



ศึกษาการกำหนดอารมณ์ปรมาัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาแบบวิปัสสนาญาณิก
A STUDY OF HOW TO NOTE VIPASSANĀYĀNIKA PRACTITIONERS
ULTIMATE SENSE-OBJECTS

พระครูสังฆรักษ์ไพโรจน์ เขมจิตโต (ขวัญเมือง)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๘



ศึกษาการกำหนดอารมณ์ปรมัตต์ของผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาแบบวิปัสสนายานิก

พระครูสังฆรักษ์ไพโรจน์ เขมจิตโต (ขวัญเมือง)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๘

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**A Study of how to Note Vipassanāyānika Practitioners
Ultimate Sense-Objects**

Phrakhrusangkharak Phairot Khemacitto (Khwanmeuang)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Vipassana Meditation)
Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand
C.E. 2015

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย
เรื่อง “ศึกษากำหนดค่าธรรมเนียมปรมาัตต์ของผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาแบบวิปัสสนาญาณิก” เป็น
ส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)

ประธานกรรมการ

(พระราชสิทธิมนี, ดร.)

กรรมการ

(ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง)

กรรมการ

(ดร.ชินญ์ ทรงอมรสิริ)

กรรมการ

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระราชสิทธิมนี, ดร.
ดร.ชินญ์ ทรงอมรสิริ

ประธานกรรมการ

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระครูสังฆรักษ์ไพโรจน์ เขมจิตโต)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาการกำหนดอารมณ์ปรมาัตต์ของผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาแบบวิปัสสนายานิก
ผู้วิจัย : พระครูสังฆรักษ์ไพโรจน์ เขมจิตโต (ขวัญเมือง)
ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์
: พระราชสิทธิมนี วิ. (บุญชิต ญาณส่วโร), ป.ธ.๙, พธ.บ., อ.ม., พธ.ด.
(พระพุทธานุสา)
: ดร.ชินัญ ทรวงอมรสิริ, บธ.บ., อ.ม., พธ.ด. (พระพุทธานุสา)
วันสำเร็จการศึกษา : ๗/มีนาคม/๒๕๕๙

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ เพื่อศึกษาการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาอารมณ์ปรมาัตต์ของการวิปัสสนาภาวนา และเพื่อศึกษาการกำหนดอารมณ์ปรมาัตต์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทและเอกสารอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง รวบรวม สรุป วิเคราะห์ เรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา ตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ จากการศึกษาพบว่า

การเจริญวิปัสสนาภาวนา หมายถึงการพัฒนาปัญญาที่ถูกต้องเกิดจากการกำหนดรู้พิจารณาสังขารธรรมโดยความเป็นสภาวะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา โดยความเป็นเหตุปัจจัยของสภาวะธรรมทั้งหลาย ผู้เจริญวิปัสสนาจะสามารถมองเห็นนามรูป เกิดดับเมื่อมีสติและสมาธิให้มีกำลังแก่กล้าจะสามารถเห็นความดับของอารมณ์ที่กำหนดรู้อยู่ วิปัสสนาญาณที่เกิดจากการกำหนดรู้การเกิดดับของนามรูปก็จะสามารถมองเห็นสามัญญลักษณะ ซึ่งจะสามารถหลุดพ้นจากอาสวะกิเลสได้

อารมณ์ปรมาัตต์ คือการรับรู้ถึงการเคลื่อนไหวของสิ่งปรุงแต่งทั้งหลายเช่น ภาชนะวัตถุซึ่งมีชื่อต่าง ๆ เป็นรูปธรรม เมื่อแยกธาตุแล้วจะได้เป็นธาตุดิน น้ำ เป็นต้น ธาตุมี ๒๘ ธาตุที่ประชุมกันเรียกว่า รูป คือ การรู้ การเห็น เป็นต้นซึ่งเกี่ยวข้องกับจิต จัดเป็นนาม การรู้เห็นสรรพสังขารทั้งหลายคือ รูปและนามซึ่งมีความดับของจิตทุกขณะ คือการรูปรูปสภาพสามัญญในธรรมชาติที่แท้จริงของสังขารทั้งหลาย ซึ่งไม่ใช่ความรู้พิเศษใด ๆ แต่นำไปสู่การรู้อารมณ์ปรมาัตต์นั่นเอง

การกำหนดรู้อารมณ์ปรมาัตต์ คือ การปฏิบัติวิปัสสนามีรูปนามเป็นปัจจุบันอารมณ์ การกำหนดรู้นำไปสู่การปฏิบัติสมาธิ มีสติต่อเนื่องจนเกิดเอกัคคตาจิตเพื่อรู้ความเป็นจริงอย่างที่ยืนยันปรากฏ นั่นคือ ไตรลักษณ์, การเจริญวิปัสสนาโดยการกำหนดรู้อารมณ์ปรมาัตต์ของสังขารทั้งหลายจนเกิดญาณแก่กล้าจะบรรเทาภิเลสหรือละสังโยชน์ทั้งหลายขึ้นอยู่กับกำลังของสติและปัญญา วิปัสสนาญาณจะทำลายสังโยชน์เป็นขณะ เรียกว่า ตทังคปหาน เมื่อปฏิบัติเห็นจริงตามอริยสัจ ๔ ย่อมปรากฏผลของการปฏิบัติคือรู้แจ้งในอริยสัจ จึงเป็นการบรรลุมรรคผลที่สามารถดับทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง

- Thesis Title** : A Study of how to Note Vipassanāyānika Practitioners Ultimate Sense-Objects
- Researcher** : Phrakhrusangkharak Phairot Khemacitto (Khwanmeuang)
- Degree** : Master of Arts (Vipassana Meditation)
- Thesis Supervisory Committee**
- : Phra Ratsitthimuni (Vi.) (Bunchit Ñāṇasaṃvaro), Pali IX, B.A., M.A., Ph.D. (Buddhist Studies)
 - : Dr. Chin Songamornsiri, B.B.A., M.S., Ph.D. (Buddhist Studies)
- Date of Graduation** : 7/March/2016

Abstract

This Thesis has three objectives; to study insight development in Theravada Buddhist scriptures, to study of absolute objects of insight development and to study of contemplation on absolute objects of insight meditators with Vipassanayanika. Clarified data are taken from the Theravada Buddhist scriptures and other related documents, then composed, summarized, analyzed, explained in details, corrected and verified by Buddhist scholars. From the study it found that;

Insight development was the way to investigation on true wisdom which occurred from completing on all formations as impermanence, suffering and not-self by observing rising and falling as cause and effect of all formations. Those who contemplated name and forms with mindfulness would strengthen mindfulness and concentration until it was able to see extinction of contemplated objects. His insight of contemplation of rise and fall of name and forms will realize three common characteristics: changing, unsatisfactory and non-self which can abandon all worldly influxes and defilements.

Absolute objects were cognition on movement of all formations such as containers which had many name was concrete form. These concrete forms can be divided as primary elements: earth, fire, water, wind, eye and ear element etc. there were twenty-eight elements. The gathering of elements was called as form (Rūpa). Perceiving, seeing, hearing, tasting, tangling, various thought which based on consciousness were called as name (Nāma). To realize all formations, form and name

with the extinction of momentary consciousness was the common knowing in the true nature of formations, not other special knowledge which led to enlightenment in absolute objects.

Contemplation on absolute objects was the true state of concentration of insight development for those who practiced pure insight (Vipassanayānika) without fallacy or mistakes. This pure insight practice focused on name and form at the present only. This contemplation led to concentration with continued mindfulness on true state and one-pointedness or Samādhi in order to realize things as they really are, that was three common characteristics: impermanence, suffering and non-self. Insight knowledge of absolute objects until realizing the truth of common characteristics of all formations will reduce defilements or abandon all fetters depending on power of mindfulness and insight. Insight knowledge will abandon fetters only at present moment called as Tadangapahāna or abandoning by substitution of opposites according to Satipatthāna. If insight knowledge attained realization of four noble truths as Magga (path) then it appeared enlightenment leading the end of all suffering.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้าฯ ขอประทานโอกาสกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณท่านเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เป็นอย่างสูงยิ่งที่พระเดชพระคุณฯ ได้เปิดหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา อันส่งผลให้เกล้าฯ ได้เข้ามาศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นเวลาถึง ๗ เดือน อีกทั้งส่งผลให้เกิดการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแพร่หลายไปทั่วประเทศ ดังเป็นที่ประจักษ์ชัดในปัจจุบัน

กราบขอบพระคุณ พระวิปัสสนาจารย์ทุกท่านซึ่งได้แก่ พระภาวนาพิศาลเมธี, วิ (ประเสริฐ มนต์เสวี) ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” ตำบลหนองน้ำแดง อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา

กราบขอบพระคุณ พระมหาสุรชัย วราสโก ดร. เป็นประธานสอบโครงร่างวิทยานิพนธ์ จากพระครูพิพิธวรกิจจานุการ, พระมหาชิต ฐานชิต, ดร.ชัยชาญ ศรีหนู ดร.วิโรจน์ คุ้มครอง กรรมการสอบโครงร่างวิทยานิพนธ์ จนประสบผลสำเร็จลุล่วงไปด้วยดีด้วย

ขอขอบพระคุณคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ที่ให้คำปรึกษา และช่วยตรวจแก้ไขข้อบกพร่อง จนเป็นวิทยานิพนธ์ที่สมบูรณ์ คือ พระราชสิทธิมณี วิ., ดร. ดร.ชินัญ ทองอมรสิริ ดร. วิโรจน์ คุ้มครอง ดร.บุญชญา วิวิธขจร ที่กรุณาเสียสละเวลาอันมีค่า ช่วยเหลือในการตรวจสอบความถูกต้อง ทั้งด้านภาษาเนื้อหาระเบียบวิธีวิจัย และเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย ช่วยแนะนำแก้ไขให้สมบูรณ์และสำเร็จได้ด้วยดี

ขอขอบคุณเพื่อนนิสิตมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา รุ่น ๗-๘ และเจ้าหน้าที่ห้องสมุดขอขอบพระคุณ เจ้าหน้าที่ศูนย์บัณฑิตที่อำนวยความสะดวกให้แก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดีตลอดถึงบูรพาจารย์และผู้มีพระคุณทุกท่าน

หากมีข้อบกพร่องในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ใคร่ขอคำชี้แนะจากท่าน และขอน้อมรับไว้ด้วยความยินดี ถ้ามีความติอยู่พอจะนำไปเป็นแนวทางเพื่อนำไปศึกษาต่อไป ก็ขออานิสงส์งได้กับบิดา-มารดา-ครู-อาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน ที่เป็นขวัญและกำลังใจอันที่มีค่าสำคัญยิ่งให้แก่ผู้วิจัยตลอดเวลาจนประสบผลสำเร็จในการทำวิจัยครั้งนี้

พระครูสังฆรักษ์ไพโรจน์ เขมจิตโต (ขวัญเมือง)

วันที่ ๗ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๙

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(ก)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(ค)
กิตติกรรมประกาศ	(จ)
สารบัญ	(ช)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	(ญ)
บทที่ ๑ บทนำ	
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๙
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๐
บทที่ ๒ การเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	
๒.๑ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา	๑๑
๒.๒ ประเภทของการเจริญวิปัสสนาภาวนา	๑๔
๒.๓ ความสำคัญเจริญวิปัสสนาภาวนา	๑๘
๒.๔ วิปัสสนาภูมิ ๖	๒๑
๒.๔ หลักการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔	๒๕
๒.๕ การกำหนดรู้อารมณ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา	๓๒
๒.๖ สรุปท้ายบท	๓๘
บทที่ ๓ อารมณ์ปรมัตถ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา	
๓.๑ ความหมายของปรมัตถ์	๓๙
๓.๒ ลักษณะของปรมัตถ์	๔๐
๓.๓ อารมณ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา	๔๘
๓.๔ หลักการเจริญอารมณ์ปรมัตถ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา	๖๔
๓.๕ การกำหนดรู้ในอารมณ์ปรมัตถ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา	๗๔
๓.๖ สรุปท้ายบท	๘๐

	เรื่อง	หน้า
บทที่ ๔	การกำหนดรู้อารมณ์ปรมัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก	
	๔.๑ วิธีการกำหนดรู้อารมณ์ปรมัตถ์	๘๑
	๔.๒ การเจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก	๘๘
	๔.๓ การกำหนดรู้อารมณ์ปรมัตถ์กับการบรรลุธรรม	๙๘
	๔.๔ อารมณ์ปรมัตถ์ของวิปัสสนา ๑๐ ประการ	๑๐๐
	๔.๔.๑ วิปัสสนาในภาส แสงของวิปัสสนา / การมองเห็นแสงสว่าง	๑๐๐
	๔.๔.๒ วิปัสสนาญาณ ความรู้จากวิปัสสนา / การมองเห็นความรู้ต่างๆ	๑๐๓
	๔.๔.๓ วิปัสสนาปัตติ ปัตติจากวิปัสสนา / มองเห็นปัตติได้	๑๐๓
	๔.๔.๔ วิปัสสนาปัสสัทธิ อาการตัวเบา / มองเห็นอาการตัวเบาโล่ง	๑๐๖
	๔.๔.๕ วิปัสสนาสุข สุขจากวิปัสสนา / รับรู้ความสุขจากสมาธิได้	๑๐๗
	๔.๔.๖ วิปัสสนาธิโมกข์ บรรลุธรรมได้เพราะรู้แจ้ง	๑๐๗
	๔.๔.๗ วิปัสสนापคคัยหะ ทำสมาธิได้นาน	๑๐๗
	๔.๔.๘ วิปัสสนาอุปภูฐาน เข้าถึงการมองเห็นในสมาธิได้	๑๐๗
	๔.๔.๙ วิปัสสนูปกขา การมองเห็นหลังจากมองพิจารณาในสมาธิ	๑๐๘
	๔.๔.๑๐ วิปัสสนานิกันติ ยืนยันด้วยตัวเองได้จากสิ่งที่รู้-เห็น	๑๐๘
	๔.๕ สรุปท้ายบท	๑๐๙
บทที่ ๕	สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	
	๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๑๑
	๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๑๑๕
	๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้	๑๑๕
	๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยต่อไป	๑๑๕
	บรรณานุกรม	๑๑๖
	ประวัติผู้วิจัย	๑๑๗

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยใช้คัมภีร์พระไตรปิฎกทั้งภาษาบาลีและภาษาไทยของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยใช้ชุด “พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐” ที่พิมพ์เมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๓๕ และใช้ชุด “พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” ที่พิมพ์เมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๓๙ โดยกำหนดการใช้คำย่อชื่อพระไตรปิฎกเริ่มจากอักษรย่อชื่อคัมภีร์ ตามด้วยวงเล็บฉบับที่ใช้ แล้วตามด้วยเล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น

- ที.สี. (ไทย) ๙/๒๗๖/๙๘. หมายถึง ทีฆนิกาย สीलขันธวรรค พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่มที่ ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๙๘

ผู้วิจัยจะทำการอธิบายสัญลักษณ์คำย่อเฉพาะคัมภีร์ที่นำมาใช้อ้างอิงในวิทยานิพนธ์นี้ เท่านั้น ไม่ได้ทำอักษรย่อไว้ครบทุกคัมภีร์ มีรายละเอียดสัญลักษณ์และคำย่อ ดังนี้

อักษรย่อพระวินัยปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์
๔	วิ.ม. (ไทย) = วินัยปิฎก	มหาวรรค (ภาษาไทย)

อักษรย่อพระสุตตันตปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์
๙	ที.สี. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย สीलขันธวรรค (ภาษาไทย)
๑๐	ที.ม. (บาลี) = สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย มหาวคคปาติ (ภาษาบาลี)
	ที.ม. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย มหาวรรค (ภาษาไทย)
๑๑	ที.ปา. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค (ภาษาไทย)
๑๒	ม.ม. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	มชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ (ภาษาไทย)
๑๓	ม.ม. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	มชฌิมนิกาย มัชฌิมปณณาสก์ (ภาษาไทย)
๑๔	ม.อ. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	มชฌิมนิกาย อูปริปณณาสก์ (ภาษาไทย)
๑๖	ส.นิ. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	สยุตตนิกาย นิทานวรรค (ภาษาไทย)
๑๘	ส.สพ. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	สยุตตนิกาย สหายตวรรค (ภาษาไทย)
๒๐	อง.เอกก. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย เอกกนิบาต (ภาษาไทย)
๒๑	อง.จตุกก. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย จตุกกนิบาต (ภาษาไทย)
๒๔	อง.ทสก. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย ทสกนิบาต (ภาษาไทย)
๒๖	ขุ.เถร. (ไทย) = สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย เถรคาถา (ภาษาไทย)

๒๙	ช.ม.	(บาลี) =	สุตตนต์ปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิทเทสปาติ	(ภาษาบาลี)
	ช.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิทเทส	(ภาษาไทย)
๓๐	ช.จ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิทเทส	(ภาษาไทย)
๓๑	ช.ป.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฎิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)

อักษรย่อคัมภีร์พระอภิธรรมปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	
๓๓	อภิ.สง.	(ไทย) =	อภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี (ภาษาไทย)
๓๔	อภิ.วิ.	(ไทย) =	อภิธรรมปิฎก วิภังค์ (ภาษาไทย)
๓๕	อภิ.ชา.	(ไทย) =	อภิธรรมปิฎก ชาตุคคาถา (ภาษาไทย)

ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และภาษาไทย ใช้ฉบับพระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๔ รูปแบบการอ้างอิงจะขึ้นต้นด้วยอักษรย่อชื่อคัมภีร์แล้วตามด้วย เล่ม/ข้อ/หน้า

อักษรย่อคัมภีร์อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ที.ม.อ.	(ไทย) =	ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	มหาวรรค อรรถกถา	(ภาษาไทย)
ม.อุ.อ.	(ไทย) =	มัชฌิมนิกาย	ปปัญจสูทนี	อุปริปัญญาสก์ อรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.ติก.อ.	(ไทย) =	อังคุตตรนิกาย	มโนรณปุรณี	ติกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.สตุตค.อ.	(ไทย) =	อังคุตตรนิกาย	มโนรณปุรณี	สัตตกนิบาต อรรถกถา	(ภาษาไทย)
ช.ธ.อ.	(ไทย) =	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	อรรถกถา	(ภาษาไทย)
ช.ป.อ.	(ไทย) =	ขุททกนิกาย	สัทธรรมปาทีนี	ปฎิสัมภิทามรรค อรรถกถา	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานทั้ง ๔ ในมหาสติปัฏฐานสูตร พระพุทธองค์ตรัสว่า ภาวธรรมวินัยนี้ มีสติตามพิจารณาเห็นภายในกายอยู่เนื่อง ๆ มีความเพียรเพ่งเผากิเลสให้เร่าร้อน มีความรู้ตัวทั่วพร้อมมีความระลึกทั่วทั้งกำลังจิตตภาวนาและโหม่นสโนโลกเสียได้^๑ แม้ในเวทนา จิต และธรรมก็มีนัยเดียวกัน เมื่อสงเคราะห์สติปัฏฐานทั้ง ๔ สามารถแสดงวิธีการปฏิบัติให้เห็นได้เพราะเป็นหนทางให้เกิดญาณปัญญา

ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน สิ่งที่สำคัญคือการรู้หรือรับรู้การพองหรืออาการพองของ ท้อง ให้ทำตั้งแต่ท้องเริ่มพองจนถึงขณะสุดท้ายของการพอง เสมือนว่าได้เห็นการพองนั้นด้วยสายตา และให้ทำเช่นเดียวกันนี้กับการยุบ การกำหนดรู้การพอง ให้กำหนดรู้ในลักษณะที่การระลึกถึงนั้น เกิดขึ้นพร้อมกับการเคลื่อนไหวของท้อง ซึ่งการเคลื่อนไหวและการรับรู้ของจิต ควรเป็นไปในลักษณะ ที่ทับกันสนิทเหมือนกับก้อนหิน ที่ถูกปากระทบเป่า และทำเช่นเดียวกันนี้กับการยุบของท้อง^๒ สิ่งที่ใช้ เป็นอารมณ์ในการเจริญวิปัสสนายานิก ในการกำหนดรู้อาการพอง-ยุบของท้อง เป็นการเจริญ วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานสูตรของวิปัสสนายานิกอีกวิธีหนึ่ง สามารถนำไปสู่การเข้าถึงมรรค ผล นิพพานได้ วิปัสสนายานิก หมายถึง ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน คือ ผู้เจริญวิปัสสนาโดยยังไม่ได้ฌานสมาบัติ มาก่อน เน้นความหมายหนักแน่นว่า วิปัสสนายานิก^๓ ในการเจริญวิปัสสนายานิกใช้เพียงขณิก สมานิ ที่มีเฉพาะอยู่ในอารมณ์ปัจจุบันในขณะนั้น ๆ เป็นการเจริญปัญญา เข้าไปเห็นแจ้งเป็นพิเศษในสภาวะ ของรูป นาม ตามความเป็นจริง คือเห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่าง ๆ ที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยความเป็นรูปนาม และเห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่าง ๆ ที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

การทำงานของจิตเพื่อใช้เป็นฐานความรู้ และเป็นฐานรองรับเพื่อให้ทราบความเป็นจริง ในเรื่องการเจริญวิปัสสนายานิกเพื่อเป็นการยืนยันให้เห็นว่า ในกระบวนการของความเป็นเหตุเป็นผล ของธรรมทั้งหลาย ผู้เจริญวิปัสสนายานิกย่อมรับรู้เวทนาที่เกิดจากมโนสัมผัสได้ชัดเจนขณะเจริญสติ และเมื่อเจริญสติกำหนดรู้รูปนามต่อไป ก็ย่อมอบรมสติและสมาธิให้แก่กล้าขึ้นจนสามารถหยั่งเห็น

^๑ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^๒ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), คำแนะนำในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น, (มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย กองบริการคำสอนและสิ่งพิมพ์, ม.ป.ป., ๒๕๕๕), หน้า ๑.

^๓ ดูรายละเอียดใน ม.ม. ฎีกา (บาลี) ๑/๔๙/๒๕๗, วิสุทธิ. มหาฎีกา (บาลี) ๑/๓/๑๕.

ความดับของอารมณ์ที่กำหนดรู้อยู่นั้นพร้อมทั้งความดับของจิตที่รู้ ดังนั้นจึงสามารถบรรลุถึงวิปัสสนาญาณที่รู้แจ้งความไม่เที่ยงของสภาวะธรรมทางจิตที่เรียกว่าวิถิจิต วิถิจิตคืออะไร คือ การรับรู้อารมณ์ซึ่งมุ่งหมายถึงการรู้ในธรรมดานั้น ไม่ใช่เป็นการรู้ที่พิเศษพิสดารแต่ประการใด ส่วนการรู้แบบพิสดารนั้นเป็นการรู้ด้วยธรรมชาติอย่างอื่น คือ รู้ด้วยสัญญาและรู้ด้วยปัญญาที่เรียกว่าปรมัตถ์ ฉะนั้นเมื่อสรุปแล้วความรู้จึงมี ๓ ประเภท คือ รู้แบบสัญญา รู้แบบปัญญา และรู้แบบวิญญาณ

ในปรมัตถ์ธรรมทั้ง ๔ คือ จิต เจตสิก รูป และนิพพานนั้น จิตปรมัตถ์ธรรมแสดงไว้เป็นอันดับแรกในอรรถกถานั้น เมื่อจำแนกจิตตามภูมิมี ๔ ประเภท คือ กามาวจรจิต ๕๔ รูปาวจรจิต ๑๕ อรูปาวจรจิต ๑๒ และโลกุตตรจิต ๘^๔ ในการปฏิบัติใช้แค่เพียงฌณิกสมาธิ ดังที่ท่านกล่าวว่า

“น หิ ฌณิกสมาธิ วินา วิปัสสนา สมภาวติ”^๕ แปลว่า ปราศจากฌณิกสมาธิเสียแล้ววิปัสสนาย่อมมีไม่ได้^๖

ปรโม อุตตโม อวิปริโต อตโถ ปรมตโถ (อภิธัมมัตถวินิชาเย) ความหมายหรือสภาวะที่ประเสริฐกล่าวคือ ไม่เปลี่ยนแปลงไม่วิปริตผิตเพี้ยนเรียกว่า ปรมัตถ์ แปลว่า สภาวะที่ประเสริฐคือการกำหนดสภาวะที่มีอยู่จริง เป็นสิ่งประเสริฐได้สภาวะธรรม ๔ ประการคือ จิต เจตสิก รูป และนิพพาน จึงได้ชื่อว่าเป็นปรมัตถ์ธรรมในฐานะที่เป็น การกำหนดสภาวะที่มีอยู่จริง ที่ประเสริฐกล่าวคือ กำหนดรู้สภาวะที่โยคีสามารถรู้ประจักษ์แจ้งด้วยตนเองได้ เรียกว่า ปรมัตถะ หมายถึง กำหนดรู้สภาวะที่โยคีสามารถรู้แจ่มแจ้งด้วยญาณของตน^๗

การกำหนดรู้ปรมัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก คือ การกำหนดสภาวะที่โยคีสามารถรู้แจ่มแจ้งด้วยญาณปัญญาของตนจากการเจริญวิปัสสนาล้วน ๆ ที่เกิดขึ้น อย่างมีสติในขณะที่ระลึกที่อยู่ รู้ตัวทั่วพร้อม แล้วน้อมเข้ามาพิจารณากำหนด ให้เข้าใจถึงลักษณะของการปฏิบัติแบบวิปัสสนายานิก เพื่อให้ตรงต่อในการกำหนดสภาวะที่มีอยู่จริง จะอำนวยความสะดวกให้แก่ผู้ใคร่ศึกษาอย่างแท้จริง

ดังเหตุนี้ ผู้วิจัยประสงค์จะศึกษาเรื่องกำหนดอารมณ์ปรมัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก เพื่อให้เกิดความกระจ่างชัดยิ่งขึ้นถึงแนวทางการปฏิบัติ ในการเข้าถึงซึ่งการรับรู้อารมณ์ของจิตนั้นอาศัยเจตสิกทำหน้าที่ประกอบและปรุงแต่งจึงจะสามารถรู้อารมณ์ได้ อีกทั้งยังเป็นการเสริมสร้างองค์ความรู้ใหม่ที่เป็นข้อมูลเชิงวิชาการ และยังสามารถนำไปเป็นบาทฐานสำคัญในการศึกษาค้นคว้า ตลอดทั้งยังเกี่ยวเนื่องต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาและจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อ

^๔ พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตถ์โชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖**, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์วิสุทธี, ๒๕๕๓), หน้า ๑๒.

^๕ ดูเทียบใน วิ.ม.อ. (บาลี) ๑/๕๒๙., วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๑/๑๕, ๒๑,

^๖ วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๓/๕๗๖. กล่าวถึง สุตทวิปัสสนายานิกของผู้ไม่ได้ฌาน, ดูรายละเอียดเพิ่มเติมใน วิ.ม.อ. (บาลี) ๒/๔๖๘., ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๓๒๙., อภิ.วิ.อ. (บาลี) ๒๘๐., ผู้บำเพ็ญวิปัสสนา ไม่จำเป็นต้องได้ฌานก่อนคือ ใช้สมาธิในระดับที่ต่ำกว่าฌานก็ได้.

^๗ พระมหาโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา**, แปลเรียบเรียงโดยจรัญญ ธรรมดา, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรศาสน์ไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๑๓๑.

ความก้าวหน้าในการเจริญญาณ วิปัสสนา มรรค ผล จากการเจริญภาวนาของบุคคลผู้สนใจสืบไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาอารมณ์ปรমัตถ์ของการเจริญวิปัสสนาภาวนา
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาการกำหนดอารมณ์ปรมัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ การเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ อารมณ์ปรมัตถ์ของการเจริญวิปัสสนาภาวนาเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๓ การกำหนดอารมณ์ปรมัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิกเป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่องศึกษาการกำหนดอารมณ์ปรมัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิกนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพภาคเอกสาร (Documentary Research) โดยผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตในการวิจัยเป็นสองส่วน คือ ขอบเขตการวิจัยด้านเอกสาร เพื่อกำหนดเอกสารที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ และขอบเขตการวิจัยด้านการศึกษา เพื่อกำหนดขอบเขตเนื้อหาในประเด็นต่าง ๆ ในการวิจัยครั้งนี้ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) และเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source)

งานวิจัยเรื่องการกำหนดอารมณ์ปรมัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิกนี้ ผู้วิจัยได้แบ่งเอกสารสำหรับการวิจัยออกเป็น ๒ ส่วน คือ

เอกสารชั้นปฐมภูมิ ซึ่งได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา และปกรณ์วิเสส ฉบับที่แปลเป็นภาษาไทยแล้ว โดยผู้วิจัยเลือกใช้คัมภีร์ต่อไปนี้

๑) พระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพุทธศักราช ๒๕๓๙ และพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในการจัดงานฉลองสิริราชสมบัติครบ ๖๐ ปี พุทธศักราช ๒๕๔๙

๒) อรรถกถา ชุด ๙๑ เล่ม ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๕๖

๓) ปกรณ์วิเสส ผู้วิจัยใช้ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค ฉบับแปลโดยสมเด็จพระพุทธาจารย์

(อาจ อาสภมหาเถระ) และฉบับแปลโดยอาจารย์สิริ เพ็ชรไชย และปรภณวิเสสอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

เอกสารชั้นทุติยภูมิ ผู้วิจัยใช้เอกสาร หนังสือ ตำรา บทความ และสื่ออิเล็กทรอนิกส์ของพระเถระ นักปราชญ์ ผู้เชี่ยวชาญและนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาในส่วนที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการศึกษา

ผู้วิจัยกำหนดขอบเขตด้านการศึกษาในเรื่องศึกษากำหนดอรรถปริมัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก ซึ่งการเจริญวิปัสสนาภาวนาในที่นี้เฉพาะการเจริญวิปัสสนาภาวนาแบบวิปัสสนายานิกหรือวิปัสสนายานิกเท่านั้น ดังนั้นจึงจะศึกษาเฉพาะแง่มุมในข้อธรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการกำหนดอรรถทั้งหมดในการเจริญวิปัสสนาภาวนา เช่น ในมหาสติปัฏฐานสูตร ในภาวนาสูต และในพระสูตรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งเป็นการเจริญวิปัสสนาภาวนาแบบวิปัสสนายานิกหรือวิปัสสนายานิกในประเด็นของการกำหนดอรรถปริมัตถ์

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้มีศัพท์เฉพาะที่เกี่ยวข้องที่ผู้วิจัยได้ให้คำจำกัดความไว้ ดังนี้

๑.๕.๑ การกำหนดรู้ หมายถึง การมีสติจดจ่ออย่างต่อเนื่องตามรู้เท่าทันอาการต่างๆ ที่กำลังเกิดอยู่ในกายกับจิตตามความเป็นจริง รู้เท่าทัน ปัจจุบันอารมณ์ได้โดยละเอียด ไม่ขาดช่วง

๑.๕.๒ อรรถปริมัตถ์ หมายถึง การกำหนดรู้ธรรมที่เป็นสภาวะธรรมปัจจุบันตามความเป็นจริงของรูป และนาม ที่เป็นองค์ธรรมอันประเสริฐไม่ผันแปรจากความจริง ได้แก่ ปริมัตถธรรม ๔ ประการ คือ จิต ๘๘ ดวง (อย่างพิสดารมี ๑๒๑ ดวง) เจตสิก ๕๒ ดวง รูป ๒๘ นิพพาน ๑

๑.๕.๓ วิปัสสนายานิก หมายถึง การปฏิบัติวิปัสสนาล้วน ๆ เป็นยาน โดยอาศัยขณิกสมมติ ที่มีเฉพาะอยู่ในอารมณ์ปัจจุบันขณะนั้น ๆ เป็นการเจริญปัญญา เข้าไปรู้ในสภาวะของรูปนามตามความเป็นจริง คือ รู้แจ้งในอารมณ์ต่าง ๆ ที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยความเป็นรูปนามว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งเอกสารออกเป็นสองส่วน คือ เอกสารชั้นปฐมภูมิ ประกอบด้วยคัมภีร์สำคัญทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และปรภณวิเสสวิสุทธิมรรค และเอกสารชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ หนังสือ ตำรา บทความ เอกสารทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย ในส่วนของงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นปัจจุบันผู้วิจัยได้ทบทวนรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องซึ่งเผยแพร่ตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๕๓ เป็นต้นมา มีรายละเอียดดังนี้

๑.๖.๑ เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๑.๑ คัมภีร์พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๒-๑๐ มีเนื้อความกล่าวถึงวิปัสสนาสรูปได้ว่า แนวทางการเจริญวิปัสสนาในมหาสติปัฏฐานสูตร เป็นสูตรที่ว่าด้วยการเจริญสติปัฏฐาน ภิกษุในธรรมวินัยนี้ มีสติตามพิจารณาเห็นกายในกายอยู่เนื่อง ๆ มีความเพียรเพ่งเผากิเลสให้เร่าร้อน มีความรู้ตัวทั่วพร้อม มีความระลึกทั่ว ฟังกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ ย่อมมีธรรมเป็นเครื่องอยู่ในปัจจุบัน^๘

๑.๖.๑.๒ คัมภีร์อรรถกถา เล่มที่ ๗ มีเนื้อความกล่าวถึงการกำหนดรู้ปรมาัตถ์ของวิปัสสนายานิก สรูปได้ว่า ภิกษุทั้งหลาย สิ่งซึ่งปวงควรกำหนดรู้คืออะไร คือ ตา รูป จักขุวิญญูณ จักขุสัมผัส สุข เวทนา ทุกขเวทนา หรือแม้ทุกขมสุขเวทนา ที่เกิดขึ้นเพราะจักขุสัมผัสเป็นปัจจัย ควรกำหนดรู้ทุกอย่าง^๙

๑.๖.๑.๓ คัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค พระพุทธโฆษาจารย์ มีเนื้อความกล่าวถึงการกำจัดความมืดด้วยแสงแห่งพระอาทิตย์ สรูปได้ว่า ปัญญาที่โยคีทำให้เกิดขึ้นแล้ว ย่อมทำลายข่ายกิเลสทุกอย่างให้พินาศไป เหมือนวิปัสสนากาวนาเป็นแสงสว่างให้เห็นประจักษ์ด้วยตนเอง^{๑๐}

๑.๖.๒ เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๒.๑ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน” ได้แสดงอารมณ์วิปัสสนา สรูปได้ว่า “การปฏิบัติวิปัสสนาก็คือการกำหนดรู้ชัดในอารมณ์ระลึกอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ สามารถรู้เห็นความไม่เที่ยงของรูปเป็นอารมณ์ที่สติรู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบันขณะ”^{๑๑}

๑.๖.๒.๒ พระธรรมธีรราชหมานี (โชดก ญาณสิทธิ) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “หลักปฏิบัติสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน” แสดงหลักการของการปฏิบัติวิปัสสนาขั้นต้น สรูปได้ว่า “ในขั้นแรก ผู้ปฏิบัติมีสติกำหนดรูป-นาม ตามอารมณ์และอริยาบถนั้น ข้อสำคัญต้องให้ได้ปัจจุบันอารมณ์มากที่สุด เพราะอารมณ์ปัจจุบันนั้น ทำลายสันตติของรูป-นามให้แยกออกจากกัน”^{๑๒}

๑.๖.๒.๓ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “หนังสือพุทธธรรม” แสดงความหมายวิปัสสนายานิก สรูปได้ว่า “วิปัสสนายานิก ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน คือ ผู้เจริญวิปัสสนา โดยยังไม่ได้ฌานสมาบัติมาก่อน การปฏิบัติวิปัสสนาในรูปแบบนี้เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า วิปัสสนายานิก

^๘ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^๙ ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/๕๖/๓๑๙.

^{๑๐} พระพุทธโฆษาจารย์, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจาสมมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพฯ, ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑๘๓-๑๑๘๔.

^{๑๑} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, หน้า ๙๘-๑๑๖.

^{๑๒} พระธรรมธีรราชหมานี (โชดก ญาณสิทธิ), **หลักปฏิบัติสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๑๖๗.

เรียกเต็มเพื่อเน้นความหมายให้หนักแน่นว่า สุทธวิปัสสนาญาณิก”^{๑๓}

๑.๖.๒.๔ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสุมมหาเถระ) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “อริยวิงสปฏิปทา” สรุปได้ว่า “วิปัสสนา คือ การเจริญปัญญาเข้าไปเห็นแจ้งเป็นพิเศษในสภาวะธรรม (รูปนาม) ตามความเป็นจริง กล่าวคือ เห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่าง ๆ ที่ปรากฏทางหู ตา จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยความเป็นรูปนาม เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม ผู้เจริญวิปัสสนาพึงเจริญสติระลึกรู้รูปนามปรมาณ (สภาวะที่มีอยู่จริง) เท่านั้น ไม่ควรใส่ใจต่อบัญญัติ (สภาวะที่ไม่มีอยู่จริง) แม้ในปรมาณควรกำหนดรู้สภาวะที่เป็นโลกียธรรม ไม่ควรกำหนดรู้โลกุตตรธรรม”^{๑๔}

๑.๖.๒.๕ พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “วิปัสสนาภูมิ” สรุปได้ว่า “การมีโยนิโสมนสิการ คือ การทำไว้ในใจโดยแยบคาย พร้อมด้วยการมีสติ คือ การระลึก รู้สึกตัวทั่วพร้อมในขณะที่ฟังธรรมอยู่ อายตนะถือเป็นวิปัสสนาภูมิ ดังที่พระพุทธเจ้าแสดงไว้ว่า การปฏิบัติเจริญวิปัสสนากรรมฐานให้กำหนดอายตนะเป็นอารมณ์ คือ อายตนะเป็นกรรมฐาน กล่าวคือเป็นที่ตั้งของวิปัสสนาของสติเรียกว่า วิปัสสนาภูมิ”^{๑๕}

๑.๖.๒.๖ พระปัญญาวโรภิกขุ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเบื้องต้น” สรุปได้ว่า “การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ คือ การมองให้เห็นความเป็นจริงอย่างหยั่งลึก อันจะเกิดขึ้นได้ ด้วยการบ่มเพาะสติให้สังเกตความเรียงง่ายของการปฏิบัติ เช่น รับรู้ ว่า จิตคือจิต, รู้ว่า กายคือกาย, รับรู้สิ่งที่เกิดอยู่ในปัจจุบันตามที่มันเป็นอยู่ การปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน คือ การตามรู้อย่างง่าย ๆ ด้วยการรับรู้ตรงมาไม่ใช่การใช้ความคิดอย่างซับซ้อนเกี่ยวกับสิ่งที่เกิดขึ้น ทั้งหมดที่เราต้องการทำในการปฏิบัติ คือ การเฝ้าดูสิ่งที่เกิดขึ้นกับเรา และสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นก็เกิดกับกายและใจของเรา”^{๑๖}

๑.๖.๒.๗ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์จำลอง ดิษยวณิช ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “วิปัสสนากรรมฐานและเขาวนอารมณ์” แสดงหลักสติเป็นธรรมที่ปรารถนา สรุปได้ว่า “ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สติก็คือการระลึกได้และการถือไว้ในรูปนามที่กำลังเกิดขึ้น ในอีกความหมายหนึ่ง สติมีลักษณะแนบชิด ช่วยทำให้จิตแนบแน่นอยู่กับอารมณ์อันใดอันหนึ่ง จิตจะได้ไม่ลอย ไม่ฟุ้งซ่าน จิตจะจ้องและจับแน่นอยู่กับอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานคือรูปนาม ซึ่งเป็นอารมณ์ปรมาณ พระอรุณกถาจารย์ได้เปรียบเทียบไว้อย่างน่าฟังว่า ตามปกติลูกน้ำเต้า เมื่อตากไว้จนแห้งจะมีน้ำหนักเบา ครั้นโยนลงไปใบบ่อน้ำจะไม่จม ลอยไปลอยมาไม่อยู่นิ่ง ลักษณะเช่นนี้คล้ายกับคนที่ขาดสติ จิตใจจะล่องลอย ฟุ้งซ่าน และหวั่นไหว ในทางตรงกันข้าม เมื่อเอาก้อนหินโยนลงไปใบบ่อน้ำก้อนหินจะค่อยๆจม

^{๑๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทธรรมมิก จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๘๒๒.

^{๑๔} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสโม), อริยวิงสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๓๖-๓๘.

^{๑๕} พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาภูมิ, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (พระนครศรีอยุธยา: บริษัทบุญศิริ การพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๗๕.

^{๑๖} พระปัญญาวโร ภิกขุ, หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเบื้องต้น, แปลโดย ฉัตรนคร อดิศัย, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๓๐.

ลงและไปเกาะแน่นอยู่กับก้อนบ่อ”^{๑๗}

๑.๖.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๓.๑ พระบุญธรรม อธิจิตโต (สีระสา) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาจิตและเจตสิกในจิตตานุปัสสนาภาวนา” ผลการวิจัยพบว่า “จิตเป็นปรมัตถธรรมประเภทหนึ่ง มีสามัญลักษณ์ของการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นธรรมชาติรู้อารมณ์ คือ ได้รับอารมณ์อยู่เสมอ จึงเรียกว่า รู้อารมณ์หรือเป็นธรรมชาติที่ทำให้ความเป็นอยู่ของสัตว์ทั้งหลายให้วิจิตร ความดับของจิตนี้ย่อมเป็นไปอย่างรวดเร็ว หากที่จะหาอะไรมาเปรียบเทียบได้ ธรรมชาติของจิตมี ๓ ประการ คือ มีการรับอารมณ์อยู่เสมอ เป็นใหญ่และเป็นประธานในธรรมทั้งปวง คือ เป็นเหตุให้เจตสิกทั้งหลายรู้อารมณ์ ทำให้สิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิตวิจิตรพิสดาร จิตเป็นนามธรรม เป็นธรรมชาติที่ไปได้ไกล เพียงแต่นึกก็ถึงแล้ว เทียบไปดวงเดียว คือ รู้อารมณ์ได้ที่ละอย่าง ไม่มีรูปร่างสัณฐาน อาศัยทथยัตถุเกิด เจตสิกเป็นธรรมชาติที่อาศัยจิตเกิด มีลักษณะ ๔ ประการ คือ เกิดพร้อมกับจิต ดับพร้อมกับจิต รับอารมณ์เดียวกันกับจิต อาศัยวัตถุอันเดียวกับจิตเกิด (อาศัยวัตถุเกิดเฉพาะในปัญจะโวกาลภูมิเท่านั้น)”^{๑๘}

๑.๖.๓.๒ พระสันติชัย สติเว पुलโล (ยุศกระโทก) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแบบยุคนันทนัยที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า “หลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นหนทางสายเอกที่จะนำไปสู่การรู้แจ้งในสัจธรรม และเข้าถึงความจริง ซึ่งเป็นสภาวะถูกทำลายไป อันเป็นจุดมุ่งหมายของผู้ปฏิบัติ ฉะนั้น พระวิปัสสนาจารย์ จึงใช้หลักสติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏในสติปัฏฐานสูตร ด้วยการกำหนดรู้ในกาย เวทนา จิต ธรรม เป็นกรอบในการปฏิบัติและตรวจสอบความก้าวหน้าทางจิต”^{๑๙}

๑.๖.๓.๓ พระครูปลัดสุนทร สุนทรโธ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแบบพอง-ยุบตามแนวการปฏิบัติของพระโสภณมหาเถระ” ผลการวิจัยพบว่า “การปฏิบัติวิปัสสนาแบบพอง-ยุบเป็นวิธีการปฏิบัติที่คิดค้นแนวทางการเจริญโดยพระโสภณมหาเถระ หรือ (มหาสี สยาดอ) โดยท่านค้นพบวิธีเจริญวิปัสสนาแบบพอง-ยุบ ตามหลักฐานที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร กายานุปัสสนา หมวดธาตุนสิกการปัพพะ ว่าด้วย วาโยธาตูปัพพะ คือ การพิจารณาธาตุลม เป็นลมในท้องที่ต้นลมให้พองออกและยุบลง โดยความเป็นรูป และนาม พิจารณารูปนามโดย

^{๑๗} ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์จำลอง ดิษยวณิช, วิปัสสนากรรมฐานและเขาวนอารมณ์, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๔๙), หน้า ๒๓-๒๔.

^{๑๘} พระบุญธรรม อธิจิตโต (สีระสา), “การศึกษาจิตและเจตสิกในจิตตานุปัสสนาภาวนา” วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิปัสสนาภาวนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า บทคัดย่อ.

^{๑๙} พระสันติชัย สติเว पुलโล (ยุศกระโทก) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแบบยุคนันทนัยที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า บทคัดย่อ.

ความเป็นพระไตรลักษณ์”^{๒๐}

๑.๖.๓.๔ พระอริการติเรก ธิรญาโณ (สีหะ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการบรรลุธรรมของ วิปัสสนายานิกบุคคล” ผลการวิจัยพบว่า หลักการปฏิบัติของวิปัสสนายานิกบุคคล พบว่า การกำหนด รู้อาการฟอง-ยุบของท้อง เป็นการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ของวิปัสสนายานิกบุคคลอีกวิธีหนึ่ง ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติที่ทำให้สามารถบรรลุมรรค ผล นิพพานได้จริง เผยแผ่โดยท่านมหาสีสยาตอ อาจารย์ผู้แตกฉานทางด้านปริยัติและปฏิบัติ ในการกำหนดรู้อาการฟอง-ยุบ ของท้องว่าฟองหนอ-ยุบ หนอ เป็นอารมณ์หลักนั้น จัดเป็นธาตุกัมมัฏฐาน เรียกว่า กุจฉิสยวาโยธาตุ ซึ่งเป็นธาตุลมที่เกิดในช่อง ท้อง ก่อนทำการปฏิบัติ ควรแสวงหาสถานที่สัปปายะ ตัดปลิวโผติ เข้าหากัลยาณมิตร และสำรวม อินทรีย์ ตามลำดับ เพื่อการบรรลุประโยชน์ที่พึงหวังได้ตามฐานะของตนในระหว่างการปฏิบัติ นั้น ระดับสมาธิที่ใช้ คือ ขณิกสมาธิ หรือสมาธิชั่วขณะเท่านั้น จึงควรรักษาความต่อเนื่องของสมาธิด้วย การผ่อนคลาย ผ่อนยาวในคำบริกรรมให้พอเหมาะ เมื่อสมาธิจิตมีกำลังวิปัสสนาญาณก็เกิดขึ้น^{๒๑}

๑.๖.๓.๕ นางสาวรณ์ แฉงนกร ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักวิธีอบรมจิตและเจริญ ปัญญาในมหาสังจกสูตร” ผลการวิจัยพบว่า “การอบรมจิต เป็นวิธีฝึกจิต ให้สงบระงับจากนิวรณ์ ผู้ที่ เจริญวิปัสสนาโดยไม่ต้องอาศัยอุچارสมาธิและอัปนาสมาธิ ชื่อว่า วิปัสสนายานิก (สุทธวิปัสสนายา นิก) ผู้ปฏิบัติเริ่มเจริญวิปัสสนา โดยกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เป็นรูปนามทันที ขณิกสมาธิที่เกิดขึ้นเป็น สมาธิที่ตั้งมั่นอยู่ในช่วงที่จิตอยู่ในขณะที่กำหนดเท่านั้น ขณะที่สมาธิมีกำลังกล้าแข็งสามารถข่มนิวรณ์ ได้ก็จะเกิดวิปัสสนาญาณ รู้เห็นรูปนามอย่างชัดเจน คือ นามรูปปริจเฉทญาณ เป็นต้น จนกระทั่งบรรลุ มรรคญาณและผลญาณในที่สุด เรียกว่า ปัญญาวิมุตติ หรือวิปัสสนายานิก”^{๒๒}

๑.๖.๓.๖ นัตติมา ชุตวงแก้ว ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบเจตสิกธรรมใน พระอภิธรรมปิฎกกับพระสุตตันตปิฎกได้กล่าวถึง” ผลการวิจัยพบว่า “เจตสิกที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพ กายและสุขภาพจิตของบุคคล ดังจะเห็นได้ว่า ความสุขและความทุกข์ของคนเรานั้น ล้วนเกี่ยวข้องกับ เจตสิกทั้งสิ้น เจตสิกที่มีอิทธิพลทำให้สุขภาพจิตไม่ดีเป็นจิตที่เศร้าหมอง คือ อกุศลเจตสิก ได้แก่ โลภะ โทสะ โมหะ ที่พระพุทธองค์ตรัสว่าเป็นรากเหง้าของอกุศล และจิตที่มีสุขภาพดี คือจิตที่ประกอบด้วย กุศลเจตสิก (โสภณเจตสิก) ได้แก่ ปัญญา สติ ศรัทธา เมตตา กรุณา เป็นต้น เป็นจิตที่ผ่องแผ้วเหมาะ แก่การทำงานทั้งทางโลก และการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายในพระพุทธศาสนา การปฏิบัติเพื่อการ พัฒนาจิต ให้มีสุขภาพดี จึงหมายถึงการปฏิบัติ เพื่อให้กุศลเจตสิกเกิดขึ้น การปฏิบัตินี้พระพุทธเจ้า

^{๒๐} พระครูปลัดสุนทร สุนทรโร (แช่เตียว) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแบบ ฟอง-ยุบตามแนวการปฏิบัติของพระโสภณมหาเถระ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต** สาขาวิปัสสนาภาวนา. (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๕. หน้า บทคัดย่อ.

^{๒๑} พระอริการติเรก ธิรญาโณ (สีหะ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการบรรลุธรรมของวิปัสสนายานิก บุคคล”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต** สาขาวิปัสสนาภาวนา. (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลง กรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๖. หน้า บทคัดย่อ.

^{๒๒} นางสาวรณ์ แฉงนกร, “ศึกษาหลักวิธีอบรมจิตและเจริญปัญญาในมหาสังจกสูตร” **วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, สาขาวิปัสสนาภาวนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า บทคัดย่อ.

ทรงแสดงไว้เป็นจำนวนมาก เมื่อกล่าวโดยรวมแล้ว ได้แก่ การปฏิบัติตามหลัก ศีล สมาธิ ปัญญา นั้นเอง”^{๒๓}

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่าเอกสารงานวิจัยใดที่เกี่ยวข้องมีการศึกษาเรื่องการกำหนดอารมณ์ปรมาัตถ์ของเจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิกไว้หลายข้อธรรม เพียงแต่มีการศึกษาที่ได้วิจัยเฉพาะแง่มุมที่สอดคล้อง และใกล้เคียงกันเท่านั้น แต่ทั้งนี้ยังไม่ปรากฏงาน การศึกษาวิจัยในเชิงเอกสารที่ศึกษากำหนดอารมณ์ปรมาัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก อย่างครอบคลุมประเด็นเนื้อหาทั้งหมด มีเพียงสามารถใช้เป็นแนวทางในการวิจัยเท่านั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งไม่เคยปรากฏงานวิจัยที่กล่าวถึงอย่างชัดเจน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเรื่องการ กำหนดอารมณ์ปรมาัตถ์ของเจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิกให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น เพื่อเพิ่มเติมใน รายละเอียดเกี่ยวกับทุกขเวทนา อันจะเป็นประโยชน์แก่อุทิศต่อผู้สนใจในการศึกษาและเป็นพื้นฐานใน การเจริญวิปัสสนาภาวนาให้ดำเนินสู่มรรค ผล นิพพาน สืบต่อไป

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยการกำหนดอารมณ์ปรมาัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก ฉบับนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพภาคเอกสาร ผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนการวิจัย ดังนี้

๑.๗.๑ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ เอกสารชั้นทุติยภูมิ ตามประเด็นที่ได้ กำหนดไว้

๑.๗.๒ เรียบเรียง ตรวจสอบความถูกต้องและความน่าเชื่อถือ ตลอดจนจัดลำดับความสำคัญของข้อมูลเนื้อหาจากแหล่งที่มา

๑.๗.๓ ขอคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้าน เพื่อกำหนด ประเด็นเพิ่มเติมหรือรายละเอียดในประเด็นอื่นใดที่เกี่ยวข้อง

๑.๗.๔ วิเคราะห์ สังเคราะห์ ข้อมูลที่ได้ ตามคำแนะนำจากคณาจารย์ตามข้อที่แล้ว และ สรุปลงให้ตอบปัญหาการวิจัยที่ตั้งไว้

๑.๗.๕ ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์โดยการเข้าพบกับอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญเป็นระยะ ๆ

๑.๗.๖ แก้ไข ปรับปรุง นำเสนอผลงานในเชิงวิชาการ

^{๒๓} นัตติมา ชูดวงแก้ว “การศึกษาเปรียบเทียบเจตสิกธรรมในพระอภิธรรมปิฎกกับพระสูตรตันตปิฎก” วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๕. หน้า บทคัดย่อ.

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๑.๘.๑ ทำให้ทราบการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๘.๒ ทำให้ทราบอารมณ์ปรমัตถ์ของการเจริญวิปัสสนาภาวนา
- ๑.๘.๓ ทำให้ทราบการกำหนดอารมณ์ปรมัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก

บทที่ ๒

การเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

การเจริญวิปัสสนาภาวนา ตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตรซึ่งถือเป็นหลักจากพระโอษฐ์ของพระบรมศาสดาโดยตรง ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร และปรากฏในพระสูตรต่าง ๆ อีกมากมาย ต้องมีองค์ประกอบหรือองค์คุณ (อาตภาพิ, สัมปะชาโน, สติมา) ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ตามหลักธรรมที่ได้สังคายนาครั้งแรก เรียกว่า นิกายเถรวาท ในพระพุทธศาสนาเถรวาท มีหลักธรรมอันเป็นแนวทางสิ้นสุดแห่งกองทุกข์ทั้งปวง ซึ่งเรียกว่า อริยสัจ^๑ หมายถึง ความจริงอย่างประเสริฐ ความจริงที่ทำให้คนเป็นอริยะ เป็นแนวทางปฏิบัติแห่งการสิ้นทุกข์โดยชอบ คือ สติปัฏฐาน ๔ หมายถึง ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ เป็นแนวทางในการปฏิบัติ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า วิปัสสนาภาวนา เป็นหลักที่สำคัญที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ ว่าเป็นหนทางแห่งการหลุดพ้นจากอาสวะกิเลส

ดังนั้น ผู้ศึกษาได้กำหนดประเด็นการศึกษา พระพุทธศาสนาเถรวาทกับการเจริญวิปัสสนาภาวนา ในคัมภีร์ไว้ดังนี้

๒.๑ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา

๒.๒ ประเภทของการเจริญวิปัสสนาภาวนา

๒.๓ ความสำคัญของการเจริญวิปัสสนาภาวนา

๒.๔ วิปัสสนาภูมิ ๖

๒.๕ หลักการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔

๒.๖ การกำหนดอารมณ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

๒.๗ สรุปท้ายบท

๒.๑ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา

วิปัสสนา หมายถึง ความเห็นแจ้ง คือ เห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวะธรรม ปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์อันให้ถอนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารเสียได้ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดภาวะของสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นของมันเอง

ภาวนา หมายถึง การทำให้มีขึ้น การทำให้เกิดขึ้น การเจริญ การบำเพ็ญ การพัฒนา

^๑ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๓๒๘

ภาวนา แปลว่า ทำให้มีขึ้นเป็นขึ้น ทำให้เกิดขึ้น การเจริญ มีความหมาย ๔ อย่าง คือ

- ๑) ภาวนา ความหมายว่า ธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นในภาวนานั้นไม่ล่วงเลยกัน
- ๒) ภาวนา ความหมายว่า อินทรีย์ทั้งหลายมีรสเป็นอย่างเดียวกัน
- ๓) ภาวนา ความหมายว่า นำความเพียรที่สมควรแก่ธรรมนั้นเข้าไป
- ๔) ภาวนา ความหมายว่า ปฏิบัติเนื่อง ๆ^๒

คัมภีร์อรรถกถาให้ความหมายที่พอจะสรุปได้ดังนี้

- ๑) คัมภีร์อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต ให้ความหมายว่า ปัญญาที่กำหนดรู้สังขาร
- ๒) คัมภีร์อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต ให้ความหมายว่า การใคร่ครวญธรรม หมายถึงการเพ่งพินิจพิจารณาเห็นธรรม โดยความเป็นสภาวะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และอนัตตา
- ๓) เอกัคคตาคจิต และสังขารปริคคหวิปัสสนาญาณ ปัญญาเห็นแจ้งการกำหนดสังขารว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

๔) ปัญญาภิรียาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียดความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความคันคิด ความใคร่ครวญปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเหมือนปฏัก ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศาสตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ความสว่าง คือปัญญา แสงสว่าง คือปัญญา ปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงมกมาย เลือกเฟ้นธรรมสัมมาทิฐิ^๓

๖) วิปัสสนา คือ ความรู้ที่ทำให้เกิดความเห็นแจ้ง เข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงมี ๘ อย่าง คือ

- ๖.๑. อุทัพพยานุปีสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นความเกิด และดับ
- ๖.๒. กังคานุปีสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นความสลาย
- ๖.๓. ภัยตูปัญฐานญาณ ญาณอันหยั่งเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว
- ๖.๔. อาทีนวานุปีสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นโทษ
- ๖.๕. นิพพิทานุปีสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นด้วยความหน่าย
- ๖.๖. มุญจิจตุกัมยตาญาณ ญาณอันคำนึงด้วยใคร่จะพ้นไปเสีย
- ๖.๗. ปฏิสังขานุปีสสนาญาณ ญาณตามเห็นการพิจารณาหาทาง

^๒ ขุ.ป. ไทย ๓๑/๒/๔๑๔.

^๓ ดูรายละเอียดใน อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖.

๖.๘. สังขารเพกขาญาณ ญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร

๖.๙. สัจจานุโลมิกญาณ หรืออนุโลมญาณ ญาณเป็นไปโดยอนุโลมแก่การหยั่งรู้

อริยสัจ

๗) วิปัสสนา คือ อนุปัสสนา ๗ ประการ ประกอบด้วย

๗.๑. อนิจจานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง

๗.๒. ทุกขานุปัสสนา พิจารณาเห็นความเป็นทุกข์

๗.๓. อนัตตานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตน

๗.๔. นิพพิทานุปัสสนา พิจารณาเห็นความน่าเบื่อหน่าย

๗.๕. วิราคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความคลายกำหนัด

๗.๖. นิโรธานุปัสสนา พิจารณาเห็นความดับกิเลส

๗.๗. ปฏินิสสัคคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความสลัดทิ้งกิเลส

๘) วิปัสสนาญาณ^๔ ความหยั่งรู้ที่เกิดขึ้นแก่ผู้เจริญวิปัสสนาตามลำดับ มี ๑๖ ประการ

๘.๑. นามรูปปริจเฉทญาณ ญาณกำหนดรู้นาม และรูป

๘.๒. ปัจจยปริคคหญาณ ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนาม และรูป

๘.๓. สัมมสนญาณ ญาณที่กำหนดรู้ด้วยพิจารณาเห็นนาม และรูปโดยไตรลักษณ์

๘.๔. อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นความเกิด และความดับ

๘.๕. ภังคานุปัสสนาญาณ ญาณอันมีความเห็นว่าสังขารทั้งปวงล้วนจะต้องสลายไป

หมด

๘.๖. ภัยตูปัญฐานญาณ ญาณอันมองเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว เพราะล้วนแต่จะต้องสลายไปไม่ปลอดภัยทั้งสิ้น

๘.๗. อาทีนวานุปัสสนาญาณ ญาณอันคำนึงเห็นสังขารทั้งปวงนั้นว่าเป็นโทษ

๘.๘. นิพพิทานุปัสสนาญาณ ญาณอันคำนึงเห็นด้วยความหน่าย

๘.๙. มุญจิตุกัมยตาญาณ ญาณอันคำนึงด้วยใคร่จะพ้นไปเสีย เมื่อหน่ายสังขารทั้งหลายแล้ว ย่อมปรารถนาที่จะพ้นไปเสียจากสังขารเหล่านั้น

^๔ ดูรายละเอียดใน สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ, ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ. ๙, Ph.D.), อริยวັงสปฏิปทา, หน้า ๘๕.

- ๘.๑๐. ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ ญาณอันคำนึงพิจารณาหาทาง เพื่อมองหาอุบายที่จะปลดเปลื้องออก
- ๘.๑๑. สังขารุเพกขาญาณ ญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร ไม่นิยมยินดีร้ายต่อสังขารทั้งหลาย
- ๘.๑๒. สัจจานุโลมิกญาณ หรืออนุโลมญาณ ญาณอันเป็นไปโดยอนุโลม ได้แก่การหยั่งรู้ร้อยสัจ
- ๘.๑๓. โคตรภูญาณ ญาณหยั่งรู้ที่เป็นหัวข้อแห่งการข้ามพ้นจากภาวะปุถุชน เข้าสู่ภาวะอริยบุคคล
- ๘.๑๔. มัคคญาณในอริยมรรค ความหยั่งรู้ที่ทำให้สำเร็จภาวะอริยบุคคลแต่ละขั้น
- ๘.๑๕. ผลญาณในอริยผล ความหยั่งรู้ที่เป็นผลสำเร็จของพระอริยบุคคลขั้นนั้นๆ
- ๘.๑๖. ปัจจเวกขณญาณ ญาณหยั่งรู้ด้วยการพิจารณาทบทวน สำเร็จจุ่มรรคผลกิเลสที่ละแล้ว กิเลสที่เหลืออยู่ และนิพพาน

คัมภีร์เถรวาทท่านได้กล่าวถึงวิปัสสนาไว้ คือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดีปัญญาเหมือนรัตนะ ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฐิ ในสมัยนั้นชื่อว่า วิปัสสนา ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^๔

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้ให้คำนิยามของคำว่า วิปัสสนา หมายถึงความเห็นแจ้ง คือ เห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวะธรรมนั้น ปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์อันให้ออนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารเสียได้ และยังเป็นการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้ชัดภาวะของสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นของมันเอง^๖

จากการศึกษาพบว่า วิปัสสนาปัญญา หรือวิปัสสนาญาณ คือการที่เห็นแจ้งในรูป-นามที่เป็นไปในลักษณะทั้ง ๓ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา โดยความเป็นจริง ที่จะสามารถถือเอา มรรค ผล นิพพานได้ และเป็นหลักปฏิบัติเพื่อพัฒนาจิต และปัญญาที่สูงสุด

๒.๒ ประเภทของการเจริญวิปัสสนากาวนา

ประเภทของการเจริญวิปัสสนามี ๔ แบบ คือ

๑. สมถปุพพังคมวิปัสสนา วิปัสสนามีสมถะนำหน้า

^๔ ดูรายละเอียดใน อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖.

^๖ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๗๓.

๒. วิปัสสนาปุพพังคมสมณะ สมณะมีวิปัสสนานำหน้า

๓. ยุคนัทสมณวิปัสสนา สมณะและวิปัสสนาเข้าคู่กัน

๔. ธัมมัทธัจจวิคคหิตมานัส วิถีปฏิบัติเมื่อจิตถูกชักให้เขวด้วยธรรมุธัจจ คือความฟุ้งซ่าน ธรรม หรือตื่นธรรม^๗

ในการเจริญวิปัสสนากาถา เป็นการที่ต้องกำหนดรู้ปัจจุบันธรรมอันปรากฏที่ฐานทั้ง ๔ คือกาย เวทนา จิต ธรรม หรือรูปนามเป็นอารมณ์ปรมาตถ์ โดยต้องควบคุมกายวาจาให้เป็นปกติด้วยศีล ควบคุมจิตให้ตั้งมั่นด้วยสมาธิ จนปรากฏวิปัสสนาญาณตามลำดับ เป็นวิธีที่พระอานนท์แสดงมรรค ๔ แก่ภิกษุทั้งหลายว่า ผู้มีอายุทั้งหลาย ผู้ใดก็ตามไม่ว่าจะเป็นภิกษุหรือภิกษุณี ย่อมทำให้แจ้งอรหัตในสำนักของเราด้วยมรรคครบทั้ง ๔ ประการ หรือมรรคใดมรรคหนึ่ง บรรดามรรค ๔ ประการนี้ คือ

๑. ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญวิปัสสนามีสมณะนำหน้า เมื่อเธอเจริญวิปัสสนามีสมณะนำหน้า มรรคย่อมเกิด เธอปฏิบัติ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอปฏิบัติ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยย่อมสิ้นไป

๒. ภิกษุเจริญสมณะมีวิปัสสนานำหน้า เมื่อเธอเจริญสมณะมีวิปัสสนานำหน้า มรรคย่อมเกิด เธอปฏิบัติ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นเมื่อเธอปฏิบัติ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยย่อมสิ้นไป

๓. ภิกษุเจริญสมณะและวิปัสสนาคู่กันไป เมื่อเธอเจริญสมณะและวิปัสสนาคู่กันไป มรรคย่อมเกิด เธอปฏิบัติ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอปฏิบัติ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยย่อมสิ้นไป

๔. ภิกษุผู้มีใจถูกอุทัจจะในธรรมกันไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดแก่เธอ เธอปฏิบัติ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอปฏิบัติ เจริญทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยย่อมสิ้นไป

ผู้ใดผู้หนึ่งก็ตามไม่ว่าจะเป็นภิกษุหรือภิกษุณีย่อมทำให้แจ้งอรหัตในสำนักของเรา ด้วยมรรคครบทั้ง ๔ ประการหรือมรรคใดมรรคหนึ่งบรรดามรรค ๔ ประการนี้^๘

ข้อที่ ๑ สมณปุพพังคม วิปัสสนา ภาเวติ สมณปุพพังคมวิปัสสนา วิปัสสนามีสมณะนำหน้า ในคัมภีร์ปฏิสัมภทามัคค์ อธิบายไว้ว่า เบื้องต้นนั้น มีจิตเป็นสมาธิไม่ฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจแห่งเนกขัมมะเป็นสมาธิ ต่อจากนั้นใช้ปัญญาที่เกิดจากความสงบ พิจารณาเห็นสภาวะธรรมที่เกิดในสมาธินั้น โดยพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา วิถีปฏิบัติอย่างนี้ ชื่อว่า สมณะจึงมีก่อน วิปัสสนามีภายหลัง “เจริญวิปัสสนามีสมณะนำหน้า”

ข้อที่ ๒ วิปัสสนาปุพพังคม สมณ ภาเวติ วิปัสสนาปุพพังคมสมณะ เจริญสมณะโดยมีวิปัสสนานำ ที่เรียกว่าวิปัสสนานำ เพราะใช้ปัญญาพิจารณาสภาวะธรรมโดยความไม่เที่ยง โดยความ

^๗ อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๘, ขุ.ป.(ไทย)

^๘ ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑/๔๑๓-๔๑๔.

เป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา ในขณะที่ใช้ปัญญาพิจารณาภาวธรรมจิตมีความสงบ สภาวะที่จิตปลอดโปร่งธรรมทั้งหลายที่เกิดในวิปัสสนานั้นเป็นอารมณ์ และสภาวะที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ไม่ฟุ้งซ่าน เป็นสมาธิ วิปัสสนาจึงมีก่อน สมถะมีภายหลัง ด้วยประการดังนี้ เรียกว่า “เจริญสมถะมีวิปัสสนานำหน้า”

ข้อที่ ๓ สมถวิปัสสนิ ยุคนทฺธิ ภาเวติ ยุคนฺทสมถวิปัสสนา เจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไป ในปฏิสัมภิทามัคค์ อธิบายว่า ผู้ปฏิบัติเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไป

ตัวอย่างเช่น เมื่อละอุทัจจะ จึงมีสมาธิคือความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่าน มีนิโรธเป็นอารมณ์ ละอวิชชาได้ เกิดวิปัสสนาเพราะพิจารณารู้เห็นตามเป็นจริงมีนิโรธเป็นอารมณ์ อย่างนี้เรียกว่า สมถะและวิปัสสนาจึงมีรสเป็นอย่างเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเลยกันด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์ ดังนี้ เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า “ภิกษุเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไปด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์”^๙ สำหรับผู้ที่เป็นฌานลาภีสามารถที่จะพิจารณาหลังจากออกจากฌานแล้วควบคู่กันไปดังนี้ คือออกจากปฐมฌาน ก็นำธรรมในปฐมฌานมาพิจารณา ออกจากทุติยฌาน ก็นำธรรมในทุติยฌานนั้นมาพิจารณา ทำโดยทำนองนี้ไปตามลำดับแห่งฌาน^{๑๐} เป็นการเจริญสมถะวิปัสสนาคู่กันไปด้วยอาการ ๑๖ อย่าง^{๑๑} ในการปฏิบัติดังกล่าวนี้มีได้หมายถึงการเจริญพร้อมกันทั้งสอง เพราะไม่สามารถพิจารณาสังขารด้วยจิตเดียวกันกับที่เข้าสมาบัติได้ แต่หมายถึงเข้าสมาบัติถึงไหนก็พิจารณาสังขารถึงนั้น พิจารณาสังขารถึงไหนก็เข้าสมาบัติถึงนั้น คือเข้าปฐมฌาน ออกจากปฐมฌานแล้วพิจารณาสังขารธรรม ครั้นพิจารณาสังขารธรรมแล้วเข้าทุติยฌาน ออกจากทุติยฌานแล้วพิจารณาสังขารธรรมอีก ครั้นพิจารณาแล้วเข้าตติยฌาน ฯลฯ เข้าเนวสัจญานาสัจญายตนสมาบัติ ออกแล้วก็พิจารณาสังขารธรรมอีก อย่างนี้ชื่อว่า เจริญสมถะวิปัสสนาคู่กันไป

ข้อที่ ๔ ธมฺมุทฺถจฺจวิคฺคหิตํ มานสํ โหติ ธมฺมุทฺถจฺจวิคฺคหิตมานสํ มีใจถูกอุทัจจะในธรรมกันไว้ วิธีปฏิบัติในข้อที่ ๔ นี้เป็นทางออกหรือวิธีปฏิบัติเมื่อจิตเขวเพราะธมฺมุทฺถจฺจ^{๑๒} (ความฟุ้งในธรรม)

การปฏิบัติในวิธีที่ ๔ นี้ ไม่ว่าจะเป็สมถยานิกหรือวิปัสสนายานิก ก็ตาม อุทภัยพพญญาณเกิดขึ้นครั้งแรก วิปัสสนูปกิเลสย่อมเกิดขึ้นแก่นักปฏิบัติ นั้น บางครั้งนักปฏิบัติ นั้นเข้าใจเอาเองว่า ตนได้บรรลุธรรมวิเศษแล้วก็เป็ได้^{๑๓} ซึ่งการรู้การเข้าใจอย่างนี้ท่านเรียกว่า ธมฺมุทฺถจฺจ^{๑๔}

^๙ จุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๑๙-๔๒๐

^{๑๐} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ) วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, จำรูญ ธรรมดา แปล, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๗๕.

^{๑๑} อาการ ๑๖ คือ ๑. ด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์ ๒. ด้วยมีสภาวะเป็นโคจร ๓. ด้วยมีสภาวะละ ๔. ด้วยมีสภาวะสละ ๕. ด้วยมีสภาวะออก ๖. ด้วยมีสภาวะหลีกออก ๗. ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมละเอียด ๘. ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมประณีต ๙. ด้วยมีสภาวะหลุดพ้น ๑๐. ด้วยมีสภาวะไม่มีอาสวะ ๑๑. ด้วยมีสภาวะเป็นเครื่องข้าม ๑๒. ด้วยมีสภาวะไม่มีนิमित ๑๓. ด้วยมีสภาวะไม่มีปณิหิตะ ๑๔. ด้วยมีสภาวะเป็นสุญญตะ ๑๕. ด้วยมีสภาวะมีรสเป็นอย่างเดียวกัน ๑๖. ด้วยมีสภาวะเป็นคู่กันไม่ล่วง, อาการ ๑๖ อย่าง หมายถึงสภาวะที่เป็นคู่กันด้วย.

^{๑๒} พระราชวรมณี (ประยูร ปรยุตโต), พุทธธรรม, หน้า ๓๒๙.

ในปฏิสัมพันธ์มหรรค อธิบายว่า เมื่อภิกษุมนสิการด้วยความไม่เที่ยง โอภาส เป็นหนึ่งในสิบของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่างคือ ๑.โอภาส แสงสว่าง ๒. ญาณ ความรู้ ๓.ปิติ ความอิ่มใจ ๔.ปัสสัทธิ ความสงบกายสงบใจ ๕.สุข ความสุข ๖. อธิโมกข์ ความน้อมใจเชื่อ ๗.ปคคหะ ความเพียร ๘.อุปัฏฐาน สติแก่กล้า ๙.อุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง ๑๐.นิกันติ ความตั้งใจ^{๑๕} ย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนั้นเข้าใจหรือนึกเอาว่า โอภาสเป็นธรรม คือคุณพิเศษ เพราะเข้าใจว่าได้บรรลุคุณพิเศษ ความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ภิกษุมีใจถูกอุทธัจจะนั้นกั้นไว้ ย่อมไม่รู้ชัดตามความเป็นจริงที่กำลังปรากฏอยู่โดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา เพราะเหตุนั้น ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกั้นไว้^{๑๖}

การปฏิบัติที่จะละธัมมูทธัจจะได้นั้นผู้ปฏิบัติจะต้องพิจารณาให้ได้ ไม่ต้องสนใจหรือให้ความสำคัญกับวิปัสสนูปกิเลสนั้นโดยกำหนดพิจารณาวิปัสสนาเท่านั้น ถ้าทำได้อย่างนี้ ธัมมูทธัจจะก็จะหายไปโดยอัตโนมัติ^{๑๗} หรือครั้นได้เวลาเหมาะสมจิตเป็นสมาธิสงบสนิทลงได้ในภายในเด่นชัด มรรคก็เกิดแก่ผู้ปฏิบัติ และวิธีที่จะให้จิตเป็นสมาธิ ก็คือการใช้ปัญญา พิจารณารู้เท่าทัน วิปัสสนูปกิเลสที่ ๑๐ นั้น ฉลาดไม่ลุ่มหลงคล้อยตาม จิตไม่หวั่นไหว บริสุทธิ์ไม่หมองมัว จิตภาวนาก็จะไม่คลาดไม่เสื่อมเสีย^{๑๘}

การปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวที่พระอานนท์แสดงไว้ ๔ แบบนี้ แม้จะเป็นแนวที่พระสาวกแสดงไว้ แต่ก็ให้เห็นความจริงในการปฏิบัติว่า ในบรรดากรรมฐานทั้ง ๒ คือ สมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา นั้น เมื่อบุคคลเริ่มปฏิบัติ บางคนอาจจะเริ่มที่สมถะก่อน บางคนอาจจะเริ่มที่วิปัสสนาก่อน หรือบางคนอาจจะเริ่มปฏิบัติทั้งสองอย่างควบคู่กันไป หรือในการปฏิบัติเมื่อใดควรใช้สมถะก็ใช้สมถะ เมื่อใดควรใช้วิปัสสนาก็ใช้วิปัสสนา บางคนอาจจะถนัดที่สมถะก็เริ่มสมถะเอาสมถะนำก่อน บางคนอาจจะถนัดที่วิปัสสนาก็เริ่มที่วิปัสสนาเอาวิปัสสนานำ การปฏิบัติทั้ง ๔ แบบนี้ เป็นไปตามความถนัดและอัธยาศัย แต่มีจุดมุ่งหมายอย่างเดียวกัน คือความหลุดพ้นจากทุกข์

สรุปว่า ประเภทของการเจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะนำหน้าหรือเจริญสมถะโดยมีวิปัสสนานำหน้าก็ตาม เมื่อถึงขณะที่อริยมรรคเกิดขึ้น ทั้งสมถะและวิปัสสนาจะต้องเกิดขึ้นด้วยกันและควบคู่กันไปที่เป็นเช่นนี้ เพราะว่าโดยหลักพื้นฐานแล้ว สมถะและวิปัสสนาก็คือองค์ของมรรคนั่นเอง วิปัสสนา ได้แก่ สัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะ สมถะ ได้แก่ องค์กรมรรคที่เหลืออีก ๖ ข้อ ซึ่งเป็นธรรมตายอยู่แล้วที่องค์กรมรรคเหล่านี้ จะต้องเกิดขึ้นพร้อมกันในขณะบรรลุอริยมรรค

^{๑๓} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, จำรูญ ธรรมดา แพล, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๗๕.

^{๑๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๕.

^{๑๕} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๒๕.

^{๑๖} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๒๕.

^{๑๗} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, จำรูญ ธรรมดา แพล, หน้า ๗๕-๗๖.

^{๑๘} พระราชวรมุนี (ประยูร ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๓ (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย บริษัท ด้านสุทธาการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๒๙), หน้า ๓๒๙.

๒.๓ ความสำคัญของการเจริญวิปัสสนาภาวนา

ความสำคัญในการเจริญวิปัสสนาภาวนา กล่าวคือ ต้องมีองค์ประกอบสำคัญ คือ ให้ความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ^{๑๙} จะทำให้เห็นสภาวะธรรมทั้งหลายที่ปรากฏตามความเป็นจริง ย่อมสามารถกำจัดอกิขมา และโทมนัสในโลกได้ นี่คือ องค์คุณที่สำคัญในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

นอกจากองค์คุณในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาทั้ง ๓ ประการนี้แล้ว ในพจนานุกรมยังคสุตรได้กล่าวถึงคุณสมบัติของผู้บำเพ็ญเพียรไว้ ๕ ประการ^{๒๐} คือ

๑) เป็นผู้มีความศรัทธา เชื่อพระปัญญาเครื่องตรัสรู้ของพระตถาคตว่า พระผู้มีพระภาค เป็นพระอรหันต์ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ เพียบพร้อมด้วยวิชชา และจรณะ เสด็จไปดี รู้แจ้งโลก เป็นสารถีฝึกผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม เป็นศาสดาของเทวดา และมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระผู้มีพระภาค

๒) เป็นผู้มีความอาพาธน้อย มีโรคเบาบาง ประกอบด้วยไฟธาตุสำหรับย่อยอาหารสม่ำเสมอ ไม่เย็นนัก ไม่ร้อนนัก ปานกลาง เหมาะแก่การบำเพ็ญเพียร

๓) เป็นผู้ไม่โอ้อวด ไม่มีมารยา ทำตนให้เปิดเผยตามความเป็นจริงในศาสนา หรือในเพื่อนพรหมจารีผู้รู้ทั้งหลาย

๔) เป็นผู้ปรารถนาความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม เพื่อให้กุศลธรรมเกิดขึ้นมีความเข้มแข็ง มีความบากบั่นมั่นคง ไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลาย

๕) เป็นผู้มีความปัญญา คือ ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิด และความดับอันเป็นอริยะ ชำระกิเลส ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ

ฉะนั้นการเจริญวิปัสสนาภาวนา หมายถึง การเจริญอบรมปัญญาให้รู้เท่าทันรูป-นามตามเป็นจริง เพื่อคลายความยึดมั่นถือมั่น จึงพ้นไปจากตัณหา และทิฏฐิ ย่อมเป็นผู้ไม่ถูกความทุกข์ครอบงำ

ศิลปะที่บริสุทธิ์ในปัจจุบันจึงเป็นบาทฐานที่สำคัญในการปฏิบัติวิปัสสนาแต่ต้องเป็นศิลปะที่เป็นไปเพื่อละกิเลส ทำลายกิเลส เป็นศิลปะที่ประพาศเพื่อการบรรลุธรรม ผล และนิพพาน ที่เรียกว่า ศิลวิสุทธิ ไม่ใช่ศิลปะที่ปฏิบัติเพื่อบำรุงกิเลส เช่น รัชกาลศิลปะเพื่ออยากเกิดอีก หรือเพื่อให้ เกิดมาร่ำรวย เป็นต้น ที่ชื่อว่าศิลปะเพราะมีกิริยาทางกายและวาจาเรียบร้อย สามารถรองรับกุศลธรรมทั้งหลายได้ ในที่นี้หมายถึง ปาฐศิลปะที่ ๔ ประกอบด้วย

๑. ปาฐศิลปะสังวรศิลปะ การสำรวมระวัง ไม่ล่วงละเมิดทางกายและวาจา เป็นการสำรวมระวังในการอยู่ การไป การอาศัย เป็นต้น โดยปฏิบัติตามโคจร ๓ ประการคือ อุปนิสสยโคจร หมายถึง

^{๑๙} ดูรายละเอียดใน อก.ทุก. (ไทย) ๒๐/๑๘๐/๑๒๙.

^{๒๐} ดูรายละเอียดใน อก.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๓/๙๒.

การพิจารณาว่าสิ่งใดทำแล้วละกิเลสจึงทำ สิ่งใดทำแล้วบารุงกิเลสไม่ทำ อารักขโคจร หมายถึงการสำรวมระวังในการไปในสถานที่ต่าง ๆ ไม่เหลียวแลดูสิ่งที่ทำให้กิเลสเพิ่มพูนขึ้นและอนุพันธโคจร หมายถึงการกำหนดสติปัฏฐาน ๔ องค์กรธรรมได้แก่ สัทธาเจตสิกในมหากุศลจิต ๘ มีศีล ๘ ศีล ๑๐ และศีล ๒๒๗ เป็นอารมณ

๒. อินทรีย์สังวรศีล การสำรวมระวังอินทรีย์ ๖ มีตา หู เป็นต้น โดยสรุปคือ เห็นรูปแล้วไม่ยึดถือเอาโดยนิมิตว่าหญิงหรือชาย สวยหรือไม่สวย ไม่ยึดถือเอาโดยอนุพยัญชนะคือ กิริยาอาการต่าง ๆ เช่น การยิ้ม การหัวเราะ เป็นต้น บุคคลผู้สำรวมอินทรีย์ ๖ เปรียบเหมือนหลังคาที่มุงไว้ดีแล้ว ฝนย่อมไม่สามารถรั่วรด อกุศลธรรมอันลามกคือ อภิชฌาและโทมนัสย่อมครอบงำไม่ได้ ต่างจากปาดิโมกขสังวรศีลคือ อินทรีย์สังวรเป็นการสำรวมระวังในขณะที่ตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง เป็นต้น แต่ปาดิโมกขสังวร เป็นการสำรวมระวังเพื่อไม่ให้ไปรับรูป เสียง เป็นต้น องค์กรธรรมได้แก่ สติเจตสิกที่ประกอบในมหากุศลจิตขณะที่มีการสำรวมในการรับอารมณ์ทางทวารทั้ง ๖

๓. อาชีวาปาริสุทธิศีล การมีอาชีพที่บริสุทธิ์ หมายถึงการหาเลี้ยงชีพโดยสุจริต ขรวาสาวัน การประกอบอาชีพสุจริต สำหรับพระภิกษุสงฆ์ต้องเว้นจากการทำให้ตระกูลเสียศรัทธา และเลี้ยงชีวิตโดยชอบด้วยพระวินัยเท่านั้น องค์กรธรรมได้แก่ วิริยะเจตสิกที่มีอารมณเป็นการเว้นจากทุจริตมิฉาชีพ

๔. ปัจจยสันนิสสิตศีล ศีลอาศัยปัจจัย ๔ หมายถึงการพิจารณาปัจจัย ๔ ก่อนบริโภคใช้สอย โดยเฉพาะภิกษุสงฆ์ต้องพิจารณาเพื่อให้ถูกต้องตามพระธรรมวินัย องค์กรธรรมได้แก่ ปัญญาเจตสิกในมหากุศลจิตที่มีปัจจัย ๔ เป็นอารมณ

ภิกษุผู้มีศีลบริสุทธิ์ตัดปลิโพธแล้ว ฟังเรียนกัมมัฏฐานนี้ในสำนักของพระพุทธรูปผู้ทำจตุตถฌานให้เกิดเจริญวิปัสสนาได้บรรลุพระอรหัตผลด้วยกัมมัฏฐานนี้เป็นต้น เมื่อไม่ได้ท่านผู้ได้อานาปานจตุตถฌาน ฟังเรียนในสำนักของอาจารย์ผู้วิจิตร ฉลาดในบาลีและอรรถกถา เพราะว่าพระอรหันต์มีพระอรหันต์เป็นต้น ย่อมบอกมรรคที่ตนได้บรรลุเท่านั้น ส่วนอาจารย์ผู้วิจิตรนี้กำหนดกัมมัฏฐานที่เป็นสปปายะและไม่เป็นสปปายะแล้วย่อมบอกให้ เป็นเหมือนนำออกไปสู่ทางช้างใหญ่ในที่รกชัฏฉะนั้น^{๒๑}

ปลิโพธเครื่องผูกพันหรือห่วงเหนี่ยวเหตุกังวล ผู้จะเจริญกัมมัฏฐานพึงตัดเสียให้ได้เพื่อให้เกิดความปลอดโปร่งพร้อมที่จะเจริญกัมมัฏฐานให้ก้าวหน้าไปได้ดี มี ๑๐ อย่าง คือ

๑. อาวาสปลิโพธความกังวลเกี่ยวกับวัดหรือที่อยู่
๒. กุลปลิโพธความกังวลเกี่ยวกับตระกูลญาติหรืออุปฐาก
๓. ลาภปลิโพธความกังวลเกี่ยวกับลาภ
๔. คณปลิโพธความกังวลเกี่ยวกับคณะศิษย์หรือหมู่ชนที่ตนต้องรับผิดชอบ
๕. กรรมปลิโพธความกังวลเกี่ยวกับการงานเช่น การก่อสร้าง
๖. อัชฌานปลิโพธความกังวลเกี่ยวกับการเดินทางไกลเนื้อด้วยกิจธุระ

^{๒๑} ดูรายละเอียดใน วิมหา.อ. (ไทย) ๑/๑๖๕/๕๘๐-๕๘๑.

๗. ญาติปติโพธความกังวลเกี่ยวกับญาติหรือคนใกล้ชิดที่จะต้องเป็นห่วงซึ่งกำลังเจ็บป่วยเป็นต้น

๘. อาพาธปติโพธความกังวลเกี่ยวกับความเจ้าชู้ของตนเอง

๙. คันถปติโพธความกังวลเกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียน

๑๐. อิทธิปติโพธความกังวลเกี่ยวกับฤทธิ์ของปุถุชนที่จะต้องคอยรักษาไม่ให้เสื่อม (ข้อทำนองนี้เป็นปติโพธสำหรับผู้จะเจริญวิปัสสนาเท่านั้น)

ในการเจริญวิปัสสนาภาวนาโดยเฉพาะสำหรับผู้เริ่มต้น การเข้าไปหาครูบาอาจารย์ที่สามารถแนะนำการ ปฏิบัติให้ได้ถือว่ามีส่วนสำคัญมาก เพราะความสำเร็จโดยตรงจากการเจริญวิปัสสนาภาวนาส่วนใหญ่ เนื่องมาจากครูบาอาจารย์เพราะท่าน เป็นผู้ที่มีประสบการณ์ และท่านผ่านการปฏิบัติจนเป็นที่ยอมรับแล้ว จนมีสมรรถที่จะแนะนำแนวทางในการเจริญภาวนา ดังนั้นบุคคลผู้ตั้งใจเจริญวิปัสสนาควรเข้าไปหาครูบาอาจารย์ที่จะให้คำแนะนำและอบรมเบื้องต้น ให้บริบูรณ์เสียก่อนแล้วจึงจะเริ่มปฏิบัติธรรมต่อไป

กัลยาณมิตรมีความสำคัญต่อผู้เจริญวิปัสสนาภาวนามาก ผู้ปฏิบัติจึงควรรับกัมมัญฐานจากบุคคลผู้ควรแก่ความนับถือ ผู้อยู่บนเส้นทางแห่งความเจริญ ถ้าบุคคลเช่นนั้นอยู่ในอารามเดียวกันโดยบังเอิญก็เป็นการดียิ่ง ถ้าไม่เป็นเช่นนั้นควรไปแสวงหาท่าน ศิษย์ควรใช้ชีวิตอยู่ในอารามที่พบอาจารย์นั้นเป็นเวลาหลายวัน และหลังจากทำหน้าที่ของศิษย์ต่ออาจารย์แล้ว ควรขอกัมมัญฐานจากอาจารย์ผู้มีลักษณะและนิสัยที่เหมาะสมที่สุด ครูบาอาจารย์ผู้ที่สามารถสอนกัมมัญฐานและคอยเป็นกัลยาณมิตรให้แก่ผู้เจริญสมาธิได้ ต้องประกอบด้วย กัลยาณมิตรธรรม ๗ ประการ คือ

๑. ปิโย หมายถึง บุคคลผู้มีความน่ารักน่าเลื่อมใส เป็นที่ชื่นชมของทุกคน เพราะเป็นผู้มีศีลบริสุทธิ์ เป็นนักให้ ให้ทั้งปัจจัย ๔ ความรู้และความปลอดภัย เป็นผู้มีปกติยิ้มแย้มแจ่มใสและอารมณ์ดีอยู่เสมอ มีมารยาทงาม ทำให้ใคร ๆ เห็นก็รู้สึกรัก ประดุจพระจันทร์วันเพ็ญ ชุ่มเย็นชวนมอง

๒. ครุ หมายถึง บุคคลผู้ที่น่าเคารพ น่าเกรงใจ เพราะมีศีล สมาธิและการถือธุดงค์ มีความอ่อนน้อมถ่อมตน วางตัวได้เหมาะสม เป็นที่พึ่งที่ยึดเหนี่ยวจิตใจได้ทุกเมื่อ ประดุจขุนเขาตระหง่านมั่นคง

๓. ภาวนีโย หมายถึง บุคคลผู้นำสรรเสริญเทิดทูน เพราะมีจิตใจเที่ยงธรรม ปราศจากอคติ ๔ คือ ไม่มีความลำเอียงในบรรดาสธรรมิกและลูกศิษย์ เหมือนดวงอาทิตย์เป็นใหญ่ในท้องฟ้า

๔. วตตยา หมายถึง บุคคลผู้ฉลาดปรา่สอน สามารถอบรมลูกศิษย์ให้ได้ดีและคอยปกป้องลูกน้อยให้ปลอดภัย อุปมาเหมือนแม่ไก่สอนลูกให้หาอาหาร

๕. วจนกขโม หมายถึง บุคคลผู้อดทนต่อถ้อยคำ ยอมรับคำดักเตือนจากสธรรมิกและลูกศิษย์ มีนิสัยไม่เอาเรื่องใคร อุปมาดังแผ่นดินไม่สะทกสะท้านไหวในของหอมและของเหม็นที่ราดรด

๖. คมภีรณจ กถิ กตตยา หมายถึง บุคคลผู้สามารถแกล้งเรื่องถ้ำลึก คือสามารถถ่ายทอด

ธรรมะที่ลึกซึ้งยากแก่การเข้าใจให้เป็นเรื่องง่ายเข้าใจได้ชัดเจน เช่น ชั้น ๕ อริยสัจ ๔ ปฏิจจนุปบาท ๑๒ อุปมาเหมือนจุดไฟในที่มืด หางของที่คว่ำ เปิดของที่ปิด บอกทางแก่คนหลงทาง

๗. โน จฏฐาเน นियोชเย หมายถึงบุคคลผู้ไม่ชักนำไปในทางเสื่อม เพราะมีความมั่นคง สม่่าเสมอในธรรม ไม่ชักชวนในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ แม้เพียงครั้งเดียว อุปมาเหมือนตาชั่งมาตรฐาน คงเส้นคงวา คุณธรรมทั้ง ๗ ประการดังกล่าวนี้ สำคัญมากต่ออาจารย์ผู้สอนภาวนา หากขาดข้อใดข้อหนึ่งไป ก็ไม่อาจจะได้ชื่อว่ากัลยาณมิตรที่สมบูรณ์

๒.๔ วิปัสสนาภูมิ ๖

วิปัสสนาภูมิ ๖ คือ ที่เกิดของวิปัสสนา ๖ อย่าง ได้แก่ ชั้น ๕ आयตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ ปฏิจจนุปบาท ๑๒ เมื่อยอวิปัสสนาภูมิ ๖ แล้ว ได้แก่ รูปกับนาม ภูมิทั้ง ๖ นี้ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาหรือเป็นธรรมที่อบรมเพื่อให้เกิดปัญญาวิปัสสนาภูมิ ๖^{๒๒} มีดังต่อไปนี้

๑) ชั้น ๕ มี ๕ คือ กองทั้ง ๕

๑. รูปชั้น กองรูป
๒. เวทนาชั้น กองเวทนา
๓. สัญญาชั้น กองสัญญา
๔. สังขารชั้น กองสังขาร
๕. วิญญาณชั้น กองจิต^{๒๓}

๒) आयตนะ ๑๒^{๒๔} คือ สะพานเครื่องเชื่อมต่อให้เกิดความรู้มี ๑๒

๑. จักขายตนะ องค์ธรรมได้แก่ จักขุปสาท
๒. โสตายตนะ องค์ธรรมได้แก่ โสตปสาท
๓. ฆานายตนะ องค์ธรรมได้แก่ ฆานปสาท
๔. ชิวหายตนะ องค์ธรรมได้แก่ ชิวหาปสาท
๕. กายายตนะ องค์ธรรมได้แก่ กายปสาท
๖. รูปายตนะ องค์ธรรมได้แก่ สีต่าง ๆ

^{๒๒} พระมหาสามารถ อธิจิตโต (มนัส) “ศึกษาการบรรลุธรรมด้วยการเจริญอานาปานสติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๒๐.

^{๒๓} พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), *วิปัสสนาภูมิ*, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๑๖.

^{๒๔} พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), *วิปัสสนาภูมิ*, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๘), หน้า ๑๗.

๗. สัททายตนะ อองค์ธรรมได้แก่ เสียงต่าง ๆ
๘. คันธายตนะ อองค์ธรรมได้แก่ กลิ่นต่าง ๆ
๙. รสายตนะ อองค์ธรรมได้แก่ รสต่าง ๆ
๑๐. โภภุญญายตนะ อองค์ธรรมได้แก่ สัมผัสต่าง ๆ
๑๑. มนายตนะ อองค์ธรรมได้แก่ จิตทั้งหมด
๑๒. ธัมมายตนะ สภาพธรรมต่าง ๆ^{๒๕}
- ๓) ธาตุ ๑๘ คือ สิ่งที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตน มี ๑๘
๑. จักขุธาตุ อองค์ธรรมได้แก่ จักขุประสาท
๒. โสตธาตุ อองค์ธรรมได้แก่ โสตประสาท
๓. ฆานธาตุ อองค์ธรรมได้แก่ ฆานประสาท
๔. ชิวหาธาตุ อองค์ธรรมได้แก่ ชิวหาประสาท
๕. กายธาตุ อองค์ธรรมได้แก่ กายประสาท
๖. รูปธาตุ อองค์ธรรมได้แก่ สีต่าง ๆ
๗. สัทธาตุ อองค์ธรรมได้แก่ เสียงต่าง ๆ
๘. คันธธาตุ อองค์ธรรมได้แก่ กลิ่นต่าง ๆ
๙. รสธาตุ อองค์ธรรมได้แก่ รสต่าง ๆ
๑๐. โภภุญญธาตุ อองค์ธรรมได้แก่ สัมผัสต่าง ๆ
๑๑. จักขุวิญญาณธาตุ จักขุวิญญาณ ชื่อว่าธาตุเพราะทรงไว้ซึ่งการเห็น
๑๒. โสตวิญญาณธาตุ โสตวิญญาณ ชื่อว่าธาตุเพราะทรงไว้ซึ่งการได้ยิน
๑๓. ฆานวิญญาณธาตุ ฆานวิญญาณ ชื่อว่าธาตุเพราะทรงไว้ซึ่งการรู้กลิ่น
๑๔. ชิวหาวิญญาณธาตุ ชิวหาวิญญาณ ชื่อว่าธาตุเพราะทรงไว้ซึ่งการรู้รส
๑๕. กายวิญญาณธาตุ กายวิญญาณ ชื่อว่าธาตุเพราะทรงไว้ซึ่งการรู้สัมผัส
๑๖. มโนธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้ปัญจารมณอย่างสามัญญ
๑๗. มโนวิญญาณธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้อารมณเป็นพิเศษ
๑๘. ธัมมธาตุ สภาพธรรม เพราะทรงไว้ซึ่งสภาวลักษณะของตน ๆ^{๒๖}

^{๒๕} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๕๔/๑๑๒.

^{๒๖} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๘๓/๑๔๒.

๔) อินทรีย์ ๒๒^{๒๗} คือ ความเป็นใหญ่ มี ๒๒

๑. จักขุนทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเห็น
๒. โสตินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการได้ยิน
๓. ฆานินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้กลิ่น
๔. ชิวหินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้รส
๕. กายินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการสัมผัส
๖. อิตถินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเป็นหญิง
๗. ปุริสินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเป็นชาย
๘. ซีวิตินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรักษารูปและนาม
๙. มนินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรับอารมณ์
๑๐. สุขินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความสุขกาย
๑๑. ทุกชินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความทุกข์กาย
๑๒. โสมนัสสินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความสุขใจ
๑๓. โทมนัสสินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความทุกข์ใจ
๑๔. อุปกชินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยอารมณ์กลาง ๆ
๑๕. สัทธินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเชื่อต่อสิ่งที่ควรเชื่อ
๑๖. วิริยินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเพียร
๑๗. สตินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการระลึกชอบ
๑๘. สมาธินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการตั้งมั่นอารมณ์อันเดียว
๑๙. ปัญญินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้ตามความเป็นจริง
๒๐. อนัญญัตถัญญัสสามิตินทรีย์ ธรรมชาติรู้แจ้งอริยสัจจ ๔ ที่ตนไม่เคยรู้
๒๑. อัญญินทรีย์ ธรรมชาติรู้แจ้งอริยสัจจ ๔ ที่ตนเคยรู้
๒๒. อัญญาตาวินทรีย์ ธรรมชาติรู้แจ้งอริยสัจจ ๔ สิ้นสุดแล้ว^{๒๘}

๕) อริยสัจจะ ๔^{๒๙} คือ ความจริงอันประเสริฐ มี ๔

^{๒๗} พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาภูมิ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๙.

^{๒๘} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๑๙/๑๙๗.

๑. ทุกขสัจจะ ธรรมชาติที่เป็นทุกข์ เป็นความจริงของพระอริยเจ้า
 ๒. สมุทยสัจจะ ธรรมชาติที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ของพระอริยเจ้า
 ๓. นิโรธสัจจะ ธรรมที่เป็นเครื่องดับทุกข์ของพระอริยเจ้า
 ๔. มรรคสัจจะ หนทางที่เป็นเหตุให้ถึงความดับทุกข์ของพระอริยเจ้า^{๓๐}
- ๖) ปฏิจจสมุปบาท ๑๒^{๓๑} คือ ความประชุมพร้อมด้วยเหตุผลมี ๑๒
๑. อวิชชา ธรรมชาติที่เป็นไปตรงกันข้ามกับปัญญา
 ๒. สังขาร ธรรมชาติที่ปรุงแต่งสังขตธรรมที่เป็นผลโดยตรง
 ๓. วิญญาณ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์เป็นพิเศษ
 ๔. นามรูป ธรรมชาติที่นุ่มไปในอารมณ์ ชื่อว่า นาม
 ๕. สฬายตนะ ธรรมชาติที่ทรงไว้ซึ่งวิญญูสงสารที่ยืนยาว
 ๖. ผัสสะ ธรรมชาติที่กระทบซึ่งอารมณ์
 ๗. เวทนา ธรรมชาติที่เสวยอารมณ์
 ๘. ตัณหา ธรรมชาติที่ติดใจซึ่งวัตถุภาวะ
 ๙. อุปาทาน ธรรมชาติที่เข้าไปยึดมั่น
 ๑๐. ภาวะ (กัมมภาวะ, อุปัตติภาวะ) ธรรมชาติที่เป็นเหตุให้ผลเกิดขึ้น
 ๑๑. ขาติ ธรรมชาติที่เป็นเหตุแห่งการปรากฏเกิดขึ้นของสังขารธรรม
 ๑๒. ขรา มรณะ และ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส^{๓๒}

วิปัสสนาภูมิที่พระพุทธองค์ทรงแสดงนั้น มีอยู่ ๖ ภูมิด้วยกัน เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ ๖ แต่เมื่ออวิปัสสนาภูมิลงแล้ว คงได้ ๒ อย่างคือ รูปธรรม กับ นามธรรม กล่าวสั้น ๆ ว่า รูปนาม^{๓๓} ดังนั้นสติปัญญาและวิปัสสนาภูมิ ๖ เมื่อพิจารณาองค์ธรรมแล้วจะเห็นได้ว่าเป็นธรรมที่เกี่ยวข้องกัน คือเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา และเมื่อสรุปลง ก็ได้รูปนามเหมือนกัน

^{๒๙} พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาภูมิ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทบุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๒๑.

^{๓๐} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๘๙/๑๖๓.

^{๓๑} พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาภูมิ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทบุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๒๒.

^{๓๒} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๒๕/๑๒๑.

^{๓๓} พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาภูมิ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทบุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๕.

๒.๕ หลักการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔

หลักการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔ คือ การมีสติเข้าไปดูกาย เวทนา จิต ธรรม ต้องได้สภาวะธรรมอันเป็นปรมาตมมาเป็นอารมณ์ การเจริญวิปัสสนานั้นจะต้องมีเฉพาะรูปนามเป็นอารมณ์หรือเป็นที่ตั้งของวิปัสสนาเรียกว่า ทางเดินของวิปัสสนาภาวนา คือรูปนามเท่านั้นใน พระพุทธองค์วางแนวทางตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ การพิจารณา กาย เวทนา จิต และ ธรรม ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ดังนี้

กายนุปัสสนาสติปัฏฐาน ว่าด้วยการพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางกาย คือ เอาสติไปตั้งไว้ที่กายในอิริยาบถต่าง ๆ ตรงกับพระดำรัสที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรับรองเป็นภาษาบาลีไว้ว่า

“กาเย กายนุปัสสี วิหริติ อาตปปี สมปะชาโน สติมา” ตามกำหนดรู้อาการของกายอย่างหนึ่งในบรรดาอาการที่ปรากฏอยู่ ได้แก่ การตามรู้ลมหายใจ การตามรู้อิริยาบถใหญ่ทั้งสี่ คือ ยืน เดิน นั่ง และนอน การตามรู้อิริยาบถย่อยต่าง ๆ เช่น การเหยียด การคู้ การเหลียว การแล การเคลื่อน การก้ม การหัน เป็นต้น รวมถึงอิริยาบถต่าง ๆ ทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นการเดิน ยืน นั่ง นอน เหยียด คู้ เป็นต้น^{๓๔}

เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ว่าด้วยการพิจารณาตามเห็นเวทนาในเวทนา พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงตรัสการเจริญเวทนานุปัสสนา ว่า

“อิธ ภิกขเว ภิกขุ สุขํ วา เวทนํ เวทยามาโน สุขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ. ทุกข์ วา เวทนํ เวทยามาโน ทุกข์ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ. อทุกขมสุขํ วา เวทนํ เวทยามาโน อทุกขมสุขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ”

ภิกษุในศาสนา นี้ เมื่อเสวยสุขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยสุขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยทุกขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยทุกขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยอุเบกขาเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยอุเบกขาเวทนาอยู่^{๓๕}

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ว่าด้วยการพิจารณาตามเห็นจิตในจิตมีในมหาสติปัฏฐานสูตร ว่า

“จิตเตเต จิตตานุปัสสี วิหริติ อาตปปี สมปะชาโน สติมา วิเนยย โลกเก อภิชฌาโทมนสสุ” พิจารณาให้เห็นจิต มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้” โดยการมีสติตามรู้ ๑๖ ประการ^{๓๖} คือ

- ๑) เมื่อจิตมีราคะเกิดขึ้น ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีราคะ
- ๒) เมื่อจิตปราศจากราคะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากราคะ

^{๓๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^{๓๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

^{๓๖} ฉันทนา อุตสาหลักษณ์, พุทธปัญญา คู่มือการสร้างปัญญา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: ธนัชการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๗๒.

- ๓) เมื่อจิตมีโทสะเกิดขึ้น ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีโทสะ
- ๔) เมื่อจิตปราศจากโทสะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโทสะ
- ๕) เมื่อจิตมีโมหะเกิดขึ้น ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีโมหะ
- ๖) เมื่อจิตปราศจากโมหะให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโมหะ
- ๗) เมื่อจิตหดหู่และท้อถอย ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตหดหู่ และท้อถอย
- ๘) เมื่อจิตฟุ้งซ่าน ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตฟุ้งซ่าน
- ๙) เมื่อจิตเป็นมหัคคตะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตเป็นมหัคคตะ
- ๑๐) เมื่อจิตไม่เป็นมหัคคตะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ
- ๑๑) เมื่อจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า
- ๑๒) เมื่อจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
- ๑๓) เมื่อจิตสงบแล้ว (สมาหิตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตสงบ
- ๑๔) เมื่อจิตไม่สงบ (อสมานหิตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่สงบ
- ๑๕) เมื่อจิตพ้นจากกิเลสแล้ว (วิมุตตจิต) ให้กำหนดรู้ว่า จิตพ้นจากกิเลส
- ๑๖) เมื่อจิตไม่พ้นจากกิเลส (อวิมุตตจิต) ให้กำหนดรู้ว่า จิตไม่พ้นจากกิเลส

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ความหมาย คำบาลีว่า “ธมฺเมสุธมฺมานุปัสสี” แปลว่า พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย

คำว่า ธรรม คำแรกหมายถึงสภาพทรงไว้ หมายถึง ทรงไว้ซึ่งภาวะของตน ทรงไว้ซึ่งลักษณะของตน^{๓๗} ธรรม คำหลังหมายถึง หมวดกุศลธรรมหรืออกุศลธรรมที่เกิดกับใจ การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมโดยมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือข้อปฏิบัติที่ใช้สติเป็นประธาน หรือหลักในการกำหนดตระลึกรู้หรือพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริงโดยไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ที่ทำให้เห็นผิดไปจากความเป็นจริงตามอำนาจของกิเลส ตัณหาหรือกล่าวได้ว่าสติปัฏฐาน คือ สติที่เข้าไปตั้งไว้ หรือสติที่ตั้งไว้มั่น โดยจำแนกตามอารมณ์ ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม^{๓๘} ซึ่งเป็นทางเดียว ที่มีเป้าประสงค์เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นวิธีการที่จะทำให้เกิดวิปัสสนาจนเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมไป ของกาย เวทนา จิตและธรรม ทั้งภายในและ ภายนอก และการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ นี้เป็นหนทางเดียวเท่านั้นที่จะทำให้หนักปฏิบัติธรรม

^{๓๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖.

^{๓๘} ธนิต อยู่โพธิ์ แปลและเรียบเรียง, สติปัฏฐานสำหรับทุกคน, (มูลนิธิ ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชนันท์ พิมพ์ เป็นอนุสรณ์ในวันมรณภาพครบ ๓ ปี สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาสภมหาเถร) , ๒๕๓๕), หน้า ๒๙.

ทั้งหลายหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้ ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า^{๓๙} “ทางสายนี้เป็นทางสายเดียวเพื่อความบริสุทธิ์ เพื่อล่วงความโศกเศร้า เพื่อความดับทุกข์และโทมนัส เพื่อปัญญาอันยิ่ง เพื่อบรรลอรุณมรรค เพื่อรู้แจ้งพระนิพพาน ทางสายนี้ก็ ได้แก่ สติปัฏฐาน ๔ ”

สติปัฏฐาน ๔ ได้แก่

๑. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้

๒. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้

๓. พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้

๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้

๑. **หมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน** คือการกำหนดพิจารณากาย มี ๑๔ บรรพ คือ

๑) อานาปานสติ คือ มีสติพิจารณาลมหายใจ

๒) อิริยาบถ ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน

๓) สัมปชัญญะ ๗ คือ ก้าวไปข้างหน้าและถอยกลับ ๑ เหลียวซ้ายแลขวา ๑ คู้วัยวะเข้าและเหยียดอวัยวะออก ๑ การใช้บาตร จีวร สังฆาฏิ ๑ การกิน ดื่ม เคี้ยว ลิ้มรส ๑ การถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ ๑ และการขยับ เดิน ยืน นั่ง กลับ ตื่น พุด นิ่ง ๑

๔) ปฏิกุศล คือ การพิจารณาอาการ ๓๒ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น

๕) ธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ

๖) ป่าช้า ๙ คือ พิจารณาคนตายแล้ว ๑ วัน จนถึงกระดูกกองเรี่ยราดกระดูกผู้^{๔๐} ละเอียดยเป็นผง

๒. **หมวดเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน** การพิจารณาเวทนามี ๙ บรรพ คือ

๑) เสวยสุขเวทนาอยู่ มีสติรู้ชัดว่า กำลังเสวยสุขเวทนา

๒) เสวยทุกขเวทนาอยู่ มีสติรู้ชัดว่า กำลังเสวยทุกขเวทนา

๓) เสวยอุเบกขาเวทนาอยู่ มีสติรู้ชัดว่า กำลังเสวยอุเบกขาเวทนา

๔) เสวยสุขเวทนามีอามิสอยู่ มีสติรู้ชัดว่า กำลังเสวยสุขเวทนามีอามิส

^{๓๙} ดูรายละเอียดใน ที. ม. ๑๐/๓๗๕/๒๔๙.

^{๔๐} ม.อุ. (ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๓๑.

- ๕) เสวยทุกขเวทนาไม่มีอามิสอยู่ มีสติรู้ชัดว่า กำลังเสวยทุกขเวทนาไม่มีอามิส
- ๖) เสวยอุเบกขาเวทนาไม่มีอามิสอยู่ มีสติรู้ชัดว่า กำลังเสวยอุเบกขาเวทนาไม่มีอามิส
- ๗) เสวยสุขเวทนาไม่มีอามิสอยู่ มีสติรู้ชัดว่า กำลังเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิส
- ๘) เสวยทุกขเวทนาไม่มีอามิสอยู่ มีสติรู้ชัดว่า กำลังเสวยทุกขเวทนาไม่มีอามิส
- ๙) เสวยอุเบกขาเวทนาไม่มีอามิสอยู่ มีสติรู้ชัดว่า กำลังเสวยอุเบกขาเวทนาไม่มีอามิส

๓. **หมวดจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน** การกำหนดพิจารณาอาการต่าง ๆ ของจิต มี ๑๖ บรรพ คือ

- ๑) จิตมีราคะ มีสติรู้ชัดว่า จิตมีราคะ
- ๒) จิตปราศจากราคะ มีสติรู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ
- ๓) จิตมีโทสะ มีสติรู้ชัดว่า จิตมีโทสะ
- ๔) จิตปราศจากโทสะ มีสติรู้ชัดว่า จิตปราศจากโทสะ
- ๕) จิตมีโมหะ มีสติรู้ชัดว่า จิตมีโมหะ
- ๖) จิตปราศจากโมหะ มีสติรู้ชัดว่า จิตปราศจากโมหะ
- ๗) จิตหดหู่ มีสติรู้ชัดว่า จิตหดหู่
- ๘) จิตฟุ้งซ่าน มีสติรู้ชัดว่า จิตฟุ้งซ่าน
- ๙) จิตเป็นมหัคคตะ มีสติรู้ชัดว่า จิตเป็นมหัคคตะ
- ๑๐) จิตไม่เป็นมหัคคตะ มีสติรู้ชัดว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ
- ๑๑) จิตมีธรรมอื่นยิ่งกว่า มีสติรู้ชัดว่า จิตมีธรรมอื่นยิ่งกว่า
- ๑๒) จิตไม่มีธรรมอื่นยิ่งกว่า มีสติรู้ชัดว่า จิตไม่มีธรรมอื่นยิ่งกว่า
- ๑๓) จิตตั้งมั่น มีสติรู้ชัดว่า จิตตั้งมั่น
- ๑๔) จิตไม่ตั้งมั่น มีสติรู้ชัดว่า จิตไม่ตั้งมั่น
- ๑๕) จิตหลุดพ้น มีสติรู้ชัดว่า จิตหลุดพ้น
- ๑๖) จิตยังไม่หลุดพ้น มีสติรู้ชัดว่า จิตไม่หลุดพ้น^{๔๑}

๔. **หมวดธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน** คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม

ได้แก่การใช้สติตามกำหนดพิจารณาธัมมารมณ์ ๕ ประเภท คือ

- ๑) นิรวรณ ๕

^{๔๑} ม.อุ. (ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๗.

นิเวศน์ คือ ปฏิบัติโดยตรงกับสมาธิ เป็นสภาวะที่เป็นเครื่องกั้นกัณฐกคุณธรรมทั้งหลายมี ฌาน มรรค ผล เป็นต้น ไม่ให้เกิด โดยเฉพาะโลกียฌาน ถึงแม้ว่าจะเกิดขึ้นแล้วถ้ามีนิเวศน์เกิดขึ้นอีก โลภียฌานนั้นก็ย่อมจักเสื่อมลงได้ เว้นแต่โลกุตตรฌานเท่านั้น นิเวศน์ มี ๕ ประการ ได้แก่ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิกิจฉา

(๑) กามฉันทนิเวศน์ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลุคุณธรรม ได้แก่ ความพอใจใน กามคุณอารมณ์ต่าง ๆ ในสันดานของเรา เมื่อมีกามฉันทนิเวศน์ ให้พิจารณาเอาสติตามกำหนดรู้ว่า มีกามฉันทนิเวศน์ เมื่อไม่มีกามฉันทนิเวศน์ ให้พิจารณาเอาสติตามกำหนดรู้ว่า ไม่มีกามฉันทนิเวศน์ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ประการนั้น

(๒) พยาบาทนิเวศน์ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลุคุณธรรม ได้แก่ ความไม่พอใจใน อารมณ์ต่าง ๆ ในสันดานของเรา เมื่อมีพยาบาทนิเวศน์ ให้พิจารณาเอาสติตามกำหนดรู้ว่า มีพยาบาทนิเวศน์ เมื่อละพยาบาทนิเวศน์ที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ ด้วยประการใด ให้เอาสติตามกำหนดรู้ประการนั้น พยาบาทนิเวศน์ที่ละได้แล้ว ไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปด้วยประการใด ให้เอาสติตามกำหนดรู้ประการนั้น

(๓) ถีนมิทธนิเวศน์ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลุคุณธรรม ได้แก่ ความ หดหู่ และ ความท้อถอยในสันดานของเรา เมื่อมีถีนมิทธนิเวศน์ ให้พิจารณาเอาสติตามกำหนดรู้ว่า ถีนมิทธนิเวศน์ เมื่อไม่มีถีนมิทธนิเวศน์ ให้พิจารณาเอาสติตามกำหนดรู้ว่า ไม่มีถีนมิทธนิเวศน์ ถีนมิทธนิเวศน์อันยังไม่เกิดขึ้นด้วยประการใด ให้เอาสติตามกำหนดรู้ประการนั้น

(๔) อุทธัจจกุกกุจจนิเวศน์ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลุคุณธรรม ได้แก่ ความ ฟุ้งซ่าน รำคาญใจ ในสันดานของเรา เมื่อมีอุทธัจจกุกกุจจนิเวศน์ ให้พิจารณาเอาสติตามกำหนดรู้ว่า มีอุทธัจจกุกกุจจนิเวศน์ เมื่อไม่มีอุทธัจจกุกกุจจนิเวศน์ ให้พิจารณาเอาสติตามกำหนดรู้ว่า ไม่มีอุทธัจจกุกกุจจนิเวศน์

(๕) วิจิกิจฉานิเวศน์ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลุคุณธรรม ได้แก่ ความสงสัยในสิ่งที่ ควรเชื่อมีคุณแห่งพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นต้น

๒) อุปาทานขันธ ๕

ว่าด้วยการกำหนดรู้ธรรม คือ อุปาทานขันธ ๕ ได้แก่การเจริญสติปัฏฐานในขันธ บรรพ อุปาทานขันธ แปลว่ากองอันเป็นอารมณ์แห่งความยึดมั่นถือมั่นซึ่งอุปาทานขันธ ๕ กับ อริยสัจ ๔ ข้อที่ ๑ นั้นเป็นเรื่องเดียวกัน ดังพุทธพจน์ที่กล่าวว่า

ภิกษุทั้งหลาย ข้อนี้เป็นทุกขอริยสัจ คือแม้ความเกิดก็เป็นทุกข์ แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์ แม้ ความเจ็บก็เป็นทุกข์ แม้ความตายก็เป็นทุกข์ ความประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ความไม่ได้สิ่งที่ปรารถนาก็เป็นทุกข์ โดยย่ออุปาทานขันธ ๕ ก็ เป็นทุกข์”^{๔๒}

การเจริญวิปัสสนานั้นต้องตั้งสติเอาไว้ที่ฐานคือ ขันธ ๕ โดย วิธีการกำหนดพิจารณารูป

^{๔๒} ดูรายละเอียดใน วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๔/๑๑.

ชั้นนี้เป็นต้นโดยลำดับเห็นว่ามีเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปทานชั้น ๕ อยู่ว่า รูปเป็น อย่างนี้ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งวิญญาณเป็นอย่างนี้^{๔๓} อนึ่ง การ พิจารณาเพื่อให้รู้แจ้งในชั้นทั้ง ๕ นี้ ต้องพิจารณาอย่างต่อเนื่องด้วยความเพียรด้วยสติ และ สัมปชัญญะ เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งในพระไตรลักษณ์ ได้แก่ ความไม่เที่ยงแท้ (อนิจจัง) ความทน อยู่ในสภาวะเดิมไม่ได้ (ทุกขัง) ความปราศจากตัวตน (อนัตตา) ว่าบุคคลคือองค์ประกอบของชั้น ๕ เท่านั้น

เมื่อกำหนดภาวนาอยู่ที่รูป ก็รู้ด้วยตัวเองว่านี่คือรูป รูปซึ่งไม่รู้อะไร รูปนั้นมักเกิดขึ้น เช่นนี้และดับไปเช่นนี้ เมื่อกำหนดเวทนา ก็รู้ด้วยตัวเองว่านี่คือเวทนา ความรู้สึกเป็นสุข หรือเป็นทุกข์ เวทนานั้นมันเกิดขึ้นเช่นนี้และดับไปเช่นนี้ เมื่อกำหนดความจำได้หมายรู้ ก็รู้ด้วยตัวเองว่า

“นี่คือสัญญา ความจำได้หมายรู้ ซึ่งสัญญานั้น จำสิ่งที่เห็น สิ่งที่ได้ยิน ได้ฟังมา เป็นต้น สิ่ง นั้นมันเกิดขึ้น เช่นนี้ และดับไปเช่นนั้น” หรือเมื่อกำหนด ก็รู้ด้วยตัวท่านเองว่านี่คือ จิตคือวิญญาณ

มักเกิดขึ้นเช่นนี้และดับไปเช่นนี้

๓) อายตนะ

หมวดว่าด้วยอายตนะ ๑๒ หมายถึง การเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน โดยตั้งสติไว้ที่ฐาน คือ อายตนะ ว่าด้วยการกำหนดรู้ อายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖

อายตนะ แปลว่า ที่ต่อหรือแดน^{๔๔} หมายถึง ที่ต่อให้เกิดความรู้ แดนเชื่อมต่อให้เกิด ความรู้ หรือแหล่งที่มาแห่งความรู้มี ๖ ทาง คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งแบ่งออกได้เป็น^{๔๕}

ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ ดังนี้

ดังมีข้อความที่กล่าวไว้ในพระสูตรว่า รู้ชัดตา รู้ชัดรูป สังโยชนใดอาศัยตาและรูปทั้งสอง นั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสังโยชนนั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชนที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น การ ละสังโยชนที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดด้วยเหตุนี้ และสังโยชนที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไป อีก มิด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ รู้ชัดหู รู้ชัดเสียง..รู้ชัดจมูก รู้ชัดกลิ่น รู้ชัดลิ้น รู้ชัดรส..รู้ชัดกาย รู้ชัด โผฏฐัพพะ รู้ชัดใจ รู้ชัดธรรมารมณ์ก็รู้ชัดสังโยชนนั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วย เหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ การละสังโยชนที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดด้วยเหตุนี้ และสังโยชนที่ละ ได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ สังโยชนใดอาศัยใจและธรรมารมณ์ทั้งสอง นั้นเกิดขึ้น^{๔๖} ในการติดตามดูอายตนะนั้น เมื่อเห็น ก็กำหนดรู้อารมณ์นั้น จะทำให้สมาธิมีความ

^{๔๓} คุรยละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘-๓๑๙.

^{๔๔} คุรยละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๒๓/๓๑๕-๓๑๖.

^{๔๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๕), หน้า ๓๓-๔๑.

^{๔๖} คุรยละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙-๓๒๑.

เข้มแข็งและไม่รู้เฉพาะแต่สิ่งที่สามารถเห็นได้เท่านั้น แต่รู้การเห็น ตลอดจนดวงตาซึ่งเป็นอวัยวะแห่งการเห็นด้วย รวม ๓ อย่าง คือ ตา ที่เรียกว่า จักขายตนะ ได้แก่ อายตนะคือดวงตา ซึ่งเป็นที่เกิดแห่งวิญญานในการเห็น สิ่งที่สามารถเห็นได้ ที่เรียกว่า รูปายตนะ ได้แก่ อายตนะคือรูป ซึ่งเป็นที่เกิดแห่งวิญญานในการเห็น การเห็นที่เรียกว่า มนายตนะ ได้แก่ อายตนะคือใจ ซึ่งเป็นที่เกิดแห่งการกระทำของวิญญาน (คือ ผัสสะ ความกระทบ ถูกต้อง เวทนา ความเสวยอารมณ์รู้สึก)

การไม่กำหนดสิ่งที่เห็น หรือแม้กำหนดมันอยู่แต่ไม่รู้ความเกิดขึ้นและความดับไป ไม่รู้ความไม่เที่ยง เป็นต้น ก็ทำให้เกิดสังโยชน์ เช่น ยินดี พอใจ ในอารมณ์ที่ท่านเห็น จะต้องรู้ความเกิดขึ้นของสังโยชน์ทั้งหลายด้วย ถ้าสังโยชน์ดับไปเพราะเป็นผลเกิดจากการกำหนดรู้มัน ท่านต้องรู้ความดับไปนั้นถ้าบรรลुพระอรियมรรคแล้ว สังโยชน์เหล่านี้ก็หยุดเกิด และความหยุดเกิดนี้ก็ต้องรู้ด้วย ที่กล่าวมานี้เป็นวิธีกำหนดภาวนาและวิธีรู้เกี่ยวกับการเห็นโดยแนวทางอย่างเดียวกันนี้ เมื่อได้ยิน กำหนดรู้รูปคือหู และรูปคือเสียงที่ได้ยินด้วย เมื่อได้กลิ่นก็ กำหนดรู้รูปคือจมูกและรูปคือกลิ่นด้วย เมื่อลิ้มรสอาหารก็กำหนดว่า กำหนดรู้รูป คือลิ้น และรูป คือรสด้วย เมื่อสัมผัสถูกต้อง ก็กำหนดว่า ดังนี้ เป็นต้นด้วยการกำหนดภาวนาที่การเดิน การยืน การนั่ง การยก การเหยียบ เป็นต้น นี่เป็นฝ่ายการติดตามดูการสัมผัสถูกต้อง เพราะฉะนั้น เราจึงต้องเจริญสติระลึกรู้ให้ต่อเนื่อง

เมื่อคิดอยู่ กำหนดรู้รูปซึ่งเป็นฐานที่ตั้งของวิญญานและธรรมายตนะ คืออารมณ์ของจิตใจและวิญญาน คือ มนายตนะ ด้วยถ้าไม่รู้สิ่งเหล่านี้ตามที่มันเป็นอยู่ เพราะไม่กำหนดสิ่งเหล่านั้น นิรวณ เช่น กามฉันทะ ก็เกิดขึ้นในอายตนะทั้งหลาย การเกิดขึ้น (ของกามฉันทะ) นี้ก็เช่นกัน ต้องกำหนดด้วยถ้าการกำหนดเหมาะสมกับเวลา สังโยชน์ทั้งหลายเหล่านี้ก็จะดับไป ต้องกำหนดความดับไปนี้ด้วยเมื่อบรรลุพระอรियมรรคแล้ว สังโยชน์เหล่านี้ก็หยุดเกิดขึ้นเหมือนกัน ต้องกำหนดรู้ความหยุดเกิดนั้นด้วย ตามที่กล่าวมานี้ เป็นการติดตามดูอายตนะทั้งหลายโดยย่อ

สังโยชน์ในที่นี้ คือ กิเลสหรือธรรมชาติฝ่ายต่ำ ซึ่งผูกมัดเราไว้เหมือนเส้นเชือก ผูกไว้ ทำให้เราเกิดแล้วเกิดเล่าอยู่ในสังสารวัฏ สังโยชน์ ๑๐ อย่างคือ ๑. กามราคะความกำหนัดยินดีในกามสุข ๒. ปฏิฆะ ความขัดเคืองโกรธแค้น ๓. มานะความถือตัว ๔. ทิฏฐิความเห็นผิด เช่น เห็นว่านามและรูปเป็น อัตตา เป็นต้น ๕. วิจิกิจฉาความสงสัยลังเลใจ ๖. สัสถัพพตปราคาส ความหลงผิดว่า ระเบียบและพิธีกรรมอื่นจากอรियมรรคมืองค์ ๘. จะช่วยให้รอดพ้นไปจากสังสารวัฏได้ ๗. ภวราคะความกำหนัดยินดีในภพ ๘. อิสสา ความริษยา ๙. มัจฉริยะความตระหนี่ ๑๐. อวิชชาความไม่รู้ ซึ่งเป็นทางทำให้เข้าใจผิดไปยึดถือสิ่งไม่เที่ยงว่าเที่ยงเป็นทุกข์ ไม่มีอิตตา ว่าเป็นสุขมีอิตตา

บรรดาสังโยชน์ ๑๐ นี้ ทิฏฐิ ๑ วิจิกิจฉา ๑ สัสถัพพตปราคาส ๑ อิสสา ๑ มัจฉริยะ ๑ กำจัดด้วยพระโสดาปัตติมรรค กามราคะ ๑ ปฏิฆะ ๑ กำจัดด้วยพระอนาคามีมรรค มานะ ๑ ภวราคะ ๑ อวิชชา ๑ กำจัดด้วยพระอรหันตมรรค^{๔๗}

อานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ถ้าผู้ปฏิบัติหมั่นเจริญตลอด ๗ ปี...๗ เดือน หรือตลอด...๗ วัน บุคคลนั้นพึงหวังผล ๒ อย่าง คือบรรลุอรหันตผลในปัจจุบันภพ หรือเมื่อยังมีอุปาทานชั้นธออยู่ก็จะบรรลุนาคามีผล ถ้านักปฏิบัติยังบรรลุนาคามีบุคคลยังไม่ได้ ดังพระพุทธองค์ตรัสไว้ ก็

^{๔๗} พระสมภาร สมภาโร (ทวีรัตน์), ธรรมะภาคปฏิบัติ, หน้า ๑๑๒.

จะบรรลู่โสดาบันที่พ้นจากอบายภูมิได้^{๔๘}

๒.๖ การกำหนดรู้อารมณ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

การกำหนดรู้อารมณ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา คำว่า “อารมณ์” หมายถึง อารมณ์ที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตในทางวิปัสสนาก็ได้แก่ รูปนามที่เป็นปรมาัตถ์ซึ่งจะพบเห็นได้ด้วยการปฏิบัติอย่างจริงจัง และจดจ่อต่อเนื่องเท่านั้น อย่างเช่น มีการเห็นเนื่อง ๆ ว่ารูปนามไม่เที่ยงเป็นต้น อารมณ์ของวิปัสสนาอธิบายพอสังเขปดังนี้

๑. อารมณ์ของการปฏิบัติจะต้องเป็นปรมาัตถ์อารมณ์ซึ่งต่างกับการปฏิบัติสมาธิ อารมณ์ปรมาัตถ์นี้จะเป็นเสมือนพาหนะนำผู้ปฏิบัติเข้าสู่วิปัสสนาได้ ผู้ปฏิบัติจะต้องศึกษา และทำความเข้าใจหลักธรรมในสัมมาทิฏฐีสูตได้แก่ อกุศลและกุศล อาหาร สัจจะ ๔ ชราและมรณะ ชาติ ภพ อุปาทาน ตัณหา เวทนา ผัสสะ สหายนะ นามรูป วิญญาณ สังขาร อวิชชา และอาสวะ ซึ่งเมื่อสงเคราะห์ลงแล้ว ก็คือ รูปกับนามนั่นเอง ผู้ปฏิบัติต้องกำหนดรูปนามเป็นอารมณ์ อย่างเช่น แรกปฏิบัติต้องกำหนดให้รู้ว่าอะไรเป็นรูป อะไรเป็นนาม ขณะที่มีการกระทบอารมณ์ตามทวารต่าง ๆ จะต้องกำหนดอย่างไรจึงจะแก้ไขความโง่ และความเห็นผิดได้ อย่างเช่น รูปที่เป็นอกุศลและกุศลและอาหารล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นต้น

ดังนั้น การปฏิบัติวิปัสสนา นั้น มีหลักการสอนไว้ให้ผู้ปฏิบัติกำหนดรูปก่อน เพราะรูปเป็นสิ่งปรากฏง่าย เห็นได้ชัด ถ้ากำหนดนามก่อนนั้นจะไม่ปรากฏซึ่งในคัมภีร์วิสุทธิมรรคแปล แนะนำว่า หากว่าผู้ปฏิบัติกำหนดรูปอยู่ นามยังไม่ปรากฏขึ้นมา เพราะนามเป็นของละเอียดอ่อน ผู้ปฏิบัตินั้นก็สมควรละเลิกกำหนดเสีย ควรพิจารณาใส่ใจใคร่ครวญกำหนดรูปนั้นแหละซ้ำแล้วซ้ำเล่า เพราะว่า รูปของผู้ปฏิบัติที่ชำระล้างดีแล้ว สะอาดดีแล้ว บริสุทธิ์ดีแล้ว ด้วยอาการใดๆ สิ่งที่เป็นนามทั้งหลายซึ่งมีรูปนั้นเป็นอารมณ์ก็จะปรากฏขึ้นมาเองโดยแท้ด้วยอาการนั้น ๆ

การเห็นตามเป็นจริงอย่างแจ่มชัดเป็นปัจจุบันว่ารูป-นาม ชั้น ๕ ตกอยู่ในอำนาจของพระไตรลักษณ์ คือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ซื่อว่าเป็นการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อให้ทันกับสภาวะธรรมปัจจุบัน คืออิริยาบถเดิน ยืน นั่ง นอน อิริยาบถย่อยต่าง ๆ เป็นต้น เวทนา จิต ธรรม ที่ปรากฏขึ้นขณะนั้น

๒. อารมณ์ปัจจุบัน การปฏิบัติวิปัสสนา เป็นการระลึกรู้เท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบันยังต้องอาศัยคำบริกรรมเป็นเครื่องช่วยให้รู้ตัวในปัจจุบันขณะ คำบริกรรมนั้นมีความสำคัญต่อการปฏิบัติวิปัสสนา จัดเป็นวิชชามานบัญญัติ คือ บัญญัติแสดงเนื้อความที่ปรากฏโดยปรมาัตถ์ซึ่งเรียกว่า ตัชชาบัญญัติ หมายถึง บัญญัติที่เหมาะสมกับสภาวะธรรม กล่าวคือ สื่อให้รู้สภาวะธรรมนั้น ๆ ได้อย่างชัดเจน ผู้ปฏิบัติต้องทำความเข้าใจในปัจจุบัน โดยเฉพาะความแตกต่างกันของปัจจุบันธรรม และปัจจุบันอารมณ์

^{๔๘} พระโศภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), สติปัญญาทางสายเดียว, หน้า ๓๘.

ปัจจุบันธรรม คือ รูป นาม ที่เกิดเป็นปัจจุบันอยู่เรื่อยไป

ปัจจุบันอารมณ์ คือ รูป นามที่ปรากฏเฉพาะหน้า

สรุปว่า ปัจจุบันที่มีความสำคัญต่อผู้ปฏิบัติ คือ ปัจจุบันอารมณ์ เพราะ อภิชฌา โทมนัส จะเกิดขึ้นได้ หรือไม่ได้ อยู่ที่ว่าผู้ปฏิบัติสามารถกำหนดได้เท่าทันความจริง ตามความเป็นจริงหรือไม่ หากกำหนดได้ทันว่ามีรูปอะไร นามอะไร เกิดขึ้นในอารมณ์ปัจจุบัน ขณะนั้น อภิชฌา และโทมนัสย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ เท่ากับว่าในขณะที่นั้นสมุทัย อันเป็นเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ย่อมถูกละไป (เป็นการทำลาย ตัณหา) ดังนั้นความสำคัญจึงอยู่ตรงที่ว่า ผู้ปฏิบัติจะต้องคอยสังเกตให้ได้ทันในปัจจุบันอารมณ์ ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้อิริยาบถ^{๔๙} ทั้ง ๔ คือ การเดิน การยืน การนั่ง และการนอน ก็ให้มีสติเข้าไปกำหนดรู้ในอาการของอิริยาบถนั้นตามความเป็นจริง เมื่อรู้เท่าทันในอิริยาบถที่ปรากฏเป็นปัจจุบันขณะ ความยึดถือความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา ก็จะไม่เกิดขึ้นไม่ได้ ปัญญาที่รู้แจ้งอย่างนี้ วิปัสสนาญาณที่ปรากฏย่อมทำให้ผู้ปฏิบัติรู้อาการของอิริยาบถทั้ง ๔ นั้นตามเป็นจริง

๑. การกำหนดอิริยาบถยืน

เมื่อกำหนดสติระลึกรู้อาการยืน คือ รู้กายที่เหยียดทั้งตัวในแนวตั้ง ซึ่งเป็นการตั้งตรงของร่างกายอันจัดเป็นสภาวะตั้งของธาตุลม^{๕๐} ก็ให้ใส่ใจกำกับอาการยืนนั้นโดยให้เห็นปรากฏว่ายืนอยู่จริง ไม่ได้ปรากฏความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขาให้ทราบชัดเจนไปอย่างนี้ ดั่งเนื้อความว่า “เมื่อยืน ก็รู้ชัดว่า ‘เรายืน’ ”^{๕๑} เมื่อกำหนดรู้อาการยืนก็ให้ใส่ใจในอาการนั้นให้ชัดเจน เพื่อประโยชน์แก่การกำหนดรู้อิริยาบถของการเดินต่อไป

๒. การกำหนดอิริยาบถเดิน

การกำหนดรู้อาการเดิน คือ รู้การเคลื่อนร่างกายทั้งหมดไปข้างหน้า ก็เช่นกัน ควรใส่ใจกำหนดกำกับความรู้เท่าทันในขณะที่รับรู้ความเป็นไปของการเคลื่อนไหวให้ต่อเนื่องสม่ำเสมออย่าให้ขาดตอน ด้วยการมีสติกำหนดรู้ว่า “เมื่อเดิน ก็รู้ชัดว่า ‘เราเดิน’ ”

ในคัมภีร์ฎีกาว่า ขณะเดิน การยก เกิดจากธาตุไฟเป็นหลักธาตุลมคล้อยตาม เพราะธาตุไฟมีสภาพเบากว่าธาตุลม ตามอาการปรากฏของธาตุไฟ ว่ามีการให้ถึงความอ่อน หรือ การพุ่งขึ้นสูงเป็นเครื่องปรากฏ เกิดจากธาตุลมเป็นหลักธาตุไฟคล้อยตาม เพราะมีสภาพหนักตันตามอาการปรากฏของธาตุลม ว่า มีการผลักดันเป็นเครื่องปรากฏ

เมื่อทำการกำหนดรู้ในอิริยาบถยืนและเดินที่มีความสัมพันธ์ในระยะเวลาที่กำหนดแล้ว ทำให้การกำหนดรู้อิริยาบถยืนและเดินได้จนเกิดต่อเนื่องนั้นแล้วทำให้วิริยะมีกำลังสม่ำเสมอดีแล้ว ย่อมเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่ออิริยาบถนั่งต่อไป

^{๔๙} ดุรายละเอียตโน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๕๐} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดยพระคันธสาราภิกขุ, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๗๗.

^{๕๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

๓. การกำหนดอิริยาบถนั่ง

การกำหนดรู้อาการนั่ง คือ รู้การคู้เข้าของกายครึ่งล่าง และการเหยียดตั้งของกายครึ่งบน อันเป็นสภาวะหย่อนหรือตั้งของธาตุสม และคำว่า การนั่ง คือ “นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้ เฉพาะหน้า” การกำหนดรู้อาการนั่งนี้ถือว่า มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งเพราะหลังจากที่กำหนดเดินจนความเพียรคือวิริยะสมาธิเสมอดีแล้ว ทำให้รู้เท่าทันสภาวะธรรมที่เกิดจากการเดิน ซึ่งมีผลต่อการนั่งกำหนด คือ ทำให้กำหนดรู้อาการนั่งได้ชัดเจนยิ่งขึ้น เพราะเห็นตามเป็นจริงว่า “เมื่อนั่ง ก็รู้ชัดว่า ‘เรานั่ง’ ” เมื่อทำการกำหนดรู้อาการนั่งได้อย่างต่อเนื่อง ก็ทำให้การปฏิบัติเป็นอย่างไม่ขาดตอน ความเกื้อกูลที่จะเกิดต่อการนั่งปฏิบัติก็เป็นเหตุปัจจัยต่อการกำหนดรู้อาการนอนอย่างมีสติรู้เท่าทันต่อไป

๔. การกำหนดอิริยาบถนอน

การกำหนดรู้อาการนอน คือ รู้การเหยียดทางขวางโดยวางราบทั้งตัว อันจัดเป็นสภาวะตั้งของธาตุสม^{๕๒} อิริยาบถนอนถือว่า มีความสำคัญไม่น้อยกว่าอิริยาบถอื่น ๆ ที่กล่าวมาแล้วเพราะนักปฏิบัติ ย่อมไม่ละเลยจากการกำหนดรู้ในหลักของการปฏิบัติที่กล่าวไว้ว่าต้องปฏิบัติตั้งแต่ต้นจนกระทั่งถึงเวลาเข้านอนให้ปฏิบัติอย่างนี้จนเป็นปกติวิสัยของการกำหนดรู้อยู่เสมอว่า “เมื่อนอน ก็รู้ชัดว่า ‘เรานอน’ ”^{๕๓} ขณะที่เอนตัวลงจะนอน พึงกำหนดตามกิริยาอาการ และท่าทางของกายจนกว่าจะนอนเป็นที่เรียบร้อยจนกว่าจะหลับไป และเมื่อผู้ปฏิบัติดำรงกายอยู่โดยอาการใด ๆ ก็กำหนดรู้ชัดกายที่ดำรงอยู่โดยอาการนั้นๆ ด้วยวิธีการปฏิบัติเช่นนี้ ย่อมทำให้พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายใน (กายของตน) และภายนอก (กายของผู้อื่น) อยู่ ย่อมพิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดและเหตุดับในกาย หรือมีสติกำหนดรู้อยู่ว่า “กายมีอยู่” ก็เพียงพออาศัย เจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น

การกำหนดรู้อิริยาบถทั้ง ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง และนอนนั้น ไม่ใช่เป็นการสิ้นสุดของการกำหนดรู้ เพราะในอิริยาบถทั้ง ๔ (อิริยาบถหลัก) ก็มีอิริยาบถย่อยคือการกำหนดรู้อาการในหมวดสัมปชัญญะเป็นเครื่องเชื่อมต่อกับอิริยาบถหลัก เพื่อให้สติเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องดังต่อไปนี้

หมวดสัมปชัญญะ

การกำหนดรู้อาการในสัมปชัญญะ^{๕๔} หรืออิริยาบถย่อยนี้ ก็จะช่วยส่งเสริมให้สติมีกำลังในการใส่ใจเข้าไปประจักษ์ด้วยโยนิโสมนสิการ^{๕๕} ด้วยการทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอย การแล การเหลียว การคู้เข้า การเหยียดออก การครองผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร การฉัน การดื่ม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง ด้วยวิธีการปฏิบัติเช่นนี้ ย่อมทำให้พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในและภายนอกอยู่ ย่อมพิจารณาเห็น

^{๕๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดยพระคันธสาราภิกขุ, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๗๗.

^{๕๓} ดุรายละเอียดยใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๕๔} ดุรายละเอียดยใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๕๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๖), หน้า ๓๓๖.

ธรรมเป็นเหตุเกิดและเหตุดับในกาย หรือมีสติกำหนดรู้ชื่อว่า “กายมีอยู่” ก็เพียงพออาศัย เจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น

การกำหนดรู้ในอิริยาบถย่อยต่าง ๆ นี้ ด้วยความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ ทำให้เกิด ปัญญา เห็นประโยชน์ เห็นโทษของการเคลื่อนไหวของอิริยาบถต่าง ๆ อย่างละเอียดสมบูรณ์ไปอีก เพิ่มความเข้มข้นการทำงานของสติในการพิจารณารูปคือส่วนที่เป็นการเคลื่อนไหว และ นาม คือ จิต ที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวในอิริยาบถต่าง ๆ สัมปชัญญะมี ๔ ประเภท คือ

- | | |
|---------------------|-----------------------------|
| ๑. สาทถกสัมปชัญญะ | ความรู้ชัดสิ่งที่มีประโยชน์ |
| ๒. สัปปายะสัมปชัญญะ | ความรู้ชัดสิ่งที่เหมาะสม |
| ๓. โคจรสัมปชัญญะ | ความรู้ชัดอารมณ์กรรมฐาน |
| ๔. อสัมโมหสัมปชัญญะ | ความรู้ชัดโดยไม่หลงผิด |

การกำหนดรู้ในอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในส่วนของอิริยาบถย่อยนี้ ทำให้ผู้กำหนดรู้นั้นเกิดความชัดเจนด้วยสติในความจริงที่แสดงออกมาของรูปนามที่ปรากฏจากขณะหนึ่งไปสู่ขณะหนึ่ง

การกำหนดรู้ในหมวดอิริยาบถ และสัมปชัญญะนี้ ผู้ปฏิบัติย่อมตามรู้ในกองรูปภายในว่าเป็นกองรูป ตามรู้กองรูปภายนอกว่าเป็นกองรูป ตามรู้กองรูปทั้งภายในและภายนอกว่าเป็นกองรูป ตามรู้สภาวะคือความเกิดขึ้นในกองรูป ตามรู้สภาวะคือความดับไปในกองรูป ตามรู้สภาวะคือความเกิดขึ้นและความดับไปในกองรูปอยู่บ้าง อีกอย่างหนึ่ง สติของผู้ปฏิบัติย่อมปรากฏว่ามีเพียงกองรูป เพื่อปัญญาและการระลึกขันธ์ต่างๆขึ้นไปเท่านั้น ย่อมเป็นผู้อยู่อย่างไม่ถูกค้นหาและทิวฐิเข้า อิงอาศัย และไม่ถือมั่นอะไรในโลก^{๕๖}

พระพุทธองค์ทรงแสดงการพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายไว้ ๙ ประการดังนี้

- ๑) เสวยสุขเวทนา (ความรู้สึกสุข) รู้ชัดว่า เสวยสุขเวทนา
- ๒) เสวยทุกขเวทนา (ความรู้สึกทุกข์) รู้ชัดว่า เสวยทุกขเวทนา
- ๓) เสวยยทุกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกไม่ทุกข์ไม่สุข) รู้ชัดว่า เสวยยทุกขมสุขเวทนา
- ๔) เสวยสุขเวทนาที่มีอมิส^{๕๗} รู้ชัดว่า เสวยสุขเวทนาที่มีอมิส
- ๕) เสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอมิส รู้ชัดว่า เสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอมิส
- ๖) เสวยทุกขเวทนาที่มีอมิส รู้ชัดว่า เสวยทุกขเวทนาที่มีอมิส
- ๗) เสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอมิส รู้ชัดว่า เสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอมิส

^{๕๖} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๐๘-๑๐๙.

^{๕๗} ดูรายละเอียดใน อง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๖๙/๑๐๓.

๘) เสวยทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส รู้ชัดว่า เสวยทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส

๙) เสวยทุกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส รู้ชัดว่า เสวยทุกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส

เมื่อพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายที่เป็นไปทั้งเวทนาภายใน^{๕๘}ภายนอก^{๕๙} พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายและเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่ เมื่อมีสติพิจารณาเวทนาที่ปรากฏอยู่ ก็เพียงอาศัยเป็นเครื่องเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหาอาศัยทิลกฐิ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก^{๖๐}

โพธิราชกุมารสูตร^{๖๑} พระพุทธองค์ตรัสว่า บุคคลจะบรรลุความสุขด้วยความสุขไม่ได้ แต่จะบรรลุความสุขได้ด้วยความทุกข์ พระดำรัสนี้แสดงถึงความอดทนโดยตรง

การกำหนดรู้เวทนาด้วยปัญญาพึงรู้แจ้งความไม่เที่ยงของเวทนาตามความเป็นจริง เมื่อกำหนดรู้เวทนาด้วยปัญญา รู้แจ้งความไม่เที่ยงของเวทนาตามความเป็นจริงอยู่ ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนา ย่อมรู้แจ้งเวทนาที่ไม่เที่ยงนั้นเที่ยวว่าเป็นของไม่เที่ยง ปัญญาที่รู้แจ้งดังกล่าวของภิกษุผู้นั้นเป็นสัมมาทิลกฐิ^{๖๒}

การกำหนดรู้เวทนาโดยสรุป คือ เมื่อเสวยสุขเวทนา^{๖๓} ก็กำหนดตามความรู้สึกนั้น ๆ ที่เกิดขึ้นว่า สุขหนอ , สบายหนอ โลงหนอ เป็นต้น

เมื่อเสวยทุกขเวทนา^{๖๔} ก็กำหนดตามความรู้สึกนั้น ๆ ที่เกิดขึ้นว่า เจ็บหนอ , ปวดหนอ , คันหนอ , ร้อนหนอ ฯลฯ

เมื่อเสวยอุเบกขาเวทนา^{๖๕} คือ ความรู้สึกเป็นกลาง ซึ่งกำหนดรู้ได้ยาก หากปรากฏชัดเป็นบางครั้ง ก็กำหนดว่า เฉยหนอ

การกำหนดรู้อาการของจิตที่มีธรรมชาติรับรู้อารมณ์ การใส่ใจในอารมณ์เหล่านั้นด้วยการกำหนดรู้เท่าทันอาการของจิต ความเป็นไปที่คุ้นเคยในการรับรู้อารมณ์ที่ไม่ขาดการกำหนดรู้ด้วยโยนิโสมนสิการทำให้เกิดความนึก คิด ถือเอาเป็นเจ้าของในขณะรับรู้ทางทวารทั้งที่เปิดรับอารมณ์นั้นเข้ามาอย่างเท่าทันด้วยการกำหนดรู้ด้วยสติที่เป็นไปในการรับรู้จิตตานุปัสสนาสติปัญญา^{๖๖} ด้วยความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นความจริงที่เกิดกับจิตก็สามารถเข้าใจในการละความยินดีในโลกได้

^{๕๘} หมายถึง สุขเวทนา เป็นต้น ของตน, ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๘๐/๓๙๐.

^{๕๙} หมายถึง สุขเวทนา เป็นต้น ของผู้อื่น, ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๘๐/๓๙๐.

^{๖๐} ดุราลัยเถียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๔.

^{๖๑} ดุราลัยเถียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๒๗/๓๐๗.

^{๖๒} ดุราลัยเถียด ส.ข. (ไทย) ๑๗/๕๑/๔๒.

^{๖๓} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัญญาสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๒๓๓.

^{๖๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๓๕.

^{๖๕} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัญญาสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๒๓๖.

^{๖๖} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๑๑/๕๕๔.

ดังมีการแสดงการกำหนดรู้อาการของจิตด้วยสติไว้ดังนี้

สติตั้งมั่นพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งจิต มี ๑๖ ประการ ได้แก่

๑) จิตมีราคะ	ก็กำหนดรู้ว่า จิตมีราคะ
๒) จิตปราศจากราคะ	ก็กำหนดรู้ว่า จิตปราศจากราคะ
๓) จิตมีโทสะ	ก็กำหนดรู้ว่า จิตมีโทสะ
๔) จิตปราศจากโทสะ	ก็กำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโทสะ
๕) จิตมีโมหะ	ก็กำหนดรู้ว่า จิตมีโมหะ
๖) จิตปราศจากโมหะ	ก็กำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโมหะ
๗) จิตหตหู่	ก็กำหนดรู้ว่า จิตหตหู่
๘) จิตฟุ้งซ่าน	ก็กำหนดรู้ว่า จิตฟุ้งซ่าน
๙) จิตเป็นมหัคคตะ	ก็กำหนดรู้ว่า จิตเป็นมหัคคตะ
๑๐) จิตไม่เป็นมหัคคตะ	ก็กำหนดรู้ว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ
๑๑) จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า	ก็กำหนดรู้ว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า
๑๒) จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า	ก็กำหนดรู้ว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
๑๓) จิตสงบแล้ว	ก็กำหนดรู้ว่า ว่าจิตสงบ
๑๔) จิตไม่สงบ	ก็กำหนดรู้ว่า จิตไม่สงบ
๑๕) จิตพ้นจากกิเลสแล้ว	ก็กำหนดรู้ว่า จิตพ้นจากกิเลส
๑๖) จิตไม่พ้นจากกิเลส	ก็กำหนดรู้ว่า จิตไม่พ้นจากกิเลส ^{๖๗}

ด้วยวิธีการกำหนดรู้เช่นนี้ ผู้ปฏิบัติย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตภายใน พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอก หรือพิจารณาเห็นจิตทั้งภายในและภายนอก พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตพิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิต หรือพิจารณาธรรมเป็นเหตุเกิดและเป็นเหตุดับในจิตอยู่ หรือว่า ผู้ปฏิบัติมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า “จิตมีอยู่” ก็เพียงเพื่ออาศัย เจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหา และทิฏฐิ)อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาพึงกำหนดรู้จิต^{๖๘} ด้วยวิธีการดังนี้ ข้อ ๑) จิตมีราคะ ให้กำหนดว่า ชอบหนอ, โลกหนอ, กำหนดหนอ ข้อ ๓) จิตมีโทสะ ให้กำหนดว่า โกรธหนอ ข้อ ๕) จิตมีโมหะ ให้กำหนดว่า สงสัยหนอ, คิดหนอ ข้อ ๗) จิตหตหู่ ให้กำหนดว่า หตหู่หนอ ข้อ ๘) จิตฟุ้งซ่าน ให้กำหนดว่า ฟุ้งหนอ ส่วน ข้อที่เหลือให้กำหนดว่า รู้หนอ

^{๖๗} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

^{๖๘} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดยพระคันธสารากวีวงศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสารสันไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๒๖๖-๒๖๗.

การมีสติเข้าไปกำหนดรู้สภาวะธรรมเนื่อง ๆ ซึ่งธรรม ๕ หมวด คือ หมวดนิรวณฺ์ หมวดขันธฺ์ หมวดอายตนะ หมวดโพชฌงค์ หมวดสังขะ^{๖๙} พระพุทธองค์ตรัสไว้ท้ายหมวดธรรมทั้ง ๕ ว่า ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือ พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่

๒.๗ สรุปท้ายบท

สรุปว่าการเจริญวิปัสสนาภาวนา ตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตร อารมณ์ของวิปัสสนากล่าวได้ว่า การปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติที่เข้าไปตั้งมั่นโดยพิจารณาเห็นกาย เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติที่เข้าไปตั้งมั่นโดยพิจารณาเห็นเวทนา จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติที่เข้าไปตั้งมั่นโดยพิจารณาเห็นจิต และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติที่เข้าไปตั้งมั่นโดยพิจารณาเห็นธรรมทั้งหลาย เป็นหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จัดเป็นภาวนามยปัญญา สิ่งที่สำคัญในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ผู้ปฏิบัติจะต้องรู้วิธีในการปรับอินทรีย์ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา ตามสภาวะธรรม เพื่อให้เกิดความเห็นแจ้งและตามความเป็นจริง ซึ่งสภาวะธรรมตามที่ปรากฏจนสามารถหยั่งรู้ถึงความเปลี่ยนแปลง แปรปรวนไปของรูปนาม แล้วตั้งสติระลึกสภาวะธรรม รูป-นาม ปัจจุบันที่ปรากฏทางทวารทั้ง ๖ ก็ให้เห็นทุกสิ่งตามความเป็นจริง เกิดญาณปัญญาที่รู้แจ้งพระนิพพานได้ ประจักษ์แจ้งเห็นสภาวะธรรมตามที่ปรากฏจนสามารถหยั่งรู้ถึงความเปลี่ยนแปลง แปรปรวนไปของสภาวะธรรมทั้งหลายว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ไม่ใช่บุคคลตัวตนเราเขา จนเกิดปัญญาญาณ สามารถถ่ายถอนออกเสียซึ่งอภิชฌา และโทมนัส เป็นผู้ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลกนี้ เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อให้แจ้งนิพพาน ดังนั้น จำเป็นต้องกำหนดรู้ ให้ทัน ให้ถูกทุกครั้ง ทุกอารมณ์ ดังนี้

^{๖๙} ดุราลัยเถียรใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒-๔๐๓/๓๑๖-๓๓๘.

บทที่ ๓

อารมณฺ์ปรมัตถ์ในคัมภีร์พระพุทศาสนาเถรวาท

พระพุทองค์ทรงหลุดพ้นจากบ่วงกิเลสโดยสิ้นเชิงด้วยวิธีการปฏิบัติธรรมเพื่ออบรมจิต และพัฒนาปัญญา พุทองค์ทรงค้นพบแล้วนำมาชี้แจงแสดงให้เราได้รับรู้ ได้ทราบ ได้เรียน ได้ศึกษากัน เพื่อให้เข้าใจในหลักธรรมของพระพุทองค์ ภายใตคักยภาพของมนุษย์เพื่อดำเนินไปสู่ความพ้นทุกข์ ได้ทรงแสดงธรรมให้เหมาะสมสำหรับอุปนิสัยของผู้ฟัง เพื่อให้บรรลุธรรมตามที่พระพุทองค์ทรงสั่งสอน ส่วนคำสอนที่เป็นปรมัตถ์เป็นคำสอนที่ทรงแสดงไว้ให้เข้าถึงความจริงอันประเสริฐ ฉะนั้น ในบทนี้ได้กำหนดประเด็นในการศึกษาไว้ดังนี้

๓.๑ ความหมายของปรมัตถ์

๓.๒ ลักษณะปรมัตถ์

๓.๓ อารมณฺ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

๓.๔ หลักการเจริญอารมณฺ์ปรมัตถ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

๓.๕ การกำหนดรู้ในอารมณฺ์ปรมัตถ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

๓.๖ สรุปท้ายบท

๓.๑ ความหมายของปรมัตถ์

ความหมายของปรมัตถ์ คือ เนื้อความอันประเสริฐ เพราะเป็นสภาวะที่จริงแท้^๑ ไม่แปรผัน เป็นอย่างอื่น เป็นสิ่งที่มีอยู่จริง ๆ มีลักษณะปรากฏให้รู้ได้ พิสูจน์ได้ ดำรงลักษณะของตนไว้ไม่เปลี่ยนแปลง อยู่เหนือบัญญัติทั้งปวง เพราะมีอยู่จริง เป็นธรรมชาติ เครื่องดำรงอยู่ของธรรม เป็นธัมมฐิติ เครื่องตั้งอยู่ของธรรม เป็นธรรมนิยาม กำหนดหมายของธรรม อันเป็นสิ่งที่เป็นไปเองตามธรรมชาติของธรรมชาตินั้น ๆ ไม่มีใครแต่งขึ้น ไม่มีใครสร้างขึ้น เกิดมีขึ้นเองโดยเหตุโดยปัจจัย ไม่มีใครเป็นเจ้าของ

คำว่า ปรมัตถ์ แยกออกเป็น ๒ คำ คือ ปรม กับอัตถะ

ปรม หมายถึง ธรรมอันประเสริฐ คือไม่มีการผิดแปลกไม่ผันแปรไปเป็นอย่างอื่น หรือเป็น

^๑ พระอนุรุทธาจารย์ และพระญาณธชเถระ (แลคีสยาตอ), อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี, แปลโดยพระคณธสาราภวิงศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๔๖.

ธรรมที่เป็นประธานในอรรถบัญญัติ และนามบัญญัติทั้งปวง

อรรถ หมายถึง เนื้อความ คือ สภาพของรูปนามที่เป็นองค์ธรรมนั่นเอง

คำว่า ปรมัตถ มีวิเคราะห์ว่า

ปรโม อตโถ อวิปริโต อตโถ ปรมตโถ แปลว่า สภาพะประเสริฐ คือ สูงสุด หมายถึงไม่เปลี่ยนแปลง ชื่อว่า ปรมัตถ์ หมายถึง สิ่งที่มีอยู่จริงไม่เปลี่ยนแปลงจากสภาวะของตน ย่อมเป็นสภาพประเสริฐ ซึ่งตรงกันข้ามกับสิ่งที่ไม่ได้อยู่จริง ผิดจากสภาวะธรรม มีการเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพของตน ย่อมไม่ประเสริฐ ดังนั้น สภาวะธรรม อันมีจริงไม่เปลี่ยนแปลง จึงชื่อว่า ปรมัตถ์

ปรโม อุตโตโม อตตปจจโก อตโถ ปรมตโถ แปลว่า สภาพะประเสริฐ คือ สูงสุด หมายถึงรู้ได้ด้วยตนเอง ชื่อว่า ปรมัตถ์ หมายความว่า สิ่งที่ยังจากผู้อื่น อาจถูกหรือผิดก็ได้ ไม่เรียกสิ่งนั้นว่าเป็นปรมัตถ์ แต่สิ่งที่คุณคลรรู้ได้โดยประจักษ์แก่ตนเอง ย่อมจะไม่ผิดพลาด ดังนั้น สภาวะนั้นอารมณ์ปรมัตถ์ คือการรับรู้เคลื่อนไหวไปตามอารมณ์ต่างๆ ในรูปพรรณสัณฐาน ภาชนะวัตถุที่เห็นอยู่ในทุกวันนี้ ซึ่งมีชื่อเรียกกันต่างๆนาๆ คือ รูปธรรม ในรูปธรรมเมื่อแยกธาตุกันแล้วจะได้ ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ จักขุธาตุ โสตธาตุ เป็นต้น รวมตัว ๒๘ ธาตุ ธาตุที่ประชุมกันนี้เรียกว่ารูป การที่ได้รู้ จากการได้เห็น การได้ยิน การได้รส ความจริงอันเป็นการรู้จากถูกสัมผัส นอกจากนี้ ยังรวมถึงความรู้สึกรู้สึกคิดต่างๆ ซึ่งอาศัย จิต ในการนึกคิด เป็นที่เกิด จัดเป็นนาม ในการรู้ทุกสิ่งทุกอย่าง คือนามธรรม ฉะนั้นในสกลกายของเรานั้นย่อมประกอบด้วยรูปธรรม ชื่อว่า ปรมัตถ์ เพราะประจักษ์แก่ตน

๓.๒ ลักษณะปรมัตถ์

ลักษณะปรมัตถ์ เป็นสภาวะธรรมที่มีอยู่จริง โดยลักษณะ โดยธรรมชาติ เป็นธรรมที่ประเสริฐ มีลักษณะปรากฏให้รู้ได้พิสูจน์ได้ ดำรงลักษณะของตนไว้ ไม่เปลี่ยนแปลงวิปริตผันแปรไป มีอยู่ ๔ ประการ คือ

๑. จิตปรมัตถ์

๒. เจตสิกปรมัตถ์

๓. รูปปรมัตถ์

๔. นิพพานปรมัตถ์

๑. จิตปรมัตถ์ คือ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ จิตเป็นตัวรู้ สิ่งที่ถูกรู้ เรียกว่า อารมณ์ จิตมีหน้ารับจำกัดอารมณ์ต่าง ๆ จิตเป็นปรมัตถธรรม จึงมีลักษณะที่จตุกกะอยู่ครบทั้ง ๔ ประการ คือ

วิชานนลกขณิ มีการรู้อารมณ์ เป็นลักษณะ

ปุพฺพคมฺรสี มีการเกิดก่อนและเป็นประธานในธรรมทั้งปวง เป็นกิจ

สนฺธานปจฺจุจฺจานิ มีการเกิดขึ้นต่อเนื่องกันไม่ขาดสาย เป็นอาการปรากฏ

นามรูปปฏิจจกัน มีนามรูป เป็นเหตุใกล้ให้เกิด^๒

จิตปรมาตม์ จำแนกออกเป็น ๔ ประเภท คือจิตมีสภาพรับรู้อารมณ์เพียงอย่างเดียว แต่เมื่อกล่าวตามอาการที่รู้หรือตามประเภทที่รู้ ในคัมภีร์พระไตรปิฎก จึงจำแนกจิตเป็น ๔ ประเภท^๓ คือ

- ๑) กามาวจรจิต
- ๒) รูปาวจรจิต
- ๓) อรูปาวจรจิต
- ๔) โลกุตตรจิต

๑) กามาวจรจิต^๔ คือ จิตที่ข้องหลงติด เจืออยู่ในกามตัณหา หรือเป็นจิตที่ส่วนมากท่องเที่ยววนเวียนอยู่ในกามภูมิ จิตประเภทนี้ เรียกกันสั้น ๆ ว่า กามจิต จิตพัวพันข้องติดอยู่กับกามภูมิ มีจำนวน ๕๔ ดวง จำแนกได้ ๓ พวก คือ

๑. อกุศลจิต ๑๒
๒. อเหตุกจิต ๑๘
๓. กามาวจรโสภณจิต ๒๔

๑. อกุศลจิต ๑๒^๕ คือ จิตที่ตรงกันข้ามกับกุศล มีสภาพที่มีโทษแก่ตนเองในขณะที่ทำและให้ผล เป็นความทุกข์ในเวลาต่อมา เป็นจิตที่ชั่วเป็นบาปและให้ผลเป็นทุกข์ เป็นจิตที่ทราวมมีโทษส่วนมากมักจะเกิดได้ง่ายและเกิดได้บ่อย ทั้งนี้ เพราะเหตุว่าเมื่อจิตได้รับอารมณ์ใดแล้ว ส่วนมากจะไม่ได้พิจารณาให้แยบคายคือไม่พิจารณาให้ซึ่งถึงสภาพแห่งความเป็นจริงของอารมณ์ที่ประสบ อกุศลจิตมีทั้งหมด ๑๒ ดวง คือ

- ๑) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ประกอบกับทัญญู ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๒) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ประกอบกับทัญญู มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๓) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ไม่ประกอบกับทัญญู ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๔) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ไม่ประกอบกับทัญญู มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๕) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ประกอบกับทัญญู ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๖) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ประกอบกับทัญญู มีสังขาร ดวงหนึ่ง

^๒ ชุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะที่จิตทุกแห่งปรมาตมธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๖.

^๓ พระอนุรุทธาจารย์ และพระญาณธมฺมธโร (แลตีสยาตอ), อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมาตมทีปนี, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๒.

^๔ อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑-๑๕๙/๒๗-๕๗.

^๕ อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๓๖๕/๑๑๐.

๗) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ประกอบกับทัญญู ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง

๘) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ไม่ประกอบกับทัญญู มีสังขาร ดวงหนึ่ง

จิตทั้ง ๘ ดวงนี้ ชื่อว่า โลกมูลจิต แปลว่า จิตที่เกิดกับโลภะ

๙) จิตที่เกิดร่วมกับโทมนัสเวทนาเวทนา ประกอบกับปฏิกขะ ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง

๑๐) จิตที่เกิดร่วมกับโทมนัสเวทนาเวทนา ประกอบกับปฏิกขะ มีสังขาร ดวงหนึ่ง

จิตทั้ง ๒ ดวงนี้ ชื่อว่า โทสมูลจิต^๖ คือจิตที่เกิดร่วมกับปฏิกขะ

๑๑) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ประกอบกับวิจิกิจฉา ดวงหนึ่ง

๑๒) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ประกอบกับอุทธัจจะ ดวงหนึ่ง^๗

จิตทั้ง ๒ ดวงนี้ ชื่อว่า โมหมูลจิต คือ จิตที่หลงยั้ง

สรุปว่า อกุศลจิต คือจิตที่ตรงกันข้ามกับกุศล มีโทษแก่ตนเอง มี ๑๒ ดวง คือ โลกมูลจิต จิตที่มีโลภะเป็นเหตุ ๘ ดวง โทสมูลจิต จิตที่มีโทสะเป็น ๒ ดวง โมหมูลจิต จิตที่มีโมหะเป็นเหตุ ๒ ดวง

๒. อเหตุกจิต ๑๘^๘ คือ จิตที่ไม่ประกอบด้วยเหตุให้ทำบาปหรือทำบุญ มีจำนวน ๑๘ ดวง แบ่งเป็น ๓ ประเภท คือ

ประเภทที่ ๑ อกุศลวิบากจิต^๙ คือ จิตที่เป็นผลของอกุศล มีจิต ๗ ดวง คือ

๑) จิตที่อาศัยจักขุประสาท เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ดวงหนึ่ง

๒) จิตที่อาศัยโสตประสาท เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ดวงหนึ่ง

๓) จิตที่อาศัยฆานประสาท เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ดวงหนึ่ง

๔) จิตที่อาศัยชีวหาประสาท เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ดวงหนึ่ง

๕) จิตที่อาศัยกายประสาท เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ดวงหนึ่ง

๖) สัมปฏิจฉนจิต ที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ดวงหนึ่ง

๗) สันตริณจิต ที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ดวงหนึ่ง

ประเภทที่ ๒ อเหตุกกุศลวิบากจิต^{๑๐} คือ จิตที่เป็นผลของกุศลที่ไม่ประกอบด้วยเหตุ มี ๘ ดวง คือ

^๖ อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๔๒๓/๑๒๒.

^๗ พระอนุรุทธาจารย์ และพระญาณธชเถระ (แลตีสยาตอ), **อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี**, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๓.

^๘ อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๔๔๘/๓๕๖.

^๙ อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕๖/๑๖๐.

^{๑๐} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๔๓๑/๑๒๔.

๑) จิตที่อาศัยจักขุประสาท เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ซึ่งเป็นผลของกุศลกรรม ดวงหนึ่ง
 ๒) จิตที่อาศัยโสตประสาท เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ซึ่งเป็นผลของกุศลกรรม ดวงหนึ่ง
 ๓) จิตที่อาศัยฆานประสาท เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ซึ่งเป็นผลของกุศลกรรม ดวงหนึ่ง
 ๔) จิตที่อาศัยชีวหาประสาท เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ซึ่งเป็นผลของกุศลกรรม ดวง

หนึ่ง

๕) จิตที่อาศัยกายประสาท เกิดร่วมกับสุขเวทนา ดวงหนึ่ง

๖) สัมปฏิจฉนจิต ที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ดวงหนึ่ง

๗) สันตริณจิต ที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ดวงหนึ่ง

๘) สันตริณจิต ที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ดวงหนึ่ง^{๑๑}

ประเภทที่ ๓ อเหตุกิริยาจิต^{๑๒} คือ กิริยาจิตที่ไม่มีเหตุเป็นบุญเป็นบาป มี ๓ ดวง คือ

๑) จิตที่ไคร่ครวญอารมณ์ทางปัญญา เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ดวงหนึ่ง

๒) จิตที่ไคร่ครวญอารมณ์ทางมโนทวาร เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ดวงหนึ่ง

๓) จิตที่ยังการยัมให้เกิดขึ้น เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ดวงหนึ่ง

สรุปว่า อเหตุกจิต มี ๑๘ ดวง คือ อกุศลวิปากจิต ๗ ดวง อเหตุกกุศลวิปากจิต ๘ ดวง และอเหตุกิริยาจิต ๓ ดวง

๓. กามาวจรโสภณจิต ๒๔ คือ จิตที่ยังต้องท่องเที่ยววนเวียนอยู่ในกามภูมิ แต่ก็เป็นจิตในฝ่ายที่ดีงาม ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น มีทั้งหมด ๒๔ ดวง แบ่งออกเป็น ๓ ประเภท คือ

ประเภทที่ ๑ มหากุศลจิต^{๑๓} คือ กุศลจิตที่ดีงาม กว้างขวางมากมายมีได้ทั่วไปและเป็นที่ตั้งของกุศลทั้งปวง มีสภาพไม่มีโทษแก่ตนเองในขณะที่ทำและให้ผลเป็นความสุขในเวลาต่อมา ทั้งยังเป็นปัจจัยให้เกิดกุศลมานจิต มัคคจิตและผลจิต พร้อมทั้งเป็นปัจจัยให้บรรลुพระนิพพานได้ด้วย มหากุศลจิตนี้มีทั้งหมด ๘ ดวง คือ

๑) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ประกอบด้วยปัญญา ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง

๒) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ประกอบด้วยปัญญา มีสังขาร ดวงหนึ่ง

๓) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ไม่ประกอบด้วยปัญญา ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง

^{๑๑} พระอนรุทธาจารย์ และพระญาณธเถระ (แลศีลยาตอ), **อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี**, แปลโดยพระคันธสาราภิวงศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๔-๕.

^{๑๒} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๖๖/๑๖๓.

^{๑๓} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑/๒๗.

- ๔) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ไม่ประกอบด้วยปัญญา มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๕) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ประกอบด้วยปัญญา ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๖) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ประกอบด้วยปัญญา มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๗) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ไม่ประกอบด้วยปัญญา ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๘) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ไม่ประกอบด้วยปัญญา มีสังขาร ดวงหนึ่ง^{๑๔}

ประเภทที่ ๒ มหาวิบากจิต^{๑๕} คือ จิตที่เป็นผลของมหากุศล ทำบุญกุศลด้วยมหากุศลจิต ดวงใดก็จะได้มหาวิบากจิตดวงนั้น มหากุศลจิตเป็นเหตุ ย่อมก่อให้เกิดผลเป็นมหาวิบากจิตตรงกันเสมอ ดังนั้น มหาวิบากจิต จึงมีจำนวนเท่ากับมหากุศลจิต คือ มีจำนวน ๘ ดวง คือ

- ๑) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ประกอบด้วยปัญญา ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๒) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ประกอบด้วยปัญญา มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๓) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ไม่ประกอบด้วยปัญญา ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๔) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ไม่ประกอบด้วยปัญญา มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๕) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ประกอบด้วยปัญญา ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๖) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ประกอบด้วยปัญญา มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๗) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ไม่ประกอบด้วยปัญญา ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๘) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ไม่ประกอบด้วยปัญญา มีสังขาร ดวงหนึ่ง

ประเภทที่ ๒ มหาภิกิริยาจิต คือ จิตสักว่ากระทำอาการ กล่าวคือจิตของพระอรหันต์ที่สักว่าเป็นไปในกุศลกรรม แต่ไม่ให้เกิดเป็นวิบาก เป็นจิตที่ทำให้สำเร็จในการคิด การทำ การพูดของพระอรหันต์ทั้งหลายผู้สิ้นกิเลสทั้งปวงโดยสิ้นเชิง การคิดการทำการพูดเหล่านั้น จึงไม่ก่อให้เกิดผลในอนาคตอีก เพราะพระอรหันต์ทั้งหลายท่านสิ้นกิเลสแล้ว ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป การที่ท่านยังไม่นิพพานนั้น ก็เพื่อสงเคราะห์เป็นเนื่อานาบุญสัตว์โลกเท่านั้น ผลที่ท่านทำไปก็ไม่เป็นกุศลหรืออกุศล^{๑๖}ต่อไป และเป็นจิตที่ปราศจากผลในอนาคต มีจำนวน ๘ ดวง คือ

- ๑) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ประกอบด้วยปัญญา ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๒) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ประกอบด้วยปัญญา มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๓) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ไม่ประกอบด้วยปัญญา ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง

^{๑๔} พระอนรรุทธาจารย์ และพระญาณธชเถระ (แลตีสยาตอ), อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๖-๗.

^{๑๕} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๔๙๘/๑๓๖.

^{๑๖} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๗๖/๑๖๖.

- ๔) จิตที่เกิดร่วมกับโสมนัสเวทนา ไม่ประกอบด้วยปัญญา มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๕) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ประกอบด้วยปัญญา ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๖) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ประกอบด้วยปัญญา มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๗) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ไม่ประกอบด้วยปัญญา ไม่มีสังขาร ดวงหนึ่ง
- ๘) จิตที่เกิดร่วมกับอุเบกขาเวทนา ไม่ประกอบด้วยปัญญา มีสังขาร ดวงหนึ่ง^{๑๗}

สรุปว่า กามาวจรโสภณจิต คือ महाกุศลจิต ๘ ดวง มหาวิบากจิต ๘ ดวง และมหาภิรียาจิต ๘ ดวง รวมทั้งหมด มีจำนวน ๒๔ ดวง

๒) รูปาวจรจิต คือ จิตที่ถึงรูปฌาน พอใจที่จะเป็นรูปพรหมหรือท่องเที่ยวไปในรูปภูมิ อันเป็นที่ตั้งแห่งกิเลสรูปและวัตถุรูปเป็นส่วนมาก จิตประเภทนี้ มีอยู่ ๑๕ ดวง แบ่งออกไปเป็น ๓ ประเภท คือ

ประเภทที่ ๑ รูปาวจรกุศลจิต^{๑๘} คือ จิตที่บำเพ็ญกุศลจนถึงรูปฌาน เป็นจิตที่ตกแต่งบุญกุศลไว้เพื่อรับสมบัติคือรูปพรหมในพรหมโลก มีทั้งหมดจำนวน ๕ ดวง คือ

- ๑) กุศลจิตที่ประกอบกับปฐมฌาน เกิดร่วมกับวิตก วิจารณ์ ปิติ สุข และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง
- ๒) กุศลจิตที่ประกอบกับทุติยฌาน เกิดร่วมกับวิจารณ์ ปิติ สุข และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง
- ๓) กุศลจิตที่ประกอบกับตติยฌาน เกิดร่วมกับปิติ สุข และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง
- ๔) กุศลจิตที่ประกอบกับจตุตถฌาน เกิดร่วมกับสุข และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง
- ๕) กุศลจิตที่ประกอบกับปัญจฌาน เกิดร่วมกับอุเบกขา และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง

ประเภทที่ ๒ รูปาวจรวิบากจิต^{๑๙} คือ จิตที่เป็นผลของรูปาวจรจิต เมื่อทำรูปาวจรกุศลจิตได้แล้ว ก็จะได้รับผลเป็นรูปาวจรวิบากจิต ซึ่งจะนำไปเกิดเป็นพรหมในพรหมโลก มีจำนวน ๕ ดวง คือ

- ๑) วิบากจิตที่ประกอบกับปฐมฌาน เกิดร่วมกับวิตก วิจารณ์ ปิติ สุข และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง
- ๒) วิบากจิตที่ประกอบกับทุติยฌาน เกิดร่วมกับวิจารณ์ ปิติ สุข และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง
- ๓) วิบากจิตที่ประกอบกับตติยฌาน เกิดร่วมกับปิติ สุข และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง
- ๔) วิบากจิตที่ประกอบกับจตุตถฌาน เกิดร่วมกับสุข และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง
- ๕) วิบากจิตที่ประกอบกับปัญจฌาน เกิดร่วมกับอุเบกขา และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง

^{๑๗} พระอนุรุทธาจารย์ และพระญาณธมฺมธโร (แลตีสยาตอ), **อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี**, แปลโดยพระคันธสาราภังค์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๗.

^{๑๘} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๖๗-๒๖๔/๖๐-๘๔.

^{๑๙} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๔๙๙/๑๓๗.

ประเภทที่ ๓ รูปร่างจรกิริยาจิต^{๒๐} คือ จิตของพระอรหันต์ที่เข้ารูปฌาน ถ้าพระอรหันต์เข้าฌานในรูปร่างจรฌาน เรียกว่า พระอรหันต์เข้ารูปร่างจรกิริยาจิต แต่ถ้าปุถุชนและเสกขบุคคลเข้ารูปร่างจรฌานนั้น จะเรียกว่า รูปร่างจรกุศลจิต รูปร่างจรกิริยาจิต มีจำนวน ๕ ดวง คือ

๑) กิริยาจิตที่ประกอบด้วยปฐมฌาน เกิดร่วมกับวิตก วิจารณ์ ปีติ สุข และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง

๒) กิริยาจิตที่ประกอบด้วยทุติยฌาน เกิดร่วมกับวิจารณ์ ปีติ สุข และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง

๓) กิริยาจิตที่ประกอบด้วยตติยฌาน เกิดร่วมกับปีติ สุข และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง

๔) กิริยาจิตที่ประกอบด้วยจตุตถฌาน เกิดร่วมกับสุข และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง

๕) กิริยาจิตที่ประกอบด้วยปัญจฌาน เกิดร่วมกับอุเบกขา และเอกัคคตา ดวงหนึ่ง

สรุปว่า รูปร่างจรจิต มีจำนวน ๑๕ ดวง คือ รูปร่างจรกุศลจิต ๕ ดวง รูปร่างจรวิบากจิต ๕ ดวง และรูปร่างจรกิริยาจิต ๕ ดวง

๓) อรูปจรจิต^{๒๑} คือ จิตที่ถึงอรูปฌาน พอใจที่จะเป็นอรูปพรหมหรือท้องที่เวยวอยู่ในอรูปภูมิ จิตประเภทนี้ มีอยู่ ๑๒ ดวง แบ่งเป็น ๓ ประเภท คือ

ประเภทที่ ๑ อรูปจรกุศลจิต^{๒๒} คือจิตที่เข้าอรูปจรกุศล จิตชนิดนี้ ถ้าถึงแก่กรรมในขณะที่เข้าอรูปฌาน จะจุติไปเป็นอรูปพรหมในพรหมโลก มี ๔ ดวง คือ

๑) กุศลจิตที่ประกอบด้วยอากาสาณัญจายตนฌาน ดวงหนึ่ง

๒) กุศลจิตที่ประกอบด้วยวิญญูณัญจายตนฌาน ดวงหนึ่ง

๓) กุศลจิตที่ประกอบด้วยอากิญจัญญายตนฌาน ดวงหนึ่ง

๔) กุศลจิตที่ประกอบด้วยเนวสัณญานาสัณญายตนฌาน ดวงหนึ่ง

ประเภทที่ ๒ อรูปจรวิบากจิต^{๒๓} คือ จิตที่เป็นผลของอรูปจรกุศล เป็นจิตของอรูปพรหมในพรหมโลก มี ๔ ดวง คือ

๑) วิบากจิตที่ประกอบด้วยอากาสาณัญจายตนฌาน ดวงหนึ่ง

๒) วิบากจิตที่ประกอบด้วยวิญญูณัญจายตนฌาน ดวงหนึ่ง

๓) วิบากจิตที่ประกอบด้วยอากิญจัญญายตนฌาน ดวงหนึ่ง

๔) วิบากจิตที่ประกอบด้วยเนวสัณญานาสัณญายตนฌาน ดวงหนึ่ง

^{๒๐} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๗๗/๑๖๗.

^{๒๑} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๒๖๕-๖๘/๘๔-๕.

^{๒๒} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๒๖๔/๘๔.

^{๒๓} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๐๑/๑๓๗.

ประเภทที่ ๓ อรูปาวจรกิริยาจิต^{๒๔} คือ จิตของพระอรหันต์ที่เข้าอรูปรูปมาน มี ๔ ดวง คือ

- ๑) กิริยาจิตที่ประกอบกับอากาสนัญญาตนณมาน ดวงหนึ่ง
- ๒) กิริยาจิตที่ประกอบกับวิญญาณัญญาตนณมาน ดวงหนึ่ง
- ๓) กิริยาจิตที่ประกอบกับอากิญจัญญาตนณมาน ดวงหนึ่ง
- ๔) กิริยาจิตที่ประกอบกับเนวสัญญานาสัญญาตนณมาน ดวงหนึ่ง^{๒๕}

สรุปว่า อรูปาวจรจิต คือจิตที่ท่องเที่ยวไปในอรูปรูป บรรลุถึงอรูปรูปมาน มีจำนวน ๑๒ ดวง คือ อรูปาวจรกุศลจิต ๔ ดวง อรูปาวจรวิบากจิต ๔ ดวง อรูปาวจรกิริยาจิต ๔ ดวง

๔) โลกุตตรจิต^{๒๖} คือ จิตที่กำลังพ้นและพ้นแล้วจากโลกทั้ง ๓ คือพ้นจากกามภูมิ พ้นจากรูปภูมิ และพ้นจากอรูปรภูมิ กล่าวคือจิตที่เข้าถึงความเป็นอริยบุคคล เป็นจิตที่มีอารมณ์เหนือโลก คือมีนิพพานเป็นอารมณ์ จิตชนิดนี้ มีจำนวน ๘ ดวง แบ่งเป็น ๒ ประเภท คือ

ประเภทที่ ๑ โลกุตตรกุศลจิต มี ๔ ดวง คือ

- ๑) จิตที่ประกอบกับโสดาปัตติมรรค ดวงหนึ่ง
- ๒) จิตที่ประกอบกับสกทาคามิมรรค ดวงหนึ่ง
- ๓) จิตที่ประกอบกับอนาคามิมรรค ดวงหนึ่ง
- ๔) จิตที่ประกอบกับอรหัตตมรรค ดวงหนึ่ง

ประเภทที่ ๒ โลกุตตรวิบากจิต^{๒๗} มี ๔ ดวง คือ

- ๑) จิตที่ประกอบกับโสดาปัตติผล ดวงหนึ่ง
- ๒) จิตที่ประกอบกับสกทาคามิผล ดวงหนึ่ง
- ๓) จิตที่ประกอบกับอนาคามิผล ดวงหนึ่ง
- ๔) จิตที่ประกอบกับอรหัตตผล ดวงหนึ่ง^{๒๘}

^{๒๔} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๗๙/๑๖๗.

^{๒๕} พระอนุรุทธาจารย์ และพระญาณธเถระ (แลตีสยามตอ), **อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี**, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๐-๑๑.

^{๒๖} พระอนุรุทธาจารย์ และพระญาณธเถระ (แลตีสยามตอ), **อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี**, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๒.

^{๒๗} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๐๕/๑๓๙.

^{๒๘} พระอนุรุทธาจารย์ และพระญาณธเถระ (แลตีสยามตอ), **อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี**, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๒.

สรุปว่า โลกุตตรจิต คือจิตที่อยู่เหนือโลก มีจำนวน ๘ ดวงตามประเภทแห่งมรรคและผล คือ โลกุตตรกุศลจิต ๔ ดวง โลกุตตรวิบากจิต ๔ ดวง

๓.๓ อารมณ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

อารมณ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนาเป็นธรรมชาติชนิดหนึ่งที่มีอยู่จริง รู้โดยไม่ต้องอาศัยใคร แท้จริงการรับรู้อารมณ์ของจิตนั้นอาศัยเจตสิก มีเจตสิก ทำหน้าที่ประกอบและปรุงแต่ง ลำพังแต่จิตอย่างเดียวไม่สามารถรู้อารมณ์ได้ เปรียบเหมือนเรือกับคนพายเรือต้องอิงอาศัยกัน ลำพังเรืออย่างเดียวโดยไม่มีคนพาย เรือก็จะไม่สามารถแล่นไปได้ ฉะนั้น จิตคนเราและสัตว์ทั้งหลายก็ฉนั้นเหมือนกัน ต้องมีเจตสิกประกอบปรุงแต่งจึงจะสามารถรู้อารมณ์ได้ เพราะฉะนั้น จิตรับรู้อารมณ์ได้ เพราะอาศัยเจตสิกประกอบปรุงแต่งเท่านั้น

๓.๓.๑ จิต

จิต คือ สภาวะรู้อารมณ์ หมายถึง การรับรู้สิ่งต่าง ๆ ที่มาปรากฏทางใจโดยผ่านทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ความจริงแล้วการเห็นคือ การที่จิตรู้รูปโดยผ่านตา การได้ยินเป็นการที่จิตรู้เสียงโดยผ่านหู การรู้กลิ่นเป็นการที่จิตรู้กลิ่นโดยผ่านจมูก การลิ้มรสเป็นการที่จิตรู้รสโดยผ่านลิ้น การสัมผัสเป็นการที่จิตรู้สัมผัสโดยผ่านร่างกาย และการรู้มโนสัมผัสเป็นการที่จิตรับรู้โดยผ่านใจ

สำหรับในพระพุทธศาสนานิกายเถรวาทนั้นถือว่า “จิต มโน วิญญาณ” เป็นอย่างเดียวกันในด้านสภาวะ แต่ชื่อที่ใช้เรียกเท่านั้นที่ต่างกันไป ดังพุทธพจน์ว่า

“ตถาคตเรียกสิ่งนี้ว่า จิตบ้าง มโนบ้าง วิญญาณบ้าง จิตเป็นต้นนั้นดวงหนึ่งเกิดขึ้น ดวงหนึ่งดับไป ตลอดทั้งคืนและวัน เปรียบเหมือนลิงเมื่อเที่ยวไปในป่าเล็กและป่าใหญ่จับกิ่งไม้ ปล่อยกิ้งกิ้งนั้นแล้ว ย่อมจับกิ่งอื่น ปล่อยกิ้งกิ้งนั้นแล้วย่อมจับกิ่งอื่นต่อไป ฉะนั้นตถาคตจึงเรียกสิ่งนี้ว่า จิตบ้างมโนบ้าง วิญญาณบ้าง จิตเป็นต้นนั้น ดวงหนึ่งเกิดขึ้น ดวงหนึ่งดับไป ตลอดทั้งคืนและวัน”^{๒๙} พระพุทธพจน์บทนี้ เมื่อนำมาวิเคราะห์แล้ว จะได้แนวความคิดดังนี้

๑. จิต มโน วิญญาณ เป็นธรรมชาติอย่างเดียวกัน
๒. จิต มโน วิญญาณเกิดดับอยู่เสมอตลอดเวลาทั้งกลางวันและกลางคืน
๓. การเกิดดับของจิต มโน วิญญาณ เป็นไปในลักษณะสืบต่อกัน กล่าวคือ เมื่อดวงเก่ากำลังจะดับ ดวงใหม่ก็อาศัยพลังงานจากดวงเก่าเกิดขึ้น จึงสรุปได้ว่า การดับของดวงเก่า ก็คือการเกิดขึ้นของจิต มโน วิญญาณดวงใหม่ เพราะดวงใหม่อาศัยเหตุปัจจัยจากดวงเก่าจึงเกิดขึ้นได้นอกจากคำทั้ง ๓ นี้แล้วยังมีคำที่เป็นไวพจน์ ซึ่งใช้เรียกแทนกันได้

คำว่า “ไวพจน์” มาจากภาษาบาลีว่า “เววจน” แปลว่า คำที่มีรูปร่างต่างกัน แต่ความหมายเหมือนกันซึ่งใช้เรียกแทนกันได้ อีก ดังนี้

^{๒๙} ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๖๑/๑๑๖.

มานสะ (มานสี), มนายตนะ (มนายตน์), มนินทริยะ (มนินทริย), ทั้งหมดมีรากศัพท์มาจากคำว่า มโน มานสะ มีความหมายเหมือน มโน ซึ่งสำนวนไทยแปลว่า “ใจ” ดังตัวอย่างในคำว่า

“มโนปุพพังคมา ฌมา มโนเสฏฐา มโนมยา
มนสา เจ ปุฏฺเฐน ภาสติ วา กโรติ วา
ตโต นํ ทุกขมเนวติ จกุกั วหโต ปทฺ.ฯ”

“ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จด้วยใจ ถ้าบุคคลมีใจดี ก็จะทำดีหรือทำดีตามไปด้วย เพราะความดีนั้น สุขย่อมติดตามเขาไป เหมือนเงาติดตามตัวเขาไปฉะนั้น”^{๓๐}

จากการศึกษาบุพภาคของคำว่า “จิต” พอสรุปได้ว่า จิต มโน วิญญาณทั้ง ๓ คำนี้ มีมาแล้วก่อนสมัยพุทธกาล จิต มโน วิญญาณ เป็นธรรมชาติอย่างเดียวกัน มีการเกิดดับอยู่ตลอดเวลา โดยมีลักษณะสืบทอดกันการดับของดวงเก่า ก็คือการเกิดขึ้นของจิต มโน วิญญาณดวงใหม่ เพราะดวงใหม่อาศัยเหตุปัจจัยจากดวงเก่าจึงเกิดขึ้นได้

“จิต” เป็นธรรมชาติที่เป็นนามธรรม ไม่มีรูปร่าง สีสัน วรรณะใด ๆ อาศัยอยู่ในร่างกายของสัตว์ทั้งหลาย เป็นธรรมชาติชนิดหนึ่งที่มีอยู่จริง ๆ เป็นปรากฏการณ์ของธรรมชาติฝ่ายนามธรรมที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วก็ดับ ไปอย่างรวดเร็ว โดยอาศัยเหตุอาศัยปัจจัยต่าง ๆ ทำให้เกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไปตามกฎของธรรมชาติ โดยปกติแล้วธรรมชาติของจิตจะมีลักษณะดังต่อไปนี้

จิตเป็นธรรมชาติที่ผ่องใส หมายถึง จิตที่อยู่ในภาวะเดิม แต่กลับต้องเศร้าหมองไปเพราะกิเลสต่าง ๆ เข้ามารบกวน “ปกัสสรมิทํ ภิกขเว จิตตํ อาคนตุเกหิ อุปกุกิเลสเหอุปกุกิสิญฺฐุ” แปลความว่า “จิตนี้ผุดผ่องแต่จิตนั้นเศร้าหมองเพราะอุปกิเลสที่เกิดขึ้นภายหลัง”^{๓๑} หมายถึงภาวะของจิตขณะที่รับอารมณ์ย่อมไม่คงที่ ย่อมเปลี่ยนแปลงอารมณ์อยู่เสมอ พระอรธรรกทถาจารย์ได้อธิบายความหมายของแต่ละคำไว้ดังนี้

๑. ตันรน หมายถึง ตันรนไปในอารมณ์ทั้ง ๖ มี รูปารมณํ เป็นต้น

๒. กวัตถแกว่ง หมายถึง หวั่นไหว ไม่อาจจะตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวได้นาน ดุจทหารที่ไม่อาจทรงตัวอยู่ในอิริยาบถเดียวได้นาน ฉะนั้น

๓. รัคชายาก หมายถึง ให้ดำรงอยู่ในอารมณ์ธรรมที่เป็นสัปบายะได้ยาก

๔. ห้ามยาก หมายถึง ห้ามหรือกั้นมิให้ชานไปในวิสภาคารมณํได้ยาก

จิตเป็นธรรมชาติที่รู้ารมณํ (อารมณวิชานนลกขณิ) คือได้รับารมณํอยู่เสมอนั่นเอง จึงเรียกว่ารู้ารมณํ

๑. อารมณณิ จินเตตตีติ = จิตต ธรรมชาติใด ย่อมรู้ารมณํ คือได้รับารมณํอยู่เสมอ ฉะนั้นธรรมชาตินั้นชื่อว่า “จิต”

^{๓๐} ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๓๐.

^{๓๑} อจ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๔๙-๕๑/๙.

๒. จินตেনตติ สมပ္ยุตตธมมา เอเตนาคติ = จิตตัม สัมပ္ยุตตธมม คือเจตสิกทั้งหลายย่อมรู้ อารมณ์โดยอาศัยธรรมชาตินั้น ฉะนั้นธรรมชาติที่เป็นเหตุแห่งการรู้อารมณ์ของเจตสิกเหล่านั้นชื่อว่า “จิต”

๓. จินตนมตตฺ=จิตตัม ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ ได้รับอารมณ์ นั้นแหละชื่อว่า “จิต”^{๓๒}

สรุปโดยภาพรวมว่า คำว่า จิต มโน วิญญาณ นั้น ได้มีการเรียนรู้ศึกษาค้นคว้ากันมาตั้งแต่ สมัยก่อนพุทธกาลแล้ว จิต มโน วิญญาณ เป็นอย่างเดียวกันในด้านสภาวะจิตนั้นมีชื่อเรียกต่างกัน เพราะหน้าที่การทำงานไม่เหมือนกัน เรียกว่าจิตเพราะเป็นสภาวะวิจิตรเรียกว่ามโนเพราะรับรู้อารมณ์ เรียกว่ามานัสเพราะมีธรรมชาติที่สัมพันธ์กับมโน เรียกว่าหทัยเพราะอยู่ภายใน เรียกว่าปิตตะเพราะ ธรรมชาติที่ผ่องใส เรียกว่ามโนยตนะเพราะเป็นที่อยู่อาศัย เป็นบ่อเกิดเป็นที่ประชุม เป็นแดนเกิด แห่ง ใจ เรียกว่ามโนทริย์เพราะเป็นใหญ่ในการรับรู้อารมณ์ เรียกว่าวิญญาณเพราะรับรู้อารมณ์ต่าง ๆ เรียกว่าวิญญาณขันธ์เพราะเป็นกองแห่งวิญญาณ เรียกว่ามโนวิญญาณธาตุเพราะเป็นสภาวะที่รับรู้ และรับทราบอันสมควรแก่ธรรมทั้งหลาย มีผัสสะ เป็นต้น

๓.๓.๒ เจตสิก

เจตสิก คือธรรมชาติชนิดหนึ่งที่ประกอบกับจิต อาศัยจิตเกิด และปรุงแต่งจิตให้ประพฤติ เป็นไปตามนั้น มีอาการที่ประกอบกับจิต คือมีสภาพที่ประกอบกับจิต ปรุงแต่งจิต ทำให้จิตมีความสามารถในการรู้อารมณ์ได้ต่างๆ นานา ยกเว้นจิตเสียแล้ว เจตสิกก็เกิดขึ้นไม่ได้ จำเป็นต้องอาศัย จิตเกิดเสมอไป ฉะนั้น จึงกล่าวได้ว่า ธรรมชาติของเจตสิกนั้น ย่อมเกิดในจิต หรือย่อมประกอบในจิต เป็นนิตยํ ดังมี วจันตถะว่า

เจตสิ ภวํ เจตสิกํ ธรรมชาติที่เกิดในจิต ชื่อว่า เจตสิก หรือ เจตสิ นียุตตํ เจตสิกํ ธรรมชาติ ที่ประกอบในจิตเป็นนิตยํ ชื่อว่า เจตสิก หมายถึง ปรุงแต่งจิตให้มีความเป็นไปต่าง ๆ เจตสิก มี ลักษณะ ๔ ประการ คือ

๑) เอกุปปาหะ เจตสิกเกิดพร้อมกับจิตเสมอ หมายความว่า เมื่อจิตเกิดเจตสิกก็เกิดขึ้น ด้วยกัน จะว่าเกิดก่อนเจตสิกเกิดทีหลังหรือเจตสิกเกิดก่อน จิตเกิดทีหลังนั้นไม่ได้

๒) เอกนิโรธะ เมื่อจิตดับ เจตสิกก็ดับด้วยกัน ไม่มีใครดับก่อนหรือดับทีหลัง

๓) เอกาลัมพะนะ อารมณ์ที่เจตสิกเข้าไปรับรู้อยู่นั้น ก็เป็นอารมณ์เดียวกันกับที่จิตเข้าไป รับรู้นั้นเอง เช่น จิตรับอารมณ์สีขาว เจตสิกก็รับสีขาวเป็นอารมณ์ด้วย จิตรับอารมณ์สีดำ เจตสิกก็รับ สีดำด้วย เป็นต้น

๔) เอกวัตถุกะ ที่อาศัยเกิดของเจตสิกก็เป็นเช่นเดียวกับกับที่อาศัยเกิดของจิต เช่นจิต อาศัยจักขุเกิด เจตสิกก็อาศัยจักขุเกิดด้วย จิตอาศัยโสตะเกิด เจตสิกก็อาศัยโสตะเกิดเช่นเดียวกัน

^{๓๒} พระสังฆมณฑลสังฆคณาจารย์, ธรรมสาร, ปรหมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๑, ๒, ๖, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิสุทธิการพิมพ์, ๒๕๔๐), หน้า ๕.

ลักษณะที่จตุกกะของเจตสิก

เจตสิก เป็นปรมัตถธรรม จึงมีลักษณะคือคุณภาพหรือเครื่องแสดงรสนะ คือ กิจการงานหรือหน้าที่ ปัจจุบันฐาน คืออาการปรากฏหรือผล และปทัชฐาน คือเหตุใกล้ให้เกิด เป็น ๔ ประการ ซึ่งรวมเรียกว่า ลักษณะที่จตุกกะ คือ

- | | |
|------------------------|---|
| ๑) จิตตนิสสิตลกขณิ | อาศัยจิตเกิดขึ้น เป็นลักษณะ |
| ๒) อวิโยคูปาทนรสี | เกิดร่วมกับจิต เป็นกิจ |
| ๓) เอกาลมพณปัจจุภูฐานิ | รับอารมณ์เดียวกับจิต เป็นผล |
| ๔) จิตตูปาทปทภูฐานิ | มีการเกิดขึ้นแห่งจิต เป็นเหตุใกล้ ^{๓๓} |

จิตและเจตสิก ต่างก็เป็นนามธรรมด้วยกัน จึงประกอบเข้ากันได้สนิท โดยที่จิตนั้นเป็นธรรมชาติรู้อารมณ์ และเจตสิกเป็นธรรมชาติที่ปรุงแต่งจิตให้รู้อารมณ์เป็นไปต่าง ๆ ตามลักษณะของเจตสิก

ประเภทของเจตสิก เจตสิกทั้งหมด มีจำนวน ๕๒ ดวง ซึ่งแต่ละดวงก็มีลักษณะแตกต่างกัน ไม่เหมือนกันเลย ถึงกระนั้นก็ยังแบ่งเจตสิก ได้เป็น ๓ ประเภทใหญ่ คือ

- ๑) อัญญาสมานาเจตสิก ๑๓
- ๒) อกุศลเจตสิก ๑๔
- ๓) โสภณเจตสิก ๒๕

๑) อัญญาสมานาเจตสิก เป็นเจตสิกที่ประกอบกับธรรมที่เป็นอกุศล หรือเป็นกุศลหรือเป็นอภัยกตะได้ทุกชนิด เมื่อประกอบกับธรรมชนิดใด ก็มีสภาพเป็นชนิดนั้นไปด้วย กล่าวคือถ้าเกิดร่วมกับอกุศลก็เป็นอกุศลไปด้วย ถ้าเกิดร่วมกับกุศล ก็จัดเป็นกุศลไปด้วย เมื่อเกิดร่วมกับอภัยกตะ ก็เรียกว่า เป็นอภัยกตะไปด้วย อัญญาสมานาเจตสิก มีทั้งหมดจำนวน ๑๓ ดวง แบ่งเป็น ๒ พวก คือ

ก. สัพพจิตตสาธารณเจตสิก^{๓๔} คือ เจตสิกที่ทั่วไปแก่จิตทั้งปวง เจตสิกเหล่านี้ เป็นสภาวะธรรมที่ประกอบกับจิตทุกดวงเสมอ มี ๗ ดวง ได้แก่

๑. ผัสสะ การกระทบ
๒. เวทนา ความรู้สึก
๓. สัญญา ความจำ
๔. เจตนา ความตั้งใจ
๕. เอกัคคตา ความมีอารมณ์เดียว

^{๓๓} ขุนสรพพิทโกศล (โกศล ปัทมะสุนทร), ลักษณะที่จตุกกะแห่งปรมัตถธรรม, หน้า ๘.

^{๓๔} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑/๒๑.

๖. ชีวิตินทรีย์ สภาสืบท่ออายุ

๗. มนสิการ ความใส่ใจ

ข. ปกิณณกเจตสิก คือ เจตสิกที่ปรากฏแก่จิตบางดวงเท่านั้น มิได้เกิดแก่จิตทุกดวงไป ๖ ดวง คือ

๑. วิตก ความตรึก

๒. วิจาร ความตรอง

๓. อธิโมกข์ ความตัดสิน

๔. วิริยะ ความเพียร

๕. ปีติ ความใจ

๖. ฉันทะ ความพอใจ^{๓๕}

๒) อกุศลเจตสิก คือ เจตสิกที่ชั่ว เป็นบาป ไม่งามไม่ฉลาด อกุศลเจตสิกนี้ เมื่อประกอบกับจิตแล้ว ก็ทำให้จิตเศร้าหมองเร่าร้อนและทำให้เสียศีลธรรม มีจำนวน ๑๔ ดวง แบ่งออกเป็น ๕ กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ ๑ โมหเจตสิก เป็นเจตสิกจำพวกโมหะ ประกอบกับอกุศลจิตได้ทั้งหมด ๑๒ ดวง หรือเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า สัพพากุศลสาธารณเจตสิก ซึ่งหมายถึงเจตสิกที่สาธารณะทั่วไปแก่อกุศลจิตทั้งหมด มีจำนวน ๔ ดวง คือ

๑. โมหเจตสิก คือธรรมชาติที่เป็นความหลง ความไม่รู้จริงตามสภาวธรรม

๒. อหิริกเจตสิก คือความไม่ละอายต่อการทำบาป ไม่ละอายต่อการทำอกุศล

๓. อโนตตปปเจตสิก คือความไม่สะดุ้งกลัวต่อการทำบาปอกุศล

๔. อุทธัจจเจตสิก คือความฟุ้งซ่าน ไม่สงบ คิดฟุ้งไปในอารมณ์ต่าง ๆ

กลุ่มที่ ๒ โลติกเจตสิก เป็นเจตสิกจำพวกโลภะ ประกอบได้เฉพาะแต่โลภมูลจิต ๘ ดวง เท่านั้น มีจำนวน ๓ ดวง คือ

๑. โลภเจตสิก คือธรรมชาติที่ปรุงแต่งจิต ทำให้ติดใจในอารมณ์

๒. ทิฏฐิเจตสิก คือธรรมชาติที่ปรุงแต่งจิต ทำให้จิตเห็นผิดจากความเป็นจริง

๓. มานเจตสิก คือความถือตัวความทะนงตัว

กลุ่มที่ ๓ โทเจตสิก เป็นเจตสิกจำพวกโทสะ ประกอบได้เฉพาะแต่โทสมูลจิต ๒ ดวง

^{๓๕} พระอนุรุทธาจารย์ และพระญาณธชเถระ (แลตีสยามตอ), อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๗.

เท่านั้น มี ๔ ดวง คือ

๑. โลกเจตสิก คือธรรมที่ปรุงแต่งจิต ทำให้ติดใจในอารมณ์
๒. อิศสาเจตสิก คือธรรมชาติปรุงแต่งจิตให้ริษยาในสมบัติของผู้อื่น
๓. มัจฉริยเจตสิก คือธรรมชาติที่ปรุงแต่งจิตให้เกิดความตระหนี่
๔. กุกกุจเจตสิก คือธรรมชาติที่ปรุงแต่งจิตให้เคียดร้อนรำคาญใจ

กลุ่มที่ ๔ ธิเจตสิก เป็นเจตสิกพวกถีนะ ประกอบได้เฉพาะแต่อกุศลจิตที่เป็นสังขาริก ๕ ดวงเท่านั้น มี ๒ ดวง คือ

๑. ถีนเจตสิก คือธรรมชาติที่ปรุงแต่งจิตให้ทอดยหุดหู่ เชื่องซึม
๒. มितถเจตสิก คือธรรมชาติที่ปรุงแต่งจิตให้วังซิมจับอารมณ์ไม่ติด^{๓๖}

กลุ่มที่ ๕ วิจิกิจฉาเจตสิก คือ ธรรมชาติที่ปรุงแต่งจิตให้ลังเลสงสัยไม่แน่ใจในอารมณ์ต่าง ๆ เป็นเจตสิกที่ไม่มีพวก มีแต่ตัวดวงเดียวและประกอบได้เฉพาะแต่โมหมูลจิตที่เป็นวิจิกิจฉาดวงเดียว เท่านั้น

๓) โสภณเจตสิก โสภณเจตสิก คือ เจตสิกที่ต้งาม ไม่เศร้าหมอง ไม่เร่าร้อน เมื่อประกอบกับจิตก็ทำให้จิตนั้นต้งาม ปราศจากความเร่าร้อน ทำให้จิตตั้งมั่นอยู่ในศีลธรรม มีการเว้นจากบาป เว้นจากทุจริตต่าง ๆ มีทั้งหมด ๒๕ ดวง แบ่งออกไปเป็น ๔ ประเภท คือ

ประเภทที่ ๑ โสภณสาธารณเจตสิก คือ เจตสิกที่ประกอบได้กับโสภณจิตทุกดวง สุดแท้แต่จะประกอบได้มากหรือน้อย^{๓๗} เป็นเจตสิกที่สาธารณะกับโสภณจิตทั้งหมด มี ๑๙ ดวง คือ

๑. สัทธาเจตสิก คือเจตสิกที่ปรุงแต่งจิตให้เชื่อถือในกุศลธรรม
๒. สติเจตสิก คือเจตสิกที่ระลึกอารมณ์ยับยั้งไม่ให้จิตตกไปในอกุศล
๓. หิริเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้จิตละอายต่อการทำบาปอกุศล
๔. โอตตัปปเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้จิตมีความสะดุ้งกลัวต่อผลของบาป
๕. อโลภเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้จิตไม่เอยากได้และไม่ข้องติดในอารมณ์
๖. อโทสเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้จิตไม่โกรธ ไม่มีปองร้าย ไม่ประทุษร้าย
๗. ตัตตรมชฌัตตาเจตสิก คือเจตสิกที่ไม่มีอคติวางเฉยในอารมณ์
๘. กายปัสสัทธิเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้กายสงบจากอกุศล
๙. จิตตปัสสัทธิเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้จิตสงบระงับจากอกุศล

^{๓๖} พระอนุรุทธาจารย์ และพระญาณธชเถระ (แลตีสยาดอ), อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๘.

^{๓๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๙.

๑๐. กายลหุตาเจตสิก คือ เจตสิกที่ทำให้กายเบาจากอกุศล
๑๑. จิตตลหุตาเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้จิตเบาจากอกุศล
๑๒. กายมุกตาเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้กายมีความอ่อนโยน
๑๓. จิตตมุกตาเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้จิตอ่อนโยนเป็นไปในกุศล
๑๔. กายมัญญตาเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้กายควรแก่การงานที่เป็นกุศล
๑๕. จิตตกัมมัญญตาเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้จิตควรแก่การงานที่เป็นกุศล
๑๖. กายปาคูญญาเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้กายคล่องแคล่วต่อกุศล
๑๗. จิตตปาคูญญาเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้จิตคล่องแคล่วในกุศล
๑๘. กายชุตตาเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้กายมุ่งตรงต่อกุศล
๑๙. จิตตชุตตาเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้จิตมุ่งตรงต่อกุศล^{๓๘}

โสภณเจตสิกทั้ง ๑๙ ดวงนี้ ประกอบได้ในจิตที่ต้งามทั่วไปทั้งหมด

ประเภทที่ ๒ วิรตีเจตสิก คือ เจตสิกที่ทำให้ต้งามจากทุจริตต่าง ๆ คือเว้นจากบาปกรรมทั้งปวง อันเกิดจากกายทุจริตและวจีทุจริต มี ๓ ดวง คือ

๑. สัมมาวาจาเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้พูดชอบเว้นจากวจีทุจริต
๒. สัมมากรรมันตเจตสิก คือเจตสิกที่ทำให้ประกอบกิจการงานที่สุจริต
๓. สัมมาอาชีวะเจตสิก คือเจตสิกที่ปรุ้งแต่งให้เลี้ยงชีพในทางที่ชอบ

ประเภทที่ ๓ อัปมัญญาเจตสิก เป็นเจตสิกที่มีความรู้แผ่ไปไม่มีประมาณ หรือเรียกว่า พรหมวิหาร มีอยู่ ๒ ดวง คือ

๑. กรุณาเจตสิก คือเจตสิกที่ปรุ้งแต่งจิตให้เกิดความสงสาร
๒. มุทิตาเจตสิก คือเจตสิกที่ปรุ้งแต่งจิตให้เกิดความพลอยยินดีต่อผู้อื่น

ประเภทที่ ๔ ปัญญาเจตสิก คือเจตสิกที่ปรุ้งแต่งจิตให้มีความรู้ในเหตุผลของความจริงในสภาวะธรรมและทำลายความเห็นผิด เป็นเจตสิกที่มีดวงเดียว ไม่มีพวก มีความรู้เป็นใหญ่เป็นประธานปกครองซึ่งสธรรมทั้งปวง หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ปัญญินทรีย์เจตสิก มีเพียงหนึ่งเดียวเท่านั้น^{๓๙}

๓.๓.๓ รูป

รูป คือธรรมชาติที่แตกดับ ย่อยยับ สลายไป ผันแปรแตกดับไปด้วยความเย็นและความร้อนหรือสภาวะที่ถูกทำให้แปรปรวนคือถูกปัจจัยตรงกันข้ามมีความเย็นและความร้อนเป็นต้นให้ถึง

^{๓๘} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๑/๓๖.

^{๓๙} พระอนุรุทธาจารย์ และพระญาณธชเถระ (แลตีสยามตอ), อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี, แปลโดยพระคันธสาราภวังค์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๙.

ความแปรปรวน สมดังพุทธวจนะว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรียกว่ารูป เพราะเป็นสภาวะแปรปรวน แปรปรวนเพราะอะไร แปรปรวนเพราะเย็นบ้าง เพราะร้อนบ้าง เพราะหิวบ้าง เพราะกระหายบ้าง เพราะสัมผัสแห่งเหลือบ ยุง ลม แดดและสัตว์เลื้อยคลานบ้าง”

รูปปรมาณู คือรูปที่มีอยู่จริง โดยสภาวะธรรมชาติ ผู้ที่ได้กระทบได้สัมผัสจะมีความรู้สึก เหมือนกันหมด มีลักษณะที่จับต้องได้ ครบทั้ง ๔ ประการคือ

รูปปนลกขณิ	มีการสลายแปรปรวน เป็นลักษณะ
วิกิณฺณรสี	มีการแยกออกจากกันกับจิตได้ เป็นกิจ
อพยาคตปจฺจุปฺภูจฺจณิ	มีความเป็นอพยาคตธรรม เป็นอาการปรากฏ
วิญญฺญาณปฺภุจฺจณิ	มีวิญญฺญาณ เป็นเหตุก่อให้เกิด ^{๔๐}

รูปปรมาณู แบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ

๑) นิปผันนรูป ๑๘

๒) อนิผันนรูป ๑๐

๑) นิปผันนรูป คือ รูปที่มีสภาวะของตนเอง เป็นรูปปรมาณูแท้ มีทั้งหมด ๑๘ รูป แบ่งเป็น ๗ หมวด คือ

หมวดที่ ๑ มหาภูตรูป คือรูปที่เป็นใหญ่ เป็นประธาน เป็นที่อาศัยของรูปอื่นๆ ทั้งหมด ถ้าไม่มีมหาภูตรูปรองรับก็เกิดขึ้นไม่ได้ มหาภูตรูปมีอยู่ทั่วไปในโลกธาตุทั้งปวง มีอยู่ด้วยกัน ๔ รูป ได้แก่

๑. ปฐวีธาตุ ได้แก่ ธาตุดิน คือ รูปอ่อนหรือแข็ง มีสภาวะที่แผ่ไปหรือกินเนื้อที่สภาพอันเป็นหลักที่ตั้งที่อาศัยแห่งสหาชารูป

๒. อาโปธาตุ ได้แก่ ธาตุน้ำ คือ รูปที่ไหลหรือเกาะกุม มีสภาวะที่เอบอบหรือดูดซึม ชานไปขยายขนาดผนึกพูนเข้าด้วยกัน

๓. เตโชธาตุ ได้แก่ ธาตุไฟ คือ รูปที่เย็นหรือร้อน มีสภาวะที่ทำให้ร้อน

๔. วาโยธาตุ ได้แก่ ธาตุลม คือ รูปที่หย่อนหรือตึง มีสภาวะที่ทำให้สั่นไหว เคลื่อนที่^{๔๑}

หมวดที่ ๒ ปสาทรูป คือรูปที่เป็นความใสอันเกิดจากกรรม มีความสามารถในการรับอารมณ์ได้ มีอยู่ ๕ รูป ได้แก่

๑. จักขุปสาท คือ ความใสที่สามารถรับรูปรามณ์ได้

^{๔๐} ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), **คู่มือการฟังอภิธรรม เล่ม ๑**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: เรือนแก้วการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๑๓๑.

^{๔๑} ที.สี. (ไทย) ๙/๔๘๗-๔๙๙/๒๑๖-๒๒๐.

๒. โสตปสาท คือ ความใสที่สามารถรับสัททวารมณได้
๓. ฆานปสาท คือ ความใสที่สามารถรับคันธารมณได้
๔. ชิวหาปสาท คือ ความใสที่สามารถรับรสวารมณได้
๕. กายปสาท คือ ความใสที่สามารถรับโณภูฐัพพวารมณได้

หมวดที่ ๓ วิสยรูป คือรูปที่เป็นอารมณ์ของจิต เป็นที่ยึดเหนี่ยวในการรับรู้อารมณ์ของจิต โดยที่จิตเข้าไปรู้อารมณ์นั้น มี ๔ รูป คือ

๑. วัณณรูป คือ รูปารมณ หรือ สีต่าง ๆ
๒. สัททรูป คือ สัททวารมณ หรือ เสียงต่าง ๆ
๓. คันธรูป คือ คันธวารมณ หรือ กลิ่นต่าง ๆ
๔. รสรูป คือ รสวารมณ หรือ รสต่าง ๆ^{๔๒}

วิสยรูปทั้ง ๔ นี้ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า โคจรรูป คือรูปเป็นที่โคจรของจิต ได้แก่อารมณ์ของจิตที่เป็นรูปต้องมี ๕ นอกจากรูปทั้ง ๔ รูปตามที่กล่าวมาแล้ว ต้องมีอีก ๑ รูป คือ โณภูฐัพพวารมณ คือ อารมณ์ที่กระทบทางกายประสาท จึงแบ่งออกเป็น ๓ คือ

- ๑) ปฐวีโณภูฐัพพวารมณ ได้แก่ ความอ่อนหรือแข็ง
- ๒) เตโชโณภูฐัพพวารมณ ได้แก่ ความเย็นหรือร้อน
- ๓) อาโปโณภูฐัพพวารมณ ได้แก่ ความหย่อนหรือตึง

หมวดที่ ๔ ภาวรูป คือ รูปที่เป็นเหตุแห่งความเป็นหญิงและเหตุแห่งความเป็นชาย เป็นรูปที่เกิดจากกรรม อาศัยรูปร่าง สันฐาน เครื่องหมายและกิริยาอาการเป็นเครื่องแสดงให้รู้ เป็นรูปที่ละเอียด รู้ได้ด้วยใจ มีอยู่ ๒ รูป คือ

๑. อิตถิภาวรูป คือ รูปที่เป็นเหตุแห่งความเป็นหญิง
๒. ปุริสภาวรูป คือ รูปที่เป็นเหตุแห่งความเป็นชาย

หมวดที่ ๕ หทยรูป มีเพียง ๑ รูป คือ หทยรูป คือ รูปที่เป็นที่ตั้งอาศัยเกิดของจิตและเจตสิก เป็นรูปที่ละเอียดเกิดจากกรรมตั้งอยู่ภายในช่องเนื้อของหัวใจ ซึ่งมีลักษณะเหมือนบ่อ มีโลหิต

หล่อเลี้ยงอยู่ประมาณ ๑ ซองมือ มีสันฐานโตประมาณเท่าเมล็ดดอกบุนนาค เป็นที่อาศัยเกิดของจิตที่ชื่อว่ามโนธาตุและมโนวิญญาณธาตุ และหทยรูปนั้น มีอยู่ ๒ อย่าง คือ

- ๑) มังสหทยรูป คือ รูปหัวใจที่เป็นก้อนเนื้อมีสันฐานคล้ายดอกบัวตูมที่เกาะกลีบออก

^{๔๒} พระอนุรุทธาจารย์ และพระญาณธชเถระ (แลตีสยาดอ), อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๕๔๐.

มาแล้วเอาปลายห้อยลง ภายในนั้นเหมือนรังบวบขม

๒) วัตถุหทยรูป คือ กัมมชรูปชนิดหนึ่ง ที่เกิดอยู่ในมังสหทยรูป เป็นรูปที่เกิดจากกรรมที่ตั้งของหทยรูปนั้น ตั้งอยู่ในช่องที่มีลักษณะเหมือนบ่อ โตะประมาณเท่าเมล็ดดอกบุนนาค

หมวดที่ ๖ ชีวิตรูป มี ๑ รูป คือ ชีวิตรูป คือ รูปที่เกิดจากกรรม ทำหน้าที่รักษากลุ่มรูปที่เกิดจากกรรม ให้คงอยู่และเป็นไปได้ตลอดอายุของกลุ่มรูปที่เกิดจากกรรมนั้น

หมวดที่ ๗ อาหารรูป มี ๑ รูป ได้แก่ อาหารรูป คือ โอชาที่มีอยู่ในอาหารต่าง ๆ กล่าวคืออาหารที่เรากินเข้าเป็นคำๆ ที่เรียกว่า กพฬิการาหาร เช่น ข้าว น้ำ ขนม เป็นต้น

นิปผันนรูปทั้ง ๗ หมวดนี้ มีทั้งหมด ๑๘ รูป มีชื่อเรียกแตกต่างกันไป ๕ ชื่อ คือ

- ๑) นิปผันนรูป ได้แก่ รูปที่มีสภาวะของตน
- ๒) สภาวรูป คือ รูปที่มีสภาพของตน ปรากฏได้แน่นอน
- ๓) สลักขณรูป คือ รูปที่มีไตรลักษณ์โดยสภาพของตนเอง
- ๔) รูปรูป คือ รูปที่ผันแปรแตกดับด้วยความร้อนและความเย็น
- ๕) สัมมสนรูป คือ รูปที่ควรแก่การพิจารณาไตรลักษณ์ เพราะเห็นได้ง่าย

๒) อนิปผันนรูป คือ รูปที่ไม่มีสภาวะของตนเอง เป็นรูปปรมาณัตถิ์ไม่แท้ มีทั้งหมด ๑๐ รูป แบ่งออกเป็น ๔ หมวด คือ

หมวดที่ ๑ ปริจเฉทรูป มีอยู่ ๑ รูป ได้แก่ ปริจเฉทรูป คือ ช่องว่างระหว่างรูปต่อรูป มีทั้งสิ่งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิต เป็นรูปที่คล้าย ๆ กับทำหน้าที่ให้รู้ถึงสัณฐานของรูปต่างๆ หรือคล้ายกับเป็นผู้จำแนกให้รู้ได้ซึ่งรูปต่างๆ หมายความว่า บรรดาสิ่งที่มีชีวิตหรือไม่มีชีวิตทั้งหลายนั้น ถ้าไม่มีช่องว่างกั้นกลางเสียแล้วก็ไม่สามารถจะรู้ได้ว่า รูปนั้นมีจำนวนเท่าไร มีสัณฐานเป็นอย่างไร ต่อเมื่อมีช่องว่างคั่นอยู่จึงกำหนดรู้ได้ว่า มีจำนวนเท่าไร มีสัณฐานอย่างไร และช่องว่างนี้แหละ จึงเรียกว่า ปริจเฉทรูปบ้าง

หมวดที่ ๒ วิญญูติรูป คือรูปที่แสดงให้ผู้อื่นรู้ความหมายหรือรู้ความประสงค์ วิญญูติรูปนี้จะเคลื่อนไหวต้องมีจิตสั่งงานให้เคลื่อนไหวทางกาย ทางวาจา นั่งนอน ยืนเดิน พูดเสียงดัง พูดค่อย พูดเพราะ พูดไม่เพราะ ก็อยู่ที่วิญญูติรูป โดยจิตสั่งรูปขุดนี้ให้ทำงาน วิญญูติรูป มีอยู่ ๒ รูป ได้แก่

๑. กายวิญญูติรูป ได้แก่ รูปคือการไหวกาย โดยจงใจให้ผู้อื่นรู้ความหมาย เช่นการโบกมือ กวักมือเรียก เป็นต้น หรือโดยไม่มี ความจงใจที่จะให้ผู้อื่นเป็นความหมายแต่ประการใด เช่น การยืน การเดิน การนั่ง การนอนหรือการวิ่ง เป็นต้น แม้ว่าจะไม่ได้เจาะจงให้เป็นความหมายแก่ผู้อื่นก็รู้ได้ว่าเรานั่ง เรานอน เรายืน เราเดิน เป็นต้น

๒. วจวิญญูติรูป ได้แก่ รูปคือการกล่าววาจาโดยจงใจให้ผู้อื่นรู้ความหมาย เช่นการตะโกนเรียก การเรียกชื่อกัน การบอกเล่า การสนทนากัน เป็นต้น หรือการกล่าววาจาโดยไม่ได้ตั้งใจจะให้เป็นความหมายแก่ผู้ใด เช่นการเปล่งเสียงออกมาเวลาตกใจ การไอ การจาม เป็นต้น แม้ว่าจะไม่ได้เจาะจงให้ผู้อื่นรู้ ไม่ได้เจาะจงให้เป็นความหมาย แต่ผู้อื่นก็รู้ว่าเป็นเสียงไอ เสียงจาม เป็นต้น

หมวดที่ ๓ วิการรูป คือรูปที่แสดงอาการพิเศษของนิพันนรูปให้ปรากฏ มีอยู่ ๓ รูป ได้แก่

๑. ลหุตารูป คือ รูปที่เป็นความเบา หรืออาการเบาของนิพันนรูป
๒. มุหุตารูป คือ รูปที่เป็นความเบาหรืออาการอ่อนของนิพันนรูป
๓. กัมมัณญุตารูป คือ รูปที่เป็นความควรหรืออาการควรของนิพันนรูป

หมวดที่ ๔ ลักษณะรูป คือ รูปที่แสดงความเกิดขึ้นให้ปรากฏ รูปที่แสดงความเจริญให้ปรากฏ รูปที่แสดงความเสื่อมให้ปรากฏ และรูปที่แสดงความดับให้ปรากฏ มีอยู่ ๔ รูป ได้แก่

๑. อุปจยรูป คือ รูปที่เกิดขึ้นหรือมีปรากฏขึ้นครั้งแรกของนิพันนรูปนั่นเอง
๒. สันตติรูป คือ รูปที่เกิดสืบต่อเนื่องจากอุปจยรูปหรือรูปที่มีความสืบต่อจากอุปจยรูปของนิพันนรูปนั่นเอง
๓. ชรตารูป คือ รูปที่เป็นความแก่ใกล้ดับของนิพันนรูปหรือรูปที่กำลังเสื่อมไปของ นิพันนรูป

๔. อนิจจตารูป คือ รูปที่แตกดับไปหรือรูปที่หมดไปของนิพันนรูป^{๔๓}

อนิพันนรูปทั้งหมด ๔ หมวดนี้ มีทั้งหมด ๑๐ รูป มีชื่อแตกต่างกันไป ๕ ชื่อ คือ

- ๑) อนิพันนรูป คือ รูปที่ไม่มีสภาวะของตนเอง ต้องอาศัยนิพันนรูป
- ๒) อสถาวรรูป คือ รูปที่ไม่มีสภาวะของตนโดยเฉพาะ
- ๓) อสลักษณะรูป คือ รูปที่ไม่มีไตรลักษณ์โดยสภาวะของตน
- ๔) อรูปรูป คือ รูปที่ไม่ได้แตกดับ เพราะความร้อนและความเย็น
- ๕) อสัมสนรูป คือ รูปที่ไม่ควรใช้ในการพิจารณาไตรลักษณ์

รูปทั้ง ๒๘ ที่แบ่งเป็นนิพันนรูปและอนิพันนรูปตามที่ได้แสดงมาแล้ว ยังแบ่งออกเป็น ๒ ประเภทใหญ่ คือ

- ๑) มหาภูตรูป ๔
- ๒) อุปาทายรูป ๒๔

๑) มหาภูตรูป คือ รูปที่เป็นใหญ่เป็นประธาน เป็นที่อาศัยแก่รูปอื่นๆ ทั้งหมด ถ้าไม่มีมหาภูตรูป รองรับแล้ว รูปอื่นจะเกิดขึ้นไม่ได้ มีอยู่ทั่วไปในโลกธาตุทั้งปวง มหาภูตรูปนี้ ก็คือ รูปในหมวดที่ ๑ ซึ่งหมายถึง ธาตุ ๔ คือ

^{๔๓} พระอนุรุทธาจารย์ และพระญาณธชเถระ (แลตีสยามตอ), อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี, แปลโดยพระคันธสาราภิวงศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๖๘.

๑. ปฐวีธาตุ คือ ธาตุดิน มีลักษณะแข็งหรืออ่อน
๒. อาโปธาตุ คือ ธาตุน้ำ มีลักษณะไหลหรือเกาะกุม
๓. เตโชธาตุ คือ ธาตุไฟ มีลักษณะร้อนหรือเย็น
๔. วาโยธาตุ คือ ธาตุลม มีลักษณะไหวหรือเครื่องตั้ง

มหาภูตรูปนี้ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค^{๔๔} ได้อธิบายไว้ว่า ที่ชื่อว่า มหาภูตรูป เพราะ

๑. มหุตปาตุภาวโต เป็นธาตุที่ปรากฏอยู่เป็นใหญ่เป็นประธานเป็นที่อาศัยของรูปอื่น
๒. มหาภูตสามัญญโต มีลักษณะหลอกลวง เกิดดับดุจปีศาจ
๓. มหาบริหารโต เป็นสิ่งที่ต้องบริหารมากเลี้ยงดูมาก เพราะย่อยยับอยู่เสมอ
๔. มหาวิการโต มีอาการเปลี่ยนแปลงมาก เคลื่อนไหวมาก
๕. มหตตฤตตตา เป็นของใหญ่และมีจริง ต้องพิจารณามาก

๒) อุปาทายรูป คือ รูปที่ต้องอาศัยมหาภูตรูปทั้ง ๔ เป็นแดนเกิด ถ้าไม่มีมหาภูตรูปแล้ว อุปาทายรูปก็ไม่สามารถที่จะเกิดขึ้นได้ตามลำพังของตน เมื่อไม่มีมหาภูตรูปเป็นที่อาศัยเกิด อุปาทายรูปก็เกิดขึ้นไม่ได้ ได้แก่ รูป ๒๔ รูป ตั้งแต่หมวดที่ ๒ ไปจนถึงหมวดที่ ๑๑

๓.๓.๔ นิพพาน

นิพพาน คือ สภาวะดับสนิทซึ่งความเร่าร้อนคือทุกข์ในวิภวัญจะ หมายความว่า ความเร่าร้อนที่เรียกว่าทุกข์ในกิเลสวิภวัญ ธรรมวิภวัญ และวิปากวิภวัญ ดับสนิทไปไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป

พระอรุณกถาจารย์ ได้อธิบายความหมายของนิพพานไว้ ๕ ประการ คือ

๑) วิกขัมภนนิพพาน ได้แก่ การดับกิเลสด้วยการข่มไว้ การที่ผู้เจริญปฐมฌานดับนิวรรณ์ด้วยการข่มไว้คือ ข่มไว้เพราะสมถกัมมัฏฐาน เช่น เจริญสมถกัมมัฏฐาน ได้บรรลุปฐมฌาน พุติยาน ตติยาน จตุตถฌาน สามารถข่มนิวรรณ์ ๕ ได้ อย่างเป็นนี้จัดเป็น วิกขัมภนนิพพาน คือการดับกิเลสด้วยการข่มไว้

๒) ตัทธกนิพพาน ได้แก่ การที่ผู้เจริญสมาธิถึงขั้นชำแรกทำลายกิเลส ดับความเห็นผิดต่าง ๆ ลงได้ด้วยธรรมที่เป็นคู่ปรับกัน ดับกิเลสด้วยองค์นั้น เช่น ขณะกำลังนั่งภาวนาอยู่นั้น สติอยู่กับนามรูป ขณะนั้น โลภะ โทสะ โมหะ ไม่เกิด ชื่อว่า กิเลสสงบ ระวังไปชั่วคราว อย่างเป็นนี้จัดเป็นตัทธกนิพพาน

๓) สมุจเฉทนิพพาน ได้แก่ การที่ผู้เจริญโลกุตตรมรรค ซึ่งให้ถึงความสิ้นกิเลส ดับกิเลสได้ด้วยการตัดขาด

๔) ปฏิปัสสทธินิพพาน ได้แก่ การดับกิเลสในขณะแห่งผล โดยเป็นที่ภาวะที่กิเลสราบคาบ

^{๔๔} พระพุทธโฆสเถระสรจนา, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปลและเรียบเรียง, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๖๓๘.

ไปแล้ว

๕) นิสสรณนิพพาน ได้แก่ การดับกิเลสที่เป็นภาวะพ้นออกไปแล้วจากกิเลส ดำรงอยู่ต่างหากห่างไกลจากกิเลสไม่เกี่ยวข้องกับกิเลส^{๔๕} ผู้นั้นสิ้นอาสวะกิเลส เป็นพระอรหันต์

กล่าวได้ว่า วิกขัมภณนิพพานและตทังคนิพพานจัดเป็นโลกียวิมุตติ ส่วนสมุจเฉทนิพพาน ปฏิปัสสัทธินิพพาน และนิสสรณนิพพาน จัดเป็นโลกุตตรวิมุตติ

ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร) ได้จำแนกลักษณะพิเศษของนิพพานประกอบด้วย ๔ อย่าง ได้แก่

๑) สนตลกฺขณํ มีความสงบจากกิเลส และรูปนามชั้น ๕ เป็นลักษณะ

๒) อจฺจุตฺริสํ มีความเคลื่อนไหวแตกต่าง เป็นกิจ

๓) อนิมิตฺตปจฺจุปฺภูจฺจํ ว่า นิสสรณปจฺจุปฺภูจฺจํ ว่า มีการไม่มีนิมิตเครื่องหมายเป็นผลปรากฏหรือมีการสลัดออกจากภพ เป็นผลปรากฏ

๔) ปทฺฐจฺจํ นลพฺภติ ไม่มีเหตุใกล้ให้เกิด เพราะนิพพานเป็นธรรมที่พ้นจากความ เป็นชั้น ๕ อายตนะ ธาตุ สังขาร จึงไม่มีปัจจัยใด ๆ มาปรุงแต่งให้เกิด และพระนิพพาน ไม่มีการเกิดดับ ฉะนั้น จึงไม่มีอะไรมาให้เกิดให้ดับได้^{๔๖}

พระอนุรุทธาจารย์ ได้พรรณาสภาพของนิพพาน เพื่อแสดงให้เห็นว่า นิพพาน คืออะไร ไว้ ๕ ประการ โดยประพันธ์ เป็นคาถาสังคหะ คาถาที่ ๑๓ ว่า

ปทฺมจฺจุตฺมจฺจนฺตํ อสงฺขตฺมนุตฺตรํ

นิพฺพานมิตฺติ ภาสฺนติ วานมุตฺตา มหฺสโย

พระพุทธเจ้าทั้งหลายผู้แสวงหาซึ่งคุณอันยิ่งใหญ่ คือ ศีลชั้น ๘ สมาธิชั้น ๘ ปัญญาชั้น ๘ ผู้พ้นแล้วค้นหาเครื่องร้อยรัด ย่อมกล่าวสภาวะธรรมชนิดหนึ่งที่เข้าถึงได้ มีอยู่โดยเฉพาะ ไม่เกี่ยวข้องกับสังขตธรรม ไม่มีความตาย และก้าวล่วงไปจากชั้น ๕ เสียได้ ไม่ถูกปรุงแต่งด้วยปัจจัย ๔ อย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นธรรมที่ประเสริฐสุดนั้นว่า นิพพาน^{๔๗}

สภาพของนิพพาน ๕ ประการ ที่กล่าวข้างต้น มีความหมาย ดังนี้

๑. ปะทัง แปลว่า ส่วนหนึ่ง หมายความว่า สภาวะธรรมชนิดหนึ่ง ที่เข้าถึงได้ มีอยู่ โดยเฉพาะ ไม่เกี่ยวข้องกับสังขตธรรม ได้แก่ พระนิพพาน

๒. อัจจุตัง แปลว่า ธรรมที่ไม่ตาย หมายความว่า ไม่มีการเกิด ไม่มีการตาย เพราะความ

^{๔๕} อรรถนิธิ ลิ้มปียมิตร, “ศึกษานิพพานในทัศนะของพุทธทาสภิกขุ”, หน้า ๒๑.

^{๔๖} ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะที่จุดกะแห่งปรมัตถธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๕๑), หน้า ๓๘.

^{๔๗} พระสังฆมัตตปิณฑิกะ ธัมมาจริยะ, ปรมัตถปิณฑิกะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖, พิมพ์ครั้งที่ ๘. (กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๖), หน้า ๑๔๔.

ตายจะมีได้ก็ต้องมีความเกิด เมื่อไม่มีความเกิดแล้ว ความตายก็มีไม่ได้ ได้แก่ พระนิพพาน

๓. อัจฉันตัง แปลว่า ธรรมที่ก้าวล่วงชั้น ๕ ที่เป็นอดีต และอนาคต ได้แก่ พระนิพพาน

๔. อสังขะตัง แปลว่า ธรรมที่ไม่ได้ถูกปรุงแต่งด้วยปัจจัย ๔ อย่างใดอย่างหนึ่ง ได้แก่พระนิพพาน

๕. อนุตตริง แปลว่า เป็นธรรมที่ประเสริฐ ได้แก่ พระนิพพาน

ประเภทของพระนิพพานยังแบ่งออกเป็น ๓ ประเภท คือ

๑) นิพพานว่า โดยสภาวะลักษณะมีอย่างเดียว คือ สันติลักษณะ หมายความว่า ธรรมชาติที่สงบจากกิเลสและชั้น ๕ ทั้งหลาย

๒) นิพพานว่า โดยปริยายแห่งเหตุ คือ การเข้าถึง มี ๒ อย่าง

(๑) สอุปาทิเสสนิพพาน หมายความว่า นิพพานที่เป็นไปกับด้วยชั้น ๕ คือ วิกาภและกัมมชรูป ที่เหลือจากกิเลสทั้งหลาย ได้แก่ นิพพานของพรอรหันต์ที่ยังมีชีวิตอยู่หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ทิกรฐัมมนิพพาน

(๒) อนุปาทิเสสนิพพาน หมายความว่า นิพพานที่ไม่มีชั้น ๕ คือ วิกาภและกัมมชรูป เหลืออยู่ ได้แก่ นิพพานของพรอรหันต์ที่ปรินิพพานแล้ว หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สัมปรายิกนิพพาน^{๔๘}

๓) นิพพานว่า โดยสภาพความเป็นอยู่ มี ๓ อย่าง

(๑) อนิมิตตนิพพาน หมายความว่า ความเป็นอยู่ของพระนิพพานนั้น ไม่มีนิมิตเครื่องหมาย รูปร่างสีนฐาน สีสนวรรณะ แต่อย่างไรเลย ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนา จนเห็นสามัญลักษณะหรือไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง เห็นความไม่เที่ยง อันปราศจากนิมิตเครื่องหมายเช่นนี้แล้ว และเพ่งอนิจจังต่อไปจนบรรลุมีคผล มีนิพพานเป็นอารมณ์ นิพพานที่เป็นอารมณ์แก่ผู้เห็นอนิจจังนั้น มีชื่อว่า อนิมิตตนิพพาน ผู้มีอนิมิตตนิพพานเป็นอารมณ์ บุญญาธิการแต่ปางก่อนแรง ด้วยศีล

(๒) อัปภินิหิตนิพพาน หมายความว่า ความเป็นอยู่ของพระนิพพานนั้น ไม่มีอารมณ์ที่น่าปรารถนาด้วยโลภะ และไม่มีตัณหาที่เป็นตัวต้องการ อยู่ในนิพพานนั้น ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนา จนเห็นไตรลักษณ์ คือ ทุกข์ เห็นความทนอยู่ไม่ได้ ต้องเปลี่ยนแปลงไป อันหาเป็น ปณิธิ ที่ตั้งไม่ได้เช่นนี้แล้ว และเพ่งทุกข์ต่อไปจนบรรลุมีคผล มีนิพพานเป็นอารมณ์ นิพพานที่เป็นอารมณ์แก่ผู้เห็นทุกข์นั้น มีชื่อว่า อัปภินิหิตนิพพาน ผู้มีอัปภินิหิตนิพพานเป็นอารมณ์ บุญญาธิการแต่ปางก่อนแรง ด้วยสมาธิ

(๓) สุญญตนิพพาน หมายความว่า ความเป็นอยู่ของพระนิพพานนั้น สุญญสิ้นจากกิเลสและชั้น ๕ ไม่มีอะไรเหลืออยู่แล้ว ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาจนเห็นไตรลักษณ์ คือ อนัตตา เห็นความไม่ใช่ตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้ อันเป็นความว่างเปล่า เช่นนี้แล้ว และเพ่งอนัตตาต่อไปจน

^{๔๘} ดูรายละเอียดใน ขุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๔๔/๓๙๒.

บรรลุมัคคผล มีนิพพานเป็นอารมณ์ นิพพานที่เป็นอารมณ์แก่ผู้เห็นอนัตตานั้น มีชื่อว่า สุกญัตตนิพพาน ผู้ที่มีสุกญัตตนิพพานเป็นอารมณ์นี้ บุญญาธิการแต่ปางก่อนแรงด้วยปัญญา^{๔๙}

นอกจากนี้ท่านยังกล่าวถึงลักษณะของความปรารถนาพระนิพพานที่จัดว่าเป็นวิภวตัณหาไว้ว่า ผู้ที่ไม่เข้าใจสภาวะธรรมชาติของพระนิพพานดีพอ เมื่อได้ยินว่า พระนิพพานนั้น ไม่มีความทุกข์ ภัยทุกข์ใจแต่ประการใด มีแต่ความสุขล้วน ๆ เพราะเป็นธรรมที่พ้นจากโลก และไม่ต้องการความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ที่เรียกว่า อมตะ นั้น แต่คิดไม่ถึงว่า สภาพความไม่เกิดของ พระนิพพานนั้นคืออะไร ซึ่งธรรมตาความสุขกายสุขใจจะเกิดขึ้นได้ โดยไม่เกี่ยวกับการเกิดเป็นมนุษย์ เทวดา หรือพรหมที่อยู่ในโลกนั้นไม่มี ฉะนั้น ความปรารถนาพระนิพพานของบุคคลจำพวกนี้ จัดเป็นวิภวตัณหา ความยินดีพอใจในความเห็นว่าภพภูมิ ชาติสุญ

๑. สภาวะดับความเร่าร้อน = นิพพานุตติ สัพเพ วมุญทุกขสนตาปา เอตสมินติ นิพพานัง (ลง ยุ ปัจจัย ในอภิภังคสูตร)

๒. สภาวะดับสิ้นไปของพระอริยบุคคล = นิพพานุตติ อริยชนา เอตสมินติ นิพพานัง (ลง ยุ ปัจจัยในอภิภังคสูตร)^{๕๐}

นิพพาน เมื่อแยกบทแล้วมี ๒ บท คือ นิ บทหนึ่ง บวกกับ วาน บทหนึ่ง

นิ แปลว่า พ้นหรือออก วาน แปลว่า ธรรมที่เป็นเครื่องเกี่ยวโยงไว้ คือตัณหา เมื่อรวมทั้งสองบทนี้เข้าด้วยกันแล้ว เป็น นิพาน แปลว่า ธรรมที่พ้นจากเครื่องเกี่ยวโยง คือพ้นจากตัณหา^{๕๑} ดังแสดงวจนัตถะว่า วินติ สสิพพนตติ วาน ธรรมชาติโต ย่อมเป็นผู้เกี่ยวไว้ ฉะนั้น ธรรมชาตินั้น ชื่อว่า วาน ได้แก่ ตัณหา

วานโต นิขนตุนติ นิพพานัง ธรรมชาติโต ย่อมพ้นจากเครื่องเกี่ยวโยงคือตัณหา ฉะนั้น ธรรมชาตินั้น จึงชื่อว่า นิพพาน

นิพพาน เป็นสภาวะที่ไม่ใช่รูปไม่ใช่นาม ปราศจากเบญจขันธ์ เป็นนามธรรม แต่ไม่ใช่ขันธ์ นิพพานจึงชื่อว่าขันธวิมุตติ คือพ้นจากขันธ์และนิพพานพ้นจากกาลทั้ง ๓ จึงได้ชื่อว่า กาลวิมุตติ

สภาวะของนิพพาน ไม่มีอนิจจลักษณะ เป็นสิ่งที่เที่ยง มั่นคง ยั่งยืน ไม่แปรผันและนิพพานไม่มีทุกขลักษณะ เพราะนิพพานเป็นสิ่งที่ทนอยู่ได้ ไม่มีการเกิดไม่มีการดับ และเป็นสิ่งที่ว่างเปล่า ดำรงอยู่ในสภาพที่ว่างเปล่าตลอดไป ไม่มีอะไรมาปรุงแต่งให้กลายเป็นว่างไปได้ เป็นธรรมที่พ้นจากการปรุงแต่งทั้งปวง

นิพพาน เป็นธรรมชาติชนิดหนึ่งที่มีอยู่จริง จึงเป็นปรมาตถธรรม แต่มีวิเสสลักษณะเพียง ๓

^{๔๙} พระสังฆมณฑลสังฆราช อัมมาจริยะ, **ปรมาตถโคตติยะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖**, หน้า ๑๔๘.

^{๕๐} พระอรุณราชอาจารย์ และพระญาณธรรมาจารย์ (แลติสยาตอ), **อภิธรรมมัตถสังคหะ และปรมาตถทีปนี**, แปลโดยพระคณิสสรวิจิตร, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๕๒.

^{๕๑} พ.จ. (ไทย) ๓๐/๕/๕๘.

ประการ คือ ลักษณะ รส ปัจจุปัฏฐานเท่านั้น ไม่มีปทัฏฐาน

- | | |
|----------------------|--|
| สันติลักษณะ | มีความสุขสงบจากเพลิงทุกข์ เป็นลักษณะ |
| อจุจตุรสา | มีความไม่เคลื่อนไหว เป็นกิจ |
| อนิมิตตปัจจุปัฏฐานา | ไม่มีนิมิตเป็นเครื่องหมาย เป็นอาการปรากฏ |
| วา นิสสนปัจจุปัฏฐานา | หรือ มีความออกไปจากภพ เป็นผลปรากฏ |
| ปฏฐานัน น ลพภติ | ไม่มีเหตุใกล้ให้เกิด |
- สภาวะของนิพพาน มี ๕ ประการ คือ

๑. ปทฺ์ หมายถึงนิพพานเป็นธรรมชาติชนิดหนึ่งที่เข้าถึงได้และมีอยู่โดยเฉพาะ ไม่คลุกเคล้าปะปนด้วยโลกียธรรม

๒. อจุจตุตฺ์ หมายถึง นิพพาน เป็นธรรมชาติที่ไม่ตาย ไม่มีความเกิดและไม่มีความแตกดับ

๓. อจฺจนตฺ์ หมายถึง ธรรมที่เที่ยงแท้ ก้าวล่วงชั้น ๕ ที่เป็นอดีตและอนาคต คือพ้นจากกาลทั้ง ๓

๔. อสงฺขตฺ์ หมายถึง นิพพานไม่ได้ถูกปรุงแต่งด้วยปัจจัย เหมือนกับจิต เจตสิก รูป

๕. อนนฺตตฺ์ หมายถึง นิพพานเป็นธรรมที่ประเสริฐอย่างที่ไม่ีธรรมใดๆ จะเทียมเท่า

นิพพาน จำแนกโดยสภาวะลักษณะ มีอยู่ ๑ ลักษณะ คือ สันติลักษณะ หมายถึง ลักษณะที่สงบจากกิเลสและชั้น ๕ ไม่เหมือนกับวัตถุสิ่งของที่มีสิ่งเดียว แต่มีเจ้าของหลายคน ฉะนั้น พระอรหันต์ทั้งหลายเมื่อปรินิพพานแล้ว ย่อมได้เข้าถึงสันติสุขด้วยกันทั้งสิ้น

นิพพาน จำแนกโดยสามัญญลักษณะ มีลักษณะเพียง ๑ ลักษณะ คือ อนัตตลักษณะ เพราะนิพพานเป็นสิ่งที่ว่างเปล่า ปราศจากตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้ ไม่มีการเกิดแก่เจ็บตาย นิพพานไม่มีอนิจจลักษณะ เพราะนิพพานเป็นสิ่งที่เที่ยงแท้ แน่นอน มั่นคง ยั่งยืน ไม่เปลี่ยนแปลง^{๕๒} และนิพพานไม่มีทุกขลักษณะ เพราะนิพพานเป็นสิ่งที่ทนอยู่ได้ ด้วยว่า ไม่มีการเกิด ไม่มีการดับ^{๕๓} และด้วยเหตุที่นิพพานเป็นสิ่งที่ว่างเปล่า จึงมีสภาพที่ทนอยู่หรือดำรงอยู่ในสภาพที่ว่างเปล่านั้นตลอดไป ไม่มีอะไรที่จะมาปรุงแต่งให้กลายเป็นของไม่ว่างได้

นิพพาน จำแนกโดยปริยายแห่งเหตุแล้วมีอยู่ ๒ อย่าง คือ

๑. สอฺปาติเสสนิพพาน หมายถึง นิพพานที่เป็นไปกับด้วยชั้น ๕ คือวิบากและกัมมชรูปที่เหลือจากกิเลสทั้งหลาย ได้แก่กนิพพานของพระอรหันต์ที่ยังมีชีวิตอยู่ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ทิฏฐธัมมนิพพาน เพราะพระอรหันต์ทั้งหลาย ผู้เข้าไปรู้แจ้งนิพพาน แต่ยังมีชีวิตอยู่ ยังไม่ได้

^{๕๒} พุ.จ. (ไทย) ๓๐/๑๒๐/๓๙๑.

^{๕๓} พุ.เถรี. (ไทย) ๒๖/๕๑๔/๖๓๙.

ปรีนิพพาน

๒. อนุปาทิสเสนิพพาน หมายถึง นิพพานที่ไม่มีชั้น ๕ เหลืออยู่ คือวิบาก และกัมมชรูปเหลืออยู่ ได้แก่นิพพานของพระอรหันต์ที่ได้ปรีนิพพานไปแล้ว เรียกว่า สัมปรายิกนิพพาน ก็ได้ เพราะพระอรหันต์ทั้งหลาย เมื่อปรีนิพพานแล้ว จึงเข้าถึงนิพพานประเภทนี้

นิพพานนั้น จำแนกโดยอาการที่เป็นอยู่ มีอยู่ ๓ อย่าง คือ

๑. สุธญตนิพพาน คือความเป็นอยู่ของนิพพานนั้น สุธญสิ้นจากกิเลสและชั้น ๕ ทั้งหลาย ไม่มีอะไรเหลืออยู่ในนิพพานนั้นเลย

๒. อนิมิตตนิพพาน คือ ความเป็นอยู่ของนิพพาน ไม่มีนิมิต เครื่องหมาย ไม่มีรูปร่าง สันฐาน ไม่มีสีสังวรณะ แต่อย่างไรเลย

๓. อัปภินิหิตนิพพาน หมายความว่า ความเป็นอยู่ของพระนิพพานนั้น ไม่มีอารมณ์ที่น่าปรารถนาด้วยโลภะและไม่มีตัณหาที่เป็นตัวต้องการอยู่ในนิพพานนั้น คือสังขตธรรมทั้งหลายที่เป็นรูปนามต้องมีสภาพนิหิตะ คือ มีอารมณ์ที่น่าปรารถนาด้วยโลภะหรือมีตัณหาทั้ง ๒ อย่าง แต่โลกุตตรจิต จะไม่มีอารมณ์ที่น่าปรารถนา ส่วนนิพพานไม่ได้เกิดอยู่ภายในบุคคล เป็นธรรมภายนอกโดยส่วนเดียว

นิพพานเป็นปรมัตถธรรม คือ ธรรมที่เป็นสภาวะอันสูงสุดไม่แปรปรวน และเป็นอสังขตธรรม คือ ธรรมที่ไม่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง มีลักษณะสงบจากกิเลสและทุกขในวิภูฏะคือรูปนามและไม่มีสังขารูปนามที่เกิดดับอยู่เสมอ^{๔๔}

ดังนั้น ทั้งนามและรูป มีความไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ต้องเวียนว่ายตายเกิด ไม่รู้จักจบสิ้น トラบโดที่ยังมีนามมีรูป ก็จะไม่พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดไปได้

พระอริยะเจ้าทั้งหลาย มีพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นต้น ได้มองเห็นการเวียนว่ายตายเกิด เป็นสิ่งที่ไม่น่าปรารถนา เพราะเมื่อเกิดมาแล้วมีแต่ความทุกข์ หาความสุขที่แท้จริงไม่ได้ เมื่อมีภพชาติ ก็ต้องมีความทุกข์ตลอดไป จะมีความสุขอยู่บ้างก็ต่อเมื่อทุกข์มันลดเท่านั้นเอง หาใช่เป็นความสุขที่แท้จริงไม่จึงได้แสวงหาทางพ้นทุกข์ และได้พบทางเข้าสู่สันติสุขได้อย่างแท้จริง คือ พระนิพพาน

สรุปว่าการจะเข้าถึงพระนิพพานได้นั้น ต้องเจริญสติปัญญาตามนัยที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ เมื่อปฏิบัติถึงขั้นรู้แจ้งตามความเป็นจริงของนามรูปแล้ว ก็จะเบื่อหน่ายจากนามรูปและเข้าถึงภาวะอันสำคัญยิ่ง กล่าวคือ พระนิพพานนั่นเอง

๓.๔ หลักการเจริญอารมณ์ปรมัตถ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

หลักการเจริญอารมณ์ปรมัตถ์ หมายถึง การแสดงอากัปภิกิริยาทางกาย มีหลัก ๔ ประการ

^{๔๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนาญาณ เล่ม ๒, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ, พระคันธสาราภิวังศ์ แปลและเรียบเรียง, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วน ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๔๗๒.

คือ ยืน เดิน นั่ง นอน จากข้อความดังกล่าว ในการปฏิบัติวิปัสสนา หมายถึง “กายิกปโยค” หมายถึง การประกอบกิริยาที่เกิดขึ้นทางกาย โดยสรุปแล้วคำว่า อิริยา หมายถึง กิริยาอาการทางกายคือ การ ยืน การเดิน การนั่ง การนอน คำว่า พล ในคำว่า อิริยาบท หมายถึง ปวตติมคค หมายถึงความเป็นไป หรือ การกำหนดทางกายมีการเดินเป็นต้น

อิริยาบทเป็นอารมณ์วิปัสสนา อิริยาบท ๔ คือ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน จัดอยู่ใน อิริยาปถัพพะ หมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งสังเคราะห์เป็นรูปชั้นได้โดยตรง ดังนั้นจึงจัดเป็น อารมณ์ของวิปัสสนา อิริยาบทใหญ่ทั้ง ๔ คือ การยืน เดิน นั่ง นอน เป็นสิ่งที่มีอยู่แล้วเหมือนลมหายใจ ไม่ต้องสร้างขึ้นก็มีเอง หน้าที่ของนักปฏิบัติ คือ เพียรตามรู้ให้ตรงตามที่เป็นจริงตรงตามปัจจุบันก็พอ และเปลี่ยนอิริยาบทสลับกันไปตามธรรมชาติ เมื่อเดินจงกรมเมื่อยแล้วก็นั่ง เมื่อนั่งเมื่อยแล้วก็เดิน จงกรมต่อไป

ความจดจ่อ คือ การกำหนดรู้อารมณ์กรรมฐานโดยละเอียด ตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงที่สุด ใน เวลา ยืน เดิน นั่ง นอน เป็นอยู่กับอารมณ์กรรมฐานในแต่ละขณะ โดยไม่หวนคิดถึงอารมณ์อื่น และไม่ ควรใส่ใจต่อรูปร่างสัณฐานของร่างกายทั้งหมดหรือส่วนใด ส่วนหนึ่ง ควรปล่อยวางความรู้สึกที่มีตัวตน โดยกำหนดไม่ยินดียินร้าย เพียงแต่รับรู้สภาวธรรมปัจจุบันเท่านั้น การกำหนดอารมณ์ทุกครั้งจัดเป็น การอบรมวิปัสสนาญาณให้เกิดขึ้นตามแนวของสัมมาทิฐิ^{๕๕} ในขณะที่เดินจงกรมก็ให้กำหนดว่า ขว้างงหนอ-ซ้ายย่างงหนอ เป็นต้น ซึ่งการกำหนดอย่างนี้เป็นกำหนดบัญญัติยังไม่จัดเป็นวิปัสสนา คือ จะต้องให้ผู้ปฏิบัติทำการกำหนดอารมณ์บัญญัติไปก่อน มิฉะนั้นจิตจะไม่มีที่กำหนด เพราะสภาวะ ปรมาตม์เป็นสิ่งที่เห็นได้ยาก ต่อเมื่อมีสัมมาทิฐิ คือ ปัญญาแก่กล้าขึ้น อารมณ์บัญญัติเหล่านี้จะหายไป เหลือแต่สภาวะปรมาตม์ล้วน ๆ อธิบายพอสังเขป ดังนี้

บัญญัติ คือ สิ่งที่เราสมมุติขึ้นเป็นไปตามที่เราตกลงยินยอมกัน แยกเป็น ๒ ประเภท ดังนี้

๑.) นามบัญญัติ (ศัพท์บัญญัติ)

๒.) อัถฐบัญญัติ (สัญลักษณ์)

นามบัญญัติ คือ การตั้งชื่อเรียกเป็นภาษาต่าง ๆ เช่น ตัวเราตั้งชื่อกันไว้ให้เรียก แยกต่างกันไปหรือเรียกชื่อต่าง ๆ อย่างอื่น คือ โตะ แก้อี้ ภูเขา บ้าน เป็นต้น แล้วแต่ละภาษาของ ประเทศนั้น ๆ ชุมชนนั้น ๆ เรียกกันไปเป็นภาษาไทย จีน อังกฤษ พม่า ลาว เขมร เป็นต้น ตาม สำเนียงของชาติเผ่าพันธุ์นั้น ๆ ไม่มีความแน่นอนอะไร เพราะมันเป็นเรื่องสมมุติ เอาไว้กล่าวขานกันให้ รู้เรื่อง สื่อความหมายกันเข้าใจ ถ้าหากว่าใครไปเรียกอย่างอื่น ก็ถือว่าพูดไม่ถูก ไม่ตรง ทำให้พูดกันไม่ เข้าใจอย่างเช่นแก้อี้ที่เรา นั่งอยู่ มีใครมาเรียกว่า โตะ ก็จะมีคนค้านขึ้นว่าสื่อความหมายผิด เหล่านี้ เรียกว่า นามบัญญัติ คือ ชื่อต่าง ๆ ภาษาต่าง ๆ เป็นสมมุติบัญญัติ

^{๕๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๘/๘๑.

อรรถบัญญัติ^{๕๖} คือ สิ่งที่สมมติขึ้นเป็นความหมาย รูปร่างสัณฐาน อย่างเช่น สัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่เขาทำไว้เพื่อบ่งบอกให้เข้าใจ อย่างกฎจราจรที่มีเครื่องหมายชี้ว่า ห้ามจอดบ้าง ห้ามเลี้ยวบ้าง เป็นสัญลักษณ์รู้ความหมาย ถ้าใครไม่เรียนรู้กฎจราจรก็จะไม่เข้าใจ อย่างนี้เรียกอรรถบัญญัติด้านความหมาย อีกอย่างหนึ่งก็คือ รูปร่างสัณฐาน อธิบายให้เข้าใจง่าย ๆ ที่เราเห็นรูปทรงกลม รูปเหลี่ยม รูปแบน หรือเป็นแท่ง ๆ สั้นยาวเป็นต้น เป็นรูปร่างสัณฐานของสิ่งมีชีวิต และสิ่งของวัตถุต่าง ๆ ซึ่งที่จริงเราไม่ได้เห็นตามสภาวะที่แท้จริงนั้น สิ่งที่จะเห็นได้คือ สีต่าง ๆ เท่านั้นส่วนรูปร่างสัณฐานเกิดขึ้นจากจิตของเราประมวลออกมาให้เห็นเป็นรูปทรงต่าง ๆ นี่คือ อรรถบัญญัติ ถึงตรงนี้บางท่านอาจจะขัดความรู้สึกว่า มองที่ไรก็เห็นเป็นรูปร่างทุกที่ไม่น่าเชื่อ ความจริงนี่คือความไวของจิตที่คิดนึกไปตามสัญลักษณ์ที่ปรุงแต่ง ซึ่งเป็นสภาพที่เกิดทางใจโดยผ่านตา คือ จักขุวิญญาณสิ่งที่เห็นเป็นเพียงสีแสงเท่านั้น

สรุปว่า บัญญัติทั้ง ๒ อันได้แก่ นามบัญญัติและอรรถบัญญัตินั้น ตรงข้ามกับปรมาตม์ เหมือนกลางวันตรงข้ามกับกลางคืน

คำว่า ปรมาตม์^{๕๗} คือ ธรรมชาติที่เป็นธรรมอันประเสริฐแท้จริง ไม่มีการวิปริตผันแปร คือ มีลักษณะอย่างไรก็เป็นอย่างนั้น ตลอดจนเป็นประธานของนามบัญญัติ และอรรถบัญญัติ ทั้งปวง ซึ่งอยู่ในภายใต้แห่งกฎธรรมดา คือ ไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นธมมฐิติ เครื่องตั้งอยู่ของธรรม, เป็น ธมมเนียม เครื่องกำหนดหมายของธรรม อันเป็นสิ่งที่เป็นไปเอง ตามธรรมดาธรรมชาติของสิ่งนั้น ๆ ไม่มีใครแต่งตั้งขึ้น

๑.) จิต เป็นธรรมชาติที่รู้อารมณ์^{๕๘} คือ ได้รับความอยู่เสมอ มีวจนัตถะว่า “อารมณินจินเตตติ จิตตัม” ธรรมชาติใด ย่อมรู้อารมณ์ คือ ได้รับความอยู่เสมอ ฉะนั้น ธรรมชาตินี้ชื่อว่า จิต

ธรรมชาติของจิตนั้น มีอยู่ ๓ ประการ คือ

- ๑.) มีการรับอารมณ์อยู่เสมอ
- ๒.) เป็นเหตุให้เจตสิกทั้งหลายรู้อารมณ์ได้คล้าย ๆ กับผู้นำ
- ๓.) ทำให้สิ่งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิตให้วิจิตรพิสดาร

ลักษณะที่จุดกะของจิตมี ๔ ประการ คือ^{๕๙}

^{๕๖} ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), **คู่มือการศึกษา พระอภิธรรมทางอากาศ**, ปริจเฉทที่ ๖ , (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๗), หน้า ๑.

^{๕๗} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา, **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**, พระคันธสาราภิวงศ์ แปลและเรียบเรียง (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาสน์ไทย การพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๑๘๘.

^{๕๘} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/-/๒๔๘.

^{๕๙} ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), **คู่มือการศึกษา พระอภิธรรมทางอากาศ**, ปริจเฉทที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๗), หน้า ๑๐.

เจตสิกนี้แม้ว่าจะเป็นสิ่งปรุงแต่งจิต^{๖๐} ให้มีพฤติกรรมเป็นไปตามลักษณะของเจตสิกก็ตาม แต่ก็ต้องถือว่าจิตเป็นใหญ่ เป็นประธาน เพราะเจตสิกเป็นสิ่งที่ต้องอาศัยจิตเกิด ไม่ว่าจะเกิดความพอใจ ความไม่พอใจ ความรัก ความเกลียด ความสงบ หรือความฟุ้งซ่าน ล้วนเป็นคุณสมบัติของเจตสิกทั้งสิ้น แต่เจตสิกเกิดขึ้นเอง และแสดงพฤติกรรมเองไม่ได้ ต้องอาศัยจิตเป็นตัวแสดงพฤติกรรมแทน

เจตสิกมีลักษณะที่แตกต่างกัน รวม ๕๒ ลักษณะ แบ่งเป็น ๓ กลุ่ม คือ

๑.) อัญญาสมานาเจตสิก เป็นเจตสิกฝ่ายกลาง สามารถเข้าประกอบด้วยทั้งจิตที่เป็นกุศล และอกุศลมี ๑๓ ลักษณะ

๒.) อกุศลเจตสิก ประกอบได้กับจิตที่เป็นอกุศลเท่านั้น มี ๑๔ ลักษณะ

๓.) โสภณเจตสิก หรือจิตฝ่ายดีงาม ปราศจากความเร่าร้อน เว้นจากบาป เว้นจากทุจริต ตั้งอยู่ในศีลธรรม

๓.) รูป คือ ธรรมชาติที่ผันแปรแตกดับไปด้วยความเย็นและความร้อน มี ๒ ประเภท คือ

๑) รูปบัญญัติ คือ สิ่งที่เรามองเห็นกัน เรียกกันไปต่าง ๆ ทั้งที่มีวิญญาณครอง และไม่มีวิญญาณครอง เช่น ผู้ชาย ผู้หญิง ก็มีชื่อต่างกันออกไป สัตว์ต่าง ๆ ตัวผู้ ตัวเมีย มีชื่อเรียกต่าง ๆ กันไป ต้นไม้ทั้งที่ยืนต้น และล้มลุก ก็มีชื่อเรียกต่างกัน รวมถึงพื้นดิน ภูเขา แม่น้ำ ลำคลอง เป็นต้น เหล่านี้เป็นรูปโดยบัญญัติ

๒) รูปปรมาณู คือ รูปที่มีอยู่จริงๆ โดยสภาวะธรรมชาติ ผู้ที่ได้กระทบได้สัมผัสจะมีความรู้สึกเหมือนกันหมด มีความหมาย ๒ นัย คือ

รูป หมายถึง ธรรมชาติที่แตกดับหรือเสื่อมสลายไป

รูป หมายถึง ธรรมชาติที่แตกสลายไป ด้วยอำนาจของความร้อนและความเย็น ซึ่งทั้งสองนัยนี้สรุปได้ว่า รูปก็คือธรรมชาติที่แตกดับนั่นเอง

รูปปรมาณูมีวิเสสลักษณะ โดยมีลักษณะพิเศษ ๔ ประการ คือ

รูปปนลกขณฺ์ มีการสลายแปรปรวน เป็นลักษณะ

วิกิณฺรลํ มีการแยกออกจากกัน (กับจิต) ได้ เป็นกิจ

อพยากตปจฺจุปฏฺฐานํ มีความเป็นอภัยกฤต เป็นอาการปรากฏ

วิณฺยานปทฺฐานํ มีวิญญาณ เป็นเหตุใกล้ให้เกิด

รูป หมายถึงมหาภูตรูป ๔ และรูปที่อาศัยมหาภูตรูปทั้ง ๔ มหาภูตรูป คือ ธาตุ ๔

^{๖๐} สมบูรณ์ ตาสนธิ, อันตรธานธรรม, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ริงค์ บีคอนด์บุ๊ก จำกัด, ๒๕๓๗), หน้า ๓๕.

ได้แก่

๑.) ปฐวีธาตุ สภาวะที่แผ่ไปหรือกินเนื้อที่สภาพอันเป็นหลักที่ตั้งที่อาศัยแห่ง สหชาตรูป เรียกสามัญว่า ธาตุแข็งแข็ง หรือธาตุดิน

๒.) อาโปธาตุ สภาวะที่เอิบอาบหรือดูดซึม ซ่านไป ขยายขนาด ผนิก พูน เข้า ด้วยกัน เรียกสามัญว่า ธาตุเหลว หรือธาตุน้ำ

๓.) เตโชธาตุ สภาวะที่ทำให้ร้อน เรียกสามัญว่า ธาตุไฟ

๔.) วาโยธาตุ สภาวะที่ทำให้สั่นไหว เคลื่อนที่ เรียกสามัญว่า ธาตุลม

รูปที่อาศัยมหาธาตุรูป ๔^{๖๑} หรือที่เรียกว่า อุปาทายรูป มี ๒๔ คือ ปสาทรูป ๕ (รูปที่เป็นประธานสำหรับรับอารมณ์) ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย

โศจรูป หรือ วิสัยรูป ๔ (รูปที่เป็นอารมณ์) ได้แก่ รูปารมณ์ สัททารมณ์ คันธารมณ์ และรสารมณ์

ถาวรรูป คือ รูปที่แสดงให้รู้สภาพหญิงและชาย ด้วยอาศัยรูปร่างสัณฐาน เครื่องหมาย นิสัย และกิริยาอาการ เป็นเครื่องแสดงให้รู้

ถาวรรูป มี ๒ ได้แก่ อิตถิถาวรรูป และบุริสถาวรรูป

หทัยรูป ๑ คือ น้ำเลี้ยงหัวใจมีจำนวนประมาณของมือหนึ่งซึ่งอยู่ในแอ่งที่โตพอจุเมล็ด บุนนาคอยู่ภายในเนื้อหัวใจ น้ำเลี้ยงหัวใจนี้แหละเป็นที่อาศัยให้เกิดจิต ๗๕ ดวง (เว้นทวีปปัญจวิญญาน ๑๐ และอรุปวิบาก ๔) อันเป็นปัจจัยให้เกิดทั้งความดีและความชั่ว

อาหารรูป^{๖๒} ๑ หมายถึง กวฬิงการอาหาร คือ โอชาที่อยู่ในอาหารต่าง ๆ เมื่อบุคคล บริโภคอาหารเข้าไป ก็ไปสัมพันธ์กับอาหารรูปอันเป็นส่วนหนึ่งในอวินิพโกครูปที่มีอยู่ประจำร่างกาย แล้วนั้น ก็สร้างความเจริญให้แก่รูป โดยมีปากจกเตโชธาตุ ช่วยทำการย่อย คั้นเอาแต่โอชาไปบำรุงเลี้ยง ร่างกาย ระบายกากที่ไม่เป็นประโยชน์ทิ้งออกไป อาหารรูปนี้ บางทีเรียกว่า โอชา

ปริจเฉทรูป ๑ เป็นช่องว่างระหว่างรูปต่อรูป ระหว่างกลาปกับกลาป มีได้ทั้งในสิ่งที่มี วิญญาน คือ ถ้าไม่มีปริจเฉทรูปแล้ว จำนวนรูปกลาปก็มิได้ ที่สุดของรูปก็มิได้ เขตแดนของรูปก็มิได้ เพราะรูปเหล่านั้นจะติดกันเป็นพีตไปหมด ไม่มีรูปร่างสัณฐาน และก็นับจำนวนไม่ได้ด้วย

วิญญูติรูป ๒ คือการเคลื่อนไหวให้รู้ความหมาย มี ๒ ได้แก่ กายวิญญูติ และวจีวิญญูติ

วิการรูป ๓ ได้แก่ รูปัสสสฬุตารูปัสสมุฑตา และรูปัสสกัมมัญญุตารูป นิยมเรียกสั้น ๆ ว่า ลหุตารูป มุฑุตารูป และกัมมัญญุตารูป

อาการพิเศษของรูป เรียกว่า วิการรูป บางทีก็นับว่ามี ๕ รูป โดยนับกายวิญญูติรูป

^{๖๑} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๐/๙๕.

^{๖๒} สมบูรณ์ ตาสนธิ, ๑ เดือน **ดูจิตให้นิพพาน**, (นันทบุรี: บริษัท ริงค์ ปียอนด์บุ๊ก จำกัด, ๒๕๓๗), หน้า ๔๑๑.

และวชิรวิญญูติรูป รวมเข้าไปอีกด้วย ในที่นี้จึงกล่าวว่ามี ๓ ดังนี้

ลักษณะรูป คือ รูปที่มีกาลเวลาเป็นที่กำหนดในการชี้ขาด ในปรมัตถ์ที่ปณีตภาแสดงว่า ธรรมชาติที่ชี้ขาดด้วยกาลเวลานั้น เรียกว่า ลักษณะ (“ลกฺขณฺติ เอเตนาติ ลกฺขณํ”)

๔.) นิพพาน^{๖๓} เป็นธรรมชาติที่พ้นจากรูปนามชั้น ๕ เพราะวานิพพานนี้เป็น ธรรมชาติที่พ้นจากตัณหาอย่างเด็ดขาด เป็นธรรมที่พ้นจากการปรุงแต่งทั้งปวง ดังนั้นจึงได้ชื่อว่า “ธรรมชาติที่พ้นจากตัณหาที่ชื่อว่าวานะ อันเป็นเครื่องร้อยรัดภพน้อยภพใหญ่ให้ติดต่อกันอย่างเด็ดขาด ฉะนั้น ธรรมชาตินั้นจึงชื่อว่า นิพพาน”

วิเสสลักษณะของนิพพาน มี ๕ ประการ คือ

สนฺติ ลกฺขณา	มีความสุขสงบจากเพลิงทุกข์ เป็นลักษณะ
อจฺจุตฺรสา	มีความไม่เคลื่อน เป็นกิจ (สัมปติรส)
อนิมีตฺตปจฺจุปฺภูฏานา	ไม่มีนิमितเครื่องหมาย เป็นอาการปรากฏ
(วา) นิสฺสรณปจฺจุปฺภูฏานา	(หรือ) มีความออกไปจากภพ เป็นผล
ปทฺภูฏานํ น ลพฺภติ	ไม่มีเหตุใกล้ให้เกิด (เพราะนิพพานเป็นธรรมที่พ้น

จากเหตุจากปัจจัยทั้งปวง)

การรู้ปรมัตถ์เป็นการรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อการเจริญวิปัสสนา ถ้าหากไม่รู้ปรมัตถ์อย่างถูกต้อง และแจ่มแจ้งแล้วก็ไม่อาจนำไปสู่การเจริญวิปัสสนาให้เกิดผลได้ เพราะอารมณ์ของวิปัสสนา ที่แท้จริงเป็นปรมัตถ์ล้วน ๆ ย่นย่อลงเป็น ๒ ประเภท คือ นามปรมัตถ์ และรูปปรมัตถ์

จิตและเจตสิก จัดเป็นนามปรมัตถ์ รูป จัดเป็นรูปปรมัตถ์ ที่ไม่กำหนดรู้โลกุตตรธรรม (นิพพาน) เป็นอารมณ์เพราะมีจุดมุ่งหมายเพื่อเพิกถอนกิเลสที่ยึดมั่นว่าเป็นของเที่ยง เป็นสุข เป็นอนัตตาส่วนโลกุตตรธรรม (นิพพาน) ไม่ใช่ฐานะที่รับรู้ได้ ถึงรับรู้ได้ก็ไม่เป็นประโยชน์ในการกำหนด

นามปรมัตถ์ ได้แก่ นามชั้น ๔ คือ เวทนาชั้น ๕ สัญญาชั้น ๕ สังขารชั้น ๕ (เจตสิก ๕๒ ดวง) และวิญญาณชั้น ๕ (จิต ๘๘ หรือ ๑๒๑ ดวง)

คัมภีร์อรรถกถาปฏิสัมภิทามรรค อธิบายว่า ธรรมชาติใด ย่อมรู้อารมณ์ ฉะนั้น ธรรมชาตินั้น จึงชื่อนาม อีกอย่างหนึ่งธรรมชาติใด ย่อมโน้มไปสู่อารมณ์ ฉะนั้นธรรมชาตินั้น จึงชื่อนาม^{๖๔} นาม มีการโน้มไปสู่อารมณ์เป็นลักษณะ มีหน้าที่ประกอบกับจิตและเจตสิกด้วยกัน มีการแยกออก จากจิตไม่ได้เป็นผล มีวิญญาณเป็นเหตุให้เกิด

รูปปรมัตถ์ คัมภีร์อรรถกถาอังคุตตรนิกายอธิบายว่า ภิกษุทั้งหลาย ธรรมชาติใดย่อมแตกสลาย เพราะเหตุที่ธรรมชาตินั้นจึงเรียกว่ารูป ย่อมแตกสลายไปเพราะเย็นบ้าง ย่อมแตกสลายไป

^{๖๓} อจ. จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๙/๒๕๒.

^{๖๔} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/-/๒๔๘.

เพราะร้อนบ้าง รูปมีการแตกดับหรือสลายอยู่เสมอเป็นลักษณะ มีหน้าที่กระจายไปจากจิต มีความเป็นอภัยากฤตธรรม เป็นผล มีวิญญาณเป็นเหตุให้เกิด

ดังนั้น การเจริญวิปัสสนาจึงต้องอาศัยอารมณ์วิปัสสนา กล่าวโดยย่อก็คือรูปนามนั่นเอง และขั้นสุดท้ายมีนิพพานเป็นอารมณ์

ในคัมภีร์อรรถกถาว่า “สภาวะประเสริฐ คือ สูงสุด หมายถึง รู้ได้ด้วยตนเอง ชื่อว่า ปรมาตถ์ ข้อความข้างต้นหมายความว่า สิ่งที่ฟังจากผู้อื่น อาจถูกหรือผิดก็ได้จึงไม่เรียกสิ่งนั้นว่าเป็น ปรมาตถ์ แต่สิ่งที่บุคคลรับรู้ได้โดยประจักษ์แก่ตนเองย่อมจะไม่ผิดพลาด ดังนั้นสภาวะธรรม ๔ อันได้แก่ จิต เจตสิก รูป นิพพาน จึงชื่อว่า ปรมาตถ์” แม้อรรถกถาของคัมภีร์กถาวัตถุก็อธิบายเรื่องนี้ว่า “สภาวะที่ไม่ควรยึดถือ โดยอาการที่ไม่มีจริงเหมือนมายากล และพยับแดดเป็นต้น ชื่อว่า สัจจิกฺกฐะ (สภาวะที่ไม่มีจริง) สภาวะสูงสุดที่ไม่ควรยึดถือ โดยเป็นสิ่งที่ฟังต่อมา ชื่อว่า ปรมาตถ์ (สภาวะประเสริฐ)” เกี่ยวกับ สัจจิกฺกฐะ (สภาวะที่แท้จริง) ที่ว่า “อนึ่ง ชื่อว่า “สัจจิกฺกฐะ เพราะปรากฏจริงแก่ตนเอง และชื่อว่า ปรมาตถ์ เพราะประจักษ์แก่ตน พระผู้มีพระภาคตรัสคำนี้ไว้โดยหมายถึง ธรรมเหล่านั้น (ชั้น ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ รวมเป็นปรมาตถ์ ๕๗ ประการ)”^{๖๕}

การกำหนดรู้อารมณ์ปรมาตถ์ คนทั่วไปเห็นสีทางจักขุประสาทจริง แม้จักขุประสาทและจักขุวิญญาณก็มีอยู่จริงในขณะที่เห็นด้วยเหตุนี้ สี จักขุประสาท และจักขุวิญญาณจึงเป็นสภาวะที่ไม่มีจริง แม้เสียง โสตประสาท และโสตวิญญาณก็มีอยู่จริงในขณะที่ได้ยินเสียง ดังนี้ เป็นต้น อนึ่ง ตามปกติ บุคคลจะสามารถรับรู้รูปนามที่เป็นนามธรรมได้ เพราะสภาวะธรรมเหล่านั้นปรากฏชัดทางทวาร ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยเฉพาะในขณะที่เจริญวิปัสสนาจะปรากฏอย่างชัดเจน ผู้ที่บรรลุนามย่อมรับรู้นามธรรมที่เป็นมหัคคตธรรมได้ ส่วนผู้บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคลย่อมรับรู้มรรค ผล และนิพพาน (โลกุตตรธรรม) โดยประจักษ์ได้ ดังนั้น รูปนามทั้งหมดจึงเป็นสภาวะที่มีอยู่จริงซึ่งเรียกว่า ปรมาตถ์

พระอรรถกถาจารย์ กล่าวถึงธรรมที่เรียกว่า สัจจิกฺกฐะ และปรมาตถ์ ๕๗ ประการ ซึ่งสรุปได้ในธรรม ๔ ประการ คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน หรือย่อได้ในธรรม ๒ ประการ คือ รูปและนาม ในที่นี้จะอธิบายโดยสรุปเป็นรูปและนาม นักมายากลสามารถแสดงอิฐ กระจาด หรือก้อนหินให้เห็นเป็นเงินทองคนดูก็สำคัญว่าเป็นจริง แต่เงินทองเหล่านั้นไม่มีจริง กวางที่หาน้ำดื่มในฤดูร้อนเห็นพยับแดดแล้วคิดว่าเป็นน้ำ แต่น้ำนั้นไม่มีจริง ในทำนองเดียวกัน สิ่งบัญญัติมีรูปร่างสัณฐานตามที่สมมุติกันในทางโลกว่าเป็นบุรุษ สตรี มือ เท้า ฯลฯ ก็ไม่มีอยู่จริง เพราะเป็นสิ่งที่ประชุมกันของรูปนามเท่านั้น มีเพียงรูปนามที่เป็นสภาวะมีอยู่จริง เกิดขึ้นและดับไปตามเหตุปัจจัย จึงชื่อว่า สัจจิกฺกฐะหรือปรมาตถ์^{๖๖} มีการอธิบายการกำหนดอารมณ์ทั้งบัญญัติและปรมาตถ์ ดังนี้ หากว่าในขณะที่นั่งกำหนดว่า “พองหนอ ยุบหนอ” คำว่า “พอง ยุบ” นี้ เป็นเพียงอารมณ์บัญญัติ และเป็นสมมุติบัญญัติ ยังไม่ถึงเนื้อแท้ของการปฏิบัติ คือ มิใช่ปรมาตถ์ คำว่า พอง ยุบ นั้นเป็นภาษาไทย ถ้าฝรั่งมาปฏิบัติบอกให้กำหนดเป็น

^{๖๕} อภ.วิ.อ. (ไทย) ๗๗/๒๗๓/๕๒๔.

^{๖๖} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**, แปลโดยพระคันธสาราภิวรค์, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๒๐.

ภาษาไทยก็คงไม่ค่อยเข้าใจความหมาย แต่ถ้าบอกเป็นภาษาเขาเช่นว่า ไร่ซึ่ง ฟอลลิง ก็จะมีเรื่องเข้าใจความหมายมากกว่า เป็นต้น ซึ่งก็เปลี่ยนกันไปตามสำเนียงของภาษาในชาตินั้นๆ อันเป็นสิ่งสมมุติที่บอกให้รู้เข้าใจกันเป็นบัญญัติธรรม แต่อาการที่ขึ้น ๆ ลง ๆ ของท้องจะเหมือนกันหมดเปลี่ยนแปลงไม่ได้ ไม่ว่าชาติใดภาษาใดอาการของท้องพองท้องยุบนี้ หากไปนึกดูหรือเพ่งดูรูปร่างสีฐานของท้องที่ขึ้น ๆ ลง ๆ ว่ามีลักษณะเช่นไร ก็ยังชื่อว่าเห็นบัญญัติ เรียกว่า สัจบัญญัติ ที่ถูกต้องเห็นเป็นเพียงอาการเคลื่อนไหวเท่านั้นจึงจะเรียกว่า เห็นปรมัตถ์

เมื่อจิตจดจ่ออยู่กับสภาวะธรรมปัจจุบัน ก็จะเกิดจิตวิสุทธิ สามารถวิปัสสนาบรรคให้เกิดขึ้น ความเพียรที่กำหนดสภาวะพองยุบ สภาวะนั่ง สภาวะคิดฟุ้งซ่าน หรือสภาวะเจ็บปวด เป็นต้น คือ สัมมาวายามะ สติที่ระลึกรู้กอรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรมตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ สัมมาสติ ความตั้งมั่น ของจิตในสภาวะธรรม คือ สัมมาสมาธิ หรือวิปัสสนาขณิกสมาธิ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ ทั้งสามอย่างนี้จัดอยู่ในหมวดสมาธิของอริยมรรค

การหยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง ชื่อว่า สัมมาทิฐิ ปัญญาที่เห็นความแตกต่างระหว่างรูปกับนาม ชื่อว่า ทิฐิวินิสุทธิตี หลังจากรู้แล้ว ผู้ปฏิบัติธรรมจะเกิดปัญญาหยั่งเห็นความเป็นปัจจัยซึ่งกันและกัน ของรูปและนาม เช่น การเกิดเกิดจากจิตที่ต้องการรู้ การเหี่ยยเกิดจากจิตที่ต้องการเหี่ยย การเห็นเกิดขึ้นได้เพราะมีประสาทตา และรูป การได้ยินเกิดได้เพราะมีประสาทหู และเสียง ความสุขมีได้เพราะทำกรรมดีมาก่อน เป็นต้น

เมื่อปฏิบัติต่อไปดังนี้ผู้ปรารถนาความเพียรจะเกิดปัญญาหยั่งเห็น การเกิดดับของสภาวะธรรม ที่ทำให้เห็นประจักษ์ความไม่เที่ยงของรูปนาม เมื่อเขาได้รู้เห็นความเกิดดับของรูปนามติดต่อกันตลอดเวลา เช่นนี้ ก็จะมีปัญญาเห็นความทุกข์ที่นำกลัว และความไม่มีแก่นสารของสรรพสิ่ง การเห็นประจักษ์ในสิ่งเหล่านี้ คือ สัมมาทิฐิ

สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริชอบ^{๖๗} โดยองค์ธรรมได้แก่ วิตกเจตสิก หมายถึง การยกจิตเข้าไปสู่สภาวะธรรมปัจจุบันอย่างแม่นยำ

“ดูกรภิกษุทั้งหลาย สัมมาสังกัปปะเป็นไฉน ความดำริในการออกจากกามความดำริในการไม่ปองร้าย ความดำริในการไม่เบียดเบียน นี้เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ”

สัมมาสังกัปปะแบ่งออกเป็น ๓ ประเภท คือ

๑. ความดำริในการออกจากกาม (เนกขัมมสังกัปปะ) คือ ความดำริในการทำบุญกุศลทั้งหมดในพระพุทธศาสนา อันเป็นทาน ศีล หรือภาวนาในขณะที่จิตของผู้ทำย่อมปราศจากความพอใจในกามคุณที่เป็นรูป เสียง กลิ่น รส หรือสัมผัส การเจริญวิปัสสนาภาวนานับเข้าในข้อนี้

๒. ความดำริในการไม่ปองร้าย (อัปยาปาทสังกัปปะ) คือ ความดำริในการประกอบด้วยเมตตา มีความปรารถนาดีอย่างจริงใจต่อผู้อื่น โดยไม่หวังผลตอบแทน

๓. ความดำริในการไม่เบียดเบียน (อวิหิงสาสังกัปปะ) คือ ความดำริในการประกอบด้วย

^{๖๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๕/๑๒๖.

ความกรุณา อยากช่วยเหลือผู้อื่นที่ประสบทุกข์ภัยให้เป็นสุข

ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ผู้ปรารถนาความเพียรจะต้องประกอบด้วยองค์มรรค ๕ ประการ คือ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ในหมวดสมาธิ และสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ ในหมวดปัญญา เพราะเหตุนี้ในคัมภีร์อรรถกถาจึงเรียกองค์มรรคทั้ง ๕ ประการนี้ว่า การกมรรค เป็นมรรคที่ทำงาน ส่วนองค์มรรคอีก ๓ ประการที่เหลือซึ่งได้แก่ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาวายามะ จัดอยู่ในหมวดศีลซึ่งผู้ปฏิบัติธรรมจำเป็นต้องรักษาให้บริสุทธิ์ก่อนเริ่มปฏิบัติและในขณะที่ปฏิบัติ ทั้งนี้เพราะการปฏิบัติธรรมยังมีส่วนช่วยพัฒนาให้ศีลบริสุทธิ์ยิ่งขึ้น กล่าวคือ เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมยังเห็นไตรลักษณ์ของรูปนามตามความเป็นจริง ความชอบหรือไม่ชอบในสภาวะธรรมนั้นย่อมไม่เกิดขึ้น ความต้องการจะกล่าวเท็จด้วยความชอบหรือไม่ชอบสภาวะธรรมนั้นย่อมไม่มี ในทำนองเดียวกัน ความต้องการที่จะพูดส่อเสียดหรือเพ้อเจ้อก็ไม่มีเช่นกัน ดังนั้นการละเมิดมิฉฉาวาจาจึงไม่เกิดขึ้น ส่วนการละเมิดศีลข้ออื่นๆ เช่น การฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ และทำผิดประเวณี หรือประกอบอาชีพทุจริต ก็ไม่อาจเกิดขึ้นเช่นเดียวกัน ดังนั้น ตลอดเวลาที่ผู้ปฏิบัติธรรมเจริญสติรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริง สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ ย่อมพัฒนาไปพร้อมกันกับสัมมาทิฐิ จึงกล่าวได้ว่าในทุกขณะที่ผู้ปฏิบัติธรรมกำหนดรู้สภาวะพองยุบ นิ่ง กระทบสัมผัส คิด ปวด เมื่อย ร้อน เห็น ได้ยิน ฯลฯ เขาย่อมพัฒนาองค์มรรคทั้ง ๘ ไปพร้อม ๆ กัน

การเจริญมรรค ๘ หมายถึง การยังมรรค ๘ ให้เกิดขึ้นในชั้นสันดานของตน ถ้าผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาปรารถนาเป็นพระอริยะ ผู้สามารถรู้ริยสัจ ๔ พร้อม ๆ กันนั้น พึงพยายามทำการเจริญวิปัสสนา เพื่อให้มรรคสัจบังเกิดในชั้นสันดานของตน โดยนัยเดียวกันหากผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาต้องการให้โลกุตตรมรรคนั้นเกิดขึ้นในชั้นสันดานของตน พึงทำการมีสติรู้รูปนาม ในขณะที่รูปนามนั้นกำลังเกิด แล้วทำการเจริญโลกียวิปัสสนามรรค กล่าวคือ สัมมาทิฐิ เป็นต้นด้วย ก็สาเหตุที่ต้องเจริญเช่นนี้เพราะว่าขั้นที่เรียกว่า วิปัสสนามรรคย่อมเป็นเหตุธรรม ส่วนโลกุตตรมรรคจัดเป็นผลธรรม เมื่อใดโดยศีลสามารถเจริญวิปัสสนามรรคให้บริบูรณ์จนกระทั่งถึงอนุโลมญาณได้แล้ว โลกุตตรมรรคนั้นก็จะเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ โดยไม่ต้องใช้แรงพยายามใด ๆ

นอกจากนี้ พระพุทธองค์ยังทรงเตือนพระภิกษุทั้งหลาย มิให้ละวางจากการเจริญสติปัญญาฐาน ๔ และก่อนที่พระองค์จะเสด็จดับขันธปรินิพพาน ได้ตรัสไว้ในมหาปรินิพพานสูตร ว่า ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุควรเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะอยู่ นี่เป็นอนุศาสน์ของเรา ภิกษุทั้งหลาย อย่างไรก็ตามแล้วภิกษุจึงจะชื่อว่าเป็นผู้มีสติ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ เป็นผู้มีสมาธิ มีสติสัมปชัญญะกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ ภิกษุผู้มีสติเป็นอย่างนี้แล ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ทำความรู้อริสัจในการก้าวไป การถอยกลับในการแลดู การเสียดวงในการคู้เข้า การเหยียดออก ในการครองสังขาริ บาตร และจีวร ในการฉน การดื่ม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ ทำความรู้อริสัจในการยืน การเดิน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง ภิกษุผู้มีสติสัมปชัญญะ เป็นอย่างนี้แล ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพึงมีสติสัมปชัญญะอยู่ นี่เป็นคำพร่ำสอนของเราสำหรับเธอทั้งหลาย^{๖๘} การมีสติปรากฏอยู่ว่า

^{๖๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖๐/๑๐๔-๑๐๕.

ธรรมมีอยู่ ก็เพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยด้วยตัณหา และทิฐิ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก พึงพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อริยสัจ ๔ อยู่อย่างนี้^{๖๙}

หลักการเจริญวิปัสสนาภาวนา คือ การประคับประคองให้อารมณ์กรรมฐานปรากฏชัดอยู่ในความระลึกรู้ของผู้ปฏิบัติตลอดเวลา ดังนั้นความสำคัญที่จะก่อให้เกิดผล คือ

๑. ทำให้จิตจดจ่อกับอารมณ์ กล่าวคือ สติทำให้จิตเข้าไปเผชิญหรือประจันหน้ากับอารมณ์โดยตรง ซึ่งสติในขณะนี้จะปรากฏเป็นสภาวะของจิต ที่กำลังเผชิญหน้าโดยตรงหรือจดจ่อกับอารมณ์ที่กำหนดรู้อยู่ อุปมาเหมือนใบหน้านั้นเป็นเครื่องบ่งชี้ถึงลักษณะนิสัย ดังนั้นหากเราประสงค์จะรู้ลักษณะ และนิสัยใจคอของใครสักคนหนึ่ง เราต้องเผชิญหน้ากับคนผู้นั้นโดยตรง แล้วตรวจดูหน้าตาของเขาอย่างถี่ถ้วน ด้วยวิธีนี้การตัดสินใจของเราจึงจะมีความถูกต้อง

๒. ช่วยในการคุ้มครองรักษาจิต กล่าวคือ หากจิตที่ตามระลึกรู้อารมณ์อยู่นั้นสามารถประคับประคองความจดจ่อกับอารมณ์ได้อย่างต่อเนื่องเป็นเวลานาน ๆ ผู้ปฏิบัติก็จะพบว่าจิตมีความบริสุทธิ์อย่างยิ่งซึ่งเป็นผลของการที่จิตปราศจากกิเลส ความบริสุทธิ์นี้เป็นผลประการที่ ๒ ของสติ กล่าวคือ การปกป้องคุ้มครองจิต จากการจุ่มจมของกิเลส トラบที่มีสติคุ้มครองอยู่ กิเลสจะไม่มีโอกาสล่วงล้ำเข้าสู่กระแสการรับรู้อารมณ์ได้เลย

๓. ช่วยให้จิตรู้เท่าทันปัจจุบัน การระลึกรู้เท่าทันปัจจุบันอารมณ์เป็นสิ่งที่สำคัญมาก ไม่ควรมีอะไรมาแบ่งกันระหว่างอารมณ์ที่กำลังเกิดขึ้น และการกำหนดรู้ของจิต อารมณ์ที่เกิดขึ้นและจิตที่กำหนด ไม่ควรเกิดขึ้นโดยมีระหว่างขึ้น การกำหนดรู้อารมณ์ที่ปรากฏขึ้น ควรเกิดขึ้นอย่างฉับพลันทันทีที่ไม่มีความล่าช้าแม้แต่น้อย ทันทีที่อารมณ์เกิดขึ้น ผู้ปฏิบัติต้องกำหนดรู้ และเฝ้าสังเกตทันที หากการกำหนดรู้ของผู้ปฏิบัติช้าออกไป การปรากฏของสภาพธรรม ก็จะผ่านพ้นไปก่อนที่ผู้ปฏิบัติจะน้อมจิตไประลึกรู้อารมณ์นั้น^{๗๐}

๓.๕ การกำหนดรู้ในอารมณ์ปรมาัตถ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

การกำหนดรู้ในอารมณ์ปรมาัตถ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา คือ การกำหนดในใจว่า “พองหนอ-ยุบหนอ” นั้น เป็นเพียงคำภาวนา ซึ่งเป็นอารมณ์บัญญัติ เพื่อก่อให้เกิดสมาธิเท่านั้นไม่ใช่เป็นอารมณ์ปรมาัตถ์ ซึ่งเป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน ดังนั้น นอกเหนือจากการกำหนดในใจว่า “พองหนอ ยุบหนอ” แล้วโยคีจะต้องพยายามสังเกตดู “อาการพอง-อาการยุบ” ซึ่งเป็นอารมณ์ปรมาัตถ์ แนนอนในระยะเริ่มต้นโยคีมักจะกำหนดได้แต่เพียงอารมณ์บัญญัติก่อน^{๗๑} จากหลักฐานดังกล่าวจะเห็นได้ว่า การกำหนดอาการพองและอาการยุบของท้อง มิใช่การกำหนดลมหายใจเข้า และลมหายใจออกซึ่งอยู่ในหมวดอานาปานปัพพะ แต่เป็นการกำหนดควาโยธาตุหรือธาตุลมซึ่งอยู่ในหมวด

^{๖๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๓/๓๓๘.

^{๗๐} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประจวบคีรีขันธ์ จำกัด, ๒๕๕๓, หน้า ๕๕๑.

^{๗๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖-๗.

ชาตุมนสิการปัฟพะ ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า “ภิกษุพิจารณาดูกาย นี้ แหละ ตามที่สถิตอยู่ ตามที่ตั้งอยู่โดยความเป็นธาตุว่า ในการนี้มี ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม

การกำหนดพอง-ยุบเป็นธาตุกรรมฐานนั้น ต้องรู้ความเป็นมาเสียก่อนว่ามีธาตุอะไรมา เกี่ยวข้องคือธาตุ ๔ มีที่มาในมหาสติปัฏฐานสูตรทางสูนิพพาน กล่าวว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติ อีกอย่างหนึ่งคือ ภิกษุย่อมพิจารณากายนี้แหละตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า ธาตุ ดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม มีอยู่ในกายนี้”^{๗๒}

๑) ความหมายของธาตุ

หมวดนี้ชื่อว่า ชาตุมนสิการ คือ การพิจารณาธาตุหรือ จตุธาตุววัตถาน คือ การกำหนด ธาตุ ๔ หรือธาตุกรรมฐาน คือ กรรมฐานที่กำหนดธาตุ

คำว่า ธาตุ แปลว่า สภาวะ คือสภาพที่ว่างเปล่าไม่ใช่บุคคลตัวเราของเรา ธาตุในทางธรรม นั้นเป็นเพียงสภาวะธรรม ไม่ใช่สมมุติบัญญัติซึ่งใช้สื่อสารกันจนเข้าใจกันว่า เป็นก้อนอรรถภาพมนุษย์ การ พิจารณาธาตุนี้มีประโยชน์เพื่อให้ละวางความเห็นผิดว่าเป็นตัวตน โดยให้เข้าใจว่ามีเพียงธาตุเท่านั้น ไม่ใช่ตัวเรา ของเรา บุรุษ หรือสตรีธาตุดังกล่าวไม่ใช่ธาตุทางเคมีร้อยกว่าชนิดในจักรวาล หรือธาตุที่ อาจถูกสังเคราะห์ขึ้นด้วยมือของมนุษย์

๒) พอง-ยุบ เป็นธาตุกรรมฐาน

โดยการตามรู้สภาวะพองยุบของท้องที่สอนกันอย่างแพร่หลายในปัจจุบันนั้น จัดเป็นธาตุ กรรมฐาน เพราะสภาวะพองยุบเป็นลักษณะตั้งหย่อนของลมในท้องนอกไล่ที่เรียกว่า กุจฉิสยวาโย ความจริงลมหายใจที่สุดเข้าไปในปอดมิได้เคลื่อนไปในท้องดังที่เข้าใจกันโดยทั่วไป ดังนั้น สภาวะพอง ยุบจึงเป็นลมในท้องที่มีอยู่เดิม และเป็นอารมณ์กรรมฐานอย่างหนึ่งตามหลักกายานุปัสสนา^{๗๓}

ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ธาตุทั้ง ๔ จะปรากฏอาการให้รู้เป็นปัจจุบันธรรม ตัวอย่างในอิริยาบถนั่ง ร่างกายของโยคีจะมีลักษณะตั้งและเคร่ง เพื่อให้ทรงตัวอยู่ได้ในอิริยาบถนี้ด้วย อำนาจของธาตุลมเหมือนลูกโป่งที่ถูกอัดจนแน่นด้วยลม จนมีลักษณะพองและตั้ง ความแข็งหรือความ อ่อน คือลักษณะเฉพาะของธาตุดินบางครั้งรู้สึกอุ่นหรือร้อนบริเวณท้องหรือก้นที่สัมผัสกับพื้น ความ อุ่น หรือความร้อน คือธาตุไฟที่ปรากฏออกมามากที่ท้องหรือส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเกาะกุมกันจนมี รูปร่างเฉพาะอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ผนังหน้าท้อง การเกาะกุม เช่นนี้ คือ ลักษณะของธาตุน้ำ ส่วน อากาหรือการเคลื่อนไหวของท้องเวลาท้องพองออกและท้องยุบลง คือปรากฏการณ์ของธาตุลม^{๗๔}

^{๗๒} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, พระคันธสาราภิวังศ์ แปลและเรียบเรียง, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์ ๒๕๔๙), หน้า ๑๘๗-๑๘๘ .

^{๗๓} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๘๘ .

^{๗๔} พระราชพุทธิญาณ, วิปัสสนากรรมฐาน (แนวมหาสติปัฏฐานสูตร), (เชียงใหม่: ส. ทรัพย์การพิมพ์ ๒๕๔๔), หน้า ๗-๘.

การเฝ้าระวังสังเกตอาการ พอง-ยุบ ทุกครั้งที่หายใจ ท้องจะพองและยุบ สามารถสังเกตเห็นความเคลื่อนไหวตลอดเวลา ภาวะนี้เป็นลักษณะทางวัตถุที่เรียกว่า วาโยธาตุ ซึ่งเป็นธาตุเคลื่อนไหว บุคคลควรเริ่มโดยกำหนดรู้ถึงการเคลื่อนไหวนี้ซึ่งอาจจะกระทำได้โดยจิตตั้งใจสังเกตอยู่ที่ท้อง จะเห็นว่าท้องพองเมื่อหายใจเข้าและยุบเมื่อหายใจออก ควรกำหนดรู้ “พองหนอ” เมื่อท้องพอง และ “ยุบหนอ” เมื่อท้องยุบ^{๗๕} เมื่อเป็นเช่นนี้ จิตจะต้องตั้งมั่นระวายนระวายวิ่งไปข้างโน้นวิ่งมาข้างนี้ ไม่อยู่เป็นสุขดุจลิง หรือดุจปลาที่บุคคลยกขึ้นมาจากน้ำวางไว้บนบก ย่อมตั้งมั่นแสหาน้ำฉะนั้น เมื่อจิตไม่ได้อารมณ์ที่ตนเคยได้มาก่อน ก็ประสงค์จะตัดเชือก คือสติหนีไปหาอารมณ์ที่ตนต้องการ เขาจะพยายามจนสุดความสามารถ ครั้นไม่อาจจะหนีไปได้ ก็จำเป็นต้องยึดมั่นอยู่กับพอง-ยุบ ด้วยอำนาจแห่งขณิกสมาธิบ้าง อุจารสมาธิบ้าง อัปนาสมาธิบ้าง และเป็นบาลีว่า “ยถา ฌมเพ นิพฺพชฺเชย วจฺฉิ หนฺม โนโร อธิ พนฺเธยเยวฺ สกํ จิตฺตํ สติยารมฺมณฺเ ทพฺพหิ” แปลว่า “บุคคลในโลกนี้ เวลาจะฝึกลูกโคต้องเอาเชือกผูกไว้กับเสาเสียก่อนแล้วจึงลงมือฝึกได้ตามชอบใจ ฉะนั้นได้อันบุคคลผู้จะฝึกจิตของตนก็พึงปฏิบัติ ฉะนั้น คือพึงผูกจิตของตนไว้ให้มั่นที่อารมณ์ คือ พองยุบด้วยสติ”^{๗๖} อีกอย่างหนึ่งคือ เมื่อสติกับจิตก็ให้อยู่กับท้องพอง ท้องยุบโดยภาวนาว่า “พองหนอ ยุบหนอ”^{๗๗} ไม่เผลอจากรูปนาม ชื่อว่าได้ปัจจุบันธรรมขณะนั้นบาปคือความโลภ ความโกรธ ความหลงจะไม่เกิดขึ้นได้เลย เพราะว่าบาปคือความชั่วนั้น จะเกิดขึ้นได้ ต้องอาศัยอารมณ์อดีต กับอารมณ์อนาคต ไม่อาศัยอารมณ์ปัจจุบัน

ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน คำที่เราใช้เรียกหรือพูดนั้นไม่สำคัญ สิ่งที่สำคัญคือการรู้หรือรับรู้ ขณะที่กำหนดรู้ การพองของท้อง ให้ทำตั้งแต่ท้องเริ่มพองจนถึงขณะสุดท้ายของการพอง เสมือนว่าได้เห็นการพองนั้นด้วยสายตา และให้ทำเช่นเดียวกันนี้กับการยุบ การกำหนดรู้การพอง ให้กำหนดรู้ในลักษณะที่การระลึกรู้นั้น เกิดขึ้นพร้อมกับการเคลื่อนไหวของท้อง ซึ่งการเคลื่อนไหวและการรับรู้ของจิต ควรเป็นไปในลักษณะที่ทับกันสนิทเหมือนกับก้อนหิน ที่ถูกปากระทบเป่า และทำเช่นเดียวกันนี้กับการยุบของท้อง^{๗๘}

ข้อวินิจฉัยการปฏิบัติแบบ พอง-ยุบ บางแห่งกล่าวว่าการตามรู้สภาวะพองยุบ ไม่สอดคล้องกับคำสอนของพระพุทธเจ้า ในที่นี้ขอชี้แจงว่า การตามรู้สภาวะพองยุบนี้จัดเป็นธาตุกรรมฐานตามพระบาลีข้างต้น โดยสภาวะพองยุบเป็นลมในท้องที่ดันให้พองออก และหดยุบลงเมื่อหายใจเข้าออก การกำหนดสภาวะพองยุบว่า “พองหนอ” “ยุบหนอ” หรือ “ตึงหนอ” หย่อนหนอ” จัดว่าได้รับรู้ลักษณะเป็นต้น

อนึ่ง วาโยธาตุที่กล่าวไว้ในกายานุปัสสนา (การตามรู้กอรूप) นั้นจัดเป็นรูปขันธ์ โณภูมัพ

^{๗๕} พระมหาสีสยาตอ, คำแนะนำในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย), หน้า ๑.

^{๗๖} ดุรายละเอียดใน บทคำนำ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ป.ธ. ๙), วิปัสสนากรรมฐาน, ภาค ๑ เล่ม ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด ๒๕๔๖), หน้า ๙๒.

^{๗๗} ดุรายละเอียดใน พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ป.ธ.๙), วิปัสสนากรรมฐาน, ภาค ๑ เล่ม ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด ๒๕๔๖), หน้า ๒๗๐.

^{๗๘} พระมหาสีสยาตอ, คำแนะนำในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย), หน้า ๑.

พวยตะนะ โผฏฐัพพธาตุ และทุกขสังขในธรรมานุปัสสนา (การตามรู้สภาวะธรรม) อีกด้วย ทั้งเป็นสภาวะทางกายที่สอดคล้องกับหมวดอิริยาบถในกายนุปัสสนาว่า ยถา ยถา วา ปนสส กาโย ปณฺหิตโต โหติ, ตถา ตถา นํ ปชานาติ. แปลว่า “เธอตั้งกายไว้ด้วยกิริยาท่าทางใด ๆ ก็รู้ชัดกิริยาท่าทางอย่างนั้น ๆ”

ด้วยเหตุนี้ การเจริญสติรู้เท่าทันสภาวะพองยุบ จึงมีความสอดคล้องกับพระบาลี ดังที่กล่าวมาแล้วนี้ คนส่วนใหญ่มักเข้าใจว่าเมื่อหายใจเข้า ลมหายใจจะผ่านปลายจมูกเข้าไปในปอดแล้ว เคลื่อนลงไปในห้อง ส่งผลให้ท้องพอง แต่ความจริงไม่ใช่เช่นนั้น การหายใจเป็นกระบวนการที่เกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อกะบังลม ทรวงอก และกระดูกซี่โครงกะบังลมกันอยู่ระหว่างช่องอกและช่องท้อง โดยอยู่ด้านล่างของปอด ตามปกติ เมื่อเราหายใจเข้า กะบังลมจะหดตัวกดอวัยวะในช่องท้อง ส่งผลให้ลมในท้องพองออกมา และเมื่อหายใจเข้า กะบังลมจะยียดขึ้น ส่งผลให้ลมในท้องยุบลง พร้อมกับดันลมออกจากปอด

การเจริญสติตามแบบพองยุบนี้ เน้นการกำหนดธาตุทั้ง ๔ โดยมีธาตุลมเป็นหลักจัดเป็นสติปัญญาประเภทกายนุปัสสนา สภาวะการพองยุบนั้นเป็นลมที่เกิดภายในท้อง เรียกว่า กุจฉิสยวาโย (ลมในท้อง) ซึ่งเป็นหนึ่งในลม ๖ ประเภท คือ ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในลำไส้ ลมหายใจ และลมแล่นไปตามอวัยวะน้อยใหญ่

ในพุทธพจน์มีใจความว่า “ดูกร ราหุล วาโยธาตุเป็นไฉน วาโยธาตุเป็นภายในก็มี เป็นภายนอกก็มี ก็วาโยธาตุเป็นภายในเป็นไฉนสิ่งใดเป็นภายใน อาศัยตน เป็นวาโยธาตุ มีลักษณะพัดไปมา อันกรรมและกิเลสเข้าไปยึดมั่น คือ ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในลำไส้ ลมแล่นไปตามอวัยวะน้อยใหญ่ ลมหายใจเข้าออก หรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างอื่นเป็นภายใน อาศัยตน เป็นวาโย พัดไปมา อันกรรมและกิเลสเข้าไปยึดมั่นนี้ เราเรียกว่าวาโยธาตุเป็นภายใน ก็วาโยธาตุเป็นภายในก็ดี เป็นภายนอกก็ดี อันใด วาโยธาตุนั้นเป็นวาโยธาตุเหมือนกัน เธอพึงรู้เห็นวาโยธาตุนั้นด้วยปัญญาอันชอบตามเป็นจริงอย่างนี้ว่า วาโยธาตุนั้นไม่ใช่ของเรา เราไม่ใช่วาโยธาตุนั้น วาโยธาตุนั้นไม่ใช่ของเรา เพราะบุคคลรู้เห็นวาโยธาตุนั้น ด้วยปัญญาอันชอบตามเป็นจริงอย่างนี้แล้ว ย่อมเปื้อน่ายในวาโยธาตุ จิตย่อมคล้ายกำหนดในวาโยธาตุ”^{๗๙}

พระพุทธองค์จึงทรงแสดงไว้ในทุติยนิทกขยสูตร สังยุตตนิกาย แปลเป็นใจความว่าภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงมนสิการรูปโดยแยกกาย และจงพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงแห่งรูปตามความเป็นจริง เมื่อภิกษุมนสิการโดยแยกกาย และพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงแห่งรูปตามความเป็นจริง ก็ย่อมเปื้อน่ายในรูปเพราะสิ้นความเพติดเพลิน เพราะสิ้นทั้งความเพติดเพลิน และความกำหนด จิตจึงหลุดพ้น เราเรียกว่าหลุดพ้นดีแล้ว^{๘๐} แต่เวลาที่ปฏิบัติเข้าจริงการณ์กลับปรากฏว่า ในขณะที่โยคาวจรบุคคลกำหนดรู้ตามอาการโดยคำภาวนานั้น ขณิกสมาธิ มีกำลังอ่อนปรากฏไม่ชัดเจน เช่นตั้งสติ

^{๗๙} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**, แปลโดยพระคันธธราภิวังศ์, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีไอโอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๒๒๙-๒๓๑.

^{๘๐} มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **หนังสือธรรมะภาคปฏิบัติ ๓**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๑๙๓-๑๙๔., ดูรายละเอียดใน ธนิต อยู่โพธิ์, **วิปัสสนานิยม**, พิมพ์ครั้งที่ ๗. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า ๓๔-๓๘.

กำหนดภาวนาในใจว่า พอง อากาศพองนั้นจะปรากฏตั้งอยู่นานกว่าคำภาวนา คือเพียงแต่อาการพองปรากฏได้ครั้งหนึ่งคำภาวนาว่า พอง ก็หมดเสียแล้ว แต่อาการพองยังมีอยู่ต่อไป เมื่อเป็นเช่นนี้สมาธิที่เกิดจากคำภาวนาว่า พอง ก็สะดุดหยุดลงไม่ติดต่อไปตามสภาวะของอาการพอง ซึ่งยังปรากฏต่อไปอย่างชัดเจนใจของโยคีบุคคลก็จะกระวนกระวาย เพราะสมาธิมีกำลังน้อยเกินไป แต่ถ้าเติมคำว่าภาวนาลงไปอีกคำหนึ่งก็จะเป็นการเพิ่มกำลังสมาธิตั้งอยู่นานพอดีกับอาการที่ปรากฏตามสภาวะที่เป็นจริง เมื่อโยคีผู้นั้นเกิดปรีชาสามารถรู้ถึงรูปพอง-ยุบ และรู้ถึงใจที่รู้พอง-ยุบ นั้นว่าต่างก็แยกจากกันดังนี้ ก็เป็นอันว่าบรรลุถึงนามรูปปริจเฉทญาณแล้ว^{๘๑}

ปัญหาเกิดจากการปฏิบัติ กำหนดท้องพอง-ยุบ ก็คือ อานาปานสติ ที่พระพุทธเจ้าได้ดำเนินมาแล้วเช่นเดียวกัน สมาธิแน่วแน่นี่ต่างกัน ทางที่เจริญปัญญาตามสติปัฏฐาน ๔ สมาธิยังไม่คงที่คงวางคอกแน่วแน่นแต่ประการใด มันจะมีพวกกิเลสต่าง ๆ อารมณ์ต่าง ๆ มาแทรกแซงอยู่เสมอ นี้เราใช้สติกำหนดได้อย่างนี้มันจะมีความสงบได้แค่ไหนไม่สำคัญ สำคัญที่เราจะกำหนดได้ในปัจจุบันหรือไม่เท่านั้น แล้วปัญญาจะเกิดเองตามลำดับ แล้วความคุ้นเคยก็จะมาสงบต่อไปภายหลัง^{๘๒} แต่ฝึกที่ว่าพองหนอ ยุบหนอ การเดินจงกรมนั้นเป็นการฝึกตามระเบียบที่กำหนดนั่นเอง ปัญญาไม่ใช่วิชาการ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามที่หลักพระพุทธเจ้าสอนนี้ ต้องหึ่งตำรับตำราวิชาการ โดยปฏิบัติตามหลักเหตุผลนี้ โดยหึ่งทฤษฎี หึ่งตำรับตำราหมด กำหนดไป เรื่อย ๆ เป็นการสะสมหน่วยกิตให้เกิดปัญญาคือรอบรู้เหตุผลในอารมณ์ที่เกิดขึ้น แก้ปัญหาได้อย่างแน่นอน ยกตัวอย่าง เข้ามาถามปัญหาท่าน ถ้าท่านมีปัญหาในเรื่องนี้ ท่านจะแก้ปัญหาให้เขาได้ประการหนึ่ง ประการที่สองถ้าเรามีปัญหาเกิดขึ้นเหมือนผงเข้าตาเรา เราสามารถใช้ปัญญาแก้ไขก็คือ ความสามารถให้เกิดความสุขในครอบครัวยุติ นี้ปัญญาอย่างนี้ไม่ใช่มานั่งแล้วเกิดปัญญา ไปเห็นโน้นเห็นนี่^{๘๓}

ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติพึงตั้งสติกำหนดตามอาการที่ท้องพองขึ้นและยุบลง อย่าไปบังคับหรือตะเบ็งท้องปล่อยให้เป็นธรรมชาติ และไม่ต้องสนใจเรื่องลมหายใจ เพราะจะเป็นการเอาอานาปานสติมาปนด้วย สำหรับผู้ปฏิบัติใหม่อาจจะเอาฝ่ามือมาแตะไว้ที่ท้องของตนก่อนก็ได้ เมื่อกำหนดอาการพอง-ยุบ ได้ชัดเจนแล้ว จึงนำเอามือออก ขณะที่ท้องพองขึ้น กำหนดว่า พองหนอ และขณะที่ท้องยุบลง กำหนดว่า ยุบหนอ (นึกในใจไม่ต้องออกเสียงก็ได้) ข้อสำคัญต้องกำหนดให้เป็นปัจจุบันและมีให้กำหนดตามลมหายใจ หรือมีให้กำหนดที่คำพูด แต่ให้กำหนดอาการเคลื่อนไหวของท้องซึ่งเป็นอัสสาสะปัสสาสะโยธาตุ (ธาตุที่มีอาการเคลื่อนไหว) เพราะ อัสสาสะปัสสาสะ นี้ เป็นกายปฏิบัติพิพัทธ์เกี่ยวเนื่องกับหนังหน้าท้องจึงเป็น วาโยโณภูฐัพพรูป (รูปที่ลมถูกกระทบ) เป็นกายสังขาร (คือ ลมหายใจเข้าและลมหายใจออก) และอาการพองอาการยุบพร้อมกับกำหนดรู้อยู่เสมอ ดังนี้ เป็นการปฏิบัติในอิริยาบถปัพพะ กายานุปัสสนาสติปัฏฐานแห่งสติปัฏฐานสูตร ที่ว่า “นิสินโน กายานุปัสสี วิ

^{๘๑} ดูรายละเอียดใน ดร.ภททันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาธุระ, ชลบุรี(C ๑๐๐ DESIGN CO., ๒๕๓๖), หน้า ๒๕๕.

^{๘๒} หลวงพ่อจรัญ, หลักวิปัสสนาพัฒนาจิต, (สำนักพิมพ์ LOVE BOOKS: มิถุนายน ๒๕๕๒), หน้า ๒๐-๒๒.

^{๘๓} หลวงพ่อจรัญ, หลักวิปัสสนาพัฒนาจิต, (สำนักพิมพ์ LOVE BOOKS: มิถุนายน ๒๕๕๒), หน้า ๓๕-๓๖.

หฺรติ” แปลว่า ฝ่าฝืนตามดูภายในกายเป็นตน^{๔๔} อารมณ์จะดีหรือร้ายก็ตาม หากอาการของจิตเกิดขึ้น ก็ให้กำหนดทุกขณะแห่งความคิดที่ผุดขึ้น พยายามตามกำหนดอาการเคลื่อนไหวของกายทุก ๆ อิริยาบถ จะสำคัญหรือไม่ก็ตาม กำหนดเวทนาทุกอย่างทั้งที่เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดีที่เกิดขึ้นภายในกายหรือจิต หมายความว่า ให้ตามกำหนดอารมณ์ทุกอย่างที่มาปรากฏในจิตของตน เมื่อไม่มีอารมณ์ใดเข้ามา ก็ให้กลับไปกำหนดอาการpong-yup ต่อ และในขณะที่กำลังเดิน ก็ให้กำหนดทุกอย่างก้าว อย่าให้ขาดช่วง ให้ทำการกำหนดไปตลอด ตามวิธีที่กล่าวมาแล้วนี้แหละ ยกเว้นแต่เวลาหลับเท่านั้นอีกไม่นานก็จะสามารถกำหนดการเกิดดับของนามรูป ถึงตอนนั้นแล้วก็จะเข้าถึงวิปัสสนาญาณมีอุทยัพพญาณ เป็นต้น ตามลำดับ^{๔๕}

วิปัสสนากรรมฐาน บำเพ็ญโดยการพิจารณาสภาวธรรมหรือนามรูป คือ ชันธ ชาติ อายตนะ อินทรีย์ให้เห็นตามความเป็นจริง คือ เห็นด้วยปัญญาว่าสภาวธรรมเหล่านี้ ตกอยู่ในสามัญลักษณะหรือไตรลักษณ์ ได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากการรวมตัวของธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม เท่านั้น เป็นสิ่งที่ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น

ผู้ศึกษาได้ศึกษาข้อมูลในเรื่องปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน pong - yup ตามที่ได้ค้นคว้าหาข้อมูลมาแล้ว ได้ทราบว่าขั้นเริ่มต้นผู้ปฏิบัตินั้น จะต้องทำความรู้สึกเอาไว้ที่หน้าท้องดูว่า อาการที่หน้าท้องเริ่ม pong หรือ yup ตอนไหน ถ้าท้องเริ่มpongก่อน ให้กำหนดว่า pongหนอ ถ้าท้องเริ่มyupก่อน ให้กำหนดว่า yupหนอต้องให้ท้องpongyupให้เป็นธรรมชาติจริง ๆ จึงจะกำหนดได้และกำหนดไปเรื่อย ๆ ดูความเปลี่ยนแปลงของกายต่อไปอะไรที่เกิดขึ้นในความรู้สึกทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้กำหนดตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นจนวิปัสสนาญาณมีความแก่กล้าขึ้น

เมื่อได้กำหนดรู้บัญญัติแล้วนั้นแหละ สติ สมาธิ และปัญญาจึงแก่กล้า และเมื่อญาณปัญญาแก่กล้าถึงที่สุดแล้ว อารมณ์ที่เป็นบัญญัติทั้งหมดก็จะหายไป ในขณะเดียวกันก็จะเข้าถึงสภาพที่เป็นปรมาตถิโดยส่วนเดียว นอกจากนี้ การกำหนด นามรูป ที่ปรากฏในทวารทั้ง ๖ ได้ตามลำดับนั้นแหละ คือการเจริญวิปัสสนาขั้นสมบุรณ์ ในระยะเริ่มต้นนั้นยากที่จะทำได้เนื่องจากกำลังสติ กำลังสมาธิยังไม่เพียงพอหรือยังอ่อนกำลังอยู่ นักปฏิบัติบางคนยังไม่รู้จักวิธีกำหนดเพราะมัวแต่คิดถึงสิ่งที่จะกำหนด ทำให้เสียเวลามากโดยใช่เหตุ^{๔๖}

ดังนั้น ในขั้นเริ่มต้นนี้ผู้ศึกษาแนะนำไม่ควรจะไปนึกถึงสิ่งหนึ่งสิ่งใด หรือไปมัวพะวงอยู่กับการกำหนดpong-yup มากเกินไป เพราะบางท่านได้รับคำแนะนำจากพระวิปัสสนาว่า ต้องอยู่กับท้อง pong ท้องyup จึงทำให้ผู้ปฏิบัติมัวแต่ไปพะวงอยู่กับpong-yup จึงไม่ได้สนใจกับสภาวะที่เกิดขึ้นของกายและจิตและความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ

^{๔๔} มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, หนังสือธรรมะภาคปฏิบัติ ๓, พิมพ์ครั้งที่ ๑ (กรุงเทพมหานคร :โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๑๔๗-๑๔๘.

^{๔๕} พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, จำรูญ ธรรมดา แปล, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาสน์ไทย การพิมพ์ ๒๕๕๓), หน้า ๔๐๔-๔๐๕.

^{๔๖} พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, จำรูญ ธรรมดา แปล, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาสน์ไทย การพิมพ์ ๒๕๕๓), หน้า ๓๙๔.

๓.๖ สรุปท้ายบท

อารมณ์ปรมัตถ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนามีสภาวะอาการที่ปรากฏรูปรนามปรมัตถ์ ถูกต้องตามหลักคัมภีร์ คือว่า กำหนดรู้สภาวะพอง-ยุบ เป็นธาตุกรรมฐานโดยสภาวะ เป็นสมในท้องที่ ดันให้พองออกและยุบลงตามลักษณะของวาโยธาตุ และได้กล่าวว่า พอง-ยุบ คือ รูปที่ลมถูกต้อง บริเวณท้อง คืออาการพองขึ้นและยุบลง ซึ่งต้องอาศัยการกำหนดรูปรนามเป็นสำคัญ มีอยู่ว่าบริเวณ ท้องนั้น พองก็ดี ยุบก็ดี ที่มีอาการเคลื่อนไหวชัดเจนอยู่นั้น เรียกว่า วาโยโณภูมัพพรูป เป็นปรมัตถ์ สภาวะของวาโยธาตุ ที่มีอาการเคลื่อนไหว

บทที่ ๔

วิธีกำหนดรู้อารมณ์ปรมาัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาแบบวิปัสสนายานิก

การกำหนดรู้อารมณ์ปรมาัตถ์ เป็นสภาวะธรรมที่เป็นความจริงตามแบบวิปัสสนายานิก ที่ตรงตามสภาวะ ไม่มีการแปรปรวนหรือไม่มีความวิปริตด้วยประการใด ๆ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีรูป-นาม เป็นปัจจุบันอารมณ์เท่านั้น การกำหนดทำให้ผู้ปฏิบัติมีสมาธิจิต จดจ่อต่อเนื่อง แนบสนิทมีสติระลึกรู้ อยู่ในสภาวะที่เกิดขึ้นแก่จิต จนเกิดอารมณ์เป็นหนึ่งชื่อว่าสมาธิ สมาธิ แปลว่า จิตตั้งมั่น ความสงบ สภาวะที่จิตยินดีในอารมณ์เดียว คำจำกัดความของสมาธิที่พบเสมอ “เอกัคคตา” ซึ่งแปลว่า ภาวะที่มีจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งดังนี้

- ๔.๑ วิธีกำหนดรู้อารมณ์ปรมาัตถ์
- ๔.๒ การเจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก
- ๔.๓ การกำหนดรู้อารมณ์ปรมาัตถ์กับการบรรลุธรรม
- ๔.๔ อารมณ์ปรมาัตถ์ของวิปัสสนา ๑๐ ประการ
- ๔.๕ สรุปท้ายบท

๔.๑ วิธีกำหนดรู้อารมณ์ปรมาัตถ์

การกำหนดรู้ (ปริยญา) หมายถึง ปัญญาเป็นเครื่องรู้ ในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภทามวรรค อรรถกถาไตรปิฎกอธิบายคุณเทศ ท่านกล่าวว่า ปริญาปัญญา ได้แก่ ปัญญาเป็นเครื่องรู้จริงอยู่ ปัญญา นั้น ท่านเรียกว่า ปริยญา เพราะอธิบายด้วย ปริ ศัพท์ มีอรรถว่า ซึมซาบไปรอบ ดังนี้ คือ ความรู้ที่ซึมซาบไปด้วยสามารถแห่งสามัญญลักษณะมีอนิจจลักษณะ เป็นต้น หรือด้วยสามารถแห่งการเข้าถึงกิจของตน^๑ ซึ่งเป็นกระบวนการใช้สติ และสมาธิ ตามรู้ความจริงของรูป-นาม ชั้น ๕ จนทำให้เกิดปัญญา โดยใช้หลักปริยญา ๓ คือ

๑) ญาณปริยญา ปัญญาขั้นกำหนดรู้ ขั้นรู้จักทุกข์ว่าเป็นรูป-นาม ที่ก่อเกิดตามเหตุ และปัจจัย คือ ปัญญาตามกำหนดเห็นลักษณะเฉพาะของอารมณ์นั้น ๆ รู้ตามสภาวะลักษณะว่า รูปมีลักษณะสลาย เวทนามีลักษณะเสวยอารมณ์ สัตถุญญาสิ่งที่มีลักษณะจำอารมณ์ สังขารมีลักษณะปรุงแต่งจิต วิญญาญมมีลักษณะรู้อารมณ์ ดังนี้ ชื่อว่า ญาณปริยญา.ปัญญาขั้นกำหนดรู้จักทุกข์

๒) ติธมปริยญา ปัญญาขั้นกำหนดพิจารณาทุกข์ เป็นการพิจารณารูป-นาม ให้เห็นตาม

^๑ ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/-/๙๒.

ความเป็นจริงในกฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คือ วิปัสสนาปัญญาที่กำหนดรู้จนเห็นลักษณะเฉพาะของอารมณ์ปรมาตม์ที่กำหนดรู้ด้วยปัญญา ที่หยั่งลึกไปถึงสามัญญลักษณะ เพราะยกธรรมเหล่านั้นขึ้นสู่สามัญญลักษณะ ถึงการที่สิ่งนั้น ๆ เป็นไปตามกฎธรรมดา โดยพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา โดยนัยว่า รูปไม่เที่ยงสลายไปเสื่อมไป เป็นทุกข์ ที่ถูกบีบคั้น เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน ส่วนเวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน เป็นการกำหนดรู้ทุกข์ขั้นพิจารณา คือ รู้ด้วยปัญญาที่หยั่งลึกซึ่งไปถึงสามัญญลักษณะ ดังนี้ ชื่อว่า ตีรณปริญา ปัญญาขั้นกำหนดพิจารณาทุกข์

๓) ปหานปริญา ปัญญาขั้นกำหนดละทุกข์ ละอุปาทานในชั้น ๕ ด้วยประหานกิเลส ๕ ระดับ คือ (๑) วิกขัมภนปหานะ (การละด้วยการข่มไว้) (๒) ตทังคปหานะ (การละด้วยองค์นั้น ๆ) (๓) สมุจเฉทปหานะ (การละด้วยการตัดขาด) (๔) ปฏิปัสสัทธิปหานะ (การละด้วยสงบระงับ) (๕) นิสสรณปหานะ (การละด้วยสลัดออกได้) จนเห็นการเกิดดับของรูป-นาม ในชั้น ๕ อันเป็นทุกข์ จนบรรลุมรรค ผล นิพพานได้ คือ วิปัสสนาปัญญาที่ละความสำคัญว่าเที่ยง เป็นต้น

ในอารมณ์นั้น ๆ ที่กำหนดรู้ เป็นการกำหนดรู้ถึงขั้นละเอียด คือ รู้ถึงขั้นที่ทำให้ถอนความยึดติด เป็นอิสระจากสิ่งนั้น ๆ ได้ ไม่เกิดความผูกพันหลงใหล ทำให้วางใจ วางท่าที และปฏิบัติ ต่อสิ่งต่าง ๆ ได้ถูกต้อง เช่น เมื่อรู้ว่าสิ่งนั้น ๆ เป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา แล้วก็ละนิจจสัญญา เป็นต้น

ในสิ่งนั้น ๆ ได้ ดังนี้ ชื่อว่า ปหานปริญา ปัญญาขั้นกำหนดละทุกข์ในสิ่งนั้น ๆ ได้ ดังนี้ ชื่อว่า ปหานปริญา ปัญญาขั้นกำหนดละทุกข์^๒

การกำหนดรู้ (ปริญา ๓) ว่า ปริญา ๓ กำหนดรู้ค้นหาด้วยปริญา คือ (๑) ญาณปริญา (การกำหนดรู้ขั้นรู้จัก) คือ กำหนดรู้ค้นหา คือ รู้เห็นว่า นีรูบัตินหา นีสัทธัตินหา นีคันธัตินหา นีรสัตินหา นีโณภูฏัพพัตินหา นีธัมมัตินหา (๒) ตีรณปริญา (การกำหนดรู้ขั้นพิจารณา) คือ ทำสิ่งที่รู้แล้วให้ปรากฏอย่างนี้แล้วพิจารณาค้นหา คือ พิจารณาโดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรค เป็นดุจหัวผี เป็นของที่ต้องสลัดออกไป (๓) ปหานปริญา (การกำหนดรู้ขั้นละ) คือ ครั้นพิจารณาเห็นอย่างนี้แล้ว ย่อมละบรรเทาทำให้หมดสิ้นไปถึงความไม่มีัตินหา พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ภิกษุทั้งหลายเธอทั้งหลายจงละความกำหนดด้วยอำนาจความพอใจในัตินหาเสีย ัตินหา นั้นเธอละได้ เต็ดขาดแล้ว จักถูกตัดรากลอนโคนเหมือนต้นตาลที่ถูกตัดรากลอนโคนไป เหลือแต่พื้นที่ทำให้ไม่มีการเกิดต่อไป^๓

ปรมาตม์ คือ สภาวะธรรมที่เป็นความจริงตามความหมายแท้ที่ตรงตามสภาวะ ไม่มีการแปรปรวนหรือไม่มีความวิปริตด้วยประการใด ๆ ที่ทำให้สัตว์ทั้งหลายท่องเที่ยวอยู่ในวัฏฏสงสาร ซึ่งเต็มไปด้วยความทุกข์ไม่รู้จักสิ้น และสภาวะธรรมทำให้สัตว์ทั้งหลายพ้นจากวัฏฏสงสาร คือ ความสิ้นทุกข์ไม่มีส่วนเหลือ ได้แก่ พระปรมาตมธรรม ๔ ประการ คือ ธรรมที่มีเนื้อความที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง คือ จิต ๘๙ ดวง (อย่างพิสดารมี ๑๒๑ ดวง) เจตสิก ๕๒ ดวง รูป ๒๘ นิพพาน ๑^๔

^๒ ดูรายละเอียดใน ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๓/๖๓.

^๓ ขุ.จ. (ไทย) ๓๐/๕๑/๒๐๑.

^๔ ดูรายละเอียดใน พระสังฆมณฑลชวตตะ อัมมาจริยะ, **ปรมาตมชวตตะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖**, หน้า ๓-๙.

ปรมัตถ์ หมายถึง สภาวะของรูป-นาม ที่เป็นองค์ธรรมอันประเสริฐไม่มีการผิตแปลก ผันแปร จากความจริง ที่ทำให้สัตว์ทั้งหลายท่องเที่ยวอยู่ในวิภวสงสารซึ่งเต็มไปด้วยความทุกข์ไม่รู้จักสิ้น และสภาวะธรรมทำให้สัตว์ทั้งหลายพ้นจากวิภวสงสาร คือ ความสิ้นทุกข์ไม่มีส่วนเหลือ ได้แก่ ปรมัตถ์ธรรม ๔ ประการ คือ จิต ๘๙ ดวง (อย่างพิสดารมี ๑๒๑ ดวง) เจตสิก ๕๒ ดวง รูป ๒๘ นิพพาน ๑

การกำหนดรู้ รูป-นาม ให้เป็นปัจจุบันอารมณ์ การพิจารณาจะเห็นแจ้งได้โดยง่าย เพราะการเจริญวิปัสสนากาวนามีวัตถุประสงค์ที่ต้องการให้เกิดปัญญาเพื่อพิจารณา รูป-นาม ชั้น ๕ ให้เห็นตามสภาพที่เป็นจริง คือ “รูป-นาม ชั้น ๕ มีการวิปริตผิตแปลกเปลี่ยนไปโดยความเกิดดับหรือเกิดขึ้นแล้วสูญสิ้นดับไปไม่เหลือ (อนิจจัง) ทนอยู่อย่างนั้นตลอดไปไม่ได้ ถูกเบียดเบียนบีบคั้นอยู่เนื่อง ๆ (ทุกขัง) และไม่อยู่ในอำนาจบังคับของใคร เพราะเป็นสิ่งไม่มีตัวตนที่แท้จริง (อนัตตา)”^๕

การกำหนดพิจารณาให้เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้ ต้องกำหนดรู้รูป-นาม ชั้น ๕ ให้เป็นปัจจุบันอารมณ์ การพิจารณาให้เห็นถึงความไม่เที่ยง ไม่คงทนอยู่ในสภาพเดิม และความไม่มีตัวตน คือ พิจารณาไตรลักษณ์ในที่เป็นทุกข์ ไม่เที่ยง และเป็นอนัตตา ตามสภาพที่เป็นจริง และจะดับทุกข์ได้ด้วยการกำหนดรู้ทุกข์

การรู้อารมณ์ที่เป็นทุกข์เฉย ๆ กับการกำหนดรู้อารมณ์ที่เป็นทุกข์ มีความแตกต่างกัน คือ การรู้อารมณ์ที่เป็นทุกข์เฉย ๆ เป็นการรู้ของวิญญานชั้นที่มีการจำได้หมายรู้ของสัญญาชั้น ที่ไม่ละความยึดมั่นถือมั่นในรูป-นาม ชั้น ๕ มี อริชชา และตัณหาเป็นอารมณ์ ส่วนการกำหนดรู้อารมณ์ที่เป็นทุกข์ เป็นการรู้ด้วยปัญญาที่รู้เห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือ รูป-นาม ชั้น ๕ เกิดดับตลอดเวลา การเห็นแจ้ง “ไตรลักษณ์ คือ (๑) ความเป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วดับไป (๒) ความเป็นทุกข์ คือ เป็นสภาพที่ทนได้ยาก ถูกบีบคั้นโดยการเกิดขึ้น และการดับไปจึงไม่ใช่สุขที่ถาวร (๓) ความเป็นอนัตตา คือ เป็นสิ่งที่บังคับบัญชาไม่ได้ เป็นไปตามเหตุปัจจัยไม่อยู่ในอำนาจของใคร”^๖ สามารถละความยึดมั่นถือมั่นอุปาทานชั้น ๕ รูป-นาม สามารถถอดถอนกิเลส และตัณหาได้ เป็นการเพิกถอนความสำคัญผิดว่า เป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขาได้ ว่ามีความแปรปรวน เปลี่ยนแปลง เกิดดับ บังคับไม่ได้อยู่ตลอดเวลา สติกำหนดรู้อารมณ์ที่เป็นทุกข์ขณะปัจจุบันได้

ฉะนั้น การกำหนดรู้อารมณ์ที่เป็นทุกข์จึงมีความสำคัญต่อการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาอย่าง ยิ่ง เพราะเป็นการกำหนดรู้อารมณ์ที่เป็นทุกข์ สภาวะธรรมปัจจุบันตามความเป็นจริงของ รูป และนาม ชั้น ๕ เป็นการรู้ด้วยปัญญา จนสามารถละความยึดมั่นถือมั่นในอุปาทานชั้น ๕^๗ รูป-นาม สามารถถอดถอนกิเลส และตัณหาได้ เป็นการเพิกถอนความสำคัญผิดว่า เป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขาได้ว่า มีความแปรปรวน เปลี่ยนแปลง เกิดดับ ตลอดเวลาบังคับไม่ได้ และการกำหนดรู้อารมณ์อื่น ๆ เช่น กำหนดรู้อารมณ์ชั้น ๕ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาน ให้เห็นชัดตามความเป็นจริง อีกทั้ง

^๕ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถร ธัมมาจริยะ อัครมหาภิกษุฐานาจริยะ, วิปัสสนาที่ปฏิบัติภา, (กรุงเทพมหานคร: วัดภักทิพัตอาสาฬหาราม, ๒๕๑๓), หน้า ๑๕-๑๖.

^๖ พระคุณชลาภวิวงศ์, ธรรมบรรยายภาคปฏิบัติ, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บุญศิริการพิมพ์, ๒๕๒๕), หน้า ๔๕.

^๗ สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน), สัมมาทิฎฐิ ตามพระเถรอธิบายของท่านพระสารีบุตรเถระ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์นันทพันธ์, ๒๕๕๖), หน้า ๑๐๐-๑๐๕.

กำหนดรู้อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และอารมณ์ที่เกิดกับใจก็กำหนดเช่นเดียวกัน

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นการกำหนดรู้อารมณ์ที่มากระทบ มีโลภะ โทษะ และโมหะที่ทำให้เกิดทุกข์ว่า สิ่งที่เห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา โดยการกำหนดรู้รูป-นาม ชั้น ๕ “ทำให้เกิดปัญญามองเห็นสภาวธรรมตามที่เป็นจริงของรูป-นาม ได้ชั่วขณะ จึงควรกำหนดรู้รูป-นาม ให้ทันปัจจุบันขณะที่กำลังเกิดขึ้น เพราะการกำหนดให้ทันปัจจุบันขณะเท่านั้นจึงจะสามารถรู้เห็นรูป-นามตามความเป็นจริงได้”^๘

พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิทเทส ว่าด้วยปริยญา ๓ ปราภฏข้อความเกี่ยวกับการกำหนดรู้ (ปริยญา ๓) ว่า ปริยญา แปลว่า การกำหนดรู้ หมายถึง การทำความเข้าใจสิ่งต่าง ๆ โดยครบถ้วนหรือรอบด้าน แบ่งเป็น ๓ ชั้น (๑) ญาตปริยญา (การกำหนดรู้ขั้นรู้จัก) (๒) ตีรณปริยญา (การกำหนดรู้ขั้นพิจารณา) (๓) ปหานปริยญา (การกำหนดรู้ขั้นละ)

ปริยญาทั้ง ๓ นี้ ท่านกล่าวระบุถึงไว้แล้วในปฏิสัมภิทามรรคว่า ปัญญาในการรู้ยิ่ง ชื่อว่า ญาณ โดยความหมายว่ารู้กันอยู่แล้ว ปัญญาในการกำหนดรู้ ชื่อว่า ญาณ โดยความหมายว่า ไตร่ตรองปัญญาในการละ ชื่อว่า ญาณ โดยความหมายว่า สละไป^๙

ในปริยญาทั้ง ๓ อย่างนั้น ปัญญาที่เป็นไปด้วยการกำหนดรู้ลักษณะเฉพาะของธรรมทั้งหลายนั้น ๆ เช่นอย่างนี้ว่า รูปมีลักษณะเสื่อมสลายไป เวทนามีลักษณะเสวยอารมณ์ ดังนี้ ชื่อว่า ญาตปริยญา กำหนดรู้สิ่งที่ปรากฏอยู่แล้ว ส่วนปัญญา คือ วิปัสสนามีไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ ซึ่งยกธรรมทั้งหลายเหล่านั้นขึ้นสู่สามัญลักษณะแล้วเป็นไปโดยนัยเป็นต้นว่า รูปไม่เที่ยง เวทนาไม่เที่ยง ดังนี้ ชื่อว่า ตีรณปริยญา แต่วิปัสสนาปัญญาที่มีไตรลักษณ์เป็นอารมณ์นั้นแล ซึ่งเป็นไปด้วยการละความหมายรู้ มีความหมายรู้ว่าเที่ยง เป็นต้น ในธรรมทั้งหลายเหล่านั้นนั่นเอง ชื่อว่า ปหานปริยญา

วิธีกำหนดรู้ทุกข์ขั้นรู้จัก การกำหนดรู้ทุกข์ขั้นรู้จัก (ญาตปริยญา) คือ การเห็นด้วยการกำหนดรู้สภาวะลักษณะ เป็นลักษณะพิเศษของรูป-นาม^{๑๐} หมายถึง นามรูปปริจเฉทญาณ (ญาณที่ ๑) และปัจจุยปริคคทญาณ (ญาณที่ ๒) ปัญญาตามกำหนดเห็นลักษณะเฉพาะของอารมณ์ทุกข์นั้น ๆ ว่า รูปที่ทุกข์มีลักษณะสลาย เวทนาที่ทุกข์มีลักษณะเสวยอารมณ์ สัญญาที่ทุกข์มีลักษณะจำอารมณ์ กำหนดได้หมายรู้ สังขารที่ทุกข์มีลักษณะเป็นธรรมชาติที่จำอารมณ์ และปรุงแต่งจิต วิญญาณที่ทุกข์มีลักษณะเป็นธรรมชาติที่รู้อารมณ์ เป็นการกำหนดขั้นรู้จักทุกข์ คือ รู้ตามสภาวลักษณะ ได้แก่ รู้จักจำเพาะตัวของสิ่งนั้นตามสภาวะของมัน เช่นรู้ว่า เวทนา คือ สิ่งที่มีลักษณะเสวยอารมณ์ทุกข์ สัญญา คือ สิ่งที่มีลักษณะกำหนดได้หมายรู้ทุกข์ เป็นต้น

การกำหนดรู้ทุกข์โดยกำหนดผัสสะขั้นรู้จัก (ญาตปริยญา) ผัสสะ หมายถึง ความสัมผัส

^๘ พระโสภณมหาเถระ (มหาสี สยาดอ), พรหมวิหาร, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๓๕๒.

^๙ ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๗๕/๑๒๖.

^{๑๐} พระครูปลัดสัมพิพัฒน์ธรรมจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี), อานาปานสติภาวนา ลำดับการบรรลุธรรมของพระพุทธเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๔๑.

อารมณ์ที่มากกระทบ เช่น ตากระทบกับรูปหรือตาเห็นรูป เรียกว่า จักขุสัมผัส เป็นต้น

การกำหนดรู้ทุกข์โดยการกำหนดรู้ผัสสะที่มากกระทบผัสสะ ได้แก่ จักขุสัมผัส (สัมผัสทางตา) โสตสัมผัส (สัมผัสทางหู) ฆานสัมผัส (สัมผัสทางจมูก) ชิวหาสัมผัส (สัมผัสทางลิ้น) กายสัมผัส (สัมผัสทางกาย) มโนสัมผัส (สัมผัสทางใจ) อธิวจนสัมผัส (สัมผัสที่เกิดทางมโนทวาร) ปฏิขัมผัส (สัมผัสแห่งการกระทบใจ) สุขเวทนียผัสสะ (ผัสสะเป็นที่ตั้งแห่งสุขเวทนา) ทุกขเวทนียผัสสะ (ผัสสะเป็นที่ตั้งแห่งทุกข์เวทนา) อทุกขมสุขเวทนียผัสสะ (ผัสสะเป็นที่ตั้งแห่งอทุกขมสุขเวทนา) ผัสสะที่เป็นกุศล ผัสสะที่เป็นอกุศล ผัสสะที่เป็นอภัยกถุผัสสะที่เป็นกามาวจร ผัสสะที่เป็นรูปาวจร ผัสสะที่เป็นอรูปาวจร สุนฺดรผัสสะอนิมิตตผัสสะ อปฺปนิหิตผัสสะ ผัสสะที่เป็นโลกิยะ ผัสสะที่เป็นโลกุตตระ ผัสสะที่เป็นอดีต ผัสสะที่เป็นอนาคต ผัสสะที่เป็นปัจจุบัน นี้ชื่อว่า ญาตปริยญา^{๑๑}

การกำหนดรู้ทุกข์โดยการกำหนดค้นหา นรชนเหล่าใด กำหนดรู้ค้นหาได้แล้ว เป็นผู้หมดอาสวะ เรากล่าวว่า นรชนเหล่านั้น ชื่อว่า เป็นผู้ข้ามห้วงกิเลสได้แล้ว ได้แก่ รูปตัณหา สัทตตัณหา คันธตัณหา รสตัณหา โผฏฐัพพตัณหา อิมมตัณหา การกำหนดรู้ค้นหา คือ รู้เห็นว่า นี้รูปตัณหา นี้สัทตตัณหา นี้คันธตัณหา นี้รสตัณหา นี้โผฏฐัพพตัณหา นี้อิมมตัณหา นี้ชื่อว่า ญาตปริยญา^{๑๒}

ภูมิแห่งญาตปริยญา เริ่มตั้งแต่การกำหนดรู้สังขารจนถึงกำหนดปัจจัย การกำหนดรู้ปัจจัยของนาม และรูป เป็นภูมิของญาตปริยญา เพราะในระหว่างนี้ความเป็นใหญ่มีอยู่แก่การแทงตลอดลักษณะเฉพาะตัวของสภาวะธรรมทั้งหลาย ปริยญา นี้คือ การตามกำหนดอย่างจดจ่อต่อเนื่อง จนแจ้งลักษณะเฉพาะของอารมณ์ที่กำหนดนั่นเอง การกำหนดรู้ทุกข์โดยกำหนดผัสสะขั้นรู้จัก โดยรู้เห็นว่า นี้ผัสสะเป็นที่ตั้งแห่งทุกข์เวทนา ต้องตามกำหนดรู้ทุกข์โดยกำหนดผัสสะอย่างจดจ่อต่อเนื่อง จนแจ้งลักษณะอารมณ์ของทุกข์ที่กำหนดนั้น

วิธีกำหนดรู้ทุกข์ขั้นพิจารณา ตีรณปริยญา การกำหนดรู้ทุกข์ขั้นพิจารณา เช่น พิจารณาตัณหา คือ พิจารณาโดยความเป็นของไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นโรครเป็นดุจหัวมีตัณหาเป็นของที่ต้องสลัดออกไปกำหนดรู้เห็นทุกข์อย่างนี้ เรียกว่า ตีรณปริยญา

การกำหนดรู้ทุกข์ขั้นพิจารณา (ตีรณปริยญา) คือ การเห็นด้วยการพิจารณาสามัญญลักษณะ เป็นลักษณะทั่วไป ความเป็นของไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความเป็นของไม่ใช่ตัวตน^{๑๓} หมายถึง สัมมสนญาณ และ อุทยัพพญาณ ญาณในการเห็นอยู่เนื่อง ๆ ซึ่งการเกิดขึ้น และดับไปของสังขารธรรม เพราะในระหว่างนี้ ความเป็นอภินิหารมีแก่บุคคลผู้แทงตลอดในสามัญญลักษณะได้ . วิปัสสนาปัญญาที่กำหนดรู้จนเห็นลักษณะเฉพาะของอารมณ์ปรมาตมที่กำหนด เพราะยกกรรมเหล่านั้นขึ้นสู่สามัญญลักษณะ โดยนัยว่า รูปไม่เที่ยง เวทนาไม่เที่ยง สัญญาไม่เที่ยง สังขารไม่เที่ยง วิญญาณไม่เที่ยง เป็นการกำหนดรู้ทุกข์ขั้นพิจารณา คือ รู้ด้วยปัญญาที่หยั่งลึกซึ่งไปถึงสามัญญลักษณะ ได้แก่ รู้ถึงการที่สิ่งนั้น ๆ เป็นไปตามกฎธรรมดา โดยพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา โดย

^{๑๑} ขุ.ม. ไทย ๒๙/๑๓/๖๓-๖๔.

^{๑๒} ขุ.จ. (ไทย) ๓๐/๕๑/๒๑๐.

^{๑๓} พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี), อานาปานสติภาวนา ลำดับการบรรลุธรรมของพระพุทธเจ้า, หน้า ๔๑.

พิจารณาเวทนา และสัญญาที่นั่นไม่เที่ยง มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา ไม่ใช่ตัวตน เป็นต้น

วิปัสสนาปัญญาที่กำหนดรู้จนเห็นลักษณะเฉพาะของอารมณ์ปรมาัตถ์ที่กำหนด เพราะยกธรรมเหล่านั้นขึ้นสู่สามัญลักษณะ โดยนัยว่า รูปไม่เที่ยง เวทนาไม่เที่ยง สัญญาไม่เที่ยง สังขารไม่เที่ยง วิญญาณไม่เที่ยง เป็นการกำหนดรู้ทุกข์ชั้นพิจารณา คือ รู้ด้วยปัญญาที่ยังลึกซึ้งไปถึงสามัญลักษณะ ได้แก่ รู้ถึงการที่สิ่งนั้น ๆ เป็นไปตามกฎธรรมดา โดยพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา โดยพิจารณาเวทนา และสัญญาที่นั่นไม่เที่ยง มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา ไม่ใช่ตัวตน เป็นต้น

การกำหนดรู้ทุกข์โดยกำหนดผัสสะชั้นพิจารณา (ตริณปริญญา) การทำสิ่งที่รู้แล้วให้ปรากฏขึ้นแล้วพิจารณาผัสสะ คือ พิจารณาโดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรค เป็นดุจหัวผี เป็นดุจลูกศร เป็นของลำบาก เป็นอาหาร เป็นอย่างอื่น (บังคับไม่ได้) เป็นของทรุดโทรม เป็นเสียด เป็นอุปัทวะ เป็นภัย เป็นอุปสรรค เป็นของหวั่นไหว เป็นของผุพัง เป็นของไม่ยั่งยืน เป็นของไม่มีที่ต้านทาน เป็นของไม่มีที่ซ่อนเร้น เป็นของไม่มีที่พึ่ง เป็นของว่าง เป็นของเปล่า เป็นของสูญ เป็นอนัตตา เป็นของมีโทษ เป็นของแปรผันไปเป็นธรรมดา เป็นของไม่มีแก่นสาร เป็นเหตุแห่งความลำบาก เป็นดุจพิษขมขชาติ เป็นของปราศจากความเจริญ เป็นของมีอาสวะ เป็นของที่ถูกเหตุปัจจัยปรุงแต่ง เป็นเหยื่อแห่งมาร มีชาติ (ความเกิด) เป็นธรรมดา มีชรา (ความแก่) เป็นธรรมดามีพยาธิ (ความเจ็บป่วย) เป็นธรรมดา มีมรณะเป็นธรรมดา มีโสกะ (ความเศร้าโศก) ปริเทวะ (ความคร่ำครวญ) ทุกขะ (ความทุกข์กาย) โทมนัส (ความทุกข์ใจ) อุปายาส (ความคับแค้นใจ) เป็นธรรมดา มีความเศร้าหมองเป็นธรรมดา เป็นเหตุเกิดทุกข์ตั้งอยู่ไม่ได้ หากความเข้มแข็งไม่ได้ เป็นโทษ เป็นของที่ต้องสลัดออกไป นี่ชื่อว่า ตริณปริญญา^{๑๔}

การทำสิ่งที่รู้แล้วให้ปรากฏแล้วพิจารณาตณหา คือ พิจารณาโดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรค เป็นดุจหัวผี เป็นดุจลูกศรเป็นของลำบาก เป็นอาหาร เป็นอย่างอื่น เป็นของทรุดโทรม เป็นเสียด เป็นอุปัทวะ เป็นภัย เป็นอุปสรรค เป็นของหวั่นไหว เป็นของผุพัง เป็นของไม่ยั่งยืนเป็นของไม่มีที่ต้านทาน เป็นของไม่มีที่หลีกเลี่ยง เป็นของไม่มีที่อาศัย เป็นของว่าง เป็นของเปล่า เป็นของสูญ เป็นอนัตตา เป็นของมีโทษ เป็นของแปรผันไปเป็นธรรมดา เป็นของไม่มีแก่นสาร เป็นเหตุแห่งความลำบาก เป็นดุจพิษขมขชาติ เป็นของปราศจากความเจริญ เป็นของมีอาสวะ เป็นของที่ถูกเหตุปัจจัยปรุงแต่ง เป็นเหยื่อแห่งมาร มีชาติเป็นธรรมดา มีชราเป็นธรรมดา มีพยาธิเป็นธรรมดา มีมรณะเป็นธรรมดา มีโสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัสอุปายาสเป็นธรรมดา มีความเศร้าหมองเป็นธรรมดา เป็นเหตุเกิดทุกข์ ตั้งอยู่ไม่ได้หากความ เข้มแข็งไม่ได้ เป็นโทษ เป็นของที่ต้องสลัดออกไป นี่ชื่อว่า ตริณปริญญา^{๑๕}

วิธีกำหนดรู้ทุกข์ชั้นละ ปหานปริญญา การกำหนดรู้ทุกข์ชั้นละ เช่น พิจารณาเห็นอย่างนั้นแล้วย่อมละบรรเทา ทำให้หมดสิ้นไปให้ถึงความไม่มีต้นหาอีก สมดังพระพุทธพจน์นี้ว่า การกำหนดด้วยปริญญา ๓ นี้เพื่อเข้าไปรู้แจ้งในกระแสแห่งปฏิจสมุปบาท อันเป็นกระบวนการแห่งทุกข์

^{๑๔} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๓/๖๔.

^{๑๕} ชุ.จ. (ไทย) ๓๐/๕๑-๕๒/๒๑๐-๒๑๔.

หรือเป็นกระบวนการเกิดรูป-นาม เพราะรูป-นาม เป็นกระแสในหลักปฏิจสมุปบาท ดังนั้น การกำหนดด้วย ปริยญา ๓ นี้ สามารถดับกระแสปฏิจสมุปบาทได้โดยสิ้นเชิง (รู้จัก รู้พิจารณา รู้ละ รู้คลาย) นี้เป็นวิธีกำหนดอย่างหนึ่ง

การกำหนดรู้ทุกข์ขั้นละ (ปหานปริยญา) คือ การเห็นด้วยการละนิจสัญญา หมายถึง วิปัสสนาญาณตั้งแต่ภังคญาณ (ญาณที่ ๕) เป็นต้นไป วิปัสสนาปัญญาที่ละความสำคัญว่าเที่ยงเป็นต้น ในอารมณ์นั้น ๆ ที่กำหนดรู้ เป็นการกำหนดรู้ถึงขั้นละได้ คือ รู้ถึงขั้นที่ทำให้ถอดถอนความยึดติด เป็นอิสระจากสิ่งนั้น ๆ ได้ ไม่เกิดความผูกพันหลงใหล ทำให้วางใจ วางท่าที และปฏิบัติต่อสิ่งต่าง ๆ ได้ ถูกต้อง เช่น เมื่อรู้ว่าสิ่งนั้น ๆ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาแล้ว ก็ละนิจสัญญา เป็นต้น ในสิ่งนั้น ๆ ได้มีสติกำหนดรู้ชัดตามความเป็นจริง วางใจเป็นกลาง ไม่มีความยึดติดปล่อยวางได้ การกำหนดรู้ทุกข์โดยกำหนดผัสสะขั้นละ (ปหานปริยญา) การพิจารณาเห็นแล้วย่อมละบรรเทา ทำให้หมดสิ้นไปให้ถึงความไม่มีอีกซึ่งความกำหนดด้วยอำนาจความพอใจในผัสสะ สมจริงดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงละความกำหนดด้วยอำนาจความพอใจในผัสสะทั้งหลายเสีย ผัสสะนั้น เธอทั้งหลายละได้เด็ดขาดแล้วอย่างนี้ตัดรากถอนโคน เหมือนต้นตาลที่ถูกตัดรากถอนโคนไปแล้ว เหลือแต่พื้นที่ ทำให้ไม่มี เกิดขึ้นต่อไปไม่ได้ นี้ชื่อว่า ปหานปริยญา^{๑๖}

การพิจารณาเห็นแล้วย่อมละ ทำให้หมดไปถึงความไม่มีต้นหาอีก สมจริงดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงละความกำหนดด้วยอำนาจความพอใจในต้นหาเสีย ต้นหา นั้นเธอทั้งหลายละได้เด็ดขาดแล้ว จักถูกตัดรากถอนโคนเหมือนต้นตาลที่ถูกตัดรากถอนโคนไปแล้ว เหลือแต่พื้นที่ ทำให้ไม่มี เกิดขึ้นต่อไปไม่ได้ นี้ชื่อว่า ปหานปริยญา” ซึ่งการละด้วย“ปหานะ ๕ คือ ๑) วิกขัมภนปหานะ (การละด้วยการข่มไว้) ๒) ตทังคปหานะ (การละด้วยองค์นั้น ๆ) ๓) สมุจเฉทปหานะ (การละด้วยการตัดขาด) ๔) ปฏิปัสสัทธิปหานะ (การละด้วยสงบระงับ) ๕) นิสสรณปหานะ (การละด้วยสลัดออกได้)”^{๑๗}

ภูมิแห่งปหานปริยญาเริ่มตั้งแต่ภังคานุปัสสนา (ญาณที่ ๕) เป็นต้นไป จนถึงญาณในเบื้องสูง เป็นภูมิของปหานปริยญา เพราะว่าตั้งแต่ภังคานุปัสสนาญาณนั้นไป ความเป็นใหญ่มีอยู่แก่อนุปัสสนา ๗ อันจะทำให้สำเร็จการละวิปัสส มีนิจสัญญาวิปัสส เป็นต้น ซึ่งทำให้สำเร็จการละความหมายรู้ มีความหมายรู้ว่าเที่ยง เป็นต้น

ภูมิแห่งปหานปริยญาแบ่งเป็นชั้น ๆ ตามการประหาณวิปัสส^{๑๘} ดังนี้

๑) ตั้งต้นแต่ภังคานุปัสสนา (การพิจารณาเห็นความดับ) ต่อแต่นั้นพิจารณาเห็นโดยความเป็นของไม่เที่ยงย่อมละนิจสัญญาเสียได้

๒) พิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ย่อมละสุขสัญญา (ความสำคัญว่าเป็นสุข) เสียได้

๓) พิจารณาเห็นโดยความไม่เป็นตัวตน ละอัตตสัญญา (ความสำคัญว่าเป็นตัวตน) เสียได้

^{๑๖} ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๓/๖๔.

^{๑๗} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๔/๓๔.

^{๑๘} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/-/๙๓.

- ๔) เมื่อเบื่อหน่าย ก็ละความเพติดเพลินยินดีได้
- ๕) เมื่อปราศจากความกำหนัด ก็ละราคะได้
- ๖) เมื่อดับ ก็ละเหตุเป็นแดนเกิด (สมุทัย)
- ๗) เมื่อสละคืน ก็ละความถือมั่นเสียได้ (ละอุปาทานในชั้น ๕) ได้^{๑๙}

การกำหนดรู้ทุกข์โดยกำหนดผัสสะชั้นละ โดยรู้เห็นถึงการพิจารณาความดับของผัสสะเป็นที่ตั้งแห่งทุกข์เวทนา ต้องตามกำหนดรู้ทุกข์โดยกำหนดผัสสะอย่างจดจ่อต่อเนื่อง จนแจ้งลักษณะอารมณ์ของทุกข์ โดยกำหนดผัสสะชั้นละ นั้นว่า เกิดดับตลอดเวลา จนเห็นแจ้งไตรลักษณ์ ว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา นั่นเอง

สรุปความว่า ความสำคัญของวิธีกำหนดรู้อารมณ์ปรมัตถ์ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นการกำหนดรู้อารมณ์ที่เป็นสภาวธรรมปัจจุบันตามความเป็นจริงของรูป และนาม ปรมัตถ์ เป็นสภาวะของรูป-นาม ที่เป็นองค์ธรรมอันประเสริฐไม่ผันแปรจากความจริงที่ทำให้สัตว์ท่องเที่ยวอยู่ในวัฏฏสงสารที่เต็มไปด้วยความทุกข์ไม่รู้จักสิ้น และสภาวธรรมที่ทำให้สัตว์พ้นจากวัฏฏสงสาร ได้แก่ ปรมัตถธรรม ๔ ประการ คือ จิต ๘๙ ดวง (อย่างพิสดารมี ๑๒๑ ดวง) เจตสิก ๕๒ ดวง รูป ๒๘ นิพพาน ๑ การเข้าไปยึดมั่นถือมั่นในอุปาทานชั้น ๕ ด้วยความไม่รู้ คือ อวิชชา ทำให้ต้องมีทุกข์ มีสุข และเฉย ๆ ซึ่งเป็นสภาวธรรมที่ควรกำหนดรู้ การกำหนดรู้ทุกข์ที่เป็นทุกข์ขอรียสัจ เป็นการรู้สภาวธรรมในขณะปัจจุบันที่ปรากฏขณะปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การกำหนดรูปรูป-นาม เห็นว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตานั่น ในขณะกำหนด

รูป -นามนั้น จะเป็นการทำลายสันตติที่ปิดบังอนิจจัง ทำลายอริยาบถที่ปิดบังทุกข์ และทำลายขณสังขยาที่ปิดบังอนัตตาไปในตัวนั่นเอง เพราะสิ่งปิดบังไตรลักษณ์ทั้ง ๓ นี้ เมื่ออันใดอันหนึ่ง ถูกทำลายไป ก็ได้ชื่อว่า ถูกทำลายไปทั้ง ๓ อย่าง และการกำหนดรู้ทุกข์ด้วยการทำความเข้าใจทุกข์ แบ่งเป็น ๓ ชั้น (๑) ญาตปริยญา การกำหนดรู้ในสิ่งที่รู้กันอยู่แล้ว ปรากฏอยู่แล้ว

เป็นการกำหนดรู้ทุกข์ขั้นรู้จัก (๒) ตีรณปริยญา การกำหนดรู้ด้วยการไตร่ตรอง ใคร่ครวญ จนเห็นแจ้งไตรลักษณ์ เป็นการกำหนดรู้ทุกข์ขั้นพิจารณา (๓) ปหานปริยญา การกำหนดรู้ด้วยการละถอนด้วยปหาน ๕ เป็นการกำหนดรู้ทุกข์ชั้นละ โดยการมีสติกำหนดรู้ชั้น ๕ ไม่เข้าไปยึดมั่นถือมั่นชั้น ๕ รูป-นาม จนละกิเลสต้นหาได้ เห็นอาการดับไป ย่อมเกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด เพราะคลายกำหนดจิตย่อมหลุดพ้น จนบรรลุมรรคผล นิพพานได้

๔.๒ การเจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิกโดยกำหนดอารมณ์ปรมัตถ์

ที่มาของวิธีเจริญกัมมัฏฐาน ๒ อย่าง ที่มีชื่อเรียกในรุ่นพระอรธกถาจารย์ คือ สมถญาณของสมถยานิกอย่างหนึ่ง และวิปัสสนาญาณของวิปัสสนายานิกอย่างหนึ่ง หรือสมถูปพังคมนัย เรียก

^{๑๙} ชุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/-/๘๑-๘๒.

เต็มว่า สมถปุพพังคมิวปีสสนาภาวนาเพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นธรรมที่เกิดขึ้นในสมาธินั้น โดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา ด้วยประการดังนี้ สมณะจึงมีก่อน วิปัสสนามีภายหลัง เพราะเหตุนี้ท่านจึงกล่าวว่า “เจริญวิปัสสนามีสมาณะนำหน้า”^{๒๐}

การเจริญสมถยานิกจะทำให้บรรลุผล คือ ฌาน ซึ่งองค์ฌานสามารถข่มอกุศลธรรมได้ตามระดับขององค์ฌานและหากฌานนั้นยังไม่เสื่อม เมื่อตายไปย่อมนำไปเกิดในสุคติภูมิ ดังอรรถาธิบายดังต่อไปนี้

๑) การกำจัดอกุศลธรรม การเจริญสมถกัมมัฏฐานจนสามารถบรรลุรูปฌาน และอรูปรุฌาน สามารถข่มอกุศลธรรมตามระดับของฌานตามลำดับ

๒) รูปฌาน เป็นฌานที่มีรูปธรรมเป็นอารมณ์ อาทิ กลีณ ๑๐ เป็นต้น รูปฌานมี ๔ ระดับ คือ ปฐมฌาน, ทุตติยฌาน, ตติยฌาน และจตุตถฌาน ในฌานแต่ละระดับ สามารถข่มอกุศลธรรมได้ตามระดับของฌาน คือ^{๒๑}

๑. ปฐมฌาน ภาวะจิตในฌานนี้ มีองค์ฌานเกิดร่วม ๕ ประการ คือ วิตก การยกจิตขึ้นสู่อารมณ์หรือน้อมจิตเข้าไปหาอารมณ์ที่กำหนดนั้นองค์ฌานนี้จะขจัดถิ่นมิหะระความหดหู่ ท้อถอยให้หมดไป วิจารณ์ การประคองจิตให้ตั้งมั่นแนบสนิทอยู่กับอารมณ์องค์ฌานนี้จะช่วยขจัดวิจิกิจฉาความลังเลสงสัยให้หมดไป ปิติ ความรู้สึกซาบซึ้งองค์ฌานนี้จะขจัดความพยายามให้หมดไป สุข ความแช่มชื่นใจองค์ฌานนี้จะช่วยขจัดอุทธัจจะความฟุ้งซ่านกุกกุกจะความรำคาญใจให้หมดไป เอกัคคตา การที่จิตแน่วแน่ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวเป็นเวลานาน ๆ จะช่วยขจัดกามฉันทะความยินดีติดใจในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัสให้หมดไป^{๒๒}

๒. ทุตติยฌาน ภาวะจิตในฌานนี้ มีองค์ฌานที่เกิดร่วมกัน ๓ ประการ คือ ปิติ สุข และเอกัคคตา ส่วนวิตก วิจารณ์ จะหายไป^{๒๓}

๓. ตติยฌาน ภาวะจิตในฌานนี้ มีองค์ฌานที่เกิดร่วมกัน ๒ ประการ คือ สุข และเอกัคคตา ส่วนวิตก วิจารณ์ และปิติ จะหายไป^{๒๔}

๔. จตุตถฌาน ภาวะของจิตในฌานนี้มีองค์ฌานเกิดร่วมกัน ๒ ประการคือ อุเบกขา และเอกัคคตา ส่วนสุขจะหายไป มีอุเบกขาความวางเฉยเข้ามาแทน^{๒๕}

๓) อรูปฌาน คือ ฌานที่มีรูปธรรมเป็นอารมณ์ อรูปฌานมีองค์ฌานที่เกิดร่วมกัน ๒ อย่าง คือ อุเบกขา และ เอกัคคตา^{๒๖} ถึงแม้รูปฌานมีองค์ ๒ ประการ และมีองค์ฌานเหมือนกันกับรูป จตุตถฌานก็ตาม แต่อารมณ์ของอรูปฌานนั้นมีความประณีตกว่า เพราะอรูปฌานมีรูปเป็น

^{๒๐} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

^{๒๑} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๙๗/๓๒๖-๓๒๗.

^{๒๒} ที.ส. (ไทย) ๙/๒๒๖-๒๒๗/๗๕-๗๖.

^{๒๓} ที.ส. (ไทย) ๙/๒๒๘-๒๒๙/๗๖.

^{๒๔} ที.ส. (ไทย) ๙/๒๓๐-๒๓๑/๗๖-๗๗.

^{๒๕} ที.ส. (ไทย) ๙/๒๓๒-๒๓๓/๗๗.

^{๒๖} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๖๓/๒๙๐.

อารมณ์ อรูปฌาน มี ๔ ระดับ คือ

๑. อากาสนัญญายตนฌาน อรูปฌาน ที่มีกสิณுகสมาธิภาวนาสบัญญัติเป็นอารมณ์ การกำหนดอากาศเป็นอารมณ์

๒. วิญญาณัญญายตนฌาน อรูปฌานที่มีอากาสนัญญายตนฌานเป็นอารมณ์ กำหนดวิญญาณเป็นอารมณ์

๓. อากิญจัญญายตนฌาน อรูปฌานที่มีนัตถิภาวบัญญัติเป็นอารมณ์การกำหนด ภาวะที่ไม่มีอะไรเป็นอารมณ์

๔. เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน อรูปฌานที่มีอากิญจัญญายตนฌานเป็นอารมณ์ การไม่กำหนดสิ่งใดเป็นอารมณ์^{๒๗}

๔) อภิญญา คือ ผลของการเจริญสมาธิเป็นความสามารถบรรลุความรู้พิเศษที่เรียกว่า อภิญญา ซึ่งสมาธิที่จะใช้เป็นบาทของอภิญญาได้จะต้องเป็นสมาธิระดับจตุตถฌาน ที่ฌนิกาย ปาฎิกวรรค แสดงอภิญญา มี ๖ ประการ คือ

๑. อิทธิวิธี การแสดงฤทธิ์และอิณิหาร เช่น เดินบนน้ำ การล่องหนหายตัว การเนรมิตสิ่งของต่าง ๆ เนรมิตกายคนเดียวให้เป็นหลายคน การย่นระยะทาง

๒. ทิพพโสต ความรู้ที่ทำให้มีหูทิพย์ สามารถได้ยินเสียงต่าง ๆ ทั้งใกล้และไกลที่คนทั่วไปไม่สามารถจะได้ยิน^{๒๘}

๓. เจโตปริยญาณ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ปรจิตตวิชชา แปลว่า ความรู้ที่สามารถจะรู้ว่า วารจิต หรือความคิดของผู้อื่นได้^{๒๙}

๔. ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ความรู้ที่สามารถจะระลึกอดีตชาติได้^{๓๐}

๕. ทิพพจักขุ หรือเรียกว่า จุตูปปาตญาณ ความรู้ทำให้มีตาทิพย์ สามารถมองเห็นสิ่งที่คนทั่วไปมองไม่เห็น เช่น มองเห็นความเป็นไปในอบายภูมิจึงเห็นความเกิด ความตายของสัตว์ทั้งหลาย

๖. อาสวักขยญาณ ความรู้ทำให้อาสวะทั้งหลายสิ้นไป^{๓๑}

ในอภิญญาเหล่านี้ อภิญญา ๕ ประการแรก จัดเป็นอภิญญาระดับโลกียะเพราะเป็น ความรู้ที่ไม่ทำให้สิ้นกิเลส และเป็นอภิญญามีโอกาสเสื่อมได้ ส่วนอภิญญาประการสุดท้าย จัดเป็น อภิญญาระดับโลกุตตระ เพราะเป็นความรู้ที่ทำให้สิ้นจากกิเลส^{๓๒} ภาพที่จะไปเกิด ผู้ที่เจริญสมถ

^{๒๗} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๖๓/๒๙๐.

^{๒๘} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๖/๓๙๕.

^{๒๙} พระพุทธโฆสะ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๖๗๙-๖๘๑.

^{๓๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๖/๓๙๕.

^{๓๑} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๖/๓๙๕-๓๙๖.

^{๓๒} ที.ป.อ. (ไทย) ๑๖/๔๒๘/๔๒๒-๔๒๒.

กัมมัฏฐานจนได้รูปฌานและอรุฌานแล้ว และรักษามาณไม่ให้เสื่อม หลังจากตายไปอำนาจแห่งฌานนี้ จะนำไปเกิดในรูปภุมิและอรุภุมิ ตามระดับของฌานที่ตนได้^{๓๓} ซึ่งฌานในแต่ละระดับจะนำไปเกิดในภุมิต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

๑) รูปฌาน คือ ผู้ที่เจริญสมถกัมมัฏฐานจนเข้าถึงรูปฌาน และผลของรูปฌานจะนำไปเกิดในรูปภุมิ ๑๖ ภุมิใดภุมิหนึ่งตามลำดับของฌาน ซึ่งรูปฌานมี ๔ ระดับ คือ ปฐมฌาน, ทุตติยฌาน, ตติยฌาน และจตุตถฌาน ตามอรรถาธิบายดังนี้

ก. ปฐมฌาน

๑. ผู้เจริญสมาธิได้ปฐมฌานอย่างสามัญ จะไปบังเกิดในรูปภุมิชั้นพรหมปริสัชชาภุมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้เป็นบริวารของท้าวมหาพรหม มีอายุประมาณ ๑ ใน ๓ แห่งกัป

๒. ผู้เจริญสมาธิได้ปฐมฌานอย่างกลางจะไปบังเกิดในรูปภุมิชั้นพรหมบุโรหิตาภุมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้เป็นโรหิตของท้าวมหาพรหม มีอายุประมาณครึ่งกัป

๓. ผู้เจริญสมาธิ ได้ปฐมฌานอย่างประณีต จะไปบังเกิดในรูปภุมิชั้นมหาพรหมภุมิ เป็นที่อยู่ของท้าวมหาพรหม หรือที่อยู่ของพรหมผู้ยิ่งใหญ่ มีอายุประมาณ ๑ กัป

ข. ทุตติยฌาน

๑. ผู้เจริญสมาธิได้ทุตติยฌานอย่างสามัญ จะไปบังเกิดในรูปภุมิชั้นปริตรตาภุมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้มีรัศมีน้อยกว่าพรหมผู้มีศักดิ์สูงกว่าตน มีอายุประมาณ ๒ กัป

๒. ผู้เจริญสมาธิได้ทุตติยฌานอย่างกลาง จะไปบังเกิดในรูปภุมิชั้นอัปมาณภุมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้มีรัศมีมากที่สุดมิได้ มีอายุประมาณ ๔ กัป

๓. ผู้เจริญสมาธิได้ทุตติยฌานอย่างประณีต จะไปบังเกิดในรูปภุมิชั้นอาภัสสราภุมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้มีรัศมีรุ่งโรจน์ มีอายุประมาณ ๘ กัป

ค. ตติยฌาน

๑. ผู้เจริญสมาธิได้ตติยฌานอย่างสามัญ จะไปบังเกิดในรูปภุมิชั้นปริตตสุภาภุมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้มีรัศมีน้อย มีอายุประมาณ ๑๖ กัป

๒. ผู้เจริญสมาธิได้ตติยฌานอย่างกลาง จะไปบังเกิดในรูปภุมิชั้นอัปมาณสุภาภุมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้มีรัศมีมากหาประมาณมิได้ มีอายุประมาณ ๓๒ กัป

๓. ผู้เจริญสมาธิได้ตติยฌานอย่างประณีต จะไปบังเกิดในรูปภุมิชั้นสุภิกงหาภุมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้มีรัศมีที่แผ่ซ่านสลบกันไป มีอายุประมาณ ๖๔ กัป

ง. จตุตถฌาน

๑. ผู้เจริญสมาธิได้จตุตถฌานอย่างสามัญ จะไปบังเกิดในรูปภุมิชั้นเวหฬลาภุมิ

^{๓๓} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๐๒๐/๖๖๘.

เป็นที่อยู่ของพรหมผู้ได้รับผลแห่งฌานหรือผลบุญของตนอย่างบริบูรณ์ มีอายุประมาณ ๕๐๐ กัป

๒. ผู้เจริญสมาธิได้จตุตถฌานและเจริญสัญญาวิราคภาวนา คือ การคลายความกำหนัดยินดีในสัญญา จะไปบังเกิดในรูปภูมิชั้นอัสัญญัตตาภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้ไม่มีสัญญา มีอายุประมาณ ๕๐๐ กัป^{๓๔}

๒) อรูปฌาน ๔ ผู้เจริญสมถกัมมัฏฐานจนได้อรูปฌาน หากอรูปฌานไม่เสื่อม เมื่อตายไปจะนำไปเกิดในอรูปภูมิ ภูมิใดภูมิหนึ่งตามลำดับของฌานที่ตนได้ ตามอรรถาธิบายดังต่อไปนี้

๑. ผู้เจริญสมาธิได้อรูปฌานที่ ๑ คือ อากาสนัญญาตนฌาน จะไปบังเกิดในอรูปภูมิ ชั้นอากาสนัญญาตนภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้เข้าถึงภาวะมีอากาศไม่มีที่สิ้นสุด มีอายุประมาณ ๒๐,๐๐๐ กัป

๒. ผู้เจริญสมาธิได้อรูปฌานที่ ๒ คือ วิญญาณัญญาตนฌาน จะไปบังเกิดในอรูปภูมิ ชั้นวิญญาณัญญาตนภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้เข้าถึงภาวะมีวิญญาณไม่มีที่สิ้นสุด มีอายุประมาณ ๔๐,๐๐๐ กัป

๓. ผู้เจริญสมาธิได้อรูปฌานที่ ๓ คือ อากิญจัญญาตนฌาน จะไปบังเกิดในอรูปภูมิ ชั้นอากิญจัญญาตนภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้เข้าถึงภาวะไม่มีอะไร มีอายุประมาณ ๖๐,๐๐๐ กัป

๔. ผู้เจริญสมาธิได้อรูปฌานที่ ๔ คือ เนวสัญญานาสัญญาตนฌาน จะไปบังเกิดในอรูปภูมิ ชั้นเนวสัญญานาสัญญาตนภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้เข้าถึงภาวะมีสัญญาก็ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่ มีอายุประมาณ ๘๔,๐๐๐ กัป^{๓๕}

ผลของการเจริญสมถยานิก คือ รูปฌานและอรูปฌาน อำนาจแห่งองค์ฌานเหล่านี้สามารถข่มอกุศลธรรมมีนิวรณ์เป็นต้น ให้สงบระงับและหากฌานยังไม่เสื่อม เมื่อตายลงอำนาจแห่งฌานเหล่านี้จะนำไปบังเกิดชั้นรูปภูมิและอรูปภูมิ ภูมิใดภูมิหนึ่งตามลำดับของฌานที่ตนปฏิบัติได้

การเจริญวิปัสสนายานิก หรือวิปัสสนาปุพพังคมนัย เป็นการเจริญวิปัสสนาโดยตรง เริ่มต้นปฏิบัติตามแนวทางเดียวกับแบบสมถยานิกะ แต่เมื่อได้อุปปจารสมาธิ ให้เปลี่ยนเส้นทางการปฏิบัติ ด้วยการน้อมจิตไปสู่วิปัสสนาจนบรรลุมรรค ผล นิพพาน จากนั้นจึงปรับเปลี่ยนอารมณ์ใหม่จากอารมณ์ปรมาตม์เป็นอารมณ์บัญญัติ ด้วยการบริกรรมจนได้ฌานแล้วจึงทำอภิญญาให้เกิดเป็นลำดับต่อไป เรียกว่า วิปัสสนายานิกะ

ความสำคัญของการเจริญวิปัสสนาภาวนา

เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ ๖ แต่เมื่อยอวิปัสสนาภูมิลงแล้ว คงได้ ๒ อย่างคือ รูปธรรม กับนามธรรม กล่าวสั้น ๆ ว่า รูปนาม^{๓๖} ดังนั้น สติปัญญาและวิปัสสนาภูมิ ๖ เมื่อพิจารณาองค์ธรรมแล้วจะเห็นได้ว่าเป็นธรรมที่เกี่ยวข้องกัน คือ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา และเมื่อสรุปลง ก็ได้รูปนาม ภูมิทั้ง ๖ นี้ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาหรือเป็นธรรมที่อบรมเพื่อให้เกิดปัญญาวิปัสสนาภูมิ ๖ มี

^{๓๔} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๐๒๐-๑๐๒๗/๖๖๘-๖๗๓.

^{๓๕} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๐๒๒-๑๐๒๙/๖๗๑-๖๗๔.

^{๓๖} พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาภูมิ, หน้า ๑๕.

ดังต่อไปนี้

๑) ชั้นมี ๕ คือ กองทั้ง ๕

๑. รูปชั้น กองรูป
๒. เวทนาชั้น กองเวทนา
๓. สัญญาชั้น กองสัญญา
๔. สังขารชั้น กองสังขาร
๕. วิญญาณชั้น กองจิต^{๓๗}

๒) อายตนะ ๑๒ คือ สะพานเครื่องเชื่อมต่อให้เกิดความรู้มี ๑๒

๑. จักขายตนะ องค์กรรรมได้แก่ จักขุปสาท
๒. โสตตยตนะ องค์กรรรมได้แก่ โสตปสาท
๓. ฆานายตนะ องค์กรรรมได้แก่ ฆานปสาท
๔. ชิวหายตนะ องค์กรรรมได้แก่ ชิวหาปสาท
๕. กายายตนะ องค์กรรรมได้แก่ กายปสาท
๖. รูปลายตนะ องค์กรรรมได้แก่ สีต่าง ๆ
๗. สัททหายตนะ องค์กรรรมได้แก่ เสียงต่าง ๆ
๘. คันธายตนะ องค์กรรรมได้แก่ กลิ่นต่าง ๆ
๙. รสยตนะ องค์กรรรมได้แก่ รสต่าง ๆ
๑๐. โณภูฏัพพายตนะ องค์กรรรมได้แก่ สัมผัสต่าง ๆ
๑๑. มนยตนะ องค์กรรรมได้แก่ จิตทั้งหมด
๑๒. ฌัมมายตนะ สภาพธรรมต่าง ๆ^{๓๘}

๓) ชาติ ๑๘ คือ สิ่งที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตน มี ๑๘

๑. จักขุชาติ องค์กรรรมได้แก่ จักขุประสาท
๒. โสตชาติ องค์กรรรมได้แก่ โสตปสาท
๓. ฆานชาติ องค์กรรรมได้แก่ ฆานปสาท

^{๓๗} พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรวิสี), “วิปัสสนาภูมิ”, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๑๖.

^{๓๘} อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๑๕๔/๗๙, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๕๔/๑๑๒.

๔. ชิวหาธาตุ องค์ธรรมได้แก่ ชิวหาปสาท
๕. กายธาตุ องค์ธรรมได้แก่ กายปสาท
๖. รูปธาตุ องค์ธรรมได้แก่ สีต่าง ๆ
๗. สัทธาธาตุ องค์ธรรมได้แก่ เสียงต่าง ๆ
๘. คันธธาตุ องค์ธรรมได้แก่ กลิ่นต่าง ๆ
๙. รสธาตุ องค์ธรรมได้แก่ รสต่าง ๆ
๑๐. โภจวิญญูธาตุ องค์ธรรมได้แก่ สัมผัสต่าง ๆ
๑๑. จักขุวิญญูธาตุ จักขุวิญญูณ ชื่อว่าธาตุเพราะทรงไว้ซึ่งการเห็น
๑๒. โสทวิญญูณธาตุ โสทวิญญูณ ชื่อว่าธาตุเพราะทรงไว้ซึ่งการได้ยิน
๑๓. ฆานวิญญูณธาตุ ฆานวิญญูณ ชื่อว่าธาตุเพราะทรงไว้ซึ่งการรู้จักกลิ่น
๑๔. ชิวหาวิญญูณธาตุ ชิวหาวิญญูณ ชื่อว่าธาตุเพราะทรงไว้ซึ่งการรู้รส
๑๕. กายวิญญูณธาตุ กายวิญญูณ ชื่อว่าธาตุเพราะทรงไว้ซึ่งการรู้สัมผัส
๑๖. มโนธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้ปัญจารมณอย่างสามัญ
๑๗. มโนวิญญูณธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้อารมณเป็นพิเศษ
๑๘. ฌัมมธาตุ สภาพธรรม เพราะทรงไว้ซึ่งสภาลักษณะของตน ^{๓๙}

๔) อินทรีย์ ๒๒ คือ ความเป็นใหญ่ มี ๒๒

๑. จักขุอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเห็น
๒. โสติณอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการได้ยิน
๓. ฆานินอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้จักกลิ่น
๔. ชิวหินอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้รส
๕. กายินอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการสัมผัส
๖. อิตถินอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเป็นหญิง
๗. ปุริสอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเป็นชาย
๘. ชีวิตินอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรักษารูปและนาม
๙. มนินอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรับอารมณ
๑๐. สุขินอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความสุขกาย

^{๓๙} อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๑๘๓/๑๐๒, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๘๓/๑๔๒.

๑๑. ทุกขินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความทุกข์กาย
๑๒. โสมนัสสินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความสุขใจ
๑๓. โทมนัสสินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยความทุกข์ใจ
๑๔. อุปกอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการเสวยอารมณ์กลาง ๆ
๑๕. สัทธินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเชื่อต่อสิ่งที่ควรเชื่อ
๑๖. วิริยินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในความเพียร
๑๗. สตินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการระลึกรู้ชอบ
๑๘. สมาธินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการตั้งมั่นอารมณ์อันเดียว
๑๙. ปัญญินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรู้ตามความเป็นจริง
๒๐. อนัญญัตถัญญัสสามิตินทรีย์ ธรรมชาติรู้แจ้งอริยสัจจ ๔ ที่ตนไม่เคยรู้
๒๑. อัณญินทรีย์ ธรรมชาติรู้แจ้งอริยสัจจ ๔ ที่ตนเคยรู้
๒๒. อัณญาตาวินทรีย์ ธรรมชาติรู้แจ้งอริยสัจจ ๔ สิ้นสุดแล้ว^{๔๐}

๕) อริยสัจจะ ๔ คือ ความจริงอันประเสริฐ มี ๔

๑. ทุกขสัจจะ ธรรมชาติที่เป็นทุกข์ เป็นความจริงของพระอริยเจ้า
๒. สมุทสัจจะ ธรรมชาติที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ของพระอริยเจ้า
๓. นิโรธสัจจะ ธรรมที่เป็นเครื่องดับทุกข์ของพระอริยเจ้า
๔. มรรคสัจจะ หนทางที่เป็นเหตุให้ถึงความดับทุกข์ของพระอริยเจ้า^{๔๑}

๖) ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ คือ ความประชุมพร้อมด้วยเหตุผลมี ๑๒

๑. อวิชชา ธรรมชาติที่เป็นไปตรงกันข้ามกับปัญญา
๒. สังขาร ธรรมชาติที่ปรุงแต่งสังขตธรรมที่เป็นผลโดยตรง
๓. วิญญาณ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์เป็นพิเศษ
๔. นามรูป ธรรมชาติที่น้อมไปในอารมณ์ ชื่อว่า นาม
๕. สฬายตนะ ธรรมชาติที่ทรงไว้ซึ่งวิญญูสงสารที่ยืนยาว
๖. ผัสสะ ธรรมชาติที่กระทบซึ่งอารมณ์

^{๔๐} อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๒๑๙/๑๔๕, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๑๙/๑๔๗.

^{๔๑} อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๑๘๙-๒๐๕/๑๑๗, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๘๙/๑๖๓.

๗. เวทนา ธรรมชาติที่เสวยอารมณ์
๘. ตัณหา ธรรมชาติที่ติดใจซึ่งวัตถุภาวะ
๙. อุปาทาน ธรรมชาติที่เข้าไปยึดมั่น
๑๐. ภาวะ (กัมมภาวะ, อุปัตติภาวะ) ธรรมชาติที่เป็นเหตุให้ผลเกิดขึ้น
๑๑. ขาติ ธรรมชาติที่เป็นเหตุแห่งการปรากฏเกิดขึ้นของสังขารธรรม
๑๒. ชรา มรณะ และ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส^{๔๒}

ในการเจริญวิปัสสนาประกอบด้วย องค์กัมมัฏฐาน ๒๑ ซ้อย่อย ได้แก่ทางกาย ๑๔ ทาง เวทนา ๑ ทางจิต ๑ และทางธรรม ๕ ในหมวดอานาปานะ หมวดปฏิกุศลเป็นอารมณ์สมณะวิปัสสนา หมวดนวสีวิภาเป็นสมณะ หมวดอิริยาบถ สัมปชัญญะ ธาตุมนสิการ เวทนา จิต และธรรมเป็น วิปัสสนา ในคัมภีร์ฎีกา หมวดนิรวรณ โภชฌงค์เป็นวิปัสสนา นอกนั้นเป็นได้ทั้งสมณะและวิปัสสนา^{๔๓}

นักปฏิบัติพึงเจริญวิปัสสนาภาวนาด้วยการกำหนดรู้รูปนามปรมาณูเท่านั้นที่ปรากฏชัดในปัจจุบันขณะนั้น ๆ ตามความเป็นจริง อนึ่ง แม้ว่าอารมณ์ของวิปัสสนาจะเป็นได้ทั้งอารมณ์ภายในและภายนอกดังข้อความในมหาสติปัฏฐานสูตร^{๔๔} แต่นักปฏิบัติควรเริ่มจากการกำหนดรู้อารมณ์ภายในคือ รูปนามที่อยู่ในร่างกาย ที่ยาวไม่เกินวา หนาเพียงคืบ กว้างเพียงศอก เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าแล้วก็จะสามารถรับรู้อารมณ์ภายนอกได้เอง

ด้วยเหตุนี้ นักปฏิบัติจึงไม่ควรแสวงหาหรือกำหนดรู้อารมณ์ภายนอก เช่น เสียง โดยไม่สนใจต่อสภาวะได้ยินซึ่งเป็นอารมณ์ภายใน เพราะจะทำให้จิตซัดส่ายฟุ้งซ่าน ส่งผลให้สมาธิและปัญญาไม่เจริญขึ้น แม้จะปฏิบัติติดต่อกัน ๑๕ วันหรือ ๑ เดือน ก็ไม่อาจประสบความสำเร็จ ก้าวหน้า และผู้ที่มีได้กำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน แต่กลับไปพิจารณาว่าเป็นรูปหรือนามตามที่เคยศึกษามา ก็ไม่ถูกต้อง เพราะเป็นการนึกคิดด้วยสัญญา ไม่ใช่การเจริญสติระลึกรู้อย่างแท้จริง ดังนั้น นักปฏิบัติจึงควรกำหนดรู้อารมณ์ภายในเป็นหลัก และอาจกำหนดอารมณ์ภายนอกที่มาปรากฏเองทางทวารทั้ง ๖ ได้เช่นกัน ดังคัมภีร์วิสุทธิมรรคมรรคฎีกากกล่าวว่

“อชมตตฺ ฺวา หิ วิปัสสนาภินิเวโส โหตุ พหิทฺธา วา. อชมตตฺสทฺธิยํ ปน ลกฺขณโต สพฺพมปิ นามรูปํ อนวเสสโต ปรีคคหิตเมว โหติ.”^{๔๕} “การเจริญวิปัสสนาอาจมีได้ทั้งภายในหรือภายนอก แต่เมื่อการกำหนดรู้สำเร็จภายใน ก็เป็นอันกำหนดรู้รูปนามทั้งหมดโดยลักษณะ (ที่เป็นลักษณะและสามัญญลักษณะ) โดยสิ้นเชิง”

องค์คุณของวิปัสสนาภาวนา เพื่อทำลายอภิชฌา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย)

^{๔๒} อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๒๒๕/๑๖๑, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๒๕/๑๒๑.

^{๔๓} อภิธรรมมัตถสังคหะ ๖, หน้า ๔.

^{๔๔} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๔/๒๔๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒.

^{๔๕} วิสุทธิ.ฎีกา. (บาลี) ๒/๔๐๖.

๔.๓ การกำหนดรู้อารมณ์ปรมาตม์กับการบรรลุตธรรม

การกำหนดรู้อารมณ์ปรมาตม์ เป็นเครื่องระลึกรู้เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งแทงตลอดในสภาวะธรรมตามความเป็นจริง ซึ่งมีความสัมพันธ์ในความเป็นเบื้องต้นแห่งสภาวะการบรรลุตธรรมในคัมภีร์ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค อธิบายว่า ชื่อว่าสัจจะเพราะอาการ ๓ อย่าง ได้แก่ เพราะมีสภาวะแสวงหา เพราะมีสภาวะกำหนด และเพราะมีสภาวะรู้แจ้งซึ่งชราและมรณะ เหตุเกิดแห่งชราและมรณะ ความดับแห่งชราและมรณะ^{๕๓} และข้อปฏิบัติที่ให้ถึงความดับแห่งชราและมรณะ ฉะนั้นจะเห็นได้ว่าอาการของอริยสัจ คือ การแสวงหาอารมณ์กำหนดเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งแทงตลอดธรรม เช่น เมื่อมีอาการพอง หรือยุบปรากฏขึ้น เป็นต้น นักปฏิบัติสามารถส่งจิตไปกำหนดรู้ได้อย่างจดจ่อและต่อเนื่องความเสื่อมไป และสิ้นไปของอาการพอง หรือยุบก็จะปรากฏ ดังนี้

(๑) ทุกขสัจ ได้แก่ อาการพอง-ยุบ เป็นต้น ที่เกิดขึ้น เพราะมีสภาพที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา และทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ กล่าวคือ เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็ต้องดับลงไป

(๒) สมุทัยสัจ ได้แก่ ความไม่สามารถกำหนดรู้อาการพอง-ยุบ เป็นต้น ที่เกิดขึ้น จึงทำให้อวิชชา หรือความไม่รู้เข้าครอบงำ

(๓) นิโรธสัจ ได้แก่ การรู้แจ้งเห็นจริงในอาการพอง-ยุบ เป็นต้น ที่เกิดขึ้นแล้วปรวนแปร ร่วงโรยและดับไป ไม่มีสัตว์บุคคล ตัวตน เรา เขา และไม่สามารถบังคับบัญชาได้ จิตจึงคลายความยึดมั่นถือมั่นในสังขารธรรมนั้นได้

(๔) มรรคสัจ ได้แก่ ความที่จิตเข้าไปกำหนดรู้อาการพอง-ยุบ เป็นต้น ได้อย่างจดจ่อและต่อเนื่อง ในขณะที่นั้น สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะก็เกิดขึ้น จัดเป็นตัวปัญญาสิกขา สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ ก็เกิดขึ้นด้วย จัดเป็นตัวศีลสิกขา สุตท่าย สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิก็ดำรงอยู่ในนั้น จัดเป็นตัวจิตสิกขา^{๕๔} ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต พระพุทธองค์ตรัสว่า

ภิกษุทั้งหลาย การคบสัตบุรุษที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้การฟังสังฆธรรมบริบูรณ์ การฟังสังฆธรรมที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้ศรัทธาบริบูรณ์ ศรัทธาที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้การมนสิการโดยแยกกายบริบูรณ์ การมนสิการโดยแยกกายที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สติสัมปชัญญะบริบูรณ์ สติสัมปชัญญะที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้ความสำรวมอินทรีย์บริบูรณ์ ความสำรวมอินทรีย์ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สุจริต ๓ บริบูรณ์ สุจริต ๓ ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สติปัญญา ๔ บริบูรณ์ สติปัญญา ๔ ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้โพชฌงค์ ๗ บริบูรณ์ โพชฌงค์ ๗ ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้วิชาและวิมุตติบริบูรณ์^{๕๕} ดังนั้น เมื่อโพชฌงค์

^{๕๓} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕/๔๓๙.

^{๕๔} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๖/๔๔๑.

^{๕๕} อัง.ทสก.(ไทย) ๒๔/๖๑/๑๓๕-๑๓๗.

ทั้ง ๗ ประการบริบูรณ์ ย่อมทำให้การบรรลุธรรมเกิดขึ้นได้นักปฏิบัติจึงต้องแสวงหากัลยาณมิตร ซึ่งเป็นคุณธรรมเบื้องต้นที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ แต่อย่างไรก็ตาม ในพระสูตรนี้ พระอรธกถาจารย์ ได้วินิจฉัยไว้ว่า บทว่า สาหาร ได้แก่ มีปัจจัยบทว่า วิชชาวิมุตติ ได้แก่ ผลญาณ และสัมปยุตธรรมที่เหลือ บทว่า โพฆณฺจกา ได้แก่ องค์แห่งปัญญาและเครื่องตรัสรู้ คือ มรรค.^{๕๖}

พระโสภณมหาเถระ อธิบายว่า บุคคลผู้รู้เห็นความเกิดดับของรูปนามโดยประจักษ์ ในขณะที่ปัจจุบันตามนัยที่กล่าวมาแล้วย่อมเข้าใจว่า รูปนามที่เกิดดับอย่างรวดเร็วนี้ เมื่อยังไม่เกิดขึ้นก็มิได้มาจากที่ใดที่หนึ่ง เมื่อเกิดขึ้นอยู่ก็มิได้ย้ายมาจากที่ใดที่หนึ่ง เมื่อดับไปก็มิได้ไปรวมตัวกันในที่ใดที่หนึ่ง เป็นสภาวะที่เกิดขึ้นตามปัจจัยแล้วดับไป ณ ตรงนั้น และรู้เห็นต่างไปจากเวลาก่อนปฏิบัติธรรมที่เข้าใจผิดว่ารูปเที่ยงโดยปราศจากความดับไป เช่น มือที่คู่เข้ามาเป็นมือของตนในขณะที่ก่อนจะคู่ ขณะคู่และขณะคู่เข้ามาแล้ว แม้สภาวะพอง ยุบ นิ่ง ยก ย่างเหยียบ และสภาวะเห็นเป็นต้นก็มีนัยเดียวกัน ดังนั้น การรู้เห็นความเกิดดับอย่างรวดเร็วนี้เป็นลักษณะของอุทยัพพญาณที่แก่กล้า^{๕๗}

เช่น เมื่อมีอาการพอง หรือยุบปรากฏขึ้น เป็นต้น นักปฏิบัติสามารถสังจิตไปกำหนดรู้ได้อย่างชัดเจน และต่อเนื่องความเสื่อมไป และสิ้นไปของอาการพอง หรือยุบก็จะปรากฏ ดังนี้

การที่ผู้ปฏิบัติกำหนดอยู่นั้น เวลาจะเข้าสู่มรรค ผล นิพพาน มีอาการ ๓ อย่าง คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ดังที่แสดงมาแล้วนั้น ส่วนปัจจุเวกขณะนี้ ได้แก่ อาการที่กำหนดไป ๆ เมื่อดับวูบลงไปแล้ว ขาดความรู้สึกไปหมดสิ้น ครั้นรู้สึกตัวขึ้นมาจะพิจารณาว่า เอ๊ะนี่เราเป็นอะไรไป แล้วรีบกำหนดพอง ยุบ ต่อไปอีก พอง ยุบ จะรู้สึกชัดเจนนกว่าปกติ การพิจารณาว่า เอ๊ะนี่เราเป็นอะไรไป เป็นปัจจุเวกขณะญาณ อย่างไรก็ตาม ญาณที่ ๑๒-๑๓-๑๔-๑๕-๑๖ เกิดติดต่อกันไม่มีระหว่างขั้น ผู้ปฏิบัติจะรู้เพียงญาณที่ ๑๒ กับ ๑๖ เท่านั้น คือ จะรู้ว่าขณะดับนั้น ดับไปตอนพอง หรือตอนยุบ ซึ่งเป็นญาณที่ ๑๒ ญาณที่ ๑๓-๑๔-๑๕ จะไม่รู้สึกละเลย เพราะดับเงียบไปหมดแล้ว พอรู้ตัวขึ้นมาพิจารณาว่า เอ๊ะนี่เราเป็นอะไรไป ก็เป็นญาณที่ ๑๖^{๕๘} พึงทำความเข้าใจว่า เมื่อมรรควิจิตรดับไปแล้ว ภาวังคจิตก็เกิดสืบต่อ และหลังจากนั้นมโนทวารวิจิตรก็เกิดขึ้น พิจารณาสภาพธรรมที่พึงประจักษ์แจ้งที่ละวาระ คือ พิจารณามรรคจิต วาระ ๑ พิจารณาผลจิต วาระ ๑ พิจารณาภิเลสที่ละได้แล้ว วาระ ๑ พิจารณาภิเลสที่ยังเหลือ วาระ ๑ และพิจารณานิพพาน วาระ ๑ แต่สำหรับบุคคลผู้ที่บรรลุอรหัตตมรรคและอรหัตตผลนั้น ไม่มีการพิจารณาภิเลสที่ยังเหลือ เพราะอรหัตตมรรคจิตดับภิเลสทุกประเภทหมดเป็นสมุจเฉท ไม่มีภิเลสใด ๆ เหลือเลย และในญาณนี้ จัดอยู่ในวิสุทธิลำดับที่ ๗ คือ ญาณทัสสนวิสุทธิ ดังนั้น ลำดับขั้นตอนแห่งสภาวะการบรรลุธรรมของโยคีบุคคลเกิดขึ้นบนพื้นฐานของความบริสุทธิ์ ๗ ขั้น อันเป็นความบริสุทธิ์ที่เกิดขึ้นจากความรู้และเข้าใจในสภาพของสังขารธรรมที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปอย่างถ่องแท้ และเป็นบรรทัดฐานในการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงอุปนิสัยหรือทำที่รวมถึงกิริยาอาการที่มีต่อโลกและสังคม เมื่อทำการศึกษาเจาะลึกลงสู่ ภาคส่วนของพัฒนาการแห่งปัญญาแล้วสามารถรับรู้และเข้าใจได้ตามลำดับแห่งวิปัสสนาญาณ ๑๖ ขั้น หรือโสฬสญาณ ซึ่งถือว่าเป็น

^{๕๖} ดูรายละเอียดใน อภ.ทสก.อ.(ไทย) ๓๘/๒๐๐.

^{๕๗} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม ๒**, แปลโดย พระคันธสาราภังค์, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙, Ph.D.) ตรวจชำระ, (นครปฐม: ซี ไอ เอ เซ็นเตอร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๒๓.

^{๕๘} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ.๙), **คู่มือสอบอารมณกรรมฐาน**, หน้า ๗๔.

วิวัฒนาการของจิตที่ทำหน้าที่เป็นผู้รู้ในฐานะกาย เวทนา จิต และธรรม อย่างแจ่มแจ้งจนสามารถทำลายความเห็นผิดในสังขารธรรมทั้งปวงได้

๔.๔ อารมณ์ปรมัตต์ของวิปัสสนา ๑๐ ประการ

อารมณ์ปรมัตต์ของวิปัสสนาในขั้นต้นๆนั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องกำหนดอารมณ์บัญญัติไปก่อน มิฉะนั้นจิตจะไม่มีที่กำหนด เพราะปรมัตต์สภาวะเป็นสิ่งที่เห็นได้โดยยาก ต่อเมื่อปัญญาภาวนาแก่กล้าขึ้น อารมณ์บัญญัติเหล่านั้นจะหายไปเหลือแต่ปรมัตต์สภาวะล้วนๆในที่นี่จะเห็นได้ว่า ตั้งแต่นามรูปปริจเฉทญาณ จนถึงตรุณอุทยัพพญาณ ผู้ปฏิบัติต้องกำหนดอารมณ์บัญญัติทั้งสิ้น ยังไม่เข้าถึงปรมัตต์สภาวะแต่พอเจริญวิปัสสนามาเรื่อยๆ ปัญญาภาวนาแก่กล้าล่วงเข้า พลวอุทยัพพญาณ อารมณ์บัญญัติค่อยๆหายไป อารมณ์ปรมัตต์จะค่อยปรากฏขึ้นแทน และเมื่อถึงภังคญาณ^{๕๙}

อารมณ์ปรมัตต์ของวิปัสสนาเป็น สภาวะปรตต์ธรรม ที่มีความสำคัญต่อการปฏิบัติวิปัสสนา ระหว่างสมมุติสัจจะกับปรมัตต์สัจจะและสภาวะปรมัตต์ ด้วยการกำหนดรู้อารมณ์ปรมัตต์ของธาตุ ในบางครั้งคำว่าสมมุติสัจจะและปรมัตต์สัจจะใช้คำว่า บัญญัติและปรมัตต์แทนกันก็มีซึ่งมีคำที่กล่าวใน คัมภีร์อิทธิมัตถวิภาวินีกล่าวไว้ว่า^{๖๐} ปรมโ อุตตโม อวิปริโต อตโธ ปรมตโธ “สภาวะประเสริฐ คือ สูงสุด หมายถึง ไม่เปลี่ยนแปลงชื่อว่าปรมัตต์”

๔.๔.๑ วิปัสสนโนภาส แสงของวิปัสสนา / การมองเห็นแสงสว่าง

วิปัสสนโนภาสเป็นแสงสว่างในวิปัสสนาภาวนา เมื่อวิปัสสนโนภาสนั้นเกิดขึ้น โยคาวจรก็คิดว่า “แสงสว่างเห็นปานนี้ไม่เคยเกิดขึ้นแก่ฉันในกาลก่อนแต่นี้เลยหนอ ฉันเป็นผู้บรรลุมรรคแล้ว ฉันเป็นผู้บรรลุลแล้วเป็นแน่” ดังนี้แล้วถือเอาสิ่งมิใช่มรรคนั้นแหละว่า “มรรค” และถือเอาสิ่งมิใช่ผลนั้นแหละว่า “ผล” เมื่อโยคาวจรนั้นถือเอาสิ่งที่มีใช่มรรคว่า “มรรค” สิ่งที่มีใช่ผลว่า “ผล” วิถีของวิปัสสนาก็ชื่อว่า ก้าวออกไปนอกรทาง โยคาวจรนั้นก็ละทิ้งมูลกัมมัญฐาน คือ กัมมัญฐานเดิม ของตน แล้วนั่งขึ้นชมโอภาสอยู่นั้นแล^{๖๑} สำหรับพระภิกษุบางท่าน โอภาสนั้นนั้นเกิดขึ้นส่องสว่างเพียงฐานบัลลังก์เท่านั้น สำหรับบางท่าน ส่องสว่างตลอดภายในห้อง สำหรับบางท่าน ส่องสว่างภายนอกห้องด้วย

สำหรับบางท่านส่องสว่างไปทั่ววิหารทั้งสิ้น สำหรับบางท่าน ส่องสว่างไปตลอดคาวุต. ตลอดครึ่งโยชน์. ตลอด ๑ โยชน์. ตลอด ๒ โยชน์. ตลอด ๓ โยชน์. ฯลฯ สำหรับบางท่าน โอภาสนั้นทำให้สว่างเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ตั้งแต่พื้นปฐพีขึ้นไปถึงพรหมโลกชั้นอกนิชชุตม์ แต่ของพระผู้มีพระภาคเจ้าเกิดขึ้นส่องสว่างไปตลอด ๑๐,๐๐๐ โลกธาตุ ในการประมาณแตกต่างกันของโอภาสนั้น โดยประการดังกล่าวนี้

^{๕๙} ดูรายละเอียดใน มหามกุฏราชวิทยาลัย, พระไตรปิฎกและอรรถกถา แปล, เล่ม ๔๕, หน้า ๑๒๐.

^{๖๐} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, แปลโดย, พระคันธสาราภิกษุ (นครปฐม: ซีไอเอ็นเตอร์จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑๙.

^{๖๑} พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๐๖๒.

มีตัวอย่าง ดังนี้ เล่ากันว่า พระเถระ ๒ ท่านนั่งอยู่ภายในเรือนมีฝา ๒ ด้าน ณ จิตตลบรรพต และวันนั้นเป็นวันอุโบสถข้างแรม ท้าวทิศปกคลุมไปด้วยแผ่นเมฆ ความมืดประกอบด้วยองค์ ๔ เป็นไปอยู่ในภคราตรีกาล ในคืนนั้น พระเถระท่านหนึ่งกล่าวว่า ”ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ดอกไม้ ๕ สีปรากฏแก่กระผมอยู่บนสีหาสนะในลานพระเจดีย์ ณ บัดนี้” อีกท่านกล่าวกะพระเถระนั้นว่า “อาวโส ท่านพูดถึงสิ่งไม่น่าอัศจรรย์ ก็บัดนี้ เต่าและปลาทั้งหลายในสถานที่ ๑ โยชน์ ในมหาสมุทร ปรากฏอยู่แก่ผม”^{๖๒} ท่านผู้ได้สมถวิปัสสนานั้นจึงเกิดความคิดว่า “ฉันทเป็นพระอรหันต์” เหมือนท่านมหานาคเถระผู้อยู่ในอุจจิงกวาลิก เหมือนท่านมหาทตเถระผู้อยู่ในหังกนกะ และเหมือนท่านจุฬสมณเถระผู้อยู่ในนิงกเปณณกปธานชระ บนภูเขาจิตตละ

ยังมีตัวอย่างของโอภาสในคัมภีร์ทีฆนิกายในชวนสกสูตร เรื่องสนังกุมารพรหมตอนหนึ่ง กล่าวถึง แสงสว่างเจิดจ้าขึ้นทางทิศเหนือ ปรากฏโอภาส เกินเทวานุภาพทั้งหลาย ท้าวสักกะจอมเทพตรัสกะเทพชั้นดาวดึงส์ว่า “ท่านผู้รกรุกข์ทั้งหลาย มีนิมิตที่สังเกตได้ คือ แสงสว่างเกิดขึ้นโอภาสปรากฏขึ้น พระพรหมก็จะปรากฏองค์ขึ้น เพราะการที่แสงสว่างเกิดขึ้น โอภาสปรากฏขึ้นนี้เป็นบุพนิมิตแห่งการปรากฏของพระพรหม”^{๖๓}

ในเรื่องนี้กล่าวถึงเสียงของสนังกุมารพรหม ซึ่งมีองค์ประกอบ ๘ ประการ คือ (๑) แจ่มใส (๒) ชัดเจน (๓) นุ่มนวล (๔) ชวนฟัง (๕) กลมกล่อม (๖) ไม่พร่า (๗) ลึกซึ้ง และ (๘) กังวาน นอกจากนี้ สนังกุมารพรหมตรัสว่า มีฤทธิ์มาก มีอานุภาพมากเพราะเจริญและเพิ่มพูนอิทธิบาท ๔ ในเรื่องนี้ได้กล่าวถึงวิธีการบรรลुโอกาส ๓ ประการ คือ พระผู้มีพระภาค ผู้ทรงรู้ทรงเห็น เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้นตรัสรู้แล้ว เพื่อบรรลुถึงความสุข ๓ ประการ ทรงรู้วิธีการบรรลुโอกาส^{๖๔} โอภาส ตามนัยอรรถกถาหมายถึงภาวะที่ปลอดจากกิเลสต่างๆ ได้แก่ รูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๔ สัญญาเวทยิตนิโรธ ๑ และอรหัตตมรรค แต่ละภาวะก็ปลอดจากกิเลสต่างกัน เช่น ปฐมฌานปลอดจากนิวรณ์ ๕ จตุตถฌานปลอดจากสุขและทุกข์ วิธีการบรรลุโอกาสที่ ๑ หมายถึง การบรรลुปฐมฌาน วิธีการบรรลุโอกาสที่ ๒ หมายถึงการบรรลุจตุตถฌาน วิธีการบรรลุโอกาสที่ ๓ หมายถึงการบรรลุอรหัตตมรรค^{๖๕} โอภาส เกิดจากความศรัทธาที่ประกอบด้วยกุศล ไม่ใช่ศรัทธาที่เป็นอกุศล มีลักษณะเฉพาะ ๔ ประการ ดังนี้

โอภอปน ลกขณา มีความปลงใจเชื่อด้วยปัญญา เป็นลักษณะ ปกขนทน รสา มีความแล่นไป เป็นหน้าที่ อธิมุตติ ปจจุปภูฐานา มีความน้อมใจเชื่อ เป็นผล สทวมมสวนาทิ โสตาปตติยงค ปทภูฐานา มีองค์แห่งโสตาปตติมรรค (มีการฟังพระสัทธรรมเป็นต้น) เป็นเหตุใกล้ สัทธานี้ จัดเป็นธรรมเบื้องต้น ในอันที่จะทำให้บุคคลได้ประกอบคุณงามความดีเป็นบุญกุศลขึ้นมา และสัทธาที่จะเกิดขึ้นได้นั้น ย่อมต้องอาศัยวัตถุดิบเป็นที่ตั้งแห่งความเชื่อ ได้แก่ พระรัตนตรัย กรรม และ ผลของกรรม เป็นต้น สัทธา คือ ความเชื่อในสิ่งที่ควรเชื่อนี้จำแนกออกไปได้ ๔ ประการ คือ

^{๖๒} พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทฺธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า ๑๐๖๓.

^{๖๓} ดุราลละเหยียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๓/๒๑๔.

^{๖๔} ดุราลละเหยียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๘/๒๑๙ - ๒๐.

^{๖๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๘/๒๕๕.

- (๑) กัมมสังฆา เชื่อกรรม
- (๒) วิปากสังฆา เชื่อผลกรรม
- (๓) กัมมัสสกตาสังฆา เชื่อว่ามีกรรมเป็นของตน และ
- (๔) ตถาคตโพธิสังฆา เชื่อพระปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้ของพระตถาคต

ลักษณะของโอภาส ในระยะนี้โยคีมีสมาธิดีมากขณะที่นั่งกำหนดอยู่ เพราะสมาธิตั้งขึ้น มากเกินไป เป็นเหตุให้วิริยะอ่อนลง การกำหนดมักเผลออๆ หลงๆ ด้วยอำนาจของสมาธิ จนการนั่งไม่ กำหนด เนื่องด้วยมีสมาธิกล้าจึงอาจปรากฏเป็นแสงสว่างเกิดขึ้น แสงสว่างนี้มักจะเป็นแสง สีขาว สี นวล สีเหลืองสดใสมันๆ สว่างมากบ้างน้อยบ้าง โยคีไม่เคยเห็นเหตุการณ์เช่นนี้ จึงเห็นเป็นของ ประหลาดมหัศจรรย์ บางคนคิดว่าคงเป็นดวงปัญญาเพราะเคยได้ยินว่า แสงสว่างคือปัญญา โยคีจะ หลงติดอยู่ในแสงสว่างที่เห็นนั้น จนเป็นเหตุให้เกิดญาณ เห็นหรือรู้สรรพสิ่งต่างๆ โอภาส คือแสงสว่าง มีลักษณะดังนี้

- ๑) มีแสงสว่างเท่าหิ้งห้อย เท่าไฟฉาย เท่าตารถยนต์ เท่าตารถไฟ
- ๒) สว่างทั้งห้อง สว่างจนมองเห็นตัว
- ๓) สว่างคล้ายกับห้องไม่มีฝา
- ๔) สว่างคล้ายกับเห็นสถานที่ต่างๆ มาปรากฏเฉพาะหน้า
- ๕) สว่างจนเห็นประตูเปิด เอามือไปปิดบ้าง ลืมตาดูบ้าง ยกมือขึ้นดูบ้าง
- ๖) สว่างจนเห็นดอกไม้สีต่างๆ มาปรากฏอยู่ใกล้ๆ

๗) เห็นทะเลตั้ง ๑ โยชน์ ยกตัวอย่าง พระเถระ ๒ รูป คือ รูปหนึ่งพอแสง สว่างเกิดขึ้น มองเห็นดอกไม้ที่ลานพระเจดีย์แล้วบอกเพื่อนมาดู อีกรูป หนึ่งพอแสงสว่างเกิดขึ้นมองเห็นทะเลตั้ง โยชน์หนึ่งแล้วบอกเพื่อนมาดู

- ๘) มีแสงสว่างพุ่งออกจากร่างกาย และจากหัวใจของตัวเอง
- ๙) สว่างจนนิมิตเป็นรูปช้างได้^{๖๖}

ในคัมภีร์ขุททกนิกายปฏิสัมภิทามรรคได้แสดงวิปัสสนูปกิเลสไว้ว่า

โอภาเส เจว าณ จ ปีติยา จวิกรมปติ

ปัสสทธิยา สุขะ เจว เยหิ จิตต์ ปเวรติ.

อธิโมกเข จ ปคคเห อุปภู านะ จ กมปติ

อุเปกขาวชชนายญจ อุเปกขาย นิกนตिया.

^{๖๖} พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า

แปลว่า ภาวนาจิตย่อมสิ้นคลอนเพราะแสงสว่าง ญาณปัญญาที่เฉียบแหลม ความอึดเอิบใจ ความสงบแห่งกายและใจ ความสุขกายสุขใจ ความศรัทธาความพากเพียร ความมีสติสัมปชัญญะ วิปัสสนูปเพกขาอันเป็นไปกับอวิชชูปเพกขา และเพราะตัดหาความยินดีในวิปัสสนา^{๖๗} จากพระคาถาดังกล่าว หมายความว่า ผู้ปฏิบัติธรรมที่พบสภาวะมีโอภาสเป็นต้นนั้น แล้วเกิดอาการฟุ้งซ่านหวั่นไหวไปตามอารมณ์ที่พบนั้น จนเกิดความเข้าใจผิดคิดว่าเป็นมัจฉะเป็นผล เป็นความพ้นทุกข์ แต่ความจริงเป็นเพียงอัมคคะ คือ สภาพที่ไม่ใช่ทางเดิน ด้วยเหตุนี้ ผู้ปฏิบัติธรรมเมื่อปฏิบัติมาถึงจุดนี้ควรระมัดระวัง ต้องแก้ไขด้วยโยนิโสมนสิการคือ กำหนดรู้ในใจให้มากๆ จนเห็นรูปนามและธัมมารมณีนั้นๆ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตนบังคับบัญชาไม่ได้ อย่างนี้จึงชื่อว่า แก้ไขสภาวะดังกล่าวได้ ซึ่งต้องใช้ระยะเวลาตามกำลังความพากเพียรของผู้ปฏิบัติตนเอง

๔.๔.๒ วิปัสสนาญาณ ความรู้จากวิปัสสนา / การมองเห็นความรู้ต่างๆ

วิปัสสนาญาณ คือ ญาณรู้เกิดขึ้นที่ใจ ในบางครั้ง ความรู้เกิดขึ้นในทางโลก ในบางครั้ง ความรู้เกิดขึ้นในทางธรรม อยากรู้ในธรรมข้อไหนหมวดใด กำหนดถามใจก็จะให้คำตอบขึ้นมาทันที อยากรู้ในทางโลกอย่างไร กำหนดถามใจก็จะได้เช่นกัน ในบางครั้งจะมีญาณรู้เกิดขึ้นมาเอง ว่าจะมีเหตุการณ์เกิดขึ้นอย่างนั้นอย่างนี้ไป บางทีก็รู้เป็นเรื่องในอดีต บางทีก็รู้เป็นเรื่องในปัจจุบัน บางทีก็รู้เป็นเรื่องของอนาคต บางทีก็รู้ในเรื่องของตัวเองและเรื่องของคนอื่น อยากรู้เรื่องอะไรกำหนดถามใจจะรู้ได้ทันที ตลอดจนรู้เรื่องอริยสัจ โดยนัยเป็นต้นว่า นี่คือทุกข์ หรือที่ชื่อว่า ปัญญา เพราะรู้ไตรลักษณ์ มีอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา เป็นต้น ปัญญา ชื่อว่า เป็นอินทรีย์ เพราะเป็นใหญ่โดยครอบงำ อวิชาเสียได้และมีหน้าที่เป็นใหญ่ในการรู้ทั่วไปตามความเป็นจริง ฉะนั้น “ปัญญา” จึงชื่อว่า ปัญญาอินทรีย์เจตสิก^{๖๘} ซึ่งมีลักษณะที่จดุดะ ดังนี้

๔.๔.๓ วิปัสสนापิตติ ปิตติจากวิปัสสนา / มองเห็นปิตติได้

วิปัสสนापิตติ ได้แก่การมีความรู้สึกเยือกเย็นซาบซ่าไปทั้งตัว บางทีมีอาการตัวเบาลอยขึ้นได้ก็มี ปิตติ คือ ความเอิบอึดใจ มี ๕ อย่าง^{๖๙}

๑. ขุททกาปิตติ เล็กๆ น้อยๆ มีลักษณะดังนี้

๑.๑ มีสีขาต่างๆ

๑.๒ เยือกเย็น ขนลุก มีนติง หนักๆ

๑.๓ น้ำตาไหล หนึ่งหัวพองสยงเงลา

^{๖๗} อ่างใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีขยาตอ), วิปัสสนาขุณี, หน้า ๕๑๗.

^{๖๘} นายวรรณสิทธิ ไหวทยะเสวี รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๒ เจตสิกสังคหวิภาค, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : พิมพ์ที่ หจก.ทิพย์วิสุทธิ์, ๒๕๔๗), หน้า ๗๑-๗๒.

^{๖๙} พระเทพสิทธิมุนี(โชดก ป.ธ. ๙), คู่มือสอบอารมณกรรมฐาน, กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, พ.ศ. ๒๕๔๑ หน้า ๑๐- ๑๔

- ๑.๔ ตัวขา-พองขึ้น
- ๑.๕ ตัวใหญ่ออก ๆ
- ๑.๖ ขายาวแขนยาว พนยาวออกไปก็มี
๒. ขนิกาบตีปติชั่วขณะ มีลักษณะดังนี้
 - ๒.๑ มีสีแดงๆ ต่างๆ
 - ๒.๒ เกิดในจักขุทวารดุจสายฟแลบ
 - ๒.๓ เปนประกายดั่งตีเหล็กไฟ
 - ๒.๔ แสบทั่วกายกายแข็ง
 - ๒.๕ เปนดั่งแมลงเม่าจับ ไตตามตัว
 - ๒.๖ รอนตามตัว
 - ๒.๗ หัวใจสั่น ไหว
 - ๒.๘ ขุนลุกขนชันบอยๆ แต่ไม่มากนัก
 - ๒.๙ คันยุบยิบคล้ายมดไต่ไรคลานตามใบหนาตามตัว
 - ๒.๑๐ เปนดั่งปลาตอดเปดั่งเสนเ็นชักเปนต์น
 - ๒.๑๑ มีอาการคล้าย ๆ กับน้ำรอนที่กำลังเดือดพลาน
 - ๒.๑๒ เหมือนปลาผุดขึ้นเวลาโยนเศษอาหารลงไป
๓. โอกันตีกาบตีเปนระลอก มีลักษณะดังนี้
 - ๓.๑ ตัวไหวเอน โยกโคลง
 - ๓.๒ สะบัดหนา สะบัดมือ สะบัดเทา
 - ๓.๓ มีอาการสั้นๆ และบางที่มีอาการสูงๆ ต่ำ ๆ คลายเตียงจะคว่ำ
 - ๓.๔ คลื่นไสจจะอาเจียน และบางที่อาเจียนออกมาจริงๆก็มี
 - ๓.๕ บางก็เปนเหมือนละลอกซัด
 - ๓.๖ สั่นระรัวดุจไม้ปกลงในน้ำไหล
 - ๓.๗ มีสีเหลืองอ่อน สีดอกผักตบ
 - ๓.๘ มีกายโยกไป-มา
 - ๓.๙ มีอาการสะบัดรอน สะบัดหนาว
 - ๓.๑๐ บางก็มีอาการรুবวบมาจากขางกลาง หรือมาจากขางบน

- ๓.๑๑ บางก็มีอาการคล้ายๆ แลนโตคลื่นอยู่ในน้ำ
- ๓.๑๒ บางก็รู้สึกวรางกายเราผิดปกติ
๔. อูพเพงคาปติปติโลดลอย มีลักษณะดังนี้
- ๔.๑ กายสูงขึ้น ตัวเบาตัวลอย
- ๔.๒ คันยุบยิบดูจโรไตตามหนาตามตัว
- ๔.๓ ทองเสียวอย่างแรง ทองเดิน เปนบิด
- ๔.๔ สัปหงกไปข้างหน้าไปข้างหลัง
- ๔.๕ คลายคนผลัดกะมำลงไปข้างหน้า
- ๔.๖ คลายคนจับศีรษะหมุนไป-มา
- ๔.๗ ปากงับๆ อາๆ บาง
- ๔.๘ ไหวโยกโคลงโอนเอนไป-มาดูจลมพัดตนไม
- ๔.๙ กายหกคะเมนถลำไป
- ๔.๑๐ กายกระโดดขึ้นปลิวไป
- ๔.๑๑ กายกระตุกกระตักยกแขน ยกเทา
- ๔.๑๒ กายเงื่อมไป-มาข้างหน้าข้างหลังบาง
- ๔.๑๓ มีสีไข่มุก สีขี้ลม สีนุ่น
- ๔.๑๔ มือที่อยู่ในทาทงายคล้ายมีคนจับคว่ำลง มือที่อยู่ในทาคว่าคล้ายมีจับไหญงายขึ้น
- ๔.๑๕ นั่งอยู่ตรงๆ จะรู้สึกว่ามีอาการโอนไปเอนมา เหมือนตอนออกที่ลู่ไปตามลม^{๗๐}
๕. ผรณาปติปติซาบซาน มีลักษณะดังนี้
- ๕.๑ มีความเยือกเย็นแผซานไปทั่วร่างกาย
- ๕.๒ สงบเปนพักๆ
- ๕.๓ คันยุบๆ ตามตัว
- ๕.๔ ซึมๆ ไม่อยากลี้มตา
- ๕.๕ ไม่อยากเคลื่อนไหวร่างกาย
- ๕.๖ ชูจากปลายเทาถึงศีรษะจากศีรษะถึงปลายเทา

^{๗๐} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม ๒**, แปลโดย พระคันธสาราภิวังค์, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙, Ph.D.) ตรวจชำระ, (นครปฐม: ซี ไอ เอ เซ็นเตอร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๔๙.

- ๕.๗ ภายเย็นดูจอบน้ำ หรือดูจุกน้ำแข็ง
- ๕.๘ มีอาการยิบๆ แสบๆ เหมือนไรไต่หนา
- ๕.๙ มีสีคราม สีเขียวใบตองอ่อน สีเขียวมรกต
- ๕.๑๐ ทำให้เพลิดเพลินไม่ยากกระดูกกระดูก
- ๕.๑๑ เปลือกตาที่ปิดอยู่ก็ไม่อยากเปิดขึ้น

๔.๔.๔ วิปัสสนาปัสสัทธิ อาการตัวเบา / มองเห็นอาการตัวเบาโล่ง

วิปัสสนาปัสสัทธิ^{๗๑} ไต่แกความสงบทั้งกายและใจ รู้สึกไปทั้งร่างตัวเบา ไม่แข็งกระด้าง

อ่อนสลาย ไม่มีทุกขเวทนา แม้ใจก็ไม่มีความขจิตสงบ จิตเบา จิตอ่อน และจิตตรง เป็นความสงบอย่างยิ่ง เสวยความยินดีอย่างที่มีมนุษย์ธรรมดาไม่เคยพบเห็น เหมือนการออกจากที่ร้อยระอุไปสู่ที่เย็นสบาย หรือการหายจากความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าโดยฉับพลัน ในขณะที่วิปัสสนาปัสสัทธิปรากฏนี้มี สภาวะธรรมบางอย่างเกิดร่วมกัน คือ

- ลหุตา ความเบาของกายและใจ โดยผู้ปฏิบัติธรรมมักรู้สึกว่าร่าจกายเบาสบาย ในเวลาเดินมีสภาวะเบาเหมือนหายไป แม้ในเวลา นั่ง นอน เหยียด คู้ เป็นต้น ร่างกาย มือ เท้า ก็เบาเหมือนหายไป บางท่านอาจรู้สึกวเคลื่อนเท้าไปถึงเร็ว และอาจเกิดจิตที่ต้องการจะวิ่งเร็วๆ แต่ไม่ควรทำเช่นนั้น เพราะอาจทำให้สติขาดช่วงไม่ต่อเนื่อง

- มุทุตา ความอ่อนของกายและใจโดยปราศจากความกระด้างสามารถตั้งจิตไว้ในอารมณ์ที่จะต้องการจะกำหนดรู้ได้ชัดเจน และต้องการจะปฏิบัติธรรมด้วยความสงบไม่ยากพบกับบุคคล

- กัมมัฏญตา ความเหมาะสมในกิริยาของกายและใจ โดยสามารถปฏิบัติธรรมได้นานหนึ่งหรือสองชั่วโมงด้วยการนั่งบัลลังก์เดียวไม่ขยับและปราศจากความเจ็บปวดในร่างกาย อีกทั้งไม่มีความฟุ้งซ่านหรือการขาดสติกำหนดรู้

- ปาคูญญตา ความคล่องแคล่วของกายและใจ โดยร่างกายเป็นปกติไม่ขาดกำลังวังชาแม้จะปฏิบัติธรรมเป็นเวลานาน และจิตก็กำหนดรู้ได้คล่องแคล่วเหมือนสาธยายมนต์ที่ท่องจำได้ดี

- อุชุกตา ความเที่ยงตรงของกายและใจ โดยปราศจากความสนใจสิ่งที่ไม่ดี ความต้องการจะปกปิดโทษ หรือมายาสาไถยที่สร้างทำเป็นคนดีมีคุณธรรม

บุคคลผู้ถึงพร้อมด้วยวิปัสสนาปัสสัทธิเป็นต้นทั้ง ๖ อย่างนี้มักพบว่าในขณะที่ ยืน เดิน นั่ง นอน คู้ หรือเจริญสติระลึกรู้เท่าทันปัจจุบัน ย่อมสามารถกำหนดอารมณ์ได้ชัดเจน มีความสบายกายและใจ และเพลิดเพลินในการปฏิบัติธรรมยิ่งนัก^{๗๒}

^{๗๑} ภัททันตะอาสาภเถระธัมมาจระยะ , พระอาจารย์, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, หนา ๑๐๐ -๑๐๕

^{๗๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๒, แปลโดย พระคันธสาราภิวังค์, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙, Ph.D.) ตรวจชำระ, (นครปฐม: ซี ไอ เอ เซ็นเตอร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๕๑-๒๕๒.

๔.๔.๕ วิปัสสนาสุข สุขจากวิปัสสนา / รับรู้ความสุขจากสมาธิได้

วิปัสสนาสุข ไตแกสุขในวิปัสสนา เปนสุขที่ละเอียดประณีตยิ่ง ซึมซาบไปทั่วทั้งร่างกาย

อย่างที่ไม่เคยประสบมาก่อน เปนสุขที่ท่วมท้นที่ไม่อาจจะบรรยายใหญ่โตจนได้ เปนสุขที่ประเสริฐกว่าความสุขธรรมดาที่มนุษย์ประสบ คือไม่มีสุขใดที่จะมาเทียบได้ ความสุขใจที่ประกอบด้วยวิปัสสนาและความสุขกายที่เกิดขึ้นเพราะความสุขใจ ในขณะที่ความสุขนี้ปรากฏ โรคที่เคยเกิดขึ้นอาจหายไปได้นอกจากนั้นในบางขณะอาจนึกคิดพิจารณาแล้วรู้สึกเป็นสุขอย่างยิ่งจนกระทั่งอยากจะบรรยายให้ผู้อื่นฟัง ผู้ที่ถึงพร้อมด้วยสุขปัตติและปัสสัทธิเป็นต้นนี้ย่อมได้รับความรื่นรมย์ใจที่ยอดเยียมกว่าความรื่นรมย์ของมนุษย์และเทวดาทั่วไป ดังพระพุทธดำรัสว่า “ภิกษุ! ไปสู่ที่สงบ มีใจสงบ หยั่งเห็นพระธรรมโดยชอบย่อมบังเกิดความยินดีที่มีใจของมนุษย์ทั่วไป”^{๗๓}

๔.๔.๖ วิปัสสนาธิโมกข์ บรรลุธรรมได้เพราะรู้แจ้ง

วิปัสสนาธิโมกข์ ได้แก่ศรัทธาที่เกิดขึ้นมาอย่างมากมาย และความเชื่อมั่นเลื่อมใสที่ประกอบด้วยวิปัสสนา จิตที่เจริญสติระลึกรู้ปัจจุบันย่อมส่องใสไม่เศร้าหมองด้วยกำลังของวิปัสสนาธิโมกข์แม้ผู้ปฏิบัติธรรมจะหยุดพักการเจริญสติเพียงชั่วขณะ ก็ยังมีจิตใจส่องใสเช่นเดียวกัน ความเชื่อมั่นเลื่อมใสพระรัตนตรัย กรรม และผลกรรมมักปรากฏชัดเจนอย่างมีกำลังด้วยอำนาจของแสงสว่าง ญาณ และวิปัสสนาธิโมกข์นี้ ส่งผลให้ผู้เจริญสติปฏิฐานดำริจะปฏิบัติธรรมต่อไป และดำริในการชักชวนบุคคลอื่นอีกด้วย อีกทั้งเกิดความเลื่อมใสผู้ปฏิบัติธรรมและพระวิปัสสนาจารย์

๔.๔.๗ วิปัสสนापคคัยหะ ทำสมาธิได้นาน

วิปัสสนापคคัยหะ คือ ความเพียรที่เกิดขึ้นอย่างผิตปกติพยายามปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอย่างไม่รูเหน็ดเหนื่อยซึ่งผิตไปจากแต่ก่อนที่แม้อาจารย์จะคอยตักเตือนอยู่ก็รู้สึกว่าจะไม่อยากจะปฏิบัติแต่จะมีแต่ความอ่อนเพลียเหน็ด เหนื่อย อาจารย์ก็คอยจู้จี้เคี่ยวเข็ญอยู่ตลอดเวลาเพื่อหมายแต่มาบัดนี้ความคิดเช่นนั้นได้หายไปหมดสิ้นมีแต่ความขยันหมั่นเพียรเป็นพิเศษ เป็นความเพียรที่ประกอบด้วยวิปัสสนา เป็นความเพียรที่สม่ำเสมอไม่ตั้งหรือหย่อนเกินไป ความเพียรดังกล่าวทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมเจริญสติระลึกรู้อย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอโดยไม่ต้องจดจ่อมากนัก^{๗๔}

๔.๔.๘ วิปัสสนาอุปภูฐาน เข้าถึงการมองเห็นในสมาธิได้

วิปัสสนาอุปภูฐาน ได้แก่สติที่กำหนดอารมณ์ ไตทุกอารมณ์อย่างนาอัศจรรย์สิ่งที่เคยกำหนดได้ ยากมาบัดนี้กลับกำหนดได้ อย่างงายดาย ในทุกอิริยาบถ ทุกขณะในทุกอิริยาบถสติจะตั้งมั่น กายไมโยกคลอน ไมไหว ไมเผลอ วิปัสสนาญาณ เกิดปัญญาในการบำเพ็ญวิปัสสนา คือมีสติที่ประกอบด้วยวิปัสสนา เป็นสติที่ปรากฏชัดเหมือนรูปนามในปัจจุบันขณะเข้ามาหาจิต หรือจิตที่กำหนดเข้าไปหารูปนาม สติที่ทำให้อารมณ์ปรากฏชัดแจ้งแก่ผู้ปฏิบัติธรรม เมื่อสติที่เกิดก่อนดับไปแล้ว

^{๗๓} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๒, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙, Ph.D.) ตรวจชำระ, (นครปฐม: ซี ไอ เอ เซ็นเตอร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๕๓

^{๗๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๒, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙, Ph.D.) ตรวจชำระ, (นครปฐม: ซี ไอ เอ เซ็นเตอร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๕๔

สภาวะปัจจุบันก็ปรากฏทันทีอย่างเหมาะสม บางท่านอาจคิดถึงเรื่องที่ผ่านมาแล้วเหมือนย้อนเวลาไปพบกับเรื่องนั้นอย่างชัดเจน แต่ไม่ควรคิดพิจารณา ดังนี้เป็นต้น^{๗๕}

๔.๔.๙ วิปัสสนูปেকขา การมองเห็นหลังจากมอญพิจารณาในสมาธิ

วิปัสสนูปেকขา คือความวางจิตเป็นกลาง หมายความว่า เมื่อจิตดวงใดดวงหนึ่งอันเป็นสภาวะเห็น ได้ยิน หรือกำหนดรู้ เป็นต้น จะปรากฏอวิชชชวิต คือ จิตที่พิจารณาใคร่ครวญอารมณ์ ย่อมเกิดขึ้นก่อนจิตดวงอื่น ถ้าจิตดังกล่าวพิจารณาดี จิตดวงหลังก็จะดำเนินไปดี ถ้าจิตนั้นพิจารณาไม่ดี จิตดวงหลังก็จะดำเนินไปไม่ดี ในเบื้องต้นผู้ปฏิบัติธรรมได้ตั้งใจไว้ก่อนว่าจะกำหนดรู้รูปนามที่เกิดดับอย่างรวดเร็ว อีกทั้งได้รู้เห็นสภาวะนั้นมาแล้วหลายครั้งทำให้อวิชชชวิตที่พิจารณาคำเกิดดับของรูปนามปรากฏขึ้น ลำดับนั้นวิปัสสนาชวนจิตที่รู้เห็นความเกิดดับของรูปนามอย่างชัดเจนย่อมเกิดขึ้นต่อมา

อย่างไรก็ตาม ในเบื้องต้นของการปฏิบัติเมื่อปัญญายังไม่แก่กล้าบุคคลผู้ปรารถนาความเพียร ต้องตั้งใจพิจารณาให้ทันปัจจุบันเหมือนกับจงใจแสวงหา ในบางขณะอาจพุ่งชานไปถึงอดีตหรืออนาคตได้บ้างเป็นครั้งคราวไป ส่งผลให้จิตไม่อาจพิจารณาเท่าทันปัจจุบันได้อย่างชัดเจนด้วยอวิชชชวิต ต่อเมื่ออุทฺทพฺพญาณมีกำลังแล้ว เขาก็สามารถพิจารณาความเกิดดับของรูปนามได้ชัดเจนต่อจากการกำหนดรู้ด้วยจิตดวงก่อน อวิชชชวิตของผู้ปฏิบัติจะเหมือนเล่นเข้าไปหาสภาวะรูปนามเอง อวิชชชวิตที่พิจารณาอย่างนี้ชื่อว่า อวิชชชูปেকขาส่วนวิปัสสนาญาณที่รู้เห็นความเกิดดับของรูปนามโดยประจักษ์ไม่ต้องจดจ่อมามากนักชื่อว่า วิปัสสนูปেকขา^{๗๖}

๔.๔.๑๐ วิปัสสนานิกันติ ยินย่นด้วยตัวเองได้จากสิ่งที่รู้-เห็น

วิปัสสนานิกันติ คือ ความยินดีพอใจในวิปัสสนาที่เกิดขึ้นเมื่อพบเห็นแสงสว่างเป็นต้น ความยินดีพอใจดังกล่าวเป็นสภาพละเอียดอ่อน จึงทำให้สำคัญผิดว่าเป็นที่รื่นรมย์ภาวณา ไม่ใช่กิเลส ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอาจเข้าใจผิดว่าสภาวะดังกล่าวเป็นคุณธรรมพิเศษ หรือเกิดจากการบรรลุคุณธรรมพิเศษ ความยินดีพอใจนี้เป็นวิปัสสนูปกิเลสอย่างแท้จริง ดังนั้น วิปัสสนาจึงเสื่อมไปด้วยความยินดีพอใจ ถ้าผู้ปฏิบัติธรรมยึดมั่นความยินดีพอใจด้วยตัณหา มานะ และทิฏฐิ ก็จะทำให้วิปัสสนาเสื่อมเร็วขึ้น

วิปัสสนูปกิเลสที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ๙ อย่างแรกยกเว้นวิปัสสนานิกันติ อาจปรากฏพร้อมกันได้ในแต่ละครั้ง ส่วนวิปัสสนานิกันติจะมาปรากฏได้ครั้งละอย่างเป็นครั้ง ๆ ไป เช่น เป็นความพอใจยินดีในแสงสว่างเป็นต้น ผู้เข้าใจผิดว่าแสงสว่าง ญาณ และปิติเป็นต้นที่ไม่เคยพบมาก่อนนั้นเป็นคุณวิเศษย่อมเสื่อมไปจากวิปัสสนาคือการเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรม เขาจะไม่เพียรปฏิบัติเพื่อบรรลุวิปัสสนาญาณขั้นสูงต่อไป หรืออาจพอใจยึดติดแสงสว่างเป็นต้น วิปัสสนูปกิเลส ๙ อย่างแรกมีแสงสว่างเป็นต้นอันเป็นที่ตั้งของอุปกิเลสนี้ จะเป็นอุปกิเลสได้ก็ต่อเมื่อยึดถือด้วยตัณหา มานะ และทิฏฐิ

^{๗๕} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม ๒**, แปลโดย พระคันธสาราภิวังค์, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปลโม ป.ธ. ๙, Ph.D.) ตรวจชำระ, (นครปฐม: ซี ไอ เอ เซ็นเตอร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๕๕

^{๗๖} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม ๒**, แปลโดย พระคันธสาราภิวังค์, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปลโม ป.ธ. ๙, Ph.D.) ตรวจชำระ, (นครปฐม: ซี ไอ เอ เซ็นเตอร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๕๖

ถ้าไม่ยึดถือด้วยอุกฤษฏ์ดังกล่าวก็ไม่จัดเป็นอุปกิเลส ดังนั้น โภชณังค์มีสติเป็นต้นที่ปรากฏชัดในระดับภังคญาณเป็นต้นไปจนถึงสังขารูปกษณญาณ พร้อมทั้งสุขและอริโมกข์เป็นต้นที่เกิดร่วมกับ โภชณังค์ จึงไม่เรียกว่าอุปกิเลส

ผู้ที่ได้รับคำชี้แนะจากพระวิปัสสนาจารย์อย่างถูกต้องย่อมเข้าใจว่าแสงสว่าง ญาณ และ ปิติเป็นต้นนี้เป็นอุปสรรคที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมองไม่ใช่คุณวิเศษ การพิจารณาสิ่งเหล่านี้ไม่ใช่ วิปัสสนาบรรคที่ถูกต้อง ที่จริงแล้วสิ่งเหล่านี้ตกอยู่ในอำนาจของไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยงเพราะเริ่ม เกิดขึ้น เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน การกำหนดรู้เท่าทันรูปนามปัจจุบันเท่านั้นจึงเป็นทางปฏิบัติที่ถูกต้องอัน เป็นเหตุให้บรรลุคุณธรรมพิเศษ เมื่อเข้าใจดังนี้และหยุดใส่ใจต่อแสงสว่างเป็นต้นแล้วเจริญสติระลึกรู้ สภาวะธรรมต่อไป เมื่อนั้นความเกิดดับของรูปนามย่อมปรากฏชัดเจนแก่ผู้ปฏิบัติ อีกทั้งความไม่เที่ยง คือสภาพเกิดขึ้นและดับไป ความทุกข์คือความบีบคั้นด้วยความเกิดดับ และความไม่ใช่ตัวตนที่ไม่ เป็นไปตามต้องการ ย่อมปรากฏชัดเจน ลำดับนั้นการรู้เห็นความเกิดดับอย่างรวดเร็วในทุกๆขณะที่ กำหนดรู้จึงเป็นอุท্থัพพญาณที่พ้นไปจากวิปัสสนูปกิเลส^{๗๗}

๔.๕ สรุปท้ายบท

และจากการศึกษาแนวทางการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาพบว่า วิปัสสนาภาวนาคือ การอบรมจิตเพื่อให้เกิดโลกุตตรปัญญา ได้แก่มรรคญาณ ผลญาณ โดยมีแนวทาง ในการอบรมจิต ๒ แบบ คือ สมถยานิกะและวิปัสสนายานิกะ

ในการเจริญวิปัสสนา ๒ แบบ คือ สมถยานิกะและวิปัสสนายานิกะ แม้ใน คัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค จะแสดงแนวทางการเจริญวิปัสสนาไว้ ๔ แบบ เมื่อศึกษาในคัมภีร์อรรถกถา มโนรถปुरुณี และอังคุตตรฎีกา สารัตถมัญชุสา พบว่า สงเคราะห์แบบที่ ๓ และ แบบที่ ๔ เข้าใน ๒ แบบข้างต้นคือ แบบที่ ๑. สมถปุพพังคมนัย เจริญวิปัสสนาที่มีสมถะเป็นเบื้องต้น แสดงไว้ด้วยอำนาจ ของสมถยานิกะบุคคล แบบที่ ๒. วิปัสสนาปุพพังคมนัย เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ แสดงไว้ด้วยอำนาจของ วิปัสสนายานิกะบุคคล คือ ผู้ที่ได้เจริญวิปัสสนาล้วน จนพระโสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และพระ อรหันต์แล้ว แล้วมาเจริญฌาน คือ สมาธิ หรือให้สมถะเกิดขึ้นในภายหลัง จนกระทั่งได้สมาบัติ ๘ อย่าง แบบที่ ๓. ยุคนัทธนัย เจริญสมถะและวิปัสสนาคบคู่กันไป แสดงไว้ด้วยอำนาจการเข้าฌานเมื่อ ออกจากฌานแล้ว ก็พิจารณาสังขารทั้งหลาย หมายความว่า เข้าปฐมฌานได้ ออกจากปฐมฌานแล้ว ก็พิจารณาสังขารทั้งหลาย ครั้นพิจารณาสังขารทั้งหลายแล้ว ก็เข้าทุติยฌาน เป็นลำดับไป แบบที่ ๔. ัมมุตถัจจะวิปัสสนา เจริญวิปัสสนาละความฟุ้งซ่านภายใน ความฟุ้งซ่านภายใน หมายถึง ความเศร้า หมองของวิปัสสนา คือ อุปกิเลส ๑๐ ประการ หมายถึง ขณะผู้ปฏิบัติเจริญวิปัสสนาไปจนกระทั่งถึง อุท্থัพพญาณหรือตีสณปริญญา ถ้าเกิดวิปัสสนาสนูปกิเลส ๑๐ ประการ อย่างไรก็ดีอย่างหนึ่งเกิดขึ้น หากไปมนสิการ ถึงวิปัสสนาสนูปกิเลสดังกล่าวนั้น ก็จะทำให้เกิดความสนใจพอใจในแสงสว่างเป็นต้น

^{๗๗} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม ๒**, แปลโดย พระคันธสาราภิวังค์, พระ พรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙, Ph.D.) ตรวจชำระ, (นครปฐม: ซี ไอ เอ เซ็นเตอร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๕๘-๒๖๑.

นั่น จิตก็จะพุ่งช่านตจากวิปัสสนาวิถึไป ไม่อาจที่จะเห็นพระไตรลักษณ์ได้โดยชัดเจน เมื่อเจริญวิปัสสนา มีญาณปัญญาแก่กล้า ไปถึง โลกุตตรญาณก็จะไปรับนิพพานเป็นอารมณ์ กิเลสที่มีอยู่ที่จิตใจก็จะถูกประหารให้น้อยลง เบาลง ฉะนั้นขณะที่เจริญสติ กำหนดรู้รูปนามอยู่เสมอนี้ มันก็จะบรรเทา กิเลสไปได้ แต่ถ้าญาณปัญญาเกิดขึ้น จะละกิเลสเป็นขณะ เรียกว่า ตัทธกุปทาน ตามแนวทางสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นทางให้เกิดองค์มรรค เมื่อปฏิบัติเห็นจริงตามอริยสัจ ย่อมปรากฏผลของการปฏิบัติรู้แจ้งในอริยสัจ จึงเป็นการบรรลุมรรคผล ที่ถึงซึ่งความดับทุกข์ได้ในที่สุด

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง “การกำหนดอารมณ์ปรมาัตต์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก” มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑. เพื่อศึกษาการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ๒. เพื่อศึกษาอารมณ์ปรมาัตต์ของการเจริญวิปัสสนาภาวนา ๓. เพื่อศึกษาการกำหนดอารมณ์ปรมาัตต์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก โดยศึกษาข้อมูลเฉพาะแง่มุมในข้อธรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการกำหนดอารมณ์ทั้งหมดในการเจริญวิปัสสนาภาวนา เช่น ในมหาสติปัฏฐานสูตร ในภาวนาสสูตร และในพระสูตรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งเป็นการเจริญวิปัสสนาภาวนาแบบวิปัสสนายานิกหรือวิปัสสนายานิกในประเด็นของการกำหนดอารมณ์ปรมาัตต์ จากการศึกษาสรุปเป็นผลวิจัยได้ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๑.๑ การกำหนดอารมณ์ปรมาัตต์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก

การกำหนดรู้อารมณ์ปรมาัตต์ เป็นสภาวะธรรมที่เป็นความจริงตามแบบวิปัสสนายานิก ที่ตรงตามสภาวะ ไม่มีการแปรปรวนหรือไม่มีความวิปริตด้วยประการใด ๆ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีรูป-นาม เป็นปัจจุบันอารมณ์เท่านั้น เป็นการเจริญปัญญา เข้าไปเห็นแจ้งเป็นพิเศษในสภาวะของรูปนาม ตามความเป็นจริง คือเห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่าง ๆ ที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยความเป็นรูปนาม โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาเมื่อเจริญสติกำหนดรู้รูปนามต่อไป ก็ย่อมอบรมสติและสมาธิให้แก่กล้าขึ้นจนสามารถหยั่งเห็นความดับของอารมณ์ที่กำหนดรู้ผู้นั้นพร้อมทั้งความดับของจิตที่รู้ ดังนั้นจึงสามารถบรรลุถึงวิปัสสนาญาณที่รู้แจ้งความไม่เที่ยงของสภาวะธรรมทางจิตที่เรียกว่าวิถิจิต การรู้แบบพิสดารนั้น เป็นการรู้ด้วยธรรมชาติอย่างอื่น คือ รู้ด้วยสัญญาและรู้ด้วยปัญญาที่เรียกว่าปรมาัตต์ ในปรมาัตถธรรมทั้ง ๔ คือ จิต เจตสิก รูป และนิพพานนั้น จิตปรมาัตถธรรม เมื่อจำแนกจิตตามภูมิมี ๔ ประเภท คือ กามาวจรจิต ๕๔ รูปาวจรจิต ๑๕ อรูปาวจรจิต ๑๒ และโลกุตตรจิต ๘ ในการปฏิบัติใช้แค่เพียงขณิกสมาธิ การกำหนดรู้ปรมาัตต์ เป็นการกำหนดสภาวะที่โยคีสามารถรู้แจ่มแจ้งด้วยญาณปัญญาของตนจากการเจริญวิปัสสนาล้วน ๆ ที่เกิดขึ้น อย่างมีสติในขณะที่ระลึกรู้อยู่ รู้ตัวทั่วพร้อม แล้วน้อมเข้ามาพิจารณา กำหนด ให้เข้าใจถึงลักษณะของการปฏิบัติแบบวิปัสสนายานิก เพื่อให้ตรงต่อในการกำหนดสภาวะที่มีอยู่จริง จะอำนวยความสะดวกให้แก่ผู้ใคร่ศึกษาอย่างแท้จริงในการศึกษาค้นคว้าตลอดทั้งยังเสริมสร้างศรัทธาปสาทะที่เกื้อกูลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาและจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อความก้าวหน้าในการเจริญญาณ วิปัสสนา มรรค ผล

จากการเจริญภาวนาของบุคคลผู้สนใจสืบไป

(๑) การเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

การเจริญวิปัสสนาภาวนา การเจริญสติปัฏฐาน เพื่อนำออกเสียซึ่ง อภิชฌา ความพอใจ และโทมนัส ความไม่พอใจในโลกออกเสียได้ ธรรมที่ไม่ได้บ่งชี้ก็มิรวมอยู่ในนั้นด้วยระดับใดระดับหนึ่งเสมอ คือ สมาธิ

การกำหนดรู้อิริยาบถทั้ง ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง และนอนนั้น ไม่ใช่เป็นการสิ้นสุดของการกำหนดรู้ เพราะในอิริยาบถทั้ง ๔ (อิริยาบถหลัก) ก็มีอิริยาบถย่อยคือการกำหนดรู้ในหมวดสัมปชัญญะ เป็นเครื่องเชื่อมต่อกับอิริยาบถหลัก เพื่อให้สติเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ก็จะช่วยส่งเสริมให้สติมีกำลังในการใส่ใจเข้าไประลึกด้วยโยนิโสมนสิการด้วยการทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอย การแล การเหลียว การคู้เข้า การเหยียดออก การครองผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร การฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง

วิธีการปฏิบัติเช่นนี้ ย่อมทำให้พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในและภายนอกอยู่ ย่อมพิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดและเหตุดับในกาย หรือมีสติกำหนดรู้ชื่อว่า “กายมีอยู่” ก็เพียงเพื่ออาศัย เจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น การกำหนดรู้ในอิริยาบถย่อยต่าง ๆ นี้ ด้วยความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ ทำให้เกิดปัญญา เห็นประโยชน์ เห็นโทษของการเคลื่อนไหวของอิริยาบถต่าง ๆ อย่างละเอียดสมบูรณ์ไปอีก เพิ่มความเข้มข้นการทำงานของสติในการพิจารณารูปคือส่วนที่เป็นการเคลื่อนไหว และ นาม คือ จิต ที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวในอิริยาบถต่าง ๆ การกำหนดรู้ในอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในส่วนของอิริยาบถย่อยนี้ ทำให้ผู้กำหนดรู้เกิดความชัดเจนด้วยสติในความจริงที่แสดงออกมาของรูปนามที่ปรากฏจากขณะหนึ่งไปสู่ขณะหนึ่ง ตามรู้สภาวะคือความเกิดขึ้นในกองรูป ตามรู้สภาวะคือความดับไปในกองรูป ตามรู้สภาวะคือความเกิดขึ้นและความดับไปในกองรูปอยู่บ้าง อีกอย่างหนึ่ง สติของผู้ปฏิบัติย่อมปรากฏว่ามีเพียงกองรูป เพื่อปัญญาและการระลึกยิ่งขึ้นไป สติพิจารณาเวทนาที่ปรากฏอยู่ ก็เพียงอาศัยเป็นเครื่องเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหาอาศัยทิวฐิ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ

การกำหนดรู้เวทนาด้วยปัญญาพึงรู้แจ้งความไม่เที่ยงของเวทนาตามความเป็นจริง เมื่อกำหนดรู้เวทนาด้วยปัญญา รู้แจ้งความไม่เที่ยงของเวทนาตามความเป็นจริงอยู่ ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนา ย่อมรู้แจ้งเวทนาที่ไม่เที่ยงนั้นเที่ยวว่าเป็นของไม่เที่ยง ปัญญาที่รู้แจ้งดังกล่าว การกำหนดรู้เวทนาโดยสรุป คือ เมื่อเสวยสุขเวทนา ก็กำหนดตามความรู้สึกนั้น ๆ ที่เกิดขึ้นว่า สุขหนอ ,สบายหนอ ,โล่งหนอ เป็นต้น เมื่อเสวยทุกขเวทนา ก็กำหนดตามความรู้สึกนั้น ๆ ที่เกิดขึ้นว่า เจ็บหนอ ,ปวดหนอ , คั้นหนอ ,ร้อนหนอ ฯลฯ

เมื่อเสวยอุเบกขาเวทนา ความรู้สึกเป็นกลาง ซึ่งกำหนดรู้ได้ยาก หากปรากฏชัดเป็นบางครั้ง ก็กำหนดว่า เฉยหนอ การกำหนดรู้อาการของจิตที่มีธรรมชาติรับรู้อารมณ์ การใส่ใจในอารมณ์เหล่านั้นด้วยการกำหนดรู้เท่าทันอาการของจิต ความเป็นไปที่คุ้นเคยในการรับอารมณ์ที่ไม่ขาดการกำหนดรู้ด้วยโยนิโสมนสิการทำให้เกิดความนึก คิด ถือเอาเป็นเจ้าของในขณะรับรู้ทางทวารทั้งที่เป็ตรับอารมณ์นั้นเข้ามาอย่างเท่าทันด้วยการกำหนดรู้ด้วยสติที่เป็นไปในการรับรู้จิตตานุปัสสนาสติ

ปัญญา ด้วยความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นความจริงที่เกิดกับจิตก็สามารถเข้าใจในการ
 ละความยึดมั่นในการกำหนดรู้อาการของจิตด้วยสติที่ตั้งมั่นพิจารณาเนื่อง ๆ ด้วยวิธีการกำหนดรู้เช่นนี้
 ผู้ปฏิบัติย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตภายใน พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอก หรือพิจารณาเห็นจิตทั้ง
 ภายในและภายนอก พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตพิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิต หรือ
 พิจารณาธรรมเป็นเหตุเกิดและเป็นเหตุดับในจิตอยู่ มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า “จิตมีอยู่” ก็เพียง
 เพื่ออาศัย เจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น สรุปรว่าการเจริญวิปัสสนาภาวนา ตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตร
 อารมณ์ของวิปัสสนากว่า ได้ว่า การปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติที่
 เข้าไปตั้งมั่นโดยพิจารณาเห็นกาย เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติที่เข้าไปตั้งมั่นโดยพิจารณาเห็น
 เวทนา จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติที่เข้าไปตั้งมั่นโดยพิจารณาเห็นจิต และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน
 สติที่เข้าไปตั้งมั่นโดยพิจารณาเห็นธรรมทั้งหลาย เป็นหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จัดเป็น
 ภาวนามยปัญญา สิ่งที่สำคัญในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ผู้ปฏิบัติจะต้องรู้วิธีในการปรับอินทรีย์ คือ
 ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา ตามสภาวะธรรม เพื่อให้เกิดความเห็นแจ้งและตามความเป็นจริง
 ซึ่งสภาวะธรรมตามที่ปรากฏ จนสามารถหยั่งรู้ถึงความเปลี่ยนแปลง แปรปรวนไปของรูปนาม แล้วตั้ง
 สติระลึกรู้สภาวะธรรม รูป-นาม ปัจจุบันที่ปรากฏทางทวารทั้ง ๖ ก็จะเห็นทุกสิ่งตามความเป็นจริง เกิด
 ญาณปัญญาที่รู้แจ้งพระนิพพาน ได้ ประจักษ์แจ้งเห็นสภาวะธรรมตามที่ปรากฏจนสามารถหยั่งรู้ถึง
 ความเปลี่ยนแปลง แปรปรวนไปของสภาวะธรรมทั้งหลายว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา
 ไม่ใช่สัตว์ไม่ใช่บุคคลตัวตนเราเขา จนเกิดปัญญาญาณ สามารถถ่ายถอนออกเสียซึ่งอภิชฌา และ
 โทมนัส เป็นผู้ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลกนี้ เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อให้แจ้งนิพพาน ดังนั้น
 จำเป็นต้องกำหนดรู้ ให้ทัน ให้ถูกทุกครั้ง ทุกอารมณ์ที่ปรากฏขึ้นดังนี้

(๒) อารมณ์ปรมาัตถ์ของการเจริญวิปัสสนา

อารมณ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนาเป็นธรรมชาติชนิดหนึ่งที่มีอยู่จริง รู้โดยไม่ต้องอาศัย
 ใคร แท้จริงการรับรู้อารมณ์ของจิตนั้นอาศัยเจตสิก มีเจตสิก ทำหน้าที่ประกอบและปรุงแต่ง ลำพังแต่
 จิตอย่างเดียวไม่สามารถรู้อารมณ์ได้ เปรียบเหมือนเรือกับคนพายเรือต้องอิงอาศัยกัน ลำพังเรืออย่าง
 เดียวโดยไม่มีคนพาย เรือก็จะไม่สามารถแล่นไปได้ ฉันทิ จิตคนเราและสัตว์ทั้งหลายก็ฉันทินั้น
 เหมือนกัน ต้องมีเจตสิกประกอบปรุงแต่งจึงจะสามารถรู้อารมณ์ได้ เพราะฉะนั้น จิตรับรู้อารมณ์ได้
 เพราะอาศัยเจตสิกประกอบปรุงแต่งเท่านั้น จิตคือสภาวะรู้อารมณ์ หมายถึง การรับรู้สิ่งต่าง ๆ ที่มา
 ปรากฏทางใจโดยผ่านทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ความจริงแล้วการเห็นคือ การที่จิตรับรู้
 โดยผ่านตา การได้ยินเป็นการที่จิตรู้เสียงโดยผ่านหู การรู้กลิ่นเป็นการที่จิตรู้กลิ่นโดยผ่านจมูก การลิ้ม
 รสเป็นการที่จิตรู้รสโดยผ่านลิ้น การสัมผัสเป็นการที่จิตรู้สัมผัสโดยผ่านร่างกาย และการรู้มโนสัมผัส
 เป็นการที่จิตรับรู้ โดยมีลักษณะสืบต่อกันการดับของดวงแก้ว ก็คือ การเกิดขึ้นของจิต มโน วิญญาณ
 ดวงใหม่ เพราะดวงใหม่อาศัยเหตุปัจจัยจากดวงแก้วจึงเกิดขึ้นได้

“จิต” เป็นธรรมชาติที่เป็นนามธรรม ไม่มีรูปร่าง สันฐาน สี สัน วรรณะใด ๆ อาศัยอยู่ใน
 ร่างกายของสัตว์ทั้งหลาย เป็นธรรมชาติชนิดหนึ่งที่มีอยู่จริง ๆ เป็นปรากฏการณ์ของธรรมชาติฝ่าย
 นามธรรมที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วก็ดับ ไปอย่างรวดเร็ว โดยอาศัยเหตุอาศัยปัจจัยต่าง ๆ ทำให้เกิดขึ้น
 ตั้งอยู่และดับไปตามกฎของธรรมชาติ โดยปกติแล้วธรรมชาติของจิต ภาวะของจิตขณะที่ได้รับอารมณ์

ย่อมไม่คงที่ ย่อมเปลี่ยนแปลงอารมณ์อยู่เสมอ สภาวะวิจิตรเรียกว่ามโนเพราะรับรู้อารมณ์ เรียกว่า มานัส เพราะมีธรรมชาติที่สัมพันธ์กับมโน เรียกว่าหทัยเพราะอยู่ภายใน เรียกว่าปิตตะเพราะ ธรรมชาติที่ผ่องใส เรียกว่ามโนยตนะเพราะเป็นที่อยู่อาศัย เป็นบ่อเกิดเป็นที่ประชุม เป็นแดนเกิด แห่งใจ เรียกว่ามโนทริยเพราะเป็นใหญ่ในการรับรู้อารมณ์ เรียกว่าวิญญูณเพราะรับรู้อารมณ์ต่าง ๆ เรียกว่าวิญญูณขันธเพราะเป็นกองแห่งวิญญูณ เรียกว่ามโนวิญญูณธาตุเพราะเป็นสภาวะที่รับรู้ และรับทราบอันสมควรแก่ธรรมทั้งหลาย มีผัสสะเป็นต้น ที่ประกอบกับจิต คือมีสภาพที่ประกอบจิต ประชุมแต่งจิต ทำให้จิตมีความสามารถในการรู้อารมณ์ได้ต่างๆ นานา ยกเว้นจิตเสียแล้ว เจตสิกก็เกิดขึ้น ไม่ได้ จำเป็นต้องอาศัยจิตเกิดเสมอไป ฉะนั้น จึงกล่าวได้ว่า ธรรมชาติของเจตสิกนั้น ย่อมเกิดในจิต หรือย่อมประกอบในจิตเป็นนิตย ธรรมชาติที่เกิดในจิต ชื่อว่า เจตสิก หรือ เจตสี นิยุตต์ เจตสิก ธรรมชาติที่ประกอบในจิตเป็นนิตย ชื่อว่า เจตสิก หมายถึง ประชุมแต่งจิตให้มีความเป็นไปต่าง ๆ เจตสิก เป็นปรมัตถธรรม จึงมีลักษณะคือคุณภาพหรือเครื่องแสดง รสละ คือ กิจการงานหรือหน้าที่ ปัจจุบัน ฐาน คืออาการปรากฏหรือผล และปทัฏฐาน คือเหตุใกล้ให้เกิด

ประเภทของเจตสิก เจตสิกทั้งหมด มีจำนวน ๕๒ ดวง ซึ่งแต่ละดวงก็มีลักษณะแตกต่างกัน ไม่เหมือนกันเลย ถึงกระนั้นก็ยังแบ่งเจตสิก ได้เป็น ๓ ประเภทใหญ่ คือ

๑) อัญญาสมานาเจตสิก เป็นเจตสิกที่ประกอบกับธรรมที่เป็นอกุศล หรือเป็นกุศลหรือเป็น อภัยกตะได้ทุกชนิด เมื่อประกอบกับธรรมชนิดใด ก็มีสภาพเป็นชนิดนั้นไปด้วย กล่าวคือถ้าเกิด ร่วมกับอกุศลก็เป็นอกุศลไปด้วย ถ้าเกิดร่วมกับกุศล ก็จัดเป็นกุศลไปด้วย เมื่อเกิดร่วมกับอภัยกตะ ก็ เรียกว่า เป็นอภัยกตะไปด้วย อัญญาสมานาเจตสิก มีทั้งหมดจำนวน ๑๓ ดวง

๒) อกุศลเจตสิก คือ เจตสิกที่ชั่ว เป็นบาป ไม่งามไม่ฉลาด อกุศลเจตสิกนี้ เมื่อประกอบ กับจิตแล้ว ก็ทำให้จิตเศร้าหมองเร่าร้อนและทำให้เสียศีลธรรม มีจำนวน ๑๔ ดวง

๓) โสภณเจตสิก โสภณเจตสิก คือ เจตสิกที่ดีงาม ไม่เศร้าหมอง ไม่เร่าร้อน เมื่อประกอบ กับจิตก็ทำให้จิตนั้นดีงาม ปราศจากความเร่าร้อน ทำให้จิตตั้งมั่นอยู่ในศีลธรรม มีการเว้นจากบาป เว้นจากทุจริตต่าง ๆ มีทั้งหมด ๒๕ ดวง เจตสิกที่ประชุมแต่งจิตให้มีความรู้ในเหตุผลของความจริงใน สภาวะธรรมเท่านั้น

นอกจากนี้ การกำหนด นามรูป ที่ปรากฏในทวารทั้ง ๖ ได้ตามลำดับนั้นแหละ คือการ เจริญวิปัสสนาขั้นสมบุรณ์ ในระยะเริ่มต้นนั้นยากที่จะทำได้เนื่องจากกำลังสติ กำลังสมาธิยังไม่ เพียงพอหรือยังอ่อนกำลังอยู่ นักปฏิบัติบางคนยังไม่รู้จักวิธีกำหนดตั้งมั่นในขั้นเริ่มต้นนี้ผู้ศึกษาแนะนำ ไม่ควรจะไปนึกถึงสิ่งหนึ่งสิ่งใด หรือไปมัวพะวงอยู่กับการกำหนดพอง-ยุบ มากเกินไป เพราะบางท่าน ได้รับคำแนะนำจากพระวิปัสสนาว่า ต้องอยู่กับท้องพอง ท้องยุบ จึงทำให้ผู้ปฏิบัติมัวแต่ไปพะวงอยู่กับ พองยุบ จึงไม่ได้สนใจกับสภาวะที่เกิดขึ้นของกายและจิตและความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ

สรุปว่า การกำหนดอารมณ์ปรมัตถ์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา มีสภาวะอาการที่ปรากฏ รูปนามปรมัตถ์ ถูกต้องตามหลักคัมภีร์ คือว่า กำหนดรู้สภาวะพอง-ยุบ เป็นธาตุกรรมฐานโดยสภาวะ เป็นลมในท้องที่ดันให้พองออกและยุบลงตามลักษณะของวาโยธาตุ และได้กล่าวว่า พอง-ยุบ คือ รูป ที่ลมถูกต้องบริเวณท้อง คืออาการพองขึ้นและยุบลง ซึ่งต้องอาศัยการกำหนดรูปนามเป็นสำคัญ มีอยู่

ว่าบริเวณห้องนั้น พงกัศติ ยุบกัศติ ที่มีอาการเคลื่อนไหวชัดเจนอยู่นั้น เรียกว่า วาโยโณภูฏัพพรูป เป็นปรมัตถ์ สภาวะของวาโยธาตุ ที่มีอาการเคลื่อนไหวดังนี้

(๓) การกำหนดอารมณ์ปรมัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิก

การกำหนดรู้อารมณ์ปรมัตถ์ เป็นสภาวะธรรมที่เป็นความจริงตามแบบวิปัสสนายานิก ที่ตรงตามสภาวะ ไม่มีการแปรปรวนหรือไม่มีความวิปริตด้วยประการใด ๆ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีรูป-นาม เป็นปัจจุบันอารมณ์เท่านั้น การกำหนดทำให้ผู้ปฏิบัติมีสมาธิจิต จดจ่อต่อเนื่อง แนบสนิทมีสติระลึกรู้ อยู่ในสภาวะที่เกิดขึ้นแก่จิต จนเกิดอารมณ์เป็นหนึ่งชื่อว่าสมาธิ สมาธิ แปลว่า จิตตั้งมั่น ความสงบ สภาพที่จิตยินดีในอารมณ์เดียว นักปฏิบัติใหม่ ที่เพิ่งเริ่มปฏิบัติจึงควรมีความเข้าใจในฌานสมาธิอย่างถูกต้อง ต้องรู้ว่าเมื่อปฏิบัติไปถูกต้องทางฌานสมาธิแล้ว จักมีอาการหรือผลขององค์ฌานหรือผลของสมาธิเกิดขึ้นเป็นธรรมดา จึงต้องมีความเข้าใจอย่างแน่วแน่ว่ามัน เป็นอาการของจิตตามธรรมชาติธรรมดาๆ อันต้องเป็นเช่นนั้นเองเมื่อจิตมีอาการรวมตั้งมั่นขึ้น จึงอย่าได้ไปหลงใน แสง สี เสียง โดยเฉพาะภาพนิมิต เสียงนิมิต นามนิมิตไม่ว่าจะเป็นนิมิต รูปของพระพุทธรูปเจ้า อรหันต์ เทวดา สวรรค์ วิมานต่างๆ ตลอดจนความรู้สึกใดๆ สมาธิหรือฌานเป็นเพียงทางผ่าน หรือแค่ขั้นบันได (บาทฐาน) เป็นเครื่องสนับสนุนเพื่อก้าวต่อไปข้างหน้าในวิปัสสนาญาณเท่านั้น คือ ใช้กำลังของจิตและความสงบไม่ซัดส่ายที่เกิดขึ้นนั้น อันยอมมีกำลังมากกว่าปกติธรรมดา ไปพิจารณาธรรมเพื่อให้เกิดปัญญา ญาณ ให้เกิดความรู้ความเข้าใจในธรรมอย่างถูกต้อง กำหนดรู้ เมื่อเจริญวิปัสสนา มีญาณปัญญาแก่กล้า ไปถึง โลกุตตรญาณก็จะไปรับนิพพานเป็นอารมณ์ ก็เลสที่มีอยู่ที่จิตใจก็จะถูกประหารให้สั้นลงเบาบาง ฉะนั้นขณะที่เจริญสติ กำหนดรู้รูปนามอยู่เสมอนี้ มันก็จะบรรเทาภิเลสไปได้ แต่ถ้าญาณปัญญาเกิดขึ้น จะละกิเลสเป็นขณะ เรียกว่า ตทังคปหาน ตามแนวทางสติปัญญา ซึ่งเป็นทางให้เกิดองค์มรรค เมื่อปฏิบัติเห็นจริงตามอริยสัจ ย่อมปรากฏผลของการปฏิบัติรู้แจ้งในอริยสัจ จึงเป็นการบรรลุมรรคผล

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำข้อมูลไปใช้

ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาการกำหนดอารมณ์ปรมัตถ์ของผู้เจริญวิปัสสนาแบบวิปัสสนายานิกเท่านั้น อาจจะมีขาดการศึกษาบางประการได้เพื่อที่จะให้ผู้ใดในการศึกษานำไปต่อยอดเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้นต่อไป

ดังนั้น ผู้มีความต้องการศึกษาหลักโดยละเอียด ควรศึกษาเพิ่มเติมในการหาข้อมูลประกอบด้วย

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งต่อไป

๑. การกำหนดอารมณ์ปรมัตถ์ในวิปัสสนา
๒. ศึกษาอารมณ์ในมหาสติปัญญา
๓. การกำหนดรู้ธรรมในมหาสติปัญญา

บรรณานุกรม

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Sources)

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๓๕.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย. ๒๕๕๖.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source)

๑ หนังสือ:

- ขุนสรรพกิจโกศล โกวิท ปัทมะสุนทร. ลักษณะที่จตุกกะแห่งปรมัตถธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์, ๒๕๔๙.
- ฉันทนา อุดสาหลักษณ์. พุทธปัญญา. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนัชชการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๙.
- ธนิต อยู่โพธิ์ แปลและเรียบเรียง. สติปัญญาสำหรับทุกคน. มุลนิธิ ๘๔.๐๐๐ พระธรรมชั้นดี พิมพ์เป็นอนุสรณ์ในวันมรณภาพครบ ๓ ปี สมเด็จพระพุฒาจารย์ อัสภมมหาเถร, ๒๕๓๕.
- นายวรรณสิทธิ ไหวยะเสวี รวบรวม. คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๒ เจตสิกสังคหวิภาค. พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ หจก.ทิพย์วิสุทธิ . ๒๕๔๗.
- พระครูเกษมธรรมทัต สุรศักดิ์ เขมรสี. วิปัสสนาภูมิ. พิมพ์ครั้งที่ ๗. พระนครศรีอยุธยา: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕.
- พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี). อานาปานสติภาวนา. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕.
- พระเทพสิทธิมนี โชดก ป.ธ. ๙. คู่มือสอบอารมณกรรมฐาน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑
- พระธรรมธีรราชฆาโมณี โชดก ญาณสิทธิ. หลักปฏิบัติสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.
- _____. คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์ พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๓.
- พระปัญญาวโร ภิกขุ. หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเบื้องต้น. แปลโดย ฉัตรนคร องค์กรสิงห์. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย. พิมพ์ครั้งที่ ๔๑. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๘.
- _____. พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๑๕. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๖.

- _____ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๕. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๖.
- พระพุทฺธโฆสอาจารย์. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ อจาอาสภมหาเถร. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพฯ: ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๘.
- พระราชพุทธิญาณ. **วิปัสสนากรรมฐาน แนวมหาสติปัฏฐานสูตร**. เชียงใหม่: ส. ทรัพย์การพิมพ์ ๒๕๔๔.
- พระราชวรมุนี ประยุทธ์ ปยุตโต .**พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๓ กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย บริษัท ด้านสุทธาการพิมพ์ จำกัด ,๒๕๒๙.
- พระสมภาร สมภาโร (ทวิรัตน์). **ธรรมะภาคปฏิบัติ**. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.
- พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วน จำกัด.ทิพยวิสุทธิ, ๒๕๕๓.
- พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **คำแนะนำในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น**. มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย: กองบริการคำสอนและสิ่งพิมพ์ ม.ป.ป., ๒๕๕๕.
- _____ . **มหาสติปัฏฐานสูตร**. แปลโดยพระคันธสาราภิงค์ กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนประยูรสาส์นไทย
- _____ . **วิปัสสนาขุณี**. แปลเรียบเรียง โดยจากรุญ ธรรมดา. กรุงเทพมหานคร: ทิพยวิสุทธิ, ๒๕๔๐
- _____ .**วิปัสสนานัย เล่ม ๑**. แปลโดยพระคันธสาราภิงค์. พิมพ์ครั้งที่ ๑. นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘.
- _____ .**วิปัสสนานัย เล่ม ๒**. แปลโดยพระคันธสาราภิงค์. พิมพ์ครั้งที่ ๑. นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘.
- พระอนุชุธาจารย์และพระญาณชเถระ. **อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี**. แปลโดย พระคันธสาราภิงค์. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๒.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **อรรถมะภาคปฏิบัติ ๓**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.
- ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์จำลอง ดิษยวณิช. **วิปัสสนากรรมฐานและเขาวน้อารมณ**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๔๙.
- สมเด็จพระพุทธิชินวงศ์ สมศักดิ์ อุปสโม. **อริยวังสปฏิบัติทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า**. กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔.
- สมบุญ ตาสนธิ. **อันตรธานธรรม**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธิงค์ ปียอนด์บุ๊ก จำกัด, ๒๕๓๗.
- หลวงพ่อจรรย์. **หลักวิปัสสนาพัฒนาจิต**. สำนักพิมพ์ LOVE BOOKS: มิถุนายน, ๒๕๕๒.

๒ วิทยานิพนธ์:

นัตติมา ชูดวงแก้ว. “การศึกษาเปรียบเทียบเจตสิกธรรมในพระอภิธรรมปิฎกกับพระสูตรต้นตูปิฎก”
 วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระครูปลัดสุนทร สุนทรโร (แช่เตียว). “ศึกษาหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแบบพอง-ยุบตามแนวการปฏิบัติของพระโสภณมหาเถระ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระบุญธรรม อธิจิตโต (สีระสา). “การศึกษาจิตและเจตสิกในจิตตานุปัสสนาภาวนา” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระมหาสามารถ อธิจิตโต (มนัส). “ศึกษาการบรรลุธรรมด้วยการเจริญอานาปานสติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๕๔.

พระสันติชัย สติเวปุลโล (ยุศกระโทก). ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแบบยุคนันทนัยที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระอธิการดิเรก ธิรญาโณ (สีหะ). ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการบรรลุธรรมของวิปัสสนายานิกบุคคล” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

สังวรณ แจ่มนคร. “ศึกษาหลักวิธีอบรมจิตและเจริญปัญญาในมหาสังกจสูตร” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

ประวัติ



- ชื่อ : พระครูสังฆรักษ์ไพโรจน์ เขมจิตโต
- วัน/เดือน/ปีเกิด : ๙ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๐๓
- ภูมิลำเนา : ๘๕/๑๐ ถนนเจริญกรุง แขวงวัดพระยาไกร กรุงเทพมหานคร
- การศึกษาทางโลก : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- พ.ศ. ๒๕๔๖ : พุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ) สาขาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- การศึกษาทางธรรม : นักธรรมชั้นเอก
- พ.ศ. ๒๕๔๙ : วัดโคกพระ ตำบลโพกรวม อำเภอเมือง สิงห์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี
- ประสบการณ์การปฏิบัติธรรม
- พ.ศ. ๒๕๕๓ : ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา เจริญวิปัสสนาภาวนา เป็นระยะเวลา ๔๕ วัน
- พ.ศ. ๒๕๕๖ : ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา เจริญวิปัสสนาภาวนา เป็นระยะเวลา ๔๕ วัน
- บรรพชา/อุปสมบท : เมื่อวันที่ ๕ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๐
- สังกัดวัด : วัดโคกพระ ตำบลโพกรวม อำเภอเมืองสิงห์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี
- ตำแหน่งหน้าที่ : เป็นเจ้าอาวาส
- วัดโคกพระ ตำบลโพกรวม อำเภอเมือง จังหวัดสิงห์บุรี
- ปีที่เข้าศึกษา : พ.ศ. ๒๕๕๔
- ปีที่สำเร็จการศึกษา
- ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดโคกพระ ตำบลโพกรวม อำเภอเมืองสิงห์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี
- โทรศัพท์ : ๐๘ ๔๓๑๑ ๑๔๔๑
- E-mail : [parkmmnknm@hotmail.com/](mailto:parkmmnknm@hotmail.com)
thesis.541140935@gmail.com