ้น และดับไปเท่านั้น ไม่มี

- 1) สัตว์
- 2) ตัวตน

¹²³ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546), หน้า 96.

¹²⁴ พยุง พุ่มพวง, “ศึกษาปัญญาเจตสิกกับการพัฒนาสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554), หน้า 24-25.

3) บุคคล

4) เรา

5) เขา

เป็นเพียงสักแต่ว่ารู้เท่านั้น พลังแห่งปัญญาที่เข้าไป กำหนดรู้อย่างนี้ เป็นพลังจิตที่ทำให้เกิดปัญญาญาณในการรู้แจ้งแห่งวิปัสสนาปัญญา

การเจริญปัญญานทรีย์เพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานพอสรุปความได้ว่า อินทรีย์เมื่อเขาเป็นใหญ่เขาทำหน้าที่แล้วปัญญาเกิดขึ้นตรงนี้จะตัดกระแสกิเลส ปัญญานทรีย์จะทำหน้าที่เป็นใหญ่ในการสลายกิเลสทำลายกิเลสก็คือไม่ยึด พอไม่ยึดอัตโนมัติ ตัวตนไม่มี เมื่อไม่มีอย่างอื่นก็ไม่เกิด เราไม่มีที่เขาบอกว่าชั้น 5 อยู่ในเรา เราอยู่ในชั้น 5 ภาษาอภิธรรมเขาจะพูดชั้น 5 อยู่ในตน ตนอยู่ในชั้น 5 ถ้าไม่ปฏิบัติเราก็ไม่รู้คำว่าชั้น 5

อินทรีย์ประการที่ 5 ปัญญา ปัญญาคือความรู้ ความรู้ความเข้าใจในวิธีการประพฤติกปฏิบัติจนกระทั่งไปเห็นรูป เห็นนาม เป็นไตรลักษณ์

พัฒนาด้วยการจดจ่อทุก ๆ อากาโรในปัจจุบันขณะ จนเห็นอาการอยากคลายดับไปจริง ๆ จึงจะไปหาตัวใหม่ ยกเว้นมีอาการใหม่แทรกขึ้นมาเอง กำหนดทุกอาการจนแจ้งนิโรธ คือเห็นอาการดับให้ได้ เพื่อเชื่อมโยงปัญญานทรีย์กับอริยสัจสี่ ปัญญาพัฒนาจากการกำหนดตรงสภาวะ มากขึ้นตัวบ่งบอกว่าเกิดปัญญา คือเห็นอาการคิดดับเร็วขึ้นวัดจากเมื่อวานหรือวัดจากบัลลังก์ก่อน ๆ บัลลังก์ก่อน ๆ คิดแล้วดับเหมือนกันแต่บัลลังก์ต่อมาคิดแล้วกำหนดดับได้เร็วขึ้นแสดงว่ามีปัญญา ส่วนการกำหนดตรงสภาวะเป็นวิธีการพัฒนาปัญญา เวลาปฏิบัติใหม่ยังไม่เห็นตัวดับแต่พอสังเกตได้ง่าย ๆ ที่พอเห็นคือคิด คิดหนอ เปื่อหนอ เซ็งหนอ เวลาเกิดอาการดับได้เร็วขึ้น แสดงว่ามีปัญญาแล้ว

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญานทรีย์ในภยานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีปัญญาเป็นความรู้แจ้งในการกำหนดรู้ที่กาย เป็นผลที่เกิดมาจากสติเข้าไปประสิทธิ์ในกายที่เคลื่อนไหวโดยเฉพาะในอิริยาบถนั่งสมาธิ กำหนดรู้ว่า ท้องที่พองขึ้น ท้องที่ยุบลงเป็นแต่เพียงรูปที่เคลื่อนไหวเพราะธาตุลมบีบบังคับให้เคลื่อนไหวเท่านั้น รูปที่เคลื่อนไหวไม่มีตัวตน มีอาการที่เกิดขึ้นและดับไปเท่านั้น กำหนดรู้อย่างนี้ เป็นพลังจิตที่ทำให้เกิดปัญญาญาณในการรู้แจ้งแห่งวิปัสสนาปัญญา

4.5.2 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญานทรีย์ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญานทรีย์ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึงปัญญานทรีย์ไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งปัญญานทรีย์ 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งอวิชชา เป็นคุณแห่งปัญญานทรีย์
- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อนเพราะอวิชชา เป็นคุณแห่งปัญญานทรีย์
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพฤติดด้วยความเห็น เป็นคุณแห่งปัญญานทรีย์
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งปัญญานทรีย์

5) สุขโสมนัสที่อาศัยปัญญินทรีย์เกิดขึ้น เป็นคุณแห่งปัญญินทรีย์¹²⁵

และพระผู้มีพระภาคตรัสเวทนาอุปสสนาสติปฏิฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่

ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพะหน้าว่า เวทนามีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลกภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่¹²⁶

ในคัมภีร์อังคตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายถึงปัญญาว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีปัญญาคือประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ ชำแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ นี้ เรียกว่า มีปัญญา¹²⁷ ปัญญาเป็นความรู้แจ้งในการกำหนดรู้ที่เวทนา 3 คือ

- 1) สุขเวทนา
- 2) ทุกขเวทนา
- 3) อุเบกขาเวทนา

เป็นผลที่เกิดจากสติเข้าไปประลึกรู้ในเวทนาที่เสวยอารมณ์ของจิต ไม่ว่าจะ เป็นอริยาบถใด ๆ ก็ตาม โดยเฉพาะกำหนดรู้เวทนาที่เท่าในขณะที่เดินมาอาการปวดเมื่อย กำหนดรู้เวทนาที่นอน

- 1) ในขณะยืน
- 2) ในขณะเดิน
- 3) ในขณะนั่ง
- 4) ในขณะนอน เป็นต้น

เวทนาเหล่านี้ เป็นแต่เพียงสภาวะอารมณ์ให้จิตของผู้ปฏิบัติธรรมเข้าไปรับรู้เท่านั้น หากผู้ปฏิบัติธรรมมีความขยันและอดทนต่อการกำหนดจนเวทนานั้นจางคลาย จิตก็ไม่เกิดอาการกระวนกระวาย ผู้ปฏิบัติธรรมก็จะเกิดปัญญารู้ว่าความปวดเมื่อย ความเจ็บปวดเหล่านี้ ก็เป็นเพียงสภาวะอารมณ์ที่จิตเข้าไปรับรู้เท่านั้น เวทนาไม่มี

- 1) สัตว์

¹²⁵ ข.ป. (ไทย) 31/189/302.

¹²⁶ ม.ม. (ไทย) 12/113/110.

¹²⁷ อ.จ.ป.ญจ. (ไทย) 22/14/18.

- 2) บุคคล
- 3) ตัวตน
- 4) เรา
- 5) เขา

เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปมันเป็นเพียงเท่านั้น เห็นในความเป็นไตรลักษณ์คือ

- 1) ไม่เที่ยง
- 2) เป็นทุกข์
- 3) ไม่มีตัวตน

นั่นเอง พลังแห่งปัญญาที่เข้าไปกำหนดรู้อย่างนี้ เป็นพลังจิตที่ทำให้เกิดปัญญาญาณในการรู้แจ้งแห่งวิปัสสนาปัญญา อีกทั้งยังเป็นบาทฐานและเป็นการสั่งสมบารมี เพื่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป

กระบวนการเจริญปัญญาอินทรีย์เป็นปัญญาระดับรู้แจ้งในสภาวะหรือระดับของวิปัสสนาญาณหรือวิปัสสนาปัญญา

ปัญญา อาจแปลว่าความรู้ตามที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมา แต่ปัญญาตามนัยยะนี้เป็นปัญญาชั้นอ่อนและผิวเผิน ปัญญาตามนัยยะที่หมายถึงญาณปัญญาและความรู้แจ้งจึงจะนับว่าเป็นปัญญาในระดับสูงขึ้นไป ทั้งนี้เพราะญาณปัญญาและการหยั่งเห็นเป็นปัญญาจากประสบการณ์ตรงที่เกิดขึ้นขณะเจริญกรรมฐาน ปัญญาในระดับสูงนี้ไม่สามารถเกิดขึ้นง่าย ๆ จากการอ่านการเรียนหรือการศึกษาปริยัติแม้ว่าในบางกรณี คำว่า ปัญญา ในอินทรีย์ 5 อาจจะหมายถึงสติปัญญาความรู้ความเข้าใจข้อธรรมในเชิงปริยัติ แต่โดยส่วนใหญ่แล้วจะหมายถึงปัญญาตามนัยยะที่ลึกซึ้ง อันได้แก่ญาณปัญญาและความรู้แจ้งจากการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

ความรู้เข้าใจถ่องแท้ รู้เข้าใจตามความเป็นจริง ปัญญาเป็นตัวธรรมหรือองค์ธรรมที่ทำให้มีเหตุมีผล ทำให้รู้ความถูกต้อง ความสมควร ความเหมาะสม ความจริงหรือไม่จริง รู้สิ่งที่แท้สิ่งที่เท็จ สิ่งที่ดีสิ่งที่ถูก

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญินทรีย์ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีปัญญาเป็นความรู้แจ้งในการกำหนดรู้ที่เวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา เป็นผลที่เกิดจากสติเข้าไปประสิทธิ์ในเวทนาที่เสวยอารมณ์ของจิต ไม่ว่าจะเป็นอย่างใด ๆ ก็ตาม โดยเฉพาะกำหนดรู้เวทนาที่เท่าในขณะเดินมาอาการปวดเมื่อยเป็นต้น ผู้ปฏิบัติธรรมก็จะเกิดปัญญารู้ว่า ความปวดเมื่อย ความเจ็บปวดเหล่านี้ ก็เป็นเพียงสภาวะอารมณ์ที่จิตเข้าไปรับรู้เท่านั้น อีกทั้งยังเป็นบาทฐานและเป็นการสั่งสมบารมี เพื่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป

4.5.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญินทรีย์ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญินทรีย์ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึงปัญญินทรีย์ไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งปัญญินทรีย์ 5 ด้วยอาการ คือ

- 1) ความไม่ปรากฏแห่งอวิชา เป็นคุณแห่งปัญญินทรีย์

- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อนเพราะอวิชา เป็นคุณแห่งปัญญาในทริย
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพัตต์ด้วยความเห็น เป็นคุณแห่งปัญญาในทริย
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งปัญญาในทริย
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยปัญญาในทริยเกิดขึ้น เป็นคุณแห่งปัญญาในทริย¹²⁸

และพระผู้มีพระภาคตรัสจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่

ภิกษุนี้มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า จิตมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตณหาและทิวณฺณ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่า พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่¹²⁹

ในคัมภีร์อังคตตริณิกาย ปัญจกนิบาติ อธิบายปัญญาว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีปัญญา คือประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ ชำแแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบนี้ เรียกว่า มีปัญญา¹³⁰

ปัญญาเป็นความรู้ชัดแจ้งในการกำหนดรู้อารมณ์ที่ส่งผลกระทบต่อจิต เป็นผลที่เกิดมาจากสติเข้าไปประสิทธิ์รู้ในอารมณ์ของจิต ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์จะส่งผลอย่างไรก็ตาม จิตของผู้ปฏิบัติธรรมพึงเข้าไปรับรู้หรือกำหนดรู้ชัดจิตว่า

- 1) จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ
- 2) จิตปราศจากราคาก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ
- 3) จิตมีโทสะก็รู้ชัดว่า จิตมีโทสะ
- 4) จิตปราศจากโทสะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากโทสะ
- 5) จิตมีโมหะก็รู้ชัดว่า จิตมีโมหะ
- 6) จิตปราศจากโมหะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากโมหะ
- 7) จิตหดหู่ก็รู้ชัดว่า จิตหดหู่
- 8) จิตฟุ้งซ่านก็รู้ชัดว่า จิตฟุ้งซ่าน
- 9) จิตเป็นมหัคคตะก็รู้ชัดว่า จิตเป็นมหัคคตะ
- 10) จิตไม่เป็นมหัคคตะก็รู้ชัดว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ

¹²⁸ ข.ป. (ไทย) 31/189/302.

¹²⁹ ม.ม. (ไทย) 12/114/111.

¹³⁰ อ.จ.ปญจก. (ไทย) 22/14/18.

- 11) จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่าก็รู้ชัดว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า
- 12) จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่าก็รู้ชัดว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
- 13) จิตเป็นสมานธิก็รู้ชัดว่า จิตเป็นสมานธิ
- 14) จิตไม่เป็นสมานธิก็รู้ชัดว่า จิตไม่เป็นสมานธิ
- 15) จิตหลุดพ้นแล้วก็รู้ชัดว่า จิตหลุดพ้นแล้ว
- 16) จิตไม่หลุดพ้นก็รู้ชัดว่า จิตไม่หลุดพ้น¹³¹

หากผู้ปฏิบัติธรรมอดทน ขยันกำหนด จนอารมณ์เหล่านั้นจางคลายทำให้จิตไม่กระวนกระวาย กระสับกระส่าย ผู้ปฏิบัติธรรมก็จะเกิดปัญญารู้ว่าอารมณ์ที่แปรเปลี่ยนไปเป็นเพียงสภาวะอารมณ์ที่จิตเข้าไปรับรู้เท่านั้น อารมณ์นั้นไม่มี

- 1) สัตว์
- 2) บุคคล
- 3) ตัวตน
- 4) เรา
- 5) เขา

เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปมันเป็นเพียงเท่านั้น เห็นในความเป็นไตรลักษณ์นั่นเอง พลังแห่งปัญญาที่เข้าไปกำหนดรู้อย่างนี้ เป็นพลังจิตที่ทำให้เกิดปัญญาญาณในการรู้แจ้งแห่งวิปัสสนาปัญญาและยังเป็นบาทฐาน สร้างบารมีในการเจริญวิปัสสนากาวนาให้แก่กล้าต่อไปได้

ศรัทธามากจะเชื่อสุดกู่ ปัญญามากจะเกิดวิเคราะหวิจารณ์ เมื่อเห็นกระบวนการตรงนี้ปัญญินทรีย์การรอบรู้ในกองสังขาร เกิดการสมมูลของขั้น 5 รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ขั้น ต้องศึกษาว่าลักษณะของรูปขั้นนี้ ดับอย่างนี้ ลักษณะของนามขั้น อันแรกเราต้องจับที่กายก่อน จึงจับไปที่จิต จับกายและจิตแล้วตัวรู้แล้ว จึงจะเห็นตัวที่ไหลออกมาแทรกคือเวทนาขั้นที่สอง ความรู้สึกว่าเจ็บ ปวด เมื่อย ซามีอารมณ์ใหม่เข้ามา เรากำหนดทันใหม่ กำหนดทันเป็นอย่างไร กำหนดไม่ทันเป็นอย่างไร จากนั้นความจำที่เรากำหนดพุ่งเป้าออกไปเป็นสัญญาขั้น สมมติบัญญัติถูกต้องคำสมมติใหม่ อารมณ์ที่สมมติเรียกชื่อเปลี่ยนแปลงทันท่วงทีใหม่ ในขณะที่สติเข้าไปกำหนด กระทบแสดงว่าปัญญาเกิด

บ่อเกิดแห่งปัญญานี้คือภาวนามยปัญญา เป็นปัญญาออกจากความทุกข์ โลกุตระปัญญา เป็นพลังของศีล เกิดจากการปฏิบัติภาวนา ประกอบรวมจากศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิประกอบกัน

การรู้ชัดสิ่งที่กำลังปรากฏเกิดขึ้น ทางกายสามารถรู้เท่าทันอาการต่าง ๆ ของร่างกายได้ ไม่ว่าจะเกิดตรงส่วนไหนของร่างกาย ปัญญินทรีย์จะทำหน้าที่รู้อาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับสภาวะธรรมตรงนั้นอย่างชัดเจน แจ่มแจ้ง ไม่คลุมเครือ ปัญญินทรีย์จะทำหน้าที่รู้ชัดกุศล อกุศล รู้เท่าทันว่า กุศล กับอกุศล อารมณ์กับความรู้สึก สภาวะธรรมกับอาการ นามธรรมต่าง ๆ ในจิตใจก็เป็นคนละส่วนกันกับ

¹³¹ ที.ม. (ไทย) 381/315.

จิตที่ระลึกรู้ จิตที่กำลังกำหนดรู้ จิตที่กำลังรู้ สายพระปาจะเรียกจิตชนิดนี้ว่า จิตผู้รู้ ดังนั้น กระบวนการของจิตเหล่านี้ที่สามารถรู้ได้ชัด รู้ได้เท่าทัน รู้จริง จึงเรียกว่า ปัญญาในทริย

สรุปว่า กระบวนการเจริญปัญญาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีปัญหา เป็นความรู้ชัด แจ่มในการกำหนดรู้อารมณ์ที่ส่งผลกระทบต่อจิต เป็นผลที่เกิดมาจากสติเข้าไประลึกรู้ ในอารมณ์ของจิต ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์จะส่งผลอย่างไรก็ตาม จิตของผู้ปฏิบัติธรรมพึงเข้าไปรับรู้หรือ กำหนดรู้ชัดจิตว่า จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ เป็นต้น พลังแห่งปัญญาที่เข้าไปกำหนดรู้แบบนี้ เป็นพลังจิตที่ทำให้เกิดปัญญาญาณในการรู้แจ้งแห่ง วิปัสสนาปัญญาและยังเป็นบาทฐาน สร้างบารมีในการเจริญวิปัสสนากวาวนาต่อไป

4.5.4 วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปรุงฐานปัญญาในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปรุงฐานปัญญาในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพื่อ ทำลายอภิชฌา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) นั้น ในเวลาปฏิบัติ ไม่ใช่ใช้สติเพียงอย่างเดียว แต่ต้องมีธรรมข้ออื่น ๆ ควบอยู่ด้วยได้แก่ วิริยะ และปัญญา นอกจากนั้น ธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือ สมาธิ ซึ่งจะมีอยู่ด้วย อย่างน้อยในขั้นอ่อน ๆ เรียกว่า ขณิกสมาธิ พอใช้สำหรับในการนี้ ซึ่งสมาธิเกิดจากสติ ที่กำหนดจดจ่อต่อเนื่องเป็นเครื่องพัฒนาให้ปัญญาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ มีกระบวนการ 3 ประการ คือ

1) กระบวนการเจริญปัญญาในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีอาตาปี มีความเพียร คำว่า อาตาปี แปลว่า มีความเพียรเผากิเลส คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมปธาน 4 คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูน กุศลเก่าทุกขณะทีนักปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน จึงได้ชื่อว่าสั่งสม สติ สมาธิ และ ปัญญาให้เพิ่มพูนเจริญมากขึ้น¹³²

2) กระบวนการเจริญปัญญาในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสัมปชาโน มีสัมปชัญญะ คำว่า สัมปชาโน แปลว่า มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือ เห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนามแต่ละอย่างทีรูปนามอื่นไม่มี และลักษณะทั่วไปของรูป นามคือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

3) กระบวนการเจริญปัญญาในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำเป็นต้องมีสติมา มี สติคำว่า สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิการเจริญ สติมีประโยชน์คือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา¹³³

ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสถึงปัญญาในทริยไว้ว่า บุคคลรู้ชัดคุณแห่งปัญญาในทริย 5 ด้วย อากาโร คือ

1) ความไม่ปรากฏแห่งอวิชชา เป็นคุณแห่งปัญญาในทริย

¹³² พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธ- สาราภิมังค์, หน้า 31.

¹³³ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า 31.

- 2) ความไม่ปรากฏแห่งความเร่าร้อนเพราะอวิชา เป็นคุณแห่งปัญญาทริย์
- 3) ความแก้แค้นแห่งความประพัตต์ด้วยความเห็น เป็นคุณแห่งปัญญาทริย์
- 4) ความสงบและการบรรลุสุขวิหารธรรม เป็นคุณแห่งปัญญาทริย์
- 5) สุขโสมนัสที่อาศัยปัญญาทริย์เกิดขึ้น เป็นคุณแห่งปัญญาทริย์¹³⁴

และพระผู้มีพระภาคตรัสธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้กับภิกษุทั้งหลายว่าภิกษุ

- 1) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่
- 2) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่
- 3) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
- 4) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่
- 5) พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่
- 6) พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่

ภิกษุนี้มีสติปรากฏอยู่เฉพะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตณหาและทิวฐิ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย¹³⁵

ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต อธิบายปัญญาวา อริยสาวกธรรมวินัยนี้ เป็นผู้มึปัญญา คือ ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ ชำแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบนี้ เรียกว่า มีปัญญา¹³⁶

ปัญญาเป็นความรู้ชัดแจ้งในการกำหนดรู้อารมณ์ที่ส่งผลกระทบต่อจิต เป็นผลที่เกิดจากสติเข้าไปประลึกรู้ในอารมณ์ของธรรม ไม่ว่าอารมณ์นั้นจะส่งผลอย่างไรก็ตาม ปัญญาของผู้ปฏิบัติธรรมพึงเข้าไปรับรู้หรือกำหนดรู้ชัดธรรมเช่น กำหนดรู้อายตนะภายใน 6 คือ

- 1) รู้ชัดตา รู้ชัดรูป สัมผัสขันธ์ใดอาศัยตาและรูปทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสัมผัสขันธ์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสัมผัสขันธ์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น การละสัมผัสขันธ์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น และสัมผัสขันธ์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น
- 2) รู้ชัดหู รู้ชัดเสียง สัมผัสขันธ์ใดอาศัยหูและเสียงทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสัมผัสขันธ์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสัมผัสขันธ์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น การละสัมผัสขันธ์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น และสัมผัสขันธ์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น
- 3) รู้ชัดจมูก รู้ชัดกลิ่น สัมผัสขันธ์ใดอาศัยจมูกและกลิ่นทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสัมผัสขันธ์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสัมผัสขันธ์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น การละสัมผัสขันธ์ที่

¹³⁴ ข.ป. (ไทย) 31/189/302.

¹³⁵ ม.ม. (ไทย) 12/136/128.

¹³⁶ อ.จ.ป.ญจ. (ไทย) 22/14/18.

เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุหนึ่ง และสังโยชน์ที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุหนึ่ง

4) รู้ชัดลึ้น รู้ชัดรส สังโยชน์ใดอาศัยลึ้นและรสทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุหนึ่ง การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุหนึ่ง และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุหนึ่ง

5) รู้ชัดกาย รู้ชัดโณภูมัพพะ สังโยชน์ใดอาศัยกายและโณภูมัพพะทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุหนึ่ง การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุหนึ่ง และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุหนึ่ง

6) รู้ชัดใจ รู้ชัดธรรมารมณฺ์ สังโยชน์ใดอาศัยใจและธรรมารมณฺ์ทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุหนึ่ง การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุหนึ่ง และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุหนึ่ง¹³⁷

หากผู้ปฏิบัติธรรมอดทน ขยันกำหนด จนอารมณ์เหล่านั้นจางคลายทำให้จิตไม่กระวนกระวาย กระสับกระส่าย ผู้ปฏิบัติธรรมก็จะมีสติ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงใช้สติในสติสัมโพชฌงค์ในการกำหนดรู้ เมื่อมีสติก็ปฏิบัติธรรมได้อย่างถูกต้อง ร่างกายและจิตใจก็จะเป็นธรรมชาติในรูปนามเห็นกายเป็นกาย เห็นใจเป็นใจ ในสภาวะต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเป็นกุศลและอกุศล ทำให้เกิดปัญญารู้แจ้งในสภาวะอารมณ์นั้น อารมณ์ที่ปรากฏนั้นไม่มี

- 1) สัตว์
- 2) บุคคล
- 3) ตัวตน
- 4) เรา
- 5) เขา

เกิดขึ้นแล้ว ก็ดับไปมันเป็นเพียงเท่านั้น เห็นในความเป็นไตรลักษณ์นั่นเอง พลังแห่งปัญญาที่เข้าไปกำหนดรู้อย่างนี้ เป็นพลังจิตที่ทำให้เกิดปัญญาญาณในการรู้แจ้งแห่งวิปัสสนาปัญญา อีกทั้งยังเป็นบาทฐานและเป็นการสั่งสมบารมีในการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป

เมื่ออินทรีย์ที่กล่าวมาแล้วทั้ง 4 ประกอบกันสมบูรณ์ปัญญาจึงเกิดตามมาเป็นกระบวนการ อินทรีย์คือปัญญาตัวนี้ ประกอบด้วยปัญญาที่รู้ทั่วถึงความเกิดดับ ปัญญาที่ให้ถึง รู้เกิดดับ เป็นปัญญาริยะคือที่ประเสริฐ เป็นปัญญาที่ดับกิเลส ที่ให้ถึงความสิ้นทุกข์คือรู้จักทุกข์ รู้จักทุกขสมุทัยเหตุให้เกิดทุกข์ รู้จักทุกขนิโรธความดับทุกข์

¹³⁷ ที.ม. (ไทย) 10/383/321.

ปัญญินทรีย์คือตัวปัญญา ปัญญาเป็นเรื่องจำเป็นและสำคัญในทางพุทธศาสนาเรียกว่าเป็นศาสนาแห่งปัญญาก็ได้เพราะบางครั้งเราจะเห็นว่าในเรื่องความคิดความเชื่อต่าง ๆ เขาจะไม่พูดถึงปัญญาแต่ในทางพุทธศาสนาแม้แต่พูดเรื่องโลก ๆ ก็จริงแต่ต้องมีปัญญา ฉะนั้นการจะนำไปสู่ความหมดจดบริสุทธิ์อย่างวิเศษได้ต้องอาศัยปัญญา คนจะบริสุทธิ์หมดจดได้ด้วยปัญญาทางพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิปัสสนาปัญญาไม่ใช่อย่างอื่นเพราะอย่างอื่นอาจจะทำให้รู้ให้เข้าใจเรื่องโน่นนี่แต่ไม่ได้นำไปสู่ความบริสุทธิ์หมดจดพิเศษแต่วิปัสสนาปัญญานำไปสู่ความบริสุทธิ์หมดจดพิเศษ

เจริญปัญญินทรีย์โดยการใช้โยนิโสมนสิการในแง่มุมปัญญา เช่น มองแยกแยะส่วนประกอบให้ละเอียดยิ่งขึ้น เห็นความเกิดและความดับของสังขารทั้งหลาย สอบถาม สืบค้น แสวงหาข้อเท็จจริงอยู่เสมอ ดูแลรักษาร่างกายและเสื้อผ้าให้สะอาด ปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน ทำปัญญาให้สะอาด ด้วยการเว้นห่างจากบุคคลผู้มีจิตไม่มีปัญญา คบหาสมาคมใกล้กับบุคคลผู้มีปัญญาตีพิจารณาธรรมที่ลึกซึ้งเป็นอารมณ์ของปัญญา เช่นอริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท เป็นต้น

สรุปว่า วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปฏิฐานปัญญินทรีย์ในอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีปัญญา คือ ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ ชำแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์ หรือกำหนดรู้ชัดธรรมเช่น กำหนดรู้อายตนะภายใน 12 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา ทำให้เกิดปัญญารู้แจ้งในสภาวะอารมณ์นั้น อารมณ์ที่ปรากฏนั้นไม่มี สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขาเกิดขึ้นแล้ว ก็ดับไปมันเป็นเพียงเท่านั้น เห็นในความเป็นไตรลักษณ์นั่นเอง พลังแห่งปัญญาที่เข้าไปกำหนดรู้อย่างนี้ อีกทั้งยังเป็นบาทฐานและเป็นการสั่งสมบารมีในการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป

4.6 สรุป

วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับอินทรีย์ 5 ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยแบ่งออกเป็น

(1) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับอินทรีย์ในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานคือ ในกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตปปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเผากิเลส 2. สัมปะชาโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง 3. สติมาคือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ผู้ปฏิบัติธรรมเมื่อมีศรัทธาพึงพิจารณาเห็นภายในกาย และคอยเฝ้าดูสิ่งที่ปรากฏทางกายได้แก่ ลมหายใจเข้าออก กำหนดอิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อย สิ่งปฏิภูล และธาตุ เป็นต้น ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีศรัทธาคือเชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าพึงคอยเฝ้าดูความรู้สึกหรือการเสวยอารมณ์ที่มากกระทบทางกายเช่น เจ็บปวด เมื่อยล้า หรือชา เป็นต้น เวทนาเหล่านี้ เป็นสภาวะอารมณ์ที่ทำให้เกิดความทุกข์ ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีศรัทธาคือ เชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของตถาคต พึงคอยเฝ้าดูจิตที่ถูกการกระทบหรือสัมผัสแล้วมีความรู้สึกเป็นอย่างไรบ้าง เช่น มีความกำหนด มีความโกรธ มีความหลง เป็นต้น ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเชื่อและมีความศรัทธาในลักษณะของจิตที่เกิดจากใจเท่านั้น เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมมีความศรัทธาเชื่อในเบื้องต้นที่เกิดขึ้นจากการประจักษ์แจ้งตามความจริงที่เกิดด้วยตนเองจนจิตของผู้ปฏิบัติธรรมนั้น เกิดความสงบ ตั้งมั่นเป็นสมาธิทำให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงได้ ในอัมมานุปัสสน

นาสติปัญญา โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีศรัทธา คือ เชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของตถาคต พึงกำหนดรู้สภาวะหรืออาการของอัมมามรณ์ที่เกิดขึ้น เช่น ความรู้สึกกำหนดในอารมณ์ ความโกรธ ความว่างในระหว่างปฏิบัติ เป็นต้น อารมณ์เหล่านี้ เป็นนิเวรณ เป็นตัวขัดขวางการพัฒนาในการปฏิบัติธรรมไปสู่มรรค ผล และนิพพาน

(2) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับวิริยอินทรีย์ในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสณากรรมฐาน คือ ในกายานุปัสสนาสติปัญญา มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตปปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเผากิเลส 2. สัมปะชาน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง 3. สติมาคือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียรในการกำหนดรู้ในการเคลื่อนไหวกายตั้งแต่ลมหายใจเข้า หายใจออก กายที่เคลื่อนไหวในอิริยาบถต่าง ๆ ด้วยความขยันและอดทน ไม่เกียจคร้านในการกำหนดรู้สภาวะต่าง ๆ ที่เคลื่อนไหวของรูปกาย เป็นต้น ในเวทนานุปัสสนาสติปัญญา ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียรในการกำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง 6 แล้วส่งผลให้จิตหรือใจเข้ารับรู้แล้วจึงส่งผลให้เกิดเวทนาขึ้น แต่ใจที่เข้าไปรับรู้ในเวทนาที่เป็นนามธรรม ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมเข้าไปรับรู้ และพึงกำหนดรู้ในเวทนานั้น ๆ ตามความเป็นจริง ในจิตตานุปัสสนาสติปัญญา ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเป็นผู้มีความเพียร บากบั่น กำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง 6 แล้วส่งผลให้จิตเข้ารับรู้แล้วจึงส่งผลให้เกิดอารมณ์ เช่น จิตมีราคะ จิตมีโทสะ จิตมีโมหะ เป็นต้น พึงกำหนดรู้ในจิตตามความเป็นจริง ในอัมมานุปัสสนาสติปัญญา ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียร มีความมุ่งมั่น บากบั่นในการกำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ทางทวารทั้ง 6 และกิเลสเครื่องปิดกั้นนิเวรณ 5 เป็นต้น ความรู้สึกเหล่านี้ เป็นแต่เพียงอาการหรือสภาวะที่มีกระทบจิตใจแล้วส่งผลให้จิตได้รับรู้ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงประคับประคองอารมณ์ที่เป็นกุศลธรรมไว้ให้มากจนอารมณ์ที่เป็นอกุศลธรรมนั้นไม่สามารถเข้ามาแทรกในระหว่างการปฏิบัติธรรมได้

(3) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสณากรรมฐาน คือ กายานุปัสสนาสติปัญญา มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตปปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเผากิเลส 2. สัมปะชาน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง 3. สติมาคือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ผู้ปฏิบัติธรรมต้องกำหนดรู้หรือระลึกด้วยจิตอย่างจ่อต่อเนื่องไม่ให้เกิดขาดสาย เช่น กำหนดว่า คู้หนอกำหนดว่า เขี้ยวหนอ เป็นต้น สติก็จะเกิดเป็นกำลัง หรือพลังจิตนำไปสู่สมาธิ ช่วยสั่งสมบารมีในการปฏิบัติวิปัสณาภาวนาได้เป็นอย่างดี ในเวทนานุปัสสนาสติปัญญา โดยผู้ปฏิบัติมีสติคือ ความระลึกได้หมายถึง การมีปัญญาระลึกถึงการกระทำ หรือคำพูดที่พูดมานานแล้ว สติกำหนดพิจารณาเวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนาซึ่งเป็นกำลังเพื่อการตรัสรู้ การรู้สึกสภาวะธรรมปัจจุบันตามความเป็นจริง โดยรับรู้สภาวะธรรมอย่างแท้จริง ในจิตตานุปัสสนาสติปัญญา ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติอย่างแน่วแน่และมั่นคงต่อการกำหนดรู้ชัดในจิตที่สนองตอบอารมณ์นั้นอย่างจ่อจ่อต่อเนื่อง เมื่อกำหนดมาก ๆ เข้า จิตจะเกิดพลัง จิตจะสงบ จิตจะตั้งมั่น จิตจะมั่นคง จนนำไปสู่สมาธิ มีปัญญาญาณเป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีนำไปสู่การพัฒนาการเจริญวิปัสณากรรมฐานต่อไป ในอัมมานุปัสสนาสติปัญญา ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติระลึกในสภาวะอารมณ์ที่เป็นอกุศลธรรมที่คอยขัดขวางจิตที่ส่งผลกระทบ ไม่ว่าจะเป็นความกำหนด ความโกรธ ความโลภ เป็นต้น สภาวะอารมณ์ที่มากกระทบจิตแล้วส่งผลให้จิตได้เข้าไปรับรู้เหล่านี้ เป็นตัวขัดขวางการเจริญสติ ฉะนั้น

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติอย่างแน่วแน่และมั่นคงต่อการกำหนดรู้ชัดในจิตด้วยสติสัมปชัญญะในขณะปฏิบัติกรรมฐาน

(4) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตาปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเผือกเลส 2. สัมปชาโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง มีกระบวนการ 3 ประการ คือ 1) จำเป็นต้องมีอาตาปี คือ มีความเพียรเผือกเลส 2) มีสัมปชาโน คือ มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง 3) มีสติมา คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย คือ ผู้ปฏิบัติธรรมมีสมาธิพึงเข้าไปกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นกับกายเริ่มตั้งแต่อิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อยเป็นต้นมีสติกำหนดรู้ว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์บังคับไม่ได้ในกายของเราและของคนอื่นก็เช่นเดียวกัน สติพึงกำหนดรู้อยู่ตลอดเวลาในการเคลื่อนไหว การคู้ การเหยียดเป็นต้น จนจิตเกิดความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมควรมีสมาธิที่เป็นพลังที่เกิดจากการกำหนดรู้เวทนาที่ต่อเนื่องจากสติ หรืออาจจะกล่าวได้เลยว่าผู้มีสติในการกำหนดรู้ที่มั่นคงในเวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา ทนต่อการเสวยอารมณ์แห่งเวทนานั้น ย่อมช่วยนำไปสู่สมาธิที่ตั้งมั่นได้ ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีสมาธิตั้งมั่น มั่นคงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันหรือเป็นเอกัคคตาแล้ว จิตนั้นจะทำให้เกิดพลังอันกล้าแกร่ง จิตที่แข็งแกร่งคือ จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะเป็นต้น สู้อดทนฟันฝ่าต่ออารมณ์ที่มากระทบอย่างแรงกล้า จิตก็จะสงบนิ่งจนเกิดเป็นสมาธิ เกิดขึ้น ในอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีสมาธิ เป็นพลังที่เกิดจากการกำหนดรู้อารมณ์ของจิตที่ต่อเนื่องจากสติ หรืออาจจะกล่าวได้ว่าผู้มีสติในการกำหนดรู้ที่มั่นคงในอารมณ์ 6 และพิจารณาธรรมเช่น ชันธ์ 5 คือ รูปเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งรูปเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งรูปเป็นอย่างนี้เป็นต้น อันเป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีเพื่อการเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไป

(5) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญาในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คือ ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตาปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเผือกเลส 2. สัมปชาโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง 3. สติมาคือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ผู้ปฏิบัติธรรมมีปัญญาเป็นความรู้แจ้งในการกำหนดรู้ที่กาย เป็นผลที่เกิดมาจากสติเข้าไปประสิทธิ์รู้ในกายที่เคลื่อนไหวโดยเฉพาะในอิริยาบถนั่งสมาธิ กำหนดรู้ว่า ท้องที่พองขึ้น ท้องที่ยุบลงเป็นแต่เพียงรูปที่เคลื่อนไหวเพราะธาตุลมบีบบังคับให้เคลื่อนไหวเท่านั้น รูปที่เคลื่อนไหวไม่มีตัวตน มีอาการที่เกิดขึ้น และดับไปเท่านั้น กำหนดรู้อย่างนี้ เป็นพลังจิตที่ทำให้เกิดปัญญาญาณในการรู้แจ้งแห่งวิปัสสนาปัญญา ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีปัญญาเป็นความรู้แจ้งในการกำหนดรู้ที่เวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา เป็นผลที่เกิดจากสติเข้าไปประสิทธิ์รู้ในเวทนาที่เสวยอารมณ์ของจิต ไม่ว่าจะเป็อิริยาบถใด ๆ ก็ตาม โดยเฉพาะกำหนดรู้เวทนาที่เท่าในขณะเดินมาอาการปวดเมื่อยเป็นต้น อีกทั้งยังเป็นบาทฐานและเป็นการสั่งสมบารมี เพื่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีปัญญาเป็นความรู้ชัดแจ้งในการกำหนดรู้อารมณ์ที่ส่งผลกระทบต่อจิต เป็นผลที่เกิดมาจากสติเข้าไปประสิทธิ์รู้ในอารมณ์ของจิต ไม่ว่าจะเป็อารมณ์จะส่งผลอย่างไรก็ตาม จิตของผู้ปฏิบัติธรรมพึงเข้าไปรับรู้หรือกำหนดรู้ชัดจิตว่า จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ เป็นต้น พลังแห่งปัญญาที่เข้าไป

กำหนดรู้อย่างนี้ ในธัมมานุสัสนาสติปฏิฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีปัญญา คือ ประกอบด้วย ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ กำหนดรู้ชัฏธรรมเช่น กำหนดรู้ อายตนะภายใน 12 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา เห็นในความเป็นไตรลักษณ์นั่นเอง พลังแห่ง ปัญญาที่เข้าไปกำหนดรู้อย่างนี้ อีกทั้งยังเป็นบาทฐานและเป็นการส่งเสริมในการเจริญวิปัสสนา ภาวนาต่อไป

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลการวิจัย

จากการวิจัยเรื่อง “วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนา” ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้คือ (1) เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (2) เพื่อศึกษาวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (3) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนา สรุปผลการวิจัยดังนี้

5.1.1 การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

กรรมฐานเป็นหลักการปฏิบัติเพื่อฝึกฝนมนุษย์โดยเน้นไปที่การฝึกหัดจิตใจให้มีความเห็นที่ถูกต้องและฝึกจิตให้เจริญขึ้นเพื่อทำให้เกิดปัญญาซึ่งเป็นหัวใจ สำคัญและเป็นสิ่งจำเป็นจะต้องฝึกฝนทุกคน การฝึกกรรมฐานจึงเป็นวิธีการฝึกจิตให้รู้แจ้งและเข้าใจ สภาวะธรรมชาติความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ ที่กำลังเกิดขึ้นโดยใช้องค์ธรรมคือสติและปัญญาในการ พิจารณาอารมณ์เพื่อให้จิตไม่ตกไปอยู่ในฝ่ายของอกุศลมีความหลงเป็นต้น กรรมฐานจึงเป็นทั้งศาสตร์และศิลปะของการดำเนินชีวิตเป็นการบริหารและพัฒนาจิต เพื่อให้เกิดความสงบไม่วุ่นวาย และทำให้เกิดความมั่นใจเข้มแข็งซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาสุขภาพจิตในทางกายภาพและเป็นอุปายใน การที่จะพัฒนาจิตให้เจริญขึ้นในระดับปัญญาเพื่อรู้เท่าทันความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ ซึ่งจะนำไปสู่การ พันทุกข์ตามหลักคำสอนของพุทธศาสนา จุดหมายปลายทางของการเจริญสมถกรรมฐาน คือ ฌานจิต เป็นผลพลอยได้ที่เกิดขึ้น คือ เกิดรูปฌาน 4 อรูปฌาน 4 สมาบัติ 8 อภิญญา 6 และหากเจริญปัญญาต่อจนเห็นความเกิดดับไปของรูปนามตามความเป็นจริง เป็นไปตามหลักของพระไตรลักษณ์ ได้บรรลุธรรมเป็นพระอนาคามีหรือพระอรหันต์ ก็จะสามารถเข้านิโรธสมาบัติ เสวยความสุขอันเป็นวิหารธรรมได้ ผลที่ต้องการจากการเจริญสมถกรรมฐานตามหลักพระพุทธศาสนาที่แท้จริงนั้นใช้เพื่อเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนาโดยเฉพะการปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 จัดเป็นวิชาบัญญัติ ในการเจริญวิปัสสนาเบื้องต้น คำบริกรรมแม้จะทำให้รับรู้คำบัญญัติเป็นอารมณ์จริง แต่ก็ช่วยให้จิตจดจ่ออารมณ์มากขึ้น จากนั้นจึงสามารถหยั่งรู้เห็นรูปนามตามสภาวะธรรมนั้น โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาได้ เมื่อวิปัสสนามีกำลังมากขึ้นแล้ว ก็ไม่จำเป็นต้องใช้คำบริกรรมอีกต่อไป เพราะสามารถรู้รูปนามได้ชัดเจนแล้ว เมื่อเห็นอาการpongว่าไม่ใช่ท้องpong เห็นอาการyubว่าไม่ใช่ท้องyub เห็นรูปนาม เป็นเพียงธาตุที่ถูกรู้บัญญัติธรรมเกาะติดอารมณ์ไม่ได้อีก เพราะเห็นแจ้งด้วยปัญญาแล้วว่าเป็นเพียงธาตุล้วนๆ ที่เกิดดับไปตามเหตุปัจจัยของเขาเองอยู่ตลอดเวลา หาบัญญัติมิได้ ผลในการทำบริกรรมภาวนาจนกระทั่งเกิดวิปัสสนา สามารถตัดละปะหนานกิเลสได้อย่างเด็ดขาดตามลำดับของการบรรลุธรรมในแต่ละขั้นจนถึงสูงสุดคือพระนิพพานตัดกิเลสทั้งหลายได้โดยสิ้นเชิงไม่มีส่วนเหลือ

5.1.2 วิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

วิปัสสนาภูมิ หมายถึง พื้นที่กระทำวิปัสสนาหรืออารมณ์ของวิปัสสนา การเจริญวิปัสสนานั้นต้องกำหนดรู้อยู่ที่วิปัสสนาภูมิ สภาพที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ต้องเป็นสิ่งที่มิอยู่จริงไม่เปลี่ยนแปลงจากสภาวะของตน คือ เป็นปรมาัตถธรรม ธรรมที่เป็นพื้นฐานของการปฏิบัติวิปัสสนา เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ ๆ มี 5 อย่างได้แก่ ชั้นธ 5 आयตนะ 12 ธาตุ 14 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท 12 และเมื่อย่อลงแล้วก็ยังเป็นเพียง รูปกับนามเท่านั้น ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนา เพราะโดยสรุปแล้วการปฏิบัติวิปัสสนา ตามหลักสติปัฏฐาน 4 ที่พระพุทธองค์ได้ตรัสแสดงไว้นั้น ก็คือการกำหนดพิจารณาให้รู้สิ่งที่เป็นรูป กับนาม โดยความเป็นปรมาตถสัจจะ ความหมายของอินทรีย์ ทั้งความหมายตามรูปศัพท์ ในพระไตรปิฎกและคัมภีร์รุ่นต่อมารวมถึงจากทรรศนะของวิชาการในยุคปัจจุบันต่างก็ให้ความหมายที่ออกมาในทิศทางเดียวกัน คือ ธรรมที่มีความเป็นใหญ่ มีความเป็นใหญ่ในหน้าที่ตน หรือ มีหน้าที่รับผิดชอบในเรื่องนั้น ๆ เมื่อแปลความออกมาแล้วในเรื่องการแสดงความเป็นใหญ่ ความมีอำนาจเป็นธรรมที่มีอำนาจยิ่งใหญ่ในการปราบปรามอกุศลธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับอินทรีย์ทั้งหลาย สำหรับงานวิจัยนี้จะกล่าวถึง อินทรีย์ คือหมวดธรรมที่เกี่ยวข้องกับความสมดุลแห่งอินทรีย์ 5 ประการ คือ (1) สัทธินทรีย์ อินทรีย์คือศรัทธา มีลักษณะของความเชื่อมั่น มีความสำคัญคือความอำนาจในการกำจัดอัสสทธิยะ (ความไม่เชื่อ) (2) วิริยินทรีย์ อินทรีย์คือวิริยะ มีลักษณะการอุปถัมภ์ค้ำจุนไว้ของความเพียรไม่ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญไป มีความสำคัญคือ มีอำนาจในการกำจัดโกสัชชะ (ความเกียจคร้าน) (3) สตินทรีย์ อินทรีย์คือสติ มีการระลึก (การไม่พินเพื่อน) มีการเข้าไปประคองไว้เป็นลักษณะแนบชิดอารมณ์ มีหน้าที่ไม่หลงลืม มีความสำคัญคือ มีอำนาจในการกำจัดปมาทะ (ความประมาท) (4) สมาธินทรีย์ อินทรีย์คือสมาธิ มีลักษณะแสดงถึงความบริสุทธิ์แห่งจิต ความตั้งมั่นของจิต และความควรแก่การงานของจิต มีความสำคัญคือ มีอำนาจในการกำจัดวิกเขปะ (ความฟุ้งซ่าน) (5) ปัญญินทรีย์ อินทรีย์คือปัญญา มีลักษณะแห่งการรู้ การเห็น การรู้แจ้งแทงตลอดตามที่เป็นจริง เป็นแสงสว่างที่กำจัดความมืด มีความสามารถตัดปัญหาหรือดับทุกข์ มีความสำคัญคือมีอำนาจในการกำจัดสัมโมหะ (ความหลง)

5.1.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนา

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ พบว่า การปรับอินทรีย์มีความสำคัญในการปฏิบัติกรรมฐานเป็นอย่างยิ่ง จากการศึกษาตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกและคัมภีร์รุ่นต่อมาตลอดจนนักวิชาการในยุคปัจจุบันนั้น ได้ชี้แจงถึงเรื่องการปรับอินทรีย์เพื่อให้ได้ความสมดุลออกมาในรูปแบบและมีแนวทางเดียวกัน กล่าวคือ ถ้าอินทรีย์อย่างหนึ่งอย่างใดแรงกล้าเกินไป และอินทรีย์อื่นยังอ่อนอยู่ อินทรีย์อื่นเหล่านี้ก็จะเสียความสามารถในการทำหน้าที่ของตน เช่น ถ้าศรัทธาแรงไป วิริยะก็ทำหน้าที่ยกจิตไม่ได้ สติก็ไม่สามารถดูแลจิต สมาธิก็ไม่สามารถทำจิตให้แน่วแน่ ปัญญาก็ไม่สามารถเห็นตามความเป็นจริง ต้องลดศรัทธาด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาสภาวะแห่งธรรม หรือมนสิการในทางที่ไม่เป็นการเพิ่มกำลังให้แก่ศรัทธา ตามหลักทั่วไปในการปรับอินทรีย์มีหลักการปรับอินทรีย์ให้เสมอกันเป็นคู่ ๆ กล่าวโดยสรุป คือ การปรับอินทรีย์ให้สมดุล คือ เป็นการปรับอินทรีย์เสมอกันเป็นคู่ ๆ กล่าวคือ 1) ปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา 2) ปรับ

ปัญญาให้เสมอกับศรัทธา 3) ปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ 4) ปรับสมาธิให้เสมอกับวิริยะ 5) ส่วนสติ นั้นยังมีเท่าไรก็ยิ่งดีไม่มีคำว่าเกินเป็นตัวกลางประสานได้ทุกธรรม เมื่อมีการฝึกฝนอบรมอินทรีย์ทั้ง 5 ให้สมดุลสม่ำเสมอจะทำให้ปฏิบัติธรรมก้าวหน้าและถึงจุดหมายปลายทางได้รับประโยชน์สูงสุดใน พระพุทธศาสนา กล่าวคือ พระอรหันต์ และการที่ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ซึ่งถือได้ว่าเป็นบุคคลผู้ผ่านการอบรมบ่มอินทรีย์ที่ได้สมดุลครบถ้วนบริบูรณ์แล้ว วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับอินทรีย์ 5 ในการ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยแบ่งออกเป็น

(1) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับอินทรีย์ในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานคือ ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตปปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเผากิเลส 2. สัมปะชานโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง 3. สติมาคือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ผู้ปฏิบัติธรรมเมื่อมีศรัทธาพึงพิจารณาเห็นภายในกาย และคอยเฝ้าดูสิ่งที่ปรากฏทางกายได้แก่ ลมหายใจเข้าออก กำหนดอิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อย สิ่งปฏิกุศล และธาตุ เป็นต้น ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีศรัทธาคือเชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าพึงคอยเฝ้าดูความรู้สึกหรือการเสวยอารมณ์ที่มากระทบทางกายเช่น เจ็บปวด เมื่อยล้า หรือชา เป็นต้น เวทนาเหล่านี้ เป็นสภาวะอารมณ์ที่ทำให้เกิดความทุกข์ ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีศรัทธาคือ เชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของตถาคต พึงคอยเฝ้าดูจิตที่ถูกการกระทบหรือสัมผัสแล้วมีความรู้สึกเป็นอย่างไรบ้าง เช่น มีความกำหนด มีความโกรธ มีความหลง เป็นต้น ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเชื่อและมีความศรัทธาในลักษณะของจิตที่เกิดจากใจเท่านั้น เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมมีความศรัทธาเชื่อในเบื้องต้นที่เกิดขึ้นจากการประจักษ์แจ้งตามความจริงที่เกิดด้วยตนเองจนจิตของผู้ปฏิบัติธรรมนั้น เกิดความสงบ ตั้งมั่นเป็นสมาธิทำให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงได้ ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีศรัทธาคือ เชื่อปัญญาเครื่องตรัสรู้ของตถาคต พึงกำหนดรู้สภาวะหรืออาการของธัมมารมณ์ที่เกิดขึ้น เช่น ความรู้สึกกำหนดในอารมณ์ ความโกรธ ความง่วงในระหว่างปฏิบัติ เป็นต้น อารมณ์เหล่านี้ เป็นนิเวรณ เป็นตัวขัดขวางการพัฒนาในการปฏิบัติธรรมไปสู่มรรค ผล และนิพพาน

(2) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับอินทรีย์ในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คือ ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตปปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเผากิเลส 2. สัมปะชานโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง 3. สติมาคือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียรในการกำหนดรู้ในการเคลื่อนไหวกายตั้งแต่ลมหายใจเข้า หายใจออก กายที่เคลื่อนไหวในอิริยาบถต่าง ๆ ด้วยความขยันและอดทน ไม่เกียจคร้านในการกำหนดรู้สภาวะต่าง ๆ ที่เคลื่อนไหวของรูปกาย เป็นต้น ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความเพียรในการกำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง 6 แล้วส่งผลให้จิตหรือใจเข้ารับรู้แล้วจึงส่งผลให้เกิดเวทนาขึ้น แต่ใจที่เข้าไปรับรู้ในเวทนาที่เป็นนามธรรม ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมเข้าไปรับรู้ และพึงกำหนดรู้ในเวทนานั้น ๆ ตามความเป็นจริง ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงเป็นผู้มีความเพียร บากบั่น กำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง 6 แล้วส่งผลให้จิตเข้ารับรู้แล้วจึงส่งผลให้เกิดอารมณ์ เช่น จิตมีราคะ จิตมีโทสะ จิตมีโมหะ เป็นต้น พึงกำหนดรู้ในจิตตามความเป็นจริง ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีความ

เพียร มีความมุ่งมั่น บากบั่นในการกำหนดรู้ในการสภาวะอารมณ์ทางทวารทั้ง 6 และกิเลสเครื่องปิดกั้นมีนิวรณ์ 5 เป็นต้น ความรู้สึกเหล่านี้ เป็นแต่เพียงอาการหรือสภาวะที่มีกระทบจิตใจแล้วส่งผลให้จิตได้รับรู้ ผู้ปฏิบัติธรรมพึงระคับระคองอารมณ์ที่เป็นกุศลธรรมไว้ให้มากจนอารมณ์ที่เป็นอกุศลธรรมนั้นไม่สามารถเข้ามาแทรกในระหว่างการปฏิบัติธรรมได้

(3) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสติในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตปปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเพื่อกิเลส 2. สัมปชานโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง 3. สติมาคือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ผู้ปฏิบัติธรรมต้องกำหนดรู้หรือระลึกด้วยจิตอย่างจอตเนื่องไม่ให้ขาดสาย เช่น กำหนดว่า คู้หนอกำหนดว่า เขี้ยวหนอก เป็นต้น สติก็จะเกิดเป็นกำลัง หรือพลังจิตนำไปสู่สมาธิช่วยสั่งสมบารมีในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้เป็นอย่างดี ในเวหนานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติมีสติคือ ความระลึกได้หมายถึง การมีปัญญาระลึกถึงการกระทำ หรือคำพูดที่พูดมานานแล้ว สติกำหนดพิจารณาเวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนาซึ่งเป็นกำลังเพื่อการตรัสรู้ การรู้สึกสภาวะธรรมปัจจุบันตามความเป็นจริง โดยรับรู้สภาวะธรรมอย่างแท้จริง ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติอย่างแน่วแน่และมั่นคงต่อการกำหนดรู้ชัดในจิตที่สนองตอบอารมณ์นั้นอย่างจอตเนื่อง เมื่อกำหนดมาก ๆ เข้า จิตจะเกิดพลัง จิตจะสงบ จิตจะตั้งมั่น จิตจะมั่นคง จนนำไปสู่สมาธิ มีปัญญาญาณเป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีนำไปสู่การพัฒนาการเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไป ในอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติระลึกในสภาวะอารมณ์ที่เป็นอกุศลธรรมที่คอยขัดขวางจิตที่ส่งผลกระทบ ไม่ว่าจะเป็นความกำหนัด ความโกรธ ความโลภ เป็นต้น สภาวะอารมณ์ที่กระทบจิตใจแล้วส่งผลให้จิตได้เข้าไปรับรู้เหล่านี้ เป็นตัวขัดขวางการเจริญสติ ฉะนั้นผู้ปฏิบัติธรรมพึงมีสติอย่างแน่วแน่และมั่นคงต่อการกำหนดรู้ชัดในจิตด้วยสติสัมปชัญญะในขณะปฏิบัติกรรมฐาน

(4) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับสมาธิในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตปปี คือ มีความเพียรไว้สำหรับเพื่อกิเลส 2. สัมปชานโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง มีกระบวนการ 3 ประการ คือ 1) จำเป็นต้องมีอาตปปี คือ มีความเพียรเพื่อกิเลส 2) มีสัมปชานโน คือ มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง 3) มีสติมา คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย คือ ผู้ปฏิบัติธรรมมีสมาธิพึงเข้าไปกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นกับกายเริ่มตั้งแต่อิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อยเป็นต้นมีสติกำหนดรู้ว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์บังคับไม่ได้ในกายของเราและของคนอื่นก็เช่นเดียวกัน สติพึงกำหนดรู้ที่อยู่ตลอดเวลาในการเคลื่อนไหว การคู้ การเหยียด เป็นต้น จนจิตเกิดความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ ในเวหนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมควรมีสมาธิที่เป็นพลังที่เกิดจากการกำหนดรู้เวทนาที่ต่อเนื่องจากสติ หรืออาจจะกล่าวได้เลยว่าผู้มีสติในการกำหนดรู้ที่มั่นคงในเวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา ทนต่อการเสวยอารมณ์แห่งเวทนานั้น ย่อมช่วยนำไปสู่สมาธิที่ตั้งมั่นได้ ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีสมาธิตั้งมั่น มั่นคงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันหรือเป็นเอกัคคตาแล้ว จิตนั้นจะทำให้เกิดพลังอันกล้าแกร่ง จิตที่แข็งแกร่งคือ จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะเป็นต้น สู้อดทนฟันฝ่าต่ออารมณ์ที่กระทบอย่างแรงกล้า จิตก็จะสงบนิ่งจน

เกิดเป็นสมาธิ เกิดขึ้น ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมีสมาธิ เป็นพลังที่เกิดจากการ กำหนดรู้อารมณ์ของจิตที่ต่อเนื่องจากสติ หรืออาจจะกล่าวได้ว่าผู้มีสติในการกำหนดรู้ที่มั่นคงใน อารมณ์ 6 และพิจารณาธรรมเช่น ชั้น 5 คือ รูปเป็นอย่างไร ความเกิดแห่งรูปเป็นอย่างไร ความดับ แห่งรูปเป็นอย่างไร เป็นต้น อันเป็นบาทฐานและการสั่งสมบารมีเพื่อการเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไป

(5) วิเคราะห์ความสัมพันธ์การปรับปัญญาในโพธิปักขิยธรรมเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนา กรรมฐาน คือ ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีหลักธรรมที่สนับสนุน 3 ประการ คือ 1. อาตปปี คือ มี ความเพียรไว้สำหรับเผากิเลส 2. สัมปะชาโน คือ มีปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง 3. สติมาคือ มีสติ อย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ผู้ปฏิบัติธรรมมีปัญญาเป็นความรู้แจ้งในการกำหนดรู้ที่กาย เป็นผลที่เกิดมา จากสติเข้าไปประสิทธิ์ในกายที่เคลื่อนไหวโดยเฉพาะในอิริยาบถนั่งสมาธิ กำหนดรู้ว่า ท้องที่พองขึ้น ท้องที่ยุบลงเป็นแต่เพียงรูปที่เคลื่อนไหวเพราะธาตุลมบีบบังคับให้เคลื่อนไหวเท่านั้น รูปที่เคลื่อนไหว ไม่มีตัวตน มีอาการที่เกิดขึ้น และดับไปเท่านั้น กำหนดรู้รูปร่างนี้ เป็นพลังจิตที่ทำให้เกิดปัญญาญาณใน การรู้แจ้งแห่งวิปัสสนาปัญญา ในเวหนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีปัญญาเป็นความรู้แจ้งใน การกำหนดรู้ที่เวทนา 3 คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา เป็นผลที่เกิดจากสติเข้าไปประสิทธิ์รู้ ในเวทนาที่เสวยอารมณ์ของจิต ไม่ว่าจะ เป็นอิริยาบถใด ๆ ก็ตาม โดยเฉพาะกำหนดรู้เวทนาที่เข้า ในขณะเดินมาอาการปวดเมื่อย เป็นต้น อีกทั้งยังเป็นบาทฐานและเป็นการสั่งสมบารมี เพื่อการเจริญ วิปัสสนาภาวนาต่อไป ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติธรรมมีปัญญาเป็นความรู้ชัด แจ้งในการ กำหนดรู้อารมณ์ที่ส่งผลกระทบต่อจิต เป็นผลที่เกิดมาจากสติเข้าไปประสิทธิ์รู้ในอารมณ์ของจิต ไม่ว่าจะ เป็นอารมณ์จะส่งผลอย่างไรก็ตาม จิตของผู้ปฏิบัติธรรมพึงเข้าไปรับรู้หรือกำหนดรู้ชัดจิตว่า จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ เป็นต้น พลังแห่งปัญญาที่เข้าไป กำหนดรู้อย่างนี้ ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีปัญญา คือ ประกอบด้วย ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ กำหนดรู้ชัดธรรมเช่น กำหนดรู้ อายตนะภายใน 12 ที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา เห็นในความเป็นไตรลักษณ์นั่นเอง พลังแห่ง ปัญญาที่เข้าไปกำหนดรู้อย่างนี้ อีกทั้งยังเป็นบาทฐานและเป็นการสั่งสมบารมีในการเจริญวิปัสสนา ภาวนาต่อไป

5.2 ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาเรื่อง “วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ใน การเจริญวิปัสสนา” ผู้วิจัยพบว่ามีประเด็นที่เป็นสาระสำคัญที่น่าสนใจศึกษาค้นคว้า ดังนี้

5.2.1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ผลการวิจัยครั้งนี้ ทำให้เข้าใจองค์ความรู้ในการปฏิบัติกรรมฐานทั้งที่เป็นสมถกรรมฐาน และ วิปัสสนากรรมฐาน และวิปัสสนาภูมิซึ่งเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา รวมทั้งกระบวนการปรับอินทรีย์ ในสมถในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สมควรที่จะขยายองค์ความรู้นี้ให้กว้างขวางเป็นที่รู้จักแก่พุทธ บริษัท โดยเฉพาะผู้ที่ต้องการปฏิบัติเพื่อบรรลุดุธรรมหรือผู้สอนธรรม หน่วยงาน สำนักปฏิบัติธรรม เพื่อเป็น แนวทางในการประพฤติปฏิบัติต่อไป

5.2.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย

จากการศึกษาเรื่อง “วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างวิปัสสนาภูมิกับการปรับอินทรีย์ในการเจริญวิปัสสนา” ผู้วิจัยมีแนวคิดในการเขียนวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

1. แนวทางการปรับอินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน 4
2. แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อการบรรลุวิปัสสนาญาณ 16 ตามแนวคัมภีร์พระพุทธศาสนา
3. รูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนววิสุทธิ 7 เพื่อการบรรลุธรรมตามคัมภีร์พระพุทธศาสนา

บรรณานุกรม

1. ภาษาบาลี-ไทย:

1.1 ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2500. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535.

“_____.” พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

“_____.” อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ, 2539.

“_____.” ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ, 2539.

1.2 ข้อมูลทุติยภูมิ

(1) หนังสือ:

กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม, คู่มือปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรศาสน์ไทย การพิมพ์, 2557.

ขุนสรรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ผู้รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรม ปริเฉทที่ 7 สมุจจยสังคหวิภาค, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

“_____.” ลักษณะที่จุดกะแห่งปรมัตถธรรม, กรุงเทพมหานคร: บริษัท คัลเลอร์ส โฟร์ จำกัด, 2537.

“_____.” ลักษณะที่จุดกะแห่งปรมัตถธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 2, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ, 2551.

คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ธรรมภาคปฏิบัติ 3, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553.

จำลอง ดิษยวัน, วิปัสสนากรรมฐานและเขาว์อารมณ์, เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, 2543.

ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, พุทธปัญญา คู่มือการสร้างปัญญา, พิมพ์ครั้งที่ 3, กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนธัชการพิมพ์ จำกัด, 2552.

ธนิต อยู่โพธิ์, สติปัญญาสำหรับทุกคน, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535.

ธีรวัสส์ บำเพ็ญบุญบารมี, หลักปฏิบัติพิจารณาปฏิบัติสมุปปบาท, นครปฐม: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, 2551.

แนบ มหานีรานนท์, คู่มือการศึกษาอภิธรรมัตถสังคหะ, ปริเฉทที่ 9 กัมมัฏฐานสังคหะวิภาค, พิมพ์ครั้งที่ 5, กรุงเทพมหานคร: หจก. ทิพย์วิสุทธิ์, 2547.

บรรจบ บรรณรุจิ, **กระบวนธรรมเพื่อความเข้าใจชีวิตปัจจุสมุปบาท**, กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, 2535.

ปิ่น มุทุกันต์, **แนวสอนธรรมะ**, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2535), หน้า 393.

พระครูกล้วยานลิวัดพัฒน, **เอตทัคคะในพระพุทธศาสนา**, กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก, 2546.

พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), **วิปัสสนาภูมิ**, พิมพ์ครั้งที่ 6, พระนครศรีอยุธยา: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, 2552.

“_____.” **วิปัสสนาอารมณ์**, พิมพ์ครั้งที่ 5, กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, 2548.

พระคันธสาราภิวังค์, **โพธิปักขิยธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 2, กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, 2550.

พระเทพดิลก (ระแบบ จิตภาโณ), **ธรรมปริทรรศน์ 2**, พิมพ์ครั้งที่ 4, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2546.

พระเทพสิทธิมนี (โชดก ญาณสิทธิ), **เดือนสติผู้ปฏิบัติธรรมและการเจริญสติปัฏฐาน 4**, พิมพ์ ครั้งที่ 1, กรุงเทพมหานคร: แคนนากราฟฟิค, 2551.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ. 9, ราชบัณฑิต), **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ อธิบายศัพท์และแปลความหมายคำวัดที่ชาวพุทธควรรู้**, พิมพ์ครั้งที่ 3, กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, 2551.

“_____.” **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์**, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลี้ยงเสียง, 2553.

พระธรรมธีรราชฆาโมณี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.9), **หลักปฏิบัติสมณะวิปัสสนากรรมฐาน**, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2531.

“_____.” **อุดมวิชา**, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย 2531.

“_____.” **คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งแรก, กรุงเทพมหานคร : ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง, 2550.

“_____.” **คู่มือสอบอารมณ์กรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ 5, กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2550.

“_____.” **โพชฌงค์ 7 ประการ**, พิมพ์ครั้งที่ 3, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2547.

“_____.” **โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ**, พิมพ์ครั้งที่ 6, นนทบุรี: สำนักพิมพ์สัมปชัญญะ, 2549.

“_____.” **วิปัสสนากรรมฐาน (มหาสติปัฏฐาน)**, พิมพ์ครั้งที่ 2, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ สหธรรมิก, 2548.

“_____.” **หลักปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ 6, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สหธรรมิกจำกัด, 2546.

“_____.” **โลกที่ปณี**, กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า, 2535.

- “_____.” คำถาม-คำตอบ เรื่องวิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ 5, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2549.
- “_____.” วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2, กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อมรินทร์ พรินต์ติ้ง กรุ๊ป, 2532.
- “_____.” วิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ 12 พ.ศ. 2554, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท อัมรินทร์พรินต์ติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), 2554.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546.
- พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณฺโณ), การพัฒนาจิต, พิมพ์ครั้งที่ 8, กรุงเทพมหานคร: บริษัทสร้างสรรค์บุ๊คส์, 2549.
- พระปลัดวิสุทธิ คุตตชโย, คู่มือการเรียนการสอนปริจเฉทที่ 8, 9 (ชั้นมัธยมอาภิธรรมมิกะโท), กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ทิพยวิสุทธิ, 2540.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ไตรลักษณ์, พิมพ์ครั้งที่ 12, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาธรรมสภา, 2554.
- “_____.” ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง, พิมพ์ครั้งที่ 89, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, 2553.
- “_____.” พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 30, กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2558.
- “_____.” พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ-เพิ่มเติม ช่วงที่ 1), พิมพ์ครั้งที่ 12, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551.
- “_____.” พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ 11, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2552.
- “_____.” พุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 20 กรกฎาคม 2545, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2555.
- พระพุทโธชาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), คัมภีร์วิสุทธิมรรค, พิมพ์ครั้งที่ 14, ประเทศจีน, 2562.
- พระมหาจรรยา ดร. (สุทธิญาโณ), พระธรรมนำชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ 1, กรุงเทพมหานคร: เอส อาร์ พรินต์ติ้ง, 2550.
- พระมหาสมปอง มุทีโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, 2542.
- พระราชวรมุนี (ประยูร ธมฺมจิตโต), พระพุทธประวัติ, กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2542.
- พระสมภาร สมภาโร (ทวีรัตน์), ธรรมะภาคปฏิบัติ, พิมพ์ครั้งแรก, กรุงเทพมหานคร : มหา จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2547.
- พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ 1-2-3, กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพยวิสุทธิ, 2550.
- “_____.” ปริจเฉทที่ 3 และปริจเฉทที่ 7, พิมพ์ครั้งที่ 7, กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพยวิสุทธิ, 2550.
- พระสีลानันท์ท้าววงศ์, สีลวันตสูตร, พิมพ์ครั้งที่ 1, กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์, 2553.

- พระโสภณมหาเถระ (มหาสสียาตอ), **วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์)**, จำรูญธรรมดา แปล, กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, 2553.
- “_____.” **วิปัสสนานัยเล่ม 1**, แปลโดย พระคันธสาราภิวงศ์, นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอเซ็นเตอร์, 2548.
- “_____.” **มหาสติปัญญาสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, แปลโดย พระคันธสาราภิวงศ์, กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, 2557.
- “_____.” **วิปัสสนานัย เล่ม 1**, แปลโดย พระคันธสาราภิวงศ์, นครปฐม: ซีเอไอ เซ็นเตอร์, 2548.
- พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหาภิกษุเจ้าอาวาสวัดสุทัศนเทพวรารามราชวรมหาวิหาร, **จิตตวิปัสสนา**, พิมพ์ครั้งที่ 7, กรุงเทพมหานคร: หอรัตนชัยการพิมพ์, 2551.
- พระอุปัชฌาย์ รจนา, **วิมุตติมรรค**, คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย แปลจาก ฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสมเถระและพระเชมินทเถระ, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2538.
- พระอุปัชฌาย์, **วิมุตติมรรค**, แปลโดย พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) และคณะ, พิมพ์ครั้งที่ 6, กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศยาม, 2554.
- พันเอก ปิ่น มุกข์นิตย์, **ประมวลศัพท์ศาสนา**, กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์คลังวิทยา, 2545.
- พุทธทาสภิกขุ, **ธรรมโฆษณารัตนุกรม**, กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์, 2533.
- ภัททันตะ อาสภเถระ, **วิปัสสนาที่ปณีฎีกา**, พิมพ์ครั้งที่ 6, กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย, 2532.
- ภูพิงคราชนิเวศน์, **สารัตถสมุจจัย อรรถกถาภาณวาร เล่ม 4**, กรุงเทพมหานคร: บริษัท โรงพิมพ์กรุงเทพ จำกัด, 2532.
- ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554**, กรุงเทพมหานคร: บริษัทนานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น จำกัด, 2546.
- วรรณสิทธิ ไหวทยะเสวี, **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ 2 เจตสิกสังคหวิภาค**, นครปฐม: มูลนิธิแนบมหารานน, 2553.
- วศิน อินทสระ, **วิธีทำจิตให้บริสุทธิ์**, พิมพ์ครั้งที่ 1, กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์, 2545.
- ศ.นพ. ประเวศ วะสี, **ธรรมชาติของสรรพสิ่งการเข้าถึงความจริงทั้งหมด**, พิมพ์ครั้งที่ 1, นนทบุรี: สำนักพิมพ์กรีนปัญญาญาณ, 2553.
- ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์จำลอง ดิษยวณิช, **วิปัสสนากรรมฐานและเขาวนอารมณ์**, พิมพ์ครั้งที่ 3, เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, 2549.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 47, กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, 2565.
- “_____.” **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ 39, กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, 2565.
- “_____.” **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ 55, (ประเทศจีน, 2564), หน้า 856.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), **อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า**, กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นการพิมพ์, 2554.

สุชีพ ปุญญานุภาพ, **พระไตรปิฎกฉบับประชาชน**, พิมพ์ครั้งที่ 17, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, 2550.

สุภีร์ ทุมทอง, **การพัฒนาอินทรีย์สังวร**, กรุงเทพมหานคร: ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์ จำกัด (มหาชน), 2554.

“_____.” **อินทรีย์ 5 พละ 5 ชุดโพธิปักขิยธรรม**, กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์, 2558.

เสวตร เปี่ยมพงศ์สานต์, **พุทธวิปัสสนา**, พระนคร: รัชดารมภ์การพิมพ์, 2505.

แสง จันทร์งาม, **พุทธศาสนาวิทยา**, พิมพ์ครั้งที่ 4, กรุงเทพมหานคร: บริษัท สร้างสรรค์บุ๊คส์ จำกัด, 2544.

(2) รายงานการวิจัย/วิทยานิพนธ์:

เจ้าอธิการทองใบ อมโร, “การศึกษาหลักธรรมที่นำไปปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นกิเลสในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, **พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553.

นางสาวณัฏฐจิต เลาว์วีระ ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาอินทรีย์ในอินทรีย์ภาวนาสูตฺร” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554.

นายสุภีร์ ทุมทอง, “ศึกษาการพัฒนาอินทรีย์สังวรในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554.

พยุ่ง พุ่มพวง, “ศึกษาปัญญาเจตสิกกับการพัฒนาสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554.

พระปลัดทะนงค์ ชยนโต (เทพนิยม) ศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์อินทรีย์ อันเป็นภูมิวิปัสสนาภาวนาเฉพาะกรณีการ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา 7 เดือน” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551.

พระมหาประเสริฐ มนุตเสวี ศึกษาเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา 7 เดือน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา**, บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2552.

พระสุภีร์ สุตสงวน ศึกษาเรื่อง “วิเคราะห์วิธีการปรับอินทรีย์ให้สมดุลในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตร์มหาบัณฑิตสาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2551.

อณิวัชร เพชรนรรัตน์, การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนว
ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต,**
บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2549.

(3) หนังสือภาษาอังกฤษ :

Paravaher Vajiranana Mahathera. Buddhist Meditation in Theor and Practice.

ประวัติผู้วิจัยร่วม

- ชื่อ - นามสกุล:** นายอาณัติชัย เหลืองอมรชัย
- การศึกษา:**
- ปริญญาตรี สาขาบริหารการเงิน มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช พ.ศ.๒๕๓๐
 - ธรรมศึกษาชั้นเอก พ.ศ.๒๕๔๔
 - อภิธรรมบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อภิธรรมโชติกวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๔๕
- ตำแหน่งทางวิชาการ:**
- อาจารย์พิเศษ วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- สถานที่ทำงาน:** มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐ โทรศัพท์/โทรสาร ๐๓๔-๒๙๙๓๕๖ โทรศัพท์มือถือ ๐๙๘๐๙๑๔๑๒๘
- ประสบการณ์การทำงาน:**
- อาจารย์พิเศษประจำอภิธรรมโชติกวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 - อาจารย์พิเศษอภิธรรมปิฎก วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม
 - อาจารย์พิเศษมูลนิธิพระสัทธรรมแห่งประเทศไทย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 - อาจารย์พิเศษอภิธรรมปิฎกวัดพุทธบูชา
 - อาจารย์พิเศษพระสูตรธรรมรีนรมย์
 - อาจารย์พิเศษพุทธกิจ ๔๕ พรรษา บ้านสวน
 - วิทยากรโครงการอบรมผู้ฝึกเป็นอาจารย์สำหรับผู้ที่จะบอภิธรรม
 - วิทยากรบรรยายพุทธภูมิสี่สังเวชนียสถาน และสถานต่างๆ ณ ประเทศอินเดีย-เนปาล (พ.ศ.๒๕๕๐-ปัจจุบัน)
 - วิทยากรบรรยายพิเศษบรรยายหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
 - วิทยากรบรรยายพิเศษ ณ ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย
 - วิทยากรบรรยายรายการมีสติ (คุณก๊ก มยุริน)
- ที่อยู่ปัจจุบัน:**
- ๙ ซอยสมเด็จเจ้าตากสิน ๒๓ แขวงสำเหร่ เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร ๑๐๖๐๐

ประวัติผู้ร่วมวิจัย

ชื่อ	: ผศ.ดร.ธานี สุวรรณประทีป
วัน/เดือน/ปี เกิด	: วันเสาร์ที่ ๒๐ มกราคม พ.ศ. ๒๕๑๑
สถานที่เกิด	: บ้านเลขที่ ๑๒๕ หมู่ที่ ๑ ตำบลดอนปอ อำเภอสรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี ๗๒๑๔๐
การศึกษา	: พ.ศ. ๒๕๓๙ สอบได้ ป.ธ.๙ สำนักเรียนวัดชนะสงคราม : พ.ศ. ๒๕๔๘ จบศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต (ศน.ม. สาขาพุทธศาสนาและ ปรัชญา) มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย : พ.ศ. ๒๕๕๙ จบพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พธ.ด. สาขาพระพุทธศาสนา) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ประสบการณ์ทำงาน	: นักวิชาการศึกษา กลุ่มงานคัมภีร์พุทธศาสน์ กองวิชาการ มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย : คณะกรรมการจัดทำพจนานุกรมศัพท์พระไตรปิฎก สำนักงานราชบัณฑิตยสภา สนามเสือป่า เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร : เลขานุการ คณะกรรมการบรรณาธิการจัดทำพจนานุกรมพระไตรปิฎก : ผู้อำนวยการบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย : ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายกิจการทั่วไป วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ผลงานวิจัย	: “ศึกษาเชิงวิเคราะห์คัมภีร์พุทธทานุประวัติ” (๒๕๖๐). สถาบันวิจัยพุทธ ศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย : “ภาวะผู้นำด้านการปกครองคณะสงฆ์ในอาเซียน” (๒๕๖๐) สถาบันวิจัย พุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย : คัมภีร์อุปาสกษณาลังการ: การปริวรรต การแปลและการวิเคราะห์ (๒๕๖๓) สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ : โครงการการสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับรูปแบบการสร้างสุขภาวะ วิถีพุทธเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และการสูบบุหรี่ ในเยาวชนไทย (๒๕๖๔) สสส.
ผลงานหนังสือ	: “อาฬวกเทศนา” (๒๕๖๖) : “จตุรารักษ์กัมมัญฐาน” (๒๕๖๒). : “อรรถกถาวิธี เพื่อการวิจัยทางภาษาบาลี” (๒๕๖๓) : “พจนานุกรมศัพท์พระไตรปิฎก ฉบับราชบัณฑิตยสภา. (๒๕๖๒)
ที่อยู่ปัจจุบัน	: ๒๔๙/๒๔๑ หมู่ ๖ ตำบลพิมลราช อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี
โทรศัพท์	: มือถือ ๐๘๑-๔๕๐๑๘๒๔
E-mail	: thane_305@hotmail.com

ประวัติผู้ร่วมวิจัย

ชื่อ	นายภานุมาตร์ เนโส
ว/ ด/ ป เกิด	วันพฤหัสบดี ที่ ๑๖ มกราคม พ.ศ. ๒๕๒๙
ภูมิลำเนาที่เกิด	โรงพยาบาลนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม
การศึกษา	<ul style="list-style-type: none"> - พ.ศ. ๒๕๓๙ สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษา โรงเรียนวัดสำโรง ตำบลวัดสำโรง อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม - พ.ศ. ๒๕๔๒ สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนภัทรญาณวิทยา ตำบลวัดแค อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม - พ.ศ. ๒๕๔๘ สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนภัทรญาณวิทยา ตำบลวัดแค อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม - พ.ศ. ๒๕๕๔ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี หลักสูตรพุทธศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม - พ.ศ. ๒๕๕๖ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หน่วยวิทยบริการคณะสังคมศาสตร์ วัดไร่ขิง พระอารามหลวง - พ.ศ. ๒๕๖๓ กำลังศึกษาระดับปริญญาเอก หลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ประสบการณ์การทำงาน	<ul style="list-style-type: none"> - พ.ศ. ๒๕๕๒ ได้รับแต่งตั้งเป็น “ครูสอนศีลธรรม” ประจำโรงเรียนวัดสำโรง อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม - พ.ศ. ๒๕๕๒ ได้รับแต่งตั้งเป็น “ครูสอนพระปริยัติธรรม” ของคณะสงฆ์จังหวัดนครปฐม - พ.ศ. ๒๕๕๔ ได้รับแต่งตั้งเป็น “พระธรรมวิทยากร” ประจำจังหวัดนครปฐม - พ.ศ. ๒๕๕๖ ลาสิกขาจากเพศบรรพชิต เป็นคฤหัสถ์ - พ.ศ. ๒๕๕๖ พนักงาน บริษัท ที ยู ดับบลิว เท็กซ์ไทล์ จำกัด เลขที่ ๑๑๓ หมู่ที่ ๔ ถนนดอนตูม - นครชัยศรี ตำบลสัมปทวน อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๒๐ - พ.ศ. ๒๕๕๘ ทำงานตำแหน่ง เจ้าหน้าที่บัณฑิตศึกษา สังกัดสำนักวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม - พ.ศ. ๒๕๖๐ ทำงานตำแหน่ง นักจัดการงานทั่วไป สังกัดวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

	<p>- พ.ศ. ๒๕๖๒ ดำรงตำแหน่ง รักษาการผู้อำนวยการสำนักงานวิทยาลัย สังกัดวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม</p> <p>- พ.ศ. ๒๕๖๔ ทำงานตำแหน่ง นักจัดการงานทั่วไป สังกัดวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม</p> <p>- พ.ศ. ๒๕๖๕ - ปัจจุบัน ทำงานตำแหน่ง นักวิเคราะห์นโยบายและแผน สังกัดสำนักงานวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม</p>
อุปสมบท	วันอาทิตย์ที่ ๒๓ เมษายน ๒๕๔๙ ณ พัทธสีมาวัดสำโรง ตำบลวัดสำโรง อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม
สังกัด	วิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ตำแหน่ง	นักจัดการงานทั่วไป
ปีที่เข้าศึกษา	ปีการศึกษา ๒๕๖๓
ปีที่สำเร็จการศึกษา	ปีการศึกษา ๒๕๖๗
ที่อยู่ปัจจุบัน	๕๑ หมู่ ๔ ตำบลวัดสำโรง อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๒๐
โทรศัพท์	๐๘๙ ๕๐๒ ๕๐๒๘
อีเมลล์	mcupali001@gmail.com
ที่อยู่ทำงาน	<p>- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม อาคารพระปริยัติธรรม พระธรรมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม) ทรงศักดิ์ จรรย์ เอภาพร ประชาราษฎร์อุปถัมภ์ เลขที่ ๑๐๘/๕ หมู่ ๒ นครปฐม ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐</p> <p>- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม อาคารพุทธชินวงศ์สิทธิธาคาร เลขที่ ๑๕๔ หมู่ ๒ ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐ (สถานที่ตั้งแห่งใหม่)</p>
โทรศัพท์ทำงาน	<p>๐๓๔ ๒๙๙ ๓๕๑ สำนักงานวิทยาเขตฯ,</p> <p>๐๓๔ ๒๙๙ ๓๕๕ สำนักวิชาการ</p> <p>๐๓๔ ๒๙๙ ๓๕๖ วิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส,</p> <p>๐๓๔ ๒๙๙ ๙๙๑ บัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม</p>
โทรสารทำงาน	๐๓๔ ๒๙๙ ๓๕๑, ๐๓๔ ๒๙๙ ๓๕๖