



ศึกษารธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม ศึกษาเฉพาะ:  
ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปนิฎีกา  
A STUDY OF AN OBSTRUCTION OF ENLIGHTENMENT:  
A CASE STUDY OF THE CESSATION APPEARING  
IN THE VIPASSANĀDĪPANĪṬĪKĀ SCRIPTURE

พระวินัยธรรมบูรณ สุธิโร (แดงทอง)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา  
บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๕๘



ศึกษารรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุดรรรม คึกษาเฉพาะ:  
ควมด้บในค้มกัรวิป้สสนาที่ปนีฎีกา

พระวินัยธรรมบุดรณั้ สุธัโร (แดงทอง)

วิทยานิพนธนี้เป็นส่วนหนึ่งของการคึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสนมหาบัณทิต  
สาขาวิชาวิป้สสนาภาวนา  
บัณทิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๕๘

(ลิขสิทธิ้เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**A Study of an Obstruction of Enlightenment:  
a Case Study of The Cessation Appearing  
in the Vipassanādīpanīṭikā Scripture**

**Phravinaithon Somboon Sudhīro (Taengthong)**

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 “ศึกษารรรมที่เป็นปฎิบัติต่อการบรรลุลุทธิธรรม กรณีศึกษา: ความดับในคัมภีร์วิปัสสนา  
ทีปนิฎฎิกา” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา  
วิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบูรณ วฑฒิกโร, ดร.)  
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

(พระมหาสุรชัย วราสโก, ดร.)

ประธานกรรมการ

(พระศรีสุทธิเวที, ดร.)

กรรมการ

(รศ.ดร.มานพ น้กการเรียน)

กรรมการ

(ดร.บุณชญา วิวิชจร)

กรรมการ

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระศรีสุทธิเวที, ดร.

ประธานกรรมการ

ดร.บุณชญา วิวิชจร

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระวินัยธรมบูรณ สุธีโร)

- ชื่อวิทยานิพนธ์** : ศึกษาศาสตร์ที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม ศึกษาเฉพาะ: ความดับในคัมภีร์  
วิปัสสนาที่ปณีฎีกา
- ผู้วิจัย** : พระวินัยธรรมบูรณ สุธีโร (แดงทอง)
- ปริญญา** : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)
- คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์**
- : พระศรีสุทิวาที (ขวัญ ธิรมโน), ป.ธ. ๙, พธ.บ., ศษ.ม., ป.ร.ด. (วัฒนธรรม  
ศาสตร์)
  - : ดร.บุญชญา วิวิธขจร, บธ.บ., พธ.ม., Ph.D. (Buddhist Studies)
- วันสำเร็จการศึกษา** : ๗/มีนาคม/๒๕๕๙

## บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ เพื่อศึกษาศาสตร์ที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา และเพื่อศึกษาศาสตร์ที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม กรณีศึกษา: ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทและเอกสารอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง รวบรวม สรุป วิเคราะห์ เรียบเรียง บรรยายเชิงพรรณนา ตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ จากการศึกษาพบว่า

ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม หมายถึง ธรรมที่อยู่ฝ่ายตรงข้ามที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุธรรมได้ ได้แก่ เหตุ ๒ อันตราย ๕ อุปสรรค ๖ เครื่องกั้น ๘ นิเวศ ๕ และวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ และส่วนหลักธรรมที่สำคัญที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุธรรมได้ ได้แก่ โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ซึ่งรวมอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ อย่างไรก็ตามผู้ปฏิบัติจะต้องปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ การพิจารณาภาวะธรรมตามความเป็นจริงให้รู้เท่าทันกิเลส เพื่อไม่ให้กิเลส ออกุศลต่าง ๆ เข้าครอบงำได้ ด้วยการใช้ฐานทั้ง ๔ ในการกำหนดรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริง

ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา ระบุว่าโดยพระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ เพื่อใช้เป็นคู่มือพระวิปัสสนาจารย์ในการสอบอารมณ์ที่บอกเล่าสภาวะธรรมต่าง ๆ และแนะนำวิธีการแก้สภาวะที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติเพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้อง ในคัมภีร์นี้อธิบายความดับไว้ ๒ ประการคือ ๑) ประเภทที่ดับแล้วยังมีอาการเกิดขึ้น เรียกว่า อุปปาหนิโรธ และ ๒) ความดับที่เป็นมคคนิโรธ ได้แก่ นิโรธของท่านผู้เข้าผลสมาบัติและนิโรธสมาบัติและในคัมภีร์เล่มนี้ยังได้กล่าวถึง ความดับ อีกประเภทหนึ่งที่เป็นปฏิปักษ์ของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ ความดับเทียม ซึ่งเป็นสภาวะที่ทำให้ผู้ปฏิบัติหลงเข้าใจผิดคิดว่าตนเองได้เข้าถึงความดับโดยมรรคแล้ว

**Thesis Title** : A Study of an Obstruction of Enlightenment: a Case Study of The Cessation Appearing in the Vipassanādīpanīṭikā Scripture

**Researcher** : Phravinaithon Somboon Sudhīro (Taengthong)

**Degree** : Master of Arts (Vipassana Meditation)

**Thesis Supervisory Committee**

: Phra Sisuttiwethi (Khoun Thiramano), Pali IX, B.A., M.A., Ph.D. (Cultural Science)

: Dr. Bunchaya Wiwitkhajon, B.A., M.A., Ph.D. (Buddhist Studies)

**Date of Graduation** : 7/March/2016

### Abstract

This thesis has three objectives; to study an Obstruction of Enlightenment appeared in Theravāda Buddhist Scriptures, to study Cessation in Vipassanādīpanīṭikā Scripture and to study an Obstruction of Enlightenment: a Case Study of Cessation Appearing in Vipassanādīpanīṭikā Scripture. Clarified data are taken from the Theravada Buddhist scriptures and other related documents, then composed, summarized, analyzed, explained in details, corrected and verified by Buddhist scholars. From the study it found that;

Anāvītikkamantaraya means an intention to violate the seven groups of disciplines (Vinaya), which consist of Pārājika (Major Offences), Saṅghādisesa (Formal Meeting), Thullaccaya (Serious Transgression), Pācittiya (Minor Offence), Pāṭidesanīya (an offence to be confessed), Dukkaṭa (an offence of wrongdoing) and Dubbhāsita (an offence of wrong speech). Violating any of these will result a practitioner in not being able to reach Nibbāna unless one's offense has been cleared according to the Vinaya rules so one can be out of danger. However, monks who have offended a Pārājika (Major Offence) cannot be recovered because such is a serious offence that one has to be out of monkhood. Several meditation masters suggested that one who had transgressed such offence should leave monkhood and re-ordain as a novice or make oneself a lay disciple before one could continue practicing meditation.

Insight Meditation practice, according to Theravada Buddhist Scriptures, is to train oneself until one's wisdom is developed. That is when one can see clearly true nature of things, also one's own movements, thoughts and feelings. Such wisdom would lead one out of clinging to any kind of self, to the feelings that things are permanent, thus, blissful. One will acknowledge any current phenomena without being under control of defilements. Thus, one would reach the end of suffering, which means one would be enlightened, gaining Magga, Phala and Nibbāna.

Intending to violate the seven groups of disciplines or Anāvītikamantaraya yields harmful affect to Visuddhi, the stages of purity. This is because Sīla (morality) is the root of all purity. If a monk has intended to violate it and has not reformed himself in order to purify his Sīla then his morality is incomplete. When one is with incomplete moral one could not gain one-pointedness of mind. He also could not reach Vipassana-Nāna (insight knowledge). This is because the First Knowledge, (Nāmarūpa-pariccheda Ñāṇa-knowledge of the delimitation of mentality-materiality), will rise only when one realizes the cause of rise and fall of form and name, which is called Diṭṭhivisuddhi (purification of view). And one could only get to this stage of purification after one has passed the other two, Sīlavisuddhi (purity of morality) and Cittavisuddhi (Purity of mentality) because both are the root of Insight Meditation practice.

## กิตติกรรมประกาศ

เกล้า ๆ ขอประทานโอกาสกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณท่านเจ้าประคุณสมเด็จพระพุฒาจารย์ (สมเด็จพระสังฆราช) อุปสมมหาเถระ ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เป็นอย่างสูงยิ่ง ที่พระเดชพระคุณ ๆ ได้เปิดหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา วิชาวิปัสสนาภาวนานี้ขึ้น เพื่อให้โอกาสในการศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา อันส่งผลให้เกล้าฯ ได้เข้ามาศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นเวลาโดยรวมถึง ๘ เดือน อีกทั้งส่งผลให้เกิดการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแพร่หลายไปทั่วประเทศ ดังเป็นที่ประจักษ์ชัดในปัจจุบัน ขออนุโมทนากองทุนเล่าเรียนหลวงสำหรับพระสงฆ์ไทยที่ได้อุปถัมภ์การศึกษาในครั้งนี้ และผู้สนับสนุนตลอดการศึกษาด้วย

ขอน้อมบูชาอาจารย์ พระราชสิทธิอาจารย์, พระภาวนาพิศาลเมธี, พระครูภาวนาธัมมาภินันท์, สยาดอกัททันตะอาชิน ชฎิละ มหาเถระ, สยาดอกัททันตะวชิรปาณี มหาเถระ, อุชิน เวปุลละ เป็นต้น ที่เมตตาสอนวิชาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” ทั้งที่สำนักศาสนเย็กต้า สหภาพเมียนมาร์ (สำนักมหาสิยาดอก) และที่วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) จ. อุดรธานี รวมเป็นเวลาถึง ๗ เดือน และทดสอบก่อนเข้าเรียน อีก ๑ เดือน รวมเวลาทั้งสิ้น ๘ เดือน

ขอกราบขอบพระคุณ พระศรีสุทิวาเวที, ดร. และเจริญพรขอบคุณ ดร.บุญชญา วิวิธจร ที่ให้การสนับสนุน ที่คอยให้การช่วยเหลือมาโดยตลอด และขออนุโมทนาเจ้าหน้าที่ประจำห้องสมุด วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส ที่อำนวยความสะดวกในการให้บริการอย่างดียิ่ง

ขออนุโมทนาและขอบคุณ พระมหาสุรชัย วราสโร, ดร., พระมหาชิต ฐานชิต, ดร., พระครูพิพิธภิกขังการ, ดร, พระมหาณรงค์ฤทธิ์ ธรรมโสภโณ, รศ.เวทย์ บรรณกรกุล, รศ.ดร. มานพ นักการเขียน ซึ่งท่านได้เมตตาแนะนำในการทำวิทยานิพนธ์สำเร็จไปได้ด้วยดี

ผู้วิจัยมั่นใจว่าวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ จะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการศึกษาและเกิดบุญกุศล อย่างมหาศาลต่อผู้วิจัยเอง คุณงามความดีอันเกิดจากการเขียนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ขอ น้อมเป็นเครื่องสักการบูชาของค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นพระบรมศาสดาเอกของโลก พร้อมทั้งพระธรรมและพระสงฆ์ ผลบุญใดที่จะพึงมีโดยวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ขอ น้อมผลบุญนี้บูชาพระรัตนตรัย บุพพการี อุปัชฌาย์ ครู อาจารย์ และผู้มีอุปการคุณทุก ๆ ท่าน

พระวินัยธรรมบวรณ สุธีโร (แดงทอง)

๗ มีนาคม ๒๕๕๙



## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(๑)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(๒)
กิตติกรรมประกาศ	(๔)
สารบัญ	(๕)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	(๗)
<b>บทที่ ๑ บทนำ</b>	
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๒
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๒
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๒
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๓
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๓
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๙
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๙
<b>บทที่ ๒ ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท</b>	
๒.๑ นิยามความหมาย	๑๐
๒.๒ ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์	๑๑
๒.๒.๑ เหตุ ๒	๑๑
๒.๒.๒ อันตราย ๕	๑๒
๒.๒.๓ อุปสรรค ๖	๑๒
๒.๒.๔ เครื่องกั้น ๘	๑๓
๒.๒.๕ นิ वर्ณ ๕	๑๔
๒.๒.๖ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐	๒๘
๒.๓ หลักธรรมที่สำคัญต่อการบรรลุธรรม	๓๖
๒.๔ หลักปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม	๔๔
๒.๔.๑ หลักสติปัฏฐาน ๔	๔๔
๒.๔.๒ วิธีการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔	๔๕
๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๕
๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๕๐
๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๕๑
๔) ธรรมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๕๒
๒.๕ บทสรุป	๕๓

<b>บทที่ ๓</b>	<b>ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา</b>	<b>๕๕</b>
	๓.๑ ความหมายของความดับ	๕๕
	๓.๒ ประเภทของความดับ	๕๖
	๓.๓ คัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา	๕๖
	๓.๓.๑ ความเป็นมา	๕๗
	๓.๓.๒ เนื้อหาโดยสังเขป	๕๗
	๓.๔ ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา	๗๔
	๓.๔.๑ ความดับเทียบ	๗๔
	๓.๔.๒ ความดับที่เป็นมรรคนิโรธ	๗๖
	๓.๕ บทสรุป	๗๘
<b>บทที่ ๔</b>	<b>ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม กรณีศึกษา: ความดับในคัมภีร์ วิปัสสนาที่ปณีฎีกา</b>	
	๔.๑ ความดับในลำดับญาณ ๑๖	๘๐
	๔.๒ ความดับที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม	๙๐
	๔.๓ บทสรุป	๙๖
<b>บทที่ ๕</b>	<b>สรุป และข้อเสนอแนะ</b>	
	๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๙๗
	๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๙๙
	๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำข้อมูลไปใช้	๙๙
	๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งต่อไป	๙๙
	<b>บรรณานุกรม</b>	๑๐๐
	<b>ประวัติผู้วิจัย</b>	๑๐๓

## คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

### ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ และพระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙ อ้างอิงโดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี. (บาลี) ๙/๔๔๔/๑๙๗ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรคคปาติ (ภาษาบาลี) เล่มที่ ๙ ข้อที่ ๔๔๔ หน้า ๑๙๗, ที.สี. (ไทย) ๙/๔๗๒/๒๐๕ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค (ภาษาไทย) เล่มที่ ๙ ข้อที่ ๔๗๒ หน้า ๒๐๕

การใช้หมายเลขอ้างอิงปกรณ์วิเสส โดยระบุคำย่อชื่อคัมภีร์/เล่ม/หน้า เช่น วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๒๑ หมายถึง คัมภีร์วิสุทฺธิมรรค (ภาษาบาลี) ภาคที่ ๑ หน้า ๒๑ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

#### พระสุตตันตปิฎก

ที.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม.	(บาลี) = สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวคฺปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปณฺณาสํก	(ภาษาไทย)
ม.อ.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปฺปริปณฺณาสํก	(ภาษาไทย)
สํ.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	สังยุตฺตนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.ม.	(บาลี) = สุตตันตปิฎก	สังยุตฺตนิกาย	มหาวรรคคปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.ปณฺจก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังกุตฺตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)

#### พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.วิ.	(บาลี) = อภิธมฺมปิฎก	วิภังคคปาติ	(ภาษาบาลี)
อภิ.วิ.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	วิภังค	(ภาษาไทย)
อภิ.ย.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	ยมก	(ภาษาไทย)

#### ปกรณ์วิเสส

วิสุทฺธิ.	(บาลี) = วิสุทฺธิมคฺคปกรณ์	(ภาษาบาลี)
-----------	----------------------------	------------

### ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

การใช้หมายเลขอ้างอิงอรรถกถา โดยระบุคำย่อชื่อคัมภีร์/เล่ม/ข้อ (ถ้ามี)/หน้า เช่น ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๒๗๖/๔๓ หมายถึง ทีฆนิกาย สุมังคคฺลวิลาสิณี สีลขันธวรรคคอปฺปณฺณกถา (ภาษาบาลี) เล่มที่ ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๔๓ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ที.สี.อ. (ไทย) ๑/๑/๑๕/๑๕๓ หมายถึง พระสูตรและอรรถกถาแปล ทีฆนิกาย สุมังคคฺลวิลาสิณี สีลขันธวรรค อรรถกถา (ภาษาไทย) เล่มที่ ๑ ภาคที่ ๑ ข้อ ๑๕ หน้า ๑๕๓ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๔

### อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ที.ม.อ.	(ไทย) = ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
สั.ม.อ.	(ไทย) = สังยุตตนิกาย	สารัตถปกาสินี	มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.อ.	(ไทย) = ขุททกนิกาย	ธรรมบทอรรถกถา		(ภาษาไทย)
อภิ.สั.อ.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	ฉัมมมสังคณี	อัฐสาสินี	(ภาษาไทย)

### ค. คำย่อเกี่ยวกับหนังสือที่ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์หรือสถานที่พิมพ์

วิทยานิพนธ์เล่มนี้ ผู้วิจัยใช้คำย่อเกี่ยวกับหนังสือ ตำรา เอกสารทางวิชาการที่ได้จัดพิมพ์ โดยไม่ปรากฏปีที่พิมพ์ หรือสถานที่พิมพ์ ดังนี้

ม.ป.ป. = ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์

ม.ป.ท. = ไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่มีความเจริญรุ่งเรืองยาวนานมากกว่า ๒,๖๐๐ ปี หัวใจของพระพุทธศาสนาที่สำคัญประการหนึ่งคือ การไม่ทำซึ่งความชั่ว การทำความดี และการทำใจให้บริสุทธิ์<sup>๑</sup> เหล่านี้ ล้วนต้องผ่านกระบวนการการฝึก และการปฏิบัติตามแนวทางของพระพุทธศาสนา การเรียนรู้หลักธรรมวินัยของพระพุทธศาสนามีอยู่ด้วยกัน ๒ ประการคือ ๑ คันถธุระ และ ๒ วิปัสสนาธุระ ดังพุทธพจน์ความว่า “คนถธุระ วิปัสสนาธุระนติ เทเวเว รุรานิ ภิกขุติ”<sup>๒</sup> การเรียนคันถธุระ คือการเรียนพระไตรปิฎกตามความเหมาะสมกับสติปัญญาของตน และ วิปัสสนาธุระ คือ การกำหนดความเกิดดับของสังขาร แล้วเจริญวิปัสสนากรรมฐานอย่างต่อเนื่อง โดยมีแบบอย่างของพระภิกษุผู้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ แล้วมีความยินดีที่จะอยู่ในเสนาสนะที่สงบ

ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ พระพุทธเจ้าตรัสเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน ว่าเป็นทางเดียวที่จะทำให้เหล่าสัตว์มีความบริสุทธิ์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน<sup>๓</sup> ซึ่งมีหลักการกำหนดหรือพิจารณาอยู่ ๔ ประการ คือ ๑) การพิจารณาเห็นกายในกาย ๒) การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา ๓) การพิจารณาเห็นจิตในจิต ๔) การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย โดยมีองค์ประกอบในการกำหนดและพิจารณา ๓ ประการ คือ ๑) มีความเพียร เผากิเลสให้เร่าร้อน ๒) มีสัมปชัญญะ รู้รูปรูปนามได้อย่างชัดเจนอยู่ตลอดเวลา ๓) มีสติ ระลึกรู้ได้อย่างต่อเนื่อง สม่่าเสมอ ไม่ขาดสติและมีเป้าหมายอย่างเดียวคือกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

อย่างไรก็ตามในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้น ย่อมมีอุปสรรคขัดขวางทางแห่งความสำเร็จ ซึ่งมีธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรมอยู่ด้วยกันหลายประการ เหตุ ๒ อันตราย ๕ อุปสรรค ๖ เครื่องกัน ๘ และวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ โดยเฉพาะความดับเทียบเป็นคำเรียกที่รวบรวมธรรมที่เป็นเหตุให้โยคีผู้ปฏิบัติหลงเข้าใจผิด คิดได้ว่าตนเองได้สำเร็จแล้ว เป็นคำที่บัญญัติไว้แต่ในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา ในเรื่องอนุโลมญาณ เป็นญาณที่ทบทวนญาณต่าง ๆ ว่าเป็นทางแห่งมรรค หรือไม่ใช่ทาง ในบทนี้พระอาจารย์ภัดทันตะได้อธิบายความดับเทียบไว้ว่าจุดหมายปลายทางอันยิ่งใหญ่ นั่นก็คือ การเข้าสู่ความดับ อันความดับนี้วิปัสสนาจารย์พึงเข้าใจให้ดี เพราะเป็นจุดสำคัญที่สุด เป็นจุดสุดยอดของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานถ้ารู้เท่าไม่ถึงการณ์ขาดความรอบคอบแล้วก็จะทำให้

<sup>๑</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๙๐/๕๐.

<sup>๒</sup> ชู.ธ.อ. (ไทย). ๑/๙๐/๔.

<sup>๓</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๔๐๕/๓๐๑.

ผิดพลาด ทั้งศิษย์ ทั้งอาจารย์อาจกอดคอกันตกลงไปในห้วงแหวงแห่งความเข้าใจผิด ซึ่งเป็นอันตรายอย่างหนักที่สุดของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เพราะความดับที่ไม่แท้ันนี้อาจเกิดได้โดยเหตุหลายประการ คือ ๑. ดับด้วยปิติ ๒.ดับด้วยปีสัสติ ๓.ดับด้วยสมาธิ ๔.ดับด้วยถินมิทธะ ๕.ดับด้วยอุเบกขา ทั้ง ๕ ประการนี้เป็นความดับเทียมใช้ไม่ได้ เป็นการล่อให้หลงเข้าใจผิด<sup>๔</sup> และทำให้ผู้ปฏิบัติไม่สามารถบรรลุธรรมได้

จากความสำคัญของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ที่จะทำให้พุทธศาสนิกชนเข้าถึงหลักคำสอนที่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา ที่จะทำให้พุทธศาสนิกชนพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ทั้งความทุกข์ในระดับโลกิยะ และสูงสุดพ้นทุกข์ในระดับโลกุตตระ คือ มรรค ผล นิพพาน แต่ในการปฏิบัติย่อมต้องมีธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม โดยเฉพาะกรณีของความดับเทียม ที่เป็นเครื่องขีดขวางทำให้โยคีผู้ปฏิบัติหลงทาง ปฏิบัติไม่ก้าวหน้า ด้วยเหตุผลดังกล่าวมานี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษา ความดับเทียมว่ามีสาเหตุเกิดมาจากอะไร และจะเกิดได้ในญาณไหน และมีวิธีการแก้ไขอย่างไร ถึงจะทำให้โยคีผู้ปฏิบัติมีความก้าวหน้าในวิปัสสนาญาณ เพื่อนำผลของการศึกษาวิจัยนี้มาเผยแพร่ให้กับผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ใช้เป็นแนวทางในการฝึกปฏิบัติให้ถูกต้องตรงตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา และเพื่อประโยชน์สูงสุดในการสืบทอดต่ออายุของพระพุทธศาสนาสืบไป

## ๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม กรณีศึกษา: ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา

## ๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกาเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๓. ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม ศึกษาเฉพาะ: ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกาเป็นอย่างไร

## ๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ศึกษาธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนา กรณีศึกษาความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา” นี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยกำหนดขอบเขตของการศึกษาที่เน้นเรื่องธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา ดังนี้

<sup>๔</sup> พระอาจารย์ภททันตะ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ ดร., วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, (ชลบุรี: สำนักวิปัสสนากัมมัฏฐานวิเวกอาศรม, ๒๕๓๒), หน้า ๑๗๖.

### ๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ผู้วิจัยกำหนดขอบเขตด้านเอกสาร ในการศึกษาเรื่องธรรมที่เป็นปฏิบัติต่อการบรรลุดุธรรม กรณีศึกษา: ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา โดยใช้คัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ได้แก่ พระไตรปิฎก ภาษาไทยฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาแปล ชุด ๙๑ ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๔๓ และคัมภีร์ปรณวิเสสวิสุทธิมรรค

### ๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการศึกษา

ศึกษารวมที่เป็นปฏิบัติต่อการบรรลุดุธรรม กรณีศึกษาเฉพาะความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา โดยเน้นศึกษารายละเอียดที่สำคัญอยู่ ๔ ประเด็น คือ ความดับในอุททยัพพญาณอย่างอ่อน ความดับในมูจิจตุกัมยตาญาณ ความดับในสังขารุเปกขาญาณ ความดับที่แท้จริง โดยศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมจากตำราของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา รายงานการวิจัยและวิทยานิพนธ์ ตลอดจนศึกษาจากเอกสาร (Documentary Research) อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

## ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้มีคำศัพท์ที่ใช้เป็นหลักในการวิจัยและคำจำกัดความดังต่อไปนี้

๑.๕.๑ ความดับ หมายถึง ความดับในธรรมทั้งหลายมี รูปนามเป็นต้น ซึ่งความดับมี ๒ ประการคือ ๑.ดับที่แท้จริงคือ ดับโดยมรรคและ ๒ ดับเทียม คือความดับที่ยังมีกิเลสอยู่

๑.๕.๒ ธรรมที่เป็นปฏิบัติ หมายถึง เหตุปัจจัยที่สำคัญในการขัดขวางความเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ได้แก่ เหตุ ๒ อันตราย ๕ อุปสรรค ๖ เครื่องกัน ๘ นิ वर्ณ ๕ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐

๑.๕.๓ ธรรมเพื่อการบรรลุดุธรรม หมายถึง การรู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ ๔ ด้วยโพชฌงค์ ๗ และ มรรคมืองค์ ๘

๑.๕.๔ คัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา หมายถึง คัมภีร์ที่รจนาขึ้นโดยพระอาจารย์ดร.ภัตทันตะ อาสภมหาเถระ ว่าด้วยเรื่อง สภาวธรรมกับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

## ๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งเอกสารออกเป็นสองส่วน คือ เอกสารชั้นปฐมภูมิ ประกอบด้วยคัมภีร์สำคัญทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และปรณวิเสสวิสุทธิมรรค และเอกสารชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ หนังสือตำรา บทความ เอกสารทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย ในส่วนของงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นปัจจุบันผู้วิจัยได้ทบทวนรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องซึ่งเผยแพร่ตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๕๓ เป็นต้นมา มีรายละเอียดดังนี้

### ๑.๖.๑ เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ที่เกี่ยวข้อง

๑) พระไตรปิฎก ภาษาไทยฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ แสดงข้อความอธิบายเกี่ยวกับอุปปาหนิโรธ คือ ความดับที่ยังมีโอกาสเกิดขึ้นได้อีก ไว้ในพระสูตรที่ อภ.ย (ไทย) ๓๘/๑๒๘/๕๑๑, อภ.ย.(ไทย) ๓๙/๑๖๓/๘๐.<sup>๕</sup>

๒) คัมภีร์อรรถกถา แสดงเนื้อความกล่าวถึง วิปัสสนูปกิเลสไว้ใน อภ.สง. อ. ๔๑๖<sup>๖</sup> มีความสรุปได้ว่า วิปัสสนูปกิเลสเป็นเครื่องเศร้าหมองแห่งกิเลส เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ผู้ปฏิบัติหลงเข้าใจผิดว่าได้บรรลุแล้ว

๓) ปกรณวิเสส พระพุทธโฆษาจารย์ได้อธิบายเกี่ยวกับอุปกิเลส ไว้ในวิสุทธิมรรค สรุปได้ว่า โยคาวจรเมื่อไม่ถึงความพ้นชาน ก็ตกถวรกชฎคืออุปกิเลสครบ ๓๐ อย่างนั้นได้แล้ว กำหนดรู้มรรคและไม่ใช่มรรคได้เองว่า “ธรรมทั้งหลายมีโอกาสเป็นต้นมิใช่มรรค แต่วิปัสสนาญาณที่พ้นแล้วจากอุปกิเลส ดำเนินไปตามวิถี (ของวิปัสสนา) เป็นมรรค”

### ๑.๖.๒ เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ที่เกี่ยวข้อง

๑) พระอาจารย์ ดร.ภัททันตะ อาสภมหาเถระ ได้กล่าวไว้ในหนังสือเรื่อง “วิปัสสนาที่ปณีฎีกา กล่าวสรุปได้ว่า อนุโลมญาณที่ ๑๒ เมื่อผู้ปฏิบัติไม่มีเหตุขัดข้องใด ๆ แล้วก็จะบรรลุถึงจุดหมายปลายทางอันยิ่งใหญ่ นั่นก็คือ การเข้าสู่ความดับ อันความดับนี้วิปัสสนาจารย์พึงเข้าใจให้ดี เพราะเป็นจุดสำคัญที่สุด เป็นจุดสุดยอดของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานถ้ารู้เท่าไม่ถึงการณ์ขาดความรอบคอบแล้วก็จะทำให้เกิดพลาด ทั้งศิษย์ ทั้งอาจารย์อาจถดถอยตกลงไปในห้วงเหวแห่งความเข้าใจผิด ซึ่งเป็นอันตรายอย่างหนักที่สุดของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เพราะความดับที่ไม่แท้ันนี้อาจเกิดได้โดยเหตุหลายประการ คือ ๑. ดับด้วยปิติ ๒. ดับด้วยปีสัทธา ๓. ดับด้วยสมาธิ ดับด้วยถีนมิทธะ ดับด้วยอุเบกขา ทั้ง ๕ ประการนี้เป็นความดับเทียมใช้ไม่ได้ เป็นการล่อให้หลงเข้าใจผิด”

๒) พระธรรมธีรราชฆานูณี (โชดก ญาณสิทธิเถร ป.ธ. ๙) ได้อธิบายไว้ในหนังสือชื่อ “วิปัสสนากรรมฐาน ภาค ๑ เล่ม ๑ ว่าด้วย วิปัสสนากรรมฐานทั่วไป” สรุปได้ว่า พุทธบริษัทจะถึงมรรค ผล นิพพาน ก็มีอยู่ทางเดียวเท่านั้น คือลงมือเจริญวิปัสสนากรรมฐานจนรู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ การที่พระพุทธร่องค์ทรงสรูปชาดกต่าง ๆ ลงมาด้วยอริยสัจ ก็เพราะจะชี้แนวทางแห่งการปฏิบัติให้พุทธบริษัทได้ดำเนินตาม แล้วจะได้พากันพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ ถึงสันติสุขอันไพบูรณ์คือพระนิพพานเพียงฟังชาดกอย่างเดียวไม่ได้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน ก็ไม่มีโอกาสจะบรรลุอมตธรรมได้ เพราะฉะนั้นเมื่อพระพุทธร่องค์ทรงแสดงชาดกต่าง ๆ มีเวสสันดรชาดก เป็นต้น จบลงแล้วจึงจำเป็นต้องทรงแสดงอริยสัจ ๔ ต่อท้ายเสมอไป<sup>๗</sup>

<sup>๕</sup> อภ.ย (ไทย) ๓๘/๑๒๘/๕๑๑, อภ.ย. (ไทย) ๓๙/๑๖๓/๘๐.

<sup>๖</sup> อภ.สง. อ. ๓๙/๔๑๖/๓๕

<sup>๗</sup> พระอาจารย์ภัททันตะ อาสภเถระ ธรรมจาริยะ ดร., วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, (ชลบุรี: สำนักวิปัสสนากัมมัฏฐานวิเวกอาศรม, ๒๕๓๒), หน้า ๑๗๖.

<sup>๘</sup> พระธรรมธีรราชฆานูณี, (โชดก ญาณสิทธิเถร), วิปัสสนากรรมฐาน ภาค ๑ เล่ม ๑ ว่าด้วยวิปัสสนากรรมฐานทั่วไป, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๓๑๖.



๓). พระมหาโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ) ได้อธิบายไว้ในหนังสือชื่อ “มหาสติปัญญาฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน” สรุปได้ว่า ความเข้าใจในเรื่องอริยสัจเป็นสิ่งที่สำคัญมาก เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมเข้าใจในอริยสัจแล้วจะสามารถหลีกเลี่ยงจากทุกข์ด้วยการกำหนดรู้ และหลีกเลี่ยงให้พ้นจากเหตุเกิดของทุกข์ด้วยการละ อีกทั้งสามารถรู้แจ้งความดับทุกข์โดยอาศัยการเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ ดังนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจึงต้องกำหนดรู้ขั้น ๕ พยายามละอวิชชาและตัณหา พร้อมทั้งเจริญสมาธิและปัญญาให้รู้แจ้งสู่ความเป็นอิสระจากกิเลส อริยสัจมีเพียง ๔ ประการเพราะไม่มีสภาพอื่นที่บุคคลพึงหยั่งเห็นซึ่งพ้นไปจากความเป็นไปของรูปนาม เหตุเกิดของรูปนาม ความดับรูปนาม และเหตุแห่งความดับรูปนาม ธรรมทุกประเภทสามารถรวมเข้าในอริยสัจ ๔ เหมือนรอยเท้าสัตว์ทุกชนรวมลงในรอยเท้าช้าง<sup>๙</sup>

๔). พระมหาโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ) ได้อธิบายไว้ในหนังสือชื่อ “วิปัสสนานัย เล่ม ๑” สรุปได้ว่า ในบรรดาความตั้งมั่นในอารมณ์ ๔ ประการความตั้งมั่นที่ปรากฏโดยการให้ทาน ย่อมมีได้เมื่อบุคคลตั้งใจมั่นในการที่จะให้ทานเท่านั้น ซึ่งเป็นขณะที่อารมณ์อื่นและนิวรณ์จะไม่เกิดแทรกซ้อน ผู้ที่เจริญสมถภาวนามีอารมณ์เดียว คือสมถอารมณ์ ในขณะที่บรรลุอุปปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิ ซึ่งเป็นจิตวิสุทธิของสมถยานิก ผู้ที่เจริญวิปัสสนาภาวนามีอารมณ์เดียวคือรูปนาม ตั้งแต่เกิดนามรูปปริเฉทญาณเป็นต้นไป แต่เมื่อบรรลุภังคญาณเป็นต้นไปจนถึงอนุโลมญาณแล้วจะรับรู้สภาวะดับไปของรูปนามเป็นหลัก ซึ่งเป็นขณิกสมาธิระดับสูงของวิปัสสนายานิก นอกจากนี้ เมื่อวิปัสสนาจิตมีกำลังแก่กล้าอย่างสูงสุดก็จะบรรลุพระนิพพานซึ่งเป็นสภาวะที่ดับรูปนามสังขารทั้งหมดในขณะที่บรรลุมรรคผล<sup>๑๐</sup>

๕). พระเทพมุนี (วิลาศ ญาณวโร ป.ธ.๙) ได้อธิบายไว้ในหนังสือวิมุตติรัตนมาลี สรุปได้ว่า เมื่อโยคีผู้ปฏิบัติวิปัสสนา ก็มีภูมิจิตใจเจริญขึ้นด้วยภาวนามัย ปัญญาเห็นสภาพรูปนามตามความเป็นจริง จนสามารถบรรลุถึงอุทยัพพญาณนี้แล้ว ย่อมนับได้ว่า เป็นผู้มึญญาสาธนาบารมีอยู่เป็นอันมาก หากแต่ว่า พระอนุสาวณีแห่งองค์สมเด็จพระชินสีห์เจ้าของเรานั้น ย่อมทรงไว้ซึ่งความมหัศจรรย์ประณีตสุขุมคัมภีรภาพ ยากที่เหล่าสัตว์จักรู้ตามได้โดยง่าย ในกรณีแห่งการบำเพ็ญวิปัสสนา ก็มีภูมิจิตใจย่อมจักเป็นเช่นนั้น หากไม่ใช้วิจารณ์ญาณให้ดี ก็ย่อมจะมีอุปสรรคมาขัดขวางปิดบังดวงปัญญา ไม่ให้เห็นคุณวิเศษเบื้องสูงขึ้นไป ผู้ปฏิบัติอาจจะหลงไหลเดินผิดทาง โดยยึดถือเอาความวิเศษมหัศจรรย์เล็กน้อย ว่าเป็นความวิเศษยิ่งใหญ่กล่าวคือมรรคผลนิพพาน ดังเช่นในกรณี ที่โยคีบุคคลผู้ปฏิบัติบรรลุถึงญาณนี้ เริ่มแรกเมื่อบรรลุถึงนั้น อุทยัพพญาณแห่งตนยังอ่อนอยู่ ผู้ปฏิบัติย่อมจักต้องประสบกับวิปัสสนูปกิเลส คือธรรมเครื่องเข้าไปทำวิปัสสนาให้เศร้าหมอง<sup>๑๑</sup>

<sup>๙</sup> พระโสภณมหาเถระ, (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัญญาฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, พระพรหมโมลี, (สมศักดิ์ อุปสโม), ตรวจชำระ, พระคันธสากิวังค์, แพลและเรียบเรียง, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๒), หน้า ๓๖๒-๓๖๓.

<sup>๑๐</sup> พระโสภณมหาเถระ, (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, พระพรหมโมลี, (สมศักดิ์ อุปสโม), ตรวจชำระ, พระคันธสากิวังค์, แพลและเรียบเรียง, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑๘.

<sup>๑๑</sup> พระเทพมุนี (วิลาศ ญาณวโร ป.ธ.๙), วรรณกรรมไทย เรื่องวิมุตติรัตนมาลี, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๒๗), หน้า ๒๘๐.

### ๑.๖.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในงานวิจัยที่เกี่ยวข้องของผู้วิจัยได้ค้นคว้างานวิจัยที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับความดับและ การบรรลุธรรมและการเจริญวิปัสสนาภาวนา โดยมีรายละเอียด ดังนี้

๑). พระครูประคุณสรกิจ (สุชาติ ชีโนโรโส) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนาภาวนา ตามแนวทางของสำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรม” จากการศึกษาพบว่า สำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรม ได้นำหลักสติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร ซึ่งแยกออกเป็น ๔ คือ หมวดกาย เรียกว่า กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมวดเวทนา เรียกว่า เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมวดจิต เรียกว่า จิตตานุปัสสนา - สติปัฏฐาน หมวดธรรม เรียกว่า ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานนำมาศึกษาและนำมาปรับใช้ในการปฏิบัติจริง พร้อมสรุปให้เห็นว่า สติปัฏฐาน ๔ คือการกำหนดรู้ รูปนามนั่นเอง โดยมุ่งเน้นที่รูปนามของแต่ละคนเป็นหลัก วิธีที่นำมาปรับใช้คือ สอนให้ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้รูปนามในการเคลื่อนไหวอิริยาบถใหญ่คือ ยืน เดิน นั่ง นอน และอิริยาบถย่อยเป็นสำคัญ ขณะเดียวกันก็ให้พิจารณาเวทนา ความคิด และพิจารณาธรรมไปตามวาระที่เหมาะสม เห็นได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของสำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรม มีความสอดคล้องกับวิธีปฏิบัติวิปัสสนาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท<sup>๑๒</sup>

๒). พระมหาเด่น กลยาณวิโช (รุ่งกุล) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “วิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” จากการศึกษาพบว่า วิปัสสนูปกิเลส คือสิ่งที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง มี ๑๐ ประการ คือ โอภาส แสงสว่าง, ญาณ ความรู้ที่คมชัด, ปีติ ความอิ่มใจ, ปัสสทธิ ความสงบเย็นกายใจ, สุข ความสุขอันประณีต, อธิโมกษ์ ความศรัทธาแรงกล้าผ่องใสยิ่งนัก, ปศคาหะ ความเพียรที่พอดี, อนุปัฏฐาน สติความระลึกได้ที่คมชัด, อุเบกขา ความวางจิตเป็นกลางไม่ยินดียินร้าย, และนิกันติ ความยินดีพอใจในสภาวะธรรมทั้ง ๙ ที่เกิดขึ้น<sup>๑๓</sup>

๓). พระมหาสุธน ยสสีโล (ผลชอบ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนา” จากการศึกษาพบว่า วิปัสสนากรรมฐานเป็นคำสอนแนวทางปฏิบัติทางด้านจิต เพราะในร่างกายมนุษย์เรามีใจเป็นใหญ่ ใจเป็นหัวหน้า ทุกสิ่งทุกอย่างสำเร็จด้วยใจ เมื่อบุคคลตั้งใจไว้ดีแล้วไม่ว่าบุคคลนั้นจะเป็นชนชาติใดอยู่ในประเทศใดใช้ภาษาใดเป็นคนมีฐานะร่ำรวยหรือเป็นคนยากจนเมื่อปรารถนาความสุขความสงบที่แท้จริงแล้วไม่ต้องไปแสวงหาในที่ใดค้นหาได้ในกายในจิตใจของเราเอง เพราะความทุกข์หรือความสุขเกิดขึ้นจากใจทั้งนั้น ดังนั้นพระพุทธเจ้าซึ่งมีพระประสงค์ให้สังคมมนุษย์พ้นจากความทุกข์ และให้ได้รับความสุขสงบทั้งทางกายและทางใจ จึงได้ทรงประกาศคำสอนแนวทางปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานไว้ เพื่ออบรมจิตมนุษย์ให้สงบ

<sup>๑๒</sup> พระครูประคุณสรกิจ (สุชาติ ชีโนโรโส), “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรม”, *วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗), หน้า ก.

<sup>๑๓</sup> พระมหาเด่น กลยาณวิโช (รุ่งกุล), “การศึกษาวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า บทคัดย่อ.

ระงับความชั่ว บรรลุความดีและความบริสุทธิ์ผ่องใสแห่งจิต<sup>๑๔</sup>

**๕). พระมหาสมพงษ์ ภูทาทาจาโร (ปัตถามา)** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษานิวรณ์ ๕ อันเป็นธรรมารมณของวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน” จากการศึกษาพบว่า หลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นทางดำเนินไปสู่พระนิพพานที่พระพุทธเจ้าและพระอริยสาวกได้ดำเนินมาแล้ว สมกับพุทธพจน์ที่ตรัสว่า ธรรมนี้ดีจริงให้ผลได้ไม่จำกัดเวลา ไม่เลือกบุคคล เวลาและสถานที่ ควรเรียกให้มาดู ควรน้อมเข้ามา อันวิญญูชนพึงเห็นได้เฉพาะตน เมื่อเห็นไตรลักษณ์แล้ว ต่อไปอีกไม่นานก็จะสามารถเข้าใจสภาวะธรรม การปฏิบัติสติปัฏฐานนี้เหมาะสมกับทุกจริต<sup>๑๕</sup>

**๕). พระมหาวรรณวัฒน์ ชุตินฺธโร (ร่มโพรงาม)** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาโยนิโสมนสิการเพื่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท” จากการศึกษาพบว่า การบรรลุธรรม คือ การบรรลุโลกุตตรธรรม ๙ อย่างใดอย่างหนึ่ง การรู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ โดยการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา เจริญสมณะและวิปัสสนาตามหลักการ เจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ การกำหนดรู้กาย เวทนา จิตและธรรม ให้เห็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง ได้แก่ (๑) มรรค ๔ คือ โสตาปันติมรรค สกทาคามีมรรค อนาคามีมรรค อรหัตตมรรค (๒) ผล ๔ คือ โสตาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล อรหัตตผล และ (๓) นิพพาน ๑ คือ สภาพที่ดับกิเลสและกองทุกข์แล้ว<sup>๑๖</sup>

**๖). พระประชิต ธมมวโร (ผาตากแดด)** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ห่มโนทัศน์เรื่องญาณในคำสอนพระพุทธศาสนาเถรวาท” จากการศึกษาพบว่า มโนทัศน์เรื่องญาณนี้เป็นคำสอนในพระพุทธศาสนาที่สามารถทำใหม่มนุษย์ประพฤติปฏิบัติตามอย่างจริงจึงดำเนินไปในทางที่ถูกต้อง ทำใหม่มนุษย์ได้สัมผัสและพิสูจน์ได้ ถ้าบุคคลใดได้ประพฤติปฏิบัติด้วยความมีศรัทธา มีศีลบริสุทธิ์ มีวิริยะอุตสาหะอย่างแรงกล้าแล้ว จะทำให้เกิดญาณทั้ง ๑๖ อันเป็นผลที่เกิดจากการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งมีเป้าหมายเดียวคือ ความดับทุกข์ เมื่อเข้าใจหลักการสำคัญนี้เป็นเรื่องแรกก่อนที่จะศึกษาในรายละเอียดที่เป็นโคตรญาณ นอกจากนี้ยังมีธรรมขัดขวางไม่ให้เกิดญาณได้ด้วย<sup>๑๗</sup>

**๗). ยุกกานต ตันตเจยฺย** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ธรรมที่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน” จากการศึกษาพบว่า การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานมีปัญหาและอุปสรรคหลายประการที่ทำให้ปฏิบัติวิปัสสนาไม่ก้าวหน้า หรือไม่สามารถเกิดโคตรญาณได้คือ ปลืโพธ นิमितวิปลาส วิป

<sup>๑๔</sup> พระมหาสุชน ยสสีโล (ผลชอบ), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนา”, *วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิตพุทธศาสนาและปรัชญา*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า บทคัดย่อ.

<sup>๑๕</sup> พระมหาสมพงษ์ ภูทาทาจาโร (ปัตถามา), “การศึกษานิวรณ์ ๕ อันเป็นธรรมารมณของวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า บทคัดย่อ.

<sup>๑๖</sup> พระมหาวรรณวัฒน์ ชุตินฺธโร (ร่มโพรงาม), “การศึกษาโยนิโสมนสิการเพื่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า บทคัดย่อ.

<sup>๑๗</sup> พระประชิต ธมมวโร (ผาตากแดด), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ห่มโนทัศน์เรื่องญาณในคำสอนพระพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า บทคัดย่อ.

สนนูป กิเลส ๑๐ นีวรณ ๕ อนันตริยกรรม ปาราชิก และพุทธานุญญาภิธาน ในธรรมทั้งปวงที่กล่าวมานั้นที่อันตรายมากที่สุดคือ อนันตริยกรรมเท่านั้นที่ห้ามมรรคผลนิพพาน สวณอุปสรรคคนอกนั้นแก้ไขได้เมื่อรู้เขาใจในกิจเบื้องต้นแล้วต่อไปควรรู้หลักสำคัญในการปฏิบัติคือสติ<sup>๑๘</sup>

๘). **อณิวชิร เพชรนรรัตน์** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัทยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” จากการศึกษาพบว่า แม้พระไตรปิฎกจะให้ความหมายของคำว่า วิปัสสนา ไว้หลายนัยก็ตามแต่ ผู้ปฏิบัติก็ต้องผ่านกระบวนการฝึกวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นพระสูตรที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในพระไตรปิฎก จึงจะสามารถพัฒนาวิปัสสนาปัญญาให้เกิดขึ้นได้ หลักการฝึกเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น แม้ผู้เข้าฝึกจะมีสมาธิในระดับใดก็ตาม ก็สามารถนำมาเป็นเครื่องมือในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานได้ แม้แต่จิตที่สงบชั่วขณะ (ขณิกสมาธิ) ก็สามารถนำมาเป็นพื้นฐานในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานได้<sup>๑๙</sup>

๙). **พรรณราย รัตนไพฑูรย์** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชฆาหมณี (โชดกถาณสิทฺธิ)” จากการศึกษาพบว่า การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน จึงมุ่งไปที่การเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ ซึ่งเป็นหลักใหญ่ของการตั้งสติกำหนด ซึ่งเป็นการครอบคลุมแนวการปฏิบัติทั้งหมด สติปัฏฐานเป็นหลักให้เกิดสติเพื่อเจริญวิปัสสนา จึงกล่าวได้ว่า การเจริญสติปัฏฐาน ๔ กัับการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เป็นอันเดียวกัน เจริญวิปัสสนาก็คือ เจริญสติปัฏฐาน ๔ เพราะเวลาปฏิบัติวิปัสสนานั้น อารมณ์ของกรรมฐานโดยย่อคือ กาย เวทนา จิต ธรรม นั้นเองจึงเห็นได้ว่าไม่พ้นไปจากแนวการปฏิบัติของสติปัฏฐานนี้แต่อย่างใด<sup>๒๐</sup>

๑๐). **ณัชชา ธารสนธยา** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาขั้นตอนการปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุนิพพานที่ปรากฏในคณกโมคคัลลานสูตร” จากการศึกษาพบว่า พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ หากเดินทางตรงกันข้าม โดยไม่มีศีลไม่เคารพอย่างจริงจังในสิกขา ไม่คุ้มครองอินทรีย์ทั้งหลาย ไม่รู้ประมาณในการบริโภค ไม่ประกอบความเพียรเครื่องตื่นอย่างต่อเนื่อง ไม่มีสติสัมปชัญญะ เป็นผู้นำในโอภกมณธรรม ทอดธุระในป่าวิเวก มีจิตใจไม่ตั้งมั่น มีจิตกวัดแกว่ง ปัญญาที่บเป็นดังคนหนวกคนใบ้คือ หลงทางผิดทาง ไม่ทำตามคำพราสอน ผู้ปฏิบัติย่อมไม่บรรลุพระนิพพานแน่นอน<sup>๒๑</sup>

<sup>๑๘</sup> ยุกกานต ตัณฑเกยูร, “ธรรมที่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน”, **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า บทคัดย่อ.

<sup>๑๙</sup> อณิวชิร เพชรนรรัตน์, “การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัทยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๔๒.

<sup>๒๐</sup> พรรณราย รัตนไพฑูรย์, “การศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชฆาหมณี (โชดก ถาณสิทฺธิ)”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๘๑.

<sup>๒๑</sup> ณัชชา ธารสนธยา, “การศึกษาขั้นตอนการปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุนิพพานที่ปรากฏในคณกโมคคัลลานสูตร”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า บทคัดย่อ.

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้มองเห็นว่า ความดับมีทั้งดับแท้จริง คือดับด้วยมรรค และดับเทียมซึ่งทำให้โยคีผู้ปฏิบัติหลงเข้าใจว่าตนได้ปฏิบัติเข้าถึงความดับแล้วแต่แท้ที่จริง ผู้ปฏิบัติเข้าถึงเพียงความดับที่ยังไม่ใช่ความดับที่ไม่แท้ เป็นความดับที่ยังมีอาการอยู่ เป็นความดับที่ยังมีกิเลสเจือปนอยู่นั่นเอง แต่ทั้งนี้ยังไม่มีปรากฏการศึกษาวิจัยในเชิงเอกสารเรื่องความดับเทียม จึงเป็นเหตุให้ผู้วิจัยสนใจที่นำมาศึกษาให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น

## ๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยวิธีวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เป็นหลัก มีขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ดังนี้

๑.๗.๑ ศึกษาธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม จะศึกษาค้นคว้ารวบรวมข้อมูลชั้นปฐมภูมิ จากพระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ฉบับภาษาไทย และศึกษาข้อมูลทุติยภูมิ จากอรรถกถา ฎีกา และปกรณ์วิเสสอื่น ๆ รวมไปถึงหนังสือเอกสาร ตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๗.๒ ศึกษาธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม กรณีศึกษาความดับเทียมในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา จะศึกษาค้นคว้ารวบรวมข้อมูลชั้นทุติยภูมิ จากคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา ตลอดจนหนังสือเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๗.๓ เรียบเรียงข้อมูลและตรวจสอบความถูกต้องกับคัมภีร์พระไตรปิฎก

๑.๗.๔ วิเคราะห์ข้อมูล สรุปให้ตอบปัญหาการวิจัยที่ตั้งไว้

๑.๗.๕ ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์โดยอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ

๑.๗.๖ แก้ไข ปรับปรุง นำเสนอผลงาน

## ๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา

๑.๘.๓ ทำให้ทราบธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม กรณีศึกษา: ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา

## บทที่ ๒

### ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุดุธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุดุธรรมหรือธรรมที่อยู่ตรงกันข้ามกับธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุดุธรรมได้ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาผู้ปฏิบัติต้องศึกษาธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุดุธรรมเพื่อประโยชน์ในการปฏิบัติ เมื่อเกิดสภาวะธรรมขึ้นกับตนก็สามารถกำหนดรู้อาการที่เป็นปัจจุบันได้ ผู้วิจัยแบ่งประเด็นของการศึกษาไว้ ดังนี้

๒.๑ นิยามความหมาย

๒.๒ ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุดุธรรม

๒.๓ หลักธรรมที่สำคัญต่อการบรรลุดุธรรม

๒.๔ หลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อการบรรลุดุธรรม

๒.๕ บทสรุป

#### ๒.๑ นิยามความหมาย

##### ๒.๑.๑ ความหมายของปฏิปักษ์

ก) ความหมายตามหลักสัททนต์ย

ปฏิปักษ์ มาจากคำว่า ปฏิ+ปกข ปฏิ บทหน้า เป็นอุปสรรค แปลว่า ตอบ ทวน กลับ เฉพาะ ห้าม ปกข (น.) ปต.ธาคู ข ปัจ. แปลง ต เป็น ก. แปลว่า ฝ่าย, ฝ่าย, ข้าง วิเคราะห์ ปฏิ วิรุฑโธ ปกโข สหาโย ปฏิปกโข<sup>๑</sup> ปฏิปักษ์ แปลว่า ฝ่ายตรงกันข้าม, ข้ำศึก, ศัตรู

ข) ความหมายตามหลักอรรถนัย

พระพรหมคุณาภรณ์ ให้ความหมายของ ปฏิปักษ์, ปฏิปักษ์ ฝ่ายตรงกันข้าม, คู่ปรับ, ข้ำศึก, ศัตรู<sup>๒</sup>

ราชบัณฑิต ให้ความหมายของปฏิปักษ์ ปฏิปักษ์ น. ฝ่ายตรงกันข้าม ข้ำศึก ศัตรู. ว. ที่ตรงกันข้าม เช่น ฝ่ายปฏิปักษ์. (ส. ปรดิปกข ป. ปฏิปกข).<sup>๓</sup>

<sup>๑</sup> ป.หลงสมบุญ, พจนานุกรมบาลี-ไทย (๑๕๔๙๑ คำ), (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภา, ๒๕๑๙), หน้า ๓๖๐.

<sup>๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๑๙๖.

<sup>๓</sup> ราชบัณฑิตสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตสถาน พ.ศ. ๒๕๔๔, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตสถาน, ๒๕๕๖), หน้า ๖๙๔.

## ๒.๑.๒ ความหมายของการบรรลุธรรม

การบรรลุธรรม เป็นสภาวะแห่งความหลุดพ้น, ความรู้แจ้ง<sup>๔</sup>, ความถึงพร้อม, ความสำเร็จ หรือความเข้าใจในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในระดับมรรคผล คือระดับโลกุตระ เพื่อความเป็นพระอรหันตบุคคลระดับใดระดับหนึ่ง ซึ่งมีศัพท์เป็นไวยากรณ์กับคำว่าว่าบรรลุธรรม คือ ศัพท์ว่า “วิโมกข์” แปลว่า ความหลุดพ้น (ในความหมายที่จัดตามลักษณะการเห็นไตรลักษณ์)<sup>๕</sup> หรือ วิมุตติ โดยมุ่งศึกษา ๓ ประการเท่านั้น คือ

(๑) สมุจเฉทวิมุตติ (หลุดพ้นอย่างเด็ดขาด) หมายถึง อริยมรรค ๔ เพราะว่าพ้นจากกิเลสที่ตนตัดขาดแล้วเอง

(๒) ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ (หลุดพ้นอย่างสงบ) หมายถึง สามัญญผล ๔ เพราะวาเกิดขึ้นในที่สุดแห่งความสงบของกิเลสด้วยอานุภาพแห่งมรรค

(๓) นิสสรณวิมุตติ (หลุดพ้นด้วยการสลัดออกไป) หมายถึง นิพพาน เพราะว่าสลัด ปราศจากไป ดำรงอยู่ไกลจากกิเลสทั้งปวง

สรุปว่าธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม หมายถึง ธรรมที่อยู่ฝ่ายตรงข้ามที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุธรรมได้ ธรรมที่เป็นข้าศึกต่อการบรรลุธรรม หรือ ธรรมที่มาขัดขวางไม่ให้ผู้ปฏิบัติบรรลุมรรคผล และเข้าสู่นิพพานได้

## ๒.๒ ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ผู้ปฏิบัติย่อมต้องเจอกับปัญหาต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นระหว่างการบำเพ็ญภาวนา ดังนั้นผู้ปฏิบัติจำเป็นที่จะต้องมียกยาคติคอยแนะนำ หรือควรที่จะศึกษาหาข้อมูลเพื่อตรวจสอบสภาวะของตนเองอยู่เสมอ ผู้วิจัยศึกษาไว้ ดังนี้

### ๒.๒.๑ เหตุ ๒

การมิได้บรรลุมรรคผลในปัจจุบันชาติมีเหตุ ๒ อย่าง<sup>๖</sup> คือ

๑) การคบมิตรชั่ว (บาปमितตตา) เช่น พระเจ้าอชาตศัตรูทรงคบมิตรชั่วคือพระเทวทัต ได้กระทำให้พิศุฆาต พระองค์จึงมิได้บรรลุมรรคผลเพราะกรรมที่ฆ่าบิดาเป็นกัมมันตราย และแม้วิปัสสนาญาณ มีอุทัพพญาณก็จะไม่เกิดขึ้นแก่บุคคลประเภทนี้ ดังนั้น การคบมิตรชั่วที่จะพาเราไปทำกรรมหนักจะเป็นเหตุให้เราไม่ได้บรรลุธรรม

๒) การมิได้ฟังธรรมและเจริญภาวนา (กิริยปริหานิ) เช่น ในมัชฌิมนิกาย กัณฑ์สุตตร<sup>๗</sup> มีเรื่องของนายเปสสะซึ่งมิได้ฟังธรรมจนจบ แต่ลุกกลับไปเสียก่อน จึงมิได้บรรลุธรรมด้วยการฟังและกำหนดรู้สภาวะธรรมในขณะนั้น ดังนั้น การมิได้ฟังธรรมจึงเป็นเหตุอีกประการหนึ่งที่ทำให้ผู้ตั้งใจจะ

<sup>๔</sup> ศ.ม. (ไทย) ๑๘/๑๐๙๑-๑๐๙๒/๖๐๕-๖๐๗.

<sup>๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๐๑.

<sup>๖</sup> ม. ม. (ไทย) ๑๓/๑๗๗/๙๓.

<sup>๗</sup> ม. ม. (ไทย) ๑๓/๖/๕.

ปฏิบัติไม่สามารถบรรลุธรรมได้เพราะไม่มีใครคอยแนะนำ แม้ในปัจจุบันคนที่มีอุปนิสัยพอที่จะบรรลุธรรมได้ แต่หากไม่ได้ปฏิบัติธรรมเลย หรือมีเวลาปฏิบัติน้อย ก็เสื่อมจากมรรคผลด้วยการไม่ปฏิบัติธรรมนั่นเอง

### ๒.๒.๒ อันตราย ๕

ธรรมที่เป็นอันตรายต่อการบรรลุมรรคผลมี ๕ อย่าง<sup>๘</sup> คือ

๑) กัมมันตราย อันตรายคือกรรม หมายถึง อนันตริยกรรม มี ๕ ประการ ได้แก่ ฆ่ามารดา, ฆ่าบิดา, ฆ่าพระอรหันต์, ทำให้พระพุทธเจ้าทรงห่อพระโลหิต, ทำลายพระสงฆ์ให้แตกแยกกัน (ภิกษุเท่านั้น), ประทุษร้ายนางภิกษุณี(ภิกษุณีเท่านั้น)

๒) กิเลสอันตราย อันตรายคือกิเลส หมายถึง มี ๓ ประการ ได้แก่ ความเห็นผิดว่าไม่มีบุญบาป, ความเห็นผิดว่าเหล่าสัตว์ตายแล้วผลกรรมไม่มี, ความเห็นผิดว่าไม่มีกรรมดีกรรมชั่วที่เป็นเหตุให้เกิดคุณโทษ

๓) วิปากันตราย อันตรายคือวิปาก หมายถึง ปฏิสนธิที่เป็นอเหตุกปฏิสนธิ (ปฏิสนธิที่มีเหตุ ๒ คือ อโกลมหेतุและอโมมหेतุ) และทวิเหตุปฏิสนธิ (ปฏิสนธิที่มีเหตุ ๒ คือ อโกลมหेतุและโอสเหตุ)

๔) อริยุปวาพันตราย อันตรายคือการว่าร้ายพระอริยบุคคล หมายถึง การพูดให้ร้ายพระอริยบุคคลเพื่อให้ท่านเสียชื่อเสียงหรือศีลธรรม แม้จะรู้ว่าท่านเป็นพระอริยบุคคลหรือไม่ก็ตาม

๕) อาณาวิติกกัมมัตตราย อันตรายคือการล่วงละเมิดข้อบัญญัติของพระพุทธเจ้า หมายถึง การต้องอาบัติอย่างใดอย่างหนึ่งในอาบัติ ๗ หมวดของภิกษุ คือ ปาราชิก สังฆาทิเสส ฤคัลลัจฉัย ปาจิตตีย์ ปาฏิเทสนีย์ ทุกกฏ และทุพภาสิต

สรุปว่า อันตรายทั้ง ๕ อย่างนี้ บางอย่างก็เป็นกรรมที่ให้ผลไปเกิดในอบายภูมิ มีนรก เป็นต้น หลังจากเสียชีวิตแล้ว บางอย่างก็ไม่อาจบรรลุมรรคผลได้ในชาตินี้ บางอย่างขอขมาแล้วก็พ้นจากอันตรายได้หรือถ้าชำระโทษตามวินัยกรรมแล้วก็พ้นจากอันตรายได้

### ๒.๒.๓ อุปสรรค ๖

อุปสรรคของสมาธิ ๖ ประการ<sup>๙</sup> คือ

๑) การคำนึงถึงอดีต เช่น ขณะเจริญวิปัสสนาภาวนา นักปฏิบัติอาจหวนนึกถึงสิ่งที่เคยเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส หรือนึกย้อนไปถึงวันก่อน เดือนก่อน หรือปีก่อน หรือว่าหวนนึกถึงสิ่งที่ตนลืมกำหนดรู้เท่าทัน แล้วพิจารณาว่าอารมณ์ดังกล่าวเป็นรูปหรือนาม ปรากฏชัดหรือไม่ปรากฏชัด ดังนี้ เป็นต้น

๒) การคาดหวังอนาคต เช่น ความคาดหวังว่าจะเห็นหรือได้ยินสิ่งใดในอนาคต หรือคาดหวังถึงความรุ่งเรืองก้าวหน้าในภพนี้หรือภพหน้า หรือว่าคาดหวังความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม

<sup>๘</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาญ้ย เล่ม ๑, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ ป.ธ.๙) ตรวจชำระ, พระคันธสาราภังค์ แปลเรียบเรียง, (นันทบุรี: ไทยร่มเกล้า, ๒๕๔๘), หน้า ๒๗.

<sup>๙</sup> ขุ.ปฎิ. (ไทย) ๓๑/๑๕๘/๑๗๘.



๓) ความหดหู่ เช่น กำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบันได้ไม่ชัดเจนหรือไม่มีความก้าวหน้ากว่าเดิม นักปฏิบัติอาจเกิดความหดหู่ที่ต้องการจะปฏิบัติธรรมความเกียจคร้านย่อมเกิดขึ้นในขณะนั้น

๔) ความพยายามยิ่ง เช่น ตั้งใจกำหนดจนเกินพอดี โดยคิดว่าจะรับรู้เท่าทันทุกสภาวะธรรมปัจจุบันที่เกิดขึ้น หรืออาจคิดว่า จะต้องกำหนดรู้เท่าทันทุกอย่าง หรืออาจคิดว่า ได้พยายามจนสุดความสามารถแล้ว แต่ทำไมจึงไม่ก้าวหน้ามากกว่านี้

๕) ความปรารถนายิ่ง เช่น กำหนดรู้เท่าทันสภาวะธรรมได้เป็นอย่างดี อาจเกิดความปรารถนาที่จะบรรลุความก้าวหน้าซึ่งได้แก่วิปัสสนาญาณสูงขึ้นไปหรือมรรคผล ความปรารถนาคือเป็นความพอใจที่จัดเป็นโลภะ

๖) ความท้อถอย เช่น ผู้ปฏิบัติธรรมนานหลายวันหรือหลายเดือน อาจเกิดความท้อถอยเมื่อไม่ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติจนกระทั่งคิดจะเลิกปฏิบัติ<sup>๑๐</sup>

สรุปว่า การกำหนดรู้ปัจจุบันอารมณ์ที่กำลังเกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ หรือใส่ใจในปัจจุบันอารมณ์ เป็นหลักสำคัญที่ทำให้จิตดำรงมั่นไม่ซัดส่าย นอกจากนี้ความก้าวหน้าในการปฏิบัติย่อมขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยที่จะก่อให้เกิดผลคือวิปัสสนาญาณเกิดขึ้น ดังนั้น การกำหนดรู้ตามสมควร ไม่ตั้งจนเกินไป ไม่หย่อนเกินไป ย่อมส่งผลให้จิตตั้งมั่นมีสมาธิอย่างรวดเร็ว

#### ๒.๒.๔ เครื่องกัน ๘

เครื่องกันทางหลุดพ้น ๘ ประการ<sup>๑๑</sup> คือ

๑) กามฉันทะ คือ ความยินดีพอใจในกาม เช่น กามฉันทะที่ต้องการความสุข และชวนชวายในกิจที่เกี่ยวกับภาระหน้าที่โดยแสวงหาสิ่งที่ยังไม่มีหรือไม่ได้และรักษาสิ่งที่มีหรือที่ครอบครองอยู่ เป็นต้น

๒) พยาปาหะ คือ ความหงุดหงิด ไม่พอใจ โกรธ ปองร้าย เช่น ความไม่พอใจเมื่อหวนคิดถึงคนที่ไม่ชอบ คนที่เคยทะเลาะวิวาทบาดหมางใจกัน หรือเมื่อพบกับ ทุกขเวทนาที่รุนแรง หรือเพราะเห็นและได้ยินสิ่งรบกวนการปฏิบัติ เป็นต้น

๓) ถีนมิทธะ คือ ความง่วงซึมเซา เช่น ความง่วงซึ่งเป็นเหตุให้สัปหงกและอยากนอนหลับ และความเกียจคร้านเซื่องซึม เป็นต้น

๔) อุทธัจจกุกกุกจะ คือ ความฟุ้งซ่านเดือดร้อนใจ เช่น การหวนคิดไปในอดีตหรืออนาคต เป็นต้น

๕) วิจิกิจฉา คือ ความลังเลสงสัย เช่น การกำหนดรู้เห็นรูปนามปัจจุบันเป็นกุศลหรือไม่ วิปัสสนาจารย์สอนถูกต้องหรือไม่ บุคคลผู้ปฏิบัติประสบความสำเร็จหรือไม่ เป็นต้น

๖) อวิชชา คือ ความไม่รู้ เช่น ในขณะที่พบเห็นรูปารมณ์ มักรู้บัญญัติก่อนว่า “เราเห็น” หรือ “เห็นสิ่งนั้นสิ่งนี้” เป็นต้น

<sup>๑๐</sup> พระโสภณมหาเถระ(มหาสียาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ ป.ธ.๙) ตรวจชำระ, พระคันธสาราภิงค์ แปลเรียบเรียง, (นนทบุรี: ไทยร่มเกล้า, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑๖.

<sup>๑๑</sup> ขุ.ปฎิ. (ไทย) ๓๑/๑๕๓/๑๗๔.

- ๓) อรติ คือ ความไม่ยินดีในภาวนา เช่น กำหนดได้ไม่ดีแล้วเกิดความเบื่อหน่าย เป็นต้น  
 ๘) อุกุศลธรรม เช่น โลภะ โทสะ โมหะ เป็นต้น

สรุปว่า ผู้ที่มีได้กำหนดรู้รูปนามที่ปรากฏทางทวาร ๖ ตามความเป็นจริง<sup>๑๒</sup> ย่อมไม่เข้าใจว่าสิ่งนั้นเป็นเพียงรูปนาม ไม่เข้าใจว่ามีเหตุผลเชื่อมโยงกัน ทั้งไม่เข้าใจว่าเป็นสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตถน ความไม่เข้าใจดังกล่าวทำให้เกิดความปรารถนาพอใจต่ออารมณ์ที่กำลังประสบอยู่หรืออารมณ์อื่นที่คล้ายคลึงกัน แต่ผู้ที่เจริญวิปัสสนากำหนดรู้สภาธรรม ย่อมเข้าใจว่ามีเพียงรูปนาม มีเหตุผลเชื่อมโยงกัน และเข้าใจว่าเป็นสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ความเข้าใจดังกล่าวทำให้หมดความปรารถนาพอใจต่ออารมณ์ที่กำลังประสบอยู่หรืออารมณ์อื่นที่คล้ายคลึงกัน เพราะฉะนั้น วิปัสสนากุศลจึงเป็นทางหลุดพ้นจากวัฏฏสงสารของพระอริยะทั้งหลาย

### ๒.๒.๕ นิวรรณ์ ๕

จากการศึกษาพบว่าอุปสรรคประการหนึ่งในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนานั้นก็คือ นิวรรณ์ที่หมายถึงอุปสรรคสำคัญที่จะครอบงำจิตของผู้ปฏิบัติให้ไม่สามารถบรรลุธรรมได้ ผู้วิจัยศึกษาไว้ ดังนี้

#### ๑) ความหมายของนิวรรณ์

นิวรรณ์ ๕ ตามหลักของสัททนต์เป็นคำภาษาไทย เมื่อแยกศัพท์เป็นภาษาบาลีตามหลักบาลีไวยากรณ์ว่า ปณจ + นิวรรณานิ นิวรรณ์ ๕ ประการ

ปณจ ศัพท์เดิมเป็น ปณจ ศัพท์ (ลง สิ ปฐมาวิภัตติ ฝ่ายพหูวนะ ลง โย ลบ โย สำเร็จรูปเป็น ปณจ<sup>๑๓</sup> เป็นศัพท์สังขยา ชนิดคุณนามเป็นได้ ๓ ลิงค์

นิวรรณานิ ศัพท์เดิมเป็น นิวรรณ ศัพท์ ( ลง สิ ปฐมาวิภัตติ ฝ่ายพหูวนะ เอา อ กับ ที่สุดแห่งการันต์ (นิวรรณ) กับ โย เป็น อานิ สาเร็จเป็น นิวรรณานิ ตามแบบ กุล ศัพท์โน นบุ่งสกลิงค์<sup>๑๔</sup>

สรุปว่า นิวรรณ์ ๕ จึงหมายถึง ธรรมที่ก้างกันไม่ให้ผู้ปฏิบัติบรรลุธรรม ธรรมที่คอยขัดขวางให้การบรรลุธรรมเป็นไปได้อย่างยิ่ง สอดคล้องกับพุทธดำรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย นิวรรณ์เครื่องก้างกัน ๕ ประการนี้ ครอบงำจิตแล้ว ทอนกำลังปัญญา”<sup>๑๕</sup> ปัญญา ในที่นี้หมายถึงวิปัสสนา และมีคคปัญญา<sup>๑๖</sup> ในอภุสราสิสุตรยังกล่าวว่า “เมื่อบุคคลจะกล่าวถึงกองอกุศล เมื่อจะกล่าวให้ถูกต้อง จะต้องกล่าวถึงนิวรรณ์ (ธรรมที่ก้างกันไม่ให้บรรลุความดี)”<sup>๑๗</sup> แสดงให้เห็นว่า นิวรรณ์ ๕ นอกจากจะหมายถึงเครื่องก้างกันไม่ให้ผู้ปฏิบัติบรรลุธรรมแล้ว นิวรรณ์นี้ยังหมายถึงกองอกุศลทั้งสิ้นอีกด้วย

<sup>๑๒</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, พระพรหมโมลี(สมศักดิ์ ป.ธ.๙) ตรวจชำระ, พระคันธสาราภิวังศ์ แปลเรียบเรียง, (นนทบุรี: ไทยร่มเกล้า, ๒๕๔๘), หน้า ๗๖.

<sup>๑๓</sup> สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, บาลีไวยากรณ์วิธีภาคที่ ๒ นามและอัพท์ ศัพท์หลักสูตรปริยญธรรมตรี, (นครปฐม: โรงพิมพ์มหาหมกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๖๘-๗๔.

<sup>๑๔</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๐.

<sup>๑๕</sup> อจ. ปณจก. (ไทย) ๒๒/๕๑/๘๙.

<sup>๑๖</sup> อจ. ปณจก.อ. (ไทย) ๒๒/๕๑/๒๘.

<sup>๑๗</sup> อจ. ปณจก. (ไทย) ๒๒/๕๒/๙๑.

## ๒) ประเภทของนิเวศ

นิเวศเป็นธรรมที่เป็นปฏิบัติ หรืออยู่ฝ่ายตรงกันข้ามกับธรรมที่ทำให้บรรลุนิเวศมี ๕ ประการ ดังนี้

๑. กามฉันทะ ความพอใจในกาม
๒. พยาบาทนิเวศ ความคิดร้าย
๓. ถีนมิตถนิเวศ ความหดหู่และเซื่องซึม
๔. อุทธัจจกุกกัจจนนิเวศ ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ
๕. วิจิกิจฉานิเวศ ความลังเลสงสัย<sup>๑๘</sup>

### ก). กามฉันทนิเวศ

อุปสรรคที่จะคอยขัดขวางที่จะปิดกั้น ปัญญาของผู้ปฏิบัติประการแรก เรียกว่ากามฉันท คือความพอใจในกามคุณ ๕ รูปสวย เสียงไพเราะ กลิ่นหอม รสอร่อย และสัมผัสที่น่ายินดี กามคุณเป็นตัวอารมณ์ แต่ตัวที่เข้าไปยินดีติดใจเป็นตัวอารมณ์เรียกว่ากามฉันทนิเวศ กามฉันทนิเวศมีหน้าที่ปิดกั้นจิตไม่ให้มีโอกาสบำเพ็ญกุศลขั้นสูงมีฉานเป็นต้นดังมีพระบาลีว่า

อิธ ภิกขเว ภิกขุ สนต วา อชฌตต กามฉนต อตถิ เม อชฌตต กามฉนโทติ ปชานาติ. อสนต วา อชฌตต กามฉนต นตถิ เม อชฌตต กามฉนโทติ ปชานาติ ยถา จ อนุปปนฺนสส กามฉนตสส อุปปาโท โหติ, ตถจ ปชานาติ. ยถา จ อนุปปนฺนสส กามฉนตสส ปทาน โหติ, ตถจ ปชานาติ. ยถา จ ปทีนสส กามฉนตสส อายตี อนุปปาโท โหติ, ตถจ ปชานาติ.<sup>๑๙</sup>

สรุปว่า ความยินดีหรือพอใจใน กามคุณทั้ง ๕ เป็น กามฉันทนิเวศ เครื่องกั้นจิต ครอบงำจิตของผู้ปฏิบัติไม่ให้เกิดบรรลุนิเวศ

### การปฏิบัติเพื่อการดับกามฉันทะ

กามเป็นสิ่งที่น่าชอบใจซึ่งเป็นได้ทั้งรูปธรรมและนามธรรม กามที่เป็นรูปธรรมเรียกว่าวัตถุกาม หมายถึง วัตถุที่น่าใคร่ ได้แก่กามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสิ่งที่น่าสัมผัส ส่วนกามที่เป็นนามธรรมเรียกว่ากิเลสกาม คือ กิเลสที่มีอยู่ในใจซึ่งมีสภาพยินดี พอใจ ซึ่งมีวิธีปฏิบัติเพื่อให้กามฉันทะ ดับไป ดังนี้

๑. เมื่อความพอใจยินดีในกามมีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่าความพอใจยินดีในกามมีอยู่ภายในจิตของเรา เมื่อความพอใจยินดีในกามไม่มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าความพอใจยินดีในกามไม่มีอยู่ภายในจิตของเรา

๒. อนึ่ง ความยินดีพอใจในกามที่ยังไม่เกิดขึ้นจะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น (คือ กำหนดรู้เหตุเกิดของกามฉันทะ)

<sup>๑๘</sup> อัง. ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๑/๘๘.

<sup>๑๙</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลและเรียบเรียง พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.), หน้า ๒๘๓.

๓. ความยินดีพอใจในกามที่เกิดขึ้นแล้วจะละเอียดได้ด้วยการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น (คือ เหตุละกามฉันทะ)

๔. ความยินดีพอใจในกามที่ได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น (คือ เหตุไม่เกิดของกามฉันทะ)<sup>๒๐</sup>

สรุปว่า เมื่อกามฉันทะปรากฏ จิตของนักปฏิบัติจะรับรู้ความชอบใจทันทีและจะเลิกสนใจต่อสถานะที่กำหนดรู้ยก่อน จึงควรกำหนดรู้กามฉันทะว่า “ชอบหนอ” ไม่ควรตั้งจิตกลับมากำหนดสถานะเดิม หรือ อาการพองยุบ

### ๑) เหตุเกิดของกามฉันทนิเวรณ

กามฉันทนิเวรณเกิดจากสุกนิमित คือ สิ่งที่เห็นว่างาม, อารมณ์ที่งาม ในนิमितทั้งสองนั้น กามฉันทย์่อมเกิดขึ้น เพราะมนสิการโดยไม่แยกกายในสุกนิमित. สิ่งที่งามก็ดี อารมณ์ที่งามก็ดี ชื่อว่าสุกนิमित. การใส่ใจโดยไม่มีอุปาย การใส่ใจนอกทาง การใส่ใจในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าสุข ในสิ่งที่มีใช้ตัวตนว่าตัวตน หรือในสิ่งที่ไม่งามว่างาม ชื่อว่าอโยนิโสมนสิการ (การใส่ใจโดยไม่แยกกาย)<sup>๒๑</sup>

สุกนิमित<sup>๒๒</sup> สิ่งทั้งงามหรืออารมณ์ที่เกิดจากสิ่งทั้งดงาม เป็นสิ่งยั่วกิเลสให้หลงชอบและถูกใจตามความต้องการของแต่ละบุคคลที่ขอรูป เสียง รส หรือสิ่งที่สัมผัส ดังพระพุทธดำรัสในอาหารสูตรว่า “สุกนิमितเป็นเหตุให้กามฉันทนิเวรณที่ยังไม่เกิดขึ้นได้เกิดขึ้น หรือที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น<sup>๒๓</sup>” และเกิดมีอารมณ์ดีงามมาปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจมากขึ้นกามฉันทนิเวรณย่อมเกิดขึ้นเพราะ ผู้ปฏิบัติขาดสติ และอโยนิโสมนสิการกำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน

กล่าวได้ว่าเหตุเกิดของกามฉันทะ คือ อโยนิโสมนสิการ หมายถึงการใส่ใจโดยไม่แยกกายในอารมณ์ที่ตนชอบว่าน่าพอใจ อารมณ์ดังกล่าวเรียกว่า สุกนิमित เป็นสิ่งที่ยั่วกิเลสให้หลงชอบ ดังพระพุทธดำรัสในอาหารสูตรว่า “ภิกษุทั้งหลายการไม่ใส่ใจโดยแยกกายในสุกนิमितเป็นนิตยนี้ เป็นเหตุให้กามฉันทะที่ยังไม่เกิดขึ้นได้เกิดขึ้น หรือที่เกิดขึ้นแล้วให้ไพบูลย์ยิ่งขึ้นไป” ดังนั้นเมื่อผู้ปฏิบัติขาดสติกำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน เมื่อพบกับอารมณ์ที่สวयงามย่อมคิดด้วยอโยนิโสมนสิการว่าน่าพอใจ ในขณะที่นั้นพึงกำหนดรู้อโยนิโสมนสิการนั้นว่า “รู้หนอ” คือ รู้ว่ามีสภาวะธรรมอย่างนี้ปรากฏขึ้นในจิต

### ๒) เหตุละกามฉันทนิเวรณ

ในคัมภีร์อรรถกถา กล่าวถึงการละกามฉันทนิเวรณให้เบาบางลงคือการพิจารณาอสุกนิमित ได้แก่อารมณ์ที่ไม่งาม, อารมณ์ที่ไม่งาม ส่วนกามฉันทนั้นจะละได้ก็ด้วยอโยนิโสมนสิการ (การ

<sup>๒๐</sup> พระโสภณมหาเถระ มหาศีลยาตอ, **มหาสติปัฏฐานสูตร**, พระคันธसारากวีวงศ์ แปลและเรียบเรียง, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๒), หน้า ๒๘๓.

<sup>๒๑</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๙๓.

<sup>๒๒</sup> ส.ม.อ. (ไทย) ๓/๑๓๘/๒๐๕.

<sup>๒๓</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๓๒/๑๖๒.

ใส่ใจโดยแยบคาย) ในอสุภนิมิต. สิ่งที่ไม่งามก็ดี อารมณ์ที่ไม่งามก็ดี ชื่อว่าอสุภนิมิต. การใส่ใจโดยอุบาย การใส่ใจถูกทาง การใส่ใจในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าไม่เที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าทุกข์ ในสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนว่าไม่ใช่ตัวตน หรือในสิ่งที่ไม่งามว่าไม่งาม ชื่อว่าโยนิโสมนสิการ.

เมื่อภิกษุทำโยนิโสมนสิการนั้นให้เป็นไปมาก ๆ ในอสุภนิมิตนั้น ย่อมละกามฉันท์เสียได้. เพราะเหตุนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสไว้ในสังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ว่า “อสุภนิมิตมีอยู่ การทำมณสิการโดยแยบคายในอสุภนิมิตนั้นให้มาก นี้ไม่เป็นอาหาร ที่ทำกามฉันทะที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น หรือกามฉันทะที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น”.<sup>๒๔</sup>

กล่าวได้ว่าเหตุละกามฉันทะ คือ โยนิโสมนสิการ ซึ่งหมายถึงการใส่ใจโดยแยบคาย เป็นการเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน เมื่อกามฉันทะบังเกิด ก็ควรกำหนดว่า “ชอบหนอ” การกำหนดแบบนี้ด้วยโยนิโสมนสิการคือ วิปัสสนา ผู้ปฏิบัติย่อมเข้าใจว่ากามฉันทะดับไปด้วยกำลังของวิปัสสนา ความเข้าใจนี้จัดเป็นการรู้ชัดถึงเหตุละกามฉันทะอันเป็นวิปัสสนานั่นเอง

### ๓) ธรรมสำหรับละกามฉันทนิเวรณ

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๖ ประการ ย่อมเป็นไปเพื่อละกามฉันท์

๑. การถืออสุภนิมิตเป็นอารมณ์ เรียนรู้อารมณ์ที่ก่อให้เกิดความไม่สวยงามไม่น่ายินดี อันได้แก่ ชากศพ หรืออาการ ๓๒ ให้เข้าใจว่าร่างกายของทุกคนเป็นสิ่งที่น่าเกลียด ไม่สวยงาม ส่งผลให้กามฉันทนิเวรณสงบได้ชั่วคราว

๒. การประกอบเนื่อง ๆ ซึ่งอสุภภาวนา เจริญอสุภภาวนาด้วยการดูชากศพหรือกำหนดรู้อาการ ๓๒ ส่งผลให้กามฉันทนิเวรณสงบไปได้นานเมื่อผู้ปฏิบัติบรรลุมรรคสมาธิระดับฌาน

๓. การรักษาทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย สำรวมอินทรีย์ด้วยการไม่เสพสิ่งที่ชอบใจทางตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ ส่งผลให้กามฉันทนิเวรณเกิดขึ้นไม่ได้ เพราะไม่ได้อาการคือรูป เป็นต้นที่ชอบใจ

๔. ความรู้จักประมาณในโภชนะ รู้ประมาณในอาหาร ส่งผลให้กามฉันทนิเวรณในอาหารหมดไป ถ้าผู้ปฏิบัติไม่ประมาณก็จะเกิดความอยากในรสอาหารเพิ่มขึ้น จึงควรรับประทานอาหารพอประมาณ

๕. ความมีกัลยาณมิตร คบกัลยาณมิตรที่ละกามฉันทนิเวรณได้ ซึ่งสามารถแนะนำสั่งสอนและเป็นตัวอย่างในการปฏิบัติ

๖. พุทแต่เรื่องที่เป็นสัปบายะ (เป็นที่สบาย).กล่าวถ้อยคำที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ ซึ่งเกี่ยวกับชากศพ อาการ ๓๒ หรือความไม่ยึดมั่นในตัวตน<sup>๒๕</sup>

เหตุไม่เกิดของกามฉันทะ คือวิธีทำให้ละกามฉันทะได้โดยเด็ดขาด ด้วยการเจริญอรหัตตมรรค กล่าวคือ พระโสดาบันจะสามารถละกามฉันทะที่นำไปสู่อบายได้

<sup>๒๔</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๓๒/๑๖๕.

<sup>๒๕</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๔๓.

กล่าวได้ว่าการละกามฉันทะนิวรรณ์ ต้องกำหนดรู้เหตุเกิดของกามฉันทะ ก็คือ ความที่ผู้ปฏิบัติขาดสติในการพิจารณา สิ่งสวยงาม สิ่งที่น่าพอใจ กลับมีความพอใจในสิ่งที่เห็นนั้น เห็นว่าเป็นของเที่ยง เป็นสิ่งที่ทำให้เป็นสุข และคิดไปเองว่าสามารถบังคับบัญชาได้ เมื่อสติรู้เท่าทัน อารมณ์ของตนเมื่อไรก็ให้กลับมากำหนดรู้อารมณ์ว่า “รู้หนอ” ว่าอารมณ์แบบนี้ได้เกิดขึ้นในจิตของเราแล้ว และควรกำหนดรู้เสียก่อน ที่จะกลับไปกำหนดอิริยาบถที่กำลังทำในปัจจุบัน ไม่ควรปล่อยผ่านไปเลย ๆ

จริงอยู่ เมื่อภิกษุกำหนดตสุกนิमित ๑๐ อย่างอยู่ ก็ละกามฉันทะได้ เมื่อเจริญตสุก ๑๐ กัตถิ เมื่อปิดทวารในอินทรีย์ทั้งหลายก็ดี รู้จักประมาณในโภชนะ เพราะเมื่อมีโอกาสจะบริโภค ๔-๕ คำมีอยู่ ก็ดื่ม น้ำ ยังอรรถภาพให้เป็นไปได้ ก็ย่อมละกามฉันทะได้.<sup>๒๖</sup> กามฉันทะนิวรรณ์สรุปได้ ดังตารางดังต่อไปนี้

ตารางที่ ๒.๒.๕ ก กามฉันทะนิวรรณ์

	เหตุเกิด	เหตุละ	ธรรมสำหรับละ
กามฉันทะ (ความพอใจในกาม คุณ)	สุกนิमित (สิ่งที่งาม, อารมณ์ที่ งาม)	อสุกนิमित (สิ่งที่ไม่งาม อารมณ์ที่ ไม่งาม)	๑.การถือสุกนิमितเป็น อารมณ์ ๒.การประกอบเนื่อง ๆ ซึ่งอสุกภวณา ๓.การรักษาทวารใน อินทรีย์ทั้งหลาย ๔.ความรู้จักประมาณ ในโภชนะ ๕.ความมีกัลยาณมิตร ๖. พุดแต่เรื่องสัพบายะ (เป็นที่สบาย)

#### ข). พยาบาทนิวรรณ์

ธรรมชาติที่มุ่งโกรธคนทั่วไปที่กระทบกับสิ่งที่ไม่ชอบ ก็จะทำให้เกิดความไม่พอใจแล้ว เกิดอาการทางจิตในทางลบตามลำดับคือความหงุดหงิดความขุ่นเคืองความคิดประทุษร้ายและความปองร้ายความปองร้ายนี้เป็นพฤติกรรมของจิตที่เป็นไปในทางผูกใจแค้นแค้นเอาคืน หรือแม้ไม่ถึงขั้นลงมือเอาคืน ก็มีอาการขุ่นเคืองอยู่ในใจเสมือนภูเขาไฟคุกรุ่นอยู่ตามปกติ

#### การปฏิบัติเพื่อการดับพยาบาท

พยาบาทนี้เป็นสิ่งที่พัฒนามาจากความโกรธ และองค์ธรรมของพยาบาทก็คือโทสะ

<sup>๒๖</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๙๓.

เจตสิกที่มีกำลังนั่นเอง จิตของคนทั่วไปที่กระทบกับสิ่งที่ไม่ชอบ ก็เกิดความไม่พอใจ (อหริ) แล้วก็เกิดอาการทางจิตในทางลบตามลำดับ คือ ความหงุดหงิด (ปฏิกษะ) ความขุ่นเคือง (โกธะ) ความประทุษร้าย (โทสะ) และความปองร้าย (พยาบาท) เป็นพฤติกรรมของจิตที่เป็นไปในทางผูกใจแค้น เอาคืน การละจากพยาบาทมี ดังนี้

๑) เมื่อความพยาบาทมีอยู่ในจิตย่อมรู้ว่าความพยาบาทมีอยู่ภายในจิตของเรา เมื่อความพยาบาทไม่มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่าความพยาบาทไม่มีอยู่ภายในจิตของเรา

๒) อนึ่ง ความพยาบาทที่ยังไม่เกิดขึ้นด้วยประการใดย่อมรู้ชัดประการนั้น (คือ เหตุเกิดของพยาบาท)

๓) ความพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้วจะสูญเสียได้ด้วยประการใดย่อมรู้ชัดประการนั้น (คือ เหตุละพยาบาท)

๔) ความพยาบาทที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใดย่อมรู้ชัดประการนั้น (คือ เหตุไม่เกิดของพยาบาท)<sup>๒๗</sup>

กล่าวได้ว่าการที่จะละความพยาบาทได้นั้นต้องมีสติรู้ตัวว่า เรากำลังมีความพยาบาทอยู่ในจิตของเราหรือไม่ เมื่อรู้ชัดแล้วว่ามีความพยาบาทอยู่ก็ต้องกำหนดรู้เหตุเกิดของพยาบาทนั้น และเมื่อรู้เหตุเกิดของพยาบาทแล้ว ก็ต้องกำหนดรู้ว่าจะละความพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้วนั้นได้อย่างไร และทำที่สุดเมื่อละความพยาบาทได้แล้วก็ต้องรู้ให้ชัดว่า ความพยาบาทที่เราละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นอีกด้วยได้อย่างไร ผู้วิจัยนำเสนอไว้ ดังนี้

### (๑) เหตุเกิดของพยาบาทนิรวณ

เหตุเกิดของพยาบาทนิรวณ เกิดจากการไม่มนสิการในอารมณ์ที่ตนไม่ชอบ ว่าไม่น่าพอใจ หรือเรียกว่าผู้ปฏิบัติขาดโยนิโสมนสิการ จึงเกิดความพอใจในปฏิกษะนิมิต<sup>๒๘</sup> หมายถึง ความกระทบกระทั่งใจ หรืออารมณ์ที่เกิดจากการกระทบกระทั่งใจที่เกิดขึ้นนั้น กล่าวคือ เกิดความพอใจกับอารมณ์ที่รู้สึกไม่ชอบ อารมณ์ที่กำลังโกรธ โดยไม่รู้ตัวนั่นเอง สอดคล้องกับพระไตรปิฎกความว่า “อาหารของพยาบาทคือ ปฏิกษะนิมิตมีอยู่ การทำมนสิการโดยไม่แยบคายในปฏิกษะนิมิตนั้นให้มากนี้เป็นอาหารที่ทำให้พยาบาทที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น หรือทำพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญไพบุลย์ยิ่งขึ้น”<sup>๒๙</sup>

ส่วนในอรรถกถา มีเนื้อความปรากฏว่าส่วนพยาบาทย่อมเกิด เพราะอโยนิโสมนสิการในปฏิกษะนิมิต.ปฏิกษะ (ความขุ่นใจ) กดี อารมณ์อันช่วยให้เกิดปฏิกษะกดี ชื่อว่าปฏิกษะนิมิต ในคำว่า ปฏิกษะนิมิต เป็นต้นนั้นอโยนิโสมนสิการ มีลักษณะเป็นอย่างไรในธรรมทั้งปวง เมื่อภิกษุทำอโยนิโสมนสิการนั้นให้เป็นไปมาก ๆ ใน (ปฏิกษะ) นิมิตนั้น พยาบาทย่อมเกิด<sup>๓๐</sup>

<sup>๒๗</sup> พระโสภณมหาเถระ มหาสีสยาตอ, พระคันธสาราวังศ์ แผลและเรียบเรียง, มหาสติปัฏฐานสูตร, หน้า ๒๙๕.

<sup>๒๘</sup> ส.ม.อ. (ไทย) ๓/๑๘๓/๒๐๖.

<sup>๒๙</sup> ส. ม. (ไทย) ๑๙/๒๓๒/๑๖๒.

<sup>๓๐</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๙๕.

สรุปว่า เหตุเกิดของพยาบาท คือ โยนิโสมนสิการ หรือการใส่ใจโดยไม่แยกคาย ในอารมณ์ที่ตนไม่ชอบว่าไม่น่าพอใจ คือ ความพยาบาท เมื่อรู้ตัวแล้วว่ามีความพยาบาทเกิดขึ้นในจิต ขณะนั้นพึงกำหนดรู้โยนิโสมนสิการนั้นว่า “รู้หนอ” โดยรู้ว่ามีสภาวะธรรมอย่างนี้เกิดขึ้นในจิต

## (๒) เหตุละพยาบาทนิรณ

การที่จะละจากความพยาบาทได้ ต้องเจริญเมตตาไปในบุคคลทั้งหลายไม่มีที่สุด ไม่มีประมาณ สอดคล้องกับพระไตรปิฎกความว่า “สิ่งที่ไม่เป็นอาหารของพยาบาท คือ เมตตาเจโตวิมุตติมีอยู่ การทำมนสิการโดยแยกคายในเมตตาเจโตวิมุตตินั้นให้มาก นี้ไม่เป็นอาหารที่ทำให้พยาบาทที่ยังไม่เกิดขึ้นให้เกิดขึ้น หรือทำพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น”<sup>๓๑</sup>

คัมภีร์อรรถกถากล่าวว่า “แต่พยาบาทนั้นจะละได้ก็ด้วยการใส่ใจโดยแยกคายในเมตตาเจโตวิมุตติ. ในคำว่า เมตตาเจโตวิมุตตินั้น เมื่อพูดกันถึงเมตตา ย่อมควรทั้งอุปนาทั้งอุปจาระ

บทว่า เมตตาเจโตวิมุตติ ได้แก่อุปนาโยนิโสมนสิการมีลักษณะดังกล่าวแล้ว. เมื่อภิกษุทำโยนิโสมนสิการให้เป็นไปมากๆ ในเมตตาเจโตวิมุตตินั้น ย่อมละพยาบาทได้ เมื่อภิกษุทำโยนิโสมนสิการให้เป็นไปมาก ๆ ในเมตตาเจโตวิมุตตินั้น ย่อมละพยาบาทได้.”<sup>๓๒</sup>

สรุปได้ว่า เหตุละพยาบาทคือ โยนิโสมนสิการ เป็นการใส่ใจโดยแยกคายด้วยการเจริญสติระลึกถึงสภาวะธรรมปัจจุบัน เมื่อสติเกิดขึ้นร่วมกับกุศลจิตและดำเนินไปด้วยกันความพยาบาทย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ แม้ในขณะคิดเรื่องที่ตนไม่พอใจก็ควรกำหนดว่า “โกรธหนอ” การกำหนดรู้เช่นนี้เป็นภาระความพยายามที่ปรากฏในขณะนั้นด้วยโยนิโสมนสิการ คือ วิปัสสนา ผู้ปฏิบัติย่อมเข้าใจว่าพยาบาทดับไปด้วยกำลังของวิปัสสนา

## (๓) ธรรมสำหรับละพยาบาทนิรณ

ในคัมภีร์อรรถกถากล่าวถึงธรรมสำหรับละพยาบาทนิรณ ๖ ประการคือ

๑. การกำหนดนิมิตในเมตตาเป็นอารมณ์  
๒. การประกอบเนื่อง ๆ ซึ่งเมตตาภาวนากำหนดเมตตาก็มีพื้นฐาน ด้วยการแผ่เมตตาไปทั่วทิศโดยเจาะจง หรือไม่เจาะจงอย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมละพยาบาทได้. เมื่อภิกษุเจริญเมตตาโดยแผ่ไปทั่วทิศโดยเจาะจง ไม่เจาะจงก็ดี

๓. การพิจารณาถึงความที่สัตว์มีกรรมเป็นของ ๆ ตน

๔. การทำให้มากซึ่งการพิจารณา

๕. ความมีกัลยาณมิตร

๖. การพูดแต่เรื่องที่เป็นที่สบาย.<sup>๓๓</sup>

เหตุไม่เกิดของพยาบาท คือ วิธีละพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้วได้โดยเด็ดขาดด้วยการ

<sup>๓๑</sup> ส. ม. (ไทย) ๑๙/๒๓๒/๑๖๕.

<sup>๓๒</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๙๕.

<sup>๓๓</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๙๕.



เจริญอนาคามีมรรค พระอนาคามีรู้เหตุของการไม่เกิดของพยาบาทได้เองว่าเป็นอนาคามีมรรค

กล่าวได้ว่าการละพยาบาทนิเวรณนั้นผู้ปฏิบัติต้องรู้ชัดว่า ตนมีความพยาบาทเกิดขึ้นแล้วหรือไม่ ถ้ามีความพยาบาทเกิดขึ้นแล้วก็ต้องกำหนดรู้ว่า สาเหตุของการที่เกิดขึ้นของพยาบาทก็คือ อโยนิโสมนสิการ คือไม่ได้กำหนดรู้ว่าได้มีความพยาบาทเกิดขึ้น แต่เมื่อมีสติแล้ว ผู้ปฏิบัติต้องกำหนดว่า “รู้หนอ” โดยเมื่อกำหนดรู้แล้วก็พึงกำหนดรู้ “โกรธหนอ” เป็นการละพยาบาทได้และสิ่งสำคัญที่สุดที่จะละไม่ให้ความพยาบาทเกิดขึ้นได้อีกตลอดก็คือการเจริญอนาคามีมรรค เพราะพระอนาคามีสามารถละความโกรธได้นั่นเอง

เมื่อพิจารณาถึงความที่ตนและคนอื่นมีกรรมเป็นของ ๆ ตนอย่างนี้ว่า ความโกรธนั้นเมื่อเราโกรธแล้วก็ไม่อาจไปทำอะไรเขาได้ ทุกคนย่อมมีกรรมเป็นของ ๆ ตน ทุกคนเกิดมาแล้วแต่กรรม ก็จะไปด้วยกรรมของตน เมื่อความโกรธเกิดขึ้นในจิตใจของเรา เราย่อมปรารถนาที่จะทำให้คนอื่นนั้นเป็นทุกข์ เราไม่สามารถทำอะไรเขาได้แต่เราสามารถทำให้เราศีลขาด หรือต่างพร้อยได้ พยาบาทนิเวรณสรุปเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ ๒.๒.๕ ข) พยาบาทนิเวรณ

	เหตุเกิด	เหตุละ	ธรรมสำหรับละ
พยาบาท (คิดร้ายผู้อื่น)	ปฏิฆะนิमित	เมตตา	๑. การกำหนดนิमित ในมตตาเป็นอารมณ์ ๒. การประกอบเนื่อง ๆ ซึ่งเมตตาภาวนา เป็นอารมณ์ ๓. การพิจารณาถึง ความที่สัตว์มีกรรม เป็นของ ๆ ตน ๔. การทำให้มากซึ่ง การพิจารณา ๕. ความมีกัลยาณมิตร ๖. การเจรจาในเรื่อง สบาย

### ค) ถีนมิทนิเวรณ

ถีนมิทนิเวรณ เป็น ธรรมชาติที่มีความหดหู่ ความ ท้อถอย พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในสังยุตตนิกาย กายสุตตร<sup>๓๔</sup> ว่าเป็นความเบื่อหน่ายความเกียจคร้านการบิดขี้เกียจความเมาอาหารและความหดหู่แห่งจิตเป็นภาวะที่จิตไม่เหมาะสมแก่การทำงานบำเพ็ญกุศลเพราะต้องการนอนเท่านั้น

### การปฏิบัติเพื่อการดับถีนมิทระ

<sup>๓๔</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๘๓/๕๙.

ถีนมิทระ คือ ความง่วง ซึมเซา เบื่อหน่าย ท้อแท้ในการปฏิบัติ ในสังยุตตนิกาย กายสูตร อธิบายถีนมิทระว่า “ความเบื่อหน่าย (อรติ) ความเกียจคร้าน (ตุนที) การปิดขี้เกียจ (วิชมภิตา) ความเมาอาหาร (ภตตสมมโท) และความหดหู่แห่งจิต (เจตโส ลินตต) เป็นภาวะจิตที่ไม่เหมาะแก่การงาน” วิธีการดับถีนมิทระ มี ดังนี้

๑) เมื่อความง่วงเหงาซึมเซามีอยู่ภายในจิตย่อมรู้ว่าความง่วงเหงาซึมเซามีอยู่ภายในจิตใจของเรา เมื่อความง่วงเหงาซึมเซาไม่มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่าความง่วงเหงาซึมเซาไม่มีอยู่ภายในจิตของ

๒) อนึ่งความง่วงเหงาซึมเซาที่ยังไม่เกิดขึ้นจะเกิดขึ้นด้วยประการใดย่อมรู้ชัดประการนั้น(คือ เหตุเกิดของถีนมิทระ)

๓) ความง่วงเหงาซึมเซาที่เกิดขึ้นแล้วจะสูญเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น (คือเหตุละถีนมิทระ)

๔) ความง่วงเหงาซึมเซาที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น (คือ เหตุไม่เกิดของถีนมิทระ)

กล่าวคือผู้ปฏิบัติจะต้องรู้ชัดว่าความง่วงเหงาซึมเซามีอยู่ภายในจิตของเราหรือไม่ เมื่อความง่วงเหงาซึมเซานี้ยังไม่เกิดขึ้นจะเกิดขึ้นเพราะอะไร และสามารถละจากความง่วงเหงาซึมเซานี้ได้อย่างไรและสุดท้ายจะอย่างไรถึงจะละความง่วงเหงาซึมเซาได้อย่างเด็ดขาด ผู้วิจัยศึกษาไว้ ดังนี้

### (๑) เหตุเกิดของถีนมิทนิวรรณ์

ในคัมภีร์พระไตรปิฎก “อาหารที่ทำให้ถีนมิทระที่ยังไม่เกิดขึ้น หรือทำให้ถีนมิทระเกิดขึ้นแล้วให้เจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้น คือ ความไม่ยินดี ความเกียจคร้าน ความเมื่อยขบของร่างกาย ความเมาอาหาร และความที่จิตหดหู่มีอยู่”<sup>๓๕</sup> การทำมนสิการโดยไม่แยบคายในธรรมเหล่านั้นให้มาก นี้เป็นอาหารที่ทำให้เป็นเหตุเกิดของถีนมิทนิวรรณ์

สรุปได้ว่า เหตุเกิดของถีนมิทระ คือ อโยนิโสมนสิการ หรือการใส่ใจโดยไม่แยบคายในความเบื่อหน่ายนั้น หรือมีความพอใจเคลิบเคลิ้มไปตามความเบื่อหน่ายนั้น ๆ ในขณะนั้นผู้ปฏิบัติพึงกำหนดรู้ อโยนิโสมนสิการนั้นว่า “รู้หนอ” รู้ว่ามีสภาวะธรรมอย่างนี้เกิดขึ้นในจิตของเราแล้ว

### (๒) เหตุละถีนมิทนิวรรณ์

การละถีนมิทนิวรรณ์ คือการที่ผู้ปฏิบัติต้องมีความริเริ่ม ความพากเพียร และการมีโยนิตสมนสิการในธรรมเหล่านั้นให้มาก สอดคล้องกับพระไตรปิฎกความว่า “สิ่งที่ไม่เป็นอาหารที่ทำให้ถีนมิทระที่ยังไม่เกิดขึ้น หรือทำถีนมิทระที่เกิดขึ้นแล้ว เจริญขึ้น คือ ความริเริ่ม ความพากเพียร ความบากบั่นมีอยู่ การทำมนสิการโดยแยบคายในธรรมเหล่านั้นให้มาก”<sup>๓๖</sup>

กล่าวได้ว่า เหตุละถีนมิทระ คือโยนิโสมนสิการ เป็นการใส่ใจโดยแยบคายด้วยการ

<sup>๓๕</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๓๒/๑๖๒.

<sup>๓๖</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๓๒/๑๖๕.

เจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน เมื่อสติเกิดร่วมกับกุศลจิตแล้วดำเนินไปด้วยกัน ความง่วงยอมเกิดขึ้นไม่ได้ ขณะปฏิบัติเมื่อเกิดความง่วงขึ้นมาให้กำหนดว่า “ง่วงหนอ” การกำหนดรู้ด้วยโยนิโสมนสิการนี้คือวิปัสสนา ผู้ปฏิบัติยอมเข้าใจว่าความง่วงนี้ดับได้ด้วยวิปัสสนา ในคัมภีร์อรรถกถากล่าวถึงโยนิโสมนสิการที่ประกอบด้วยความเพียร ๓ ประเภทคือ

๑) อารัมภธาตุ การเริ่มปรารภความเพียร ตั้งแต่การเตรียมตัวเพื่อการปฏิบัติธรรมจนถึงการเริ่มปฏิบัติธรรมด้วยการเจริญสติปัญญาน

๒) นิกมธาตุ ความเพียรที่มีกำลังเพื่อให้พ้นไปจากความเบื่อหน่ายระหว่างปฏิบัติธรรม

๓) ปรักกมธาตุ ความเพียรที่มีกำลังมากที่สุดเพื่อให้บรรลุมารรคผลนิพพาน ไม่ทอดธุระเมื่อยังไม่ได้บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคล

โยนิโสมนสิการ เป็นการใส่ใจโดยแยกกายด้วยการเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน เมื่อสติเกิดร่วมกับกุศลจิตและดำเนินไปด้วยกัน ความง่วงซึมเซาย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ แม้ในขณะที่ผู้ปฏิบัติเกิดความง่วงซึมเซา ก็ควรกำหนดว่า ง่วงหนอ การกำหนดรู้อย่างนี้จัดเป็นการละความง่วงซึมที่ปรากฏในขณะนั้นด้วยโยนิโสมนสิการคือวิปัสสนา

### (๓) ธรรมสำหรับละถิ่นมิตินิวรณ์

ถิ่นมิตินิวรณ์ ละได้ด้วยโยนิโสมนสิการในธรรมทั้งหลาย “ธาตุคือความเริ่มความเพียรมีอยู่ ธาตุคือความออกพ้นไปจากความเกียจคร้าน ธาตุคือความก้าวไปข้างหน้ามีอยู่ การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการในธาตุเหล่านั้น นี้เป็นอาหารเพื่อความไม่เกิดแห่งถิ่นมิตินิวรณ์ หรือเพื่อละถิ่นมิตินิวรณ์ที่เกิดขึ้นแล้ว”<sup>๓๗</sup> แต่วิธีที่ละถิ่นมิตินิวรณ์ได้โดยเด็ดขาดด้วยการเจริญอหัตมรรค พระอรหันต์จึงรู้เหตุไม่เกิดของถิ่นมิตินิวรณ์ได้เอง

ในคัมภีร์อรรถกถากล่าวถึงการเริ่มปรารภความเพียร ตั้งแต่ เริ่มแรกปฏิบัติธรรมด้วยการเจริญสติปัญญานมีความเพียรที่ให้พ้นจากความเบื่อหน่ายและ ความเพียรมีกำลังมากที่สุดเพื่อให้บรรลุมารรคผลนิพพาน ธรรมสำหรับละถิ่นมิตินิวรณ์ มี ดังนี้

๑. การกำหนดนิมิตในโภชนะส่วนเกิน
๒. การผลัดเปลี่ยนอิริยาบถ
๓. การใส่ใจถึงอาโลกสัญญา (คือความสำคัญว่าสว่างๆ)
๔. การอยู่กลางแจ้ง
๕. ความมีกัลยาณมิตร
๖. การเจรจาแต่เรื่องที่เป็นที่สบาย<sup>๓๘</sup>

กล่าวได้ว่าการบริโภคอาหารแบบไม่ประมาณ จะทำให้การปฏิบัติธรรมได้ยากท่านเปรียบเหมือนถิ่นมิทระเป็นช้างใหญ่ที่มาทับ แต่ถ้าผู้ปฏิบัติบริโภคอาหารอย่างรู้ประมาณว่าอีกสัก ๕

<sup>๓๗</sup> พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาภูมิ, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์, ๒๕๕๒), หน้า ๑๖๐.

<sup>๓๘</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๙๕.

คำจะอ้อมก็ให้พอแล้วตี่มน้ำตามอย่างนี้ย่อมละถินมิทได้ และการเปลี่ยนอิริยาบถ จากการที่นั่งนาน ๆ ก็เปลี่ยนเป็นลุกเดินเป็นต้น การอยู่ในที่กลางแจ้งทั้งในเวลากลางวันกลางคืน การอยู่กับภักยาณมิตรผู้ ละถินมิทได้ และการคุษในเรื่องที่เป็นไปในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติ เหล่านี้ เป็นธรรมที่ละถินมิทได้

เหตุไม่เกิดของถินมิทระ คือ วิธีที่ละถินมิทระได้โดยเด็ดขาดด้วยการเจริญ อรหัตตมรรค พระอรหันต์รู้เหตุไม่เกิดของถินมิทระได้เองว่า คือ อรหัตตมรรคถินมิทระนิวรณ์สรุไปได้ ดังนี้

### ตารางที่ ๒.๒.๑ ค) ถินมิทนิวรณ์

	เหตุเกิด	เหตุละ	ธรรมสำหรับละ
ถินมิทระ	<p>อรติ - ความริษยา</p> <p>ตันที - ความคร้านกาย</p> <p>วิชมภิตา - ความบิตกาย</p> <p>ภัตตสัมมทะ ความมึน</p> <p>ใน อาหาร กระวน</p> <p>กระวายในอาหาร</p>	<p>อารภธาตุ - ริเริ่ม</p> <p>ความเพียร</p> <p>นิกกมธาตุ - ความ</p> <p>เพียรที่ออกพ้นไปจาก</p> <p>ความเกียจคร้านแล้ว</p> <p>ปรักกมธาตุ - ก้าวไป</p> <p>ข้างหน้า, บากบั่น</p>	<p>๑. การกำหนดนิมิตใน</p> <p>โกชนะส่วนเกิน</p> <p>๒. การผลัดเปลี่ยน</p> <p>อิริยาบถ</p> <p>๓. การใส่ใจอาโลก</p> <p>สัญญา (นึก ความ</p> <p>สว่าง)</p> <p>๔. การอยู่กลางแจ้ง</p> <p>๕. ความมีภักยาณมิตร</p> <p>๖. การเจรจาแต่เรื่องที่เป็นที่สบาย</p>

### ง) อุทธัจจกุกกัจจนิวรณ์

อุทธัจจกุกกัจจนิวรณ์ คือ ความฟุ้งซ่านรำคาญ ใจกระสับกระส่าย เกิดขึ้นจากความไม่สงบในใจ กุกกัจจะความรำคาญใจ มีลักษณะที่จิตใจเบื่อหน่ายระอา ไม่เพลิดเพลินในกิจที่พึงทำ เช่น กำหนดนั่งทำสมาธิภาวนา คืออบรมสมาธิ ใจก็รำคาญ ไม่อยากจะนั่ง อยากจะเลิก นั่งชั่ว ๕ นาที ๑๐ นาที ก็ดูนานมาก ขาดความเพลิดเพลิน ขาดความพอใจ หรือจะเรียกว่าขาดปีติสุขในสมาธิภาวนา อันเป็นกิจที่พึงทำนั้นก็ได้

#### (๑) เหตุเกิดของอุทธัจจะกุกกัจจนิวรณ์

เหตุเกิดของอุทธัจจะกุกกัจจนิวรณ์ คือ ความไม่สงบในจิตมีอยู่อุทธัจจกุกกัจจะย่อมเกิดด้วยอโยนิโสมนสิการในความไม่สงบแห่งใจ. อาการที่ไม่สงบ ชื่อว่าความไม่สงบ. คำนี้โดยอรรถ ก็คืออุทธัจจกุกกัจจะนั่นเอง เมื่อภิกษุทำอโยนิโสมนสิการให้เป็นไปมาก ๆ ในความไม่สงบแห่งใจนั้น อุทธัจจกุกกัจจะย่อมเกิด. เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสไว้ในสังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ว่า “ อาหารที่ทำอุทธัจจกุกกัจจะที่ยังไม่เกิดขึ้นให้เกิดขึ้น หรือทำอุทธัจจกุกกัจจะที่เกิดขึ้น

แล้วให้เจริญไพบูลย์ขึ้น คือ ความไม่สงบจิตมีอยู่ การทำมโนการโดยไม่แยกคายในความไม่สงบจิตนั้นให้มาก”<sup>๓๙</sup>

## (๒) เหตุละอุทัจจกุกุกุจนินวณ

โยนิโสมนสิการ เป็นการใส่ใจโดยแยกคายด้วยการเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน เมื่อสติเกิดร่วมกับกุศลจิตและดำเนินไปด้วยกัน ความง่วงซึมเซาอ่อนเกิดขึ้นไม่ได้ แม้ในขณะที่ผู้ปฏิบัติเกิดฟุ้งซ่านรำคาญใจ คัมภีร์พระไตรปิฎกกล่าวว่าสิ่งที่ไม่เป็นอาหารที่ทำให้อุทัจจกุกุกุจะเกิดขึ้น คือ ความสงบจิต การทำมโนการโดยไม่แยกคายในความสงบจิตนั้นให้มากนี้ไม่เป็นอาหาร<sup>๔๐</sup>

## (๓) ธรรมสำหรับละอุทัจจกุกุกุจนินวณ

อุทัจจกุกุกุจนินวณละได้ด้วยโยนิโสมนสิการในความสงบแห่งใจ แต่วิธีละความฟุ้งซ่านได้ด้วยเด็ดขาดด้วยการเจริญ อรหัตมรรคพระอรหันต์จึงรู้เหตุไม่เกิดของความฟุ้งซ่านได้เอง คือ อรหัตมรรค ส่วนความรำคาญใจจะละได้เด็ดขาดด้วยอนาคามีมรรคพระอนาคามีจึงรู้เหตุไม่เกิดของความรำคาญใจได้เอง ธรรม ๖ ประการย่อมเป็นไปเพื่อละอุทัจจกุกุกุจะ คือ

๑. ความสติบมาก
๒. ความสงบถาม
๓. ความชำนาญในวินัย
๔. ความคบผู้เจริญ
๕. ความมีกัลยาณมิตร
๖. การเจรจาแต่เรื่องที่เป็นที่สบาย<sup>๔๑</sup>.

การศึกษาปริยัติธรรม อย่างลึกซึ้ง ทั้งภาษาบาลี และอรรถกถา แม้ด้วยความเป็นพหูสูตรย่อมละอุทัจจกุกุกุจะได้ การสอบถามสิ่งที่ควรและสิ่งที่ไม่ควรกับผู้ชำนาญในวินัยบัญญัติ การคบกัลยาณมิตรผู้ทรงวินัย แม้แต่การพูดคุยกันที่เรื่องที่เป็นที่สบาย อันได้แก่เรื่องสิ่งที่ควรและสิ่งที่ไม่ควรในอิริยาบถทั้งหลาย เป็นต้น ธรรมทั้ง ๖ ประการเหล่านี้ เป็นธรรมที่สามารถละอุทัจจกุกุกุจะได้ และอุทัจจจะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยอรหัตมรรค กุกุกุจะ จะไม่เกิดต่อไปด้วยอนาคามีมรรค อุทัจจะกุกุกุจะ สรุปลงเป็นตารางได้ ดังนี้

## ตารางที่ ๒.๒.๑ ง) อุทัจจะกุกุกุจะนินวณ

<sup>๓๙</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๓๒/๑๖๓.

<sup>๔๐</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๓๒/๑๖๕.

<sup>๔๑</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๙๕.

	เหตุเกิด	เหตุละ	ธรรมสำหรับละ
อุทัจจกุกุจจะ (ความ ฟุ้งซ่าน และ รำคาญใจ)	ความไม่สงบในใจ	สมาธิ	๑.ความสดับมาก ๒.ความสอบถาม ๓.ความชำนาญในวินัย ๔.ความคบผู้เจริญ ๕.ความมีกัลยาณมิตร ๖.การเจรจาแต่เรื่องที่เป็นที่สบาย

### จ) วิจิกิจฉานิวรณ์

วิจิกิจฉานิวรณ์ คือ เครื่องกั้นที่เกิดความสงสัยเพราะไม่รู้ มีอะไรมารบกวน ความอยากรู้ ไม่มีความสงบ ลงได้ ทำให้เกิดความมืดมัวแก่จิต ไม่อาจจะเห็นแจ้งในสิ่งที่ควรเห็น ท่านเปรียบเหมือนน้ำใสอยู่ในที่มืด ย่อมไม่อำนวยให้มองเห็นสิ่งต่าง ๆ ในน้ำนั้นได้ เมื่อความลังเลสงสัยมีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่าความลังเลสงสัยมีอยู่ภายในจิตของเรา เมื่อความลังเลสงสัยไม่มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่าความลังเล สงสัยไม่มีอยู่ภายในจิตของเราหนึ่งความลังเลสงสัยที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัด ประการนั้นคือเหตุเกิดของวิจิกิจฉาความลังเลสงสัยที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นความลังเลสงสัยที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น

#### (๑) เหตุเกิดของวิจิกิจฉานิวรณ์

อโยนิโสมนสิการ หรือการใส่ใจโดยอุบายไม่แยบคายในพุทธคุณเป็นต้นนั้นว่าเป็นสภาวะที่น่าสงสัย คือความพอใจในความสงสัยนั่นเอง ในขณะที่นั้นพึงกำหนดรู้ อโยนิโสมนสิการนั้นโดยรู้ว่ามีสภาวะธรรมอย่างนี้ปรากฏขึ้นในจิต สอดคล้องกับพระไตรปิฎกความว่า “อาหารที่ทำให้วิจิกิจฉาที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น คือ ธรรมทั้งหลายอันเป็นที่ตั้งแห่งวิจิกิจฉามีอยู่ การทำมนสิการโดยไม่แยบคายในธรรมเหล่านั้นให้มาก นี่เป็นอาหารที่ทำให้วิจิกิจฉาที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น”<sup>๔๒</sup>

#### (๒) เหตุละวิจิกิจฉานิวรณ์

อโยนิโสมนสิการ เป็นการใส่ใจโดยแยบคายด้วยการเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน เมื่อสติเกิดร่วมกับกุศลจิตและดำเนินไปด้วยกัน ความสงสัยลังเลใจย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ การกำหนดรู้อย่างนี้จัดเป็นการละความสงสัยลังเลใจที่ปรากฏในขณะนั้นด้วยอโยนิโสมนสิการคือวิปัสสนา ผู้ปฏิบัติย่อมเข้าใจว่าความสงสัยลังเลใจดับไปด้วยกำลังของวิปัสสนา ความเข้าใจอย่างนี้จัดเป็นการรู้ชัดถึงเหตุละความสงสัยลังเลใจ

ในคัมภีร์พระไตรปิฎกกล่าวว่า “อาหารที่ทำให้วิจิกิจฉาที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น หรือ

<sup>๔๒</sup> ส. ม. (ไทย) ๑๙/๒๓๒/๑๖๓.

ทำวิจิกิจฉาเกิดขึ้นแล้วให้เจริญไพบุลย์ยิ่งขึ้น คือ ธรรมทั้งหลายที่เป็นกุศลและอกุศล มีโทษและไม่มีโทษ เลวและประณีตเป็นฝ่ายดำและฝ่ายขาวมีอยู่ การทำมนสิการโดยแยกกายในธรรมเหล่านั้นให้มากนี้ไม่เป็นอาหาร

### (๓) ธรรมสำหรับละวิจิกิจฉานิวรณ์

วิจิกิจฉานิวรณ์ละได้ด้วยโยนิโสมนสิการในธรรม มีกุศลเป็นต้น ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า ธรรมที่เป็นกุศล อกุศล ธรรมที่มีโทษ ไม่มีโทษ ธรรมที่ควรเสพ ไม่ควรเสพ ธรรมที่ทรมานที่ประณีต ธรรมนี้เทียบด้วยของดำ ของขาวมีอยู่ การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการธาตุเหล่านั้น นี้เป็นอาหารเพื่อความไม่เกิดแห่งวิจิกิจฉาที่ยังไม่เกิด หรือเพื่อละวิจิกิจฉาที่เกิดขึ้นแล้ว”แต่วิธีละความสงสัยได้โดยเด็ดขาดด้วยการเจริญโสดาปัตติมรรค พระอรหัญบุคคลชั้นพระโสดาบันขึ้นไปจึงรู้เหตุไม่เกิดความสงสัยได้เองคือโสดาปัตติมรรค

ในคัมภีร์อรรถกถากล่าวถึงธรรมสำหรับละวิจิกิจฉา ๖ ประการ คือ

๑. ความสดับมาก
๒. ความสอบถาม
๓. ความชำนาญในวินัย
๔. ความมากด้วยความน้อมใจเชื่อ
๕. ความมีกัลยาณมิตร
๖. การเจรจาแต่เรื่องที่เป็นที่สบาย. <sup>๔๓</sup>

กล่าวได้ว่าการเรียนการศึกษาในพระปริยัติธรรม อย่างเชี่ยวชาญด้วยความเป็นพหูสูตรย่อมละวิจิกิจฉาได้ การมีศรัทธาบูชาพระรัตนตรัย มีการสอบถามจากผู้รู้ผู้ชำนาญในพระวินัย และคบหากัลยาณมิตรผู้ละวิจิกิจฉาย่อมละ วิจิกิจฉาได้ การคุยกันที่ในเรื่องที่เป็นที่สบายโดยอาศัยคุณของพระรัตนตรัยย่อมละวิจิกิจฉาได้ วิจิกิจฉานิวรณ์สรุปเป็นตารางได้ ดังนี้

### ตารางที่ ๒.๒.๑ จ) วิจิกิจฉานิวรณ์

	เหตุเกิด	เหตุละ	ธรรมสำหรับละ
วิจิกิจฉานิวรณ์ ความลังเลสงสัย	ความเคลือบแคลง สงสัย	โยนิโสมนสิการให้มาก ๆ ในธรรมต่าง ๆ	๑.ความสดับมาก ๒.ความสอบถาม ๓.ความชำนาญในวินัย ๔.ความมากด้วยความ น้อมใจเชื่อ ๕.ความมีกัลยาณมิตร ๖.การเจรจาแต่เรื่องที่เป็นที่ สบาย

สรุปได้ว่าการพิจารณาธรรมภายในธรรมของตน และธรรมในธรรมทั้งหลายของ

<sup>๔๓</sup> ที่.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๙๕.

ผู้อื่น หรือธรรมทั้งหลายของตนและผู้อื่นตามกาล ด้วยการกำหนดนิรณัน ๕ พิจารณาเห็นการเกิดและความเสื่อมนี้ของนิรณัน ๕ ด้วยอำนาจโยนิโสมนสิการและโยนิโสมนสิการ สอดคล้องกับพระไตรปิฎกความว่า “ ภิกษุทั้งหลาย เมื่อภิกษุมนสิการโดยไม่แยบคาย กามฉันทะที่ยังไม่เกิดย่อมเกิดขึ้น และที่เกิดแล้วยังพอกพูน พยาบาท ถีนมิทธะฯ”<sup>๔๔</sup> ก็พิจารณาด้วยอำนาจโยนิโสมนสิการและโยนิโสมนสิการ

นิรณัน ๕ ประการนี้นับว่าเป็นอุปสรรคของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คอยขัดขวางไม่ให้ผู้ปฏิบัติบรรลุธรรม หากผู้ปฏิบัติไม่กำหนดให้รู้ชัดในธรรมที่กำลังเกิดขึ้นในสภาวะของตนก็เหมือนกับคนที่กำลังมีดบาด หาทาทางไม่เจอ สอดคล้องกับพระไตรปิฎกความว่า “นิรณัน ๕ ประการนี้ทำให้เป็นเหมือนคนตาบอด เป็นเหมือนคนไม่มีดวงตา ทำให้ไม่รู้อะไร มีปัญญามีดบาด เป็นไปในฝ่ายความคับแค้น ไม่เป็นไปเพื่อนิพพาน”<sup>๔๕</sup> จะเห็นได้ว่าธรรมที่สามารถละนิรณันทั้ง ๕ มีปัจจัยสองสิ่งเหมือนกันคือต้องมีกัลยาณมิตรคอยแนะนำ และระหว่างการปฏิบัติก็ให้คุยกันแต่ในเรื่องที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติตนเอง

### ๒.๒.๖ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ เป็นปฏิปักษ์ที่สำคัญต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่สำคัญประการหนึ่งที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติหลงเข้าใจผิดคิดว่าตนได้บรรลุธรรมแล้ว ผู้วิจัยศึกษาไว้ ดังนี้

#### ๑) ความหมายของวิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลส มาจากคำว่า วิปัสสนา+อุปกิเลส คำว่า วิปัสสนา แปลว่า ปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์อันให้ถอนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารเสียได้<sup>๔๖</sup>กับคำว่า อุปกิเลส แปลว่า สิ่งที่ทำให้จิตเศร้าหมองในทางพระพุทธศาสนาถือว่า กิเลสเป็นภัยร้ายแห่งจิต มันทำให้คนตัดสินใจทำผิด มันทำให้จิตไม่อาจบรรลุนิพพาน<sup>๔๗</sup> เมื่อรวมกันแล้วได้ศัพท์ว่า วิปัสสนูปกิเลส หมายถึง สิ่งที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง<sup>๔๘</sup>

#### ก) วิปัสสนูปกิเลสที่มาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

ในคัมภีร์พระไตรปิฎกกล่าวถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดวิปัสสนูปกิเลสได้แก่นิรณันคือ อุทัจจจะ ในอัมมัจจวารนิทเทส คือ “การแสดงอุทัจจจะในธรรมกันไว้”<sup>๔๙</sup> หมายความว่า อุทัจจจะนิรณัน จะมากันขัดขวางปัญญาญาณในวิปัสสนาตั้งแต่ญาณ ๔ อย่างแก่ขึ้นไป เมื่อนิรณันคืออุทัจจจะเกิดขึ้น

<sup>๔๔</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๑๖/๑๔๘.

<sup>๔๕</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๒๑/๑๕๓.

<sup>๔๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๗๑.

<sup>๔๗</sup> ปิ่น มุฑกันต์ พ.อ., ประมวลศัพท์ศาสนา สำหรับนักศึกษาและประชาชน, (กรุงเทพมหานคร: อมรการพิมพ์, ๒๕๒๗), หน้า ๓๗ -๓๘.

<sup>๔๘</sup> พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า ๑๐๖๑.

<sup>๔๙</sup> ชู.ป. (ไทย) ๓๑/ ๖/ ๔๒๕-๖.



ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนาญาณโดยเฉพาะในญาณ ๔ อย่างอ่อนแล้ววิปัสสนาจึงเศร้าหมองไม่ใช่เศร้าหมองเพราะเหตุอื่น ไม่ใช่เป็นวิปัสสนูปกิเลสเพราะเหตุอื่น แต่ที่เศร้าหมองหรือเป็นวิปัสสนูปกิเลสนั้นก็เพราะความฟุ้งในธรรมกล่าวคืออุปกิเลส ๑๐ ประการที่เกิดจากการเจริญวิปัสสนาเท่านั้น

ดังมีหลักฐานในขุททกนิกายปฏิสัมภิทามรรค ว่า “เมื่อภิกษุมนสิการโดยความไม่เที่ยง โสภาย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนี้ถึงโสภาว่า “โสภาเป็นธรรม” เพราะนึกถึงโภาสนั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ภิกษุมีใจถูกอุทธัจจะนั้นกั้นไว้ ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นทุกซ์ตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นอนัตตาตามความเป็นจริง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกั้นไว้”<sup>๕๐</sup> พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า การมนสิการโดยไม่เที่ยงเป็นต้นทำให้วิปัสสนูปกิเลสเกิดซึ่งตั้งเป็นประเด็นไว้ ๓ ประเด็น คือ

ประเด็นที่ ๑ เพราะมนสิการโดยความไม่เที่ยง ดังนี้

เมื่อมนสิการโดยความไม่เที่ยง ญาณ (ความรู้) ย่อมเกิดขึ้น ปีติ (ความอิ่มใจ) ย่อมเกิดขึ้น ปัสสัทธิ (ความสงบกายสงบใจ) ย่อมเกิดขึ้น สุข (ความสุข) ย่อมเกิดขึ้น อธิโมกษ์ (ความน้อมใจเชื่อ) ย่อมเกิดขึ้น ปัคคหะ (ความเพียรที่พอดี) ย่อมเกิดขึ้น อุปัญฐาน (สติแก่กล้า) ย่อมเกิดขึ้น อุเบกขา (ความมีใจเป็นกลาง) ย่อมเกิดขึ้น นิกันติ (ความตั้งใจ) ย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนี้ถึงนิกันติว่า “นิกันติเป็นธรรม” เพราะนึกถึงนิกันตินั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ภิกษุมีใจถูกอุทธัจจะนั้นกั้นไว้โดยวิธีนี้ ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นทุกซ์ตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นอนัตตาตามความเป็นจริง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกั้นไว้ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดแก่เธอ มรรคย่อมเกิดอย่างไร ฯลฯ มรรคย่อมเกิดอย่างนี้ ภิกษุย่อมละสังโยชน์ได้อย่างนี้ อนุสัยย่อมสิ้นไปอย่างนี้<sup>๕๑</sup>

ประเด็นที่ ๒ เพราะมนสิการโดยความเป็นทุกซ์ ดังนี้

เมื่อมนสิการโดยความเป็นทุกซ์ ฯลฯ โสภาย่อมเกิดขึ้น ฯลฯ ญาณย่อมเกิดขึ้น ปีติย่อมเกิดขึ้น ปัสสัทธิย่อมเกิดขึ้น สุขย่อมเกิดขึ้น อธิโมกษ์ย่อมเกิดขึ้น ปัคคหะย่อมเกิดขึ้น อุปัญฐานย่อมเกิดขึ้น อุเบกขาย่อมเกิดขึ้น นิกันติย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนี้ถึงนิกันติว่า “นิกันติเป็นธรรม” เพราะนึกถึงนิกันตินั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ภิกษุมีใจถูกอุทธัจจะนั้นกั้นไว้โดยวิธีนี้ ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นอนัตตาตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นทุกซ์ตามความเป็นจริง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกั้นไว้ ฯลฯ ภิกษุย่อมละสังโยชน์ได้อย่างนี้ อนุสัยย่อมสิ้นไปอย่างนี้<sup>๕๒</sup>

ประเด็นที่ ๓ เพราะมนสิการโดยความเป็นไตรลักษณ์ ดังนี้

เมื่อมนสิการรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณโดยความเป็นอนัตตาอยู่ที่ดี เมื่อมนสิการชราและมรณะโดยความไม่เที่ยงเป็นต้น โสภาก็ดี ญาณก็ดี ปีติก็ดี ปัสสัทธิก็ดี สุขก็ดี

<sup>๕๐</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๒๕.

<sup>๕๑</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๒๖.

<sup>๕๒</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๒๖.

อธิโมกข์ก็ดี ปัคคะก็ดี อุปฏฐานก็ดี อุเบกขาก็ดี นิกันตีย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนี้ถึงนิกันตติว่า “นิกันตติเป็นธรรม” เพราะนิกันตตินั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ภิกษุผู้มีใจถูกอุทธัจจะนั้นกั้นไว้ ย่อมไม่รู้ชัดชราและมรณะตามความเป็นจริงโดยไตรลักษณ์ เพราะเหตุนี้ท่านจึงกล่าวว่ามีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกั้นไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายในมีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ โดยความไม่เที่ยง มรรคก็เกิดแก่เธอ มรรคย่อมเกิด<sup>๕๓</sup> ในคัมภีร์บาลีขุททกนิกายปฏิสัมภิทามรรคได้กล่าวถึงวิปัสสนูปกิเลส ไว้ว่า

โอภาเส เจวาณ จ ปิตยา จ วิกมปติ  
 ปสฺสทฺธิยา สุเข เจว เยหิ จิตฺต ปเวรฺติ.  
 อธิโมกฺเข จ ปคฺคเห อุปฏฺฐาน จ กมปติ อุเปกฺขาวชชฌายณฺจ อุเปกฺขาย นิกนฺตียา<sup>๕๔</sup>.  
 แปลว่า จิตย่อมกวัดแกว่ง หวั่นไหวเพราะโอภาส  
 เพราะญาณ เพราะปิติ เพราะปัสสทธิ  
 เพราะสุข เพราะอธิโมกข์ เพราะปัคคะ  
 เพราะอุปฏฐาน เพราะอุเบกขาเพราะน้อมนิกันตติ<sup>๕๕</sup>

นอกจากนี้ในบาลีขุททกนิกายปฏิสัมภิทามรรคได้กล่าวถึงผู้ที่ผ่านพ้นจากวิปัสสนูปกิเลสดังกล่าวไว้ว่า อิมานิ ทสฺซานานิ ปญา ยสฺส ปรีจิตา ธมฺมทฺธจฺจกุสโล โทติ น จ วิกฺเขปํ คจฺฉติ.<sup>๕๖</sup> แปลว่า ภิกษุนี้กำหนดฐานะ ๑๐ ประการนี้ ด้วยปัญญาแล้ว ย่อมเป็นผู้ฉลาด ในอุทธัจจะในธรรม และย่อมไม่ถึงความหลงใหล

จิตกวัดแกว่ง เศร้าหมองจิตภาวนา ย่อมเคลื่อน  
 จิตกวัดแกว่ง ไม่เศร้าหมองจิตภาวนาย่อมเสื่อมไป  
 จิตบริสุทธิ์ ไม่เศร้าหมองจิตภาวนาย่อมไม่เสื่อมไป  
 จิตไม่ฟุ้งซ่าน ไม่เศร้าหมองจิตภาวนาย่อมไม่เคลื่อน

ด้วยฐานะ ๔ ประการนี้ ภิกษุย่อมรู้ชัดความที่จิตกวัดแกว่ง ฟุ้งซ่าน ถูกโอภาสเป็นต้นกั้นไว้ ด้วยฐานะ ๑๐ ประการนี้ ฉะนั้นแล<sup>๕๗</sup> นอกจากนี้ยังมีปรากฏในรถวินิตสูตร<sup>๕๘</sup> เป็นการสนทนาแบบถามตอบระหว่าง พระปุลณณมันตานีบุตรและพระสารีบุตร ที่ ปาอันธวัน เขตกรุงสาวัตถีและมีอุปมาอุปไมยซึ่งเป็นการกล่าวถึงเป้าหมายแห่งพรหมจรรย์ตามลำดับวิสุทธิ ๗<sup>๕๙</sup> ใจความโดยย่อมีว่า พระพุทธองค์ประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน เขตกรุงราชคฤห์ได้ตรัสถามพวกภิกษุที่มาจากท้องถิ่นหลังออกพรรษาว่า ภิกษุรูปใดที่เพื่อนพรหมจารีในท้องถิ่นยกย่องว่า ตนเองมีกนน้อย สันโดษ ชอบสงบ ไม่

<sup>๕๓</sup> พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๖๒.

<sup>๕๔</sup> พุ.ป. (บาลี) ๓๑/ ๗/ ๓๑๗.

<sup>๕๕</sup> พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๗/๔๒๖.

<sup>๕๖</sup> พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๗/๔๒๗.

<sup>๕๗</sup> พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๗/๔๒๗.

<sup>๕๘</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๕๒ -๖๐/๒๗๓ -๘๔.

<sup>๕๙</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๕๖-๗/๒๗๖ -๓๗

ขอบคฤกลี ประกอบ <sup>๖๐</sup>

ความเพียร สมบูรณ์ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ และวิมุตติญาณทัสสนะแล้ว ชักชวนเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลาย ให้ประพฤติเหมือนตน ภิกษุเหล่านั้นทูลว่า คือ ท่านพระปุลณมณตานิบุตร ส่วนว่า ท่านพระสารีบุตรนั่งอยู่ในที่ประชุมด้วย รู้สึกชื่นชมยินดีกับการอนุโมทนาของพระพุทธรองค์ทรงยกย่องท่านปุลณมณตานิบุตร และปรารถนาอยากจะพบ ต่อมาท่านปุลณมณตานิบุตรได้มาเฝ้าพระพุทธรองค์ที่พระเชตวัน อารามของอนาถปิณฑิกเศรษฐี หลังจากนั้นท่านทั้งสองก็ได้พบปะสนทนากันถึงเรื่องนี้ วิปัสสนูปกิเลสปรากฏในมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิซึ่งมีคำอธิบายแล้วในส่วนแห่งอรรถกถาปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค

### ข) วิปัสสนูปกิเลสตามความเห็นนักวิชาการพุทธศาสตร์

**พระพรหมคุณาภรณ์** อธิบายถึง วิปัสสนูปกิเลส คือ อุปกิเลสแห่งวิปัสสนา เป็นธรรมารมณ์ที่เกิดแก่ผู้ได้ตรึงวิปัสสนา หรือวิปัสสนาอ่อนๆ <sup>๖๑</sup> ตรึงวิปัสสนา หรือ ตรึงอุทฺทพพญาณนี้เป็นญาณแรกในวิปัสสนาญาณ ๙ อันเป็นตัววิปัสสนา คือ ปัญญาความรู้ที่ทำให้เกิดความรู้แจ้งเข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง ความจริงญาณนี้ชื่อว่า อุทฺทพพยานุปีสสนาญาณ คือ ญาณที่ตามเห็นความเกิดและความดับของสังขาร โดยการพิจารณาเห็นความเกิดขึ้นและดับไปในขั้น ๕ (รูปนาม) อย่างชัดเจนว่า ขั้น ๕ ที่เกิดขึ้นแล้วก็ต้องแตกดับไปเหมือนกันหมด <sup>๖๒</sup>

**สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ)** อธิบายถึง วิปัสสนูปกิเลสว่าเมื่อผู้ปฏิบัติมาถึงอุทฺทพพญาณใหม่ ๆ (อ่อน ๆ) เริ่มปรากฏวิปัสสนูปกิเลสคือ สิ่งที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง ทำให้วิปัสสนาเสื่อมไป เพราะผู้ปฏิบัติธรรมที่พบเห็นสิ่งเหล่านี้อาจสำคัญผิดว่า ตนได้บรรลุมรรคผลนิพพานแล้วหยุดปฏิบัติ หรือ แม้จะไม่สำคัญผิดอย่างนั้น ก็อาจยินดีพอใจ ส่งผลให้การเจริญสติขาดช่วง และความก้าวหน้าลดลง แต่ถ้าผู้ปฏิบัติธรรมเข้าใจว่า เป็นเพียง ทางผ่านเหมือนป้ายบอกทาง แล้วกำหนดรู้ตามความเป็นจริงก็ไม่อาจทำให้วิปัสสนาเสื่อมมี ๑๐ ประการ <sup>๖๓</sup>

**พระอาจารย์ภัททันตะ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ** ได้อธิบายว่า วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการนี้ จะเกิดแก่ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนา ในเมื่อได้บรรลุถึงอุทฺทพพญาณที่ยังอ่อนอยู่ ถ้ามีผู้มีความเพียรนั้นพลาดพลั้งหลงกลต่อวิปัสสนูปกิเลสเหล่านี้แล้ว ย่อมจะเข้าถึงสภาวะที่เรียกว่า ตกเหวตายอยู่เพียงนี้ คือ ไม่สามารถจะบำเพ็ญความเพียรในวิปัสสนาต่อไป เพราะเข้าใจผิดคิดว่า ตนสำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้ว แต่ถ้ามีอุปนิสัยบารมีดีในอดีตชาติ คือ ผู้ที่ควรบรรลุมรรคผล เพราะปฏิสนธิด้วยไตรเหตุ และสามารถพาตนให้ผ่านวิปัสสนูปกิเลสไปได้แล้ว วิปัสสนาญาณก็จะดำเนินไปตามแนวทางแห่งรูปนาม (สังขาร) มีอาการเกิดดับชัดเจนขึ้น จนพบสภาวะในญาณต่อๆ ไป <sup>๖๔</sup>

<sup>๖๐</sup> พระพุทธโฆสเถร, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า ๑๐๖๑ - ๑๐๗๐.

<sup>๖๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า ๒๔๓.

<sup>๖๒</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๒๖.

<sup>๖๓</sup> สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), **อริยวงศ์ปฏิบัติ**, หน้า ๑๒๘.

<sup>๖๔</sup> พระอาจารย์ ภัททันตะ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ, **วิปัสสนาที่ปณีต**, หน้า ๕๙ - ๖๐.

**พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ)** อธิบายว่า เมื่อผู้ปฏิบัติผ่านวิปัสสนูปกิเลสขึ้นไปแล้ว จนเกิดพลววิปัสสกบุคคล คือ บุคคลผู้เจริญวิปัสสนาจนได้ญาณแก่กล้า ก็ไม่เกิดวิปัสสนูปกิเลสเช่นกัน เพราะฉะนั้น อุปกิเลสหรือวิปัสสนูปกิเลสจะไม่เกิดแก่โยคีผู้เพียบพร้อมด้วยญาณตั้งแต่นิพพิทาญาณขึ้นไป<sup>๖๕</sup>

สรุปได้ว่าวิปัสสนูปกิเลสเป็นอุปกิเลสแห่งวิปัสสนาผู้บำเพ็ญบารมีมาจนเข้าสู่อุทกัพพญาณอย่างอ่อนแอจะต้องผ่านอุปสรรคนี้ไปได้เพื่อการปฏิบัติในขั้นสูงขึ้นไป วิปัสสนูปกิเลสนี้ แม้บางที่อาจไม่ได้ทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดคิดว่าตนสำเร็จแล้วเพียงอย่างเดียว บางที่อาจทำให้ผู้ปฏิบัติหลงชื่นชมยินดีและติดอยู่ในวิปัสสนูปกิเลสทั้ง ๑๐ ประการนี้ได้

## ๒) ประเภทของวิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ มีประการ <sup>๖๖</sup> คือ

(๑) โองาส หรือ วิปัสสนโองาส หมายถึง ใจสว่างที่เกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา เกิดจากการละทิ้งอารมณ์กรรมฐานเดิมคือ รูปนาม หรือมูลกรรมฐาน มานั่งชื่นชม วิปัสสนโองาส ด้วยอำนาจกิเลส ๓ คือ ตัณหา มานะ และทิฏฐิ เช่น บางท่านส่องสว่างเพียงฐานปลัดังก์เท่านั้น บางท่านส่องสว่างตลอดภายในห้อง

(๒) ญาณ หรือ วิปัสสนาญาณ หมายถึง ปัญญาที่เกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา เกิดจากกระแสนปราดเปรี้ยวแหลมคมแก่กล้าชัดแจ้ง ประดุจดั่งวชิระของพระอินทร์ที่ทรงชัศออกไป คือ มีความรู้ในรูปนามได้อย่างชัดเจนโดยไม่มีความสงสัยอะไรเลย<sup>๖๗</sup>

(๓) ปีติ คือ ความเอิบอิมใจที่เกิดขึ้นจากการเจริญวิปัสสนาเป็นปีติที่มีลักษณะ ๕ อย่าง คือ

(๑) ขุททกาปีติ ปีติเล็กน้อยคือความรู้สึกอิมใจโดยมีขนลุกทั่วร่างกายเนื้อหนังสั่น น้ำตาไหล หรือรู้สึกสดชื่นเบาสบาย ปรากฏครั้งเดียวแล้วหายไป

(๒) ขณิกาปีติ ปีติชั่วขณะคือความอิมใจที่มีลักษณะขนลุกหลายครั้งต่อเนื่องเหมือนสายฟ้าแลบเกิดขึ้นบ่อยครั้ง<sup>๖๘</sup>

(๓) โอกันติกาปีติ ปีติซึมซับ คือความอิมใจที่ปรากฏคล้ายกับคลื่นซัดเข้าหาฝั่งสมุทร เกิดขึ้นเอนล้นท่วมทับร่างกายแล้วหายไป

(๔) อุพเพงคาปีติ ปีติโลดโผน คือ ความอิมใจที่ทำให้ร่างกายทั้งหมดหรือบางส่วนลอยขึ้น เช่น บางท่านรู้สึกถึงร่างกายบางส่วนที่ลอยขึ้น หรือมือ เท้า ศรีษะไหวไปเอง

<sup>๖๕</sup> พระโสภณมหาเถระ, **วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์)**, แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๕๑๖.

<sup>๖๖</sup> ขุ.ปฎิ. (ไทย) ๓๑/๗/๓๑๗.

<sup>๖๗</sup> ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโศติกะวิทยาลัย, **วิปัสสนากรรมฐาน**, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสัทธัมมโชติกะ, ๒๕๒๘), หน้า ๑๒๑.

<sup>๖๘</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา, **วิปัสสนาขุณี (ฉบับสมบูรณ์)**, จำรูญ ธรรมดา แปล, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๕๑๑.

(๕) ปรณาปิติ ปิติซาบซ่าน คือ ความอึดใจที่ปรากฏความเย็นหล่อหุ้มใจไว้ ทำให้เกิดความสบายทั่วร่างกายเหมือนลูกบอลที่พองลมเต็มที่

พระโสภณมหาเถระอธิบายว่า<sup>๖๙</sup> ผู้มีปิติทั้ง ๕ อย่างแรงกล้า มีความรู้สึกเหมือนลืมนสติไปชั่วขณะ ดังตัวอย่างของสุเมธดาบสก็ดี อนาถบิณฑิกเศรษฐีก็ดี และพระเจ้ามหากัปปิณะก็ดี

(๔) ปัสสัทธิ คือ ความสงบทั้งทางร่างกายและจิตใจอันเกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา เช่น ความกระวนกระวายไม่มี, ความหนักไม่มี, ความแข็งกระด้างไม่มี, ความเจ็บไข้ไม่มี, ความคดโกงไม่มี เป็นต้น การที่ปัสสัทธิมีสภาวะที่ปรากฏชัดดังกล่าวมาแล้ว ทำให้โยคีเปล็ดเพลินยินดี เพราะปัสสัทธินี้จะไม่เกิดกับคนทั่วไป<sup>๗๐</sup> นอกจากนี้ยังมีสภาวะธรรมบางอย่างเกิดร่วมด้วยกันคือ สภาวะสกุตา, สภาวะมุทุตา, สภาวะกัมมัถฺยญฺตา, สภาวะปาคุญฺญตา และสภาวะอุชุกตา

(๕) สุข คือ ความสุขอันละเอียดสุขุม มีรสล้ำลึก ซาบซ่านอันเกิดเพราะวิปัสสนา เป็นสุขอยู่ในใจ ไม่สามารถที่จะบรรยายกับผู้อื่นผู้ใดได้ เพราะมีรสแปลกประหลาด และไม่เคยพบเห็นในเมืองมนุษย์

(๖) อธิโมกข์ คือ ความเชื่อ ศรัทธาอย่างแรงกล้า ซึ่งเกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา เป็นความผ่องใสของจิตและเจตสิกเป็นศรัทธาที่มีกำลังกล้า พาให้คิดไปต่าง ๆ นานา เช่น คิดถึงคนทั้งหลายอยากให้ได้มาเข้ากัมมัฏฐานเหมือนตนเอง หรือญาติพี่น้อง พ่อแม่ ครูอุปัชฌาอาจารย์ คนรักใคร่ชอบพอกัน หรือบรรพบุรุษทั้งหลายที่ล่วงลับไป

(๗) ปัคคาหะ คือ ความเพียร - วิริยะ อันเกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา เป็นความเพียรที่ไม่ย่อหย่อนไม่ตั้งเกินไปประคับประคองไว้เป็นอย่างดี พยายามในการปฏิบัติวิปัสสนาอย่างไม่รู้จักเหนื่อยเมื่อยล้า หรือเพียรแบบไม่กลัวแม้แต่ความตาย

(๘) อุပ္ปีฏฐาน คือ ความเข้าไปตั้งอยู่ สติอันยิ่งยวด ว่องไว ซึ่งเกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา เป็นสติที่มีความตั้งมั่นไม่หวั่นไหว ประดุจภูเขาหลวง จะร่าฟุ้งหรือนึกถึงอารมณ์ใดๆ ก็โลดแล่นเข้ามาอยู่ในอำนาจของสตินั้น เหมือนกับปรโลกปรากฏแก่บุคคลที่มีตาทิพย์ หูทิพย์ เป็นต้น

(๙) อุเบกขา หรือ วิปัสสนูปกขา หมายถึง ความวางเฉยในสังขารและอารมณ์ทั้งปวงที่เกิดขึ้นเพราะวิปัสสนาเป็นสภาวะความปล่อยวางเป็น ไม่นิยมยินดีร้ายต่ออารมณ์ที่มากกระทบ เพราะเป็นอุเบกขาที่มีกำลังแรงมาก เหมือนวชิระของพระอินทร์ที่ซัดออกไป หรือประดุกลูกศรที่ติดไฟ โพล่งยิงไปในกองใบไม้ ฉะนั้น

(๑๐) นิกันติ หรือ วิปัสสนานิกันติ หมายถึง ความพอใจ ความต้องการ ในคุณวิเศษทั้ง ๙ ประการดังกล่าว ที่ไม่เคยพบไม่เคยเจอมาก่อน เป็นอาการที่มีความสงบสุขุม รู้สึกดีใจยินดีอย่างยิ่ง ระลึกรู้จักหาอาลัยอาวรณ์ถึงสภาวะธรรมเหล่านั้นตลอดเวลา

วิปัสสนูปกิเลส ๙ อย่างแรก มีแสงสว่างเป็นต้นอันเป็นที่ตั้งของอุปกิเลสนี้ จะเป็นอุปกิเลสได้ก็ต่อเมื่อยึดถือด้วยตัณหา มานะ และทิฏฐิ ถ้าไม่ยึดถือด้วยอุกุศลดังกล่าวก็ไม่จัดเป็น

<sup>๖๙</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา, **วิปัสสนานัย เล่ม ๒**, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ ป.ธ.๙) ตรวจชำระ, พระคันธสาราภิวงศ์ แปลเรียบเรียง, (นครปฐม: ซีไอโอ เซ็นเตอร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๔๙.

<sup>๗๐</sup> ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, **วิปัสสนากรรมฐาน**, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสัทธัมมโชติกะ, ๒๕๒๘), หน้า ๑๒๒ - ๑๒๕.

อุปกิเลส เพราะฉะนั้น ผู้ที่ได้รับคำชี้แนะจากพระวิปัสสนาจารย์อย่างถูกต้องย่อมเข้าใจว่า<sup>๗๑</sup> แสงสว่าง ญาณ และปิติเป็นต้นนี้ เป็นอุปสรรคที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง ไม่ใช่คุณธรรมพิเศษ หรือเกิดจากการบรรลุคุณพิเศษ การพิจารณาถึงสิ่งเหล่านี้ไม่ใช่วิปัสสนามรรคที่ถูกต้อง ที่จริงแล้วสิ่งเหล่านี้ตกอยู่ในอำนาจของไตรลักษณ์ คือไม่เที่ยงเพราะเริ่มเกิดขึ้น เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

### ๓) อาการที่ปรากฏชัดแห่งวิปัสสนูปกิเลส

ลักษณะของวิปัสสนูปกิเลสที่เริ่มปรากฏชัด เพราะเกิดจากผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาบรรลุสัมมสมณญาณสามารถรู้เห็นพระไตรลักษณ์ของรูปนามในปัจจุบันโดยประจักษ์และอนุมานรู้พระไตรลักษณ์ของรูปนามอื่นได้โดยไม่ต้องจดจ้องมากนักเช่นนั้นแล้ว ครั้นพยายามกำหนดพิจารณารูปนามนั้นต่อไป สมาธิก็จะเริ่มแกก้าขึ้นโดยลำดับ ในลำดับนั้น วิปัสสนูปกิเลส คือ ความวางเฉยด้วยเห็นประจักษ์แจ้งในความเกิดขึ้นและดับไปอันเป็นเบื้องต้นและที่สุดของรูปนามในปัจจุบันขณะย่อมเกิดขึ้น วิปัสสนูปกิเลสดังกล่าวได้ชื่อว่าอุทกัปปยญาณ คือ ปัญญารู้เห็นความเกิดขึ้นและดับไปของรูปนามปัจจุบัน<sup>๗๒</sup>

เมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาสามารถหยั่งเห็นความเกิดดับอย่างรวดเร็วได้สติจะมีกำลังมากกว่าเดิม สามารถพุ่งไปหาอารมณ์ปัจจุบันอย่างทันทั่วทั้งที่ อารมณ์ก็ปรากฏชัดเหมือนแนบชิดกับสติ อีกทั้งปัญญาก็หยั่งเห็นสภาวะธรรมที่ปรากฏแต่ละอย่างชัดเจนไม่ปะปนกัน เขาย่อมดำริได้ว่า รูปนามเหล่านี้เกิดดับอย่างรวดเร็วเหมือนเครื่องจักรที่ทำงานตามขั้นตอน แม้รูปนามจะเกิดดับเร็วมาก ก็สามารถรู้เห็นได้ชัดเจน สิ่งที่ควรรู้เห็นคงจะมีเพียงเท่านั้น ไม่มีสิ่งอื่นนอกไปจากนี้แล้ว ความดำริดังกล่าวเป็นความคิดเห็นที่เกิดจากประสบการณ์หยั่งเห็นความเกิดดับ ซึ่งไม่เคยได้พบเห็นแม้กระทั่งในความฝัน ขณะนั้นวิปัสสนูปกิเลสย่อมเกิดขึ้น

### ๔) เหตุเกิดขึ้นของวิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ หรืออุปกิเลส ๑๐ ที่เรียกว่าเป็นอุปกิเลส นั้น เพราะว่าเป็นอารมณ์ หรือเป็นวัตถุที่ตั้งของอุปกิเลสมิใช่เพราะว่า เป็นอกุศลแต่อย่างใด ยกเว้นนึกนันทิเป็นทั้งตัวอุปกิเลสด้วย และเป็นทั้งอารมณ์ของอุปกิเลสด้วย<sup>๗๓</sup> ที่เป็นอุปกิเลสเพราะผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดว่าแสงสว่าง ญาณ และปิติ เป็นต้นที่ไม่เคยพบมาก่อนนั้นเป็นคุณธรรมพิเศษหรือเกิดจากการบรรลุคุณธรรมพิเศษ ย่อมเสื่อมไปจากทางวิปัสสนา คือ การเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรม เขาจะไม่เพียรปฏิบัติเพื่อบรรลุวิปัสสนาญาณขั้นสูงต่อไป หรืออาจพอใจยึดติดแสงสว่างเป็นต้นโดยมิได้กำหนดรู้เท่าทันปัจจุบัน ในขณะนั้นจะเกิดความยึดถือ (คาห) ที่จำแนกได้ ๓ ประการ คือ

- ๑) ตัณหา ความยินดีพอใจแสงสว่างเป็นต้น
- ๒) มานะ ความถือตัวว่าตนดีกว่าคนอื่น
- ๓) ทิฏฐิ ความเห็นผิดว่าแสงสว่างเป็นเรา หรือของเรา

<sup>๗๑</sup> สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ ป.ธ.๙) นิพนธ์ธรรม, อริยวังสปฏิปทา, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๑๔๑.

<sup>๗๒</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๓๐ - ๓๑.

<sup>๗๓</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิปรัชญาและจิตวิทยา, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๗.

เมื่อรวมวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่างกับความยึดมั่นทั้ง ๓ ที่มีในแต่ละอย่างก็จะมี ความยึดถือ ๓๐ อย่าง แต่ถ้านับความยึดมั่นในวิปัสสนูปกิเลสเหล่านั้นแบบโดยรวมว่าเป็นความยึดถือเดียว โดยไม่จำแนกก็มีวิปัสสนูปกิเลสเพียง ๑๐ อย่าง ดังคัมภีร์วิสุทธิธรรมรคกล่าวว่

เอตถ จ โภกาสาทโย อุปกกิเลสวตตฤตยา อุปกกิเลสชาติ วุตตา,  
น อุกุสลตตธา. นิกนติ ปน อุปกกิเลส เจว อุปกกิเลสวตฤ จ.  
วตฤวเสเนว เจเต ทส. คาหวเสน ปน สมตตีส โทนติ <sup>๗๔</sup>

อนึ่ง ในอุปกิเลส ๑๐ เหล่านี้ แสงสว่างเป็นต้นกล่าวว่าเป็น อุปกิเลส เพราะเป็นที่ตั้ง ของอุปกิเลส มิใช่เพราะอุกุศล ส่วนนิกันติ เป็นทั้งอุปกิเลสและที่ตั้งของอุปกิเลส ก็อุปกิเลส ๑๐ เหล่านี้มีได้ โดยทางวัตถุ แต่โดยทางความยึดถือมี ๓๐ ถ้วน

ข้อความข้างต้นหมายความว่า วิปัสสนูปกิเลส ๙ อย่างแรกมีแสงสว่างเป็นต้นอันเป็น ที่ตั้งของอุปกิเลสนี้ จะเป็นอุปกิเลสได้ก็ต่อเมื่อยึดถือด้วยตัณหา มานะ และทิฏฐิ ถ้าไม่ยึดถือด้วย อุกุศลดังกล่าว ก็ไม่จัดเป็นอุปกิเลส ดังนั้น โภขฌมค์มีสติเป็นต้นที่ปรากฏชัดในระดับภังคญาณเป็นต้น ไปจนถึงสังขารุเปกขาญาณ พร้อมทั้งสุขและอริโหมกข์เป็นต้นที่เกิดร่วมกับโภขฌมค์ จึงไม่เรียกว่า อุปกิเลสเพราะมิได้ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง <sup>๗๕</sup>

#### ๕) ลักษณะการเกิดของวิปัสสนูปกิเลส

อุปกิเลสทั้งหลายยกเว้นนิกันติอาจเกิดขึ้นที่ละอย่าง ๆ ในแต่ละขณะของจิตดวงหนึ่ง ๆ หรืออาจเกิดหลาย ๆ อย่าง พร้อม ๆ กันก็ได้ ดังนั้น พึงทราบว่าอุปกิเลสที่เหลือ ๙ อย่าง สามารถ เกิดพร้อมกันได้ในขณะที่เดียวกันทั้งหมด ส่วนนิกันตินั้นเนื่องจากเป็นสภาวะที่หลงยินดีในอุปกิเลส ๙ อย่างเหล่านั้นจึงเกิดได้ในเฉพาะขณะจิตแต่ละขณะโดยเอกเทศ ดังนั้น ลำดับของอุปกิเลสที่แสดงมานี้ มิใช่เป็นการแสดงตามลำดับการเกิดขึ้นของสภาวะธรรม แต่เป็นการแสดงโดยลำดับเทศนา ในวิสุทธิ ธรรมรคมหาฎีกาอธิบายไว้ว่า

น วาปี อุปกกิเลสา เอกกฺขณเปปี อุปฺปชฺชนติ , ปจฺจเวกฺขณา ปน วิสุ วิสุ โหติ. <sup>๗๖</sup> จึงอยู่ อุปกิเลสนอกจากนิกันติ แม้ทั้ง ๙ ย่อมเกิดขึ้นได้แม้ในขณะที่เดียวกัน ส่วนการพิจารณานั้นแยกกัน พิจารณา.

พระอาจารย์ ดร.ภัททันตะ อาสภมหาเถระ ธรรมจาริยะ อัครมหาคัมภีร์ฐานาจาริยะ ท่านแสดงทัศนะเกี่ยวกับเรื่องนี้ไว้ว่า ลักษณะพิเศษของอุทกยัพพญาณที่ควรจะทราบเอาไว้ด้วย คือ เมื่อถึงญาณนี้แล้วใจของโยคีผู้ปฏิบัติจะผ่อนคลายโดยอำนาจของสมาธิ เป็นเหตุให้เกิดวิปัสสนูปกิเลส ขึ้นมา ทำให้ประสบพบเห็น และเกิดความรู้อิโหน่อิเหน่คิดแปลกประหลาดต่าง ๆ นานา ซึ่งผู้ที่ไม่เคยเข้า

<sup>๗๔</sup> อ้างถึง วิสุทธิ.๒/๓๐๙. อ้างใน สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), *อริยวังสปฏิปทา*, หน้า ๑๔๐.

<sup>๗๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๐ - ๑๔๑.

<sup>๗๖</sup> พระมหาสีสยาตอ (โสภณมหาเถระ), *วิปัสสนาขุณี*, แปลโดยจรัญ ธรรมดา, หน้า ๕๒๘.

ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานจะไม่มีโอกาสได้พบเห็นเป็นอันขาด<sup>๗๗</sup> วิปัสสนูปกิเลสทั้ง ๑๐ ประการนี้ย่อมเกิดขึ้นแก่โยคีผู้ปฏิบัติทุกคน เมื่อบรรลุถึงอุหทัยพหุญาณอย่างอ่อน ต่อไปจะได้แสดงการเกิดของวิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลส ตั้งแต่โอกาสจนถึงอุเบกขาเป็นกุศลแท้ เพราะจะเกิดขึ้นได้ผู้ปฏิบัติต้องใช้ความเพียรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นอย่างยิ่ง ส่วนสภาวะคือแสงสว่างที่เกิดกับพระอริยบุคคลทั้งหลายในช่วงปฏิบัติท่านไม่จัดเป็นอุปกิเลส ส่วนตัวอุปกิเลสคือ นิกันติ ที่มีองค์ ๓ คือ ตัณหา มานะ ทิฐฐิ<sup>๗๘</sup>

สรุปว่าธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ของการบรรลุธรรมได้แก่ นิรวณ ๕ และ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ นั้น ล้วนเป็นอุปสรรคสำหรับผู้ปฏิบัติทั้งสิ้น ตามคัมภีร์ทางพุทธศาสนาเถรวาทกล่าวว่า นิรวณ ๕ เป็นคำเรียกรวมอกุศลธรรมทั้งหมดที่เป็นเครื่องกีดขวางไม่ให้บรรลุความดี หรือกล่าวได้ว่าผู้ปฏิบัติเมื่อถูกนิรวณ ๕ เข้าครอบงำต้องพึงตั้งสติกำหนดรู้ให้เท่าทันกับอารมณ์ปัจจุบันที่เกิดขึ้นเพื่อไม่ให้นิรวณ ๕ เข้าครอบงำได้ เมื่อผ่านนิรวณ ๕ มาได้แล้ว ผู้ปฏิบัติเริ่มเข้าสู่วิปัสสนาญาณ ๔ ก็จะพบกับธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรมอีกประการหนึ่งคือ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ ที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดคิดว่าตนได้บรรลุคุณธรรมอันวิเศษ เป็นผลให้วิปัสสนาญาณไม่ก้าวหน้าและ ทำให้ผู้ปฏิบัติไม่สามารถบรรลุธรรมได้

## ๒.๓ หลักธรรมที่สำคัญต่อการบรรลุธรรม

การบรรลุธรรมคือ แนวทางอันสูงสุดของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ที่ทำให้ผู้ปรารถนาจะพ้นจากความทุกข์ที่แท้จริงต้องให้ความเพียรในการเข้าสู่การบรรลุธรรม หลักธรรมที่สำคัญต่อการบรรลุธรรม คือ โภธิปักขียธรรม ๓๗ ประการ ซึ่งเป็นหลักธรรมที่เกี่ยวพันแก่อริยมรรค เป็นข้อปฏิบัติเพื่อการตรัสรู้ พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่าการปฏิบัติตามโภธิปักขียธรรมเพื่อบรรลุพระนิพพาน ผู้วิจัยศึกษาไว้ ดังนี้

### ๒.๓.๑ สติปัญญา ๔

สติปัญญา<sup>๗๙</sup> คือ ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ ข้อปฏิบัติมีสติเป็นประธาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติกำกับดูสิ่งต่าง ๆ และความเป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพี้ยนไปตามอำนาจกิเลส อย่างที่กล่าวถึงในพุทธพจน์ในมหาสติปัญญาสูตร<sup>๘๐</sup>ว่า ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นมรรคาเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อข้ามพ้นโสกะและปริเทวะ เพื่อความอัสสงแห่งทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุโลกุตตรมรรค เพื่อกระทำให้แจ้งซึ่งนิพพาน นี้คือสติปัญญา ๔ ได้แก่

<sup>๗๗</sup> ภัททันตะ อาสภมหาเถระ ธัมมาจริยะ อัครมหากรรมฐานาจริยะ, ธนาคม บรรเทาทุก แผล, **ปฐม-วิปัสสนาวงศ์ในประเทศไทย**, (กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์พริ้นติ้ง, ๒๕๕๔), หน้า ๑๔๒.

<sup>๗๘</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๐ – ๑๔๑.

<sup>๗๙</sup> วิ.ม.หา. (ไทย) ๑ / ๑๙๙ / ๑๘๕.

<sup>๘๐</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐ / ๓๗๒ – ๓๗๓ / ๓๐๑.



๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันกายและเรื่องทางกาย สติพิจารณากายเป็นอารมณ์ว่า กายนี้ก็สักว่า กาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันเวทนา สติตามดูเวทนา คือ ความรู้สึกสุขทุกข์ และไม่สุข ไม่ทุกข์เป็นอารมณ์โดยรู้เท่าทันว่า เวทนา นี้ ก็สักว่าเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันจิต หรือสภาพและอาการของจิต สติพิจารณาใจที่เศร้าหมอง หรือผ่องแผ้วเป็นอารมณ์ว่าใจนี้ก็สักว่าใจ ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตน เรา เขา กำหนดรู้จิตตามสภาพที่เป็นอยู่ในขณะนั้น ๆ เช่น จิตมีราคะ โทสะ โมหะ ก็รู้ว่าจิตมี ราคะ โทสะ โมหะ จิตปราศจาก ราคะ โทสะ โมหะ ก็รู้ว่าจิตปราศจาก ราคะ โทสะ โมหะ

๔. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันธรรม การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม สติพิจารณาธรรมที่เป็นกุศล หรืออกุศลที่บังเกิดกับใจเป็นอารมณ์ว่า ธรรมนี้ก็สักว่าธรรมไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

ธรรมอันเป็นอุปการะที่จะขาดเสียไม่ได้ในการปฏิบัติ คือ

(๑) อาตาปี ความเพียร

(๒) สัมปชาโน ความรู้ตัว

(๓) สติมา มีสติ

อานิสงส์แห่งการเจริญสติปัฏฐาน ๔ <sup>๕๑</sup> อย่างที่กล่าวถึงในพุทธพจน์ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด ๗ ปี พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่าง คือ อรหัตตผล

ในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ ก็จักเป็นอนาคามี ๗ ปีจนยกไว้ หมายถึง อย่าวว่าแต่จะเจริญสติปัฏฐาน ๗ ปีเลย แม้เจริญเพียง ๖ ปี ๕ ปี ๗ วัน ก็พึงหวังได้ผลอย่างแน่นอน

### ๒.๓.๒ สัมมปธาน ๔

สัมมปธาน ๔ หรือในบางสูตรเรียกว่า ปธาน ๔ คือมีความเพียร ๔ ประการ มีเนื้อความในสุตตันตปิฎกอยู่ ๒ สูตร คือ ปธานสูตร<sup>๕๒</sup> และสังวรสูตร<sup>๕๓</sup> มีความย่อว่า สัมมปธาน ๔ ประการ คือ ภาวธรรมวินัยนี้ ย่อมยังฉันทะให้เกิด

๑) สังวรปธาน ได้แก่ ความพยายามปรารภความเพียร ประคองจิต ตั้งจิตมั่น เพื่อให้อกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิดเกิดขึ้น

๒) ปหานปธาน ได้แก่ความเพียร ปรารภความเพียร ประคองจิต ตั้งจิตมั่น เพื่อละอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

๓) ภาวนापธาน ได้แก่ความพยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต ตั้งจิตมั่น เพื่อให้

<sup>๕๑</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐ / ๔๐๔ / ๓๓๘.

<sup>๕๒</sup> สง.สพ. (ไทย) ๑๘ / ๓๗๐ - ๓๗๒ / ๔๕๐.

<sup>๕๓</sup> สง.สพ. (ไทย) ๑๘ / ๔๘ / ๑๐๘.

กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

๔) อนุรักษนาปธาน ได้แก่ความพยายาม ประารภความเพียร ประคองจิต ตั้งจิตมั่น เพื่อความตั้งมั่น เพื่อความไม่หลงลืม เพื่อความไพบุลย์ เพื่อความเจริญ เพื่อให้บริบูรณ์แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

สัมมปธาน ๔ เป็นหมวดธรรมที่กล่าวถึงความเพียร ๔ ประการข้างต้น เปรียบเหมือน การวางหลักการในการปฏิบัติไว้เป็นหลักใหญ่ ๆ ๔ ประการ เพียงแต่ผู้ปฏิบัติเข้าใจในหลักการแล้วก็สามารถปฏิบัติให้เป็นไปตามหลักการที่วางไว้ อะไรที่นอกไปจากหลักการเหล่านี้ก็ไม่ทำ ทำไปตาม หลักการอย่างเคร่งครัดก็จะบรรลุจุดประสงค์คือมรรคผลนิพพานได้ ส่วนรายละเอียดมิได้วางไว้เพราะเป็นที่เข้าใจกันดีอยู่แล้ว อะไรคือความชั่วที่ต้องละเว้น สังวรระวัง อะไรคือความดีที่ต้องหมั่นประกอบ อยู่เนื่อง ๆ พร้อมระวังรักษาไว้ให้พอกพูนยิ่งขึ้น

### ๒.๓.๓ อธิธิบาท ๔

อธิธิบาท ๔ คุณธรรมเครื่องให้ถึงความสำเร็จ คุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่ปรารถนา คำว่า อธิธิ ได้แก่ ความสำเร็จ ความได้ ความถึง ความถูกต้อง ความกระทำให้แจ้ง ความเข้าถึง ซึ่งธรรมเหล่านั้นบุคคลใดที่ต้องการความสำเร็จในชีวิต ต้องใช้คุณธรรมข้อนี้ในการดำเนินชีวิต ตั้งแต่เรื่องเล็กน้อยไปจนเรื่องใหญ่โต แม้กระทั่งเรื่องการมรรคผลนิพพานก็ต้องใช้คุณธรรมข้อนี้ เช่นเดียวกันอธิธิบาท ๔ ได้แก่

๑) ฉันทะ ความพอใจ คือความต้องการที่จะทำ ใฝ่ใจรักที่จะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาที่จะทำได้ผลดียิ่ง ๆ ขึ้นไป

๒) วิริยะ ความเพียร คือ ขยันหมั่นประกอบสิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็ง อดทน เอาธุระไม่ทอดย

๓) จิตตะ ความคิด คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำและทำสิ่งนั้นด้วยความคิด เอาจิตฝึกใฝ่ไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่าน เลื่อนลอยไป

๔) วิมังสา ความไตร่ตรอง หรือทดลอง คือหมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญ ตรวจสอบตรวหาเหตุผลและตรวจสอบข้อยิ่งหย่อนในสิ่งที่ทำนั้น มีการวางแผน วัดผล คิดค้นวิธีแก้ไขปรับปรุง เป็นต้น

สำหรับอธิธิบาท ๔ ที่มีกล่าวไว้ในพระไตรปิฎก<sup>๘๔</sup> เป็นข้อความที่มุ่งสู่มรรคผลนิพพาน เป็นสำคัญนั้นดังนี้ อธิธิบาท ๔ คือ

๑) ภิกษุในศาสนานี้ เจริญอธิธิบาทอันประกอบด้วยฉันทสมาธิปธานสังขาร

๒) เจริญอธิธิบาทอันประกอบด้วยวิริยะสมาธิปธานสังขาร

๓) เจริญอธิธิบาทอันประกอบด้วยจิตตสมาธิปธานสังขาร

๔) เจริญอธิธิบาทอันประกอบด้วยวิมังสาสมาธิปธานสังขารซึ่งหมายถึงอธิธิบาทในสัมมปธาน นั้นเอง

การปฏิบัติตามหลักอธิธิบาท ๔ เพื่อการบรรลุธรรมนั้น ต้องดำเนินไปตามแนวข้างต้น คือ การใช้

<sup>๘๔</sup> วิ.มหา. (ไทย) ๑ / ๑๙๙ / ๑๘๕.

อิทธิบาท ๔ ประกอบเข้ากับสัมมัตตธาน ๔ เป็นการใช้อิทธิบาทในการละความชั่วและทำความดีให้ถึงพร้อม ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดของการปฏิบัติธรรม คือการบรรลุมรรคผลนิพพาน แต่องค์ธรรมของอิทธิบาท ๔ นั้น เป็นองค์ธรรมที่สามารถใช้ไปได้อย่างกว้างขวางสำหรับผู้ที่ต้องการผลสำเร็จในทุก ๆ สิ่งทั้งพึงประสงค์ เพียงแต่นำองค์ธรรมนี้ไปปฏิบัติให้ตรงตามเหตุปัจจัยของความต้องการสำเร็จสิ่งนั้น ๆ

### ๒.๓.๔ อินทรีย์ ๕

อินทรีย์ แปลว่า ความเป็นใหญ่ มีอยู่ ๕ ประการคือ

๑. ศรัทธา เป็นใหญ่ในความเชื่อ เช่น

๑) กम्मสทฐา เชื่อกรรม คือเชื่อว่า การทำดี พุทธดี คิดดี ถือว่าเป็นกุศลกรรม ย่อมทำให้ได้รับความสุข ถ้าทำชั่ว พุทธชั่ว คิดชั่ว เป็นอกุศลกรรม ทำให้ผู้ประพฤตินั้นได้รับความทุกข์

๒) วิปากสทฐา เชื่อผลของกรรม คือเชื่อว่า สัตว์ทั้งหลายที่ได้รับความสุขอยู่ในขณะนี้ ก็เพราะเนื่องจากผลกรรมที่ตนได้ทำดีไว้ในอดีต สัตว์ทั้งหลายได้รับความเดือดร้อนอยู่ในขณะนี้ ก็เนื่องจากผลกรรมที่สืบเนื่องมาจากเหตุ คือได้ประพฤติชั่วไว้ในอดีตที่ผ่านมา

๓) กम्मสสกตาสทฐา เชื่อว่าสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงมีกรรมเป็นของ ๆ ตน คือเห็นว่า สัตว์ทั้งหลายในโลกนี้เกิดขึ้นมาแล้วไม่เหมือนกัน บางคนยากจนข้นแค้นอนาถา ถูกระเบื้องขอรทาน ถูกละลาขอข้าว บางคนก็ร่ำรวยเป็นกษัตริย์ เป็นเศรษฐี มหาเศรษฐี เป็นอภิมหาเศรษฐี บางคนก็รูปชั่วเหว ไม่สวย บางคนก็มีรูปสวย บางคนก็เป็นคนโง่เขลาเบาปัญญา บางคนก็มีสติปัญญาเฉียบแหลม ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะกรรมที่ทำไว้จำแนกให้เป็นไปต่าง ๆ กัน ดังวจนะประพันธ์ธรรมภาษิตว่า

กมมํ สุตเต วิภชตี ยทิทํ หีนปณิตตตาย.

กรรมแล ย่อมจำแนกสัตว์ทั้งหลายให้เป็นไปต่าง ๆ คือเลวและประณีต<sup>๕๕</sup>

๔) ตถาคตโพธิสทฐา เชื่อในปัญญาตรัสรู้ของพระตถาคตเจ้า คือเชื่อว่าพระองค์ เป็นพระสยัมภู ผู้เป็นเองในทางตรัสรู้ เป็นผู้ประกอบไปด้วยพระปัญญาคุณ คือมีปัญญาเฉลียวฉลาด เปรื่องปราดชาติกวี สามารถตรัสรู้อริยสัจธรรมทั้ง ๔ ประการ จนได้ความเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

สรุป คำว่า ศรัทธา นี้หมายความว่า เชื่อว่าทำดีได้ดีจริง ทำชั่วได้ชั่วจริง นี้เรียกว่า ศรัทธา คือเป็นใหญ่ในความเชื่อ

๒. วิริยะ เป็นใหญ่ในความเพียร

คือมีความเพียรพยายามอันประกอบไปด้วยมहाปธาน ๔ ได้แก่ สังวรปธาน เพียรระวังบาปไม่ให้เกิดขึ้นในชั้นธสันดาน ปธานปธาน เพียรพยายามละบาปที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไป ภาวนาปธาน เพียรพยายามให้บุญกุศล คือคุณความดีเกิดขึ้นมีขึ้นในชั้นธสันดานของตน อนุรักษนาปธาน เพียรรักษาบุญกุศลคือคุณงามความดีที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อม

ผู้ที่ตั้งมั่นอยู่ในความเพียรนี้ ย่อมเป็นผู้ที่ไม่ทอดทิ้งในการประพฤติปฏิบัติ ในการทำ การทำงาน ถึงจะลำบากเหนื่อยยากสักปานใดก็ตาม พยายามกัดฟันทนสู้ตลอดไป ยอมตายตาบหน้า เฝ้าขาดเอาคางเกาะไป จนกว่าจะบรรลุผลที่ตนตั้งไว้จึงจะหยุด ผู้ที่มีความเพียรนี้ ย่อมประกอบไปด้วยองค์คุณสมบัติดังนี้ บางครั้งบางวันมีอาหารน้อย ได้ฉันทตาหารน้อย ได้รับประทานอาหารน้อย ก็จะ

<sup>๕๕</sup> วิ.มหา. (ไทย) ๑ / ๒๒๙ / ๒๒๖.

พิจารณาว่า วันนี้เราบริโภคอาหารน้อย ร่างกายของเราเบา และคล่องแคล่วดี สมควรแก่การประพฤติปฏิบัติ แล้วก็ลงมือประพฤติปฏิบัติ

### ๓. สติ เป็นใหญ่ในการระลึก

สตินี้เป็นใหญ่ในการปกครองรักษาจิต ไม่ให้เลินเล่อ ไม่ให้เผลอ ไม่ให้สะเพร่า ไม่ให้หลงลืม ให้รอบคอบ ไม่ให้หลงไหลไปตามอำนาจของโลภะ โทสะ โมหะ หรือราคะ ตัณหา อุปาทาน สติ นี้มีหน้าที่ระวังจิต รักษาจิต ไม่ให้ซัดเคื่อง ในเมื่อประสพอนุญารมณ คืออารมณ์ที่ไม่น่าใคร่ ไม่น่าปรารถนา ไม่น่าพอใจ เช่น เห็นรูปที่ไม่ดี ฟังเสียงที่ไม่ดี ได้กลิ่นที่ไม่ดี ได้รสที่ไม่ดี ได้สัมผัสที่ไม่ดี ได้ธรรมารมณที่ไม่ดี ก็ระวังจิตไว้ไม่ให้ซัดเคื่อง ไม่ให้โกรธในอารมณ์เหล่านั้น รักษาจิต ระวังจิต ไม่ให้พอใจ ดีใจ ชอบใจ ในเมื่อประสพกับอนุญารมณ คืออารมณ์ที่น่าใคร่ น่าปรารถนา น่าชอบใจ เช่น เห็นรูป ฟังเสียง ได้กลิ่น ได้รส ได้สัมผัส ได้ธรรมารมณ ที่ดี ๆ ก็ระวังรักษาจิตไว้ไม่ให้กำหนดยินดี และสตินี้มีหน้าที่สำหรับกระตุ้นจิตให้ยินดีในการละอกุศลและหมั่นบำเพ็ญกุศล อันนี้เป็นหน้าที่ของสติ

### ๔. สมาธิ เป็นใหญ่ในการตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว

คือถ้าผู้ใดมีสมาธิแล้ว สมาธินี้จะรักษาจิตไว้ ประคองจิตไว้ให้ตั้งอยู่ในอารมณ์เดียว ซึ่งเรียกว่า เอกัคคตารมณ เมื่อใดจิตของเรามีอารมณ์เดียวแล้ว การประพฤติปฏิบัติพระกรรมฐานของเราก็สามารถที่จะได้ผลเร็ว สามารถที่จะได้สมาบัติ ได้มรรค ได้ผล ได้นิพพาน แต่ถ้าคนที่ขาดสมาธิ ไม่มีสมาธิ จิตใจก็จะฟุ้งซ่านซัดสายไปตามอารมณ์ต่าง ๆ นานาประการ เดียวก็ไปจับอารมณ์นี้บ้าง เดียวก็มาจับอารมณ์นี้บ้าง นี้ก็เพราะว่าขาดสมาธิ

### ๕. ปัญญา เป็นใหญ่ในการรอบรู้กองสังขาร รูปนาม ชั้น ๕

อินทรีย์ทั้ง ๕ ประการนี้ ผู้ปฏิบัติพระกรรมฐาน จะเป็นสมถภาวนาก็ดี วิปัสสนาภาวนาก็ดี ต้องปรับปรุงอินทรีย์ทั้ง ๕ นี้ให้สมดุลกัน คือ ให้สมาธิกับความเพียรเท่าๆ กัน และให้ศรัทธากับปัญญาเท่า ๆ กัน ถ้าสมาธิกล้าความเพียรหย่อน ถิ่นมิทธะย่อมครอบงำจิตได้ และก็เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดความเกียจคร้านในการประพฤติปฏิบัติ ทำให้จิตใจท้อถอย ไม่กระฉับกระเฉง ไม่มี ความอดุสาหะ ไม่มี ความพากเพียรในการปฏิบัติ เพราะว่าสมาธิเป็นฝักฝ่ายของโกสัชชะอยู่แล้ว คือคนที่มีความสมาธิมากนี้ ส่วนใหญ่ ถ้าหากว่าขาดสติเดียวเดี่ยวนั้น ถิ่นมิทธะ คือความง่วงเหงาหาวนอน ความหดหู่ความเคลิบเคลิ้ม ย่อมเข้าครอบงำจิตได้ ผลสุดท้ายก็เป็นเหตุให้เกิดโกสัชชะ คือความเกียจคร้านท้อถอย ในการที่จะบำเพ็ญความเพียร ที่นี้ถ้าหากว่าความเพียรกล้าสมาธิหย่อน คือความเพียรมากกว่าสมาธิ ก็จะเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดอุทธัจจะ ความฟุ้งซ่านซัดสายไปตามอารมณ์ต่าง ๆ คิดโน้นบ้าง คิดนี้บ้าง จิตใจไม่สามารถที่จะจับอารมณ์เดียวได้นาน ๆ เพราะว่าความเพียรนี้ก็เป็นฝักฝ่ายของอุทธัจจะอยู่แล้ว เราจะสังเกตได้ทันทีว่า ขณะใดที่ความเพียรของเรากล้า หรือว่าขณะใด ความเพียรเกิดขึ้นมา จะเริ่มคิดทันที เดียวก็คิดโน้น คิดนี้ ก็ให้เข้าใจเถิดว่า ขณะนั้นความเพียรของเรากล้า แต่สมาธิหย่อนไป

## ๒.๓.๕ พละ ๕ อย่าง

ภิกษุทั้งหลาย ก็ภิกษุเจริญพละ ๕ กระทำให้มากซึ่ง พละ ๕ อย่างนี้ ย่อมเป็นผู้โน้มไปสู่ นิพพาน โน้มไปสู่นิพพาน โอนไปสู่นิพพาน ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมเจริญสัทธาพละ อ้นอาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธ น้อมไปในการสละ ย่อมเจริญวิริยพละ.สติพละ.สมาธิพละ...ปัญญาพละ อ้น อาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธ น้อมไปในการสละ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเจริญพละ ๕ กระทำให้มากซึ่งพละ ๕ อย่างนี้แล ย่อมเป็นผู้โน้มไปสู่นิพพาน โน้มไปสู่นิพพาน โอนไปสู่นิพพาน

องค์แห่งการหลุดพ้น ๕ ประการ<sup>๘๖</sup>

- ๑ สัทธาพละ
- ๒ วิริยพละ
- ๓ สติพละ
- ๔ สมาธิพละ.
- ๕ ปัญญาพละ

พละ ๕ เป็นธรรมที่สำคัญในการกำจัดกิเลส ทำให้บรรลุนิพพานในพุทธศาสนาทั้งหมดนี้เป็น กำลังแห่งการหลุดพ้น รวมอยู่ในโพธิปักขิยธรรมเช่นกัน

### ๒.๓.๖ โปชฌงค์ ๗ ประการ

โปชฌงค์ คือ องค์แห่งการรู้แจ้งด้วยปัญญาตรัสรู้<sup>๘๗</sup> หมายความว่า คนที่เข้าถึงการบรรลุธรรมผล หรือ ว่า เข้าถึงความดีได้ต้องมีโปชฌงค์ ๗ ประการ<sup>๘๘</sup> ดังนี้

- |                       |                                    |
|-----------------------|------------------------------------|
| ๑. สติสัมโปชฌงค์      | องค์แห่งการรู้แจ้ง คือความระลึกได้ |
| ๒. ธัมมวิจสัมโปชฌงค์  | องค์แห่งการรู้แจ้ง คือการเห็นธรรม  |
| ๓. วิริยสัมโปชฌงค์    | องค์แห่งการรู้แจ้ง คือความเพียร    |
| ๔. ปีติสัมโปชฌงค์     | องค์แห่งการรู้แจ้ง คือความอิ่มใจ   |
| ๕. ปัสสัทธิสัมโปชฌงค์ | องค์แห่งการรู้แจ้ง คือความสงบ      |
| ๖. สมาธิสัมโปชฌงค์    | องค์แห่งการรู้แจ้ง คือความตั้งมั่น |
| ๗. อุเบกขาสัมโปชฌงค์  | องค์แห่งการรู้แจ้ง คือความวางเฉย   |

จัดว่าเป็นโปชฌงค์ที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงยกย่อง และทรงรับรองว่า ถ้าใครมีคุณธรรม ๗ ประการนี้ไว้ประจำใจแล้ว ชีวิตจะไม่ตกต่ำอย่างแน่นอน

๑. สติสัมโปชฌงค์ คือความสำนึกพร้อมอยู่ ใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับเรื่องนั้น ๆ ความระลึกได้ในอารมณ์เนื่อง ๆ มีความไม่ประมาทเป็นลักษณะ มีการไม่ลืมเป็นกิจ มีการรักษาอารมณ์เป็นผล มีการจำได้แม่นยำเป็นเหตุใกล้<sup>๘๙</sup> ซึ่งเป็นสติเจตสิกที่ระลึกได้ในอารมณ์สติปัญญานทั้ง ๔ ต่อเนื่องกัน ระลึกรู้สภาวะธรรมในปัจจุบันขณะ โดยปราศจากตัวตน เรา ของเรา ระลึกว่ามีเพียงสภาพธรรมทาง

<sup>๘๖</sup> วิ.ม.ห. (ไทย) ๑ / ๒๑๓ / ๒๐๑.

<sup>๘๗</sup> ม.ม.อ.(บาลี) ๑ / ๒๗ / ๙๑-๙๒., ส.ส. (ไทย) ๓ / ๕๒ / ๕๘.

<sup>๘๘</sup> วิ.ม.ห. (ไทย) ๑ / ๒๐๗ / ๑๙๒.

<sup>๘๙</sup> ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะทิวคฤกษ์แห่งปรมัตถธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๕๑) หน้า ๕๐.

กาย และสภาพธรรมทางจิตเท่านั้น ที่เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไปตามเหตุปัจจัย เหตุที่ทำให้สติเกิดขึ้นและเจริญไพบูลย์ขึ้น จนกระทั่งบรรลุธรรม คือเจริญสติแลสัมปชัญญะอยู่เสมอ

๒. ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ คือ การเลือกเฟ้นเจริญกุศลธรรมเป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ ปัญญา เจตสิกที่รูรูปร่าง และนามว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่พิจารณาเพียงใคร่ครวญด้วย สุตมยปัญญา หรือ คตินึกเอา แต่เป็นการรู้แจ้งสภาพธรรมด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา

๓. ธรรมวิจยยะ แปลว่า เลือกเฟ้นธรรม ได้แก่ ไตรตรองเลือกเฟ้นสังขารธรรมทั้ง ๔ ประการ เลือกกำหนดรู้ในทุกขสังขาร เลือกละสมุทัย เลือกทำให้แจ้งนิโรธ และเลือกทำมรรคมืองค์ ๘ ให้เจริญยิ่งขึ้น เหตุที่ทำให้ธรรมวิจยยะเกิดขึ้นและเจริญไพบูลย์ขึ้น จนกระทั่งบรรลุธรรม คือ สอภตาม เรื่องขั้นธ และ आयตนะ เป็นต้น ขำระร่างกายให้สะอาด ปรับอินทรีย์ ๕ ให้สม่ำเสมอ หลีกเลี้ยงผู้ที่ไม่ มีปัญญา คบหากับผู้ที่มีปัญญา พิจารณาอย่างลึกซึ้งและน้อมใจในการเลือกเฟ้นธรรม<sup>๙๐</sup>

๔. วิริยสัมโพชฌงค์ คือความเพียร มีความอดุทธสาหะเป็นลักษณะ มีการอดทนค้ำชูสหชาติ ธรรมเป็นกิจ มีการไม่ย่อท้อถอยเป็นผล<sup>๙๑</sup> มีความสลดสังเวชเป็นเหตุใกล้ ต้องเพียรให้ตรง แล้วก็มี ความพากเพียร ต้องคิดว่างานทุกอย่างต้องมีอุปสรรค ไม่ว่าอะไรทั้งหมด อุปสรรคมันมีทั้งนั้น จะถือว่า ทำงานทุกอย่างเต็มไปด้วยความราบรื่นไม่ได้ ต้องต่อสู้กับอุปสรรคนานาประการ เช่น ความร้อน ความหนาว จากน้ำฝน จากอากาศ การต้องต่อต้านกับความเหนื่อยยาก อาศัยความเพียรเป็นที่ตั้ง

๕. ปีติสัมโพชฌงค์ คือมีความอิ่มใจเป็นลักษณะ มีการทำให้กาย และใจอิ่มเอิบเป็นกิจ มีกาย และใจเฟื่องฟูเป็นผล มีนามขั้นธทั้ง ๓ คือ เวทนาขั้นธ สัญญาขั้นธ และวิญญานขั้นธเป็นเหตุ ใกล้<sup>๙๒</sup> ปีตินี้เราจะสร้างมันเองไม่ได้ ต้องทำไปตามกฎแห่งการปฏิบัติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเราพิจารณา กรรมฐานในมหาสติปัฏฐานสูตรข้อใดข้อหนึ่งก็ตาม ให้เห็นเหตุเห็นผล ความชุ่มชื้นจะปรากฏแก่จิต ความสุขของจิตจะมี ปีติแปลว่า ความอิ่มใจ สมมติว่าเราทำสมาธิจิตให้ได้อาณาปานสติกรรมฐานในเมื่อสมาธิ เข้าถึงจุด มีอาการทรงตัว ความอิ่มใจ คือความสุขใจมันจะเกิดขึ้น ความปลาบปลื้มมันจะเกิดขึ้น

๖. ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์<sup>๙๓</sup> คือความสงบ ตัวปัสสัทธิ พระพุทธเจ้าให้ทรงเจริญไว้ คือเจริญ สติสัมปชัญญะ และเจริญสมาธิ เพื่อรักษาอารมณ์แห่งอาณาปานสติกรรมฐานเข้าไว้ความสงบจะ ปรากฏ ความดีนรรณ ตัวจิตที่คิดนอกลูกนอกทางจะไม่ปรากฏ ถ้าเราเจริญเมตตาบ่อย ๆ หากเรามี เมตตาประจำใจ พยาบาทจะไม่ปรากฏ ถ้าเรามีธรรมวิจยยะ คือสอดส่องธรรมอยู่เสมอ ตัวสงสัยในคุณ ของพระรัตนตรัยในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าจะไม่ปรากฏ จะเป็นปัสสัทธิ อากาของปัสสัทธิจะเกิด ขึ้นมาได้ด้วยอาการอย่างนี้ ไม่ใช่เกิดขึ้นมาเฉย ๆ ต้องเจริญรักษาเข้าไว้ คือต้องมีเข้าไว้ มีสติ มีธรรม วิจยยะ มีวิริยยะ มีปีติ มีปัสสัทธิ เจริญภาวนาให้มีในจิตจนเกิดความเคยชิน มีประโยชน์มาก

๗. สมานีสัมโพชฌงค์ คือความตั้งใจมั่น ได้แก่การรักษาอารมณ์ให้เป็นหนึ่ง ทาง

<sup>๙๐</sup> ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗ / ๑ / ๗๖๐.

<sup>๙๑</sup> ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะที่จิตเกาะแห่งปรมาตธรรม, หน้า ๑๔

<sup>๙๒</sup> อ่างแล้ว.

<sup>๙๓</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐ / ๓๘๕ / ๓๒๓.

พระพุทธศาสนาใช้สัมมาสมาธิเป็นหลัก ซึ่งมีวิเสสลักษณะ ของสมาธิ ดังนี้ สมาธิมีการไม่ฟุ้งซ่าน ชัด  
 ส่ายไปเป็นลักษณะ มีความตั้งมั่นเป็นกิจ และมีการระลึกรวมใจมั่นในทางคิดเป็นผล<sup>๔๔</sup> รักษาอารมณ์  
 ของเราให้เป็นเอกัคคตารมณ์

๘. อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ความวางใจเป็นกลางเป็นกลางเป็นองค์แห่งการตรัสรู้<sup>๔๕</sup> มี  
 การเสวยอารมณ์ปานกลางเป็นลักษณะ มีการรักษาสัมปยุตตธรรมไม่ให้เจริญ ไม่ให้เศร้าหมองเป็นกิจ  
 มีความสงบเป็นผล มีจิตที่ไม่ปิตินดีเป็นเหตุใกล้

### ๒.๓.๗ อริยมรรค ๘ ประการ

อริยมรรคประกอบด้วยองค์ ๘<sup>๔๖</sup> นี้แหละ คือสัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา  
 สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ

สัมมาทิฏฐิ คือ ความรู้ในทุกข์ความรู้ในเหตุให้ทุกข์เกิด ความรู้ในความดับทุกข์ ความรู้  
 ในข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ อันนี้เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ

สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริในการออกจากกาม ความดำริในความไม่พยาบาท  
 ความดำรินอนไม่เบียดเบียน อันนี้เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ

สัมมาวาจา คือ การงดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการพูดส่อเสียด งดเว้นจากการ  
 พูดคำหยาบ งดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ อันนี้เรียกว่า สัมมาวาจา

สัมมากัมมันตะ คือ การงดเว้นจากการล้างผลาญชีวิต งดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่  
 เขามีได้ให้ งดเว้นจากการประพฤติดัดในกาม อันนี้เรียกว่า สัมมากัมมันตะ

สัมมาอาชีวะเป็นโฉน อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ละการเลี้ยงชีพที่ผิด สำเร็จการเลี้ยงชีพ  
 ด้วยการเลี้ยงชีพที่ชอบ อันนี้เรียกว่า สัมมาอาชีวะ

สัมมาวายามะเป็นโฉน ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ให้เกิดฉันทะ พยายาม บรรเทาความเพียร  
 ประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้ เพื่อมิให้อกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิดบังเกิดขึ้น เพื่อละอกุศลธรรมอันลามก  
 ที่บังเกิดขึ้นแล้ว เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดบังเกิดขึ้น เพื่อความตั้งอยู่ ไม่เลือนหาย เจริญยิ่ง ไพบูลย์  
 มีขึ้น เต็มเปี่ยมแห่งกุศลธรรมที่บังเกิดขึ้นแล้ว อันนี้เรียกว่า สัมมาวายามะ

สัมมาสติเป็นโฉน ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มี  
 สัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ พิจารณา  
 เห็นจิตในจิตอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและ  
 โทมนัสในโลกเสียได้ อันนี้เรียกว่า สัมมาสติ

สัมมาสมาธิเป็นโฉน ภิกษุในธรรมวินัยนี้ สงัดจากกาม สงัดจากอกุศลธรรม บรรลุ  
 ปฐมฌาน มีวิตกวิจารณ์ มีปีติ และสุขอันเกิดแต่วิเวกอยู่ เธอบรรลุทุติยฌาน มีความผ่องใสแห่งจิตใน  
 ภายใน เป็นธรรมเอกผุดขึ้น เพราะวิตกวิจารณ์สงบไป ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีปีติ และสุข อันเกิดแต่สมาธิ  
 อยู่ เธอมีอุเบกขา มีสติ มีสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย เพราะปีติสิ้นไป บรรลุตติยฌาน ที่พระอริยะ

<sup>๔๔</sup> ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะที่จิตทุกแห่งปรมาตธรรม, หน้า ๕๐.

<sup>๔๕</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐ / ๓๘๕ / ๓๒๑.

<sup>๔๖</sup> วิ.ม.ท. (ไทย) ๒ / ๗๕ / ๒๖๖.

ทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้ได้มานี้ เป็นผู้มึนเมา มีสติ อยู่เป็นสุข เธอบรรลุจุดตถนิมิต ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข เพราะละสุข ละทุกข์ และดับโสมนัสโทมนัสก่อน ๆ ได้ มีอุเบกขาเป็นเหตุให้สติบริสุทธิ์อยู่ อันนี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ

## ๒.๔ หลักปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม

สติปัฏฐาน ๔ เป็นทั้งสมณะและวิปัสสนา สติปัฏฐาน ๔ คือธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ<sup>๙๗</sup>หรือข้อปฏิบัติที่ใช้สติเป็นประธานหรือหลักในการกำหนดระลึกรู้หรือพิจารณาสิ่งทั้งหลาย ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงของธรรมนั้น ๆ โดยไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้ายที่ทำให้เห็นผิดไปจาก ความเป็นจริงตามอำนาจของกิเลสตัณหา หรือกล่าวได้ว่าสติปัฏฐาน ๔ เป็นธรรมที่ตั้งแห่งสติ จุดประสงค์เพื่อฝึกสติ และใช้สตินั้นพิจารณาในกาย เวทนา จิต ธรรม เพื่อให้เกิดนิพพิทา คลายความกำหนัด ความยึด ความอยากจากการไปรู้ตามความเป็นจริงของสิ่งนั้น ๆ จึงเป็นไปเพื่อ นำออก และละเสียซึ่งตัณหาและอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นในความพึงพอใจ หรือสุขของตัวของตน ที่มีในสันดาน อันก่อให้เกิดความทุกข์โดยตรง แบ่งเป็น ๔ หมวด คือ<sup>๙๘</sup>

### ๒.๔.๑ หลักสติปัฏฐาน ๔

(ก) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๙๙</sup> [แบ่งย่อยออกเป็น ๑๔ ปัพพะ] คือ สติกำหนดพิจารณากาย ให้เห็นกายในกาย เห็นตามความเป็นจริงของกาย เช่น เป็นเพียงการประชุมกันของเหตุปัจจัย อันมีธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ หรือเป็นของสกปรกปฏิกูลโสโครก โดยการพิจารณาส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเพื่อให้เกิดนิพพิทา อันเป็นการระงับหรือดับตัณหาแลอุปาทานโดยตรง<sup>๑๐๐</sup>

(ข) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๑๐๑</sup> คือ สติกำหนดพิจารณาเวทนา หรือการเสพรสอารมณ์ที่บังเกิดให้เห็นเวทนาในเวทนา คือ เห็นตามความเป็นจริงของเวทนาว่า เวทนาเป็นสักแต่ว่าเป็นการรับรู้การเสพรสอารมณ์ที่มากระทบสัมผัสทั้งทางใจและกาย คือ ในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ พิจารณาให้เห็นว่าเวทนาอันมีสุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุข คือไม่ใช่ทุกข์ ไม่ใช่สุข เป็นแค่เวทนาปกติหลีกเลี่ยงไม่ได้ เป็นหลักธรรมชาติ ก็จะได้คลายความยึดมั่นลงได้<sup>๑๐๒</sup>

(ค) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๑๐๓</sup> คือ การเห็นจิตในจิตหรือสติระลึกรู้เท่าทันหรือพิจารณาจิต (จิตสังขาร เช่น ความคิด โทสะ โมหะ) ที่เกิดเศร้าหมองหรือผ่องแผ้วเป็นอารมณ์ คือ มีสติรู้จิตสังขารตามสภาพเป็นจริงที่เป็นอยู่ขณะนั้น ๆ เมื่อจิตเห็นจิตเช่นนี้เรื่อย ๆ เห็นความคิดอารมณ์ที่เกิดขึ้นดับ อยู่ตลอดเวลาว่าไม่เที่ยง ไม่มีแก่นสาร ก่อให้เกิดทุกข์ ทำให้รู้เห็นตามความเป็นจริงใน

<sup>๙๗</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๙๘</sup> คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ ๑**, หน้า ๙๘-๑๐๑.

<sup>๙๙</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔-๓๗๕/๓๐๒-๓๐๓.

<sup>๑๐๐</sup> คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ ๑**, หน้า ๙๘ - ๑๐๑.

<sup>๑๐๑</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๐๓-๓๐๔.

<sup>๑๐๒</sup> คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ ๑**, หน้า ๙๙.

<sup>๑๐๓</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๐๔-๓๐๕.



สภาวะธรรม จิตก็จะคลายความยึดมั่นถือมั่นลงได้<sup>๑๐๔</sup>

(ง) ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๑๐๕</sup> คือ สติกำหนดพิจารณาธรรมหรือสิ่งต่าง ๆ ที่บังเกิดแก่ใจเป็นอารมณ์ทั้งที่เป็นกุศลหรืออกุศล เพื่อเป็นเครื่องเตือนสติและระลึกรู้เพื่อให้เกิดปัญญา ดังที่พระพุทธองค์ทรงแนะนำในมหาสติปัฏฐานสูตรให้พิจารณา<sup>๑๐๖</sup>

## ๒.๔.๒ วิธีการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ควรกำหนดรู้อารมณ์หรือปรากฏการณ์ที่ชัดเจนเสียก่อน คือ ติดตามดูกาย และอาการของกายหรือรูปขันธ์ โดยให้กำหนดรู้ อิริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ คือ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน และอิริยาบถย่อยต่าง ๆ เช่น เดินหน้า ถอยหลัง แลดู เหลี้ยวดู กิน ต้ม ถ่ายปัสสาวะ ถ่ายอุจจาระ เป็นต้น<sup>๑๐๗</sup> และอิริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ นั้น ให้ปฏิบัติ ๒ อิริยาบถ คือ เดิน เรียกว่า เดินจงกรม และนั่งเรียกว่า นั่งสมาธิ ถือว่าเป็นอินทรีย์หลักคู่หนึ่งในอินทรีย์ ๕ คือ วิริยะกับสมาธิ<sup>๑๐๘</sup> ตามหลักของอภินนทสูต<sup>๑๐๙</sup> แต่ถึงอย่างไรก็ตามผู้ปฏิบัติก็ต้องปฏิบัติให้ครบทั้ง ๔ อิริยาบถอยู่นั่นเอง รายละเอียดมีดังต่อไปนี้

### ๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

สติตามระลึกรู้สภาวะธรรมทางกาย ในที่นี้จะกล่าวเฉพาะการกำหนดรู้สภาวะธรรมที่ปรากฏในขณะที่นักปฏิบัติตามระลึกไปในอิริยาบถหลัก (ยืน เดิน นั่ง นอน) และอิริยาบถย่อย (ก้ม เงย คู้ เขยียด เป็นต้น)

ก) วิธีปฏิบัติอิริยาบถยืน การกำหนดอิริยาบถยืนหรือยืนกำหนด ให้ยืนตัวตรงและศรีษะตั้งตรง วางเท้าทั้งสองเคียงคู่กัน ให้ปลายเท้าเสมอกัน และให้ห่างกันเล็กน้อย มือทั้งสองประสานกันเอาไว้ข้างหน้าหรือข้างหลังก็ได้ มองไปหรือทอดสายตาไปข้างหน้าประมาณ ๒ เมตร หรือ ๑ วา มีความเพียร (อาตปปี) มีความระลึก (สติมา) ก่อนที่จะเดิน จะนั่ง จะนอน จะคู้ จะเขยียด ฯลฯ มีความรู้ตัว (สมปชาน) ขณะยืน เดิน นั่ง นอน คู้ เขยียด ฯลฯ แล้วตั้งสติกำหนดหรือภาวนา (นี่ในใจไม่ต้องออกเสียง) ว่า “ยืนหนอ ๆ ๆ” ๓ ครั้ง<sup>๑๑๐</sup>

<sup>๑๐๔</sup> คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ ๑**, หน้า ๑๐๐-๑๐๑.

<sup>๑๐๕</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒-๔๐๓/๓๑๖-๓๓๘.

<sup>๑๐๖</sup> คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ ๑**, หน้า ๙๘-๑๐๑.

<sup>๑๐๗</sup> พระมหาไสว ญาณวีโร. ดร., **คู่มือสมาธิภาวนา สวดมนต์แปล สำนักงานพุทธมณฑล สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ**, หน้า ๑๗.

<sup>๑๐๘</sup> คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมภาคปฏิบัติ ๑**, หน้า ๑๔๓.

<sup>๑๐๙</sup> อัง.ต.ก. (บาลี) ๒๐/๑๖/๑๐๘-๑๐๙, อัง.ต.ก. (ไทย) ๒๐/๑๖/๑๖๐.

<sup>๑๑๐</sup> พระมหาบุญเลิศ ธรรมทสสี (โอรุสสุ) และคณะ, “ศึกษาทัศนคติของพุทธศาสนิกชนที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน”, **รายงานการวิจัย**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗), หน้า ๔๓-๔๔.

ข) วิธีปฏิบัติอิริยาบถเดิน การเดินจงกรม ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ว่าด้วยปัญญาเนตศ<sup>๑๑๑</sup> ว่าด้วยเรื่องการก้าวเท้าก้าวหนึ่ง ๆ แบ่งเป็น ๖ ส่วน หรือ ๖ ระยะเวลา (โดยจะนำมาเทียบกับ พระวิปัสสนาจารย์อย่างกว้าง ๆ โดยไม่ถึงกับเข้มงวดกับคำแปลข้างต้น) ดังนี้ คือ

- (๑) อุทธรณ (ยก) เทียบ ยกสั้นหนอ
- (๒) อติทรณ (ย่าง) เทียบ ยกหนอ
- (๓) วิติทรณ (ย้าย) เทียบ ย่างหนอ
- (๔) โวสุสชชน (ลง/ลด) เทียบ ลงหนอ
- (๕) สนนิกเขปน (เหยียบ) เทียบ ถูกหนอ
- (๖) สนนิรัมภน (กด) เทียบ กดหนอ<sup>๑๑๒</sup>

วิธีการเดินจงกรมมีจังหวะ หรือขั้นตอนต่าง ๆ ตั้งแต่ระยะที่ ๑ ถึงระยะที่ ๖ ดังนี้

- (๑) การเดินจงกรม ๑ ระยะเวลา คือ ซ้ายย่างหนอ – ขว้าย่างหนอ
- (๒) การเดินจงกรม ๒ ระยะเวลา คือ ยกหนอ – เหยียบหนอ
- (๓) การเดินจงกรม ๓ ระยะเวลา คือ ยกหนอ – ย่างหนอ – เหยียบหนอ
- (๔) การเดินจงกรม ๔ ระยะเวลา คือ ยกสั้นหนอ – ยกหนอ – ย่างหนอ – เหยียบหนอ
- (๕) การเดินจงกรม ๕ ระยะเวลา คือ ยกสั้นหนอ – ยกหนอ – ย่างหนอ – ลงหนอ –

ถูกหนอ

- (๖) การเดินจงกรม ๖ ระยะเวลา คือ ยกสั้นหนอ – ยกหนอ – ย่างหนอ – ลงหนอ –

ถูกหนอ กดหนอ<sup>๑๑๓</sup>

วิธีการเดินจงกรม แรกเริ่มการลงมือปฏิบัติ ไม่ได้กำหนดว่าให้เดินทุกระยะ ในครั้ง เดียวคราวเดียวกันหากแต่ต้องฝึกเดินอย่างช้า ๆ เป็นขั้น ๆ โดยกำหนดรู้อารมณ์ขั้นที่ ๑ อย่างละเอียด และถ่วงต่อสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นเพื่อเตรียมพร้อมในอันที่จะลงมือปฏิบัติในขั้นต่อ ๆ ไป

(๑) การเดินจงกรมในระยะที่ ๑ เมื่อกำหนดว่า “ยืนหนอ ๆ” อย่างช้า ๆ สัก ๓ ครั้งแล้ว จึงเริ่มตั้งต้นการเดินจงกรม ในเวลาเดินให้ทอดสายตาไปข้างหน้าประมาณ ๔ ศอก และก่อน เดิน ให้กำหนดในใจว่า “อยากเดินหนอ ๆ” พร้อมกับมีสติคอยกำหนดจับอยู่ที่สั้นเท้าทั้งคู่ และถัด จากนั้นให้ภาวนาว่า “ขว้าย่างหนอ” ในขณะที่ใจนึกว่าขวา ก็พร้อมยกเท้าขวาขึ้นทันที และเท้าที่ ยก กับใจนึกต้องให้พร้อมกัน ขณะว่าย่าง ต้องยื่นเท้าไปข้างหน้าพร้อมกัน ขณะว่าหนอ เท้าจะลงถึงพื้น พร้อมกัน เวลายกเท้าซ้ายก็เหมือนกัน ภาวนาว่า “ซ้ายย่างหนอ” ปฏิบัติอยู่อย่างนี้เหมือนกับ ขว้าย่างหนอทุกครั้งและทุกก้าวไปเรียกว่า เดินจงกรมระยะที่ ๑

<sup>๑๑๑</sup> พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๑๐๐๙.

<sup>๑๑๒</sup> พระมหาไสว ญาณวีโร. ดร., คู่มือสมาธิภาวนา สวตมมตแปล สำนักงานพุทธมณฑล สำนักงาน พระพุทธศาสนาแห่งชาติ, หน้า ๒๕.

<sup>๑๑๓</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๗ - ๒๔.

(๒) การเดินจงกรมในระยะที่ ๒ วิธีปฏิบัติผู้ปฏิบัติเอาเท้าทั้ง ๒ ข้างเข้าชิดกัน ตั้งตัว ให้ตรงเริ่มแต่ศรีษะ และทำความรู้สึกตัวไว้ว่า “ยืนหนอ ๆ” แล้วกำหนดต่อไปว่า “อยากเดินหนอ ๆ” เหมือนกับการเดินในระยะที่ ๑ คือ ค่อย ๆ ยกเท้าขวาขึ้นหรือเท้าซ้ายขึ้นก็ได้ ให้สูงจากพื้นประมาณ ๓ นิ้ว แล้วจึงกำหนดไปพร้อมกันว่า “ยกหนอ” ก้าวไปวางกับพื้น ขณะที่เท้าเหยียบกับพื้น กำหนดว่า “เหยียบหนอ” เมื่อสุดทางเดินก็ให้กำหนดคำว่า “ยืนหนอ ๆ” สัก ๓ ครั้ง ว่าอย่างนี้ทุก ระยะ ของการเดินจงกรม

(๓) การเดินจงกรมในระยะที่ ๓ - ๖ วิธีปฏิบัติอื่น ๆ ในการเดินจงกรม ระยะที่ ๓ ก็เหมือนกับการเดินที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ต่างแต่ว่าขณะยกเท้าขึ้น ฟังกำหนดไปพร้อมกับอาการของเท้าว่า “ยกหนอ” ขณะที่ก้าวเท้าลอยอยู่นั้น กำหนดว่า “ย่างหนอ” ขณะที่เท้าเหยียบลงกับพื้น กำหนดว่า “เหยียบหนอ” ปฏิบัติอยู่อย่างนี้ทั้งเท้าซ้ายและเท้าขวา

การปฏิบัติในการเดินจงกรมระยะที่ ๔ ระยะที่ ๕ ระยะที่ ๖ ก็ฟังกำหนดไปพร้อมกับอาการของเท้า หรือเหมือนกับระยะ ๑ - ๓ ต่างแต่ว่าเพิ่มจำนวนการก้าวอย่างมากขึ้นกว่าเดิม และการกำหนดก็ถี่ขึ้นเท่านั้น<sup>๑๑๔</sup>

(๔) วิธีปฏิบัติขณะหันกลับตัว เมื่อเดินจงกรมไปสุดสถานที่แล้ว ให้หยุดยืนวางเท้า เคียงคู่กันกำหนดว่า “ยืนหนอ” ๓ ครั้ง เมื่อจะกลับตัว ผู้ปฏิบัติจะกลับทางขวาหรือทางซ้ายก็ได้ แล้วค่อย ๆ หันตัวกลับช้า ๆ พร้อมกับกำหนดว่า “กลับหนอ ๆ ๆ” กลับ ๓ คู่ กำหนด ๖ ครั้ง (ประมาณ ๖๐ องศา) เมื่อหันกลับเสร็จแล้วก่อนจะเดินก็กำหนดว่า “ยืนหนอ ๆ ๆ” เหมือนครั้งแรก แล้วจึงเดินจงกรมและกำหนดต่อไปว่า (กรณีเดินจงกรมระยะที่ ๑ อยู่) “ขวาย่างหนอ” “ซ้ายย่างหนอ” การเดินจงกรมและกำหนดกลับไปกลับมาอยู่อย่างนี้ เพื่อให้จิตตั้งมั่นอยู่กับ อริยาบถเดิน จนกว่าจะครบตามเวลาที่กะไว้ เช่น ๓๐ นาที หรือ ๔๐ นาที หรือ ๕๐ หรือ ๑ ชั่วโมง<sup>๑๑๕</sup>

การเดินจงกรมและการมีสติกำหนดรู้ตัวอยู่เสมอครั้งนี้ เป็นวิธีปฏิบัติตาม มหาสติปัฏฐานสูตรในอริยาบถปัพพะ กายานุปัสสนาสติปัฏฐานที่ว่า “เมื่อเดิน ก็รู้ชัดว่า เราเดิน” (คจฺจนโถ วา คจฺจนมีติ ปชานาติ) หรือว่า “เมื่อยืน ก็รู้ชัดว่า เรายืน” (จโธ วา จโธมีติ ปชานาติ)<sup>๑๑๖</sup> และเมื่อกลับพร้อมกับกำหนดรู้ตัวอยู่เสมอ ก็เป็นการปฏิบัติตามสัมปชัญญะ ปัพพะ กายานุปัสสนาสติปัฏฐานแห่งมหาสติปัฏฐานสูตรที่ว่า “ทำความรู้ตัวในการก้าวไป การถอยกลับ” (อภิกฺกนเต ปฏิกฺกนเต สมฺปชานการี โหติ)<sup>๑๑๗</sup>

<sup>๑๑๔</sup> พระมหาไสว ญาณวีโร. ดร., **คู่มือสมาธิภาวนา สวดมนต์แปล สำนักงานพุทธมณฑล สำนักงาน พระพุทธศาสนาแห่งชาติ**, หน้า ๑๙-๒๓.

<sup>๑๑๕</sup> พระมหาบุญเลิศ ธรรมทสสี (โอรุส) และคณะ, “ศึกษาทัศนคติของพุทธศาสนิกชนที่มีต่อการปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐาน”, **รายงานการวิจัย**, หน้า ๔๖.

<sup>๑๑๖</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

<sup>๑๑๗</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๖/๒๕๐, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

ค) วิธีปฏิบัติในอิริยาบถนั่ง การนั่งสมาธิหรือนั่งกำหนดนี้ ในมหาสติปัฏฐานสูตร พระพุทธองค์ตรัส ไว้ว่า “นิสีหติ ปรลลนัง อากุชิตวา อุชฺฐ กายํ ปณิธาย ปริมุขํ สตี อุပ္ภุจเปตวา” แปลว่า “นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า”<sup>๑๑๘</sup> ตามหลักให้นั่งขัดสมาธิราบ แบบพระพุทธรูป ตั้งตัวตรง ตั้งลำคอและศรีษะตรง วางเท้าขวาทับลงบนเท้าซ้าย วางมือขวาทับลงบนมือซ้าย หรือจะวางไว้ที่หัวเข่าทั้งสองก็ได้ หลังตาตั้งสติไว้ที่อารมณ์กัมมัฏฐาน โดยการกำหนด เป็นระยะ เริ่มด้วยกำหนด ๒ ระยะก่อน

(๑) นั่งกำหนด ๒ ระยะ คือ พองหนอ ยุบหนอ

(๒) นั่งกำหนด ๓ ระยะ คือ พองหนอ ยุบหนอ นั่งหนอ

(๓) นั่งกำหนด ๔ ระยะ คือ พองหนอ ยุบหนอ นั่งหนอ ถูกหนอ<sup>๑๑๙</sup>

ตามปกติคนเราเมื่อเวลาหายใจเข้า ท้องจะพองขึ้น และเมื่อเวลาหายใจออก ท้องจะยุบลงเป็นอยู่อย่างนี้เรื่อย ๆ ไป ฉะนั้นผู้ปฏิบัติพึงตั้งสติกำหนดตามอาการที่ท้องพองขึ้นและยุบลง อย่าไปบังคับหรือตะเบงท้อง ปล่อยให้เป็นไปตามธรรมชาติ สำหรับผู้ปฏิบัติใหม่จะเอาฝ่ามือมาวาง ทาบไว้ที่หน้าท้องของตนเองก่อนก็ได้ ก็จะได้รู้อาการเคลื่อนไหวของท้องชัดเจน เมื่ออาการพอง-ยุบชัดเจนแล้ว จึงนำมือออก ขณะที่ท้องพองขึ้น กำหนดว่า “พองหนอ” และขณะที่ท้องยุบลงกำหนดว่า “ยุบหนอ” (รู้ในใจไม่ต้องออกเสียง)<sup>๑๒๐</sup>

ข้อสำคัญ คือ ต้องกำหนดให้ได้ปัจจุบันและมีให้กำหนดตามลมหายใจหรือมิให้กำหนดที่คำพูด แต่ให้กำหนดอาการเคลื่อนไหวของท้อง ซึ่งเป็นอัสสาสะปัสสาสะวาโยธาตุ (ธาตุที่มีอาการเคลื่อนไหว) เพราะอัสสาสะปัสสาสะนี้เป็นกายปฏิบัติ เกี่ยวเนื่องกับหนังท้อง จึงเป็นวาโยโณภูมิจักรูป (รูปที่ลมกระทบ) เป็นกายสังขาร (คือ ลมหายใจเข้า และลมหายใจออก) และอาการพองอาการยุบ พร้อมกับกำหนดรู้อยู่เสมอดังนี้ เป็นการปฏิบัติในอิริยาบถปัพพะ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน แห่งมหาสติปัฏฐานสูตรที่ว่า “เมื่อนั่งก็รู้ชัดว่าเรานั่ง” (“นิสินโน วา นิสินโนมหิตี ปชานาติ”)<sup>๑๒๑</sup> และในอานาปานปััพพะกายานุปัสสนาสติปัฏฐานว่า “เห็นกายในกาย” (“กาเย กายานุปัสสี วิหริตี”)<sup>๑๒๒</sup> หรือว่า “เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวง หายใจเข้า เรากำหนดรู้ กองลมทั้งปวง หายใจออก” (“โส สโต ว อสสสตี, สโต ปสสสตี”)<sup>๑๒๓</sup> และในมนสิการธาตุ กายานุปัสสนาสติปัฏฐานแห่งมหาสติปัฏฐานสูตรว่า “ในกายนี้ มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่” (“อตฺถิ อิมสฺมี กาเย ปจฺวิธตฺถ วาโยธตฺถ”)<sup>๑๒๔</sup>

<sup>๑๑๘</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๔/๒๔๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒.

<sup>๑๑๙</sup> พระมหาบุญเลิศ ธรรมทสสี (โอจสุ) และคณะ, ศึกษาทัศนคติของพุทธศาสนิกชนที่มีต่อการปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐาน, รายงานการวิจัย, หน้า ๔๗-๔๘.

<sup>๑๒๐</sup> เรื่องเดียวกันหน้า ๔๗.

<sup>๑๒๑</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

<sup>๑๒๒</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๔/๒๔๙, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๓.

<sup>๑๒๓</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๔/๒๔๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒-๓๐๓.

<sup>๑๒๔</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๘/๒๕๑, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๗.

ง) วิธีปฏิบัติอิริยาบถนอน ลักษณะของการนอน ให้นอนตะแคงขวาแบบสี่เหลี่ยมผืนผ้า เท้าซ้ายทับเท้าขวา มือให้มาประกบกันระหว่างใบหู หรือให้นอนตามธรรมชาติของความถนัด แต่ละบุคคล เวลานอนให้ค่อย ๆ เอนตัวพร้อมกับภาวนาตามด้วยว่า “นอนหนอ ๆ” จนกว่าจะนอนเรียบร้อย ขณะนั้นให้ผู้ปฏิบัติมีสติจับอยู่กับอาการเคลื่อนไหวทุกอิริยาบถของร่างกาย อาทิเช่น การเหยียดมือ เท้า ก็ให้กำหนดรู้ด้วยคำว่า “เหยียดหนอ ๆ” จนกว่าอาการเหยียดนั้น ๆ อาการเคลื่อนไหวต่าง ๆ จะแล้วเสร็จ และเมื่อนอนเรียบร้อยแล้วให้เอาสติมากำหนดไว้ที่ท้อง พร้อมกับภาวนาว่า “พองหนอ-ยุบหนอ”<sup>๑๒๕</sup> จนกว่าจะหลับ ข้อนี้เป็น การปฏิบัติตามอิริยาบถปัพพะ กายานุปัสสนาสติปัฏฐานแห่งมหาสติปัฏฐานสูตรที่ว่า “เมื่อนอน ก็รู้ชัดว่า เรานอน” (“สยาโน วา สยาโนมหิตี ปชานาติ”)<sup>๑๒๖</sup>

จ) วิธีปฏิบัติในอิริยาบถย่อย มีปรากฏอยู่ในหมวดสัมปชัญญูปัพพะ กายานุปัสสนาสติปัฏฐานแห่งมหาสติปัฏฐานสูตร ดังนี้คือ

ขณะก้าวไปข้างหน้า กำหนดว่า “ก้าวหนอ” หรือ “ไปหนอ” “เมื่อก้าวไปข้างหน้า หรือถอยหลังกลับ ย่อมกำหนดรู้อยู่” (อภิกกนเต ปฏิกกนเต สมปชานการี โหติ)

ขณะเหลียวซ้ายและแลขวา กำหนดว่า “เหลียวหนอ” “เมื่อเหลียวซ้ายแลขวา ย่อมกำหนดรู้อยู่” (อาโลกิเต วิลอกิเต สมปชานการี โหติ)

ขณะคู้เข้าและเหยียดออก กำหนดว่า “คู้หนอ” “เหยียดหนอ” “เมื่อคู้หรือเหยียด ย่อมกำหนดรู้” (สมมิณชิเต ปสริเต สมปชานการี โหติ)

ขณะจับสิ่งของต่าง ๆ เช่น ผ้าถุง ผ้าห่ม บาตร จีวร เป็นต้น กำหนดรู้ว่า “ถูกหนอ” “จับหนอ” “มาหนอ” เป็นต้น เมื่อครองจีวร (ถุงห่ม) ถือบาตร พาดสังฆาฏิ ย่อมกำหนดรู้อยู่ (สงฆาฏิปัตตจีวรธารณ สมปชานการี โหติ)

ขณะบริโภคอาหาร ต้ม เคี้ยว ลิ้ม กำหนดว่า “ไปหนอ” “จับหนอ” “ยกหนอ” “อ้าหนอ” “ถูกหนอ” “เคี้ยวหนอ” “กลืนหนอ” โดยภาวนาให้ตรงตามอาการเป็นจริงที่ว่า “เมื่อกิน ต้ม เคี้ยว ลิ้มย่อมกำหนดรู้อยู่” (อลิเต ปีเต ขายิเต สายิเต สมปชานการี โหติ)

ขณะถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ กำหนดว่า “ถ่ายหนอ” เมื่อถ่ายอุจจาระ ถ่ายปัสสาวะ ย่อมกำหนดรู้อยู่ (อุจจารปัสสาวกมเม สมปชานการี โหติ)

ขณะเดิน ยืน นั่ง หลับ (จะหลับ) ตื่น พุด นิ่ง กำหนดว่า “เดินหนอ” “ยืนหนอ” “นั่งหนอ” “หลับหนอ” “ตื่นหนอ” “พุดหนอ” “นิ่งหนอ” เมื่อไป ยืน นั่ง หลับ ตื่น พุด นิ่ง ก็ย่อมกำหนดรู้อยู่ (คเต ฐิตे นิสินเน สุตเต ชาคริเต ภาสิเต ตุน्हีภาเว สมปชานการี โหติ)<sup>๑๒๗</sup>

<sup>๑๒๕</sup> ฝ่ายวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, คู่มือสมาธิภาวนาสวดมนต์แปล, หน้า ๑๒๐.

<sup>๑๒๖</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

<sup>๑๒๗</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๖/๒๕๐, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

ข้อสังเกต ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ขณะเดินจงกรมเป็นระยะ เมื่อมี อารมณ์จรอย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นเด่นชัด ให้หยุดยืนเสียก่อน แล้วจึงไปกำหนดอารมณ์ที่เกิดขึ้นนั้น เมื่ออารมณ์ที่เกิดขึ้นหายไป หรือดับไปแล้ว ให้กลับมากำหนดอารมณ์กัมมัฏฐานเดิม คือ จงกรมต่อไป ส่วนในการนั่งกำหนด ก็มีวิธีปฏิบัติโดยทำนองเดียวกันนี้ คือ เมื่อมีอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น ก็ให้ละ หรือหยุดการกำหนด “พองหนอ” “ยุบหนอ” ของท้องเอาไว้ แล้วไปกำหนดอารมณ์จรนั้น เมื่ออารมณ์ที่เกิดขึ้นนั้นหายไปหรือดับไปแล้ว จึงกลับมากำหนดอารมณ์หลักคือ “พองหนอ” “ยุบหนอ” ต่อไป<sup>๑๒๘</sup>

## ๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เวทนา หมายถึง ความรู้สึก หรือความเสวยอารมณ์ที่ปรากฏ ในขณะที่ปฏิบัติทั้งทางกาย และจิตใจ เช่น ความรู้สึกเป็นสุขใจ ดีใจ ปลาบปลื้ม หรือทุกข์ใจ อึดอัด ชัดเคือง ไม่พอใจ ไม่สบายใจ เป็นต้น เวทนานี้เมื่อจำแนกออกไปแล้วมี ๓ ประเภท คือ สุขเวทนา ๑ ทุกขเวทนา ๑ อุเบกขาเวทนา ๑ เมื่อนั่งกำหนดอาการท้องพอง-ยุบอยู่ ถ้าหากเวทนามีความ ชัดเจนกว่าอาการพอง-ยุบ ก็ควรตั้งใจ กำหนด จนกระทั่งเวทนาหรือความเสวยอารมณ์นั้น ๆ จะเสื่อมไป หายไป ถ้ามีอารมณ์อื่นที่ชัดเจน มากกว่านี้ก็ย้ายไปกำหนดอารมณ์นั้นทันที ควรกำหนด ทีละอารมณ์ ไม่ควรกำหนดหลายอย่างพร้อม กัน เพราะจะทำให้เกิดความสับสนจนก่อให้เกิดความเครียดมากขึ้น ซึ่งอาจจะไม่เป็นผลดีแก่ผู้ปฏิบัติ ใหม่<sup>๑๒๙</sup>

ในมหาสติปัฏฐานสูตร<sup>๑๓๐</sup> พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสว่า

“สุขขี วา เวทนี เวทยมาโน สุขขี เวทนี เวทยามีติ ปชานาติ” (ภิกษุ/โยคี) เมื่อรู้สึก สบายอยู่ ก็รู้ว่า (ตน) สบาย ๆ

“ทุกขี วา เวทยมาโน ทุกขี เวทนี เวทยามีติ ปชานาติ” (ภิกษุ/โยคี) เมื่อรู้สึกไม่สบาย ก็รู้ว่า (ตน) ไม่สบาย ๆ

“อทุกขมสุขขี เวทนี เวทยมาโน อทุกขมสุขขี เวทนี เวทยามีติ ปชานาติ” (ภิกษุ/โยคี) เมื่อรู้สึกเฉย ๆ ก็รู้ว่า (ตน) รู้สึกเฉย ๆ ๆ (อทุกขมสุขขี คือ ไม่สุขทุกข์ หรือเฉย ๆ )

วิธีปฏิบัติขณะปวดให้กำหนดว่า “ปวดหนอ ๆ” ขณะเจ็บ กำหนดว่า “เจ็บหนอ ๆ” ขณะชา กำหนดว่า “ชาหนอ ๆ” ขณะคัน กำหนดว่า “คันหนอ ๆ” ขณะเมื่อย กำหนดว่า “เมื่อยหนอ ๆ” ขณะแสบ กำหนดว่า “แสบหนอ ๆ” เมื่อรู้สึกเฉย ๆ ให้ตั้งสติกำหนดว่า “เฉยหนอ ๆ” เป็นต้น

การกำหนดรู้เวทนานี้ ผู้ปฏิบัติต้องมีความอดทนค่อนข้างมาก เพราะถ้ามีความอดทน น้อยคอยเปลี่ยนอิริยาบถอยู่บ่อย ๆ จะทำให้เสียสมาธิมาก ถ้าทนไม่ไหวจริง ๆ ก็ควรกำหนดเวลาใน

<sup>๑๒๘</sup> พระมหาบุญเลิศ ธมฺมทสฺสี (โอรุสฺสุ) และคณะ, “ศึกษาทัศนคติของพุทธศาสนิกชนที่มีต่อการปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐาน”, รายงานการวิจัย, หน้า ๔๙ - ๕๐.

<sup>๑๒๙</sup> พระอธิการสมศักดิ์ โสรโท, คู่มือการพัฒนาจิตตามแนวสติปัฏฐาน ๔ สำหรับผู้ปฏิบัติใหม่, พิมพ์ ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : ศิลปาคมการพิมพ์, ๒๕๕๐), หน้า ๔๕.

<sup>๑๓๐</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐/๒๕๔, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓-๓๑๔.

การนั่งให้น้อยลง และค่อย ๆ เพิ่มทีละ ๓, ๕, ๑๐ นาที เมื่อนั่งครบตามเวลาที่ตั้งใจไว้ แล้วจึงเปลี่ยนอิริยาบถไปเดินจงกรม เมื่อเดินจงกรมครบตามเวลาที่ได้กำหนดไว้ ก็กลับมานั่ง พยายามเดินสลับนั่งสลับกัน ไม่ควรจะเดินหรือนั่งอย่างเดียว เพราะจะทำให้อิริยาบถหรืออิทธิย ๕ ไม่สม่ำเสมอ ถ้าเป็นไปได้ควรเดินและนั่งให้เท่า ๆ กันไป ตั้งแต่เริ่มต้น<sup>๓๓๑</sup> การตามกำหนดรู้เวทนานี้ นับเนื่องในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๓๓๒</sup>

การปฏิบัติเวทนานุปัสสนา คือ การกำหนดรู้ความรู้สึกที่เป็นไปต่าง ๆ เช่น รู้สึกสุข รู้สึกทุกข์ รู้สึกไม่สุขไม่ทุกข์ หรือเฉย ๆ เช่น รู้สึกปวด ก็ให้กำหนดว่าปวดหนอ ขณะเมื่อยให้กำหนดว่าเมื่อยหนอ เมื่อรู้สึกสบายก็ให้กำหนดว่าสบายหนอ โดยให้กำหนดรู้ไปตามความเป็นจริง

### ๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

จิต หมายถึง ธรรมชาติหรือสภาวะธรรมอย่างหนึ่งที่ทำหน้าที่คิด และรับรู้อารมณ์ผู้ปฏิบัติควรกำหนดรู้ตามสภาพที่เป็นจริง ดังนี้

การตามกำหนดรู้จิต ที่คิดน้อมไปหาหรือรับอารมณ์ในที่ไกลหรือใกล้ ผู้ปฏิบัติควรเอาใจใส่เป็นพิเศษ เพราะการกำหนดรู้จิตนั้นเป็นของละเอียดอ่อนมาก ถ้ากำหนดไม่ถูกวิธี บางครั้งทำให้สับสนและฟุ้งซ่านมากขึ้น อาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความเครียด และอาการมึนตึ๊งของศีรษะได้ อันปัญหา และอุปสรรคของผู้ปฏิบัติบางท่านที่ขาดความเข้าใจในวิธีกำหนดรู้แบบนี้อย่างถูกต้อง การกำหนดต้องพิจารณาด้วยสติสัมปชัญญะให้รู้ตามความจริงที่เกิดขึ้น ไม่ต้องไปคิดปรุงแต่งหรือใส่ข้อมูลอื่นใดเข้าไปอีก ขอให้กำหนดรู้อย่างเดียว มันเกิดอะไร คิดอะไรก็ให้กำหนดรู้ไปตามนั้น เพราะเรามีหน้าที่กำหนดรู้ตามความจริงที่เกิดขึ้น เราไม่มีหน้าที่คิด แต่จิตมีหน้าที่คิด เรามีหน้าที่กำหนดรู้ ก็ให้ทำหน้าที่กำหนดรู้ไปตามนั้น<sup>๓๓๓</sup>

วิธีปฏิบัติ ให้ตั้งสติกำหนดที่จิตนั้น ๆ เช่น ในขณะที่กำลังปฏิบัติตามอิริยาบถใหญ่น้อยอยู่นั้น เมื่อจิตคิดถึงเรื่องต่าง ๆ ให้ตั้งสติกำหนดว่า “คิดหนอ” เมื่อจิตกำหนดยินดีในอารมณ์ ชอบใจในอารมณ์ อยากได้อารมณ์เกิดขึ้น ให้ตั้งสติกำหนดว่า “ยินดีหนอ” “ชอบหนอ” เมื่อจิตโกรธให้ตั้งสติกำหนดว่า “โกรธหนอ” เมื่อจิตหลงให้ตั้งสติกำหนดว่า “หลงหนอ” เมื่อจิตฟุ้งซ่าน ให้ตั้งสติกำหนดว่า “ฟุ้งซ่านหนอ” เมื่อจิตหุดหู่ทอดยให้ตั้งสติกำหนดว่า “หุดหู่หนอ” เมื่อจิตอยากยืน อยากเดิน อยากนั่ง อยากนอน อยากถอยกลับ เป็นต้น ให้ตั้งสติกำหนดว่า “อยากยืนหนอ” “อยากเดินหนอ” “อยากนั่งหนอ” “อยากนอนหนอ” “อยากถอยหนอ” เมื่อจิตรำคาญ ให้ตั้งสติกำหนดว่า “รำคาญหนอ” เมื่อจิตโง่งวง ให้ตั้งสติกำหนดว่า “ง่วงหนอ”<sup>๓๓๔</sup> การมีสติติดตามจิตที่ตั้งที่กล่าวมานี้เรียกว่าจิตตานุปัสสนา<sup>๓๓๕</sup>

การปฏิบัติจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การตามกำหนดรู้จิต ที่คิดน้อมไปรับอารมณ์

<sup>๓๓๑</sup> พระอธิการสมศักดิ์ โสโร, คู่มือการพัฒนาจิตตามแนวสติปัฏฐาน ๔ สำหรับผู้ปฏิบัติใหม่, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : ศิลปาคมการพิมพ์, ๒๕๕๐), หน้า ๔๖.

<sup>๓๓๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓-๓๑๔.

<sup>๓๓๓</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๘.

<sup>๓๓๔</sup> พระมหาไสว ญาณวีโร. ดร., คู่มือสมาธิภาวนา สวตมน์แปล สำนักงานพุทธมณฑล สำนักงานพระพุทธรักษาแห่งชาติ, หน้า ๖๔.

<sup>๓๓๕</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

ต่าง ๆ เช่น เมื่อจิตคิดถึงเรื่องต่าง ๆ ให้ตั้งสติกำหนดว่า คิดหนอ โดยให้รู้ไปตามความเป็นจริง ไม่ต้องไปคิดปรุงแต่งความคิดนั้น เพราะเรามีหน้าที่กำหนดรู้ตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้นเท่านั้น

#### ๔) ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ธรรมะ คือ ธรรมารมณฺ์ หมายถึง สิ่งที่เกิดรู้หรือสิ่งที่มาประกอบกับจิตปรุงแต่งจิต เมื่อจะเรียกให้ตรงกับสภาวะของผู้ปฏิบัติก็ได้แก่ สภาวะธรรม ซึ่งผู้ปฏิบัติควรใส่ใจเฝ้าดู และกำหนดรู้ให้ทันปัจจุบันโดยอาศัยความเพียรมีสติรู้อยู่ทุกขณะ<sup>๑๓๖</sup> ได้แก่ ธรรม ๕ หมวด คือ (๑) นีวรณฺ์ ๕<sup>๑๓๗</sup> (๒) อุปาทานขันธ ๕<sup>๑๓๘</sup> (๓) आयตนะ ๑๒<sup>๑๓๙</sup> (๔) โพชฌงค์ ๗<sup>๑๔๐</sup> (๕) อริยสัจ ๔<sup>๑๔๑</sup> ส่วนอนุปัสสนา แปลว่า “การรู้เห็นเนื่อง ๆ” ได้แก่ ปัญญา รู้เห็นธรรมทั้งหลาย ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้มีอารมณฺ์ กว้างขวางมาก เหมาะสำหรับผู้บุคคล ผู้มีทิวฏฐิจริตที่มีปัญญาเฉียบแหลม<sup>๑๔๒</sup>

ธรรม ๕ หมวด มีดังนี้

(๑) นีวรณฺ์ ๕ ได้แก่ ความพอใจในกาม ความคิดร้าย ความหดหู่และเซื่องซึม ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ ความลึกลับสงสัย

(๒) อุปาทานขันธ ๕ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

(๓) आयตนะ ๑๒ ประกอบด้วย आयตนะภายใน ๖ และ आयตนะภายนอก ๖ ได้แก่ รัชตตา รัชตรูป รัชตหู รัชตเสียง รัชตจมูก รัชตกลิ่น รัชตลิ้น รัชตรส รัชตกาย รัชตโณภูมฺ์พระ รัชตใจ รัชตธรรมารมณฺ์

(๔) โพชฌงค์ ๗ ได้แก่ สติสัมโพชฌงค์ ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ วิริยสัมโพชฌงค์ ปิตติสัมโพชฌงค์ ปัสสทธิสัมโพชฌงค์ สมาธิสัมโพชฌงค์ อุเบกขาสัมโพชฌงค์

(๕) อริยสัจ ๔ ได้แก่ ทุกขัง ทุกขสมุทัย ทุกขนิโรธ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา<sup>๑๔๓</sup>

วิธีปฏิบัติ ให้ตั้งสติกำหนดที่อารมณ์นั้น ๆ ขณะที่อารมณ์นั้น ๆ เกิดขึ้น เช่น ขณะที่กำลังปฏิบัติ กามฉันทะเกิดขึ้นก็ให้ตั้งสติกำหนดว่า “ยินดีหนอ” หรือ “น่าปรารถนาหนอ” เมื่อกามฉันทะหายไป ให้ตั้งสติกำหนดว่า “กามฉันทะหายไปหนอ” เมื่อความโกรธเกิดขึ้น ให้ตั้งสติกำหนดว่า “โกรธหนอ” เมื่อรู้สึกง่วงเหงาและรู้สึกเกียจคร้าน ให้ตั้งสติกำหนดว่า “ง่วงหนอ” “เกียจคร้านหนอ” เมื่อรู้สึกตื่นเต้นให้ตั้งสติกำหนดว่า “ตื่นเต้นหนอ” เมื่อความฟุ้งซ่าน หรือหงุดหงิดรำคาญใจเกิดขึ้น ให้ตั้งสติกำหนดว่า “หงุดหงิดหนอ” “รำคาญหนอ” เมื่อเกิดความสงสัยเกี่ยวกับ

<sup>๑๓๖</sup> ดูรายละเอียดใน พระอริการสมคักดิ์ โสรโท, คู่มือการพัฒนาจิตตามแนวสติปัฏฐาน ๔ สำหรับผู้ปฏิบัติใหม่, หน้า ๕๑.

<sup>๑๓๗</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

<sup>๑๓๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘-๓๑๙.

<sup>๑๓๙</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙-๓๒๑.

<sup>๑๔๐</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๑-๓๒๓.

<sup>๑๔๑</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖-๔๐๓/๓๒๔-๓๓๘.

<sup>๑๔๒</sup> ดูรายละเอียดใน พระมหาไสว ญาณวีโร. ดร., คู่มือสมาธิภาวนา สวตมณต์แปล สำนักงานพุทธมณฑล สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ, หน้า ๖๕.

<sup>๑๔๓</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖-๔๐๓/๓๒๔-๓๓๘.



พระพุทธเจ้าหรือพระธรรมให้ตั้งสติกำหนดว่า “สงสัยหนอ”<sup>๑๔๔</sup> การมีสติติดตามดูธรรมในธรรมทั้งหลายดังกล่าวมานี้ เรียกว่า “ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน”<sup>๑๔๕</sup> การปฏิบัติธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การตั้งสติกำหนดรู้ธรรมารมณ์ทั้งหลาย ได้แก่ นิรวณ ๕ อุปาทานชั้น ๕ อายุตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔ โดยให้ตั้งสติกำหนดอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นตามความเป็นจริง

สรุปว่า การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ควรกำหนดรู้รูปนามให้ได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน ของการฝึกปฏิบัติ โดยเริ่มจากกายานุปัสสนา ซึ่งง่ายต่อการกำหนดเสียก่อน โดยการกำหนดรู้อิริยาบถหลัก คือ ยืน เดิน นั่ง นอน และอิริยาบถย่อยต่าง ๆ เช่น การกิน ดื่มน้ำ นุ่งห่ม เดินหน้า ถอยหลัง เป็นต้น ในระหว่างที่ติดตามดูกายอยู่นั้น หากมีเวทนา คือ ความสุข ทุกข์ หรือไม่สุขไม่ทุกข์ เกิดขึ้นมาเด่นชัด ก็ให้กำหนดรู้อาการเวทนานั้น เรียกว่า เวทนานุปัสสนา หรือจิตเกิดคิดน้อมไป ในอารมณ์ต่าง ๆ ก็ให้กำหนดรู้ตามที่จิตคิดไปนั้น เรียกว่า จิตตานุปัสสนา หากมีสภาวธรรมใดเกิดขึ้น ก็ให้กำหนดรู้สภาวธรรมนั้น เรียกว่า ธัมมานุปัสสนา เมื่อได้กำหนดอารมณ์จรรอย่างใดอย่างหนึ่ง ที่เกิดขึ้นมาแล้วนั้น เมื่ออารมณ์ที่เกิดขึ้นนั้นหายไปหรือดับไปแล้ว ให้กลับมากำหนดอารมณ์กัมมัฏฐานเดิมเมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดรู้รูปนามได้อย่างถูกต้อง ก็เท่ากับว่าได้ปฏิบัติธรรมตามแนว สติปัฏฐาน ๔ ด้วย

## ๒.๕ บทสรุป

ธรรมที่เป็นปฏิกิริยาต่อการบรรลุดุธรรม หมายถึง ธรรมที่อยู่ฝ่ายตรงข้ามที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุดุธรรมได้ ธรรมที่เป็นข้าศึกต่อการบรรลุดุธรรม หรือ ธรรมที่มาขัดขวางไม่ให้ผู้ปฏิบัติบรรลุดุธรรมผล และเข้าสู่นิพพานได้ ได้แก่ เหตุ ๒ อันตราย ๕ อุปสรรค ๖ เครื่องกัน ๘ นิรวณ ๕ และวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ และส่วนหลักธรรมที่สำคัญที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุดุธรรมได้ คือ โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ซึ่งรวมอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ ธรรมเหล่านี้เป็นธรรมที่เกิดขึ้นร่วมกันในขณะที่ผู้ปฏิบัติบรรลุดุธรรมนั่นเอง อย่างไรก็ตามผู้ปฏิบัติจะต้องปฏิบัติวิปัสสนากายนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ การพิจารณาธรรมตามสภาวะความเป็นจริงให้รู้เท่าทันกิเลส เพื่อไม่ให้กิเลส ออกุศลต่าง ๆ เข้าครอบงำได้ ด้วยการใช้อุปาทานทั้ง ๔ ในการกำหนดรู้ เช่นพิจารณาดูกายในกาย เวทนาทในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรมทั้งหลาย แล้วเมื่อเจริญสติปัฏฐาน ๔ อย่างต่อเนื่องย่อมมีอานสงส์คือเพื่อความหมดจดของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อพ้นจากความโศกและความรำไรรำพัน เพื่อดับทุกข์กายและทุกข์ใจ เพื่อบรรลุดุริยมรรค และเพื่อทำพระนิพพานให้แจ้ง บุคคลใดก็ตาม เจริญสติปัฏฐาน ๔ อย่างนี้อย่างติดต่อกันไม่ขาดสาย ตลอด ๗ ปี อย่างต่ำ ๗ วัน ย่อมหวังผลได้ไม่อย่างใดก็อย่างหนึ่งคือ บรรลุดุหรือหลุดพ้นในปัจจุบัน หรือถ้ามีอุปาทานเหลืออยู่ จะสามารถบรรลุดุเป็นพระอนาคามีได้ ในปัจจุบันชาติเวไนยสัตว์ผู้มีปัญญาแก่กล้า ย่อมสามารถเจริญสติปัฏฐาน แล้วบรรลุดุ

<sup>๑๔๔</sup> พระมหาไสว ญาณวีโร. ดร., คู่มือสมาธิภาวนา สวตมณต์แปล สำนักงานพุทธมณฑล สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ, หน้า ๖๘-๖๙.

<sup>๑๔๕</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒-๔๐๓/๓๑๖-๓๓๘.

## บทที่ ๓

### ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาทีปนีฎีกา

คัมภีร์วิปัสสนาทีปนีฎีกาการงานขึ้นโดยพระอาจารย์ภททันตะอาสาเถระ ที่ได้รับงานเพื่อเป็นคู่มือการเรียนให้กับสำนักเรียนพระอภิธรรมโชติภิกขุวิทยาลัยในภาค วิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งเป็นการรงานขึ้นโดยรวบรวมจากคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเช่นคัมภีร์พระอภิธรรมมัตถสังคหะและอื่น ๆ อีกมากมาย ผู้วิจัยแบ่งประเด็นของการศึกษาความดับในคัมภีร์เล่มนี้ไว้ ดังนี้

- ๓.๑ ความหมายของความดับ
- ๓.๒ ประเภทของความดับ
- ๓.๓ คัมภีร์วิปัสสนาทีปนีฎีกา
- ๓.๔ ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาทีปนีฎีกา
- ๓.๕ บทสรุป

#### ๓.๑ ความหมายของความดับ

ความดับ หมายถึง ก. สูญสิ้นไป เช่น วิญญาณดับ อนาคตดับ สิ้นแสง เช่น ไฟดับ เดือนดับ ทำให้สิ้นแสง เช่น ดับไฟ ทำให้สิ้น เช่น ดับกิเลส ดับทุกข์ ทำให้ระงับ เช่น ดับโทสะ ดับโมโห หยุดหรือทำให้หยุด เช่น เครื่องดับ ดับเครื่อง°.

ความดับที่หมายถึง กิเลสที่ดับ มีความหมายตรงกับคำที่เป็นภาษาบาลี ว่านิโรธ ซึ่งสามารถวิเคราะห์ความหมายตามหลัก สัททนต์ ได้ ดังนี้

นิโรธ หมายถึง พระนิพพาน, ความดับ

วิเคราะห์ศัพท์ได้ ดังนี้ นิรุชฌนติ เอตถ ราคาทโยติ นิโรโธ มาจากนิบทหน้า รุช ธาตุในความหมายว่ากักขัง, ปิดกั้น ณ ปัจจัย,ลบ ณ, พฤทธิ อู เป็น โอ แปลว่าธรรมเป็นที่ดับแห่งราคะ

รุชนติ นิพพานนติ โรโธ (กิเลส), โส เอตถ นตถิติ นิโรโธ มาจาก นิ แทน น บทหน้า +โรธ ศัพท์ แปลว่า ธรรมเป็นที่ไม่มีกิเลสที่ปิดกั้นพระนิพพาน°

สรุปว่า ความดับมีความหมายตรงกับคำว่านิโรธในศัพท์บาลี ที่มีความหมายว่า ความดับแห่งกิเลส หรือ สภาวะที่กิเลสดับที่หมายถึงพระนิพพานนั่นเอง

° ราชบัณฑิตสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตสถาน พ.ศ. ๒๕๕๔, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๔๒๘.

๒ พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙,ราชบัณฑิต), ศัพท์วิเคราะห์, พิมพ์ครั้งที่ ๓ (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เพียงเที่ยง, ๒๕๕๘), หน้า ๔๙๑.

## ๓.๒ ประเภทของความดับ

๓.๒.๑ นิโรธ<sup>๓</sup> คือ ความดับกิเลส, ภาวะไร้กิเลสและไม่มีทุกข์เกิดขึ้น

๑. วิกขัมภนนิโรธ ดับด้วยข่มไว้ คือ การดับกิเลสของท่านผู้บำเพ็ญฌาน ถึงปฐมฌาน ย่อมข่มนิเวรณไว้ได้ ตลอดเวลาที่อยู่ในฌานนั้น

๒. ตทังคนิโรธ ดับด้วยองค์นั้นๆ คือ ดับกิเลสด้วยธรรมที่เป็นคู่ปรับหรือธรรมที่ตรงข้าม เช่น ดับสักกายทิฏฐิด้วยความรู้ที่กำหนดแยกนามรูปออกได้ เป็นการดับชั่วคราวในกรณีนั้น ๆ

๓. สมุจเฉทนิโรธ ดับด้วยตัดขาด คือ ดับกิเลสเสร็จสิ้นเด็ดขาด ด้วยโลกุตตรมรรค ในขณะที่แห่งมรรคนั้น ชื่อสมุจเฉทนิโรธ

๔. ปฏิปัสสัทธินิโรธ ดับด้วยสงบระงับ คือ อาศัยโลกุตตรมรรคดับกิเลสเด็ดขาดไปแล้ว บรรลุโลกุตตรผล กิเลสเป็นอันสงบระงับไปหมดแล้ว ไม่ต้องขวนขวายเพื่อดับอีก ในขณะแห่งผลนั้นชื่อ ปฏิปัสสัทธินิโรธ

๕. นิสสรณนิโรธ ดับด้วยสลัดออกได้ หรือดับด้วยปลดปล่อยไป คือ ดับกิเลสเสร็จสิ้นแล้ว ดำรงอยู่ในภาวะที่กิเลสดับแล้วนั้นยังยืนตลอดไป ภาวะนั้นชื่อนิสสรณนิโรธ ได้แก่อมตธาตุ คือ นิพพาน

### ๓.๒.๒ นิโรธ ๒

๑) อุปาทนิโรธ ได้แก่ ความดับที่ยังมีอาการเกิดขึ้น

๒) อนุปปาทนิโรธ ได้แก่ ความดับที่เป็นมัคคนิโรธ เช่นนิโรธของผู้เข้าผลสมาบัตินิโรธสมาบัติ<sup>๔</sup>

สรุปได้ว่าคำวานิโรธแบ่งออกได้เป็น ๒ ประเภทใหญ่ ๆ คือ (๑) ประเภทที่ดับแล้วยังมีอาการเกิดขึ้น เรียกว่า อุปาทนิโรธ และ (๒) ความดับที่เป็นมัคคนิโรธ ได้แก่นิโรธของท่านผู้เข้าผลสมาบัติและนิโรธสมาบัติ

## ๓.๓ คัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา

วิปัสสนาที่ปณีฎีกา รจนาโดย พระภัททันตะ อาสภเถระ ที่รจนาขึ้นสำหรับนักศึกษาในพระอภิธรรมโชติกวิทยาลัย โดยท่านรจนาขึ้นจากประสบการณ์การปฏิบัติของท่านในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาและแนะนำวิธีสอบอารมณ์สำหรับพระวิปัสสนาจารย์ โดยมีการอ้างอิงจากคัมภีร์พระพุทธศาสนา ตั้งแต่พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกาต่าง ๆ ไว้อย่างครบถ้วน ผู้วิจัยศึกษาไว้ ดังนี้

<sup>๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทเอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๑๖๗.

<sup>๔</sup> พระภัททันตะ อาสภเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป., หน้า ๑๕๗.

### ๓.๓.๑ ความเป็นมา

ความเป็นมาของหนังสือวิปัสสนาที่ปณีฎีกา เกิดจากนักศึกษาพระอภิธรรมผู้หนึ่งชื่อว่า นายแพทย์สมหวัง ฉายะจินดา ได้ปรารภกับหลวงพ่อภัททันตะ ว่า หนังสืออภิธรรมมัตถสังคหะอรรถกถาปริเฉทที่ ๙ เฉพาะภาคแรกคือ สมถกัมมัฏฐาน ท่านอาจารย์สัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ ได้แปลไว้สำเร็จแล้ว ยังขาดภาคหลังคือ วิปัสสนากรรมฐาน จึงขอร้องให้พระอาจารย์ภัททันตะช่วยแต่งหนังสือวิปัสสนาปกรณ์ เพื่อเป็นประโยชน์แก่นักศึกษาพระอภิธรรมทั้งหลาย และเพื่อใช้เป็นหลักสูตรการศึกษาพระอภิธรรม ณ อภิธรรมโชติกวิทยาลัย

เมื่อพระอาจารย์ภัททันตะได้รับอาราธนาแล้ว ก็เห็นว่าการรจนานี้ขึ้น และให้ชื่อว่า วิปัสสนาที่ปณีฎีกา โดยพระอาจารย์ผู้รจนาก็พิจารณาว่าปกรณ์เล่มนี้จะมีประโยชน์แก่นักศึกษาพระอภิธรรมและนักปฏิบัติวิปัสสนาโยคีบุคคล ซึ่งพระธรรมธีรราชมุณี พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ได้ให้คำนิยามไว้ว่า หนังสือเล่มนี้พระอาจารย์ภัททันตะรจนาโดยใช้สำนวนง่าย ๆ เพื่อเอื้อประโยชน์แก่ผู้ที่ไม่ได้เรียนบาลี โดยมีการแปลบาลีแบบถอดเอาแต่ใจความสำคัญให้ได้เนื้อหาสาระในแง่ของความหมาย โดยมีได้มุ่งที่จะแปลแต่ตัวพยัญชนะเกินไป อีกทั้งในเวลาให้หลักฐานอ้างอิง ก็พยายามที่จะยกมาเขียนไว้อย่างสมบูรณ์ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ผู้รจนามีความเชี่ยวชาญทั้งคันถธุระ และวิปัสสนาธุระ<sup>๔</sup> โดยในตอนท้ายของหนังสือ ระบุไว้ชัดเจนว่า รจนาแล้วเสร็จในปีพ.ศ. ๒๕๑๓ จ.ศ.๑๓๓๒ ตรงกับเดือน ๙ ขึ้น ๑๓ ค่ำ วันเสาร์

### ๓.๓.๒ เนื้อหาโดยสังเขป

วิปัสสนาที่ปณีฎีกามีเนื้อหาว่าด้วยเรื่องของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็นคู่มือสำหรับพระวิปัสสนาจารย์ในการสอบอารมณ์ และแนะนำการแก้ไขสภาวะของนิสิต มีเนื้อหาโดยสังเขป ดังนี้

#### ๑) ประวัติพระอาจารย์ภัททันตะ อาสภมหาเถระ

พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหาภิกษุญาณาวจรียะ พุทธศาสตร์ ดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ บรรพชาเป็นสามเณรเมื่อปี พ.ศ.๒๔๖๙ อายุ ๑๕ ปีและได้เริ่มศึกษาคันถะธุระอุปสมบทเป็นภิกษุเมื่อ พ.ศ. ๒๔๗๕ อายุ ๒๐ ปี จบการศึกษาชั้นธัมมาจริยะ พ.ศ. ๒๔๘๐ อายุ ๒๗ ปี พรรษา ๗ ศึกษาวิชาพิเศษเพิ่มเติมอีก ๓ ปี จนอายุ ๓๐ ปี และได้ดำรงตำแหน่งเป็นคณะวาจกสยาตอร์ ๑ ใน ๗ รูป ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๔๘๓ ถึง พ.ศ. ๒๔๙๓ ประจำมหาวิสุตารามมหาวิทยาลัย รวมเป็นเวลา ๑๐ ปี (คณะวาจกสยาตอร์ คือ คณะจารย์ชั้นผู้ใหญ่ประจำมหาวิทยาลัย มีหน้าที่ในการให้การศึกษาระดับปริญญา บาลี อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์ต่างๆ)

<sup>๔</sup> พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป., หน้า [ จ ].

### ชีวิตในช่วงปฐมวัย

พระอาจารย์ได้รับการศึกษาขั้นต้นเมื่อปีพุทธศักราช ๒๔๖๑ อายุได้ ๗ ปี เริ่มเรียนหนังสือตั้งแต่หลักสูตร นะโม พุทธายะ สิทธีง ไปจนถึงทศมหาชาติ ซึ่งเป็นหลักสูตรพื้นฐานการศึกษาที่กุลบุตรของพม่าจะต้องเรียนในสมัยนั้น พระอาจารย์ได้เข้าสู่ร่มผ้ากาสาวพัตร์บรรพชาเป็นสามเณรเมื่อปีพุทธศักราช ๒๔๖๙ อายุได้ ๑๕ ปี โดยมีพระภิกษุทันตะ ญาณมหาเถระ เจ้าอาวาสวัดโชติการาม เป็นพระอุปัชฌาย์ และในเวลาต่อมาอุปสมบทเป็นพระภิกษุ ได้รับฉายาว่า อาสโภณ พัทธสีมาวัดจนวนละ เขียว อำเภอยะโฮง จังหวัดปะดุกู เมื่อวันที่ ๒๑ กรกฎาคม ๒๔๗๓ โดยมี

- พระภิกษุทันตะ ญาณมหาเถระ เป็นพระอุปัชฌาย์
- พระภิกษุทันตะ อุเกลสมมหาเถระ เป็นพระกรรมวาจาจารย์
- พระภิกษุทันตะ อุปัญญามหาเถระ เป็นพระอนุสาวนาจารย์

### ภาคคันถะธุระ

พระอาจารย์ได้รับการศึกษา ดังนี้ คือ

๑. ระเบียบวินัย ข้อวัตรปฏิบัติต่าง ๆ
๒. ไวยากรณ์บาลีมหาจักจายน
๓. อภิธรรมมัตถสังคหอรรถกถา
๔. ศึกษาปริยัติธรรมชั้นสูงที่มหาวิสุตารามมหาวิทยาลัย

### วุฒิธัมมาจริยะ

เมื่ออายุได้ ๒๗ ปี ๗ พรรษา พระอาจารย์สอบได้วุฒิชั้น “ธัมมาจริยะ” ซึ่งเป็นชั้นสูงสุดแห่ง การศึกษาคณะสงฆ์พม่า

### ตำแหน่งในมหาวิสุตารามมหาวิทยาลัย

ได้ ได้รับความเห็นชอบ มีมติเอกฉันท์จากบรรดาพระมหาเถระปาติโมกข์แห่งมหาวิทยาลัยให้ ดำรงตำแหน่ง “คณะวาทกษะยาดอร์” คือ เป็นพระคณาจารย์ชั้นผู้ใหญ่ประจำมหาวิทยาลัยมีหน้าที่ให้การศึกษาระดับปริญญา บาลี อรรถกถา ฎีกา และพระคัมภีร์ต่าง ๆ ตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๔๘๓ เป็นต้นมา

### ภาควิปัสสนาธุระ

๑. เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ วัดสวนลน จังหวัดเมียนฉั่น โดยมีท่านพระอาจารย์ ภัททันตะ กวิมหาเถระ ปธานกัมมัฏฐานาจริยะ เป็นผู้บอกกรรมฐานให้
๒. เดินทางไปเข้าวิปัสสนากรรมฐานต่อ ณ วัดมหาสิ ตำบลเขตโป้น จังหวัดสวยะโป ซึ่งเป็นสำนักของมหาสิ สะยาดอร์

### ตำแหน่งพระวิปัสสนาจารย์

เมื่อ ปีพุทธศักราช ๒๔๙๓ พระอาจารย์ได้รับการถ่ายทอดวิชา “วิปัสสนาจารย์” จากพระอาจารย์ภัททันตะ โสภณมหาเถระ อัคคมหาบัณฑิต (มหาสิ สะยาดอร์) ผู้เป็นพระปรมาจารย์ต้น

ตำรับ “พองหนอ ยุบหนอ” และได้รับมอบหมายให้เป็นวิปัสสนาจารย์ประจำสำนักมหาสิริศาสนนิยสภาแห่งนครย่างกุ้ง

ในปีพุทธศักราช ๒๔๙๕ สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) มีความประสงค์จะวางรากฐานวิปัสสนาธุระไว้ ณ ประเทศไทยจึงได้แสดงความจำนงไปยังสภาพุทธศาสนาแห่งประเทศไทย ขอให้จัดส่งพระวิปัสสนาจารย์ผู้มีความรู้เชี่ยวชาญมาช่วยสอนวิปัสสนากรรมฐาน ในประเทศไทย สภาการพุทธศาสนาแห่งประเทศไทยจึงมอบหมายให้ท่านพระอาจารย์ภักทันทะ โสภณมหาเถร อัครมหาบัณฑิต เป็นผู้พิจารณาพระวิปัสสนาจารย์ที่มีคุณสมบัติเหมาะสมตามความต้องการของ สมเด็จพระพุฒาจารย์ ท่านพระอาจารย์ภักทันทะ โสภณมหาเถร อัครมหาบัณฑิต พิจารณาโดยรอบคอบแล้วจึงมีบัญชาให้พระอาจารย์ภักทันทะ อาสภเถร ธรรมจาริยะเป็นผู้รับภาระหน้าที่อันสำคัญนี้ ท่านจึงตัดสินใจเดินทางมาประเทศไทย รับหน้าที่เป็นพระวิปัสสนาจารย์สอนวิปัสสนากรรมฐานอยู่ ณ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ กรุงเทพมหานคร

เมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๐๕ พระอาจารย์ภักทันทะอาสภเถร ธรรมจาริยะได้รับอาราธนาจากนายธรรมบุญ สิงคารวณิช และพระภิกษุเดือน เนื่องจำนงค์ ให้มาเป็นพระอาจารย์สอนกรรมฐานประจำสำนักวิปัสสนาวิเวกาศรม

### ผลงานรจนานั่งสมาธิธรรมะ

แม้ว่าพระอาจารย์ภักทันทะ อาสภมหาเถร จะมีหน้าที่ในการบอกรรมฐานแก่ศิษยานุศิษย์ ซึ่งเป็นภาระที่หนักอยู่แล้ว แต่ก็ยังอุตสาหะรจนานั่งสมาธิธรรมะเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาเป็นภาษาไทยไว้ ดังต่อไปนี้

๑. แฉวนธรรมปฏิบัติ
๒. แนวปฏิบัติวิปัสสนา
๓. หลักการเจริญวิปัสสนา
๔. ปฏิจจสมุปปาทจักกเทศนา
๕. วิปัสสนาที่ปณีฎีกา

### ๒) วิปัสสนาวงศ์

กล่าวถึงสมัยครั้งทำสังคายนาครั้งที่ ๓ ณ กรุงปาฏลีบุตรแดนชมพูทวีป นำโดยพระโมคคัลลีบุตรสังฆเถระเจ้า เมื่อทำสังคายนาเสร็จสิ้นได้ส่งพระออกเผยแผ่พุทธศาสนาแบ่งออกเป็น ๙ สาย และส่งพระโสณะอรหันต์และพระอุตตระอรหันต์ เดินทางมายังดินแดนสุวรรณภูมิ ตามประวัติกล่าวว่าพระอรหันต์ทั้ง ๒ รูป เดินทางมาเมืองสุวรรณภูมิ และได้เริ่มสั่งสอนวิปัสสนากรรมฐาน โดยยกเอาอุปมาธรรมขึ้นเป็นประธาน และมหาสติปัฏฐาน ดำเนินการพิจารณาอนุปัสสนาทั้ง ๔ คือ กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา ธรรมมานุปัสสนา<sup>๖</sup> และกล่าววงศ์ของวิปัสสนาที่สืบทอดต่อกันมาใน

<sup>๖</sup> พระภักทันทะ อาสภมหาเถร, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป., หน้า ช.

แต่ละยุคสมัย มาจนถึงยุคปัจจุบัน กล่าวได้ว่าการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้รับอิทธิพลมาจาก การออก  
เผยแผ่พระพุทธศาสนาจากวงศ์ของพระโสมณะ และพระอุตตระเถระนั่นเอง

### ๓) อธิบายวิสุทธิ ๗ โดยย่อ<sup>๗</sup>

- (๑) สीलวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของศีล
- (๒) จิตตวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของจิต
- (๓) ทิฏฐิวินิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของทิฏฐิ
- (๔) กงขาวิตถณวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของญาณที่ข้ามพ้นจากความสงสัย
- (๕) มคคาคณญาณทสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ในการเห็นแจ้งของญาณว่าเป็นมคคปฏิบัติและไม่ใช่มคคปฏิบัติ

(๖) ปฏิปทาญาณทสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ในการเห็นแจ้งของญาณเป็นเครื่อง  
ดำเนินไปสู่มคคปฏิบัติโดยส่วนเดียว

(๗) ญาณทสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ในการเห็นแจ้งของญาณ

ความสำคัญของวิสุทธิทั้ง ๗ กล่าวได้ว่าเป็นเบื้องต้นแห่งการปฏิบัติจะต้องมีศีล  
วิสุทธิและจิตตวิสุทธิทั้งสองนี้เป็นรากฐานแห่งการปฏิบัติเสียก่อน ทิฏฐิวินิสุทธิเป็นต้น จนถึงปฏิบัติ  
ญาณทสสนวิสุทธิจึงจะสำเร็จได้ตามลำดับ

### ๔) แสดงลักษณะ ๓ ตามอภิมมัตถสังคหบาลี

คำว่า ลักษณะ หมายความว่า เป็นเครื่องหมายของสังขารธรรม ดังนั้นสิ่ง  
ทั้งหลายทั้งปวงที่ปรากฏมีอยู่ในโลกไม่ว่าจะเป็นรูปหรือนามสิ่งมีชีวิตหรือไม่มีชีวิตทั้งภายในและ  
ภายนอกนั้น ถ้าพิจารณาเห็นสิ่งเหล่านี้มีเครื่องหมายทั้ง ๓ แล้วก็จะตัดสินได้ว่า สิ่งเหล่านั้นล้วนแต่  
เป็นสังขารธรรมทั้งสิ้น คือ ธรรมที่ปรากฏขึ้นโดยมีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง ลักษณะมี ๓ คือ

- (๑) อนิจจลักษณะ ลักษณะที่ไม่เที่ยง
- (๒) ทกขลลักษณะ ลักษณะที่เป็นทุกข์
- (๓) อนตตลลักษณะ ลักษณะที่เป็นอนัตตา<sup>๘</sup>

<sup>๗</sup> พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป., หน้า ๔-๑๑.

<sup>๘</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑.

### ๕) แสดงอนุปัสสนา ๓ ตามอภิธัมมัตถสังคหบาลี

อนุปัสสนา หมายความว่า การรู้เห็นเนื่อง ๆ เมื่อแยกบทแล้วได้ ๒ บท คือ อนุ + ปัสสนา อนุแปลว่าเนื่อง ๆ ปัสสนา แปลว่า การรู้เห็น เมื่อรวมแล้วเป็น อนุปัสสนา แปลว่า การรู้เห็นเนื่อง ๆ ดังนี้ คำว่าอนุปัสสนา ได้แก่ ปัญญาเจตสิก คือ วิปัสสนาญาณที่พิจารณารู้เห็นในเตภูมิกสังขตธรรมโยคความเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วยเหตุนี้ อนุปัสสนาจึงมี ๓ ๑) อนิจจานุปัสสนา การพิจารณาเห็นโดยอาการไม่เที่ยง ๒) ทกขานุปัสสนา คือ พิจารณาเห็นโดยอาการเป็นทุกข์ ๓) อนตตานุปัสสนา คือ พิจารณาเห็นโดยอาการเป็นอนัตตา

ในมหาวิปัสสนา ๑๘ อนิจจานุปัสสนามีทั้งแท้ และเทียม โดยอนิจจานุปัสสนาแท้ คือ ถ้าได้กำหนดรู้ในอนิจจธรรม คือ รูป นาม ที่เกิดอยู่เฉพาะหน้านี้และ อนิจจลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่ง ก็จะปรากฏเห็น โดยความเป็นอนิจจังในขณะนั้นพร้อมกันไปด้วย การรู้เห็นในความเป็นอนิจจังโดยการกำหนดรู้เช่นนั้นนี้แหละเรียกว่า อนิจจานุปัสสนาแท้

อนิจจานุปัสสนาเทียม คือ การไม่ได้กำหนดรู้ในอนิจจธรรมที่เกิดอยู่เฉพาะหน้าแต่ประการใด เพียงแต่ทำการคิดนึกพิจารณาไปในอนิจจลักษณะแล้วบริกรรมว่า สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง

อันเป็นบัญญัติอยู่อย่างนี้ อนิจจลักษณะไม่มีโอกาสที่จะปรากฏ<sup>๔</sup>

### ๖) แสดงวิปัสสนาญาณ ๑๐ ตามอภิธัมมัตถสังคหบาลี

- (๑) สัมมสนญาณ ญาณกำหนดรู้ รูป นามเป็นพระไตรลักษณ์
- (๒) อุทยัพพญาณ ญาณกำหนดรู้ความเกิดดับของรูป นาม
- (๓) ภังคญาณ ญาณกำหนดรู้ความแตกสลายไปแห่งรูป นาม
- (๔) ภยญาณ ญาณกำหนดรู้รูปนามเป็นภัยที่น่ากลัว อาทีนวญาณ ญาณที่กำหนดรู้โทษของรูป นาม
- (๕) อาทีนวญาณ ญาณกำหนดรู้โทษของรูป นาม
- (๖) นิพพิทาญาณ ญาณกำหนดรู้ความเบื่อหน่ายในรูป นาม
- (๗) มุญจितุกัมมตาญาณ ญาณที่เกิดความปรารถนาใครจะหลุดพ้นไปจากรูปนาม
- (๘) ปฏิสังขชาญาณ ญาณที่พิจารณารูป นาม โดยพระไตรลักษณ์ อีกครั้งหนึ่ง
- (๙) สังขารุเปกชาญาณ ญาณที่วางเฉยในรูป นาม
- (๑๐) อนุโลมญาณ ญาณที่สอดคล้องกับวิปัสสนาญาณ

### ๗) แสดงวิโมกขสังคหะ

วิโมกขมี ๓ อย่างคือ (๑) สุกฺขวิโมกฺขมุข หลุดพ้นด้วยความเป็นของสุกฺข (๒) อนิมิตตวิโมกฺข คือ หลุดพ้นด้วยไม่มีนิมิตเครื่องหมาย (๓) อปฺปนฺนิตตวิโมกฺข คือ หลุดพ้นด้วยไม่เป็นที่ตั้งแห่งตัณหาปณฺธิ สรุปรว่าวิโมกฺขเป็นชื่อของอริยมรรคทั้ง ๔ อย่างนั่นเอง คือเรียกชื่อตามพระไตรลักษณ์

<sup>๔</sup> พระภททันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป., หน้า ๒๖.



หมายความว่าสำหรับผู้บำเพ็ญเพียรที่พิจารณา รูป นามเป็นอนัตตาอย่างชัดเจน ลักษณะอย่างนี้เรียกว่า สุญญตวิโมกข์ คือ หลุดพ้นทางอนัตตา หรือเข้าสู่มรรค ทาง อนัตตา ส่วนผู้ปฏิบัติที่พิจารณา เห็นรูป นาม โดยความไม่เที่ยง ลักษณะอย่างนี้เรียกว่า อนิมิตตวิโมกข์ คือ หลุดพ้นจากอนิจจังส่วนผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็น รูป นามโดยความเป็นทุกขอย่างชัดเจน ลักษณะอย่างนี้เรียกว่า อปฺปณฺหิตวิโมกข์ คือ หลุดพ้นจากทุกขัง<sup>๑๐</sup>

วิโมกข์มุขสังคหะ วิโมกข์มุข แยกเป็น ๒ บท คือ วิโมกข์ บทหนึ่ง มุข บทหนึ่ง วิโมกข์ แปลว่า การข้ามพ้นจากกิเลส มุข แปลว่า เป็นประตูหรือเป็นปาก หมายความว่า เป็นประตูทางเข้า อริยมรรค ได้แก่ มี ๓ อย่าง คือ (๑) สุญญตานุสสนา คือ การหลุดพ้นด้วยการพิจารณาเห็นว่า เป็นของสูญ วุฏฐานคามินีวิปัสสนาที่เนื่องมาจาก อนัตตลักษณะ (๒) อนิมิตตานุสสนา คือ การหลุดพ้น ด้วยการพิจารณาเห็นว่าไม่มีนิมิต วุฏฐานคามินีวิปัสสนาที่เนื่องมาจากอนิจจลักษณะ (๓) อปฺปณฺหิตานุสสนา คือ การหลุดพ้นด้วยการพิจารณาเห็นว่าไม่เป็นที่ตั้งของต้นหาปณฺธิ วุฏฐานคามินีวิปัสสนาที่เนื่องมาจากทุกขลักษณะ การบำเพ็ญวิปัสสนาภาวนาจะเข้าสู่มรรคญาณบรรลุนิพพานได้ นั้น จะต้องเข้าทางพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจลักษณะ ทุกขลักษณะ อนัตตลักษณะ แสดงวิสุทธิ ๗ โดย พิสตาร<sup>๑๑</sup>

## ๘) แสดงวิสุทธิ ๗ โดยพิสตารตามอภิธัมมัตถสังคหบาลี

### (๑) สीलวิสุทธิ ได้แก่ ปาริสุทธิศีล ๔ คือ

(๑.๑) ปาติโมกข์สวรศีล ได้แก่ ศีลที่สำรวมในพระปาติโมกข์

(๑.๒) อินทริยสวรศีล ได้แก่ ศีลที่สำรวมอินทริย์ ๖

(๑.๓) อาชีวะปาริสุทธิศีล ได้แก่ ศีลที่มีอาชีวะปาริสุทธิ

(๑.๔) ปจฺจยสนฺนิสสิตศีล ได้แก่ ศีลที่เป็นอาศัยปัจจัย ๔<sup>๑๒</sup>

### (๒) จิตตวิสุทธิ ได้แก่ สมาธิ ๒ อย่าง คือ

(๒.๑) อุปะจารสมาธิ ได้แก่ สมาธิที่เข้าไปเสียดใกล้ต่ออณู

(๒.๒) อปุปะนาสมาธิ ได้แก่ สมาธิที่ยังอณูให้เกิดขึ้น สมาธิที่แน่วแน่

อุปะจารสมาธิพร้อมด้วยสมาบัติ ๘ นี้ เรียกว่า จิตตวิสุทธิ

<sup>๑๐</sup> พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป, หน้า ๑๐๒.

<sup>๑๑</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๐๓.

<sup>๑๒</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๐๗.

### นามรูปปริจเฉทญาณที่ ๑

หลังจากจิตตวิสุทธิแล้ว ผู้ปฏิบัติมีปรีชาญาณกำหนดทั้งรูป นามได้ทั้ง ๒ อย่าง คือ การเห็นอาการpong กับอาการยุบเป็นคนละส่วน แล ใจรู้อาการpong ใจรู้อาการยุบ ญาณนี้จึงชื่อนามรูปปริจเฉทญาณ

#### (๓) ทิฏฐวิสุทธิ

ได้แก่ การกำหนดรูปร่าง นาม ด้วยสามารถลักษณะ ๑ เป็นรส ๑ เป็นปัจจุภูมิตฐาน ๑ เป็นปทภูมิตฐาน ๑ องค์ธรรม ได้แก่ ปัญญาทริยเจตสิก คือ นามรูป ปริจเฉทญาณ เพราะสามารถชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้ปราศจากสัkkายาทิฏฐิลงได้

### ปัจจยปริคคทญาณที่ ๒

เมื่อผู้ปฏิบัติทราบชัดเจนเวลาจะทำอะไรก็ตาม ใจเป็นผู้สั่งก่อน แล้วจึงค่อยทำกิริยานั้น ๆ แสดงว่า ผู้ปฏิบัติเห็นนามเป็นเหตุ รูปเป็นผล คือนาม ใจที่สั่ง เป็นเหตุ รูป (อิริยาบถที่ทำตามใจสั่ง) เป็นผล ในญาณนี้เป็นการแสดงออกของญาณนี้ โดยอารมณ์ภายใน (อหัตตติการมณ) และอารมณ์ภายนอก (พหิตถารมณ) จึงเกิดเป็นนิमितต่าง ๆ โดยกำหนด รูป (นิमितต่าง ๆ) เป็นเหตุ นาม (ความรู้สึก) เป็นผล ลักษณะของปัจจยปริคคทญาณนี้ อาการpongยุบเกิดขึ้นก่อน ใจตามรู้ทีหลัง ถ้าผู้ปฏิบัติสามารถรู้ได้ว่า รูป นาม ทั้งสองเป็นเหตุเป็นผล เป็นปัจจยซึ่งกันและกัน รูปเป็นเหตุ นามเป็นผล หรือรูปเป็นเหตุ นามเป็นผล หาใช้ตัวตน บุคคล เราเขา ย่อมข้ามพ้นความสงสัยต่าง ๆ ให้อันตรธานไป อย่างนี้เรียกว่า กังขาตรณวิสุทธิ<sup>๑๓</sup>

(๔) กังขาวิตรณสุทธิ ได้แก่ การกำหนดรู้ปัจจยแห่งนาม รูป เป็นญาณที่สามารถรู้เหตุแห่งนาม รูปวิตรณทั้งสอง คือ รูปสมุทัย เป็นเหตุของรูปสังขารเป็นเหตุของนาม เหตุของรูป นามทั้งสองอย่างนั้น เมื่อเข้าใจถูกต้องเกิดญาณข้ามพ้นความสงสัยได้ ดังนั้น ญาณนั้น ชื่อนามรูปปริจเฉทญาณ องค์ธรรมได้แก่ ปัญญาทริยเจตสิก

### สัมมสนญาณที่ ๓

การเห็นพระไตรลักษณ์อย่างแจ่มชัดเป็นลักษณะของสัมมาสนญาณนี้ เมื่อถึงญาณนี้ผู้ปฏิบัติย่อมประสบทุกขเวทนาอย่างไม่เคยพบมาก่อน ลักษณะของญาณนี้คือ (๑) การกำหนดpongยุบได้ตลอดสายคือ ระยะเวลา ระยะเวลา กลาง ระยะเวลาสุดท้าย เป็นการทราบโดยอหัตตติการมณ คือ อารมณ์ภายใน อันเป็นลักษณะของญาณนี้ (๒) มีทางลักษณะของญาณนี้โดยพหิตถารมณ คือ อารมณ์ภายนอก คือ รู้ได้โดยลักษณะของนิमितที่ปรากฏชัดเจนทั้ง ๓ ขณะ คือ อุปปาติ เกิดขึ้น ฐิติ ตั้งอยู่ รั้งคะ ดับไป (๓) มีทางลักษณะของญาณนี้โดยทางเวทนาอีกประการหนึ่ง

<sup>๑๓</sup> พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป., หน้า ๑๒๗-๑๓๑.

### อุท্থัพพญาณที่ ๔

ลักษณะพิเศษของอุท্থัพพญาณ ๑) รู้ได้จากอารมณ์ภายใน คืออาการพองยุบจะปรากฏชัดแต่เพียง ๒ ขณะ คือขณะแรก (อุปปาทะ) และขณะสุดท้าย (ภังคะ) ส่วนฐิติขณะปรากฏเร็วมาก จนผู้ปฏิบัติรู้สึกเหมือนกับว่าไม่ปรากฏ ๒) รู้ได้จากอารมณ์ภายนอก ได้แก่นิมิตที่ปรากฏต่าง ๆ เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะหายไปอย่างรวดเร็ว เพื่อแสดงความเกิด ดับให้ปรากฏชัดเจน ฉะนั้นจึงปรากฏชัดแต่เพียง ๒ ขณะ คืออุปปาทะ (ขณะเกิด) และภังคะ (ขณะดับ) ๓) รู้ได้จากอาการของเวทนา

และลักษณะพิเศษของญาณนี้ ยังมีอีก ๑ อย่าง คือ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ ได้แก่ ๑ โสภัส ๒) ญาณ ๓) ปิติ ๔) ปัสสัทธิ ๕) สุข ๖) อธิโมกษ์ ๗) ปัคคะ ๘) อุปปฏิฐาน ๙) อุเปกขา ๑๐) นิกันติ

#### (๕) มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิติ

ได้แก่การกำหนดลักษณะของมัคคปฏิบัติ ด้วยสามารถกำหนดรู้อันตรายคือ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ มี โสภัสเป็นต้น เป็นที่อาศัยของตัณหา มานะ ทิฐิ ผู้ปฏิบัติต้องต้องมีความรู้ว่ามีมัคคะ หรือไม่ใช่

#### (๖) ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิติ

ได้แก่ วิปัสสนาญาณ ๙ ของโยคาวจรผู้หลุดพ้นจากอันตราย คือ วิปัสสนูปกิเลสได้ โดยอาศัย อนิจจานุปัสสนา ทุกขานุปัสสนาและอนัตตานุปัสสนาทั้ง ๓ นั้นเอง

### ภังคญาณที่ ๕

ภังคญาณ รู้ได้จาก ๑) อารมณ์ภายใน กำหนดได้ยากขึ้น มองไม่เห็นสังขารอารมณ์ ถ้าเห็นสังขารอารมณ์เกิดขึ้นแล้วหายไปยังอยู่ในอุท্থัพพญาณ แต่ถ้าเห็นแต่หายไปอย่างเดียว ไม่รู้จะกำหนดอะไร อย่างนี้แสดงว่าถึงภังคญาณแล้ว ๒) รู้ได้จากอารมณ์ภายใน คือ เวทนาจักปรากฏมีอาการหายไปเป็นส่วนมาก ตามลักษณะของญาณ

อธิบายว่า เมื่อถึงญาณนี้แล้ว สังขารอารมณ์ย่อมปรากฏแก่โยคีผู้ปฏิบัติโดยอาการที่หาย ๆ จนเมื่อถึงเวลาเกิดขึ้นหรือตั้งอยู่ไม่เห็นเลย ถึงสันตติ ความสับสนต่อความเป็นไป ก็ขาดตอน สันฐานก็ปรากฏอาการหายไป จะกำหนดได้ ก็เพียงนิโรธ ที่มีความสิ้นเสื่อมไปและแตกดับไปเท่านั้น

คำว่านิโรธ มี ๒ อย่าง คือ ๑. อุปาทินิโรธ ได้แก่ ความดับที่ยังมีอาการเกิดขึ้น ๒) อนุปาทินิโรธ ได้แก่ความดับที่เป็นมคคนิโรธ เช่นนิโรธของท่านผู้เข้าผลสมาบัติและนิโรธสมาบัติ<sup>๑๔</sup>

### เรื่องบัญญัติ-ปรมัตติ

<sup>๑๔</sup> พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป., หน้า ๑๕๗.

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาฎีกา ถามว่า ท่านถือเอาปรมาัตถธรรมโดยอำนาจบัญญัติที่เกิดขึ้นจากอาการประธานนั้น มิใช่หรือ ตอบว่า ถือเอาแต่ต้น ๆ เท่านั้น แต่เมื่อการเจริญวิปัสสนา มากเข้า ๆ จิตจะก้าวล่วงบัญญัติเสีย ตั้งอยู่ในสภาวะล้วน ๆ ตั้งแต่ นามรูปปริเฉทญาณ จนถึง ตรุณอุท্থัพพญาณ เป็นอารมณ์บัญญัติ ทั้งสิ้น พอล่วงเข้าพลอุท্থัพพญาณ อารมณ์บัญญัติจะค่อย ๆ หายไป อารมณ์ปรมาัตถ์จะค่อยปรากฏขึ้นแทนและเมื่อถึง ภังคญาณ อารมณ์ก็จะเป็นปรมาัตถ์ ล้วน ๆ

### ภยญาณที่ ๖

สภาวะญาณจะก้าวหน้าขึ้นไปเรื่อย รูป นาม ก็ปรากฏหายไป ๆ เป็นอยู่อย่างนี้นาน ๆ เข้า ก็จะมีรู้สึกเกิดความกลัวขึ้นมาก เป็นความกลัวที่เกิดขึ้นจากการกำหนด คือ เมื่อกำหนดรูป นาม ขณะใดขณะหนึ่งก็เกิดกลัวขึ้นมา เป็นอาการกลัวที่ไม่เชิง แต่เกิดความรู้สึกว่า รูป นามอดีตก็ดับไปแล้ว เวลานี้ก็กำลังดับอยู่ต่อไปข้างหน้าก็ต้องดับ เห็นความจริงอย่างนี้ก็เกิดอาการใจหายขึ้นมา

### อาทีนวญาณ ที่ ๗

ญาณนี้จะเกิดความรู้เห็นโทษของรูป นามสังขาร ระยะนี้ไม่ว่าจะกำหนดอะไรก็พบแต่ของไม่ดีเป็นอาทีนวโทษ เกิดความไม่พอใจในรูปนามสังขารไปเสียทั้งนั้น รวมความว่า อาทีนวญาณ นั้นมีการเห็นโทษ พบแต่ความไม่ดีของรูป นามเป็นลักษณะ

### นิพพิทาญาณที่ ๘

ญาณนี้จะพบอุปสรรคอันเกิดจากสภาวะญาณต่อไปอีกคือจะเกิดความเบื่อหน่ายรูป นาม จนไม่ยอมกำหนดใจคอเหี่ยวแห้งหดหู่อย่างบอกไม่ถูก

### มูญจิตกัมมตาญาณที่ ๙

๑) ทราบได้จากเวทนา ในญาณนี้จะเกิดเวทนาขึ้นอีกครั้งหนึ่ง เวทนาในญาณนี้อาจไม่รุนแรงแต่ทำให้เกิดความรำคาญทรมานในความรู้สึก ไม่สงบและไม่พ้นไปเสียที

๒) ทราบได้จากความรู้สึกภายในว่า อยากจะออกไปจากสังสารวัฏไม่อยากจะอยู่ในไตรภพทั้ง ๓๑ ภูมิ บรรณาพระนิพพานจริง ๆ

### ปฏิสังขาญาณที่ ๑๐

๑) เวทนา จะเกิดเวทนาอย่างรุนแรงอีกขึ้นหนึ่ง ข้อสังเกต มูญจิตกัมมตาญาณ เวทนาเกิดมากแต่ไม่รุนแรง แต่ในปฏิสังขาญาณนั้นเวทนาน้อยแต่รุนแรงกว่า เป็นการกำหนดพระไตรลักษณ์ให้ชัดเจนขึ้นอีกครั้งหนึ่งเท่านั้นเอง

๒) การกำหนด เมื่อถึงญาณนี้การกำหนดไม่ค่อยสะดวกต้องพยายามเป็นอย่างมาก ลักษณะของญาณนี้คือ โยคีต้องใช้ความพยายามอย่างหนักในการกำหนด

สรุปว่า เมื่อผู้ปฏิบัติเข้ามาถึงญาณนี้แล้ว ต้องมีการกำหนดเห็นพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง

ทุกขัง อนัตตาให้ชัดเจนและหนักแน่นเข้าอีกครั้งหนึ่ง เพราะเป็นสภาวะและลักษณะของปฏิสังขารญาณ

### สังขารุปกชาญาณ ที่ ๑๑

เมื่อถึงญาณนี้ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกสบายขึ้น แต่จะว่าดีก็ไม่เชิง จะว่าไม่ดีก็ไม่ใช่ เวทนาทั้งหลายไปองค์ประกอบของสังขารุปกชาญาณมี ๖ ประการ ดังนี้

๑) ไม่มีความกลัว ไม่มีความยินดี ยินร้าย ปราศจากอุปสรรคความขัดข้องกำหนดได้ง่ายที่สุด

๒) ดีใจก็ไม่มี เสียใจก็ไม่มี มีแต่ตั้งสติกำหนดรู้ เเฉยอยู่

๓) วางเฉยในอารมณ์สังขารทั้งปวง

๔) สมาธิตั้งอยู่นาน หมายความว่า กำหนดอยู่ได้นาน ๆ ไม่อยากลุกขึ้น เพราะใจสงบ นិเวรณไม่รบกวน

๕) กำหนดอาการรูป นามสังขารสุขุมละเอียดละออ

๖) จิตของโยคีแคบเข้ามา คิดฟุ้งซ่านออกไปน้อย

ถ้าผู้ปฏิบัติมีองค์คุณ ครบ ๖ ประการอย่างนี้แล้ว บางคน ๔-๕ วัน สภาวะญาณก็จะเลื่อน บางท่านจะตั้งอยู่ในญาณนี้นานหลายเดือน สภาวะก็ไม่เลื่อนขึ้น หรือเลื่อนต่ำลง บางคนก็สภาวะขึ้น ๆ ลง ๆ เพราะอินทรีย์ไม่เสมอ หากปรับอินทรีย์ให้เสมอแล้ว สภาวะยังไม่ก้าวหน้า อาจเป็นเพราะผู้ปฏิบัติเคยทำกรรมหนักเอาไว้ ให้พระวิปัสสนาจารย์ ช่วยบอกทางแก้อาบัติเหล่านั้นเสีย

### อนุโลมญาณที่ ๑๒

เมื่อปฏิบัติมาถึงญาณนี้ ก็เข้าสู่จุดหมายปลายทาง คือ ความดับ แต่จะมีความดับที่ไม่แท้เกิดขึ้น ความดับที่ไม่แท้นั้น เกิดได้หลายประการคือ ๑. ดับด้วยปิติ ๒. ดับด้วยปัสสัทธิ ๓. ดับด้วยสมาธิ ๔. ดับด้วย ถินมิทระ ๕. ดับด้วยอุปกขา ส่วนมากเกิดใน อุทยัพพยญาณอ่อน ในมัญญจิตกัมยตาญาณ ในสังขารุปกชาญาณ

ส่วนความดับที่แท้จริง ก็คือ ดับโดยมรรค ขณะที่สังขารุปกชาญาณถึงความแก่กล้าที่สุดในญาณนี้ถ้ากำหนด รูป นามอารมณ์ไม่ทันก็กำหนดรู้หนอ ๆ

### โคตรภูตรญาณที่ ๑๓

โคตรภูจิตหน่วงนิพพานมาเป็นอารมณ์ แล้วทำลายเสียซึ่งปุณฺณโคตรและยังอริยโคตรให้เกิดขึ้น โคตรภูมี ๒ อย่าง คือ ๑) มหัคคตโคตรภู คือ ทำลายชาติกาม ๒) โลกุตตรโคตรภู คือ ทำลายเชื้อสายของปุณฺณโคตร ญาณนี้ เป็นอาวัชชนะของมรรคญาณ ฉะนั้น จะจัดเข้าไปในปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิก็เข้าไม่ได้ และจะจัดเข้าในญาณทัสสนวิสุทธิก็เข้าไม่ได้ เพราะปราศจากลักษณะของวิสุทธิทั้งสองอย่างนี้ ฉะนั้น โคตรภูญาณจึงอยู่ในระหว่างกลางเป็นอัปโพหาริกแต่ว่าตกอยู่ในกระแสของวิปัสสนา ฉะนั้น จึงเรียกวิปัสสนาญาณเช่นเดียวกัน

### ๗ ญาณทัสสนวิสุทธิ

ญาณทัสสนวิสุทธิเป็นปัญญาในอริยมรรคที่สามารถเห็นพระนิพพานเหมือนกับได้เห็นด้วยตา ฉะนั้นจึงเรียกว่า ญาณทัสสนะ ความบริสุทธิ์หมดจดแห่งการรู้ การเห็นพระนิพพานเป็นวิสุทธิที่ปราศจากกิเลสตัณหาเครื่องมลทินทั้งมวล

### มรรคญาณที่ ๑๔

ภายหลังโคตรภูดับ พระอริยมรรคก็กำหนดรู้ทุกข์ ประหาร สมุทัย เห็นพระนิพพาน ภาวนามรรคทั้ง ๘ ให้เกิดแล้วถึงอัปนาวิถิ แม้มาถึงมรรคญาณนี้ก็ยังอยู่ในความดับ และอาการที่เข้าสู่ความดับนั้นก็ไม่เหมือนกัน มีลักษณะต่างกัน ดังนี้

๑) รูป นามสังขารมีอาการสุขุมละเอียดเป็นอย่างยิ่งเป็นธรรมดา แล้วค่อยเร็วเข้า ๆ จนถึยับและในที่สุดก็ดับไปเลย ลักษณะอย่างนี้เรียกว่า อนิมิตตวิโมกข์ คือ ดับทางอนิจจัง หรือ เข้าสู่มรรคทางอนิจจัง

๒) เมื่อเกิดทุกข์เวทนาขึ้นมาอย่างแสนสาหัส แล้วในที่สุดก็ดับไป ลักษณะการอย่างนี้เรียกว่า อัปณิหิตวิโมกข์ คือ ดับทางทุกขัง หรือ เข้าสู่มรรคทางทุกขัง

๓) เมื่อรูป นามมีอาการสุขุมละเอียดเป็นอย่างยิ่ง แล้วก็ค่อย ๆ น้อยลงเหมือนเส้นด้าย แล้วก็ขาดหายไปดับไป ลักษณะอย่างนี้เรียกว่า สุญญตวิโมกข์ คือ ดับทางอนัตตา หรือ เข้าสู่มรรคทางอนัตตา

มรรคญาณนี้เสวยพระนิพพานเป็นอารมณ์ เป็นฝ่ายโลกุตตระ เห็นอริยสังขอย่างแจ่มชัดคือ เห็นนิโรธอริยสังข เมื่อเห็นนิโรธก็ไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงอริยสังข ๓ ข้อ เพราะจะต้องพร้อมกันอยู่เอง เปรียบเสมือนคุณสมบัติของดวงไฟทำกิจ ๔ อย่างในขณะเดียวกัน กล่าวคือ เมื่อเสวยอารมณ์นิพพานก็ต้องเห็นนิโรธ เมื่อเห็นนิโรธเป็นจุดสุดยอดก็ต้องเห็นอีก ๓ อริยสังข คือ ทุกข์ สมุทัย มรรค พร้อมกันทีเดียว<sup>๑๔</sup>

### ผลญาณที่ ๑๕

เมื่อมรรคญาณปรากฏขึ้นแล้ว ผลญาณก็ปรากฏตามมาทันทีไม่มีระหว่างคั่นกลางเลย มรรคญาณนี้จะเป็นมรรคขั้นใดก็ตาม ย่อมปรากฏครั้งเดียวเท่านั้น เมื่อเกิดแล้วก็ทำการประหารกิเลสต่าง ๆ ตามอำนาจของมรรคเช่น ปฐมมรรค เกิดแล้วก็สามารถประหารกิเลสได้ ๕ อย่าง ผลญาณนี้เป็นเป็นโลกุตตระเช่นเดียวกับมรรคญาณ เพราะมรรคเป็นเหตุจึงเกิดผลญาณขึ้น อารมณ์เป็นนิพพาน ผลญาณนี้จัดเข้าในญาณทัสสนวิสุทธิโดยอนุโลม

### ปัจจเวกขณะญาณที่ ๑๖

เป็นญาณความรู้ที่เกิดขึ้นพิจารณาเห็นมรรค ผล นิพพาน กิเลสที่เหลืออยู่และกิเลสที่ละแล้วโดยอำนาจของมรรคทั้ง ๔

อธิบายกิเลส ๑๐ ประการ

กิเลส ๑๐ ประการ คือ ธรรมชาติมีสภาพเศร้าหมองเร่าร้อน และทำให้สัมปยุตตธรรม

<sup>๑๔</sup> พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป., หน้า ๑๘๖.

เศร้ามองเร้าร้อนธรรมชาตินั้น ชื่อว่ากิเลส กิเลส ๑๐ประการ คือ

- ๑) ทิฏฐิกิเลส
- ๒) วิจิกิจฉากิเลส
- ๓) โลกกิเลส
- ๔) โทสกิเลส
- ๕) โมหกิเลส
- ๖) มานะกิเลส
- ๗) อุทธัจจกิเลส
- ๘) ถีนกิเลส
- ๙) อหิริกกิเลส
- ๑๐) อนอตตปปกิเลส

กิเลสและยังโยชน์มีองค์ธรรมอันเดียวกัน แต่มีความหมายคนละแง่เพียงเท่านั้น ส่วนกิเลสที่มีองค์ธรรมต่างกับองค์ธรรมของสังโยชน์มี ๓ ประการ คือ ถีนกิเลส อหิริกกิเลส อนอตตปปกิเลส โดยอธิบายได้ว่า๘) ถีนกิเลส คือ ธรรมชาติใดทำให้จิตง่วงเหงาห่ออ้อย ธรรมชาตินี้เรียกว่า ถีนะ ๙) อหิริกกิเลส คือ สภาพที่ไม่ละอายต่ออกุศลทุจริต ๑๐) อนอตตปปกิเลส สภาพที่ไม่เกรงกลัวต่ออกุศลทุจริต

สรุปว่า โสฬสญาณ แปลว่า ญาณ ๑๖ เมื่อผู้ปฏิบัติผ่านญาณ ๑๖ ไปแล้ว ก็หมายความว่าโยคีบุคคลนั้นได้ดำเนินถึงจุดหมายปลายทางอันยิ่งใหญ่ในชีวิตได้ ทำให้ผู้บรรลุไม่ต้องไปสู่อบายภูมิ และพ้นจากสังสารวัฏแน่นอน<sup>๑๖</sup>

#### ๘) แสดงวิโมกขเภทตามอภิธรรมัตถสังคหบาลี

ในวิโมกขเภทเหล่านั้น อนัตตานุปัสสนา การละการยึดมั่นในอัตตาเสียได้ จัดเป็นวิโมกขมุข ชื่อว่าสุญญตานุปัสสนา อนิจจานุปัสสนา ละซึ่งนิमितแห่งวิปลาสธรรมเสียได้ จัดเป็นวิโมกขมุข ชื่อว่า อนิมิตตานุปัสสนา ทุกขานุปัสสนา ละตัณหาปณิธิเสียได้ จัดเป็นวิโมกขมุข ชื่อ อปปณหิตานุปัสสนา

เพราะเหตุนี้ ถ้าภูฐานคามินีวีปัสสนาเห็นแจ้งโดยความเป็น อนัตตา อริยมรรคชื่อว่า สุญญตวิโมกข์ ถ้าภูฐานคามินีวีปัสสนาเห็นแจ้งโดยความเป็นของไม่เที่ยงอริยมรรคชื่อว่า อนิมิตตวิโมกข์ ถ้าภูฐานคามินีวีปัสสนาเห็นแจ้งโดยความเป็นทุกข์ อริยมรรคชื่อว่า อปปณหิตวิโมกข์

ดังนั้น อริยมรรคจึงมีชื่อเรียก ๓ อย่าง ด้วยความสามารถแห่งการดำเนินไปของวีปัสสนา ส่วนอริยผลก็มี ๓ อย่างเหมือนกับในมรรควิธี

#### อธิบายวิโมกข์ ๓

<sup>๑๖</sup> พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ, *วีปัสสนาที่ปณีฎีกา*, ม.ป.ป., หน้า ๑๙๑-๒๐๓.

วิโมกข์ ตามวจนัตถะวิเคราะห์ศัพท์ว่า ได้รอดพ้นจากกิเลสซึ่งเป็นปฏิปักษ์ ฉะนั้น เรียกว่า วิโมกข์ ได้แก่วิโมกข์ ๓ อย่าง คือ สุญญตวิโมกข์ อนิมิตตวิโมกข์ อัปปณิหิตวิโมกข์ รวม ๓ อย่าง เป็นชื่อของอริยมรรคที่เกิดจากภูฐานคามินีวิปัสสนานั้นเอง เมื่ออริยมรรคมี ๓ อย่าง อริยผล ก็ย่อมมี ๓ อย่างเช่นกัน ข้อควรจำก็คือ ในผลสมาบัติวิถึ ถึงแม้อริยผลจะเนื่องมาจากอริยมรรคก็ตาม แต่ก็ต้องอาศัยวิปัสสนาอีก คือก่อนที่จะเข้าผลสมาบัติอริยบุคคลนั้นต้องเจริญวิปัสสนาก่อนในผลสมาบัติวิถึนั้น อริยมรรคไม่มีแล้ว

### บุคคลเภท

ในบุคคลเภทนี้ โยคีบุคคลบรรลุถึงโสดาปัตติมรรคญาณซึ่งประหาณทิฏฐิและวิจิกจณา เป็นสมุจเฉท เป็นผู้ประหารกิเลสกิเลสที่จะนำไปสู่อบายภูมิได้หมดสิ้น ชื่อว่า สัตตักขัตตูปรมโสดาบัน บุคคล

### การประหาณกิเลส

อันกิเลสตัณหานั้นมีอยู่มากกิเลสมีถึง ๑๕๐๐ ตัณหามีอยู่ ๑๐๘ เพื่อเข้าใจง่ายจึงรวมเอากิเลสตัณหาไว้เป็นหลักใหญ่ คือ ๑๐ ผู้บรรลุถึงโลกุตตรภูมิอันดับแรกสำเร็จเป็นพระโสดาบันบุคคล ด้วยอำนาจแห่งโลกุตตรภูมิเช่นนี้ย่อมทำให้ละกิเลสได้ ๒ อย่าง คือ

๑) ทิฏฐิกิเลส ได้แก่สักกายทิฏฐิ คือความเข้าใจผิดในชั้น ๕ เข้าไปยึดมั่น ถือมั่น ว่าชั้น ๕ เป็นของแห่งตน

๒) วิจิกจณากิเลส ได้แก่ ธรรมชาติที่ทำให้ตัดสินใจลำบาก ยังมีความสงสัยในพระรัตนตรัย

ในบรรดากิเลสทั้งหลาย ทิฏฐิกิเลสและวิจิกจณากิเลส ทั้ง ๒ นี้มรรคญาณที่ ๑ คือ โสดาปัตติมรรคญาณประหาณได้โดยเด็ดขาด

### ตัดวัฏฏสงสาร

ถึงแม้พระโสดาบันจะสามารถประหาณกิเลสได้เพียง ๒ ตัว แต่ก็ตัดสังสารวัฏได้มาก พระโสดาบันบุคคล ๓ จำพวก ดังนี้ ๑. เอกพีชีโสดาบัน หมายความว่า จะเกิดอีกชาติเดียวก็จะบรรลุอรหัตตผล ๒. โกลังโกลโสดาบัน หมายความว่า จะเกิดตั้งแต่ ๒-๖ ชาติเป็นอย่างมากก็จะบรรลุโสดาบัน ๓ สัตตักขัตตูปรมโสดาบัน หมายความว่า จะเกิดในมนุษยภพและเทวภพอีกเพียง ๗ ชาติ ก็จะบรรลุอรหัตตผล

### ปิดประตูอบาย

พระโสดาบันบุคคลย่อมทรงไว้ซึ่งคุณวิเศษสามารถประหาณกิเลสให้ขาดออกไปจากจิตสันตารได้เป็นบางประการ นอกจากนั้นยังสามารถตัดกองทุกข์ และสามารถปิดประตูอบายภพได้อย่างเด็ดขาดแต่ข้อสำคัญต้องได้บรรลุพระนิพพานอันเป็นสมบัติอันล้ำค่าแน่นอน

### ๙) แสดงสภทาคามีโลกุตตรภพตามอภิธัมมัตถสังคหบาลี



ผู้บรรลุถึงซึ่งสกทาคามีมรรคญาณ ชื่อว่า สกทาคามีบุคคล เพราะทำราคะ โทสะ โมหะให้เบาบางลงได้ ผู้ที่ได้ส่วนมากจะกลับมาเกิดอีกเพียงชาติเดียว หมายความว่า โลกุตตรภูมิ อันดับที่ ๒ มีชื่อว่า สกทาคามีโลกุตตรภพ คือ ภูมิของท่านที่จะมาเกิดในโลกนี้อีกแค่ครั้งเดียว

ผลแห่งตติยมรรค คือนอกจากจะมีกิเลสเบาบาง และสามารถที่จะเข้าสกทาคามีผล สมบัติ และเสวยอารมณ์พระนิพพานได้แล้วยังจะมาเกิดอีกเพียงชาติเดียว พระสกทาคามี ๕ จำพวก

- ๑) เมื่อสำเร็จเป็นพระสกทาคามีบุคคลในมนุษย์โลกนี้ ไปเกิดเป็นเทพเจ้า ณ เทวโลกแล้วกลับมาเกิดโลกนี้อีกครั้งก็ได้บรรลุอรหัตตผล
- ๒) เมื่อสำเร็จแล้วทำความเพียรเจริญวิปัสสนาไม่หยุดยั้ง ก็จบบรรลุพระอรหัตตผลในมนุษย์โลก
- ๓) เมื่อบรรลุแล้ว ไปเกิดเป็นเทพเจ้า แล้วได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ในเทวโลก
- ๔) เป็นเทพเจ้าแล้วสำเร็จเป็นสกทาคามีบุคคล ณ เทวโลก ได้บรรลุอรหัตตผลที่เทวโลก
- ๕) เป็นเทพเจ้า ณ เทวโลก แล้วจุติมาเกิดในโลกมนุษย์แล้วได้บรรลุพระอรหันต์ ในโลกมนุษย์ พระสกทาคามีบุคคลประเภทที่ ๑ นี้เป็นนัยโดยตรง คือเป็นไปโดยส่วนมาก ส่วนประเภทอื่นเป็นไปโดยอ้อม

#### ๑๐) แสดงอนาคามีโลกุตตรภพตามอภิธัมมัตถสังคหบาลี

เมื่ออนาคามีมรรคญาณเกิดแล้วได้ชื่อว่าอนาคามีบุคคล คือ ไม่ได้กลับมาบังงามภูมิอีก เพราะได้ประหantumราคะ พยาบาทะ โดยไม่มีเศษเหลือ โลกุตตรภพคือ ภูมิแห่งท่านที่จะไม่กลับมาโลกนี้อีก ท่านใดบรรลุถึงภูมินี้แล้ว ได้ชื่อว่า พระอนาคามีบุคคล

#### ผลแห่งตติยมรรค

พระอนาคามีบุคคลนี้สามารถฆ่ากิเลสได้อีก ๑ ประการ คือ โทสะกิเลสได้แก่ความขัดเคืองไม่พอใจในอารมณ์ที่มากกระทบ โทสะกิเลสนี้จำแนกออกเป็น ๒ ประเภทใหญ่ ๆ คือ ๑) โทสะที่เป็นอุปายคมนิยะ คือ นำไปสู่อบายภพได้ ได้แก่ ความโกรธที่สามารถฆ่าคนได้ ๒) โทสะที่ไม่เป็นอุปายคมนิยะ คือนำไปสู่อบายไม่ได้ ได้แก่ ความขัดเคืองใจเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ พระอนาคามีบุคคลส่วนใหญ่จะไปปฏิสนธิในสุทธาวาสภูมิทั้ง ๕ การที่จะไปปฏิสนธิในสุทธาวาสภูมิขึ้นอยู่กับบารมีที่ตนบำเพ็ญมาตามประเภทของอินทรีย์ ๕ ดังนี้

๑. ในขณะเจริญวิปัสสนามีสังขารอินทรีย์ แก่กล้า ย่อมไปเกิดใน อวิหาภูมิ
๒. ในขณะเจริญวิปัสสนามีวิริยอินทรีย์ แก่กล้า ย่อมไปเกิดใน อตปปาภูมิ
๓. ในขณะเจริญวิปัสสนามี สตินทรีย์ แก่กล้า ย่อมไปเกิดใน สุทัสสาภูมิ
๔. ในขณะเจริญวิปัสสนามีสมาธิอินทรีย์แก่กล้า ย่อมไปเกิดใน สุทัสสีภูมิ
๕. ในขณะเจริญวิปัสสนามีปัญญาอินทรีย์แก่กล้า ย่อมไปเกิดใน อกนิฏฐภูมิ

#### พระอนาคามีบุคคล ๕ จำพวกได้แก่

๑. อนตรปปรินิพพายี พระอนาคามีที่ไปเกิดในสุทธาวาสพรหมโลกภูมิใดภูมิหนึ่ง ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์และปรินิพพาน ภายในอายุครั้งต้นของภูมิสุทธาวาสที่ท่านไปเกิดอยู่
๒. อุพหจจปรินิพพายี พระอนาคามีที่ไปเกิดในสุทธาวาสพรหมโลกภูมิใดภูมิหนึ่ง ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์และปรินิพพาน ภายในอายุครั้งหลังของสุทธาวาสภูมิที่ท่านไปเกิดอยู่

๓. อสงขารปรีนิพพายี พระอนาคามีที่ไปเกิดในสุทธาวาสพรหมโลกภูมิใดภูมิหนึ่ง ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์โดยสะดวกสบายไม่ต้องพยายามมากแล้วดับขันธปรีนิพพาน

๔. สสงขารปรีนิพพายี พระอนาคามีที่ไปเกิดในสุทธาวาสพรหมโลกภูมิใดภูมิหนึ่ง ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ในภูมินั้นโดยต้องใช้ความพยายามอย่างแรงกล้าแล้วดับขันธปรีนิพพาน

๕. อุทฺธโสตอกนิภูฏคามิ พระอนาคามีที่ไปเกิดในสุทธาวาสพรหมโลกภูมิชั้นต่ำคือ อวิหาภูมิ เมื่อจุดแล้วไปเกิดในสุทธาวาสภูมิชั้นสูงตามลำดับ แล้วจึงสำเร็จเป็นพระอรหันต์และดับขันธปรีนิพพานที่อกนิภูฏภูมินั่นเอง

### ๑๑) แสดงอรรถตลกุตตรภาพตามอภิธรรมัตถสังคหบาลี

ท่านผู้ได้บรรลุถึงโลกุตตรภูมิขั้นนี้แล้ว ย่อมได้ชื่อว่า พระอรหันต์บุคคล เป็นพระอริยบุคคลชั้นสูงสุดในบวรพุทธศาสนาเป็นผู้สมควรบูชาแห่งเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย พระพุทธศาสนามีหลักสำคัญ ๓ ประการ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา การที่จะได้บรรลุโลกุตตรธรรมคือ อริยมรรคอริยผลได้นั้น จะต้องเป็นไปตามหลัก ดังนี้ ๑) จะบรรลุโสดาปัตติมรรค และสกทาคามีมรรค ได้โดยอริศีล ๒) จะบรรลุอนาคามีมรรคได้ด้วยอริจิต ๓) จะบรรลุอรหัตมรรคได้ด้วยอริปัญญา

### ผลแห่งจตุตถมรรค

เมื่อสำเร็จเป็นพระอรหันต์ ย่อมมีโอกาสได้รับผลแห่งจตุตถมรรคอันเป็นผลที่ประเสริฐยอดยิ่งคือ สามารถประหาณกิเลสที่ยังเหลือในชั้นธันดารได้อีก ๗ ประการ

๑) โลกกิเลส ได้แก่ ก) รูปราคะ ความยินดีพอใจในรูปภพ รูปฌาน หมายความว่า มีความพอใจในการทำสมาธิเพียรเจริญสมถภาวนา ความยินดีพอใจในสภาวะข) อรูปราคะ ความยินดีพอใจในอรูปภพ อรูปฌาน หมายความว่า มีความยินดีพอใจในการบำเพ็ญเพียรเพื่อให้บรรลุฌานที่สูงขึ้น

๒) มานะกิเลส ได้แก่ ความถือตัว มานะนี้จัดว่าเป็นกิเลส เพราะเมื่อว่าตามสภาวะ ย่อมเป็นการปฏิบัติผิด โดยยึดเอา รูป นาม ชั้น ๕ มาเป็นเราเป็นของเรา มานะกิเลสนี้แบ่งออกเป็นส่วนใหญ่ได้ ๒ อย่างคือ ก) อายถามานะ ความถือตัวที่ไม่เป็นไปตามความเป็นจริง ข) ยถามานะ ความถือตัวที่เป็นไปตามความเป็นจริง

๓) อุทฺธัจจกิเลส ได้แก่ สภาพที่จิตฟุ้งซ่านจับอารมณ์ไม่แน่นอน

๔) ถีนกิเลส ได้แก่ กิเลสที่ทำให้จิตง่วงเหงาห่ออย ถีนกิเลสนี้ย่อมมีอยู่ประจำในชั้นสันดานของปุถุชนและพระเสขบุคคลเมื่อได้บรรลุพระอรหันต์แล้วจึงสามารถกำจัด ถีนกิเลสเป็นสมุจเฉทได้

๕) อหิริกกิเลส ได้แก่ สภาพที่ไม่ละอายต่ออกุศลทุจริตขึ้นชื่อว่าอกุศลทุจริตย่อมเป็นที่รังเกียจแห่งบัณฑิตทั้งหลาย

๖) โอนัตปกิเลส ได้แก่สภาพที่ไม่เกรงกลัวต่ออกุศลทุจริตซึ่งเป็นเหตุให้ต้องได้รับทุกข์ในวัฏฏสงสาร ขึ้นชื่อว่าอกุศลทุจริตนั้นบัณฑิตทั้งหลายย่อมมีความเกรงกลัวเป็นอย่างยิ่ง

๗) โมหกิเลส ได้แก่สภาพที่มีตมปิดบังปัญญาไม่ให้เห็นพระจตุราริยสังขธรรม หมายความว่า คือ อวิชาความไม่รู้นั่นเอง

ความสิ้นไปแห่งกิเลสบรรดากิเลสตัณหาทั้งหลายอันมีจำนวนมากมาย ซึ่งประมวลไว้ใน กิเลส ๑๐ โสตาปัตติมรรค ประหารกิเลสเป็นสมุจเฉทได้ ๒ ประการ คือ ทิฏฐิกิเลส และวิจิกิจฉากิเลส สกทาคิมรรค ประหารกิเลสเป็นสมุจเฉทไม่ได้เลย แต่สามารถทำให้กิเลสทั้งหลายเบาบางลงไป เรียกว่า ตนุกรพทาน อนาคามิมรรค ประหารกิเลสเป็นสมุทเป็นสมุทเฉทได้ ๑ ประการ คือ โทสกิเลส อรหัตตมรรค ประมาณกิเลสได้ทั้งหมด ๗ ประการ

### ประเภทแห่งพระมหาชีณาสพเจ้า

๑) เจโตวิมุตติพระอรหันต์ ได้แก่ท่านผู้บำเพ็ญสมณภาวนาได้มานานมาก่อนแล้ว ภายหลังได้บำเพ็ญวิปัสสนาภาวนาจนสำเร็จเป็นพระอรหันต์ก็ดี ฯ ท่านเหล่านี้เป็นพระอรหันต์ฌานลาภบุคคล คือ มีคุณพิเศษ แสดงฤทธิ์ได้

๒) ปัญญาวิมุตติพระอรหันต์ ได้แก่ท่านผู้บำเพ็ญวิปัสสนาภาวนาล้วน ๆ ไม่ได้บำเพ็ญสมณภาวนามาก่อนเลย เมื่ออรหัตตมรรคอุบัติขึ้นนั้น ฌานก็ไม่เกิดขึ้นร่วมด้วย ฉะนั้น ท่านเหล่านี้เป็นอรหันต์สุกขวิปัสสก คือ ผู้ที่แห้งแล้งจากฌาน แสดงฤทธิ์ไม่ได้

นอกจากนี้ พระมหาชีณาสพเจ้ายังแบ่งโดยประเภทแห่งคุณพิเศษได้อีก ๒ ประเภท

๑) ปฏิสัมภิตาปัตตพระอรหันต์ ได้แก่พระอรหันต์บุคคลผู้แตกฉานในปฏิสัมภิตา ทั้ง ๔ ประการ ก) อตถปฏิสัมภิตา แตกฉานในอรรถ ข) ฌัมมปฏิสัมภิตา แตกฉานในธรรม ค) นิรุตติปฏิสัมภิตา แตกฉานในไวยากรณ์ในภาษา ง) ปฏิภาณปฏิสัมภิตา แตกฉานในปฏิภาณไหวพริบ ปฏิภาณทั้ง ๔ อย่างนี้ อุดมขึ้นพร้อมกัน ในขณะที่ท่านได้บรรลุอรหัตตมรรค อรหัตตผล

๒) อัปปฏิสัมภิตาปัตตอรหันต์ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มุคพระอรหันต์ คือ พระอรหันต์ผู้ไม่มีมีความรู้ในพระปริยัติธรรม

### ๑๒) แสดงสมบัติเภทตามอภิธัมมัตถสังคหบาลี

ในผลสมาบัติเภทนั้น อริยบุคคลทั้งหมดย่อมเป็นสาธารณะแก่ผลสมาบัติวิถียอาศัย ผลของตนเอง สมาบัติมี ๓ ประเภท คือ ๑) ฌานสมาบัติ ๒) ผลสมาบัติ ๓) นิโรธสมาบัติ พระชีณาสพเจ้ามี ๒ ประเภท คือ ๑) สัสสทิวารีชีณาสพ คือ พระชีณาสพเจ้าที่เข้าผลสมาบัติได้เสมอ ๒) โนสัสสทิวารีชีณาสพ คือ พระชีณาสพเจ้าที่ผลสมาบัติไม่ได้เสมอ

### ๑๓) แสดงนิโรธสมาบัติตามอภิธัมมัตถสังคหบาลี

การเข้านิโรธสมาบัติ ย่อมบังเกิดแก่พระอนาคามีบุคคลและพระอรหันตบุคคลทั้งหลายเท่านั้น นิโรธสมาบัติ คือ ความดับของจิตและเจตสิกเรียกว่า นิโรธ ในขณะที่มีนิโรธนี้จิตตขรูปก็ย่อมไม่เกิดด้วย การเข้าหรือการลงมือทำความเพียรเพื่อวิธิตบเรียกว่าสมาบัติ ในสมาบัตินั้นต้องตั้งสติกำหนดความเกิดดับของสังขารทั้งหลายเมื่อเข้าและออกจากอากิญจัญญายตนสมาบัติแล้วต้องอธิษฐานบุพกิจ ๔ ประการ คือ

๑) นานาพุทธวิโกปน หมายความว่า วัตถุสิ่งของที่อยู่ใกล้ บริหารเหล่านี้ไม่สามารถทำลายเกิด

๒) สัมปฏิมานน หมายความว่า ขณะที่สังขัมประชุมสันนิบาตนั้น หากคณะสงฆ์ต้องการตัวก็ออกจากสมาบัติเกิด

๓) สตุฎุกโกสน หมายความว่า พระพุทธเจ้ามีประสงค์จะพบให้ออกจากสมาบัติเกิด

๔) อพธานปริจเฉท หมายความว่า พระอริยบุคคลที่ต้องการเข้านิโรธสมาบัติต้องพิจารณาอายุขัยของตนเองเสียก่อน ว่าภายใน ๗ วันจะตั้งอยู่ได้ตลอดหรือไม่ ถ้าไม่ก็ไม่ควรเข้านิโรธสมาบัติ เพราะถ้ายังไม่สำเร็จเป็นพระอรหันต์ย่อมเสียประโยชน์ของตน

เหตุใกล้ของสมาบัติ นิโรธสมาบัตินี้เป็นอานิสงค์ของฌานสมาบัติประกอบด้วยวิปัสสนาปัญญา ผลสมาบัตินี้เป็นอานิสงค์ของวิปัสสนาภาวนา อภิญญานี้เป็นอานิสงค์ของโลกียฌานสมาธิ นิโรธสมาบัตินี้คุณด้วยกามภูมิ-รูปภูมิได้ ๒ คุณต่อไปด้วยพระอนาคามี และพระอรหันต์ได้ ๔ คุณต่อไปอีกด้วยตักขบุคคลและมันทบุคคลได้ ๘

นิโรธสมาบัตินี้ไม่เรียกว่า สังขตอะ อสังขตอะ ฯ เพราะไม่มีปรมัตถสภาวะ ดังนั้นจึงเรียกว่า นิพผันนะ

### ๑๔) แสดงปรณวसानคาถาของพระอนุรุทธาจารย์

ในข้อนี้เป็นการการกล่าววว่า คัมภีร์อภิธัมมัตถสังคหะอรธกถานี้ สำเร็จได้โดยมีนาย นัมพะ เป็นผู้ขอให้พระอนุรุทธาจารย์ รจนาขึ้น โดยรจนาขึ้นในปี พ.ศ. ๙๐๐ โดยประมาณ ภายหลังที่ท่านมหาพุทธโฆษาจารย์แปลจากภาษาสิงหลเป็นภาษามคธ พระอนุรุทธาจารย์ท่านเป็นชาวเมืองกาวิละในประเทศกัมพูชา ปัจจุบันเป็นเมืองมทราสในประเทศอินเดียนใต้ และท่านได้รจนาไว้ ๓ คัมภีร์ คือ คัมภีร์ปรมัตถวินิจฉัย คัมภีร์นามรูปปริจเฉท และคัมภีร์อภิธัมมัตถสังคหะ ในขณะที่ท่านแต่ง ท่านเป็นอาจารย์อยู่ที่วัดมูลโสमारาม ในลังกาทวีป

สรุปว่า คัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกาเป็นคัมภีร์ที่รจนาโดยพระอาจารย์ภททันตะ อาสภเถระ ที่แต่งเพื่อเป็นคู่มือสำหรับเรียนพระอภิธรรมในภาควิปัสสนากรรมฐาน รวมทั้งหม่อม ๑๓ เรื่องที่แสดงไว้ โดยเริ่มตั้งแต่เล่าถึงวงศ์ของวิปัสสนา ที่สืบทอดมาตั้งแต่สมัยพระโสณกะกับกับพระอุตตระ

เถระเมื่อครั้งการสังคายนาครั้งที่ ๓ และสืบทอดมาจนถึงยุคปัจจุบัน และเริ่มอธิบายวิสุทธิ ๗ ที่เชื่อมโยงกับวิปัสสนาญาณ ๑๖ ไว้อย่างละเอียด เพื่อเป็นคู่มือพระวิปัสสนาจารย์ในการสอบอารมณ์ที่บอกเล่าสภาวะธรรมต่าง ๆ และแนะนำวิธีการแก้สภาวะที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติ เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้อง

### ๓.๔ ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาทีปนีฎีกา

จากการศึกษาคัมภีร์วิปัสสนาทีปนีฎีกาพบว่า มีการกล่าวถึงความดับ ที่เป็นสภาวะการเกิดดับของรูป นาม อยู่ใน ภังคญาณ ที่เรียกว่าอุปาหนิโรธ คือความดับที่ยังมีอาการหลงเหลืออยู่ และยังกล่าวถึงสภาวะของความดับกิเลส ที่หมายถึงสภาวะธรรมอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นได้ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีทั้งความดับที่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติธรรมเรียกว่า “ความดับเทียม” และความดับที่เป็นความดับกิเลสอย่างแท้จริง คือ การดับด้วยมรรค ผู้วิจัยศึกษาไว้ ดังนี้

#### ๓.๔.๑ ความดับเทียม

สภาวะดับเทียม คือ สภาวะที่ผู้ปฏิบัติหลงเข้าใจผิดคิดว่าตนเองนั้นได้เข้าสู่ความดับแล้ว สภาวะดับเทียมนี้เป็นปฏิปักษ์อย่างหนึ่งต่อการบรรลุธรรม ที่หากหลงเข้าใจผิดว่าได้เข้าสู่ความดับแล้ว ก็จะเลิกการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาต่อไป ความดับเทียมนี้มีสาเหตุหลายประการด้วยกัน ดังนี้

๑. ดับด้วย ปิติ
๒. ดับด้วย ปัสสัทธิ
๓. ดับด้วย สมานิ ( ขาดความรู้สึกตัว )
๔. ดับด้วย ถินมิทระ
๕. ดับด้วย อุเปกขา

ทั้ง ๕ ประการนี้เป็นความดับเทียม ใช้ไม่ได้ เป็นการล่อให้หลงเข้าใจผิด ส่วนมากเกิดในอุท্থัพพญาณอย่างอ่อน ๑ ในมูญจิตุกัมยตาญาณ ๑ ในสังขารุเปกขาญาณ ๑ ถ้าเกิดขึ้นในญาณเหล่านี้ พึงตัดสินเลยว่าเป็นของเทียมใช้ไม่ได้<sup>๑๗</sup> ความดับไปด้วยอำนาจของกิเลสทั้ง ๕ ประการนั้นผู้วิจัยศึกษาไว้ ดังนี้

#### ๑. อากการดับด้วยอำนาจของปีติ

เมื่อเราเจริญพระกัมมัฏฐานไป ๆ ปีติมันเกิดขึ้นมา จะเป็นขณิกาปีติ ขุททกาปีติ โอกกันติกาปีติ อุพเพงคาปีติ หรือผรณาปีติก็ตาม เมื่อมันเกิดขึ้นมาแล้วจะมีลักษณะอย่างเดียวกัน เมื่อมันเกิดจนถึงที่สุดแล้วมันจะสัปหงกวบลงไปบางที่ก็ไปข้างหน้า บางที่ก็ผงงไปข้างหลัง บางที่ก็ไปข้างซ้าย บางที่ก็ไปข้างขวา อันนี้มันดับด้วยอำนาจของปีติ มันจะดับกันทุกรูปทุกนาม ไม่ว่าจะเป็พระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ผู้ใหญ่ เด็กน้อย เวลามาประพฤติปฏิบัติธรรมนี้ ปีติมันจะเกิด ขึ้นบ่อยๆ

<sup>๑๗</sup> พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาทีปนีฎีกา, ม.ป.ป., หน้า ๑๗๗.

## ๒. อาการดับด้วยอำนาจของปัสสัทธิ

ดับด้วยอำนาจของปัสสัทธินี้ จิตและเจตสิกของเรามันจะสงบมาก คือกายก็สงบ จิตก็สงบ มันสงบผิดปกติ อารมณ์ภายนอกก็ไม่มารบกวนได้เลย ตัวก็เบาเป็นพิเศษ และก็เบาคล้ายกับไม่มีน้ำหนัก เบาเป็นพิเศษ แล้วก็สงบเป็นพิเศษ ร่างกายของเราไม่เจ็บที่โน้น ไม่ปวดที่นี่ คล้ายๆกับว่าไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ โรคภัยไข้เจ็บไม่เบียดเบียน กำหนดไปๆ มันดึงเข้า ดึงเข้าไปๆ บางทีขาดความรู้สึกเลย ความรู้สึกไม่มี มันขาดความรู้สึกไป อันนี้ดับด้วยอำนาจของปัสสัทธิ ก็ขอได้สังวรระวัง อย่าได้เข้าใจว่าเป็นมรรคเป็นผล

## ๓. อาการดับด้วยอำนาจของสมาธิ

ดับด้วยอำนาจของสมาธินี้ เราจะสังเกตได้ง่ายๆ เวลาเรากำหนดบทพระกัมมัฏฐาน มันจะกำหนดได้ดี สมมติเรากำหนดว่า พองหนอ ยุบหนอ ถูกหนอ จิตใจของเรามันอยู่กับอาการนั้น อาการพอง อาการยุบ อาการถูก มันอยู่อย่างนี้ มันไม่ไปที่ไหน จิตใจมันจ้องอยู่อย่างนี้ จับอยู่อย่างนี้ ตลอดเวลา ไม่เปลว กำหนดบทพระกัมมัฏฐานก็ไม่เปลว เราตั้งใจกำหนดแล้วกำหนดได้ดี จ้องอยู่ กำลังจ้องอยู่นั้น มันสัปหงกถูกลงไปเลย ทั้ง ๆ ที่เราไม่เปลว สมาธิที่อยู่ มันจ้องอยู่กับอาการพอง อาการยุบ ขณะที่เรากำลังจ้องอยู่นั้น มันสัปหงกถูกลงไป บางทีก็ไปข้างหน้า บางทีก็ไปข้างหลัง บางทีก็ไปข้างซ้าย บางทีก็ไปข้างขวา ก็แล้วแต่เหตุปัจจัยของมัน อันนี้มันก็ดับด้วยอำนาจของสมาธิ เราอย่าเข้าใจว่าเป็นมรรคผลนิพพาน

## ๔. อาการดับด้วยอำนาจของถีนมิทธะ

การกำหนดบทพระกัมมัฏฐานของเราจะไม่กระฉับกระเฉง ไม่กระชุ่มกระชวย ไม่กระปรี้กระเปร่า จิตใจเหี่ยวท้อท้อแท้ นั่งกัมมัฏฐานก็ไม่ตรง เอนข้างนั้นเอนข้างนี้ สัปหงกไปข้างซ้าย ข้างขวา ขึ้นข้างบนลงข้างล่างการกำหนดบทพระกัมมัฏฐานก็ไม่ได้ปัจจุบันธรรม มีตาขี้มึนๆอยู่ ตลอดเวลา กำหนดไปๆ สัปหงกถูกลงไป ตาใสขึ้นมาพักหนึ่ง กำหนดไปๆ สัปหงกถูกลงไป ตาใสขึ้นมาอีกครั้งหนึ่ง เพราะว่าในขณะที่มันสัปหงกถูกลงไป มันลงสู่ภวังค์ เมื่อมันลงสู่ภวังค์ก็เลยหายว่อง

## ๕. อาการดับด้วยอำนาจของอุเบกขา

ดับด้วยอำนาจของอุเบกขานี้ เวลาเรากำหนดบทพระกัมมัฏฐานจิตใจของเรามันจะเลื่อนลอยไป ลอยไปสู่อารมณ์ภายนอก กำหนดบทพระกัมมัฏฐานอยู่ กำหนดไปเพลินไปๆ กำหนดไป คิดไปเพลินไปๆ บางทีมันก็เพลินไปตามรูป บางทีก็เพลินไปตามเสียง บางทีก็เพลินไปตามกลิ่น บางทีก็เพลินไปตามรส บางทีก็เพลินไปตามสัมผัส บางทีก็เพลินไปตามความคิด แล้วแต่มันจะเพลินไป คิดไปๆ เพลินไป กำลังเพลินๆ อยู่ไหนแหละ มันสัปหงกถูกลงไป บางทีก็ไปข้างหน้า บางทีก็ไปข้างหลัง บางทีก็ไปข้างซ้าย บางทีก็ไปข้างขวา ก็แล้วแต่จะเป็นไป เราอย่าได้คิดว่าเป็นมรรคผลนิพพาน อันนี้เป็นลักษณะของอุเบกขา

### ๓.๔.๒ ความดับที่เป็นมัคคนิโรธ

ความดับโดยมรรค เป็นความดับที่แท้จริง มี ๓ ประการ คือ ดับด้วยอำนาจของพระไตรลักษณ์ ไตรลักษณ์ ดับด้วยอำนาจของผลสมาบัติ ดับด้วยอำนาจของนิโรธสมาบัติ ความดับที่พึงประสงค์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนี้ ก็คือ ดับโดยมรรค

#### ๑. อาการดับด้วยอำนาจของพระไตรลักษณ์

สันตติชาติ คือเรากำหนดพระกัมมัฏฐานไป กำหนดไปๆ พระไตรลักษณ์เกิดขึ้นมา บางที่พระไตรลักษณ์มันเร็วขึ้นๆ แล้วสับหงควบลงไป บางที่ก็ไปข้างหน้า บางที่มันจะไปข้างหลัง บางที่ก็ไปข้างซ้าย บางที่ก็ไปข้างขวา บางครั้งก็แรง บางครั้งก็เบา แล้วแต่อำนาจของสมาธิ

ถ้าสมาธิดีก็ปรากฏแรง ถ้าสมาธิไม่ดีก็ปรากฏเบา แต่ในขณะที่มันดับลงไปนั้น เราจำสภาวะไม่ได้ว่ามันดับลงไปตอนไหน มันดับลงไปตอนพองหรือตอนยุบ เราก็จำไม่ได้ จำได้แต่ว่ามันเร็ว ในขณะที่นั้นอาการพองอาการยุบมันเร็ว อันนี้เรียกว่า สันตติชาติ

สันตติ คือ ความสับต่อ ความสับต่อของรูปของนาม ตามปกติรูปนามของเรามันเกิดดับๆอยู่ตลอดเวลา เช่น แสงไฟนีออนนี้ มันก็เกิดดับๆอยู่ตลอดเวลา แต่มันมันเร็วเกินไป คือมันเร็วเป็นพิเศษ เมื่อมันเร็วถึงที่แล้วก็คล้ายๆกับว่ามันไม่ดับเลย มันไม่เกิดไม่ดับ แต่ที่จริงมันดับอยู่ตลอดเวลา ถ้าไม่เกิดไม่ดับมันก็ไม่สว่าง จิตของเราก็เหมือนกัน มันเกิดมันดับๆ สลับกันอยู่ตลอดเวลา ถ้าไม่เกิดไม่ดับความคิดก็ไม่มี มันหมดความคิด ความคิดก็หมดไป แต่มันมันเกิดมันดับ ความคิดมันจึงเกิดขึ้นมา

เหมือนกันกับตะเกียง ตะเกียงเจ้าพายุอย่างนี้ ไล่แต่ละอันแต่ละช่องที่มันเป็น(ผ้า)ไหม เป็นอะไรอยู่นั้นก็ตาม มันต้องสัมผัสกันอยู่ตลอดเวลา มันเกิดดับๆอยู่ตลอดเวลา ไล่ตะเกียงเจ้าพายุนั้น ถ้ามันไม่มีการเกิดการดับมันก็ไม่สว่าง อันนี้ก็เหมือนกัน จิตใจของคนเรานี้ เมื่อสันตติชาติ คือมันไม่มีการสับต่อ รูปนามนี้ไม่มีการสับต่อ

ลมหายใจเข้าหายใจออกไม่มีการสับต่อ จิตของเราก็ไม่มีการสับการต่อ มันหยุดชั่วขณะหนึ่ง ในขณะที่มันหยุดก็มันดับ มันก็สับหงควบลงไป บางที่ก็ไปข้างหน้า บางที่ก็ไปข้างหลัง บางที่ก็ไปข้างซ้าย บางที่ก็ไปข้างขวา อันนี้เรียกว่า มันดับด้วยอำนาจของพระไตรลักษณ์ สันตติชาติ

พระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ย่อมปรากฏชัด ดังที่ท่านได้กล่าวไว้ในพระบาลีว่า สุนตติยา วิโกปิตาย อนิจจลกฺขณฺ ยถาสสรสฺสโต อุปฺปฐฺฐาติ

เมื่อใดนักปฏิบัติมาเพิกสันตติได้แล้ว อนิจจลักษณะย่อมปรากฏตามความเป็นจริง ดังนี้แต่อาการดับเช่นนี้ ก็เลสยังไม่ตายนะ ก็เลสยังไม่ตาย ยังไม่ดับ โลภะ โทสะ โมหะ ยังไม่ดับ แต่มันจะอ่อนกำลังลง เหมือนกันกับเราเอาไม้ไปเขียนงู ไปตีสู ตีๆลงไป งูไม่ตายทันที แต่มันก็เจ็บตัว กำลังของมันก็อ่อนลงไป แทนที่มันจะเลื้อยไปได้เร็ว มันก็ไปไม่ได้เร็ว บางทีก็หยุดอยู่กับที่ ไปไม่ได้ แต่มันยังไม่ตาย ข้อนี้อันใด ก็เลสต้นหากี่เหมือนกัน ในขณะที่มันดับด้วยอำนาจของพระไตรลักษณ์ สันตติชาติ

ดังกล่าวมาแล้วนี้ ก็เลสตัณหายังไม่ดับ แต่ว่ามันอ่อนกำลังลง อนึ่ง การดับด้วยอำนาจของพระไตรลักษณ์นี้ แบ่งเป็น ๒ ภาค คือ

๑) ดับด้วยอำนาจของอุท্থัพพญาณ แต่ว่าอริยมรรคอริยผลยังไม่เกิด แต่พระไตรลักษณ์มันเกิดแล้ว แต่มันยังไม่ถึงที่

๒) ดับด้วยฌาน คือดับด้วยอำนาจของรูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๔ การดับด้วยอำนาจของรูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๔ นี้ เมื่อมันดับลงไปๆ บางที่สามารถทรงอยู่ในฌานธรรมนั้นเป็น ๓๐ นาที ๑ ชั่วโมง ๒ ชั่วโมง ๑๒ ชั่วโมง หรือ ๒๔ ชั่วโมง หรือ ๗ วัน ๗ คืนก็ตาม

อาการของมันดับลงไป มันดับลงไปแล้ว แต่ว่ากิเลสตัณหายังไม่ดับ ยังอยู่ แต่เพราะว่าถูกข่มไว้ด้วยอำนาจของฌาน กิเลสตัณหาเกิดขึ้นไม่ได้ อันนี้เป็นการดับของฌาน คืออัปนาสมาธิมันเกิดขึ้นในลำดับของฌานขวนวิธิ มันก็ดับไป แต่ว่าจะดับไปนานหรือไม่นาน ก็แล้วแต่บารมีที่เราสร้างสมอบรมมา ถ้าความเพียรและสมาธิมีมากเท่ากัน มันก็อยู่นาน ๆ ได้

## ๒ อาการดับด้วยอำนาจของผลสมบัติ

อำนาจของผลสมบัตินั้น เช่นว่า ในขณะที่เราประพฤติปฏิบัติพระกัมมัฏฐานผ่านมัคคญาณผลญาณไปแล้ว ตั้งแต่ครั้งที่ ๑ ไปแล้วนี้ หลังจากนั้น เวลาเรานั่งสมาธิเจริญภาวนา ถ้าหากว่าเรานั่งได้ถูกที่ ผลจิตหรือผลสมบัติมันจะเกิดขึ้น บางทีก็เกิดขึ้นชั่วขณะๆ เกิดขึ้นแล้วดับไปๆ เกิดขึ้นตั้งอยู่ ดับไปๆ อาจจะเป็น ๑ นาที ๒ นาที หรือ ๓ นาทีก็แล้วแต่

แต่บางทีเราก็ออยู่ได้นานๆ ถ้าสมาธิมาก ความเพียรมาก ถ้าสมาธิและความเพียรมันเท่าๆกัน เราอาจจะอยู่ได้ ๕ นาที ๑๐ นาที ๒๐ นาที ๓๐ นาที ๑ ชั่วโมง ๒ ชั่วโมง ๓ ชั่วโมง ๖ ชั่วโมง ๑๒ ชั่วโมง ๒๔ ชั่วโมง ๕ วัน ๕ คืน ก็สามารถที่จะอยู่ได้ นี่มันดับด้วยอำนาจของผลสมบัติ

การดับอย่างนี้เป็นโลกุตตระ มีนิพพานเป็นอารมณ์ (แต่ฌานสมาบัติซึ่งกล่าวมาแล้วข้างต้นนั้น มันเกิดขึ้นแล้วมันดับลงไปในขณะที่นั้น ยังไม่ผ่านอริยมรรคอริยผล สมาธิที่ดับลงไปก็ยังเป็นฌานสมาบัติอยู่ ยังเป็นโลกียะอยู่ ยังไม่ในโลกุตตระ ยังเป็นโลกียะอยู่ ยังมีรูป ยังมีนาม หรือยังมีบัญญัติเป็นอารมณ์อยู่) อันนี้เรียกว่าเป็นการดับด้วยอำนาจของผลสมบัติหรือผลจิต มีนิพพานเป็นอารมณ์

## ๓. อาการดับด้วยอำนาจของนิโรธสมบัติ

ดับด้วยอำนาจของนิโรธสมบัตินี้เกิดขึ้น เมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานผ่านรูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๔ แล้วก็ได้บรรลุเป็นพระอนาคามีหรือเป็นพระอรหันต์แล้ว อาการดับอย่างนี้มันจึงจะเกิดขึ้นมา และการดับหลังจากได้บรรลุเป็นพระอนาคามีหรือพระอรหันต์นั้น เป็นโลกุตตระ มีพระนิพพานเป็นอารมณ์ นิโรธสมบัตินี้ ดับได้เฉพาะพระอนาคามีกับพระอรหันต์ที่เป็นฉานลาภบุคคล



เท่านั้น นอกนั้นทำให้ดับไม่ได้ เพราะว่ากิเลสตัณหายังมียังหนาอยู่ ยังไม่เบาบางลง เช่นว่า โทสะก็ยังไม่เบาบางลง ยังไม่หมด โลกะก็ยังไม่หมด โมหะก็ยังไม่หมด เมื่อใดปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานจนได้สำเร็จเป็นพระอนาคามี โลกะก็หมดไปแล้วครั้งหนึ่ง โทสะหมดไปแล้ว ราคะก็หมดไป และโมหะหมดไปแล้วครั้งหนึ่ง ก็สามารถที่จะเข้านิโรธสมาบัติได้ สำหรับพระอรหันต์นั้นไม่ต้องพูดถึง เพราะกิเลสตัดขาดไปหมดแล้ว

กล่าวได้ว่า การดับด้วยอำนาจของนิโรธสมาบัตินี้ จะดับได้หลังจากปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานผ่านอนาคามีบรรคอนาคามีผล หรือขึ้นสู่อรหันต์บรรคอรหันต์ผลแล้ว อากาโรคับเช่นนี้จึงจะมีขึ้น อากาโรคับเช่นนี้เป็นโลกุตตระ มีพระนิพพานเป็นอารมณ์<sup>๑๘</sup> นอกจากนี้ อากาโรคับด้วยอำนาจของอริยมรรคอริยผล คือเมื่อเราประพฤติปฏิบัติพระกัมมัฏฐานจนวิปัสสนาญาณแก่กล้าสมบูรณ์แล้ว มันจะเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดมัคควิถี คือหนทางที่จะดำเนินไปสู่การบรรลุอริยมรรคอริยผล เมื่อมัคควิถีเกิดขึ้นมาแล้ว ผ่านอนุโลมโคตรภูแล้วก็ถึงอริยมรรคอริยผล คือหมายความว่า หลังจากอนุโลมญาณเกิดขึ้นแล้ว ๑ ขณะจิต หลังจากนั้นโคตรภูญาณก็เกิดขึ้นมาอีก ๑ ขณะจิต หลังจากนั้นมัคคจิตผลจิตก็เกิดขึ้น เมื่อมัคคจิตผลจิตเกิดขึ้น อากาโรคับมันจะเกิดขึ้น

สรุปว่า ความดับในการปฏิบัตินี้มีอยู่ ๒ ประการคือ ๑) ความดับเทียมที่เกิดจากสภาวะธรรม ตั้งแต่อุทยัพพญาณอย่างอ่อน ๑ ในมัญญิตุกัมยตาญาณ ๑ ในสังขารูปกชาญาณ ๑ ที่ทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดคิดว่าตนเองได้บรรลุแล้ว และ ๒) ความดับที่แท้จริง คือ ดับโดยมรรค คือเริ่มตั้งแต่ขณะที่สังขารูปกชาญาณถึงความแก่กล้าที่สุด สังขารอารมณ์ซึ่งอ่อนละเอียด มีอาการสม่าเสมอเป็นธรรมดาแล้วก้าวเข้าสู่โคตรภูญาณ เป็นต้นไป เรียกว่าเป็นความดับที่แท้จริง โดยเมื่อผู้ปฏิบัติเริ่มเข้าสู่อนุโลมญาณก็มีความสามารถในการทบทวนญาณต่าง ๆ ที่เราผ่านมาได้แล้วว่าเป็นความดับเทียมหรือเป็นความดับที่แท้จริง

### ๓.๕ บทสรุป

ความดับมีความหมายตรงกับคำว่านิโรธในศัพท์บาลี ที่มีความหมายว่า ความดับแห่งกิเลสหรือ สภาวะที่กิเลสดับที่หมายถึงพระนิพพานนั่นเอง นิโรธแบ่งออกได้เป็น ๒ ประเภทใหญ่ ๆ คือ ๑ ประเภทที่ดับแล้วยังมีอาการเกิดขึ้น เรียกว่า อุปาทานิโรธ และ ความดับที่เป็นมัคคินิโรธ ได้แก่นิโรธของท่านผู้เข้าผลสมาบัติและนิโรธสมาบัติ คัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกาเป็นคัมภีร์ที่รจนาโดยพระอาจารย์ภททันตะ ภาสภเถระ ที่แต่งเพื่อเป็นคู่มือสำหรับเรียนพระอภิธรรมในภาควิปัสสนากรรมฐาน รวมทั้งหมดมี ๑๓ เรื่องที่แสดงไว้ โดยเริ่มตั้งแต่เล่า ถึงวงศ์ของวิปัสสนา ที่สืบทอดมาตั้งแต่สมัยพระโสณะกับ พระอุตตระเถระเมื่อครั้งการสังคายนาครั้งที่ ๓ และสืบทอดมาจนถึงยุคปัจจุบัน และเริ่มอธิบายวิสุทธิ ๗ ที่เชื่อมโยงกับวิปัสสนาญาณ ๑๖ ไว้อย่างละเอียด เพื่อเป็นคู่มือพระวิปัสสนาจารย์ในการสอบอารมณ์ที่บอกเล่าสภาวะธรรมต่าง ๆ และแนะนำวิธีการแก้สภาวะที่เกิดกับผู้ปฏิบัติ เพื่อให้

<sup>๑๘</sup> พระภททันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป., หน้า ๑๕๗.

ปฏิบัติได้ถูกต้อง อย่างไรก็ตามความดับในการปฏิบัตินี้มีอยู่ ๒ ประการคือ ๑) ความดับเทียมที่เกิดจากสภาวะธรรม ตั้งแต่อุทยัพพญาณอย่างอ่อน ๑ ในมูญจิตุกัมมตาญาณ ๑ ในสังขารุปกชาญาณ ๑ ที่ทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดคิดว่าตนเองได้บรรลุแล้ว และ ๒) ความดับที่แท้จริง คือ ดับโดยมรรค คือเริ่มตั้งแต่ขณะที่สังขารุปกชาญาณถึงความแก่กล้าที่สุด สังขารอารมณ์ซึ่งอ่อนละเอียด มีอาการสมำเสมอเป็นธรรมดาแล้วก้าวเข้าสู่โคตรภูญาณ เป็นต้นไป เรียกว่าเป็นความดับที่แท้จริง โดยเมื่อผู้ปฏิบัติเริ่มเข้าสู่อนุโลมญาณก็จะมีความสามารถในการทบทวนญาณต่าง ๆ ที่เราผ่านมาได้แล้วว่าเป็นความดับเทียมหรือเป็นความดับที่แท้จริง

## บทที่ ๔

### ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม ศึกษาเฉพาะ: ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาทีปนีฎีกา

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมอย่างแท้จริง แต่ในการปฏิบัตินั้นผู้ปฏิบัติย่อมต้องพบกับอุปสรรคต่าง ๆ ที่เป็นปฏิปักษ์กับธรรมที่จะสนับสนุนให้ผู้ปฏิบัติบรรลุธรรมได้ อาจทำให้ผู้ปฏิบัติติดอยู่สภาวะธรรมนั้น ๆ หรือหลงเข้าใจผิดคิดว่าตนเองได้บรรลุธรรมแล้ว ในบทนี้ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาความดับที่เป็นทั้งความดับที่เป็นอุปสรรคและความดับที่เป็นความดับโดยมรรค ผู้วิจัยศึกษาไว้ ดังนี้

๔.๑ ความดับในลำดับญาณ ๑๖

๔.๒ ความดับที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม

๔.๓ บทสรุป

#### ๔.๑ ความดับในลำดับญาณ ๑๖

เมื่อสภาวะธรรมใดเกิดขึ้น โดยการกำหนดรู้ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ให้ผู้ปฏิบัติตามกำหนดรู้ตามสภาวะธรรมนั้น ๆ ให้ทันปัจจุบัน ไม่ก่อนและหลังซึ่งกันและกัน โดยต้องอาศัยความมีสติ และความเพียรเพ่งเพิกเลศ จึงเกิดญาณต่าง ๆ ขึ้นต่อเนื่องเป็นลำดับ และเมื่อต้องการศึกษาเรื่องของความดับให้ท่องแท้ จำต้องศึกษาเรื่องลำดับญาณให้เข้าใจเสียก่อน ดังนี้

#### ญาณที่ ๑ นามรูปปริจเฉทญาณ

นามรูปปริจเฉทญาณ คือ ปัญญาเห็นรูปและนามตามเป็นจริง เป็นอารมณ์ จนสามารถแยกแยะนามจนเห็นได้ชัดว่ามีแต่รูปกับนาม ๒ อย่างเท่านั้น นอกจากรูปนามไม่มีอะไร ที่เป็นเช่นนี้ เพราะตั้งใจกำหนดด้วยดีจึงเห็นได้ ถ้าไม่ตั้งใจกำหนด ไม่มีสมาธิ ก็ไม่สามารถจะรู้เห็นได้เลย เพราะรูป นามนี้ ถ้าจิตสงบปราศจากนิวรณ์ย่อมปรากฏได้และเมื่อจะปรากฏนั้น เมื่อรูปปรากฏแล้วก็ดี นามก็จะปรากฏตาม<sup>๑</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค เรียกญาณนี้ว่า เป็น ธัมมัญญิตติญาณ คือปัญญาในการกำหนดปัจจัยว่า “อวิชชาเป็นที่ตั้งแห่งความเกิดขึ้น เป็นที่ตั้งแห่งความเป็นไป เป็นที่ตั้งแห่งนิमित เป็นที่ตั้งแห่งเครื่องประมวลมา...ด้วยอาการทั้ง ๙ อย่างนี้ อวิชชาจึงเป็นปัจจัย สังขารเกิดขึ้นเพราะปัจจัย

---

<sup>๑</sup> พระอาจารย์ภททันตะ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ ดร., และปธานกัมมัญญานาจริยะ. วิปัสสนาทีปนีฎีกา, (ชลบุรี: สำนักปฏิบัติธรรมวิเวกอาศรม, ม.ป.ป.), หน้า ๑๑๘.

แม้ธรรมทั้งสองอย่างนี้ต่างก็เกิดขึ้นเพราะปัจจัย”<sup>๒</sup>

ในปรมัตถมัชฌิมาสูตร กล่าวว่า เมื่อโยคาวจรกำหนดธรรมทั้งหลายอันเป็นไปในภุมิ ๓ ทั้งสิ้น แยกเป็น ๒ ส่วน คือ นาม ๑ รูป ๑ นี้ ศัพท์ว่าทั้งสิ้น เป็นคำกำหนดถือเอาไม่มีส่วนเหลือ ส่วนความเป็นนามและรูปแยกกันและกัน เพราะเหตุนี้ นามและรูปทั้ง ๒ นั้น ไม่พึงให้สำเร็จลงโดยรวมกัน ดังนั้นจึงมีความว่า ย่อมกำหนดแยกเป็น ๒ ส่วน...ในบรรดาธรรมทั้งหลายอันเป็นไปในภุมิ ๓ ไม่มีอะไร ๆ ที่พ้นไปจากนามและรูปทั้งสองนั้น<sup>๓</sup>

จากข้อความนี้สรุปได้ว่า ในวิปัสสนาญาณที่ ๑ นามรูปปริจเฉทญาณ ตรงกับ ฉัมมัฏฐิติญาณในพระไตรปิฎก ในญาณนี้ยังไม่ปรากฏความดับ เพราะเป็นญาณที่สามารถแยกรูป แยกนาม ให้รู้ว่า ธรรมทั้งหมด ทั้งมวลรวมถึงความดับที่ในงานวิจัยนี้ได้ศึกษา ต้องใช้ปัญญารู้ว่า ความเกิดขึ้น ความตั้งอยู่หรือความดับไป จะต้องไม่พ้นไปจาก นามและรูปนี้ ดังนั้น การกำหนดรู้สามารถแยกรูป แยกนามได้ จึงเป็นพื้นฐานในการเข้าถึงความดับได้นั่นเอง

## ญาณที่ ๒ ปัจจัยปริคคหญาณ

ปัจจัยปริคคหญาณ คือ ปัญญาเห็นเหตุปัจจัยของรูปและนาม เมื่อนามรูปปริจเฉทญาณมีความแก่กล้า ผู้ปฏิบัติจะเห็นเหตุและปัจจัยของรูปนาม เมื่อมีอารมณ์ใดปรากฏขึ้นมา จิตย่อมเกิดขึ้น ถ้าไม่มีอารมณ์จิตย่อมไม่เกิดขึ้น ย่อมอนุมานได้ว่า บางครั้งรูปเป็นเหตุ นามเป็นผล บางครั้งนามเป็นเหตุ รูปเป็นผล เพราะเหตุปัจจัยคือ อวิชชา ตัณหา กรรม มีอยู่ รูปนาม จึงเป็นไปได้ มีแต่รูปนามที่เป็นปัจจัย และรูปนามที่เกิดจากปัจจัยเท่านั้น นอกจากนี้ไม่มีบุคคลผู้กระทำการเหยียด การคู่ หรือ เสวยเวทนา เป็นต้น ย่อมมีความสิ้นสงสัยในความเป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกันของรูปกับนาม ตั้งแต่อดีต ปัจจุบันและอนาคต ความรู้เช่นนี้เป็นความรู้ที่บริสุทธิ์และสิ้นความสงสัยเรียกว่า กังขาวิตรณวิสุทธิ<sup>๔</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค ในญาณนี้สามารถกำหนดปัจจัยว่า “อวิชชาเป็นเหตุสังขารเกิดขึ้นเพราะแม้ธรรมทั้งสองอย่างนี้ต่างก็เกิดขึ้นเพราะเหตุ ชื่อว่า ฉัมมัฏฐิติญาณ ปัญญาในการกำหนดปัจจัยว่า ในอดีตก็ดีในอนาคตก็ดี อวิชชาเป็นเหตุ สังขารอาศัยเหตุเกิดขึ้น แม้ธรรมทั้งสองอย่างนี้ต่างก็เกิดขึ้นเพราะเหตุ”<sup>๕</sup>

ในปรมัตถมัชฌิมา อธิบายว่า ปัจจัยปริคคหญาณ คือกริยาที่ข้ามพ้นความสงสัยก็โดยภาวะที่ยังกำหนดปัจจัยให้สำเร็จเป็นที่สุด ในกาลใด การกำหนดจับปัจจัยหมดจดดี ไม่มีอะไรคาบเกี่ยว เมื่อนั้นโยคีย่อมข้ามพ้นความสงสัยเสียได้<sup>๖</sup> กล่าวคือ ในญาณนี้ผู้ปฏิบัติไม่มีความสงสัยในการ

<sup>๒</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๕/๗๐.

<sup>๓</sup> พระธัมมปาละมหาเถระ, ปรมัตถมัชฌิมา วิสุทธิมัคคมหาฎีกา ภาค ๓, แปลโดยอาจารย์สิริ เพ็ชรไชย, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส แอนด์กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๓๙๕.

<sup>๔</sup> พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป., หน้า ๑๒๙.

<sup>๕</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๖/๗๑.

<sup>๖</sup> พระธัมมปาละมหาเถระ, ปรมัตถมัชฌิมา วิสุทธิมัคคมหาฎีกา ภาค ๓, แปลโดยอาจารย์สิริ เพ็ชรไชย, หน้า ๔๐๙.

เกิดขึ้นของรูปนาม รูป นามในภพนี้ก็เป็ผลของกรรมในอดีต และกรรมในภพนี้ก็ส่งผลให้เกิดมีรูป นามในภพหน้า เป็นต้น

สรุปได้ว่า ในอัมมัตถุฎฐิตินิยาม ที่อธิบายไว้ในพระไตรปิฎก ตรงกับญาณที่ ๑ และ ๒ ในลำดับญาณ ๑๖ ในปัจฉยปริคคหญาณนี้ ก็ยังไม่ปรากฏความดับของรูปนาม แต่ทำให้โยคีผู้ปฏิบัติมี ปัญญาในการกำหนดรู้ปัจจัย ของรูป นาม เท่านั้น มีปัญญาเห็นว่า รูป นามเป็นที่ตั้งของธรรมทั้งหลาย และรูปนามนี้เกิดขึ้นเพราะมีเหตุ มีปัจจัย จึงทำให้เกิดเป็นรูป นามขึ้นใน กาลทั้ง ๓ คือ อดีต ปัจจุบัน และ อนาคต

### ญาณที่ ๓ สัมมสนญาณ

สัมมสนญาณ คือ ปัญญาเห็นรูปและนามเป็นไตรลักษณ์ ผู้ปฏิบัติจะสามารถกำหนด เบื้องต้น ท่ามกลาง และที่สุดของอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้ แม้ในเรื่องของเวทนาที่กำลังกำหนดอยู่สงบลง ย่อมรู้ชัดเวทนาใหม่อีกอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้น เมื่อเห็นว่าอารมณ์ที่กำหนดทุกอย่างเป็นไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เพราะเสื่อมสิ้นไป เป็นทุกข์ เพราะเกิดขึ้นแล้วแตกดับทำลายไป ทั้งกำหนดเห็นว่าอารมณ์เป็น เพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นไม่มีอัตตา ไม่เป็นอิสระ ไม่ได้เกิดขึ้นตามอำนาจของตน แต่เกิดขึ้นเพราะเหตุ ปัจจัยแล้วแตกทำลายไป<sup>๗</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค อธิบายว่า สัมมสนญาณ คือ ปัญญาในการย่อธรรม ทั้งหลาย ทั้งที่เป็น อดีต ปัจจุบัน และอนาคต เป็นภายในก็ตาม เป็นภายนอกก็ตาม ละเอียดก็ตาม... โดยความไม่เที่ยง กำหนดชื่อว่า สัมมสนญาณ อย่างหนึ่ง กำหนดโดยความเป็นทุกข์ การกำหนดนี้ชื่อว่า สัมมสนญาณอย่างหนึ่ง กำหนดโดยความเป็นอนัตตา การกำหนดนี้ ชื่อว่า สัมมสนญาณ อย่าง หนึ่ง<sup>๘</sup> กล่าวคือ การกำหนดย่อธรรมทั้งหลาย ด้วยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา หรือ การ กำหนดรูปรูปนามเป็นไตรลักษณ์นั่นเอง<sup>๙</sup>

สรุปว่าในญาณนี้ยังไม่ปรากฏความดับของ รูป นาม เพียงแต่ผู้ปฏิบัติสามารถกำหนดรู้ รูป นามเป็นไตรลักษณ์ คือ กำหนดรู้ด้วยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่มีตัวตน

### ญาณที่ ๔ อุทัพพญาณ

อุทัพพญาณ ปัญญาเห็นรูปและนามเกิดดับชัดเจน อารมณ์ภายในของผู้ปฏิบัติจะรู้สึก ว่าอาการที่พองยุบไปเร็วเกิดดับเร็ว นั้นเป็นลักษณะของญาณนี้ อาการพองยุบจะเกิดเพียง ๒ ขณะ เท่านั้นคือ ขณะแรกของอาการพองยุบ (อุปปาหะ) และขณะสุดท้ายของอาการพองยุบ (กังคะ) ส่วนรู้ ตีขณะปรากฏเร็วมากโยคีเห็นไม่ชัดจนรู้สึกเหมือนกับไม่ปรากฏ ส่วนอารมณ์ภายนอกของผู้ปฏิบัติ ได้แก่นิมิตที่ปรากฏ ที่เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็หายไปอย่างรวดเร็วเพื่อแสดงความเกิดดับให้ปรากฏชัดเจน

<sup>๗</sup> พระอาจารย์ภททันตะ อาสภเถระ อัมมาจริยะ ดร., และปธานกัมมัญฐานาจริยะ. วิปัสสนาที่ปณีฎีกา ,หน้า ๑๓๖.

<sup>๘</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๘/๗๔.

<sup>๙</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๙/๗๗.

ฉะนั้นจึงปรากฏชัดเพียง ๒ ขณะ คืออุปปาหะ (ขณะเกิด) และภังคะ (ขณะดับ) ส่วนเวทนาจักมีอยู่บ้าง แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้ว พอกำหนดก็ดับเร็ว แล้วก็เกิดขึ้นอีก ตั้งอยู่ไม่นานก็ดับไปอยู่อย่างนี้เสมอ ก็เพื่อแสดงสภาวะเกิดดับให้ปรากฏชัดเจนนั่นเอง เมื่อผู้ปฏิบัติเข้าสู่ตรุณอุทฺทัพพญาณ (อุทฺทัพพญาณอย่างอ่อน) จะมีสิ่งที่เกิดขึ้นเรียกว่า วิปัสสนูปกิเลส (สิ่งที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง) เป็นผลให้ผู้ปฏิบัติเกิดความลุ่มหลง และปฏิบัติผิดพลาด บางครั้งถึงกับยึดว่าตนเองได้บรรลุมรรค ผล แล้วก็ได้ วิปัสสนูปกิเลส มี ๑๐ ประการคือ

๑. โอภาส ได้แก่แสงสว่างซึ่งทำให้เห็นความสว่างเหมือนกลางวัน
๒. ญาณ ได้แก่ ความรู้ ทำให้เกิดความรู้ดีขึ้น
๓. ปีติ ได้แก่ความอิ่มใจทำให้รู้สึกเอิบอิ่มเปรมปรีดิ์
๔. ปัสสทธิ ได้แก่ ความสงบ ทำให้เกิดความสงบกาย สงบใจ
๕. สุข ได้แก่ ทำให้เกิดความสุขใจ
๖. อธิโมกข์ ได้แก่ ความเชื่อ ทำให้เกิดศรัทธา เลื่อมใสในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์อย่างแรงกล้า จนฟุ้งซ่านไป
๗. ปศคาหะ ได้แก่ ความเพียรทำให้เกิดความขยันหมั่นเพียรในการปฏิบัติจนเกินพอดี
๘. อุปฺภูฏานะ ได้แก่ สติ ทำให้สติตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ที่ผ่านมาแล้ว จนทำให้หลงติดอยู่
๙. อุเบกขา ได้แก่ ความเฉยอยู่ในการปฏิบัติ นึกว่าได้บรรลุมรรคผลแล้ว
๑๐. นิกกันติ ได้แก่ ความใคร่ ทำให้หลงรักใคร่พอใจ ติดอยู่ในวิปัสสนูปกิเลส ๙ ประการข้างต้น

อุทฺทัพพญาณนี้มีลักษณะพิเศษของญาณนี้ คือมักจะมามีวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้น แต่ข้อสำคัญของญาณนี้ต้องมีลักษณะ คือ รูป นาม เกิด ดับ อย่างรวดเร็ว<sup>๑๐</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภิตามรรคอธิบายว่า อุทฺทัพพญาณ คือ ปัญญาในการพิจารณาเห็นความแปรผันแห่งธรรมทั้งหลายที่เป็นปัจจุบันชื่อว่า อุทฺทัพพยานุปีสสนาญาณ คือ รูปที่เกิดแล้วเป็นปัจจุบัน ลักษณะความบังเกิดแห่งรูปนั้น ชื่อว่าความเกิดขึ้น ลักษณะความแปรผันไป (แห่งรูปนั้น) ชื่อว่าความเสื่อม ปัญญาที่พิจารณาเห็นดังนี้ ชื่อว่าอนุปีสสนาญาณ<sup>๑๑</sup>

สรุปได้ว่าในญาณนี้ เห็นรูป นามทั้งเกิดและดับ คือเมื่อเห็นว่ารูปนี้มีการเกิดขึ้น ก็ต้องเห็นลักษณะของการดับของรูป ด้วยเช่นกันตามลักษณะของปฏิจสุมุขปาหะ คือเหตุเกิดของรูป เพราะอวิชชาเกิด รูปจึงเกิด และต้องเห็นการดับของรูป คือ เพราะอวิชชาดับ รูป จึงดับ เป็นต้น ญาณนี้จึงแสดงให้เห็นการเกิด ดับของรูป อย่างชัดเจนแต่ก็จะมีวิปัสสนูปกิเลสเข้ามาแทรกทำให้เข้าใจผิดคิดว่าตนเข้าสู่ความดับได้แล้วอีกด้วย

<sup>๑๐</sup> พระอาจารย์ภทฺทนต์ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ ดร., และปธานกัมมัฏฐานาจริยะ. วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, หน้า ๑๓๘-๑๔๖.

<sup>๑๑</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๙/๗๗.

## ญาณที่ ๕ ภัคญาณ

ภัคญาณ คือ ปัญญาเห็นแต่ความดับไปของรูปนาม เมื่อถึงญาณนี้อารมณ์ภายในของผู้ปฏิบัติมักจะเห็นแต่สังขารอารมณ์เห็นแต่หายไปแต่ไม่เห็นอาการเกิดขึ้นเป็นเพราะลักษณะของภัคญาณคือมีแต่อาการหายไป ดับไปเป็นส่วนมาก อารมณ์ภายนอกคือนิมิตและเวทนาจักปรากฏว่าหายไป ดับไปเป็นส่วนมากตามลักษณะของญาณ อธิบายได้ว่า เมื่อสมาธิญาณแก่กล้าจนถึงญาณนี้แล้ว อารมณ์ทั้งหลายย่อมปรากฏโดยอาการที่หาย ๆ (อุปาท วา รฐิติ วา) จนเมื่อเวลาเกิดขึ้นหรือตั้งอยู่ก็ไม่เห็นเลย (ปวัตต วา) ถึง สันตติ ความสืบทอด ความเป็นไปก็ขาดตอน (นิमितต วา น สมปาปุณาติ) สันฐานก็ปรากฏอาการหายไป จะกำหนดได้ก็เพียงนิโรธ ที่มีความเสื่อมสิ้นไปและแตกดับไปเท่านั้น คำว่านิโรธ มี ๒ อย่าง คือ อุปาทนิโรธ ได้แก่ ความดับที่ยังมีอาการเกิดขึ้น และอนุปาตนิโรธ ได้แก่ ความดับที่เป็นมรรคนิโรธ ความดับในญาณนี้หมายถึง อุปาทนิโรธ<sup>๑๒</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค อธิบายว่า ภัคานุปัตสนาญาณ คือ ปัญญาในการพิจารณาอารมณ์แล้วพิจารณาเห็นความดับ คือ จิตมีรูปเป็นอารมณ์เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป พระโยคาวจรณ์พิจารณาอารมณ์นั้นแล้ว พิจารณาเห็นความดับไปแห่งจิตนั้น<sup>๑๓</sup> การพิจารณาเห็นความดับนั้นในพระไตรปิฎกอธิบายว่า พิจารณาด้วยความเป็นไตรลักษณ์แล้วผู้ปฏิบัติก็จะเกิดความเบื่อหน่าย ละความกำหนัด ย่อมทำให้ราคะดับ ไม่ให้เกิด

สรุปได้ว่าในภัคญาณนี้ ผู้ปฏิบัติเริ่มพิจารณาเห็นความดับ อย่างเดียว ไม่เห็นการเกิดขึ้นของ รูป นาม อีกแล้ว แต่ความดับ ในญาณนี้ เป็นความดับที่ยังไม่ใช่การดับด้วยมรรค เป็น ความดับที่ยังมีกิเลสเกิดขึ้นมาได้อีก และยังไม่สามารถดับกิเลสได้อย่างเด็ดขาด เพียงแต่พิจารณา รูป นาม ด้วยความเป็นไตรลักษณ์ แล้วเกิดความเบื่อหน่าย กลายจากความกำหนัด แล้วทำให้ราคะดับไปได้ชั่วคราวเท่านั้น

## ญาณที่ ๖ ภยญาณ

ภยญาณ คือ ปัญญาเห็นรูปและนามปรากฏเป็นของน่ากลัว เมื่อถึงญาณนี้ รูปนามก็ปรากฏหายไป ๆ เป็นอยู่อย่างนั้นนาน ๆ เข้าก็เกิดเป็นความกลัวขึ้นมา เกิดความรู้สึกว่า รูป นามอดีตก็ดับไปแล้ว เวลานี้ก็กำลังดับอยู่ต่อไปข้างหน้าก็ต้องดับ เห็นความจริงอย่างนี้จึงเกิดอาการใจหายขึ้นมาอาการนี้เกิดขึ้นเร็วมากจนบางครั้งผู้ปฏิบัติอาจจำไม่ได้ก็เป็นได้<sup>๑๔</sup>

สรุปได้ว่าใน ภยญาณ นี้ผู้ปฏิบัติเห็นแต่ ความดับของรูป นาม เพียงอย่างเดียว พอเห็นแต่ความดับของรูป นาม ไปนานเข้าก็เกิดเป็นความกลัว ขึ้นมา เพราะเห็นว่า รูป นาม นี้อย่างไรเสียก็ต้องดับไปในที่สุด

<sup>๑๒</sup> พระอาจารย์ภัททันตะ อาสภเถระ ฉัมมาจริยะ ดร., และประธานกัมมัฏฐานาจริยะ. **วิปัสสนาที่ปณีฎีกา**, หน้า ๑๕๕-๑๕๗.

<sup>๑๓</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๑/๘๒.

<sup>๑๔</sup> พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ, **วิปัสสนาที่ปณีฎีกา**, ม.ป.ป, หน้า ๑๖๐.

## ญาณที่ ๗ อาทีนวญาณ

อาทีนวญาณ คือ ปัญญาเห็นรูปและนามเป็นโทษ เมื่อภยญาณแก่กล้า ขณะกำหนดอารมณ์อย่างต่อเนื่อง จิตของผู้ปฏิบัติย่อมเห็นว่า สังขารทั้งหลายเป็นโทษ เพราะมีแต่ความเสื่อมหายไป ดับอยู่ตลอดเวลาไม่น่าพึงพอใจ เห็นเพียงทุกข์อย่างเดียวเท่านั้นเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ย่อมมองเห็นสังขารทั้งหลายเป็นโทษ รวมความได้ว่า อาทีนวญาณนั้นมีการเห็นโทษ พบแต่ความไม่ดีของรูป นามเป็นลักษณะ และมักจะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว<sup>๑๕</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภิตามรรค อธิบายว่าปัญญาในการ เห็นสังขาร ปรากฏโดยความเป็นภัย คือ ปัญญาในการเห็นสังขาร ปรากฏโดยความเป็นภัย ความเกิดขึ้นเป็นภัย ชื่อว่า อาทีนวญาณ ... ความเป็นไปเป็นภัย ความแก่ ความเจ็บ ความตายเป็นภัย ความเศร้าโศก ความรำพันเป็นภัย<sup>๑๖</sup> กล่าวคือ พิจารณาเห็น ความเกิดขึ้น ความเป็นไป นิमित กรรม และปฏิสนธิ เหล่านี้เป็นความทุกข์นั่นเองและในพระไตรปิฎกยังอธิบายว่านอกจากเห็นสังขารด้วยความเป็นภัยแล้ว ยังเห็นนิพพานเป็นความปลอดภัย

สรุปว่า ในญาณนี้ ไม่เห็นความดับของ รูป นาม แต่เห็นความเกิดขึ้นของรูป นามเหล่านี้เป็นความทุกข์ และปรารถนาจะให้ถึงความดับของทุกข์ นั่นก็คือ ความปรารถนาที่จะเข้าสู่พระนิพพานเพราะเห็นว่าพระนิพพานเป็นความสุขที่แท้จริง

## ญาณที่ ๘ นิพพิทาญาณ

นิพพิทาญาณ คือ ปัญญาเห็นความเบื่อหน่าย ในรูปและนามเมื่อผู้ปฏิบัติเห็นโทษทั้งหลายในสังขารอยู่ตลอดเวลา ทุกขณะที่กำหนดอารมณ์อยู่นั้นย่อมไม่ชื่นชมยินดีสังขารทั้งหลายที่เป็นโทษ จิตเริ่มเบื่อหน่ายต่อสังขารมากยิ่งขึ้น มีลักษณะหงอยเหงา ละเอียดละเหย จิตเช่นนี้ไม่ใช่การเบื่อหน่ายต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา แต่เบื่อหน่ายในสังขารทั้งหลายที่มีแต่ความน่ากลัว มีแต่ทุกข์และโทษ จิตย่อมโน้มไปสู่निพพานคัมภีร์ปฏิสัมภิตามรรคกล่าวว่า ภยญาณ อาทีนวญาณ และนิพพิทาญาณมีความหมายอย่างเดียวกัน ต่างกันแต่เพียงพยัญชนะเท่านั้น<sup>๑๗</sup>

ในปรมัตถมัญชุสา อธิบายว่า คำว่า ในสังขาร คือ สังขารอันเป็นไปในภุมิ ๓ ทั้งปวง คำว่า ย่อมหน่าย คือ ย่อมหน่ายด้วยความหน่ายคือ ญาณ ก็โยคีผู้เป็นอย่างนั้นชื่อว่าย่อมเป็นผู้เอือมระอาและไม่ยินดียังอยู่ในสังขารนั้น เพราะเหตุนี้ ท่านอาจารย์จึงกล่าวว่า ย่อมเอือมระอาไม่ยินดียังดังนี้<sup>๑๘</sup>

<sup>๑๕</sup> พระอาจารย์ภัททันตะ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ ดร., และปธานกัมมัฏฐานาจริยะ. *วิปัสสนาที่ปณีฎีกา*, หน้า ๑๖๑.

<sup>๑๖</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๓/๘๔.

<sup>๑๗</sup> พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ, *วิปัสสนาที่ปณีฎีกา*, ม.ป.ป, หน้า ๑๖๒.

<sup>๑๘</sup> พระธัมมะपालมหาเถระ, *ปรมัตถมัญชุสา วิสุทธิมคคมหาฎีกา ภาค ๓*, แปลโดยอาจารย์สิริเพ็ชรไชย, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส แอนด์กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๕๒๒.



ในคัมภีร์อรรถกถารับรองไว้ว่า “ปัญญาใดในภยญาณ อาทินวญาณ และนิพพิทาญาณ ธรรมทั้งหลายมีความหมายอย่างเดียวกัน พยัญชนะเท่านั้นที่ต่างกัน”<sup>๑๙</sup>

สรุปได้ว่าในญาณนี้ ผู้ปฏิบัติไม่ได้เห็นในความดับ ของรูป นาม เช่นเดียวกัน แต่มีความปรารถนาที่จะเข้าถึงความดับคือ พระนิพพาน ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค กลับไม่ปรากฏว่ามีภยญาณ และนิพพิทาญาณ แต่มีอธิบายไว้ใน อรรถกถา ว่าเป็นญาณเดียวกันกับ อาทินวญาณนิทเทศ กล่าวได้ว่า ใน ๓ ญาณนี้ ผู้ปฏิบัติ ไม่เห็นความดับ แต่เห็นความเกิดขึ้นนี้เป็นภัย เป็นโทษ และมีความปรารถนาจะเข้าถึงความดับที่แท้จริง คือ ดับโดยมรรค เพื่อเข้าสู่พระนิพพาน

### ญาณที่ ๙ มุญจितุกัมยตาญาณ

มุญจितุกัมยตาญาณ คือ ปัญญาที่ปรารถนาจะพ้นจากรูปและนาม เมื่อนิพพิทาญาณมีความแก่กล้า จิตย่อมอยากปลดเปลื้องสังขาร หรืออยากจะพ้นไปจากสังขารทั้งหลายโดยเร็ว แม้การกำหนดอารมณ์ในอริยาบถต่างๆ ก็ไม่สามารถอยู่ในอริยาบถนั้น ๆ ได้นาน เช่นนั่งไม่ได้ นอน ยืนก็ไม่ได้ นาน เดินก็ไม่นาน มีอาการเหมือนคนผุดลุกผุดนั่ง เพราะจิตที่ต้องการพ้นจากอริยาบถให้เร็วที่สุด จิตมีลักษณะปรารถนาจะหลบหนีไปเสียให้พ้น ๆ จากอารมณ์ที่กำลังกำหนดอยู่<sup>๒๐</sup>

ในปรมัตถมัญจสุตา อธิบายว่า จิต ชื่อว่า ไม่ติด เพราะความที่ได้เห็นความที่สังขารมีโทษมาก ชื่อว่า เป็นจิตใคร่จะเปลื้องไป ใคร่จะออกไป เพราะความที่กำหนดรู้ชั้นหาคาลเบื้องต้นไม่ได้ ความเป็นจิตใคร่จะเปลื้องไป ได้แก่ความเป็นจิตใกล้จะคลาย ใคร่จะสลัดออกซึ่งตน ใคร่จะปราศจากสังขาร<sup>๒๑</sup>

สรุปได้ว่า ญาณนี้ผู้ปฏิบัติจะไม่เห็นความดับ แต่เป็นความปรารถนาที่จะเข้าถึงความดับ ด้วยการปรารถนาที่จะพ้นไปจากรูป นาม สังขารทั้งหลาย เพราะเห็นว่า สังขารนี้มีโทษมากนั่นเอง

### ญาณที่ ๑๐ ปฏิสังขานญาณ

ปฏิสังขานญาณ คือ ปัญญาที่พิจารณาทบทวนเพื่อหาอุบายหนีจากรูปและนาม เมื่อมุญจิตุกัมยตาญาณมีความแก่กล้า ความเป็นไตรลักษณ์ของสังขารคืออนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา จะปรากฏชัดเจน มากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะทุกขังคือเวทนาที่รุนแรง เผ็ดร้อน จะปรากฏมีกำลังมาก ทั้งรูปและนาม จะปรากฏเหมือนกองทุกข์ที่ทนได้ยากยิ่ง พร้อมทั้งความรู้สึกว่าไม่สามารถอดทนอยู่ในอริยาบถเดียว ตลอดเวลานาน ๆ ได้ก็ปรากฏมากยิ่งขึ้น จำเป็นต้องอาศัยความเพียรและความอดทนในการกำหนดอารมณ์ให้มากยิ่งขึ้น จึงจะสามารถผ่านพ้นสภาวะต่าง ๆ เหล่านั้นไปได้ และทุก ๆ ครั้งที่กำหนดอารมณ์ จะเห็นไตรลักษณ์ชัดเจนมากยิ่งขึ้น เหตุที่เป็นเช่นนั้นก็เพราะว่า สามารถกำหนดอารมณ์ได้

<sup>๑๙</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๐/๒๒๗/๓๘๓.

<sup>๒๐</sup> พระอาจารย์ภักทันทะ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ ดร., และประธานกัมมัฏฐานาจริยะ. **วิปัสสนาที่ปณีตภา**, หน้า ๑๖๕.

<sup>๒๑</sup> พระธัมมปาละมหาเถระ, **ปรมัตถมัญจสุตา วิสุมุทิมัคคมหาปฏิภา** ภาค ๓, แปลโดยอาจารย์สิริเพ็ชรไชย, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส แอนด์กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๕๒๓.

อย่างรวดเร็วยิ่งขึ้นนั่นเอง<sup>๒๒</sup>

### ญาณที่ ๑๑ สังขารเปกขาญาณ

คือ ปัญญาที่วางเฉยในรูปและนาม เมื่อถึงญาณนี้ ผู้ปฏิบัติจะกำหนดได้อย่างสบายจิตใจสงบ เวทนาความเจ็บปวดไม่มี องค์กรประกอบของสังขารเปกขาญาณจะมีสภาวะของญาณนี้ครบ ๖ ประการ คือ ๑.ไม่มีความกลัว ๒. ตีใจไม่มี เสียใจไม่มี มีแต่ตั้งสติกำหนดรู้เฉยอยู่ ๓. วางเฉยในอารมณ์สังขารทั้งปวง ๔.สมาธิตั้งอยู่นาน ๕. กำหนดอาการรูป นามสังขารสุขุมละเอียดละออ ๖.จิตของโยคีบุคคลแคบเข้ามา คิดฟุ้งชานน้อย<sup>๒๓</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค อธิบายว่า สังขารเปกขาญาณ คือ ปัญญาที่ปรารภนาจะพ้นไป พิจารณาและดำรงมั่นอยู่ คือ ปัญญาที่ปรารภนาจะพ้นไปจากความเกิดขึ้น พิจารณาและดำรงมั่นอยู่ชื่อว่าสังขารเปกขาญาณ<sup>๒๔</sup> คำว่าพิจารณาและดำรงมั่นอยู่ คือ การพิจารณา ความเกิดขึ้น ความเป็นไป นิमित ด้วยความเป็นทุกข์ ด้วยความเป็นภัย ด้วยความเป็นอามิส ด้วยความเกิดขึ้นเป็นสังขาร ความวางเฉยในสังขารนั้น จึงได้ชื่อว่าสังขารเปกขาญาณ

สรุปได้ว่า ในญาณนี้ไม่ได้พิจารณาเห็นความดับ ในทางกลับกัน สังขารเปกขาญาณ ๑๐ อย่างที่เกิดขึ้นด้วยอำนาจของวิปัสสนานั้น ล้วนเป็นปัญญาพิจารณาความเกิดขึ้นเพื่อต้องการได้ มรรค ๔ ผล ๔ และได้สุญญตวิหารสมบัติ กับ เพื่อต้องการได้อนิมิตวิหารสมบัติ<sup>๒๕</sup> จึงปรารภนาที่จะพ้นไปจากการเกิดขึ้นนั่นเอง

### ญาณที่ ๑๒ อนุโลมญาณ

เมื่อไม่มีเหตุขัดข้องประการใดแล้ว ผู้ปฏิบัติก็จะบรรลุถึงปลายทางอันยิ่งใหญ่ คือ ความดับ ในญาณนี้เป็นการทบทวนดูญาณหากเกิดความดับขึ้นใน อุทยัพพญาณอ่อน มุญจิตุกัมมยตาญาณ และในสังขารเปกขาญาณ เป็นความดับที่ไม่แท้ ส่วนความดับที่แท้ก็คือ ดับโดยมรรค ขณะที่สังขารเปกขาญาณมีความแก่กล้าที่สุด สังขารอารมณ์ซึ่งอ่อนอ่อนละเอียดมีอาการสม่ำเสมอเป็นธรรมดานั้น ก็จะค่อย ๆ เร็วขึ้น ๆ จนถี่มาก แล้วก็กลับช้าลงเป็นธรรมดาอีก ต่อไปก็จะมีอาการเร็วขึ้น ๆ แล้วค่อย ๆ ช้าลงอีก เป็นอยู่อย่างนี้บ่อย ๆ โดยเป็นไปตามสภาวะของญาณ<sup>๒๖</sup>

สรุปได้ว่า ในญาณนี้เป็นการทบทวนดูญาณที่ผ่านมาแล้วว่า เดินทางมาถูกต้องแล้วหรือยัง เพราะที่ผ่านมีความดับเกิดขึ้นในหลายญาณ แต่เป็น ความดับที่ยังไม่ใช่ความดับที่เกิดได้ด้วยมรรคจึงอาจทำให้ผู้ปฏิบัติหลงเข้าใจผิด ดังนั้น การทบทวนดูลำดับญาณที่ผ่านมาแล้วว่าเป็นความดับที่เกิดขึ้น

<sup>๒๒</sup> พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป, หน้า ๑๖๘.

<sup>๒๓</sup> พระอาจารย์ภิกษุทันตะ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ ดร., และประธานกัมมัฏฐานาจริยะ. วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, หน้า ๑๗๐.

<sup>๒๔</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๔/๘๖-๘๗.

<sup>๒๕</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๗/๙๒-๙๓.

<sup>๒๖</sup> พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป, หน้า ๑๗๖.

ในญาณใด หากเกิดขึ้นในญาณที่ต่ำกว่า โคตรภูญาณ ก็กล่าวได้ว่า ยังไม่ใช่ความดับที่แท้จริงคือ ดับโดยมรรค นั่นเอง

### ญาณที่ ๑๓ โคตรภูญาณ

คือ ปัญญาตัดขาดจากโคตรปุถุชนเป็นโคตรของพระอริยะ เมื่อภูฐานคามินีวิปัสสนา คือ ยอดของสังขารูปกษณญาณกับอนุโลมญาณรวมกันดำเนินไปจนหมดความรู้สึกครั้งสุดท้าย ก็คือ ยอดของอนุโลมญาณแล้ว เพราะในการปฏิบัติคือการกำหนดสังขารอารมณ์นั้น ความรู้สึกจะมีอยู่ได้เพียงอนุโลมญาณนี้เท่านั้น ต่อจากนั้นก็เข้าเขตของโคตรภูญาณ คือ ญาณที่ข้ามโคตรปุถุชนเข้าสู่แดนอริยชน ตัดอารมณ์โลกีย์ทั้งหมด ตัดโคตรปุถุชนให้หมดสิ้นไม่มีเหลือ<sup>๒๗</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค อธิบายว่า โคตรภูญาณ คือ ปัญญาในการออกและหลีกไปจากนิमितภายนอก คือ ชื่อว่า โคตรภู เพราะครอบงำความเกิดขึ้น ครอบงำความเป็นไป ครอบงำนิमित ครอบงำกรรม...ชื่อว่าโคตรภูเพราะแล่นไปสู่ความไม่เกิดขึ้น ฯลฯ เพราะแล่นไปสู่ความดับคือ นิพพาน<sup>๒๘</sup>

สรุปได้ว่า โคตรภูญาณ นี้ เป็นการเข้าสู่ความดับด้วยมรรค เป็นความดับที่แท้จริง ไปจนตลอดสาย เมื่อผู้ปฏิบัติเข้าสู่ญาณนี้แล้ว ย่อมไม่มีอารมณ์ของโลกียะ เพราะออกไปแล้วจากความเกิดขึ้น แล้วจิตก็แล่นไปสู่ความดับคือ นิพพานอย่างเดียว

### ญาณที่ ๑๔ มัคคญาณ

มัคคญาณ คือ ญาณในอริยมรรค ลำดับต่อจากโคตรภูญาณ คือ มัคคญาณ เป็นความรู้ที่ตั้งอยู่ในนิพพานที่ปราศจากสังขารเพราะเป็นที่ดับสังขารทั้งหลาย อาการเข้าสู่ความดับนั้นมีลักษณะแตกต่างกันไป ดังนี้ ๑. เมื่อวิปัสสนากำลังดำเนินไป รูป นาม สังขารมีอาการสุขุมละเอียดเป็นอย่างยิ่งเป็นธรรมดา แล้วค่อยเร็วเข้า ๆ จนถึยิบ และในที่สุดก็ดับไปเลย ลักษณะการแบบนี้เรียกว่า อนิมิตตวิโมกข์ คือ ดับทางอนิจจัง ๒. เมื่อวิปัสสนากำลังดำเนินไปเกิดทุกขเวทนาอย่างแสนสาหัส แล้วก็ดับไป ลักษณะการอย่างนี้เรียกว่า อัปปลิหิตวิโมกข์ คือ ดับทางทุกขัง ๓. เมื่อวิปัสสนากำลังดำเนินไปอยู่ รูป นามมีอาการสุขุมละเอียดเป็นอย่างยิ่ง แล้วก็ค่อย ๆ น้อยลง ๆ เหมือนเส้นด้าย แล้วก็ขาดหายไป ดับไป ลักษณะการอย่างนี้เรียกว่า สุธญญตวิโมกข์ คือ ดับทางอนัตตา<sup>๒๙</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค อธิบายว่า มัคคญาณนิเทศ คือ ปัญญาในการออกและหลีกไปทั้งจากกิเลสชั้นและจากนิमितภายนอก คือ ในขณะแห่งโสดาปัตติมรรค ญาณที่ชื่อว่า สัมมาทิฐิ เพราะมีสภาวะเห็นย่อมออกจากมิจฉาทิฐิ ออกจากเหล่ากิเลสที่เป็นไปตามมิจฉาทิฐินั้น จากชั้นทั้งหลาย และออกจากสรรพนิमितภายนอก เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่าปัญญาในการออกและหลีกไปทั้งจากกิเลสและนิमितภายนอก ชื่อว่ามัคคญาณ ในญาณที่มีชื่ออื่นใน อริยมรรคมืองค์แปด

<sup>๒๗</sup> พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป, หน้า ๑๘๐.

<sup>๒๘</sup> ชู.ป. (ไทย) ๓๑/๕๙/๙๕.

<sup>๒๙</sup> พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป, หน้า ๑๘๕.

ก็มีนัยเดียวกัน และในขณะแห่งสภากาตาคามีมรรค ย่อมออกจากกามราคสังโยชน์ ปฏิสังโยชน์ ออกจากกามราคานุสัย จากปฏิฆานุสัย ก็เลสอย่างหยาบ ในขณะที่อนาคามีมรรคย่อมออกจากกามราคสังโยชน์ ปฏิสังโยชน์ ออกจากกามราคานุสัย จากปฏิฆานุสัย ก็เลสอย่างละเอียด และในขณะแห่งอรหัตตมรรค ย่อมออกจากอุปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ อวิชชา มานานุสัย ภวราคานุสัย อวิชชานุสัย<sup>๓๐</sup>

สรุปได้ว่า มัคคญาณนี้ เป็นการเข้าสู่ความดับ ที่หมายถึงนิพพาน โดยแท้จริง สามารถละสังโยชน์ได้ตามลำดับ ด้วยการเห็นว่าสังขารทั้งหลายนี้เป็นความทุกข์ ความดับ (นิโรธ) เป็นความสุข เรียกว่าเป็นปัญญาที่ออกจากธรรมดังกล่าวมาแล้ว เรียกว่าถูกต้องตามแนวทางการเข้าถึงพระนิพพาน

### ญาณที่ ๑๕ ผลญาณ

ผลญาณ คือ เมื่อมรรคญาณปรากฏขึ้นแล้ว ผลญาณก็ปรากฏตามมาทันทีที่ไม่มีระหว่างกันเลย เมื่อโสดาปัตติมรรคจิตดับลงแล้ว ผลจิตที่เป็นวิบากของมรรคจิต ได้แก่ โสดาปัตติผลญาณ ก็เกิดขึ้น ๒ หรือ ๓ ขณะ มัคคจิตจัดเป็นอนันตริกสมาธิ คือ มัคคสมาธิให้อริยผลเกิดขึ้นทันที อธิบายได้ว่า เมื่อมรรคญาณปรากฏขึ้นแล้ว ผลญาณก็ปรากฏตามขึ้นมาทันที มรรคญาณนี้เรียกว่า ปฐมมรรค หรือ โสดาปัตติมรรคจะปรากฏขึ้นครั้งเดียวเท่านั้น ซึ่งมรรคญาณนี้สามารถประภังคิเลสได้ ๕ อย่าง คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส อปาคมนียกามราคะ และอปายคมนียปฏิฆะ<sup>๓๑</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค อธิบายว่า ผลญาณคือ ปัญญาที่หยุดความพยายาม คือ ในขณะแห่งโสดาปัตติมรรค ญาณที่ชื่อว่าสัมมาทิฏฐิ เพราะมีสภาวะเห็นย่อมออกจากมิจฉาทิฏฐิ ออกจากเหล่ากิเลสที่เป็นไปตามมิจฉาทิฏฐินั้น จากชั้นทั้งหลาย ออกจากสรรพนิमितภายนอก สัมมาทิฏฐิย่อมเกิดขึ้นเพราะหยุดความพยายามนั้น การหยุดความพยายามนั้นเป็นผลของมรรค ในอริยมรรคมีองค์ ๘ ข้ออื่น ๆ ก็มีนัยเดียวกัน ในขณะแห่งสภากาตาคามีมรรค อนาคามีมรรค และอรหัตตมรรค ก็มีนัยเดียวกัน<sup>๓๒</sup>

สรุปได้ว่า ผลญาณ คือ ญาณที่เกิดขึ้นต่อจากมรรคญาณ เมื่อมรรคเกิดขึ้นแล้ว ความดับเกิดขึ้นแล้ว ผลญาณก็เกิดขึ้นตามมาทันที คือปัญญาที่หยุดความพยายามที่จะออกจากธรรมทั้งปวง เพราะผู้ปฏิบัติเข้าสู่ ความดับ หรือพระนิพพานแล้วนั่นเอง

### ญาณที่ ๑๖ ปัจจเวกขณญาณ

คือ ปัญญาที่ทบทวนดู มรรค ผล นิพพาน กิเลสที่ละแล้ว และยังเหลืออยู่ การดำเนินไปของญาณทั้ง ๓ คือ โคตรญาณ มัคคญาณ และผลญาณ เป็นไปเพียงขณะจิตหนึ่งเท่านั้นปัจจเวกขณญาณย่อมเกิดต่อจากผลญาณในทันที โดยผู้ปฏิบัติจะรู้ว่าภูฏานคามินิวิปัสสนาจะกำหนดรวดเร็วมา

<sup>๓๐</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖๑/๙๙.

<sup>๓๑</sup> พระอาจารย์ภัททันตะ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ ดร., และประธานกัมมัฏฐานาจริยะ. วิปัสสนาที่ปณีตวิภา. (ชลบุรี: สำนักวิปัสสนากัมมัฏฐานวิเวกอาศรม, ม.ป.ป), หน้า ๑๘๘.

<sup>๓๒</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖๓/๑๐๒.

ในเบื้องต้น ทันทีที่กำหนดครั้งหลังนั้น มรรคจิตแล่นเข้าสู่นิโรธอย่างนี้เรียกว่าทบทวนคุณมรรค ถ้ารู้จักตั้งอยู่ในนิโรธด้วย เรียกว่า ทบทวนคุณผล ถ้ารู้ต่อไปอีกว่า อารมณ์ที่ตนประสบมานั้นปราศจากสังขารทั้งปวงเป็นการทบทวนคุณนิพพาน บางพวกอาจทบทวนคุณกิเลสที่ยังเหลืออยู่และกิเลสที่ละได้เด็ดขาดแล้ว<sup>๓๓</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค อธิบายว่า ปัจจเวกขณญาณ คือ ปัญญาในการเห็นธรรมที่มาร่วมกันในขณะที่นั้น<sup>๓๔</sup> ก็คือ ในขณะที่แห่งมรรค ๔ ผล ๔ มีธรรมที่ชื่อว่า โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการเกิดพร้อมด้วย

สรุปได้ว่า ปัจจเวกขณญาณ คือ ญาณที่ผู้ปฏิบัติ เข้าสู่ความดับแล้ว ย่อมเห็นธรรมอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นร่วมกับมรรคญาณ นั้นเอง กล่าวได้ว่า ความดับโดยมรรคนี้ ย่อมมีธรรมอื่น ๆ เข้าสนับสนุนให้เกิดเป็นความดับ ที่เห็นว่าสังขารทั้งหลายเป็นความทุกข์ และความดับ (นิโรธ) นี้เป็นความสุขที่แท้จริง

กล่าวได้ว่า ความดับในลำดับญาณ ๑๖ นั้นมีการพิจารณาเห็นความดับใน ภังคญาณ คือ ผู้ปฏิบัติ พิจารณา รูป นาม ด้วยความเป็นไตรลักษณ์ แล้วเกิดความเบื่อหน่าย คลายจากความกำหนดราคะก็ดับไปได้ชั่วขณะหนึ่ง แต่ความดับในญาณนี้เรียกว่า อุปปาตนิโรธ คือ ความดับที่ยังมีกิเลสหลงเหลืออยู่ ส่วนความดับที่แท้จริง เรียกว่าอุปปาตนิโรธ คือ ความดับโดยมรรค ถ้ากล่าวโดยลำดับญาณแล้ว การเริ่มเข้าสู่ความดับที่จริง เริ่มตั้งแต่การก้าวเข้าสู่ในโคตรภูญาณ เพราะแล่นไปสู่ความไม่เกิดขึ้น แล่นเข้าสู่ความดับ ลำดับต่อจากโคตรภูญาณ คือ มัคคญาณ เป็นปัญญาที่ตั้งอยู่ในนิพพานที่ปราศจากสังขารเพราะเป็นที่ดับของสังขารทั้งหลาย ผลญาณ และปัจจเวกขณญาณ เป็นญาณที่ตัดกิเลสเป็นสมุทเททพหานในมัคคญาณที่ ๑ สามารถตัดสังโยชน์ได้ ๓ ประการคือ สักกายทิฐิ ความเห็นว่าเป็นตัวตน วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัยในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นต้น สิลัพพัตตปรามาส ในมรรคญาณนี้ ผู้ปฏิบัติจะเข้าสู่ความดับไม่เหมือนกัน เพราะการสร้างสมบารมีมาแตกต่างกันผู้ใดสร้างบารมีมาทางใดก็ดับทางนั้น ดับทางอนิมิตตวิโมกข์ ดับทางอัปนิหิตวิโมกข์ และดับทางสุญญตวิโมกข์ มรรคญาณนี้ เสวยนิพพานเป็นอารมณ์ เป็นฝ่ายโลกุตตระ เห็นอริยสัจอย่างชัดเจน คือ เห็นนิโรธอริยสัจ เมื่อมรรคญาณเกิดขึ้นแล้ว ผลญาณก็เกิดขึ้นตามมาทันที และในลำดับญาณสุดท้าย เป็นปัญญาที่พิจารณาเห็นธรรมที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับความดับนั้นก็คือ โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนั่นเอง

## ๔.๒ ความดับที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ผู้ปฏิบัติจำเป็นจะต้องศึกษาทั้งปริยัติ และการปฏิบัติ เพื่อตรวจสอบผลของการปฏิบัติและรู้เท่าทันกิเลสที่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติ และอุปสรรคที่สำคัญประการหนึ่ง ก็คือ ผู้ปฏิบัติหลงเข้าใจผิดคิดว่าตนนั้นเข้าสู่ภาวะของความดับกิเลสแล้วอย่างสิ้นเชิง แต่แท้จริงแล้วเป็นเพียงความดับที่เกิดจากสภาวะธรรม ที่เป็นปฏิปักษ์อย่างหนึ่งของการบรรลุธรรมผู้วิจัย

<sup>๓๓</sup> พระภททันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, ม.ป.ป, หน้า ๑๕๑.

<sup>๓๔</sup> ชู.ป. (ไทย) ๓๑/๖๕/๑๐๖.

ศึกษาไว้ ดังนี้ ตามคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกากล่าวว่า ความดับเทียบ คือ การเข้าสู่ความดับ เป็นจุดสุดยอดของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพราะความดับที่ไม่แท้อาจเกิดขึ้นได้โดยเหตุหลายประการคือ

๑. ดับด้วย ปิติ
๒. ดับด้วย ปัสสัทธิ
๓. ดับด้วย สมาธิ ( ขาดความรู้สึกรู้ตัว )
๔. ดับด้วย ถีนมิทระ
๕. ดับด้วย อุปกขา

ทั้ง ๕ ประการนี้เป็นความดับเทียบ ใช้ไม่ได้ เป็นการล่อให้หลงเข้าใจผิด<sup>๓๕</sup> ส่วนมากเกิดในอุท্থัพพยญาณอย่างอ่อน ๑ ในมูญจิตุกัมมตยาญาณ ๑ ในสังขารุเปกขาญาณ ๑ ถ้าเกิดขึ้นในญาณเหล่านี้ ฟังตัดสินเลยว่า เป็นของเทียบใช้ไม่ได้ ตามคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกาแนะนำให้พระวิปัสสนาจารย์และผู้ปฏิบัติตั้งข้อสังเกตและฟังตัดสินว่าเป็นความดับที่แท้จริงหรือยังเพื่อจะได้ปฏิบัติได้ถูกต้องต่อไป ดังนี้

#### ญาณที่ ๔ อุท্থัพพยญาณ

อุท্থัพพยญาณ ปัญญาเห็นรูปและนามเกิดดับชัดเจน อารมณ์ภายในของผู้ปฏิบัติจะรู้สึก ว่าอาการที่พองยุบไปเร็วเกิดดับเร็ว นั้นเป็นลักษณะของญาณนี้ อาการพองยุบจะเกิดเพียง ๒ ขณะเท่านั้นคือ ขณะแรกของอาการพองยุบ (อุปปาหะ) และขณะสุดท้ายของอาการพองยุบ (ภังคะ) ส่วนฐิติขณะปรากฏเร็วมากโยคีเห็นไม่ชัดเจนรู้สึกเหมือนกับไม่ปรากฏ ส่วนอารมณ์ภายนอกของผู้ปฏิบัติ ได้แก่ นิมิตที่ปรากฏ ที่เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็หายไปอย่างรวดเร็วเพื่อแสดงความเกิดดับให้ปรากฏชัดเจน ฉะนั้นจึงปรากฏชัดเพียง ๒ ขณะ คืออุปปาหะ (ขณะเกิด) และภังคะ (ขณะดับ) ส่วนเวทนาจีมีอยู่บ้างแต่เมื่อเกิดขึ้นแล้ว พอกำหนดก็ดับเร็ว แล้วก็เกิดขึ้นอีก ตั้งอยู่ไม่นานก็ดับไปอยู่อย่างนี้เสมอ ก็เพื่อแสดงสภาวะเกิดดับให้ปรากฏชัดเจนนั่นเอง เมื่อผู้ปฏิบัติเข้าสู่ตรุณอุท্থัพพยญาณ (อุท্থัพพยญาณอย่างอ่อน) จะมีสิ่งที่เกิดขึ้นเรียกว่า วิปัสสนูปกิเลส (สิ่งที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง) เป็นผลให้ผู้ปฏิบัติเกิดความลุ่มหลง และปฏิบัติผิดทาง บางครั้งถึงกับยึดว่าตนเองได้บรรลุมรรค ผล แล้วก็ได้ วิปัสสนูปกิเลส มี ๑๐ ประการคืออุท্থัพพยญาณนี้มีลักษณะพิเศษของญาณนี้ คือมักจะมีวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้น แต่ข้อสำคัญของญาณนี้ต้องมีลักษณะ คือ รูป นาม เกิด ดับ อย่างรวดเร็ว<sup>๓๖</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรคอธิบายว่า อุท্থัพพยญาณ คือ ปัญญาในการพิจารณาเห็นความแปรผันแห่งธรรมทั้งหลายที่เป็นปัจจุบันชื่อว่า อุท্থัพพยานุปีสสนาญาณ คือ รูปที่เกิดแล้วเป็นปัจจุบัน ลักษณะความบังเกิดแห่งรูปนั้น ชื่อว่าความเกิดขึ้น ลักษณะความแปรผันไป (แห่งรูปนั้น)

<sup>๓๕</sup> พระอาจารย์ภัททันตะ อาสภเถระ ธัมมาจารีเย ดร., และประธานกัมมัฏฐานาจารย์เย. วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, หน้า ๑๗๗.

<sup>๓๖</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๓๘-๑๔๖.

ชื่อว่าความเสื่อม ปัญญาที่พิจารณาเห็นดังนี้ ชื่อว่าอนุปัสสนาญาณ<sup>๓๗</sup>

### ข้อสังเกตของพระวิปัสณาจารย์

๑) รู้ได้จากอัมฤตการมณฺเฑ คือ อารมณฺเฑภายใน เช่นบางโยคีจะบอกว่าเวลานี้การกำหนดพองยุบไม่เหมือนก่อนแล้ว รู้สึกว่าหายไประ็เร็วเหลือเกิน อาการที่พองยุบไปเร็วเกิดเร็วดับเร็ว นั้นเป็นลักษณะของญาณนี้ เมื่อวิปัสณาจารย์ประสงคฺจะทราบว่ถึงญาณนี้หรือยัง แต่โยคียังไม่บอกถึงอาการเหล่านี้ เช่นต้องถามควบกันทั้ง ๒ ญาณ คือ ถามว่เวลานี้กำหนดเป็นอย่างไร อาการพองยุบหายไประ็ ๆ หรือว่หายไประ็ ๆ ถ้าตอบว่หายไประ็ ๆ ก็แสดงว่โยคียังไม่ถึงญาณนี้ ลักษณะของญาณนี้จะเกิดดับเร็ว ฉะนั้น อาการพองยุบจึงปรากฏชัดแต่เพียง ๒ ขณะเท่านั้น คือขณะแรกของการพองยุบ (อุปปาหะ) และขณะสุดท้ายของการพองยุบ (ภังคะ) ส่วนฐิติขณะปรากฏเร็วมาก เห็นไม่ชัด จนโยคีรู้สึกเหมือนกับว่ไม่ปรากฏ<sup>๓๘</sup>

๒) รู้ได้จากพิทธารมณฺเฑ คือ อารมณฺเฑภายนอก ได้แก่ณิมติต่าง ๆ ที่ปรากฏ ซึ่งเมื่อเกิดแล้วหายไประ็อย่างรวดเร็ว เพื่อแสดงว่ความเกิดดับให้ปรากฏชัดเจน ฉะนั้นจึงปรากฏชัดเพียง ๒ ขณะ คือ อุปปาหะ (ขณะเกิด) และภังคะ (ขณะดับ) สรุปรว่อาการเกิดดับของณิมติต่าง ๆ ในญาณนี้เกิดเร็วแล้วก็หายเร็ว

๓) รู้ได้จากอาการของเวทนา ทุกเวทนาในญาณนี้ก็ยังมียู่บ้าง แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้ว พอกำหนดก็ดับไประ็ แล้วก็เกิดขึ้นอีก ตั้งอยู่ไม่นานก็ดับไป เกิดขึ้นดับไปอย่างนี้อยู่เสมอ ก็เพื่อแสดงสภาวะเกิดดับให้ปรากฏชัดนั่นเองนี้เป็นลักษณะของอุทยัพพญาณที่พระวิปัสณาจารย์จะพึงทราบได้ นอกจากนี้ยังมีลักษณะพิเศษของอุทยัพพญาณที่ควรจะทราบเอาไว้ด้วย คือ เมื่อถึงญาณนี้แล้วโยคีจะผ่องใสด้วยอำนาจของสมาธิ เป็นเหตุให้เกิดวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้น<sup>๓๙</sup>

จากข้อความนี้กล่าวได้ว่าในอุทยัพพญาณอย่างอ่อนนี้มักจะมีวิปัสสนูปกิเลสเข้ามาแทรก และมีวิปัสสนูปกิเลส ๔ ตัวที่จะทำให้เข้าใจผิดคิดว่าตนเองเข้าสู่ความดับแล้วนั่นก็คือ อาการดับด้วยอำนาจของปีติ เมื่อเราเจริญพระกัมมัฏฐานไป ๆ ปีติมันเกิดขึ้นมา จะเป็นขณิกปีติ ชุททกาปีติ โอกกันตกาปีติ อุพเพงคาปีติ หรือภรณาปีติก็ตาม เมื่อมันเกิดขึ้นมาแล้วจะมีลักษณะอย่างเดียวกัน เมื่อมันเกิดจนถึงที่สุดแล้วมันจะสับหงควบลงไปบางที่ก็ไปข้างหน้า บางที่ก็ผงะไปข้างหลัง บางที่ก็ไปข้างซ้าย บางที่ก็ไปข้างขวา อันนี้มันดับด้วยอำนาจของปีติ มันจะดับกันทุกรูปทุกนาม อาการดับด้วยอำนาจของปีติดับด้วยอำนาจของปีตินี้ จิตและเจตสิกของเรานั้นจะสงบมาก คือกายก็สงบ จิตก็สงบ มันสงบผิดปกติ กำหนดไป ๆ มันดึงเข้า ดึงเข้าไป ๆ บางทีขาดความรู้สึกเลย ความรู้สึกไม่มี มันขาดความรู้สึกไป อันนี้ดับด้วยอำนาจของปีติ และอาการดับด้วยอำนาจของอุเบกขา ดับด้วยอำนาจของอุเบกขานี้ เวลากำหนดบทพระกัมมัฏฐานจิตใจของเรานั้นจะเลื่อนลอยไป ลอยไปสู่อารมณ์ภายนอก ดังนั้นในอุทยัพพญาณนี้ ผู้ปฏิบัติจะพบกับดับที่ไม่แท้จริง ความดับที่ทำให้หลงเข้าใจผิด คิด

<sup>๓๗</sup> พ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๙/๗๗.

<sup>๓๘</sup> พระอาจารย์ภัททันตะ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ ดร., และปธานกัมมัฏฐานาจริยะ. วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, หน้า ๑๘๘.

<sup>๓๙</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๐.

ว่าตนเข้าสู่ความดับโดยมรรคแล้ว ซึ่งมีสาเหตุ ๓ ประการ คือ ดับด้วยอำนาจของปีติ ปัสสัทธิ และ ด้วยอำนาจอุปเพกขา

### ข) ญาณที่ ๙ มุญจิกัมมตาญาณ

มุญจิกัมมตาญาณ คือ ปัญญาที่ปรารถนาจะพ้นจากรูปและนาม เมื่อนิพพิทาญาณมีความแก่กล้า จิตย่อมอยากปลดเปลื้องสังขาร หรืออยากจะพ้นไปจากสังขารทั้งหลายโดยเร็ว แม้การกำหนดอารมณ์ในอริยาบถต่างๆ ก็ไม่สามารถอยู่ในอริยาบถนั้น ๆ ได้นาน เช่นนั่งไม่ได้ นอน ยืนก็ไม่ได้ นาน เดินก็ไม่นาน มีอาการเหมือนคนผุดลุกผุดนั่ง เพราะจิตที่ต้องการพ้นจากอริยาบถให้เร็วที่สุด จิตมีลักษณะปรารถนาจะหลบหนีไปเสียให้พ้น ๆ จากอารมณ์ที่กำลังกำหนดอยู่<sup>๔๐</sup>

ในปรมัตถมัญจสุตา อธิบายว่า จิต ชื่อว่า ไม่ติด เพราะความที่ได้เห็นความที่สังขารมีโทษมาก ชื่อว่า เป็นจิตใคร่จะเปลื้องไป ใคร่จะออกไป เพราะความที่กำหนดรู้ชั้นหาคาลเบื้องต้นไม่ได้ ความเป็นจิตใคร่จะเปลื้องไป ได้แก่ความเป็นจิตใกล้จะคลาย ใคร่จะสลัดออกซึ่งตน ใคร่จะปราศจากสังขาร<sup>๔๑</sup>

### ข้อสังเกตของพระวิปัสสนาจารย์

๑. ทราบได้จากเวทนา เมื่อถึงญาณนี้แล้วโยคีผู้ปฏิบัติจะต้องประสบทุกขเวทนาอีกครั้งหนึ่ง หลังจากที่ได้ระสับกับทุกขเวทนาแต่ทุกขเวทนานี้จะไม่สาหัสเหมือนกับใน สัมมสนญาณที่ ๓ แม้ปรากฏไม่รุนแรงแต่ก็ปรากฏมากมาหลายเดือน คือจะปรากฏอาการคัน เหมือนมีพยาธิรบกวน เป็นทุกขเวทนาที่แปลกอยู่มาก เพราะแม้จะไม่รุนแรงเพียงแต่เจ็บ ๆ คัน ๆ แต่ดูเหมือนว่าทรมานเหลือเกิน สรุปรูปได้ว่าเวทนาเหล่านี้แม้จะไม่รุนแรง แต่ทำให้เกิดความรำคาญทรมานความรู้สึกของโยคียิ่งนัก และปรารถนาที่จะพ้นไปจากเวทนาเหล่านี้เป็นที่สุด

๒. ทราบได้จากความรู้สึกทางด้านจิตใจ รู้สึกว่าอยากจะทำออกจากสังสารวัฏไม่ปรารถนาจะอยู่ในไตรภพทั้ง ๓๑ ภูมิ ไม่อยากได้รูป นาม ปรารถนาจะพ้นจากชั้น ๕ เมื่อบรรลุถึงญาณนี้จะมี ความปรารถนาพระนิพพานที่หนักแน่นมั่นคงอย่างแท้จริง เพราะเป็นความปรารถนาพระนิพพานที่หนักแน่นมั่นคงอย่างแท้จริง เพราะเป็นความปรารถนาที่เกิดจากภาวนามยปัญญาเห็นอาทีนวโทษของรูปนาม

รวมความว่า วิปัสสนาจารย์จะพึงรู้ว่าโยคีผู้ปฏิบัติบรรลุถึงญาณนี้แล้วหรือยังก็สามารถรู้ได้จากกรบอกเล่าของผู้ปฏิบัติเช่นกำหนดไม่ค่อยสะดวกเพราะเกิดเจ็บคันไปหมด หรือบอกความรู้สึกว่าใจไม่ค่อยสงบ อยากจะไปให้พ้น ๆ อยากได้สันติสุข อย่างจะพ้นจากชั้น ๕ เป็นต้น<sup>๔๒</sup>

จากข้อความนี้เมื่อผู้ปฏิบัติเข้าสู่ มุญจิกัมมตาญาณ ผู้ปฏิบัติจะมีความรู้สึกอยากออกไปให้พ้นจากสังสารวัฏจนเกิดเป็นความหุดหุดที่ถ้อย หากผู้ปฏิบัติไม่เพียรระวังรักษาจิตให้ดี อาจโดน

<sup>๔๐</sup> พระภิกษุทันตะ อาสภเถระมหาเถระ, วิปัสสนาทีปนิฎฐิกา, หน้า ๑๖๕.

<sup>๔๑</sup> พระธัมมปาละมหาเถระ, ปรมัตถมัญจสุตา วิสุทธิมคคมหาฎีกา ภาค ๓, แปลโดยอาจารย์สิริ เพ็ชรไชย, (กรุงเทพฯ: บริษัท ธรรมประส แอนด์กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๕๒๓.

<sup>๔๒</sup> พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาทีปนิฎฐิกา, ม.ป.ป, หน้า ๑๖๕-๑๖๗.



นิเวศน์เข้ามาแทรกได้อีกครั้งหนึ่งจนคิดว่าตนเองเข้าถึงความดับได้แล้ว แต่แท้จริงเป็นเพียงความดับที่เกิดการด้วยอำนาจของถิ่นมิทธะ การกำหนดบทพระกัมมัฏฐานของเราจะไม่กระฉับกระเฉง ไม่กระชุ่มกระชวย ไม่กระปรี้กระเปร่า จิตใจเหี่ยวห่อท้อแท้ นั่งกัมมัฏฐานก็ไม่ตรง เอนข้างนั้นเอนข้างนี้ สัปหงกไปข้างซ้ายข้างขวา ขึ้นข้างบนลงข้างล่างการกำหนดบทพระกัมมัฏฐานก็ไม่ได้ปัจจุบันธรรม มีตาขี้มึน ๆ อยู่ตลอดเวลา กำหนดไป ๆ สัปหงกถูบลไป ตาใสขึ้นมาพักหนึ่ง กำหนดไป ๆ สัปหงกถูบลไป ตาใสขึ้นมาอีกครั้งหนึ่ง เพราะว่าในขณะที่มันสัปหงกถูบลไป มันลงสู่ภวังค์ เมื่อมันลงสู่ภวังค์ก็เลยหายง่วง ดังนั้นเมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจนมาถึงมฤตจิตกัมมยตาญาณ จึงต้องคอยระวังไม่ให้จิตของตนถูกถิ่นมิทธะเข้าแทรกจนหลงเข้าใจผิดคิดว่าตนได้เข้าสู่ความดับโดยมรรคแล้ว

### ค) ญาณที่ ๑๑ สังขารูปกชาญาณ

คือ ปัญญาที่วางเฉยในรูปและนาม เมื่อถึงญาณนี้ ผู้ปฏิบัติจะกำหนดได้อย่างสบายจิตใจสงบ เวทนาความเจ็บปวดไม่มี องค์ประกอบของสังขารูปกชาญาณจะมีสภาวะของญาณนี้ครบ ๖ ประการ คือ ๑.ไม่มีความกลัว ๒. ตีใจไม่มี เสียใจไม่มี มีแต่ตั้งสติกำหนดรู้เฉยอยู่ ๓. วางเฉยในอารมณ์สังขารทั้งปวง ๔.สมาธิตั้งอยู่นาน ๕. กำหนดอาการรูป นามสังขารสุขุมละเอียดละออ ๖.จิตของโยคีบุคคลแคบเข้ามา คิดฟุ้งซ่านน้อย<sup>๔๓</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค อธิบายว่า สังขารูปกชาญาณ คือ ปัญญาที่ปรารภนาจะพ้นไป พิจารณาและดำรงมันอยู่ คือ ปัญญาที่ปรารภนาจะพ้นไปจากความเกิดขึ้น พิจารณาและดำรงมันอยู่ชื่อว่าสังขารูปกชาญาณ<sup>๔๔</sup> คำว่าพิจารณาและดำรงมันอยู่ คือ การพิจารณา ความเกิดขึ้น ความเป็นไป นิमित ด้วยความเป็นทุกข์ ด้วยความเป็นภัย ด้วยความเป็นอามิส ด้วยความเกิดขึ้นเป็นสังขาร ความวางเฉยในสังขารนั้น จึงได้ชื่อว่าสังขารูปกชาญาณ

### ข้อสังเกตของพระวิปัสสนาจารย์

วิปัสสนาจารย์พึงสอบสวนผู้ปฏิบัติมีสภาวะบังเกิดองค์คุณ ทั้ง ๖ ประการ ดังนี้

๑) ภัยจก นนที จ วิบุปกาย ไม่มีความกลัวไม่มีความยินดียินดีร้าย กำหนดได้สม่าเสมอ เรียบร้อยปราศจากอุปสรรคความขัดข้องกำหนดได้ง่ายสุด

๒) เนว สุขโน โหติ น ทุมมโน อุปกุขโต วิหริติ สโต สมปชาโน ตีใจก็ไม่มี เสียใจก็ไม่มี มีแต่สติกำหนดรู้ เฉยอยู่

๓) สพพสงขารesu อุทาสี วางเฉยในอารมณ์สังขารทั้งปวง อุปมาเหมือนบุคคลผู้ชำนาญในการขับรถคันใหม่เครื่องใหม่ไปในถนนเรียบดี ไม่มียวดยานอื่นมาปะปน ย่อมจะขับไปได้โดยสะดวก เรียบร้อย

<sup>๔๓</sup> พระอาจารย์ภัททันตะ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ ดร., และประธานกัมมัฏฐานาจริยะ. วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, หน้า ๑๗๐.

<sup>๔๔</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๔/๘๖-๘๗.

๔) สนธิสัญญา อนุญาต สมานัตตั้งอยู่นาน หมายความว่า กำหนดอยู่ได้นาน ๆ ไม่อยากลุกขึ้นเพราะใจสงบ ความฟุ้งซ่านไม่มี นีวรณธรรมก็ไม่มารบกวน

๕) สุปปคเค ปิณฺณ วชฺชียมานํ วีย กำหนดอาการรูป นามสังขารสุขุมละเอียดละอ

๖) ปฏิสยติ ปฏิภุติ ปฏิวตตติ น สมปสริยติ จิตของโยคีแคบเข้ามา คิดฟุ้งซ่านออกไปข้างนอกน้อยที่สุด จนแทบจะไม่มี ในขณะที่ กำหนดอยู่นั้นแม้อารมณ์ภายนอกก็ถอยลงมา

จากข้อความนี้กล่าวได้ว่า เมื่อผู้ปฏิบัติเข้ามาสู่ สังขารูปเพกชาญาณ ผู้ปฏิบัติจะมีอาการวางเฉยในรูปนาม คือไม่ยินดี ยินร้าย อาจพบกับอาการดับด้วยอำนาจของอุเบกขา ดับด้วยอำนาจของอุเบกขานี้ เวลากำหนดบทพระกัมมัฏฐานจิตใจของเรามันจะเลื่อนลอยไป ลอยไปสู่อารมณ์ภายนอก และอาการดับด้วยอำนาจของสมาธิ ดับด้วยอำนาจของสมาธินี้ เราจะสังเกตได้ง่าย ๆ เวลาเรากำหนดบทพระกัมมัฏฐานมันจะกำหนดได้ดี ไม่เปลว เราตั้งใจกำหนดแล้วกำหนดได้ดี จ้องอยู่ กำลังจ้องอยู่นั้น มันสับหงควบลงไปเลย ทั้ง ๆ ที่เราไม่เปลว สมาธิคืออยู่ มันจ้องอยู่กับอาการพองอาการยุบขณะที่เราจ้องอยู่นั้น มันสับหงควบลงไป บางทีก็ไปข้างหน้า บางทีก็ไปข้างหลัง บางทีก็ไปข้างซ้าย บางทีก็ไปข้างขวา ก็แล้วแต่เหตุปัจจัยของมัน อันนี้มันก็ดับด้วยอำนาจของสมาธิ เราอย่าเข้าใจว่าเป็นมรรคผลนิพพาน

ฉะนั้น กล่าวได้ว่าความดับเทียบเป็นปฏิปักษ์อย่างหนึ่งของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ที่ทำให้ผู้ปฏิบัติหลงเข้าใจผิดคิดว่าตนเอง ดับกิเลสได้หมดสิ้นแล้ว โดยมากมักเกิดใน อุทฺทยพยญาณ มุญฺจิตุกัมมตญาณ และสังขารูปเพกชาญาณ ซึ่งความดับเทียบเกิดจาก ดับด้วย ปิติ ดับด้วย ปัสสัทธิ ดับด้วย อุเบกขา อาการเหล่านี้มักเกิดในอุทฺทยพยญาณ และดับด้วย ถินมิทระ มักเกิดในมุญฺจิตุกัมมตญาณ เมื่อผู้ปฏิบัติภาวนามาถึงญาณนี้ ด้วยความปรารถนาจะพ้นไปจากสังขาร หากไม่มีโยนิโสมนสิการจะทำให้ถูกถินมิทระเล่นงานได้ และ ดับด้วย สมาธิ ( ขาดความรู้สึกตัว ) มักเกิดในสังขารูปเพกชาญาณ เพราะองค์คุณของสังขารูปเพกชาญาณ เมื่อผู้ปฏิบัติถึงญาณนี้จะรู้สึกวางเฉยในอารมณ์ต่าง ๆ และในคัมภีร์ยังกล่าวอีกว่า แท้จริง ธรรมชาติของ ปิติ ปัสสัทธิ ถินมิทระ สมาธิและ อุเบกขา แท้จริงแล้วมีสภาพเป็นกุศลแท้เพราะกว่าจะเกิดได้ต้องใช้ความเพียรในการปฏิบัติ แต่ที่มามีสภาพเป็นอุปกิเลสก็เพราะเมื่อเกิดขึ้นแล้ว อุกุศล ๓ ตัว คือ ตัณหา มานะ ทิณฺณู คอยหาโอกาสแทรกเข้ามา<sup>๔๕</sup> ดังนั้นผู้ปฏิบัติและโยคีผู้ปฏิบัติต้องสอบอารมณ์ให้ดีว่า ความดับที่เกิดขึ้นเหล่านี้เกิดขึ้นในญาณใด หากเกิดขึ้นในญาณทั้ง ๓ ดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ก็จะได้เร่งพิจารณา ด้วยมีสติ เพื่อจะได้เข้าสู่ในญาณขั้นสูงต่อไป

### ๔.๓ บทสรุป

<sup>๔๕</sup> พระอาจารย์ภทฺทนฺต อาสภเถระ ธัมมาจริยะ ดร., และประธานกัมมัฏฐานาจริยะ. วิปัสสนาที่ปณีฎีกา, หน้า ๑๔๘.

ความดับในลำดับญาณ ๑๖ นั้นมีการพิจารณาเห็นความดับใน ภังคญาณ คือ ผู้ปฏิบัติพิจารณา รูป นาม ด้วยความเป็นไตรลักษณ์ แล้วเกิดความเบื่อหน่าย คลายจากความกำหนด ราคะก็ดับไปได้ชั่วขณะหนึ่ง แต่ความดับในญาณนี้เรียกว่า อุปาทนโรธ คือ ความดับที่ยังมีกิเลสหลงเหลืออยู่ ส่วนความดับที่แท้จริง เรียกว่าอนุอุปาทนโรธ คือ ความดับโดยมรรค ถ้ากล่าวโดยลำดับญาณแล้ว การเริ่มเข้าสู่ความดับที่จริง เริ่มตั้งแต่การก้าวเข้าสู่ในโคตรภูญาณ เพราะแล่นไปสู่ความไม่เกิดขึ้น แล่นเข้าสู่ความดับ ลำดับต่อจากโคตรภูญาณ คือ มัคคญาณ เป็นปัญญาที่ตั้งอยู่ในนิพพานที่ปราศจากสังขารเพราะเป็นที่ดับของสังขารทั้งหลาย เป็นความดับที่เกิดขึ้นโดยมรรคไปจนตลอดสาย เมื่อได้ถึงมรรคญาณ ผลญาณที่เกิดต่อมาจากมรรคญาณ และปัจจเวกขณญาณ คือปัญญาที่เห็นธรรมที่เกิดร่วมกับการบรรลุธรรมนั่นก็คือโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ หรือว่ามรรคมืองค์ ๘ นั้นเอง ที่เกิดพร้อมกับการได้บรรลุธรรม อย่างไรก็ตามธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรมในกรณีของความดับนั้น คือ การหลงเข้าใจผิดคิดว่าตนเองได้บรรลุธรรมแล้วนั่นก็คือ ความดับเทียมเป็นปฏิปักษ์อย่างหนึ่งของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ความดับเทียมนี้จะทำให้ผู้ปฏิบัติหลงเข้าใจผิดคิดว่าตนเอง ดับกิเลสได้หมดสิ้นแล้ว โดยมากมักเกิดใน อุทัพพญาณ มุญจितุกัมมตญาณ และสังขารูปเพกขาญาณ ซึ่งความดับเทียมเกิดจาก ดับด้วย ปิติ ดับด้วย ปัสสัทธิ ดับด้วย อุเบกขา อาการเหล่านี้มักเกิดในอุทัพพญาณ และดับด้วย ถินมิทระ มักเกิดในมุญจितุกัมมตญาณ เมื่อผู้ปฏิบัติภาวนามาถึงญาณนี้ ด้วยความปรารถนาจะพ้นไปจากสังขาร หากไม่มีโยนิโสมนสิการจะทำให้ถูกถินมิทระเล่นงานได้ และ ดับด้วยสมาธิ ( ขาดความรู้สึกรู้ตัว ) มักเกิดในสังขารูปเพกขาญาณ เพราะองค์คุณของสังขารูปเพกขาญาณ เมื่อผู้ปฏิบัติถึงญาณนี้จะรู้สึกวางเฉยในอารมณ์ต่าง ๆ และในคัมภีร์ยังกล่าวอีกว่า แท้จริง ธรรมชาติของ ปิติ ปัสสัทธิ ถินมิทระ สมาธิและ อุเบกขา แท้จริงแล้วมีสภาพเป็นกุศลแท้เพราะกว่าจะเกิดได้ต้องใช้ความเพียรในการปฏิบัติ แต่ที่มามีสภาพเป็นอุปกิเลสก็เพราะเมื่อเกิดขึ้นแล้ว อกุศล ๓ ตัว คือ ตัณหา มานะ ทิฎฐิ คอยหาโอกาสแทรกเข้ามา ดังนั้น ผู้ปฏิบัติและโยคีผู้ปฏิบัติต้องสอบอารมณ์ให้ดีว่า ความดับที่เกิดขึ้นเหล่านี้เกิดขึ้นในญาณใด หากเกิดขึ้นในญาณทั้ง ๓ ดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ก็จะได้เร่งพิจารณา ด้วยมีสติ เพื่อจะได้เข้าสู่ในญาณขั้นสูงต่อไป



ของท่านผู้เข้าผลสมาบัติและนิโรธสมาบัติ คัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกาเป็นคัมภีร์ที่รจนาโดยพระอาจารย์ภททันตะ ภาสภเถระ ที่แต่งเพื่อเป็นคู่มือสำหรับเรียนพระอภิธรรมในภาควิปัสสนากรรมฐาน รวมทั้งหมดมี ๑๓ เรื่องที่แสดงไว้ โดยเริ่มตั้งแต่เล่า วงศ์ของวิปัสสนา ที่สอบทอดมาตั้งแต่สมัยพระโสณกะกับ พระอุตตระเถระเมื่อครั้งการสังคายนาครั้งที่ ๓ และสอบทอดมาจนถึงยุคปัจจุบัน และเริ่มอธิบายวิสุทธิ ๗ ที่เชื่อมโยงกับวิปัสสนาญาณ ๑๖ ไว้อย่างละเอียด เพื่อเป็นคู่มือพระวิปัสสนาจารย์ ในการสอบอารมณ์ที่บอกเล่าสภาวะธรรมต่าง ๆ และนำวิธีแกสภาวะที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติ เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้อง อย่างไรก็ตามความดับในการปฏิบัตินี้มีอยู่ ๒ ประการคือ ๑) ความดับเทียบที่เกิดจากสภาวะธรรม ตั้งแต่อุทัยพพญาณอย่างอ่อน ๑ ในมัญจิกัมมตญาณ ๑ ในสังขารูปกขาญาณ ๑ ที่ทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดคิดว่าตนเองได้บรรลุแล้ว และ ๒) ความดับที่แท้จริง คือ ดับโดยมรรค คือเริ่มตั้งแต่ขณะสังขารูปกขาญาณถึงความแก่กล้าที่สุด สังขารอารมณ์ซึ่งอ่อนละเอียด มีอาการสม่าเสมอเป็นธรรมดาแล้วก้าวเข้าสู่โคตรภูญาณ เป็นต้นไป เรียกว่าเป็นความดับที่แท้จริง โดยเมื่อผู้ปฏิบัติเริ่มเข้าสู่อนุโลมญาณก็มีความสามารถในการทบทวนญาณต่าง ๆ ที่เราผ่านมาได้แล้วว่า เป็นความดับเทียบหรือเป็นความดับที่แท้จริง

### ๕.๑.๓ ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรม กรณีศึกษา: ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา

ความดับในลำดับญาณ ๑๖ นั้นมีการพิจารณาเห็นความดับใน กังคญาณ คือ ผู้ปฏิบัติพิจารณา รูป นาม ด้วยความเป็นไตรลักษณ์ แล้วเกิดความเบื่อหน่าย คลายจากความกำหนัด ราคะก็ดับไปได้ชั่วขณะหนึ่ง แต่ความดับในญาณนี้เรียกว่า อุปปาหนิโรธ คือ ความดับที่ยังมีเลสหลงเหลืออยู่ ส่วนความดับที่แท้จริง เรียกว่าอนุปปาหนิโรธ คือ ความดับโดยมรรค ถ้ากล่าวโดยลำดับญาณแล้ว การเริ่มเข้าสู่ความดับที่จริง เริ่มตั้งแต่การก้าวเข้าสู่โคตรภูญาณ เพราะแล่นไปสู่ความไม่เกิดขึ้น แล่นเข้าสู่ความดับ ลำดับต่อจากโคตรภูญาณ คือ มัคคญาณ เป็นปัญญาที่ตั้งอยู่ในนิพพานที่ปราศจากสังขารเพราะเป็นที่ดับของสังขารทั้งหลาย เป็นความดับที่เกิดขึ้นโดยมรรคไปจนตลอดสาย เมื่อได้ถึงมรรคญาณ ผลญาณที่เกิดต่อมาจากมรรคญาณ และปัจจเวกขณญาณ คือปัญญาที่เห็นธรรมที่เกิดร่วมกับการบรรลุธรรมนั่นก็คือโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ หรือว่ามรรคมืองค์ ๘ นั้นเอง ที่เกิดพร้อมกับการได้บรรลุธรรม อย่างไรก็ตามธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อการบรรลุธรรมในกรณีของความดับนั้น คือ การหลงเข้าใจผิดคิดว่าตนเองได้บรรลุธรรมแล้วนั่นก็คือ ความดับเทียบเป็นปฏิปักษ์อย่างหนึ่งของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ความดับเทียบนี้จะทำให้ผู้ปฏิบัติหลงเข้าใจผิดคิดว่าตนเอง ดับกิเลสได้หมดสิ้นแล้ว โดยมากมักเกิดใน อุทัยพพญาณ มัญจิกัมมตญาณ และสังขารูปกขาญาณ ซึ่งความดับเทียบเกิดจาก ดับด้วย ปิติ ดับด้วย ปัสสัทธิ ดับด้วย อุเบกขา อาการเหล่านี้มักเกิดในอุทัยพพญาณ และดับด้วย ถินมิทระ มักเกิดในมัญจิกัมมตญาณ เมื่อผู้ปฏิบัติภาวนามาถึงญาณนี้ ด้วยความปรารถนาจะพ้นไปจากสังขาร หากไม่มีโยนิโสมนสิการจะทำให้ถูกพินมิทระเล่นงานได้ และ ดับด้วย สมานิ ( ขาดความรู้สึกรู้ตัว ) มักเกิดในสังขารูปกขาญาณ เพราะองค์คุณของสังขารูปกขาญาณ เมื่อผู้ปฏิบัติถึงญาณนี้จะรู้สึกวางเฉยในอารมณ์ต่าง ๆ และในคัมภีร์ยังกล่าวอีกว่า แท้จริง ธรรมชาติของ ปิติ ปัสสัทธิ ถินมิทระ สมานิและ อุเบกขา แท้จริงแล้วมีสภาพเป็นกุศลแท้เพราะกว่าจะเกิดได้ต้องใช้ความเพียรในการปฏิบัติ แต่ที่มามีสภาพเป็นอุปกิเลสก็เพราะเมื่อเกิดขึ้นแล้ว ออกุศล ๓ ตัว คือ ตัณหา มานะ ทิฏฐิ คอยหาโอกาสแทรกเข้ามา ดังนั้นผู้ปฏิบัติและโยคีผู้ปฏิบัติต้องสอบอารมณ์ให้ดีว่า

ความดับที่เกิดขึ้นเหล่านี้เกิดขึ้นในญาณใด หากเกิดขึ้นในญาณทั้ง ๓ ดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ก็จะได้  
เร่งพิจารณา ด้วยมีสติ เพื่อจะได้เข้าสู่ในญาณชั้นสูงต่อไป

## ๕.๒ ข้อเสนอแนะ

### ๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำข้อมูลไปใช้

ในการศึกษาวิจัยเรื่องนี้ เป็นการศึกษา “ธรรมที่เป็นปฏิบัติต่อการบรรลุธรรม  
กรณีศึกษา: ความดับในคัมภีร์วิปัสสนาที่ปณีฎีกา” จะเห็นได้ว่า ความดับ นั้นมีความสำคัญกับผู้ปฏิบัติ  
วิปัสสนาภาวนาเป็นอย่างมาก ดังนั้น ผู้ปฏิบัติควรนำผลของการศึกษานี้ไปใช้เป็นเครื่องมือในการ  
ตรวจสอบสภาวะญาณของตน เพื่อมิให้หลงเดินทางผิดเข้าใจว่าตนได้บรรลุสู่สภาวะของความดับแล้ว  
นั่นเอง และควรนำผลของงานวิจัยนี้ไปเป็นเครื่องมือของพระวิปัสสนาจารย์ เพื่อที่จะได้นำไปแนะนำ  
ลูกศิษย์ของตน เพื่อประโยชน์ในการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป

### ๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งต่อไป

จากการศึกษาวิจัยในเรื่องนี้ผู้วิจัยเห็นว่ายังมีประเด็นอื่น ๆ ที่น่าสนใจ โดยงานวิจัยเล่มนี้  
ยังไม่ได้ศึกษา เพื่อจะนำมาใช้ในการศึกษาวิจัยในครั้งต่อไป ดังนี้

- ๑) ศึกษาความดับในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๒) ศึกษาความดับเทียบในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๓) ศึกษาที่ลุลายมิตรกับการบรรลุธรรม

## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาบาลี-ไทย:

#### ก. ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Sources)

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับสยามรัฐเตปฎก ๒๕๒๕. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๕.

\_\_\_\_\_. **ปฐมสมันตปาสาทิกา แปล เล่ม ๒.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

พระพุทโธสมเถระ รจนา. สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปลและเรียบเรียง. **คัมภีร์**

**วิสุทธิมรรค** พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔.

#### ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

##### (๑) หนังสือ:

ป.หลงสมบุญ . **พจนานุกรมบาลี-ไทย (๑๕๔๙๑ คำ).** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภา, ๒๕๑๙.

ปิ่น มุกข์นิตย์ พ.อ.. **ประมวลศัพท์ศาสนา สำหรับนักศึกษาและประชาชน.** กรุงเทพมหานคร อมร-  
การพิมพ์, ๒๕๒๗.

ฝ่ายวิชาการอภิศธรรมโชติกะวิทยาลัย. **วิปัสสนากรรมฐาน.** กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสัทธัมมโชติกะ,  
๒๕๒๘.

พระคันธสาราภิวังศ์. **โพธิปักขิยธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์ จำกัด,  
๒๕๕๕.

พระเทพมุนี (วิลาศ ญาณวโร ป.ธ.๙). **วรรณกรรมไทย เรื่องวิมุตติรัตนมาลี.** กรุงเทพมหานคร: โรง  
พิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๒๗.

พระเทพสิทธิมุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙). **คำบรรยายเรื่องวิปัสสนากรรมฐาน(มหาสติปัฏฐาน).**  
กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, ๒๕๔๘.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิเถร). **วิปัสสนากรรมฐาน ภาค ๑ เล่ม ๑ ว่าด้วย วิปัสสนา  
กรรมฐานทั่วไป.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘.

พระธัมมะपालะมหาเถระ. **ปรมัตถมัญชุสา วิสุทธิมคคมหาฎีกา ภาค ๓.** แปลโดยอาจารย์สิริ เพ็ชร  
ไชย. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส แอนด์กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๕.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ ๑๗.  
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

\_\_\_\_\_. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์.** พิมพ์ครั้งที่ ๑๙. กรุงเทพมหานคร:  
โรงพิมพ์พระพุทธานุภาพของธรรมสภา, ๒๕๕๖.

พระพรหมโมลี, (สมศักดิ์ อุปสโม). ตรวจชำระ, พระคันธสาราภิงค์ แปลและเรียบเรียง.

กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๒.

พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต). **ศัพท์วิเคราะห์**. พิมพ์ครั้งที่ ๓ .

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เสียงเชียง, ๒๕๕๘.

พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ ฐิตถาโณ). นิเทศธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๒ . กรุงเทพมหานคร : ธีรพงษ์ การพิมพ์, ๒๕๓๗.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา. **วิปัสสนาขุณี (ฉบับสมบูรณ์)**. จำรูญ ธรรมดา แปล.

กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๓.

\_\_\_\_\_ . **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน** . แปลและเรียบเรียง พระคันธสาราภิงค์.

กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.

\_\_\_\_\_ . พระคันธสาราภิงค์ แปลและเรียบเรียง. **มหาสติปัฏฐานสูตร**. กรุงเทพมหานคร : ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๒.

\_\_\_\_\_ . **วิปัสสนานัย เล่ม ๑-๒**. พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ ป.ธ.๙) ตรวจชำระ. พระคันธสาราภิงค์ แปลเรียบเรียง. นครปฐม: ซีไอไอ เซ็นเตอร์, ๒๕๕๐.

พระอาจารย์ภักทันทะ อาสภเถระ ธรรมจริยะ ดร..**วิปัสสนาที่ปณีฎีกา**. ชลบุรี: สำนักวิปัสสนากัมมัฏฐานวิเวกอาศรม, ๒๕๓๒

ราชบัณฑิตสถาน. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตสถาน พ.ศ. ๒๕๔๔**. พิมพ์ครั้งที่ ๒ .

กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตสถาน, ๒๕๕๖.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ ป.ธ.๙) นิพนธ์ธรรม. **อริยวังสปฏิปทา**. กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส. **บาลีไวยากรณ์วชิราภักที่ ๒ นามและอัพยศัพท์หลักสูตรเปรียญธรรมตรี**. นครปฐม: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.

## (๒) วิทยานิพนธ์:

ณัชชา ธารสนธยา. “การศึกษาขั้นตอนการปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุนิพพานที่ปรากฏในคณคัมภีร์สถานสูตร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

ยุพกานต ดันตเกตุร. “ธรรมที่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน”. **วิทยานิพนธ์ ศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

พรรณราย รัตน์ไพฑูรย์. “การศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชฆาณนี (โชดก ญาณสิทธิ)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

พระครูประคุณสรกิจ (สุชาติ ชีโนรส). “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรม”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.



- พระประชิด ธมฺมวโร (ผาตากแดด). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์หมโนทัศน์เรื่องญาณในคำสอน พระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.
- พระมหาวรณวัฒน์ ชูติปัญญา (ร่มไทรงาม). “การศึกษาโยนิโสมนิการเพื่อการบรรลุธรรมในคัมภีร์ พระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.
- พระมหาสมพงษ์ ภทฺทจาโร (ปัทมา). “การศึกษานิ वर्ณ ๕ อันเป็นธรรมารมณของวิปัสสนาภาวนา ตามแนวสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.
- พระมหาสุธน ยสสีโล (ผลชอบ). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนา”, **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิตพุทธศาสนาและปรัชญา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.
- พระมหาเด่น กลฺยาณวิโช (รุ่งกุล). “การศึกษาวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนว สติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์ มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.
- อณิวัชร เพชรนรรัตน์. “การศึกษาวเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิต วิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

## ประวัติผู้วิจัย



ชื่อ-ฉายา/นามสกุล : พระวินัยธรรมบุรณ์ สุธีโร (แดงทอง)

วัน/เดือน/ปี เกิด : ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๒

ภูมิลำเนา : อ.บ้านโป่ง จ.ราชบุรี

### การศึกษาทางธรรม

พ.ศ.๒๕๓๖ : นักธรรมชั้นเอก สำนักเรียนคณะจังหวัดกาญจนบุรี

พ.ศ.๒๕๕๒ : บริหารกิจการคณะสงฆ์ (ป.บส.)

พ.ศ. ๒๕๕๗ : ปริญญาตรี พุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.) สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

### ประสบการณ์การทำงาน

พ.ศ. ๒๕๕๗ : ปฏิบัติธรรมเวลา ๑ เดือน ศูนย์ปฏิบัติธรรมโมลี

: ปฏิบัติธรรมเวลา ๔ เดือน ศูนย์ปฏิบัติธรรมโมลี

พ.ศ. ๒๕๕๘ : ปฏิบัติธรรมเวลา ๑ เดือน วัดนาหลวง จ.อุดรธานี

: ปฏิบัติธรรมเวลา ๒ เดือน สำนักมหาสิริสาสนแยกต้า.ย่างกุ้ง

พ.ศ. ๒๕๕๘ : พระวิปัสสนาจารย์ มจร.ห้องเรียนวัดไชยชุมพลชนะสงคราม

: พระวิปัสสนาจารย์ อบรมพระนวกะอำเภอไทรโยค

: พระวิปัสสนาจารย์นำโยมถือศีลปฏิบัติธรรมในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา

บรรพชา/อุปสมบท : ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๓๓

สังกัดวัด : วัดท่าเรือ

ตำแหน่งหน้าที่ : เจ้าอาวาสวัดเขาเพิง ตำบลพังตรุ อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี

ปีที่เข้าศึกษา : ๒๕๕๖

ปีที่สำเร็จการศึกษา :

ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดเขาเพิง ตำบลพังตรุ อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี

โทรศัพท์ : ๐๘๗-๖๘๑-๒๗๑๘

E-mail : SOMBUN-6212@HOTMAIL.COM