

บทที่ ๒

สมถูปุพพัทังคณนัยในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

การอบรมจิตให้เจริญ บังเกิดปัญญาญาณในทางพระพุทธศาสนา เพื่อให้มองเห็นความจริงแห่งสังขารธรรมทั้งหลาย ในสภาวะธรรมอันเป็นปรมาตม^๑ คำสอนหลักในพระไตรปิฎกกล่าวถึงความตั้งมั่นของสมาธิเป็นสิ่งสำคัญอันดับแรก สมถูปุพพัทังคณวิปัสสนา คือ การปฏิบัติวิปัสสนาโดยมีสมถภาวนาเป็นเบื้องต้น บำเพ็ญเพียรอบรมจิตให้บังเกิดความสงบระงับจากนิวรณ์ทั้งหลาย บังเกิดความละเอียด ประณีตของจิต ความตั้งมั่นของสัมมาสติ และสัมมาสมาธิเจริญขึ้นโดยลำดับ จากนั้นยกจิตขึ้นพิจารณากำหนดรู้สภาวะธรรม ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงในรูป-นาม อุปาทานขันธ ๕ โดยความเป็นไตรลักษณ์ โดยความเป็นอริยสัจ ปัญญาญาณที่บังเกิดขึ้นส่งผลต่อจิต ยังผลให้บังเกิดความดับลงของกิเลสอย่างหยาบ กิเลสอย่างละเอียด และอาสวะทั้งหลายโดยลำดับ จึงเป็นหัวข้อหลักในการศึกษาวิจัยมีดังนี้

๒.๑ นิยาม ความหมายของสมถูปุพพัทังคณนัย

๒.๒ ความเป็นมาของสมถูปุพพัทังคณนัยในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๒.๓ การเจริญภาวนาในพุทธศาสนาเถรวาท

๒.๔ การเจริญวิปัสสนาภาวนาแบบสมถูปุพพัทังคณนัย

๒.๕ ผลสำเร็จของการเจริญสมถูปุพพัทังคณวิปัสสนา

๒.๑ นิยาม ความหมายของสมถูปุพพัทังคณนัย

สมถูปุพพัทังคณวิปัสสนา วิปัสสนามีสมณะนำหน้า เรียกย่อว่า สมถูปุพพัทังคณนัย การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณะนำหน้า^๒ “สมถูปุพพัทังคณ วิปัสสนิ ภาเวติ”^๓ เจริญวิปัสสนามีสมณะนำหน้า^๔

^๑ ปรมาตมธรรม หมายถึง ทำให้แจ้งนิโรธสัจ., พุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๒๑๑/๕๕๑.

^๒ ดูรายละเอียดใน พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๓๕/๔๓๓.

^๓ พุ.ป. (บาลี) ๓๑/๒/๓๐๗.

^๔ พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณำหน้า เป็นการเจริญสมณภาวนาในเบื้องต้น ได้สมาธิระดับอุปจารสมาธิ หรือ อัปปนาสมาธิ มีที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจแห่งเนกขัมมะ เป็นสมาธิ ชื่อว่าวิปัสสนา เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นธรรมที่เกิดในสมาธินั้นตามความเป็นจริง มีองค์ฌานทั้ง ๕ เป็นต้น หรือ เมื่อออกจากฌานสมาบัติแล้วพิจารณาสภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นทางอายตนะทั้ง ๖ โดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา สมณะจึงมีก่อนวิปัสสนามีภายหลัง^๕

อรุเป วิปัสสนาภินิเวโส เยภุญเยน สมถยานิกสส โหติ.^๒ ฌานังคานิ ปริคคณหาติ รูปมูขเน วิปัสสนํ อภินิเวสนโต.^๓

การเจริญวิปัสสนาในนามธรรม ย่อมมีแก่สมถยานิกเป็นส่วนใหญ่ ผู้ที่เจริญวิปัสสนาโดยมีนามธรรมเป็นหลักย่อมกำหนดรู้องค์ฌาน^๔

๒.๒ ความเป็นมาของสมถปุพพังคมนัยในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสการเจริญวิปัสสนาโดยมีฌานเป็นบาทฐาน เรียกว่า อนุปัทธัมมวิปัสสนา การเห็นแจ้งธรรมตามลำดับบท^๕ ด้วยอำนาจแห่งองค์ฌาน และอำนาจของท่านพระสารีบุตร ใน มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ อนุปทสูตร^๖ ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย สารีบุตรสงัดจากกาม และ อกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มีวิตกวิจารณ์ ปีติ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ ก็ธรรมในปฐมฌาน คือ วิตก (ความตรึก) วิจารณ์ (ความตรอง) ปีติ (ความอิ่มใจ) สุข (ความสุข) จิตเตกัคคตา (ความที่จิตมีอารมณ์เดียว) ผัสสะ (ความถูก ต้อง) เวทนา (ความเสวยอารมณ์) สัญญา (ความหมายรู้) เจตนา (ความจงใจ) วิญญาน (ความรู้แจ้ง) ฉันทะ (ความพอใจ) อธิโมกข์ (ความน้อมใจเชื่อ) วิริยะ (ความเพียร)

^๕ พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี), ศึกษาวิเคราะห์หลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือนในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท, หน้า ๔๓.

^๖ วิสุทธิมหาฎีกา (บาลี) ๒/๕๑๔.

^๗ ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๒/๓๗๖.

^๘ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ) ตรวจชำระ, พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี) รวบรวมและเรียบเรียง, อานาปานสติภาวนา ลำดับการบรรลุดรรมของพระพุทธเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๐๔.

^๙ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๓/๑๑๑.

^{๑๐} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๓/๑๑๐-๑๑๕.

สติ (ความระลึกได้) อุเบกขา (ความวางเฉย) มนสิการ (ความใส่ใจ) เหล่านั้น สาริบุตรกำหนดตามลำดับบทได้แล้ว ธรรมที่สาริบุตรรู้แจ้งแล้วเหล่านั้น ย่อมเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป สาริบุตรนั้นรู้ชัดว่า ‘การสลัดทุกข์ที่สูง ๆ ขึ้นไป ยังมีอยู่’ เธอมีความเห็นว่า การสลัดทุกข์มิได้ เพราะการกระทำธรรมนั้นให้มากขึ้น

เพราะวิตกวิจารณ์สงบระงับไป สาริบุตรบรรลุทุติยฌาน มีความผ่องใสในภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาบัติอยู่ ก็ธรรมในทุติยฌาน คือ ความผ่องใสในภายใน ปีติ สุข จิตเตกัคคตา ผัสสะ สาริบุตรนั้นรู้ชัดว่า

เพราะปีติจางคลายไป สาริบุตรมีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกายบรรลุตติยฌาน

เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อน สาริบุตรบรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิเพราะอุเบกขาอยู่

เพราะล่วงรูปสัญญา ดับปฐมิสัญญา ไม่กำหนดนันทตสัญญาโดยประการทั้งปวง สาริบุตรบรรลุอากาศานัญญายตนนะ โดยกำหนด ว่า ‘อากาศหาที่สุดมิได้’ อยู่ เพราะล่วงอากาศานัญญายตนนะได้โดยประการทั้งปวง สาริบุตรบรรลุวิญญูณัญญายตนนะ โดยกำหนด ว่า ‘วิญญูณหาที่สุดมิได้’ อยู่ เพราะล่วงวิญญูณัญญายตนนะได้โดยประการทั้งปวง สาริบุตรบรรลุอากิญจัญญายตนนะ โดยกำหนด ว่า ‘ไม่มีอะไร’ อยู่ เพราะล่วงอากิญจัญญายตนนะได้โดยประการทั้งปวง สาริบุตรบรรลุเนวสัญญานาสัญญายตนนะ อยู่ เธอมีสติออกจากสมาบัตินั้นแล้ว พิจารณาเห็นธรรมที่ล่วงลับ ดับ แปรผันไปแล้ว รู้ชัดว่า ‘การสลัดทุกข์ที่สูง ๆ ขึ้นไป ยังมีอยู่’ เธอมีความเห็นว่า การสลัดทุกข์มิได้เพราะการกระทำธรรมนั้นให้มากขึ้น

เพราะล่วงเนวสัญญานาสัญญายตนนะได้โดยประการทั้งปวง สาริบุตรบรรลุสัพพัญญุตญาณนิโรธอยู่ เพราะเห็นด้วยปัญญา อาสวะทั้งหลายของเธอจึงสิ้นไป สาริบุตรนั้นมีสติออกจากสมาบัติแล้ว พิจารณาเห็นธรรมที่ล่วงลับ ดับ แปรผันไปแล้ว สาริบุตรนั้นรู้ชัดว่า ‘การสลัดทุกข์ที่สูง ๆ ขึ้นไป ไม่มี’ เธอมีความเห็นว่า การสลัดทุกข์ไม่มีเพราะการกระทำธรรมนั้นให้มากขึ้น

การบรรลุธรรมของท่านพระสาริบุตรเป็นการเจริญสมณูปพังคมวิปัสสนา โดยเจริญสมณภาวนาเป็นเบื้องต้น คือ รูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๔ เจริญวิปัสสนาในภายหลัง บรรลุสัญญาเวทิตินิโรธ และความสิ้นอาสวะ การบรรลุธรรมนี้ แสดงให้เห็นถึงความเป็นอธิปัตถุยา หยั่งเห็นพิจารณากำหนดรู้องค์ธรรม และสภาวะธรรมแห่งฌานสมาบัติ และฌานสัมปยุตตธรรมได้อย่างละเอียดด้วยสัมมาสมาธิ

๒.๓ การเจริญภาวนาในพุทธศาสนาเถรวาท

๒.๓.๑ ความหมายของการเจริญภาวนา

การเจริญภาวนา เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า กรรมฐาน หรือ กัมมัฏฐาน เป็นการฝึกอบรมด้านจิตใจ การบริหารจัดการ การพัฒนาจิต หรือจิตตภาวนากรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้งแห่งการทำงาน หรือการกระทำ^{๑๑} หมายความว่า ที่ตั้งของความเจริญอุตสาหะที่เรียกว่าการปรารภความเพียร หมายถึง รูปธรรม มีอารมณ์ คือ วงกลิน เป็นต้น และนามธรรม มีการเจริญกลิน เป็นต้น อีกนัยหนึ่ง กัมมัฏฐาน คือ การกระทำอันเป็นที่ตั้งของความสุขพิเศษ เพราะเป็นที่ตั้งของความสุขในฌานและมรรคผล

คัมภีร์อภิธรรมวิภาวินีกล่าวว่า กรรมฐาน คือ ลำดับภาวนาอันเป็นเหตุไถ่ของการกระทำ เพราะเป็นเหตุไถ่ของการบำเพ็ญเพียรยิ่ง ๆ ขึ้นไป^{๑๒} พระสารีบุตรให้ความหมายไว้ ๔ ประการ^{๑๓} คือ

๑) ภาวนา คือ ธรรมชาติที่ทำให้ธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นในตนไม่ล่วงเลยกันและกัน เช่น เมื่อโยคีละความพอใจในกามได้แล้วทันที่นั่นเอง ธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นด้วยอำนาจแห่งการหลีกออก เว้นออกจากกามก็ย่อมเกิดขึ้นไม่ล่วงเลยกันและกัน เป็นต้น

๒) ภาวนา คือ ธรรมชาติที่ทำให้อินทรีย์ทั้งหลายมีรสเป็นอย่างเดียวกัน ด้วยอำนาจแห่งการหลีกออกจากกาม เป็นต้น

๓) ภาวนา คือ ธรรมชาติที่นำความเพียรที่สมควรแก่ธรรมนั้น ๆ เข้าไป เช่น เมื่อละกามฉันทะแล้ว ย่อมนำความเพียรด้วยอำนาจการหลีกออกจากกามเข้าไป เป็นต้น

๔) ภาวนา คือ การปฏิบัติเนื่อง ๆ เช่น เมื่อละกามฉันทะแล้ว ย่อมปฏิบัติเนื่อง ๆ ซึ่งความออกจากกาม เป็นต้น^{๑๔}

พระพรหมคุณาภรณ์ให้ความหมายว่า ภาวนา คือ การทำให้มีขึ้น ทำให้เกิดขึ้น โดยการเจริญ การบำเพ็ญ การพัฒนา สามารถจัดเป็น ๒ อย่าง ดังนี้

^{๑๑} ดูรายละเอียดใน อัง.ฉก.อ. ๓/๑๐๗/๑๕๗.

^{๑๒} พระญาณธช.เถระ (แลติสยาตอ), *อานาปานทีปนี*, หน้า ๗๖๐.

^{๑๓} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

^{๑๔} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๖๐/๒๔๙-๒๕๒.

จิตตภาวนา การฝึกอบรมจิตให้เจริญงอกงามด้วยคุณธรรม มีความเข้มแข็งมั่นคง เบิกบาน สงบสุขผ่องใส พร้อมด้วยความเพียร สติ และสมาธิ

ปัญญาภาวนา การฝึกอบรมเจริญปัญญา ให้รู้เท่าทันสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จนมีจิตใจเป็นอิสระ ไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์^{๑๕}

การเจริญภาวนา หรือ การปฏิบัติกรรมฐาน มี ๒ ประการ ดังนี้

๑) สมถภาวนา หรือ สมถกรรมฐาน คือ การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ ได้แก่ หลักหรือวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสงบทางจิตใจ หรือ การทำจิตใจให้เป็นสมาธิมั่นคง

๒) วิปัสสนาภาวนา หรือ วิปัสสนากรรมฐาน คือ การฝึกอบรมปัญญา ให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง^{๑๖} ได้แก่ หลัก หรือ วิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญา เห็นแจ้งตามความเป็นจริง ในชั้น ๕ ว่า เป็นสภาวะที่ไม่เที่ยง (อนิจจัง) เป็นทุกข์ ทนได้ยาก (ทุกขัง) เป็นสภาวะที่ไม่ใช่บุคคลตัวตน เราเขา บังคับบัญชาไม่ได้ (อนัตตา) เรียกว่า วิปัสสนา

ดังพระพุทธพจน์ว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรม ๒ อย่างเหล่านี้เป็นเหตุให้เกิดปัญญา ธรรม ๒ อย่างนั้น ได้แก่ สมถะ ๑ วิปัสสนา ๑”^{๑๗}

๒.๓.๒ แนวทางการเจริญภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง พระไตรปิฎกได้กล่าวถึงการเจริญสมถวิปัสสนาภาวนา ไว้ ๔ แบบ^{๑๘} ดังนี้

๑) สมถปุพพังคมวิปัสสนาภาวนา เรียกว่า สมถปุพพังคมนัย คือ การเจริญวิปัสสนา โดยมีสมถะนำหน้า เป็นการเจริญสมถภาวนาในเบื้องต้น ได้สมาธิระดับอุปปจารสมาธิ หรือ อัปปนาสมาธิ ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจแห่งเนกขัมมะ เจริญวิปัสสนาภายหลังพิจารณาองค์ฌานมีปิติ สุข เป็นต้น ที่เกิดในสมาธินั้นโดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา สมถะจึงมีมาก่อน วิปัสสนามีภายหลัง

๒) สมถวิปัสสนายุกนัทธิภาวนา^{๑๙} เรียกว่า ยุคนัทธินัย คือ การเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่ไปด้วยกัน^{๒๐} เป็นการกำหนดรู้ด้วยสภาวะอาการ ๑๖ อย่าง ดังนี้

^{๑๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, (โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, วิสาขบูชา ๒๕๕๔), หน้า ๒๘๖.

^{๑๖} ดุราละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๒/๒๔๒.

^{๑๗} ดุราละเอียดใน อง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๑๗๓/๙๐.

^{๑๘} ดุราละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๑๓-๔๑๔.

- | | |
|--|---------------------------------------|
| ๑.๑) ด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์ | ๑.๒) ด้วยมีสภาวะเป็นโคจร |
| ๑.๓) ด้วยมีสภาวะละ | ๑.๔) ด้วยมีสภาวะสละ |
| ๑.๕) ด้วยมีสภาวะออก | ๑.๖) ด้วยมีสภาวะหลักออก |
| ๑.๗) ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมละเอียด | ๑.๘) ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมประณีต |
| ๑.๙) ด้วยมีสภาวะหลุดพ้น | ๑.๑๐) ด้วยมีสภาวะไม่มีอาสวะ |
| ๑.๑๑) ด้วยมีสภาวะเป็นเครื่องข้าม | ๑.๑๒) ด้วยมีสภาวะไม่มีนิमित |
| ๑.๑๓) ด้วยมีสภาวะไม่มีปณิหิตะ | ๑.๑๔) ด้วยมีสภาวะเป็นสุญญตา |
| ๑.๑๕) ด้วยมีสภาวะมีรสเป็นอย่างเดียวกัน | ๑.๑๖) ด้วยมีสภาวะเป็นคู่กันไม่ล่วงกัน |

ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ละอุทัจจะ ไม่ฟุ้งซ่าน มีสมาธิ กำหนดธรรมารมณ์ที่เกิดขึ้น ละอวิชชา ว่างจากอภินิเวสทั้งปวง มีนิโรธเป็นอารมณ์ ด้วยประการดังนี้ สมณะและวิปัสสนาจึงมีรสเป็นอย่างเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเลยกัน^{๒๑}

๓) อัมมุทัจจวิคคหิตมานัส^{๒๒} เรียกว่า อัมมุทัจจปหานนัย เป็นวิธีปฏิบัติเมื่อจิตถูกชักให้เขวด้วยธรรมุัจจ หมายถึง ความฟุ้งซ่านธรรม หรือต้นธรรม ความฟุ้งซ่านด้วยสำคัญผิดในธรรม ความฟุ้งซ่านเนื่องจากเกิดวิปัสสนูปกิเลสอย่างใดอย่างหนึ่งจากการเจริญสมถภาวนา แล้วสำคัญผิดว่าตนบรรลุธรรม ความเข้าใจผิดยึดเอาผลที่ประสบในระหว่างว่าเป็นมรรค ผล นิพพาน^{๒๓} จิตย่อมกวัดแกว่ง หวั่นไหว ไม่เกิดปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์ได้จริง ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตาตามความเป็นจริง เมื่อละอุทัจจะแล้ว จึงมีสมาธิความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ตั้งมั่นสงบอยู่ภายในได้ จึงเป็นบาทฐานของวิปัสสนาต่อไป^{๒๔}

๔) วิปัสสนาปุพพังคมสมถภาวนา เรียกว่า วิปัสสนาปุพพังคมนัย คือ การเจริญสมณะโดยมีวิปัสสนานำหน้า เป็นการเจริญวิปัสสนาภาวนาในเบื้องต้น กำหนดรู้สภาวะธรรมโดยความไม่เที่ยง กำหนดรู้สภาวะธรรมโดยความเป็นทุกข์ กำหนดรู้สภาวะธรรมโดยความเป็นอนัตตา

^{๑๙} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๑๓.

^{๒๐} ดุราลละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๕๓-๑๖๕/๑๑๖-๑๒๒.

^{๒๑} ดุราลละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๐-๔๒๔.

^{๒๒} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๑๔.

^{๒๓} ดุราลละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๔๒-๕๔๓/๔๔๕-๔๔๘.

^{๒๔} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๒๕.

กำหนดรู้สภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดในวิปัสสนานั้นเป็นอารมณ์ และสภาวะที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่าน เป็นวิปัสสนาสมาธิเกิดขึ้นก่อน สมถะเกิดตามมาภายหลัง^{๒๕}

วิทยานิพนธ์นี้ทำการศึกษาในหัวข้อการเจริญสมถูปุพพังมวิปัสสนา ดังนั้นผู้วิจัยได้นำเสนอเฉพาะการเจริญภาวนาอันมีสมถภาวนาเป็นเบื้องต้นตามที่ได้อธิบายมาแล้ว คือ สมถูปุพพังมนัย ธัมมูทัจจปหานนัย และยุคนัทธนัย อันเป็นการเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่ไปด้วยกัน ซึ่งเป็นการเจริญภาวนาที่สอดคล้องกันกับหัวข้อวิทยานิพนธ์นี้

๒.๔ การเจริญสมถูปุพพังมวิปัสสนา

พระไตรปิฎก กล่าวถึงการเจริญสมถูปุพพังมวิปัสสนาภาวนา คือ การเจริญวิปัสสนา โดยมีสมถะนำหน้า^{๒๖} เป็นการเจริญสมถภาวนาในเบื้องต้น ได้สมาธิระดับอุปจารสมาธิ หรือ อัปปนาสมาธิ จิตมีความเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจแห่งเนกขัมมะแล้ว ยกจิตขึ้นเจริญวิปัสสนา พิจารณาสภาวะธรรมที่เกิดในสมาธินั้นตามความเป็นจริง มีองค์ฌานทั้ง ๕ เป็นต้น หรือเมื่อออกจากฌานสมาบัติแล้วพิจารณาสภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นทางอายตนะทั้ง ๖ โดยความไม่เที่ยง เป็นอนิจจัง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา

ในอังคุตตรนิกาย นวกนิบาต กล่าวถึงการปฏิบัติของสมณยานิกว่า “ภิกษุในศาสนานี้ สงัดแล้วจากกามคุณ สงัดแล้วจากอกุศลธรรม บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก มีวิจาร มีปีติ และสุข เกิดแต่วิเวกอยู่ เธอย่อมยังเห็นธรรมเหล่านั้น คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ในขณะที่เกิดปฐมฌานนั้นว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เหมือนโรค เหมือนฝี เหมือนหนาม ไม่ดีงาม เป็นสภาพอื่น ๆ (จากตัวตน) แตกสลาย ว่างเปล่า ไม่ใช่ตัวตน”^{๒๗}

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) อธิบายรายละเอียดว่า ผู้บรรลุปฐมฌานแล้ว ควรเข้าปฐมฌานก่อนจะเจริญวิปัสสนาเพื่อให้ฌานเป็นบาท เมื่อออกจากฌานแล้วจึงเจริญวิปัสสนาต่อไป แม้การหยั่งเห็นก็เป็นการกำหนดรู้ขั้น ๕ ซึ่งปรากฏในปฐมฌานนั้น ผู้บรรลุปฐมฌานอื่นหรืออรุณฌาน ควรปฏิบัติตามนัยนี้เช่นเดียวกัน ผู้บรรลุด้านต้องเข้าฌานก่อนแล้วออกจากฌานหลังจากนั้นจึงกำหนดรู้รูปนามที่ปรากฏในฌานนั้น ๆ

^{๒๕} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๑๓

^{๒๖} ดุราเยติใน พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

^{๒๗} อง.นวก. ๒๓/๓๖/๓๔๗.

การเจริญวิปัสสนาในนามธรรมย่อมมีแก่สมถยานิกเป็นส่วนใหญ่ การกำหนดรู้องค์ฌาน และสัมปยุตตธรรม คือ จิตพร้อมด้วยเจตสิก กำหนดสภาวะลักษณะที่เป็นลักษณะพิเศษของธรรม นั้น ๆ และหน้าที่ เป็นต้น มิใช่การรับรู้ชื่อ รูปร่างสัญญาณ หรือจำนวน พระพุทธองค์สอนการ กำหนดรู้โดยให้กำหนดรู้รูปธรรมก่อนนามธรรม แต่ถ้านามธรรมปรากฏชัดในบางขณะ ก็อาจ กำหนดนามธรรมได้เช่นกัน เมื่อกำหนดรู้นามธรรมเป็นเป็นหลักแล้ว แม้จะไม่กำหนดรูปธรรมก็จัด ว่าได้กำหนดรูปและนามทั้งสองอย่างได้โดยปริยาย

๒.๔.๑ การเจริญสมถภาวนาเป็นเบื้องต้น

สมถะ คือ การเพ่งอารมณ์เพื่อให้จิตตั้งมั่น สงบอยู่ในอารมณ์เดียว และสามารถทำให้ กิเลสนิวรณ์สงบระงับลงได้^{๒๘}

คัมภีร์ปรมัตถทีปนี อธิบายความว่า สมถะ คือ สภาพธรรมที่ระงับกิเลส หรือ ธรรม หยาบอย่างอื่นมี วิตก วิจาร เป็นต้น หมายถึงฌานสมาธิ ที่เรียกว่า เอกัคคตาจิต^{๒๙}

คำว่า สมถะ แปลว่า สงบ มีความหมาย ๓ ประการ คือ

๑) สงบจากนิวรณ์ ธรรมใดทำธรรมที่เป็นข้าศึกมีกามฉันทะนิวรณ์ เป็นต้น ให้สงบลง เหตุนั้น ธรรมนั้น ธรรมนั้น ชื่อว่า สมถะ ได้แก่ สมาธิ

๒) สงบตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว ไม่ซัดส่ายฟุ้งซ่านไปในอารมณ์หลากหลาย เพ่งกำหนดอยู่แต่ในอารมณ์เดียว ด้วยอำนาจสมาธิ

๓) สงบลงจากองค์ฌานชนิดหยาบ ธรรมใดที่ยังมีองค์ฌานชนิดหยาบ มีวิตก เป็นต้น ให้สงบไม่เกิดขึ้น เหตุนั้นชื่อว่า สมถะ^{๓๐}

การเจริญภาวนาโดยมีสมถะเป็นเบื้องต้น มีองค์ประกอบ ดังนี้

๑) อารมณ์ของสมถภาวนา

๒) ฌานสมาธิ

๓) องค์ฌาน

และมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๑) อารมณ์ของสมถภาวนา เรียกว่า กรรมฐาน ๔๐ สงเคราะห์ไว้เป็น ๗ หมวด ดังนี้

^{๒๘} อก.ทุก. (ไทย) ๒๐/๑๐๓/๓๔๕.

^{๒๙} พระคันธสาราภิวังส์, อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๖), หน้า ๗๕๘.

^{๓๐} วิสุทธิ. (ไทย) ๓/๓๘/๑๓๓.

๑.๑) กสิณกัมมัฏฐาน ๑๐^{๓๑}

๑.๒) อสุภกัมมัฏฐาน ๑๐^{๓๒}

๑.๓) อนุสติกัมมัฏฐาน ๑๐^{๓๓}

๑.๔) พรหมวิหารกัมมัฏฐาน ๔^{๓๔}

๑.๕) อารูปกัมมัฏฐาน ๔^{๓๕}

๑.๖) สัญญากัมมัฏฐาน^{๓๖} ความหมายรู้ในอาหารโดยเป็นสิ่งที่น่าเกลียด

๑.๗) จตุธาตุววัตถานกัมมัฏฐาน^{๓๗} การกำหนดแยกคนออกเป็นธาตุ ๔

ในกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการนี้ โดยอารมณ์ของฌานนั้น มีอรรถาธิบายดังนี้

กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อานาปานสติ ๑ กายคตาสติ ๑ รวม ๒๒ กัมมัฏฐานนี้ มีปฏิภาคนิimitเป็นอารมณ์^{๓๘}

อนึ่ง วิปัสสนากัมมัฏฐาน ๑ โลหิตกอสุภะ ๑ ปุพฺพกอสุภะ ๑ อานาปานสติ ๑ อาโปกสิณ ๑ เตโชกสิณ ๑ วาโยกสิณ ๑ และอารมณ์ที่เป็นดวงแสงอาทิตย์เป็นต้นที่ฉายเข้าไปข้างในทางช่องหน้าต่าง เป็นต้น ในอาโลกกสิณ ๑ รวม ๘ กัมมัฏฐานนี้ มีอารมณ์เคลื่อนไหวได้ เป็นการเคลื่อนไหวได้ในเบื้องต้นก่อนแต่ปฏิภาคนิimitเท่านั้น เมื่อปฏิภาคนิimitเกิดขึ้นแล้ว อารมณ์จะไม่เคลื่อนไหวสงบนิ่งเหมือนกับกัมมัฏฐานอื่น^{๓๙}

อนุสสติ ๑๐ ยกเว้นอานาปานสติกับกายคตาสติ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุธาตุววัตถาน ๑ และ วิญญูญายตนะ ๑ เนวสัญญานาสัญญายตนะ ๑ รวม ๑๒ กัมมัฏฐานนี้มีสภาวะธรรมเป็นอารมณ์^{๔๐}

^{๓๑} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (ไทย) ๔/๒๑๗-๒๑๙, วิสุทธิ (ไทย) ๕/๓๐๑-๓๐๙.

^{๓๒} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (ไทย) ๖/๓๑๕-๓๑๗.

^{๓๓} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (ไทย) ๗/๓๓๔-๔๗๘.

^{๓๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (ไทย) ๙/๔๘๑-๕๕๘.

^{๓๕} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (ไทย) ๑๐/๕๘๙.

^{๓๖} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (ไทย) ๑๑/๖๐๙.

^{๓๗} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (ไทย) ๑๑/๖๑๗.

^{๓๘} วิสุทธิ (ไทย) ๓/๑๘๙.

^{๓๙} วิสุทธิ (ไทย) ๓/๑๘๙.

^{๔๐} วิสุทธิ (ไทย) ๓/๑๘๙.

พรหมวิหาร ๔ อากาสนัญญายตนะ ๑ อากิญจัญญายตนะ ๑ รวม ๖ กัมมัญฐานนี้
มีอารมณ์ที่พูดไม่ถูก (คือใช้สภาวะธรรมและไม่เป็นนิमित)^{๔๑}

การเจริญสมถภาวนานี้ สมถยานิกสามารถเลือกอารมณ์กรรมฐานให้เหมาะสมแก่
จริต^{๔๒} (จริต) ของแต่ละบุคคลที่มีความแตกต่างกัน มีอธิบายดังนี้

อสุภ ๑๐ กายคตาสติ ๑ เหมาะสมแก่คนราคจริต

พรหมวิหาร ๔ วรรณกสิณ ๔ เหมาะสมแก่คนโทสจริต

อนุสสติ ๖ ข้างต้น เหมาะสมแก่คนศรัทธาจริต

อานาปานสติ ๑ เหมาะสมแก่คนโมหจริตและคนวิตกจริต

มรณสติ ๑ อุปमानุสสติ ๑ จตุธาตววัตถาน ๑ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ เหมาะสมแก่
คนพุทธิจริต

กสิณกัมมัญฐานที่เหลือ ๖ อารูปกัมมัญฐาน ๔ เหมาะสมแก่คนทุกจริต

พระผู้มีพระภาคตรัสแสดงไว้ใน เมฆียสูตร ว่า “พึงเจริญอสุภกัมมัญฐานทั้งหลายเพื่อ
ประหานเสียซึ่งราคะ พึงเจริญเมตตาเพื่อประหานเสียซึ่งพยาบาท พึงเจริญอานาปานสติเพื่อกำจัด
เสียซึ่งมัจฉาวิตก พึงเจริญอนิจจสัญญาเพื่อถอนเสียซึ่งอัสมิมานะ”^{๔๓}

ในกัมมัญฐาน ๔๐ ประการนี้ โดยความต่างกันแห่งงาน^{๔๔} มีอธิบายดังนี้

กสิณ ๑๐ อานาปานสติ ๑ ย่อมให้สำเร็จได้ทั้ง ๔ ฌาน

อสุภ ๑๐ กายคตาสติ ๑ ย่อมให้สำเร็จเพียงปฐมฌานอย่างเดียว

พรหมวิหาร ๓ ข้างต้น ย่อมให้สำเร็จฌาน ๓ ข้างต้น

อุเบกขาพรหมวิหาร ๑ อารูปกัมมัญฐาน ๔ ย่อมให้สำเร็จฌานที่ ๔

อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุธาตววัตถาน ๑ อนุสสติกัมมัญฐาน ยกเว้น กายคตาสติกับ
อานาปานสติ นำมาซึ่งอุปจารฌาน

๒) ฌานสมาธิ

ฌาน แปลว่า การเพ่ง ภาวะจิตที่เพ่งอารมณ์จนแน่วแน่ เป็นภาวะจิตที่มีสมาธิ หรือ
แปลว่า เพ่ง พินิจ ครุ่นคิด เอาใจจดจ่อ^{๔๕} คัมภีร์อรรถกถาแบ่งฌานออกเป็น ๒ จำพวก คือ

^{๔๑} วิสุทธิ (ไทย) ๓/๑๘๙.

^{๔๒} วิสุทธิ. (ไทย) ๓/๑๙๑.

^{๔๓} อง.นวก. (ไทย) ๒๓/๓/๔๓๔.

^{๔๔} วิสุทธิ.(ไทย) ๓/๑๘๕.

(๑) การเพ่งอารมณ์แบบสมณะ เรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน ได้แก่ ฌานสมาบัติ

(๒) การเพ่งพินิจให้เห็นไตรลักษณ์ ตามแบบวิปัสสนา เรียกว่า ลักขณูปนิชฌาน^{๔๖}
 ในกรณีนี้ มรรค ผล สามารถเรียกว่าฌานได้เพราะ เข้าไปกำหนดรู้แจ้งไตรลักษณ์ มีอนิจจลักษณะ
 เป็นต้น มัคคญาณ ได้ชื่อว่า ลักขณูปนิชฌาน เพราะเป็นผู้ทำให้กิจที่รู้แจ้งไตรลักษณ์ของวิปัสสนา
 ญาณสำเร็จลง ส่วนผลญาณ ได้ชื่อว่าลักขณูปนิชฌาน เพราะเข้าไปรู้แจ้งลักษณะอันแท้จริงของ
 นิโรธสัจจะ

กล่าวโดยอารมณ์ อารัมมณูปนิชฌาน มีสมถกรรมฐาน เช่น ปฐวิกสิณ คือ บัญญัติ เป็น
 ต้น เป็นอารมณ์ ส่วนลักขณูปนิชฌานนั้น มีวิปัสสนากรรมฐาน คือ รูป-นาม ไตรลักษณ์ สังขตธรรม
 เป็นอารมณ์ และ มรรคญาณ ผลญาณ มี อสังขตธรรม คือ นิพพาน เป็นอารมณ์

กล่าวโดยองค์ธรรม อารัมมณูปนิชฌาน มีวิตก วิจารณ์ ปีติ เวทนา เอกัคคตาที่
 ประกอบด้วยมหัคคตฌานทั้ง ๙ เป็นองค์ธรรม ส่วนลักขณูปนิชฌาน มี วิตก วิจารณ์ ปีติ เวทนา
 เอกัคคตาที่ประกอบกับมหากุศลจิต มรรคจิต ผลจิต เป็นองค์ธรรม

สมาธิ คือ ภาวะที่อารมณ์เป็นหนึ่งเดียวของกุศลจิต หมายถึง การดำรงจิตและเจตสิกไว้
 ในอารมณ์หนึ่งเดียว^{๔๗}

ในอภิธรรมปิฎก ได้ให้ความหมายของคำว่า สมาธิ ไว้ว่า การตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรง
 อยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบ
 สมาธิในทรีย์ สมาธิพละ ความตั้งใจชอบ นี้ชื่อว่า สัมมาสมาธิ^{๔๘}

สมาธิในการเจริญสมถภาวนา มี ๒ ประเภท ดังนี้

(๑) อุปจารสมาธิ ความที่จิตตั้งมั่นในอารมณ์บัญญัติ แต่ไม่ถึงระดับฌาน
 เป็นสมาธิที่อยู่ในขั้นมหากุศล มีอุคคหนิมิตเป็นอารมณ์ ทั้งนิรณตต่าง ๆ สงบเงียบ ดังนั้น ผู้ที่เข้าถึง
 อุปจารสมาธินี้จึงเรียกว่า ได้อุปจารฌาน

(๒) อัปปนาสมาธิ ความที่จิตตั้งมั่นแน่วแน่ในอารมณ์บัญญัติถึงระดับฌาน เป็น
 สมาธิที่อยู่ในขั้นมหัคคตกุศล มีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ นิรณตถูกประธานเป็นวิกขัมภนประธาน^{๔๙}

^{๔๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๕๖๐/๕๐๔.

^{๔๖} วิ.ม.ท.อ. (ไทย) ๑/๑/-/๒๕๕.

^{๔๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, (โรงพิมพ์
 บริษัท สหธรรมิก จำกัด, วิชาขบรูชา ๒๕๕๔), หน้า ๔๐๑.

^{๔๘} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๐๕/๑๗๒.

เมื่ออัปปนาสมาธิเกิดขึ้น เป็นอัปปนาฌาน องค์ฌาน^{๕๐}ทั้งหลายจะมีกำลังแล้ว จิตตัดภวังค์วาระเดียวแล้วย่อมตั้งอยู่ เป็นไปตามทางแห่งกุศลชวณะโดยลำดับตลอดทั้งคืนทั้งวัน

ฌานสมาบัติ เป็นสภาวะธรรมของจิตอันเป็นสมาธิ จนบังเกิดความสงบทางกายและทางใจ (ปัสสัทธิ) จากอกุศลกรรมทั้งหลาย ด้วยอำนาจของสมณะ

สมาบัติ คือ ภาวะสงบประณีตซึ่งพึงเข้าถึง^{๕๑}

สมาบัติมีหลายอย่าง เช่น ฌานสมาบัติ ผลสมาบัติ อนุปปพวิหารสมาบัติ เป็นต้น ในที่นี้จะกล่าวถึง สมาบัติ ๘ ตามลำดับว่าโดย รูปฌาน ๔^{๕๒} ตามจตุกกนัย และอรุณฌาน ๔ ดังนี้

๒.๑) รูปฌาน คือ สภาวะธรรมของจิต อันเป็นสมาธิจนบังเกิดความสงบทางกาย และทางใจจากอกุศลกรรมทั้งหลาย ด้วยอำนาจของสมณะของจิต หรือ อารมณ์เครื่องหน่วงแห่งจิตอันได้แก่ สภาวะธรรมที่เรียกว่า รูป มี ๔ ระดับ ดังนี้

๒.๑.๑) ปฐมฌาน^{๕๓} คือ สภาวะธรรมของจิตอันตั้งมั่นด้วยสัมมาสมาธิ สัมมาสติ บังเกิดความสงบทางกายและใจ (ปัสสัทธิ) เพราะความสงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งปวง อันมีนิเวรณ ๕ เป็นต้น โดยอาศัยองค์ธรรม ๕ ประการนี้เป็นที่ตั้งอาศัย คือ

วิตก คือ สภาวะธรรมในการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์กรรมฐาน

วิจารณ์ คือ สภาวะธรรมในการดำรงรักษาความต่อเนื่องของการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ (วิตก) ซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่ต่อเนื่องกัน เราจึงมักเรียกต่อเนื่องกันว่า “วิตกวิจารณ์”

ปีติ คือ ความอิ่มเอมใจที่แผ่ซ่านไปทั่วสรรพางค์กาย

สุข คือ ความสำราญใจเพราะจิตเสวยความสงบจากสมาธิในขั้นปฐมฌาน

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในปฐมฌาน หรือความเป็นธรรมเอกแห่งจิตในปฐมฌาน

๒.๑.๒) ทุติยฌาน^{๕๔} คือ สภาวะธรรมของจิตอันตั้งมั่นด้วยสัมมาสมาธิ สัมมาสติ บังเกิดความสงบทางกายและใจ (ปัสสัทธิ) เพราะความสงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งปวง อันมีนิเวรณ ๕ เป็นต้น โดยอาศัยองค์ธรรม ๓ ประการนี้เป็นที่ตั้งอาศัย คือ

^{๕๔} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๔/๒๘.

^{๕๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, (โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, วิสาขบูชา ๒๕๕๔), หน้า ๔๗๔.

^{๕๑} เรื่องเดียวกัน หน้า ๔๐๓.

^{๕๒} เรื่องเดียวกัน หน้า ๓๔๗.

^{๕๓} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๔/๑๑๑.

ปีติ คือ ความอิ่มเอมใจที่แผ่ซ่านไปทั่วสรรพางค์กาย

สุข คือ ความสำราญใจเพราะจิตเสวยความสงบจากสมาธิในขั้นทุติยฌาน

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในทุติยฌาน หรือความเป็นธรรมเอกแห่งจิตในทุติยฌาน

๒.๑.๓) ตติยฌาน^{๕๕} คือ สภาวธรรมของจิตอันตั้งมั่นด้วยสัมมาสมาธิ สัมมาสติ บังเกิด ความสงบทางกายและใจ (ปัสสัทธิ) เพราะความสงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งปวง อันมีนิเวรณ ๕ เป็นต้น โดยอาศัยองค์ธรรม ๒ ประการนี้เป็นที่ตั้งอาศัย คือ

สุข คือ ความสำราญใจเพราะจิตเสวยความสงบจากสมาธิในขั้นตติยฌาน

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในตติยฌาน หรือความเป็นธรรมเอกแห่งจิตในตติยฌาน

๒.๑.๔) จตุตถฌาน^{๕๖} คือ สภาวธรรมของจิตอันตั้งมั่นด้วยสัมมาสมาธิ สัมมาสติ บังเกิด ความสงบทางกายและใจ (ปัสสัทธิ) เพราะความสงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งปวง อันมีนิเวรณ ๕ เป็นต้น โดยอาศัยองค์ธรรม ๒ ประการนี้เป็นที่ตั้งอาศัย คือ

อุเบกขา คือ ความวางใจเป็นกลาง ไม่หวั่นไหวเอนเอียง ด้วยความชอบ หรือ ชัง วางเฉยต่อความยินดียินร้ายไม่หวั่นไหวอยู่ในจตุตถฌาน

เอกกัคคตา คือ ความตั้งมั่นแห่งจิตไม่สั่นไหวอยู่ในจตุตถฌาน หรือความเป็นธรรมเอกแห่งจิตในจตุตถฌาน

๒.๒) อรูปฌาน คือ สภาวธรรมของจิตอันเป็นสมาธิจนบังเกิดความสงบทางกายและทางใจจากอกุศลกรรมทั้งหลายด้วยอำนาจของสมณะของจิต หรืออารมณ์เครื่องหน่วงแห่งจิตอันซึ่งเป็นสภาวธรรมที่ไม่ใช้รูป จึงเรียกว่า อรูปฌาน มี ๔ ระดับ ดังนี้

๒.๒.๑) อากาสานัญญาตนฌาน กำหนดความว่างเปล่าเป็นอารมณ์^{๕๗}

๒.๒.๒) วิญญูณัญญาตนฌาน กำหนดวิญญูณไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์^{๕๘}

๒.๒.๓) อาภิกขุญญาตนฌาน กำหนดภาวะไม่มีสิ่งใดเหลืออยู่เป็นอารมณ์^{๕๙}

^{๕๔} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๔/๑๑๑.

^{๕๕} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๔/๑๑๒.

^{๕๖} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๔/๑๑๓.

^{๕๗} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๔/๑๑๓.

^{๕๘} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๔/๑๑๓.

^{๕๙} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๔/๑๑๔.

๒.๒.๔) เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน ไม่กำหนดสิ่งใดเป็นอารมณ์ ไม่มีสัญญาไม่มีเวทนา^{๖๐}

๓) องค์ฌาน คือ องค์ประกอบของฌาน องค์ธรรมทั้งหลายที่ประกอบกันเข้าเป็นฌานชั้นหนึ่ง ๆ องค์ฌานมีทั้งหมด ๖ อย่าง ดังนี้

๓.๑) วิตก ความตรึก หมายถึง การยกจิตขึ้นสู่อารมณ์กรรมฐานอย่างแม่นยำ ตลอดจนการตั้งจิตไว้ให้มั่นคงอยู่กับอารมณ์นั้น^{๖๑}

๓.๒) วิจาร ความตรอง หมายถึง การพินิจ พิจารณา หลังจากที่วิตกนำจิตเข้าถึงอารมณ์ และจับอยู่ที่อารมณ์แล้วเข้าไปเคล้าคลึงอยู่กับอารมณ์นั้นอย่างทั่วพร้อมต่อเนื่อง^{๖๒}

๓.๓) ปีติ ความอิ่มใจ หมายถึง สภาวะในจิตอันหนึ่งที่ประกอบด้วยความสุข ความยินดี และพอใจ แล้วยังประกอบด้วยความสามารถในการแทรกซึมเข้าไปในสภาวะจิตอื่น ๆ ทำให้เกิดความรู้สึกยินดีเป็นสุข และความพอใจอย่างลึกซึ้ง^{๖๓}

ปีติมี ๕ ประเภท^{๖๔} ดังนี้

(๑) ขุททกาศปีติ ปีติเล็ก ๆ น้อย ๆ เป็นความรู้สึกเย็นซ่า ขนลุก เกิดขึ้นในตอนเริ่มปฏิบัติเมื่อจิตปลอดจากนิรณันไปได้สักระยะหนึ่ง

(๒) ขณิกาศปีติ ปีติชั่วขณะ เป็นปีติที่เกิดขึ้นเป็นช่วงสั้น ๆ เหมือนฟ้าแลบ และรุนแรงกว่าประเภทแรก

(๓) โอกกัณฐิกาศปีติ ปีติท่วมท้น เป็นอาการที่ทำให้หัวใจเต้นเร็ว รู้สึกตื่นตัน และสงสัยว่าเกิดอะไรขึ้น

(๔) อุพเพกขาศปีติ ปีติโลดโผน เป็นความรู้สึกตัวเบาเหมือนตัวลอยขึ้นจากพื้น

^{๖๐} วิสุทธิ.(ไทย) ๑๐/๖๐๓.

^{๖๑} พระกัมมัญฐานาจารย์ พระปณิตตาภิวังศ, **รู้แจ้งในชาตินี้ “In this very life”** พิชิต-วิธัญญาภักทวิมลพร แปล, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐ , (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๒๖๙.

^{๖๒} เรื่องเดียวกัน หน้า ๒๖๙.

^{๖๓} เรื่องเดียวกัน หน้า ๒๐๐.

^{๖๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, วิสาขบูชา ๒๕๕๔), หน้า ๒๔๓.

(๕) ฃรณปิตี ปิตีซาบซ่าน เป็นปิตีที่มีความรุนแรงมากที่สุด เป็นความแผ่ซ่านไปนัร่างกายทุกขุมชน

ปิตีสามประเภทแรกเรียกว่า ปราโมทย์ หรือ ปิตีอย่างอ่อน ปิตีสองประเภทหลังสมควรแก่อื่อปิตี หรือ ความอึดใจอย่างแรงกล้า ปิตีสามประเภทแรกเป็นสาเหตุหรือทางผ่านเพื่อไปสู่ปิตีแรงกล้าสองประเภทหลัง

พระพุทธรณ์ค์ตรัสว่า วิธีเดียวที่จะทำให้ปิตีเกิดได้ คือ โยนิโสมนสิการ^{๖๕} การระลึกรู้โดยแยบคายในการกำหนด ทำให้เกิดความคิดและสภาวะจิตที่เป็นกุศล และเป็นสมาธิอันนำมาซึ่งความสงบและปิตี โดยเฉพาะอย่างยิ่ง โยนิโสมนสิการในคุณของ พระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์

๓.๔) สุข ความสุข หมายถึง ความสุข หรือความพอใจกับการปฏิบัติเป็นอย่างมากที่เกิดจากความสงบ^{๖๖}

๓.๕) อุเบกขา ความมีจิตเรียบสมดุลงเป็นกลาง หมายถึง ความวางใจเป็นกลาง ไม่ทุกข์ ไม่สุข ความวางเฉยได้ไม่ยัณตียัณร้าย

๓.๖) เอกัคคตา ความมีอารมณ์หนึ่งเดียว หมายถึง การที่จิตแน่วแน่มรวมเป็นหนึ่งตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวกับสิ่งที่เกิดขึ้นโดยไม่ฟุ้งซ่านหรือซัดส่าย ปราศจากการข่มด้วยคามเพียรทั้งหลาย^{๖๗}

การเจริญสมถภาวนามีบัญญัติเป็นอารมณ์ อาศัยนิมิตเป็นอารมณ์บัญญัติในการเริ่มบริกรรมภาวนา นิมิต หรือ นิมิตอารมณ์เครื่องหน่วงแห่งจิต หมายถึง สิ่งที่เป็นหลักยึดถือของจิตเพื่อให้ตั้งมั่นบังเกิดเป็นสมาสติ และสมาสมาธิ ทั้งที่เป็นรูปธรรมและไม่ใช่อรูปธรรม มีดังนี้

(๑) นิมิตอารมณ์ที่เป็นรูปธรรม ได้แก่ สิ่งของ วัตถุ เช่น กสิณ กายคตาสติ ลมหายใจ (อานาปานสติ) อสุภกรรมฐาน เป็นต้น

(๒) นิมิตอารมณ์ที่เป็นนามธรรม ได้แก่ พระรัตนตรัย พระคุณปิตามารดา อริยกุล (พระนิพพาน) พรหมวิหาร ๔ อรูปฃณ ๔ เป็นต้น

^{๖๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธรธรรม ฉบับปรับขยาย-พุทธรธรรมประดิษฐาน** ๒๖ ศตวรรษกาล พ.ศ. ๒๕๕๕, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พลีธัมม์ , ๒๕๕๕), หน้า ๖๑๙-๖๖๖.

^{๖๖} พระกัมมัญฐานาจารย์ะ พระบัณฑิตาภิวังค์, **รู้แจ้งในชาตินี้ “In this very life”** พิจิต-วิญญูญาภัทรวิมลพร แปล, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐ , (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๒๐๐.

^{๖๗} เรื่องเดียวกัน หน้า ๒๐๑.

การเจริญปฐวิกสิณ โดยนำดินสีแดงมาทำให้เกลี้ยงเป็นวงกลมโตประมาณเส้นผ่าศูนย์กลาง ๑ คืบกับ ๖ นิ้ว ชัดให้เรียบเป็นเงาควรแก่การที่จะเพ่ง นำไปตั้งไว้ที่หน้าตักให้เหมาะแก่สายตา สำหรับนั่งบริกรรมภาวนา แล้วพืงนั่งขัดสมาธิ ตั้งกายให้ตรง ตั้งจิตและสติลงตรงหน้า ลืมตาเพ่งไปที่นิมิต คือ กลดินนั้น บริกรรมว่า ปฐวี ๆๆ หรือ ดิน ๆๆ นี้เรียกว่า บริกรรมนิมิต เมื่อเห็นนิมิตได้แจ่มชัดแล้ว พืงหลับตาให้เห็นในใจเหมือนกับลืมตา จนกระทั่งนิมิตกลดินนั้นแจ่มชัดทั้งหลับ ตาและลืมตา นิมิตที่ปรากฏขึ้นนี้เรียกว่า อุกคหนิมิต จิตรู้เห็นเฉพาะนิมิตเท่านั้นไม่ไปนึกคิดอย่างอื่นเลย เป็นนิมิตติดตา เมื่อกำหนดต่อไปในกลดินนั้น นิมิตจะมีรัศมีสดใสดูจกัwmณี นึกขยายใหญ่หรือย่อให้เล็กได้ตามจิตปรารภนา นิมิตที่ปรากฏแจ่มชัดเช่นนี้ว่า ปฏิภาคนิมิต การเจริญกสิณอื่นก็เป็นไปในทำนองเดียวกัน คือเพ่งที่นิมิตกสิณ และบริกรรม ที่เรียกว่าบริกรรมนิมิต จนกระทั่งปรากฏเป็นปฏิภาคนิมิตในที่สุด

เมื่อได้เจริญภาวนาเพ่งนิมิตจนถึงปฏิภาคนิมิตแล้ว ผู้ปฏิบัติพืงฝึกฝนจนชำนาญเป็นวสีด้วยอำนาจแห่งองค์ฌานทั้ง ๕ คือ วิตก นึกถึงนิมิตดิน วิจาร์ พิจารณาประกอบวิตกให้รู้เฉพาะนิมิตดินจนมีปิติ อมใจในนิมิตดินนั้น และเอกัคคตาจิตรู้นิมิตดินนั้นเป็นอารมณ์เดียว เป็นความสุขอันยอดเยี่ยมฝ่ายโลกียฌาน กล่าวคือ ผู้ปฏิบัติเจริญเพ่งนิมิตปฐวิกสิณเป็นต้นนี้ จนเข้าถึงอุปจารสมาธิ ไกลความเป็นอุปนาสมาธิ รู้เฉพาะนิมิตดินอย่างเดียวมั่นคง จนบรรลุปฐมฌาน มีวิตก วิจาร์ ปิติ สุข เอกัคคตาประกอบเข้าบริบูรณ์ เมื่อภาวนาต่อไป ละวิตก การนึกถึงนิมิต ละวิจาร์ การประกอบรู้นิมิตเสียได้ บรรลุทุติยฌาน มีเพียง ปิติ สุข เอกัคคตา ภาวนาต่อไปจนละปิติ ความอมใจในนิมิตเสียได้ บรรลุตติยฌาน คงเหลือแต่สุขกับเอกัคคตาเป็นองค์ประกอบ แล้วผู้ปฏิบัติยังคงเจริญกรรมฐานต่อไป เปลี่ยนจากสุขเวทนาในนิมิตนั้นเป็นอุเบกขาเวทนา ความไม่ทุกข์ไม่สุขในนิมิตนั้นกับเอกัคคตาจิตแน่วแน่เป็นอารมณ์เดียว บรรลุจตุตถฌาน

เมื่อบรรลุจตุตถฌานแล้ว ผู้ปฏิบัติเจริญกรรมฐานต่อไป ละนิมิตนั้นเสีย กลับมาเพ่งอากาศ ความว่างเปล่า (ความว่างไม่มีที่สิ้นสุด) จนบรรลุถึงอากาศาณญายตนะฌาน ทำการเจริญภาวนาต่อไปด้วยการเพ่งสัญญาละเอียดยิ่งขึ้นจนบรรลุรูปฌาน ๔ เป็นที่สุด^{๒๘}

อานาปานสติ อาศัยลมหายใจเข้าออกยาวสั้นเป็นนิมิตอารมณ์ โดยกำหนดที่เป็นจุดกระทบของลมหายใจเริ่มต้นเข้าในร่างกายคือบริเวณปลายจมูก สำหรับจุดสิ้นสุดของลมหายใจนั้นจะกำหนดหรือไม่กำหนดก็ได้ เพราะเนื่องจากคนเราต้องมีการหายใจออกหลังจากการหายใจเข้าเป็นปกติ การกำหนดจุดเริ่มต้นของการหายใจเข้านั้น เพราะเป็นที่กำหนด ความหมายของนิมิตใน

^{๒๘} พระครูปลัดจำลอง ธาราไทย วัดอุษาพุมยาราม นครนิวยอร์ก, **สังจธรรม**, หน้า ๑๙๒.

กรรมฐาน เมื่อสภาวะธรรมของจิตมีความละเอียดอ่อนขึ้น จะไม่สามารถกำหนดการสัมผัสของลมหายใจได้ชัดเจน แต่จะสามารถรับรู้การมีอยู่ของลมหายใจเข้าออกยาวสั้นได้จากการเคลื่อนไหวของทรวงอกและหน้าท้อง ซึ่งมีอาการขึ้นลง หรือ อาการพอง-ยุบ

การกำหนดลมหายใจนี้สามารถกำหนดอาการพอง-ยุบของทรวงอก หรือหน้าท้องเพื่อการกำหนดลมหายใจเป็นนิมิตอารมณ์กรรมฐานเป็นจุดกำหนดนั้น ย่อมประกอบไปด้วยสัมปชัญญะ คือ ความรู้ตัวทั่วพร้อมในอาการพอง-ยุบของทรวงอกหรือหน้าท้อง ซึ่งมีความชัดเจนมากกว่าการติดตามลมหายใจเข้าออกยาวสั้นตลอดสาย

การกำหนดด้วยคำบริกรรม “พุทโธ” พร้อมกับการกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก หรือการกำหนดด้วยคำบริกรรม “พอง-ยุบ” ของอาการพอง-ยุบของทรวงอกหรือหน้าท้อง ย่อมจักทำให้บังเกิดความชัดเจนของการกำหนดเอาลมหายใจเป็นนิมิตอารมณ์ เพราะการบริกรรมกำหนดย่อมไม่ทำให้เกิดความคิดฟุ้งซ่านออกไป และย่อมจักบังเกิดความตั้งมั่นของสมาธิได้โดยง่าย มีสมาสติดังมั่นอยู่ที่ลมหายใจ หรืออาการพองยุบ มีสภาวะธรรมเป็นบริกรรมนิมิต ขณิกสมาธิย่อมบังเกิดขึ้นเพราะสมาสติดังนี้เป็นเหตุปัจจัย การเจริญอานาปานสติสามารถบรรลุจุดถณานเป็นที่สุด

ขั้นตอนความสงบทางจิตเกิดขึ้นจากเหตุและปัจจัยแก่กันและกันเป็นกระบวนการตามลำดับ การเจริญสมถภาวนาให้จิตตั้งมั่น โดยห้วงนิมิตเพื่อเป็นอารมณ์กรรมฐาน สิ่งใดก็ตามทั้งที่เป็นรูปธรรมและมีไชรูปธรรม เพื่ออาศัยเป็นเครื่องกำหนดวาระจิตให้ตั้งมั่นเป็นสมาสสมาธิ ผู้ปฏิบัติกำหนดนิมิตนั้น เมื่อจิตมีความตั้งมั่นขึ้น นิมิตอารมณ์มีการแปรเปลี่ยนสภาวะธรรมที่หายาเป็นละเอียดขึ้น จากบริกรรมนิมิตเป็นอุคคหนิมิต และเป็นปฏิภาคนิมิต ซึ่งปรากฏแจ่มชัดภายในมโนวิญญูณ หรือการมองเห็นทางใจ เมื่อหลับตาเจริญปฐวิกสิณ เป็นต้น การกำหนดนี้คือการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์กรรมฐานภาวนาอย่างต่อเนื่อง

ความสงบของจิตเกิดขึ้นได้ด้วยองค์สามประการแรก คือ วิตก และ วิจาร วิตก หมายถึง การยกจิตขึ้นสู่นิมิตอารมณ์เครื่องห้วงแห่งจิต หรือการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์กรรมฐาน เป็นลักษณะการบังคับหรือข่มจิตให้บังเกิดความตั้งมั่นเป็นสมาสติดีโดยอาศัยนิมิตอารมณ์เป็นหลัก ยึดถือ มีความตั้งใจในการปฏิบัติกรรมฐาน วิจาร หมายถึง ความต่อเนื่องในการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์กรรมฐานโดยมีนิมิตอารมณ์เป็นหลักยึดถือ เป็นสภาวะธรรมที่ต่อเนื่องมาจาก วิตก ความตั้งมั่นของสติย่อมบังเกิดขึ้น เมื่อจิตปักไปที่อารมณ์กรรมฐาน จดจ่ออยู่กับสภาวะและเข้ารับรู้อารมณ์อย่างแม่นยำ ทั่วพร้อม ต่อเนื่องเป็นธรรมชาติทุก ๆ ขณะ จิตจะมีความบริสุทธิ์ขึ้นตามลำดับแล้วนั้น

อาการนี้เรียกว่า วิเวก หมายถึง ความสังัด หรือความปลื้มอก ปลื้มใจจะสงบสงัดจากนิรวณ^{๖๙} วิเวก มีใช้องค์ฌาน แต่เป็นลักษณะของจิตที่ผ่องใส สงัดจากความขุ่นมัวทั้งปวง เมื่อจิตสงัดจากนิรวณ ทั้งหลายแล้ว จิตจะรับรู้ปิติ ความอิ่มใจ ปลื้มกับสิ่งที่กำลังเกิดขึ้น ปิติอาจแสดงออกทาง ร่างกาย เช่น ขนลุก อาการเหมือนกับตกจากที่สูง หรือความรู้สึกตัวลอยขึ้นจากพื้น และเบาสบาย จากนั้นความ สุข ความพอใจจะเกิดตามมา องค์ฌานที่สามและองค์ฌานที่สี่นี้เกิดขึ้นจากความสังัด จากนิรวณทั้ง หลาย จึงเรียกว่า วิเวกข์ ปิติสุข อันหมายถึง ความปลื้มยินดี และความสุกที่ เกิดจากความสงบ

เมื่อองค์ฌานทั้งสี่ปรากฏ จิตจะเข้าสู่ความสงบและสันติโดยอัตโนมัติ จิตเป็นอุเบกขา วางใจเป็นกลางสมดุล อันเป็นองค์ฌานที่ห้า ทำให้สามารถตั้งมั่นอยู่กับสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นโดยไม่ ฟุ้งซ่านหรือซัดส่าย การที่จิตรวมเป็นหนึ่งนี้ เป็นองค์ของฌานประการที่หก กล่าวคือ สมาธิ (เอกัคคตา) หรือการที่จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว^{๗๐}

๒.๔.๒ การเจริญวิปัสสนา

วิปัสสนา คือ การเห็นประจักษ์แจ้งพระไตรลักษณ์ในรูปที่เห็น อาการที่เคลื่อนไหว ใจที่ คิด เป็นต้น เป็นวิธีการปฏิบัติให้เข้าถึงสภาวะดับ สงบเย็น (พระนิพพาน) ได้^{๗๑} ไม่มีหนทางอื่น เป็น หนทางเดียว ที่ดำเนินไปเพื่อความสุกที่แท้จริง สุขถาวร ไม่ต้องกลับมาทุกข์อีก^{๗๒} เป็นข้อปฏิบัติ ๑ ในการอบรมปัญญาให้เข้าใจตามความเป็นจริง (ไม่ใช่เห็นตามที่เรารวาทภาพให้เป็นด้วยความชอบ ความขัง ความอยากได้ หรือความขัดใจของเรา) รู้แจ้งชัด เข้าใจจริง จนถอนความหลงผิด และ ความยึดติดในสิ่งทั้งหลาย ถึงขั้นเปลี่ยนท่าทีต่อโลกและชีวิตใหม่ในระหว่างการปฏิบัติ นั้น ญาณ และวิชาความรู้ความเข้าใจถูกต้องที่เกิดขึ้นเรื่อย ๆ เป็นภาวะที่ตรงข้ามกับ อวิชชา กำจัด ความหลงผิด ไม่รู้แจ้งไม่รู้จริงให้หมดไป มีความสุขสงบผ่องใสและเป็นอิสระ เพราะพ้นจากอำนาจ ครอบงำของกิเลส ที่สุดคือ นำไปสู่ความหลุดพ้นที่แท้จริงยังยืนถาวร (สมุจเฉทวิมุตติ)^{๗๓}

^{๖๙} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๔/๓๔.

^{๗๐} พระกัมมัญฐานาจริยะ พระบัณฑิตาภิวงศ์, รู้แจ้งในชาตินี้ “In this very life” พิชิต-วิธีปัญญา ภัทรวิมลพร แปล, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๒๗๒-๒๗๘.

^{๗๑} ดุราละเอียดใน ที.ป. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘.

^{๗๒} ดุราละเอียดใน ที.ป. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘.

^{๗๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม, (กรุงเทพมหานคร: มหาลุฬาลงกรณราช วิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๓๐๖.

วิปัสสนา คือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรรความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนรัตนะ ความไม่หลงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฐิ^{๗๔}

อภิธัมมัตถสังคหะ วิเคราะห์ความหมาย “อนิจจานุสสเนนา วิวิธกาเรณ ปสฺสตีติ วิปัสสนา อนิจจานุสสเนนาทิกา ภาวนาปญฺญา” แปลว่า “ธรรมชาติ ที่ชื่อว่า วิปัสสนา เพราะอรรถวิเคราะห์ว่า เห็นสังขารธรรม โดยอาการต่าง ๆ ด้วยอำนาจอนิจจลักษณะเป็นต้น ได้แก่ ภาวนา ปัญญา มีอนิจจานุสสเนนาเป็นต้น^{๗๕}

การพิจารณาเห็นลักษณะของสภาวะธรรมที่ปรากฏด้วยอนุปัสสนา ๗ ประการ^{๗๖} ดังนี้

- (๑) อนิจจานุสสเนนา พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง
- (๒) ทุกขานุสสเนนา พิจารณาเห็นความเป็นทุกข์
- (๓) อนัตตานุสสเนนา พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตน
- (๔) นิพพิทานุสสเนนา พิจารณาเห็นความน่าเบื่อหน่าย
- (๕) วิราคานุสสเนนา พิจารณาเห็นความคลายกำหนัด
- (๖) นิโรธานุสสเนนา พิจารณาเห็นความดับกิเลส
- (๗) ปฏินิสสัคคานุสสเนนา พิจารณาเห็นความสลัดทิ้งกิเลส

อนิจจานุสสเนนา เป็นญาณที่เห็นความเกิดดับในขณะที่กำลังกำหนดรูป-นามตามความเป็นจริง แล้วกำหนดว่าไม่เที่ยง โดยมีการแบ่งเป็น ๓ ประการ คือ อนิจจธรรม ธรรมที่ไม่เที่ยง เพราะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ๑ อนิจจลักษณะ ลักษณะความไม่เที่ยง เพราะเป็นอาการที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับทันทีแห่งกองขันธ์ ๕ ขันธ์ ๕ เหล่านั้นไม่มีความดำรงอยู่โดยความเป็นลักษณะที่เกิดขึ้น แต่ได้แตกดับไปโดยภังคขณะ๑ อนิจจานุสสเนนา ญาณที่กำหนดรู้ว่าไม่เที่ยง ได้เห็นอนิจจลักษณะแล้วกำหนดรู้ว่าไม่เที่ยง

^{๗๔} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖.

^{๗๕} พระธรรมวโรดม (บุญมา คุณสมปโน ป.ธ.๙), อภิธัมมัตถวิภาวินีแปล, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กาญจนบุรี: ม.ป.ท., ๒๕๕๐), หน้า ๑๘๐.

^{๗๖} ม.มู.อ. (ไทย) ๑/-/-๔๑๕.

การพิจารณากำหนดรู้ทุกขานุปัสสนาและอนัตตานุปัสสนาก็มีการละกิเลสที่ยึดมั่นว่าเป็นสุข และ เป็นอิตตา ตามลำดับโดยทำนองเดียวกัน เมื่อผู้เจริญภาวนาพิจารณาเห็นอารมณ์โดยอนิจจลักษณะแล้ว นำอารมณ์นั้นมาพิจารณาอีกจะเห็นทุกขลักษณะและอนัตตลักษณะด้วย ดังนั้นในการดับกิเลสที่เกิดขึ้นเพราะความยึดมั่นถือมั่นว่า สุข มีตัวตน จึงถือได้ว่าดับเหมือนกับกิเลสที่ยึดมั่นถือมั่นว่าเที่ยงทุกประการ จะแตกต่างกันเฉพาะนิจจลักษณะนั้น ผู้เจริญภาวนาสามารถเห็นได้ในอารมณ์ที่ประจักษ์โดยตรง ส่วนทุกขลักษณะและอนัตตลักษณะเป็นลักษณะที่เห็นได้โดยอนุโลมเทียบเคียงกับอนิจจลักษณะที่ตนได้เห็นอย่างประจักษ์แล้วนั่นเอง

อนิจจานุปัสสนานี้ ผู้เจริญภาวนาสามารถกำหนดจนเห็นอนิจจสัญญาแล้ว ความสำคัญผิดว่าเป็นสิ่งเที่ยงแท้ก็จะไม่ปรากฏ พิจารณาเห็นธรรมที่ไม่เที่ยงย่อมเป็นทุกข์ธรรมดา ไม่ใช่เป็นสิ่งที่น่าพึงพอใจ แต่เป็นสิ่งที่ใคร ๆ ไม่สามารถบังคับควบคุมให้อยู่ในอำนาจได้ ดังนี้ เป็นต้น การเห็นทุกข์และอนัตตาด้วยการพิจารณาอย่างนี้ก็ถือได้ว่ารู้โดยประจักษ์แจ้งเช่นเดียวกัน ดังพระพุทธองค์ตรัสไว้ใน อังคุตตรนิกาย ว่า “พึงเจริญอนิจจสัญญาเพื่อถอนอัสมิมานะความถือตน ภิกษุทั้งหลาย อนัตตสัญญาย่อมตั้งขึ้นแก่ผู้ที่เห็นอนิจจลักษณะ อนึ่ง ผู้ที่เห็นอนัตตลักษณะนั้นย่อมเข้าถึงการกำจัดถอนอัสมิมานะ และเข้าถึงพระนิพพานในทิวะฐธรรมได้แน่นอน”^{๗๗}

ลักษณะทั้งอนิจจังและทุกขังจะปรากฏชัดอยู่ตลอดเวลาไม่ว่าพระพุทธเจ้าจะเสด็จอุบัติขึ้นหรือไม่ก็ตาม ส่วนอนัตตลักษณะนั้นจะปรากฏเป็นที่รู้จักก็เฉพาะในกาลที่อุบัติของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเท่านั้น อนิจจลักษณะและทุกขลักษณะที่เป็นตัวส่องให้เห็นอนัตตลักษณะ หมายถึงวิสัยของวิปัสสนาญาณเท่านั้นที่จะกำหนดรู้ลักษณะที่เป็นปรมาณ้อย่างแท้จริง การเจริญเฉพาะสมถภาวนาไม่สามารถเห็นแจ้งในปรมาณธรรมเพื่อการบรรลุธรรม ดังนั้น ผู้เจริญภาวนาแม้ว่าได้บรรลุฌานสมาบัติในขั้นใดก็ตาม จะต้องเจริญวิปัสสนาเป็นลำดับถัดไป

๒.๔.๓ การยกอารมณ์ขึ้นสู่วิปัสสนา

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาวิจัยตามหัวข้อ มีดังนี้

- ๑) สภาวะรูป-นามในอารมณ์ฌาน
- ๒) วิธียกอารมณ์ฌานขึ้นสู่วิปัสสนา
- ๓) การกำหนดอารมณ์ฌานขึ้นสู่วิปัสสนา

๑) สภาวะรูป-นามในอารมณ์ฌาน

^{๗๗} อ.นวก. (ไทย) ๒๓/๑/๔๒๘.

สภาวะรูปในอารมณ์ฌาน สภาวะรูปของรูปฌานแต่ละระดับมีความละเอียดแตกต่างกัน อาการเคลื่อนไหวขึ้นลงของทรวงอก หรือท้องน้อย และลมหายใจเข้าออกยาวสั้น ผู้เจริญกรรมฐานในปฐมฌานยังสามารถสัมผัสได้ เมื่อกำลังของฌานมีความละเอียดขึ้นถึงจตุตถฌานย่อมสัมผัสได้โดยยาก โดยเฉพาะลมหายใจเข้าออกยาวสั้น จนกล่าวได้ว่า สัมผัสไม่ได้ อาการเคลื่อนไหวของทรวงอกหรือท้องน้อยก็เช่นกัน ย่อมแผ่วเบาละเอียด แต่การกำหนดสัมผัสได้ เพราะอาศัย “สัมผัสสัญญา” กำหนดรูปได้ นี่เป็นรูปนิมิตอารมณ์กรรมฐาน

สภาวะรูปในอารมณ์รูปฌานจะไม่มี อาการเคลื่อนไหวของทรวงอกหรือช่องท้อง มีลมหายใจแผ่วเบาจนยากที่จะกำหนดได้ เพราะได้ล่วงรูปสัญญาเสีย มิได้อาศัยรูปนิมิตเป็นอารมณ์ กรรมฐานตั้งแต่การบรรลุตติยฌานสืบมาแล้ว

สภาวะนามในอารมณ์ฌาน เมื่อการเจริญสมถภาวนา มีสติกำหนดรู้อยู่แต่อารมณ์บัญญัตินั้น ๆ พงอยู่ในอารมณ์เดียวโดยไม่ใส่ใจในอารมณ์อื่นใดทั้งสิ้น จนจิตแน่วแน่มีอารมณ์เป็นเอกัคคตาจิต เป็นสมาธิจิตถึงอัปปนาสมาธิขั้นปฐมฌานเป็นอย่างน้อย^{๗๘} ประกอบด้วยองค์ฌาน ๕ คือ วิตก วิจาร ปิติ สุข เอกัคคตา^{๗๙} เมื่อถึงขั้นนี้ สามารถเจริญฌานต่อไปจนถึงจตุตถฌาน ตามจตุตถกนัย หรือสมาบัติ ๘ ได้เพื่อความบริสุทธิ์แห่งจิต จากนั้นย้อนกลับมาพิจารณาฌานธรรม ฌานสัมปยุตตธรรม สมาปัตติธรรม สมาปัตติสัมปยุตตธรรม จิต และเจตสิกที่เกิดในฌาน^{๘๐} กำหนดรู้ที่องค์ธรรม คือ วิตก (ความตรึก) วิจาร (ความตรอง) ปิติ (ความอิ่มใจ) สุข (ความสุข) จิตเอกัคคตา (ความที่จิตมีอารมณ์เดียว) และธรรมทั้งหลายที่ประกอบด้วยองค์ของฌานนั้น มีผัสสะ (ความถูกต้อง) เวทนา (ความเสวยอารมณ์) สัญญา (ความหมายรู้) เจตนา (ความตั้งใจ) วิญญาน (ความรู้แจ้ง) ฉันทะ (ความพอใจ) อธิโมกข์ (ความน้อมใจเชื่อ) วิริยะ (ความเพียร) สติ (ความระลึกได้) อุเบกขา (ความวางเฉย) มนสิการ (ความใส่ใจ) โดยลักษณะ และรส (หน้าที่) เป็นต้น ของธรรมนั้น ๆ ธรรมทั้งหมดที่กล่าวมานี้เป็น “นาม” อันสัมปยุตกับจิต ด้วยการตามเห็นความเป็นไตรลักษณ์ ซึ่งเป็นจิตตสังขาร

^{๗๘} ติวรายละเอียดใน พ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๑/๒๖๗.

^{๗๙} ติวรายละเอียดใน พ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๘/๒๔๓.

^{๘๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย พิมพ์ครั้งที่ ๓๒ พุทธธรรมประดิษฐาน ๒๖ ศตวรรษกาล พ.ศ.๒๕๕๕, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พลีธัมม์, ๒๕๕๕), หน้า ๔๘๓.

พระสารีบุตรกำหนดรู้อารมณ์แห่งการกำหนดโดยสิ้นเชิง^{๘๑} คือ ธรรมในปฐมฌาน ๑๖ ประการ ได้แก่

เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดวิตก รู้ชัดว่า วิตกมีลักษณะยกจิตเข้าไปสู่อารมณ์
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดวิจาร รู้ชัดว่า วิจารณ์มีลักษณะเคล้าคลึงอารมณ์
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดปีติ รู้ชัดว่า ปีติมีลักษณะชื่นชมยินดีในอารมณ์
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดสุข รู้ชัดว่า สุขมีลักษณะเสวยอารมณ์ที่น่ายินดี
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดเอกัคคตา รู้ชัดว่า เอกัคคตามีลักษณะไม่ซัดส่าย
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดผัสสะ รู้ชัดว่า ผัสสะมีลักษณะกระทบอารมณ์
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดเวทนา รู้ชัดว่า เวทนามีลักษณะเสวยอารมณ์
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดสัญญา รู้ชัดว่า สัญญามีลักษณะหมายรู้อารมณ์
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดเจตนา รู้ชัดว่า เจตนามีลักษณะตั้งใจ
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดจิต รู้ชัดว่า จิตมีลักษณะรู้อารมณ์
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดฉันทะ รู้ชัดว่า ฉันทะมีลักษณะต้องการจะทำ
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดอหิมกซ์ รู้ชัดว่า อหิมกซ์มีลักษณะตัดสิน
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดวิริยะ รู้ชัดว่า วิริยะมีลักษณะพากเพียร
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนดสติ รู้ชัดว่า สติมีลักษณะระลึกได้
 เข้า-ออกปฐมฌานกำหนด รู้ชัดว่า มนสิการมีลักษณะใส่ใจ

เข้า-ออกทุติยฌานกำหนด. รู้ชัดว่า มีลักษณะ.(เหมือนปฐมฌาน) จนกระทั่งเข้า-ออก เนวสัญญานาสัญญายตนฌานได้ไม่มีกำหนด จึงกำหนดรู้ด้วยกลาปสัมมสนนัย (อนุমানวิปัสสนา)^{๘๒} รู้เห็นธรรมดังกล่าวพร้อมกัน มิได้เห็นทีละอย่างเหมือนฌานต้น ๆ เพราะเป็นธรรมทีละเอียด

การกำหนดรู้สภาวะธรรมนี้ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) อธิบายว่า การบรรลุ มรรคผล ไม่จำเป็นต้องหยั่งเห็นรูป-นามทั้งหมดตามที่พระไตรปิฎกและอรรถกถาพรรณาไว้ เพราะ แต่ละบุคคลมีการสังสมบารมีมาต่างกัน จึงหยั่งเห็นด้วยญาณที่เหมาะสมแก่ตน ผู้มีปัญญาแก่กล้า ที่เรียกว่า ดิกขบุคคล แม้จะเป็นพระมหาสาวกก็ไม่อาจหยั่งเห็นรูป-นามโดยพิสดารตามที่ปรากฏใน พระอภิธรรมปิฎก มีเพียงพระสารีบุตรเท่านั้นที่สามารถกำหนดรู้ธรรม ๑๖ ประการนี้ และมีเพียง

^{๘๑} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) ตรวจชำระ, พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี) รวบรวมและเรียบเรียง. อานาปานสติภาวนา ลำดับการบรรลุธรรมของ พระพุทธเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๐๙-๑๑๐.

^{๘๒} ดูรายละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๕/๘๐.

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์เดียวกำหนดรู้ได้ละเอียดยิ่งกว่า ส่วนผู้ที่มีปัญญาไม่แก่กล้าที่เรียกว่า มันทบุคคล ย่อมบรรลุผลด้วยการยังเห็นรูป-นามบางส่วนเท่านั้น ดังข้อความในคัมภีร์อรธกถาว่า สวากา หิ จตุณฺณ ธาตุณฺ อเอกเทสเมว สมมสิตวา นิพพานํ ปาปุณฺณติ^{๘๓} โดยแท้จริงแล้ว สวากทั้งหลายยังเห็นธาตุ ๔ เพียงบางส่วนแล้ว ย่อมบรรลุนิพพาน

ในสฬายตนสังยุต กล่าวถึงการบรรลุธรรมของพระอรหันต์ ๔ องค์ โดยแต่ละองค์กล่าวถึงการปฏิบัติของตนไว้แตกต่างกันตามลำดับ^{๘๔} ดังนี้

พระอรหันต์องค์แรกได้กล่าวว่า “ท่านผู้มีอายุ เมื่อใด ภิกษุยังรู้ความเกิดขึ้น และดับไปของอายตนะ (ภายใน) อันเป็นเหตุเกิดแห่งผัสสะทั้ง ๖ เมื่อนั้น ภิกษุย่อมรู้เห็นได้หมดจดดีด้วยการยังรู้เพียงเท่านี้”

พระอรหันต์องค์ที่ ๒ ได้กล่าวว่า “ท่านผู้มีอายุ เมื่อใด ภิกษุยังรู้ความเกิดขึ้น และดับไปของอุปาทานชั้น ๕ เมื่อนั้น ภิกษุย่อมรู้เห็นได้หมดจดดีด้วยการยังรู้เพียงเท่านี้”

พระอรหันต์องค์ที่ ๓ ได้กล่าวว่า “ท่านผู้มีอายุ เมื่อใด ภิกษุยังรู้ความเกิดขึ้น และดับไปของมหาภูตรูป ๔ เมื่อนั้น ภิกษุย่อมรู้เห็นได้หมดจดดีด้วยการยังรู้เพียงเท่านี้”^{๘๕}

พระอรหันต์องค์ที่ ๔ ได้กล่าวว่า “ท่านผู้มีอายุ เมื่อใด ภิกษุยังรู้ว่า ธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งมีสภาพเกิดขึ้น ธรรมทั้งหมดนั้นมีสภาพดับไป เมื่อนั้น ภิกษุย่อมรู้เห็นได้หมดจดดีด้วยการยังรู้เพียงเท่านี้”^{๘๖}

การกำหนดรู้อายตนะภายในทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มิได้กำหนดรู้อายตนะภายนอกทั้ง ๖ คือ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส และธรรมารมณ์ แม้การกำหนดอายตนะภายในก็กำหนดรู้เพียงรูป ๕ ทาง มี ตา หู จมูก ลิ้น กาย มิได้กำหนดรู้รูปอื่นๆ และกำหนดรู้ใจ หรือ จิตเท่านั้น มิได้กำหนดรู้เจตสิก การกำหนดรู้อายตนะภายในนี้ เป็นการกำหนดรู้อายตนะภายนอกโดยปริยาย การกำหนดรู้อุปาทานชั้น ๕ การกำหนดรู้มหาภูตรูป ๔ การกำหนดรู้ความเกิดดับของธรรมารมณ์ ผู้กำหนดรู้ลักษณะนี้จึงเป็นผู้เจริญสติกำหนดรู้รูป-นามทั้งหมด พระบาลีกล่าวถึงการ

^{๘๓} ม.ม.อ. (ไทย) ๑/-/-/๑๗๔.

^{๘๔} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ) ตรวจชำระ, พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี) รวบรวมและเรียบเรียง. **อานาปานสติภาวนา ลำดับการบรรลุธรรมของพระพุทธเจ้า**, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๐๗-๑๐๙.

^{๘๕} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๔๕/๑๘๐.

^{๘๖} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๔๕/๑๘๑.

กำหนดโดยย่อ และโดยพิศดาร ตามอัธยาศัยของแต่ละบุคคลในแต่ละโอกาส โดยมีข้อกำหนดรู้รูป-นามทั้งหมดจึงสามารถบรรลุธรรมได้

๒) วิธียกอารมณ์ฉันทขึ้นสู่วิปัสสนา ผู้ที่เจริญสมถภาวนาจนเกิดฉันทจิตอันมีปฐมฌาน เป็นต้น เรียกว่า ฌานลาภีบุคคล มีลำดับการเจริญภาวนา ดังนี้

ในวาระแรก อาศัยการเจริญสมถะ หรือสมาธิภาวนาเพื่อความตั้งมั่นของสัมมาสมาธิ และสัมมาสมาธิ (ขณิกสมาธิ, อุปจารสมาธิ, อัปปนาสมาธิ) ด้วยองค์ธรรมหลัก คือ วิตก และวิจารณ์

ในวาระต่อมา อาศัยสัมมาสมาธิในการเจริญอนุปัสสนา เมื่อออกจากฌานสมาบัติขึ้น ๆ แล้ว โดยอาศัยกำลังของฌานสมาบัติ ในขณะนั้นสมาธิมีความตั้งมั่นเป็นเอกัคคตาจิตอยู่ ตามพิจารณากำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้น เป็นการตามดูตามธรรมชาติ และตามสัมปยุตตธรรม ตามเห็นพิจารณาสภาวะธรรมนั้น ๆ ตามความเป็นจริงโดยไม่มีการปรุงแต่งใด ๆ

ในวาระต่อมา อาศัยสัมมาสมาธิในการเจริญวิปัสสนา การบังเกิดขึ้นของวิปัสสนาญาณหยั่งรู้พร้อมเฉพาะซึ่งความรู้แจ้งแห่งจิต พิจารณากำหนดรู้ธรรมารมณ์ด้วยธัมมานุปัสสนาสติปัญญา เห็นสภาวะธรรม ความเป็นไตรลักษณ์ เข้าใจอริยสัจ เพื่อความดับทุกข์อย่างถ่องแท้ วิปัสสนาญาณก้าวหน้าขึ้นเป็นลำดับ

การพิจารณากำหนดรู้เพื่อเข้าถึงความจริงโดยสืบค้นหาเหตุผลไปตามลำดับจนถึงต้นเหตุ แยกแยะองค์ประกอบจนมองเห็นสภาวะ และความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย หรือตรึงตรองให้รู้จักสิ่งที่ดี สิ่งที่ชั่ว ยังกุศลธรรมให้เกิดขึ้นโดยอุบายที่ชอบ ซึ่งจะมีให้เกิดอวิชชา และตัณหาขึ้น เรียกว่า โยนิโสมนสิการ โยนิโสมนสิการนี้ เป็นองค์ธรรมสำคัญหลักของสัมมาสมาธิในการเจริญสมถวิปัสสนาภาวนา

โยนิโสมนสิการในสมถภาวนา หมายถึง การน้อมใจโดยแยบคาย การน้อมใจโดยมีวิเวกเป็นที่ตั้งอาศัย มีวิราคะเป็นที่ตั้งอาศัย มีความดับทุกข์เป็นที่ตั้งอาศัย (ละทิ้งอุปาทาน)^{๘๗}

การเจริญฌานสมาธิ ในสมุคคตสูตร^{๘๘} โดยมนสิการนิमित ๓ ประการ

(๑) มนสิการสมาธินิमित (น้อมใจไปในความที่จิตเสวยอารมณ์เดียว คือ สัมมาสมาธิ)

(๒) มนสิการปัสสณานิमित (น้อมใจทำความเพียรยกจิตขึ้นสู่สภาวะธรรมอาจหาญข้ามขึ้น)

^{๘๗} ศรีศากยอโศก, หลักการฝึกสมาธิภาวนา ตามรอยพระพุทธองค์ (ฉบับสมบูรณ์) , (กรุงเทพมหานคร: บริษัท อินเทอร์เน็ต-เทค พรินติ้ง จำกัด), หน้า ๓๒.

^{๘๘} อ.ก.อ. (ไทย) ๑/๓/-/๕๐๕.

(๓) มนสิการอุเบกขานิमित (น้อมใจไปในความตั้งมั่นของสภาวะธรรมแห่งจิต ไม่สั่นไหวตามกุศลธรรม หรือ อกุศลธรรม) ตามกาลอันควร ถ้ามนสิการอุเบกขานิमितมาก จิตจะไม่โน้มสู่ความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย หรือ น้อมไปสู่วิปัสสนา

วิธีการโยนิโสมนสิการ ยกจิตขึ้นเจริญวิปัสสนา ตามลำดับ ดังนี้

(๑) อบรมสมาธิภาวนาอยู่เนือง ๆ เพื่อให้ สัมมาสมาธิ ที่บังเกิดขึ้นฝังรากหนาแน่น กลาย เป็นความทรงจำแห่งใจ หรือเป็นสัญญาในทางพุทธศาสนาว่า สมาธิญาณ หมายถึง ความหยั่งรู้

(๒) การน้อมจิตโดยแยบคายไปในสมาธิ น้อมจิตไปในสัญญาของความสงบวิเวกที่อยู่ภายในจิตจากการบำเพ็ญสมาธิภาวนาอยู่เนือง ๆ ความสงบวิเวกจะบังเกิดขึ้นโดยไม่จำเป็นต้องนั่งสมาธิเลย เรียกว่า มนสิการโดยมีความสงบวิเวกเป็นที่ตั้งอาศัย การน้อมใจโดยมีความสงบวิเวกเป็นที่ตั้งอาศัย ซึ่งเป็นวิหารธรรมของพระอริยสงฆ์ทั้งหลาย

(๓) การน้อมจิตโดยแยบคายสัมมาสติไปในสัญญาของความไม่กำหนดยินดีในวัตถุ กาม และกิลเลสกาม คือ สัญญาของวิราคะ เรียกว่า มนสิการโดยมีความสงบวิเวก และวิราคะ และนิโรธ เป็นที่ตั้งอาศัย

(๔) การน้อมจิตโดยแยบคายไปในความไม่ยึดมั่นถือมั่นต่อสังขารธรรมทั้งปวง แม้แต่ความสงบวิเวก วิราคะ และนิโรธ (ละทิ้งอุปาทานในสังขารธรรมทั้งปวง) เรียกว่า มนสิการโดยมีความไม่ยึดมั่นถือมั่นสังขารธรรมทั้งปวงเป็นที่อาศัย เห็นแจ้งในความเกิดและความเสื่อมโดยความเป็นไตรลักษณ์

ฉานลาภบุคคล เมื่อประสงค์จะเจริญวิปัสสนาหลังจากออกจากฉานสมาบัติ สามารถใช้สมาธิแข่งกล้า สืบทอดมาจากกำลังฉานสมาบัตินั้น พิจารณาสังขารทั้งหลายในฉาน (ฉานธรรม และฉานสัมปยุตธรรม) หรือสมาบัติที่ตนเพิ่งออกมา จนเห็นไตรลักษณ์ มีวิธีการเจริญภาวนา ๓ วิธี ดังนี้

(๑) ปาทกฉานวาท^{๘๘} หมายถึง การเข้าฉานที่เป็นบาทเบื้องต้นแห่งการเจริญภาวนานั้นเป็นสำคัญ คือ ก่อนที่ฉานลาภบุคคลจะเจริญวิปัสสนานั้น ได้เข้าฉานก่อน จะเป็นฉานในระดับใดก็ตาม ทั้งนี้เพื่อให้เกิดเป็นเอกัคคตาจิต สมาธิมีกำลังดี ฉานที่เป็นบาทฐานนี้เรียกว่า ปาทกฉาน เมื่อออกจากปาทกฉาน พิจารณาองค์ฉานมี ปีติ สุข อุเบกขา เอกัคคตาจิต โดยความเป็น

^{๘๘} ม.ม.อ. (ไทย) ๒/๑/-/๘๓, วิสุทธิ. (ไทย) ๓/๓๑๒-๓๑๔.

อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หรือพิจารณาสังขารธรรมรูป-นามที่นอกจากองค์ฌาน โดยความเป็น อนิจจังทุกขัง อนัตตา ต่อไป

ถ้าฌานลาภบุคคลปฏิบัติจนแจ้งพระไตรลักษณ์ และบรรลุถึงมรรคผลนี้ ปาทกฌานที่ ฌานลาภบุคคลเข้าเป็นปฐมฌานมรรคจิต ผลจิตที่เกิดขึ้นนี้เรียกว่า ปฐมฌานโสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สำเร็จเป็นปฐมฌานโสดาบันบุคคล ถ้าเข้าหุตติยาน ตติยาน จตุตถฌาน เป็นปาทกฌาน มรรคจิตที่เกิดขึ้นเป็นปฐมมรรค เรียกไปตามขั้นของฌาน เช่น หุตติยานโสดาปัตติมรรคจิต ตติยานโสดาปัตติมรรคจิต เป็นต้น การปฏิบัติเพื่อมรรคจิตผลจิตเบื้องสูง อันมีสกทาคามิมรรค สกทาคามิผล อนาคามิมรรค อนาคามิผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล เป็นทำนองเดียวกับปฐมฌานโสดาปัตติมรรคจิตนั่นเอง เพราะถือฌานที่เป็นบาทเบื้องต้นนั้นเป็นใหญ่เป็นสำคัญ

(๒) สัมมสติดฉานวาท ฌานลาภบุคคลผู้เจริญวิปัสสนากวณานัน พิจารณาฌาน ที่ตนเคยได้มาแล้ว จะเป็นฌานขั้นใดก็ตาม พิจารณาฌานนั้น โดยความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จะเข้าฌานก่อน หรือจะไม่เข้าฌานก่อนก็ได้ ไม่ถือการเข้าฌานเป็นสำคัญ แต่ถือการพิจารณาฌานนั้นเป็นใหญ่ เช่น การเข้าปัญจฌาน ครั้นเวลาที่พิจารณาโดยความเป็นไตรลักษณ์นั้น พิจารณาปฐมฌาน มรรคจิตที่เกิดขึ้นเป็นปฐมฌานมรรคจิต โดยทำนองเดียวกัน เวลาเข้า เข้าหุตติยาน แต่เวลาพิจารณากลับไปพิจารณาจตุตถฌาน มรรคจิตที่เกิดขึ้นเป็นจตุตถฌานมรรคจิต

(๓) บุคคลัชฌายสยวาท หมายถึง ความปรารถนา ความประสงค์ ความปรารถนา ของ ฌานลาภบุคคลผู้เจริญวิปัสสนานั้นเป็นสำคัญ เช่น ปรารถนาตติยานมรรคจิต จะต้องเจริญภาวนา อย่างใดอย่างหนึ่งใน ๒ อย่างนี้ คือ

(๓.๑) ต้องเข้าตติยาน ซึ่งขั้นนี้ตรงตามความประสงค์ของผู้ปฏิบัติ เมื่อออกจากตติยานแล้ว พิจารณารูปนามที่เป็นนามธรรม โดยความเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

(๓.๒) หรือพิจารณาองค์ฌานของตติยาน โดยความเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เมื่อพิจารณาจนมรรคจิตปรากฏ มรรคจิตนั้นเป็นตติยานมรรคจิต

ปรกณวิเสสวิสุทธิมรรคอธิบายว่า ผู้มีจตุตถฌานเกิดแล้ว ใครจะเจริญกรรมฐานโดยวิธี สลัลลขนา (วิปัสสนา) กำหนดพิจารณาเฉพาะนามในฌาน กำหนดอุปาทานชั้น ๕ ได้ชัดเจน ปัจจุบัน เห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ และวิวิธญาณ (มรรค) ปฏิบัติให้โพธิปักขิยธรรม องค์ธรรมแห่งการตรัสรู้ ๓๗ ประการเข้ารวมกันเป็นอาการตัดกิเลสของมรรค นับตั้งแต่วิราคะเป็นต้นไปจนกระทั่งถึงขณะแห่งมรรค^{๙๐} ได้แก่ มรรค ๔ มีโสดาปัตติมรรค เป็นต้น แล้วบรรลุปาริสุทธิ (ผล) บรรลุผลของ

^{๙๐} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๓/๓๒.

การตัดกิเลส ที่เรียกว่า วิมุตติ ในขั้นที่เป็นสมุจเฉทวิมุตติ ได้แก่ ผล ๔ มีโสดาปัตติผล เป็นต้น วัฏปฏิบัติหลังจากที่ผลเกิดแล้ว ได้แก่ ปัจจเวกขณญาณ พิจารณาในความสิ้นไปแห่งกิเลส^{๙๑}

สมณยานิกย่อมทำมานั้นให้ถึงความเป็นวสีด้วยอาการ ๕ แคล้วคล่อง เมื่อผู้ปฏิบัตินั้น ออกจากฌานสมาบัติแล้ว ย่อมเห็นได้ว่า กรัศกายและจิตด้วย เป็นสมุทัยแห่งลมอัสสาสะปัสสาสะทั้งหลาย เปรียบเหมือน เมื่อเตาสุบของช่างทองถูกชักสูบอยู่ ลมที่ถูกชักสูบอยู่ และความพยายาม แก่นั่นของบุรุษประกอบกัน ลมนั้นย่อมเข้าออกได้ฉับไฉน ลมหายใจก็อาศัยกายและจิตประกอบกันเข้าออกได้เหมือนกันฉับนั้น ย่อมกำหนดลงได้ว่า ลมหายใจและกายเป็นรูป จิต และธรรม ที่สัมปยุตกับจิตนั้น เป็นนาม

ครั้นเมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดรูป-นามอย่างนี้ได้แล้ว พิจารณาเหตุปัจจัยของรูป-นามต่อไปว่า รูป-นามในอดีตเกิดขึ้นเพราะเหตุนี้ แม้รูป-นามในอนาคตก็เกิดขึ้นเพราะเหตุนี้ ไม่มีบุคคล ตัวเราของเรา ไม่มีผู้เนรมิตรูปนาม เมื่อก้าวข้ามความสงสัยปรารถนาความเป็นไปแห่งรูป-นามในกาลทั้ง ๓ เสียได้ ยกอารมณ์ขึ้นสู่ไตรลักษณ์ โดยพิจารณาเป็นกลาป ละวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อันมีโอภาส เป็นต้น อันเกิดขึ้นในเบื้องต้นแห่งอุทยัพพยุปัสนาเสีย กำหนดเห็นปฏิบัติญาณอันพ้นจากอุปกิเลส แล้วว่าเป็นทางแห่งการปฏิบัติที่ถูกต้อง ละการพิจารณาข้างเกิดแล้ว ถึงภังคานุปัสนาพิจารณาแต่ข้างดับ แล้วเปื้อน่าย คลายความยึดถือมั่นในสังขารทั้งปวงที่ปรากฏโดยความเป็นของน่ากลัว เพราะเห็นแต่ข้างดับ หาระหว่างมิได้ ดำเนินไปถึงอริยมรรค ๔ ตามลำดับ ตั้งอยู่ในอรหัตผล ถึงที่สุดแห่งปัจจเวกขณญาณ^{๙๒}

อรรถกถาที่ขนิทาย มหาวรรค อธิบายวิธียกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาหลังจากออกจาก อานาปานสติฌานของพระโพธิสัตว์ก่อนตรัสรู้ ว่า

พระโพธิสัตว์ทรงออกจากจตุตถฌานกำหนดลมหายใจเข้า-ออก ทรงเพ่งพินิจในขั้น ๕ ทรงเห็นลักษณะ ๕๐ ถ้วน^{๙๓} คือ เห็นความเกิดขึ้น แห่งเบญจขันธ์ ในอัมมานุปัสสนา ๒๕ ประการ เมื่อเห็นความเสื่อมแห่งเบญจขันธ์ในอัมมานุปัสสนา ๒๕ ประการ ด้วยสามารถความเกิดและความเสื่อม ทรงเจริญวิปัสสนาจนกระทั่งถึงโคตรภูญาณแล้ว ทรงแทงตลอดพุทธคุณ ทั้งสิ้นด้วย อริยมรรค ในปัจฉิมยามทรงออกจากจตุตถฌานกำหนดลมหายใจเข้า-ออก ทรงเพ่งพินิจในขั้น ๕ ทรงปรารถนาเห็นแจ้งความเกิดและความเสื่อม

^{๙๑} ดูรายละเอียดใน พ.ป. (ไทย) ๓๑/๖๕/๑๐๖.

^{๙๒} วิสุทธิ (ไทย) ๒๒/๑๑๓๗.

^{๙๓} พิจารณาเห็นความไม่เที่ยงในขั้น ๕ ด้วยอำนาจแห่งความเป็นสภาพธรรมที่ไม่เที่ยงด้วย อัมมานุปัสสนา.

เมื่อวิปัสสนาญาณเจริญแล้วตามลำดับ จิตไม่ยึดมั่นเพราะไม่เกิด ย่อมพ้นจากกิเลสทั้งหลายกล่าวคือ อาสวะดับสนิทด้วยอนุภาวนิโรธ จิตนั้นชื่อว่าย่อมพ้นในขณะที่มรรค ชื่อว่าพ้นแล้ว ในขณะที่ผล ด้วยเหตุเพียงเท่านั้นแล พระมหาบุรุษทรงพ้นแล้วจากเครื่องผูกมัดทั้งปวง^{๙๔}

๓) การกำหนดอารมณ์ณานขึ้นสู่วิปัสสนา

๓.๑) กำหนดเวทนาเป็นอารมณ์ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการใช้สติพิจารณา กำหนดรู้สภาวะธรรมแห่งองค์ธรรมทั้งหลายของเวทนาที่ปรากฏขึ้นทางกายและทางใจ เวทนานี้สามารถพิจารณาได้เป็น ๓ อย่าง ดังนี้

๓.๑.๑) สุขเวทนา^{๙๕} ความรู้สึกเป็นสุขทางกายและทางใจ

กายิกสุข ความสุขสำราญทางกาย ที่เป็นความสำราญซึ่งเกิดจากกายสัมผัส

เจตสิกสุข ความสุขสำราญทางใจ ที่เป็นความสำราญซึ่งเกิดจากเจตีสัมผัส

๓.๑.๒) ทุกขเวทนา^{๙๖} ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางกายและทางใจ

๓.๑.๓) อทุกขมสุขเวทนา ความรู้สึกไม่ทุกข์ ไม่สุข รู้สึกเฉย ๆ

เวทนา หมายถึง ความรู้สึกทางใจ หรืออารมณ์ความรู้สึกทางใจ เวทนานี้ไม่ใช่ความรู้สึกของรูปธรรม คือ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย เวทนานี้เป็นความรู้สึกทางใจซึ่งเป็นนามธรรมในส่วนที่เป็นจิตวิญญาณของมนุษย์ผู้มีชีวิต โดยอาศัยอายตนะภายนอก ๖ ได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์ และอายตนะภายใน ๖ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แต่เวทนาบังเกิดขึ้นได้เพราะเหตุปัจจัยที่อาศัยกันเกิดขึ้น (อิทัปปัจจยตา) -> อายตนะวิญญาณ ๖ (การรับรู้ทางอายตนะ ๖ ได้แก่ จักขุวิญญาณ โสทวิญาณ ฆานวิญาณ ชิวหาวิญาณ กายวิญาณ มโนวิญาณ) -> ผัสสะ (สัมผัสทางใจ) -> เวทนา (ความรู้สึกทางใจ) ไม่สามารถสัมผัสได้ด้วยตา หู จมูก ลิ้น และกาย ต้องอาศัยใจ หรือ จิต สัมผัสรับรู้ได้

คัมภีร์พระอภิธรรมอธิบาย การพิจารณาเวทนา ๙ อย่าง คือ เวทนาที่อิงกามคุณ (สามีสสุข) หมายถึง ความพอใจและไม่พอใจในกามคุณ ๕ คือ รูป รส กลิ่น เสียง และสัมผัส ดังที่พระพุทธองค์ตรัสการเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานในมหาสติปัฏฐานสูตร^{๙๗} ไว้ดังนี้

^{๙๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๒๓๓.

^{๙๕} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๒/๒๗๑.

^{๙๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๔๓/๓๒๖.

^{๙๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๔๘๐/๓๑๓.

เมื่อเสวยสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยสุขเวทนา’
 เมื่อเสวยทุกขเวทนา ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยทุกขเวทนา’
 เมื่อเสวยอทุกขมสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยอทุกขมสุขเวทนา’
 เมื่อเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส’
 เมื่อเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส’
 เมื่อเสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส’
 เมื่อเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส’
 เมื่อเสวยอทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยอทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส’
 เมื่อเสวยอทุกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า ‘เราเสวยอทุกขมสุขเวทนา’

พิจารณากำหนดรู้เหตุแห่งเวทนาทั้งหลาย ว่ามีที่มาจากอามิส (กิเลสกำและวัตถุกำจากเบญจกำคุณ ๕ หรือจาก ตา หู จมูก ลิ้น กาย) หรือ มีที่กำโดยไม่มีอามิส (เกิดจากกำในจิตของเราที่เป็นธรรมารมณ + มโน -> มโนวิญญูณ -> ผัสสะ -> เวทนา)

ใจ (จิต) นี้ คือ ประธานของเวทนา ทั้ง ๓ อากำร หมายความว่า จิต ของเราย่อมเป็นใหญ่เหนือเวทนาทั้งหลาย ถ้าเรามีสัมมาสติ สัมมาสมาธิ ควบคุมจิตใจนี้ได้ เราย่อมพิจารณาตามเห็นเวทนาทั้งหลายได้ด้วยใจ พิจารณากำหนดรู้ตามความเป็นจริง ไม่ให้เป็นທີ່อาศัยของตัณหาหลงได้ เวทนานั้นย่อมถูกระงับไป เมื่อ ตัณหาดับ -> อุปาทานย่อมดับ -> ภพย่อมดับ -> ชาติ -> ชรา มรณะ โสกะ ปรีทเวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาส ความทุกข์จึงดับลงได้ด้วยอาการอย่างนี้

“เวทนาจะระงับลงได้เมื่อบังเกิดความดับแห่งผัสสะ คือ เพราะอาศัยความดับลงของผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงดับ”

ความดับแห่งเวทนาทั้งหลาย คือ ความดับแห่งสุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุขเวทนา เป็นเบื้องต้น ความดับแห่งเวทนาย่อมมีได้ด้วยอาการอย่างนี้ คือ

(๑) การมีสัมมาสติ และสัมมาสมาธิ เมื่อบังเกิดผัสสะ หรือสัมผัสทางใจ ผัสสะบังเกิดขึ้นตามอัทธปปัจจยตา เมื่อจิตมีสภาวะธรรมที่ตั้งมั่นไม่หวั่นไหว สงบระงับจากอกุศลธรรมทั้งหลายเป็นสัมมาสมาธิอยู่ ผัสสะย่อมระงับ ไม่เป็นเหตุปัจจัยที่ตั้งอาศัยของเวทนาทั้งหลาย

(๒) อุเบกขาของจิตให้ตั้งมั่นไม่หวั่นไหว เป็นองค์ธรรมหนึ่งใน พรหมวิหาร ๔ คือ อุเบกขา และเป็นองค์ธรรมสำคัญในโพชฌงค์ คือ อุเบกขาสัมโพชฌงค์

(๓) การเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณากำหนดรู้ตามสุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขาสุขเวทนา โดยความเป็นไตรลักษณ์ ตามความเป็นจริงของกฎแห่งธรรม คือ ยถาภูตญาณทัศณะ -> นิพพิทาญาณ -> วิราคะญาณ ฯลฯ เวทนาย่อมดับลงด้วยวิราคะญาณ

พระผู้มีพระภาคตรัสสอนการกำหนดปิติ ยกขึ้นสู่วิปัสสนาว่า

“เธอย่อมสำเหนียกว่า เราจักรู้ชัดปิตินั้นหายใจเข้า

เธอย่อมสำเหนียกว่า เราจักรู้ชัดปิตินั้นหายใจออก”^{๙๘}

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอนการกำหนดรู้สุข ยกขึ้นสู่วิปัสสนาว่า

“เธอย่อมสำเหนียกว่า เราจักรู้ชัดสุขนั้นหายใจเข้า

เธอย่อมสำเหนียกว่า เราจักรู้ชัดสุขนั้นหายใจออก”^{๙๙}

สภาวะธรรมในขณะนั่งสมาธิภาวนา มีวิตก มีวิจารณ์ แล้วเกิดปิติ ปิติ หรือเวทนาที่เกิดขึ้น อาจเป็นปัจจัยที่ตั้งอาศัยของตัณหาได้ พิจารณากำหนดรู้ปิตินั้น เมื่ออุเบกขาธรรมเจริญขึ้น ปิตีย่อมสงบระงับลง ย่อมบังเกิดสุขเพราะความสงบสืบไป ครั้นอุเบกขาธรรมเจริญขึ้น ไม่ให้ปิติ และสุข เป็นที่อาศัยของตัณหา เอกัคคตาคติย่อมบังเกิดขึ้นด้วยอาการอย่างนี้^{๑๐๐}

ขณะนั่งสมาธิภาวนาจนบรรลุจุดตถุญาณ มีสัมมาสติอยู่ เพราะความระงับแห่งกายสังขาร (รูปขันธ์) เวทนาทั้งหลายย่อมดับลง เป็นเหตุให้ไม่มีความรู้สึกเป็นสุขทางใจ ไม่มีความรู้สึกเป็นทุกข์ทางใจ ไม่มีอทุกขมสุขเวทนา ในขณะนั้นอยู่ด้วยอุเบกขาธรรม

การพิจารณากำหนดรู้เวทนานุปัสสนา มีดังนี้

(๑) กำหนดรู้เวทนาที่เสวยอารมณ์นั้นอยู่ในขณะนั้นเป็นนิมิตอารมณ์กรรมฐาน

(๒) ยกจิตขึ้นสู่อารมณ์กรรมฐานอย่างต่อเนื่อง เรียกว่า มีวิตก มีวิจารณ์ เพื่อผูกจิตให้มั่นคงมิให้จิตฟุ้งซ่าน บังเกิดสัมมาสติ และสัมมาสมาธิ

(๓) พิจารณากำหนดรู้ตาม

(๓.๑) เมื่อเสวยสุขเวทนา ความรู้สึกเป็นสุขทางใจ ก็รู้ชัดว่า “บัดนี้ เราเสวยสุขเวทนาอยู่”

(๓.๒) เมื่อเสวยทุกขเวทนา ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางใจ ก็รู้ชัดว่า “บัดนี้ เราเสวยทุกขเวทนาอยู่”

^{๙๘} คุรยละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๒/๒๗๐.

^{๙๙} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๓/๒๗๑.

^{๑๐๐} คุรยละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๓-๑๗๔/๒๗๑-๒๗๓.

(๓.๓) เมื่อเสวยยอกขมสุขเวทนา ความรู้สึกไม่สุขไม่ทุกข์ทางใจ ก็รู้ชัดว่า “บัดนี้ เราเสวยยอกขมสุขเวทนาอยู่”

(๔) พิจารณากำหนดรู้เหตุแห่งเวทนาทั้งหลาย ว่ามีที่มาจากอามิส (กิเลสกรรมและวัตถุกรรม จากเบญจกามคุณ ๕ หรือจาก ตา หู จมูก ลิ้น กาย) หรือ มีที่มาจากไม่มีอามิส (เกิดจากภายในจิตของเราที่เป็นธรรมารมณ์ + มโน -> มโนวิญญาณ -> ผัสสะ -> เวทนา)

(๕) พิจารณากำหนดตามรู้เวทนาที่บังเกิดขึ้นทั้งหลายนี้มีเหตุปัจจัยอิงอาศัยกันบังเกิดขึ้น โดยความเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เมื่อพิจารณากำหนดรู้ตามเวทนาที่บังเกิดขึ้นทั้งหลายอยู่อย่างนี้ ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือ ความเกิดขึ้นในเวทนา ความเสื่อมไปในเวทนา ทั้งความเกิด และความเสื่อมไปในเวทนา

(๖) พิจารณากำหนดตามรู้เวทนาทั้งหลายทั้งภายใน และภายนอก หมายความว่า พิจารณาเห็นตามเวทนาทั้งหลายของจิตภายในตน และจิตของผู้อื่น

(๗) พิจารณากำหนดรู้เห็นความดับไปของเวทนา หมายความว่า รู้ชัดในความเสื่อมไปแห่งเวทนาทั้งหลาย รู้ชัดเหตุปัจจัยในความเสื่อมไปแห่งเวทนาทั้งหลาย โดยความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

เมื่อพิจารณากำหนดรู้ตามเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ย่อมบังเกิดความแตกฉานในอริยสัจ ๔ ของเวทนา เห็นเวทนาโดยความเป็นไตรลักษณ์ บังเกิดความดับแห่งอุปาทานขันธ ไม่ยึดมั่นถือมั่นในเวทนาทั้งหลาย^{๑๐๑}

๓.๒) กำหนดจิตเป็นอารมณ์ พระพุทธองค์ตรัสว่า “มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้”^{๑๐๒} ผู้เจริญวิปัสสนามีสติกำหนดรู้จิตย่อย เช่น จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะ เป็นต้น ในจิตใหญ่ พิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งจิต คือ ความนึกคิดต่าง ๆ โดยพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นเพียงแต่ความนึกคิด ไม่ใช่สิ่งที่แท้จริง ยั่งยืน ไม่ใช่ตัวตน^{๑๐๓} ละความสำคัญผิดว่าเที่ยง เห็นเป็นไตรลักษณ์

จิต^{๑๐๔} หมายถึง จิตวิญญาณ หรือ อินทรีย์แห่งชีวิต หรือ ส่วนที่เป็นนามธรรมของรูป-นาม ประกอบด้วย เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ในขันธ ๕

จิตที่มี ราคะ โทสะ โมหะ เป็นต้นหาทั้งหลายที่ย้อมใจเรา เวทนา เป็นความรู้สึกทางใจ

^{๑๐๑} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๒/๒๗๐-๒๗๑.

^{๑๐๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^{๑๐๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

^{๑๐๔} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๖/๒๗๕.

พระผู้มีพระภาคตรัสสอนการกำหนดจิตตสังขาร^{๑๐๕} ยกขึ้นสู่วิปัสสนาว่า

“เธอย่อมสำเหนียกว่า เรากำหนดรู้จิตตสังขารหายใจเข้า

เธอย่อมสำเหนียกว่า เรากำหนดรู้จิตตสังขารหายใจออก”^{๑๐๖}

พระผู้มีพระภาคตรัสสอนการกำหนดระงับจิตตสังขาร^{๑๐๗} ยกขึ้นสู่วิปัสสนาว่า

“เธอย่อมสำเหนียกว่า เราระงับจิตตสังขารหายใจเข้า

เธอย่อมสำเหนียกว่า เราระงับจิตตสังขารหายใจออก”

พระผู้มีพระภาคตรัสสอนการกำหนดรู้ชัดจิต^{๑๐๘} ยกขึ้นสู่วิปัสสนาว่า

“เธอย่อมสำเหนียกว่า เราจรรู้ชัดจิตขณะหายใจเข้า

เธอย่อมสำเหนียกว่า เราจรรู้ชัดจิตขณะหายใจออก”

พระผู้มีพระภาคตรัสสอนการทำจิตให้บันเทิง^{๑๐๙} ยกขึ้นสู่วิปัสสนาว่า

“เธอย่อมสำเหนียกว่า เราทำจิตให้บันเทิงขณะหายใจเข้า

เธอย่อมสำเหนียกว่า เราทำจิตให้บันเทิงขณะหายใจออก”

พระผู้มีพระภาคตรัสสอนการตั้งจิตไว้เป็นสมาธิ^{๑๑๐} ยกขึ้นสู่วิปัสสนาว่า

“เธอย่อมสำเหนียกว่า เราตั้งจิตไว้ขณะหายใจเข้า

เธอย่อมสำเหนียกว่า เราตั้งจิตไว้ขณะหายใจออก”

พระผู้มีพระภาคตรัสสอนการเปลื้องจิต^{๑๑๑} ยกขึ้นสู่วิปัสสนาว่า

“เธอย่อมสำเหนียกว่า เราเปลื้องจิตขณะหายใจเข้า

เธอย่อมสำเหนียกว่า เราเปลื้องจิตขณะหายใจออก”

^{๑๐๕} จิตตสังขาร คือ สัญญาและเวทนา เป็นเจตสิก ธรรมเหล่านี้เนื่องด้วยจิต เป็นจิตตสังขาร สัญญาและเวทนาด้วยอำนาจลมหายใจเข้าหายใจออกยาว เป็นเจตสิก ธรรมเหล่านี้เนื่องด้วยจิต เป็นจิตตสังขาร ฯลฯ สัญญาและเวทนาด้วยอำนาจความเป็นผู้กำหนดรู้สุขหายใจเข้า ฯลฯ สัญญาและเวทนาด้วยอำนาจความเป็นผู้กำหนดรู้สุขหายใจออก เป็นเจตสิก ธรรมเหล่านี้เนื่องด้วยจิตนี้ชื่อว่า จิตตสังขาร

^{๑๐๖} พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๔/๒๗๓.

^{๑๐๗} พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๕/๒๗๔.

^{๑๐๘} พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๖/๒๗๕.

^{๑๐๙} พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๗/๒๗๖.

^{๑๑๐} พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๘/๒๗๗.

^{๑๑๑} พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๙/๒๗๘.

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๑๑๒} เป็นวิธีพิจารณาการใช้สติกำหนดรู้สภาวะธรรมที่ปรากฏทางจิต ดังที่พระพุทธองค์ตรัสแสดงในมหาสติปัฏฐานสูตร^{๑๑๓} ว่า

จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีราคะ’ .จิตปราศจากราคะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตปราศจากราคะ’
 จิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีโทสะ’ .จิตปราศจากโทสะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตปราศจากโทสะ’
 จิตมีโมหะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีโมหะ’ .จิตปราศจากโมหะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตปราศจากโมหะ’
 จิตหดหู่ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตหดหู่’ .จิตฟุ้งซ่าน ก็รู้ชัดว่า ‘จิตฟุ้งซ่าน’
 จิตเป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตเป็นมหัคคตะ’ .จิตไม่เป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตไม่เป็นมหัคคตะ’

จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า’ .จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า ‘จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า’

จิตเป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตเป็นสมาธิ’ .จิตไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตไม่เป็นสมาธิ’
 จิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ชัดว่า ‘จิตหลุดพ้นแล้ว’ .จิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า ‘จิตไม่หลุดพ้น’

การพิจารณากำหนดรู้จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีดังนี้

(๑) กำหนดรู้สภาวะธรรมของจิตที่ประกอบด้วย ราคะ โทสะ โมหะ ตัณหาทั้ง หลาย มีเวทนาเป็นที่ตั้งอาศัย ดังนั้น เมื่อจิตและเวทนาย่อมด้วยตัณหา สามารถเกิดขึ้นได้ในวาระเดียวกัน สุขเวทนาเกิดขึ้นเมื่อใด ราคานุสัย คือ กิเลสที่นอนเนื่องในความกำหนดยินดี ย่อมเกิดขึ้นเสมอทุกครั้ง ทุกขเวทนาเกิดขึ้นเมื่อใด ปฏิฆานุสัย คือ กิเลสที่นอนเนื่องในความโกรธ ไม่พอใจ ย่อมเกิดขึ้นเสมอทุกครั้ง อทุกขมสุขเวทนาเกิดขึ้นเมื่อใด อวิชานุสัย คือ กิเลสที่นอนเนื่องในความเคยชินถึงความไม่รู้ทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ ความดับแห่งทุกข์ ทางปฏิบัติเพื่อความดับแห่งทุกข์ คือ ความไม่รู้ในอริยสัจ ย่อมเกิดขึ้นเสมอทุกครั้ง

ตัณหา ๓ นี้ ราคะ และ โทสะ มีสภาวะธรรมหยาบ กำหนดได้ง่าย แต่ โมหะ มีสภาวะธรรมที่ละเอียด กำหนดได้ยาก การกำหนดรู้ตัณหาโดยความเป็นอริยสัจ ๔ ได้แก่

กำหนดรู้ว่า นี่คือ ตัณหา

กำหนดรู้ว่า นี่คือ เหตุแห่งตัณหา

กำหนดรู้ว่า นี่คือ ความดับแห่งตัณหา

กำหนดรู้ว่า นี่คือ หนทางปฏิบัติเพื่อความดับแห่งตัณหา

^{๑๑๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

^{๑๑๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

(๒) การกำหนดรู้สภาวะธรรมของจิตอันหุดหู่และจิตอันฟุ้งซ่าน จิตอันหุดหู่และจิตอันฟุ้งซ่านเป็นจิตที่ประกอบด้วยกิเลสตัณหา พระพุทธองค์แสดงการกำหนดความหุดหู่ และฟุ้งซ่านเหล่านี้ในมหาสติปัฏฐานสูตร เป็นนิมิตอารมณ์กรรมฐาน ดังนี้

การกำหนดรู้จิตหุดหู่ และจิตฟุ้งซ่านโดยความเป็นอริยสัจ ๔ ได้แก่

กำหนดรู้ว่า นี่คือ จิตหุดหู่ และจิตฟุ้งซ่าน

กำหนดรู้ว่า นี่คือ เหตุแห่งจิตหุดหู่ และจิตฟุ้งซ่าน

กำหนดรู้ว่า นี่คือ ความดับแห่งจิตหุดหู่ และจิตฟุ้งซ่าน

กำหนดรู้ว่า นี่คือ หนทางปฏิบัติเพื่อความดับแห่งจิตหุดหู่ และจิตฟุ้งซ่าน

(๓) การกำหนดรู้สภาวะธรรมของจิตอันมี เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา (อัปปมัญญา พรหมวิหาร ๔) อัปปมัญญานี้ เป็นธรรมที่แผ่ไปไม่มีประมาณ มุ่งหมายแสดงถึงธรรมประจำใจอันประเสริฐ จิตอันมีความเมตตา มีความกรุณา มีความมุทิตา มีความอุเบกขา เป็นความดีอันยิ่งใหญ่ของปุถุชนจนถึงพระอรหันต์ จนถึงเหล่าเทพ และพรหมทั้งหลาย พรหมวิหารธรรม ๔ นี้ อุเบกขาธรรมเป็นหลักธรรมเพื่อความดับทุกข์ เป็นสภาวะธรรมของจิตขณะบำเพ็ญเพียรภาวนา เป็นอาการที่ประคับประคองจิตไว้ การกำหนดรู้จิตอันประกอบด้วยพรหมวิหารธรรม ๔ อยู่นี้ เรียกว่า “จิตเป็นมรรคต ก็รู้ชัดว่า จิตเป็นมรรคต”

(๔) การกำหนดรู้สภาวะธรรมของจิตอันเป็น สมานินทรีย์^{๑๓๔} ในขณะที่ผู้บำเพ็ญเพียรเจริญสมาธิภาวนา จิตย่อมเสวยอารมณ์ความสงบระงับจากอกุศลทั้งหลายแตกต่างกัน เรียกว่า “จิตนี้มีสัมมาสมาธิบังเกิดขึ้นแตกต่างกัน” จิตนี้เป็นขณิกสมาธิ ก็รู้ชัดว่าจิตนี้เป็นขณิกสมาธิ เป็นต้น

(๕) การกำหนดรู้สภาวะธรรมของจิตที่ยังเกี่ยวข้องกับกิเลสกามและวัตถุกาม หมายถึง สภาวะธรรมของจิตที่บังเกิดความยินดียินร้ายใน รูป รส กลิ่น เสียง โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์ ด้วยอาการของตัณหาอย่างใดอย่างหนึ่ง ดังนี้ เป็นต้น

(๖) การกำหนดรู้สภาวะธรรมของจิตที่ยกระดับมาเกี่ยวข้องกับรูปฌาน หมายถึง สภาวะธรรมของจิตเมื่อก่อนเกี่ยวข้องกับแต่กับกิเลสกาม และวัตถุกาม บัดนี้ได้ยกระดับสภาวะธรรมจิตเป็นสัมมาสมาธิในระดับต่าง ๆ จากขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ ในปฐมฌาน ทุตติยฌาน จตุตถฌาน เพราะการบำเพ็ญเพียรเจริญภาวนาอยู่เนื่อง ๆ

^{๑๓๔} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๗๘/๒๗๗.

(๗) การกำหนดรู้สภาวะธรรมของจิตที่ยกระดับมาเกี่ยวข้องกับอรุปमान หมายถึง สภาวะธรรมของจิตเมื่อก่อนเกี่ยวข้องกับกิลีสกาม และวัตถุกาม และรูปमान (ปฐมमान ทุตติยमान ตติยमान จตุตถमान) บัดนี้ได้ยกระดับสภาวะธรรมของจิตเป็นอรุปमान มีอาภาสานัญญาตณมาน วิญญาณัญญาตณมาน อากิญจัญญาตณมาน เนวสัญญานาสัญญาตณมาน เพราะการบำเพ็ญเพียรเจริญภาวนาอยู่เนื่อง ๆ

(๘) การกำหนดรู้สภาวะธรรมของจิตที่ยกขึ้นสู่วิปัสสนา หมายถึง สภาวะธรรมของจิตที่เคยเนื่องด้วยเบญจกามคุณ ๕ เคยยกระดับจิตเป็น รูปमान อรุปमान เคยเจริญแต่สมณะภาวนา โดยอาศัยสัมมาสมาธิที่บังเกิดขึ้น เป็นขณิกสมาธิ เป็นอุปจารสมาธิ เป็นอัปนาสมาธิ น้อมจิตไปในธรรมสัญญา อันได้แก่ อุปาทานขันธ์ ๕ อริยสัจ ๔ เป็นต้น เพื่อการเจริญวิปัสสนาภาวนา

(๙) การกำหนดรู้สภาวะธรรมของจิตอันตั้งมั่นเป็นเอกัคคตจิต หมายถึง เพราะมีการบำเพ็ญเพียรภาวนาอยู่เนื่อง ๆ เพราะการบำเพ็ญเพียรมหาสติ ๔ สัมมาสติจึงตั้งมั่น เป็นเหตุให้สัมมาสมาธิตั้งมั่นเป็นเอกัคคตจิต

(๑๐) การกำหนดรู้สภาวะธรรมของจิตบังเกิดวิมุตติมาน หมายถึง เพราะการบำเพ็ญเพียรภาวนาโดยลำดับนับแต่ ทาน ศีล สมาธิ ปัญญา อยู่เนื่อง ๆ อาสวะทั้งหลายจึงดับลงโดยลำดับ ครั้นบังเกิดความดับสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย สภาวะธรรมของจิตจึงหยุดการปรุงแต่งเป็นสังขารธรรม กระแสแห่งปฏิจจสมุปบาทจึงดับลง นิโรธญาณจึงบังเกิดขึ้นด้วยอาการอย่างนี้

๓.๓) กำหนดธรรมเป็นอารมณ์ พิจารณาสภาพธรรมที่ปรากฏให้จิตรับรู้ หรือที่จิตน้อมไปรู้ มีธรรมอะไรเกิดขึ้น รู้ชัดในธรรมนั้น ๆ ตามพิจารณาธรรมทั้งรูปธรรมและนามธรรม ทั้งภายในและภายนอก รู้ไปตั้งแต่อย่างหยابไปจนถึงอย่างละเอียดที่สุด ให้รู้สภาวะธรรมอันเป็นทุกข์ กำหนดรู้ถึงทางดับของทุกข์นั้น ๆ กำหนดรู้สภาวะธรรมทั้งหมดนั้นเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน จนละความสำคัญผิดว่าเป็นตัวเป็นตนได้ พระพุทธองค์ตรัสแสดงการพิจารณาธรรมในแต่ละหมวดอย่างละเอียดใน ทีฆนิกาย มหาวรรค มหาสติปัฏฐานสูตร^{๑๑๕} ดังนี้

๓.๓.๑) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ นิรวณ ๕^{๑๑๖} สมถยานิกเจริญสมถภาวนาเป็นเบื้องต้น เพราะอาศัย วิตก วิจาร์ ปิติ สุข เอกัคคตจิต เป็นเหตุให้ปฐมमानบังเกิดขึ้น ครั้นปฐมमानบังเกิดขึ้นแล้ว นิรวณทั้งหลายย่อมดับลงชั่วคราว หรือระงับลง

๓.๓.๒) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปาทานขันธ์ ๕^{๑๑๗} ดังนี้

^{๑๑๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒-๔๐๒/๓๑๖-๓๓๘.

^{๑๑๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

รูปเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งรูปเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งรูปเป็นอย่างนี้
 เวทนาเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งเวทนาเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งเวทนาเป็นอย่างนี้
 สัญญาเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งสัญญาเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งสัญญาเป็นอย่างนี้
 สังขารเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งสังขารเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งสังขารเป็นอย่างนี้
 วิญญาณเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งวิญญาณเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งวิญญาณเป็น
 อย่างนี้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปาทานขันธ ๕^{๑๑๘} อยู่อย่างนี้แล

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเจริญอุปริยมรรค ๘ ให้มาก ย่อม
 กำหนดรู้ธรรมที่ควรกำหนดรู้ด้วยปัญญาอันยิ่ง ย่อมละทิ้งธรรมที่ควรละทิ้งด้วยปัญญาอันยิ่ง ย่อม
 เจริญธรรมที่ควรเจริญด้วยปัญญาอันยิ่ง” ด้วยธรรมที่รู้ยิ่ง ๔ ประการ^{๑๑๙} ดังนี้

ธรรมที่บุคคลรู้ยิ่งแล้วควรกำหนดรู้ คือ อุปาทานขันธ ๕

ธรรมที่บุคคลรู้ยิ่งแล้วควรละ คือ อวิชชา และ ภาวตัณหา

ธรรมที่บุคคลรู้ยิ่งแล้วควรให้เจริญ คือ สมณะ และ วิปัสสนา

ธรรมที่บุคคลรู้ยิ่งแล้วควรทำให้แจ้ง คือ วิชา และ วิมุตติ

ธรรมที่ควรกำหนดรู้ด้วยปัญญาอันยิ่ง เพื่อการเจริญวิปัสสนา โดยการกำหนดรู้
 อุปาทานขันธ ซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่ต้องอาศัยจิตที่เป็นสัมมาสติและสัมมาสมาธิในการกำหนดรู้ ดังนี้

(๑) กำหนดรู้ว่า “นี่คือ อุปาทานขันธ ๕ ได้แก่ อุปาทานในรูปขันธ อุปาทานใน
 เวทนาขันธ อุปาทานในสัญญาขันธ อุปาทานในสังขารขันธ อุปาทานในวิญญาณขันธ”

^{๑๑๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘-๓๑๙.

^{๑๑๘} อุปาทานขันธ มาจากอุปาทาน+ขันธ แยกอธิบายความหมายได้ดังนี้ (๑) อุปาทาน แปลว่า
 ความถือมั่น (อุป = มั่น + อาทาน = ถือ) มีความหมายหลายนัย เช่น หมายถึง ชื่อของราคะ ที่ประกอบด้วยกาม
 คุณ ๕

(ปญจกามคุณิกราคสเสต อธิวจน) บ้าง หมายถึง ความถือมั่นด้วยอำนาจตัณหาและทิฏฐิบ้าง
 (๒) ขันธ แปลว่า กอง (ตสฺส ขนฺธสฺส) ราสีอาทิวเสน อตฺโถ เวทิตพฺโพ) ดังนั้น อุปาทานขันธ จึงหมายถึง กองอัน
 เป็นอารมณ์แห่งความถือมั่น (อุปาทานานํ อารมฺมณภูตา ขนฺธา=อุปาทานกฺขนฺธา) และเมื่อนำองค์ธรรม คือ รูป
 เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มารวมกับอุปาทานขันธ เช่น วิญญาณูปาทานกฺขนฺโธ จึงแปลได้ว่า “กองอันเป็น
 อารมณ์แห่งความถือมั่นคือวิญญาณ” ตามนัย อภ.สง.อ. ๕/๑๔๒ ว่า วิญญาณเมว ขนฺโธ=วิญญาณกฺขนฺโธ (กอง
 วิญญาณ) อนึ่ง เมื่อกล่าวโดยสรุป อุปาทานขันธ หมายถึง ทุกข์ ตามบาลีว่า “สงฺขิตเตน ปญฺจุปาทานกฺขนฺธา ทุกฺ
 ขา” แปลว่า ว่าโดยย่อ อุปาทานขันธ ๕ เป็นตัวทุกข์ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๓๗๓/๔๑๘, ข.ป. (ไทย) ๓๑/๓๓/๕๓.

^{๑๑๙} อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๒๕๔/๓๗๑.

(๒) กำหนดรู้ว่า “นี่คือ เหตุแห่งการบังเกิดอุปาทานชั้น ๕ ได้แก่ การเกิดอุปาทานในรูปชั้น การเกิดอุปาทานในเวทนาชั้น การเกิดอุปาทานในสัญญาชั้น การเกิดอุปาทานในสังขารชั้น การเกิดอุปาทานในวิญญาณชั้น”

(๓) กำหนดรู้ว่า “นี่คือ ความดับแห่งอุปาทานชั้น ๕ ได้แก่ การดับแห่งอุปาทานในรูปชั้น การดับแห่งอุปาทานในเวทนาชั้น การดับแห่งอุปาทานในสัญญาชั้น การดับแห่งอุปาทานในสังขารชั้น การดับแห่งอุปาทานในวิญญาณชั้น”

(๔) กำหนดรู้ว่า “นี่คือ หนทางปฏิบัติเพื่อความดับแห่งอุปาทานชั้น ๕ ได้แก่ หนทางปฏิบัติเพื่อความดับแห่งอุปาทานในรูปชั้น หนทางปฏิบัติเพื่อความดับแห่งอุปาทานในเวทนาชั้น หนทางปฏิบัติเพื่อความดับแห่งอุปาทานในสัญญาชั้น หนทางปฏิบัติเพื่อความดับแห่งอุปาทานในสังขารชั้น หนทางปฏิบัติเพื่อความดับแห่งอุปาทานในวิญญาณชั้น”

เมื่อผู้เจริญภาวนากำหนดรู้ความเป็นอริยสัจ ๔ ของอุปาทานชั้น ๕ อยู่เนือง ๆ ความทรงจำแห่งใจบังเกิดขึ้นเป็นธรรมสัญญาในเรื่องอุปาทานชั้น ๕ และ อริยสัจ ๔ ของอุปาทานชั้น ๕ ผู้ปฏิบัติอาศัยสภาวะธรรมของจิตอันเป็นสัมมาสมาธิในระดับต่าง พิจารณาธรรมสัญญาย่อมประจักษ์แจ้งซึ่งความรู้อันหยั่งรู้พร้อมด้วยวิปัสสนาญาณ

การเจริญที่เป็นอริยวิปัสสนาประกอบด้วยองค์ธรรม ดังนี้

- (๑) พิจารณากำหนดรู้อริยสัจ ๔ ของอุปาทานชั้น ๕ โดยความเป็นธาตุ
- (๒) พิจารณากำหนดรู้อริยสัจ ๔ ของอุปาทานชั้น ๕ โดยความเป็นอายตนะ
- (๓) พิจารณากำหนดรู้อริยสัจ ๔ ของอุปาทานชั้น ๕ โดยความเป็นปฏิจสมุปบาท
- (๔) พิจารณาความเป็นคุณของอุปาทานชั้น ๕
- (๕) พิจารณาความเป็นโทษของอุปาทานชั้น ๕
- (๖) พิจารณาอุบายเครื่องออกจากอุปาทานชั้น ๕

๓.๓.๓) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อายตนะภายใน ๖ และ อายตนะภายนอก ๖^{๑๒๐} ดังนี้

รู้ชัดตา รู้ชัดรูป สัมผัสชนฺไดอาศัยตาและรูปทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสังโยชนนั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชนที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้เหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น และ สัมผัสที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น

รู้ชัดหู รู้ชัดเสียง สัมผัสชนฺไดอาศัยหู และ เสียงทั้งสองนั้นเกิดขึ้น .

^{๑๒๐} ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙-๓๒๑.

รู้ชัดจุมูก รู้ชัดกลืน สังกโยชนใดอาศัยจุมูกและกลืนทั้งสองนั้นเกิดขึ้น .

รู้ชัดลิ้น รู้ชัดตรส สังกโยชนใดอาศัยลิ้นและรสทั้งสองนั้นเกิดขึ้น .

รู้ชัดกาย รู้ชัดโณภูมัพพะ สังกโยชนใดอาศัยกาย และ โณภูมัพพะทั้งสองนั้นเกิดขึ้น .

รู้ชัดใจ รู้ชัดธรรมารมณ สังกโยชนใดอาศัยใจ และธรรมารมณยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น การละสังโยชนที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น และสังโยชนที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น

๓.๓.๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ ๗ อันเป็นองค์ธรรมแห่งการรู้แจ้งด้วยปัญญา

สัมโพชฌงค์ คือ องค์ธรรมสามัคคีเครื่องตรัสรู้ แห่งอริยสาวกอันประเสริฐ มี ๗ ^{๕๙๕} ดังนี้ เมื่อสติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘สติสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่’ หรือเมื่อสติสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดเหตุ นั้น สติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น และความเจริญบริบูรณ์แห่งสติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุ นั้น

เมื่อธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ .

เมื่อวิริยสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ .

เมื่อปีติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ .

เมื่อปัสสทธิสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ .

เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ .

เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ .

โพชฌงค์ ๗ ธรรมอันเป็นองค์ประกอบปัญญา ที่เป็นเหตุแห่งการตรัสรู้^{๑๒๒} เป็นเหตุให้รู้แจ้งอริยสัจ ๔ เมื่อพิจารณากำหนดรู้เจริญแล้วจะเห็นได้ว่า

สติเจตสิก ได้แก่ สติในสติปัฏฐาน เมื่อเจริญขึ้นมีสถานะเป็น สตินทรีย์ -> สติพละ -> สติสัมโพชฌงค์ -> สัมมาสติ

ปัญญาเจตสิก เจริญขึ้นเป็น วิมังสลิทธิบาท -> ปัญญินทรีย์ -> ปัญญาพละ -> ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ -> สัมมาทวิภูติ

ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ได้แก่ การเข้าถึงปัญญาวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งปัญญา ๕ ประการ คือ ทวิภูติวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งปัญญา ที่มีความเห็นถูกต้องตามความเป็นจริงของ

^{๑๒๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๑-๓๒๓.

^{๑๒๒} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๕/๕๔.

สภาวะธรรม กังขาวิตรณวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งปัญญาที่ข้ามพ้นจากความสงสัย มัคคามัคค ญาณทัสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งปัญญาที่รู้ว่ามีไช้ทาง หรือมีไช้ทางที่ดำเนินไปสู่พระนิพพาน ปฏิปทาญาณทัสสนะ ความบริสุทธิ์แห่งปัญญาที่รู้ทางปฏิบัติที่ถูกต้องแล้ว ญาณทัสสนะวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของปัญญาที่รู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔

วิริยเจตสิก เจริญขึ้นเป็น สัมมปปทาน -> วิริยธิบาท -> วิริยอินทรีย์ -> วิริยะผละ-> สัมมาวายามะ -> วิริยสัมโพชฌงค์

ปีติเจตสิก เจริญขึ้นจากการเจริญสติปัฏฐาน เป็นต้น เรียกว่า ปีติสัมโพชฌงค์

ปัสสัทธิเจตสิก คือ กายปัสสัทธิ ความสงบกาย และจิตตปัสสัทธิ ความสงบใจ เจริญขึ้นจากการเจริญสติปัฏฐาน เรียกว่า ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์

เอกัคคตาเจตสิก เจริญขึ้นเป็นสมาธิอินทรีย์ -> สมาธิผละ -> สัมมาสมาธิ ใน การเจริญสมถภาวนา เป็นตัวบริกรรมสมาธิ – อุปจารสมาธิ – อัปปนาสมาธิ – ฌานสมาบัติ ๘ และในวิปัสสนาภาวนา มี สุญญตสมาธิ – อนิมิตตสมาธิ – และ อัปณิหิตสมาธิ สมาธิตามที่เห็นไตรลักษณ์จนถึง มรรค ผล นิพพาน เรียกว่า สมาธิสัมโพชฌงค์

ตัตตรมัชฌัตตตาเจตสิก เกิดจากการเจริญภาวนา ปราศจากปริโยธ ความกังวล วางใจ อย่างสม่ำเสมอในกรรมฐาน เรียกว่า อุเบกขาสัมโพชฌงค์

๓.๓.๕) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อริยสัจ ๔^{๑๒๓} ดังนี้

(๑) ทุกขอริยสัจ คือ ขาติ ขรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาสเป็น ทุกข์ การประสบกับอารมณ์อันไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากอารมณ์อันเป็นที่รัก เป็น ทุกข์^{๑๒๔} การไม่ได้สิ่งที่ต้องการเป็นทุกข์^{๑๒๕} ว่าโดยย่ออุปาทานขันธ ๕^{๑๒๖} เป็นทุกข์^{๑๒๗}

การกำหนดรู้อุปาทานขันธ ๕ คือ กำหนดรู้รูปาทานขันธ (อุปาทานขันธ คือ รูป) เวทณูปาทานขันธ (อุปาทานขันธ คือ เวทนา) สัญญูปาทานขันธ (อุปาทานขันธ คือ สัญญา) สังขารูปาทานขันธ (อุปาทานขันธ คือ สังขาร) วิญญาณูปาทานขันธ (อุปาทานขันธ คือ วิญญาณ)

^{๑๒๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖-๔๐๓/๓๒๔-๓๓๘.

^{๑๒๔} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๓/๕๑.

^{๑๒๕} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๓/๕๒.

^{๑๒๖} เรื่องเดียวกัน ดูอ้างอิงหน้า ๓๓

^{๑๒๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๙๑/๘๖, พ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๓/๕๐.

(๒) ทุกขสมุทยอริยสัจ คือ ตัณหาอันทำให้เกิดอีก เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ทำให้มีการเกิดขึ้นในภพใหม่ ธรรมชาติที่ประกอบด้วยความสุข โสมนัส และ ความทุกข์ โทมนัส เป็นเหตุให้หลงเพลิดเพลินพอใจหรือไม่พอใจเป็นทุกข์ในอารมณ์นั้น ๆ ได้แก่ กามตัณหา ภวตัณหา และ วิภวตัณหา สภาวะธรรมของตัณหาได้แก่ โลภเจตสิก โทสเจตสิก โมหเจตสิก

เมื่อการเกิดขึ้นของผัสสะซึ่งมีปัจจัยจากอายตนะภายในและอายตนะภายนอก ก่อให้เกิดตัณหา “ตัณหานี้แหละ คือ ปิยรูปสาตรูป”^{๑๒๘} โดยมีอยู่ในโลก ตัณหานี้เมื่อเกิด ก็เกิดที่ปิยรูปสาตรูปนี้ เมื่อตั้งอยู่ ก็ตั้งอยู่ที่ปิยรูปสาตรูปนี้”

ตามธรรมดาเมื่อมี รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และสภาพธรรมต่าง ๆ มาปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แล้ว ตัณหา ความยินดีพอใจในอารมณ์นั้น ๆ ย่อมเกิดขึ้นเป็น ดังนี้

ความยินดีพอใจในรูปารมณ์ เรียกว่า รูปตัณหา

ความยินดีพอใจในสัทธารมณ์ เรียกว่า สัททตัณหา

ความยินดีพอใจในคันธารมณ์ เรียกว่า คันธตัณหา

ความยินดีพอใจในรสารมณ์ เรียกว่า รสตัณหา

ความยินดีพอใจในโผฏฐัพพารมณ์ เรียกว่า โผฏฐัพพตัณหา

ความยินดีพอใจในธัมมารมณ์ เรียกว่า ธัมมตัณหา

การพิจารณากำหนดรู้ตามเหตุแห่งทุกข์ รู้สาเหตุการเกิดขึ้นแห่งทุกข์นั้น ย่อมประจักษ์แจ้งเหตุปัจจัย การปรุงแต่งในจิตตสังขารซึ่งเกิดจาก โลภเจตสิก โทสเจตสิก โมหเจตสิกย่อมระงับลง ดังนี้

(๓) ทุกขนิโรธอริยสัจ คือ ธรรมที่เป็นความดับทุกข์ ความดับตัณหาไม่เหลือด้วยวิราคะ ความปล่อยวาง ความสละ ความสละคืน ความพ้น ความไม่ติด ความไม่อาลัยในตัณหา

เมื่อการดับของผัสสะซึ่งมีปัจจัยจากอายตนะภายในและอายตนะภายนอก ก่อให้เกิดตัณหา “ตัณหานี้ คือ ปิยรูปสาตรูป โดยมีอยู่ในโลก ตัณหานี้เมื่อละ ก็ละที่ปิยรูปสาตรูปนี้ เมื่อดับก็ดับที่ปิยรูปสาตรูปนี้”^{๑๒๙}

การพิจารณากำหนดรู้ตามความดับแห่งทุกข์ เป็นการประจักษ์แจ้งของการดับไปแห่งทุกข์นั้น ๆ การปรุงแต่งในจิตตสังขารซึ่งเกิดจาก โลภเจตสิก โทสเจตสิก โมหเจตสิก ไม่เกิดขึ้น เมื่อ

^{๑๒๘} ปิยรูปสาตรูป หมายถึง สภาวะที่น่ารักน่าชื่นใจ เป็นส่วนอิฏฐารมณ์ที่เป็นเหตุให้เกิดตัณหา (อภิ.วิ.อ. ๒๐๓/๑๑๙-๑๒๐).

^{๑๒๙} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๕/๕๔.

การกำหนดรู้แห่งผัสสะ สัมผัสสิ่งแวดล้อมที่เข้ามากระทบ โดยไม่มีตัณหาเป็นที่ตั้งอาศัย อาศัยซึ่งเหตุปัจจัยที่อิงอาศัยให้เกิดความดับแห่งตัณหา ความยึดมั่นถือมั่นในสรรพสิ่งย่อมไม่มี (ความไม่มีอุปาทาน) ความเป็นภพย่อมไม่มี ชาติ ชรา มรณะ เป็นต้น ย่อมไม่บังเกิดขึ้น ความดับนี้เป็นผลแห่งการดับไปของเหตุ คือ สมุทัยนั่นเอง

๓.๓.๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ คือ ธรรมที่เป็นเหตุให้ถึงความดับทุกข์ เป็นธรรมที่ทำให้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ ๔ ข้อปฏิบัติที่จะทำให้เข้าถึงความดับทุกข์ มี ๘ ประการดังนี้

สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ หมายถึง การเห็นแจ้งอริยสัจ ๔ โดยกิจ ๔ คือ

เห็นแจ้งในทุกขสัจ โดยปริณญากิจ (การกำหนดรู้)

เห็นแจ้งในสมุทยสัจ โดยปหานกิจ (การละ)

เห็นแจ้งในนิโรธสัจ โดยสังนิกรรมกิจ (การทำให้แจ้ง)

เห็นแจ้งในมรรคสัจ โดยภาวนากิจ (การทำให้เจริญ)

สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ หมายถึง ความตรึกรู้ในเรื่องราวที่เป็นกุศล เรียกว่า กุศลวิตก มี ๓ ประการ คือ

เนกขัมมวิตก ความดำริที่จะออกจากกามคุณอารมณ์

พยาปาหิตก ความดำริที่ประกอบด้วยเมตตา

อวิหิงสาวิตก ความดำริที่ประกอบด้วยกรุณา

สัมมาวาจา การกล่าววาจาชอบ หมายถึง การเว้นจากวจีทุจริต ๔ ที่ไม่เกี่ยวกับอาชีวะ คือ เว้นจากการพูดปด พูดส่อเสียด พูดหยาบคาย พูดเพ้อเจ้อ

สัมมากัมมันตะ การทำงานชอบ หมายถึง การเว้นจากกายทุจริต ๓ ที่ไม่เกี่ยวกับอาชีวะ คือ เว้นจากการฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การประพฤติดิฉินในกาม

สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ หมายถึง การเว้นจากวจีทุจริต ๔ และกายทุจริต ๓ ที่เกี่ยวกับอาชีวะ

สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ หมายถึง ความเพียรพยายามในอารมณ์กรรมฐาน ทั้งสมถวิปัสสนาภาวนา ดำเนินไปตามลำดับ ตั้งแต่ สติปัฏฐาน ๔ -> สัมมปปทาน ๔ -> วิริยธบาท -> วิริยอินทรีย์ -> วิริยพละ -> วิริยสัมโพชฌงค์ -> สัมมาวายามะ องค์ธรรม ได้แก่ วิริยเจตสิก ขณะที่เจริญสติปัฏฐานจนกระทั่งการเกิดปรากฏขึ้นแห่งมรรคญาณ

สัมมาสติ ความระลึกชอบ หมายถึง สติระลึกอยู่แต่เฉพาะอารมณ์ของสติปัฏฐาน ๔ จนถึง มรรค ผล เป็นที่สุดเท่านั้น

สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ หมายถึง ความตั้งใจมั่นในอารมณ์กรรมฐาน

การเจริญธัมมานุปัสสนาซึ่งมีธรรมอันมีทั้งหมด ๕ หมวด คือ นิรวณ ๕ อุปาทานชั้น ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ มรรค ๘ อริยสัจ ๔ ธรรมทุกหมวดนี้เป็นธรรมอันมีเหตุและปัจจัยสัมพันธ์กัน เกื้อหนุนกัน เช่น

การกำหนดรู้ในหมวดนิรวณ ๕ ผู้เจริญภาวนาเมื่อเจริญสมาธิ จนจิตมีความตั้งมั่นเป็นสมาธิในระดับอัปปนาสมาธิ หรือ ขณิกสมาธิที่กำหนดรู้อย่างต่อเนื่องไม่ขาดสายมีกำลังเทียบเท่าอัปปนาสมาธิ สามารถกำจัดนิรวณได้

การกำหนดรู้อุปาทานชั้น ๕ เป็นการกำหนดรู้ด้วยสัมมาสติและสัมมาสมาธิ เพราะอุปาทานชั้นเป็นธรรมที่ต้องกำหนดรู้ด้วยจิต ซึ่งเป็นสิ่งที่รู้เห็นได้ยาก โดยมีองค์ธรรม คือ อริยสัจ ๔ ในการพิจารณา ซึ่งเป็นหมวดที่สำคัญที่สุดของฉานลาภบุคคลผู้เจริญวิปัสสนา เข้าไปรู้แจ้งในอริยสัจ เมื่ออุปาทานดับ -> ตัณหาก็ดับ -> เวทนาดับ ฯลฯ

การกำหนดรู้อายตนะ ๑๒ เป็นการกำหนดรู้ในปัจจุสมุปบาท เมื่ออายตนะภายนอก ๖ และ อายตนะภายใน ๖ กระทบกันเกิดเป็นผัสสะ จะทำให้เกิดเหตุที่เนื่องต่อกัน -> เวทนา -> ตัณหา -> อุปาทาน -> ภพ ฯลฯ เมื่อมีการกำหนดรู้เมื่อเกิดผัสสะ เวทนาจึงไม่เกิดขึ้น เมื่อเวทนาไม่เกิดขึ้น ตัณหา อุปาทานก็ไม่เกิดขึ้นด้วย

การพิจารณากำหนดรู้ในหมวดนิรวณ เป็นการยังจิตให้ตั้งขึ้นเป็นสัมมาสติ และสัมมาสมาธิส่งผลให้ -> มีสัมมาสติ และสัมมาสมาธิในการกำหนดรู้การเกิดผัสสะของอายตนะภายนอกและอายตนะภายในอันเป็นเหตุให้เกิดอุปาทาน -> อุปาทานชั้น และเมื่อพิจารณาองค์ธรรมในหมวดอริยสัจ เห็นแจ้งธรรมที่เป็นธรรมชาติของแต่ละธรรมนั้น -> การกำหนดรู้มรรคเพื่อเป็นแนวทางแห่งการดำเนินไปเพื่อการเห็นแจ้งธรรมได้อย่างถูกต้อง -> เมื่อการเจริญวิปัสสนาได้อย่างถูกต้องตามองค์ธรรมทั้งหลายในมรรค ๘ แล้ว -> องค์ธรรมแห่งการรู้แจ้งธรรมจะรู้แจ้งในจิตโดยอนุโลม ปฏิโลม เมื่อองค์ธรรมทั้งหลายในโพชฌงค์ทั้ง ๗ มีความสมบูรณ์พร้อม -> บรรลุธรรม

๙. อานิสงส์ที่เกิดจากการเจริญธัมมานุปัสสนา

๒.๕.๑ อานิสงส์ที่เกิดจากการเจริญธัมมานุปัสสนา

อานิสงส์ที่เกิดจากการฝึกสมถภาวนาจนกระทั่งบรรลุธัมมานุปัสสนา มี ๕ ประการ ดังนี้

๑) ทำให้เข้าธัมมานุปัสสนา^{๑๓๐}ได้ เพื่อเป็นสุขในภพปัจจุบัน

^{๑๓๐} ดูรายละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๐๘/๑๓๒-๑๓๕.

๒) ทำให้เกิดเป็นบาทฐานของการเจริญวิปัสสนาภาวนา ในสามัญญผลสูตร^{๑๓๑}

๓) ทำให้เกิดโลกียอภิญา ๖^{๑๓๒} ประการ

๓.๑) แสดงฤทธิ์ได้หลายอย่าง คือ คนเดียวแสดงเป็นหลายคนก็ได้ แสดงให้หายไป ทะลุฟากกำแพง นั่งขัดสมาธิเหาะไปในอากาศ เหมือนนกบินไป ใช้อำนาจทางกายไปจนถึงพรหมโลก ก็ได้ ฯลฯ

๓.๒) ได้ยินเสียง ๒ ชนิด คือ เสียงทิพย์ และเสียงมนุษย์ ทั้งที่อยู่ไกล และใกล้ด้วยหูทิพย์ อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์

๓.๓) กำหนดรู้จิตของสัตว์และคนอื่นด้วยจิตของตน

๓.๔) ระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ คือ ๑ ชาติ ๒ ชาติ . ตลอดสังวัฏฏ์กับ ฯลฯ

๓.๕) เห็นหมู่สัตว์ผู้กำลังจุติ กำลังเกิด ทั้งชั้นต่ำ และชั้นสูง รู้ชัดถึงหมู่สัตว์ผู้เป็นไปตามกรรม

๓.๖) ทำให้แจ้งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติอันไม่มีอาสวะ เพราะอาสวะสิ้นไปด้วยปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน

๔) ทำให้เกิดเป็นพรหม พระพุทธองค์ตรัสแก่พระอานนท์ โดยยกเรื่องที่ พระพุทธองค์เสวยพระชาติเป็นพระเจ้ามหาสุทิสสนะมาเป็นสาธกใน มหาสุทิสสนสูตร^{๑๓๓}

๕) ทำให้เข้านิโรธสมาบัติได้ เรียกเต็มว่า สันญาเวทิตินิโรธสมาบัติ เป็นการดับสัญญา ความจำได้หมายรู้ และเวทนา มีเพียงพระอรหันต์ และพระอนาคามีผู้ได้สมาบัติ ๘ แล้วจึงจะสามารถเข้านิโรธสมาบัติได้ ได้แสดงใน วิโมกขกถา^{๑๓๔}

๒.๕.๒ ความปรากฏขึ้นของวิปัสสนาญาณ

ญาณ คือ ปัญญา หรือ อโมหะ ซึ่งทั้งสามคำนี้ มีองค์ธรรมอันเดียวกัน แต่ต่างกันโดยพยัญชนะเท่านั้น คือ ปัญญาเจตสิก เป็นจิตที่ประกอบกับปัญญา เรียกว่า ญาณสัมปยุตต์ หรือ ปัญญินทรีย์ เป็นภาวะที่รู้ รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความคันคิด ความใคร่ครวญ ความ เห็นแจ้ง ความรู้ดี คัมภีร์วิสุทธิมรรคแสดงลักษณะแห่งญาณ ดังนี้ “ญาณมีการตรัสรู้สภาวะแห่งธรรม

^{๑๓๑} ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๔/๗๗-๗๘.

^{๑๓๒} ดุรายละเอียดยใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๒/๓๖๕/๖๔๙.

^{๑๓๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๗๙-๑๘๐/๑๔๖.

^{๑๓๔} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๑๓/๓๕๓.

เป็นลักษณะ มีการกำจัดเสียซึ่งความมืด คือ โมหะ อันปิดบังสภาวะแห่งธรรมทั้งหลายเป็นรส มีความหายหลงเป็นผล ส่วนสมาธิจัดเป็นปทัฏฐาน (เหตุใกล้) ของญาณนั้น^{๑๓๕}”

ญาณ คือ ธรรมชาติที่รู้แจ้งตามความจริง ที่เรียกว่า รู้อยิสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค มีลักษณะแห่งการรู้สภาวะธรรมตาแห่งธรรมทั้งหลาย คือ ลักษณะ ๓ มี อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มีลักษณะส่องแสงให้สว่าง หรือ วิชชา ความรู้ซึ่งเปรียบเหมือนความสว่างอันทำให้หายจากความหลง รู้ทั่วถึงธรรมทั้งหลาย และกำจัดความมืด หรือ อวิชชา ความไม่รู้ ซึ่งเป็นเหมือนความมืด อันทำให้หลงให้สูญสิ้นไป

สภาวะญาณที่เกิดขึ้นจากการเจริญสมถะพุทฺธมวิปัสสนาภาวนา คือ วิปัสสนาญาณ ๙

ในคัมภีร์พระไตรปิฎกแสดงวิปัสสนาญาณไว้ใน ญาณกถา^{๑๓๖} ๙ ชั้น มุ่งหมายถึง ญาณที่นับเข้าในวิปัสสนา นับตั้งแต่ญาณที่ ๔ อุทยัพพยญาณ ถึงญาณที่ ๑๒ อนุโลมญาณ สมถยานิก ผู้ปฏิบัติสมถภาวนา เมื่อเจริญภาวนา ยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา โดยกำหนดรูป-นาม ชันธ ๕ อารมณฺณ ปัจจุบันขณะ มีเวทนา นิमितต่าง ๆ เป็นต้น จนกระทั่งดับไปอย่างชัดเจน เห็นอาการเกิด-ดับของรูป-นามตามความเป็นจริง เพราะอุทยัพพยญาณเป็นญาณแรกที่เราเห็นไตรลักษณ์ ด้วยภาวนามยปัญญาโดยตรง ไม่ต้องอาศัยจินตมยปัญญาเข้ามาช่วย เป็นสภาวะญาณที่ปรากฏแก่ผู้เจริญวิปัสสนาแบบสมถยานิก^{๑๓๗} เมื่อวิปัสสนาญาณ ๙ เกิดแล้ว จะเกิดความรู้แจ้งเพราะเหตุปรารภสังขารทั้งหลาย ดำเนินตามโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ โดยความว่า

อุทยัพพยญาณ เห็นความเกิดขึ้นและดับไปของธรรมทั้งหลายที่มีความเกิดและความดับ อยู่เป็นปกติ

ภังคานุปัสสนาญาณ เห็นความดับของธรรมทั้งหลายที่มีแต่ความดับอยู่อย่างเดียว

ภยตูปัฏฐานญาณ ปรากฏโดยความเป็นสิ่งที่น่ากลัวแต่อย่างเดียว

อาทีนวานุปัสสนาญาณ เห็นโทษเลวร้ายในธรรมที่มีแต่โทษเลวร้ายอย่างเดียว

นิพพิทาญาณ เบื่อหน่ายแล้วในธรรมที่น่าเบื่อหน่าย

มูญจิตุกัมยตาญาณ เกิดปรารถนาที่จะพ้นไปเสียจากธรรมที่ควรพ้นไปโดยแท้จริง

ปฏิสังขาญาณ ทบทวนในสิ่งที่ควรทบทวนกำหนดรู้

สังขารุเบกขาญาณ วางเฉยต่อสิ่งที่ควรวางเฉย

^{๑๓๕} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ). คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๓ กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรพงศ์พรินติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔, หน้า ๖๙.

^{๑๓๖} ดุราลละเอียตใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๔-๕๙/๗๗-๙๔.

^{๑๓๗} อ.จตุกก.อ. ๒/-/-/๓๘๗.

สัจจานุโลมิกญาณ อนุโลมแก่ญาณทั้ง ๘ เพราะมีกิจเหมือนกันด้วย และอนุโลมแก่โพธิปักขิยธรรมทั้งหลาย ๓๗ ในเบื้องต้น ในขณะที่มรรคญาณด้วย^{๑๓๘}

และสภาวะธรรมที่ต่อเนื่องในระหว่างนั้นจะเกิดโคตรภูญาณ ซึ่งแปลว่า ญาณครอบโคตร หมายถึง ญาณที่อยู่ท่ามกลางระหว่างปุถุชนกับอริยชน สภาวะจิตของผู้เข้าถึงญาณนี้เป็นเบื้องต้นแห่งโสดาปัตติมรรคญาณ เปรียบเหมือนแสงเงินแสงทอง เป็นนิมิตหมายแห่งกำลังขึ้นของพระอาทิตย์ วิปัสสนาญาณ ๙ และโคตรภูญาณ จะให้จิตดำเนินเข้าถึงญาณทัสสนวิสุทธิ^{๑๓๙} เข้าสู่มรรคญาณ เมื่อผู้ปฏิบัติผ่านขั้นตอนมาโดยลำดับแล้ว จะได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน อันเป็นเป้าหมายสูงสุด

๒.๕.๓ ความปรากฏขึ้นของมรรค

มรรค ว่าโดยระดับการให้สำเร็จกิจ คือ ทางอันให้ถึงความเป็นอริยบุคคลแต่ละชั้นญาณที่ทำให้ละสังโยชน์ได้ขาด เป็นชื่อแห่งโลกุตตรธรรมคู่กับผลมี ๔ ชั้น คือ โสดาปัตติมรรค ๑ สกาคามิมรรค ๑ อนาคามิมรรค ๑ อรหัตตมรรค ๑^{๑๔๐}

มรรค คือ สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นและละกิเลสได้ในขณะเดียวกัน^{๑๔๑}

มรรค หมายถึง ทั้งจิตและเจตสิกนั้นมีการถอนหรือการละอนุสัยกิเลส และการพ้นจากวัฏทุกข์เป็นสภาวะลักษณะ^{๑๔๒}

ขณะที่จิตของผู้เจริญวิปัสสนาข้ามโคตรปุถุชนถึงมรรคญาณแล้ว หน่วงเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์ มรรคจิตที่เกิดขึ้นทำหน้าที่ประหารสังโยชน์ กิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ไว้กับทุกข์ ตามลำดับขั้นของมรรคจิตนั้น ลักษณะการถอนหรือการละสังโยชน์ ๑๐ ของมรรค มีดังนี้

๑) โสดาปัตติมรรค สามารถถอน หรือ ละสักกายทิฏฐิ วิจิจจณา สีลพตปราคมาสได้อย่างเด็ดขาด และสามารถละสังโยชน์อื่น ๆ ได้เพียงบางส่วน คือ ส่วนที่จะนำไปสู่อบายได้ สำเร็จเป็นพระโสดาบัน ไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิ^{๑๔๓} ในวันข้างหน้า

^{๑๓๘} วิสุทธิ. (ไทย) ๒๑/๑๑๒๖.

^{๑๓๙} วิสุทธิ. (ไทย) ๒๒/๑๑๓๒.

^{๑๔๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๒๙๙.

^{๑๔๑} พระไตรปิฎกนิสสยะ (ฉบับพิเศษ) พระสูตรตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์น การพิมพ์), หน้า ๑๔๕.

^{๑๔๒} เรื่องเดียวกัน หน้า ๑๔๕.

๒) สกทาคามีมรรค สามารถถอน หรือ ละสักรายทวิภูฏ วิจิกิจฉา สีสัพพตปราคาสได้ อย่างเด็ดขาด แต่ไม่สามารถละกิเลสอื่นใดเพิ่มอย่างเด็ดขาด แต่ทำให้กามราคะ หรือกามฉันทะ และปฏิฆะ หรือพยาบาท เบาบางลง สำเร็จเป็นพระสกทาคามี มาสู่โลกนี้อีกเพียงครั้งเดียวก็จะทำ ที่สุดแห่งกองทุกข์ได้

๓) อนาคามีมรรค ละกามราคะและปฏิฆะได้อย่างเด็ดขาด และทำให้สังโยชน์อื่น ๆ ที่ เหลือเบาบางลง สำเร็จเป็นพระอนาคามี ไปบังเกิดเป็นโอปปาติกะ เพราะละสังโยชน์เบื้องต่ำ ๕ ปรินิพพานในภพนั้น ไม่หวนกลับมายังโลกนี้อีก

๔) อรหัตตมรรค สามารถละมานะ รูปราคะ อรูปราคะ อุทธัจจะ อวิชชาได้อย่าง เด็ดขาดละสังโยชน์ทั้ง ๑๐ ทำให้แจ้งวิมุตติ เพราะอาสวะสิ้นไป ด้วยปัญญาอันยิ่งเอง เข้าถึงอยู่ใน ปัจจุบัน^{๑๔๔} สำเร็จเป็นพระอรหันต์

๒.๕.๔ เป็นผู้เข้าถึงสภาวะนิพพาน

พระผู้มีพระภาคทรงแสดงอานิสงส์ของการเจริญสมถูปพังคมวิปัสสนา ดังพระดำรัสที่ พระพุทธองค์ตรัสไว้ในคัมภีร์มัชฌิมนิกายว่า “โพชฌงค์ ๗ ที่ภิกษุเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมทำวิชชา และ วิมุตติให้บริบูรณ์ วิชชาและวิมุตติบริบูรณ์ คือ ความสิ้นไปแห่งอาสวกิเลส”^{๑๔๕} ความสิ้นไป แห่งอาสวกิเลส เป็นธรรมชาติแห่งโลกุตตรธรรมที่เข้าถึงได้ มีอยู่โดยเฉพาะ เป็นสภาวะแห่งนิพพาน มินิพพานเป็นอารมณ์

ฉานลาภีบุคคลผู้เจริญภาวนาจนบรรลุฉานสมาบัติแต่ละขั้นนำความสุขมาให้แบบที่ไม่ เหมือนกัน ฉานที่หนึ่งทำให้เกิดความสุขจากความสงบระงับ ฉานที่สองเป็นความสุขจากสมาธิ ซึ่ง ประกอบด้วยปิติ และสุข ฉานที่สามนำความสุขที่ละเอียดยิ่งขึ้นไปอีก เห็นความสุขจากปิติและ ความยินดีเป็นของที่หยาบอยู่ อุเบกขาซึ่งเกิดขึ้นในฉานที่สี่ มีลักษณะของความสงบและสันติที่ ลึกซึ้ง ทั้งสี่ฉานนี้ เรียกว่า “เนกขัมสุข” ซึ่งเป็นความสุขที่เกิดจากการออกจากกาม และความสุข ทางทวารต่าง ๆ อย่างไรก็ตาม เมื่อฉานลาภีบุคคลเจริญวิปัสสนาต่อไปจนกระทั่งบรรลุมรรค ผล นิพพาน ความสุขของนิพพานเกิดจากการดับของกายและจิต เป็นความสงบระงับที่เกิดจากการสิ้น

^{๑๔๓} พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี), ศึกษาวิเคราะห์หลักปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนา ๗ เดือนในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท, หน้า ๓๖๓.

^{๑๔๔} ที.สี. (ไทย) ๙/๓๗๓/๑๕๖.

^{๑๔๕} ดูรายละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๗/๑๘๗.

ไปซึ่งความทุกข์ เป็นอิสระจากการสัมผัสทางทวารทั้งหก ไม่สัมผัสกับอารมณ์ทางทวารใด ๆ ทั้งสิ้น^{๑๔๖} ปราศจากกิเลสโดยสิ้นเชิง มันคงปลอดภัยอย่างสมบูรณ์ มีชื่อว่า “ปาริสุทธิสุข”^{๑๔๗}

นิพพาน เป็น อตักกาวโร คือไม่ใช่เป็นอภาวบัญญัติที่จะเข้าใจได้ด้วยเพียงอาศัยความนึกคิด เป็นสถานะที่ลึกซึ้ง ไม่มีใครสามารถรู้ได้ด้วยปัญญาสามัญ เป็นอสังขตปรมัตถธรรมที่ผู้มีปัญญาได้ปฏิบัติมาอย่างถูกต้องจนบรรลุเป็นพระอริยบุคคลเท่านั้น จึงจะรู้ได้โดยแท้จริง ดังนั้น นิพพานจึงไม่ใช่อารมณ์ของตัณหา เป็นสภาวะธรรมที่หลุดพ้นจากตัณหา เรียกว่า วานะ เมื่อใดจิตของบุคคลสามารถรู้นิพพานด้วยอริยมรรค เมื่อนั้นตัณหาภายในจิตสันดานของบุคคลนั้นก็ดับ ดังที่พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงไว้ในจูฬนิทเทสว่า “ตัณหา ชื่อว่าวานะ สภาวะที่ปราศจากวานะโดยการละ ความสงบระงับ ชื่อว่า อมตนิพพาน”^{๑๔๘}

บุคคลผู้มีนิพพานเป็นอารมณ์ เป็นผู้ประพฤติปฏิบัติวิปัสสนาจนบรรลุมรรคผลขั้นใดขั้นหนึ่ง มีโสดาปัตติมรรค เป็นต้น และบุคคลผู้ที่สามารถเข้าผลสมาบัติได้ เป็นผู้บรรลุโสดาปัตติผล เป็นต้นไป บุคคลผู้ที่เข้านิโรธสมาบัติได้ มีเพียงพระอนาคามีและพระอรหันต์ผู้ได้สมาบัติ ๘ เท่านั้น สภาวะธรรมในขณะที่เข้าผลสมาบัติ

พระพุทธองค์ ตรัสแสดงสภาวะธรรมในขณะที่เข้าผลสมาบัติ แก่พระอานนท์ ในนิโรธกถา^{๑๔๙} ว่า “พระนิพพานอันใดเป็นสภาวะที่ปราศจากสังขารทั้งปวง สลัดจากอุปธิขันธ์ทั้งปวง เป็นสภาวะที่สิ้นตัณหา คลายความกำหนัด ดับสิ้นแห่งสังขาร ก็พระนิพพานนี้เป็นสภาวะที่สูงบประณีต”^{๑๕๐}

อานนท์ สำหรับภิกษุผู้เข้าสมาบัติพึงได้สมาธิเช่นนั้นอย่างนี้ คือ ภิกษุจะไม่มีสัญญาในปฐวีภคิน ไม่มีสัญญาในอาโปภคิน เตโชภคิน และวาโยภคิน และไม่มีสัญญาในอากาศาณูจายตนะ ในวิญญูณัญจายตนะ ในอาภิกขุญญายตนะ ในเนวสัญญานาสัญญายตนะ ไม่มีสัญญาในโลกนี้ ในโลกหน้า ไม่มีสัญญาในอารมณ์ที่เคยเห็น เคยได้ยิน เคยสัมผัส เคยดำริ เคยถึงด้วยจิต เคยแสวงหาและที่เคยวนเวียนอยู่ แต่ว่าสัญญาของภิกษุนั้น ยังมีปรากฏอยู่

^{๑๔๖} พระกัมมัฏฐานาจริยะ พระปณิธิตาภิวงศ์, รู้แจ้งในชาตินี้ “In this very life” พิชิต-วิธัญญา ภัทรวิมลพร แปล, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๓๑๒.

^{๑๔๗} เรื่องเดียวกัน หน้า ๓๑๙.

^{๑๔๘} พุ.จ. (ไทย) ๓๐/๖๔/๒๕๒.

^{๑๔๙} ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๒/-/๓๔๙

พระพุทธองค์ แสดงถึงการเข้าสมาธิ โดยมีนิพพานเป็นอารมณ์ ถึงแม้จะเป็นผู้ที่ได้รูปฌานแล้วก็ตาม แต่ในขณะที่เข้าสมาบัติจะไม่รับรู้อารมณ์ของรูปฌานทั้งสิ้น หรือผู้ที่ได้รูปฌานก็ไม่ได้มีการรับรู้อารมณ์ของรูปฌานในขณะที่เข้าผลสมาบัติ แสดงถึงในขณะที่ตนกำลังเข้าผลสมาบัติอยู่ ย่อมไม่รับรู้เรื่องราวของโลก แม้กระทั่งกายและจิตของตน ในขณะนั้นไม่มีความใส่ใจในอารมณ์ทั้งที่เป็นปรมาตม และบัญญัติซึ่งตนเคยประสบมาในเวลาอื่น แสดงให้เห็นว่า ขณะนั้นไม่รับรู้อารมณ์ใด ๆ ในโลก รับรู้เฉพาะอารมณ์ คือ นิพพานอันเป็นที่ดับสังขารโดยสิ้นเชิง จึงเกิดสมาธิดังข้างต้นได้

นิพพาน แปลว่า ดับหรือสภาวะที่ดับเย็น^{๑๕๐}

สภาวะนิพพาน มีความหมาย ๕ ประการ^{๑๕๑} ดังนี้

๑) ปทฺธิ แปลว่า นิพพานเป็นธรรมชาติชนิดหนึ่งที่เข้าถึงได้ และมีอยู่โดยเฉพาะ ไม่คลุกเคล้าด้วยโลกียธรรม

๒) อจฺจุตํ แปลว่า นิพพาน เป็นธรรมไม่มีความเกิด และไม่มีความตาย ไม่มีแตกดับ

๓) อจฺจนตํ แปลว่า ธรรมที่เที่ยง คือ ก้าวล่วงขั้น ๕ ที่เป็นอดีต และอนาคต หมายความว่า เป็นธรรมที่พ้นจากกาลทั้ง ๓ ได้แก่ นิพพาน

๔) อสฺสขตํ แปลว่า นิพพาน ไม่ได้ถูกปรุงแต่งด้วยปัจจัย หมายความว่า นิพพานนั้นมิใช่จิต เจตสิก รูป เพราะจิต เจตสิก รูป นั้นเป็นธรรมที่เกิดขึ้นโดยมีปัจจัยปรุงแต่ง สภาวะธรรมที่ปราศจากการปรุงแต่ง ชื่อว่า อสังขตะ ได้แก่ นิพพาน

๕) อนฺุตฺตรํ แปลว่า นิพพานเป็นธรรมที่ประเสริฐอย่างที่ไม่มียุทธธรรมใดเทียบเทียม

สภาวะนิพพานเมื่อกล่าวโดยสามัญญลักษณะ คือ อนัตตลักษณะ เพราะนิพพานเป็นสิ่งที่ว่างเปล่า ปราศจากตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้ ไม่มีการเกิด แก่ เจ็บ ตาย แต่นิพพานไม่มีอนิจจลักษณะ เพราะนิพพานเป็นสิ่งที่เที่ยง มั่นคง ยั่งยืน ไม่แปรผัน และนิพพาน ไม่มีทุกขลักษณะ เพราะนิพพานเป็นสิ่งที่ทนอยู่ได้ ด้วยว่าไม่มีการเกิด ไม่มีการดับ และด้วยเหตุที่นิพพานเป็นสิ่งที่ว่างเปล่า จึงมีสภาพที่ทนอยู่ หรือดำรงอยู่ในสภาพที่ว่างเปล่านั้นตลอดไป ไม่มีอะไรที่จะมาปรุงแต่งให้กลับกลายเป็นไม่ว่างได้อีก

๒.๕.๕ การบรรลุตามวิถีแห่งสมถปุพพังคมาวิปัสสนา

^{๑๕๐} พุ.จ. (ไทย) ๓๐/๖๗/๒๕๒.

^{๑๕๑} พระครูปลัดสัมพิพัฒน์ธรรมจารีย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี), ศึกษาวิเคราะห์หลักปฏิบัติวิปัสสนาภานา ๗ เดือนในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท, หน้า ๓๖๖.

๑) อุภโตภาควิมุตติ^{๑๕๒} “ผู้หลุดพ้นทั้งสองส่วน” คือ พระอรหันต์ผู้บำเพ็ญสมณะมาเป็น อย่างมากจนได้สมบัติ ๘ แล้ว จึงใช้สมณะนั้นเป็นฐานบำเพ็ญวิปัสสนาต่อไป จนบรรลุอรหัตผล หลุดพ้นทั้งสองส่วน (และสองวาระ) คือ หลุดพ้นจากรูปกายด้วยอรุปสมบัติ (เป็นวิขัมภนะ) หนหนึ่งแล้ว จึงหลุดพ้นจากนามกายด้วยอริยมรรค (เป็นสมุจเฉท) อีกหนหนึ่ง^{๑๕๓}

อุภโตภาควิมุตติ ได้แก่ บุคคลที่ได้สมบัติ ๘ คือ ได้ทั้งรูปฌาน ๔ และอรุปฌาน ๔ ออกจากสมบัติแล้วเจริญวิปัสสนา เห็นความเสื่อมไปสิ้นไปของสังขารทั้งหลายด้วยวิปัสสนา ปัญญา เห็นอริยสัจ ๔ ด้วยมรรคปัญญา กล่าวคือ บุคคลประเภทอุภโตภาควิมุตตินี้ พ้นจากรูปกาย คือ รูปฌานด้วยอรุปฌานหรืออรุปสมบัติ และเพราะเจริญฌานที่มีรูปเป็นอารมณ์ จึงชื่อว่าพ้น จากรูปกายด้วยอรุปสมบัติก่อนเป็นครั้งแรก จากนั้นจึงพ้นจากนามกาย คือ กิเลสด้วยอริยมรรค เป็นครั้งที่สอง เพราะฉะนั้นจึงชื่อว่า อุภโตภาควิมุตตบุคคล เพราะหลุดพ้นจากส่วนสองคือ ๒ ครั้ง ครั้งแรกพ้นจากรูปกายด้วยอรุปสมบัติ ครั้งที่ ๒ พ้นจากกิเลสด้วยอริยมรรค

ท่านจัดบุคคลที่ชื่อว่าอุภโตภาควิมุตติไว้ ๕ พวก คือ บุคคลที่ได้อรุปสมบัติ ๔ ออกจากอรุปสมบัติแต่ละสมบัติแล้ว พิจารณาสังขารทั้งหลายแล้วจึงบรรลุพระอรหัตต์ จัดเป็น ๔ พวก กับพระอนาคามีผู้ออกจากนิโรธสมบัติแล้ว บรรลุพระอรหันต์อีกพวกหนึ่ง ดังนั้น บุคคลที่ได้ ชื่อว่า อุภโตภาควิมุตตินั้น ได้แก่ พระอรหันต์ผู้ได้สมบัติ ๘

๒) กายสักขี^{๑๕๔} ผู้เป็นพยานด้วยนามกาย หรือ ผู้ประจักษ์กับตัว คือ ท่านที่ได้สัมผัส วิโมกข์ ๘ ด้วยกาย และอาสวะบางส่วนก็สิ้นไปเพราะเห็นด้วยปัญญา หมายเอาพระอริยบุคคล ผู้บรรลุโสดาปัตติผลแล้วขึ้นไป จนถึงเป็นผู้ปฏิบัติเพื่ออรหัตต์ ที่มีสมาธิในทรีย์แก่กล้าในการปฏิบัติ เมื่อบรรลุอรหัตต์ผลกลายเป็นอุภโตภาควิมุตติ^{๑๕๕}

ภิกษุ ท.! ในกรณีนี้ บุคคลบางคน ถูกต้องวิโมกข์ทั้งหลาย อันไม่เกี่ยวกับรูปเพราะก้าว ล่วงรูปเสียได้ อันเป็นวิโมกข์ที่สงบรังับ ด้วยนามกาย แล้วแลอยู่ อนึ่ง อาสวะทั้งหลายบาง เหล่าของเขานั้นก็สิ้นไปรอบแล้วเพราะเห็นแล้วด้วยปัญญา ภิกษุ ท.! ภิกษุนี้เรากล่าวว่า บุคคลผู้เป็นกายสักขี เรากล่าวว่ายังมีอะไร ๆ ที่เธอต้องทำด้วยความไม่ประมาท ชื่อนั้น

^{๑๕๒} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๕๐/๑๑๑.

^{๑๕๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, (โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, วิสาขบูชา ๒๕๕๔), หน้า ๕๗๓.

^{๑๕๔} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๕๐/๑๑๑.

^{๑๕๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, (โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, วิสาขบูชา ๒๕๕๔), หน้า ๑๘.

เพราะเหตุว่าถ้าไฉนท่านผู้มีอายุนี้ จะเสพออยู่ซึ่งเสนาสนะอันสมควร จะคบอยู่ซึ่งกัลยาณมิตร จะบ่มอยู่ซึ่งอินทรีย์ทั้งหลาย ก็จะทำให้แจ้งซึ่งที่สุดแห่งพรหมจรรย์ อันไม่มีอะไรยิ่งกว่า

๓) อัมมานุสารี^{๑๕๖} “ผู้แล่นไปตามธรรม” หรือ “ผู้แล่นตามไปด้วยธรรม” คือ ท่านผู้ปฏิบัติเพื่อบรรลุโสดาปัตติผล ที่มีปัญญินทรีย์แก่กล้า อบรมอริยมรรคโดยมีปัญญาเป็นตัวนำ^{๑๕๗} ท่านผู้นี้ถ้าบรรลุผลแล้วกลายเป็นทิวฐิปปัตตะ^{๑๕๘}

ภิกษุทั้งหลาย ธรรมเหล่านี้ของผู้ใด ประจักษ์ชัดโดยยิ่งด้วยปัญญาอย่างนี้ ผู้นี้เราเรียกว่า ‘อัมมานุสารี ก้าวลงสู่อริยมรรค หยั่งลงสู่ภูมิของสัตบุรุษ ผ่านภูมิของปุถุชนได้แล้ว ไม่ควรทำกรรมที่ทำแล้วไปเกิดในนรก กำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน หรือภูมิแห่งเปรต ไม่สมควรตาย ตราบเท่าที่ยังไม่ทำให้แจ้งโสดาปัตติผล’ ภิกษุทั้งหลาย ผู้รู้เห็นธรรมเหล่านี้อย่างนี้ ผู้นี้เราเรียกว่า ‘อริยสาวกผู้เป็นโสดาบันไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิในวันข้างหน้า’^{๑๕๙}

พระผู้มีพระภาคทรงรู้แจ้งธรรมชาติว่า สัตว์ทั้งหลายยังเวียนว่ายตาย-เกิดอยู่ในภพต่าง ๆ ไม่อาจหลุดพ้นจากทุกข์ไปได้ แม้บำเพ็ญทานสมาธิไปเกิดเป็นท้าวมหาพรหมในพรหมโลกก็ตาม เพราะยังมีกิเลสสังโยชน์อยู่ในชั้นธันดาน ซึ่งเป็นเครื่องผูกมัดใจสัตว์ไว้กับทุกข์ สิ่งที่จะทำลายเครื่องผูกมัดนี้ได้มีเพียง “มรรคปัญญา” อันเป็นวิปัสสนาปัญญาในมรรคญาณ ซึ่งเกิดจากการเจริญวิปัสสนาให้อินทรีย์ ๕ และพละ ๕ สมบูรณ์ ทำโพชฌงค์ทั้ง ๗ สมบูรณ์พร้อม การเจริญสมถภาวนา ทำให้สมาสติ และสมาสมาธิบังเกิดขึ้น การเจริญวิปัสสนาทำให้วิปัสสนาญาณ คือ สัมมาทิวฐิบังเกิดขึ้น อันเป็นธรรมที่อาศัยซึ่งกันและกันเกิดขึ้นในการเจริญมรรค ทำให้โรธสังเกิดขึ้น เห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ แจ้งในอริยสัจ คลายอุปาทานจากชั้นธ ๕ เพื่อบรรลุซึ่งวิชชา และวิมุตติ

^{๑๕๖} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๕๐/๑๑๑.

^{๑๕๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, (โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, วิสาขบูชา ๒๕๕๔), หน้า ๑๕๒.

^{๑๕๘} เรื่องเดียวกัน หน้า ๑๓๑.

^{๑๕๙} ดูรายละเอียดใน ส.ข. (ไทย) ๑๗/๓๐๒-๓๑๑/๓๒๐-๓๒๗.