



ศึกษาการละวิปลาสด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
A STUDY OF ABANDONMENT OF DISTORTION (VIPALĀSA) BY
INSIGHT MEDITATION PRACTICE

พระสมควร พุทธรกขิโต (ก๊อนชัยภูมิ)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๘



ศึกษาการละวิปลาตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

พระสมควร พุทธรกฺขิโต (ก๊อนชัยภูมิ)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๘

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**A Study of Abandonment of Distortion (Vipalāsa) by
Insight Meditation Practice**

Phra Somkhuan Buddharakkhito (Konchaiyaphum)

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 “ศึกษาระดับปริญญาตรีด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบรูณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบบัณฑิตวิทยาลัย

(พระมหาสมบรูณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

ประธานกรรมการ

(พระมหาบุญศรี ถาวรวิฑฒ, ผศ.ดร.)

กรรมการ

(พระมหาสันติ นาควโร, ดร.)

กรรมการ

(ผศ.ดร.สุเทพ พรหมเลิศ)

กรรมการ

คณะกรรมการควบคุมบัณฑิตวิทยาลัย

พระมหาสันติ นาควโร, ดร.
ผศ.ดร.สุเทพ พรหมเลิศ

ประธานกรรมการ

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระสมควร พุทธกรกชิต)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาการละวิปลาสด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ผู้วิจัย : พระสมุหคณาจารย์ พุทธภิกขุโท (ก๊อนชัยภูมิ)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระมหาสันติ นาควโร (สันติธรรมาจารย์), ป.ธ. ๙, M.A. Ph.D. (Sanskrit Literature)

: ผศ.ดร.สุเทพ พรหมเลิศ, ป.ธ. ๙, พธ.บ., ศศ.ม., พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

วันสำเร็จการศึกษา : ๓/มีนาคม/๒๕๕๙

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ เพื่อศึกษาวิปลาสในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และเพื่อศึกษาการละวิปลาสด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเอกสารอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง รวบรวม สรุป วิเคราะห์ เรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา ตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ จากการศึกษาพบว่า

วิปลาส ความคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง ด้วยอำนาจของความสำคัญผิด คิดผิด เห็นผิด อันเป็นไปในความเข้าใจผิดในของไม่เที่ยงว่าเที่ยง ในทุกขว่าเป็นสุข ในสภาพไม่ใช่ตัวตนว่าเป็นตัวตน อันเป็นเหตุก่อให้เกิดอกุศลกรรม ทำให้ข้องอยู่ในวัฏฏะ จิตเกี่ยวพันกับนิรวณ ทำให้ทวิวิปฏิบัติทำให้เกิดความหลง อันมีสาเหตุมาจากนิรวณ ๕ ความพอใจงาม ไม่กำหนดรู้ทุกข์ เข้าไปยึดถือ ไม่ตรองพิจารณาโดยแยบคาย วิปลาสจะไม่ครอบงำเฉพาะพระอรหันต์เท่านั้น

หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นการปฏิบัติเพื่อให้เห็นสรรพสิ่งด้วยปัญญา กล่าวคือ เห็นสภาพของไตรลักษณ์ ตามความเป็นจริง เพื่อทำลายอาสวะกิเลสให้หมดไป ซึ่งผู้ปฏิบัติต้องมีศีลบริสุทธิ์ตามอรรถภาพของตนยังจิตให้บริสุทธิ์ จึงจะก้าวเข้าสู่วิปัสสนาภาวนา อันมี ๓ ประเภท คือ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีสมณะเป็นเบื้องต้น ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีสมณะเป็นเบื้องปลาย และปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากับสมณะไปพร้อม ๆ กัน การปฏิบัติวิปัสสนานี้ต้องอาศัยภูมิของวิปัสสนาเป็นอารมณ์ คือการที่จิตเข้าไปยึดเพื่อการพิจารณาให้เห็นนามรูป ด้วยสภาพของไตรลักษณ์ มี ๖ ประการใหญ่ ๆ คือ ชั้น ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ ปฏิจจสมุปบาท มีผลทำให้ผู้ปฏิบัติมีความรู้เป็นอย่างน้อย ทำให้มีการดำรงอยู่ของศาสนาพุทธเป็นท่ามกลาง มีการสิ้นอาสวะเป็นที่สุด

การละวิปลาสด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีวิธีการคือการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ กล่าวคือ การละสุขวิปลาสต้องปฏิบัติด้วยกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่เด่นชัดคือ มนสิการสิ่งที่เป็นปฏิภูลและป่าช้า ๙ การละสุขวิปลาสต้องปฏิบัติด้วยเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การละนิจจวิปลาสต้องปฏิบัติด้วยจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และการละอัตตวิปลาสต้องปฏิบัติด้วยธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ นี้ ไม่ได้กำหนดพิจารณาพร้อมกัน เมื่อส่วนใดปรากฏเห็นเด่นชัดก็กำหนดพิจารณาภาวนาในส่วนนั้นจนจิตรู้แจ้งตามสภาพของความเป็นจริง

Thesis Title : A Study of Abandonment of Distortion (Vipalāsa) by Insight Meditation Practice

Researcher : Phra Somkhuan Buddharakkhito (Konchaiyaphum)

Degree : Master of Arts (Vipassana Meditation)

Thesis Supervisory Committee

: Phramaha Santi Nāgavaro (Santitharangkoon), Pali IX, M.A. Ph.D. (Sanskrit Literature)

: Assist. Prof. Dr. Suthep Promalert, Pali IX, B.A., M.A., Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : 3/March/2016

Abstract

This Thesis has three objectives; to study the distortion in Theravada Buddhist scriptures, to study of insight meditation practice and to study abandonment of distortion (Vipalāsa) by Vipassanābhāvanā practice. Clarified data are taken from the Theravada Buddhist scriptures and other related documents. The texts are collected, summarized, analyzed composed, explained in details then verified by Buddhist scholars. From the study it found that;

The distortion or Vipalāsa was perversion from the truth which happened by powers of wrong understanding, wrong thought, wrong views regarding what is impermanent as permanent, what is painful as pleasant, what is non-self as a self. These powers of wrong views caused of all unwholesomeness, cycling in birth and death, shuck in hindrance, falling away from right view, delusion due to five hindrances, sensual pleasure, no contemplation of suffering, attachment, without analytical reflection. This distortion was able to overpower Arahanta (Perfected One) but never for the other one.

Insight meditation practice was the way of practice for realizing the truth by wisdom. It helped to see the state of three common characteristics as they really are for the purpose of abandon all defilements and cankers. Insight meditators must observe morality and purification as the base before entering to insight. This insight practice was divided into three types; 1) insight practice with tranquility as its base,

2) insight practice with tranquility as its end and 3) insight practice with tranquility together. Insight meditator, however, must follow Successive Stages of Knowledge (Vipassanābhūmi) or objects of insight investigation called as Mind and Matter (Nāma-rūpa) which fall into three common characteristics in order to gain insight knowledge. There were six insight bases; 1) five aggregates, 2) twelve sensual bases, 3) eighteen elements, 4) twenty-two faculties, 5) four noble truth and 6) dependent origination. The benefit of insight practice was gaining true knowledge as beginning, continuity of true teaching of Buddha as middle and abandoning all defilements and cankers as the end.

Abandoning all distortion by insight development found that by following the principle of four foundations of mindfulness, insight practitioners will abandon beauty distortion by contemplation of body such as perception of foulness and nine corpses, the distortion of happiness by contemplation of feeling, the distortion of permanence by contemplation of mind and distortion of self by contemplation of mental objects. In practical aspect of these four foundations of mindfulness, insight meditators must choose the only one dominant foundation for contemplation because it was impossible to contemplate all at once, and they must continue to contemplate on that foundations until the mind realizes the true nature of all formations as they really are.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้าฯ ขอประทานโอกาสกราบขอบพระคุณ ท่านเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร, ป.ธ. ๙, Ph.D., ศาสตราจารย์พิเศษ) กรรมการมหาเถรสมาคม, เจ้าคณะใหญ่หนกลาง, ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ และรองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เป็นอย่างสูง ที่พระเดชพระคุณฯ ได้เมตตาเปิดหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนาขึ้น เพื่อให้โอกาสผู้ศึกษาเข้ามาศึกษาปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นระยะเวลาติดต่อกัน ๗ เดือน ส่งผลให้มีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเผยแผ่ไปทั่วประเทศ โดยพระเดชพระคุณฯ ได้เมตตาอนุเคราะห์ในเรื่องค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ทั้งที่พักและอาหารตลอดระยะเวลาปฏิบัติ

ขอขอบพระคุณคณะพระวิปัสสนาจารย์ชาวพม่า มีท่านวชิรปาณีเป็นประธาน ที่แนะนำการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นเวลา ๔ เดือน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม ธรรมโมลี จังหวัดนครราชสีมา พระราชสิทธิอาจารย์ ประธานสงฆ์วัดนาหลวง ที่มอบโอวาทธรรมนำปฏิบัติดุจดวงค์ตร ณ วัดนาหลวง จังหวัดอุดรธานี เป็นเวลา ๑ เดือน และท่านสยาดอกัททันตะ อุ ชฎิละ เจ้าสำนักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มหาสิลาสณยกตา ที่แนะนำหลักการปฏิบัติและสอบแก้กรรม ณ วัดมหาสิ กรุงย่างกุ้ง ประเทศสหภาพเมียนมาร์ ในระยะเวลา ๒ เดือนสุดท้ายแห่งการปฏิบัติ

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จลงได้ด้วยดี เพราะได้รับความเมตตาอนุเคราะห์ช่วยเหลือจากบุคคลหลายฝ่าย กล่าวคือ คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ทั้งสองท่าน ได้แก่ พระมหาสันติ นาคะโร,ดร. และ ผศ.ดร.สุเทพ พรหมเลิศ ซึ่งได้ให้ความรู้และคำปรึกษาแนะนำในการแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ในการทำวิทยานิพนธ์ให้มีความสมบูรณ์ และคณาจารย์ ผู้บริหาร เจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัย และวิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ผู้เกี่ยวข้องทุกรูป ทุกท่าน

ขอขอบพระคุณพระครูสุวรรณธีรวงศ์ เจ้าอาวาสวัดหนองกะดวง จังหวัดสุพรรณบุรี ที่ให้ความอุปถัมภ์ในการเดินทางมาศึกษา และขออนุโมทนาบุญกับคุณวิรัตน์ คุณปาริชาติ วาสนา พร้อมด้วยชาวสระกระโจมที่เป็นเจ้าภาพถวายพระไตรปิฎกฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัยเพื่อใช้ในการศึกษาค้นคว้า ขอบุติศส่วนแห่งความดีที่เกิดจากวิทยานิพนธ์นี้แต่คุณवलัชชณัฐ กุลศิริเชมโสภณ สหายผู้ล่วงลับ ที่ได้ร่วมปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามาด้วยกัน

ปัญญานิสงส์ที่เกิดจากวิทยานิพนธ์นี้ ผู้ศึกษาขอน้อมถวายบูชาคุณพระรัตนตรัย และขอมอบถวายเป็นธรรมบรรณาการแด่บิดามารดา คุณครู อุปัชฌาย์ อาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทคุณงามความดีและความรู้ ตลอดถึงท่านผู้มีอุปการคุณทุกท่าน

พระสมควร พุทธกรุขิต (ก๊อนชัยภูมิ)

วันที่ ๓ เดือนมีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๙

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(๑)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(๓)
กิตติกรรมประกาศ	(๕)
สารบัญ	(๖)
สารบัญตาราง	(๗)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	(๑๐)
บทที่ ๑ บทนำ	๑
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	๘
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๘
บทที่ ๒ วิปัสสนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๙
๒.๑ ความหมายของวิปัสสนา	๙
๒.๑.๑ ความหมายของวิปัสสนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๙
๒.๑.๒ ความหมายของวิปัสสนาตามที่ปรากฏในพจนานุกรม	๑๑
๒.๑.๓ ความหมายของวิปัสสนาตามทัศนะของนักปราชญ์ทาง พระพุทธศาสนา	๑๒
๒.๒ ประเภทของวิปัสสนา	๑๓
๒.๒.๑ วิปัสสนาด้วยอำนาจจิตและเจตสิก	๑๓
๒.๒.๒ วิปัสสนาด้วยสามารถวัตถุเป็นที่ตั้ง	๑๗
๒.๓ ความสำคัญของวิปัสสนา	๒๔
๒.๓.๑ วิปัสสนาทำให้เกิดกุศลกรรม	๒๔
๒.๓.๒ โทษของวิปัสสนา	๒๕

เรื่อง	หน้า
๒.๓.๓ กรณีตัวอย่างวิปลาส	๒๘
๒.๔ สาเหตุของการเกิดวิปลาส	๓๑
๒.๔.๑ นิเวศน์ ๕	๓๑
๒.๔.๒ ความพอใจในกาม	๓๒
๒.๔.๓ การไม่กำหนดรู้ทุกข์	๓๓
๒.๔.๔ การยึดถือ	๓๓
๒.๔.๕ การไม่พิจารณาไตรตรองโดยแยบคาย	๓๕
๒.๕ ผู้ถูกวิปลาสครอบงำ	๓๕
๒.๕.๑ วิปลาสครอบงำพระภิกษุ	๓๕
๒.๕.๒ วิปลาสครอบงำพระอริยบุคคล	๓๖
๒.๖ สรุปท้ายบท	๓๗
บทที่ ๓ หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๓๙
๓.๑ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา	๓๙
๓.๒ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๔๒
๓.๒.๑ เหตุเกิดของวิปัสสนาภาวนา	๔๒
๓.๒.๒ ตัวของวิปัสสนาภาวนา	๕๒
๓.๒.๓ ประเภทของวิปัสสนาภาวนา	๖๒
๓.๒.๔ อารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา	๖๓
๓.๓ ไตรลักษณ์	๖๔
๓.๓.๑ อนิจจตา	๖๕
๓.๓.๒ ทุกขตา	๖๖
๓.๓.๓ อนัตตตา	๗๐
๓.๔ อสุภะ	๗๑
๓.๕ วิปัสสนาภูมิ ๖	๗๒
๓.๕.๑ ชั้นที่ ๕	๗๒
๓.๕.๒ อายตนะ ๑๒	๗๕
๓.๕.๓ ธาตุ ๑๘	๗๘
๓.๕.๔ อินทรีย์ ๒๒	๗๙
๓.๕.๕ อริยสัจ ๔	๘๒
๓.๕.๖ ปฏิจจสมุปบาท ๑๒	๘๗

เรื่อง	หน้า
๓.๖ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔	๙๐
๓.๖.๑ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๙๑
๓.๖.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๙๕
๓.๖.๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๙๖
๓.๖.๔ ฌัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๙๗
๓.๗ ผลของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๑๐๑
๓.๘ สรุปท้ายบท	๑๐๑
บทที่ ๔ การละวิปลาสด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๑๐๕
๔.๑ ความหมายของการละ	๑๐๕
๔.๒ ประเภทของการละ	๑๐๖
๔.๒.๑ ตทั้งคปหาน	๑๐๖
๔.๒.๒ วิกข์มณปหาน	๑๐๗
๔.๒.๓ สมุจเฉทปหาน	๑๐๘
๔.๓ วิธีการละวิปลาส	๑๑๑
๔.๓.๑ การปฏิบัติกายานุปัสสนาเพื่อละสุภะวิปลาส	๑๑๑
๔.๓.๒ การปฏิบัติเวทนานุปัสสนาเพื่อละสุขวิปลาส	๑๒๑
๔.๓.๓ การปฏิบัติจิตตานุปัสสนาเพื่อละนิจจวิปลาส	๑๒๒
๔.๓.๔ การปฏิบัติฌัมมานุปัสสนาเพื่อละอัตตวิปลาส	๑๒๕
๔.๔ สรุปท้ายบท	๑๒๗
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๑๓๐
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๓๐
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๑๓๓
๕.๒.๑ เพื่อการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน	๑๓๓
๕.๒.๒ เพื่อการทำวิจัยครั้งต่อไป	๑๓๔
บรรณานุกรม	๑๓๕
ประวัติผู้วิจัย	๑๓๙

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
ตารางที่ ๑ แสดงการทำงานเชื่อมโยงระหว่างสัญญาวิปلاس จิตวิปلاس ทัศนวิปلاس	๑๗
ตารางที่ ๒ วิปلاسโดยย่อและพิสดาร	๒๓
ตารางที่ ๓ วิปลาสที่พระอริยบุคคลละได้	๓๗
ตารางที่ ๔ เทียบปหาน - วิมุตติ	๑๐๙

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อที่เกี่ยวข้องกับพระไตรปิฎก

วิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ และพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ มีหลักการใช้คำย่อชื่อพระไตรปิฎก โดยเริ่มจากอักษรย่อชื่อ คัมภีร์ ตามด้วยวงเล็บฉบับที่ใช้แล้วตามด้วยเล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น

- ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๔๙/๕๖. หมายถึง สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสมภิทามคคปาติ พระไตรปิฎกภาษาบาลี เล่มที่ ๓๑ ข้อที่ ๔๙ หน้า ๕๖.

- ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๙/๗๗. หมายถึง สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสมภิทามรรค พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ ๓๑ ข้อที่ ๔๙ หน้า ๗๗.

การอธิบายอักษรย่อในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ได้ทำตัวอักษรย่อเฉพาะคัมภีร์ที่อ้างอิงใน วิทยานิพนธ์นี้เท่านั้น

อักษรย่อคัมภีร์พระวินัยปิฎก

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

อักษรย่อคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	
ที.ส. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค (ภาษาไทย)
ที.ม. (บาลี)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวคคปาติ (ภาษาบาลี)
ที.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค (ภาษาไทย)
ที.ปา. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกวรรค (ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลป็นณาสก์ (ภาษาไทย)
ม.อ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปริป็นณาสก์ (ภาษาไทย)
ส.ส. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค (ภาษาไทย)
ส.นิ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	นิทานวรรค (ภาษาไทย)
ส.ข. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	ขันธวารวรรค (ภาษาไทย)
ส.สพ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สพายนวรรค (ภาษาไทย)
ส.ม. (บาลี)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวรรคคคปาติ (ภาษาบาลี)
ส.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวรรค (ภาษาไทย)
อง.ทุก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทุกนิบาต (ภาษาไทย)
อง.ติก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ติกนิบาต (ภาษาไทย)

อง.จตุกก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปณจก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ฉก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ฉกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทสก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ข. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.อุ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อุทาน	(ภาษาไทย)
ขุ.สุ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	สุตตนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.เถร. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เถรคาถา	(ภาษาไทย)
ขุ.เถรี. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เถรีคาถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ม. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิเทศ	(ภาษาไทย)
ขุ.จู. (บาลี)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิเทศปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.จู. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิเทศ	(ภาษาไทย)
ขุ.ป. (บาลี)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสมภิทามคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ป. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสมภิทามรรค	(ภาษาไทย)
ขุ.อป. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อปทาน	(ภาษาไทย)

อักษรย่อคัมภีร์พระอภิธรรมปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	
อภิ.สง. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี (ภาษาไทย)
อภิ.วิ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	วิภังค์ (ภาษาไทย)
อภิ.ก. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	กถาวัตถุ (ภาษาไทย)

ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

อรรถกถาภาษาไทย ใช้พระไตรปิฎกและอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม พ.ศ. ๒๕๔๖ ฉบับ มหามกุฏราชวิทยาลัย ฉบับพิมพ์ครั้งที่ ๙/๒๕๕๗ มีหลักการใช้คำย่อชื่อพระไตรปิฎกและอรรถกถา โดยเริ่มจากอักษรย่อชื่อคัมภีร์ ตามด้วยวงเล็บฉบับที่ใช้แล้วตามด้วยเล่มที่/เล่ม/ภาค/ตอน/หน้า ตามลำดับ เช่น

ที.ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒/๒/-/๒๙๘.

หมายถึงอรรถกถาแปล ทีฆนิกาย อรรถกถาสุมังคลวิลาสินี มหาวรรค เล่มที่ ๑๔ เล่ม ๒ ภาค ๒ ตอน - หน้า ๒๙๘.

อักษรย่อคัมภีร์อรรถกถาพระวินัยปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์		
วิ.ม.ท.อ. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	สมันตปาสาทิกา	มหาวิภังค์อรรถกถา (ภาษาไทย)
วิ.ม.อ. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	สมันตปาสาทิกา	มหาวรรคอรรถกถา (ภาษาไทย)

อักษรย่อคัมภีร์อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์		
ที.ม.อ. (ไทย)	=	ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	มหาวรรคอรรถกถา (ภาษาไทย)
ม.ม.อ. (ไทย)	=	มัชฌิมนิกาย	ปปัญจสุทนี	มูลปณณาสก์อรรถกถา (ภาษาไทย)
ส.ส.อ. (ไทย)	=	สังยุตตนิกาย	สารัตถปกาสินี	สคาถวรรคอรรถกถา (ภาษาไทย)
ส.ข.อ. (ไทย)	=	สังยุตตนิกาย	สารัตถปกาสินี	ชั้นธวารวรรคอรรถกถา (ภาษาไทย)
ส.ม.อ. (ไทย)	=	สังยุตตนิกาย	สารัตถปกาสินี	มหาวรรคอรรถกถา (ภาษาไทย)
อ.ง.เอกก.อ. (ไทย)	=	อังคุตตรนิกาย	มโนรลปุรณี	เอกกนิบาตอรรถกถา (ภาษาไทย)
อ.ง.ติก.อ. (ไทย)	=	อังคุตตรนิกาย	มโนรลปุรณี	ติกนิบาตอรรถกถา (ภาษาไทย)
ช.ธ.อ. (ไทย)	=	ชุตทกนิกาย	ธรรมบทอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ช.อุ.อ. (ไทย)	=	ชุตทกนิกาย	ปรมัตถทีปนี	อุทานอรรถกถา (ภาษาไทย)
ช.อิตี.อ. (ไทย)	=	ชุตทกนิกาย	ปรมัตถทีปนี	อิติวุตตกอรรถกถา (ภาษาไทย)
ช.สุ.อ. (ไทย)	=	ชุตทกนิกาย	ปรมัตถโชติกา	สุตตนิบาตอรรถกถา (ภาษาไทย)
ช.จู.อ. (ไทย)	=	ชุตทกนิกาย	สัทธัมมปัชโชติกา	จูฬนิเทศอรรถกถา (ภาษาไทย)
ช.ป.อ. (ไทย)	=	ชุตทกนิกาย	สัทธรรมปกาสินี	ปฎิสัมภิทามรรคอรรถกถา (ภาษาไทย)
ช.อป.อ. (ไทย)	=	ชุตทกนิกาย	วิสุทธชนวิลาสินี	อปาทานอรรถกถา (ภาษาไทย)

อักษรย่อคัมภีร์อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์		
อ.ภ.สง.อ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ธัมมสังคณี	อัญญสาสนีอรรถกถา (ภาษาไทย)

ค. คำย่อภาษาไทย

ม.ป.ป.	=	ภาษาไทยใช้	ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์
ม.ป.ท.	=	ภาษาไทยใช้	ไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งปัญญา มุ่งหาเหตุผลในการแก้ปัญหาโดยเฉพาะอย่างยิ่งการใช้ปัญญาหาทางพ้นทุกข์ซึ่งเกิดมาจากตัณหา คือความทะยานอยากทำให้เกิดความยึดมั่นถือมั่นในชั้น ๕ เป็นเหตุก่อให้เกิดความสำคัญผิด ความรู้ ความเห็นที่คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริงซึ่งเรียกว่าวิปลาส วิปลาสมีความสำคัญในหลักธรรมที่ควรละ เพราะเห็นผิดในชั้น ๕ ผู้ที่ไม่ได้ศึกษาธรรม ไม่ได้ฟังธรรม ก็จะไม่เข้าใจสิ่งที่เป็นชั้น ๕ ว่าเป็นสิ่งที่โลกสมมติบัญญัติขึ้นสัตว์ บุคคล เรา เขา ยึดในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ยึดในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ยึดในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา ยึดในสิ่งที่ไม่งามว่างาม^๑ ถูกความเห็นผิดชักนำไป ความคิดซัดส่ายไป มีความสำคัญคิดเห็นเป็นวิปลาส สัตว์เหล่านั้นชื่อว่าถูกเครื่องผูกของมารผูกไว้แล้ว เป็นคนไม่เกษมจากโยคะย่อมเวียนเกิดเวียนตาย เพราะขาดโยนิโสมนสิการ^๒ คือการพิจารณาในใจโดยแยบคายเพื่ออบรมพัฒนาจิตใจเพื่อให้เกิดปัญญานั้นเอง

วิปลาส ๔ ทำให้มนุษย์ทั้งหลายเกิดทุกข์ได้ก็เพราะเข้าไปสำคัญผิด เห็นผิด คิดผิดในชั้น ๕ ว่าไม่แปรปรวนเปลี่ยนแปลง มีความงามอยู่ตลอดเวลา สามารถสั่งการได้ เป็นต้น แท้ที่จริงสรรพสิ่งทั้งหลายตกอยู่ในวิปลาส ๔ ซึ่งเป็นเหตุหนึ่งที่เกิดการเวียนว่ายตายเกิด เพราะเข้าไปติดในบ่วงแห่งมาร พระพุทธเจ้าตรัสไว้ใน “วิปลาสสูตร”^๓ว่า ความคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง มีลักษณะ ๔ ประเภท คือ (๑) นิจจวิปลาส วิปลาสในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง (๒) สุขวิปลาส วิปลาสในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข (๓) อัตตวิปลาส วิปลาสในสิ่งที่ไม่เป็นตัวตนว่าเป็นตัวตน (๔) สุภวิปลาส วิปลาสในสิ่งที่ไม่งามว่างาม คำว่าของเหม็นบางชนิดออกฤทธิ์เป็นของหอม โลกนี้วิจิตรสวยงามดุจราชรถ^๔ หากไม่เจริญสติปัญญา ๔ ปัญญาไม่เกิดเห็นไตรลักษณ์ ก็จะไม่ยอมรับไม่ยอมเข้าใจอย่างถ่องแท้แล้วจะทำให้สัตว์ไม่พ้นจากความทุกข์ในวัฏฏะ

^๑ อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๙/๗๙.

^๒ ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๑/๒๘๖.

^๓ อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๙/๗๙.

^๔ ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๗๑/๘๖.

การที่จะออกจากวัฏฏะได้นั้น ต้องเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตร^๕ พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสกับชาวนิคมนกัมาสธัมมะ แคว้นกुरु ตรัสบอกหนทางคือสติปัฏฐาน ๔ เป็นทางเดียว ทางสายเอก ที่จะนำสัตว์ก้าวล่วงโศกะ ปรีทเวะ เป็นต้น อันเป็นเครื่องกำหนดรู้เห็นรูปนามตามสภาวะของปัจจุบันตามความเป็นจริง อันเป็นไปเพื่อกำจัดวิปลาส ๔ เพื่อรู้แจ้งแทงตลอดซึ่งมรรคผลนิพพาน หลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับมหาสติปัฏฐาน ๔ ที่พระผู้มีพระภาคเจ้าแสดงมากที่สุดก็คือเรื่องขันธ ๕ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา อันประกอบไปด้วยรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ นำมาเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ การเห็นคลาดเคลื่อนจากรูปนามผิดจากความเป็นจริง เมื่อปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ พระองค์ทรงสรรเสริญผู้ปฏิบัติเพื่อให้เห็นตามความเป็นจริง ดังเช่นที่ตรัสไว้ในเรื่องของการบูชาว่า ดูกรท่านผู้เห็นภัยในวัฏฏสงสารทั้งหลาย ผู้มีความจงรักภักดีในเรา จงเจริญวิปัสสนากรรมฐาน...ส่วนชนทั้งหลายผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมชื่อว่าได้บูชาเราอย่างแท้จริง^๖ จะเห็นได้ว่าการที่จะหลีกเลี่ยงไปจากวัฏฏะอันเป็นภัยใหญ่ได้นี้ต้องมีปัญญาเห็นแจ้งจากการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ด้วยการพิจารณาให้ค้นหาและทิวฏฐิมาแอบอาศัยอยู่

ในการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ การขจัดออกเสียซึ่งวิปลาสต้องอาศัยการพิจารณารูปนามขันธ ๕ และมีปัญญาเห็นไตรลักษณ์ สมดังที่มาในวิปลาสสูตรว่า

ก็ในกาลใดพระพุทธเจ้าผู้จุดประกายให้แสงสว่าง เสด็จอุบัติขึ้นในโลก ในกาลนั้นพระองค์ย่อมประกาศธรรมนี้ให้สัตว์ถึงความดับทุกข์ สัตว์เหล่านั้นผู้มีปัญญาฟังธรรมของพระพุทธเจ้าเหล่านั้น กลับได้ความคิดเป็นของตนเองได้เห็นสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าไม่เที่ยง ได้เห็นสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นทุกข์ได้เห็นสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอนัตตา ได้เห็นสิ่งที่ไม่งามว่าเป็นของไม่งามยึดถือสัมมาทิฐิ พ้นทุกข์ทั้งหมดได้^๗

เพื่อให้เห็นสภาพของความเป็นจริงในสังขารทั้งปวง ว่าแท้ที่จริงแล้ว ทุกสรรพสิ่งมีความเปลี่ยนแปลงไปด้วยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่มีความงามที่แท้จริงหลงให้ยึดติดอยู่ มีแต่ความน่าเกลียด น่ากลัว โสโครก ผู้ที่ยังละวิปลาสไม่ได้ ย่อมไม่พ้นไปจากการเวียนว่ายตายเกิดเมื่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จอุบัติขึ้นในโลก ทรงแสดงพระธรรม สัตว์โลกเมื่อได้ฟังพระธรรมที่พระองค์ทรงแสดงก็เข้าใจธรรมตามความเป็นจริง จึงละวิปลาสได้เป็นผู้หลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงศึกษาเรื่องศึกษาการละวิปลาสด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพื่อขจัดละวิปลาส ที่เป็นเหตุให้บุคคลต้องเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ และเป็นการเสริมสร้างองค์ความรู้ที่

^๕ คุรายนละเอียดยุทธใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๕/๑๐๑-๑๓๑.

^๖ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), วิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์พรินติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๔.

^๗ อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๕๐/๘๐-๘๑.

สามารถน้อมนำมาเป็นบาทฐาน เป็นหลักแนวทางในการเจริญวิปัสสนาภาวนา และสามารถตอบคำถามของผู้ปฏิบัติธรรมเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้อย่างถูกต้อง ตรงต่อตามความเป็นจริง อันเป็นประโยชน์แก่อกุลแก่พระพุทธศาสนาสืบต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาวิปัสสนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาการละวิปัสสนาด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ วิปัสสนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๓ การละวิปัสสนาด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยฉบับนี้เป็นการวิจัยคุณภาพเชิงเอกสาร (Documentary Research) เกี่ยวกับการละวิปัสสนาด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท โดยผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัยไว้ดังนี้ ขอบเขตด้านเอกสารเพื่อกำหนดเอกสารที่ใช้ในการวิจัย และขอบเขตด้านการศึกษาเพื่อกำหนดขอบเขตเนื้อหาประเด็นต่าง ๆ ที่จะศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ มีรายละเอียดดังนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเอกสาร

ในงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยแบ่งเอกสารสำหรับการวิจัยออกเป็น ๒ ชั้นด้วยกันคือ เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ อรรถกถาภาษาไทย จากพระไตรปิฎกและอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ฉบับพิมพ์ครั้งที่ ๙/๒๕๕๗ และคัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค แปลและเรียบเรียงโดยสมเด็จพระพุทธปาพจนจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) ฉบับพิมพ์เมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๕๔

เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ผู้วิจัยใช้เอกสาร หนังสือ ตำรา งานวิจัย และสื่ออิเล็กทรอนิกส์ ของพระเถระ นักปราชญ์ ผู้เชี่ยวชาญและนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาในส่วนที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการศึกษา

ศึกษาเนื้อหาในการละวิปลาสด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท โดยกำหนดประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการละวิปลาสอันเป็นไปในจิตและเจตสิก ๓ วัตถุเป็นเครื่องประกอบ ๔ ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ มีศัพท์เฉพาะที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาวิจัยเพื่อประโยชน์ต่อการศึกษาวินิจฉัยผู้วิจัยได้ให้คำจำกัดความดังต่อไปนี้

๑.๕.๑ วิปลาส, วิปลาส, พิปลาส หมายถึง ความรู้เห็นคลาดเคลื่อน, ความรู้เข้าใจผิดเพี้ยนจากความเป็นจริง อันเป็นไปในจิตและเจตสิก ๓ ประการ คือ วิปลาสด้วยอำนาจสำคัญผิด วิปลาสด้วยอำนาจคิดผิด และวิปลาสด้วยอำนาจเห็นผิด อันเป็นไปด้วยสามารถแห่งวัตถุเป็นที่ตั้ง ๔ คือ นิจจวิปลาส สุขวิปลาส อตตวิปลาส และสุภวิปลาส

๑.๕.๒ วิปัสสนาภาวนา หมายถึง ปัญญาที่เห็นแจ้งไตรลักษณ์อันจะทำให้ถอนความหลงผิดรู้ผิด (อวิชชา) ในสังขารเสียได้ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดสภาวะของสิ่งทั้งหลาย ด้วยการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔

๑.๕.๓ สติปัฏฐาน หมายถึง ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ, การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง ผ่านการตามพิจารณาในกาย เวทนา จิต และธรรม

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวินิจฉัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งเอกสารออกเป็นสองส่วน คือ เอกสารชั้นปฐมภูมิ ประกอบด้วยคัมภีร์สำคัญทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา และคัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค และเอกสารชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ หนังสือ ตำรา เอกสารทางวิชาการและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีรายละเอียดดังนี้

๑.๖.๑ เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source)

๑.๖.๑.๑ คัมภีร์พระไตรปิฎก อังคุดตฺตนิคาย จตุกกนิบาต มีเนื้อความกล่าวถึงวิปลาส สรุปได้ว่า สัญญาวิปลาส จิตวิปลาส ทิฏฐิวิปลาส ในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ในสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนว่าเป็นตัวตน ในสิ่งที่ไม่งามว่างาม^๔ พระไตรปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค และมัชฌิมนิกาย มุลปณณาสก มีเนื้อความกล่าวถึงการเจริญสติปัฏฐาน ใจความว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางสายเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโศกและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส

^๔ อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๙/๗๙.

เพื่อบรรลุนิยามธรรม เพื่อให้แจ้งพระนิพพาน ทางนี้คือสติปัฏฐาน ๔ ประการ”^๙

๑.๖.๑.๒ คัมภีร์อรรถกถา สัทธัมมปกาสิณี มีเนื้อความกล่าวถึงวิปาส สรุบได้ว่า นิจจวิปาส สุขวิปาส อตตวิปาส สุภวิปาส มีสัญญาวิปาส เป็นตัวนำ จึงกล่าวสัญญาวิปาสด้วย บททั้ง ๔ ก่อนทิวฏฐิ จากนั้นจึงกล่าวถึงทิวฏฐิวิปาสว่าถูกความเห็นผัดนำไป กล่าวถึงจิตวิปาสว่า มีจิต กวัดแกว่ง^{๑๐}

๑.๖.๑.๓ คัมภีร์ปกรณวิเสสวิสุทธีมรรค มีเนื้อความกล่าวถึงวิปาส ว่าในบรรดา วิปาสทั้งหลาย ความสำคัญคิดเห็นคลาดเคลื่อนในสิ่งไม่เที่ยงว่าเที่ยง ในความไม่มีอตตว่ามีอตต และความเห็นคลาดเคลื่อนในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าสุข ในสิ่งไม่งามว่างาม^{๑๑}

๑.๖.๒ เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source)

๑.๖.๒.๑ สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ได้รจนาไว้ใน หนังสือ “วิปัสสนากัมมัฏฐาน วิปัสสนกถา และพระติลักขณกถา” อธิบายว่า

ความเข้าใจถูกย่อมทำประโยชน์ให้สำเร็จ ความเข้าใจผิดย่อมทำประโยชน์ให้เสีย พิปาส แปลว่า กิริยาที่ถือโดยอาการวิปริตผิดจากความจริงด้วยอำนาจจิต และเจตสิกซึ่งวิปริตไป สำคัญผิดเรียกว่าสัญญาพิปาส คิดผิดเรียกว่าจิตตพิปาส เห็นผิดเรียกว่าทิวฏฐิพิปาส และ พิปาสด้วยวัตถุที่ตั้งเป็น ๔ ประการ คือ พิปาสในของที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง พิปาสในของที่เป็น ทุกข์ว่าสุข พิปาสในของที่ไม่ใช่ ตนว่าเป็นตน พิปาสในของที่ไม่งามว่างาม^{๑๒}

๑.๖.๒.๒ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร) กล่าวไว้ในหนังสือ “อริยวังสปฏิปทา” ว่า

การปฏิบัติวิปัสสนากาวนา เป็นการเจริญปัญญาพิจารณาเห็นสภาวะของสิ่งที่อยู่ตาม ธรรมชาติตามความเป็นจริง ผู้ที่จะเห็นนั้นจะต้องเข้าไปเห็นแจ้งพิเศษในสภาวะรูปนาม โดย ความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และอนัตตา เพื่อที่จะได้ละนิจจสัญญาวิปาส ละสุข สัญญาวิปาส ละอตตสัญญาวิปาส และละสุภสัญญาวิปาส การเจริญปัญญาจนเห็นแจ้งชัด พระไตรลักษณ์^{๑๓}

^๙ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๖/๑๐๑.

^{๑๐} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๖๙/๗/๒/-/๔๒๓.

^{๑๑} สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), **คัมภีร์วิสุทธีมรรค**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๑๕๗.

^{๑๒} สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, **วิปัสสนากัมมัฏฐาน วิปัสสนกถาและพระติลักขณกถา**, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๓) หน้า ๑๗.

^{๑๓} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร), **อริยวังสปฏิปทา**, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรศาสน์การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๓๗.

๑.๖.๒.๓ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) กล่าวไว้ในหนังสือ “พุทธธรรม” ว่า

วิปัสสนา ในความหมายทางพุทธศาสนา จึงเป็นเหตุที่บังตาปุถุชนมิให้เห็นอะไรตามสัจภาวะ เมื่อไม่เห็นจึงดำเนินชีวิตไปในหนทางแห่งทุกข์ และเต็มไปด้วยปัญหาต่าง ๆ นั้นเอง ส่วนอาการทางจิต เช่น โรคจิต โรคประสาทนั้น น่าจะเป็นผล ที่เผยแสดงออก อันเกิดมาจากสาเหตุหนึ่ง คือ ความทุกข์ใจ คับแค้น รันทดท้อ อย่างแสนสาหัส และไม่สามารถแก้ไขปัญหานั้นได้ จนมีอาการแสดงออกทางพฤติกรรม ทางร่างกาย ซึ่งมีผลเป็นอุปสรรคต่อการดำเนินชีวิตมากน้อยตามแต่อาการที่จะปรากฏ^{๑๔}

๑.๖.๒.๔ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “วิปัสสนากัมมัฏฐาน ภาค ๒ ว่าด้วยสติปัฏฐาน” แสดงความเพียรขั้นสูงคือ ความเพียรเพ่งผากิเลส ไว้ว่า ความเพียรขั้นสูงสุด คือ ความเพียรของท่านผู้เจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานจนได้บรรลุ มรรค ผล นิพพาน และเมื่อปฏิบัติถึงอมตมทานิพพานเมื่อใด เมื่อนั้นภพทั้ง ๓ ก็เป็นอันว่าหมดสิ้นไปแล้ว กิเลสที่พาวนเวียนอยู่ในภพเหล่านี้ก็ขาดสะบั้นลงหมดแล้ว^{๑๕}

๑.๖.๒.๕ จิตวณโณ ภิกขุ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “วิปัสสนากาวนา” ว่า

การเข้าใจวิปัสสนา คือการพิจารณาเห็นไตรลักษณ์อันมีลักษณะ ๓ ประการ ที่มีอยู่ของสรรพสิ่งในโลก อันได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คือเห็นสิ่งทั้งปวง โดยเฉพาะสังขารทั้งปวงว่าไม่เที่ยงแท้แน่นอนอันใดเลยเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เห็นสังขารทั้งปวงว่าเป็นทุกข์ ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้เลย เห็นธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา ไม่มีอะไรเป็นเราที่แท้จริงเลย เห็นได้ชัดก็เมื่อเราตายจากไป ก็ทิ้งทุกสิ่งทุกอย่างไปหมด ไม่มีอะไรเป็นของเราเลย^{๑๖}

๑.๖.๒.๖ สุวัณณ์ จันทระจันจง กล่าวไว้ในหนังสือ “แก่นพุทธธรรม: พุทธธรรมภาคทฤษฎี” ว่า ไตรลักษณ์ หมายถึง ลักษณะที่ปรากฏให้เห็นสามอย่าง คือ อนิจจัง สังขตธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง ไม่คงที่ ไม่ถาวร มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ทุกขัง สังขตธรรมทั้งหลายถูกกดดัน มีความขัดแย้ง เป็นทุกข์ อนัตตา สังขตธรรมและอสังขตธรรมทั้งหลาย ไม่มีตัวตน ไม่ใช่ตัวตนปราศจากตัวตน เป็นอนัตตา เป็นสุญญตา^{๑๗}

^{๑๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๕๖.

^{๑๕} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ), **วิปัสสนากัมมัฏฐาน ภาค ๒ ว่าด้วย มหาสติปัฏฐาน**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๔๒ – ๑๔๓.

^{๑๖} จิตวณโณ ภิกขุ, **วิปัสสนากาวนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (นครปฐม: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๓.

^{๑๗} สุวัณณ์ จันทระจันจง, **แก่นพุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งเรืองศาสนการพิมพ์, ๒๕๔๖), หน้า ๑๐๙.

๑.๖.๓ เอกสารรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๓.๑ พระมหาสุพันธ์ จันทโสภโณ (ดิษฐ์สุนนท์) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษา คำสอนเรื่องไตรลักษณ์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการศึกษาพบว่า สันตติปัตตัง อนิจจลักษณะ อริยาบทปัตตัง ทุกขลักษณะ ฆนสังญญาปัตตัง อนัตตลักษณะ ที่เป็นความจริงของสังขารคือขันธ ๕ เมื่อ บุคคลได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ปัญญา ก็จะเจริญขึ้น เมื่อปัญญาเกิดขึ้น อวิชชา ก็จะดับไป เราก็ สามารถมองเห็นธรรมชาติที่แท้จริงของสิ่งทั้งหลาย การรู้แจ้งในไตรลักษณ์ จึงนำไปสู่ความหลุดพ้น^{๑๘}

๑.๖.๓.๒ นางสาวลลิตา พรหมสาขา ณ สกลนคร ได้ทำการวิจัยเรื่อง “คำสอนเรื่อง วิปัสสนาในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับโรคทางจิตและสุขภาพจิต” ผลการศึกษาพบว่า การละวิปัสสนาที่ แตกต่างกันไป แต่โดยแท้จริงแล้วกลับมีความหมายโดยนัยไปในทิศทางเดียวกันทั้งสิ้น คือการ พิจารณาให้เห็นโดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน และไม่งาม วิธีการในการละวิปัสสนาเหล่านี้ จึง เป็นวิธีที่กำจัดกิเลสออก เพื่อที่จะได้เห็นสภาวะที่แท้จริง^{๑๙}

๑.๖.๓.๓ นางสาวภาวนีย์ บุญวรรณ ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาอาการวิปัสสนาที่ เกิดขึ้นในการปฏิบัติกรรมฐาน” ผลการศึกษาพบว่า วิปัสสนามีบทบาทและโทษที่ไม่สามารถทำให้ทุกข์ ลื่นไป และยังเพิ่มความทุกข์มากขึ้น สาเหตุของวิปัสสนาจากกิเลสและวงจรของอวิชา ตัณหา อุกาทาน หมุนเวียนกันไปไม่จบสิ้น หลักการละวิปัสสนาต้องตัดวงจรกิเลสตั้งแต่ผัสสะ เป็นต้น วิธีการ ละวิปัสสนามีหลายวิธี เช่นการเจริญสติปัฏฐาน เป็นต้น^{๒๐}

๑.๖.๓.๔ นางสาวธรรมวลี ศรีเข้ม ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาปัญญาธรรมใน พระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการศึกษาพบว่า ปัญญาธรรม ทำให้สัญญาวิปัสสนา ทำให้จิตและทิวฐิ วิปัสสนา และทำให้บุคคลดำเนินชีวิตไปแบบที่ผิด^{๒๑}

๑.๖.๓.๕ พันโทกัมปนาท พุทธปวารณกุล ได้ทำการวิจัยเรื่อง “อัมมานุปัสสนาใน พระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการศึกษาพบว่า การที่จะเอาการปฏิบัติไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ได้นั้น ต้องมีการพิจารณาองค์ธรรมให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ นำไปปฏิบัติเพื่อให้เกิดสมณะทำให้จิตสงบ

^{๑๘} พระมหาสุพันธ์ จันทโสภโณ (ดิษฐ์สุนนท์), “การศึกษา คำสอนเรื่องไตรลักษณ์ในพระพุทธศาสนา เถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), บทคัดย่อ.

^{๑๙} นางสาวลลิตา พรหมสาขา ณ สกลนคร, “คำสอนเรื่องวิปัสสนาในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับโรค ทางจิตและสุขภาพจิต”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๗), บทคัดย่อ.

^{๒๐} นางสาวภาวนีย์ บุญวรรณ, “การศึกษาอาการวิปัสสนาที่เกิดขึ้นในการปฏิบัติกรรมฐาน”, วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), บทคัดย่อ.

^{๒๑} นางสาวธรรมวลี ศรีเข้ม, “การศึกษาปัญญาธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธ ศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

และเจริญวิปัสสนาญาณเพื่อให้รู้แจ้ง รู้ชัด รู้เหตุ รู้ผล รู้ถูก รู้ผิด รู้เห็นตามความเป็นจริง จึงนำไปใช้กับตน ครอบครัว สังคมต่อไป^{๒๒}

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้มองเห็นว่าวิปัสสนาเป็นเหตุให้สัตว์หลงอยู่ในวังวนไม่มีที่สิ้นสุดวิภูฏะ มีความสำคัญในรูปนาม ว่าเป็นแก่นสาร หารู้ไม่ว่าเป็นภพภพมาหลอกให้ผู้ที่มีวิปัสสนาเข้าไปหมายมั่นในรูปนาม ว่าเป็นของเที่ยง เป็นทุกข์ มีตัวตน เป็นของงาม เป็นเหตุให้วิปัสสนาบังตาปุถุชนไม่เห็นสังขาร ความจริงของพระอรหันต์ ผู้รู้บัณฑิตเมื่อกำหนดถอดถอนวิปัสสนาออกเสีย ก็จะมีโยนิโสมาสีการในการกำหนดเจริญสติปัญญานานาตามหลักธรรมเพื่อทำลายอนุสัยกิเลสจนเข้าสู่สภาวะญาณเบื้องสูง มีมรรคญาณเป็นต้น แต่ทั้งนี้ยังไม่มีปรากฏการศึกษาวิจัยในเชิงเอกสารเรื่องการละวิปัสสนาด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจึงเป็นเหตุให้ผู้วิจัยต้องการศึกษาให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยฉบับนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนการวิจัย ดังนี้

๑.๗.๑ รวบรวมเรียบเรียงข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ และทุติยภูมิ ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาของงานวิจัย

๑.๗.๒ ตรวจสอบความถูกต้องกับคัมภีร์พระไตรปิฎก

๑.๗.๓ วิเคราะห์ข้อมูล สรุปให้ตอบปัญหาการวิจัยที่ตั้งไว้

๑.๗.๔ ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์โดยอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ

๑.๗.๕ แก้ไข ปรับปรุง นำเสนอผลงาน

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบวิปัสสนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๑.๘.๓ ทำให้ทราบการละวิปัสสนาด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

^{๒๒} พันโทกัมปนาท พุทธปวรังกูร, “ศึกษาธัมมานุปัสสนาในพระพุทธานุสสาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), บทคัดย่อ.

บทที่ ๒

วิปลาสนในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

ศึกษาการละวิปลาสนด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ผู้วิจัยได้กำหนดหัวข้อวิปลาสนในคัมภีร์พระพุทธานุศาสนเถรวาท ถึงความหมายของคำว่า วิปลาสน รวมถึงเรื่องที่เกี่ยวข้องกับวิปลาสน ได้แก่ ความสำคัญของวิปลาสน สาเหตุของวิปลาสน โทษของวิปลาสน จากคัมภีร์พระพุทธานุศาสนเถรวาทไว้ดังนี้

๒.๑ ความหมายของวิปลาสน

๒.๒ ประเภทของวิปลาสน

๒.๓ ความสำคัญของวิปลาสน

๒.๔ สาเหตุของการเกิดวิปลาสน

๒.๕ ผู้ถูกวิปลาสนครอบงำ

๒.๖ สรุปท้ายบท

๒.๑ ความหมายของวิปลาสน

ในความหมายของวิปลาสน ผู้วิจัยพบว่า ในภาษาบาลีใช้คำว่า วิปลาสน ภาษาไทยใช้คำว่า วิปลาสน, วิปัลลาสน, พิปลาสน จากการศึกษาข้อมูลในพระไตรปิฎก อรรถกถา และพจนานุกรม มีรายละเอียดดังนี้

๒.๑.๑ ความหมายของวิปลาสนในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

ในคัมภีร์สุตตันตปิฎก ปรากฏเรื่องวิปลาสนอยู่ในพระสูตร ๒ แห่ง คือ วิปัลลาสนสูตร^๑ และ วิปัลลาสนกถา^๒ มีรายละเอียดว่าด้วยเรื่องความเข้าใจคลาดเคลื่อนจากสภาพที่เป็นจริงด้วยอำนาจจิต และเจตสิก ๓ ประการ คือ ๑) วิปลาสนด้วยอำนาจสำคัญผิด เรียกว่า สัญญาวิปลาสน ๒) วิปลาสนด้วยอำนาจคิดผิด เรียกว่า จิตตวิปลาสน และ ๓) วิปลาสนด้วยอำนาจเห็นผิด เรียกว่า ทิฏฐิวิปลาสน วิปลาสนที่เป็นไปด้วยอำนาจจิตและเจตสิกนั้นแยกย่อยตามสามารถวัตถุเป็นที่ตั้งได้ ๔ ประการ คือ วิปลาสนในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง วิปลาสนในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าไม่เป็นสุข วิปลาสนในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา วิปลาสนใน

^๑ อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๙/๗๙.

^๒ ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๓๖/๓๙๙.

สิ่งที่ไม่ว่างว่างาม^๓

ในคัมภีร์อภิธรรมปิฎก กล่าวถึงคำว่าวิปลาสอยู่หลายแห่ง^๔ และยังพบว่ามีการกล่าวถึง วิปริเยสะ ๔ ซึ่งมีความหมายเป็นไปแนวทางเดียวกันกับวิปลาสในพระสูตรต้นตปิฎก มีเนื้อความว่า “...การแสวงหาผิดด้วยอำนาจความเข้าใจ ความคิด และความเห็นว่าเที่ยงในสิ่งที่ไม่เที่ยง ว่าเป็นสุขใน สิ่งที่เป็นทุกข์ ว่าเป็นตัวตนในสิ่งที่ไม่เป็นตัวตน และว่างามในสิ่งที่ไม่ว่างม นี้ชื่อว่าวิปริเยสะ...”^๕

อรรถกถาปรหมัตถโชติกาได้ขยายคำว่า วิปลาสในคัมภีร์พระไตรปิฎกให้มีความหมาย ชัดเจนยิ่งขึ้น ปรากฏอยู่หลายแห่ง ได้แก่ อรรถกถาเมตตภาวสูตร ว่าด้วยบุญไม่ถึงเสียที่ ๑๖ แห่ง เมตตาคจิต วิปลาสทำให้เหล่าพราหมณ์ประกอบพิธีบูชาญอันเป็นการละเมิดชีวิตผู้อื่นว่า “ความ วิปลาสได้มีแก่พราหมณ์เหล่านั้น อันเกิดมาจากกามคุณ เพราะเห็นกามสุขเล็กน้อย อันเกิดจากกาม คุณเล็กน้อย ... ได้ผูกมนต์ในญอันนั้นแล้ว พวกกันไปเฝ้าพระเจ้าโอกกากราช”^๖

อรรถกถาปรหมัตถโชติกา พราหมณ์ธัมมิกสูตรที่ ๗ ว่าด้วยพราหมณ์ธรรม ท่านกล่าวถึงหมู่ พราหมณ์ที่เห็นแก่กามสุขทำให้วิปลาส ว่า “...แต่โดยกาลล่วงไป เมื่อพวกพราหมณ์เหล่านั้นต้องการ ทำลายมรรยาท (จารีตประเพณีของตน) เสีย ความวิปลาสก็ได้มีแก่พราหมณ์เหล่านั้น เพราะได้เห็น กามสุขอันเล็กน้อย ที่เกิดจากกามคุณอันเป็นของเล็กน้อย พราหมณ์เหล่านั้นได้ปรารถนา เฟงเล็ง สมบัติของพระราชานารีที่ประดับดีแล้ว ...” ในคานานั้น ความสำคัญผิด ชื่อว่า วิปลาส^๗

อรรถกถาอัฐฐสาลินี อธิบาย การถือโดยวิปลาสว่า

เป็นการถือที่ใคร่ครวญผิด หรือเป็นการถือโดยตรงกันข้าม ถือเอาคลาดเคลื่อน บุคคลผู้ มิจฉาทิฏฐียึดถือว่า เป็นทางไปสู่สุคติ ก็ไม่สามารถทำให้ถึงสุคติได้ ฉะนั้น ชื่อว่า ทางผิด เพราะ ทางตามความไม่เป็นจริง สภาวะนี้ ชื่อว่าสภาวะที่ผิด เพราะมีสภาพผิด และด้วยความหมายว่าเป็น ที่อยู่อาศัยของพวกเดียรฉัตร ที่ชื่อว่า การถือโดยวิปลาส เพราะว่าเป็นการถือใคร่ครวญผิด หรือเป็น การถือโดยตรงกันข้าม อธิบายว่า ถือเอาคลาดเคลื่อน^๘

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค กล่าวถึงความเข้าใจที่ผิดพลาดคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริงที่ เรียกว่า วิปลาส ปรากฏอยู่ในส่วนของปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธินิเทศ สรุปได้ว่า ภัยคุณาณ เป็น ปัญญาที่ประจักษ์แจ้งความไม่มีสาระของการเกิดขึ้นและดับไปของสภาธรรมที่ปรากฏเป็น “ปหาน ปริปัญญา” คือ ปัญญาที่รอบรู้เพิ่มขึ้นละคลายความยินดีในนามรูป เห็นโทษของนามรูปเพิ่มขึ้น

^๓ ดูรายละเอียดใน งาม.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๘/๗๙-๘๑.

^๔ อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๐๐๔/๒๖๐., อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๙๓๙/๙๕๐., อภิ.ก. (ไทย) ๓๗/๔๒๔/๔๕๕

^๕ ดูรายละเอียดใน อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๙๓๙/๙๕๐.

^๖ ขุ.อติ.อ. (ไทย) ๔๕/๑/๔/-/๑๗๗.

^๗ ขุ.สุ.อ. (ไทย) ๔๗/๑/๖/-/๑๙๗

^๘ อภิ.สง.อ. (ไทย) ๗๖/๑/๒/-/๒๐

ละวิปลาสเสียได้ คือ ละความเห็นว่าย่าเที่ยง ว่าสุข ว่าเป็นตัวตน ว่าสวย ว่างาม^๙

จากการศึกษาวิปลาสตามที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาพบว่า วิปลาส เป็นกิรียาที่ถือโดยอาการวิปริตผิดจากความเป็นจริง ความเห็นหรือความเข้าใจคลาดเคลื่อนไปจากสภาพที่เป็นจริง

จึงสรุปความได้ว่า วิปลาสในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง ความเข้าใจผิด คิดผิด เห็นผิด ในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าย่าเที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ในสภาพไม่ใช่ตัวตนว่าเป็นตัวตน ในสิ่งไม่งามว่างาม ทำให้เกิดการแสวงหา ยังจิตของตนให้ชัดสาย ไปกับสิ่งเหล่านี้

๒.๑.๒ ความหมายของวิปลาสตามที่ปรากฏในพจนานุกรม

คัมภีร์อภิธานวรรณนา พจนานุกรมคำศัพท์ภาษาบาลีชั้นสูง ได้ให้ความหมายของวิปลาสไว้ว่า ความแปรปรวน, ความผิดเพี้ยน, การพลิกกลับ วิปลาส ๓ อย่าง เป็นไปอย่างนี้ว่า เป็นของเที่ยง เป็นความสุข เป็นตัวตน เป็นสิ่งสวยงาม ในวัตถุที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน เป็นของปฏิกูล^{๑๐}

พจนานุกรมมคธ-ไทย ได้ให้ความหมายของวิปลาส ไว้ว่า แปรปรวน, ปรวนแปร, ตรงกันข้าม, คลาดเคลื่อน, กลับกลายเป็น, ผันแปร^{๑๑}

พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ ให้ความหมายวิปลาสว่า

กิรียาที่ถือโดยการวิปริตผิด จากความเป็นจริง, ความเห็นหรือความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนจากสภาพที่เป็นจริง มีดังนี้ วิปลาสด้วยอำนาจจิตและเจตสิก ๓ ประการ คือ (๑) วิปลาสด้วยอำนาจสำคัญผิด เรียกว่าสัญญาวิปลาส (๒) วิปลาสด้วยอำนาจคิดผิด เรียกว่าจิตตวิปลาส (๓) วิปลาสด้วยอำนาจเห็นผิด เรียกว่าทัญญูวิปลาส วิปลาสด้วยสามารถวัตถุเป็นที่ตั้ง ๔ ประการ คือ (๑) วิปลาสในของที่ไม่เที่ยง (๒) วิปลาสในของที่เป็นทุกข์ (๓) วิปลาสในของที่ไม่ใช่ตนว่าเป็นตน (๔) วิปลาสในของที่ไม่งามว่างาม^{๑๒}

สารานุกรมพระพุทธศาสนาประมวลจากพระนิพนธ์สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส ได้ให้ความหมายวิปลาสว่า

วิปลาส, วิปลาส, พิบลาส คือ กิรียาที่ถือโดยอาการวิปริตผิดจากความจริง เรียกชื่อ

^๙ ดูรายละเอียดใน พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). แปลและเรียบเรียง, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๑๗๕

^{๑๐} พระมหาสมปอง มุฑุโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๒), หน้า ๙๓๙.

^{๑๑} พันตรี ป. หลงสมบุญ, พจนานุกรม มคธ-ไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: ร้านเรื่องปัญญา, ๒๕๔๐), หน้า ๖๕๕.

^{๑๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๓๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๓๗๓.

ต่างกันด้วยอำนาจจิตและเจตสิกซึ่งวิปริตไปนั้น: ฅปปลาส ด้วยอำนาจสำคัญผิด เรียกว่าสัญญา ฅปปลาส, ฅปปลาสด้วยอำนาจคิดผิด เรียกว่า จิตตวิปปลาส, ฅปปลาสด้วยอำนาจเห็นผิด เรียกว่า ฅปปฏิฅปปลาส กล่าวด้วยสามารถวัตถุเป็นที่ตั้งเป็น ๔ ประการ คือ (๑) ฅปปลาสในของที่ไม่เที่ยงว่า เที่ยง (๒) ฅปปลาสในของที่เป็นทุกขว่าเป็นสุข (๓) ฅปปลาสในของที่ไม่ใช่ตนว่าตน (๔) ฅปปลาสในของที่ไม่งามว่างาม^{๑๓}

พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสนา ชุตคำวัต ได้ให้ความหมายวิปปลาสไว้ว่า ใช้หมายถึง ความจำและความคิดเห็นที่คลาดเคลื่อนไปจากธรรมดาสามัญหรือจากความเป็นจริง ซึ่งไม่ถึงกับ ตรงกันข้ามหรือไม่ถูกต้องไปเสียทั้งหมด อยู่ในลักษณะคล้บคล้ายคล้บคลา และหมายถึงอาการของคน สติไม่ดี^{๑๔}

สำหรับความหมายของวิปปลานั้น เมื่อตรวจสอบความหมายจากพจนานุกรมพุทธศาสนา และสารานุกรมแล้ว พบว่าพระพุทศาสนาอธิบายเรื่องวิปปลาสไว้เป็น ๒ ส่วน คือ อธิบายจากส่วนของ คนหรือผู้วิปปลาส เรียกว่าวิปปลาสด้วยอำนาจจิตและเจตสิก และอธิบายจากส่วนวัตถุ คือ เรื่องหรือ เนื้อหาของ ความวิปปลาส เรียกว่าวิปปลาสด้วยสามารถวัตถุเป็นที่ตั้ง ผู้วิจัยจึงจำเป็นต้องขยายความ เพิ่ม เพื่อให้ทราบต่อไป

๒.๑.๓ ความหมายของวิปปลาสตามทัศนะของนักปราชญ์ทางพระพุทศาสนา

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช ได้กล่าวถึง วิปปลาส ไว้ในหนังสือจิตตนคร ว่า ...ความเมาทั้ง ๓ อันได้แก่ ความเมาในวัยหรือในความเป็นหนุ่มเป็นสาว ความเมาในความไม่ มีโรค ความเมาในชีวิต ทำให้ใคร ๆ รู้สึกเหมือนไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย สมุทัยได้ส่งความเมาทั้ง ๓ สหายแทรกซึมเข้าไปในจิตตนคร ทำให้ชาวจิตตนครพากัน “เมาใจ” ไม่นึกเห็นว่าเราแก่เจ็บตาย ถึงร่างกายจะแก่ ใจก็นึกว่าไม่แก่ ใจยังหนุ่มสาวอยู่เสมอ ถึงร่างกายจะเจ็บอยู่เป็นประจำ ก็ไม่ นึกว่าเจ็บ ถึงจะรู้ว่าจะต้องตาย ก็เหมือนอย่างความตายยังอยู่ห่างไกลมาก ไม่ต้องนึกถึง เมื่อเมา ใจกันดังนี้ สัญญาก็วิปปลาส จิตก็วิปปลาส ฅปฐก็วิปปลาส ก็คล้ายกับเมาเหล่านั่นแหละ ทำให้วิปปลาส ไปต่าง ๆ วิปปลาสไปอย่างไร คือทำให้เห็นในสิ่งที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข มีใช่อัตตาตัวตน ไม่งาม ว่า เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เป็นสุข เป็นอัตตาตัวตน งาม ความจำหมายคิดเห็นไปดังนี้ เรียกว่าวิปปลาส

^{๑๓} สุเขาว์ พลอยชุม, สารานุกรมพุทธศาสนา ประมวลจากพระนิพนธ์สมเด็จพระมหา สมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาภูมิภุมราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙), หน้า ๓๒๘-๓๒๙.

^{๑๔} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสนา ชุตคำวัต, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง, ๒๕๔๘), หน้า ๙๐๐.

ดังกล่าว เป็นสมมุติของสมมุติที่ถูกส่งทยอยเข้าไปในจิตตนคร...^{๑๕}

พุทธทาสภิกขุ (เงื่อม อินทปญโญ) ได้กล่าวถึงวิปัสสนา ไว้ในหนังสือปรมัตถสภาวะธรรม ว่า

สัญญาสำคัญมาก ถ้าสัญญาวิปัสสนาต้องเกิดทุกข์ จึงขอให้ระวังสัญญา สำคัญว่างาม ในสิ่ง
ที่มันไม่งาม, นิจจสัญญา สำคัญว่าเที่ยง ในสิ่งที่แท้จริงมิได้เที่ยง, ในสุขสัญญา สำคัญว่าเป็นสุข
ซึ่งแท้จริงมันมิได้เป็นสุขเลย, อตตสัญญา สำคัญว่าตัวตนที่แท้จริงแล้วไม่มีอะไรที่เป็นตัวตน.
“ความสำคัญ” นี้เป็นตัวการที่จะทำให้เกิดสังขารชั้นเป็นอะไรขึ้นมา เป็นรูปอะไรขึ้นมา, เป็นภพ
เป็นชาติ เป็นมีง เป็นกู อย่างนั้นอย่างนี้ขึ้นมาได้ด้วยอาศัยสัญญานี้ทั้งนั้น^{๑๖}

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้ให้ความหมายของวิปัสสนาไว้ในหนังสือพุทธธรรม ว่า
ความรู้คลาดเคลื่อน ความรู้ที่ผันแปรผิดพลาดจากความเป็นจริง เป็นความรู้ที่คลาดเคลื่อนจากพื้นฐาน
นำไปสู่ความเข้าใจผิด หลงผิด การหลงตนเอง ปฏิบัติไม่ถูกต้อง ต่อโลก ต่อชีวิต ต่อสิ่งทั้งหลายทั้งปวง และ
เป็นเครื่องกีดกันขัดขวางบังตาไม่ให้มองเห็นสัจภาวะ^{๑๗}

จากการศึกษาทัศนะของนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาที่มีชื่อเสียงต่าง ๆ สรุปได้ว่า
วิปัสสนา คือความเข้าใจผิด สำคัญผิด เห็นผิด จากความเป็นจริงในไตรลักษณ์และในร่างกายที่แท้จริง
แล้วเป็นของไม่สวยไม่งามเต็มไปด้วยสิ่งปฏิญกุล เริ่มตั้งแต่ความสำคัญผิด คิดผิด จนเกิดเป็นความเห็น
ผิดที่เรียกว่าทิวฏฐิวิปัสสนาในที่สุด

๒.๒ ประเภทของวิปัสสนา

วิปัสสนาสามารถแยกย่อยแบ่งออกได้เป็น ๒ ประเภท ตามอำนาจและจิตเจตสิก และตาม
อำนาจวัตถุเป็นที่ตั้ง มีรายละเอียดดังนี้

๒.๒.๑ วิปัสสนาด้วยอำนาจจิตและเจตสิก

วิปัสสนาเมื่อกล่าวโดยอำนาจของจิตและเจตสิก มี ๓ ประเภท คือ สัญญาวิปัสสนา จิตต
วิปัสสนา ทิวฏฐิวิปัสสนา วิปัสสนาด้วยอำนาจของจิตและเจตสิก หมายความว่าวิปัสสนาที่เกิดจากจิตและ
เจตสิกที่เป็นอกุศล หรือผิด กล่าวโดยรวมก็หมายความว่าความถึงคนผู้คิด ผู้รู้สึกนั่นเอง

จิต หมายความว่าถึง ธรรมชาติที่รู้อารมณ์, สภาพที่นึกคิด, ความคิด, ใจ โดยตามหลักฝ่าย
อภิธรรม จะแบ่งจิตเป็น ๘๙ อย่าง (หรือพิสดาร ๑๒๑) แบ่งโดยชาติ เป็นอกุศลจิต ๑๒ กุศลจิต ๒๑

^{๑๕} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช, จิตตนคร นครหลวงของโลก, (กรุงเทพมหานคร: โรง
พิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๒๕), หน้า ๖๖.

^{๑๖} พุทธทาสภิกขุ, ปรมัตถสภาวะธรรม, พิมพ์ครั้งแรก (ม.ป.ท., ๒๕๑๘), หน้า ๙๔.

^{๑๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑,
(กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๕๖.

(พิสดาร ๓๗) วิชาจิต ๓๖ (๕๒) และกิริยาจิต ๒๐ แบ่งโดยภูมิ เป็นกามาวจรจิต ๕๔ รูปาวจรจิต ๑๕ อรูปาวจรจิต ๑๒ และโลกุตตรจิต ๘ (พิสดาร ๔๐)^{๑๘}

เจตสิก หมายความว่า ธรรมที่ประกอบกับจิต, อากาโรหรือคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง ศรัทธา เมตตา สติ ปัญญา เป็นต้น มี ๕๒ อย่าง จัดเป็นอัญญาสมานาเจตสิก ๑๓ อกุศลเจตสิก ๑๔ และโสภณเจตสิก ๒๕ ถ้าจัดโดยชั้น ๕ เจตสิกก็คือ เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น นั่นเอง^{๑๙} ซึ่ง หากเปรียบจิตเป็นเหมือนดวงไฟแล้ว เจตสิกก็คือแสงสว่างของ ดวงไฟนั้น เจตสิกไม่อาจแยกออกจากจิตได้ เหมือนแสงสว่างไม่อาจแยกจากดวงไฟได้ โดยอาการที่จิต ประกอบกับเจตสิกนั้น มีลักษณะ ๔ ประการ คือ เกิดพร้อมกับจิต ดับพร้อมกับจิต มีอารมณ์เป็นอัน เดียวกับจิต และอาศัยวัตถุอันเดียวกับจิต

ดังนั้น วิปลาสในส่วนที่เป็นไปตามอำนาจจิตและเจตสิก จึงเป็นการพูดถึงวิปลาสในแง่คน ที่มีความรู้สึกคลาดเคลื่อน ซึ่งเป็นไปใน ๓ ทางด้วยกัน ได้แก่ สัญญาวิปลาส คือ ความคลาดเคลื่อน ทางสัญญาหรือความสำคัญผิด (จำได้หมายรู้ผิด), จิตวิปลาส คือ ความคิดที่คลาดเคลื่อนหรือความคิด ที่ผิดพลาด และทิวฐิวิปลาส คือ ความเห็นหรือความเข้าใจที่คลาดเคลื่อน เห็นผิด โดย ...มีผลสืบ เนื่องมาจากข้อสัญญาวิปลาส และจิตวิปลาส... นั่นคือ เมื่อมีความสำคัญผิดอย่างไร แล้วก็ทำให้มี ความเห็นในเรื่องนั้น ๆ ผิดไปด้วย^{๒๐}

เหตุที่ต้องจำแนกออกเป็นความสำคัญ ความคิด ความคิดเห็นนั้น เพราะมีอาการต่างกัน ความสำคัญ โดยความหมายก็ได้แก่ความจำหรือความกำหนดเช่น ได้เห็นหรือได้ยินมา ก็กำหนดไว้ว่า เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ความคิด ก็คือความนึกไปตามอารมณ์นั่นเอง แต่มีอาการต่างจากความกำหนด ดังเห็นตัวอย่างเช่น ไปเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่งมาแล้ว เก็บเอามาคิดว่า สิ่งนั้นต้องเป็นอย่างนั้น ๆ ความเห็น เมื่อกล่าวโดยความ ก็คือความตกลงใจ ได้แก่ความเห็นทางใจนั่นเอง มีอาการต่างกันเช่นนี้ จึงจำแนก ออกเป็นคนละอย่าง ๆ ดังนี้

๑) สัญญาวิปลาส คือ วิปลาสด้วยอำนาจสำคัญผิด อรรถกถาสัทธัมมปกาสินีได้กล่าวถึง ลักษณะสัญญาวิปลาสว่า สัญญาวิปลาสย่อมเป็นไปในเวลาที่กิจของตนแห่งอกุศลสัญญาซึ่งปราศจาก ทิวฐิมีกำลัง ในที่ที่กิจของจิตอ่อนกำลัง^{๒๑} คือ ความสำคัญผิดหรือสัญญาวิปลาสนั้นมีความหมายใน ๒ ลักษณะ คือ (๑) การกำหนดหมายหรือการจำได้หมายรู้ซึ่งรูป เสียง กลิ่น รส สิ่งต้องกายและอารมณ์ที่ เกิดกับใจว่า เขียว ขาว ดั่ง เบา เสียงคน เสียงแมว กลิ่นทุเรียน รสมะพร้าว เป็นต้น (๒) การจำได้ คือ รู้จัก

^{๑๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๖๒.

^{๑๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๓.

^{๒๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๕, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธีม, ๒๕๕๕), หน้า ๕๐.

^{๒๑} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๖๙/๗/๒/-/๔๒๓.

อารมณ์นั้นว่าเป็นอย่างนั้น ๆ ในเมื่อไปพบเข้าอีก มี ๖ อย่างตามอารมณ์ที่หมายรู้นั้นคือ รูปสัญญา หมายรู้อันเกี่ยวกับรูป สัททสัญญา หมายรู้อันเกี่ยวกับเสียง คันธสัญญา หมายรู้อันเกี่ยวกับกลิ่น รสสัญญา หมายรู้อันเกี่ยวกับรส โผฏฐัพพสัญญา หมายรู้อันเกี่ยวกับสิ่งต้องกาย และธัมมสัญญา คือ หมายรู้อันเกี่ยวกับเรื่องในใจหรือสิ่งที่ใจรู้และนึกคิด^{๒๒}

ตัวอย่างของสัญญาวิปลาส เช่น คนมองเห็นเชือกตกใจคิดว่าเป็นงู กาและกวางป่า มองหุ่นฟางสวมเสื้อกางเกงมีหม้อครอบเห็นเป็นคนเฝ้านา คนหลงทางเห็นทิศใต้เป็นทิศเหนือ ทิศเหนือเป็นทิศใต้ คนเห็นแสงไฟโฆษณากระพริบอยู่กับที่เป็นไฟวิ่ง เป็นต้น^{๒๓}

สรุปได้ว่า สัญญาวิปลาส ก็คือ การรู้ การกำหนดหมายผิด ใน รูป เสียง กลิ่น รส ทั้งยังมีสัญญาที่เกิดมาจากสภาพปรุงแต่ง ที่เรียกว่า สัญญาเดิม และสัญญาซ้อนเสริม อันเป็นไปตามอำนาจของกิเลส เรียกสั้น ๆ ว่า เข้าใจผิดจากความจริงนั่นเอง

๒) จิตตวิปลาส คือ วิปลาสด้วยอำนาจความคิดผิด อรรถกถาสัทธัมมปกาสินีอธิบายลักษณะของจิตตวิปลาสว่า จิตตวิปลาสย่อมเป็นไปในกาลแห่งกิจของตนเป็นอกุศลจิตปราศจากทัญญูมีกำลัง^{๒๔} คือ มีความคิดคลาดเคลื่อนเป็นสภาวะ มีจิตตวิปริต ซึ่งจะเกิดขึ้นในช่วงเวลาที่จิตทำงานอย่างมีกำลังเต็มที่ โดยจะเป็นอกุศลจิตที่ไม่มีทัญญู ทั้งนี้ชื่อว่าความคิดเพราะรู้ถึงลักษณะว่าเป็นเช่นใด เช่น การเห็นมาตราเงินของชาวบ้าน อรรถกถาสารัตถปกาสินีกล่าวถึงผู้มีจิตตวิปลาสว่า คนโง่เพราะเขลา คนโงธ เพราะเป็นคนมีโทษะ คนหลงเพราะโมหะ คนมีจิตตวิปลาส คนบ้าย่อมไม่รู้คุณว่าคุณ ไม่รู้โทษว่าโทษ ไม่รู้ว่าผู้นี้เป็นพระพุทธเจ้า ผู้นี้เป็นสาวก^{๒๕}

จิต หรือวิญญาน คือ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ที่เกิดขึ้นทางทวารทั้ง ๖ วรรณสิทธิ ไทยะเสวี ได้อธิบายไว้ว่า จิตมีชื่อเรียกอีกหลายอย่างแตกต่างกันตามหน้าที่ เหมือนคนเราที่ต้องทำหน้าที่ก็จะมีชื่อเรียกตามหน้าที่นั้น ๆ ชื่อเรียกของจิต^{๒๖} ขุนสรรพกิจโกศล อธิบายลักษณะของจิตไว้ว่า จิตมีลักษณะพิเศษ ๔ ประการที่เรียกว่า ลักษณะทิจตูกกะ คือ

วิชานนลกขณิ	มีการรู้อารมณ์ เป็นลักษณะ
ปุพฺพงคฺมรสิ	มีการเกิดก่อนและเป็นประธานในธรรมทั้งปวง เป็นกิจ
สนฺธานปจฺจุปฺภูจฺจํ	มีการเกิดขึ้นสืบเนื่องกันไม่ขาดสาย เป็นอาการปรากฏ

^{๒๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๓๗.

^{๒๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๐.

^{๒๔} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๖๙/๗/๒/-/๔๒๓.

^{๒๕} ส.ส.อ. (ไทย) ๒๔/๑/๑/-/๓๐๓.

^{๒๖} วรรณสิทธิ ไทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริฉดถที่ ๑ จิตปรมัตถ์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ทิพยวิสุทธิ์, ๒๕๕๑), หน้า ๒๑.

นามรูปปฏฐาน มีนามรูป เป็นเหตุใกล้ชิด^{๒๗}

ตัวอย่างของจิตตวิปลาส เช่น คนบ้าคิดเอาหญ้าเป็นอาหารของตน คนจิตฟั่นเฟือนมองเห็นคนเข้ามาหาคิดว่าเขาจะทำร้าย คนเห็นเงาเคลื่อนไหวในที่มีตสลับคิดว่าตภาพเป็นผีหลอก เป็นต้น^{๒๘}

โดยสรุป จิตวิปลาสเป็นไปในลักษณะ คือ ในลักษณะคิดผิดพลาดคลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง เช่น ไม่รู้คุณว่าคุณ ไม่รู้โทษว่าโทษ เป็นอาการที่คิดฟุ้งเกินไปจนคิดเรื่องที่ไม่ควรคิด เป็นต้น

๓) **ทิวฐีวิปลาส** คือ วิปลาสด้วยอำนาจความเห็นผิด อรรถกถาสัทธัมมปกาสิณี อธิบายลักษณะทิวฐีวิปลาสว่า ทิวฐีวิปลาสย่อมเป็นไปในจิตอันสัมปยุตด้วยทิวฐิ ถูกความเห็นผิดนำไป ได้แก่ ไม่เพียงมีความสำคัญอย่างเดียวเท่านั้น ยังถูกความเห็นผิดอันเกิดขึ้นเหมือนกับสำคัญนำไป^{๒๙} ทิวฐีวิปลาสมีผลสืบมาจากสัญญาวิปลาส และจิตตวิปลาส เพราะบุคคลเราถ้าคิดผิดก็ย่อมเห็นผิด เมื่อเห็นผิดก็จะทำให้เกิดปรุงแต่งต่อไป จนมีความผิดตามเข้ามา เช่น การเห็นงาม เป็นต้น

โดยสรุป ทิวฐีวิปลาสเป็นไปในลักษณะ คือ ผลสืบเนื่องของสัญญาวิปลาสและจิตวิปลาสซึ่งสะสมฝังลึกจนกลายเป็นความเห็นผิด

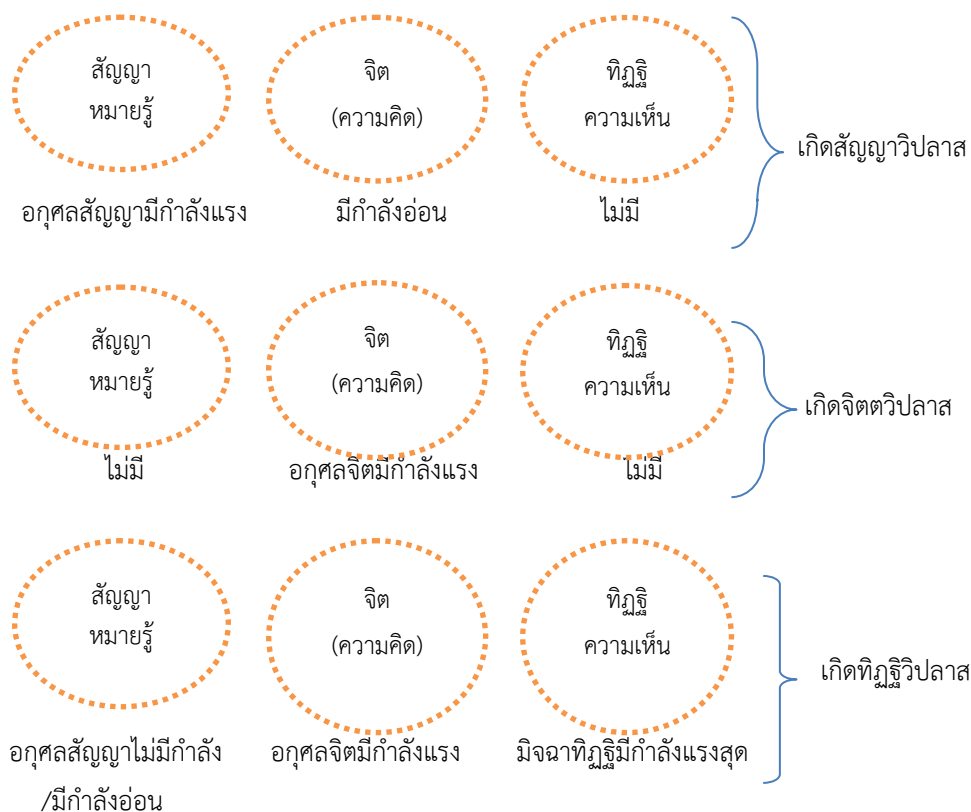
ดังนั้น วิปลาสด้วยอำนาจจิตและเจตสิก จึงสามารถสรุปได้ว่า เมื่อสัญญาวิปลาส คือ ความจำได้หมายรู้เกิดผิดพลาดโดยประการใด จิตก็ผิดพลาดตามสัญญาโดยประการนั้น และมีความลึกซึ้งกว่าสัญญาวิปลาส เกิดเป็นจิตตวิปลาสขึ้น เมื่ออกุศลสัญญามีกำลังแรง จิตมีกำลังอ่อน ก่อให้เกิดสัญญาวิปลาส อกุศลจิตมีกำลังแรง ก่อให้เกิดจิตตวิปลาส อกุศลสัญญาไม่มีกำลังหรือกำลังอ่อน อกุศลจิตมีกำลังแรง มีจณาทิวฐิมี่กำลังแรงสุด เกิดทิวฐีวิปลาส ดังตารางต่อไปนี้

^{๒๗} ขุนสรรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), **ลักษณะทิวฐิกะแห่งปรมาตถธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๕๑), หน้า ๖.

^{๒๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, หน้า ๕๐.

^{๒๙} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๖๙/๗/๒/-/๔๒๓-๔๒๔.

ตารางที่ ๑ แสดงการทำงานเชื่อมโยงระหว่างสัญญาวิปาส จิตวิปาส ทิวฐีวิปาส^{๓๐}



จากตารางการให้ผล สัญญาวิปาสมีกำลังอ่อนกว่าทั้งหมด จิตวิปาสมีกำลังมากกว่าสัญญาวิปาส ทิวฐีวิปาสมีกำลังมากกว่าทั้งหมด^{๓๑} หมายถึงสัญญาวิปาสให้ผลน้อย จิตตวิปาสให้ผลมากกว่าสัญญาวิปาสแต่น้อยกว่าทิวฐีวิปาส ทิวฐีวิปาสให้ผลมากที่สุด คือมีโทษมากที่สุดนั่นเอง

๒.๒.๒ วิปาสด้วยสามารถวัตถุเป็นที่ตั้ง

เรื่องที่มีมนุษย์จะวิปาสคือสำคัญ คิด เข้าใจ คลาดเคลื่อน มีอยู่ ๔ ประการ คือ นิจจวิปาส การเห็นในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง สุขวิปาส การเห็นในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข อตตวิปาส การเห็นในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา สุภวิปาส การเห็นในสิ่งที่ไม่สวยงามว่าสวยงาม

๑) นิจจวิปาส ความสำคัญคลาดเคลื่อนในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง มีสังขารคือชั้น ๕

^{๓๐} นางสาวลลิตา พรหมสาขา ณ สกลนคร, “คำสอนเรื่องวิปาสในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับโรคทางจิตและสุขภาพจิต”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๗), หน้า ๒๖

^{๓๑} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๖๙/๗/๒/-/๔๒๓.

เป็นต้น

สารานุกรมพระพุทธศาสนา อธิบายนิจจวิปลาสสรุปได้ว่า สังขารทั้งหลายทั้งที่มีวิญญาน และไม่มีวิญญาน ล้วนเป็นของไม่เที่ยง มีความแปรปรวนในท่ามกลาง แตกสลายในที่สุด สังขารทั้งหลายอาศัยเหตุหนึ่ง ๆ เกิดขึ้น เมื่อเหตุยังเป็นไปก็ยังคงตั้งอยู่ เมื่อเหตุไม่เป็นไปก็ตั้งอยู่ไม่ได้ เมื่อสังขารยังเป็นไปอยู่อย่างนี้ ก็ยังมีผู้ที่ไม่ได้สดับธรรมของสัตบุรุษ หวังหาความเที่ยงถาวรในสังขารทั้งหลาย มัวประมาทหลงระเลิง มิได้คิดถึงอนิจจธรรมเป็นอารมณ์^{๓๒}

จิตตฉโน โภทฺธํ อธิบายนิจจวิปลาสไว้ว่า

ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ที่ประกอบด้วยสังขารทั้งหลายทั้งหมด ท่านจำแนกออกเป็น ๕ ส่วน เรียกว่า อุกาทานชั้น ๕ เพราะความยึดมั่นถือมั่นที่ผิดด้วยอำนาจกิเลส ดูแล้วจะไม่มีอะไรที่จะพ้นไปจากอุคาทานชั้น ๕ นี้เลย เมื่อเกิดขึ้นแล้วดับไป อันเนื่องด้วยปัจจัย แต่ว่าภาวะที่แตกดับไปนี้เป็นของลึกซึ้งเกินกว่าผู้ที่ไม่ได้อบรมปัญญาจะรู้ทัน เพราะมีสันตติอยู่ตลอดเวลาคือ พอดับไปก็มีเกิดใหม่ขึ้นมาสืบต่อจากเก่าที่ดับไปทันที จึงทำให้มองไม่เห็น เป็นเหตุให้สำคัญว่าเที่ยงได้อย่างแน่นอน แต่ทางกายไม่เที่ยง แต่จิตเที่ยง ถ้าเห็นว่าจิตเที่ยงยิ่งเห็นผิดมากขึ้น เพราะจิตเกิดดับอยู่ตลอดเวลา จิตดวงหนึ่งดับไปดวงใหม่ก็เกิดขึ้นมาแทนที่ จะทรงตัวอยู่ตลอดเวลาเป็นเดือนเป็นวันเหมือนร่างกายไม่มี มันไม่เที่ยงเห็นชัด ๆ อยู่แล้ว และบางคนเห็นว่าโลกเที่ยง หรืออย่างโน้นเที่ยงอย่างนี้เที่ยง แท้ที่จริงไม่มีสังขารหรือรูปนามใดเลยที่เที่ยง ถ้าเห็นว่าเที่ยง นั่นคือวิปลาส เห็นผิดแล้ว จึงปิดบังตัวสัจจะ คือความไม่เที่ยงเอาไว้^{๓๓}

บุษกร เมธางกูร ได้อธิบายนิจจวิปลาสไว้ว่า

เราหลงคิดว่าชีวิตนั้นเป็นสิ่งที่เที่ยง แท้ที่จริงชีวิตนั้นไม่เที่ยง ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ทางด้านร่างกายก็รูดืบหน้าไปสู่ความเสื่อม ในที่สุดก็ต้องแก่และก็ต้องตายไป จิตอยู่ทางด้านรูปธรรม ส่วนทางด้านจิตใจก็เป็นอนิจจังเช่นกัน มีแต่ความไม่เที่ยงต้องไต่ยิน ต้องไต่กลืน ต้องรู้รส สลับกันไปตามเหตุปัจจัย เมื่อมีเหตุปัจจัยเกิดขึ้น การเห็น การไต่ยิน การไต่กลืน การรู้รสต่าง ๆ เหล่านี้ก็ต้องเกิดขึ้น เมื่อหมดเหตุปัจจัย สิ่งเหล่านั้นก็ตั้งอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ต้องดับไปเป็นของธรรมดา^{๓๔}

สรุปได้ว่า นิจจวิปลาส คือ ความคลาดเคลื่อนจากสังขาร มีชั้น ๕ เป็นต้น มีการเกิดขึ้น

^{๓๒} สุเขาว์ พลอยชุม, สารานุกรมพระพุทธศาสนา ประมวลจากพระนิพนธ์สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, หน้า ๓๒๙.

^{๓๓} จิตตฉโน โภทฺธํ, วิปัสสนาภาวนา, หน้า ๑๘.

^{๓๔} บุษกร เมธางกูร, “เสปียงทาง”, มูลนิธิธรรมมูลนิธิ [ออนไลน์], แหล่งที่มา <http://pioneer.netserv.chula.ac.th/srapant/Buddhism/carry.html> [๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙].

แปรปรวนและดับไป ด้วยไม่สามารถแยกอุปนามได้ จึงทำให้เห็นความเป็นจริงในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง เพราะมีสันตติ ความสืบต่อมาปิดบังปัญญาดังกล่าว

๒) สุขวิปลาส ความสำคัญคลาดเคลื่อนในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข คนทั้งหลายส่วนมาก รู้จักเพียงทุกข์กาย และทุกข์ใจเท่านั้น เพราะเป็นสิ่งที่ทนได้ยาก ผู้ใดก็ตามเมื่อเกิดความเบียดเบียน ทางกายมีเจ็บ ปวด ทิวกระหาย หนาวเกินไป ร้อนเกินไป เกิดความเจ็บไข้ได้ป่วย เป็นต้น สภาพเบียดเบียนเหล่านี้เกิดขึ้นผู้นั้นย่อมต้องหาทางบำบัดให้หมดไป ให้หายไปเกิดขึ้นทันที แม้เกิดความเบียดเบียนทางใจ เช่น ความเสียใจ ความโศก การพลัดพรากจากบุคคลหรือสิ่งของอันชอบใจ หรือ ความผิดหวัง เมื่อความทุกข์ทั้งทางกายและทางใจยังไม่เกิดขึ้นก็สำคัญว่าไม่ทุกข์ เมื่อไม่มีทุกข์ก็มีสุข ฉะนั้นจึงพบว่าคนส่วนมากจะรู้จักทุกข์เพียงทุกข์ขเวทนาทางกาย และทางใจเท่านั้น

ในอริยสัจ ๔ พระพุทธเจ้าทรงแสดงเอาไว้ในทุกขอริยสัจว่า สงขิตเตน ปญฺจุปาทานกฺขนธา ทุกฺขา^{๓๕} โดยย่อ อูปาทานชั้น ๕ ก็เป็นทุกข์^{๓๖} ซึ่งเมื่อตรัสว่าอุปาทานชั้น ๕ ก็เป็นอันว่ามีใช่ เฉพาะความทุกข์กายและทุกข์ใจเท่านั้นที่เป็นทุกข์ เพราะทุกข์กายทุกข์ใจเป็นเพียง ๑ ในชั้น ๕ คือ เวทนาชั้น แม้เวทนาชั้นอย่างเดียวยังจำแนกออกเป็น ๓ อย่างตามอาการ คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุขเวทนา มีชื่อเรียกอีกอย่างว่าอุเบกขาเวทนา แท้ที่จริงไม่ใช่เฉพาะ ทุกขเวทนาอันเป็นความทุกข์กายทุกข์ใจเท่านั้นที่เป็นทุกข์ แม้สุขเวทนา คือสุขกายสุขใจก็เป็นทุกข์ แม้แต่อุเบกขาเวทนามีเป็นทุกข์ ต่างกันเพียงแต่อาการที่แสดงออกเท่านั้น รวมทั้งชั้นที่เหลือมีรูปชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น วิญญาณชั้น ก็แยกเช่นเดียวกันกับเวทนาชั้น คือเป็นทุกข์ ได้มีพระอรหันต์เถรี นามวชิราภิกษุณี ได้กล่าวไว้ว่า

...ทุกข์เท่านั้นเกิดขึ้น ทุกข์เท่านั้นดำรงอยู่และแปรผันไป
นอกจากทุกข์ไม่มีสิ่งอื่นเกิดขึ้น นอกจากทุกข์ ไม่มีอะไรอื่นดับไป^{๓๗}

จิตตฺตณฺโณ ภิกฺขุ กล่าวถึงสุขวิปลาสไว้ว่า

แท้ที่จริง ในชีวิตของคนเราไม่มีอะไรที่มองดูแล้วว่าเป็นสุข ที่มองดูว่าเป็นสุข ๆ นั้น ก็คือ ความทุกข์มันลดน้อยลงไปต่างหาก เมื่อว่าโดยปรมาตมแล้ว ตัวเราแต่ละคนนี่คือกองทุกข์เคลื่อนที่ได้ เราป่วยคือต้องทิวกระหายทุกวัน เราจึงต้องกินยาทุกวัน ยาที่กินคืออาหาร แพทย์และนางพยาบาลคือพ่อครัวแม่ครัว เพราะเราขาดยาคืออาหารไม่ได้ ถ้าไม่มีพ่อครัวแม่ครัว เราต้องตาย เพราะขาดยา และยังมียาอื่น ๆ ที่ต้องรักษาโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ที่เกิดในกายนี้อีกมาก เพราะกายนี้เป็นตัวทุกข์ เป็นรังแห่งโรค แต่คนเราโดยทั่วไปก็ยังเห็นว่า ชีวิตนี้ยังมีสุขอยู่นั่นเอง เพราะทุกข์

^{๓๕} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๙๕/๓๔๓.

^{๓๖} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๘๑/๕๙๓.

^{๓๗} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๓๑/๒๒๘., ข.ม. (ไทย) ๒๙/๑๘๖/๕๒๘., อภิ.ก. (ไทย) ๓๗/๒๓๓/๑๐๓.

มันลดน้อยลง จึงมองดูว่าสุขไป เหมือนกับเมื่อความร้อนลดลงก็รู้สึกว่าย็น จึงพากันติดสุข เพราะฉะนั้น การเจริญวิปัสสนาจะต้องระวังที่จะไม่ให้ติดสุข เพราะมันเป็นวิปัสสนาที่ปิดบังความจริงคือทุกข์เอาไว้^{๓๘}

พระราชญาณวิสิฐ ได้อธิบายสุขวิปัสสนาไว้ว่า

เพราะการที่ไม่ได้พิจารณาอริยาบถ จึงไม่เห็นว่ามีนามรูปนี้ทุกข์เบียดเบียนบีบคั้นอยู่ตลอดเวลา เมื่อเปลี่ยนอริยาบถใหม่ก็รู้สึกว่ายสบายทุกที การเห็นอริยาบถใหม่นั้นจึงเป็นของยากอย่างยิ่ง เมื่อเห็นความจริงของอริยาบถใหม่ไม่ได้ ความสำคัญนามรูปเป็นสุข หรือเป็นของดี ด้วยอำนาจของทิฐฐิก็เกิดขึ้น และเป็นปัจจัยแก้ตัณหา ทำให้อยากได้ ยินดีพอใจในนามรูปนั้น และทำให้มีความต้องการ ประารถนา ตื่นรนต่าง ๆ ล้วนเป็นไปด้วยอำนาจของตัณหาที่อาศัยนามรูปเกิดขึ้น เพราะเหตุที่ไม่ได้พิจารณาอริยาบถ จึงทำให้ไม่เห็นทุกข์ และทำให้สุขวิปัสสนาเกิดขึ้น^{๓๙}

บุษกร เมธางกูร ได้อธิบายสุขวิปัสสนาไว้ว่า

ด้วยเพราะเราหลงว่าชีวิตนี้มีความสุข แท้ที่จริงชีวิตไม่มีความสุข มีแต่ความทุกข์ทั้งสิ้น เราจะต้องเปลี่ยนอริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน เหยียด คู้ ก้ม เงย เราจะต้องแก้ไขตลอดเวลา เมื่อหิวก็ต้องเติมอาหาร เพราะชีวิตนั้นมีความพร่องอยู่เป็นนิตย์ ฉะนั้นจึงไม่มีความสุขเลยในชีวิตของเรา แต่ที่เราว่าเป็นสุขเพราะทุกข์น้อยลง เช่น ยืนนาน ๆ เกิดความเมื่อยจึงมานั่ง ความทุกข์ที่เกิดจากการยืนนานแล้วมานั่ง ทุกข์นั้นก็เบาบางลงน้อยลง แล้วเราก็อุปโลกลหลงไปว่าชีวิตนั้นเป็นความสุข^{๔๐}

สรุปได้ว่า สุขวิปัสสนา เกิดมาจากอริยาบถที่มาปิดบังทุกข์เวทนา ด้วยการเคลื่อนไหวกาย เป็นต้น ทำให้ทุกข์ลดน้อยลงจึงเข้าว่ามีความสุข แท้ที่จริงมีทุกข์อยู่ตลอดเวลา เพราะเคลื่อนไหวกาย จึงทำให้มองไม่เห็นทุกข์ดังกล่าว

๓) อัตตวิปัสสนา ความสำคัญคลาดเคลื่อนในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา อุปาทานชั้น ๕ ไม่ใช่อัตตา เพราะบังคับบัญชาไม่ได้ ไม่เป็นไปในอำนาจ วางเปล่าจากความเป็นเราเขา เป็นสภาพไปตามเหตุปัจจัย หาผู้ครอบครองไม่ได้ กล่าวคือ เมื่อมีปัจจัยเกิดขึ้นแล้ว แม้มีสิ่งปรารถนาต้องการให้ดำรงอยู่ ก็ดำรงอยู่ไม่ได้ ย่อมถึงความดับไปในที่สุด หรือแม้เป็นสิ่งที่ไม่ปรารถนา ไม่ต้องการจะมี แต่เมื่อมีปัจจัยก็ต้องเกิด ต้องมีขึ้นมา เหตุนั้นจึงเป็นอนัตตา ผู้ใดเห็นเป็นอัตตา โดยอาการ เช่น

^{๓๘} จิตตวนุโณ ภิกขุ, วิปัสสนาภาวนา, หน้า ๑๙.

^{๓๙} พระราชญาณวิสิฐ (เสริมชัย ชยมงคล), คู่มือปฏิบัติ สมถวิปัสสนากัมมัฏฐาน ๕ สาย, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (นครปฐม: บริษัท เพชรเกษม พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๔-๔๑.

^{๔๐} บุษกร เมธางกูร, “เสปียงทาง”, มุขนิชือภิตธรรมมูลนิธิ [ออนไลน์], แหล่งที่มา <http://pioneer.netser.chula.ac.th/srapant/Buddhism/carry.html> [๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙].

ว่า เราเห็น เราได้ยิน เราได้กลิ่น เราเย็น เรานั่ง เรานอน เราดื่ม เรากิน เราโกรธ เป็นต้น ผู้นั้นชื่อว่ามี ความสำคัญคลาดเคลื่อนว่าเป็นอัตตา ผู้มีอัตตวิปลาส ย่อมมีปกติแสดงความเห็นแก่ตัวให้ปรากฏแก่ บุคคลอื่น เห็นแก่ตัวก็คือเห็นแก่อัตตานั้นเอง

จิตวณโณ ภิกขุ ได้กล่าวถึงอัตตวิปลาสไว้ว่า

แท้ที่จริงมันไม่ใช่ของเราเลย แต่เราก็มองเห็นผิดไปว่า นี่แหละของเรา นี่คือตัวตนของเรา นี่ เป็นเรา นั่นเป็นเขา ก็ทำให้เกิดการยึดมั่นในสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตน แท้ที่จริงตัวตนไม่มีเลย แต่เรากลับ มองเห็นว่าเป็นตัวตน เมื่อมองเห็นว่าเป็นตัวตนก็เกิดวิปลาสขึ้น ทำให้เรายึดมั่นถือมั่นในตัวตน เช่นเวลามีใครมาด่าเรา เราก็มองว่าเขาด่าถูกเรา แท้ที่จริงเราไม่มี เขาด่านามรูปต่างหาก แม้แต่คำด่าก็เป็นเพียงคลื่นเสียงต่างหาก ซึ่งเขาส่งมากระทบหูเราเข้า แล้วเราไปโกรธคลื่นเสียง อันเป็นรูปชนิดหนึ่ง เพราะตามกฎธรรมชาติทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป หรืออาจจะกล่าวว่า มีคนลักของเราไป แท้ที่จริง ในโลกนี้ไม่มีอะไรเป็นของเราเลย อย่างที่เห็นเด่นชัดมากคือเมื่อเรา ตายไปจากโลกนี้ มีอะไรเป็นของเราบ้าง เห็นได้ชัดว่าไม่มีเลย นั่นแหละไม่มีอะไรเป็นของเราที่ แท้จริงเลย แต่เพราะวิปลาสปิดบังเอาไว้ จึงทำให้เรามองเห็นเป็นตัวตนในสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตัวตน^{๔๑}

บุษกร เมธางกูร ได้อธิบายอัตตวิปลาสไว้ว่า เรามีความเข้าใจผิดเห็นผิดว่าชีวิตนี้เป็นเรา เป็นของ ๆ เรา เป็นตัวตน คน สัตว์ แท้ที่จริงประกอบด้วยรูปรูปนามชั้น ๕ อันได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ซึ่งประชุมกันเพียงชั่วระยะเวลาหนึ่ง เหมือนกับว่าเมื่อเราจะต้องเดินทางไป ต่างประเทศ เราก็จะต้องขอวีซ่า บางครั้งเขาก็ให้ ๖ เดือน ๑ ปี ๒ ปี ๑๐ ปีบ้าง แล้วแต่ว่ามีความ น่าเชื่อถือเพียงไร^{๔๒}

สรุปได้ว่า เพราะเข้าใจคลาดเคลื่อนไปว่า ชีวิตนี้เป็นของเรา เป็นตัว เป็นตน แท้ที่จริงรูปรู ปนามชั้น ๕ ประชุมกันคราวแล้วก็ทิ้งไปแยกจากกันไป มีการเปลี่ยนแปลงไป ไม่สามารถสั่งการบังคับ บัญชาได้เลย เป็นต้น

๔) สุภวิปลาส ความสำคัญคลาดเคลื่อนในสิ่งที่ไม่งามว่างาม สุภวิปลาสนี้เป็นไปในรูป ชั้นเท่านั้น ไม่ได้เกี่ยวข้องกับชั้นที่เหลือ

สารานุกรมพระพุทธศาสนา อธิบายสุภวิปลาสสรุปได้ว่า รูปร่างนี้มีปกติเต็มไปด้วยของไม่ สะอาด คายของไม่สะอาดออกเป็นนิตย และเลี้ยงตัวอยู่ได้ด้วยของไม่สะอาด แต่บุคคลผู้ที่ไม่ได้ดับคำ ของสัตว์บุรุษสำคัญเห็นเป็นงามหลงเพลิดเพลินในกายตัวหรือกายผู้อื่นด้วยกิเลสถาม ชื่อว่า วิปลาสใน

^{๔๑} จิตวณโณ ภิกขุ, วิปัสสนาภาวนา, หน้า ๑๙.

^{๔๒} บุษกร เมธางกูร, “เสปียงทาง”, มุลินธิอภิธรรมมูลนิธิ [ออนไลน์], แหล่งที่มา <http://pioneer.netserv.chula.ac.th/srapant/Buddhism/carry.html> [๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙].

ของที่ไม่งามว่างาม^{๔๓}

จิตวณโณ ภิกขุ อธิบายสุภวิปัสสัไว้ว่า

คนทั้งหลายเมื่อจะสำคัญว่างามก็สำคัญที่รูปขันธ์คือกายนี้เอง ว่ากายของเรางาม กายของคนนั้นงาม หรือเป็นสิ่งของที่ทำให้งาม จึงกล่าวได้ว่า เป็นไปปรารภในรูปกายนั้นแหละเป็นสำคัญ ในเวลาใดที่เรายังไม่เกิดความคิดว่าสวยว่างาม ในเวลานั้นหาเป็นเพราะเราไม่มีสุภวิปัสสัไม่เพียงแต่ว่าในเวลานั้นยังไม่รูป หรือภาพสวย ๆ งาม ๆ มาปรากฏให้เป็นปัจจัยเท่านั้น เมื่อยังเป็นผู้นอนวิปัสสัไม่ได้ก็ยังเชื่อว่าเป็นผู้มีสุภวิปัสสัอยู่อย่างนั้น โดยจะติดตามเป็นไปในจิตและสันดาน พร้อมทั้งจะแสดงบทบาทในคราวที่เห็นรูปหรือภาพที่สวยงามหรือคำนึงถึงอยู่ ทำให้เราเห็นไตรลักษณ์ไม่ชัดเจน มันปิดบังดวงตาปัญญาเราเสีย อย่างร่างกายของคนเรานี้ ตามความเป็นจริงนั้น ไม่สวยไม่งามเลย เพราะในร่างกายนี้เต็มไปด้วยของสกปรกมีประการต่าง ๆ แต่คนเราโดยทั่วไปก็ยังเห็นว่ามันงาม มันสวย มันหล่อ มันน่าใคร่ น่าพอใจ มันดีอย่างนี้อย่างนั้น ทั้งนี้เพราะตาใจของเราถูกปิดบังไว้ด้วยวิปัสสัจึงมองไม่เห็น ไม่อาจเข้าไปเห็นข้างใน เห็นแค่ผิวเผินเพียงข้างนอก จึงไม่เกิดวิปัสสนาปัญญา ของที่ไม่สวยไม่งามอันใดเลย น่าเกลียด แต่คนกลับมองเห็นว่าสวยงาม ว่าน่าชมไปได้^{๔๔}

บุษกร เมธางกูร ได้อธิบายสุภวิปัสสัไว้ว่า

ความเห็นผิดอันคลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง เห็นว่าชีวิตนั้นเป็นของดีแท้ ที่จริงมิได้เป็นของดี เป็นอสุภะ ไม่ใช่เป็นสุภะ เพราะร่างกายเต็มไปด้วยของปฏิกูล ที่ควรนำเอามาปลง เช่น เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ (ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง) เป็นต้น สิ่งปฏิกูลต่าง ๆ เหล่านี้ไหลออกมาจากทวารทั้ง ๙ ทำให้ต้องชำระสะสางกันอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ส่วนทางจิตใจนั้นก็ไม่ใช่ว่าจะสะอาดบริสุทธิ์ เพราะจิตใจของเราจมปลักอยู่ในอาสวะกิเลส ซึ่งก็คือ กิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในขันธ์สันดานและแสดงออกมาทางกาย วาจา ซึ่งเรียกว่า กิเลสอย่างหยาบ แม้ว่าจะไม่แสดงออกมาทางกาย วาจา กิเลสนี้ก็ควบคุมจิตอยู่ ทำให้เกิดนิเวศธรรมทั้ง ๕ คือ กามฉันทะ พยาบาทะ ถีนมิตะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิกิจฉา^{๔๕}

จะเห็นได้ว่าขึ้นชื่อว่า “ชีวิต” มิใช่สิ่งที่น่าชื่นชม แต่เรามีชีวิตมาแล้วเราจะทำอย่างไรกับชีวิตจึงจะดี และนี่คือสิ่งที่เราจะต้องศึกษากันไป

^{๔๓} สุเขาว์ พลอยชุม, สารานุกรมพุทธศาสนา ประมวลจากพระนิพนธ์สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, หน้า ๓๓๓.

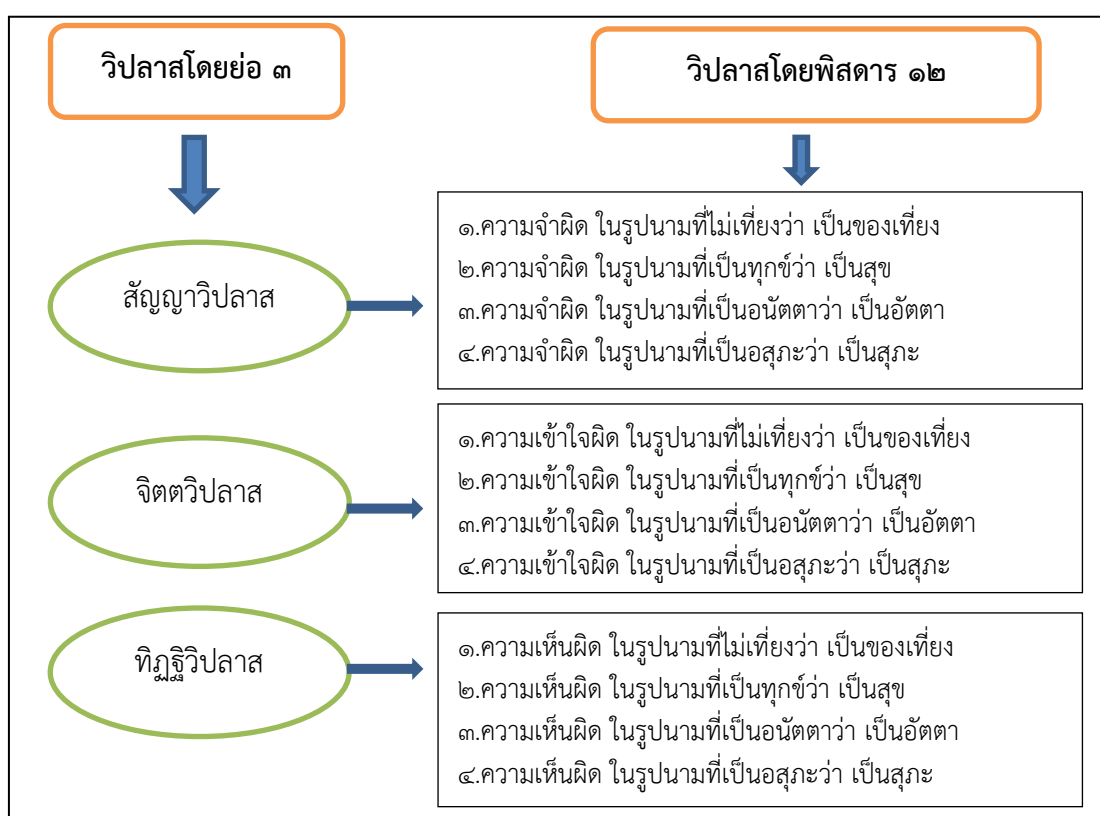
^{๔๔} จิตวณโณ ภิกขุ, วิปัสสนาภาวนา, หน้า ๑๘.

^{๔๕} บุษกร เมธางกูร, “เสบียงทาง”, มูลนิธิอิทธิธรรมมูลนิธิ [ออนไลน์], แหล่งที่มา <http://pioneer.netserv.chula.ac.th/srapant/Buddhism/carry.html> [๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙].

สรุปได้ว่า ความสำคัญผิด คิดผิด เข้าใจผิดไปใน ๔ เรื่อง คือเที่ยง สุข ตัวตน และงาม เป็นการเข้าใจที่คลาดเคลื่อนไปจากสภาวะอันเป็นจริง นั่นคือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน และไม่งามนั้น สามารถแยกอธิบายได้เป็น ๒ ส่วน คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ซึ่งเป็นเรื่องไตรลักษณ์ ส่วนหนึ่ง และอสุภะ ส่วนหนึ่ง ดังนี้ และเพื่อให้เข้าใจต่อไปอีก จึงต้องขยายความไตรลักษณ์ต่อไปอีก

พระธรรมธีรราชฆาตมุนี อธิบายวิปัสสนาแบ่งออกโดยย่อมี ๓ ประการ โดยพิสดารมี ๑๒ ประการ^{๕๖} ดังตารางที่ผู้ศึกษาได้แสดงไว้ ดังนี้

ตารางที่ ๒ วิปัสสนาโดยย่อและพิสดาร



สรุปความได้ว่า วิปัสสนา มีความหมายถึง ความเข้าใจผิดคลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง ด้วยการเข้าไปสำคัญผิด เข้าใจผิด เห็นผิด จากวัตถุ ๔ ประการ คือ ความไม่เที่ยงว่าเที่ยง ความทุกข์ว่าสุข ความไม่ใช่ตัวตนว่าตัวตน ความเป็นของไม่งามว่างาม จึงต้องแก้ไขเข้าใจเรื่องของไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา และอสุภะ

^{๕๖} พระธรรมธีรราชฆาตมุนี (โชดก ญาณสิทธิ), *เพชรในดวงใจ*, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์ สัมปชัญญะ, ๒๕๕๔), หน้า ๑๓๖-๑๓๗.

๒.๓ ความสำคัญของวิปาส

วิปาสมีความสำคัญที่เกี่ยวข้องกับบุคคลมาโดยตลอด ทั้งยังมีบทบาทและโทษที่นำศึกษาเป็นอย่างยิ่ง ดังนี้

๒.๓.๑ วิปาสทำให้เกิดอกุศลกรรม

วิปาสเป็นเหตุก่อให้เกิดความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นหลักใหญ่ จึงจัดว่าเป็นอกุศลกรรม ดังนั้นจึงเป็นเหตุให้พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงทรงแสวงหา เพื่อทำลายอกุศลกรรมนี้

ความว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสวงหา คือ ค้นหา เสาะหาเครื่องทำลายกองความมืดใหญ่ เครื่องทำลายวิปาสใหญ่ เครื่องตัดสังสารวัฏใหญ่ เครื่องดับความเดือดร้อนใหญ่ เครื่องระงับความเร่าร้อนใหญ่^{๔๗} ธรรมอันอุดม อันเป็นเครื่องทำลายกองมืดใหญ่ คือตัดอวิชชาใหญ่ หมายถึงทำลายวิปาสใหญ่ ๑๒ ประการ ได้แก่ สัญญาวิปาส จิตตวิปาส ทิฐิวิปาส ในวัตถุทั้ง ๔ ประการ ในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ในสิ่งที่ไม่ใช่อัตตาวาอัตตา และในสิ่งที่ไม่งามว่างาม ซึ่งล้วนแต่เป็นอกุศลกรรม^{๔๘}

นางสาวภาวนีย์ บุญวรรณ กล่าวว่าวิปาสเป็นอกุศลธรรมที่ต้องละ เป็นเป้าหมายหลักในการทำให้สิ้นซึ่งกองทุกข์ เพราะปุถุชนทุกคนมีวิปาสอยู่แล้วเป็นฐานเดิม อันสืบเนื่องมาแต่อวิชชา ถ้าละวิปาสได้ไม่หมดก็ไม่สามารถพ้นทุกข์ได้อย่างแท้จริง^{๔๙}

เนื่องจากวิปาสเป็นเจตสิกธรรมที่มีอยู่เป็นพื้นฐานในปุถุชนอยู่แล้ว ความวิปาสที่มีนั้น ก่อให้เกิดอกุศลกรรมอื่น ๆ ตามกันมาด้วยความสำคัญหมายรู้ ความคิด และความเห็น ที่ผิดคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง ทำให้เกิดเป็นความวิปาสที่ซ้ำซ้อนถมทับเพิ่มทวีคูณขึ้นไปอีกในวิถีชีวิตของความเป็นปุถุชน พระไตรปิฎกหลายเล่ม ได้อธิบายเรื่องการยึดถือทิฐิ หนึ่งในวิปาส คือ

ความยึดถือว่าเป็นของเราด้วยอำนาจทิฐิ คือ สักกายทิฐิ มิจฉาทิฐิ อันตคาหิกทิฐิ ความถือ ความถือมั่น ความยึดมั่น ความยึดมั่นถือมั่น ความถือขัดแย้ง ความถือวิปริต ความถือวิปาส ความถือผิด ความถือในสิ่งที่ไม่เป็นความจริงว่าเป็นจริง ความยึดถือว่าเป็นของเราด้วยอำนาจทิฐิ^{๕๐}

สรุปได้ว่า วิปาสสามารถก่อให้เกิด ราคะ โสภะ โทสะ โมหะ อันเป็นรากเหง้าของอกุศลได้ เพราะมีความทะยานอยาก และการเข้าไปยึดมั่นถือมั่นที่ทำให้คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริงนั่นเอง

^{๔๗} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๕๐/๔๑๐.

^{๔๘} ชุ.จ.อ. (ไทย) ๖๗//๖/-/-/๑๔๘.

^{๔๙} นางสาวภาวนีย์ บุญวรรณ, “การศึกษาอาการวิปาสที่เกิดขึ้นในการปฏิบัติกรรมฐาน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์ดุสิตบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๓๘.

^{๕๐} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๒/๕๙.

๒.๓.๒ โทษของวิปลาส

พุทธศาสนากล่าวว่าเป็นสิ่งที่ขัดขวางมิให้เกิดความเห็นที่ถูกต้องนั้น ก็คือ วิปลาส ความเห็นคลาดเคลื่อน ไม่ตรงตามความเป็นจริง มีชื่อเรียกในทางธรรมว่า วิปัสสาส โดยความวิปลาสนี้ คือ สัญญาวิปลาส จิตวิปลาส ทิฏฐิวิปลาส ในสภาวะที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ทุกข์ว่าสุข ไม่ใช่ตัวตนว่าตัวตน และไม่งามว่างาม ซึ่งความวิปลาสเหล่านี้มีอยู่ในปุถุชนแทบทุกคน เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ทำให้ต้องท่องเที่ยวอยู่ในสังสารวัฏ ไม่รู้จบสิ้นตามนัยแห่งแห่งปฏิสัมภิทามรรคว่า เหล่าสัตว์ผู้ถูกมิจฉาทิฏฐิทำลาย มีจิตฟุ้งซ่าน มีสัญญาผิด มีสัญญาในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง มีสัญญาในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข มีสัญญาในสิ่งที่ไม่งามว่างาม สัตว์เหล่านั้นชื่อว่าติดอยู่ในเครื่องประกอบของมาร ไม่เกษมจากโยคะ ประสบกับความเกิดและความตาย ท่องเที่ยวไปสู่สังสารวัฏ^{๕๑}

นางสาวลลิตา พรหมสาขา ณ สกลนคร วิจัยพบว่า การเข้าใจโลกที่คลาดเคลื่อน ย่อมส่งผลให้กระทำต่อโลกไปในทิศทางที่คลาดเคลื่อนนั้น ๆ เพราะความคิดของมนุษย์เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมทางกายและวาจา การรับรู้ความจริงและเข้าใจตามความเป็นจริงจึงเป็นสิ่งสำคัญ บุคคลผู้ซึ่งมองเห็นโลกตามจริง กับบุคคลผู้ซึ่งมองโลกด้วยความเข้าใจที่คลาดเคลื่อน ย่อมมีลักษณะที่แตกต่างกัน^{๕๒}

วิปลาสทำให้บุคคลข้องอยู่ในวัฏฏะ คือต้องเวียนว่ายตายเกิดไม่รู้จักจบสิ้น ทำให้จิตเกี่ยวพันกับนิรวณ เป็นเหตุให้ความดีเกิดขึ้นได้ยาก ทำให้ทิฏฐิวิบัติ มีความเห็นที่ผิดทำให้ไม่สามารถหลุดออกไปจากวัฏฏะ ทำให้เกิดความหลง แม้แต่เป็นพระอรหันต์บุคคลยังเกิดการหลงลืมได้ จึงได้อธิบายเสริมขึ้นไปอีก

๑) วิปลาสทำให้ข้องอยู่ในวัฏฏะ

ในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค กล่าวถึงวิปลาสทำให้ข้องอยู่ในสังสารวัฏว่า “วิปลาสทำให้ติดอยู่ในสังสารวัฏเหล่าสัตว์ผู้ถูกมิจฉาทิฏฐิทำลายมีจิตฟุ้งซ่าน มีสัญญาผิด มีสัญญาในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง มีสัญญาในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข มีสัญญาในสิ่งที่ไม่งามว่างาม สัตว์เหล่านั้นชื่อว่าติดอยู่ในเครื่องประกอบของมาร ไม่เกษมจากโยคะ ประสบกับความเกิดและความตายท่องเที่ยวไปสู่สังสารวัฏ”^{๕๓}

เนื่องจากวิปลาสทำให้เกิดนิรวณ ยึดถือในทิฏฐิ มีความหลง (โมหะ) เป็นเครื่องนำทาง ติด

^{๕๑} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๓๖/๔๐๐.

^{๕๒} นางสาวลลิตา พรหมสาขา ณ สกลนคร, “คำสอนเรื่องวิปลาสในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับโรคทางจิตและสุขภาพจิต”, *วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๗), หน้า ๕๘.

^{๕๓} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๓๖/๔๐๐.

ข้องอยู่ในทิวทัศน์ (ความเห็น) และตัณหา (ความอยาก) ทำให้เกิดอุปาทานส่งผลให้เวียนวนอยู่ในสังสารวัฏเป็นวงจรอย่างไม่จบสิ้น

ในปฏิจจนสมุปปาทวิภังค์ แสดงถึงวิปัสสนาว่า เป็นปัจจัยให้เกิดทิวทัศน์และตัณหาทำให้อุปาทานก่อเกิดขึ้นว่า เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี ทิวทัศน์ ความเห็นผิด ความยึดมั่น ความถือมั่น ความถือมั่น ความถือผิดจากความเป็นจริง ความยึดถือโดยวิปัสสนา นี้เรียกว่า เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี^{๕๔} เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานที่สัมปยุตด้วยตัณหาจึงมี ทิวทัศน์ ความเห็นผิด ความยึดมั่น ความถือมั่น ความถือมั่น ความถือผิดจากความเป็นจริง ความยึดถือโดยวิปัสสนา นี้เรียกว่า เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานที่สัมปยุตด้วยตัณหาจึงมี เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพจึงมี เพราะภพเป็นปัจจัยชาติจึงมี เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรามรณะจึงมี เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า กองทุกข์ทั้งหมดนี้มีการเกิดขึ้นด้วยอาการอย่างนี้^{๕๕}

สรุปความได้ว่า วิปัสสนาเป็นเหตุให้เกิดทิวทัศน์และตัณหาทำให้อุปาทานเกิดขึ้น เข้าไปยึดมั่นถือมั่น ถือผิดจากความเป็นจริง ทำให้สัตว์ไม่สามารถออกจากสังสารวัฏได้ เพราะกองทุกข์ทั้งปวงเกิดมาจากความทะยานอยากและยึดมั่นถือมั่น

๒) วิปัสสนาทำให้จิตเกี่ยวข้องกับนิรวรณ

นิรวรณ ธรรมเป็นเครื่องกั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี เป็นอกุศลธรรมที่ทำให้จิตเศร้าหมองและทำปัญญาให้อ่อนกำลัง^{๕๖} เป็นอุปสรรคเครื่องกีดขวางความเจริญของจิตไม่ให้ความเจริญในสมณะและวิปัสสนา เป็นอุปกิเลสซึ่งถูกจิตปรุงแต่งขึ้นมาเป็นจิตตสังขาร เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย จิตจึงมีนิรวรณเป็นอารมณ์ของจิต ย่อมปรากฏความเศร้าหมองแห่งใจ^{๕๗} เป็นเครื่องกั้น ได้แก่ ความพอใจในกาม ความคิดร้าย ความหดหู่และเชื่องซึม ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ และความลึกลับสงสัย^{๕๘} วิปัสสนาเป็นกิเลส คือ ความคลาดเคลื่อนผิดเพี้ยนไป ในความหมายรู้ ความคิด และความเห็น ในสิ่งที่เป็นทุกข์กลับว่าเป็นสุข ในสิ่งที่ไม่เที่ยงกลับว่าเที่ยง ในสิ่งไม่ใช่อัตตาว่าอัตตา และในสิ่งไม่งามว่างาม จึงก่อให้เกิดนิรวรณได้ทุกประการ วิปัสสนาทำให้จิตเกิดความเร่าร้อน ปั่นป่วน ไม่สงบ ติดอยู่ในกามคุณ ฟุ้งซ่าน เช่น ในกรณีของพระวังคีสะมีจิตเร่าร้อนเพราะความสำคัญผิด (สัญญาวิปัสสนา) ในสิ่งที่ไม่งามว่างาม โดยมีเหตุจากราคะ ได้กล่าวกับพระอานนท์ว่า

^{๕๔} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๔๙/๒๓๕.

^{๕๕} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๖๕/๒๔๙.

^{๕๖} ปัญญา ใช้บางยางและคณะ, ธรรมาธิบายหลักธรรมในพระไตรปิฎก, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑๑.

^{๕๗} ศรีศากยโสภณ, โพรธิปักขิยธรรม ๓๗ ตามรอยพระพุทธองค์, พิมพ์ครั้งแรก, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เดือนตุลา, ๒๕๔๘), หน้า ๒๓๓-๒๓๔.

^{๕๘} อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๑/๘๙.

กระผมถูกกามราคะแผดเผาจิตของกระผมเร้าร้อน ท่านผู้เป็นเชื้อสายโคตมโคตร
ตั้งกระผมจะขอโอกาส ขอท่านโปรดอนุเคราะห์ช่วยบอกเหตุที่ดับราคะให้ด้วย^{๕๙}

พระอานนที่ได้แนะนำว่า จิตของเธอถูกเผาเกรียมเพราะสัญญาวิปลาส เธอจงเว้น
สุกนิมิตอันประกอบด้วยความกำหนัดเสีย จงอบรมจิตด้วยอสุกนิมิตฐาน^{๖๐}

หรือในกรณีของพระเสขะและปุณณยังฝืนอยู่ เพราะยังละวิปลาสไม่ได้ ส่วนพระอเสขะ
(พระอริยะเจ้า) ท่านไม่ฝืนเพราะท่านละวิปลาสได้แล้ว^{๖๑}

นิรวณเป็นเครื่องกั้นจิตมิให้บรรลุความดี เป็นอุปสรรคขัดขวางการปฏิบัติ ทำให้เกิดการ
คลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง ทั้งยังเป็นความเศร้าหมองของจิตอีกด้วย

๓) วิปลาสทำให้ทวิภูตวิบัติ

การยึดถือโดยวิปลาส เป็นการยึดถือกิเลส ทำให้มีมิจฉาทิฐิ หรือทวิภูตวิบัติ มี
ความเห็นผิดเช่น เห็นทานที่บุคคลให้แล้วไม่มีผล การบูชาไม่มีผล สมณพราหมณ์ผู้ประพฤติปฏิบัติ
ชอบทำให้แจ้งในโลกนี้และโลกหน้าด้วยปัญญาของตนเองและสอนผู้อื่นให้รู้ได้ไม่มีในโลก^{๖๒} ใน
“ปฐมมรรคาตติยสูตร ว่าด้วยความเห็นต่าง” ได้แสดงถึงมิจฉาทิฐิตั้งหลายมีอย่างเป็นอย่างมาก โดย
เห็นว่าเที่ยง เป็นต้น เพราะความมีจิตวิปลาสและสัญญาวิปลาส อันเป็นไปโดยนัยมีเป็นต้นว่า อตตาทา
และโลกเที่ยง ความพอใจต่าง ๆ^{๖๓} และด้วยเหตุของทวิภูตวิบัติ ทำให้เห็นอริยสัจ ๔ ได้ยาก จึงทำให้พ้น
ทุกข์ไม่ได้ดังที่แสดงไว้ใน “สัมมาทิฐิสูตร” ว่า วิปลาสปิดบังการเห็นอริยสัจ ๔ ว่า ทุกข์มี ๔ ประการ
โดยการหยั่งลงภายใน โดยฐานที่ตั้ง โดยอารมณ์ และโดยปกปิด สมุทัย ๓ ประการ โดยฐาน โดย
อารมณ์ และโดยปกปิด นิโรธและมรรคปฏิบัติ มีลักษณะ ๑ ประการ โดยการปิดบังไว้^{๖๔}

๔) วิปลาสทำให้เกิดความหลง

วิปลาสเป็นกิเลสมีความเห็นผิด ส่งผลให้จิตผิดเพี้ยน ย่อมทำให้เกิดโมหะหลงผิด
มารสามารถลจิจิตได้ เช่นใน “เจตติยสูตร” มีเรื่องแสดงว่าพระอานนทลื้มทูลขอให้พระพุทธเจ้าดำรง
พระชนม์ชีพต่อ ทั้งที่พระพุทธเจ้าตรัสว่าพระองค์สามารถดำรงอยู่ได้ตลอดกับ แต่พระอานนทถูกมาร
ลจิจิตให้หลงผิด เพราะท่านยังเป็นเพียงพระโสดาบัน ยังคงละวิปลาสได้ไม่หมด จึงลื้มกราบทูลขอไว้^{๖๕}

^{๕๙} ชุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๑๒๓๑/๕๔๐.

^{๖๐} พระพุทธโฆสเถร, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๕๕.

^{๖๑} วิ.ม.อ. (ไทย) ๓/๑/๓/-/๑๑๓.

^{๖๒} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๙๐๗/๕๖๖.

^{๖๓} ชุ.อุ.อ. (ไทย) ๔๔/๑/๓/-/๕๗๐.

^{๖๔} ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑/๑/-/๔๕๕.

^{๖๕} ส.ม.อ. (ไทย) ๓๑/๕/๒/-/๑๓๔.

และเพราะโมหะคือความมืดมนของจิต เหมือนบุคคลไม่มีตา เพราะมีพื้นฐานแห่งวิปัสสนาในวัฏฏ ๔ ประการ คือความหมายรู้ผิดความคิดผิด ความเห็นผิด ในทุกข์ว่าสุข ในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ในสิ่งที่ไม่ใช่อัตตาว่าอัตตา และในสิ่งไม่งามว่างาม^{๖๖}

สรุปความได้ว่า โทษของวิปัสสนา คือ ทำให้จิตเกี่ยวข้องกับนิรวรณ อันเป็นธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี ส่งผลทำให้ติดข้องอยู่ในวงจรของการเวียนว่ายตายเกิด มีความหลงเพราะความเห็นวิบัติดังกล่าว

๒.๓.๓ กรณีตัวอย่างวิปัสสนา

เพื่อให้กระจ่างขึ้นมาอีก จึงได้ศึกษากรณีตัวอย่างของผู้ที่ถูกวิปัสสนาครอบงำ คือ สัจญญาวิปัสสนา ได้ยกพระวังคีสะ มีความกำหนด จิตวิปัสสนาได้ยกนางปฐมาจารา เสียสติ เพราะการพลัดพราก พระมหาตีสสเถระพบหญิงเกิดจิตวิปัสสนา เป็นเหตุให้พิจารณาอสุภะ ได้บรรลุธรรม ทิฏฐิวิปัสสนา ได้ยกมหาวาตกาลอุบาสก ได้สาธยายอาการ ๓๒ พกพรหมมีความเห็นว่าเที่ยง ยั่งยืน มั่นคงเป็นต้น เพราะมีอายุไขที่นาน

๑) สัจญญาวิปัสสนา ความคลาดเคลื่อนในเพราะสำคัญผิด เช่น พระวังคีสะ เกิดราคะ ความกำหนด เพราะสัจญญาวิปัสสนา ดังนี้

พระวังคีสะเกิดราคะ เพราะสัจญญาวิปัสสนา เพราะได้เห็นหญิงหลายคน ล้วนแต่งตัวสวยงามก็เกิดกำหนดยินดี ในคราวหนึ่ง พระอานนท์และพระวังคีสะได้ไปบิณฑบาต พระวังคีสะได้เกิดความกระสัน ความกำหนดรวบรวนจิต เพราะสัจญญาวิปัสสนา จึงได้เรียนถามพระอานนท์ให้ช่วยแนะนำวิธีแก้ไขว่า ท่านผู้เป็นสาวกของพระโคตม กระทบถูกกามราคะแผดเผา จิตของกรรมเราร้อน ดังกรรมจะขอโอกาส ขอท่านโปรดอนุเคราะห์ ช่วยบอกเหตุที่ดับราคะให้ด้วย พระอานนท์ ได้กล่าวภาชิตว่า จิตของท่านเราร้อน เพราะความสำคัญผิด ท่านจงละทิ้งนิมิตว่างาม ซึ่งประกอบด้วยราคะ ท่านจงดูสังขารทั้งหลาย โดยความเป็นของแปรผัน โดยความเป็นทุกข์ และอย่าดูโดยความเป็นอัตตา จงดับราคะแรงกล้า อย่าถูกราคะเผาผลาญบ่อย ๆ เลย ท่านจงอบรมจิต ให้มีอารมณ์เดียว ให้ตั้งมั่นดี ด้วยการพิจารณาเห็นว่าไม่งาม จงอบรมกายคตาสติ และจงเป็นผู้เบื่อหน่ายให้มาก ท่านจงอบรมความไม่มีนิมิต และจงถอนมานานุสัย จากนั้นท่านจักเป็นผู้สงบ เทียวไปเพราะละมานะได้^{๖๗}

๒) จิตตวิปัสสนา ความคลาดเคลื่อนในเพราะคิดผิด เช่น (๑) นางปฐมาจาราเสียสติ เป็นหญิงบ้า มีจิตวิปัสสนาเพราะความทุกข์จากการพลัดพรากจากปิยชน สรุปความโดยสังเขปดังนี้

^{๖๖} พระอุปติสสเถระ, **วิมุตติมรรค**, พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) และคณะแปล, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: สยามปริทัศน์, ๒๕๕๓), หน้า ๒๒๖.

^{๖๗} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๑๒/๓๐๗., ขุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๑๒๓๓-๑๒๓๕/๕๔๐.

นางปฎาจารา ต้องเจอกับความทุกข์โศกหลายระลอกในช่วงระยะเวลาเพียงแค่วันเดียว เริ่มด้วยความทุกข์ทางกาย ต้องตากลมตากฝนตลอดคืน รุ่งเช้าก็ต้องเศร้าโศกจากการที่สามีถูกงูกัดตาย ต่อมาก็สูญเสียบุตรไปที่ละคน ต่อหน้าต่อตาโดยช่วยเหลืออะไรไม่ได้เลย นางจึงเศร้าจนแทบจะไม่เป็น ผู้เป็นคนอยู่แล้ว เหลือความหวังใญ่สุดท้ายคือบิดามารดา และพี่ชายก็ตายจากไปเสียก่อนแล้วเมื่อคืนที่ฝนตกหนัก หัวใจนางก็สลายลงด้วยกลายเป็นคนบ้าไร้สติ นางเร่ร่อนไปจนถึงพระเชตะวัน อาศัยพุทธานุภาพ ทำให้นางได้สติ เมื่อได้สตินางก็รำพันถึงคนรักทั้งหลายที่จากไป พระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนเรื่องสังสารวัฏว่า

“ปฎาจารา ปิยชนมีบุตรเป็นต้น ไม่สามารถต้านทานหรือป้องกันบุคคลผู้ไปสู่ปรโลกได้ บุตรเป็นนั่น แม้มีกี่เหมือนไม่มี บัณฑิตทราบดังนี้แล้วพึงรีบเร่งชำระศีลให้บริสุทธิ์ เพื่อนำทางไปสู่พระนิพพานของตน” ^{๖๘}

(๒) เรื่องพระมหาตีสสเถระจากเจดีย์บรรพตมายังเมืองอนูราชบุรี เพื่อเที่ยวบิณฑบาต มีหญิงสะใภ้ตระกูลหนึ่ง เกิดทะเลาะกับสามีแล้วประดับตกแต่งตนอย่างสวยงามแล้วหนีออกจากเมืองอนูราชบุรีไปแต่เช้ามืด เมื่อเดินไปเรือนญาติ ได้พบพระเถระในระหว่างทางพอดี เกิดจิตวิปลาสขึ้น จึงหัวเราะเสียอย่างดัง พระเถระมองดูด้วยคิดว่า “นี่อะไรกัน” แล้วได้อสุภสังญากรรมฐานที่กระดุกฟันของหญิงนั้น เลยได้บรรลุพระอรหันต์ ภายหลังสามีของหญิงท่านมาพบพระเถระ ๆ ได้ตอบไปว่า “จะเป็นหญิงหรือชายเดินไปทางนี้ไม่ทราบ แต่ว่าโครงกระดูกนี้เดินไปในทางใหญ่” ^{๖๙}

๓) ทัฏฐวิปลาส ความคลาดเคลื่อนในเพราะเห็นผิด เช่น มหาเวตทกาลอุบาสก มีทัฏฐวิปลาส ใน นิทานสูตรว่า ในระหว่างแม่น้ำคงคา ได้มีอุบาสกชื่อว่า มหาเวตทกาละ. เขาสาธยายอาการ ๓๒ เพื่อมุ่งโสดาปัตติมรรคถึง ๓๐ ปี ถึงทัฏฐวิปลาสว่า เราสาธยายอาการ ๓๒ อยู่อย่างนี้ ก็ไม่อาจให้เกิดแม้เพียงโอบาสได้ ชะรอยพระพุทธศาสนาจักไม่เป็นศาสนาเครื่องนำสัตว์ออกจากภพ (เป็นแน่) กระทำกาลกิริยาแล้ว ได้ไปเกิดเป็นลูกจระเข้ ที่แม่น้ำมหาคงคา. คราวหนึ่ง เกวียนบรรทุกเสาหิน ๖๐ เล่ม เดินทางไปตามท่ากัจฉปะ. จระเข้ขึ้นฮุบกินทั้งโคทั้งหินเหล่านั้นจนหมดสิ้น. นี่เป็นเรื่อง(ตัวอย่าง) ในอกุศลกรรม ^{๗๐}

พกพรหม มีทัฏฐวิปลาส ดังนี้ พระพุทธเจ้าทรงประทับเชตะวันมหาวิหารทรงตรัสถึงพกพรหมว่า พกพรหมมีทัฏฐวิปลาสชั่วเข่นนี้เกิดขึ้นว่า ‘พรหมสถานนี้เที่ยง ยั่งยืน มั่นคง แข็งแรง มีความไม่เคลื่อนไปเป็นธรรมดา พรหมสถานนี้ ไม่เกิด ไม่แก่ ไม่ตาย ไม่จืด ไม่อุปบัติ ก็แลเหตุเครื่องสลัดออกจาก

^{๖๘} สรุปจาก วคิน อินทสระ, **ธรรมบททางแห่งความดี เล่ม ๒**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เม็ดยทราย, ๒๕๕๓), หน้า ๒๙๙-๓๐๕.

^{๖๙} พระพุทธโฆสเถระ, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, หน้า ๓๒.

^{๗๐} อจ.ต.ก.อ. (ไทย) ๓๔/๑/๓/-/๑๓๒.

ทุกข์อย่างยิ่ง นอกจากพรหมสถานนี้ไม่มี’^{๗๑} พระองค์จึงทรงเสด็จไปปรากฏในพรหมโลก เมื่อพบพรหมเห็นก็ทูลเชิญและแสดงทิฏฐิความเห็นของตนในเรื่องที่เที่ยง^{๗๒} ว่า...ท่านผู้นิรทุกข์ พรหมสถานนี้เที่ยง ยั่งยืน มั่นคง แข็งแรง มีความไม่เคลื่อนไปเป็นธรรมดา พรหมสถานนี้ ไม่เกิด ไม่แก่ ไม่ตาย ไม่จืด ไม่อุบัติ ก็แลการสลัดออกจากทุกข์อย่างยิ่ง นอกจากพรหมสถานนี้ไม่มี’ เราได้กล่าวกับพวกพรหมว่า ‘พวกพรหมผู้เจริญตกอยู่ในอำนาจอวิชาแล้วหนอ พวกพรหมผู้เจริญตกอยู่ในอำนาจอวิชาแล้วหนอ เพราะว่าพวกพรหมกล่าวสิ่งที่ไม่เที่ยงว่า ‘เที่ยง’ กล่าวสิ่งที่ไม่ยั่งยืนว่า ‘ยั่งยืน’ กล่าวสิ่งที่ไม่มั่นคงว่า ‘มั่นคง’ กล่าวสิ่งที่ไม่แข็งแรงว่า ‘แข็งแรง’ กล่าวสิ่งที่มีความเคลื่อนไปเป็นธรรมดาว่า ‘มีความไม่เคลื่อนไปเป็นธรรมดา’...’^{๗๓} และตรัสโต้ตอบเป็นเชิงเตือนว่า ทรงรู้จักคติและชุตี(อนุภาพ)ของพวกพรหมแล้วทรงแสดงว่าพวกพรหมยังไม่รู้ ไม่เห็นพรหมอีก ๓ พวก คือ พวกอภัสสระ พวกสุภิกษณะ และเวทฬผละ ซึ่งพวกพรหมเคยเคลื่อนมาจากที่นั่น แต่มาอยู่ในที่นี้นานเกินไปก็เลยหลงลืมไป^{๗๔}

สรุปความสำคัญของวิปลาส แสดงให้เห็นโทษของวิปลาสถึงความมีจิตเร่าร้อนเป็นทุกข์ การทะเลาะถกเถียง ความดื้อนรน การติดอยู่ในสังสารวัฏ ความมีทิฏฐิวิบัติ การเป็นปัจจัยแห่งตัณหาและอุปาทาน วิปลาสทำให้เกิดความฝัน ปิดบังความจริง เห็นอริยสัจ ๔ ได้ยาก มารสามารถลजจิตได้ ต้องไปเกิดในทุกข์ภูมิ มีมิจฉาทิฏฐิ ความไม่รู้ และไม่เห็นไตรลักษณ์

จากการแสดงโทษของวิปลาส ทำให้ทราบว่า ความสำคัญผิด สัญญาวิปลาส ในความงาม ทำให้จิตเร่าร้อนเกิดราคะนิวรณ์ ความสำคัญผิด สัญญาวิปลาส ในกามคุณ ทำให้เกิดการผิดศีลฆ่าสัตว์ ความสำคัญผิด สัญญาวิปลาส ทำให้ติดอยู่ในสังสารวัฏ ความคิดผิด จิตวิปลาส ทำให้แสดงอาการไม่ปกติ ความสำคัญผิด สัญญาวิปลาส และความคิดผิด จิตวิปลาส ทำให้เกิดมิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิด ทิฏฐิวิปลาส ทำให้เกิดทิฏฐิวิบัตินำมาซึ่งการทะเลาะวิวาท นำไปเกิดในทุกข์ภูมิ วิปลาสยังทำให้เกิดความฝัน ปิดบังความจริง เห็นอริยสัจ ๔ ได้ยาก มารสามารถลจจิตได้ ทำให้ไม่เห็นไตรลักษณ์ มีโมหะเห็นบาปเป็นบุญวิปลาสว่าเที่ยงทำให้เกิดความไม่รู้

ตัณหาเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน มิจฉาทิฏฐิ และวิปลาส ซึ่งวิปลาสก็ได้ส่งผลย้อนกลับไปทำให้เกิดความไม่รู้ และเกิดตัณหา เป็นวงจรเวียนวนกันอยู่อย่างไม่จบสิ้น จึงสามารถสรุปว่าวิปลาสมีบทบาทสำคัญต่อวงจรแห่งความทุกข์ เพราะเมื่อยังมีวิปลาสอยู่ความทุกข์ยังคงดำเนินอยู่และยังสร้างเสริมความทุกข์ให้ทับถมมากยิ่งขึ้น จนยากที่จะไถ่ถอนออกจากวงจรแห่งทุกข์นี้ได้ วิปลาสจึงมีบทบาทยิ่งต่อการดับทุกข์และการดำรงอยู่ในวิถีชีวิตเพื่อลดความทุกข์อีกทั้งวิปลาส ซึ่งส่งผลให้เกิดทั้งความ

^{๗๑} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๕๐๑/๕๓๗.

^{๗๒} กรมการศาสนา, **พระไตรปิฎก ฉบับสำหรับประชาชน**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, ๒๕๕๕), หน้า ๒๖๑.

^{๗๓} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๕๐๑/๕๓๗.

^{๗๔} กรมการศาสนา, **พระไตรปิฎก ฉบับสำหรับประชาชน**, หน้า ๒๖๑.

ทุกข์ชั่วคราวและถาวร

๒.๔ สาเหตุของการเกิดวิปัสสนา

เมื่อได้ศึกษาค้นคว้าถึงความหมายและความสำคัญของวิปัสสนาแล้วว่า เป็นเหตุนำมาซึ่งโทษอันยิ่งใหญ่ที่ขัดขวางหนทางแห่งความพ้นทุกข์และยังเพิ่มพูนอกุศลธรรมให้มากขึ้นไปอีก จึงต้องศึกษาสาเหตุของการเกิดวิปัสสนาต่อไป ซึ่งพบว่า มี ๕ สาเหตุ คือ นิรวรณ ๕ ความพอใจในกาม การไม่กำหนดรู้ทุกข์ การยึดถือ การไม่พิจารณาไตรตรองโดยแยบคาย มีรายละเอียดดังนี้

๒.๔.๑ นิรวรณ ๕

นิรวรณ ธรรมอันเป็นเครื่องกั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี อันประกอบไปด้วย กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจะกุกกุจจะ วิจิกิจฉา^{๗๕} เป็นสิ่งที่ทำให้จิตเศร้าหมอง ไม่อ่อน ใช้การไม่ได้ ไม่ประภัสสร มีความฟุ้งซ่าน ไม่ตั้งมั่นเพื่อความสิ้นไปของอาสวะ ล้วนเป็นเหตุให้เกิดวิปัสสนา^{๗๖} โคปกโมคคัลลานสูตร ได้อธิบายลักษณะของสภาพจิตที่ถูกนิรวรณครอบงำ ดังนี้ บุคคลบางคนในโลกนี้

(๑) มีใจถูกกามราคะกุ่มงม ถูกกามราคะครอบงำอยู่ และไม่รู้ชัดตามความเป็นจริงซึ่งธรรมที่สลัดกามราคะที่เกิดขึ้นแล้ว บุคคลนั้นจึงเพ่ง หมกมุ่น จดจ่อจินตนาการ ทำกามราคะเท่านั้นไว้ภายใน (๒) มีใจถูกพยาบาทกุ่มงม ถูกพยาบาทครอบงำอยู่ และไม่รู้ชัดตามความเป็นจริงซึ่งธรรมที่สลัดพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้ว บุคคลนั้นจึงเพ่งหมกมุ่น จดจ่อจินตนาการ ทำพยาบาทเท่านั้นไว้ภายใน (๓) มีใจถูกถีนมิทธะกุ่มงม ถูกถีนมิทธะครอบงำอยู่ และไม่รู้ชัดตามความเป็นจริงซึ่งธรรมที่สลัดถีนมิทธะที่เกิดขึ้นแล้ว บุคคลนั้นจึงเพ่งหมกมุ่น จดจ่อจินตนาการ ทำถีนมิทธะเท่านั้นไว้ภายใน (๔) มีใจถูกอุทธัจจกุกกุจจะกุ่มงม ถูกอุทธัจจกุกกุจจะครอบงำอยู่และไม่รู้ชัดตามความเป็นจริงซึ่งธรรมที่สลัดอุทธัจจกุกกุจจะที่เกิดขึ้นแล้ว บุคคลนั้นจึงเพ่ง หมกมุ่น จดจ่อจินตนาการ ทำอุทธัจจกุกกุจจะเท่านั้นไว้ภายใน (๕) มีใจถูกวิจิกิจฉากุ่มงม ถูกวิจิกิจฉาครอบงำอยู่ และไม่รู้ชัดตามความเป็นจริงซึ่งธรรมที่สลัดวิจิกิจฉาที่เกิดขึ้นแล้ว บุคคลนั้นจึงเพ่ง หมกมุ่น จดจ่อ จินตนาการ ทำวิจิกิจฉาเท่านั้นไว้ภายใน^{๗๗}

อรรถกถาปรมัตถโชติกา โมหสูตร ว่า สัตว์ทั้งหลายถูกนิรวรณครอบงำปกคลุมหุ้มห่อให้มีมืดมัวไม่ให้เพื่อจะรู้ เพื่อจะเห็น เพื่อแทงตลอดซึ่งสภาวธรรมทั้งหลาย เพราะสภาวธรรมถูกปกปิด ย่อมแล่นไป ย่อมท่องเที่ยวไป ในสงสารอันหาเบื้องต้นไม่ได้ และในภพใหญ่น้อย ตลอดกัปอันกำหนดไม่ได้ โดย

^{๗๕} อัง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๒๓/๒๗.

^{๗๖} วคิน อินทสระ, พระไตรปิฎก ฉบับย่อความและอธิบายความ เล่ม ๒, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เมตตา, ๒๕๕๓), หน้า ๓๘.

^{๗๗} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๘๔/๙๔.

ประการทั้งปวง ด้วยการเกิดแล้วเกิดอีก.^{๗๘} อันเป็นการก่อให้เกิดจิตวิปลาสและทิวฏฐวิปลาส

สรุปได้ว่า นิเวศทั้ง ๕ เป็นเหตุให้เกิดวิปลาส แต่นิเวศทั้ง ๕ นี้ไม่เป็นตัวขวางกั้น วิปลาสภาวนาเลย ทั้งยังเป็นประโยชน์แก่วิปลาสภาวนาอีกด้วย เพราะวิปลาสภาวนานั้นเป็นการ เรียนรู้ธรรมชาติของสรรพสิ่ง ไม่ว่าจะขณะนั้นอะไรจะเกิดขึ้น ก็เป็นประโยชน์ให้เรียนรู้ได้เสมอ นิเวศทั้ง ๕ นี้ก็เป็นธรรมชาติอย่างหนึ่ง ๆ ของจิตที่เป็นประโยชน์ในการเรียนรู้ ให้เห็นถึงความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่อยู่ในอำนาจ ของจิตเช่นกัน

๒.๔.๒ ความพอใจในกาม

กามคุณ คือ ส่วนที่น่าปรารถนาน่าใคร่พอใจ มี ๕ อย่าง คือ รูป เสียง กลิ่น รส และ สัมผัสทางกาย เป็นเหตุหนึ่งที่สำคัญที่ทำให้เกิดวิปลาส เพราะอำนาจแห่งกามคุณทำให้เกิดวิปลาสใน วัตถุ ๔ ประการ กามคุณสามารถแผดเผาจิตใจให้เราร้อน เพราะคิดว่าจะนำมาซึ่งความสุข กามคุณ ทั้งหลาย ได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ที่มากระทบอายตนะแล้วเกิดความพึงพอใจ จึงเกิดความ ยากได้เป็นเจ้าของ เช่น ความงาม ก็ทำให้เกิดความกำหนัด ดังกรณีของพระวังคีสะผู้บวชได้ไม่นาน ท่านสำคัญผิด (สัญญาวิปลาส) ในความงามจนเป็นทุกข์ พระอรหันต์ต้องแนะนำให้มีสติตั้งมั่นอบรมจิต ด้วยอสุภกรรมฐาน เห็นความเป็นทุกข์และความไม่ใช่ตัวตน ดังกล่าวแล้ว

พระพุทธองค์ตรัสถึงอำนาจแห่งกามคุณไว้ใน มาตาปุตตสูตรว่า บุคคลสนทนากับ เพชฌฆาตก็ดี สนทนากับปีศาจก็ดี ถูกต้องสรรพพิษที่กัดแล้วตายก็ดี ก็ยังไม่ร้ายแรงเท่าการสนทนาสอง ต่อสองกับมาตุคามเลย สตรีทั้งหลายย่อมผูกพันบุรุษผู้ลุ่มหลง ด้วยการมองดู การหัวเราะ การนุ่งห่ม ไม่เรียบร้อย และการพูดอ่อนหวาน มาตุคามนี้มีไว้จะผูกพันเพียงแค่นี้ แม้ตายไปแล้วฟุ้งขึ้น ก็ยัง ผูกพันได้ กามคุณ ๕ นี้ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และโณภูฏัพพะ ซึ่งนารี نرمโยใจ ย่อมปรากฏในรูปสตรี เหล่าชนผู้ถูกกาโมชะ (ห้วงน้ำคือกาม) พัดไม่กำหนดรู้กาม ย่อมมีกาล (แห่งวิภูฏะ) คติและภพน้อยภพ ใหญ่ในวิภูฏสงสารเป็นเบื้องหน้า^{๗๙}

พระธรรมธีรราชมหามุนี ได้กล่าวถึงโทษแห่งกามไว้ว่า

กามมีโทษมาก มีทุกข์มาก มีความสุขน้อยนิดเดียว พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบไว้ว่า เหมือนของ ๑๐ อย่าง คือ (๑) เปรียบเหมือนร่างกระดูก เพราะมีความยินดีน้อย แต่มีโทษมาก มีทุกข์มาก (๒) เปรียบเหมือนชิ้นเนื้อ เพราะเป็นของสาธารณ (๓) เปรียบเหมือนคบเพลิง เพราะยังความ ทุกข์ให้ลุกขึ้น ให้ตั้งขึ้น และเผาสัตว์โลกให้เดือดร้อน ไม่มีที่สิ้นสุด (๔) เปรียบเหมือนหลุมถ่าน เพลิง เพราะร้อนยิ่งนัก (๕) เปรียบเหมือนความฝัน เพราะปรากฏนิดหน่อย (๖) เปรียบเหมือน ของขอยืม เพราะเป็นไปชั่วคราว (๗) เปรียบเหมือนผลไม้ เพราะหล่นง่าย แดงง่าย (๘) เปรียบเหมือน

^{๗๘} ขุ.อิตติ.อ. (ไทย) ๔๕/๑/๔/-/๑๐๕.

^{๗๙} อง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๕/๙๖.

ดาบและของมีคม เพราะบาดคน ตัดคน เปียดเบียนคน ให้ได้รับทุกข์ต่าง ๆ (๙) เปรียบเหมือน
 หอกและดาบ หลาวต่าง ๆ เพราะแทงคนให้บาดเจ็บรวดร้าวทั้งภายในและภายนอก
 (๑๐) เปรียบเหมือนห้วงเหว เพราะเป็นของมีภัยเฉพาะหน้า^{๘๐}

วคิน อินทสระ ได้ย่อความพระไตรปิฎกถึงอำนาจของกามคุณไว้ว่า

เราไม่เห็นรูปใด เสียงใด กลิ่น รส และโณฏฐัพพะใด จะเป็นที่ตั้งแห่งความกำหนัด ความ
 โคร่ มัวเมา ผูกพัน หมกมุ่น ทำอันตรายแก่การบรรลุธรรมที่เป็นแดนเกษมจากโยคะอันยอดเยี่ยม
 เหมือนรูป เสียง เป็นต้น ของหญิงเลย สัตว์ทั้งหลายกำหนด ยินดี ติดใจ หมกมุ่น พัวพันอยู่ในรูป...
 โณฏฐัพพะของหญิง ตกอยู่ใต้อำนาจรูป เป็นต้น แห่งหญิง จึงเศร้าโศกตลอดกาลนาน ธรรมดาสนั้น
 เดินอยู่ก็ตี ยืนอยู่ก็ตี นั่ง นอน นอนหลับ หัวเราะ พุด ขับร้อง ร้องไห้ บวมขึ้นก็ตี ตายแล้วก็ตี ก็
 ครอบงำจิตของบุรุษได้ เมื่อกล่าวโดยชอบก็ควรกล่าวว่า มาตุคามนี้เอง เป็นบ่วงโดยรอบแห่งมาร^{๘๑}

สรุปได้ว่า ความพอใจในกาม คือการเข้าไปยินดีพอใจ ชอบใจในรูป เสียง กลิ่น รส
 โณฏฐัพพะ ที่น่าชอบใจอันจัดว่าเป็นบ่วงแห่งมาร ก่อให้เกิดสุภวิปัสสนาได้นั่นเอง

๒.๔.๓ การไม่กำหนดรู้ทุกข์

การไม่กำหนดรู้ทุกข์ เป็นเหตุให้บุคคลทั้งหลายไม่รู้สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ไม่สามารถรู้ได้
 ว่าการดับทุกข์ และหนทางที่จะดับทุกข์ ไม่สามารถรู้ได้ในอริยสัจ ๔ ล้วนทำให้เกิดภพชาติไม่มีที่สิ้นสุด
 จึงเป็นเหตุให้เกิดวิปัสสนา ดังที่นางสาวภวานีย์ บุญวรรณได้วิจัยไว้ว่า การไม่กำหนดรู้ความทุกข์เป็น
 สาเหตุของวิปัสสนาดังข้อความว่า “ถ้าโยคีไม่กำหนดรู้ความทุกข์ วิปัสสนา ๔ ย่อมอุบัติขึ้น”^{๘๒}

๒.๔.๔ การยึดถือ

ใน คุหุฏฐกสูตรตนิทเทส ได้แสดงถึงความยึดมั่นถือมั่นด้วยอำนาจใน ๒ ลักษณะ คือ ด้วย
 อำนาจในตัณหาและทิวฐิ ผู้ศึกษาเห็นว่าเป็นสิ่งนำมาซึ่งวิปัสสนา ความว่า

พวกเขาจงดูหมู่สัตว์ผู้ตั้งนรณอยู่ เพราะวัตถุที่ยึดถือว่าเป็นของเรา เหมือนฝูงปลาในน้ำน้อยสิ้น
 กระแสแล้ว นรชนเห็นโทษนี้แล้วก็ยกเอาอตัณหาเครื่องเกี่ยวข้องในภพทั้งหลาย พึงประพฤติไม่ยึดถือ
 ว่าเป็นของเรา ความยึดถือว่าเป็นของเรา ได้แก่ ความยึดถือว่าเป็นของเรา ๒ อย่าง คือ ความยึดถือ
 ว่าเป็นของเราด้วยอำนาจตัณหา ด้วยอำนาจทิวฐิ^{๘๓}

^{๘๐} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), *เพชรในดวงใจ*, หน้า ๑๕๖-๑๕๗.

^{๘๑} วคิน อินทสระ, *พระไตรปิฎก ฉบับย่อความและอธิบายความ เล่ม ๒*, หน้า ๖๙.

^{๘๒} นางสาวภวานีย์ บุญวรรณ, “การศึกษาอาการวิปัสสนาที่เกิดขึ้นในการปฏิบัติกรรมฐาน”, *วิทยานิพนธ์
 พุทธศาสตร์คุณบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๕๑.

^{๘๓} ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๒/๕๘-๕๙.

อรรถกถาสัทธัมมปัสโชติกา อธิบายไว้ว่า ตัณหา คือ ความใคร่ ความยินดี ความติดใจ ความคล้อยไป ความเพติดเพลิน ความใฝ่รักความเพติดเพลิน ความติดใคร่แห่งจิต เป็นต้น ความกระหายอยากในสิ่งที่ให้เวทนา หรือกระหายอยากในอารมณ์ที่ชอบใจ ทิฏฐิ คือ ความลุ่มคล้ำด้วยความถือผิด ทิฏฐิมีความสำคัญด้วยอำนาจตัณหา และมีความสำคัญด้วยอำนาจทิฏฐิเอง^{๘๔}

ตัณหากับทิฏฐิ เป็นองค์ธรรมต่างกันแต่ใกล้ชิด อยู่ในชุดเดียวกัน อิงอาศัยกัน เมื่อเห็นว่าเป็นอย่างไร ก็อยากได้อย่างนั้น เมื่ออยากได้อย่างไร ก็เห็นจะมองให้เป็นอย่างนั้น โดยเฉพาะในเมื่อปฏิบัติต่อสิ่งที่ไม่รู้ ซึ่งเป็นเรื่องของความคิดปรุงแต่ง^{๘๕}

ตัณหาและทิฏฐิ เป็นบาปธรรม เป็นเครื่องเนิ่นช้า ทำให้ไม่สามารถพ้นไปจากทุกข์ เป็นเหตุแห่งวิปลาส ความว่า ภิกษุพึงจัดบาปธรรมทั้งปวง ที่เป็นรากเหง้าของส่วนแห่งธรรมเป็นเครื่องเนิ่นช้าและอัสมิมานะด้วยมันตา อธิบายว่า ธรรมเป็นเครื่องเนิ่นช้านั้นแหละ ชื่อว่าส่วนแห่งธรรมเป็นเครื่องเนิ่นช้า คือ ส่วนแห่งธรรมเป็นเครื่องเนิ่นช้าคือตัณหา ส่วนแห่งธรรมเป็นเครื่องเนิ่นช้าคือทิฏฐิ

รากเหง้าแห่งธรรมเป็นเครื่องเนิ่นช้าคือตัณหา คือ ความไม่รู้ ความไม่ทำไว้ในใจโดยแยบคาย ความถือตัว ความไม่ละอาย ความไม่เกรงกลัว ความฟุ้งซ่าน นี้ชื่อว่ารากเหง้าแห่งธรรมเป็นเครื่องเนิ่นช้าคือตัณหา

รากเหง้าแห่งธรรมเป็นเครื่องเนิ่นช้าคือทิฏฐิ คือ อวิชชา อโยนิโสมนสิการ อัสมิมานะ อหิริกา อนอตตปปะ อุทธัจจะนี้ชื่อว่ารากเหง้าแห่งธรรมเป็นเครื่องเนิ่นช้าคือทิฏฐิ^{๘๖} และทิฏฐิยังเป็นปัจจัยให้เกิดวิปลาส ที่มีผลมาจากผัสสะ ความว่า ผัสสะ หมายถึง ความสัมผัสอารมณ์ที่มากระทบ เช่น ตากระทบกับรูป หรือตาเห็นรูป เรียกว่า จักขุสัมผัส เป็นต้น

ผัสสะ ได้แก่ จักขุสัมผัส (สัมผัสทางตา) โสตสัมผัส (สัมผัสทางหู) ชานสัมผัส (สัมผัสทางจมูก) ชิวหาสัมผัส (สัมผัสทางลิ้น) กายสัมผัส (สัมผัสทางกาย) มโนสัมผัส (สัมผัสทางใจ) อธิวจนสัมผัส (สัมผัสที่เกิดทางมโนทวาร) ปฐิมสัมผัส (สัมผัสแห่งการกระทบใจ) สุขเวทนียผัสสะ (ผัสสะเป็นที่ตั้งแห่งสุขเวทนา) ทุกขเวทนียผัสสะ (ผัสสะเป็นที่ตั้งแห่งทุกขเวทนา) อทุกขมสุขเวทนียผัสสะ (ผัสสะเป็นที่ตั้งแห่งอทุกขมสุขเวทนา) ผัสสะที่เป็นกุศล ผัสสะที่เป็นอกุศล ผัสสะที่เป็นอพยา-กฤต ผัสสะที่เป็นกามาวจร ผัสสะที่เป็นรูปาวจร ผัสสะที่เป็นอรูปาวจร สุขญตผัสสะ อนิมิตต-ผัสสะ อปป์นหิต-ผัสสะ ผัสสะที่เป็นโลกิยะ ผัสสะที่เป็น โลกุตตระ ผัสสะที่เป็นอดีต ผัสสะที่เป็นอนาคต ผัสสะที่เป็นปัจจุบัน ผัสสะ ความถูกต้อง กิริยาที่ถูกต้อง ภาวะที่ถูกต้องเห็นปานนี้

^{๘๔} ชุ.ป.อ. (ไทย) ๖๙/๗/๒/-/๓๗.

^{๘๕} ปัญญา ใช้บางยาง และคณะ, ธรรมอธิบายหลักธรรมในพระไตรปิฎก, หน้า ๒๙๖.

^{๘๖} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๒/๔๑๒.

นี้เรียกว่า ผัสสะ^{๘๗}

สรุปความได้ว่า ตัณหาและทิฏฐิ เป็นบาปธรรม เป็นเครื่องเน้นซ้ำ ทำให้ไม่สามารถพ้นไปจากทุกข์ เป็นเหตุแห่งวิปlass ที่มีผลมาจากผัสสะ

๒.๔.๕ การไม่พิจารณาไตรตรองโดยแยบคาย

อโยนิโสมนสิการ คือ การไม่ทำไว้ในใจโดยแยบคาย ย่อมจะเกิดกามคุณเบียดเบียนได้ง่าย จิตมีนิวรณ์คือเกิดความฟุ้งซ่าน บังคับจิตให้อยู่ในอำนาจไม่ได้ เช่น กรณีของพระสีหาเถรี ที่เกิดกามราคะเบียดเบียน ได้กล่าวภาชิตว่า

เมื่อก่อน เราได้ถูกกามราคะเบียดเบียน มีจิตฟุ้งซ่านบังคับจิตให้อยู่ในอำนาจไม่ได้ เพราะไม่ทำไว้ในใจโดยแยบคาย ถูกกิเลสกลุ่มรุม มักเข้าใจกามว่าสวยงาม ตกอยู่ในอำนาจราคะ จึงไม่ได้ความสงบจิต ผอมเหลือง และมีผิวพรรณไม่ผ่องใส ประพฤติ (พรหมจรรย์)อยู่ ๗ ปี มีแต่ทุกข์ ไม่ได้ความสุขทั้งกลางวันและกลางคืน^{๘๘}

การที่ไม่ได้สดับรับฟังคำสอน ไม่ศึกษา ทำให้ขาดการพิจารณาได้ทำให้เกิดการยึดอัตตาอย่างเหนียวแน่น ดังพุทธพจน์ ว่า เพราะจิตนี้ ถูกรัดไว้ด้วยตัณหา ยึดถือว่าเป็นของเรา เป็นสิ่งที่ปุถุชนผู้ไม่ได้สดับยึดมั่นว่า ‘นั่นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นอัตตาของเรา’ ตลอดกาลนาน เพราะฉะนั้น ปุถุชนผู้ไม่ได้สดับ จึงไม่อาจเบื่อหน่าย คลายกำหนด หลุดพ้นไปจากจิตเป็นต้นนั้นได้^{๘๙}

การไม่ทำไว้ในใจโดยแยบคาย ย่อมจะเกิดกามคุณเบียดเบียนได้ง่าย จิตมีนิวรณ์คือเกิดความฟุ้งซ่าน บังคับจิตให้อยู่ในอำนาจไม่ได้

๒.๕ ผู้ถูกวิปlassครอบงำ

วิปlassครอบงำปุถุชนทุกคน ทั้งยังครอบงำกับภิกษุ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี ได้อีกด้วย ดังนี้

๒.๕.๑ วิปlassครอบงำพระภิกษุ

ในปฐมปาราชิกสิกขาบท ความว่า ภิกษุผู้มีสัญญาวิปlass (มีความจำคลาดเคลื่อน) ละทิ้งหิริและโอตตปะเสียแล้ว ย่อมเที่ยวประพฤติกกรรมที่ไม่ควร แม้อย่ายี่สิกขาบททั้งเบาและหนักอยู่ ก็ไม่รู้สีกตัว ซื่อว่าเป็นผู้แก้ไขไม่ได้ แม้เพราะการเหยียวยา ภิกษุผู้เป็นบ้าเห็นปานนั้น ไม่เป็นอาบัติ

^{๘๗} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๓/๖๓.

^{๘๘} ชุ.เถรี. (ไทย) ๒๖/๗๗-๗๙/๕๖๘.

^{๘๙} ส.นิ. (ไทย) ๒๖/๖๒/๑๑๗.

ภิกษุชื่อว่า มีจิตฟุ้งซ่าน ได้แก่ ผู้ปล่อยจิต (ไปตามอารมณ์) ท่านเรียกว่า “เป็นบ้าเพราะยักษ์เข้าสิง” ได้ยินว่า พวกยักษ์แสดงอารมณ์ทั้งหลายที่นั่นแล้ว หรือสอดมือเข้าทางปากแล้ว บีบคั้นหทัยรูปกระทำพวกสัตว์ให้มีความจำคลาดเคลื่อน ภิกษุผู้มีจิตฟุ้งซ่านเห็นปานนั้น ไม่เป็นอาบัติ^{๙๐}

พระอานนทฎกมารครอบงำจิต ไม่ให้ทูลอาราธนาพระศาสดาให้ทรงพระชนม์อยู่ต่อ

... แม้อื่นไม่ว่าใครที่เป็นปุถุชน ถูกมารยึดจิต ครอบงำจิต ไม่อาจรู้ทันได้ฉับใด พระอานนทก็ไม่สามารถรู้แจ้งแทงตลอดฉับนั้นเหมือนกัน ความจริงมารย่อมยึดจิตของผู้ที่ยังละวิปัสสนา ๔ ไม่ได้ทุก ๆ ประการ. พระเถระก็ยังละวิปัสสนาไม่ได้ ด้วยเหตุนี้ มารจึงยึดครองจิตท่านไว้.^{๙๑}

๒.๕.๒ วิปัสสนาครอบงำพระอริยบุคคล

พระโสดาบันและพระสกิทาคามีละทิฏฐิวิปัสสนาทั้ง ๔ อย่าง คือ ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ทุกข์ว่าสุข ไม่ใช่ตัวตนว่าตัวตน และไม่งามว่างาม ได้ทั้งหมด แต่ยังไม่สามารถละสัญญาวิปัสสนา และจิตวิปัสสนาในทุกข์ว่าสุข และไม่งามว่างาม ส่วนพระอนาคามีนั้น สามารถละสัญญาวิปัสสนา และจิตวิปัสสนาในไม่งามว่างามได้ เหลืออยู่เพียงสัญญาวิปัสสนาและจิตวิปัสสนา ในทุกข์ว่าสุข

อรรถกถาสัทธัมมปกาสินี ได้อธิบายว่า...

... ในคำถามถึงวิปัสสนาที่ละได้แล้วและยังละไม่ได้ คำว่าผู้ถึงพร้อมด้วยทิฏฐิ ได้แก่ พระโสดาบัน. ข้อว่า ความสำคัญ ความคิดในสภาพที่เป็นทุกข์ว่าสุขยังเกิดขึ้น ได้แก่ สักว่าความสำคัญ หรือสักว่าความคิดย่อมเกิดขึ้น เพราะยังละความมีดี คือโมหะไม่ได้ ย่อมเกิดขึ้นแก่พระอนาคามี ไม่ต้องพูดถึงพระโสดาบัน วิปัสสนาทั้งสองนี้ พระอรหันต์เท่านั้นจึงละได้.

ข้อว่า ความสำคัญ ความคิดในสภาพที่ไม่งามว่างามยังเกิดขึ้น ได้แก่ เกิดขึ้นแม้แก่พระสกิทาคามี ไม่ต้องพูดถึงพระโสดาบัน. วิปัสสนาทั้งสองนี้ พระอนาคามีจึงละได้ ... เพราะพระอนาคามีละกามราคะได้แล้ว^{๙๒}

พระธรรมธีรราชกุมาร (ไซตก) อธิบายไว้ว่า

พระโสดาบันละความจำผิด ความเข้าใจผิด ความเห็นผิด ในรูปนามที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ในรูปนามที่ไม่ใช่ตัวตนว่าเป็นตัวตน และความเห็นผิดในรูปนามที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ในรูปนามที่ไม่สวยงามว่าสวยงาม หมายความว่า พระโสดาบันยังมีโอกาสถูก ความจำผิด ความเข้าใจผิดในรูปนามที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข และรูปนามที่ไม่สวยงามว่าสวยงามครอบงำได้

^{๙๐} วิ.ม.อ. (ไทย) ๑/๑/๑/-/๘๐๕.

^{๙๑} ที.ม.อ. (ไทย) ๑๓/๒/๑/-/๓๘๒.

^{๙๒} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๖๙/๗/๒/-/๔๒๕-๔๒๖.

พระสกทาคามีละได้เช่นเดียวกับพระโสดาบัน เพียงแต่มีความยินดีพอใจในกามคุณอารมณ์แต่ในขณะปัจจุบัน คือ เมื่อกำลังเห็น กำลังได้ยิน แต่ก็จะไม่รุนแรงถึงจะให้ล่วงอกุศลกรรมบถได้ เมื่อพ้นแล้วก็แล้วไป

พระอนาคามีละความจำผิด ความเข้าใจผิด ความเห็นผิด ในรูปนามที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ในรูปนามที่ไม่ใช่ตัวตนว่าเป็นตัวตน ในรูปนามที่ไม่สวยงามว่าสวยงาม และความเห็นผิดในรูปนามที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข หมายความว่า พระอนาคามียังมีโอกาสถูก ความจำผิด ความเข้าใจผิดในรูปนามที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ครอบงำได้^{๙๓}

มีจำเพาะพระอรหันต์เท่านั้นที่ วิปัสสนามีโอกาสครอบงำ ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ ๓ วิปัสสนาที่พระอริยบุคคลละได้

วิปัสสนา ๑๒	พระโสดาบัน	พระสกทาคามี	พระอนาคามี	พระอรหันต์
ความจำผิด ในรูปนามที่ไม่เที่ยงว่า เป็นของเที่ยง	X	X	X	X
ความจำผิด ในรูปนามที่เป็นทุกข์ว่า เป็นสุข			-	X
ความจำผิด ในรูปนามที่เป็นอนัตตาว่า เป็นอัตตา	X	X	X	X
ความจำผิด ในรูปนามที่เป็นอสุภะว่า เป็นสุภะ			X	X
ความเข้าใจผิด ในรูปนามที่ไม่เที่ยงว่า เป็นของเที่ยง	X	X	X	X
ความเข้าใจผิด ในรูปนามที่เป็นทุกข์ว่า เป็นสุข			-	X
ความเข้าใจผิด ในรูปนามที่เป็นอนัตตาว่า เป็นอัตตา	X	X	X	X
ความเข้าใจผิด ในรูปนามที่เป็นอสุภะว่า เป็นสุภะ			X	X
ความเห็นผิด ในรูปนามที่ไม่เที่ยงว่า เป็นของเที่ยง	X	X	X	X
ความเห็นผิด ในรูปนามที่เป็นทุกข์ว่า เป็นสุข	X	X	X	X
ความเห็นผิด ในรูปนามที่เป็นอนัตตาว่า เป็นอัตตา	X	X	X	X
ความเห็นผิด ในรูปนามที่เป็นอสุภะว่า เป็นสุภะ	X	X	X	X

๒.๖ สรุปท้ายบท

จากการศึกษาถึงความหมายของวิปัสสนา หมายถึง ความสำคัญผิด คิดผิด เห็นผิด คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริงในสภาพของไตรลักษณ์ อันเป็นไปในส่วนจิตและเจตสิก ๓ ประการ คือ สัญญาวิปัสสนา จิตวิปัสสนา และทิวฐีวิปัสสนานั้น และเป็นไปในส่วนของวัตถุเป็นที่ตั้ง ๔ จะเห็นได้ว่า ช่วงที่สัญญาวิปัสสนานั้น เป็นช่วงที่อกุศลสัญญา กำลังทำงานอย่างเต็มที่ ซึ่งถ้าหยุดอยู่แค่ช่วงนี้ ก็จะเป็นสัญญาวิปัสสนาในเรื่องไม่ใช่ตัวตนว่าเป็นตัวตน และสัญญาจะขึ้นไปสู่ทิวฐิหรือความคิดเห็น โดยในช่วง

^{๙๓} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), เพชรในดวงใจ, หน้า ๑๓๙ - ๑๔๑.

ที่ทิวฏฐิทำงานอย่างเต็มที่ มิจฉาทิวฏฐิจะนำไปคือเป็นทิวฏฐิวิปลาสทั้งนี้ทิวฏฐิวิปลาสนั้นจะเป็นไปในจิตอันประกอบด้วยทิวฏฐิ (ที่วิปลาส) นั่นคือจิตก็ต้องกวัดแกว่ง (จิตวิปลาส) ไปด้วย

การให้ผล (หรือให้โทษ) ของทิวฏฐิวิปลาสนั้นจะมากที่สุด ส่วนจิตวิปลาสนั้นจะรองลงมา และสัญญาวิปลาสให้โทษน้อยที่สุด เท่ากับหากสมมุติด้วยการหยุดวิปลาสไว้ได้แค่ในช่วงการทำงาน ของจิต คือ คิด(วิปลาส) ก็จะทำให้ผลให้โทษ น้อยกว่าการคิดเห็นวิปลาสซึ่งเป็นการจับ การยึดถือความคิดเห็น การลงความคิดเห็นว่าเป็นของตนทั้งนี้ ลักษณะการทำงานของความวิปลาสอีกทั้ง ๓ เรื่องที่ เหลือ คือ ไม่เที่ยงว่าเที่ยง, ทุกข์ว่าสุข และไม่งามว่างาม จะเป็นไปในลักษณะเดียวกันกับที่อธิบาย ข้างต้นนี้ โดยจากที่กล่าวมาถึง

ส่วนสาเหตุที่ทำให้เกิดวิปลาส นิमितว่างามคือราคะ ความเห็นแก่ความสุขในกามคุณ นิ वर्ณ ๕ กามคุณ ประกอบด้วยโยนิโสมนสิการ ความยึดถือด้วยตัณหาและทิวฏฐิ รากเหง้าแห่งธรรม ที่ทำให้เนิ่นช้า เหตุแห่งทิวฏฐิที่เกิดจากผัสสะ การไม่กำหนดรู้ทุกข์ ความรัก และขันธ ๕ ที่ประกอบด้วย ตัณหาและทิวฏฐิ ตามความเป็นจริง เหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดวิปลาสมีมากกว่าที่นำมาแสดงในบทนี้ดังพุทธ พจน์ที่อ้างไว้เมื่อเริ่มต้น หากได้แสดงแต่สาเหตุหลักและมีเนื้อหาเกี่ยวเนื่องในเนื้อความตอนเดียวกัน กับคำว่า “วิปลาส” และปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดวิปลาสก็แสดงให้เห็นชัดแล้วในการอธิบายประเภท ของวิปลาส ดังนั้นแม้จะไม่ได้ศึกษาเหตุปัจจัยโดยละเอียดแต่ได้สาระครอบคลุม จึงสามารถสรุปได้ว่า วิปลาสเกิดขึ้นจากกิเลสทั้งหลาย

บทที่ ๓

หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การวิจัยในบทนี้ ผู้วิจัยมุ่งไปที่ศึกษาหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และจากผู้รู้ เพื่อหาความหมายและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือเหตุเกิดของวิปัสสนาภาวนา ประเภทของวิปัสสนาภาวนา และอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา ทั้งวิปัสสนาภูมิ รวมทั้งผลของวิปัสสนาภาวนา จึงได้กำหนดหัวข้อการวิจัยไว้ดังนี้

- ๓.๑ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๒ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๓ ไตรลักษณ์
- ๓.๔ อสุภะ
- ๓.๕ วิปัสสนาภูมิ ๖
- ๓.๖ ผลของวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๗ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔
- ๓.๘ สรุปท้ายบท

๓.๑ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา

วิปัสสนาภาวนามีความหมายที่ปรากฏในพระไตรปิฎก มีสำนวนหลากหลายด้วยกัน แต่ความหมายโดยสรุป คือ การเห็นสรรพสิ่งด้วยปัญญา จนสามารถทำอาสวะกิเลสทุกอย่างให้หมดสิ้นไป เช่น ญาณทัสสนะตามความเป็นจริงในอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ก็ถือว่าเป็นวิปัสสนาภาวนา^๑ การรู้ชัดตามความเกิด ความดับ คุณ โทษ และเป็นเครื่องสลัดออก ก็ชื่อว่า เป็นการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หรือแม้แต่การรู้ตามความเป็นจริงในอินทรีย์ ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ก็จัดว่าเป็นความหมายของวิปัสสนาภาวนา^๒

พระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนว่า “วิปัสสนาปัญญากรรมฐาน ทำให้ปัญญารุ่งเรืองและละอวิชา ความไม่รู้เสียได้”^๓ หมายถึง ปัญญาที่สามารถรู้ถอนตนขึ้นจากหล่มคือกิเลสต่าง ๆ มี

^๑ คุรยละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๘๑/๕๕๕.

^๒ คุรยละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๙๑/๓๐๒.

^๓ อ.ท.ก. (ไทย) ๒๐/๓๒/๗๖.

หมักหมมพัวพันกันอยู่ในตนและเป็นเหตุแห่งความทุกข์เสียได้เป็นปริโยสาน ถ้าว่าโดยหน้าที่หรือกิจแล้ว วิปัสสนาปัญญา มีหน้าที่คือการขจัดความมืด คือ โมหะ ความหลง หรือความไม่เข้าใจในสภาพปกติคือการเกิดดับแห่งรูปนามทั้งปวง สัตว์ทั้งหลายแต่บรรดาที่เห็นผิด เห็นว่าสัตว์เที่ยงโลกเที่ยง มีความผาสุกสุขสบาย เห็นว่าเป็นตนของแห่งตนนั้น เพราะอาศัยโหมะปิดป้องกำบัง ต้องอาศัยวิปัสสนาปัญญา วิปัสสนาปัญญาเกิดแล้วในกาลใด ก็ทำให้สำเร็จกิจคือขจัดความมืดได้ในกาลนั้น ดังที่พระพุทธองค์แสดงไว้โดยสรุปว่า “เมื่อใด อริยสาวกเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา เมื่อนั้นย่อมหน่ายในทุกข์ ข้อนี้เป็นทางแห่งความบริสุทธิ์”^๔

นอกจากนั้นท่านผู้รู้ทางพระพุทธศาสนาได้ให้ความหมายของวิปัสสนาภาวนาโดยสรุป ดังนี้

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร) ได้ให้ความหมายของวิปัสสนาภาวนาไว้ว่า วิปัสสนาภาวนาคือการเจริญปัญญา เข้าไปเห็นแจ้งเป็นพิเศษในสถานะของรูปนามตามความเป็นจริงที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน และไม่สวยงามที่พิเศษออกไปจากนิจจัญญะวิปลาส สุขัญญะวิปลาส อตตัญญะวิปลาส และสุกัญญะวิปลาส^๕

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายของวิปัสสนาภาวนาไว้ว่า วิปัสสนาภาวนา คือความเห็นแจ้ง เห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวะธรรม ปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์อันให้ถอนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารเสียได้ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็น^๖

พระเทพสิทธิมนี (โชดก ญาณสิทธิ) ได้ให้ความหมายของวิปัสสนาภาวนาว่า รู้แจ้ง รู้วิเศษ หรือ เห็นแจ้ง เห็นวิเศษ อันเป็นชื่อของปัญญา ความหมายอย่างย่อ ๆ ได้แก่ ปัญญาที่รู้แจ้งปัจจุบัน รูปนาม พระไตรลักษณ์ มรรคผล นิพพานเป็นต้น ความหมายอย่างกลาง ได้แก่ปัญญาที่รู้แจ้งซึ่งวิสุทธิ ๗ มีศีลวิสุทธิเป็นต้น ความหมายอย่างละเอียด ได้แก่ ปัญญาที่รู้แจ้งวิปัสสนาญาณ ๑๖ มีนามรูปปริจเฉทญาณ เป็นต้น มีปัจจเวกขณญาณเป็นปริโยสาน^๗

พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร) ได้ให้ความหมายวิปัสสนาภาวนาไว้ว่า การที่ผู้เห็นภายในวัฏสงสารมีชีวิตปลอดโปร่ง ยืนต้อยอยู่ในเสนาสนะอันสงบแล้ว ตั้งสติกำหนดความสิ้นไปและความเสื่อมไปของอตภาพคือรูปนาม เจริญวิปัสสนาโดยการกระทำอันไม่ขาดสาย จนกระทั่งได้บรรลุ

^๔ ชุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๗๗ - ๒๗๘/๑๑๘., ชุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๖๗๖ - ๖๗๘/๑๑๘., อภิ.ก. (ไทย) ๓๗/๗๕๗/๗๕๘.

^๕ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร), อริยวังสปฏิบัติภา, พิมพ์ครั้งแรก (กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรสารสันไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๓๖-๓๗.

^๖ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๓๕ (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๓๗๓.

^๗ พระเทพสิทธิมนี (โชดก ญาณสิทธิ), วิปัสสนาญาณโสภณ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์ สัมปชัญญะ, ๒๕๕๐), หน้า ๑๐๗-๑๐๘.

พระอรหันต์ผลดังนี้ ชื่อว่าวิปัสสนาธุระ คือการปฏิบัติวิปัสสนา^๘

สยาดอกัททันตวิโรจนะ ได้ให้ความหมายของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาว่า

การมีสติกำหนดรู้เท่าทัน รูปนาม อารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นและปรากฏชัด โดยไม่จำกัด ไม่แยกแยะว่าเป็นอารมณ์ที่ดี หรืออารมณ์ที่ไม่ดี แต่กำหนดรู้ไปตามธรรมชาติที่มีอยู่จริง เป็นอยู่จริง หากไม่กำหนดรู้ จิตก็จะเกิดแปรปรวนไปตามอำนาจของโลภะ โทสะ โมหะ ดังนั้นเพื่อให้โลภะ โทสะ โมหะ มีโอกาสเกิดขึ้น ผู้ปฏิบัติธรรมจะต้องพากเพียรให้จิตที่กำหนดรู้ จดจ่อและตั้งมั่นอยู่ที่อารมณ์กรรมฐาน^๙

ธนิต อยู่โพธิ์ ได้ให้ความหมายของวิปัสสนาภาวนาว่า

วิปัสสนาภาวนามีอารมณ์เป็นปรมาตม์ กล่าวคือในขั้นต้นผู้ปฏิบัติจะเห็นสภาวะหรือปรากฏการณ์ใด ๆ ทางจิต เช่น ปิติ โอภาส หรือนิมิตและสณฐานเป็นต้น โดยชัดแจ้งตามสภาวะ และในที่สุดจะต้องเห็นสังขารหรือรูปนามโดยอาการของไตรลักษณ์กล่าวคือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีอิตตา ไม่งาม ซึ่งเป็นการเห็นแจ่มแจ้งด้วยตนเองในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นการรู้ประจักษ์ด้วยตนเอง^{๑๐}

ศรีศากยอศก ได้ให้ความหมายของ วิปัสสนาภาวนา ว่า การอบรมจิตให้เป็นอริยกุศล อันมีวิมุตติญาณทัสสนะเป็นเบื้องหน้า เพื่อความตั้งมั่นแห่งกายกรรม วาจากรรม มโนกรรม โดยอาศัยสัมมาสมาธิอันบังเกิดขึ้นจากการปฏิบัติและองค์ธรรมอื่นเพื่อการบังเกิดขึ้นของปัญญาญาณเครื่องรู้เห็นความจริงแห่งอริยสัจ หรือวิชา เรียกความรู้แจ้งแห่งจิตเยี่ยงนี้ว่า วิปัสสนาแห่งจิต^{๑๑}

สรุปความหมายของวิปัสสนาภาวนาได้ว่า ความรู้แจ้งเห็นสภาพความเป็นจริงในปัจจุบัน ด้วยการมีสติเป็นเครื่องมือ ในการใช้ปัญญาพิจารณา เพื่อให้เห็นรูปนามในสภาวะของไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อันเป็นไปเพื่อการกำจัดวิปลาสนั่นเอง

^๘ พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร), **วิปัสสนาที่ปณี**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า ๒๕๔๕, ๒๕๔๕), หน้า ๗๗.

^๙ สยาดอกัททันตวิโรจนะ, **วิธีเจริญมหาสติปัฏฐาน เล่ม ๑**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดีเอ็มจี, ๒๕๕๗), หน้า ๔๔.

^{๑๐} ธนิต อยู่โพธิ์, **วิปัสสนานิยม**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๒๑.

^{๑๑} ศรีศากยอศก, **กรรมฐานและมานสมาบัติ ตามรอยพระพุทธองค์**, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๕๒) หน้า ๒๒๕.

๓.๒. การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น ก็คือการปฏิบัติตามมหาสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นทางเดียวที่จะนำไปสู่มรรคผลได้ และเพื่อทำให้เกิดภาวนามยปัญญา สามารถเห็นรูปนามเป็นพิเศษ โดยอาการต่าง ๆ ซึ่งเป็นไปด้วยอำนาจของไตรลักษณ์ ตามพระพุทธดำรัสไว้ว่า

อ ย ภิกขเว มคโค สุตตณ วิสุทธียา โสภปริเทวาน สมตักกมย ทุกขโทมนสฺสาน อตถงคมาย ฃายสฺส อธิคมาย นิพพานสฺส สจฺฉิกิริยาย ยทิท จตฺตารโ สติปฏฺฐานา^{๑๒}

แปลได้ใจความว่า ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสภะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัฏฐาน ๔ ประการ^{๑๓}

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจำเป็นต้องศึกษาสาเหตุของการเกิดของวิปัสสนาภาวนา ตัวของวิปัสสนาภาวนา กล่าวโดยเฉพาะวิสุทธิ ประเภทของวิปัสสนาภาวนา และอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา ดังได้จะขยายความวิจัยสืบไป

๓.๒.๑ เหตุเกิดของวิปัสสนาภาวนา

การที่จะปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น ต้องปฏิบัติให้เป็นผู้มีศีลบริสุทธิ์ เป็นผู้มิจิตบริสุทธิ์ด้วยสมาธิเสียก่อน จึงควรที่จะปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้นได้ ถ้าเป็นผู้มีศีลไม่บริสุทธิ์ ไม่มีสมาธิ มีจิตฟุ้งซ่านอยู่แล้ว ก็เป็นผู้อภัพ ไม่ควรที่จะปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้นเลย เพราะศีลและสมาธิเป็นเหตุแรงกล้าให้เกิดวิปัสสนาภาวนานั้นๆ

ความบริสุทธิ์เป็นเหตุเกิดวิปัสสนาภาวนาเรียกว่า วิสุทธิ แปลว่า ความบริสุทธิ์การรักษาศีลของตนให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ ตามความเหมาะสมแก่ฐานะของตน เช่น ฆราวาสควรรักษานิจศีล หรือศีล ๕ ให้สมบูรณ์ สำหรับภิกษุนั้นควรรักษาปาริสุทธิศีล ๔ ให้บริบูรณ์ จัดเป็น สีลวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งศีล

ความบริสุทธิ์ หมายความว่า การชำระสัตว์ให้บริสุทธิ์ด้วยการบำเพ็ญไตรสิกขาให้บริบูรณ์เป็นขั้น ๆ ไปโดยลำดับจนบรรลุจุดเป้าหมายคือ สีลวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งศีล คือการรักษาศีลตามภูมิขั้นต้นของตนให้บริสุทธิ์และให้เป็นไปเพื่อเกิดสมาธิ จิตตวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งจิต คือการฝึกอบรมจิตจนบังคับเกิดสมาธิพอเป็นบาทฐานแห่งวิปัสสนา

^{๑๒} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘., ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๐๖/๗๗., ส.ม. (บาลี) ๑๘/๓๖๗/๑๒๓.

^{๑๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๖/๑๐๑., ส.ม. (ไทย) ๑๘/๓๖๗/๑๒๐.

สมบูรณ์ตามควรแก่ฐานะของตน เช่น เป็นชาวบ้านก็รักษาศีล ๕ หรืออาชีพมัชฌิมาศีล เป็นสามเณรก็รักษาศีล ๑๐ ตามฐานะของตนให้สมบูรณ์^{๑๖} ในที่นี้จะพึงกล่าวถึงศีลของบรรพชิตเป็นหลัก ว่าด้วยปาริสุทธิศีล

(๑) ปาติโมกขสังวรศีล ศีลว่าด้วยการสังวรในพระปาติโมกข์ คือการเว้นจากข้อที่พระพุทธเจ้าห้าม และทำตามข้อที่พระพุทธเจ้าอนุญาต ประพฤติเคร่งครัดในสิกขาบททั้งหลาย^{๑๗} ในศาสนานี้ สำรวมด้วยการสังวรในปาติโมกข์ เพียบพร้อมด้วยมารยาทและโคจร (การเที่ยวไป) เห็นภัยในโทษแม้เพียงเล็กน้อย สมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบท^{๑๘} ไม่ล่วงละเมิดที่เกิดทางกายและเกิดทางวาจา เป็นผู้ประกอบด้วยสังวร ยังอรรถภาพให้เป็นไปอยู่^{๑๙}

การสำรวมในปาติโมกข์ การที่ภิกษุไม่ล่วงละเมิดในสิกขาบททั้งหลาย มีความสำรวมระวังตลอดเวลา ยิ่งก่อให้เกิดอินทรีย์สังวรตามมาด้วย ในบรรดาสิกขาบทมาในปาติโมกข์ เมื่อประพฤติดามอยู่ย่อมมีอานิสงส์ส่งผลต่อเนื่องถึงปาริสุทธิทั้งหลาย หากไม่สำรวมในปาติโมกข์ย่อมส่งผลต่อปาริสุทธิของอื่นเช่นกัน

๒) อินทรีย์สังวรศีล ศีลว่าด้วยการสำรวมอินทรีย์ พระพุทธองค์ตรัสสอนไว้ว่า

ภิกษุชื่อว่าคุ้มครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นอย่างไร คือภิกษุในธรรมวินัยนี้เห็นรูปด้วยตาแล้วไม่รวบถือ คือ มองภาพรวมโดยไม่พิจารณาลงไปรายละเอียด เช่นมองว่า รูปนั้นสวย รูปนี้ไม่สวย ไม่แยกถือ คือมองแยกพิจารณาเป็นส่วน ๆ ไป เช่น ตาสวย แต่จมูกไม่สวย ย่อมปฏิบัติเพื่อสำรวมในจักขุนทรีย์ ซึ่งเมื่อไม่สำรวมแล้วก็จะเป็เหตุให้ถูกบาปอกุศลธรรมคือ อภิชณาและโทมนัสครอบงำได้ จึงรักษาจักขุนทรีย์ ถึงความสำรวมในจักขุนทรีย์ พึงเสียดด้วยหู ฯลฯ ตมกลิ่นด้วยจมูก ฯลฯ ลิ้มรสด้วยลิ้น ฯลฯ ถูกต้อง โภกฐัพพะด้วยกาย ฯลฯ รู้ธรรมารมณ์ด้วยใจแล้วไม่รวบถือ ไม่แยกถือ ย่อมปฏิบัติเพื่อสำรวมในมโนินทรีย์ ซึ่งเมื่อไม่สำรวมแล้วก็จะเป็เหตุให้ถูกบาปอกุศลธรรมคือ อภิชณาและโทมนัสครอบงำได้ จึงรักษามโนินทรีย์ ถึงความสำรวมในมโนินทรีย์ ภิกษุผู้ประกอบด้วยความสำรวมอินทรีย์อันเป็นอริยะนี้ ย่อมเสวยสุขอันไม่ระคนกับกิเลสในภายใน^{๒๐}

^{๑๖} พระธรรมเมธาภรณ์ (ระแบบ จิตตภาโณ), **ธรรมปริทัศน์ ๒**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๓๗๔.

^{๑๗} ปัญญา ใช้บายาง และคณะ, **ธรรมอธิบายหลักธรรมในพระไตรปิฎก**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๘), หน้า ๕๕.

^{๑๘} ที.สี. (ไทย) ๙/๑๙๓/๖๕

^{๑๙} พระพุทธโฆสเถร, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปลและเรียบเรียง, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๒๔.

^{๒๐} ที.สี. (ไทย) ๙/๒๑๓/๗๒.

อินทรีย์สังวร ความสำรวมอินทรีย์ คือ สำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เพราะถ้าไม่สำรวม ระวังย่อมก่อผลให้เกิดอกุศลเข้าครอบงำได้ง่าย ดังนั้นเพื่อป้องกันอกุศลเข้าครอบงำจึงต้องมีการระวัง อยู่เสมอ

(๓) อาชีพปาริสุทธิศีล คือว่าด้วยความบริสุทธิ์แห่งอาชีพะ เลี้ยงชีวิตโดยทางที่ชอบ พึ่ง เว้นจากการประทุษร้ายตระกูล และไม่ประกอบกรเลียงชีพที่ทุจริต มีการหลอกลวงเขาเลียงชีพเป็น ต้น ด้วยการหลอกลวง การพูดเลาะเล็ม การกระทำนิมิต การด่าแข่ง การแสวงหาลาภด้วยลาภ^{๒๑}

อาชีพที่บริสุทธิ์ย่อมยังประโยชน์ ไม่ต้องระแวงภัย ไม่ต้องกังวล กับปัจจัยลาภทั้งหลาย ทำให้ สามารถที่จะตัดกังวลได้ และการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาก็จะเจริญรุดหน้าได้ง่าย ตรงกันข้ามหากไม่ ดำรงอยู่ในการบริสุทธิ์ มีการประกอบอนเสนา เป็นต้น จะทำให้การสำรวมในปาติโมกข์และอินทรีย์ สังวรพร่องลงมาได้เหมือนกัน

(๔) ปัจจัยสันนิสิตศีล คือว่าด้วยการพิจารณาใช้สอยปัจจัย ๔ ให้เป็นไปตามความหมาย และประโยชน์ของสิ่งนั้น ไม่บริโภคด้วยตัณหา ดังที่พระองค์ตรัสสอนภิกษุทั้งหลายไว้ว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาโดยแยกกายแล้วใช้สอยจีวรเพียงเพื่อป้องกันความหนาว ความ ร้อน เหลือบ ยุง ลม แดด และสัมผัสแห่งสัตว์เลื้อยคลาน เพียงเพื่อปกปิดอวัยวะที่ก่อให้เกิด ความละอาย

ภิกษุพิจารณาโดยแยกกายแล้วฉันบิณฑบาตไม่ใช่เพื่อเล่น ไม่ใช่เพื่อความมัวเมา ไม่ใช่เพื่อ ประดับ ไม่ใช่เพื่อตกแต่ง แต่เพียงเพื่อกายนี้ดำรงอยู่ได้ เพื่อให้ชีวิตินทรีย์เป็นไป เพื่อบำบัด ความหิว เพื่ออนุเคราะห์พรหมจรรย์ ด้วยคิดเห็นว่าโดยอุบายนี้ เราจักกำจัดเวทนาเก่าเสียได้ และจักไม่ให้เกิดเวทนาใหม่เกิดขึ้น ความดำรงอยู่แห่งชีวิต ความไม่มีโทษ และการอยู่โดยผาสุกจักมี แก่เรา แล้วจึงบริโภคอาหาร

ภิกษุพิจารณาโดยแยกกายแล้วใช้สอยเสนาสนะเพียงเพื่อป้องกันความหนาว ความร้อน เหลือบ ยุง ลม แดด และสัมผัสแห่งสัตว์เลื้อยคลาน เพียงเพื่อบรรเทาอันตรายที่เกิดจากฤดู และเพื่อความยินดีในการหลีกเร้น

ภิกษุพิจารณาโดยแยกกายแล้วใช้สอยคิลานปัจจัยเภสัชบริขาร เพียงเพื่อบรรเทาเวทนาที่เกิด จากอาพาธต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว และเพื่อไม่มีความเบียดเบียนเป็นที่สุดซึ่งเมื่อเธอไม่ใช่สอยอยู่ อาสวะและความเร่าร้อนที่ก่อความคับแค้น ก็จะไม่เกิดขึ้นเมื่อเธอใช้สอยอยู่ อาสวะและความ เร่าร้อนที่ก่อความคับแค้น ย่อมไม่มีแก่เธอด้วยอาการอย่างนี้^{๒๒}

^{๒๑} พระพุทธโฆสเถร, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๒๕.

^{๒๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๓/๒๒.

ดังนั้น การพิจารณาต้องใช้ปัญญาพิจารณาในการใช้ปัจจัย ๔ หากไม่พิจารณาย่อมเป็นไปได้เพื่อค้นหา เมื่อได้แล้วก็อยากได้อีก ไม่มีที่สิ้นสุด เป็นเหตุให้ล่วงละเมิดปาติโมกข์สังวรศีล อินทริยสังวรศีล และอาชีวนปาริสุทธิศีลได้อีกด้วย

ธรรมเป็นเหตุเกื้อกูลต่อปาริสุทธิศีล ประกอบด้วยศรัทธา สติ วิริยะ ปัญญา อันหมายถึง การทำให้ปาริสุทธิศีลบริบูรณ์พร้อมมากยิ่งขึ้น

ศรัทธาเป็นเหตุให้ปาติโมกข์สังวรศีลสำเร็จ กล่าวคือ ปาติโมกข์สังวรศีล มีศรัทธาเป็นเหตุให้สำเร็จ เพราะการบัญญัติสิกขาบทเป็นเหตุเกินวิสัยของสาวก มีการทรงห้ามการขอบัญญัติสิกขาบทพึงสมทานตามสิกขาบทที่ทรงบัญญัติไว้เท่านั้น ไม่กระทำความอาลัยแม้ในชีวิต พึงทำปาติโมกข์สังวรศีลนี้ให้สำเร็จด้วยศรัทธา คราหนึ่งทรงเห็น “พระราหุลผู้มีปัญญารักษาดน สมบูรณ์ด้วยศีล ดุจนกต้อยตีวิดรักษาฟองไข่ ดุจจามรีรักษาขนหาง ฉะนั้น”^{๒๓} อรรถกถาวิสุทธิชนวิลาสิณี อธิบายว่า “ผู้มีปัญญาไม่ประมาทรักษาศีลเหมือนนกต้อยตีวิดรักษาฟองไข่ คือลูก จามรีรักษาขนหาง หมายความว่า จะสละแม้ชีวิต ไม่ทำลายศีล รักษาไว้เหมือนจามรีรักษาขนหาง ไม่ดึงขนหางเพราะกลัวขาด ยอมเสียชีวิตทีเดียว”^{๒๔}

สติเป็นเหตุให้อินทริยสังวรศีลสำเร็จ อินทริยสังวรศีลนั้น มีสติเป็นเหตุให้สำเร็จ เพราะอินทริยทั้งหลายที่ตั้งมั่นอยู่ด้วยสติแล้ว เป็นสภาพอันบาปธรรมทั้งหลายมีอภิชฌาเป็นต้น จะพึงรั่วไหลเข้าไปมิได้ เพราะฉะนั้น บุคคลพึงระลึกถึงอาทิตตปริยายสูตรมีอาทิ ว่า “. . . บุคคลแห่งจักขุนทรีย์ด้วย หลาวเหล็กที่ร้อน ไฟติด ลูกโซน โขติช่วงยังประเสริฐกว่า ส่วนการถือนิมิตโดยอนุพยัญชนะในรูปที่พึงรู้แจ้งทางตาไม่ประเสริฐเลย . . .”^{๒๕} คัมภีร์วิสุทธิมรรค อธิบายว่า พึงทำอินทริยสังวรศีลนี้ให้สำเร็จเป็นอย่างดีด้วยสติเถิด ถ้าอินทริยสังวรศีลอันภิกษุทำไม่สำเร็จไซ้ ปาติโมกข์สังวรศีลก็เป็นอันพลอยตั้งอยู่ไม่นาน ดำรงอยู่ไม่นานไปด้วย อนึ่ง ภิกษุไม่ทำให้อินทริยสังวรศีลสำเร็จนี้ ย่อมถูกพวกโจรคือกิเลสปล้นเอาได้ เหมือนบ้านที่เปิดประตูทิ้งไว้ย่อมจะถูกพวกโจรขโมยเอาได้ ฉะนั้น อนึ่ง หากราคะรั่วไหลไปสู่จิตของภิกษุนั้นได้ เหมือนฝนร่ำรดเรือนที่มุงไม่ดี ฉะนั้น^{๒๖}

คัมภีร์วิสุทธิมรรค อธิบายถึงวิริยะเป็นเหตุให้อาชีวนปาริสุทธิศีลสำเร็จ อาชีวนปาริสุทธิศีล มีวิริยะเป็นเหตุให้สำเร็จ เพราะวิริยะปรารถนาโดยชอบแล้วเป็นการประหานมิจฉาอาชีวะ เพราะฉะนั้น ภิกษุพึงละอเนสนาคือการแสวงหาอันไม่สมควรอันไม่เหมาะสมแล้ว เสพอยู่ซึ่งปัจจัยอันบริสุทธิ หลีกเว้นอยู่ซึ่งปัจจัยอันไม่บริสุทธิ เหมือนหลีกเว้นจากอสรพิษร้ายทั้งหลาย พึงทำอาชีวนปาริสุทธิศีลให้สำเร็จด้วยวิริยะ ด้วยการแสวงหาโดยชอบมีการเที่ยวบิณฑบาตเป็น

^{๒๓} ขุ.อป. (ไทย) ๓๒/๘๓/๑๑๓.

^{๒๔} ขุ.อป.อ. (ไทย) ๗๑/๘/๒/-/๓๘.

^{๒๕} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๓๕/๒๓๑.

^{๒๖} พระพุทธโฆสเถร, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๕๔.

ต้น ดังนั้นนักพรตผู้มีวิจรรณญาณ บวชแล้วด้วยศรัทธา แม้แต่คิดก็อย่าให้เกิดในอนเนสนา พึงชำระอาชีวะให้บริสุทธิ์เกิด^{๒๗}

ปัญญาเป็นเหตุให้ปัจจัยสันนิสสิตศีลสำเร็จ ปัจจัยสันนิสสิตศีล มีปัญญาเป็นเหตุให้สำเร็จ เพราะผู้มีปัญญามองเห็นโทษและอานิสงส์ของปัจจัยทั้งหลายได้ เพราะเหตุนี้ภิกษุพึงละความกำหนดยินดีในปัจจัยแล้ว พิจารณาปัจจัยทั้งหลายอันเกิดขึ้นโดยธรรมสม่ำเสมอ ด้วยวิธีที่ได้พรรณนามาแล้วจึงบริโศก การพิจารณาปัจจัยทั้งหลายมี ๒ อย่างคือ พิจารณาในเวลาเช้า และพิจารณาในเวลาบริโศก ปัจจัยทั้งหลายมีจิวร เป็นต้น ที่ซึ่งได้พิจารณาด้วยสามารถแห่งความเป็นธาตุหรือความเป็นของปฏิกุศล แม้ในเวลาเช้าแล้วเก็บไว้ เมื่อภิกษุบริโศกเลยจากเวลาเช้านั้นไป การบริโศกก็หาโทษมิได้เลย การบริโศกแม้ในเวลาบริโศกก็หาโทษมิได้เหมือนกัน^{๒๘}

ดังนั้นการจะรักษาปาริสุทธิศีลให้บริบูรณ์ได้นั้น จะเลือกเพียงข้อใดข้อหนึ่งไม่ได้ เพราะว่าศีลมีความเชื่อมโยงกันตลอด เริ่มตั้งแต่การรักษาสิกขาบทเป็นต้นมา หากว่าละเมิดสิกขาบทก็ทำให้อินทรีย์สังวรตั้งอยู่ไม่ได้ด้วย แยกเช่นกัน หากรักษาอินทรีย์สังวรมิได้ก็จะทำให้ปาติโมกขสังขรและอาชีวะสังวร ตั้งอยู่ไม่ได้ด้วย เป็นต้น จึงมีความจำเป็นที่จะต้ององค์ประกอบพร้อม กล่าวคือ ศรัทธา สติ วิริยะ ปัญญา ประกอบอยู่เสมอ จำทำให้ก้าวหน้าเข้าสู่จิตวิสุทธิได้ง่ายขึ้น

๒) จิตตวิสุทธิ ความหมัดจดแห่งจิต หมายถึงการที่จิตหมัดจดจากกิเลสทั้งหลาย มีนิวรรณ์เป็นต้น อันเป็นเหตุก่อให้เกิดเศร้าหมอง ฟุ้งซ่าน ดังนั้นการที่จะปฏิบัติให้จิตหมัดจดได้ต้องมีการละปถิโพธเครื่องกังวล นิวรรณ์เครื่องกั้นจิต ดังอธิบายต่อไป

คัมภีร์ปฏิสัมภิตามรรค ได้ให้ความหมายว่า จิตที่ตั้งอยู่ในความบริสุทธิ์ด้วยความสำรวม ย่อมไม่ฟุ้งซ่าน ความบริสุทธิ์แห่งจิตที่ไม่ฟุ้งซ่านชื่อว่าอริจิต^{๒๙}

พระผู้มีพระภาคทรงสดับเสียงสนทนาของพระสารีบุตรและพระโมคคัลลานะ ทรงเปล่งอุทานว่า จิตของใครตั้งมั่นไม่หวั่นไหวดุจภูเขา ไม่กำหนดในอารมณ์อันชวนให้กำหนด ไม่ขัดเคืองในอารมณ์อันชวนให้ขัดเคือง ผู้ใดอบรมจิตได้ดังนี้ ทุกข์จะมาถึงผู้นั้นแต่ที่ไหน^{๓๐}

ภาวะที่จิตมีอารมณ์อันเดียวฝ่ายกุศลชื่อว่า สมภาติ ได้แก่ ความตั้งมั่นอยู่หรือความดำรงอยู่ของจิตและเจตสิกทั้งหลายเป็นอันเดียวกันอย่างสม่ำเสมอ และถูกทางด้วย ไม่ฟุ้งซ่านไม่ส่ายไปใน

^{๒๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๘.

^{๒๘} พระพุทธโฆสเถร, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๖๑.

^{๒๙} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๙,๔๑/๖๐,๖๒.

^{๓๐} ชุ.อ. (ไทย) ๒๕/๓๔/๓๒๙.

อารมณ์อื่น ด้วยอำนาจแห่งธรรมชาติโดยธรรมชาตินี้^{๓๑} การชำระจิตให้ปราศจากกิเลสนิวรณ์ ชื่อว่า จิตวิสุทธิ หมายถึง การบริสุทธิ์ของสมาธินั่นเอง^{๓๒}

สมาธิ มีลักษณะ คือ มีความไม่ฟุ้งซ่านเป็นลักษณะ มีการกำจัดเสียซึ่งความฟุ้งซ่านเป็นรส มีการไม่หวั่นไหวเป็นอาการปรากฏ มีความสุขเป็นปทัฏฐาน^{๓๓}

เมื่อภิกษุนั้นพิจารณาเห็นนิวรณ์ ๕ ที่ตนละได้แล้ว ย่อมเกิดความเบิกบานใจ เมื่อเบิกบานใจก็ย่อมเกิดปีติ เมื่อใจมีปีติ กายย่อมสงบ เธอมีกายสงบ ย่อมได้รับความสุข เมื่อมีความสุข จิตย่อมตั้งมั่น^{๓๔}

ดังนั้นการที่จะเจริญสมาธิให้เป็นจิตวิสุทธิได้นั้น เมื่อชำระศีลให้หมดจดดีแล้ว ฟังตัด ปลิโพทเครื่องกังวลให้สิ้นเสียก่อน จึงเจริญสมาธิเพื่อพิจารณาให้ละนิวรณ์ ๕ จิตจะเบิกบานควรแก่การทำงานที่จะปฏิบัติวิปัสสนากาวนาสืบไป

ปลิโพท เครื่องกังวลเบื้องต้น เรียกว่าปลิโพท ตามคัมภีร์วิสุทธิมรรค ว่าไว้มี ๑๐ ประการ แต่ทั้ง ๑๐ ประการนั้นไม่ได้มีกับผู้ปฏิบัติทั้งหมด อาจจะมีเพียง ๑ หรือ ๒ ประการ ตามสถานะสภาวะของผู้ปฏิบัติตามที่จิตเข้าไปข้องเกี่ยวอยู่ด้วย คือ (๑) อาวาสปลิโพท เครื่องกังวลคือที่อยู่ (๒) กุลปลิโพท เครื่องกังวลคือตระกูล (๓) ลาภปลิโพท เครื่องกังวลคือลาภสักการะ (๔) คนปลิโพท เครื่องกังวลคือหมู่คณะ (๕) กัมมปลิโพท เครื่องกังวลคืออนวัตรกรรม (๖) อัทธานปลิโพท เครื่องกังวลคือการเดินทาง (๗) ญาติปลิโพท เครื่องกังวลคือญาติ (๘) อาพาธปลิโพท เครื่องกังวลคือโรคภัยไข้เจ็บ (๙) คณฺณปลิโพท เครื่องกังวลคือการเล่าเรียน (๑๐) อิทธิปลิโพท เครื่องกังวลคือการแสดงอิทธิฤทธิ์^{๓๕}

ผู้ศึกษาจะได้ขยายความเพื่อให้เห็นสภาพของผู้ปฏิบัติโดยสมควร

(๑) อาวาสปลิโพท เครื่องกังวลคือที่อยู่ เพราะการยึดติดกับที่อยู่อาศัยและวัตถุต่าง ๆ จึงมีจิตที่กังวล เช่น กังวลว่า ที่อยู่ของเรามีใครมาดูแลบ้างหรือไม่ ฝนจะร้าว ปลวกจะกินหรือไม่ เป็นต้น เป็นเครื่องกังวลได้ทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต

(๒) กุลปลิโพท เครื่องกังวลคือตระกูล เพราะจิตกังวล เกี่ยวข้องกับตระกูลที่อุปฐากบำรุงอยู่ กล่าวว่าจะไปดูแลผู้อื่น เป็นต้น เป็นเครื่องกังวลของผู้ปฏิบัติ

(๓) ลาภปลิโพท เครื่องกังวลคือลาภสักการะ ผู้เกี่ยวข้องกับมนุษย์ในด้านปัจจัย ๔ อยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะด้านใดย่อมที่จะไม่มีเวลาได้เข้าถึงการปฏิบัติธรรมของตนเอง ปัจจัยด้านการเกี่ยวข้องจึงเป็นเครื่องกังวล เป็นเครื่องกังวลของผู้ปฏิบัติ

^{๓๑} ชุ.ป.อ. (ไทย) ๖๘/๗/๑/-/๒๙.

^{๓๒} วรณสิทธิ โวทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๙, หน้า ๒๐๑.

^{๓๓} พระพุทธโฆสเถร, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๑๓๔.

^{๓๔} ที.สี. (ไทย) ๙/๒๒๕/๗๕.

^{๓๕} พระพุทธโฆสเถร, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๑๔๘ - ๑๕๐.

(๔) คณปติโพธ เครื่องกังวลคือหมู่คณะ สถานที่ศึกษาเล่าเรียน ซึ่งภิกษุผู้มีไว้สอนพระปริยัติธรรมแก่ภิกษุสามเณรผู้บวชใหม่ หากเอาแต่สอนก็มีได้บำเพ็ญสมณธรรมของตนเอง หรือเป็นห่วงกังวลกับเป็นอยู่หรือการประพฤติของหมู่คณะ เป็นเครื่องกังวลของภิกษุ

(๕) กัมมปติโพธ เครื่องกังวลคืออนวัตรกรรม หมายถึงการก่อสร้าง ธรรมดาของภิกษุผู้ทำการก่อสร้างต้องทราบว่สิ่งใดที่นายช่างเป็นต้นได้ทำ สิ่งใดยังไม่ได้ทำ จำต้องพยายามชวนชวนในงานส่วนที่สำเร็จแล้วและยังทำไม่เสร็จ ดังนั้นงานนวัตรกรรมจึงเป็นเครื่องกังวลของภิกษุนวัตรกรรม หากไม่ใช่ก็ไม่เป็นปัญหาในด้านนี้

(๖) อัทธานปติโพธ เครื่องกังวลคือการเดินทาง การเดินทางหากยังไม่ได้ปัจจัยจากจากการทำกิจใด ก็ไม่สามารถบำเพ็ญสมณธรรมได้อย่างเต็มที่ เพราะมีจิตที่คอยกังวลถึงสิ่งที่ตนยังทำการไม่สำเร็จ

(๗) ญาติปติโพธ เครื่องกังวลคือญาติ หมายถึงญาติในวัด ญาติในบ้าน เมื่อยามเจ็บไข้ย่อมเป็นที่กังวลกับภิกษุ ดังนั้นพึงดูแลรักษาเท่าที่จะเป็นไปตามอรรถภาพ

(๘) อาพาธปติโพธ เครื่องกังวลคือโรคภัยไข้เจ็บ เมื่อเกิดขึ้นย่อมเบียดเบียนอยู่ตลอดทำให้เป็นเรื่องกังวล พึงทำการรักษา หากรักษาไม่หายก็พึงตั้งใจเข้าปฏิบัติธรรมต่อไป

(๙) คันถปติโพธ เครื่องกังวลคือการเล่าเรียน การศึกษาเล่าเรียนย่อมเป็นกังวลแก่ภิกษุผู้ชวนชวนด้วยการสาธยายและการทรงจำ ยกตัวอย่างเห็นได้ชัดมากที่สุด คือ ก่อนปฏิบัติและในขณะที่วิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน ทางคณาจารย์จะไม่ให้ทำวิทยานิพนธ์ เพราะจะทำให้กังวลเรื่องการเรียนเป็นเหตุให้ฟุ้งปรุ้งแต่งตลอดเวลา เป็นต้น

(๑๐) อิทธิปติโพธ เครื่องกังวลคือการแสดงอิทธิฤทธิ์ หมายถึงอิทธิฤทธิ์อันเป็นของปุถุชน เพราะฤทธิ์ของปุถุชนเป็นสิ่งที่รักษาได้ยาก ย่อมเสื่อมไปเพราะเหตุเพียงเล็กน้อยเท่านั้น แต่ว่าอิทธิฤทธิ์ของปุถุชนนั้นเป็นเครื่องกังวลแก่วิปัสสนาภาวนาเท่านั้น ไม่เป็นเครื่องกังวลแก่สมาธิ คืออิทธิฤทธิ์เป็นเครื่องกังวลแก่วิปัสสนาสำหรับสมถยานิกเท่านั้น มิได้เป็นกังวลแก่ผู้เป็นวิปัสสนายานิก

ดังนั้น เครื่องกังวลที่กล่าวมานี้ จะสังเกตได้ว่า ผู้ปฏิบัติถ้าเป็นคฤหัสถ์ไม่มีความกังวลในเรื่องญาติ และที่อยู่แล้วจะทำให้การปฏิบัติเป็นไปอย่างราบรื่น แต่ถ้าเป็นภิกษุ ผู้เป็นอธิการย่อมมีความกังวลเกือบทั้งนั้นเว้นแต่เพียงของอิทธิฤทธิ์ ส่วนผู้ทำหน้าที่ในการสอนก็ไปกังวลในเรื่องของหมู่คณะเป็นหลัก ปติโพธที่กล่าวมาจึงมีเพียงบางประการที่เกี่ยวกับผู้ปฏิบัติดังกล่าว

นิวรรณ์ ธรรมอันเป็นเครื่องกันจิตมิให้บรรลुकุศล เป็นอุปสรรคอย่างยิ่งใหญ่ของผู้ปฏิบัติภาวนาทั้งสมถะและวิปัสสนาภาวนา เพราะความพอใจในกาม ความพยาบาท ความหุดหู่ซึ่งเชื่อมความฟุ้งซ่าน ความลังเลสงสัย สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นอุปสรรคอย่างยิ่งจึงต้องบรรเทา และทำลายให้หมดสิ้นไป พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย และตรัสถึงผลร้ายหากไม่ทำลายว่า จะทำให้ปัญญาทรมากำลัง ไม่รู้จักประโยชน์ของตนและผู้อื่น ไม่อาจรู้แจ้งญาณทัสสนะอันวิเศษ ไม่อาจเป็น

อริยะได้ มีมาในอวารณสูตร ว่า

ภิกษุทั้งหลาย นิ वर्ณเครื่องกางกั้น ๕ ประการนี้ ครอบงำจิตแล้ว ทอนกำลังปัญญา นิ वर्ณเครื่องกางกั้น ๕ ประการ คือ (๑) กามฉันทะ ความพอใจในกาม (๒) พยาบาท ความคิดร้าย (๓) ถีนมิทธะ ความหดหู่และเชื่องซึม (๔) อุทัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ (๕) วิจิกิจฉา ความล้งเลঙ্গสัย

ภิกษุทั้งหลาย เป็นไปไม่ได้เลยที่ภิกษุนั้นยังละนิ वर्ณเครื่องกางกั้น ๕ ประการนี้ที่ครอบงำจิต ทอนกำลังปัญญาไม่ได้แล้วจ้กรู้ประโยชน์ตน รู้ประโยชน์ผู้อื่น รู้ประโยชน์ทั้งสอง หรือจ้กรทำให้แจ้งซึ่งญาณทัสสนะที่ประเสริฐอันสามารถอันวิเศษยิ่งกว่าธรรมของมนุษย์ ด้วยปัญญาที่ไม่มีกำลังที่อ่อนกำลังได้ เปรียบเหมือนแม่น้ำที่ไหลลงจากภูเขาไปสู่ที่ไกล มีกระแสน้ำเชี่ยว พัดสิ่งที่จะพัดไปได้ บุรุษพึงเปิดปากเหมืองทั้ง ๒ ข้างแห่งแม่น้ำนั้น เมื่อเปิดปากเหมืองแล้วอย่างนี้ กระแสน้ำในท่ามกลางแม่น้ำนั้นก็ซัดสายไหลผิตทาง ไหลไปสู่ที่ไกลไม่ได้ไม่มีกระแสน้ำ และ ไม่พัดสิ่งที่จะพัดไปได้ ฉันทใด เป็นไปไม่ได้เลยที่ภิกษุนั้นยังละนิ वर्ณเครื่องกางกั้น ๕ ประการนี้ที่ครอบงำจิตทอนกำลังปัญญาไม่ได้แล้วจ้กรู้ประโยชน์ตน รู้ประโยชน์ผู้อื่น รู้ประโยชน์ทั้งสอง หรือจ้กรทำให้แจ้งซึ่งญาณทัสสนะที่ประเสริฐอันสามารถอันวิเศษยิ่งกว่าธรรมของมนุษย์ด้วยปัญญาที่ไม่มีกำลังที่อ่อนกำลังได้ ฉันทนั้น^{๓๖}

กิเลสทั้งหลาย ชื่ออวารณะ เพราะอำนาจปิดกั้นที่ชื่อว่า นิ वर्ณะ นิ वर्ณนี้จะทำให้ปัญญา คือวิปัสสนาและมรรคก่อนกำลังจนไม่อาจบรรลุถึงนิพพานได้

ปัญญา ใช้บางยงได้อธิบายนิ वर्ณและการละนิ वर्ณ ไว้ดังนี้

กามฉันทะ ความพอใจในกาม ความเสน่หากาม ความร้อนรนเพราะกาม ความสยบอยู่กับกาม มีเหตุเกิดมาจาก ความไม่แยบคายเมื่อกระทบอารมณ์ที่น่าปรารถนา แล้วยึดมั่นว่าสวยงาม เป็นต้น การที่จะละได้ (๑) การเรียนอสุภะ ๑๐ (๒) การบำเพ็ญอสุภภาวนา (๓) ความเป็นผู้ค้มครองอินทรีย์ ๖ (๔) ความเป็นผู้รู้ประมาณในการบริโภค (๕) ความเป็นผู้มีกัลยาณมิตร คอยชี้แนะตักเตือนพร้าสอน (๖) สนทนากันด้วยเรื่องสัพปายะ เป็นต้น

พยาบาท ความคิดร้าย ความถึงความพินาศแห่งจิต ความไม่พอใจแห่งจิต มีเหตุเกิดมาจาก ความไม่แยบคายเมื่อกระทบอารมณ์ที่น่าปรารถนาเช่น เห็นแล้วเกิดความเกลียด กลัว หรือเบื่อหน่าย เป็นต้น การที่จะละได้ (๑) การเรียนเมตตา (๒) การบำเพ็ญเมตตาภาวนา (๓) การพิจารณาว่าสัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของ ๆ ตน (๔) ความเป็นผู้มากไปด้วยการพิจารณา (๕) ความเป็นผู้มีกัลยาณมิตร (๖) สนทนากันด้วยเรื่องสัพปายะ เป็นต้น

^{๓๖} อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๑/๘๙ - ๙๐.

ถิ่น ความที่จิตไม่ควรแก่การงาน ความหดหู่ มิหวั่น ความที่กายไม่ควรแก่การงาน ความล้า มีเหตุเกิดมาจากไม่แยกกายในความเบื่อ ซึมเซา เมมาอาหาร ใจหดหู่ การที่จะละได้ (๑) ไม่บริโภคมามากเกินไป (๒) การเปลี่ยนอิริยาบถ (๓) การมนสิการถึงอาโลกสัญญา (๔) การอยู่ในที่แจ้ง (๕) ความเป็นผู้มีกัลยาณมิตร (๖) สนทนากันด้วยเรื่องสัพปายะ เป็นต้น

อุทัจจ อากาการที่จิตฟุ้งซ่าน ความไม่สงบแห่งจิต ความซัดส่ายแห่งจิต กุกกุกจะ ความร้อนใจ อันเกิดจากการทำบาปไว้ และการไม่ได้ทำความดีไว้ มีเหตุเกิดมาจากไม่แยกกายในภาวะหรือเรื่องที่ทำให้ใจไม่สงบ การที่จะละได้ (๑) ความเป็นพหูสูต (๒) ความเป็นผู้สอบถาม (๓) ความเป็นผู้รู้พระวินัยเป็นปกติ (๔) การคบหาบุคคลผู้เจริญแล้ว (๕) ความเป็นผู้มีกัลยาณมิตร (๖) สนทนากันด้วยเรื่องสัพปายะ เป็นต้น

วิจิกิจฉา ความลั้งเลงสงสัย ความยึดถือหลายอย่าง ความยึดถือไม่รอบคอบ มีเหตุเกิดมาจากไม่พิจารณาโดยแยกกายในธรรม คือ เรื่องราวอันเป็นที่ตั้งของวิจิกิจฉา การที่จะละได้ (๑) ความเป็นพหูสูต (๒) ความเป็นผู้สอบถาม (๓) ความเป็นผู้รู้พระวินัยเป็นปกติ (๔) ความเป็นผู้มากไปด้วยอโหิมกซ์ (๕) ความเป็นผู้มีกัลยาณมิตร (๖) สนทนากันด้วยเรื่องสัพปายะ เป็นต้น^{๓๗}

เมื่อบรรเทาหรือทำลายอุปสรรค คือปลิโพธและนิวรรณลงได้บ้าง จำสามารถทำให้จิตเกิดการวิสุทธิได้เร็วขึ้น พระครูปลัดจวนเมธาวัณณ์ ได้กล่าวถึงจิตวิสุทธิไว้ว่า

ขณิกสมาธิเป็นได้ทั่วไปในอารมณ์ทั้ง ๖ เมื่อตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง ขณะย้ายอารมณ์ไปตาม ทวารทั้ง ๖ ด้วยเหตุใดก็ตาม ขณิกสมาธิจะติดตามไปด้วยเสมอ จึงเป็นบาทฐานให้แก่วิปัสสนาภาวนา เพราะการเปลี่ยนอารมณ์ที่เป็นไปตามเหตุผล ที่เป็นทั้งเหตุให้เห็นถึงความเกิดขึ้นและดับไปของอารมณ์และของจิตได้ ถ้าหากไม่เห็นความเปลี่ยนแปลงของอารมณ์แล้ว ยากที่จะเข้าใจถึงสภาวะของความเกิด ความดับของจิตได้ ความเกิดของจิตในอารมณ์หนึ่ง ๆ นั้น รวดเร็วมากจนไม่ทันเห็นความดับของจิตได้ จึงคิดว่าอารมณ์มีอยู่ ดังนั้น สมาธิที่แน่วแน่จึงไม่เป็นบาทแก่วิปัสสนาภาวนา และไม่เป็นเหตุให้เห็นความเกิดขึ้นและความดับไปของจิตและอารมณ์ ความสามารถในการรู้ทุกขในจิตหรือในอารมณ์นั้น ไม่อาจรู้ได้ด้วยสมาธิ แต่จะรู้ได้ด้วยปัญญา จิตที่ตั้งอยู่ในอารมณ์ของสติปัญญา จึงเป็นบาทให้เห็นความเกิดขึ้นและดับไปของอารมณ์ได้ ผู้บำเพ็ญเพียรจะโดยสมณะก็ดี หรือวิปัสสนากัณตี สิ่งสำคัญจึงอยู่ที่อารมณ์ที่ใช้ในการพิจารณา จึงต้องศึกษาเรื่องอารมณ์ว่าอารมณ์อย่างไร จึงจะเป็นปัจจัยแก่วิปัสสนาภาวนา และอารมณ์อย่างไรเป็นปัจจัยแก่สมณะ

สมาธิที่เป็นจิตวิสุทธิ จะต้องเป็นไปในอารมณ์ของสติปัญญา เพราะทำลายกิเลส คือ อภิชฌา

^{๓๗} ปัญญา ใช้บางยาง และคณะ, ธรรมาธิบายหลักธรรมในพระไตรปิฎก, หน้า ๑๑๒ - ๑๑๔.

และโทมนัส ถ้าสมาธิไม่มีสติปัญญาเป็นอารมณ์แล้ว จะทำให้เกิดความสงบ มีความสุข มีความพอใจในความสงบหรือความสุขนั้น สมาธิเช่นนี้จึงไม่สามารถทำลายอารมณ์วิปัสสนาได้

สำหรับการเจริญวิปัสสนาภาวนาของผู้ได้ฌาน ผู้ได้ฌานมักติดในสุข และเพลิดเพลินในสุข ความสุขนี้เกิดจากปิติเป็นเหตุ ฉะนั้น การการยกองค์ฌานจึงต้องอาศัยการเพ่งปิติซึ่งเป็นองค์ฌานและเป็นนามธรรมนั่นเอง ธรรมชาติของปิตินั้นจะเพ่งหรือไม่เพ่งก็มีการเกิดดับ แม้จิตที่เป็นสมาธิก็มีการเกิดดับ ปิติซึ่งอาศัยจิตที่ได้ฌานแล้ว ยิ่งเกิดดับรวดเร็วมาก ปิตินั้นแหละจะแสดงความเกิดดับให้ปรากฏแก่ผู้เพ่งพิจารณา เมื่อเห็นว่าปิติมีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาแล้ว จิตก็จะดำเนินไปในอารมณ์ของวิปัสสนาด้วยอำนาจของการเพ่งลักษณะของปิติ วิปัสสนาก็จับในอารมณ์นั้นไม่ได้ ดังนั้น ฌานที่เพ่งลักษณะที่กำลังเปลี่ยนแปลง (ลักษณะปนิชฌาน) สมาธินั้นชื่อว่าเป็นบาทของวิปัสสนา จัดเป็นจิตวิสุทธิ ส่วนสมาธิที่เพ่งอารมณ์บัญญัติ (อารมณ์ปนิชฌาน) ไม่เพ่งลักษณะ ไม่จัดเป็นจิตวิสุทธิ^{๓๘}

สรุปความได้ว่า เหตุเกิดวิปัสสนาภาวนา มาจากปาริสุทธิศีล คือการสำรวมในปาติโมกข์ สำรวมอินทรีย์ เลี้ยงชีพโดยทางที่ชอบ พิจารณาใช้สอยปัจจัย ๔ อย่างมีสติ และการที่จะรักษาปาริสุทธิศีลได้ต้องประกอบพร้อมด้วยศรัทธา สติ วิริยะ ปัญญา หากพร่องศีลก็ย่อมพร่องไปด้วย จิตบริสุทธิ์ย่อมเกิดได้ยาก เมื่อปฏิบัติศีลบริบูรณ์แล้ว การทำจิตบริสุทธิ์ ให้ปราศจากป्लीโพธ ความกังวล และนิรวณก็จะง่ายขึ้น เพราะผู้มีศีลย่อมทำให้นิรวณไม่ครอบงำได้ จิตย่อมบริสุทธิ์ได้ง่าย ขึ้นจิตบริสุทธิ์ เรียกว่า สมาธิ การจะเข้าสู่วิปัสสนานั้นสามารถเข้าทางสมถยานิก คือ เจริญสมาธิจนบรรลุอุปปจารสมาธิเป็นอย่างน้อย เข้าทางวิปัสสนาภาวนาโดยตรงใช้เพียงขณิกสมาธิ ทั้งนี้สมาธิทั้งหมดทั้งต้องเป็นในอารมณ์ของสติปัญญาเท่านั้น เพราะเป็นการทำลายกิเลส สมาธิไม่สามารถทำลายกิเลสได้เพียงแต่ข่มกิเลสไว้เฉย ๆ สมาธิในการพิจารณาเห็นไตรลักษณ์ จึงจะสามารถเข้าถึงการทำลายกิเลสเรียกว่าวิปัสสนา จึงกล่าวว่ารากเหง้าของวิปัสสนา คือศีลวิสุทธิและจิตวิสุทธิ

๓.๒.๒ ตัวของวิปัสสนาภาวนา

วิปัสสนาภาวนาจะเกิดขึ้นได้ ต้องมีสมาธิ กล่าวคือ บุคคลเมื่อทำสมาธิให้เกิดแล้ว เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้วจะเป็นบาทที่ก้าวขึ้นสู่ปัญญา ตัวปัญญาเรียกว่าวิปัสสนา ปัญญาจะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยจิตที่เป็นสมาธิ “ปัญญาอันบุคคลอบรมโดยมีสมาธิเป็นฐาน ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก จิตอันบุคคลอบรมโดยมีปัญญาเป็นฐาน ย่อมหลุดพ้นโดยชอบจากอาสวะทั้งหลาย คือ กามาสวะ ภวาสวะ และ อวิชชาสวะ”^{๓๙}

^{๓๘} พระครูปลัดธรรมเมธาวัฒน์ (วรพงศ์ ปภสฺสโร), การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๑ (กรุงเทพมหานคร: บริษัทคอมม่า ดีไซน์แอนด์พริ้นท์ จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๑๕๓ - ๑๕๔.

^{๓๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๔๓/๘๘.

ดังนั้น การจะปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาต้องทำศีลวิสุทธิ และจิตตวิสุทธิ ให้เกิดขึ้นตามลำดับก่อน จึงจะมุ่งเข้าสู่วิปัสสนาภาวนาได้ ตัวของวิปัสสนาภาวนา ได้แก่วิสุทธิ ๕ คือ ทิณฺณวิสุทธิ กังขาวิตรณวิสุทธิ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ ญาณทัสสนวิสุทธิ

๑) **ทิณฺณวิสุทธิ** ความหมดจดแห่งทิณฺณ มีพุทธคำรัสไว้ว่า “ความยึดถือว่า เป็นของเราในรูปนามย่อมไม่มีแก่ผู้ใดโดยประการทั้งปวง และผู้ใดไม่เศร้าโศกเพราะไม่มีความยึดถือว่า เป็นของเราผู้นั้นแลชื่อว่า ย่อมไม่เสื่อมในโลก”^{๔๐}

หมายถึง ความรู้ความเข้าใจมองเห็นรูปนามตามสภาวะความเป็นจริง หรือปัญญาที่เห็นถูก คือเห็นรูปและนามทั้ง ๒ อย่างนี้ เห็นว่ารูปนามนี้ไม่ใช่ตัวตน และไม่ใช่ของตน เป็นสิ่งที่ไม่เป็นเจ้าของ ไม่อยู่ในอำนาจของใคร และก็ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ปัญญาอันนี้เอาจากนามรูปปริจเฉทญาณ นามรูปปริจเฉทญาณมาจากพิจารณานามรูป การพิจารณารูปนามนั้นจะต้องพิจารณามหาสติปัฏฐาน พิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม ใน ๔ อย่างนี้ ธรรมของสติปัฏฐาน ๔ นั้น ได้แก่รูปและนาม แต่ก่อนที่ผู้จะทำวิปัสสนาภาวนา คือ การกำหนดรูปรูปนามนั้น ผู้นั้นจะต้องศึกษาให้เข้าใจรูปนามให้ดีเสียก่อน แล้วจึงจะลงมือกำหนดรูปรูปนามนั้น ถ้ามิฉะนั้นจะกำหนดรูปรูปนามนั้นไม่ถูก เมื่อได้ลงมือกำหนดรูปรูปนามตามมหาสติปัฏฐานได้ถูกต้องแล้ว ก็ต้องกำหนดหรือพิจารณารูปนามนั้นไปจนกว่าวิปัสสนาที่ชื่อว่านามรูปปริจเฉทญาณนั้นเกิดขึ้น ทั้งนี้ก็เพราะเหตุว่ารูปนามนี้เป็นตัวกรรมฐานของวิปัสสนา

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจึงต้องพิจารณารูปนามจนแน่ชัดว่ารูปนามนี้ มิใช่ตัวตนและก็ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคลในรูปนามนั้น แม้ในสากลโลกนี้ก็มิได้มีอะไรที่นอกไปจากรูปนาม มีอยู่แต่รูปนามเท่านั้นที่เป็นสิ่งปรากฏอยู่ในโลกนี้และรูปกับนามนั้นก็ไม่ใช่เป็นอย่างเดียวกัน ปัญญาที่รู้อย่างนี้เรียกว่านามรูปปริจเฉทญาณ นามรูปปริจเฉทญาณนี้ที่เป็ผู้เข้าถึงทิณฺณวิสุทธิ ซึ่งเป็นวิสุทธิของปัญญาวิปัสสนาขั้นต้น

ความรู้ที่ได้มาจากที่ตนได้เข้าไปพิสูจน์ด้วยตนเองนั้น ความรู้นี้จะถ่ายทอดความสำคัญผิดที่เห็นว่ารูปนามนั้นเป็นตัวตนออกได้ การกำหนดรู้รูปนามนี้เองจึงเป็นการทำลายชนสัญญา นามรูปปริจเฉทญาณ ก็เกิดจากการพิจารณานามรูปที่ถูกต้อง การพิจารณารูปนามที่ถูกต้องนั้นก็ต้องได้มาจากปริยัติ คือการศึกษาที่ถูกต้อง

พระครูปลัดวรมหาธรรม์ กล่าวถึง อารมณ์ของวิปัสสนาที่จะพึงระลึกไว้ คือ รูปนามปรมาตฺถ์ที่เป็นโลกียธรรม คือธรรมฝ่ายโลก ได้แก่ จิต เจตสิก และรูป ที่ไม่กำหนดรู้โลกุตตรธรรม เพราะมีจุดมุ่งหมายเพื่อจะเพิกถอนกิเลสที่ยึดมั่นว่า เป็นของเที่ยง เป็นสุข เป็นอัตตา ส่วนโลกุตตรธรรมไม่ใช่ฐานะที่จะรับรู้ได้ ถึงรับรู้ได้ก็ไม่มีประโยชน์ในการกำหนด วิปัสสนาหรือการหยั่งเห็น

^{๔๐} ขุ.ส. (ไทย) ๒๕/๙๕๗/๗๒๙.

รูปนามตามความเป็นจริง ๒ ประการ คือ

ในขณะที่ปัจจุบัน รู้เห็นสภาวะลักษณะ คือลักษณะพิเศษและสามัญลักษณะ คือ ลักษณะทั่วไปของรูปนามแต่ละขณะ เรียกว่า ปัจจักขวิปัสสนา ที่ควรเจริญตั้งแต่เริ่มปฏิบัติธรรมจนบรรลุนิโอม

อนุมานรู้รูปนามที่ไม่ได้กำหนดรู้ในปัจจุบันเรียกว่า อนุมานวิปัสสนา สามารถรู้อารมณ์ที่เป็นโลกียธรรมทั้งหมดที่เกิดขึ้นภายใน ภายนอก เป็นอดีต อนาคต หรือปัจจุบัน ไม่ต้องพยายามให้เกิดแต่เกิดขึ้นเองในขณะที่ปัจจักขวิปัสสนาแก่กล้าแล้วตั้งแต่นามรูปปริจเฉทญาณเป็นต้นไป

สภาวะธรรมปัจจุบันที่กำหนด แยกเป็น ๓ คือ

ขณะปัจจุบัน คือ ขณะหนึ่ง ๆ ที่กำลังเกิดขึ้น เมื่อมิได้เจริญสติรู้เท่าทัน อนุสัยที่นอนเนื่องอยู่ในอารมณ์ย่อมเกิดขึ้น เมื่อเจริญสติกำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบันจึงทำให้เกิดปัญญา เป็นการละกิเลส ละกรรมวิบาก และขันธที่เป็นของกิเลสต่อมาได้ชั่วคราว

สันตติปัจจุบัน คือ ปัจจุบันต่อเนื่องจากอดีตที่เพ็งดับไป สิ่งที่ดับไปไม่ควรยึดติดด้วยตัณหา และทิฏฐิ ในอนาคตก็ไม่มีจริงในปัจจุบัน พังเจริญทุก ๆ ขณะของการปฏิบัติ เห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส เดิน ยืน นั่ง นอน เหยียด คู้ เพื่อรู้ความปรากฏของไตรลักษณ์ จิตไม่ตกอยู่ในอำนาจของตัณหา ทิฏฐิ และดำริในกามวิตก พยาบาทวิตก และวิหิงสาวิตก

อัทธาปัจจุบัน คือ ปัจจุบันโดยระยะเวลาตลอดชีวิต กำหนดรู้เท่าทันสภาวะธรรมในปัจจุบัน ขณะ ตลอดชีวิตปัจจุบันที่ตัณหา และทิฏฐิไม่อาจจุดรั้งและไม่สามารถทำให้ดับได้^{๔๑}

องค์ธรรม ได้แก่ปัญญาเจตสิก ที่ในมหาภูตญาณสัมปยุตจิต ๔ ที่มีลักษณะของนามธรรม และรูปธรรมเป็นอารมณ์ ทำให้ระงับความเข้าใจผิดว่าเป็นสัตว์บุคคลเสียได้ เริ่มดำรงอยู่ในภูมิแห่งความไม่หลงผิด ดังนั้น ปัญญาที่กำหนดรู้สภาวะลักษณะของนามธรรมและรูปธรรม ไม่ใช่ขัตตา ตัวเรา ชื่อว่า ทิฏฐิวิสูทธิ เมื่อสงเคราะห์ในญาณ ๑๖ ได้แก่ นามรูปปริจเฉทญาณ^{๔๒}

ความหมัดจดของความเห็น ในที่นี้กล่าวถึงปัญญาที่กำหนดรู้สภาวะลักษณะของรูปนามตามความเป็นจริงว่า ไม่ใช่ของใคร ไม่มีของใคร ไม่มีสัตว์ บุคคล ตัวตนเราเขา ทั้งยังต้องเป็นปัจจักขญาณในปัจจุบันขณะ คือ การเกิดปรากฏเฉพาะในขณะที่ปัจจุบันนั่นเอง จะทำให้ตัณหาและทิฏฐิจุดรั้งไม่ได้ เพราะรู้อยู่กับปัจจุบันนั่นเอง

๒) กังขาวิตรณวิสูทธิ ความหมัดจดแห่งญาณเป็นเครื่องข้ามพ้นความสงสัย วิสูทธินี้เป็นบันไดขั้นที่ ๔ เมื่อความเห็นหมัดจดบริสุทธิ ก็จะทำให้ความสงสัยหายไปได้ จึงกล่าวได้ว่าเป็นปัญญาที่

^{๔๑} พระครูปลัดธรรมธชาวัฒน์ (วรพงศ์ ปภสฺสโร), การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน, หน้า ๑๕๕

^{๔๒} วรณสิทธิ ไวยาณะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๙, หน้า ๒๐๒.

สืบเนื่องมาจากทฤษฎีวิสุทธิ

ตั้งที่พระผู้มีพระภาคได้ทอดพระเนตรเห็นท่านพระกัณหาเรวตผู้กำลังนั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายตรงพิจารณาทางวิตรณวิสุทธิของตนอยู่ ทรงเปล่งอุทานในเวลานั้นว่า ความสงสัยเหล่าใดเหล่าหนึ่งที่มีในอรรถภาพนี้หรือในอรรถภาพอื่น ที่มีในความรู้ของตนหรือในความรู้ของผู้อื่น บุคคลผู้เพ่งพินิจ มีความเพียร ประพฤติพรหมจรรย์อยู่ ย่อมละความสงสัยเหล่านั้นทั้งหมดได้^{๔๓}

จากพุทธดำรัส เห็นได้ว่า ความสงสัยที่เกี่ยวข้องในอรรถภาพ หรือความรู้ทั้งของตนและผู้อื่น มีแล้วเป็นไปในอดีต ปัจจุบัน หรืออนาคต หรือไม่มีในกาลทั้ง ๓ หรือแม้แต่ความสงสัยในพระรัตนตรัย ก็ตามล้วนเป็นเหตุให้วิงวนอยู่ในวัฏฏะทั้งสิ้น

สัพพาสวสูตรและปัจจยสูตร ได้อธิบายความสงสัยที่เกิดขึ้นเพราะไม่มีโยนิโสมนสิการขึ้นมาได้ ดังนั้นการที่จะละได้ต้องพิจารณาให้เห็นรูปนามที่เกิด ตั้งอยู่ และดับไปเท่านั้น การละความสงสัย ๑๖ ประการ ประกอบด้วย ความสงสัยในอดีต ๕ ในอนาคต ๕ ปัจจุบัน ๖ คือ ในอดีตกาลยาวนานเราได้มีแล้ว หรือมิได้มีแล้วหนอ เราได้เป็นอะไรมาหนอ เราได้เป็นอย่างไรมาหนอ เราได้เป็นอะไรแล้วจึงมาเป็นอะไรอีกหนอ ในอนาคตกาลยาวนาน เราจักมี หรือจักไม่มีหนอ เราจักเป็นอะไรหนอ เราจักเป็นอย่างไรหนอ เราจักเป็นอะไรแล้วไปเป็นอะไรอีกหนอ หรือว่าบัดนี้ มีความสงสัยภายในตน ประรภปัจจุบันกาลกล่าวว่า เรามีอยู่หรือไม่หนอ เราเป็นอะไรหนอ เราเป็นอย่างไรหนอ สัตว์นี้มาจากไหนหนอและเขาจักไปไหนกันหนอ^{๔๔}

อรรถกถาปรมัตถทีปนี ให้ความหมายว่า กังขาวิตรณวิสุทธิ คือ ก้าวล่วงความสงสัยทั้งปวง โดยไม่มีส่วนเหลือ คือความสงสัยมีวัตถุ ๑๖ อันเป็นไปโดยนัยมีอาทิว่า ตลอดอดีตกาลยาวนาน เราได้มีแล้วหรือหนอ และความสงสัยมีวัตถุ ๘ กล่าวไว้อย่างนี้ว่า ย่อมสงสัยในพระพุทธเจ้า ในพระธรรม ฯลฯ ย่อมสงสัยในปฏิจสมุปปันนธรรม จะป่วยกล่าวไปไยถึงความสงสัยนอกนี้เล่า และเพราะความบริสุทธิ์โดยส่วนเดียว จากกิเลสเหล่าอื่นที่ตนพึงละ^{๔๕}

คัมภีร์วิสุทธิมรรค อธิบายถึง กังขาวิตรณวิสุทธิ ไว้ว่า การรู้เห็นการเป็นไปนามรูปโดยปัจจยว่า นามรูปนี้เป็นไปอยู่ทั้งในบัดนี้ ฉันทใด ถึงแม้ในอดีตกาลก็เป็นไปแล้วโดยปัจจย อีกทั้งในอนาคตก็เป็นไปโดยปัจจย^{๔๖}

นอกจากนี้แล้ว คัมภีร์วิสุทธิมรรคยังกล่าวเรื่องความสงสัยในกรรม จึงแสดงกรรม ๑๒ ไว้ด้วยโดยแยกเป็นกรรมที่ให้ผลตามกาล ๔ ให้ผลตามแรงหนักเบา ๔ และกรรมซึ่งทำหน้าที่อีก ๔

^{๔๓} ขุ.อ. (ไทย) ๒๕/๔๗/๒๗๔.

^{๔๔} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๘/๑๙., ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๒๐/๓๖.

^{๔๕} ขุ.อ. (ไทย) ๔๔/๑/๓/-/๕๒๑.

^{๔๖} พระพุทธโฆสเถร, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๙๙๖.

กรรมที่ให้ผลตามกาล ๔

- (๑) ทิฏฐิฉัมมเวทนียกรรม กรรมที่ให้ผลในปัจจุบัน
- (๒) อุปปีชชเวทนียกรรม กรรมที่ให้ผลในชาติหน้า ต่อจากชาติปัจจุบัน
- (๓) อปรารปเวทนียกรรม กรรมที่ให้ผลในชาติต่อ ๆ ไป ได้โอกาสเมื่อใดให้ผลเมื่อนั้น ซึ่งท่านเปรียบเหมือนสุนัขไล่เนื้อ ทัพที่ไหนกัดที่นั่น
- (๔) อโหสิกรรม กรรมที่ไม่ผลิตผล คือไม่ให้ผลเพราะรอคอยอยู่นานเกินไป เหมือนเมล็ดพืชเก็บไว้นานเกินไปจนไม่อาจปลูกให้ขึ้นได้

กรรมที่ให้ผลตามแรงหนักเบา ๔

- (๑) ครุกรรม กรรมหนัก ฝ่ายกุศลหมายถึงมหัคคตกุศล คือ กรรมของผู้บำเพ็ญฌาน ฝ่ายอกุศลหมายถึงอนันตริยกรรม ๕ คือ ฆ่าบิดามารดา ฆ่าบิดา ฆ่าพระอรหันต์ ทำร้ายพระพุทธเจ้าจนพระโลหิตห้อ ทำสังฆเภท คือ ทำลายสงฆ์ผู้สามัคคีกันให้แตกกัน
- (๒) พหุลกรรม หรือ อาจิณณกรรม หมายถึง กรรมที่กระทำจนเคยชิน เช่นบุคคลทำความดีหรือความชั่วเป็นอาจิณ ให้ผลเป็นที่สองรองลงมาจากประเภทที่หนึ่ง
- (๓) อาสันนกรรม กรรมที่ทำเมื่อจวนจะตายกรรมนี้แม้จะให้ผลมากกว่ากรรม ๒ ประเภทแรก แต่ก็ให้ผลก่อน ท่านเปรียบเหมือนโคแก่ซึ่งอยู่ปากคอกเมื่อนายโคบาลเปิดประตูคอกย่อมจะออกมาก่อน แต่เนื่องจากกำลังน้อย เมื่อเดินไปได้เพียงเล็กน้อยโคที่มีกำลังมากกว่าย่อมจะเดินออกหน้าไป
- (๔) กตัตตการกรรม หรือ กตัตตวาปนกรรม หมายถึง กรรมสักแต่ว่าทำ คือ กรรมที่บุคคลทำโดยไม่มีเจตนากรรมนี้จะให้ได้ผลก็ต่อเมื่อกรรมประเภทอื่นให้ผลหมดแล้ว และไม่มีอะไรจะให้อีกต่อไป

กรรมซึ่งทำหน้าที่ ๔

- (๑) ชนกกรรม กรรมที่ก่อให้เกิด หรือกรรมประเภทนำไปสู่ปฏิสนธิในภพใหม่
- (๒) อุปถัมภกรรม กรรมที่อุปถัมภ์ชนกกรรมให้ มีผลรุนแรงยิ่งขึ้น เช่น บุคคลเกิดมาลำบากยากจน เพราะผลแห่งกรรมชั่วในอดีต เมื่อเขาเกิดมาแล้วก็ทำกรรมชั่วมากขึ้น กรรมช่วนั้นจะช่วยให้เขาประสบความสำเร็จลำบากมากขึ้น
- (๓) อุปปีฬกรรม กรรมที่บีบคั้น ทำให้ชนกกรรมเพลากำลังลง เช่นบุคคลเกิดมาในตระกูลที่มีความมั่งคั่งร่ำรวยเพราะชนกกรรมที่เป็นกุศล แต่เขากระทำความชั่วในปัจจุบัน เช่น ประกอบอาชญากรรม เกียจคร้านในการตั้งเนื้อสร้างตัวกรรมช่วนี้จะบีบคั้นผลแห่งกรรมดีในอดีตให้พาลาง
- (๔) อุปฆาตกรรม กรรมที่ตัดรอนมีอำนาจเด็ดขาดในการให้ผลตามหน้าที่ของตน ห้ามและกีดกันกรรมอื่นอย่างเด็ดขาดตามหน้าที่ของตน ห้ามและกีดกันกรรมอื่นอย่างเด็ดขาด เช่น

อนันตริยกรรมฝ่ายอกุศลมีอำนาจห้ามมรรคผลของบุคคลผู้กระทำในชาตินั้น หรือกุศลกรรมที่สูงส่งเช่นอริยมรรค อริยผล ย่อมตัดรอนกรรมชั่วอย่างอื่นมิให้ผลอีกต่อไป ในเมื่อท่านผู้นั้นปรินิพพานแล้วโดยการดับขันธ

กรรมทั้งหมดที่ระบุชื่อมานี้เป็นได้ทั้งฝ่ายกุศล และ อกุศล คือทั้งฝ่ายดีและฝ่ายชั่ว

ผู้บำเพ็ญเพียรพิจารณาถึงกรรมอยู่อย่างนี้ ย่อมข้ามความสงสัย ในเรื่องกัมมวิภวัญญู (ความหมุนเวียนเพราะกรรม) และวิปากวิภวัญญู (ความหมุนเวียนเพราะผลแห่งกรรม) เสียได้ย่อมทราบชัดว่ากรรมและวิปากเป็นไปอยู่ วิปากย่อมเกิดแต่กรรม ภาพใหม่มีขึ้นเพราะกรรม โลกวนเวียนอยู่อย่างนี้

ผู้บำเพ็ญเพียรพิจารณาอยู่อย่างนี้ ย่อมเห็นชัดว่าโลกทั้งโลกมีแต่เรื่องกรรมและผลของกรรม มีแต่ความเกี่ยวเนื่องกันในเรื่องกรรมและผลของกรรม ไม่มีสัตว์หรือบุคคลเป็นผู้ทำกรรม หรือเสวยผลของกรรม มีแต่เหตุกับผล สามารถล่วงพ้นความสงสัย ๑๖ ประการเสียได้ มีทัศนะอันถูกต้องสมว่า ผู้กระทำกรรมไม่มี ผู้เสวยผลแห่งกรรมก็ไม่มี ธรรมล้วน ๆ เป็นไปอยู่ นี่คือทัศนะที่ถูกต้อง เรื่องนี้ หมายความว่าให้ถอนสัตตสัญญาออกเสีย ให้เห็นแต่ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุผลเท่านั้น เป็นทัศนะที่บริสุทธิ์ล้วน ๆ เป็นไปอยู่ บุคคลผู้มีปัญญาเห็นแจ้งประกอบด้วยญาณ คือ กังขาวิตรณวิสุทธินี้ ย่อมเป็นผู้ได้ความแจ่มชัด ได้ที่พึ่งทางพระพุทธศาสนา มีคติแน่นอน ชื่อว่า โสดาบันน้อย เพราะฉะนั้นผู้ต้องการญาณ เครื่องข้ามความสงสัย พึงเป็นผู้มีสติทุกเมื่อ พึงกำหนดปัจจัยแห่งนามรูปโดยอาการทุกอย่างเถิด^{๔๗}

กำหนดรู้ปัจจัยแห่งนามรูป ตามแนวปฏิจจสมุปบาทก็ตาม ตามแนวกฎแห่งกรรมก็ตาม ตามแนวกระบวนการรับรู้ก็ตาม ตามแนววิภวัญญู ๓ ก็ตาม หรือตามแนวอื่นก็ตามว่า รูปธรรมนามธรรม ล้วนเกิดมาจากเหตุปัจจัย และเป็นปัจจัยแก่กันและกัน อาศัยกันอันเป็นความรู้ที่ทำให้สิ้นความสงสัยเกี่ยวกับกาลทั้ง ๓ คือ อดีต อนาคต และปัจจุบัน^{๔๘}

ความหมดจดแห่งญาณเป็นเครื่องข้ามพ้นความสงสัยนี้ สืบเนื่องมาจากความเห็นอันเป็นไปในอตภาพ ในกาลทั้ง ๓ และการเป็นไปของกรรม การเสวยผลของกรรม ล้วนเป็นเรื่องของเหตุกับผล การจะรู้เหตุผลได้ก็ต้องพิจารณารูปนาม อันเกิดมาจากเหตุปัจจัย ซึ่งเป็นปัจจัยอาศัยซึ่งกันและกัน ก็จะทำให้สิ้นความสงสัยในกาลทั้ง ๓ หมดสิ้นไป

๓) มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณที่รู้เห็นว่าเป็นทางหรือมิใช่ทาง อันเกิดมาจากปัญญา เพราะในญาณนี้จะมีกิเลสที่เกิดเพราะวิปัสสนา คือวิปัสสนูปกิเลส เพราะเมื่อ

^{๔๗} พระพุทธโฆสเถร, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๙๙๙ - ๑๐๐๑.

^{๔๘} ปัญญา ใช้บางยาง และคณะ, ธรรมอธิบายหลักกรรมในพระไตรปิฎก, หน้า ๔๐๖.

ปัญหาที่เห็นความเกิดขึ้นของรูปนาม พร้อมทั้งเหตุและปัจจัยให้เกิด ครั้นกำหนดเรื่อยไปจนเห็นความดับของรูปนามที่เกิดขึ้นในกัณฑ์ไตรปิฎก การเห็นการดับของรูปนามตอนนี้เป็นสัมมสนญาณ คือ อารมณ์ของสัมมสนญาณเข้าไปอยู่ในมัคคามัคคญาณทัสสนาวิสุทธิด้วยส่วนหนึ่ง ความดับของรูปนามนั้น ยังไม่เห็นความดับของรูปนามที่เกิดขึ้นในขณะของอารมณ์ปัจจุบัน เพราะปัญญายังไม่กล้าแข็ง กล่าวคือ การเห็นรูปนามดับไปในสัมมสนญาณ จะเห็นเมื่อรูปนามใหม่เกิดขึ้นแล้ว จึงจะเห็นรูปนามเก่าดับไป เพราะปัญญายังอ่อนอยู่ จึงทำลายสันตติยังไม่ได้

ปัญหา ใช้บางยาง อธิบายไว้ว่า

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในขั้นที่จะให้เกิดวิสุทธิขั้นนี้เรียกว่า นยวิปัสสนา คือ การเจริญวิปัสสนาโดยนัย พิจารณาโดยจับแ่งความหมายตามแนววิถีที่แสดงไว้ว่า รูปอย่างหนึ่งอย่างใดเกิดขึ้นก็ตาม จะเป็นอดีต อนาคต หรือปัจจุบันก็ตาม ภายในหรือภายนอกก็ตาม ฯลฯ ล้วนไม่เที่ยง ดังนี้เป็นต้น หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า กลาปสัมมสนะ การพิจารณาเป็นหมวด ๆ หรือรวบเป็นกลุ่ม ๆ และความรู้ที่เกิดขึ้นในขั้นนี้ บางทีจัดกันเป็นญาณขั้นหนึ่ง เรียกว่า สัมมสนญาณ แปลว่าญาณที่พิจารณาหรือตรวจตรานามรูปให้เห็นสภาพของไตรลักษณ์ เมื่อพิจารณาด้วยสัมมสนญาณไปจนญาณแก่กล้าขึ้น เริ่มมองเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมสลายไปของสิ่งทั้งหลาย มองเห็นความแปรปรวนของปัจจุบันธรรมว่า ธรรมเหล่านี้ไม่ได้มีแล้วก็มีขึ้น มีขึ้นแล้วก็ดับลงไป มองเห็นการเกิดและการดับสลายทั้งโดยปัจจัย และเป็นขณะ ๆ ไปก็เกิดญาณใหม่เรียกว่า อุทยัพพยานูปัสสนา แต่ยังเป็นญาณใหม่ ๆ อยู่ และญาณนี้เองตอนนี้เรียกว่า ตรุณวิปัสสนาญาณ สำหรับผู้ได้ญาณนี้เรียกว่า “อาร์ทวิปัสสนา” ผู้เริ่มเห็นแจ้งหรือผู้ได้เริ่มวิปัสสนาแล้ว และในตอนนี้เอง วิปัสสนูปกิเลส เช่นโอภาส คือแสงสว่างแสงงามเป็นต้น ก็เกิดขึ้นทำให้ชวนหลงทาง ถ้ารู้เท่าทันจะผ่านพ้นไปได้ กำหนดแยกได้ว่าอะไรเป็นทาง มิใช่ทาง^{๔๙}

อุบาสิกาเนบ มหานีรานนท์ ได้อธิบายไว้ว่า

ปัญหาในอุทยัพพญาณนี้เป็นปฏิปทาที่ถูกต้อง แต่ว่ายังไม่สมบูรณ์พอที่จะรู้เท่าทันในอารมณ์ของกิเลสที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่าง มีโอภาส แสงสว่างเป็นต้น ที่เกิดจากสมาธินั้น เพราะกิเลสในขั้นนั้นละเอียดมาก และปัญญายังอ่อนอยู่จึงไม่รู้ทัน ปัญญาจึงไม่สามารถจะปรับปรุงอินทรีย์ให้เสมอกันได้ เพราะในขั้นนั้นมีสมาธิแรงกว่าปัญญา โดยเหตุนี้อารมณ์ของสมาธินั้นจึงดึงเอาจิตไปจากอารมณ์ของวิปัสสนา ทำให้เกิดมีแสงสว่าง มีความสุข มีความสงบเยือกเย็น เป็นต้น เมื่อจิตตกไปในอารมณ์นั้นแล้ว ตัณหาคือความยินดีหรือความพอใจในอารมณ์นั้นเข้าอาศัยได้ และอารมณ์นั้นเป็นปัจจัยแก่มานะ ว่าเราเป็นผู้เข้าถึงธรรมะที่แท้จริงแล้ว ก็เกิดทิฐฐิเข้าใจผิดว่าธรรมะนั้น คือ พระนิพพาน เมื่อมีการรู้อารมณ์ในลักษณะนี้ ทำให้

^{๔๙} ปัญหา ใช้บางยาง และคณะ, ธรรมาธิบายหลักธรรมในพระไตรปิฎก, หน้า ๔๐๖ - ๔๐๗.

อารมณ์ของวิปัสสนาซึ่งเป็นอาวุธทำลายกิเลสเกิดขึ้นไม่ได้ ปัญญาบังไม่เป็นวิสุทธิเพราะเหตุว่า วิปัสสนูปกิเลสยังเกิดปะปนอยู่ได้ ทั้งนี้เพราะบางปฏิบัติได้อารมณ์ของสมาธิมาแล้วเกิดความคุ่นชิน มาเป็นอุปสรรคแก่วิปัสสนา บางครั้งมีศรัทธาแรงไปบ้าง หรือมีวิริยะแรง หรือมีสมาธิแรงไปดังนี้ เป็นต้น จึงเป็นเหตุให้อารมณ์เหล่านั้นอันมีแสงสว่างเป็นต้นเกิดขึ้น ผู้ปฏิบัติมีอารมณ์เยือกเย็น สงบ พอใจมาก ก็เข้าใจว่าเป็นอารมณ์พระนิพพาน^{๕๐}

คัมภีร์วิสุทธิมรรค อธิบายวิปัสสนูปกิเลสไว้ว่า จะเกิดแก่ผู้ปฏิบัติโดยชอบ ประกอบความเพียรแล้วประกอบเล่าอย่างต่อเนื่อง ๑๐ ประการ ประการใดประการหนึ่ง คือ (๑) โอภาส แสงสว่าง (๒) ญาณ ความรู้ (๓) ปีติ ความเอิบอิ่ม (๔) ปัสสัทธิ ความสงบ (๕) สุข ความสุข (๖) อธิโมกข์ ความเชื่อ ศรัทธา (๗) ปัคคาหะ ความเพียร วิริยะ (๘) อุปภูฐาน ความเข้าไปตั้งอยู่ สติ (๙) อุเบกขา ความวางเฉย (๑๐) นิกันติ ความใคร่^{๕๑}

กิเลสทั้ง ๑๐ อย่างนี้ จะเกิดมีขึ้นก็เฉพาะผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยถูกวิธีเท่านั้น ผู้ที่ไม่ได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยถูกวิธี หรือผู้ที่ไม่ได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะไม่มีโอกาสได้ประสบพบเห็นเลย วิปัสสนูปกิเลสจะไม่เกิดขึ้นบุคคล ๔ จำพวก คือ ผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาผิดวิธี ผู้ปฏิบัติที่เกียจคร้าน ผู้ปฏิบัติที่ทอดทิ้งการปฏิบัติ และพระอริยบุคคล

ในญาณต่อ ๆ ไป วิปัสสนูปกิเลส อาจเกิดขึ้นอีก แต่ในทฤษฎีไม่ถือว่าเป็นกิเลส เพราะปราศจากความใคร่ (นิกันติ) แม้จะเกิดมีขึ้น ผู้ปฏิบัติก็ไม่อยากได้และจะหายไปโดยรวดเร็ว

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่างนี้ ทำให้จิตใจงั่นและฟุ้งซ่าน เป็นเหตุให้การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเศร้าหมอง เพราะเหตุที่ไม่เคยได้ประสบมาแต่ก่อน เมื่อได้มาประสบเข้า ผู้ปฏิบัติก็นึกว่าตนได้บรรลุมรรคผลนิพพานแล้ว หรือมีฉะนั้นก็มัวชื่นชมและหลงติดอยู่ในกิเลสเหล่านั้นเสีย เพราะกิเลสแต่ละอย่างทำให้รู้สึกเป็นสุขใจสุขกายอย่างน่าอัศจรรย์ ทั้งนี้ยอมทำให้ผู้ปฏิบัติไม่ปฏิบัติต่อไปตามแนวทางที่ควร แต่อย่างไรก็ดี เมื่อผู้ปฏิบัติได้รู้สึกตัวว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นเป็นกิเลสหาใช่มรรคผลนิพพานหรือเป็นของที่น่าชื่นชมยินดีไม่ ก็จะปลดปล่อยความหลงผิดนั้นเสีย ไม่นิยมยินดีในกิเลสเหล่านั้น เกิดความบริสุทธิ์ในความคิดเห็นว่าสิ่งใดใช่ทางและไม่มีทางที่จะให้เกิดปัญญาเห็นธรรม ความบริสุทธิ์เช่นว่านี้ เรียกว่า มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ

เศวตร เปี่ยมพงศ์สานต์ อธิบายว่า ในขณะที่ยังชื่นชมอยู่ในวิปัสสนูปกิเลสนั้น ผู้ปฏิบัติไม่อาจจะเห็นไตรลักษณ์แห่งสังขารได้ชัดแจ้ง เพราะมัวแต่หลงชื่นชมยินดีในวิปัสสนูปกิเลสเหล่านั้นอยู่ ต่อเมื่อคิดได้ว่า แม้วิปัสสนูปกิเลส ที่ตนหลงชื่นชมอยู่นั้นมีสภาพไม่ผิดอะไรกับรูปนามเมื่อเกิดขึ้นก็มี

^{๕๐} อุบาสิกาเนบ มหานีรานนท์, **แนะแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๗), หน้า ๑๑๒.

^{๕๑} พระพุทธโฆสเถร, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, หน้า ๑๐๖๑.

ความเสื่อมเป็นธรรมดา ไม่อยู่ในอำนาจของผู้ใดและถูกบีบคั้นด้วยความเกิดและความดับเช่นเดียวกัน เช่นนี้แล้วผู้ปฏิบัติก็กลับมาพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความไม่เป็นตัวตนของสังขาร ตามสภาพที่เป็นจริงอย่างถ่องแท้^{๕๒}

นวางคฺลฺลึ อธิบายไว้ว่า ความพึงพอใจในภวะนั้น เป็นตัณหา ความสำคัญผิดว่าภวะนั้น เป็นมรรคผล เป็นทิวฏฺฐิ ความทะนงตนว่าการเข้าถึงภวะนั้นเหนือกว่าผู้อื่น เป็นมานะ ในอุปกิเลส^{๕๓}

๔) ปฏิปทาญาณทัตตสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณที่รู้เห็นทางดำเนิน ปัญญาที่เข้าถึงความรู้สึกในทางที่ถูก ตรงสู่พระนิพพานโดยถูกต้องแล้ว หมายถึงอารมณ์อันเป็นปฏิปทาที่ถูกต้อง ตัณหาและทิวฏฺฐิไม่สามารถเข้าไปอาศัยในอารมณ์นั้นได้ อารมณ์ของวิปัสสนา คือ ไตรลักษณ์ในรูปรูปนามเป็นตัวถูกรู้ ส่วนปัญญาเป็นตัวรู้อารมณ์ไตรลักษณ์นั้น^{๕๔}

ความบริสุทธิ์ของความรู้ความเห็นเป็นข้อปฏิบัติจะให้อริยมรรคเกิดขึ้น โดยสาระคือ วิปัสสนาภาวนาที่ถึงจุดสุดยอดด้วยอำนาจวิปัสสนาญาณ ประกอบด้วย

(๑) อุทฺยัพพยานุปัสสนาญาณ (อย่างแก่) ซึ่งเป็นวิปัสสนาที่พ้นจากอุปกิเลสดำเนินไปตามวิถีของวิปัสสนา (๒) ภังคานุปัสสนาญาณ ญาณที่กำหนดรู้ด้วยการเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งความดับ (๓) ภยตฺตูปัสสนาญาณ ญาณที่กำหนดรู้โดยปรากฏเป็นของน่ากลัว (๔) อาทินวานุปัสสนาญาณ ญาณที่กำหนดรู้ด้วยการเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งโทษชั่วร้าย (๕) นิพพิทานุปัสสนาญาณ ญาณที่กำหนดรู้ด้วยการเห็นเนื่อง ๆ ด้วยความเบื่อหน่าย (๖) มุญฺจิตกัมมตาญาณ ญาณที่กำหนดรู้ด้วยปรารภว่าจะพ้นไป (๗) ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ ญาณที่กำหนดรู้ด้วยการเห็นเนื่อง ๆ โดยพิจารณาทบทวน (๘) สังขารุ-เปกขาญาณ ญาณกำหนดรู้ด้วยการวางเฉยในสังขาร

อานิสฺสที่จัดอยู่ในวิสุทธิตีสนี้ โดยเฉพาะผู้ที่ผ่านวิปัสสนาปัญญาขั้นภังคานุปัสสนาญาณแล้ว จะได้รับอานิสฺส ๘ ประการ คือ ละความใคร่ในภพต่าง ๆ เพราะรู้แล้วว่าไม่ใช่ความสุข ละความใคร่ในชีวิต เพราะเห็นแล้วว่าชีวิตเป็นไปเพื่อทุกข์และการแก้ไขเท่านั้น หมั่นประกอบความเพียร เพื่อจะได้พ้นจากทุกข์ เลี้ยงชีพด้วยความบริสุทธิ์ ถูกต้องตามพระธรรมวินัย ไม่ชวนชวายนในทางที่ผิด ให้ผิดไปจากพระธรรมวินัย มีความกล้าหาญ ไม่ยอมผิดศีล ไม่เกรงกลัวต่อสิ่งที่จะทำให้เสียศีลธรรม มีขันติอดทน ไม่เป็นไปกับกิเลสของคนอื่น เป็นคนว่าง่าย เลี้ยงง่าย ไม่ตี้อร้น อดกลั้นต่อความยินดียินร้ายไม่ตอบสนองกิเลสของตนเองในอารมณ์ต่าง ๆ โดยผิดทาง

เป็นอานิสฺสอันเนื่องมาจากปัญญาของผู้ปฏิบัติที่เข้าถึงภังคานุปัสสนาญาณดังกล่าว

^{๕๒} เสวตร เปี่ยมพงศ์สานต์, พุทธวิปัสสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิกจำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๖๕.

^{๕๓} นวางคฺลฺลึ, วิปัสสนาญาณ, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เมธีตทราย, ๒๕๕๖), หน้า ๘๘.

^{๕๔} พระครูปลัดธรรมธาดา (พรหมฺ ปรสฺสโร), การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน, หน้า ๑๕๙

อาศัยคุณธรรมเหล่านี้เป็นปัจจัยให้บรรลุลิขิตธรรมที่ดับทุกข์ ถ้าผู้ใดยังไม่ได้รับอานิสงส์นี้ ก็ยากจะดำเนินถึงพระนิพพานได้ อานิสงส์นี้ต้องได้มาจากเหตุโดยตรง คือ จากวิปัสสนาภาวนาเท่านั้น

สรุปได้ว่า วิปัสสนาญาณแต่ละลักษณะทำให้เกิดวิสุทธิได้ไม่เท่ากัน ทั้งนี้ก็เพราะญาณปัญญาแต่ละข้อมีอำนาจไม่เท่ากันนั่นเอง วิปัสสนาญาณบางประการก็มีอำนาจให้เกิดวิสุทธิได้เต็มข้อ เช่น นามรูปปริจเฉทญาณ ทำให้เกิดทวิวิสุทธิเต็ม ปัจจัยปริคคหญาณ ทำให้เกิดกังขาวิตรณวิสุทธิ ส่วนอุท্থัพพญาณที่ยังมีวิปัสสนูปกิเลสจัดอยู่ในขั้นมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ถ้าปราศจากวิปัสสนูปกิเลสจะจัดอยู่ในขั้นปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ แต่วิปัสสนาญาณบางประการต้องรวมกันหลายประการ จึงจะสามารถทำให้เกิดวิสุทธิได้เพียงประการเดียว เช่น อุท্থัพพญาณส่วนหลัง จนถึงโคตรภูญาณ ทำให้เกิดปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ เพียงประการเดียว

๕) ญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณทัสสนะ ความบริสุทธิ์ของความรู้ความเห็น ซึ่งเป็นโลกุตตร คือรู้เห็นในมรรคทั้ง ๔ ซึ่งเกิดจากโคตรภูญาณ เมื่อมรรคญาณเกิดแล้ว ผลญาณก็เกิดขึ้นในลำดับถัดไปจากมรรคญาณนั้น ๆ^{๔๕}

กล่าวได้ว่า วิสุทธิ คือรตเจตผลัต ตังในรตวินิตสูตร พระปุลณมันทานีบุตรกล่าวสรุปกับพระสารีบุตรว่า “ท่านผู้มีอายุ ข้อนี้ก็ฉันนั้นเหมือนกัน สีลวิสุทธิมีจิตตวิสุทธิเป็นเป้าหมาย จิตตวิสุทธิมีทวิวิสุทธิเป็นเป้าหมาย ทวิวิสุทธิมีกังขาวิตรณวิสุทธิเป็นเป้าหมาย กังขาวิตรณวิสุทธิมีมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิเป็นเป้าหมาย มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิมีปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิเป็นเป้าหมาย ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิมีญาณทัสสนวิสุทธิเป็นเป้าหมาย ญาณทัสสนวิสุทธิมีอนุปาทาปรินิพพานเป็นเป้าหมาย

อรรถกถาสารัตถปกาสินี กล่าวว่า ในวิปัสสนาญาณมีนามรูปปริจเฉทญาณเป็นต้น การละสิ่งที่ไม่มีประโยชน์ (อนัตตะ) นั้น ๆ ด้วยวิปัสสนาญาณนั้น ๆ เหมือนการละความมืดด้วยแสงประทีปนั้นแล โดยความเป็นปฏิปักษ์กัน คือ ละสักกายทวิวิสุทธิด้วยการกำหนดรูปรนาม ละทวิวิสุทธิที่ไม่มีเหตุและทวิวิสุทธิที่มีเหตุไม่เสมอกันด้วยการกำหนดปัจจัย ละวิจิกจฉาดด้วยกังขาวิตรณวิสุทธิอันเป็นส่วนเบื้องปลายแห่งการกำหนดปัจจัยนั้นแหละ ละการยึดถือว่า เรา ของเราด้วยการพิจารณารูปรนามโดยเป็นกลาป ละสัญญาในสิ่งที่ไม่ใช่ทางว่าเป็นทางด้วยมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ละอุจเฉททวิวิสุทธิด้วยการเห็นความเกิดของนามรูป ละสัสสตทวิวิสุทธิด้วยการเห็นความดับของนามรูป ละสัญญาในสิ่งที่มิภยว่าไม่มีภย ด้วยการเห็นนามรูปว่าเป็นภย ละสัญญาในอิสสาหะความยินดี ด้วยการเห็นอาทีนพโทษ ละสัญญาในอภริติความยินดี ด้วยนิพพิทานุปัสสนา ละความไม่อยากปล่อย ด้วยมัญญจิตุกัมยตาญาณ ละความไม่วางเฉยด้วยอุเบกขาญาณ ละภาวะที่เป็นปฏิโลมในธรรมฐิติญาณ และในนิพพานด้วยอนุโลมญาณ ละการยึดถือนิमितในสังขารด้วย

^{๔๕} ปัญญา ใช้บางยาง และคณะ, ธรรมอธิบายหลักธรรมในพระไตรปิฎก, หน้า ๔๐๗.

โคตรภูญาณ^{๕๖}

๓.๒.๓ ประเภทของวิปัสสนาภาวนา

ประเภทของวิปัสสนาภาวนา จากการศึกษาในคัมภีร์ปฏิสัมพันธ์ธรรม พบว่า มีอยู่ ๓ ประเภทใหญ่ คือ

๑) เจริญวิปัสสนามีสมณำหน้า (สมณปุพพคม วิปัสสน ภาเวติ)^{๕๗}

การเจริญวิปัสสนามีสมณำหน้า หมายถึงผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนานั้น ได้ปฏิบัติสมณะมาและจนได้ระดับอุปปจารสมาธิ หรืออัปนาสมาธิ และยกจิตพิจารณาไตรลักษณ์ เป็นเจริญวิปัสสนาแบบสบาย ๆ ดังพุทธดำรัสที่ทรงตรัสไว้ว่า

ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจแห่งเนกขัมมะ เป็นสมาธิ ชื่อว่าวิปัสสนา เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นธรรมที่เกิดในสมาธินั้น โดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา ด้วยประการดังนี้ สมณะจึงมีก่อน วิปัสสนามีภายหลัง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า “เจริญวิปัสสนามีสมณำหน้า”^{๕๘}

๒) เจริญสมณะมีวิปัสสนานำหน้า (วิปัสสนาปุพพคม สมถ ภาเวติ)^{๕๙}

เจริญสมณะมีวิปัสสนานำหน้า หมายถึง การกำหนดพิจารณาไตรลักษณ์ เพื่อให้เห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เมื่อพิจารณาอยู่อย่างนี้ย่อมเกิดเป็นเอกัคคตารมณ์ คืออารมณ์เดียวอันเป็นขั้นขณิกสมาธิ ดังพุทธดำรัสว่า

ชื่อว่าวิปัสสนา เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง ชื่อว่าวิปัสสนา เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ชื่อว่าวิปัสสนา เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา สภาวะที่จิตปล่อยธรรมทั้งหลายที่เกิดในวิปัสสนานั้นเป็นอารมณ์ และสภาวะที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ไม่ฟุ้งซ่าน เป็นสมาธิ วิปัสสนาจึงมีก่อน สมณะมีภายหลัง ด้วยประการดังนี้ เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า “เจริญสมณะมีวิปัสสนานำหน้า”^{๖๐}

๓) สมณะและวิปัสสนาคู่กันไป (สมถวิปัสสนิ ยุคนทฺธ ภาเวติ)^{๖๑}

ยุคนทฺธกกา อธิบายว่า ภิกษุเจริญสมณะและวิปัสสนาคู่กันไป ด้วยอาการ ๑๖ อย่าง ได้แก่ ๑) มีสภาวะเป็นอารมณ์ ๒) มีสภาวะเป็นโคจร ๓) มีสภาวะละ ๔) มีสภาวะสละ ๕) มีสภาวะออก ๖) มีสภาวะหลีกออก ๗) มีสภาวะเป็นธรรมละเอียด ๘) มีสภาวะเป็นธรรมประณีต ๙) มีสภาวะหลุด

^{๕๖} ส.ข.อ. (ไทย) ๒๗/๓๔/๑/-/๑๓.

^{๕๗} ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๒/๓๐๗., ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

^{๕๘} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔

^{๕๙} ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๔/๓๑๐., ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๔๑๙.

^{๖๐} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๔๑๙.

^{๖๑} ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๕/๓๑๑., ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๑๙.

พ้น ๑๐) มีสภาวะไม่มีอาสวะ ๑๑) มีสภาวะเป็นเครื่องข้าม ๑๒) มีสภาวะไม่มีนิมิต ๑๓) มีสภาวะไม่มีปณิหิตะ ๑๔) มีสภาวะเป็นสุญญตะ ๑๕) มีสภาวะมีรสเป็นอย่างเดียวกัน ๑๖) มีสภาวะเป็นคู่กันไม่ล่วงเลยกัน^{๖๒}

อรรถกถาสัทธัมมปกาสินี อธิบายว่า เจริญทำให้คู่กันไปในคำนี้ไม่ใช่สามารถที่จะเข้าสมาบัติด้วยจิตนั้น แล้วพิจารณาสังขารทั้งหลายด้วยจิตนั้นได้ แก่ภิกษุนี้เข้าสมาบัติได้เพียงใด ย่อมพิจารณาถึงสังขารทั้งหลายได้เพียงนั้น. พิจารณาถึงสังขารได้เพียงใด ย่อมเข้าสมาบัติได้เพียงนั้นอย่างไร. ภิกษุเข้าปฐมฌาน ครั้นออกจากปฐมฌานนั้นแล้วย่อมพิจารณาสังขารทั้งหลาย ครั้นพิจารณาสังขารทั้งหลายแล้วย่อมเข้าทุติยฌาน ครั้นออกจากทุติยฌานนั้นแล้วย่อมพิจารณาสังขารทั้งหลาย ครั้นพิจารณาสังขารทั้งหลายแล้ว ย่อมเข้าตติยฌาน ฯลฯ เวนสัจญานา สัจญายตนสมาบัติ ครั้นออกจากเวณสัจญานา สัจญายตนสมาบัตินั้นแล้ว ย่อมพิจารณาถึงสังขารทั้งหลาย ด้วยประการฉะนี้^{๖๓}

จากการศึกษาพบว่าในปัจจุบันนี้ส่วนมากจะปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นเบื้องต้นมีสมณะตามหลัง กล่าวคือ มีการกำหนดอารมณ์อยู่ในปัจจุบัน โดยเฉพาะการกำหนดพองยุบที่ได้นำมาใช้ในการปฏิบัติ เพื่อให้รู้ในปัจจุบันขณะ เมื่อกำหนดไปได้เรื่อย ๆ ฌณิกสมาธิ อันสมาธิที่ยังอารมณ์ให้เป็นหนึ่งเกิดขึ้นในช่วงขณะที่มีการกำหนดนั้น ในส่วนของการปฏิบัติมีสมณะนำนั้น ผู้ปฏิบัติต้องสามารถที่จะปฏิบัติเข้าถึงฌานหรืออย่างน้อยก็เฉียดฌาน แล้วพิจารณาไตรลักษณ์ที่หลัง ส่วนการเจริญไปพร้อมกันเป็นคู่ไม่ยิ่งหย่อนไปกว่ากัน ดังกล่าวแล้ว

๓.๒.๔ อารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา

ผู้ที่จะปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น จำเป็นต้องรู้อารมณ์ของวิปัสสนาภาวนาเป็นเบื้องต้น เพราะว่ารูปรูปนาม ชันธ ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา หรือจะเรียกอีกอย่างว่าวิปัสสนาภูมินั่นเอง

พระพุทธเจ้าตรัสถึงอารมณ์ของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตรัสให้ภิกษุพิจารณาชันธ ๕ ยกตัวอย่างรูปชันธ ดังนี้ “ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนี้ รูปอย่างใดอย่างหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน ภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีต ไกลหรือ ใกล้ก็ตาม รูปทั้งหมดนั้นเธอทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า ‘นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่เป็นนั่น นั่นไม่ใช่อัตตาของเรา’^{๖๔}

ดังนั้นเมื่ออารมณ์ของวิปัสสนาภาวนาเป็นปรมาตม์เมื่อว่าโดยย่อ คือ รูปูปนาม เท่านั้น ทั้งที่

^{๖๒} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๑๙.

^{๖๓} ชุ.ป.อ. (ไทย) ๖๙/๗/๒/-/๔๖๕.

^{๖๔} ส.ข. (ไทย) ๑๗/๕๙/๙๖., ๑๗/๗๙/๑๒๓.

เป็นอดีต อนาคต ปัจจุบัน ภายใน หรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีต ไกลหรือใกล้ก็ตาม พิจารณาเห็นโดยสภาพเป็นไตรลักษณ์ คือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

๓.๓ ไตรลักษณ์

ไตรลักษณ์ มีเรียกขานในพระพุทธศาสนาเท่านั้น ปรากฏชื่อเรียกเป็นไวพจน์อีกคือ สามัญลักษณ์ะ ธรรมนิยาม และธรรมฐิติ ในพระไตรปิฎกกล่าวถึง สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา

พระพรหมคุณาภรณ์ กล่าวไว้ว่า กฎธรรมชาตินี้ เป็น ธาตุ คือ เป็นภาวะที่ทรงตัวอยู่โดยธรรมดา เป็นธรรมฐิติ คือภาวะที่ตั้งอยู่หรือยืนตัวเป็นหลักแน่นอนโดยธรรมดา เป็นธรรมนิยาม คือกฎธรรมชาติหรือกำหนดแห่งธรรมดา ไม่เกี่ยวกับผู้สร้างบันดาลหรือการเกิดของศาสนาหรือศาสดาใด ๆ กฎธรรมชาตินี้แสดงสถานะของศาสดาในความหมายของพุทธธรรมด้วยว่าเป็นผู้ค้นพบกฎเหล่านี้ แล้วนำมาแสดงเปิดเผยแก่ชาวโลก^{๖๕}

ศ.ดร.ประยงค์ แสนบุราณ อธิบายถึงสภาวะของธรรมชาติว่า จัดอยู่ในกฎของไตรลักษณ์ เป็นกฎเกณฑ์ที่สังขารทั้งหลายทั้งปวง จะมีชีวิตก็ตามไม่มีชีวิตก็ตาม จะต้องตกอยู่ในกฎเกณฑ์นี้ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เป็นเส้นทางเดินของสังขาร ซึ่งไม่มีสังขารใดไม่ใช้เส้นทางนี้ เป็นกฎเกณฑ์เป็นไปตามธรรมชาติ เพื่อให้เข้าใจเรียกว่า กฎธรรมชาติอันยิ่งใหญ่และมีความลึกลับมาก โดยเฉพาะอนัตตลักษณะ เป็นกฎลึกลับที่ไม่มีใครรู้เลย ยกเว้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า หรือแม้แต่ข้อหนึ่งหรือข้อสองถึงจะไม่ลึกลับมากนัก แต่ก็ยากที่คนทั่วไปจะเข้าใจ โดยเฉพาะทุกขตา ถ้ามองว่ามีความทุกข์ ทุกคนพอจะเข้าใจ แต่ถ้ามองให้ลึกถึงสาเหตุแห่งความทุกข์และความดับทุกข์เป็นเรื่องยากที่ทุกคนจะแทงทะลุปรุโปร่ง^{๖๖}

ดังนั้น ในไตรลักษณ์มีคำควรศึกษาอยู่ ๒ คำ คือ สังขาร และธรรม มีความหมายที่ต่างกัน แต่อยู่ในที่เดียวกัน

คำว่า “สังขาร” หมายถึง สภาวะที่ถูกปรุงแต่ง คือ รูปธรรมและนามธรรม สิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิต หรืออีกนัยหนึ่งคือ สิ่งที่เป็นสังขารธรรมทั้งหลายทั้งปวงไม่ว่าจะเป็นรูปธรรมหรือนามธรรม ยกเว้นพระนิพพานซึ่งเป็นวิสังขารเท่านั้น

คำว่า “ธรรม” หมายถึง สภาพทุกอย่างที่ไม่มีขีดขั้นจำกัด ครอบคลุมทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่และไม่สามารถสัมผัสได้ ทั้งที่เป็นวัตถุและจิตใจ ทั้งที่คิดถึงได้และคิดถึงไม่ได้ ทั้งที่มีปัจจัยปรุง

^{๖๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*, หน้า ๖๒-๖๓.

^{๖๖} ศ.ดร.ประยงค์ แสนบุราณ, *พระพุทธศาสนาเถรวาท*, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (ขอนแก่น: หจก.โรงพิมพ์คลังน่านาวิทยา, ๒๕๕๗), หน้า ๒๔๔.

แต่งและไม่มีปัจจัยปรุงแต่ง (สังขตธรรมและอสังขตธรรม) ทั้งที่เป็นกุศลและอกุศล และทั้งที่เป็นโลกียะและ โลกุตตระ^{๖๗}

โดยเฉพาะสภาวะที่ปัจจัยปรุงแต่งนั้น แสดงให้เห็นว่าสังขารทั้งหลาย หรือสภาวะที่ปัจจัยปรุงแต่งหรือสภาวะที่ปัจจัยทั้งหลายมารวมกันแล้วแต่งสรรคขึ้น หรือสภาวะที่ปรากฏและเป็นไปตามเงื่อนไขของปัจจัยนั้น ๆ ทั้งที่ปรากฏเป็นรูปธรรมหรือนามธรรม ทั้งที่เป็นโลกียธรรมหรือโลกุตตรธรรม และทั้งที่เป็นความดีและความชั่ว เว้นแต่พระนิพพานเท่านั้น นอกนั้นเป็นสังขารธรรม มีลักษณะ (๑) ความเกิดขึ้นปรากฏ (๒) ความแตกดับปรากฏ (๓) เมื่อดำรงอยู่ ความผันแปรปรากฏ ส่วนอสังขตธรรม หมายถึง ธรรมที่ไม่มีปัจจัยปรุงแต่ง มีลักษณะ (๑) ไม่ปรากฏความเกิด (๒) ไม่ปรากฏความสลาย (๓) เมื่อดำรงอยู่ไม่ปรากฏความผันแปร^{๖๘} อสังขตธรรม อยู่นอกเหนือการเกิดการดับและการเปลี่ยนแปลง ปราศจากเงื่อนไขของสังขารทั้งปวง

สรุปได้ว่า สังขาร คือ สังขตธรรมทั้งปวงไม่เที่ยง และเป็นทุกข์ ตามหลักแห่งไตรลักษณ์ และเป็นอนัตตาด้วย แต่อสังขตธรรมหรือวิสังขาร คือ นิพพาน ไม่ขึ้นต่อภาวะเช่นนี้

ธรรมทั้งปวง คือ ทั้งสังขตธรรมและอสังขตธรรม ทั้งสังขารและไม่ใช่สังขาร หรือวิ สังขาร คือ สภาวะทุกอย่างทั้งหมดทั้งสิ้น รวมทั้งนิพพาน เป็นอนัตตา คือ ไร้ตัวมิใช่ตน อนัตตาเท่านั้น เป็นลักษณะร่วมที่มีทั้งในสังขตธรรมและอสังขตธรรม ส่วนอนิจจตาและทุกขตาเป็นลักษณะที่มีเฉพาะในสังขตธรรม ทำให้แตกต่างจากอสังขตธรรม...

คำสอนเรื่องไตรลักษณ์เป็นกระบวนการที่สืบเนื่องถึงกันและกัน ดังอุทาหรณ์ที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ในอนัตตลักขณสูตร แก่ภิกษุปัญจวัคคีย์ สรุปความได้ว่า ภิกษุทั้งหลาย ชั้น ๕ มีรูปเป็นต้น เป็นของเที่ยงหรือไม่ ภิกษุทูลว่า ไม่เที่ยงฯ เมื่อไม่เที่ยงเป็นทุกข์หรือเป็นสุขฯ เป็นทุกข์ เมื่อเป็นทุกข์สิ่งทั้งปวงล้วนไม่ไม่ใช่ตัวตนของเรา เป็นต้น จึงต้องขยายความไตรลักษณ์ต่อไปดังนี้

๓.๓.๑ อนิจจตา หมายถึง ความไม่เที่ยง ความไม่คงที่ ความไม่ยั่งยืน ภาวะที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมและสลายไป กล่าวคือ สิ่งที่เป็นสังขตธรรมทั้งหลายเมื่อมารวมกันเป็นรูป ก็จะคงความเป็นรูปชั่วขณะหนึ่งแล้วก็จะสิ้นไป ๆ เกิดขึ้นในอดีตแล้วก็สิ้นไปในอดีต เกิดขึ้นในปัจจุบันแล้วก็สิ้นไปในปัจจุบัน และเกิดขึ้นในอนาคตแล้วก็สิ้นไปในอนาคต แต่ที่คนไม่เห็นไม่ทราบว่ารูปลึ้นไปหรือแปรไป เพราะมีสันตติของรูปนั้น ๆ ปิดบังเอาไว้ จึงเข้าใจกันว่ารูปเที่ยง รูปถาวร รูปคงทน ไม่เปลี่ยนแปลง แท้ที่จริงแล้วเปลี่ยนแปลงทุกขณะ ไม่หยุดนิ่งเลย มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างนี้ตลอดเวลา

ศ.ดร.ประยงค์ แสนบุราณ ได้อธิบายอนิจจตามีการแสดงอรรถด้วยเหตุผลไว้ ๔ นัยว่า

^{๖๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๔๕ - ๒๔๖.

^{๖๘} อัง.ติก. (ไทย) ๒๐/๔๘/๒๐๙.

(๑) เพราะเป็นไปด้วยการเกิดขึ้นและการสิ้นไป กล่าวคือ สังขตธรรมทั้งหลายจะเกิดดับ ๆ ตลอดเวลา ไม่มีการหยุดนิ่ง มีเกิดมีดับเรื่อยไป การเกิดและการดับอย่างนี้ถือว่าเป็นธรรมชาติของสังขตธรรม เป็นธรรมดาของสังขารทั้งหลาย

(๒) เพราะเป็นของแปรปรวนเปลี่ยนแปลงจากภาวะหนึ่งไปสู่ภาวะหนึ่ง จากเด็กเป็นวัยรุ่นหนุ่มสาว จากวัยรุ่นหนุ่มสาวเป็นวัยผู้ใหญ่เป็นต้น จนเข้าสู่วัยชราจนสิ้นอายุ เมื่อสิ้นอายุแล้วก็มีภพชาติให้ไปปฏิสนธิอีก และเปลี่ยนแปลงอย่างนี้ไม่มีวันสิ้นสุด นี่คือภาวะของสังขตธรรม

(๓) เพราะเป็นของชั่วคราว ตั้งอยู่ชั่วคราวก็เปลี่ยนแปลงไป เปลี่ยนแปรไปแล้วก็ต้องอยู่อีก ตั้งอยู่แล้วก็เปลี่ยนไปอีก เป็นอย่างนี้เรื่อยไป หาความมั่นคงเที่ยงแท้ไม่ได้เลย นี่คือภาวะของสังขตธรรม

(๔) เพราะขัดแย้งกับความเที่ยง คือ สภาวะของมันเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงนั้น ชัดกนอยู่เองในตัวกับความเที่ยง หรือโดยสภาวะของมันเองที่ปฏิเสธความเที่ยงอยู่ในตัว เมื่อมองดูรู้เห็นตรงตามสภาวะของมันแล้ว ก็จะหาไม่พบความเที่ยงเลย ถึงคนจะมองให้เห็นเป็นเที่ยง มันก็ไม่ยอมเที่ยงตามที่คนอยาก จึงเรียกว่าปฏิเสธความเที่ยง^{๖๙}

อนิจจลักษณะ คือ ลักษณะไม่คงที่หรือเปลี่ยนแปลงของสังขารทั้งหลาย แต่เพราะคนเราไม่มีมนสิการถึงการเกิดขึ้นและดับไปของสังขารทั้งหลาย ประกอบการเกิดขึ้นและการสิ้นไป เป็นไปอย่างรวดเร็วและอย่างต่อเนื่อง คนจึงไม่รู้ความไม่เที่ยง การเกิดขึ้นและการสิ้นไปอย่างรวดเร็วและต่อเนื่องนี้ เรียกว่า “สันตติ” และสันตติคือตัวปิดบังอนิจจลักษณะ คนจึงไม่รู้ ไม่เห็นการเปลี่ยนแปลงของสังขารหรือเรือนร่างของตนเอง

สรุปได้ว่า ตามปกติคนเรามักชอบใจในสิ่งใด ก็อยากให้อสิ่งนั้นคงทนถาวร มีอยู่ตลอดเวลา เมื่อสิ่งนั้นมีความเปลี่ยนแปลงไปตามธรรมดาของมัน ก็เกิดความผิดหวังเป็นทุกข์เดือดร้อน ฉะนั้นความเปลี่ยนแปลงจึงไม่มีโทษในตัวของมันเอง แต่ก่อให้เกิดทุกข์โทษแก่คนยึดถือ หรือคนที่ไม่รู้ความจริงเกี่ยวกับหลักของอนิจจัง

๓.๓.๒ ทุกขตา หมายถึง ความเป็นทุกข์ ภาวะที่ถูกบีบคั้นด้วยการเกิดขึ้นและการสลายตัว ภาวะที่กดตัน ผืนและขัดแย้งในตัว เพราะปัจจัยที่ปรุงแต่งให้มีสภาพเป็นอย่างนั้นเปลี่ยนแปลงไป จะทำให้คงอยู่ในสภาพนั้นไม่ได้ ภาวะที่ไม่มีความสมบูรณ์มีความบกพร่องในตัวไม่ให้ความสมอยากแท้จริง หรือความพึงพอใจเต็มที่แก่ผู้ที่อยากด้วยตัณหา และก่อให้เกิดทุกข์แก่ผู้เข้าไปอยาก เข้าไปยึดด้วยตัณหาอุปาทาน

^{๖๙} ศ.ดร.ประยงค์ แสนบูรณ, พระพุทธศาสนาเถรวาท, หน้า ๒๔๙.

ในคัมภีร์ธรรมบทให้ความหมาย “ทุกขตา” ว่าความเป็นทุกข์ หรือแปลว่า ความเป็นสภาพที่ทนได้ยาก หมายถึงสังขตธรรมทั้งหลายตกอยู่ในสภาพทุกข์ทรมาณ ยากที่จะทนอยู่ในสภาพแห่งความเป็นทุกข์นั้นได้^{๗๐}

ศ.ดร.ประยงค์ แสนบุราณ อธิบายถึงทุกขตาไว้ว่า

ชื่อว่าเป็นทุกข์เพราะเป็นของน่ากลัว ด้วยเหตุที่สังขารทั้งหลายเมื่อถูกบีบคั้นทั้งการเกิด การดำรงอยู่และการสิ้นไปจะอยู่ในสภาพที่มีความทุกข์ เมื่อมีความทุกข์อยู่ทุกขณะจึงชื่อว่ามีคความน่ากลัวของตัวสังขารเอง และเป็นสภาพที่ผุพังแตกสลายไป จะต้องย่อยยับมลายสิ้นไป จึงไม่มีความปลอดภัย ไม่ให้ความปลอดภัยโปร่งโล่งใจ เมื่อประมวลความหมายของทุกข์มี ๔ นัย คือ

(๑) เพราะมีความบีบคั้นอยู่ตลอดเวลา หมายความว่า สังขารทั้งหลายมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ทุกขณะ เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ทุกขณะ การเปลี่ยนแปลงนี้ทำให้เกิดทุกข์แก่สังขารอยู่ทุกขณะหรือตลอดเวลา ทุก ๆ ลมหายใจเข้าออก สังขารก็จะเปลี่ยนแปลงไปและทุกการเปลี่ยนแปลง หมายถึง ทุกข์เกิดขึ้นตลอดการเปลี่ยนแปลงนั้น

(๒) เป็นสภาพทนได้ยาก หมายความว่า สังขารทั้งหลายจะทนทานต่อการเปลี่ยนแปลงและให้ตัวเองอยู่ในสภาพเดิมนั้นยาก มันต้องเปลี่ยนแปลงไปตามกฎของสสาร เมื่อสังขารคือสสารมันจึงทนต่อการเปลี่ยนแปลงเสื่อมสลายนั้นยาก

(๓) เพราะเป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์ หมายถึง สังขารทั้งหลายเป็นที่ตั้งหรือเป็นที่รองรับความทุกข์ทั้งหลายที่มีอยู่ เมื่อไม่มีสังขารรองรับ ความทุกข์จะเกิดได้จากที่ไหนและจะตั้งอยู่ได้อย่างไร ความทุกข์ที่เกิดขึ้นและตั้งอยู่เพราะมีสังขารนั่นเอง

(๔) เพราะแย้งต่อความทุกข์ โดยปกติสังขตธรรมทั้งหลายหรือสังขารทั้งหลายล้วนแต่มีความทุกข์ทั้งนั้น เพราะสังขารเป็นรังแห่งโรค เป็นทุกข์ในตัวมันเองเพราะมันมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ... ตัวสังขารจึงเป็นปฏิปักษ์ต่อความสุข เพราะความสุขจะไม่เกิดท่ามกลางการเปลี่ยนแปลง ขัดแย้ง และบีบคั้น สภาพจริง ๆ ของความทุกข์ซึ่งมีสังขารเป็นตัวรองรับมันจึงขัดแย้งกับความสุข เมื่อความทุกข์น้อยลงจึงเรียกว่าความสุข อันที่จริงความสุขมิได้มี แต่มีความทุกข์น้อยลงเท่านั้น ดังนั้นภาวะของสังขารจริง ๆ มีแต่ความทุกข์ และตัวความทุกข์จึงขัดแย้งกับความสุข^{๗๑}

ทุกข์ลักษณะ คือ ลักษณะที่ทนได้ยากของสังขารทั้งหลาย หรือลักษณะที่เป็นทุกข์ของสังขารดังกล่าวมาแล้ว มีคำถามว่า ทำไมคนจึงไม่รู้จักทุกข์หรือไม่รู้สึกภาวะแห่งความยุ่งยากลำบากในสังขารของตนเอง คำตอบว่า เพราะมี “อิริยาบถ” มาปิดบังทุกข์ลักษณะ กล่าวคือมีการสับเปลี่ยน

^{๗๐} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๗๙/๕๓.

^{๗๑} ศ.ดร.ประยงค์ แสนบุราณ, พระพุทธศาสนาเถรวาท, หน้า ๒๔๔ - ๒๕๐.

อิริยาบถของสังขารไปเรื่อย ๆ ทำให้ความทุกข์ในสังขารไม่เด่นชัดหรือไม่ปรากฏมาก หรือมีทุกข์น้อยในสังขาร คนจึงไม่รู้สึกรู้ว่าตัวเองมีความทุกข์ ดังนั้น อิริยาบถ คือ ตัวปิดบัง ทุกขลักษณะ ทำให้คนไม่เข้าใจภาวะแห่งทุกข์ของตัวเอง

จากการค้นพบว่าทุกข์มีการจำแนกแจกเป็นหมวดหมู่ไว้ดังนี้

ทุกข์หมวดที่ ๑

ทุกข์ตา ๓ ทุกข์ประเภทนี้มีความสำคัญมีความหมายที่ครอบคลุมทุกข์ไตรลักษณ์ คือ

(๑) สภาวะทุกข์คือทุกข์ ทุกข์ที่เป็นความรู้สึกทุกข์ ได้แก่ ความทุกข์ทางกายและทุกข์ทางใจ อย่างที่เข้าใจโดยสามัญ ตรงตามชื่อและตามสภาพ เช่นความเจ็บปวด ไม่สบาย เมื่อยขบ คับแคँใจ เป็นต้น หมายถึงทุกข์เวทนานั้นเอง

(๒) สภาวะทุกข์คือสังขาร หมายถึง สภาวะของสังขารทุกสิ่งทุกอย่าง หรือสิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่เกิดจากเหตุปัจจัย ได้แก่ขันธ์ ๕ ทั้งหมดเป็นทุกข์ คือเป็นสภาพที่บีบคั้นกดดันด้วยการเกิดขึ้นและการเสื่อมสลายของปัจจัยต่าง ๆ ที่ขัดแย้ง ทำให้คงอยู่สภาพเดิมไม่ได้

(๓) สภาวะทุกข์คือความแปรผันไป หรือทุกข์ที่แฝงอยู่ในความแปรปรวน ได้แก่ความรู้สึกสุขหรือสุขเวทนา เมื่อว่าโดยสภาวะที่แท้จริง ก็เป็นเพียงทุกข์ในระดับหนึ่ง สุขเวทนานั้นจึงเท่ากับเป็นทุกข์แฝง หรือมีทุกข์ตามแฝงอยู่ด้วยตลอดเวลาซึ่งจะกลายเป็นความรู้สึกทุกข์ หรือก่อให้เกิดทุกข์ขึ้นได้ในทันทีที่เมื่อใดก็ตามสุขเวทนานั้นแปรปรวนไป

ทุกข์หมวดที่ ๒

๑) นิพพัทธทุกข์ ได้แก่ ความไม่สบายกายไม่สบายใจ อันเกิดแก่มนุษย์ทุกคน ทุกชาติชั้น วรรณะตลอดเวลา คือความไม่สบายอันเกิดจากความเปลี่ยนแปลงของบรรยากาศ เช่น ความหนาวเกินไป ความร้อนเกินไป ความทุกข์ทรมานอันเกิดจากความต้องการทางร่างกาย เช่น ความหิว กระหาย การปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ ความปวดเมื่อยตามร่างกาย เป็นต้น

๒) พยาธิทุกข์ ได้แก่ ความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ ความเจ็บปวดทรมานอันเกิดจากโรคภัยไข้เจ็บ เกิดจากความผิดปกติทางร่างกาย เกิดจากบาดแผลร่างกายของมนุษย์เป็นสิ่งอ่อนแอและเปราะบางที่สุด คนทุกคนต้องมีความทุกข์เพราะโรคภัยไข้เจ็บอย่างใดอย่างหนึ่ง ไม่มากก็น้อยน้อยคนที่จะไม่เคยเจ็บป่วย

๓) สภาวะทุกข์ ได้แก่ ความทุกข์ที่เกิดจากชาติ - ความเกิด ชรา - ความแก่ มรณะ - ความตาย ความเกิดเป็นประตูนำไปสู่ความแก่ ความตาย และความทุกข์ทั้งปวงในชีวิต

๔) ปกิณณกทุกข์ ได้แก่ ความทุกข์ ความโศกเศร้าเสียใจ ความทุกข์ระทมใจ ความ

คับแคบใจ ความร้องไห้พิโรธำพันที่เกิดขึ้นเมื่อพลัดพรากจากคนรักของรัก หรือเจอกับคนที่เกลียดของ
ที่เกลียด และเพราะต้องการสิ่งใดไม่ได้สมควรต้องการนั้น ... ไม่มีใครที่จะไม่เคยประสบกับคนเกลียด
ของเกลียด นอกจากเขาจะ ไม่เกลียด ใครหรืออะไรเท่านั้น ไม่มีใครที่จะไม่เคยผิดหวัง นอกจากเขา
จะ ไม่มีหวัง หรือ ไม่มีความปรารถนา ในสิ่งใดเท่านั้น แต่คนธรรมดาในโลกทุกคนยังมีความรัก ยังมี
ความเกลียด ยังมีความปรารถนา จึงมีโอกาที่จะประสบกับคนทุกข์เท่าเทียมกัน

๕) สันตปาทุกข์ ได้แก่ ความเดือดร้อนกระวนกระวายใจ เพราะถูกไฟกิเลสชนิดต่าง ๆ
แผดเผา เช่น ไฟคือความรัก ไฟคือความโลภ ไฟคือความโกรธ ไฟคือความอิจฉาริษยา ไฟคือความ
อาฆาตพยาบาท ไฟคือความเกลียดชัง เป็นต้น ปุถุชนทุกคนที่ยังมีกิเลส มีโอกาสที่จะได้เสวยทุกข์
ประเภทนี้เท่าเทียมกัน พระอรหันต์เท่านั้นพ้นกิเลสจากความทุกข์ชนิดนี้

๖) วิปากทุกข์ ได้แก่ ความทุกข์ทรมาน ความเดือดร้อนใจ ความหวาดสะดุ้ง ความ
ละอายใจ ซึ่งเป็นผลของความชั่วที่ตนกระทำไปแล้วในอดีต ทุกข์ชนิดนี้สามารถหลีกเลี่ยงได้ คนที่ไม่
กระทำความชั่ว ย่อมไม่ได้เสวยทุกข์ชนิดนี้ แต่จะมีสักกี่คนที่ไม่เคยทำความชั่วทางกาย วาจา ใจเลยใน
ชีวิต

๗) อาชีวทุกข์หรืออาหารปริเยณูททุกข์ ได้แก่ ความระกำลำบาก ความเหน็ดเหนื่อย
ความเดือดร้อน ความวิตกกังวลอันเกิดจากการทำมาหาเลี้ยงชีพ การแสวงหาอาหาร เพื่อเลี้ยงชีวิต
ของตนเองและของคนที่เกี่ยวข้อง เพราะการทำมาหาเลี้ยงชีพทุกข์ชนิดล้วนแต่ต้องออกแรงกาย วาจา
ใจ ทั้งนั้น

๘) สหคตทุกข์ ได้แก่ ความลำบาก ความเหน็ดเหนื่อย ความวิตกกังวล ที่มาพร้อมกับ
ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ยิ่งคนมีลาภ ยศ สรรเสริญ โลกียสุขมากเท่าใด ก็ยิ่งมีความทุกข์ ความวิตก
กังวล ในการรักษาความสุขนั้นไว้ เพราะฉะนั้นจึงไม่มีสิ่งใดที่เรามีอยู่ จะให้แต่ความสุขสบายแก่เรา
อย่างเดียวโดยไม่นำปัญหายุ่งยากมาให้แก่เราด้วย คนยังมีลาภ ยศ สรรเสริญ โลกียสุขมากเท่าใดก็ยังมี
ความทุกข์ ความวิตกกังวล ความเหน็ดเหนื่อยในการบริหารรักษามากขึ้นเท่านั้น

๙) วิวาหมุลทุกข์ ได้แก่ ความทุกข์ ความเดือดร้อน และภัยพิบัติที่เกิดขึ้นจากการ
ทะเลาะวิวาทกับคนอื่น ๆ การทะเลาะวิวาททุกอย่างไม่ว่าจะเป็นหนักหรือเบา ย่อมก่อให้เกิดความ
โกรธ ความอาฆาตพยาบาท ความเกลียดชัง ความหวาดกลัว ความเร่าร้อนใจซึ่งเป็นความทุกข์อย่าง
แท้จริงและคนที่อยู่ในสังคมทุกคน มีโอกาสที่จะทะเลาะวิวาทกับคนอื่นไม่มากก็น้อย

๑๐) ทุกข์กัณฑ์หรือชั้นทุกข์ ได้แก่ ความทุกข์ทรมานระกำลำบากในการบริหาร
รักษาชั้น ๕ อันประกอบขึ้นเป็นตัวตนของมนุษย์ทุกคน ชั้น ๕ เป็นภาระหนักที่คนต้องแบกไว้ด้วยความ
ความยากลำบาก ความทุกข์ทั้ง ๘ ประการที่กล่าวมา เกิดขึ้นเพราะมีชั้น ๕ ถ้าไม่มีชั้น ๕ ทุกข์อื่น ๆ
ก็ไม่มี ทุกข์กัณฑ์จึงเป็นทุกข์รวบยอด

สรุปความได้ว่า ทุกข์ดังกล่าว เป็นสภาพที่ทนได้ยาก เพราะมีความบีบคั้น เป็นสภาพที่แปรปรวนไปตามธรรมชาติ ในเพราะมีอุปาทานขันธนั้นเอง หากไม่มีขันธ ความทุกข์ก็ไม่ก่อเกิด หากเป็นปุถุชนนั้นย่อมมีทั้งทุกข์กายและใจ ส่วนพระอริยบุคคลแล้วย่อมมีทุกข์กายเป็นปกติ แต่ไม่มีทุกข์ใจ

๓.๓.๓ อนัตตตา หมายถึง ความไม่เป็นตัวตน หรือไม่มีตัวตน ที่ว่าธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตาก็หมายความว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นสภาวะที่มีอยู่ เป็นอยู่หรือเป็นไปของมัน เป็นธรรมดาอย่างนั้น ๆ เอง ไม่เป็นไม่มีตัวตนที่จะครอบครอง สิ่งบังคับอะไรให้เป็นหรือไม่ให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ตามปรารถนาไม่ได้

พระพรหมคุณาภรณ์ อธิบายว่า สาธะสำคัญของอนัตตาคือการปฏิเสธความมีอยู่ของอัตตา เพราะอัตตานั้นเป็นเพียงภาพที่เกิดจากการยึดถือของมนุษย์ปุถุชน ที่ไม่มองเห็นสภาวะธรรมคือสิ่งทั้งหลายที่มันเป็น แต่มนุษย์ปุถุชนได้สร้างอัตตาหรือตัวตนขึ้นมาซ้อนสภาวะธรรม และอัตตานั้นก็บังคับเขาไม่ให้มองเห็นสภาวะธรรม^{๗๒}

พระธรรมปิฎก ได้อธิบายว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่ปรากฏเมื่อวิเคราะห์ตามสภาวะถึงที่สุดแล้ว หาใช่มีตัวที่แท้จริงไม่ แต่เป็นเพียงกระบวนการ ที่เกิดจากองค์ประกอบต่าง ๆ มาประชุมกันเข้า และองค์ประกอบเหล่านั้นแต่ละอย่าง ๆ ล้วนมีความเกิดขึ้นและเสื่อมสลาย เป็นไปโดยอาการที่สัมพันธ์สืบเนื่องส่งทอด เป็นเหตุเป็นปัจจัยแก่กัน ทั้งภายในกระบวนการที่กำหนดแยกกว่าเป็นกระบวนการหนึ่ง ๆ^{๗๓}

แสง จันทรงาม กล่าวว่า อนัตตาคือหลักคำสอนที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา เป็นคำสอนที่ทำให้พระพุทธศาสนาแตกต่างจากศาสนาอื่น ๆ ศาสนาอื่นพบหลักอนิจจังตาและทุกขตา แต่พุทธศาสนาเท่านั้นที่ค้นพบและสอนหลักอนัตตาดด้วย^{๗๔}

ศ.ดร.ประยงค์ แสนบุราณ ได้กล่าวว่าพระอรรถกถาจารย์ได้สรุปความหมายอนัตตาดตามนัยของพุทธพจน์ที่ควรกำหนด ๔ ประเด็นดังนี้

(๑) เพราะเป็นของว่างเปล่า ว่างเปล่าเพราะไม่มีตัวตนแท้เป็นแก่น เป็นแก่น เมื่อไม่มีตัวตนแท้ในสังขารทั้งปวงมันจึงเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยของมัน ไม่มีใครมาดลบันดาลให้มันเป็นไป ว่างเปล่าเพราะปราศจากสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา มันเพียงกระบวนการเท่านั้น จะเรียกว่าเป็นสัตว์ก็ไม่ใช่ บุคคลก็ไม่ใช่ เราก็อไม่ใช่ เขาก็ไม่ใช่ว่าที่จริงแล้วมันไม่มีอะไร นอกจากขันธธาตุเท่านั้น

^{๗๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๙๐.

^{๗๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), ไตรลักษณ์, หน้า ๕๒.

^{๗๔} แสง จันทรงาม, พุทธศาสนวิทยา, หน้า ๑๓๑.

(๒) เพราะเป็นสภาพไร้เจ้าของ กล่าวคือ ไม่มีใครเป็นเจ้าของครอบครองสังขารนั้น ๆ แล้วบังคับบัญชาได้ หากแต่สังขารมันเป็นไปตามกระบวนการ ไม่มีใครเป็นเจ้าของ หรือมันไม่เป็นของใคร

(๓) เพราะไม่เป็นไปในอำนาจของใคร หมายความว่า สังขารทั้งปวงไม่อยู่ในอำนาจของใคร ๆ มันอิสระของมันเอง ใครจะสั่งอะไรตามความปรารถนาของตนเองไม่ได้ เช่น เป็นหนุ่มสาวพอใจในความเป็นหนุ่มสาว บอกสังขารว่าอย่าแก่นะ ถึงเวลามันก็แก่ เมื่อแก่แล้วก็บอกว่าอย่าตายนะ แต่พอถึงเวลามันก็ตาย ไม่มีใครเป็นตัวตนแท้ภายในสังขารหรือภายนอกสังขารจะสั่งการมันได้ หากเป็นไปตามเหตุปัจจัยซึ่งเป็นกระบวนการของมันนั่นเอง

(๔) เพราะขัดแย้งตัวตน คือ ก. ขัดแย้งตัวตนแท้ซึ่งเป็นแก่นซ่อนอยู่ภายในหรือสังขารภายนอกของสังขารทั้งหลาย ตามความเป็นจริงแล้ว ตัวตนหรืออัตตาหรืออาตมันนั้นไม่มีอยู่ในสังขาร ถ้าตัวตนแท้ดังกล่าวมีอยู่ในสังขาร ถ้าต้องสั่งการให้เป็นไปตามที่ตัวตนแท้สั่งการ แต่สังขารทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมัน ไม่มีตัวตนแท้ทำอะไรมาสั่งการ ถือว่าขัดแย้งกับตัวตนแท้ ข. ขัดแย้งกับตัวตน อนัตตาคัดแย้งกับอัตตาหรือการรวมกันของธาตุทั้งหลายขึ้นมาเป็นกลุ่มก้อนนั่นเอง อัตตาหรือตัวตนของมวลสารทั้งหลายจึงไม่มีอยู่จริง^{๗๕}

อนัตตลักษณะ คือ ลักษณะไม่มีแก่น ไม่มีแกน ในสังขารทั้งหลาย มีคำถามว่า เมื่อไม่มีแก่น ไม่มีแกน ในสังขารทั้งหลายดังกล่าวนี้ ทำไมคนจึงไม่รู้หรือสัตว์ทั้งหลายไม่มีความรู้สึก คำตอบคือ เพราะมี “ขณสัญญา” หรือมีความสำคัญว่าสังขารมีกลุ่ม มีก้อน มีแกนอยู่ภายใน ความสำคัญนี้จึงผิดจากความเป็นจริงที่เป็นอยู่ เพราะเหตุนี้ขณสัญญา จึงเป็นตัวปิดกั้นอนัตตลักษณะ ทำให้คนไม่เข้าใจภาวะที่แท้จริงของตนเอง

สรุปได้ว่า ความไม่เป็นตัวตน หรือไม่มีตัวตน เพราะเป็นของว่างเปล่า เป็นสภาพที่ไร้เจ้าของ ไม่เป็นไปในอำนาจของใคร ขัดแย้งต่อตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้ เป็นต้น

๓.๔ อสุภะ

พุทธศาสนาสอนให้เห็นถึงความไม่งามของสังขาร โดยการพิจารณาร่างกายตนและผู้อื่น ด้วยการพิจารณากายนี้ เป็นอสุภะดังที่ ทรงแสดงแก่พระอานนท์ ไว้ในคิริมานันทสูตรว่าด้วย อสุภสัญญาว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นกายนี้เท่านั้น ตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไป ตั้งแต่ปลายผมลงมา มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยของไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ ว่า ‘ในกายนี้มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ใส้ใหญ่ ใส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือดเหงื่อ มันทัน น้ำตา เพลวมน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูลตร’ เป็นผู้

^{๗๕} ศ.ดร.ประยงค์ แสนบูรณ, พระพุทธศาสนาเถรวาท, หน้า ๒๕๖.

พิจารณาเห็นโดยความเป็นของไม่งามในกายนี้้อย่างนี้^{๗๖}

พระพุทธเจ้าตรัสกับภิกษุทั้งหลาย เปรียบผู้ที่มากไปด้วยอารมณ์ว่างามเป็นเช่นกับต้นไม้ที่มีกำลังไม่แข็งแรง ตั้งอยู่ริมเหวและเขาขาด ส่วนผู้ที่เห็นอารมณ์ว่าไม่งามอยู่ เป็นผู้ไม่หวั่นไหวเลย เหมือนภูเขาหินแท่งที่บว่า “ภิกษุทั้งหลาย พวกเธออย่าได้กล่าวอย่างนั้น, จุลกาล ลูกขึ้น ลูกขึ้นพร้อมแล้ว มากไปด้วยอารมณ์ว่างามอยู่ เป็นเช่นกับต้นไม้ที่มีกำลังไม่แข็งแรง ตั้งอยู่ริมเหวและเขาขาด, ส่วนนมหากาลบุตรของเรา ตามเห็นอารมณ์ว่าไม่งามอยู่ เป็นผู้ไม่หวั่นไหวเลย เหมือนภูเขาหินแท่งที่บ”^{๗๗}

ผู้ที่ปล่อยใจไปในอารมณ์ที่น่าปรารถนาอยู่ เมื่อถือโดยนิมิตคือรวบถือทั้งหมด โดยอนุพยัญชนะ คือแยกเป็นส่วนย่อย ย่อมถือว่า เล็บทั้งหลายงาม นิ้วทั้งหลายงาม มือทั้งสอง เท้าทั้งสอง แข้งทั้งสอง ขาทั้งสอง สะเอว ท้อง ถันทั้งสอง คอ ริมฝีปาก ฟันทั้งหลาย ปาก จมูก ตาทั้งสอง หูทั้งสอง คิ้วทั้งสอง หน้าผาก ผมทั้งหลาย สิ่งงาม ทรวดทรง เป็นต้นงาม บุคคลนี้ชื่อว่าตามเห็นอารมณ์ว่างาม. ผู้นั้นคือผู้ตามเห็นอารมณ์ว่างามอย่างนั้น^{๗๘} อันเป็นการเห็นที่หลงผิด

สรุปความได้ว่า อสุภะคือความไม่สวยงามของร่างกายนี้เอง ซึ่งเต็มไปด้วยของปฏิภูลต่าง ๆ ที่ผู้ได้ศึกษาควรรู้เท่าทัน เพื่อป้องกันกามฉันทะเข้าครอบงำ

๓.๕ วิปัสสนาภูมิ ๖

วิปัสสนาภูมิ หมายถึง พื้นที่กระทำวิปัสสนาหรือการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หรืออารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้นต้องกำหนดรู้อยู่ที่วิปัสสนาภูมิ และวิปัสสนาภูมินั้นมีอยู่ ๖ ภูมิด้วยกัน คือ ชั้นที่ ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ และเมื่อย่อยลงแล้วก็เป็นเพียงรูปกับนามเท่านั้น ทางเดินของวิปัสสนาก็คือ รูปกับนาม

ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จึงจำเป็นต้องเข้าใจภูมิของวิปัสสนาเสียก่อน แล้วนำมาปฏิบัติด้วยการใช้ภูมิใดภูมิหนึ่ง ส่วนมากจะนิยมใช้เรื่องชั้นที่ ๕ มาเป็นอารมณ์หรือเป็นภูมิของการปฏิบัติ เพราะสามารถกำหนดได้ง่าย

๓.๕.๑ ชั้นที่ ๕

ชั้นที่ ๕ เป็นภูมิเบื้องต้นของวิปัสสนาภาวนา หากไม่มีชั้นอย่างอื่นก็คงมีไม่ได้เช่นกัน จึงต้องกล่าวเรื่องของชั้นที่ ๕ เป็นประการแรก

ชั้นที่ ๕ ประกอบด้วย รูปชั้นที่ เวทนาชั้นที่ สังขารชั้นที่ วิญญาณชั้นที่ ที่ได้ชื่อว่าชั้นที่ ๕

^{๗๖} อัง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๒๙.

^{๗๗} ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๐/๑/๒/๑/๗๖.

^{๗๘} ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๐/๑/๒/๑/๗๗.

เพราะเป็นกอง ประชุมด้วยปรากฏการณ์ ๑๑ อย่าง คือ เป็นสภาพที่เป็นอดีต เป็นสภาพที่เป็นอนาคต เป็นสภาพที่เป็นปัจจุบัน เป็นสภาพที่เป็นภายในตน เป็นสภาพที่เป็นภายนอกตน เป็นสภาพที่หยาบ เป็นสภาพที่ละเอียด เป็นสภาพที่ขุ่นดำ เป็นสภาพที่ขุ่นประณีต เป็นสภาพที่ไกล เป็นสภาพที่ใกล้^{๗๙}

รูปชั้นธ ได้แก่ ธรรมชาติที่มีความสลายไป โทรมไป เพราะปัจจัยที่เป็นข้าศึกทั้งหลาย มี หนาวร้อนเป็นต้นเป็นลักษณะ เพราะรวมธรรมชาติทั้งปวงนั้นเข้าด้วยกัน แม้เป็นอย่างเดียวกัน โดย ลักษณะคือความสลายไป^{๘๐}

เวทนาชั้นธ มีลักษณะเสวยอารมณ์ ได้แก่ ความรู้สึกสุขหรือทุกข์หรือเฉย ๆ หรือการ เสพเสวยอารมณ์ที่เข้ามากระทบ เมื่ออารมณ์ภายนอกเข้ามากระทบจิต แล้วจิตเกิดความรู้สึกทุก ครั้ง^{๘๑} ดังพุทธพจน์ในสุขสูตร “สุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา ความเสวยอารมณ์อย่างใด อย่างหนึ่ง ที่เป็นสุขหรือทุกข์ หรือมิใช่สุขมิใช่ทุกข์ ทั้งที่เป็นภายใน ทั้งที่เป็นภายนอกมีอยู่ ภิกษุรู้ว่ เวทนานี้เป็นทุกข์ มีความพินาศแตกสลายเป็นธรรมดา ถูกต้องสัมผัสความเสื่อม(ด้วยญาณ)อยู่ย่อม คลายความยินดีในเวทนาเหล่านั้นด้วยประการอย่างนี้”^{๘๒} ซึ่งเกิดจากผัสสะทางประสาททั้ง ๕ และ ทางใจ

สัญญาชั้นธ ได้แก่ ความกำหนดได้ หรือหมายรู้ คือ กำหนดรู้อาการเครื่องหมายลักษณะ ต่าง ๆ อันเป็นเหตุให้จำอารมณ์นั้น ๆ อาศัยการจับเผชิญ หรือการเทียบเคียงระหว่างประสบการณ์ หรือความรู้เก่ากับความรู้ใหม่ เป็นกระบวนการเรียกเก็บ รวบรวม และสั่งสมข้อมูลของการเรียนรู้และ วัตถุประสงค์ของความคิดนั่นเอง สัญญาเกี่ยวเนื่องกับการดำเนินชีวิตของมนุษย์อย่างมาก แต่ในขณะเดียวกันก็ มีโทษมิใช่น้อย เพราะทำให้ไม่สามารถเข้าถึงความจริงแท้ที่อยู่ลึกไปได้^{๘๓}

สังขารชั้นธ องค์ประกอบหรือคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิตมีเจตนาเป็นตัวนำ ซึ่งแต่งจิตให้ดีหรือ ชั่วหรือเป็นกลาง ๆ ประจุแปรการตริตริกนึกคิดในใจ และการแสดงออกทางกายวาจา ให้เป็นไปต่าง ๆ เป็นที่มาของกรรม เช่น ศรัทธา สติ หิริ โอตตปปะ ปัญญา โมหะ โลภะ เป็นต้น เรียกกรรมอย่างง่าย ๆ ว่าเครื่องปรุงของจิต เครื่องปรุงของความคิด หรือเครื่องปรุงของกรรม^{๘๔}

วิญญานชั้นธ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางประสาททั้ง ๕ และทางใจ คือ การเห็น การได้ยิน การได้

^{๗๙} ดูรายละเอียดใน อภ.วิ (ไทย) ๓๑/๒ - ๓๑/๑ - ๑๕.

^{๘๐} พระพุทธโฆสเถร, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, หน้า ๗๔๑.

^{๘๑} ศ.ดร.ประยงค์ แสนบุราณ, **พระพุทธศาสนาเถรวาท**, พิมพ์ครั้งที่ ๑ (ขอนแก่น: โรงพิมพ์คลังงานนา วิทยา, ๒๕๕๗), หน้า ๓๓๘.

^{๘๒} ส.ส. (ไทย) ๑๘/๒๕๐/๒๗๐.

^{๘๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๕, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธีม, ๒๕๕๕), หน้า ๑๔ - ๑๕.

^{๘๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, หน้า ๑๔.

กลิ่น การรู้รส การรู้สัมผัสทางกาย และการรู้อารมณ์ทางใจ

พระพรหมคุณาภรณ์ ได้อธิบายความรู้ในวิญญูณว่ามี ๒ ระดับ คือ (๑) ความรู้ต้น คือ ความรู้แรกเริ่ม เมื่อเห็น ได้ยิน เป็นต้น (เกิดวิญญูณขึ้น) จึงจะรู้สึกชื่นใจหรือบิ่บคั้นใจ (เวทนา) จึงจะกำหนดได้ว่าเป็นนั่นเป็นนี่ (สัญญา) จึงจะจำนงตอบและคิดปรุงแต่งไปต่าง ๆ (สังขาร) (๒) ความรู้ตาม คือ รู้ควไปตามกิจกรรมของชั้นอื่น ๆ เช่น รู้สึกสุขสบาย (เวทนา) ก็รู้ว่าเป็นสุข (วิญญูณ) รู้สึกบิ่บคั้นใจไม่สบาย (เวทนา) ก็รู้ว่าเป็นทุกข์ หมายรู้ว่าอย่างนี้เป็นสุข อย่างนี้เป็นทุกข์ (สัญญา) ก็รู้ไปตามนั้น เมื่อคิดนึกปรุงแต่งตั้งเจตจำนงไปอย่างใด ๆ (สังขาร) ก็ย่อมมีความรู้ความอยู่พร้อมกันด้วย โดยตลอด กระแสความรู้ย่นพื้น ซึ่งเกิดดับต่อเนื่องกันตลอดเวลาควไปนามชั้นอื่น ๆ หรือกิจกรรมทุกอย่างในจิตใจ^{๘๕}

วิธีกำหนดชั้นธในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปาทานชั้น ๕ อยู่ว่า ‘ชั้น ๕ เป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งชั้น ๕ เป็นอย่างนี้ ความดับแห่งชั้น ๕ เป็นอย่างนี้’^{๘๖} หมายความว่า พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนให้พิจารณาชั้น ๕ ถึงความเกิด – ดับ มีสติเฉพาะหน้า ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลกแล

คัมภีร์วิสุทธิมรรค กล่าวถึง ผู้เห็นอชฌตติกรุป คือรูปภายนอกโดยความเป็นของไม่งาม ชื่อว่ากำหนดรู้กวางิการาหาร ย่อมละวิปลาสว่างามในสิ่งที่ไม่งามเสียได้ ย่อมข้ามกาโมหะได้ ย่อมไม่ถือมั่นกามูปาทาน ผู้เห็นเวทนาโดยความเป็นทุกข์ ชื่อว่ากำหนดรู้ผัสสาหารย่อมละความวิปลาสว่าง่าเป็นสุขในสิ่งที่เป็นทุกข์เสียได้ ย่อมข้ามภโวหะ ย่อมไม่ถือมั่นในสัลลพตูปาทานผู้เห็นสัญญาและสังขารทั้งหลายโดยความเป็นอนัตตา ชื่อว่ากำหนดรู้มโนสญเจตนาหาร ย่อมละความวิปลาสว่าง่าเป็นตนในสิ่งที่ไม่ใช่ตนเสียได้ ย่อมข้ามทัญญูโรหะได้ ย่อมไม่ถือมั่นอัตตวาตูปาทาน ผู้เห็นวิญญูณโดยความเป็นอนิจจัง ชื่อว่ากำหนดรู้วิญญูณหาร ย่อมละความวิปลาสว่าง่าที่ยังในสิ่งที่ไม่เที่ยงเสียได้ ย่อมข้ามอวิโชหะ ย่อมไม่ถือมั่นทัญญูรูปาทาน^{๘๗}

สรุปได้ว่า ชั้น ๕ เป็นภูมิเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา ย่อลงได้แก่และรูปและนามรูปชั้น บางที่เรียกว่า รูปธรรม ส่วนชั้นอีก ๔ คือ เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น วิญญูณชั้น รวมเรียกว่า นามชั้น แปลว่า น้อมไปสู่อารมณ์ เป็น อรูปธรรม คือชั้นที่ไม่มีรูป บางที่เรียกว่า นามธรรม

^{๘๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๑๕ – ๑๖.

^{๘๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘ - ๓๑๙.

^{๘๗} พระพุทธโฆสเถร, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๘๐๓ - ๘๐๔.

๓.๕.๒ आयตนะ ๑๒

อายตนะเป็นสภาพธรรมที่เชื่อมต่อของสนามวิญญูญาณ เพื่อเกิดผัสสะ เวทนา และวิญญูญาณ อายตนะภายใน เรียกอีกอย่างว่า อินทรีย์ ๖ เพราะเป็นใหญ่ในหน้าที่ของตนเอง มีหน้าในการรับอารมณ์ ๖ ที่มากระทบตน อายตนะภายนอกเรียกอีกอย่างว่า อารมณ์ ๖ มีหน้าที่ในการรับกระทบจากอินทรีย์

พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า ปุณ จปร ภิกขเว ภิกขุ ฌเมสุ ฌมาปัสสี วิหริติ ฌสุ อชฌตติกพาหิเรสุ आयตเนสุ ฯ กถณจ ภิกขเว ภิกขุ ฌเมสุ ฌมานุปัสสี วิหริติ ฌสุ อชฌตติกพาหิเรสุ आयตเนสุ^{๘๘}

ความว่า ภิกขุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ อยู่ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ อยู่ อย่างไร^{๘๙}

อายตนะ เป็นธรรมที่มีความสำคัญของสัตว์โลกเพราะบังเกิดขึ้นหรือปรากฏความขึ้นแก่สัตว์โลกนั้นไม่มีอะไรที่จะไม่ต้องอาศัยอายตนะนี้ เมื่อสงเคราะห์ลงในสภาวะธรรม ได้แก่ นามและรูป เช่นเดียวกับธรรมทั้งหลายทั้งปวง แปลและให้ความหมายได้หลายอย่าง คือ

อายตนะ คือ ที่เชื่อมต่อให้เกิดความรู้ แบ่งเป็น ๒ พวก คืออายตนะภายใน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อายตนะภายนอก คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ฌัมมารมณ ซึ่งพระผู้มีพระภาคทรงตรัสไว้ว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา^{๙๐}

คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมัตถสังคหะ กล่าวว่าอายตนะ มีความหมาย ๕ อย่าง คือ เป็นที่เกิด เป็นที่อยู่ เกิดแก่สัตว์ทั้งหลาย เป็นที่ประชุม และเป็นเหตุให้เกิด ดังนี้

(๑) เป็นที่เกิด หมายความว่า ตา, หู, จมูก, ลิ้น, กาย, ใจ ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นที่เกิดแห่งวิถีจิตบ่อย ๆ คือ บาป – บุญทั้งหลายต้องอาศัยเกิดที่อายตนะนี้เอง

(๒) เป็นที่อยู่ หมายความว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ที่เป็นอายตนะภายในนี้ ย่อมเป็นที่อาศัยให้จิต เจตสิกตั้งอยู่เพื่อรับอารมณ์ ที่มากระทบทวารนั้น ๆ คล้ายกับเป็นที่อยู่อาศัยของวิถีจิต จึงเรียกว่า อายตนะ

(๓) เกิดแก่สัตว์ทั้งหลาย หมายความว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ย่อมไม่มีเกิดที่อื่น นอกจากเกิดขึ้นอยู่ในตัวสัตว์ ไม่เลือกเพศ, เลือกภูมิ, ทั้งอบายสัตว์, มนุษย์, เทวดา, และพรหม ย่อมมีอายตนะเกิดได้ทั่วไปทั้งสิ้น (เว้นอัสถุญสัตว์พรหม)

(๔) เป็นที่ประชุม หมายความว่า อายตนะภายในกับอายตนะภายนอกมาประชุมกัน

^{๘๘} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๔/๒๕๘.

^{๘๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙.

^{๙๐} ดูรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๘/๑๕๖ – ๑๕๗/๑๙๓ – ๑๙๕.

กล่าวคือ รูปายตนะ เป็นต้น จนถึงอัมมายตนะ ย่อมต้องมาประชุมกันที่ ตา, หู, จมูก, ลิ้น, กาย, ใจ จึงเรียกว่า อายตนะ เพราะเป็นที่ประชุมแห่งทวารและอารมณ์ เสมือนเป็นที่ประชุมแห่งวิถีจิตทั้งหลายด้วย ถ้าอายตนะไม่มาประชุมกัน วิถีจิตเหล่านั้นจะมีไม่ได้

(๕) เป็นเหตุให้เกิด หมายความว่า ถ้าไม่มีอายตนะภายในและภายนอกแล้ว วิถีจิตทั้งหลายที่เกิดไม่ได้ เพราะธรรมดาวิถีจิตจะเกิดขึ้นได้ ต้องอาศัยอายตนะภายในและภายนอกเป็นเหตุให้เกิดขึ้น^{๙๑}

พระธรรมธีรราชฆานูมิ ได้อธิบายไว้ว่า อายตนะ แปลว่า ทำให้สังสารทุกข์เกิดขึ้น หมายความว่า สรรพสัตว์พากันหลงจมอยู่ในวิญญูสังสารไม่รู้จักหนทางไปสู่มรรค ผล นิพพาน เกิดความมืดมนอนธการเพราะอวิชชาทอหุ้ม จึงพากันก่อกรรมทำชั่วตลอดไป เมื่อทำกรรมแล้วย่อมได้ผลของกรรมคือวิบาก เมื่อวิบากเกิดแล้วกิเลสก็เกิดอีก วนกันอยู่ในห้วงมหรณพภพสังสารอย่างนี้ตลอดไปไม่รู้จักสิ้นสุดยุติลงได้ ทั้งนี้เพราะอาศัยอายตนะเป็นเหตุ^{๙๒}

ในคู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะได้แสดงถึงอายตนะทั้ง ๑๒ มีความหมายและองค์ธรรมดังนี้

(๑) จักขวยตนะ จักขุ ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ จักขุ ปสาท เป็นรูปธรรม

(๒) โสตายตนะ โสตะ ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ โสต ปสาท เป็นรูปธรรม

(๓) ฆานายตนะ ฆานะ ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ ฆาน ปสาท เป็นรูปธรรม

(๔) ชิวหายตนะ ชิวหา ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ ชิวหา ปสาท เป็นรูปธรรม

(๕) กายายตนะ กายะ ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ กาย ปสาท เป็นรูปธรรม

(๖) รูปายตนะ รูปารมณ์ ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ វិณณรูป เป็นรูปธรรม

(๗) สัททหายตนะ สัททารมณ์ ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ สัททรูป เป็นรูปธรรม

^{๙๑} วรรณสิทธิ ไหวทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๗, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพยวิสุทธิ์, ๒๕๔๗), หน้า ๑๑๖.

^{๙๒} พระธรรมธีรราชฆานูมิ (โชดก ญาณสิทธิ), วิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินติ้งจำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๙๔๐.

(๘) คັນชายนะ คันธารมณฺ์ ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ คันธรูป เป็นรูปธรรม

(๙) รสายนะ รสารมณฺ์ ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ รสรูป เป็นรูปธรรม

(๑๐) โผฏฐัพพายนะ โผฏฐัพพารมณฺ์ ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ ปฐวีรูป, เตโชรูป, และวาโยรูป

(๑๑) มนายนะ จิต ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด โดยเฉพาะในที่นี้ หมายถึงทวาร องค์ธรรมได้แก่ จิตทั้งหมด

(๑๒) อัมมายนะ ธรรม ชื่อว่า อายตนะ เพราะเป็นเหตุให้จิตเจตสิกเกิด องค์ธรรมได้แก่ธรรม ๖๙ คือ ก. สุขุมรูป ๑๖ เป็นรูปธรรม ข. เจตสิก ๕๒ เป็นนามธรรม (นามเจตสิก) ค. นิพพาน ๑ เป็นนามธรรม (นามนิพพาน)^{๙๓}

จากการศึกษาสามารถแยกอายตนะทั้ง ๑๒ นี้ โดยความเป็นรูปนามได้ดังนี้

อายตนะภายใน ๕	อายตนะภายนอก ๕	เป็นรูปธรรมล้วน
มนายนะ (จิต)		เป็นนามธรรมล้วน
ธรรมายตนะ		เป็นทั้งนามและรูป
เจตสิกกับนิพพาน		เป็นนามธรรม
สุขุมรูป ๑๖		เป็นรูปธรรม

วิธีกำหนดอายตนะในการปฏิบัติวิปัสสนากถา

พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนไว้ว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ รู้ชัดอายตนะภายใน รู้ชัดอายตนะภายนอก สังโยชนใดที่อาศัยอายตนะทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัดสังโยชนนั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชนที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น การละสังโยชนที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วย เหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น และสังโยชนที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น^{๙๔}

สรุปความได้ว่า การกำหนดอายตนะก็คือให้รู้ว่า เหตุที่เกิดสังโยชนผูกสัตว์เอาไว้ มีจากสิ่งใด เช่นตาเห็นรูป เกิดการกระทบเรียกว่าผัสสะ เกิดความความรู้เข้าใจ เรียกว่า วิญญาณ เกิดความชอบใจ ไม่ชอบใจ เรียกว่า เวทนา เมื่อกำหนดในการปฏิบัติไปแล้วพึงเข้าใจว่าแท้ที่จริงแล้วมีเพียงรูปและนามเท่านั้นที่คงอยู่ นอกนั้นไม่มีอะไรล้วนว่างเปล่า สุตทำยรูปและนามก็ว่างเปล่า

^{๙๓} วรรณสิทธิ ไททยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๗, หน้า ๑๑๘ - ๑๑๙.

^{๙๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙ - ๓๒๑.

๓.๕.๓ ธาตุ ๑๘

ธาตุ คือ สิ่งที่ทรงสภาวะของมันอยู่เองตามธรรมชาติของเหตุปัจจัย สภาวะธรรมนั้นเรียกว่า ธาตุ เช่น สภาวะที่แผ่ไปหรือกินเนื้อที่เรียกสามัญว่าธาตุแข็งหรือธาตุดิน เป็นต้น

คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ได้อธิบายความว่า โดยที่พระพุทธรองค์ทรงแสดงไว้ในพระอภิธรรมแสดงธาตุ มีจำนวน ๑๘ ธาตุ ประสงค์แสดงสภาวะที่เกี่ยวข้องในสันดานของสัตว์ โดยอาศัยทวาร อารมณ์ และวิญญาน อย่างละ ๖ ดังนี้

(๑) จักขุธาตุ จักขุ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่จะรับรู้ปารมณฺ์มากกระทบได้ องค์ธรรม ได้แก่ จักขุปสาทรูป

(๒) โสตธาตุ โสต ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่จะรับสังขารมณฺ์มากกระทบได้ องค์ธรรม ได้แก่ โสตปสาทรูป

(๓) ฆานธาตุ ฆาน ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่จะรับคันธารมณฺ์มากกระทบได้ องค์ธรรม ได้แก่ ฆานปสาทรูป

(๔) ชิวหาธาตุ ชิวหา ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่จะรับรสารมณฺ์มากกระทบได้ องค์ธรรม ได้แก่ ชิวหาปสาทรูป

(๕) กายธาตุ กาย ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งความใสที่จะรับโณภูฏัพพารมณฺ์มากกระทบได้ องค์ธรรม ได้แก่ กายปสาทรูป

(๖) รูปธาตุ รูปารมณฺ์ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับจักขุปสาทได้ องค์ธรรม ได้แก่ วัณณรูป คือสีต่าง ๆ

(๗) สัทธาตฺ สัทธารมณฺ์ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับโสตปสาทได้ องค์ธรรม ได้แก่ สัททรูป คือเสียงต่าง ๆ

(๘) คันธธาตุ คันธารมณฺ์ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับฆานปสาทได้ องค์ธรรม ได้แก่ คันธรูป คือ กลิ่นต่าง ๆ

(๙) รสธาตุ รสารมณฺ์ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับชิวหาปสาทได้ องค์ธรรม ได้แก่ รสรูป คือ รสต่าง ๆ

(๑๐) โณภูฏัพพธาตุ โณภูฏัพพารมณฺ์ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการกระทบกับกายปสาทได้ องค์ธรรม ได้แก่ ปฐวีรูป เตโชรูป และวาโยรูป คือสัมผัสต่าง ๆ

(๑๑) จักขุวิญญานธาตุ จักขุวิญญาน ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการเห็นรูปารมณฺ์ องค์ธรรม ได้แก่ จักขุวิญญานจิต ๒

(๑๒) โสตวิญญานธาตุ โสตวิญญาน ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการได้ยิน องค์ธรรม ได้แก่ โสตวิญญานจิต ๒

(๑๓) ฆานวิญญานธาตุ ฆานวิญญาน ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้กลิ่น องค์ธรรม ได้แก่

ฆานวิญญานจิต ๒

(๑๔) ชิวหาวิญญานธาตุ ชิวหาวิญญาน ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้รส องค์ธรรม ได้แก่ ชิวหาวิญญานจิต ๒

(๑๕) กายวิญญานธาตุ กายวิญญาน ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้สัมผัส องค์ธรรม ได้แก่ กายวิญญานจิต ๒

(๑๖) มโนธาตุ จิต ๓ ดวง ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้ปัญญาารมณ องค์ธรรม ได้แก่ ปัญจทวาราวชชนจิต ๑ สัมปฏิจฉนจิต ๒

(๑๗) มโนวิญญานธาตุ จิต ๗๖ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งการรู้อารมณ์ องค์ธรรม ได้แก่ จิต ๗๖ ดวง (เว้นจากทวิปัญจวิญญานจิต ๑๐ มโนธาตุ ๓)

(๑๘) ธัมมธาตุ สภาพธรรม ๖๙ ชื่อว่าธาตุ เพราะทรงไว้ซึ่งสภาวะลักษณะของตน ๆ องค์ธรรม ได้แก่ เจตสิก ๕๒ สุขุมรูป ๑๖ นิพพาน ๑^{๔๕}

กล่าวโดยสรุป ในการปฏิบัติเพื่อการไตร่ตรองพิจารณาถึงรูปนาม เพราะธาตุ ๑๘ เพียงแต่แยกให้พิสดารอีก แท้ที่จริงก็คือ อายตนะนั่นเอง เพียงแต่นำมาแยกให้เห็นว่าสิ่งนี้คือทวาร เป็นรับเข้าของอารมณ์ เมื่อรับอารมณ์แล้วย่อมเกิดความรู้ขึ้น และเป็นเหตุให้รู้ว่าธาตุ ก็คงสักเป็นเพียงธาตุ มีสภาพคงอยู่ในหลักของไตรลักษณ์ คงไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลง เป็นทุกข์ และดับไปในที่สุด ไม่สามารถคงอยู่หรือติดตามไปในที่ใดได้เลย

๓.๔.๔ อินทรีย์ ๒๒

อินทรีย์ เป็นใหญ่ เป็นผู้ปกครองต่อสภาพธรรมที่เกิดขึ้นร่วมกับตน และธรรมที่เกิดขึ้นพร้อมกันนั้น มีหน้าที่ต้องทำลายที่ที่เกิดขึ้น จึงเป็นเหตุให้อินทรีย์มีการจำแนกออกได้ถึง ๒๒ ประเด็น สุดท้ายคงไว้ได้แค่ รูปนาม ในการปฏิบัติเพื่อการพิจารณา

(๑) จักขุอินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรับรู้ปารมณ มีความผ่องใสสมควรแก่การรับอารมณ์ เป็นลักษณะมีกิจที่ดึงดูดอารมณ์มาสู่ตน และมีการช่วยเหลือให้ปัญจวิญญานเกิดขึ้นกับสำเร็จกิจในอารมณ์ของ ๆ ตน มีการเห็นรูป องค์ธรรมได้แก่ จักขุปสาทรูป

(๒) โสตินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรับสัททารมณ มีความผ่องใสสมควรแก่การรับอารมณ์ เป็นลักษณะมีกิจที่ดึงดูดอารมณ์มาสู่ตน และมีการช่วยเหลือให้ปัญจวิญญานเกิดขึ้นกับสำเร็จกิจในอารมณ์ของ ๆ ตน มีการได้ยินเสียง องค์ธรรมได้แก่ โสตปสาทรูป

(๓) ฆานินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรับคันธารมณ มีความผ่องใสสมควรแก่การรับอารมณ์ เป็นลักษณะมีกิจที่ดึงดูดอารมณ์มาสู่ตน และมีการช่วยเหลือให้ปัญจวิญญานเกิดขึ้นกับสำเร็จกิจในอารมณ์ของ ๆ ตน มีการได้กลิ่น องค์ธรรมได้แก่ ฆานปสาทรูป

^{๔๕} วรรณสิทธิ ไทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๗, หน้า ๑๒๒.

(๔) ชิวหินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรับสารภรณ์ มีความผ่องใสสมควรแก่การรับ อารมณฺ์ เป็นลักษณะมีกิจที่ตึงดูตออารมณฺ์มาสู่ตน และมีการช่วยเหลือให้ปัญจวิญญูณฺ์เกิดขึ้น กับสำเร็จกิจในอารมณฺ์ของ ๆ ตน มีการได้ลิ้มรส องค์ธรรมได้แก่ ชิวหาปสาทรูป

(๕) กายินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการรับโณฏฐัพพารมณฺ์ มีความผ่องใสสมควรแก่ การรับอารมณฺ์ เป็นลักษณะมีกิจที่ตึงดูตออารมณฺ์มาสู่ตน และมีการช่วยเหลือให้ปัญจวิญญูณฺ์ เกิดขึ้น กับสำเร็จกิจในอารมณฺ์ของ ๆ ตน มีการได้สัมผัส องค์ธรรมได้แก่ กายปสาทรูป

ในประสาททั้ง ๕ นี้ มีรูปเกิดร่วมด้วยในกลาปของตนรวมอยู่ ๑๐ รูป ทุกๆประสาทไป มี มหาภูตรูป ๔ เป็นต้น ในบรรดารูปทั้งหลายที่เกิดร่วมอยู่ในกลาปนั้น ก็มีประสาทรูปนี้เป็นใหญ่ เป็นประธานอยู่ในรูปทั้งหลายที่เกิดร่วมอยู่ด้วยกับตน

(๖) อิตถินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการแสดงออกทางภาวะเพศ ให้ปรากฏในความ เป็นหญิง องค์ธรรมได้แก่ อิตถิภาวะรูป

(๗) ปุริสินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในการแสดงออกทางภาวะเพศ ให้ปรากฏในความ เป็นชาย องค์ธรรมได้แก่ ปุริสภาวะรูป

(๘) ชิวิตินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองรูปและนาม ที่เกิดร่วมด้วยกับตน ให้ตั้งอยู่หรือให้ เป็นไปได้ในฐิตินทรีย์ของรูปและของนามนั้น ๆ องค์ธรรมได้แก่ ชิวิตรูปและชิวิตินทรีย์เจตสิก

(๙) มนินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองเป็นประธานในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตน เพราะเป็น หัวหน้าที่จะทำให้ธรรมทั้งหลายเป็นไปในอารมณฺ์นั้น ธรรมทั้งหลายในที่นี้ได้แก่เจตสิก องค์ ธรรมได้แก่ จิตทั้งหมด

(๑๐) สุขินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตนในกิจที่จะปรากฏ ความสุขสบาย ในเวลาที่ประสบกับอัญญารมณฺ์ในทางกายทวาร องค์ธรรมได้แก่ เวทนาเจตสิกที่ ในสุขสหคตกายวิญญูณฺ์จิต ๑

(๑๑) ทุกชินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตนในกิจที่จะปรากฏ ความสุขสบาย ในเวลาที่ประสบกับอนัญญารมณฺ์ในทางกายทวาร องค์ธรรมได้แก่ เวทนาเจตสิก ที่ในทุกข์สหคตกายวิญญูณฺ์จิต ๑

(๑๒) โสมนัสสินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตนในกิจที่จะปรากฏ ความโสมนัส ในเวลาที่ประสบกับอัญญารมณฺ์ในทางมโนทวาร องค์ธรรมได้แก่ เวทนาเจตสิกที่ใน โสมนัสสหคตจิต ๖๒

(๑๓) โทมนัสสินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตนในกิจที่จะปรากฏ ความโทมนัส ในเวลาที่ประสบกับอนัญญารมณฺ์ในทางมโนทวาร องค์ธรรมได้แก่ เวทนาเจตสิก ที่ ในโทสะมูลจิต ๒

(๑๔) อุเปกชินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตนในกิจที่จะปรากฏ

ขึ้นแห่งความเป็นอุเบกขา คือไม่ทำให้รู้สึกเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ ในเวลาที่ประสบกับอารมณ์ทั้ง ๖ องค์กรธรรมได้แก่ เวทนาเจตสิก ที่ในอุเบกขาสหคตจิต ๕๕

(๑๕) สัทธินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตนในกิจที่จะยังความเป็นสัทธาปสาทะ คือความเชื่อและความเลื่อมใสในอารมณ์ที่เป็นกุศล องค์กรธรรมได้แก่ สัทธาเจตสิก ที่ในโสภณจิต ๙๑

(๑๖) วิริยินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตนในกิจที่จะให้มีความเพียร ที่จะยกทำที่เกิดร่วมด้วยขึ้นสู่อารมณ์ทั้ง ๖ ที่เป็นกุศลและอกุศล องค์กรธรรมได้แก่ วิริยเจตสิก ในวิริยสัมปยุตจิต ๑๐๕

(๑๗) สตินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตนในกิจที่จะให้ระลึกอยู่ในอารมณ์ที่ตนต้องการนั้น องค์กรธรรมได้แก่สติเจตสิก ที่ในโสภณจิต ๙๑

(๑๘) สมานินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตน ในกิจการที่จะทำให้อจิตเป็นสมาธิตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ที่ตนต้องการให้อยู่ในนั้น องค์กรธรรมได้แก่ เอกัคคตาเจตสิก ที่ในจิต ๗๒ (เว้นอวิริยจิต ๑๖ วิจิกิจฉาสัมปยุตจิต ๑)

(๑๙) ปัญญินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตน ในกิจที่จะทำให้รู้ความเป็นจริงตามเหตุผลของสภาวะธรรม และมีกิจที่จะทำลายความหลงหรือความเข้าใจผิดในธรรมทั้งปวงในอารมณ์ทั้ง ๖ ที่ได้มาประสบแก่ตน องค์กรธรรมได้แก่ ปัญญาเจตสิก ที่ในญาณสัมปยุต ๔๗ หรือ ๗๙

(๒๐) อนัญญาตัญญูสสามิตินทรีย์ ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองที่ในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตน ในกิจที่จะทำให้รู้หรือริยสังจรธรรมทั้ง ๔ ที่ไม่เคยรู้ไม่เคยเห็นมาก่อนเลยในสังสารวัฏ องค์กรธรรมได้แก่ ปัญญาเจตสิก ที่ในโสตาปัตติมคคจิต ๑

(๒๑) อัญญาตวิทริย ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตน ในกิจที่จะทำให้รู้ธรรมที่เป็นโสตาปัตติมรรค ปัญญาที่เคยรู้มาแล้วนั้นและทำให้ยิ่งๆขึ้นไป องค์กรธรรมได้แก่ปัญญาเจตสิกที่ประกอบในโลภุตตรจิต ๖ ดวง เว้นโสตามรรคกับอรหัตตผลจิต

(๒๒) อัญญาตาวิทริย ธรรมชาติที่เป็นผู้ปกครองในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกับตน ในกิจที่จะทำให้รู้แจ้งในธรรมที่สุดแห่งทุกข์ คือปัญญาที่รู้ความสิ้นทุกข์ อันเป็นกิจที่จะต้องรู้อีกนั้น ไม่มีเวลาแล้วและทำให้เป็นพระชินาสพผู้ทำให้อาสวะหมดสิ้นเด็ดขาดไปแล้ว องค์กรธรรมได้แก่ปัญญาเจตสิก ที่ประกอบในอรหัตตผลจิต ๑^{๙๖}

อินทรีย์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ในการปฏิบัติเริ่มต้นด้วยการกำหนดรู้ธรรมในตนของตน พระผู้มีพระภาคเจ้าได้มีตรัสใน

^{๙๖} วรรณสิทธิ ไวทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๗, หน้า ๔๘ - ๕๐.

อินทรีภวานาวา ภิกษุในธรรมวินัยนี้เห็นรูปทางตา...ได้ยินเสียงทางหู...ดมกลิ่นทางจมูก...ลิ้มรสทางลิ้น...ถูกต้องโผฏฐัพพะทางกาย...รู้แจ้งธรรมารมณ์ทางใจแล้ว จึงเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ ภิกษุนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า เราเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้ว ความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่ง เป็นของหยาบ อาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียด ประณีต คือ อุเบกขา ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้น ที่เกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุนั้นจึงดับไป อุเบกขาย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนบุรุษมีตาคีระพริบตา แม้มันใด ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจ อันเกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่งฉนั้นนั้นเหมือนกัน ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อุเบกขาย่อมดำรงมั่น^{๙๗}

พระเสขะผู้กำลังปฏิบัติ เห็นรูปทางตา...ฟังเสียงทางหู...ดมกลิ่นทางจมูกแล้ว...ลิ้มรสทางลิ้นแล้ว...ถูกต้องโผฏฐัพพะทางกายแล้ว...รู้แจ้งธรรมารมณ์ทางใจแล้ว แล้วจึงเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ เพราะความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจที่เกิดขึ้นแล้วนั้น ภิกษุนั้นจึงอึดอัดเบื่อหน่าย รังเกียจ^{๙๘}

พระอริยะผู้เจริญอินทรีแล้ว เห็นรูปทางตาแล้ว จึงเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ ถ้าเธอหวังว่า เราพึงมีความหมายรู้ในสิ่งที่ปฏิกูลว่าเป็นสิ่งที่ไม่ปฏิกูลอยู่ ก็มีความหมายรู้ในสิ่งที่ปฏิกูลนั้นว่าเป็นสิ่งที่ไม่ปฏิกูลอยู่... เราพึงเว้นสิ่งที่ปฏิกูลและสิ่งที่ไม่ปฏิกูลทั้งสองนั้น แล้วมีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะอยู่ ก็เป็นผู้มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะในสิ่งที่ปฏิกูลและในสิ่งที่ไม่ปฏิกูลนั้นอยู่^{๙๙}

สรุปความได้ว่า การรู้รูปนามที่เกิดจาก รูปที่เกิดทางตา เสียงที่เกิดทางหู กลิ่นเกิดทางจมูก รสเกิดทางลิ้น โผฏฐัพพะเกิดทางกาย ธรรมารมณ์เกิดทางใจ แล้วเกิดชอบไม่ชอบขึ้น พึงพิจารณาเห็นการเกิดดับของอินทรีเหล่านั้น

๓.๕.๕ อริยสัง ๔

พระพุทธองค์ทรงตรัสให้ภิกษุทั้งหลายพิจารณาเห็นอริยสัง ๔ แต่เมื่อว่าโดยเหตุผลแล้ว อริยสังเป็นธรรมที่เกิดมาการปฏิบัติพิจารณามาตั้งแต่ต้น และมีอยู่ในองค์แห่งการปฏิบัติมาโดยตลอด กล่าวคือ องค์มรรค เพราะการปฏิบัติที่เข้าสู่วิปัสสนาได้ยังต้องอาศัยมรรคมีองค์ ๘ เป็นมรรคสมังคีอีกด้วย จึงกล่าวได้ว่าการปฏิบัติวิปัสสนาจะไม่องค์มรรคเลยคงเป็นไปไม่ได้แล ดังพุทธดำรัสไว้ว่า

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อริยสัง ๔

^{๙๗} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๔๕๔ - ๔๕๙/๕๐๕ - ๕๐๗.

^{๙๘} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๔๖๐/๕๐๘.

^{๙๙} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๔๖๑ - ๔๖๒/๕๐๘ - ๕๐๙.

ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อริยสัจ ๔ อยู่ อย่างไรก็ตามคือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกขสมุทัย รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกขนิโรธ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา^{๑๐๐}

แสง จันทรงาม ได้อธิบายอริยสัจไว้ว่า

อริยสัจ ความจริงอันประเสริฐ ผู้ใดรู้หรืออริยสัจด้วยญาณ ผู้นั้นจะกลายเป็นพระอริยบุคคล อาจจะถูกกล่าวได้ว่าอริยสัจเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา คำสอนทั้งหมดทั้งหมดทั้งหมดลงในอริยสัจ ยกตัวอย่าง หลักขันธ์ ๕ ปฏิจจสมุปบาท ล้วนเป็นเรื่องของทุกข์สัจทั้งสิ้น พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า ก็เพราะได้ตรัสรู้หรืออริยสัจ ๔ แม้พระสาวกทั้งปวงบรรลุดุจสูงสุดของพระพุทธศาสนาก็เพราะรู้แจ้งอริยสัจ ๔ ด้วยญาณ^{๑๐๑}

อริยสัจ เปรียบได้กับรอยเท้าช้าง ที่เป็นสัตว์ใหญ่ หมายความว่าหลักธรรมทั้งหลายทั้งหมดเมื่อสรุปลงแล้วคงอยู่ในเรื่องของอริยสัจนั่นเอง

คราวครั้งหนึ่ง พระสารีบุตรได้กล่าวกับภิกษุทั้งหลายว่า รอยเท้าของสัตว์ทั้งหลายผู้เที่ยวไปบนแผ่นดิน รอยเท้าเหล่านั้นทั้งหมดรวมลงในรอยเท้าช้าง รอยเท้าช้างชาวโลกกล่าวว่า เป็นยอดของรอยเท้าเหล่านั้น เพราะรอยเท้าช้างเป็นรอยเท้าขนาดใหญ่ แม้นั้นใด ก็กุศลธรรมทั้งหมดก็ฉนั้นเหมือนกัน นับเข้าในอริยสัจ ๔^{๑๐๒}

หมายความว่า อริยสัจ ๔ ที่พระพุทธองค์ทรงสอนเป็นของจริงอันประเสริฐ พระองค์ทรงเปรียบอริยสัจ ประดุจดั่งรอยเท้าช้าง กุศลธรรมทั้งหมดก็รวมลงในอริยสัจ ๔ คือ ทุกขอริยสัจ ทุกขสมุทัยอริยสัจ ทุกขนิโรธอริยสัจ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ

องค์ธรรมของอริยสัจ ๔ ได้แก่ ปรมัตถธรรม ๔ ประการ คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน

๑) ทุกขอริยสัจ ธรรมชาติที่เป็นทุกข์ เป็นสภาวะ อันเกิดมาจากชาติ ความเกิดเป็นทุกข์ ชรา ความแก่เป็นทุกข์ มรณะ ความตายเป็นทุกข์ โสกะ ความโศก ปริเทวะ ความคร่ำครวญ ทุกข์ ความทุกข์กาย โทมนัส ความทุกข์ใจ อุปายาส ความคับแค้นใจเป็นทุกข์ การประสบกับอารมณ์อันไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากอารมณ์อันเป็นที่รักเป็นทุกข์ การไม่ได้สิ่งที่ต้องการเป็นทุกข์^{๑๐๓}

^{๑๐๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔.

^{๑๐๑} แสง จันทรงาม, **พุทธศาสนาวิทยา**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: สร้างสรรค์บุ๊ค, ๒๕๔๔), หน้า ๑๕๔.

^{๑๐๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๐๐/๓๒๙.

^{๑๐๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๗/๓๒๔.

ทุกข์ทั้งหมดนี้มีได้เพราะอุปาทานชั้น ๕ เมื่อมีอุปาทานชั้น ทุกข์จึงเกิดขึ้น ความจริงแล้วอุปาทานชั้นนี้เป็นกอง รูปนามที่สัตว์ยึดมั่นว่าเป็นตัวตน เรา ของเรา และเห็นผิดว่าเที่ยง เป็นสุข บังคับบัญชาได้ เป็นต้น ผู้ปฏิบัติธรรมควรกำหนดรู้สภาวะของอุปาทานชั้นตามความเป็นจริง^{๑๐๔}

นายแพทย์เอกชัย จุละจาริตต์ กล่าวว่า ความทุกข์ในอริยสัจ คือความรู้สึกไม่สบายที่จิตใจ และร่างกายอันเกิดมาจากอำนาจของกิเลสเท่านั้น^{๑๐๕}

สุวัฒน์ จันทรวงศ์ อธิบายทุกข์อริยสัจไว้ว่า

มนุษย์ทุกคนมีทุกข์ สาเหตุแห่งความทุกข์คืออุปาทาน ที่ไปยึดติดอยู่กับตัณหาหรือความอยากได้ใคร่มี หากเราสามารถจัดอุปาทาน โดยเฉพาะอุปาทานชั้น ๕ เสียได้ ความทุกข์ก็จะหมดไป ทั้งนี้โดยการถือปฏิบัติภาวนาตามแนวทางมัชฌิมาปฏิปทาเท่านั้นลักษณะของทุกข์ มี ๓ แบบ คือ

(๑) ทุกข์ที่เป็นความรู้สึก อย่างสามัญชนคนทั่วไปเข้าใจในนามของทุกข์กาย ทุกข์ใจ หรือทุกข์เวทนา ที่เกิดมาจากการกระทบกระทั่งบีบคั้นจากสิ่งที่ไม่ชอบใจหรืออนิฏฐารมณ์

(๒) ทุกข์ที่เกิดมาจากความไม่แน่นอน หรือที่เกิดมาจากการเปลี่ยนแปลง หรือจากความกลัวในการที่ต้องแปรเปลี่ยนจากโลกธรรม

(๓) ทุกข์ที่เกิดมาจากปัจจัยที่ขัดแย้งระหว่างกฎธรรมชาติกับความยึดมั่นถือมั่นในอุปาทานชั้น ๕ โดยเฉพาะเมื่อสังขารเกิดเสื่อมสลายหรือดับไปตามกระแสแห่งเหตุและปัจจัย จึงก่อให้เกิดทุกข์เพราะมันไม่อาจให้ความพึงพอใจโดยสมบูรณ์แก่ผู้ไม่รู้เท่าทัน^{๑๐๖}

สรุปโดยย่อ อุปาทานชั้น ๕ เป็นทุกข์ สภาวะลักษณะมีสภาพ (๑) เบียดเบียนอยู่เป็นนิจ (๒) ต้องปรุงแต่งอยู่เนือง ๆ (๓) เร่าร้อนอยู่ไม่วาย (๔) ไม่คงที่แปรปรวนอยู่เสมอ ชั้น ๕ เป็นทุกข์ เพราะลักษณะของทุกข์ มีลักษณะกระสับกระส่ายอยู่เป็นนิจ ทั้งกายและใจ ทุกข์สัจจะ เป็นปริญาญะกิจ คือเป็นกิจที่ควรกำหนดรู้

๒) ทุกขสมุททยอริยสัจ ธรรมชาติเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ กล่าวคือ ตัณหาอันทำให้เกิดอีก ประกอบด้วยความเพิลิตเพลินและความกำหนัด มีปกติให้เพิลิตเพลินในอารมณ์นั้น ๆ ได้แก่ กามตัณหา ความทะยานอยากในกาม ภวตัณหา ความทะยานอยากเป็นนั่นเป็นนี่ วิภวตัณหาความ

^{๑๐๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), พระพรหมโมลี ตรีจวฑฺฒน, พระคันธสาราภิกษุ แปลและเรียบเรียง, **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๓๘๐.

^{๑๐๕} นายแพทย์เอกชัย จุละจาริตต์, **แก่นธรรม (อริยสัจ ๔)**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: หอรัตนชัยการพิมพ์, ๒๕๕๑), หน้า ๖๕.

^{๑๐๖} สุวัฒน์ จันทรวงศ์, **แก่นพุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: รุ่งเรืองสาส์นการพิมพ์, ๒๕๔๖), หน้า ๑๑๙.

ทะยานอยากไม่เป็นนั่นเป็นนี่^{๑๐๗}

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ตัณหานี้มัน เมื่อจะเกิด ย่อมเกิดในที่ไหน เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่ไหน ที่ใดเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดย่อมเกิดในที่นี้ เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้ อะไรเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก ตัณหาย่อมเกิดขึ้นที่นี้ เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ที่นี้ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก ตัณหาย่อมเกิดขึ้นที่นี้ เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ที่นี้^{๑๐๘}

สภาวะลักษณะมีสภาพ (๑) กระทำให้ทุกข์บังเกิดขึ้น (๒) เป็นแดนเกิดแห่งทุกข์ (๓) ประกอบไว้ซึ่งทุกข์ มิให้พ้นทุกข์ไป (๔) ให้กังวลอยู่แต่ในกองทุกข์

ลักษณะของสมุทัย มีลักษณะเป็นเหตุให้กระสับกระส่าย เพราะความต้องการเกิดขึ้นทั้งกายและใจ ตัณหา ๓ ประการ คือ (๑) กามตัณหา ได้แก่ ความปรารถนา หรือ ความยินดี ความเพลิดเพลินในอารมณ์ของกามคุณทั้ง ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (๒) ภวตัณหา ได้แก่ ความยินดีในอารมณ์ต่าง ๆ ความยินดีนี้ประกอบด้วยสัสสตวิภูติ คือ มีความเห็นว่าสัตว์นี้เที่ยง ภพนี้เที่ยง (๓) วิภวตัณหา ได้แก่ ความยินดีในอารมณ์ทั้ง ๖ ความยินดีนั้นประกอบด้วยอุจเฉทวิภูติ คือมีความเห็นว่า สัตว์ทั้งหลายตายแล้วก็สูญทุกอย่างเกิดขึ้นเอง ตายเอง แล้วก็สูญไม่มีเหตุปัจจัยอันใดที่จะมาทำให้เกิดขึ้นอีก การกระทำนั้นและผลของการกระทำนั้นไม่มีผล

สมุทัยสังค เป็นปหานัตัพพธรรม คือเป็นธรรมที่ต้องละ เพราะมีสภาพใจความที่ทำให้เป็นไป ๔ อย่างคือ (๑) มีการบำรุงให้เกิดขึ้นหรือให้เจริญขึ้น (๒) ย่อมชักนำมาซึ่งทุกข์ให้ตั้งอยู่ยืดยาว (๓) ย่อมประกอบหรือร้อยรัดไว้ มิให้ทุกข์พ้นไปได้ (๔) ย่อมให้สภาพที่กังวลขัดขวางไว้มิให้พ้นจากทุกข์

๓) ทุกขนิโรธอริยสังคัจ ธรรมเป็นเครื่องดับทุกข์ ลักษณะที่จตกะ ประกอบด้วย มีความสุขสงบจากปวงทุกข์เป็นลักษณะ มีความไม่แตกดับเป็นกิจ มีการสลัดออกได้จากภพเป็นผล ไม่มีเหตุใกล้ให้เกิด (เพราะนิพพานเป็นธรรมที่พ้นจากเหตุจากปัจจัยทั้งปวงมาปรุงแต่ง) สภาวะลักษณะมีสภาพ คือ (๑) สลัดออกจากทุกข์ทั้งปวง (๒) มิได้กังวลอยู่ด้วยกองทุกข์ (๓) มิได้มีสิ่งใดมาประชุมตกแต่ง (๔) ไม่มีการตายการเกิดสืบไปอีก^{๑๐๙}

^{๑๐๗} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๘๑/๕๙๓.

^{๑๐๘} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๐/๓๒๙.

^{๑๐๙} ขุนสรรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะที่จตกะแห่งปรมัตถธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๕๑), หน้า ๓๘.

พุทธดำรัสว่า ภิภุขุทั้งหลาย ข้อนี้เป็นทุกขนิโรธอริยสัง คือ ความดับตัณหาไม่เหลือด้วย วิราคะ ความสละ ความสละคืน ความพ้น ความไม่อาลัยในตัณหา^{๑๑๐} ภิภุขุทั้งหลาย เพราะอวิชชาดับ ไปไม่เหลือด้วยวิราคะ สังขารจึงดับเพราะสังขารดับ วิญญาณจึงดับ เพราะวิญญาณดับ นามรูปจึงดับ เพราะนามรูปดับ สฬายตนะจึงดับ เพราะสฬายตนะดับ ผัสสะจึงดับ เพราะผัสสะดับ เวทนาจึงดับ เพราะเวทนาดับ ตัณหาจึงดับ เพราะตัณหาดับ อุปาทานจึงดับ เพราะอุปาทานดับ ภพจึงดับ เพราะภพดับชาติจึงดับ เพราะชาติดับ ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาสจึงดับ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งหมดนี้ มีได้ด้วยประการฉะนี้^{๑๑๑}

นิโรธอริยสัง มีลักษณะระงับความกระสับกระส่าย ภาวะที่เข้าถึง เมื่อกำจัดอวิชชาสำรอก ตันหาสิ้น ไม่ถูกบีบคั้นด้วยความกระวนกระวาย

สภาวะธรรมในนิโรธ ได้แก่พระนิพพาน เพราะเป็นธรรมที่ดับทุกข์ และดับเหตุแห่งทุกข์คือ สมุทัย ท่านจึงเรียกว่า ทุกขนิโรธสังจะ เพราะเป็นที่ ที่ไม่มีทุกข์ เป็นที่ ที่ไม่มีรูปนาม เป็นธรรมที่เป็น ปฏิปักษ์ต่อทุกข์ คือเป็นอารมณ์ที่ตรงกันข้ามกับทุกข์

ความหมายของนิโรธสังหรือพระนิพพาน คือในทีใดเป็นที่ดับแห่งตัณหาอันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ในที่นั้นแลเป็นที่ดับทุกข์ พระนิพพานเป็นสังคิกิริยา^{๑๑๒} คือเป็นกิจที่จะต้องทำให้แจ้ง ต้องทำไป หรือมุ่งไปให้ถึงที่ ที่ตัณหาดับ ด้วยเหตุนี้ พระนิพพานจึงมิใช่ธรรมที่จะถึงได้ด้วยการพูดการอธิบาย หรือด้วยการคิดนึกตรึกตรองเพียงด้วยสุตมยปัญญา จินตปัญญา ภาวนามยปัญญา นิพพานจึงต้องรู้แจ้งได้ด้วยภาวนาปัญญา ที่จะต้องเจริญให้เกิดขึ้นเท่านั้น

๔) **ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัง** หนทางที่เป็นเหตุให้ถึงความดับทุกข์ มีลักษณะ อันเป็นเหตุให้ถึงธรรมที่ระงับความกระสับกระส่าย เรียกสั้น ๆ ว่า มรรค ธรรมนี้ควรเจริญ คือปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับทุกข์ หรือข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยอัฏฐังคิกมรรค คือทางดำเนินอันประเสริฐมีองค์ประกอบ ๘ หรือที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา เพราะเป็นทางสายกลางซึ่งดำเนินไปพอดีที่จะให้ถึงนิโรธ โดยไม่ติดข้องหรือเอียงไปหาที่สุดสองอย่าง คือ กามสุขัลลิกานุโยค ความหมกมุ่นในกามสุข และอัตตกิลมณานุโยค การประกอบความลำบากแก่ตน

อริยสัง ๔ ซึ่งเป็นความจริงของชีวิตนี้ ปรากฏอยู่ในกายที่ยาววา หนาคืบ กว้างศอก เพราะทุกข์สังที่เกิดจากตัณหาได้เกิดขึ้นภายในกายนี้ แม้นิโรธสังที่เป็นความดับทุกข์และมรรคสังที่เป็นทางดับทุกข์ก็เกิดภายในกายนี้เช่นเดียวกัน การตามรู้อริยสังภายในกายจึงเป็นหลักสำคัญ จะเห็นได้ว่า พระบรมศาสดาตรัสการตามรู้กองรูปภายในภายนอกในมหาสติปัฏฐานสูตร

^{๑๑๐} ส.ม. (ไทย) ๑๘/๑๐๘๑/๕๙๓.

^{๑๑๑} วิ.ม. (ไทย) ๔/๑-๓/๒-๖., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๕๗-๖๑/๓๑-๓๕., ๘๖-๑๑๖/๕๗-๖๖.

^{๑๑๒} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๔/๓๗๘.

๓.๕.๖ ปฏิจจสมุปบาท ๑๒

ปฏิจจสมุปบาท หมายถึง ธรรมชาติที่เป็นเหตุเป็นผล อาศัยกันและกันเกิดขึ้นต่อเนื่องกัน และทำให้เป็นไปในสังสารวัฏมิให้สิ้นสุดลงได้ หรือธรรมทั้งหลายที่เป็นเหตุอาศัยเหตุเกิดขึ้น พระพุทธองค์ทรงแสดงปฏิจจสมุปบาทธรรม ก็เพื่อเป็นที่ตั้งแห่งการพิจารณาให้เห็นความจริงของสภาวะธรรม ที่เกิดขึ้นและเป็นไปเองด้วยเหตุปัจจัย หาได้มีผู้หนึ่งผู้ใดหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใด เป็นผู้สร้างหรือเป็นผู้บันดาลให้เกิดขึ้น ทั้งนี้ก็เพื่อให้เกิดปัญญา ความเห็นถูกอันเป็นเหตุให้ละความผิด ที่เคยเห็นว่าโลกเที่ยง หรือมีอัตตาตัวตน ปฏิจจสมุปบาทธรรมนี้ เป็นภูมิหรือเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา ด้วยหมวดหนึ่งในจำนวนวิปัสสนาภูมิ ๖ พระผู้มีพระภาคทรงตรัสด้วยองค์ ๑๒ คือ

ภิกษุทั้งหลาย ปฏิจจสมุปบาท เป็นอย่างไร

เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี

เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี

เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย นามรูปจึงมี

เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สฬายตนะจึงมี

เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะจึงมี

เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี

เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงมี

เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี

เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพจึงมี

เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติจึงมี

เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรา มรณะ โสกะ(ความเศร้าโศก) ปริเทวะ (ความคร่ำครวญ) ทุกขะ (ความทุกข์กาย) โทมนัส (ความทุกข์ใจ) และอุปายาส (ความคับแค้นใจ) จึงมีความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งหมดนี้ มีได้ด้วยประการฉะนี้^{๑๑๓}

สงเคราะห์ลงในรูปนามจะได้ อวิชชา ไม่รู้หรือยั้ง ๔, สังขาร มี ๓ บุญ บาป และอเนญชาภิสังขาร, วิญญาณ ๘๘ ดวง, นามรูป คือ เจตสิกชั้น ๓ และกัมมชรูป, ฉฬายตนะ ๑๒ ทั้งภายใน และภายนอก, ผัสสะ, เวทนา เจตสิก, ตัณหา โลภเจตสิก, อุปาทาน คือ โลภะกัปปิฏฐิ, ภพ, ชาติ, ชรา มรณะ ทุกขะ โทมนัส และอุปายาส มี ๒๔ อย่างทั้งสายเกิดและสายดับ เป็นทั้งรูปนาม

การพิจารณานามรูป อาศัยผัสสะจึงสามารถรับรู้ในสภาวะธรรมทั้งหลายที่เป็นจริง ซึ่งพระพุทธองค์ทรงตรัสแสดงแก่ปัญจวัคคีย์จนพ้นจากอภิวาททั้งหลายความว่า เมื่อพิจารณารูปนามอยู่ย่อมเกิดความเบื่อหน่ายในรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ เมื่อเกิดความเบื่อหน่ายในชั้น

^{๑๑๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๘๗/๕๘.

แล้ว ย่อมสิ้นกำหนด ย่อมหลุดพ้น จึงรู้ว่าชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำได้ทำเสร็จแล้ว กิจอื่นไม่มีอีกแล้ว

แสง จันทรงาม ได้อธิบายปฏิจจสมุปบาทไว้ว่า

(๑) อวิชชา (Ignorance) ความไม่รู้จริงของชีวิต คือ ไม่รู้ร้อยสัจ ๔ ไม่รู้อดีต ไม่รู้อนาคต ไม่รู้ทั้งอดีตและอนาคต ไม่รู้หลักปฏิจจสมุปบาท เป็นภาวะจิตใจที่ขาดความรู้ เปรียบเหมือนห้องที่ขาดแสงสว่าง เมื่อไม่มีแสงสว่างก็ย่อมมืดเป็นธรรมดา ฉะนั้นอวิชชาได้แก่ความมืดแห่งจิตเจ้านั้นเอง เมื่อเข้าใจผิดเป็นเหตุก่อให้เกิดสังขาร

(๒) สังขาร (Activation) การกระทำทางกาย วาจา ใจ ตามอำนาจของความเข้าใจผิดนั้น เป็นการต่อสู้อันอย่างแรง เคลื่อนไหวกระทำตามบัญชาของโมหะ เมื่อมีการกระทำที่ย่อมจะก่อให้เกิดผลของการกระทำ ผลของการกระทำในกระบวนการแห่งชีวิตก็คือพลังกรรมที่สั่งสมไว้ในจิต พลังกรรมฝ่ายดี เรียกบุญหรือบุญญาภิสังขาร พลังกรรมฝ่ายไม่ดี เรียกบาปหรืออบุญญาภิสังขาร พลังกรรมก่อให้เกิดวิญญาน

(๓) วิญญาน (Rebirth consciousness) กลุ่มพลังงานทางจิต ซึ่งเกิดขึ้นระหว่างความตายกับชีวิตในภพใหม่ กลุ่มพลังงานทางจิตนี้เกิดมาจากกรรม ทำหน้าที่ต่อภพต่อชาติ เรียกว่า ปฏิสนธิวิญญาน เมื่อปฏิสนธิวิญญานเข้าจับในครรภ์มารดาแล้วก็เกิดมีนามรูป

(๔) นามรูป (Embryo) รูปชั้นที่ประกอบไปด้วยปฏิสนธิวิญญาน มีพลังงานจิตอันริบหรี่ (ภวังคจิต) อยู่ภายในนั้นด้วย (นามหมายถึง ภวังคจิต รูป หมายถึงร่างกายขั้นต้น) เมื่อมีนามรูปแล้วก็เกิดมีสฬายตนะ

(๕) สฬายตนะ (Sense door) ประตูทั้ง ๖ สำหรับการติดต่อกับสิ่งแวดล้อม เปรียบเหมือนบ้านเรือนที่มีหน้าต่าง ๖ ช่อง เมื่อมีหน้าต่างทั้ง ๖ แล้ว ก็มีผัสสะ

(๖) ผัสสะ (Contact) การกระทบระหว่างอายตนะภายในกับภายนอก เมื่ออายตนะภายในกระทบอายตนะภายนอก สิ่งแรกที่เกิดขึ้น (ตามหลักขั้น ๕) ก็คือวิญญาน คือการรับรู้อารมณ์นั้น ๆ เช่น ตาเห็นรูปก็รู้ว่าเป็นรูปนั้นรูปนี้ เป็นต้น เมื่อเกิดวิญญานแล้วก็เกิดสัญญา คือความจำหรือความรู้แจ่มแจ้งขึ้นละเอียดขึ้น เพราะอาศัยประสบการณ์ในอดีตช่วยเสริมก่อให้เกิดเวทนา

(๗) เวทนา (Feeling or Sensation) ความรู้สึกเป็นสุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ แล้วแต่คุณภาพของอายตนะภายนอก เวทนานี้เป็นเวทนาเดียวกันในขั้น ๕ เมื่อเกิดเวทนาแล้วเป็นเหตุให้เกิดตัณหา

(๘) ตัณหา (Desire) ความอยากชนิดต่าง ๆ ตามชนิดหรือคุณภาพของอายตนะภายนอกที่ได้ประสบ เมื่อเกิดตัณหาก็คือเป็นเหตุให้เกิดอุปาทาน

(๙) อุปาทาน (Attachment or Clinging) กิริยาอาการที่จิตใจเข้าไปยึดเหนี่ยวสิ่งใดสิ่งหนึ่งไว้

อย่างมั่นคง ไม่ยอมออกจากเหมือนลูกน้อยที่เกาะติดอกแม่ น่าจะหมายถึง กามุปาทานความติด
 ในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส และอัตตวาหุุปาทาน ความยึดติดในตัวตน ตัวกูของกู อันเป็น
 เหตุให้เกิดภพ

(๑๐) ภวะ (กัมมภวะ อุปัตติภวะ) (Becoming) การกลายเป็นสัตว์ประเภทหนึ่งในภพทั้ง ๓
 คือ กามภพ รูปภพ อรูปภพ ตามแรงตัณหา อุปาทาน กรรม เมื่อได้ภพแล้ว ก็อยู่ในกรรมของ
 มารดาจนครบกำหนดจึงถึงชาติ

(๑๑) ชาติ (Birth) การเกิด ถ้าเป็นมนุษย์แล้วสัตว์ ก็หมายถึงการคลอดออกมาจากครรภ์มารดา
 ถ้าเป็นโอปปาติกะสัตว์ก็หมายถึงการเกิดผุดขึ้นในภพภูมินั้น ๆ

(๑๒) ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส และอุปายาส

ชรา (Decay) ความเก่าแก่ของวิบากนามขันธ์ ๔ และนิพผันรูป ชื่อว่า ชรา

มรณะ (Death) ความตาย คือ อาการที่กำลังดับของโลภียวิปาก และกัมมชรูป ชื่อว่า มรณะ

โสกะ ความเศร้าโศก ชื่อว่า โสกะ ได้แก่ โทมนัสเวทนาที่ประกอบกับโทสมูลจิต ๒ ซึ่ง

เกิดจากพยสนะ ๕ อย่าง

ปริเทวะ การร้องไห้รำพัน ชื่อว่า ปริเทวะ ได้แก่ จิตตวิปปลასัททะ ที่เกิดขึ้นโดยมี
 การร้องไห้รำพัน เพราะอาศัยพยสนะ ๕ อย่าง ๆ ใดอย่างหนึ่งเป็นเหตุ

ทุกขะ เวทนาที่อดทนได้ยาก ชื่อว่า ทุกข์ ได้แก่ กายิกทุกขเวทนา

โทมนัส สภาพที่เป็นเหตุให้เป็นผู้มีใจคอไม่ดี ได้แก่ เจตสิกทุกข์ คือ ทุกข์ใจ

อุปายาส ความลำบากใจอย่างหนัก ชื่อว่า อุปายาส ได้แก่ โทสเจตสิก ที่เกิดขึ้น โดย
 อาศัยพยสนะอย่างใดอย่างหนึ่ง^{๑๑๔}

อโยนิโสมสิการและอาสวะทั้งหลายเป็นรากเหง้าของอวิชชา อวิชชาเป็นรากเหง้าเป็น
 ประธานในปฏิจสุมุบาทนั้น เพราะเหตุปฏิจสุมุบาทเป็นตัววิภูฏะ ติดต่อกันเป็นวงกลม จึงไม่
 สามารถจะหาเบื้องต้นและเบื้องปลายได้ ท่านจึงเรียกว่า ภาวจักร หรือจักรแห่งภพ คือตัวจักรที่หมุนไป
 ในสังสารวัฏ มิให้รู้จบรูสิ้นได้ ในภาวจักรมีองค์ ๑๒ นี้ เมื่อสรุปลงแล้วมี ๔ นัย คือ

นัยที่ ๑ ตั้งแต่เบื้องต้นถึงเบื้องปลาย คือ อวิชชาไปจนถึงชรามรณะ แก่สัตว์ที่กำเนิด
 ในชลาพุชะ (ในครรภ์) ในอณทชะ (เกิดในไข่) และ ในสังเสทชะ (เกิดในแก้วโคล) เพราะมนุษย์มีเวทนา
 มาก มีทุกข์มาก มีความสงสัยมาก จึงแสดงออกอย่างนี้

นัยที่ ๒ ตั้งแต่เวทนาถึงมรณะ คือ ตั้งแต่ท่ามกลางถึงที่สุด แก่พวกสัตว์ที่กำเนิดเป็น
 โอปปาติกะ เช่น พวกเทวดาเป็นต้น (คือเกิดผุดขึ้นในทันทีทันใด และเมื่อจุติก็หายวับไปไม่ทอดทิ้งซาก
 ไว้) ทั้งนี้เพราะเทวดามีสุขมาก เสวยสุขเวทนามาก จึงทรงแสดงตั้งแต่เวทนาจนถึงมรณะ

^{๑๑๔} แสง จันทรังาม, พุทธศาสนวิทยา, หน้า ๑๐๔ - ๑๐๖.

นัยที่ ๓ ตั้งแต่เบี่ยงปลายไปหาเบื้องต้น คือตั้งแต่มรณะถึงอวิชชาแก่สัตว์ในจำพวกที่ยึดมั่นอยู่ในสัสสตทิฏฐิที่เห็นว่าสัตว์และโลกเที่ยง

นัยที่ ๔ ตั้งแต่ต้นหาถึงอวิชชา แก่สัตว์ที่ยึดมั่นอยู่ด้วยอุจเฉททิฏฐิ ที่เห็นว่าสัตว์และโลกหรือกรรมนั้น ตายแล้วขาดสูญ

ธรรมที่เป็นโสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส เหล่านี้ไม่ได้นับเข้าเป็นองค์ของปฏิจจสมุปบาท แต่ธรรมเหล่านี้เป็นอนิสงส์ของปฏิจจสมุปบาท แต่แสดงให้เห็นว่าปฏิจจสมุปบาทนั้น เป็นไปเพื่อความทุกข์

จากปฏิจจสมุปบาทดังกล่าวข้างต้น เป็นกระบวนการที่นำไปสู่ความทุกข์ ในทางปฏิบัติ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเท่านั้นที่สามารถดับความทุกข์ในปฏิจจสมุปบาทได้ ซึ่งจะยกตัวอย่างการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อดับทุกข์ดังกล่าว ดังนี้

การกำหนดรู้รูปที่กระทบทางตา อันเป็นผลให้เกิดเวทนาที่ชอบและไม่ชอบ ซึ่งเป็นทุกข์นั้น การตัดละเวทนา เพื่อมิให้เกิดตัณหา และอุปาทาน ด้วยการกำหนดว่า เห็นหนอ ๆ ๆ มิใช่เป็นการกล่าวด้วยวาจา แต่ต้องใช้จิตกำหนดจริง ๆ จึงจะเห็นการเกิดดับของเวทนาที่ก่อให้เกิดทุกข์

สรุปได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น ต้องอาศัยรูปกับนาม ตามนัยที่ อ่างมาแล้วนั้น ล้วนมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และโดยที่ต้องอาศัยความสัมพันธ์ที่เนื่องกันนั้น โดยเฉพาะขั้น ๕ ซึ่งถือว่าเป็นภูมิ ภูมิหนึ่งสำหรับเพาะปลูกปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้ที่ทำให้เกิดความเห็นแจ้ง เข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ในรูปนามด้วยตัวเอง จึงต้องอาศัยการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ โดยมีฐานที่ตั้งของสติ เป็นฐานที่ตั้งรองรับการกำหนดของสติ ไปในกาย เวทนา จิต และธรรม เพราะสามารถนำจิตให้ดำเนินไปสู่การบรรลุธรรมอย่างสมบูรณ์ ด้วยเหตุนี้การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากับการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ จึงเป็นหลักเดียวกัน และเพื่อให้เห็นว่าการปฏิบัติทั้งสองแบบ เป็นหลักเดียวกันนั้น ผู้วิจัยจะได้อธิบายในบทต่อไป

๓.๖ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔

สติปัฏฐาน ๔ พระพุทธองค์ทรงแสดงโดยรวมที่นิคมชาวกรุงกัมมาสัมมะ แต่ก่อนหน้านั้น พระองค์ทรงแสดงมาตั้งแต่ทรงเริ่มประกาศพระศาสนา คือการแสดงอัมจักกัปปวัตตนสูตรเป็นต้น เพียงแต่มิได้รวบรวมเป็นหมวดหมู่เท่านั้น ทรงแสดงตามอัยาศัย และนิสัยของบุคคลผู้ฟังและนำไปปฏิบัติตนเอง

พระพุทธพจน์ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า

อย ภิกขเว มคโค สตุตตาน วิสุทธิยา โสกปริเทวาน สมตักกมาย ทุกขโทมนสฺसान อตถฺจค-

มาย ฌายสส อธิคมาย นิพพานสส สจฉิกิริยาย ยทิต จตตารโ สติปัญญาณา

ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วงโสกะและ
ปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัญญา ๔
ประการ^{๑๑๕}

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หรือการปฏิบัติสติปัญญา เพื่อทำลายสิ่งที่ปิดบังไตรลักษณ์
สารานุกรมพระพุทธศาสนา ให้ความหมายสติปัญญาไว้ว่า เป็นชื่อของสติที่เป็นที่ตั้ง
ประธานของกุศลธรรมที่สัตว์ทำด้วย กาย วาจา ใจ กล่าวโดยลักษณะ คือ ระลึกซึ่งอารมณ์แล้วก็
อย่างเดียว อาศัยอารมณ์ที่จะพึงระลึกรู้ต่าง ๆ กัน จึงเป็น ๔ คือ กายานุปัสสนา พิจารณาเห็น
ร่างกายเป็นอารมณ์ เวทนานุปัสสนา พิจารณาเห็นซึ่งเวทนาเป็นอารมณ์ จิตตานุปัสสนา พิจารณาเห็น
ซึ่งจิตเป็นอารมณ์ ธัมมานุปัสสนา พิจารณาเห็นซึ่งธรรมเป็นอารมณ์ ผู้เจริญสติปัญญา พึงกำหนด
พิจารณา กาย เวทนา จิต และธรรม ตามอารมณ์เป็นที่สบาย พิจารณาตามความเป็นจริง หาได้แต่
เพียงบริกรรมอย่างเดียวไม่ เพื่อเป็นหนทางที่จะให้ผู้ปฏิบัติออกจากสังสารทุกข์ ทำให้แจ้งซึ่งพระ
นิพพานต่อไป^{๑๑๖}

ดังนั้นสติปัญญา เป็นการตามระลึกรู้อารมณ์ปรมาณ (รูป-นาม) ที่เกิดขึ้นตามฐาน ผู้ใดที่มี
การปฏิบัติเป็นไปอย่างถูกต้องตามหลักของสติปัญญา ย่อมเป็นเหตุให้เกิดวิปัสสนาปัญญา อันเป็น
ปัญญาที่เข้าถึงสภาวะธรรมของไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาได้ในที่สุด ทั้งนี้เพราะการปฏิบัติ
สติปัญญา ๔ สามารถทำลายวิปัสสนาธรรม ๔ ประการได้ คือ

๓.๖.๑ กายานุปัสสนาสติปัญญา

กายานุปัสสนาสติปัญญา การพิจารณา กาย เป็นของง่ายต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
ดังนั้นพระพุทธองค์จึงทรงตรัสมาเป็นเบื้องต้น ให้ภิกษุในธรรมวินัย มีความเพียร ประกอบพร้อมด้วย
สติสัมปชัญญะ ในการกำหนดพิจารณา กาย เพื่อให้ง่ายต่อการพิจารณา จึงแยกการพิจารณา กาย
ออกเป็น ๖ หมวด ๑๔ ข้อ ดังที่ลำดับไว้ดังนี้

อิธ ภิกขเว ภิกขุ กาย กายานุปัสสี วิหริตติ อาตปปี สมปะชาโน สติมา วิเนยย โสเก อภิขฌา
โทมนสส.

ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัด
อภิขฌาและโทมนัสในโลกได้^{๑๑๗}

^{๑๑๕} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^{๑๑๖} สุเขาว์ พลอยชุม, สารานุกรมพระพุทธศาสนา ประมวลจากพระนิพนธ์ สมเด็จพระมหาสมณ
เจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙), หน้า ๔๘๒.

^{๑๑๗} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

คือการใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาภายใน ซึ่งเป็นรูปธรรม เพื่อให้เห็นว่า แท้ที่จริงรูปนั้นเป็น อสุภะ (ความไม่งาม, ความน่าเกลียด) เป็นการทำลายสุภวิปลาต(สำคัญว่างาม, ว่าน่ารัก) ซึ่งเป็นการ รู้เท่าทันที่เกิดอาการต่าง ๆ ของกายด้วยวิธีการ ๖ อย่าง คือ

(๑) หมวดยกกำหนดลมหายใจเข้า ออก ดังพุทธพจน์ว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ไปสู่อากาศก็ดี ไปสู่โคนไม้ก็ดี ไปสู่เรือนว่างก็ดี นั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายตรง ดำรง สติไว้เฉพาะหน้า มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้ชัดว่า เราหายใจเข้า ยาวเมื่อหายใจออกยาว ก็รู้ชัดว่า เราหายใจออกยาว เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้ชัดว่า เราหายใจเข้า สั้น เมื่อหายใจออกสั้น ก็รู้ชัดว่า เราหายใจออกสั้น สำเนียงกว่า เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวง หายใจเข้าสำเนียงกว่า เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวง หายใจออก สำเนียงกว่า เราระงับกายสังขาร หายใจเข้า สำเนียงกว่า เราระงับกายสังขาร หายใจออก^{๑๑๘}

การกำหนดลมหายใจเข้าออก เป็นการกำหนดรู้ชัดลมหายใจเข้าออก ว่ายาว สั้น หยาบ ละเอียด เป็นไปเพื่อระงับกายสังขารเท่านั้น เพื่อให้จิตตั้งมั่นแล้วจึงปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาด้วยการตาม รู้อิริยาบถ หรือการรู้การเคลื่อนไหวกาย หรือการรู้ธาตุ ฐูเวทนาต่อไป

(๒) กำหนดอิริยาบถ คือ เมื่อยืน เดิน นั่ง นอน หรือร่างกายอยู่ในอิริยาบถใดก็รู้ชัดใน อาการที่เป็นอยู่อย่างนั้น ๆ ดังพุทธพจน์ว่า

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุเมื่อเดิน ก็รู้ชัดว่า เดิน เมื่อยืน ก็รู้ชัดว่า ยืน เมื่อนั่ง ก็ รู้ชัดว่า นั่ง หรือเมื่อนอน ก็รู้ชัดว่า นอน^{๑๑๙}

อิริยาบถ ๔ จากการปฏิบัติ เมื่อจิตตั้งมั่น มีสติระลึกรู้อาการของรูปตามทีอาการปรากฏ อยู่ตามความเป็นจริง ด้วยอาการของรูปที่เป็นเพียงก้อนธาตุ เมื่อรูปนิ่งก็รู้ว่านิ่ง เมื่อไหวก็รู้ว่าไหว จนรู้ ชัดว่าแท้ที่จริงไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

(๓) กำหนดสัมปชัญญะ คือ การกำหนดรู้การเคลื่อนไหวของอิริยาบถย่อยต่าง ๆ อันสืบ เนื่องมาจาก การยืน เดิน นั่ง นอน ดังพุทธพจน์ว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาฏิ บาตร และจีวร การฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่าย อุจจาระและปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง^{๑๒๐}

มีสติระลึกรู้อาการของรูปตามทีกำลังปรากฏขึ้นตามความเป็นจริง เมื่อรู้การนิ่ง การไหว การคู้

^{๑๑๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒.

^{๑๑๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๓.

^{๑๒๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

การเหยียด การเหลียวซ้ายแลขวา เป็นต้น รู้ชัดด้วยจิตที่ตั้งมั่น

(๔) กำหนดมนสิการสิ่งที่เป็นปฏิกุศล คือการกำหนดร่างกายนี้เป็นสิ่งโสโครกนับตั้งแต่ภายนอก มีปลายเท้าขึ้นมาจนถึงปลายผม มีหนังหุ้มห่ออยู่เต็มไปด้วยของโสโครก เป็นต้น ดังพุทธพจน์ที่ว่า

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นกายนี้ ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดชนิดต่าง ๆ ว่า ‘ในกายนี้มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เพลวมน้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูลตร’

ภิกษุทั้งหลาย ถูจะมีปาก ๒ ข้าง เต็มไปด้วยธัญพืชชนิดต่าง ๆ คือ ข้าวสาลี ข้าวเปลือก ถั่วเขียว ถั่วเหลือง เมล็ดงา ข้าวสาร คนตาดีเปิดถ่วงยวมนั้นออกพิจารณาเห็นว่า นี่เป็นข้าวสาลี นี่เป็นข้าวเปลือก นี่เป็นถั่วเขียว นี่เป็นถั่วเหลือง นี่เป็นเมล็ดงา นี่เป็นข้าวสาร แม้นั้นใด ภิกษุก็ฉันทันนั้นเหมือนกัน พิจารณาเห็นกายนี้ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบเต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดชนิดต่าง ๆ ว่า ในกายนี้มีผม ขน เล็บ ฟัน หนังเนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เพลวมน้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูลตร^{๑๑๑}

การกำหนดรู้ปฏิกุศล เป็นการกำหนดดูความเป็นของโสโครกตั้งแต่ภายนอกเป็นหลัก อันประกอบด้วยผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น ที่เต็มไปด้วยของไม่สะอาด ต้องคอยชำระสะสางให้สะอาด แต่ก็ไม่สะอาดอยู่นั้น เต็มไปด้วยสิ่งปฏิกุศล ในการกำหนดปฏิกุศลนี้มีอนิสงส์เป็นปฏิปักษ์ต่อราคะที่เกิดขึ้นในดวงจิต

(๕) กำหนดมนสิการธาตุ กำหนดพิจารณากายเป็นเพียงธาตุ ๔ มาประชุม ดังพุทธพจน์ว่า

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ตามที่ดำรงอยู่โดยความเป็นธาตุว่า ในกายนี้มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่ ภิกษุทั้งหลาย คนฆ่าโคหรือลูกมือของคนฆ่าโคผู้มีความชำนาญ ครั้นฆ่าโคแล้วแบ่งอวัยวะออกเป็นส่วน ๆ นั่งอยู่ที่หนทางใหญ่สี่แพร่ง แม้นั้นใด ภิกษุก็ฉันทันนั้นเหมือนกัน พิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า ในกายนี้มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่^{๑๑๒}

การกำหนดรู้ธาตุเป็นเรื่องยากสำหรับผู้ปฏิบัติใหม่ ดังนั้น การกำหนดกายานุปัสสนาต้องปฏิบัติในอิริยาบถ จนกำลังของสติ สมาธิ ปัญญาแก่กล้า จึงจะสามารถรู้ธาตุได้ในภายหลัง

^{๑๑๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๗/๓๐๖ - ๓๐๗.

^{๑๑๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๗.

(๖) กำหนดปาฐา ๙ กำหนดพิจารณาร่างกายเป็นประจักษ์ซากศพที่ถูกทิ้งอยู่ในป่าช้ามี ๙ ลักษณะ ดังพุทธพจน์ว่า

ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าซึ่งตายแล้ว ๑ วัน ตายแล้ว ๒ วัน หรือตายแล้ว ๓ วัน เป็นศพขึ้นอืด ศพเขียวคล้ำ ศพมีน้ำเหลืองเยิ้ม แม้นั้นใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบกับให้ เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉะนั้น

ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าซึ่งถูกกาจิกกิน นกตะกรุมจิกกิน แร้งทิ้งกิน สุนัขกัดกิน สุนัขจิ้งจอกกัดกิน หรือสัตว์เล็กๆ หลายชนิดกัดกินอยู่ แม้นั้นใด ฯลฯ

ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกยังมีเนื้อและเลือด มีเอ็นริงรัดอยู่ แม้นั้นใด ฯลฯ

ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเนื้อ แต่ยังมีเลือดเปื้อนเปรอะ มีเอ็นริงรัดอยู่ แม้นั้นใด ฯลฯ

ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเลือดและเนื้อ แต่ยังมีเอ็นริงรัดอยู่ แม้นั้นใด ฯลฯ

ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเอ็นริงรัดแล้ว กระจายกระจายไปในทิศใหญ่ ทิศเฉียง คือ กระดูกมีอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกทำอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกแข็งอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกขาคู่อยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกสะเอวอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกหลังอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกซี่โครงอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกหน้าอกอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกแขนอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกไหล่อยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกคออยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกคางอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกฟันอยู่ทางทิศหนึ่ง กระดูกศีรษะอยู่ทางทิศหนึ่ง แม้นั้นใด ฯลฯ

ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นท่อนกระดูกสีขาวเหมือนสีสังข์ ฯลฯ

ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นท่อนกระดูกงออยู่ด้วยกันเกินกว่า ๑ ปี ฯลฯ

ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นกระดูกฟุ่บเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย แม้นั้นใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบกับให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉะนั้น^{๑๒๓}

การกำหนดปาฐา ๙ นั้น ให้พิจารณาร่างกายตนและผู้อื่นเป็นประจักษ์ซากศพที่เข้าทิ้งไว้ในป่าช้า มีอานิสงส์เป็นปฏิปักษ์ต่อกามราคะ เช่นเดียวกันกับปฏิภูม

^{๑๒๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๙/๓๐๘- ๓๑๒.

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน กล่าวโดยสรุป คือการพิจารณากายของตนและกายผู้อื่น ให้เห็น เหตุเกิดและดับของกายนี้ คงอยู่ในสภาพที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ตามลำดับ เพื่อเป็นการ กำจัดสุขวิปlass โดยเฉพาะที่เด่นชัด คือปฏิกุศล พิจารณาความโสโครกของร่างกายของตนเป็นอย่างไร ของคนอื่นเป็นอย่างไร แต่โดยเนื้อแท้ตั้งแต่เริ่มปฏิบัติวิปัสสนาตั้งแต่ กำหนดลมหายใจ อิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อย กามราคะก็ไม่เข้ามาข้อง ถ้ามีการสำรวมระวัง ในการปฏิบัติในปัจจุบัน จะเน้นอยู่ที่ กำหนดลมหายใจ อิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อยเป็นหลัก ส่วนที่เหลือมักจะไม่นำมาปฏิบัติอาจจะ เป็นเพราะยากในการกำหนดพิจารณา

๓.๖.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การพิจารณาเวทนา เป็นขั้นต่อจากการพิจารณากาย กล่าวคือ ในหลักการปฏิบัติเวทนาจะเกิดต่อมาจากกำหนดกาย คือ เมื่อนั่งกำหนดดูอาการไหวของท้องพอง ยุบ เมื่อกำหนดไปนานเข้าร่างกายย่อมคงอยู่ไม่ได้มีอาการส่งมาให้เห็นคือ มีอาการเมื่อย เหน็บชา ปวดชา ปวดหลัง เป็นต้น อย่างไรก็ตามพระองค์ก็ยังคงให้กำหนดรู้ดูพิจารณาด้วยความเพียรมี สติสัมปชัญญะจดจ่อต่อเนื่องตลอดเวลา ดังพุทธดำรัสว่า

เวทนาสุ เวทนานุปสสี วิหริตติ อาตาปี สมปะชาโน สติมา วิเนยย โลก อภิชฌาโทมนสส.

ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้^{๑๒๔}

คือการใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาเวทนา ซึ่งเป็นนามธรรม เพื่อให้เห็นว่า แท้ที่จริงแล้ว นามเป็นทุกข์ เป็นการทำลายสุขวิปlass (สำคัญว่าเป็นสุข)

ภิกษุพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ อย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

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 ‘เราเสวยอทุกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส’ ^{๑๒๕}

^{๑๒๔} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๒.

สรุปได้ว่าเมื่อเวทนา คือ ทุกข์ สุข อุเบกขาเกิดขึ้นในขณะใด ให้กำหนดพิจารณา มีสติ เฉพาะหน้าเพื่อให้รู้ การเกิดดับของเวทนาในทุกขณะโดยไม่อาศัยตัมหาและทิวฐิ เป็นไปเพียงเพื่อการ เจริญญาณ ซึ่งเวทนานี้จะเกิดต่อมาการปฏิบัติกายานุปัสสนา กล่าวคือ เมื่อกำหนดนั่งหรือเดิน ยืน หรือนอน ย่อมมีทุกขเวทนาเข้ามาแทรก ที่ว่าเป็นสุข เมื่อปฏิบัติไปแล้วจะพบได้ว่าไม่สุขเลยที่ว่าสุข เพราะทุกข์น้อยเท่านั้น จึงต้องมีการเปลี่ยนอิริยาบถ ในการเปลี่ยนอิริยาบถนั้นเกิดมาจากเวทนา หรือ เพราะการทำกิจอย่างอื่นก็ตาม ต้องกำหนดรู้ดูตามอยู่ตลอดเวลา จะเห็นได้ว่าเวทนานั้นเกิดดับอยู่ ตลอดเวลา ไม่คงที่ เพราะสติกำหนดน้อยไปจึงไม่เห็นอาการดับ เห็นแต่การเกิดนั่นเอง

๓.๖.๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ย่อมเกิดขึ้นในขณะเดียวกันกับเวทนา เพราะในขณะกำลัง กำหนดการเจริญสติอยู่นั้นอาจจะมีกุศลธรรมหรืออกุศลธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเข้ามาแทรก เช่นราคะ ความพอใจเกิดขึ้น หรือโทสะ ความไม่พอใจเกิดขึ้นในขณะนั้น ถ้าไม่พิจารณาอย่ามทำให้การปฏิบัติ ถอยลงหรือติดอยู่ ดังนั้นจึงต้องระมัดระวังอย่างมากและให้รู้เท่าทัน ดังพุทธดำรัสว่า

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหริติ อาตาปี สมปะชาโน สติมา วิเนยย โลกเ อภิขมาโทมนสส

ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัด อภิขมาและโทมนัสในโลกได้^{๑๒๖}

คือการใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาจิต ซึ่งเป็นนามธรรม เพื่อให้เห็นว่า แท้ที่จริงแล้วนาม เป็นอนิจจัง เป็นการทำลาย นิจจวิปลาส (สำคัญว่าเที่ยง)

ภิกษุพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ คือ จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ จิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีโทสะ จิตปราศจากโทสะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจาก โทสะ จิตมีโมหะก็รู้ชัดว่า จิตมีโมหะ จิตปราศจากโมหะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากโมหะ จิตหดหู่ก็รู้ ชัดว่า จิตหดหู่ จิตฟุ้งซ่านก็รู้ชัดว่า จิตฟุ้งซ่าน จิตเป็นมหัคคตะก็รู้ชัดว่า จิตเป็นมหัคคตะ จิตไม่ เป็นมหัคคตะก็รู้ชัดว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่าก็รู้ชัดว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า จิตไม่มี จิตอื่นยิ่งกว่าก็รู้ชัดว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า จิตเป็นสมาธิก็รู้ชัดว่า จิตเป็นสมาธิ จิตไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า จิตไม่เป็นสมาธิ จิตหลุดพ้นแล้วก็รู้ชัดว่า จิตหลุดพ้นแล้ว จิตไม่หลุดพ้นก็รู้ชัดว่า จิตไม่ หลุดพ้น^{๑๒๗}

สรุปได้ว่าจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การเพ่งสำรวจติดตามดูสภาวะของจิตในขณะนั้น

^{๑๒๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๒.

^{๑๒๖} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๒.

^{๑๒๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔ - ๓๑๕.

ว่าอกุศลธรรมและกุศลธรรมทั้งหลายที่กล่าวมาแล้วเกิดขึ้นในขณะใด ให้กำหนดพิจารณาที่มีสติเฉพาะหน้าเพื่อให้รู้ การเกิดดับของจิตที่รับรู้พิจารณาอกุศลธรรมและหรืออกุศลธรรมในทุกขณะที่รับรู้ โดยไม่อาศัยตัณหาและทิวฏฐิ เป็นไปเพียงเพื่อการเจริญญาณ ซึ่งอกุศลธรรมหรืออกุศลธรรมเหล่านี้จะเกิดอยู่พร้อมกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามสภาวะที่เกิดขึ้นจึงต้องรู้ตามเท่าทันให้เห็นการเกิดดับเท่านั้น

๓.๖.๔ ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การพิจารณาธรรมที่เกิดขึ้นในขณะปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา พร้อมด้วยสติ ความเพียร สัมปชัญญะ ดังพุทธดำรัสว่า

ธมเมสุ ธมมานุปัสสี วิหริติ อาตปปี สมปะชาโน สติมา วิเนยย โลก อภิขมาโทมนัสสุ

ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัด อภิขมาและโทมนัสในโลกได้^{๑๒๘}

คือการใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาธรรม ซึ่งเป็นทั้งรูปธรรม และนามธรรม เพื่อให้เห็นว่าแท้ที่จริงแล้ว รูป และนามนั้น เป็นอนัตตา เป็นการทำลาย อัตตวิปลาส (สำคัญว่าเป็นตัวตน) ว่าด้วยการพิจารณานิรวรณ ๕ ชั้น ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔

๑) นิรวรณ ๕ นิรวรณ เป็นเครื่องกั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี แต่ในส่วนของธัมมานุปัสสนานี้ เป็นทั้งคุณและโทษ ในส่วนที่เป็นโทษ เมื่อขณะปฏิบัติปล่อยจิตให้ตกอยู่ในอำนาจของนิรวรณ ส่วนที่เป็นคุณนั้น เมื่อเกิดนิรวรณขึ้นในขณะใดพึงพิจารณาแล้วที่รู้เท่าทันการเกิดขึ้นของนิรวรณ จึงมีคุณดังนี้

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ นิรวรณ ๕ อยู่ว่า เมื่อกามฉันทะ (ความพอใจในกาม) เมื่อพยาบาท (ความคิดร้าย) เมื่อถีนมิทธะ (ความหดหู่และเซื่องซึม) เมื่ออุทธัจจกุกกุกจะ (ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ) เมื่อวิจิกิจฉา (ความลังเลสงสัย) ภายในมีอยู่ก็รู้ชัดว่ามีอยู่ หรือไม่มีอยู่ก็รู้ชัดว่าไม่มีอยู่ การเกิดมีด้วยเหตุใด การละมีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้นและที่ละได้แล้ว^{๑๒๙}

นิรวรณเป็นนามธรรม เมื่อนิรวรณใดเกิดขึ้นก็ให้ระลึกถึงนิรวรณนั้น นิรวรณก็จะดับไปในขณะที่สติเกิดขึ้นนั่นเอง นิรวรณนี้ต่างจากในจิตตวิสุทธิ เพราะจิตตวิสุทธิเป็นขมนิรวรณ เมื่อสมาธิเกิดนิรวรณย่อมระงับ เมื่อสมาธิหย่อนนิรวรณย่อมกลับมา

๒) ชั้น ๕ ชั้น ๕ ส่วนหนึ่งได้กล่าวมาแล้วในวิปัสสนาภูมิ ในส่วนของธัมมานุปัสสนานี้มุ่งไปที่การพิจารณาการเกิดขึ้นและดับไปของชั้น ๕ กล่าวคือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ก็ดับไป ตามกฎของไตรลักษณ์

^{๑๒๘} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๒.

^{๑๒๙} คุรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖ – ๓๑๘.

- ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายคือ อุปาทานขันธ ๕ อยู่ว่า
- ‘รูปเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งรูปเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งรูปเป็นอย่างนี้
 - เวทนาเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งเวทนาเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งเวทนาเป็นอย่างนี้
 - สัญญาเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งสัญญาเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งสัญญาเป็นอย่างนี้
 - สังขารเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งสังขารเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งสังขารเป็นอย่างนี้
 - วิญญาณเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งวิญญาณเป็นอย่างนี้ ความดับแห่งวิญญาณเป็นอย่างนี้’^{๑๓๐}

สรุปความได้ว่า เมื่อสติระลึก รู้ขันธใดก็ตาม ก็ตามรู้และเข้าใจตามความเป็นจริงไปตามขันธนั้น ๆ โดยไม่จำเป็นต้องเรียงลำดับขันธ แต่เป็นการรู้เพื่อให้เห็นตามความเป็นจริงว่าตัวเราไม่มีแต่รูปร่างเท่านั้น และรูปร่างมีลักษณะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

๓) อายุตนะ ๑๒ อายุตนะนี้ พระองค์ทรงมุ่งให้พิจารณาถึงสังโยชน์ที่เกิดเพราะอาศัยอายุตนะกระทบกัน และรู้ว่าเมื่อสังโยชน์เกิดขึ้นแล้ว หรือยังไม่เกิดขึ้น เมื่อเข้าไปพิจารณา รู้ชัดในสังโยชน์นั้นจะไม่เกิดขึ้นอีก ในภาครายละเอียดได้กล่าวไว้แล้วในวิปัสสนาภูมิ

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอายุตนะภายใน ๖ และอายุตนะภายนอก ๖ อยู่ว่า

รู้ชัดตา รู้ชัดรูป สังโยชน์ใดอาศัยตาและรูปทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น

รู้ชัดหู รู้ชัดเสียง สังโยชน์ใดอาศัยหูและเสียงทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัดสังโยชน์นั้น ฯลฯ

รู้ชัดจมูก รู้ชัดกลิ่น สังโยชน์ใดอาศัยจมูกและกลิ่นทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัดสังโยชน์นั้น ฯลฯ

รู้ชัดลิ้น รู้ชัดรส สังโยชน์ใดอาศัยลิ้นและรสทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัดสังโยชน์นั้น ฯลฯ

รู้ชัดกาย รู้ชัดโณภูฏัพพะ สังโยชน์ใดอาศัยกายและโณภูฏัพพะทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัดสังโยชน์นั้น ฯลฯ

รู้ชัดใจ รู้ชัดธัมมารมณฺ สังโยชน์ใดอาศัยใจและธรรมารมณฺทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้^{๑๓๑}

อายุตนะ สรุปได้ว่าเมื่อตาเห็นรูป หากจิตเกิดความยินดีในร้ายก็ให้รู้เท่าทัน เมื่อหูได้ยินเสียง หากจิตเกิดความยินดีในร้ายก็ให้รู้เท่าทัน เมื่อใจรู้ธัมมารมณฺ หากจิตเกิดความยินดีในร้ายก็ให้

^{๑๓๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘ - ๓๑๙.

^{๑๓๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙.

รู้เท่าทัน เมื่อปฏิบัติมากเข้าก็จะเห็นว่า ทั้งรูปและนามล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

๔) โทษณงค์ ๗ โทษณงค์ ธรรมเป็นเครื่องตรัสรู้ หมายความว่า ในการปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนาจะต้องมีองค์ประกอบของโทษณงค์เข้าไปแทรกเป็นกำลังให้อยู่ตลอด ทั้งยังเป็นองค์ธรรมที่ เกี่ยวคู่กันอยู่ตลอดเวลา จนมีคำกล่าวเมื่อโทษณงค์เป็นอยู่ย่อมมีรู้ทั่วถึงธรรมเป็นแท้ ดังนั้นการ กำหนดรู้ดูโทษณงค์ อันประกอบด้วยสติ การระลึกรู้ ธรรมวิจยะ การสอดส่องพิจารณาธรรมต่าง ๆ ที่ เกิดขึ้นหรือไม่เกิดขึ้น มีวิริยะ ความเพียรในการประกอบพิจารณา มีปิติเกิดในลำดับ และปัสสัทธิ ความสงบ สมานิ ความตั้งมั่นแห่งจิตในการพิจารณา และอุเบกขา การวางเฉยเกิดในลำดับสุดท้าย ดังที่พระองค์ทรงตรัสไว้ ภาิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย โทษณงค์ ๗ อยู่ คือ

เมื่อสติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า สติสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อสติ สัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า สติสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งสติ สัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้และความเจริญบริบูรณ์แห่งสติ สัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

เมื่อธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่ ฯลฯ

เมื่อวิริยสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า วิริยสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่ ฯลฯ

เมื่อปีติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ปีติสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่ ฯลฯ

เมื่อปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่ ฯลฯ

เมื่อสมานิสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า สมานิสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่ ฯลฯ

เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า อุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่ หรือ เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า อุเบกขาสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่ การ เกิดขึ้นแห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญ บริบูรณ์แห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้^{๑๓๒}

โทษณงค์นี้ เมื่อผู้ปฏิบัติตามรัฐูปนามอยู่สติสัมโพชฌงค์ก็เกิดขึ้น การตามรัฐูปนามก็เป็น ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ เมื่อสติเกิดขึ้นบ่อย ๆ จิตก็ยิ่งขยันรัฐูปนาม อกุศลที่เกิดขึ้นก็ถูกละ อกุศลที่ยังไม่ เกิดก็ไม่เกิด กุศลที่ยังไม่เจริญเกิดขึ้นก็เจริญเกิดขึ้น ที่เกิดขึ้นแล้วก็เจริญมากยิ่งขึ้น นี่เป็น วิริยสัมโพชฌงค์ เมื่อตามรัฐูปนามไปเรื่อย ๆ จิตใจที่มีความสุข มีความอิมใจที่สตรระลึกรัฐูปนาม นี่เป็น ปีติสัมโพชฌงค์ เมื่อปีติเกิดขึ้นในขณะที่สตรระลึกรัฐูปนามนั้น ความสงบก็เกิดขึ้นแกจิตเป็นปัสสัทธิ สัมโพชฌงค์ เมื่อจิตมีความสงบและอิมใจนั้นสมาธิย่อมเกิดขึ้นคือสมาธิสัมโพชฌงค์ สมาธิเกิดจิตก็ สามารถที่จะระลึกรัฐูปนามด้วยจิตที่เป็นกลาง หากจิตไม่เป็นกลาง สติก็จะระลึกรัฐูปนามนั้น แล้ว อกุศลก็จะดับไป จิตก็จะเข้าสู่ความเป็นกลางนี้เรียกว่าอุเบกขาสัมโพชฌงค์

^{๑๓๒} คุรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๑ - ๓๒๓.

(๕) อริยสัจ ๔ อริยสัจ มีมาแล้วในวิปัสสนาภูมิ ซึ่งการพิจารณาอริยสัจนี้เป็นไปเพื่อละระวาง ทำให้แจ่ม และการปฏิบัติ ดังนั้น อริยสัจ กล่าวเป็นการพิจารณาที่แท้จริงคือการดับกิเลสทั้งหลายทั้งมวลลงเสียได้เป็นสมุจเฉตพหุทาน

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นธรรมทั้งหลาย คือ อริยสัจ ๔ อยู่ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกขสมุทัย รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกขนิโรธ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา^{๑๓๓}

อริยสัจเป็นทั้งรูปและนาม คือทุกข์เป็นรูปและนาม สมุทัย คือตัณหาเป็นนามล้วน ทุกข์และสมุทัยใช้เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนาได้ สำหรับนิโรธกับมรรคเป็นส่วนของโลกุตตรธรรมพ้นจากรูปนาม จึงไม่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา

สรุปความได้ว่าในส่วนของธัมมานุปัสสนา คือ การเพ่งพินิจในธรรม มีการทำความเข้าใจในนิวรรณ์ ๕ ที่เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ทำความเข้าใจในองค์ประกอบของขั้น ๕ ว่าเป็นเพียงสังขารที่เกิดมาจากการปรุงแต่ง และทำความเข้าใจในอายตนะภายในภายนอกที่เป็นตัวก่อเกิดวิญญูณ พร้อมทั้งเข้าใจในโพชฌงค์ ในอริยสัจ ๔ ซึ่งเป็นธรรมที่เกิดมาตั้งแต่เริ่มลงมือปฏิบัติวิปัสสนาแล้ว เพียงแต่ว่าองค์ธรรมข้อใจจะเด่นชัดในขณะนั้น ดังนั้นการพิจารณาธรรมในธรรม ทั้งภายในภายนอก เพื่อให้เข้าใจง่ายยิ่งขึ้น ก็คือเห็นธรรมใดเกิดขึ้น ก็พิจารณาถึงความดับของธรรมนั้น โดยไม่ต้องยึดมั่นถือมั่นใด ๆ ทั้งสิ้น

องค์ธรรมของสติปัฏฐาน คือ อาตาปี มีความเพียร สัมปชาโน มีสัมปชัญญะ สติมา มีสติ

สรุปความได้ว่า การปฏิบัติสติปัฏฐาน มีองค์ประกอบคือกาย เวทนา จิต ธรรม เริ่มต้นจากการพิจารณากาย เมื่อกายเด่นชัดขึ้น เวทนาจึงจะตามมา เวทนาเกิดขึ้นก็พึงรู้ชัด ในขณะที่เวทนาเกิดจิตก็จะมีสภาวะบางอย่างเข้ามาแทรก พร้อมกันนี้ธัมมานุปัสสนาทั้งหลายก็เกิดขึ้น การพิจารณาจึงพิจารณาดูว่าสิ่งใดเด่นชัด ก็พิจารณาสิ่งนั้น เพราะในสติปัฏฐานทั้งหมดทั้งมวลไม่ได้เกิดมาพร้อมกันทั้งหมด เพียงแต่การเกิดจะมาให้ผู้ปฏิบัติพิจารณาจะเฉพาะการเด่นชัดของธรรมนั้น เช่น ขณะนั้นสามารถกำหนดรู้ดูตามลมไปได้เรื่อย ๆ พิจารณาเห็นเกิดดับตามสภาวะญาณ โดยไม่มีกุศลธรรมหรืออกุศลธรรมเข้าแทรก หรือเวทนาเข้าแทรก แต่ก็จะมีสัมโพชฌงค์เข้าแทรกอยู่ด้วยตลอดเวลาตามแต่วาสนาของผู้ปฏิบัติตนเอง

เมื่อประมวลแล้วไม่ว่าผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาด้วยการรู้อารมณ์ของรูปนามใด ในสติปัฏฐาน ก็ทำให้ผู้ปฏิบัติมีสติระลึกถึงสภาวะของรูปนามและมีปัญญาเข้าตามความเป็นจริงของรูปนามได้ว่ามีลักษณะของไตรลักษณ์ได้ทั้งสิ้น สุดท้ายจิตจะเห็นแจ้งอริยสัจแล้วปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นในรูป

^{๑๓๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔ - ๓๑๙.

นามได้แล

๓.๗ ผลของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีผลหรืออานิสงส์ที่ได้จากการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ประกอบด้วย ทำให้ผู้ปฏิบัติได้ความรู้ ความเข้าใจในวิธีปฏิบัติวิปัสสนา สามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้ โดยเป็นผู้มีสติควบคุมจิตของตนไม่ให้โน้มเอียงไปในความชั่วร้าย ซึ่งจะนำความเสียหายมาสู่ตนเองและผู้อื่น เช่น ผลร้ายเนื่องมาจาก อารมณ์ชั่ววูบเดียว ทั้งจะสามารถควบคุมตนเอง ให้มั่นคงในวิถีชีวิตและประสบความสำเร็จในการทำงานเป็นอย่างดี

พระธรรมธีรราชมหามุนี ได้แสดงถึงอานิสงส์ของวิปัสสนาว่า ทำให้คนฉลาดในหลักความจริง คือรู้ปรมาตถธรรม ไม่หลงติดอยู่ในบัญญัติธรรม อันเป็นเพียงโลกสมมติ ทำให้เป็นคนที่มีศีลธรรม มั่นคงในศีล เว้นจากการเบียดเบียนกัน เป็นต้น ได้บำเพ็ญกุศลให้กับตนเอง ได้บำเพ็ญไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ไปพร้อมกัน ได้เดินทางสายกลาง ได้จรจรหลวงพระศาสนาให้สถาพรสืบต่อไป เป็นผู้พร้อมด้วยเสบียงแห่งมรรค ผล นิพพาน เป็นผู้ถึงอมตมหานิพพาน สิ้นสงสารในเรื่องชีวิต ไม่ต้องเวียน วายตายเกิด^{๑๓๔}

๓.๖ สรุปท้ายบท

การวิจัยหลักวิปัสสนาภาวนา เป็นการศึกษาความหมายของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ผล ของวิปัสสนาภาวนา และวิปัสสนาภูมิ การศึกษาความหมาย คือการเห็นสรรพสิ่งด้วยปัญญาอันเกิดมา จากการตามรู้ชัด ความเกิด ความดับ คุณ โทษ อันเป็นการทำให้ปัญญารุ่งเรืองและละอวิชชาความไม่ รู้เสียได้ เมื่อเห็นแจ้งรูปรูปนามตามความเป็นจริง เพื่อเห็นไตรลักษณ์ ละวิปลาสเสียได้

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ ก้าวล่วงโสกะและปริเทวะ ดับทุกข์ โทมนัส บรรลุญาณธรรม สุตท้ายทำให้แจ้งพระนิพพาน อันมีเหตุเกิดมาจากศีลและสมาธิ ซึ่งเป็น รากเหง้าของการการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา กล่าวคือ การรักษาศีลให้บริสุทธิ์ ด้วยการสำรวมระวัง ศีล เป็นเบื้องต้น เป็นบ่อเกิดแห่งคุณความดี เป็นประธานแห่งธรรมทั้งปวง เพราะฉะนั้นต้องชำระศีลให้ บริสุทธิ์ การชำระศีลก็คือการดำรงอยู่ในปารีสุทธิศีล อันประกอบด้วยปาติโมกขสังวร อินทริยสังวรศีล อาชีวปารีสุทธิศีล ปัจจยสันนิสิตศีล ซึ่งอาศัยธรรมที่เกื้อกูล คือ ศรัทธาเป็นเหตุให้ปาติโมกขสังวรศีล สำเร็จ สติเป็นเหตุให้อินทริยสังวรศีลสำเร็จ วิริยะเป็นเหตุให้อาชีวปารีสุทธิ ศีลสำเร็จ ปัญญาเป็นเหตุ ให้ปัจจยสันนิสิตศีล ปารีสุทธิศีลจะบริบูรณ์ได้ จะเลือกเพียงข้อใดข้อหนึ่งไม่ได้ เพราะศีลมีความ เชื่อมโยงกันตลอด เริ่มตั้งแต่การรักษาสิกขาบทเป็นต้น จึงจะเป็นเหตุให้อินทริยสังวรตั้งอยู่ได้ ฉะนั้น

^{๑๓๔} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ), **เพชรในดวงใจ**, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์ สัมปชัญญะ, ๒๕๕๔), หน้า ๒๓๕.

เช่นเดียวกัน หากสำรวจอินทรีย์จะทำให้ปาดิโมกขสังวรและอาชีวปาริสุทธิศีลดำรงอยู่ได้ ดังนั้น ศรัทธา สติ วิริยะ ปัญญา เป็นองค์ประกอบทำให้ก้าวเข้าสู่จิตตวิสุทธิได้ง่าย

เมื่อรักษาศีลให้บริสุทธิ์ นำให้เข้าไปสู่การชำระจิตให้ปราศจากกิเลสนิวรณ์ และพึงตัด ปลิโพธเครื่องกังวลให้เสร็จสิ้น คือ กังวลในที่อยู่ กังวลในตระกูล กังวลในลาภสักการะ กังวลในหมู่คณะ กังวลเรื่องการก่อสร้าง กังวลในการเดินทาง กังวลในญาติ กังวลเรื่องโรครภัยไข้เจ็บ กังวลเรื่องการเล่าเรียน กังวลเรื่องการแสดงฤทธิ์ เมื่อละแล้วจึงเจริญสมาธิเพื่อพิจารณาให้ละนิวรณ์ ๕ จิตจะเบิกบานที่จะปฏิบัติวิปัสสนาสืบไป

จิตตวิสุทธิ มี ๒ อย่าง คือ สมถยานิก เป็นบาทดำเนินสู่มรรคผลและนิพพานด้วยสมถยานิก วิปัสสนายานิก ขณิกสมาธิ ดำเนินสู่มรรคผลและนิพพานด้วยวิปัสสนายาน สมานิติที่เป็นจิตตวิสุทธิ จะต้องเป็นไปในอารมณ์ของสติปัญญา เพราะทำลายกิเลส คืออภิชฌาและโทมนัส ถ้าสมาธิไม่มีสติปัญญาเป็นอารมณ์ จะไม่สามารถทำให้ทำลายวิปลาสได้

ดังนั้นความหมัดจดแห่งจิต คือการฝึกอบรมจิต หรือพัฒนาคุณภาพและสมรรถภาพจิตจนเกิดเป็นสมาธิ ปราศจากกิเลสนิวรณ์ พอจะเป็นบาทฐานแห่งวิปัสสนากาวนา

บุคคลเมื่อทำสมาธิให้เกิดแล้ว จิตเป็นสมาธิแล้วจะเป็นบาทที่ก้าวเข้าสู่ปัญญา คือ วิปัสสนา ตัวของวิปัสสนา คือวิสุทธิ ๕ อันประกอบด้วย ทิณฺฐวิสุทธิ กังขาวิตรณวิสุทธิ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ ญาณทัสสนวิสุทธิ

ความหมัดจดแห่งทิณฺฐ คือ ความรู้ความเข้าใจมองเห็นรูปนามตามสภาพความเป็นจริง ที่ได้เข้าไปพิสูจน์ด้วยตนเองแล้ว ด้วยการรู้อารมณ์ของวิปัสสนา คือรูปนามปรมาณู ด้วยการรู้เห็นรูปนามในขณะปัจจุบัน และอนุমানรูปนาม ในสภาวะธรรมปัจจุบัน แยกเป็น ขณะปัจจุบัน สันตติปัจจุบัน อัทธาปัจจุบัน ดังนั้น ปัญญาที่กำหนดรู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรม ไม่ใช่อดีต เรา จัดเป็นนามรูปปริจเฉทญาณ ในญาณ ๑๖

ความหมัดจดแห่งปัญญาข้ามพ้นความสงสัย คือสงสัยวัตถุ ๑๖ และวัตถุ ๘ และในเรื่องเกี่ยวกับกรรม ๑๒ ที่ให้ผลตามกาล ตามแรงหนักเบา ทำหน้าที่ การพิจารณากรรมอยู่อย่างนี้ย่อมข้ามพ้นความสงสัยในเรื่องกัมมวิภู กำหนดรู้ปัจจัยแห่งนามรูป ว่ารูปนามล้วนเกิดมาจากเหตุปัจจัย อันเป็นปัจจัยซึ่งกันและกัน อาศัยกันและกันเป็นความรู้ทำให้สิ้นความสงสัยในกาลทั้ง ๓ คือ อดีต อนาคต ปัจจุบัน จัดเป็นปัจจัยปริคคญาณ

ความหมัดจดแห่งญาณที่รู้เห็นว่าทางหรือมิใช่ทาง คือ เมื่อปัญญาเห็นการเกิดขึ้นของรูปนามพร้อมทั้งเหตุปัจจัยให้เกิดครั้นกำหนดเรื่องไปจนเห็นความดับของนามรูปที่เกิดขึ้นในกัณหาวิตรณวิสุทธิ การเห็นการดับของรูปนามตอนนี้เป็นสัมมสนญาณ คือ อารมณ์ของสัมมสนญาณเข้าไปอยู่

ในมัคคามัคคญาณทัสสนาวิสุทธิด้วยส่วนหนึ่ง เมื่อพิจารณาด้วยสัมมสนญาณไปจนญาณแก่กล้าขึ้น เริ่มมองเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมสลายไปของสิ่งทั้งหลาย มองเห็นความแปรปรวนของปัจจุบัน ธรรมดาว่า ธรรมดาเหล่านี้ไม่ได้มีแล้วก็มีขึ้น มีขึ้นแล้วก็ดับลงไป มองเห็นการเกิดและการดับสลายทั้งโดย ปัจจัย และเป็นขณะ ๆ ไปก็เกิดญาณใหม่เรียกว่า อุทฺถัพพยานุปัสสนา และในตอนนี้เอง วิปัสสนูปกิเลส เช่นโอภาส คือแสงสว่างแสนงามเป็นต้น ก็เกิดขึ้นทำให้ชวนหลงทาง ถ้ารู้เท่าทันจะผ่านพ้นไปได้ กำหนดแยกได้ว่าอะไรเป็นทาง มิใช่ทาง

วิปัสสนูปกิเลส จะเกิดแก่ผู้ปฏิบัติโดยชอบ ประกอบด้วยประการแล้วประกอบเล่าอย่าง ต่อเนื่อง ๑๐ ประการ ประการใดประการหนึ่ง คือ ๑.โอภาส แสงสว่าง, ๒.ญาณ ความรู้, ๓.ปีติ ความเอิบอิ่ม, ๔.ปัสสัทธิ ความสงบ, ๕.สุข ความสุข, ๖.อธิโมกข์ ความเชื่อ ศรัทธา, ๗.ปัดคาหะ ความเพียร วิริยะ, ๘.อุปกุฎฐาน ความเข้าไปตั้งอยู่ สติ, ๙.อุเบกขา ความวางเฉย, ๑๐.นิกันติ ความใคร่ ความพึงพอใจในภาวนานั้น เป็นต้นหา ความสำคัญผิดว่าภาวนานั้นเป็นมรรคผล เป็นทิฎฐิ ความทะนงตนว่าการ เข้าถึงสภาวะนั้นเหนือกว่าผู้อื่น เป็นมานะ ในอุปกิเลส

ความหมดจดแห่งญาณที่รู้เห็นทางดำเนิน ปัญญาที่เข้าถึงความรู้ลึกในทางที่ถูก ตรงสู่พระ นิพพานโดยถูกต้องแล้ว หมายถึงอารมณ์อันเป็นปฏิปทาที่ถูกต้อง ตัณหาและทิฎฐิไม่สามารถเข้าไป อาศัยในอารมณ์นั้นได้ อารมณ์ของวิปัสสนา คือ ไตรลักษณ์ในนามรูป เป็นตัวถูกรู้ ส่วนปัญญาเป็นตัวรู้ อารมณ์ไตรลักษณ์นั้น

วิปัสสนาญาณที่ถึงจุดสุดยอดด้วยอำนาจวิปัสสนาญาณ ประกอบด้วย ๑) อุทฺถัพพยานุปัสสนาญาณ ๒) ภังคานุปัสสนาญาณ ๓) ภยตุปัสสนาญาณ ๔) อาทินวานุปัสสนาญาณ ๕) นิพพิทานุปัสสนาญาณ ๖) มุญจิตกัมยตาญาณ ๗) ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ ๘) สังขารูปกษายาณ อานิสงส์ที่ จัดอยู่ในวิสุทธิข้อนี้ โดยเฉพาะผู้ที่ผ่านวิปัสสนาปัญญาขั้นภังคานุปัสสนาญาณแล้ว จะได้รับอานิสงส์ ๘ ประการ คือ ละความใคร่ในภพต่าง ๆ เพราะรู้แล้วว่าไม่ใช่ความสุข เป็นต้น อดกลั้นต่อความยินดียินร้ายไม่ตอบสนองกิเลสของตนเองในอารมณ์ต่าง ๆ โดยผิดทาง เป็นที่สุด วิปัสสนาญาณแต่ละลักษณะ ทำให้เกิดวิสุทธิได้ไม่เท่ากัน ทั้งนี้ก็เพราะญาณปัญญาแต่ละข้อมีอำนาจไม่เท่ากันนั่นเอง

ความหมดจดแห่งญาณทัสสนะ ความบริสุทธิ์ของความรู้ความเห็นซึ่งเป็นโลกุตตร คือรู้ เห็นในมรรคทั้ง ๔ ซึ่งเกิดจากโคตรภูญาณ เมื่อมรรคญาณเกิดแล้ว ผลญาณก็เกิดขึ้นในลำดับถัดไปจาก มรรคญาณนั้น ๆ

จึงกล่าวได้ว่า วิสุทธิ คืออรณเจตผลัตต ดังในรณวินีตสูตร พระปฐมณมันตานีบุตรกล่าวสรุปกับ พระสารีบุตรว่า “ท่านผู้มีอายุ ข้อนี้ก็ฉันนั้นเหมือนกัน สีลวิสุทธิมีจิตตวิสุทธิเป็นเป้าหมาย จิตตวิสุทธิ มีทิฎฐิวิสุทธิเป็นเป้าหมาย ทิฎฐิวิสุทธิมีกัขาวิตรณวิสุทธิเป็นเป้าหมาย กัขาวิตรณวิสุทธิมีมัคคามัคค ญาณทัสสนวิสุทธิเป็นเป้าหมาย มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิมีปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิเป็นเป้าหมาย

ปฏิบัติญาณทัสสนวิสุทธิมีญาณทัสสนวิสุทธิเป็นเป้าหมาย ญาณทัสสนวิสุทธิมีอนุปาทาปรินิพพาน เป็นเป้าหมาย

วิปัสสนาภูมิ หมายถึง พื้นที่กระทำวิปัสสนาหรือกรรมฐานของวิปัสสนา หรืออารมณ์ของ วิปัสสนา การเจริญวิปัสสนานั้นต้องกำหนดรู้อยู่ที่วิปัสสนาภูมิ และวิปัสสนาภูมินั้น มีอยู่ ๖ ภูมิด้วยกัน คือ ชั้นที่ ๕ आयตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ และเมื่อย่อลงแล้วก็ เป็นเพียงรูปกับนามเท่านั้น ทางเดินของวิปัสสนาก็คือ รูปกับนาม

การปฏิบัติการเจริญวิปัสสนาภาวนานั้น ต้องอาศัยรูปกับนาม ตามนัยที่ อ่างมาแล้วนั้น ล้วนมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และโดยที่ต้องอาศัยความสัมพันธ์ที่เนื่องกันนั้น โดยเฉพาะชั้นที่ ๕ ซึ่งถือว่าเป็นภูมิ ภูมิหนึ่งสำหรับเพาะปลูกปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้ที่ทำให้เกิดความเห็นแจ้ง เข้าใจ สภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ในรูปนาม ด้วยตัวเอง จึงต้องอาศัยการปฏิบัติตามหลักสติ ปัญญา ๔ โดยมีฐานที่ตั้งของสติ เป็นฐานที่ตั้งรองรับการกำหนดของสติ ไปในกาย เวทนา จิต และ ธรรม เพื่อสามารถนำจิตให้ดำเนินไปสู่การละวิปลาสและบรรลुธรรมอย่างสมบูรณ์ ด้วยเหตุนี้การ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ก็กับการปฏิบัติสติปัญญา ๔ จึงเป็นหลักเดียวกัน ดังได้ศึกษามาขณะนี้

บทที่ ๔

การละวิปาสด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การละวิปาส จากการศึกษามีการศึกษาไว้ มีหลากหลายวิธีการ แต่เมื่อขมวดลงแล้วพบว่าในอรรถกถา ปัญจสุทนี พระพุทธองค์ทรงแสดงสติปัฏฐานสูตร เพื่อละวิปาส คือความงม ความสุข ความเที่ยง และความเป็นตัวตน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้กำหนดการวิจัยไว้ดังต่อไปนี้

๔.๑. ความหมายของการละ

๔.๒. ประเภทของการละ

๔.๓. การละวิปาสด้วยการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔

๔.๔. วิธีการละวิปาส

๔.๕. สรุปท้ายบท

๔.๑. ความหมายของการละ

ในความหมายของการละในที่นี้หมายถึงการละวิปาส อันเกิดมาจากตัณหาและทิฏฐิเป็นหลักใหญ่

คัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค ได้อธิบายถึงสิ่งที่ควรละไว้ว่า

พระโยคาวจรเมื่อเห็นรูป ชื่อว่าย่อม ละ (กิเลสที่ควรละ) ได้ เมื่อเห็นเวทนา ฯลฯ เมื่อเห็นสัญญา ฯลฯ เมื่อเห็นสังขาร ฯลฯ เมื่อเห็นวิญญาณ (โดยความเป็นของไม่เที่ยงเป็นต้น) ชื่อว่าย่อม ละ (กิเลสที่ควรละ) ได้ เมื่อเห็นจักขุ ฯลฯ เมื่อเห็นชราและมรณะ ฯลฯ เมื่อเห็นธรรมที่หยั่งลงสู่อมตะคือนิพพาน เพราะมีสภาวะเป็นที่สุด ชื่อว่าย่อม ละ (กิเลสที่ควรละ) ได้ ธรรมใด ๆ ที่ละได้แล้ว ธรรมนั้น ๆ เป็นอันละได้แล้ว^๑

อรรถกถาปัญจสุทนี ได้ให้ความหมายของ การละไว้ว่า เหตุที่การละ ชื่อว่า ปหานะ โดยอรรถว่า สละ กำจัด อีกอย่างหนึ่ง เพราะการละกิเลสนั้นด้วย เพราะทำให้เกิดมีการกำจัด (กิเลส) นั้น ๆ ด้วย การละทั้งหมดนั้น ท่านเรียกว่า ปหาน^๒

พจนานุกรมมคธ-ไทย ใช้ศัพท์การละว่า ปหาน อันมีความหมายถึง การละ การสละ การปล่อย การวาง การทิ้ง ฯลฯ ประทาน ประหาณ^๓

^๑ ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๔/๓๕.

^๒ ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑/๑/-/๕๑.

พระธรรมเมธาภรณ์ ให้ความหมายไว้ว่า การละ เป็นการแสดงถึงการปฏิบัติขัดเกลากิเลส ออกไปจากจิตใจของบุคคล ซึ่งก่อให้เกิดผลเป็นความประณีตภายในจิตโดยลำดับ เช่นการข่มความ โกรธที่บังเกิดขึ้นในขณะนั้น ๆ หรือข่มความอยากที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ๆ^๔

พระคัมภีร์สารภีวงศ์ ให้ความหมายไว้ว่า การละ หมายถึงการละตัณหา การกำจัดกิเลส กำจัดบาปอกุศลกรรมที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เป็นการปฏิบัติขัดเกลากิเลสออกไปจากจิตใจของบุคคลให้ พ้นทุกข์^๕

สรุปได้ว่าการละนี้ เป็นการละกิเลส คือวิปัสสนา อันเกิดมาจากการเห็นรูปด้วยตา ได้ยินเสียง ด้วยหู ได้กลิ่นด้วยจมูก เป็นต้น ด้วยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา หาใช่การละ โดยทั่วไปของชาวบ้าน อันเป็นการกำจัดเสีย ละเว้น หรือปล่อยวาง จากสรรพกิเลสทั้งหลาย

๔.๒ ประเภทของการละ

ประเภทของการละจากการศึกษา พบว่า ในปฏิสัมภิทามรรค พระสารีบุตรได้แสดงการละ (ปหานะ) ไว้ ๔ หมวด^๖ แต่ในที่นี้ผู้ศึกษาได้นำมาเพียงหมวดเดียว คือ ปหานะ ๓ อันประกอบด้วย ๑) วิกขัมภนปหานะ การละด้วยการข่มไว้ ๒) ตทังคปหานะ การละด้วยองค์นั้น ๆ ๓) สมุจเฉทปหานะ การละด้วยการตัดขาด^๗

๔.๒.๑ ตทังคปหาน

อรรถกถาปัญจสุทนี ได้ให้ความหมายของตทังคปหานไว้ว่า

การละองค์นั้น ๆ ย่อมมีด้วยวิปัสสนาญาณนั้น ๆ เพราะเป็นปฏิปักษ์ในวิปัสสนาญาณ มีนาม รูปปริจเฉทญาณ เป็นต้น ดูการกำจัดความมืด ย่อมมีได้เพราะแสงสว่างแห่งประทีปะนั้น คือ ละสักกายทิฐิ ด้วยการกำหนดนามรูป, ละทิฐิที่ไม่มีเหตุและมีเหตุไม่เสมอกันด้วยการกำหนด ปัจจัย, ละความสงสัยด้วยการข้ามความสงสัย อันเป็นส่วนภายหลัง แห่งการกำหนดปัจจัยนั้น นั่นเอง ละความยึดถือว่าเรา ของเรา ด้วยการพิจารณากลางปะ (กลุ่ม, กอง), ละสัญญาในธรรมที่ไม่เป็นมรรคว่าเป็นมรรค ด้วยการกำหนดมรรคและอมรรค, ละอุจเฉททิฐิด้วยการเห็นความเกิดขึ้น, ละสัสสตทิฐิด้วยการพิจารณาเห็นความเสื่อม, ละความสำคัญว่าไม่น่ากลัวในสิ่งที่น่า

^๓ พันตรี ป. หลงสมบุญ, พจนานุกรม มคอ-ไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๒, กรุงเทพมหานคร: ร้านเรื่องปัญญา, ๒๕๔๐, หน้า ๔๗๕.

^๔ พระธรรมเมธาภรณ์ (ระแบบ จิตตภาโณ), ธรรมปริทัศน์ ๒, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๑๒๐.

^๕ พระคัมภีร์สารภีวงศ์, ทางสู่พระนิพพาน, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๖), หน้า ๗๙.

^๖ ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/(๓๕).

^๗ ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๔/๓๔.

กล่าวด้วยการพิจารณา เห็นภัย, และความสำคัญว่าชอบใจ (ยินดี) ด้วยการพิจารณาเห็นโทษ, ละ อภริตีสัญญา (ความสำคัญว่าน่ายินดียิ่ง) ด้วยนิพพิทานุปัสสนา, ละความเป็นผู้ไม่อยากจะหลุด พันด้วยญาณคือความเป็นผู้ใคร่จะพ้นไป, ละการไม่เพ่งด้วยอุเบกขาญาณ, ละปฏิโลมในธรรมฐิติ และในพระนิพพานด้วยอนุโลม, ละความยึดนิमितในสังขารด้วยโคตรภู^๘

พระธรรมเมธาภรณ์ อธิบายไว้ว่า เป็นละได้ชั่วครั้งชั่วคราว หมายถึงการละกิเลสได้ชั่วครั้ง ชั่วคราวเช่น การข่มความโกรธที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ๆ ระงับความอยากที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ๆ เป็นต้น แต่ไม่แน่นอนเสมอไป หากว่าแรงกระแทกกระแทกขึ้นจากภายนอกมีความรุนแรงมาก อาจจะทำให้เกิดความ โกรธ ความโลภขึ้นได้^๙

ละด้วยองค์นั้น ๆ หมายความว่า ละด้วยองค์ของพระกรรมฐาน เช่น ในเวลาเจริญสมถ กรรมฐาน เพ่งพระพุทธรูปเป็นอารมณ์ภาวนาว่า " พุทฺโธ ๆ " ขณะนั้น ความโลภ ความโกรธ ความ หลง สงบลงไป ไม่เกิดขึ้นเพราะกำลังแห่งสมาธิ สมาธิจะเกิดก็เพราะองค์แห่งพระกรรมฐานที่เราเจริญ เป็นปัจจัย ถ้าเจริญกรรมฐานอย่างอื่น ๆ เช่น กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ เป็นต้น ก็สามารถละกิเลสด้วย องค์กรรมฐานนั้น ๆ เช่นเดียวกัน

๔.๒.๒ วิกขัมภนปหาน

อรรถกถาปัญจสุทนี ได้ให้ความหมายว่า เป็นการละนิวรณ์ธรรม เป็นต้นนั้น ๆ ด้วย สมาธิแยกออกเป็นอุปจารสมาธิ เพราะห้ามความเป็นไป (แห่งนิวรณ์) ดุจการแหวกสายสำหรับบนผิวน้ำ โดยใช้หม้อแหวกฉะนั้น^{๑๐}

พระธรรมเมธาภรณ์ อธิบายวิกขัมภนปหานไว้ว่า

บุคคลผู้เจริญสมถกัมมัฏฐาน คือ การงานที่บุคคลพึงทำทางจิตใจ อาศัยอารมณ์ของ กัมมัฏฐาน ข้อใดข้อหนึ่งในอารมณ์ ๔๐ ประการ จนสามารถระงับนิวรณ์ธรรมทั้ง ๕ ประการ ได้ด้วยกำลังฌานที่บังเกิดขึ้น เมื่อฌานบังเกิดขึ้นแล้ว จะทำหน้าที่ระงับนิวรณ์ทั้ง ๕ องค์ของ ฌานก็มี ๕ นิวรณ์ก็มี ๕ การสงบสยบนิวรณ์ไว้ ไม่ได้หมายความว่านิวรณ์จะหมดไปจากจิตใจ แต่ตราบดีที่องค์ฌานยังมีอยู่ภายในจิต นิวรณ์ก็เกิดขึ้นกลุ่มรุมจิตใจไม่ได้ เพราะวิตก เมื่อ เกิดขึ้นแล้วจะสยบถินมิทธะ ความง่วงเหงาหาวนอน วิจาร์ เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะสยบวิจิกิจฉา ความเคลือบแคลงสงสัย ปีติ เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะทำหน้าสยบพยาบาท สุข เมื่อบังเกิดขึ้นแล้วจะ ทำหน้าที่สยบอุทธัจจะกุกุจจะ ความฟุ้งซ่าน เอกัคคตาหรือสมาธิ เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะทำหน้าที่ สยบกามฉันท์ ดังนั้นตราบดีที่องค์ฌานไม่เสื่อม นิวรณ์จะเกิดขึ้นกลุ่มรุมจิตใจไม่ได้ แต่การสยบ

^๘ ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑/๑/-/๕๐.

^๙ พระธรรมเมธาภรณ์ (ระแบบ จิตตภาโณ), ธรรมปริทัศน์ ๒, หน้า ๑๒๐.

^{๑๐} ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑/๑/-/๕๑.

ไว้ด้วยองค์ฌานนี้ โอกาสที่กิเลสจะกำเริบขึ้นได้ หากถูกกระทบกระแทกจากภายนอกมาก^{๑๑}

พระคันธสาราภิงค์ อธิบายวิกขัมภนปหานไว้ว่า อันเป็นการละด้วยการสะกดเอาไว้ ได้แก่การละของบุคคลผู้ได้โลกียฌาน トラบไตที่ฌานยังไม่เสื่อม กิเลสเหล่านั้นก็ยังสงบอยู่ แต่เมื่อองค์ฌานเสื่อม กิเลสก็เกิดงอกขึ้นมาอีก เปรียบเหมือนศิลาทับหญ้าไว้ หญ้านั้นจะไม่งอก ต่อเมื่อยกศิลาออก หญ้าก็งอกอีกได้^{๑๒}

ละด้วยการข่มไว้ คือ ข่มกิเลส เช่น นิ वर्ณ ๕ มีกามฉันท พยาบาท เป็นต้น ไว้ด้วยอำนาจแห่งสมาธิอันเกิดจากการเจริญสมถกรรมฐานเมื่อได้ฌานแล้ว นิ वर्ณทั้ง ๕ สงบลง เพราะองค์ของฌานเป็นปฏิปักษ์ต่อนิ वर्ณทั้ง ๕ คือ วิตก เป็นปฏิปักษ์ต่อ ถีนมิทธะวิจาร์ เป็นปฏิปักษ์ต่อ วิจิจิฉา ปีติ เป็นปฏิปักษ์ต่อ พยาบาท สุข เป็นปฏิปักษ์ต่อ อุทธัจจกุกกัจจะเอกัคคตา เป็นปฏิปักษ์ต่อ กามฉันทะ การละกิเลสด้วยอำนาจแห่งฌานนี้เรียกว่า วิกขัมภนปหาน เป็นเพียงข่มกิเลสไว้ ดูก่อนก่อนหินทับหญ้า ฉะนั้น ยังละไม่ได้อย่างเด็ดขาด

๔.๒.๓ สมุจเฉตปหาน

อรรถกถาปัญจสุทนี ได้ให้ความหมายสมุจเฉตปหานไว้ว่า การละกองกิเลสในสันดานของตน อันนับเนื่องในสมุทัยที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้โดยนัยเป็นต้นว่า เพื่อละทัญญูทั้งหลายโดยที่กองกิเลสนั้นก็กลับเป็นไปไม่ได้อีกอย่างเด็ดขาด แห่งพระโยคาวจรผู้ชื่อว่า มีมรรคนั้น เพราะเหตุที่เจริญอริยมรรค ๔ ได้แล้ว^{๑๓}

พระธรรมเมธาภรณ์ อธิบายสมุจเฉตปหานไว้ว่า พระอริยบุคคลที่เจริญสมถกัมมัฏฐาน วิปัสสนากัมมัฏฐาน จนเกิดฌานความรู้ในอริยสัจ ๔ ตามลำดับ สามารถละกิเลสได้อย่างเด็ดขาด เช่น พระโสดาบันละสังโยชน์ได้ ๓ ประการ ที่ท่านละได้แล้วไม่กำเริบอีก การละกิเลสในขั้นนี้ เรียกว่าเป็นกัมมัฏฐาน คือการละโดยเด็ดขาด เพราะฉะนั้นการละโดยเด็ดขาด จึงมิได้เฉพาะพระอริยบุคคล ๔ จำพวกเท่านั้น นอกนั้นยังคงอยู่ในจำพวก ตหังคปหานและวิกขัมภนปหาน ซึ่งหมายความว่า บุคคลคนเดียวกันนั่นเองในช่วงแรกอาจจะเริ่มละกิเลสได้เป็นครั้งคราว เมื่อปฏิบัติไปจนบรรลุฌาน ก็ละด้วยวิกขัมภนปหานการละได้เด็ดขาดจนบรรลุมรรคผลเป็นพระอริยบุคคล จะมีมากน้อยไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับญาณที่บังเกิดในแต่ละขั้น แต่ท่านจะละสังโยชน์ใดก็ตาม สังโยชน์นั้นก็จะไม่กำเริบขึ้นมาอีกเหมือนต้นตาลยอดด้วนไม่มีโอกาสงอกขึ้นได้อีกฉะนั้น^{๑๔}

ปรมัตถโชติกะ ให้ความหมายว่า ปหาน กับวิมุตติ ต่างกันแต่เพียงพยัญชนะ ส่วน

^{๑๑} พระธรรมเมธาภรณ์ (ระแบบ จิตตภาโณ), **ธรรมปริทัศน์ ๒**, หน้า ๑๒๑.

^{๑๒} พระคันธสาราภิงค์, **ทางสู่พระนิพพาน**, หน้า ๗๙.

^{๑๓} ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑/๑/-/๕๑.

^{๑๔} พระธรรมเมธาภรณ์ (ระแบบ จิตตภาโณ), **ธรรมปริทัศน์ ๒**, หน้า ๑๒๒.

ความหมายเหมือนกัน ดังตารางเทียบดังต่อไปนี้

ตารางที่ ๔ เทียบปหาน การละ – วิมุตติการหลุดพ้น^{๑๕}

ปหาน การละ	วิมุตติ การหลุดพ้น	ได้แก่
ตทั้งคปหาน	ตทั้งควิมุตติ	ศีล
วิกข์มณปหาน	วิกข์มณวิมุตติ	สมาธิ
สมุจเฉทปหาน	สมุจเฉทวิมุตติ	มรรค

การปฏิบัติเพื่อเข้าถึงวิมุตติหรือปหาน

วิมุตติ แปลว่า หลุดพ้น เราจะหลุดพ้นได้ ต้องปฏิบัติตามทางสายกลางคือ มรรค ๘ จะพบวิมุตติ วิมุตติมี ๓ อย่างคือ ตทั้งควิมุตติ วิกข์มณวิมุตติ สมุจเฉทวิมุตติ ต้องปฏิบัติถึงสมุจเฉทวิมุตติ จึงจะหลุดพ้นได้โดยเด็ดขาด มีอธิบายดังนี้

(๑) ตทั้งควิมุตติ หลุดพ้นด้วยองค์นั้น ๆ หมายความว่า หลุดพ้นไปชั่วขณะหนึ่ง เช่น ขณะฟังเทศน์ ขณะนั่งเจริญพุทธานุสสติ ธรรมคุณ สังฆคุณ ขณะบริกรรมพระกรรมฐานบทใดบทหนึ่ง เช่น พุทโธ หรือ พองหนอ ยุบหนอ เป็นต้น ขณะนั้น ถ้าทำถูกหลัก คือพร้อมไปด้วยองค์ ๓ ได้แก่ ๑.มีความเพียร ตั้งใจทำ ๒.มีสติระลึกรู้ตัวอยู่เสมอ ๓.มีสัมปชัญญะรู้ตัวทุกขณะ จิตจะหลุดพ้นไปได้ด้วยองค์ของพระธรรมนั้นจริง หลุดพ้นอย่างนี้ เพียงชั่วขณะเดียว ยังเป็นโลกียะอยู่

(๒) วิกข์มณวิมุตติ หลุดพ้นด้วยการข่มเอาไว้ หมายความว่า ข่มกิเลสไว้ด้วยองค์แห่งฌานทั้ง ๕ ผู้ที่จะข่มได้อย่างนี้ ต้องเจริญสมถกรรมฐาน จนได้บรรลุปฐมฌาน ทุตติยฌาน เป็นต้นก่อน องค์ฌานทั้ง ๕ นั้น คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา เป็นคู่ปรับของกิเลสชั้นกลาง คือ นิวรณ์ ๕ ได้แก่ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิกิจฉนา เมื่อปฏิบัติธรรมคือ เจริญสมถกรรมฐานจนได้บรรลุฌานอย่างนี้ ถือว่า หลุดพ้นจากกิเลสด้วยการข่มไว้เพียงชั่วคราว ดุจเอาหินทับหญ้าไว้เท่านั้น กิเลสยังมีอยู่ กิเลสยังไม่หมด ฌานเสื่อมเมื่อใด เมื่อนั้น ก็พาให้รับทุกข์อีก เหมือนกับต้นอุตพิช ถ้ารากยังมีอยู่ก็จะต้องมีดอกออกมาส่งกลิ่นเหม็นตลอดไปได้อีก ฉะนั้น ความหลุดพ้นครั้งนี้ยังเป็นโลกียะอยู่

(๓) สมุจเฉทวิมุตติ หลุดพ้นโดยเด็ดขาด ด้วยอำนาจแห่ง อริยมรรค หมายความว่า อนุสัยกิเลสที่เนื่องนองอยู่ในขันธสันดานจะหลุดออกไปได้ ต้องอาศัยปัญญาขั้นสูงสุดเหนือโลกทั้ง ๓ คือเหนือกามโลก เหนือรูปโลก เหนืออรูโปกโลก ได้แก่ โลกุตตรปัญญานั้นเอง ปัญญาขั้นนี้จะเกิดขึ้นได้โดยวิธีเดียวเท่านั้นคือ เจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแบบของสติปัญญา ๔ ด้วยการกำหนด กาย เวทนา จิต ธรรม เมื่อปฏิบัติถูกต้องแล้ว จะเกิดปัญญาขึ้นมาโดยลำดับๆ นับตั้งแต่โลกียะ จนถึงโลกุตระ คือเกิด นามรูปปริเฉทญาณ พิจารณาแยกรูปนามออกจากกันได้

^{๑๕} พระสัทธัมมโชติกะ อัมมาจาริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๙ เล่ม ๒ วิปัสสนากัมมัฏฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์วิสุทธิ์, ๒๕๕๔), หน้า ๒๑๑.

เกิด ปัจจัยปริศคหญาณ พิจารณาเหตุ ฐุผล ฐุปัจจัยของรูปนาม
 เกิด สัมมสนญาณ พิจารณานามรูปเห็นว่าเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา
 เกิด อุทัพพญาณ พิจารณานาเห็นความเกิด ความดับ ของรูปนาม ตั้งแต่ข้อนี้เป็นต้นไป
 จัดเป็นภาวนามยปัญญา

เกิด รั้งคญาณ พิจารณาเห็นเฉพาะ ความดับไปของรูปนามฝ่ายเดียว
 เกิด ภยญาณ พิจารณาเห็นว่า รูปนามเป็นของที่น่ากลัว
 เกิด อาทีนญาณ พิจารณาเห็น ทุกข์โทษของรูปนาม
 เกิด นิพพิทาญาณ พิจารณาเห็น รูปนามเป็นของที่น่าเบื่อหน่าย แล้วเบื่อหน่ายในรูปนาม
 เกิด มุญจितุกัมยตาญาณ อยากจะหลุดพ้นจากรูปนาม
 เกิด ปฏิสังขยาญาณ ใจเข้มแข็ง ตั้งใจปฏิบัติจริง ๆ เพื่อให้หลุดพ้น
 เกิด สังขารุเปกขาญาณ ใจเฉยๆ แต่มีสติ สัมปชัญญะดี ดูความเกิดดับของรูปนามอยู่
 เกิด สัจจานุโลมิกญาณ เป็นรูปนามเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อย่างชัดเจน แจ่มแจ้ง
 และแทงตลอด อริยสังขธรรมทั้ง ๔ ยังเป็นโลกียปัญญาอยู่

เกิด โคตรภูญาณ ปัญญาที่ครอบงำและทำลายโคตรของปุถุชน เข้าสู่เขตโคตรของ
 พระอริยเจ้า อยู่ในระหว่างกลางแห่งโลกียะกับโลกุตระต่อกัน แต่มีนิพพานเป็นอารมณ์แล้วถึงขั้นนี้ ก็
 ยังละกิเลสไม่ได้โดยเด็ดขาด

เกิด มรรคญาณ ปัญญาที่ตัดกิเลส ที่เป็นตัวเหตุนำไปสู่อบายภูมิ ๔ ได้อย่างเด็ดขาดคือ
 โลภะ ๔ กับ โมหะ ๑ นิยมเรียกตามสำนวนพระสูตรว่า สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สิลัพพตปราคาส ปัญญา
 ขั้นนี้เป็นโลกุตระแท้ มีนิพพานเป็นอารมณ์ ปฏิบัติถึงขั้นนี้ หลุดพ้นได้จริง ๆ อย่างนี้จึงเรียกว่า "
 สมุจเฉทวิมุตติ" ได้

เกิด ผลญาณ ปัญญาที่สัมปยุตด้วย ผล มีนิพพาน เป็นอารมณ์โลกุตระ

เกิด ปัจจเวกขณญาณ ปัญญาที่ทวนกลับไปพิจารณากิเลสที่ละแล้ว กิเลสที่ยังเหลืออยู่
 มรรค ผล นิพพาน ปัญญาขั้นนี้เป็นโลกียะ

สรุปได้ว่า การละ เรียกว่าปหานะ ประกอบด้วย ตังคปหานะ การละด้วยองค์นั้น ๆ เป็น
 การละชั่วคราว วิกขัมภนปหาน การละด้วยการข่มไว้ด้วยองค์ฌาน อันเป็นการข่มนิรวณไม่ให้กำเริบ
 นั่นเอง สมุจเฉทปหาน ละด้วยการเว้นขาด หมายถึงการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานจนก้าวเข้าสู่
 อริยบุคคลตั้งแต่โสดาบัน เป็นไป ด้วยการละสักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สิลัพพตปราคาส ละแล้วไม่กำเริบ
 ส่วนต่ำกว่านี้อย่างมากเป็นเพียงวิกขัมภนปหานคือการข่มไว้เท่านั้น

๔.๓ วิธีการละวิปาส

การละวิปาส ถือได้ว่ามีความสำคัญยิ่ง ตั้งแต่การละวิปาสได้บางประการจนถึงการละได้ทั้งหมด จัดว่าเป็นขั้นตอนของการปฏิบัติเพื่อสิ้นทุกข์ทั้งนั้น ซึ่งเป็นจุดหมายสูงสุดอย่างหนึ่งของการเสด็จออกบรรพชาของพระพุทธเจ้า^{๑๖} ในปัญจสุทนี แสดงไว้ว่า พระพุทธองค์ตรัสสติปัฏฐาน ๔ ไว้ไม่ยิ่ง ไม่หย่อน กว่ากัน เพื่อละวิปาส คือความงม ความสุข ความเที่ยง ความมีตัวตน^{๑๗} ดังนั้นในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยมุ่งไปที่การปฏิบัติสติปัฏฐาน

๔.๓.๑ การปฏิบัติกายนุปัสสนาเพื่อละสุภะวิปาส

กายนุปัสสนาสติปัฏฐาน มีอารมณ์หยาบเป็นทางแห่งความบริสุทธิ์ สำหรับผู้มีต้นหาจริตแก่กล้า เพื่อละสุภะวิปาส

คือการใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณากาย ซึ่งเป็นรูปธรรม เพื่อให้เห็นว่า แท้ที่จริงรูปนั้นเป็นอสุภะ (ความไม่งาม, ความน่าเกลียด) เป็นการทำลายสุภะวิปาส (สำคัญว่างาม, ว่าน่ารัก) ซึ่งเป็นการรู้เท่าทันที่เกิดอาการต่าง ๆ ของกายด้วยวิธีการ ๖ อย่าง คือ

๑) **หมวดกำหนดลมหายใจเข้า ออก** พระพุทธองค์ทรงระบุสถานที่ควรปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาไว้ ๓ สถานที่ คือ ป่า โคนไม้ หรือเรือนว่าง อันเป็นสถานที่เงียบสงัดเหมาะแก่การปฏิบัติสำหรับผู้ใหม่ ด้วยการกำหนดอิริยาบถนั่งตามรู้ดูลมหายใจเข้าออกที่มีอยู่ตามธรรมชาติ ในขณะที่ปฏิบัติควรตามรู้ลมหายใจเข้าออกที่ปลายจมูก อย่าปรุงแต่งหรือคาดหมายว่าลมหายใจเข้าออกสั้นยาว เพียงตั้งสติกำหนดรู้ดูตามว่าลมหายใจเป็นเพียงกองรูป ไม่ใช่ตัวตน ประกอบด้วยความเป็นไตรลักษณ์ โดยเบื้องต้นมีการกำหนดว่า เข้าหนอ ออกหนอ เมื่อสมาธิมีกำลังมากขึ้น ผู้ปฏิบัติรับรู้ลมหายใจเข้า/ออกยาวหรือสั้น โดยจะรับรู้เบื้องต้น ท่ามกลาง และที่สุดของลมอย่างชัดเจน ย่อมรู้ถึงการผ่อนคลายลมหายใจให้เหลือเพียงกองลมละเอียดอย่างต่อเนื่อง^{๑๘} ผู้ปฏิบัติไม่ควรตั้งใจผ่อนคลายลมหายใจ ลมหายใจย่อมละเอียดไปเองตามธรรมชาติ ด้วยกำลังของสมาธิและปัญญาที่พัฒนาขึ้น พยายามตามรู้อย่างจดจ่อต่อเนื่องจะรับรู้ลมหายใจได้ชัดเจนในขณะปฏิบัติภาวนามิตปราภวบรรลุปัจจการหรืออัปนาสมาธิตามสมถนัย หรือบรรลุปุพพญาณตามวิปัสสนานัย^{๑๙}

เมื่อนักปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้ลมหายใจเข้าออกอย่างต่อเนื่อง เขาย่อมรู้เองว่ามีเพียงลม

^{๑๖} นางสาวภานีย์ บุญวรรณ, “การศึกษาอาการวิปาสที่เกิดขึ้นในการปฏิบัติกรรมฐาน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์คุณวุฒิบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๕๓.

^{๑๗} ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑/๑/-/๕๕๖.

^{๑๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, พระคันธสาราภิวงศ์. เรียบเรียง, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปลโม ป.ธ. ๙, Ph.D) ตรวจชำระ, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๔๑ – ๔๕.

^{๑๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๗.

หายใจเข้าออกเท่านั้น เห็นกองรูปไม่ใช่ตัวตนของเรา ไม่มีตัวตนในกองรูป จิตของผู้ปฏิบัติมีเพียงตามระลึกอยู่เท่านั้น ไม่เกี่ยวข้องด้วยสิ่งอื่นใดที่เป็นรูปร่างตัวตนและเปี่ยมไปด้วยปัญญาที่หยั่งเห็นไตรลักษณ์ เขาย่อมพัฒนาปัญญาด้วยประสบการณ์โดยตรง โดยมีสติเป็นตัวกำกับเมื่อเขาเกิดปัญหาหยั่งเห็นดังนี้จะไม่ยึดติดในโลกแห่งรูปนาม โลกทัศน์ภายในที่บุคคลเจริญสติย่อมตามรู้แตกต่างกันไป^{๒๐}

ลมหายใจเป็นเพียงส่วนหนึ่งของกาย เมื่อสามารถเห็นลมหายใจโดยสภาวะไม่เพียงได้ ก็ต้องเห็นได้ว่ากายทั้งหมดตลอดจนสิ่งนอกกายทั้งหลาย มีไว้เพียงอาศัยระลึก รู้ อาศัยฝึกดูให้กระจ่างแจ้งว่าไม่มีอะไรน่าเอา ไม่มีสิ่งใดน่ายึดมั่นถือมั่น ฝึกจนกว่าจิตจะตั้งมั่นเพิกถอนอุปาทานทำลายความหลงผิดเสียได้ ชีวิตจะแตกต่างไปออกมาจากภายใน จากเดิมที่อยู่เพื่อยึด เป็นอยู่เพื่อวาง จากอยู่เพื่อเอา เป็นอยู่เพื่อทิ้ง จากอยู่เพื่อฟุ้งซ่านทีกทัก เป็นสงบอย่างรู้แจ้ง^{๒๑}

๒) กำหนดอิริยาบถใหญ่ คือ การยืน เดิน นั่ง นอน เป็นสิ่งที่มีอยู่แล้วเหมือนลมหายใจ ไม่ต้องสร้างขึ้นมา ผู้ปฏิบัติมีหน้าที่ตามรู้ให้ตรงกับความเป็นจริงในปัจจุบัน และเปลี่ยนอิริยาบถไปตามธรรมชาติ เมื่อเดินจงกรมเมื่อยก็นั่ง เมื่อนั่งเมื่อยก็กำหนดเดินจงกรมต่อไป ส่วนอิริยาบถยืนจะปรากฏเมื่อหันกายกลับ^{๒๒}

จากผลการปฏิบัติในอิริยาบถ มีการเดินจงกรมและนั่งสมาธิเป็นการสังสมสติ คือในขณะที่นั่งมีการหลับตากำหนดรู้คุณลมหายใจ เช่น กำหนดดูท้องพองยุบ ด้วยการกำหนดในขณะที่ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ” เมื่อยุบกำหนดว่า “ยุบหนอ” เป็นการฝึกสติในขณะนั่ง เมื่อเดินมีการลืมตาเดินจงกรมในการเคลื่อนไหว “กำหนดจังหวะการเดินไว้ ๖ ระยะ^{๒๓}” ซึ่งการเดินและการนั่งเป็นของคู่กันส่งเสริมกันและกันโดยตรง เช่น กำหนดการเดินในอิริยาบถ ๑ ขณะก้าวเท้าขวา กำหนดว่า ขวา-ย่าง-หนอ ก้าวเท้าซ้าย กำหนดว่า ซ้าย-ย่าง-หนอ เมื่อหยุดยืน กำหนดยืนหนอ ๆ ๆ เป็นต้น

ดังตฤณสรุปการเดินลงได้ว่า เดินให้เป็นธรรมชาติ เพราะเราต้องการความรู้ตัวจากการเดินจงกรมออกมาใช้ในชีวิตประจำวัน ถ้าหากออกจากการเดินจงกรมแล้ว ลืมความรู้สึกตัวหมดอย่างนั้นถือว่าใช้ไม่ได้ แต่ถ้าออกจากการเดินจงกรมแล้วเหมือนจะรู้เท้ากระทบเองในเวลาเดินปกติ อย่างนั้นถือว่าการเดินจงกรมของเราประสบผล อีกอย่างหนึ่ง ทางลัดที่จะทำให้รู้ตัวทั่วพร้อมในการเดินอย่างง่าย คือรู้เท้ากระทบ เมื่อรู้กระทบก็จะรู้ว่าจะจ่อไว้ตรงไหน^{๒๔}

^{๒๐} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, หน้า ๖๖.

^{๒๑} ดังตฤณ, **มหาสติปัฏฐานสูตร**, (สมุทรสาคร: บริษัท ยูไนเต็ต โปรดักส์ซัน เพรส จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๔๕.

^{๒๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, หน้า ๗๔.

^{๒๓} คุรายละเอียดยใน ธนิต อยู่โพธิ์, **วิปัสสนาภิรมย์**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๖๓ - ๗๔.

^{๒๔} ดังตฤณ, **มหาสติปัฏฐานสูตร**, หน้า ๖๑.

พระพุทธองค์ทรงเน้นการเดินจงกรมก่อนนั่งก็มีหลักฐาน เพราะว่าการเดินจงกรมนั้นก่อนให้เกิดสมาธิได้เร็วกว่าการนั่ง เนื่องจากสภาวะที่เดินประกอบไปด้วยการยก ย่างเหยียบ ประจักษ์ชัดกว่าสภาวะพองยุบ สภาวะที่นั่งเป็นการคู้เข้าของร่างกายส่วนล่าง และตั้งตรงของร่างกายส่วนบน และสภาวะสัมผัสของนิ้วมือหรือริมฝีปากที่นักปฏิบัติกำหนดรู้ในอิริยาบถนั่ง ในสมัยพุทธกาลก็มีภิกษุผู้บรรลุธรรมด้วยการเดินจงกรมอย่างเดียวมาแล้ว คือ พระสุภัททะ ผู้ปัจฉิมพุทธสาวก ได้ฟังคำสอนของพระองค์แล้วไปเดินจงกรมในป่าสาละ ก็ได้บรรลุธรรมในขณะที่เดินจงกรมนั่นเอง^{๒๕}

ดังตฤณกล่าวถึงการนอนว่า เป็นอิริยาบถที่ไม่ค่อยจะนิยมในการปฏิบัติ เพราะมีผลกระทบกับสติสัมปชัญญะ กล่าวคือ เมื่ออยู่ในอาการเอนสติมักจะหายไปอย่างรวดเร็ว และเกิดเหม่อลอยฟุ้งซ่านได้ง่ายกว่าท่าทางอื่น ๆ ดังนั้นจึงต้องมีสติมาจากการฝึกตามรู้ดูลมหายใจหรือตามรู้อิริยาบถเดิน ยืน และนั่งอย่างมาก และหากหลับแล้วคงไม่มีทางกำหนดสติรู้อิริยาบถนอนได้เลย ก่อนนอนจึงควรนั่งกำหนดรู้ดูลมหายใจจนเกิดความสงบสบาย และมีสติเต็มรอบที่สุดเท่าที่กำลังกายกำลังใจจะอำนวย จากนั้นก่อนหลับก็ตั้งใจว่าพอรู้ตัวตื่นก็จะลุกขึ้นนั่งดูลมหายใจตามขั้นตอนของการปฏิบัติด้วยอิริยาบถนอนที่สามารถมีสติได้มากที่สุดคือการนอนตะแคงขวามือตนเอง^{๒๖}

๓) กำหนดสัมปชัญญะ คือ การกำหนดรู้การเคลื่อนไหวของอิริยาบถย่อยต่างๆ อันสืบเนื่องมาจาก การยืน เดิน นั่ง นอน คือ การทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาฏิ บาตร และจีวร การฉัน การดื่ม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง

การกำหนดรู้ทันอิริยาบถย่อย มีความสำคัญอย่างมากในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพราะจะตามรู้ตามดูอาการของกายอยู่ตลอดเวลา คือ ในการเดินเมื่อขณะก้าวไป มีการเคลื่อนไหว กาย การยกเท้า การเหยียบลง ต้องกำหนดตามทันรู้ทัน การแลดู การเหลียวดู การคู้ เบื้องต้นพึงกำหนดในอิริยาบถนั้นๆ เมื่อสามารถทำได้จะทำให้การกำหนดรู้ว่าชาย หลึง หล่อ สวย อันเป็นบ่อเกิด ความงามทั้งหลาย ก็ไม่สามารถบังเกิดในขณะนั้น และเป็นเหตุให้กำหนดสำรวจต่อไปในกายได้ ทั้งยังทำสมาธิที่เกิดขึ้นเป็นประจวบดังลูกโซ่ไม่ขาดสาย สามารถที่เข้าสู่ปัญญาญาณไปได้เรื่อย ๆ แต่หากว่าไม่กำหนดในอิริยาบถย่อยทุกขณะจะทำให้การปฏิบัติมีการสะดุดตลอดเวลา เหมือนการจุดเทียนแล้วมีลมมาพัดทำให้ดับ และต้องจุดใหม่ และดับ และจุดอย่างนี้ตลอดทำให้วิปัสสนาญาณไม่สามารถก้าวหน้าไปได้ ทั้งยังทำให้การหลีกจากการกำหนดรู้ความจริงของกายเป็นไปได้อย่างยากลำบาก

๔) กำหนดมนสิการสิ่งที่เป็นปฏิภูล คือการกำหนดร่างกายนี้เป็นสิ่งโสโครกนับตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดชนิด

^{๒๕} พระโสภณมหาเถร (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๘๘.

^{๒๖} ดังตฤณ, มหาสติปัฏฐานสูตร, หน้า ๖๒.

ต่าง ๆ ว่า ‘ในกายนี้ มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร’

คัมภีร์วินัย มหาวรรค อธิบายว่า การจะปฏิบัติในปฏิกุศลสัญญานี้ได้ ต้องมีทุนติดมาก่อน คือสมาธิและสติสัมปชัญญะเป็นกำลังมาพอสมควร กล่าวคือต้องผ่าน ๓ ขั้นตอนแรกมาก่อน เพราะการรู้ชัดในอริยาบถต่าง ๆ อย่างต่อเนื่องมานั้น และรู้เห็นความเป็นกายดี ด้วยการพิจารณาตั้งภายนอก เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง อันเป็นของโสโครก แต่หากไม่มีทุนมาดี จะทำให้มีความเดือดร้อนเบื่อหน่าย เช่นภิกษุปฏิบัติต่อสุภกัมมัญฐาน แล้วเกิดความรังเกียจกายของตน ยิ่งกว่าคนทั่วไปรังเกียจส้วมที่เประอะเปื้อนไปด้วยอุจจาระ ทนไม่ไหวก็พากันฆ่าตัวตายบ้าง ฆ่ากันและกันบ้าง จำงให้คนอื่นฆ่าบ้าง^{๒๗}

ตามปกติมนุษย์เรามากมีความสำคัญคลาดเคลื่อนในสิ่งไม่งามว่างาม ทั้งที่ความเป็นจริงแล้วร่างกายนี้แอ้อยัดเยียดไปด้วยของน่ารังเกียจ แต่เพราะเราหลอกตาด้วยผิวนอกที่แห่งสะอาดด้วยการชำระล้าง ก็พานพาให้เข้าใจว่าร่างกายก้อนนี้น่ารัก จนกว่าจะรู้วิชาเห็นกายโดยความเป็นของโสโครกตามเป็นจริงเสียได้^{๒๘}

ในอุททายีสูตร พระอานนที่ได้กล่าวเฉพาะพระพักตร์พระพุทธองค์ว่า

ภิกษุพิจารณาเห็นกายนี้เท่านั้น ตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไป ตั้งแต่ปลายผมลงมา มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยของไม่สะอาดประการต่าง ๆ ว่า ‘ในกายนี้มีอาการ ๓๒ นี้เป็นอนุสสติฐาน ที่ภิกษุเจริญทำให้มากแล้วอย่างนี้ ย่อมเป็นไปเพื่อละกามราคะ’^{๒๙}

กามราคะเป็นสิ่งสำคัญเป็นศัตรูหมายเลขหนึ่งของผู้ปฏิบัติธรรม ถ้าเรากำลังเป็นโรคหลาย ๆ ชนิด กามราคะเป็นโรคที่เราต้องรักษาให้ทุเลาเสียก่อน เพราะช่วงใดก็ตามที่หมกมุ่นในกาม ช่วงนั้นเป็นอันว่าปิดประตูมรรคผลไว้ก่อน จนกว่าจะหาทางออกจากความติดใจนั้นเสียได้ ดังนั้น พระพุทธองค์ทรงเปรียบเหมือนโรคเรื้อน ที่ไม่อาจรักษาได้ด้วยการเกา เพราะการเกาทำให้เพิ่มความเจ็บแสบโดยไม่หยุด วิธีการคือหยุดเกาแล้วรักษาแบบค่อยเป็นค่อยไป กามก็เป็นเฉกเช่นเดียวกัน ที่ต้องถอนความอยากต้องการเสพอ ต่อ ต่อละ ต่อเล็กลง ทั้งต้องตั้งใจ ใช้อุบายที่พอพืดพอเหวี่ยงกัน

การปฏิบัติ เมื่อมีทุนมาจากอานาปานสติ มีความสุขสดชื่นทางใจเป็นปกติ ทำให้การปฏิบัติปฏิกุศลเห็นความไม่ยินดีในกาย ไม่อยากเอากาย ออกมาจากใจคอที่มันคง ไม่หวั่นไหวอยู่ห่าง ๆ ไม่ใช่รังเกียจ ทั้งยังต้องอาศัยการเปรียบเทียบ น้อมเอาอสุภะข้างนอกเข้ามาสู่กายตน ดังกรณีของ

^{๒๗} วิมทา. (ไทย) ๑/๑๖๒/๑๓๔.

^{๒๘} ดังตฤณ, มหาสติปัฏฐานสูตร, หน้า ๙๖.

^{๒๙} ดุรายละเอียดยใน อง.ฉก (ไทย) ๒๒/๒๙/๔๖๙.

พระนางเขมาที่มีมาในอรรถกถาโมรณปุรณี ความว่า

พระนางเขมา ทรงสดับว่าพระศาสดาทรงแสดงโทษของรูป เป็นผู้มัวเมาในรูปโฉม ไม่กล้าไปเฝ้า พระเจ้าพิมพิสารทรงใช้อุบายให้พระนางเขมาเสด็จยังวัดเวฬุวัน พระศาสดาทรงเห็นพระนางกำลังเสด็จมาจึงทรงใช้พุทธฤทธิ์เนรมิตเทพอัปสรนางหนึ่งซึ่งกำลังถือก้านใบตาลถวายงานพัดอยู่. พระนางเขมาเทวีเห็นเทพอัปสรนั้น แล้วทรงพระดำริว่า เสียหายแล้วสิเรา เหล่าสตรีที่เทียบกับเทพอัปสรเห็นปานนี้ ยั่งยืนอยู่ไม่ไกลพระทศพล เราแม้จะเป็นปริจาริกาของสตรีเหล่านั้นก็ยังไม่คู่ควรเลย ก็เพราะเหตุไรเล่าเราจึงเป็นผู้เสียหายด้วยอำนาจจิตที่คิดชั่ว เพราะอาศัยความมัวเมา แล้วก็ถือนิมิตนั้น ยืนทอดพระเนตรสตรีนั้นอยู่. เมื่อพระนางพิจารณาสตรีนั้นอยู่นั้นแล แต่ด้วยกำลังพระอธิฐานของพระตถาคต สตรีนั้นล่องปลื้มว้ายไป เหมือนตั้งอยู่ในมัจฉิมวายนั่น ล่องมัจฉิมว้ายไป เหมือนตั้งอยู่ในปัจฉิมวายนั่นได้เป็นผู้มีหนังห้อยย่น ผมหงอก ฟันหักแล้ว. แต่นั้นเมื่อพระนางกำลังแลดูอยู่นั้นแหละ. สตรีนั้นก็ล้มลงกลิ้งพร้อมกับพัดใบตาล. ลำดับนั้น พระนางเขมา เมื่ออารมณ์นั้นมาสู่วิติ เพราะเป็นผู้สมบุรณ์ด้วยบุพเหตุ จึงทรงพระดำริอย่างนี้ว่า สตรีระมีย่างอย่างนี้ ยังถึงความวิบัติอย่างนี้ได้ แม้สตรีของเรา ก็จักมีคติอย่างนี้เหมือนกัน^{๓๐}. ขณะที่พระนางมีพระดำริอย่างนี้พระศาสดาจึงตรัสพระคาถาว่า

เขมา เธอจงดูรูปกายที่กระสับกระส่ายไม่สะอาด เปื่อยเน่า (มีของเหลว) ไหลเข้าและไหลออก ที่พวกคนเขลาพากันยินดียิ่งนัก เธอจงอบรมจิตให้เป็นสมาธิมีอารมณ์เดียวด้วยอารมณ์ที่ไม่งามเกิด เธอจงเจริญกายคตาสติมากไปด้วยความเบื่อหน่ายเกิด รูปของหญิงนี้เป็นฉันใด รูปกายของเธอนั้นก็เป็นฉันนั้น รูปกายของเธอนั้นเป็นฉันใด รูปของหญิงนี้ก็เป็นอย่างนั้น เธอจงคลายความยินดีพอใจในกาย ทั้งภายในและภายนอกเกิด จงอบรม อนิมิตตวิโมกข์ จงละมานานุสัยเสีย แต่นั้นเธอจักเป็นผู้อยู่อย่างสงบ เพราะมานานุสัยสงบระงับไป^{๓๑}

จากนั้นพระองค์ทรงเปรียบเทียบให้เห็นภาพอย่างชัดเจนอีก ชนิดที่ทุกคนสามารถน้อมนำมาดูใจตนเองในขณะเกิดความกำหนดยินดีได้

ชนเหล่าใดกำหนดเพราะระคะเกะติดกระแสะอยู่เหมือนแมลงมูมเกาะโยอยู่ตรงกลางที่ทำไว้เอง ชนเหล่านั้นตัดกระแสะระคะนั้นแล้ว ไม่มีความอาลัยละกามสุข หลีกไป”^{๓๒}

จะเห็นได้ว่ามนุษย์ทั้งหลายมีความหลงในรูป หมกมุ่นในกามคุณ ยังไม่ควรแก่มรรคผลแน่นอน แม้ว่าจะมีวาสนาปัญญาดีอย่างไรก็ตาม ต้องทำให้เห็นโทษในตนเสียก่อน ละความยึดมั่นในรูป และความคิดเปรียบเทียบอสุภะภายนอกน้อมเข้ามาสู่ภายในตน หากมีกำลังดีมาก อาจจะทำให้

^{๓๐} อจ. เอกก.อ. (ไทย) ๓๓/๑/๒/-/๙.

^{๓๑} ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๓๕๔-๓๕๗/๔๓๔.

^{๓๒} ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๓๕๘/๔๓๔.

ระคายสิทธิไปชั่วขณะได้ หากพิจารณาต่อให้ตีอาจะสุกสัญญาได้

พระโสภณมหาเถร ได้อธิบายหลักสำคัญในการปฏิบัติที่มักนำมาใช้ ๗ ประการ คือ

(๑) การสาธยายทางวาจา (๒) การสาธยายทางใจ (๓) สี (๔) สัจฐาน (๕) ทิศ (๖) ที่ตั้ง (๗) ขอบเขต

การสาธยายทางวาจา ด้วยการเปล่งเสียงเบา ๆ เพื่อให้จิตจดจ่อในอาการ ๓๒ ด้วยการสาธยาย แบ่งเป็น ๖ กลุ่ม คือ กลุ่มหนึ่ง มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง กลุ่มม้าม มี เนื้อ เอ็น กระดูก ไชกระดูก ม้าม กลุ่มปอด มี หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด กลุ่มมันสมอง มี ไขใหญ่ ไขน้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า มันสมอง กลุ่มมันชั้น มี ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันชั้น กลุ่มปัสสาวะ มี น้ำตา มันเหลว น้ำลาย น้ำมูก ไชข้อ ปัสสาวะ สาธยายอาการ ๓๒ เหล่านี้ด้วยอนุโลม และปฏิโลม

การสาธยายทางใจ หมายถึง เมื่อผู้ปฏิบัติสามารถสาธยายทางวาจาได้แล้ว ควรทำมาสาธยายทางใจควบคู่ไปด้วย

เมื่อผู้ปฏิบัติสาธยายอย่างต่อเนื่อง อาการ ๓๒ ย่อมปรากฏโดย สี สัจฐาน ทิศ ที่ตั้ง หรือขอบเขตตามสมควร ในขณะที่เกิดเรียกว่าอุคคหิมิต ได้มาปรากฏแก่ผู้ปฏิบัติ มีนัยที่ผู้ศึกษาได้ยกมาเป็นตัวอย่าง คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ต่อไปนี้

กำหนดผม โดยสี	มีสีดำ สีขาว หรือผสมทั้งสีดำและสีขาว
โดยสัจฐาน	ยาวกลมเหมือนคันตาช้าง
โดยทิศ	อยู่ในส่วนบนของร่างกาย
โดยที่ตั้ง	หนังหุ้มกะโหลกเป็นที่ตั้งของผม ด้านหน้ากำหนดด้วยหน้าผาก ด้านหลังกำหนดด้วยต้นคอ ด้านข้างทั้งสองกำหนดด้วยจอนหู
โดยขอบเขต	ด้านล่าง กำหนดด้วยรากผมที่จมลึกเข้าไปในหนังศีรษะเท่าปลายเมลิ็ด ข้าวเปลือก ด้านบนกำหนดด้วยที่ว่างสุดปลายผม โดยรอบ กำหนดด้วยเส้นผมที่ติดกัน

ผมไม่ใช่อาการ ๓๑ ที่เหลือ และอาการ ๓๑ ที่เหลือก็ไม่ใช่ผม เป็นต้น

กำหนดขน โดยสี	ขน ๙๙,๐๐๐ เส้นปกติไม่ดำสนิทเหมือนผม เป็นสีดำปนเหลือง
โดยสัจฐาน	ปลายโค้งงอเหมือนรากตาล
โดยทิศ	เกิดในทิศทั้ง ๒ คือ ทิศเบื้องบนและทิศเบื้องล่าง
โดยที่ตั้ง	หนังหุ้มศีรษะเป็นที่ตั้งของขนทั้งสิ้น ยกเว้นที่เกิดของผม ฝ่ามือ และฝ่าเท้า
โดยขอบเขต	ด้านล่างกำหนดด้วยรากขนจมลึกเข้าไปในหนังศีรษะเท่าปลายเหล็กจากร ด้านบนกำหนดด้วยที่ว่างสุดปลายขน โดยรอบกำหนดด้วยเส้นขนด้วยกัน

กำหนดเล็บ โดยสี	เล็บ ๒๐ อัน มีสีขาว
โดยสัญญาณ	เป็นเกล็ดเหมือนเกล็ดปลา
โดยทิศ	เกิดในทิศทั้ง ๒ คือ เล็บมือ เกิดในทิศเบื้องบน เล็บเท้าเกิดในทิศเบื้องต่ำ
โดยที่ตั้ง	ตั้งอยู่ที่ปลายนิ้วมือและนิ้วเท้าทั้ง ๒๐ นิ้ว
โดยขอบเขต	ด้านใน กำหนดด้วยเนื้อหลังปลายนิ้ว ด้านนอกและปลายกำหนดด้วยที่ว่าง ด้านขวาง กำหนดด้วยเล็บที่อยู่ข้างกัน
กำหนดฟัน โดยสี	ฟัน ๓๒ ซี่ มีสีขาว
โดยสัญญาณ	แถวล่าง ๔ ซี่ ตรงกลาง มีสัญญาณจุดเมล็ดน้ำเต้าที่ปากเรียงไว้บนก้อนดินเหนียว ๒ ซี่ ถัดไปข้างละซี่ มีรากเดี่ยวปลายเดี่ยวสัญญาณเหมือนดอกมะลิ ตุ่ม ถัดไปข้างละ ๑ ซี่ สัญญาณเหมือนไม้ค้ำเกวียน ถัดไปข้างละ ๒ ซี่ มีราก ๓ ราก และ ๓ ปลาย ถัดไปข้างละ ๒ ซี่ มีราก ๔ ราก และ ๔ ปลาย แม้แถวบนก็เช่นเดียวกัน
โดยทิศ	เกิดในทิศเบื้องบน
โดยที่ตั้ง	ตั้งอยู่ที่กระดูกกรามทั้ง ๒
โดยขอบเขต	ด้านล่าง กำหนดด้วยรากฟันอันฝังอยู่ในกระดูกกราม ด้านบน กำหนดด้วยที่ว่าง ด้านขวาง กำหนดด้วยฟันด้วยกัน
กำหนดหนัง โดยสี	หนังมีสีขาว (จะเห็นได้เมื่อลอกผิวหนังออก) ส่วนบนผิวหนังจะมีสีดำบ้าง คล้ำบ้าง สีเหลืองบ้าง เป็นต้น ผิวหนังทั้งสิ้นเมื่อดึงออกจากสรีระแล้วมีขนาดเท่าเมล็ดพุทรา
โดยสัญญาณ	เหมือนร่างกายที่หนังห่อหุ้มอยู่ คือ หนังนิ้วเท้า เหมือนรังของตัวไหม หนังหลังเท้า เหมือนรองเท้าหุ้มสัน หนังแข้ง เหมือนใบตาลห่อข้าว หนังขา เหมือนถุงผ้ายาวบรรจุข้าวสาร หนังสะโพก เหมือนผืนผ้ากรองน้ำที่มีน้ำเต็ม หนังหลัง เหมือนแผ่นหนังหุ้มโล่ห์ หนังท้อง เหมือนหนังหุ้มรางพิณ หนังอก เหมือนสีเหลี่ยมผืนผ้าโดยมาก หนังแขน เหมือนหนังหุ้มแล่งธนู หนังหลังมือ เหมือนฝักมิด หรือถุงมือ หนังนิ้วมือ เหมือนฝักกุญแจ หนังคอ เหมือนปกคอเสื้อปิดคอ หนังหน้ามีช่อง เหมือนรังแตน หนังศีรษะ เหมือนถลกบาตร
โดยทิศ	เกิดในทิศทั้ง ๒

โดยที่ตั้ง ตั้งอยู่คลุมสระทั้งหมด

โดยขอบเขต ด้านล่างกำหนดด้วยเยื่อเส้นเอ็น ด้านบน กำหนดด้วยที่ว่าง

การพิจารณาโดยความเป็นสิ่งปฏิภูล คือพิจารณาว่าผมเป็นต้น เป็นสิ่งไม่สะอาด ไม่สวยงาม โดยสี สันฐาน กลิ่น ที่อาศัย และที่ตั้ง การปฏิบัติตามแนวนี่เป็นการเจริญสมถภาวนาโดยตรง เมื่อปฏิบัติจนจิตเข้าสู่อุจารหรืออัปนาสมาธิ พึงยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาภาวนา ด้วยการกำหนด รู้หนอ ๆ ๆ เมื่อจิตปรากฏเป็นปัจจุบันขณะย่อมเกิดปัญญาเห็นความเกิดดับของรูปธรรม คือผม เป็นต้น^{๓๓}

ดังตถุณ อธิบายปฏิภูลมนสิการไว้ว่า

เราดูปฏิภูลในกายโดยความเป็นของเกิดดับ โดยความเป็นของอื่น ไม่ใช่ตัวตนก็ได้ เหมือนกับ เมื่อครั้งคลุมหายใจ อิริยาบถ และความเคลื่อนไหวปลีกย่อยต่าง ๆ นั้นเอง อย่างเช่น คราบไคล ตามผิวหนัง ขี้ตาที่หว่าตา ขี้ฟันในช่องปาก ฯลฯ เราใช้วิธี ‘คิด’ เอาก็ได้ว่าเราล้างไปแล้ว มันก็มาอีก ถ้าความคิดนั้นมาบวกกับสติที่เกาะกาย หรือผนวกกับคุณภาพจิตที่ส่องรู้ผ่านแสงสว่างหรือ ช่องว่าง ก็อาจ ‘สัมผัส’ ถึงความเคลื่อนไหวของปฏิภูลเป็นจุด ๆ ได้ชัด อันนี้แล้วแต่คน ไม่จำเป็นต้องเหมือนกัน อย่างพยายามลอกเลียนประสบการณ์ที่อาจได้ยินได้ฟังคนอื่นเล่า ขอเพียง ประกอบเหตุทั้งหมดที่กล่าวแล้วในบทนี้ก็จะดีเอง ท่องไว้ว่าได้แค่นั้นเอาแค่นั้น ถ้าได้แค่นั้นจะเอาเกินกว่านั้นให้นับว่าเป็นการส่งเสริมกิเลสแล้ว^{๓๔}

ในการพิจารณาอาการ ๓๒ เป็นสิ่งปฏิภูล มีจุดมุ่งหมายเพื่อการปล่อยวาง ไม่เพติดเพลิน ไปกับร่างกายด้วยตัณหาและทิฐิ ทำให้เกิดปัญญาญาณในไตรลักษณ์ คือเห็นสภาพความบีบคั้นและความเกิดดับ และความเป็นสภาพไม่ใช่ตัวตน

๕) กำหนดมนสิการธาตุ กำหนดพิจารณากายเป็นเพียงธาตุ ๔ มาประชุมกัน

พระโสภณมหาเถร อธิบายกำหนดมนสิการธาตุไว้ว่า

ในปัจจุบันนี้ มีการปฏิบัติด้วยการตามรู้สภาวะของขุบของทอ้งกันอย่างแพร่หลาย จัดเป็น ธาตุกรรมฐาน เพราะสภาวะของขุบเป็นลักษณะตั้งหย่อนของลมในทอ้งนอกกล้าไส้ ที่เรียกว่า กุจฉิสยวาโย ความจริงลมหายใจที่สุดเข้าไปในปอดมิได้เคลื่อนไปในทอ้ง การหายใจนั้นเป็น กระบวนการที่เกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อกระบังลม ทรวงอก และกระดูกซี่โครง กระบัง ลมกั้นอยู่ระหว่างช่องอกและช่องทอ้ง โดยอยู่ด้านล่างของปอด ตามปกติเมื่อหายใจเข้า กระบัง

^{๓๓} ดูรายละเอียดเพิ่มเติมใน พระโสภณมหาเถร (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระ นิพพาน, หน้า ๑๔๖ – ๑๗๖.

^{๓๔} ดังตถุณ, มหาสติปัฏฐานสูตร, หน้า ๑๔๗.

ลมจะหดตัวกดอวัยวะภายในท้อง ส่งผลให้ลมในท้องพุ่งออกมา และเมื่อหายใจออก กระบังลมจะยี่ดขึ้น ส่งผลให้ลมในท้องยุบลงพร้อมกับดันลมออกจากปอด ดังนั้น สภาวะของยุบจึงเป็นลมในท้องที่มีอยู่เดิม^{๓๕}

๖) กำหนดปาฐา ๙ กำหนดพิจารณาร่างกายเป็นประจักษ์ชากศพที่ถูกทิ้งอยู่ในป่าชามี ๙ ลักษณะ

การฝึกให้เห็นกายนี้เป็นของว่างจากตัวตน เพราะต้องเปื่อยเน่าผุพังไปเป็นธรรมดา เป็นการเผชิญกับความจริงที่ยังไม่ตาย เพื่อให้เห็นกายเป็นศพ กล่าวคือเมื่ออยู่ในอิริยาบถนอน เข้ามาดูรายละเอียดในกายตนโดยความเป็นอาการ ๓๒ จากหัวจรดเท้า ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง กระดูก ตับ ไต หาได้มีลักษณะพิเศษแตกต่างระหว่างคนเป็นกับคนตายไม่^{๓๖} จึงกล่าวได้ว่า ผู้เจริญวิปัสสนาในปาฐา ๙ นี้ ไม่จำเป็นต้องไปดูชากศพในป่าช่า เพราะวิปัสสนาเน้นการน้อมความน่าเกลียดมาสู่ตนเองว่าสิ่งนี้จะเกิดขึ้นกับร่างกายของเราและคนอื่น แล้วคลายความยึดมั่นลงได้ เพราะในปัจจุบันจะหาชากศพมาพิจารณาก็ยาก นักปฏิบัติพึงพิจารณานี้ก็น้อมถึงชากศพที่พองอืดเป็นต้นแล้วน้อมมาสู่ตน ก็จัดได้ว่าเป็นการเจริญวิปัสสนา

พระโสภณมหาเถร ได้อธิบายไว้ว่าเมื่อกำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบันที่ปรากฏชัดทางทวารทั้ง ๖ ในบางขณะอาจจะเห็นตนเป็นชากศพพองอืด เป็นกระดูกขาวโพลน หรือบางขณะอาจพิจารณาชากศพแล้วน้อมเข้าสู่ตน เมื่อนั้นพึงกำหนด เห็นหนอ ๆ ๆ แล้วรับรู้สภาวะเกิดดับของสิ่งที่พบเห็นอยู่เมื่อหยั่งเห็นการเกิดดับของจิตที่กำหนดรู้อารมณ์นั้นแล้วทำให้ไม่หวังหาอาลัย ไม่ติดใจในนิमितและจิตกำหนดรู้นิमितว่าเป็นเรา เป็นของเรา ย่อมปล่อยวางความยึดมั่นอย่างเด็ดขาดไม่ถูกค้นหาและทิวฐิอุอิงอาศัยโดยปรารภกายเป็นเหตุ

ตั้งเรื่องของพระเถระชาวสิงหลชื่อพระมหาตีสเถระผู้พำนักอยู่ที่ภูเขาเจติยบรรพต วันหนึ่งท่านได้ออกจากที่พำนักแล้วเดินบิณฑบาตในเมืองอนูราธบุรี ได้พบกับหญิงสาวคนหนึ่งทีทะเลาะกับสามี แล้วเดินทางกลับไปบ้านญาติ หล่อนเห็นท่านจึงหัวเราะยั่วชวน ท่านเห็นฟันของหล่อนที่จัดเป็นกระดูกอย่างหนึ่งพิจารณาความน่าเกลียด แล้วได้บรรลุอรหัตตในขณะนั้นนั่นเอง ต่อมาไม่นาน สามีของนางที่ติดตามมาแล้ว ครั้นพบพระเถระถามถึงนาง ท่านตอบว่า เห็นเพียงโครงกระดูกเดินไปไม่รู้ว่าเป็นบุรุษหรือสตรี^{๓๗}

การพิจารณาเห็นกายในกาย คือพิจารณากายตน ด้วยการกำหนดลมหายใจเข้าออก ซึ่งเป็นของง่ายต่อการกำหนด ลมหายใจเข้าออกนี้เป็นอารมณ์ของสมณะภาวนา ด้วยการทำให้เป็น

^{๓๕} พระโสภณมหาเถร (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๑๙๙.

^{๓๖} ดังตฤณ, มหาสติปัฏฐานสูตร, หน้า ๑๗๓.

^{๓๗} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๑๒๑ – ๑๒๒.

สมาธิ และเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา การปฏิบัติถือกำหนดพองยุบ เป็นแบบฉบับในการปฏิบัติ พร้อมทั้งกำหนดในอิริยาบถใหญ่ – ย่อย เป็นต้น

สยาดอกัททันตวิโรจนะ ได้แนะแนวทางการปฏิบัติไว้ใน วิธีเจริญมหาสติปัฏฐานว่า

การกำหนดโดยเริ่มต้นที่การสังจิตที่ทำการกำหนดรู้ไปที่หน้าท้อง หรือตรงบริเวณสะดือ ซึ่งเป็นฐานหลัก พึงตามกำหนดรู้ว่าการเคลื่อนไหวของท้อง เมื่อหายใจเข้าท้องหรือหน้าท้องมีอาการเคลื่อนไหวหรือพองขึ้น ให้สังจิตจดจ่อไปตามอาการที่เคลื่อนไหวนั้น พร้อมกำหนดรู้ว่า พองหนอ เมื่อหายใจออก ทำให้ท้องหรือหน้าท้องเกิดอาการไหวยุบลง พร้อมกำหนดว่า ยุบหนอ จิตจดจ่อกำหนดรู้โดยมีขาดสาย พิจารณาไปตามอาการนั้นช้าหรือเร็ว โดยมีวิธีการปฏิบัติ รู้สภาวะของอาการพองยุบ ดังนี้ อย่างเร่งหรือสุดลมหายใจ เพื่อให้มีอาการพองยุบเร็วขึ้น อย่าดึงหรือผ่อนลมหายใจ เพื่อให้มีอาการพองยุบช้าลง เมื่ออาการพองยุบไม่มี หรือไม่ชัดเจนก็อย่าทำการใดเพื่อให้การพองยุบได้เกิดขึ้น [นั่นหมายถึงทำความรู้ชัดในปัจจุบัน] จากนั้นไปกำหนดดูรูปนั่ง นั่งหนอ ถูกหนอ เป็นต้นซึ่งเป็นอิริยาบถ การรู้ตามอาการเปลี่ยนแปลงซึ่งเป็นปรากฏธรรมชาติของไตรลักษณ์^{๓๘}

เมื่อกำหนดรู้สภาวะธรรมของธรรมชาติที่เกิดขึ้นจริงอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ก็เกิดปัญญาญาณรู้ความไม่เที่ยงของรูป รู้ความไม่เที่ยงของนาม รู้ความบีบคั้นทำให้เป็นทุกข์ของรูป นาม รู้ความไม่มีตัวตน ไม่สามารถบังคับบัญชาได้ของรูป นาม ในที่สุดก็จะรู้แจ้งชัดในไตรลักษณ์^{๓๙}

แม้การกำหนดพิจารณาเหตุเกิดดับในอื่นๆ ก็เช่นกัน การพิจารณาจึงพิจารณากำหนดยึดย้ายไปตามอาการที่ปรากฏชัด เพื่อรู้ชัดในกายนั้นทั้งกายตน และกายผู้อื่น ทั้งยังเป็นพิจารณาถึงความ เป็นไม่งามดังกล่าวแล้ว

มีข้อสังเกตจากการปฏิบัติว่า การพิจารณาโดยแยกกายในปฏิภูลกัถิ ธาตุกัถิ และป้าชา ไม่ใครได้นำมาสู่กระบวนการปฏิบัติ เพราะว่าเป็นการซับซ้อนเกินกำลังของผู้ปฏิบัติในยุคปัจจุบัน จึงนิยมใช้กำหนดพิจารณาเพียง ลมหายใจ และอิริยาบถ เป็นพื้นสำหรับกายานุปัสสนา เมื่อจิตจดจ่อต่อเนื่องกับการปฏิบัติย่อมทำให้ระคะ ความกำหนด อันเป็นเหตุเกิดของสุภวิปัสสนาไม่ได้ช่องของการเกิดขึ้น

สรุปความรวมว่า กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางกาย หมายรวมเอาทั้งอิริยาบถต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการเดิน ยืน นั่ง นอน เหยียด คู้ หายใจ เข้า-ออก ต้องกำหนดทุกอิริยาบถ การเอาสติตั้งไว้ที่กายจะสามารถทอนเสียซึ่งกามารมณ์ คืออารมณ์ ความใคร่ ออกเสียได้จากจิตใจ จิตใจจะไม่พัวพันในกามารมณ์ เมื่อปฏิบัติไปเรื่อย ๆ ตัวระคะก็จะ

^{๓๘} สยาดอกัททันตวิโรจนะ, วิธีเจริญมหาสติปัฏฐาน เล่ม ๑, หน้า ๔๘.

^{๓๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๗.

น้อยลง ถอบลงเบาลง ไม่เกี่ยวข้องอยู่ในความงาม และกามารมณ์อีกต่อไป

๔.๓.๒ การปฏิบัติเวทนานุปัสสนาเพื่อละสุขวิปลาส

เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เหมาะสมกับนักปฏิบัติที่เป็นต้นทางจิตทั้ง ๓ คือราคะจรีต โทสะจรีต โมหะจรีต เพื่อทำลายสุขวิปลาส (สำคัญความทุกข์ว่าสุข)

ดังตถุณ อธิบายไว้ว่าการใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาเวทนา ซึ่งเป็นนามธรรม เพื่อให้เห็นว่า แท้ที่จริงแล้ว นามเป็นทุกข์ เป็นการทำลาย สุขวิปลาส (สำคัญว่าเป็นสุข)

เวทนาแบ่งเป็น ๓ ชนิดใหญ่ ๙ ชนิดย่อย คือ สุขเวทนา อิงอามิส ไม่อิงอามิส ทุกขเวทนา อิงอามิส ไม่อิงอามิส อุเบกขาเวทนา อิงอามิส ไม่อิงอามิส และจะพบได้ว่าส่วนมากเวทนาจะเกิดขึ้นเพราะอามิสเป็นส่วนมาก เช่น การได้เสพสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ชอบใจหรือไม่ชอบอย่างใด ที่เป็นเหยื่อล่อไม่ว่าทางตา หู จมูก ลิ้น กาย หรือใจ แต่การกำหนดเวทณาก็เรื่องที่ยากกว่ากาย แต่ก็สืบเนื่องด้วยกาย

เวทนาอิงอามิส หมายถึงเวทนาที่อิงกามคุณอันขึ้นทางอายตนะภายในทั้ง ๖ กระทบกับอายตนะภายนอก เกิดชอบไม่ชอบหรือเฉย อันเกิดมาจากความนึกคิดเป็นหลักใหญ่

ส่วนเวทนาที่ไม่อิงอามิส หมายถึง ความปลอดโปร่งจากกามอันเกิดมาจากการผ่านทางกายานุปัสสนา เช่น เคยอบรมจิตรู้ความเกิดดับ อาจเห็นความเกิดดับผ่านทางลมหายใจ หรืออิริยาบถ ความเคลื่อนไหว หรือความเป็นอสุภะ หรือความเป็นมหาภูตรูป อย่างใดอย่างหนึ่ง เมื่อมาต่อยอดในเวทนาว่าด้วยเวทนาปราศจากอามิสก็เกิดขึ้น^{๔๐}

พระครูปลัดวรมหาธรรม อธิบายไว้ว่า

การใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางเวทนา เมื่อปฏิบัติไปชั่วระยะหนึ่งก็จะเกิดเวทนา คืออาการ ปวด เจ็บ ก็กำหนดด้วยสติว่าขณะนี้เวทนาได้เกิดขึ้นแล้ว ใช้สติพิจารณาจุดที่ปวดนั้น กำหนดในใจว่า ปวดหนอ ๆ ๆ เจ็บหนอ ๆ ๆ เมื่อยหนอ ๆ ๆ สุขหนอ ๆ ๆ ๆ เป็นต้น

นอกจากนั้นยังสามารถกำหนดตามอารมณ์คือ เมื่อสุขอย่างใดเกิดขึ้น พึงกำหนดว่า สุขหนอ ๆ ๆ เมื่อทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น พึงกำหนดว่า ทุกข์หนอ ๆ ๆ หรือเฉย ๆ อย่างใดอย่างหนึ่ง ก็พึงกำหนดว่า เฉยหนอ ๆ ๆ การปฏิบัติอย่างนี้จะทำให้ไม่ยึดติดอยู่ในความสุข การกำหนดปวดหนอ เจ็บหนอ สบายหนอ หรือเฉยหนอ อยู่ตลอดเวลา จิตของผู้ปฏิบัติก็จะชินกับธรรมชาติตามสภาวะของจิต จะอยู่อย่างไรก็ได้ จะร้อนจะหนาวอย่างไร จิตไม่เป็นทุกข์ไปตาม

^{๔๐} ดังตถุณ, มหาสติปัฏฐานสูตร, หน้า ๒๐๖.

อารมณ์นั้น จะทำให้มองเห็นสิ่งเหล่านั้นเป็นไปตามสภาวะของจิตที่กำหนดอย่างไหนก็ได้ อยู่
อย่างไรก็ได้ ความทุกข์ความสุขมันมีอยู่ แต่จิตของผู้ปฏิบัติไม่ติดอยู่ในสภาวะเหล่านั้น รู้เท่าทัน
ความเป็นจริง ไม่เกี่ยวข้องอยู่ในความสุข จะหลุดพ้นจากความสุข^{๔๑}

พระโสภณมหาเถระ อธิบายไว้ว่า

นักปฏิบัติที่รับรู้ว่ามีเพียงอาการปวด ไม่มีสัจฐานของกายที่ปวด จะรู้สึกว่าการปวดไม่ใช่
ส่วนหนึ่งของเรา ไม่มีเราอยู่ในอาการเหล่านี้ ความรู้สึกนี้เป็นการกำจัดสักกายทิฏฐิ เพราะรู้เป็น
เพียงอาการปวดและจิตที่ตามรู้ ไม่มีอัตตาตัวตน ตัวเรา หรือของเรา และปัญญาที่จะประจักษ์
ชัดได้ว่าอาการปวดและจิตที่ตามรู้เป็นคนละส่วนกัน เพราะหลังจากเกิดปัญญาหยั่งเห็นความ
เกิดดับอย่างรวดเร็วของอาการปวดและจิตที่ตามรู้ ปัญญาที่เกิดเป็นการหยั่งเห็นไตรลักษณ์
จนกระทั่งบรรลุมรรคผลในที่สุด

ตั้งกรณีตัวอย่างผู้พ้นทุกข์เพราะทุกข์เวทนา คือ พระปธานียเถระ ท่านนอนป่วยเกลือก
กลิ้งไปมาด้วยความเจ็บปวด ขณะนั้นมีลมพุ่งขึ้นมาจากท้องถึงหัวใจ ความแรงของลมทำให้ท้อง
ของท่านแตก ลำไส้ไหลออกมากองบนเตียง ท่านกำหนดรู้ความเจ็บปวดที่เกิดขึ้นแล้วบรรลุ
อรหัตต์ พร้อมทั้งปรินิพพานในที่นั้นเอง^{๔๒}

สรุปได้ว่า การปฏิบัติในเวทนานุปัสสนาทำให้เห็นทุกข์ แท้ที่จริงแล้วสุขไม่มีเลย เพราะ
ทุกข์น้อยจึงเข้าใจผิดคิดว่าเป็นสุข ทำให้หลงข้องอยู่ในวิภวภูมิจึงพิจารณากำหนดจนรู้ในทุกข์แล้วทำ
ให้พ้นทุกข์ได้ในที่สุด จึงกล่าวได้ว่าเป็นการทำลายสุขวิปลาสโดยแท้

๔.๓.๓ การปฏิบัติจิตตานุปัสสนาเพื่อละนิจจวิปลาส

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน เหมาะสมกับนักปฏิบัติที่เป็นทิฏฐิจริตทั้ง ๓ คือศรัทธาจริต
พุทธิจริต วิตกจริต เพื่อทำลายนิจจวิปลาส (สำคัญความไม่แน่นอนว่าแน่นอน)

พระธรรมธีรราชมหามุนี อธิบายวิธีปฏิบัติไว้ว่า

เมื่อจิตมีราคะก็รู้ชัดกำหนดว่า ราคะหนอ ๆ ๆ หรือชอบหนอ ๆ ๆ กำหนดไปจนราคะหาย
จึงกำหนดรู้ชัดว่า รู้หนอ ๆ ๆ

เมื่อจิตมีโทสะก็รู้ชัดกำหนดว่า โกรธหนอ ๆ ๆ ไม่ชอบหนอ ๆ ๆ กำหนดไปจนโทสะหาย จึง
กำหนดรู้ชัดว่า รู้หนอ ๆ ๆ

เมื่อจิตมีโมหะก็รู้ชัดกำหนดว่า หลงหนอ ๆ ๆ ลืมหนอ ๆ ๆ กำหนดไปจนโมหะหาย จึง

^{๔๑} พระครูปลัดวชิระวัฒน์ (วรพงศ์ ปภสฺสโร) และคณะ, การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนว
มหาสติปัฏฐาน ๔, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทคอมม่า ดีไซน์แอนพริ้นท์ จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๒๔๒.

^{๔๒} พระโสภณมหาเถร (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๒๕๘.

กำหนดรู้ชัดว่า รู้หนอ ๆ ๆ

เมื่อจิตมีอาการหดหู่ก็รู้ชัดกำหนดว่า หดหู่หนอ ๆ ๆ กำหนดไปจนอาการหดหู่หาย จึงกำหนดรู้ชัดว่า รู้หนอ ๆ ๆ

เมื่อจิตมีอาการฟุ้งซ่านก็รู้ชัดกำหนดว่า ฟุ้งซ่านหนอ ๆ ๆ กำหนดไปจนอาการฟุ้งซ่านหาย จึงกำหนดรู้ชัดว่า รู้หนอ ๆ ๆ

จากการปฏิบัติพระวิปัสสนาจารย์มักจะแก้ด้วยการกำหนดรู้ทัน คือ ในขณะที่นั่งสมาธิกำหนดยุบหนอ พองหนอ แล้วเกิดอาการซาที่ขา มีอาการปวดที่ขา ให้กำหนดรู้เวทนาอาการปวดว่า ปวดหนอ ๆ ๆ ตูว่าอะไรชัดเจนให้กำหนดดูอาการนั้น เมื่อมีความคิดเข้ามาเป็นจิต กำหนดว่าคิดหนอ ๆ ๆ ฟุ้งซ่านหนอ ๆ ๆ

หรือในขณะที่ปฏิบัติเกิดความโกรธขึ้นมา กำหนดว่า โกรธหนอ ๆ ๆ ความโกรธนั้นจะเบาบาง ๆ จนหายไป ใจก็จะเกิดกุศลขึ้น เพราะมีสติ สติเป็นคู่ปรับของโลกะ โทสะ โมหะ เมื่อมีสติแล้ว กิเลสคือโลกะ โทสะ โมหะ ไม่เกิดขึ้น อุปมาเหมือนกับแสงสว่างกับความมืด เมื่อมีแสงสว่างแล้ว ความมืดก็ไม่มี เมื่อมีมืดแล้วก็ไม่มีความสว่าง^{๔๓}

พระโสภณมหาเถระ อธิบายถึงการปฏิบัติไว้ดีกว่า

ผู้ปฏิบัติไม่ควรหงุดหงิดหรือปฏิเสธความฟุ้งซ่าน เพราะเป็นสภาวะธรรมทางจิตที่ควรกำหนดรู้ ถ้าสามารถกำหนดความฟุ้งซ่านได้ทันทั่วถึง ก็จะไม่เป็นนิเวศน์รบกวนการปฏิบัติ แต่ถ้ากำหนดรู้เท่าทันไม่ได้ ก็จะกลายเป็นนิเวศน์ของการปฏิบัติ ที่จริงแล้วความฟุ้งซ่านมักจะเกิดมาจาก ฉันทะที่ต้องการจะคิด จึงคิดฟุ้งซ่านไป เรามักต้องการคิดให้จบเรื่อง และเพลิดเพลินไปกับความคิดนั้น ๆ การกำราบความฟุ้งซ่านก็คือ กำหนดให้รู้เท่าทัน เหมือนหนามยอกเอาหนามบ่ง เมื่อเรากำหนดรู้ได้อย่างนี้ ความฟุ้งซ่านก็จะค่อย ๆ ลดน้อยลง จะสังเกตพบว่าเกิดปัญญารู้แจ้ง ความเกิดดับอย่างรวดเร็วของอาการฟุ้งและจิตที่กำหนดรู้ ปัญญาที่เกิดขึ้นได้หยั่งเห็นความไม่เที่ยง ของความฟุ้งซ่าน ผู้ที่หยั่งเห็นความเกิดดับของจิตอย่างนี้ย่อมปราศจากความยึดมั่นในโลกแห่งอุปาทานชั้น

ดังกรณีการกำหนดรู้จิตของเศรษฐีคนหนึ่งในเมืองพาราณสี ยืนดูคนสัญจรไปมาอยู่ เขาได้พบสามีภรรยาคนหนึ่งเดินผ่านมา ครั้นเห็นความงามของหญิงนางนั้นแล้วเกิดความพอใจเพราะขาดสติชั่วขณะ แต่เมื่อรู้ว่าได้เกิดอกุศลจิตคิดปรารถนาต่อภรรยาผู้อื่น จึงเกิดความสลดใจแล้ว กำหนดรู้จิตที่ประกอบไปด้วยความพอใจนั้น เขาได้เกิดสมาธิแน่วแน่ขึ้นและเกิดปัญญาหยั่งเห็น

^{๔๓} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), *วิปัสสนากรรมฐาน*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์พิมพ์จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๙๒๓.

ความเกิดดับของจิต แล้วบรรลุวิปัสสนาญาณขั้นต่าง ๆ จนกระทั่งบรรลุเป็นพระปัจเจกพุทธเจ้า ในที่สุด^{๔๔}

พระครูปลัดวรมหาธรรม อธิบายไว้ว่าการใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาจิต ซึ่งเป็นนามธรรม เพื่อให้เห็นว่า แท้ที่จริงแล้วนามเป็นอนิจจัง เป็นการทำลาย นิจจวิปลาต(สำคัญว่าเที่ยง) การใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางจิต ถ้าความคิดเกิดขึ้นในขณะที่เดินจงกรม หรือนั่งสมาธิ ความคิดนั้นจะเป็นไปในทางที่ดี หรือไม่ดี ก็กำหนดคิดหนอ ๆ ๆ การที่ความคิดเกิดขึ้นควรเตือนจิตของตนว่า สิ่งที่ล่วงไปแล้วอย่าได้เก็บเอามาคิด สิ่งที่ยังมาไม่ถึงก็อย่าคิด ใช้สติอยู่กับปัจจุบันพิจารณาเห็นจิตเนื่องเนื่อง ^{๔๕}

การปฏิบัติในข้อนี้เพื่อกำจัดความเห็นว่าเป็นของเที่ยง หรือบรรเทาเสียซึ่งความเที่ยงที่จะเข้าไปยึดไปถือความเที่ยงนั้น ไม่ว่าจะเปลี่ยนแปลงนั้น โดยไม่รู้สึกละเอียดจะอย่างไรก็ได้ เพราะพิจารณาแล้วว่าในชีวิตของคนเรานั้นมีความเปลี่ยนแปลงแล้วก็มองดูด้วยสติว่ามันเป็นอย่างนี้เอง

คัมภีร์ธรรมบท ได้ยกตัวอย่างเรื่องราวของพระจิตตหัตถ์ที่บวช ๆ สิก ๆ อยู่จนครั้งที่ ๗ ในครั้งนั้น เมื่อนายจิตตหัตถ์แบกเครื่องไปเรือน วางเครื่องใช้ไว้แล้ว เข้าห้องด้วยประสงค์ว่า "จักหยิบผ้ากาสาวะของตน" ในขณะนั้น ภริยาของเขากำลังนอนหลับ. ผ้าที่หล่อนุ่งหลุดล่อนน้ำลาย ไหลออกปาก, จมูกก็กรนดังครี๊ด ๆ, ปากอ้า, กัดฟัน. หล่อนปรากฏแก่เขาประดุจสรีระที่พองขึ้น. เขาคิดว่า "สรีระนี้ไม่เที่ยงเป็นทุกข์. เราบวชตลอดกาลประมาณเท่านี้แล้ว อาศัยสรีระนี้ จึงไม่สามารถดำรงอยู่ในภิกษุภาวะได้" ดังนี้แล้ว ก็ฉวยผ้ากาสาวะพันห้อง พलगออกจากเรือน. ขณะนั้น แม่ยายของเขายืนอยู่ที่เรือนติดต่อกัน เห็นเขากำลังเดินไปด้วยอาการอย่างนั้น สงสัยว่า "เจ้านี้กลับไปอีกแล้ว เขามาจากป่าเตี้ยวันนี้อเองพันผ้ากาสาวะที่ห้อง ออกเดินบ่าหน้าตรงไปวิหาร; เกิดเหตุอะไรกันหนอ?" จึงเข้าเรือนเห็นลูกสาวหลับอยู่ รู้ว่า "เขาเห็นลูกสาวของเรา มีความรำคาญไปเสียแล้ว" จึงตีลูกสาว กล่าวว่า "นางชู้ชาติ จงลุกขึ้นผิวของตัวเอง เห็นเองกำลังหลับ มีความรำคาญไปเสียแล้ว, ตั้งแต่นี้เองจะไม่มีเขาละ" ลูกสาวกล่าวว่า "หลีกไปหลีกไปเถิดแม่ เขาจะไปข้างไหน, อีก ๒-๓ วันเท่านั้น ก็มาอีก." แม่นายจิตตหัตถ์นั้น บ่นไปว่า "ไม่เที่ยงเป็นทุกข์" กำลังเดินไป ๆ บรรลุโสดาปัตติผลแล้ว. เขาไปไหว้ภิกษุทั้งหลายแล้ว ก็ขอบรรพชา. ภิกษุทั้งหลายกล่าวว่า "พวกเราจักไม่อาจให้ท่านบรรพชาได้, ความเป็นสมณะของท่านจักมีมาแต่ที่ไหน? ศีระของท่านเช่นกับหินลับมีด" เขากล่าวว่า "ท่านขอรับ พวกท่านโปรดอนุเคราะห์ให้กระผมบวชในคราวนี้อีกคราวหนึ่งเถิด." ภิกษุเหล่านั้นจึงให้เขาบวชแล้ว

^{๔๔} พระโสภณมหาเถร (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัญญาสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๒๓๕.

^{๔๕} พระครูปลัดวรมหาธรรม (วรพงค์ ปภสฺสโร) และคณะ, การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวมหาสติปัญญา ๔, หน้า ๒๔๒.

ด้วยอำนาจแห่งอุปการะได้ ๒-๓ วันเท่านั้น เธอก็บรรลुพระอรหัตพร้อมด้วยปฏิสัมภิทา^{๔๖}

ท่านพระจิตตหัตถ์ บวช ๆ สีก ๆ เพราะอำนาจของจิตที่มีปัญญาไม่บริบูรณ์ ทำให้ถูกราคะ รำรุดจนต้องไป ๆ มา ๆ อยู่หลายครั้งจนกระทั่งปัญญาเต็มรอบ เมื่อเห็นก็สามารถที่จะเห็นความไม่เที่ยงได้อย่างง่ายดาย ทำให้บรรลุมรรคผลโดยง่ายแล

สรุปได้ว่า การปฏิบัติในจิตตานุปัสสนา คือการกำหนดรู้เท่าทันปัจจุบันนั่นเอง จึงจะสามารถเห็นความเปลี่ยนแปลงของสภาวะที่เกิดขึ้นทุกขณะ เพราะเป็นสภาวะนามธรรมเป็นสิ่งที่กำหนดได้ยาก แต่ก็จะสามารถที่กำหนดได้ เพราะอารมณ์นี้ย่อมเกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัตินั่นเอง เมื่อปฏิบัติอยู่นิ่ง ๆ ก็จะได้เห็น สภาวะธรรมมีความฟุ้งซ่านเป็นต้น เกิดขึ้น ก็ตามกำหนดรู้ในการเกิดขึ้นแล้วดับไป จะเห็นสภาพของความไม่เที่ยงของสรรพสิ่งได้อย่างแท้จริง ทำให้ไม่หลงอยู่ในสภาพที่เห็นเป็นของเที่ยงจึงเป็นการทำลายนิจจวิปัสสาโดยแท้

๔.๓.๔ การปฏิบัติธัมมานุปัสสนาเพื่อละอัตตวิปัสสา

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เหมาะสมกับนักปฏิบัติที่เป็นทวิจกิตทั้ง ๓ คือศรัทธาจริต พุทธิจริต วิตกจริต เพื่อทำลายอนัตตวิปัสสา (ความไม่มีตัวตนว่ามีตัวตน)

คือการใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาธรรม ซึ่งเป็นทั้งรูปธรรม และนามธรรม เพื่อให้เห็นวาทที่จริงแล้ว รูป และนามนั้น เป็นอนัตตา เป็นการทำลาย อัตตวิปัสสา(สำคัญว่าเป็นตัวตน) ว่าด้วยการพิจารณานิรวณ ๕ ชั้น ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔

การกำหนดพิจารณานิรวณ เป็นเครื่องกั้นจิต หรืออุปสรรคในการปฏิบัติ คือ ชอบใจ ไม่ชอบใจ ง่วง ฟุ้งซ่าน สงสัย เมื่อเกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัติพองยุบ ก็ให้ทิ้งพองยุบมาใช้สติกำหนด คือ

กามฉันทะ ความพอใจในกาม กำหนดว่า ชอบหนอ ๆ ๆ

พยาบาท ความปองร้าย อาฆาต ชัดเคือง กำหนดว่า ไม่ชอบหนอ ๆ ๆ

ถีนมิทธะ ความท้อแท้ ความง่วงซึม กำหนดว่า ง่วงหนอ ๆ ๆ

อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่าน และรำคาญใจ กำหนดว่า ฟุ้งหนอ ๆ ๆ รำคาญหนอ ๆ ๆ

วิจิกิจฉา ความสงสัยลังเลใจ ไม่อาจตัดสินใจในแนวปฏิบัติ กำหนดว่า สงสัยหนอ ๆ ๆ

เมื่อเอาสติเข้าไปกำหนดนิรวณอย่างใดอย่างหนึ่ง ก็ควรทิ้งนิรวณนั้นเสีย แล้วเอาสติกลับมากำหนด พองหนอ ยุบหนอ ต่อไป การปฏิบัติเช่นนี้เพื่อกำจัดเสียซึ่งความมีตัวตน เรา เขา สัตว์ บุคคล ความจริงแล้วมีแต่รูป นาม เท่านั้น ที่เขาสมมุติให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ เพื่อการอยู่

^{๔๖} ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๐/๑/๒/๑/๓๐๘ - ๓๐๙.

ร่วมกัน^{๔๗} การปฏิบัติเพื่อให้รู้ตามความเป็นจริงในรูปรูปนามเท่านั้นจึงจะทำให้พ้นทุกข์ไปจากอัตตาตัวตนเสียได้

พระโสภณมหาเถระ อธิบายการปฏิบัติไว้ว่า

การกำหนดพิจารณาชั้นๆ เมื่อนักปฏิบัติที่กำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก ย่อมรู้ว่าเป็นเพียงกองรูปที่เคลื่อนไหวโดยเนื่องด้วยร่างกาย ลมหายใจมีสภาพไม่เที่ยง เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไปตามธรรมชาติ ลมหายใจเข้าดำเนินไปชั่วขณะแล้วสิ้นสุดลง จึงเกิดลมหายใจออก ลมหายใจออกดำเนินการสิ้นสุดลง จึงเกิดลมหายใจเข้า การกำหนดรู้อย่างนี้เป็นกำหนดรูปชั้นๆ คือความเกิดของรูป และความดับของรูป

ในบางขณะที่กำหนดรู้ลมหายใจ อาจรู้สึกสบายใจเกิดความปีติโสมนัส การรับรู้ความโสมนัสนี้เป็นกำหนดรู้เวทนา

ในบางขณะอาจพิจารณาด้วยสัญญาตามที่เคยเรียนรู้มาก่อนว่า ลมหายใจเป็นรูป จิตกำหนดรู้เป็นนาม การกำหนดรู้อย่างนี้เป็นสัญญา

ในบางขณะความโลภความโกรธอาจบังเกิดขึ้นในจิต ควรกำหนดรู้ว่า โลภหนอ หรือ โกรธหนอ การรับรู้สภาพปรุงแต่งอย่างนี้เป็นกำหนดรู้สังขาร

ในบางขณะที่เห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ฯลฯ ควรกำหนดว่า เห็นหนอ เป็นต้น การรับรู้นี้เป็นกำหนดรู้วิญญาณ^{๔๘}

ดังตถุณ อธิบายไว้ว่า

การกำหนดพิจารณาอายตนะ เพื่อให้เห็นที่ไปที่มาของอุปาทานว่ามีตัวตน กล่าวคือเมื่อถึงจุดหนึ่งจะเกิดสติรู้เท่าทันเป็นขณะ ๆ ว่า ความยึดมั่นเกิดขึ้นแต่ครั้งที่เปลี่ยนจากการได้เห็น เป็นการได้ยิน ได้กลิ่น ได้ลิ้ม ได้สัมผัส และได้คิด สติก็เกิดขึ้นตามทันไปทุกคู่ที่อายตนะกระทบกัน กระทั่งความถือมั่นเบาบางลง จนกระทั่งในที่สุดเหลือแต่สติสัมปชัญญะรู้ชัดในคู่อายตนะกระทบกันในปัจจุบัน ปรากฏสถานะเห็นสักว่าเห็น ได้ยินสักแต่ว่าได้ยิน แต่ไม่มีความมั่นว่าเป็นตัวเป็นตน^{๔๙} สิ่งนี้นักปฏิบัติจะได้พบเหมือน ๆ กัน หลังจากฝึกรู้อายตนะไปได้พักหนึ่ง คือความเห็นว่าคู่อายตนะทั้งหลายล้วนเป็นอนัตตาอยู่โดยเดิม แต่ปฏิภยระหว่างคู่อายตนะก่อให้เกิดอุปาทานว่ามีตัวตน มีอัตตาขึ้นมาเป็นขณะ ๆ เพียงเมื่อสังเกตเห็นความจริงอย่างนี้

^{๔๗} พระครูปลัดจวนเฒ่าวัฒน์ (วรพงศ์ ปภสสโร) และคณะ, การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔, หน้า ๒๔๔.

^{๔๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๓๑๗.

^{๔๙} ดังตถุณ, มหาสติปัฏฐานสูตร, หน้า ๔๔๖.

เมื่ออุปาทานในตัวตนหายไปทีละครั้งทีละหน คู่อายตนะก็สักแต่กระทบกันโดยปราศจากความรู้สึกรู้ว่ามีตัวตนไปเอง^{๕๐}

ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนท่านพาทิยะในระหว่างทางขณะบิณฑบาตว่า

“พาทิยะ เพราะเหตุนี้ เธอพึงศึกษาอย่างนี้ว่า เมื่อเห็นรูปก็สักแต่ว่าเห็น เมื่อฟังเสียงก็สักแต่ว่าฟัง เมื่อรับรู้อารมณ์ที่ได้รับรู้ก็สักแต่ว่ารับรู้ เมื่อรู้แจ้งธรรมารมณ์ที่รู้แจ้งก็สักแต่ว่ารู้แจ้ง พาทิยะ เธอพึงรักษาอย่างนี้แล เมื่อใด เธอเมื่อเห็นรูปก็สักแต่ว่าเห็น เมื่อฟังเสียงก็สักแต่ว่าฟัง เมื่อรับรู้อารมณ์ที่ได้รับรู้ก็สักแต่ว่ารับรู้ เมื่อรู้แจ้งธรรมารมณ์ที่รู้แจ้งก็สักแต่ว่ารู้แจ้ง เมื่อนั้น เธอก็จะไม่มีเมื่อใด เธอไม่มี เมื่อนั้น เธอก็จะไม่ยึดติดในสิ่งนั้น เมื่อใด เธอไม่ยึดติดในสิ่งนั้น เมื่อนั้น เธอจักไม่มีในโลกนี้ ไม่มีในโลกอื่น ไม่มีในระหว่างโลกทั้งสอง นี่เป็นที่สุดแห่งทุกข์” จิตของพาทิยะ-ทวารจิริยะจึงหลุดพ้นแล้วจากอาสวะทั้งหลายเพราะไม่ถือมั่นในขณะนั้นเอง^{๕๑}

ส่วนโพชฌงค์และอริยสัจ พบว่า เป็นผลเมื่อเจริญสติปัฏฐานมามากย่อมใกล้ชิดต่อมรรคผล จึงก่อให้เกิด โพชฌงค์และอริยสัจตามลำดับ

ดังนั้น ในการเจริญธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานจึงพบได้ว่า การกำหนดรู้อายตนะภายในกระทบอายตนะภายนอก แล้วก่อให้เกิดเป็นนิรวณฺ์ เช่น ตามเห็นรูป ชอบเกิดกามฉันทะ ไม่ชอบเกิดพยาบาท มีการยึดมั่นถือมั่นในตัวตน เมื่อพิจารณาทั้งภายในภายนอกรู้ตามความเป็นจริงว่าเป็นเช่นนั้นเอง ทำให้ทำลายตัวตนลงเสียได้ ดังนี้แล

๔.๔ สรุปท้ายบท

โดยทั่วไปแล้ว ชีวิตทุกชีวิตย่อมมีวิปัสสนธรรมเสมอ วิปัสสนธรรม หมายถึง ธรรมที่คลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง ทั้งนี้เพราะตั้งแต่เกิดมาเราไม่เคยรู้เลยว่า ชีวิตคือ ชนฺ์ห้า ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ อันประกอบขึ้นจาก จิต เจตสิก และรูป ที่มีการเกิดดับสืบทอดกันไปอย่างไม่ขาดสาย ทั้งนี้เพราะ อาสวะ และอวิชชา ที่เรามีมาเนิ่นนานจนนับภพนับชาติไม่ถ้วน ประกอบกับตัวการสำคัญที่มาคอยปิดบัง ทำให้เราไม่สามารถเข้าถึงสภาวะธรรมของความจริงอันได้แก่ “ไตรลักษณ์” ได้ นั่นคือ

สันตติ ปิดบัง อนิจจัง เพราะสันตติ คือ การเกิดสืบทอดของนามรูปที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว จึงทำให้ไม่สามารถเห็นความเกิด และความดับของนามรูปได้ เราจึงเข้าใจผิดว่ามีความเที่ยงแท้ถาวร (นิจจัง)

อริยาบถ ปิดบัง ทุกขัง เพราะการเปลี่ยนแปลงอริยาบถ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน ที่มีอยู่

^{๕๐} ดังตฤณ, มหาสติปัฏฐานสูตร, หน้า ๔๕๔.

^{๕๑} ขุ.อุ. (ไทย) ๒๕/๑๐/๑๘๖.

เกือบตลอดเวลา จึงทำให้คนเรามองไม่เห็นทุกข์ที่เกิดจากอิริยาบถเก่า ด้วยอำนาจของตัณหา คนเรา จึงไขว่คว้าหาความสบายจากอิริยาบถใหม่ เมื่อเปลี่ยนแล้วหลงเข้าใจว่าเป็นสุข การเปลี่ยนแปลง อิริยาบถจึงปิดบังทุกขเวทนา ทำให้ไม่สามารถเห็นทุกข์สักจะได้

ชนสัญญา ปิดบัง อนัตตา เพราะ ชนสัญญา คือ ความเป็นกลุ่มเป็นก้อนที่เกิดจากการ ประชุมกันของรูปธรรม และนามธรรม จึงทำให้เราหลงผิดคิดว่าชีวิตเป็นตัวตน (อัตตา)

เพราะธรรมที่ปิดบังไตรลักษณ์นี้เอง จึงทำให้เราหลงผิดคิดว่า ชีวิตคือรูปนามนี้ดี มีความ สวยงามน่ารัก(สุขวิปัสสนา) มีความสุขสบาย (สุขวิปัสสนา) มีความเที่ยงแท้ ถาวร (นิจฺจวิปัสสนา) และ เป็นตัวตน คน สัตว์ (อัตตวิปัสสนา) ทั้งๆ ที่ความเป็นจริงแล้ว ชีวิตเป็นเพียงแค่ขันธ์ห้า คือรูปธรรมและ นามธรรม ที่ประกอบกันขึ้นมาด้วยรูปธาตุ จนเป็นรูปกลาปต่างๆ ในที่สุดก็เกิดเป็นกลุ่มก้อนของ อวัยวะที่ล้วนมีแต่อสุชะ และทั้งรูปนามที่เกิดขึ้นนั้นก็คงสภาพเดิมไว้ไม่ได้ เมื่อเกิดขึ้นแล้วต้องแตกดับ เป็นทุกข์ ไม่เที่ยง และไม่สามารถบังคับบัญชาได้

องค์ธรรมของวิปัสสนามี ๓ คือ ทิฏฐิ (ทำให้เห็นผิด) จิต (ทำให้เข้าใจผิด) สัญญา (ทำให้จำ ผิด) ประกอบกับวิปัสสนธรรมมี ๔ คือ หลงผิดคิดว่าชีวิตนี้ดี มีสุข เที่ยง และเป็นตัวตน จึงรวมเป็น วิปัสสนธรรม ๑๒ ประการ ซึ่งวิปัสสนาเหล่านี้เอง ที่เป็นตัวการสำคัญทำให้ชีวิตคนเราต้องมีความดิ้นรน แสวงหาเพื่อให้ได้มาซึ่งอารมณ์ที่ดี (อิฏฐารมณ์) เมื่อสมหวังก็เกิดความพอใจ เรียกว่า อภิชฌา แต่ถ้า ได้รับอารมณ์ที่ไม่ดี (อนิฏฐารมณ์) ก็จะผิดหวัง ไม่พอใจ เรียกว่า โทมนัส ไม่ว่าจะพอใจ หรือไม่พอใจ ล้วนเป็นกิเลสทั้งสิ้น บางท่านเรียกความต้องการในอารมณ์ที่น่ายินดี และปกป้องอารมณ์ที่ไม่น่ายินดีนี้ ว่า “ตัณหา” แต่ถ้าผู้ใดสามารถวางใจไว้ได้อย่างแยบคาย หรือที่เรียกว่ามี “โยนิโสมนสิการ” ในสติปัฏ ฐาน ๔ นั่นคือสามารถกำหนดสติได้เท่าทันในปัจจุบันอารมณ์ ว่ามีรูปอะไร หรือนามอะไรเกิดขึ้น สติ และสัมปชัญญะที่เกิดขึ้นในขณะนั้นย่อมป้องกันกิเลส-ตัณหา ทำให้อภิชฌา และโทมนัสเกิดขึ้นไม่ได้ จึงเป็นที่แน่นอนว่าอารมณ์ขณะนั้นย่อมปราศจากกิเลส เมื่อกิเลสไม่มี กรรมย่อมไม่เกิด ขณะนั้นจึง เป็นวิวิฏกรรม ซึ่งไม่สามารถทำให้เกิดผลคือวิบาก อันได้แก่รูปนามขันธ์ ๕ ที่จะมิต่อไปในภพภาค หน้าได้อย่างแน่นอน

ดังนั้นวิปัสสนธรรมทั้งหมดมีเกิดขึ้นมาได้ เพราะเราไม่เท่าทันในความจริงของชีวิตรูป และ ชีวิตนาม ที่เรียกว่า “โยนิโสมนสิการ” แต่ขณะใดที่มี “โยนิโสมนสิการ” ขณะนั้นสติปัฏฐานก็เกิดขึ้น ด้วย และเป็นที่แน่นอนว่าเวลานั้นวิปัสสนธรรมจะเกิดขึ้นไม่ได้ อาจกล่าวได้ว่าโยนิโสมนสิการ เป็น กุญแจดอกสำคัญที่จะไขประตูชีวิต ให้ผู้ปฏิบัติได้เข้าไปเห็นความจริงว่า “ชีวิตที่ประกอบด้วยรูปนาม ขันธ์ ๕ นั้น แท้ที่จริงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา”

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน - การพิจารณารูปขันธ์ อานิสงส์ คือ ทำลายสุขวิปัสสนา (สำคัญ ความไม่งามว่างาม) เหมาะสมกับนักปฏิบัติที่เป็นตัณหาจริตทั้ง ๓ คือราคะจริต โทสะจริต โมหะจริต

และเป็นสมถยานิก การใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางกาย หมายรวมเอาทั้งอิริยาบถต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการเดิน ยืน นั่ง นอน เหยียด คู้ หายใจเข้า-ออก ต้องกำหนดทุกอิริยาบถ การเอาสติตั้งไว้ที่กายจะสามารถทอนเสียซึ่งกามารมณ์ คืออารมณ์ความใคร่ ออกเสียได้จากจิตใจ จิตใจจะไม่พัวพันในกามารมณ์ เมื่อปฏิบัติไปเรื่อย ๆ ตัวราก็จะน้อยลง ถอบลงเบาลง ไม่เกี่ยวข้องอยู่ในความงาม และกามารมณ์อีก

เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน - การพิจารณาเวทนาชั้น อานิสงส์ คือ ทำลายสุขวิปลาส (สำคัญความทุกข์ว่าสุข) เหมาะสมกับนักปฏิบัติที่เป็นต้นทางจริตทั้ง ๓ คือราคะจริต โทสะจริต โมหะจริต และเป็นสมถยานิก เพราะเป็นการปฏิบัติทำให้เห็นทุกข์ แท้ที่จริงแล้วสุขไม่มีเลย เพราะทุกข์น้อย จึงเข้าใจผิดคิดว่าเป็นสุข ทำให้หลงข้องอยู่ในวิภวภูมิจึงพิจารณากำหนดจนรู้ในทุกข์แล้วทำให้พ้นทุกข์ได้ในที่สุด จึงกล่าวได้ว่าเป็นการทำลายสุขวิปลาส

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน - การพิจารณาวิญญูณชั้น อานิสงส์ คือ ทำลายอนิจจวิปลาส (สำคัญความไม่แน่นอนว่าแน่นอน) เหมาะสมกับนักปฏิบัติที่เป็นทิวฏฐิจริตทั้ง ๓ คือศรัทธาจริต พุทธิจริต วิตกจริต และเป็นวิปัสสนายานิก การปฏิบัติเป็นการกำหนดรู้เท่าทันปัจจุบันนั่นเอง จึงจะสามารถเห็นความเปลี่ยนแปลงของสภาวะที่เกิดขึ้นทุกขณะ เพราะเป็นสภาวะนามธรรมเป็นสิ่งที่กำหนดได้ยาก แต่ก็จะสามารถที่กำหนดได้ เพราะอารมณ์นี้ย่อมเกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัติตนเอง เมื่อปฏิบัติอยู่เนื่อง ๆ ก็ให้เห็น สภาวะธรรมมีความฟุ้งซ่านเป็นต้น เกิดขึ้น ก็ตามกำหนดรู้ในการเกิดขึ้นแล้วดับไป จะเห็นสภาพของความไม่เที่ยงของสรรพสิ่งได้อย่างแท้จริง ทำให้ไม่หลงอยู่ในสภาพที่เห็นเป็นของเที่ยงจึงเป็นการทำลายนิจจวิปลาสโดยแท้

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน - การพิจารณาสัญญาชั้นและสังขารชั้น อานิสงส์ คือ ทำลายอนัตตวิปลาส (ความไม่มีตัวตนว่ามีตัวตน) เหมาะสมกับนักปฏิบัติที่เป็นทิวฏฐิจริตทั้ง ๓ คือศรัทธาจริต พุทธิจริต วิตกจริต และเป็นวิปัสสนายานิก เป็นการกำหนดรู้อายตนะภายในกระทบอายตนะภายนอกแล้วก่อให้เกิดเป็นนิรวรณ์ เช่น ตามเห็นรูป ชอบเกิดกามฉันทะ ไม่ชอบเกิดพยาบาท มีการยึดมั่นถือมั่นในตัวตน เมื่อพิจารณาทั้งภายในภายนอกรู้ตามความเป็นจริงว่าเป็นเช่นนั้นเอง ทำให้ทำลายตัวตนลงเสียได้ ดังที่ได้ศึกษามานี้

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง “ศึกษาการละวิปาสด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ เพื่อศึกษาวิปาสในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และเพื่อศึกษาการละวิปาสด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยการศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลเนื้อหา หลักธรรมของวิปาสสูตร ในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท พระไตรปิฎก อรรถกถา และคัมภีร์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยการเรียงเรียงข้อมูล ตรวจสอบความถูกต้องเนื้อหาและนำมาบรรยายเชิงพรรณนา จากอาจารย์ควบคุมวิทยานิพนธ์และผู้ที่เกี่ยวข้องจาก การศึกษา สรุปได้เป็นผลการวิจัยได้ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาวิปาสสูตร ในพระพุทธรศาสนาเถรวาทตามตั้งแต่ต้นมาสามารถสรุปความได้ว่า เนื้อหาวิปาสในคัมภีร์ วิปาสสูตรแจกด้วยอำนาจจิตและเจตสิก ๓ ประการ คือ (๑) วิปาสด้วยอำนาจสำคัญผิด เรียกว่าสัญญาวิปาส (๒) วิปาสด้วยอำนาจคิดผิด เรียกว่าจิตตวิปาส (๓) วิปาสด้วยอำนาจเห็นผิด เรียกว่าทัญญูวิปาส วิปาสแจกด้วยสามารถวัตถุเป็นที่ตั้ง ๔ ประการ คือ (๑) วิปาสในของที่ไม่เที่ยง (๒) วิปาสในของที่เป็นทุกข์ (๓) วิปาสในของที่ไม่ใช่ตนว่าเป็นตน (๔) วิปาสในของที่ไม่งามว่างาม ในรูปนามขั้น ๕ สังขตะธรรมทุกสิ่งทุกอย่างของสรรพสังขารในธรรมชาติ โดยมีปัจจัยปรุงแต่งเกิดขึ้นจากปัจจัย ๔ กรรม จิต อุตฺตฺ อาหาร มีความเสื่อมไป สลายไปดับไปตามเหตุปัจจัย หมดไปตามเหตุปัจจัย รูปนามขั้น ๕ เกิดขึ้นมีเหตุปัจจัยของธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุไฟ ธาตุน้ำ ธาตุลม แล้วสำคัญผิดว่าเป็นสิ่งที่มีอยู่จริง จึงมีความเห็นผิดเป็นวิปาส ในทางพระพุทธรศาสนาพุทธมุ่งสอนเหล่าเวไนยสัตว์ให้รู้จักไตรลักษณ์ โดยเห็นด้วยปัญญาว่าสิ่งเหล่านี้ ทำให้สัตว์ทุกข์ ตกอยู่ในสภาวะทุกข์พระองค์จึงสอนวิธีการดับทุกข์ ข้อปฏิบัติเข้าถึงความดับทุกข์ด้วยมรรคมีองค์ ๘ มีสัมมาทัญญูเป็นต้น

หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วิปัสสนาเป็นชื่อของปัญญาที่เห็นนามรูปไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ที่เรียกว่า ไตรลักษณ์ เมื่อวิปัสสนา เห็นแจ้งคือปัญญาที่เห็นนาม-รูปไม่เที่ยง, เป็นทุกข์เป็นอนัตตาแล้ว สิ่งที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาก็ได้แก่นามรูป นั่นเอง การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาก็จะต้องกำหนดรูปนามที่เป็นปัจจุบันจึงจะเข้าไปรู้แจ้งสภาวะธรรมของรูปนาม ที่เป็นไตรลักษณ์ได้ชัดแจ้ง วิปัสสนาชัดแจ้งย่อมทำลายวิปาสธรรม คือ ความเห็นรูปนามผิดไปจากความจริง ๔ ประการ คือนิจวิปาส ได้แก่ เห็นรูปนามว่า เป็นของเที่ยง สุขวิปาส ได้แก่ เห็นรูปนามว่า เป็นสุข สุภวิปาส

ได้แก่ เห็นรูปนามว่า เป็นของตั้งงาม อตตวิปลาส ได้แก่ เห็นรูปนามว่า เป็นตัวเป็นตนธรรมที่เป็น
อุปสรรคแก้วิปัสสนา อุปสรรคของวิปัสสนา คือธรรมที่เป็นเครื่องปิดบังไตรลักษณ์ไม่ให้เห็นความจริง
ของนามรูป โดยเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นั้น

๑) สันตติ ปิดบังอนิจจัง สันตติ หมายถึงการเกิดขึ้นติดต่อกันของนามและรูป
อย่างรวดเร็ว ทำให้เห็นเหมือนกับว่านามและรูปนั้น ยังมีอยู่เรื่อย ๆ ไปจึงเป็นเครื่องปิดบังไม่ให้เห็น
อนิจจัง คือความไม่เที่ยงของนามและรูปเมื่อเห็นความจริงของนามและรูปไม่ได้ ก็ต้องเกิดความคิด
ผิดเรียกว่า นิจจวิปลาส คือความเห็นผิดว่านามรูปเป็นของ "เที่ยง"

๒) อิริยาบถ ปิดบังทุกข์ หมายถึงการที่ไม่ได้พิจารณา อิริยาบถจึงไม่เห็นว่าเป็นนามและรูปนี้มี
ทุกข์เบียดเบียนบีบคั้นอยู่ตลอดเวลา เมื่อไม่เห็นว่าเป็นทุกข์ ก็เข้าใจว่าเป็นสุข เรียกว่า "สุขวิปลาส"
สำคัญว่านามรูปเป็นสุข เป็นของสวยงาม อำนาจของทิวติ คือความเห็นผิดจึงเกิดขึ้นและเป็นปัจจัยแก้
ตัณหา ทำให้ปรารถนาดีนรนไปตามอำนาจของตัณหาที่อาศัยนามรูปเกิดขึ้น เพราะเหตุที่ไม่ได้
พิจารณาอิริยาบถ จึงทำให้ไม่เห็นทุกข์ และทำให้ "สุขวิปลาส"เกิดขึ้น

๓) ขนสัณญญา ปิดบังอนัตตา ขนสัณญญา คือความสำคัญผิดของสภาวะธรรม ที่รวมกันอยู่
เป็นกลุ่มเป็นก้อน คือรูปนาม ชันธ ๕ นั้นว่า เป็นตัวเป็นตน เป็นคน เป็นสัตว์ และสำคัญว่ามีสาระแก่นสาร
จึงทำให้ไม่สามารถเห็นแยกกันของนามรูปแต่ละรูปแต่ละนาม เป็นคนละอย่างได้

เมื่อไม่สามารถกระจายความเป็นกลุ่มเป็นก้อน คือขนสัณญญา ให้แยกออกจากกันได้แล้ว
เราก็ไม่มีโอกาสที่จะเห็นอนัตตา คือความไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนได้ เมื่อไม่เห็นอนัตตวิปลาสที่เรียกว่า "อตต
วิปลาส" คือความสำคัญผิด คิดว่าเป็นตัวเป็นตน หรือยึดมั่นขึ้น ว่าเป็นเราเกิดขึ้น และจะเป็นปัจจัยแก้
ตัณหา ทำให้มีความปรารถนา เป็นอุปาทานในตัวตนเกิดขึ้น การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน จึง
จำเป็นต้องทำลายอุปสรรคสิ่งทีปิดบังไตรลักษณ์ทั้ง ๓ นี้ให้หมดไปสิ้น เมื่อสิ่งทีปิดบังนี้ถูกทำลายไป
แล้ว วิปลาส ๔ ซึ่งเป็นผล ก็ต้องถูกทำลายไปด้วย

ความหมายของไตรลักษณ์ ในไตรลักษณ์ทีมาจากพระไตรปิฎก หมายถึง ลักษณะ ๓
อย่าง ได้แก่ อนิจจตา ความไม่เที่ยง ทุกขตา ความเป็นทุกข์ อนัตตา ความไม่ใช่ตัวตน เรียกว่าสามัญ
ลักษณะ อนิจจัง ความไม่คงที่ ความเปลี่ยนแปลง ทุกสิ่งทุกอย่างเปลี่ยนแปลงไป ธรรมชาติโดยแท้
ย่อมเปลี่ยนแปลงไป ทุกสิ่งทุกอย่างไหลไป ทุกขัง คือความขัดแย้ง สิ่งทั้งหลายทั้งปวงมีลักษณะที่เป็น
ทุกข์มองดูแล้วน่าสังเวชใจ ทำให้เกิดความทุกข์ใจแก่ผู้ทีไม่มีความเห็นอย่างแจ่มแจ้งในสิ่งนั้น ๆ สังขาร
ทุกข์ ทุกข์ตามสังขาร เป็นทุกข์เพราะมีความขัดแย้งสังขารตัวเอง เป็นสภาพทีทุกข์ถูกบีบคั้น มีการ
เกิดขึ้นคือการสลายของรูปนาม อนัตตา แปลว่า ไม่ใช่ตัวตน มีความหมายว่า ทุกสิ่งทุกอย่างไม่มี
ความหมายแห่งความเป็นตัวเป็นตน ไม่มีลักษณะอันใดทีจะทำให้เรายึดถือได้ว่ามั่นเป็นตัวเราของเรา
ถ้าเห็นอย่างแจ่มแจ้งชัดเจนถูกต้องแล้ว ความรู้สึกทีว่า ไม่มีตน จะเกิดขึ้นมาเองในสิ่งทั้งปวง แต่ทีเรา
ไปหลงเห็นว่าเป็นตัวเป็นตนนั้น ก็เพราะความไม่รู้อย่างถูกต้องนั่นเอง หลงอยู่ในทิวติทีมีความเห็นผิด

เป็นเหตุให้เกิดทุกข์มีต้นหา ทิฏฐิ มานะ เป็นเหตุ เกิดจากวิปลาส ๔ นั้นเอง ต้องมีสติเข้าไปรู้ด้วยหลักปฏิบัติวิปัสสนา

การปฏิบัติวิปัสสนา ต้องปฏิบัติตามสติปัฏฐาน ๔ ฉะนั้น การปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ จึงเป็นเหตุให้เกิดวิปัสสนาโดยตรง และมีธรรมที่เข้าร่วมประกอบกับวิปัสสนาอีกเช่น วิปัสสนาภูมิ ๖ ญาณ ๑๖, และวิสุทธิ ๗ เป็นต้น

การละวิปลาสด้วยการปฏิบัติปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ต้องเชื่อมกับหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นที่รองรับของการกำหนดสติที่เข้าไปตั้งในอารมณ์ทั้ง ๔ เพราะเป็นการตามระลึกรู้อารมณ์ปรมาต (รูป-นาม) ที่เกิดขึ้นตามฐาน ทั้ง ๔ ฐานคือ กาย เวทนา จิต และธรรม ผู้ใดที่มีการปฏิบัติเป็นไปอย่างถูกต้องตามหลักของสติปัฏฐาน ย่อมเป็นเหตุให้เกิดวิปัสสนาปัญญา ที่เป็นปัญญาที่เข้าใจและเข้าถึงสภาวะธรรมไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาได้ในที่สุด เพราะการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ สามารถทำลายวิปลาสธรรม ๔

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณากายเป็นการละสุขวิปลาสที่เคยสำคัญว่า น่าใคร่ปรารถนา งามดี น่ารัก

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาเวทนา ซึ่งเป็นนามธรรม เพื่อให้เห็นว่า แท้ที่จริงนามเป็นทุกข์ เป็นการทำลาย สุขวิปลาส คือสำคัญว่าเป็นสุข

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาจิต ซึ่งเป็นนามธรรม เพื่อให้เห็นว่า แท้จริงแล้วนามเป็นอนิจจัง เป็นการทำลายนิจวิปลาส คือว่าสำคัญว่าเที่ยง

๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาธรรม ซึ่งเป็นทั้งรูปธรรม เพื่อให้เห็นว่า แท้ที่จริงแล้ว รูปนาม เป็นอนัตตา เป็นการทำลาย อัตตวิปลาส คือความเป็นสำคัญว่า มีตัวมีตน

ทุกข์ชีวิตย่อมมีวิปลาสธรรม ๔ เกิดขึ้นตลอด ที่เราทุกรูป-นามต้องพยายามกำหนดเห็นรูป-นามตามความเป็นจริง ที่มีการเกิดติดต่อกันมาับไม่ถ้วน อวิชชา คือความไม่รู้ในอริยสัจ ๔ มีทุกข์ในสัจ สมุทัย นิโรธ มรรค ต้องศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาเพื่อละการเห็นผิด สำคัญในสิ่งที่ไม่เที่ยง ว่าเที่ยง ในสิ่งที่สวยงาม ว่าไม่งาม ในสิ่งที่เป็นทุกข์ ว่าเป็นสุข ในสิ่งที่ไม่มีตัวตน ว่ามีตัวตน

ความสำคัญของวิปลาส แสดงให้เห็นโทษของวิปลาสถึงความมีจิตเร่าร้อนเป็นทุกข์ การทะเลาะถกเถียง ความดิ้นรน การติดอยู่ในสังสารวัฏ ความมีทิฏฐิวิบัติ การเป็นปัจจัยแห่งต้นหาและอุปาทาน วิปลาสทำให้เกิดความฝัน ปิดบังความจริง เห็นอริยสัจ ๔ ได้ยาก มารสามารถถลจิตได้ ต้องไปเกิดในทุคติภูมิ มีมิจฉาทิฏฐิ ความไม่รู้ และไม่เห็นไตรลักษณ์

จากการศึกษาโทษของวิปลาส ทำให้ทราบว่า ความสำคัญผิด สัญญาวิปลาส ในความงาม ทำให้จิตเร่าร้อนเกิดราคะนิวรณ์ ความสำคัญผิด สัญญาวิปลาส ในกามคุณ ทำให้เกิดการผิดศีลฆ่าสัตว์

ความสำคัญผิด สัญญาวิปlass ทำให้ติดอยู่ในสังสารวัฏ ความคิดผิด จิตวิปlass ทำให้แสดงอาการไม่ปกติ ความสำคัญผิดสัญญาวิปlass และความคิดผิด จิตวิปlass ทำให้เกิดมิจฉาทิฎฐิ ความเห็นผิด ทิฎฐิวิปlass ทำให้เกิดทิฎฐิวิบัตินำมาซึ่งการทะเลาะวิวาท นำไปเกิดในทุคติภูมิ วิปlassยังทำให้เกิดความฝัน ปิดบังความจริง เห็นอริยสัจ ๔ ได้ยาก มารสามารถลจิดได้ ทำให้ไม่เห็นพระไตรลักษณ์ มีโมหะ เห็นบาปเป็นบุญวิปlassว่าเพียงทำให้เกิดความไม่รู้

วิปlass มีความหมายถึง ความเข้าใจผิดคลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง ด้วยการเข้าไปสำคัญผิด เข้าใจผิด เห็นผิด จากวัตถุ ๔ คือ ความไม่เที่ยงว่าเที่ยง ความทุกข์ว่าสุข ความไม่ใช่ตัวตนว่าตัวตน ความเป็นของไม่งามว่างาม จึงต้องแก้ไขเข้าใจเรื่องของไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา และอสุภะ ทำให้ต้องละด้วยปหานตามลำดับด้วยตทั้งคพหาน วิกขัมภนปหาน และสมุจเฉทปหานตามลำดับ ด้วยวิธีการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ เพื่อเป็นการปฏิบัติให้เข้าสู่อริยมรรค อริยผล มีพระโสดาปัตติมรรค เป็นต้น มีพระอรหัตตผลเป็นที่สุด

พระโสดาบันละ ความจำผิด ความเข้าใจผิด ความเห็นผิด ในรูปนามที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ในรูปนามที่ไม่ใช่ตัวตนว่าเป็นตัวตน และความเห็นผิดในรูปนามที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ในรูปนามที่ไม่สวยงามว่าสวยงาม หมายความว่า พระโสดาบันยังมีโอกาสถูก ความจำผิด ความเข้าใจผิดในรูปนามที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข และรูปนามที่ไม่สวยงามว่าสวยงามครอบงำได้

พระสกทาคามีละได้เช่นเดียวกับพระโสดาบัน เพียงแต่มีความยินดีพอใจในกามคุณ อารมณ์แต่ในขณะปัจจุบัน คือ เมื่อกำลังเห็น กำลังได้ยิน แต่ก็จะไม่รุนแรงถึงจะให้ล่วงอกุศลกรรมบถได้ เมื่อพ้นแล้วก็แล้วไป

พระอนาคามีละความจำผิด ความเข้าใจผิด ความเห็นผิด ในรูปนามที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ในรูปนามที่ไม่ใช่ตัวตนว่าเป็นตัวตน ในรูปนามที่ไม่สวยงามว่าสวยงาม และความเห็นผิดในรูปนามที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข หมายความว่า พระอนาคามียังมีโอกาสถูก ความจำผิด ความเข้าใจผิดในรูปนามที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ครอบงำได้ มีจำเพาะพระอรหัตต์เท่านั้นที่ วิปlassไม่มีโอกาสครอบงำ

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ผู้ศึกษามีข้อเสนอแนะ ๒ ประการ คือ

๕.๒.๑ เพื่อการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ด้วยสภาพความเป็นอยู่ในปัจจุบันของมนุษย์เรา มุ่งไปสู่การพัฒนาด้านวัตถุ จนลืมนย้อนกลับมาพิจารณาตนเอง หลงยึดติดอยู่กับวัตถุภายนอกทำให้ความเห็นผิด เข้าใจผิดครอบงำได้ง่าย จึงเสนอวิธีที่ควรจะได้นำไปใช้ในชีวิตประจำวัน ด้วยการกำหนดรู้อยู่กับรูปนามในปัจจุบันให้มาก อดีตอนาคตล้วนหาไม่พบ เป็นเพียงสิ่งสมมติทั้งนั้น

๕.๒.๒ เพื่อการทำวิจัยครั้งต่อไป

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร ดังนั้นผู้วิจัยจึงใคร่ขอผู้วิจัยที่ต้องการศึกษาวิปลาสให้ลงลึก ควรจะได้ศึกษาในเชิงปริมาณ และเชิงเอกสาร เพราะอย่างน้อยจะทำให้ทราบปริมาณและเอกสาร ว่าวิปลาสก่อให้เกิดอะไรบ้างในสังคม ควรจะแก้อย่างไร จึงเสนอว่า

๑. ศึกษาการแก้วิปลาสในสังคม (เฉพาะพื้นที่) ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
๒. ศึกษาวิปลาสในไตรลักษณ์

บรรณานุกรม

๑. ภาษาบาลี-ไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐.

_____. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกอรกถาแปล**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหา
มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระพุทธโฆสเถร รจนา. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อจ อาสภมหาเถร). แปลและเรียบ
เรียง พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ :

กรมการศาสนา. **พระไตรปิฎก ฉบับสำหรับประชาชน**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุม
สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, ๒๕๕๕.

ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร). **ลักษณะที่จตุกะแห่งปรมัตถธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๒.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๕๑.

ไชยทรง จันทรอารีย์. **ธรรมประทีป ๙**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: บริษัทรุ่งเรืองวิริยะพัฒนา
โรงพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕.

จิตวณโณ ภิกขุ. **วิปัสสนาภาวนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย,
๒๕๔๙.

ดังตฤณ. **มหาสติปัฏฐานสูตร**. สมุทรสาคร: บริษัท ยูไนเต็ด โปรดักส์ชั่น เพรส จำกัด, ๒๕๕๕.

ธนิต อยู่โพธิ์. **วิปัสสนานิยม**. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
๒๕๔๐.

_____. **สติปัฏฐานสำหรับทุกคน**. พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท., ๒๕๑๘.

นวองคฺลี. **วิปัสสนาญาณ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เมตตาทราย, ๒๕๔๖.

นายแพทย์เอกชัย จุลละจาริตต์. **แก่นธรรม (อริยสัจ ๔)**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: หอรัตนชัย
การพิมพ์, ๒๕๕๑.

นายวรรณสิทธิ์ ไวทยะเสวี. **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๑ จิตปรมัตถ์**. พิมพ์
ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ทิพยวิสุทธิ์, ๒๕๕๑.

_____ . **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๖.** พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์วิสุทธิ์, ๒๕๔๘.

_____ . **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๗.** พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์วิสุทธิ์, ๒๕๔๗.

_____ . **คู่มือการศึกษา พระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๘.** พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์วิสุทธิ์, ๒๕๔๔.

ผศ.ดร.พิเศษสมบุญรณ์ ตาสนธิ. **๑ เดือนคู่มือให้นิพพาน.** นนทบุรี: ธิงค์ ปียอนด์ บุ๊คส์ จำกัด, ๒๕๕๕
พระคันธसारากวีวงศ์. ทางสู่พระนิพพาน. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์
 พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๖.

พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรังสี). วิปัสสนาภูมิ. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: บริษัทบุญ
 ศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๘.

**พระครูปลัดวรมหาวิวัฒน์ (วรวงศ์ ปภสฺสโร) และคณะ. การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวมหา
 สติปัฏฐาน ๔.** พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: บริษัทคอมม่า ดีไซน์แอนด์พริ้นติ้ง จำกัด,
 ๒๕๕๖.

พระราชญาณวิสิฐ (เสริมชัย ชยมงคล). **คู่มือปฏิบัติ สมถวิปัสสนากัมมัฏฐาน ๕ สาย,** พิมพ์ครั้งที่ ๑.
 นครปฐม: บริษัท เพชรเกษม พริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๕๓.

พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวณโณ). จิตวิทยาในพระอภิธรรม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหา
 ราชาวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

พระเทพสิทธิมุนี (ญาณสิทธิเถร). วิปัสสนาญาณโสภณ. พิมพ์ครั้งที่ ๕. นนทบุรี: สำนักพิมพ์
 สัมปชัญญะ, ๒๕๕๐.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดคำวัด. พิมพ์ครั้งที่ ๑.
 กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๔๘.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ). วิปัสสนากรรมฐาน. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร:
 บริษัทประยูรวงศ์พริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔.

_____ . **เพชรในดวงใจ.** พิมพ์ครั้งที่ ๘. นนทบุรี: สำนักพิมพ์สัมปชัญญะ, ๒๕๕๔.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). ไตรลักษณ์. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๑.

พระธรรมเมธาภรณ์ (ระแบบ จิตตวณโณ). ธรรมปริทัศน์ ๒. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: มหา
 ราชาวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑.
 กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

_____ . **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์.** พิมพ์ครั้งที่ ๓๕. กรุงเทพมหานคร: โรง
 พิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๔.

พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร). วิปัสสนาที่ปณี. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า ๒๕๔๕,
 ๒๕๔๕.

พระมหาสมปอง มุฑุโต. คัมภีร์อภิธานวรรณนา. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา,
 ๒๕๔๒.

พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๙ เล่ม ๒ วิปัสสนากัมมัฏฐาน**. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์วิสุทธิ์, ๒๕๕๔.

พระโสภณมหาเถร (มหาสีสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**. พระคันธสาราภิงค์. เรียบเรียง. พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙, Ph.D) ตรวจชำระ. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.

พระอุปติสเสถร. **วิมุตติมรรค**. พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมมจิตโต) และคณะแปล. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร: สยามปริทัศน์, ๒๕๕๗.

พันตรี ป. หลงสมบุญ. **พจนานุกรม มคอ-ไทย**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: ร้านเรื่องปัญญา, ๒๕๔๐.

พุทธทาสภิกขุ. **ปรมัตถสภาวะธรรม**. พิมพ์ครั้งแรก ม.ป.ท., ๒๕๑๘.

วศิน อินทสระ. **ธรรมบททางแห่งความดี เล่ม ๒**. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เมตตาทราย, ๒๕๕๓.

_____. **พระไตรปิฎก ฉบับย่อความและอธิบายความ เล่ม ๒**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เมตตาทราย, ๒๕๕๓.

ศ.เกียรติคุณ นพ.จำลอง ดิษยวณิช. **จิตวิทยาของความดับทุกข์**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ต้นบุญ, ๒๕๕๔.

ศ.ดร.ประยงค์ แสนบุราณ. **พระพุทธศาสนาเถรวาท**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. ขอนแก่น: หจก.โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา, ๒๕๕๗

ศรีศากยโศก. **กรรมฐานและมานสมาบัติ ตามรอยพระพุทธองค์**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๕๒.

_____. **โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ตามรอยพระพุทธองค์**. พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เดือนตุลา, ๒๕๔๘.

เศวตร เปี่ยมพงศ์สานต์. **พุทธวิปัสสนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิกจำกัด, ๒๕๕๕.

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช. **จิตตนคร นครหลวงของโลก**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๕.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร). **อริยวังสปฏิปทา**. พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔.

สยาตอภทันทวิโรจนะ. **วิธีเจริญมหาสติปัฏฐาน เล่ม ๑**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดีเอ็มจี, ๒๕๕๗.

สุเชาว์ พลอยชุม. **สารานุกรมพุทธศาสนา ประมวลจากพระนิพนธ์สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

สุวัฒน์ จันทระจาง. **แก่นพุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: รุ่งเรืองสาส์นการพิมพ์, ๒๕๔๖.

แสง จันทรงาม. **พุทธศาสนาวิทยา**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: สร้างสรรค์บุ๊ค, ๒๕๔๔.

อาจารย์ปัญญา ใช้บางยาง และคณะ. **ธรรมอธิบายหลักธรรมในพระไตรปิฎก**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๘.

อุบาสิกาแนบ มหานีรานนท์. **แนะแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๗.

(๒) วิทยานิพนธ์

นางสาวลลิตา พรหมสาขา ณ สกลนคร. “คำสอนเรื่องวิปัสสนาในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับโรคทางจิตและสุขภาพจิต”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๗.

นางสาวธรรมวลี ศรีเข้ม. “การศึกษาปัญหาธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

นางสาวภาวนีย์ บุญวรรณ. “การศึกษาอาการวิปัสสนาที่เกิดขึ้นในการปฏิบัติกรรมฐาน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

พระมหาสุนันท์ จนทโสภโณ (ดิษฐ์สุนันท์). “การศึกษาคำสอนเรื่องไตรลักษณ์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

พันโทกัมปนาท พุทธปวรังกูร. “ศึกษาธัมมานุปัสสนาในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

(๓) สื่ออิเล็กทรอนิกส์

บุษกร เมธางกูร. **มูลนิธิอิทธิธรรมมูลนิธิ “เสปียงทาง”**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://pioneer.netserv.chula.ac.th/srapant/Buddhism/carry.html> [๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙].

ประวัติผู้วิจัย



ชื่อ-ฉายา/นามสกุล : พระสมควร พุทธรชชีโต (ก๊อนชัยภูมิ)

วัน/เดือน/ปี เกิด : วันที่ ๑๔ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๑๑

ภูมิลำเนา : ๔๕๐ หมู่ที่ ๓ ตำบลสระกระโจม อำเภอดอนเจดีย์ จังหวัดสุพรรณบุรี

การศึกษาทางโลก

พ.ศ. ๒๕๕๓ : ประกาศนียบัตรการบริหารกิจการคณะสงฆ์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หน่วยวิทยบริการวัดป่าเลไลยก์วรวิหาร สุพรรณบุรี

พ.ศ. ๒๕๕๖ : ปริญญาพุทธศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หน่วยวิทยบริการวัดป่าเลไลยก์วรวิหารสุพรรณบุรี

การศึกษาทางธรรม

พ.ศ. ๒๕๓๐ : นักระรมชั้นเอก

วัดสระกระโจม ตำบลสระกระโจม อำเภอดอนเจดีย์ จังหวัดสุพรรณบุรี

พ.ศ. ๒๕๓๕ : ประโยค ๑-๒

วัดสระกระโจม ตำบลสระกระโจม อำเภอดอนเจดีย์ จังหวัดสุพรรณบุรี

ประสบการณ์การปฏิบัติธรรม

พ.ศ. ๒๕๕๗ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอบางขัน
ถึง : จังหวัดนครราชสีมา ระหว่างวันที่ ๑๒ ก.ค. - ๖ พ.ย. ระยะเวลา ๔ เดือน

พ.ศ. ๒๕๕๘ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ วัดนาหลวง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี
ระหว่างวันที่ ๗ พ.ย. - ๗ ธ.ค. ระยะเวลา ๓๐ วัน

: ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ Mahāsī meditation centre, Bahan township,
Yangon, Myanmar. ระหว่างวันที่ ๑๕ ธ.ค. - ๑๕ ก.พ. ระยะเวลา ๒ เดือน

บรรพชา/อุปสมบท : ๒ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๓๔

สังกัดวัด : วัดสระกระโจม ตำบลสระกระโจม อำเภอดอนเจดีย์ จังหวัดสุพรรณบุรี

ตำแหน่งหน้าที่ : เลขานุการเจ้าคณะตำบลดอนเจดีย์

ปีที่เข้าศึกษา : ๒๕๕๖

ปีที่สำเร็จการศึกษา : ๒๕๕๙

ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดหนองกะดง ตำบลดอนเจดีย์ อำเภอดอนเจดีย์ จังหวัดสุพรรณบุรี ๗๒๑๗๐

โทรศัพท์ : ๐๘๕-๑๗๑-๗๐๗๓

E-mail : Somkhuan073@hotmail.com